

報道機関各位

**新庄・最上ジモト大学**  
**「えらんでつくろう！Myフィジカル」の開催について**

最上地域は、他地域と比較し健康寿命が短い傾向にあり、胃がん、脳血管疾患による死亡率が全国でも高い状況にあります。原因となる生活習慣病を予防するためには、若いころから健康に関心を持ち、食を選択できる力を身につけることが大切です。

地元の高校生を対象に、卒業後も正しい食習慣を身につけ、将来の健康を守ることができるように、食の選び方体験や簡単にできるレシピの調理実習を、新庄・最上ジモト大学プログラムとして下記のとおり実施いたします。

つきましては、当日の取材についてよろしくお願ひします。

記

- 1 日時 令和6年8月4日（日）午前9時10分から正午
- 2 会場 新庄市民プラザ3階研修室・調理室（新庄市大手町1-60）
- 3 内容 (1) 基礎編 食と健康の講話  
(2) 実践編  
①食の選び方：食品カードを使用した食選びを体験。  
②調理実習：一人でも簡単に作れるおいしいレシピの調理。  
【メニュー・・・お手軽オムライス、チキンスープ】
- 4 参加者 最上地域の高校に通っている高校生 14名
- 5 開催者 最上総合支庁地域健康福祉課、栄養ケアもがみD-nya

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS



問合せ先

担当 保健福祉環境部 地域健康福祉課  
健康増進専門員 菅原 電話 0233-29-1267  
報道監 総務企画部長 佐藤