



「シニア」と「子ども」のための食育講座を開催

- 北海道は、高齢者や高齢者世帯の比率が全国平均より高く、成人の肥満者の割合が全国平均を大きく上回っているほか、食育の担い手が高齢化や後継者不足などにより年々減少している。
- こうした課題に対応するため、高齢者等を対象とした健康推進や栄養バランスに配慮した食生活を学ぶ講座や、若い世代や子育て世代などを対象とした子どもへの食育や地域の特産物を学ぶセミナーを実施した。

【取組の内容】

- 栄養学に基づく高齢者(シニア)向け食育講座
占冠村高齢者大学及びむかわ町ふれあい大学の学生を対象に、栄養士による講話及び調理実習の食育講座を実施した。



(写真:むかわ町食育講座「フレイル予防のための食のあり方」講話及び調理実習)

- 子どもへの食育のノウハウやヒントを学ぶセミナー
「子どもの食育」をテーマに、家庭で実践できる食育やオホーツク総合振興局管内における取組について、食育に関心がある者に対するセミナーを実施した。



【取組の成果】

- 栄養学に基づく高齢者(シニア)向け食育講座
栄養士の講義及び調理実習により、高齢者の食をとおした健康づくりへの理解関心の向上につながった。
- 子どもへの食育のノウハウやヒントを学ぶセミナー
家庭で実践できる食育や地域での取組を学ぶことにより、食育や地域の取組への関心を高め、食育の重要性を再認識できた。

【事業の目標】

- 地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承し、伝えている国民を増やす。

事業実施前 44%
→事業実施後 51%

- 産地や生産者を意識して農林水産物・食品を選ぶ国民を増やす。

事業実施前 73%
→事業実施後 91%

