

# 中京学院大学大学祭における食育活動

東濃保健所  
恵那保健所



1. 実施期間: 令和5年11月19日(日)
2. 実施場所: 中京学院大学 瑞浪キャンパス
3. 対象者: 中京学院大学大学祭参加者
4. 人数: 148名
5. 実施内容:

- ①体験「食育SATで食事バランスチェック！  
～日頃の食生活を振り返ろう～」
- ②体験「ベジチェック®で推定野菜摂取量を測定してみよう」
- ③健康リーフレットの配布
- ④野菜に関するパネル展示
- ⑤栄養成分表示に関するアンケート

## 6. 本取組の効果:

体験型栄養教育システム食育SATを用いて、普段の食事のバランスチェックを行い、保健所管理栄養士がアドバイスを行いました。栄養士養成施設の健康栄養学科の学生にもお手伝いいただき、多くの方に普段の食事を振り返っていただくことができました。

また、清流の国ぎふ野菜ファーストプロジェクト会議の委員である生活協同組合コープぎふにご協力いただき、ベジチェック®で日頃の食事では野菜不足であることを知っていただき、意識して野菜を摂取することの必要性を伝えることができました。

