

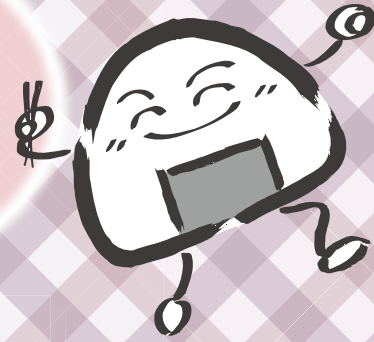
毎日うまかった
じいちゃんの白米
今は毎日うまい
父さんの白米
そしていつか
日本の
俺の白米

作者/平尾 瑠衣 題字/川崎 栞

あきになり
ははにきかれる
リクエスト
まってまーたと
マカロニ
グラタン

作者/村元 楓歩 題字/小野 美愛

滋賀県では、子どもから大人まで生涯を通じた食育をすすめるため、令和4年7月19日（食育の日）から9月30日にかけて、県民の皆さんから「心に残る うちごはん」をテーマに三行詩を募集しました。入賞作品を紹介します。



2023 9月

日	月	火	水	木	金	土
27	28	29	30	31	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

10月

2023 October

2023 11月

日	月	火	水	木	金	土
29	30	31	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	1	2

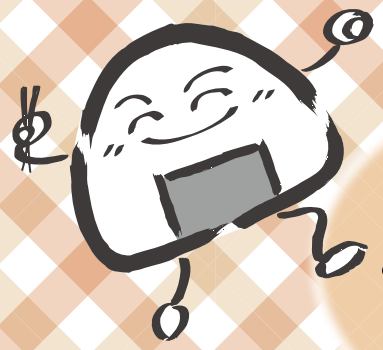
日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19 	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31	1	2	3	4

おじいちゃんの
そだてる、
おばあちゃんのたく、
あたたかい、
やわらかい、
白ごはん。

作者/瀧 美緒 題字/太田 紗加

母が作る
おじいさんの
味
伝わる
おばあちゃんから

作者/野口 実紀 題字/中野 愛理



滋賀県では、子どもから大人まで生涯を通じた食育をすすめるため、令和4年7月19日（食育の日）から9月30日にかけて、県民の皆さんから「心に残る うちごはん」をテーマに三行詩を募集しました。入賞作品を紹介します。

2023 10月

日	月	火	水	木	金	土
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	1	2	3	4

11月

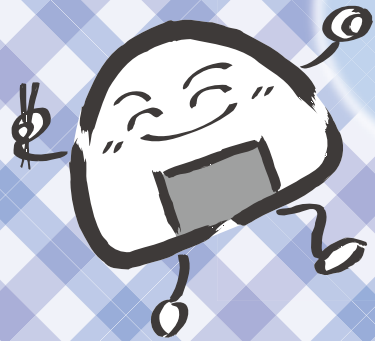
2023 November

2023 12月

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

日	月	火	水	木	金	土
29	30	31	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	1	2

滋賀県は、県民の皆さんが「食」に関する知識と「食」を選択する力を身につけ、健全な食生活ができるよう、関係者の皆さんと連携しながら、様々な体験を通じた食育をすすめています。



滋賀県では、子どもから大人まで生涯を通じた食育をすすめるため、令和4年7月19日（食育の日）から9月30日にかけて、県民の皆さんから「心に残る うちごはん」をテーマに三行詩を募集しました。入賞作品を紹介します。

たこ焼きパーティー
みんな笑顔で
楽しい時間
たこ焼きも心も
まん丸になるよ

作者/樋口 心咲 題字/川崎 菜



病院から帰宅
のテーブルに並ぶ
カレーとサラダ
反抗期息子の
無言の優しさ

作者/所 薫 題字/小野 美愛

2023 11月

日	月	火	水	木	金	土
29	30	31	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	1	2

2023 December
12月

2024 1月

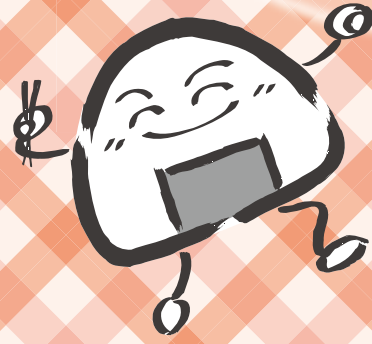
日	月	火	水	木	金	土
31	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31	1	2	3

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

塾帰りの
茶碗蒸しうどん
疲れた心と
頭にしみわたる
ごはんと家の
あたたかさ。

作者/片岡 美湖 題字/天川 虹

滋賀県では、子どもから大人まで生涯を通じた食育をすすめるため、令和4年7月19日（食育の日）から9月30日にかけて、県民の皆さんから「心に残る うちごはん」をテーマに三行詩を募集しました。入賞作品を紹介します。



