

デジタル食育ガイドブック

デジタル食育の
概要

オンライン
食育イベント

食育動画

SNSを活用した
食育活動

アプリを活用した
食育活動

「デジタル食育」の
PDCAサイクル

各章のタイトルをクリックするとその章の最初のページにジャンプします。

「リアルの体験」と「デジタル食育」

「リアルの体験」と「デジタル食育」 を上手く組み合わせる

「デジタル食育」にはオンラインならではのメリットが多くありますが、「リアルの体験」には五感を活かした食育活動ができるなどのメリットがあります。これら双方の良さを補完できるよう、「リアルの体験」と「デジタル食育」とを上手く組み合わせて食育の課題を解決していきましょう。



リアルの体験

農林漁業体験など地域の現場で
五感を活かして行う食育活動等

五感を活かした食育
体験ができる

より深いコミュニ
ケーションができる

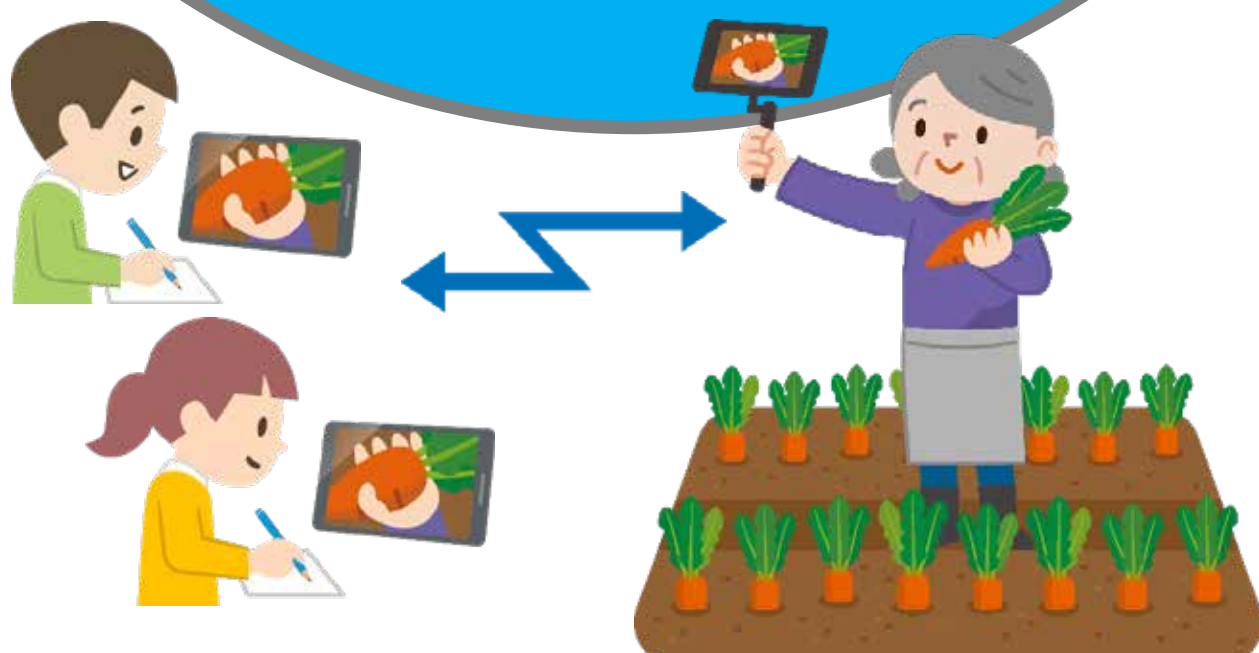
▲「デジタル食育」と
…
▼「リアルの体験」を
上手く組み合わせる

デジタル食育

幅広い多くの参加者と
コミュニケーションを図り
食育のきっかけづくりができる

時間や場所の
制約がなく活動できる

多くの対象者と
コミュニケーションできる



デジタル食育の
概要

オンライン
食育イベント

食育動画

SNSを活用した
食育活動

アプリを活用した
食育活動

「デジタル食育」の
PDCAサイクル

各章のタイトルをクリックするとその章の最初のページにジャンプします。

「デジタル食育」注意すべきポイント

① 対象者のITリテラシー^(注)や ネット環境に応じた対応が必要

●参加者側には通信速度の安定したインターネット回線と最低限のITリテラシーが必要となります。

●対象者が高齢者の場合などはIT環境の事前確認が必須となります。

●オンライン初心者に

向けレクチャーを行うことなどで、参加者の不安を取り除くことができます。

