第2次

平成 24 年度~平成 28 年度

# 西尾市食育推進計画

いただきます! おうちごはんからはじめよう、食育の "Wa"

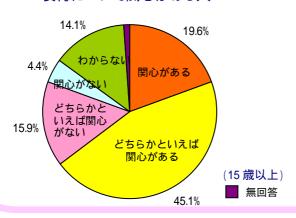
西尾市は平成23年4月より、一色町、吉良町、幡豆町と合併し、新しい市となりました。市民の皆さんが「食」を通じて人と人との「Wa」をさらに広げ、いきいきと暮らせるよう、新しい西尾の食育を推進していきます。

# 西尾市の「食」の現状

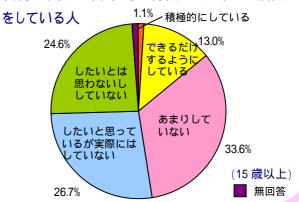
#### 「食育」は知っているが、実践している人が少ない

15歳以上で「食育」について「関心がある」、「どちらかといえば関心がある」と回答した人は64.7%ですが、「食育」に関する日常的な行動や地域での活動をしている人の割合は「積極的にしている」、「できるだけするようにしている」と回答した人は14.1%と少数でした。

#### 食育について関心がある人



#### 食育に関する日常的な行動や地域での活動



#### 朝食を食べない人がいる

約1割以上の人が朝食を食べない日があることが分かりました。朝食を食べない理由として、「時間がない」という回答一番多く見られました。

#### 朝食を食べる人



#### 孤食の子どもがいる

「孤食」とは文字通り一人で食事をすることを言います。一人で朝食を食べる子の割合は、小学3年生で14.3%、小学5年生で22.4%、中学2年生で50.5%と、学年が上がるにつれて多く見られます。



#### ■「地産地消」が根付いてきている

西尾市産の農林水産物を優先して購入している人について、「積極的にしている」、「できるだけするようにしている」と回答した人は約半数でした。



したいとは思わないし、していない



0% 50% 100%

#### 計画の基本コンセプトと考え方

<計画の基本コンセプト>

### いただきます!おうちごはんからはじめよう、食育の"Wa"

この計画は、「いただきます!おうちごはんからはじめよう、食育の"Wa"」を基本コンセプトとし、以下の3つを基本的な考え方として西尾独自の食育を進めていきます。

#### はぐくもう「感謝のきもち」

自然のめぐみ、食事を作ってくれる 人、農畜産物を育てたり漁業をしてい る人などへの感謝の気持ちを持って 「いただきます!」

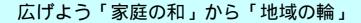






#### 家庭でつくろう「元気の源」

家族で囲む食卓は「食」の基本となります。できることから1つずつ 「おうちごはんからはじめよう!」



「食」を通じたコミュニケーションで家庭の "和"を築き、さらに、食育の活動を通じて 地域の"輪"に参加して**「食育の"Wa"」**を広げていこう!





#### 食育推進への取り組み ステップ1

# 知ろう!学ぼう!食育 (食の学習・情報提供)

~まずは知り、学ぶことから始まる食育の推進~

食育を推進するためには、まず、「食育」の大切さを知ってもらい、一人ひとりの行動の変化につなげていく必要があります。ステップ1「知ろう!学ぼう!食育」では、食育についての教育・学習機会や情報提供の充実などを通じて、市民それぞれの主体的な取り組みの活発化をめざします。

#### 「食育」に関心を持とう!



・食育への取り組みを楽しみながら継続できるように作成した「西尾版食育プログラム」の普及

#### 子どもたちの親に伝えよう!



- ・親子で取り組める園児用の食育教材 「幼児食育チャレンジ表」の実施
- ・食育だより・給食だよりの配布
- ・子どもの食生活や栄養に関する保護 者相談の実施

#### 学校で「食育」を学ぼう!



- ・学校教材「食育ノート」による 小学牛の食育授業の実施
- ・給食の食べ残しを減らすための 指導



#### 健康的な食生活を送ろう!

- ・生活習慣病、栄養、歯科、その他の 心身の健康についての健康相談の 実施
- ・肥満予防のために生活習慣を見直 し、実践できるよう支援する「ダイ エットクラス」の実施

#### 食育推進への取り組み ステップ2

# やってみよう!食育 (日常生活での食育の実践)

~ 食生活、地産地消、環境への働きかけ~

ステップ2「やってみよう!食育」では、すべての市民が日常生活の中で気軽に取り組める食育を進めます。毎日の食生活の中で、地域の伝統食を再発見したり、地産地消を推進し、食を通じて環境を考え、働きかけるなど、一人ひとりができることからはじめられる食育を支援していきます。

