

平成19年度「食育月間」における 食育推進の取組について

Point

平成17年7月に施行された食育基本法に基づき、18年3月には食育推進基本計画が策定されました。

基本計画においては、毎年6月を「食育月間」と定め、同月間において重点的・効果的に食育を推進する取組を行うこととしています。

沖縄総合事務局においても関係機関と連携し、食育月間期間中に様々な取組を行い、食育の普及・推進に努めました。



農林水産部



名護市北部会館において「沖縄版『食事バランスガイド』説明会」を開催しました。

沖縄版『食事バランスガイド』とは、全国版「食事バランスガイド」を基にチャンプル料理等、沖縄県民が日々の食生活で親しんでいる料理例を追加し、日常的に活用できるよう、沖縄県（社）沖縄県栄養士会及び沖縄総合事務局が連携して作成したものです。説明会では管理栄養士として沖縄版『食事バランスガイド』の作成にも携わった宮まさよさんを講師に迎え、沖縄版が作成された経緯やその特徴及び活用方法についてわかりやすく説明していました。

「はい菜・やんばる市場」店長の比嘉克宏さんは、朝採り新鮮で顔が見える産地直送を取りにした直売所や、食農教育の取組について紹介していただきました。



1 沖縄版「食事バランスガイド」説明会

去る6月7日、「名護市北部会館において『沖縄版『食事バランスガイド』説明会』を開催しました。

沖縄版『食事バランスガイド』とは、全国版「食事バランスガイド」を基にチャンプル料理等、沖縄県民が日々の食生活で親しんでいる料理

例を追加し、日常的に活用できるよう、沖縄県（社）沖縄県栄養士会及び沖縄総合事務局が連携して作成したものです。説明会では管理栄養士として沖縄版『食事バランスガイド』の作成にも携わった宮まさよさんを講師に迎え、沖縄版が作成された経緯やその特徴及び活用方法についてわかりやすく説明していました。

2 沖縄版「食事バランスガイド」実践週間

最後に事例発表として、大宜味村で「笑味の店」を営む金城笑子さんが、在来野菜や旬の食材を活用した料理を提供していることや、料理体験の受け入れ等について紹介していただきました。それから名護市のJAやんばるファーマーズマーケット

「ド」を活用した食生活を実践したことにより、県民の「食事バランスガイド」活用促進を図るため、沖縄版『食事バランスガイド』実践週間を昨年度に引き続き実施しました。今回は沖縄県の食育関係部局とも連携して実施しています。

