



食の安全・安心講演会

～みんなで取り組む、食の安全・安心講演会を開催しました～

令和5年8月25日金曜日、アバンセホールにて「食の安全・安心講演会」を行い、食品関連事業者・団体関係者を始め、約90名の方に御参加をいただきました。

はじめに、県生活衛生課の高祖主任薬剤師より、「県内の食中毒発生状況」について説明していただきました。

- ・県内では、年間10件程度の食中毒が発生している。主な原因として細菌、ウイルス、寄生虫、化学物質などがある。
- ・最近では、寄生虫による食中毒が増えてきている。特に青魚に多い寄生中のアニサキスによる中毒が、令和4年7件発生している。

ことなどの話がありました。



次に、

内閣府食品安全委員会委員の脇 昌子氏より、「知っておこう！食物アレルギー」と題して、御講演をいただきました。

- ・最近では、食物アレルギーによる体調異変を訴える人が増加している。食物アレルギーによる有病率は、増加傾向となり、概ね幼児期の病気だったものが大人でも多く発生するようになった。
- ・食物そのものに害はないものの、免疫の力が働くことで、複雑な症状がみられるようになり、根本治療が難しいのが食物アレルギーの現状となっている。
- ・特にアナフィラキシーは、アレルゲンにばく露後、致命的になるかどうかは予見できないので、アドレナリンの筋肉注射であるエピペンの自己注射をためらわないことが大事である。

ことなどの話がありました。

御講演いただいた脇委員ありがとうございました。
また、参加していただいた皆様ありがとうございました。

ありがとう
ございました



9月は食生活改善普及運動月間です

食事をおいしく、バランスよく

主食・主菜・副菜は、健康な食事の第一歩。多様な食品から、からだに必要な栄養素をバランスよくとる秘訣は、毎日の食事で、主食・主菜・副菜を組み合わせる食べ方です。若い世代を中心にバランスのとれた食事がとりにくくなっている状況がみられます。

● 主食・主菜・副菜とは

主食 ごはん、パン、めん類などで、炭水化物を多く含みます。エネルギーのもとになります。	主菜 魚や肉、卵、大豆製品などを磨ったお肉を中心とする料理で、たんぱく質や脂質を多く含みます。	副菜 野菜などを使った料理で、ビタミンやミネラル、食物繊維などを多く含みます。
---	---	---

9月は食生活改善普及運動・健康増進活動月間です。

9月1日から9月30日までの1ヶ月は、「食生活改善普及運動月間」です。

令和5年度のテーマは、4年度に引き続き、「食事をおいしく、バランスよく」が基本テーマとなっております。

○バランスのよい食事

○毎日プラス1皿の野菜

○おいしく減塩1日マイナス2g

○毎日くらし with ミルク

などの普及啓発用素材を使って運動を推進しています。

野菜をプラス1皿
健康生活へ
はじめの一歩

1皿=70g
SMART LIFE PROJECT

○毎日プラス1組の野菜

大人が1日に必要な野菜の摂取量は、350g。

これは、日本人平均摂取量にもう一皿加えた量に相当します。



○おいしく減塩1日マイナス2g

目標は、現在の摂取量から-2g。だし・柑橘類・香辛料等を使って、美味しく減塩。

栄養表示を見て、かしこく減塩。

毎日のくらし
with
ミルク

牛乳・乳製品で
健康生活

20代~30代の3人に1人が牛乳・乳製品をとっていません。カルシウムとたんぱく質がバランスよく含まれる、牛乳・乳製品をとってあなたの未来も健康に。

健康寿命をのびせそう
SMART LIFE PROJECT

厚生労働省
MINISTRY OF HEALTH, LABOUR AND WELFARE

○毎日くらし with ミルク

20代~30代の3人に1人が牛乳・乳製品をとっていません。

カルシウムとたんぱく質がバランスよく含まれる牛乳・乳製品をとってあなたの未来も健康に。

出典：厚生労働省

10月は食品ロス削減月間です！



食品ロスとは、食べられるのに捨てられてしまう食べもののことを言います。

食品関連事業者では、規格外品や売れ残り、食べ残しによって捨てられるものが約279万トン。

一般家庭では、野菜や果物の過剰除去、賞味期限切れ等により、直接廃棄されているものが約244万トンあります。(令和3年度推計値)

