

【様式2】

食育月間以外の月の取組

(6月を除いた4月～12月までの実績)

提出都道府県名 政令指定都市名	奈良県
取組市町村名	明日香村
取組の名称	食育推進検討会・各種教室やイベント
実施時期	4～12月
取組内容	<p>食育月間（9月に1ヵ月間） 村内の3カ所の市場（地場産の野菜や加工品等の販売実施）で村内の園児・児童・生徒が作成した食育に関する媒体を展示しました。 減塩味噌汁の飲み比べと意見交換をイベントで実施しました。（9月15日実施80人参加） 村内の金融機関での食育ポスターとレシピの展示を行いました。 お弁当の日啓発事業 お弁当の日の啓発ちらしの配布を行いました。（中学校1年生対象に5・11月に2回配布） 教室 ぱくぱくげんきっこ教室の実施を行いました。（村内保育園・幼稚園で各4回程度実施） 三色バランスの話とお箸の持ち方や魚の手開きの話と実演を実施しました。 食育推進検討会 食育推進検討会の実施を行いました。（年間4回程度開催） 保育園幼稚園小学校中学校の食育担当と保健所担当、給食センター・食推・在宅管理栄養士間で開催しました。 各関連事業の事業企画や反省会を実施しました。</p>

【様式2】

食育月間以外の月の取組

(6月を除いた4月～12月までの実績)

提出都道府県名 政令指定都市名	奈良県									
取組市町村名	奈良県中和保健所									
取組の名称	ヘルシー減塩プロジェクト！									
実施時期	平成29年8月～3月									
取組内容	<p>目的：奈良県では健康長寿日本1位をめざし、健康寿命延長に大きく起因する減塩の取り組みを進めています。そこで中和保健所では、管内スーパーマーケットと連携した減塩の取り組みや野菜摂取推進を実施し、県民が食塩の摂取を減らしやすい環境づくりをめざします。</p> <p>実施場所：管内スーパーおくやま・オークワ 各店舗 対象者：来店者 実施主体：中和保健所、管内スーパーおくやま・オークワ 各店舗</p> <p>①株式会社オークワとの連携 ・ヘルシー減塩お弁当の販売 内 容：食塩相当量2.0g以下、エネルギー500kcalのお弁当の販売 販売店舗：県内の全店舗 販売開始：平成29年8月21日(月) ・店舗内での減塩の啓発 ○店内に減塩啓発ポスターの掲示：中和保健所管内 全18店舗 ○減塩商品コーナーの設置 設置店舗：スーパーセンターオークワ桜井店・橿原真菅店 橿原畝傍店・橿原醍醐店・葛城忍海店・大和高田店 設置期間：平成29年9月1日(金)～9月20日(水) ・減塩料理の試食およびレシピの配布(レシピは保健所提供) クッキングサポートコーナーのある大和高田店・橿原畝傍店・橿原真菅店にて実施。 *クッキングサポートコーナー：アドバイザーがお客さまとコミュニケーションを取りながら、調理実演し試食とレシピを配布。 提供日：毎月2回実施</p> <p>②スーパーおくやまとの連携 ・店舗内での減塩の啓発 ○店内に減塩啓発ポスターの掲示：中和保健所管内 全6店舗 ○従来より調味料を減らしたお惣菜2品の販売 販売店舗：結崎店(9月2日開始)、橿原店(9月9日開始)</p>									
										
