

## 第4章 食育推進の展開

### 目標1 食を楽しみ、食への感謝の心を育てる

誰もがみんなでコミュニケーションをとりながら食べる喜びを実感できるよう、家族や友人などとの共食をすすめるとともに、食におけるマナーなどを身につけます。

また、「食べる」ことは動植物の命をいただくことであり、様々な体験活動や適切な情報発信等を通じて、食が自然の恵みや生産者をはじめとする多くの方々に支えられていることへ感謝する豊かな心を育みます。

#### 基本施策

- ① 食に興味や関心をもち、楽しく食べる機会をつくる
- ② 子どもから大人まで食への感謝の心を育む

| 主な取り組み               | 内 容                                                                                                              | 担当部署 |     |    |     |     |    |     |
|----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|-----|----|-----|-----|----|-----|
|                      |                                                                                                                  | 総合政策 | 健康課 | 福祉 | 子育て | 調理場 | 教育 | 農林課 |
| 「みんなで食卓を囲む日」の推進      | 毎月19日を「みんなで食卓を囲む日」(食育の日)とし、親子で一緒に料理を作ったり、家族や友人と食事の時間を楽しむことができるよう普及啓発を図る。                                         | ○    | ○   | ○  | ○   | ○   | ○  | ○   |
| 支援が必要な子ども達への食の機会の提供  | 孤食になりがちな子どもへの支援として、食事の提供等を行うことが可能な居場所づくりの検討及び支援。                                                                 |      |     |    | ○   |     | ○  |     |
| 子どもが自分で料理を作る体験の機会の提供 | 子ども向けの食育体験事業の実施や、子どもが自分で弁当を作る「弁当の日」、おやこの食育教室などの実施。                                                               | ○    | ○   |    |     | ○   | ○  |     |
| 学校給食共同調理場における食育機能の充実 | 調理場の整備に伴い、児童センター・養護学校への給食提供を開始(2021年4月～予定)。また、施設環境の改善や調理工程を見学できるようにしたり、市民一般に給食を提供できるようにする(数量限定、有料)など、食育機能を充実させる。 |      |     |    |     | ○   | ○  |     |
| 「心を育む給食週間」の実施        | 食は「いのち」を育む基本であることを意識付けるとともに、感謝の心や他人を思いやる心など、豊かな心を育むことをねらいとして実施。(実践例:食事マナーの指導、感謝の心を育む講話など)                        |      |     |    |     | ○   | ○  |     |

## 第4章 食育推進の展開

| 主な取り組み           | 内 容                                                                                                                                                       | 担当部署 |     |    |     |     |    |     |
|------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|-----|----|-----|-----|----|-----|
|                  |                                                                                                                                                           | 総合政策 | 健康課 | 福祉 | 子育て | 調理場 | 教育 | 農林課 |
| バイキング給食の実施       | ①食への意欲をもつ、②自己管理能力を身につける、③栄養のバランスを学ぶ、④食事のマナーを身につける、⑤地元産の農産物への理解を深めることを目的に実施。                                                                               |      |     |    |     | ○   |    | ○   |
| 調理場だよりの発行        | 調理場だよりを発行し、献立表、食事マナー、行事食、給食レシピ、地産地消など、食に対する関心が高まるように広く情報を提供する。                                                                                            |      |     |    |     | ○   | ○  |     |
| 農業体験の機会の充実       | 保育園等での菜園活動を通じて、収穫の喜びや自然の恵み、食物の大切さを学ぶ機会を提供する。<br>学校ファームにおける JA 青年部「食農教育活動」等による稲作・畑作体験を継続し、食物への関心を高めるとともに生産者への感謝の気持ちを育てる。<br>市民農園の利用を促進し、市民が農業を体験する機会を提供する。 |      |     |    | ○   |     | ○  | ○   |
| 食品ロスの削減のための啓発    | 「もったいない」の精神で、「3010 運動※20」の推進など、食べ物を無駄にせず、食品ロスの削減に取り組む。<br>残り物を活用した献立づくりに取り組む。<br>食品廃棄物などの現状についての理解促進と食品ロスを削減するために必要な知識の普及に努める。                            | ○    | ○   |    |     | ○   | ○  |     |
| PTA 等との連携による食育推進 | PTA 等が主催する食育事業(研修会、食育講話、調理実習など)との連携・支援。                                                                                                                   |      |     |    |     | ○   | ○  |     |

※「担当部署」とは、2019年3月現在の職場名。

「総合政策」は総合政策課、「福祉」は福祉あんしん課、「子育て」は子育て推進課・保育園・児童センター等、「調理場」は教育総務課・学校給食共同調理場、「教育」は学校教育課(各小中学校含む)・文化生涯学習課。

