

## 第2次 雲南市食育推進計画(案)

# 食は<sup>いのち</sup>生命

～学び・伝え・創造する 雲南の食育～

平成27年3月

雲南市

## 第2次 雲南市食育推進計画 目次

### I 第2次計画策定の背景

1. 計画策定の趣旨・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 3
2. 第1次計画の取り組み状況・・・・・・・・・・ 3
3. 雲南市の食育の現状と取り組みの方向性・・・・・・ 7

### II 第2次計画の基本的な考え方

1. 計画の位置づけ・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 13
2. 計画期間・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 13
3. 基本理念・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 13
4. 食育推進の体系・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 14
5. 数値目標・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 15

### III 施策の展開

1. 食で育む・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 21
2. 食を育む・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 22

### IV 計画の推進と進行管理

1. 推進体制・進行管理・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 26
2. 食育推進にあたっての役割・・・・・・・・・・ 26

### ○参考資料

- ・うんなん食育ネット活動報告スライドショー・・・・・・・・・・ 30
- ・平成25年度食に関するアンケート集計結果・・・・・・・・・・ 41
- ・第2次雲南市食育推進計画策定の経過・・・・・・・・・・ 52

# I 第2次計画策定の背景

## 1. 計画策定の趣旨

雲南市には豊かな風土のもとで受け継がれてきた豊かな食があります。その食の恵みに感謝し、生涯にわたって健康で豊かな生活を送ることができるよう雲南市食育計画(平成 21 年～平成 25 年 以下、「第 1 次計画」と記載)を策定しました。

第 1 次計画では、計画策定に協力していただいた地域のみなさんを中心にネットワーク(うんなん食育ネット)をつくり情報共有や計画の進行管理を行いながら、学校、地域、家庭など様々な場面で食育を推進してきました。こうした取り組みにより、「食育」という言葉の認知度は高まってきているものの、具体的な取り組みが十分に浸透・定着するということには至っていません。社会的にも、ライフスタイルや価値観の多様化、食を取り巻く環境の変化が進み、食生活の乱れが叫ばれて久しい中、これまでの取り組みの成果と課題を踏まえ、引き続き食育に関する施策を総合的に進め“雲南市らしさ”のある食育を展開するため、第 2 次雲南市食育推進計画を策定します。

食育とは・・・

食育基本法では“生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきものと位置付けるとともに、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”と位置付けられています。

## 2. 第 1 次計画の取り組み状況

### (1) 第 1 次計画の概要

第 1 次計画では雲南市にとって必要性の高い 3 つの重点プロジェクトと計画推進のための体制づくりを焦点に食育推進に取り組みました。また、計画的かつ効果的に推進するため「うんなん食育ネット会議」を立ち上げ、食育に関する団体や市民のみなさんとともに食育を推進しました。年に 1 回うんなん食育ネット会議を開催して、年間の実施計画や活動実績を報告して計画の進行管理や情報共有を行いました。



うんなん食育ネット会議の様子

# 雲南市食育推進計画

## 計画の理念

いのち  
**食は生命**

—学び・伝える 雲南の食育—

「食」は生命です。「食」を知ることは私たちを知ることであり、めぐりめぐり生命の循環に感謝することでもあります。

私たちは、このことを学び、地域や家庭の絆を深めながら、支え合いの中で雲南の食を伝えていきます。

キーワードは、

学 ぶ、 伝 える、 支 え 合 う

## 目 標

市民が、食育を進めるための支え合いをつくり、雲南の食を学び、私たちの暮らす風土に感謝し、その豊かさを家庭や子どもたちに伝えていくこと。

## 重点プロジェクト

学 ぶ  
伝 える

①  
子ども「食の実践」プロジェクト

子どもの食と農の体験活動を推進します。

②  
若い世代参加プロジェクト

若い世代が食育を身近に感じる体験活動や啓発活動を推進します。

③  
雲南の食を知るプロジェクト

雲南の食の良さを市民が体験する活動や情報発信を推進します。

支 える

## 雲南の食を支える仕組みづくり

支 え 合 う

食育を推進するための仕組みとネットワークをつくります。

連 携

## 風土を大切にした農業の推進

(地産地消や有機農業の推進・後継者の育成)



うなん食育ネットのみなさんの活動の様子

### (3)重点プロジェクト取り組み状況

食育を推進するために、雲南市にとって必要性の高い3つの重点プロジェクトを次のように設定し、取り組みました。①子ども「食の実践」プロジェクト：子ども(保育園・幼稚園・小中学生)の食と農の体験活動を推進する ②若い世代参加プロジェクト：一人暮らしの若者や働き盛りで忙しく、食生活が乱れがちな青壮年を対象に、食育を身近に感じる体験活動や啓発活動を推進する ③雲南の食を知るプロジェクト：雲南の食の良さを市民が体験する活動や情報発信を推進する。

#### ①子ども「食の実践」プロジェクト

##### 目的

食についての正しい知識・技能・マナーを身につけ、また、食や生命への感謝の心を育むため、調理・農作業など、子どもの体験活動を推進します。

##### ●子どもの調理活動の推進

- ・笹まきや七草がゆ等の季節食の調理活動の実施
- ・自分たちが育てた野菜等を使った調理活動の実施
- ・調理したものを地元のお世話になった方にふるまう活動の実施
- ・家庭科等における調理活動の実践
- ・小学校、中学校における「お弁当の日」の実施
- ・教育フェスタ 2013 ひろがれ「弁当の日」 in 島根 雲南大会開催(平成 25 年 11 月)



##### ●体験活動の推進

- ・保育所(園)における農業体験の実施
- ・幼稚園、小学校、中学校における米作り・野菜作り等の農業体験の実施
- ・『夢』発見プログラム幼児期版の策定と啓発活動の実施
- ・通学合宿やキャンプなどでの調理活動の実施
- ・地元企業と連携した中学生の商品開発体験活動の実施



##### ●学校等への地域支援の充実

- ・保育所(園)での調理活動、農業体験の際の支援(祖父母、地域の高齢者、食生活改善推進員など)
- ・幼稚園、小学校、中学校での農業体験における地域講師の招聘
- ・学校給食野菜生産者と児童・生徒の交流
- ・保育所(園)、幼稚園、学校等における歯と口、食育の健康教室の実施