	 <p>25%減塩総菜</p>									
	 <p>減塩食品</p> <p>「塩」の摂り過ぎは高血圧の原因になるだけでなく、脳卒中や心臓病などの生活習慣病やがんのリスクを高めます。</p> <p>普段使う食品を減塩なものにしてみませんか？</p> <p>年齢が上がるに従い、血圧が上がりますが摂取した「塩」は加齢による血圧の上昇をより大きいものにします。今からの「減塩」が大切です。</p>									
		 <p>はじめよう！減塩生活！ SALT</p> <p>「塩」の摂り過ぎは高血圧の原因になるだけでなく、脳卒中や心臓病などの生活習慣病やがんのリスクを高めます。</p> <p>1日に140塩を摂り続けると、将来ごんに血圧に差が生じれる!!!</p> <p>年齢が上がるにつれて血圧は徐々に上がりますが、摂取した「塩」が加齢による血圧の上昇をより大きいものにします。高血圧になつてからではなく、生涯「減塩」が大切です。</p> <p>では、奈良県民の食塩摂取量は？ 奈良県民の1日の塩の摂取量 1日の目標量</p> <table border="1"> <tr> <td>男性</td> <td>11.6g</td> <td>奈良県民は塩の摂り過ぎ</td> <td>男性 8g未満</td> </tr> <tr> <td>女性</td> <td>10.1g</td> <td></td> <td>女性 7g未満</td> </tr> </table> <p>①減塩生活の第一歩 まずは「塩」がどれだけ含まれているのか見る習慣を!!</p> <p>②食事の「減塩」 これだけは、守ろう!!</p> <p>漬物は食べる量と回数を減らす</p>	男性	11.6g	奈良県民は塩の摂り過ぎ	男性 8g未満	女性	10.1g		女性 7g未満
男性	11.6g	奈良県民は塩の摂り過ぎ	男性 8g未満							
女性	10.1g		女性 7g未満							
	ポップ	ポスター								

【様式2】

食育月間以外の月の取組

(6月を除いた4月～12月までの実績)

提出都道府県名 政令指定都市名	奈良県
取組市町村名	大和郡山市
取組の名称	野菜週間
実施時期	平成29年8月20日～9月10日
取組内容	<p>【目的】 本市は市民調査の結果から「野菜摂取量が少ない人が多い」ことが課題であったため、市民からなるすこやか21推進委員会を中心に、「野菜週間」を策定し、重点的に普及啓発することで、野菜摂取量が少ない人を減らすことを目的とする。</p> <p>【実施内容】</p> <ol style="list-style-type: none"> すこやか21推進委員出演ポスター、レシピ、動画等作成 <ul style="list-style-type: none"> ・昭和工業団地協議会の推進委員によるポスター出演 ・健康づくり推進員によるレシピとレシピ動画作成、広報誌出演 普及啓発グッズ作成 <ul style="list-style-type: none"> ・ティッシュ・車マグネット作成 すこやか21推進委員が所属する団体における啓発 <ul style="list-style-type: none"> ・全国金魚すくい選手権大会各団体ブースでの展示、ちらし・ティッシュ配布等 ・JA朝市での掲示、ちらし・ティッシュ配布等 ・昭和工業団地協議会でののぼり・ポスター掲示 ・ラジオ体操でののぼり掲示、ちらし・ティッシュ配布等 健康づくり推進員による健康教室(親子・高齢者料理教室)での普及啓発 SNSでの啓発 ベジたベリボンを着用しての普及啓発



【様式2】



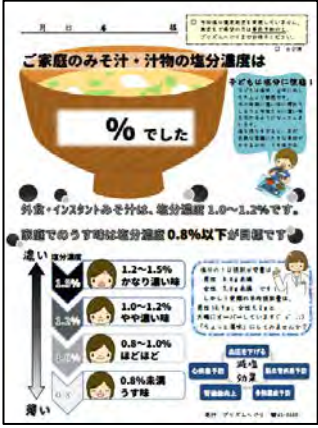
食育月間以外の月の取組
(6月を除いた4月～12月までの実績)

