

## 食育関連事業取り組み事例 ③

「第2次はこだてげんきな子 食育プラン  
(函館市食育推進計画)」推進協議会

主体名	北海道栄養士会 函館支部
連携機関・団体	函館市
取り組みの名称	健康づくりフェスタ i n 函館蔦屋書店 (函館市主催) 食育推進コーナー
函館市の食育 推進基本目標	①食で健康なからだをつくる 2.食で豊かな心を育む ③函館の豊かな食資源や食文化を通して食の大切さを知る
日時・内容等	平成 29 年 9 月 30 日 対象：一般 参加人数：262 人 回数：1 回 内容： 北海道栄養士会函館支部では、食育推進コーナーのうち、だしのとり方のデモンストレーションを行いました。美味しいだしをとることにより、薄味でも美味しい味付けになることを伝え、減塩についての普及啓発を図りました。活動を通して、幅広い年代の方とお話ししました。小さなお子さんでも、だしの味だけで十分に「おいしい」と感じてもらったことや、若い方や主婦の方にだしをとることの良さについて関心を高めていただき、栄養士として大変うれしく感じました。また、高齢の方は、家庭でだしをとっているという方が多かったことも印象的でした。もっとこのような機会を設けて広めていくべきだなとも感じました。今回のイベントは、函館市の健康づくり事業の1つで、他にもギネス認定の巨大杯模型の展示やクイズラリーなどがあり、多くの方が参加していました。会員自身も健康について見直す良い機会となり、有意義な時間となりました。

※ 函館市ホームページでの公開の可否 (  可 ・ 不可 )