

平成28年度の 具体的な取り組みについて

○ 地域栄養カレッジの開催	13頁
○ 奈良県食育作文コンテスト	16頁
○ 平成28年度県民健康・食生活実態調査	18頁
○ 食育推進体制の整備	19頁

地域栄養カレッジの開催

奈良女子大学生生活環境学部食物栄養学科(委託)

目的: 県の食の課題である県民の野菜摂取量を増やすための取組の一環として、学童期の子どもとその保護者を対象に「地域栄養カレッジ」を開催し、特に野菜に関する情報や知識を楽しく効果的に伝え、親子で健康的な食習慣が継続できるよう支援する。

1. 開催日時

第1回:平成28年 8月19日(金) 10時~13時 参加者 小学生:22名 保護者:18名

第2回:平成28年12月18日(日) 10時~13時(予定)

2. 対象 小学校1.2年生とその保護者 20組

3. 内容

時刻	子ども向けプログラム	保護者向けプログラム
10:00	ベジパワーガールズによる まほうのクッキング教室 & 講演 「すごいぞ！ベジパー」※	講演「野菜の機能性」 (11:00まで) ※講演後、まほうのクッキングを見学
12:00	ランチタイム！好き嫌いをなく食べられるかな？	
12:40	食事バランスゲーム ^{※※} (希望者対象)	食生活相談(希望者対象)

※講演「すごいぞ！ベジパワー」
奈良女子大学食物栄養学科の学生が、
子どもたちに分かりやすく野菜の必要性、
効果等を説明。

※※食事バランスゲーム
食品サンプルを用い、普段の食生活をチェッ
ク。
管理栄養士によるアドバイス。



地域栄養カレッジとは、食や健康の大切さを伝えるプロジェクトです。奈良女子大学 食物栄養学科の学生(ベジパワーガールズ)が、「野菜のパワー」について体験教室を行います。いっしょに学んでみませんか!

参加費無料

小学校1,2年主とその保護者向け

定員20組(先着順)

8/15(月)まで延長しています。

平成28年 8月19日 (金)

9:45 開場 ~ 13:00 終了予定

会場：奈良女子大学 生活環境学部 D棟

内容：保護者向け 講演「調理科学から見た野菜の機能性」
講師：奈良女子大学 食物栄養学科 教授 齋藤 恭枝 先生
子ども向け 奈良女子大学生による「まほうのクッキング教室」

お申込み方法：裏面申込書に必要事項をご記入のうえ、平成28年8月1日(月)必着で奈良県健康づくり推進課まで郵送またはFAXでお申し込みください。

すごいぞ！ベジパワー！

ベジパワーガールズが野菜のはたらきや野菜の魅力を分かりやすくお伝えします。

まほうのクッキング教室

野菜に触れることで新たな発見や食べようと思えるきっかけを作ります。

食事バランスゲームをしてみよう

食事サンプルの中から普段の食事を選んで栄養バランスをチェックしましょう。

食生活のお悩みありませんか？

管理栄養士が食事で困ったことがあれば相談をお受けします。ご自分のこと、ご家族のこと、お気軽にお尋ねください！



地域栄養カレッジの開催 第1回実施後の参加者アンケート結果より

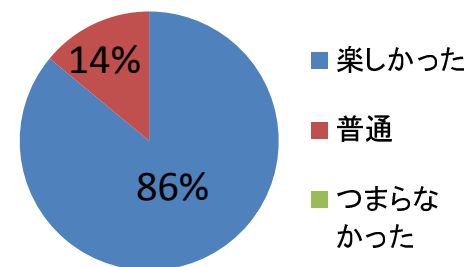
- 子ども自身が、同年代の子どもとの調理体験を通じて苦手な野菜を食べる様子に、保護者の驚きの反応が多かった。
- 子どものアンケート結果からは、野菜や料理に対する関心が高まり、「これから野菜をたくさん食べよう」という気持ちにつながったことがうかがえる。
- 定期開催を希望する保護者の意見が複数あった。

【保護者の主な感想】

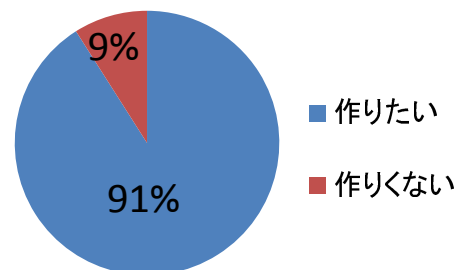
- 野菜嫌いの子どもが、**同年代の子どもと自分で作る**ことによって食べて、おいしいと言いました。**食物・野菜に親しむ機会**は大切だと思いました。
- 野菜の大切さを分かりやすく子どもに伝えていただき、また、**自分たちでお料理することで食べてみようと思**う気持ちを引き出していただきました。**家とは違ってすっきりきれいに食べ**きた娘にびっくりしました。これからはお料理を頑張ってもらおうと思いました。
- 野菜嫌いの息子がペロリと食**べました。今回の企画はありがたいです。もっと色々な食材を利用したいです。
- 夏休みの間に2～3回開催して欲しいです。
- シリーズで企画してください。