提出都道府県名 政令指定都市名	奈良県												
取組市町村名	山添村												
取組の名称	食と農の連携事業「大豆とみそづくり」												
実施時期	平成29年5月～平成29年10月												
取組内容	<p>目的：①菜園活動並びに収穫物での調理実習を通して、つくる楽しみや食べる喜びを体験するとともに、伝統食の体験を楽しむ。 ②地域の方(農業委員)との交流を通じて、大地の恵みや農業に携わる人への感謝の気持ちを育む。</p> <p>対象：さくら・すみれ・ひまわり保育園の年長児（20名） 協力者：農業委員会(委員21名) 学校給食センター 連携：地域振興課(H29～農林建設課) 保健福祉課 内容：農業委員会で、遊休農地解消事業の一環として大豆を栽培し、収穫した大豆を使って、保育園年長児と一緒にみそづくりを体験する。できあがったみそを持って小学校へ入学し、秋に給食でいただく。</p> <table border="1" style="width: 100%;"> <tr> <th colspan="2" style="text-align: center;">＜スケジュール＞</th> </tr> <tr> <td>H29. 5月中旬</td> <td>・農業委員会と保育園児…ポットに種まき、水やりと発芽の観察をする</td> </tr> <tr> <td>6月中旬</td> <td>・農業委員会…遊休農地モデルほ場に大豆の苗を植え付け 見守り・草ひき ・保育園児…園庭に苗の一部を植え付け</td> </tr> <tr> <td>8月</td> <td>・保育園児…園庭に植えた苗を枝豆で試食</td> </tr> <tr> <td>10月</td> <td>・農業委員会…遊休農地モデルほ場収穫 ・保育園…園庭の大豆を収穫し、各園のテラスで乾燥させ、子どもたちがさや取り体験 ・H29. 2月に仕込んだみそを給食で試食会(小学校の農業体験学習で収穫した新米と一緒に) ・保育園・小学校・中学校の給食で計3回の献立に使用</td> </tr> <tr> <td>H29. 2月</td> <td>・保育園年長児と農業委員会と交流…みそづくり体験とおやつ交流 ・保育園年中児と健康で行こう会(健康づくりボランティア)…前年度のみそを使っておやつづくり ・給食センターで保管(8か月間ほど熟成)</td> </tr> </table> <p>考察：平成27年度より、農業委員会や給食センターの協力のもとこの取り組みが開始しました。初年度から、天候の影響やほ場の土壌の質で収穫が難しく、農業委員の方々には大変ご苦勞をおかけしましたが、子どもたちのためにと熱意をもって取り組んでいただきました。また、子どもたちは地域の方とふれあいながら、種から食するまでの体験をすることができ、食への興味が広がったと思われます。実際にできあがったみそを使った給食の日には、「今日のみそ汁はおいしい！」と在校生からうれしい声を聞かせてもらうことができ、食べてもらう喜びも体感できました。今後も、地域の方の協力により「食と農」の体験活動を通じた子どもたちの健やかな成長を見守る取組を継続していけるよう、関係機関と連携して食育の推進を図っていきたいと思います。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;">    </div>	＜スケジュール＞		H29. 5月中旬	・農業委員会と保育園児…ポットに種まき、水やりと発芽の観察をする	6月中旬	・農業委員会…遊休農地モデルほ場に大豆の苗を植え付け 見守り・草ひき ・保育園児…園庭に苗の一部を植え付け	8月	・保育園児…園庭に植えた苗を枝豆で試食	10月	・農業委員会…遊休農地モデルほ場収穫 ・保育園…園庭の大豆を収穫し、各園のテラスで乾燥させ、子どもたちがさや取り体験 ・H29. 2月に仕込んだみそを給食で試食会(小学校の農業体験学習で収穫した新米と一緒に) ・保育園・小学校・中学校の給食で計3回の献立に使用	H29. 2月	・保育園年長児と農業委員会と交流…みそづくり体験とおやつ交流 ・保育園年中児と健康で行こう会(健康づくりボランティア)…前年度のみそを使っておやつづくり ・給食センターで保管(8か月間ほど熟成)
＜スケジュール＞													
H29. 5月中旬	・農業委員会と保育園児…ポットに種まき、水やりと発芽の観察をする												
6月中旬	・農業委員会…遊休農地モデルほ場に大豆の苗を植え付け 見守り・草ひき ・保育園児…園庭に苗の一部を植え付け												
8月	・保育園児…園庭に植えた苗を枝豆で試食												
10月	・農業委員会…遊休農地モデルほ場収穫 ・保育園…園庭の大豆を収穫し、各園のテラスで乾燥させ、子どもたちがさや取り体験 ・H29. 2月に仕込んだみそを給食で試食会(小学校の農業体験学習で収穫した新米と一緒に) ・保育園・小学校・中学校の給食で計3回の献立に使用												
H29. 2月	・保育園年長児と農業委員会と交流…みそづくり体験とおやつ交流 ・保育園年中児と健康で行こう会(健康づくりボランティア)…前年度のみそを使っておやつづくり ・給食センターで保管(8か月間ほど熟成)												

