【様式１】

① 食育月間の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	広島県
取組市町村名 取組団体・企業名	大竹市
取組の名称	「食育月間・食育の日」の PR
実施時期	６月 19 日
取組内容に該当する食育ピクトグラム（複数選択可）	
取組内容	「食育の日」と「朝食摂取」について幟旗を掲示し、啓発用ティッシュを配布しました。リーフレット（朝食について、レシピ３種（たんぱく質豊富、ビタミン・ミネラル豊富、カルシウム豊富））を 300 部配布しました。 【広報おおたけ 06 月】

6月は食育月間
—レシピを参考に健康な食生活を—

問い合わせ 保健医療課 ☎59-2153

「食育」とは、さまざまな経験を通じて、「食」に関する知識と、バランスの良い「食」を選択する力を身に付け、健全な食生活を実践できるようになることです。食べることは生涯にわたって続く基本的な営みであり、子どもはもちろん、大人になってからも、「食育」は重要です。毎年6月は「食育月間」。

食べ物について改めて考えてみませんか。

「主食」「主菜」「副菜」3つそろえて、栄養バランスのとれた食事を

主食：ごはん・パン・麺など

主菜：肉・魚・卵・大豆製品などを使ったメインの料理