

地域と連携した食育の推進及び健全な食生活の実践に向けた活動 (第8回食育活動表彰 消費・安全局長賞受賞)

くのへちま 九戸村食生活改善推進員協議会（岩手県）

九戸村食生活改善推進員協議会は、幼児期から高齢期までの幅広い年代の住民に応じて、バランスのよい食事のための食育講話や調理実習、昼食（バランス弁当）の提供を行っています。毎年4月に開催される九戸村健康づくり推進協議会で決められる一年の目標と計画を基に、総会にて各ライフステージの重点目標に応じた活動内容を考案します。近年では、早い段階から子ども達に食の重要性を伝えるため、「子ども食堂」に力を入れた活動を行っています。

九戸村は人口約5,000人の小さな村です。この特徴を最大限に生かし、学校、行政、地域等と密に連携することで、幅広い年代の住民に対し円滑かつ効率的な食育活動を行っています。村内の多種多様な団体と協力することで、活動の幅や食育の重要性に対する理解が多方面に広まり、今では「村民の健康のためになくてはならない活動」として認知されています。

特に、近い将来親元を離れて暮らすことになる高校生向けに講習会を実施し、朝食摂取率の向上や、正しい食の知識が身につくことを目指して指導を行っています。九戸村では濃い味付けを好む食習慣の定着によって、脳卒中の罹患率が高いことから、若い時から食塩摂取量の適正化をはじめとするバランスのよい食事をとることの重要性を伝え、将来の生活習慣病の予防に寄与しています。

今後は、「子ども食堂」を定期的に開催し、全村民を対象とした世代間交流の場として、食事を通して参加者に元気を届ける活動に尽力していきます。また、買物困難者である高齢者等を対象に各地区の集会所を巡回し、地元の食材を使用した郷土料理等を提供しながら、栄養相談や栄養講話を実施していく予定です。引き続き、村民が生涯健康で暮らせるように食育活動の幅を広げていきたいと思っています。



高校生向けの調理実習



高齢男性向けの料理教室