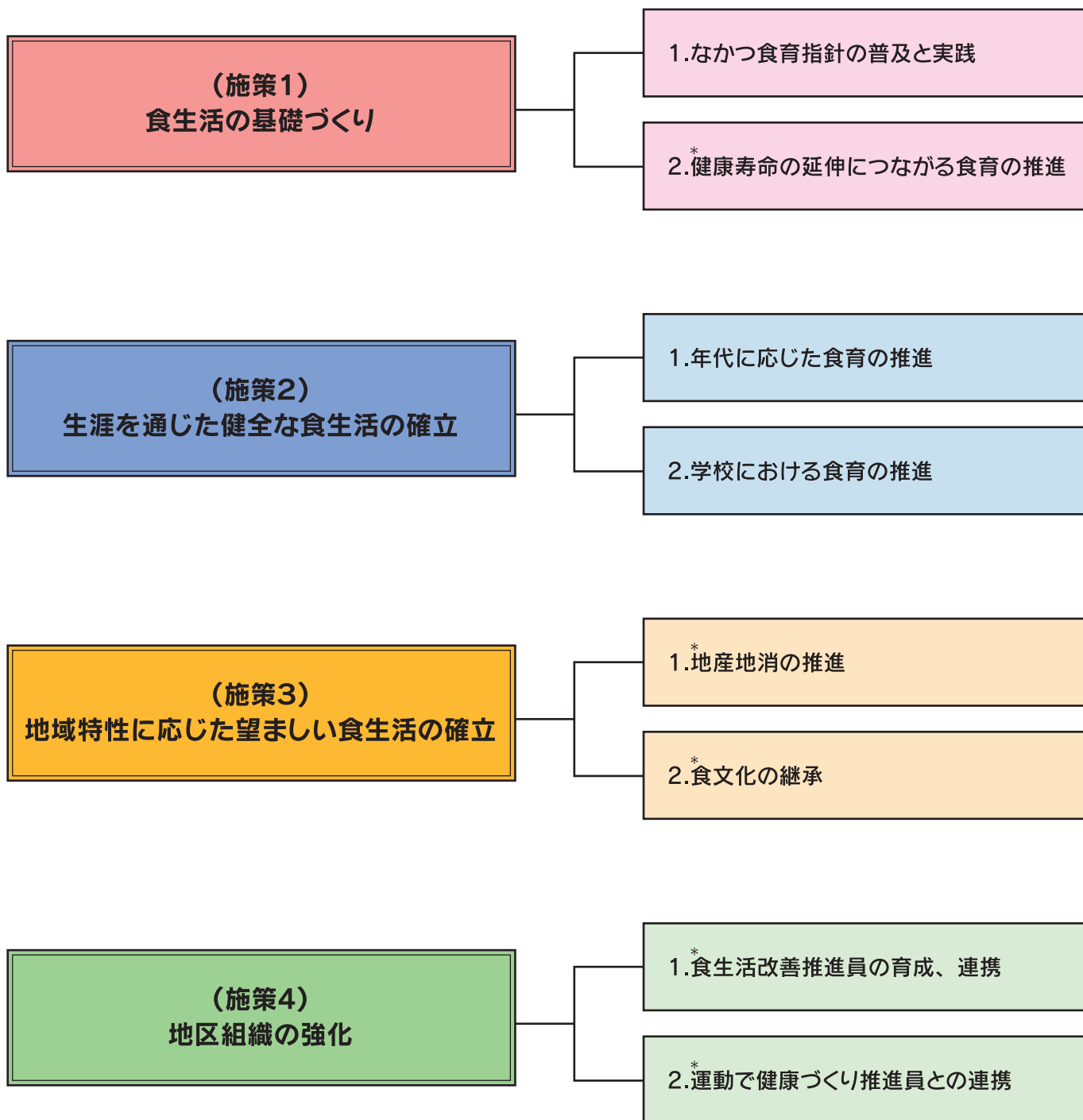


第4章

施策の展開

中津市食育推進計画施策体系

基本目標の達成に向けて、以下の4つの施策を推進します。



(施策1) 食生活の基礎づくり

1. なかつ食育指針の普及と実践

【現状と課題】

若い世代の、食育への関心度は高まっており、自分の食生活を見直し、よりよい食生活を心がけている人が増加しています。間断なく食育を普及するため、年代や性別、ライフスタイルに応じた情報提供や体験の機会を継続して提供することが必要です。また、食育を実践するために定めた「なかつ食育指針」や中津市ホームページ「食育のページ」の周知度が低いことから、これまでの情報ツールに加え、関係機関と連携して普及を強化する必要があります。

