資料３

令和８年 10 月 30 日

第2回練馬区食育推進ネットワーク会議（第10期）

若い世代への食育の取組について

１　目的

国は主食・主菜・副菜のそろった食事を１日２回以上、ほとんど毎日食べている人の割合を 50%以上にすることを目標としているが、区では、男性の 20 歳代、30 歳代、50 歳代、女性の 20 歳代で目標値に達していない。

若い世代のやせや、高齢者の低栄養傾向がみられる中、幼少期から高齢期に至るまで栄養バランスに配慮した食生活を続けることが、生活習慣病を予防し、健康を維持することにつながる。これらの課題を踏まえ、状況の改善を目的とした事業を実施する。

２　活動経過

若い世代への食育を推進するため、区内大学との連携に向けて訪問や電話による働きかけを行っているが、現時点では具体的な連携には至っていない。

３　今後に向けて

若い世代への食育については、進学や就職等を契機に、自ら食生活を管理する機会が増える大学生を主な対象として、区内大学等との連携に向けた働きかけを継続する。また、食育推進ネットワーク会議での意見を踏まえ、高校生などへの取組についても検討するとともに、冊子や SNS 等を活用した効果的な普及啓発の手法について検討していく。