

令和3年度 家庭教育講座「子そだてマナビィ」講師紹介

第10回 肩の力をぬいて聞く

## がんばらない食育のお話

～健やかな心と身体を育むために～

# 森永 八江 先生

プロフィール

●山口大学教育学部准教授

ご自身も子育てにご奮闘されながら、栄養学、調理学、食品衛生学、食文化など、多岐にわたり「食」（食べること）に関するご研究をされています。

「親が美味しそうに食べる」、「子どもと一緒に買いものに行って選んでもらう」など、楽しく工夫して子どもと関わりながら、健康に美味しく食べることへの興味を子どもにもたせてあげましょう。