(注)ITを理解する能力、使いこなす能力



② 著作権、肖像権、個人情報には 注意

●「デジタル食育」では不特定多数が閲覧するようになるため、特に著作権、肖像権等への配慮が必要です。

●他人が制作した写真、イラスト、音楽等には著作権が存在します。

●写真や動画を撮影する際には、他人や車のナンバープレート、特定の施設等が映り込まないように注意を払いましょう。

●個人情報を取得した場合、流出しないようデータの管理を徹底しましょう。



③ 参加者を飽きさせないコンテ ンツづくり

●「デジタル食育」は直接対面して行わないため、緊張感が続かず飽きてしまう傾向が強まります。

●また、オンラインでは参加者とのコミュニケーションがとりづらく、参加者の反応を得にくいものです。

●参加者にライブ感を感じられるよう視

覚的にも工夫して興味を引き付けて飽きさせないようにする必要があります。



④ 視聴者側の安全管理に配慮を

●「デジタル食育」では、主催者と視聴者が離れていることが多く、主催者では視聴者側の安全管理を行えないことがあります。

●主催者から視聴者に向けて注意喚起の呼びかけを行うことで、事故防止につなげます。

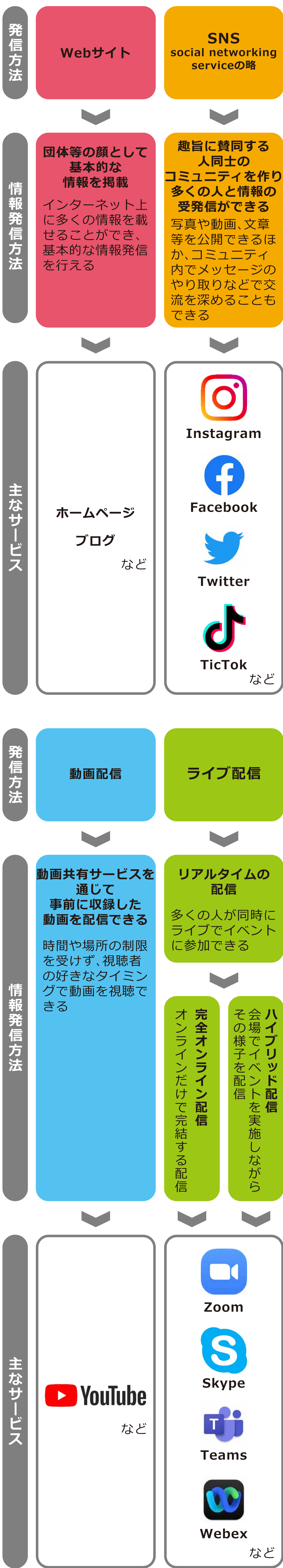


デジタル食育の概要	オンライン食育イベント	食育動画
SNSを活用した食育活動	アプリを活用した食育活動	「デジタル食育」のPDCAサイクル

各章のタイトルをクリックするとその章の最初のページにジャンプします。

デジタル食育」の主な発信方法

Webサイトといった基本的な情報発信ツールから、交流や投稿のできる拡散力のあるSNS、そして動画配信サービスやライブ配信など様々な手段があります。ここでご紹介した発信方法は一例です。各団体の持つ課題や活動内容によって「デジタル食育」の手法は異なってきますが、優先順位を決めてできるところから展開していきましょう。



