

【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	さいたま市
取組市町村名 取組団体・企業名	さいたま市区役所保健センター (代表：南区役所保健センター)
取組の名称	若い世代を中心とした啓発
実施時期	令和 7 年 6 月
取組内容に該当する 食育ピクトグラム (複数選択可)	☒ 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 ☐ 7 災害にそなえよう ☐ 8 食べ残しをなくそう ☐ 9 畜産を応援しよう ☐ 10 食・農の体験をしよう ☐ 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> 若い世代を中心に「三食しっかり食べる」ことを目指す <対象者> 若い世代を中心としたさいたま市民 <内容> さいたま市ホームページ「食育なび」に掲載している、若い世代に向けた啓発資料「管理栄養士おすすめ パパッと簡単！栄養満点ごはん」を SNS で情報発信しました。 「管理栄養士おすすめ パパッと簡単！栄養満点ごはん」は一皿または主食を足すだけで簡単にバランスよく食べられるレシピで、保健センター管理栄養士が作成しました。 【パパッと簡単！栄養満点ごはん part.1】 ツナとカップスープの素(ポタージュ)で、簡単！フライパンひとつでクリームツナパスタができます！一皿で魚と野菜も一緒に食べられます。詳しい作り方は、リンク先をご覧ください。  <リンク先> https://www.saitamacity-shokuiku.jp/G0000001/system/common_content1/9651.html