

## 企業の連携協定による取り組み

### 1 大阪市・株式会社ぐるなび地域活性化包括連携協定に基づく取り組み

#### ●「やさい100プロジェクト」

大阪市民の1日の野菜摂取量は目標値の350gに100g足りない状況であり、特に外出時には野菜をとりにくい傾向にあります。ランチタイムに野菜の不足量100gを実感し、野菜の重要性を再確認するきっかけとなるよう企画しました。野菜の日(8月31日)から1か月間、ランチタイム時にふだんのメニューに加え、野菜を100g追加で食べることができる「やさい100メニュー」を提供する「やさい100プロジェクト」への参加を(株)ぐるなびを通じて加盟店に呼びかけ、協力いただける2店舗において実施しました。

協力いただいた店舗への事後アンケートでは、ふだんよりも仕込みに時間がかかった等の声はありましたが、今後もこのような健康に配慮したメニュー提供について協力したいとのことでした。利用者の方へのアンケートでは、回答者は少なかったのですが全ての方が「今後もこのような取り組みを継続してほしい」と回答いただきました。

#### ・実施期間

平成30年8月31日～9月29日

#### ・やさい100メニュー利用者

1,455人

大阪市×ぐるなび

やさい100プロジェクト

大阪市民の野菜摂取量は245.9グラムで、目標値の350グラムに100グラム足りません！  
野菜が100グラム以上とれるよう「やさい100メニュー」を食べよう！

「やさい100メニュー」を食べていただいた方！  
こちらからアンケートにご協力ください →

？野菜を食べるとどんないいことがある？

- ①ビタミン・食物繊維が多く含まれます。野菜を多く食べることは脳卒中や心臓病、ある種のがんになる確率を低下させるという結果が多くの研究で出ています。
- ②野菜に含まれるビタミン(特にB群)は、ごはんなどに含まれる炭水化物が体内でエネルギーに変わる手助けをします。
- ③カリウムが多く含まれます。カリウムは余分なナトリウム(塩)を体外に排泄する手助けをし、高血圧の予防になります。
- ④色の濃い野菜にはカルシウムが多く含まれるものがあります。カルシウムは骨や歯の主要構成成分であり、不足すると骨粗しょう症のリスクが高まります。
- ⑤「かさ」が高いことから、満腹感を与えてくれます。

詳しくはこちら(厚生労働省HP) →

#### ●ぐるなび大学「健康・ヘルシーセミナー」

市内飲食店関係者を対象に、市民が外出する際に自分にあった食事を選び、健康管理ができるように飲食店等における栄養成分表示やヘルシーメニューの提供をすすめるため、株式会社ぐるなびと連携し、「健康・ヘルシーセミナー」を実施しました。

セミナーに参加された飲食店からは「栄養成分表示について勉強したくて参加した」「野菜量、調理方法など参考になった」等の感想をいただきました。

実施日 平成30年7月24日(火)

場所 株式会社ぐるなび  
ぐるなび大学大阪会場

参加者 19名



## 2 大阪市と吉本興業株式会社との包括連携協定に基づく取り組み

### ●「たべやんの 住みます芸人のごはんチェック！」

大阪市では、区役所等で行う講座や教室には若い世代の参加が少なく、食育の啓発が十分に行き届いていない状況です。このような状況を踏まえ、SNSを日常的に活用する若い世代に対して、大阪市食育情報発信 Facebook を活用し吉本興業の「住みます芸人」の協力により「食」に関する効果的な情報提供と啓発を行うことで、市民が自らの食生活の問題点と改善の方法を共有・理解し、健全な食生活へと『変わる』きっかけ作りを行いました。

内容 吉本芸人が日常食べている食事について、栄養士による栄養・食事指導を行い、その内容を大阪市食育情報発信 Facebook【たべやん通信】に「たべやんの住みます芸人ごはんチェック！」として掲載しました。

期間 国が定める食育月間の6月に掲載しました。

掲載イメージ