#### 家族そろって楽しく食べよう!

- ・子どもの朝食の欠食をなくし、家族 そろって食事をすることの大切さを 伝えるための、家庭・地域と連携し た「早寝早起き朝ごはん」運動の実 施
- ・毎月 19 日の「おうちでごはんの日」 の推進

#### 西尾の産品を食べよう!



・学校給食で地元食材を取り入れた地産 地消の推進





・地元産特産物のブランド化の推進

#### 食事のマナーを身につけよう!



・学校での箸の持ち方等の食事のマナ ーの指導

#### 環境にやさしい食を考えよう!

- ・生ごみの減量化を図るため、生ごみ の堆肥として有効使用
- ・化学肥料、化学合成農薬をできる限 り軽減し、環境保全と生産性向上と の調和を図る「環境保全型農業」の 推進



#### 食育推進への取り組み ステップ3

# みんなで参加しよう!食育 (イベントや地域活動への参加)

~ 楽しく続けられる食育の推進をめざして~

食育の推進が効果を発揮していくためには、食育運動を継続していく必要があります。食育への取り組みを継続するために、楽しみながら食育の継続をめざす「みんなで参加しよう!食育」プロジェクトを進めます。

#### 楽しく体験!楽しい「食育」



・地元の生産者や農協の指導を受けながら、作物を育てるところから食べるところまで一貫して学ぶ「教育ファーム」の実施



・様々な料理の体験を通じて、楽しみな がら学習できる各種料理教室の実施



・各種農業体験会の実施

#### 参加しよう!「食育」イベント



・地域ブランドを取得した「西尾の抹茶」に親しむイベントの開催



- ・地域ブランド「一色産うなぎ」に親しむ「うなぎまつり」等のイベントの開催
- ・アイデア料理コンテストの開催

#### 地域をつなぐ「食育の輪」

- ・ボランティアや NPO 団体との協働
- ・食生活や健康に関する活動をするボ ランティア団体の育成・支援

## 目標指標

この計画が掲げる3ステップのプロジェクトによる取り組みがもたらす質的な変化(成果)を検証するため、目標指標を設定します。目標指標による評価結果は、計画や取り組み等の見直しに反映させ、適切な方向性の立案に役立てることを目的とするものです。

目標	目標指標			
口饭	指標名	現状値(H23)		目標値(H28)
「感謝の気持ち」はぐくもう	食育に関心のある人の増加	18 歳以上	67.3%	90%
	地産地消という言葉を知っている人の増加	小中学生	51.7%	70%
		18 歳以上	80.5%	90%
	学校給食における西尾市産物を利用する割合 の増加(1)	小中学校	20.7%	30%
	農林漁業体験に全学年で取り組む小学校の割 合の増加(2)	小学校	61.5%	100%
家庭でつくろう「元気の源」	「食育プログラム」を知っている人の割合の 増加	全市民	12.1%	30%
	毎日の食事が楽しいと思う人の増加	小中学生	78.3%	85%
		18 歳以上	66.9%	80%
	ほとんど毎日朝食を食べる人の増加	小中学生	87.7%	100%
		30 歳未満男性	71.0%	85%
		30 歳代男性	75.8%	90%
	食事バランスガイドを参考に食生活を送って いる人の増加	18 歳以上	59.4%	65%
	学校で習ったことで食生活を変えたことがあ る子の増加	小中学生	12.3%	15%
「地域の輪」 広げよう「家庭の和」から	学校で習ったことを家族で話し合う子の増加	小中学生	29.9%	40%
	ひとりで朝食を食べる子の減少	小学生	22.4%	5%
		中学生	50.5%	25%
	食育に関する行動や活動をする人の増加	18 歳以上	15.8%	40%
	「西尾市食育キャラクター」を知っている人 の増加	全市民	11.2%	70%
	市が行う食育の事業に参加したことがある人 の増加	全市民	-	25%

<sup>1 「</sup>地場産品活用状況調査」により把握します。西尾市産物の割合は「(産品数)/(食品数)×100%」で求めます。

<sup>2</sup> 各学校へ個別に調査を行います。



肉・魚・牛乳など、たんぱく質やカルシウムの供給源となる赤の食品は、筋肉や骨など、体を作るもとになるよ



ダイヤン

ご飯・パンなど、炭水化物の供給源となる黄の食品は、運動をするためのエネルギーや熱になるよ



みつばちゃん

野菜や果物など、食物繊維やビタミンを 多く含む緑の食品は、体の調子をとと のえて、病気になりにくくするよ

#### 第2次

#### 概要版

# 西尾市食育推進計画

**いただきます! おうちごはんからはじめよう、食育の"Wa"** 発 行 年 月 平成 24 年 3 月

編集・発行 西尾市地域振興部農林水産課 〒445-8501 西尾市寄住町下田 22 番地 TEL 0563-56-2111 FAX 0563-57-1322