

# 萩市の食育を支える会

「山口県:活動期間10年]

## 萩の食べ物はいちばん!朝ごはんメニューコンテスト コンテスト特別企画 朝ごはんつくれぽチャレンジ コンテストコラボ企画 絵本クッキング

#### 子育て世代の朝食摂取低下や 生活リズムの改善等に寄与する取組

忙しい現代社会において、パンにジャムだけといった栄養 に偏りのある朝食や、保護者世代の朝食欠食などが問題視 されています。萩市の食育を支える会では、人々が食事内 容に重点を置いた朝食摂取ができるよう、買い物から調理 まで一貫した朝食づくりを通し、生活の基礎となる望まし い食習慣を育んでいます。また、子育て世代の朝食摂取率 上昇や生活リズム改善を目的に開催されたコンテスト企画 等は、受賞した子どもたちの自己肯定感の向上や、周囲の 人々への波及がみられています。



## 地場産食材を使用した朝食レシピを 考える

朝食摂取率低下や生活リズムの乱れに加え、子どもの地場 産食材や旬の食材に対する理解不足も危惧されています。 食事内容に重点を置いたレシピを考案する際、積極的に地 場産食材を使用することで、子どもの知識習得や農業生産 の拡大、地域活性化等にも貢献しています。

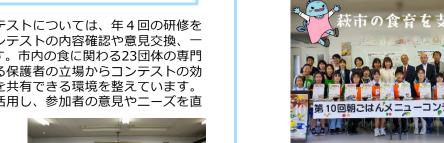


ふるさとまつりにて 受賞レシピの試食会

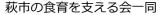
最優秀賞レシピが惣菜化 &販売されました!



萩の食べ物はいちばん!朝ごはんメニューコンテスト



朝ごはんメニューコンテスト等の活動を続けること で、子どもが家族を想い、親子で取り組む姿が少し ずつ増えてきたように思います。今後もこの受賞を 励みに、萩の子どもたちが朝ごはんの大切さを、知 識だけでなく体験を通して感じる機会を数多く作り、 幼少期からの生活リズムの確立に繋がる活動の輪を 広げてまいります。



# 多くの反省や意見を取り入れ成長する コンテストを実施

受賞した朝ごはんを伝授します

朝ごはんメニューコンテストについては、年4回の研修を 含む会議において、コンテストの内容確認や意見交換、 次審査等を行っています。市内の食に関わる23団体の専門 的な視点や子育てをする保護者の立場からコンテストの効 果や反省点、改善点等を共有できる環境を整えています。 アンケートフォームを活用し、参加者の意見やニーズを直 接取り入れています。



テレビでも特集されました