

令和5年度 あがの食育・元気づくり応援団の取組みをご紹介します。

あがの食育・元気づくり応援団は、阿賀野市民が食育や元気づくりに関心を持ち、健康で元気な生活を送れるように、健康情報の発信や減塩、地産地消、食品ロス削減などに取組んでいる団体・事業所のことです。

令和5年度は4カ所が新規登録し、現在30か所（令和6年3月末現在）の団体・事業所さんに登録していただいています。

応援団は右のステッカー
やミニのぼりが目印です



あがの食育・元気づくり応援団は随時募集中です。

また、応援団の取組みについても、市のホームページに掲載してほしい情報がありましたら、健康推進課 健康づくり係まで連絡をお願いします。

応援団との取組み

令和5年3月に完成した『あがの市の郷土料理集』を応援団に置いていただいています。好評で追加して置きにいった応援団もいました。



現在、応援団の一部では置いてない所もありますが、各支所、水原保健センターにありますし、阿賀野市の公式キッチン クックパッドにもレシピを掲載しています。

NPO法人阿賀野市総合型クラブ スポアさん との取組み

生涯学習課健康増進データ収集業務委託
「60歳からの貯筋運動教室」にて栄養講話を実施。

みそ汁の
塩分測定や
塩味チェックも
実施しました。



だしの風食堂さん との取組み

6月の食育月間のこども食堂時に野菜の種
や1日の塩分摂取量の展示等を行いました。



塩分量をスマホで
写真を撮っていく
人も。



道の駅あがのさん との取組み

新潟医療福祉大学の学生さんに作成してもらった「減塩」に関する卓上メモをフードコートに置いてもらいました。



あがの市場には新鮮野菜がたくさん並んでいます。

JA新潟かがやき ささかみアグリセンターさんの取組み

食料農業推進協議会では、有機米の普及を目指し、笹神地区の小中学校全3校で農薬や化学肥料を使わない有機栽培で育てた米を提供する取組みが11月の1か月限定で行われました。有機米を食べる前には、担当者より有機米の話をしてもらいました。



有機米の方が、もちもちしていてみずみずしい

いつものごはんよりおいしい



ウオロクさん との取組み

- ・ウオロクさんは県の「けんこう Time 推進店」に登録し、『からだがよろこぶデリ』を販売しています。
- ・2月8日に開催した『高血圧予防の適塩教室』でお弁当の試食を行いました。



デリの認知度は低かったですが、美味しかったので、今度購入したいという感想が多かったです。

【弁当】 1/3日分野菜の黒酢和え弁当 (株式会社ウオロクホールディングス)



栄養成分表示 (1パックあたり)	
エネルギー	632kcal
たんぱく質	24.1g
脂質	19.4g
炭水化物	86.0g
食塩相当量	1.7g
野菜使用量	147g

※県のホームページより詳しい情報が閲覧できます。

JA新潟かがやきさん の取組み

「ごはん食」に親しみながら、家族や仲間と食卓を囲んで楽しく食事することなどを目的に新潟県内のJAでは、園児に対し『シャカシャカおにぎりづくり』を行っています。阿賀野市内の園でも実施しました。



紙コップにごはんを入れて。



ラップと輪ゴムで留めて、シャカシャカ振ります。



まん丸おにぎりが出来ました。

毎月19日の「食育の日」には、阿賀野市 LINE にミニ情報を発信中

問合せ:阿賀野市 健康推進課 健康づくり係
☎0250-62-2510