↑お弁当の日に

児童・生徒が作った弁当

##### ●早寝早起き朝ごはん運動の推進

- ・親子活動や便り等での啓発
- ・小学校、中学校における生活習慣の振り返りと意識付け
- ・「うなん家庭の日」を活用した啓発活動の実施
- ・乳幼児健診、離乳食教室、育児相談等での保護者への指導助言
- ・早寝早起き朝ごはんフォーラムの開催(平成 24 年 10 月)

早寝早起き朝ごはんフォーラムでの  
食育の取り組み紹介→

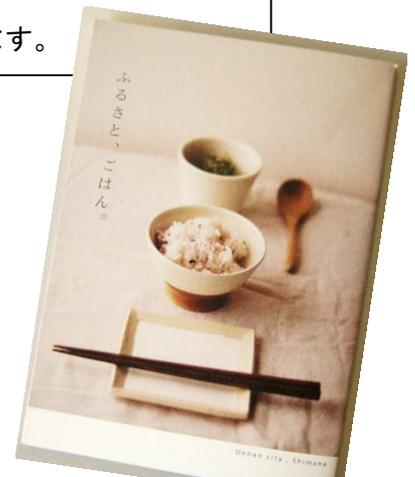


## ②若い世代参加プロジェクト

### 目的

若い世代が、食育を身近に感じる体験活動や啓発活動を推進します。

- 若い世代が参加しやすい体験活動や交流活動の促進
  - ・若い世代対象の料理教室の実施(梅、ゆずを使った料理)
  - ・ホームページ等での食の情報提供
  - ・食に関するグループ活動の推進
- 食育についての周知活動の推進
  - ・郷土料理レシピ集「ふるさと、ごはん。」の販売
  - ・成人式での食育推進啓発活動の実施
  - ・食育推進チラシの配布
  - ・庁舎内における「食育の日」啓発活動の実施



郷土料理レシピ集  
「ふるさと、ごはん。」

## ③雲南の食を知るプロジェクト

### 目的

雲南の食の良さを市民が実感できるように、食と農の体験活動や情報発信を推進し、地産地消の機運を高めます。

- 市民が参加する食と農の体験活動の充実
  - ・地元食材を活用した料理教室の開催
  - ・商店主による食材講座と料理教室の開催
  - ・「夢」発見プログラムでの中学生の農業関係職種体験の実施
  - ・中学生による都市での地元産商品の販売体験の実施
  - ・スポーツイベントと連携した食のPR
  - ・県外での市内農産物の販売促進の実施
- 雲南の食の良さに関する情報発信
  - ・「幸運なんです。雲南です。」体感フェアや雲南幸あり月の開催
  - ・雲南ブランドサイト「食の幸レポート」への情報掲載
  - ・「市報うんなん」への情報掲載
  - ・講演会等での食育推進活動の取り組み紹介
  - ・健康ひろば(サロン)の設置
  - ・食の交流会の開催
  - ・雲南市ふるさと定住促進協議会との連携による雲南の食の良さのPRの実施(首都圏へのPR)
  - ・雲南市農林振興協議会との連携による台湾への雲南米の販売促進事業の実施
- 地産地消の拡大のための連携策
  - ・農商工連携協議会の取り組みの実施  
(スイーツプロジェクト、スパイスプロジェクト、たまごプロジェクト、さくらプロジェクト、山の幸プロジェクト)
  - ・産直加工品研修会の開催



「幸運なんです。雲南です。」体感フェア  
食の幸を味わえるロングテーブルの様子

#### ④計画推進の仕組みづくり

##### 目的

食育を推進するための仕組みとネットワークを構築します。

##### ●うんなん食育ネット会議の開催等

- ・うんなん食育ネット会議の立ち上げ(平成 21 年 10 月)
- ・毎年 1 回のうんなん食育ネット会議の開催
- ・うんなん食育ネット委員の活動紹介パネル展示・スライドショーの実施
- ・食育まつり in 雲南への参加(平成 25 年 10 月)
- ・食育についての周知活動の推進(チラシ配布等)

##### ●既存の食育関連団体との連携充実

- ・学校給食野菜生産者グループとの連携
- ・食生活改善推進協議会との連携

### 3. 雲南市の食育の現状と取り組みの方向性

#### (1) 成果指標の現状値

第 1 次計画では、食育の推進に関する状況を把握するため重点プロジェクトごとに成果指標を設けました。指標の現状値を把握するため、平成 25 年にアンケート調査を実施しました。結果は次のとおりです。

