

毎月19日は「食育の日」です！

今月は、玉山地域幼児健康教育を紹介します。



食習慣が身につく乳幼児期から、規則正しい食習慣が定着するように、子育て世代への働きかけが重要であり、子育て支援センター等と連携をとりながら、楽しく食育の推進をしています。



食生活改善推進員さんの協力で
丈夫な体をつくる野菜たっぷりの

★ほうとう風うどん

★リンゴとさつまいもの茶巾しぼり

を親子で😊ワイワイ😊材料を混ぜたり、
りんごとサツマイモを茶巾で絞ったり
楽しくクッキングしました。

「家だと食べないのに、自分で作ったから
なのか完食してビックリしまし
た！」というママの喜びの声も聞かれました。



みんなで出来ることから取り組みましょう！

盛岡市では、平成30年3月に第三次盛岡市食育推進計画を策定し、毎年6月と10月を「もりおか食育月間」、毎月19日を「食育の日」と制定しています。

「食育で進めるもりおかの豊かな暮らしと健康づくり」を目標として市民総参加の食育の推進をしています。