

大学と連携した若い世代への食育推進事業 ～朝食摂取に着目した取組～

長崎県

長崎県では、大学と連携し、学生自らの企画・提案による食育普及啓発活動を実践することで、学生を中心とした若い世代の食に関する興味、関心の向上を図るため、「大学と連携した若い世代への食育推進事業」を実施しています。平成30（2018）年度から長崎県内の4つの大学（長崎大学、長崎県立大学、長崎国際大学、活水女子大学）の学生と大学教員及び県職員で構成する大学生食育向上委員会を年4回開催しています。学生自らが、若い世代の食生活に関する課題抽出とその課題解決のための事業企画を提案し、学生の食生活の現状把握のためのアンケート調査項目の検討、若い世代向け朝食レシピ集のレイアウトの検討、食育に関する情報発信方法の検討等を行っています。

平成30（2018）年度は、一人暮らしでも時間をかけず調理できる朝食レシピ集を学生のアイデアを取り入れながら作成しました。令和元（2019）年度は、学生が朝食摂取や健全な食生活の重要性を理解できるような啓発ポスターや三角立て広告の作成のほか、朝食を食べる習慣のない学生を対象として、朝食の必要性に関する講話や料理教室を実施しました。さらに、ソーシャルネットワーキングサービス（SNS）¹を利用したレシピ集の紹介や学園祭での朝食メニューの試食・販売など、学生を中心に若い世代に対して積極的に広報活動を行いました。

SNSを見た学生からは「美味しそう」、「作ってみたい」という声や、料理教室に参加した学生からは「習った朝食メニューを自分でも作ってみた」などの反響があり、各大学での取組が学生の朝食に対する意識改革につながっていることがうかがわれました。

この活動に参加した学生委員からは、「活動を通して、食育について深く考えるようになった」、「健康に関心が低い人を導くことや、同世代に働きかけることの難しさを知った」という声が聞かれました。また、今年度で卒業する学生委員からは、この活動を後輩につなげていきたいとの意見がありました。

今後も、学生が主体となって、若い世代の食生活の課題を解決するための取組を進めていきたいと考えています。

長崎大学 「私に夢かせて！あなたの朝ごはん！」 ○朝食を作り、その写真や動画と共に作り方、材料等をSNSに掲載する。 （朝食レシピ集の紹介） ○4人で1か月ごとに交代制とし、4か月を1サイクルとする。	長崎県立大学 「作ってみんな！朝ごはん」 ○朝食講習会の開催（10月、11月（2回開催）） （朝食レシピ集の紹介） ※講習会直後のアンケートで評価をおこなう。
長崎国際大学 「意識改革プロジェクト」 ○シリーズもののポスターの作成・掲示（春・秋2バージョン） ○食堂のテーブルに三角POPを立て、食や栄養情報を提供する。 （朝食レシピ集の紹介） ○県内大学・専門学校等へ配布	活水女子大学 「朝ごはん食べ比べプロジェクト」 ○ポスターの作成 ○食育の日の食育啓発活動の支援（6月、7月、10月、11月、12月、1月） （朝食レシピ集の紹介と配布） ○学園祭での朝食試食の販売 ※アンケート結果で評価をおこなう。

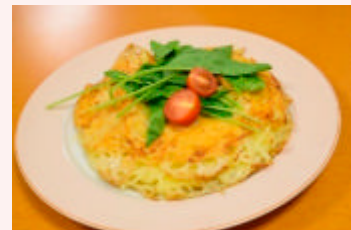
令和元（2019）年度の各大学の取組



朝食に関する料理教室の様子



三角立て広告による食育の啓発活動



学生が運営するSNSで掲載している朝食メニューの一例

1 登録された利用者同士が交流できるウェブサイトの会員制サービス