

【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 保健衛生総務課
取組の名称	SNS を活用した「食育月間」及び「食育の日」の普及啓発
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 眼にはんを食べよう ☐ 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 食中毒を予防しよう ☐ 10 食・農の体験をしよう ☐ 11 和食文化を伝えよう ☒ 12 食育を増進しよう
取組内容	6 月の「食育月間」及び「食育の日」の周知を目的として、市公式 X、市民アプリ及び LINE において、「さいたま市食育なび」の紹介を含む啓発情報を発信しました。 「さいたま市食育なび」では登録団体や市からの食育情報を紹介し、市民の食育への関心向上及び情報発信サイトの利用促進を図りました。 ▼SNS 投稿 6月は 食育月間です ＼さいたま市食育なびをご利用ください／  ▼さいたま市食育なび https://www.saitamacity-shokuiku.jp/

【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	さいたま市緑区役所 (保健センター・高齢介護課) 協働事業
取組の名称	今からはじめる！フレイル予防教室～脳トレ・栄養編～の開催
実施時期	令和8年6月18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 眼にはんを 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 産物を 忘れよう ☐ 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】 若い世代がフレイルについて学び、自身の健康づくりへの意識を高めることを目的とします。 【対象者】 区内在住40歳以上の者 【実施内容】 管理栄養士による「フレイル予防のための栄養ポイント」講義を行いました。合言葉「さあにぎやかにいただく」の説明を行い、チェックシートを用いて参加者の食事内容を見直しました。 また、作業療法士による脳トレの講話や実技も行われ、様々な面からフレイルを予防する方法をお伝えしました。  