

令和7年度 長岡京市「食育ひろば」in まるごとヘルシーフェスタ(報告)

1. 日 時:令和7年9月6日(土)10時~12時30分(まるごとヘルシーフェスタは16時まで)
2. 場 所:バンビオ1番館3階メインホール
3. 対 象:長岡京市在住、在勤、在学(まるごとヘルシーフェスタ参加者)
4. 目 的:
まるごとヘルシーフェスタ内にて、食育啓発を目的に、子どもから大人まで楽しみながら食育について学んでもらう体験型ひろばを開催する。
5. 内 容:
「ミッションをこなせ!遊んで学べる★食の大冒険!!」
ミッションをこなしながら、献立シールを集め、バランスのよい食事を完成させる
 - ①食事バランスクイズ
クイズ内容…食事バランスや朝食に関する内容(3問)
 - ②-1 魚釣りゲーム(こども)
釣った魚の裏に書いてある魚の名前(漢字)をそろえて、ビンゴを完成させる
 - ②-2 ロコモ度テスト(おとな)
乙訓保健所によるロコモ度テスト
 - ③ナトカリクイズ
クイズを通して、塩分やナトカリについて学ぶ
 - ④アンケート
食育推進計画の評価指標の進捗状況把握のためのアンケートを実施
★ミッションをこなし、アンケートに回答した方には、景品をプレゼント
(景品…バランスパタパタ、備蓄食品(クッキー)・購入品(おもちゃ、オリジナルピンチ、ゴミ袋、ウエットティッシュ)
 - ⑤なすのフォトブース(ホワイエ:16時まで実施)
巨大なすと記念撮影しながら、なすの成長について学ぶ
備蓄食品の野菜ジュースと地元産なすのプレゼント(計300本:農林振興課より)
※なす配布終了後はクッキーを配布
 - ⑥食に関する絵の展示(ホワイエ:16時まで実施)
市内公立保育所の園児が描いた絵を展示する(計パネル4枚分)

【関連する数値目標(長岡京市第3次食育推進計画P18)】

- 項目番号①「食育に関心を持っている市民の割合」
- ②「朝食を食べている市民の割合」
 - ③「主食・主菜・副菜のそろった食事を1日2食以上食べている市民の割合」
 - ④「食に関するイベントや農業体験などに参加する市民の数」
 - ⑦「地元産野菜、農林産物の利用を心がけている人の割合」
 - ⑧「次世代に地元特産品や行事食を伝えている人の割合」

5. 周知方法:

- 《ポスター・チラシ》 市役所、保健センター、中央公民館、総合交流センター
乙訓保健所、保育所・園、幼稚園
- 《ポスターのみ》 小・中学校、JR・阪急
- 《チラシのみ》 子育て支援センター、乳幼児健診等
- 《その他》 広報紙(9月号)、市 HP(7月～)、LINE(9月4日頃)、
市役所電子掲示板等(8月)、小・中学校スクリレ(8月18日)

6. 当日参加者数

まるごとヘルシーフェスタ来場者総数 687 人
(大人 415 人、子ども 272 人)

7. まとめ

今年度は、来場者数が 687 人と、昨年度の 1,093 人から減少したが、流れとしてはスムーズであり、来場者からの苦情や混乱なく実施することができた。来場者数が減少した要因としては、①長岡公園リニューアルオープンイベントと開催日が重複したこと、②レザミさんの実施内容が昨年度と異なっており、昨年度実施されていた外の広場でのイベントがなく誘い込みができなかったこと(昨年度は、レザミさんの室内会場も子ども向けの室内遊具で遊び場をつくっておられ、暑い中室内で遊べるとのことで、子連れの参加者が大変多かった)、③健康測定内容が、昨年度人気のあった脳年齢がなく、京都済生会病院ブース・明治安田ブースとも血管の測定であったこと、④保育園児の食に関する絵画について、設置スペースの関係から少なくしていただいたため、絵画を見に来る方が減少したことが考えられる。

食育ひろばとしては、冒険をイメージし、ミッションであるクイズや体験をクリアしながら献立シートを集め、バランスのよいオリジナル献立を作成する形式とし、食事クイズ→乙訓保健所のロコモ度テスト(大人)→魚釣りゲーム(子ども)→食事クイズ→アンケート回収・景品渡しと一方向で流れるようにした。それにより、すべての内容を体験していただく方が増え、乙訓保健所ブースの参加者も 68 人(午前中)と、昨年度の 56 人(午前中)より増えた。高齢者には流れの理解が少し難しいようであったが、子どもたちは保護者とともにクイズに挑戦し、献立の作成を楽しんでいる姿が見られた。家族で食事や健康について一緒に考える機会になったと考える。

また、今年度はホワイエにおいて、一日を通し「保育園児の食に関する絵画(市内公立保育所 4 か園より)」「なすのフォトブース」を設置し、多くの方に来場いただけた。なすが長岡京市の特産品であることを知らない方が多かったため、特産品であることをアピールするとより良かったと思う。お土産としてお渡しした“なす”も例年通り大変好評であった。

8. 当日の様子

食事クイズ(主食・主菜・副菜、ナトカリを学ぶ)



ロコモ度テスト(乙訓保健所)



なすのフォトブース(なすの成長についても掲示。撮影後は、市内でとれたなすをプレゼント)



保育園児の食に関する絵画(市内公立保育所4か園より)



魚釣りゲーム(釣った魚の名前でビンゴ)



景品(宝箱からひいた宝石によって景品決定)



冒険カード

