

みよしの食育 ～6月は食育月間です～

6月は食育月間です。「食」は命の源であり、おいしさや食事の楽しさを感じながら心も豊かにしてくれる、とても大切なものです。今回は、市で行っている食育への取り組みを紹介します。

◆食育とは・・・

食育とは、さまざまな経験を通じて「食」に関する知識と、バランスの良い「食」を選択する力を身に付け、健全な食生活を実践できる力を育むことです。

◆第3次みよし市食育推進計画

市では、市民の皆さんに食育に取り組んでいただけるよう、令和元(2019)年度に第3次食育推進計画を策定しました。この計画では第2次計画による取組実績と評価を踏まえて、令和5(2023)年度までに達成すべき数値目標を掲げています。「食を通した、人づくり、健康づくり、環境づくり」を基本理念とし、これをもとに3つの基本目標が立てられています。

【基本目標】

- ①人づくり…食の大切さや、楽しさが分かる心豊かな人を育てます。
- ②健康づくり…食を通して、健康な体を育みます。
- ③環境づくり…食に関する環境を整えます。



食育推進計画



みよしの食育
ホームページ

食育に関する取り組み

市や保育園・幼稚園、学校、農業団体、事業所などでは、食育に関するさまざまな活動に取り組んでいます。令和3(2021)年度に各団体が実施した取り組みの一部を紹介します。

小学生の給食センター見学

市内の公立保育園・小学校・中学校で提供される給食を作っている給食センターを見学。いつも食べている給食がどのように工夫して作られているかを学びました。



地産地消料理教室

(JA料理クラブさとうの会)

60～70代の女性で活動しており、地元の郷土料理や旬の野菜を使用したオリジナルレシピを地域住民に伝える活動を行っています。



レシピカードの作成・配布

(みよし市食生活健康推進委員会)

市民の健康づくりを支えるボランティア団体。春・夏版と秋・冬版のレシピを作成し、保健センター1階の紹介コーナーで配布しています。

