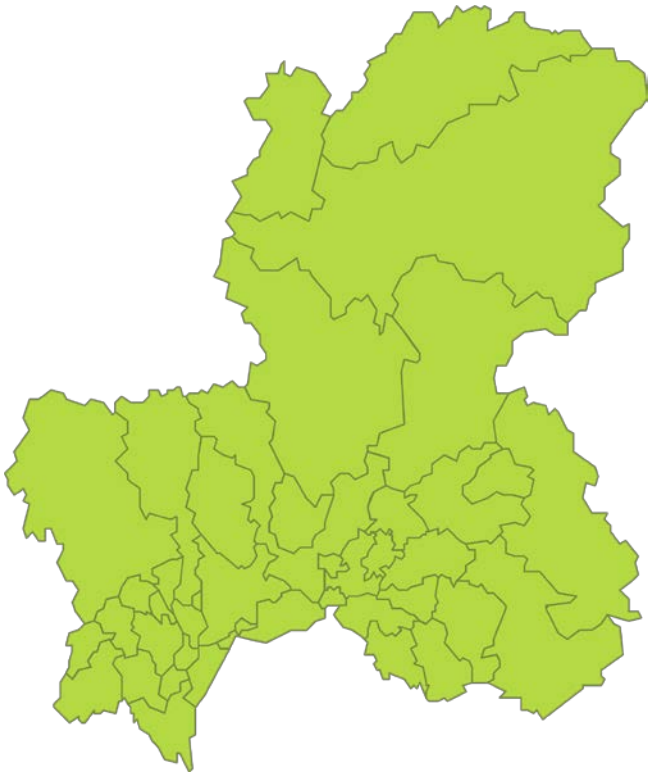
農林水産省　平成 29 年度　補助事業

地域の魅力再発見 食育推進事業
報告書



岐 阜 県

一般社団法人ＭＯＡインターナショナル

目　次

１．はじめに 1

２．事業の目的及び目標 2

３．成果目標 3

４．食育推進検討会の開催 3

５．食育推進リーダーの育成及び活動の促進 4

６．食文化の保護・継承のための取組～料理講習会の開催 5

（１）料理講習会 5

（２）料理講習会のまとめ 12

７．農林漁業体験の機会の提供 13

（１）農業体験会 13

（２）農業体験会のまとめ 14

８．事業成果のまとめ 15

（１）第３次食育推進基本計画及び県の食育推進計画の目標達成への寄与 15

（２）波及効果（参加者及び資格者アンケートより） 18

９．参考資料 19

（１）実施体制 19

（２）県との窓口 19

（３）参加者アンケートの集計データ 20

１．はじめに

農林水産省は、食育基本法に基づき、第３次食育推進基本計画を定め、生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性を育むため、生涯にわたる食育の環(わ)を定め、５つの重点課題を柱とした取り組みを推進している。

◆ 第３次食育推進計画　重点課題

① 若い世代を中心とした食育の推進
② 多様な暮らしに対応した食育の推進
③ 健康寿命の延伸につながる食育の推進
④ 食の循環や環境を意識した食育の推進
⑤ 食文化の継承に向けた食育の推進

◆ 第３次岐阜県食育推進基本計画－未来へつなぐ清流の国ぎふの食育－

生涯にわたって健全な食生活を実践できる人を育てる「食育」を推進する
食育を総合的かつ計画的に推進するための第３次食育推進計画を策定する

・目的　　心身の健康の増進と豊かな人間形成の実現
　　健康寿命の延伸

・重点世代　次世代を担う子どもと食生活の課題が多い青年期

・３つの基本方針
　１．多様な暮らしを支える食育の推進
　２．食の循環や環境に配慮した食農教育と地産地消の推進
　３．社会環境づくりの推進と、県民とともに進める県民運動の展開

今回、一般社団法人ＭＯＡインターナショナルは、岐阜県の認可を得て、「平成 29 年度岐阜県地域の魅力再発見食育推進事業」を実施した。実施にあたっては、上記の重点課題を基に、以下の課題と目標をもって、県内各地で食育活動体験会を開催した。

□ 参加者募集チラシ（料理講習会、農業体験会）

２．事業の目的及び目標

第３次食育推進基本計画及び第３次岐阜県食育推進基本計画－未来へつなぐ清流の国ぎふの食育－に示されている具体的な計画目標に基づき、下記の目標をもって、本事業に取り組みました。

具体的には、食育への関心度を向上させ、地域の食文化の保護・継承のため、栄養バランスに配慮した日本型食生活の実践を図る「料理講習会」及び農林水産業への理解を深める「農業体験会」を開催する。そのために実施計画を立て推進し、成果を検証する「食育推進検討会」を行うとともに、県内の各市町において料理講習会を実施する「食育推進リーダーの育成」を目的とした研修会を開催した。

特に、健康づくりにつながる食育をテーマに、参加者が地域の農業や食品への理解を深め、岐阜県産や国産農産物の使用頻度を高める地産地消の啓発となるよう料理講習会や農業体験会の内容を工夫する。また、当法人オリジナルのチャレンジシートを活用して、参加者が食習慣の改善に取り組む機会とし、その取り組みを食育資格者がサポートし継続するとの、行動変容を見据えた取り組みとなるように実施する。

