

# 第3次 伊勢市食育推進計画

平成30年度(2018年度)～平成34年度(2022年度)



## 目次

第1章 計画策定にあたって	1
1. 計画策定の趣旨	
2. 計画の位置づけ	
3. 計画期間	
4. 計画の対象	
第2章 第2次食育推進計画の主な取り組み状況と評価	3
1. 家庭における食育の推進	
2. 学校・幼稚園・保育所等における食育の推進	
3. 地域における食育の推進	
4. 地産地消の推進と食文化の継承	
5. ライフステージに応じた食育推進運動の展開	
第3章 第3次食育推進計画について	12
1. 基本理念	
2. 基本方針	
3. 施策の体系	
4. 具体的な施策	
(1) 家庭における食育の推進	15
(2) 学校・幼稚園・保育所等における食育の推進	17
(3) 地域における食育の推進	19
(4) 地産地消の推進と食文化の継承	21
5. 計画の推進について	
(1) ライフステージに応じた食育推進運動の展開	
(2) 食育に取り組む主体づくり	



## 第1章 計画策定にあたって

### 1. 計画策定の趣旨

「食」は、生きる上で欠かせないものであり、健全な食生活を実践し、おいしく楽しく食べることは、人に生きる喜びや楽しみを与え、健康で心豊かな暮らしの実現に大きく寄与するものであります。

近年、食をとりまく環境は、価値観やライフスタイルの多様化等に伴い、大きく変化しています。このような中、健全な食生活を実践し継続していくことが困難な状況も増えており、栄養の偏り、食習慣の乱れによる生活習慣病の増加、食べ物を大切に作る意識の希薄化、食品の安全性への不安の高まりなど、依然として、多くの課題があります。

食育は、食に関する知識や正しい情報を選択する力を身に付けたり、自然の恩恵や食に関わる人々への感謝、理解を深めたりすることで、一人ひとりが心身ともに健康な食生活を実践する取り組みであり、食育の推進には、市民や家庭だけでなく社会全体で取り組んでいくことが必要です。

このような中、国では、「生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性をはぐくむ」ことを目的に、平成17年7月に食育基本法を施行し、平成18年3月には、「食育推進基本計画」を策定しました。以来、国民運動として、食育という言葉の周知とともに、食育に関わる様々な取り組みが進められてきました。

本市においては、食育に関する施策を総合的に推進するため、平成21年3月に「伊勢市食育推進計画」、平成25年3月に「第2次伊勢市食育推進計画」を策定し、市民、関係団体、関係機関、行政が連携して、食育活動等、食育に関する普及啓発を行ってきました。

この度、国の「第3次食育推進基本計画」及び、三重県の「第3次三重県食育推進計画」の策定の趣旨を踏まえ、本市においても食育の一層の推進を図るため「第3次伊勢市食育推進計画」を策定します。

#### 食育とは

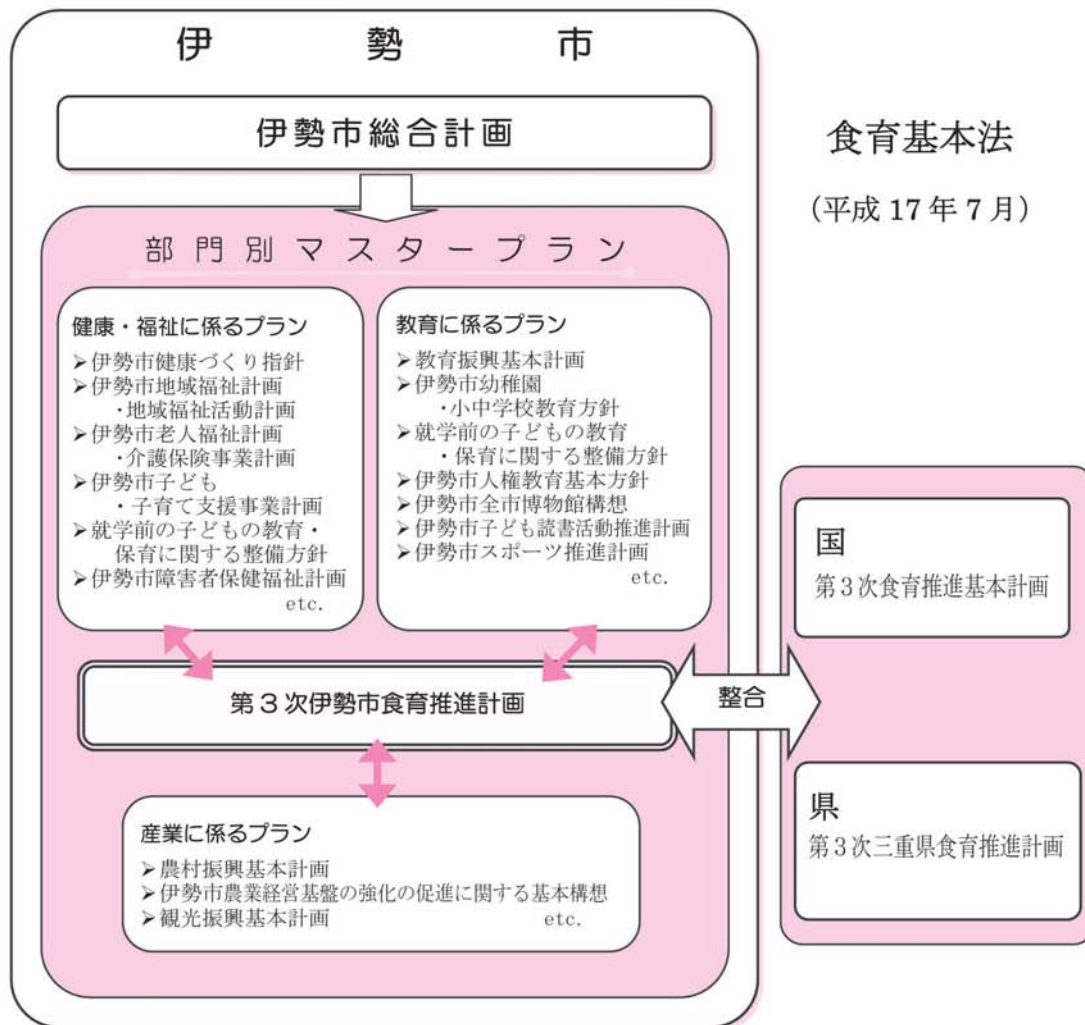
生きる上での基本であって、知育・徳育・体育の基礎となるものであり、さまざまな経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てることと位置づけています。（食育基本法 前文より）



