for PRESS

令和７年５月３０日
イオンリテール株式会社
千葉県立保健医療大学
千　葉　市

千葉市食育おむすびプロジェクト

AEON × CPU OHS 千葉県立保健医療大学 × 100th CHIBA CITY

問合せ

■ イオンリテール株式会社	南関東カンパニー　西千葉事業部	TEL　045(438)3313
■ 千葉県立保健医療大学	健康科学部　栄養学科	TEL　043(296)2000(代表)
■ 千　葉　市	保健福祉局　健康福祉部　健康推進課	TEL　043(245)5794
	総合政策局　総合政策部　都市アイデンティティ推進課	TEL　043(245)5052

100年を生きる。千葉市

千葉市食育おむすびプロジェクトとは

イオンリテール株式会社×千葉県立保健医療大学×千葉市の産学官連携による食環境づくり

本プロジェクトは、第4次千葉市食育推進計画に基づき、千葉市の食の課題である『朝食欠食』『孤食』『野菜摂取量の不足』について、イオンリテール株式会社・千葉県立保健医療大学・千葉市の3者が産学官連携し、課題解決のために取り組むプロジェクトです。

食は生活習慣の一つであり、健康的な食習慣を形成することは、生活習慣病の発症及び重症化予防や、健康寿命の延伸にもつながるものです。健康的な食習慣の形成と定着は若い頃からの取組みが重要です。

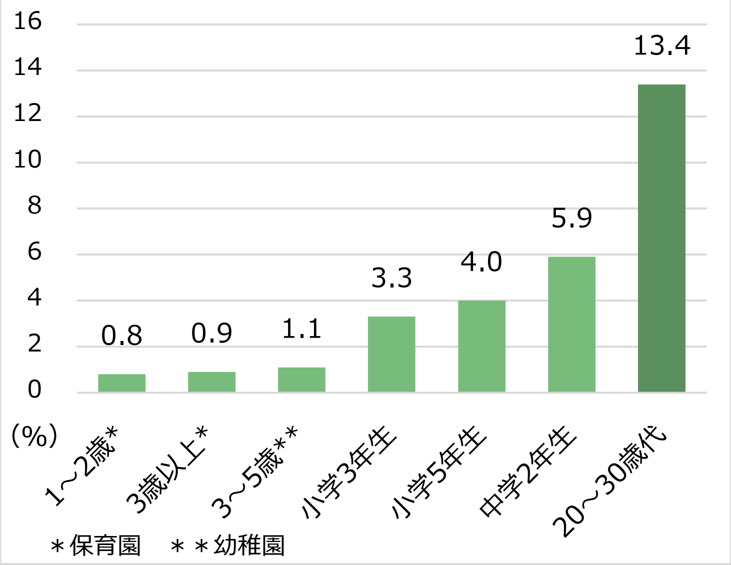
一方で、食は健康的な側面だけでなく、地域の自然やそこに暮らす人々と深く関わり合って生まれた文化の一つであり、将来に継承すべきものです。孤食の機会を減らし共食の機会を多く持つことは、健康な食習慣の形成に寄与するだけでなく、食文化の継承につながるものであり、若い頃からの理解や関心度を深め、食そのものへの市民の関心度を高めることも重要です。

本プロジェクトは、健康に関心を持ちづらい若い世代の市民を主なターゲットに、食品関連企業であるイオンリテール株式会社と栄養学科を有する千葉県立保健医療大学並びに千葉市が連携し、栄養学科の大学生が食の課題解決のために考案するおむすびのレシピを基に、商品化を通じて食環境づくりに取組み、一人でも多くの市民へ啓発することで健康的な食習慣の定着・維持に取り組んでいきます。

