

令和5年度
事業報告書

自 令和5年4月 1日
至 令和6年3月31日

一般財団法人 日本食生活協会

令和 5 年度事業報告

はじめに

一般財団法人日本食生活協会は、人は「健康」であることが「幸せ」になるための基本とし、昭和 30 年に設立。栄養指導車（いわゆるキッチンカー）の巡回により戦後の栄養改善指導等に取り組んだ。昭和 34 年には厚生省（現在の厚生労働省）より「食生活改善には専門家による指導だけではなく地域ぐるみの活動が大切」と地区組織活動を推進する方針が出され、行政と一体となった活動が全国的に展開された。その後、全国の保健所を中心に「栄養教室」が開設され、意欲的に取り組むボランティアグループ（現在の食生活改善推進員）が誕生した。しかし、各地域でグループはできるが組織化されずに消滅してしまう傾向が続き、そこで当協会は、厚生省と地方自治体と協議を重ね、昭和 45 年全国組織化を実現した。その後、半世紀以上に亘り「私達の健康は私達の手で」をスローガンに、みんな（住民参加型）でつくる「“元気で長生き”健康なまち」を目指し、食を中心に料理講習会や家庭訪問等を通して草の根活動を展開している。日本食生活協会はその活動の支援に柱を置き全国食生活改善推進員協議会の事務局を担っている。

現在、日本食生活協会及び全国食生活改善推進員協議会では、国が掲げる「健康日本 21（第二次）」の目標「健康寿命の延伸」と「健康格差の縮小」を目指し、子どもから高齢者までライフステージに応じた健康づくり事業を展開している。特に「高齢世代」では急速に進行する高齢化を見据え、居場所や共食の提供として『シニアカフェ』を実施し、低栄養やフレイル予防を伝え「ひとりにしない」「ひとりにさせない」閉じこもりの解消に取り組んでいる。

一方で、平成 17 年の「食育基本法」施行、そして平成 25 年に「和食；日本人の伝統的な食文化」がユネスコの無形文化遺産に登録されたことを機に、当協会ではさらなる食文化の継承を図るとともに郷土料理の活性化を目指し平成 28 年より「郷土料理スペシャリスト」の資格認定制度を立ち上げ、全国に「郷土料理スペシャリスト」が誕生している。

このような背景を踏まえ、令和 5 年度は、厚生労働省が令和 6 年度スタートの「健康日本 21（第三次）」の基盤づくりとして食生活改善推進員による「ヘルスサポーター」の養成と普及活動に取り組んだ。

さらには、令和 4 年度に実施したアンケート結果に基づき、行動変容に向けた仕掛けづくりの検証を行い、効果的な活動方法を見出し実際の活動につなげた。

また、伝統食材を始めとした地域の食材を生かした郷土料理や伝統料理を地域活性化や次世代への継承のために「郷土・伝統料理教室」の全国展開に取り組んだ。

一方で、広報や教材販売の充実を図るため、Instagram 等の SNS での発信や情報誌への広告掲載、さらには新教材のサンプル送付等にも引き続き取り組んだ。

I 一般事業

1. 講習会事業

(1) おやこの食育教室

- ・対象：年長から小学生を対象とした親子
- ・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。令和5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」に重点を置き実施した。新型コロナウイルス感染症流行下において生活様式にも大きな変化があり在宅時間や家族で食を考える機会が増えたことで家庭での食育の重要性が高まることから、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した。また、SNSやICT技術の発達等で多種多様な情報が溢れる中、正しい情報の提供を行った。
- ・教材：①「おやこの食育教室」のテキスト
②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
- ・実施市町村数：613市町村
- ・受講者数：19,468人

(2) 生涯骨太クッキング

- ・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、生涯において壮年期、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)」の推進に取り組んだ。また、特に外出が困難な単身高齢者において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、ひいては安否確認の一役を担った。
- ・教材：①「生涯骨太クッキング」のテキスト
②シニアカフェドリル
*テキスト、ドリル印刷助成金：(一財)日本宝くじ協会
- ・実施市町村数：484市町村
- ・受講者数：12,325人

(3) 男性料理教室

- ・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、新型コロナウイルス感染症流行下において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たことを好機と捉え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した。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った。

