

令和3年度

事業計画書

自 令和3年4月 1日
至 令和4年3月31日

一般財団法人 日本食生活協会

令和3年度事業に対する基本方針

I 親子のための食育の推進

～ 幼少期からの正しい食習慣と共食のすすめ ～

未来を担う子供への食育の推進は、健全な心身と豊かな人間性を育てていくために重要であり、朝食の欠食や栄養素の偏り等が、小児の生活習慣病の増加や思春期におけるやせの増加などに影響を及ぼすとされ、成長、発達に合わせた切れ目のない取り組みが求められている。

また、このたびの新型コロナウイルス感染症拡大において「新たな日常」への対応に伴い、在宅時間や家族で食を考える機会が増えることで、共食の楽しさを実感するだけでなく、食や生活に関する正しい知識を習得することの大切さも見直す契機にもなった。家族が食卓を囲んで共に食事をとりながらコミュニケーションを図ることは、食育の原点であることから、引き続き食習慣における正しい知識と共食の大切さの啓発に努める。

II 健康寿命の延伸の取り組み

「全世代に広げよう健康寿命延伸プロジェクト

～ 食育からメタボ予防へ そしてフレイル・介護予防へ ～

健康日本21（第2次）において「健康寿命の延伸」と「健康格差の縮小」を目標に掲げ、令和3年度より最終評価を行うとしている。しかし、令和元年国民健康・栄養調査では、国民の約4割が生活習慣の改善の意思がないという結果であり、最終評価に向けて「成長戦略フォローアップ2020」を発表し「健康寿命延伸プラン」と共に全世代へ「自然に健康になれる食環境づくり」の対策が求められている。

また、このたびの感染症拡大においては、外出自粛による運動不足等から心身機能の低下を招き、若者・働き世代であれば生活習慣病、高齢者の場合は人とのつながりが閉ざされたことによるフレイル・認知症の発症や進行が今後顕在化されてくるのではないかと懸念されている。さらに、糖尿病や高血圧等の生活習慣病は感染症の重症化を及ぼすことが明白化となり、ウィズ・ポストコロナの下、免疫力の向上と健康体の維持が大切であることから、「新たな日常」に対応した活動でブームでは終わらない持続可能な「自然に健康になれる食環境づくり」の啓発を図る。

III 災害時における炊き出し支援の取り組み

今年で東日本大震災から10年が経過したが、この10年間で大きな被害をもたらす災害が頻発している。そこで、10年を振り返り、改めて防災への備えの大切さを伝えるとともに、災害に遭い本格的な炊き出しなどの救助が始まるまでの間、食生活改善推進員は何を伝え、どう対処するのか東日本大震災の教訓を生かした炊き出し等の情報発信に努める。

IV 食生活改善推進員の育成・強化への取り組み

近年、市町村合併や高齢化等に伴い食生活改善推進員の減少が続いているが、全国食生活改善推進員協議会が創立以来続けている住民が住民を支える「お隣さん、お向かいさん」活動は、国が示している「地域共生社会」のビジョンそのものであり、コロナ禍で人とのつながりが希薄となり、高齢者のフレイルの進行が急速に進んでいるという

報告もある中で、ますます食生活改善推進員のエンパワーメントが必要不可欠である
と考える。また、今回の感染症拡大において「免疫力を高める食事」や「おうち時間
での食事」、「中食」等が普及したことで国民の「食」への関心がさらに高まっており、こ
こを PR できる契機と捉え、ホームページの充実や広告事業を展開し日本食生活協会及
び食生活改善推進員の知名度の向上や会員の育成・強化を図る。

V ICT（情報通信技術）の活用

令和 2 年度は新型コロナウイルス感染症拡大防止を考慮して全ての行事を次年度に延期
せざるを得ず、会員の資質の向上や活動における情報共有・発信等を行うことが困難であっ
た。しかし、今後も感染症防止等の観点から多数で集まる事が難しい場合も想定される。その
一方で、オンラインであれば遠隔地であっても参加しやすくなるというメリットもあることから、オ
ンライン会議システムを活用した情報の発信・共有を図る。さらに、全国食生活改善推進員協
議会のネットワークの要としてホームページの充実を図る。