## 目標2 食による健康な身体づくり

生活習慣病の発症・重症化の予防や改善に向けて、健全な食生活を実践できるよう支援します。

また、食環境の改善が市民の健康に影響を及ぼすことを踏まえ、長井市食生活改善推進協議会等と連携・協働を図りながら、健康寿命<sup>※21</sup>の延伸につながる減塩等の推進やメタボリックシンドローム、肥満・やせ、低栄養の予防や改善等、食育を推進します。

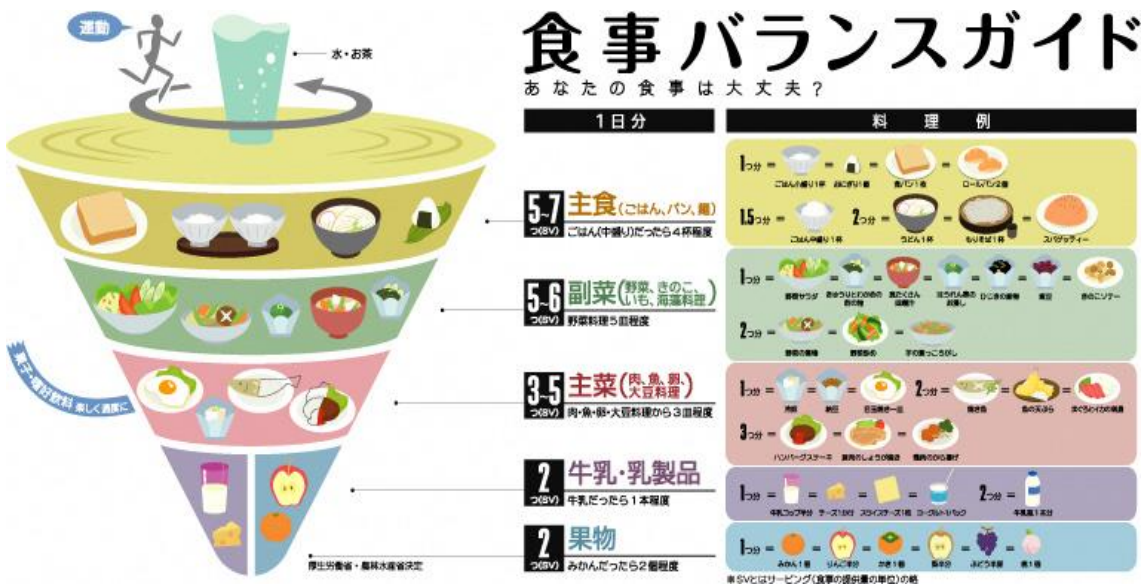
### 基本施策

- ① 健康づくりの基本となる食習慣の形成
- ② 生活習慣病の予防と生活習慣の改善
- ③ 望ましい食生活の普及啓発

| 主な取り組み                   | 内 容                                                                                                     | 担当部署 |     |    |     |     |    |     |
|--------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|-----|----|-----|-----|----|-----|
|                          |                                                                                                         | 総合政策 | 健康課 | 福祉 | 子育て | 調理場 | 教育 | 農林課 |
| 生涯を通じた「早寝・早起き・朝ごはん」運動の推進 | 小学校だけの取り組みとするのではなく、市民に広く浸透するよう啓発を図る。                                                                    |      | ○   | ○  | ○   | ○   | ○  |     |
| 妊産婦や乳幼児への食育の推進           | 健診等における健康や栄養に配慮した保健指導や栄養相談を実施。<br>乳幼児の成長過程に応じた食習慣づくりの促進。                                                |      | ○   |    |     |     |    |     |
| 家庭での生活習慣アンケート調査の実施       | 生活習慣の実態等を調査し、家族ぐるみでの生活習慣の振り返りや改善につなげる。子どもの生活習慣に合わせた効果的な指導に役立てる。                                         |      | ○   |    | ○   |     | ○  |     |
| 幼児期における望ましい生活習慣づくり       | 子どもの運動・食事・睡眠などの望ましい生活習慣づくりを目指すため、「ながいアクティブキッズプロジェクト」事業(平成31年度終了予定)と同様の取り組みの検討。                          |      |     |    | ○   |     | ○  |     |
| 各ライフステージに応じた栄養指導の充実      | 高齢者福祉施設及び地域におけるミニデイサービスなどとの連携や、パパママ教室、祖父母教室、乳幼児健診、食育教室、男性のための料理教室などの事業を通じて、生涯にわたり健全な食生活が送れるよう栄養指導を充実する。 |      | ○   | ○  |     |     |    |     |
| 栄養教諭等による食育指導             | 「食」に関する正しい知識や望ましい食習慣を身につけ、適切な食生活を実践できる力を養うために実施。栄養バランスに配慮した食生活の重要性、自分に合った食事量、偏った食事の危険性などを学ぶ。            |      |     |    |     | ○   | ○  |     |

