

第5章 施策の内容

1 健康につながる食生活の確立

(1) 施策の方向性

目的	健康な体と心を育むため、栄養バランスの良い食事を規則正しくとる食習慣を身につけること、そして食について考え、選択できる力を身につけることを目指します。
目標	<ul style="list-style-type: none"> ①子どもや若い世代の朝食を欠食する人を減少させるため、規則正しい生活リズムと望ましい食習慣を実践できる人を増やす ②栄養バランスの良い食生活を身につけている人を増やす ③適切な体重管理と生活習慣病予防のために、食品を選択する力を身につけられるようにする

(2) 具体的な取組

目標			具体策	担当課
①	②	③		
○			<ul style="list-style-type: none"> ・各園で「年間食育計画」の中に「朝食の大切さ」について、ねらいを掲げる。 ・食育集会を通して、規則正しい生活リズムと望ましい食習慣への意識を高めていくとともに、家庭に対してもおたよりや掲示物で朝食の大切さを伝えていく。 ・栄養だよりで、簡単にできるバランスの良い朝食レシピを紹介し、周知を図る。(年間通して掲載) ・家庭の意識が高まるよう目標を絞り、1年間かけて情報提供し、理解を深めていけるようにする。 ・引き続き、各園で「年間食育計画」を作成し、バランスの良い食事の摂取について食育集会を行い、園児に伝えるとともに、おたよりや掲示物で、園での取組の様子を紹介し、保護者の意識を高めていく。 	こども支援課
○				
○	○			
○				
	○			

目標			具体策	担当課
①	②	③		
		○ ○	・引き続き、年に一度(6月)「肥満度調査」を行い、その結果を園(担任・栄養士)と保護者とで共有し、相談やアドバイスを行い、改善に向かうよう促していく。 ・栄養だよりで肥満について掲載し、家庭に情報を提供するとともに、保護者の肥満への意識を高めていく。	こども支援課
○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○	・バランスのとれた学校給食の提供 ・食育だより ・給食一口メモ ・訪問給食 ・食育授業	学校教育課
○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	・パパママ学級における若い世代への啓発 ・乳幼児健診時の離乳食・栄養指導 ・高校や大学の文化祭での食生活改善推進委員による朝食の啓発 ・特定健診受診後の結果説明会、特定保健指導会における栄養指導 ・職域連携事業における事業所健診会場での普及啓発 ・Tainai 健康づくりフェアなどのイベントにおける啓発 ・成人式における朝食に関する啓発資料の配布 ・地域伝達料理講習会(食生活改善推進委員協議会) ・地区での健康教育 ・育児教室 ・胎内食育PR隊 食育推進レシピ集の普及(減塩料理) ・保健食 ・特定保健指導 ・特定健診結果説明会における、嗜好品の展示 ・すこやか元気栄養シートを活用した栄養指導	健康づくり課
	○ ○		・高齢者配食サービス事業 ・定期的なアセスメントの実施	福祉介護課 地域福祉係
○ ○		○	【すこやかしあわせ教室】 ・フレイル予防の講義を行い、バランス食や手ばかり法、良く噛むこと、1日3食摂取する大切さについても指導。 ・生活リズムを聴取し、日中の活動量を増やし、朝食摂取を促すと共に、食事量が増えるような介入を引き続き行っていく。 ・食事記録や10品目チェックシートを活用して、自身の食事について見直す。	福祉介護課 包括支援センター係

第5章 施策の内容

目標			具体策	担当課
①	②	③		
		○	<ul style="list-style-type: none"> ・ 必要性が高い方には、保健師が個別で栄養指導を実施する。 ・ BMI が低い方に対しては、間食等でカロリーをとってもらい、また運動を習慣化する前に体重を増やし、筋肉が付きやすくなるような助言を引き続き行う。 ・ 今までの食事を変える事ではなく、ちょっとした工夫で食事内容を改善していけるような助言を行う。 <p>【うさぎの会】</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ ・ すこやかしあわせ教室で学んだ栄養についての復習をする。 <p>【通いの場】</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ ・ 希望に応じて、地域の公会堂等で栄養士による栄養講座を実施する。 	福祉介護課 包括支援センター係
		○		
○		○		
		○		
○		○		

2 地産地消の推進

(1) 施策の方向性

目的	市民一人ひとりが地域の自然や食べ物に関心を持ち、積極的に地場産物を選択でき、地産地消を推進し、地域経済の活性化、地域への愛着形成を目指します。また、食の安全・安心を推進する取組を強化します。
目標	①地産地消を推進し地場産物の消費拡大を行うとともに、食について基礎的な知識を持ち、自ら判断できる人を増やす

(2) 具体的な取組

目標	具体策	担当課
①		
○	・直売所カレンダーを利用した地産地消の推進	農林水産課
○	・地場産物を取り入れた学校給食の提供	学校教育課
○	・地場産食材には、献立表に★印をつけ、引き続きわかるようにしていく。	
○	・八百屋には納品書に生産地を書いてもらい、訪問給食等で子どもに伝えられるようにする。※胎内市及び近隣市町村については、「県内産」などではなく地名で書いてもらうよう引き続き依頼する。	
○	・効果的に地場産物を学校給食へ取り入れることができるよう関係機関と体制整備を進めていく。	

3 食文化の伝承・発展

(1) 施策の方向性

目的	家庭の味が受け継がれていくように、食文化・行事食等の伝承・発展を目指します。家族の共食の機会を通じて、食の楽しさや正しい食事のマナー、食べ物を大切にする心の伝承を目指します。
目標	<ul style="list-style-type: none"> ①家庭や地域の郷土料理の伝承を図る ②正しい食事マナーを身につけられるようにする ③1日1回は家族で食事を取る人が増える

