

I 事業の目的と概要

1) 事業目的及び趣旨

ご飯を中心とした和食は、日本人の健康に最も適した食事であり、ごはん食が健康に与える効果も医学的に確認され、一流スポーツアスリートや世界からもその効果を認める発言がなされている中で、和食が世界無形文化遺産に登録され、今後ますます「健康・長寿」の源としての日本型食生活の効用への関心が高まってくるものと推測される。

また、これと機を一にして、2020年に東京オリンピックの開催が決定し、今後、国民の中でスポーツやアスリートに対する注目が高まり、スポーツを始める者も増えてくると考えられるため、この話題の2つ「スポーツと食事」を絡ませ、その有益さを同時に語ることで、「運動と食事」が相乗効果を生み、国民の間に深く浸透していくことを目的とする。

他方、お米マイスター等は、地域の中で長年、数々の地域活動や人的つながりを築いており、何かしら地域におけるスポーツ及びワーク活動と関係している者が多々いるため、この地域社会でのマンパワーを活用し、草の根運動的に地域の幅広い層のスポーツ&ワーク参加者等に対し、「体を動かし美味しいご飯を食べること」「体力を使う際の上手な食事のポイント」等を普及・啓発することで、日本型食生活が再認識されることを目的とした。

2) 主な訴求対象

本事業の訴求対象者は、概ね次の3つの層とした。

- ①スポーツ等における体力増強やスキルアップを目指す意欲を持つが、食事に対する理解が不足している方(特に10代～20代までの若者層、児童を中心とする)
- ②健康や長寿に対して関心を有して運動等を実践・関心があるが、健康・長寿に係る食事に対する認識が不足している方(特に中年、老年層を中心とする)
- ③食事に対する関心は持っているが、農業・食材に対する理解・知識が不足しているため、意欲的に農作業体験(農業労働)を通じて理解を深めたい方(特に児童とその保護者並びに若年層を中心とする)

4) 事業推進会議の開催と連携団体

上記の研修会の開催にあたって、有識者及び連携団体等による事業推進会議を設置し、①事業方針②研修会用テキストの作成(メニュー提案含む)③指導者育成用資材の作成④情報提供の内容等について綿密に検討を行った。

また、事業の推進に当たっては、下記の食育及び和食素材の資格団体と連携を図りながら、日本型食生活及び食材についての特長、メリットについて検討し推進した。

(連携団体)

- ①一般社団法人 食アスリート協会
(スポーツと食事/資格名 食アスリートインストラクター)
- ②一般社団法人 日本健康食育協会
(健康と食事/資格名 健康食育マスター)
- ③NPO法人 青果物健康推進協会
(野菜・果物/資格名 ベジフルティチャー)
- ④日本おさかなマイスター協会
(魚介類/資格名 おさかなマイスター)
- ⑤一般社団法人 日本卵業協会
(鶏卵/資格名 卵ソムリエ)
- ⑥一般社団法人 日本発酵文化協会
(発酵食品/資格名 発酵マイスター)
- ⑦日本かんづつ協会
(乾物・豆類/資格名 かんづつマエストロ)

5) 事業のキャッチフレーズ

本事業は、対象を主にスポーツなどで体を動かす人を対象としていることから、次のキャッチフレーズで一貫し、情報の受け取り手の記憶に残りやすく伝えた。

「Guts(ガッツ) だ! ニッポン ～頑張る私のマジごはん計画～」

※「Guts」とは、「ごはんを うまく(美味く・上手く) 食べて スキルアップ」の頭文字をつなげたもので、英語の意味(根性、気力、闘争心)とかけた。



3) 事業内容

本会で認定するお米マイスター等並びに連携団体資格保持者が、地域におけるスポーツ活動及びワークの場等へ赴き、①体づくりのためのごはんを中心とした日本型食生活の良さ②運動時の朝ごはん喫食の大切さ③スポーツと食事の関係性等「食を変えるとフィジカルもメンタルも大きく変化する」こと等についての講習会を開催し、参加者並びにその関係者(応援者)に対し、啓蒙活動を行った。また、参加者のレベルによって、講師の選定を行い、参加者ニーズにそった「ごはん塾」を開催した。

(開催日と検討課題)

(第1回目) 平成27年6月18日(食糧会館)

- ①「Gutsスポーツ&ワークごはん塾」の事業概要について
- ②事業の方針について
- ③事業資材の作成について
- ④スポーツ愛好者意識調査について

(第2回目) 平成27年9月14日(食糧会館)

- ①「Gutsスポーツ&ワークごはん塾」の資材と事業内容について
- ②スポーツ愛好者意識調査の結果等について

③ごはん塾の申込等進捗状況について

(第3回目) 平成28年3月14日(食糧会館)

- ①ごはん塾の実施結果について報告
- ②事業効果アンケート結果について
- ③事業の総括(報告書の内容)について

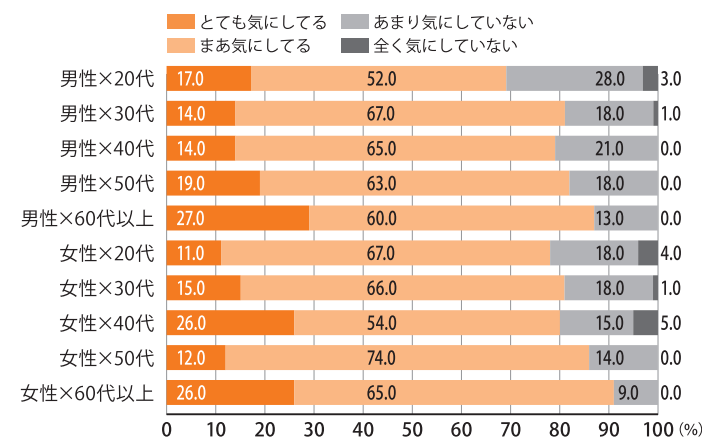
II スポーツ愛好者に対する意識調査の実施

事業推進会議による検討内容を明確化するため、スポーツを行う成人の食生活や食に関する意識調査をWEBにより実施し、食の傾向や意識を把握し、研修会や情報提供の指導内容に活用した。

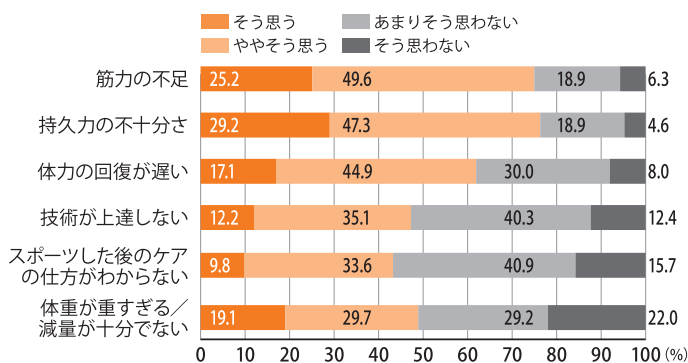
〔実施月日〕 平成27年7月10日～平成27年7月13日の間		(名)					
〔実施方法〕 WEBによるモニター調査	男性	100	100	100	100	100	500
	女性	100	100	100	100	100	500
〔実施対象者〕 1,000名(各年代層・男女を均等に選別)	合計	200	200	200	200	200	1000

調査結果の概要

Q1 あなたは普段の生活において、どの程度健康を気にして生活していますか?



Q3 「スポーツ・運動」を行う上で、悩みや課題はありますか?



Q2 あなたは、何故「スポーツ・運動」を行っていますか? 最も大きな目的を教えてください。

