

福井県 幼・小・中PTA活動地区別研修会 ～2017年度 福井大学・関西電力出張講座～

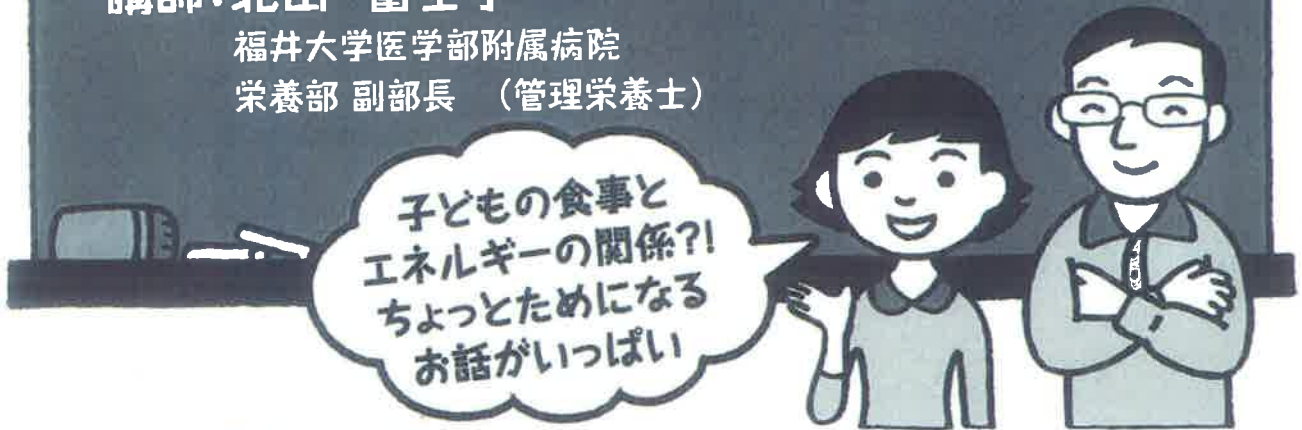
みらいを創るe-家族 ～くらしに学ぶエネルギー～

子どもの食を考える

— 食事の摂り方や食の安全、気にしていますか? —

講師:北山 富士子

福井大学医学部附属病院
栄養部 副部長 (管理栄養士)



- ◆主 催:福井県PTA連合会
- ◆共 催:福井県教育委員会 若狭町教育委員会 福井県私立幼稚園・認定こども園PTA連合会
- ◆開催日:2017年 6月18日(日) 13:45～14:45
- ◆会 場:パレア若狭(〒919-1541 福井県三方上中郡若狭町市場18-18 TEL.0770-62-2508)

講座内容

- I 飽食時代の子どもたち、どんな食べ方をする大人に育って欲しいですか?
 - 食習慣は小児期に確立する
- II 子どものエネルギー摂取でおきる問題とは?
 - 食べ物(食)は人間のエネルギー源。
すべてはエネルギー収支バランスから
 - 朝食欠食、小児肥満・メタボ、若い女性のやせ願望
- III バランスの良い食事と食の安全管理とは?
 - 料理の組み合わせ、食事摂取の目安
 - 食中毒・放射能汚染・アレルギー対策
- IV 周囲の関心と子どもの自立が大切です
 - 子ども自身の健康は自分の力でつくっていけるようにしましょう!
(「食事バランスガイド」チェックシートなど)