「なかつ食育指針」とは

なかつ食育指針

- な** なんでもバランスよく食べよう!よくかんで
- か** 簡単でおいしい料理を作ろう!みんなで楽しく
- つ** 続けて毎日食べよう!朝ごはん

【取り組み】

<個人・家庭に取り組んで欲しいこと>

- ・ なかつ食育指針を実践しましょう。
- ・ 食育に関心を持ち、食育の取り組みに積極的に参加しましょう。
- ・ 「主食」「主菜」「副菜」を組み合わせ、「牛乳・乳製品」「果物」を取り入れたバランスのよい食事を心がけましょう。
- ・ 食事はよく噛んで、味わって食べることを心がけましょう。
- ・ 料理ができる力を身につけましょう。
- ・ 朝ごはんを毎日食べましょう。
- ・ 食育に関する情報を周囲の人たちに伝えましょう。



<保育所が取り組むこと>

- ・ なかつ食育指針を実践し、子どもや保護者に対して周知・普及啓発を行います。
- ・ 給食だよりなどの配布物を活用し、家庭へ情報提供を行います。
- ・ 毎年6月の「食育月間」*に情報提供の強化を図ります。
- ・ 食に関するイベントに積極的に参加し、食育コーナーを設けて普及啓発します。
- ・ よく噛んで食べることの指導の強化を図ります。



<学校が取り組むこと>

～小学校・中学校～

- ・ なかつ食育指針を実践し、子どもや保護者に対して周知・普及啓発を行います。
- ・ 給食だよりなどの配布物を活用し、家庭へ情報提供を行います。
- ・ 掲示板などを活用し、普及啓発を行います。
- ・ 毎年6月の「食育月間」*に情報提供の強化を図ります。
- ・ よく噛んで食べることの指導の強化を図ります。

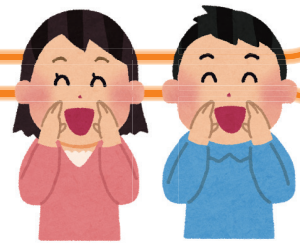
～高校・大学～

- ・ なかつ食育指針を実践し、生徒や学生、保護者に対して周知・普及啓発を行います。
- ・ 配布物を活用し、家庭へ情報提供を行います。
- ・ 講習会を開催し、なかつ食育指針の周知・普及啓発を行います。
- ・ 食堂や掲示板を活用して食育に関する情報を提供します。
- ・ 小学校・中学校や保育所などの食育活動に協力します。
- ・ 毎年6月の「食育月間」*に情報提供の強化を図ります。
- ・ イベントなどで食育コーナーを設けて普及啓発します。
- ・ よく噛んで食べることの指導の強化を図ります。



<地域が取り組むこと>

- ・地域で講習会を開催し、なかつ食育指針の周知・普及啓発を行います。
- ・学校や保育所などの食育活動に協力します。
- ・地域で食事のアドバイスやミニ講習会を行います。



<食品関連業者・農林水産業者が取り組むこと>

- ・なかつ食育指針の普及に協力します。

<行政が取り組むこと>

- ・保健事業やイベント、市報・ホームページ・ケーブルテレビなどあらゆる情報ツールを活用して、積極的に普及啓発を行います。
- ・年代や性別、ライフスタイルに応じた情報提供や、体験・学習の機会を提供します。
- ・「食育の日」「食育月間」「^{*}おおいた^{*}食の日」「^{*}おおいた^{*}食育ウィーク」に普及啓発の強化を図ります。
- ・各関係機関へ情報提供を行い、連携した食育の推進に努めます。
- ・^{*}おおいた食育人材バンク派遣事業などにより、各団体が取り組む食育を支援します。
- ・保育所への研修会などを通じて、食育に関する情報を提供します。



食育教室の開催
(夏休み!わくわく食育教室)



イベントでの食育推進コーナー
(なかつ・ふれあい子どもランド)



レシピ集による普及啓発
(食育応援レシピ集)



(朝ごはんレシピ集)



ホームページによる情報提供
(中津市ホームページ「食育のページ」)

