

所 属	健康増進課
所属長	津田 涼太
電 話	06-4869-3033

管理栄養士コンビが係長の食生活を徹底指導 指導と成長の日々を1年間の企画を通じて Instagram で発信

市民の健康意識の向上を図るための取組として、同担当に4月から配属された係長が作る昼食の弁当について、尼崎市保健所健康増進課栄養管理・歯科担当の管理栄養士2名が1年を通して指導する内容を Instagram で発信する企画を開始します。



Instagram (リール動画) の画面イメージ

令和4年度の市民アンケートにおいて、高校3年生の朝食を食べる割合の低さ(68.5%)や、若年層(18~39歳)において主食・主菜・副菜の3つがそろった食事を1日2回以上食べる割合が低い(47.7%)ことが判明しました。

今年度の4月に配属された係長も栄養バランスに偏りの見られる年代であることから、自作弁当作りに挑戦し、その昼食の内容を管理栄養士が指導していきます。

Instagram のリール動画で週1回の配信を行い、中高生や若年層を中心としたユーザーに楽しんでもらいながら栄養の知識を身につけてもらう機会とします。

1 配信スケジュール

令和6年5月24日(金)に初回配信を行い、その後は毎週金曜日に定期配信します。

2 Instagram ユーザー名、URL

ユーザー名 ama_eiyou_kenkou

URL https://www.instagram.com/ama_eiyou_kenkou

※右のQRコードからアクセスできます。



3 note での発信について

Instagram 発信分以外の内容については、ブログ媒体の「note」で数日分をまとめてご紹介します。発信は同じく毎週金曜日の予定です。

URL https://note.com/ama_eiyou_kenkou/

以 上