

## 第4章

# 具体的な施策の展開

市民の食をめぐる問題の改善に向けた3つの重点推進事業と5つの数値目標に基づいて、家庭、学校、児童館、保育所など、地域においてさまざまな施策を展開します。

### 1 家庭における食育の展開

#### 重点推進事業Ⅰ 食育は家庭から・朝ごはんは元気の源

- (1) 「TVを見ないで朝ごはん・夕ごはん」の推進
- (2) 保育園、幼稚園を通じた食育推進
- (3) 保育園、幼稚園へ就園前の子どもたちへの食育推進
- (4) 妊産婦に対する食育推進

### 2 学校、児童館、保育所などにおける食育の展開

#### 重点推進事業Ⅱ 安全安心でおいしい学校給食の推進

- (1) 「ひの野菜給食月間の制定」
- (2) 学校給食日野産野菜の利用促進
- (3) 学校、児童館、保育所などにおける食育の均質化と質の向上
- (4) 体験による食の重要性の理解の促進

### 3 地域における食育の展開

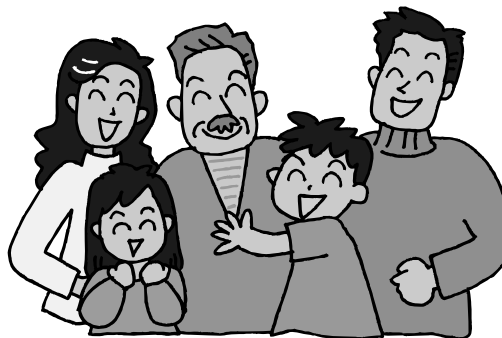
#### 重点推進事業Ⅲ. 地域で進めるみんなの食育

- (1) 食から始まるおいしい健康づくり
- (2) 青壮年期、若年期のメタボリックシンドロームの減少
- (3) 高齢者の食生活と健康づくりの支援
- (4) 食育推進優良店舗の創出
- (5) 地域の力の集約

### 4 その他の展開

#### 推進事業

- (1) Let's 食育 Let's 情報発信
- (2) 日野農業応援チーム「日野ぐりーんサポーターズ」との連携
- (3) 食による国際交流の推進
- (4) 安全・安心な食の推進



## 1 家庭における食育の展開

### ■重点推進事業Ⅰ 食育は家庭から・朝ごはんは元気の源

家庭は生きるうえでの基盤となる場所であり、かつ、未来を担う子どもたちにとっては、あらゆる物事を覚えていく場所でもあります。

本市は都心への通勤に便利な緑の残るまちとして人気の高い住宅地であり、典型的な都市近郊のベッドタウンとして発展していることから、家庭における食育を食育の原点と位置づけます。

ひと口に家庭と言っても、さまざまな形態がありますが、未来を担う子どもを含む形態の家庭に特に重点を置き、施策に取り組みます。また、0～3歳の子どもは保護者と過ごす時間が長いため、保育園や幼稚園、子ども家庭支援センターや乳幼児健診、離乳食教室などを通して保護者への食育を強化していくことで、家庭における食育を推進します。

なお、高齢者世帯や単身世帯への施策は後述の「地域」における食育の推進で取り組みを行います。

#### (1)「TVを見ないで朝ごはん・夕ごはん」の推進

TVを見ないで食事をとることは、朝食・夕食を問わず、健康のためにも、家族団らんのためにも非常に意義があることです。そのため、「TVを見ないで朝ごはん・夕ごはん」を本市の家庭における食育のキャッチフレーズとして位置づけ、国の食育月間である6月を強化月間とし、市民運動として推進し、市民の基本的な生活習慣の育成、生活リズムの向上につなげます。

また、朝食の欠食は、午前中のエネルギー補給が不十分となり、学習能力の低下や作業効率の低下、体調が悪くなるなど、さまざまな問題点が指摘されています。そのほか、1回の食事の摂取量が多くなり、過食につながる可能性もあることから、肥満や生活習慣病の発症を助長するとも言われています。そのため、特に朝食欠食率の低下に重点をおき、家庭における食育を推進します。

### ①「TVを見ないで朝ごはん・夕ごはん週間」

国の食育月間である6月に強化週間を設け、保育園や幼稚園、小学校低学年を対象に、ラジオ体操の出欠確認カードと同様の「TVを見ないで朝ごはん・夕ごはんカード」で朝食摂取やTVを見ないで食事をする習慣を身に付けることを促進します。

### ②朝ごはんの料理講座の充実

健康課で従来から子どもたちや家族の健康づくり、保護者の調理技術の向上を目的とした、「元気☆簡単朝ごはん教室」を子どもが幼稚園に行っている時間を選び、保護者に対し、月1回実施しています。レシピを平成18年度から増加するなど、今後もより一層の充実を図ります。

また、「保育園入園前の下の子がいるので参加できない。保育付きの講座にしてほしい。」という要望が多くあり、その要望に応えるため、平成19年度から保育付きの講座として実施しています。これにより、平成19年度から参加希望者が急増し、会場の収容人数の関係からお断りする方もでてきたため、年間実施回数を現在の12回からさらに増加し充実を図ります。また、参加できない方のため、レシピをホームページに掲載します。



## (2) 保育園、幼稚園を通じた食育推進

保育園や幼稚園に通う乳幼児を含む低年齢の子どもたちは、自分で調理することができないため、保護者にその多くを依存しています。また、乳幼児を含む低年齢の子どもたちは、心身機能や食行動の発達が著しい時期であることから、食に関するさまざまな正しい知識を身につけ、体験をしていかなければならない世代と言えます。そのため、園児に対する直接的な指導のみならず、保護者に対しても積極的な支援を展開します。

