

事業名	「朝食毎日食べよう大作戦」		
実施日	平成24年8月10日	関係機関 (団体)数	1
実施時間	10:00～14:00	関係者数	16人
会場名	岡山県南部健康づくり センター	参加者数	25人

#### 事業の実施内容

赤磐市立桜ヶ丘中学校の生徒が参加し、おにぎり等の自分たちで簡単に作れる朝食メニューの調理実習を行い、朝食を毎日食べる子どもの割合を増やし、規則正しい食生活習慣が定着するよう働きかけを行った。また、岡山県知事も生徒達と一緒におにぎりを作る等、わきあいあいとした雰囲気の中での事業となった。

できあがった料理は全員で試食し、「簡単にできて美味しい」「家族に作りたい」等の感想をもらい大変励みになった。

続いて、フードモデルで選んだ食事のバランスがチェックできる「食育サットシステム」を使って知事と中学生と一緒に、栄養バランスのよい食事とはどんなものかを実際を選びながら体験してもらい、普段の食事をとる際の参考としてもらった。