- **次世代を担う子どもと青年期（若い世代）を対象とした料理講習会を、県内 11 会場で開催**
- **地域の食文化や農林水産業への理解を深めるための農業体験会を、１会場で２回積み上げて開催**

これらの取り組みを通して、地域や家庭での食文化の継承につなげ、日本型食生活を実践する力を身につけ、食に感謝する気持ちをもつなど「食を通して人をはぐくむ」食育推進計画の目標達成に寄与することを目標とした。

３．成果目標

（１）地域における食文化の継承及び、日本型食生活等の普及を促進する「料理講習会」では、栄養バランスに配慮した食生活の実践度の向上を図る

① ごはんを主食に、主菜、副菜を組み合わせたバランスの良い食事を１日２回以上ほぼ毎日食べている人の割合の向上を目指す。

② 料理講習会をきっかけに食育推進に関わるボランティアに参加する人を増やす。

（２）農林漁業体験の取り組みを支援する「農林漁業体験会」では岐阜県内や地域の農林水産業に対する理解度の向上を図る

① 農業体験会の参加者の増加を図る。

（３）全事業について≪料理講習会、農業体験会≫共通の目標

① 国産の農林水産物、有機農法や自然農法の農産物、地域の食品の価値を再発見し、食品を購入する際に「国産や地域の食品を選ぶ」とする者の向上を目指す。

４．食育推進検討会の開催

岐阜県の食育推進計画の目標達成に向かって、食育推進リーダーの研修会、料理講習会と農業体験会を計画し、その効果を検証する。

（１）検討委員と事務局員

氏名	在住地	立場
早川　麻理子	名古屋市	名古屋経済大学大学院 人間生活科学研究科 栄養管理学専攻 人間生活科学部 管理栄養学科 准教授
下田　秀郎	羽島市	ＭＯＡ自然農法文化事業団 岐阜担当普及員
小坂　君子	関市	食育指導士、食育推進ネットワーク（いきいき）代表
永田　佐久子	岐阜市	食生活改善推進委員 いきいきれんげの会 代表
坪井　律子	揖斐川町	れんげの会 代表
林　　明美	多治見市	多治見市 ゆりの会 代表
佐田　純子	美濃市	ナチュラルフード・フラワーサークル 代表
長尾　光浩	―	ＭＯＡインターナショナル岐阜　チーフ
相川　基弘	―	ＭＯＡインターナショナル岐阜　ＭＯＡ食育指導員

第１回の食育推進検討会は、7 月 23 日、MOA 岐阜拠点において、前記の課題を踏まえ、参加者に理解と実践が進むよう、以下の 4 点について計画の策定を行った。

イ）生活習慣病の予防と食事の改善を図る食育推進リーダー研修会の研修内容の決定

ロ）日本型食生活の理解と実践を進め、和食や郷土料理の継承を図る料理講習会レシピの決定

ハ）食や農への理解を深める農業体験会の会場の選定

ニ）参加者のチャレンジシートを活用した食事の改善を、資格者が支援する実施運用

■第１回　食育推進検討会（於：MOA 岐阜拠点）

第２回の食育推進検討会は、11 月 7 日、MOA 岐阜拠点において、上記の４点について事業成果のまとめ及び検証を行った。第 3 回は 2 月 24 日、事業報告書を確認し、30 年度の計画を話し合った。

５．食育推進リーダーの育成及び活動の促進

第１回食育推進リーダー研修会は、8 月 2 日～18 日の期間中に、岐阜（14 名）、大垣（13 名）、多治見（8 名）、養老（9 名）の各会場で開催し、食育指導員講師が食育資格者 44 名へ、本事業の目的と成果目標を伝え、調理講習を行う等、計画の実施を具体化した。

第 2 回の研修会は、2 月 25 日に 4 会場にて、事業報告書を確認し、30 年度の計画を話し合った。

■食育推進リーダー研修会の様子

（MOA 岐阜拠点）

（MOA 養老拠点）

（大垣市安井地区センター）

６．食文化の保護・継承のための取組～料理講習会の開催

ごはんを主食に、主菜、副菜を組み合わせた日本型食生活の実践と生活習慣病の予防を図るため、下記の課題をもって、地域の伝統的な食文化を理解し、その継承につながる料理講習会を開催した。

◆　料理講習会の課題

・ごはんを主食に、主菜、副菜、栄養バランスの整った食事を１日２回以上食べる取り組み

・地域の野菜を活用した料理レシピを普及し、国内産や岐阜県産の食材の使用頻度を高める

・食文化としての和食や郷土料理を継承する取り組み

（１）料理講習会

■開催一覧

開催日	開催地	参加者数	講師･サブ	メニュー
7 月 29 日	岐阜市	7 名	3 名	「地産地消」を中心とした夏野菜カレー、野菜たっぷり工夫サラダ
8 月 9 日	多治見市	9 名	3 名	郷土料理を味わう朴葉寿司、具沢山のみそ汁
8 月 18 日	関市	7 名	3 名	地元の食材を使ったご飯、豚肉のはさみ焼き、五色なます、水菜のナッツナムル
8 月 28 日	本巣市	17 名	3 名	トマトご飯、油麩となすのうま煮、ピーマンのじゃこ豆チーズポトフ
8 月 31 日	岐阜市	9 名	3 名	郷土寿司、かぼちゃサラダ、冷や汁、牛乳寒天
9 月 3 日	岐阜市	15 名	3 名	朴葉寿司、具沢山のみそ汁、牛乳寒天
9 月 12 日	羽島市	9 名	3 名	地元食材を使ったレンコンのはさみ揚げ、かぼちゃのポトフ
9 月 14 日	養老町	11 名	3 名	かきまぜご飯、のっ平汁、付け合せ
9 月 24 日	大垣市	8 名	3 名	和風ビビンバ、中華スープ、かぼちゃサラダ、旬のゼリー
10 月 5 日	関市	14 名	3 名	ご飯、鶏ちゃん、サラダ、ピザ、季節のフルーツ
10 月 18 日	美濃市	7 名	3 名	かぼすの味付けご飯、かぼちゃバーグ、お吸い物、各種サラダ
合計		113 名	33 名	

