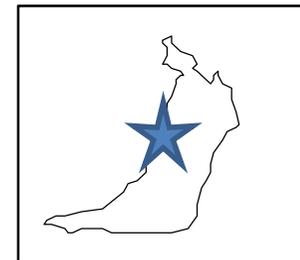


食育講座で、親子で食文化や日本型食生活を実践！ 事業実施主体:大阪市(大阪府)

- 大阪市は、食文化の保護・継承、栄養バランスに配慮した食生活の実践のため、幼児や小・中・高校生やその保護者等を対象に、調理実習や講話、展示等の食育講座を開催(合計308回)。
- 食育レシピや啓発資料(食育クリアファイル)を作成し、食育講座で参加者に配布・説明することにより、日本型食生活や正しい食習慣等を啓発。



【取組の内容】

○ 食育講座の開催

①調理実習、展示・実演

各区保健福祉センター栄養士を講師に、中学生、保護者、プレママ等、それぞれの食生活に合わせて、和食を中心とした調理実習を実施。

- ・開催回数: 161回 ※プレママ: 妊婦
- ・参加者数: 4,548人

②講話

中学生、高校生等を対象に、啓発資料を活用し、栄養バランス等の講話を実施。

- ・開催回数: 308回
- ・参加者数: 10,237人



親子の食育講座
(調理実習とみんなで試食)



中学生の調理実習
(いわしのつみれ汁)



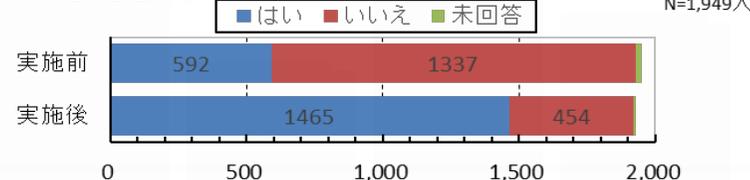
中学生の食育講話
(栄養バランスについて)

【取組の成果】

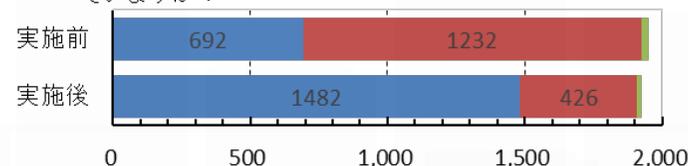
○ 事業実施後のアンケート結果(抜粋)

実施後のアンケートでは食文化や日本型食生活への意識の高まりが見られた。今後、食文化の保護・継承への理解醸成、栄養バランスに配慮した食生活の実践が行われるよう取組の展開が必要。

Q1: あなたは、ふだん地域で受け継がれた伝統的な料理や作法などを継承し伝えていますか？



Q2: あなたは、ふだん食品を購入する際に意識して地域の食品を選んでますか？



Q3: あなたは、ふだん主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日していますか？

