

第2次射水市食育推進計画

<概要版>

(計画期間：平成28年度～平成32年度)

毎月19日は食育の日！
家族そろって食事を楽しもう！



計画の趣旨

平成25年、「和食」がユネスコ無形文化遺産へ登録が決まるなど、「日本人の伝統的な食文化」の良さが世界で認められる一方で、人々のライフスタイルや価値観の変化により「食」への意識の希薄化、生活習慣病の増加等、様々な影響が表れています。

射水市では平成23年度から「射水市食育推進計画」を策定し、関係機関等と連携しながら食育を推進してきましたが、第1次計画の実施状況と課題を整理し基本理念や推進目標を継承しながら、平成28年～32年度を計画期間とした第2次計画を策定いたしました。

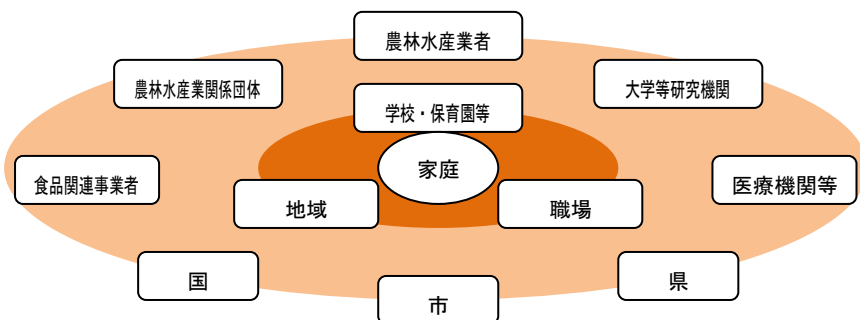
第2次計画では食育の実践に向けた取り組みの充実を図ることとしています。

食育とは？

食育とは、様々な経験を通して「食」に関する知識と、「食」を選ぶ力を身につけ、健全な食生活を実践するための取組です。

食育を効果的に進めていくために

〔食育推進のネットワーク〕



計画の推進に当たっては、市民一人ひとりが「家庭」を中心に食育を進めることが基本になります。そして、毎日の生活の各場面でも食育を推進し、それぞれに関わる人々や関係団体、機関が連携を強めることで、社会一体となって食育を推進します。

射水市食育推進計画の基本理念

射水の恵みを育み 射水の恵みに育まれ 健康で心豊かな人が育つまち

射水市は、海、川、野、そして里山という豊かな自然が背景となり様々な農林水産物に恵まれています。その自然の恩恵に感謝しながら、自然を守り育て、「地産地消」を推進することで、食に関わる産業や地域の活性化を促し、活気あるまちづくりを目指します。

また、子どもから大人まで、市民一人ひとりが「食」により健康な生活を送るとともに、「食」を通じて、楽しさ、喜び、感謝の心、文化との触れ合いなど、精神的な豊かさを実感し成長していくことを理想とします。

3つの基本目標（いみずの推進目標）と各種施策

いっしょに食べよう、育もう 子どもの食習慣・・・子どもの健全育成

将来を担う子どもたちが健全な食生活を実践することは、健康で豊かな人間性を育てていくための基礎となることから、子どもの時期の食育は特に重要です。家庭や学校等における食育を推進し、子どもの健全育成を目指します。

家庭における食育の推進

家庭は食育の基本の場です。朝ごはんをしっかり食べることを含め、望ましい食習慣の定着や、「食」を通じた家族だんらんの機会を増やすことなどで「食」の楽しさを実感し、「食」への関心と理解を深めましょう。

【取り組むべき施策】

◇子どもの生活リズムの向上 ◇肥満予防の推進
◇家族だんらんの推進 ◇家庭における手作り料理の推進
◇食べ物に対する感謝の念の醸成 など

【数値目標(平成32年度)】

○朝ごはんを毎日食べてくる児童生徒の割合

・小学校 99.3% 中学校 97.9% ⇒ 100%

○小学校で実施している「小児生活習慣病予防検診」で「要医療」「経過観察」に該当する児童の割合

・11.9% ⇒ 減少

○1日に1回は家族の人と一緒に食事をとっている児童生徒の割合

・小学校 99.6% 中学校 97.6% ⇒ 100%

学校・保育園等における食育の推進

子どもたちにとって、学校や保育園等は家庭と並んで食育の中心の場です。生きた教材としての給食を通じて食事と健康との関わりを理解し、また、環境や農林水産業などの体験活動を通じて地場産食材への理解が深まるよう取り組みましょう。

【取り組むべき施策】

◇教育活動における食育の推進 ◇食に関する体験活動の推進
◇学校・保育園等給食における食育の推進
◇学校・保育園等給食における地場産食材の活用 など



稲刈り体験（小学校）

み ずから知ろう、実践しよう 食で健康生活・・・健康に過ごす人生

地域や食に関わる団体・機関が連携し食育が市民運動として展開され、市民一人ひとりが食育に対する意識を高め、食に対する知識を身に付け実践に結び付けることで、健康に過ごす人生を目指します。