デジタル食育の概要	オンライン食育イベント	食育動画
SNSを活用した食育活動	アプリを活用した食育活動	「デジタル食育」のPDCAサイクル

各章のタイトルをクリックするとその章の最初のページにジャンプします。

「オンライン食育イベント」制作フローチャート

オンライン食育イベントは当日の運営だけでなく、企画から開催まで数多くの準備を行うべき段階があります。企画から事後フォローまでの全体の流れと行うべきタスクを事前に把握し、漏れがないよう準備を進めましょう。

段階	実施内容
Plan (計画) 【約2～3ヶ月前】 ① 企画 ----- ●開催概要を企画	●予算に応じた企画の作成 ●参加団体や主催団体を決め、主導権を持つリーダー役を選定する ●実施目的、ターゲットを明確にしてテーマ、発信内容を設定 ●開催日時の決定、(会場が必要な場合)会場の下見を行い決定・予約 ●出演者・講師等の選定・交渉・決定
Plan (計画) 【約1～2ヶ月前】 ② 準備 ----- ●配信サービス・機材の決定 ●進行概要や運営方法の検討・準備	●配信手法、使用するサービスの決定、使用機材の準備 ●運営方法の検討および実施運営、参加者対応などのスタッフの役割分担 ●進行内容をまとめた進行表や運営マニュアルの作成 ●告知内容や参加方法を検討し告知ページを作成 ●入金チェックの体制づくりや入金方法の検討(参加費有料の場合)
Plan (計画) 【約1ヶ月前】 ③ 告知 ----- ●アプローチ方法を決定 ●告知集客、参加者対応	●ホームページなどに告知原稿を掲載し参加募集を開始 ●申込締切～抽選作業～参加者に案内メールを送付 ●参加者のITリテラシーに合わせて事務局対応。事前体験会なども検討 ●リマインドメールの送付(例：1週間前・3日前・前日など) ●入金チェック(参加費有料の場合)
Do (実行) 【当日】 ④ 配信 ----- ●進行表や運営マニュアルに従い実施運営	●会場設営、機材セッティング、リハーサル ●事務局による参加者対応、チャット活用など ●役割分担に従い実施運営 出演者、進行管理、参加者対応、オンライン会議システムホスト、カメラマンなど
Check (評価) Act (改善) 【実施後】 ⑤ 事後フォロー ----- ●活動の成果を検証し次のステップへ	●オンライン会議システムの機能を使用した録画や記録を作成 ●参加者へのフォローアップメールを送付 ●出演者・講師への謝礼の支払い ●参加者へのアンケートを行い、評価(楽しさ・理解度・満足度等)を聞く ●食育活動の成果を検証し、次の活動へと反映させる

デジタル食育の概要	オンライン食育イベント	食育動画
SNSを活用した食育活動	アプリを活用した食育活動	「デジタル食育」のPDCAサイクル

各章のタイトルをクリックするとその章の最初のページにジャンプします。

オンライン食育イベント」実証体験レポート

デジタル技術を活用した「オンライン食育イベント」の実証として、3団体の企画協力によりオンライン親子料理教室を企画・実施。配信当日はオンライン会議システム(今回の実証ではZoom)を使用して、キッチンスタジオおよび農園から配信を行った。

■企画協力：

- ・キューピー株式会社
- ・ソムリエファーム ～わたなべさんちの野菜たち～
- ・特定非営利活動法人日本成人病予防協会

※オブザーバーとしてパパ料理研究家の滝村雅晴氏に協力を要請

■スケジュール：

- ・約2ヶ月前(12/15)
第1回企画ミーティング(開催概要決定)

- ・約1ヶ月前(1/6)
第2回企画ミーティング(告知開始)

- ・約3週間前(1/20)
応募締め切り

- ・10日前(2/1)
第3回企画ミーティング(準備確認)

- ・2日前(2/9)
事前リハーサル

- ・当日(2/11)
配信

■タイトル：

旬の野菜で
サンドイッチとポトフを作ろう！
～オンライン親子クッキング～



■使用機材：

キューピー「マヨテラス」側：

スマートフォン2台(料理教室配信用)・PC3台(ホスト用)

