

概要版

みんなで楽しく いただきます!

豊田市食育推進計画



(絵) 豊田市立藤沢小学校 山下真一郎さん

豊田市

1 なぜ今、食育なのか

「食育」とは、生きる上での基本であって、知育、徳育、体育の基礎となるべきものと位置付けられるとともに、様々な経験を通じて、「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てることとされています。

近年、「食」をめぐる状況は大きく変化し、食生活の乱れや「食」を大切にしている心の欠如、伝統ある食文化の喪失、「食」の安全性への不安の増大などの問題が生じています。

これらの問題に対処し、その解決を目指して「食育」を推進することが求められています。



2 豊田市の現状と課題

豊田市では平成19年に市民を対象としたアンケートを実施し、調査結果から豊田市の現状と課題を整理しました。

- (1) 朝食を食べない人がいる
- (2) 朝食を1人で食べている子どもが多い
- (3) 食事の栄養バランスが悪い
- (4) よくかんで食べる意識が低い
- (5) 食事が楽しくないと思っている人がいる
- (6) 「食育」が知られていない
- (7) 地域の食文化の衰退、地産地食※の意識が低い
- (8) その他の問題点（「食」の環境問題、「食」の安全・安心）



※ 豊田市では地域の農産物を食べてもらうことを強調するなどの理由から、「地産地食」という言葉を使用します。

3 食育を推進するねらい

この計画は、「食」を通じて人と人がふれあい、様々な問題に目を向け、ともに考え、ともに行動することができる楽しいまちを実現することを目指しています。

人づくり

1. 「食」を通じて子どもの豊かな人間性をはぐくむ
2. 「食」を通じて地域の良さを見直し、郷土を愛する心をはぐくむ
3. 「食」を通じて健康な心と体をはぐくむ

まちづくり

1. 「食」を通じた地域交流を進め、あたたかいまちづくりを推進する



4 食育推進体制

豊田市の食育は、「豊田市食育推進会議」、「行政」及び「食育応援し隊」が協力・連携し、市民との共働による推進をめざしていきます。



5 計画の体系

食育を推進するため3つの目標とその方向性を設定しました。そして、市が取り組む「市の行動指針」と市民の皆さんに取り組んでいただきたい「市民の行動指針」を提案しています。



目標1 子どもとはぐくむ「楽しい食育」

方向性

- (1) 「食」に関わる人や食べ物に感謝しましょう
- (2) 家族で楽しく食事をしましょう
- (3) 農作業体験や調理体験等を通して食べ物大切さを知りましょう

市の行動指針

- ・食べ物大切さを知り、感謝していただく運動を推進する。
- ・子どもが楽しく食事をし、マナーを身に付け、コミュニケーションを図れるように支援する。
- ・子どもたちが農作業体験や調理体験などにより、食べ物大切さや感謝する気持ちを育てる。

目標2 みんなで参加「交流食育」

方向性

- (1) 「食」を通じて地域で交流しましょう
- (2) 地産地食をすすめましょう
- (3) 地域に伝わる食べ物に関心を持ちましょう
- (4) 環境に配慮した食生活にしましょう

市の行動指針

- ・「食」を通じた世代間交流や都市と農山村の交流を促進する。
- ・地産地食の取り組みや学校給食での地元農産物の利用を促進する。
- ・地域の食文化や郷土料理を伝承する支援を行う。
- ・「食」に関する環境問題について教育・啓発する。

目標3 3食たべて「健康食育」

方向性

- (1) 食事を大切に生活した生活を心がけましょう
- (2) 健康的な食生活を心がけましょう
- (3) 食べ物の安全性に関心を持ちましょう

市の行動指針

- ・生活リズムを整え規則正しい食習慣を啓発する。
- ・みんなが朝食を食べるよう啓発する。
- ・バランスの良い食事や調理技術の情報提供や教室を開催する。
- ・かむことの重要性を啓発する。



子ども

に取り組んでほしいこと

- ❑ 朝食を毎日食べましょう
- ❑ 家族そろって楽しく食べましょう
- ❑ 食事のあいさつやマナーを守りましょう
- ❑ 食事を作ってみましょう
- ❑ 食べ物の大切さを知りましょう
- ❑ 地域でとれる食べ物に関心を持ち、食べてみましょう
- ❑ 食べ物の栄養を考えて食べましょう
- ❑ よくかんで味わって食べましょう

生産者・事業者

に取り組んでほしいこと

- ❑ ホームページや広告などで「食」への理解を深めるための支援をしましょう
- ❑ 子どもたちが様々な体験ができる機会をつくりましょう
- ❑ 安全で良質な食べ物を生産し、市場に提供しましょう
- ❑ 食育の日の啓発など、食育運動の推進に協力しましょう
- ❑ 食育推進の視点から、消費者との意見交換や交流に積極的に臨みましょう
- ❑ 生産・製造過程の安全性情報を、正確に、消費者にもわかりやすく開示しましょう

地域・職域

に取り組んでほしいこと

- ❑ 家族そろって食事できる時間づくりなど、食育運動の推進に協力しましょう
- ❑ 子どもたちが様々な体験ができるよう支援しましょう
- ❑ 伝統的な食文化や郷土料理を伝えましょう
- ❑ 地産地食や「食」を通じた世代間交流を進めましょう
- ❑ 地域や職場で食育運動に参加しましょう
- ❑ 食品の安全・安心について、注目していきましょう

