

第4章 基本目標別、施策の方向性と基本施策〈機関別〉

食

育の推進にあたって、市や関係機関等は（ア各家庭、イ幼稚園、保育園、こども園、小学校、中学校等、ウ企業、エ医師会、歯科医師会、商工会議所、農業協同組合、食品衛生協会、食生活改善推進団体、保健福祉事務所、市等の地域の関係団体）、本市が目指す食育の基本理念を実現するために、基本目標を達成するための施策の方向性を設定し、基本施策の推進を図ります。また、ア～エの分野の関係者がしっかり連携し、市民へ継続的に食育の支援を行います。

【取組みの分野の詳細】（P 36以降）

- ア **家庭** : 各家庭
- イ **学校等** : 幼稚園、保育園、こども園、小学校、中学校等
- ウ **企業** : 市内の企業や事業者
- エ **地域** : 秦野市医師会、秦野市歯科医師会、秦野市商工会議所、秦野市農業協同組合
秦野市食品衛生協会 秦野市食生活改善推進団体、秦野保健福祉事務所等



コック
ボンチーヌ
コラム5

【食育基本法第19条】家庭における食育の推進

国及び地方公共団体は、父母その他の保護者及び子どもの食に対する関心及び理解を深め、健全な食習慣の確立に資するよう、親子で参加する料理教室その他の食事についての望ましい習慣を学びながら食を楽しむ機会の提供、健康美に関する知識の啓発その他の適切な栄養管理に関する知識の普及及び情報の提供、妊産婦に対する栄養指導又は乳幼児をはじめとする子どもを対象とする発達段階に応じた栄養指導その他の家庭における食育の推進を支援するために必要な施策を講ずるものとする。

基本目標 1 楽しく食べて健康なからだをつくります ～生涯食育の推進～

視点1：からだ



毎日、朝食を食べて、1日3食規則正しく食事をとるなど、健康的な食習慣を実践することが求められています。視点1の基本目標の達成に向け、(1)規則正しい食習慣の向上、(2)食を通じた健康意識の向上、(3)食品の安全性の確保について、施策の方向性を設定して基本施策を推進します。

施策の方向性	基本施策（事業名など）	取組みの分野
(1) 規則正しい食習慣の向上	<p>① 妊産婦のための食生活指針の普及啓発</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ マタニティクッキング・おめでた家族教室 <p>② 乳幼児健康診査等における「家庭における食育」の普及啓発</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 4か月児健康診査における栄養教育（離乳食指導） ・ 1歳6か月児、及び2歳児健康診査栄養相談 ・ 3歳6か月児健康診査における栄養教育 ・ 新生児訪問・ニコニコきっず相談 <p>③ 親子食育推進事業等における「家庭における食育」の普及啓発</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 離乳食セミナー ・ ゆうゆう子育てサロン・親子育児教室 <p>④ 「早寝、早起き、朝ごはん」運動の普及啓発</p> <p>⑤ 食に関する指導の充実</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 学校における給食を通じた食育 <p>⑥ 栄養教諭*等による「家庭における食育」の普及啓発</p> <p>⑦ PTA 活動等による普及啓発</p> <p>⑧ 保育所等における「家庭における食育」の普及啓発</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 保育所給食試食会等の保護者への支援 ・ コミュニティ保育への食育の情報提供 ・ 給食だより等の食育情報誌の配布 	<p>家庭</p> <p>学校等</p> <p>地域</p>

	<p>⑨ 社員食堂等における栄養表示などの促進</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 特定給食施設等栄養管理報告書等に基づく指導 	
<p>(2) 食を通じた健康意識の向上</p>	<p>⑩ 学校における食育の推進</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 小中学校における食に関する指導の充実 ・ 小中学校過体重とやせ対策 ・ 食育担当者会議の実施 <p>⑪ 健康診査結果等に基づいた食生活改善の推進</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 特定健康診査*等、事後の栄養教育、相談 ・ スリムアップバランス料理講座 <p>⑫ 良く噛んで味わって食べることの啓発活動の推進 ～噛ミング30（カミングサンマル）運動*～</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 歯つらつ歯っぴー倶楽部 ・ 歯の衛生週間における啓発活動（8020運動） ・ 歯周病組織検診事業・口腔ケア講演会等の実施 ・ 7か月児健康診査歯科集団指導 ・ 幼児食と歯のセミナー ・ 2歳児歯科健康診査歯科集団指導 ・ 幼稚園、小学校での歯科巡回指導 <p>⑬ 高齢者の低体重の予防</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 食で免疫力アップ、やさしい料理セミナーなど 高齢者の低体重予防のための食育 	<p>家庭</p> <p>学校等</p> <p>企業</p> <p>地域</p>
<p>(3) 食品の安全性の確保</p>	<p>⑭ 栄養表示の適正化の推進</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 栄養表示等調査・神奈川県食品の適正栄養表示推進講習会の実施 <p>⑮ 食の安全に関する知識の普及</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ かながわの食品衛生等情報誌による啓発活動 <p>⑯ 生産者の顔が見える農業の推進</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 学校保健委員会における活動 ・ 小学校給食における地場農産物の導入 	<p>家庭</p> <p>学校等</p> <p>地域</p>

