

食育で元気なまちに！

白石区食育推進ネットワーク



健康な毎日過ごすために大切な食生活。白石区では、食を大切に
する心を育む「食育」を進めています。

今の特集は、区内で食育を広めようと活動している「白石区食育推進ネットワーク」の取り組みを紹介します。皆さんも、日頃の食生活を見直してみませんか？

この特集に関するお問い合わせは 区健康・子ども課 ☎862-1881

白石区食育推進ネットワークとは

「朝食を食べない」「野菜の摂取量が少ない」など、食生活の問題改善に取り組む、区内の団体・機関などが連携して結成。区民の食への関心を高め、子どもの健やかな成長を育み、健康で生き生きと暮らせるまちづくりを進めようと活動しています。

どんな取り組みをしてるの？

料理教室など楽しみながら食の大切さを体験する場や、食育について学ぶ機会を提供しています。今年度は**しろっぴーの食育ひろば**と題し、「野菜を食べよう！」をテーマに、さまざまな取り組みをしています。



しろっぴーの食育ひろば

区民が食に関心を持ち、健全な食生活を送るきっかけとなるよう、料理教室やセミナー、野菜料理レシピコンテストなどを行っています。

料理教室



夏野菜でごちそうランチ

夏野菜を使った色鮮やかな料理を
楽しみながら、食の大切さを学び
ました。

その他の料理教室

親子料理教室や、季節の食材を使
った料理教室など、数多く実施し
ています。

セミナー



食育セミナー

大学教授や料理研究家を招き、野
菜の持つ力や季節の野菜の楽しみ
方を学びました。

指導者食育セミナー

区内で食育指導に関わる方を対象
に、野菜の取り方についての講演
会を実施します。

啓発活動



DVD作成・放映

学校栄養士と協力し「野菜摂取強
化月間」の啓発DVDを作成。区内
の小中学校で放映しました。

食育アンケート

小中学校と協力して、児童・生徒
に食生活についてアンケート調査
を行いました。

食育通信配布中！

白石区の食育事業や、野菜をふんだんに使ったレシピなどを紹介した「しろいし食育通信」を毎年発行しています。平成24年度版は白石保健センター・区総務企画課広聴係で配布中。平成25年度版は来年3月下旬に発行予定です。

