

# 由利本荘市食育推進計画

～食から築く「元気あふれるまち由利本荘市」～

令和4年5月

秋田県由利本荘市

## **1. 計画の趣旨**

私たちの食生活は、ライフスタイルの多様化などに伴い大きく変化しています。このことにより、栄養の偏りや不規則な食事、「食」に関する正しい知識を持たない人の増加、肥満や生活習慣病の増加等といった問題が生じています。

このような中、子どもから高齢者までが生き生きと暮らしていくために、様々な体験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を養うことにより、健全な食生活を実践する「食育」が一層求められています。

国は、「食」をめぐる環境の変化の中で、国民の「食」に関する考え方を育て、健全な食生活を実現することが求められてきていることから、平成17年6月に食育基本法を制定、同年7月15日から施行しています。

食育基本法では、国民運動として食育を進める観点から、市町村においても国、あるいは県の食育推進計画に基づき、市町村の食育推進計画を作成するよう努めなければならないとされています。

由利本荘市においても、国・県の基本計画をふまえて、市民が健康で豊かな生活を実現し、市の地域性を活かした「食育」の推進を図るため、食育推進計画を策定します。また、計画の修正等については、施策の成果や社会情勢の変化をふまえ、必要に応じて適宜行うものとします。

## **2. 基本理念**

食育は、子どもから高齢者までのすべての市民各年代で推進されることが大切です。特に、由利本荘市の未来を担う子どもたちの健やかな成長を支えることは、私たち市民にとって大切な役割です。健全で豊かな食生活を実践する力を身につけてもらうためにも、市民一人ひとりが「食」に関心を持ち、子どもたちを中心とした食育に取り組むことにより、市民全体が生涯にわたって健康に暮らすことにもつながります。

また、食品の安全性に対する関心の高まりや食料自給率の低下の問題など、「食」を支える農業の重要性が注目されるようになってきました。農村での体験学習は、「食」の生産される様子や伝統的食文化などを知る貴重な機会です。より多くの人に農業体験の機会を提供することで、地域と農業に対する理解を深めてもらうことにもつながります。

これらのことから、保育園、幼稚園、学校、家庭、地域のみならず、生産者や消費者、行政等が連携し、「食」について考えることができる取り組みを推進します。

### **3. 食育推進の基本的な考え方と目標**

- 1) 「食」に関する知識や判断力を高め、健全な食習慣を自ら実践できる力を育てます。
- 2) 「食」の大切さを理解し、自然の恵みや食に関わる人々への感謝の心を育てます。
- 3) 「食」を通じてコミュニケーションを深め、食の楽しさ、豊かさを体験します。
- 4) 郷土食や伝統料理を学ぶことにより、ふるさとの食文化への理解を深めます。
- 5) 体験活動等により、食と農業への関心を深めます。
- 6) 地産地消でふるさとの農産物に対する関心を深めます。

### **4. 食育推進のための取り組み（施策）**

食育の推進に向けて、各分野で市の取り組みを活かしながら、地域に根ざした食育を展開します。

食育推進に当たって重視する点を次のとおりとします。

#### 1) 特定教育・保育施設・学校等における食育の推進

特定教育・保育施設・学校は、子どもの食生活改善を進めるうえで大きな役割を担っており、家庭への相乗効果も期待されることから、「食」に関する教育の充実を図り、子どもの健全な食生活の実現と豊かな人間形成を図るための食育を推進します。

##### (1) 特定教育・保育施設等

保育所・幼稚園は成長期の子ども達が多く時間を過ごす場所です。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り組みを進め、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。

##### ①食に関する指導の充実

- ・クッキング保育・手作りおやつ

##### ②給食を通じた食育の充実

- ・給食だよりでの情報提供
- ・給食参観または試食会
- ・給食サンプルの展示、食育講演会など

- ・地元食材・伝統食等を取り入れた給食による食育の推進

③農業体験等を通じた食育の推進

- ・野菜栽培、世代間交流（サツマイモ・かぼちゃの栽培など）への参加
- ・親子遠足などで収穫体験（いちご・りんご狩りなど）

(2) 小・中学校

子どもの食生活について、学校、家庭、地域社会が連携して、次世代を担う子どもの望ましい食習慣の形成に努めます。

学校における食育を推進するために、各小・中学校において、食に関する指導全体計画を作成し、年間計画に基づき、学校給食の教育的意義を改めて見直すとともに、学校の教育活動全体で食に関する指導の充実に努め、食について計画的に学ぶ事ができるよう、各教科、特別活動や総合学習等及び給食を通して食育を推進します。

①「食に関する指導」による食育の推進

◎「食に関する指導」の多様な授業形態を実施します。

- ・栄養教諭等とのチームティーチング授業
- ・外部講師の活用による授業（農家・食育ボランティア等）
- ・「食」に関する授業研究・研究協議の実践

※「食に関する指導」の強化事業の実施

※チームティーチング：複数の教員がチームをつくり、児童生徒の指導に当たる授業形態

②体験活動を通じた地場産物の理解

◎地域の特産物の理解や再発見の学習を実施します。

- ・生産者インタビュー
- ・畑や加工所の見学
- ・収穫体験
- ・学校田で育てた米を給食に活用

◎給食メニューに取り入れた地場産物の理解を深めます。

- ・給食のメニューへの地場産物の活用
- ・「給食週間」での地場産物の活用と紹介

③家庭や地域と連携した食育の推進

◎郷土料理の継承を行います。

- ・栄養教諭等の計画的、継続的な指導を実施

- ・食生活改善推進員の外部講師の協力による実習
- ◎学校給食展の協賛を行います。

- ・栄養教諭等が作成した食育教材の展示
- 市主催行事との協賛

## 2) 家庭における食育の推進

食育は、生活の中心となる家庭での取り組みが基本となります。近年、家族の状況や暮らしの多様化により、共食や朝食の用意が困難な家庭環境の方も存在することから、学校と家庭、地域がそれぞれの役割と責任を自覚し、基本的な生活習慣の大切さについて理解を深め、望ましい食習慣を身に付けることができるように導きます。

