

【様式 1】

① 食育月間の取組

|                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|----------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 提出都道府県名<br>政令指定都市名               | 滋賀県                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| 取組市町村名<br>取組団体・企業名               | 大津市                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| 取組の名称                            | 大津市食育講座                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| 実施時期                             | 令和7年6月25日                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| 取組内容に該当する<br>食育ピクトグラム<br>(複数選択可) | <input checked="" type="checkbox"/> 1 みんなで楽しく<br>食べよう <input checked="" type="checkbox"/> 2 朝ごはんを<br>食べよう <input checked="" type="checkbox"/> 3 バランスよく<br>食べよう <input checked="" type="checkbox"/> 12 食育を<br>推進しよう                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| 取組内容                             | <p>幼稚園や保育園に滋賀県栄養士会の講師が赴き、園児に食べ物の働きについてお話しをしたり、保護者に朝食の大切さについてお話ししました。</p> <p>(目的) 幼児の保護者世代に当たる若い世代(20～39歳)は、全世代と比べると朝食欠食率が高いことから、朝食の重要性を学びます。また、幼児期から健全な食習慣を身につけることが大切であることから、園児は栄養バランスについて学びます。</p> <p>(対象者) 保護者26名、幼児(3～5歳児)23名</p> <p>(実施内容)</p> <p>【保護者】講師が朝食の大切さについて講義しました。</p> <p>【子ども】食べ物は働きによって3つのグループに分けられることを学び、参加型のクイズで食べ物を実際に3つのグループに分けてみました。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div> |

【様式 1】

① 食育月間の取組

|                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|----------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 提出都道府県名<br>政令指定都市名               | 滋賀県                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 取組市町村名<br>取組団体・企業名               | 草津市                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 取組の名称                            | 健康測定会、健康相談、健康教育                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| 実施時期                             | 6 月                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 取組内容に該当する<br>食育ピクトグラム<br>(複数選択可) | <div> <input type="checkbox"/> 1 みんなで楽しく食べよう         <input checked="" type="checkbox"/> 2 朝ごはんを食べよう         <input checked="" type="checkbox"/> 3 バランスよく食べよう         <input checked="" type="checkbox"/> 4 太りすぎないやせすぎない         <input checked="" type="checkbox"/> 5 よくかんで食べよう       </div> <div> <input type="checkbox"/> 6 手を洗おう         <input type="checkbox"/> 7 災害にそなえよう         <input type="checkbox"/> 8 食べ残しをなくそう         <input type="checkbox"/> 9 産物を応援しよう         <input type="checkbox"/> 10 食・農の体験をしよう       </div> <div> <input type="checkbox"/> 11 和食文化を伝えよう         <input type="checkbox"/> 12 食育を推進しよう       </div> |
| 取組内容                             | <p>・高齢者に対し、血圧や血管年齢の測定や自身の BMI を理解してもらい、太りすぎは生活習慣病につながるリスクがあることや、やせすぎるとフレイルや要介護状態につながるリスクがあることを伝えました。</p> <p>・全世代に対し、個別相談として食生活を聞き、野菜は 1 日に 350g 必要であることやベジファースト、魚類を積極的に食べることを伝えました。また、高血圧の最大の原因は塩分の摂りすぎであり、減塩を意識して、食事を選択することや味付けを工夫するように伝えました。</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |

