

●●●させば☆みんなの食育ひろば●●●

●●●させば☆みんなの食育ひろば●●●

H25. 4. 2 NEW

本市では、平成23年11月に本市における食をめぐる現状を踏まえるとともに、「佐世保市食育推進計画（平成18年12月策定）」の基本理念、基本方針、目標など食育推進の基本的な考え方を承継しつつ、「第2次佐世保市食育推進計画」を策定しました。

この「させば☆みんなの食育ひろば」において、本市の食育に関する情報を掲載することで、教育及び保育関係者、保健・医療・福祉関係者、農林漁業関係者、食品関連事業者など、さまざまな関係機関や団体と連携のもと、今後より一層食育の裾野を広げていきたいと考えています。



「楽しい」「おいしい」「ヘルシー」の3つの「しい」で生き生きと健康に★

☆☆☆下記の知りたいところをクリックしてみてください☆☆☆

<p>食育とは…?</p> <ul style="list-style-type: none"> ▼食育とは…? ▼食育推進計画 ▼食育推進会議 	<p>食と健康</p> <ul style="list-style-type: none"> ▼食事バランスガイド ▼健康づくり応援の店 ▼健康相談 ▼乳幼児健診 ▼歯科保健 ▼国民健康保険 特定健康診査 	<p>食と地産地消</p> <ul style="list-style-type: none"> ▼直売所はどこ? ▼佐世保の旬の食材 ▼佐世保特産品マップ 	<p>食の安全・安心</p> <ul style="list-style-type: none"> ▼リスク コミュニケーション
--	---	--	--



<p>食育お役立ち情報</p> <ul style="list-style-type: none"> ▼共食の日（仮称）のネーミング決定！ ▼させばの食育ロゴマーク入賞者決定！ 	<p>食と文化</p> <ul style="list-style-type: none"> ▼はしの持ち方 ▼佐世保の郷土料理 ▼食に関するクイズに挑戦！ 	<p>おすすめレシピ</p> <ul style="list-style-type: none"> ▼ヘルシークッキング ▼学校給食メニュー ▼保育所メニュー ▼離乳食 	<p>イベント・料理教室etc.</p> <ul style="list-style-type: none"> ▼料理教室 ▼イベント ▼取組紹介
---	--	---	---



※各項目の黒字部分については、現在準備中です！

○健康づくり応援の店ご紹介

☆☆☆健康づくり応援の店をご紹介します☆☆☆

（健康づくりに取り組んでいる登録店舗について情報提供することで、市民のみなさまの健康に対する意識を深めるとともに、健康増進に役立てることを目的としています（*））



【健康づくり応援の店とは…】

■飲食店や雑菜店などでメニューの栄養成分表示やヘルシーメニューの提供、分煙・禁煙などに取り組み市民のみなさんの健康づくりをお手伝いして下さるお店のことです。（左記のようなステッカーが店舗に掲示してあります☆）詳しい内容をお知りになりたい方は、「☆☆☆健康づくり応援の店（みんなの食ナビ）☆☆☆」のホームページをご覧ください（*）

エリアで探す

北・西部エリア

中部エリア

南・東部エリア

ハウステンボス場内

☆詳しい情報については「店舗名」をクリックしてみてください（*）

【北・西部エリア（吉井・世知原・宇久・小佐々・江迎・鹿町・軸木・大野・中里皆瀬・相浦）】

店舗名・写真	お店紹介・取り組み	場所	電話番号
<p>ギャラリー喫茶 もみの華</p>	築120年の古民家で、花嫁さんの貸切写真撮影もできます。自家栽培のトマトを使用した本物のトマトジュースの味をお楽しみください。	川下町104	(0956) 48-5727
	禁煙	詳しい地図情報	
<p>竹林ラーメン 矢峰店</p>	県内初出店となるラーメン店「竹林」が佐世保に登場。女性客の利用も多く、県外からの来店もあります。本気一杯をどうぞ堪能ください。	矢峰町65-4	(0956) 42-8535
	ヘルシーオーダー	禁煙	詳しい地図情報
ふじなが本店	鮮魚店直営の老舗料理屋です。新鮮な海の幸を使っ		

【お手軽朝ごはん部門】

最優秀賞

お手軽ピラフ

1人分の栄養価：熱量386kcal たんぱく質12.9g 脂質9.0g

[材料] 4人分
米……………2合

[作り方]
①米は洗って水気を切る。コーンの

○平成25年度各種料理教室のご案内

■各種料理教室のご案内

健康づくりをめざして、各種料理教室を開催しております！
気になる料理教室の項目をクリックしてみてください！

- いきいき元気食事づくり教室 現在募集中！
- マタニティクッキング 現在募集中！
- 男性のための料理教室 現在募集中！
- プレババママクッキング
- 春からの新生活に向けた和食クッキング



いきいき元気食事づくり教室

対象	高齢者やその家族
時間	10時から12時30分まで
参加費	1回あたり200円(材料費の一部として)
持参するもの	エプロン、三角巾(大きめのハンカチ)、筆記用具