

和寒町食育推進計画



平成 26 年度～平成 30 年度



和 寒 町

目次

第1章 計画の策定にあたって	1
(1) 計画の趣旨	
(2) 計画の位置づけ	
(3) 計画の期間	
第2章 食育をめぐる現状と課題	3
(1) 世帯の状況	
(2) 食生活の状況	
(3) 健康状態	
(4) 住民の食のアンケートからみた現状	
(5) 和寒町の農業	
(6) 地産地消と体験学習	
(7) 課題	
第3章 目標	14
(1) 食育の定義	
(2) 食育の目標	
(3) 目標実現のために実践する項目	
(4) 主な指標（数値目標）	
第4章 年齢期ごとの食育	16
乳幼児期（0～5歳）	
学校教育期（6～15歳）	
青年期（16～24歳）	
妊娠期・子育て期	
壮年期・中年期（25～64歳）	
高齢期（65歳以上）	
第5章 食育を推進するための取り組み	17
(1) 家庭での取り組みと関係者の役割	
(2) 学校、保育所等での取り組みと関係者の役割	
(3) 地域での取り組みと関係者の役割	

第 1 章 計画の策定にあたって

(1) 計画の趣旨

人々は、食によって命を成り立たせ、健康を維持しています。日本は世界でも有数の長寿国ですが、それぞれの地域にはその土地の気候や風土によって育まれてきた食材や食べ方と、入手できる食べ物で食事を整えてきた暮らしの中での知恵や活動があり、こうした食生活を大切にし、それらを広め伝えていくことが大切です。

こうしたなか、近年、世界的に食料需給が逼迫し、食糧の安定供給の確保が求められるとともに、食品の偽装表示や輸入食品の汚染など、消費者の食に対する信頼を揺るがす出来事が相次いで発生し、安全・安心な食品に対する消費者の関心が高まる一方、核家族化やライフスタイルの変化に伴う栄養の偏りや食生活の乱れにより生活習慣病が増加するなど、町民の健康への影響が懸念されています。

また、農産物の生育の過程などを見る機会が減り、食べ物と生産現場のつながりを実感することが少なくなっているほか、家庭や地域で受け継がれてきた伝統的な食文化も消えつつあります。

さらに、大量の食べ残しや消費期限切れに伴う食品の廃棄など、資源の無駄使いといった問題も指摘されています。

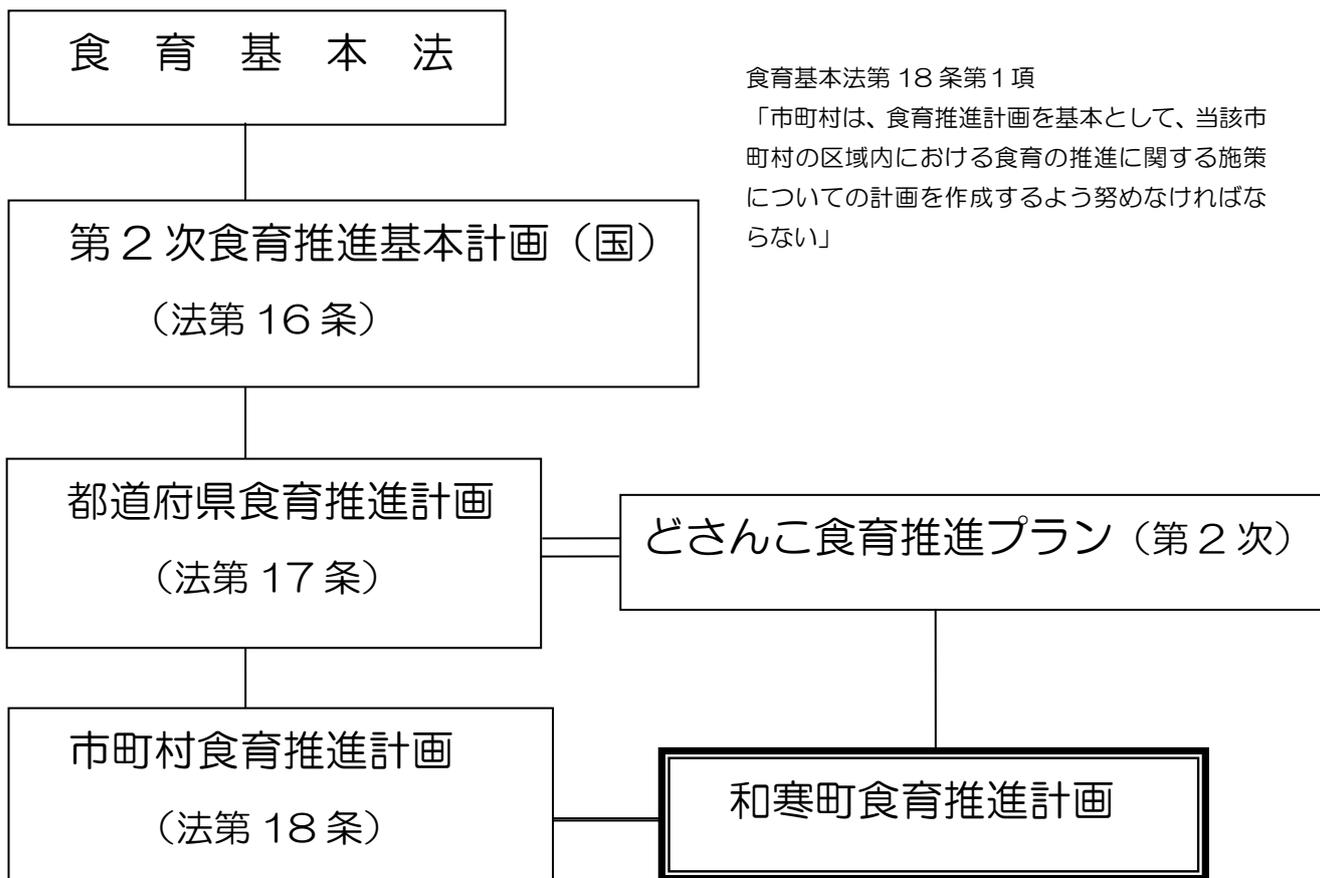
このような状況の下で、国は平成 17 年 6 月に生涯にわたって健康で豊かな食生活を実現する「食育」を重要課題にとらえ、国民的な運動として推進していくため「食育基本法」を制定しており、平成 23 年度には「第 2 次食育推進基本計画」を策定しました。北海道は国に先駆け平成 21 年度に北海道食育推進計画（第 2 次）「どさんこ食育推進プラン」を策定し、食育を総合的に推進してきました。

そうした背景を踏まえ、本町においても、「食」を通して地域の特徴を知ることによって地域への愛情を深め、次世代に持続可能な「和寒町食育推進計画」を策定します。

(2) 計画の位置づけ

「和寒町食育推進計画」は、国の食育基本法に基づいた「第2次食育推進基本計画」(国)、「どさんこ食育推進プラン」(第2次北海道食育推進計画)、そして第5次和寒町総合計画及び「健康わっさむ21」(和寒町健康増進計画)をはじめ各関連計画と整合性を図り作成しました。