### ①保護者向け朝食教室（公立保育園）

公立保育園で行う保護者会において、保育園栄養士から簡単に作れる朝食レシピや朝食に関する知識を深めるための情報提供を行うとともに、そのレシピに沿って実際に試食を行います。保護者に対し、実践的な支援をしていくことで、保護者及び園児の朝食摂取につなげていきます。

### ②保護者向け食育教室（公立幼稚園）

公立幼稚園で行う保護者会などにおいて、栄養士による出前講座を行います。食育PR資料の配布や行政によるビデオの貸出などを行い、保護者に対し、情報提供を行うとともに食育の大切さを伝えます。

### ③園児向け朝ごはん教室

公立保育園、公立幼稚園において、カルタや紙芝居などの指導媒体を使った朝食指導を行います。イラストや色使いに考慮した園児が親しみやすい指導媒体を活用することで、心身機能発達期の園児に対し、効果的な指導を行います。

#### ④朝ごはん声かけ運動

公立保育園・公立幼稚園において、毎日のあいさつとともに、園児の朝食摂取状況を確認します。摂取している場合は、バランスのよい献立であるかかどうか、ＴＶを見ながら食べていないかなどを確認します。また、欠食している場合は、その原因について確認し、問題把握、課題解決に努めます。毎日の声かけを行うことで、園児の朝食に対する興味や関心を高めます。

#### ⑤朝ごはん相談室

公立保育園・公立幼稚園において、恒常的に朝食欠食が認められる園児に対し、個別相談を行い、朝食欠食の原因及び問題の把握をします。相談の結果に基づき課題解決に努めるうえで、家庭に問題があると判断される場合には、保護者を対象とした栄養相談を行います。

#### ⑥朝ごはん大解剖！食育大宣伝！

ホームページにおいて、簡単に作れる朝ごはんレシピの紹介をはじめとする朝食に関する情報提供を積極的に行います。また、公立幼稚園のホームページでは、園で実践している食育指導や食育に関する情報提供を行い、各家庭で食の大切さに気づくよう、促します。

#### ⑦やむを得ない事情がある園児に対する例外的な保育園における簡易朝食の提供

公立保育園において、さまざまな家庭の都合ややむを得ない事情により園児が朝食欠食となる場合は、例外的に園での簡易朝食を提供します。ただし、やむを得ない事情が解消されるまでの一時的なサービスとし、恒常的なサービスとはしません。

### (3) 保育園・幼稚園へ就園前の子どもたちへの食育推進

保育園や幼稚園へ就園前の子どもたちに対して、園に通う子どもたちとの食育推進に差が生じないように、健康課で実施する各種健診や子ども家庭支援センターを通して、子どもと保護者への食育を推進します。

#### ①乳幼児の食生活の支援

乳幼児の健やかな成長や発達を支援する各種取り組みの充実を図ります。

離乳食や幼児食の不安を低減させるため、子どもを持ったばかりの保護者に対する食育の場の「離乳食教室（初期・中期・後期・完了期）」の回数や内容の充実を図ります。栄養士スタッフを充実し、相談や教育支援の中で食育の視点をさらに強化します。

幼児の食事に対し悩みを持つ保護者と幼児を対象に行っている「幼児食教室」を継続実施します。

また、1歳6か月、3歳児健診の場で、より多くの栄養相談を受けることができるように、栄養士スタッフを充実します。そのほか、随時の電話相談も継続実施します。

幼児期における健康づくりの支援と作ることの楽しさを体験するという食育の推進のため、幼稚園の冬休みの時期を利用し、4～6歳児を対象に、手作りクッキーを作る「親子でつくるおやつ教室」を継続実施します。

#### ②健診DE食育①（赤ちゃん食育）

平成18年度の受診率が98.1%と高い3～4か月児健診において、絵本を通し、親子のふれあいを深め、育児不安を解消するために、「ブックスタート」<sup>※1</sup>を行います。無料配布する絵本は、2冊のうち1冊を食育の絵本にします。

##### ※1 ブックスタート

絵本を通して赤ちゃんと保護者がゆっくり向き合うためのきっかけづくりの活動です。

本市では、3～4か月児健診時の最後に絵本をお渡ししています。

### ③健診 DE 食育②（幼児の食育）

平成 19 年度から、1 歳 6 か月児健診（平成 18 年度受診率 94.0%）において、食育に関する絵本を配布し、同時に家庭での絵本の活用方法について、読み聞かせの実演と保護者への説明を行います。

3 歳児健診において、食育に関する絵本やレシピ集などを配布し、すべての家庭に食育が行き届くようにします。

### ④保健師による訪問時の食育アドバイス

保健師が子育て中の家庭を訪問する際に、食育に関するアドバイスを同時に行います。

### ⑤子ども家庭支援センターにおける取り組みの充実

子ども家庭支援センターでは、専門職（栄養士）の相談を身近に受け、食事についての基礎知識を習得することを目的とした栄養士による食教育のミニ講座を継続実施します。また、離乳食の調理体験をする中で、交流や情報交換の場として活用される離乳食教室についても継続実施します。

今後は、食育を楽しく身近に感じてもらうため、子育てひろばでのエプロンシアターの実演や乳幼児が食に関心を持つことをねらいとした食育ぬりえの遊びの実践を行います。また、保護者に向け、「栄養一口メモ」で、栄養に関する情報提供を行います。



