

令和7年3月26日

練馬区食育推進ネットワーク会議（第9期）

食育推進ボランティアとの協働事業「ちゃんごはん」報告

1 第9期事業報告

(1) 子ども（年長児～小学生、中高生）、乳幼児とその保護者、若い世代対象

実施場所	実施回数（回）		参加者数（名）		食育推進ボランティア数（名）	
	R 5	R 6	R 5	R 6	R 5	R 6
児童館および学童クラブ※1	5	7	125	73	30	25
高松みらいのはたけ ※2	1	1	14	14	3	3
オンラインでちゃんごはん	2	1	12	8	2	1
ねりま若者サポートステーション※3	0	5	0	(16)	0	6
合計	8	14	151	(111)	35	35

※1：令和6年度は乳幼児とその保護者、中高生を含む

※2：対象者は小学生親子

※3：参加者数は3月26日現在の人数（3月28日に1回実施予定）

(2) 高齢者のためのちゃんごはん+いきいき栄養講座

（高齢者みんな健康プロジェクトポピュレーション事業）

実施場所	実施回数（回）		参加者数（名）		食育推進ボランティア数（名）	
	R 5	R 6	R 5	R 6	R 5	R 6
街かどケアカフェ	17	12	195	124	28	12
はつらつセンター	0	4	0	66	0	5
敬老館	0	10	0	107	0	1
合計	17	26	195	297	28	18

「高齢者のためのちゃんごはん」は、食育推進ボランティアによる簡単主菜のデモンストレーションを実施している。

(3) 高齢者対象「ちゃんごはん」プロジェクト

令和7年1月に、老人クラブに対し、簡単な調理+共食を含めた高齢者対象の「ちゃんごはん」を試行で実施した。電子レンジを用いて、簡単に作れる主菜2品の紹介と汁物、缶詰を使った炊き込みごはんを紹介し、参加者27名と食育推進ボランティアで共食した。

2 今後に向けて

(1) 高松みらいのはたけでの取組

第3次みどりの風吹くまちビジョン アクションプラン〔年度別取組計画〕戦略計画 11「身体とこころの健康づくりを応援」 1 区の特徴を生かした健康づくりの取組として、高松みらいのはたけで実施する「ちゃんとごはん」プロジェクトを挙げている。

令和7年度は、小学生親子を対象とした「ちゃんとごはん」を1回と、ねりまの食育応援店店主を講師とし、高松みらいのはたけで収穫した野菜を使っておススメメニューを調理、共食する取組の計2回を実施する予定。

(2) 全世代に向けた「ちゃんとごはんプロジェクト」の実施

健康づくりサポートプラン 柱5「練馬ならではの食育（練馬区食育推進計画）」の主な取組として、全世代に向けた「ちゃんとごはんプロジェクト」の実施を挙げている。

高齢者対象については、これまでデモンストレーションのみの実施であったが、今後は参加者と一緒に調理、共食する形での実施を地域の保健相談所とともに進めていく。