

(様式2)

## 健やか食育プロジェクト事業報告書

健康福祉事務所名 赤穂健康福祉事務所

### 1 食育推進体制の整備

食育推進課題	<ul style="list-style-type: none"><li>・食生活に関する課題の多い若い世代(高校生、大学生等)が主体的に食育に関わる環境づくりの推進</li><li>・幼児、小学生の肥満児出現率の増加抑制。また、健康づくり、生活習慣病予防のための適正な食生活の実践に向けた普及啓発の推進(子ども、子育て世代への取り組み強化)</li><li>・関係機関、団体の連携強化と取り組みの拡充</li></ul>
今年度の推進方策	<ul style="list-style-type: none"><li>・未来を担う世代、子育て世代の食育力の強化をするための食育実践プログラムの実施</li><li>・コミュニケーションや豊かな食体験につながる共食の推進</li><li>・関係機関、団体等の連携強化による食育推進体制の整備</li></ul>
成果	食育課題の共通認識のもとで関係者の連携による活動を実践することで、各機関・団体が担うべき役割等を改めて認識することができた。また、関係者連携による活動は、対象者に多方面からのアプローチが図れ、両者にとって有益な取り組みになることが実感できた。
今後の方向性	地域課題の共有を深め、各分野で連動した取り組みを継続、拡充することにより、若い世代と子育て世代の食育力の向上を図る。

### 2 会議の開催状況

実施日時	平成30年6月11日(月) 14:00~16:30
参集者 (団体数 及び人数)	赤相いずみ会、赤相栄養士会、赤穂市立学校給食センター、相生市(各関係課)、赤穂市(各関係課)、上郡町(各関係課)、各市町教育委員会、播磨西教育事務所、光都農林振興事務所 17機関・団体20名
協議内容	(1) 報告 ①平成29年度健やか食育プロジェクト事業について ②赤穂市健康増進計画(第3次、食育推進計画含む)(赤穂市) ③平成28年度ひょうご食生活実態調査結果の概要について (2) 協議 ①平成30年度健やか食育プロジェクト実践活動案について ②各機関・団体における実践報告及び計画について ③地域における推進方策について (3) その他 幼児・学童における身体状況調査について
今後の方策	各関係機関・団体の取り組みを共有し、食育推進のための役割を理解するとともに、引き続き、地域課題の明確化と課題解決に向けて、連携した取組の充実を図る。また、各々の取組においても目標や評価の数値化等を目指し、食育推進の見える化を図る。

※会議の議事録、参集者名簿を添付すること。

### 3 食育実践活動の結果

テーマ	食でつながる元気な地域づくり～プラス1の実践で 食育力アップ～		
対象及び参加者数	① こども食堂参加者（小学生、高校生、大学生等） 延べ3回 計101名 ② 地域住民・大学生・高校生 計 338名		
事業内容	日時・場所	内 容	講師・運営スタッフ
	① 5月～8月 ＜場所＞ あこ こども食堂	食育実践プログラムの実施 ・5月10日 食育アンケート ・8月 9日 講座① 講話・グループワーク 「朝ごはんバランスアップ大作戦①」 食品カードで朝ごはんメニューづくり、食育参加アンケート1 ・8月21日 講座② 調理実習・グループワーク 「朝ごはんバランスアップ大作戦②」 かんたん朝ごはんメニュー（栄養バランスをアップしよう）、地域食材の紹介、食育参加アンケート2 等	あこ こども食堂、 赤相栄養士会、赤穂市いずみ会、赤穂市、学校給食センター、赤穂高校（ボランティア生徒）、関西福祉大学（ボランティア学生）、赤穂健康福祉事務所
	② 6月～11月	普及啓発活動 食育クイズ、パネル展示、リーフレット配布等 ・6月16日 相生高校文化祭（相生市） ・10月6日 関西福祉大学祭（赤穂市） ・11月9日 相生産業高校（相生市）	相生市いずみ会、食と農を守るかあちゃんず、相生市、相生高校、相生産業高校、関西福祉大学、赤穂健康福祉事務所
成 果	<p>【成果】</p> <p>＜事業①＞</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>食育実践プログラムにより朝食の大切さが理解できたとともに、メニューの組み合わせ方により栄養バランスが改善される等の体験学習を通じて、食への関心や実践力を高めることにつながった。また、朝食を食べるために生活習慣の見直しが大切であることの理解にまで思考を展開できる子どもも見られ、反復的な食育の必要性を再認識できた。</li> <li>参加者やスタッフと交流を図りながら調理や共食をする楽しさ、食事づくりへの関心を高めることができた。</li> </ul> <p>＜事業②＞</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>クイズ等の参加型の啓発活動により、保護者や生徒等と交流が図れ、実際の食生活へのアドバイスや情報提供ができた。</li> <li>学校として食育の重要性が理解され、参加勧奨により生徒の参加が増加した。</li> <li>食育課題を共通認識し、関係団体の連携による活動を実践することで、各々が担うべき役割等を改めて認識することができた。</li> </ul> <p>【評価指標と目標値及び達成状況】</p> <p>＜事業①＞</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>*朝ごはんの大切さが理解できた 74%(14人/19人中)</li> <li>*組み合わせで栄養バランスがアップすることが分かった84%(16人/19人中)</li> <li>*これから、朝ごはんの組み合わせを考えようと思う 74%(14人/19人中)</li> <li>*メニューを食品3色グループに分けることができる 54%(6人/11人中)</li> </ul> <p>＜事業②＞ 高校文化祭での普及啓発活動に参加する生徒の割合 H29：90人(参加者の40%)→ H30：122人(参加者の53%)</p>		
今後の課題	<ul style="list-style-type: none"> <li>実践活動を通じた子どもから家庭、地域への食育の波及促進</li> <li>若い世代の適正な生活習慣の定着および主体的に取り組める環境整備</li> <li>健康寿命の延伸に向けた食の健康の推進（高齢期等）</li> </ul>		

