

(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">・ 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）・ 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・ 関係機関、団体の連携強化と取り組みの拡充
今年度の推進方策	<ul style="list-style-type: none">・ 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・ 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・ 関係機関、団体等の連携強化による食育推進体制の整備
成果	<ul style="list-style-type: none">・ 対象者の食への関心や食育への理解が高まり、適正な食生活の実践に向けた基盤づくりができた。・ 多世代によるコミュニケーションの実践や食事づくり、共食を通じて、子どもの自主性や対応力が促されることを実感できた。・ 関係機関、団体の連携により、対象者に多方面からのアプローチが図れ、有益な取り組みができた。
今後の方向性	実践活動で得られた成果を地域で共有し、その成果を反映させた取り組みが今後も実践されるよう継続的な支援を行う。

2 会議の開催状況

実施日時	令和元年6月24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、学校給食センター(赤穂市、上郡町)、相生市(健康・農林・教育)、赤穂市(健康・農林・教育)、上郡町(健康・農林)、播磨西教育事務所、光都農林振興事務所 16機関・団体19名
協議内容	(1) 報告・情報提供 ①平成30年度健やか食育プロジェクト事業について ②相生市食育推進計画(第3次)について(相生市) ③学校給食を通じた食育の取組みについて (2) 協議 ①令和元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・団体における取組み及び課題について ③地域における推進方策について
今後の方策	会議を通じて、地域の食育課題や各々の活動等の情報共有を図り、関係機関・団体のネットワーク体制を促進するとともに、実践活動の継続と協働による活動の拡充に向けて支援を行う。また、取組みについて、評価の数値化等を目指し、食育推進の見える化を図っていく。

※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（幼稚園児、小学生、地域住民等）2回 計 63名 (2)高校生、大学生、保護者、教員、地域住民等 計 290名		
事業内容	日時・場所	内 容	講師・運営スタッフ
	①7月11日(木) 17:20～18:30 赤穂市民会館	①食育チャレンジ教室① ・講話・体験学習 「朝ごはんの大切さを理解し、朝ごはん博士になろう」 ・食育アンケート	あこう子ども食堂、赤相栄養士会、赤穂市いずみ会、赤穂市、学校給食センター、赤穂市民生委員、赤穂健康福祉事務所
	②7月30日(火) 10:00～13:00 赤穂市民会館	②食育チャレンジ教室② ・調理実習・グループワーク 「“プラス1”で栄養満点朝ごはん～栄養バランスをアップ～ ・食育参加アンケート	
	①6月22日(土) 10:20～14:20 ②10月5日(土) 10:30～14:30 ③11月15日(金) 9:50～13:00	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 ① 相生高校文化祭（相生市） ② 関西福祉大学祭（赤穂市） ③ 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>〈食育チャレンジ教室〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ・こども食堂への参加者年齢(低年齢傾向)に応じた教材(紙芝居、紙粘土等)の検討や食育アンケート結果による参加児童の実態を踏まえた活動により、子どもの参加意欲と理解度を高められた。(特に高学年は食べ物のはたらき、朝ごはんの大切さ等を理解し、今後の自己目標の設定ができた) ・多世代によるコミュニケーションの実践や食事づくり、共食を通じて、子どもの自主性や対応力が促されることを実感した。 ・子どもの健康等を支援する関係機関や民生委員児童委員の協力を得て、子どもの食のサポート体制構築の必要性を関係機関で確認できた。 <p>〈普及啓発活動〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ・クイズ等による参加型やリーフレットを活用した対話型の啓発活動を行うことにより、食・健康への関心や朝食摂取のための調理、食品選択等の理解が深まり、食のスキル向上を図る機会になった。 ・継続的な啓発活動の実施により、学校、保護者等に向けて、若い世代への食育活動の大切さについて理解が高まり、活動への積極的な参加が年々得られている。 <p>【参加アンケート結果からの事業評価】</p> <p>〈食育チャレンジ教室〉</p> <ul style="list-style-type: none"> *教室への参加について 子：「参加して良かった」100%(14人/14人中) 親：「参加して良かった」100%(6人/6人中) *朝ごはんの大切さについて 子：「とても思う」100%(14人/14人中) 親：「とても思う」83%(5人/6人中) *朝ごはんの見直しについて 親：「見直そうと思う」67%(4人/6人中) 「今のままでよい」33%(2人/6人中) 		
今後の課題	<ul style="list-style-type: none"> ・活動の継続的な実践及び子どもから家庭への食育効果の波及促進 ・食育活動を通じた子どもを支援する関係者の連携強化 ・若い世代への食育活動に主体的に取り組む高校、大学等の環境づくりへの支援 ・健康寿命の延伸に向けた食の健康の推進（高齢期等） 		