この計画は、食育の基本的な考え方を明らかにするとともに、運動のコンセプトである「周知から実践へ」を念頭に、食育を具体的に推進するための総合的な指針として位置づけます。



【関連計画】

- 第5次和寒町総合計画
- 健康わっさむ21 (和寒町健康増進計画)
- 和寒町母子保健計画
- 和寒町次世代育成支援行動計画
- 第3次和寒町農業農村振興計画

(3) 計画の期間

この計画は、平成26年度から30年度までの5年間とします。社会情勢や食環境の著しい変化などにより、計画の変更が必要となった場合には、随時見直しを行います。

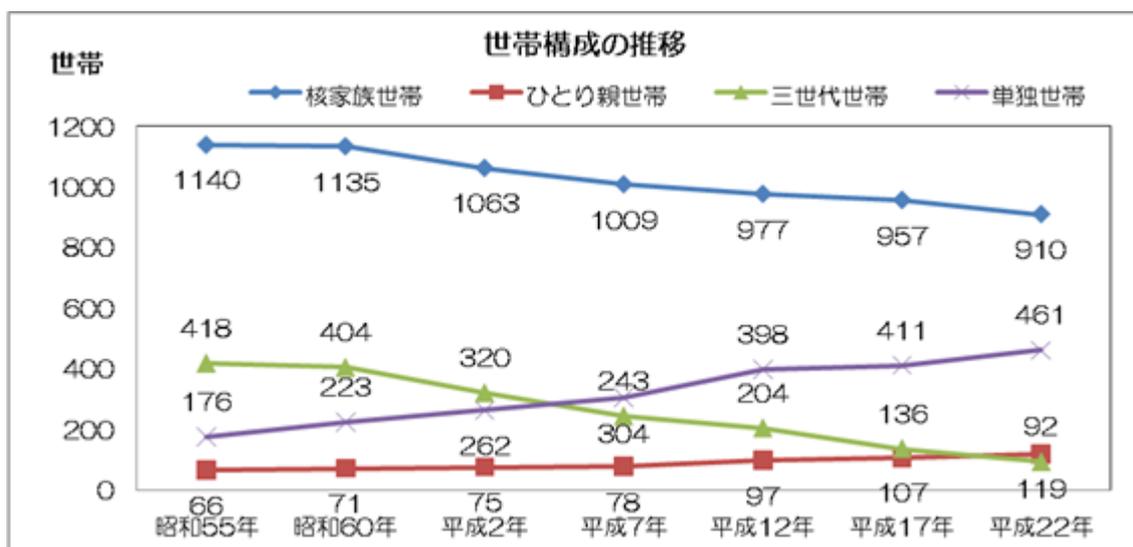
第2章 食育をめぐる現状と課題

(1) 世帯の状況

○和寒町の世帯状況

平成22年の国勢調査における世帯構成は核家族世帯が910世帯と最も多く、次いで単独世帯の461世帯で、核家族世帯および三世帯世帯は減少、単独世帯およびひとり親世帯は増加傾向となっています。

図1



和寒町次世代育成支援行動計画より

(2) 食生活の状況

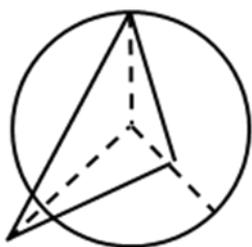
○栄養のバランス

栄養バランスの推移をみると、昭和50年代頃には炭水化物、脂質、たんぱく質の3大栄養素のバランスがとれた「日本型食生活」でしたが、この数十年間で食生活が大きく変化し、とくに、肥満への誘因とされる動物性たんぱく質の摂取の増加による脂質の摂取量が増え、栄養のバランスが崩れてきています。

栄養バランスの変化 (全国)

昭和35年

たんぱく質 12.2%



炭水化物 76.4%

脂質 11.4%

昭和55年

たんぱく質 13.0%



炭水化物 61.5%

脂質 25.5%

平成23年

たんぱく質 13.0%



炭水化物 58.4%

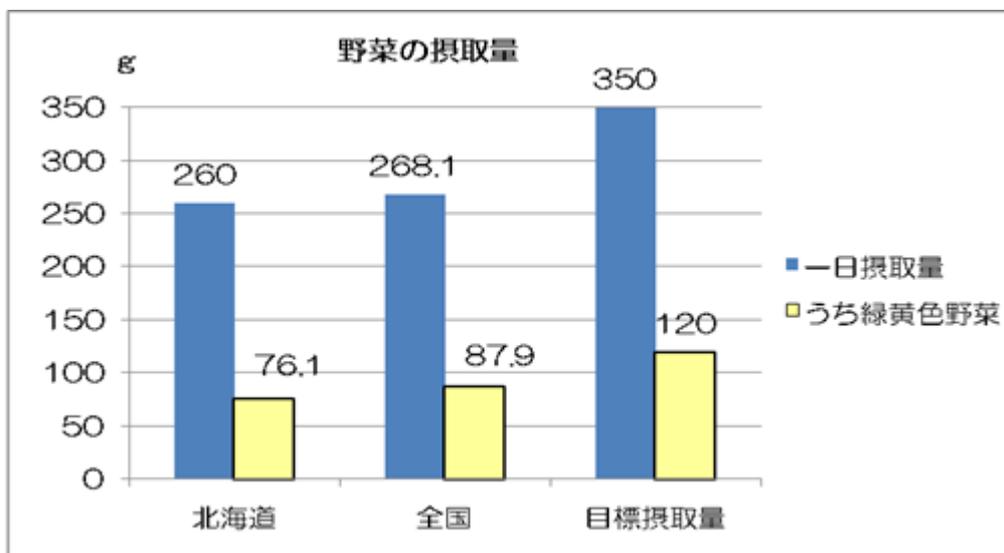
脂質 28.6%

資料：農林水産省「食料需給表」

○北海道の野菜摂取量

野菜摂取量は、1日平均260.0gと全国平均の268.1gを下回っており、目標摂取量の350gと比べ90g不足しています。

図2



資料：厚生労働省平成22年「国民健康・栄養調査」

○和寒町民の野菜の食べ方の傾向

自家栽培による野菜を食べることが多く、そのため季節によって食べている野菜の種類や分量、食べ方に偏りがみられます。特に冬場は野菜の収穫量や種類が減るため、保存のできる淡色野菜中心の食べ方となっています。（表1より）

表1 和寒町の食背景

《自家栽培の野菜を食べる》

- ・収穫時期の夏から秋にかけて、短期集中で緑黄色野菜を食べる。
- ・季節の野菜をマヨネーズやドレッシングを使って食べる。

《保存野菜の文化がある》

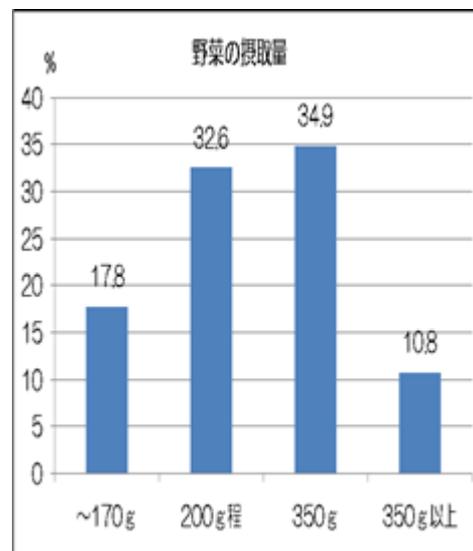
- ・雪の下に野菜を貯蔵し冬期間に食べる。（主に淡色野菜中心）
- ・手作りの漬物で野菜を食べ、塩分摂りすぎの傾向がある。
- ・果物を野菜がわりに食べて野菜不足を補う。

