

【様式 2】

②食育月間以外の月の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	沖縄県八重山保健所
取組市町村名 取組団体・企業名	
取組の名称	ヘルシーメニューコンテスト～私の手づくり朝ごはん～の開催
実施時期	平成 30 年 7 月～12 月
取組内容	八重山保健所では、地域の食に係わる関係機関（栄養士会、食品衛生協会、調理師会、飲食業生活衛生同業組合、3 市町食生活改善推進協議会）と共催し、管内の高校生を対象にヘルシーメニューコンテストを開催しました。当コンテストは、高校生自らが健全な食生活について考え、朝食の大切さについて理解するとともに、バランスの良い朝ごはんの献立を作成できることを目標に平成 17 年度より開催しています。 平成 30 年度は、応募部門を「バランス朝ごはん」の一部門とし、管内 3 高校と新たに特別支援学校（高等部）より 55 点の応募がありました。審査基準として、①バランスの良い組み合わせであること、②野菜、きのこ、海藻類を総重量約 140g 以上使用していること、③油控えめであること、④身近な食材を活用していること、⑤30 分程度で作れること、⑥おいしいこととし、一次、二次の書類審査を行い、入賞者を決定、表彰式を開催しました。 

【様式 2】

②食育月間以外の月の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	沖縄県																					
取組市町村名 取組団体・企業名	北中城村役場																					
取組の名称	①おでかけ SAT(サット)体験 ～賢く食べる技 GET！～																					
実施時期	4月～12月																					
取組内容	村内各事業所、集団健診会場および集団健診結果説明会場、村内イベント会場 対象：各事業所・イベント会場に来られたお客様、各自治会サークル、各事業所職員、健診受診者 場所：村内各事業所（銀行、JA、図書館）、各集団健診会場、結果説明会会場、自治会、村民体育館、 参加人数： <table border="1"> <thead> <tr> <th>場所</th> <th>回数 (回)</th> <th>人数(名)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>事業所（3カ所）</td> <td>9</td> <td>70</td> </tr> <tr> <td>集団健診会場</td> <td>6</td> <td>46</td> </tr> <tr> <td>結果説明会会場</td> <td>8</td> <td>63</td> </tr> <tr> <td>イベント</td> <td>2</td> <td>51</td> </tr> <tr> <td>庁舎</td> <td>5</td> <td>26</td> </tr> <tr> <td>自治会</td> <td>2</td> <td>21</td> </tr> </tbody> </table> 計 277 名 内容：主に働き盛り世代の集まる場所に出向き、お客様の待ち時間などを利用して、短時間で実施できる食育 SAT システムによる栄養バランスチェックを体験していただきました。 また、健康づくりに関するイベントの案内、レシピの配布、特定健診受診勧奨、希望者には血圧測定なども実施し、併せてアンケート調査を行いました。 体験された方からは、「普段気にしていないことを視覚的に確認できて良かったです」「何を改善すべきか分かり易かった。楽しく勉強できました」などの感想をいただきました。食育 SAT システムを活用することで「少しの工夫で栄養バランスが良くなる」こと、忙しい日々の中で忘れがちな自身の健康について考えるきっかけとなるよう実施しました。	場所	回数 (回)	人数(名)	事業所（3カ所）	9	70	集団健診会場	6	46	結果説明会会場	8	63	イベント	2	51	庁舎	5	26	自治会	2	21
場所	回数 (回)	人数(名)																				
事業所（3カ所）	9	70																				
集団健診会場	6	46																				
結果説明会会場	8	63																				
イベント	2	51																				
庁舎	5	26																				
自治会	2	21																				

