

## 4. 施策の内容

施策と事業を示します。

## 4 . 施策の内容

### 4 - 1 食の自立と健康的な生活を実践する取組の推進

#### 施策と取組の内容

##### 乳幼児と保護者の食育

- ▶ 乳幼児期の食生活はその生涯に渡る食習慣の基礎になるため、子どもの発達段階に応じた情報提供、相談、指導を行うとともに、子ども自らが食を楽しみ望ましい食習慣を形成する支援を行います
- ▶ 妊娠期、乳幼児期の相談、健診事業等を通じて、市民自身が家族全体の好ましい食習慣を確立し、健康管理を図ることができる支援を行います

#### 1) 妊産婦の食生活講義・実習

- ◆ 妊娠中及び産後の食生活・食の安全性について講義をし、食に対する意識を高めるとともに、デモンストレーション、試食等を行うことで、食生活全体を見直す機会とします。一連の事業を通して、対象者とその家族にとって望ましい食習慣の基礎を確立するための意識を高めます。【子ども家庭支援センター】

#### 2) 乳幼児健診などの栄養相談

- ◆ 3～4カ月児は、身体発育の最も著しい時期であり、栄養の過不足が発育の異常や病気につながる傾向があります。したがって、健診時を利用し、保護者に離乳食の開始に向けて、離乳食の進め方、作り方、味覚・咀嚼機能の発達への配慮等への指導を行うとともに、授乳期の母親の栄養摂取について関心を高め、健全な乳幼児の発育発達を図ります。【子ども家庭支援センター】
- ◆ 1歳6カ月児は、離乳が完了して幼児食に移行・確立する時期であり、保護者に食に関する指導を行うことによって、栄養の偏りによる発育障害や健康障害を予防し、発育段階に応じた好ましい食習慣の確立を図ります。【子ども家庭支援センター】

- ◆ 2歳児は、自己主張が激しくなり、保護者の悩みが多岐にわたる時期といえます。保護者に食事面の特徴と対応を指導することによって、順調な発育・発達を促すとともに、好ましい食習慣の基礎の確立を図ります。【子ども家庭支援センター】
- ◆ 3歳児は、乳児に次いで発育が盛んであり、十分な栄養を考慮した食事が必要な時期といえます。自我の芽生えとともに、偏食などが生ずる場合があるため、エプロンシアター等を活用し、子どもに語りかけ、子ども自身が食生活を見直すことを促し、望ましい食習慣の確立を図ります。【子ども家庭支援センター】
- ◆ 個別育児相談、経過観察相談等の機会を活用し、子どもの様子を見ながら、保護者に栄養面に加えて食生活リズムなどに配慮した子どもに合わせた指導を行い、順調な発育発達とともに、必要な食習慣の確立を促します。【子ども家庭支援センター】
- ◆ 若年の母親や子育てに不慣れな保護者等を対象に、子育て不安の解消や子育て知識の習得を目的として、少人数グループをつくり継続的な支援を図ります。そこで、簡単にできる調理やデモンストレーション、テーブルを囲んで楽しい雰囲気での試食を行うことで、食に興味を持ち、食の楽しみ、食を大切にすることを養い、好ましい食習慣の確立を図ります。【子ども家庭支援センター】

### 3) 乳幼児期の栄養講座

- ◆ デモンストレーションと試食を通じて、子どもと保護者に幼児食の大切さ、楽しさを紹介することによって、必要な知識を具体的に習得できるようにし、好ましい食習慣の形成を促します。【子ども家庭支援センター】
- ◆ 発達支援が必要な子どもの保護者に対し、栄養バランスの整った幼児食、おやつ等について、講義、デモンストレーション、実習、試食を行い、対象者のニーズに合わせた食を紹介し、好ましい食習慣の確立を図ります。【子ども家庭支援センター】

### 4) 妊娠期から幼児期の歯科に関する健診・相談・講座

- ◆ 歯は、健康な食生活を営む上で基本となるものですが、妊娠中は歯科疾患に罹患しやすくなるため、妊婦中の歯科疾患の予防や治療の動機付けを行うこ

とを目的に、妊婦を対象とし、ファミリー学級での歯科衛生士による講話、また指定歯科医療機関で妊婦歯科健診を実施し、その結果に応じた指導をします。【子ども家庭支援センター】

