

令和2年度 地域の食育推進事業「野菜を食べようキャンペーン!!」開催要領

——— 野菜たっぷりうどんメニュー ～生活習慣病予防!～ ———

1. 趣旨

県民健康・栄養調査では、20歳以上の1人1日当たりの野菜摂取量は271gであり、目標の350gには約80g不足している。野菜には、ビタミンやミネラルの微量栄養素が多く含まれているばかりでなく、食物繊維も多く抗酸化作用もある。また、がん、糖尿病をはじめとした生活習慣病を予防し、健康に過ごすためには、毎日の野菜は欠かせない。

県民の野菜に関する理解及び野菜摂取量の増加を目的として、若い世代に県産の食材を利用した野菜たっぷりうどんメニューに関心を持ってもらい、実践してもらうことを目的とするものである。

2. 主催

公益社団法人 香川県栄養士会

3. 後援

香川県農業協同組合

4. 開催日時

令和2年10月4日(日) 11:30～15:00

5. 開催場所

高松丸亀町老番街ドーム広場

6. 開催内容

- (1) 料理展示
- (2) 栄養相談
- (3) 体脂肪測定
- (4) 骨密度測定
- (5) 野菜釣堀
- (6) パネル展示

7. 配布物

- ・ミニトマト(先着150名)
- ・レシピ



野菜を食べようキャンペーン!!



元気!
キレイ! Happy!



野菜たっぷりうどんメニュー ～生活習慣病予防!～

参加者にはミニトマト
(先着 150 名)
さしあげます

野菜釣り堀ゲーム



栄養相談

体脂肪測定



10月4日(日)
11:30～15:00

(受付終了 14:30)

高松丸亀町老番街

ドーム広場

参加無料



骨・野菜
パネル
展示

骨密度測定

★かかと(素足)で
測定します



野菜たっぷり料理展示

ご来場の際は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため
健康状態をご確認のうえ、マスク着用でお越しください

※状況により内容を変更する場合があります※



主催：公益社団法人 香川県栄養士会 後援：香川県農業協同組合

