

11月3～7日は、 「いいさかなの日」 ～2022年水産庁が制定～

魚を選択することはサステナブルで、未来の子どもたちに豊かな海やおいしい魚を残すことができることをコンセプトに、さかなの日が制定されました。



知っていますか？ 地球と人の健康にやさしい水産物資源



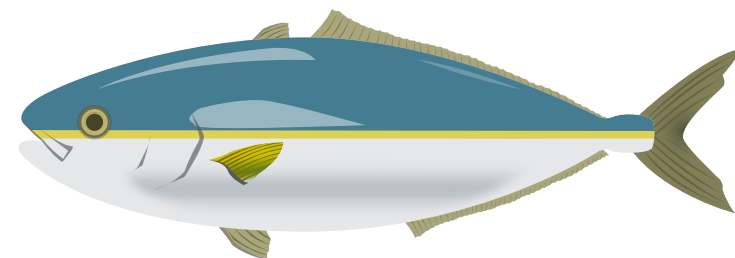
漁業は地球環境にやさしい

漁船・養殖活動により排出される
温室効果ガスの量は、**全産業の中でも低い**。



魚を食べることの健康効果

- ・心筋梗塞を減らす
- ・認知症を防ぐ
- ・膵臓がん、肝臓がんを防ぐ



もっとみんなで魚を食べよう！ ～手軽に魚を食べる方法～

そのまま食べられる
缶詰・総菜を選ぼう



後片付けが楽な調理法を選ぼう
(フライパン、ホットプレート、電子レンジ)



外食で魚料理を選ぼう



※シダックスコントラクトフードサービス、シダックスフードサービスは、さかなの日の賛同企業です。