

第5章 分野別食育推進の展開

食に関する知識や技術を身につけることは、本来、家庭が中心となって担うものですが、近年、食生活を取り巻く社会環境の変化などに伴い、家庭だけでは十分な教育ができにくくなっています。また、食育を健康、安全、環境、文化、産業などさまざまな角度から考えると、それぞれの専門家の教育力を活用することが効果的です。

本章では、食育を実践していく関係者を5つの分野に分け、それぞれの役割を明確にし、具体的な取り組みについて示しました。この中には今まで取り組んできたものも含まれていますが、さらに効果を上げるために、学校や保育所、幼稚園、地域、生産者・食品関連事業者等の理解と積極的な支援が必要です。そして、家庭を中心として、関係者がますます連携、協力をしながら、一体となって食育に取り組む必要があります。

1 家庭における食育の推進

家庭は、毎日の食事からさまざまなことを学ぶことができる、食育の最も基本となる場です。子どもは健全な食生活を実践し、心身ともに健康で豊かな人間性をはぐくんでいくことが必要です。また、保護者は子どもの発達段階に応じて適切な食育を進めるとともに、子どもを通じて保護者自身も自分の食生活を見直すことが望まれます。

(1) 食事の重要性を理解し、食を楽しむ

- 家族そろって楽しく食事をする。
- 家族で食材の買い物に行き、一緒に料理を作る。
- いろいろな種類の食材や、時には新しい料理を楽しむ。



(2) 食を大切にし、感謝の気持ちを深める

- 「いただきます」、「ごちそうさま」のあいさつをする。
- 食材を無駄にしないように料理し、食事は残さず食べる。
- 家庭菜園等で野菜を育てる。

(3) 食と健康に関心を持ち、健康の保持増進を図る

- 朝ごはんを毎日食べる。
- 活動量に見合った食事をし、適正体重を維持する。
- 「食生活指針」、「食事バランスガイド」等を参考に、栄養のバランスを考える。
- 食事は薄味を心がける。

(4) 食を選択する能力を身につける

- 食材の見分け方（旬、鮮度、品質等）を学び、参考にする。
- 食品の購入や外食・中食を利用する時には食品の表示（産地、期限表示、栄養成分、食品添加物等）を参考にする。
- 基本的な調理方法や食材の衛生的な取り扱い方を身につける。

(5) 食を通じてマナーや社会性を身につける

- はしの持ち方、姿勢、配膳などのマナーを身につける。
- 食事の準備や後片付けを協力してする。
- 環境や資源に配慮した食生活を実践する。

(6) 地域の産物、食文化を理解し尊重する

- 地域の産物の新鮮なおいしさを味わう。
- 季節感を大切にした食事や行事食、郷土料理を味わう。
- 地域の産物を使用した日本型食生活を実践する。
※

2 地域における食育の推進

家庭を取り巻く地域には、町内会、子ども会、老人クラブ等さまざまな団体が存在し、地域に根ざした活動をしています。本市では全市を網羅する地区組織として「市民の健康と福祉のまちづくり支部推進会議[※]」が平成5年度から活動を展開しています。また、市内には津山市愛育委員連合会、津山市栄養改善協議会、津山市消費生活モニター連絡会、津山市農村生活交流グループ協議会などの団体があり、地域の健康づくりや消費生活の向上、農業と都市との交流推進などに取り組んでいます。

さらに、本市は医療体制が充実していることに加え、栄養士会、調理師会、食品衛生協会などの食に関する団体も存在します。これらの団体が家庭を支援し、教育現場、生産者・食品関連事業者、行政等と連携して、地域で食育を進めていくことが期待されます。また、個人には地域の行事や集まりに積極的に参加する姿勢が求められます。

- 親子クラブや子ども会などで、食に関する行事を取り入れる。
- 老人クラブなどの活動で、野菜の栽培や行事食を通じて子どもたちと触れ合う。
- 地域、教育現場、生産者、行政等が連携して、食に関する行事を開催する。
- P T A連合会でお弁当作りや朝食作りの講座を開催する。
- ボランティア団体や栄養士会等の団体が料理教室等を開催し、食に関する知識や技術を普及する。
- ボランティアが地域の高齢者や母子を中心に声かけや訪問を行う。
- 医療機関において、食生活指導や歯科指導を実施する。



すこやか料理教室試食づくり



すこやか料理教室

※日本型食生活は：P. 71参照

※市民の健康と福祉のまちづくり支部推進会議は：P. 71参照



お弁当作り講座



親子食育教室での体験学習

3 教育現場における食育の推進

保育所や幼稚園は、乳幼児が一日の多くの時間を過ごすところであり、給食やお弁当の時間はじめとしてさまざまな活動の場で食育が行われています。また、小学校、中学校では学校給食を「生きた教材」として活用し、各教科、特別活動、総合的な学習の時間等の学校教育活動全体を通じて食に関する指導が行われています。

保育所、幼稚園、学校とも、成長期にある子ども達に継続的な指導が実施される場所であり、栄養士や栄養教諭等の食に関する専門家を中心とした、保育所、幼稚園、学校全体での取り組みの効果が期待されます。また、保育所や幼稚園、学校、家庭、地域が連携して取り組むことによって、家庭の食育推進を促し、地域社会の理解や教育力を得ることができ、さらに効果を高めることができます。

