

第6章 安堵町食育推進計画

1 食べ物の命を感じる力を育む

食に対する感謝、命をいただいている意識を持って、食を大切にする習慣を持ち続ける力を育みます。また、自然の恩恵や食にかかわる多くの人の努力を理解する力を育むとともに、食を通じたコミュニケーションの重要性の普及啓発を行います。

○課題

- ・アンケート調査結果から、食事のマナーを身につけたりや楽しんで食事をする子どもは増加していますが、地域での食をテーマとした取り組みが活発であると感じている人は少なくなっています。地域や食生活改善推進協議会等の関係団体との連携を強化し、町全体で食育を進めていく必要があります。

○みんなで取り組むこと

個人や住民同士の取り組み	・好き嫌いなく残さず食べて、食べ物を大切にする心を育てます。 ・食べ物や作った人への感謝の気持ちを持って食べます。 ・正しい箸の持ち方、食事の前後のあいさつ等、基本的な食事マナーを身につけます。 ・家族みんなが食事づくりにかかわり、コミュニケーションの機会を持ちます。 ☆家庭菜園や調理等、家庭での食体験を増やし、楽しみながら「食」について興味関心を持つような機会を増やします。 ☆地域で会食できる機会をつくり、「共食」を推進します。
住民・団体と行政の取り組み	☆「食」に関する教室やイベントで、体験を通じて「食」を学ぶ“食体験”の機会を提供します。 ・高齢者が集まる場を活かして食の機会を提供します。 ☆地域で収穫の喜びを分かちあう機会をつくれます。 ・手軽な野菜の栽培方法等を紹介します。 ・食に関するアプリ等のデジタル媒体を活用し、食への関心を高めます。

☆…特に優先する取り組み



○町が取り組むこと

こども園・ 小中学校・ 行政の取り組み	【こども園】 ・あいさつ（食前食後）を習慣づけます。 ☆菜園活動を通じて、旬の食材のよさを知る機会の充実を図ります。 ・食事を作ってくれる人への感謝のこころを育む取り組みを検討します。 ☆食生活改善推進協議会や老人クラブ等の関係団体とおやつづくりやおもちつき等、様々な食の体験を通じ、感謝の気持ちを育む取り組みをさらに推進します。 ・食の大切さ・楽しさを保護者と共有できる取り組みを検討します。 【小学校】 ☆子どもたちが、菜園でつくる野菜にもっと興味を持ち、水をやり、育てることの大変さを知ること、自分たちが育てた野菜を収穫する喜びが、より一層強くなるような取り組みを実施します。 ☆学校給食をはじめ、総合的な学習の時間、各教科や委員会活動等を通して食についての理解を深め、命のつながりや食べることができる幸せに気づく機会の充実を図ります。 ・地場産物の収穫体験で、自然の恩恵を感じ、農業の大変さや喜びを感じることができるよう取り組みます。 ・米づくりを通して、農業や食の大切さを学べるよう取り組みます。 【中学校】 ☆学校給食をはじめ、総合的な学習の時間、各教科や委員会活動等を通して食についての理解を深め、命のつながりや食べることができる幸せに気づく機会の充実を図ります。 ・私たちの命は食事によって維持されていることを様々な機会を通じて伝えていきます。 ・収穫活動等の実習を通して、食糧の生産を学ぶ場を提供します。 ・食事の大切さ楽しさを実感してもらえるような取り組みを検討します。 【行政】 ☆親子食育教室等を開催し、野菜のでき方や食事のマナー等を体験しながら学ぶ機会を提供します。 ・園や学校と連携した農業体験・収穫体験を実施し、農業を身近に感じてもらい、食への感謝を育む取り組みを行います。 ☆食生活改善推進員を養成し、活動を支援します。
------------------------------------	--

☆…特に優先する取り組み

○数値目標

項目	現状値 令和5年度	目標値 令和15年度
毎回「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしている児童・生徒の増加	71.6%	80.0%
食育に関心を持っている人の割合の増加〔新規〕	57.4%	65.0%
食をテーマにした取り組みやイベントが活発であると感じる人の増加	7.8%	10.0%



