

【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	長崎県
取組市町村名 取組団体・企業名	長与町
取組の名称	農産物直売所におけるベジチェック測定と野菜摂取啓発事業
実施時期	6月12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 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 産物を 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	町内農産物直売所「じげもん」において、来店者を対象とした野菜摂取啓発キャンペーンを実施した。計60名の来店者が参加した。 会場では、皮膚カロテノイド測定機器（ベジチェック）を用いた野菜摂取レベルの測定を行い、参加者一人ひとりに測定結果をフィードバックした。自身の野菜不足を数値で客観的に認識してもらったうえで、健康維持における野菜摂取の必要性や、1日の目標量(350g)について説明を行った。 また、家庭での具体的な行動変容を促すため、手軽に作れる野菜レシピの配布を実施。さらに、直売所という実施場所の特性を活かし、新鮮で栄養価の高い地元産野菜の購入を積極的に呼びかけた。 