

玉城町における食育推進事業

事業実施主体：玉城町(三重県)



- 玉城町では、令和4年3月に「健康たまき21(健康増進計画・第3次食育推進計画)」を策定し、住民一人ひとりが、食に対する正しい知識と判断力を持ち、適切な食生活を生涯にわたって自ら実践できる力を身につけ、「食を通じた健康で豊かな暮らしができるまちづくり」をめざしている。
- 本事業では三重大学と連携し、玉城町の食文化の保護・継承を目的として、玉城町食生活改善推進委員会を中心とした郷土料理・家庭料理レシピの作成や、町民を対象とした親子郷土料理教室を開催した。

【取組の内容】

- 食育レシピの開発
玉城町の地域食材・食文化の調査を行い、レシピを作成するとともに、現代向けにアップグレードさせたレシピも作成した。

料理名	玉城の盆汁
栄養価(1人分当り)	
エネルギー(kcal)	83.3
たんぱく質(g)	4.5
脂質(g)	1.8
カルシウム(mg)	52.5
マグネシウム(mg)	42.5
鉄(mg)	1.3
亜鉛(mg)	0.7
ビタミンB1(mg)	0.12
ビタミンB2(mg)	0.10
ビタミンC(mg)	14.5
食物繊維(g)	4.9
食塩相当量(g)	1.1

- 親子料理教室
子どもや若い世代を中心とする各世代を対象とした調理講習会等を開催することにより、食文化の保護・継承に向けた取組を行った。



【取組の成果】

- 玉城町の郷土料理11品のレシピを作成し、HPへの公開など情報発信を行い、町民全体への普及につなげた。
- 地域で受け継がれる郷土食を自ら調理し学ぶことによって、郷土料理や和食に対する興味・関心を高めることができた。

<参加者からの声>

いろいろな人たちと一緒に食べたり作ることができ、食べることの大切さを改めて感じた。

【事業の目標】

(参加者へのアンケート結果)

- 地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理を継承していきたい町民の割合の増加
事業実施前 75.6%
→事業実施後 95.6%

- 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 37.0%
→事業実施後 100%

