

食育ってなんだろう？

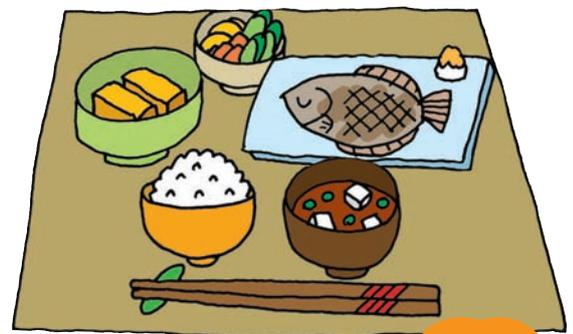
食育では、こんなことを学びます。

Q.食べものと私たちの
体にはどんな関係が
あるの？

P6へ



Q.日本型の食事は
どんなところが
体にいいの？



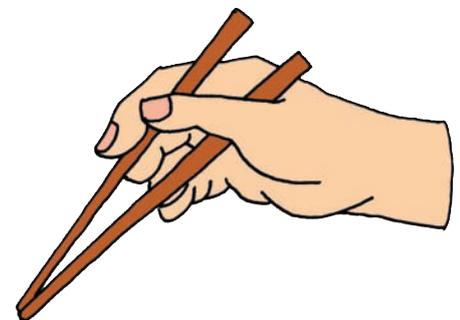
P11へ

Q.栄養バランスって
なに？

P9へ



Q.できているかな？
正しいおはしの持ち方



P13へ

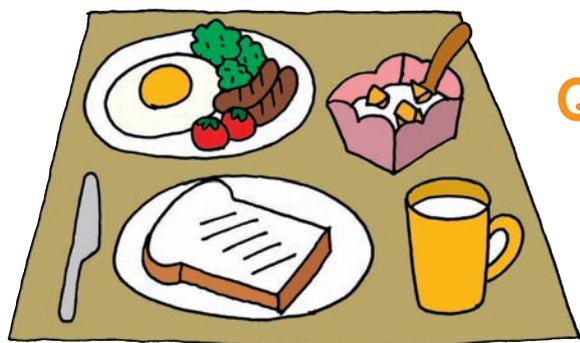
Q.食べものは
どこで
できているの？

P17へ



Q.やっているかな？
食事のマナー

P25へ



Q.どうして朝ごはんを
食べると体にいいの？

P8へ

Q.北海道には
どんな特色のある
食べものがあるの？

P33へ