## 2.計画の位置づけ

第2次計画に引き続き、本計画は、食育基本法第18条第1項に基づく市町村の「食育推進計画」として位置づけます。

国、県で策定された「第3次食育推進基本計画」、「第3次三重県食育推進計画」また、本市における関連計画等との整合性をとり、連携を図ることで、関係する事業を協働し推進するものとします。



## 3.計画期間

本計画は、平成30年度(2018年度)から平成34年度(2022年度)までの5年間を計画期間とします。

## 4.計画の対象

すべての市民及び関係団体等



## 第2章 第2次食育推進計画の主な取り組み状況と評価

### 1. 家庭における食育の推進

#### 【主な取り組み】

##### 生活リズムの向上

- ・ 保育所等では日々の保育生活の中で、年齢に応じた絵本等の興味を持てる媒体を用いて生活リズムの大切さについて伝えました。保護者へは各種お便りを活用した啓発に努めました。また、健康診断や身体測定の結果を保護者と共有し、個別指導を行いました。
- ・ 子育て支援センターでは朝食レシピの掲示や配布などを行いました。
- ・ 学校では家庭との連携の重要性を認識し、学校での健康診断結果や生活調査、アンケート等から児童生徒の状況を把握し、担任や養護教諭、栄養教諭等が連携して個別指導や保健通信等を通じ保護者への啓発を行いました。
- ・ 朝食の重要性を伝えるため、簡単でバランスのよい朝食のレシピを市ホームページ等を通じて情報提供を行いました。



##### 歯の健康維持

- ・ 歯の健康意識を高めるため、幼児歯科保健教室を実施し、正しいブラッシングを実践できるよう啓発しました。また、「歯と口の健康週間」には歯科医師会による「親と子のよい歯のコンクール」と「歯・口の健康に関する図画ポスターコンクール」の活動に参加し、幼児、児童生徒の口腔衛生への関心を高めるよう指導をしました。また、給食を通じて噛み応えのある食材や調理方法を紹介し、かむ事の大切さを意識できるように指導をしました。



##### 望ましい食習慣や知識の習得

- ・ 共食の大切さを伝えるため、保育所等では親子で料理に取り組み一緒に食べる機会を設け、小中学校では地域や家庭と連携し野菜作りの体験学習を行いました。その際、収穫物を家庭で調理したり保護者と一緒に食したりすることを奨励し、その後の児童の感想などを学級便り等で家庭へ返し、理解を深めてもらうよう努めました。



また、健康の日の料理講習会や伊勢市食生活改善推進協議会によるヘルスマイト料理講習会を開催し、地域の方々が交流しながら健康について考える機会づくりに努めました。

### 妊産婦や乳幼児期に関する栄養指導

- ・ 妊娠期を健康に過ごすために、母子健康手帳交付や妊産婦のための教室の機会を利用して、貧血を予防するレシピを配布し正しい食生活の啓発を進めました。
- ・ 乳幼児期においては、保育所や子育て支援センター及び離乳食教室や子育て相談等の場で発育・発達に応じた



栄養指導を行い、特に食物アレルギー等については医療機関と関係職種が情報の共有と連携を図り、相談を行いました。また、幼児健診、歯科事業の機会を通じて手作りおやつや野菜摂取啓発のマグネットシール等を配布し、家庭においての振り返りにつながる啓発に努めました。

### 【評価と課題】

家庭における食育については、各ライフステージに応じた教室や相談の場を設け、継続した取り組みを行うことで、すべての年代が望ましい食生活が行われるよう啓発ができています。また、歯の健康維持においても歯科医師会や学校歯科医と連携し継続した取り組みが行われています。

指標においては目標達成には至っておらず、引き続き、家庭と各関係機関との連携した啓発や取り組みが必要です。

### 【指標①】 毎朝朝食を食べている児童生徒の割合の増加

	2次計画 策定時 (平成24年度)	最終値 (平成28年度)	目標値 (平成29年度)	達成 状況
小学校	94.2%	95.1%	98.0%	○ 前進
中学校	93.9%	93.8%	95.0%	× 未達成

◎：達成 ○：前進 ×：未達成



## 2.学校・幼稚園・保育所等における食育の推進

### 【主な取り組み】

#### 食に関する指導の充実

- ・各学校・園がそれぞれ前年度の取り組みについて検証し、その結果に基づいて食に関する計画を作成しました。
- ・幼稚園・保育所等では、地域や漁協、食品加工工場等の協力を得ながら、年齢に応じて、農作物を栽培したり、調理したり、食したりという体験の場を多く設定しました。
- ・小中学校では、4月に管理職や栄養教諭等を対象にした食育推進のための説明会を開催し、学校全体で食育に取り組むことを目指しました。また、地域の特性や食文化を生かした取り組みを推進するために、農林水産課と連携し、稲作体験や水産教室の機会を設定したり、うましくに伊勢シェフクラブ等の協力を得て、地域食材を使った調理実習等を実施したりしました。多様な主体との体験活動を通じて、食物を大事にする心や、生産者・調理者等に感謝する心の育成を図りました。



#### 学校給食の充実

- ・給食を題材にした食指導・栄養指導を実践し、食事のマナーを身につけたり、栄養に関する学習を深めたりしました。小学校においては、児童が考えた献立を活用し、給食に取り入れました。また、各学校において、残食を減らす取り組みを行いました。
- ・食物アレルギーを有する子どもの保護者と学校関係者との面談を通じて、子どもの個別の状況把握に努めました。学校においては、アレルギー対応委員会等を設置し、教職員で情報を共有し、誰でも対応ができる組織づくりを目指しました。また、アレルギー研修会を実施し、アドレナリン自己注射剤の使用方法等、緊急時の対応について実習を行いました。特に、平成27年度末には、文部科学省より各学校・園に「学校におけるアレルギー疾患対応資料（DVD）」及び「アドレナリン注射剤の練習用トレーナー」が配布され、実技実習による研修が可能となりました。



