

6月は食育月間 みんなで楽しく学び・はぐくむ食育

問 農業水産課農政振興係 ☎95-9896

毎年6月は「食育月間」です。国や地方公共団体、関係団体などが協力して、食育推進運動を重点的に実施し、食育を多くの皆さんに知ってもらうためにPRしています。

食育って何？

食育とは、食育基本法において、「生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきものと位置付けるとともに、様々な経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てること」とされています。

市の食育の取り組み

食育は、様々な分野にわたり、多くの関係者や関係団体が一体となって取り組んでいくものです。今回は、市が一年間を通して実践している食育活動を紹介します。

野菜のもぎとり体験

体験農園を利用した収穫体験により、楽しみながら食への関心・理解を深め、食に対する「ありがとう」という感謝の気持ちの育成を図っています。



食育紙芝居の上演（県農村生活アドバイザー協会西三河支部碧海分会碧南地区）

食育紙芝居を通して、市で様々な農産物が作られていることを学びます。野菜に関するクイズや話が織り交ざった紙芝居を聞き、子どもの頃から農業に慣れ親しんで、地元で採れる農産物に親しみが持てるように伝えます。



食育だよりや献立表の作成

給食センターから献立表や食育だよりを家庭に配布しています。その中で、児童に身に付けてほしい食習慣や市の地場産物などを分かりやすく紹介しています。児童だけではなくその保護者にも、食に対して興味・関心を持ってもらえるよう心掛けています。

わたしたちもできる食育

食育と聞くと難しく感じるかもしれませんが、身近なところで実践できることもたくさんあります。例えば、以下のようなことから実践してみましょう。

- 朝ごはんを毎日食べる
- 食べるときはよくかんで食べる
- 健康づくりのために、適度に運動をする
- 「いただきます」「ごちそうさまでした」などの食事の挨拶を忘れないようにする
- 食べ残しをしないように心掛ける
- 碧南市産や愛知県産のものを購入するなど、地産地消を意識する
- あおいパークの体験農園で収穫体験をする



「いいともあいち運動」知っていますか

「いいともあいち運動」は県民の皆さんに県の農林水産業の応援団になってもらい、消費者と生産者が一緒になって県の農林水産業を支えていこうという運動で愛知県版地産地消の取り組みです。県ではこれらの趣旨に賛同していただける皆さんを随時募集中です。あなたも応援団の仲間に加わりませんか？