(1) 保育所

- 「保育計画」の下に「食育の計画」を作成し、全職員が連携して食育に取り組む。
- 給食時間は、マナーを身につけながら、楽しい雰囲気で食事をする。
- 給食に地域の産物や行事食、郷土料理などを取り入れる。
- 野菜の栽培や収穫、簡単な料理をする。
- 生産や流通にかかわる仕事をしている人や地域のボランティア等との交流を図る。
- 家庭と連絡を取り合い、子どもの嗜好、食生活、生活習慣等を把握する。
- 「早寝早起き朝ごはん運動」を推進する。
- 給食だより、給食の展示等で家庭へ情報を提供する。
- 保護者会等の機会に食に関する指導を行なう。

(2) 幼稚園

- 「60・15キャンペーン」を推進する。
- 給食（お弁当）の時間は、マナーを身につけながら、楽しい雰囲気で食事をする。
- 野菜の栽培や収穫、簡単な料理をする。

- 家庭と連絡を取り合い、子どもの嗜好、食生活、生活習慣等を把握する。
- 弁当・給食参観や親子で会食をし、食事のマナーを身につける。
- 保護者会等の機会に食に関する指導を行う。
- 給食だよりや食に関するリーフレットを家庭へ配布する。



保育所での給食の風景



幼稚園児による野菜の栽培や収穫体験

(3) 小学校・中学校

- 「食に関する指導に係る全体計画」を作成し、全職員が連携して食育に取り組む。
- 学校給食を「生きた教材」として活用し、各教科、特別活動、総合的な学習の時間等の学校教育活動全体を通じて食に関する指導を行なう。
- 学校給食に地域の産物や行事食、郷土料理などを取り入れる。
- 生産や流通にかかわる仕事をしている人や地域のボランティア等との交流を図る。
- 給食試食会や親子料理教室などの学校行事やP T A行事を開催する。
- 給食だよりや食に関するリーフレットを家庭へ配布する。
- 「60・15キャンペーン」を推進する。



小学生による農業体験



小学校での授業の様子

4 生産者・食品関連事業者における食育の推進

現在、食料は日本各地、さらには世界中から消費者へ届いており、生産者と消費者の距離が広がっています。消費者にとって「生産者の顔が見える」ことが少なくなり、農林漁業への理解や関心、感謝の気持ちを持つことが難しくなってきています。

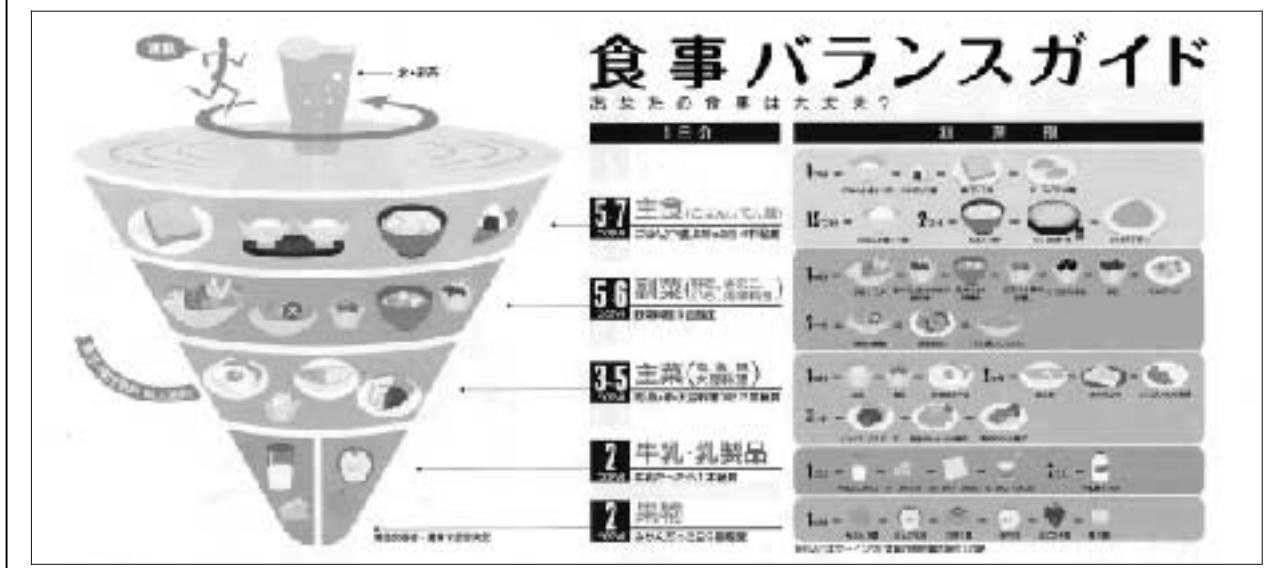
農業、酪農等の生産者が、市民に対しさまざまな体験の場を提供し、地産地消を推進することによって、食料の生産が自然の恩恵の上に成り立っているという実感を深めることができます。また、食品の加工・流通業者には、食物の生産は多くの人々の苦労や努力に支えられているという感謝の気持ちを持てるように、現場での見学の場を設けることが望まれます。さらに、食品の販売店、飲食店は、食育への関心が低い人も含め、多くの市民が利用することから、より一層健康に配慮した食事や食に関する基本的な知識や情報を提供する場としての取り組みが期待されます。

また、生産者・食品関連事業者においても、消費者とともに廃棄物の減量に努めることが必要です。

- 保育所、学校給食に地域の産物を提供する。
- 学校等へ出前授業を行なう。
- 農業・酪農等の体験の場、食材の生産・加工・流通現場での見学の場を提供する。
- 地域の産物の販売場所の充実、イベントでの啓発などで、使用拡大を進める。
- さまざまな場面で「食生活指針」や「食事バランスガイド」の普及啓発に努める。
- 飲食店、スーパー、コンビニなどで栄養成分表示に努める。
- 食文化や食の安全、食と環境問題などについて情報提供を行う。
- 食品に過剰な包装をしない、再利用できる容器の導入、購入時に量の選択ができるようにする、資源化物の回収を行なうなど、環境に配慮する。

