

【様式 1】

① 食育月間の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	秋田県
取組市町村名 取組団体・企業名	鹿角市
取組の名称	家庭でできる「食育」の取り組み方法の提案に関するメール配信
実施時期	6月23日
取組内容に該当する 食育ピクトグラム (複数選択可)	☒ 1 みんなで楽しく食べよう ☒ 2 朝ごはんを食べよう ☒ 3 バランスよく食べよう ☒ 4 太りすぎないやせすぎない ☐ 5 よくかんで食べよう ☐ 6 手を洗おう ☐ 7 災害にそなえよう ☒ 8 食べ残しをなくそう ☒ 9 食糧を応用しよう ☐ 10 食・農の体験をしよう ☒ 11 和食文化を伝えよう ☒ 12 食育を推進しよう
取組内容	毎月23日に市民向けに配信しているコラムの中で、6月は「食育月間」に合わせ「食育」をテーマにメール配信をしました。 市民メールに配信登録している約6,000人に対し、今年度新たに策定した市の食育推進計画にも触れながら、現在は「大人の食育」も課題となっていることについても明記しました。 その中でも、私たちの最も身近な食育の場は「毎日の食卓」ということを伝えつつ、家庭でできる食育について提案し、実践を呼びかけました。 早寝早起きをし、朝食を欠かさず食べること(1日3食食べること)や、「いただきます」、「ごちそうさま」のあいさつをすること、家族と一緒に食事をする、食品や栄養を意識して食事をする、などを例として挙げ、家庭での食育を土台にして、様々な場面での体験や経験を通してさらに食に関する力を育んでいくよう問いかけました。 また、市で考案した健康レシピをCOOKPADに掲載・公開しており、その中で今月のおすすめレシピとして親子で作れる簡単レシピの紹介も行いました。