

## 6月は「食育月間」です。未来へつながる食育を！ 『食の循環』－生産から食卓につながる食育の推進－

私たちが「いただきます」と口に運ぶものは、どこからきてどこへいくのでしょうか？

食べ物は自然環境の中で生産され、移動し（流通）、販売、調理して食べられます。そして、私たちの心身をつくり、「健康」を保持増進し、次の生産活動につながります。

また、「食文化の形成や継承」「食料自給率」「環境汚染」などの幅広い活動につながっています。私たちの食べ物は、地域や環境も含めた「食循環」により支えられています。

### 生産者と消費者との交流、環境と調和のとれた農業の活性化

#### 地産地消の推進

地域の地場産物を知っていますか？豊かな群馬の農産物を積極的に活用して食への感謝を深める！



#### 食品ロスの削減

食品ロスとは、まだ食べられるのに捨てられる食品のこと。買い物の前に在庫食品のチェックをして無駄なく使い切る！



#### 食文化継承のための活動の推進

行事食や地域の伝統料理を知っていますか。日本の誇れる食文化を守り、次世代に伝えていく！



群馬県の郷土料理を知りたい方は……

リーフレット ぐんまの郷土料理

#### 食に関する知識と選択力の習得

1日のはじまりの食事  
朝ごはんを毎日食べる！



#### 健康づくりと生活習慣病の予防と改善

日頃からの食の意識  
が健康につながる！



#### 共食を通じたコミュニケーション

毎日の食事、誰かと一緒に食べていますか？食を共にする「共食」は心が満たされ笑顔になれる。食事の挨拶とマナーも忘れずに！



# 子どもから大人まで楽しく学べる！ ぐんまちゃんと学ぶ 食育カルタ



群馬県は、子どもから大人まで、楽しく食育について学んでもらうため、「ぐんまちゃんと学ぶ 食育カルタ」を作成しました。取り札は、全て「ぐんまちゃん」が登場します。また、読み札の裏面には、読み句に関連した食に関する説明文を掲載しています。お子さまへのプレゼント、県外の方への手土産にもおすすめです。ぜひご活用ください！

「ぐんまちゃんと学ぶ食育カルタ」好評発売中！

販売場所：県庁2階県民センター、各行政県税事務所  
イオン高崎店、ぐんまちゃん家(ぐんま総合情報センター)

販売価格：693円(税込) 詳しくは…

ぐんまちゃんと学ぶ食育カルタ



## ～カンピロバクター食中毒の特徴と対策～

カンピロバクター食中毒は発生件数が多く、群馬県内でも平成29年は5件、30年も1件発生しています(5月末現在)。特徴を知って食中毒を予防しましょう。

### どんな細菌？

ニワトリ、ウシ、ペット、野生動物などの消化管内に生息する食中毒の原因菌。乾燥に弱く、加熱調理で死滅しますが、比較的少ない菌量で感染するので注意が必要です。

### どんな症状？

【食べてから発症するまでの期間】：1～7日(比較的長い)

【主な症状】：下痢、腹痛、発熱、吐き気、嘔吐、頭痛、倦怠感など。

まれに感染して数週間後に手足の麻痺や顔面神経麻痺、呼吸困難などを起こす「ギラン・バレー症候群」を発症することがあります。

【治るまでの期間】：多くの場合は1週間ほどで治ります。ただし、乳幼児、高齢者など、抵抗力の弱い方は重症化する可能性があります。

### 主な原因食品は？

生又は加熱不十分な食肉のほか、これらから二次汚染された食品、飲料水等。

**特に、生又は加熱不十分な鶏肉(鶏刺し、鶏レバ刺し、鶏のたたき、焼き鳥等)を食べて発症する事案が多く発生しています。**

### 家庭における予防方法は？

- (1) お肉はしっかり焼く！ ※中心部まで火が通っていることを確認しましょう
- (2) しっかり手を洗う！ ※調理する前、肉をさわった後、トイレの後、食事の前。...
- (3) トングや箸は使い分けよう！ ※生肉は専用のトングや箸を使いましょう



バーベキューをするときも注意しよう！



御意見・御感想  
お問い合わせは  
こちらへ

〒371-8570 前橋市大手町1-1-1  
群馬県健康福祉部 食品・生活衛生課 食品安全推進室  
TEL：027-226-2424 FAX：027-243-3426  
電子メール：shokuseika@pref.gunma.lg.jp  
★群馬県HPでバックナンバーをダウンロードできます。  
(<http://www.pref.gunma.jp/05/d6200163.html>)



【公式フェイスブック】