1

| 主な取り組み             | 内 容                                                                     | 担当部署 |     |    |     |     |    |     |
|--------------------|-------------------------------------------------------------------------|------|-----|----|-----|-----|----|-----|
|                    |                                                                         | 総合政策 | 健康課 | 福祉 | 子育て | 調理場 | 教育 | 農林課 |
| 食事や栄養についての講話や講座の開催 | 生活習慣病予防やバランスのとれた食事、食生活、運動についての講話・調理実習などを開催。                             |      | ○   | ○  |     | ○   | ○  |     |
| 高齢者配食サービスの実施       | 調理が十分にできない高齢者世帯に対して、定期的に栄養バランスのとれた昼食を届け、同時に安否確認を実施。                     |      |     | ○  |     |     |    |     |
| 食に関する正しい知識の啓発      | 市広報やホームページ等で、食に関する知識や食品を選ぶ力をつけるための情報を発信する。                              |      | ○   |    |     | ○   | ○  | ○   |
| 食事バランスガイドの普及       | 栄養指導の際に、食事バランスガイドを活用し、何をどれだけ食べたら良いかなど、より良い食習慣づくりの普及に努める。                |      | ○   |    |     |     |    |     |
| 料理体験の機会の充実         | 料理教室などを開催し、調理技術を身につける機会を提供し、望ましい食生活の普及・啓発を図る。                           |      | ○   | ○  |     |     | ○  | ○   |
| 食生活改善推進協議会等の団体との連携 | 食生活改善推進協議会等と連携し、生活習慣病予防や低栄養予防、運動、食事などに関する情報提供を推進する。<br>食生活改善推進員養成講座の開催。 |      | ○   |    |     |     |    |     |



「食事バランスガイド」とは、1日に「何を」「どれだけ」食べたら良いかをコマをイメージしたイラストで示したものです。バランス良く食べて、運動をすると、コマは安定して回りますが、食事のバランスが悪いとコマは傾いて倒れてしまいます。コマのイラストの形は、各料理をどのくらい食べたら良いかを視覚的にイメージしています。（上に位置する料理グループほど面積が大きく、食べる必要がある量も多くなっています。）

資料：農林水産省ホームページ

資料：農林水産省ホームページ

### 目標3 食の安全安心と地産地消の推進

安全安心な学校給食の提供とともに、多様化・複雑化し、氾濫する「食」の情報の中で、自分の食生活について、自ら適切に判断し、選択できる力を身に付けるための啓発を図ります。

地産地消の推進は、市民一人ひとりが「食」と「農」についての理解を深め、生産者・事業者・関係団体・行政などの利用拡大に向けた連携・協力とともに、生産者と消費者を結ぶ仕組みづくり、信頼関係づくりなどの取り組みを一層推進していきます。

#### 基本施策

- ① 安全安心な食材の生産・提供
- ② 地産地消の推進
- ③ 食を育む環境についての意識啓発（生産者と消費者の信頼強化）

| 主な取り組み                  | 内 容                                                                                                                                | 担当部署  |     |    |     |     |           |
|-------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-----|----|-----|-----|-----------|
|                         |                                                                                                                                    | 総合政策課 | 健康課 | 福祉 | 子育て | 調理場 | 教育<br>農林課 |
| 安全安心な給食の提供              | 安全な食材を活用し、調理工程の衛生管理を万全にし、子どもの成長や健康に配慮した給食を提供する。また、食物アレルギーに対応した給食も提供する。                                                             |       |     |    | ○   | ○   | ○         |
| 有機農業や特別栽培農産物の普及・啓発      | 有機農業や特別栽培農産物などの環境に配慮した農業に積極的に取り組むよう普及・啓発を図る。                                                                                       |       |     |    |     |     | ○         |
| 食の安全安心に関する情報の提供         | 市民に食の安全安心に関する情報を提供し、自ら「食」を適切に判断し、選択できるよう啓発する。                                                                                      |       | ○   | ○  |     | ○   | ○         |
| 給食における地場産農作物の積極的活用      | 毎月 19 日を「地産地消の日」(食育の日)とし、積極的に長井産の農作物を活用し、地産地消を推進する。<br>生産者との交流を図り、長井産食材への理解を深める。<br>生産者と学校給食を結ぶコーディネーターを配置し、日常的にも長井産農作物の利用拡大を推進する。 |       |     |    | ○   | ○   | ○         |
| 調理実習時や幼児へのおやつに地場産農作物を活用 | 生産者や事業者等との連携により、地場産農作物を調理実習時の食材や幼児へのおやつとして活用する。                                                                                    |       | ○   |    | ○   |     | ○         |
| 重点作物への継続的な支援            | 行者菜などの重点作物の産地化確立に向け、種苗購入助成等の支援を継続する。                                                                                               |       |     |    |     |     | ○         |
| レインボープラン認証農産物の生産拡大      | 有機資源の地域循環システムの中で生産された安全な農産物を市民の食卓に供給するため、レインボープラン認証農産物の生産拡大と域内消費拡大を促進する。                                                           |       |     |    |     |     | ○         |

