

所属 中野区南部すこやか福祉センター

事業名	3歳児健診
実施日時・場所	令和4年4月から令和5年3月まで 中野区南部すこやか福祉センター
対象	3歳児健診に来所した保護者
目的	「東京都幼児向け食事バランスガイド」の普及啓発を通して、幼児期からの健康的な食習慣の確立の支援に取り組む。
事業概要	3歳児健診 年12回 398人 「東京都幼児向け食事バランスガイド」資料配付を通して、幼児を持つ保護者へ幼児期からの健康的な食習慣の確立の支援に取り組む。
使用教材	東京都幼児向け食事バランスガイド資料
参加者の意見・感想等	1日の食事量の目安がわかった。思ったより大人と同じ物が食べられる、など、料理の写真を表示してあるので、分かりやすいようだった。
実施者の意見・感想等	健診受付時に配付することで、健診の待ち時間に配付資料を見てもらえる。料理の写真を見ながら、食事の話に繋がるように感じた。また、積極的な個別質問にも繋がった。おやつはお菓子でなく補食（果物、乳製品）を摂ろうということも、声かけできた。
効果 (成果)	「東京都幼児向け食事バランスガイド」を手にとってみることで、幼児の食事バランスを考えるきっかけとなり、幼児期からの健康的な食習慣の確立の支援に繋がった。
その他	