コラム⑤：食事バランスガイド

「食事バランスガイド」は、「食生活指針」を具体的な行動に結びつけるものとして、1日に「何を」「どれだけ」食べたらよいかの目安を分かりやすく示したものです。コマのイラストは、1日の食事を表現しており、食事のバランスが悪いと倒れてしまうことを表しています。厚生労働省と農林水産省の共同により平成17年6月に策定されました。



5 行政における食育の推進

行政には、市民や関係団体が取り組む食育活動を支援し、関係者と協働で、地域の食育を推進する役割があります。「津山市食育推進会議」において、食育に関する施策を総合的かつ計画的に推進し、市民が「生涯にわたり健全な心身を培い、豊かな人間性をはぐくむ」ことができる社会の実現を目指します。また、庁内においては「津山市食育推進本部」を設置し、全庁的な体制の下、食育に関する施策を総合的かつ計画的に推進します。各課においては、本市の諸計画に沿って、関係機関と連携しながら、より一層効果が上がる取り組みを実施していきます。

(1) こども課

- 保育所等の食育の計画作成を支援し、食育に関する研修会等を実施する。
- 保育所の食育の推進を図るため、栄養士の配置促進と給食施設設備の整備を図る。

(2) 学校教育課

- 「60・15キャンペーン」を推進する。(幼稚園、小学校、中学校)
- 学校の「食に関する指導に係る全体計画」作成を支援し、食育に関する研修会等を実施する。
- 学校の食育を推進するため、栄養教諭の配置促進と給食施設設備の整備を図る。
- 学校給食に地域の産物を取り入れるため、関係機関と連絡、調整する。
- 親子料理教室を開催する。
- 全市の児童、生徒の食生活の実態把握をする。
- ふるさと学習推進事業等の農業体験を通じて、食への興味、関心を高める。
- 保護者に対して、食育への関心を高めるように啓発する。

(3) 社会教育課

- 「60・15キャンペーン」を推進する。
- 食育に関するポスター、パネル展を開催する。
- 公民館で料理教室や石鹼作りを行なう。
- 市民の食育の推進を図るため、公民館の調理実習室等の施設設備の整備を図る。

(4) 環境生活課

- 消費者に向けた食の安全についての情報を提供、知識を習得できるイベント又は講座等を開催する。
- 津山市消費生活モニターを委嘱し、食についての情報提供及び意見を聴き、市の消費生活行政向上を目指す。
- 広報紙や市ホームページで、食品選択等の情報を提供する。

(5) 農業振興課

- 学校給食に地域の産物が供給できるよう、関係機関に働きかける。

- 農産物栽培の体験学習を推進する。
- イベント等で地産池消の啓発をする。
- 地産池消センター、直売所、青空市の利用を促す。
- 「津山市いきいき市民農園^{*}」等を利用した農業体験の場を提供する。
- 「つやま新産業開発推進機構」と連携し、産学官民による新事業・新商品開発を推進し、食育推進の一助とする。

(6) 健康増進課

- 妊産婦期・乳幼児期の正しい食生活指導や相談を充実させる。
- 「早寝早起き朝ごはん運動」を推進する。
- 食育に関するイベントを開催し、食について考える場を提供する。
- 栄養教室を開催し、地域の食育をすすめるリーダーを養成する。
- 「健康つやま21」を推進し、食育推進計画との整合性を図る。
- 食に関する正しい知識や食品衛生に関する情報を広報紙や市ホームページに掲載する。
- メタボリックシンドロームの概念を普及し、肥満をはじめとする生活習慣病の予防・改善に努める。



食育に関するイベントの様子



旬の食材を釣るゲーム

6 食の安全・安心の推進

近年の食を取り巻く環境に目を向けると、食品の安全性に関わる諸問題の発生により、食の安全性に対する市民の関心が高まっています。

また、食品の流通が広範囲にわたり、生産者と消費者の距離が広がっています。市民にとって「生産者の顔が見える」「生産地が明らかで新鮮なものを安心して購入できる」ことが少なくなり、農業への理解や関心、「食」への感謝の気持ちを持つことが難しくなってきています。

このため、市民一人ひとりが食の安全に関心を持ち実践できるように、食の安全に関する知識の普及、食品の表示に関する情報提供、地産地消等を各関係機関と連携し

^{*}津山市いきいき市民農園は：P. 71参照

ながら推進していきます。

(1) 食を選択するための情報の提供

① 食品衛生に関する普及啓発

腸管出血性大腸菌^{*}、ノロウイルス^{*}等の食中毒の予防について、リーフレット・広報紙等で情報提供し、食品衛生に関する知識の普及と食品の衛生的な取り扱いについての啓発を進めます。

② 食の安全に関する情報提供

食に関する不安が増大している中、食品表示(産地・期限表示・栄養成分・食品添加物等)の見方や選択の方法などの食の安全に関する情報をリーフレット・広報紙等で提供します。また、環境ホルモン等については、国、県からの指導も含め、情報収集を行い、市民への啓発に努めます。

③ 地域の産物に関する情報提供

生産者の顔が見え、食の安心・安全をはじめ食料自給率の増加、環境の配慮にもつながる地産地消を推進します。市民に対しては、地域の産物が購入できるように情報提供を行い、生産者や関係団体に対しては消費者のニーズに合った食材等の栽培、提供をするよう働きかけます。