《野菜少なめの食べ方の傾向》

- ・魚、肉などの調理方法は、単品で焼く、炒める、揚げるなどの調理が多く、一緒に食べる野菜の分量が少ない。

健康わっさむ21「和寒町健康増進計画」より抜粋

図3 1日の野菜の摂取量



平成17・18年度冬の栄養教室

食生活アンケート結果より（参考値）

○北海道における朝食を食べない人の割合

	平成11年度	平成16年度	平成23年度
男性	7.6%	5.0%	7.5%
女性	4.7%	3.3%	3.8%

資料：平成23年度 健康づくり道民調査

○北海道の小中学生の朝食摂取状況

	毎日食べる	食べないことがある	ほとんど食べない
小学生	77.5%	18.1%	4.4%
中学生	74.3%	18.6%	7.1%

資料：平成16年度 北海道PTA連合会調べ

○和寒町保育所児童 朝食摂取状況

	毎日食べる	週1～2回食べる	食べない
保育所児童	76人(97%)	2人(3%)	0人(0%)

和寒町保育所 平成24年度子どもの食生活に関するアンケートより(回収数78名・回収率75.6%)

平成21年国民健康・栄養調査結果では1歳～6歳までの朝食欠食率は、男5.8%、女4.6%でした。和寒町保育所でのアンケート結果では、「週1～2回食べる」「食べない」を合わせると、毎日食べていない子は3%です。

※国民健康・栄養調査の「欠食」とは、食事をしなかった場合の他に、菓子、果物、乳製品、嗜好飲料などの食品のみを食べた場合も含まれる。

○和寒町保育所児童 食育の周知度

	内容も含め知っている	言葉は知っているが内容はわからない	知らない・無回答
和寒町保育所	57.0%	43.0%	0%
全国(H22)	43.4%	32.4%	24.2%

和寒町保育所 平成24年度子どもの食生活に関するアンケートより(回収数78名・回収率75.6%)

資料：内閣府 食育に関する意識調査報告書

(3) 健康状態

○肥満者の割合

和寒町の肥満者の割合をみると、ほとんどの年代において全国より高く、男性の50代と60代では半数近くを占めています。女性では50代で全国を大きく上回り、3割を超えています。

図4

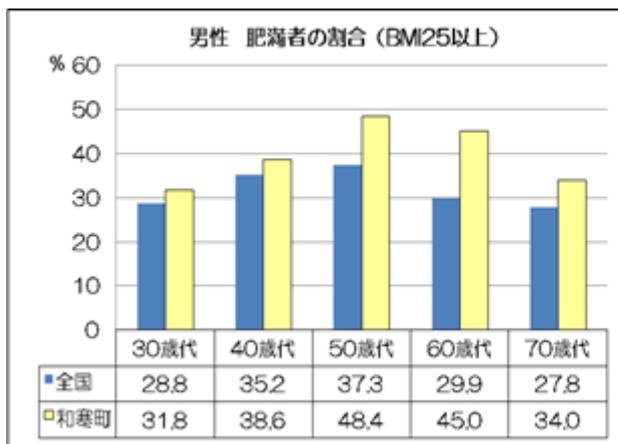
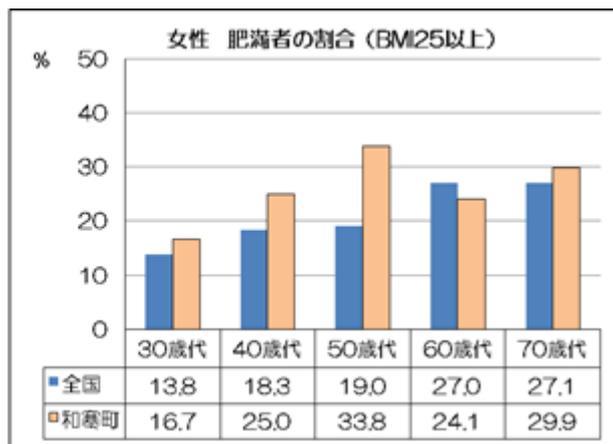


図5



資料：平成22年国民健康・栄養調査結果

平成24年度和寒町基本健診（35～39歳）特定健康診査（40～74歳まで）結果より

○生活習慣病の状況

和寒町の国民健康保険加入者の治療の状況をみると、生活習慣病で治療している人は50歳代から増え続け、70歳代になると6割以上の方が治療している状況にあります。疾患の状況では、高血圧や糖尿病、脂質異常症が多く、これらの病気が重なることで動脈硬化を進行させ、脳梗塞や心筋梗塞などの大血管疾患につながります。大血管疾患は高額医療となる疾患でもあることから、生活習慣病を予防していくことが必要です。

図6

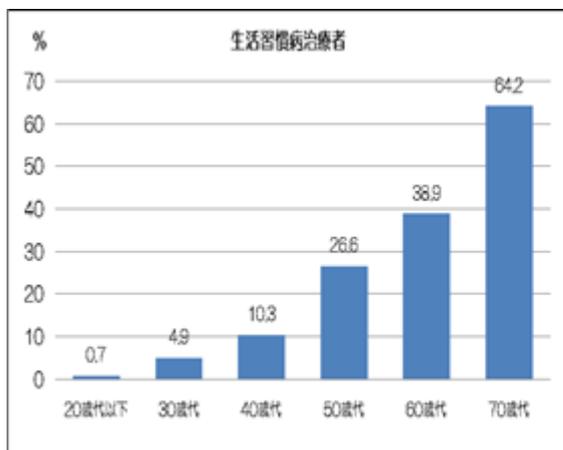
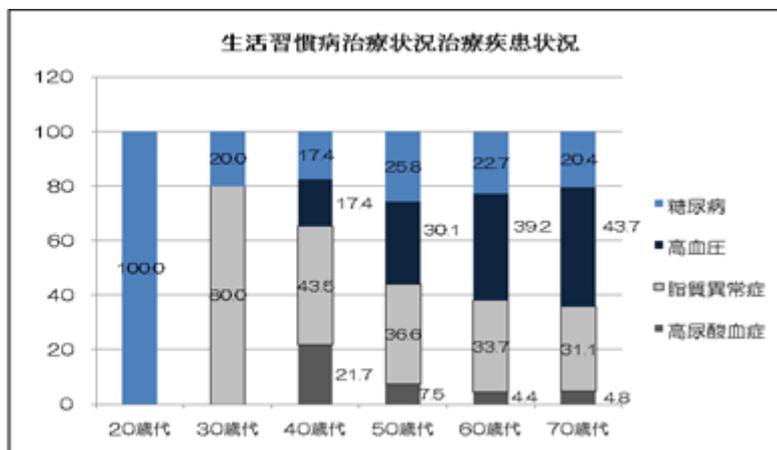