本プロジェクトで取り組む千葉市の食の課題

朝食欠食者を減らす・共食の機会を増やす・野菜摂取量の増加を図る

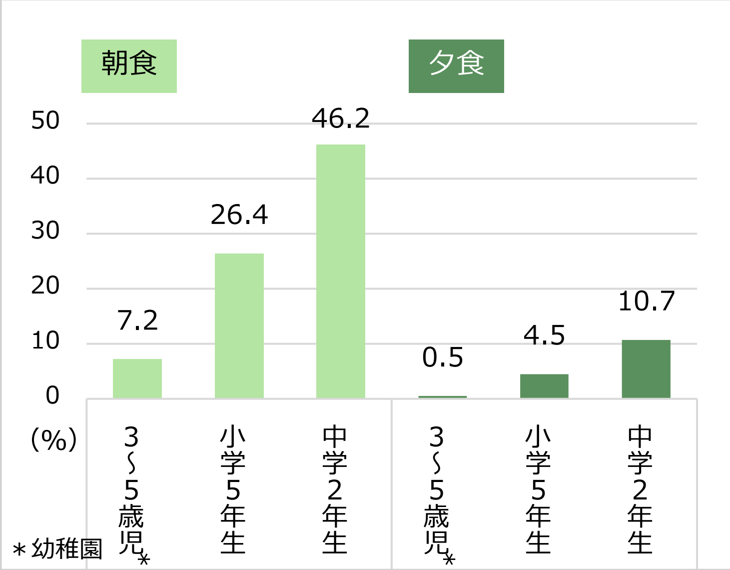
朝食欠食の状況



年齢が高くなるにつれ、朝食欠食率は増加。

20～30歳代の市民の8人に1人は朝食を毎日食べていない。

食事を1人で食べる子どもの状況

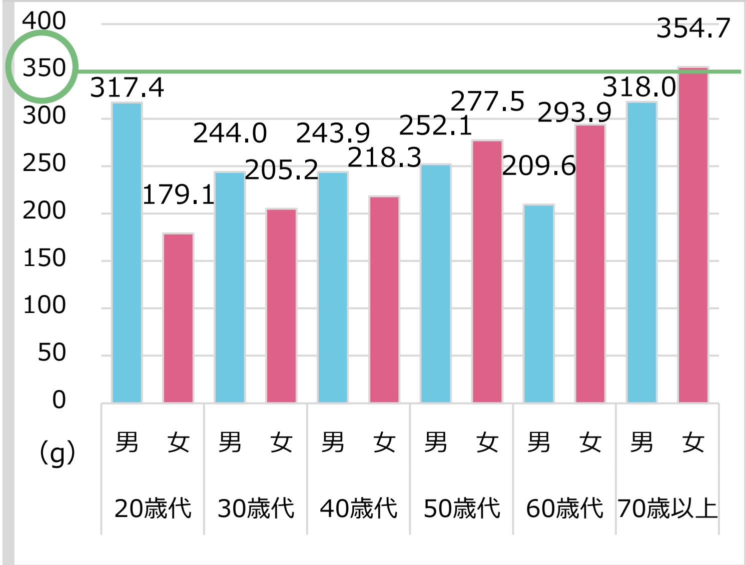


子どもだけでなく、家庭･職場･地域での共食の機会増加が必要。

共食の利点

◆自分が健康だと感じている
◆いろいろな食品を食べている人が多い
◆早寝、早起きをしている

野菜摂取量の状況



70歳以上の女性以外の野菜摂取量は目標の350gを下回っている。

特に、30～50歳代では低く、小鉢もう1皿分(100～150g程度)の摂取が必要。

<出典>第4次千葉市食育推進計画

第４次千葉市食育推進計画

― おいしいね、たのしいね、たべるってだいじだね ―

■計画期間　令和6～9年度

■基本理念　子どもから大人まで、市民一人ひとりが「食」を大切にし、知識と選ぶ力を身につけ、健全な食生活を実践することで、「こころ」と「からだ」の健康と豊かな人間性を育む。