VI 郷土料理スペシャリスト育成への取り組み

日本の食に対する興味や関心を高め郷土料理の更なる活性化に寄与することを目的とし
て、平成 28 年度に「郷土料理スペシャリスト」の認定制度を開設した。まずは、食生活改善推
進員を対象に育成し、平成 30 年度までに 128 名の「郷土料理スペシャリスト」が誕生し活動
している。また、令和 3 年度から開始する第 4 次食育推進基本計画の中で新たな目標に「郷
土料理や伝統料理を月 1 回以上食べている人の割合（現状 R2 44.6%→目標 50%以上）」が
追加される予定であり、郷土料理の継承の先駆者としてこの計画をさらなる郷土料理の啓発
の契機と捉え、「郷土料理スペシャリスト」の育成と PR 活動に努める。

I 一般事業

1. 講習会事業

(1) おやこの食育教室の開催

- ・対 象 年長から小学生を対象とした親と子
- ・内 容 子供にとって幼児期から小学校低学年は、人格形成に最も大切な時期であり味覚を始め豊かな感性を培われ、心と身体のバランスのとれた人格を育てる時期といわれる。本年度もこれまで進めてきた「食育5つの力」をテーマに「朝食欠食と共食の大切さ」に重点を置き実施する。コロナ禍において明らかに生活様式が変わり、在宅時間や家族団らんの時間が増えた今こそ家族で食を見つめ直す契機と捉え、親子が共に調理体験をすることで食事の大切さを学び、併せて親子のコミュニケーションの場を提供する。また、ICTの推進で多種多様の情報が溢れる中、テキストと食育ランチョンマットや食育バンダナを活用し正しい情報を提供する。
- ・教 材 ・「おやこの食育教室」のテキスト
・バンダナ、食育ランチョンマット
*テキスト、バンダナ印刷助成金：(一財)日本宝くじ協会(申請中)

(2) 生涯骨太クッキングの開催

- ・対 象 成人(壮年・中年期)、高齢者
- ・内 容 現代社会は、過剰栄養が懸念される人(肥満や生活習慣病等)と栄養不足が心配される人(やせ、低栄養等)の両方が混在する「栄養不良の二重負荷」の問題を抱えている。特に日本人の特徴として一生涯で壮年期、中年期は肥満や生活習慣病になり、その後、老化とともに低栄養・フレイル状態を経験するなど「新たな二重負荷」も問題となっている。栄養不良の二重負荷を予防するために「メタボ予防からフレイル予防へ」をテーマに、成人では高血圧や糖尿病予防に重点を置き、「減塩」や「適正体重の維持」の重要性を伝え、高齢者ではフレイル予防の3つのポイント「食事」「運動・身体活動」「人とのつながり(社会参加)」をテーマに低栄養・ロコモ・認知症予防に取り組む。また、コロナ禍で集まることが困難な場合は家庭訪問を実施することで人とつながる楽しい機会を提供しひいては単身高齢者の安否確認の一役を担う。
- ・教 材 ・「生涯骨太クッキング」のテキスト
・シニアランチョンマット
*テキスト、ランチョンマット印刷助成金：(一財)日本宝くじ協会
(申請中)

(3) 男性料理教室の開催

- ・対 象 男性
- ・内 容 男性の単身世帯が多くなり、料理を経験したことのない男性は食事をスーパーやコンビニで購入する中食や外食で済ませる人が多くなってきている。一方で、コロナ禍において「新たな日常」の中では在宅勤務や

会食の自粛等から自宅での調理やテイクアウトいわゆる「中食」も注目され、食生活を見直す契機となっている。そこで、主に料理を経験したことのない男性を対象に「生きていくための20品目」をテーマにバランスの良い食事を自然に意識できるような料理教室を実施する。また、本教室に参加することで男性の社会参加や仲間づくりのきっかけも提供する。

