



# 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

