

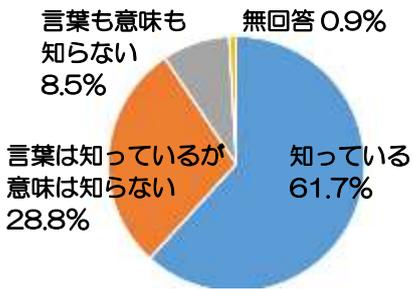


第3期健康むらた21計画に係る実態調査結果

18～74歳の男女、約1500人にアンケート送付。
男性283人、女性348人から回答がありました。

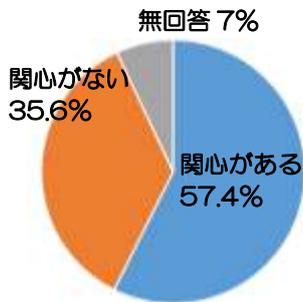
アンケートの結果 ～食育・食文化について～

問 あなたは食育という言葉を知っていますか？



約6割の方が「知っている」と回答しました。一方で食育の意味を知らない人は約4割いることが分かりました。

問 あなたは郷土料理や地域の食材について関心がありますか？



約6割の方が「関心がある」と回答しました。



食育とは？

食事や食物に関する知識と選択力を身につけ、健全な食生活が送れるようにするための教育のこと。生涯を健康でいきいきと過ごすためには、子どもはもちろん、大人になってからも「食育」が重要です

“村田町の豊富な食材を積極的に取り入れ、家庭の味を次世代に伝えていきましょう”

(村田町食育推進計画の基本目標より)

村田町でよくとれる食材

そら豆、さといも、米、とうもろこし(みらい)、大根、いんげんなど

宮城県の郷土料理

おくずかけ、ずんだ餅、いちじくの甘露煮、がんづき、しそ巻き、なめたがれいの煮つけなど。

健幸レシピも参考に！



広報むらたでは偶数月に地元食材や旬の食材を使ったレシピを掲載しています。今月は村田町でよくとれる大根、さといもいんげんを使ったおくずかけのレシピです。(ホームページにも随時掲載)ぜひ、参考に作ってみてください。

【問】保健センター 83-2312

≫ 次回は「休養・こころの健康」について掲載します。

