

越前市食育推進計画

楽しいね。元気だね。輝く笑顔とおいしい食事

＝市民一人一人が育てる「元気で活力あふれるまち越前市」＝

平成18年3月

食育推進検討委員会

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、栄養の偏り、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など、食をめぐる状況は大きく変化し、肥満や生活習慣病の増加等といった問題を生じさせています。

こうした中、近年「食育」という概念が注目され、食を取り巻く課題を幅広い視点で改善していこうという取組みがなされています。国は、食育基本法（平成17年7月施行）を制定し、国民運動として推進していくこととしました。これに伴い、福井県においても食育活動の手引きとして平成17年11月に食育活動マニュアルが作成されました。

越前市においても国の基本計画や県の作成した食育活動マニュアルをふまえて、市民が健康で豊かな生活を実現させるため、越前の地域性や「越前ブランド」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。

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層で推進されることが大切ですが、特に、越前市の未来を担う子どもたちが健全な食生活を実践する力を身につけることは、生涯にわたって健全な心身と豊かな人間性を育くむ基礎となるだけでなく、越前市が活力と魅力にあふれる都市として発展し続ける上で重要です。

子どもの時期が「食」に対する考え方を形成する途上にあることから、適切に食育を行うことで食生活に必要な知識や判断力が養われ、地域社会全体が食生活を見直すことにつながると期待できます。

このため、学校、保育園、家庭、地域のみならず、生産者や小売業等「食」に関するあらゆる関係機関の密接な連携の下、みんなが楽しく「食」について考えることができる取組みを積極的に推進します。

なお、本計画が成果を上げるためには、市民一人ひとりが重要性を十分理解し、自らの意思で食育に取り組むことが不可欠であることから、子どもや市民が主役となった運動を推進します。

3．計画の期間

平成18年度から平成23年度までの6年間とします。

平成17年度に基本編としての『食育推進計画』を策定し、それを受けて平成18年度に実践編として『食育実践プログラム』を作成します。

なお、実践状況の成果・手法を調査、検証し社会情勢の変化にも対応するため、計画の補強、修正を随時行っていきます。

4. 食育推進の基本的な方針

- 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) 郷土の行事食や伝承料理を学ぶことにより、越前の食文化への理解を深めます。
- 5) 安心安全な地元の農産物への知識と関心を深めます。

5. 基本的施策

1) 学校、幼稚園等における食育の推進

「食」を生きた教材として位置づけ、「食」に関する教育の充実を図るとともに、望ましい食習慣および豊かな人間関係の育成に努めます。また、地域の食育活動や家庭との密接な連携により食生活の改善に努めます。

(1) 給食による食育の推進

給食の時間を中心に、給食を生きた教材として扱い、健康、マナーや楽しさ、栄養バランスなどの観点から発達段階に応じた「食」の学習に取り組みます。

(2) 体験活動を通じた食育の推進

「食」に関する体験的な活動を工夫し、子どもの「食」に関する意識の向上を目指します。

(3) 家庭や地域と連携した食育の推進

保護者との密接な連携を図り、家庭での食生活についての改善に努めるとともに、地域の食育活動に積極的に参加・協力するように努めます。

(4) 地産地消の推進

学校給食において、地元の農産物を活用した献立作成を積極的に推進します。

2) 保育園における食育の推進

食べることは生きるための基本であり、保育園給食は子どもの健やかな心と身体の発達に欠かせないものです。

子どもの健やかな心と身体をはぐくむために、「なにを」「どれだけ」食べることとか誰と食べるかなど、人との関わりも含め心の安定を図るための食育を「越前市保育園食育全体目標」に基づき推進します。

(1) 保育園給食を発信源とした食育の推進

毎日の給食献立や使用食材には、栄養価や食品バランス、また、地域性や大地の恵み、季節感、調理法など多様な食育情報が含まれており、「食」のあり方を考える重要な教材となります。毎日の給食を情報の発信源とし、在宅の子育て家庭を含めた食育活動を推進します。

(2) 園児の体験活動を中心とした食育の推進

保育園生活の中での体験活動として、基本的な生活習慣に関するもの、食事マナー、作物づくりなど様々な活動をとおして食への関心、知識を深めます。特に、食べ物の生産から調理までの一連の過程を体験することで、食べる意欲や感謝の心を育てます。