- ・ 教 材：「男性料理教室 20 のレシピ集」のテキスト
- ・ 実施市町村数： 194 市町村
- ・ 受講者数 : 3,251 人

(4) やさしい在宅介護食教室

- ・ 対 象：食生活改善推進員・一般住民
- ・ 内 容：高齢化の進行とともに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等をテーマに教室を実施し、在宅介護に必要な栄養や調理の知識・技術の習得を図った。
- ・ 教 材：①「やさしい在宅介護食教室」のテキスト
②シニアカフェドリル
- ・ 実施市町村数： 171 市町村
- ・ 受講者数 : 4,272 人（食生活改善推進員 2,525 人，一般住民 1,747 人）

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 5 年 9 月 6 日(水)
- ・ 場 所：秋田県秋田市「あきた芸術劇場ミルハス」
- ・ 参加者：食生活改善推進員等 815 人

(2) 食生活改善推進員リーダーブロック研修会等

ブ ロ ッ ク 別	期 日	開催県	参 加 県 (市)	参加者数
北海道・東北	10 月 18 ～19 日	宮城県	北海道、青森、岩手、宮城、秋田、山形、福島	148
関東・甲信越静	1 月 25 ～26 日	横浜市	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	219
北陸・東海・近畿	11 月 20 ～21 日	石川県	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	201

中国・四国	1月10 ～11日	香川県	鳥取、島根、岡山、広島、 山口、徳島、香川、愛媛、 高知	222
九州	2月8 ～9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	273
Next リーダーセ ミナー	12月7 ～8日		全国道府県・市	35
合 計				1,098

*Next リーダーとは、次期道府県・市会長候補をいう。

3. 表彰事業 ー南・賀屋賞ー

当協会設立者の名を冠した賞で、優良県及び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を令和5年8月8日（火）審査会にて選出し、全国大会にて表彰を行った。

<受賞団体>

宮城県登米市食生活改善推進員協議会
群馬県高崎市食生活改善推進協議会
静岡県藤枝市健康づくり食生活推進協議会
香川県観音寺市食生活改善推進協議会
大分県宇佐市食生活改善推進協議会

4. 推進員手帳による食生活改善推進員活動の実績評価

(1) 推進員手帳の作成・配布（広告掲載：ロシュ・ダイアグノスティックス株式会社）

食生活改善推進員活動の充実・強化を図るため、推進員手帳を作成・配布した。配布後、全国の食生活改善推進員は年間を通じた活動実績を手帳に記入した。

・推進員手帳の作成・配布：100,000部

(2) 実績集計・評価の実施

(1)を回収後、集計を行い、実績を評価した。評価に基づき、次年度の事業計画等を企画立案することでより充実した活動につなげ、また、必要に応じて適切なアドバイスをを行った。

<実績集計>

・推進員数 : 96,717人（うち名誉会員1,076人）
・推進員手帳使用者数 : 92,552人
・活動回数 : 1,347,877回
・活動対象者数 : 6,789,813人

II 国庫補助（公募）事業

1. 厚生労働省公募事業

全世代に広げよう健康寿命延伸プロジェクト（第3弾）

～健康づくりと地域づくりの二刀流の食生活改善推進員が挑む

「ヘルスサポーター」の育成を通じた普及活動～

令和5年度は第3弾として、食生活改善推進員による「ヘルスサポーター」の養成を通じた普及活動に取り組んだ。

「ヘルスサポーター」とは、2000年（平成12年）スタートの第3次国民健康づくり運動「健康日本21」に対して、当協会がこの健康づくり対策に多くの賛同者を得ることが急務と考え、独自に構想を掲げ事業化して養成した地域ボランティアである。次年度より国庫補助が認められ平成21年度まで約370万人のヘルスサポーターを養成し、食生活改善推進員と共に普及活動を展開した。

厚生労働省では、令和6年4月より「健康日本21（第三次）」をスタートしたが、この度の第三次では「全ての国民が健やかで心豊かに生活できる持続可能な社会の実現」というビジョンのもと「①誰一人取り残さない健康づくりを展開する②より実効性を持つ取組を推進する」という方向性が打ち出されている。

この施策を契機として、当協会ではこれまでの草の根活動の知識と経験を持つ食生活改善推進員が「ヘルスサポーター」を復活させ、養成を再開した。ヘルスサポーターは食生活改善推進員と一緒に健康づくりのプレーヤーとなり、それぞれのネットワークを活用しながら地域で普及することで、誰一人残さず実効性を持った「健康日本21（第三次）」に向けた基盤づくりを図った。

