

【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 | 愛知県 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 取組市町村名 取組団体・企業名 | 春日井市 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 取組の名称 | 野菜の摂取量増加を促すための周知啓発 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 実施時期 | 令和4年6月 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 取組内容 | <p>当市の健康増進計画である「かすがい健康計画 2023」で謳う、食育への関心をさらに高め、実践に繋げることを目的とし、以下の通り実施しました。</p> <p>○SNS（当市のLINE及びTwitter）を利用し、野菜摂取量を増加させるための啓発を行いました。</p> <p>【SNSに表示される啓発文言】</p> <p>6月は「食育月間」、そして、毎月19日は「食育の日」です。皆さんは野菜を1日にどれくらい食べていますか？健康増進のためには野菜を1日350g以上食べることが目標とされています。国民健康・栄養調査によると、1日の平均的な野菜摂取量は280gほどで、目標にあと約70g足りていません。野菜70gの目安は、サラダやお浸しなら小鉢1皿程度です。日頃の食事にあと1皿の野菜料理を心がけ、毎日を元気に過ごしましょう。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div data-bbox="470 1310 970 1960"> <p>6/3(金)</p> <p>6月は「食育月間」、そして毎月19日は「食育の日」です</p> <p>皆さんは野菜を1日にどれくらい食べていますか？</p> <p>健康増進のためには野菜を1日350g以上食べることが目標とされています</p> <p>国民健康・栄養調査によると、1日の平均的な野菜摂取量は280gほどで、目標にあと約70g足りていません</p> <p>野菜70gの目安は、サラダやお浸しなら小鉢1皿程度です</p> <p>日頃の食事にあと1皿の野菜料理を心がけ、毎日を元気に過ごしましょう</p> <p>12:00</p> </div> <div data-bbox="1050 1310 1524 1960"> <p>5aday ファイブ・ア・デイ 毎日の健康増進をサポートします！</p> <p>1皿70gってどれくらい？</p> <p>代表的な野菜素材の70gの目安量</p> <table border="1"> <tr> <td>トマト</td> <td>炒め野菜</td> <td>レタス</td> <td>きんぴら</td> </tr> <tr> <td>れんこん</td> <td>茄子</td> <td>アスパラガス</td> <td>オクラ</td> </tr> <tr> <td>ほうれん草</td> <td>ピーマン</td> <td>ブロッコリー</td> <td>もやし</td> </tr> <tr> <td>豆苗</td> <td>にんじん</td> <td>キャベツ</td> <td>きゅうり</td> </tr> <tr> <td>玉ねぎ</td> <td>さつま芋</td> <td>大根</td> <td>とうもろこし</td> </tr> </table> <p>一般社団法人ファイブ・ア・デイ協会 https://www.5aday.net</p> </div> </div> | トマト | 炒め野菜 | レタス | きんぴら | れんこん | 茄子 | アスパラガス | オクラ | ほうれん草 | ピーマン | ブロッコリー | もやし | 豆苗 | にんじん | キャベツ | きゅうり | 玉ねぎ | さつま芋 | 大根 | とうもろこし |
| トマト | 炒め野菜 | レタス | きんぴら | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| れんこん | 茄子 | アスパラガス | オクラ | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ほうれん草 | ピーマン | ブロッコリー | もやし | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 豆苗 | にんじん | キャベツ | きゅうり | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 玉ねぎ | さつま芋 | 大根 | とうもろこし | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 配信したLINEの表示画像 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 添付した画像 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

【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 | 愛知県 |
| 取組市町村名 取組団体・企業名 | 知多市 |
| 取組の名称 | 食育の日啓発キャンペーンの実施 |
| 実施時期 | 6月 |
| 取組内容 | <p>知多市では、市民に「食育の日」を知っていただき、食生活改善へつなげるきっかけとしていただくことを目標として、食育月間である6月に食育の普及啓発を行っています。</p> <p>知多市では、糖尿病の占める医療費が高いことが課題とされています。糖尿病予防には野菜摂取量の向上が欠かせませんが、平成28年度の国民健康・栄養調査によると、愛知県の野菜摂取量は全国ワースト1という結果でした。また、昨年度市で実施したアンケートによると、特に朝食における野菜の摂取量が少ない事が分かり、今年度は「はじめよう！朝ベジ習慣！！」をテーマとして啓発を実施しました。</p> <p>市役所、保健センターにて、忙しい朝でも野菜がとれるレシピや啓発グッズ、外食での野菜摂取向上を目的として知多市が推進する「野菜たっぷり！！ヘルシーメニュー」のリーフレット等を配布し、野菜を食べることのメリットや、食べるための工夫の仕方などを啓発しました。</p> <p>また、特に忙しい働き世代にもご覧いただけるように、朝ベジレシピの料理動画を作製し、市公式 YouTube チャンネルに掲載しました。カット野菜や電子レンジを活用するなど、包丁や火を使わずにできるようにするなど、野菜がとれるだけでなく、時短で手軽にできるメニューとなるように工夫しました。</p> <p>さらに、マックスバリュ知多新知店にご協力いただき、朝ベジレシピを掲示していただきました。レシピに使われている食材の近くに掲示し、野菜を手にとっていただけるように工夫しました。</p> <p>▼朝ベジレシピ「パンキッシュ」動画の URL https://youtu.be/hGBaVPT3v5Q</p> |



【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 | 愛知県 |
| 取組市町村名 取組団体・企業名 | 岡崎市 |
| 取組の名称 | 第17回食育推進全国大会 in あいち ブース出展「まめ吉とやろまい食育～見て、学んでおうちで実践しよう～」 |
| 実施時期 | 令和4年6月18日（土）、19日（日） |
| 取組内容 | <p>食育推進全国大会において、本市の推進する食育について広く紹介するとともに、学び、体験を通じて、家庭での食育の実践につながることを目的とし、ブース出展及びステージによる啓発を実施しました。</p> <p>【実施内容】</p> <p>岡崎市の食育に関するパネル展示</p> <ul style="list-style-type: none"> ・食育クイズラリー（野菜、岡崎の郷土料理に関するクイズ） ・岡崎市の食文化、郷土料理に関する展示 ・岡崎市健康・食育キャラクターまめ吉による啓発 |



クイズラリー、ブース展示の様子



キャラクターによる啓発