2023 12月

26	27	28	29	30	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

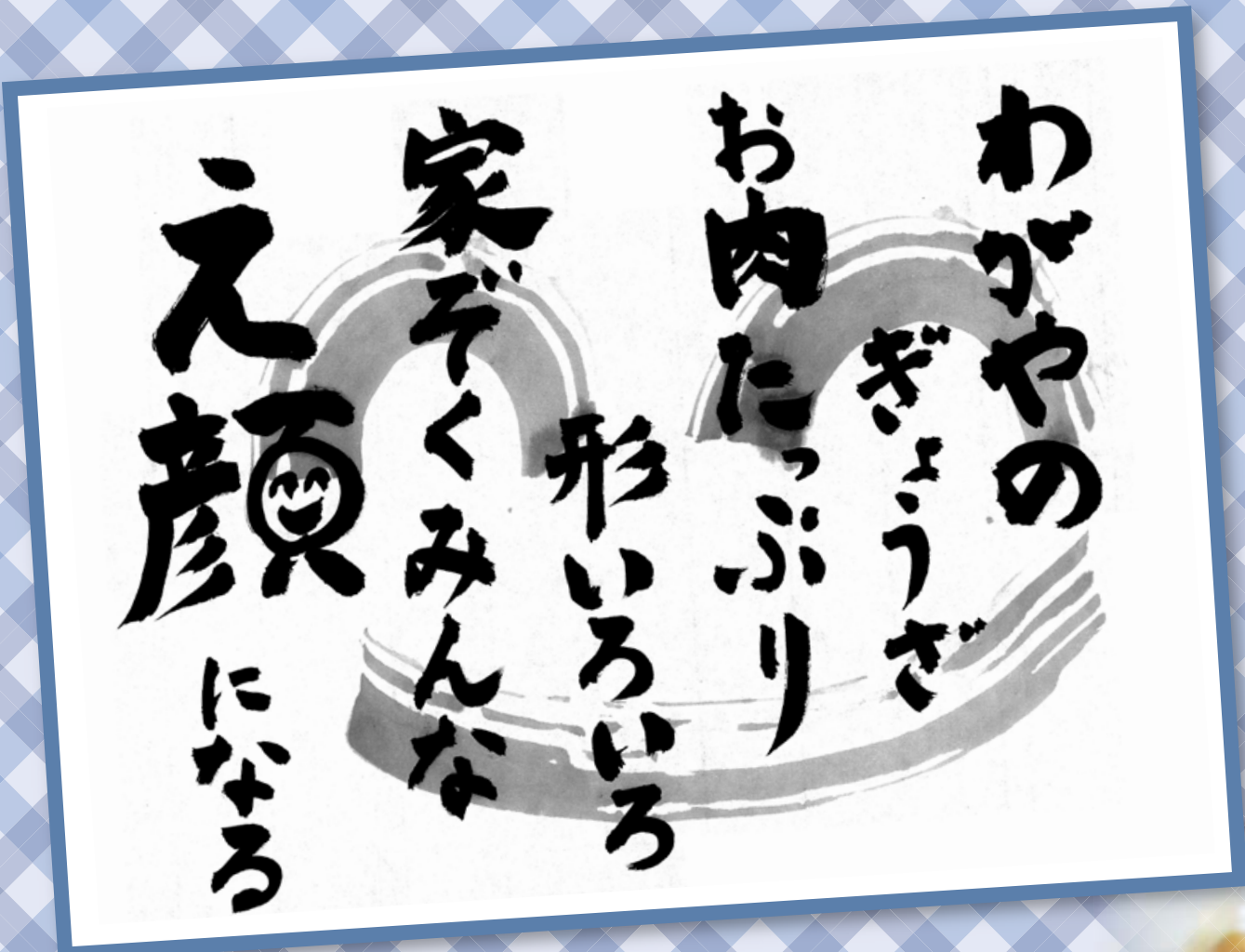
2024 January
1月

2024 2月

28	29	30	31	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	1	2

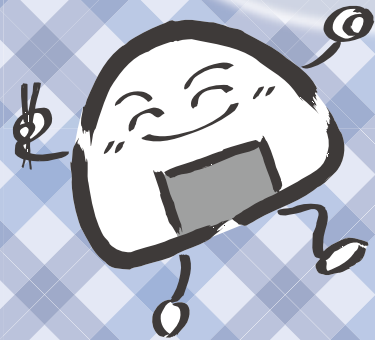
日	月	火	水	木	金	土
31	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31	1	2	3





作者/上原 結菜 題字/玉井 凜乃

滋賀県では、子どもから大人まで生涯を通じた食育をすすめるため、令和4年7月19日（食育の日）から9月30日にかけて、県民の皆さんから「心に残る うちごはん」をテーマに三行詩を募集しました。入賞作品を紹介します。



