

【様式3】

食育の日の取組

(毎月19日：4月～12月までの実績)

提出都道府県名 政令指定都市名	鹿児島県
取組市町村名	霧島市
取組の名称	毎月19日は食育の日
実施時期	6月19日、9月19日、11月19日
取組内容	<p>霧島市食生活改善推進員及びJAあいらの協力により、食育イベント等を実施し、6月、9月、11月の19日に「食育の日」をPRしました。</p> <p>1.食育月間及び食育の日等の周知 (1) 霧島市役所庁内放送、[FMきりしま]で 周知 (2) JAあいらによるPR協力 ・KKBテレビ、MBCラジオ等のコーナーにおいて、霧島市の食育の日の取り組み等を告知</p> <p>2. 食育イベントの実施 (1) 実施日 6月19日(月)、9月19日(火)、11月19日(日) (2) 場 所 Aコープ国分店 (3) 内 容</p> <p>【6月19日】 ・霧島市食生活改善推進員による地元産の旬の野菜を使った郷土菓子「ふくれ菓子」(限定200名分)、JAあいらによる振る舞い茶、「6月は食育月間、毎月19日は食育の日」をPRするチラシや旬の野菜をつかった料理のレシピを配布。</p> <p>【9月19日】 ・霧島市食生活改善推進員による地元産の旬の果物(梨)を使った郷土菓子「ふくれ菓子」(限定200名分)とブドウのゼリー(限定200名分)の振る舞い、「9月は食生活改善普及月間、毎月19日は食育の日」をPRするチラシや旬の果物(梨・ブドウ)を使ったお菓子の レシピ配布.アンケートの実施。</p> <p>【11月19日】 ・霧島市食生活改善推進員による地元産の旬のさつま芋を使ったスウィートポテト(限定200名分)振る舞い、「毎月19日は食育の日」「食を通したコミュニケーション豊かな食生活」をテーマとして「家族や友人と会話を楽しみながら食べる共食の大切さ」をPRするチラシや旬の野菜を使った料理のレシピを配布。</p>

3 食を通したコミュニケーション 豊かな食生活

家族や友人などと会話を楽しみながらゆっくり食べる食事は、こころも身体も元気にしてくれます。誰かと一緒に食べることが難しい場合は、「何を食べたの?」「おいしかったね」と食を通した会話をすることからはじめましょう。


よく噛んで味わって食べよう!

マナーや作法を身につけよう!



食育マナーとは、食べものに感謝し、みんなが気持ちよく食事するためのものです。箸の使い方や食器の持ち方、姿勢などの食育マナーを身につけて楽しく食事をしましょう。

一度身についた食育の習慣はすぐに変えることは難しいものです。子どものころから食育マナーを身につけて、食べものに感謝する心を育てましょう。



【様式3】

食育の日の取組

(毎月19日：4月～12月までの実績)

提出都道府県名 政令指定都市名	鹿児島県
取組市町村名	鹿屋市
取組の名称	食育の日の啓発
実施時期	毎月19日
取組内容	<p>毎月19日は「かのや食育の日」とし、市のホームページ及び市役所全職員が業務用パソコンで共有できる掲示板を使い市民や職員向けに食育の情報を発信し、食育の啓発・普及に努めました。</p> <p>食育情報の内容 4月 「朝ごはんについて」 5月 「高血圧予防について」 6月 「お弁当のバランス・衛生について」 7月 「夏バテ予防について」 8月 「痛風予防について」 9月 「食べ物の旬について」 10月 「食品表示について」 11月 「糖尿病予防について」 12月 「年末年始の行事食について」</p> 