

# 食事から生活習慣病を予防する

## 食育事業の新しい取り組み

なぜ、新しい取り組みが必要なの？

袋井市は特定健診における糖尿病有病者が、県全体と比較すると男女ともに多く、平成23年度から糖尿病予備群ゼロ作戦を実施してきましたが、依然として県平均より高い状況です。

糖尿病などの生活習慣病は、食習慣を見直すことで予防できることもあります。

そこで、これまで行ってきた食育事業に加え、食習慣の改善を目的として、家庭訪問や体験型のイベントなどの新規事業にボランティア団体と連携して取り組みます。

### 減塩を目的とした

#### 家庭訪問事業の実施

健康づくり食生活推進協議会(食推協)と協働して、市内約1,000世帯を対象に家庭訪問を実施します(9月~11月)。塩分計を使ったみそ汁の塩分チェックをはじめ、味覚調査など減塩普及活動や野菜摂取の啓発を行います。

また、アンケートを通して塩分マップを作成することで、地域ごとの意識の向上につなげていきます。

### 市民向け食育イベントの充実

市民向けの食育イベントを食推協と協働で実施します。健康と食について、より興味を持っていただくために、講演会のほか、健康食の試食や野菜の摂取、減塩法の紹介など、子どもから高齢者までが参加・体験でき、食習慣の改善につなげていけるよう内容を充実させていきます。

- ①市総合健康センター1周年記念イベント 出展(5月28日・市総合健康センター)
- ②ふれあい夢市場出展(11月6日予定・メロップラザ)
- ③食推まつり(平成29年2月11日予定・月見の里学遊館)



市では、健康づくり計画に基づき、地域や学校・事業所・ボランティア団体などと連携し、様々な食育事業を展開しています。ボランティア団体である健康づくり食生活推進協議会と協働で進める新しい取り組みについてご紹介します。

健康づくり課地域健康推進係 ☎42-7340

### 健康づくり食生活推進協議会の

#### 愛称を募集します

食推協は、市内で食を通じた健康づくり活動をしているボランティア団体で、市と協働で栄養及び食生活の改善に関する知識の普及を行っています。

今まで以上に覚えやすく親しみをもっていただけるよう、愛称を募集します。

▽応募方法：愛称、愛称の説明(理由・意味)

味など)、住所・氏名・年齢・電話番号を記入して、いずれかの方法(はがき・ファクス・Eメール・応募箱)にて

▽応募箱設置場所：市総合健康センター2階、浅羽保健センター

▽募集期間：6月1日(水)~30日(木)必着

▽賞品：抽選で記念品を贈呈します。

▽その他：採用された愛称に関する権利は、市に帰属するものとします。

▽愛称の発表：広報ふくろいにて

～一緒に活動しましょう～

### 食生活推進員育成セミナー受講生大募集！！

健康の基本である「食」について学び、食生活推進員としての知識を身につけるセミナーです。

日	内容
6月29日(水)	開講式、健康日本21、調理の基本
7月29日(金)	食中毒予防、調理実習
9月21日(水)	食事バランスガイド、調理実習
10月19日(水)	運動で健康になろう、調理実習
11月※	地区活動(食推協の活動に参加しよう)
12月13日(火)	栄養計算をしてみよう、調理実習
平成29年1月24日(火)	生活習慣病予防、調理実習
2月15日(水)	閉講式、オリエンテーション

※11月は、地区ごとに日程が異なります。

全8回出席できなくても、6回以上の出席で修了できます。

時 午前9時～午後1時(開講式と閉講式の日は正午まで)

所 市総合健康センター

対 セミナー修了後、食推協会員として活動できる方

定 25人

料 2,000円(全8回分、テキスト代、食材費)

申 6月17日(金)までに、住所・氏名・電話番号を電話・ファクスで

健康づくり課地域健康推進係 ☎42-7340 FAX42-7276

kenkoudukuri@city.fukuroi.shizuoka.jp

〒437-0061 袋井市久能2515-1

ご応募・お申し込みを  
お待ちしております！