

第 6 期 部会活動報告（若い世代部会）(案)

1 若い世代（20～30代）の食の現状

「栄養バランスのとれた食事を食べている状況」について、練馬区の若い世代は国と比較して低い状況にある

第3次食育推進基本計画の重点課題「若い世代を中心とした食育の推進」について、具体的な取組の検討が必要

2 検討内容

目指す姿～若い世代の人たちがこういう状態になったらいいな～

ア 野菜の摂取量の増加（農地が身近にあるねりまならではの食育の推進）

イ 栄養バランスがよい食事をとる人の増加

ウ 自分で自分の健康を考える人の増加 選食能力を高める

若い世代の特徴について

ア 結婚、子どもを持つ等で、食や健康についての意識が変わりつつある人

（生活習慣病予防の世代？）

イ 食や健康に全く興味がない人

具体的なアプローチ案（知識と行動）

ア 知識（本人の意識を変えるためのアプローチ）

・アニメやDVD等を用いて、区の若者の実態を広く周知する

・コンビニや大学と連携

・入学式や成人式

} 実態や食育についての情報を掲載した媒体を配付する 等

イ 行動

・自分で作る機会（調理実習等のイベント）

・高校生、大学生限定の栄養コンテスト

・20代、30代向けの収穫体験

3 今後の進め方

具体的なアプローチ方法について、実現可能かどうかを含めて引き続き検討していく

まずは、結婚等で食や健康についての意識が高まっている人を対象にしたアプローチ方法について、具体的に検討する