- ◆ 生涯にわたり自分の歯でおいしく食事をするために、乳歯時の手入れや状態が基礎となります。乳幼児に継続的な歯科健診、保健指導を行い、乳幼児の口腔の健全な発育発達を促します。さらに、永久歯萌出が開始する5歳児に歯科健診を実施し、子どもと保護者に歯科保健指導を行うとともに、かかりつけ歯科医の定着を推進することによって永久歯の虫歯の予防を図ります。【子ども家庭支援センター】
- ◆ 子どもの誤嚥、窒息事故が日常生活に発生する可能性は高く、特別なことではありません。食物の選択力と安全性は非常に重要な課題であり、より一層の情報発信が必要です。歯科職種は、歯科医療機関や栄養士と連携しながら、乳児期から口腔形態や口腔機能の発達を見きわめ、かむ・のみ込むといった食べ方について支援（摂食指導）していきます。また、丸のみする、かまない、口の中にためてのみこまないといった保護者の相談にも対応し、十分咀嚼することによって安全で五感で味わえる食べ方ができる食育を推進していきます。【子ども家庭支援センター】

## 5) 保育園食育計画の推進

- ◆ 保育園栄養士会は、「楽しく食べる子どもに - 保育所における食育に関する指針 -」（平成16年厚生労働省通知）を基本に、「食育計画 - 子どもが「食を営む力」の基礎を培うために -」（以下「保育園食育計画」という。）を策定しました。この計画に基づき、保育園栄養士の専門性を生かし、家庭や地域社会との連携を図りながら、子どもの発達過程を踏まえ、「食を通じた子どもの健全育成」を推進します。【保育園】
- ◆ 保育園食育計画では、次の子ども像を目指し、「楽しく食べる子ども」への成長を促します。ア) 食生活や健康に主体的に関われる子、イ) 食事を味わって食べる子（五感を使って食べる）、ウ) 食事づくり、準備にかかわる子、エ) 食事のリズムがもてる子、オ) 食事のマナーが身についた子、カ) 食事の時間が楽しいと思える子【保育園】

## 6) 保育園栄養指導・食事指導・料理保育の実施

- ◆ 子どもの発達段階に応じて、エプロンシアター、パネルシアター、紙芝居など

を使用し、食べ物の働き・食べる時のバランスなどをテーマとした栄養指導を行うことによって、子どもが食べることを楽しみ、興味を持つほか、食べ物と体の関係を理解し、バランスの良い食事を摂取する習慣形成を促します。【保育園】

- ◆ 子どもがスプーンや箸の持ち方、配ぜん、食事の挨拶などの基本的な食事のマナーを身につけるとともに、偏食することなく、食について適切に行動することができるように、子どもの発達段階に応じた食事指導を行います。【保育園】
- ◆ 子どもが食材の名前・特徴、料理方法を知り、食に対する関心を高めるとともに、朝食の大切さ、食事とおやつの比重を理解し、手洗いなど衛生的で望ましい食習慣を身につけることができるように、子どもの年齢などに合わせた指導を行います。【保育園】
- ◆ 子どもが食べ物を身近にとらえ、食への興味関心を高めるとともに、偏食を克服することを目的に、植物を栽培・収穫したり、食事作りを手伝う料理保育指導を行います。【保育園】

#### 7) 保育園保護者への食育啓発

- ◆ 献立表・おたより、給食の展示や試食会によって、保護者に対して食材や量などの周知を図り、バランスのよい食事の例を具体的に紹介することで、自宅で行う食事作りを支援します。また、子どもが朝食を食べ、家庭で手伝いをする機会などをもつよう保護者に促し、食生活リズムの形成に関する意識啓発を図ります。【保育園】
- ◆ 保護者に対して、食物アレルギー、偏食、肥満等、子どもの状況に合わせた情報提供や相談などの個別指導を行い、家庭における食への関心を高めるとともに、食に関する育児不安の解消と食生活の改善を図ります。【保育園】

#### 8) 地域の子育て家庭への食育支援

- ◆ 地域子育て支援センターを中心に、地域の子育て家庭に対し、離乳食講習会、保育園体験給食などへの参加を促すことによって、乳幼児に望ましい食生活を具体的に示し、食に関する意識啓発を図ります。また、今後、身近な近隣の保育園に相談できる環境整備を検討します。【地域子育て支援センターほか】

- ◆ 今後、ホームページ等に給食だよりや献立表を掲載し、乳幼児に必要な食生活を具体的に紹介します。【地域子育て支援センター ほか】

## 児童・生徒の食育

- ▶ 食育の取組を通して、児童・生徒が自らを振り返り、自己の課題に気づき、よりよい健康生活を実践する意欲、態度を育てるとともに、家族ぐるみ、地域ぐるみで望ましい食習慣を形成する仕組みづくりを行います

