## ① 食育月間の取組

| 提 出 都 道 府 県 名 | 東京都  |  |  |
|---------------|--|--|--|
| 政令指定都市名       |  |  |  |
| 取 組 市 町 村 名   | 杉並区全域(オンライン開催)   |  |  |
| 取組団体・企業名      |  |  |  |
| 取組の名称         | 食育動画 2 種を公開しました  |  |  |
|               | ①カンタン!おつまみにもなる野菜料理3選   |  |  |
|               | ②管理栄養士が教える「おいしく減塩!減塩レシピ」   |  |  |
| 実 施 時 期       | 6月1日~6月30日   |  |  |
|               |  |  |  |
| 取組内容に該当する     | 1 かんなで楽しく 3 パランスよく 食べよう     12 食育を 推進しよう   |  |  |
| 食育ピクトグラム      |  |  |  |
|               |  |  |  |
| 取 組 内 容       | ・地域食育推進教室の一環として行っている食育動画を、食育   |  |  |
|               | 月間に合わせて2本公開しました。 野菜が おいしい おかまみょシピ3選  |  |  |
|               |  |  |  |
|               | ・本動画は2本とも6月1日~30日(1か月)の事前申込制で  |  |  |
|               | の期間限定公開となっており、申し込み数は①の動画は 48 名、  |  |  |
|               | ②の動画は39名でした。 減塩レシピー  |  |  |
|               |  |  |  |
|               | ・  |  |  |
|               | ①のおつまみ動画では「野菜の切り方が参考になった」<br>  |  |  |
|               | 「家庭でも手に入りやすい食材で作られているのが良かった」   |  |  |
|               | ②の減塩動画では「身近な材料でも味付けを変えることで新鮮なメニューが作れる  |  |  |
|               | とわかった」「工夫次第で減塩が楽しみになる」などといった回答をいただきました。  |  |  |
|               | ● Statistic William (Soho Statistic Soho)  |  |  |
|               | 【野菜をおいしく食べたい」 6月は食育月間で [6月は #食育月間 #減塩 にチャレンジしよう!] す] ボル アウスト ( 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1   |  |  |
|               | #おつまみにぴったり! #野菜レシピ 3選をご紹介  |  |  |
|               | のわずか6%しか達成できていません。 『限りなく塩分0gレシピ』2品と減塩のための 『モディー・ロネット はいませんか? 知識やテクニックをご紹介します。 OTSUMAM! OTSUMAM! は、これでは、これでは、これでは、これでは、これでは、これでは、これでは、これで   |  |  |
|               | 6/1~6/30までYouTube期間限定配信(要申 6/1~6/30までYouTube期間限定配信(要申込)<br>込) logoform.jp/form/Y4gR/2354 2023.06 2023.06.01(Tru) ~ 06.30(Frt) 2023.06.01(Tru) 2023.06   |  |  |
|               | TO SET THE PROPERTY OF THE PRO |  |  |
|               | 広報課ツイート 動画周知用ポスター  |  |  |

