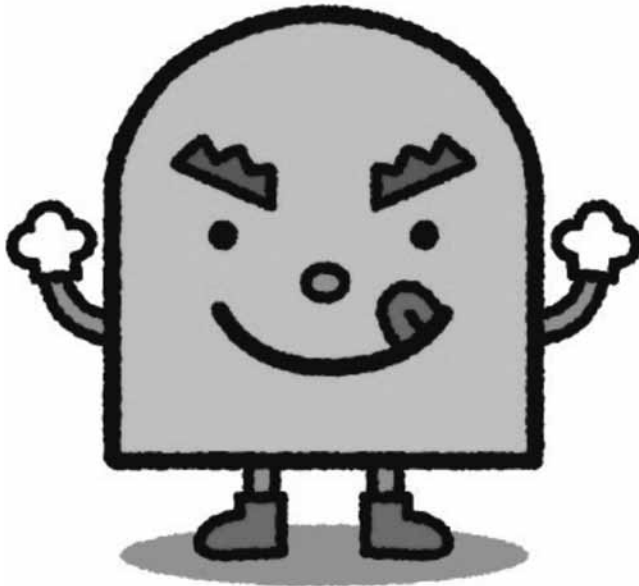


楽しい・うれしい・おいしい!



**「たべるの だいすき たかはまっ」**  
高浜市 子どもの食育 ガイドライン  
【就学前】

食事は、生きる力を育てるものです。食べることは、生きることです。  
 食育ガイドラインは、健康増進や食生活の改善を図る目的で定められた子どもの食育に関する指針です。  
 食育の力を育てるために、楽しい・うれしい・おいしいと感じることを大切にします。  
 高浜市子どもたちにあること大目録を参考にしながら読んでください。  
 そのために、就学前の食育にこのガイドラインが活用されることを目指します。  
このガイドラインは、高浜市教育委員会が作成しています。

**た**のいいな おんで「いただきます」  
【就学前】  
 食卓で食事を始める前に「いただきます」。食卓を離れるときに「ごちそうさま」。  
 一緒に食べることで、食卓の雰囲気をよくしましょう。

**か**んしやの きもち わすれずに  
【就学前】  
 食卓のまわりのことを大切にしましょう。食卓のまわりのことを大切にしましょう。  
 食卓のまわりのことを大切にしましょう。

**は**るべこ なんでも おいしいね  
【就学前】  
 種類や色の異なる食材を食べて、楽しい食卓をしましょう。同じものはお弁当で済ませず、  
 食卓のまわりのことを大切にしましょう。食卓のまわりのことを大切にしましょう。  
 好き嫌いなくすも成長します。

**ま**んぞく にっこり「ごちそうさま」  
【就学前】  
 うれしくて、自然と笑顔になるような食卓の時間をしましょう。  
 笑顔、自分で食事を片づけることで、食卓のまわりのことを大切にしましょう。

「子どもの食育マスコットキャラクター」  
かわら食人 カワラッキー  
かわら食人「カワラッキー」は、食育の普及・啓発のために誕生したのが「カワラッキー」だ。319点の公募作品の中から、ハッピークリエイター・たかいよしかずさんの作品が選ばれた。鬼瓦をモチーフに、きいろで愛嬌があって、子どもたちに人気がある。かわら「食人」としているところもポイントだ。

**就学前の食育目標**  
 就学前に3つの習慣を身につけることを目指します!

**1 食事のあいさつをする**  
【就学前】  
 いただきます  
 ごちそうさま  
【就学前】

**2 正しく器を持つ**  
【就学前】  
 1はしを1本持つ  
 2はしを1本持つ  
 正しい持ち方を  
【就学前】

**3 食事のお手伝いができる**  
【就学前】  
 食卓のまわりのことを大切に  
 自分で食事を片づける  
【就学前】

**食育の大切さ**  
 はしのはしでも、お弁当が必要です。ご家族がお子さんのお弁当を作って、おいしく、楽しい、お弁当を  
 して食べてあげましょう。お子さんの成長に合わせて、できる範囲から取り組ましましょう。  
 食育の大切さを身につけることは、食生活の改善、健康、生きる力の育成につながります。  
 高浜市大人への第一歩をこのころから始めましょう。  
高浜市 食育推進協議会事務局

**プロフィール**  
 生年月日 平成19年2月15日  
 食べることが大好きなたかはまの鬼瓦の精  
 料理の腕はプロ級で、和食・洋食・中華・デザートとそのレパートリーは多彩  
 「市内の行事、幼・保・小・中などへ出かけ、子どもたちが、感謝の心を持ち、何でもバランスよく食べて、元気に育ててもらえるように、頑張っています。」

高浜市子ども食育マスコットキャラクター しょくにん「カワラッキー」

“撮っておき”  
 の  
 たかはま

【第 52 回】

「ひと」「もの」「文化」などなど、  
 有形・無形を問わず、  
 高浜市の日常の暮らしの中にある  
 とっておきの「お宝」を紹介します。

皆さんの食卓では、「いただきます。」「ごちそうさま。」をしっかりと  
 しているだろうか。市では、食べることをとおして子どもが「楽しい・うれしい・  
 おいしい」と感じることをめざし、平成19年に「子ども食育ガイドライン」  
 を定めた。

このときに、食育の普及・啓発のために誕生したのが「カワラッキー」  
 だ。319点の公募作品の中から、ハッピークリエイター・たかいよしかずさ  
 さんの作品が選ばれた。鬼瓦をモチーフに、きいろで愛嬌があって、子ども  
 たちに人気がある。かわら「食人」としているところもポイントだ。

当時から関わる高浜市子ども食育推進協議会の太田真由美さん(青木  
 町)に聞いた。「ガイドラインには、子どもたちが食べることをとおしてす  
 きな大人になってほしいという想いが込められています。『カワラッキー』  
 のおかげで、子どもたちが食事に興味を持ってくれました。毎日の食事は、  
 命をいただき、いろいろな人の手が加えられています。感謝の心が大切に  
 すね。現在、多くの食育ボランティアが市内で活動しています。こういった  
 方たちの支えもあって、『食育』が浸透してきていると感じています。」

「カワラッキー」は、来年2月15日で10歳を迎える。今年の6月19日  
 (日)には誕生10周年記念の「たかはま食育フェスタ」が開催予定。「カワ  
 ラッキー」の今後の活躍に期待し、皆さんも、日々の食事が「楽しい・うれ  
 しい・おいしい」と感じられる食卓にしていこう。

LEIA A PÁGINA EM PORTUGUÊS!

ポルトガル語のページを読んでください! (P.20)

広報たかはま  
 編集・発行 / 高浜市役所総合政策グループ

〒444-1398 愛知県高浜市青木町四丁目1番地2  
 TEL (0566) 52-1111 FAX (0566) 52-1110  
 http://www.city.takahama.lg.jp/  
 電子メール info@city.takahama.lg.jp

早期配布にご協力ください。

