

# 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
  - ② 歌手グループによる歌、踊り、クイズ等
- (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  
感染症対策(手洗い・うがい)

「大豆のうた」の動画が新しく  
なります!!

健康ひょうご21県民運動ポータル  
サイト内で視聴できる「大豆のうた」  
動画が4月から新しくなります!ぜひ  
ご覧ください!



歌詞と踊り方の説  
明が加わるよ!



パソコンでもGoogleやYahoo!などから  
「健康ひょうご21」と検索していただ  
けると、ご視聴いただけます。

## 実施時期

令和4年9月~11月(予備期間 令和5年1月~2月) ※土・日・祝日は除く

## 【コンサート後の変化・感想】

- ・舞台は華やかで、内容はクイズ、歌、踊りと、子どもたちが楽しみながら興味をもって食べ物(大豆)のことが分かったり、知ったりできる内容であり、時間も長すぎず短すぎずちょうどよいものでした。
- ・コロナ禍で規制される活動が多い中、久々に楽しい行事ができたので幼児はとても喜んでいました。「大豆のうた」も保育室で口ずさんでいました。活動の様子を保護者にも便りて伝え、食の大切さ「朝ごはん」の大切さも理解してもらえるようにしていきたい。



昨年度の模様



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)(50音順) 協力企業: (株)神戸ポートピアホテル