大人

に取り組んでほしいこと

- ❑ 子どもの食育に関心を持ちましょう
- ❑ みんなで朝食を食べましょう
- ❑ 家族そろって楽しく食べましょう
- ❑ 地域でとれた食べ物を利用しましょう
- ❑ 地域の伝統的な食文化や郷土料理に関心を持ち、子どもたちにも伝えましょう
- ❑ バランスのとれた食事を心がけましょう
- ❑ 食べ物の選び方を知りましょう
- ❑ よくかんで味わって食べましょう

6 目標指標

この計画の推進により達成をめざす目標指標です。評価結果は、計画や取組等の見直しに反映させ、活用していきます。

目 標	目 標 指 標			
	指 標 名	現状値 (H19)		目標値
目標1 子どもと はぐくむ 「楽しい食育」	(1) 家族の誰かと一緒に食事(朝食)をする子の増加	高校生	66.3%	75.0%
		小中学生	73.6%	80.0%
	(2) 毎日の食事が楽しいと思う人の増加 給食の時間が楽しいと思う子の増加	市民	76.4%	80.0%
高校生		64.6%	70.0%	
目標2 みんなで参加 「交流食育」	(1) 地産地食の内容を知っている人の増加	市民	47.3%	60.0%
		高校生	21.2%	30.0%
		小中学生	54.3%	65.0%
	(2) 地域の伝統食や郷土食を知っている人の増加	市民	20.5%	30.0%
		高校生	56.5%	60.0%
		小中学生	87.3%	90.0%
	(3) 食材の廃棄や食べ残しを少なくするようにしている人の増加	市民	80.3%	90.0%
	(4) 食育について知っている人の増加	市民	54.9%	70.0%
		高校生	36.5%	60.0%
		小中学生	57.8%	70.0%
目標3 3食たべて 「健康食育」	(1) 毎日朝食を食べる人の増加	市民	85.0%	90.0%
		高校生	84.7%	90.0%
	朝食を食べた子の増加(ある一日)	小中学生	96.9%	98.0%
	(2) バランスのとれた食事をする人の増加	市民	72.0%	80.0%
	(3) メタボリックシンドロームの内容を知っている人の増加	市民	70.2%	80.0%
	(4) よくかんで食べる人の増加	市民	40.8%	50.0%
		高校生	39.4%	50.0%
	(5) 「食」の安全について関心のある人の増加	市民	86.8%	90.0%

※ 市民(20歳以上)、高校生は「食育に関するアンケート調査」(平成19年)
小中学生は「食生活状況調査」(平成19年)の結果を使用しています。

この計画期間は、平成20年度から平成22年度までの3年間とします。



7 重点事業

食育の推進にあたっては「3つの目標」に基づき、様々な施策を実施していきます。また、今後3年間の重点的な取組として、以下のプロジェクトを定め推進していきます。

1 「おいしく楽しい食育」プロジェクト（モデル地区）

モデル地区を設定し、子どもの「食」を視点に「食育」を横断的・縦断的に地区をあげて取り組みます。

①(仮)地区食育推進協議会の設置

②「食」の学び舎開設

親子食育講座を通じて、子どもの五感を育て「食」の自立を促します。

③ホームページで紹介「今日の学校

給食メニュー」

④農作業体験型学習等の拡充

⑤食育研究チームの設置

（9つ（歳）までの食育実践カリキュラム作成・実施）



農作業体験学習

2 「みんなで交流食育」プロジェクト



エコット食育体験学習

①地産地食促進プロジェクト

市内の産直市場を利用し、農山村と都市部の交流促進、環境行動への参加、「食育」や「健康情報」の発信を行います。

i 産直フードマイレージ

ii 旬のレシピ・野菜の効能等の情報発信

iii 「食の交流会」・「食の歳時記」の開催

②(仮)とよたファーマーズマーケット(農産物直売所)の支援

③環境学習施設(エコット)食育体験学習による教育・啓発

3 「健康づくり食育」プロジェクト

- ①豊田市版食事バランスガイドを活用した食べ方の普及啓発
- ②企業で働く社員のメタボリックシンドローム撲滅作戦の展開
- ③かみかみ運動（かむことの重要性）の推進



バランスの良い食事の紹介

6月
は
食育月間

毎月
19日
は
食育の日

みんなで
**楽しく
いただきます!**

国の食育推進基本計画に基づき、6月を食育月間、毎月19日を食育の日と定め普及啓発します。



豊田市版食事バランスガイドでは、日々の食事の組立てがしやすいようにコマに表した料理を朝・昼・夕に分けています。健康的な生活を送るためにご活用ください。

豊田市版 食事バランスガイド

「食事バランスガイド」は1日の食事の「何を」「どれだけ」「食べたい順番」を示すために厚生労働省と農林水産省で考えられたものです。
コマの形で食事バランスを表しています。体に欠かせない水分がコマの軸になり、食事量の目安のようにコマのグループに分かれています。そして、うまく組立てるには順番も重要です。
豊田市版食事バランスガイドでは、日々の食事の組立てがしやすいように朝・昼・夕に分けています。健康的な生活を送るためにぜひご活用ください。

主食
肉や魚は身体づくりのエネルギー源になります

野菜
身体の調子を整えます

主菜
身体の調子を整えつつエネルギー源になります

牛乳・乳製品
日本人に不足しがちなカルシウムが多く含まれます

果物
ビタミン・ミネラル・食物繊維が多く含まれます

「食事バランスガイド」は豊田市版の健康づくりの目標で考えられたものです。健康増進・生活習慣病予防には食事の改善と合わせて運動も大切です。そのためにぜひご活用ください。

豊田市食育推進会議
事務局 豊田市 福祉保健部 健康増進課
〒471-8501 豊田市西町 3-60
Tel : 0565-34-6627 Fax : 0565-31-6320
Mail : hokenkou@city.toyota.aichi.jp
平成 20 年 3 月作成