### 1) 食育指導体制の整備

- ◆ 学校ごとに食育全体計画を策定し、給食時間、家庭科や体育等の関連する教科、特別活動等の学校の教育活動全体を通じて、食に関する指導の充実を図ります。計画に基づき、児童・生徒一人ひとりが、ア) 食事の重要性について理解すること、イ) 望ましい栄養や食事の摂り方を理解すること、ウ) 食品の品質・安全性等を判断できる能力を養うこと、エ) 食物を大事にし、生産者に感謝する心を育むこと、オ) 望ましい食習慣を形成すること、カ) 各地域の産物・食文化等を理解すること等を目的として取り組みます。【小学校、中学校、教育指導課】
- ◆ 児童・生徒の保護者を含め、地域ぐるみで取り組むことができるように、ホームページによって食育全体計画の取組を紹介します。【小学校、中学校、教育指導課】

### 2) 学校給食を活用した食育指導

- ◆ 児童・生徒が自ら望ましい食習慣を形成し、健康を保持増進していく力を培うことは重要ですが、食をとりまく環境の変化によって、本来の基本である家庭のみに任せることは困難な状況にあります。一日三食のうち一食を担う学校給食が、望ましい食生活の構築に果たす役割は大きいといえ、給食の時間を活用した指導を通して、正しい食生活の知識の習得を図ります。【小学校、教育指導課】
- ◆ 給食の時間において、食べ物と健康、食生活について等、食に関する指導を行うほか、会食や食事マナー等の給食指導、併せて旬の食材、地場産物の利用、食文化の伝承などの献立作成に配慮し、計画的かつ総合的な食育の推進を図ります。【小学校、教育指導課】



- ◆ 給食の時間を活用した食に関する指導を中心として、児童・生徒が自らの生活を振り返り、朝食の喫食や簡単な一手間でできる朝食作りなど、自分で具体的な方策を実践する意欲、態度を育てます。【小学校、教育指導課】
- ◆ 中学校給食の実施及び給食を利用した食育の取組を検討します。【中学校、学校運営課、教育指導課】

### 3) 家庭・学校・地域が連携した食育の推進

- ◆ 給食だよりの発行や保護者会等で食に関するお知らせなどを配布し、朝食の重要性、野菜摂取の必要性、日本の伝統食の良さについて周知を図るなど、保護者に対する意識啓発を図ります。【小学校、教育指導課】
- ◆ 家族ぐるみで食育に取り組むために、忙しい保護者が参加できる方法を工夫し、親子クッキング、食育に関するアンケートへの協力、親子ぐるみの宿題等によって、簡単にできることを実践する仕組みづくりを検討していきます。【小学校、教育指導課】
- ◆ 学校公開、給食試食会、道徳授業地区公開講座などの機会を活用し、食育に関する取組について情報を提供します。また、ホームページ等で献立表やレシピ、研究成果などを紹介し、望ましい食や栄養改善について具体的な情報を提供する仕組みを検討します。【小学校、教育指導課】

### 4) 食育に関する研究・研修体制の充実

- ◆ 小学校給食研究会等では、食に関する指導を目的に年度ごとにテーマを設定し、研究を進めており、その成果は市内の学校で活用されています。引き続き、食に関する調査研究体制の充実を図るほか、研究成果に基づく食育関係者の研修について充実を図っていきます。【小学校、教育指導課】

## 成人の食育

- ▶子育てを契機に家族ぐるみで食への関心を高める時期です
- ▶また食べすぎ、飲みすぎ、運動不足、喫煙ストレスなどの不健康な生活から、肥満等の生活習慣病になりやすい時期です
- ▶そのため活動内容等に応じた適切な食事を選択する力が必要です

### 1) 肥満等生活習慣病予防のための講演会・食生活教室・出前講座

- ◆ 肥満、高血圧、脂質異常症、糖尿病など(以下「生活習慣病等」という。)の多くは栄養バランスや不規則な食生活および身体活動量の低下が大きく影響しています。生活習慣病を予防するために、栄養・食生活の正しい知識の習得と身体活動量を見直すことを目的とした講演会等を実施します。【健康年金課】
- ◆ 医師、管理栄養士、健康運動指導士、保健師、歯科衛生士等が連携し、生活習慣病の予防を目的とした講義、調理実習、運動実技、個別相談等を内容とした教室の充実を図り、日常の食生活を見直すとともに、適切な食生活や運動などの知識と技術を身につけることを支援します。【健康年金課】
- ◆ ホームページ等の活用、出前講座の実施により、生活習慣病の予防を目的とした情報を提供します。【健康年金課】

