

第5章 基本的施策の展開

第2章の目標達成のために5つの基本的施策を柱に推進していきます。

基本的施策

- 1 食育推進運動の展開
- 2 保健センターにおける食育の推進
- 3 保育所・幼稚園・小中学校における食育の推進
- 4 地域における食育の推進
- 5 地産地消における食育の促進

1 食育推進運動の展開

◆ 現在の取り組みと課題

福崎町では、食育について、関係団体やグループが、各種事業を展開していますが、住民に対しての啓発がまだ十分とは言えません。

さらに、住民が食育について理解を深めることができるよう、行政、関係団体等が共通認識をもち、住民の参画のもと推進していくことが今後の課題です。

◆ 今後の重点方策

心身の健康と豊かな人間性を育むことは、より豊かに生きていくためには不可欠なことであり、そのためにも食育の重要性はますます高まっています。今後は、あらゆる機会を通じて、住民の「食べる」ことへの関心を高めるよう関係機関、団体等が連携して食育の普及・啓発活動を行います。

◆ 具体的な取り組み

(1) 「食育月間」の周知と啓発

11月を福崎町の「食育月間」とし、住民が関心を高め、実践できるよう広報やホームページ、リーフレット配布、調理実習等により周知と啓発に努めます。

(2) 関係機関・団体等との連携による推進運動への支援

食育を推進している関係機関、団体等が連携・協力し、住民へ浸透していくよう支援します。

- ・ 行政の食育担当者による「食育推進ワーキンググループ」の結成、活動
- ・ 住民参加による「食育推進委員会」の設立
- ・ 関係団体との連絡会の開催

・ 広報誌・ホームページへ食育関連記事を掲載

(3) ボランティア活動の充実・強化

福崎町いずみ会、消費者の会、生活研究グループ、農業関係団体等が実施している調理実習や体験学習などへの支援を拡大し、食に携わるより多くの人材を育成することにより、食育の普及・啓発ができるようボランティア活動の充実・強化を図ります。



平成22年度 福崎町健康づくりポスター優秀作品
当時、福崎小学校4年 藤本侑希さん



平成22年度 福崎町健康づくりポスター優秀作品
当時、高岡小学校6年 福本尚哉くん

2 保健センターにおける食育の推進

◆ 現在の取り組みと課題

保健センターでは、妊婦や乳幼児の保護者に対し、母子健康手帳交付時や健診、育児教室等の機会に健全な食習慣の確立のための栄養指導を行っています。

また、親子クッキングや料理1年生食育講座などの調理実習を行い、食の大切さや楽しさを伝え、家庭での実践を目指しています。

一方、子どもの乳幼児期からの母親の就業により食事にかかる時間的精神的ゆとりが減り、また価値観の多様化などから、家庭内だけでは子どもへの食育の推進は困難な状況にあります。

また、福崎町では学童期の肥満率が高く、将来の生活習慣病の予防のためにも乳幼児期の早期から食習慣や生活習慣の健全化に向けた継続的な支援が今後の課題といえます。

◆ 今後の重点方策

家庭での健全な食生活の確立に向け、情報提供や相談事業などの支援体制を充実させ、関係機関の連携を図り、積極的な食育推進を図ります。

特に、子どもの肥満予防に対する取り組みを強化していきます。

◆ 具体的な取り組み

(1) 基本的な生活習慣の確立

乳幼児健診・相談等で、子どもの基本的な生活リズム向上の必要性を啓発します。

- ・生活・食習慣チェック表の活用
- ・マタニティー教室で妊婦向け食生活アドバイスを実施
- ・子どもの成長段階に応じた栄養指導・相談の充実

(2) 望ましい食習慣や知識の習得のための取り組み

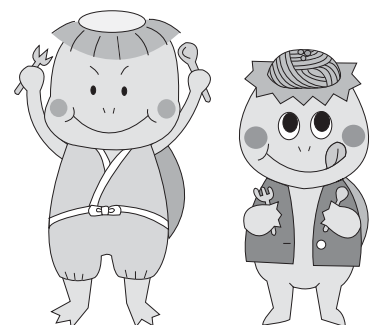
保育所や学校、地域での食育事業を通じ、保護者等に対して食に関する正しい知識や望ましい食習慣のあり方など、食育の重要性について啓発します。

