

健康ひょうご21県民運動 ~ひょうご「食の健康」運動~

「元気なからだをつくろう! 食育コンサート」 開催団体を募集します!

健康ひょうご21県民運動推進会議では「ひょうご“食の健康”運動」の一環として、子ども達やその保護者の方々に、楽しい歌や踊りなどを通して、栄養バランスのとれた食事や規則正しい食生活の大切さなどを伝える食育コンサートを県内各地域で開催しています。

コンサートでは、歌手グループ（クッキーズ）が歌や踊り、クイズなどを通して、栄養バランスのとれた食事や規則正しい食生活、栄養源豊かな「大豆」の摂取の大切さなどを伝えます。

【公演内容】

- (1) 所要時間 約1時間（子育て支援等の乳幼児対象の団体は約40分）
- (2) プログラム
 - ① 食育コンサートの趣旨説明等 5分程度
 - ② 歌手グループによる歌、踊り、クイズ等 55分程度
- (3) 啓発のポイント
 - ① 栄養バランスのとれた食事（大豆や野菜等の摂取、減塩など）
 - ② 規則正しい食生活（早寝早起きの励行、朝食の摂取など）
 - ③ 栄養源豊かな大豆の摂取
 - ④ 8020運動（歯みがきの大切さ）

楽しい歌が
たくさんあるよ!



♪大豆のうた
♪朝ごはんマーチ
♪ピクニックへ行こう
♪それはハミガキ
♪みんなで歌おうメドレー
♪まめぞう君食べものクイズ
♪さんぽ

実施時期

平成30年9月~11月（予備期間 平成31年1月~2月）※土・日・祝日は除く

【コンサート後の変化・感想】

- ・さっそく、クラスで大豆がどのように出来るかを絵本や図鑑で調べて知識を深めました。
- ・園内だけでなく家庭でも食育に関心を持ってもらえる機会となりました。
- ・コンサート後の給食でマカロニサラダにきゅうり、にんじんなどが入っていて苦手な子もいたが、「何でも食べないと体が強くないよ!!」と子ども同士で話してがんばって食べようとする姿が見られました。



昨年度の模様

みんな上手にダンスで
きました!



問い合わせ先：（公財）兵庫県健康財団 健康づくり部健康づくり課 TEL:078-579-0166

協賛企業：伊藤ハム（株）・大塚製薬（株）・カゴメ（株）・フジッコ（株）・UCCホールディングス（株）
（50音順）