

4

施策展開の方向

社会情勢の変化、ライフスタイルの多様化に伴い、食生活に対する乱れが問題となってきました。そうしたなか、食育を総合的に推進することにより、県民が食の重要性を理解し、望ましい食習慣を身につけ、健全な食生活を実践することを通じて、生涯にわたって健康で豊かな生活を実現していくための様々な取組を行っていきます。

(1) 家庭における食育の推進

家庭での食育は、適切な食生活や食習慣の形成などに、非常に重要な役割を担っています。

特に、食に関する知識や文化等については、家庭を中心として、日常生活の中で、親から子どもへ受け継いでいくことが重要です。

そのため、家庭において食に対する関心と理解を深め、子どもに対し段階的に食習慣や知識を取得させ、食と健康の関係に関心を持てるような取組を行っていきます。

① 食に関する知識の習得・実践

食の大切さを理解し、望ましい食習慣を身につけ、健全な食生活を実践することができるよう、子どもの頃から様々な食品を食べ、食品の持つ本来の味を知ることにより、味覚を磨くとともに、料理や食に関する基本的なことを学ぶ機会を増やします。

そのため、「親子食育教室」などにおいて、食の楽しさを親子で学び、会話を楽しみながら食事をする中で、栄養バランスのよい食べ方や、食事のマナーなど、適切な食習慣を身につける機会や学習の場を提供します。

また、家庭においてきちんとした食生活を行うことの基本となる1日3食の規則正しい生活リズムを実践できるような啓発に取り組みます。

さらに、食と健康についての関係を正しく理解し、実践していけるよう、「健康づくりのための食生活指針」や、1日に摂る食事の望ましい組合せやおおよその量をイラストを交えてわかりやすく示した「食事バランスガイド」の普及・啓発や食生活の改善による生活習慣病の予防などに取り組んでいくとともに、県民自身が食の安全・安心も考えながら適切な食事量や栄養バランスがとれた食事を行うための知識や能力を身につけられるよう、パンフレットなどにより、食に関する正しい情報や栄養管理に関する知識、食に関する様々な情報を発信します。

② 保育所・幼稚園・学校と連携した食育の推進

「早寝・早起き・朝ご飯」の実践による基本的な生活習慣の確立や、生活習慣病につながる恐れのある肥満防止のための適切な食習慣や運動習慣を身に付けるための効

果的な働きかけ等、教育現場から家庭に対する情報発信を行います。

また、学校等において、保護者からの子どもの食生活、食習慣に関する相談にも積極的に対応していきます。

さらに、家庭と保育所・幼稚園・学校が互いに補完し合い、連携を進めながら、ふれあい給食の実施や子どもが食に関する知識やマナーが身につけられるような食育を進めます。

「食事バランスガイド」とは

望ましい食生活についてのメッセージを示した「食生活指針」を具体的な行動に結びつけるものとして、平成17年6月に農林水産省と厚生労働省により決定されました。

1日に「何を」「どれだけ」食べたらよいかの目安を分かりやすくイラストで示したもので、これらのバランスが悪いとコマが倒れてしまうことを表現しています。

あなたのコマはうまく回っているでしょうか。

「食事バランスガイド」について詳しく知りたい方は、農林水産省のホームページをご覧ください。

(http://www.maff.go.jp/food_guide/balance.html)



(2) 保育所・幼稚園・学校における食育の推進

子どもに対する食育は基本的なことを身につけるという意味で非常に重要な位置づけを持っています。子どもにとって保育所・幼稚園・学校の教育現場で受ける影響が大きいことから、保育所・幼稚園・学校において、健全な食生活の実現を図り、様々な機会や場所を利用して、積極的に食育を進めていきます。

① 食に関する知識の習得・実践

保育所・幼稚園では、適切な食事のとり方や望ましい食習慣の定着、豊かな人間性の育成を図るため、食材とのふれあいや食事の準備をはじめとする様々な体験や指導を通じ、保育計画等に連動した組織的・発展的な「食育の計画」が推進されるよう支援します。