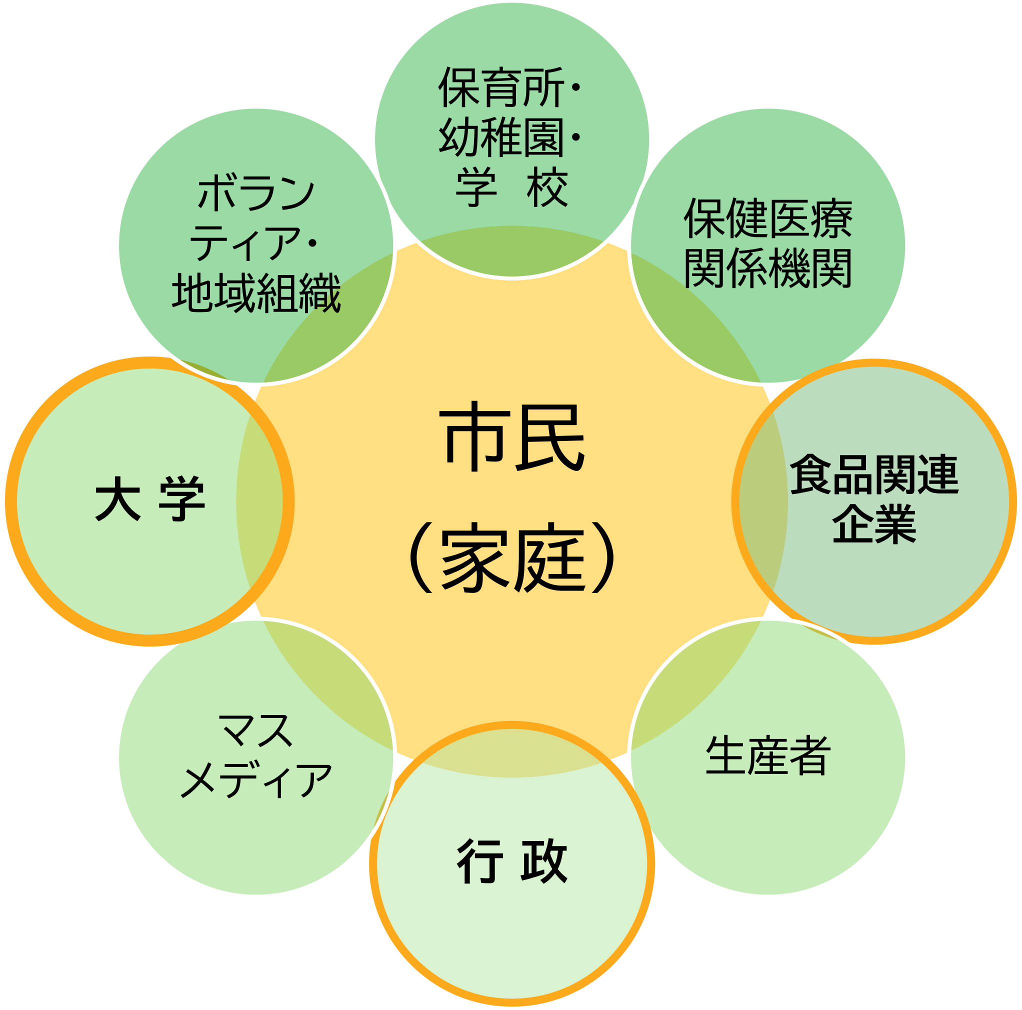
■基本目標　健康につながる食育の推進
未来につながる食育の推進（地産地消・食文化の継承など）
地域や関係者がつながる食育の推進（誰もが健康になれる環境づくり）

■数値目標　11項目41指標の達成を目指す

目標項目	対　象		現状値	目標値
朝食の習慣がある市民を増やす（朝食を欠食する人の割合）	20～30歳代		13.4%	減少
共食している市民を増やす（食事を1人で食べる子どもの割合）	朝食	小学5年生	26.4%	減少
		中学2年生	46.2%	減少
	夕食	小学5年生	4.5%	減少
		中学2年生	10.7%	減少
健康的な食生活を実践する市民を増やす（1日にあたりの野菜摂取量の平均値）	20歳以上の市民		278g	350g以上

千葉市における食育の推進体制

市民団体・関係機関・行政等が連携・協働しながら食育の推進を展開



千葉市健康づくり推進協議会　食育推進部会
一般社団法人 千葉市医師会
一般社団法人 千葉市歯科医師会
一般社団法人 千葉県歯科衛生士会
公益社団法人 千葉県栄養士会千葉地域事業部
公益社団法人 千葉市食品衛生協会
公益社団法人 千葉市幼稚園協会
生活協同組合コープ　みらい千葉県本部
千葉市小中学校長会
千葉市食育推進員協議会
千葉市畜産協会
千葉市PTA連絡協議会
千葉市保育協議会
千葉みらい農業協同組
千葉県立保健医療大学
日本チェーンストア協会関東支部（イオンリテール株式会社）

