

川西市食育推進計画スローガン

“食”からひろがる 元気なかわにし

1月24日から
1月30日は
学校給食の変遷

全国学校給食週間

明治22年 昭和25年 昭和61年 現在

川西市教育委員会事務局給食課

1 月

月	火	水	木	金	土	日
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

2 月

月	火	水	木	金	土	日
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28		

市民みんなと取り組む行動目標

毎月19日は食育の日“わ”らって食べよう 朝・ひる・バン!

第1群 魚肉卵大豆製品 たんぱく質
第2群 牛乳・乳製品・魚介類 カルシウム
第3群 緑黄色野菜 ビタミン・ミネラル (特にカロテン)
第4群 果物 ビタミン・ミネラル (特にビタミンC)
第5群 米・パン・めん・芋 エネルギー
第6群 油脂 脂質 (持久力)
6群は調理などで
5群 1・2群 3・4群
主食 主菜 副菜 そろえてバランス良く

川西市保健センター

3 月

月	火	水	木	金	土	日
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

4 月

月	火	水	木	金	土	日
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

市民みんなと取り組む行動目標

毎月19日は食育の日“わ”らって食べよう 朝・ひる・バン!

よく噛む8大効用

- ひ 肥満予防
- は 歯の病気予防
- み 味覚の発達
- が ガン予防
- こ 言葉の発達
- い 胃腸快調
- の 脳の発達
- ぜ 全力投球

ひみこの歯がい~ぜ

川西市予防歯科センター

5 月

月	火	水	木	金	土	日
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

6 月

月	火	水	木	金	土	日
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

→ 赤線部分に切込みを入れる

↑ 赤線部分に切込みを入れる ↓