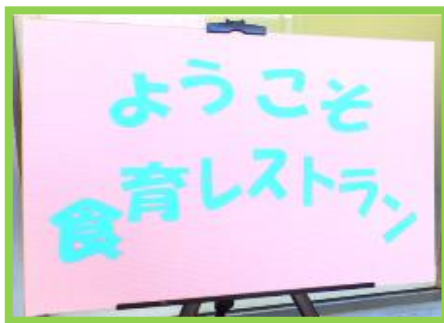


食育レストラン in 飯山高校文化祭

食育推進事業の一環として、自分自身の食について考える機会を作ることを目的に、「食育レストラン」を、令和8年9月4日(金)・5日(土)に香川県立飯山高等学校文化祭にて行いました。健康課の食育SATシステムを用いた、食事バランスチェックを生徒、先生、保護者等合わせた約200名に、また、ベジメータ測定を用いた、推定野菜充足度の判定を約140名に体験していただきました。2日間を通して塩分過多・野菜摂取の不足傾向が見られました。

食育SATシステム



- ① アンケートに記入をお願いします。
(バランスチェックに身長、年齢等 必須です)
- ② チェックしたい1食分の食事を
トレーに選んでください。
- ③ センサーBOX のところへトレーを
お持ちください。



普段どんなものを選んで
食べていたかな？

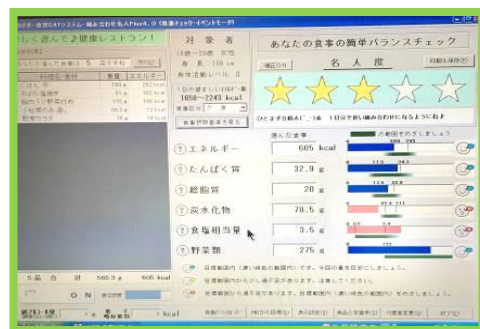


市民会議のメンバーさんが
アドバイスをしてくださいました。



選んだ食事をセンサーボックスにのせて食事の判定をします。

☆5になると合格!!



ベジメータ測定

左手中指を機械に入れて野菜の充足度を測定します。



1日の野菜摂取
目標量は
350 g 以上だよ!



丸亀市食育ネットワーク会議 食育活動パネル展示



飯山高校保健委員 及び 第2次丸亀市健康増進計画
「健やかまるがめ21」市民会議メンバーのサポートもあり、
スムーズに食育レストランを実施することができました。