

## 【様式 3】

## ③食育の日の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	熊本県
取組市町村名 取組団体・企業名	荒尾市すこやか未来課
取組の名称	若い世代に向けた食育情報発信
実施時期	令和 5 年 6 月 19 日
取組に該当する 食育ピクトグラム	
取組内容	<p><b>【目的】</b> 健康につながる食の情報発信を行うことで、食の意識を高め、栄養バランスや朝食欠食の改善を目指す。</p> <p><b>【対象者】</b> 市民</p> <p><b>【内容】</b> メール配信システム「愛情ねっと」にて、荒尾市健康福祉まつりで、「ベジチェック※」を活用して実施した市民の推定野菜摂取量の測定結果を周知した。</p> <p>ベジチェックを実施した 285 名中、目標量 350g 以上を達成していたのは 57 名、参加者の 80% が野菜不足という結果であった。</p> <p>バランスの良い食生活に近づけるため、野菜を 1 日にあと 100g 多く食べることを啓発した。</p> <p>※ベジチェックとは、手のひらをセンサーに約 30 秒当てるだけで、簡単に推定野菜摂取量を見える化できるカゴメ株式会社の機器。</p>