*腸管出血性大腸菌は：P. 71参照
*ノロウイルスは：P. 71参照

コラム⑥：環境や資源に配慮した食生活を実践しましょう

3R(アール)の推進 ~ゴミ減量化のための行動~

Reduce (リデュース) まず、廃棄物の発生を抑制する

Reuse (リユース) 使用済み製品・部品を再利用する

Recycle (リサイクル) 回収されたものを原材料として利用する

市民一人ひとりが実践しましょう

ステップ1 買い物をするとき

- ① 食材は旬のものを見ましょう。
ハウス栽培の野菜などは、たくさんのエネルギーを使っています。
- ② 地域でとれたものや国産のものを見ましょう。
遠くから運ばれてくる食材には、車、飛行機、船などの燃料が多く使われています。
- ③ 買い物にはマイバッグを使用し、バラ売り・はかり売り、簡易包装、リターナブル容器^(※)入りの食材を見ましょう。
レジ袋にも貴重な資源が使われています。過剰な容器包装はゴミのもとになります。
(※) 1回限りではなく、使用後に中身を詰めて数回使用することのできる容器のこと。
- ④ 計画的に買い物をしましょう。
期限表示をよく確かめて、食材を無駄にしないように買いましょう。

ステップ2 調理をするとき

- ① ガス・水道を節約しましょう。
調理をするときは、手順をよく考え、洗い物を少なくしましょう。ガスの火力は鍋や調理方法に見合った強さにしましょう。
- ② 食材は残さず使用し、食べ残しをしないようにしましょう。
根菜の葉や皮の部分、冷蔵庫に少しずつ残った野菜も上手に活用しましょう。料理は食べる量だけ作り、もし残った場合は捨てずに冷蔵庫や冷凍庫で保存し、早めに食べましょう。

ステップ3 片付けをするとき

- ① 食器はボロ布などでふいてから洗うようにし、汚れの少ないものから洗いましょう。
- ② 洗い物をするとき、水道の出しつばなしに気をつけましょう。

ステップ4 ゴミの処理をするとき

- ① ゴミとして捨てる前に資源を分別して、リサイクルをしましょう。
- ② 生ゴミは水分をよく切り、できるだけ量を減らしましょう。
- ③ 生ゴミは堆肥化して、肥料として使いましょう。

津山市食育推進実施行動計画

《教育現場での取り組み：保育所、幼稚園》

事業名	事業内容	事業目的	達成したい食育推進目標						実施主体	対象者	事業実施年度 19 20 21 22
			①食事の重要性を理解し、食を楽しむ	②食を大切にし、感謝の気持ちを深める	③食と健康に関心を持ち、健康の保持を図る	④食を選択する能力を身につける	⑤食を通じてマナーや社会性を身につける	⑥地域の産物、食文化を理解し尊重する			
「食育の計画」の作成	・各保育所で、保育計画の下に食育の計画を作成	・乳幼児期に培うべき「食を當む力」の基礎を身につけるため、一貫した系統性のある計画を作成し、乳幼児期にふさわしい食生活が展開され、適切な援助が行なわれるようにする	●	●	●	●	●	●	保育所	園児、保護者	➡
給食、弁当	・栄養バランスの良い食事の提供 ・発達段階やアレルギーに応じて食事内容に配慮 ・保護者の手作り弁当	・友達や先生と一緒に食べる楽しさを感じる ・食べ物を話題にしながら喜んで食べ、食材や調理方法に关心を持つ ・作ってくれた人に感謝の気持ちを持つ ・食事のマナーや配膳方法を身につける ・地域の産物を使用し、地元の産業・食文化等に興味関心を持たせる	●	●	●	●	●	●	保育所、幼稚園、保護者等	園児	➡
行事食の実施	・伝統的な行事食の提供、紹介 ・バイキングやリクエスト献立の実施	・伝統的な行事食を伝承する ・食事形態に変化をもたせ意欲的に楽しく食べる	●				●	●	保育所、幼稚園	園児、保護者、老人クラブ等	➡
展示食	・給食、おやつの展示	・給食内容(食材、量、盛り付け等)を紹介する ・給食の話題で親子のコミュニケーションを図る	●		●	●			保育所、幼稚園	園児、保護者	➡
掲示板(食育コーナー)	・食に関する内容を幅広く紹介	・食の大切さに気付いたり、食に关心を持てるよう、具体的な例を掲示する	●	●	●	●	●		保育所、幼稚園	園児、保護者	➡
献立表の配布	・1ヶ月間の給食の予定献立を家庭に配布	・給食内容、食材を紹介することにより、給食を楽しみにする ・季節感を感じられる食材や調理方法を紹介する	●	●		●		●	保育所、幼稚園	園児、保護者	➡
給食だよりの配布	・栄養指導、衛生指導、生活指導、レシピ紹介等	・栄養面、衛生面、生活面を関連付けた指導をする ・発達段階に沿った料理の組み合わせを紹介する ・食材の大きさ、料理方法などを紹介する	●		●	●		●	保育所、幼稚園	園児、保護者	➡
試食会、給食・弁当参観、会食	・給食の試食、参観、会食、懇談会	・給食内容(食材・量・盛り付け・味付け等)の紹介をする ・食に関する相談に応じ、給食への理解を深める ・食文化、食事のマナーを知る	●	●	●		●	●	保育所、幼稚園	園児、保護者	➡
栽培	・野菜の栽培・収穫	・栽培を通して植物への愛着、生命を育むことへの関心を持ち、成長の喜びを知る ・収穫体験により「食べたい」と思う気持ちを育む ・新鮮な旬の野菜のおいしさを知る		●				●	保育所、幼稚園、老人クラブ等	園児	➡
クッキング	・主に収穫したものを使っての簡単な料理体験	・食材や調理方法に関心を持ち、料理を楽しみながら五感を養う ・苦手なものも食べられるようにするなど、食べる意欲を高める ・準備から片づけまでの食事作りに関わり、それを生活に取り入れようとする	●	●		●	●		保育所、幼稚園	園児、保護者	➡
教材を活用した学び	・絵本、紙芝居、人形、壁新聞、ビデオ等の活用	・教材を通して、健康や成長と食べ物との関係に気づき、食べる意欲を育てる	●	●	●		●		保育所、幼稚園	園児	➡
「早寝早起き朝ごはん運動」、「60・15キャンペーン」の推進	・園と家庭が連携して、基本的生活習慣の定着に取り組む	・早寝早起きを含む生活リズムの確立、朝ごはん摂取の定着を目指す ・「60・15キャンペーン」では、60分早く寝て15分早く起き、朝ごはんを食べる取り組みを推進	●		●				保育所、幼稚園および保護者、学校教育課、社会教育課	園児・保護者	➡
食事状況調査	・家庭での食習慣やアレルギーなどの調査	・アレルギーなどの調査により、安全な給食の提供に役立てる ・子どもの嗜好、食生活、生活習慣などの調査を給食に活用する ・調査結果を公表し、家庭での食生活、生活習慣の見直しのきっかけとする	●		●	●			保育所、幼稚園	保護者	➡
子育て講座	・講師を招いて、食育に関する研修	・生きる力の源の食事、食生活に改めて関心を持ち、見直しのきっかけとする ・食に関する基礎知識の習得	●	●	●	●		●	保育所、幼稚園	保護者	➡

