



食べる力=生きる力

情報PICK UP

6月は「食育月間」 毎月19日は「食育の日」

問合先 健康生きがい推進課 (☎39 - 6568)

食育って？

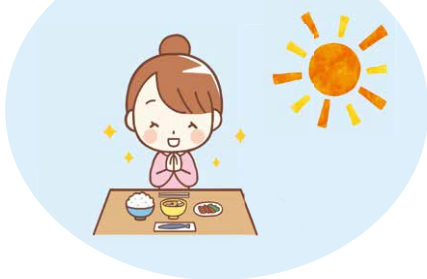
さまざまな経験を通じて、「食」に関する知識と、バランスの良い「食」を選択する力を身に付け、健全な食生活を実践できる力を育むことを言います。

食生活の乱れは、『健康』に関する問題の大きな要因となります。

生き生きと暮らすために、食育を通じて、生涯にわたって「食べる力」 = 「生きる力」を育むことが重要なのです。

私たちにできることって？～例えばこんなこと～

早寝 早起き 朝ご飯



地域でとれる旬の食材を活用する



名古屋コーチン えびいも
小牧の特産品

食べ残しを減らす



ドライブスルー型 フードドライブ

日時 6月18日(金)
午前10時～11時30分

場所 ふれあいセンター
(小牧5 - 407)

食べる機会を届けて、食育につなげましょう！



参加
しませんか？

フードドライブとは、家庭で余っている食べ物を持ち寄り、それらをまとめて地域の福祉団体などに寄附する活動です。市では、すでに民生・児童委員、主任児童委員の皆さんが取り組んでいます。

ご家庭の中で、不要となった食品がありましたら、寄附してみませんか？ 集まった食品は、生活に困った方などの支援に役立ててもらうため、小牧市善意銀行へ寄附します。

寄附していただきたい食品

お米、缶詰、レトルト食品、インスタント食品、調味料各種、乾物、飲料、お菓子類 など

※消費期限が1カ月以上あるものでお願いします。
※要冷蔵・要冷凍食品はお引き取りできません。

昨年度の様子