case 1

マタニティクッキング

～子どもの将来の健康を守る食育～

お母さんが1日3食、栄養バランス良くしっかり食べることで、生まれてくる赤ちゃんの将来の健康を守ることができます。生活習慣病の原因は、生活習慣が唯一の原因と考えがちですが、その原因や発症のシステムは胎児期にもつくられることがわかってきました。

マタニティクッキングでは、管理栄養士からの妊娠中の栄養講話（適正体重増加量を知ろう）、1食650kcalの食事の調理実習、味噌汁の塩分測定、食事を見直すグループワークを行い、食に関する様々な体験をします。不足しがちな鉄分、葉酸、カルシウムの摂取にも効果的な簡単メニューです。午後は離乳食セミナーにも参加でき、先輩ママや赤ちゃんとの交流を楽しみます。



1食650kcalの食事を実習します。お料理が苦手な人でも簡単に作れるメニューです。

case 2

離乳食セミナー

～赤ちゃんの食べる意欲を育む食育～

離乳食セミナーでは、ことば、情緒、食行動の発達を促す離乳食の役割や、乳児期の生活習慣の基盤となる離乳食について、体験型のセミナーを実施しています。家族の食事を見直すきっかけにもなっており、食を通じた生活習慣づくりを支援しています。参加者は、ごっくん期食（離乳食）の試食をすると「おいしい」と笑顔がこぼれ、赤ちゃんも食べることができ、安心感がわきます。

管理栄養士からの離乳食指導やグループワークも行い、食への関心を高め、赤ちゃんの食べる意欲を育む食事について、楽しく理解を深めます。





case3

7か月児健康診査 ～歯が生える前からの歯科指導を通じた食育～

7か月児健康診査において、子どもの食育とむし歯予防の意識を高めることを目的に、集団指導を実施しています。乳歯のむし歯予防に適した麦茶などの飲み物や、歯のケアに慣れるためのほっぺへのタッチングなど、楽しくスキンシップを図りながら行います。ことばや、情緒の発達の基礎となる「規則正しい生活習慣の確立」に向けての支援を行っています。

その後も、幼児食と歯のセミナー、1歳6か月児、2歳児、3歳6か月児健康診査まで、継続的な歯科指導を通し、生涯にわたり「良く噛んで味わって食べる」ための知識や実践方法を普及しています。



赤ちゃんも笑顔になるほっぺへのタッチング体験（歯科集団指導）



case4

食で免疫力アップ ～介護予防事業(栄養改善事業)における食育～

食が細くて食事が楽しめない人、消化器疾患の手術後で思うように食べられない人、体重減少があり栄養状態の改善が必要と思われる人を対象に、消化・吸収の良い自分にあった量の食事を、歓談しながら食べることによって、食べる意欲につなげて免疫を高める教室を行っています。

参加者は、気功や簡単な運動、消化や吸収の良い食事、食べやすい調理方法などについて学びます。季節のテーブルセッティングや懐かしい秦野の郷土料理など、管理栄養士等のスタッフや参加者同士との情報交換により、食や健康に関する意識が高められるよう支援を行っています。



case5

スリムアップバランス料理講座

～おいしく食べて生活習慣病を予防～

特定健康診査及び特定保健指導の実施に伴い、メタボリックシンドロームの予防と改善を目的に、食事の視点から生活習慣を見直すきっかけとなる講座を実施しています（年10回）。

管理栄養士から適正エネルギーやバランスのよい食事づくりなどを学ぶ基礎編と、糖尿病・高血圧症・脂質異常症の病態別を学ぶ応用編があり、笑いあふれる講義と調理実習を行います。



献立（エネルギー560kcal、塩分1.8g）

ルーいらずのカレー
きのこソテー
マンゴーラッシー

講義では、管理栄養士からの講話の他にグループワークを行い、食事の組み立て方や糖尿病の食品交換表の使い方、食塩濃度と味覚の体験など、仲間と一緒に楽しく学べるような工夫をしています。調理実習では、栄養バランスはもちろん、ひとり暮らしの方や男性でも手軽に食事作りができるように、簡単にできるメニューなども取り入れています。

case6

親子地場産野菜教室

～東地区生産者との交流から学ぶ食育～

「親子地場産野菜教室」は幼児・小学生とその親を対象とし、なすやピーマンなどの夏野菜を栽培、収穫、調理、楽しく仲間と食べるというプロセスを体験することで、食べ物の命をいただき、感謝の気持ちを育てること、食品の安全性への理解を深めることを目的としています。