広報課ツイート |

動画周知用ポスター

## ① 食育月間の取組

| 提出都道府県名         | 東京都   |  |   |
|-----------------|---|--|---|
| 政令指定都市名         |   |  |   |
| 取 組 市 町 村 名     | 荒川区健康推進課  |  |   |
| 取組団体·企業名        |   |  |   |
| 取組の名称           | 野菜摂取・減塩の動画配信  |  |   |
|                 |   |  |   |
| 実 施 時 期         | 令和5年6月から  |  |   |
|                 | , , , , , , , , , , ,                                 |  |   |
| 取組内容に該当する       | 0 パランスよく 40 食管を                                       |  |   |
| ははいなには当りる       | 3 /5シスよく<br>食べよう 12 <b>食</b> 育を<br><b>12 推進しよう</b>    |  |   |
| K H C / I / / J |   |  |   |
| 取 組 内 容         | 【目的】野菜摂取量の増加や減  |  | 望ましい食生活への意識   |
|                 | を高めることを目的としました  | <del>-</del> -0  |   |
|                 | 【対象】区民  |  |   |
|                 | 【内容】野菜摂取と減塩に関す  | - る動画を作成し、荒川区公   | 式 YouTube チャンネルで  |
|                 | の配信、荒川区ホームページ・Twitter・Facebook で発信しました。               |  |   |
|                 | (動画 URL)  |  |   |
|                 | https://www.youtube.com/watch?v=vPSzmgMV7eM&t=2s      |  |   |
|                 | https://www.youtube.com/watch?v=AonQn0QZCng           |  |   |
|                 | 6月は食育月間!日々の食生活を見直すヒントを動画でご紹介!                         | живе « « « « « « « « « « « « « « « « « « «   | <b>売川区</b> 2023/06/19・€   |
|                 |   | 健原推進課です。6月は食育月間!そして本日19日は、食育の日です。<br>日々の食注売を見直しませんか?<br>第川区公式チャンネルで、「野菜の役割」と「城塩」について紹介してい<br>ますので乗来ご覧ください! | 健康推進課からのお知らせです。<br>6月は食育月間!そして本日19日は、食育の日です。                        |
|                 | 12000 E33   | city,arakawa.tokyo.jp/a033/kenkouiry<br>#荒川区 =あら坊 #あらみい #我育 #6月は食育月間 #野菜 #城塩<br>Translate Tweet            | 今年は、「野菜の役割」と「減塩」について、動画<br>を作成しました。<br>動画を視聴して、日々の食生活を見磨しましょう!      |
|                 | 180   |  | ◇野菜を1日350gとろう!<br>https://www.youtube.<br>com/watch?v=vPSzmgMV7eM   |
|                 | 食塩摂取目標量   | 183500 E33   | ◇1日の食塩摂取目標量を知っていますか?<br>https://www.youtube.com/watch?v=AonQn0QZCng |
|                 | SPURARRIECTENTURES GRONTOTI                           | 150  | Die Cowan   |
|                 | ERRORMIC RECHENTERALISMS. MERIMANIT. BEORNERAMINALSS. | 食塩摂取目標量  | ABSOUGE AV  |
|                 | ホームページ  | Twitter  | 1日の<br>食塩摂取目標量<br>知っていますか?  |
|                 |   |  | Facebook  |
|                 |   |  | _ 555 555 554   |
| 1               |   |  |   |

## ① 食育月間の取組

| 提出都道府県名     | 東京都   |
|-------------|---|
| 政令指定都市名     |   |
| 取 組 市 町 村 名 | 八王子市  |
| 取組団体・企業名    |   |
| 取組の名称       | 市民食育イベントの開催「めざせ!食育クイズ王!」  |
| 実 施 時 期     | 令和 5 年(2023年)6 月 17 日~令和 5 年(2023年)6 月 18 日   |
| 取組内容に該当する   | 1 みんなで楽しく 全 食べよう     2 第ごはんを 食べよう     3 パランスよく 4 太りすぎない 7 没害に 2 食べよう     2 第ごはんを 食べよう     12 食育を なくそう |
| 食育ピクトグラム    |   |
| 取 組 内 容     | 1 目的  |
| 1           | <b>然一冊ルフラナ&amp;大松光ミアンバ「&amp;チーコン・トスト、チオキルチ・ ○中田ン・ナ</b>  |

第三期八王子市食育推進計画では「食を大切にする人々を育むまち」の実現に向 け、地域全体で食について取り組むことを掲げています。市民の食育への意識向上を 目指して商業施設にてイベントを開催し、食育に関する知識を市民に広く普及啓発 することを目的としました。

## 2 実施内容

<テーマ> 「めざせ!食育クイズ王!」

<参加人数> 延べ 1140 名

<内容> 商業施設を訪れた30代~40代の親子をターゲットとし、食や健康に関心 を持つきっかけづくりを行いました。参加者の方は、食育クイズの参加や測定体験等 を通して、楽しみながら食育について学ぶことができた様子でした。

主な内容は下記のとおりです。

- 食育体験コーナー野菜ボックス
- 食品ロスの削減
- 塩分チェック
- 災害食レシピの紹介
- 減塩レシピの紹介
- 三色食品群の紹介
- 主食、主菜、副菜の違い
- 血管年齢測定
- 体組成測定

食育クイズ&スタンプラリー ・バスケットボールシュートイベント