### ①生活リズムの向上

- ・早寝早起きの習慣を身につけるように努めます。
- ・すすんで体を動かす習慣をつけるように努めます。
- ・1日の食事のリズムから、健やかな生活リズムを築けるように努めます。

### ②望ましい食習慣の育成

- ・3食きちんと食べ、健康な体を作るように努めます。
- ・孤食をさけ、1日1回は家族と一緒に食事をするように努めます。
- ・食事をしながら家族のコミュニケーションを図ります。
- ・調理の無駄を減らし、食事の食べ残しを減らして食品ロスの削減に努めます。

## 3) 地域における食育の推進

家族構成の変化とともに、「食」について地域との関わりが重要になってきます。食文化の伝承や農業体験などの地域力を活用し、市民参加による地域に根ざした食育を推進します。また、地産地消の取り組みを通じて、市民が安全な食べ物を選び、安心して食生活を送る意識の高揚を図ります。

### (1) 地産地消の推進

- ・生産者は、生産履歴を残し、安全な農産物の生産に努めます。
- ・地元消費者が安心して購入できるよう、生産履歴の開示を行います。
- ・直売所、加工所は、地元の新鮮な農産物の供給に努めるとともに、それらを活用した加工品を販売することにより、地産地消を推進します。
- ・消費者は、地元の新鮮な農産物を購入して、「食」を通じて地域の理解を深めるとともに、地域の農業者の生産意欲と所得向上のため、地産地消に努めます。

## (2) ふるさとの食文化の継承

- ・行事等を通して、伝統料理を食べる機会を増やし、先人の知恵やふるさとの採れる旬の食材について理解を深めます。
- ・地元農家や研究グループ等の協力を得て、次世代への食文化の継承に努めます。

## 4) 関係団体及び生産者等における食育の推進

地域の食生活改善推進員や食育ボランティアなど、食と農業の関わりを深く理解し食育を実践している関係団体等と連携を図りながら食育を推進します。

### (1) 食生活改善推進員・食育ボランティア等

- ・望ましい食生活や生活習慣の定着を図るための食育の実践に努めます。
- ・子どもから高齢者まで、各世代にあった食育活動に取り組みます。
- ・郷土料理や伝統料理の継承に努めます。

### (2) 農協・直売所・加工所

- ・地域ブランドの確立に努め、地元農産物の認知度向上を推進します。
- ・品質を重視し、安全安心な農産物の販売に努めます。
- ・農業者の協力を得て、体験農業や見学の場を提供し、農業と食の関わりを理解を深めます。

## 5) 体験を重視した食育の推進

食生活に必要な基本的習慣・態度を身につけられるよう、食材そのものに直接触れ、様々なことを感じることで体験を通じて、食育の推進を図ります。

### (1) 農林漁業体験

- ・生産から食するまでの農林漁業体験を通じて、自然の恵み、食に対する感謝の気持ちを育む取り組みを行います。
- ・市町村、教育機関、関係団体、農林漁業者等との連携を図り、受入体制の整備を行います。
- ・教育ファームなどの農林漁業体験を通して、子どもの食に対する関心や地域産業への理解の増進を図ります。

※ 教育ファーム：自然の恩恵や食に関わる人々の様々な活動の理解を深めること等を目的として、農林漁業者が一連の農作業等の体験の機会を提供する仕組み。

### (2) 都市農村交流

- ・都市、農村の交流を行い、生活における食の重要性についての理解を深めます。
- ・「食を支える農業」についての理解を深めます。
- ・NPO法人、農家等が受入れやすい体制整備に努めます。

#### 6) 行政における食育の推進

食育を効果的に進めるため、地域の実態をふまえ、食育活動に対する支援・普及活動により食育を推進します。

##### (1) 健康づくり課

- ・乳幼児健診時において、食育の充実を図ります。
- ・宅配講座等を通して、健康づくりと食生活改善の啓発を図ります。
- ・食生活改善推進員を育成し、協働による食生活改善を推進します。

##### (2) 農業振興課

- ・農業体験および都市農村交流を推進します。
- ・伝統食材、地場農産物の情報を市民に提供します。
- ・関係団体、農業者と協力して地元農産物の安定生産と安全安心な食材提供に取り組めます。
- ・直売所、加工所、研究グループの活動支援により、地産地消の推進と食文化の継承を行います。

##### (3) 学校教育課

- ・「食に関する指導」による食育を推進します。
- ・体験活動を通じた地場産物の理解に取り組めます。
- ・家庭や地域と連携した食育を推進します。

##### (4) こども未来課

- ・食に関する指導の充実する取り組みを推進します。
- ・給食を通じた食育の充実する取り組みを推進します。
- ・農業体験等を通じた食育を推進します。

## **5. 市民への啓発**

食育を広めることは、市民が健康的で豊かな生活を営む上での基礎となります。市民一人ひとりが食に関心を持ってもらえるよう、由利本荘市の現状や活動の情報提供を行い、食育への意識の高揚を図ります。