1 実施期間 平成19年6月18日（月）～24日（日）
2 実践参加者 150名（うち結果報告者132名）
沖縄総合事務局及び沖縄県職員

1 実施期間

平成19年6月18日（月）～24日（日）

2 実践参加者

150名（うち結果報告者132名）
沖縄総合事務局及び沖縄県職員

3 実施方法 150名（うち結果報告者132名）
沖縄総合事務局及び沖縄県職員

3 実施方法

実践週間を開始する前に参加者を対象にした勉強会を開催
自分の体型をチェックし、BMI
値を算出

1 実施期間

2 実践参加者

3 実施方法

4 結果の概要

毎日の食事を「一週間の食生活チラシ」に記録
感想を報告
集計・公表

4 結果の概要

5 参加者の構成及びBMI

6 食事バランスガイドの概要

7 食事バランスガイドの概要

8 食事バランスガイドの概要

9 食事バランスガイドの概要

10 食事バランスガイドの概要

11 食事バランスガイドの概要

12 食事バランスガイドの概要

13 食事バランスガイドの概要

14 食事バランスガイドの概要

15 食事バランスガイドの概要

16 食事バランスガイドの概要

17 食事バランスガイドの概要

18 食事バランスガイドの概要

19 食事バランスガイドの概要

20 食事バランスガイドの概要

21 食事バランスガイドの概要

22 食事バランスガイドの概要

23 食事バランスガイドの概要

24 食事バランスガイドの概要

25 食事バランスガイドの概要

26 食事バランスガイドの概要

27 食事バランスガイドの概要

28 食事バランスガイドの概要

29 食事バランスガイドの概要

30 食事バランスガイドの概要

31 食事バランスガイドの概要

32 食事バランスガイドの概要

33 食事バランスガイドの概要

34 食事バランスガイドの概要

35 食事バランスガイドの概要

36 食事バランスガイドの概要

37 食事バランスガイドの概要

38 食事バランスガイドの概要

39 食事バランスガイドの概要

40 食事バランスガイドの概要

41 食事バランスガイドの概要

42 食事バランスガイドの概要

43 食事バランスガイドの概要

44 食事バランスガイドの概要

45 食事バランスガイドの概要

46 食事バランスガイドの概要

47 食事バランスガイドの概要

48 食事バランスガイドの概要

49 食事バランスガイドの概要

50 食事バランスガイドの概要

51 食事バランスガイドの概要

52 食事バランスガイドの概要

53 食事バランスガイドの概要

54 食事バランスガイドの概要

55 食事バランスガイドの概要

56 食事バランスガイドの概要

57 食事バランスガイドの概要

58 食事バランスガイドの概要

59 食事バランスガイドの概要

60 食事バランスガイドの概要

61 食事バランスガイドの概要

62 食事バランスガイドの概要

63 食事バランスガイドの概要

64 食事バランスガイドの概要

65 食事バランスガイドの概要

66 食事バランスガイドの概要

67 食事バランスガイドの概要

68 食事バランスガイドの概要

69 食事バランスガイドの概要

70 食事バランスガイドの概要

71 食事バランスガイドの概要

72 食事バランスガイドの概要

73 食事バランスガイドの概要

74 食事バランスガイドの概要

75 食事バランスガイドの概要

76 食事バランスガイドの概要

77 食事バランスガイドの概要

78 食事バランスガイドの概要

79 食事バランスガイドの概要

80 食事バランスガイドの概要

81 食事バランスガイドの概要

82 食事バランスガイドの概要

83 食事バランスガイドの概要

84 食事バランスガイドの概要

85 食事バランスガイドの概要

86 食事バランスガイドの概要

87 食事バランスガイドの概要

88 食事バランスガイドの概要

89 食事バランスガイドの概要

90 食事バランスガイドの概要

91 食事バランスガイドの概要

92 食事バランスガイドの概要

93 食事バランスガイドの概要

94 食事バランスガイドの概要

95 食事バランスガイドの概要

96 食事バランスガイドの概要

97 食事バランスガイドの概要

98 食事バランスガイドの概要

99 食事バランスガイドの概要

100 食事バランスガイドの概要

101 食事バランスガイドの概要

102 食事バランスガイドの概要

103 食事バランスガイドの概要

104 食事バランスガイドの概要

105 食事バランスガイドの概要

106 食事バランスガイドの概要

107 食事バランスガイドの概要

108 食事バランスガイドの概要

109 食事バランスガイドの概要

110 食事バランスガイドの概要

111 食事バランスガイドの概要

112 食事バランスガイドの概要

113 食事バランスガイドの概要

114 食事バランスガイドの概要

115 食事バランスガイドの概要

116 食事バランスガイドの概要

117 食事バランスガイドの概要

118 食事バランスガイドの概要

119 食事バランスガイドの概要

120 食事バランスガイドの概要

121 食事バランスガイドの概要

122 食事バランスガイドの概要

123 食事バランスガイドの概要

124 食事バランスガイドの概要

125 食事バランスガイドの概要

126 食事バランスガイドの概要

127 食事バランスガイドの概要

128 食事バランスガイドの概要

129 食事バランスガイドの概要

130 食事バランスガイドの概要

131 食事バランスガイドの概要

132 食事バランスガイドの概要

133 食事バランスガイドの概要

134 食事バランスガイドの概要

135 食事バランスガイドの概要

136 食事バランスガイドの概要

137 食事バランスガイドの概要

138 食事バランスガイドの概要

139 食事バランスガイドの概要

140 食事バランスガイドの概要

141 食事バランスガイドの概要

142 食事バランスガイドの概要

143 食事バランスガイドの概要