【評価】 ◎：目標値を達成している  
○：目標値は達成していないが、向上した  
△：平成 20 年度を下回った

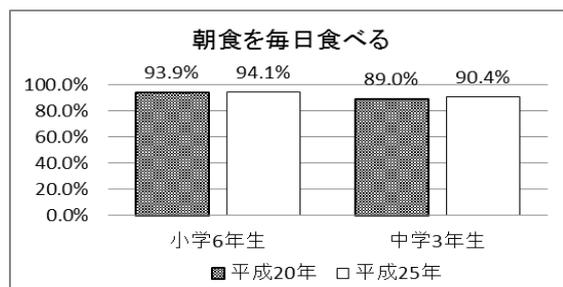
#### ①子ども「食の実践」プロジェクト

##### ・お弁当の日実施校数

	平成 20 年	目標値	平成 25 年	評価
小学生	15 校	全校実施	全校実施	◎
中学生	3 校	全校実施	全校実施	◎

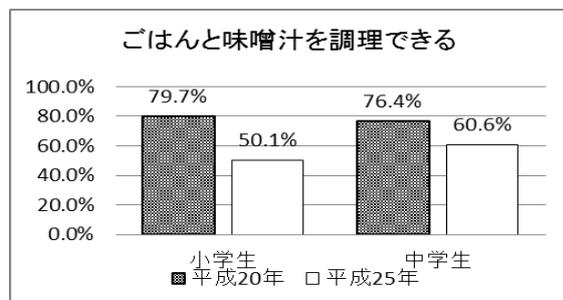
##### ・朝食を毎日食べる

	平成 20 年	目標値	平成 25 年	評価
小学 6 年生	93.9%	100%	94.1%	○
中学 3 年生	89.0%	100%	90.4%	○



##### ・ごはんと味噌汁を調理できる

	平成 20 年	目標値	平成 25 年	評価
小学校 5・6 年生	79.7%	100%	50.1%	△
中学生	76.4%	100%	60.6%	△



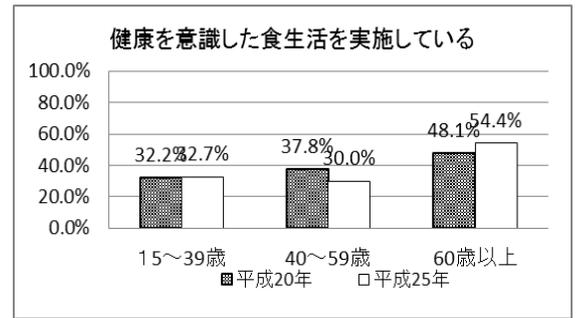
##### ・農業体験活動実施校数

	平成 20 年	目標値	平成 25 年	評価
小学生	全校実施	全校実施	全校実施	◎
中学生	全校実施	全校実施	全校実施	◎

②若い世代参加プロジェクト

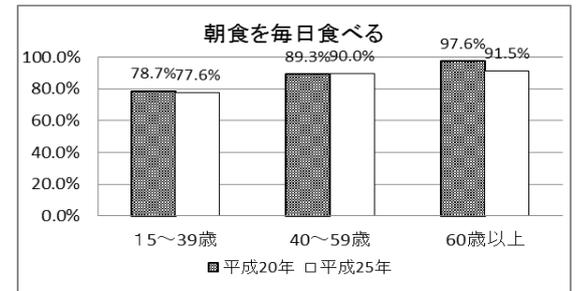
・健康を意識した食生活を実践している

	平成 20 年	目標値	平成 25 年	評価
15～39 歳	32.2%	40.0%	32.7%	○
40～59 歳	37.8%	50.0%	30.0%	△
60 歳以上	48.1%	60.0%	54.4%	○



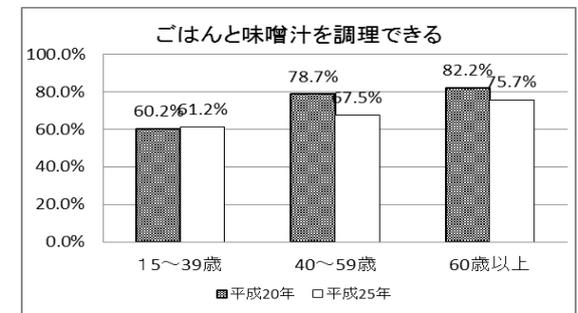
・朝食を毎日食べる

	平成 20 年	目標値	平成 25 年	評価
15～39 歳	78.7%	85.0%	77.6%	△
40～59 歳	89.3%	95.0%	90.0%	○
60 歳以上	97.6%	98.0%	91.5%	△



・ごはん和味噌汁を調理できる

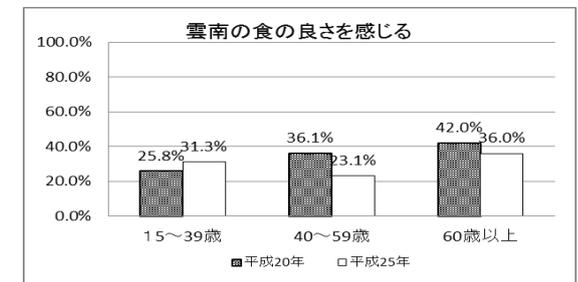
	平成 20 年	目標値	平成 25 年	評価
15～39 歳	60.2%	70.0%	61.2%	○
40～59 歳	78.7%	80.0%	67.5%	△
60 歳以上	82.2%	85.0%	75.7%	△



③雲南の食を知るプロジェクト

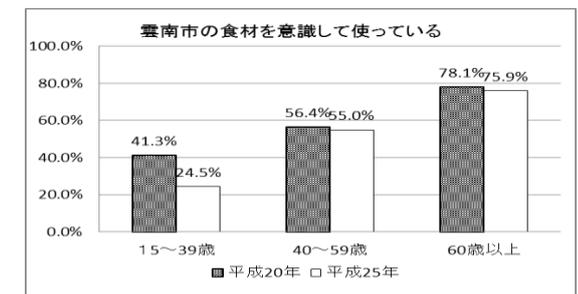
・雲南の食の良さを感じる

	平成 20 年	目標値	平成 25 年	評価
15～39 歳	25.8%	50.0%	31.3%	○
40～59 歳	36.1%	50.0%	23.1%	△
60 歳以上	42.0%	50.0%	36.0%	△



・雲南市の食材を意識して使っている

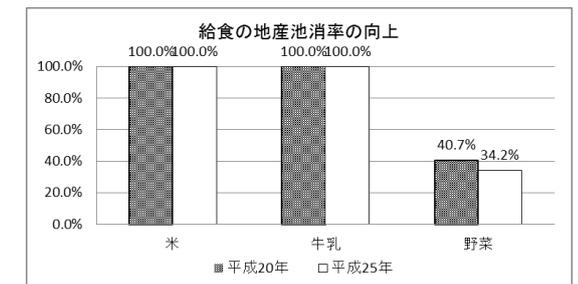
	平成 20 年	目標値	平成 25 年	評価
15～39 歳	41.3%	60.0%	24.5%	△
40～59 歳	56.4%	60.0%	55.0%	△
60 歳以上	78.1%	60.0%	75.9%	△



④計画推進の仕組みづくり

・給食の地産地消率の向上

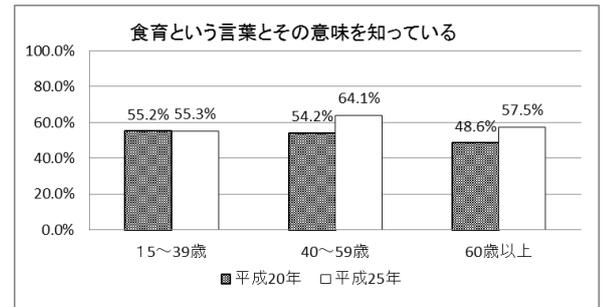
	平成 20 年	目標値	平成 25 年	評価
米	100.0%	100.0%	100.0%	◎
牛乳	100.0%	100.0%	100.0%	◎
野菜	40.7%	50.0%	34.2%	△



●その他

・食育という言葉とその意味を知っている

	平成 20 年	目標値	平成 25 年	評価
15～39 歳	55.2%	70.0%	55.3%	○
40～59 歳	54.2%	70.0%	64.1%	○
60 歳以上	48.6%	70.0%	57.5%	○