また、「健康日本21（第三次）」では、「健康日本21（第二次）」の結果を踏まえた様々なライフステージにおける課題に沿った取組が重要とされている。

そこで、第1弾、第2弾と2年間「若者」「働き」「高齢」のライフステージに応じた活動で培った経験を踏まえた取組を進めるが、特に第3弾では第2弾で実施したアンケート結果に基づき行動変容に向けた仕掛けづくりの検証を行い、「ヘルスサポーター」の養成と普及活動を進める上でより効果的な方法を探りながら活動を進めた。また、今年度もアンケート調査を実施し、前年度との比較も行った。

さらに令和元年に、「誰もがより長く元気に活躍できる社会の実現」のための3本柱の一つとして策定された「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、「自然に健康になれる環境づくり」や「行動変容を促す仕掛け」など新たな手法も活用して、

- ① 次世代を含めたすべての人の健やかな生活習慣形成
- ② 疾病予防・重症化予防
- ③ 介護予防・フレイル対策、認知症予防

の3分野を中心とした取り組みを進めることとしている。

「次世代を含めたすべての人の健やかな生活習慣形成」については、上述のようにヘルスサポーターの養成を通して各世代に働きかけて活動を推進した。

「介護予防・フレイル対策・認知症予防」では、具体的な内容として「通いの場」の更なる拡充や「共生」・「予防」を柱とした認知症施策などが示されている。

さらに国では、地域保健対策の推進に関する基本的な指針において、ソーシャルキャピタル（地域に根ざした信頼や社会規範、ネットワークといった社会関係資本等）の活用・醸成、その核となる人材の育成等を推進していくことが示されている。

食生活改善推進員に加え「ヘルスサポーター」はまさにソーシャルキャピタルの

核となる存在であり、これらの養成に着手することで地域とのつながりの強化や主体的に「自分事」として健康づくりを進める人の増加、さらには社会参加を促し「全ての国民が健やかで心豊かに生活できる持続可能な社会の実現」に向けた取り組みを図った。

(1) 全国会長会議の開催

本事業についての周知を図り活動内容の共有・情報交換を行った。

- ・期 日：令和5年7月11日（火）
- ・場 所：静岡県熱海市「ニューウェルシティ湯河原」

(2) 市区町村協議会会長会議の開催

各道府県・市協議会は、各市区町村協議会会長会議を開催し、活動内容の説明・理解を図り、活動内容の報告・共有・情報交換を行った。

- ・実施協議会： 51 道府県・市協議会
- ・出席者： 市区町村協議会会長等代表者並びに行政担当者
 - ・市区町村協議会会長等：1,894 人
 - ・行政担当者： 671 人
 - ・合計：2,565 人

(3) 講習会の開催

①若者世代

- ・対象：中学生から大学生
- ・内容：食事バランスの偏りややせ、食塩摂取量や野菜摂取量の課題がみられることから、日々の生活習慣・食生活チェック、また、実際に塩分測定器を活用した自宅のみそ汁等の塩分量等を体感することで、「自分事」として課題を見出し、若い世代からの食習慣がのちの生活習慣病につながることを伝えた。またこの世代はウェブサイトや SNS から情報を得ていることも多いことから、正しい情報の取得法についても伝えた。
- ・教材：①テキストを作成・配布
②食事バランスプレートを作成・配布
③旬の野菜であと一皿レシピを作成・配布
④減塩くんを作成・配布
⑤ヘルスサポーターカードを作成・配布
- ・実施市町村数： 278 市町村
- ・ヘルスサポーター： 6,065 人

②働き世代

- ・対象：主に就労者
- ・内容：多様なライフスタイルによる不規則な食生活、さらには肥満傾向や運動不足、食塩摂取量や野菜摂取量等の課題もみられることから、まずは、自分の健康状態の把握、そして、日々の生活習慣・食生活

チェックや実際に塩分測定器を活用した自宅のみそ汁等の塩分量等を体感することで、「自分事」として課題を見出し、生活習慣病予防のための健康チェックの習慣化の必要性を伝えた。また、この世代では持ち帰り弁当・惣菜等の中食の利用頻度も高い世代であることから、中食の活用法なども伝えた。

