

# 親子キッズ・キッチンの開催

新潟県糸魚川市



- 糸魚川市では、「第2次健康いといがわ21(平成28年度～令和5年度)」において、「健康寿命の延伸～地域社会が連携して行う健康づくり～」を基本方針として、健康な生活習慣の確立による積極的な健康増進のため、若い世代から1日3食栄養バランスの良い食事でも適正体重を維持することを目標としている。
- 糸魚川市内保育園・幼稚園の年長児とその保護者を対象に、「食」への関心、地場産食材のすばらしさ、「主食・主菜・副菜がそろった食事」が健康な体づくりに重要なことを理解するために、食育教室を開催した。

## 【取組の内容】

- 親子キッズ・キッチンの開催  
糸魚川市内年長児とその保護者を対象に食育教室「親子キッズ・キッチン」を開催。  
栄養バランスの大切さを学び、地場産食材を使って一汁二菜(煮魚、ごま酢和え、具沢山みそ汁)の調理体験を実施。



魚を調理する様子



できあがった料理

- ジオ給食レシピの普及  
給食たよりにジオ給食レシピを掲載し、地場産食材のPRをした。  
※ ジオ給食とは  
糸魚川市は世界ジオパークに認定されており、地元食材を活用した給食をジオ給食として保育園・幼稚園で提供している。

## 【取組の成果】

- 地場産食材を使用して調理をすることで、地場産食材のおいしさや、食べることのありがたさを子供たちが感じる事ができた。
- 市内の農林水産物や地場産食材の購入先を記載した資料を配布したことで、地場産食材のPRにつながった。

### 【事業の目標】

- 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の増加  
事業実施前 63.3%  
→事業実施後 70.4%



- 主食・主菜・副菜を組合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている者の割合  
事業実施前 62.4%  
→事業実施後 66.1%

