

第4次食育推進基本計画 重点事項 持続可能な食を支える食育の推進 に関する取組

委員名：新井ちとせ

所属団体：日本生活協同組合連合会

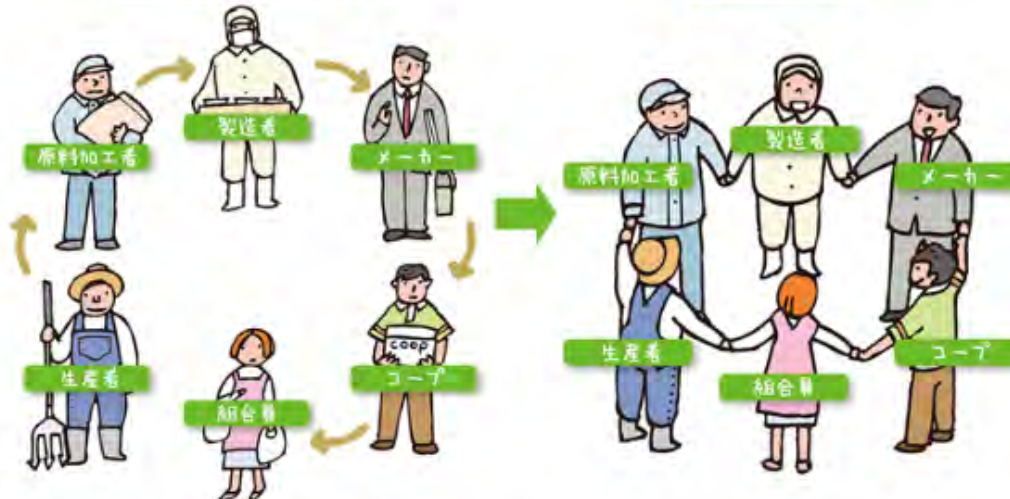
生協の仕組みとたいせつにしていること

日本生活協同組合連合会
設立：1951年3月
312生協・連合会
総事業高：約3.8兆円
組合員総数：約3,000万人



フードチェーン

信頼の輪



つながる力で
未来をつくる
— CO・OP 2030 —

1 生涯にわたる心ゆたかなくらし

私たちは、食を中心に、一人ひとりのくらしへの役立ちを高め、誰もが生涯を通じて利用できる事業をつくりあげます

2 安心してくらし続けられる地域社会

私たちは、生活インフラのひとつとして、地域になくってはならない存在となり、地域のネットワークの一翼を担います

3 誰一人取り残さない、持続可能な世界・日本

私たちは、世界の人々とともに、持続可能で、お互いを認め合う共生社会を実現していきます

4 組合員と生協で働く誰もが生き活きと輝く生協

私たちは、未来へと続く健全な経営と、一人ひとりの組合員と働く誰もが生き活きと輝く生協を実現します

5 より多くの人々がつながる生協

私たちは、より多くの人々がつながる生協をつくりあげ、連帯と活動の基盤を強化します

生協の「食育」活動について

2005年6月食育基本推進計画策定

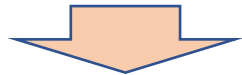
⇒生協では「食生活への提言」をまとめ



【課題】

「生協は地域の様々な組織とネットワークを形成して食育を推進と担い手づくり」

「食に関する活動を推進する多くの人と交流し学び合う取り組みの推進」



「たべる、たいせつ（食育）」へ

- (1) ひとりひとりの主体性を育みます
- (2) 毎日の生活をたいせつにします
- (3) 「家庭」の力を信頼します
- (4) 地域のつながりをたいせつにします
- (5) 生協の事業との連携を生かしてとりくみます

※「たべる、たいせつ」・・・生協で取り組まれている多くの食の活動、とりわけ、組合員の食についての学びや気づき、食を営むことに役立つスキルアップに資することを目的とした活動を「たべる、たいせつ（食育）」と定めます。



