

【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	石川県
取組市町村名 取組団体・企業名	内灘町 内灘町健康づくり推進委員会
取組の名称	わくわく土曜体験学習 ～わくわくわくキッズキッチン～
実施時期	6 月
取組内容に該当する 食育ピクトグラム	 
取組内容	内灘町教育委員会主催で町内の児童を対象に「わくわく土曜体験学習」を開催しています。保健センターの体験学習内容として調理実習を行いました。 開催日：1 回目 令和 5 年 6 月 3 日（土） 2 回目 令和 5 年 6 月 17 日（土） 会 場：内灘町保健センター 対 象：町内の小学生 1 ～ 6 年生 参加者：1 回目 児童 12 名、健康づくり推進員 4 名 2 回目 児童 11 名、健康づくり推進員 4 名 内 容：テーマ「米粉料理を作ってみよう カルシウムを摂ろう」 米粉普及のため、米粉を使用したレシピを使用し調理を行いました。 また、カルシウムを摂ることを目的に小松菜と牛乳を使用したレシピで調理を行いました。 調理後は、みんなで作ったお好み焼きと牛乳寒天を喫食しました。 喫食中には、お米や米粉への興味をより持ってもらうために、お米・米粉クイズを実施しました。 【メニュー】米粉お好み焼き（具材：小松菜・キャベツ・豚バラ肉） 牛乳寒天



【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	石川県
取組市町村名 取組団体・企業名	珠洲市
取組の名称	食育クッキングの実施
実施時期	令和5年6月24日
取組内容に該当する 食育ピクトグラム	
取組内容	・地産地消の推進を目指すとともに、本市で活躍しているシェフと交流しながら調理の技術や食材の活用方法を学び、楽しい雰囲気の中でクッキングを行い、自宅でも食育について考えてもらうきっかけづくりを行うことを目的に開催しました。 ・対象者：成人（18歳以上） ・参加者：10名 ・内容：本市でレストランを経営しているシェフを講師に呼び、クッキングを行いました。メニューは新しょうがと梅のご飯、そうめん、麻婆豆腐、夏野菜サラダ・スムージーです。食材は可能な限り、地場産物を使用し、そうめん、麻婆豆腐にはあごだしを使用しました。一品ずつ丁寧に仕上げた料理は彩りもよく、優しい味わいでおいしくいただきました。参加者からも好評で、食育を考えるきっかけづくりになりました。 

【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	石川県
取組市町村名 取組団体・企業名	穴水町
取組の名称	食育講座
実施時期	6月中
取組内容に該当する 食育ピクトグラム	
取組内容	●食育講座 開催日：6月13日 参加人数：8名 目的：保護者への啓発活動 町保健センター内にある子育てふれあいセンターにて、未就学児のお母さんを対象に、食育講座としておやつやジュースに含まれる砂糖についてのお話をしました。 ●生活習慣病予防講座 開催日：6月28日 参加人数：9名 目的：生活習慣病の予防 地域活動支援センターピアサポート北のにて、野菜を中心とした生活習慣病予防講座をしました。フードモデルを活用して、野菜350gの量を組み合わせてもらったり、簡単に作れるメニューなどお話をしました。