① 開催日：７月２９日、開催地：岐阜市、参加者：７名、講師･サブ：３名
料理レシピ；夏野菜カレー、野菜たっぷり工夫サラダ

◆　参加者の感想

イ）お話を聞いて、朝食はパン派でしたが、これからはご飯を食べていきたいと思いました。またナスは嫌いでしたが、素揚げにすることで甘味がでて美味しく食べる事ができました。（１０代学生）

ロ）自然農法のお野菜の味が、こんなにしっかりしているとは思いませんでした。特に玉ねぎの甘さには驚き、地元にこんなにいいものがあるなら、これからは有機農法や自然農法の食材を選んでいきたいと思いました。（４０代女性）

◆　講師の感想

イ）地産地消として､地元農家の方が行っている自然農法のお米や野菜にこだわり、調味料もオーガニックショップで添加物の少ないものを選びました。親子世代や青年、学生に本物の味を知ってもらおうと工夫しました。その結果、参加されたお子さんは普段あまり食べない野菜を「美味しい」と言って食べられるなどの変化がありました。サポーターとして凄く嬉しい変化でした。

② 開催日：８月９日、開催地：多治見市、参加者：９名、講師･サブ：３名
料理レシピ；朴葉寿司、具沢山のみそ汁

◆　参加者の感想

イ）初めてこういう場に参加しましたが、皆さんと一緒に話しながら楽しくワイワイ作れたので嬉しかったです。今日来て本当によかったと思います。またこういう機会をもっていただき集まりたいです。普段作らないものを作れたので、家に戻ったら早速子どもと一緒に料理をしてみたいと思います。（３０代女性）

◆　講師の感想

イ）郷土料理としての朴葉寿司にチャレンジしました。多治見市にお住まいの県議も参加され、本事業の全体像を理解して挨拶をして下さいました。参加された皆さんが喜んで作って下さり、本当によかったです。今回サブ講師を務めましたが、皆さんの満足した顔を見て、やって良かったと思いました。

ロ）母が生前よく作ってくれた思い出の朴葉寿司、皆さんも「すごく美味しい！」と喜んで下さり、岐阜県の伝統食を親子さんたちに伝えることは文化継承の意味でも非常に大切であると感じました。

③ 開催日：８月１８日、開催地：関市、参加者：７名、講師･サブ：３名
料理レシピ；ご飯、豚肉のはさみ焼き、五色なます、水菜のナッツナムル

◆　参加者の感想

イ）野菜のおひたし（ナムル）は、出汁やミックスナッツを使うことにより醤油など塩分を控え薄味にできること、味つけは食材のもつ香りや風味で補い余分な塩分は出来るだけ入れないようにすると良いことを学び、今までいかに必要以上の塩を使っていたかが分かり、反省しました。（６０代女性）

◆　講師の感想

イ）皆で話し合い、市の管理栄養士にも「バランスのよい日本型食生活」の講座やレシピの作成などお手伝いをいただき、協働で行うことができました。私たちも今後、健康な市・関の町づくりに協力していきたいと語り合いました。

④ 開催日：８月２８日、開催地：本巣市、参加者：１７名、講師･サブ：３名
料理レシピ；トマトごはん、油麩となすのうま煮、ピーマンのじゃこ豆チーズポトフ

◆　参加者の感想

イ）講師の先生の話が分かりやすく、家庭生活に活かしたいと思いました。また手軽に作れるメニューで、家でもすぐできそうでした。手伝った子どもたちも一生懸命にお手伝いしてくれて、本当に楽しく参加できました。（４０代女性）

◆　講師の感想

イ）ご縁があり TV 等でも活躍されている管理栄養士の先生が特別講師として参加して下さり、栄養学の観点からバランスの優れた食事のあり方、また地産地消をメインにした食材を使っての調理など、本当に目から鱗の料理教室ができました。参加者からこの繋がりを大切にしたいとの声もあり、今後が楽しみです。

⑤ 開催日：８月３１日、開催地：岐阜市、参加者：９名、講師･サブ：３名
料理レシピ；郷土寿司、かぼちゃサラダ、冷や汁、牛乳寒天

◆　参加者の感想

イ）男性の参加者もいて幅の広い料理講習会だと思いました。郷土寿司も初めて作りましたが意外と手軽にでき、我が家の定番メニューにしてもいいくらいだと思いました。（５０代女性）

ロ）子どもが初めて、調理を手伝ってくれました。こういう機会があると子どもの成長を見られるとともに、食に関しての勉強も一緒にできるので、素晴らしい場を持っていただきありがとうございました。（４０代女性）

