

【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	堺市
取組市町村名 取組団体・企業名	堺市
取組の名称	堺市中保健センター食育月間啓発 「中区の食育推進、毎日！！朝ごはんを食べよう！」
実施時期	6月
取組内容に該当する 食育ピクトグラム	
取組内容	【目的】6月の食育月間に「朝ごはん」をテーマに啓発することにより、市民が食に関する正しい知識を深め、朝ごはんを喫食する市民が増加し、いくつになっても健全な食生活を実践すること。 【実施内容】 ○区役所内での取組 3日(月)運動教室参加者や14日(金)肺がん検診参加者に対し、フードモデルを使用した、食育SATシステムを用い、市民が体験から学ぶ機会としました。食生活改善推進協議会(歩み会)と一緒に、栄養価計算の結果に合ったアドバイスや、選んだ献立からどのようにすれば減塩になるかなど、本物そっくりの模型を使い、実践的な体験学習の場としました。17日(月)から26日(水)の期間は、区役所1階エントランスホールにて、食育情報を掲示や配架したほか、期間中、近隣の図書館や体育館とも連携をとり、食育啓発を実施しました。 ○地域での取組(老人会での啓発) 15日(土)は、地域の集まりにて、洗い物を出さずに、簡単に温かい料理を作ることができる「パッククッキング」の方法や献立を展示しました。 ～ 老人会や掲示の様子 ～   

～食育 SAT システムの様子～



～ 老人会や掲示の様子 ～



○地域での取組（スーパーマーケットでの啓発）**食育月間・食育の日**

19日（水）、食生活改善推進協議会（歩み会）と連携し、スーパーマーケット入り口付近にて、「毎日朝ごはんを食べてますか？」と声をかけました。幼児を連れた母親には、「さかい食育目標」のお面やメダルを渡し、野菜売り場前での啓発だったので、野菜を選んでいる方には、その場で売っているおすすめ野菜を使用したレシピを配りました。

高齢者には、朝ごはんの啓発のほか、食生活改善推進協議会（歩み会）がコロナ禍中に作成した「季節の野菜レシピ」をお配りし、旬の献立や栄養バランスについてもお伝えしました。

～スーパーマーケットでの啓発の様子～



このほか、保健センターとかかわりの少ない、昼ごはんを買いに来られた、現役世代の男性に声をかけることができたことや、駅前の大型スーパーだったので、幅広い世代の利用者に伝えることができ、290名に、朝ごはんの大切さを啓発することができました。

○食育月間合計啓発数

食育 SAT システムを用いた個別栄養指導 69 名

スーパーマーケットでの啓発 290 名

3 歳児健康診査 54 名、離乳食講習会など教室 96 名、このほか 64 名 合計 214 名

○啓発以外の 6 月食育月間資料の配布数

区役所 1 階エントランスホール、肺がん検診など 合計 83 名

○食生活改善推進協議会中支部（歩み会）啓発回数と人数 6 回 34 名

食生活改善推進協議会（歩み会）と一緒に

「朝ごはんの大切さ」を、

656 名に啓発しました。

