

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>新潟県</p>
<p>取組市町村名 取組団体・企業名</p>	<p>燕市</p>
<p>取組の名称</p>	<p>(1) 「新しい生活様式とつばめの食育」普及啓発 (2) 市内3図書館食育の本コーナー設置</p>
<p>実施時期</p>	<p>6月</p>
<p>取組内容</p>	<p>(1) 密にならない買い物や食事の方法の紹介等、新しい生活様式をふまえた食育を啓発しました。</p> <p>☆食育啓発ティッシュ 4800 個 ☆つばめ食育だより掲示 207 か所 ☆ホームページにて配信</p> <div data-bbox="478 974 1037 1254">  <p>【食育啓発ティッシュ】</p> <p>ご飯を1日2食以上食べよう</p> <p>買い物はすいた時間に早く済ませることが新しい生活様式。ある程度献立の計画を立てていくことがポイントです。ご飯はどんなメニューにも合い、血糖値を上げにくく、腸持ちが良いです。</p> <p>つばめ食育だより</p> <p>毎月19日に最新号が配布されます。ご覧ください。</p> </div> <div data-bbox="1085 739 1524 1344">  <p>新しい生活様式と食育</p> <p>毎食、主食・主菜・副菜をそろえた食事をしよう</p> <p>野菜を毎食食べよう</p> <p>たんぱく質をしっかりとろう</p> <p>毎日19日は食育の日</p> <p>つばめ食育だより</p> </div> <p>(2) 市内3図書館において食育月間の期間中、食育の本や紙芝居等集めたコーナーを設置及び食育啓発ティッシュを配布しました。</p> <p>※期間中5回の食育の本読み聞かせイベントを予定していたが、新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止。</p> <div data-bbox="462 1568 869 1870">  <p>【燕図書館】</p> </div> <div data-bbox="877 1747 1252 2049">  <p>【分水図書館】</p> </div> <div data-bbox="1260 1467 1540 1982">  <p>【吉田図書館】</p> </div>

【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	新潟県
取組市町村名 取組団体・企業名	長岡市
取組の名称	(1) 長岡ぴったり3・1・2弁当の販売
実施時期	6月1日～6月30日
取組内容	<p>長岡市では、市民一人ひとりの健全な食生活を推進し、生活習慣病の予防につなげるため、「長岡ぴったり3・1・2弁当箱法」の普及に取り組んでいます。</p> <p>○長岡ぴったり3・1・2弁当の販売 市内スーパーマーケット4社と連携し「長岡ぴったり3・1・2弁当」を販売しました。4社はそれぞれオリジナルの弁当を企画・販売し、食育に関連した販促グッズ、PRチラシ等での普及啓発を行いました。今年で10年目の取り組みとなりますが、店頭での認知度も上がり、「毎年購入するお客さんも増えてきた」との声をいただいております。</p> <p>※長岡ぴったり3・1・2弁当箱法 食べる人の体に合ったサイズの弁当箱を用いて、主食・主菜・副菜を3:1:2の割合で詰めることで、自分にあった1食分の量と栄養素のバランスを知る方法です。(参考:食生態学実践フォーラム「3・1・2弁当箱法」)</p> <p>サイト参照: <a href="http://www.city.nagaoka.niigata.jp/fukushi/cate05/syokuiku/312bentou.html">http://www.city.nagaoka.niigata.jp/fukushi/cate05/syokuiku/312bentou.html</a></p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div> <p style="text-align: center; border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 0 auto;">スーパーでの販売の様子</p>

## ① 食育月間の取組



提出都道府県名 政令指定都市名	新潟県
取組市町村名 取組団体・企業名	長岡市
取組の名称	(2) 子ども長岡ぴったり3・1・2弁当作品展の開催
実施時期	6月1日～5日、18日～30日
取組内容	<p>○子ども長岡ぴったり3・1・2弁当作品展の開催</p> <p>「長岡ぴったり3・1・2弁当箱法」を普及するため、小・中・高校生を対象に「長岡ぴったり3・1・2弁当箱法」に基づいて作った弁当作品の写真を募集し、作品展を実施しました。作品展に参加することで、バランスのとれた食事の大切さを知り、自らの食生活での実践につなげていくことを目的としています。</p> <p>昨年度応募のあった142点の中から3・1・2のバランスがぴったりの63点をオーレ長岡（期間：6月1日～5日）、さいわいプラザ（期間：6月18日～30日）で展示しました。多くの方に、地元産物の使用や色とりどりの工夫を凝らしたお弁当の写真を興味を持ってご覧いただきました。</p>



3・1・2 弁当作品展の様子

【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>新潟県魚沼地域振興局健康福祉部</p>
<p>取組市町村名 取組団体・企業名</p>	
<p>取組の名称</p>	<p>新型コロナウイルス感染症対策を踏まえた食育の推進 ①「新しい生活様式」を実践する健康づくりのための運動と食生活の提案 ②「自然災害や緊急時に向けた備え」の普及啓発</p>
<p>実施時期</p>	<p>①,② 令和2年6月1日から6月30日まで</p>
<p>取組内容</p>	<p><b>①「新しい生活様式」を実践する健康づくりのための運動と食生活の提案</b></p> <p>新型コロナウイルス感染症の影響による生活習慣病の悪化等を防ぐため、健康づくりのための運動プログラムや食生活のポイントについてリーフレットを作成しました。地元の総合型地域スポーツクラブの健康運動指導士と連携して作成した運動プログラムは、食生活のポイントと併せてリーフレットに盛り込みました。</p> <p>6つの健康づくり支援店では、食生活改善推進委員と連携して2種類のリーフレット(各500枚)を用いながら普及啓発を進めました。</p>  <p><b>②自然災害や緊急時に向けた備えの普及啓発</b></p> <p>新潟県魚沼地域は震災をはじめ水害等の自然災害に頻繁に見舞われていることから、家庭での備蓄の実例を展示しながら備えの普及啓発を行いました。新型コロナウイルス感染症対策として、マスクやアルコールなどの衛生用品についても備蓄し、避難の際には食料と共に持ち出しができるよう呼びかけました。</p>  <p>食育月間の概要について新潟県ホームページで紹介しました。  <a href="https://www.pref.niigata.lg.jp/site/uonuma-kenkou/20200604shokuiku-gekkannpr.html">https://www.pref.niigata.lg.jp/site/uonuma-kenkou/20200604shokuiku-gekkannpr.html</a></p>