

仙南地域食育通信

宮城県仙南保健福祉事務所では、第5期宮城県食育推進プランに基づき、食育の推進に取り組んでいます。
昨年度からは、仙南地域における食育活動の一層の充実を図るため、「仙南地域食育通信」を発行しています。
仙南地域で行われている食育活動や、県が実施している取組など、食育に関するさまざまなトピックスを紹介しますので、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！—大河原町編—

■令和7年4月からスタートした「第3期大河原町食育推進プラン」について教えてください。

大河原町では、地域ぐるみで健康づくりに取り組み、いつまでも元気に暮らせるまち～ここからだも社会も健康な“Well-being”なまちの実現を目指して～、「第3次大河原町健康増進計画」、「第3期大河原町食育推進計画」、「第2期大河原町自殺対策計画」を一体的に策定しました。

“おおがわら”にちなんだ、5つの基本目標を掲げ食育を推進しています。

また、第2期食育推進計画の評価として令和5年度に実施した「みんなの健康づくりアンケート」では、20～30代の野菜摂取量が「0～2皿」と少ない、朝食を食べない人も多いなど、働き盛り世代の食生活に課題があることが分かりました。

そのため、第3期では、特に働き盛り世代への食育啓発を推進していく必要があると考えています。

■「大河原町での食育の取組」について教えてください。

大河原町では、町民が日々の生活の中で食を通して健康づくりに取り組めるよう、さまざまな食育活動を進めています。

まず、無関心層への働きかけとして、地元スーパーの農産物に「野菜を食べよう」シールを貼付したり、1日の野菜摂取目標量 350g を啓発するポケットティッシュを駅・銀行・病院・薬局・飲食店・スーパーなどに設置したりするなど、幅広い世代へ情報発信を行っています。

また、大河原町食育推進ネットワーク会議での助言を受け、生活環境が変わる小学3年生と中学1年生を対象に、野菜摂取を啓発するクリアファイルを作成し、児童・生徒へ配布しています。

6月の「おおがわらこどもスポーツフェスティバル」や10月の「おおがわらオータムフェスティバル」など、働き盛り世代が集まるイベントでは、手のひらに光を当てるだけで野菜摂取量を推定できるベジチェック測定を実施しています。

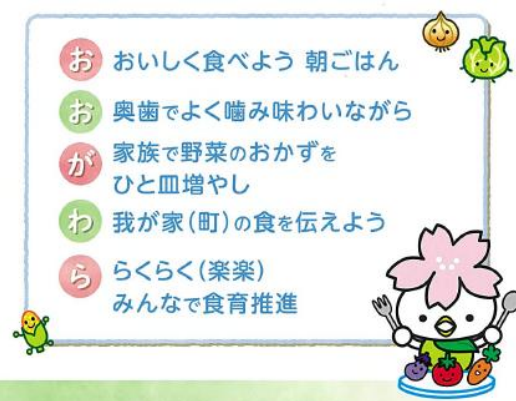
さらに、学校や保育所、乳幼児健診では、保護者を対象にベジチェック測定を行うなど、さまざまな場面で測定の機会を設けています。

このように、多様な機会を活用してベジチェック測定による食生活の“見える化”を進めながら、多くの機関と連携して食育活動を展開しています。

また、令和5年度からは特定健診や若年層健診で、尿中のナトリウムとカリウムのバランスを調べる「尿ナトカリ比測定」を実施し、対象者へ結果をお伝えしています。

ナトカリ比が高かったかたが健康相談に来所したり、「前年度の結果を踏まえて気を付けている」という声も聞かれたりと、健康づくりの実践につながっています。

大河原町は、“Well-being なまちづくり”の実現を目指して、関係機関と連携しながら食育の取組を進めてまいります。



啓発資料



ベジチェック

大河原地方振興事務所からお知らせ

みなさんは仙南地域の食のブランド「みやぎ蔵王三十六景地域の逸品」を知っていますか？

宮城県大河原地方振興事務所では、雄大な「蔵王」の自然を背景に楽しめる仙南地域の36スポットを「みやぎ蔵王三十六景」として紹介しています。また、そのふもとで育った農畜産物などを使ったおすすめの食品を「みやぎ蔵王三十六景地域の逸品」として推奨し、食と観光の魅力を発信しています。



平成19年に2品でスタートした「みやぎ蔵王三十六景地域の逸品」は、令和8年6月現在で94品まで増加しています。昨年度は、村田町から「メンマアチャール」「メンマハリッサ」「香油メンマ」「みちのく出汁メンマ」の4品、丸森町から「ひっぼの桑茶」「いちごのあま甘酒」「竹霖之風」の3品が新しく加わりました。

美しい景観と地域の食文化を組み合わせ、食と観光のブランド化を進め、消費を促進することで、地域の活性化につなげていきたいと考えています。

お店で「みやぎ蔵王三十六景地域の逸品」を見かけたときは、ぜひ手に取っていただけたら嬉しいです。



▲地域の逸品 HP

研修会のご案内

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。

今年度は、「成長期の健全な食生活や食育の実践」がテーマです。皆さんの御参加、お待ちしております！

- 1 日時 令和8年9月7日（月）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 「成長期の健全な食生活と食育の実践～第5期宮城県食育推進計画の推進に向けて～」
講師 仙台白百合女子大学人間学部健康栄養学科 教授 佐々木 裕子 氏
- 5 対象 管内幼稚園・保育所教諭、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、食育関係団体、行政関係者 等
- 6 申込 電子申請システムからお申込みください。（8月7日〆切）

<https://logoform.jp/form/GQGB/1615512>



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。

学校、保育所、地域などで実施される食育講座、料理教室、農作業体験など、食育に関するさまざまな取り組みにおいて、講師や指導者として幅広くご活用いただいています。



▲詳細はこちら