

「たっぷり野菜でメタボ予防」をテーマに食育イベントを開催しました！

奈良県桜井保健所では栄養・食生活の課題である「肥満者の割合は全国で男性が8番目に高い！」「野菜の摂取量は全国で男性が8番目・女性が3番目に少ない！」等を改善するために、関係機関・団体と連携を図り食育のイベントを実施しました。

- 実施日時：平成23年9月11日（日）10:00～15:00
- 実施場所：イオン桜井店
- 実施主体：桜井保健所地域食育ネットワーク連絡会
（食生活改善推進員連絡協議会桜井支部、桜井市健康推進課、奈良農政事務所、奈良県桜井保健所）
- 協力団体：イオン桜井店、キューピー
- 実施内容：
 - ゲーム・・・食品をテーマにしたクイズラリー（正解者に景品あり）
測ってためそう350gゲーム・はてなボックス等
 - 試食・・・野菜を使ったおやつ
 - 測定・・・血圧測定（16歳以上対象）「日頃、血圧を測られる機会のない人、ぜひおこしく下さい。」
体組成計による体脂肪率・筋肉率測定（栄養相談）
 - 相談・・・歯科衛生士による歯科相談
 - 展示・・・メタボを予防するための奈良県版食事バランスガイドパネル



食育イベントin桜井☆ミニレポート

H23. 9. 11

平成23年9月11日イオン桜井店で
食育イベント「たっぷり野菜でメタボ予防」が行われました！



クイズラリーで食べ物について学んで・・・



ゴール！！！！

バランスよく食べる大切さを知りました。

他にも楽しく学べるコーナーが盛りだくさんでした☆



何の野菜かな？



野菜を使った美味しいおやつを試食です♪