

【様式 1】

① 食育月間の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	石川県
取組市町村名 取組団体・企業名	かほく市
取組の名称	野菜の摂取量を測定できる機器（ベジメータ）を活用した取り組み
実施時期	6 月中
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 畜産を応援しよう ☒ 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	野菜の摂取量を測定できる機器（ベジメータ）を活用して、自分の野菜摂取量を見える化し、食事に対する行動変容を促すことを目的に実施しました。 ① 住民健診の特定健診対象者に会場にて計測。 ② 働き盛りの方を対象に、商工会健診にて計測。 ③ 赤ちゃん健診の保護者対象に計測。 ④ 健康レッスン参加者に測定。 参加者からは、「昨年と比べて今年はどうなっているか気になっていた」「夫婦でよくなかった。食べるようにしよう」「結果が思っていたよりよくて安心した」等の感想があったり、「何を食べるとよいの」等の質問もありました。