これは、国民1人当たり1日おにぎり1個分のご飯の量に近い量(約114g)が捨てられていることとなります。

食品ロスは自分に関係ないことと思わず、食品ロス削減のため自分のできることから始めてみませんか？

食品ロス削減に向けてできること

その① フードドライブ活動



家庭で余っている食べきれない食品を持ち寄り、フードバンク活動団体を通して、困窮されている方や子ども食堂、福祉団体・施設等に寄付する活動です。県内では、イオン各店舗(マックスバリュを含む)やゆめマートさが、コープ新栄店やアバンセ等でも定期的に行われています。

その② てまえどり



消費者の日頃の買い物の中で、購入してすぐに食べる場合に、商品棚の手前にある商品、期限の迫った商品を積極的に選ぶ取組です。期限が過ぎて廃棄されることによる食品ロスを削減する効果が期待されます。

食品ロス削減啓発イベント、SNS キャンペーンを実施します

○食品ロス削減啓発イベント

「食品ロス!レス!フェス!」と題し、佐賀県内3箇所で、食品ロス削減について学べるイベントを開催します。

1 イベント日時/場所

- 令和5年9月30日(土) 15:00~18:00/駅前不動産スタジアム(鳥栖市京町)
- 令和5年10月14日(土) 11:00~14:00/ゆめタウン佐賀(佐賀市兵庫町)
- 令和5年10月28日(土) 11:00~14:00/ゆめタウン武雄(武雄市武雄町)

2 イベント内容

(1) エフエム佐賀公開録音

エフエム佐賀の人気パーソナリティと県内で食品ロス削減に尽力する皆様をゲストに迎え、公開録音を行います!

【各日程のパーソナリティとゲスト】

- ・9月30日(鳥栖): YUYA氏、コガ☆アキ氏
ゲスト: 鳥栖市環境対策課、株式会社サガンドリームス、特定非営利活動法人フードバンクさが
- ・10月14日(佐賀): サトユミ☆氏、モーリー氏
ゲスト: 佐賀市循環型社会推進課、ゆめタウン佐賀、海苔ラボ松栄丸
- ・10月28日(武雄): 飯地紀美子、徳丸英器氏
ゲスト: 伊万里市食生活改善推進協議会、ゆめタウン武雄、おもやいボランティアセンター

(2) お子様も楽しく遊べるコンテンツを御用意!

子どもも大人も食品ロス削減を楽しく学べる、オリジナルの「すごろく」や「カードゲーム」などのコンテンツを御用意しています。

(3) フードドライブ実施

皆様の御家庭に余っている食品はありませんか? フードドライブとは、家庭で余っている食品を持ち寄り、フードバンク活動団体に寄付する身近なボランティア活動です。

【提供いただきたい食品】

- お米・パスタ・めん類・カップ麺・クラッカー等の主食になるもの
※玄米は前年度産以降(2021年以降収穫のもの)
※白米は精米後、1か月以内のもの
- 缶詰、レトルト食品等のおかずになるもの ●食用油、調味料各種 ●フリーズドライ食品
- 菓子、アルコール類を除く飲料

【引き取り可能な商品の条件】

- 常温で保存が可能 ●未開封のもの ●破損などで中身が出ていないもの
- 賞味期限が明記されており、お持ちいただいた時点から1か月以上先のもの

○SNSキャンペーンについて

食品ロス削減に関する皆様の対策、心がけ、ちょっとした行動などをInstagram、X（旧Twitter）で募集します。

規定のハッシュタグと一緒に投稿してください！

1 キャンペーン期間

令和5年10月1日（日曜日）～11月30日（木曜日）

2 参加条件

- (1) Instagram、X（旧Twitter）のアカウントをお持ちで、公開設定をしている。（年齢制限なし）
- (2) 規定のハッシュタグ「**#さが食品ロス削減**」を付けて投稿を行う。

