



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10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

