

食育を推進していきたいあなたに

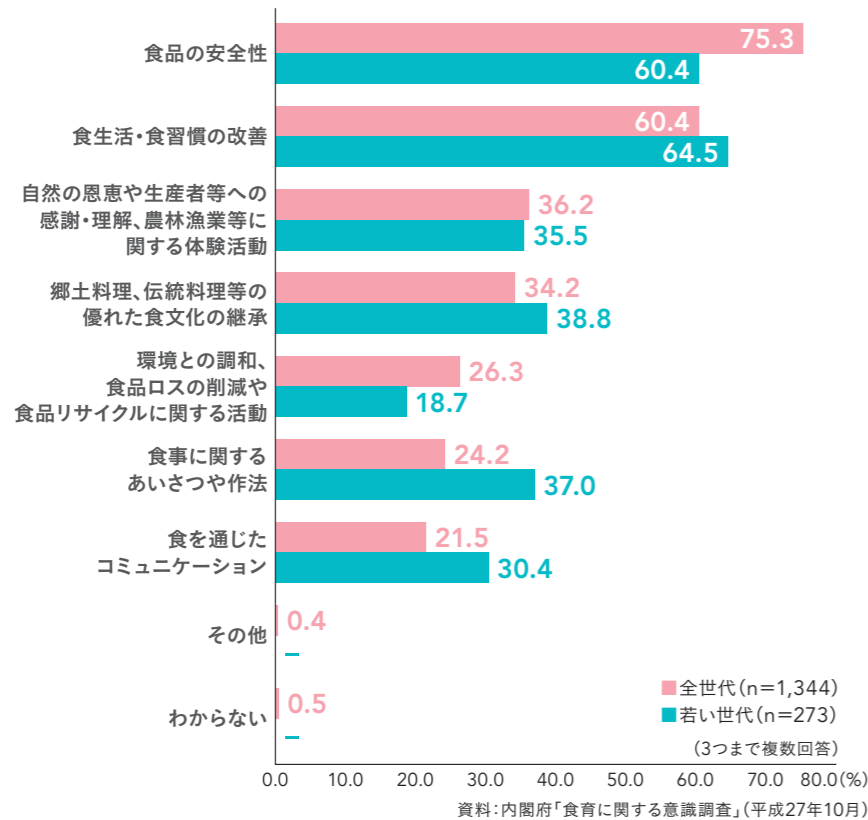
重点課題1 若い世代を中心とした食育の推進

将来を担う若い世代へのアプローチで次世代につながる食育を

若い世代は、食育のこんな部分に関心があります

若い世代は食に対して、必ずしも無関心だというわけではありません。

●食育を国民運動として実践するなら関心があること



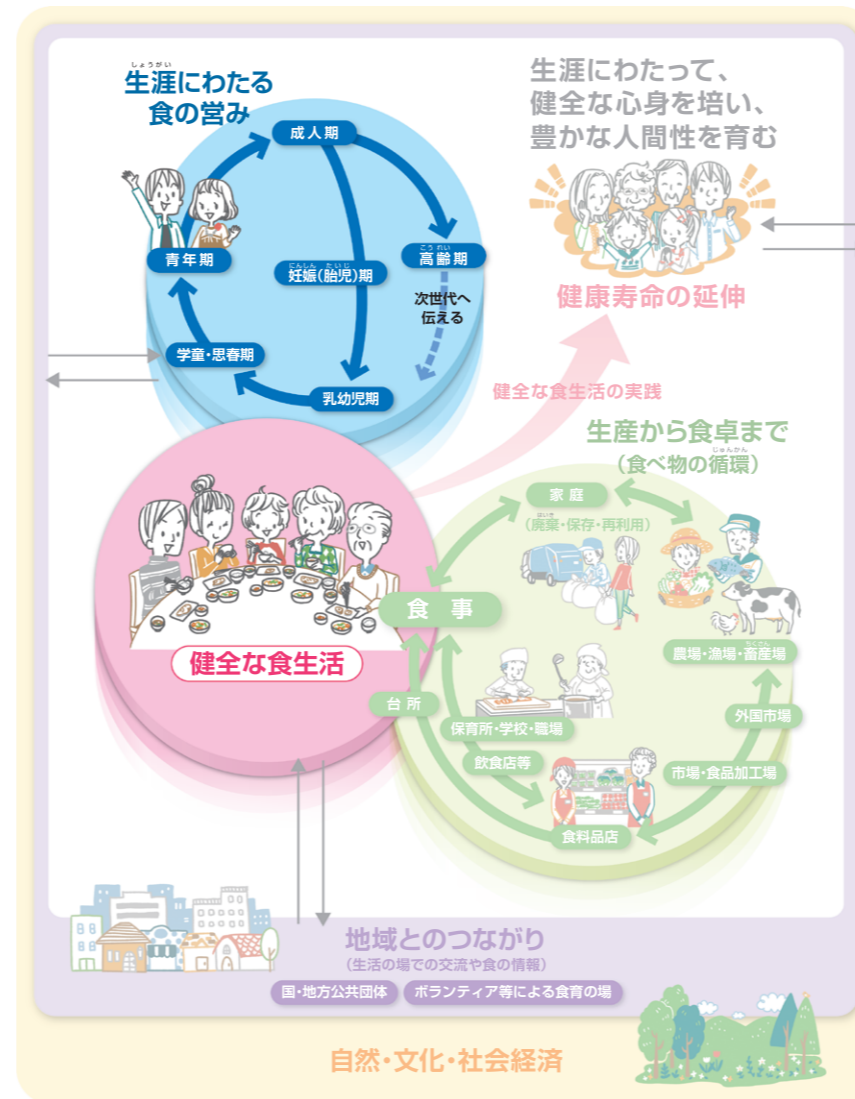
若い世代も「食事に関するあいさつや作法」や「食を通じたコミュニケーション」などについての関心は、他の世代よりも高くなっています。