## 2) 栄養相談

- ◆ 管理栄養士に栄養・食生活を相談することで、各々のライフスタイルに応じた指導を受け、生活習慣病等を予防し、健康な生活を送る取組について充実を図ります。【健康年金課】
- ◆ 健康診査時に肥満傾向の受診者や健康診査の結果による要指導及び要医療対象者に対して、食事等の相談に応じ、生活習慣病等の予防を図ります。【健康年金課】

## 3) 対象者に応じた料理講習会

- ◆ 健全な食生活に重要な役割を果たす野菜を多く用いる料理や薬膳料理などについて、講義と調理実習を通して学び、食や健康づくりに対する関心を高めます。【健康年金課】
- ◆ 料理講習会等への参加者は食育に関心が高い市民が多く、広がりある食育を推進するために、参加者の組織化を行い、継続的に食や健康づくりを取り組めるように支援します。【健康年金課】

## 4) 特定健康診査・特定保健指導

- ◆ 特定健康診査は、メタボリックシンドローム(内臓肥満型肥満)の該当者及び予備群を抽出し、早い段階で生活習慣病を予防することを目的とした健康



診査です。特定健康診査は個人が生活習慣を振りかえり、見直す有効な機会です。この制度の周知を図り、実施方法や実施場所等について受診者の利便性に配慮した体制を整備し、受診率の向上を図ります。【健康年金課】

- ◆ 特定健康診査の結果、メタボリックシンドロームまたは予備群と判定された人は、そのままでは糖尿病等の生活習慣病へと進行していく可能性があります。このため対象者が自らの食事や運動、休養、喫煙などの生活習慣を改善するために医師、保健師、管理栄養士などと相談し、健康的な行動変容の方向性を導き出すとともに、健康的な生活を維持することができるように特定保健指導を行います。【健康年金課】

#### 5) 成人の歯科に関する健診・相談

- ◆ 生涯にわたりQOLを維持するためには、ライフステージに沿った歯と口腔機能の健康を欠かすことができません。市民が歯と口腔機能の衛生管理や健康維持を図るために、成人歯科健康診査の利用を促進します。また、「かかりつけ歯科医」の定着を図り、家族ぐるみで行うライフステージに沿った歯と口腔の健康づくりを総合的に推進します。【健康年金課】
- ◆ 成人期は自らの健康と家族の健康づくりを図る時期です。ゆっくり噛んで食事をすることは生活のリズムをつくり、脳の活性化に役立つほか、肥満やメタボリックシンドロームの予防に有用です。市民が家族でゆっくり時間をかけて食事を楽しむ習慣を身につけることができるように、歯科医師会など関係機関と連携し、意識啓発などの取組を推進します。【健康年金課】

#### 高齢者の食育

▶食を含む生活全般について意欲・関心が低下し、食の内容も低栄養になる傾向が見受けられる時期であり、高齢者本人や家族等に適切な支援が必要です

#### 1) 高齢者食事サービス

- ◆ デイサービスセンターで調理した栄養バランスのとれた食事を会食形式で提供し、楽しみながら喫食する機会の充実を図ります。【高齢者支援課】
- ◆ ひとり暮らし高齢者等に配食事業者が調理した食事を届けます。栄養バランスの整った食事を定期的に届けることによって、高齢者の健康保持と安否確認に努めます。【高齢者支援課】

## 2) 高齢者食生活教室（介護予防元気講座）

- ◆ 市では、介護予防のための元気講座を実施しています。そのうち、「まるごと知って元気講座」では、低栄養状態に陥ることなどを予防する「栄養改善」、食べる機能の維持・向上を目的とする「口腔機能の向上」などを内容としています。管理栄養士、歯科衛生士など専門職により、食を中心とした生涯にわたる健康作りを支援します。【高齢者支援課】

## 3) 男性の基本料理教室

- ◆ 健康で自立した生活を送るためには、食の大切さ、栄養バランス、適正量等を理解し、料理の基本技術を身につけていることが重要です。男性の料理初心者を対象に講義、調理実習、歯科指導を行うことによって、生活習慣病及び低栄養の予防を図ります。また、教室終了後に参加者を中心に自主グループを立ち上げ、継続的に支援を行います。【健康年金課】

## 4) 歯科相談

- ◆ 生涯にわたり食事を楽しむためには、自分の歯を残すことが重要です。残存歯数が急減する60歳以上において、歯周疾患検診を受診する機会をつくり、口腔の健康保持を図ることを支援します。【高齢者支援課、健康年金課】
- ◆ 在宅介護者等が、身近な地域で必要な歯科医療サービスの提供が受けられるように、歯科医療機関と連携を図り、在宅歯科医療の利用を働きかけていきます。【高齢者支援課、健康年金課】

