

(様式4)

## 食育パートナーシップ事業 ～野菜を食べよう！GO!GO!5皿！～

健康福祉事務所名 芦屋健康福祉事務所

### 1 食育推進状況

食育推進課題	①野菜類の摂取量が県平均より少ない。 外食・中食を利用する頻度が高い。 ②食の健康協力店の店舗数は増えたが、認知度が低く、利用増にむけたPRが不足している。 ③第2次芦屋市食育推進計画の進捗状況を把握する場がない。
推進方策	テーマ「野菜摂取増を中心とした食育実践」 ①食環境の整備と市民への普及啓発 ②関係機関との連携
進捗状況	○各団体・行政機関の食育活動を本会議において報告し、意見交換している。 ○食の健康協力店との連携強化を通じて食環境の整備を行なった。

### 2 食育関係者

芦屋栄養士会 芦屋在宅栄養士会 芦屋いずみ会 芦屋市PTA協議会 芦屋市こども・健康部健康課 武庫川女子大学 食物栄養学科
--

### 3 食育パートナーシップ実践活動の概要

実施テーマ	野菜を食べよう!GO!GO!5皿!		
対象及び参加者数	第1回 食育関係機関・団体及び一般住民 23人 第2回 一般住民 94人 第3回 地域住民及び市役所職員 144人		
課題及び目標	①野菜摂取増を中心とした食育 ②食の健康協力店及び関係機関との連携強化		
事業内容	日時・場所	内容	講師・運営スタッフ
	平成28年 1月12日(火) 10:00-12:30 武庫川女子大学 中央キャンパス	1 情報提供 2 講話と調理実習「ベジフルレシピ」 3 グループワーク	講師:食の健康協力店 運営スタッフ: 武庫川女子大学 芦屋健康福祉事務所
	平成28年 2月5日(金) 10:30-13:00 ピーコックストア 芦屋川西店	1 「ベジフルレシピ」試食の提供 2 展示・資料配付	運営スタッフ: 芦屋いずみ会 芦屋健康福祉事務所
平成28年 2月26日(金) 11:00-14:00 芦屋市役所食堂	1 「ベジフルレシピ」の提供 2 展示・資料配付 3 簡易アンケート	運営スタッフ: 食の健康協力店 芦屋健康福祉事務所	
評価結果	・食の健康協力店・大学の協力を得て作成した「ベジフルレシピ」を用いて、野菜摂取の必要性について、市民に広く普及啓発することができた。 ・食育関係者に対し食の現状と課題を伝え、食育や健康的な食事の提供に取り組む食の健康協力店の指導を受けることで理解が深まり、今後の活動展開について検討することができた。 ・簡易アンケートの結果、野菜摂取量は目標に満たず、若い世代ほどその傾向が強かった。食の健康協力店の周知も含め、さらにその充実を図る必要がある。		

# 野菜を食べよう GO!GO!5皿!

(食育パートナーシップ事業)

【平成 27 年度の推進方策】

「野菜摂取増を中心とした食育実践」

- ①食環境の整備と市民への普及啓発
- ②関係機関との連携

食の健康協力店考案「**おうちで簡単!シェフのとってもおきベジフルレシピ**」の普及活動を展開しました。



## 第 1 回



【内容】

- 1 情報提供  
「阪神南圏域市民の食生活、  
ベジフルレシピについて」
- 2 講話と調理実習
- 3 グループワーク

日時：平成 28 年 1 月 12 日（火）10:00~12:30  
場所：武庫川女子大学 中央キャンパス

### 食の健康協力店考案 「ベーコンのサラダのアルデンヌ風」



市民に  
広めよう!

#### 参加者の感想

- ・「考案者自ら直接指導してもらうことで、より理解が深まった。」
- ・「食材の特徴を知り丁寧に調理することを再認識した。野菜摂取の大切さについて伝えていきたい。」
- ・「食育に取り組む他団体の皆さんと交流でき、活動の様子を知ることができてよかった。」

講師：食の健康協力店  
芦屋フレンチレストラン  
シェフ -  
Chevous  
シェフ&マダム



とっても丁寧に教えていただきました!



## 第 2 回



【内容】

- 1 試食の提供
- 2 展示・レシピの配布

日時：平成 28 年 2 月 5 日（金）10:30~13:00  
場所：ピーコックストア 芦屋川西店

### 試食メニュー「ベジフルレシピ~ベーコンのサラダのアルデンヌ風~」

#### まとめ

- ・ベジフルレシピは「少ない材料で簡単に作れる。美味しい」と来店者に好評でした。
- ・野菜 5 皿の実物展示を示しながら店頭で 1 日の野菜摂取量のアンケートの結果は平均 3.6 皿でした。「毎日 5 皿以上食べている」と答えた人は 60 歳以上で約半数でしたが、若い方は少なめでした。



野菜  
5 皿  
展 示



試食の提供



1 日何皿?



### 第3回



日時：平成28年2月26日（金）11:00～14:00  
 場所：芦屋市役所食堂

#### 【内容】

- 1 ベジフルレシピの提供—野菜たっぷり太平燕—
- 2 展示・レシピ配布
- 3 出口調査 野菜摂取状況等

当日の利用者は300人越え！  
 市民にも開かれており、様々な年代が来店されました。



メニュー選択



ヘルシーランチのメニューとして提供



卓上媒体

#### まとめ

- ・食の健康協力店舗においてヘルシーランチの献立に「ベジフルレシピ」を採用し、利用者に野菜2.5皿分の実食体験をしていただくことができました。
- ・利用者は市民と市職員であり、働き盛り世代に対し野菜摂取の必要性を広くアピールすることができました。
- ・出口調査の結果、1日の野菜摂取は平均2.6皿と少なく、20～30歳代は主菜が肉類の定食を選ぶ割合が高めでした。

### 食育パートナーシップ会議

#### 【構成メンバー】

芦屋栄養士会 芦屋在宅栄養士会 芦屋いずみ会 芦屋市PTA協議会  
 芦屋市こども・健康部健康課 食の健康協力店 武庫川女子大学食物栄養学科

- ◆第1回 平成27年10月15日（木） 今年度の活動方針について
- ◆第2回 平成28年3月8日（火） 食育パートナーシップ実践活動の報告  
各団体の取組み報告

### 平成28年度に向けて…

- ①実践活動における調査では、1日に食べる野菜の皿数が5皿に達している人は若い世代ほど少なかった。効果的な啓発方法について、参集者全体で検討していく。
- ②阪神南圏域における食生活実態調査（平成26年実施）において「朝食を食べる人の割合」が県平均より少なかった。食べなくなる年代をターゲットとした食育活動の展開が必要。

