

参加募集中!

食育応援ネットワーク

こうちし食育やるぞねっと



高知市では、「高知市食育推進計画」に賛同し、本市の食育を応援していただける団体・個人を募集しています。様々な分野で活躍される参加団体・個人の皆さんが情報交換し、相互に理解し合うことで、より効果的に食育を推進することを目指したネットワークです。

参加登録の流れ

①お申し込み：裏面の参加申込書に必要事項を記入し、下記の参加申込先へご提出ください。

参加申込書は、高知市ホームページからダウンロードできます。

(<http://www.city.kochi.kochi.jp/soshiki/37/yaruzonetto.html>)

また、高知市保健所健康増進課でも配布しています。

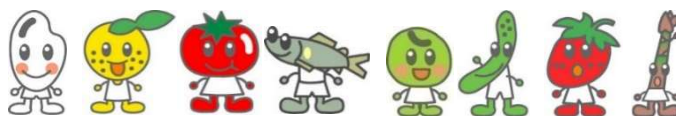
②審査：高知市食育推進委員会で審査をします。

高知市内で活動ができる方が参加登録できます。活動の目的が高知市食育推進計画の趣旨に合っていない場合、宗教活動や政治活動、営利目的の場合はお断りすることがあります。

③登録：参加登録票を作成し、高知市ホームページへ公開します。

参加登録をしたら

- ・高知市食育推進計画に基づき、食育活動へできる範囲でのご協力をお願いします。
- ・参加団体・個人について、活動内容などを高知市ホームページや広報などで紹介します。
- ・参加団体・個人が情報交換をする場「食育ネットワーク会議（情報交換会）」を開催しますので参加ください。
- ・他の団体との協働による活動につながった場合など、新たな取組に関して、下記の高知市食育推進委員会事務局まで情報提供をお願いします。
- ・食育活動にご利用いただける高知市の食育キャラクター「高知の食育8きょうだい」のイラストデータをお渡しできます。



高知の食育
8きょうだい

【参加申込・問い合わせ先】

高知市食育推進委員会 事務局（高知市健康福祉部 保健所 健康増進課）

〒780-0850 高知市丸ノ内1丁目7-45 総合あんしんセンター1階

TEL : 088-803-8005 FAX : 088-823-8020 E-mail : kc-140400@city.kochi.lg.jp

こうちし食育やるぞねっと 参加申込書

| | | | | | | | |
|------------------------|--------|------------|---|---------|---|---|--|
| ふりがな | | | | ふりがな | | | |
| 参加団体・個人名 | | | | (団体の場合) | | | |
| | | | | 担当者名 | | | |
| 愛称での登録希望 有 (愛称: _____) | | | | | | | |
| 連絡先 | 住所 | 〒 _____ | | | | | |
| | TEL | — | — | FAX | — | — | |
| | E-Mail | | | | | | |
| | ホームページ | | | | | | |
| 私たちはこんな団体です (団体の概要) | | | | | | | |
| | 構成人数 | 人 (年 月現在) | | | | | |

●こんな食育活動を行っています

| | |
|-----------------------------------|--|
| 活動の具体的内容 (今後の予定についても記入してください。) | |
|-----------------------------------|--|

活動分野 (高知市食育推進計画の目標に基づく) *当てはまる項目すべて○をつけてください

| えらび | | はぐくむ | | つなぐ | |
|--------------------------|-----------|-----------------------------|-------------------|--------------------------|-------------|
| 食をえらび力高める | | 高知の食をとりまく環境を大切にし、健康な心身をはぐくむ | | みんなで食育の輪をつなぐ 人の輪をつなぐ | |
| <input type="checkbox"/> | 健康的な食を選ぶ | <input type="checkbox"/> | 健康な心身をはぐくむ | <input type="checkbox"/> | 一人ひとりが取り組む |
| <input type="checkbox"/> | 安全安心な食を選ぶ | <input type="checkbox"/> | 高知の食(食材・食文化)を大切にす | <input type="checkbox"/> | ライフステージをつなぐ |
| <input type="checkbox"/> | 高知の食を選ぶ | <input type="checkbox"/> | 高知の自然環境を大切にす | <input type="checkbox"/> | 命をつなぐ |
| | | | | <input type="checkbox"/> | 次世代へつなぐ |
| | | | | <input type="checkbox"/> | 社会をつなぐ |

