

## VI 食育の具体的な方策

食育の推進は、家庭・保育所（園）・幼稚園・学校・地域・行政等の幅広い分野で、それぞれの役割に応じ、連携を図りながら市民運動として取り組んでいきます。

### 家庭における食育の推進

望ましい食習慣や生活リズムの向上を図るために、家庭は最も中心的な役割を担っています。家庭において食に関する関心と理解を深め、適切な取組を行うことが必要です。

- 安全な妊娠・出産と産後の健康回復のために、妊産婦の時期から栄養面や食習慣を見直し、正しい知識をもち実践します。
- 乳幼児期からバランスのとれた地元産を使った家庭の味を家族と一緒に楽しみ、コミュニケーションや団欒の機会を増やします。
- 「いただきます」「ごちそうさま」といったあいさつをし、食に関わった人への感謝の気持ちや食べ物を大切にする気持ちを持ちます。
- 保育所（園）、幼稚園、学校、地域と連携しながら、参観日等での学習や活動、取組を家庭でも実践します。
- ライフステージに応じた歯の健康や口腔機能を保ちます。

### 地域における食育の推進

健康な心身を保ち、健康寿命の延伸を図るためには健全な食生活を実践し、継続していくことが必要です。地域、生産者、事業所、各種団体が連携し、地域における健康づくりにつながる食育に取り組みます。

- 公民館での食育講座、料理教室を開催し、さまざまな世代の住民同士で、郷土料理や伝統料理等の食文化の継承が図られるよう、世代間交流の場を作ります。
- 「通学合宿事業」や「放課後子ども教室」における食事指導や料理作りを積極的に実施し、食事の望ましい習慣を学ぶ機会を作ります。
- 親子ふれあい交流体験事業におけるキャンプや野外活動を利用して、家庭と地域が連携し、食に関する学習や体験活動を通じた食育を行います。
- 共食の機会を増やすため、西条市連合婦人会による子ども食堂の実施を検討します。
- 食生活改善推進員、健康づくり推進員は、生涯を通じた食育の推進、健康づくりの担い手として、各地区において食を通じた健康づくりの活動や食文化の継承等積極的に行います。

- 各種団体主催の事業、教室において、家庭と連携をし、幼児期から魚介類に触れ、水産資源や伝統的な食文化への理解を深めます。
- 化学肥料、農薬に過度に依存せず、地球温暖化防止や生物多様性保全に効果の高い農業を実践し、安心して食材選びができるよう、生産者の顔が見える農作物づくりに努めます。
- 地域の多種多様な農産物の生産を維持・継続するため、農業経営が安定するよう努めます。

## 保育所（園）・幼稚園・学校における食育の推進

保育所（園）、幼稚園、学校で食育を推進することは、家庭にも良い効果をもたらすことが期待できることから、家庭や地域と連携を深めつつ取り組みます。

- 給食献立に積極的に季節の料理や食材、地元の特産物、行事食や伝統食を取入れることで地場産物や食文化の継承を図るとともに、地元食材の活用を推進します。
- 自分たちで野菜を育て収穫、調理をしたり、給食のお手伝いや当番活動に取り組むことで、食べ物の大切さを伝え、食べ残しや食品の廃棄を少なくします。
- 苦手な食べ物を減らしていくために、さまざまな調理方法を取り入れ、味の経験を増やし、苦手な物に挑戦できるような環境づくりをします。
- 園だよりや給食だより等を通じて、生活習慣・食習慣や地場産物活用についての情報を積極的に発信していきます。
- 食生活改善推進員や野菜ソムリエ等、地域の人材や機関と連携し、食の学習活動を実施します。
- 保護者に向けて、給食参観、試食会、料理体験教室を開催したり、保育所（園）、幼稚園、学校で子ども達が学んだことが、家庭でも実践できるよう促していきます。
- 食への感謝の気持ちを醸成するとともに、環境を守っていくことの大切さを理解するために、各教科の学習を行います。
- 子どもの口腔機能を育て、むし歯を予防するための歯みがき指導を実施します。また、歯ごたえのある物をよく噛む習慣を推進します。