図7



H25年5月 和寒町国保診療報酬請求書より

(4) 町民の食のアンケートからみた現状

○対象

保育所児童、小学生、中学生がいる世帯 206 世帯
 保育所児童 99名 小学生 162名 中学生 92名
 ※得られた高校生のアンケート結果については参考値とする。

○アンケート配付日と回収日

平成 25 年 11 月 15 日配布、11 月 29 日回収

○回収数・回収率

168 世帯(81.6%)
 保育所児童 94名(94.9%) 小学生 131名(80.9%) 中学生 68名(73.9%)

○アンケート回答者内訳

児童生徒計 325名 20歳代～ 336名 合計661名

児童・生徒	人数	年代	男	女	性別不明	計
保育所	94	20歳代	10	14	1	25
小学生	131	30歳代	61	78	1	140
中学生	68	40歳代	46	48	1	95
高校生(10歳代を含む)	32	50歳代	23	12	0	35
計	325	60歳代	3	8	0	11
		70歳代	3	6	1	10
		80歳代	0	1	3	4
		年代不明	6	8	2	16
		計	152	175	9	336

○アンケート集計

設問① 「食育に関心がありますか？」

図 1

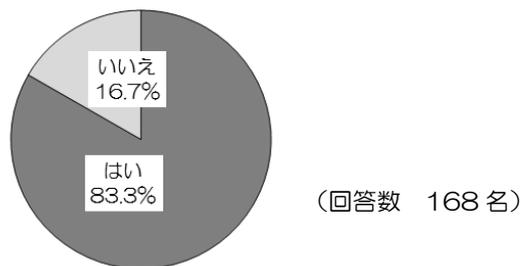
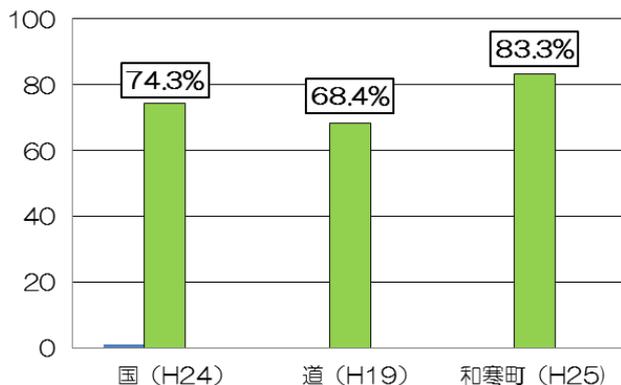


図 2 食育に関心がある人の割合



※国は「食育の現状と意識に関する調査」より
 H24 の状況を抜粋
 ※道は「北海道食育推進計画（第 2 次）」より
 H19 の状況を抜粋
 ※和寒町は表 1 より

図1、図2より、「食育に関心がある」と回答した人は、国や道と比較して高い結果でした。第2次食育推進基本計画では、平成27年度までに90%以上を目標にしています。

設問② 「1日の野菜摂取量が350グラムと知っていますか？」

図3

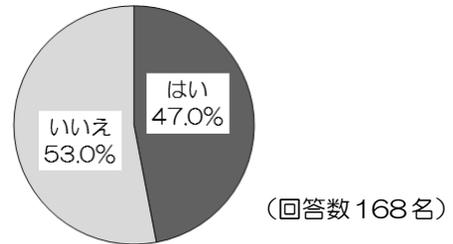
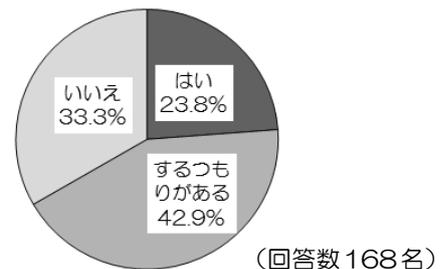


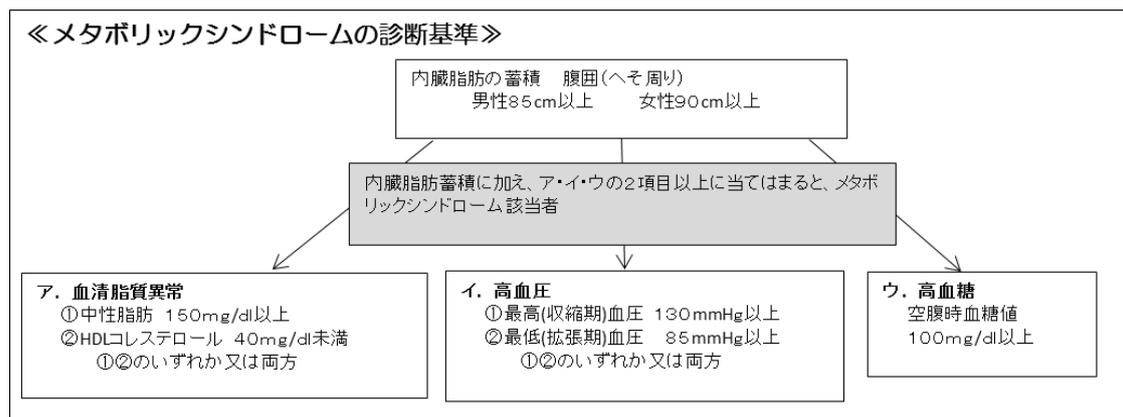
図3より、「野菜目標摂取量を知っている人」は47.0%でした。北海道民の野菜摂取量は全国平均摂取量と比較して下回っており、特に冬場は青菜などの緑黄色野菜摂取量が不足する現状にあります。健康な心身を保つための食生活を一年を通じて送ることができるよう、野菜の選び方や適量を食べる方法など推進していく必要があります。

設問③ 「内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)予防のための適切な食事、運動などを継続的に実践していますか？」

図4



★メタボリックシンドロームとは ～ 心筋梗塞や脳梗塞発症の危

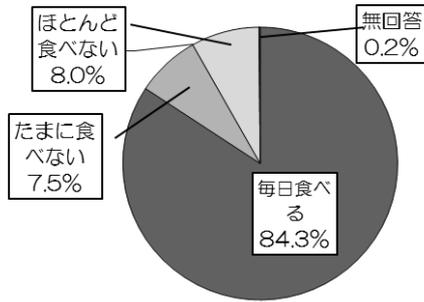


危険性を高める内臓脂肪症候群

8 ページ 図4より、「内臓脂肪症候群予防のための適切な食事、運動を継続的に実践している」「するつもりがある」と回答した人は66.7%でした。和寒町は全国と比較して男女とも30歳代から70歳代において肥満者の割合が高く(6ページ 図4より)、適切な食事、運動の実践を毎日の生活に取り入れていくことが必要です。一人ひとりに適した食品の目安量や、冬場に室内で継続できる運動の紹介など推進していくことが重要です。