- ・教材：①テキストを作成・配布
- ②お腹が空かないダイエットのススメを作成・配布
- ③BMI 計算尺を作成・配布
- ④減塩くんを作成・配布
- ⑤ヘルスサポーターカードを作成・配布
- ・実施市町村数 ： 281 市町村
- ・ヘルスサポーター： 4,607 人

③高齢世代

- ・内容：低栄養やロコモの問題、新型コロナの影響での外出自粛の習慣化で人とつながりが閉ざされたこと等によるフレイルへの影響が指摘されていることから、高齢者の居場所づくりや共食の場の提供を図った。また、シニアカフェドリル（脳トレ）等を活用しながら、みんなで楽しむことで、日々の生活に活力や充実感を生み出すきっかけとし、地域のつながりの大切さや社会参加を促進した。併せて、ロコモ予防のために手軽な体操や筋トレなどにも取り組んだ。
- ・教材：①テキストを作成・配布
- ②認知症予防のためのシニアカフェドリル&メニューを作成・配布
- ③シニアランチョンマットを作成・配布
- ④ヘルスサポーターカードを作成・配布
- ・実施市町村数 ： 956 市町村
- ・ヘルスサポーター： 18,670 人

(4) アンケート調査の実施

講習会において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、前年度との比較も行った。

【調査結果概要】

<毎日の朝食摂取について> 【若者世代／働き世代】

若者世代は、受講後に「毎日朝食をとろうと思う」84.3%+「やや思う」12.0%と96.3%が回答した。受講前、ふだん朝食を毎日食べる人は71.5%であったことから、受講前後で毎日の朝食摂取への意向が高まったことがうかがえた。働き世代は若者世代に比べ、もともと毎日朝食を食べる人の割合が高かったが、受講後にさらに朝食への摂取意識が高まっている(84.0%→97.7%)。前年度調査と比較すると、どちらの世代も「九州・沖縄」の「ほとんど毎日食べる」が増えているほかは目立った差異はみられない。

<食塩摂取量について> 【若者世代／働き世代】

目標とされる成人1日当たりの食塩摂取量の認知度について受講前後で比較すると、若者世代では正答率が34.5%→72.3%と倍増、働き世代でも62.2%→90.0%と増加した。前年度調査と比較すると、若者世代の受講前の正答率は前回より5.6%下がっている(40.1%→34.5%)。一方で働き世代では4.7%上昇(57.5%→62.2%)しており、世代間での認識の差がみられる。

<野菜摂取量について> 【若者世代／働き世代】

目標とされる成人1日当たりの野菜摂取量の認知度について受講前後で比較すると、若者世代では正答率が58.1%→83.7%、働き世代でも64.9%→93.0%とそれぞれ受講後に大きく正答率が上がっている。前年度調査と比較すると若者世代の受講前の正答率は前回より3.8%下がっている(61.9%→58.1%)。一方で働き世代は正答率が4.5%上昇(60.4%→64.9%)しており、世代間での認識の差がみられる。

<フレイルの理解度について> 【高齢世代】

受講前、フレイルを内容まで知っていた人が52.2%であったのに対し、受講後の理解度は「理解できた」66.8%+「やや理解できた」29.3%と96.1%まで上昇した。前年度調査と比較すると、受講前の「知っている」は5.1%上昇(47.1%→52.2%)しており、フレイルの認知度が全体的に高まっていることがうかがえる。

<趣味グループ、地域活動等の参加について> 【高齢世代】

「週1回未満」44.3%が最も多く、次いで「週2～3回程度」33.6%となっている。「参加しない」は14.3%であった。前年度と比較すると、「参加しない」が1.9%下がっている(16.2%→14.3%)。また、受講後参加したいと「思う」66.2%+「やや思う」26.4%と92.6%が回答した。受講前後で比較すると、「参加しない」が受講前14.3%であったのに対し、受講後の参加しようと「あまり思わない」5.2%+「思わない」2.2%と7.4%となり、参加したい人が増加したことがうかがえる。

<講習会の内容を家族や他の人に伝えたいと思うか> 【若者世代／働き世代／高齢世代】

若者世代では「非常に思う」45.0%+「思う」43.7%と88.7%が回答した。働き世代では「非常に思う」27.5%+「思う」65.5%と93.0%が回答した。高齢世代では「非常に思う」19.2%+「思う」70.5%と89.7%が回答し、全世代で約9割と多数を占めており、ヘルスサポーターの内容が広い世代で受け入れられている様子うかがえる。前年度調査と比較すると、働き世代での「非常に思う」が増加(45.5%→53.6%)しており、特に「北海道・東北」(46.1%→56.2%)および「九州・沖縄」(48.2%→62.4%)における上げ幅が大きい。