(3) 家庭や地域と連携した食育の推進

給食だよりや園行事などを通して家庭に適切な情報を提供し、保育園と家庭が共に食育に取り組みます。更に、地域の農家や商店、また、ボランティアなどと交流し、協力し合いながら地域社会全体で食育を推進します。

3) 家庭における食育の推進

本来、「食」に関する情報や知識は家庭の中で両親や祖父母といった大人たちから子どもたちへ受け継がれていくものでした。しかしながら、ライフスタイルの変化や「食」の外部化に伴い、食習慣の乱れが生じてきています。

福井県は共働き率が非常に高い県です。さらに、核家族化が進む中で、食事を一人でする「孤食」や家族ばらばらのメニューを食べる「個食」といった問題も見られます。

こういった問題を解決するためには、家庭内で食育を行う保護者への「食」に対する認識を深めるとともに意識の高揚が必要です。家族が「食」を楽しみながら望ましい食習慣や知識を習得することができるよう、食生活改善推進員会や学校などの関連機関と連携し、食育の重要性や健康的な食生活を送るための適切な栄養管理に関する知識等の啓発に努めます。

(1) 生活リズムの向上

朝食をとることや早寝早起きを実践することなど、子どもの基本的な生活習慣を育成し生活リズムを向上させるために、学校と家庭が連携を取り地域ぐるみの活動を推進する。

(2) 望ましい食習慣の育成

最近、社会環境やライフスタイルの変化により、朝食を抜いたり、夜遅い時間に食事をするなど不規則な食生活をする人が増えています。家族が食を

楽しみながら1日3食の規則正しい食生活を送ることは、毎日を元気に暮らすための基本となります。

特に、最近朝食を欠食する子供たちの割合（別表1参照）の増加が、国民的問題となっています。朝食欠食はその日の生活に影響を及ぼし、小中学生の場合は、学力への影響が大きいことがわかっています。

生活習慣の形成の途上にある子どもの朝食欠食をなくす取り組みを進めるとともに、市民一人一人が望ましい食習慣を身につけ、生涯にわたって健康やかな生き方ができるような食育を推進します。

4) 市民と連携した食育の推進

食育を効果的に推進するには、地域の食生活改善推進委員、自治活動組織、NPO 団体、食育ボランティアなど食育の重要性を理解し、みずから活動を進める市民と密接に連携・協力することが重要です。

(1) 食生活改善推進員などとの連携

健康づくり施策の推進、地域の食文化や郷土料理の伝承には、地域に密着している食生活改善推進員などとの活動が継続的に展開され、実践活動を行うことが重要です。

(2) 食育ボランティアとの連携

県内の学校や地域において食育活動に協力・支援していただけるふくい食育ボランティアとの連携を深め、幅広い食育活動を実践していきます。

(3) その他の関係者との連携

教育、保育、社会福祉の関係者や食品の製造、販売、調理等の関係者等が、活動の幅を広げ、互いに連携しあって食育に取り組むことができるよう配慮していきます。

5) 地元の農産物を使った食育の推進

食品に対する安全や安心に関心が高まる中、地元で生産される旬な食べ物が求められ、地域で親しみ育まれてきた食材や食べ方が見直されています。

越前市は、典型的な水稲単作地帯ですが、野菜としてはキュウリ、トマト、スイカが主要作物であり、豚肉は、県下第一の産地です。また、菊やサトイモ・そばなど地域特有の農産物も生産されています。

地元で取れる食材を使う地産地消は、生産者と消費者の距離を近づけ、両者の顔が見える関係を作り、安心で安全でしかも、つながりを深めることができます。特に、子どものころに地元で採れる新鮮で旬な食材に触れることは、健全な食生活を育み、地域の味に親しむこととなります。

地産地消の取組みを通じて、市民が安全な食べ物を選び、安心した食生活を送る意識の高揚を図ります。

また、越前市には打刃物、和紙、木工があり、隣接には漆器や焼き物といった地場産業があります。これらの地場産業とも連携して器や食卓の彩りへの活用など、食を豊かにし楽しめる取組みも模索していきます。

