

まとめ

本プロジェクトは主に京都府中丹3市（舞鶴、綾部、福知山）にて地域密着型の食育活動を行った。これにより、1：当該地域における各世代の食事情と課題の把握と2：地域特性やニーズ把握に対応した内容の活動を行うことができた。

1では、各章で述べてきたように様々な課題を各世代を抱えていることがヒヤリングやアンケートから分かった。その中でも共通点として、いかに実践に結びつけるか（行動を変えてもらえるか）が問題となっている。行動変容は大変難しいことではあるが、今回の結果では活動のありのグループとなしのグループとを比較すると、活動ありの方が健康的な意識・行動が高まっている（青年・壮年世代）。

2は、特に食育活動ではめずらしい比較的長期にわたる活動（親子子育て世代と青年・壮年世代）を実施することができたのは大変貴重なことであった。長期的活動の一番の良い所は、対象者を知ることができる点である。同じトピックの話をする際でも、Aの対象者とBの対象者では気になる点や聞きたい話は異なる。これらの特徴やニーズを細かく把握することにより、より興味のある実践的で実現可能な情報を計画的に提供しやすくなった。

従来の食育活動は、イベントや単発の活動が多くみられ、その内容や効果の検証はあまりされていない。今回のようなニーズ対応と長期計画的な活動に特化した食育を行うことで、段階的に健康への意識・行動が高まる可能性が示唆された。