

## 7 重点行動

### (1) 展開の場における具体的な取り組み

生涯にわたり家庭や地域、保育所、幼稚園、学校、生産者、消費者、行政等、それぞれの展開の場で連携を図りながら基本方向に沿って『重点行動』に取り組み、食育を推進します。



#### <展開の場：保育所・幼稚園・学校>

**基本方向：食の興味関心を深め、食習慣の基礎を作り、望ましい食習慣を定着させていきましょう。**

展開の場	視点	重点行動	担当課等
保育所の取り組み	視点1～5	すべての保育所で食育計画を策定し、計画に基づき、食育活動に取り組みます。	大和町保育所 もみじヶ丘保育所
	視点1	早寝・早起き、朝ごはん・みんなでたべるおいしい食事を合言葉に食育に取り組みます。 毎月の身体計測により肥満児を把握し、継続的に指導します。 味覚の基礎と噛む力を育て、歯と口の健康に気をつけます。 親子参加型の行事において保護者に『食』の重要性を伝えます。 給食の献立表や給食だよりを通じて食の大切さを各家庭にお知らせします。	
	視点1～2	日本型食生活の食事の大切さを伝え、郷土料理の継承に力をいれます。	
	視点3	食育月間中、積極的に給食に地場産品を取り入れます。	
幼稚園の取り組み	視点1～5	すべての幼稚園で食に関する指導の全体計画を策定し食育活動に取り組みます。	教育総務課
	視点1	早寝・早起き、朝ごはん・みんなでたべるおいしい食事を合言葉に食育に取り組みます。 歯磨きの習慣を身に付けます。 食育をテーマにして、保護者ととともに食育を進めます。	
	視点1～2	日本型食生活の食事の大切さを伝え、郷土料理の継承に力をいれます。	
	視点3	農業体験学習（教育ファーム等）に取り組みます。	
	視点1, 4	アレルギーへの相互理解と知識を深めます。	
小中学校の取り組み	視点1～5	すべての学校で食に関する指導の全体計画を策定し、食育活動に取り組みます。	教育総務課
	視点1	早寝・早起き、朝ごはん みんなでたべるおいしい食事 あいさつ運動を推奨します。 歯と口の健康に気を配ります。 給食の献立表や給食だよりを通じ食の大切さを各家庭にお知らせします。	
	視点1～2	日本型食生活の食事の大切さを伝え、郷土料理の継承に力をいれます。	学校給食センター
	視点3	学校給食に地場産品を取り入れ、とくに11月は地場産品月間とします。 米飯給食を週4回、地元米で実施していきます。	
		農業体験学習（教育ファーム等）から米文化の継承、食の理解を図っていきます。 食料事情や、食糧問題に対する意識を高めます。	

<展開の場：家庭、地域、行政>

基本方向：食卓でコミュニケーションを図り、思いやりの心と食文化を継承していきましょう。  
ライフスタイルに応じた健康的で楽しい食生活を実践継続し肥満を予防していきましょう。