2. 健康寿命の延伸につながる食育の推進

【現状と課題】

中津市では、^{*}心疾患、^{*}脳血管疾患による死亡が大分県下でも上位です。これらの重要な危険因子となる「^{*}高血圧」、「^{*}脂質異常症」、「^{*}糖尿病」などの生活習慣病が増加しています。また、若い世代では、男性の「^{*}肥満」が増えています。^{*}生活習慣病を予防し、生涯にわたって健康で自立した生活を送ることができる期間（^{*}健康寿命）を延伸させることが、課題となっています。

^{*}生活習慣病は、食生活や喫煙・飲酒・運動不足など、長期間の生活習慣と関係が大きい病気です。若いうちから気をつけることが将来の健康につながるということを認識し、自主的な取り組みを継続して行うことが大切です。

しかし、若い世代は単身者や共働き家庭が多いため、仕事や子育てが忙しく、実践が難しいことが考えられます。若い世代が興味を持ち、無理なく継続できる取り組みを提案することが必要です。また、惣菜や加工食品、外食の利用方法について普及啓発するとともに、社員食堂や飲食店を通して食育を推進するなど、企業や外食産業への働きかけを行い、環境づくりに努めることが必要です。



【取り組み】

＜個人・家庭に取り組んで欲しいこと＞

- ・健康に関心を持ち、*生活習慣病を予防する食生活と運動の実践に取り組みましょう。
- ・*適正体重を維持しましょう。
- ・減塩を心がけ、薄味習慣を身につけましょう。
- ・健康に配慮した商品や飲食店を活用しましょう。
- ・*栄養成分表示などを参考に、食べ物を選択する力を身につけましょう。
- ・地域の料理講習会や運動活動に積極的に参加しましょう。
- ・子どもたちに正しい食習慣を伝えましょう。



＜保育所が取り組むこと＞

- ・正しい食習慣や運動習慣を子どもに伝えます。
- ・保護者に情報提供を行い、家庭でも取り組めるように働きかけます。



＜学校が取り組むこと＞

～小学校・中学校～

- ・正しい食習慣や運動習慣を子どもに伝えます。
- ・*栄養教諭・*学校栄養職員と連携して、食に関する指導を行います。
- ・体育や総合的な学習などの各教科、部活動などと連携して、運動の必要性を伝えます。
- ・保護者に情報提供を行い、家庭でも取り組めるように働きかけます。

～高校・大学～

- ・正しい食習慣や運動習慣を生徒・学生に伝えます。
- ・体育や総合的な学習などの各教科、部活動などと連携して、運動の必要性を伝えます。
- ・保護者に情報提供を行い、家庭でも取り組めるように働きかけます。
- ・地域で料理講習会を開催します。
- ・料理講習会への参加を呼びかけます。
- ・若い世代や男性が取り組みやすい料理の方法を伝えます。



＜地域が取り組むこと＞

- ・地域で料理講習会を開催します。
- ・料理講習会への参加を呼びかけます。
- ・若い世代や男性が取り組みやすい料理の方法を伝えます。



<食品関連業者が取り組むこと>

- ・健康情報や健康に配慮したメニューを提供します。
- ・提供メニューにエネルギー表示をします。



<医療機関が取り組むこと>

- ・^{*}生活習慣病予防についての指導に努めます。
- ・食事についての指導や栄養士の活用を図ります。
- ・^{*}健康寿命の延伸のために介護予防サロンを充実させます。



<行政が取り組むこと>

- ・食事について相談しやすい体制づくりを行います。
- ・^{*}生活習慣病の発症や重症化を予防するための集団教室や個別指導を行います。
- ・若い世代や男性が興味を持ち、無理なく継続できる取り組みについて、学習の機会や情報を提供します。
- ・惣菜や加工食品、外食の利用方法について普及啓発を図ります。
- ・^{*}「健康応援団」登録店などの健康に配慮した商品やメニューを提供する店舗・食堂の増加に努め、市民へ情報を提供します。
- ・正しい栄養情報を提供するため食品表示の適正化を推進し、活用方法について普及啓発を行います。
- ・運動の必要性を伝え、運動しやすい場所などについての情報を提供します。
- ・保育所が正しい食習慣・運動習慣を子どもや保護者に情報提供を行うために、研修会などを通じて支援します。



^{*}食生活改善推進員による講習会
(減塩料理講習会)



健康に配慮したメニューの提供
^{*}(健康応援団登録店)

