

「食育月間」の取組実績

提出都道府県名 政令指定都市名	長野県
取組市町村名	
取組の名称	地域の食育関係機関・団体と連携した減塩キャンペーンの取組
取組内容	長野県は、全国と比べて脳血管疾患による死亡率が高く、高血圧の原因となる食塩摂取量が多いことが課題となっています。 そこで、食塩摂取量の減少をめざし、当所に設置している「佐久地域食育推進連絡会議」のメンバーである、保健・医療・教育・児童福祉・農政・食育ボランティア等食育関係者と連携し、地域一丸となった減塩キャンペーンを平成27年度から取り組んでいます。 【キャンペーン名】 さくっとうす味みんなでキャンペーン 【キャッチフレーズ】 野菜たっぷり 塩分ひかえめ 【実施期間】平成27年度から平成29年度まで 【事業内容】 5月中旬に、佐久地域食育推進連絡会議を開催しました。昨年度の取組をまとめるとともに課題を共有し、今年度の事業内容について検討しました。その結果、今年度事業を以下のとおりに決定し、6月から実施しています。 (1) 普及啓発の強化 ① 共通リーフレットの配布 市町村栄養士等の協力を得て作成した普及用リーフレットを5,000部増刷し、地域に幅広く配布。 ② 出前講座の実施 共通の資料・媒体を作成し、出前講座の拡大を図る。 (2) 動機づけの活動 ① 塩分チェックシートの実施 健康イベント等を活用して「塩分チェックシート」(土橋卓也氏監修)を住民に実施し、自らの塩分摂取状況を知り、減塩の意識を高める。(目標3,000人/年) ② みそ汁の試飲 地域共通の方法で調理した0.6%塩分濃度のみそ汁を試飲してもらい、自身の味付の好みに気づき、減塩の意識を高める。(目標700人/年) (3) 方法の普及 ① 減塩料理の普及 平成27年度減塩料理コンテスト優秀作品の講習会を開催し普及する。 ② 飲食店等の健康に配慮したメニューの利用促進 健康に配慮したメニューを提供する飲食店等を増やし、チラシで住民に活用をすすめる。 ③ 佐久地域減塩3カ条の作成・普及 減塩に向けた工夫や解決法を題材とした標語を募集し、地域へ普及する。 昨年度実施した塩分チェックシートの結果では、「多め」「かなり多め」の判定であった人の割合は、働き盛り世代で多く、みそ汁の試飲では「薄い」と回答した人の割合も働き盛り世代で高い傾向がみられました。 2年目となる28年度は、特に働き盛り世代へのアプローチを意識してキャンペーンを展開することとし、管内企業へ出前講座のPRをするとともに、健康診断や子育て教室などの場を活用して事業を実施しました。

「食育月間」の取組実績

提出都道府県名 政令指定都市名	長野県
取組市町村名	駒ヶ根市
取組の名称	こまちゃん食育応援団保育園訪問
取組内容	＜こまちゃん食育応援団とは＞ 「わたしたちの持っている食への大切なこと、知っていることを次の世代へ伝え残していきたい」との想いから、平成18年に発足し活動しています。団員自身の仕事や生活の中で培った経験と知識を持ち寄り、子どもたちや保護者に現場で直接伝える活動を駒ヶ根市を中心にボランティアで取り組んでいます。 ＜実施回数＞ 6月の食育月間は2園訪問 ＜実施日①＞ 6月15日(水) 午前10時～ 約30分間(お誕生日会) ＜対象＞ 園児(75名)と保育士 ＜訪問先＞ すずらん保育園 ＜実施日②＞ 6月21日(火) 午前10時～ 約30分間(お誕生日会) ＜対象＞ 園児(70名)と保育士 ＜訪問先＞ 美須津保育園 ＜内容＞ 旬の自家製野菜や手作りの媒体等を用いて、メンバーがそれぞれの専門の立場から、クイズや寸劇などで子どもたちや保護者に楽しくわかりやすく食の大切さを伝えています。 ① 団員あいさつ ② 野菜博士のお話（本物の野菜を見ながらのクイズと博士のミニ知識） ③ 早寝早起き朝ごはんのお話（保育園に来る前に、ちゃんと出来たかな？） ④ 白雪姫の「食べようね！ みんな いっしょに」 （みんなでいっしょに食べると美味しいね） ⑤ 合言葉「早寝早起き 朝ごはん みんなで いっしょに 外遊び」 をみんなでいっしょに trying みよう！



「食育月間」の取組実績

提出都道府県名 政令指定都市名	長野県
取組市町村名	飯山市
取組の名称	森林セラピー 精神保健事業 森林体験「森が癒すところとからだ」で郷土料理を提供
取組内容	飯山市では、精神保健事業の一環として、外出の機会が少ない、あるいは心の疲れを抱えている市民を対象に、森林セラピー体験を通して心と体をリフレッシュさせ、元気回復を図り活力ある生活を保持できることを目的に、森林体験「森が癒すところとからだ」を開催しています。 その中で、昼食時に郷土料理「たけのこ汁」を提供しました。 たけのこ汁は、この時期に山で採れる根曲り竹にさば缶を加え、みそ味に仕立てます。 食育月間の取組として、市食生活改善推進協議会の協力を得て、塩分控えめで具だくさんのヘルシーメニューにアレンジし、参加者にふるまいました。 森林のさわやかな空気を感じ、豊かな自然の景観を眺めながらいただく温かい「たけのこ汁」は参加者の心と体を癒す一助となったと同時に、飯山市の郷土料理を再確認していただく良い機会となりました。 日時 平成28年6月10日(金) 場所 斑尾高原周辺 参加者 27名  郷土料理 たけのこ汁 塩分控えめで具だくさんのヘルシーメニューにアレンジして、参加者の皆さんにふるまいました 森林のさわやかな空気を感じ、豊かな自然の景観を眺めながら飯山市の郷土料理を再確認していただくよい機会となりました 