### 幼稚園・保育所等での食育の推進

- ・ 保護者を対象に、食育便り・給食便りを発行したり、給食サンプルを展示したり、市のホームページに給食メニューのレシピを掲載したりするなど、望ましい食生活について啓発を行いました。さらに、給食試食会や食育講座等を開催して、食育の重要性について保護者が学ぶ機会を設定しました。



### 【評価と課題】

園においては充実した食育の取り組みが行われました。学校においては、学校長のリーダーシップのもと、食育担当者・栄養教諭・学校栄養補助員が中心となり、食育の推進を図りましたが、学校全体の取り組みに至っていない学校がありました。特に、中学校においては、体験学習の機会を保障することが難しい状況にありました。全教職員の共通認識のもと学校全体で取り組む食育の推進をはじめ、学校と家庭、学校と地域がより連携を図り、効果的な取り組みを継続させることが大きな課題となります。

保護者への啓発活動を継続して行いましたが、学校や園等からの一方的な啓発であるために、浸透度が数値として見えづらいという状況にありました。アンケートを実施する等、数値評価を取り入れる方法を探ることが重要です。

国の指針や県の手引きに基づき、アレルギー対応や除去食・代替食の提供を行うとともに、「学校におけるアレルギー疾患の対応の手引き（伊勢市教育委員会発行）」を改訂することができました。今後も、安心・安全な給食を確実に実現させるため、学校関係者や保護者の見識を深めることが大切になります。

### 【指標②】 食に関する指導の実施状況評価のAと評価した学校（園）の割合の増加

	2次計画 策定時 (平成24年度)	最終値 (平成28年度)	目標値 (平成29年度)	達成 状況
小中学校・ 幼稚園	43.9%	19.5%	50.0%	× 未達成





	2次計画 策定時 (平成24年度)	最終値 (平成28年度)	目標値 (平成29年度)	達成 状況
保育所	—	63.0%	50.0%	◎ 達成

◎：達成 ○：前進 ×：未達成

### 3.地域における食育の推進

#### 【主な取り組み】

#### 栄養バランスが優れた「日本型食生活」の実践

- ・ バランスのよい食生活実践の啓発の場として、健康文化週間や健康の日を中心に、調理実習や体験型教室を通じて食生活に関する講座を実施しました。
- ・ 低カロリー・バランス食レシピを毎月作成し、市ホームページへの掲載や市内スーパー等で配布をしました。また、伊勢市食生活改善推進協議会や市民へおすすめレシピを募集し、市民参加型の啓発を行いました。



#### 専門的知識を有する人材の養成と活用

- ・ 専門的知識を有する人材として、食生活改善推進員等を養成し、その活動を支援しました。

#### 健康づくりにおける食育の推進

- ・ 幼児健診時において保護者である若い世代へ適正量、野菜摂取の啓発を行いました。また高齢者へは調理実習や地域の介護予防教室において食生活改善指導を行いました。
- ・ 食生活を支える口腔機能の維持向上のため、幼児健診や幼児のフッ化物塗布事業など歯科保健事業を継続するとともに、食べ方についての啓発を行いました。



#### 生命を育む産業である農林水産業への理解

- ・ 市内小学校に対して、稲作体験（田植え、稲刈り）、蓮台寺柿の収穫体験及び試食、柿選果場の見学、青ねぎの定植及び収穫体験、青ねぎパッケージセンターの見学、



横輪いもの収穫体験、水産教室、施設見学を開催しました。

- ・ 地域共同による農用地、水路、農道等の地域資源の保全管理を支援する国の農業制度である「多面的機能支払交付金」の活動組織の取り組みに対する支援を行いました。また、新規に活動しようとする組織への立ち上げに対する支援を行いました。

**食品関連事業者等による食育の推進**

- ・ 伊勢志摩総合地方卸売市場の役割や食の流通について、理解と周知を図るため親子施設見学会を開催しました。



**食の安全・安心の確保に関する取り組み**

- ・ 消費生活センターで食品に関すること等の相談業務や「広報いせ」やホームページを活用した食の安全・安心に関する情報提供等を行いました。

**【評価と課題】**

適切な食事内容、量がわからない人の割合は減少し、目標を達成しています。

食事の内容、適正量や農作物の生産過程などの正しい知識の習得や安全な食品の選択につながるよう、各課情報を提供していますが、若い世代や関心の薄い市民への知識の普及啓発が課題です。このような無関心層の年代や就業など生活環境の特徴を捉え、それぞれの特徴に応じたさらなる啓発や情報提供、体験活動等の充実を図り、市民一人ひとりが実践につながる取り組みを進める必要があります。

**【指標③】 自分にとって適切な食事内容・量が分からない人の割合の減少**

2次計画 策定時 (平成22年度)	最終値 (平成26年度)	目標値 (平成29年度)	達成 状況
40.5%	27.0%	30.0%	◎ 達成

◎：達成 ○：前進 ×：未達成



## 4.地産地消の推進と食文化の継承

### 【主な取り組み】

#### 学校給食で地場産物活用の充実

- ・ 児童生徒が食文化についての関心を高めるために、毎月、第3日曜日前後の2週間の中に「みえ地物一番給食の日」を2日間、19日を「食育の日」と設定し、地元食材や郷土料理を学校給食に取り入れました。また、児童生徒の家庭に給食だよりを配布し、地元食材や郷土料理の紹介に取り組みました。

#### 学校・保育所等の給食への郷土料理等の導入と伝統文化の継承

- ・ 箸の使い方やあいさつ、正しい姿勢などの大切さを考える授業等を実施し、基本的なマナー等について指導しました。
- ・ 保育所等において、郷土料理や季節の行事にあった献立を取り入れ、子どもや保護者に献立表などで情報提供を行いました。また、子ども用のひらがな献立表を作り、月ごとに行事食の由来や旬の食べ物についての情報を提供し、食文化の普及啓発に取り組みました。

