

施策3

地域における食育の推進



施策のねらい 01

地域の担い手との連携を進める

食 べることは生きることであり、食は人の様々な活動と、おおよそ何らかの関わりがあります。食と健康、食と環境、食と農業、食と文化、食と教育など、関連する団体と連携することで、食育の取組がより重層的になり、発展性をもつようになります。食育を市民に適切に浸透させていくために、市民の生活に密着した活動を行っている地域の

団体（食生活改善推進員や健康普及員、地域活動栄養士）等の活性化とその成果の向上に向けた環境整備を図ります。また、地域でつながり、食育推進の中核的役割を担うことができるよう、栄養や食文化、調理技術など食に関する知識が身に付けられるよう支援します。また、草の根活動としての食育活動を、学校等との連携にも配慮して促進します。

施策のねらい 02

食育推進のための意識啓発を進める

1 人でも多くの方が、食育の意義や重要性に共感し、自分自身の取組が、周囲の人々へも広がっていくように、食育の普及と意識啓発を図ります。食育を推進するために、家庭・学校・保育所・地域等の様々な場における自らの積極的な取

組を推進することに加え、行政・教育・保育関係者・農林漁業者・関係団体などを含めた様々な関係者がつながり、互いに連携を図ります。ICT等のデジタル技術を有効的に活用し、適切な情報提供や支援をしていきます。

施策のねらい 03

食品の安全性や栄養等に関する情報を提供する

食 品や栄養などについての膨大な情報が溢れている中で、正しい理解をすることは容易ではありません。また、食品の栄養価や原材料など、その食品がどのような機能を持っているかを理解できることは、食品の選択にあたって非常に重要なことです。市民一人ひとりが健全な食生活を送れるよう、厚生労働省、農林水産省、消費者庁の情報の活用や、県と連携した啓発の取組など、市民へ

の分かりやすい情報発信に努め、正しい選択ができるよう促します。さらに、食品に表示される事項である栄養成分表示や特別用途表示、食品の期限表示、JASマーク等について、正しい理解と適切な使用ができるように情報を発信します。日ごろの食事だけでなく、災害時に備えた備蓄を推奨します。

食育に関心を持っている大和市民の割合は、

66.7% (令和5年度 大和市これからの食と未来を考えるための市民意識調査)

食育の取組では、一人でも多くの方に食育に興味、関心を持っていただき、仲間を増やしていくことが重要になります。食は毎日の営みであることから、食を通じて、教育、農業、環境など様々な分野へと取組を広げていくことができます。

大和市民で食育に関心を持っている人は66.7%となっており、国や県の調査結果より低い結果でした。そのため、興味関心を引き出すことが必要となっています。また、食育に関心を持っている人の方が、自分自身が健康であると感じている割合が高い傾向にあります。

食生活改善推進員の地区組織活動

(料理教室、イベント等)の参加者数は、

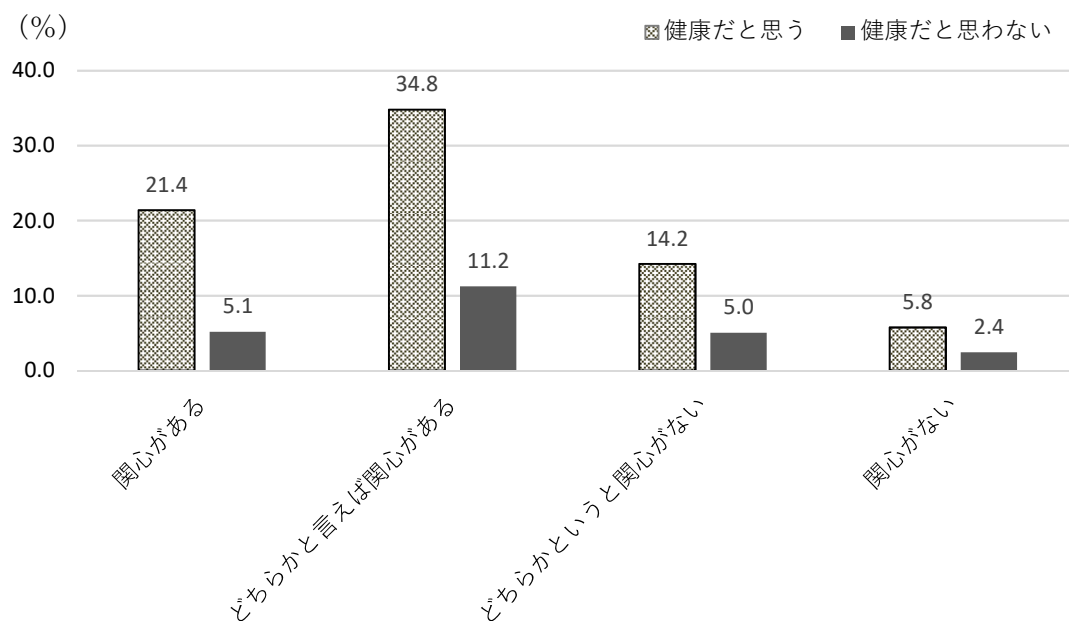
年間1,650人 (令和5年度実績値)

