

「食育月間」の取組実績

提出都道府県名 政令指定都市名	長崎県
取組市町村名	長崎市
取組の名称	「食卓の日サービスランチ」の提供
取組内容	長崎市では、食育の一層の定着と食卓を囲んだ家族コミュニケーションの場の創出、地産地消の推進を図るため、毎月19日を「食卓の日」と定めています。 「食卓の日」の取組みの一環として、「食卓の日サービスランチ」の提供を中心に、下記のことに取り組んでいます。地元農水産物の家庭での利用促進と、食卓と一緒に囲むことで家族などの絆を深める機会が創出されるとともに、食に関する知識や意識を深めて、心身の健康を増進する健全な食生活を実践することができるよう、今後も継続して普及活動を行っていきたいと考えています。 【「食卓の日サービスランチ」の提供】 長崎県調理師協会会長で「現代の名工」坂本洋司シェフと連携し、平成28年6月から市役所食堂において、毎月19日に地元産の旬の食材などを使ったランチメニュー「食卓の日サービスランチ」の提供を開始しました。（19日が土・日・祝日の場合は、直前の開庁日に提供されます。）6月のメニューは、「アジのミラノ風と琴海産アスパラのサワーソースかけ」でした。 サービスランチの提供は11時から150食限定（税込500円）でしたが、フェイスブックや市のホームページを活用して、情報を発信しましたので、多くの市民や職員の利用があり、大盛況で13時前には完売しました。 【「食卓の日」・地元農水産物・生産者等のPR】 ・地元のアスパラガス農家の取材 ・食材を提供する生産者と坂本シェフとのマッチング ・メニュースタンドによる食材の紹介や地産地消レシピへの誘導 写真は、6月のメニュー、メニュースタンド、「食卓の日」ポスター 【食育月間以降の取組み】 7月 メニュー「川口農園の夏野菜たっぷりカレー」 メニュースタンドでの生産者や食材の紹介 8月 メニュー「長崎和牛・出島ばらいろハンバーグ」 地元のスーパーと連携し、ハンバーグのレシピをスーパー及び市役所食堂に設置

「食育月間」の取組実績

提出都道府県名 政令指定都市名	長崎県
取組市町村名	諫早市
取組の名称	パパと一緒に料理教室
取組内容	諫早市人権・男女参画課が男女共同参画週間(6月23日～29日)事業として開催したイベント「ひとひと参感日」の中で料理教室を開催しました。 実施主体は、諫早市男女共同参画推進団体「食育で西諫早を元気にする会」のメンバーで、『お父さんと一緒に子どもたちが料理をすることで、食育の大切さを知って貰うと共に、家族全員が料理できることにより、お母さんの家事の軽減に繋がる』ことを狙いとしています。 <開催月日> 6月26日 <参加者> 親子10組(大人10人 子ども13人) <メニュー> 「料理が作れる事は、生きる力につながり、自立できる人になります。家族全員が料理を作れることは、家族が協力しながら楽しく生活できる大きな要素です。」をスローガンに、旬の食材を使い、安心安全な料理を作って美味しく食べましようということで、栄養のバランスも考慮し、以下のメニューに挑戦しました。 ・カリフォルニアロール ・ゴーヤ(苦瓜)の簡単サラダ ・みそ玉から作る味噌汁 ・ミルクセーキ <実施状況> 参加者は、同会メンバーから、食育に関する知識などのアドバイスを受けながら、親子で楽しく、旬の材料を使った美味しい料理を完成させました。 「カリフォルニアロールはいろいろ具を入れて食べたので美味しかった。ゴーヤは苦かったけど美味しかった。味噌玉を自分でも作ってみたい。」「美味しくできた。とても簡単だったので、家でも作りたい。」「作ることが楽しかった。」「食育の話が為になりました」等の感想がありました。 最後は、参加者全員で美味しい手料理を試食しました。 

「食育月間」の取組実績

提出都道府県名 政令指定都市名	長崎県
取組市町村名	西海市
取組の名称	まちづくり出前講座
取組内容	「まちづくり出前講座」として、3回の講座を開催しました。 ○6月2日(木) <対象者> 西彼ボランティアグループ 25名 <内容> 講話「食育あらかると」 ・食育の理念 ・家庭における食育の推進 ・ボランティアに期待される食育の役割 ・知っておきたい高齢期の食生活 <実施状況> 食育の幅広い定義については関心が少ないようだったが、具体的な調理の話は熱心に聴いていました。県作成の「かしこく食べてイキイキ元気」の資料を最後に配布し今後の食事作りの参考にもしてもらうこととしました。併せて県の食育作品募集も案内を行いました。 ○6月16日(木) <対象者> 西海町太田原わいわいサロン 11名 <内容> 健康づくりクイズ 講話「食育あらかると」 ・食育とは ・食育の分野 ・食育は健康の基本です ・気をつけたい低栄養 <実施状況> 講話のあとに特定健診の勧めを行い、健診に関する質問も出ていました。受診率や補助金についても意見があり、関心を持っていることがわかりました。低栄養の定義について質問があり熱心でした。 ○6月29日(水) <対象者> 中浦公民館講座 24名 <内容> 講話「聞いて納得！健康づくり」 ・血圧とは ・血圧はどうやって調節されているのか ・血圧が上がる原因は ・塩分と血圧の関係 塩分クイズ ロコモ予防体操 <実施状況> 血圧について、食品に含まれる塩分量について説明やクイズをした後に、血圧測定とロコモティブシンドローム予防体操を実施しました。みなさん、頷きながら真剣に話を聞かれており、クイズでは積極的に参加されていました。血圧計を購入したいという方や今まで関心がなかったがこれから気をつけたいという声もあり、自分の健康に関心を持ってもらう機会になったと思います。