#### 地場産物の消費拡大

- ・ 地元の水産資源の保護・育成を図ることを目的に、漁業協同組合が実施する種苗放流事業に対して支援を行いました。
- ・ 地元食材への関心を高めるために、水産教室、農業体験の実施や、蓮台寺柿、横輪いも及びいちごの初出荷について、伊勢市の記者クラブへの情報提供を行いました。
- ・ 地産地消の推進を図ることを目的に、地産地消の店認定制度の周知及び地産地消に取り組む店を新たに認定しました。



#### ボランティア活動等における取り組み

- ・ 伊勢市食生活改善推進協議会等が行う料理講習会、イベントにおいての郷土料理、食文化の普及啓発に関する取り組みを支援しました。



**【評価と課題】**

給食において、地元食材を使用し、郷土料理や季節の行事にあった献立を取り入れ、また、それらについての情報提供を行うことにより、地元食材、郷土料理や行事食の由来や旬の食べ物について関心を持った等の声が寄せられています。

しかしながら、給食に使用するための一定以上の数量が確保できる地元の食材に限られている等、地場産物の使用の割合を増やしていくことは限界があることから、今後は学校給食に使用できる地元食材のさらなる掘り起こしや調達方法の工夫が必要です。

また、地産地消の推進を図ることを目的に、地産地消の店認定制度に賛同する店を「伊勢市地産地消の店」として認定し、目標とする認定店数に達することができましたが、今後は認定店数だけでなく、既存認定店による連携や協力により切磋琢磨し、主体的に地産地消をさらに推進していけるような仕組みづくりが必要です。

**【指標④】 学校給食における地場産物を使用した割合の増加**

2次計画 策定時 (平成23年度)	最終値 (平成28年度)	目標値 (平成29年度)	達成 状況
41.2%	56.6%	43.0%	◎ 達成

◎：達成 ○：前進 ×：未達成

**【指標⑤】 学校給食の献立で行事食・郷土料理として紹介した数の増加**

2次計画 策定時 (平成24年度)	最終値 (平成28年度)	目標値 (平成29年度)	達成 状況
16食	16食	22食	× 未達成

◎：達成 ○：前進 ×：未達成



## 5.ライフステージに応じた食育推進運動の展開

### 【主な取り組み】

- ・ 市民一人ひとりに食育という観念が浸透し、また、伊勢市全域で食育を展開するために、妊娠期から乳幼児期、学童期から高齢期までのライフステージに応じた食育啓発や普及活動を行いました。
- ・ 子どもたちには、農業体験や自分たちで収穫した作物を給食に取り入れることで、栽培方法や食材への関心が持てるよう努めました。また、異年齢の方々と会食し、マナー等を自然に身に付けられるよう機会を設けました。
- ・ 伊勢市全体で食育について主体的に考え、取り組む市民を増やしていくために、食品に関する情報を広く周知するとともに、市内店舗、市施設等に設置する低カロリー・バランス食レシピに6月19日は食育の日であることを掲載し、食育を意識する機会を設けました。

### 【評価と課題】

栽培活動の体験により、子どもたち同士で食材のことを話題にしたり、関連した遊びを子どもたち自ら楽しんだりするようになりました。また、異年齢交流により、低年齢児は年長児をお手本にするようになり、年長児は低年齢児のお手本としてマナーについて意識するようになりました。

農業体験は小学校から評価を得ており、継続した取り組みが必要です。しかし、本来、小学校が地域の農家と連携し農業体験を実施していくことが理想ですが、農家との付き合いがない、また、都市部の小学校では地域に農業体験できる場所がない等の課題があり、主体的に体験活動が実施できるような環境整備が必要です。

食品に関する様々な情報があふれている中で、消費者に対して正確な情報を広く周知する機会を増やしていく必要があります。

食育という言葉は、広く市民に認知され、着実に推進されてきています。今後も、乳幼児から高齢者まで、各世代に応じた効果的な食育が展開されるよう、各分野関係者が多様に連携・協働して、市民が自ら食育活動を実践しやすい環境を整えていく必要があります。



## 第3章 第3次食育推進計画について

近年、ライフスタイルの変化等により、食習慣の乱れなど、様々な食に関わる課題があります。

今後、更なる少子高齢化が進む中、生活習慣病の発症予防・重症化予防を推進し、健康寿命の延伸の実現に向けて、食育の観点からも積極的に取り組むことが求められています。

食育は一人ひとりがその大切さを理解し、日常生活の中で自らが主体性をもって実践し、生涯にわたって続けていくことが大切です。

しかしながら、食環境が複雑な様相を呈する中、個人または一主体が解決する状況ではありません。今後、食育を推進していくにあたり、学校、家庭、地域、食産業等、様々な関係機関が主体となり、それぞれの特性を生かした方法で進めるだけでなく、有機的に連携・協働を図りながら推進していく必要があります。

これらを踏まえて引き続き食育に取り組むこととし、その推進の核となる第3次伊勢市食育推進計画を策定することとします。

### 1.基本理念

#### こんな人々・住みたい伊勢市

「自分の体が健康と思える人がたくさんいる伊勢のまち」

「食卓に会話のある家庭が多い伊勢のまち」

「地域の宝物がある伊勢のまち」

### 2.基本方針

#### (1) ライフステージに応じた食育の推進

##### ～若い世代を中心とした生涯にわたる食育～

市民が生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性を育むためには、子どもから成人、高齢者に至るまで、生涯を通じた食育を推進することが重要です。

そこで各ライフステージに応じた望ましい食生活について情報提供を行うとともに、関係する機関・団体が連携して、学習の機会を設定し食育を推進していきます。



また、若い世代は食に対する関心が薄く、実践状況等の面で他の世代より課題が多くみられます。このため、こうした若い世代の実践につながる取り組みを行い、さらには次世代に伝えつなげていけるよう食育を推進します。

## (2) 健康寿命の延伸を目指した食育の推進

### ～生活習慣病の発症・重症化予防につながる食育～

本市を含め全国的に平均寿命は延びていますが、生涯をいきいきと健康で暮らすためには、健康寿命を延伸し、平均寿命に近づけることが重要です。

現在、国において生活習慣病が死因の約半数以上を占めています。これらの病気は、寝たきりや認知症など介護を要する人を増加させるとともに、医療費を増大させる等、その予防及び改善は国民的課題となっています。