●こんな協力ができます (材料代など費用を伴う場合はその旨を記入してください)

| | 具体的な内容 |
|---------------|--------|
| 講師・ボランティア等の派遣 | |
| 資料の提供または貸出 | |
| 食材・資材の提供 | |
| 施設の提供 | |
| 体験の場の提供 | |
| その他 | |

●その他連絡事項

{ _____ }

第1回『こうちし食育やるぞねっと』情報交換会

食育応援ネットワーク「こうちし食育やるぞねっと」に登録いただいている団体がお互いの活動を知り、情報交換する場として開催しました。

日時 平成29年2月23日(木) 14:00~16:00

場所 総合あんしんセンター2階 大会議室



1 こうちし食育やるぞねっと登録団体の活動紹介

☆高知市食生活改善推進協議会

「私達の健康は私達の手で」を合言葉に、食を通じたボランティア活動をしています。

☆株式会社 高南メディカル

給食管理業務のプロ集団として、病院・福祉施設・学校・幼稚園の給食業務を受託しています。健康に関する講座や、料理教室を実施しています。

☆公益社団法人 高知県栄養士会

栄養士・管理栄養士の団体です。県民の皆様が健やかでよりよく生きるため、食と栄養の指導や支援を通して活動しています。

☆高知市食品衛生協会

高知市内の食品事業者の団体です。食品衛生の向上を図り、消費者に安全な食品を提供することを目的に活動しています。

☆株式会社 サンシャインチェーン本部

生鮮食品スーパーマーケットを運営しています。地域密着に積極的に取り組み、地産地消とともに、安全・安心・旬・鮮度・本物の美味しさを追及しています。

2 つながろう！ 食育について情報交換しよう！

「やるぞねっと」登録団体の他、小学校関係者や食育活動をしている団体も交えて情報交換しました。高知市が食育で大切にしている「えらぶ」「はぐくむ」「つなぐ」の3つの視点で、高知の食（食材や食文化）を大切にすることや安全安心の食を選ぶこと、食の循環について子どもを中心に幅広い世代に伝えていくことなど、活発に意見交換しました。

〈参加者〉 48人

| | |
|---------------------|-----|
| 「やるぞねっと」登録団体（6団体） | 18人 |
| 小学校関係者（3校） | 4人 |
| 「やるぞねっと」登録団体以外（4団体） | 5人 |
| 高知市職員（10課） | 21人 |



第2回

『こうちし食育やるぞねっと』 情報交換会を開催しました



〈開催日〉平成30年2月5日(月) 14:00~16:00 〈参加者〉37名

〈場所〉総合あんしんセンター3階 大会議室

| | |
|-----------|-----|
| 登録団体 | 13名 |
| 一般参加 | 11名 |
| 高知市職員 | 4名 |
| 高知市食育推進委員 | 9名 |

①登録団体の活動紹介

☆株式会社 サニーマート

- ・高知・愛媛県の18店舗で、毎月、食育活動を行っている。
- ・様々なスポーツ教室等を通して、地域の子どもの健康づくりに取り組んでいる。
- ・親子での米作り、エコ教室、おしごと体験等の体験活動を、地元の生産者・メーカー等の協力のもと行っている。
- ・地域密着の取組として、「愛菜の日」「野菜の日」、健康づくりイベント、「防災フェア」にも取り組んでいる。
- ・各料理アドバイザーによる日々のメニュー提案は、商品売のためでなく、お客様への食事提案を目的に実施。
- ・ホームページにてSUNNYさんのレシピを掲載。
- ・御座店2階キッチンプラス料理教室では、地元のお店の方や生産者を講師に、様々な教室を開催。
- ・あその店では、毎月、「食育講座」を開催。



