



ボランティア部門
《食生活改善推進員》

消費・安全局長賞

大阪市港区食生活改善推進員協議会

(大阪府) 活動期間 40年

幼児、小学生に対する食育 ～野菜摂取量の増加を目指して～

子供の頃から習慣づけ

子供に対する野菜摂取の啓発に重点を置き、保健福祉センターの3歳児健診に来場した子供と保護者に対し、野菜摂取の啓発や体験とアンケート調査を実施するとともに、小学生に対し、なにわの伝統野菜を使った料理教室を開催しています。また、協議会として全てのライフステージに対する食生活改善について幅広く活動しています。



3歳児健診での啓発の様子

野菜を自由にさわってみよう！

3歳児健診時には、食材に親しみ、食べたいものを増やすことができるよう、自由にさわられる野菜の展示や飲み物のエネルギー量を砂糖量で表示するなどの啓発を行っており、子供の興味を引き出すとともに保護者が与え方を見直す契機となっています。

また、保護者にアンケートを行い、子供の食に関する課題を掘り下げています。



好きな野菜を測ってみよう！

自分で育てて調理してみよう！

小学校低学年児童に対しては、校庭で栽培している伝統野菜の収穫体験と、収穫した野菜を使い、全員が包丁を使用する料理実習を行っています。自分で育てて調理することで、伝統野菜や調理への興味も広がり、野菜嫌いが改善される例もありました。



なにわの伝統野菜を食べよう！
調理実習の様子



思いがけない受賞のお知らせを頂きまして、一同大喜びを致しました。これまで活動へのご理解、ご協力をいただきました地域や行政の方々に感謝申し上げます。今後ともワンチームとして、世代を超え食育を推進してまいります。

港区食生活改善推進員協議会