(1) 給食における地元の農産物の活用

学校・保育園と地元の農業者との連携を強めるとともに、野菜や果物などを生産する農家を支援し、地元で採れた野菜などを給食食材として搬入するシステムを構築し、子どもたちの健康や心身の成長のため、新鮮で安全な食材を学校や保育園の給食に計画的に活用していきます。

(2) 市民生活における地産地消の推進

最近、小売店やスーパーマーケットなどに地元で取れた食材の特設コーナーを見かけることが多くなりました。

今後、農業者の顔が見える農産物を市民が手軽に購入できるよう、現在あるネットワークの充実を図ります。

また、農業者等による直売所の設置を支援すると共に直売所間のネットワーク化を推進します。

(3) 伝承料理の普及

地元で採れる旬の食材の特性を活かした伝承料理は、越前の味としてこれまで受け継がれてきました。しかし、外食産業の発展やファーストフードなどの普及により伝承料理を食する機会が少なくなってきました。

伝承料理を学ぶことにより、素材を食に活かす先人の知恵やその地域の食材に関する知識やその食材の特性を知ることができます。

これまで伝えられてきた伝承料理をこれからも後世に伝え残していくために、地元の食材を使った伝承料理の講習会の開催を地域の農家や地元のお年寄り、伝承料理の研究グループなどの協力を得て開催していきます。

6) 体験を重視した食育の推進

越前市の農家世帯は、年々減少しており、家庭での食育を担うお父さんお母さん世代の方にも農業を体験したことの無い方が増えています。

体験するという事は、直接そのものに触れ、様々なことを感じることができます。特に感受性豊かな子どもの時期に体験したことは、大人になっても貴重な経験として残ります。

食材を育て収穫し、それを調理して、おいしくいただくことを体験することにより、食生活に必要な基本的習慣、態度を身につけることができます。

(1) 農業体験による食育の推進

生産から食するまでの農業体験を通して、自然の恵み、食材に対する感謝のこころが育まれます。

また、家庭のなかで親子が体験内容を話し合うことにより、親に対しても食育に関する意識の向上を図ります。

(2) 調理体験による食育の推進

調理を体験することは、食材がどんなものなのか、どのようにして調理するのか、どんな調理器具を使うのかを知ることができます。また、作った料理をみんなでおいしく、楽しくいただくことは、「食」への関心を高めることになります。

すでに、各地区公民館などで開催されている料理教室などの充実とともに、内容の向上を図ります。

(3) 子どもと地元農家との交流

子どもたちが地元の農家を訪問したり、地元の農家が学校や保育園等で行っている菜園への出張指導を行ったりするなど、生産から収穫までの苦労や収穫の喜びを共に体験しながら、農家と地域の子どもの交流を図ります。

7) 市民への啓発

食育を広めることは、市民が健康で豊かな生活を営む上での礎となります。市民一人ひとりが、食に関心を持ってもらえるよう、食育について広報や、ホームページなどでお知らせしていきます。

(1) 食育推進体制の取り組み

食育を効果的にすすめるため、食生活改善推進員、食育ボランティア、さらには公民館などとも連携し、越前市の食育活動を積極的に推進するとともに、食育の拠点及び組織体制の整備を行い、食育活動に関する市民の不安や疑問に対して相談に乗れるような体制を整えます。

