

## 食育月間の取組（南部町）

取組の名称	母親学級において幼児向けのおやつ・軽食の紹介
実施時期	6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）	<div style="display: flex; flex-wrap: wrap; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center; margin: 5px;"> <input checked="" type="checkbox"/>  </div> <div style="text-align: center; margin: 5px;"> <input type="checkbox"/>  </div> <div style="text-align: center; margin: 5px;"> <input type="checkbox"/>  </div> <div style="text-align: center; margin: 5px;"> <input type="checkbox"/>  </div> <div style="text-align: center; margin: 5px;"> <input type="checkbox"/>  </div> <div style="text-align: center; margin: 5px;"> <input type="checkbox"/>  </div> <div style="text-align: center; margin: 5px;"> <input type="checkbox"/>  </div> <div style="text-align: center; margin: 5px;"> <input type="checkbox"/>  </div> <div style="text-align: center; margin: 5px;"> <input type="checkbox"/>  </div> <div style="text-align: center; margin: 5px;"> <input type="checkbox"/>  </div> <div style="text-align: center; margin: 5px;"> <input type="checkbox"/>  </div> <div style="text-align: center; margin: 5px;"> <input type="checkbox"/>  </div> </div>
取組内容	<p>南部町では、出産と産後の過ごし方についての学習やお母さんの交流の場として母親学級を実施しています。</p> <p>今回の教室は、対象を妊婦さんと3歳までのお子さんをもつ両親とし、5組の参加がありました。</p> <p>6月で梅雨の時期ということから、幼児向けのおやつ・軽食として、カエルをイメージした「ケロちゃんサンド」を紹介し、レシピと試食をお渡ししました。</p> <p>パンにはさむ具材は、ツナ缶とヨーグルトで、マヨネーズで和えるのではなく、ヨーグルトで和えることで、カロリーや油の摂取量を抑えました。</p> <p>参加したお子さんにも喜んでいただけたようでした。</p> <div style="text-align: center; margin-top: 20px;">  </div>

取組の名称	スマイルなんぶ健康相談での栄養相談の実施
実施時期	6月15日
取組内容に該当する食育ピクトグラム（複数選択可）	
取組内容	<p>南部町では、町民一人ひとりが健康的な生活習慣を確立することにより、平均寿命・健康寿命を延伸させ、生活の質の向上を図るために、「『スマイルなんぶ』～健康寿命日本一を目指して～」をキャッチフレーズに、町全体で個人の健康づくりを支援する取り組みを進めています。</p> <p>毎月15日を「スマイルなんぶの日」として町民を対象に「スマイルなんぶ健康相談」を実施し、福祉保健課の保健師、管理栄養士が体組成・血糖・血圧測定・健康相談・栄養相談を行っています。</p> <p>令和4年度の特健診結果より、HbA1c と血圧において有所見率が60%を超えた背景から、数値改善を目指した事業の1つとして、今年度よりスマイルなんぶ健康相談での栄養相談を開始しました。6月は4名の方が利用されました。お話を伺う中で、数値が悪化している原因を探り、改善するためにはどんなことができるかを一緒に考える時間となるように実施しています。</p>