展開の場	視点	重点行動	担当課等
家庭	視点1	家庭で食卓を囲む機会を増やし、食の楽しさを実感していきます。 こしょく（個食、孤食、小食、粉食、濃食、固食）に関心を持ちましょう。 一日3食、規則正しい食生活リズムを身に付けます。 正しいマナー・作法による食事を見につけ、食前・食後のあいさつをします。 食事づくりの手伝い、買い物を通して食にふれ、調理の基本を覚えます。 歯磨き習慣を身につけ、一口20回はよく噛みましょう。	食育推進会議
	視点1, 2	バランスのよい食生活や野菜料理、郷土料理や行事食を大切に取り入れていきます。	
	視点3	栽培、調理等の体験をとおして食べ物の関心や感謝のこころを持ちます。 農業体験や料理教室、郷土料理講習会、研修会等に積極的に参加します。	
	視点1, 5	早寝・早起き、朝ごはん・みんなでたべるおいしい食事を合言葉に食育に取り組みます。	
地域	視点1, 2	『伝えたい大和の味 食べてけさいん』の啓発普及活動を積極的に推進していきます。	食育推進会議
	視点3, 5	食生活改善推進員による地域の野菜を使った食卓コンクールを開催します。	
	視点5	地域で子ども～高齢者まで食を共にする機会を持ちます。 地域における食に関する活動、交流をひろげ、ネットワークを構築します。 6月、11月、19日を「食育の日」として普及活動を継続します。	
行政の取り組み	視点1	妊婦相談、乳幼児健診をとおして生活リズムを整えるように支援をします。 栄養、運動面からの肥満予防の啓発普及を行い生活習慣病を予防します。 食生活指針、食事バランスガイドの啓発普及に努めた活動を実施します。 日本型食生活のアドバイスをを行い健康づくり事業を実施します。 口腔衛生向上のために歯科保健事業を実施します。	保健福祉課
	視点2	料理教室において地域の伝統や食文化、郷土料理等を継承します。	生涯学習課
	視点5	妊婦～子育て中の人に重点をおき、食育について啓発普及に努めます。 地域で食育に取り組む食生活改善推進員の養成、育成をします。	保健福祉課
		団塊世代を対象とした料理教室を開催し、食育活動に対する興味関心を高めます。 ボランティア育成講座後人材バンクへの登録を促し生涯学習展開に活かしていきます。	生涯学習課
		町内の飲食店組合・食品衛生協会の協力を図ります。	環境生活課
	『食育カルタ』をつくり、食育を推進します。	食育推進会議	

こしょくとは...個食、孤食、小食、粉食、濃食、固食の6つのこしょくがある。  
 個食：家族がそれぞれ好みのもを食べて、一人ひとりが別のメニューのもを食べること。  
 孤食：家族と団欒することなく一人で食べるこ。  
 小食：食が細いこ、食べる量を減らすこで食事バランスが悪くなる。  
 粉食：パンや麺類等の粉を使った主食を好んで食べるこ。  
 濃食：濃い味つけばかり好む。味覚障害になる可能性が高い。  
 固食：自分の好きなものばかり食べるこ。ぱっかり食い。（食が固定している）



<展開の場：生産者、消費者、行政>

基本方向：食の4要素（美味しさ、安心・安全、健康、適価）をふまえ、  
地元の野菜を毎日の食卓にのせ、地産地消及び食品のリサイクルを推進しましょう


展開の場	視点	重点行動	担当課等
生産、 加工者	視点3	農産物の生産での体験機会を増やします。 学校給食に地元の野菜の消費を推進します。 体験農園の利用を促進します。	食育推進 会議
	視点3, 4	安全でおいしい野菜やお米を土づくりから取り組みます。	
流通販 売 飲食業 者	視点3	産直施設や朝市、スーパー直売コーナー、生産者の庭先販売等で地場産品を積極的に販売します。	食育推進 会議
	視点3, 5	地場産品応援の店『緑提灯』等へ参加します。	
	視点5	食育活動へ参加する『食育参加店』としての活動を行います。	
消費者	視点3	地場産品に興味関心を持ちます。 体験農園への参加、家庭菜園をとおして食べ物の大切さを理解します。 食べ物の旬を大切にします。	食育推進 会議
	視点3～5	かしこい消費者（栄養成分表示を参考、適量購入と保存方法、リサイクル運動等）になって行動します。	
	視点5	食育参加の店や地場産品の店『緑提灯』等に関心を持ちます。	
行政の 取り組 み	視点3	地産地消事業を推進します。	産業振興 課
		大学と生産者、販売者等と連携をして地元の食材を使った商品の研究をしていきます。	学校給食セ ンター
		学校給食の残渣物、生ごみ及び廃食用油のリサイクルを専門業者を通じて実施します。	環境生活 課
	生ごみ処理機・コンポスト購入補助の利用促進を図ることで、一般家庭から出る生ごみの減量化と肥料としての活用を図ります。		
	視点3, 4	環境保全米づくりを推進します。	産業振興課
視点4	正しい食の情報を広報等を活用し提供していきます。	環境生活 課	
	消費生活講座を開催します。 たいわ消費生活クラブの復活を検討していきます。 食品の安全性確保のための立ち入り調査をします。		
視点5	食育参加の企業や店、『緑提灯』等参加店には、食育協力店としてPRします。 『地場産品こよみ作り』に取り組み、旬の野菜の啓発普及に努めます。	食育推進 会議	

