

## 第4回 いわき・わくわく・食育フェスタ 実施要領

### 1 目 的

第2次いわき市食育推進計画（平成26～30年度の期間計画）では、「周知から実践へ」をコンセプトに、生涯にわたるライフステージに応じた間断ない食育の推進、生活習慣病の予防及び改善につながる食育の推進、家庭における共食を通じた子どもへの食育の推進を重点課題とし、市民が食に関する理解を深め、自らの食育を実践することで、生涯食育社会の構築を目指している。

このことから、市民一人ひとりの主体的な食育の動機を促し、家庭で取り組める事例が理解できる機会を設け、食育の実践を支援するとともに、来場者に行うアンケート調査項目に、家庭での食育の具体的な取組内容を網羅し、家庭での食育の実践を把握する。（この事業は平成26年度から実施）

2 対 象 者 市民（入場無料）

3 会 場 いわき市総合保健福祉センター

4 内 容（詳細別紙）

テーマは「食育は楽しみながら」とする。

- (1) 食育講演会
- (2) 「笑顔がごちそう」フォトコンテスト表彰式
- (3) 食育無料試食会
- (4) 食のフレンドパーク ～楽しい食の経験を！～
  - ① お口と栄養のコーナー
  - ② 学校給食交流コーナー
  - ③ 農林水産物コーナー
  - ④ 野菜ぴったり 350g チャレンジコーナー
  - ⑤ 食事時の塩分確認コーナー
  - ⑥ 食に関する絵本コーナー（読み聞かせタイム）
  - ⑦ 食を学べる展示コーナー

5 従 事 者 地域保健課職員、いわき市健康推進員、公益社団法人福島県栄養士会いわき支部会員、一般社団法人福島県歯科衛生士会いわき支部会員他

6 日 程 平成29年9月30日（土） 12:00 ～16:00

7 周知方法 ポスター作成、送付  
 広報いわき及び市公式ホームページに掲載  
 公共機関等の窓口等へチラシ配布

### 内容

#### (1) 「みんなが主役！いわきの食育講演会」

子どもの未来を創る・大人の人生を豊かにする食！食のスペシャリストのお話！！  
 食に関する理解を深め、日々の生活の中で自ら実践することが食育を推進し、生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性をはぐくむことにつながることを啓発し、食育の主役は市民一人ひとりということを認識して

いただく。

講 師：北折一氏（消費生活アドバイザー）

演 題：「ガッテン流・食育の極意教えます！！

～健康家族で元気モリモリ～」（仮題）

会 場：1階 多目的ホール

時 間：13:00～14:30

その他： 講演中は、1歳児から入学前のお子様対象で預かり保育を口腔保健室に於いて実施。ボランティア保育士3人が担当。

## （2）「笑顔がごちそう」フォトコンテスト

食と笑顔が写っている写真を事前に市民から募り、フェスタ開催当日展示及び表彰式を行う。写真を通し、応募者だけでなく、作品を見る方も楽しいことが食育の原点であることを再認識していただく。

応募資格 いわき市内居住者

応募期間 7月1日～8月31日

募集方法 ポスター、パンフレット、ホームページに募集内容を掲載  
応募用紙に必要事項を記入の上、写真に貼付し、郵送等にて募集。

選考基準 食に関連したものと笑顔が写真の中にあること  
受賞作品は1人1作品までとする。

選考方法 審査員による書類審査

\*あなたが選ぶHappyスマイル賞は入賞作品を除く作品から、食育フェスタ来客者の投票により決定する。

また、同賞に投票した方の中から抽選で記念品を贈呈する。

審査員 保健所長、地域保健課長、食育推進委員会委員他

結果発表 本人通知。（郵送及び電話）市ホームページにおいても発表。

表彰式 食育フェスタ当日、多目的ホールで表彰状及び記念品の授与を行う。

最優秀賞 1人、優秀賞 5人、グッドスマイル賞 15人、  
あなたが選ぶHappyスマイル賞 5人

## （3）「食べてみて！おいしい給食レシピ」

家庭で簡単に調理できる、地元中華料理店シェフが学校栄養教諭等と作成した学校給食の好評メニューの一部を実際に試食していただき、体感することでの気づきを促す。保育所のおやつメニューは、アレルギー児も一緒に食べられるものを用意。（レシピも配布）

学校給食メニュー

保育所給食おやつメニュー 各250人分

場 所 3階 栄養指導室

提供時間 12:00 ～ 13:30（12:00より整理券を配布）

#### (4) 食のフレンドパーク ～ 楽しい食との経験を！ レッツチャレンジ ～

##### ①お口と栄養のコーナー

食べることは生きることであり、口腔機能が食べることと関連性が深く、重要であることを理解していただき、家庭で実践できることを確認していただく。

##### ②学校給食交流コーナー

どの年代層にも認知度が高い学校給食のおいしさの工夫や、栄養バランス等について理解していただき、家庭で活用していただく。

##### ③農林水産物コーナー

アグリファイブとのふれあい、農林水産物に関するクイズなどを通し、いわきの農産物を知っていただき、食に関する環境を理解していただく。

##### ④野菜ぴったり 350g チャレンジコーナー

1日に摂取する望ましい野菜の量である350gを、実際に用意した野菜の中から自由に選び、その量を当てていただく。ピタリ賞のかたには景品を用意。

家庭での摂取量を振り返り健康管理について理解し、実践へとつなげていただく。

##### ⑤塩分確認コーナー

いわき市の死亡数を死因順位別にみると第1位は悪性新生物で、第2位は心疾患、第3位は脳血管疾患であるが、心疾患、脳血管疾患を併せた割合は全死因のうち29.8%にも及ぶ。高塩分摂取の食習慣が疾患の起因及び重症化の要因の一つであることから、来場者が実際の食事での塩分摂取量を確認でき、家庭での減塩の工夫について学べるコーナーを設ける。

##### ⑥食に関する絵本コーナー

展示：絵本の中で食に関するものが登場するものや、食育に関するものを展示し、自由に手にすることができるようにする。

読み聞かせ：食育エプロンを使用してのエプロンシアターや絵本の読み聞かせタイムを行い、親子で楽しい時間と空間を共有し、実際の家庭の食の場面においても食の楽しさを意識していただく。

##### ⑦食を学べるコーナー

- ・食育推進計画啓発コーナー
- ・フードモデル、食育に関するリーフレットの展示
- ・チャレンジ！食のクイズ王