3 プレゼントについて

投稿していただいた方の中から、抽選で100名様にさが食育キャラクター「たべんぼくん」のオリジナルクオカードをプレゼントします。

※1回投稿に対して1口とします。（同一アカウントから複数可）

※キャンペーン期間後、抽選を行い、抽選者にはDMにて通知を行います。

当選通知に対して、1週間以内に返答がない場合は、当選を取り消すことがありますので、御注意ください。（DMの受け取り設定をあらかじめ御確認をお願いします。）

イベント、キャンペーンに関するお問い合わせ先

食品ロス削減キャラバン隊（佐賀広告センター内）

【電話番号】0952-28-3888（平日9時30分～18時00分）

食品ロス削減を意識したちょっとした行動が、食品ロス削減につながります。
できることから始めましょう。

毎月19日 第3金・土・日は 食育の日です!!



正しい食習慣づくりは、子どもだけでなく大人にとっても大切です。毎月19日は国が定める食育の日です。佐賀県では、それに加え、週末にゆっくりご家庭で食育について考えていただけるように第3金・土・日曜日を食育の日と定めています。

自然の中で生まれた食べ物は、私たちの体の中で生きる力になるまでつながっています。

「何をどう食べればよいのか」食を選択する力を身につけることは、とても大切です。普段の生活の中でも、食事のマナーを学んだり、食べ物のことを考えて、さまざまな経験を通して「食べる力」を育てていきましょう。

佐賀県からのお知らせ



2024年に佐賀県で開催されるSAGA2024 国スポ・全障スポのイメージソングが完成しました♪

歌唱者は唐津市出身の鷺尾伶菜(わしおれいな)さん、

作詞は佐賀市出身の326(ミツル)さん、

作曲は佐賀市出身の千綿偉功(ちわたひでのり)さんです。

佐賀県出身のアーティストさんが創りあげたエールソングが

下記 URL または QR コードから読み取って聴くことができますので、

ぜひ聴いてください! <https://www.saga2024.com/imagesong/>



「さかの食育 in FB」 や 「さかの食育 in IG」

佐賀県くらしの安全安心課では、食育・食品ロス削減に関するイベント、情報等を「さかの食育 in FB」 や 「さかの食育 in IG」 で情報発信しています。

Facebook「さかの食育 in FB」やInstagram「さかの食育 in IG」には、食育推進や食品ロス削減推進に関する話題、催し物、イベント等があれば、取材に出向き記事を掲載しております。

食育ネットワークさが会員のみなさまには、食育推進や食品ロス削減推進に関する催し物、イベント等ありましたら、以下のところへ情報提供願います。もちろん、自分たちだけの小さな集まりでもかまいません。

食育推進や食品ロス削減推進の話題や催し物、イベント等を掲載することにより情報発信を行い、より多くの方に食育ネットワークさがの輪を広げていければと思っております。

よろしく願います。

【8月に掲載した記事の紹介】

- 食の安全・安心講演会を開催します
- フードバンクさがが食育イベントを開催！
- 令和5年度学校給食・食育研究発表会が行われました
- 【フードドライブ in アバンセ 8月8日～13日まで！】
- 西九州大学佐賀調理製菓専門学校が「夏の食育講座2023」を開催
- フードバンク活動に取り組む、フードバンクさが
- 農林水産省が食育文化普及イベントを開催
- 西九州大学食育サポートセンターが「食まなび塾」を開催

食育ネットワークさが事務局

(佐賀県くらしの安全安心課 食育・計量担当)

〒840-8570 佐賀市城内一丁目1-59

電話：0952 (25) 7069 FAX：0952 (25) 7327

E-mail：syokuiku@pref.saga.lg.jp

ホームページ：さかの食育 ごはんだ〜い好き

<http://www.pref.saga.lg.jp/web/shokuiku.html>

Facebook：さかの食育 in FB

<https://www.facebook.com/560005244175185/>

