

# 子どもと育つメニュー-AI

## ☰ 概要

### 子どもの栄養状態、健康状態に合わせたメニュー提案AI

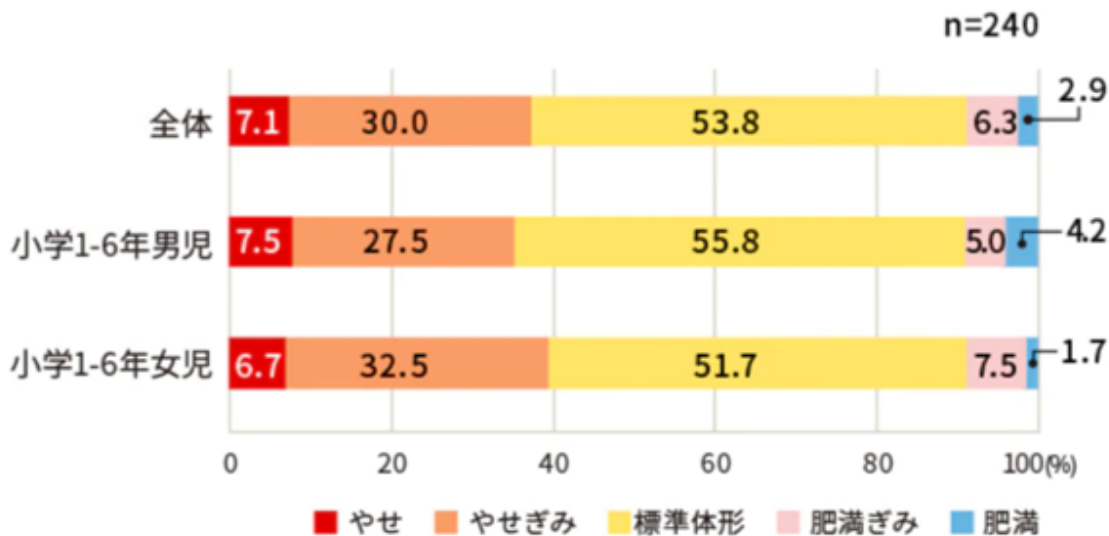
子ども食堂で子どもの状態にあった食事を提供することで限られた食材やリソースで最大限の栄養を提供できるようにする。メニュー提案AI自体が子どもと共に育つことで、子どもの成長に合わせて最適なメニューを提案し続けることができる。

## 📌 解決したい課題：アイデアで解決したい課題は何で、それをどうしたいですか？

子どもの貧困に栄養面からアプローチすることで、教育機会の確保と貧困の連鎖からの脱却を目指す。

小学生の37.1%が“やせ傾向”にある。

## 小学生の体形についての調査



### 児童の栄養状態の判定に用いるローレル指数をもとに算出

多くの小学生の食事で、野菜が不足している。その結果、ビタミン類、鉄分やカルシウムなどのミネラル類が不足しがちになってしまう。鉄分は体がどんどん大きくなり血液や筋肉がたくさん作られる成長期の子どもに不可欠な栄養素である。子どものためにも、栄養バランスのとれた食事を作ってあげる必要がある。栄養不足の状態では正常な発育に障害がでるとともに、感染症に対する抵抗力も低下してしまう。偏食や野菜嫌い、お菓子の食べすぎなどが原因で、ビタミン、ミネラル、食物繊維が不足している可能性もある。

子どもの貧困の連鎖を断ち切り、子どもたちが誰一人取り残されることなく自分たちの夢に向かって生き生きと暮らせる社会を栄養改善の面から実現させる。

## 📌 解決方法：課題をどうやって解決しますか。骨子を記載ください。

子どもの栄養状態、健康状態に合わせたメニュー提案AIによって、子ども食堂で子どもの状態にあった食事を提供することで限られた食材やリソースで最大限の栄養を提供できるようにする。