◆　講師の感想

イ）みなさんと話し合う中で、日本型食生活を中心としたメニューを考えました。特にごはん食の方が年々減少傾向にあり、今回は地域の食材を使って、地域のごはんメニューで、地元の良さを見つめ直すという思いで行いました。私たちも食生活を見直す良い機会になったと感じました。

⑥ 開催日：９月３日、開催地：岐阜市、参加者：１５名、講師･サブ：３名
料理レシピ；朴葉寿司、具沢山のみそ汁、牛乳寒天

◆　参加者の感想

イ）朴葉寿司は買って食べるものだと思っていたので、これだけ手軽に伝統食が作れるのは良い発見でした。家でも家族と作ってみたいと思います。（５０代女性）

ロ）酢飯はあまり好きではないのですが、今日のお寿司は凄く美味しかったです。一般の調味料は匂いも味もキツく苦手だと思っていましたが、有機の調味料は味が自然で、体にいいものは自然と口に入るんだなと感じました。（１０代学生）

◆　講師の感想

イ）今回は全て食材は自然のものにこだわろうと思い、皆さんと話し合いました。料理のテーマが地産地消と伝統食でしたので、地元の食材も自然農法で栽培されている方から仕入れ、それを活かした料理ができました。参加者の方も満足だったようで本当によかったです。岐阜県の魅力を子ども達にももっと知ってほしいと思いますので、これからも協力して頑張っていきたいと思いました。

⑦ 開催日：９月１２日、開催地：羽島市、参加者：９名、講師･サブ：３名
料理レシピ；地元食材を使ったレンコンのはさみ揚げとかぼちゃのポトフ

◆ 参加者の感想

イ）羽島の特産品であるレンコンが美味しく、身近にこんなに良い食材があったんだと、見つめ直すことができました。（７０代女性）

ロ）初めて参加しましたが、凄くアットホームな雰囲気で本当に楽しかったです。レンコンのはさみ揚げは初めて作りましたが本当に手軽にでき、早速家で調理してみたいと思います。（６０代女性）

◆ 講師の感想

イ）初めて参加された女性の方は、１年前に突然ご主人を亡くされ、未だ癒えない悲しみが思い出され、時々涙を流されていましたが、サポーターの皆さんと参加者の温かい心と料理での受け入れに、笑顔に変わられていく様子が強く印象に残りました。

⑧ 開催日：９月１４日、開催地：養老町、参加者：１１名、講師･サブ：３名
料理レシピ；かきまぜご飯、のっ平汁、付け合せ

◆ 参加者の感想

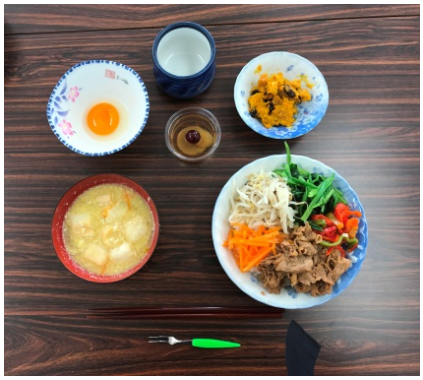
イ）子どもたちも楽しく調理の体験ができて、とても喜んでいました。また機会があれば来たいと思いました。（４０代女性）

ロ）老若男女が楽しく集い、学んだり、食べたりできる場であると感じました。郷土料理としての、かきまぜご飯、のっ平汁もおいしく、皆さんとも一緒に作ることができ、新しいお友達もできてよかったです。今後もこのような集まりがありましたら参加したいと思います。（３０代女性）

◆　講師の感想

イ）町議がエプロン姿になって一緒に料理づくりに参加されました。県との連携であること、まちづくりを願いとしていることなどの理解をいただき、今後も健康法のセミナーに参加いただけることになり、地域包括ケアにもつながる活動をすすめていきたいです。

⑨ 開催日：９月２４日、開催地：大垣市、参加者：８名、講師･サブ：３名
料理レシピ；和風ビビンバ、中華スープ、かぼちゃサラダ、旬のゼリー



◆　参加者の感想

イ）食習慣の改善をテーマに素材の味を活かした調理法に取り組みました。健康のことを考えると、とても大事なことだと思います。これからも毎日薄味になるよう心がけたいと思います。（４０代女性）

◆　講師の感想

イ）親子姉妹で楽しく料理づくりができて良かったです。また、友達ができたことや子ども達が下の子どもに上手にアドバイスしてお手伝いさせるなど、温かなコミュニケーションの場になっていたと思います。

ロ）皆で話し合い、トータルの健康法として食卓に花を活けてもらうことにもチャレンジしました。食育だけでなく生活に則した健康法が提供でき、参加者にも感謝され、評価いただけたことが良かったと思います。

⑩ 開催日：１０月５日、開催地：関市、参加者：１４名、講師･サブ：３名
料理レシピ；ご飯、鶏ちゃん、サラダ、ピザ、季節のフルーツ

◆　参加者の感想

イ）“鶏ちゃん”はこだわりの郡上味噌に漬けてあり、とてもいい味で美味しかったです。野菜たっぷりのお料理で、これだけの野菜を摂ることは普段あまりないので、家族にも工夫してあげようと思いました。（７０代女性）

