

号外編



Let's 食育



食育推進キャラクター
でこん丸



新型コロナウイルスの影響が続く中、気温・湿度共に上がる季節となりました。今年はマスクを着用される方が多いので、例年以上に暑さを感じる方が多いのではないのでしょうか。エアコンをつける、水分補給をしっかりとする等の熱中症対策をいつも以上に心掛け、蒸し暑い時期を乗り切りましょう！

6月は「食育月間」～食育の意識啓発～

毎年6月は「食育月間」として、国の食育推進基本計画で定められています。皆さんもこの機会に「食育」を実践してみませんか？

「食育月間」とは？



「食育に対する理解を深め、食育推進活動への積極的な参加を促し、その一層の充実を図るもの。」

なお、「食」は、子どもたちが豊かな人間性を育てていく上で重要であることから、広く国民が子どもの食育に取り組むこととする。また、20歳代及び30歳代の若い世代に対しても食育を推進すること。」としています。

食を通じたコミュニケーションの促進と子どもの生活リズムの向上

- ・食事の作法、マナー、食文化を含む望ましい食習慣や知識の習得をしよう
- ・朝食を食べよう
- ・早寝早起きをしよう
- ・「共食」の機会を作ろう



健康寿命の延伸につながる健全な食生活の実践の促進

- ・「日本型食生活」等の健全な食生活を送ろう



食の循環や環境への意識の醸成

- ・農林漁業体験や調理体験をしよう
- ・「もったいない」精神で、食品ロス削減に貢献しよう



伝統的な食文化に関する関心と理解の増進

- ・郷土料理に触れよう

食品の安全性に関する情報提供と食品情報に関する制度の普及・定着

- ・食品の安全性に関する意識を高めよう