コープみえ（キッズクラブ）
料理教室



こうち生協（特産品・伝統の味を学ぶ）
サトウキビ収穫体験・製糖見学

- 料理教室
- 加工食品（みそ・ジャム・ソーセージ）などの生産体験
- 食や栄養・食の安全などをテーマにした学習企画
- 商品を通じた学習企画
- 農業体験・生産現場の見学
- 商品検査センターの見学
- 店頭やイベントでの啓発活動

食品安全の視点から学ぶ食育

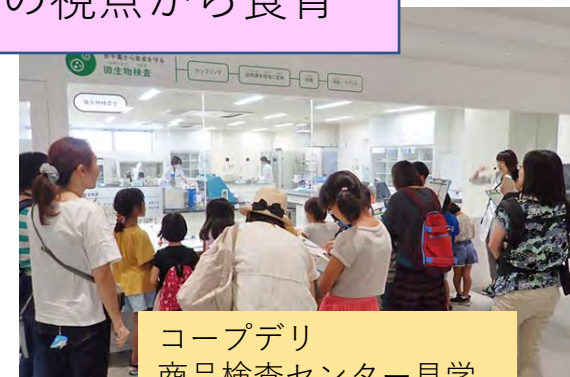


日本生協連
商品検査センター見学

食品安全の視点から食育



大阪いずみ市民生協
たべるたいせつミュージアム見学



コープデリ
商品検査センター見学

取組名：出前授業プログラム（生活協同組合コープみらい）

○取組内容：

食育 早寝、早起き、朝ごはん

ねらい・内容

成長期の体に必要な睡眠や食事の大切さを学び、バランスの良い朝ごはんを考えることで、「早寝、早起き、朝ごはん」を実践するきっかけをつくります。

子どもたちへの質問を交えながら、なぜ「早寝、早起き、朝ごはん」が大切なのかを学習し、カードを使って「朝ごはんバイキング」ゲームをグループワークで行います。最後に「朝ごはん検定」を行い理解を深めます。

対象：小学生以上

所要時間：30分程度（応相談）

参加人数：10人～40人程度

会場：教室・体育館・研修室など

ご用意いただくもの：スクリーン、マイク・スピーカー（会場による）

参加者持ち物：筆記用具

コープが用意するもの：パソコン、プロジェクター、用具一式、ワークシート、朝ごはん検定用紙



タイムスケジュール(目安)

20分 学習「早寝、早起き、朝ごはん」
ゲーム「朝ごはんバイキング」

10分 まとめ（朝ごはん検定）
※アイスブレイクゲームを追加して45分
授業に対応できます。



学習会の様子
（コープみらいHPより）



朝食づくりワークの様子

参加者からは
「朝ごはんの大切さが
わかりました」などの
声が寄せられました。

「朝食欠食」「孤食」
などの食の問題

「地球温暖化」「食品ロス」
などの環境問題

出前授業実施実績（2021年～2022年）

食育プログラム	回数	参加人数	環境プログラム	回数	参加人数
早寝、早起き、朝ごはん	37	1042	リサイクルについて学ぼう	34	1051
献立ゲーム			海の豊かさを守ろう		
食料自給率と食品ロス			SDGs プログラム	38	1146
もったいないを考えよう			SDGs を学ぼう		
フードチェーンと食中毒予防			世界がもし100人の村だったら		
食品パッケージを見てみよう					

主な開催会場

小・中・高等学校、公民館、生涯学習センター、社会福祉協議会、高齢者大学など

【『食育 環境 防災・減災』体験プログラム】

持続可能な社会づくりに影響を及ぼす様々な問題を自分たちのくらしの身近なテーマに置きかえ、“食”“環境”“SDGs”について、ともに学び考え、これからの行動につながるきっかけとなる体験プログラム

