

6月は食育月間 毎月19日は食育の日

高松じまんの
野菜を食べよう
高松産ごじまん品



キューさん
(高松産ごじまん品キャラクター)



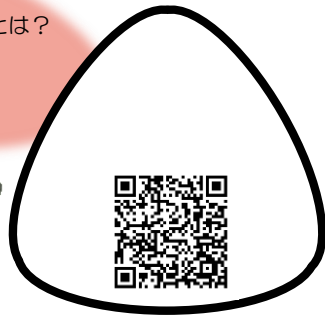
高松市の食育
レシピリンク集 あります



わたしたちにできることは？
STOP! 食品ロス



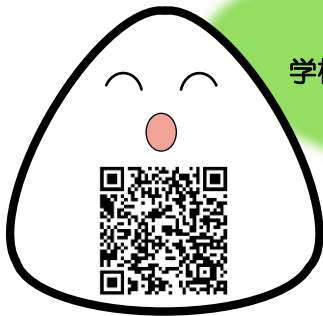
たるる
(スマート・フードライフ推進キャラクター)



早寝・早起き
朝ごはん
元気な毎日を



学校給食の取組



保育所、幼稚園、
こども園の取組



食生活は主食・“副菜”・主菜を基本に 食事のバランスを



新型コロナウイルスの感染予防のため、おうちで過ごす時間が長くなっています。

食生活や生活リズムは乱れていませんか？

こんな時こそ、食事のバランスをしっかりと整えて、毎日を元気にすごしましょう！

高松市ではいろいろな食育の取組を行っています。

おすすめのレシピもありますので、毎日を健康に過ごすヒントを見つけてくださいね。