

【様式 1】

① 食育月間の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	岩手県
取組市町村名	岩手町
取組団体・企業名	岩手町食生活改善推進員協議会
取組の名称	野菜摂取量測定（カゴメ ベジチェック®）の実施および食事相談
実施時期	6月28日（水）11:30～12:30
取組内容に該当する 食育ピクトグラム	 
取組内容	岩手町の「道の駅 石神の丘」で、岩手町民または道の駅来場者で希望する方に、「野菜摂取量増加」や「バランスよく食べること」等、食生活改善および食育の普及啓発を目的に、野菜摂取量測定（カゴメ ベジチェック®）と、食事相談を実施しました。 野菜摂取量が少ない方には、1日の目標摂取量 350g 以上にすること、また、あとのくらい食べる必要があるか等、野菜のサンプルを用いながら説明しました。350g 以上の野菜摂取ができている方には、バランスよく食べるためのレシピを紹介する等、今後もより良い食生活を継続するよう促しました。 活動の様子  