夏休み中に実施されるこの教室では、東地区の生産者の協力を得て6月に植え付けたなすやピーマンなどの夏野菜を収穫し、「夏野菜カレー」を作ります。生産者、親子や中・高校生・大学生のボランティアとともに「食べる体験」を行います。



豊かな自然の中で、生産者から農作業のポイントを学びます。



とれたて野菜でつくる夏野菜カレー
「JA家の光」より

基本目標 2

食の大切さを実感し、豊かな心を育みます ～共食の推進～

視点2：こころ

家族や友人と楽しく食卓を囲むことを着実に行うことが食育の第一歩です。家庭だけでなく、地域において共に食べる楽しさを体験することで食への関心を高め、コミュニケーションを豊かにすることが求められています。視点2の基本目標の達成に向け、(1) 食を通じたコミュニケーションの確保、(2) 食に関する様々な体験の充実、(3) 食の伝統技術や文化の継承について、施策の方向性を設定し、基本施策を推進します。

施策の方向性	基本施策（事業名など）	取組みの分野
(1) 食を通じたコミュニケーションの確保	<p>① 食育の日の啓発活動の推進（新規）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・毎月19日の食育の日及び食育月間（6月）における家族団らんと共食を進める取り組みの推進 <p>② 給食を通じたコミュニケーションの促進</p> <ul style="list-style-type: none"> ・幼、保、こども園等における調理保育活動 ・給食試食会における保護者などとの交流 ・ミニデイサービス*や給食サービス*など、介護予防における交流 <p>③ 企業の社員に対する食育活動の推進</p> <ul style="list-style-type: none"> ・特定給食施設等における食育活動 	<p>家庭</p> <p>学校等</p> <p>地域</p> <p>企業</p>

<p>(2) 食に関する 様々な体験の充実</p>	<p>④ 家庭における食農体験の推進</p> <ul style="list-style-type: none"> ・体験型農業の利用促進 <p>⑤ 幼、保、こども園、学校等における農業体験等の 促進</p> <ul style="list-style-type: none"> ・各小中学校における農業体験学習の促進 ・総合的な学習、生活科の時間における農業体験と調理実習 <p>⑥ 企業と地域の連携による食の体験活動の促進（新規）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・地域における食の体験学習の促進として、生産者グループ協力による「親子地場産野菜教室（教育ファーム）」等の実施 ・公民館活動における食の体験活動 	<p>家庭</p> <p>学校等</p> <p>地域</p>
<p>(3) 食の伝統技術や文化の継承</p>	<p>⑦ 給食における地場産物や郷土料理等の導入の促進</p> <ul style="list-style-type: none"> ・小学校給食における地場産物や郷土料理等の導入の促進 ・農業生産者等による総合的な学習による食育活動 ・幼、保、こども園等における郷土料理づくりなど <p>⑧ 企業の社員食堂における地場産物や郷土料理等の 促進</p> <ul style="list-style-type: none"> ・特定給食施設等におけるメニューへの郷土料理の導入等 <p>⑨ 地域における郷土料理等の継承の促進</p> <ul style="list-style-type: none"> ・地域におけるそばうち、お月見、もちつき、飾り寿司、太巻きづくり、さつまいも料理など、地元につながる料理を学ぶ「ふるさと料理教室」による、郷土料理等の継承の促進 ・国際理解講座※「世界の料理」や県人会活動※の促進 ・食育ボランティアによる「アイデア料理コンテスト」の実施 ・地産地消月間の実施による食のまちづくり 	<p>家庭</p> <p>学校等</p> <p>地域</p>

case 1

幼稚園、保育園、こども園などにおける楽しい食育活動

栽培、収穫、調理等の食体験

幼稚園、保育園、こども園では、作物の栽培、収穫、調理の一連の作業体験を保育士や調理員の連携のもと、計画的に実施しています。栽培から育てる大変さを知ること、食べものの大切さを学びます。また、収穫の喜びや達成感を味わい、みんなで育てた食材を使って調理した給食と一緒に食べることで、おいしさや幸せを実感しています。



9月に種をまいた白菜と大根の収穫に大歓声！



収穫した白菜と大根でお味噌汁づくり

栄養士による園児への食育（月1回）

各こども園や保育園の4・5歳児を対象に、楽しく食に関する知識を習得し、望ましい食習慣や食事マナー、コミュニケーションを身につけるための食育を栄養士が行っています。また、子どもたちの発育にあった離乳食や幼児食をすすめるために、給食の時間にあわせて0～3歳児クラスへの巡回指導も実施しています。楽しい食育の後には一緒に食事を楽しみます。



食育のエプロンシアター



食べ物とからだについて学ぶ楽しい食育の時間です。