

【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	宮城県
取組市町村名 取組団体・企業名	富谷市
取組の名称	食育月間にあわせた情報発信（広報掲載、SNS 投稿）
実施時期	6月
取組内容に該当する食育ピクトグラム	
取組内容	<p>広報とみや6月号への掲載、市公式 SNS（Facebook・LINE）への投稿</p> <p>第三期富谷市食育推進計画における中間評価の課題をもとに、毎日の生活で実践出来る食育について掲載しました。</p> <p>▼広報：できることから始めよう！ 毎日の生活で食育にトライ！</p> <p>▼SNS：毎日朝ごはん</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div data-bbox="491 1171 965 1854" data-label="Complex-Block"> <p>6月は「食育月間」 毎月19日は「食育の日」</p> <p>食育とは？ 食育とは、食に関する知識と食を選択する力を習得し、健全な食生活を実践できる人間を育てることをいいます。健全な食生活は、生きる喜びや楽しみ、健康で心豊かな暮らしにつながります。富谷市では、子どもから大人まで食育を推進しています。</p> <p>できることから始めよう！ 毎日の生活で食育にトライ！</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 毎日、朝ごはんを食べる <input type="checkbox"/> 塩分控えめを心がける <input type="checkbox"/> 直売店や市のイベントに出かける <input type="checkbox"/> 食事の手伝いをする（させる） <input type="checkbox"/> 家族や友人と一緒に食事をする <input type="checkbox"/> 黒川地域の野菜を食べる <input type="checkbox"/> いつもより野菜料理を一皿プラスする <input type="checkbox"/> 主食・主菜・副菜をそろえて食べる どれくらい実践できているか ☑チェックしてみましょう！ <p>※第三期富谷市食育推進計画 中間評価より 健康推進課 ☎022-358-0512</p> </div> <div data-bbox="1013 1171 1535 1684" data-label="Complex-Block"> <p>6月号 ~毎月19日は『食育の日』~</p> <p>しっかり食べてますか？</p> <p>毎日朝ごはん 朝ごはんは、元気に1日を始めるための大切な食事です</p> <p>1日のスイッチオン！ 寝ていた体と脳を起こす</p> <p>集中力がアップ！ 脳に栄養が送られる</p> <p>これが朝ごはんの子カラ！</p> <p>良い生活リズムをつくる</p> <p>栄養のバランスがとととう</p> <p>朝食準備 スピードアップのポイント</p> <ul style="list-style-type: none"> 夕食の支度の時に下ごしらえ そのまま食べられる食品を用意 パターンを決めて、悩まない </div> </div>