



～令和5年度食育推進交流会を開催しました～

2月2日（金曜日）アバンセホールで「令和5年度食育推進交流会」を開催しました。

この交流会は、佐賀県と西九州大学で共催しているもので、今年度は、「スポーツを通じた食育～SAGA2024に向けてつながろう～」をテーマに講演やパネルディスカッション、交流会を行いました。

県内の管理栄養士、食生活改善推進員、学校関係者や一般の参加者など**212**名の方に参加していただきました。

◎講演

①「佐賀から世界に挑戦するアスリートを育てるSSP構想」

講師；県 SAGA スポーツピラミッド推進 G 副課長 西浦 聡子 氏

- ・スポーツは、人々を元気にする。スポーツは力を持っており、佐賀を元気にしたいと思って SSP 構想を作ってきた。
- ・今年は、国スポ・全障スポを開催するので、スポーツ人材を育てていきたい。同時に指導者の人材育成にも取り組んでいきたい。



②「成長期のスポーツと食事」

講師：西九州大学健康栄養学部 教授 堀田 徳子 氏

- ・小学生の時は、スポーツの習得時期と言われる。また成長期でもあり、この成長のピークを逃さないことが大事だ。
- ・トレーニングの後は、身体を休めさせるため、休憩の時間を取る。しっかり食事をとり休ませる。身体を動かす分、エネルギーをしっかり補充する。成長期には、しっかりエネルギーを補充しておくことが大事だ。



西浦副課長様、堀田教授様、御講演ありがとうございました。

◎事例紹介とパネルディスカッション

パネラーそれぞれの取組を紹介いただき、参加者からの質問等に対してディスカッションを行いました。

① SAGA2024アスリートメニュー集の紹介

SAGA2024・SSP推進局 管理栄養士 古川 太一 氏

- ・「競技者のための食事レシピ集」を作成した。
- ・宿泊施設や弁当調整施設に配布し、食の面から選手等を支える取組を行っていききたい。

② 佐賀県アスリート寮の取組

(有) 佐賀新聞ライフマネジメント 管理栄養士 永渕 久美 氏

- ・アスリート寮（遠方から佐賀に拠点を移し、それぞれの夢に向かって競技に打ち込む中高生をサポートする施設）に入っている生徒達に食事を提供している。
- ・栄養フルコース型の食事など生徒の個々の希望に沿った食事を提供している。



③ 女性アスリート外来の取組

独立行政法人佐賀中部病院 医師 坂西 愛 氏

- ・女性アスリートの主徴に対応するため、2023年1月、女性アスリート外来を設置した。
- ・女性アスリートの多様な症状などをエネルギーバランスの調整等により改善していききたい。

④ スポーツ栄養に関わる食品会社の取組

味の素㈱「ビクトリープロジェクト®」 管理栄養士 寺田 智子 氏

- ・「ビクトリープロジェクト」としてオリンピック出場選手などアスリートの食事指導を行っている。
- ・海外遠征などの場合に、「勝ち飯」として、選手自身が手を動かして調理し食べてもらい、そのことにより栄養について考える取組を行っている。

コーディネーター 西九州大学健康栄養学部 教授 堀田 徳子 氏

パネラー、コーディネーターの皆様、ありがとうございました。

◎交流会・ブース出展紹介

企業等の取組や製品の紹介、フードドライブ、貧血傾向の測定などを行い、参加者で交流を行いました。企業からは、参加者全員に簡単に栄養補給ができる食品や調味料など提供していただきました。

西九州大学健康栄養学部のブースには、多くの皆さんが健康測定に参加し、健康チェックを行いました。

- ①味の素株式会社九州支社 様
- ②大塚製薬株式会社 様
- ③SAGA2024 実行委員会 様
- ④一般社団法人佐賀県食でつながるネットワーク協議会 様
- ⑤西九州大学健康栄養学部 様

出展していただいた企業等の皆様、御協力ありがとうございました。

フードドライブにたくさんの食品を提供していただいた参加者の皆様、御協力ありがとうございました。



多くの方々に
参加していただき、
誠にありがとうございました。



食育実践応援事業における講師派遣事業を行っています!!

県では、食育への理解を促し、食育の場（教育・保育の場、地域、家庭等）におけるさらなる食育活動の実施を図るため、食育関連の講演会等を実施する県内の学校、幼稚園、認定こども園等に対し、講師を派遣する事業を行っています。

12月15日 有田工業高校（定時制）



◎西九州大学健康栄養学科 福山隆志学科長

生徒と教職員に「私たちの食とSDGsについて考える」と題して講演していただきました。

- ・SDGsについて、約25億トンの食品が年間で廃棄されている事実には、皆様驚きの様子でした。
- ・また、特に栄養不良で亡くなる子どもは死亡数のほぼ半数を占めていて、大きな問題であることを熱く語られました。
- ・最後に「私のSDGsはこれだ!」ということで、
「SDGs=SAGA さがば (SAGABA)
どがんでん(DOGANDEN) グレートに
(GREATNI) するばい(SURUBAI)」と佐賀弁を使って面白く説明がありました。

1月20日 鏡保育園（唐津市）



◎西九州大学健康栄養学科 福山隆志学科長

保育士に対し【「食で育む生きる力」～保育と給食を連動させるために必要な事と課題～】と題して講演していただきました。

- ・鏡保育園のHPに、園の目標の一つとして「あそび」が掲載されており、食教育においても体験活動が重要である。
- ・また、私たちと地域がますます結びつくことが食育には大切であり、子どもたちに地域料理を伝える最後のチャンスが今なのではないか？などと熱く語っていただきました。

