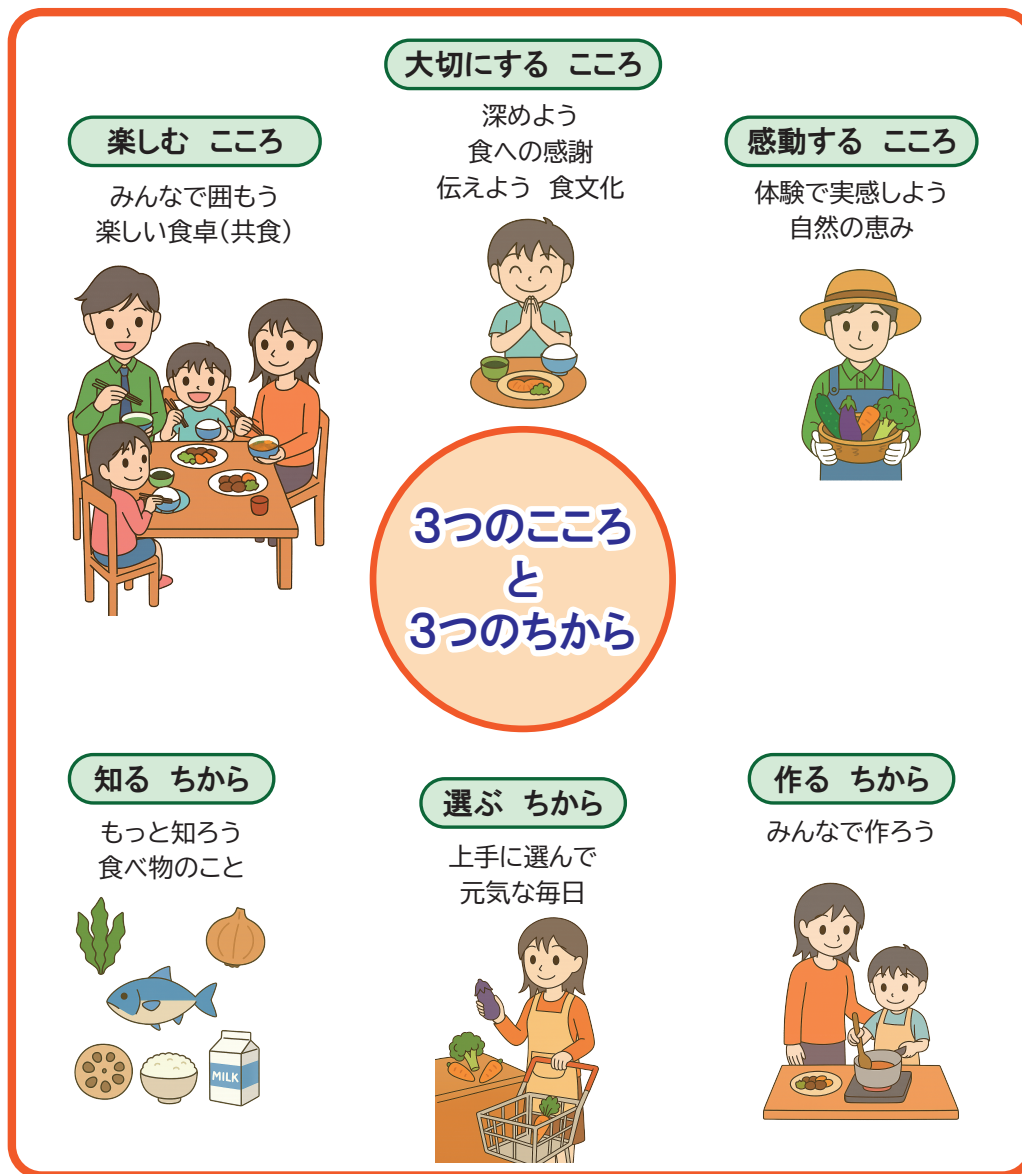


第四次熊野町食育推進計画（笑顔はな咲く食育プラン）

熊野町では、この「3つのところ(楽しむところ、大切にすること、感動すること)」と「3つのちから(知るちから、選ぶちから、作るちから)」を育むことを基本方針に設定し、表紙で掲げた基本理念の実現と基本目標の達成に向けて、食育を推進します。



みんなで取り組む食育推進

やってみよう

- いろいろな食品を食べ、栄養バランスのとれた食事をしましょう。
- おいしく減塩を心がけましょう。
- 歯・口腔の健康を保ち、ゆっくりよく噛んで食べましょう。
- 「早寝、早起き、朝ごはん」を実践しましょう。
- 季節の食材を食卓に取り入れてみましょう。
- 家族や友人と一緒に食事の時間を大切にしましょう。
- 食べ残しを減らし、食べ物を大切にしましょう。
- 野菜や果物を一日一回は意識して摂るようにしましょう。