

# 「若葉の会」が宇治市の食育推進リーダー！

事業実施主体：宇治市(京都府)

京都府宇治市



- 宇治市では、食育団体「若葉の会」を食育推進リーダーと位置づけ、育成及び活動の支援を通じて地域の食生活改善の環を広げ日本型食生活の普及啓発を実施した。
- 「若葉の会」は、宇治市の食生活改善推進員で構成される食育推進団体であり、食生活改善の取組を推進する中で、若年層を中心とした食育推進リーダーの育成を行うことで、一般市民に幅広く食育の推進を行った。

## 【取組の内容】

- 食育団体「若葉の会」における食育推進リーダーの育成  
日本型食生活の進め方、宇治市の食文化をふまえたレシピの検討、メニューの試作・試食、及び栄養士・保健師等による行政研修を実施した。  
開催回数：令和元年5月～令和2年2月 16回開催  
受講対象者：宇治市食生活改善推進員等 のべ 167人
- 食育サポーター講座の実施  
「若葉の会」会員を講師に、地域の食材を使った栄養バランスの取れた食事についての講話、調理実習・試食を実施した。  
開催回数：令和元年6月～令和2年2月 4回開催  
対象者数：一般市民(特に若年層) のべ43人



調理の様子



調理実習メニュー

## 【取組の成果】

- 食育推進リーダー育成のための検討会において、「若葉の会」会員が食育推進の知識の醸成や意識の向上を図ることができた。
- 食育サポーター講座の参加者は35%が40歳代以下の若年層であった。参加者からは、「地域の野菜を使った料理を作っていきたい」、「日本型食生活を伝えたい」などの感想があった。

○食育サポーター講座実施後のアンケート  
「毎日、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上食べていますか」

現状値 66.1%

➡ 取組実施後 79.1%