○関連する目標：4. 朝食を欠食する国民を減らす

6. 栄養バランスに配慮した食生活を実践する国民を増やす

取組名：はかるたいせつプロジェクト（生活協同組合コープこうべ）

○取組内容：

ねらい・内容

- コープこうべが掲げる「健康でいきいきとした毎日」をテーマに、健康づくりの普及啓発、食の安全のリスクコミュニケーションを諸団体と連携して組合員と共に推進しています。
- 「たべるをはかる」BDHQ食習慣調査を活用した学習会を継続して開催し、食習慣の見直しと、食で健康づくりの定着への啓発に取り組んでいます。
- 店舗での健康測定会や地域・行政とコラボした健康イベントの積極的な開催。

取り組み成果

- 「たべるをはかる」2022年度
 - ・BDHQオンライン調査：2,402人
 - ・BDHQ調査からの学習会：9回/120人
- ※他、はかるキャラバンなど併せて年間16,847人が参加。



お一人おひとりの食習慣やカラダを
「はかる（計る、測る、量る）」



健康
づくり



学習会の様子
(コープこうべHPより)



尼崎市主催「たちばなのマナビバ」
「はかるけんきゅうじょ」

★BDHQ (brief-type self-administered diet history questionnaire)

東京大学大学院医学系研究科社会予防疫学分野の佐々木研究室（開発当時）が開発した食習慣改善のための調査手法で、日本生協連がWebシステム化しています。
食事摂取頻度法と食事歴法から質問し、自身の食習慣を振り返り・改善することを目的としたプログラムです。

○関連する目標：

1. 食育に関心をもっている国民を増やす
6. 栄養バランスに配慮した食生活を実践する国民を増やす
7. 生活習慣病の予防や改善のために、ふだんから適正体重の維持や減塩などに気をつけた所億生活を実践する国民を増やす

取組名：生協健やかショッピングサポートプログラム

事務局：青森県生活協同組合連合会 協力：生活協同組合コープあおもり、青森県民生活協同組合
購買データ連携協力：コープ東北サンネット事業連合

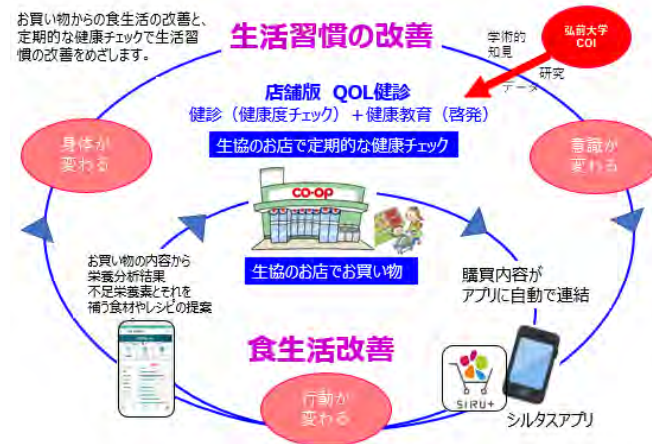
○取組内容： 実施期間（2020年9月～2022年7月）に当時の弘前大学C O I 拠点において弘前大学の介入研究として実施。

ねらい・内容

- 日常的な生協店舗でのお買い物を通じて「食生活の改善」や「生活習慣の改善」を期待した取り組みです。
- 商品の購買データを元にした栄養分析や不足する栄養を摂取できるレシピ情報が利用者にアプリを通して提供されます。また定期的な生協店舗におけるQ O L 健診（血圧・内臓脂肪測定・体組成・ベジチェック・生活習慣に関する問診）を実施することで、モニターのヘルスリテラシーの向上と行動変容につなげます。
- 青森県生協連がコープ共済連とともに、弘前大学C O I (現在はC O I - N E X T)の拠点に参画している中で一定期間研究に協力しました。現在は、青森県内の生協でQ O L 健診(生協版)の実走に向け弘前大学の協力を得ながら準備をおこなっています。

参加者の声

- 測定会を定期的な実施が健康を意識する機会としてありがたかった。何よりも先生方の（家族のような）暖かな結果説明とアドバイスがうれしくて行くのが楽しかった。
- 緑黄色野菜の摂取の大切さを実感し、今まであまり食べてこなかった緑物の野菜の購入をするためにもレシピを参考にし、料理の幅を広げる努力ができた。



