

【様式2】

②食育月間以外の月の取組

取組市町村名 取組団体・企業名	小倉北区役所保健福祉課
取組の名称	野菜プラス一皿イベントの開催
実施時期	令和7年8月29日(金)
取組内容に該当する 食育ピクトグラム (複数選択可)	<input checked="" type="checkbox"/> 1 みんなで楽しく食べよう  <input checked="" type="checkbox"/> 2 朝ごはんを食べよう  <input checked="" type="checkbox"/> 3 バランスよく食べよう  <input type="checkbox"/> 4 太りすぎないやせすぎない  <input type="checkbox"/> 5 よくかんで食べよう  <input type="checkbox"/> 6 手を洗おう  <input type="checkbox"/> 7 災害にそなえよう  <input type="checkbox"/> 8 食べ残しをなくそう  <input type="checkbox"/> 9 産地を応援しよう  <input type="checkbox"/> 10 食・農の体験をしよう  <input type="checkbox"/> 11 和食文化を伝えよう  <input type="checkbox"/> 12 食育を推進しよう 
取組内容	<p>野菜摂取の普及啓発を目的に、区内の複合商業施設(リバーウォーク北九州)で「野菜プラス一皿イベント」を実施しました。</p> <p>イベントでは、ベジチェック®、栄養相談、啓発資料やグッズの配布を行い、102人の方にご参加いただきました。</p> <p>ベジチェック®の結果より、推定野菜摂取量が「350g以上」の割合は2割であり、参加者の8割は野菜不足であることが考えられました。</p> <p>また、性別別に平均点を比較すると女性の方が男性より点数が高く、年代別に平均点を比較すると高齢世代の方が若い世代より点数が高いという結果になり、若い世代は高齢世代に比べて野菜不足の傾向にあることが考えられました。</p> <p>【イベントの様子】</p> 

## 北九州市減塩普及月間の取組

(令和7年度)

取組市町村名 取組団体・企業名	小倉北区役所 保健福祉課
取組の名称	① 減塩の推進のための展示 ② 減塩推進イベントの開催
実施時期	① 令和7年9月1日～30日 ② 令和7年9月20日
取組内容	<p>① 減塩の推進のための展示</p> <p>減塩の推進のため、加工食品の塩分量のクイズやレシピの紹介などの掲示、配布を行いました。</p> <p>② 減塩推進イベント開催</p> <p>区民の方を対象に、塩分チェックシート、適塩みそ汁試飲、ベジチェック®、野菜の重さ当てクイズ、血圧測定、血管年齢測定、栄養相談などを実施しました。</p> <p>延べ484名の市民が参加され、体験型のイベントを通して、減塩や野菜摂取の必要性に気づき、日頃の食習慣を振り返るきっかけづくりとなっていました。</p>

【掲示の様子】



【イベントの様子】

