

高校・大学生の健康的な食習慣づくり重点化事業 ～No vegetable, No Life 大学生編～実施要領

1 目的

近年、若年者の食生活の乱れ、やせ・肥満等が見られ、将来の糖尿病等生活習慣病を予防するためには、若年期の健康づくりを推進することが重要である。平成23年度から3年間実施した高校生・大学生の生活習慣病予防対策事業「KA・RA・DA元気セミナー」では、府内の高校生・大学生の食生活の実態として、野菜の摂取量が少ない、朝食の内容が主食に偏っている、主食・主菜・副菜を揃えて食べる頻度が低いこと、また、大学生の朝食摂取状況や食事のバランスは高校生に比べて悪いことが明らかになった。

そこで、本事業では、大学生の身近な食環境である学生食堂を通じた食育を学校と連携して行い、学生の健康づくりを支援する環境を整備することにより大学生の食生活改善を図る。

2 内容

(1) 実施主体

大阪府健康医療部保健医療室健康づくり課・大阪府保健所

(2) 協力

大阪府立大学21世紀科学研究機構公衆栄養実践研究センター・相愛大学

(3) 対象

大学・専門学校等

(4) 実施期間

平成26年4月から平成27年3月

(5) 内容

ア. 学生食堂での食育実践支援

～学生食堂から発信！NoベジNoライフ！～（対象：大学・専門学校等12校）

学生食堂での食育をモデル的に支援し、食堂を通じた効果的な食育事例を集成する。

- 食堂利用者に対する出前食育の実施（アンケートの実施）
- 学生食堂でのヘルシーメニュー提供支援
- 食堂を通じた栄養情報発信の支援

イ. 学生食堂を通じた食育実践研修会の開催（対象：大学・専門学校食堂関係者等）

学校職員、食堂関係者等を対象に、学生食堂での食育を実践するための具体的な手法を養う研修会を実施し、各校での食堂を通じた食育を推進する。

(6) 評価

ア. 食堂利用者の食習慣の変化（食堂利用者に対するアンケート結果）

イ. 学生食堂の食環境整備状況

- 「栄養成分表示」「栄養情報の提供」の実施状況
- ヘルシーメニューの提供状況（提供の有無、メニュー数及び提供食数等）