\晴れの国☀/

おかやまの食育

岡山県食の安全・食育推進計画

スローガン

食を通じた健康な人づくり・地域づくり
～実践の環を広げよう～

1日350gの野菜を食べよう

手のひらいっぱい!

©岡山県マスコット「ももっち」

食育に関する取組の紹介♪

適正な食事と食習慣の定着に
つなげるためのリーフレット「**食育ナビ**」を作成しました。

「やさい編」

利用者の野菜摂取に対する関心度の違いに合わせた内容を掲載しています。

「減塩編」

食べ方別に減塩のポイントを掲載しています。

「フレイル編」

食事をはじめ、多方面からのフレイル予防について掲載しています。

「マイスタイル朝ごはん」

朝食を摂ることの大切さ、手軽に朝食を摂るためのポイント等についてクイズを交えて掲載しています。

「未来につなげる!晴れの国おかやま・のこさずたべよう事業」

次世代を担う子ども達に、食品ロス削減意識や食べ物の命をいただくことへの感謝の気持ちの醸成と定着を図ることを目的として、小学生向けの出前授業を県内の大学が実施しました。

グループ討議では、給食や家庭で食品ロスを減らすために一人ひとりがどのような工夫をしたらよいか考え、カードに目標を記入しクラスへ掲示し、食品ロスの削減に取り組みました。

教育庁保健体育課