



【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 みんなで楽しく食べよう <input type="checkbox"/> 2 朝ごはんを食べよう <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 食べ残しをなくそう <input type="checkbox"/> 9 産物を応援しよう <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	<p>・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。</p> <p>・町公式 LINE へ以下の文言を掲載し啓発しました。</p> <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; align-items: center;">  <div style="margin-left: 20px;"> <p>食塩の摂り方をいつもより気をつけてみませんか</p> <p>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。野菜等に食べられるが、肉類には、余分な塩分を排出する効果があります。日本人の1日当たり食塩摂取量の目標値は、男性 7.5g未満、女性 6.5g未満※高血圧や心疾患がある場合、6.0g未満（疾患のある方は医師にご相談ください）</p> <p>★栄養成分表示で塩分をチェック</p> <p>・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。食品を購入するとき、表示を参考に塩分の少ないものを選んで、食べる量を調べるようにしましょう。</p> <p>・減塩タイプの食品を選ぶのもよいでしょう。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>栄養成分表示</p> <p>大さじ1杯(15g)当たり</p> <p>エネルギー: 59kcal</p> <p>たんぱく質: 0.5g</p> <p>脂質: 0.4g</p> <p>炭水化物: 2.1g</p> <p>食塩相当量: 0.5g</p> <p>※食塩相当量＝塩分</p> <p>※表示の単位(〇〇gあたり)に注意</p> </div> <p>★食べるときのポイント</p> <ul style="list-style-type: none"> ・めん類の汁は控える ・食卓に調味料は置かない ・調味料はかけるときはつる ・塩かきいらずで食べる </div> <div style="text-align: center;">  <p>汁を控えて塩分が減ります</p> </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。

