

【様式2】

②食育月間以外の月の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	茨城県
取組市町村名 取組団体・企業名	那珂市 健康推進課
取組の名称	いい那珂フェスティバルでの食育の推進
実施時期	令和7年10月26日（土）
取組内容に該当する 食育ピクトグラム (複数選択可)	<p>1 みんなで楽しむ食べよう 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 産地を支援しよう 10 食・農の体験をしよう 11 和食文化を伝えよう 12 食育を進化しよう</p>
取組内容	<p>那珂市のフェスティバルに健康推進課が参加し、以下の取組を行った。</p> <ol style="list-style-type: none"> 目的：野菜の積極的摂取を促す。野菜の1日の摂取量を知ってもらう。 対象及び実績：幼児から高齢者 約200人 内容：①明治安田生命と連携しベジチェックで野菜の摂取状況を可視化することで自身の野菜摂取状況を知る。 ②ヘルスマイトと連携し1日に必要な野菜の量を展示。 野菜レシピを配布し手軽に食べられる野菜料理を紹介。 ③健康推進課のコーナーで1日に必要な野菜350gを目指し野菜をはかりにのせ、実際に必要な野菜の量を知るゲーム。 ・地場産の旬の野菜の栄養を紹介するリーフレットを見て野菜の栄養を知ることができるクイズを行い、野菜の積極的摂取を促した。