

【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	北海道
取組市町村名 取組団体・企業名	胆振総合振興局 (いぶり食育推進ネットワーク)
取組の名称	食育月間パネル展
実施時期	6月13日(月)～6月17日(金)
取組内容	<p>食育に関するパネルやパンフレットの展示、年齢層別の食事レシピ等の紹介を行った。</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	北海道
取組市町村名 取組団体・企業名	室蘭市 保健福祉部子育て支援課子ども育成係
取組の名称	食育だより（保育所）への食育月間についての掲載
実施時期	令和4年6月
取組内容	各家庭に配布される食育だよりに、食育月間について掲載し周知しています。

① 食育月間の取組

<p>提出都道府県名 政令指定都市名</p>	<p>北海道</p>
<p>取組市町村名 取組団体・企業名</p>	<p>苫小牧市</p>
<p>取組の名称</p>	<p>広報誌への食育記事掲載</p>
<p>実施時期</p>	<p>6月</p>
<p>取組内容</p>	<p>市広報誌に食育に関する記事を掲載し、市民に対して啓発を行いました。</p> <div data-bbox="475 806 1516 1456"> <p>6月は食育月間です 詳細 健康支援課 ☎(32)6410</p> <p>食育とは？ さまざまな経験を通じて、食に関する知識と食を選択する力を身に付け、健全な食生活を実現できる力を育むことです。今月は食育を意識して過ごしてみませんか？</p> <p>第2次苫小牧市食育推進計画を策定しました</p> <p>市役所2階の市民情報コーナーや中央図書館、各コミセンなどに置いてあるほか、市HPからも閲覧できます。 また、今年度はとまチョップが食育PR隊員としてがんばります！</p>  <p>食育コラム～時間がない朝、何食べる？～</p> <p>「朝は忙しいからご飯を食べるなんて無理！」という方へ。こんなメニューはどうでしょう？</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 鮭おにぎり、納豆巻き ● 卵サンド、ツナサンド ● パナナ&ヨーグルト ● シリアル&牛乳または豆乳 <p>どれも、特に朝取ってほしい炭水化物とたんぱく質が含まれています。(余裕があればサラダやスープを加えるとよりGOOD!) 朝ご飯を食べると代謝が良くなり、ダイエットや筋トレの効果アップも期待できますよ!なるべく毎日朝ご飯を食べて、一日を元気に過ごしましょう。</p> </div>

【様式1】

① 食育月間の取組

<p>提出都道府県名 政令指定都市名</p>	<p>北海道</p>
<p>取組市町村名 取組団体・企業名</p>	<p>苫小牧市</p>
<p>取組の名称</p>	<p>食育に関する書籍展示</p>
<p>実施時期</p>	<p>令和4年5月28日（土）～6月23日（木）</p>
<p>取組内容</p>	<p>場所：苫小牧市立中央図書館 対象：苫小牧市民（幼児期～学童期の子どもたち及びその保護者） 目的：食べることに興味を持ってもらうこと、食育に関心を持ってもらうこと。</p> <p>児童コーナーにて食にまつわる絵本の展示を行いました。 また、展示の様子を Instagram やブログを通じて市民へ発信しました。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div> 

