

# みんなは「食育」できているかな？



身近にある食に関わる様々な情報や体験が、  
「食育」につながっていきます！

主食・主菜・副菜を  
そろえて食べる



食品ロスを減らす方法を  
知っている・実行している



食品の表示を確認している



買い物や料理の  
お手伝いをする



朝ごはんを食べる



「いただきます」・  
「ごちそうさま」を言う



地場農産物等を  
知っている・選んでいる



行事食や郷土料理を  
知っている



よくかんで食べる



友達や家族と一緒に  
食事をする



食中毒予防の方法を  
知っている



相模原市 さがみはら

相模原市 健康増進課

電話 042-769-8274 (直通)

e-mail [kenkouzoushin@city.sagamihara.kanagawa.jp](mailto:kenkouzoushin@city.sagamihara.kanagawa.jp)