緑提灯とは...日本の農林水産物をこよなく愛でる粋なお客様のため、カロリーベースで日本産食材の使用量が50%を超えるお店で緑提灯を飾っています。

- 50%を超えれば星一つ
- 60%を超えれば星二つ
- 70%を超えれば星三つ
- 80%を超えれば星四つ
- 90%を超えれば星五つ



(2) ライフステージにおける具体的な取り組み

ライフステージ	乳幼児期 おおむね 0～5歳	学童期 おおむね6～12歳	思春期 おおむね 13～18歳	ポイント 世代 妊婦・授乳期	青年期 おおむね 19～39歳	壮年期 おおむね 40～64歳	ポイント 世代 高齢期 おおむね65歳～
食育テーマ	食習慣の基礎を作る	食への関心・興味を深め、望ましい食習慣を定着させる	自立に向けた食生活の基礎を作る	安心して妊娠・出産できる環境を作る	健全な食生活を送る	望ましい食生活の維持	食を楽しみ、食文化を継承する
視点1 食習慣と健康	<ul style="list-style-type: none"> <li>生活リズムを整えよう</li> <li>楽しく食べよう</li> <li>よく噛んで味わって食べよう                             <ul style="list-style-type: none"> <li>食事づくりや準備、片付けに関わろう</li> </ul> </li> <li>妊娠を機に食生活や食育に関心を持とう</li> <li>望ましい食習慣の維持、改善に努めよう</li> <li>食事を楽しもう</li> <li>咀嚼の重要性を理解し歯や口の健康に関心を持とう</li> </ul>						
視点2 食の由来と 食文化の継承	<ul style="list-style-type: none"> <li>食事のあいさつを身に付けよう</li> <li>五感に働きかけるような関わりをとおし、食べ物への関心、興味を引き出す</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>地域に伝わる行事食や伝統料理を知ろう</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>行事食や伝統料理を取り入れる</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>行事食や伝統料理を子ども達や地域に伝える</li> </ul>			
視点3 自然への恩恵等の 感謝、環境の調和	<ul style="list-style-type: none"> <li>食に関わる人や物に感謝しよう                             <ul style="list-style-type: none"> <li>地場産品に興味を持とう</li> </ul> </li> <li>食品の流通、生産に関心を持とう                             <ul style="list-style-type: none"> <li>地場産品を活用しよう</li> </ul> </li> <li>食品リサイクルに関心を持とう</li> </ul>						
視点4 食品の安心・安全		<ul style="list-style-type: none"> <li>食材や食品の選び方を知ろう</li> <li>食品表示の見方を学ぼう</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>食材や食品の安全性情報を理解し選択しよう</li> <li>食品表示を理解しよう</li> </ul>				
視点5 多様な機関の連携、 協力による食育運 動の推進	<p>大和町では「妊娠・授乳期」「高齢期」を“食育推進ポイント世代”とします。</p> <p>「妊娠・授乳期」 妊娠、出産を機に食育に関心を。食の大切さを家庭の中で家族へ伝えていきましょう。</p> <p>「高齢期」 食の大切さを家族や地域へ伝えましょう。食生活改善推進員等のボランティア活動に積極的に参加しましょう。</p>						