

教えて！
栄養士さん！

「大人の食育」知っていますか？

食育は、子どもだけでなく、大人にとっても重要です。

「何を、どのように食べるか」を自分で考え、選ぶ力を身につけることは、健康寿命の延伸や生活の質の向上につながります。

食べ方を変えるだけでも、食育になります。
まずは、できそうなことから始めてみませんか？

- ・ ゆっくり、よく噛んで食べる
- ・ 腹八分目を心がける
- ・ 脂肪、糖分、塩分のとりすぎに注意する



など

「第5次食育推進基本計画」がスタートしました

国では、令和8年度からおおむね5年間を計画期間とする「第5次食育推進基本計画」が始まりました。

《 重点事項 》

- ①学校などでの食や農に関する学びの充実
- ②健全な食生活の実現に向けた「大人の食育」の推進
- ③国民の食卓と生産現場の距離を縮める取組の拡大

今回の計画では、「大人の食育の推進」が重点事項のひとつとして位置づけられています。

また、家族や仲間と食卓を囲む「共食」の推進や、朝食を食べること、食品ロスの削減、地域の農林水産業への理解を深めることなど、1人ひとりが取り組める目標が示されています。

お問い合わせ先：福祉課 健康増進係 ☎47-4682

～縁の下之力持ち～

建物を支えるコンクリート基礎杭を作っています



株式会社 **北雄産業**

函館福島工場 松前郡福島町字千軒83-1
TEL (0139) 47-3320 <http://www.hokuyuu.com>

JISマークの製品と一緒に作りませんか？

通勤・資格・住宅・家族・冷暖房等各種手当あり。

退職金制度、映画やコンサート等の代金補助、奨学金返還支援など
福利厚生も充実。入社祝い金5万円(規定あり)。

従業員
募集中



特定建設業 豊かな技術と確かな信頼工事

(株) 桧山電気工業

福島営業所

住所：松前郡福島町字福島524 TEL：47-3622

- ・高卒基本給 23万円 高卒入社1年目 平均年収400万円以上
- ・社員平均年収 約630万円 (取締役除く)
- ・資格取得 会社負担(国家資格を除く)
- ・福利厚生も充実(資格・住宅・通勤・子供・職務手当、社員旅行、など)
- ・10代～30代の社員が多く勤務し、楽しくわきあいあい！！

【 桧山電気はこんな会社 】社員 45名

全国企業180万社の中、上位8%のA評価企業！

社員募集中



カッコいい制服！



社員旅行！



福島町PR！

詳細はホームページ検索→ **桧山電気**