

第4章 具体的な取り組み

関係する団体と連携しながら、テーマや対象に合わせて市民参加の取り組みを行っています。

食育の取り組みをわかりやすく発信するための絵文字（食育ピクトグラム）です。詳しくは22ページをご覧ください。

基本目標1 食に関する情報・体験機会の充実



だれもがみんなでコミュニケーションを取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ます。

また、食への感謝の心を育むためには、生産や調理の大変さを体験することも重要であることから、料理教室や農業体験の機会の提供や食に関する情報発信をしていきます。

基本施策

- (1) 食に興味や関心を持ち、楽しく食べる機会をつくる
- (2) 食への感謝の心を育む体験の機会の充実

取り組みを進める上で今後市が連携していきたい団体です。

主な取り組み	内 容	担当部署									連携団体
		総合政策	健スポ	福祉	子育て	調理場	学校教育	地域づくり	消費生活	農林	
「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）として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。 ・保健カレンダー等での食育の日の周知 ・こどもたちを中心とした市民主体のイベント（食育に関するポスターコンクールや親子料理コンテスト等）の検討	○	○	○	○	○	○	○	○	◎	P T A 育みネット長井推進協議会 コミセン 商工会議所女性会

主な取り組み	内 容	担当部署									連携 団体
		総合 政策	健 スポ	福 祉	子 育 て	調 理 場	学 校 教 育	地 域 づ く り	消 費 生 活	農 林	
支援が必要な こども達への 食の機会の提 供	・ 食事の提供等を行うことが可能な 居場所づくり（こども食堂等）との 連携及び支援。 ・ こども食堂等の情報の提供				○		○				こども食堂
こどもが自分 で料理を作る 体験の機会の 提供	・ こども向けの食育体験事業の実施 ・ こどもが自分で弁当を作る「弁当 の日」の実施 ・ おやこ食育教室などの実施。	○	○		○	○	○	○			P T A 育みネット長井 推進協議会 食改
給食共同調理 場における食 育機能の充実	・ 市民等からの施設見学の受け入れ を行う。				○	◎	○				
「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す る。 ・ 食事マナーの指導 ・ 感謝の心を育む講話など					○	◎				P T A
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する。					◎	○				J A
調理場だよりの 発行	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。				○	◎					

主な取り組み	内 容	担当部署									連携 団体
		総合政策	健スポ	福祉	子育て	調理場	学校教育	地域づくり	消費生活	農林	
農業体験の機会の充実	・ 保育園等での菜園活動の継続 ・ 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・畑作体験の継続及び市報等での取り組みの紹介 ・ 市民農園の開設を継続し、市民が農業を体験する機会を提供。				○		○			◎	保育施設 JA 青年部
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 ・ PTA をはじめとする各団体の取り組みを市報等で紹介					○	○			◎	P T A
食育推進計画策定推進委員会の開催	定期的に委員会を開催し、食育推進の方法（各団体との連携策等）を協議する。	○	○	○	○	○	○	○	○	◎	
関係課・関係機関の連携強化	定期的に事務局会を開催し、連携して取り組むべき課題を整理し実施する。	○	○	○	○	○	○	○	○	◎	
「食育月間」における情報提供の充実	6月の「食育月間」に合わせ、テーマを設けて関係課で連携した重点的な情報発信を行う。	○	○	○	○	○	○	○	○	◎	
デジタルを活用した食の情報発信	・ SNS 等での郷土料理レシピの提供・動画の配信等、デジタル技術を活用した取り組みを実施。 ・ ながいコインの活用等長井らしい食育の推進方法を検討。	○	○	○	○	○	○	○	○	◎	

※「担当部署」とは、令和6年3月現在の職場名。

「総合政策」は総合政策課、「健スポ」は健康スポーツ課、「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・給食共同調理場、「学校教育」は学校教育課（各小中学校含む）、「地域づくり」は地域づくり推進課、「消費生活」は市民課・消費生活センター

※各取り組みは関係部署で連携しながら進めていきます。○は主に取り組みを行う部署です。◎は複数部署で特に連携する内容がある場合に中心となる部署です。

基本目標2 食による健康な身体づくり



健康寿命の延伸につながる食習慣と栄養バランスに配慮した望ましい食事等に関する知識を広め、健全な食生活を実践できるよう支援します。
長井市食生活改善推進協議会等と連携を図りながら、食生活改善の推進と食環境の整備に取り組んでいきます。

