

恵那総合庁舎食堂と協働した 野菜ファーストプロジェクト



1. **実施期間**: 令和4年7～8月

2. **実施場所**: 恵那総合庁舎食堂 ささゆり

3. **対象者**: 食堂利用者

事業者や食堂利用者(野菜摂取の少ない働く世代)が適切な野菜摂取量や、野菜摂取の必要性を理解できるようにするために実施。

4. **人数**: 183名

5. **実施内容**:

① たっぷり野菜しっかり減塩メニューの提供

(毎週金曜日(19日(食育の日)を含む)

1日の摂取目標量350gの1/3(野菜120g)以上が摂取でき、食塩相当量3g以下の献立を提供。野菜を使用した具沢山味噌汁を提供。

② 食育展示

野菜摂取・減塩に関するパネル、野菜レシピの配布、卓上メモの設置等。

6. **本取組の効果**:

2ヶ月間(7月～8月)の食育展示を行い、野菜摂取増加及び食塩摂取量減少についての啓発を行うことができた。

食堂の給食事業者と協働してたっぷり野菜しっかり減塩メニューの提供を行うことで、食堂利用者が野菜を摂取できる食環境の整備及び塩分適正化の取組みを推進することができた。事業終了後も継続して具沢山味噌汁を提供いただけることになり、食環境の改善に繋がった。