【様式 1】

① 食育月間の取組

|                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 提出都道府県名<br>政令指定都市名               | 滋賀県                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| 取組市町村名<br>取組団体・企業名               | 長浜市<br>長浜市健康推進課                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| 取組の名称                            | 健康推進員ステップアップ研修<br>～食を通して子どもに身につけたい力～                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 実施時期                             | 6月6日、6月11日、6月12日                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| 取組内容に該当する<br>食育ピクトグラム<br>(複数選択可) | <input checked="" type="checkbox"/> 1 みんなで楽しく食べよう <input checked="" type="checkbox"/> 2 朝ごはんを食べよう <input checked="" type="checkbox"/> 3 バランスよく食べよう <input checked="" type="checkbox"/> 4 太りすぎないやせすぎない <input checked="" type="checkbox"/> 5 よくかんで食べよう<br><input checked="" type="checkbox"/> 6 手を洗おう <input type="checkbox"/> 7 災害にそなえよう <input type="checkbox"/> 8 食べ残しをなくそう <input type="checkbox"/> 9 産物を応援しよう <input type="checkbox"/> 10 食・農の体験をしよう<br><input checked="" type="checkbox"/> 11 和食文化を伝えよう <input checked="" type="checkbox"/> 12 食育を推進しよう |
| 取組内容                             | <p>【目的】</p> <p>長浜市では、地域で活動している健康推進員を対象に学びの場としてステップアップ研修を開催しています。</p> <p>【対象】</p> <p>長浜市健康推進員</p> <p>【実施内容】</p> <p>○講義「～食を通して子どもに身につけたい力～」</p> <p>生活環境や食環境が変化し、それに伴い子ども、高齢者の食生活にも変化が見られます。現代社会の多様な価値観やライフスタイルを考慮し、健康推進員が食育活動を通して食の重要性を広められるよう研修を実施しました。</p> <p>○調理実習（子どもとひとっしょに作れるメニュー）</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;">   </div> |

|  |                                                                                                                        |
|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <p><b>【感想】</b></p> <p>身近な材料を使って、いくつもの料理を手軽に作ることができた点良かったと多数の意見がありました。また、「子どもと一緒に学びたい」「今後の地区活動に役立てたい」といった声も寄せられました。</p> |
|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

【様式 1】

① 食育月間の取組

|                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|----------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 提出都道府県名<br>政令指定都市名               | 滋賀県                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 取組市町村名<br>取組団体・企業名               | 長浜市（市内6図書館、農業振興課、健康推進課）                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| 取組の名称                            | 図書館で減塩について楽しく学ぼう                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 実施時期                             | 令和7年5月31日（土）～令和7年6月30日（月）                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| 取組内容に該当する<br>食育ピクトグラム<br>（複数選択可） | <div> <input type="checkbox"/> 1 みんなで楽しく食べよう         <input type="checkbox"/> 2 朝ごはんを食べよう         <input checked="" type="checkbox"/> 3 バランスよく食べよう         <input type="checkbox"/> 4 太りすぎないやせすぎない         <input type="checkbox"/> 5 よくかんで食べよう       </div> <div> <input type="checkbox"/> 6 手を洗おう         <input type="checkbox"/> 7 災害にそなえよう         <input type="checkbox"/> 8 食べ残しをなくそう         <input checked="" type="checkbox"/> 9 産地を応援しよう         <input type="checkbox"/> 10 食・農の体験をしよう       </div> <div> <input checked="" type="checkbox"/> 11 和食文化を伝えよう         <input checked="" type="checkbox"/> 12 食育を推進しよう       </div> |
| 取組内容                             | <p>【目的】</p> <p>長浜市では、全世代で塩分摂取量と野菜摂取量が課題となっていることから、幅広い年齢層が集う図書館で、減塩と減塩に関わりが深い野菜摂取について啓発を行いました。</p> <p>【対象】</p> <p>市内6図書館の来館者</p> <p>【取組内容】</p> <p>○<u>展示による情報提供</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・減塩に関するパネル</li> <li>・減塩や野菜のクイズ</li> <li>・野菜や減塩に関する本</li> </ul> <p>○<u>チラシや冊子の配布</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・減塩のポイント</li> <li>・滋賀の特産品等の冊子</li> </ul> <p>○<u>おはなし会の開催と参加</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・市内6図書館が毎月開催する「おはなし会」のテーマを「野菜」に統一し、図書館職員が手あそびや紙芝居、絵本の読み聞かせを行いました。</li> <li>・市内2図書館では、管理栄養士も参加して、小さい頃から減塩することの大切さについて話をしました。</li> </ul>                                              |