ソムリエファーム側：

スマートフォン1台(農園中継配信用)

■対象：

6歳以上のお子様と保護者

※お子様の人数については制限なし

■告知方法：

企画協力3団体のホームページ、ブログ、SNSなどで告知

■応募方法：

オンライン入力フォーム(今回の実証ではグーグルフォーム)に記入の上応募

■定員・応募数：

定員10組のところ13組応募
(3団体にて協議の上、全員当選とした)
→当日参加は12組

■参加費：

無料(発送する食材以外は各自ご準備いただく)

■配信日時：

2022年2月11日(金)10:30～12:30

■配信場所：

キューピー「マヨテラス」キッチンスタジオ(東京都調布市)

ソムリエファーム(千葉県山武市)

配信録画(全体 約1時間51分)

<https://www.youtube.com/watch?v=gb23BwJw3JM>

オンライン親子クッキング全体の記録動画です。

配信録画(前編 約22分)

<https://www.youtube.com/watch?v=4xFE7CB8B3U>

「施設紹介」および「ソムリエファーム」からの中継部分です。

配信録画(後編 約1時間29分)

<https://www.youtube.com/watch?v=T3KbsF1qozs>

料理教室の実施部分の動画です。

デジタル食育の概要	オンライン食育イベント	食育動画
SNSを活用した食育活動	アプリを活用した食育活動	「デジタル食育」のPDCAサイクル

各章のタイトルをクリックするとその章の最初のページにジャンプします。

「オンライン食育イベント」実証体験レポート

企画準備段階

- ライブ配信手法の決定、使用するサービスの決定
- 機材準備、運営方法の検討および役割分担
- 進行内容をまとめた進行表や運営マニュアルの作成
- 告知内容や参加方法を検討し告知ページを作成

企画協力：
・キューピー株式会社
・ソムリエファーム
～わたなべさんちの野菜たち～
・特定非営利活動法人日本成人病予防協会

※50音順・敬称略

実証として親子オンライン料理教室を企画・実施。キューピーは全体統括・会場手配を行い、日本成人病予防協会はレシピ開発と料理教室の講師を担当、ソムリエファーム～わたなべさんちの野菜たち～は旬の野菜の提供を行った。

開催概要の検討

- 課題・工夫した点等：
- ★オンライン会議システムを選定するポイントとして参加者の利便性を考慮し、今回は利用率の高いZoomを採用した。
 - ★農園にて使用できそうな野菜を検討しながら、その場で試作等を行い使用する野菜を決定。リモートだけではコミュニケーションが薄くなるので、対面で会話することが重要と感じた。



レシピ開発

- 課題・工夫した点等：
- ★「レシピの食材選び」や「告知用写真撮影」も兼ねてソムリエファームにて試作。農園で野菜の試食や収穫を行うことで、色合いや味の確認ができた。



- ★2回目の試作としてZoom配信形式での試作を実施。野菜の切り方・味付けも本番を想定して行い、料理時間の測定も行った。また、オンラインで自分の手元が参加者からどう見えるかを確認した。



運営計画

- 課題・工夫した点等：
- ★子供が参加するため、実施時間は1時間半～2時間が上限だと考えプログラムを構成した。
 - ★Zoomで共同ホスト(注)を設定し、ホスト側のオペレーションを参加者対応と出演者運営(スポットライトなど)に分けて2名体制で対応し、操作が1名に集中しないようにした。

共同ホストを設定することで、Zoomのホスト側がダウンするリスクを回避する効果もあった。



(注)オンライン会議システムのホストが他のユーザーとホスト権限を共有することで、参加者の管理や録画など、ミーティングの管理を共同で行うことができる機能。

デジタル食育の概要	オンライン食育イベント	食育動画
SNSを活用した食育活動	アプリを活用した食育活動	「デジタル食育」のPDCAサイクル

各章のタイトルをクリックするとその章の最初のページにジャンプします。

「オンライン食育イベント」実証体験レポート

告知段階

- ホームページなどに告知原稿を掲載し参加募集を開始
- 申込締切～抽選作業～参加者に案内メールを送付
- 参加者のリテラシーに合わせて事務局対応。
- リマインドメール送付（1週間前・3日前・前日など）

