

都筑区食育・健康フェア ～野菜モリモリ大作戦～を開催します！

都筑区では、「食育月間」と「歯とお口の健康週間〈6月4日（土）～10日（金）〉」に合わせて毎年6月に、区民へ食育・歯の健康・健康づくりを啓発するイベント「食育・健康フェア」を開催しています。令和2～3年は、新型コロナウイルス感染症拡大の影響により中止していただいたため、3年ぶりの開催となります。今回は、「区民の皆様にもっと野菜を食べて健康になってもらいたい！」という思いから、テーマを「野菜モリモリ大作戦」とし、子どもから大人まで楽しめる、野菜と健康づくりに関する様々なコーナーを御用意しています。ぜひ会場へお越しください！

開催日時及び内容

(1) 日時・会場

イベント：令和4年6月11日（土）10時～13時

都筑区総合庁舎 1階 福祉保健センター健診フロア

パネル展：令和4年6月8日（水）～6月14日（火）

都筑区総合庁舎 1階 区民ホール

(2) 内容

【イベント】

- ①野菜スタンプでオリジナルカレンダーを作る体験（3歳から小学2年生が対象・事前申込制）
 - ②「ベジチェック®」を使った野菜摂取の充足度測定
 - ③都筑野菜の直売、350gの野菜展示や野菜まるごと使い切りレシピの紹介
 - ④食品ロス削減の啓発として、フードドライブを実施
- 等

【パネル展】

区内保育施設・小学校・中学校や企業・団体の皆様に御協力いただき、食育の取組を紹介するパネル展を開催します。



①野菜スタンプカレンダー（見本）



②ベジチェック®（イメージ）



③350gの野菜（イメージ）

※イベント当日の取材を希望される場合は問合せ先まで御連絡ください。

お問合せ先

都筑福祉保健センター福祉保健課長 室山 孝子

Tel 045-948-2340

食育月間とは

食育基本法に基づき国が策定している食育推進基本計画において、毎年6月は「食育月間」として定められており、国、地方公共団体、関係機関・団体が協力しながら、食育推進運動を重点的に実施し、食育の一層の浸透を図ることとしています。（農林水産省 HP より引用）

野菜モリモリ大作戦の背景

適量の野菜を食べることは、主食・主菜・副菜のそろった栄養バランスの良い食習慣につながります。健康日本 21（第二次）及び第 2 期健康横浜 21 における日本人（成人）の 1 日の野菜摂取目標量は、350g です。

しかし、令和元年国民健康・栄養調査の結果では、男女ともに 20 歳以上のすべての年代で野菜摂取量が 350g を下回っていました。特に、20 代から 40 代の働き世代において、他の年代より少ない状況です。（下記図 1 参照）

また、都筑区においても、令和 2 年度の健康に関する市民意識調査の結果では、副菜（野菜、きのこ、海藻類などを使った料理）を 1 日に 3 回・毎日食べている区民が約 3 割のみという状況でした。（下記図 2 参照）

都筑区は、総農家数が市内第 1 位（479 戸「平成 27 年農林業センサス」より）、農地面積が市内第 2 位（343.4ha「令和 2 年 1 月 1 日固定資産概要調書」より）と、市内でも有数の農業の盛んな地域です。地元で採れた新鮮でおいしい野菜や果物、卵などの食材を「都筑野菜」として、地域と連携しながら地産地消の推進に取り組んでいます。区民の皆様にも、バランスの良い食事を摂ることの大切さをお伝えし、新鮮でおいしく健康にもいい野菜をたくさん食べていただけるよう、本イベントを計画しました。