（五十音順）

千葉市食育おむすびプロジェクトの概要

産学官が連携し、栄養学科の大学生が考案するおむすびの商品化を通じて食の課題解決に取り組む

■契　機

令和6年度千葉市健康づくり推進協議会　食育推進部会において若い世代への働きかけの重要性の共有と効果的な取組み方法の検討の中で、本取組みの提案があった。

■実施期間　　令和6年～9年度（4か年）

■主なターゲット　健康に関心を持ちづらい若い世代

■おむすびのテーマ要素

①**朝食**に食べたいおむすび

②**誰かと一緒に**食べたいおむすび

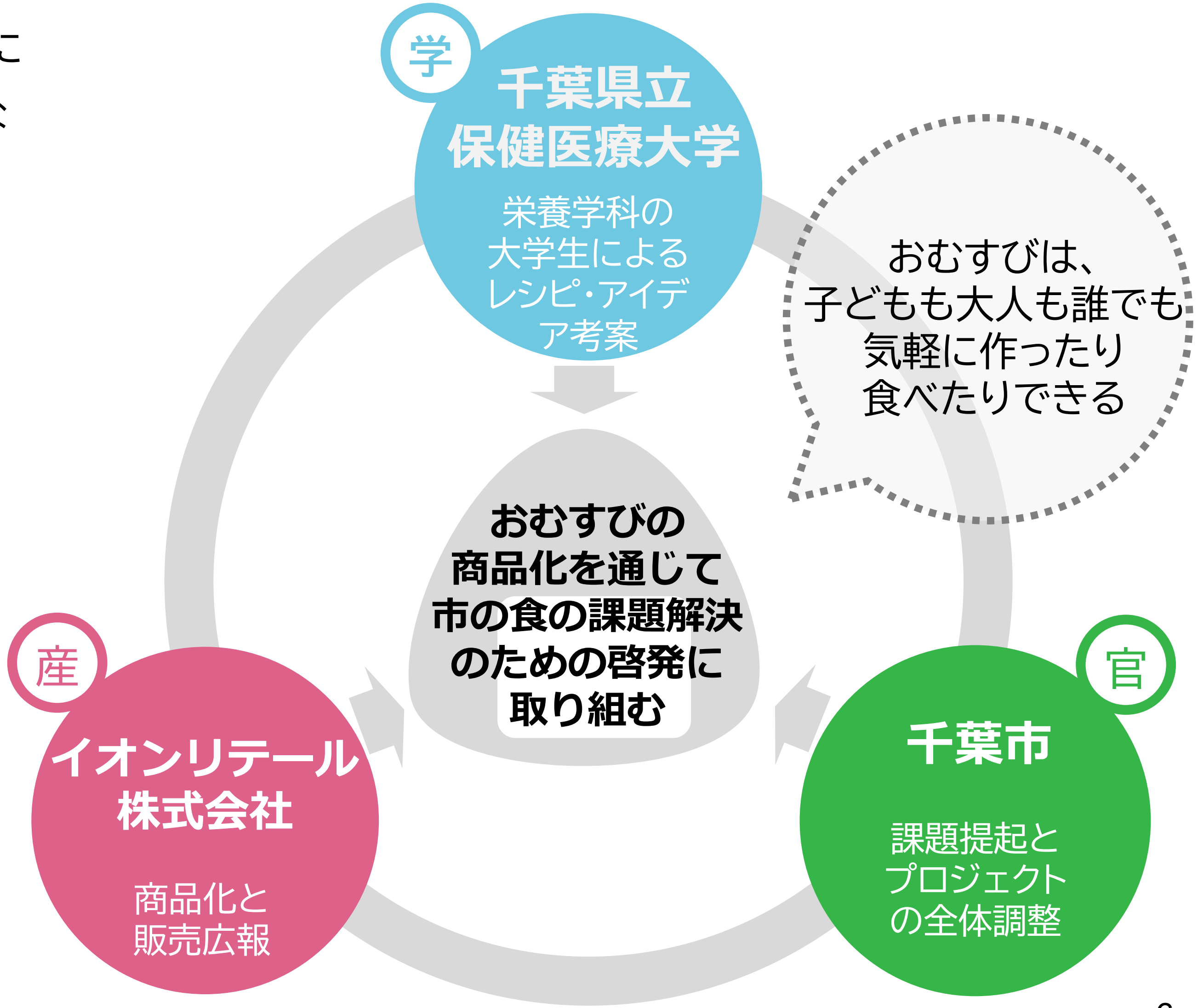
③**野菜を1種類以上使用した**おむすび

■考案するレシピ作成の要件

・子ども（または親子）が作ることができるおむすび

・入手が容易で、高価でなく、一般的な食材の使用

・千葉県産・千葉市産のものを使用すること



千葉開府９００年記念事業

千葉一族からの学びを活かし、未来へ向けたひとづくり、文化づくり

■概　要

令和8年、千葉市は、まちが開かれてから900年という大きな節目を迎える。
大正10年の市制施行後、6月1日を「千葉開府の日」と位置づけ、50年ごとに記念事業を実施。
このまちを開いた千葉一族は、動乱の時代に知力・胆力をもって挑戦し、自ら未来を切り拓き、持続的な都市経営を行っており、このチャレンジスピリットを受け継ぎ行動することを通じて、人とまちがともに輝く未来へとつなげていく。

■基本理念

千葉一族からの学びを活かし、未来へ向けたひとづくり、文化づくり

■基本方針

・千葉市に関わるすべての市民・団体・企業等を主体とする
・千葉一族の「未来を切り拓くチャレンジスピリット」を受け継ぎ、未来の豊かな地域社会の実現に向けて取り組む
・個人の個性や能力を尊重するとともに、多様性を認め合い、必要に応じて柔軟に連携しながら取り組む
・100年先の開府1000年に豊かな郷土・千葉市を引き継げるよう、取組みにあたり環境負荷の低減など、持続可能性に配慮。

■実施期間

先行期間　令和7(2025)年4月1日～令和8(2026)年3月31日
記念期間　令和8(2026)年4月1日～令和9(2027)年3月31日

千葉開府 900年
千の葉に　時を刻んで　900年