そこで、引き続き生活習慣病の正しい知識や予防方法を普及啓発し、発症と重症化予防に取り組み、生涯にわたって心身ともに健やかな生活が実現できるよう食育を推進します。

## (3) 共食を通じた食育の推進

### ～食卓を囲むコミュニケーションで伝える食育～

家庭は基本的な生活習慣を身につける上で大きな役割を担っています。

早寝、早起きをして、朝ごはんを食べる等の生活習慣やあいさつ等の食事のマナーを子どもの頃から身につけることは、生涯にわたって健やかな心身と豊かな人間性を育てていくための基礎となります。

また、家族や友人と一緒に食事をする等の食を通じたコミュニケーションにより、人と人が信頼関係を築くとともに食に関する感謝の念や理解・知識を身につける機会にもなります。

特に子どもにとっては、豊かな人間性や望ましい生活習慣の形成に大きな影響を及ぼすことから、家庭における共食への理解と実践の促進を図ります。

## (4) 伝統的食文化の継承

### ～食への理解を深め自然の恵みと文化を大切にする食育～

伊勢の豊かな自然で獲れた旬の地域産物を活用した伝統料理など地域文化として次の世代に伝えていくことは大切です。先人からの受け継いだ文化が途切れることのないよう、地域での講習会開催や学校教育において児童・生徒に地域文化を学習させることが必要です。市内で生産された農林水産物を取り扱う店『伊勢市地産地消の店』の認定などの地産地消の取り組みと関連させながら、これまで培ってきた食文化の維持・継承を推進します。



### 3. 施策の体系

#### 【基本理念】

## ～こんな人々・住みたい伊勢市～

自分の体が健康と  
思える人がたくさん  
いる伊勢のまち

食卓に会話のある家庭が  
多い伊勢のまち

地域の宝物がある  
伊勢のまち

#### 【基本方針】

ライフステージに 応じた食育の推進	健康寿命の延伸を 目指した食育の推進	共食を通じた 食育の推進	伝統的食文化 の継承
若い世代を中心とした 生涯にわたる食育	生活習慣病の発症・ 重症化予防に つながる食育	食卓を囲む コミュニケーション で伝える食育	食への理解を深め 自然の恵みと文化を 大切にする食育

#### 【具体的な施策】

##### (1) 家庭における食育の推進

- ① 生活リズムの向上
- ② 歯の健康維持
- ③ 望ましい食習慣や知識の習得
- ④ 妊産婦や乳幼児期に関する栄養指導

##### (2) 学校・幼稚園・保育所等における食育の推進

- ① 食に関する指導の充実
- ② 学校給食の充実
- ③ 食育を通じた健康状態の改善等の推進
- ④ 幼稚園・保育所等での食育の推進

##### (3) 地域における食育の推進

- ① 栄養バランスが優れた「日本型食生活」の実践
- ② 専門的知識を有する人材の養成と活用
- ③ 健康づくりにおける食育の推進
- ④ 生活習慣病の発症・重症化予防につながる食育の推進
- ⑤ 生命を育む産業である農林水産業への理解
- ⑥ 食品関連事業者等による食育の推進
- ⑦ 食の安全・安心確保に関する取り組み

##### (4) 地産地消の推進と食文化の継承

- ① 地場産物の消費拡大
- ② 学校給食での地場産物の活用
- ③ ボランティア活動等における取り組み
- ④ 学校・保育所等の給食への郷土料理等の導入と伝統文化の継承





## 4.具体的な施策

### (1)家庭における食育の推進

食生活の知識や文化等は家庭において世代を超えて受け継がれてきました。

家庭は、食に関するマナーや知識を学び、生涯を健康で過ごせるよう正しい食生活を身につける場所でもあります。

また、家族や仲間と食卓を囲み、共食を通じてコミュニケーションを図ることは食の楽しさを実感するだけでなく、食や生活に関する基礎を習得する機会となります。

このことから、家庭を食に対する関心を高め、健全な食習慣を確立するための場と位置づけ、子どもから高齢者まですべての世代が望ましい食生活が実践できるよう取り組みを行います。

#### ① 生活リズムの向上

○規則正しい生活リズムを身に付けるため、「早寝、早起き、朝ごはん」の運動を学校、幼稚園、保育所等、地域や企業と連携し、家庭で実践できるよう推進します。

○より多くの市民がバランスのよい朝食を食べることができるよう、簡単にバランスのとれた朝食レシピ等の情報提供をします。

#### ② 歯の健康維持

○歯科健診や幼児のフッ化物塗布事業など歯科保健事業の充実を図りながら、家庭での歯の健康意識を高め、食後の正しいブラッシングやうがいを実践できるよう、保護者に向けた啓発をします。

○咀嚼力そしゃくりょくを育てるために、日頃から「かみごたえ」のある食材を選ぶことや「かみごたえ」ができるように調理法を工夫し、「ゆっくりよく噛んで食べる」習慣を身に付けるよう、年齢に応じた講習会、指導等を実施します。

#### ③ 望ましい食習慣や知識の習得

○親子料理教室や家庭料理教室等の料理をつくる体験を通じて、望ましい食習慣を学ぶ機会を提供する活動を進めます。

○家族や友人等と一緒に食卓を囲む共食の機会増加に取り組みます。

○給食の展示や献立表等を通じ、食事の量やバランスについて保護者へ働きかけを行います。



○保育所、子育て支援センター等や幼児健診の場において、手作りおやつ  
の紹介や講話、また、幼児のフッ化物塗布事業において野菜に親しみ、  
目標摂取量を認識するための啓発等を行います。

④ 妊産婦や乳幼児期に関する栄養指導

○妊娠期を健康に過ごすために、母子健康手帳交付や妊婦教室等の機会を  
利用して正しい食生活の啓発を行うとともに、貧血を予防するレシピを  
配布します。また、妊産婦の相談拠点「ママほっとテラス」において産  
前産後の食事に関する情報提供を行います。