#### (4) 妊産婦に対する食育推進 .....

近年、若い女性において、朝食の欠食とともに、過度のやせ願望などから各種栄養素の摂取量が必要量を下回る人が見受けられます。また、適切な食品選択や食事の準備のために必要な知識や技術が不足している人も多く見られます。

妊婦の健康と胎児の健全な発育のためには、栄養のバランスを保つことが重要です。二分脊椎などの神経管閉鎖障害<sup>※1</sup>の発症を減らすためには、葉酸の摂取が重要であることが知られています。

また、近年、胎児期の栄養不良が代謝調節異常を引き起こし、成人後に生活習慣病の発症につながるという研究報告も見られます。

こうした状況を踏まえ、個別ケース支援やフォローアップ、対象者への周知の徹底などを通し、妊娠期及び授乳期の食育、健康支援を充実します。

##### ※1 神経管閉鎖障害

赤ちゃんができてくる初期の段階で形成される脳や脊髄のもととなる神経管と呼ばれる部分がうまく形成されず、きちんとした管の形にならないことに起因して起こる障害であり、遺伝などを含めた多くの要因が複合して発症するものです。

#### ①若年（ママ・パパ）世代の食生活を見直そう！マタニティクッキングの充実

ママパピクラス（両親学級）の参加者を対象とし、妊娠をきっかけに、より良い食生活についての意識と理解を促し、実践ができるよう、薄味のすすめや野菜の摂り方、食事からのカルシウムなどのミネラル摂取方法などを楽しく学べる「マタニティクッキング」のより一層の充実を図ります。

#### ②食事画像診断

平成19年度から、若年世代（妊産婦とその家族）を対象とし、自分で食べる食事をカメラ付き携帯電話やデジタルカメラなどで撮影し、その食事画像データを分析したアドバイス表をもとに視覚的にわかりやすい栄養相談などを行い、効果的な食生活を支援していく取り組みを開始しており、今後もより一層の充実を図ります。

## 2 学校、児童館、保育所などにおける食育の展開

### ■重点推進事業Ⅱ 安全安心でおいしい学校給食の推進

学校、児童館、保育所などにおいては、地産地消の実践や体験を通じた食育推進を柱とし、子どもの健全な食生活の実現と心身の成長を図ります。特に、日野産農産物については、一層の活用を図ります。また、食育に向けた適切な教材の作成・提供に努めます。

地産地消や体験の効果をより良くするために、魅力ある食育推進イベントも取り入れます。また、本市のどの学校や保育所に通っていても、同レベルの食育の取り組みを受けられる体制をつくります。

さらに、学校や幼稚園、保育園の給食などの機会を通じて、行事食や地域の伝統食などの食文化の伝承や食事マナーに関する指導に努めます。

#### (1) 「ひの野菜給食月間」の制定

本市では、市内の小・中学校全校で給食を導入しています。「生きた教材」と呼ばれる毎日の給食に、地元で栽培された日野産農産物を学校給食に活用し、地産地消の実践を行い、旬が分かる子どもを育てます。また、子どもたちの家の周り、学校の周りの農地で栽培された「顔の見える農産物」を食べることで、失われつつある食を大切に作る心を育てます。毎年11月を本市の給食月間と定め、日野産農産物を使用する回数や量を増やしていきながら、内容の充実を図ります。

また、学校、保育所などにおいて、クイズ感覚で食について考えたり、体を動かしながら食について学ぶことができるように、子どもにとって魅力的な食育推進イベントを行います。魅力ある食育推進イベントを行うことで、地産地消や体験を通じた取り組みのより一層の効果が期待できます。

### ①「日野産野菜給食の日」

小・中学校において、11月19日を中心として「日野産野菜給食の日」とし、地元野菜や地元果物をより多く使用した給食を行います。11月を中心として、以下の項目について実施します。

- ①栄養士講話（食育に関するクイズなどを取り入れて）
- ②生産者講話
- ③親子給食
- ④地域交流給食　ほか

### ②書初め

小・中学校において、子どもたち自身への意識付けと、地域の方に関心をもってもらうことを期待して「食育」、「早寝、早起き、朝ごはん」などの書初めを行い、書初めを街中に貼り出すなど、PR活動に活用します。

### ③「食育カルタ」市内対抗戦（食育カルタ甲子園）

小学校において、食育カルタを使用して「学校代表チーム」、「学校にこだわらずエントリーチーム」などを選び、市内対抗戦を行うことをめざします。

### ④行事食、伝統食の推進

行事食については、小・中学校及び公立保育園において、毎月の献立に積極的に取り入れるなど、既に取り組んでいますが、今後は更なる充実を図ります。

伝統食については、学童農園での古代米作りのほか、郷土資料館での郷土の伝統食を伝える取り組みとして、手打ちうどんづくりやたらし焼きづくりを実施します。

### ⑤ホームページによる献立紹介

ホームページにおける給食の献立紹介について、公立保育園は平成19年度から始めています。小・中学校においては一部の学校で既に取り組まれており、平成23年度までに全校実施をめざします。