2 身体を大事にできる力を育む

食に関心を持って、自分や家族の身体や食習慣をふりかえり、その年代に応じた生活習慣・食習慣を身につける方法や改善しようとする力を育みます。

○課題

- ・アンケート調査結果から、栄養のバランスを考えて食事をしたり、野菜を食べる人は減少している等、正しい食習慣や栄養バランスのとれた食生活に課題がみられます。

○みんなで取り組むこと

個人や住民同士の取り組み	・早寝・早起きと朝ごはんをしっかり食べることを心がけ、生活リズムを整えます。 ・体によい食べ方を知り、姿勢を正して、よくかんでゆっくり食べることを意識します。 ・生活習慣病と食生活の関係を理解します。 ☆「主食」「主菜」「副菜」を基本に、薄味で栄養バランスのよい食事内容を心がけます。
住民・団体と行政の取り組み	・各年代・ライフスタイル・健康状態・生活環境に応じた、健全な食生活を実践するための知識や技術を身につけるための学習・体験の場を提供します。 ・地域の中で、望ましい食生活のあり方や食事内容の普及・啓発を行います。 ・食生活改善推進協議会において、手づくりおやつや健康づくりメニューの試食、提供を行うとともに、パンフレット等での啓発活動を行います。 ・食生活改善推進協議会において、実際にだしの取り方、適塩味噌汁の試食を体験して、減塩や適塩について、学ぶ機会を提供します。また、参加者に減塩やだしの使用についてのアンケートを行います。 ☆食生活改善推進協議会と連携した料理教室や減塩に関する啓発を実施します。【再掲】

☆…特に優先する取り組み

○町が取り組むこと

こども園・ 小中学校・ 行政の取り組み	【こども園】 ・年齢に応じた食生活の確立を支援します。 ・「朝ごはんでもりもり元気」の紙芝居を使って、栄養士より朝ごはんの大切さを伝えます。
---------------------------	---

こども園・ 小中学校・ 行政の取り組み	☆歯みがき教室や歯みがきチェック表を通じて、よくかんで食べる習慣を身につけます。 ・給食だより、楽しく食べようニュースを発行します。 ・興味を持てる給食献立と実物の展示、食品成分表の表示、町ホームページへの掲載を検討します。 【小学校】 ☆毎日を健康に過ごすために大切な正しい生活習慣・食習慣を身につけられるよう、「早寝早起き朝ごはん」、「野菜を食べよう」について取り組みます。 ・減塩やだしについて学び、生活習慣病を予防するための食事についての理解を深めます。 ・歯みがきが生活習慣に結びついていくように歯みがき教室を充実します。 ・「給食だより」「食育だより」の発行を通して、家庭や地域にも情報を発信します。 【中学校】 ☆各教科等の学習を通じて、正しい生活習慣、食習慣が健康な体づくりの基本であることを学び、定着を図ります。 ・減塩や野菜摂取の重要性について学ぶ機会を充実します。 ・郷土の食材を取り入れた給食メニューを作成し、提供します。 ・「保健だより」の配布や委員会の活動により、健康な身体づくりにつながる情報を発信し、啓発します。 【行政】 ・妊娠婦や乳幼児への栄養について知ることのできる機会の充実を図ります。 ・生活習慣病予防・改善の知識や調理方法等を学ぶ機会を提供します。
---------------------------	---

☆…特に優先する取り組み

○数値目標

項目	現状値 令和5年度	目標値 令和15年度
朝食に野菜を食べる児童の増加	9.6%	15.0%
平日に朝食を毎日食べていない児童の減少【新規】	14.7%	減少
健康を維持するために自分に適した1食の量とバランスを知っている人の増加	53.2%	60.0%
栄養のバランスを考えて食事している人の増加	67.4%	75.0%

3 食を選ぶ力を育む

地場産物に関する情報提供や販売等を進め、地産地消の推進を図ります。また、食文化や農業への親しみが持てるような取り組み、生産者支援の取り組みを行う等、地場産物の購入機会の増加や地域の食の継承に向けた取り組みの推進を図ります。

○課題

- ・アンケート調査結果から、地産地消を意識して食品を購入する人は減少しており、生産者と消費者双方にアプローチできるような地産地消の推進が必要です。
- ・アンケート調査結果から、「ほっと安堵朝市」を利用する人は減少しており、朝市のPRや事業の充実が必要です。
- ・アンケート調査結果から、食の文化や伝統、季節性等を大事にしている人は減少しており、地域の食文化の継承も意識した取り組みの推進が必要です。

