



実践のための参考情報

本パンフレットで紹介したメッセージを実践する際にご活用ください。

1. 食育の推進に関わる施策について

食生活指針



(農林水産省、文部科学省、厚生労働省)

国民一人ひとりが望ましい食生活を実践するための指針です

「第3次食育推進基本計画」啓発リーフレット



(農林水産省)

第3次食育推進基本計画のポイントを分かりやすくまとめました

2. 本パンフレットで取り上げたテーマについて

(1) 朝食

「早寝早起き朝ごはん」



(文部科学省、
「早寝早起き朝ごはん」全国協議会)

どんな情報があるの?

- ・各年齢層に合わせた学べる! 実践できる! ガイドブック
- ・朝ごはんポケットレシピ など



(2) 栄養バランス

「食事バランスガイド」



(農林水産省、厚生労働省)

どんな情報があるの?

- ・ライフステージごとに「食事バランスガイド」を活用するためのポイントを示したパンフレット
- ・小・中学校や、小売・中食・外食産業での実践に役立つ事例集 など



「日本型食生活」のススメ



(農林水産省)

どんな情報があるの?

- ・中食や外食も、ちよい足しやメニューの選び方で食生活がグッとよくなる「日本型食生活」のポイントや、ご飯を中心とした献立の組み立て方を示したパンフレット など

(3) 農林漁業体験

農林漁業体験の推進



(農林水産省)

どんな情報があるの?

- ・教育ファームなどの全国農林漁業体験スポット一覧
- ・食と農林漁業体験に関するメールマガジン
- ・学校の授業で農林漁業体験に取り組むための教材 など



その他、食育に関して広く知りたい方は…

食育の推進 農林水産省