津山市食育推進実施行動計画

《教育現場での取り組み：小学校、中学校》

事業名	事業内容	事業目的	達成したい食育推進目標						実施主体	対象者	事業実施年度 19 20 21 22
			①食事の重要性を理解し、食を楽しむ	②食を大切にし、感謝の気持ちを深める	③食と健康に関心を持ち、健康の保持を図る	④食を選択する能力を身につける	⑤食を通じてマナーや社会性を身につける	⑥地域の文化を理解し尊重する			
「食に関する指導に係る全体計画」の作成	・各小・中学校で食育に関する全体計画を作成する。	・各教科等で行われている食育について整理し、学校全体として系統的に取り組みを推進する	●	●	●	●	●	●	小学校、中学校	児童、生徒、保護者	➡
学校給食	・給食を摂取する中で、食について学習する	・献立を「生きた教材」として活用し、給食時間に一口メモの放送等を行う、また、教科等と関連させ、関心を持たせる ・楽しく給食を食べながら栄養、マナー、労働、環境等について学習する	●	●	●	●	●	●	小学校、中学校、学校給食センター	児童、生徒	➡
津山産野菜の日	・学校給食に地域の産物を使用する ・地域の産物を紹介する地図やビデオの作成 ・地域の産物に関する資料を配布する	・給食を通じて、地元の産業・食文化等に興味関心を持たせる ・地域で栽培されている野菜等の生育の様子を知り関心を持ち、食べ物を大切にする気持ちをはぐくむ ・生産者の存在を身近に感じ、感謝の気持ちを持つ		●		●		●	小学校、中学校、学校給食センター、学校教育課、農業振興課、生産者	児童、生徒	➡
行事食の実施	・伝承的な行事食の提供・紹介 ・バイキングやリクエスト献立の実施	・伝統的な行事食を伝承する ・食事形態に変化をもたせ意欲的に楽しく食べる	●			●	●	●	小学校、中学校、学校給食センター	児童、生徒	➡
給食交流会	・生産者や給食関係者と一緒に給食を食べる	・給食ができるまでに多くの人がかかわっていることを知り、感謝の気持ちをはぐくむ		●					小学校、中学校	児童、生徒	➡
掲示板(食育コーナー)	・食に関する内容を幅広く紹介	・食の大切さに気付いたり、食に関心を持てるよう、具体的な例を掲示する	●	●	●	●	●	●	小学校、中学校	児童、生徒	➡
献立表の配布	・1ヶ月間の給食の予定献立を家庭に配布	・給食内容、食材を紹介することにより、給食を楽しみにする ・季節感を感じられる食材や調理方法を紹介する	●	●	●			●	小学校、中学校、学校給食センター	児童、生徒、保護者	➡
給食だよりの配布	・栄養指導、衛生指導、生活指導、レシピ紹介等	・栄養、食品衛生、朝ごはんを中心とした生活リズム等に関する情報提供や普及・啓発	●	●	●	●	●	●	小学校、中学校、学校給食センター	児童、生徒、保護者	➡
学校給食試食会	・学校給食の試食	・給食内容(食材・量・盛り付け・味付け等)の紹介 ・子どもの食に関する情報提供、朝食摂取やバランスの良い食事等について普及・啓発	●	●	●		●		小学校、中学校	保護者	➡
農業体験、学校菜園の活用	・学区の水田で地域の方と田植えや稲刈りの体験をする ・学校菜園で野菜等を栽培する	・教室の中だけの学習ではなく、実際に栽培を体験し、生産者の苦労や自然の恩恵に感謝する心を育む		●				●	小学校、中学校、地域の生産者、保護者等	児童、生徒	➡
田植え、収穫体験	・学校近くの水田で小学生による田植えと秋の収穫体験	・農業生産の重要性について体験を通して学ぶ ・米の消費拡大		●					小学校、学校教育課、農業振興課、JAつやま	小学校2年生及び5年生	➡
ふるさと学習推進事業	・農業体験	・農業体験を通じて、食への興味、関心を高める		●				●	小学校、中学校、学校教育課	小学校、中学校	➡
「60・15キャンペーン」、「早寝早起き朝ごはん運動」の推進	・学校と家庭が連携して、基本的生活習慣の定着に取り組む	・早寝早起きを含む生活リズムの確立、朝ごはん摂取の定着を目指す ・「60・15キャンペーン」では、60分早く寝て15分早く起き、朝ごはんを食べる取り組みを推進	●		●				小学校・中学校およびPTA、学校教育課、社会教育課	児童、生徒、保護者	➡
親子料理教室	・より良い食生活のために小学生と保護者を対象に講話、調理実習、試食	・親子で料理することにより、食べること、作ることへの興味関心を持つとともに、知識等の普及	●	●	●	●			学校教育課、小学校	小学校高学年との保護者(各学校からの代表として)	➡
食生活アンケート	・小学校3年生、6年生に実施 ・中学校2年生にも実施予定	・食生活アンケートを通じて、食生活の問題点の把握、その啓発を行う ・経年変化が把握できる ・調査結果を公表し、家庭での食生活、生活習慣の見直しのきっかけとする	●	●	●	●			学校教育課、津山市学校給食会	小学校3年生、6年生、中学校2年生	➡

