

令和4年度
事業計画書

自 令和4年4月 1日
至 令和5年3月31日

一般財団法人 日本食生活協会

令和 4 年度の基本方針

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んでいくために重要である。そこで、朝食の欠食や栄養素の偏り等は、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たことで、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を伝える。

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（第 2 弾）」

～日本を元気に！12 万人の二刀流がつなぐ地域の健康づくり～

現在、厚生労働省では、第 3 次国民健康づくり運動「健康日本 21(第 2 次)」が展開され、最終評価に入っており、この最終評価は第 2 次だけではなく平成 12(2000)年の健康日本 21 スタートから 20 年間で振り返るとされている。そこで、健康づくりと地域づくりの二刀流の知識・経験を兼ね備えている全国 12 万人の食生活改善推進員が一丸となり、国民みんなが幸せに生活するために目標の達成を目指す。

また、令和 3 年度はコロナ禍においても感染対策を十分に行い、料理講習会や家庭訪問等を通して活動を行ったが、このたびの感染症拡大においてはあらためて「健康」の重要性が認識され国民の「健康」への関心が一層高まっている。いまだ収束が見えない中、外出自粛によって若者・働き世代は運動不足等からの生活習慣病や高齢者は人と人とのつながりが閉ざされていることによるフレイル・認知症の発症や進行が懸念されていることから継続した活動が必要である。引き続き、全国の食生活改善推進員の知識や技術とコロナ禍での経験を駆使し、住民が「健康」を「自分事」と捉えられる「行動変容」につなげる。

III 食生活改善推進員の育成・強化への取り組み

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」の趣旨と一致している。コロナ禍で人と人とのつながりが閉ざされ、高齢者のフレイル・認知症の発症や進行が懸念される中で、ますます食生活改善推進員及びその活動は地域にはなくてはならないものとなっている。また、今回の感染症拡大において「おうち時間での食事」や「中食」等が普及し、「免疫力を高める食事」を含め国民の「食」への関心が高まっており、この機会を「食」を通じた共食からのフレイル予防や地域共生社会を実現できる好機と捉え、全国食生活改善推進員協議会組織の強化に努める。また、ホームページの充実や広告事業を展開することで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につなげる。

IV 災害時における食支援への取り組み

東日本大震災から10年以上が経過したが、その後も大きな災害が頻発している。そこで、食生活改善推進員は東日本大震災の教訓を基に作成した「災害時に役立つ食事支援ハンドブック」等を活用し、有事に向けた「平時からの備え」として災害備蓄食品の保存法や料理法、炊き出しの方法等を自ら習得しながら、住民への伝達も行う。

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防止の観点から全ての行事を中止せざるを得ず、会員の資質の向上や活動における情報共有・発信が困難であったが、令和3年度はオンラインを活用して会議やブロック研修会を実施することができた。オンラインの活用のメリットは、感染防止のみならず、ネットワーク環境さえ整えばどこからでも参加でき、これまでは会場の収容能力から参加者数が制限されていたが多くの会員の参加が可能になるというメリットもある。しかし、オンライン環境が整わない協議会もあることから、支援方策を検討し、全国食生活改善推進員協議会組織の強化を図る。

VI 郷土料理スペシャリストの取り組み

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」の認定制度を創設した。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年度から開始した第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 R7 50%以上）」が追加され、郷土料理の継承の先駆者として「郷土料理スペシャリスト」を活用した郷土料理の継承に努める。

令和4年度事業計画

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 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、SNSやICT技術の発達等で多種多様な情報が溢れる中、テキストと食育ランチョンマットや食育バンダナ等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。また、同一人物の生涯について壮年期、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。そこで「メタボ予防からフレイル予防への切り替え」をテーマに成人では肥満を防ぐための適正体重の維持の重要性を伝え、高齢者では低栄養予防に加えてフレイル予防のための「運動・身体活動」「社会参加(人とのつながり)」の推進に取り組む。また、コロナ禍で集まるの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
・フレイル予防のためのクリアファイル
*テキスト、クリアファイル印刷助成金：(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 男性の単身世帯が増加傾向にあり、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いる。一方で、コロナ禍で在宅勤務や会食の自粛等から自宅で料理する機会が増えたことで、食生活を見直す契機にもなっている。そこで、男性の自立支援に向けて「生きていくための20品目」をテーマに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啓発を図る。

- ・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 高齢化の進行とともに一人暮らしの高齢者や高齢世帯の増加が見込まれている中、地域包括ケアシステムの実現に向けて在宅介護の重要性が言われている。さらに、要介護者が増加傾向にあり、今後はますます介護給付が増し、要介護度が高くなっても施設に入れず、自宅で介護せざるを得ないケースが増えることが懸念されている。そこで、家庭でできる介護食を中心に学習する教室を実施することにより、在宅介護に必要な知識・技術の習得の一助とする。
- ・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4年9月2日(火)
- 場所 栃木県宇都宮市「栃木県総合文化センター」
- 参加者 食生活改善推進員等 約1,000人

