

# わかやま健康と食のフェスタ2018開催要領

## 1 趣旨

県では平成26年3月に策定した第三次和歌山県健康増進計画、平成30年3月に策定した第3次和歌山県食育推進計画により、県内各地で健康づくりや食育の取組を進めているところです。しかし、1日歩行数の減少、朝食の欠食、野菜・果物類の摂取不足など、健康と食をめぐる課題は、依然として存在しています。

本フェスタでは、健康推進や食育推進に携わる団体、企業等と連携し、健康に関する特色のある活動の紹介や、自らの健康状態を把握できる体験の場、楽しみながら運動するウォーキングの機会を提供するとともに、食事バランスガイドを参考とした食事例や県産農林水産物の紹介を通じ、食育・地産地消の推進により、県民の健康意識の高揚を図り、「健康長寿日本一わかやま」の実現を目指します。

## 2 開催日時

平成30年10月14日（日）午前10時～午後4時まで

## 3 開催場所

和歌山ビッグウェーブ（和歌山市手平2丁目1-1）

## 4 主催

和歌山県（福祉保健部健康局健康推進課、農林水産部農業生産局果樹園芸課）

## 5 内容

○表彰式等（健康川柳優秀作品表彰、健康づくり運動優良市町村表彰など）

○会場内を「健康エリア」と「食エリア」とし、健康推進・食育に関わる情報を広く提供します。

### 【健康エリア】

- ・表彰式
- ・健康づくりの取組紹介
- ・ウォーキングイベント
- ・健康チェック（骨密度測定、肺年齢測定）
- ・各種健康相談（栄養、お薬、保健、口腔）
- ・運動体験（簡身体力測定、ラジオ体操教室）

### 【食エリア】

- ・ステージイベント  
（和歌山の食材を使った料理のデモンストレーション、食に関するお話）
- ・バランスのとれた食事例の展示  
（見てなっとく！～紀州わかやま～食事バランスガイド）
- ・郷土料理展示
- ・知ろう、伝えよう、和歌山の「食」
- ・地場産食材等を使った料理の試食
- ・スタンプラリー