

(令和6年9月17日発表)

「ランチョンセミナー」開催

◆アピールポイント	●「健康な食事・食環境※1」を学ぶ「ランチョンセミナー」を開催します。 ●「スマートミール※2」の基準を満たしたお弁当を食べながら、気軽にお話を聞くセミナーです。 ●お弁当の栄養バランスや、健康づくりのための食のポイントなどを学べます。
◆日時・期間	令和6年9月25日（水）11：30～13：00
◆場所	静岡市駿河区南八幡町3-1（南部図書館2階） 静岡市地域福祉共生センター「みなくる」 第2会議室
◆内容など	●内容 私たちが健康に暮らすためには、栄養バランスのとれた食事はとても大切です。栄養バランスや食生活に関する講座を聞き、実際に「スマートミール」の基準を満たしたお弁当を食べます。自分の食生活を見つめ直し、より健康な食生活を目指しましょう。 ●講師 静岡県立大学食品栄養科学部 串田 修（くしだ おさむ）先生 ●主催：静岡市（地域福祉共生センター/健康づくり推進課） 企画運営：静岡県立大学「ふじのくに」みらい共育センター 協力：静岡信用金庫 ※1 「健康な食事・食環境」認証制度 外食・中食・事業所給食で、「スマートミール®（略称スマミル）」を、継続的に、健康的な空間（栄養情報の提供や受動喫煙防止等に取り組んでいる環境）で、提供している店舗や事業所を認証する制度で、複数の学会等からなる 認証委員会が認証を行う。 ※2 スマートミール 健康に資する要素を含む栄養バランスのとれた食事の通称。スマートミールの基準は、厚生労働省の「生活習慣病予防その他の健康増進を目的として提供する食事の目安」（平成27年9月）が基本。 （「健康な食事・食環境」認証制度（一般社団法人健康な食事・食環境コンソーシアム）ホームページより）
◆対象・人数	20名 どなたでも

別紙資料 ☐ 無

イベントカレンダーへの掲載 ☐ 無

ぜひ当日の取材をお願いします。

【担当課】地域包括ケア・誰もが活躍推進本部
 （静岡庁舎14階）
 担当 小野、下山
 電話 054-221-1624