

(様式2)

健やか食育プロジェクト事業報告書

健康福祉事務所名 芦屋

1 食育推進体制の整備

食育推進課題	1 一日の平均野菜摂取量は3.1皿であり依然少なく、朝食を「ほとんど毎日食べる」人は、74.2%であり、朝食を食べなくなった年代は「高校生、高校を卒業した頃から」と回答した人が約半数。 * 阪神南圏域における食生活に関するアンケート調査（平成26年度） 2 思春期世代は活動の範囲が家庭外に広がり、子どもだけで食事や間食をする機会が増えるため、自らの健康に関心を持ち、将来に向け食生活を自己管理する力を育む大切な時期であるが、中学生・高校生に対する食育の取り組みは十分でない。
今年度の推進方策	テーマ「思春期世代の食育力強化」 思春期世代が栄養バランスのとれた食事の実践や食品の選択力を身につけることができるよう、地域団体・関係団体・学校等と連携した実践活動を展開することにより、食育推進体制の充実を図る。 特に、「朝食の意義の啓発」「野菜摂取を中心とした栄養バランスのとれた食事の実践」に重点的に取り組む。
成果	・学校と連携し生徒の特性に応じた内容を企画することで、充実した実践活動を展開することができた。 ・思春期世代（高校生女子）の朝食、野菜摂取に関する意識を一部把握することができた。
今後の方向性	・地域団体・関係団体と連携した実践活動を展開することにより、食育推進体制の充実を図る。 ・実践活動の対象を市内学校に広げ、思春期世代の食生活に関する意識及び実態把握を行う。

2 会議の開催状況

実施日時	①平成29年5月23日（火）14:00～16:00 ②平成30年1月23日（火）14:00～16:00
参集者 (団体数 及び人数)	芦屋栄養士会、芦屋在宅栄養士会、芦屋いずみ会、食の健康協力店 芦屋市こども・健康部健康課、芦屋市教育委員会学校教育課 県立芦屋国際中等教育学校、県阪神教育事務所 県阪神農林振興事務所 (①8団体8人) (②8団体8人)
協議内容	①各団体・機関における今年度の重点食育活動について 当所実践活動について ②今年度の重点食育活動の評価 当所実践活動の報告、評価、次年度の方策検討
今後の方策	・重点課題の解決に関連する食育関係者を拡充し、連携強化を図る。

※会議の議事録、参集者名簿は別添のとおり。

3 食育実践活動の結果

テーマ	テーマ「思春期世代の食育力強化」		
対象及び参加者数	県立芦屋国際中等教育学校 (選択科目受講生) 延べ18人		
事業内容	日時・場所	内 容	講師・運営スタッフ
	平成29年 6月16日(金) 県立芦屋国際 中等教育学校	○講義 「自分の食事を振り返ってみよう」 ○グループワーク 「理想の朝食づくり ～野菜を摂取できる朝食を考える～」	芦屋健康福祉事務所
	平成29年 6月21日(水) 県立芦屋国際 中等教育学校	○調理実習 「理想の朝食づくり」 ○グループワーク 「栄養バランス」	芦屋健康福祉事務所 健康財団阪神南支部
	平成29年 9月6日(水) 県立芦屋国際 中等教育学校	○講義、グループワーク 「間食の上手な取り方」 「食品表示を見てみよう」	芦屋健康福祉事務所 公衆栄養学臨地実習生
成 果	<p>【成果】</p> <ul style="list-style-type: none"> 朝食の献立作成、実習等を通じて、生徒自身が食生活を振り返り、野菜を含む栄養バランスのとれた献立を考えることができた。また、グループワークを通じて自身の食生活の課題について気づきを促すことができた。 第3回ではピアエデュケーションを取り入れ、楽しく知識の習得ができるよう試みたところ、生徒の理解度が高まった。 同じ対象に連続してアプローチすることで、生徒の特性に応じた内容を企画、実施することができた。 <p>【評価指標と目標値及び達成状況】</p> <ul style="list-style-type: none"> 朝食を食べる人の割合(15～19歳)：目標値95%以上、達成状況100% 朝食に副菜を食べる人の割合：達成状況66.7% 実践活動に参加・協力した組織・団体数：目標値2、達成状況：2 <p>※朝食に関する目標値は県食育推進計画より引用。達成状況は実践活動において実施したアンケート結果によるもの。「朝食に副菜を食べる人の割合」は現状把握を目的としたため、目標値はなし。</p>		
今後の課題	<ul style="list-style-type: none"> 対象者数の拡大。 行動変容の評価手法の検討。 実践活動に参加・協力する団体数の増加。 		

※資料は別添のとおり。

健やか食育プロジェクト事業 【平成 29 年度の推進方策】

- ・「朝食・野菜摂取」をテーマに
実践活動を展開
- ・関係機関との連携

思春期世代の 食育力強化

県立芦屋国際中等教育学生を対象に、栄養バランスのとれた食事の実践や食品の選択力を身につけることができるよう、食育活動を展開しました。

第 1 回

日時：平成 29 年 6 月 16 日（金）

皆で考える

【内容】

- 1 講義「自分の食事を振り返ってみよう」
- 2 グループワーク「理想の朝食づくり
～野菜を摂取できる朝食を考える～」

グループワークの手順

- ①生徒が考えた朝食メニューを
食事バランスガイドに当てはめ、
つ（SV）をカウントする。
- ②栄養バランスをより良くする
ための工夫や、気づきを話し合い、
メニューを修正する。



食事バランスチェック中

第 2 回

日時：平成 29 年 6 月 21 日（水）

皆でつくる

【内容】

- 1 調理実習「理想の朝食づくり」
- 2 グループワーク
「栄養バランスについて考える」

生徒の感想など

- ・いつもたくさん野菜をとって
いないと感じた。
- ・朝食を摂ることは、色々な事に関わってくると知り、食欲のない日でもしっかり食べようと思った。
- ・（調理実習で）野菜を切るのが大変だった。



どちらも野菜が2SV以上摂れる
メニューができました。

第3回

日時：平成29年9月6日（水）

大学生の講話 &
皆で考える

【内容】講義、グループワーク

- 1 「間食の上手な取り方」
- 2 「食品表示を見てみよう」



ふだんよく食べるおやつ、飲み物を使い、栄養成分表示の見方や間食の選び方や目安量を学びました。

実践活動のまとめ

- ① 献立作成、実習等を通じて、生徒自身が食生活を振り返り、自身の食生活の課題に対する気づきを促すことができた。
- ② 同じ対象に連続してアプローチすることで、生徒の特性に応じた内容を企画、実施することができた。
- ③ 行動変容の評価手法については今後検討が必要である。

健やか食育推進会議

【構成メンバー】

芦屋栄養士会、芦屋在宅栄養士会、芦屋いずみ会、食の健康協力店
芦屋市こども・健康部健康課、芦屋市教育委員会学校教育課
県立芦屋国際中等教育学校、県阪神教育事務所、県阪神農林振興事務所

- ◆第1回 平成29年5月23日（火） 各団体における重点活動について
今年度の実践活動について
- ◆第2回 平成30年1月23日（火） 食育実践活動の報告
各団体の取組み報告、今後の活動について

平成30年度の推進方策

- ①各団体・機関に対し実践活動への協力を促し、連携体制の強化を図る。
- ②対象者数を拡大し、思春期世代の食生活に対する意識及び実態把握を行う。
- ③行動変容の評価手法を検討する。