

## 食育月間以外の取組実績 (食育月間を除く 4月～12月の実績)

|                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|--------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 提出都道府県名<br>政令指定都市名 | 沖縄県                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 取組市町村名             | 浦添市                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 取組の名称              | ①浦添市介護予防月間(出張栄養教室)による介護予防普及啓発の取組<br>②食育教室<br>③保育所での食育の取組み                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| 取組内容               | <p><b>①浦添市介護予防月間(出張栄養教室)による介護予防普及啓発の取組</b><br/> <b>【目的】</b><br/>           高齢者に向け、介護予防の為の栄養講話及び調理実習を実施することにより、介護予防に関する基本的な食生活に関する知識の及び普及啓発を目的としています。<br/> <b>【内容】</b><br/>           高齢者に向けての食育の意義や目的、また、食から認知症を予防をテーマに出張栄養教室を実施しました。<br/> <b>【開催場所】</b><br/>           ・10/12 えんカフェ(認知症カフェ) ・10/27 サンエー経塚シティ(中央コート1階)<br/> <b>【ねらい】</b><br/>           ①民間企業で実施することで多くの市民が参加できる。<br/>           ②食材を購入する場で実施することにより教室後に市民が自発的行動へ移行しやすくなる。<br/>           ③調理作業に市民も参加することにより日々の食生活に取組みやすくなる。<br/> <b>【参加者人数】</b><br/>           ①えんカフェ(認知症カフェ): 約50名 ②サンエー7経塚シティ: 約90名</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;">   </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;">    </div> <p><b>②食育教室</b><br/>           ・8月: 夏休みおやこ食育教室<br/>           こども達と保護者が体験学習を通じて、食べることの楽しさ・大切さを学び、食に対する関心を高め、実践できる力を持てるように、調理実習を開催しました。<br/>           ・12月: 減塩教室<br/>           うす味でも簡単に、美味しく作れる料理のコツを学び、実生活でも生かせるよう、調理実習を開催しました。</p> <p><b>③ 保育所での食育の取組み</b><br/>           ・給食だよりを通して、食育の推進をしています。<br/>           ・給食に旬の食材等を取り入れて、食体験をさせています。<br/>           ・保育所で栽培したゴーヤーやにんじんを使ってカレーパーティなどを実施しています。<br/>           ・支援センターにて、離乳期からの生活習慣病予防などの離乳食講話を実施しています。<br/>           ・ムーチャーなどの行事食を地域の方や祖父母のご協力を得て実施しています。</p> |

**食育月間以外の取組実績**  
(食育月間を除く 4月～12月の実績)

|                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|--------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 提出都道府県名<br>政令指定都市名 | 沖縄県                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| 取組市町村              | 宜野湾市                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| 取組の名称              | 健康づくり大会・食育キャンペーンの開催、食育ブック等の作成                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| 取組内容               | <p><b>【健康づくり市民大会の開催】</b><br/> 平成28年7月31日に宜野湾市民会館・中央公民館にて「健康づくり市民大会」を開催しました。<br/> 本大会では、健康に関する様々な情報発信や体験型のブースがあり、食に関するブースとしては、宜野湾市食生活改善推進員による「親子(父子または祖父と孫)おやつ作り教室」や沖縄野菜を紹介し、1日に必要な野菜の量である350gを実際の野菜を用いて量ってもらうコーナーもあり、体感できるように工夫しました。<br/> その他にも、市内の弁当屋さんによる「ヘルシー弁当」の販売や、フードモデルを選んで瞬時に栄養価が表示される「食育SAT(サット)システム」コーナーなどを設けました。<br/> 来場者からは「普段の食生活を見直すいい機会になった」、「食育と聞くとイメージがしにくいですが、パネル展示などの説明を見てできるところから実践してみようと思った」等の感想がありました。</p> <p><b>【食育キャンペーンの実施】</b><br/> 平成28年9月16日にサンエー宜野湾コンベンションシティにて食育キャンペーンを実施しました。<br/> 「食事をおいしく、バランスよく」を基本テーマに、「毎日プラス1皿野菜」や「おいしく減塩1日マイナス2g」にも焦点を当て、多様な食品から必要な栄養素をバランスよくとることに加え、野菜摂取量の増加や食塩摂取量の減少にもつながるよう、POP類を配布しました。<br/> 他にも、「旬の冬瓜を食べつくそう」と題し、食生活改善推進員による冬瓜料理の試食や沖縄野菜を紹介し、野菜の摂取量アップへつながるよう普及啓発活動を行いました。</p> <p><b>【食育ブック及び食育カレンダーの作成】</b><br/> 平成25年度に「宜野湾市食育推進計画」を策定したことに基づき、平成28年度は初の試みとして、「食育ブック」と「食育カレンダー」を作成しました。<br/> 「食育ブック」「食育カレンダー」共に沖縄野菜の特徴やそれらを使ったレシピの紹介、沖縄の重箱料理のカロリーを表示するなど、市民が食育をより身近に感じられるように作成しました。<br/> また、宜野湾市の特産品である「田芋(ターナム)」について紹介することで地産地消の普及にも努めています。<br/> 食育ブックは冊子を初版で350部作成し、希望する市民へ配布し好評につき追加で150部増刷し、計500部配布しました。<br/> 食育カレンダーは宜野湾市のホームページより各自ダウンロードする方法で普及活動に取り組んでいます。</p> |



# 食育月間以外の取組実績

## (食育月間を除く 4月～12月の実績)

|                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|--------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 提出都道府県名<br>政令指定都市名 | 沖縄県                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| 取組市町村名             | 与那原町                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| 取組の名称              | もっと食べよう島野菜                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| 取組内容               | <p>1. 目的<br/>         沖縄の島野菜は、子どもの成長と細胞の修復に重要な役割を果たすビタミンA や葉酸などの栄養が多く含まれますが、調理法がわからないのであまり買わないという声が乳幼児健診の相談時によく聞かれます。<br/>         子どもたちの健やかな成長のために、島野菜をもっと手軽に普段の食事に取り入れてほしい。そこで、家庭を守る主婦の先輩である母子保健推進員さんの力を借りて野菜に含まれる栄養・下処理の方法・調理法を健診会場で紹介する取組を行いました。</p> <p>2. 対象者<br/>         乳幼児健診にきている保護者</p> <p>3. 実施期間・場所<br/>         場所:各乳幼児健診会場<br/>         実施時期:H28年10月～</p> <p>4. 内容<br/>         1) 母子保健推進員によるレシピ(夏野菜・冬野菜)考案・パネル作成</p> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <p>&lt;夏野菜&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・おくらの混ぜご飯</li> <li>・冬瓜と肉団子の煮物</li> <li>・ゴーヤーの和え物</li> </ul> <p>&lt;冬野菜&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・豚肉と冬瓜の汁物</li> <li>・にがなの白和え</li> <li>・うりずんのサラダ</li> </ul> </div> <div style="width: 45%;"> <ul style="list-style-type: none"> <li>・具たくさんみそ汁</li> <li>・パパイヤの和え物</li> <li>・よもぎのひらやーちー</li> <li>・はんだまの梅ごはん</li> <li>・島ごぼうのきんぴら</li> <li>・島かぼちゃのスコーン</li> </ul> </div> </div> <p>2) 健診会場でのパネル展示・レシピ配布</p> |

