

令和6年9月24日

各位

日本女医会京都支部長 蘆田ひろみ

さわやかな風が吹き、過ごしやすい季節となりました。いかがお過ごしでいらっしゃいますか。
このたび、日本女医会本部役員と京都支部会員とのブロック懇談会を開催することとなりました。
会員でない方も歓迎、参加費は無料です。お誘いあわせの上、奮ってご参加ください。

記

公益社団法人日本女医会 第26回ブロック懇談会

日 時：2024年10月13日（日）11:00～14:00

会 場：京都府医師会館（JR 二条駅前）

< 次 第 >

1. 開会の挨拶（11:00～11:10）
日本女医会会長 前田佳子
日本女医会京都支部長 蘆田ひろみ

出席者 自己紹介

2. 日本女医会の紹介（11:10～11:40）
1) 日本女医会の歴史と活動 日本女医会会長 前田佳子
2) 日本女医会の事業紹介 日本女医会副会長 青木正美
3) ナショナルコーディネータ報告 ナショナルコーディネータ 前田佳子

3. 京都府における女性医師支援活動の取り組み（11:40～12:20）
1) 京都支部の紹介 京都支部会長 蘆田ひろみ
2) 京都府医師会の女性医師支援への取り組み
京都府医師会理事 上田三穂
3) 京都府立医大ワークライフバランス（WLB）支援センターの取り組み
京都府立医大ワークライフバランス支援センター長
眼科学教室教授 外園千恵

休憩 昼食 健康ばんざい京のおばんざい弁当シリーズ

<https://www.pref.kyoto.jp/obanzai/obanzai.html>

健康精進弁当（あかぴーまん謹製） <https://akapi-man.com/>

4. 懇談会（12:30～13:55）
5. 閉会のことば（13:55～14:00） 日本女医会副会長 青木正美
〈総合司会 宮坂晴子〉

・申し込み方法（下記の出席者名簿に記載のある方は申し込み不要）

10月5日（土）までに、世話人東あかね（京都産業大学保健管理センター）にご連絡ください。

higashia@cc.kyoto-su.ac.jp

080-4233-9737（ショートメール）

・参加費無料（会員、非会員とも）

参考

「健康ばんざい 京のおばんざい弁当シリーズ」とは

<https://www.pref.kyoto.jp/obanzai/gaiyou.html>

「おばんざい」は「普段のおかず」という意味で、京都府の各地で「家庭の味」として受け継がれ、親しまれてきました。四季折々の食材を使い、巧みに組み合わせた「おばんざい」は、京都の歴史と風土に育まれた食文化であると同時に、作り手が、食べる人のことを第一に考えて作る、真心のこもった料理でもあります。

「健康ばんざい 京のおばんざい弁当シリーズ」は、先人の様々な知恵が盛り込まれている「おばんざい」の良さを活かし、「おいしさ」と「健康」の両立を目指して京都府が企画したお弁当シリーズです。

野菜を120g以上使用する、揚げ物は1料理以下など、8項目の厳しい規格基準を満たし、京のおばんざい弁当普及推進協議会において認定されたお弁当です。

規格基準

- 1. 京都らしさを感じさせるお弁当であること
- 2. 15品目以上の食品を使用（調味料は除く）
- 3. 野菜（いも類を含む）を120g以上使用
- 4. 緑黄色野菜を必ず使用
- 5. エネルギー 600～750kcal
- 6. 主食エネルギー比 40～50%
- 7. 揚げ物は1料理以下
- 8. 食塩相当量 3.5g以下

※Sサイズ

- 3. 野菜（いも類を含む）を100g以上使用
- 5. エネルギー 500～580kcal
- 8. 食塩相当量 3.3g以下 他5項目は同じ

※Lサイズ

- 5. エネルギー 770～850kcal
- 8. 食塩相当量 3.7g以下 他6項目は同じ



認定マーク ※商標登録済（第4982423号）