企画協力：

- ・キューピー株式会社
- ・ソムリエファーム

～わたなべさんちの野菜たち～

- ・特定非営利活動法人日本成人病予防協会

※50音順・敬称略

レシピ開発した際に写真撮影を行い、告知原稿を作成し各団体にて告知活動を行った。告知チラシにQRコードを掲載しグーグルフォームにより作成した応募フォームに誘導して参加希望者により必要事項を記入していただいた。

告知内容・手法

課題・工夫した点等：

★見た人への**インパクトを考え、野菜の画像を大きく使ったビジュアルを作成**し、3団体にて告知を行った。

★食育の取組を子供から大人まで**わかりやすく伝えるため、食育ピクトグラム**を使用した。

旬の新鮮野菜がご自宅に届きます！

旬の野菜でサンドイッチとポトフを作ろう！～オンライン親子クッキング～

スーパーでは見かけない珍しい野菜が届くかも♪

▲新鮮野菜（イメージ）
※生育状況によって変更

▲野菜ごろごろポトフ

▲萌え断サンドイッチ

日時：2022年2月11日（金） 10:30～12:30

定員：10組（6歳以上のお子様と保護者）
※応募多数の場合は抽選のうえ当選者のみメールでご連絡します

参加費：無料※発送する食材以外は各自ご準備ください

配信方法：オンライン会議システム「Zoom」
※お手持ちのパソコン、タブレット、スマートフォン等に「Zoom」アプリを事前にダウンロードください
※通信料はお客様のご負担です

応募方法：右の二次元コードよりお申し込みください ⇒ 応募締切 2022年1月20日（木）24時

農林水産省の委託事業により実施

企画協力：ソムリエファーム～わたなべさん家の野菜たち～
NPO法人日本成人病予防協会
キューピー株式会社

告知手法

- ◆キューピー：オフィシャルブログ
- ◆ソムリエファーム：ホームページ・LINE・来訪者に告知
- ◆日本成人病予防協会：Instagram・Twitter

応募方法の検討

課題・工夫した点等：

★**初心者でも使いやすいオンライン入力フォーム(グーグルフォーム)を活用**して応募フォームを作成した。今回は定員10組のため手作業でリスト作成を行った。

旬の野菜でサンドイッチとポトフを作ろう！～オンライン親子クッキング～

【日時】2022年2月11日（金）
10:30～12:30（終了時刻は進行状況によって多少前後します）

【定員】10組（6歳以上のお子様と保護者）

※保護者のご判断で弟妹も参加可能ですが十分な安全確保をお願いします。
※事前申し込みが必要です。定員超過の場合 厳正なる抽選のうえ当選者のみご連絡します。

【参加費】 無料

※発送する食材以外は各自ご準備ください。

【配信方法】 オンライン会議システム「Zoom」

※お手持ちのパソコン、タブレット、スマートフォン等に事前にZoomアプリをダウンロードください（通信状況の良い環境でご参加ください）。
※通信料はお客様のご負担です。

【配信場所】 マヨテラスキッチン （東京都調布市仙川町）

【内容】

●第1部 旬の野菜について知ろう！
食育体験ができる農家「ソムリエファーム」（千葉県山武市）の渡辺さんより旬の野菜がいっぱいの畑をご案内します。前日までソムリエファームの野菜がご自宅に届きます！

