

いしかわスポーツめしプロジェクト！「スポーツ食育」事業実施主体：石川県農業協同組合中央会

- 近年、食育と体育の両面から「スポーツをする子どもに対する食育(スポーツ食育)」が全国的に注目されている。
- 石川県の「平成27年度食育に関する県民意識調査」では、若い世代で「主食・主菜・副菜を組み合わせた食事」をしている者の割合が顕著に低いため、「スポーツ食育」において、栄養バランスに配慮した食生活の実践を目的に「いしかわスポーツめしプロジェクト」を立ち上げた。

石川県

金沢市



【取組の内容】

- ◇ 野球とサッカーに取り組んでいる子供達、保護者、指導者をターゲットに3つの軸で推進を展開
- 「スポーツ×食を考えるフォーラム2018」
プロ野球球団の管理栄養士や全国的に高校野球で知名度のある高校の栄養教諭による食育に関する講演及び食育コンシェルジュや地元高校野球部監督をパネリストとしパネルディスカッションを開催
参加者：子供、保護者、スポーツ指導者、食育関係者約270名
- 「スポーツ食育セミナー」
スポーツ管理栄養士による紙芝居「ごはんのヒミツとヒミツのごはん～強い身体と強いチームになろう」を用いた勉強会 参加者：子ども、スポーツ指導者約510名
- 「スポーツめし教室」
アスリートフードマイスター1級保有者による勉強会(身長編、体力編、集中力編) 参加者：保護者約30名



スポーツ×食を考えるフォーラム2018



スポーツ食育セミナー



スポーツめし教室

【取組の成果】

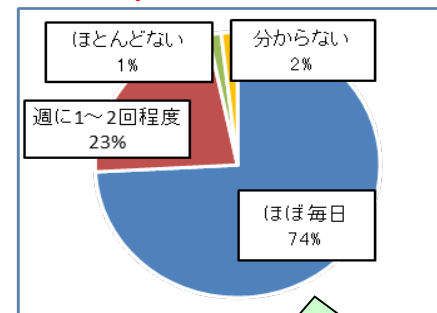
〈参加者の感想 抜粋〉

子供達も食に対する自覚を持つよう、家庭でも生かしたい。
食の重要性を改めて感じ、今日から実施したい。
毎日の食事バランスを意識しようと思った。
スポーツ食育に半年取り組んだら、体重も身長も増え、子供の意識が変わった。



地元のTVニュース番組において紹介

あなたが「主食・主菜・副菜」の入った食事を1日2食以上食べてる頻度は？



第3次いしかわ食育推進計画において、「ほぼ毎日」と答えた割合の現状値(H27年度)54.7%であったが実施アンケート結果は74.2%と増加した。