

食の安全に関する情報を食の安全情報通信員のみなさんを通じてお届けする情報紙です。

今回のテーマ 6月は「食育月間」です。第3次「ぐんま食育こころプラン」がスタート！！

群馬県では、県民一人ひとりが生涯にわたって、心身ともに健康で、豊かな人間性を育むことができるよう、食育に関する施策を総合的かつ計画的に推進するための指針として群馬県食育推進計画を策定しています。

前計画が平成27年度をもって終了したため、引き続き、子どもから高齢者まで生涯を通じた食育を一層推進するとともに、様々な家族の状況や生活環境等、多様な暮らしに対応した食育の充実に努めるため、新しい計画(群馬県食育推進計画[第3次]ぐんま食育こころプラン)を策定しました。

「食育月間」とは？

食を通じて、健全な心身と豊かな人間性を育む「食育」を推進するため、国は6月を「食育月間」と決めました。国や県、市町村、企業や団体が様々な食育の取り組みを展開し、食育の実践を呼びかけます。

今月は「食育月間」にちなんで、群馬県食育推進計画[第3次]ぐんま食育こころプランを紹介します。

「ぐんま食育こころプラン」で目指す食育

基本理念

食の大切さを理解し、食を通して豊かな人間性を育む

■食育基本法の目的(食育基本法第1条)「国民が生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性をはぐくむ」に基づき、基本理念は、第3次計画においても継承します。



計画の目標

「食」で地域がつながり、地域が元気になり、県民の健康寿命延伸につながる食育の推進を目指す



群馬県が目指す食育のイメージ



食育が県民一人ひとりに



食に関する基礎の習得

- ・食を通じたコミュニケーション
- ・食に関する基礎所作(マナー・作法)

食に関する基礎の理解

- ・自然の恩恵への感謝
- ・環境との調和(地産地消・食品ロス削減)
- ・食文化(郷土料理・行事食)
- ・食料事情や食料問題への関心

食に関する知識と選択力の習得 健全な食生活の実践

- ・食品の安全性
- ・食生活・栄養のバランス(日本型食生活)
- ・健全な生活リズム
- ・歯科口腔衛生

生涯にわたる食育

健やかな発育・生活習慣の形成

次世代の健康

生活習慣病予防

介護予防

妊娠
(胎児)期

乳幼児期

学童

思春期

成人期

高齢期

健康寿命の延伸

朝ごはん！！

時短★
簡単！！



できることから
ステップアップ

1日の活力のために
主食・主菜・副菜のそろった朝ごはんを！

献立集はWeb版で掲載中！

☆群馬県ホームページ [ぐんまの食育](#) [検索](#)

☆ [ぐんまちゃんキッチン](#) [検索](#)

STEP 1

まずは食べる

おにぎり・ロールパン・ヨーグルト・牛乳・ミニトマト・果物
どれか一つだけでもOK！



STEP 2

食べる習慣がついたら

主食（ごはん・パン）におかずをプラスしてこんな組合せはいかが？



STEP 3

満点朝ごはんにチャレンジ！

主食＋主菜＋副菜に
乳製品と果物をとると満点



毎月19日は「いただきますの日」

家族や友人、地域の人と語り合いながら、食事を囲む「共食」の場は、身体も心も豊かにしてくれます。時には、一緒に買い物をしたり、献立を考えたり、料理を作ったり、レストランに行ったり...

これらも「共食」の場です。毎月19日は、地域に暮らすいろいろな人と、いろいろな場所で、「共食」の大切さについて、語り合う日です。



☆☆☆夏休みイベント特集!!☆☆☆

夏休みを利用して、食の安全・安心を親子で学んでみませんか？

昨年度、たいへん好評だった「夏休み親子セミナー」に続き、本年度は、公益社団法人全国食肉学校での「夏休み食育料理体験」や身近な食品工場を見学する「親子で学ぼう！食品工場見学セミナー」を開催します。まだまだ参加者を募集していますので、詳しくは下記のお問い合わせ先まで、ご連絡ください。

お子さんのいるお知り合いの方にもお声掛けいただければ幸いです。

昨年度の参加者からのコメントの一部を紹介します。



- 子供が聞いていないようで、しっかりと聞いて学び質問していた。私だけでなく、子供自身もとってもいい勉強になりました。また、ありましたら参加してみたいです。ありがとうございました(30代 女性)。
- 食品の安全性を保つためにたくさんの方々関係し、働いてくださっている現状を見学できて、感動しました(40代 女性)。
- こういう行事に参加しないと、なかなか子供が興味を持ってくれないので、勉強になりました(40代 女性)。

夏休み「食の現場」親子リポーターを募集します!!

親子で、生産者（農場）・市場・食品加工施設などの食の現場登録事業者を訪問し、食の安全・安心に関する取り組みを取材する「食の現場」親子リポーターを募集します。

夏休み期間中、親子で一緒に食の現場を訪れてみませんか？

☆リポーター活動期間 平成28年7月1日～平成28年8月31日

詳しくは、下記お問い合わせ先まで、ご連絡ください。



リポートを応募いただき、入賞した方を対象に表彰式を開催します。
(写真は昨年度の様子)



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: 027-221-3292

電子メール: shokuseika@pref.gunma.lg.jp