なんぶの食育

早いもので1年を迎えました。 祉課に「食育支援室」が誕生し、 ために、共通の目標に向かって取 を町民の皆さんと一緒に推進する 平成18年4月に、南部町健康福 「食育支援室」では、「食育」

1 「食育」への関心を高めます

り組みます。

ることです。 いてもっと広く深く知ることで、 「食べる」ことがもっと楽しくな 「食育」とは、「食べもの」につ

等を活用し普及啓発をします。 広報・町ホームページ・CATV 食育への理解を深めるために、

②朝食を食べましょう

必ず食べる習慣を。 る人には、 ます。毎日食べていない人には、 食べ、規則正しい生活習慣を身に つけることが健康増進につながり 一日の始まりである朝食を必ず バランスと内容を考え 毎日食べてい

> ます。 た朝食をとるように食育をすすめ

③南部町における食の現状と 課題を分析します

す。アンケートの結果をふまえ、各 に役立てます。 づくりを進め、 地区・各年代の課題にそって健康 るアンケート」を実施する予定で 平成19年度に、「南部町食に関す 生活習慣病予防等

④南部町でとれた食材の活用を 推進し、郷土食を伝えます

図ります。 で収穫された安心して使える食材 を積極的に活用し 産地消の取り組みを継続し 保育園・学校では、給食での地 地域の交流を 地元

> 働して開催予定です。 理教室等を食生活改善推進員と協 広報等による料理の紹介や親子料 食を伝承する人材を掘り起こし 地域の特色ある郷土食や、 郷 土

携を図っています。

士

部町の「食」について検討し、 町食の応援団会議」を開催し、 関わる関係機関が集まり、「南部

連 南

平成18年度から、

南部町の食に

⑤バランスのとれた食生活 により健康で豊かな 南部町を創ります

す。 食習慣を身につけることが大切で 乳幼児期から、正しい食生活 لح

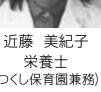
します。 かるよう、「南部町食事バランス ガイド」などを活用してお知らせ 何をどれだけ食べたら良いか わ

⑥食に関わる各機関との 連携を取っています

ています。 を配置し、南部町の食育をすすめ 食育支援室には、 2名の栄養 志保 永井



近藤 美紀子 栄養士 (つくし保育園兼務)





栄養士

艮育支援室が出来ました

食事はおいしく、たのしく、すこやかに