## 5) 食を楽しむ機会の提供

- ◆ 社会福祉協議会では、小学校区ごとに地域懇談会を組織し、地域の交流を目的とした昼食会や地域交流会の開催、高齢者の見守り、ミニデイサービスなどさまざまな住民活動を展開しています。市は、引き続き高齢者が地域で孤立しないように、ふれあいのまちづくり事業を活用し、地域の人々と一緒に楽しく食事をする機会をつくり、高齢者の食の支援を強化していきます。【生活福祉課】
- ◆ 商店街の空き店舗や学校の空き教室等を利用して、地域福祉に関する情報提供、利用者相互の情報交換、高齢者へのミニデイサービス、福祉の担い手育成等を行う地域福祉の拠点づくりを進めます。事業の一環として、高齢者が

食を楽しむ機会の充実を検討します。現在は4カ所が整備されていますが、将来は19の小学校区に各1カ所の設置を目標とします。【生活福祉課】

#### 6) 特定高齢者を対象とした訪問相談

- ◆ 生活機能評価による特定高齢者のうち、通所の介護予防事業に参加できない方に対して、管理栄養士・歯科衛生士が訪問し栄養改善や口腔機能向上のための相談・指導を行います。【高齢者支援課】

### 食の安全・安心

▶健康的な生活を送るために、食品の安全確保は重要な課題です

#### 1) 食品安全情報の発信

- ◆ 健康的な生活を送るために、食品の安全確保は重要な課題です。平成15年に食品安全基本法が制定され、東京都では平成16年に食品安全条例を施行するとともに食品安全推進計画を定め、生産から消費にいたる全ての段階で食品安全行政を総合的・計画的に推進することとしています。市は、東京都と連携し、情報の共有化を図り、食品の安全確保に関する情報を市民に提供していきます。【健康年金課、生活文化課】

#### 2) 食の安全・安心に関する学習

- ◆ 市民の食の安全・安心に対する関心を高めるとともに、具体的な状況で安全な食品を選択するために、講演会・講座・実習等の機会を提供します。併せて、市民の自主的な活動を促進するため、食の安全・安心に関する事業提案に対する支援を行います。【健康年金課、生活文化課、公民館】
- ◆ 自分の健康を自分で保護する視点から、学校などで食の安全・安心に関する学習を進めます。【小学校、中学校、教育指導課】

#### 3) 食の安全・安心に関するリスクコミュニケーション事業

- ◆ 消費者である市民が、食品の安全性確保について知識と理解を深めるとともに、生産から消費までの段階に関わる関係者相互の間で情報や意見を交換する機会を提供し、リスクコミュニケーションの促進を図ります。【健康年金課、生活文化課】

## 4 - 2 農の理解を通じた食を大切にする心の育成

### 施策と取組の内容

#### 農業体験の推進

▶農業を体験することによって、生産者との交流を深め、ファーム・トゥ・テーブル（農場から食卓まで）について理解します

#### 1) 体験農園、市民農園、家族農園事業

- ◆ 市民が農業体験をする機会として、体験農園、市民農園、家族農園が設置されています。市民農園は募集定員を超える人気がありますが、途中の耕作放棄も見受けられることから、農業者から農業指導を受け、農業知識・技術を習得した市民が関わる、あるいは農業指導の機会を提供するなどの仕組みづくりを検討します。また、ニーズの高さを考慮し、設置数の拡充について、農家に協力を要請します。【産業振興課】
- ◆ 農園を活用した野菜の栽培に対する市民のニーズは高くなっています。特に、農業者から直接農業指導を受けることができる体験農園の人気は高く、参加市民の拡充を検討し、体験農園の新たな設置について農家に協力を要請します。【産業振興課】

#### 2) 景観散策事業

- ◆ 農産物マップに記載されている散策コースに基づき、一般市民が農地の景観散策を行うとともに、農業者との交流を深め、農業及び地産地消について理解を深める機会を提供します。【産業振興課】

#### 3) 援農ボランティア事業

- ◆ 平成16年度から平成20年度にかけて、農業に対する関心を高めることを目的に、毎年度、一般市民約50人を公募し、2回の講義と10回の実習を経て援農ボランティアとして養成しました。平成21年度以降は、援農ボランティアとボランティアを必要とする農家とのマッチングを図り、引き続き一般市民の農業体験活動を促進し、農業に対する理解を深める機会を提供します。

## 【産業振興課】

### 4) 東大農場連携事業

- ◆ 「東京大学大学院農学生命科学研究科附属農場（以下「東大農場」という。）との間においては、平成19年度から「食育」「資源循環」に着目した事業を行ってきました。今後、児童・生徒、市民が幅広く食育について学習、体験できるようにするために、東大農場との更なる連携を深めることについて協力を要請します。【教育企画課、企画政策課】

