

練馬区健康推進課 Instagram について

1 目的

農地が身近にある練馬ならではの食育を若い世代にも推進するため、Instagram に野菜レシピやバランスのとれた食事の提案を行っていく。

2 第 9 期活動報告

令和 5 年 4 月～：前年度に引き続き、健康推進課および食育応援店が提案する、季節の野菜を使った野菜レシピを投稿する。週 1 回（月 4 回）以上投稿する。

・協力食育応援店 3 店舗

令和 5 年 7 月：都市農業課と連携し、区内農家からレシピを提供してもらい「農家メシ」として投稿した。

・協力区内農家 3 名

令和 6 年 3 月末～：健康づくり係「健康イベント」と連携し、YouTube「ねりま健康ちゃんねる」にて配信済みの「10 分でできるちゃんごはん」で紹介している、朝食レシピを投稿する。

・投稿レシピ 5 品

令和 6 年 3 月末～：食育実践ハンドブック「野菜とれとれ！ 1 日 5 とれとれ！」をリニューアルし、Instagram で紹介している野菜レシピを掲載し、発行した。区内図書館等で配布する。

令和 6 年 3 月 21 日現在：54 投稿

3 今後に向けて

① 投稿内容の検討

健康推進課より週 1 回の野菜レシピの投稿は、バランスのとれた食事の提案を続けていく。

都市農業課等の関係部署、食育応援店と連携し、季節の野菜や食育応援店から提案されたレシピを季節に合わせて投稿する。また、検討部会で意見をいただいた練馬産野菜を使用したレシピや野菜の茎や皮を使った食品ロスのレシピ、学校給食等の投稿も検討していく。

② 周知方法の検討

都市農業課アプリ「とれたてねりま」からお知らせをプッシュ通知で発信したことにより、フォロワーが以前より増えてきている。また、今回リニューアルした食育実践ハンドブックにも二次元コードを掲載したため、図書館利用者をはじめとしたフォロワー数の増につながるとよい。