

資料編

## ■ 食育推進におけるこれまでの取り組みの概要


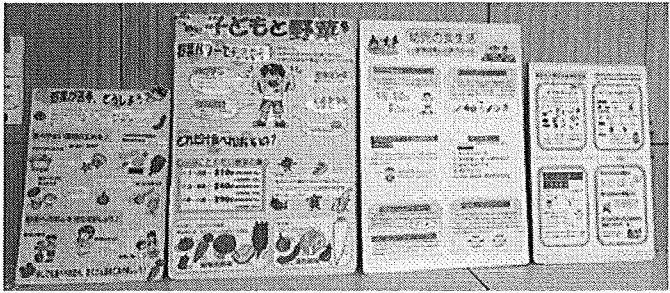
### 基本目標 1 「みんなで楽しく健全な食生活をしよう」

#### 目標達成の視点：規則正しい食生活を実践する取り組み


##### ①マタニティクラスでの栄養講義及び調理実習

取組概要	初産婦を対象として、妊娠、出産、育児について、体験学習を通して正しい知識を学び健全な母性と子の育成を図るほか、妊婦同士の交流を図りながら地域における子育ての仲間づくりを支援することを目的とした講座を行う。
現状における評価	「妊娠中・授乳期の栄養」という内容で栄養講義を行った後、調理実習を行うことで、望ましい食習慣や食事量と内容について知識の普及啓発と情報提供をし、実践に向けての具体的なアドバイスを行った。また、食事バランスガイドを活用して講義を行うことで、食事バランスガイドの普及を図った。出産前に、食に関する正しい知識を得て、自ら実践することにより、子の望ましい食習慣の確立につながるよう取り組んでいる。
課題点	参加率の伸び悩み。
今後の方針	マタニティクラスのPRを工夫しより多くの人へ参加してもらい、知識の普及啓発に取り組む。また、マタニティクラスに参加しない妊婦に対しても知識の普及啓発や情報提供が行える取り組みを検討する。

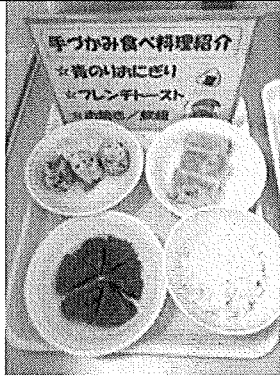

##### ②乳児相談、幼児健診時における栄養相談及び健康教育

取組概要	乳児相談や幼児健診時に、食育啓発パネルの展示や栄養相談を行う。
現状における評価	乳幼児健診の参加者に、食育啓発パネルや栄養相談を通して乳幼児の適切な食習慣や食事量と内容について知識の普及、情報提供及び助言を行った。それにより、離乳食、幼児食が発達段階に応じて適切に進められ、心の安定や食べる意欲、噛む力につながるような食生活の確立を図ることができた。
 <p>乳児相談での離乳食のサンプル</p>	 <p>幼児健診での啓発パネル</p>
課題点	栄養相談を希望しない人や展示パネルに関心を持たない人への啓発。
今後の方針	今後も継続し、取り組んでいく中で展示パネルや配布資料の充実、待ち時間を利用した健康教育などを工夫し、栄養のことを考えて食事ができる人を増やし、乳幼児期からの適切な食習慣の確立を目指す。

### ③ほやほやベビー離乳食のすすめかた

取組概要	地域で子育て（乳児）をしている市民を対象に、佐倉保育園の地域子育て支援センター「さくらっこひろば」にて、離乳食の進め方の講座や栄養相談を実施している。	 <p style="text-align: center;">講座での様子</p>
現状における評価	離乳食開始前や初期、中期、完了期など、幅広い月齢の方に利用してもらっており、講座の中で参加者同士の情報交換を進め、子育ての孤立を防ぐ役割も担っている。	
課題点	<ul style="list-style-type: none"> <li>・志津地区や臼井地区では、離乳食の講座を開催できる場所や機関がない。</li> <li>・講座の内容が講話に偏りがちである。</li> <li>・栄養士は、保育園給食運営事業と子育て支援事業の両方を担っているため、安定した給食運営スタッフの確保が必要だが、その確保がむずかしい現状がある。</li> </ul>	
今後の方針	<ul style="list-style-type: none"> <li>・PR方法を工夫し参加者を増やしたい。</li> <li>・講座内容を見直し、試食等の実践的内容を盛り込み、より魅力的な講座としていきたい。</li> </ul>	