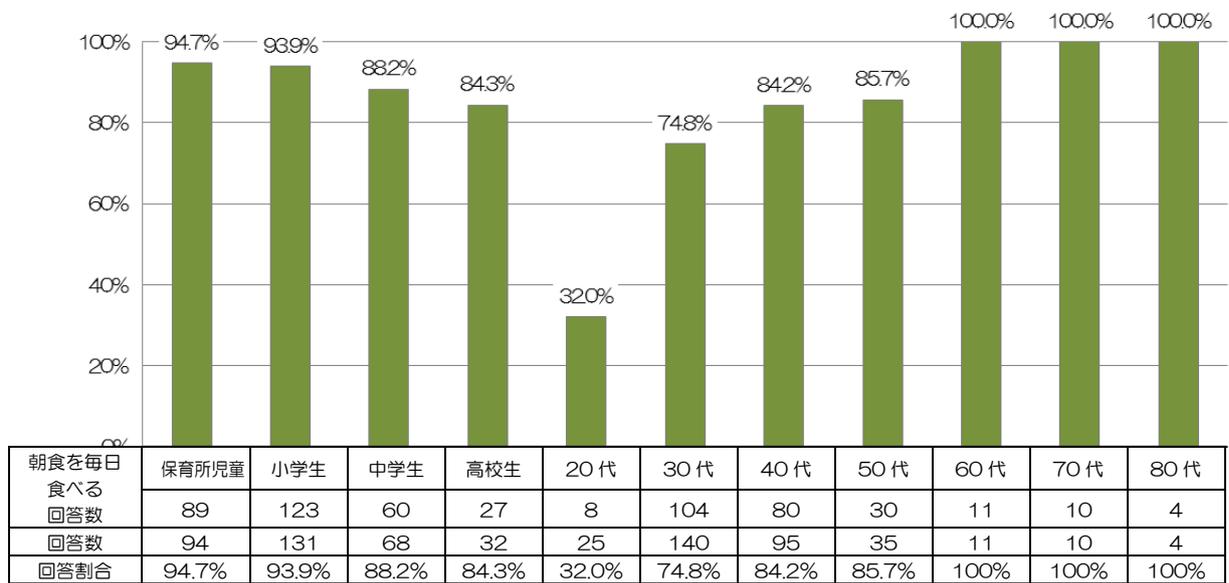
設問④ 「朝食は毎日食べますか？」

図 5



(回答数661名)

図6 年代別朝食を毎日食べている割合（無回答・年代不明回答は除く）



朝食を毎日食べる	保育所児童	小学生	中学生	高校生	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代
回答数	89	123	60	27	8	104	80	30	11	10	4
回答数	94	131	68	32	25	140	95	35	11	10	4
回答割合	94.7%	93.9%	88.2%	84.3%	32.0%	74.8%	84.2%	85.7%	100.0%	100.0%	100.0%

図7 朝食摂取状況（児童・生徒の回答より）

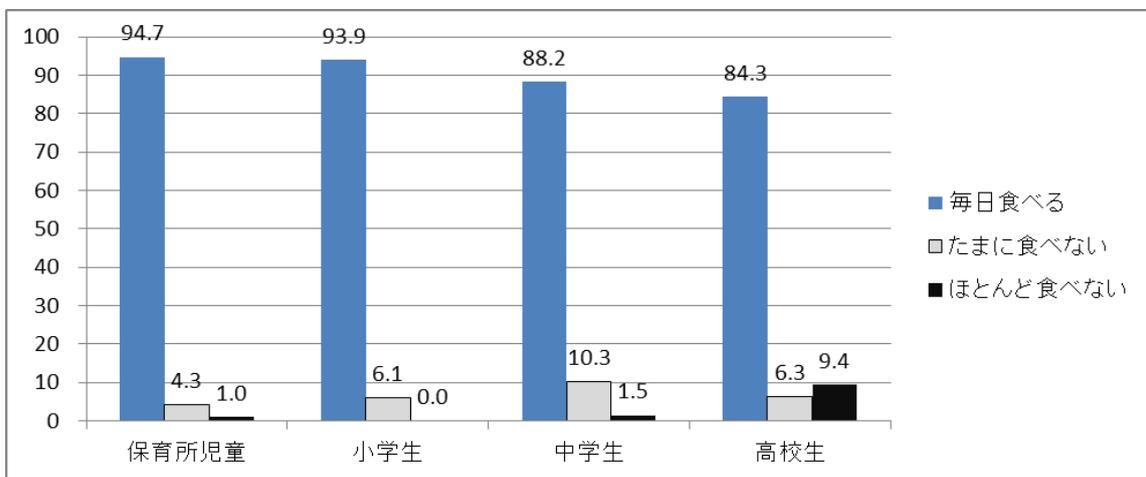
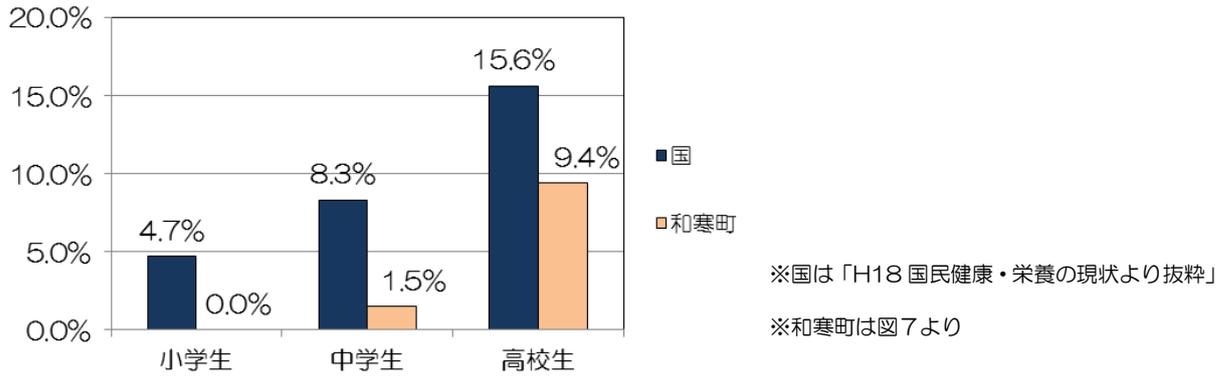