(2) 第1次計画の成果と課題

この5年間で、お弁当の日や農業体験など教育機関での事業が定着し、給食では米、牛乳、卵の地産地消率を100%で維持しています。また、「食育」という言葉とその意味を知っていると答えた市民の割合も向上しています。

一方で、ごはんと味噌汁を調理できると答えた市民の割合や雲南の食の良さを感じると答えた市民、雲南市の食材を意識して使用していると答えた市民の割合は平成20年を下回っており、本計画でも引き続き取り組みが必要な課題が見えてきました。

(3) 本計画の取り組みの方向性

雲南市の食育の推進については、第1次計画の取り組みなどにより、「食育」という言葉の認知度が高まるなど、市民の生活の中に食育が広まりつつあります。また、子どもたちが自分だけで弁当をつくる「お弁当の日」の取り組みや地域の食材を活用する「スイーツプロジェクト」「オムライスプロジェクト」などの取り組みは、多くの市民の方に知られる取り組みとなっています。本計画では、第1次計画で育まれたこの“雲南市らしい食育”のスタイルを活かしながら、継続して食育の推進を図ります。

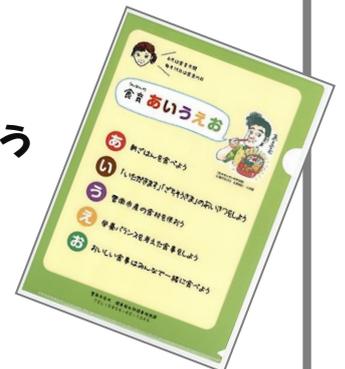
また、雲南の食の良さを感じると答えた市民や雲南市の食材を意識して使っていると答えた市民が平成20年に比べ減少傾向であることから雲南市の食の良さの発信にも力を入れ、雲南市の食の魅力を市内外の多くの方へ伝えます。

そして、「“食育”と言われても何をしたいのかわからない」という声に対し、家庭で実践できる具体的な取り組みを「うんなんの食育あいうえお」として紹介し、「周知」から「実践」へとつなげていきます。

うんなんの**食育あいうえお**とは・・・

平成25年度に市民の方500名を対象に食に関するアンケート調査を行ったところ「食育に関してもっと積極的なPRが必要」や「どんなことを推進しているのかわかりにくい」といった声が聞かれました。そこで、市民のみなさんに取り組んでもらいたい内容をわかりやすく伝えるため“あいうえお”にまとめました。

- あ** 朝ごはんを食べよう
- い** 「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしよう
- う** 雲南市産の食材を使おう
- え** 栄養バランスを考えた食事をしよう
- お** おいしい食事はみんなと一緒に食べよう



“あいうえお”それぞれの言葉にこめられた思いを伝えるクリアファイルも作成しました。クリアファイルは食育推進にご協力いただける方にお配りしています。

## あ 朝ごはんを食べよう



朝ごはんを食べるといいこといっぱい！  
“脳が目覚めて、頭がすっきり”  
“集中力UPで仕事も勉強もはかどる”  
“成績アップには朝ご飯が効果アリ！”

嘘みたいな本当の話。世界中の様々な調査がそれを示しています。雲南市でも、“バランスの良い朝ご飯”を食べている子は、食べていない子に比べて学力調査の平均点が15点も高いというデータが出ています。

## い 「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしよう

食材を生産するところから  
あなたが食べる「食事」になるまでの過程には  
たくさんの人たちの努力や工夫がつまっています。  
あなたの食を支える人たちへの感謝と  
“いのちをいただく”ことへの感謝をこめて  
「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしま  
しょう。



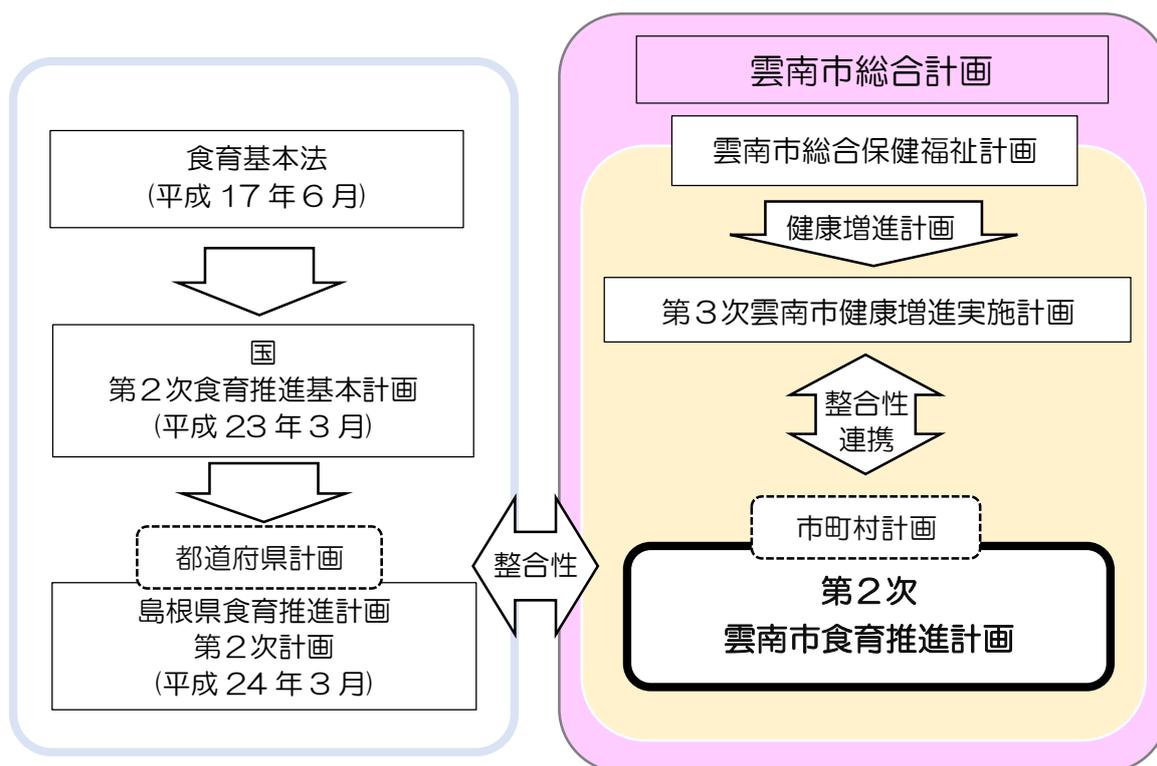
## Ⅱ 第2次計画の基本的な考え方

## 1. 計画の位置づけ

本計画は、平成 21 年 3 月に策定した雲南市食育推進計画の基本理念を継承するものです。

本計画は、食育基本法第 18 条第 1 項に基づく市町村食育推進計画として位置付け、雲南市の食育を総合的、具体的に推進するために策定するものです。

本計画は、「雲南市総合計画」「雲南市総合保健福祉計画」を上位計画とし、「第 3 次雲南市健康増進実施計画」などの各分野の計画などとも整合性を図り、また、連携しながら食育を推進するものです。