### ④もぐもぐ教室（離乳食と歯の教室）

取組概要	8か月児を対象に、離乳食と歯についての健康教育を実施する。	
現状における評価	食育啓発パネルや離乳食サンプルを活用した集団教育を通して、乳幼児の適切な食習慣や食事量と内容について知識の普及、情報提供及び助言を行った。それにより、離乳食が発達段階に応じて適切に進められ、心の安定や食べる意欲、噛む力につながるような食生活の確立を図ることができた。	
	 <p style="text-align: center;">離乳食のサンプル</p>	 <p style="text-align: center;">啓発パネル</p>
	今後の方針	今後も継続し、取り組んでいく中で健康教育内容や展示パネル、配布資料の充実を図り栄養のことを考えて食事ができる人を増やし、乳児期からの適切な食習慣の確立を目指す。

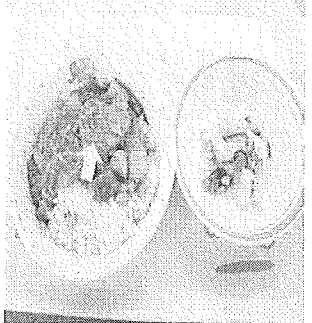
⑤食生活改善推進員地区活動（母子）

取組概要	市民が健全で明るい生活を営むことを目的に、健全な食生活の普及啓発を図るため、食生活の改善や健康づくりをテーマとした健康講座や料理教室を開催する。
現状における評価	佐倉、臼井・千代田、志津A、志津B、根郷、和田、弥富の7支部に分かれ、自主的な活動と行政の支援活動を通して、各地区の実態に合わせた内容で地区活動を実施した。
 <p>母子の集いで健康教育の様子</p>	
課題点	活動後のアンケート結果で推進員の知名度が低いことから、子育て世代への食育を推進していく上で、推進員活動のPRを強化し参加者を増やしていく必要がある。
今後の方針	今後も継続し、乳幼児期の保護者に対する健康講座などを通して、子どもの適切な食習慣の確立の啓発ができるよう取り組んでいく。

⑥出前健康講座（食生活・母子）

取組概要	健康に関する正しい知識を普及、啓発することにより、市民の健康な生活を継続できるよう支援するために行う健康教育で、申請があれば、保健師、栄養士、歯科衛生士、食生活改善推進員が出向き、「健康管理」「食生活」「たばこ」「飲酒」「育児」「歯の健康」などのメニューで健康講座を行う。
現状における評価	公民館や児童センターでの母子の集いや家庭教育学級からの申請が多く、栄養士や食生活改善推進員が、子どもの食事やおやつについての内容で健康教育を実施した。参加者に対し、乳幼児や児童の食に関する正しい知識の普及啓発をすることにより、栄養に関心を持つ保護者を増やすことで、乳幼児期からの適切な食習慣の確立を図った。
 <p>おやつを試食配布</p>	
課題点	出前の申請が増えることに伴って、派遣する人員の数や資質の向上が必要。
今後の方針	家庭教育学級は、20～40歳代の若い世代への教育が行え、家族や子どもへの波及効果が大きいため、積極的にPRを行い、利用者を増やす。今後も、食生活改善推進員と食に関する課題を共有し、連携しながら取り組んでいく。

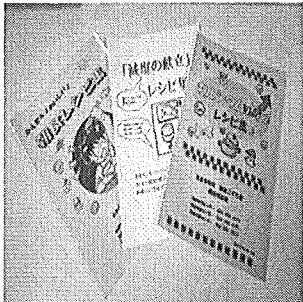
⑦保育園でのラッキーにんじん（お楽しみ献立）

取組概要	3歳以上の園児を対象に、ハートや星型のにんじんをカレーに入れ、配膳を行う。実施日は、調理員が各クラスに訪問する。	 <p>保育園でのお楽しみ献立 (ラッキーにんじん)</p>
現状における評価	給食に楽しみを付加することで、食に対する意識を上げ、残さず食べようとする気持ちを育てることができている。積極的に給食の準備をしようとする意識にもつながっている。また、配膳時に調理員が保育室に来ることで、給食を作ってくれる人に対して親しみを持つようになった。	
課題点	食物アレルギーへの対応など、献立の個別配慮の対応を行っているが、全員が同じメニューを食べられる日の献立で計画をする必要がある。	
今後の方針	ラッキーにんじんの形は今までハート、星、花と様々だったので、今後も園児が楽しみにできるような形や献立の内容にしたいと考えている。	

