

【様式2】

②食育月間以外の月の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	山梨県
取組市町村名 取組団体・企業名	忍野村食生活改善推進委員会
取組の名称	はつらつサロン
実施時期	令和6年8月22日
取組内容に該当する 食育ピクトグラム (複数選択可)	☐  ☐  ☒  ☐  ☐  ☐  ☐  ☐  ☐  ☐  ☐  ☐ 
取組内容	村で実施している体操教室で「夏バテ予防」をテーマに食生活講座を行いました。“危険な暑さ”と呼ばれるほど暑い日が続く中で、食欲不振からくる体力低下を防ぐためにバランスの良い食事についての講習と、簡単に作れる夏バテ予防メニューの試食を行いました。 3食きちんと食べ、主食・主菜・副菜をそろえること、夏バテ予防に効果的な栄養素などについて詳しく講習を行いました。 【内容】 参加人数：20人 試食メニュー：かぼちゃの冷製クリームスープ レンジで簡単！豆苗の肉巻き  