津山市食育推進実施行動計画

《地域での取り組み》

事業名	事業内容	事業目的	達成したい食育推進目標						実施主体	対象者	事業実施年度 19 20 21 22
			①食事の重要性を理解し、食を楽しむ	②食を大切にし、感謝の気持ちを深める	③食と健康に関心を持ち、健康の保持を図る	④食を選択する能力を身につける	⑤食を通じてマナーや社会性を身につける	⑥地域の産物・食文化を理解し尊重する			
育児相談(公民館等)	・離乳食、幼児食に関する相談 ・手作りおやつの試食	・乳幼児の望ましい食習慣の知識の普及・啓発 ・季節に合った手作りおやつの普及・啓発		●	●			●	愛育委員、栄養委員	乳幼児を持つ親で希望する者	➡
親子食育教室	・調理実習 ・講話 ・体験学習	・親子で楽しく調理を体験する ・朝食の大切さ、生活リズムの見直しを図る ・食への関心を高め、食に関する基礎知識を身につける		●	●	●	●	●	愛育委員、栄養委員、健康増進課	小学生とその保護者	➡
すこやか料理教室(母子保健事業)	・調理実習、会食	・乳幼児の望ましい食習慣の知識の普及・啓発		●	●	●			愛育委員、栄養委員、健康増進課	乳幼児とその保護者	➡
津山市地域のお母さんがすすめる健康支援イベント	・手作りおやつの試食 ・愛育委員、栄養委員による講話	・乳幼児の望ましい食習慣の知識の普及・啓発		●		●			愛育委員、栄養委員、健康増進課	親子クラブ会員、一般の乳幼児とその保護者	➡
地域のお母さんがすすめる健康支援事業	・調理実習 ・愛育委員、栄養委員による講話	・家庭や地域に伝わるお母さんの味や郷土料理の伝承 ・学校と連携を図り、朝食の大切さやバランスのよい食事の普及・啓発 ・夏休み等の長期休暇や土・日の休みを利用して、朝食の大切さやバランスのよい食事の普及・啓発		●	●	●			愛育委員、栄養委員	乳幼児・小学生とその保護者	➡
すこやか料理教室(老人保健事業)	・調理実習 ・会食	・低栄養予防をはじめ、正しい食生活の知識の普及啓発		●		●			愛育委員、栄養委員、健康増進課	一般高齢者	➡
市民学級(男性の料理教室等)	・調理実習 ・愛育委員、栄養委員等による講話	・調理の基礎と食生活の正しい知識の普及啓発		●		●	●		愛育委員、栄養委員、公民館等	一般高齢者 一般市民	➡
健康福祉まつり	・試食 ・味噌汁の塩分測定 ・フードモデル展示	・各種団体との協働により健康への意識を高め、生活習慣予防の知識の普及啓発		●		●			市民の健康と福祉のまちづくり推進会議	一般市民	➡
栄養教室伝達講習会	・調理実習	・津山市栄養教室の参加者がリーダーとなり、各支部において伝達を行なう		●		●	●		栄養教室受講者	愛育委員、栄養委員	➡
颁布事業	・歩数計、緑黄色野菜の種子等の頒布	・健康づくりのためのウォーキングのすすめ ・緑黄色野菜摂取の啓発			●			●	愛育委員、栄養委員	一般市民	➡
一口運動	・バランスのとれた食事、運動、休養の普及啓発	・正しい食生活を通して心のふれあいを図る		●		●			愛育委員、栄養委員	一般市民	➡
元気いっぱい子のごはんパーティー	・紙芝居とお話 ・おにぎり作りと会食	・地元産の米や食材を使ったごはん料理作り等を通して、ごはん食のおいしさや楽しさを伝え、栄養バランスに優れた日本型食生活の定着を推進する		●		●	●	●	岡山県栄養士会津山支部	3歳から就学前の幼児とその保護者	➡
食育活動支援事業	・紙芝居とお話 ・児童向け食事バランスガイドの話とぬり絵 ・調理実習と会食	・食事バランスガイドを普及し、食に関する知識と食を選択する力を養成する ・食文化の継承、食生活の改善、望ましい食習慣の確立を推進 ・朝食や野菜摂取の大切さを理解してもらう		●		●	●	●	岡山県栄養士会津山支部	幼児、学童、児童の保護者、地域の高齢者	➡
くらしと消費生活展開催事業	・消費生活についての情報提供をめざした展示	・消費者団体や関係機関により、食育や食品表示などについて展示を行ない、一般消費者に向けて情報提供を行なう		●		●	●	●	くらしと消費生活展実行委員会、環境生活課	一般市民	➡
学校開放お弁当づくり・朝食づくり講座	・お弁当、朝食のメニューの調理実習	・食育についての学習機会の提供と正しい食生活の習慣づけのための基礎講座		●		●			学校開放お弁当づくり委員会	小中学校PTA	➡
第19回全国生涯学習フェスティバル津山市主催事業「食の体験広場」	・昔の学校給食の試食 ・食の探検隊 ・世界のおやつ、朝食の試食	・学校給食に対する理解を深める ・食に関心を持ち、楽しんでもらう ・食の国際交流		●		●		●	まなびピア岡山2007津山市実行委員会	一般市民	➡
つやま子ども野外塾	・野外調理	・子どもたちに自然体験活動事業を通じて、多様な生活体験をさせる		●			●	●	津山市子ども会連合会	小学校4年生から6年生	➡

