

令和4年11月4日

第8期練馬区食育推進ネットワーク会議

## 令和4年度第2回練馬区食育推進ネットワーク会議（第8期）書面開催アンケートまとめ

	令和5年度の投稿内容について
	ア 練馬産野菜レシピの投稿でよいか？追加して欲しい内容はありますか？
	良い 8名
	変更した方が良い 2名
	変更案
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・9月2日に投稿する内容を例にします。ツナ缶50gと書いてありましたがg表記にするより一缶や半分(~g)と表記した方がわかりやすいと思いました。</li> <li>・しいたけレシピだったら、しいたけがしっかり良く見えたほうが良いと思います。</li> <li>・練馬で採れる野菜の他、果物を使ったお菓子やジャム等のレシピ。いちじくや栗はおかずにもケーキにもなるので、若い子たちの目がいくような新しい企画なんてどうでしょうか。そのケーキにあう紅茶やコーヒーなど。</li> <li>・練馬産野菜にこだわる必要はないと思います。「食生活を見直して欲しい」ということがテーマになっていると思うので、調理しやすいもの、栄養バランスが良いものなど、スーパーなどで手に入る食材（野菜に限らず）で良いのではないのでしょうか。</li> </ul>
	追加してほしい内容
①	<ul style="list-style-type: none"> <li>・赤紫蘇ジュースの投稿がありましたが、来年は、作った後の赤紫蘇の活用方法があると嬉しいです。また、小麦粉・乳製品・卵アレルギーの場合のそれらを使用しないレシピ投稿は、アイデアとしていかがでしょうか？</li> <li>・使用している野菜の栄養や旬</li> <li>・練馬には美味しいtea shopもたくさんあるので、紹介できたらうれしいです。練馬以外でも珍しい野菜の豆知識とか。</li> <li>・投稿内容は十分分かりやすい内容ではありますが、リール動画などを工夫した投稿の方が拡散力があり、多くの人に見てもらえるかと思います。</li> </ul>
	イ 具体的に投稿して欲しい野菜はありますか？
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・モロヘイヤ、ビーツ、干し野菜レシピ。副菜の投稿と並行して、野菜たっぷりの1皿で1食になるレシピ。</li> <li>・珍しい野菜や使い道が少なそうな野菜、余りがちな野菜がいいと思いました。</li> <li>・野菜の種類はどのようなものでもありがたいと思うが、それぞれの野菜をより簡単に食べられる方法を知りたいです。</li> <li>・ネギ、もやし、アボカド</li> <li>・とうがん、なす、かぼちゃ、さといも、大根、キャベツ、じゃが芋、きゅうり、ながいも、れんこん、ピーマン、トマト</li> <li>・野菜の処理の仕方や茹で方。茎・葉どちらに栄養ある？などのクイズ形式にしてみたらどうでしょう。</li> <li>・ベジタリアンやビーガンの方向けレシピとかはどうでしょうか。</li> <li>・「食べ方が分からない」と若いお客様から言われる食材もいかなと思いますが、そういった野菜は「地味」なものが多いです…（切り干し大根、ひじき、ごぼう、バターナッツetc）</li> <li>・季節ものですが、今時期ですと「キノコ」「ごぼう」「芋類」です。</li> </ul>

若い世代への取り組みを広げていく場所・施設、媒体等がありますか？

- ・小学生以下の保護者は、20～30代が多くいるので幼稚園・保育園・小学校学童を活用するとよい。
  - ・ねりまの食育応援店でのポスターの掲示
  - ・練馬区内のイベントへの出店機会を増やす
  - ・20代？30代であれば、大学生以外に子育てママもいわゆる若い世代に入ります。子育て広場や各地域の保健相談所での掲示はいかがでしょうか？
  - ・若い世代への取り組みを広げていく場所について、地域のお祭りや学園祭、オープンキャンパスの時にブースを設置するのが良いと思いました。人が集まりやすい場所なので集客しやすいのではないかと思います。オープンキャンパスはその大学に興味を持って来る人が多いので取り組みに興味を持ってもらえるのではないかと思います。
- ②
- ・電車、バス内広告
  - ・Instagramに力をいれる
  - ・キャンプ場、サウナなどのスーパー銭湯、児童館、子育て支援教室
  - ・掲示コーナー：図書館、勤労福祉会館、保健所等公の施設
  - ・IMAなどの商業施設や駅の掲示板とか使わせて頂けたらいいですね。スーパーマーケットは幅広い世代に見ただけそうな気がします。
  - ・若い世代へとなると、SNSが最も効率の良い媒体となりますので、現状のインスタのフォロワー数を増やすことが重要かと思います。ツイッターの活用も考えてみられても宜しいかと思います。「施設で」となると、学校、児童館、塾など、これらの施設に協力してもらう事が重要になってくるかとは思いますが。

その他ご意見

- ・Instagramについて、レシピが本文から投稿写真の方に記載されるようになり、目に止まりやすくなったと思います。また、料理のポイントがとても良いなと思いました！オクラやナスに穴を開ける・・・勉強になりました（笑）
- あとは、旬を意識した食材で、複数のメニューの投稿もあると嬉しいです。例えば、今投稿されている、きゅうりトマト茄子といった夏野菜レシピも同じ食材で他にこんなレシピもあるよ！と投稿があると、次にじゃあ作って見よう！と意欲が湧きます。9月からの新しい投稿も楽しみにしています。
- ・大学生への取り組みですが、私の所属している楽膳倶楽部では、現在木曜日の夜に「みんなで晩ごはん」という活動があります。地域の子育て世帯やシニア層の方々が集まってご飯を食べるのですが、その晩ごはん作りのボランティアとして来ていただくご提案もできます。活動の献立は、いつも主食・主菜・副菜が揃っていますので、作りながら、実践的に学んでいただける機会になるのではないのでしょうか。終わったら一緒にご飯も食べていただけます。
- ③
- ・他に、過去の会議にて発言したこともあったかと思いますが、ちゃんとごはんの大学生バージョンはいかがでしょうか？
  - ・大学生は休みが長いので、みんなで集まることも多いのかな？ BBQ、ハロウィン等のイベント1品料理等を、掲載メニューにどうでしょうか？
  - ・TOKYOとれたてシティ！練馬のHPを見ました。とれたてキッチンでは練馬の野菜を使ったレシピを動画でみる事ができました。区産の特色からお店やレシピの紹介など素敵にまとまっていた。制限があるのでいろいろ難しいですが全体的にグリーンで地味に感じてしまいました。
  - ・以前に比べて、画面が見やすくなりました。（横スクロールの方が見やすいです）
  - ・前述した通り、SNSでの周知が重要と考えています。多くの方に知られていない状況では、取り組みに参加している者の士気に大きく影響が出てきますので、リール投稿を増やすなど、拡散力のある投稿に変えられ物は変えていかれた方がいいと思います。何か力になれることがあれば何でも仰ってください。