【子どもに対するアンケート結果より】

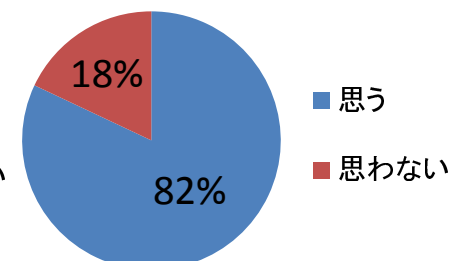
○料理をするのは楽しかったですか。



○今日の料理を家でも作ってみたいですか。



○これからもっと野菜を食べようと思いましたが



奈良県食育作文コンテスト

県民が「食」と「健康」に関心をもち、健全な食生活を実践するという機運の醸成を図ることを目的に平成26年度から実施。



平成26年度実績

◆応募総数 687作品

小学校の部	225作品
中学校の部	212作品
高等学校の部	148作品
一般の部	102作品

平成27年度実績

◆応募総数 1,024作品

小学校の部	440作品
中学校の部	363作品
高等学校の部	169作品
一般の部	52作品

平成28年度実績

◆応募総数 1,693作品

小学校の部	408作品
中学校の部	575作品
高等学校の部	667作品
一般の部	43作品

- ◆表彰式：「おでかけ健康フェスタ」平成28年11月5日
- 最優秀賞 各部門1名(合計4名)
 - 優秀賞 各部門2名(合計8名)

平成28年度 表彰式（平成28年11月5日（土）於：奈良県文化会館）



平成28年度県民健康・食生活実態調査

【目的】

以下の取組を行うための基礎データを収集する。

- ①それぞれの市町村が食に関する課題を把握し、効果的な施策を実施する。
- ②県及び市町村が県民の食生活の改善を支援し、生活習慣病対策を推進する。
- ③教育委員会及び市町村と連携・協働し、子どもの頃からの食育を推進する。
- ④県民の野菜摂取量を増やすため、県民運動として施策を展開する。

【対象】

対 象	成人(20歳以上)	3歳児の保護者	小学校1年生の保護者	小学校5年生の保護者
調査方法	郵送によりアンケート調査を実施、回収。	各市町村に調査票を送付し、市町村が実施する三歳児健康診査時に調査、回収。	小学校に調査票を送付し、小学校を通じて調査、回収。	小学校に調査票を送付し、小学校を通じて調査、回収。
調査時期	10月～11月	11月	11月	11月
調査対象者数	奈良県在住の20歳以上の男女10,250人 住民基本台帳をもとに、4年齢階層(20～39歳、40～64歳、65～74歳、75歳以上)から無作為抽出。	10月～11月に各市町村の三歳児健康診査を受診した児の保護者約1,144人	奈良県内の公立小学校に通学する6歳～7歳の保護者約1,100人 学校は、県内の公立小学校より無作為抽出。 (学校数20校)	奈良県内の公立小学校に通学する9歳～10歳の保護者約1,100人 学校は、県内の公立小学校より無作為抽出。 (学校数20校)
対象者抽出方法	委託事業者により対象を抽出し、郵送により調査を実施、回収する。	奈良県が市町村に調査を依頼。市町村が三歳児健康診査時に保護者に回答を依頼。回収は市町村で行い、奈良県に送付する。	奈良県が該当する小学校に調査を依頼。学校が児童を通じて保護者に調査票を配布。回収は学校で行い、奈良県に送付する。	奈良県が該当する小学校に調査を依頼。学校が児童を通じて保護者に調査票を配布。回収は学校で行い、奈良県に送付する。

【調査方法】

食生活に関する調査は、BDHQ(簡易型自記式食事歴法質問票:brief-type self-administered diet history questionnaire)を用いる。また、生活習慣に関する調査は、奈良県独自に項目を追加する。

BDHQは、専用の栄養価計算プログラムによって、およそ30種類の栄養素と、およそ50種類の食品の摂取量を算出できる。

また、対象者ごとの個人結果表を出力することができる。

BDHQの調査票は、対象により成人用、小学生～高校生用、3歳～6歳用の3つの調査票を用いる。

食育推進体制の整備

- ◆ 奈良県食育推進会議の開催(2回/年)
奈良県の食育推進について、取組方針の検討と評価
第1回:H28.11.8 第2回:H29.3月予定

市町村の食育推進計画策定状況

平成29年3月末見込み

33市町村(策定率84.6%)

※平成29年3月末までに策定予定:御所市・三宅町・上牧町・野迫川村

策定年度	H19	H20	H21	H22	H23	H24	H25	H26	H27
策定市町村数	4	6	8	11	13	18	24	26	29

【未策定市町村の策定見込み時期】

市町村名	策定見込み時期	市町村名	策定見込み時期	市町村名	策定見込み時期
御所市	平成28年度中	河合町	策定予定なし	上北山村	策定予定なし
三宅町	平成28年度中	下市町	平成30年3月	川上村	策定予定なし
明日香村	平成29年度中	天川村	策定予定なし		
上牧町	平成29年3月	野迫川村	平成29年3月		