



第8回食育活動表彰  
消費・安全局長賞

# 萩市の食育を支える会

[ 山口県 : 活動期間10年 ]

## 秋の食べ物はいちばん！朝ごはんメニューコンテスト コンテスト特別企画 朝ごはんつくればチャレンジ コンテストコラボ企画 絵本クッキング

### 子育て世代の朝食摂取低下や 生活リズムの改善等に寄与する取組

忙しい現代社会において、パンにジャムだけといった栄養に偏りのある朝食や、保護者世代の朝食欠食などが問題視されています。萩市の食育を支える会では、人々が食事内容に重点を置いた朝食摂取ができるよう、買い物から調理まで一貫した朝食づくりを通し、生活の基礎となる望ましい食習慣を育てています。また、子育て世代の朝食摂取率上昇や生活リズム改善を目的に開催されたコンテスト企画等は、受賞した子どもたちの自己肯定感の向上や、周囲の人々への波及がみられています。



絵本クッキングで料理に親しみを！



受賞した朝ごはんを伝授します。

### 地場産食材を使用した朝食レシピを 考える

朝食摂取率低下や生活リズムの乱れに加え、子どもの地場産食材や旬の食材に対する理解不足も危惧されています。食事内容に重点を置いたレシピを考案する際、積極的に地場産食材を使用することで、子どもの知識習得や農業生産の拡大、地域活性化等にも貢献しています。



ふるさとまつりにて  
受賞レシピの試食会



最優秀賞レシピが惣菜化  
&販売されました！



秋の食べ物はいちばん！朝ごはんメニューコンテスト

### 多くの反省や意見を取り入れ成長する コンテストを実施

朝ごはんメニューコンテストについては、年4回の研修を含む会議において、コンテストの内容確認や意見交換、一次審査等を行っています。市内の食に関わる23団体の専門的な視点や子育てをする保護者の立場からコンテストの効果や反省点、改善点等を共有できる環境を整えています。アンケートフォームを活用し、参加者の意見やニーズを直接取り入れています。



コンテストに選ばれた上位6組



テレビでも特集されました。



朝ごはんメニューコンテスト等の活動が続けることで、こどもが家族を想い、親子で取り組む姿が少しずつ増えてきたように思います。今後もこの受賞を励みに、萩のこどもたちが朝ごはんの大切さを、知識だけでなく体験を通して感じる機会を数多く作り、幼少期からの生活リズムの確立に繋がる活動の輪を広げてまいります。

萩市の食育を支える会一同