



「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において開催しています。

コンサートでは、クッキーズ(歌のおねえさん)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。

【コンサート内容】

- (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 歯みがきの大切さ、子ども等への喫煙防止の啓発
 - ⑤ 感染症対策（手洗い・うがい）

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」動画をぜひご覧ください！



健康ひょうご21県民運動ポータル
サイト「大豆のうた・ダンス」
kenko-hyogo21.jp



パソコン等から「健康ひょうご21」と検索していただいても、ご視聴いただけます。

実施時期：令和8年9月～11月(予備期間 令和9年1月～2月)※土・日・祝日は除く



【コンサート後の変化・感想】

- ♪ 「お姉さんとのお約束だから」と普段敬遠されがちな給食メニューの野菜もよくたべていました
- ♪ 「苦手だった野菜を食べたよ」「牛乳好きでよかった」と食べ物に対する意識の変化がみられました
- ♪ 食べ物や歯磨きなど『元気なからだ』をつくるために大切な事を乳幼児向けに楽しく、わかりやすく伝えていただきました
- ♪ おうちでも「好き嫌いしたらあかんのやで」と子供が話したと、保護者の方から連絡ノートに書かれていました



(以上、「食育コンサート」実施報告書より)



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