

仙南地域の食育活動を紹介します！

仙南地域食育通信



宮城県仙南保健福祉事務所では、第4期宮城県食育推進プランに基づき、食育を推進しております。

今年度より、仙南地域の食育活動がより一層充実することを目的に、「仙南地域食育通信」を発行することになりました。

仙南地域の食育活動や県の取組等、食育に関するトピックスを御紹介しますので、皆様の食育活動に御活用ください。

管内市町食育の取組を御紹介！—白石編—

■令和7年4月からスタートした「第4期白石市食育推進プラン」について教えてください。



市民一人ひとりが主体となり、市や近隣地域の多彩で豊富な食を通し、生涯にわたり心身ともに健全で豊かな生活を送れるよう、健全な食生活の実践や安全安心な食行動のとれるまちづくりを目指し、「第4期白石市食育推進プラン」を策定しました。

第4期プランから、市民の方により分かりやすくなるよう、新たに“白石(しろいし)”の頭文字で、食育の基本方向を示しました。

①：食を通じた健康づくりの推進

②：老若男女問わず、食を通じた豊かな人間関係の構築、人間形成の促進

③：良い食習慣の普及・啓発

④：食文化や特産品の理解促進と継承活動の推進



白石市食生活改善推進員（ヘルスメイト白石）の協力のもと、武家屋敷で伝統食「笹巻き」を作る体験会を実施するなど、郷土料理の伝承にも力を入れています。

■「白石市減塩プロジェクト」について教えてください。



白石市では、市民に高血圧の方が多いことから、令和2年度から「白石市減塩プロジェクト」を開始しました。幅広い世代を対象に、総合健診や各種がん検診の会場において、身の回りの食品に含まれる食塩量の展示を行ったり、「簡単減塩レシピ」を作成して展示会場や市内各施設に配布したりするなど、減塩や高血圧予防に関する啓発活動を行っています。

また、適正な野菜の摂取も高血圧予防に効果があることから、市内施設でのイベントにあわせて野菜摂取量測定会を実施するなど、減塩と野菜摂取の両面から知識の普及に努めています。

さらに、若い世代や働き盛りの世代に向けては、献血に協力いただいている企業や学校を訪問し、他の担当係と連携しながら、展示等を通じて減塩や野菜摂取の大切さを伝える取り組みも行っています。

今後も、住民の皆様が自分の健康に関心を持ち、日々の食生活を見直すきっかけとなるよう、様々な取組を展開していきたいと思っております。

（取材協力：白石市保健福祉部健康推進課 工藤課長補佐、但野管理栄養士）

「子どもの成長を担う基本的な生活習慣の重要性」に関する研修会を開催します！

学校保健統計調査結果において、仙南管内の小中学生のほぼすべての年齢で肥満傾向児の出現率が県平均値より高いことから、生活習慣の乱れが肥満の要因のひとつであることを踏まえ、大河原教育事務所と共催で研修会を開催します。

今年度のテーマは、ゲーム、ネットサーフィン、スマートフォンやタブレット端末利用など、メディアとの関わり、リスクのある生活習慣がテーマです。

- 1 日時 令和7年9月10日（水）午後2時から午後4時30分まで
- 2 主催 宮城県大河原教育事務所・宮城県仙南保健所（宮城県仙南保健福祉事務所）
- 3 会場 宮城県大河原合同庁舎大会議室（柴田郡大河原町字南 129-1）
- 4 内容 演題「子どもの成長を担う基本的な生活習慣の重要性について」
講師 東北大学加齢医学研究所 応用脳科学研究分野 助教 松崎 泰 先生
- 5 対象 管内小・中学校及び高等学校の管理職、学校保健、食育に関する担当教諭、行政関係者、管内幼稚園・保育所教諭、食育関係団体 等
- 6 申込 ホームページ掲載専用フォームから報告できます。（8月22日〆切）
<https://www.pref.miyagi.jp/soshiki/sn-hohuku/kensyumoushikomi.html>



大河原地方振興事務所からお知らせ

5月17日（土）に道の駅かくだ（角田市）、6月22日（日）におもしろい市場（白石市）で「せんにゃんスイーツ&逸品マルシェ」を開催し、地域内外から多くの方にご来場いただきました。

当日は、仙南地域のスイーツ店や地元産の食材を使用した食品「みやぎ蔵王三十六景地域の逸品」の販売事業者等が出店し、それぞれがこだわりの商品を持ち寄り、来場者に地元の味を楽しんでいただきました。

本マルシェは、地元食材の魅力発信とともに、地域のにぎわいづくりを目的に、継続的に実施しており、次回は10月25日（土）に道の駅村田（村田町）で開催します。また、大河原合同庁舎では、地域の農産物や林産物、お弁当やスイーツ等を販売する「合庁マルシェ」を9月と12月に開催予定です。

お近くにお越しの際は、ぜひお気軽にお立ち寄りください。



マルシェの様子

ぜひ御活用ください！ みやぎ食育コーディネーターの派遣について

「みやぎ食育コーディネーター」とは、学校、保育所及び地域等が行う食育講座、料理教室や農作業体験等食育に関する様々な取組に対する講師や指導者としての支援・協力を行うとともに、地域の人々に対する県が行う食育事業や食育に関する様々な情報の発信などに取り組んでいただく方々で、みやぎ食育コーディネーター養成講座や研修を修了した栄養士、調理師、生産者、医療関係者、薬剤師、食生活改善推進員、農村生活研究グループ等の方々が登録されています。

みやぎ食育コーディネーターの一覧や申込の詳細については宮城県健康推進課ホームページをご覧ください



支援団の選択

・宮城県健康推進課ホームページ上の名簿で協力を受けたいコーディネーターを選択します。

申込み

・協力を受けようとするコーディネーターが決まったら、県健康推進課に申込書を提出します。
・様式はホームページからダウンロードできます。

連絡調整

・県は該当する食育コーディネーターとの連絡調整を行います。
・協力引き受けの可否について確認し依頼者へ回答します。
・食育コーディネーターの都合によりご希望に添えない場合があります。

食育活動当日

・事前の打合せ内容に基づいて食育活動を実施します。
・実施後、実績報告書を宮城県健康推進課へ提出します。

事前打ち合わせ

・2者で食育企画の詳細な打合せを行います。
・食育活動に必要な材料、資材、会場などの手配は選定した依頼者が行います。

正式な依頼

・対応が可能である場合は、依頼者から食育コーディネーターへ直接連絡し、正式に依頼を行います。
・派遣に係る経費は派遣を受けた者が負担することとし、依頼者と支援団で協議して決定します。

<https://www.pref.miyagi.jp/site/shokuiku/kodesyoukai.html>