

【様式 1】

① 食育月間の取組

提出都道府県名	奈良県
政令指定都市名	
取組市町村名	斑鳩町
取組団体・企業名	
取組の名称	食育講演会
実施時期	令和7年6月25日（水） 午前10時～午前11時30分
取組内容に該当する食育ピクトグラム（複数選択可）	☒ 1 みんなで楽しく食べよう ☒ 2 朝ごはんを食べよう ☒ 3 バランスよく食べよう ☐ 4 太りすぎないやせすぎない ☐ 5 よくかんで食べよう ☐ 6 手を洗おう ☐ 7 災害にそなえよう ☐ 8 食べ残しをなくそう ☐ 9 産地を応援しよう ☐ 10 食・農の体験をしよう ☐ 11 和食文化を伝えよう ☒ 12 食育を推進しよう
取組内容	○食育講演会 対象者：全町民 参加人数：49人 講師：大阪夕陽丘学園短期大学 食物栄養学科 上地加容子 氏 演題：「今から考えておきたい健やかに過ごすための『ゆるっと整うごはん』」 実施内容： 第3期斑鳩町食育推進計画の推進に伴い、「食の大切さを知り、いつまでも健康に過ごすための充実した食生活の実現」をめざして、食に対する知識や判断力を習得し、健全な食生活を実践することができるよう食育を推進していくことを目的として、食育講演会を行いました。 ライフコースアプローチを踏まえ、各世代で起こる健康障害や、それらを予防するための食事について詳しくお話しいただきました。また、講演内容に、骨に関する疾患や食事の話があることから、参加者の方に自身の健康状態を振り返るきっかけにさせていただくため、講演会開始前には骨密度測定を実施しました。

