

【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	埼玉県
取組市町村名 取組団体・企業名	滑川町
取組の名称	食育月間の周知 減塩の啓発 食育特別コーナーの設置
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)	<input type="checkbox"/> 1 みんなで楽しんで食べよう  <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 checked="" type="checkbox"/> 5 よくかんで食べよう  <input type="checkbox"/> 6 手を洗おう  <input checked="" type="checkbox"/> 7 災害にそなえよう  <input checked="" type="checkbox"/> 8 食べ残しなくなそう  <input type="checkbox"/> 9 産地を店探しよう  <input type="checkbox"/> 10 食・農の体験をしよう  <input checked="" 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	<ul style="list-style-type: none"> 町公式 LINE とデジタルサイネージへ「令和 7 年度食育月間ポスター (農林水産省)」を掲載しました。 町公式 LINE へ以下の文言を掲載し啓発しました。 <p>【取り組んでみましょう】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・食事バランスを考えて食べる ・自分に合った体重を知る ・よく噛んで食べる <p>・【食塩の摂り方をいつもより気をつけてみませんか】を添付し、減塩の啓発を行いました。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="flex: 1;">  </div> <div style="flex: 1;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> 食塩の摂り方をいつもより気をつけてみませんか </div> <div style="font-size: small; margin-bottom: 5px;"> 塩分の摂りすぎは血圧を上げます。血圧を下げるために、野菜を食べましょう。 野菜等に含まれるナトリウムには、余分な塩分を排出する効果があります。 日本の食生活調査によると、男性 7.5g 毎日、女性 6.5g 毎日 食塩摂取量やんぱく摂取量の場合、6.0g 毎日 (疾患のある方や医師にご相談ください) </div> <div style="font-size: small; margin-bottom: 5px;"> *栄養成分表示で塩分をチェック </div> <div style="font-size: small; margin-bottom: 5px;"> 食品のパッケージには、「栄養成分表示」の中に「食塩相当量」が記載されています。 食塩相当量を読むときは、表示を参考に塩分の少ないものを選んだり、食べる量を調整するようにしましょう。 </div> <div style="font-size: small; margin-bottom: 5px;"> ・減塩タイプの商品を選ぶのもよいでしょう。 </div> <div style="font-size: small; margin-bottom: 5px;"> *食塩相当量 = 塩分 *表示の単位(〇〇当たり)に注意 </div> <div style="text-align: center;">  <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> ★食べるときのポイント <ul style="list-style-type: none"> ・のんびりと口に運ぶ ・食事に調味料はあまりない ・調味料はけけれどけけれど ・塩がいいうちに食べる </div> <div style="text-align: center; margin-top: 10px;">  <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 5px;"> 汁を残さずただで塩分が減らします </div> </div> </div> </div> </div>

・町立図書館の協力を得て、食に関する図書の特設展示及び貸し出しを行い、啓発を行いました。