### ⑥学校から家庭への情報発信

現在も行われている献立表による情報発信に加え、給食だよりや学年だより、学級だより、給食のレシピなど、さらなる充実を図ります。

### ⑦日野産農産物試食会、対話の場の設置

小・中学校において、保護者及び生産者を交えたイベントの一つとして、市内で栽培された旬の農産物を使用した試食会を行います。子どもたちが、日頃から食している日野産農産物の旬の味を保護者にも提供する機会として位置づけます。また、その際、実際に畑に足を運び、旬の農産物の生育状況を確認する見学会も行い、食の生産現場への理解を深めます。このような試食会を行うことで、保護者と生産者、行政の対話の場が生まれ、交流を深めることができ、家庭や学校における食育推進の円滑化につなげます。

### ⑧家庭教育学級における食育推進

小・中学校の保護者で構成される家庭教育学級において、平成18年度には、給食試食会や食育講座などを実施した学校もあります。今後も、食育を重要課題の一つとして位置づけ、協力・依頼を行います。

### (2) 学校給食日野産野菜の利用促進 .....

小・中学校の学校給食において日野産農産物をより多く活用するための取り組みを行います。

#### ①学校別日野産野菜利用率の情報公開

小・中学校各校の給食における日野産野菜利用率を毎月把握します。端境期の6月と収穫期の11月には、各校の給食における日野産野菜利用率を広報やホームページなどで情報公開します。

## ②日野産野菜学校給食供給コーディネーター

生産者と栄養士の”御用聞き”の役目を果たす、第三者として日野産野菜学校給食供給コーディネーターを導入します。コーディネーターは、作付面積や供給量の調整、クレーム対応などを行い、各小・中学校の給食における日野産野菜利用率の増加を図ります。

## ③学校給食用地元野菜など契約栽培システム

### ～輸送エネルギー節約によるCO<sub>2</sub>排出削減～

学校給食用地元野菜など契約栽培システムを継続実施します。契約栽培システムとは、学校栄養士により算出された契約栽培品目の年間予定使用量を契約数量とし、その分は必ず学校給食で買い取る（※注：天候不良、生育不良といった不測の事態を除く）というシステムで、平成 17 年度から導入しています。契約栽培品目によっては、異なった地区間の供給の融通もでき、安定供給による利用率向上と、輸送エネルギー節約によるCO<sub>2</sub>排出削減を図ります。

## ④対話の場の設置及び圃場見学

契約栽培を円滑に進めるため、学校栄養士や学校調理員、農協職員、生産者、行政が定期的に会議を開き、現状把握、課題把握、共通理解などをさらに図ります。この会議は、契約栽培だけにとどまらず意見交換、情報交換ができる貴重な対話の場となっています。

また、食の生産現場への理解を深めるため、全校の栄養士や調理員を対象とした契約栽培品目の圃場見学を地区別に行います。

## ⑤生産者団体への支援

児童・生徒の健康に配慮し、農薬及び化学肥料の使用量を低く抑えて生産した野菜などの納入を支援します。そのため、学校給食へ農産物を供給する生産者団体に対し、野菜など運搬用器具の購入費、有機質肥料などの購入費などの補助に努めます。

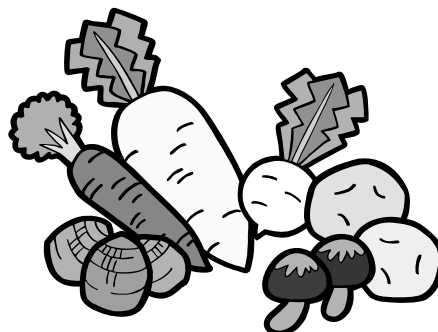
## ⑥生産者の日野産大豆栽培支援

遺伝子組み換えでない安全・安心な日野産大豆を学校給食に活用していく趣旨で始まった市民運動「日野産大豆プロジェクト」※1を日野産大豆栽培支援事業として事業展開します。種苗代や肥料代などを含めた買い上げ助成金を含む補助金を交付し、日野産大豆栽培農家の増加をめざします。収穫した日野産大豆の活用方法としては、学校給食での供給量及び供給回数を増やすことを最優先とし、全量学校給食で買い取ります。

### ※1 日野産大豆プロジェクト

「大豆を日野市内の畑で栽培し、収穫後に市内の豆腐屋さんに加工をお願いして、その製品を学校給食で市内の子どもたちに食べてもらおう」というアイデアが、小・中学校の栄養士や学校給食地元野菜供給農家より寄せられ、平成15年3月より始動。農家の方の協力により畑を無償で借り、できる限り無農薬を目指した方法で栽培している。農家の方や市民ボランティア、学校栄養士、給食調理員有志などにより草刈、収穫などを行っている。豆腐の加工については日野市内の豆腐屋にご協力いただき豆腐などを作っている。

また、大豆は学校給食（豆腐や煮豆）への利用のほか、総合学習の教材として「児童による豆腐作り」も行われている。



### **(3) 学校、児童館、保育所などにおける食育の均質化と質の向上**

学校、児童館、保育所などにおいては、既にそれぞれ特色ある食育推進の取り組みを行っています。今後は、日野のどの学校、児童館、保育所などへ行っても同レベルの食育の取り組みが受けられるよう年間計画やマニュアルを整備することにより体制を整えます。

#### **①公立保育園「食育年間計画表」**

保育園での食育の基本的な考え方を「食育年間計画表」（資料編P69「平成19年度日野市立保育園食育年間計画表」参照）として平成18年度に取りまとめ、それをベースとして各園で食育推進の充実を図ります。具体的には、卒園までの最終目標を3色の食品（赤・黄・緑）が理解できることとし、各年齢に応じた食育目標をたて、年度末に目標結果の評価を行います。そのほか、毎月の食育デー（19日）の取り組みや農や自然を生かした継続的な体験、朝食摂取指導などを中心に食育を推進します。

