

## 【様式2】

## ②食育月間以外の月の取組

提出都道府県名	鳥取県
政令指定都市名	
取組市町村名	鳥取県立境港総合技術高校、(有)山本製麺所、境港市
取組団体・企業名	
取組の名称	低塩あかもくうどんづくりを通じた高血圧予防
実施時期	令和7年5月20日
取組内容に該当する食育ピクトグラム (複数選択可)	<input checked="" 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 <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 産地を応援しよう <input checked="" type="checkbox"/> 10 食・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>【目的】 低塩あかもくうどんの調理実習を通して、地域の食材を活用した低塩食品を知るとともに、若い頃から高血圧予防に取り組む大切さについて知る</p> <p>【対象】 境港総合技術高校食品ビジネス科1年生</p> <p>【内容】 あかもくを活用することで、塩を使わずに作ることのできる「低塩あかもくうどん」作りを実施しました。講師((有)山本製麺所)による作り方のデモンストレーションの後、生徒たちが一つ一つの作業にとても興味を持ちながら実際に作っている姿が見られました。</p> <p>講話で、通常のうどんには塩が使われており、生涯に摂取する塩分積算量によって高血圧になることの説明があると「高血圧というのは大人の病気と思っていたが、若い頃から気を付けていくことの大切さを知ることができました」という声が聞かれました。</p> 