(施策2) 生涯を通じた健全な食生活の確立

1. 年代に応じた食育の推進

【現状と課題】

一人ひとりの食習慣は、長い年月をかけて作られていきます。

食育は、子どもから大人まで生涯にわたって必要です。市民の皆さんが生涯にわたって健やかで、心豊かに過ごすためには、年齢や個人に合った食生活や運動の実践が望まれます。特に20代30代の若い世代は「自分自身の将来に向けた健康づくり」と「子どもたちの将来の健康づくり」の担い手ともいえます。子どもの健康・食生活を学ぶよい機会ととらえ、次の世代へつなげていくことが大切です。

若い世代では、朝ごはんを毎日食べる人が増加し、朝ごはんの大切さを知っている人も9割を超えています。しかし、朝ごはんを食べない人は、1割を占めています。保護者の朝ごはんの欠食は、子どもの朝ごはん習慣に影響します。手軽でバランスのよい朝ごはんづくりについて、定期的に情報を発信していく必要があります。

また、1日1回は家族そろって食事をする人（共食）が増加しています。共食は食卓を囲みコミュニケーションを図る機会であり、食事のマナーなどを身につける機会でもあります。今後は、単身者でも、地域や職場などの所属するコミュニティで共食についての取り組みも必要です。



【年代ごとの食生活の特徴と課題】

妊娠・授乳期

母親の健康と赤ちゃんの健やかな発育にとって大切な時期です。

この時期の食生活は、母と子の健康を維持・増進させるために必要な栄養について正しい知識を持ち、実践することが大切です。やせの若い女性や低出生体重児が増えていることなどを踏まえ、妊娠を機会に食生活を見直すような取り組みが必要です。



0～11か月(乳児期)

生涯の中で、心身の発育が最も盛んな時期で、将来のよい食習慣の基礎を確立する時期です。離乳期は食べ物に対する第一印象を形成する大切な時期です。子どもは、受け身であり、保護者の知識や態度が反映されるため、保護者への働きかけが重要です。



1～5歳(幼児期)

生涯の中で、心身の発達が盛んな時期です。将来の健康や規則正しい食習慣もこの時期に基礎づくりが行われます。また、食事の機会における保護者の態度が大きな影響力をもつ時期でもあり、保護者の都合で食事が不規則になると生体リズムに乱れを生じ、消化や吸収、代謝、食欲などにも影響が出やすくなります。楽しい雰囲気づくりにも配慮することが必要です。また、学童期に多くみられる肥満やむし歯について、早いうちから予防する取り組みが必要です。



6～11歳(学童期)

身体能力が大きく向上する時期です。将来の健康や規則正しい食習慣もこの時期に定着します。また、大分県では肥満やむし歯が多くみられます。学校給食を通して望ましい食習慣を身につけ、大人になってからの健康を考えられるように、食生活の基礎知識や体験を通じた学習が必要です。



12～19歳(思春期)

身体の発達が急速にすすみ、多くの生活習慣が定着する時期です。

外見のこだわりから、栄養が偏りがちになったり、クラブ活動や塾などで、生活のリズムが変わってきます。それに伴い、食生活の自己管理が要求される時期です。食生活に関する知識を身につけ、今の食事が将来に及ぼす影響を理解することが必要です。また、調理技術や外食・中食の利用法など、食べ物を選択する力を身につけることが大切です。



20～39歳(青年期)

身体の発達がほぼ完了する時期で、健康を保持・増進することが必要です。

この時期の食生活や健康状態は壮年期になってからの健康に影響を及ぼします。

*生活習慣病が発症しやすい壮年期になってから気をつけるのではなく、食生活に関する知識を身につけ、自主的に継続して生活習慣病予防に取り組むことが大切です。

家庭においても、子どもを育てる役割があります。子どもの食習慣の形成により影響を与えるためにも、幅広く食生活に関する知識を身につけることが必要です。



40～64歳(壮年期)

*生活習慣病が発症しやすい時期です。それに伴い、健康への関心が高まる時期でもあることから、食生活について幅広い知識を身につけ、若い世代に伝える役割が期待されます。家庭の味や中津の味を若い世代へ伝えていくような取り組みが必要です。



65歳以上(高齢期)

体力の低下が現れ始め、様々な病気にかかりやすくなる時期です。個々の高齢者の特性に応じて、生活の質（QOL）の向上を図るとともに、友人や地域との交流を含めた取り組みを行う必要があります。また、*郷土料理の発掘や伝承料理を指導するなど、若い世代への指導者としての役割も期待されます。