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								連携 団体
		総合政策	健スポ	福祉	子育て	調理場	学校教育	地域づくり	消費生活	
生涯を通じた「早寝・早起・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。		○	○	○	○	○	◎		PTA 長井市まちづくり青少年育成市民会議
妊産婦や乳幼児への食育の推進	乳幼児の成長過程に応じた食習慣づくりを推進する。 ・健診等における保健指導や栄養相談を実施。		◎		○	○				
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。こどもの生活習慣に合わせた効果的な指導に役立てる。		○		○		◎			PTA 保護者会

主な取り組み	内 容	担当部署								連携 団体
		総合政策	健ス・ポ	福祉	子育て	調理場	学校教育	地域づくり	消費生活	
幼児期における望ましい生活習慣づくり	こどもの運動・食事・睡眠などの望ましい生活習慣づくりを目指すための取り組みを検討する。		○		◎					保育研究会 保護者会
各ライフステージに応じた栄養指導の充実	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。 ・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 ・パパママ教室、祖父母教室、乳幼児健診での栄養指導、食育教室、男性のための料理教室などの開催		◎	○						ミニデイサービス
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する。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。				○	○	○			
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、運動について学ぶために実施する。		○	○		○				
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する。			○						福祉施設 NPO
障がい者配食サービスの実施	障がいにより調理が十分にできない方に対して、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する。			○						NPO
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。		○			○			◎	

主な取り組み	内 容	担当部署								連携 団体	
		総合政策	健ス。ポ	福祉	子育て	調理場	学校教育	地域づくり	消費生活		農林
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	望ましい食生活の普及・啓発を図るため、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する。		○	○			○				食改 コミセン
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。 ・食生活改善推進員養成講座（栄養講座）の開催。		○								食改

活動紹介①

長井市食生活改善推進協議会の取り組み

「私たちの健康は私たちの手で」をスローガンに食を通して活動しているボランティア団体です。

おやこ食育教室・こども食育教室

次世代を担う子どもたちへ「食べ物の味がわかる力」「食べ物のいのちを感じる力」「食べ物をえらぶ力」「料理ができる力」「元気なからだがわかる力」の「食育5つの力」を基本に、「小さい頃からの減塩習慣」「バランスのよい食事」等をテーマに調理実習を開催しています。



若者・働き世代向けプロジェクト

食生活の乱れは個人の健康に大きく影響します。高校生や働き世代に「朝食の大切さ」「減塩」「1日350g以上の野菜摂取」「生活習慣病予防」についてテキストを用いて伝え、さらに、実際に野菜350gを計り取る体験、バランス適塩弁当の試食を行っています。



高齢世代向けプロジェクト

高齢世代の健康長寿を伸ばし、寝たきりや介護が必要になる期間をできる限り短くするために、自治公民館等へ訪問し「低栄養予防」「フレイル予防」について教室を開催しています。希望に応じて健康的な食事を提供し、交流しながら共食しています。



基本目標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、自らの食生活について適切に判断し、選択できる力を身につけるための啓発を図ります。
また、環境に配慮した農産物の生産を今後も支援し、消費者である市民一人ひとりが生産者の取り組みを知って支えていくような仕組みづくりを推進していきます。

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) 環境を意識した持続可能な食の取り組み

主な取り組み	内 容	担当部署								連携団体
		総合政策	健康・福祉	子育て	調理場	学校教育	地域づくり	消費生活	農林	
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、こ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、継続的な支援	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・啓発を図りながら、継続的に支援する。								○	レインボー推進協議会 生産者団体
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。		○	○					◎	

主な取り組み	内 容	担当部署								連携 団体
		総合政策	健スポ	福祉	子育て	調理場	学校教育	地域づくり	消費生活	
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。 ・生産者との交流を図り、長井産食材への理解を深める。 ・生産者と幼児・学校給食を結ぶコーディネーターを配置し、長井産農作物の利用拡大を推進する。 ・地元農産物利用拡大のために他自治体の事例を研究する。				○	○			◎	直売所 生産者団体 J A
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。				○				◎	直売所
生産者と関係機関との地産地消における課題の整理	地産地消、環境配慮型農業の推進及び重点作物の産地化確立に向け、生産者と関係機関で定期的に話し合い、進めるうえでの課題を整理する。課題解消に向け各事業へ反映させる。								○	レインボー推進協議会 生産者団体
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。								○	レインボー推進協議会
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。								○	直売所