ロ）ピザは、小麦粉ではなく片栗粉を使うことで低カロリーになり、フライパンで簡単に作れるので、孫と一緒にやってみたいです。（７０代女性）

◆　講師の感想

イ）地域の魅力を再発見してもらう事業として、関市にはどんな郷土料理があるのかを話し合い、今回郡上味噌に漬け込んだ“鶏ちゃん”を主菜にしました。特に野菜を豊富にとってもらうために、メニューを皆で話し合い、考え、事前に調理をし、当日に臨みましたが、皆さんの反応やその後の反響から成功したのだと感じました。本当に嬉しく思いました。

ロ）食育アンケートでもボランティアに意欲のある方が数名いましたので、一緒に食育を考え活動していけるようにお誘いしてみたところ、良い返事をもらえ、来年一緒に活動していく仲間が増えました。

⑪ 開催日：１０月１８日、開催地：美濃市、参加者：７名、講師･サブ：３名
料理レシピ；かぼすの味付けご飯、かぼちゃバーグ、お吸い物、各種サラダ

◆　参加者の感想

イ）すごくゆったりとした時間を過ごせました。普段家でやっているのとレシピを見て作るのでは全然違うと思いました。ちゃんと塩分量など細かく計る事も大切だと感じ、これを続けていきたいと思います。（６０代女性）

ロ）野菜が中心のメニューでしたがすごく美味しかったです。お皿の盛り付けや、テーブル花の工夫でこんなに食卓が彩られるのは発見でした。目で見て楽しむことで、こんなにも食べたくなるものなんだなと思いました。（２０代女性）

ハ）作るのも食べるのも楽しかったです。お義母さんや受け入れて下さったベテランの方の調理法なども勉強になりました。子どもが普段食べないようなものを食べていたので、これも無農薬野菜の力なのかな？と思いました。（３０代女性）

◆ 講師の感想

イ）今回若い人をターゲットに、親子同士のグループができたら素敵だなと思い、声かけをさせて頂きました。２組の親子が来られ、年齢が近いことからすぐに打ち解け､「また会おうね」とコミュニティの一歩が出来たと思いました｡また、１歳児から８０代迄の幅広い年齢の方が参加し、皆さんイキイキと活動していたことが印象的で、こういう世代を超えたコミュニティの場というのは、今の世の中には大事ではなのだと再認識させていただきました。

ロ）若い人たちに伝えていかないといけないと常々思っていたので、今回この事業を聞いた時に「やってみよう！」と思いました。世代を超えて皆で語りあいながら一つのことに向かっていけたのが嬉しく、皆さんの協力のお陰です。

（２）料理講習会のまとめ

① 食育ボランティアによる料理講習会を開催

食育資格者が、「地域の魅力を再発見する食育事業」として料理講習会を行い、県内 11 会場で市民 113 名が参加されました。参加された一人ひとりが、食生活を見直す良いきっかけとなりました。

② 日本型食生活を学ぶ有意義な機会となった

イ）普段料理は目分量なので、栄養士さんの指導の下で量を計って実際に味付けすると、調味料が少なくてもしっかり味が取れていたので、どれだけ今まで余分な塩分や糖分を摂取していたのかと反省した一日でした。これからは今日習った事を実践していきたいと思います。（６０代女性）

ロ）私は自分がアトピーなので、食材には気をつけているつもりでしたが、アンケートを書いてみると意識が弱いことが分かりました。家族の健康のためにも、食材など食に関する知識をもっと高めていきたいと思いました。（４０代女性）

ハ）実際に家で作ってみましたが、主人から「美味しい！」と言われ会話が弾みました。スープも玉ねぎをよく煮込むことで甘みが出て、秋らしく大変美味しかったと好評でした。（５０代女性）

③ 食育活動が地域の食育事業の推進につながった

岐阜県の地域の魅力再発見食育推進事業として､料理講習会を開催して､岐阜市、関市、本巣市では保健所の協力が得られ、またネットワークに繋がりのある管理栄養士の参加により、充実した料理講習会ができました。また多治見市、大垣市、養老町では事業の目的を理解された地域の議員が参加し、協力してくださるなど拡がりが生まれました。

この事業を通して地域のコミュニティの場が拡大し、社会貢献を目指して「ボランティア活動に参加したい」という声が市民からも出てきています。

７．農林漁業体験の機会の提供

食や農業への理解を深めるため、生産者の話を聞き、農作業を行う、農業体験会を開催した。

テーマ　・生産者のほ場で植え付けから収穫までを体験する
・農産物を育て収穫して、食べる楽しさを体験する

イ）一次目的　体験会へ参加する人を増やす
ロ）二次目的　参加した結果、地域の農産物やその加工食品を食べる人を増やす

（１）農業体験会

■開催一覧

開催地	実施日		参加者	指導者･サブ	主な作業内容
柳津町	１回目	８月 27 日	９名	３名	白菜・レタスの定植、種まき
	２回目	９月 30 日	９名	３名	収穫体験と試食

① 開催日：８月２７日、開催地：岐阜市柳津町、参加者：９名、指導者･サブ：３名
主な作業内容；白菜・レタスの定植、種まき

② 開催日：９月３０日、開催地：岐阜市柳津町、参加者：９名、指導者･サブ：３名
主な作業内容；収穫体験と試食

◆　参加者の感想

イ）私は療病中ですが、食を見直し、出来るだけ有機の物、自然農法の物を食べて生活をしていく中で、段々元気になってきています。今回こういう体験会に参加でき、学んだ事を自分の家族、回りの方々に少しでも知らせる事をしていきたいと思っています。（５０代女性）