津山市食育推進実施行動計画

《生産者、食品関連事業者での取り組み》

事業名	事業内容	事業目的	達成したい食育推進目標						実施主体	対象者	事業実施年度 19 20 21 22
			①食事の重要性を理解し、食を楽しむ	②食を大切にし、感動の気持ちを深める	③食と健康に关心を持つ、健康の保持を図る	④食を選択する能	⑤食を通じてマナーや力を身につける	⑥地域の社会性を身につける			
ミニミニ地産地消サミット	・地元の野菜を使った料理講習会 ・消費者との交流	・津山地域の郷土料理の伝承 ・地産地消の推進	●	●	●				津山市農村生活交流グループ協議会	消費者団体	➡
消費者との交流活動	・体験交流活動	・農村の伝統技術の伝承 ・消費者との交流		●			●		津山市農村生活交流グループ協議会(大高下ふきの会、久米北加工グループ)	一般消費者	➡
出前食育活動	・食育活動	・地域に伝わる技術の伝承				●			津山市農村生活交流グループ協議会(倭文加工グループ)	秀実小学校	➡
学校給食への食材提供	・学校給食へ、かき餅の提供	・地元農産物のPR ・地産地消の推進		●			●		津山市農村生活交流グループ協議会	旧市内小学校	➡
学校給食への農産物供給	・米、たまねぎ、みそなどを学校給食へ供給	・地元農産物のPR ・地産地消の推進		●			●		JAつやま	小学校、中学校	➡
学童農園	・農業体験	・農業に対する理解を得る		●					JAつやま	園児、児童、保護者等	➡
自然薯の植付、収穫体験	・自然薯の植付、収穫	・農業生産の重要性について体験を通して学ぶ		●			●		自然薯生産組合、高倉小、学校教育課、農業振興課	高倉小3年生及び4年生	➡
農業経営基盤強化促進対策事業	・レンゲパーティー、レンゲの種まき	・環境学習の一環としての取り組み		●			●		岡山県養蜂組合連合会	大崎小、大崎幼稚園・保育園、たんぽぽ児童クラブ	➡
酪農理解醸成活動	・認証牧場を主体とした酪農体験学習活動	・牧場を訪問して動物とのふれあい ・牧場の仕事の体験		●					JAおからく、岡山Jミルク	一般消費者	➡
消費拡大地域活動支援事業	・地産地消の推進 ・搾乳体験 ・ファームステイ	・原料から製品になるまでの過程を知ることにより、食に关心を持つ		●					JAおからく、岡山Jミルク	一般消費者	➡
学校給食用牛乳供給事業	・牛乳を中心とした食育教育 ・牛乳を素材とした親子料理教室 ・中学生を対象とした骨密度測定	・牛乳を使用した親子料理教室を通じて、食に关心を持つ ・骨密度測定を通して、カルシウム摂取の大切さに気づく		●	●				JAおからく、岡山Jミルク	小学生、中学生	➡
牧場・乳業ふれあい支援事業	・酪農、乳業についての教育機会を醸成し、実習、見学を行なう	・牧場を訪問して動物とのふれあい ・乳業工場の視察等を行い関心を持つ		●					JAおからく、岡山Jミルク	小学生、中学生	➡
ATP測定機を使っての手洗い体験事業	・手洗い前と手洗い後の手指の汚れを測定し、手洗いの効果を体験する ・食中毒予防のためのチラシ、ハンドソープ等の配布	・手洗いの重要性を知ってもらい、食品衛生の普及啓発を図る			●				津山食品衛生協会	一般消費者	➡

