

## 第6章 食育推進計画の取組

---



## 第6章 食育推進計画の取組

一人ひとりが取り組む行動、みんなが取り組む行動、それらを支える市の取組を明記し、推進していきます。

また、第3次食育推進計画の成果と課題を踏まえ、基本施策ごとに特に取り組むべき目標値が評価できる重点事業を掲げ計画を推進します。

### 基本目標 おいしく食べたい

#### ◇食育

#### 知ればナットク！食育実践！

##### (1) 食への関心・理解を深め、体験する食育

全てのライフステージを対象として、様々な機会や場において、望ましい食習慣や持続可能な食環境づくり等、食育について広く関心を持ち、理解を深めるための情報提供や啓発を行います。

##### ◆◆一人ひとりが取り組む行動◆◆

- 食育の意味を理解します。
- 食の知識や選択する力、料理を作る力を身につけます。
- 家族や仲間と楽しく食事をします。
- 食事を通じて、食品を大切にすることやマナーなどの望ましい食事の取り方、会話を通じて人と食べる楽しさを学びます。
- 地域や市で開催される講座、料理教室等に積極的に参加します。
- 家庭で、幼いころからの食事の手伝いや農業体験等を通じ、食に関心を持つ子どもを育てます。

##### ◆◆みんなが取り組む行動◆◆

- 地域や職場で、食育の日を定着させます。
- 地域で、子どもから高齢者まで、「食」を楽しむ体験事業を実施します。
- 地域で、旬の野菜を使った親子の料理教室や生活習慣病予防教室、男性料理教室等を開催します。
- 地域で、子どもや若い世代が食育について理解を深めることができるような行事や料理教室を実施します。
- 事業所で、従業員が家族と一緒に食事ができるよう、ワーク・ライフ・バランス(仕事と生活の調和)を実践できる環境づくりに取り組みます。
- 食品関連事業者等において、食の安全等に関する情報を提供します。

《市の取組》

ライフ ステージ	重点 事業	取組	担当課
全世代		食育の日(毎月19日)や食育月間(6月)を中心に、広報しょうばらやSNS、イベント、出前トーク等を活用し、食育について啓発を行います。	保健医療課
		食品の安全性や食品ロス削減、栄養等に関する学習会や情報提供を行います。	保健医療課 環境政策課
		災害等の緊急時の家庭での備蓄について、情報提供を行い、実践につなげます。	危機管理課 自治定住課 保健医療課
		店舗を活用した食育イベントを開催し、市民の関心を高めます。	保健医療課
		食事のマナーや作法について、料理教室等で情報提供を行います。	保健医療課
		地域や食育推進団体等と連携し、世代間が交流できる料理教室を行います。	保健医療課
乳幼児期 学童期 思春期	○	食材に触れ、料理をする機会を増やすため、子ども食育教室を行います。	保健医療課
		保育指針や幼児教育要領に基づき計画を作成し、保育、幼児教育の一環として食育を推進します。	児童福祉課
		小・中学校において食に関する指導の全体計画及び年間指導計画を作成し、食育を推進します。	教育指導課
		保育所、小・中学校等で、家庭や地域と連携し、菜園活動やクッキング等の体験型食育を行います。	児童福祉課 教育指導課
		給食試食会・給食だより等を通して、子どもや家庭への食育の啓発を行います。	児童福祉課 教育指導課 保健医療課
		保育所、小・中学校等で、食育推進キャラクター「5つのちから」、高血圧予防キャラクター「ショーショー鳥」、糖尿病予防キャラクター「腹ハッチー」を活用し、食育や生活習慣の改善等に関する啓発を行います。	児童福祉課 教育指導課 保健医療課
		小・中学校において、「弁当の日」を推奨します。	教育指導課
		小学生を対象とした食育ポスターコンクールを実施し、店舗での展示、広報しょうばらへ掲載し食育について関心を高めます。	保健医療課
		保育所、小・中学校の給食等の時間に、食事のマナーや作法を教えるとともに、食べ物への興味・感謝の気持ちを育みます。	児童福祉課 教育指導課
		食べる喜びや仲間と食べる楽しさを感じることで、自ら進んで食べようとする気持ちを育みます。	児童福祉課 教育指導課

ライフステージ	重点事業	取組	担当課
青年期 壮年期	○	事業所と連携を図り、従業員に対し情報提供を行うとともに、事業所内での学習会などの実施に取り組み、食への関心を高めます。	保健医療課 商工観光課
壮年期 高齢期	○	男性の食事づくりを促進する場、男性同士の情報交換、交流の場として男性料理教室を行います。	保健医療課 自治定住課

《市の取組の目標》

指標	現状 (令和5(2023)年度)	目標 (令和11(2029)年度)	目標値の根拠
子ども食育教室の開催回数	1回	7回以上	各地域1回
食に関する学習会を開催した事業所数	-	7か所以上	各地域1か所
料理教室等の男性が食にかかわる機会の提供数	33回	82回以上	過去の実績を勘案

