

食育推進検討会の開催

健全な食生活は「朝ごはん」から！

令和6年度消費・安全対策交付金 地域での食育の推進事業 事業実施主体：平戸市（長崎県）

- 平戸市では、第4次食育推進計画（令和6年度～令和11年度）において、「笑顔輝く健康生活の実現」を基本的な方向として、「生涯を通じた健康づくりを推進」し、「食を通じて健全な心身を育む」ことを目的に食育の推進を図っている。
- 平戸市食育推進会議では、栄養バランスの取れた健全な食生活を送るために、まず1日のスタートとなる「朝ごはん」の大切さを幅広い世代に理解し実践してもらうことを目的として、「朝ごはん」をテーマに、栄養バランスなどの知識の付与と調理実習による実践の場を提供した。



【取組の内容】

- 平戸市食育推進会議
平戸市食育推進会議委員を参集し、食育活動に関する情報共有及び意見交換、次年度の食育推進活動について協議。



食育推進会議の様子

- かんたん朝ごはんレシピコンテスト
市民全体を対象として、朝ごはんに関心を持ってもらう⇒朝ごはんを食べる市民を増やすことを目的として実施。
児童・生徒が夏休みの宿題を兼ねられるよう、実施時期は夏休み期間としている。



食育推進会議における実食審査



応募作品

【取組の成果】

- 平戸市食育推進会議
食育推進会議の場で食育事業の検討を行ったことで、「かんたん朝ごはんレシピコンテスト」に多くの応募が集まった。
- かんたん朝ごはんレシピコンテスト
審査基準に基づく実食審査を食育推進会議内で実施したことにより委員も朝ごはんの大切さを再認識することができた。

【事業の目標】

- ①主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている割合
・事業実施前：46.5%
・事業実施後：60.0%
- ②産地や生産者を意識して農林水産物・食品を選ぶ者の割合
・事業実施前：81.4%
・事業実施後：90.7%