食生活改善推進員は、地域密着、生活密着で市民の皆さんの食生活改善をお手伝いしています。食生活改善推進員養成講座を受講し修了すると、どなたでも推進員になることができます。

令和5年度は、料理教室や生涯学習センターまつり、やまと食育フェアなどのイベントに携わりました。また、野菜を丸ごと使いきれぬレシピ集の作成も行いました。感染対策が緩和し、料理教室等が再開され、1,650人の参加者の皆さんと、食育に取り組みました。

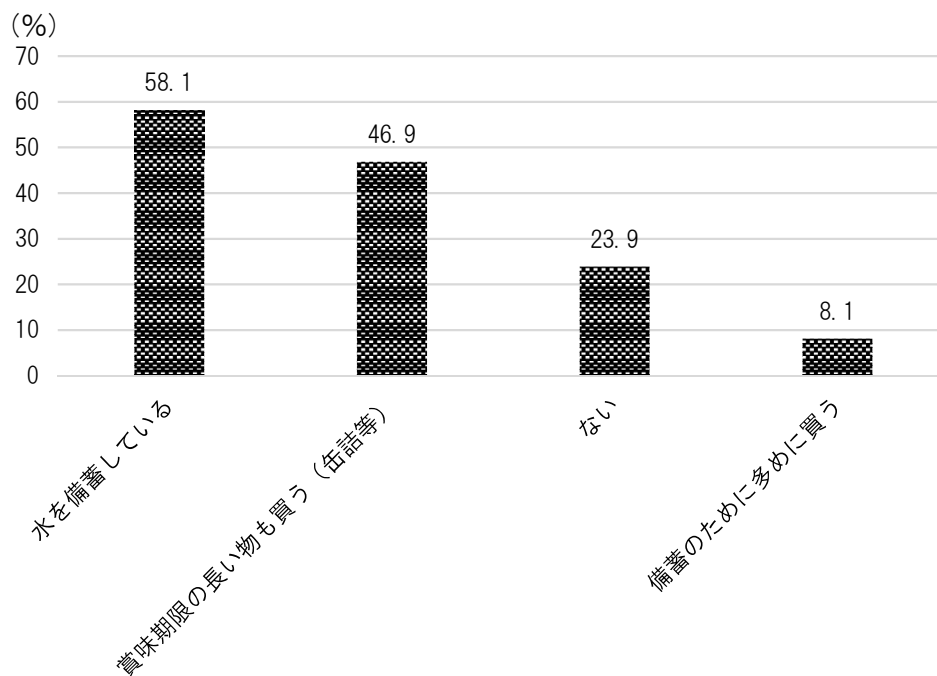
生活習慣病予防のメニューづくりでは、脂質、塩分を減らし野菜とカルシウムたっぷりの料理を考え、イベント等で普及に努めています。更に、災害時の備えとして、災害時に役立つパッククッキングやローリングストック等の普及啓発も行っております。

[大和市民の食育への関心と主観的健康感]



出典：令和5年度 大和市これからの食と未来を考えるための市民意識調査

[大和市民が災害時の食事のために、日頃準備していること]



出典：令和5年度 大和市これからの食と未来を考えるための市民意識調査

評価指標	現状値 (R5)	目標値
食育の推進に関わるボランティアの人数	181人	維持
食育に関心を持っている市民の割合	66.7%	90.0%
(新) 塩分を摂りすぎないようにするために取り組んでいることがある市民の割合	79.5%	80.0%
食料品選択にあたって栄養価を重視する市民の割合	19.7%	26.0%
食料品選択にあたって安全性を重視する市民の割合	52.1%	80.0%

