

まめ



ごはん



ふとまきずし



パン



めん



にんじん



ごま



概要版



千葉市食育推進計画

【計画期間：平成21～25年度】

食べることは、私たちが生きていくためにとても大切なこと。

でも、日々のあわただしさのなかで、食べることの大切さを忘れかけていませんか？

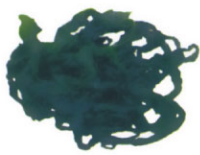
家族や仲間とともにする食事は、笑顔があふれ、会話もはずみ、いっそうおいしく、楽しいものになります。

自分にあった「食」を理解し、選ぶ力を身につけると、心と体の元気につながります。食べ物が、“どこで” “どのように” 作られたかを知ること、驚きを感じ、ありがとうの気持ちが広がります。

一人ひとりの「食」をもっと大切にしていきましょう。

千葉市では、市民のみなさんといっしょに「食育」に取り組んでいきます。

わかめ



やさい



さかな



チーズ



こまつな



とまと



ピーマン



たまご



いも



にく



ミルク



りんご



みかん



みず

