

## 食を通しての若年者の健康に関する活動 (小平市)

若年者への健康に関する取組として、小平市栄養士連絡会による、幼稚園児くらいの年齢から参加できる「食の健康に関する絵」の募集を行っています。応募された絵の中から 12 枚を選び、カレンダーを作成しています。また、広報活動として、健康フェスティバルや食の展示等で応募された絵の展示を行い、たくさんの若い世代の方に絵を見に来てもらうなど若年者へ健康に関心を持ってもらうよう工夫しています。

さらに、親子で一緒に栄養教室や運動教室に参加する事業として、「パパのための栄養・運動教室」を開催しています。親子で一緒に調理実習を行うことで、若いころから健康に関する意識を高めてもらっています。