

【様式 2】

②食育月間以外の月の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	山梨県
取組市町村名 取組団体・企業名	南部町 食生活改善推進委員会
取組の名称	たけのこまつりでの特産品たけのこのPR
実施時期	4月14日
取組内容に該当する 食育ピクトグラム (複数選択可)	☐ 1 みんなで楽しく食べよう ☐ 2 朝ごはんを食べよう ☐ 3 バランスよく食べよう ☐ 4 太りすぎないやせすぎない ☐ 5 よくかんで食べよう ☐ 6 手を洗おう ☐ 7 災害にそなえよう ☐ 8 食べ残しをなくそう ☐ 9 産地を応援しよう ☐ 10 食・農の体験をしよう ☐ 11 和食文化を伝えよう ☒ 12 食育を推進しよう
取組内容	たけのこまつりにおいて、南部町の特産品である「たけのこ」のPRを行うために、食生活改善推進員が「たけのこの天ぷら」を調理し、販売を行いました。また、たけのこの美味しい食べ方や調理方法について知ってもらうために、購入者にたけのこ料理のレシピ配布を行いました。 たけのこ料理 レシピ 南部町食生活改善推進委員会 たけのこ部位別調理法 穂元 穂元 穂元 穂元 穂元のたけのこ産地 ～生産地・栽培方法について～

②食育月間以外の月の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	山梨県
取組市町村名 取組団体・企業名	南部町 食生活改善推進委員会
取組の名称	
実施時期	12月6日
取組内容に該当する 食育ピクトグラム (複数選択可)	☐ 1 みんなで楽しく食べよう ☐ 2 朝ごはんを食べよう ☐ 3 バランスよく食べよう ☒ 4 太りすぎないやせすぎない ☐ 5 よくかんで食べよう ☐ 6 手を洗おう ☐ 7 災害にそなえよう ☐ 8 食べ残しをなくそう ☐ 9 産地を応援しよう ☐ 10 食・農の体験をしよう ☐ 11 和食文化を伝えよう ☐ 12 食育を推進しよう
取組内容	食生活改善推進委員会では年1回、愛育会正副分班長会議において学習会を行っています。今年度は高血圧予防をテーマにお味噌汁の塩分濃度測定と講義を行い、23名が参加しました。 お味噌汁の塩分濃度測定は16名の方にご協力いただき、結果とともに、塩分濃度の目安について、減塩お味噌汁を作るためのコツを伝えました。 講義では、ソルセイブを使用した塩味のチェックと血圧を下げるヒントを見つける間違い探し、間違い探しの解説をしながら血圧を下げるための方法を紹介しました。  

②食育月間以外の月の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	山梨県
取組市町村名 取組団体・企業名	南部町 食生活改善推進員会
取組の名称	フレイル・オーラルフレイル予防教室
実施時期	12月10日
取組内容に該当する 食育ピクトグラム (複数選択可)	☐ 1 みんなで楽しく食べよう ☐ 2 朝ごはんを食べよう ☒ 3 バランスよく食べよう ☐ 4 太りすぎないやせすぎない ☐ 5 よくかんで食べよう ☐ 6 手を洗おう ☐ 7 災害にそなえよう ☐ 8 食べ残しをなくそう ☐ 9 産地を応援しよう ☐ 10 食・農の体験をしよう ☐ 11 和食文化を伝えよう ☐ 12 食育を推進しよう
取組内容	南部町篠井地区の地区サロンにおいて、食生活改善推進員がフレイル・オーラルフレイル予防教室を実施し、13名の方に参加していただきました。 教室では、ご自宅から持ってきていただいたお味噌汁の塩分濃度測定とフレイル予防についての講義、フレイル予防にちなんだ料理の試食、液体ハミガキの使用体験を行いました。 参加者の中には「フレイル」を知らない方や、言葉は知っているけれど内容は知らない方もいましたが、教室に参加していただいたことで、「フレイル」の意味や予防方法について知っていただく機会となりました。