



昨年の「健康・福祉すこやかフェスティバル」の様子（今年度は10月22日・23日に行われます）



「もぐもぐ離乳食教室」の様子

美濃加茂市食生活改善連絡協議会
会長 林 美智代さん



「私たちの健康は私たちの手で」をスローガンに、子どもからお年寄りまで、それぞれのライフステージに合わせた食の教育のお手伝いをしています。

「マタニティクラス」や「もぐもぐ離乳食教室」などは、食育のスタートになるものですが、調理実習や、試食を通してちょっとしたアドバイスをさせていただきます。

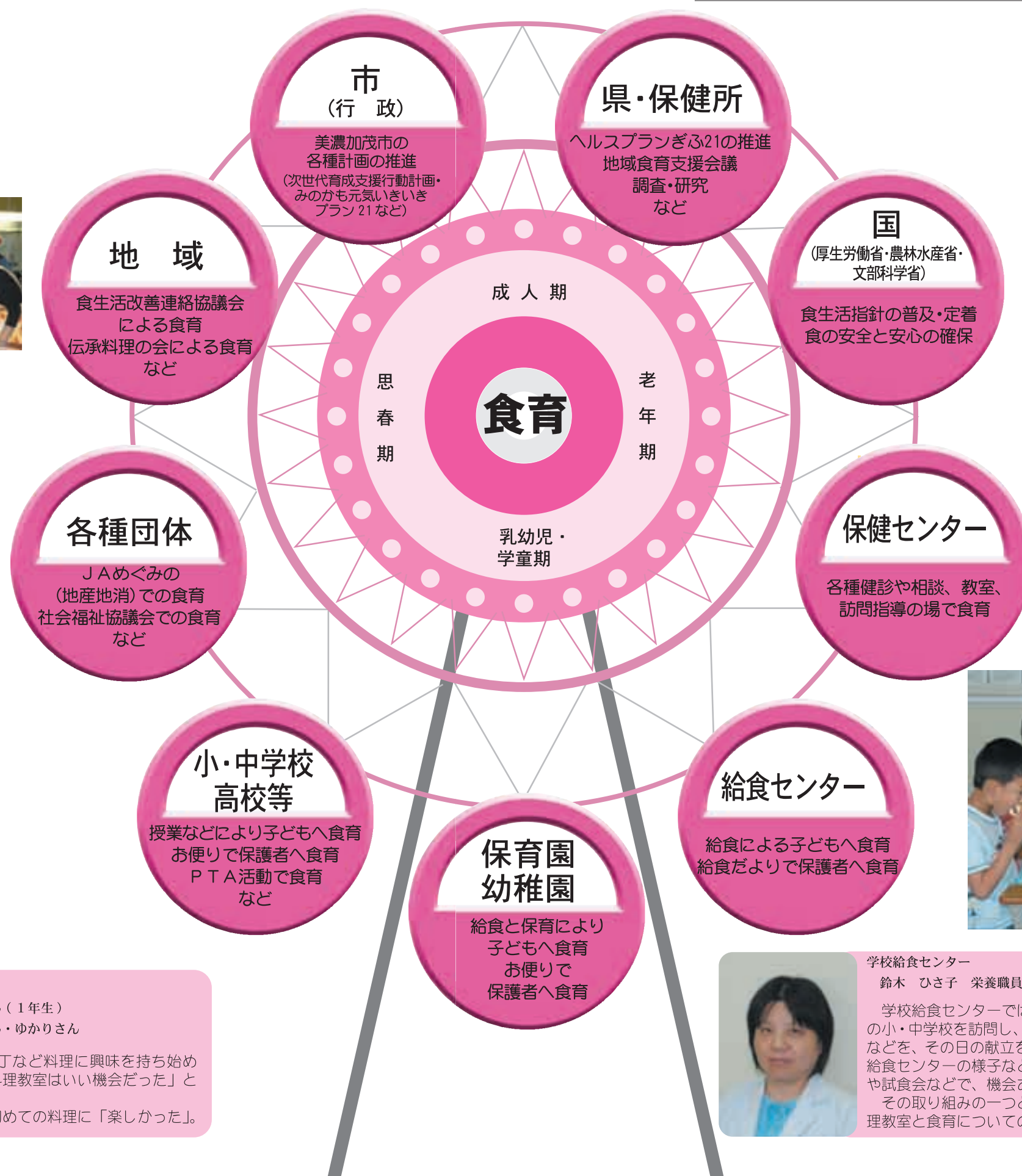
また、「健康・福祉すこやかフェスティバル」では、昨年度から、食育をテーマに市民の皆さんに食生活の改善について楽しく学んでいただいています。



山手小学校
西田 大輔くん（1年生）
西田 豊司さん・ゆかりさん

「子どもが包丁など料理に興味を持ち始めたので、親子料理教室はいい機会だった」とゆかりさん。

大輔君は、初めての料理に「楽しかった」。



ライフスタイルに合わせた

食育の取り組み

「食育」の対象は、子どもだけではなくありません。私たち一人ひとりのライフステージにおいて、食について自ら考える場合は、たくさんあります。乳幼児期の食生活習慣の確立、成人期のバランスの取れた食生活、老年期の低栄養予防など、その年代での食育の推進が必要です。



栄養職員と一緒に給食を食べる児童
(蜂屋小学校)



学校給食センター
鈴木 ひさ子 栄養職員

学校給食センターでは、給食を通して食の教育をしています。市内の小・中学校を訪問し、偏食や栄養バランス、一食分の献立の立て方などを、その日の献立を使って指導し、給食時には食事のマナーや給食センターの様子などについて話をしています。また、給食だよりや試食会などで、機会あるごとに食の大切さを訴えています。

その取り組みの一つとして、7月24日(日)に、給食メニュー親子料理教室と食育についての講演会を開催します。