

子どもからお年寄りまでみんなで共食

- Kids Soifl School(キッズ ソイフル スクール)は、子どもたちの健康な心と身体作りのため、オーガニック食品を積極的に取り入れ、また園の畑で自分たちで食材を育て収穫させるなど、食育活動に力を入れている小規模保育園である。
- 子ども、若者、高齢者などの「孤食」が増える中、孤食は心と身体の健康を阻害することから、家族や友人、地域で共食を促し、まずは一緒に食べることの楽しさを味わいながら、地場産物や旬の食材への興味関心、食の栄養やバランスへの意識を深めるため、当園がある佐賀県みやき町の町民(未就園児、小・中学生、高校生、子育て中の保護者、高齢者等)を対象とした子ども食堂を開催した。



【取組の内容】

○ 子ども食堂の開催

町民を対象に、当園内で計5回、子ども食堂を開催(参加者は計165名)し、地元の安心安全な食材を使って栄養バランスの良い食事を提供した。また、当園の管理栄養士を講師として、共食による心身へのメリット、一汁三菜のメリット、地産地消のメリットを伝え、献立の栄養バランスについての解説を行った。



(共食の様子)



(地元食材を使用した料理)

さらに、取組の様子は、当園のホームページに掲載、YouTubeでは動画を配信し、また、当園のInstagramでは、献立のレシピ等を掲載するなど、広く食への理解促進を図った。



(Instagramによるレシピ紹介)



(YouTubeでの動画配信)

【取組の成果】

- 共食の場として、子ども食堂を開催した。参加者の声として、「みんなで食べるととてもおいしかった。」「栄養バランスのよい食生活に気を付けたい。」という意見が多く聞かれた。

【事業の目標】

- 地域等で共食したいと思う人が共食する割合
事業実施後、57.8%から80%へ増加【達成度125.9%】

- 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人の割合
事業実施後、37.1%から60%へ増加【達成度151.1%】

- 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
事業実施後、75.3%から80%へ増加【達成度103.3%】

