

プレスリリース [2023年7月7日]

(計2枚)

「まち☆ベジ、もり☆もり！大作戦」を実施します！ デジタル技術を用い、ゲーミフィケーションを取り入れた食育授業

市とカゴメ株式会社は、2022年度に『「ベジチェック®」(※1)を活用した食育授業』を共同開発し、試行的に市内小学校4校で実施しました。

2023年7月からは、ベジチェックを用いて、個人に適した野菜摂取の促進を目指す食育授業を市内小学校で本格的に実施します。児童が、ベジチェックの測定値や日々の野菜摂取を記録することで楽しみつつ、野菜摂取のモチベーションを高めながら行動変容を促す「ゲーミフィケーション」(※2)を取り入れた食育授業です。

※1「ベジチェック®」とは

LEDを搭載したセンサーに手のひらを当てるだけで野菜摂取の充足度を測定することができる機器です。皮膚のカロテノイド量を測定することで、野菜摂取の充足度(1.0~12.0で表示)と野菜摂取量の推定値(g)を表示します。



※2「ゲーミフィケーション」とは

ゲームの持つ、遊びの要素を、ゲーム以外の分野のサービスやシステムに適用することで、利用者のモチベーションを向上させる手法。

■実施の背景

市の小学校給食では、子どもたちが苦手としている野菜料理を調理方法や味付けを工夫し、少しでも苦手な野菜を食べてもらえるように献立に取り入れることや、日頃から市内で生産される地場野菜「まち☆ベジ」を給食に多く取り入れ、「地産地消」に関する食育などを実施しています。

■実施期間

2023年7月~2024年3月

(授業の取材を希望される場合には、保健給食課にご連絡ください。)

■授業実践事例

①授業1回目『「まち☆ベジ、もり☆もり！大作戦」を考えよう』

「ベジチェック®」で野菜摂取量を測定後、児童が野菜を食べるメリットや、適切な野菜摂取量及び野菜を食べるための工夫などを学びます。

これからの食生活で頑張ることなど目標を立て、日々の野菜摂取の状況とともに「まち☆ベジ、もり☆もり大作戦！4週間チャレンジシート」に記載します。

②授業 2 回目（概ね 1 ヶ月後）『「まち☆ベジ、もり☆もり！大作戦」を広めよう』

1 ヶ月間児童が食生活で取組んだことを振り返り、野菜摂取の大切さや適切な野菜摂取の方法など自分たち学んだことを、家族や友人、地域の人達へ伝える方法（※3）を考えます。

※3 2022 年度は、鶴川第三小学校で動画やポスター及びカルタや紙芝居などを制作しました。



2022 年度のポスター制作の様子

■ 2022 年度における取組み成果

①ベジチェック®の測定結果（一例）

児童が 1 ヶ月間、野菜摂取の取組みを行い、2 回目の授業で児童が測定した数値の平均値が、0.5～0.6 ポイント上昇しました。

②教職員・児童・保護者からの感想

- ・給食時間において、野菜を積極的に食べようとする意欲的な態度や、授業で学んだ「よく噛んで食べること」を意識している児童もいました。
- ・自分自身や家族の健康のため、1 回目の授業後 1 ヶ月間、意識して野菜を食べることができました。
- ・保護者からは、「子どもからもっと野菜を食べたいというリクエストがあった」、「子どもが野菜摂取量を気にするようになった」などの感想がありました。

■ 本件に関するお問い合わせ先

学校教育部保健給食課 課長 押切 TEL 042-724-2177