

# 食育、知っていますか？

12 食育を推進しよう

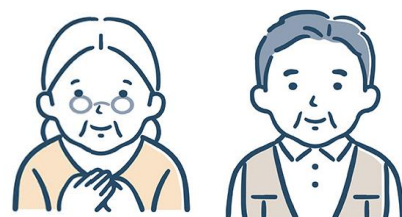


健全な食生活を実践し次世代へ伝える



成人期

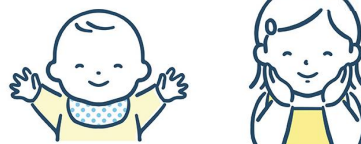
食を通じた豊かな生活の実現、次世代へ食に関する文化・知識・経験を伝える



高齢期

妊娠期や授乳期の健康確保のため、適切な食生活を実践する

妊娠・胎児期



乳幼児期

食べる意欲の基礎をつくり、食の体験を広げる

学童・思春期

食の体験を深め、自分らしい食生活を実現する

「**食**べる力」＝「生きる力」を**育**むことはすべての方に必要です。  
生涯にわたって心もからだも健康で、質の高い生活を送るために、「食べること」を少し考えてみませんか？

出典：農林水産省「第4次食育推進基本計画啓発リーフレット」

全文はこちらから→

農林水産省  
北陸農政局