図8 朝食欠食の国との比較



設問⑤ 「朝食を誰と食べていますか？」

図9 朝食を誰と食べているかの割合（児童・生徒の回答より）

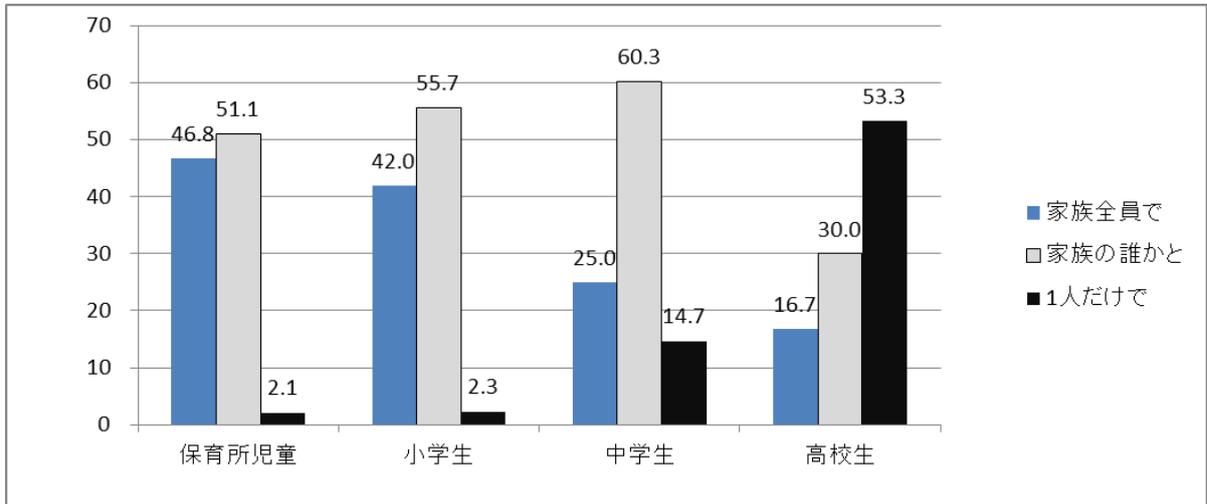
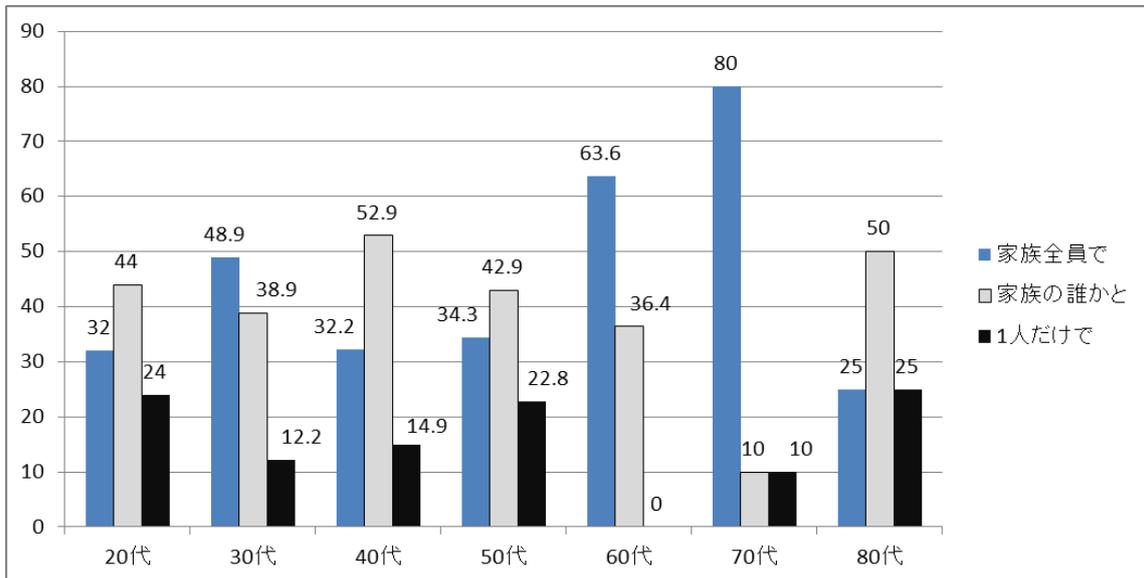


図10 朝食を誰と食べているかの割合（年代別回答より）



設問⑥ 「夕食を誰と食べていますか？」（児童・生徒の回答より）

図 1 1 夕食を誰と食べているかの割合（児童・生徒の回答より）

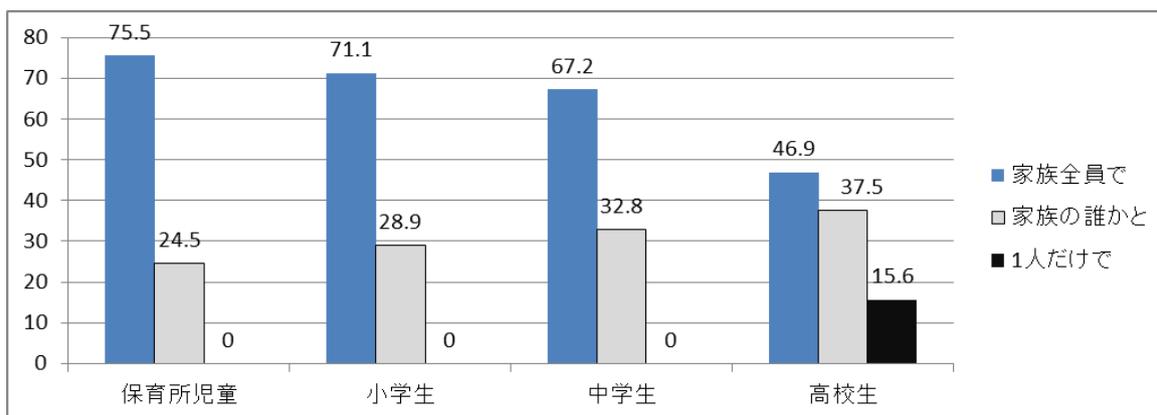
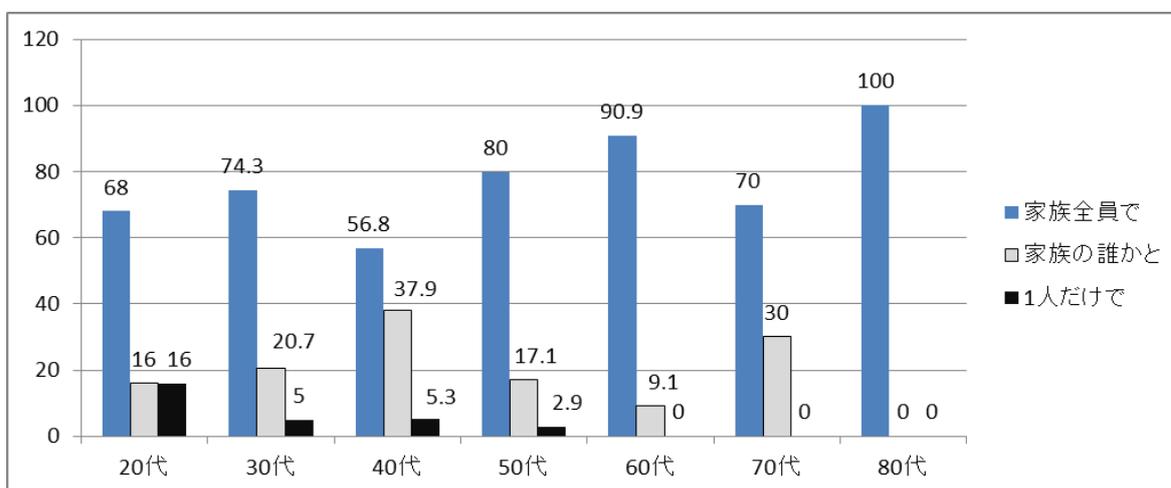


図 1 2 夕食を誰と食べているかの割合（年代別回答より）



朝食を毎日食べる人の割合は 84.3%でした（9 ページ 図 5 より）。国と比較して小・中・高校生とも欠食は少なく、しかし学年が上がるにつれ欠食率が上昇するといった、国と同じ傾向をしています（図 8 より）。年代別では 20 歳代～50 歳代は朝食を毎日食べている割合が低く（9 ページ 図 6 より）、その中で子育て世代である親の朝食欠食が子どもの食習慣形成に与える影響が懸念されます。