【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	北海道
取組市町村名 取組団体・企業名	苫小牧市
取組の名称	食育パネル展の開催
実施時期	令和4年6月1日(水)～6月15日(水)
取組内容	<p>場所：苫小牧市役所1階ロビー 対象：苫小牧市民 目的：食育に関心を持ってもらうこと、朝食の大切さについて考えてもらうこと</p> <p>市役所ロビーにて、食育パネル展を行いました。苫小牧市は朝食の欠食率が高いのですが、まずは朝食に関心を持ってもらうことが大切だと考え、目を惹くパネルを作成しました。なお、開催については新聞掲載やInstagramでPRを行いました。</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	北海道
取組市町村名 取組団体・企業名	苫小牧市
取組の名称	職員研修（食事バランスチェック）の実施
実施時期	令和4年6月27日（月）
取組内容	<p>場所：苫小牧市役所 対象：苫小牧市職員（希望者） 目的：食育に関心を持ってもらうこと、バランスの良い食事について考えてもらうこと。</p> <p>職員研修として、SATシステムを用いた食事バランスチェックを行いました。塩分を摂りすぎていること、野菜不足が気になることなど自身の食事の問題点を把握してもらい、バランスを整える工夫についてアドバイスするという流れで実施しました。朝食欠食の悪影響についての講話も盛り込んだ研修としました。</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	北海道
取組市町村名 取組団体・企業名	伊達市
取組の名称	食育パネル展
実施時期	令和4年6月1日（水）～6月30日（木）
取組内容	<p>○食育パネル展</p> <p>【目的】 食に関する知識を広く情報提供し、様々な面から「食」について考えるきっかけとすることで、食育に対する理解を深め、自身の食生活の見直しや食に対する興味を持つことにつなげることを目的としています。</p> <p>【目標】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.各地域の産物を上手に活用し、風土に合わせて食べられている郷土料理について学び、伝統的な食文化への理解を深めることができる。 2.伊達野菜についての理解を深め、地産地消を意識することで、普段からの食生活に地元食材を取り入れることを意識することができる。 <p>【場所】 だて歴史の杜食育センター 2階（食育レストラン E スプーン）</p> <p>【対象】 食育センター利用者</p> <p>【来場者（アンケート回収数）】 450人</p> <p>【実施内容】※株式会社日総と共同開催 テーマ：「食の旅～日本の食をめぐる～」</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 展示 壁およびホワイトボードに資料を掲示 ② 情報提供 郷土料理のレシピやリーフレットを配付 ③ メニュー提供 伊達野菜を豊富に使用した全国の郷土料理を「食育らんち」として提供しました。また、トレイに敷くランチョンマットを利用し、伊達野菜や郷土料理についての情報提供を行いました。

【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	北海道
取組市町村名 取組団体・企業名	白老町
取組の名称	山のイオルミニ体験 『野外学習』
実施時期	令和4年6月25日（土）
取組内容	<p>・野外学習 オオウバユリ加工・デンプン採取体験</p> <p>オオウバユリについて解説を行い、採取したオオウバユリの鱗茎を、まず水で洗浄しました。その後、臼と杵を使ってすり潰し、ザルを使って水をかけながら漉し、漉したものをさらし袋で漉して一番粉、二番粉と呼ばれるデンプンを採取しました。</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	北海道
取組市町村名 取組団体・企業名	白老町
取組の名称	6月の食育授業
実施時期	6月中
取組内容	<p>6年生 54名 ⇒「食事と健康について考えよう」</p> <ul style="list-style-type: none"> ・睡眠 食事 おやつ 運動の日常生活をふり返り、中学生に向けた生活を考える ・不規則な生活が生活習慣病につながることを知る <p>4年生 49名 ⇒「食べ物のゆくえ」</p> <ul style="list-style-type: none"> ・胃 小腸 大腸の働きを知る ・便秘による体への影響を知る ・排便しやすくするための工夫を知る <p>5年生・・・姉妹校との交流発表「白老町の自慢」でインタビューを受けました ⇒「ふるさと給食について」</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ふるさと給食のはじまり ・北海道給食コンクール優勝 ・食育を通して育てて欲しい子供の姿 <p>3年生 2名 4年生 4名 ⇒「よくかんで食べよう」</p> <ul style="list-style-type: none"> ・食べ物の消化について知る ・かんで食べる事の効用を知る ・よくかむための工夫を知る <p>1年生 2名 2年生 5名 ⇒「給食を楽しく食べよう」</p> <ul style="list-style-type: none"> ・身支度をする理由 正しい身支度の仕方 ・食事のマナー（好き嫌い 箸食器の持ち方 姿勢） <p>5年生 4名 6年生 5名 ⇒「バランスを考えた食事をしよう」</p> <ul style="list-style-type: none"> ・6群の食品と働きを確認する ・給食の献立を6群へ分け、バランスがよい食事であることを確認する ・成長期であり、発達途中であることを知る