■千葉市食育おむすびプロジェクト

基本理念である「千葉一族からの学びを活かし、未来へ向けたひとづくり、文化づくり」及び基本方針の一つである「未来の豊かな地域社会の実現に向けた取組み」に合致する取組みとして、学生のアイデアによるおむすびレシピの商品化や啓発活動を実施

商品化決定おむすび３種

おむすびのネーミング・パッケージにも学生の意見を反映

ノリノリのり佃煮

- テーマ：朝食　共食
- 具材：千葉県産生のり
えだまめ
- ポイント：
  - ・カリカリ梅と枝豆で咀嚼力UP。
  - ・爽やかな風味で食欲のない朝にもおすすめ。

イワシきんぴらおむすび

- テーマ：朝食　野菜
- 具材：銚子産いわし梅煮
きんぴらごぼう
- ポイント：
  - ・梅の風味のイワシでさっぱりと。
  - ・きんぴらごぼうとイワシの相性バッチリ！

元気豚ケチャップライス

- テーマ：共食
- 具材：千葉県産元気豚
コーン
- ポイント：
  - ・ケチャップやコーンの色味で見た目も華やか！
  - ・お弁当にもおすすめ。

千葉市食育おむすびプロジェクトの流れ①

産学官が連携し、栄養学科の大学生が考案するおむすびの商品化を通じて食の課題解決に取り組む

学生説明会

大学内にポスターを掲示し、14名の応募
市・大学・イオンリテール株式会社よりプロジェクトの説明
（目的・お客様視点や市場環境への配慮 等）

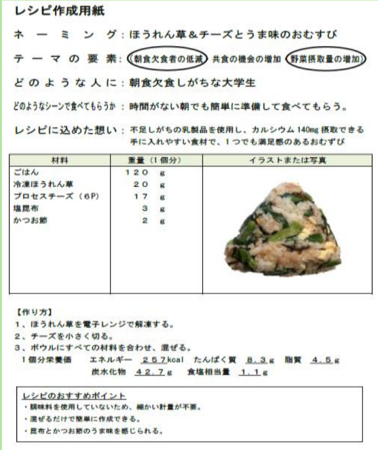
第1回 打合せ会

学生プレゼン：1人1レシピ（計14レシピ×3分）
学生同士の評価・イオンリテール株式会社よりコメント
グループ討議：8レシピまで絞り込み

学生プレゼンにおける全14レシピ一覧

懐かしの味！大葉香るピー味噌おむすび	心と体を美しくサポート！ 海と畑のうまみたっぷり夏色おむすび
おこさまケチャップライス	手軽に栄養バランスを！野菜と卵の3色おにぎり
うめじゃこえだまめ	朝から元気に！元気豚おにぎり
ご当地おむすびin千葉県	コクうま！ピーナッツみそチャーハンおにぎり
1/6日分Caがとれる鯖カレーむすび	朝から元気に！元気豚と小松菜のパワーおにぎり
ほうれん草&チーズとうま味のおむすび	スタミナ満点！！ちばパワーおむすび
朝食にもおすすめ！健康おむすび	いわし梅ぴらおにぎり