○乳児期においては、離乳食教室や子育て相談等により発育・発達に応じ  
た栄養指導を継続して行います。

○幼児期においては、月齢に応じた正しい食習慣についての保健指導、偏  
食やアレルギー等の心配事に対する個別の栄養相談を継続して行います。

【指標①】 毎朝朝食を食べている児童生徒の割合の増加

※ 全国学力・学習状況調査（小学校6年生、中学校3年生対象）児童生徒質問紙より  
「朝食を毎日食べていますか」という質問項目のうち「あてはまる」「どちらか  
といえばあてはまる」という肯定的な回答をしている子どもの割合を指標とします。

■ 現状値 ■		■ 目標値 ■	
平成 28 年度 (2016 年度)		平成 34 年度 (2022 年度)	
小学校	95.1%	小学校	98.0%
中学校	93.8%	中学校	95.0%



## (2) 学校・幼稚園・保育所等における食育の推進

食生活を取り巻く社会状況の変化に伴い、子どもたちに食の乱れや健康への影響が見られます。このことから、学校・幼稚園・保育所等は、子どもたちの健全な育成を目指すための食育を推進することが求められています。子どもたちが、食に関する正しい知識と食品選択能力を習得し、健全な食生活を創造していくことや、食料の生産から消費までの成り立ちを実感できる体験等を通じて、食に関する感謝の念や理解を深めたり、地域の食文化を継承したりすること等を可能にするために、関係者はあらゆる機会とあらゆる場を利用して、積極的に食育の推進に努める必要があります。

小学校及び中学校における学習指導要領、幼稚園教育要領、保育所保育指針、幼保連携型認定こども園教育・保育要領において、食育に関する充実が明記されています。これらを踏まえ、教育・保育全体を通じた食育の推進に努めていきます。また、子どもへの食育は、家庭へ良き波及効果をもたらすことが期待できます。家庭や地域とのさらなる連携・協働を図り、適切な取り組みを進めていきます。

### ① 食に関する指導の充実

- 子どもたちが食について計画的・系統的に学ぶことができるよう、校長のリーダーシップのもと、栄養教諭・学校栄養補助員等や食育担当者を中心とした教職員の連携・協力による食に関する指導計画を作成し、より効果的な指導を推進します。
- 保育所等において計画的に学ぶことができるよう、保育士等職員間の連携・協力の下、食育計画に沿って、より効果的な指導を推進します。
- 各教科、道徳、総合的な学習の時間、特別活動等の学校教育活動全体を通じて、食に関する指導に必要な時間を確保し、子どもたちの実態や地域の特性を生かし、工夫した取り組みを行います。
- 栄養教諭・学校栄養補助員等の専門性を生かした食に関する指導を一層進めるとともに、各学校における指導の充実を図るための研修等を実施します。
- 地域の生産者団体・食産業関係者等と連携し、農水産業体験、食品の流通や調理等に関する体験、食品廃棄物の再生利用等に関する体験等、子どもたちの様々な体験活動を進めます。
- 食材を大切にし、身近に感じ、残さず食べるように指導します。また、食に関わる人々への感謝の気持ちを育みます。
- 子ども・保護者を対象に、学校からの便りによる情報発信や各種行事を通じた食育の啓発を行います。



② 学校給食の充実

- 子どもたちが、食に関する正しい知識と食品選択能力を育み、望ましい食習慣を身に付けることができるよう、学校給食を「生きた教材」として活用します。
- 栄養バランスのとれた献立を工夫するとともに、学校給食等の献立に関する情報を子どもたちと保護者に発信します。
- 伊勢市教育委員会が作成した「学校におけるアレルギー疾患対応の手引き」をもとに、食物アレルギーを有する子どもの実態を把握し、個別的な相談指導や子どもの食の安全管理のための除去食や代替食の対応に努めます。

③ 食育を通じた健康状態の改善等の推進

- 栄養教諭・学校栄養補助員等をはじめ、学級担任や養護教諭、学校医等が連携して、偏食傾向、肥満傾向等のある子どもたちや食物アレルギー等食に関する健康課題を有する子どもたちとその保護者への個別的な相談指導を推進します。

④ 幼稚園・保育所等での食育の推進

- 幼児の実態を把握し、和やかな雰囲気の中で先生や友だちと食べることを楽しむ姿勢や食べ物への興味・関心を育てます。
- 自然の恵みとしての食材料や生産する人・調理する人等に感謝する心を育むために、家庭・地域と連携し、体験活動を充実させます。
- 保護者会や講演会を通じて、食育についての大切さを保護者に伝え、理解と協力を求めています。

**【指標②】 食に関する指導の実施状況評価の A と評価した学校・幼稚園・保育所等の割合の増加**

※学校・幼稚園・保育所等の「食に関する指導」の実施状況調査より、設問「発達段階に応じ、食に関する正しい知識を身に付け、望ましい食生活を実践できるよう、学校・幼稚園・保育所等の教育・保育活動全体を通じて取り組んでいる」「A：十分満足できる」「B：おおむね満足できる」「C：要改善」のうち「A：十分満足できる」と答えた小中学校や幼稚園・保育所等の割合を指標とします。

■ 現状値 ■ 平成 28 年度 (2016 年度)	■ 目標値 ■ 平成 34 年度 (2022 年度)
幼・小・中 19.5%	50.0%

※平成29年度以降、保育所も同じ設問で調査を実施します。



### (3) 地域における食育の推進

すべての市民が安心して生涯にわたっていきいきと暮らしていくためには、ライフステージに応じた継続性のある食育を推進することが求められます。

そのため、市民の主体的な食育を支援することはもとより、日常的な活動を通じた食育が行われる環境づくりが必要です。

そこで、家庭や学校、保育所、幼稚園と生産者、地域等が連携し、食生活の改善が図られるよう、実践方法などの啓発や情報提供の充実、地域の人材や組織の育成、関係者のネットワークの強化、食育実践の輪を広げられるよう取り組みを行います。

また、生命の源となる食を育む産業である農林水産業が私たちの生活に密接につながり、人々の暮らしに深く根ざして、地域の発展に貢献してきたことや、ともすれば忘れがちな農林水産業への感謝の気持ちや理解を深める取り組みを推進します。

