

## 「食育月間」の取組実績

提出都道府県名	長崎県
取組市町村名	平戸市
取組の名称	感性きらり☆平戸市「食育」コンテスト
取組内容	<p>感性きらり☆平戸市「食育」コンテストは、市内の小・中・高校生を対象に、地元食材に対する関心を高め、地産地消の促進と「食育」について考え、実践できる力を育てることを目的に開催しており、今年度で5回目となります。今回は、昨年度に続き「感謝」をテーマに、小学生は感謝の絵てがみ、中・高校生は地元食材を使ったアイデア料理の募集を行いました。食育月間である6月下旬各学校に配布し、夏休みに取り組んでいただき9月中旬までの受付となります。入賞作品は、10月の行なわれる平戸市福祉健康まつり会場で表彰されます。</p>

## 【様式 1】

食育月間の取組  
(6月の実績)

提出都道府県名 政令指定都市名	長崎県
取組市町村名	松浦市
取組の名称	婦人栄養教室
実施時期	6月21日(水)
取組内容	<p>【対象者】地域住民</p> <p>【参加人数】10人</p> <p>【メニュー】</p> <ul style="list-style-type: none"><li>・ごはん</li><li>・鮭のムニエルトマトソースかけ</li><li>・洋風白和え</li><li>・アスパラのごま和え</li><li>・きのこわかめのスープ</li><li>・豆乳白玉だんご</li></ul> <p>【実施状況】</p> <p>血糖値を急激に上げないために野菜を積極的にとることは大切であり、旬の野菜を使用し、家庭でも簡単に調理できるメニューでした。トマトとレモンを使用したソースはさっぱりとした味で食欲がわき、暑くなってきた時期でもあって、とても好評でした。</p> <p>血糖値を上げにくくするために、野菜のとり方について講話を行いました。野菜やきのこ、海藻類を先に食べる、生野菜だけでなく、温野菜やスープにして野菜量を増やすこと等を説明しました。</p> <p>また、砂糖やみりん等の調味料の使い方にも注意するように伝え、日頃から何気なく使っているものであるため、家庭での食事内容を振り返る機会になったかと思えます。</p>

## 【様式1】

食育月間の取組  
(6月の実績)

提出都道府県名 政令指定都市名	長崎県
取組市町村名	対馬市
取組の名称	「対馬食育フェスタ2017」の開催
実施時期	6月4日(日)
取組内容	<p>食育の普及啓発を目的に対馬食育フェスタを開催しました。対馬市食育推進会議が実施主体となり、今年で9回目を迎えました。</p> <p>会場:対馬市交流センター 時間:13:00～15:00 来場者数:249名 内容:相談・測定・展示コーナー</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①まちの保健室(看護協会) 健康チェック、健康相談(血圧測定・血管年齢測定・体組成測定)</li> <li>②砂糖をとりすぎていませんか?(栄養士会) 食事相談、飲み物に含まれる砂糖の量当てクイズ</li> <li>③お薬相談(対馬市薬剤師会)</li> <li>④こんにちは給食室から(学校栄養士) 地場産物を使った給食メニューの展示、試食</li> <li>⑤私達の健康は私達の手で(ヘルスメイト) 食改特製みそ汁の試飲、みそ玉の配布</li> <li>⑥人生レシピ～忘れられない味、懐かしい味～(対馬市生活研究グループ連絡会) レシピの展示</li> <li>⑦健康情報発信(保健所) パンフレットの配布</li> <li>⑧地元食材を使用した新商品の試食(高校生) 活動紹介</li> </ol>