

「食育月間」の取組実績

課・事務所・市町名	朝来市
取組の名称	食育月間の普及啓発
取組内容	<p>(目的)市民の食育に対する関心を高め、食育活動への積極的な参加を促すように実施しました。</p> <p>(内容)・市広報に「食育月間」「食育の日」と朝来市の食育推進計画についての記事を掲載しました。 ・子育て学習センターの会員を対象に、ひよママクックを開催し、「食育月間」「食育の日」、また食育の取り組みについて、配布資料に記載し説明しました。 ・市ホームページ、市内の保育園・こども園に配布する園だよりに「食育月間」「食育の日」について記事を掲載しました。</p> <p>●6月広報「食育月間」についての記事</p> <p style="text-align: center;">食を通じた健康づくり</p> <p>市では、第2次朝来市健康増進計画・食育推進計画(健康あさご21)を策定し、この計画に基づいて、食を通じた健康づくりをすすめています。食に関する知識を深め、楽しみながら健康的な食生活や健康づくりを実践しましょう。</p> <p>毎年6月は「食育月間」 毎月19日は「食育の日」</p> <p>「食育月間」は、家庭、学校、地域、職場など社会全体で食育の推進に取り組んでいただくために設けられた、「食育」の強化月間です。</p> <p>この機会に「食育」に関心を持ち、身近なことから取り組んでみましょう。そして、健康的な生活の基礎を築きましょう。</p> <p>しっかり食べよう朝ごはん 毎食、野菜たっぷり塩分控えめ ～第2次朝来市食育推進計画(健康あさご21)～</p> <p>朝来市ではホームページに、食と栄養に関する情報を掲載しています。こちらもぜひご覧ください。</p> <p>朝来市ホームページ(http://www.city.asago.hyogo.jp/) トップページ → 市民のみなさまへ → 健康 食と栄養 または 朝来市 食と栄養 検索</p> <p>●ひよママクック配布資料の「食育月間」「食育の日」に関しての内容</p>  <p style="text-align: center;">6月は「食育月間」、毎月19日は「食育の日」です</p> <p>「食」は栄養をとるだけでなく、子どものすこやかな成長と心育の大助かりで、家庭での「食育」が特に大切です。</p> <p>「食育」と言っても難しいことではなく、普段の生活の中でできることがたくさんあります。食材にふれたり、お手伝いしたり、一緒に作ったり、お話をしたり…。「おいしいね」と褒めながら、みんなでお楽しみを分かち合えましょう。</p> <p>6月の食育月間にぜひ、家庭で食生活について考えてみませんか？</p> <p style="text-align: center;">食べものへの興味を育てよう！～いろいろなお手伝い～</p> <ul style="list-style-type: none"> ☆一緒に買い物に行く ☆野菜などを育てる ☆一緒に食材を選ぶ ☆いもなどの野菜を収穫する ☆野菜を洗う ☆テーブルを片づける ☆材料を量りたり切ったりする ☆食器を洗う ☆味を調える ☆お話を並べる <p style="text-align: center;">お手伝いをすることで、食べものに興味を持ったり、食べる意欲が育ちます。また、生命の大切さを学ぶ機会にもなります。お手伝いができたら思いっきりほめてあげましょう！</p>