また、保育所・幼稚園の職員を対象に、食育に関する研修会を開催し、子どもの発育・発達段階に応じた食育の推進が行えるよう支援します。

さらに、食生活改善推進員等による保育所・幼稚園訪問により、子どもが食に対し関心をもつような機会を提供します。

学校では、食育を学校全体で取り組むため、食に関する指導計画を策定し、給食、各教科、総合的な学習の時間における食育を栄養教諭等により進めるとともに、学校給食の献立に郷土料理・行事食を取り入れたり、旬の地元食材を活用するなど給食に工夫を凝らし、学校給食を「生きた教材」として活用します。また、食物アレルギーへの対応については、代替食による献立を検討し、見た目が同じ給食を食べることにより、いじめや差別につながらないような配慮を学校全体で対応していきます。

また、栄養教諭等による保護者を対象とした料理教室の開催などにより伝統的食文化の伝承を行うとともに、副読本による和歌山の農林水産業への理解促進や、子どもの食に関する自己管理能力が段階的に身に付くような取組を推進します。

② 体験活動を通じた食の学習

子どもやその保護者を対象とした調理実習や栽培活動、漁業体験、酪農体験等、様々な体験学習から、食べ物が食卓に届くまでの様子や季節による農産物の生育状況、水産物の漁獲状況を見せるなど、実感・体感できるような取組を推進します。

また、同時に食は「命を頂く」ということを認識させ、感謝の念を抱くとともに命や物を大切に作る心を育てられるような、体験活動の取組を推進します。

③ 学校給食の普及・充実

本県においては学校給食の実施率が低いことから、地域食材の利用など内容の充実を図り学校給食の実施率を向上させるとともに、学校給食未実施の学校においても、家庭・地域との理解と連携のもと、野菜を使った弁当の献立集の配布や家庭科との連携、理想的な栄養配分の美味しい弁当作りの料理講習会等の学校や地域での実施など、具体的な食育を推進します。

特に、小学校における学校給食の実施率が全国最下位となっていることから、学校給食の普及を一層推進し、学校給食を充実します。

「和歌山の四季の食材」

和歌山県は豊かな自然に恵まれ、果物や野菜、魚、畜産物など一年を通して、四季折々の旬を感じさせるバラエティ豊かな食材が数多くあります。

また、施設園芸と露地栽培を組み合わせたりレー出荷も行われています。

●農産物

みかん、うめ、かき、もも、はっさく、キウイフルーツ、いちじく、びわ、すもも、三宝柑、じゃばら、えんどう類、ししとう、トマト、新しょうが、レタス、和歌山だいこん など

●畜産物

熊野牛、紀州梅どり、紀州鶏、紀州梅たまご、イノブタ、ホロホロ鳥 など

●林産物

山椒、わさび、しいたけ など

●水産物

たちうお、あじ、さば、しらす、いわし、まぐろ、かつお、まだい、いさき、さんま、はも、いせえび、クエ、くじら、うつぼ、ヒロメ、ひじき、ヒオウギ、鮎 など



みかん



うすいえんどう



うめ



たちうお



熊野牛



まぐろ

(3) 地域における食育の推進

食育は、全ての県民を対象に定着を図っていく必要があることから、地域における食育の推進は重要な要素を持っています。

そのため、ボランティア等による地域に密着した食育の推進や食品の製造、加工、流通、販売又は食事の提供を行う事業者等と連携した食育を推進していきます。

また、地域において継承されてきた伝統料理や郷土料理などを活用し、食に関する知識や食文化の理解・継承のための取組を行います。

① 食生活改善活動の推進

「食生活指針」や「食事バランスガイド」の県民への普及・啓発を図るとともに、食生活講座などグループ講習会の開催により、望ましい食習慣の実現や食の安全・安心、適正な食品の選択に関する知識を提供する場を設けます。

