

食育推進サポーター「おむすびの会」の食育活動の実践 事業実施主体:大田市(島根県)

島根県大田市



- 大田市では「おおだ健やかプラン(第3期大田市食育推進計画)」を策定し、日本型食生活の普及促進及び食文化の保護・継承等を進めることとしている。
- 大田市食育推進サポーター「おむすびの会」は、大田市が開催した養成講座の修了者を食育推進リーダーとして、食文化の継承、日本型食生活の普及促進を重点取組として地域で数多くの食育活動を行っている。こうしたことにより市民が国産農林水産物や地域の食品の価値を再発見することを促している。市は当会への支援として所属する食育推進リーダーのスキルアップのために定期的に研修会等を開催し、新しい知識の取得に努めている。

【取組の内容】

- 市民を対象とした食育推進リーダーの養成講座を実施し、食育推進リーダー人数の増加を図った。



養成講座の様子

全4回の養成講座を18人が受講、修了した。修了生は全員が「おむすびの会」に入会し、活動の即戦力となる人材育成となった。

- 食育推進リーダーの資質向上を図るため、「間食とうまく付き合おう」をテーマとして、市販ジュースに含まれる糖分をスティックシュガーで示すフードモデルを作成するなどの活動促進研修会を実施した。



活動促進研修会

食の正しい情報を得ることの重要性を再認識し、食育活動の活性化につながる内容であった。

【取組の成果】

- 当事業の取組記事を会報に掲載し、その会報を市内の公民館やまちづくりセンター、保育園、小学校等に送付し、情報発信を行い、周知を図った。
- 講座、研修会を通して、食育推進リーダーが正しい食生活や地産地消に対する理解を深め、実生活において主食、主菜、副菜を組み合わせた食事をするようになったり、国産や地域の食品を選ぶようになったなどの行動変容が起こった。

- コロナ禍でほとんどの地域で活動が難しい中で、食育推進リーダーオリジナルのお米レシピ集「おうち食育」を作成し保育園、幼稚園、小・中学校の学童・生徒がいるすべての家庭に配付するほか、大田市ホームページに掲載し、家庭での日本型食生活の普及促進等に関するPRを行った。

このレシピ集を通して、コロナ禍だからこそ、日常の食事を大切にしてほしいという食育推進リーダーの思いを多くの人に伝えることができた。

