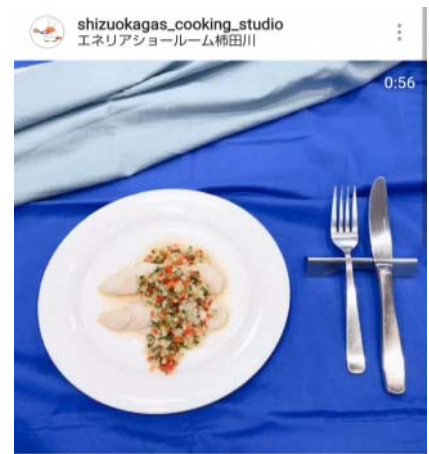


## ① 食育月間の取組


提出都道府県名 政令指定都市名	静岡県
取組市町村名 取組団体・企業名	静岡ガス株式会社
取組の名称	Instagramによる「おうち時間に役立つ食の情報」の配信
実施時期	2020年6月 ※2020年3月から開始し、7月現在も継続中
取組内容	<p><b>【取り組み内容】</b>          コロナ禍により、自宅で過ごす機会が増える中、“おうち時間“を楽しくお過ごしいただくために、静岡ガス公式 Instagram（静岡ガス クッキングスタジオ）にて「おうち時間に役立つ食の情報」の配信をスタート。備蓄食材を活用した時短レシピやお子さまと一緒に作れるお菓子レシピなど、写真や動画を交えてご紹介し、家庭における食育推進を図りました。</p> <p><b>【実績】</b>          6月度配信回数：13回          フォロワー数（6月末時点）：480名</p>





再生182回・「いいね！」した人: tanipanda23  
 shizuokagas\_cooking\_studio.  
 おうち時間に役立つ食の情報〜ヘルシーレシピ編〜  
 お肉と野菜をバランスよく食べて、健康的な食生活を！  
 梅雨の季節にさっぱりと食べられるヘルシーメニューはいかがですか？  
 低脂質・高たんぱくなささみを、野菜たっぷりのラビゴットソースと一緒に食べると、食欲と一緒に元気も湧いてきますよ〜！

材料（2人分）  
 鶏ささみ肉.....4本  
 酒.....小さじ2

## ① 食育月間の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	静岡県	
取組市町村名 取組団体・企業名	静岡ガス株式会社（エネリアショールーム柿田川）	
取組の名称	① 「はじめての目玉焼きづくりとおかたづけ」セミナーの開催 ② 「のどトレで飲み込み力を鍛えよう！」セミナーの開催	
実施時期	① 2020年6月13日・20日・21日 ② 2020年6月25日	
取組内容	<p>&lt;はじめての目玉焼きづくりとおかたづけ&gt;                  お子さまに目玉焼き作りに挑戦していただき、皿洗いやテーブル拭きなど片付けの仕方もお教えしました。  <b>【実績】</b> 参加人数 34名（14組）                  （未就学児～小学2年生の親子）  <b>【状況等】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・お子さまには、実際に自分で最初から最後まで行うことで食べる楽しさだけでなく、作ること、片付けることの楽しさを実感していただくことができました。また、日頃から当たり前のようにお母さまがしている食事作りや片付けの大切さ、大変さをお子さまに伝えることができました。一方、お子さまにお手伝いをさせたくても、させる時間と余裕のないお母さま達の要望に応えることもできました。</li> <li>・お子さまからは「自分でできた！」という達成感や喜びの声、保護者からは「調理だけでなく、配膳やお皿の片づけまで教えてもらえた」との満足の声をいただきました。</li> <li>・子どもにやらせてみるのが大事だと考えており、お子さんの得意な家事を見つけてもらうために、保護者にもお子さんの様子を観察するようにアナウンスし見守る体験をしていただいています。セミナーの最後に保護者からお子さまに『〇〇名人の認定書』を渡すことで、おうちでも得意なお手伝いを継続してもらえるように取り組んでいます。</li> </ul>	
	<p>&lt;のどトレで飲み込み力を鍛えよう！&gt;                  飲み込む力の重要性を飲み込みトレーニングや口腔トレーニングを実施しながらお伝えしました。  <b>【実績】</b> 参加人数 9名（シニア世代の夫婦および親子）  <b>【状況等】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・飲み込みの重要性を座学でお伝えし、自宅で実践できるのどトレーニングを一緒に行うことで、生涯自分の口から食べ続けることができるような健康寿命を延ばす意識を高めていただくことができました。普段、何気なく食事をしていますが、飲み物と食べ物を使った実験をすることで口腔機能を維持する大切さを学んでいただきました。</li> <li>・医療従事者の参加もあり、「普段の治療の中でフォローできないことを、このような場で実施してもらうことはとても良い」と共感していただけ、また、高齢者を抱える参加者には「学んだことを持ち帰り是非とも実践したい」との感想をいただきました。</li> <li>・第三者から促されることで前向きに取り組めることもあると思います。今後も地域のシニアのみなさまが元気にお過ごしいただけるようなお手伝い、情報発信をしていきたいと思っています。</li> </ul>	

## ① 食育月間の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	静岡県
取組市町村名 取組団体・企業名	静岡健康長寿財団しずおか健康いきいきフォーラム 21 事務局 中北薬品株式会社
取組の名称	手洗い勉強会と食育セミナーの開催
実施時期	6月30日
取組内容	<p>2020年6月30日（火）に三島市立佐野小学校で、6年生45名を対象に手洗いや朝ごはんの重要性を再度認識してもらうことを目的とし、手洗い勉強会と食育セミナーを開催しました。</p> <p>新型コロナウイルス感染症対策の一環として開催した手洗い勉強会では、蛍光塗料とブルーライトを使用して、普段からしっかり手を洗えているか確認をしました。また、正しい手洗い方法についても説明しました。</p>  <p>「朝ごはんを食べよう」をテーマにした食育セミナーでは、朝ごはんを毎日食べることの大切さと、バランスのよい朝ごはんの組み合わせを説明しました。併せて主食、主菜、副菜、果物、牛乳・乳製品のそれぞれの役割や、簡単に朝ごはんを食べるための工夫についても説明しました。</p> 

## ① 食育月間の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	静岡県
取組市町村名 取組団体・企業名	藤枝市健康づくり食生活推進協議会
取組の名称	食育の日の啓発活動
実施時期	令和2年6月9日（火）、10日（水）
取組内容	<p>実施（配布）日：6月9日、10日  対象：一般市民（各地区交流センターを利用された方）</p> <p>食育の日（19日）に合わせて、藤枝市健康づくり食生活推進協議会の会員が、食育の日を啓発するポップ【参考】と健康豆知識が印字されたトイレトペーパー176個を藤枝市内12の各地区交流センターに配布し、トイレに設置してもらいました。</p> <p>ポップは、6月は食育月間・毎月19日は食育の日であり、「食」についてそれぞれができることからはじめてもらうきっかけになるよう作成しました。トイレトペーパーには、食事をはじめ健康や禁煙、メタボリックシンドロームに注意しようといった内容や、水分補給や便の形状からわかる健康状態のことなど、様々な情報が載っているものを選びました。</p> <p>7月1、2日に各地区交流センターに様子を伺ったところ、「食育の日や食推の活動を広報する良いきっかけになるのでまた行ってほしい」「保健委員の方がトイレトペーパーに興味を持ったと話をしていた」といった報告がありました。新型コロナウイルスの影響でこのような形での活動となりましたが、興味をもっていただけた様子が伺え、今回の活動が食育の日を広め、意識してもらう機会となったのではないかと思います。</p> <p>【参考】</p> 

