

令和6年度の取組内容報告（抜粋）

●取組の名称

健康福祉まつりの場を活用した健康や食育に関する情報発信
～食育の推進「毎日350g以上の野菜を食べよう」～【充実】

●基本目標等

- ・基本目標 1 食育の推進
- ・指標 ③、④、⑩

●取組の内容

・目的

毎年10月に開催している健康福祉まつりにおいて、区民が楽しみながら健康や食育について学ぶことができるように普及啓発に取り組んでいる。

食育に関心を持つ区民の割合を増やすことにより、生涯を通じた積極的な健康増進を目指す。

・対象者

健康福祉まつり来場者

・実施内容

「食育野菜キャラクター・野菜の摂取目標量や効用」の認知度向上

1. 展示コーナー

食育野菜キャラクターの紹介・野菜の摂取目標量のパネル、タペストリーの展示・野菜レシピ集等資料配布・食育マークのパネル展示

2. 体験コーナー

料理紹介、試食

～食育野菜キャラクターのトマト・ピーマン・にんじんを使った野菜料理～
シールアンケート（参加者の摂取量の把握）

スタンプラリー（展示内容等の認知状況の確認）



●実績等

・展示コーナー参加人数 361人 ・体験コーナー参加人数 433人

●今後の課題・施策の方向性

シールアンケートでの野菜の摂取状況の結果は、3皿以上は47.6%、目標とする5皿と回答する割合は18.3%であったものの、1皿未満の参加者も見受けられ、引き続き目標量の認知と摂取量の増加に向けた取組の強化が重要である。

本プランで新たに指標に加えた「減塩に気をつけた食事をしている区民の増加」に向けて、食塩摂取の目標量や摂取量を意識した食生活が営まれるよう、健康福祉まつり等の機会をとらえて、情報発信や理解促進を図る取組を推進していく。

●活動の様子等

展示コーナー

- ・1日の野菜の摂取目標量(350g)を食品と料理(1皿70g×5皿分)で展示
- ・食育野菜キャラクター名の紹介、外食・中食の利用時の工夫を提案



体験コーナー

＜料理紹介・試食とシールアンケート＞



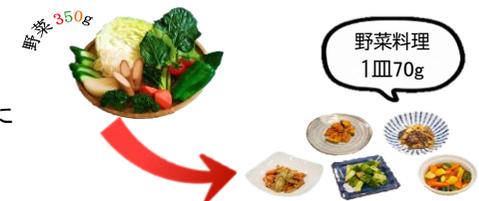
参加者は、野菜350gの展示を参考に昨日の摂取量を振り返り、現状を確認した。



＜結果＞

1皿未満	10.9%
1皿	23.2%
2皿	18.3%
3皿	24.4%
4皿	4.9%
5皿(350g)	18.3%

試食の間に作り方やポイントを伝えることで、調理工程の確認ができるため、家庭での実践につながるきっかけを作ることができた。



350 (サン・ゴー・マル)
ドライカレー▶