2. 農林水産省公募事業

日本の食文化を守りそしてつなごう！

～にっぽん縦断！郷土・伝統料理教室～

長い年月を経て形成され、四季や地理的な多様性による特色を有し、地域の伝統的な行事や作法に結び付いた日本の豊かで多様な食文化は、世界に誇れるものである。平成25年には「和食；日本人の伝統的な食文化」がユネスコ無形文化遺産に登録され、その継承のため必要な措置をとる事が重要である。しかし、近年、核家族化や地域のつながりの希薄化、食の多様化により、日本の食文化の特色が徐々に失われつつある。

このため国では、伝統食材を始めとした地域の食材を生かした郷土料理や伝統料理、地域や家庭で受け継がれてきた料理や味、箸使い等の食べ方・作法を受け継ぎ、地域や次世代（子供や孫を含む）へ伝えている国民を増やすことを目標の一つとして、食育の推進を掲げている。

また、地域の風土等を活かした日本の食文化の保護・継承は、地域活性化及び環境への負荷低減に寄与し、持続可能な食の実現に貢献することが期待されるとし、第4次食育推進基本計画において、「食育を国民運動として推進し、国民一人一人の食生活において実践してもらうためには、食生活の改善等のために全国各地で国民の生活に密着した活動に携わる食生活改善推進員等のボランティアが果たしている役割は重要である」と明記されている。

このような背景から、全国に組織を有し、長年、おやこの食育教室や学校等への出前講座等において郷土料理の普及活動を行っている食生活改善推進員の組織力と実行力を生かし、これまで培ってきた知識・技術・経験に基づく、地産地消の精神も取り入れた「郷土・伝統料理教室」を実施した。

さらに、和食を中心とする日本の食文化は、栄養バランスのとれた食生活に資するものであり、食生活改善推進員の健康づくりの知識・技術・経験を生かし、健康面でのメリットも発信した。

また、食文化の保護・継承に繋がる食育の関心度、地産地消、栄養バランスを配慮したアンケート調査を実施した。

- ・対象：地域住民
- ・教材：①郷土伝統料理集
②食事バランスが学べるランチョンマット
- ・実施市町村数： 166市町村
- ・受講者数： 5,238人

<アンケート調査の実施>

【調査結果概要】

<食育の関心度について>

「食育に関心がある」51.9%+「どちらかといえば関心がある」39.5%と91.4%が回答した。また年代別に見ると「食育に関心がある」が、70歳代70.2%、60歳代67.3%、50歳代58.7%と、年代が若い者ほど食育への関心が低くなる傾向があった。

「第4次食育推進基本計画」の目標「食育に関心を持っている国民の割合」の目標値（令和7年度）は90%以上である。

<行事食・郷土料理を食べる頻度について>

最も多かったのが「季節（3か月）に1回程度」38.5%であった。次いで「月に1回程度」26.6%、「月に2～3回程度」25.9%、「週に1～2回程度」9.0%となり、月に1回以上日食べている者は61.5%であった。「第4次食育推進基本計画」の目標「郷土料理や伝統料理を月1回以上食べている国民の割合」の目標値（令和7年度）は50%以上である。目標値「月1回以上」に満たない年代は20歳代46.6%、30歳代41.1%、40歳代46.4%であった。

<行事食・郷土料理を次世代や地域で伝えたことの有無について>

最も多かったのが「伝えたことがない」60.5%であった。性別で見ると男性83.4%、女性52.5%で、女性の方が伝えたことがある者が多い結果となった。また年代別に見ると、「伝えたことがある」が、70歳代68.6%、60歳代64.7%、50歳代58.1%、40歳代46.8%、30歳代46.9%、20歳代13.9%と、年代が若い者ほど低くなる傾向で、特に30歳代と20歳代では差異が大きかった。「第4次食育推進基本計画」の目標「地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法を継承し、伝えている国民の割合」の目標値（令和7年度）は55%以上である。