1月22日 中原特別支援学校（みやき町）



◎西九州大学健康栄養学科 福山隆志学科長

生徒と職員に対し「私たちの食事やおやつの大切さを知ろう」と題して講演していただきました。

- ・おやつに含まれる砂糖の量を計り、含まれる砂糖だけを食するとかなりの量であることを実感。
- ・おやつの商品表示を見て、炭水化物と記載されているのが砂糖。飲料品では、100ml当たりの表示となっている事に注意。
- ・おやつをどれくらい食べていいのか。だいたい200kcalぐらいがよい。そして、200kcalとなるおやつの組合せを考えてみました。
- ・最後におやつを食べる時間は、「学校から帰ってすぐ」で食べた後は歯磨きを忘れないようにし、考えて食べるようにとの話がありました。

毎月19日 第3金・土・日は 食育の日です!!

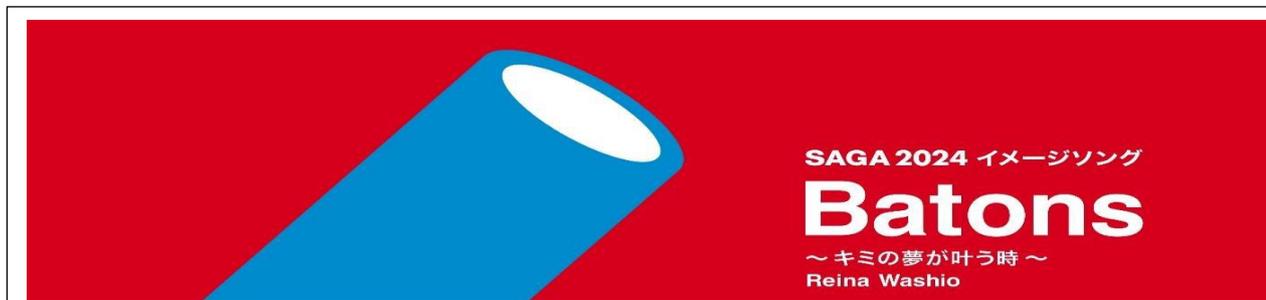


正しい食習慣づくりは、子どもだけでなく大人にとっても大切です。毎月19日は国が定める食育の日です。佐賀県では、それに加え、週末にゆっくりご家庭で食育について考えていただけるように第3金・土・日曜日を食育の日と定めています。

自然の中で生まれた食べ物は、私たちの体の中で生きる力になるまでつながっています。

「何をどう食べればよいのか」食を選択する力を身につけることは、とても大切です。普段の生活の中でも、食事のマナーを学んだり、食べ物のことを考えて、さまざまな経験を通して「食べる力」を育てていきましょう。

佐賀県からのお知らせ



Batonsは、**今年10月に**佐賀県で開催されるSAGA2024国スポ・全障スポのイメージソングです。♪

歌唱者は唐津市出身の鷺尾伶菜（わしおれいな）さん、

作詞は佐賀市出身の326（ミツル）さん、

作曲は佐賀市出身の千綿偉功（ちわたひでのり）さんです。

佐賀県出身のアーティストさんが創りあげたエールソングが下記URLまたはQRコードから読み取って聴くことができますので、ぜひ聴いてください！<https://www.saga2024.com/imagesong/>

カラオケでも歌えます!!



「さかの食育 in FB」や「さかの食育 in IG」

佐賀県くらしの安全安心課では、食育・食品ロス削減に関するイベント、情報等を「さかの食育 in FB」や「さかの食育 in IG」で情報発信しています。

Facebook「さかの食育 in FB」やInstagram「さかの食育 in IG」には、食育推進や食品ロス削減推進に関する話題、催し物、イベント等があれば、取材に出向き記事を掲載しております。

食育ネットワークさが会員のみなさまには、食育推進や食品ロス削減推進に関する催し物、イベント等ありましたら、以下のところへ情報提供願います。もちろん、自分たちだけの小さな集まりでもかまいません。

よろしくお願ひします。

【1月～2月に掲載した記事の紹介】

- 食育実践応援事業における講師派遣事業 in 有田工業高校（定時制）
- フードドライブ in アバンセ 1月9日～14日まで
- 2024年度家族だんらん食育カレンダー掲載用レシピ考案
- 食育実践応援事業における講師派遣事業 in 鏡保育園
- 食育実践応援事業における講師派遣事業 in 中原特別支援学校
- 【令和5年度食育推進交流会を開催しました】①
- 【令和5年度食育推進交流会を開催しました】②
- 【令和5年度食育推進交流会を開催しました】③
- 勸興小学校の給食、「ハッピーキャロット」を御紹介!!
- 第18回全国学校給食甲子園大会で大村智特別賞を受賞しました!

食育ネットワークさが事務局

（佐賀県くらしの安全安心課 食育・計量担当）

〒840-8570 佐賀市城内一丁目1-59

電話：0952（25）7069 FAX：0952（25）7327

E-mail：syokuiku@pref.saga.lg.jp

ホームページ：さかの食育 ごはんだ〜い好き

<http://www.pref.saga.lg.jp/web/shokuiku.html>

Facebook：さかの食育in FB

<https://www.facebook.com/560005244175185/>