## 2. 計画期間

本計画の期間は、平成 27 年度から平成 31 年度の 5 年間とします。

## 3. 基本理念

食は生命 <sup>いのち</sup> ～学び・伝え・創造する 雲南の食育～

「食」は生きていくうえで欠かせない営みであり、食べることは生きることに繋がります。

雲南市には豊かな食環境があり、地域に根付いた食文化が今も守られています。その食の恵みやいのちを支える食に関わる人へ感謝すること、食を通して自らの健康の維持・増進を図ること、食を囲み絆を深めること、地域の伝統を受け継ぎながら、新しい食や安心安全な食材を生み出すことなど、食をとおして多くのことを学び、伝え、創造することを理念とし、食で人を育み、食を育むことでまちを育む“雲南市らしい食育”を市民のみなさんとともに進めます。

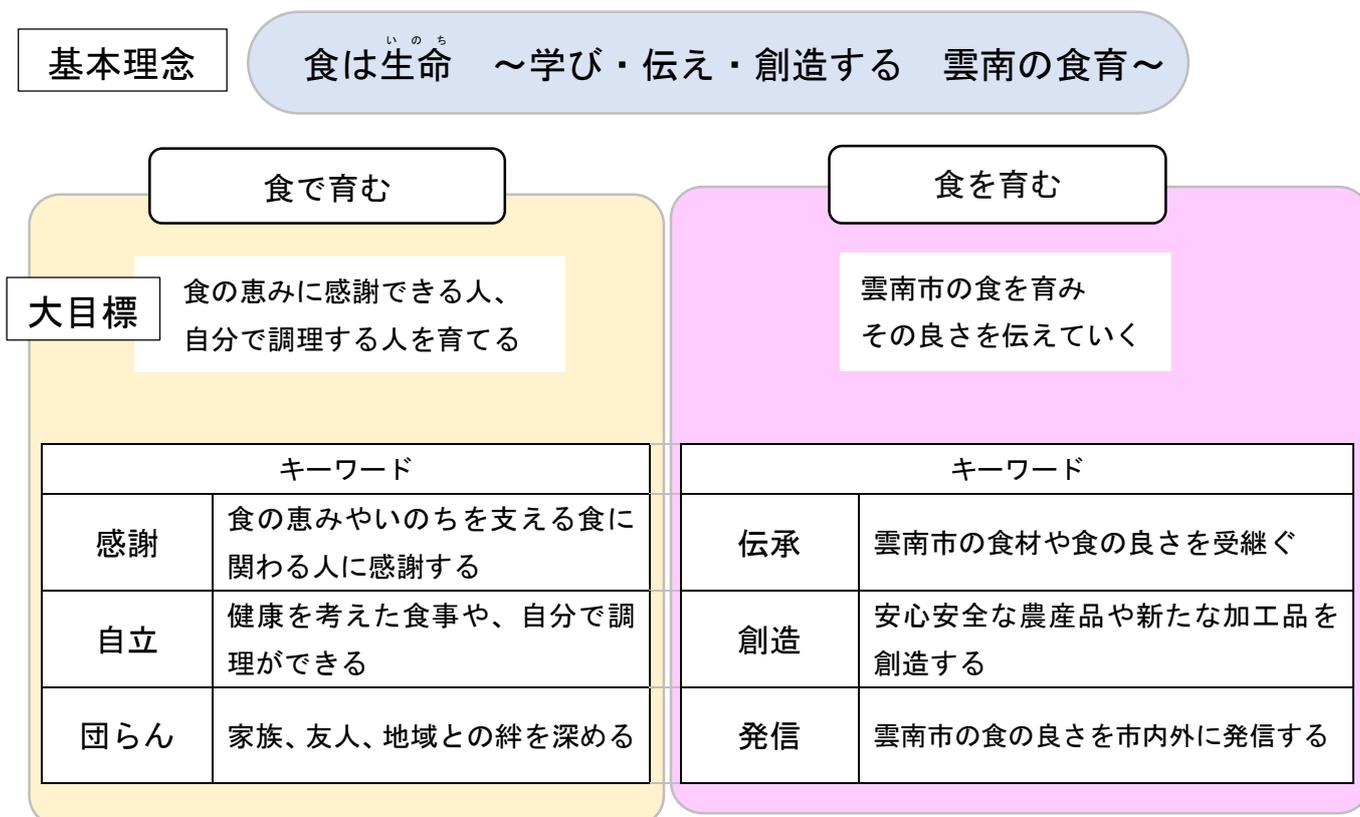
第 1 次計画実施期間には雲南市の食資源を活かし農商工業者が連携しながら商品開発を行い、

スイーツプロジェクトなど各種プロジェクトにみられる多様な商品を創造し注目を集めました。  
また、市内では独自の研究を進め新商品を生産販売する企業もあります。

第1次計画策定期間に定着したこの“創造”の取り組みの継続を目指し、本計画では、基本理念に“創造する”を加えました。

#### 4. 食育推進の体系

基本理念の実現に向け、食をとおして心身ともに健康に暮らせる市民を育む「食で育む」、雲南の食の良さを受継ぎながら、より良い食材や食品を創造する「食を育む」の2つの方向性を柱として、それぞれに大目標と3つのキーワードを設け、食育を推進します。



## 5. 数値目標

基本理念の実現に向けた取り組みの成果や達成度を客観的な指標により把握するため、数値目標を設定します。数値目標はキーワードごとに設けた中目標ごとに設定します。

### 【キーワード：感謝】

**中目標** 食の恵みや周囲の人への感謝をもつ人を増やす

指標：「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしている人の割合  
(毎食していると答えた人の割合)

