



6月は食育月間

毎月19日は『食育の日』です。

食べることは生きることであり、健康な身体と心を育むことにつながります。

栄養バランスや食品ロス削減などについて、正しい知識を身につけましょう。



- 1 みんなで楽しく食べよう
- 2 朝ごはんを食べよう
- 3 バランスよく食べよう
- 4 太りすぎないやせすぎない
- 5 よくかんで食べよう
- 6 手を洗おう
- 7 災害にそなえよう
- 8 食べ残しをなくそう
- 9 産地を応援しよう
- 10 食・農の体験をしよう
- 11 和食文化を伝えよう
- 12 食育を推進しよう

第9回

食育を推進する優れた取組を募集します！

食育活動表彰

6月上旬募集開始！



食育の推進

