

令和7年度「健康づくり」に関する作品募集要項

1. 主旨

市では、「すべての市民が生涯を通じていきいきと健康で心豊かに暮らすことができる持続可能なまち水俣」を基本理念に健康づくりを進めている。

平成31年3月には、「水俣市健康づくり条例」を制定。毎月19日は「いきいき健康食育の日」、毎年11月を「健康づくり月間」と定めた。

『健康日本21（第3次）』では、野菜の摂取量の目標は1日350gとされているが、令和4年度熊本県民健康・栄養調査結果における野菜の平均摂取量は約260gで、特に20代の摂取量が少ないことがわかっている。野菜をバランスよく摂取することは、体の調子を整えることにつながる。第2期いきいきみなまたヘルスプランにおいては、水俣市食育推進計画のキーワード※を4つ掲げており、4つのキーワードを意識した食生活は健康な生活に直結すると考える。そこで、野菜を使った料理について考えることで、野菜を摂取することを意識したバランスのよい食事や量、食卓を家族で囲むことの大切さなど、自身や家族の「食」と「健康」について改めて知ること、心身ともに健康な生活を送るために欠かすことのできない栄養・食生活について興味・関心を高めるきっかけとなると考える。市民の「自分の健康は自分でつくり守る」という認識をさらに深めるきっかけとなる作品を募集する。

応募のあった作品は、水俣市健康づくり推進協議会及び水俣市食育推進検討会内で投票により、優秀作品を決定する。優秀作品は、市広報誌やホームページに掲載するほか、健康づくりに関する周知・啓発等で使用することで、市民の健康に関する関心をさらに高め、市民の健康づくりを推進する。

※水俣市食育推進計画のキーワード（第2期いきいきみなまたヘルスプラン P85）

- ★1日3食、定期的に食事をとる食習慣（朝食を食べよう）
- ★主食、主菜、副菜を揃え、いろいろな食品を組み合わせ、質・量に配慮した食事
- ★減塩の食習慣
- ★野菜の適量を知り、摂取量を増やそう

2. 対象

水俣市内の小学生以上

3. 募集内容

テーマ：「プラス1品！野菜をつかった料理」

（生野菜・炒め物・煮物・蒸し物等調理方法は問わない。野菜は2種類以上使用）

我が家のこだわりの野菜炒め、サラダたまねぎを使った彩りサラダ、減塩を意識した筑前煮など、野菜をつかった料理の写真やイラストとともに、入っている具材や料理に込められた思い（水俣市食育推進計画のキーワードを踏まえた）を紹介。

4. 作品の募集方法

各小中学校を通して児童・生徒の作品を募集する。一般部門については、広報みなまた、ホームページなどで募集する。

5. 募集締め切り及び作品送付先

令和7年9月5日（金）までに、各小中学校および高校を通じて提出、または市保健センターへ郵送または持参する。

6. 審査及び表彰

応募された野菜をつかった料理の写真やイラストと一言を水俣市健康づくり推進協議会及び水俣市食育推進検討会で選考し、最優秀賞および優秀賞を決定する。審査結果の発表は、各学校を通じて本人に通知、一般からの応募の場合は本人に通知する。受賞者は、水俣市健康まつりにおいて表彰を行う予定。さらに、市広報誌、ホームページにおいて優秀作品の紹介を行う予定。なお、表彰者には賞状と副賞を贈呈する。

※副賞（予定）

最優秀賞：3000円分の図書カード、優秀賞：2000円分の図書カード

7. 入賞作品の使用について

入賞作品については、市広報誌やホームページに掲載するほか、健康に関する周知・啓発など、健康づくりを啓発するために活用する。

8. その他

応募のあった作品は、健康まつり期間中展示ブースにて紹介予定。