

第7 食育推進の取組

食育の推進にあたっては、家庭や学校、地域、行政などがそれぞれの立場で役割を持ち、積極的に取り組む必要があります。

食育を効果的に推進するために、行政と関係機関、関係団体と連携を図ります。

1. 家庭の取組

家庭は、味覚の形成や基本的食習慣を育む食育の最も基本となる場です。

栄養バランスのとれた食事による健康管理や、食事マナーなどの基本的食習慣を身につけることなどを日常生活で実践します。

【取組例】

- 家族みんなで楽しく食事
 - ・ 1日1回は家族や仲間と食事を楽しむ
 - ・ 食材選びや調理を楽しむ
 - ・ 地場産物や旬の食材、郷土料理を取り入れる
- 望ましい食生活の実践
 - ・ 「早寝、早起き、朝ご飯」の実践
 - ・ 「食事バランスガイド」の活用
 - ・ 減塩と野菜摂取を意識した食事の実践
 - ・ あいさつなどのマナーを大切にした食事の実践
- 地域の食に関する行事などへの積極的参加
 - ・ 地域などで行う食に関する行事へ家族で参加
 - ・ 体験を通して、楽しみながら食育を実践



学校田での田植え体験

2. 就学前施設・学校などの取組

就学前施設（保育所・幼稚園・認定こども園など）や学校は、成長期の子どもたちが多くの時間を過ごす場です。

給食、保育や教育活動を通して、子どもの発達段階に応じた取組を進め、様々な食体験を集団の中で積み重ねることにより、食に関する知識の定着を図ります。

また、家庭や保護者に対して、様々な媒体を通して食育に関する啓発や意識の向上に取り組めます。

就学前施設

【取組例】

- 食に関する指導の充実
 - ・親子クッキング、パン作り体験
 - ・おいしい野菜の選び方指導、クッキング食材の買い物体験
- 給食を通した食育の充実
 - ・「食育の日献立」による給食の提供
 - ・給食だよりでの情報提供
 - ・給食参観
 - ・小学校給食体験
- 農業体験等を通した食育の推進
 - ・野菜栽培、世代間交流事業（サツマイモ栽培）への参加
 - ・親子遠足などでの収穫体験

学 校

【取組例】

- 食に関する指導の充実
 - ・栄養教諭、学校栄養士による授業及び指導
- 給食を通した食育の充実
 - ・給食週間の実施
 - ・バイキング給食、ふれあい給食の導入
 - ・給食一口メモなど給食や食材に関する校内放送
 - ・給食試食会
- 農業体験等を通した食育の推進
 - ・学校田や菜園での農業体験
 - ・PTA活動での食育「親子レクリエーション」(だまっこ作り、収穫体験など)

3. 地域の取組

地域においては、生産者や関連団体（食育ボランティア（注1）、食生活改善推進協議会（注2）、社会福祉協議会、婦人会、NPO団体など）がそれぞれの立場で食体験の機会を設け、自然の恩恵と食に関わる人々の活動の重要性について理解を深めるための取組を行います。

【取組例】

- 生産者や製造販売者、直売所などによる食育ボランティア活動
 - ・農業団体などによる食農教育や農業体験
 - ・直売所による出張販売、体験料理教室の開催、学校でのきりたんぼ作り指導
 - ・スーパーなどによる「ファイブ・ア・デイ（注3）」の取組や親子食育体験ツアーの実施
- 食生活改善推進協議会による活動
 - ・あきた減塩推進事業（イベント、減塩料理講習会）や親子の食育教室、男性の料理教室など食に関わる講習会の実施
- 社会福祉協議会やNPO団体などによる活動
 - ・高齢者を対象とした配食サービス事業の実施

（注1）食育ボランティアとは、地域の食文化や農産物、自然などに触れ合う機会や学習の場の提供をはじめ、適正な食生活の推進など、食に関する知識や知恵、技を伝えるボランティア活動を行う人。

（注2）食生活改善推進協議会とは、正しい食生活の普及を通して、地域における健康づくり及び疾病予防を図ることを目的に自主的に活動する団体。この団体に属し、「私たちの健康は私たちの手で」を合言葉に、食生活改善を実践し食育アドバイザーとして活動する人を食生活改善推進員という。（愛称 ヘルスマイト）

（注3）ファイブ・ア・デイとは、「1日に5皿分（350g）以上の野菜と、200g以上の果物を食べましょう」という運動。野菜と果物のとり方をだれにでも実行できるように示すことで、健康的な食生活を提案している。



4. 行政機関の取組

食育推進の基本となる計画の策定、推進体制を整備し、関係団体と協働して様々な場面で食育を推進するための施策を展開していきます。

市

【取組例】

○食育の普及啓発活動

- ・「食育月間」「食育の日」の啓発活動……………子ども課 健康課
- ・「野菜の日キャンペーン」の実施……………健康課
- ・イベントを活用した「食」に関する普及啓発……………健康課

○食を通じた健康づくり

- ・離乳食講習会の実施……………健康課
- ・幼児健診などでの栄養相談……………健康課
- ・子育て相談室などでの離乳食相談……………子ども課
- ・キッズの食育教室……………健康課
- ・食に関する講座、出前講座……………健康課
- ・減塩に関する講座、情報提供……………健康課

○地産地消の推進

- ・フレッシュ野菜供給会の開催……………農林課
- ・6次産業化^(注)の推進……………農林課
- ・大館市えだまめ産地育成研究会の開催……………農林課
- ・地域特産物の振興……………農林課
- ・直売所の機能強化及び振興……………農林課
- ・「食育の日献立」による給食の提供……………子ども課 学校教育課

○地域住民や食育関係団体による自主的な取組の支援

- ・市民菜園事業への参加促進……………農林課
- ・食生活改善推進員の育成と活動支援……………健康課

○食の安全安心に関する情報の共有と相互理解の推進

- ・水稻作における湛水管理の周知、見廻り実施……………農林課
- ・カドミウム含有量細密調査……………農林課
- ・給食食材等の放射性物質検査の実施及び結果の公表……………子ども課 学校教育課

○保健、農林、教育、福祉部門の連携による食育の推進

- ・食育推進委員会の開催……………健康課
- ・関係機関等の連携の推進

県（保健所）

【取組例】

- 食育の普及啓発活動
 - ・食育地域ネットワーク会議の開催
 - ・イベントを活用した「食」に関する普及啓発
- 食を通じた健康づくり
 - ・減塩推進研修会の開催
 - ・食の健康づくり応援店事業
- 地域住民や食育関係団体による自主的な取組の支援
 - ・食生活改善推進協議会への支援
- 食の安全安心に関する情報の共有と相互理解の推進
 - ・食品安全安心地域懇談会の開催
 - ・食品に関わる調査指導・相談受付
 - ・講習会（出前講座含む）
 - ・食品の栄養成分表示と虚偽誇大広告等の禁止に係る調査指導・相談受付

（注）6次産業化とは、1次産業である農林漁業が農林水産物の生産にとどまらずに、加工・販売等の2次・3次産業まで業務展開することで、農山漁村の活性化を目指す取組。

大館市の主な農産物



枝豆



山の芋



とんぶり