#### **②公立幼稚園「食育推進マニュアル」実施**

平成19年度に、幼稚園での食育の具体的な取り組みを取りまとめ、それをベースとして各園で食育推進の充実を図っています。

#### **③私立保育園、私立幼稚園における食育推進**

私立保育園や私立幼稚園に対して、定期的に関催される園長会に保育課栄養士が出向き、その都度、情報提供や情報交換を行います。

#### **④「日野市小・中学校における食育の進め方」の実施**

小・中学校での食育の基本的な考え方を「日野市小・中学校における食育の進め方」（資料編P70「日野市小・中学校における食育の進め方」参照）として平成18年度に取りまとめました。小学生（低学年、中学年、高学年）、中学生と発達段階に応じた食に関する指導目標を定め、行動計画を作成し、この計画に基づき、各学校で食育の充実を図ります。

#### ⑤ 中学3年生対象「テーブルマナー教室」

中学3年生を対象にテーブルマナー教室を実施します。和の作法などマナーの話を聞いた後、地元野菜を使用した給食（和食）を提供します。給食を食べている間も講師の巡回指導を行う予定です。

#### ⑥ 食べ残しゼロの呼びかけ ～ごみ減量によるCO<sub>2</sub>排出削減～

栄養士により栄養バランスを考慮し、工夫しておいしく作られた学校給食も、食べ残してしまっただけではその効果が半減し、食べ残した物は、ごみとなってしまいます。そのため、主に小学3、4年生を対象に「ごみゼロ推進運動」の一環として、クリーンセンターの見学や学校での出前授業を行い、好き嫌いをせず、食べ残しをしないよう呼びかけます。ひいては、CO<sub>2</sub>削減につながります。

#### ⑦ 給食施設・設備の充実

給食施設・設備の改修及びスチームコンベクションオープン<sup>※1</sup>などの大型備品の新規導入を計画的に図ることで、「安全でおいしく楽しい給食」のさらなる充実を図ります。

##### ※1 スチームコンベクションオープン

一度に大量の調理ができ、蒸す、焼く、煮る、温める、炒めるなど多彩な調理が可能なので、メニューの多様化が図れます。

#### ⑧ 磁器食器の導入促進

すべての中学校及び一部の小学校に導入されている磁器食器を、小学校全校に広げ、温かみのある給食の充実を図ります。

#### ⑨ 幼稚園出前食育講座

幼稚園からの要望に応じて「エプロンシアター」や「食育パネルシアター」の貸し出しや「食育カルタ」の配布など、食育指導媒体の貸出・配布を行います。また、栄養士が幼稚園に出向き食育指導を行う仕組みづくりをします。



#### **(4) 体験による食の重要性の理解の促進** .....

数ある食育推進の取り組みの中でも、体験を通じた取り組みは非常に効果的であると言われてしています。本市の保育園や幼稚園、児童館、小・中学校では見る、聞く、かぐ、味わう、触るなど五感を使い、調理保育や収穫体験、農業体験を以前から行ってきましたが、今後は充実を図り、より一層の食の理解へとつなげます。食べるということは、生きるための基本であり、動物や植物など命のあるものを奪って成り立っているという事を理解することは重要です。

##### **①調理体験の推進**

公立の保育園や幼稚園において、園内の畑で野菜の植付け観察をし、収穫した野菜を使って調理保育を行います。

児童館において、「土曜ランチクラブ」と題し、子どもたちが自ら献立を考え昼食を調理することで食への興味、関心を育てます。その際、使用する食材も可能な限り日野産農産物とし、地元で収穫された旬の農産物の味を子どもたちに教えます。また、中央公民館では、小・中学生を対象とし「クッキングキッズ」や「スイーツキッズ」、「英語でクッキング」などの調理体験講座を開催します。

##### **②体験農業の推進**

すべての小学校及び半数以上の中学校で学童農園の取り組みがあります。農協においては、これらの学童農園への支援のほか、夏休みこども村の開催などにより子どもたちが農業とふれあえる環境をつくります。また、郷土資料館「エコライフクラブ」では、地域の農業者の協力を得て、小麦や大豆を種まきから収穫まで親子で行う農業体験の取り組みや収穫した小麦を使った手打ちうどんづくり、大豆を豆腐に加工するなどの体験学習を行います。中央公民館においては、小学生以上を対象とした「田んぼの学校」という農業体験講座も開催しており、今後もより一層の充実を図ります。

### ③小学校での日野産大豆栽培支援

遺伝子組み換えでない国産大豆が貴重となっている中、安全で安心な日野産大豆を小学校の学童農園において児童が自分たちの手で育てます。地域の生産者の協力を得ながら、種まき、草取り、収穫、脱穀、選別のすべての栽培過程を体験し、食べ物を大切にする心を育てます。種子代の補助や副読本の配布、農業指導者の派遣を行い、取り組みを支援します。なお、収穫した大豆は、豆腐や味噌、納豆などに加工する体験学習に積極的に活用し、残りは学校給食で活用します。

### ④日野産旬の野菜づくり見学

公立保育園と公立幼稚園において、近隣の畑で作付けしている野菜の成長を観察し、農家の方の話を伺い、食の生産現場への理解を深めます。

### ⑤校外学習の充実

校外学習については、一部の小・中学校や公立保育園において既に取り組みられています。今後は小・中学校において、食育の視点を取り入れた校外学習を継続して実施します。また、公立保育園において、園児による保育園給食納品業者の見学（魚屋、八百屋など）を継続して実施します。

