

1/31(火)～の行事

はじめよう、つづけよう。

「北海道スタイル」

～新型コロナウイルスに強い北海道をつくる～ 北海道スタイル



報道発表資料の配付日時 1月30日(月) 11時00分

発表項目 (行事名)	「野菜、増やソウヤ! 野菜生活応援事業」について		
記者レクチャー のお知らせ	(実施日時)	発表者	
		発表場所	
概要	<p>稚内保健所では、地域における健康づくりを推進するため、「栄養バランスのとれた食生活を実践するための食環境の整備」に取り組んでいます。</p> <p>この度、生鮮市場稚内店と協働し、店内において「買物しながら、楽しく学べる」をコンセプトに、1月31日の「愛菜の日」に合わせ、野菜に関する展示やイベントを実施します。</p> <p>【実施日程】令和5年1月31日(火)～</p> <p>【実施内容】</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>野菜に関する豆知識や簡単レシピの展示</li> <li>レシートに普及啓発メッセージを掲載</li> <li>野菜ジュースをプレゼント 1月31日(火)から2月2日(木)までの3日間、夕方に野菜ジュース等をプレゼント。 (数量限定。なくなり次第、終了。)</li> <li>展示に関するクイズを添付したポケットティッシュの配布</li> </ol>		
参考	<ol style="list-style-type: none"> <li>道民の野菜摂取量について(20歳以上、1日当たり)</li> <li>野菜摂取量の平均値(20歳以上、性・年齢階級別)</li> <li>「愛菜の日」について</li> </ol>		

報道(取材)に当たってのお願い	地域住民に対する積極的な報道をよろしくお願いします。		
他のクラブとの関係	同時配付	(場所)	
	同時レク		

担当 (連絡先)	保健環境部保健行政室企画総務課長 齋藤 博美 TEL ダイヤルイン 0162-33-2975 (内線 3600) 担当者 企画係 主査(健康増進) 佐藤 貴子 TEL ダイヤルイン 0162-33-2989 (内線 3550)		
-------------	--	--	--

【参考資料】

(1) 道民の野菜摂取量について（20歳以上、1日当たり）

	全国	全道	目標値
野菜の摂取量	294 g	272 g	350 g 以上

（北海道健康増進計画「すこやか北海道21」〔改訂版〕）

(2) 野菜摂取量の平均値（20歳以上、性・年齢階級別）

	男性	女性
総数	288.3	273.6
20～29歳	233.0	212.1
30～39歳	258.9	223.2
40～49歳	253.0	241.2
50～59歳	278.2	260.7
60～69歳	304.3	309.8
70歳以上	322.9	300.2

（令和元年 国民健康栄養調査報告）

男女ともに20～40歳代で少なく、60歳以上で多い。

(3) 「愛菜の日」（1月31日）について

野菜の摂取量が少なくなりがちな冬の時期に「もっと野菜を食べ健康的な食生活を送ってもらいたい」という思いを込めて、1（アイ）31（サイ）という語呂合わせから1月31日に制定された記念日。