

受賞団体の取組紹介

ボランティア部門



第8回食育活動表彰
農林水産大臣賞

ボランティア部門【食生活改善推進員の部】

農林水産大臣賞

兵庫県いずみ会

[兵庫県：活動期間49年]

日本型食生活で免疫力を高めよう
重点課題 ～野菜たっぷりバランスのよいごはんを食べよう～

バランスの良い食生活を習慣化するための取組

朝食欠食や内容の過不足等、食生活の乱れが人々の健康を害する要因として問題視されています。兵庫県いずみ会では、幼児、学童とその保護者をはじめ、食の自立期である思春期、青少年期、未来の親世代など幅広い年代に向けてバランスの良い食生活の習慣化を啓発し、生涯にわたる健康づくりに寄与することを目的とした取組を進めています。2023年度は、子育て世代の男性と子どもを対象とした調理実習を実践したりと対象層を拡大し、各年代のニーズや実態に応じた具体的なスキルを伝達しています。



お父さんと一緒に作ってみよう！

幅広い層に向けて取り組んでいます

講習会・訪問活動による バランスの良い食生活の習慣化支援

講習会や調理実習を並行して行うことで、対象者の食への理解が深まるとともに実践力も向上し、バランスの良い食生活の習慣化に繋がります。新型コロナウイルス感染症の影響で講習会や調理実習が実施できない場合は、訪問活動やICT技術を活用した情報発信などを通じて、状況に応じた食育活動を行っています。



学校に足を運び若者の自立をサポート！



コロナの影響で調理実習ができなくても様々な方法で発信

ごはんを中心とした主食・主菜・副菜のそろった日本型食生活を推進

参加者の日常生活に、ごはんを中心とした主食・主菜・副菜のそろった日本型食生活が定着することを意識し、指導を行っています。また、「ごはんを炊くことができる子ども」を増やすため、調理実習の中ではごはんを炊くことを取り入れるなどの工夫をしています。



子どもの頃からごはんを炊けるように教えています



一杯ずつ丁寧によそいます



みんなで楽しく調理実習！



この度は、素晴らしい賞をいただき大変光栄に思います。兵庫県いずみ会の活動に対し、永年にわたり、多くの関係者の皆様のご協力をいただき、発足50年を迎えます。これからも、子どもから高齢者まで各ライフステージに合った活動を、会員一同力を合わせ、食を通した健康づくりに励んでいきたいと思いをします。

兵庫県いずみ会一同

山梨県食生活改善推進員連絡協議会

[山梨県：活動期間55年]

食塩摂取量全国1位からの脱却！「私達の健康は私達の手で」を掲げた
健康寿命延伸のためのボランティア活動の取組

県民栄養調査結果を踏まえた 「すこやか県民減塩活動」

山梨県食生活改善推進員連絡協議会は、1979年に県施策の「すこやか県民減塩活動」へ参加したことをきっかけに、本格的な減塩推進活動を開始しました。減塩活動の特徴として、会員が各家庭を訪問し、その場でみそ汁の塩分濃度測定を行うことが挙げられます。同時に、減塩を意識した調理方法や食品ロス削減についての指導も実施しています。目の前で測定結果が出ることで、対象者も自身の味覚や塩分量を再認識することができ、食生活の見直しや健康意識の向上に繋がります。



塩分濃度測定器「減塩くん」



お家のみそ汁の塩分濃度に興味津々！

色分けした「市町村別のみそ汁の塩分濃度マップ」による減塩普及

家庭訪問から得たみそ汁の塩分濃度測定の結果を用いて、塩分濃度段階を色分けして示した「市町村別のみそ汁の塩分濃度マップ」の定期的な作成・更新を行っています。結果をマップにすることで、県民の実態が可視化され、減塩意識の普及に役立っています。



