


【様式 1】

① 食育月間の取組





提出都道府県名 政令指定都市名	大阪府
取組市町村名 取組団体・企業名	八尾市
取組の名称	食育月間・食育推進事業の啓発 ラジオ番組での市民への啓発
実施時期	令和 2 年 6 月
取組内容	<p><u>1. 食育月間・食育推進事業の啓発</u></p> <p>①食育月間について市政だよりに掲載（八尾市民対象） 八尾市で毎月発行している市政だよりの 6 月号に、食育月間・食育推進事業の啓発のため、食育についての記事を掲載しました。記事の中で毎年 6 月が『食育月間』、毎月 19 日が『食育の日』であることに加え、食育推進のための年代に応じた取り組みや役割を啓発しました。</p> <p>②公用車でマグネット掲示（八尾市全域対象） 食育月間・食育推進事業の啓発のため、「おいしく かしこく 食べましょう」・「楽しく学んで上手に食べる 食から始める健康づくり」のスローガンを示したマグネット 2 種を、食育月間中に公用車 10 台に掲示しました。</p>  <p>③啓発ポスターの掲示（八尾市民対象） 八尾市保健所において、来所者を対象とし、「健康増進（食生活の改善）への理解促進」の普及・啓発を目的として、ポスター（厚生労働省より提供されたもの）の掲示を行いました。</p> <p><u>2. ラジオ番組での市民への啓発</u></p> <p>八尾市内にあるコミュニティ FM ラジオ「FM ちゃお」の番組「情報プラザやお」に出演し、子育て世代に向けて幼児期の食生活のポイントについて啓発しました。また、熱中症予防をテーマに、新しい生活様式や経口補水液についての情報を発信しました。</p>

① 食育月間の取組

<p>提出都道府県名 政令指定都市名</p>	<p>大阪府</p>																														
<p>取組市町村名 取組団体・企業名</p>	<p>四條畷市</p>																														
<p>取組の名称</p>	<p>市広報誌6月号に掲載 食で元気なまちづくり～朝から食べます四條畷～</p>																														
<p>実施時期</p>	<p>令和2年6月15日発行</p>																														
<p>取組内容</p>	<p>第3次四條畷市食育推進計画策定時のアンケート結果から、朝食の欠食率が特に若い世代（20代）で高いことがわかり、朝食の大切さやバランスのよい食事を心がけることなど、3色食品群を活用し、レシピ等と合わせて掲載することで、作ってみてもらいやすく、朝食を食べる習慣につながるよう広く市民に啓発しました。</p> <div data-bbox="587 913 1369 2011" style="border: 1px solid black; padding: 10px;"> <div style="text-align: center;">  <p><b>6月は食育月間</b></p> <p><b>食で元気なまちづくり ～朝から食べます四條畷～</b></p> </div> <p>朝ごはんを食べていますか。夜、寝ている間にもエネルギーは使われていて、起床時にはエネルギー不足状態になっています。朝ごはんを食べて脳にエネルギーが補給され、午前中から集中力や記憶力が保てたり、食べ物が胃に入ることによって腸が刺激され排便が促されるなど、さまざまな効果があります。朝ごはんを食べてエネルギーを補給して、1日元気に過ごしましょう。 「1日のスタートは朝ごはんから!」</p> <p>地場産野菜を使用した「朝食メニューコンテスト」と「お弁当クッキング」のレシピを紹介します!</p> <div style="text-align: center;"> <p><b>朝食メニューコンテスト しらすチーズトースト</b></p>  <table border="0"> <tr> <td>材料</td> <td>分量(1人分)</td> </tr> <tr> <td>◆食パン</td> <td>1枚</td> </tr> <tr> <td>◆しらす</td> <td>25g</td> </tr> <tr> <td>◆たまねぎ</td> <td>10g</td> </tr> <tr> <td>◆チーズ</td> <td>1枚</td> </tr> <tr> <td>◆青のり</td> <td>少々</td> </tr> <tr> <td>◆ピザソース</td> <td>適量</td> </tr> </table>  <p>▲朝食メニューコンテストのレシピはこちら</p> </div> <p><b>作り方</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①食パンにピザソースを薄くぬる。</li> <li>②薄くスライスしたたまねぎとしらすをのせ、その上にとろけるチーズをのせて、トースターでこんがり焼く。</li> <li>③焼きあがったら、その上に青のりをふってできあがり!</li> </ol> <div style="text-align: center;"> <p><b>お弁当クッキング のり巻き</b></p>  <table border="0"> <tr> <td>材料</td> <td>分量(1人分)</td> </tr> <tr> <td>◆ごはん</td> <td>130g</td> </tr> <tr> <td>◆鮭フレーク</td> <td>10g</td> </tr> <tr> <td>◆きゅうり</td> <td>15g</td> </tr> <tr> <td>◆人参</td> <td>15g</td> </tr> <tr> <td>◆焼き海苔</td> <td>1枚</td> </tr> <tr> <td>◆卵</td> <td>1個</td> </tr> <tr> <td>◆油</td> <td>少々</td> </tr> </table>  <p>▲お弁当クッキングのレシピはこちら</p> </div> <p><b>作り方</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①ごはんを鮭フレークを選ぜる。</li> <li>②卵を割りほぐし、フライパンで油を少量あたためたら中に流し入れ、薄く焼く。</li> <li>③きゅうり、人参を細切りにし、人参は電子レンジ600Wで30秒～1分ほど加熱し、やわらかくする。</li> <li>④②に①のごはんをまんべんなく敷き、焼き海苔をのせ、巻き始めに③をのせ、巻く。</li> </ol> <div style="text-align: center;"> <p><b>バランスのよい食事を心がけましょう!</b></p>  <p>3色食品群を活用するとバランスをとりやすくなります。 3色食品群とは…食べ物に含まれる栄養素の働きの特徴により「赤色の食品」「黄色の食品」「緑色の食品」の3つに分類したものです。</p> <p>赤色の食品 体をつくるものになる食品 ……肉・魚・卵など 黄色の食品 熱や力のもとになる食品 ……ごはん・パン・いも類など 緑色の食品 体の調子を整える食品 ……野菜・果物</p> <p>それぞれの分類から食品を選び、バランスよく食べることを心がけましょう。</p> <p style="text-align: right;">問い合わせ：保健センター</p> </div> </div>	材料	分量(1人分)	◆食パン	1枚	◆しらす	25g	◆たまねぎ	10g	◆チーズ	1枚	◆青のり	少々	◆ピザソース	適量	材料	分量(1人分)	◆ごはん	130g	◆鮭フレーク	10g	◆きゅうり	15g	◆人参	15g	◆焼き海苔	1枚	◆卵	1個	◆油	少々
材料	分量(1人分)																														
◆食パン	1枚																														
◆しらす	25g																														
◆たまねぎ	10g																														
◆チーズ	1枚																														
◆青のり	少々																														
◆ピザソース	適量																														
材料	分量(1人分)																														
◆ごはん	130g																														
◆鮭フレーク	10g																														
◆きゅうり	15g																														
◆人参	15g																														
◆焼き海苔	1枚																														
◆卵	1個																														
◆油	少々																														

