

こんなことも「食育」です

12 食育を推進しよう



1 みんなで楽しく
食べよう



共食

2 朝ごはんを
食べよう



朝食欠食の改善

3 バランスよく
食べよう



栄養バランスの
よい食事

4 太りすぎない
やせすぎない



生活習慣病の予防

5 よくかんで
食べよう



歯や口腔の
健康

6 手を洗おう



食の安全

7 災害に
そなえよう



災害への備え

8 食べ残しを
なくそう



環境への配慮
(調和)

9 産地を
応援しよう



地産地消の推進

10 食・農の
体験をしよう



農林漁業体験

11 和食文化を
伝えよう



日本の食文化の
継承

12 食育を
推進しよう



食育の推進

普段の食生活を見直し、食育に取り組んでみませんか？

食育ピクトグラムのご案内【農林水産省】→



農林水産省
北陸農政局