★「Q O L 健診」 (<https://coi.hirosaki-u.ac.jp/2021/05/post-9628/>)

弘前大学が開発した健診プログラム。受診者の健康への意識が高まった受信日当日に結果の通知と健康教育を完了させることで、受診者のヘルスリテラシーと行動変容につなげていく啓発型の健診。健診項目も生活習慣の質をはかるようなラインナップとなっている。研究では生協店舗で実施しやすい項目にアレンジした。

★「SIRU+（シルタス）」 (<https://sirutasu.com/>)

日々の買いもののデータから自動で栄養の偏りを分析し、栄養バランスが整う食材やレシピを提案するスマートフォンアプリ。

○関連する目標：

6. 栄養バランスに配慮した食生活を実践する国民を増やす

7. 生活習慣病の予防や改善のために、ふだんから適正体重の維持や減塩等に気をつけた食生活を実践する国民を増やす

取組名：食べるたいせつフェスティバル (生活協同組合コープさっぽろ)

○取組内容：

ねらい・内容

コープさっぽろは2007年から、消費者と諸団体と消費者の交流の場として「食べるたいせつフェスティバル」を開催。

「食」「暮らし」「環境」などテーマに基づいた参加型体験プログラム、消費者が楽しく学べる体験型イベントとして、毎年全道8会場で開催しています。

2007年は札幌会場みのスタート

2010年には全道7会場へ拡大

2015年には全道8会場に増え、今では毎年30,000人来場

2020年は新型コロナウイルスの影響から全会場で中止

2021年はオンラインでの開催

2022年はリアル開催復活

累計約29万人が参加されました。

食べる・たいせつフェスティバル



お米の脱穀体験



会場の様子
(コープさっぽろHPより)



ホクレン農業協同組合連合会
オリジナルブレンド米づくり



ホクト
きのこクイズ、もぎ取り体験

- 食の安全安心を求めてきた組合員活動の集大成の「食フェス」
- 多くの組合員、地元企業、地元団体と一体となって、食べることの大切さ、楽しさを共有し、参加した子供達が「食」を通して、成長につながっていく。

○関連する目標：

1. 食育に関心をもっている国民を増やす
6. 栄養バランスに配慮した食生活を実践する国民を増やす

取組名：「フードパントリー」「子ども食堂」の応援

○取組内容：

ねらい・内容

- 南流山子ども食堂の会（パルシステム千葉）
「地域の子育て世帯を取り残さない」「やさしい社会の輪をつなぐ」をミッションに掲げ、2017年7月に発足。
- 活動内容
「子ども食堂」「フードパントリー」「小中学生の学び場」
- 貧困や孤食だけに特化せず誰でも参加できる居場所。
気軽に食卓を囲み、明るく楽しく食事をとることができます。
- スタッフは流山市の子育て世帯のパパママや地域の高齢者が登録（約80名）
- 生協からは助成や食材支援などを行っている。

取り組み成果

- 地域のセーフティネット
「子ども食堂」は2017年10月～2023年3月までに計41回開催し、大人と子ども合わせて、のべ3,083名の方々が参加（コロナ禍でも月に1回は開催）

取り組む生協数推移	2015年度	2021年度
子ども食堂 多世代食堂	12	42
フード ドライブ	15	47
フード バンク		48



子ども食堂の様子
(パルシステム千葉HPより)

★ボランティアの方たちの感想をSNSで発信したり、小学校への出前授業を行った際にボランティア参加してみたいという声をいただいています。身近な小さなことからボランティアを始めていくことを伝えていきます。



貧困をはじめとする子どもの諸問題を学び、支援と共感の輪を広げる活動。
賛同者はアンバサダーとして地域で支援活動に取り組みます。（どなたでも♪）



○関連する目標：

2. 朝食又は夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数を増やす
3. 地域等で共食したいと思う人が共食する割合を増やす
9. 食育の推進に関わるボランティアの数を増やす

