

【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	大阪府
取組市町村名 取組団体・企業名	茨木市
取組の名称	食生活について考える in 茨木～主食・主菜・副菜はそろっていますか？～
実施時期	令和 5 年 7 月 29 日（土）10:00～15:00
取組内容に該当する 食育ピクトグラム	
取組内容	○取組目的 健康いばらき 21・食育推進計画(第3次)に基づき、茨木市食育推進ネットワーク参加団体と連携・協力し、市域全体で食育に関する情報発信を行うことで、市民の食への関心を高め、生涯を通じた健康づくりに取り組むことを目的として開催しました。 ○参加者 498 名（市内在住・在勤・在学者等） ○実施内容 今回のイベントは学校法人梅花学園梅花女子大学（食文化学部管理栄養学科）等茨木市食育推進ネットワーク参加団体と協働し、また茨木保健所の後援のもと実施しました。 梅花女子大学の学生は、様々なゲームコーナーを実施しました。つりコーナーでは、料理カードを釣り上げ、主食・主菜・副菜の違いを学び、弁当箱コーナーでは、パズルで主食・主菜・副菜の量をチェックするなど、参加者は楽しみながら食事のバランスについて学びました。 茨木市では、食事バランス診断 SAT システムによる体験型栄養教育を行いました。フードモデルを使い、普段の食事のバランスをチェックすることで、自身の食事のバランスについて見直してもらう機会としました。  