◆　指導者の感想

イ）講師陣と何を伝えていきたいのかを話し合いながら進めていきました。農業は食だけではなく、人間の健康や環境にも大きく影響があることや、手間暇をかけても安心安全な農作物を消費者に届けたいと願う農家がいるという事を参加者に理解してもらえたことが嬉しかったです。

ロ）試食はメニューも大事ですが、新鮮で生命力のあふれる食材を自らの手で収穫し、その命を頂くという事を、身をもって体験していただけたのではないかと思います。また、消費者に安心安全な食材の大切さを伝えることが出来たように思います。

（２）農業体験会のまとめ

① 参加者の声

◆ 自然や作物に触れることで喜びや感動が生まれる

イ）こんなに温かい土の中で元気に野菜が育っていることを初めて知りました。自然の力や土の力に感動しました。（３０代女性）

◆ 農家の努力や苦労に対する理解が深まった

イ）生産者が手間をかけ、作物に愛情をかけることで、農薬や化学肥料を使わなくても野菜が元気に育つことが分かりました。こうした野菜づくりは、私たちの健康にも、そして自然の環境を守るためにも、大切な農業だと思いました（３０代男性）

② 指導者の感想

イ）作物に対して感謝の気持ちを持つようになった方もおり、生産者の思いが伝わり安心しました。

ロ）農家は消費者のことを考えて作物を育てていることを伝えることができ、努力を分かってもらえたことが嬉しい。

８．事業成果のまとめ

（１）第３次食育推進基本計画及び県の食育推進計画の目標達成への寄与

第３次岐阜県食育推進基本計画－未来へつなぐ清流の国ぎふの食育－に示された「心身の健康の増進と豊かな人間形成」「健康寿命の延伸」をテーマに、若い世代の方々を対象に食育活動体験会を開催しました。

事業の実施にあたり、チャレンジシートを活用して、参加者が食に対する意識を変え、地域の食材や、それを活かした料理を食べるなど、行動が変わる行動変容を見据えた取り組みとなるよう参加者をサポートした。

その結果、地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承し伝えている県民を増やすことにつなげ、栄養バランスに配慮した食生活を実践する力を身につけ、食に感謝する気持ちをもつなど「食を通して人をはぐくむ」ことで、第３次食育推進基本計画及び岐阜県の食育推進計画の目標達成に寄与することを目標とした。

① 地域における食文化の保護・継承及び日本型食生活等の普及を促進する「料理講習会」における、栄養バランスに配慮した食生活の実践度について

◆ 主食、主菜、副菜を組み合わせた食事を１日２回以上、ほぼ毎日食べている人の割合の向上について

≪現状と今年度の目標及び最終目標数値≫

【現状】５７．７％（H27）→【H29 目標】６０．７％（MOA 調査）

→【最終目標】７０％以上（MOA 調査）

◆ 調査方法

食育活動体験会の参加者に、参加前と約１か月後の２回、上記に係るアンケート調査を実施し、意識調査を行い、参加者アンケートを集計し、割合を算出した。

◆ 調査結果

イ）事前では「１日に３食、食べている」が４１．６％、「１日に２食は食べている」が３９．６％で、合計は８１．２％

ロ）事後では「１日に３食、食べている」が４３．５％、「１日に２食は食べている」が４３．５％で、合計は８７％となり５．９％増加した。数値目標の６０．７％を達成した。

◆ 結果の考察

イ）主食、主菜、副菜を組み合わせた食事を１日２回以上、ほぼ毎日食べている参加者の割合は８７％と、平成２７年の現状に対して高い割合であるが、今後も食育活動の更なる拡大が必要であると推察できる。

ロ）食育の大切さを家庭において、どのように子に伝えていけば良いかという課題に対し、子どもが食を作る楽しさ、苦労、大勢で食べる楽しさを体験することで、食への感謝や理解が自然と身に付くことを確認し、食育活動体験会というコミュニティの場の大切さを確認することができた。

ハ）また、１日２食以上となると、朝食においても栄養バランスに配慮した内容となることが望ましく、手軽な朝食メニューや前日の下準備の方法など、料理講習会の中身も充実させることが大切であると推察される。

② 農業体験者数の増加について

◆ 農業体験者数の増加

平成２８年度の開催実績数　１回　参加者数　１０名
平成２９年度の開催目標数　２回　参加者数　２０名

【結果】

平成２９年度の開催目標数　２回　参加者数　１８名
増加率
（１８－１０）／１０×１００＝　８０％

◆ 結果の考察

イ）岐阜県は身近に農業に触れる環境が整っているが、その一方で都市部に行く程県民の農業に対する意識はあまり高くないことが参加人数からも確認できた。

ロ）そのような中であっても、農業体験会の参加者は、健康や安心・安全な食に対する関心が高い傾向にあり、今後参加者を増やすためには、健康や食に関心をもつ県民への、案内活動の更なる拡大が必要であると推察した。

