

【様式 2】

②食育月間以外の月の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	浜松市
取組市町村名 取組団体・企業名	浜松市
取組の名称	バランスのよい食事について考えよう
実施時期	令和 6 年 12 月 17 日
取組内容に該当する 食育ピクトグラム	  
取組内容	・ 目的 朝ごはんの大切さと 3 つのグループ・五大栄養素がそろった食事が体に良いことを理解し、自分の朝食を見直しつつバランスの良い食事について学ぶ。 ・ 対象者 5 年生（8 9 人） ・ 内容 朝食のリーフレットで自分の朝食を振り返り、課題と改善策を考えました。 黄・赤・緑の働きと五大栄養素について指導をしました。 給食と A さんの食事を 3 つのグループと五大栄養素の点から比較し、A さんの食事をバランスよくする活動を行いました。 ・ 特徴 給食の食材を 3 つのグループに分ける活動時に I C T を使用しました。

【様式 2】

②食育月間以外の月の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	浜松市
取組市町村名 取組団体・企業名	浜松市・浜松ウエルネス推進協議会・株式会社杏林堂薬局・サーラエナジー株式会社 浜松支社
取組の名称	働きざかり健幸クッキング教室
実施時期	第1回：令和6年9月6日 第2回：令和6年11月21日
取組内容に該当する 食育ピクトグラム	
取組内容	浜松市が事務局を務める「浜松ウエルネス推進協議会」における食部会の取組として、これに参画する株式会社杏林堂薬局とサーラエナジー株式会社浜松支社の協働により、「働きざかり健幸クッキング教室」を実施しました。浜松市内企業の健康経営における食育施策として、対象企業の従業員（健康無関心層を含む）向けに、減塩でおいしいメニューを用いたクッキング教室を開催しました。 クッキング教室の内容には、杏林堂薬局所有の機器による野菜摂取度測定、管理栄養士による健康プチ講座、調理デモンストレーション、調理実習、試食が含まれます。レシピは過去に株式会社杏林堂薬局と浜松市の管理栄養士が連携して開発した「いいら！減塩おいしいレシピ」を使用しました。第1回は令和6年9月6日（金）にプレ葉ウォーク浜北内のサーラキッチンにて実施、参加者16名でした。 第2回は令和6年11月21日（木）にサーラプラザ浜松内のクッキングスタジオにて実施、参加者12名でした。 当日は、普段から家庭で料理をする者から全く料理をしない者まで、様々なレベルの者が参加しました。また、同じ会社の中でもこれまで交流のなかった者同士が共同で調理・試食しました。こうした中で、慣れている者が不慣れな者にアドバイスをするなど、新しいコミュニケーションが生まれていました。 料理については「塩がほとんど入っていないのにおいしい」「満足感がある」と好評でした。後日、家庭で実践された参加者もありました。