



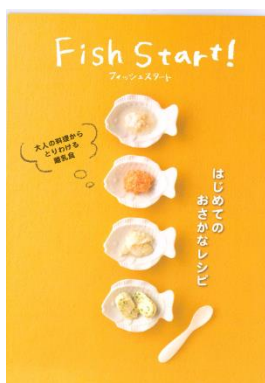
## 魚食普及の取り組み

実施期間 通年

### 乳幼児健診におけるおさかな離乳食レシピ及びおさかな絵本の配布

いずれも健診時に受診者全員に配布し、幼少期から親子で魚に触れ合う環境を創出しています。

◎4ヶ月健診：おさかな離乳食レシピ「フィッシュスタート」



◎3歳半健診：おさかな絵本「おさかなすきなこだあれ？」



どちらも市のホームページから  
ダウンロード可能です🐟

※「フィッシュスタート」・「おさかなすきなこだあれ？」は  
『魚のまち長崎応援女子会』の協力のもと、作成しています



私たちは魚食普及による市民の健康増進を目的の1つとして活動をしています。長崎は新鮮でおいしい魚にとっても恵まれています。このおいしい魚を赤ちゃんの頃から食べ、大好きになってほしいと、魚に特化した離乳食レシピ集を作成しました。栄養たっぷりの魚を赤ちゃんの食事にも取り入れて、元気にすくすくと育ってほしいと願っています。