☆株式会社 サンブラザ

- ・食育基本法が制定された時から食育に取り組んでいる。
- ・「医食同源」をテーマに、食べることが大事ということの基本としてきた。
- ・土佐市波介小学校にて「お弁当の日」を実施。今後は他の店舗でも徐々に広げていきたい。
- ・塚の原店では、商業高校社会マネジメント科の生徒と協働で、県内産の食材を使った商品開発を行い、文化祭や店舗での販売が実現。大変好評だった。来年度も実施する予定。
- ・緑ヶ丘店では、毎月19日の食育の日を目安に、チラシにてメニューや旬の商品を提案し、店舗で、販売・レシピ配布等を実施。
- ・食育通信を店頭で配布。
- ・高知大学出身の従業員の提案により、店舗にて防災に関する情報を発信。



②つながろう！食育について情報交換しよう！ テーマ『若い世代をいかに巻き込むか！』



国の第3次食育推進基本計画における重点課題のひとつに「若い世代(特に20・30歳代)を中心とした食育の推進」があります。朝食欠食や栄養の偏りなど、他の世代より多くの課題を抱えている実態があり、高知市でも、若い世代は朝食欠食率が高い等の課題があります。

若い世代が、自分のため、また次世代のために「食」を見つめ直すきっかけづくりとして、情報交換し、様々なご意見をいただきました。

- 20・30歳代の若い世代が食べないというのは、小さい頃から「食べる必要性」や「食べることで何か」ということを教えられているかということが関係しているのではないかと。
- 食に関する話を、小さい子どもを対象にする場合でも、一緒にいる保護者にも意識を向けて話をするようにしている。また、子どもから親へ伝えることで、親世代にも「気づき」になるのではないかと。
- 自分たちが若い時の食生活も良いものではなかったが、最も違うのはコンビニがなかったということ。また、今はあまり人と集まらず一人で食事をする時代になり、食に対する考え方が変わったように思う。
- 情報社会の中で、SNSを活用した情報発信をしていくことが大事。
- 子どもの時から家でやっていない、今の親世代を育てたのは自分たち。自分の子どもに何もさせずに大人にさせてしまった。
- 働き盛りの方、食生活を今一度見直していただきたい。
- 20年前からずっと「食育」ということを考えてきたけど、結局、一人では何も出来ない。
- 今日の会で、食育に関して皆が力を合わせてやっていけていることがすごく嬉しく思った。
- 今後、大学生と協働で何かできたらと思った。



こうちし食育やるぞねっと登録団体

- ①高知市食生活改善推進協議会
- ②株式会社 高南メディカル
- ③公益社団法人 高知県栄養士会
- ④高知市食品衛生協会
- ⑤株式会社 サンシャインチェーン本部
- ⑥株式会社 サニーマート
- ⑦公益財団法人 高知県魚さい加工公社
- ⑧株式会社 サンブラザ
- ⑨鍋焼きラーメン専門店 あきちゃん
- ⑩公益社団法人 全日本司厨士協会 瀬戸内支部 (※情報交換会後、登録)



『こうちし食育やるぞねっと』 情報交換会を開催しました



〈開催日〉 令和元年7月22日(月) 14:00~16:00 〈参加者〉 30名
 〈場所〉 総合あんしんセンター3階 大会議室

| | |
|-----------|-----|
| 登録団体 | 11名 |
| 一般参加 | 4名 |
| 高知市食育推進委員 | 11名 |
| 高知市職員 | 4名 |

①「第3次高知市食育推進計画」の紹介

市民の健康と豊かな資源や独特の食文化を守り、市民自らの取組を支援することを目的に策定した「第3次高知市食育推進計画」について紹介しました。

平成30年に実施しました「高知市食育に関するアンケート」から、市民の食育への関心や、食に関することを実践している人の割合は5年前に比べ、どの年代も増加しました。特に小学生・中学生の食育に関する実践が高まった一方、20~30歳代の若い世代に、朝食欠食や栄養の偏りなどの問題があることがわかりました。

