

かがわの食育



香川県では、第4次かがわ食育アクションプランの基本目標「生涯にわたって心身ともに健やかな県民生活の実現」に向けて、食育を推進しています。



減塩レシピコンテスト・啓発イベントを開催

東讃保健福祉事務所で減塩に対する意識を高め、健康増進を図ることを目的に「減塩」を意識したオリジナルレシピの募集を行いました。

また、コンテスト受賞レシピを掲載したリーフレットを作成し、スーパー等で、減塩の必要性やバランスの良い食事の重要性についての啓発イベントを行いました。



▲最優秀を受賞した「塩こんぶで簡単！！鯛のトマト煮」と作成した減塩リーフレット

食と俳句教室を開催

西讃保健福祉事務所で毎日の食事に主食、主菜、副菜を組み合わせた栄養バランスに配慮した食生活の実践につなげることを目的に、高校生を対象に俳句を切り口にした食育教室を開催しました。生産者と交流（農業に関する講話や収穫体験、試食等）や食育俳句を作成し、適切な食生活の実践や地場産物への興味関心を深めることを促しました。



▲生産者との交流の様子と入選作品を掲載したポスター（地元スーパー、産直等に配布し、掲示）

かがわの食文化を啓発する料理教室を開催

かがわの豊かな食文化の啓発・継承を図ることを目的に、こどもと保護者を対象に、地域に密着して食育料理教室などを行っている食生活改善推進員と連携し、香川県の郷土料理や地場産物を使った料理教室を開催しました。



▲料理教室の様子と作った郷土料理（かきまぜ寿司、まんばのけんちゃん、あん餅雑煮、げんこつ飴）