

<p>タイトル</p>	<p>おいしく食べて健康美人 ヘルシーウィーク ～市役所から健康食を発信～</p>
<p>いつ 実施日時・工期</p>	<p>和光市民まつり「健康フェア」でヘルシーメニューの一部を無料試食 平成24年11月18日(日) 10:00～ 市民まつり「健康フェア」会場(和光市保健センター・和光市広沢1-5)</p>
<p>どこで 会場・開催地等</p>	<p>市役所内レストランで健康食(ヘルシーランチ)を期間限定で提供 平成24年11月26日(月)～30日(金) 各日11:30～ 和光市役所議会棟1階 レストラン「カフェ・ラ・ベル」(和光市広沢1-5)</p>
<p>だれが 主催者・関係者</p>	<p>主催:和光市役所健康支援課 共催:和光市食育推進ネットワーク会議、レストラン「カフェ・ラ・ベル」</p>
<p>なにを 事業内容など</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・「簡単に作れるメタボ予防食」をコンセプトに、市役所内のレストランで、期間限定の健康食(ヘルシーランチ)をメニューに加えます(1日35食限定、1食400円(税込))。【 :11月26日～30日(ヘルシーウィーク)】 ・ヘルシーウィークに先立ち、和光市民まつりの「健康フェア」で、ヘルシーランチの紹介、ヘルシーメニューの一部試食(200食程度提供予定)を実施します。【 :11月18日市民まつり「健康フェア」】 ・健康食の提案と食生活に活かすアドバイス・レシピ等を配布します。【 :「健康フェア」「ヘルシーウィーク」の両方で実施】 ・ヘルシーランチは、和光市食育推進ネットワーク会議のメンバーがメニューを作成し、市内で収穫された野菜を使用します。
<p>なぜ 目的・理由</p>	<p>市民の健康増進、メタボ予防を推進するため、ヘルシーランチを提供し、理想の1食のバランスや量を再確認してもらう。</p>
<p>どうした 経緯・経過</p>	<p>肥満、高血圧、糖尿病、脂質異常症などが原因となるメタボリックシンドロームは、食生活、運動習慣、喫煙、飲酒などの生活習慣の積み重ねで起こるとされています。和光市では特に糖尿病患者とその予備群が多く、対策が必要となっています。</p>
<p>金額</p>	<p>11月18日(日)健康フェア当日 ヘルシーメニューの一部を試食 無料 11月26日(月)～30日(金) 1食 400円(税込み) ヘルシーランチは、26日～28日が『わこうっちの根菜ハンバーグランチ』、 29日・30日が『さつきちゃんの野菜たっぷりランチ』です。 「わこうっち」「さつきちゃん」は、和光市のイメージキャラクターです。</p>
<p>その他</p>	
<p>問い合わせ先 担当課</p>	<p>課名 和光市役所 保健福祉部 健康支援課 担当者名 課長 大坂秀樹 電話 048-464-1111(内線 2171)</p>



わこうっちの
根菜ハンバーグランチ

※写真はイメージです



さつきちゃんの
野菜たっぷりランチ

※写真はイメージです