マップにすると
結果が一目でわかります



会員みんなでマップ作成

やまなし食品ロス削減推進パートナー 団体として登録

2022年11月に、食品ロスに関するリーダー研修を開催し、会員67名が食品ロス削減サポーターとなって課題解決に向けた取組を開始しました。協議会としては、やまなし食品ロス削減推進パートナー団体として登録事業者となり、減塩活動および普及啓発に取り組んでいます。



研修ではグループワークで
理解を深めます



この度は、栄誉ある賞を賜り、会員一同心よりお礼申し上げます。発足から56年、県内27市町村のヘルスマイトが、健康づくりの担い手として減塩推進活動をはじめ、各世代別の食育活動や食品ロス削減活動など様々な活動を地道に推進してきた結果が実りました。この受賞を励みに、これからも地域の皆さんの健康づくりの輪を広げていきたいと思ひます。

山梨県食生活改善推進員連絡協議会一同



第8回食育活動表彰
消費・安全局長賞

ボランティア部門【食生活改善推進員の部】

消費・安全局長賞

くのへむら 九戸村食生活改善推進員協議会

[岩手県：活動期間43年]

地域と連携した食育の推進及び健全な食生活の実践に向けた活動

幅広い年代に応じた食育講話や調理実習、昼食（バランス弁当）の提供

九戸村食生活改善推進員協議会は、幼児期から高齢期までの幅広い年代の村民に応じて、バランスの良い食事のための食育講話や調理実習、昼食（バランス弁当）の提供を行っています。毎年4月に開催される九戸村健康づくり推進協議会で決められる一年の目標と計画を基に、総会にて各ライフステージの重点目標に応じた活動内容を考案します。近年では、早い段階から子ども達に食の重要性を伝えるため、「子ども食堂」に力を入れた活動を行っています。



みんなで楽しい子ども食堂



高齢者「カレーライスの会」



高校生「バランス弁当」作り

小さな村のメリットを生かして学校、地域と連携した食育活動を展開

九戸村は人口約5,000人の小規模自治体です。この特徴を最大限に活かし、学校、行政、地域などと密に連携することで、幅広い年代の住民に対し円滑かつ効率的な食育活動を行っています。村内の多種多様な団体と協力することで、活動の幅や食育の重要性に対する理解が多方面に広まり、今では「村民の健康のためになくてはならない活動」として認知されています。



地区栄養教室



介護予防！男の料理スクール



働き世代「生活習慣病予防教室」

生徒向けに郷土食の調理実習を実施しながら親世代への郷土食の継承

高校生の朝食摂取率の向上を目指すにあたり、地産地消や郷土料理を取り入れた調理実習を実施することで、食の重要性を伝えるとともに郷土食の継承も行っています。高校での講習会を通し、近い将来親元を離れて暮らすであろう生徒たちが、正しい食の知識を身につけられるよう指導しています。また、親子調理実習では、子どもが、正しい食の知識を身につけられるよう指導しています。



いばない
伊保内高校にて調理実習



親子で郷土料理作りに挑戦



この度の受賞に、会員一同喜びを噛みしめています。九戸村食生活改善推進員協議会は、「小さな村で大きな愛♡を込めて」を合言葉に、全世代に切れ目のない食育活動を行っています。私たちは、この賞を励みに更に精進し、村民が生涯健康で暮らせるように活動していきたいと思っています。

九戸村食生活改善推進員協議会一同

大阪市食生活改善推進員協議会

[大阪府：活動期間24年]

未来に繋ぐエコ食育活動～「ちょうどいい食事」で～

エコに対する認識を深め、 地域住民への普及啓発や情報提供

1997年、京都議定書の採択により、6つの温室効果ガスを削減する数値目標および目標達成期間が合意されました。これを受け、大阪市食生活改善推進員協議会は、地域住民のエコに対する認識を深めるため、普及啓発活動や情報提供の実施を開始しました。その中でも、食品ロス削減の活動に力を入れており、幅広い年代の地域住民の参加を可能にするため、デジタル発信や調理実習など様々な形態で食育活動を展開しています。