	H25(実績)	H30(目標値)
15-39 歳	53.1%	80%
40-59 歳	51.3%	80%
60 歳以上	43.6%	80%

※食に関するアンケート調査より



### 【キーワード：自立】

**中目標** 健康を意識した食生活を実践している人を増やす

指標：朝食を毎日食べている人の割合

	H25(実績)	H30(目標値)
15-39 歳	77.6%	85.0%
40-59 歳	90.0%	95.0%
60 歳以上	91.5%	98.0%

※食に関するアンケート調査より

	H25(実績)	H30(目標値)
小学 6 年生	94.1%	100.0%
中学 3 年生	90.4%	100.0%

※島根県学力調査より

**中目標** 自分で調理ができる人を増やす

指標：ごはんと味噌汁が調理できる人の割合(調理できると答えた人の割合)

	H25(実績)	H30(目標値)
15-39 歳	61.2%	70.0%
40-59 歳	67.5%	80.0%
60 歳以上	75.7%	85.0%

※食に関するアンケート調査より

	H25(実績)	H30(目標値)
小学 5、6 年生	50.1%	100.0%
中学生	60.6%	100.0%

※雲南市生活実態調査より



**【キーワード：団らん】**

**中目標** 家族や仲間と食卓を囲む人を増やす

指標：1週間のうち、家族全員がそろって食べる食事の回数(1回以上と答えた人の割合)

《朝食》

	H25(実績)	H30(目標値)
15-39歳	51.0%	60.0%
40-59歳	66.7%	70.0%
60歳以上	75.5%	80.0%

《夕食》

	H25(実績)	H30(目標値)
15-39歳	86.5%	90.0%
40-59歳	89.2%	95.5%
60歳以上	90.0%	95.5%

※食に関するアンケート調査より

**中目標** 家族や仲間と食卓を囲む人を増やす

指標：食事の時間が楽しみな人の割合(楽しみ、どちらかと言えば楽しみと答えた人の割合)

	H25(実績)	H30(目標値)
15-39歳	91.9%	100%
40-59歳	95.0%	100%
60歳以上	98.2%	100%

※食に関するアンケート調査より

**【キーワード：伝承】**

**中目標** 地域や家庭に伝統的な食文化(行事食)が残っている

指標：雲南市の郷土食を家庭で調理して食べている人の割合(よく食べている、時々食べていると答えた人の割合)

	H25(実績)	H30(目標値)
15-39歳	50%	60%
40-59歳	73.1%	80%
60歳以上	87.4%	95%

※食に関するアンケート調査より

**中目標** 世代間に食を伝承する交流がある

指標：保・幼・小・中学校における行事食(笹巻きなど)づくり体験実施校数

	H25(実績)	H30(目標値)
保育園	全園実施	全園実施
幼稚園	10園/全園(12園)	全園実施
小学校	11校/全校(17校)	全校実施

※子育て支援課、社会教育課から情報提供



**【キーワード：創造】**

**中目標** 安心安全な農産品が手に入る

指標：給食の地産地消率

	H25(実績)	H30(目標値)
米	100%	100%
牛乳	100%	100%
野菜	34.2%	40.0%

※教育総務課からの情報提供



**中目標** 安心安全な農産品が手に入る

指標：雲南市(産)の食材を意識して使っている人の割合  
(意識して使っている、できるだけ使うようにしていると答えた人の割合)

	H25(実績)	H30(目標値)
15-39 歳	24.5%	45.0%
40-59 歳	55.0%	60.0%
60 歳以上	75.9%	80.0%

※食に関するアンケート調査による

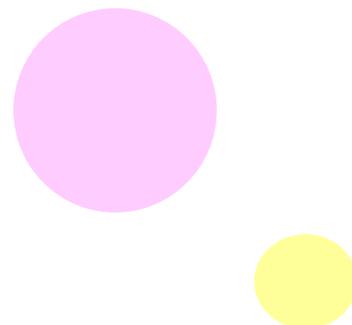


**中目標** 雲南市の食材を使った加工品を生み出す

指標：雲南市農商工連携協議会によって作られた商品数及び会員数

	H25(実績)	H30(目標値)
商品数(延べ数)	6	20
会員数	74	70

※産業推進課からの情報提供



**【キーワード：発信】**

**中目標** 雲南市の食の情報を市民が定期的に見聞きする

指標：食育という言葉やその意味を知っている人の割合(言葉も意味も知っている人の割合)

	H25(実績)	H30(目標値)
15-39 歳	55.3%	70.0%
40-59 歳	64.1%	70.0%
60 歳以上	57.5%	70.0%

※食に関するアンケート調査による

**中目標** 市民が雲南市の食の良さを感じている

指標：雲南市の食の良さを感じる人の割合(感じると答えた人の割合)

	H25(実績)	H30(目標値)
15-39 歳	31.3%	50.0%
40-59 歳	23.1%	50.0%
60 歳以上	36.0%	50.0%

※食に関するアンケート調査による

## う 雲南市産の食材を使おう



雲南市で生産された食材は生産者の顔が見える安全・安心なものばかり。  
新鮮な地元食材を使い、ご家庭でふるさとの味をご賞味ください。

### Ⅲ 施策の展開

計画の推進にあたっては、関係各課の連携を図りながら取り組みます。

## 1. 食で育む

キーワード	取り組み内容	対象
感謝	学校給食野菜生産者と児童・生徒との交流をすすめる（教育総務課）	児童・生徒、生産者
	保育園、幼稚園での農業体験や調理活動を実施する（子育て支援課）（学校教育課）	園児
	各種農業体験イベントを開催する（農林振興課）	一般
自立	栄養教諭等による食育指導を実施する（教育総務課）	園児、児童・生徒
	乳幼児健診での栄養指導を実施する（健康推進課）	乳幼児、保護者
	お弁当の日を実施する（学校教育課）	児童・生徒
団らん	地域での子どもの調理活動を支援する（社会教育課）	子ども、地域住民
	うんなん家庭の日を推進する（社会教育課）	市民

# え 栄養バランスを考えた食事をしよう



毎日3食の食事がまず基本です。  
 毎食3～4つのお皿を揃えるように意識しましょう。  
 また、薄味で旬の食材を使った手作りご飯は心も身体も健康にします。  
 旬の食材は栄養価も高いので献立に取り入れましょう。