【取り組み】

<個人・家庭に取り組んでほしいこと>

- ・ 朝ごはんを毎日食べましょう。
- ・ 家族で食卓を囲み、食事のマナーなどを身につけましょう。
- ・ 「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしましょう。
- ・ 「もったいない」を意識して食べ物を大切にしましょう。
- ・ 子どもの食事を大切にしましょう。
- ・ 子どもたちへ、家庭の味・中津の味を伝えましょう。
- ・ 子どもたちへ、料理をすることや食べることの楽しさを伝えましょう。



<保育所が取り組むこと>

- ・ 給食を有効に活用して、子どもや保護者に正しい食習慣や食事のマナー、食べ物を大切にするこ
とを伝えます。
- ・ 月間・年間カリキュラムに食育を取り入れ、年齢に応じた食育に努めます。
- ・ 子どもたちが食に関心を持つように、野菜づくりや調理体験などに取り組みます。
- ・ 子育て講座や給食試食会を開催し、保護者への食育を推進します。
- ・ 配布物を活用し、家庭へ食や健康についての情報を提供します。
- ・ 生きた教材である給食について調理師部会で検討を行います。



<学校が取り組むこと>

～小学校・中学校～

- ・ 給食を有効に活用して、子どもや保護者に正しい食習慣や食事のマナー、食べ物を大切にするこ
とを伝えます。
- ・ 子どもたちが食に関心を持つように、体験活動に取り組みます。
- ・ 給食試食会や学習会を開催し、保護者への食育を推進します。
- ・ 配布物を活用し、家庭へ食や健康についての情報を提供します。

～高校・大学～

- ・ 生徒・学生や保護者に正しい食習慣や食事のマナー、食べ物を大切にするこ
とを伝えます。
- ・ 生徒・学生が食に関心を持つように、体験活動に取り組みます。
- ・ 配布物を活用し、家庭へ食や健康についての情報を提供します。
- ・ 子ども料理教室、男性料理教室など年代に応じた講習会を開催し、食事や
料理の方法をアドバイスします。
- ・ 講習会を通じて、食事のマナーや食べ物を大切にするこ
とを伝えます。



<地域が取り組むこと>

- ・ 子ども料理教室、男性料理教室など年代に応じた講習会を開催し、食事や料理の方法をアドバイスします。
- ・ 講習会を通じて、食事のマナーや食べ物を大切にすることを伝えます。



<医療機関が取り組むこと>

- ・ 乳幼児健診や糖尿病予防教室、妊婦・高齢者の口腔ケア教室などの保健事業に協力します。

<行政が取り組むこと>

- ・ 保健事業やイベントなどを通じて、ライフステージに応じた情報を提供します。
- ・ 年代に応じた体験活動の機会を提供します。
- ・ 各関係機関へ情報提供を行い、連携した食育の推進に努めます。
- ・ *おおいた食育人材バンク派遣事業などにより、各団体が取り組む食育を支援します。
- ・ 毎月19日の「食育の日」を中心に、*共食について普及啓発を行います。



保育所での食育活動
(いもほり体験)



*
食生活改善推進員による講習会
(男性料理教室)



2. 学校における食育の推進

【現状と課題】

「生涯にわたって生き生きとした生活を送ること」の基盤は、児童生徒が「食べる」ことの大切さをよく理解し、自分の健康を考えて主体的に食に関わっていくことで培われていきます。この時期には、正しい食生活が自分自身の健康な心と身体をつくること、子どもの頃の偏った食習慣が大人になってからの生活習慣病につながっていることなどを理解させることが大切です。

小・中学校では、給食の時間、各教科などにおける教育活動全体を通じて食に関する指導が行われています。児童・生徒の成長段階に必要な栄養を確保するとともに、魅力ある給食づくりを実施するため、調理方法や地域の特性を活かしたメニュー、健康への配慮など献立の工夫に努めています。子どもの健康づくりを推進するためには、栄養教諭や学校栄養職員による取り組みを継続・充実させるとともに、関係機関が連携し、多方面から保護者への啓発活動を行う必要があります。

