



食育月間 ~自分の食育の環(わ)を回そう~

毎年6月は「食育月間」です。下関市では令和5年3月に「第4次下関ぶちうま食育プラン」を策定しました。毎日の健全で豊かな食生活や食に関する体験を「食育の環(わ)」とし風車にたとえ、その環をいつまでも回していけるように食育を推進していきます。一人ひとりが食育推進の担い手として「食育の環」を次世代(未来)へつないでいきましょう。

あなたの食育の環(わ)を

チェック **してみよう**



いのちの環

- 感謝の気持ちをもって「いただきます」「ごちそうさま」をしている
- 使い切れる分だけ食材を買うようにしている
- 食べられる量を盛り付けるなど、料理を食べ残すことがないよう気を付けている

食でつくる笑顔の環

- 食事の時間が楽しいと感じる
- 食事に関する手伝いを子供によくさせている
- 家族や友人と食卓を囲んでいる

生涯にわたる食の営みの環

- 朝ごはんにお米を食べる日をつくっている
- 野菜を毎日食べている
- 郷土料理や家庭の味を次の世代へ伝えている

生産から食卓までの環

- 食にまつわる体験をした(過去1年)
 釣り 家庭菜園 果物狩り
- 食べ物の栽培・生育方法などに関心をもつ
- 買い物の時に下関産、山口県産を意識している
 地産地消