【様式 2】

②食育月間以外の月の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	沖縄県																				
取組市町村名 取組団体・企業名	北中城村役場																				
取組の名称	②食育講座																				
実施時期	4月～12月																				
取組内容	北中城村内保育所、幼稚園、小学校、幼児健診会場、マタニティカフェ 対象：通園・通所児等の保護者、児童保護者、妊婦 場所：幼児健診会場、各保育所、小学校、村役場庁舎内 参加人数： <table border="1"> <thead> <tr> <th>場所</th> <th>回数(回)</th> <th>人数(人)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>保育所 (3ヶ所)</td> <td>6</td> <td>31</td> </tr> <tr> <td>幼稚園 (1ヶ所)</td> <td>1</td> <td>10</td> </tr> <tr> <td>小学校 (2ヶ所)</td> <td>2</td> <td>13</td> </tr> <tr> <td>幼児健診会場</td> <td>10</td> <td>53</td> </tr> <tr> <td>マタニティカフェ</td> <td>2</td> <td>5</td> </tr> </tbody> </table> 計 112 名 内容：保育所に送迎に来られた保護者、授業参観に来られた保護者の空き時間や幼児健診の待ち時間を利用して、食育 SAT システムを用いた食育講座を体験していただき、集団健診の案内やレシピ等の配布、健康づくりイベントの情報提供も合わせて行い、体験後にアンケート調査を行いました。 また、幼稚園ではバランスの良い食事やお弁当をテーマに講話も併せて実施しました。食育 SAT システムを体験された参加者からは「楽しかったです。早速今日の夕飯から参考にさせていただきたいです」「栄養バランスを考えた食事を心がけようと思った」「今後食事を見直すきっかけになりました」などの感想、ご意見をいただきました。 食育 SAT システムを活用することで「忙しい日々の中でも少しの工夫で栄養バランスが良くなる」ことに気付いてもらい、子どもの栄養を考える機会を通して、自身や家族の健康を考えるきっかけとなるよう実施しました。			場所	回数(回)	人数(人)	保育所 (3ヶ所)	6	31	幼稚園 (1ヶ所)	1	10	小学校 (2ヶ所)	2	13	幼児健診会場	10	53	マタニティカフェ	2	5
場所	回数(回)	人数(人)																			
保育所 (3ヶ所)	6	31																			
幼稚園 (1ヶ所)	1	10																			
小学校 (2ヶ所)	2	13																			
幼児健診会場	10	53																			
マタニティカフェ	2	5																			

【様式 2】

②食育月間以外の月の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	沖縄県
取組市町村名 取組団体・企業名	与那原町
取組の名称	思春期食育事業
実施時期	H30 年 9 月 3 日（月）～H30 年 9 月 7 日（金）
取組内容	1. 目的 現代社会において子どもたちを取り巻く環境は、ICT 化・コンビニエンス化が進み便利になった一方で、生活は夜型化し、子どもたちの体や脳の健やかな育ちを考えたとき、過酷な状況ともいえます。 第二次成長期にある中学生自身が、普段の生活を振り返り、自分でできる生活改善に取り組むきっかけ作りのための学習の場を設け、“早寝・早起き・バランスのとれた食事”の大切さを知ることを目的としています。 2. 対象者 町内中学校 1 年生 6 クラス（1 クラス 35 名） 3. 実施期間 H30 年 9 月 3 日（月）～7 日の期間中の家庭科授業に 1 クラスごと実施 4. 内容 ①保健師による健康教育 ・子どもの健康実態 （出生体重、肥満率、平均身長、平均体重、朝食摂取状況、早寝早起き率等の都道府県ランキング） ・生活リズム （朝の光・朝食・睡眠の大切さ） ②管理栄養士による健康教育 ・バランスのとれた食事 （食品の 1 日の目安量、各栄養素の体での役割、間食について） ・事前アンケートの結果 （飲み物に含まれる砂糖の量）

【様式 2】

②食育月間以外の月の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	沖縄県
取組市町村名 取組団体・企業名	与那国町
取組の名称	ブルーシ（みんなで）はい！ハイ（食べる）！の日事業（米編）
実施時期	9月（9／7）
取組内容	【 内容・対象 】 ○よなぐに幼稚園 くぶら幼稚園 ひがわ幼稚園（3園合同） この事業は、地産地消の推進、家庭での野菜（米）摂取量増加と共食を目的として野菜（米）収穫時に、幼稚園・J Aが連携し家庭と共に取り組むものです。 今年度は幼稚園でも事業を行いたいとの要望があり、保育所とは別に幼稚園でも事業の開催をしました。 今回はJ A与那国支店水稻部会の協力をえて、収穫した米を農家から園児にプレゼントした後、農家さんよりお話しして頂きました。その際に、稲穂を実際に持ってきてもらい、園児も実際に触るのは殆どが初めてだったように思えます。 農家さんのお話では、写真を見たり、稲穂に触らせてもらい子どもたちは嬉しそうでした。年齢的にも全体を理解するのは難しいかもしれませんが、少しでもお米に興味を持てれば良いと思います。 お米を研ぐ事からはじまり、ご飯が炊きあがるまでの間、先生によるパネルシアターをしました。 おにぎり作りでは、グループに分かれ楽しく握ることができ、名前シールを貼って子どもたちはとても満足していました。 みんなで頂く時は、自分で握ったおにぎりと豚汁で頂きました。 最後に、八重山栄養士会の協力を得て、食育に関する寸劇を取り入れました。お迎えの時間にセッティングし、親子で寸劇を見てもらう事で子どものみならず、親へのアプローチもできました。
	