また、給食に使用する食材について、新鮮で低廉、良質で安全な物資の確保を図り、地産地消の推進に努めています。毎月19日前後を「ふるさと給食の日」として、地元産の食材を使用した給食を提供しています。また、毎年11月には「学校給食1日まるごと大分県」に取り組み、大分県内産の物を使用した給食を提供しています。今後も子どもたちが食材を通じて、郷土への関心を深め、食文化や生産業への理解を促進する取り組みが必要です。

高校生からは学校給食が終わり、食の自立が始まります。進学や就職などで親元を離れ、近い将来に妊娠・育児を行うことから、食と健康の重要性を認識し、健全な食生活を選択し、実践する力を身につける取り組みが必要です。



【取り組み】

<家庭・個人に取り組んでほしいこと>

- ・学校からの配布物などによる食に関する情報を得て、実践を心がけましょう。
- ・学校での食育行事や学習会に積極的に参加しましょう。

<保育所が取り組むこと>

- ・学校と連携して食育活動に取り組みます。

<学校が取り組むこと>

～小学校・中学校～

- ・給食を有効に活用し、子どもや保護者へ正しい食習慣を伝えます。
- ・地元産の食材を積極的に給食に取り入れます。
- ・家庭科やクラブ活動を通じて、料理の知識や技術を指導します。
- ・各学校や各教科と連携して発達段階に応じた食に関する指導を行います。
- ・各教科と連携して、「お弁当の日」*に取り組みます。
- ・給食だよりなどの配布物を活用して家庭への情報提供に努めます。
- ・食育活動を家庭や地域に知らせます。
- ・保護者を対象に給食試食会や食育講話、講演会を開催します。



～高校・大学～

- ・配布物や食堂などを活用して生徒や学生、保護者へ正しい食習慣を伝えます。
- ・家庭科やクラブ活動、サークル活動を通じて、生徒・学生への食育を強化し、料理の知識や技術を指導します。
- ・各教育機関や各教科と連携して発達段階に応じた食に関する指導を行います。
- ・各教科と連携して、「お弁当の日」*に取り組みます。
- ・学生が幼児に紙芝居や簡単な料理など食育活動を行います。
- ・学生と小・中・高校生と一緒に食育活動や料理教室を実施します。
- ・食育活動を家庭や地域に知らせます。
- ・保護者を対象に食育講話を実施します。



<地域が取り組むこと>

- ・学校の食育活動に協力します。

<農林水産業者が取り組むこと>

- ・地元産の食材を学校給食へ提供します。
- ・学校の食育活動に協力します。

<医療機関が取り組むこと>

- ・学校医を通じて、子どもの健康づくりを支援します。



<行政が取り組むこと>

- ・各関係機関へ情報提供を行い、連携した食育の推進に努めます。
- ・給食だよりなどの配布物を活用して家庭への情報提供に努めます。
- ・肥満、やせの子どもの減少に向け、子どもや保護者へ情報提供を行います。
- ・朝ごはんの欠食、夕食後の間食など食事リズムを整えるため、情報提供を行います。
- ・保護者を対象に給食試食会や食育講話を実施します。
- ・地元産の食材を積極的に給食に取り入れられるように、体制づくりを行います。
- ・学校の食育活動に協力します。



学校給食1日まるごと大分県

メニュー（平成27年度 山国共同調理場）

- ・白ごはん : 米（中津市）
- ・牛乳 : 耶馬溪牛乳（中津市）
- ・はものから揚げお茶あんかけ : はも（中津市 豊前海）
- ・かぶのみそ汁 : かぶ・ねぎ（中津市）、人参（中津市 三光）
えのきだけ（日田市）、たまねぎ（北海道）
油揚げ・みそ（中津市製造 県産大豆）
- ・高菜の油炒め : 高菜漬・しらす（大分県）



交流給食会



保護者向けの研修会

(施策3) 地域特性に応じた望ましい食生活の確立

1.* 地産地消の推進

【現状と課題】

その地域で作られた食べ物を食べることが身体に最もよいと言われています。中津市は、海の幸や山の幸が豊富で四季の変化を楽しむことができます。中津市の特産物を知り、食卓に地元産の食材を取り入れるような取り組みが必要です。

中津市の特産物を知っている人の割合は増加しています。今後も農林水産業への理解と特産物の利用を促進するため、講習会や体験活動を継続するとともに、関係機関と協力して、特産品の販売店や料理方法など具体的な情報を提供することが必要です。