### ⑥食農教育事業

農産物の収穫期である毎年11月を目途に「こども農業新聞」を発行し、市内小学生全児童を対象に配布します。子ども記者を募り、新聞製作した過程も事業の一つとします。農業の多面的側面の知識付与を行い、食や農への関心を高めます。また、食育DVD（ビデオ）を総合的学習の時間や社会科の授業において活用することで、食や農への関心を高めます。そのほか、水田景観用としてレンゲの播種を行い、農のある風景のすばらしさを子どもたちに伝えます。

### 3 地域における食育の展開

#### ■重点事業Ⅲ 地域で進めるみんなの食育

生活習慣病を予防し市民の健康を増進するため、医師会・歯科医会・薬剤師会などと協力し、地域に根ざした栄養士、保健師による事業やイベントなどの活動を通じて各年代の方に対し、さまざまな取り組みを行います。また、食育への関心が薄い方々に対しては、食品の購入を絶好の機会と捉え、食品関係事業者によるさまざまな取り組みを通して食育を推進します。

その他、保健所や農協、実践女子大学・短期大学、病院など医療機関などの各機関・団体との連携を密にしていき、地域の力を集めます。

#### (1) 食から始まるおいしい健康づくり.....

健康フェアなどの健康づくりPRのイベントや各種健康教室をさらに充実します。健康づくりの側面から食育を推進します。

#### ①おいしい野菜料理教室の開催

生活習慣病予防・改善の観点から、野菜の摂取量を増やすことは重要です。家庭において、手軽でおいしい野菜料理を作ってもらえるように、栄養士・管理栄養士による健康づくりのための調理実習とミニ栄養情報を盛り込んだ「野菜もりもりクッキング教室」を継続し、実施回数を増やします。あわせて食事バランスガイドの活用など、正しい栄養情報の提供を行います。

#### ②「(仮称) 市民食育メイト」の養成

食育推進の拠点を増やすため、市民の食育推進員である「(仮称) 市民食育メイト」を養成します。

#### ③育児グループへ出前講座

育児グループからの依頼を受け、「元気☆簡単朝ごはん教室」のメニューを教えるための栄養士を派遣します。

**④「子ども料理コンテスト」の開催**

市内生産者や大学などと協力して、子どもの料理コンテストを開催します。旬の食材を活かすことやコンテストに応募した料理のレシピ（作り方や栄養成分表示）のホームページ公開など、料理の優劣よりも食の大切さを意識できるコンテストを開催します。

**⑤「健康メニューコンテスト」の開催**

実践女子短期大学などと連携し「健康メニューコンテスト」を開催し、入賞者のメニューを冊子やホームページ掲載などにより市民に普及やPRを行います。

**⑥食育講演会の開催**

平成19年度から、地域のさまざまな世代の方を対象として、食育や健康づくりに造詣の深い講師による講演会を開催します。また、地域における食と健康の情報の発信に努めます。

**⑦食と健康の情報発信**

食と健康に関する知識と正しい情報の発信を目的として、さまざまな健康食講座や講演会を開催します。食育の専門家を講師に招き、調理活動を通して食育について学ぶ食育講座や農業理解講座なども開催します。

**⑧食物アレルギーを知ろう！**

平成19年度から、食物アレルギーの正しい知識と情報の発信を目的とし、専門家（医師）による講演会を保育付で実施します。

**⑨スーパーでちょこっと栄養相談**

身近なスーパーマーケットなどに市が栄養士を派遣し、出張相談を行います。

## ⑩骨から食事を考えよう！

現在、生活・保健センターのみで実施している、食生活と深く関係する骨粗鬆症健診と相談を、身近な場所で受診できるよう、市内8中学校の場所を活用して実施できるようにめざします。

### (2)・青壮年期、若年期のメタボリックシンドロームの減少

メタボリックシンドロームの指標の一つである腹囲測定を各種イベントに取り入れ、保健師などによる運動のすすめと一体となり、よりよい食生活の普及やPR、栄養士、管理栄養士による個別食生活・栄養相談などを実施します。また、医師会など保健医療団体・機関とも協力し、生活習慣病健診の受診率の向上に努めます。

## ①運動と食事による生活習慣病・メタボリックシンドロームの減少

各種予防教室の充実や「食事バランスガイド」の普及やPR、保健師、栄養士などによるイベントや地域活動でのメジャーによる「腹囲測定」など実践的な媒体を活用した積極的な情報提供を行い、市の各種運動事業と協働で、「運動と食事」をキーワードにしてメタボリックシンドロームの低減に努めます。

また、健康診断の結果、「要指導」になった方を対象に、実際に食べる食事を携帯電話などに撮った食事画像データをもとに、より具体的な食生活支援を充実させ、「自分にとって必要な食事量」の理解を促し、市民の生活習慣病やメタボリックシンドロームの低減に努めます。これらの活動により、メタボリックシンドロームを知っている人の割合を増やし、かつ、その改善に取り組む市民の割合を増やすよう努めます。

健診や健康フェアなどの機会に医師会・歯科医会・薬剤師会など関係保健医療団体と協力し、生活習慣病、健康づくり対策を進めます。

## ②小学生の生活習慣病健診

青壮年期に向けた小学生の生活習慣病予防改善のため、採血を伴う健診を行い、今までの学校健診とは別に医師、栄養士の相談指導ができるように努めます。

(資料編P66「平成18年度小・中学生の肥満傾向状況」参照)

