

<報道発表資料>

令和7年8月21日
京都市東山区役所健康長寿推進課

「そうだ、野菜とろう！東山」を開催

～9月は食生活改善普及運動月間です～

東山区では、区民の皆様の野菜摂取促進と健康への意識を高めることを目的に、一日の野菜摂取量の目標量350gを目指す、「そうだ、野菜とろう！東山」の取組を実施します。

【背景と目的】

生活習慣病予防のために、野菜類を1日350g以上食べることを、国・京都市ともに目標に掲げていますが、令和4年京都府民健康・栄養調査の結果によると、京都市民の摂取量は232.2gであり、全年代で目標を下回っています。市民が野菜摂取をはじめとした食生活を見直す機会として、本取組を実施します。

【概要】

- 日 時 令和7年9月21日（日）午前10時30分～午後3時（予定）
- 場 所 東山区総合庁舎北館
（〒605-8511 京都市東山区清水五丁目130-6）
※本取組は東山区民ふれあいひろば2025で実施します。
個別ブースの場所は当日配布するリーフレットで御確認ください。
- 内 容
 - 1 野菜の販売（東山区民生児童委員会+京都府立桂高等学校）
京都府立桂高等学校の生徒が育てた野菜・花苗を販売します（無くなり次第終了）。
高校と福祉の連携で、高校生に販売機会を提供します。
お買い物の際はエコバック等を御持参ください。
 - 2 口腔機能測定器を使ったチェック会（東山保健協議会連合会） 申込不要 無料
口腔機能とは、噛む、飲み込む、話すなどのお口の働きのことを言います。
これらの機能の低下は、食欲不振、栄養の偏り、飲み込みにくさなどを引き起こします。野菜の摂取量向上のためにも口腔機能のチェックをしてみましましょう。

（裏面あり）

3 エコバックの配布（東山医師会）

先着25名の方にプレゼントをします。野菜等のお買い物にはエコバックを御利用ください。



「そうだ、野菜とろう！」キャンペーンのロゴ

● 関連企画

期間：令和7年9月15日（月）～9月30日（火）

区民の皆様の野菜の摂取量を増やすため、関連機関との連携によりイベントを実施します。

1 移動販売（月輪（つきのわ）学区）

毎週月曜日にイオンフードスタイルが野菜などの食料品や日用品などを販売します。※ 詳細は山科柳辻店（電話 075-582-5544）にお尋ねください。

2 移動販売（修道（しゅうどう）学区）

毎週水曜日に京都生協が野菜などの食料品や日用品などを販売します。
※ 詳細は東山区社会福祉協議会（電話 075-551-4849）にお尋ねください。

3 移動販売（弥栄（やさか）学区）

毎週木曜日午前11時頃から京都生協が野菜などの食料品や日用品などを販売します。場所：弥栄ふれあいサロン（〒605-0074 東山区祇園町南側551）

4 京・食クッキング～秋の食育セミナー～

日時：令和7年9月19日（金）

午前10時～午後0時30分（申込開始：8月26日）

場所：東山区総合庁舎北館地下1階 栄養調理室

内容：管理栄養士の講話、調理実習、試食

5 成人・妊産婦歯科相談

日時：令和7年9月19日（金）午後1時30分～午後3時

場所：東山区総合庁舎北館地下1階 23番窓口（受付）

内容：歯科健診、歯科相談、歯科保健指導

6 パネル展示 ひがしちゃん健康クイズ

日時：令和7年9月22日（月）～10月3日（金）

場所：東山区総合庁舎北館1階 展示ホール

内容：減塩・歯科・運動・がん検診についてのパネル展

<問合せ先>

東山区役所健康長寿推進課（電話 075-561-9128）