

第3次函館市食育推進計画の中間評価結果を踏まえた計画期間後半の重点取り組み

- 栄養バランスに配慮した食生活の実践
- 日常的な野菜摂取の習慣化
- 減塩を意識した食事の推進
- 朝食を毎日食べる習慣の定着
- ヘルスマイト（食生活改善推進員）の活動促進に向けた取り組み

1. はこだて健幸応援店事業（外食機会を活用した食育普及）

- ・はこスマセット（主食・主菜・副菜の揃った食事）提供（34店舗）
- ・はこスマセット喫食により、ハコビット150ポイント取得
- ・アプリ「Hakobit」イベント（仮）

2. “ベジプラ！楽うまレシピ”普及啓発事業（野菜摂取の促進）

- ・【新規】栄養士会×行政「適塩かつ具だくさんのスープ」レシピの考案
- ・【新規】“ベジプラ！楽うまレシピ”「適塩かつ具だくさんのスープ」の試食イベント
- ・【拡充】大学での“ベジプラ！楽うまレシピ”の試食および配布，朝食の重要性を啓発
- ・認定こども園などの給食施設や，栄養教諭との連携により学校給食での活用
- ・各事業等でのレシピ周知チラシおよび“ベジプラ！楽うまレシピ”の配布
- ・はこだて健康ナビ（HP）に於いて，レシピ集および活用レポの紹介

3. 若い世代への食育実践事業（若い世代（20～30歳代）へのアプローチ）

- ・【新規】「バランス食を知ろう」ランチョンマットづくり
- ・【新規】おすすめ朝食の紹介およびレシピ配布
- ・食育パネル展で食生活（塩分摂取）に関するアンケート結果掲示等

4. ヘルスマイト（食生活改善推進員）育成事業

＜食を通じた健康づくりのボランティア活動を担う「ヘルスマイト」の養成＞

- ・養成事業
医師，管理栄養士等による講話や実習を内容とした養成講座を開催，講座の周知啓発強化
- ・育成・支援
自主事業の研修会等の支援を行うとともに市主催事業を開催し，知識・技術の向上を図る
- ・【拡充】ボランティア活動の「見える化」を図る（活動の紹介など）

5. その他

- ・離乳食教室 ・特定給食施設関係事業 ・食品表示関係業務 ・はこだて健幸プロジェクトと連携
- ・アプリ「Hakobit」やSNS，ホームページでの食育情報発信

第3次函館市食育推進計画中間評価発表イベント

日時 令和8年10月

会場 函館蔦屋書店

内容 【新規】中間評価結果概要版（リーフレット）配布
 【新規】「函館市食育計画策定推進委員会」構成団体等活動報告（再掲）“ベジプラ！楽うまレシピ”「適塩かつ具だくさんのスープ」の試食イベント
 （再掲）「バランス食を知ろう」ランチョンマットづくり
 （再掲）おすすめ朝食の紹介およびレシピ配布
 （再掲）ヘルスマイト活動紹介リーフレット配布

函館市食育計画策定推進委員会

【官民連携でPDCAサイクルにより食育を推進】

- 計画の進捗管理
- 各事業の効果検証

【構成団体】

- ・北海道栄養士会函館支部
- ・学校関係団体（小学校長会，中学校長会等）
- ・函館市食生活改善協議会
- ・函館市亀田農業協同組合 等

行政
（函館市）

幅広い年代へ食育を推進！

