

うまい! 楽しい! 元気な大分

第4期計画では、「うまい・楽しい・元気な大分」を目指して、基本目標として「健やかに食を楽しむ心豊かな人づくり」と「次世代へ受け継がれていく活力ある地域づくり」を進めていきます。そして、この取組を通じて県民一人ひとりが「えらぶ・つくる・たべる」力を身につけることを目指します。

健やかに食を楽しむ
心豊かな人づくり

基本目標

次世代へ受け継がれていく
活力ある地域づくり



食事バランスガイド
厚生労働省・農林水産省決定

- ・自分の身体に必要な食べ物を選ぶ。
- ・地域で育てられた食材を選んで活用する。

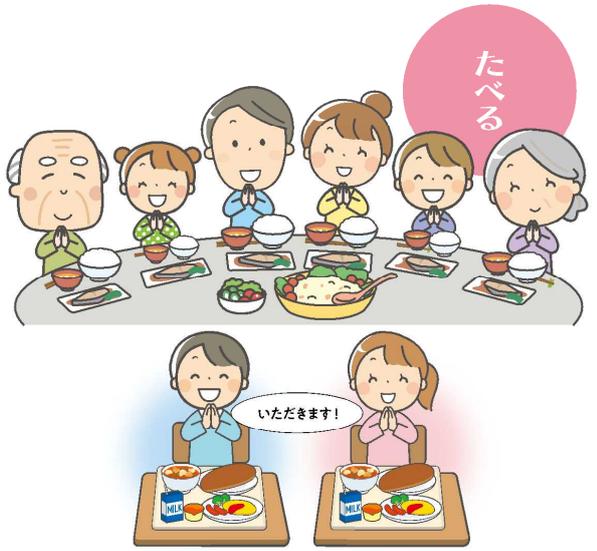
自分の身体に必要な食べ物や
地域の食材を選びましょう!



- ・自分で調理する。
- ・地域の食文化を生かして作る。



大分の郷土料理を作りましょう!



- ・食べ物へのおいちを感じて食べる。
- ・家族や仲間と楽しく食べる。

朝食でいきいきとした1日を始めましょう!

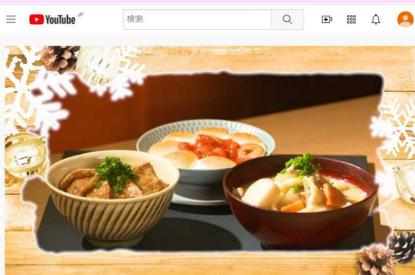
朝食摂取喫食率向上



「えらぶ・つくる・たべる」食育体験ツアー



県産食材活用&郷土料理の普及



おおいた食(ごはん)の日 冬の朝膳「だんご汁」

おいしい食の日キャンペーン

だんご汁 (4人分)

【だんご】
小麦粉120g (薄力粉60g、強力粉60g) 水 60cc

【汁】

豚バラ肉	120g	ごま油	小さじ1
大根	1/2本	水	1000cc
にんじん	1/2本	和風だし(の素)	10g
ごぼう	1/2本	みそ	100g
里いも	2コ	白ねぎ	1/2本
油揚げ	1枚	万能ねぎ	適量



大分県食品・生活衛生課
YouTubeチャンネル



大分県食育アカウント
Instagram「うまい! 楽しい! 元気な大分」

大分県