2024 1月

日	月	火	水	木	金	土
31	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	1	2	3

2024 February 2月

2024 3月

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

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

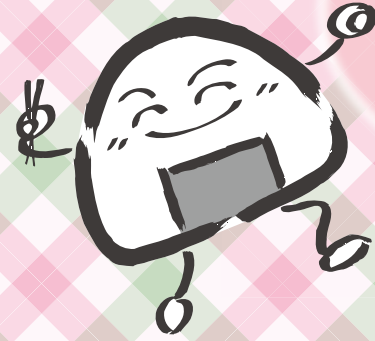
滋賀県は、県民の皆さんが「食」に関する知識と「食」を選択する力を身につけ、健全な食生活ができるよう、関係者の皆さんと連携しながら、様々な体験を通じた食育をすすめています。

みんなで楽しく滋賀の食育

検索

母娘けんか後
笑顔でオムライス
作ってくれる母
心では「ごめんね」と
素直に言えるのに取っつかない

作者/青木 明穂 題字/坂下 遥香



滋賀県では、子どもから大人まで
生涯を通じた食育をすすめるため、
令和4年7月19日（食育の日）から
9月30日にかけて、県民の皆さんから
「心に残る うちごはん」をテーマに
三行詩を募集しました。
入賞作品を紹介します。

亡母（なきはは）の
レシビ通りには
ゆかぬ
ちらし寿司

作者/高居 恵子 題字/天川 虹

2024 2月

日	月	火	水	木	金	土
28	29	30	31	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	1	2

2024 March
3月

2024 4月

日	月	火	水	木	金	土
31	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	1	2	3	4

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

年代に応じた食育を推進しています

	乳幼児期	学童期	青少年期	青年期、壮年期	高齢期
世代ごとの目標	<ul style="list-style-type: none"> ○安心と安らぎの中で母乳(ミルク)を飲む心地よさを味わう ○いろいろな食べ物を見て、さわって、味わって、自分で進んで食べようとする ○お腹がすくリズムがもてる ○家族や仲間と一緒に食べる楽しさを味わう ○薄味に慣れる ○栽培、収穫、調理を通して食べ物に触れる ○食事のマナーやお箸の正しい持ち方を身につける 	<ul style="list-style-type: none"> ○3度の食事や間食のリズムがもてる ○食べ物に含まれる栄養素について学ぶ ○主食、主菜、副菜のそろったバランスの良い食事がわかる ○自分が「なにを」「どれくらい」「どのように」食べたらよいかわかる ○家族や仲間と一緒に、食事作りや準備を楽しむ ○自分の食生活を振り返り改善できる ○自然と食べ物との関わり、地域と食べ物とのかかわりに関心を持つ ○食事のマナーやお箸の正しい持ち方を身につける 	<ul style="list-style-type: none"> ○自分が「なにを」「どれくらい」「どのように」食べたらよいかわかる ○健康的な食生活を生活習慣として身につけ実行できる ○主食、主菜、副菜のそろったバランスの良い食事ができる ○自分の体の成長や体調の変化を知り、自分の体を大切にできる ○食品を選ぶ力が身につけられる ○食料の生産、流通から食卓までの過程がわかる ○一緒に食べる人を気遣い、楽しくたべることができる 	<ul style="list-style-type: none"> ○自分が「なにを」「どれくらい」「どのように」食べたらよいかわかる ○健康的な食生活を生活習慣として身につけ実行できる ○主食、主菜、副菜のそろったバランスの良い食事ができる ○食に関わる活動を計画したり、積極的に参加できる <div data-bbox="1355 662 1646 861" style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>妊娠期、授乳期</p> <p>産前産後に、健康的に身体を維持するために、バランスの良い食事をとる</p> </div>	<ul style="list-style-type: none"> ○自分が「なにを」「どれくらい」「どのように」食べたらよいかわかる ○健康的な食生活を生活習慣として身につけ実行できる ○主食、主菜、副菜のそろったバランスの良い食事ができる ○食に関わる活動を計画したり、積極的に参加できる ○地域に伝わる食事、食文化を子どもたちに伝える ○食事のマナーを子どもたちに伝える
	具体的な取組と関係者、団体	<p>保育課程や指導計画に連動した食育の実践 (保育所、幼稚園、認定こども園)</p> <p>妊産婦、乳幼児栄養指導 (保健センター、医療機関)</p> <p>親子、子ども料理教室(管理栄養士・栄養士、健康推進員、調理師)</p>	<p>学校給食を生きた教材として活用した食育の実践 各学校での「食育の日」の取組推進(学校)</p> <p>農作物の栽培と収穫、調理体験</p> <p>加工食品や飲食店のメニューへの栄養成分表示、バランスの良い食事についての情報提供 (食品関連事業者、飲食店)</p>	<p>大学、企業等のメニューへの栄養成分表示 バランスの良い食事についての情報提供や学習の機会 (大学、企業)</p> <p>生産者と消費者の交流の場の促進 (生産者、食品関連事業者)</p>	<p>健診、保健指導の実施(医療保険者)</p> <p>バランスの良い食事の食べ方、食事文化の継承、伝承料理の講習会や普及啓発活動 (管理栄養士・栄養士、調理師、健康推進員、食育推進ボランティア等)</p>