さらに、米を主食として、農産物、畜産物、水産物など多様な副食から構成され、栄養バランスに優れている「日本型食生活」の実践のための情報提供を行います。

② 食品関連事業者等と連携した食育の推進

食品表示の適正化指導や、地場産物を原材料とした優れた加工食品の認証とその情報提供を行うとともに、食品関連事業者による子どもや消費者等との交流活動を推進します。

また、地場産物の利用拡大を図るため、旬の食材のPRを行うとともに、地産地消費フェアの開催や出荷体制づくりを支援します。

さらに、栄養成分や食材を表示した食事やヘルシーメニューの提供に積極的に取り組む「わかやま食育応援店」の指定など、関係団体と連携した取組を行います。

③ 地域の特色ある食文化の理解と継承、発展

地域で育まれた郷土料理や伝統食、行事食などの食文化を継承するために、食生活改善推進員や関係団体が開催する料理教室を推進します。

また、食文化伝承のための人材育成や世代を越えた交流を推進します。

特に、高齢者が有する郷土料理や伝統文化に関する知識、技術を継承するため料理教室や体験学習会の開催などを進めます。



(4) 和歌山の農林水産業に根ざした食育の推進

本県の豊かな自然の中で育まれた農林水産物を活用し、県民の食への関心と意識を高めるため、「食」を実感・体感できる食育の取組を推進します。

① 体験活動を通じた食に関する学習の推進

地元食材をより身近に感じ、地域の農林水産業の生産活動や自然とのつながりへの理解を深めることができるよう、農作業等を実感・体感できる場や機会を提供します。

また、保育所・幼稚園・学校における地場産物に関する生産状況、機能性紹介や栽培体験学習、ボランティアによる出前授業などの幅広い取組を推進するとともに、農林水産業者や食品関連事業者、関係団体等が地域において行う体験学習を促進します。

さらに、地域の農林水産物の紹介や料理方法の普及・啓発を図ります。

② 地産地消の推進

児童生徒の食に対する関心を高めるため、地域と保育所・幼稚園・学校が連携し、生産者と直接契約した食材供給など、給食に地元食材をできるだけ利用するような取組を推進します。

また、県のホームページなどを活用し、農林水産物の生産状況や機能性、旬の情報を発信するとともに、地場産物や伝承料理を取り上げた和歌山版「食事バランスガイド」等を普及推進します。

さらに、県内流通事業者及び県産品の生産者・製造者と連携し、朝市夕市交流会や地産地消フェアやフェスティバルの開催、県産品常設販売コーナーの設置など地産地消の観点から本県産農林水産物を活用する取組を促進します。

③ 生産者と消費者の交流促進

産地直売所や市民農園、廃校などを活用した体験交流施設など、消費者との交流拠点となる施設の整備を推進します。

また、都市への情報発信と併せ、地域資源の掘り起こしや人材の育成、産地直売所等における旬の食材のPRや農作業体験、伝統料理の講習会のイベントなどを通じて消費者との交流を促進します。



(5) 県民運動としての食育の推進

食育を効果的かつ円滑に推進するために、県民や関係者が、それぞれの役割に応じて主体的に活動するとともに、連携・協働した取組が行われるよう、県民運動として展開します。

① 情報の共有・発信、県民に対する啓発・広報

食育に関する県内外の取組事例、研修会・イベント、食習慣等に関する情報を収集し、これらの情報や食品検査体制等を含めた食の安全に関する情報を県のホームページなどで総合的に提供します。

また、食に関する正しい知識や重要性、リスクを適切に判断するために必要な情報を各種印刷物やメディア等を活用し提供するとともに、公共施設等における食育に関するコーナーの設置や食育に関するシンポジウムや研修会、各種イベントの開催などを通じた食育の普及啓発に努めます。

② 食育活動者の育成

食に関する豊かな知識と経験を持ち、県民生活に密着した活動を行う食生活改善推進員や食育ボランティア、わかやま食の安全サポーターなど地域での食育を推進する人材を関係機関、団体等と連携して育成するとともに、これらの人材の活用を推進します。

なお、地域で食育を推進する活動者の育成や活用を行う場合は、それらの方々がより参加しやすい環境づくりに努めます。

③ 食育推進運動の普及・定着

食育に対する気運を高め、その意識を醸成するため、国が設定する「食育月間」とは別に、毎年10月を「和歌山県食育推進月間」と定め、「食べることは学ぶこと、考えよう皆と私の食の未来！」をスローガンに運動を展開します。

また、多様な関係者で構成する県食育推進会議を中心に、関係団体等のネットワークづくりを進めます。

さらに、食育推進月間において、これらのネットワークを活用し、市町村等とも連携しながら食育キャンペーンを実施するとともに、食育に積極的に取り組む個人、団体、企業等に対する表彰制度を創設します。

④ ボランティアやNPOなど民間団体等との協働

食育に積極的に取り組むボランティアをはじめ、NPOや民間団体、企業等が行う食育活動が相互に、また、行政との協働を図れるよう、社会人、主婦、高齢者向けの講座等の開催を通じて、ボランティアを育成するとともに、食育に関する情報等の提供に努め、ボランティアやNPOなどが取り組む活動を支援します。