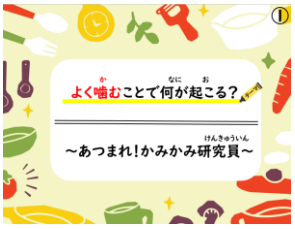
【様式１】

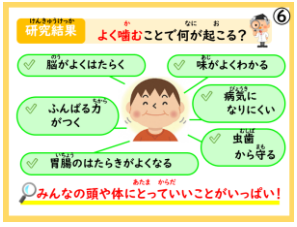
① 食育月間の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	岡山県
取組市町村名 取組団体・企業名	備前市
取組の名称	広報びぜん等で啓発
実施時期	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 産地を応援しよう　☑ 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	①懸垂幕の掲示（令和８年６月１日（月）～６月３０日（火）） 「早ね早起き朝ごはん」と表示したオリジナルの懸垂幕（栄養委員会）を市役所庁舎正面玄関入口に設置しました。庁舎に訪れる市民等に周知しました。 ②郷土料理や地場産物を使用した料理の紹介（令和８年６月１６日（火）） 備前市に伝わる郷土料理を継承していくために、市の広報で「伝えていきたい備前の味」のコーナーで地場産物や郷土料理にアレンジを加えて紹介しています。また地元ケーブルテレビと共同で動画を作成し、ケーブルテレビで放映、また広報の二次元コードから YouTube で動画を閲覧できるようにし、市民に伝えています（年４回）。HP やクックパッドで公開し、若い世代へ発信しています。 ③令和８年度第１回栄養委員研修会（令和８年５月２６日～６月５日計７回） 地区の子どもクッキングに向けて栄養委員研修会を開催しました。子ども達が自分で料理を作る楽しさやみんなで食べる喜び、噛むことの大切さを伝えられるように〇×クイズやワークシートを用いた内容にしました。





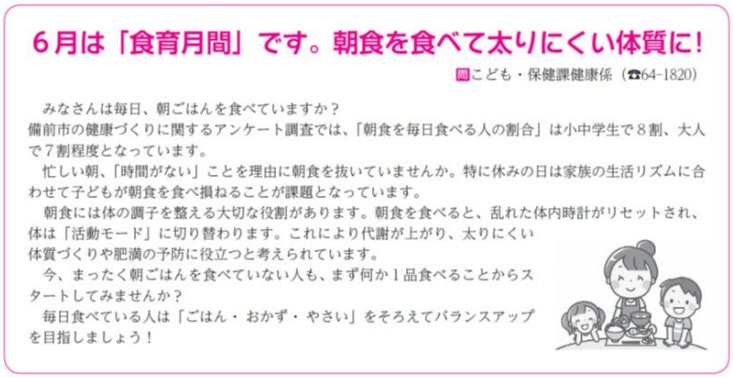




④ 広報での普及活動（令和８年　６月広報）

「朝食を食べて太りにくい体質に！」

休みの日は家族の生活リズムに合わせて子どもが朝食を食べ損ねることが課題となっています。朝食を食べると、乱れた体内時計がリセットされ、体は「活動モード」に切り替わり、代謝も上がり、太りにくい体質づくりや肥満の予防に繋がることを伝えました。



６月は「食育月間」です。朝食を食べて太りにくい体質に！

問こども・保健課健康係（☎64-1820）

みなさんは毎日、朝ごはんを食べていますか？
備前市の健康づくりに関するアンケート調査では、「朝食を毎日食べる人の割合」は小中学生で８割、大人で７割程度となっています。

忙しい朝、「時間がない」ことを理由に朝食を抜いていませんか。特に休みの日は家族の生活リズムに合わせて子どもが朝食を食べ損ねることが課題となっています。

朝食には体の調子を整える大切な役割があります。朝食を食べると、乱れた体内時計がリセットされ、体は「活動モード」に切り替わります。これにより代謝が上がり、太りにくい体質づくりや肥満の予防に役立つと考えられています。

今、まったく朝ごはんを食べていない人も、まず何か１品食べることからスタートしてみませんか？

毎日食べている人は「ごはん・おかず・やさい」をそろえてバランスアップを目指しましょう！

【広報　びぜん　６月号】より

⑤ 園児デザイン POP　市内コンビニで掲示（令和８年　６月）

食育推進専門委員会では、市の健康課題（肥満や糖尿病など）を予防するため、若い世代に向けた「野菜・魚の摂取」を推進。今回は、皆さんの日常に寄り添うコンビニエンスストアを拠点とした、新しい普及啓発をスタートさせました。店頭に並ぶのは、市内こども園の園児が描いた野菜や魚の温かい絵を添えた特製 POP です。「食生活の偏りが気になるあなたへ」など、日々の悩みに寄り添ったメッセージとともに、簡単レシピを市内全コンビニで掲示しました。





【園児デザイン POP】