### 5) 保育園栽培体験事業

- ◆ 料理保育の一環として、子どもの発達段階に応じた野菜等の栽培、収穫、調理の体験によって、子どもの食べ物への関心を高めます。食べ物を身近に感じ、意欲的に食べる機会とし、偏食の予防や克服を図ります。【保育園】

### 6) 小学校学校農園の活用及び体験学習の推進

- ◆ 本事業は、小学校児童が農作業と自然の恩恵を体験学習すること、さらに地域の人々と触れ合うことにより、地域に対する関心と理解を深めることを目的としています。年数回にわたり、野菜を育てる困難さを体験するとともに、収穫物を観察したり調理等して食べたりし、食物の大切さを実感するなど、食物の生産等に関わる人々への感謝の心も養われます。しかし、借用できる農園が減少傾向にあるため、引き続き農家への協力を要請します。【教育指導課、産業振興課】

### 7) 中学校農業体験学習（職業体験）の充実

- ◆ 中学校生徒は、知力や体力が急速に成長する時期です。職業体験としての農業を一週間程度体験し、農業に対する理解を深める機会とします。農家に対し、受け入れ生徒数の増加について、協力を要請します。【教育指導課、産業振興課】

## 8) はたけの学校事業

- ◆ 親子参加のはたけの学校事業を開催し、一連の農作業を体験することによって、親子で食べ物をつくるまでの大変さ、食べ物のありがたさ、地産地消、食文化の伝承等に対する理解を深めます。【産業振興課】

## 地産地消の普及啓発

▶顔の見える地元で生産された野菜等を地域で消費していきます

## 1) 市立保育園給食への地場産農産物の活用

- ◆ 保育園給食で使用する野菜は少量であり、定時に納入が必要なため、地場産農産物を利用するに当たって、困難な面があります。しかしながら、例えば本市の特産品といえるキャベツ・梨などを中心に使用するなど、可能な限りにおいて地場産農産物を利用するほか、保護者に使用に関する周知を図ることについて検討していきます。【保育園、産業振興課】
- ◆ 農を通じた市民との交流事業によって、栽培された西東京市産の小麦について、必要に応じて使用し、保護者に対する周知を図ることを検討していきます。【保育園、産業振興課】

## 2) 小学校給食への地場産農産物の活用

- ◆ 小学校給食は多様な食材を大量に使用するため、地場産農産物を利用するに当たり、安定的に多様な食材を量的に確保することが課題といえます。しかしながら、現在、全19小学校で可能な限り積極的に購入を進めており、引き続き、地場産農産物や学校農園の収穫物の活用を推進していきます。【小学校、学校運営課、教育指導課】

## 3) 中学校給食への地場産農産物活用の検討

- ◆ 中学校給食については、地場産農産物の活用を視野に入れ、導入について検討をしていきます。【中学校、学校運営課、教育指導課】



#### 4) 直売所情報など地場産農産物購入機会の提供

- ◆ 地場産農産物を購入したいが、どこで販売されているのかがわからない消費者も多く見受けられます。消費者としての市民に対し、「農産物マップ」などにより地場産農産物購入に関する情報提供をします。【産業振興課】
- ◆ 社員食堂など、大口の購入ニーズをもつ事業者と農家のマッチングを図ります。【産業振興課】
- ◆ 共同直売所など、地産地消の情報や地場産農産物、地場産農産物を活用した加工品を購入できる場所の設置を検討します。【産業振興課】

#### 5) 「食育・地産地消推進店」の認定制度

- ◆ 地場産農産物を販売する商業者、地場産農産物を食材として使用している飲食店、料理に栄養やカロリー表示をしている飲食店、栄養バランスやカロリーを考慮した望ましいお惣菜の組み合わせを推奨する販売店などを「食育・地産地消推進店」として認定し、消費者に周知を図ります。【産業振興課】

#### 6) 地場産農産物を活用した特産品づくりの検討

- ◆ 一年を通して地場産農産物を摂取できるように、地場産農産物を活用したジャム、漬物、パンなどの加工品を検討します。【産業振興課】

### 食をとりまく環境の理解

▶環境に調和した食の取組等について理解を深めます

#### 1) 学校でのフードマイレージ・食料自給率等の学習

- ◆ 食育全体計画にフードマイレージや食料自給率など、食をとりまく環境に対する学習を位置づけ、児童・生徒が理解を深め、「もったいない」という気持ちや食べ物を大切に思う機会を提供していきます。【小学校、中学校、教育指導課】

