

事例

子供たちの自主性を引き出す！大学で11年間受け継がれる食育教室の取組（第5回食育活動表彰 消費・安全局長賞受賞）

香川短期大学 食育ゼミ（香川県）

香川短期大学食育ゼミは、平成23（2011）年度から、学生が入れ替わる中でも11年間継続し、地域の児童への食育として、様々な体験活動を企画・実施してきました。毎年11月には、「生活文化にふれよう！」と題し、小学生が参加する調理実習を行っているほか、保育所や幼稚園、子供食堂においても、年間を通して食育活動を実施しています。

令和3（2021）年度は、「生活文化にふれよう！～カンタン・ヘルシー♪“地産地消”ワンプレートランチ～」と題し、香川県の農林水産物や主食・主菜・副菜のそろった栄養バランスのよい食事をとることの大切さを学んでもらえるよう、「地産地消」と「食と健康」をテーマに取り上げました。香川県産の食材を使った調理実習を行うだけでなく、一般社団法人香川県水産振興協会の職員から、瀬戸内海の水産物や県内の養殖業の歴史についての話を聞いたり、主食・主菜・副菜それぞれの栄養面の特徴をクイズを交えて楽しく学んだりしました。

こうした食育活動では、子供たちの自主性を大切にしており、例えば調理実習では、学生はサポート役となり、子供たちが主体となって調理することで、子供たちの意欲や自主性を引き出すようにしています。

このような取組が先輩から後輩へと受け継がれており、今後も継続して「子供主体の食育教室」を通して、地域の子供たちに食の大切さを伝えていこうと考えています。



調理実習の様子



子供食堂での食育指導の様子

4 職場における従業員等の健康に配慮した食育の推進

従業員等が健康であることは、従業員の活力向上や生産性の向上等の組織の活性化をもたらす、結果的に企業の業績向上につながると期待されています。

厚生労働省では、「健康日本21（第二次）」の運動を更に普及、発展させるため、健康寿命の延伸に向けて、企業・民間団体・地方公共団体と協力・連携した取組として「スマート・ライフ・プロジェクト」を推進しています。運動、食生活、禁煙、健診・検診の受診について、具体的なアクションの呼び掛けを行い、国民が自ら行動を変容することで生活習慣病の予防に結び付けることを目的としています。適切な食生活を促すため、「健康な食事」のための食環境整備の考え方を活用した取組も行っています。職場における従業員等の健康に配慮するため、社員食堂のメニューの見直しを行い、従業員に対して企業内で健康情報を掲示するなどの