

## 越前市の食育活動報告 第1期(H18年度～H20年度)

### (3) 家庭における食育の推進と市民との連携及び啓発

公民館講座の中で、食生活改善推進員等の指導により「食」の大切さを学ぶための食育講座を実施しました。

健康21推進事業計画を推進する中で、市民に食事や運動、禁煙等様々な健康づくりの体験の場を設けるとともに食育講演会を行い、生活習慣の見直しの必要性を伝えました。

健康づくり事業や地域で積極的な推進を担う食生活改善推進員の養成・育成に努めました。

食事バランスガイドを活用し、基本の食事の啓発や健康チェック、健康食ランチバイキングを開催し、実際のバランス食の実演を通して食のバランスの大切さを伝えました。

食の安全に重点を置いた環境フェアの開催や、小学生を対象とした「地産地消」「旬の食べ物」「フードマイレージ」など、環境にやさしい買物の仕方について学ぶイベントを開催しました。

市のホームページや広報紙で、朝食の大切さや食に携わる人達などの情報を掲載し、食育推進の啓発に取り組みました。

J Aの祭とあわせて食育フェアを開催し、食育を推進する団体の活動紹介や親子朝ごはんコンテスト・講演会の開催、地場産物の販売など、食育啓発活動を行いました。

子どもの朝食欠食ゼロを目指す取組の推進のため、仁愛大学生のデザイン作成協力のもと、朝ごはん推進ポスターを500部作成し、小中学校や公民館、企業等に配布しました。

人材バンク要領を作成し、学校・幼稚園の授業や公民館の行事等で、食育体験活動に協力してもらえる人材を生産者や食品業者、流通など食に携わる人から募集しました。



公民館の食育活動風景



食生活改善推進員による料理教室（地域活動）



健康食ランチバイキング風景



朝ごはんポスター



食育活動 PR コーナー（食育フェア）



水ようかんづくり体験（食育フェア）



親子朝ごはんコンテスト（食育フェア）



こしひかり当てゲーム（食育フェア）