(2) 食生活改善推進員リーダーブロック研修会・若手リーダー育成研修会

ブロック別	期日	開催県	参加県(市)
北海道・東北ブロック	9月28(水) ～29日(木)	岩手県	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	10月18(水) ～19日(木)	新潟県	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	12月上旬	兵庫県	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	1月12(木) ～13日(金)	山口県	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月上旬	佐賀県	福岡、佐賀、長崎、熊本、大分、宮崎、鹿児島、沖縄、北九州市、福岡市
若手リーダー育成研修会	調整中	調整中	全国道府県・市

3. 表彰事業 一南・賀屋賞一

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 113,600 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。

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（第2弾）

～日本を元気に！12万人の二刀流がつなぐ地域の健康づくり～

令和元年に策定された「健康寿命延伸プラン」では2040年までに健康寿命を男女ともに3年以上延伸し75歳以上にすることを目標に掲げ、誰もがより長く元気に活躍できる社会の実現を目指し「自然に健康になれる食環境づくり」や「行動変容を促す仕掛け」が求められている。さらに介護予防・フレイル対策・認知症予防では「通いの場」の拡充や「共生」が示され、今後の健康づくりには社会参加や支え合いにおいて誰もが役割を持ち続けられる地域づくりが求められ、まさに、長年、住民参加型の健康づくりを推進している食生活改善推進員は先駆者としてますます欠かせない存在になる。

そして、現在、厚生労働省では、第3次国民健康づくり運動「健康日本21（第2次）」が展開され、最終評価に入っており、この最終評価は第2次だけではなく平成12（2000）年の健康日本21スタートから20年間を振り返るとされている。そこで、健康づくりと地域づくりの二刀流の知識・経験を兼ね備えている全国12万人の食生活改善推進員が一丸となり、国民みんなが幸せに生活するために目標の達成を目指す。

また、令和3年度はコロナ禍においても感染対策を十分に行い、料理講習会や家

庭訪問等を通して活動を行ったが、このたびの感染症拡大においてはあらためて「健康」の重要性が認識され国民の「健康」への関心が一層高まっている。いまだ収束が見えない中、外出自粛によって若者・働き世代は運動不足等からの生活習慣病や高齢者は人と人とのつながりが閉ざされていることによるフレイル・認知症の発症や進行が懸念されていることから継続した活動が必要である。引き続き、全国の食生活改善推進員の知識や技術とコロナ禍での経験を駆使し、住民が「健康」を「自分事」と捉えられる「行動変容」につなげる。

令和4年度は講習会や家庭訪問等における受講前と受講後の意識がどのように変化したのかアンケート調査を実施し、行動変容に向けた仕掛けづくりの検証及び今後の活動につなげる。

Ⅲ 食生活改善推進員の育成・強化への取り組み

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」の趣旨と一致している。コロナ禍で人と人とのつながりが閉ざされ、高齢者のフレイル・認知症の発症や進行が懸念される中で、ますます食生活改善推進員及びその活動は地域にとってなくてはならないものとなっている。また、今回の感染症拡大において「おうち時間での食事」や「中食」等が普及し、「免疫力を高める食事」を含め国民の「食」への関心が高まっており、この機会を「食」を通して共食からのフレイル予防や地域共生社会を実現できる好機と捉え、食生活改善推進員の若手リーダーの育成等を実施し組織強化に努める。また、ホームページの充実や広告事業を展開することで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につなげる。

Ⅳ 災害時における炊き出し支援の取り組み

東日本大震災から10年以上が経過したが、その後も大きな災害が頻発している。そこで、食生活改善推進員は東日本大震災の教訓を基に作成した「災害時に役立つ食事支援ハンドブック」等を活用し、有事に向けた「平時からの備え」として災害備蓄食品の保存法や料理法、炊き出しの方法等を自ら習得しながら、住民への伝達も行う。

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防止の観点から全ての行事を中止せざるを得ず、会員の資質の向上や活動における情報共有・発信が困難であったが、令和3年度はオンラインを活用して、会議やブロック研修会を実施することができた。オンラインの活用のメリットは、感染防止のみならず、ネットワーク環境さえ整えばどこからでも参加でき、これまでは会場の収容能力から参加者数が制限されていたが多くの会員の参加が可能になるというメリットもある。しかし、オンライン環境が整わない協議会もあることから、支援方策を検討し、全国食生活改善推進員協議会組織の強化を図る。

Ⅵ 郷土料理スペシャリストの取り組み

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」の認定制度を創設した。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年度から開始した第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 R7

50%以上)」が追加され、郷土料理の継承の先駆者として「郷土料理スペシャリスト」を活用した郷土料理の継承に努める。具体的には、郷土料理スペシャリストによる料理教室を開催する。

VII 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

VIII 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