共に食べる「共食(きょうしょく)」については、朝食は 50 歳代までは「家族の誰かと食べる」との回答が 40～50%前後を占めています（図 10 より）。夕食は全世代において「家族全員で食べる」との回答が多い結果です（図 11、図 12 より）。反面朝食は児童生徒は年齢が上がるにつれて「ひとりで食べる」回答が増えており（図 9 より）、夕食では 20 歳代～40 歳代にかけて「家族の誰かと食べる」回答が増えています（図 12 より）。家族の生活スタイルの多様化により家族一緒に食事をする事の難しさが伺えますが、「共に食べること」「三食食べる大切さ」を広め、その中で家庭が食育の場となるよう推進していくことが必要です。

(5) 和寒町野農業

○経営耕地面積と農家戸数（平成 22 年農林業センサス）

単位：ha、戸

総面積	田	畑・樹園地	農家戸数
4,130	2,507	1,623	264

○作付面積と収穫量（平成 24 年）

作物	作付面積(ha)	収穫量(t)
	平成 24 年	平成 24 年
水稲	1,080	6,270
小麦	280	760
大豆	371	937
甜菜	30	1,910
馬鈴薯	49	1,450
そば	455	452
南瓜	950	10,800
キャベツ	90	4,720

（北海道農政事務所資料）

○家畜飼養頭数

	平成 24 年
乳用牛(頭)	706
肉用牛(頭)	280

○家畜等の出荷数量

	平成 24 年
生乳(t)	2,981

和寒町の農業は、稲作中心型、水稲・畑作・露地野菜を中心とした土地利用型農業、メロン、トマト、花卉など施設を導入した集約型農業など多様な経営形態となっています。

平成 22 年農林業センサスでの経営耕地面積は、4,130ha で 264 戸の農家が耕作しておりますが、近年は転作率が約 60%と、水稲に変わる作物として、カボチャの作付けが拡大され、日本一の作付面積を背景にブランド化を図ってきました。また、平成 22 年 2 月に「和寒越冬キャベツ」が、特許庁の商標原簿に登録され、元祖越冬キャベツの里としてブランド化が図られています。

こうしたなか、農業は農畜産物の安定供給のみならず、水源涵養など農地の持つ多面的な機能を発揮し、環境の維持・保全と地域経済や産業など、社会の基盤として大きな役割を果たしています。

しかし一方では、国の農業政策の見直しや環太平洋連携協定（TPP）交渉への参加に加えて、産地間競争による農産物価格の低迷や急激な気候変動、地域農業における高齢化の進行や担い手・後継者不足など大きな課題を抱えています。

このような状況ではありますが、今後も消費者の食に対する関心の高まりなどを受け、本町の農業を守り育て、消費者の食卓を意識した農業の推進と、地域特性を発揮する魅力ある農業・農村の実現が求められています。

(6) 地産地消と体験学習

保育所では、所内の菜園を利用して野菜の植付け、収穫を子どもたちとともにしています。身近に育てた野菜を観察、収穫、味わうことで食の楽しさや大切さを学んでいます。

和寒町の小・中学校では「総合的な学習の時間」を通して、農業体験の学習を実施しています。小学校では各学年の学級菜園で作物を育てたり、JA 北ひびき青年部の方々の協力を得て毎年3年生が和寒の特色を生かした越冬キャベツの栽培を学習しています。種まきから収穫までの体験をする中で、育てる喜びや命の大切さを知ることができ、「食」に関する理解を深めています。中学校では農家に出向き、農作業や収穫の体験を通して食べ物と生産現場のつながりや地域の産業について理解を深め、食文化について学習しています。

(7) 課 題

食生活の変化による脂質の過剰摂取や野菜の摂取不足、家族のライフスタイルの多様化による食習慣の乱れや、朝食を摂らないことにより栄養の偏りが生じ、これらに起因して肥満や生活習慣病の増加など、町民の健康に与える影響が問題となってきています。

望ましい食習慣を身につけていけるよう、健康維持のための適正な食事量に関すること、食品の表示などの正しい情報、食料の生産と消費、食料の需給など食に関する幅広い情報が得られ、その情報を活用できるようにする必要があります。

子どもころから様々な食品を食べ味覚を磨くとともに、基本的な料理技術を学び、家族や友人などと楽しく食事ができるような機会を増やし、健全な食生活の基礎を身につけることができるよう進めていくことが重要です。

また、欠食や過度なやせ、肥満が心身の健康に及ぼす影響を理解し、町民自らが積極的に「食」について学び食育の推進を実践することにより、食に関する理解を深めていくことが必要です。

第3章 目標

(1) 食育の定義

食育とは、生きる上での基本であって、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、生涯にわたって健全な心と身体を培い豊かな人間性を育てていく基礎となるものです。

(2) 食育の目標

健康で長生き、生涯にわたって健康で豊かな生活の実現

単独世帯の増加やライフスタイルの多様化により食をめぐる環境の変化が著しく、それらにより栄養バランスの崩れや欠食など食生活の乱れが助長され、町民の心身の健康に与える影響が懸念されます。

食育を推進することにより、町民一人ひとりが食のあり方を見つめ直し、安全・安心な食べものを選択する力や望ましい食習慣を身につけ、健全な食生活を実践していくことで、疾病などを予防できるように努めます。さらには、様々な体験を通じて、食材の生産過程や調理方法に触れることで「食」への関心を高め、食べもの大切さを学び、生涯にわたって健康で豊かな生活を実現することを目標とします。

《重点目標》

- ライフステージ（生涯の各期）に応じた間断ない食育の推進
- 生活習慣病の予防と改善に向けた食育の推進
- 家庭における共食を通じた子どもへの食育の推進

(3) 目標実現のために実践する項目

①食べ物と心やからだの関係を知る

- ・自分の健康状態を知る
- ・食品の組み合わせなど栄養バランスの知識を身につける
- ・自分の適量を知る
- ・一日三食、適切に食べる

②食の情報を正しく理解する

- ・ 食の安全、安心に関する情報を理解する
- ・ 食品の栄養表示、食品添加物等の知識を身につける

③食を楽しむ

- ・ 家族や友人と楽しく食べる
- ・ 食事のマナーや基本的な調理技術を身につける

④地産地消の大切さを知り、自然の恵みに感謝する

- ・ 食べものを育てる、作ってみる、収穫してみる
- ・ 体験を通じて、地域の産物や産業を知る
- ・ 地域で採れた農産物や山菜、きのこなど、旬の食材や自然の恵みについて知り、おいしさを味わう
- ・ 食べものと自然を大切にすることを育む

(4) 主な指標 (数値目標)