## 2) 資源循環・フードマイレージ等に関する環境学習

- ◆ エコプラザ西東京や公民館等で実施する環境学習では、環境に調和した食の取組を紹介し、資源循環やフードマイレージ等について、理解を深める機会を提供していきます。【環境保全課、公民館】
- ◆ 市内市民活動団体等が行っている資源循環の取組について情報を集約し、広く周知を図るとともに、関心を高めていきます。【ごみ減量推進課、公民館】

## 3) 生ごみたい肥化の推進

- ◆ 本来、食料の生産は自然の恩恵の上に成り立っているものですが、現状では、農産物の生産と輸送の際に、環境への多大な負荷がかかっています。環境負荷を軽減し、環境と調和農業等を推進するため、生ごみ、剪定枝、落ち葉などについて、堆肥化による利用や土壌の改良への利用など、資源として有効活用を進めます。【ごみ減量推進課、産業振興課】

## 4) B D F 等を活用した資源循環の取組

- ◆ 環境と調和のとれた農業等を進めるため、家庭用廃食油を農業機器等の動力源として活用することを検討します。【ごみ減量推進課、産業振興課】

## 4-3 人と人とのつながりによる広がりある食育の推進

### 施策と取組の内容

#### 地域の食育の担い手への支援

▶広がりある食育の推進のために地域の担い手を支援します

#### 1) 食育の担い手の養成

- ◆ 市では、栄養士・管理栄養士の資格を持った市民から成る「西東京市地域活動栄養士会」を組織し、食のボランティアとして地域に根ざした栄養改善を進め、地域の健康づくりの推進を図っています。今後も引き続き支援し、市民自身が食育のリーダーとして、主体的に栄養・食生活の改善を進める取組の充実を図ります。【健康年金課】
- ◆ 市主催の料理教室、食育学習講座等の参加者や援農ボランティアなどを中心に、自主グループの立ち上げを支援し、地域の食育の担い手として、食育に関する動きを「育み」、自立的に「発展」していく取組を促進していきます。【健康年金課、産業振興課、公民館】
- ◆ ふれあいのまちづくり事業や育成会事業など、食を通じた多世代の地域の交流を引き続き支援することによって、地域ぐるみで楽しみながらおいしく会食する取組を「育み」、その「発展」を促進していきます。【生活福祉課、高齢者支援課、児童青少年課】
- ◆ 地域の自主グループの要望に応じて、食育に関する出前講座等を実施し、地域の食育の関心を高め、食育の担い手として「育んで」いきます。【健康年金課】
- ◆ エコファーマーや特別栽培認証者等の農業者の取組を支援することによって、生産者としての食育の担い手を養成していきます。【産業振興課】
- ◆ 「食育・地産地消推進店」として認定することによって、商業者としての食育の担い手の育成を図ります。【産業振興課】

- ◆ 市民活動団体のホームページ「地域活動ステーション」を構築し、市内食育団体の活動内容などを幅広く紹介するとともに、食育の担い手のとしての市民の参加を促進します。【企画政策課】

## 2) 食育に関するNPO等地域活動団体への支援

- ◆ 地域の団体が行う未就学児童の料理体験などの「食を通じた子どもの健全育成」事業や、都市農業の振興を目的とした特産品づくり等、食育に関する地域貢献活動を支援し、地域ぐるみの動きを「育み」、「発展」へと促進します。【子育て支援課、産業振興課】

## 食文化の理解・習得

- ▶ 季節に応じた伝統食や地域の郷土食に対する理解を深めるとともに、望ましい食習慣を形成します

## 1) 保育園給食での伝統食、行事食など食文化の伝承

- ◆ 保育園では、給食内容に「和食」を取り入れ、日本の伝統食の伝承の促進を図っています。ご飯を中心に煮物、酢の物、おひたしなどの献立を多くし、食の充実を図っています。【保育園】
- ◆ 四季に合わせた行事食を献立に取り入れ、伝統的な食文化の伝承を図っています。また、地域の郷土食についても、紹介していきます。【保育園】

## 2) 地域子育て支援センターによる地域食育情報の発信

- ◆ 地域子育て支援センターでは、地域の方々に時節に応じた園の行事への参加を呼びかけ、季節に対応した食に関する情報などを発信し、普及啓発を図っています。【保育園】

### 3) 小学校給食での伝統食、行事食など食文化の伝承

- ◆ 小学校では給食を活用し、端午の節句、七夕、冬至、節分など節気に応じた食文化に関わる献立を提供するほか、郷土料理や日本の伝統食の知識を得て、理解を深める学習機会を提供しています。子どもたちが食べるという実体験をしながら、望ましい食習慣を形成することの支援を図っています。今後も引き続き、取組の充実を図ります。【小学校、学校運営課、教育指導課】