③ 食品を購入する際に「国産の食品を選ぶ」人の向上について

◆ 目標数値

参加後に１０％の向上を目標とする（本事業参加者アンケート調査）

◆ 調査方法

食育活動体験会の参加者に、参加前と約１か月後に意識調査を行い、結果を集計し、割合を算出した。

◆ 調査結果

イ）「外国産より国内産を優先する」人は、事前の９０．１％から、事後の９２．９％へと２．８％増加した。

ロ）「国内産より外国産を優先する」人は、事前、事後とも変化がなかった。

ハ）特に気にしていない人は、事前の７．９％から、事後の４．７％へと３．２％減少した。

ニ)「地元の食材を意識する」人は、事前の６０．４％から、事後の７１．８％へと１１．４％増加した。

ホ)「地元の食材を意識しない」人は、事前の３９．６％から、事後の２８．２％へと１１．４％減少した。

◆ 結果の考察

イ）料理講習会の参加者の９０％が既に国内産の食材を優先すると回答しており、本事業への参加者が国産農産物を外国産よりも優先するとの意識が高い参加者が多かったと推察される。

ロ）また、「地元の食材を意識する」人が１１．４％増加した事に対して、地元食材を使った料理講習会を行う中で地元食材への意識が高まったと推察される。

ハ）今後、更に地元産の食材を意識する人の拡大に向けて、岐阜県産の食材の良さや地産地消の大切さを更にアピールすべく、生産者と消費者の交流なども交えながら、引き続き食育活動体験会の実施が必要であることが推察される。

ニ）料理講習会では、地域の生産者から岐阜県産の食材提供のご協力をいただき、この食材を活用したレシピを作り、調理して味わうという一連の内容にしたことが効果的であったと考えられる。

④ まちづくりに参画するボランティアの増加について

◆ 現状と今年度の目標及び最終目標数値

現状の食育ボランティア数４０名から、１０％向上の４４名の目標に対して、１０名が増加し５０名となった。また、ボランティアの意識調査では以下のとおりとなった。

◆ 調査方法

食育活動体験会の参加者に、参加後に上記に係るアンケート調査を実施し、意識調査を行い、参加者アンケートを集計した。

◆ 調査結果

イ）食育ボランティア活動への意識調査の結果、ボランティア活動に「参加したい」「時間があれば参加したい」と回答した人は、８４％（６７名）であった。

◆ 結果の考察

イ）８８．６％（回答者７９名中７０名）の参加者がボランティアに関心を示し、８３．８％（８０名中６７名）がボランティア活動への参加の意思を示しており、食育活動体験会に参加することで、食育の推進に関わるボランティアをしたいという意識の向上が図られると推察される。

（２）波及効果（参加者及び資格者アンケートより）

① 個人の食生活の改善が周囲に拡がる

イ）若い世代が対象でしたので、自分で作ることの楽しさを感じてもらい、そこから食べることに興味を持ってもらえたらと思いました。また、参加した子どもは家ではまださせてもらえないような事もチャレンジできたので達成感を味わって頂き、家庭でも実践してもらえたらと思います。

ロ）料理講習会に参加された方が、お米の良さを実感し毎朝、家族へ朝食にご飯を出すように心がけていると言われました。

② 健康を支え合うコミュニティが生まれる

イ）小さな子どもに対して、年上の子が声をかけたり、手を貸してあげたりする姿が見られました。一つの同じ目的に向かって作業することで、よいコミュニケーションが生まれたのではないかと感じました。

ロ）参加者に一人住まいの方々が度々居られましたが、聞くと寂しく食事をされているとのことで、できる限りこれからも声をかけていき、仲間の輪を広げていきたいと思いました。

③ コミュニティの広がりから健康なまちづくり

イ）身近な地域の食材を工夫して料理することで、皆さんから「また、誘って欲しい」「今晩作ってみます」「野菜の味を引き出すとこんなに美味しいんですね」などの声があり、定期的に料理講習会を開催し、見直しや振り返りを通じて、家庭への定着が図られていくと思いました。それが地域コミュニティの拡がりに繋がると思います。

上記①～④のように、本事業の料理講習会へ参加することで、個人の食育が進み意識が変わり、食生活を改善する。このように行動変容が進むことで、増加している生活習慣病の予防と改善にもつながることが期待できる。

また、事後アンケート調査のＱ５では食生活の改善について調査したが「チャレンジ項目の実践状況として「ほぼ毎日実践できた人」と「１週間に２～３度実践できた人」の合計は６６％であり、半分以上の割合で食生活の実践ができた。

