

第2回健康長寿日本一長崎県民会議総会  
令和元年11月16日(土)

公益社団法人 長崎県栄養士会活動報告

# 「楽しく学ぼう！ みんなの食育」

～健康寿命を延ばすためにみんなで出来ること～



(公社)長崎県栄養士会  
会長 篠崎彰子

# (公益)長崎県栄養士会「栄養の日」事業

## 「栄養の日」2019 in 大村

【目的】食と栄養の指導及び支援をとおして県民の公衆衛生の向上に寄与する事業として「栄養の日」に呼応した食育イベントを開催し、長崎県の食育の推進を図る。

【開催日】令和元年8月4日(日)

【会場】プラザおおむら

【対象者】長崎県民

【参加者数】総数215名



# 「栄養の日」内容

## 1. 県民イベント

調理実習 「親子で食育！夏休みに作ろう！本格ピザ」 参加27名

対象/ 小学3～6年生

参加費/ 子供1人500円

## 2. 県民公開講座

テーマ 「健康寿命を延ばすためにみんなで出来ること」

～みんなでいっしょに考えましょう～

講師：大村市医師会理事 岡 浩之 先生

長崎県歯科衛生士会長 田中 朝子 先生

日本健康運動指導士会 長崎県支部県央理事 荒木和子 先生

長崎県栄養士会 公衆衛生協議会代表 寺道 和代

長崎県栄養士会 学術研修部長 松尾 嘉代子

## 3. 展示

- ・パネル展示「年代別食育のすすめ」（幼児期・学童期・成人期・高齢期）
- ・食育クイズ、塗り絵、キャラクター“おむらんちゃん”登場
- ・のばそう健康寿命 ～人生100年時代に向けた長崎県の挑戦～

# 料理教室

「親子で食育！夏休みに作ろう！本格ピザ」



参加者  
小学生 27名  
保護者 14名

# 県民公開講座

「健康寿命を延ばすためにみんなで出来ること」  
～ みんなでいっしょに考えましょう～



参加者 215名

# 展示

## ・年代別食育のすすめのパネル展示



# 展示

## ・食育クイズ、



# 展示

- ・ 塗り絵、エプロンシアター



おむらんちゃん 登場！



# 展示

## ・ のばそう健康寿命 ～ 人生100年時代に向けた長崎県の挑戦 ～



# 成果と課題

- 調理実習は小学生を中心に、保護者は見学を室内、室外でお願いした。保護者も横でみていらっしやたが、子どもさんの成長を感じながらで、一緒に参加をしなくても楽しそうにされていた。
- ピザの具材に地産地消の長崎県産の食材を使ったことは、子どもたちには夏休みの自由研究に丁度よかったとの声もあった。
- 「栄養の日」の認知度はまだ低いが、一般県民向けにこのような企画は有効と思われる。
- イベントは出し物も多く、小さいお子様たちも楽しそうに参加してくれていた。
- 周知が十分に行えていなかったようにも思えた。
- 県民公開講座は一人当たりの時間が短かった。しかし、短いなかで分かりやすく講演していただけたので良かった。

## 終わりに

「栄養の日」の開催は、一昨年は長崎市、昨年は島原市で継続して開催している。今年度は、栄養士会の「健康長寿日本一関連事業」としての活動したので報告した。

このような取り組みは、長崎県民の健康長寿への取組として、また長崎県栄養士会会員の健康を考える機会でもあり、今後さらに“食と栄養”の専門職として継続していく事業と考えている。

ご静聴ありがとうございました。