(2) 具体的な取組

目標			具体策	担当課
①	②	③		
	○ ○ ○		<ul style="list-style-type: none"> ・正しい食事のマナーが身につくよう、日々の食事の中で挨拶や食事の仕方を繰り返し伝え、経験を重ねていく。 ・各園の「年間食育計画」をもとに、食育集会を計画、実践し、食事のマナーについて子どもたちにわかりやすく指導をする。また、個別に指導を行い、家庭とも共有する。 ・引き続き、家族で夕食を食べることの大切さを、栄養だよりで知らせていく。 	こども支援課
○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○	<ul style="list-style-type: none"> ・郷土料理を取り入れた学校給食の提供 ・給食一口メモ ・食育だより ・学校において、引き続き食事の最初と最後に食べ物や給食を作ってくれた人への感謝の気持ちを込めてあいさつするよう指導する。 ・ふれあい給食 ・訪問給食 ・食育授業（おはしの使い方：小学校1、2年生） 	学校教育課
○ ○ ○ ○			<ul style="list-style-type: none"> ・胎内食育 PR 隊 食育レシピ集の普及啓発 ・保健食 ・地域伝達料理講習会（食生活改善推進委員協議会） ・ほっと HOT 料理 	健康づくり課

目標			具体策	担当課
①	②	③		
	○	○	<ul style="list-style-type: none"> ・乳幼児健診における栄養相談 ・共食の普及啓発 	健康づくり課

食育推進レシピ集

市では平成26年度に作成した「食育推進レシピ集」を活用するなどして、胎内食育PR隊とともに食育活動を進めてきました。令和3年度には胎内食育PR隊が開発してきた地産地消料理や郷土料理、胎内市の健康課題である高血圧を予防するための「減塩料理」を新たに取り入れた、「食育推進レシピ集 No.2」を作成しました。

胎内食育PR隊では、レシピ集を活用した食育活動を展開していきます。



4 食を取り巻く環境問題への取組

(1) 施策の方向性

目的	<p>食材の購入から、調理、食事、後片付けなどの段階で食環境への配慮の気持ちを持つこと、また日常生活においてもごみの減量化や循環利用の推進を図ることを目指します。</p> <p>食べ物に対する感謝の気持ちともったいない意識をもって、食べ残しがなくなることを目指します。</p>
目標	<p>①食品ロスを認知して、取り組んでいる人の割合を増やす</p> <p>②家庭系生ごみのリサイクルを推進する</p>

(2) 具体的な取組

目標		具体策	担当課
①	②		
○		<ul style="list-style-type: none"> ・ 給食残量の調査、学校への結果の提供 ・ 栄養教諭等による訪問給食（児童生徒の嗜好を把握し、献立作成に活かす） ・ 学校において、盛りきり・食べきりについて指導する。 	学校教育課
○			
○			
○	○	<ul style="list-style-type: none"> ・ 小学生と飲食店や食料品販売店等を対象に啓発活動の実施と、コンポスト・生ごみ処理機器の普及推進に努める。 ・ 出前授業（小学校） ・ 3010 運動（飲食店）：宴会等で始まりの30分、終わりの10分は着席して食事を楽しむ時間とし、食品ロス削減を推進する運動。各飲食店へ3010運動のコースターを配布し啓発していく。 	市民生活課
○	○		
○	○		

5 人づくり、市の活性化

(1) 施策の方向性

目的	<p>胎内市の地場産物の良さを活かし、家庭・地域・園・学校・行政など関係者が共通意識のもと、連携して食育の推進ができる体制作りを目指します。また、食に関わる活動をしている様々な分野の人たちの人材育成や食を通じたネットワークの形成と支援体制を構築することを目指します。</p> <p>新型コロナウイルス感染症の影響により、ひとり親世帯や貧困の状況にある子ども、高齢者世帯など、多様な暮らしに対応した食の支援の必要性が出てきているため、必要な体制を整え、継続した支援を行うことを目指します。</p>
目標	<p>①食育に関心を持っている人を増やすために、家庭・地域・園・学校・行政が一体となり食育の推進を図る</p> <p>②食育を推進する人材の充実を図り、地域における食育活動の推進、農業体験や交流活動を促進する</p> <p>③胎内市の特産である米粉やはるかなた等の地場農産物の利用を促進し、市の活性化を図る</p>

(2) 具体的な取組

目標			具体策	担当課
①	②	③		
○	○ ○ ○ ○		<ul style="list-style-type: none"> ・ 広報等で食育の取組を啓発 ・ 食生活改善推進委員養成講座の開催 ・ 食生活改善推進委員の活動の PR ・ 食生活改善推進委員の市研修会の開催 ・ 胎内食育 PR 隊の活動内容の充実 	健康づくり課
○			<ul style="list-style-type: none"> ・ フードバンクの持続可能な運営 	福祉介護課
	○ ○ ○		<ul style="list-style-type: none"> ・ ソーシャルディスタンス等の感染症対策を徹底し、継続して米粉や特産品を使った調理体験を実施する。また、大人数でも受入ができるように分散して行うなど工夫をして場所を確保する。 ・ 地域での核となっている団体の活用や研修会等での指導者発掘、人材の確保。 ・ 地域資源を活用し自然体験、農業体験等を行い交流活動の促進。 	農林水産課
		○	<ul style="list-style-type: none"> ・ 地産地消推進店制度の推進（ホームページや新たに冊子を作成し PR していく） 	農林水産課
		○ ○	<ul style="list-style-type: none"> ・ 地域食材を活用したまちづくり事業 ・ 米粉発祥記念日の取組 	商工観光課