

## 健康づくりシンポジウムの開催

### 1 概要

健康寿命の延伸により、増加する医療費等の社会保障費の伸びを抑えることが全国的に重要な課題となっています。平均寿命が全国1位の長野県は、野菜摂取量も全国1位。宮崎は、太陽の恵みいっぱいの野菜が豊富にあるので、この野菜をもっと食べて、日本一健康なまちを目指します。食習慣は、子どもの頃からの食育が非常に重要になりますので、子どもから高齢者までを対象としたシンポジウムを開催します。

### 2 主催団体等

主催：一般財団法人自治総合センター、宮崎市

共催：宮崎市食育・地産地消推進会議

後援：総務省、宮崎県 ほか40団体

### 3 開催日時

平成27年12月12日（土）開場10時から、シンポジウム開演13時から

### 4 会場

宮崎市民文化ホール、宮崎市総合福祉保健センター（宮崎市花山手東3丁目）

### 5 テーマ

「健康づくりシンポジウム ～もっと野菜を食べよう！ 地産地消で健康づくり～」

### 6 開催内容

<シンポジウム> 13時から

基調講演 『タニタ』の管理栄養士 堀越 理恵子 さんによる講演

パネルディスカッション

野菜生産・消費、健康寿命日本一推進宣言の唱和 ほか

<イベント> 10時から

野菜料理の試食・展示、野菜や果物の試食・販売、野菜重さ当てクイズ、

野菜ソムリエによる食育・地産地消料理教室、歯とお口の健診、血糖チェック、フッ

化物塗布 など

### 7 申し込み

電話またはFAXで、11月30日までに市コールセンター（電話25-2111、FAX38-4849）へ（参加費無料）。

### 8 その他

子どもも一緒に参加できます（別添チラシ参照）。

【問合せ】

宮崎市税務部国保年金課

電話 21-1745