### (3) 高齢者の食生活と健康づくりの支援

過栄養状態にある方、また、その対極にある低栄養状態にある方には、関係部署が連携し、適切な食生活支援を行います。地域での高齢者対象の食生活講演会を実施します。また、予防的な食生活支援対策として、従来から実施していた栄養士・管理栄養士による栄養講話を交えた料理講座なども充実して行います。医師・保健師・栄養士・運動指導士などによる老人クラブや自治会など地域への講師派遣を充実します。また、健康的な充実した食生活を実践していくためには、口腔、歯の健康も欠かせません。歯科医師・歯科衛生士もあわせて講師派遣を充実します。食事との飲み合わせなど安全な薬の使用方法などのため、薬剤師による講師派遣も充実します。

また、ひとり暮らしの高齢者、高齢者のみの世帯、日中独居の高齢者、同居家族が病気の高齢者世帯で病気・老衰のため買い物や調理が困難な方を対象に、栄養士が健康を考えた献立の食事を作り、各家庭へ届ける配食サービスを行い、地域で見守られながらいきいきと生活できる仕組みを作っています。

## ①高齢者、リタイアシニアの食生活と健康づくりの支援

住み慣れた地域で、いきいきと健康で暮らすために、シニア世代の健康づくり支援として、栄養情報を交えた栄養士・管理栄養士を講師とした健康教室を更に充実します。自分で調理ができない、また栄養・食生活に関して情報の少ない男性高齢者対象に、初心者のための健康料理教室を栄養士・管理栄養士を講師として実施します。

## ②高齢者配食サービスの実施

栄養士が健康に配慮して作った安定した食事を提供することにより、一人ひとりにあった十分な栄養管理を行い、地域で自立した生活が送れるよう支援しています。また、食事を手渡しすることにより、利用者の健康状態の把握・安否確認を同時に行い、地域で支えあう仕組みも作っています。

## ③高齢者の健康増進と交流の場の整備

百草地区の交流の場において、高齢者の交流を図ります。日野人四大運動事業を中心とした健康づくりを行い、高齢者の健康管理などの出前講座において、高齢者の健康づくりに留意した食事会も実施します。

### (4)食育推進優良店舗の創出

本市において食育推進活動を実施している店舗を増やすため、食育推進店舗認定制を設け、その中で優良な店舗を優良店として表彰し、食育推進に対する意欲を高める仕組みをつくります。食育推進活動の一つとして栄養成分表示導入を支援します。

#### ①食育推進店舗用 認定ステッカー作成

日野市食育推進運動のステッカーを作成し、これから制定する認定基準を満たした食育推進優良店舗に配布します。認定ステッカーが店頭に掲示されることで、消費者である市民が各店舗における食育推進活動に関心を持つきっかけ作りもねらいとしています。認定店舗は広報やホームページで随時紹介するほか、「日野市産業まつり」などの市内イベントにおいて広く市民にPRします。

#### ②飲食店メニューの栄養成分表示の推進

飲食店からの依頼により、メニューのエネルギーや塩分などの計算を実施し、飲食店のメニュー表に提示できるようにします。

### ③野菜1品運動の呼びかけ

バランスの良い食生活が求められる中、特に野菜の摂取不足が指摘されています。(平成17年東京都民の健康・栄養状況・東京都福祉保健局)「食事バランスガイド」に従い、昼食時に必要な野菜摂取量を満たすよう、飲食店のランチメニューに野菜料理を1品追加した食育メニューを取り入れるよう食品関係事業者呼びかけます。この活動を進めることで、外食を利用する市民に対し、日頃の野菜不足の認識を促し、バランスの良い食生活の実現につなげます。

### ④食育推進優良認定店舗への表彰

食育推進実施店舗の中から特に優れた取り組みを行っている店舗に対し、表彰を行います。受賞店舗は、広報やホームページで広く市民に周知するほか表彰式も行います。こうした表彰制度を設けることで食育推進に対する食品関係事業者の意欲を高め、取り組みの充実や実施店舗の増加へつなげます。

## (5) 地域の力の集約

地域における食育推進の状況を幅広い層に理解してもらい、興味を持ってもらうために、定期的にイベントを行います。食育に関するパネル展示や講演会、広範囲に及ぶ食育の体験も用意します。

### ①食育ウォーク

市内の農地をめぐるウォーキングや食育推進優良店舗の見学などを行う市民体験型の食育イベントを実施します。収穫体験や日野産農産物を活用した「地産地消」の食の体験も併せて行います。



## ②Let' s 食育フェア

食育推進の取り組みや事業の現状を発表する場として、食育関係者が協働でイベントを開催します。まずは、毎年10月に行われる「健康フェア」において、食育PR資料の配布や掲示を積極的に行うほか、学校や保育所など、農業、商業、地域などの食育推進の取り組みや事業を紹介するコーナーを設けます。

## ③農業側面の食育イベント

毎年11月に行われる「日野市産業まつり」では、採れたての日野産農産物や日野産の漬物、乳製品などが並び、市民は肌で日野の農の恵みを体感できます。また、都市農業の現状を市民の皆様知ってもらうため、毎年、「都市農業シンポジウム」を本市と農協の共催で開催しており、これらの食育イベントをさらに充実させます。