第1回打合せ会　学生プレゼンと提案レシピ


レシピ作成用紙

ネーミング：ほうれん草＆チーズとうま味のおむすび

テーマの要素：朝食欠食者の低減　共食の機会の増加　野菜摂取量の増加

どのような人に：朝食欠食しがちな大学生

どのようなシーンで食べてもらうか：時間がない朝でも簡単に準備して食べてもらう。

レシピに込めた想い：不足しがちの乳製品を使用し、カルシウム140mg摂取できる
手に入れやすい食材で、１つでも満足感のあるおむすび

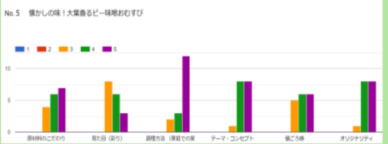
材料	重量（1個分）	イラストまたは写真
ごはん	120 g	
冷凍ほうれん草	20 g	
プロセスチーズ（6P）	17 g	
塩昆布	3 g	
かつお節	2 g	

【作り方】
1、ほうれん草を電子レンジで解凍する。
2、チーズを小さく切る。
3、ボウルにすべての材料を合わせ、混ぜる。
1個分栄養価　エネルギー 257kcal　たんぱく質 8.3g　脂質 4.5g
炭水化物 42.7g　食塩相当量 1.1g

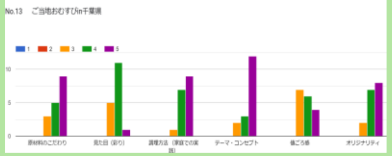
レシピのおすすめポイント
・調味料を使用していないため、細かい計量が不要。
・混ぜるだけで簡単に作成できる。
・昆布とかつお節のうま味を感じられる。

グループごとに、メーカー担当者の意見・学生同士の評価結果を踏まえレシピの絞込みと修正

No.5　懐かしの味！大葉香るピー味噌おむすび



No.13　ご当地おむすびin千葉県



千葉市食育おむすびプロジェクトの流れ②

産学官が連携し、栄養学科の大学生が考案するおむすびの商品化を通じて食の課題解決に取り組む

第2回 打合せ会

候補となる5レシピの試食・評価と3レシピまでの絞り込み
グループ討議：商品名・味・食感・レシピのねらい 等）
広報啓発活動の案内（任意参加のエントリー制）

第3回 打合せ会

商品化レシピの決定、味等の最終確認
広報啓発活動（任意参加のエントリー制）
※レシピや歴史・健康的な食習慣のポスター等の作成

第3回打合せ会　ポスター等媒体作成や商品化レシピの決定

第2回打合せ会　試食と評価

4項目を5点満点で評価し、全体で共有の上、レシピを絞り込む

①価格
②味付け（濃さ）
③具材の量
④テーマとの整合性

イオンリテール株式会社での店頭展開と啓発の実施

商品化おむすびの店頭展開と栄養学科の大学生のアイデアに基づく啓発の実施

■販売期間
令和7年6月11日～令和7年7月10日

■販売店舗
千葉県・東京都・神奈川県・山梨県の「イオン」「イオンスタイル」などの85店舗

■販売価格
170円(税込み)

■学生のアイデアを取り入れた啓発イベント等
①・②は、イベント当日の学生の参加あり(予定)

①千葉開府まつり2025	令和7年6月1日　中央公園で開催のイベントへのブース出展
②千葉市フェア	令和7年6月15日 イオンスタイル鎌取で開催のブース出展・ステージでのPR
③食育のつどいパネル展	令和7年6月3日～6月11日　市生涯学習センター
④SNS(インスタグラム)	「千葉開府900年」「イオンリテール南関東」公式アカウントでの発信
⑤リーフレット「食育情報誌」	市内小学校3・4年生に全校配布するリーフレットにおむすびのレシピを掲載

■学生が考案した商品化決定の3レシピと家庭で食べたい11レシピ
千葉市ホームページ「千葉市食育おむすびプロジェクト」内に掲載

大学生考案ポスター