

【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	名古屋市
取組市町村名 取組団体・企業名	名古屋市(中村区) 株式会社ヤクルト東海
取組の名称	食育セミナー「腸元気生活のすすめ」
実施時期	6月18日
取組内容に該当する 食育ピクトグラム	
取組内容	<p><b>【目的】</b> 食育に取り組む企業と連携することで、食育活動の活性化を推進すること。 また、セミナーを通し市民の食育に関する意識の向上をめざす。</p> <p><b>【対象者（参加者）とその人数】</b> 区内在住の20歳以上の方 26名</p> <p><b>【実施内容】</b> 保健センター ・管理栄養士講話「野菜・水分足りていますか？」 ・ベジチェック測定 株式会社ヤクルト東海 ・講話「腸元気生活のすすめ 意外と知らないウンチの話」 ・血管年齢測定 ・調理実習、レシピ紹介、試食</p> <p>名古屋市で取り組んでいる野菜摂取量増加との関連性を踏まえ、「腸元気生活のすすめ」について講話をしてもらいました。ベジチェック測定では、各自の野菜摂取レベルを把握することで、今後の食生活を見直すきっかけとしてもらいました。また、ヨーグルトを使ったドレッシングづくりや試食も取り入れ、食に関心をもってもらうための工夫をしました。</p>



ベジチェック®



講話「野菜・水分足りていますか？」

ヨーグルトを使ったレシピ紹介

ブロッコリーのごまヨーグルトかけ

<材料 1人分>  
 ブロッコリー……70g  
 ソフール(プレーン)  
 ……………1/4個  
 A [すりごま……大さじ1/2  
 しょうゆ……小さじ1/2



★ 作り方

- ① ブロッコリーは小房に分けてゆでる。
- ② ソフールとAを混ぜ合わせ、①にかける。

※ 無糖ヨーグルトを使用する場合は、お好みで砂糖を加えてください。



講話「腸元気生活のすすめ」



ミニ調理実習



試食：農家さんの野菜たっぷりカレー

【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	名古屋市
取組市町村名 取組団体・企業名	名古屋市(港区)
取組の名称	自分や大切な人を守る“防災セミナー”
実施時期	令和6年6月25日(火)
取組内容に該当する食育ピクトグラム	
取組内容	<p>【目的】 港区の災害対策や食料の備蓄状況を知り、災害に対する危機管理意識を持ち、災害に備えた家庭備蓄の大切さを認識する</p> <p>【内容】 ① 実際の被災地の現状について 能登半島地震被災地派遣総務課職員による講話</p> <p>② 港区の災害対策、食料の備蓄状況について 港区役所総務課課長補佐(防災担当)による講話</p> <p>③ 家庭での食料の備蓄方法について 港保健センター管理栄養士による講話</p> <p>④ 家庭での備蓄状況の確認 自宅に備えてある食品を確認してみましょう</p> <p>⑤ 日持ちのする食品を使用した災害時レシピの紹介</p> <p>【対象者と参加人数】 港区在住・在勤の方 70人</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	名古屋市
取組市町村名 取組団体・企業名	名古屋市(南区) 白水保育園
取組の名称	巡回歯科保健指導での食育講話
実施時期	令和6年 6月 11日(火) 10時から10時45分
取組内容に該当する食育ピクトグラム	
取組内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>・例年、巡回歯科保健指導の際に同行し、食育活動を実施しています。</li> <li>・園児(年中43名、年長45名)を対象に、園内の遊戯室にて実施しました。</li> <li>・保健センター管理栄養士が作成した紙芝居【けんたくんのごはんぼうけん】を使用し、3色食品群についてお話をしました。後半には、食物カードを用いて食品群分けクイズを実施しました。</li> <li>・まとめの際には、大きな声での発言もあり、お話しをしっかりと聞いていた様子が見られました。</li> </ul>
	