さらには、消費者、食品関連業者・行政などが、食の安全・安心に関する正確な情報を正しく共有するためのネットワークづくりと情報提供の充実を図ります。

- ① 栄養バランスが優れた「日本型食生活」の実践
  - ごはんを主食とし、多様な副菜等を組み合わせ、栄養バランスに優れた「日本型食生活」の内容やメリット等を分かりやすく周知し、実践を推進します。
- ② 専門的知識を有する人材の養成と活用
  - 地域で活動する食生活改善推進員等の養成と活動の活性化を支援します。
- ③ 健康づくりにおける食育の推進
  - 食事のバランス、適正量などの正しい知識を身に付けるため、低カロリー・バランス食レシピや料理講習会等による啓発を行います。
  - 野菜の適正量等の知識を普及するとともに、野菜の活用方法や料理の動画配信等、各世代に応じた普及啓発を行います。
  - 高齢者の介護予防を図るため、良好な栄養状態を保てるよう望ましい食生活について啓発を行います。
  - 食生活を支える口腔機能の維持向上のため、歯科保健事業の充実を図りながら、食べ方についての啓発を行います。



- ④ 生活習慣病の発症・重症化予防につながる食育の推進
  - 生活習慣病の発症・重症化予防について、正しい知識の普及啓発を行い、メタボリックシンドローム該当者・予備群など食生活改善が必要な人に対して栄養に関する指導を行います。
- ⑤ 生命を育む産業である農林水産業への理解
  - 次世代を担う子どもたちが農林水産業やその地域に対する理解を深め、自然の恵みに対する感謝の気持ちや環境保全の重要性の認識を高めるため、豊かな食材を育む農地・山・海に触れたり、様々な体験ができる機会を生産者等と連携して開催します。
  - 食材を育む農地・山・海等の自然を守り、農林漁業の環境保全への取り組みを支援します。
- ⑥ 食品関連事業者等による食育の推進
  - 伊勢志摩総合地方卸売市場において、安全・安心な生鮮食料品等の流通の理解とともに、食に興味を持ち食品を選ぶ楽しみ、食べる楽しみを実感できるよう市場親子見学会を実施します。
- ⑦ 食の安全・安心確保に関する取り組み
  - 「広報いせ」において連載している「教えて相談員さん!!」のコーナーで食品表示、食品に関する情報を提供します。
  - 消費生活センターで受けている消費生活相談で、食品表示、食品添加物に関することやアレルギーに関することなどの相談業務を行います。

### 【指標③】 バランスのとれた食事を取る人の増加

※健康づくり指針における「バランスのとれた食事を取る人」の割合を指標とします。

■ 現状値 ■ 平成 26 年度 (2014 年度)	■ 目標値 ■ 平成 34 年度 (2022 年度)
28.0%	37.6%



#### (4)地産地消の推進と食文化の継承

地元で生産されたものを地元で消費する地産地消に対する理解を深め、地域の活性化や環境の保全、健康的な食生活への意識向上等につなげることを目的として展開し、地産地消と食育の双方の取り組みの相乗効果を期待するためにも食育活動と一体的に推進を行います。

そこで、地元食材の生産拡大と積極的な利用を促進し、食に対する関心を高めます。また、これらの取り組みにより食の安全・安心などへの関心を高めるとともに、消費者と生産者との交流を深めることで、地域の特色ある食文化の継承や理解を促進し、食や食に関わる人達への感謝の念や旬の食材を知ることにもつなげていきます。

さらに、これらの取り組みを積極的に情報発信することで、消費者へ地産地消の推進と伝統的な食文化に対する理解を醸成していきます。

##### ① 地場産物の消費拡大

- 需要に見合った新鮮な農水産物を提供できるよう、農漁業者の生産拡大に向けた取り組みを支援します。
- 地産地消の店認定制度の周知及び地産地消に取り組む店を新たに認定するとともに、既存認定店が取り組む地産地消を推進する活動を支援します。
- 地元の農水産物への関心を高め、消費の拡大を図るために、農水産物に係る体験教室の実施や初出荷時の記者クラブへの情報提供を行っていきます。

##### ② 学校給食での地場産物の活用

- 学校と地元生産者が連携を図り、学校給食の食材については、できる限り伊勢近郊産及び三重県産のものを使用していきます。また、地場産物活用状況調査を実施し、結果を市のホームページに掲載することで、市民に地産地消への意識を高めます。

##### ③ ボランティア活動等における取り組み

- 伊勢市食生活改善推進協議会等が行う食文化の普及に関する取り組みを支援します。



- ④ 学校・保育所等の給食への郷土料理等の導入と伝統文化の継承
- 学校給食において、郷土料理や季節の行事食等を献立に取り入れることにより、伝統的な食文化の理解を深め、継承を図ります。また、子どもたちや保護者に献立表や給食だよりを配布したり、給食展示を行ったりするなど、積極的に情報発信に努めます。
  - 学校給食や異年齢の方々との会食を通じて、ユネスコの無形文化遺産に登録された「和食」に大切な箸の持ち方・使い方など、マナーについて学ぶ機会を作ります。

### 【指標④】 地場産物の食育体験教室の実施校数の増加

※市内の小中学校に対して伊勢市が実施した食育を目的とした農水産物に係る体験教室の実施のべ校数を指標とします。

■ 現状値 ■ 平成 28 年度 (2016 年度)	■ 目標値 ■ 平成 34 年度 (2022 年度)
15校	21校

### 【指標⑤】 学校給食の献立で行事食・郷土料理として紹介した数の増加

※1年間の献立のうち、行事食や郷土料理を取り入れ、紹介する献立数を指標とします。行事食には、学校行事に関わる献立も含めます。

■ 現状値 ■ 平成 28 年度 (2016 年度)	■ 目標値 ■ 平成 34 年度 (2022 年度)
16食	22食





## 5.計画の推進について

### (1)ライフステージに応じた食育推進運動の展開

食の実態は年代や生活環境によって異なります。食育を効果的にすすめるには、伊勢市全体で各ライフステージに応じた途切れない食育推進事業を実施する必要があります。市民一人ひとりが、生涯にわたり心身ともに健やかな生活の実現を目指して、食育を実践できるよう食育推進運動を展開します。

