

市の健康づくり計画は、すこやか21推進委員のみなさんの意見をもとに策定しています。
今回は、2月の推進委員会で決めた“ベジたベプラス”を推進する強化月間『野菜週間』
(8月20日～9月10日)に実施するアイデアを出し合いました。

今年度の重点課題「栄養・食生活」

いつもの食事に野菜をプラス

ベジたベプラス+
を広めよう!

どうしたら野菜を食べてくれるかな?

8月31日は
野菜の日

レシピを配布してはどうか!

ベジたべちゃんを
もっとPRすべき!

のぼりを駅やいろいろ
な場所に置こう!

8と31のつく日を
野菜の日でPR!



ベジたべちゃん

<野菜クイズ>

Q: 私たちが食べている玉ねぎは
どの部分を食べている?

- ①根
- ②茎
- ③葉



葉っぱの部分を
食べています!

正解は...③葉です!



☆推進委員さんからのメニュー紹介☆

マグカップスープ

- ①キャベツ・にんじん・玉ねぎなどの野菜とベーコン、しめじを
マグカップに入る大きさに切る。
- ②マグカップにスープの素、①、水、塩こしょう少々
- ③ラップをしてレンジでチン!

<行政部会>

6月9日午前、市役所関係課(14課)が集まり、各課から平成28年度、29年度の取り組みについて健康課題ごとに報告をし、情報交換を行いました。



新しい取り組みもあり、
中間評価に向けて今後も
連携して取り組みましょう。



[講師] 岐阜大学医学教育開発研究センター長
藤崎和彦氏

ベジたベプラス

検索