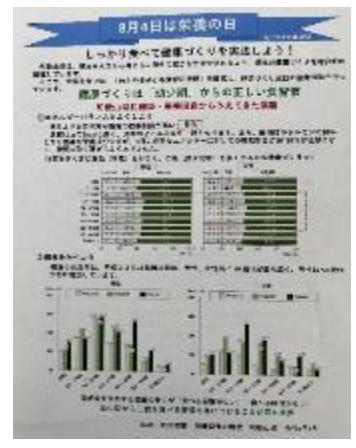
8月4日「栄養の日」啓発活動実績報告

　和歌山県栄養士会は栄養士会員から「わかやま子ども食育応援隊」を編成し、「栄養の日」にちなんで、正しい食生活の普及を目的に啓発活動を行った。



大人用啓発チラシ　　子供用啓発チラシ

スローガン
　〇しっかり食べて健康づくりを実践しよう
　〇健康づくりは幼少期からの正しい食習慣

啓発内容
　①エネルギーバランスをよくしよう
　　・脂質の摂取量が高い傾向にある
　②朝食をたべよう
　　・朝食の欠食率が増加傾向にある
　③野菜・果物を100g増やそう
　　・野菜の摂取量が350gのところ100g少ない
　　・果物の摂取量が200gのところ100g少ない
　④調味料を上手く使って減塩しよう
　　・目標量男性7.5g以下　　現状　9.7g
　　　女性6.5g以下　　現状　8.9g
　　「減塩を心がけ高血圧症や生活習慣病を予防しよう」

※出　典：令和5年3月和歌山県民健康・栄養調査

啓発日時：令和6年8月4日
　　11時～13時30分
啓発場所：イオンモール和歌山　2階　MUK前

配付実績：大人用啓発チラシ配布数　523枚
　　子供用啓発チラシ配布数　531枚
対 象 者：家族連れ（保護者と子供）中・高校生など

補助事業：令和6年度和歌山県食育推進事業（うち食育実践地域活動支援事業）補助金

啓発風景

わかやま子ども食育応援隊啓発メンバー

坂本　真季　谷口　千惠　瀧本　紀子　島田　紀子
熊代　恵美　岩崎　美香　紙谷　伸子　古久保　智子
松本　由実　堀内　佐知子　伊藤　智子　津葉井　真紀
永田　明代　茅野　恵里子　福西　悦子
（以上：15名）