

令和5年度 食と健康部会活動報告

(R6年3月末)

●個別施策1 生活習慣病予防・改善のための食育推進

健康づくりを支える食環境整備の取組として、9月「食生活改善普及運動月間」に合わせて、啓発を実施しました。

コンビニやスーパーで啓発 POP 掲示

1日の野菜摂取量は、目標まで1皿分(およそ70g)不足していることから、「毎日野菜をプラス1皿」多くとることを目標に、啓発POPをくろめ健康づくり応援店に登録するコンビニエンスストアやスーパーなどの総菜や野菜コーナーなどに掲示を依頼。



<セブン-イレブン 市内オーナーへインタビュー>

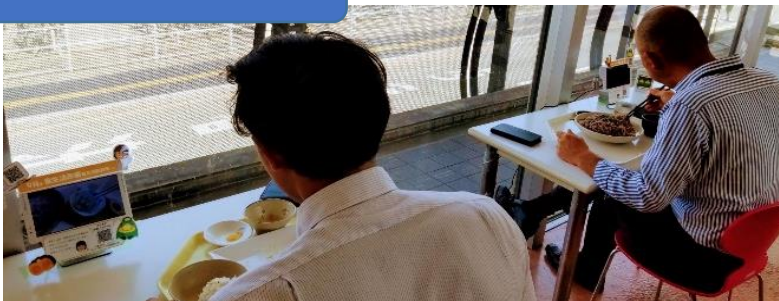
当店では、すべてのお客様に、野菜を多く食べて頂きたいという思いから、地域野菜の販売や、野菜などを使った「カップデリ」などの商品を販売しています。

今回の市の啓発POPは、お店の取組と市の取組の目的が一致していて、非常に良いことだと思いました。お客様の健康づくりの一助になればと思います。

昼食時間に食情報を発信

食堂喫食ペースに小型モニターを設置し、動画を放映。「主食・主菜・副菜をそろえる」、「おいしく減塩 1日マイナス2g」に加え、お店のメニューをバランスよく選ぶコツも紹介し、健康無関心層へ働きかける内容にしました。

久留米市庁舎レストラン



三潞総合福祉センター内食堂



<利用者のコメント>

○昼食時に自然と目に入り、見やすい。 ○食堂のメニューの良さや選び方が分かった。 など

くるめ健康づくり応援店 利用促進への取組

「くるめ健康のびのびポイントアプリ」内のキャンペーンとして、くるめ健康づくり応援店で飲食すると、アプリ内のポイントを付与する取組を実施。ポイント付与による動機付け(メリット)により、応援店の利用を促すことを目的に企画しました。

※くるめ健康のびのびポイントアプリとは

ウォーキングやけんしん受診など、毎日の健康づくりでポイントを貯めて、特典の抽選に応募ができます。

久留米市にお住まいの18才以上の方が対象。

第4次久留米市食育推進プラン 目標指標の進捗状況①

No.	目標指標	単位	基準 R3年度	目標 R7年度	実績 R5年度	基準年 比較増減
個別 施策 1	主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている市民の割合	%	50.9%	60%	41.1%	▲9.8pt

●個別施策2 生涯を通じた切れ目のない食育推進

引き続き、地域における啓発、若い世代への食育推進、情報発信に取り組みました。

地域で、動画で、生活習慣病予防を啓発

生活習慣病予防のための食事のポイントと献立・レシピの紹介を行っています。

食生活改善推進員の方々により、地域では調理実習を行うなどの活動を継続しています。



また、同じメニューを YouTube 動画でも配信しておりいつでも手軽に何度でも視聴できます。動画はイベントや食育教室でも活用しています。



おすすめ献立を動画で紹介しています→



第4次久留米市食育推進プラン 目標指標の進捗状況②

No.	目標指標	単位	基準 R2年度	目標 R7年度	実績 R5年度	基準年 比較増減
個別 施策 2	食を通じた健康づくりをテーマとした動画再生回数(累計)	回	12,788回	+50,000回	72,636回	+59,848回

大学生等への食育教室の実施

食や健康に関する講話に加え、簡単な調理体験を組み合わせ、楽しく学んでもらいました。



久留米大学 御井学舎 地域連携センターつながるめ

材料を器に入れて、お湯をかけるだけの「簡単みそ汁」に挑戦



久留米工業大学「女子学生交流会」

ホットプレートで米粉のパンケーキ作りを体験

新たに作成したポスターを配布

市内の高校や大学等 18 校に、朝食を食べようやバランスのよい食事に関するポスターを配布しました。

