

【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	島根県
取組市町村名 取組団体・企業名	松江市・島根県共同設置松江保健所
取組の名称	もっと野菜を食べよう！ 「健康状態が見える化」の効果を狙ったイベントでの啓発
実施時期	令和7年6月15日（日）
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	2025年6月15日に開催された松江市健康福祉フェスティバルでは、「健康状態が見える化」を活用した野菜摂取の啓発活動を実施しました。ベジチェック®による測定を通じて、参加者が自身の食生活を振り返る機会を提供しました。 - 参加者数：約230人 - ベジチェック判定レベル7以上（350g以上の野菜摂取）：24% 30～50代の参加率：47.9%（イベントの中心層） 参加者の約70%が「4皿以上（約280g）食べている」と回答しましたが、そのうち約70%がベジチェック®でレベル7未満という結果でした。 これは、野菜摂取量の自己認識と実際の摂取量にギャップがあることを示しています。今後は、正しい知識の提供、魅力的な情報発信、再測定の機会創出を通じて、より効果的な啓発を進めてまいります。    ① 野菜摂取量の確認 ② ベジチェック®測定 ③ 啓発