

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じて、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、クイズなどを通じて、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）、子ども等への喫煙防止の啓発

楽しい歌が
たくさんあるよ！



♪大豆のうた
♪朝ごはんマーチ
♪それはハミガキ
♪ジャングルのごあいさつ
♪みんなで歌おうメドレー
夢をかなえてドラえもん、さんぽ、となりのトトロ
♪勇気100パーセント

実施時期

令和2年9月～11月（予備期間 令和3年1月～2月）※土・日・祝日は除く

【コンサート後の変化・感想】

- ・お弁当の日にえだ豆などを入れてきている幼児が増え「これも大豆の仲間だ！」と大豆を意識するようになりました。
- ・チラシのレシピは親子でクッキングができるメニューで一緒に作りながら、大豆について親子で学べる機会になりました。
- ・「大豆のうた」のダンスは子ども達が大好きなので運動会で保護者の方々に披露しました。
- ・クッキーズのお姉さんとの約束で給食も残さずしっかり食べるようになりました。またハミガキも意欲的にするようになりました。

昨年度の模様

まめそう君のえいようクイズわかるかな？



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：大塚製薬（株）・フジッコ（株）・UCCホールディングス（株）（50音順）
協力企業：（株）神戸ポートピアホテル