(2) 望ましい生活習慣の定着

市民一人ひとりが、生活習慣病の予防や改善に向けた健全な食生活や生活習慣を実践できるよう、地域の関係機関・団体、事業所等と連携を図り、ライフステージや多様な生活スタイルに応じた啓発や支援を行います。

◆◆一人ひとりが取り組む行動◆◆

- 毎日、朝ごはんを食べます。
- 主食・主菜・副菜を組み合わせ、栄養バランスのよい食事をします。
- 薄味でおいしく食べます。
- 野菜を、1日350g以上食べます。
- よく噛み、ゆっくり食べ、腹八分目を心がけます。
- 自分の適正体重を知り、定期的に体重を計り、適正体重に見合った食事量を心がけます。
- 家庭で、早寝・早起き等、子どもに規則正しい生活習慣を定着させます。
- 子どもが、「早寝・早起き・朝ごはん」に取り組みます。
- 家庭で、薄味に気をつけ、野菜を取り入れた食事を作ります。
- 毎日、3食概ね決まった時間に食べ、夜寝る2時間前には食事を済ませます。
- 食事の量や糖質・脂質の取りすぎに気をつけ、適度な運動を心がけます。
- 健診結果を踏まえた食事を心がけます。

◆◆みんなが取り組む行動◆◆

- 地域等において、自分に見合った量や栄養バランスについて知り、実践できる機会を設けます。
- 地域等において、旬の野菜をしっかりと活用し、薄味でおいしく食べるための料理教室を開催します。
- 従業員が健康的な生活を送ることができるよう、ワーク・ライフ・バランス(仕事と生活の調和)を実践できる環境づくりに取り組みます。
- 事業所で、従業員が生活習慣病を予防するための食習慣を身につけることができるよう啓発します。

《市の取組》

ライフ ステージ	重点 事業	取組	担当課
全世代	○	店舗と連携を図り、生活習慣病予防についての掲示やイベントを行います。	保健医療課
		広報しようばらや SNS 等を活用し、野菜摂取や減塩等の生活習慣病予防についての啓発を行います。	保健医療課
		出前トーク等により、栄養成分表示の知識や活用方法を学習する機会を提供します。	保健医療課
		おいしさだけでなく健康を考えた食品・メニューを提供してもらえるよう、スーパー、飲食店等に働きかけます。	保健医療課
		広島県と連携し、減塩と野菜たっぷりメニューを食べることができる「備北版健塩応援店」の認証に取り組みます。	保健医療課
		広報しようばらや SNS 等を活用し、野菜を使った簡単レシピを普及します。	保健医療課
		保育所、小・中学校、地域等で、噛み応えのある食材を使用した給食やレシピの提供等、よく噛む習慣を身につける取組を行います。	児童福祉課 教育指導課 保健医療課
		保育所、小・中学校、地域等で、3色食品群や手ばかり栄養法等を活用し、ライフステージに応じたバランスのよい食事について普及啓発します。	児童福祉課 教育指導課 保健医療課
乳幼児期 学童期 思春期	○	保育所等を通じて、「早寝・早起き・朝ごはん」の規則正しい生活リズムの大切さを伝えます。	児童福祉課
	○	小・中学校を通じて、生活リズムチェックを実施するなど、「早寝・早起き・朝ごはん」等の規則正しい生活習慣の定着を図ります。	教育指導課
		生活習慣病予防をテーマとした出前トークを行います。	保健医療課

ライフ ステージ	重点 事業	取組	担当課
乳幼児期 学童期 思春期		離乳食教室を開催し、子どもの成長段階に合わせた適切な食事をとるよう啓発します。	保健医療課
		保育所、小・中学校等の給食において、和食の日や減塩の日、野菜の日を通し、生活習慣病予防について啓発します。	児童福祉課 教育総務課 教育指導課
		育児相談・乳幼児健診を開催し、乳幼児期からの規則正しい生活リズムの大切さを伝えます。	保健医療課
青年期 壮年期		事業所と連携し、従業員等に対し、栄養バランスの取れた朝食の重要性について情報提供を行います。	保健医療課
		商工会議所等を通して、会員向けに健康に関する情報を提供します。	保健医療課
高齢期		サロン等の集まり場において、出前トーク等を通じて高齢期の食事について啓発します。	保健医療課
		男性料理教室等で、食材を飲み込みやすくする方法など調理実習を通して伝えます。	保健医療課
		低栄養のハイリスクの人に対して助言を行い、現状の維持・改善を図ります。	保健医療課

《市の取組の目標》

指標	現状 (令和5(2023)年度)	目標 (令和11(2029)年度)	目標値の根拠
生活習慣病予防の啓発のために連携した店舗数	6 か所	10 か所以上	実績の伸び
早寝・早起き・朝ごはん等の規則正しい生活習慣の定着に向けた取組を行っている保育所、小・中学校の割合	100% (R4)	100%	現状維持