【様式2】

食育月間以外の月の取組

(6月を除いた4月～12月までの実績)

提出都道府県名 政令指定都市名	奈良県
取組市町村名	平群町
取組の名称	3歳6ヶ月児健診での塩分測定
実施時期	7月、11月
取組内容	<p>平成28年度に平群町食生活改善推進員協議会、健康保険課が825名に塩分濃度0.8%のみそ汁の試飲を行い、家庭と比較して濃いか薄いかの調査をしたところ、20～30歳代の46.0%、40～50歳代の43.2%が濃い味傾向だったため、若い世代からのうす味習慣の定着を狙いとした取組みを行うことになりました。</p> <p>方法として、3歳6ヶ月児健診の問診票、検尿容器と一緒に家庭の汁物を入れられる容器(写真1)を説明書とセットにして(写真2)対象者に送ります。汁物はみそ汁に限らずポタージュなど、液体状のものであればかまいません。また、当日のものでなくても腐敗していなければ測定可能です。</p> <p>健診当日に汁物を入れた容器を回収し、管理栄養士が塩分濃度を測定して返却用紙(写真3)に結果を記入し、健診の待ち時間を利用して保護者に結果説明をします。管理栄養士が栄養相談で対応できない場合は、保健師が保健相談の際に説明します。</p> <p>7月、11月に実施したところ、半数以上の家庭が汁物を持参されました。塩分濃度1.0%を超える濃い味家庭は1組のみでしたが、「意識してこの日は薄めにした」「私は薄めにするけど、お父さんが作ると濃い」などの反応がありました。一方、持参されなかった家庭には後日でも測定可能であることを伝えていますが、希望される方は現時点ではいません。</p> <p>低予算で幅広い世帯に食生活を見直してもらうよい機会になりましたので、今後も継続する予定です。</p>
写真1	
写真2	
写真3	

H29年度 食育月間取り組み一覧

～媒体の展示及びイベント風景～

⑦夢販売所



⑧セブンイレブン 御園店



⑨吉野ストアー



⑪健康福祉センター



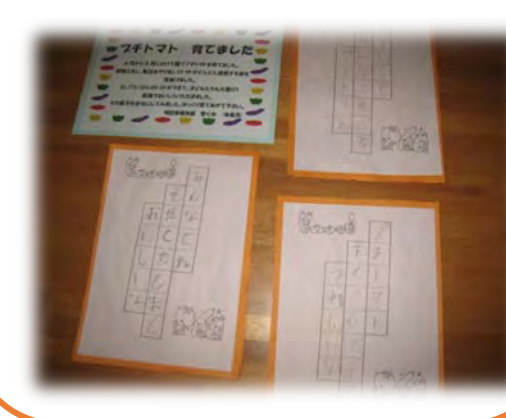
明日香幼稚園の子どもたちが食育の絵を描きました。



⑥夢市



明日香保育園年長の子どもたちが食育川柳を書きました。



聖徳中学校の生徒が食材ポップを作成しました。



①楽市



②セブンイレブン川原店



③JA



④郵便局



⑩明日香経済会館



⑤南都銀行



明日香小学校3年生の子どもたちが食育川柳を書きました。



ご協力ありがとうございました！！

