

【様式 3】

③食育の日・共食の日の取組（4～12月の取組）

提出都道府県名 政令指定都市名	静岡県
取組市町村名 取組団体・企業名	静岡県西部健康福祉センター、磐田市、 ヤマハ発動機ビズパートナー（株）、シダックスコントラクトフードサービス（株） シンコースポーツ(株)、アルテック(株)、ヤマハ発動機(株)磐田南工場
取組の名称	事業所食堂での健康づくりイベント
実施時期	令和元年 11 月 19 日（火）
取組内容	ヤマハ発動機（株）磐田南工場は、肥満者や血糖値が高めの人、健康に関心の低い人が多いことから、食堂利用者意識向上のため、所在市及び健康福祉センター、工場食堂管理部門、受託会社と連携し、食育の日に併せた啓発イベントを実施した。 1 イベント内容 （1）クイズ 食べ物とエネルギー量、減量等に関するクイズの配布と回収・解説 （2）食事提供 カフェテリアで選んだ品から、参加者が昼食で摂取した野菜量のチェック （3）健康チェック ・血圧測定 ・血管年齢測定 ・インボディによる体組成測定と健康運動指導士によるアドバイス ・ベジメータ®による野菜摂取量測定 （4）展示 ・脂肪 1 kg や野菜 350g の模型展示、磐田市の健康データの掲示等 2 状況等 野菜の摂取量について、150g 以上摂取していたのは全体の 66%だった。しかし、カレーや麺類を食べていた人では 150g 以上の摂取が 18%と少なく、副菜に野菜が少ないものを選ぶ人が多かった。 健康チェックでは普段計れない測定ができ、喜ばれた。野菜の摂り方や普段の食生活、運動等についてアドバイスし、普段運動習慣のない人や、野菜をあまりとらない人等にも今後に向けた健康管理の意識付けができた。
 	

【様式 3】

③食育の日・共食の日の取組（4月～12月の取組）

提出都道府県名 政令指定都市名	静岡県
取組市町村名 取組団体・企業名	熱海市
取組の名称	ゼロ みんな 0 のつく日は 家族でご飯 PR 事業
実施時期	～令和1年12月
取組内容	熱海市の「0 のつく日は 家族でご飯」事業は、共食推進の事業である。共食は重要であるが家庭の状況で中々実施できないことを背景に毎月 0 のつく 10 日、20 日、30 日は家族（または友人等）でそろって料理を食べる日として推奨している。さらに本事業の実施に賛同し、協力の得られる商店を本事業の協力店とし、0 のつく日に協力店で買い物をすると特売や付加サービスなどが実施される。共食の推進と消費者の市内商店での消費向上を目的としている。 共食はコミュニケーションの場であり、食事の栄養バランスが整うなどの利点から熱海市の共食推進は「第三次熱海市食育推進計画」の重点課題としても位置づけられている。 しかし、平成 27 年に本市がおこなう「市民アンケート」において本事業の認知度を図ったところ 11.4%と低い数値だった。これまでも「0 のつく日は 家族でご飯」の周知活動を行っているところではあるが、さらに多くの市民へ共食の認知と重要性を周知する必要がある。 ここに報告する PR 事業は、今年度初めて実施した共食のレシピ集「家族でご飯をもっとおいしくするレシピ」の作成により「0 のつく日は家族でご飯」を周知するものである。本レシピ集は高齢化率の高い本市のニーズにあわせて低栄養予防など高齢者の食生活のポイントを盛り込んだ内容で考案した。 本市管理栄養士が熱海市食育推進会議の委員から意見を募り、それを基にレシピ集の内容を考案した。また市内高齢者施設の栄養士の協力を募りレシピ提供いただき、掲載した。 本レシピ集は、市内協力店などにも協力いただき一般への周知をおこほか、老人クラブやサロンへの配布を予定している。 その他、当市の食育事業での活用や調理実習などを含む事業で本レシピ集を活用する予定である。

【様式 3】

③食育の日・共食の日の取組（4月～12月の取組）

提出都道府県名 政令指定都市名	静岡県
取組市町村名 取組団体・企業名	函南町健康づくり課、マックスバリュ東海（株）、函南町食生活改善推進協議会
取組の名称	かなみ健康・食育キャンペーン
実施時期	令和元年6月
取組内容	目的：食育の日付近の日程で食育の普及啓発を図るとともに、函南町の朝食欠食率が高い現状を改善するため、試食を通し実践方法を周知する。また、健康測定から自分自身の健康に興味を持っていただき、特定健診・がん検診受診の啓発活動の場とすることを目的として開催しました 実施日 令和元年6月18日 会場 マックスバリュ函南店 対象者 マックスバリュ函南店来店者の子育て世代の方から特定健診の対象者 内容 ・血管年齢測定 参加者 110人 ・野菜重量当てクイズ（食生活改善推進協議会） 参加者 70人 ・試食配付 ・食育の日、健診・検診周知グッズの配布。血管年齢測定は 110 名が実施し、測定結果から動脈硬化予防のための減塩や生活習慣の指導を実施しました。野菜の重量当てクイズでは、食生活改善推進員が 1 日分の野菜摂取目標量である 350g の野菜を実際に選んで量るクイズを実施し、70 人がクイズに挑戦しました。不正解だった方には実際の 350g 分の野菜量を見せ、料理にすると 1 日 5 皿分程度になること、加熱をすることでかさが減りたくさん量が食べられることを伝えました。

