

【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	長野県
取組市町村名 取組団体・企業名	木祖村 日野製薬 株式会社
取組の名称	食生活講座の開催
実施時期	令和7年11月10日（月）8:30~9:00
取組内容に該当する 食育ピクトグラム (複数選択可)	<input type="checkbox"/> 1 みんなで楽し く食べよう <input type="checkbox"/> 2 糖ごはんを 食べよう <input 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 <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 産地を 選ぼう <input type="checkbox"/> 10 宮・農の 体験をしよう <input 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>高血圧の要因の一つである食塩摂取について「適正な塩分量」の意識や取り組みは若年から実践していくことが有効です。しかし多忙な働き世代の方々は、食育の時間を確保することが困難です。そのため職場において勤務期間内（30分間）に講座を開催しました。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・テーマ 働く人のミニ健康食生活講座「適塩でおいしく健康に」</li> <li>・内容 「塩分チェックシート」により自身の摂取量を知る 適正な塩分量と、食事や加工食品の塩分量についての講話、適塩（塩分濃度0.8%）のみそ汁の試飲</li> <li>・場所 日野製薬社社屋</li> <li>・参加者 日野製薬社員 15名</li> </ul> <p>参加者からは、感想を文書で回答いただきました。79%の方が講座に満足で、適塩みそ汁の試飲では64%の方が薄いと感じ、その他多くの気づきのご意見がありました。</p> 