○みんなで取り組むこと

個人や住民同士の取り組み	・体によい食べ物を選びます。 ・加工食品や食品添加物等の知識を得て、食材を選びます。 ・地場産物を購入します。 ・地産地消についての関心を持ちます。 ☆畑で野菜を自分で育てる畑活を推進し、多世代交流や介護予防・孤立予防を図ります。
住民・団体と行政の取り組み	・地域に伝わる伝統料理・郷土料理を知る機会や作る場を提供します。 ・地場産物を取り扱っている店のPR活動を行います。 ☆年齢に応じて「食」と「農」にふれあい、体験し、学べる機会を提供します。 ・家庭菜園の希望者と場所提供者のマッチングを行います。 ・地元野菜を販売する場、購入できる機会を増やします。

☆…特に優先する取り組み

○町が取り組むこと

こども園・ 小中学校・ 行政の取り組み	[こども園] ・保護者を対象としたアンケートを実施し、結果をもとに選ぶ力を持てるよう支援します。 [小学校] ・地域に伝わる伝統料理や郷土料理を給食で実施し、地域の食文化についての理解を深めます。 ☆地場産の野菜を取り入れた給食を引き続き実施します。
---------------------------	---

こども園・ 小中学校・ 行政の取り組み	【中学校】 ・各教科を通じて食材を見る目を養うよう支援します。 ☆安堵町の産業や農業等について知り、地域で生産された食材を使った体験学習を実施します。 【行政】 ・年齢や性別等に応じた、健康教育の中で、その人にあった食を選ぶ力を養えるよう支援します。 ・広報紙、ホームページ等で食の選び方についての情報を提供します。 ・広報紙、ホームページ等を利用し、「ほっと安堵朝市」のPRを継続します。
------------------------------------	--

☆…特に優先する取り組み



○数値目標

項目	現状値 令和5年度	目標値 令和15年度
『地産地消を意識して農畜産物を購入する』人の増加	55.4%	65.0%
『食の文化や伝統、季節性等を大事にしている』人の増加	20.5%	30.0%
『「ほっと安堵朝市」を利用する』人の増加	23.8%	30.0%
『食に関する必要な情報が得られると感じている』人の増加	12.2%	20.0%



4 食と環境を考える力を育む

持続可能な食を支える食育の推進に向けて、食の安全・安心や食品ロスの削減等の環境に配慮した食について周知啓発等を行い、食と環境を考える力を育みます。

○課題

- ・ アンケート調査結果から、外食する時や食品を購入する時に、食品表示を参考にしている人は減少しており、食の安全に関する情報の発信等が引き続き必要です。
- ・ 国の食育推進基本計画では、「持続可能な食を支える食育の推進」が重点事項となっていること等、食と環境に着目した取り組みが全国的に進められています。本町においても環境に配慮した食に関する情報発信等、食と環境に関する取り組みの推進が必要です。

○みんなで取り組むこと

個人や住民同士の取り組み	・ 食品表示を確認して購入します。 ・ 「食」の安全や現状について知る機会を持ちます。 ・ 調理の工夫や保存食の活用で、食材の廃棄量、無駄を減らします。 ☆食べ残しやごみ減量のために、食品を買いすぎない・作りすぎないように心がけます。
住民・団体と行政の取り組み	・ イベント等を通じて安全な食品・食材を消費者へPRします。 ☆食品ロスの削減等、環境と食について学べる機会の提供を図ります。

☆…特に優先する取り組み

○町が取り組むこと

こども園・小中学校・行政の取り組み	【こども園・小学校・中学校】 ☆学校給食や授業を通じて、食の安全性や食と環境についての正しい知識を学ぶ機会を提供します。 ・ 働くことについて学ぶキャリア教育等の機会を通じて、食品の生産から加工、流通、販売についての理解を深め、自分の将来について考えを深めてもらえるよう取り組みます。 【行政】 ・ ごみの減量とフードロスへの対策を検討します。 ☆環境に配慮した食品の選び方や食の安全に関する内容を広報等で伝えます。
-------------------	--

☆…特に優先する取り組み

○数値目標

項目	現状値 令和5年度	目標値 令和15年度
『外食する時や食品を購入する時に、食品表示を参考になっている』人の増加	39.4%	45.0%
『日頃から環境に配慮した農林水産物・食品を選んでいる』人の増加【新規】	47.5%	55.0%
『日頃の食事で、食べ残しやごみの減量に気をつけている』人の増加	87.8%	90.0%