【様式1】

① 食育月間の取組

<p>提出都道府県名 政令指定都市名</p>	<p>大阪府</p>
<p>取組市町村名 取組団体・企業名</p>	<p>泉佐野市</p>
<p>取組の名称</p>	<p>電子母子手帳「さのっ子なび」での啓発</p>
<p>実施時期</p>	<p>令和2年6月1日～6月30日</p>
<p>取組内容</p>	<p>電子母子手帳「さのっ子なび」にて、食育月間のニュースを配信しました。</p> <p>目的 電子母子手帳「さのっ子なび」利用者への情報発信</p> <p>対象者 電子母子手帳「さのっ子なび」アプリ登録者 1419人（6月30日現在）</p> <p>特徴 子育ての若い世代への情報提供</p> <p>6月は食中毒予防をテーマに配信しました。</p> <div data-bbox="475 969 1029 1814" style="border: 1px solid #ccc; padding: 10px; margin: 10px 0;"> <p style="text-align: center;"><b>食中毒に注意しましょう</b></p> <p style="text-align: center;"><small>2020年6月1日(月)   泉佐野市健康推進課</small></p> <p>6月は国の食育月間です。気温や湿度が上がり、食中毒が起りやすい季節になっています。</p> <p>食中毒というと、飲食店での食事が原因と思われるのですが、家庭の食事でも発生しています。家庭での食中毒を防ぐために、3つの原則があります。</p> <p>1. 菌をつけない 2. 菌を増やさない 3. 菌をやっつける</p> <p>しっかり手洗いしましょう</p>  <p style="text-align: center;"> <a href="#">食中毒の防ぎ方(大阪府)</a>  </p> <p style="text-align: center;"> <a href="#">さらば食中毒！お弁当づくりの知恵(農林水産省)</a>  </p> <p style="text-align: center;"> <a href="#">手洗いの仕方(大阪府)</a>  </p> </div>