- ・教材 「男性料理教室20のレシピ集」のテキスト

(4) やさしい在宅介護食教室の開催

- ・対象 成人・高齢者
- ・内容 令和2年7月の「2019年国民生活基礎調査(厚生労働省)」によると、自宅で介護を受けている高齢者のうち、介護者もまた65歳以上であるいわゆる「老老介護」の割合が全体の59.7%と過去最多を更新、また、要介護者・介護者がともに75歳以上である割合も全体の33.1%を占めこれまで行われた同じ調査の中で最も多くなったと発表された。老老介護が増加している要因には核家族化があり、核家族化は今後も増加傾向で、老老介護の世帯も増えるとされている。そこで、ますます家庭における食事介護の知識の習得が必要と思われることから、家庭でできる介護食の学習を中心に取り組む。
- ・教材 ・「やさしい在宅介護食教室」のテキスト
・シニアカフェドリル

2. 大会・研修会事業

(1) 全国食生活改善推進員協議会大会

- 日時 令和3年9月8日(水)
- 場所 秋田県秋田市「秋田市文化会館」
- 参加者 食生活改善推進員等 約1,000人

(2) 令和3年度全国大会・ブロック研修会等

ブロック別	期日	開催県	参加県(市)
中央リーダー研修会 全国大会	9月7日 8日	秋田県	全道府県(市)
北海道・東北ブロック 研修会	10月20日 ～21日	北海道	北海道、青森、岩手、宮城、 秋田、山形、福島
関東・甲信越静岡ブロック 研修会	12月1日 ～2日	山梨県	茨城、栃木、群馬、埼玉、千葉、 神奈川、新潟、山梨、長野、静岡、 横浜市、川崎市
北陸・東海・近畿ブロック 研修会	11月8日 ～9日	大阪府	富山、石川、福井、岐阜、愛知、 三重、滋賀、京都、大阪、兵庫、 奈良、和歌山、大阪市

中国・四国ブロック研修会	1月13日 ～14日	徳島県	鳥取、島根、岡山、広島、山口、 徳島、香川、愛媛、高知
九州ブロック研修会	2月2日 ～3日	熊本県	福岡、佐賀、長崎、熊本、大分、 宮崎、鹿児島、沖縄、北九州市、 福岡市

3. 表彰事業 —南・賀屋賞—

当協会設立者の名を冠した賞で、優良市町村協議会を表彰する事業。栄養及び食生活の改善を積極的に推進して、特によい成果をあげ、他の模範と認められた県及び市町村協議会……5団体

4. 食生活改善推進員活動実績評価帳(推進員手帳)作成・配布事業

(1) 推進員活動実績評価帳(推進員手帳)の作成

食生活改善推進員による活動の進展と組織活動の充実・強化を図るために、推進員活動の的確な把握と、それに基づく活動の計画的実施を目的に推進員活動実績評価帳(推進員手帳)を作成し配布する。

推進員手帳の作成 123,300部

(2) 食生活改善推進員地区組織活動実績集計(推進員手帳)の実施

食生活改善推進員による活動実績を集計し、活動に対する必要なアドバイス等とともに、課題を踏まえた地区組織活動の計画的推進に資するため食生活改善推進員51道府県・市協議会において実施する。

《 令和元年度活動実績 》

・推進員数	129,157人
・手帳記入者数	124,185人
・活動総回数	2,326,269回
・活動被対象者数	13,508,460人
・1人当たり活動回数	18.7回
・1人当たり活動被対象者数	108.8人

II 国庫補助(公募)事業(申請中)

「全世代に広げよう健康寿命延伸プロジェクト

～食育からメタボ予防へそしてフレイル・介護予防へ～

健康日本21(第2次)では「健康寿命の延伸」と「健康格差の縮小」を目標に掲げ、令和3年度より最終評価を行うとしている。しかし、令和元年国民健康・栄養調査では、国民の約4割が生活習慣の改善の意思がないという結果であり、最終評価に向けて「成長戦略フォローアップ2020」を発表し「健康寿命延伸プラン」と共に全世代で、「自然に健康になれる食環境づくり」の対策が求められている。

また、このたびの新型コロナウイルス感染症拡大においては、外出自粛による運動不足等から心身機能の低下を招き、若者・働き世代であれば生活習慣病、高齢者の場合は人とのつながりと閉ざされたことによるフレイル・認知症の発症や進行が今後顕在化されてくるのではないかと懸念されている。