メニュー提案AI自体が子どもと共に育つことで、子どもの成長に合わせて最適なメニューを提案し続けることができる。

以前、家族の健康状態に合わせたレシピ提案のプロジェクトに携わった経験があり、この仕組みを栄養状態や健康状態に課題がある子ども向けに改良し、AIによる提案機能を加えることで精度を高めて提供する。子ども食堂だけでなく、家庭内での食事にも日々活用することができ、継続的な利用によって適正な食習慣が身につく、心身ともに健康的な子どもたちを育むことにつながる。

## 📌 類似（独創性）：現在、このアイデアと類似する仕組みがあれば記載ください（検索してみてください）

認定NPOフローレンスのこども宅食、クックパッドの「子ども食堂」レシピがあるが、  
それぞれの子どもの栄養状態、健康状態に合わせたメニュー提供ではない。

認定NPOフローレンスが、2017年からこども宅食を実施。

[https://florence.or.jp/lp/problem-single-parent/?utm\\_source=yahoo&utm\\_medium=cpc&utm\\_campaign=kensaku\\_ippan&yclid=YSS.1001057686.EAlalQobChMlnLKA7ggMViVgPAh0GVvBfEAAYAAEgJoGfD\\_BwE](https://florence.or.jp/lp/problem-single-parent/?utm_source=yahoo&utm_medium=cpc&utm_campaign=kensaku_ippan&yclid=YSS.1001057686.EAlalQobChMlnLKA7ggMViVgPAh0GVvBfEAAYAAEgJoGfD_BwE)



## 2017年～ こども宅食



食品・日用品  
の提供



必要な支援  
への連携

東京都文京区で、経済的に厳しい状況にあるなど、様々な困りごとを抱える子育て家庭に、定期的に食品を届けるこども宅食事業を開始。配送による生活のサポートとコミュニケーションを通じて必要な支援先に繋がります。

クックパッドが、みんなの「子ども食堂」レシピを提供。

<https://cookpad.com/search/%E5%AD%90%E3%81%A9%E3%82%82%E9%A3%9F%E5%A0%82>

## 子ども食堂のレシピ 25品

新着順 人気順

1/3 >



### 子ども食堂の鶏チリ by びつとん先生

鶏むね肉、長ネギ、★水、★ケチャップ、★しょうゆ、★さとう、★鶏ガラスープの素、にん...

はじめての子ども食堂で作ったメニューです。えびに変えるとエビチリに。辛味が欲しいおと...



### こども食堂あいあい献立 2020年3月 by はーたんのおっかさん

炊立てご飯、三鳥屋ワカメご飯の素、生姜焼き用、小麦粉、おろし生姜、たれ(醤油・みりん...

ワカメご飯・生姜焼き・ミートマカロニ・牛乳寒天・ワカメと豆腐の味噌汁で3月も子ども達...



### カオマンガイ(さいたま子ども食堂) by むすびえ公式キッチン

お米、生姜・にんにく、長ネギ青いところ、鶏がらスープの素、胸肉、オリーブオイル、水、...

古米が美味しく大変身・PARTⅡ 香りのよいご飯と鶏むね肉にオリジナルたれ、小さな子...

## 有意性：既に存在する類似の仕組みと比べて、どこが優れていますか（存在している場合のみ記載ください）

子ども食堂は、一緒に食事を作り一緒に食卓を囲むことで、子どもたちが心身ともに満たされる居場所として素晴らしい場を提供している。

当アイデアでは、それぞれの子どもの栄養状態、健康状態に合わせたメニューを子ども食堂で提供することで、限られた食材やリソースで最大限の栄養を提供できるようにする。また、メニュー提案AI自体が子どもと共に育つことで、子どもの成長に合わせて最適なメニューを提案し続けることができる。

## 実現方法：どのように実現するか、できるだけ具体的に記載ください（ファイル添付も可）

身長、体重、上腕の太さ、健康状態、アレルギーなどを初期登録。不足している栄養素を分析して健康改善につながるメニューを提案。子ども食堂で提供するメニューに活用。メニュー提案は、栄養士の監修を受けたメニュー提案AIを活用。

上腕計測メジャーは、UNICEFでも使用されている。子どもの二の腕(上腕)を測り、細すぎないかどうかを調べるメジャーである。赤・黄・緑の三色に色分けされていて、誰にでも使いやすいようになっている。

