

毎月19日は「食育の日」です！



6月は食育月間＆牛乳月間！



未来を育てる、食のチカラ、ミルクのチカラ

カルシウムが欠かせない成長期のお子さんはもちろん、骨の健康や生活習慣病、ダイエットが気になる大人の方にも、牛乳にはうれしい働きがあります。そのまま飲んだり、飲み物や料理に混ぜたり、日常生活に気軽に取り入れましょう！

こんなときは牛乳パワー

- においの強いものを食べた後の口臭予防に
- お酒の後に飲んでアルコールの分解をサポート
- 眠れないときに飲んでぐっすり安眠効果も期待
- 辛い料理と一緒に飲めば辛さをマイルドに
- イライラしがちな人のカルシウム補給に
- 運動後に飲んで速やかに筋肉疲労を回復



名寄市の酪農パワー

名寄市には乳牛（成牛）が約2,000頭います。乳牛1頭から1日に約25Lの生乳が搾られます。そのため1日に約50,000Lの生乳から牛乳、乳製品が生産されることとなります。私たちはこの恵みに感謝し、もっと牛乳を知り選ぶことを大切にしていきましょう！