講習会を企画する上では、感染症対策の基本となる「不要不急の外出自粛」「人が多く集まる機会を避ける」「会食を控える」といった行動が課題となるが、家族や仲間と調理体験することや共食は食育の原点でもあり、体験することで自然に身体にインプットされいわゆる「自然に健康になれる食環境づくり」そのものである。しかし、いまだ新型コロナウイルス感染症の終息時期が見通せず集まることが困難な状況下であるが、そこは「お隣さん、お向かいさん」の家庭訪問活動を進めてきた経験を生かし、「新しい生活様式」を踏まえた、「講習会」と「家庭訪問」を融合した活動で持続可能な「自然に健康になれる食環境づくり」の啓発を図る。

一方で、ライフステージに応じた課題はコロナ禍においてますます多様化しており、ライフステージに沿ったさらなる啓発が重要となるため、「若者世代」「働き世代」「高齢世代」の三つの世代に分け、「自然に健康になれる食環境づくり」の推進に取り組む。

Ⅲ 災害時における炊き出し支援の取り組み

今年で東日本大震災から 10 年、この 10 年間で大きな被害をもたらす災害が頻発している。そこで、10 年を振り返り改めて防災への備えの大切さを伝えるとともに、災害に遭い本格的な炊き出しなどの救助が始まるまでの間、食生活改善推進員は何を伝え、どう対処するのか東日本大震災の教訓を生かした炊き出し等の情報発信に努める。具体的には既存の「災害時に役立つ食事支援ハンドブック」の更新等を図る。

Ⅳ ホームページ等の充実

近年、市町村合併や高齢化等に伴い食生活改善推進員の減少が続いているが、全国食生活改善推進員協議会が創立以来続けている住民が住民を支える「お隣さん、お向かいさん」活動は、国が示している「地域共生社会」のビジョンそのものであり、コロナ禍で人とのつながりが希薄となり、高齢者のフレイルの進行が急速に進んでいるという報告もある中においてますます食生活改善推進員のエンパワーメントが必要不可欠であると考えます。また、今回の感染症拡大において「免疫力を高める食事」や「おうち時間での食事」、「中食」等が普及したことで国民の「食」への関心がさらに高まっており、ここを PR できる契機と捉え、ホームページの充実や広告事業を展開し日本食生活協会及び食生活改善推進員の知名度の向上や会員の育成・強化を図る。

Ⅴ 郷土料理スペシャリスト育成への取り組み

日本の食に対する興味や関心を高め郷土料理の更なる活性化に寄与することを目的として、平成 28 年度に「郷土料理スペシャリスト」の認定制度を開設した。まずは、食生活改善推進員を対象に育成し、平成 30 年度までに 128 名の「郷土料理スペシャリスト」が誕生し活動している。また、令和 3 年度から開始する第 4 次食育推進基本計画の中で新たな目標に「郷土料理や伝統料理を月 1 回以上食べている人の割合（現状 R2 44.6%→目標 50%以上）」が追加される予定であり、郷土料理の継承の先駆者としてこの計画を更なる郷土料理の啓発の契機と捉え、「郷土料理スペシャリスト」の育成と PR 活動に努める。具体的にはホームページでの PR やイベント参加等を図る。

VI 賛助会員の募集

平成 27 年 8 月 20 日付にて内閣府より公益目的支出計画の実施完了が承認されたことから、事業活動の縛りが緩和された。これを機会に、定款第 39 条に定められている賛助会員の規定に基づき、本協会の活動に賛同いただく支援者を募る事とする。

詳細については、別紙規程の通りとする。

個人賛助会員 1 口： 10,000 円

法人賛助会員 1 口： 50,000 円

VII 活動教材頒布事業

食生活改善推進員の養成講座用や活動教材他、食育等啓発用の出版物を頒布する。

- (1) 食生活改善推進員養成講座用テキスト
- (2) 活動用教材、食育啓発用出版物等
- (3) BMI 計算尺およびメタボメジャー等、グッズ
- (4) 塩分測定器「減塩くん」
- (5) 会員用ユニホームTシャツ、エプロン、マスク等、グッズ