

(様式2)

## 健やか食育プロジェクト事業報告書

健康福祉事務所名 丹波

### 1 食育推進体制の整備

食育推進課題	・食育推進を検討する場の確保
今年度の推進方策	・管内市栄養士との連絡会議において、圏域課題を共有する。
成果	・圏域の栄養課題、取組み方針を共有し、役割分担を考えることができた。
今後の方向性	・関連団体（健康財団、地域活動栄養士会など）との連携を図る。

### 2 会議の開催状況

実施日時	令和6年1月23日（火）9：30～11：30
参集者 (団体数 及び人数)	丹波篠山市健康課 丹波市健康課 丹波市介護保険課            3団体8名
協議内容	・圏域の健康・栄養課題への対策
今後の方策	・既存事業の中で取組みを推進する。 ・市町は住民、健康福祉事務所は団体を中心に活動する。

※会議の議事録、参集者名簿を添付すること。

### 3 食育実践活動の結果

テーマ	野菜と果物を適正摂取し、高血圧や糖尿病を予防		
対象及び参加者数	100名		
事業内容	日時・場所	内 容	講師・運営スタッフ
	R5. 8. 28 10:00～13:00  丹波篠山市民センター	<ul style="list-style-type: none"> <li>・各市で地域特産の野菜を使った献立作成（事前）</li> <li>・調理実習 ＜メニュー＞ まぜご飯、なすの山椒和え 小豆ご飯、冬瓜のそぼろ煮</li> </ul>	丹波健康福祉事務所・丹波篠山市・丹波市の栄養士
	R5. 10. 1～31  柏原総合庁舎ロビー	<ul style="list-style-type: none"> <li>・適正摂取量の目安となる野菜や果物のフードモデルの展示</li> <li>・高血圧予防のパンフレットの配架</li> <li>・野菜や果物の摂取を促進するチラシを入れたティッシュの配布</li> </ul>	丹波健康福祉事務所職員
成果	<p>【成果】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・食育活動を推進するいずみ会会員が、地元野菜を使った調理方法について楽しく情報交換できた。</li> <li>・例年より展示をみている来庁者が多く、高血圧のパンフレットの持ち帰り数も多かった。</li> </ul> <p>【評価指標と目標値及び達成状況】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・配架したパンフレット全てを配布することはできなかったが、例年よりは多く配布できた。</li> <li>・食育活動を推進するメンバーの研修の機会が確保できた。</li> </ul>		
今後の課題	<ul style="list-style-type: none"> <li>・住民への圏域における食と健康の現状と課題の情報提供</li> <li>・展示や周知方法の工夫</li> </ul>		

※プログラムや内容がわかる資料を抜粋し添付すること。

## 丹波健康福祉事務所における令和5年度食育実践活動

### 1 食育月間における展示



野菜と果物の適正摂取量の展示と、高血圧に関するパンフレット類を配架しました。

カリウムを摂取することで、ナトリウムの排泄が促され、血圧上昇の予防につながります。

### 2 圏域いずみ会会員研修



まぜご飯

冬瓜のそぼろ煮



小豆ご飯

なすの山椒和え

食育活動を推進している丹波篠山市と丹波市のいずみ会会員が、各市の特産品を使用した献立を作成し、調理実習をしました。