津山市食育推進実施行動計画

《行政での取り組み》

事業名	事業内容	事業目的	達成したい食育推進目標						実施主体	対象者	事業実施年度 19 20 21 22
			①食事の重要性を理解し、食を楽しむ	②食を大切にし、感謝の気持ちを深める	③食と健康に关心を持つ、健康の保持を図る	④食を選択する能	⑤食を通じてマナーや社会性を身につける	⑥地域の産物、食文化を理解し尊重する			
食育に関するパネル・ポスター等展示	・食育に関するパネル展示 ・食に関する本の紹介	・食育に関する情報提供	●	●	●	●	●	●	中国四国農政局、市立図書館	一般市民	➡
食の懇談会	・食に関する情報交換	・生産者と消費者、流通業者の交流の促進 ・食の安全、地産地消、生産者・流通業者の食への取り組みの情報提供と消費者の理解	●	●	●	●	●	●	中国四国農政局、環境生活課	消費者、生産者、流通業者	➡
栄養成分表示の充実	・惣菜コーナーや飲食店において、栄養成分表示を行なう	・外食、中食を利用する際に、栄養のバランスを考えて選択することができる		●	●				津山保健所、岡山県栄養士会津山支部	一般消費者	➡
津山市消費生活モニター事業	・モニターの委嘱 ・消費生活問題について研修	・食育、食品表示、食品添加物等についての研修を開催し、理解を深める	●	●	●				環境生活課	消費生活モニター委嘱者	➡
津山市消費者大学	・消費生活問題についての講座を開催	・かしこい消費者づくりをめざし、消費生活(食品表示など食の安全を含めた内容)について講座を開催	●	●	●				環境生活課	一般市民	➡
食に関するイベント	・食に関する講演会等	・食に关心を持ってもらい、食を楽しむ意識を高める ・食生活を見直すきっかけにする	●	●					健康増進課等	一般市民	➡
地場産農産物の広報	・地場産農産物の販売所マップの作成 ・ホームページで地場産農産物の販売所を紹介	・地産地消の推進					●		農業振興課	一般消費者	➡
津山市いきいき市民農園	・農業体験の場の提供	・遊休農地を生かし、自宅に畑を持たない市民に農業体験ができる場を提供し、農作物の栽培を通して自然に親しみ、食について考え、心と体をリフレッシュさせる	●	●	●				農業振興課	一般市民	➡
市民学級(男性の料理教室等)	・調理実習 ・愛育委員、栄養委員等による講話	・調理の基礎と食生活の正しい知識の普及啓発	●	●	●				公民館、愛育委員、栄養委員等	一般高齢者 一般市民	➡
広報活動	・広報誌やホームページを活用し、食と健康への意識を高める	・食事バランスガイドの普及・啓発 ・朝食摂取の啓発 ・主食、主菜、副菜をそろえた食事の啓発や献立の紹介を行い、バランスの良い食事作りの参考にする ・日本型食生活定着の推進		●	●				健康増進課等	一般市民	➡
妊婦学級	・調理実習 ・妊娠中の食生活についての講話	・調理実習、食生活の指導を通じて妊娠・出産の不安を軽減する ・栄養の基礎知識を習得し、実践する	●	●	●				健康増進課	初妊婦で希望する者	➡
乳児健康診査	・離乳食の試食(保護者) ・離乳食のすすめ方についての講話	・離乳食の進め方について基本的な知識を身につける		●					健康増進課	4ヶ月になる子をもつ親	➡
離乳食教室	・離乳食の作り方、与え方の講話 ・調理実習、試食 ・育児相談	・離乳食の進め方について基本的な知識を身につける ・月齢や児の体調に合わせた離乳食の調理、食品の選択ができる		●	●				健康増進課	7～11ヶ月の子を持つ親で希望する者	➡
離乳食相談	・離乳食についての相談	・離乳食についての悩みを解決し、育児不安の軽減を図る		●					健康増進課	ポリオの予防接種に来られた方で希望する者	➡
育児相談(市役所東庁舎)	・離乳食や幼児食についての相談	・離乳食や幼児食についての悩みを解決し、育児不安の軽減を図る		●					健康増進課	乳幼児を持つ親で希望する者	➡
1歳6ヶ月児健康診査 3歳児健康診査	・展示 ・パンフレットの配布 ・食生活の相談	・朝食の大切さや生活リズムの見直しを普及・啓発する ・食生活の悩みや問題を解決し、育児不安の軽減を図る		●					健康増進課	健診対象者の親で希望する者	➡

津山市食育推進実施行動計画

《行政での取り組み》

事業名	事業内容	事業目的	達成したい食育推進目標						実施主体	対象者	事業実施年度 19 20 21 22
			①食事の重要性を理解し、食を楽しむ	②食を大切にし、感謝の気持ちを深める	③食と健康に関心を持ち、健康の保持を図る	④食を選択する能力を身につける	⑤食を通じてマナーや社会性を身につける	⑥地域の文化を理解し尊重する			
保育所への出前健康教育	・クイズ ・講話	・朝食の大切さ、生活リズムの見直しを図る		●					健康増進課	園児の保護者	➡
健康探検隊	・健康測定 ・クイズ ・展示	・健康への意識を高める ・生活習慣を見直すきっかけをつくる		●	●				健康増進課	高校生で希望する者	➡
職員健診健康教育	・健康測定 ・展示	・健康への意識を高める ・生活習慣病予防の知識を普及		●					健康増進課	集団検診対象者で希望する者	➡
健康相談	・食生活の相談	・食生活を見直し、生活習慣病予防を図る		●	●				健康増進課	成人で希望者	➡
食生活相談	・食生活の相談 ・健康測定	・生活習慣病予防や健康への意識、関心を高める		●	●				健康増進課	献血で比重が軽かった方、希望者	➡
骨密度測定	・骨密度測定 ・食事指導	・骨粗しょう症を予防し、生活習慣の見直しを図る		●					健康増進課	成人で希望者	➡
訪問指導事業	・健康測定 ・生活習慣指導 ・3ヶ月後の効果測定	・生活習慣病予備軍に予防の重要性や効果を理解させる ・生活目標を設定し、行動変容を促す		●	●				保険年金課国保医療係、健康増進課	40～74歳の健診受診者で生活習慣病の診断に異常所見があった方で希望者	➡
介護予防事業	・食事 ・講話 ・体験学習	・低栄養を予防し、自分に見合った食事量を確保できるよう促す ・食事の偏りを防ぎ、調理への関心を高める ・食べることの意義を再認識し、食べることの楽しみを感じさせる		●	●				高齢介護課、健康増進課	特定高齢者で希望する者	➡
栄養教室	・調理実習 ・体験学習 ・講演	・健康づくりへの関心を高め、正しい食生活のあり方を支部に推進するリーダーの育成		●	●	●	●	●	健康増進課	栄養委員	➡