【取り組み】

<家庭・個人に取り組んでほしいこと>

- ・ 特産物や地元の食材を知り、食卓に取り入れるように心がけましょう。
- ・ 特産物や地元の食材を使った料理講習会に参加しましょう。
- ・ 農林水産業にかかわる見学や体験活動に参加しましょう。



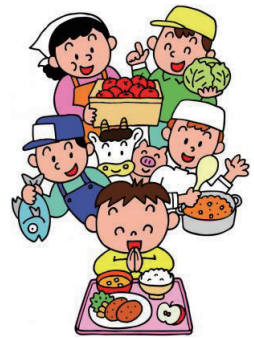
<保育所が取り組むこと>

- ・ 給食にできるだけ特産物や地元の食材を取り入れます。
- ・ 配布物を活用して、特産物や地元の食材について保護者へ情報を提供します。

<学校が取り組むこと>

～小学校・中学校～

- ・ 給食にできるだけ特産物や地元の食材を取り入れます。
- ・ 配布物や掲示板を活用して、特産物や地元の食材について情報を提供します。
- ・ いも掘り、田植え、梨狩り、椎茸のこま打ち・収穫、のりすき体験など、地元の食材を使った体験活動を行います。



～高校・大学～

- ・ 配布物や掲示板、食堂などを活用して、特産物や地元の食材について情報を提供します。
- ・ 高校生や大学生が、特産物や地元の食材を使った料理をイベントなどで紹介します。

<地域が取り組むこと>

- ・ 地域で特産物や地元の食材を使った講習会を開催します。
- ・ 特産物や地元の食材を使った料理方法について具体的な情報を提供します。

<農林水産業者が取り組むこと>

- ・ 特産物や地元の食材の良さをPRし、料理方法について具体的な情報を提供します。
- ・ 特産物や地元の食材を使った講習会を開催します。
- ・ 研修会やコンクールに参加し、特産物や地元の食材を使った新たな料理の考案や商品開発に努めます。
- ・ 生産場の見学や体験活動を行い、消費者と交流を図ります。
- ・ 朝市や直売所を通じて、新鮮な農林水産物を提供します。



<食品関連業者が取り組むこと>

- ・ 特産物や地元の食材を使った料理を提供し、普及に努めます。

<行政が取り組むこと>

- ・ 特産物や地元の食材、その料理方法について、ホームページやチラシなどで積極的に周知します。
- ・ 各関係機関と連携し、特産物や地元の食材を使った料理講習会を開催します。
- ・ 食育実践者に対して研修会を開催し、特産物に関する情報を提供します。
- ・ 学校給食における地元の食材の利用拡大を図ります。
- ・ 農林水産業にかかわる見学や体験活動の機会を提供します。
- ・ 特産物や地元の食材を使った商品開発やコンテストなどを開催し、^{*}6次産業を推進します。
- ・ 農林水産業や食品関連業者と連携し、食品の適正な表示により、特産物や地元の食材について正しい情報が提供できるよう努めます。



(お魚料理教室)



(稲刈り体験)

生産者と消費者の交流



(かぼちゃペースト惣菜コンテスト)

^{*}6次産業の推進



(なかつ6次産業推奨品ロゴ)

2.*食文化の継承

【現状と課題】

「^{*}食文化」は、食生活において、先人たちが伝承してきた日本人としての教養であり、知恵でもあります。さらに、^{*}食文化との出会いを考える上で、^{*}行事食の存在は、忘れてはならない取り組みです。

しかし、若い世代では、^{*}郷土料理や^{*}行事食を知っている人が減少しています。市外からの転入や核家族化による家庭での伝承が希薄化していることが考えられます。

関係機関が連携して、伝承する人との交流の機会を提供する必要があります。また、あらゆる機会を通じて情報提供を行い、地域に根ざした食を大切に、^{*}家庭や地域の食文化を子どもたちや未来の中津市に残していくことが必要です。

【取り組み】

<家庭・個人に取り組んでほしいこと>

- ・^{*}郷土料理や^{*}行事食を知り、食卓に取り入れましょう。
- ・^{*}郷土料理や^{*}行事食の講習会に参加しましょう。



<保育所が取り組むこと>

- ・給食に^{*}郷土料理を取り入れます。
- ・毎月19日の「食育の日」の給食に^{*}郷土料理を提供します。
- ・配布物を活用して、保護者へ^{*}郷土料理について情報を提供します。
- ・食に関する体験活動を通じて、世代間交流を行います。

