

【様式 1】

① 食育月間の取組

提出都道府県名	埼玉県
政令指定都市名	
取組市町村名	上尾市
取組団体・企業名	
取組の名称	①ICTを活用した食育の普及啓発 ②調理実習の開催
実施時期	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)	<input checked="" type="checkbox"/> 1 みんなで楽しく食べよう  <input type="checkbox"/> 2 糖ごはんを食べよう  <input checked="" type="checkbox"/> 3 バランスよく食べよう  <input checked="" type="checkbox"/> 4 太りすぎないやせすぎない  <input type="checkbox"/> 5 よくかんで食べよう  <input checked="" type="checkbox"/> 6 手を洗おう  <input type="checkbox"/> 7 災害にそなえよう  <input checked="" type="checkbox"/> 8 食べ残しをなくそう  <input type="checkbox"/> 9 産地を店探しあげよう  <input type="checkbox"/> 10 食・農の体験をしよう  <input type="checkbox"/> 11 和食文化を伝えよう  <input checked="" type="checkbox"/> 12 食育を推進しよう 
取組内容	<p>①駅・地区の行政拠点等16カ所にある「デジタルサイネージ」とイオン上尾1階にある「わが街NAV」や市公式LINEアカウント等で、熱中症予防の食事について啓発をしました。</p> <p>②「一汁二菜～初夏の献立×減塩～」をテーマに市民向け調理実習を開催</p> <p>体組成計、血管年齢測定、ベジチェックなどの簡単な健康チェックをした後、事前に提出してもらった隨時尿から求めた「ナトカリ比」と「推定1日食塩摂取量」の結果を配布し、自身の結果と比較しながら減塩をテーマにした講義と管理栄養士が考案したバランスの良い減塩料理を調理しました。6月に2か所の会場で実施し、参加者は、合計26名でした。</p>
LINE配信内容	 <p>①駅・地区の行政拠点等16カ所にある「デジタルサイネージ」とイオン上尾1階にある「わが街NAV」や市公式LINEアカウント等で、熱中症予防の食事について啓発をしました。</p> <p>②「一汁二菜～初夏の献立×減塩～」をテーマに市民向け調理実習を開催</p> <p>体組成計、血管年齢測定、ベジチェックなどの簡単な健康チェックをした後、事前に提出してもらった随时尿から求めた「ナトカリ比」と「推定1日食塩摂取量」の結果を配布し、自身の結果と比較しながら減塩をテーマにした講義と管理栄養士が考案したバランスの良い減塩料理を調理しました。6月に2か所の会場で実施し、参加者は、合計26名でした。</p>
献立写真	