※プログラムや内容がわかる資料を抜粋し添付すること。

# ～食でつながる元気な地域づくり～

平成30年度 健やか食育プロジェクト

## 健やか食育推進会議



構成：17機関・団体

内容：・H29年度健やか食育プロジェクト事業実施報告

- ・H28年度ひょうご食生活実態調査結果
- ・H30年度健やか食育プロジェクト実践活動案
- ・各機関・団体における食育の取組み及び課題
- ・地域における推進方策について

今年度の地域の食育推進テーマの設定や事例報告、課題や取組状況などについて情報共有！

## 食育実践活動

### フラス1の実践で 食育力アップ！

“未来を担う若い世代”の小学生（子ども食堂）や高校生・大学生等を対象に食育プログラムを実施しました！

#### 食育講座① 食育教室

##### 朝ごはんバランスアップ大作戦①

- ・食育アンケートの結果について
- ・食育クイズ
- ・お話「朝ごはんバランスアップ大作戦」
- ・食品カードで朝ごはんメニューにチャレンジ！

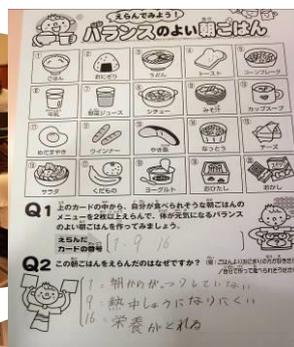


食育クイズやお話で、朝ごはんの大切さがわかったよ～♪



みんな真剣に朝ごはんメニューを考案中！

どんなメニューを組み合わせたらバランスが良くなるかなあ・・・？



食育教室



#### ★参加者の感想★(参加者のアンケートより)

- ・朝ごはんの大切さがわかった。
- ・朝ごはんをしっかりと食べるためにはもう少し早く起きればいいのかなど思った。今はトーストだけなので自分で朝ごはんメニューを考えようと思った。
- ・栄養のバランスをとることで、体が健康になることがわかりました。
- ・栄養のバランスをよくするためのメニューの組み合わせ方がわかった。家でもやってみたいです。



## 食育講座② こども料理教室

### 朝ごはんバランスアップ大作戦②

- ・調理デモンストレーション
- ・食事づくり
- ・みんなで楽しく食事タイム
- お話(太子みその紹介と“みそ玉”づくり)

### 今日のメニュー

- ★おにぎらず
- ★かんたんオムレツ
- ★ポテトマヨネーズ焼き
- ★夏野菜の豆乳スープ
- ★オレンジゼリー



おいしくなあれ♪



デモンストレーションで熱心に作り方を学習中！



ちょっと緊張・・・(^\_^;)



太子みそで『みそ玉づくり』も挑戦！



### 「こども料理教室に参加して良かった！」満足度 100%！

#### ★参加者の声★(参加者のアンケートより)

- ・作っておいしかったし、また家族のために作ってみたい。
- ・みんなと一緒に作ったから楽しかった。
- ・すべて自分でごはんが作れて楽しかったです♪
- ・かんたんにできるものもあり、家でチャレンジできるのでよかった。
- ・かんたんオムレツでくるむのがドキドキしたけど、案外かんたんだったので良かったです。

★スタッフ(食育プロジェクト構成メンバー：5機関・団体)の感想  
食育活動に参加して、各機関・団体の担う役割を再認識できた。参加者も多分野のスタッフと関わり、食育を広く実感できたと感じました。

## 普及啓発活動

## 高校文化祭・大学祭での食育の推進



生徒の正解率の高さに少しビックリ！これまでの食育の成果かも！？



相生市いずみ会による災害時の備え「非常食」の展示・試食も行いました。



どれくらい砂糖が入っているのかな？



食育クイズ、食育パネル展示、リーフレットの配布等