【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	北海道
取組市町村名 取組団体・企業名	白老町
取組の名称	食育月間図書展示
実施時期	令和4年6月1日～6月22日
取組内容	<p>白老町では高齢化が進んでいることと、健康課題として肥満が多い現状があり、栄養面でもそれらに関する課題があります。コロナ禍で、家で過ごす時間が多い中、食事は家にあるもので作って食べる機会が増えているため、食品の正しい目安量を周知し、適正な摂取を促すことが非常に重要です。また、先日の東北であった地震に際して、日頃から備える大切さや食品ロス削減について考える良い機会でもあり、食に対する関心を高める意味でもとても大切であるという思いから、例年6月に行っている白老町立図書館の食育展示において、「食品の摂取目安量と賢い備蓄」をテーマとした図書展示、リーフレットの配布を行いました。</p> <p>【図書展示】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・関連図書の紹介 ・リーフレットの紹介展示 <p>①4つの食品群を使用して、摂取量の目安について深めたうえで、1人1人に合った食品を賢くとるポイントをまとめたものを紹介 リーフレット展示の横に関連図書を展示することで、興味関心を持ってもらえるように工夫しました。</p> <p>【リーフレット】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・食品の摂取量の目安について4つの食品群を使用して摂取量の過不足を確認し、適正な摂取を促します。 また、2つのテーマを設けて展示・リーフレット配布を行い、適正な摂取へと繋がります。 <p>(1) ”肥満と異性化糖” → 引き起こされる脳の変調と体の中の変化を示した上で、出回っている、異性化糖について着目します。</p> <p>(2) ”高齢とたんぱく質摂取” → たんぱく質の摂取のポイントを紹介しました。</p> <p>の啓発についても行いました。</p> <p>②賢い備蓄と食品の活用 →食品の色々な活用方法を知り、ローリングストックを実施しながら食材の新たな活用法について考えました。</p> <p>①新たな食品の保存テクニックや活用方法を知ることで、食品ロス削減に繋がりました。</p> <p>②食品の便利な活用方法を知ることで、備蓄を兼ねながら、普段の生活の中でも活用できる用途を紹介しました。</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	北海道
取組市町村名 取組団体・企業名	白老町
取組の名称	6月食育指導
実施時期	6月3日、6月10日、6月29・30日
取組内容	<p>毎月、町内保育園にて食育の指導を行っており、6月は下記の内容で食育指導を行っています。</p> <p>6月3日 はまなす保育園 「虫歯予防 噛むことの大切さを知らせる」 ・6月4日は虫歯予防デーの日ということを知らせ、歯ブラシと歯の絵を使い、歯ブラシの持ち方と磨き方を伝えました。朝・夜の歯磨きの大切さを知らせ、お家の人と一緒に磨き、仕上げをしてもらうことを伝えました。固い食べ物をかむと、顎を鍛えられ丈夫な歯を作ることをお話ししました。</p> <p>6月10日 緑丘保育園 「虫歯予防デー」 ・むし歯予防デーの由来や、歯に良い食材、歯の磨き方などをわかりやすい絵やクイズで簡単にまとめて掲示し、各クラスごとに指導を行いました。</p> <p>6月29・30日 海の子保育園 「歯磨き指導」 歯磨きの大切さについて学び、ホワイトボードのペンでむし歯を描き、クリーナーで消し、歯磨きのイメージを遊びを通して知りました。</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	北海道
取組市町村名 取組団体・企業名	むかわ町 むかわ学校給食センター
取組の名称	給食だよりによる啓発
実施時期	令和4年6月
取組内容	町内小中学校5校の児童生徒及び教員に対し給食だよりを配布し、6月の食育月間の周知と生涯を通して心身の健康を支える「食を営む力」の育成と、自然に健康になれる「食環境づくり」の推進についての啓発を行いました。

【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	北海道
取組市町村名 取組団体・企業名	むかわ町 むかわ学校給食センター
取組の名称	むかわ産の食材を使用した給食
実施時期	令和4年6月17日
取組内容	6月17日(金)に食育の日としてむかわ町穂別地区「(株)ほべつすわいん」さんの豚肉を使用した豚肉のごま揚げ、むかわ地区の「稲田農園」さんの水菜を使用した水菜サラダを給食で提供した。