



【様式2】

食育月間以外の月の取組

| | |
|--------------------|--|
| 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 | 全域 |
| 取組の名称 | まるごと長崎県給食 |
| 実施時期 | 11月の「地場産物使用推進週間」中のいずれか1日 |
| 取組内容 | <p>1 目的</p> <p>学校給食における「地場産物使用推進週間」中に、食材すべて（調味料等を除く）長崎県産を使用した給食「まるごと長崎県給食」を実施し、広く関係者への周知を図り、学校給食への地場産物の活用促進や地産地消、郷土料理等への児童生徒、県民の理解を深めます。</p> <p>2 内容</p> <p>食材に長崎県産や地場産物のみ（調味料等を除く）を使用した学校給食を実施するとともに、児童生徒の郷土理解を深めるための指導や、生産に関わる方々や食への感謝の念を育むための指導を行います。</p> <p>3 取組例</p> <p>献立</p> <p>ごはん、牛乳、白菜スープ、ぶりの塩こうじ焼き、ゆで干し大根の含め煮</p> <p>特徴</p> <p>長崎県はぶりの漁獲量が全国一位です。天然のものだけでなく、養殖も盛んに行われており、雲仙市でも養殖されている魚です。また、ゆで干し大根は長崎県西海市の特産品で、大栄大蔵大根という専用の大根を使って作られています。</p> <p>この他にも、島原半島産を中心とした野菜や県内で製造された食材を使い、全て長崎県内産、県内製造の食材で作りました。</p> |
| |  |

【様式2】

食育月間以外の月の取組

| | |
|--------------------|--|
| 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 | 雲仙市 |
| 取組の名称 | 食品ロス削減推進に向けた啓発活動 |
| 実施時期 | 令和3年10月 |
| 取組内容 | <p>・食品ロス削減推進に向けた啓発イベントの市内誘致 イベント名：ながさき食ロスゼロ運動 in 雲仙 主催：長崎県（本市は後援） 内容：食品ロス問題に関する意識や関心を深めていくことを目的とし、小中学生を対象に長崎県が募集を行ったポスターコンテストの表彰式の実施や、食品ロスと貧困問題に関する基調講演が行われました。また、会場内ではフードライブの実施や、フードバンク活動支援（マッチング支援）等が行われました。</p> <p>実施日：令和3年10月24日</p>  <p>・庁舎内フードライブの実施 長崎県が主催する食品ロス削減推進に向けた啓発イベント「ながさき食ロスゼロ運動 in 雲仙」の開催に合わせて市役所職員を対象としたフードライブを実施しました。</p> <p>実施期間：令和3年10月4日～令和3年10月22日</p> |



【様式2】

食育月間以外の月の取組

| | |
|--------------------|--|
| 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 | 雲仙市 |
| 取組の名称 | 家庭で楽しく食育（親子料理） |
| 実施時期 | 7月～8月 |
| 取組内容 | <p>コロナ禍により、集団での親子料理教室の開催が困難な状況にあったため、小学校育友会と連携し、家庭で親子料理をする機会を提供しました。</p> <p><参加者数> (1) 小学3年生26名と家族</p> <p><実施内容></p> <ul style="list-style-type: none"> ・資料やレシピを参考に、食材購入などの準備、調理、試食までを各家庭で実施しました。 ・食材は、地元の野菜を意識して使用してもらうようにしました。 ・資料やレシピは、PTA・学校・健康づくり課が連携して準備しました。 <p><感想></p> <p>3年生</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自分で作ると楽しくておいしかった。 ・野菜を切るのが難しかった。 ・雲仙市の食材はブロッコリーの他にも色々な野菜があることを知った。 ・家族がおいしいと言って食べてくれて嬉しかった。 ・これから色々な料理に挑戦していきたい。 <p>保護者</p> <ul style="list-style-type: none"> ・雲仙市で育った野菜を意識しながら購入した。子どもも楽しそうな様子だったので、また親子で作りたい。 ・大人はヒヤヒヤしながら、子どもの調理を見守った。自ら考えながら作ることで子どもの成長を知る機会になった。 ・自分で作ると苦手な野菜も食べようとしたり、普段食べない野菜も食べてくれた。 ・時間がある日は子どもとゆっくり料理していきたいと思った。 ・一緒に作った日から時間があれば料理の材料を切ってくれるようになった。料理の楽しさを知る良いきっかけとなったと思う。 |

