

号外編

Let's 食育

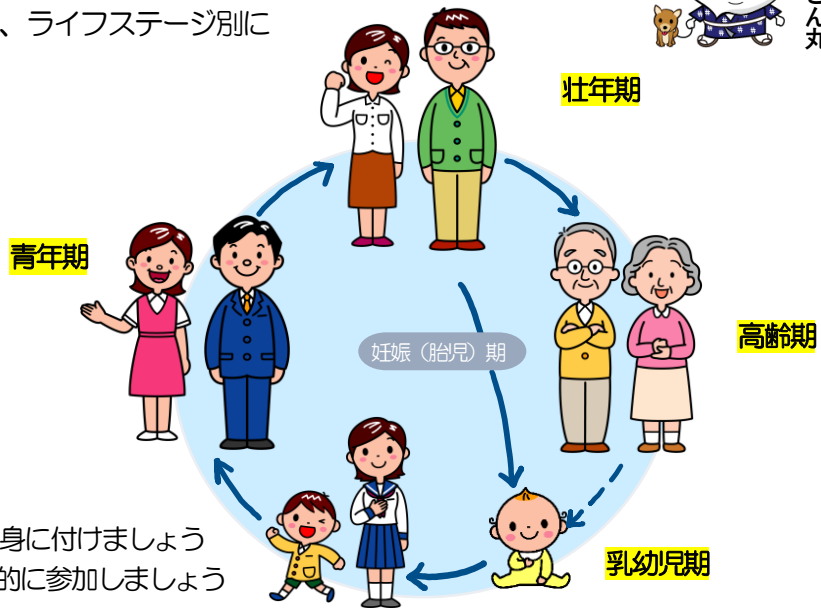
ライフステージに応じた食育 学童期編 ～食の情報発信と連携～

〈それぞれのライフステージで大切にしたい食育の取組〉

第四次かごしま市食育推進計画では、ライフステージ別に市民の取組を紹介しています。



食育推進キャラクター
でん丸



学童・思春期

- ・規則正しい生活習慣(食習慣)を身に付けましょう
- ・食に関する体験やイベントに積極的に参加しましょう

〈学童期の食育〉

◇元気のもと「朝ごはん」を食べましょう

◇栄養のバランスがよい食事を心がけましょう

◇食事を楽しみましょう

- ・食事のマナーを守る
- ・家族や友達と一緒に食べる
- ・よく噛んで味わって食べる

◇日本の食文化を学びましょう

◇食事ができるまでの過程や旬の食事を学びましょう



食べ物が届くまでには
たくさんの人が関わっているよ!



郷土料理

第四次かごしま食育推進計画の目標

食育に関心を持っている人の割合の増加 18歳以上 (現状) 72.2% → (目標) 90%以上

中学生から18歳未満 (現状) 60.4% → (目標) 90%以上



令和8年
5月発行