

県内大学生が創る奈良の食育未来事業 帝塚山大学 無病促菜で元気100%事業

事業目的

若者に野菜を摂ることの大切さやおいしさを伝える

健康的な食事摂取を促進

奈良県の野菜の魅力を伝える

事業概要

帝塚山大学現代生活学部食物栄養学科の研究室と協働

1. 出張課外授業



○場所: 県内のモデル高校(2校程度を想定)

○内容: 「コンビニバランスランチ」のようなテーマで食事の選択の仕方を伝える
ゲームやクイズを取り入れた参加型の授業で楽しく学習



2. 無病促菜～大和情熱野菜100%弁当

野菜パワーで
元気100%な
奈良県へ

○協力機関: 「奈良うまいものプラザ」

(JR奈良駅構内にある奈良県産の食材を販売するアンテナショップ)

○内容: 1日に必要な野菜摂取量の半分が摂れるお弁当メニューの開発
(お弁当ではなく、サンドイッチ等の軽食メニューも検討)

包装紙には、生産者の思いやメニューレシピ等の説明等を記載
QRコードからホームページにアクセスすることで詳細内容も閲覧可能

販売については、8～9月の期間に1日30食で販売予定
開発に関わった学生が売り子として店頭販売

