

③食育の日の取組

<p>提出都道府県名 政令指定都市名</p>	<p>沖縄県</p>																						
<p>取組市町村名 取組団体・企業名</p>	<p>宜野湾市</p>																						
<p>取組の名称</p>	<p>「食育の日」の普及啓発</p>																						
<p>実施時期</p>	<p>平成31年4月～令和2年1月</p>																						
<p>取組内容</p>	<p>毎月19日に宜野湾市職員を対象としたポータル電子掲示板にて、食育に関する情報を取り上げ「食育の日」の普及啓発を行いました。</p> <p>●平成31年度食育関連掲載内容</p> <table border="1" data-bbox="494 862 1197 1400"> <thead> <tr> <th>掲載月</th> <th>内容</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>平成31年4月</td> <td>コンビニ食の選び方</td> </tr> <tr> <td>令和元年5月</td> <td>5月病対策は食事から</td> </tr> <tr> <td>令和元年6月</td> <td>毎年6月は食育月間</td> </tr> <tr> <td>令和元年7月</td> <td>熱中症と食中毒を予防しよう</td> </tr> <tr> <td>令和元年8月</td> <td>栄養の日・栄養週間2019</td> </tr> <tr> <td>令和元年9月</td> <td>9月は食生活改善普及月間</td> </tr> <tr> <td>令和元年10月</td> <td>運動と栄養について</td> </tr> <tr> <td>令和元11月</td> <td>向き合おう！食料自給率</td> </tr> <tr> <td>令和元年12月</td> <td>かぜを予防しよう！</td> </tr> <tr> <td>令和2年1月</td> <td>食生活を見直そう</td> </tr> </tbody> </table> <div data-bbox="494 1422 885 1960">  <p>毎年6月は食育月間、毎月19日は食育の日です。健康でいい食生活を目指そう。</p> <p>食を詰めるコツ</p> <p>「食べること」は生きていくための重要な役割です。しかし現代社会では忙しすぎて、毎日の「食」の大切さを忘れていく人も多くいらっしゃいます。食をめぐっては、栄養の偏りや不規則な食事による肥満や生活習慣病の増加など、食生活と健康の関係が、食の専門家から注目を集めています。食の安全・安心、食味の向上など食生活の改善は、食生活の改善に繋がります。食生活の改善は、食生活の改善に繋がります。</p> <p>食生活の改善は、食生活の改善に繋がります。</p> <p>食生活の改善は、食生活の改善に繋がります。</p> </div> <div data-bbox="901 1422 1292 1960">  <p>知らないで誤清まされたい！今すぐ改善・今すぐ実践！「食生活うちあたいリスト」</p> <p>生活習慣病予防にまずはこの3つを見直そう！</p> <ol style="list-style-type: none"> 毎食、腹八割食べてますか？ 食分を見直して食べていますか？ 水分、こまめに飲んでますか？ お酒、適度に飲んでいますか？ 知らず知らずのうちに摂りすぎていませんか？ お酒、適度に飲んでいますか？ 自分の食べ方も、見直してますか？ </div>	掲載月	内容	平成31年4月	コンビニ食の選び方	令和元年5月	5月病対策は食事から	令和元年6月	毎年6月は食育月間	令和元年7月	熱中症と食中毒を予防しよう	令和元年8月	栄養の日・栄養週間2019	令和元年9月	9月は食生活改善普及月間	令和元年10月	運動と栄養について	令和元11月	向き合おう！食料自給率	令和元年12月	かぜを予防しよう！	令和2年1月	食生活を見直そう
掲載月	内容																						
平成31年4月	コンビニ食の選び方																						
令和元年5月	5月病対策は食事から																						
令和元年6月	毎年6月は食育月間																						
令和元年7月	熱中症と食中毒を予防しよう																						
令和元年8月	栄養の日・栄養週間2019																						
令和元年9月	9月は食生活改善普及月間																						
令和元年10月	運動と栄養について																						
令和元11月	向き合おう！食料自給率																						
令和元年12月	かぜを予防しよう！																						
令和2年1月	食生活を見直そう																						

▲市職員向けポータル電子掲示板（令和元年6月）

③食育の日の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	沖縄県（南部保健所）												
取組市町村名 取組団体・企業名													
取組の名称	SNSを用いた食育の日の周知及び食に関する情報発信												
実施時期	令和1年4月～												
取組内容	<p>1. SNS を利用しての発信</p> <p>南部保健所では、食育の日の周知及び県民の食育に対する意識向上を目的として、Twitter にてヘルシーレシピなどを発信しました。</p> <p>【発信件数】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 4 件（令和2年1月8日時点） <p>【Twitter 発信内容】</p> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <p> ハイサイ なんぼ @hais... · 2019/06/19 ✓ はいさい 😊 今日は19日食育の日です #食育月間(6月)の #食育の日 なんか特別感をだしてしまいましたが、旅行先でのある日の食事(#ブデチゲ) を載せませす。 何の食材が入っているのか話しながら美味しくいただきました。 皆さんも日ごろの生活の中で #楽しみながら食について話してみませんか 🍴</p>  </div> <div style="width: 45%;"> <p> ハイサイ なんぼ @hais... · 2019/08/19 ✓ ハイサイ 😊 毎月19日は #食育の日 です。 ところで #食生活改善推進員 さんをご存知ですか？ #食改さん や #ヘルスマイト と呼ばれており、地域で積極的に食育を実践しているボランティアさんです。ヘルスマイト考案のレシピから暑い夏 ☀️ にぴったりの「ゴーヤーの梅おかか和え」を紹介しま〜す。</p>  <table border="1" data-bbox="1300 1288 1476 1332"> <thead> <tr> <th>材料</th> <th>分量</th> <th>単位</th> <th>備考</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>ゴーヤー</td> <td>123.2</td> <td>20.9</td> <td>0.9</td> </tr> <tr> <td>梅干し</td> <td>2.3</td> <td>5.6</td> <td></td> </tr> </tbody> </table> </div> </div> <div style="width: 45%;"> <p> ハイサイ なんぼ @hais... · 2019/04/19 ✓ ハイサイ 😊 毎月19日は #食育の日 です。 地域で食を通じた健康づくりを推進する #食生活改善推進員 は、食育推進の担い手「食育アドバイザー」としても活躍しています。食生活改善推進員さん達はどのような活動をしているか!? こちらをのぞいて👁️みてくださいね。 shokuseikatsu.or.jp</p> </div> <div style="width: 45%;"> <p> ハイサイ なんぼ @hais... · 2019/12/19 ✓ ハイサ〜い なんぼ!! 本日19日は【食育の日】とか...タンパク質・野菜・海藻...etc. 食事のバランスを考えて、1日に9品目を食べる日にします</p>  </div>	材料	分量	単位	備考	ゴーヤー	123.2	20.9	0.9	梅干し	2.3	5.6	
材料	分量	単位	備考										
ゴーヤー	123.2	20.9	0.9										
梅干し	2.3	5.6											