

※事業名・体験活動名

## 食育で育てたい5つの力

### 1. 事業・活動の概要・成果等

- ・対象者：小学生、中学生
- ・内容：学年に合わせた「食育で育てたい5つの力」の講話を実施しています。紙芝居やカルタ、エプロンシアター等も使用しています。
- ★「食育で育てたい5つの力」とは①食べ物を選ぶ力②食べ物の味がわかる力③料理をする力④元気なからだのわかる力⑤食べ物の命を感じる力

活動の様子



活動の様子



活動の様子



### 2. 団体の紹介

#### ・団体の紹介メッセージ

滋賀県健康推進員団体連絡協議会は「私達の健康は私達の手で」をスローガンに食生活を通じた健康づくり活動を進めるボランティア組織で、県内すべての市町で活動しています。

子どもから高齢者まで全ての世代を対象に、食生活、運動、健診受診、たばこ対策等の健康づくり活動を行っています。

### 3. 人材（スタッフ・次世代を担う若者）を育成するときに大切にしたいこと・気を付けていること

#### 【人材について】

健康推進員は県内各市町で行われている養成講座を修了しています。その後も研修会や自己学習を行い、地域での活動に活かしています。

#### 【次世代の若者について】

学年や状況に応じて「食育で育てたい5つの力」のほか、「滋賀県や地域の伝統料理・伝統食材」「野菜1日350g摂取」「朝食摂取」「うす味（減塩）」などについて講話や調理実習・レシピの紹介を行っています。

参加者が「家に帰ってもう一度作ってみたよ」「おいしかったよ」と報告してくれることを励みに活動しています。