(2) 食育活動の啓蒙

えちぜん広報やホームページ及びケーブルテレビなどで越前市の現状や食育活動の報告や啓蒙活動を行い市民に対して食育への意識の高揚を図ります。

(3) 食育に関する講演会等の開催

市民が食育について強い関心を持ってもらえるよう、食育に関する講演会、研修会等の開催を行います。

参考資料

調査時期 平成 17 年 10 月実施
 調査対象 越前市内小学校 6 校
 小学 1～6 年生中 1,102 名対象

表 1

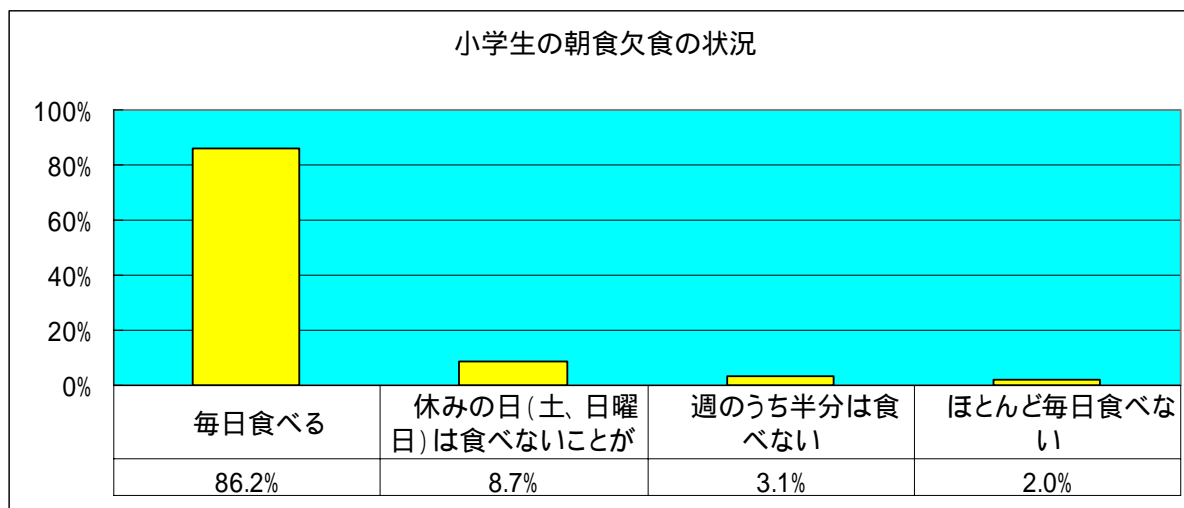


表 2

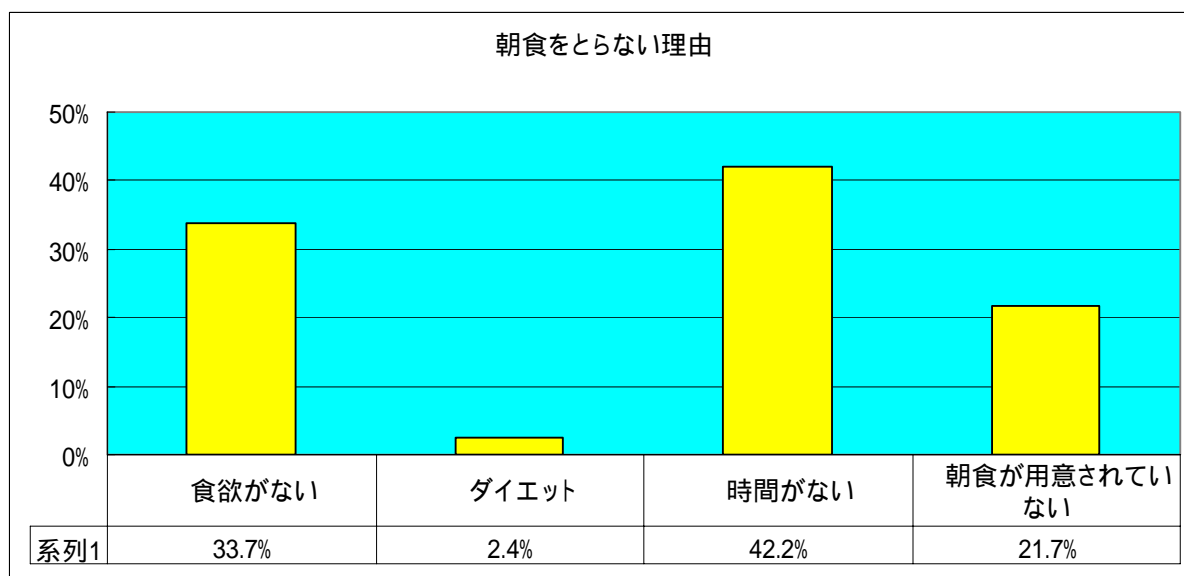
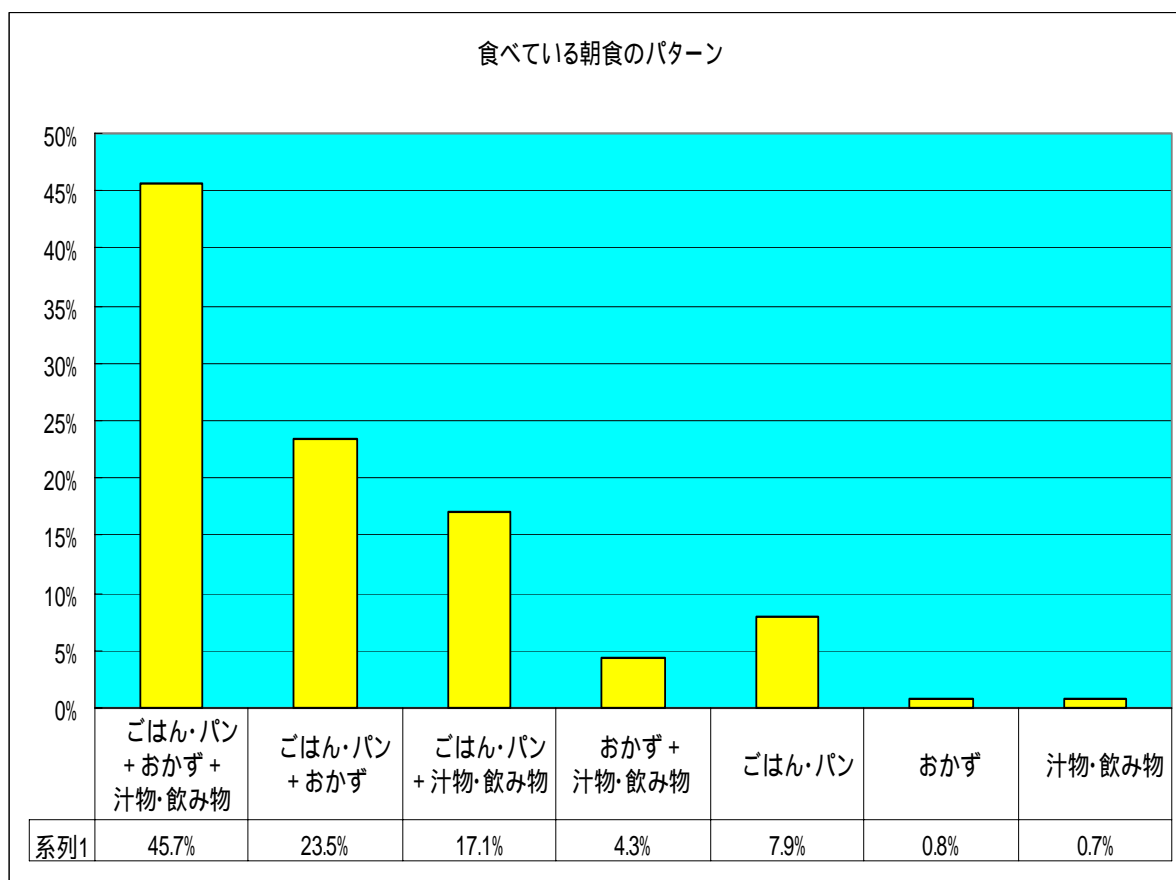


表 3



食育推進検討委員会の経緯

日 時	議 事 内 容
平成18年1月27日	第1回食育推進検討委員会 ・会長選任、食育検討委員会の役割、今後のスケジュールの説明
平成18年3月10日	第2回食育推進検討委員会 ・先進地視察（小浜市食の文化館）
平成18年3月28日	第3回食育推進検討委員会 ・越前市食育基本計画（案）の作成
平成18年4月25日	第4回食育推進検討委員会 ・越前市食育推進計画（案）のまとめを行う。
平成18年4月28日	越前市食育推進計画を越前市長に提言

食育推進検討委員会名簿

所 属・役 職	氏 名
旬菜．c o m（武生青果株式会社）	大滝 宏之
栄養教諭(国高小学校)	大谷 真由美
農村婦人研究会会長	久野 朝子
食生活改善推進委員会代表	瓜生 ヒサ子
健康づくり推進委員会代表	宮川 久子
越前市学校給食研究部部长（白山小学校校長）	田中 誠子
民間保育園栄養士（二葉保育園）	慶家 喜美恵
農業ふれあい会会長（食育ボランティア）	大久保 栄一
今立担い手農業者連絡協議会会長	平沢 一広
武生消費者グループ連絡協議会代表	佐々木 信子

会長