次世代につなげるためにも大切な若い世代への食育

若い世代に食に関する多くの課題があるのは、健康であるが故にその大事さや必要性を感じていなかったり、食に関する情報や取組が十分に届いていないからかもしれません。20歳代～30歳代はこれから親になる世代でもあるため、健全な食生活の実践力を身につけていくことは、次世代につなげるためにも必要です。若い世代のニーズに合った活動や適切なアプローチ方法を探り、興味・関心を持ってもらえるような取組をしてみませんか。

20歳代～30歳代の若い世代は、食に関する知識に乏しかったり、意識が低かったり、また実践状況等の面で、他の世代より多くの課題があるといわれています。しかしそれは、必ずしも食に無関心だからという理由ばかりではありません。若い世代への食育で大切なのは、アプローチの方法です。若い世代に合った取組で、次世代に伝えつなげていける食育を推進していきましょう。

特に意識したい実践の環



こんな取組があります

SNSや身近な場所でのアピールで若い世代に届く情報発信を

20歳代～30歳代の人々に食育の知識や情報を届けるためには、若い世代に合った方法、内容での情報発信が大切です。SNSを積極的に活用したり、学校や飲食店といった、若い世代の生活にとって身近な場所にツールを置くなど、訴求を図ってみてはいかがでしょうか。接点の場の一つとして、大学に拠点を置き、生産者や行政、地域が連携し、食に関するイベントや授業を行うことも有効です。

気軽さや、負担の少なさがポイント 若い世代が食に触れる環境づくりを

学校や、若い世代が働く企業にとって、学生や従業員の健康維持・増進は大切です。まずは、無理なく気軽に参加できる取組を行ってみてはどうでしょうか。大学の中には、朝の授業時間までの時間限定で朝食が100円になる「100円朝食」という取組を行った結果、生活リズムが整えられ、朝食欠食が減っただけではなく、図書館の利用率が上がったという副次的効果を得られた例もあります。

もっと詳しく知りたい

- 若者に関する食育推進の取組事例集(内閣府)
- ・立命館大学(100円朝食)
 - ・サルベージ・パーティ事務局(サルベージ・パーティ)
 - ・Slow Food Youth Network Tokyo(ディスコ・ベジー等)

講座により学生の食に関する意識がアップ

早稲田大学では、JA共済寄付講座の一環で、食を起点とした復興支援イベント「東北キッチンat早稲田」を開催しました。現地の生産者の協力を仰ぎ、学生が各地の特産品研究や飲食店でのメニュー提案等を行う中で、食への意識が高まり、生産者を再訪問したり、独自に東北支援の食イベントを開催する学生までいます。大学や市民講座の開講が、若い世代の食への興味や地域とのつながりづくりの良いきっかけになっています。

ホームページ <https://www.facebook.com/tohokukitchen/>

