

みやぎの食育通信

「みやぎの食育通信」は、地域食材や「食」を通じた健康づくりのための情報を発信し、県民の皆様の食生活をサポートしていきます。

Vol.
99

毎月19日は食育の日です！



「みやぎの食育推進月間」イベント情報！

宮城県では、毎年11月を「**みやぎ食育推進月間**」と定めています。
第4期宮城県食育推進プランでは、みやぎ食育推進月間において、行政、学校、関係団体及び地域が連携し、各種イベント等の啓発活動を**集中的に実施**することとしています。
月間中に、県内各地で実施されるイベント等をご紹介します。
このほかの取組は、県の**ホームページ**に掲載しています。

[「みやぎの食育推進月間」ページ](#)



みやぎ健康3.15.0（サイコー）フェア（宮城県健康推進課）

と き:11月6日（月）午後0時30分～午後3時30分

と ころ:仙台市中小企業活性化センター（アエル5階）

内 容:

- 【第一部】令和5年度スマートみやぎ健康づくり表彰
 - ・令和5年度宮城県健康づくり優良団体表彰
 - ・**令和5年度みやぎ食育表彰**
- 【第二部】令和5年度スマートみやぎ健康フェア
 - ・令和5年度みやぎバジプラスメニュー商品化発表会
 - ・健康づくりセミナー
- 【併催】
 - ・スマートみやぎ健民会議応援企業による取組紹介・ブース出展等

フェアでは、みやぎ食育表彰の表彰式が開催され、知事より受賞者に賞状が授与されます。



▲令和4年度表彰式の様子



「Date fm食育ハンドブック2023」発行

- ・食材王国みやぎの身近な食材から郷土料理の紹介など子どもから、大人にまでわかりやすい内容になっています。
- ・子どもやそのご家族に食育の大切さを楽しく理解するクイズを掲載しています。クイズを解いて応募していただいた方に、県産品が当たるチャンスもありますよ。
- ・11月に県内小学5年生全部に配布されます。ハンドブックをご希望の方は宮城県健康推進課食育・栄養班(022-211-2637)にご相談ください。



▲食育ハンドブック

第8回ひがしまつしま食ベメッセ（東松島市）

と き:11月12日（日）午前10時～午後2時

と ころ:東松島市矢本東市民センター屋内

内 容:

- ・架空の学校「東松島食べる学校」へ一日入学体験。「見る（診る）」「触る」「嗅ぐ」「聴く」「味わう」の五感を刺激する体験ができます。

お問い合わせ:東松島市健康推進課 0225-82-1111

減塩の食生活キャンペーン2023年秋（川崎町）

と き:11月11日（土）

午後0時50分～午後3時

と ころ:川崎町健康福祉センター

内 容:

- ・減塩食品の展示
- ・かけしょうゆ体験:冷やっこにかけたしょうゆの重さから食塩摂取量がわかります。
- ・減塩食品の提供

お問い合わせ:川崎町保健福祉課 0224-84-6009

食育を通じた歯と口腔の健康づくり事業 当選者イベント

※イベントの参加募集は終了しています

と き:11月23日（木・祝）

と ころ:CROSS B PLUS

内 容:

- ・印度カリ子さんによる調理デモンストレーション付き講話
- ・歯科医師会、歯科衛生士会、栄養士会の講話



県内各地で「ベジプラス100 & 塩eco」の取組がスタート！

宮城県民の一日の平均食塩摂取量は全国的にも高く、野菜摂取量は減少傾向にあり、特に20～40歳代では目標の350gに約100g不足しています。

そこで、県では、働き盛り世代を主なターゲットとして、「野菜！あと100g」と「減塩！あと3g」を実践しやすい食環境づくりをすすめるために「ベジプラス100 & 塩eco」を推進しています。

9月から、スマートみやぎ健民会議応援企業やみやぎ食育応援団などの連携による「ベジプラス100 & 塩eco」の取組が県内各地でスタートしています。今回はその取組の一部を紹介します。



←このマークが目印です

「みやぎベジプラスメニュー」の販売



お楽しみに！

野菜たっぷりで塩控えめの「みやぎベジプラスメニュー」を販売しています。ぜひお手に取ってみてください♪

イトーヨーカ堂
「1/3日分の野菜が摂れる
焼きカレー」

期間：9月～10月
場所：イトーヨーカ堂
県内2店舗



大衆食堂 半田屋
「ほうれん草のお浸し」
「菜の花の煮浸し」
「ほうれん草のナムル」

期間：9月中旬～
場所：大衆食堂
半田屋
県内7店舗



㈱カルラ × 東北生活文化大学 ×
キッコーマン食品(株) × 宮城県
「減塩ランチ～油麩卵とじ定食～」

提供予定：11月下旬～
提供場所：かに政宗
本町店



㈱味の素
「和風タコライス弁当」

期間：11月5日(日)
場所：東北復興
マラソン会場内
キッチンカー



お楽しみに！

イオン、ウジエデリカ、みやぎ生協、藤崎
管理栄養士養成施設の学生考案メニュー販売予定！

メニュー開発中
の様子→

提供予定：11月7日～
提供場所：上記企業の各店舗

詳細は後日「健康3.15.0宣言」ホームページで紹介します



お楽しみに！

「ベジプラス100 & 塩eco」PR

ポスターやミニのぼり等を掲示して普及をしています。

ヨークベニマル
(9月・終了)

ローソン
(10月中)



県庁食堂で「ランチフェア」の開催

野菜たっぷりです食塩控えめの「ベジプラスランチ」をスマートみやぎ健民会議応援企業のご協力により、定期的に提供しています。



R6年度の取組予定
(R5.10.19時点)

時期	企業
10月 10～11日	味の素
冬頃	森永乳業

取組協力企業は今後も拡大予定！

みんなで「ベジプラス100 & 塩eco」に取組みましょう♪

お知らせ

令和5年度の食育通信は、5月と10月に発行します！