- ・「早寝早起き“朝ごはん”をしっかりと食べよう」運動の展開
- ・食育講演会の開催
- ・保護者向け食育実践講座（調理実習）

(3) 子どもの適正体重への取り組み

生活習慣病の要因となる肥満予防のため、乳幼児健診・相談、食育事業、子どもの料理教室等において成長期の子どもの適した食生活の改善を図り、肥満予防対策を推進します。

- ・幼児期から学童期にかけて、継続的な肥満児へのフォロー体制の確立



3 保育所・幼稚園・小中学校における食育の推進

◆ 現在の取り組みと課題

●● 保育所 ●●

主に母親が就業している家庭の乳幼児期の子どもの保育を行っており、近年、低年齢の早い時期から入所する子どもが多くなっています。

乳児期については、食事内容や量を家庭と保育所で連絡をとりながら、心身の健康状態の観察とともに、食への配慮も行っています。

給食時は、手洗い等基本的な生活習慣の確立を目指し、献立の説明や配膳の工夫により食べることへの興味・関心を高め、積極的に楽しく食べるよう配慮しています。現状では、偏食、かまずに食べる、年齢や発達段階に応じた食習慣が身に付いていないなど、家庭でのしつけや子どもの経験不足などによる食習慣の問題があげられます。

おやつ時間は、月に1回手作りおやつを食べていますが、今後は健康的で安心な食材を利用した手作りおやつの継続的な提供が課題といえます。

●● 幼稚園 ●●

食育の話題を取り上げ、関心を高めるよう配慮しています。また、定例で「クッキング」を実施し、園児が簡単な手作りおやつや軽食を作って食べています。

給食時は、献立や食材の説明により興味を持って楽しく食べるよう工夫しています。また、野菜の栽培や収穫の体験をとおして手作り食材の良さを伝え、偏食をなくして積極的に食べられるよう促しています。

就学を控え、成長期の大切な時期であるにもかかわらず、食べる時間がかかりすぎる、偏食が多い、しっかりかまずに食べるなど問題を抱える子どもも多くなっています。

現状では、栄養士など専門職による指導の機会も少なく、積極的な支援が今後の課題といえます。

●● 小学校 ●●

食育推進の担当教諭をおき、校内の食育推進指導計画を作成し、生活・総合・保健や家庭科の授業で食に関する内容の学習を行っています。また、野菜の栽培や農業体験などをとおして、食の大切さや食べることへの感謝の気持ちを育み、正しい知識が習得できるようにしています。

給食時は、その日の献立や食材について放送で説明し、興味を持って積極的に食べられるようにしています。また、時間内に残さず食べる、しっかり噛んで食べるなど



みんなで育てたさつま芋でおやつ作り

を指導しています。

また、福崎町は、学童期の肥満率が高い状況です。

肥満児対策としては、養護教諭による肥満児対象の教室を実施しています。定期的な体重測定や家庭へ働きかけて食生活の改善に取り組んでいますが、価値観の多様化や生活習慣全般から見直しの必要な家庭も見受けられ、家庭での積極的な取り組みに結びつきにくいというのが現状です。学校と家庭が連携し、保護者に対するより積極的な働きかけの工夫が今後の課題といえます。

●● 中学校 ●●

思春期を迎え、心身ともに急成長し、運動、勉強などの活動が増えるこの時期は、特に食事の大切さを認識し、栄養バランスをしっかりと考えた食生活を行うことが大切になります。

給食時は、献立や栄養面についての説明を校内放送するほか、たよりなどで食育に関する普及啓発を行っています。

また、母親の就業や生活様式の多様化、塾通いなどから、家族揃っての団らんの機会が減少し、食事の簡素化や偏りも見受けられます。夜型の生活にもなりがちなため、おやつやインスタント食品のとりすぎも懸念され、家庭での食生活の見直しへの働きかけが今後の課題といえます。

◆ 今後の重点方策

各学校等で、食育についての普及啓発活動を継続するとともに、今後は、栄養教諭等の専門職を積極的に活用し、連携を図りながら効率よくかつ効果的な食育の推進をはかります。

◆ 具体的な取り組み

保護者にも食育への関心を高めてもらうため、地域や学校等から積極的な働きかけを行います。また、乳幼児が食べることを楽しく感じられるよう工夫し、正しい食習慣の確立を目指します。

学童期では、子どもが学習や体験をとおして食べることへの感謝の気持ちを育み、食についての正しい知識の習得を促し、好ましい食生活が実践できるよう保護者へも啓発します。