※食のアンケート結果より

食育に関心をもっている町民の割合

25年度	30年度
83.3%	90%以上

1日の野菜目標摂取量 350g の認知度の向上

25年度	30年度
47.0%	70%以上

内臓脂肪症候群予防のための食事、運動などの継続実践をしている割合

25年度	30年度
23.8%	50%以上

朝食を毎日食べる町民の増加

	25年度	30年度
保育所児童	94.7%	100%
小学生	93.9%	100%
中学生	88.2%	100%
高校生以上	78.1%	100%

朝食を家族と一緒に食べる「共食」の割合

	25年度	30年度
保育所児童	97.9%	100%
小学生	97.7%	100%
中学生	85.3%	100%
高校生以上	81.7%	100%

夕食を家族と一緒に食べる「共食」の割合

	25年度	30年度
保育所児童	100%	100%
小学生	100%	100%
中学生	100%	100%
高校生以上	93.8%	100%

第4章 年齢期ごとの食育

ライフステージ	特 徴	具体的なポイント
乳幼児期 (0～5歳)	食の基礎を作る時期	<ul style="list-style-type: none"> ・早寝早起きに心がけ、十分に遊び、お腹がすく生活リズムを整え、毎日三食好き嫌いなく食べる。 ・様々な経験を通して、食べることへの興味や関心をもつ。 ・家族と一緒に楽しく食事をする。
学校教育期 (6～15歳)	体験などを通じて食生活の大切さを学ぶ時期	<ul style="list-style-type: none"> ・バランスのよい食事が健康のために必要なことを理解する。 ・食品の組み合わせなど栄養バランスの知識を身につける。 ・食事の手伝いや調理実習などを通して、食事づくりに関心をもつ。 ・農業体験などにより、食べものと自然を大切にすることを育てる。 ・旬の食材について知り、おいしさを味わう。
青年期 (16～24歳)	広く情報を取り入れ、自己管理できるようになる時期	<ul style="list-style-type: none"> ・肥満や痩身と食事の関連、生活習慣と生活習慣病の関連についての知識と関心を持ち、食事の自己管理をできるようにする。 ・栄養のバランスや食品の安全性について理解し、食品を正しく選択できるようにする。 ・食品を選択する力と調理技術を身につけ、自分で食事をつくる。
妊 娠 期 子育て期	母と子のための栄養の摂り方を考え、家族の食習慣の基礎を作る時期	<ul style="list-style-type: none"> ・妊婦自身が健康状態を理解し、必要な時期に必要な栄養を摂取できるようにする。 ・妊娠高血圧症候群や低出生体重児の出生を予防するために、肥満や痩身、生活習慣病との関連についての知識を持つ。 ・家族が適切な食習慣を築くことができるよう、生活習慣の振り返りや健康を考えた食品の選び方ができる。
壮年期・中年期 (25～64歳)	食を楽しみ、健康への関心が高まる時期、病気を予防する時期	<ul style="list-style-type: none"> ・生活習慣と生活習慣病の関連についての知識と関心を持ち、食事の自己管理ができるようにする。 ・栄養のバランスや食品の安全性について理解し、食品を正しく選択できるようにする。 ・地域で採れた農産物や山菜など自然の恵みを知り、料理などに活用する。
高齢期 (65歳～)	食事を楽しみながら、次世代へ伝承活動を行う時期	<ul style="list-style-type: none"> ・加齢にともなう身体機能の変化を理解し、体調にあった食生活を実践する。 ・孤食傾向になりやすいため、家族や友人などと一緒に楽しく食事をする。 ・郷土料理や行事食、保存食など食文化を楽しむとともに、次世代の人々に伝える。

第5章 食育を推進するための取り組み

(1) 家庭での取り組みと関係者の役割

家庭は、食生活や食習慣の形成など、重要な役割を担っています。

乳幼児期から色々な食品に楽しみながら味覚（おいしさ）を育み、食事のリズムや食事を味わって食べることなど望ましい食習慣を身につけるようにします。日常生活の中で料理の手伝いを通して、食材の選び方や調理法を学んだり、食事のマナー、地域の食材や郷土料理、環境などへの理解を深められるよう、家族や友人と食卓を囲んで楽しい食事を心がけることが重要です。

乳幼児期から高齢期の全ライフステージにわたり、健康維持のために適切な食生活を送ることができるよう、栄養のバランスや食品の選び方を考えること、野菜の摂取量を増やすことなどできるところからやってみることが大切です。

取り組み内容

○保健福祉課関係

妊産婦や乳幼児を対象とした離乳食指導や栄養相談をはじめ、食についての情報提供や教室活動等を進めます。

- ・妊婦料理教室
- ・大人の食事からとりわける離乳食教室
- ・大人の食事からとりわける幼児食教室
- ・おやっこ教室（おやつのお話し）
- ・乳幼児健診場面での栄養相談
- ・一人ひとりに適した食事量の紹介、栄養相談をはじめとした健康相談

○保育所

- ・月1回発行の給食だより
- ・給食の展示
- ・年2回の手作り愛情弁当の推進
- ・こどもの食生活に関するアンケートの実施

○児童館

- ・年2回の児童館栄養教室

○教育委員会関係

- ・早寝早起き朝ごはんの推進
- ・通学合宿「わっとさむスクール」での栄養士による食育プログラム

(2) 学校、保育所等での取り組みと関係者の役割

小・中学校では、家庭科や社会科、総合的な学習の時間などに食や農業のテーマを取り上げ、生産現場の体験をすること、生産者や食育の活動を行っている関係団体の話しを聞くことにより、地域の産業や環境と食べものに関わる知識の理解を深めます。

給食を通じて友人と楽しく食べることや健康に関する正しい情報を伝えることにより、望ましい食生活や食事のマナー、食文化について関心が持てるよう、学校における食に関する指導を充実します。

また、PTAの行事や学校行事などを通じ、親子が一緒に食に関する理解を深めることにより、家庭との連携強化を図ります。

取り組み内容

○保育所

各年齢期にあわせた食育の取り組みを行います。

- ・菜園での種まきから収穫までの体験
- ・給食を通じ、年齢期にあわせた食事のマナーや栄養について興味や関心が持てるよう進めます。

○学校

総合的な学習の時間における体験学習として学校菜園を有効活用し、食べものと自然を大切にすることを育み、健全な食生活の推進を図ります。

・家庭科授業

調理の基礎的・基本的な知識及び技能を指導します。

・学校給食

栄養教諭などが学校給食を通じて食と栄養に関する正しい情報を伝え、望ましい食習慣の形成を図ります。

- ・スポーツ指導者に向けて、子どもの身体づくりに必要な食生活をテーマに教室を開催します。

(3) 地域での取り組みと関係者の役割

地域農業者が行うグリーンツーリズム（農業体験事業等）や、JAをはじめとする各種生産者団体でのイベントの開催、女性農業者を中心とした朝市など、子どもたちとその親が地域の農産物に直接触れる体験などを通して食の大切さを学ぶ取り組みを、関係機関と連携して進めます。また、農業者が中心となって行う地産地消、6次産業化の取り組みを関係機関と連携して進めます。

★6次産業化とは

第1次産業である農林水産業が生産だけにとどまらず、それを原料とした加工食品の製造・販売など地域資源を生かした、第2次産業や第3次産業にまで取り組むこと。

取り組み内容

○産業振興課関係

- ・和寒町グリーンツーリズムネットワーク協議会との連携
- ・JA 北ひびきとの連携
- ・各種生産者団体との連携
- ・その他地産地消、6次産業化に関する取り組み
- ・和寒町農業活性化センター「農想塾」の公開デーの開催や各種研修生の受け入れ

和寒町食育推進計画

平成 26 年 3 月

発行 北海道和寒町

編集 和寒町保健福祉センター 保健福祉課

〒098-0132

北海道上川郡和寒町字西町 111 番地

電話 0165-32-2000

<http://www.town.wassamu.hokkaido.jp>

