

令和2年11月17日

報道機関各位

吉川市政策室主幹

手軽に野菜を摂取できる健康メニュー レシピ動画を公開しました

市では、吉川版食事バランスガイドを実生活に活かすため、子育て世代の4人家族を想定し、食材数や調理時間などに配慮した1週間分の献立「吉川食ナビ1week」を考案し、レシピ集を市役所や保健センター、イベントなどで配布するなど、普及活動を進めてきました。

新型コロナウイルスの影響によりイベントの中止が相次ぎ、レシピ集を手にとってもらえる機会が減少したことを受け、掲載レシピの一部を動画にし、無料動画共有サイトYou Tubeで公開しました。動画は市のホームページからも閲覧が可能です。

また、市役所庁舎内の待合ロビーでも放映しており、動画を見て興味を持った方は、市役所（1階総合受付または保育幼稚園前）または保健センターに配置しているレシピ集を持ち帰ることができます。

概要

- 動画の名称 ・【吉川食ナビ1week】作り置きで時短に！冷凍保存もできる～キャロットラペ～《健康増進課》（2分31秒）
・【吉川食ナビ1week】作り置きで時短に！冷凍保存もできる～きのこソテー～《健康増進課》（2分52秒）

公開アカウント名 埼玉県吉川市【公式】



作り置きできる簡単なレシピを動画でご紹介



この件に関するお問合せ先

- お問合せ：健康長寿部 健康増進課 ☎048・982・9804

記事提供：政策室 広聴広報担当 ☎048・982・5112