## 第4章 食育推進の展開

| 主な取り組み      | 内 容                                                                                  | 担当部署  |     |    |     |     |        |
|-------------|--------------------------------------------------------------------------------------|-------|-----|----|-----|-----|--------|
|             |                                                                                      | 総合政策課 | 健康課 | 福祉 | 子育て | 調理場 | 教育 農林課 |
| 農産物直売所の情報発信 | 農産物直売所の旬な情報を発信し、生産者と市民の信頼関係を強め、地場産農産物の販売を拡大する。顔が見える関係で、安全安心な農産物の提供や適正な表示に責任をもって取り組む。 |       |     |    |     |     | ○      |
| 地産地消イベントの開催 | JAや生産者などと連携しながら、地産地消まつりや黒べこまつりなどのイベントを活用し、地場産農産物をPRする。                               |       |     |    |     |     | ○      |



「おきたま食の応援団」は、置賜産の農産物や置賜地域に関係する食材・加工品など「おきたまの食」を応援し、広く「おいしい食の産地」である置賜をアピールしています。ホームページでは、食材の特徴やレシピなどを紹介し、生産者の取り組みやおきたまの食材が食べられるお店・買えるお店「グリーンフラッグ店」を紹介しています。

ホームページアドレス <http://yamagata-okitama-shoku.net>  
 もしくは「おきたま食の応援団」で検索



### ◆長井市推奨農産物等認証制度

レインボープランの里  
 （こだわりの）農産物等認証



レインボープランの里のトップブランド  
 （こだわりの逸品）農産物等認証



## 目標4 食文化の継承

豊かな自然に恵まれた長井市は、四季折々の食材に恵まれ、長い年月を経て、地域の伝統的な行事や作法と結びついた食文化が形成されてきました。和食や長井の伝統的な食文化について、子ども達が早い段階から興味・関心を持って学ぶことができるよう、学校給食において郷土料理等の献立を取り入れ、食に関する指導に活用されるよう促進します。

また、地域における行事などでも食文化に係る取組を促進し、地域の郷土料理や伝統食材等の紹介や体験を盛り込み、長井の伝統ある食文化の継承を推進します。

### 基本施策

- ① 郷土料理や行事食を通して「郷土愛」を育む
- ② 郷土料理や伝統食材を後世に引き継ぐ

| 主な取り組み                       | 内 容                                                                                                      | 担当部署 |     |    |     |     |    |     |
|------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|-----|----|-----|-----|----|-----|
|                              |                                                                                                          | 総合政策 | 健康課 | 福祉 | 子育て | 調理場 | 教育 | 農林課 |
| 給食における行事食や郷土料理の提供            | 行事食や季節食のほか、郷土に伝わる料理などを積極的に取り入れ、その由来などの情報を学校に提供しながら、楽しみのある学校給食の提供に取り組む。<br>子ども達の郷土への関心や食文化の継承につながるよう配慮する。 |      |     |    |     | ○   | ○  |     |
| おやこ料理教室や伝統料理(食文化)教室の開催       | 地域の郷土料理や伝統食材等の紹介や調理体験を盛り込み、長井の伝統ある食文化の継承を推進する。                                                           |      | ○   |    |     |     | ○  | ○   |
| 郷土料理や行事食の普及                  | 市報や学校のおたよりなどで郷土料理や行事食を紹介し、普及を図る。<br>伝統食材の良さを再認識し、活用を推進する。                                                |      |     |    |     | ○   | ○  | ○   |
| 「ながいの食」の魅力発信                 | 伝統食材や郷土料理などを紹介するパンフレットやレシピ集などを作成し、その魅力を発信する。                                                             |      |     |    |     | ○   | ○  | ○   |
| 伝統野菜の生産振興と継承                 | 長井の食文化を守るため、伝統野菜の生産振興に取り組む、次世代に受け継ぐことができるよう支援する。                                                         |      |     |    |     |     |    | ○   |
| 食文化の継承に取り組んでいる関係者との連携による食育推進 | コミュニティセンターや自治公民館などの地域での取り組みや、食文化の継承に取り組んでいる団体個人との連携・支援。                                                  |      |     |    |     | ○   | ○  | ○   |