<産地や生産者を意識した食品選択について>

最も多かったのが「ときどき選んでいる」44.9%、次いで「いつも選んでいる」25.3%であった。性別で見ると「ときどき選んでいる」が男性38.5%、女性47.2%、「いつも選んでいる」が男性13.0%、女性29.6%であった。男性は意識して選んでいる人が51.5%と選んでいない人と拮抗しているのに対し、女性は意識して選んでいる人が76.8%という結果であった。「第4次食育推進基本計画」の目標「産地や生産者を意識して農林水産物・食品を選ぶ国民の割合」の目標値（令和7年度）は80%以上である。

<主食・主菜・副菜を組み合わせた食事の頻度について>

1日2回以上とる頻度について、最も多かったのが「ほぼ毎日」48.1%であり、次いで「週に4～5日」27.6%であった。「第4次食育推進基本計画」の目標「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国民の割合」の目標値（令和7年度）は50%以上である。また年代別に見ると、「ほぼ毎日」が、70歳代54.5%、60歳代53.6%と50%を超えているが、50歳代未満は50%を下まわった。

<講義内容について>

最も多かったのが「非常に役に立つ」54.6%、次いで「役立つ」40.4%であり、95%が「役立つ」と回答した。また年代別にみると、20歳代以外は「非常に役立つ」の割合は50%～60%だが20歳代では「非常に役立つ」が77.2%と高かった。

Ⅲ 災害時における炊き出し支援の取り組み

- ・内 容： 東日本大震災から 10 年以上が経過したが、その後も避難が必要な災害が度々起きている。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、住民への普及啓発を図った。
- ・教 材： 災害時に役立つ食事支援ハンドブックの作成・頒布
- ・実施市町村数： 51 市町村
- ・対象者数 : 1,025 人

Ⅳ 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設立以来一貫して続けている、住民参加型の活動は、国が示している「地域共生社会」や「ソーシャルキャピタルの醸成」の趣旨と一致している。また、急速に進行する高齢化で、フレイルや認知症が課題となっている中で、草の根活動の知識と経験を持つ食生活改善推進員は地域で一層核となる存在になる。そこで食生活改善推進員が地域で先頭に立ち健康づくりを牽引していくためにも次世代を担うリーダーの育成等を強化しさらなる組織の活性化を図った。

一方で、継続して SNS の活用等を含むホームページの充実や Instagram を活用しながら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を図った。また、民間企業や関係団体との連携や、さらにはヘルスサポーターを始めとした様々な事業を活用し会員の拡大に努めた。

Ⅴ ICT（情報通信技術）の活用

新型コロナウイルス流行下において、感染防止の観点からオンラインを活用した、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、引き続き支援方策を検討し、全国食生活改善推進員協議会組織の強化に向けて尽力した。

また、日本食生活協会ではホームページに加え、Instagram を活用しながら食生活改善推進員のネットワークの拡充や日本食生活協会を紹介(教材を含む)しているが、令和 5 年度は、Instagram のフォロワー増に努め、令和 5 年 6 月のフォロワー数 134 から令和 6 年 5 月には 357 に増加した。

この他、健康日本 21 推進全国連絡協議会のプラットフォーム(no+e)を活用し、日本食生活協会の広報及び関係団体との連携を図った。

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養成し、全国で「郷土料理スペシャリスト」が活動している。また、第 4 次食育推進基本計画では新たな目標に「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)」が追加されたこと等から、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、コロナの影響で止まっていた郷土料理スペシャリストによる料理教室の再開に向けて検討を行った。

VII 活動教材頒布事業

食生活改善推進員の養成講座用テキストや活動及び食育啓発用出版物、会員用グッズ等を頒布した。

- (1) 食生活改善推進員養成講座用テキスト
- (2) 活動及び食育啓発用出版物等
- (3) BMI 計算尺及びメタボメジャー等
- (4) 塩分測定器「減塩くん」
- (5) 会員用グッズ (バッチ、Tシャツ、エプロン、マスク等)

VIII 関係団体及び民間企業との連携

健康づくり活動を推進するため、食育、保健・医療、介護、福祉等、様々な分野の関係団体及び民間企業と連携に努めた。

IX 賛助会員の募集

平成 27 年から本協会の活動に賛同いただく支援者を募っている。令和 5 年度は 1 社の入会があった。

(法人会員 1 口 : 50,000 円 個人会員 1 口 : 10,000 円)

法人会員 : 3 社

個人会員 : 1 人