【様式2】

食育月間以外の月の取組

| | |
|--------------------|--|
| 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 | 雲仙市 |
| 取組の名称 | 健康教室「野菜でおいしく健康生活」 |
| 実施時期 | 8月～11月 |
| 取組内容 | <p>生活習慣病を予防するために食と栄養に関する正しい知識の普及を目的とした健康教室を市民対象に開催しました。</p> <p><参加者数> 54名</p> <p><実施内容></p> <ul style="list-style-type: none"> ・市と県の健康状況 ・野菜の必要性和効果 ・野菜の必要量 ・野菜の効果的な取り入れ方 <p><参加者感想></p> <ul style="list-style-type: none"> ・長崎県のがん罹患者や血圧が高めの人が多いのに驚いた。改善に向けて取り組む事を考えさせられた。 ・野菜をたくさん食べていると思っていたが、足りていないことに気づいた。 ・3食野菜をとる事を心がけたい。 ・1日の野菜の必要量が350g以上と聞き、もっと野菜を食べたいと思った。 ・葉物野菜を食べていないことに気づいた。 ・茹でたり蒸したりして、野菜摂取量を増やしたい。 ・野菜の必要性を家族にも伝えたい。 |
| |   |




【様式2】

食育月間以外の月の取組

| | |
|--------------------|---|
| 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 | 雲仙市 |
| 取組の名称 | キラッと健康！応援プロジェクト（栄養・食生活） |
| 実施時期 | （1）4月 （2）11月 （3）11月 |
| 取組内容 | <p>生活習慣病を予防するために食と栄養に関する正しい知識の普及を目的とした健康講話を市民団体等を対象に実施しました。</p> <p><参加者数></p> <p>（1）19名（地区婦人会）</p> <p>（2）9名（地区老人会女性部）</p> <p>（3）35名（就労継続支援B型事業所）</p> <p><実施内容></p> <p>（1）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・高LDL コレステロール血症予防改善のための食事 ・免疫力アップのための食事のポイント <p>（2）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・低栄養予防の食事 <p>（3）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・免疫力を高めるための食生活のポイント |



【様式2】

食育月間以外の月の取組

| | |
|--------------------|---|
| 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 | 雲仙市 |
| 取組の名称 | 雲仙市レクリエーション&スポーツフェスタでの健康づくりと食育の推進 |
| 実施時期 | 10月 |
| 取組内容 | <p>雲仙市レクリエーション&スポーツフェスタにおいて、健康づくりと食育の普及を目的に健康づくり課のブースを設置しました。</p> <p><実施数> 132名(参加者：幼児～高齢者)</p> <p><実施内容></p> <p>(1)体験コーナー 野菜量当てゲーム ・複数のカット野菜を組み合わせ、1日の必要量350gの重さを当てるゲームを通じて、野菜の必要量の目安を伝えました。</p> <p>血圧測定 ・正しい血圧測定方法を体験を通じて、普段の血圧の状態を確認しました。</p> <p>(2)周知コーナー 健康クイズラリーの実施 ・健康と食育に関するクイズを出題 ・ポスター掲示や野菜のフードモデル展示による啓発 (ポスター：野菜摂取量増加や適正飲酒に関する内容など)</p> |
| |    |

【様式2】

食育月間以外の月の取組

| | |
|--------------------|--|
| 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 | 雲仙市 男女共同参画センター |
| 取組の名称 | 雲仙市男女共同参画市民講座「おとう飯 ^{はん} はじめよう！パパッとクッキング」 |
| 実施時期 | 令和3年10月2日(土)10時～12時 |
| 取組内容 | <p>第3次雲仙市男女共同参画計画に定める『男性の家庭生活への参画』を促進するため、父と子を参加対象とした市民講座を行いました。</p> <p>当日は、5組のご家族、計16名が参加し、雲仙市食生活改善推進員連絡協議会愛野支部の皆さんの指導のもと、「味噌玉」と「おにぎらず」作りに取り組みました。事前に、減塩や野菜の積極的な摂取などのお話をいただき、食生活の見直しについて意識を高めるとともに、各親子に長崎県男女参画・女性活躍推進室作成の「パパ検定シート」を配布し、お子さんがお父さんの事をどれくらい知っているかクイズ形式で確認してもらい、お父さんの家事・育児参加への啓発を行いました。</p> <p>調理では、お父さんに手を添えてもらいながらお子さんが包丁を使ったり、小さな手で味噌を丸めたり、一緒に協力して楽しく作業されており、お父さん達は時折慌てたりされながらも、お子さんと1つのチームになって一生懸命取り組まれていました。星型のお麩やアラレなどを使ってカラフルに仕上がった「味噌玉」や、ずっしり大きな「おにぎらず」ができあがると、どの親子も達成感に満ちた笑顔で喜ばれていました。</p> <p>参加者からは、「普段は子供達と料理をする機会がなかったので、今回参加したことで子供達と協力して親子の仲をより深める良い機会になった。」「楽しく、実用的な経験ができた」「家でも作れそうなので是非挑戦したい」といった感想がありました。</p> <p>料理に慣れていないお父さんとお子さんでも簡単にでき、達成感があり、自分流にアレンジできるレシピを考えてくださった食改の皆さんのおかげで非常に有意義な講座となりました。</p> |
| |   |