●第2部 採れたて野菜を使ったかんたんレシピ
ご自宅に届いた野菜を使って管理栄養士白井さんがかんたんレシピをご紹介します、みなさんと一緒に調理します。

●第3部 マヨテラスよりマヨネーズのひみつをご紹介します！

【準備物】 送付する材料（野菜や調味料）以外の材料

※事前に当選者へご連絡いたします。

※当日は録画をさせていただきます。録画映像や写真について、後日ホームページや発行物に掲載させていただきますので、あらかじめご了承ください。

【個人情報の取り扱いについて】

ご提供いただいた個人情報は、本企画に関わる利用目的及び食育動画に関するアンケート調査のみに利用いたします（アンケートは企画終了後にメールで送信いたします）。

お名前 *

記述式テキスト（短文回答）

メールアドレス *

ご入力いただいたメールアドレスに当選のご連絡をお送りいたします。

記述式テキスト（短文回答）

電話番号 *

例）0312341234 ※ハイフンはいりません

記述式テキスト（短文回答）

参加人数（大人） *

☐ 1人
☐ 2人
☐ 3人
☐ 4人
☐ 5人

参加人数（子ども） *

例）小学1年生〇人、4歳〇人

記述式テキスト（短文回答）

■ 申込ページ
(グーグルフォームにより作成)

事務局運営について

課題・工夫した点等：

★個人情報の取得方針も異なる**複数の団体が協力しながら実施するため、個人情報の取扱い方法の意思決定が難しかった**。

事務局は外部に設置し個人情報を取得しない体制とした。

★**参加者への野菜の発送業務があり、事前に配送希望日時を聞いていた**が、実施前日の降雪予報の影響で宅配便の遅延することとも考慮し、急遽、食材を届けるタイミングを早める調整を行った。

14

デジタル食育の
概要

オンライン
食育イベント

食育動画

SNSを活用した
食育活動

アプリを活用した
食育活動

「デジタル食育」の
PDCAサイクル

各章のタイトルをクリックするとその章の最初のページにジャンプします。

「オンライン食育イベント」 実証体験レポート

配信段階

- 会場設営、機材セッティング、リハーサル
 - 事務局による参加者対応、チャット活用など
 - 役割分担に従い実施運営
- 出演者、進行管理、参加者対応、オンライン会議システムホスト、カメラマンなど

企画協力:

- ・キューピー株式会社
- ・ソムリエファーム
- ～わたなべさんちの野菜たち～
- ・特定非営利活動法人日本成人病予防協会

※50音順・敬称略

配信当日は、キューピーのコミュニケーション施設「マヨテラス」(東京都調布市)のキッチンスタジオおよびソムリエファーム(千葉県山武市)からオンライン親子クッキング教室の配信を行った。

マヨテラスからの配信

課題・工夫した点等:

★リハーサルごとに気づくことも多いため、**リハーサルを3～4回程度は行うべき**だった。(現場リハーサルは事前と当日の2回実施)

★リハーサルの段階ではキューピーの施設紹介を最後に行う予定だったが、**リハーサルを行いストーリーがわかりづらかったため、施設紹介を冒頭に変更**した。

★オンラインで子供向けの料理教室は初めてだったため、**参加者と調理のペースを揃えるのが難しかった。**



使用機材

- ・スマートフォン2台・PC3台(ホスト用)

ソムリエファーム農園から中継

課題・工夫した点等:

★ソムリエファームからの**中継で、電波状況に不安定な部分がある**ため、画面がフリーズしても進行できるようなるべく音声でのレクチャーを心がけた。

★ソムリエファームの通信が途切れた際のバックアップとして、**中継部分を事前に動画撮影しておき、万が一の場合には動画共有できるよう備えた。**



使用機材

- ・スマートフォン1台

参加者対応について

課題・工夫した点等:

★15分前からZoomを立ち上げていたが、**ほとんどの来場者は開始時間直前の入室**となり、参加者への電話連絡のタイミングが難しかった。



★参加者を呼びかけやすいよう**ニックネームをZoomに記入していただく旨をチャットに記載したが伝わらなかった**ため、事務局によりニックネームに変更した。告知段階でなぜニックネームが必要かを記載しておいた方がよかった。