

## 米沢市「よねざわ たのしい・ヘルシー・おいしいプロジェクト」への協力

北 林 蒔 子

実施期間：令和4年6月17日～令和4年12月28日

担当教員：北林蒔子

連携機関：米沢市健康福祉部健康課

### 1. はじめに

米沢市は、市民の野菜摂取量を増加させる目的で、令和3年度に引き続き、本年度が二回目となる「米沢ベジアップキャンペーン2022」に取り組んだ。前回は、本学の2年生と3年生全員が野菜を使って簡単に作れる料理のレシピを考案し、「山形県立米沢栄養大学学生考案 ベジアップレシピ集」が作成された。本年度は、一般の方に野菜を使った料理を投稿してもらい、「おすすめレシピ考案コース」、「県立栄養大学学生考案ベジアップレシピ作ってみたコース」の2つのコースが企画され、それに合わせて本学の2年生と3年生の学生がレシピ考案に参加した。

### 2. 経過

2年生と3年生の学生に、米沢市の「よねざわ たのしい・ヘルシー・おいしいプロジェクト」の紹介をし、レシピ提出を呼びかけた。

その結果、2年生45名、3年生43名全員がレシピを提出した。

米沢市健康課のホームページでは、レシピ集が「春編」、「夏編」、「秋編」、「冬編」、「通年編」に分けて紹介されている。



米沢市健康課で作成したレシピ集