## 2. 食を育む

キーワード	取り組み内容	対象
伝承	保育園、幼稚園での笹まき作りなどの体験活動を実施する(子育て支援課)(学校教育課)	園児
	笹まき作り体験(米作り、餅つき)を学校で実施する(社会教育課)(学校教育課)(農林振興課)	児童・生徒、地域住民
	地域自主組織の食に関する取り組みを支援する(地域振興課)	地域住民
創造	給食の地産地消率の向上に努める(教育総務課)(農林振興課)	給食センター、生産者、児童・生徒
	雲南市農商工連携協議会として地元食材を使った商品を開発する(産業推進課)	生産者・加工業者
発信	お弁当の日、早寝早起き朝ごはんの推進事業などの取り組みを紹介する(学校教育課)	市民
	ブランドサイト等を活用した雲南の食に関する情報を発信する	一般

# おいしい食事は みんなで一緒に食べよう

生活スタイルの多様化により、一人で食べる事も多くなっていると思いますが家族や友達と一緒に楽しく食べる機会を大切にしましょう。  
おいしい食事とみんなで囲む楽しい食卓。



【食育に関する施策展開】

食は生命～学び・伝え・創造する 雲南の食育～

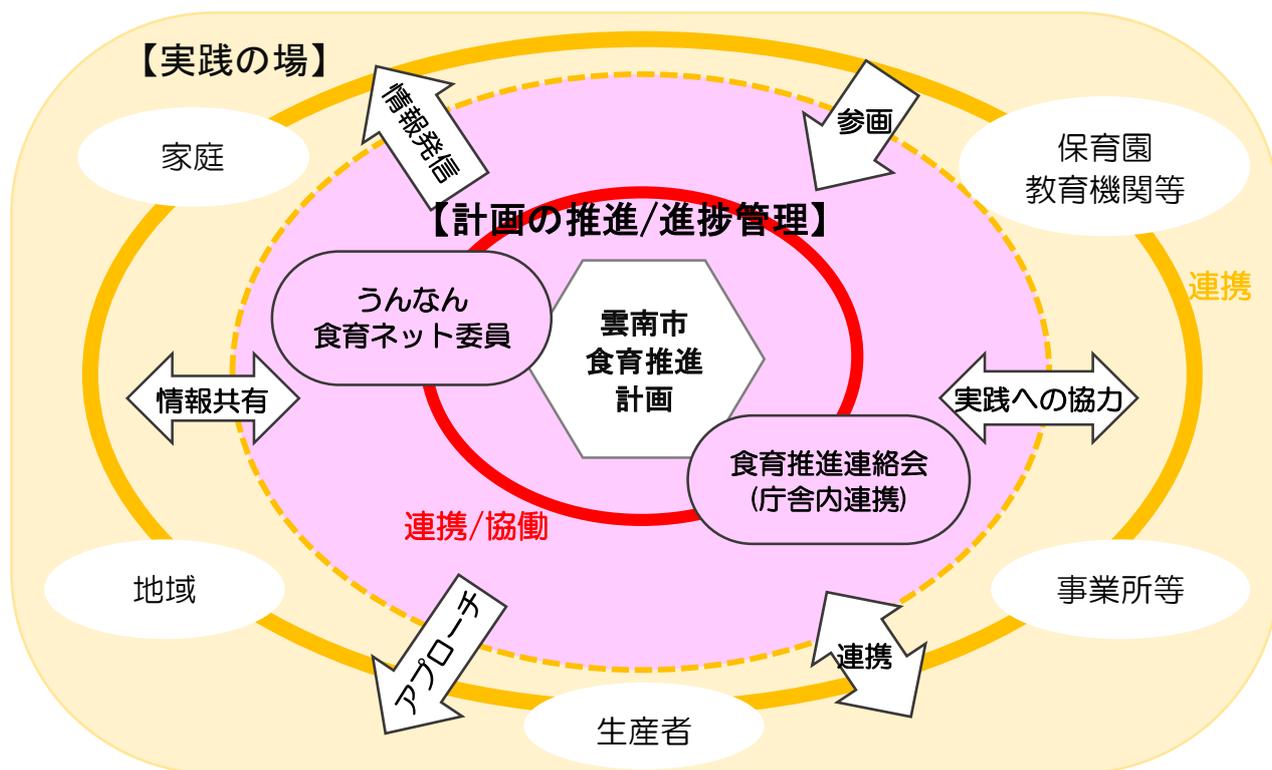
大目標		キーワード		中目標	キーワードごとの指標 評価年度：H30	取組内容・事業(担当課)	各課の目標 (5年間で達成する、毎年報告する)
食で育む	食の恵みに感謝できる人、自分で調理する人を育てる	感謝	食の恵みやいのちを支える食に関わる人に感謝する	・食の恵みや周囲の人への感謝をもつ人を増やす	・「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしている人の割合(感謝) ⇒15歳以上/アンケート	・学校給食野菜生産者と児童・生徒との交流の推進(教育総務課) ・保育園、幼稚園での農業体験や調理活動の実施(子育て支援課)(学校教育課) ・各種農業体験イベントの開催(農林振興課)	各学校単位で年1回実施  全園での実施  2回/年
		自立	健康を考えた食事や、自分で調理ができる	・健康を意識した食生活を実践している人を増やす  ・自分で調理ができる人を増やす	・朝食を毎日食べている人の割合(自立) ⇒15歳以上/アンケート 小学6年生、中学3年生/学校教育課 ・自分の健康を意識した食生活を実践している人の割合(自立) ⇒15歳以上/アンケート、 ・ごはんのみそ汁を調理できる人の割合(自立) ⇒15歳以上/アンケート 小学校5.6年生、中学生/学校教育課	・栄養教諭等による食育指導(教育総務課) ・健診での保健、栄養指導の実施(健康推進課)  ・お弁当の日の実施(学校教育課)	保・幼・小・中学校全校実施/年 全会場での実施 朝食を食べる児の割合 1.6歳児、3歳児で100%(健康増進実施計画) お弁当の日に自分で弁当を作る割合 中学校3年生で100% ごはん味噌汁が調理できる児童・生徒の割合 小学校6年生、中学生で100%
		団らん	家族、友人、地域との絆を深める	・家族や仲間と食卓を囲む人を増やす	・1週間のうち、家族がそろって食べる食事の回数(団らん) ⇒15歳以上/アンケート ・食事の時間が楽しみな人の割合(団らん) ⇒15歳以上/アンケート	・地域での子どもの調理活動の支援(社会教育課) ・うんなん家庭の日などの周知(社会教育課)	放課後子ども教室で実施している組織を計上する 概ね1日に1回以上は家族そろって食事をする児童・生徒の割合(小4～中3)100%(全国学力学習状況調査)
食を育む	雲南市の食を育みその良さを伝えていく	伝承	雲南市の食材や食の良さを継ぐ	・地域や家庭に伝統的な食文化(行事食)が残っている  ・世代間に食を伝承する交流がある	・雲南市の郷土食を家庭で調理している人の割合(伝承) ⇒15歳以上/アンケート  ・保・幼・小・中における行事食(笹巻き)づくり体験実施校数(伝承) ⇒子育て支援課、社会教育課、農林振興課からの情報提供	・保育園、幼稚園での笹巻きなどの体験活動の実施(子育て支援課)(学校教育課)  ・笹巻き体験など(米作り、餅つき)を学校で行う(社会教育課)(学校教育課)(農林振興課)  ・地域自主組織の食に関する取り組みを支援する(地域振興課)	全園での実施(具体的な回数など詳細は別に明記する)  全小学校で実施  全市で実施(地域自主組織で実施している組織数を計上する)
		創造	安心安全な農産品や新たな加工品を創造する	・安心安全な農産品が手に入る  ・雲南市の食材を使った加工品を生み出す	・雲南市(産)の食材を意識して使っている人の割合(創造) ⇒15歳以上/アンケート ・給食の地産地消率(創造) ⇒教育総務課からの情報提供 ・雲南市農商工連携協議会によって作られた商品数及び会員数(創造) ⇒産業推進課からの情報提供	・給食の地産地消率の向上(教育総務課) ・学校給食への食材提供者数を増やす(農林振興課) ・雲南市農商工連携協議会として地元食材を使った商品を開発する(産業推進課)	米、牛乳(100%)、野菜(50%) 5年間の推移を追う 5個/年
		発信	雲南市の食の良さを市内外に発信する	・雲南市の食の情報を市民が定期的に見聞きする  ・市民が雲南市の食の良さを感している	・食育という言葉やその意味を知っている人の割合(発信) ⇒15歳以上/アンケート ・雲南市の食の良さを感している人の割合(発信) ⇒15歳以上/アンケート	・お弁当の日、早寝早起き朝ごはんの推進事業などの取組の紹介(各学校の様子を紹介)(学校教育課) ・給食センターの取組等の情報提供(教育総務課) ・うんなん家庭の日の告知放送(社会教育課) ・ブランドサイト等を活用した雲南の食に関する情報の発信(政策推進課) ・「食育の日」文字放送(健康推進課) ・「食育月間」告知放送(健康推進課)	ホームページ、市報など2回～3回/年 1回/年 毎月  サイトの更新回数(2回/年) 毎月 1回/年(6月)