さらに９５％の参加者が、引き続き実践を続けようと思うかについて「とてもそう思う」と「ややそう思う」と回答している。

こうした個人が主体的に取り組むための食育活動を進めることで、個人の理解と実践が進むだけでなく、家族や周囲の人にも波及効果が得られた。

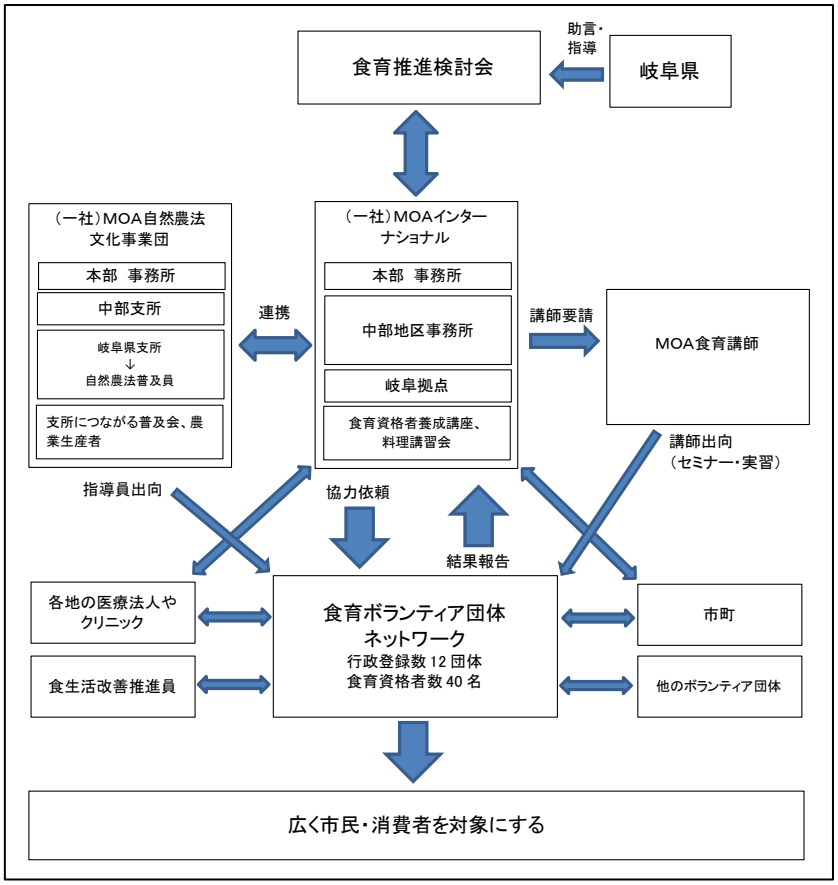
このような本事業の結果を、今後の食育活動の参考とし活動を継続していくことで、健全な食生活に取り組む県民やボランティアが増えるとともに、食育活動の拡がりにつなげていきたい。

◆ 事業の結果の報告と活用

本事業の実施内容と結果報告書を作成し、岐阜県をはじめ食育活動体験会を開催した所在の市町行政や関係者へ報告するとともに、ＭＯＡインターナショナルホームページに掲載する。また、次年度以降の食育活動に活用する。

９．参考資料

（１）実施体制



（２）県との窓口

事業担当者名及び連絡先	団体名 一般社団法人ＭＯＡインターナショナル　岐阜	
	氏名（ふりがな）ながお　みつひろ 長尾　　光浩	
	所属（部署名等） 中部地区	
	役職 食育担当チーフ 兼 岐阜チームチーフ	
	所在地　（〒461-0003）名古屋市東区筒井３－４－１７　ＭＯＡ名古屋会館１階 ＭＯＡインターナショナル中部	
	電話番号 中部事務所 052-935-5163	FAX 中部事務所　052-935-5163
	メールアドレス m-nagao@moa-inter.or.jp	URL http://www.moainternational.or.jp http://moa-natural.jp

（３）参加者アンケートの集計データ

Q．ごはんを主食に、主菜、副菜のそろった食事をしていますか？

回答内容	事前		事後	
	回答人数	割合	回答人数	割合
①1日に3回食べる	42	41.6%	37	43.5%
②1日に2回食べる	40	39.6%	37	43.5%
③1日に1回食べる	19	18.8%	11	13.0%
④ほとんど食べない	0	0%	0	0%
合計	101	―	85	―

Q．食材の産地は意識して選んでいますか？

回答内容	事前		事後	
	回答人数	割合	回答人数	割合
①外国産よりも国内産を優先する	91	90.1%	79	92.9%
②国内産より外国産を優先する	2	2.0%	2	2.4%
③特に気にしていない	8	7.9%	4	4.7%
合計	101	―	85	―

Q．岐阜県の食材を意識して選んでいますか

回答内容	事前		事後	
	回答人数	割合	回答人数	割合
①意識している	61	60.4%	61	71.8%
②意識していない	40	39.6%	24	28.2%
合計	101	―	85	―

Q．あなたは、食育のボランティア活動に興味がありますか？

回答内容	事前		事後	
	回答人数	割合	回答人数	割合
①興味がある	35	34.7%	30	38.0%
②少し興味がある	50	49.5%	40	50.6%
③興味がない	16	15.8%	9	11.4%
合計	101	―	79	―

※ 事後アンケート６名はボランティアについて未記入

Q．あなたは、食育のボランティアに参加したいと思いますか？

回答内容	事後	
	回答人数	割合
①参加したい	15	18.75%
②時間があれば参加したい	52	65.00%
③そう思わない	13	16.25%
合計	80	―

◇本資料の複製、および転載は、一般社団法人ＭＯＡインターナショナルの了解を得たうえで
行って下さい。

農林水産省 平成 29 年度 補助事業
地域の魅力再発見食育推進事業 報告書

平成 30 年 2 月 印刷
平成 30 年 2 月 発行

発行所　一般社団法人 ＭＯＡインターナショナル
発　行　長尾光浩
編　集　相川基弘
事務所　〒461-0003　愛知県名古屋市東区筒井 3-4-17　MOA 名古屋会館 1F
電　話　052-935-5163
ＦＡＸ　052-935-5163
ＵＲＬ　http://www.moainternational.or.jp