●● 保育所・幼稚園 ●●

(1) 基本的な食習慣の確立

- ・ 食前の手洗い・食後の歯磨き・あいさつ習慣
- ・ 子どもの発達段階に応じた食べ方やマナーの指導

(2) 体験学習の継続

- ・作物ができる一連の流れである「栽培—世話—収穫—調理—摂取」の体験をとおして食べることへの感謝の心を育む体験学習の推進

(3) 家庭との連携

- ・給食を食べている様子などを保護者へ連絡
- ・たよりや懇談会などで、食に関する取り組み状況を発信
- ・給食試食会や親子クッキングなど保護者参加型の食育参観の実施

(4) 地域との交流

- ・関係団体、ボランティアグループとの食育を通じた交流会
- ・栄養士による調理実習・食育講座の実施

(5) 手作りおやつ提供（保育所）

- ・月2回手作りおやつ提供
- ・食育紙芝居やエプロンシアターなどで子どもへの食育
- ・各保育所で、調理師による安心安全な地元の食材や特産品を使用した手作りおやつ提供

(6) 元気な体づくり

- ・体操や積極的な園庭での遊びの推奨
- ・粗大運動※を意識した遊びや遊具の活用
※四肢・体幹を大きく動かす運動

●● 小中学校 ●●

(1) 給食指導の充実

- ・偏食をなくし、バランスのとれた食事の大切さの啓発
- ・栄養教諭による学校訪問・懇談会の開催
- ・給食センターとの交流会や見学会、DVD視聴会を実施



—給食センター栄養教諭によるおやつ指導—

(2) 指導体制の確立

- ・食育推進のための組織の整備、推進チームの編成及び食育リーダーの選任などによる組織的な対応の充実
- ・指導計画を作成し、基本的な食に関する知識や習慣、日本の伝統食等、食育に関する学習への積極的な取り組み

(3) 保護者との連携

- ・ 給食だよりや懇談会・給食試食会等の機会をとおして学校での食に関わる指導や取り組みについて保護者へ周知
- ・ 家庭での食生活改善にむけてのアンケートやチェックシートの利用などによる積極的な働きかけ

(4) 地域との交流による食育体験への取り組み

- ・ 学童農業の充実
- ・ 食育や農業体験をクラブや委員会活動化
- ・ 栄養士による調理実習の開催



－田植え体験－



－さつま芋の苗さし体験－

(5) 肥満児童改善対策

- ・ 肥満率の高い児童対象の教室を実施
- ・ 小中学校での体育時間・運動系クラブの充実・推奨

4 地域における食育の推進

◆ 現在の取り組みと課題

これまで家庭や地域において継承されてきたご飯中心の「日本型食生活」や地域の特色ある行事食や伝統料理などの食文化は失われつつあります。かつては食にまつわる様々な知識や文化を家庭や地域の中で自然に学ぶことができましたが、核家族化の進行やライフスタイルの多様化などにより食文化が継承されにくくなっています。

地域における食育推進では、子どもから高齢者を対象に、いずみ会、消費者の会などの団体が地域に根ざした活動を展開しています。豊かな自然に育まれた福崎の食文化を次世代へつなげるために、地域（集落）ぐるみで食育に取り組む必要があります。

☆食生活改善推進員「いずみ会」

「私達の健康は私達の手で」を合言葉に、「いずみ会」の愛称でボランティア活動を行っています。食生活改善推進員は、全国で活躍しており、全国食生活改善推進員団体連絡協議会を組織し、各都道府県協議会が構成員となっています。兵庫県では、その協議会を「いずみ会」と称しています。

保健センターを拠点に、定例のグループ活動をはじめ、親子クッキング、離乳食教室、男性の料理「いろは教室」、また、集落の公民館での「ふれあい喫茶」の協力や保育所に月1回手作りおやつを提供を実施するなど、ライフステージに応じた食育の推進や食生活の改善に取り組む活動を行っています。



－いろは教室－

☆「消費者の会」

消費生活に関する身近な問題について考え、より安全で安心な暮らしを推進するための学習会や住民への啓発活動を行っています。

主な食に対する取り組みは、安全な手作り食品、地産地消の推進、米の消費拡大活動等を行っています。

また、消費者懇談会を開催し、食の安全性について、消費者・生産者・事業者がそれぞれの立場で意見交換し、交流を図っています。



－消費者懇談会－

◆ 今後の重点方策

子ども・成人・高齢者等、ライフステージに応じた取り組みや世代間交流を図りながら、関係機関・団体、行政等が連携を一層強化して、食育推進の人材育成等を行い、地域ぐるみで食生活の改善と豊かな食文化の継承を図っていきます。

