



令和6年5月21日

奈良県田原本町

やさしおベジ増しプロジェクト啓発イベント

(目的)

奈良県が健康寿命日本一を目指し、自然に健康になれる食環境づくりとして、スーパーマーケット等と連携協働し、やさしおベジ増し（体にやさしい塩加減でベジタブル（野菜）を増やす）を実践するための食生活の知識を深める。

また、5月31日は「世界禁煙デー」に伴う「禁煙週間」、6月の「歯と口の健康習慣」についての啓発活動も同時実施し、健康づくり実践のきっかけとする。

(事業の概要) ※詳細については、資料1のとおり

- 日 時 令和6年5月31日（金）午前9時30分～12時
- 場 所 スーパーおくやま新町店
- 共 催 スーパーおくやま新町店 奈良県中和保健所
田原本町保健センター

この件に関するお問い合わせ先：

健康福祉部健康福祉課保健センター

担当：桐間・遠藤 TEL 0744-33-8000

令和6年5月31日 やさしおベジ増しプロジェクト・歯と口の健康週間・世界禁煙デー合同啓発の実施について

	やさしおベジ増しプロジェクト	歯と口の健康週間（6月4日～10日）	世界禁煙デー・禁煙週間
目的	やさしおベジ増しプロジェクトの参加協力店であるスーパーおくやま新町店と実施市町村である田原本町との協働で、やさしおベジ増しプロジェクトのお惣菜のPRも含めた減塩と野菜増量をテーマに食育啓発活動を行い、県民の食生活を振り返るきっかけとする。	歯と口の健康に関する正しい知識を県民に対して普及啓発するとともに、歯科疾患の予防に関する適切な習慣の定着を図り、併せてその早期発見及び早期治療等を徹底することにより歯の寿命を延ばし、県民の健康の保持増進に寄与することを目的とする。	喫煙健康影響が大きい上、受動喫煙の危険性やニコチンの依存性からも、たばこ対策は健康寿命延伸のために重要な課題である。たばこの健康影響やCOPDに関する啓発や喫煙者への禁煙支援を行うことで、県民の健康づくり実践へのきっかけとする。
実施内容	<p>○減塩・野菜摂取増加についての普及啓発</p> <p>【方法】</p> <ul style="list-style-type: none"> * 食育アンケートの実施(やさしおベジ増しプロジェクトの認知率や減塩・野菜摂取に関する意識等) * やさしおベジ増しプロジェクトポスターの掲示(やさしおベジ増しプロジェクトとは?・登録商品の紹介) * 野菜クイズ フードモデルや副菜5品等を使用した野菜目標量のクイズ・掲示やレシピの配布 * 減塩クイズ 調味料に含まれる食塩量のクイズ・掲示や減塩のコツ資料の配付 	<p>○歯と口の健康と全身の健康影響についての啓発</p> <ul style="list-style-type: none"> ・たばこと歯周病の関係について ・かむことの大切さについて ・オーラルフレイルについて 等 <p>【方法】</p> <ul style="list-style-type: none"> * 歯と口の健康週間ポスター掲示 * パネル展示(オーラルフレイルをご存じですか? フッ化物配合歯磨剤を効果的に利用しよう!) * アンケートの実施(お口の状況、オーラルフレイルチェック等) * 咬合圧測定 * 歯科相談 * かみかみレシピ配布 * 健口体操リーフレット配布 	<p>○世界禁煙デー及び禁煙週間の啓発</p> <p>【方法】</p> <ul style="list-style-type: none"> * 啓発物品配布:世界禁煙デー啓発ティッシュ * 啓発チラシ配布 <p>(内容)・たばこの健康影響(受動喫煙含む)、</p> <ul style="list-style-type: none"> ・田原本町禁煙相談案内 <p>* 「世界禁煙デー」ポスター掲示、のぼり設置</p> <p>* パネル展示</p> <p>(内容)・喫煙と肺がんの関係</p> <ul style="list-style-type: none"> ・COPDって何? <ul style="list-style-type: none"> * 一酸化炭素濃度測定 * アンケート(喫煙状況、COPD認知度等) * 禁煙相談 * 禁煙に関する資材配布(禁煙支援リーフレット、禁煙支援協力薬局、禁煙支援医療機関等)