

平成30年10月26日
宇 城 市

「ベジ1コンテスト in うき」の開催

宇城市では、11月1日（木）から12月28日（金）までの間、「ベジ1コンテスト in うき」を開催します。

これは、市の「さしより野菜プロジェクト」(※)の一環として取り組むもので、簡単に作れる野菜レシピを募集し、優れた提案を表彰することで、「さしより野菜」（食事の最初に野菜から食べること）、「たっぷり野菜」（1日350g以上の野菜を食べること）の実践に繋げていくものです。

この取組により、市民の健康寿命を延ばし医療費の抑制に繋げるとともに、地元産の農産物の消費拡大に繋がることも期待しています。

※ 平成26～28年度の国保特定健康診査の結果では、宇城市は、Ⅱ度以上高血圧者の割合が県内14市で最も高く、県全体の割合と比べても大きく上回っています。併せてメタボリックシンドローム該当者も増加傾向にあり、それにより人工透析、虚血性心疾患、脳血管疾患のリスクが高くなるといった、本市における健康課題が浮き彫りになりました。

そこで、この「さしより野菜プロジェクト」を通して、食事の最初に食物繊維の豊富な野菜や海草、きのこ類を使った料理を食べることにより、血糖値の急上昇を抑え、糖尿病の予防につなげ、健康寿命を延ばし、医療費を抑制するための取組を進めています。

- 1 期 間 平成30年11月1日（木）～12月28日（金）
- 2 対象者 熊本県内に住む高校生以上の個人・3人以内の団体
- 3 応募方法 応募用紙にレシピ内容を記入の上、できあがり写真を添付し、郵送・メール・持参にて応募
- 4 賞 品 グランプリ
準グランプリ
特別賞（宇城市長賞 など）
応募者全員に野菜にちなんだ参加賞をプレゼント
- 5 審査員 ANA クラウンプラザホテル熊本ニュースカイ総料理長 他（予定）
- 6 その他 詳細は別紙をご参照ください

【問い合わせ先】

健康福祉部健康づくり推進課

小野田係長、十島（としま）管理栄養士

〒869-0592 熊本県宇城市松橋町松橋 396-1

TEL：0964-32-7100（直通）

FAX：0964-32-6688