## IV 計画の推進と進行管理

## 1. 推進体制・進行管理

食育の取り組みは、教育、保健、農業、商業等の多様な分野の連携が不可欠です。その推進にあたっては、市民、保育・教育関係者、生産者、食品関連事業者、行政がそれぞれの役割のもと連携を図り取り組みを進める必要があります。

計画の進行管理については、食育の推進状況を把握するため、客観的な指標を設定し、庁内関係各課で構成する「食育推進連絡会」を開催し、定期的に取り組み状況を検討するほか、食育ネット会議を開催し、食育ネット委員を中心に広く市民のみなさんと計画の進行状況を共有し食育の推進を図ります。



## 2. 食育推進にあたっての役割

### 【市民/家庭】

家庭は子どもが基本的な生活習慣を身につける場であり、最も大切な食育実践の場です。基本的なマナーや良い生活習慣等を家族みんなで実践しましょう。

#### 《具体的な取り組み》

- ・ 食事マナー、配膳や片付け、早寝早起き朝ごはん等、良い習慣を身につける
- ・ 幼児期からの子どもとの調理活動を実践する(お弁当の日への協力など)
- ・ 「一家団らん」、「楽しい食事」等、家庭の時間を確保する
- ・ 栽培、調理等の体験活動や交流活動へ参加する
- ・ 郷土料理や家庭料理を伝承する
- ・ できるだけ地元食材を利用する(地産地消率の向上)



## 【学校等】

保育所、幼稚園、学校等は、子どもが楽しみながら食の大切さや楽しさを学ぶことができるよう、家庭や地域と連携しながら食育を推進しましょう。

### 《具体的な取り組み》

- ・栽培、収穫、調理、生産者との交流等の体験活動の実施を充実させる
- ・給食を教材とした食育を実践する
- ・「お弁当の日」を保護者とともに実践する
- ・早寝早起き朝ごはん運動を展開する



## 【地域】

市内全域での食育活動をすすめるためには、地域の協力が不可欠です。家庭や学校での食育活動への支援や、地域で自主的な活動をしている団体等の多様な活動が求められます。

### 《具体的な取り組み》

- ・学校や交流センター等での食に関する事業に協力する
- ・地域での調理活動等で子どもの出番を増やす
- ・食事のマナー等の子どものしつけを地域の大人が実践する
- ・体験活動や交流活動を積極的に実施する

## 【事業所】

地域の一員として、家庭や学校での食育活動への理解と協力が求められます。また、情報発信や商品開発などそれぞれの事業所の強みを活かした食育推進への協力が求められます。

### 《具体的な取り組み》

- ・家庭教育、学校教育への理解と協力
- ・「うなん家庭の日(毎月第3日曜日)」や「食育の日(毎月19日)」等での食育活動への協力
- ・雲南市の食の情報発信
- ・雲南市の食の良さを活かした商品開発

## 【行政】

市民一人ひとりが食育を実践できるよう周知に努め、保育、教育、保健、農業、産業等それぞれの分野の連携を図りながら全市的な食育の推進を図ります。また、食育ネット委員をはじめとする市民団体等との連携を図り、計画の進行管理を行います。

### 《具体的な取り組み》

- ・食育推進活動を実施する
- ・市報やホームページを活用した情報発信を行う
- ・各種健診等を通じて食育推進活動を実施する
- ・雲南市の食の良さを活かした商品を開発する
- ・計画の進行管理を行う



○ 參考資料