

第 6 期第 4 回 部会活動報告（若い世代部会）（案）

1 検討内容 【20 歳代前半に向けての食育の取組の検討】

(1) 若い世代にアプローチする上で重要となること

- ア 短時間でできること
- イ 節約になること
- ウ 実際に体験、経験してみること

（意見）

- ・大学生生活や就職により自立して生活するようになると、食事のとり方は個人差が大きくなる。家庭での食習慣の確立ができていなければ、食事より優先されるものに重きを置いた生活になってしまう。
- ・若い世代は勉強や仕事等の多忙な生活が理由で、食事にかける時間がない。
- ・若い世代は経済的に食費にかけられる金額は多くない。自分で作る食事は、（最初に調味料等は必要だが）シンプルな食事であれば安価で作ることができ手間はかからないことが、経験不足のために理解できていないのではないか。

(2) 若い世代に何を伝えるか

- ア 自炊のススメ
- イ 和食、日本の食文化を伝えていく

（意見）

- ・一汁一菜の健康的でシンプルな食事は、自分で作ると時短・節約が可能なことを伝えたい。
- ・お茶を飲む習慣がなく、急須を知らない若い世代も増えている。健康的な食事についても、まずは知り、経験することを通して興味を持ってもらうことが必要なのではないか。

(3) 具体的なアプローチ案

- ア 大学と連携したアプローチ
学園祭等で、日本の食文化（だしやお茶等）を実際に体験する場をつくる
→体験型は少人数しか参加できなくても、SNS 等で拡散する可能性もあるのではないか
- イ 若い世代が集う地域のイベントでのアプローチ
ねりまの食育応援店とコラボし、体験型の食育のブースを出展する
→地域のイベントを通して、お茶の淹れ方や日本の食文化等を伝えていく

2 今後の進め方

アプローチ方法について、引き続き具体的に検討していく。第 6 期のうちに 1 つでも試行で実施できるとよい。