## 食育ネットワークによる食育の普及啓発

▶食育ネットワークの取組により、積極的な食育を推進します

### 1) 行政関係機関の食育ネットワーク

- ◆ 本市には、健康年金課、子ども家庭支援センター、市立保育園全園、全19小学校に栄養士が配置されています。市全体の健康づくりの環境を充実するため、各施設の栄養士から成る「市内栄養士連絡会」を開催し、毎年度食育に関するテーマを設定し、各施設で食育事業を実施しています。今後も引き続き取組を充実し、地域の栄養課題の解決を図ります。【健康年金課、子ども家庭支援センター、保育園、小学校】
- ◆ ライフステージに応じた地域ぐるみの健康づくりを「食」の視点から支援するため、多摩小平保健所、本市及び近隣4市による「食を通じた地域の健康づくりネットワーク会議」を開催しています。毎年度、食育に関するテーマを設定し、事業を実施しています。今後も引き続き、取組の充実を図ります。【健康年金課、子ども家庭支援センター、保育課、保育園】

### 2) 食育の普及啓発

- ◆ 市民が食を通して健康的で豊かな生活を送るために、食に関する必要な情報を提供します。栄養士連絡会等で定めた年度のテーマに沿って、市報やホームページを活用し、食育に関する情報を掲載します。平成19年度に実施した「西東京市版やさいたっぷりレシピ集」の作成・普及等、市域全体で広がりある食育を推進します。【健康年金課、子ども家庭支援センター、保育園、小学校】

## コラム ちょっと一息 「小学校を拠点とする、子どもと保護者に対する食育の取組」

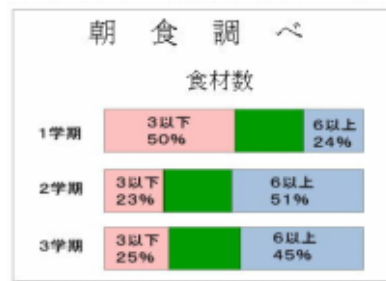
市立栄小学校は平成19・20年度の西東京市教育委員会研究指定校として、健康教育に取り組み、その一環として年間指導計画にもとづく全校的な食育を行っています。朝食調べなど、子どもたちを通じた保護者の啓発も視野においた取組となっています。

学校全体の指導目標を示す「全体計画」と、子どもたちの成長に応じた「年間指導計画」

「食に関する指導の全体計画」や各学年ごとの「食に関する指導の年間指導計画」を作成し、子どもたちの成長に応じた内容の食育を、教科や道徳、総合的な学習の時間、給食の時間を使って行っています。

「朝食で6品目以上食べている子ども」が24%から51%に増加  
学校全体として「家族みんなで早寝早起き朝ご飯」を最も重要視し、朝食調べを行っています。朝食調べは、朝食で食べた食材の色塗りをするなど、具体的に食材数やバランスを子どもたち自身が分かるような方法を工夫しています。

一日に30品目の食材を摂ることが理想と言われ、給食は15品目前後のため、残り15品目が朝食と夕食で摂ればよいことになり、朝食では6～7品目を目安にしています。6品目以上を食べている子どもは、1学期には24%でしたが、2学期には51%に増え、3学期もほぼ同様の結果となりました。「たくさんの食材をしっかり食べたい」という子どもたちの意識が育っただけでなく、保護者もそれを理解し協力した結果といえます。



出典) 栄小学校「いろいろよりどり たべたかな?」平成20年4月号

「体験的な学習」と「食を取り巻く環境の学習」

例えば1年生は「赤・黄・緑」の食品の色分け、2年生は落花生栽培、3年生は大豆・オクラの栽培や麦の種まき・麦踏み、味噌の仕込み、4年生はニガウリ栽培や麦の収穫・石挽き製粉体験等、5年生は「お米の学校」と社会科「食の安全」等、6年生は総合的な学習「食と環境」でフードマイレージや地産地消などを学んでいます。

また、授業でのグループ学習等の手伝いを保護者に呼びかけており、参加者は子どもとともに食育について理解を深めています。



栄小学校のランチルームにある、子どもたちが考えた朝食イラスト

学校給食を活用した食育

毎日、その日の給食の紹介と配ぜん図を栄養士が作成し、学級担任が子どもたちに伝えています。給食のメニューへの西東京市産や国産の農産物の取り入れ、クイズ形式での学習、「赤・黄・緑」の食品の色分け等を学んでいます。