### (3) 食文化の継承

市民一人ひとりが地域の食を通じて、食に対する感謝の気持ちを深めて豊かな食生活を送ることができるよう、地域の関係機関・団体や事業所等と連携を図り、食文化の継承や生産から消費までの食の循環を意識できる体験活動の充実、地産地消等に向けた食育を推進します。

#### ◆◆一人ひとりが取り組む行動◆◆

- 地域の「食」を楽しむ行事やイベント、料理教室、体験事業等に参加するとともに、知人や近所の人にも声をかけます。
- 行事食や郷土料理に関心を持ち、理解します。
- 地域の伝統的な行事へ参加します。
- 地産地消を推進している店舗等を知り、庄原産農畜産物を購入します。
- 家庭で、子どもと家庭菜園や農業体験活動等に積極的に参加します。
- 家庭で、行事食や郷土料理を取り入れ、子どもや孫に伝えます。

#### ◆◆みんなが取り組む行動◆◆

- 地域等で、子どもから高齢者まで参加できる食を楽しむ行事やイベント、料理教室等を実施します。
- 地域のイベントや料理教室等で積極的に庄原産農畜産物を使用し、食べ物や作り手に感謝することや食品を大切にすることを伝えます。
- 地域で、若い世代と行事食や郷土料理を調理し、伝える機会を増やします。
- 地域で、若い世代に味噌や豆腐・こんにゃくづくり等、手作りの味を伝える機会を増やします。
- 農業関係団体が関係機関と連携し、農業体験活動や庄原産農畜産物について啓発活動を行います。

#### 《市の取組》

ライフステージ	重点事業	取組	担当課
全世代	○	食育推進団体や地域等と連携を図り、郷土料理や行事食の料理教室を行います。	保健医療課
	○	広報しょうばらや SNS 等を通じ、庄原産農畜産物を購入できる場所や農畜産物を使用したレシピを紹介するとともに、地産地消推進店の周知を図ります。	保健医療課
	○	庄原産農畜産物の活用を図る地産地消推進店への登録を、産直市や飲食店へ働きかけます。	保健医療課 商工観光課 農業振興課

ライフ ステージ	重点 事業	取組	担当課
乳幼児期 学童期 思春期		保育所、小・中学校の給食で、庄原食育の日を設定し、行事食や郷土料理を伝えます。	児童福祉課 教育総務課 教育指導課
		保育所、小・中学校の給食で、庄原産農畜産物を活用します。	児童福祉課 教育総務課 教育指導課 農業振興課
		保育所、小・中学校を通じて、給食時や授業、家庭へのたより等で庄原産農畜産物について啓発します。	児童福祉課 教育指導課
		地域の農業関連団体等と連携を図り、保育所、小・中学校において、食農体験を行います。	児童福祉課 教育指導課 農業振興課
		食育推進団体や地域等と連携して作成したレシピ本「チャレンジキッチン」を市内の高校3年生に配付します。	保健医療課

《市の取組の目標》

指標	現状 (令和5(2023)年度)	目標 (令和11(2029)年度)	目標値の根拠
郷土料理や行事食を調理、喫食する機会の提供数	3回	14回以上	各地域2回
庄原産農畜産物について情報提供した回数	3回	12回以上	月1回
地産地消推進店登録店舗数	63店舗	70店舗	第2期長期総合計画

#### (4) 食を支える仕組みづくり

市民一人ひとり、家庭、保育所、学校、地域の関係機関・団体、農林漁業者、食品販売店舗等と連携・協働し、食育を推進する体制を整備します。

##### ◆◆一人ひとりが取り組む行動◆◆

- 地域の食育推進活動に参加します。
- 地域の食育推進活動に知人や近所の人を誘います。

##### ◆◆みんなが取り組む行動◆◆

- 地域で、食育推進活動に取り組みます。
- 地域で、食育推進団体を育成し、活動に協力します。
- 事業所で、従業員が生活習慣病を予防するための食習慣を身につけることができるよう啓発します。
- 食品関連事業者は、市民が栄養バランスの取れた食事や適正な量の食事を選択できるよう、売り場の環境づくりを進めます。

#### 《市の取組》

ライフステージ	重点事業	取組	担当課
全世代	○	健塩応援店、地産地消推進店等の店舗と連携し、自然に健康になれる食環境づくりを推進します。	保健医療課 商工観光課
		各地域の食育推進団体同士が、連携を図るための仕組みづくりを推進します。	保健医療課
		自治振興区や事業所等と連携を図り、食育を推進する人を増やす取組や学習、活動等の支援を行います。	保健医療課 自治定住課

#### 《市の取組の目標》

指標	現状 (令和5(2023)年度)	目標 (令和11(2029)年度)	目標値の根拠
食育について連携して啓発活動を行った店舗数	6 か所	10 か所以上	実績の伸び