農水振興課 食育事業

## 行政における食育の推進

市民が健全な食生活を継続し、食育の実践の環を広げていくために、食育に関わる行政機関が連携し、地域における健康づくりにつながる食育に取り組みます。

所属	取組
健康医療推進課	<ul style="list-style-type: none"> <li>○妊産婦や乳幼児に対する健診・健康教育・健康栄養相談の充実を図ります。</li> <li>○食事や栄養を通して、生活習慣病の予防や健康増進等、健康に関する正しい普及を図り、「自らの健康は自ら守る」という認識と自覚を高めるため、栄養士・保健師等が、各保健センター・公民館等で健康教育や相談等を実施します。</li> <li>○食生活改善推進員、健康づくり推進員等が健康づくりの担い手として地域で活動の輪が広がるよう、継続して支援します。</li> <li>○広報やホームページ、栄養士便り等で、食に関する正しい情報の発信に努めます。</li> </ul>
保育・幼稚園課	<ul style="list-style-type: none"> <li>○保育所(園)、幼稚園等で実践している取組を家庭でも実践できるよう、保護者に理解してもらい、連携していきます。</li> <li>○子ども達に食の大切さや楽しさを伝えていくため、行事食やお別れ会食等が継続して実施できるよう努めます。</li> <li>○子どもや保護者への食育指導を定着させるために、保育士・保護者とも連携・協力し指導を充実します。</li> </ul>
包括支援課	<ul style="list-style-type: none"> <li>○高齢者が社会とのつながりを維持し、共食の機会を増やすことにより、食べることの楽しさを失わないようにするとともに、気軽に集まれる身近な場所に「通いの場」等を拡充します。</li> <li>○介護予防教室等において、高齢者の正しい食生活についての知識をより一層普及啓発していきます。</li> <li>○飲み込む機能を維持するため、歯と口腔の健康を保ち、栄養を十分摂取できるよう普及啓発します。</li> <li>○食の自立支援として、低栄養や見守りが必要な人への「配食サービス」を実施します。</li> </ul>
学校教育課	<ul style="list-style-type: none"> <li>○農業、水産業等地元産業の理解と農水産物への感謝の気持ちを育てるために、地域の人材、関係機関等と連携した学習活動（勤労生産体験学習等）を実施します。</li> <li>○生活習慣病予防・改善につながる取組「食べて動いてよく寝ようの推進」や「早寝、早起き、朝ごはん」を継続して実施します。</li> <li>○今後も給食指導等、食に関する指導の充実を図ります。</li> </ul>

所属	取組
教育総務課	<ul style="list-style-type: none"> <li>○地場産物を活用した事業（小中学生レシピコンクール）を継続して実施します。</li> <li>○郷土料理、行事食等を給食の献立に取り入れ、地域の食文化の継承を図ります。</li> <li>○地元産の食材利用にかかる課題を解消する方策を検討します。</li> </ul>
社会教育課	<ul style="list-style-type: none"> <li>○地域や各関係機関と協力・連携して、公民館での講座や教室を実施し食事指導の充実を図ります。</li> <li>○小中学校で子育て講座を行い、『早寝、早起き、朝ごはん』の大切さ等、食育についての学習を実施します。</li> </ul>
農水振興課	<ul style="list-style-type: none"> <li>○保育園等で実施している食育授業を、園児だけでなく、保護者を交えて実施します。</li> <li>○環境保全型農業の推進を支援します。</li> <li>○米の消費拡大を推進します。</li> <li>○地域の農産物の生産を維持・継続できるよう農業経営の安定化を支援します。</li> <li>○グリーン・ツーリズムや農泊等、都市と農村の交流活動を支援します。</li> </ul>
産品販路開拓課	<ul style="list-style-type: none"> <li>○食の創造館を活用して、更なる食文化の啓発事業を実施します。</li> <li>○今後も、地元産品の販路拡大、産品PRが可能となるよう、各種事業を展開していきます。</li> </ul>



魚を使った高校生の料理コンテスト