※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～

令和元年度 健やか食育プロジェクト

健やか食育推進会議

構成： 16機関・団体

内容： ・H30 年度健やか食育プロジェクト事業実施報告

- ・相生市食育推進計画(第3次)について
- ・学校給食を通じた食育の取組みについて
- ・R 元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



会議では、地域の食育課題や参加機関・団体の取組状況などについて情報共有しました！

食育実践活動

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！～

“未来を担う若い世代” “子育て世代” の食育力アップをめざして、こども食堂、高校、大学等で食育実践プログラムを実施しました！

こども食堂 食育チャレンジ教室①



テーマ：朝ごはんの大切さを理解し
朝ごはん博士になろう！

- ・おはなしと食育クイズ
「あさごはんでもりもりげんき」
- ・紙ねんどで作ろう！マイ朝ごはん
あか・きいろ・みどりの食べ物ののはたらきを学び、栄養バランスのとれた朝ごはんをつくらう！

★参加者の感想★(参加者のアンケートより)

- ・早ね早起きをして、朝ごはんを食べる。(小2)
- ・初めて「あか・きいろ・みどり」の3つのグループを上手に組み合わせることで栄養バランスがよくなること分かりました。(小5)
- ・毎日朝ごはんをしっかり食べて、力をつける。(小5)
- ・おいしく彩りとバランスを考えて食べたい。(小6)
- ・健康な朝ごはんに変えたいです。(小6)



こども食堂 食育チャレンジ教室②

おやこクッキング

～プラスIで栄養満点♥ 朝ごはん～

- ・調理デモンストレーション
- ・クッキング
- ・食事タイム
- ・お話、今日の感想
- ・アンケート



〈メニュー〉
ぶんぶんおにぎり
夏やさいのみそ汁
(いりこだし)
ミックスオムレツ
ツナカレーピーマン
あさパフェ



多世代交流(赤穂地区
民生委員児童委員)



★民生委員児童委員からの声★ (アンケートより)

- ・子ども達がいろいろと話してくれて楽しく参加できた。(好きな食べ物や嫌いな食べ物、家庭のことなど)
- ・お母さんが上手に子どもさんを育てられているのが見えました
- ・女の子が多く、おしゃべりが楽しかったです。包丁の使い方もますます少しはやっている様子です。
- ・嫌いなものもおいしそうに食べていました。このような食育教室が増えればいいですね。

「おやこクッキング」に参加して・・・

★子どもたちの声★ (アンケートより)

- ・自分が作ったごはんはおいしかった
- ・家で作った時より、今日の方が楽しかった
- ・みんなで作って楽しかったから、また一緒に作りたいとおもいました
- ・家でお母さんとつくりたいです
- ・また教室をしてほしい

★保護者の声★

- ・楽しそうでした。意欲的に調理に参加していました
- ・一生懸命、野菜を切ったり、次は何をしようかと楽しそうでした
- ・最初はやる気満々。途中から暑かったので疲れたようですが、楽しくできたと思います

★スタッフの声★ (アンケートより)

- ・低学年の頃から参加させることも大切だと思いました。「やらせてみる」大切さを改めて感じた。
- ・家で手伝いしている子としていない子の差がはっきり出ていた。ただ、このような教室に積極的に参加してみることが大切。
- ・朝食の大切さは小さい頃から食育で学ぶことが大切だと思うので、もっとこのような機会が増えたらよいと思う。

普及啓発活動

若い世代(高校生・大学生等)への食育推進



高校文化祭での啓発活動
食育クイズに挑戦! 何問正解かな?



いずみ会による啓発活動
清涼飲料水の糖分の展示と試飲
“えーっ、こんなに砂糖が・・・”(驚)



大学祭での啓発活動
“子どもからの食育”の成果を発揮中!



高校文化祭での啓発活動
3・2・1弁当箱法の体験(食品カードを使って)
栄養バランスのよい弁当はできたかな?