主な取り組み	内 容	担当部署								連携 団体
		総合政策	健康・福祉	子育て	調理場	学校教育	地域づくり	消費生活	農林	
生産者と消費者との交流促進	直売所等と連携し、生産者と消費者が交流する機会を設け、地球環境や地域等を応援できるような消費意識の醸成に取り組む。 ＪＡや生産者などと連携しながら、地場産農産物をＰＲする。 ・地産地消まつりや黒べこまつりの開催								○	ＪＡ 生産者団体 直売所
食品ロスの削減のための啓発	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。 ・「３０１０運動 ^１ 」の推進等 ・給食での残食の削減。	○	○			○	○	○	◎	ＰＴＡ

長井市共同給食調理場 ～幼児給食の取り組み～

活動紹介②

児童センター年長児によるみそ作りと給食での提供

長井市産の大豆と米で、市内のみそ屋さんを講師にみそを作りました。甘くておいしいみそができあがり、そのみそは幼児給食に使われました。

給食のお手伝い

給食で使用する「とうもろこし」の皮むきを、参加できる園から調理場にお手伝いに来てもらい、次の日の給食に提供しました。

給食読み聞かせ

ひでこちゃんの読み聞かせ、まさとしじいの読み聞かせを行っています。遊びの時間と食事の時間のけじめ作りや、いつもと違う人との会食を楽しんだりします。読書週間の時期には「絵本給食」として絵本にちなんだ献立を作成し、絵本の世界を楽しむ給食を行っています。

9月1日の「防災の日」

防災の日に自分が食べるおにぎりをラップで握ってみる練習をしています。

「リメンバー３・１１ ローリングストック献立」

震災などの災害を考える機会として備蓄しているレトルトカレーを提供しています。

その他、毎月19日前後に「食育の日献立」、二十四節気に合わせた「伝統行事食」を献立に組むようにし、たくさんのいのちをいただき、たくさんの人々が関わってくれているおかげで食べることができることを知り、感謝できることを育むよう取り組んでいます。



^１ ３０１０（さんまるいちまる）運動…外食の食品ロス削減のため、宴会の乾杯後３０分間とお開きまでの１０分間を幹事などの声かけにより料理を楽しむことを意識し、食べ残しを少なくするための取り組み。

基本目標 4 食文化の継承



長井の伝統的な食文化について、こどもたち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幅広い年代に郷土料理に触れる機会をつくり、次世代へ継承されるよう支援していきます。

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
- (3) 「ながいの食」の魅力発信

主な取り組み	内 容	担当部署								連携 団体	
		総合政策	健スポ	福祉	子育て	調理場	学校教育	地域づくり	消費生活		農林
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等に提供しながら、楽しみのある給食の提供に取り組む。 こ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。				○	◎	○				
伝統料理（食文化）作り体験の実施	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。		○				○	○		◎	食改 コミセン 育みネット 長井推進協 議会
郷土料理や行事食の普及	市報やホームページ、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。郷土料理の作り方等の動画配信も進める。		○			○	○	○		◎	食改 コミセン

主な取り組み	内 容	担当部署								連携 団体
		総合政策	健康・福祉	子育て	調理場	学校教育	地域づくり	消費生活	農林	
伝統野菜の生産振興と継承	伝統野菜を次世代に受け継ぐことができるよう生産振興につながるような広報等を行う。								○	伝統野菜生産グループ 置賜農業振興協議会
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、食文化の継承に取り組んでいる団体・個人と連携し、それぞれが実施している取り組みの情報をつないで発信することで活動を市内全体に広げていく。		○			○	○	○	◎	食改 コミセン

活動紹介③

長井市中央コミュニティセンター ～『次世代に残したい長井のおかず』の発行～

安全安心専門部を中心に、主に置賜地方で食されている伝統・郷土料理をまとめたレシピ集を2022年3月に発行しました。詳しいレシピはもちろん食材のいわれなどの豆知識や料理のポイントも掲載しており、とてもわかりやすいです。

旬の食材や置賜地域の年間の食生活歴なども勉強になります！活用して次世代へ伝統・郷土料理を受け継いでいきましょう。