食育は、子どもから高齢者に至るまで、生涯を通じた取組であることが重要です。それぞれのライフステージに応じた取組を、関係者の連携・協働によりすすめていきます。



②若い世代を対象とした取組の紹介

☆高知市食生活改善推進協議会

- ・「私たちの健康は私たちの手で」をスローガンに、食を通じた健康づくり活動をすすめるボランティア。全国、高知県、高知市に関する様々な事業に取り組んでいる。
- ・高知市の女性健診では、20歳代、30歳代の女性を対象に、バランスよく食べることや野菜を1日350g食べましようといった啓発を行っている。
- ・若者世代や働き世代に対する生活習慣病予防の講座を開催するにあたり、若い世代の参加者を集めるのにも苦労している。
- ・今年度、初めて「料理恋活」に取り組む。高知県少子対策課関連の事業で、20歳代~40歳代の男女が一緒に料理を作って、最終的にカップル誕生につなげる。ヘルスマイトが関わることで、バランスよく食べることや料理の楽しさを伝え、若い世代が食に関心を持つきっかけにしたい。9月、11月、2月の3回開催予定。

☆株式会社 サンブラザ

- ・毎月(8月と12月を除く)第3金曜日~日曜日を「食育の日」として取り組んでいる。
- ・1食献立の提案、バランスごまの活用、お惣菜コーナーにて主菜となるメインおかずの販売を行っている。
- ・2か月に1度「食育定例会」を実施。
- ・地域密着活動として、「お弁当の日プロジェクト」と題して、小中学校でお弁当についてのミニ講座の実施や一緒に調理実習を行い、バランスのとれたお弁当作りに取り組んでいる。
- ・高知商業高校生と協働で商品開発した「ゆずから」「土佐の結び」など、高知県産食材に目を向けた商品作りを行っており、今後も継続していく予定。
- ・十市小学校児童と協働で商品開発した「十菜(てんさい)シャモ」シリーズは、十市を元気にする、高知県産含む10種類の野菜を取り入れる、シャモ肉を使うというコンセプトで、お弁当お惣菜の開発を行っている。
- ・佐川高校、春野高校でも同様に行っており、今後は高知県立大学健康栄養学部学生と「健康」をテーマにした商品開発を予定している。

③情報交換

- ・ヘルスマイトは子ども食堂にどんな感じで関わっているか?
- ・ヘルスマイトとしての活動ではないが、個人的に関わっているヘルスマイトはいると思う。

- ・子ども食堂によって、参加者が子ども中心のところ、地域の赤ちゃんから高齢者までが来るところ、様々ある。
- ・おじいちゃんもおばあちゃんも来て、触れ合うことが大事だと思う。

- ・県立大の学生と子ども食堂に取り組んでいる。
- ・七夕には、流しそうめんをしながら七夕飾りをみんなで作った。

- ・高知市食品衛生協会の活動紹介「親子食品衛生教室~スーパーマーケットの衛生管理を見てみよう~」

- ・「世界料理オリンピック」に出場する。色んな高知の食材を使いたいと考えている。このような取組を通して、若い世代に食への興味を持ってもらうことにも貢献したい。

- ・「料理恋活」のメニューは?
- ・簡単に出来る料理を、1品につき20分間で作る。
 <予定>①ホットサンド風トースト
 ②簡単ささみフライ
 ③ゴロゴロ野菜スープ煮
 ④柑橘ドレッシングサラダ
 ⑤グレープフルーツゼリー



こうちし食育やるぞねっと登録団体

- ①高知市食生活改善推進協議会
- ②株式会社 高南メディカル
- ③公益社団法人 高知県栄養士会
- ④高知市食品衛生協会
- ⑤株式会社 サンシャインチェーン本部
- ⑥株式会社 サニーマート
- ⑦公益財団法人 高知県魚さい加工公社
- ⑧株式会社 サンブラザ
- ⑨鍋焼きラーメン専門店 あきちゃん
- ⑩一般社団法人 全日本司厨士協会 瀬戸内支部