

令和6年度 東北農政局 第1回 食育セミナー

令和6年6月19日（水）

事例発表

九戸村食生活改善推進員協議会の活動

～小さな村で大きな愛を込めて♡食育活動～

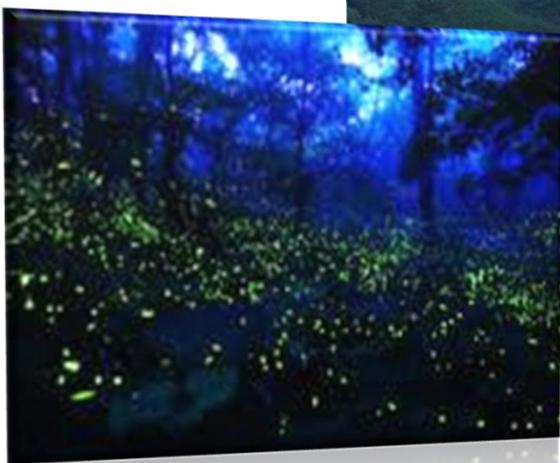


九戸村公認キャラクター
まさざねくん

岩手県九戸村食生活改善推進員協議会

会長 桂川 祥子

事務局 西 舘 留 美



岩手県
九戸村
KUNOHE VILLAGE



九戸村の概要

(令和6年4月1日現在)

- ▶ 総人口 5,186人
- ▶ 高齢化率 45.8%
- ▶ 保育園・こども園 3園
- ▶ 小学校 5校
- ▶ 中学校 1校
- ▶ 高校 1校



九戸村食生活改善推進員協議会の紹介

- ▶ 設立：昭和55年 4月17日
- ▶ 会員数：34名（女性32名、男性2名）

▶ 活動内容

- ①食育活動
- ②郷土料理の継承
- ③地区栄養教室（調理・栄養）
- ④介護予防教室

平均年齢：72.9歳！



食育の取り組みについて

各ライフステージに途切れることのない食育活動を！

- 1) 幼児期 「幼児教室での食育」
- 2) 学童期 「おやこの食育教室」
- 3) 学生期 「郷土料理講習会」
- 4) 青・壮年期 「地区栄養料理教室」
「生活習慣病予防教室」
- 5) 高齢期 「カレーライスの会」、
「介護予防 男の!料理スクール」

① 幼児期の食育

幼児教室に通級している親子を対象
(コロナ禍でおやつをプレゼント)



12月 クリスマス会

3月 修了お祝い

お祝い花だんご



② 学童期の食育

郷土料理講習会(九曜塾)



だまこ汁作り



かますもち作り

おやこの食育教室(小学生親子)



へっちょこだんご作り



がんづき作り

子ども食堂開催

・ミニバイキング

「主食・主菜・副菜・果物」

しっかりそろえよう！！



・食改さんの
100円食堂

③ 学生期の食育(高校生)

「バランス弁当」で適量を確認！！



「郷土料理講習会」

年3回実施 「ふるさとの味」
「受け継ぐ郷土料理」



④ 青・壮年期の食育

地区栄養料理教室の開催(全19地区)

- ・毎年11月～2月
- ・各地区公民館で開催
- ・200～350名の参加



- ・保健推進員との合同事業
- ・調理実習、栄養講話

「生活習慣病予防」教室



みそ汁の塩分濃度測定



生活習慣病予防のお話

⑤ 高齢期の食育

「カレーライスの会」

高齢者サロン(全12地区)

・野菜たっぷり、熱々カレーで笑顔いっぱい！！

・低栄養予防

・フレイル予防(共食)



介護予防「男の！料理スクール」(月1回)

申込み制スクール(令和4年度8名→6年度11名)

主催:包括支援センター、 共催:食改



採れたて新鮮野菜を
持ち寄って



皆で楽しく介護予防！！



新たな試み！！

「各ライフステージ」ではなく、多世代間交流の場として地域ごとに「子ども食堂」を開催

▶ 郷土料理の継承として

高齢者が子どもへ継承 → 介護予防

▶ 多世代間交流の場として

子ども・親・祖父母 → 地域のつながり

▶ 食材を持ち寄って

旬の野菜が分かる → 食育教室

食材の提供



調理のお手伝い



農林水産省主催 第8回食育活動表彰受賞者の取組紹介動画より抜粋



ご清聴、ありがとうございました