環境についての講話



会員学習会の様子

家庭の生ごみを減らすための【3きり運動（使い切り・食べきり・水切り）】

食品ロス削減に向けて、各家庭での生ごみを減らすために「3きり運動（使い切り、食べきり、水切り）」や「エコクッキング」の普及啓発を行っています。これらを啓発する上で、各々が健康を維持するために必要な食事の量を理解すること、環境のために生ごみ削減に繋がる行動を起こすこと、インターネットを活用し情報の拡散を行うこと、の3点を推進しています。



生ごみを濡らさない調理実習



未来を担う子どもたちへの食育にも力を入れています

【エコレシピ集】の作成・配付、ホームページや公式クックパッドへの掲載

新型コロナウイルス感染症の影響により従来の活動に制限が掛かってからは、それまでの活動から得た情報をとりまとめたオリジナル「エコレシピ集」を作成しました。エコレシピ集は、印刷物として講習会などで配布する他、行政と連携し、大阪市のホームページや大阪市公式クックパッドに掲載する等、デジタルツールを活用した発信も行っています。



エコレシピを作成・配布しました



手羽先の中華焼き、大根と白ねぎのソテー、チキンスープ

エコレシピに掲載した料理の一例です



この度は、栄えある賞をいただき光栄に思います。これからも、未来に繋ぐエコ食育活動として、調理実習等のリアル講座とインターネット等を活用したデジタルの両輪で、「持続可能な社会をつくる活動」「健康維持のための行動変容に繋がる活動」を進めてまいります。

大阪市食生活改善推進員協議会一同



第8回食育活動表彰
審査委員特別賞

ボランティア部門【食生活改善推進員の部】

審査委員特別賞

網走市食生活改善協議会

[北海道：活動期間31年]

「親子チャレンジクッキング」「鮭丸ごと料理教室」など全世代を対象に、食を通した健康づくりと地産地消、郷土料理継承など地域と協働する食育の取組

地域住民に食の自立、食を選ぶ力を
身に付けてもらうことが目標

網走市食生活改善協議会は、1991年の設立以降、網走市の栄養および食生活改善の普及啓発活動に継続して取り組んでいます。食育推進では、地域住民に食の自立、食を選ぶ力を身に付けてもらうことを目標とし、健康増進では、減塩と野菜の摂取を目標として、多種多様な料理のレシピの提供を行っています。子ども、男性、働き世代、シニア世代と対象者の年代も幅広く、参加していただいた地域住民が手軽に楽しめるレシピの提供や、楽しんで参加できる料理教室作りに努めています。



男性向けの料理教室

スローガンは
「私たちの健康は私たちの手で」

「私たちの健康は私たちの手で」というスローガンのもと、21世紀における国民健康づくり運動“健康日本21”や、網走市民健康づくりプランの実践者として食育活動を牽引しています。食を通した地域の健康づくりと食育の推進を目的に、多数のボランティア活動等を行っています。



食を通じて
地域の健康づくりを促進！

市民健康まつりで
年間の塩分摂取量を展示

コロナ禍でも活動継続

コロナ禍でも感染症予防対策を講じながら、事業を休むことなく継続し、地域全体から信頼を得ることができました。今後も活動の認知度を高め、リピーターや新規の参加者の増加を目指して食育の推進に取り組んでいきます。



感染症予防対策を講じて
青空の下で楽しく料理



食事はバランスが大切！
野菜を使ったレシピを紹介



「私たちの健康は私たちの手で」をスローガンに掲げ、30年に渡り活動を続けてきました。このような素晴らしい評価を頂き、大変光栄でございます。コロナ禍においても休むことなく活動を続けたことで、より多方面の方々と交流することができました。今後も41名の会員で力を合わせ、地域の健康づくり、食育の推進を多くの方と楽しみたいと思います。

網走市食生活改善協議会
会長 吉阪 一子