具体的な取組

ならい	具体的な取組		担当
01 地域の担い手との連携を進める	関係団体との連携	食生活改善推進協議会と健康普及員連絡協議会が共催して、健康づくり料理教室を実施します。	健康づくり推進課
	食生活改善推進員養成講座	地域における食生活改善活動及び組織的な活動を図るため、食生活改善の指導者を養成します。	健康づくり推進課
	食育に関するボランティアの育成と活動支援	地域で食育や食生活改善活動に取り組んでいるボランティアグループに対して情報提供や活動助成等の支援を行います。 ※2024年3月現在、やまとボランティアセンターに登録し、食育に関する活動をしている団体は次の3団体です。①大和市食生活改善推進協議会、②栄養士みつわ会、③食のアトリエ	社会福祉協議会
02 食育意識の啓発を進める	健康づくり料理教室	食生活改善推進員が作成した献立（ヘルシー・減塩・野菜とカルシウムたっぷり生活習慣病予防のメニュー）等を作る教室を実施します。	健康づくり推進課
	若い世代への食生活改善の啓発活動	健康メニューや、手軽に作れる料理レシピなどをホームページなどで配信します。	健康づくり推進課

ねらい	具体的な取組		担当
02 食育推進のための意識啓発を進める	食事バランスガイドの普及啓発	食事バランスガイドについて、市のホームページや講習会、講座、教室などで情報発信し、普及を図ります。	健康づくり推進課
	どこでも講座	一般の方を対象にした食に関する講話を、管理栄養士が行います。	健康づくり推進課
	ミニサロンでの食育（食生活改善）の実施	市内11の地区社会福祉協議会では、介護予防並びに閉じこもり防止を目的としたミニサロン事業を開催しており、サロンのプログラムに様々な介護予防メニューが取り入れられるなか、生活習慣病予防のための栄養や食事テーマに取り上げています。	社会福祉協議会 健康づくり推進課
	こども食堂への食に関する情報提供（充実）	地域におけるこども食堂の活動がより円滑に進むよう支援することを目的として、食に関する情報提供を行います。	すくすく子育て課 健康づくり推進課 こども青少年みらい課
03 食の安全に関する情報を提供する	食中毒予防に関する普及啓発（充実）	ホームページや各種講座、イベント等を活用し、災害時も含めた食中毒予防の普及啓発を進めます。	医療健康課 健康づくり推進課
	食品表示等に関するわかりやすい情報発信	健全な食生活を実践するために必要な食品表示等に関するホームページを更新するほか、啓発用リーフレットの配布等を進めます。	健康づくり推進課

◎デジタル化に対応した食育の視点

動画配信を活用した健康づくり料理レシピの普及



大和市立図書館おすすめ

食について考えさせられる「食育」の本

つながり続けるこども食堂

SIRIUS Select
大和市文化創造推進センター



地域のにぎわいづくり～居場所のある幸せ～こども食堂

こども食堂のはじまりは、2012年東京都大田区の八百屋さんの活動がきっかけとなり、現在では7,363ヵ所と増え続けています。その背景として、社会問題となっている子どもの貧困や孤食対策などがあります※。

この本は、地域の多世代交流の場として、新しい可能性や役割をもつ全国の「こども食堂」が紹介されています。未来へつなぐ社会活動としての「こども食堂」とはどのようなものか、知ることにつながります。1冊です。

※「NPO 法人全国こども食堂支援センター・むすびえ 調査・研究事業ページ」より

著者：湯浅誠／著 中央公論新社



やまと食育フェアに参加する健康普及員

つくる喜び。Column 4

ひろがる取組み。

おいしく 楽しく 健康に



「食生活を見直したい」「食のボランティアをしたい」「和食を学びたい」など、食生活改善推進員養成講座を受ける理由は様々です。

講座修了後、食生活改善推進員（略して食改）になり、料理教室やレシピの作成、食のイベントのお手伝いなど、地域で食のボランティアとして活動しています。

うすあじでも、なぜかおいしく食べられる食改が作るレシピは、様々な工夫がされており、素材の味を楽しみながら、新たな発見をすることが多くあります。

他にも健康普及員協議会と共催で市内の各地区での活動や、日本の伝統的な食文化を継承するための伝統料理教室など、知らず知らずに料理の腕が上がり、衛生面の知識も身に付きます。

自分の健康と家族の健康、そして地域を元気に。

私達の健康は
私達の手で



「おいしく減塩する方法」を学ぶ（第9回やまと食育フェアにて）