

【様式 1】

① 食育月間の取組

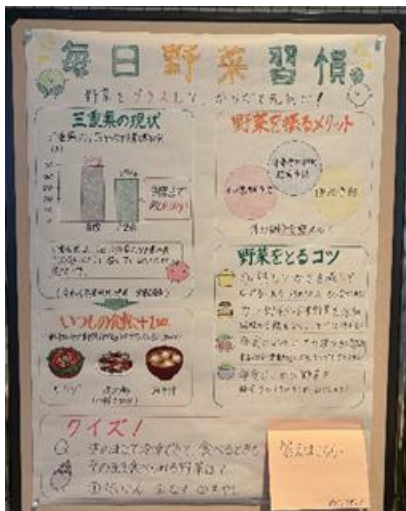
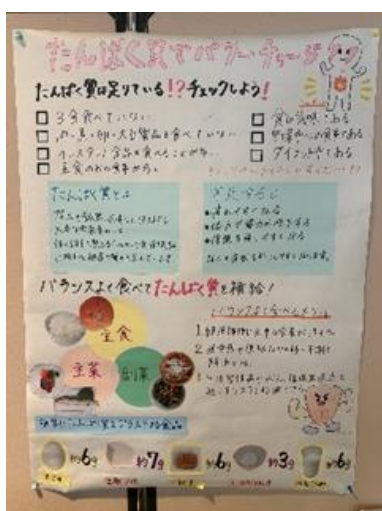
提出都道府県名 政令指定都市名	三重県
取組市町村名 取組団体・企業名	健康推進課、保健所
取組の名称	1 県立図書館、県庁舎等における食育月間展示及び物品配布による啓発 2 町と共催で実施するイベントでの啓発 3 イオンモールを活用した企業との協働による啓発 4 食育に関する講話 5 健康づくり応援の店を活用した来客者への啓発
実施時期	令和8年6月中
取組内容に該当する 食育ピクトグラム (複数選択可)	☒ 1 みんなで楽しく食べよう ☒ 2 朝ごはんを食べよう ☒ 3 バランスよく食べよう ☒ 4 太りすぎないやせすぎない ☒ 5 よくかんで食べよう ☒ 6 手を洗おう ☒ 7 災害にそなえよう ☒ 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 県立図書館、県民ホール、県庁舎における啓発ブース設置「野菜1日350gの摂取」及び「食塩摂取量1日7g未満」の推進や共食、バランスの良い食事をテーマとし啓発を行いました。三重大学学生食堂前にて食育関連のパンフレットを配布し、食育に関する啓発を行いました。 【目的】 食育月間及びバランスのよい食生活の重要性を広く県民に周知し、食育に関心を持つ県民を増やすことを目的としました。 また、野菜・果物の摂取量向上や朝食摂取、バランスの良い食事等の啓発を行い、健全な食生活の実践及び健康で心豊かな生活の実現に繋げることを目的としました。

取 組 内 容

【主な内容】

食育月間を周知するポスターの掲示を行うとともに、野菜摂取の増加や減塩、食生活に関するチラシやパンフレットなどの啓発物品等の配布、リーフレットの配架、のぼり旗や横断幕の設置を行い県民への啓発を行いました。

管理栄養士臨地実習にて学生が作成した媒体の掲示や、野菜 350g のフードモデルの展示、ごはん（100g・150g・200g）の展示を行いました。





2 町及び町の社会福祉協議会が共催で行うイベントに参加し、地域住民を対象に、野菜摂取量向上に向けた啓発を行いました。

【主な内容】

① 野菜クイズ

参加人数：133名

野菜の花について野菜ハテナ BOX を用いてクイズを行いました。野菜の豆知識が記載されたヒントを用意し、箱を開けて正解（実物の野菜）を確認しました。参加者には野菜摂取量向上に向けたリーフレットや手洗いの重要性を伝えるウェットティッシュ等を配付しました。



3 イオンモールを活用して企業と協働で食育イベントを開催し、来客者を対象に、野菜摂取量向上に向けた啓発を行いました。

【主な内容】

① お買い物ゲーム～めざせ！野菜 350g～

参加人数：小学生以下のお子様及びその保護者 40 組

楽しく野菜に対する知識を身につけるため、野菜のイラストと豆知識がプリントされたカードを合計 350g になるように買い物をするゲームを実施しました。

② ベジチェック®～野菜、足りていますか？～

参加人数：100 名

ベジチェックで推定野菜摂取量を測定し、野菜摂取状況を確認しました。また、測定結果をグラフにシールで記録することで、参加者全体の中での自身の野菜摂取量の位置を可視化しました。さらに、1 日 350g 以上の野菜摂取の普及啓発を目的として、野菜ジッパーバッグ等を配布しました。



4 地域住民と密着した食に関する活動をされる食生活改善推進員(ヘルスメイト)や、三重県地域活動栄養士連絡協議会員に対し、「第5次三重県食育推進計画」について説明し、本計画への理解を深めていただくとともに、三重県の食育の推進に関する今後の取組の方向性を共有しました。また、「三重県の健康・栄養課題」及び「歯と口腔の健康づくり」について講演を行いました。

5 栄養成分表示やヘルシーメニューを提供する三重県が認定している「健康づくり応援の店」へ、バランスの良い食事や体重管理の重要性の啓発を目的として、ポケットティッシュやリーフレット等の配付を行い、「健康づくり応援の店」の来店客に対し啓発を行いました。