

「南区まちづくり活動サポート事業」実施報告書

令和 3年 2月 8日

団体名 新潟市食生活改善推進委員協議会 南支部

代表者氏名 田村 順子

1 提案事業名 「かんたん おいしい おうちごはん」レシピ集作成事業

2 事業内容

- ① 家族が調理体験を通して食事の大切さや親子のコミュニケーションの充実をはかるために特産物を生かしたレシピ集を2,000部作成。
- ② ①地産地消②減塩③バランス④手軽・簡単に作れる、の4つのポイントをふまえた内容の料理レシピ集を作成。
- ③ エネルギー・塩分・調理レベル・ワンポイントアドバイス・手書きの挿絵を入れ親しみやすい冊子にしました。
- ④ 南区の各地域生活センターに配置配布。
- ⑤ 南区役所ホームページへの掲載。

3 評価と課題

【目的と成果】

「地産地消」「減塩」「バランス」「手軽・かんたん」の4つのコンセプトで食推のおすすめを選び、ひとつのレシピ集にまとめました。子どもから大人まで家庭での調理体験をとおして食育に興味をもち、健康的な食生活を身につけるきっかけづくりになってくれればと願っています。

【今後の取り組み】

- ① レシピ集を使って、学校・地域での調理実習を実施していきたいと思っています。
- ② 調理実習の時、子ども対象に「オリジナルバンダナ」をプレゼントし、親子で調理を行うきっかけにしてほしいと思います。
- ③ 新潟市食育センターのクックパッドに掲載予定。
- ④ 南区の特産を使って調理をし、おうちごはんを楽しんでいただけたら嬉しいです。

4 実施状況写真



