

【様式 3】

③食育の日の取組

提出都道府県名	滋賀県												
政令指定都市名													
取組市町村名	大津市												
取組団体・企業名													
取組の名称	X（旧 Twitter）による情報発信												
実施時期	毎月19日												
取組に該当する食育ピクトグラム	1 みんなで楽しく食べよう 2 朝ごはんを食べよう 3 バランスよく食べよう 4 太りすぎないやせすぎない 5 よくかんで食べよう 6 手を洗おう 8 食べ残しをなくそう 9 産物を認識しよう 11 和食文化を伝えよう 12 食育を推進しよう												
取組内容	目的：食に関する知識や食を選択する力を身に付け、健全な食生活を実践できる市民を増やすために、健康に関心の薄い若い世代へ情報発信をすること。 内容：毎月19日、食に関する情報を X（旧 Twitter）に投稿しています。 ～ 毎月19日は #食育の日 ～ BMI(体重(kg)÷身長(m)の2乗)は体格を表す指数で、日本では 25 以上を #肥満、18.5 未満を #やせ と分類しています。 「太りすぎ、やせすぎ」はどちらも健康上、望ましくありません。 男女ともに標準とされる BMI22.0 を目安に、適正体重を維持しましょう。 #大津市 #食育 大津市の現状 40～69歳 男性の肥満の割合 18～39歳 女性のやせの割合 男性の肥満の状況(抜粋) <table><tr><td>40～49歳</td><td>33.8</td></tr><tr><td>50～59歳</td><td>31.1</td></tr><tr><td>60～69歳</td><td>27.3</td></tr></table> 女性のやせの状況(抜粋) <table><tr><td>18～19歳</td><td>25.0</td></tr><tr><td>20～29歳</td><td>22.9</td></tr><tr><td>30～39歳</td><td>26.6</td></tr></table> 自分のBMIを計算してみましょう！ 「太りすぎ、やせすぎ」はどちらも健康上、望ましくありません。 BMI = 体重 (kg) ÷ 身長 (m) の2乗 男女ともに BMI22.0 が標準とされています。 あなたの適正体重は？ 22.0 × 身長(m) × 身長(m) = ____ kg 大津市食育推進委員会 「食育推進計画」 出典：健康おおつ(第3次計画)・第4次大津市食育推進計画 大津市保健所衛生課食の安全推進係	40～49歳	33.8	50～59歳	31.1	60～69歳	27.3	18～19歳	25.0	20～29歳	22.9	30～39歳	26.6
40～49歳	33.8												
50～59歳	31.1												
60～69歳	27.3												
18～19歳	25.0												
20～29歳	22.9												
30～39歳	26.6												

③食育の日の取組

提出都道府県名	滋賀県
政令指定都市名	
取組市町村名	守山市
取組団体・企業名	
取組の名称	①健康推進員を通じた啓発の実施 ②子育てタウンアプリにおいて食育コラムの配信
実施時期	①令和6年7、9、10、11月の食育の日 ②令和6年4月から毎月19日
取組に該当する食育ピクトグラム	
取組内容	①健康推進員を通じた啓発の実施 ・目的：地域の健康推進員（市の健康づくりボランティア）を通して情報を発信することで、より効果的・実践的に「食育の日」をはじめとする啓発を行うとともに、市民が望ましい食生活を実践するための具体的な手段についての情報提供を行います。 ・対象：市民 ・内容：食育の日に健康推進員が街頭啓発を行う際に、ポケットティッシュと野菜摂取啓発のチラシをあわせて配布し、野菜の積極的摂取について啓発していただきました。 ②子育てタウンアプリにおいて食育コラムの配信 ・目的：若い世代が利用しやすいアプリを活用して、定期的に食育コラムを配信し、乳幼児の栄養・食生活について広く情報提供を行います。 ・対象：乳幼児がいる家庭 ・内容：乳児期向けおよび幼児期向けに、栄養・食生活に関するワンポイントアドバイスを毎月配信しました。