	妊娠期	乳児期 (1歳未満)	幼児期 (1～5歳児)	学齢期 (6～15歳)	青年期 (16～29歳)	壮年期 (30～64歳)	高齢期 (65歳以上)
啓発事業			☆保育所給食の情報発信 ◆食育推進事業 ◆給食たよりによる情報発信・給食献立表の市ホームページへの掲載 ◆PTA連合会による情報発信・講座 ◆△夏休み親子施設見学(中学校共同調理場・市場) ☆◆親子体験学習 ☆遊び(ぬりえ・かるた)を通じた食育啓発				★健康文化都市推進事業(低カロリー・バランス食と野菜の啓発) ★高齢者の健康づくり事業 ★ヘルスメイト料理講習会 ★妊婦教室
栄養指導		★離乳食教室		◆学校給食を通じた指導			
		★乳幼児健康診査を通じた指導 (4か月、10か月、1歳6か月、3歳)			☆◆個別相談指導	★栄養相談	
健診	★妊婦健康診査	★乳幼児健康診査 (4か月、10か月、1歳6か月、3歳)					★特定保健指導
				☆◆健康診断			
歯科検診	★妊婦歯科健診		★幼児歯科保健事業 ☆◆歯科検診				★歯周疾患検診
食文化の継承			☆◆行事食や郷土料理 ☆◆食事のマナー・挨拶の日常的指導 ☆◆親子料理教室				
				◆職場体験学習 ▲農業体験学習会 ▲水産教室の開催			
産業振興							▲地場産品の啓発 ▲産直市 ▲地産地消の店 認定制度

《お問い合わせ先》

- ★健康課 27-2435
- ☆こども課 21-5579
- △商工労政課 21-5512
- ▲農林水産課 22-0370
- ◆学校教育課 22-7882

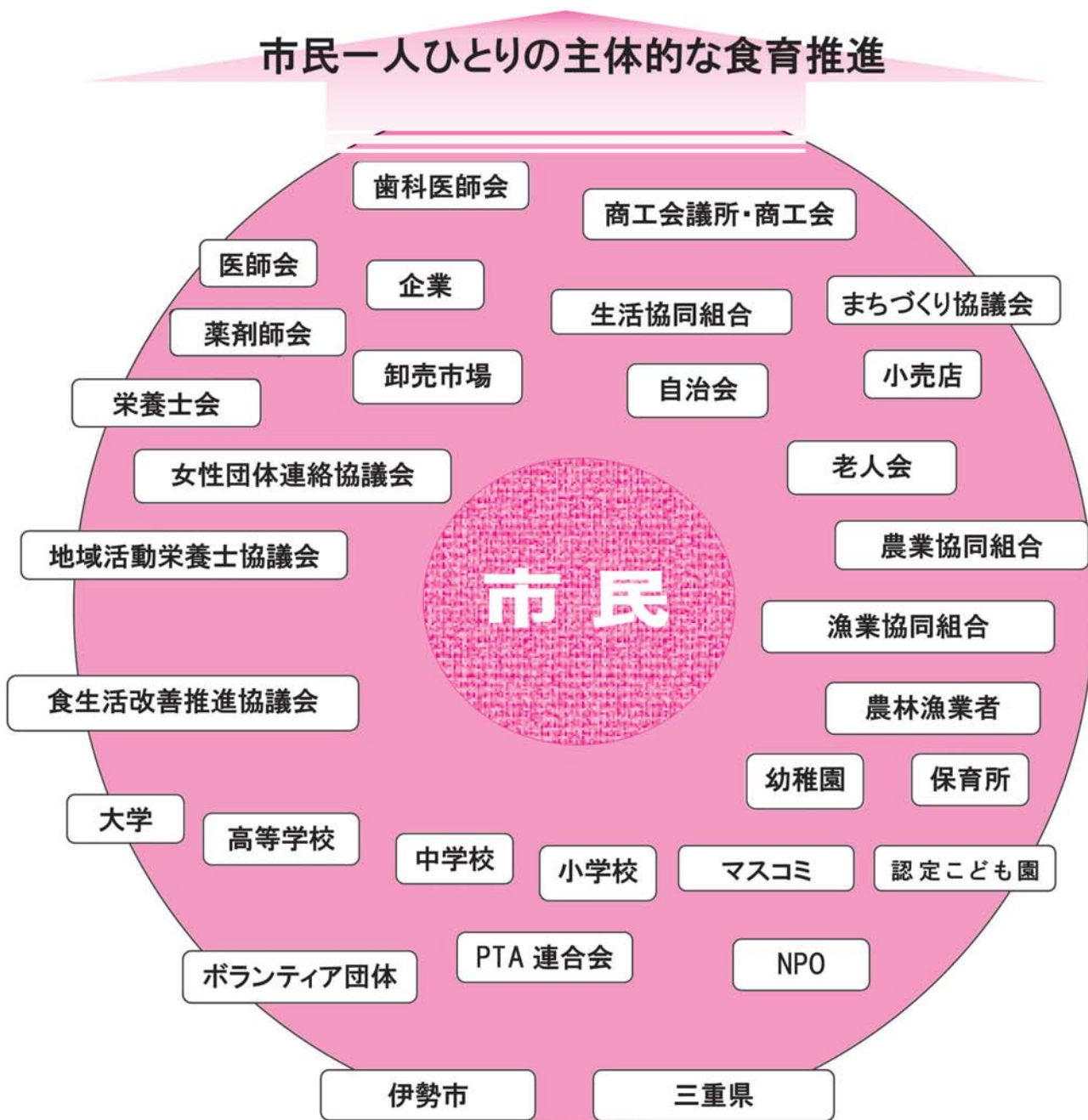


(2)食育に取り組む主体づくり

伊勢市全域で食育推進について主体的に考えて取り組む市民を増やしていくために、食育に関わる関係者が特性を生かして、多様に連携・協働しながら一体となって取り組みます。

また、ホームページや広報を通じた食育に関するイベント等の紹介や、6月の「食育月間」、毎月19日の「食育の日」の普及を通じて、市民に食育を意識する機会を積極的に提供し、市民一人ひとりの実践につなげていきます。

市民一人ひとりの主体的な食育推進



## 第3次伊勢市食育推進計画

平成30年3月

《 監修 》 伊勢保健所

《 発行 》

健康福祉部

健康課

こども課

産業観光部

商工労政課

農林水産課

教育委員会事務局

学校教育課