144 食事バランスガイドの概要

145 食事バランスガイドの概要

146 食事バランスガイドの概要

147 食事バランスガイドの概要

148 食事バランスガイドの概要

149 食事バランスガイドの概要

150 食事バランスガイドの概要

151 食事バランスガイドの概要

152 食事バランスガイドの概要

153 食事バランスガイドの概要

154 食事バランスガイドの概要

155 食事バランスガイドの概要

156 食事バランスガイドの概要

157 食事バランスガイドの概要

158 食事バランスガイドの概要

159 食事バランスガイドの概要

160 食事バランスガイドの概要

161 食事バランスガイドの概要

162 食事バランスガイドの概要

163 食事バランスガイドの概要

164 食事バランスガイドの概要

165 食事バランスガイドの概要

166 食事バランスガイドの概要

167 食事バランスガイドの概要

168 食事バランスガイドの概要

169 食事バランスガイドの概要

170 食事バランスガイドの概要

171 食事バランスガイドの概要

172 食事バランスガイドの概要

173 食事バランスガイドの概要

174 食事バランスガイドの概要

175 食事バランスガイドの概要

176 食事バランスガイドの概要

177 食事バランスガイドの概要

178 食事バランスガイドの概要

179 食事バランスガイドの概要

180 食事バランスガイドの概要

181 食事バランスガイドの概要

182 食事バランスガイドの概要

【表-3】5つの料理区分ごとの食事の摂取量（男女別）〔単位：つ（SV）〕

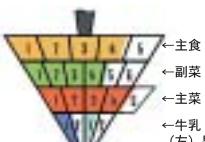
	男性(99人)			女性(33人)		
	適量	摂取量	過不足	適量	摂取量	過不足
主食	5~7	4.8	-0.2	4~5	3.9	-0.1
副菜	5~6	4.3	-0.7	5~6	4.1	-0.9
主菜	3~5	5.1	0.1	3~4	4.1	0.1
牛乳・乳製品	2	1.1	-0.9	2	1.1	-0.9
果物	2	0.8	-1.2	2	0.9	-1.1

※過不足欄は足りない分について下限値との差、超過分については上限との差を表したもの

※料理区分 主食(パン、麺)、副菜(のこ、海藻料理)、魚・肉・大元料理



男性のコスメ



女性のコスメ

【表-4】5つの料理区分ごとの食事の摂取量（BMI25以上と25未満の対比）〔単位：つ（SV）〕

	適量	BMI 25以上	BMI 25未満	差
主食	5~7	4.9	4.8	0.1
副菜	5~6	4.7	3.9	0.8
主菜	3~5	5.6	4.7	0.9
牛乳・乳製品	2	1.2	1.1	0.1
果物	2	0.8	0.8	0.0



BMI2E以上とのコラ



BMI25未満のコア

ちらも副菜・牛乳・乳製品及び果物については適量から不足していました。今回の実践参加者の食事摂取量の平均値は全体的に適量不足が目立ちました。

B M I 25 以上の者(肥満者)と未満者の食事摂取量の比較 男性

5つの料理区分ごとの食事の摂取量を比較すると、果物以外の4つの区分において、B M I 25 以上の者は未満者よりも多く摂取していました。

また、食事の摂取量の差が最も大きい主菜については、B M I 25 未満の者の摂取量が「4・7」と

5つの料理区分ごとの食事の摂取量及び適量からの過不足
男性、女性ともに主菜については適量を若干超過しており、ど

適量範囲にありました。が、BMI-25以上の者の摂取量は5・6となり、未満者より約1つ(SV)多く摂取しなかつ適量よりも超過していました。

た実践週間結果においても肥満者が多いことや食事バランスが悪いこと、が明らかになりました。

「食事バランスガイド」とは、「何を」「どれだけ」食べたらよいかが一目でわかる食事の日安であり、どなたでも食生活の改善に役立てる」ことができるものです。

が、堂に会し、それぞれの教育に関する取組状況等について情報交換を行うことにより、県内における教育推進活動のより一層の促進を図ることを目的に開催しました。

ホームページ上で食育に関する情報の受発信を行うことを目的に開設されたものですが、今回は構成メンバードラムニンクス(以下、DRUM)。

去る6月27日に那覇第2地方合同庁舎において「いやりば食育ネット情報交換会」を開催しました。

あなたも沖縄版「食事バランスガイド」を活用した食生活を実践してみませんか。興味のある方は、沖縄総合事務局農林水産部ホームページにアクセスしてみてください。

あなたも沖縄版「食事バーンズガード」を活用した食生活を実践してみませんか。興味のある方は、沖縄総合事務局農林水産部ホームページ上にアクセスしてみてください。

会場はそれぞれ名護市の北部会館内、県庁1階の県民ホール、那覇第2地方合同庁舎などです。県民ホールで行ったパネル展は5日間の開催であったことから、多くの方へ「食育」についてPRすることが

A group of approximately ten people of diverse ages and ethnicities are standing in a hallway. Some are facing the camera, while others are turned away. They appear to be waiting or attending a meeting. The setting is an indoor hallway with a plain wall and a door visible in the background.

できました。また、北部会館では用意した計500部余のパンフレットが底を突いたことから、希望者には後日改めてボスターやパンフレットを提供しました。

那覇第2合庁でも食事バランスガイド関連のパンフレットの人気が高く、我が県が全国一肥満率が高いことや長寿県沖縄に赤信号が灯っていることから、食生活の改善に関心を持つ方が増えてきて「るとこつ」とを実感しました。

▼ホームページ
(<http://192.168.1.100/~yokoku/index.html>)
を記入して下さい。

4 食を考えるパネル展