



# きゅうしよくだより

令和9年  
稲美町

黄金色に染った稲穂と風にそよぐコスモス。稲美町が一年の中で一番美しい季節です。秋は実りの季節でもあります。農作物の恵みに感謝して、食への関心を高めてほしいと思います。



# 10月の目標 決められた時間内に食べよう

- 給食の準備をテキパキしましょう。
- 時間を見て遅れないように食べましょう。
- 家では、テレビを消して、スマートフォンなどをさわらないようにしましょう。



# 10月は ひょうご食育月間 ですよ!

食で育む元気なひょうご “実践の「わ」を広げよう”

～「人の輪(わ)、和食文化の和(わ)、環境の(わ)」の3つの「わ」を支える食育実践をめざそう～



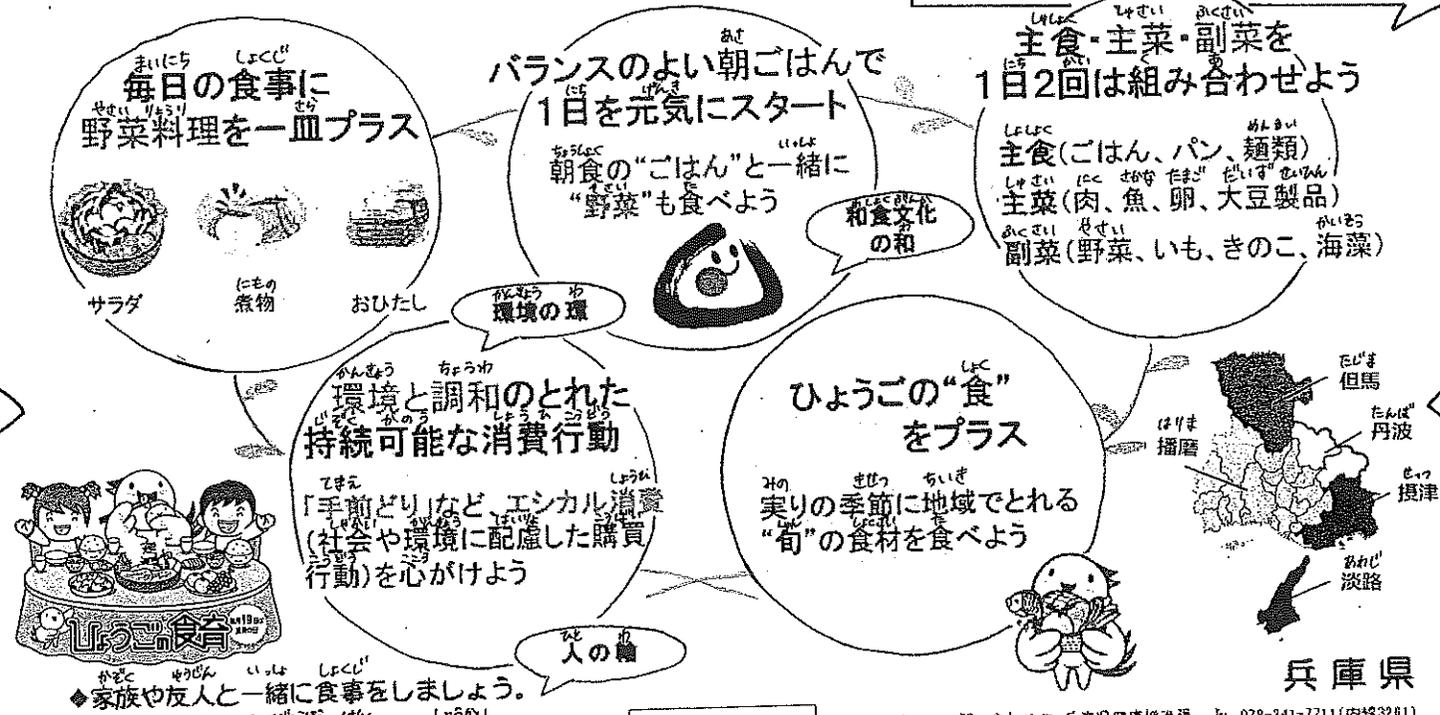
# 主食・主菜・副菜を1日2回は組み合わせよう

給食では主食・主菜・副菜がそろった食事を心がけています。1日の食事であると1回朝ごはんか晩ごはんでも組み合わせると食べられるとよいですね。



# 環境と調和のとれた持続可能な消費行動

好き嫌いなく食べ、食べ残しをへらすこともエシカル消費につながります。「手前どり」(買ってきた食べ物をそのまま食べる)など生活の中で食品ロスをへらすためにできることを考えてみましょう。



# ひょうごの“食”をプラス

給食ではできるだけ稲美町産、兵庫県産の食材を使っています。南犬立表にその月に使う稲美町の食材をのせているので確認してみましょう。毎月19日の「ひょうごの日」は兵庫県のおいしい食材を特にたくさん使った献立にしています。

◆家族や友人と一緒に食事をしましょう。  
◆ひょうごの食育情報を県HPで紹介しています。ひょうごの食育 で検索!  
問い合わせ先: 兵庫県健康増進課 TEL 078-341-7711(内線3281)

ひょうごの食育 (兵庫県HP) EY