

食育からSDGsの推進

SDGsへの関心が高まる中、持続可能性の観点から食育も重視されています。豊かで活力ある未来を創るため、できることから始めてみましょう。

※SDGsとは、未来に向けてすべての人が豊かで平和に暮らし続けられる社会をめざし、世界的に定めた課題解決のための国際目標です。

自分ができることから行動しよう

しっかり分別・リサイクル



牛乳パックを切り開くのも、食品トレーやペットボトルを分別するのも子どもにさせています。



2.3回使った油はペットボトルに入れ、ある程度たまったら、収集BOXに持っていきます。

地元産を購入

直売所やスーパーの地元産コーナーが大好き。安いし新鮮、農家さんを応援する気持ちもあります。



最近は鍋やキッチンツールも意識して燕産を選びます。

フードドライブに協力

燕でもこういう取り組みがあるといいなと思ってました。頂き物の中で手がつかない缶詰や飲料を持参します。



コンポストに挑戦



※コンポストは、家庭から出た生ごみを分解発酵し、堆肥として再利用するものです。

ごみの量も匂いも減り、畑に有効活用。電動型やバッグ型のおしゃれなコンポストも出ています。



購入補助についてはこちら

主食はご飯を選択

麺やパンが好きだけど、健康のため、米消費のため1日に2回以上はご飯を食べるように心がけています。



フードドライブにご協力ください

5/16(日)8:30~17:00
市役所エントランスホール



つばめ元気かがやきポイント手帳
「ご飯を2食以上食べる」とポイントになります

→結果として、健康寿命の延伸、食料自給率の向上、地球環境への負担軽減につながります

食育ピクトグラムの紹介

SDGsのマークのように、食育の取組を分かりやすく単純化して表現したピクトグラムが作成されました。

<p>1 みんなで楽しく食べよう</p> <p>楽しく食べる食事で心も体も元気にしよう</p>	<p>5 よくかんで食べよう</p> <p>よくかんで歯の発達・維持につなげよう</p>	<p>9 産地を応援しよう</p> <p>地域でとれたものを消費しよう</p>
<p>2 朝ごはんを食べよう</p> <p>朝食をとって健康的な生活習慣につなげよう</p>	<p>6 手を洗おう</p> <p>食品の安全性等の知識を持とう</p>	<p>10 食・農の体験をしよう</p> <p>農林漁業を体験し食への理解を深めよう</p>
<p>3 バランスよく食べよう</p> <p>主食・主菜・副菜を組み合わせよう</p>	<p>7 災害にそなえよう</p> <p>非常時のための食料品を備蓄しよう</p>	<p>11 和食文化を伝えよう</p> <p>郷土料理・伝統料理を大切に、次世代へ継承しよう</p>
<p>4 太りすぎないやせすぎない</p> <p>適正体重と減塩で生活習慣病を予防しよう</p>	<p>8 食べ残しをなくそう</p> <p>環境に配慮した買い物をし、食品ロスを削減しよう</p>	<p>12 食育を推進しよう</p> <p>心も身体も健康な生活を送るため食について考えよう</p>