

- 2面 大雨にご注意を
- 3面 介護保険サービス利用料負担軽減・助成制度
- 4・5面 ご利用ください 高齢者福祉サービス
- 7面 保育園の産後休暇・育児休業明け入所予約
- 8面 7月から 擁壁等の改修工事費の助成等を開始



**しんじゅくコール**  
 ☎(3209)9999 ☎(3209)9900  
 土・日曜日、夜間もご案内 午前8時～午後10時

発行 新宿区 編集 区政情報課 (毎月5・15・25日発行)  
 〒160-8484 新宿区歌舞伎町1-4-1 ☎(3209)1111  
 ホームページ☎ <http://www.city.shinjuku.lg.jp/>  
 携帯電話版☎ <http://www.city.shinjuku.lg.jp/m/>



携帯電話用二次元コード

## 6月は食育月間 新宿区食育推進計画を策定しました

# 健康的で豊かな食生活を 応援します



近年、食の多様化が大きく進んだ結果、食習慣の乱れなど食に対する意識が希薄になり、健全な食生活が失われつつあります。

そこで、誰もが健康的で豊かな食生活を送れるよう、健全な食生活を実践する力を育む「食育」が注目されています。今後、さらに食育を推進するために、食と健康、食の安全、食を大切にする気持ち、食文化の継承など、広く食に対する問題に取り組む必要があります。

区では、24年度～29年度を計画期間とする新宿区食育推進計画を策定しました。計画では、関係機関と連携・協力し、それぞれのライフステージに応じた「生涯を通じた食育活動」に取り組むことを定めています。

食育推進計画を掲載している「新宿区健康づくり行動計画(24年度～29年度)」は区政情報センター(本庁舎1階)で有償頒布しているほか、新宿区ホームページでご覧いただけます。  
【問合せ】健康推進課健康事業係(第2分庁舎分館1階) ☎(5273)3047・☎(5273)3930へ。

### 食育を推進するための課題

食育推進計画を策定するに当たり、「新宿区健康づくり区民意識調査」や「新宿区立小・中学校における食育アンケート」等から、課題を抽出しました。

- ★ 規則正しい食生活の定着や、栄養バランスのとれた食を選ぶ力の育成
- ★ 食の安全の確保と適切な情報提供
- ★ 食に感謝する気持ちやマナーの習得
- ★ 食を通じたコミュニケーションの活性化

### 計画の目標

#### 健康的で豊かな食生活を実践できる食育を推進します

- 生涯にわたって健康をつくる食習慣を実践します
- 食の大切さを見直し、食文化を継承していきます
- 食を通じたコミュニケーションを広げます

## 地域の食育活動を応援します ～区的主要な取り組み

### メニューコンクール

小・中学生や親子を対象にオリジナルメニューを公募し、優秀な作品を表彰しています。テーマに沿った献立を考えて料理する体験から、食材への理解を深め、食を大切にする心を養うとともに、健康的な食生活を身に付けます。

24年度のメニューコンクールの募集は「広報しんじゅく」7月25日号でお知らせする予定です。

23年度のテーマは「牛乳・乳製品を使ったメニュー」。「具材に乳製品を使ったパンののり巻きや」とうもろこしと牛乳を裏ごししてつくす粉で固めた豆腐」などの応募がありました。



### 食育ボランティアの活動支援

食育ボランティアは地域の食育活動を推進するため、区の研修を受け活動する地域の皆さんです。

食育ボランティアの方が幅広い年代を対象に地域でさまざまな活動ができるよう、研修や情報交換の場を設けています。



23年度メニューコンクールの最優秀賞作品「コロコロチーズおにぎり」を地域の催しで再現する食育ボランティアの皆さん

### 食育講座

地域団体等から希望があった場合に、食育ボランティア等が地域に出向き、調理実習等の食育講座を開催しています。

詳しくは、健康推進課健康事業係へお問い合わせください。

### 食育教材の貸し出し

町会等の地域団体が、区民の方を対象に自主的な食育活動を行う際に活用できる「食育に関する教材」を貸し出しています。

塩分濃度計や糖度計のほか、お子さん向けには食育を題材としたエプロンシアター(エプロン上で人形等を使って劇をするもの)や紙芝居などもあります。

詳しくは、健康推進課健康事業係へお問い合わせください。