取組名：目指せ！サスシェフコンテスト

○取組内容：

日本生活協同組合連合会では、サステナブルを意識したレシピアイデアを募集する「目指せ！サスシェフコンテスト」という企画を実施しています。

「食品ロスが出ないように工夫」「省エネルギーを意識」「認証ラベルの付いた食材利用」というポイントを満たせば誰でも応募できる企画です。

審査の結果、より多くの人に紹介したいアイデアに選ばれると、専門家監修のもと本格的なレシピに仕立てられ、「サスシェフレシピ」として特設サイト内で紹介されます。

審査委員長は冷凍生活アドバイザーの西川 剛史 さん



サスシェフを含む「コープサステナブルアクション」の特設サイト
<https://coop-sustainableaction.jccu.coop/>



みんなの投稿



お茶の葉シフォン ●

さこちゃん



美味しくてヘルシー！規格外モロヘイヤのクッキー ●

クッキーシスターズ



冷蔵庫の残り野菜スープ ●

まる



おさかなだけのパラパラミンチを使



照り焼きチーズホットサンド ●



スイカの皮の塩麹漬け ●

○関連する目標：

- 11 産地や生産者を意識して農林水産物・食品を選ぶ国民を増やす
- 12 環境に配慮した農林水産物・食品を選ぶ国民を増やす
- 13 食品ロス削減のために何らかの行動をしている国民を増やす

取組名：エシカル消費の推進

○取組内容：

生協では、環境や社会に配慮した購買行動である「エシカル消費」を推進しており、組合員のニーズに応えられる商品を拡大しています。

日本生協連が開発するコープ商品におけるエシカル消費対応商品はこの6年間で2倍以上となり、2022年度も2,200億円を超え、全体の供給高に占める割合は約半数近くまで達しました。

地域購買生協ではエシカル消費対応商品を店舗や宅配において供給するとともに、「エシカルキャンペーン」などを展開し、子どもから大人まで楽しくエシカル消費に親しめる取り組みを行っています。

エシカル消費対応商品の例

- MSCや有機JASなど認証ラベル付き商品
- 産地指定・国産素材の商品
- 寄付金付き商品

普及啓発の媒体

- 冊子や動画、学習会を通じて組合員へ普及啓発



youtube.com/watch?v=Yd2p5a5jwv0&feature=youtu.be

キャンペーンなど



画像提供:コープあいち(左)、コープやまぐち(右)

○関連する目標：

11 産地や生産者を意識して農林水産物・食品を選ぶ国民を増やす

12 環境に配慮した農林水産物・食品を選ぶ国民を増やす

【現在の取組について】

○課題：

- ・地域の様々な組織とネットワークを形成して食育を推進するとともに、担い手を広げていくこと。
- ・食に関する活動を推進する多くの人と交流し学び合う取り組みを進めること。

○重視していること：「連携」

「たべる、たいせつ（食育）」は、生協単独ではなく、地域の企業・団体、行政・自治体と連携しながら、ゆるやかなつながりの中で取り組んでいくことが重要と考えます。そのためにはお互いのことを知り、「まずはやってみよう！」という気持ちで地域の輪を広げていきたいと思います。

○今後の方向性：

引き続き「たべる、たいせつ（食育）」を軸に、生協が目指してきた「食を大切にすること」「食に対する主体的な力を育むこと」に取り組みます。
また、コープSDGs宣言に則り、環境問題や食ロス問題など多様な視点から「食」をとらえ、1歩ずつ解決に向けて地域の取り組みを進めてまいります。

※コープSDGs宣言

SDGsの達成にむけ、生協もその一端を担うべく策定された行動宣言です。

7つの取り組みを通じてSDGsの実現に貢献することを約束します。（<https://jccu.coop/activity/sdgs/>）

ご清聴ありがとうございました