## ④消費者団体への支援

市内の直売所や庭先販売所の情報を掲載した「ふれあいマップ」の作成や、地域の農業活動へボランティアとして積極的に参加している「日野市消費者運動連絡会」の活動を支援します。

## ⑤市民農園の充実

市民農園は13園（平成20年3月現在）ありますが、応募倍率が平均2.7倍となっています。今後、団塊の世代の定年により、さらに倍率が上がるものと予想されるため、早急に増設の対策を立てます。

## ⑥家庭菜園の奨励

家庭のベランダなどで栽培できるプランター家庭菜園を奨励します。プランター家庭菜園の情報については、ホームページに掲載し、広く市民に周知します。

⑦人材育成

食に関する専門的な知識を持つ人々の発掘及び活躍の場を設け、地域における食育推進活動の拠点を増やします。また、援農市民養成講座「農の学校」の修了生を、担い手不足の生産者へ派遣します。



## 4 その他の展開

### ■推進事業

家庭、学校、保育所など、地域における食育推進に欠かせないその他の事業についても併せて取り組みます。

#### (1) Let's 食育・Let's 情報発信

正しい情報の集約、提供を行います。

#### ①標語、ロゴマーク募集

広報やホームページで、食育推進の標語及びロゴマークを公募します。公募により本市の食育推進活動の周知、浸透も期待できます。最優秀作品は、市内イベントなどで積極的に活用するとともに市民も自由に使えるものとします。

#### ②Let's 食育 WEB

本市のホームページ内に、本市の食育に関する情報を集約し、発信するページを新設します。適時更新し、最新の正しい情報を市民へ発信します。また、正しい情報発信をより確実なものとするため、ホームページに正しい情報発信を行う信頼できるウェブサイトへのリンクを積極的に行います。

#### ③食育コラム「Let's 食育」広報への掲載

市民向け食育情報発信の一環として、広報へ食育に関する記事を隔月で掲載します。掲載する記事は、学校、児童館、保育所など、行政、農業、商業、地域など、幅広い内容で作成します。

#### ④市内図書館「Let's 食育コーナー」

市内の各図書館において、ヘルシーレシピ集や食文化を伝える書籍など、食育に関する蔵書を強化します。また、6月の食育月間に合わせ、食育関連図書の特設コーナーを設置します。特設コーナーの設置は事前に「広報ひの」やホームページで市民へ広く周知します。

#### (2) 日野農業応援チーム「日野ぐりーんサポーターズ」との連携

本市の農業を応援する市民運動「日野ぐりーんサポーターズ」※1を通し、農業側面の食育を推進します。

##### ※1 日野ぐりーんサポーターズ

本市の農業を応援するために、「作る」、「買う」、「食べる」、「守る」、「学ぶ」の5つの呼びかけを掲げ、市民運動を展開していくものです。市民や企業はこれらの呼びかけを基に具体的な目標を設定し、実践することで日野の農業を活力あるものにしていこうというものです。

#### ①直売、即売の情報提供

ホームページやメールマガジンで、直売、即売情報を随時配信します。消費者団体「日野市消費者運動連絡会」が作成している直売所や庭先販売所が掲載された「ふれあいマップ」も活用します。また、学校や地域の施設、店舗に「サポーターズポスト」を設け、消費者から農産物に関する質問を受け付け、生産者による解答を公表します。生産者と消費者が交流し、子どもから大人まで農業や農産物を身近に感じてもらえる一助とします。

## ②直売、即売の活性化

消費者向けに、直売所で購入した金額に応じてマイバックに交換できるなどの特典を取り入れます。生産者向けに、直売事業や即売事業の継続的な支援に加え、直売所や即売所にはステッカーを配布するなど消費者へ広くPRできる環境を整えます。そのほか、直売所において日野産野菜を使ったレシピ募集や日野産野菜を使った料理コンクールを開催するなどして活性化を図ります。

## ③食育に関する取り組みとの連携

野菜一品運動や各種食育イベントなどへの参加や体験農業の推進などを積極的に呼びかけ、食育に関する取り組みとの連携を図ります。

### (3) 食による国際交流の推進

食を通して異文化交流を図ります。

#### ①食を通じた異文化交流

外国の食文化への理解を深めるため、外国人講師を招いた調理体験や食事会や講座などを行い、外国人と参加者である市民との異文化交流を図ります。

### (4) 安全・安心な食の推進

安全で安心な食づくりを支援します。

#### ①日野市学校給食食品安全指針

安全で安心な学校給食の継続実施のため、安全指針に基づいた献立作成、調理を行います。

## ②生産履歴の情報開示

学校給食用野菜から農産物の生産過程の情報開示を導入します。また、生産者の名前が印刷されたシールを貼り付けるなどして「顔の見える商品」として日野産農産物のイメージアップを図ることも視野に入れます。

## ③落葉、剪定枝チップの配布

学校給食へ日野産農産物を納品している生産者を対象として、環境保全課などで行っている秋の「市内一斉清掃」で収集した落葉や信託緑地（個人が所有している緑地を、市で管理している場所）で収集した落葉や公園などの樹木をチップ化した剪定枝チップを配布します。

## ④「エコファーマー」などへの支援

化学肥料や化学合成農薬の使用量を、通常の使用量に対し2割以上削減した栽培に取り組む農業者（エコファーマー）などに対し、農協や東京都と連携して支援します。

## ⑤安全安心に関する講習会

農協では、農薬などに関する正しい情報を提供するため生産者に対する講習会を適宜行っています。今後は必要に応じて消費者向けの農薬など講習会も適宜行います。