<学校が取り組むこと>

～小学校・中学校～

- ・給食に^{*}郷土料理を取り入れます。
- ・配布物や掲示板を活用して、^{*}郷土料理について情報を提供します。
- ・家庭科やクラブ活動を通じて^{*}郷土料理を継承します。
- ・食に関する体験活動を通じて、世代間交流を行います。



～高校・大学～

- ・配布物や掲示板、食堂などを活用して、^{*}郷土料理について情報を提供します。
- ・家庭科や調理実習、サークル活動、クラブ活動を通じて^{*}郷土料理を継承します。
- ・食に関する体験活動を通じて、世代間交流を行います。
- ・地域で^{*}郷土料理や^{*}行事食を取り入れた料理講習会などの食育活動で普及します。

<地域が取り組むこと>

- ・ 研修会や調査などを通じて、地域の^{*}郷土料理や^{*}行事食について学びます。
- ・ 地域で郷土料理や^{*}行事食を取り入れた料理講習会を開催します。
- ・ 学校などの料理講習会や体験活動に協力します。

<食品関連業者が取り組むこと>

- ・ ^{*}郷土料理や^{*}行事食を取り入れた料理を提供します。



<行政が取り組むこと>

- ・ ^{*}郷土料理や^{*}行事食について、ホームページやチラシなどで積極的に周知します。
- ・ ^{*}郷土料理や^{*}行事食を取り入れた料理講習会を開催します。
- ・ 研修会などを通じて、食育実践者へ情報を提供します。
- ・ 学校給食において、地元の食材を使用したり、^{*}郷土料理を取り入れることで、^{*}食文化の継承や郷土への関心を高めます。



^{*}食生活改善推進員による講習会
(田信のけんちん継承)



イベントでの普及啓発
(なかつ文化EXPO2015)

(施策4) 地区組織の強化

1. 食生活改善推進員の育成、連携

2. 運動で健康づくり推進員との連携

【現状と課題】

*食生活改善推進員は、地域で「食」を通じた健康づくりをすすめるボランティアです。食育の推進は、市民一人ひとりの食生活に直接関わる取り組みです。これを適切に浸透させていくためには、食に関する知識や経験が豊富な*食生活改善推進員が、地域に密着してすすめる必要があります。中津市では計画の立案から推進まで*食生活改善推進員と協働で行ってきました。

*食生活改善推進員は、子どもから高齢者まで年代に応じた食育活動や*食文化の継承活動を行っています。会員数は、若干減少していますが、1人当たりの年間活動回数や人数は増加し、大分県平均を上回っています。時代やニーズに合った地域活動を継続、充実させるためには、会員数を維持し、会員同士の交流や研修を行い、若い会員へ活動を継承する取り組みが必要です。

また、健康づくりには「食」と「運動」が欠かせません。*食生活改善推進員は、「運動」を通じた健康づくりをすすめるボランティアの*運動で健康づくり推進員と連携し、運動を合わせた取り組みを行い、地域からの健康づくりをすすめます。



【取り組み】

＜家庭・個人に取り組んでほしいこと＞

- ・食生活改善推進員が主催する講習会に積極的に参加し、料理に関する知識や技術を学びましょう。

＜保育所・学校が取り組むこと＞

- ・食生活改善推進員が主催する講習会への参加を呼びかけます。
- ・食生活改善推進員を活用した食育活動を行います。



＜地域が取り組むこと＞

- ・食育に関する研修会に参加し、食生活改善推進員の資質向上に努めます。
- ・食生活改善推進員の活動を積極的に周知し、会員の維持・増加を図ります。
- ・若い会員へ活動を継承します。
- ・運動で健康づくり推進員と協力し、地域から食と運動による健康づくりをすすめます。
- ・運動で健康づくり推進員の活動を周知します。



＜農林水産業者が取り組むこと＞

- ・食生活改善推進員が主催する講習会への参加を呼びかけます。
- ・食生活改善推進員の食育活動に協力します。

＜行政が取り組むこと＞

- ・食生活改善推進員の養成を行います。
- ・食生活改善推進員が地域に根ざした活動をすすめられるように支援します。
- ・食生活改善推進員の活動を積極的に周知します。
- ・食生活改善推進員と子どもたちや若い世代の交流の機会を提供します。



*食生活改善推進員全体研修会



*運動で健康づくり推進員との交流会