市民食育運動の展開

食育に関心を持つことやその重要性への理解を深めるため、食に関わる人々や団体などが共通認識を持ち、射水市全体で食育を推進しましょう。

【取り組むべき施策】

- ◇「食育月間」、「食育の日」における食育の推進
- ◇ライフステージに応じた健康な食生活を学ぶ機会の提供
- ◇各種イベントにおける食育の普及・啓発運動の推進など

地域における食育の推進

ボランティアによる活動や地域の行事などで、多世代での交流や情報交換を行うとともに、事業所や外食店等を含めた地域でも幅広く食育を推進し、より良い食生活への改善に取り組ましましょう。

【取り組むべき施策】

- ◇ボランティア等による食育の推進
- ◇食に関する専門的な支援
- ◇地域振興会等における食育の推進
- ◇職場における食育の推進 など

食の選択力の向上及び安全性の確保

食生活や健康に関する正しい知識を持ち、自らの判断で食を選択するための知識の普及・啓発に取り組ましましょう。また、食中毒等の危害要因が判明した場合の情報提供や、生産から販売までの各段階における安全性の確保にも取り組みましょう。

【取り組むべき施策】

- ◇食品に関する情報の発信
- ◇生産・流通管理の徹底
- ◇食品の安全性に関する相談体制の確立
- ◇食に関する危機事案発生時の安全性の確保 など

【数値目標(平成32年度)】

- 朝食を欠食する人の減少(20歳以上)
 - ・12.8% ⇒ 10%以下
- 外食や食品を購入するときに栄養成分表示を参考にする人の増加
 - ・38.2% ⇒ 50%以上
- 自分の食生活に問題があると思う人のうち、食生活の改善意欲のある人の増加
 - ・68.0% ⇒ 80%以上
- 野菜の摂取量が適正量(野菜料理を1日5皿以上)の人の増加
 - ・32.0% ⇒ 40%以上
- 主食、主菜、副菜がそろった食事を1日2食は食べている人の増加
 - ・68.2% ⇒ 80%以上



食生活改善推進員による親子料理教室



ずっと伝えよう、育てていこう 射水の恵み・・・地産地消を通じた地域の活性化

「地産地消」を推進することで食に直接関係する農林水産業を育成し、併せて生産現場である自然環境にも配慮します。また、長い年月をかけて形成されてきた貴重な食文化を伝えるとともに、地場産食材を生かした新たな食文化の創造を図り、地産地消を通じた地域の活性化を目指します。

地産地消の推進

食料生産の拡大と流通システムの構築により、地場産食材の消費を促すことで、農林水産業の振興につなげましょう。また、生産者と消費者との交流により「顔が見える」関係をつくり、食べ物に対する感謝の念や地場産食材への愛着を醸成しましょう。

【取り組むべき施策】

◇地場産食材の消費拡大 ◇農林水産業者との交流の推進 ◇射水の旬の食材の情報発信 ◇直売所及びインショップの設置 ◇バイオマスタウン構想の推進 など

食文化の伝承・創造

地域の風土に根ざし、先人の知恵が詰まった昔ながらの伝統料理や地場産食材を使用した射水ならではの新たな郷土料理の開発を支援するなど、各家庭や地域において食文化に親しめる取り組みを推進し、食文化に対する関心や理解を深めましょう。

【取り組むべき施策】

◇郷土料理や伝統料理の情報発信
◇郷土料理や伝統料理の伝承
◇射水ブランドによる新たな食文化の創造 など

【数値目標(平成32年度)】

- 学校給食において射水市産食材を使用する割合(金額ベース)
・16.8% ⇒ 増加
- 保育園給食において射水市産食材を使用する割合(金額ベース)
・3.9% ⇒ 7.8%
- 直売所及びインショップにおける販売額
・123,907千円 ⇒ 140,000千円
- とやま食の匠認定者数
・19人 ⇒ 23人以上



地場産食材を利用した給食
(学校給食とやまの日)

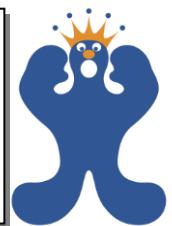
ライフステージに応じた食育の推進

それぞれの年齢層において、食育として取り組むべき内容も変化します。活動の中心となる場も、家庭、学校、職場、地域等へと変化することから、それぞれの機会に応じ、中断のない食育を推進しましょう。

年齢層に限らず、規則正しい食事、特に朝ごはんを食べることは大切だよ！

【ライフステージごとの食育のポイント】

- | | |
|--------------------------------|----------------------------------|
| ○乳幼児期(0～5歳)・・・食習慣の基礎をつくる | ○青年期(19～35歳)・・・食について自己管理できるようにする |
| ○学童期(6～12歳)・・・食の大切さを学ぶ | ○壮年期(36～64歳)・・・食を楽しみ病気を予防する |
| ○思春期(13～18歳)・・・正しい食習慣や知識を身に付ける | ○高齢期(65歳～)・・・健康への関心を高め次世代へ食を伝承する |



【問合せ先】福祉保健部保健センター TEL 52-7070

◇計画の詳細は、市ホームページの保健センターページをご覧ください。