◆ 具体的な取り組み

(1) 食育関連団体による食育活動推進のための支援

- ・ 「いずみ会」などのボランティア会員の資質向上・組織の育成強化
- ・ 住民参加型の料理教室や食育事業をとおして住民による主体的な取り組みを推進

(2) 住民の健全な食生活習慣確立のため健康教室・相談事業

- ・ 栄養士による生活習慣病予防のための食生活改善への指導助言
- ・ 調理実習や試食による家庭での実践のための働きかけ
- ・ 健康な歯をつくる食生活の普及

(3) 特産品料理、行事食等の継承

- ・ 保育所・幼稚園・小中学校で子ども達への体験型食育活動の推進
- ・ 家庭料理や地域の特産品を使った料理、伝統食・行事食の紹介
- ・ 地域の食材による調理実習等の体験活動

(4) 食育ネットワークの構築

- ・ 家庭・学校・地域・関係団体・行政等の連携・協力体制の整備



平成22年度 福崎町健康づくりポスター優秀作品
当時、福崎小学校5年 高橋篤郎くん

5 地産地消における食育の促進

◆ 現在の取り組みと課題

現在、地元で生産された農産物の供給の場として、農産物直売所「旬彩蔵」での販売や学校給食での食材提供など、地産地消の推進に向けた取り組みは行われていますが、まだ住民の食生活に十分浸透しているとはいえないのが現状です。

また、スーパーなどで多種多様な食品や食材が簡単に手に入る反面、旬の食べ物がわからないなど、日本の食文化が薄れてきています。米の消費量減少や畜産物・油脂類の消費量増加等により栄養バランスが崩れるとともに、食料自給率の低下にもつながっていることを踏まえ、食育の一環として、ごはん食に関する正しい知識の普及を図り、米を中心とする食生活の実践を推進します。

今後、地元でとれる新鮮で安全安心な食材や特産品の利用を推進し、代々伝えられる独自の製法、知恵、栄養豊富な特産品や郷土料理の継承が課題といえます。

◆ 今後の重点方策

学校給食における地元の農産物の使用割合の目標を定め、学校給食を地産地消推進の大きな柱と位置付けし、次代を担う大切な子どもたちに、米、野菜、もち麦をはじめとする農産物の提供等を通して、郷土への関心や愛着が深まるような施策を展開する必要があります。そのため、地元生産者と関係機関が連携し、積極的な食材の提供体制の構築を目指します。

また、これまでの取り組みを強化するとともに、消費者が地元農産物に触れ、家庭の食生活に取り入れられるよう各種施策を展開していきます。

◆ 具体的な取り組み

地産地消の推進は、地元の良質な食材を使った豊かな食生活を実現させ、この町で生活する喜びを感じながら楽しく食べることに繋がります。また、生産者と消費者の「顔が見え、話ができる」関係を構築し、相互理解の促進や、地域の農業や畜産業への理解、さらには、フードマイレージ（食料の輸送距離）の短縮等による環境への負担軽減など、多くの効果が期待されています。

また、地域の消費者ニーズを的確に捉えて生産を行う取り組みを推進することで、地域の農業や畜産業と関連産業の活性化にもつながります。

そのためにも、地産地消を推進して、生産者の顔が見える安全安心な農産物の利用を薦めるほか、特産品や郷土料理に興味を持って、自ら学び、次代へ伝えていくための支援が必要です。

（1）地産地消の知識の普及と実践

- ・ 学校給食等へ食材を供給
- ・ 地産地消の情報収集と提供
- ・ もちむぎ商品の住民への普及

(2) 農業体験と生産者との交流促進

- ・ 地域の食材を使った調理実習等を通じた体験活動
- ・ 学校等で栄養士や生産者との交流体験の実施
- ・ 農業者の指導を受け一連の農作業等を体験する教育ファーム

(3) 地元農産物の流通促進

- ・ 直売所や小売店における消費者の購買動向の把握及び品揃えの充実
- ・ 飲食店における地元農産物の使用割合の向上

(4) 福崎町独自の食文化の推進

- ・ 年越しもちむぎ麵（※4）など福崎町独自の食文化の推進



—地域の食材を取り入れた学校給食—