

令和5年度 第2回 食育パネル展報告

目的	浦安市食育推進計画に基づいて市民に対し食に関する情報提供を行い、健康づくりに関心を持つきっかけを作る。減塩についてとても気を付けている+気を付けている市民の割合の増加につながるよう、減塩のメリットや重要性、減塩のコツなどをわかりやすく伝える。	
テーマ	減塩しよう！	
現状	健康意識調査・Uモニター・食育に関するアンケートによると、浦安市民は塩分をとり過ぎないようにすることについて、気を付けている人の割合（とても気を付けている+気を付けている）が61.6%となっており、国と比べ低くなっている。	
対象	図書館に来館する市民	
日時	令和5年11月9日（木）10:00～11月23日（木）18:00	
場所	浦安市中央図書館 ワークスペース	
内容・方法	パネル展示による情報提供	別紙 A1×6枚
	塩分チェック	参加者 14名
	チラシ等の配布による情報提供	配布枚数 119枚
	レシピを用いた情報提供	配布枚数 32枚

配布チラシ一覧と配布枚数

ちばの恵みでまんてん笑顔	23枚
ふやそう野菜へらそう塩	21枚
グー・パー食生活ガイドブック概要版	5枚
ちばの恵みを知って家庭で味わおう	12枚
食品ロス食べ物のもったいないを減らそう調理編	13枚
食事バランスを考えよう	21枚
ちょっとした工夫で簡単にバランスのよい食事を！	12枚
青年期・壮年期のかたへのワンポイントアドバイス	5枚
おいしくみんなで食べようレシピ	27枚
野菜をもっと食べようレシピ	5枚
計 151枚	