

## ねたろう食育博士養成講座について

## 【事業概要】

山陽小野田市食育推進計画の推進にあたり、地域住民が生涯を通じた健康づくりを実践するために、食に関する正しい知識を学ぶことで健全な食生活を実践し、食育の大切さをPRできる人材を養成している。

また、山陽小野田市食育推進計画の18の目標指標の1つに「ねたろう食育博士の認定者数」を位置づけている。

## 【事業内容】

対象者 小学生以上の市民（在勤・在学含む）

定員 毎年80人（16名程度×5回）

※講座修了者に後日認定式を開催している

場所 厚狭地域交流センター、高千帆地域交流センター

内容

下記の内容について体験を通して学ぶ

○健全な食生活

（朝食摂取、野菜摂取、自分の適量を理解、減塩、よく噛む）

○生産者（グリーンハウス、花の海）とつながる

○食品ロス

○郷土料理（けんちょう、いところ煮など）

○食事のマナー（食育ランチョンマットなど）

○食に関する地区組織（食生活改善推進協議会、SOSかたつむりで行こう会スタイル部会）とつながる

○栄養成分表示の見方 等

## 【認定者】

令和4年度まで686名（うち子ども232名）

## 【認定後のねたろう食育博士】

年2回のねたろう食育博士のつどい（研修）を受講

レシピ提供、食育教室などを開催