簡単な健康診断を定期的実施して栄養不良の子どもたちを見つけだし、栄養をつけるためのメニューを保護者に教えることにもつなげる。

## 栄養不良の子どもを見つけだす！命のメジャー

ユニセフは、政府や地域の保健員と協力して、メジャーを使って子どもたちの腕周りの太さを測り、順調に育っているかどうか、栄養不良になっていないかどうか、調べます。

メジャーは赤・黄・緑の3色に色分けされていて、誰でも子どもの栄養状態がひと目でわかるよう工夫されています。

プロトタイプ制作後、子ども食堂での実証実験のため、協力していただける子ども食堂を見つけることが必要。登壇者の方の紹介を受けて、子ども食堂を見つけることで解決見込み。

栄養不良の可能性があると診断できれば、栄養指導員や保健員が保護者に栄養指導を教育関連のアプリ制作、レシピ関連、調理データ関連のプロジェクト経験あり。

必要な治療を受けられる病院や診療所を監督を受ける管理栄養士は、以前にレシピ関連のプロジェクト実施時に依頼した方に協力いただくことで解決。配るなど、お母さんと子どもをサポートします。

「子どもの栄養状態、健康状態に合わせたメニュー提案AI」の簡単なプロトタイプは、登録項目と生成AIによるメニュー提案で短期間、低コストで作成可能。

管理栄養士の監修(数万円)を受け、提案の精度を上げるのを含め数か月程度で製作可能。

その後は、メニュー提案AI自体が子どもと共に育つことで、子どもの成長に合わせて最適なメニューを提案し続けていく。

コンテンツ作成コスト：食品の栄養価、調理法、提案レシピ等のデータベース作成には、栄養専門家の知識が必要です。これらコンテンツ作成・監修のためには、数十万から数百万円の費用が発生する可能性があります。

初期登録項目は、身長、体重、上腕の太さ、健康状態、アレルギーなど。

幼児期の食事の質と学力は比例する。

栄養改善は学力向上にもつながり、教育機会の確保により子どもの貧困を次の世代に受け継がないことにつながる。

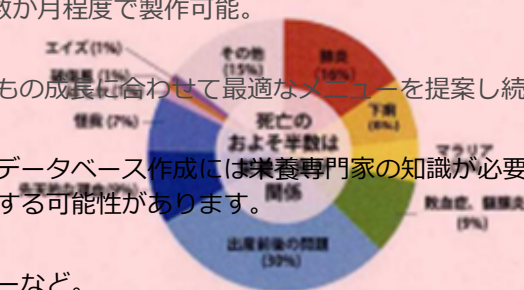
子どもの貧困の連鎖を断ち切り、子どもたちが誰一人取り残されることなく、自分たちの夢に向かって生き生きと暮らせる社会を栄養改善の面から支援していきたい。

世界に目を向けると、より深刻な栄養不足に直面している子どもが取り残されている。飢餓によって世界では日に4~5万人、年間で1,500万人以上の方が亡くなっており、そのうちの7割が子どもたちとされている。世界人口の約29.6%、24億人に相当する人びとに食料への安定したアクセスがなく、中等度または重度の食料不安に陥っている。2021年には、飢餓人口は最大8億2800万人。(国連WFP)

アフリカ最大のスラムやフィリピンのスラムを訪問し、子どもたちの置かれている現状を目にしてきた経験から、子どもと育つメニューAIが世界中のスラムや難民キャンプでも活用され、貧困によって命を落とす子どもがいらない社会を共に描きたい。

※切り取ってお使いください。

### 5歳未満の子どもが命を落とす理由(2016年)



© UNICEF/INDA2013-00064/Margreet Romana

この子の腕は9cm。どのくらい



(参考)

6歳までの食事が、脳や体を育てる。子どもの脳の発育は、6才ぐらいまでにほぼ完成し、DHAなどが豊富な魚をしっかりと食べることで、脳がしっかり育つようになる。DHAは体内で作りだすことはできず、毎日の食べ物からとらなければ脳に供給することはできない。食べたものが将来の体を作ることから、栄養の改善が心身ともに健康な子どもを育てることにつながる。