②食育月間以外の月の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	沖縄県
取組市町村名 取組団体・企業名	与那国町
取組の名称	ブルーシ（みんなで）はい！ハイ（食べる）！の日事業（米・魚編）
実施時期	9月（9／8）
取組内容	【 内容・対象 】 ○そない保育所 くぶら保育所（2園合同） この事業は、地産地消の推進、家庭での野菜（米）摂取量増加と共食を目的として野菜（米）収穫時に、保育所・J A・漁協が連携し家庭と共に取り組むものです。 今回はJ A与那国支店水稻部会の協力をえて、収穫した米を農家から園児にプレゼントしました。その際に、稲穂を実際に持ってきてもらい、園児も実際に触るのは殆どが初めてだったように思えます。少しでもお米に興味を持てれば良いと思います。 お米を研ぐ事からはじまり、ご飯が炊きあがるまでの間、保育士さんによるパネルシアターをしました。 実際におにぎりを握るのは、3歳児～4歳児さんで、0歳児～2歳児さんのおにぎりも握りました。 おにぎりは2種類で、白米と混ぜご飯。白米は、お米そのものの味を感じて欲しいというねらいと、混ぜご飯は漁協の協力を得て島の特産物であるカジキをそばろ煮にした物をほぐして混ぜています。 みんなで頂く時は、おみそ汁とおにぎりでも頂きました。へき地保育所の久部良保育所の園児は普段お弁当なので、給食の雰囲気を楽しむ事ができました。 最後に、八重山栄養士会の協力を得て、食育に関する寸劇を取り入れました。お迎えの時間にセッティングし、親子で寸劇を見てもらう事で子どものみならず、親へのアプローチもできました。



②食育月間以外の月の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	沖縄県
取組市町村名 取組団体・企業名	与那国町
取組の名称	ブルーシ（みんなで）はい！ハイ（食べる）！の日事業（いもほり 編）
実施時期	10月（10／26）
取組内容	【 内容・対象 】 ○そない保育所 くぶら保育所 この事業は、地産地消の推進、家庭での野菜（米）摂取量増加と共食を目的として野菜（米）収穫時に、保育所・J A・漁協が連携し家庭と共に取り組むものです。 今回はJ A与那国支店野菜部会の協力をえて、芋の収穫体験を行いました。 子どもたちは、芋がどこにあるか一生懸命に土を掘りおこし、芋を見つけると喜んで、保育士に報告しながら収穫をしていました。 友だちと互いに、芋を見つけ大きさを比べる等楽しみながらの収穫体験となりました。 67 kgのさつまいもを収穫し各園に配布され、保育所のおやつとして提供したり、家庭に持ち帰りました。 体験型の取り組みは子どもたちがとても喜ぶので、今後も機会を設けていきたいです。  

②食育月間以外の月の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	沖縄県
取組市町村名 取組団体・企業名	与那国町
取組の名称	ブルーシ（みんなで）はい！ハイ（食べる）！の日事業（とうもろこし収穫編）
実施時期	12月（12／18）
取組内容	【 内容・対象 】 ○そない保育所 くぶら保育所 この事業は、地産地消の推進、家庭での野菜（米）摂取量増加と共食を目的として野菜（米）収穫時に、保育所・J A・漁協が連携し家庭と共に取り組むものです。 今回はJ A与那国支店野菜部会の協力をえて、とうもろこしの収穫体験を行いました。とうもろこしの収穫体験は初の試みでした。 実際にとうもろこしが、どのように実ってるか見た事がない子どもたちが多く、農家のかたよりとうもろこしの収穫の方法に興味津々に聞いていました。 話を聞いた後の収穫体験では、自分の背丈より高いところから一生懸命とうもろこしを探し、嬉しそうに収穫していました。



②食育月間以外の月の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	沖縄県
取組市町村名 取組団体・企業名	与那国町
取組の名称	福祉と健康づくりの集い（栄養バランスの良いお弁当の販売）
実施時期	11月（11/23）
取組内容	【 内容・対象 】 福祉と健康づくりの集いで、栄養バランスの良いお弁当の販売実施 栄養バランスのお弁当販売を行うため、生産・販売者である社協と民生委員に協力依頼をしました。 今回のお弁当のテーマは・・・ 「お弁当の黄金比 3：1：2」 栄養バランスがとれたお弁当には黄金比があります。それは、主食（ごはん）：主菜（肉や魚、卵のおかず）：副菜は（野菜のおかず）＝3：1：2にすること！これさえ守れば、簡単に栄養バランスが整います。 テーマに沿ってメニュー作りをしてもらい、栄養管理士に成分表示を作成し、お弁当と一緒に配布しました。

