

令和6年度佐世保市食育推進会議資料に対する事前質問への回答

令和 6 年 9 月 1 2 日（木）	当日配布 資料
佐世保市食育推進会議	

質問者	資料 番号	ページ	事業NO. 事業項目	ご質問内容	担当課	回答(説明)
川野委員	1	一覧のP2	番号7 大学生・専門学校生への食育推進事業	実施内容に情報提供の手段としてSNSと記載があるが、大学生に対し、具体的にどのような取組をされているのか。	健康づくり課	以前は市内の大学生を対象とした料理教室を企画したこともありましたが、思うように集客ができていませんでした。 令和2年度からは新型コロナウイルス感染症の影響で、料理教室は中止とし、ポスター掲示や第4次佐世保市食育推進計画の概要版を配布などに代えて実施しました。 そのような状況の中、令和3年度に市内大学・専門学校の学生向けSNSツールの活用について、アンケート調査を実施し、SNSツールを活用した健康情報の発信に同意が得られた2校(長崎国際大学・長崎短期大学)に対して、記事の投稿を依頼することとなりました。 令和5年度の記事内容は以下のとおりです。 6月：食育に取り組もう(食育月間の周知として、食育の取組を説明) ※別紙参照 2月：ヘルシークッキングコンテストレシピのご紹介(入賞レシピの紹介をし、バランスのとれた食事を心がけるよう周知) ※別紙参照 その他、市内大学等9校に食育の普及のためのポスターの掲示を依頼しました。
川野委員	2	P1	番号6 ヘルシークッキングコンテスト[家族そろっての食事推進]	令和5年度の実績値が147点(達成率14%)に対して、令和6年度の目標値は変更されていないようであるが、応募作品増の見込はあるのか。	健康づくり課	現在、応募のほとんどを中学生、高校生、大学生が占めている現状にあります。 広報としては、コミュニティセンターや市内店舗、大学等へのポスター・チラシの設置、市公式SNSへの記事投稿、市内小中学校、高校へのチラシ配布などを実施しています。 募集の時期がちょうど夏休みとなるため、夏休みの課題として取り組んでくださる学校もあるようです。 その年度によって学校からの提出が多い場合と少ない場合があり、それによって応募数に増減しますので、目標値の修正は行っていない。

「食育に取り組もう」

6月は「食育月間」です。そして、毎月19日は「食育の日」です。

「食育」って何だろう？

家族や友人と食卓を囲む。

欠食をしない。

毎食、主食・主菜・副菜がそろった食事を心がける。

栄養成分表示を見て食品を選ぶ。

料理を作りすぎない。

など、普段からしていることが実は「食育」につながります。食に関する知識と食を選択する力を習得し、健全な食生活を実践できるよう、食育月間を機会にできることから始めてみましょう！

佐世保市のホームページで食に関する情報を掲載していますので参考にしてみてください。

【URL】

させぼ★みんなの食育ひろば

<https://www.city.sasebo.lg.jp/hokenhukusi/kenkou/hiroba/index.html>



「ヘルシークッキングコンテストレシピのご紹介」

これから春休み・就職・新生活などで生活リズムが変化して体の不調を感じやすい時期です。同じぐらいの時刻に起きて、同じぐらいの時刻に食事を摂って生活リズムを崩さないように気をつけましょう。

食事は、栄養バランスのとれた食事を心がけましょう！

毎食、主食・主菜・副菜がそろった食事を心がけることで栄養バランスがととのってきます。

でも、毎食一皿ずつ準備するのは難しいですね。

令和5年度に実施したヘルシークッキングコンテストでは「一皿で主食・主菜・副菜がそろった複合料理」を募集しました。一皿でも主食・主菜・副菜はそろえることができます。

ヘルシークッキングコンテストの入賞作品を佐世保市のホームページや COOKPAD に掲載していますので、ぜひ、一度作ってみてください。

【佐世保市ホームページ掲載場所】

佐世保市ホームページ→健康・福祉→させぼ★みんなの食育ひろば

→ヘルシークッキングコンテスト

<https://www.city.sasebo.lg.jp/hokenhukusi/kenkou/hiroba/cooking-contest.html>



【COOKPAD 掲載場所】

<http://cookpad.com/kitchen/21086149>

