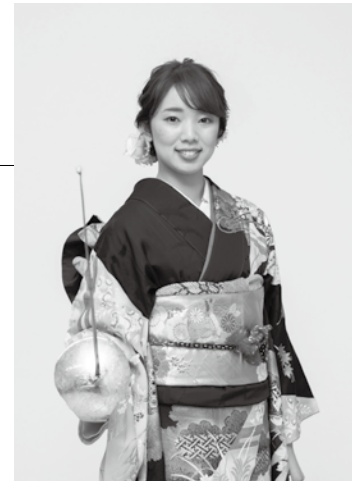


目次 CONTENTS

- 03 平成31年 筑紫野市成人式  
ちくしのびと
- 04 向江 彩伽さん (フェンシング 選手)
- 06 生涯学習情報 「もやい」
- 08 市役所からのお知らせ
- 10 お知らせコーナー



今号の表紙  
「ミライを切(き)り拓(ひら)け」  
フェンシング選手で現在、中央大学に通う向江 彩伽さんです。向江さんは、強化選手を選抜したナショナルチームに所属し、2020年東京オリンピックを目指して日々練習に励んでいます。  
成人式に出席した向江さんへのインタビューをまとめた「ちくしのびと」を4、5ページに掲載しています。

これらの「こ食」は、偏食の助長、コミュニケーションの欠如、栄養バランスの偏りなど身体や心の健康に良くない影響を与えていると言われています。  
食事を楽しむことが一番大切なことです  
が、これらの「こ食」ばかりにならないようにしたいですね。



子食	小食	濃食	粉食	固食	個食	孤食
子どもだけで食事をする	食事の量が少ない(いつも食欲がない)	濃い味付けのものばかり食べる	パンやめん類など、粉から作られるものばかり食べる	同じものばかりを食べる	家族が揃っていても同じものを食べない	ひとりで食事をする

「こ食」という言葉をご存じでしょうか。孤食や個食など、現代の家庭における食卓の問題点を表す言葉です。  
今回は、「こ食」について考えてみましょう。

食育コラム  
「いただきます!」

