

みやぎの食育通信

Vol.
67

©宮城県・旭プロダクション

「みやぎの食育通信」は、地域食材や「食」を通じた健康づくりのための情報を発信し、県民の皆様の食生活をサポートしていきます。

再掲

みやぎ食育フォーラム 11月1日(水)パレットおおさき

宮城県では、食育を県民一人一人の主体的な取り組みとして推進することを目的に、毎年11月を「みやぎ食育推進月間」と定めています。期間中、県民の皆様がより身近に食育にふれられる催しとして「みやぎ食育フォーラム」を開催します。お席にまだ少し余裕がありますので是非ご参加ください。(申し込み必要)

11月みやぎ食育推進月間です!
平成29年度
みやぎ食育フォーラム
～みやぎの食育を次世代へ伝えつなげよう～
平成29年11月1日(水) 13:00～15:30 (12:30 開場)
会場：パレットおおさき 多目的ホール
(大崎市古川南波3丁目4番20号) **入場無料**

みやぎ食育表彰 表彰式

基調講演
子どもの健康なからだをつくる食生活
～アスリートの食事から学ぶ～
講師 大妻女子大学 家政学部 食物学科 教授 小清水 孝子 氏
自衛隊戦技ナショナルチームをはじめ、多くのトップ・ジュニアアスリートへの栄養サポートに携わっています。

事例発表
「食文化の継承に向けた取組について」
大崎市岩出山学校給食センター 千葉ゆり氏
「地域で育てる～学校保健と連携した食育～」
登米市市民生活部健康推進課 須藤庸子氏
「地域連携の食育活動」
カゴメ株式会社東北支店 黒松久美子氏

お問い合わせ先 宮城県保健福祉部健康推進課 TEL 022-211-2637

○日時：平成29年11月1日(水) 13:00～15:30

○場所：パレットおおさき(大崎市古川南波3丁目4番20号)

○内容：

基調講演「子どもの健康なからだをつくる食生活」

講師 大妻女子大学家政学部食物学科

教授 小清水 孝子 氏

事例発表①「食文化の継承に向けた取組について」

大崎市岩出山学校給食センター 千葉ゆり氏

事例発表②「地域で育てる～学校保健と連携した食育～」

登米市市民生活部健康推進課 須藤庸子氏

事例発表③「地域連携の食育活動」

カゴメ株式会社東北支店 黒松久美子氏

申し込み：電話022-211-2637または、FAX022-211-2697までお申し込みください

宮城県健康推進課ホームページにも情報を掲載しています

<http://www.pref.miyagi.jp/soshiki/kensui/>

塩エコ(減塩)生活はじめましょう

平成28年国民健康・栄養調査結果(厚生労働省)において宮城県男性の食塩相当量が11.9gで全国ワースト1位という結果でした。

減塩は、子どもの頃から生涯をととして実践することで脳卒中予防等の効果が大きいことから1日あと3gの塩エコ(減塩)をはじめてみましょう!1日当たりの食塩摂取量の目標は、成人男性9g以下・成人女性8g以下です(第3期宮城県食育推進プラン)

工夫1 麺類の汁は残しましょう

ラーメンのスープを全部飲んだ時の食塩量はどのくらい?

麺の食塩量は0.3g(スープは200cc)



今日からはじめよう
塩エコ生活



工夫2 みそ汁は具たくさんにしましょう



工夫3 栄養成分表示を活用しましょう



活動事例

食育推進研修会

特定給食施設（学校・児童福祉施設・事業所・寮）を対象として

仙台保健福祉事務所では、8月31日（木）に仙台管内の学校、児童福祉施設、事業所、寮などの特定給食施設を対象に、「喫食者における適正体重者の割合の増加」をテーマに食育推進研修会（兼特定給食施設集団指導）を開催しました。

研修会では、各施設の栄養管理責任者（管理栄養士、栄養士、調理師等）でグループワークを行い、適正体重者の増加に向けた情報交換・意見交換を行いました。

<事前アンケートより>

(1) 適正体重者の割合の把握状況（平成28年度）

→学校、児童福祉施設では、ほぼ全ての施設で把握されていました。

学校	児童福祉施設	事業所・寮	総計
97.1%	100%	83.3%	96.4%

(2) 適正体重者の割合が、平成26年度と比べて5%以上増加した施設の割合

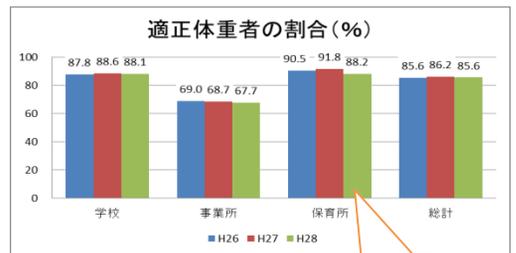
→仙台保健福祉事務所管内は、県平均より適正体重者が5%以上増加した施設割合は高い状況でした。

平成27年度	平成28年度	県平均値（※参考：平成27年度）
18.9%	15.0%	10.7%

<適正体重者の割合の推移>

（平成26年度～平成28年度）

適正体重者の割合の3年間の推移をみると事業所や保育所でやや減少傾向ですが、全体としては横ばいの状況です。



左 H26年
中央 H27年
右 H28年

今後に向けて以下の意見がだされました。

●適正体重者の割合増加に向けた取組

①給食便りによる啓発 ②栄養講話 ③個別の食事指導 等

●今後取り組んでいきたいこと

<学校> 保護者参観等を利用した家庭への情報提供

<児童福祉施設> 成長記録カードを作成し、保護者・保育士・栄養士で共有して体重管理に活用

●今後連携したい人・機関

①養護教諭 ②行政（市町村や保健所）等

仙台保健福祉事務所では「適正体重者の割合の増加」に向けて、給食担当部門と各機関の連携が図られるよう継続した取組を実施していきます。

お知らせ

11月はみやぎ食育推進月間です

宮城県では、毎年11月を「みやぎ食育推進月間」と定め、食育を県民運動として重点的かつ効果的に推進することとしています。

11月には特に食育の普及啓発にご協力賜りますようお願いいたします。



お知らせ

Date fm (エフエム仙台)

食育キャンペーン 出演予定

・番組名 J-SIDE STATION・
放送は10月25日(水)午後2時35分ころ

東北生活文化大学家政学部

准教授川俣幸一さん

(みやぎ食育コーディネーター)