⑧クッキング保育（さつまいもの茶巾しぼり）

取組概要	園児が自分たちで収穫したさつまいもを使い、料理し食べることで、みんなで作る楽しさや食べた時の美味しさ、嬉しさを感じ、食体験の幅を広げ、食への知識を深める。
現状における評価	事前に作り方を絵にして説明することで、手順をイメージさせるなど工夫している。皮むき器が危険なことも認識でき、また、生のさつまいもがどの様に変化していくのか興味を持たせることができた。
 <p>クッキング保育の様子</p>	
課題点	クッキング保育は年間計画になかったため、さつまいもを使用する時期も遅くなり、傷んだり、水分が抜けたりして、皮がむきづらいなど反省があがった。次回は、年間計画に組み入れて行いたい。
今後の方針	畑で収穫した野菜を使ってクッキングを行うことで、食体験の幅を広げることや食への知識を深めていきたい。

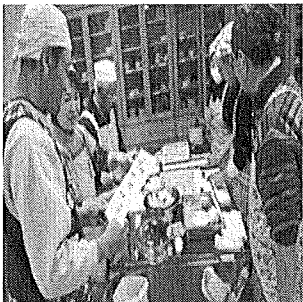
### ⑨レシピ集の配布

取組概要	食生活に関する正しい知識の普及と啓発及び実践を図ったレシピ集を作成し、配布する。	 <p>レシピ集</p>
現状における評価	平成 22 年に、朝食欠食の減少を目的とした『朝食レシピ集』、平成 24 年に、高血圧予防を目的とした『減塩献立レシピ集』、平成 26 年に、骨粗鬆症予防を目的とした『カルシウムアップレシピ集』作成し、各保健センターでの窓口配布や市HPでのダウンロードを行っている。各レシピとも年間約 500 部配布している。また、健康教育などのテキストとしても活用した。食生活に関する正しい知識を普及啓発し、実践へつながる取り組みができた。	
今後の方針	現在あるレシピの活用もしながら、今後も食の課題に合わせたレシピ集を作成、配布し、食生活に関する正しい知識の普及啓発および実践を図る。	

### ⑩メタボ予防のための「知って得する調理法」講習会

取組概要	メタボリックシンドローム予防のための正しい食生活を実践するために必要な知識の普及と、それを実践するための栄養講義と試食を実施する。
現状における評価	栄養講義や試食を通して正しい食生活を実践するために必要な知識や情報を提供し、また、各自の食生活の問題点を見つけ改善できるよう具体的なアドバイスをを行うことで、食行動の改善を通じた健康な生活習慣の獲得に向けた取り組みができた。
課題点	65 歳以上の参加者が多く、生活習慣病予防が必要な若い世代の参加者が少ない。
今後の方針	今後も継続し、講習会を開催していく中で若い世代の参加者を増やし、生活習慣病予防の知識の普及啓発に努める。

### ⑪食生活改善推進員地区活動（成人）

取組概要	市民が健全で明るい生活を営むことを目的に、健全な食生活の普及啓発を図るため、食生活の改善や健康づくりをテーマとした健康講座や料理教室を開催する。	 <p>男性料理教室での様子</p>
現状における評価	佐倉、臼井・千代田、志津A、志津B、根郷、和田、弥富の 7 支部に分かれ、自主的な活動と行政の支援活動を通して、各地区の実態に合わせた内容で地区活動を実施した。生活習慣病予防、減塩、骨粗鬆症予防、野菜摂取の増加などをテーマとした健康講座や料理教室を通して、地域に健全な食生活の普及啓発を図ることができた。	
課題点	料理教室などはリピーターが多い。新規の参加を増やすため、推進員の知名度の向上を図り、より多くの市民へと活動の幅を広げる必要がある。	
今後の方針	今後も継続し、市民へ健全な食生活の普及啓発を図るため、地区の実態に合わせた地区活動を実施していくことにより食育を推進していく。	

⑫出前健康講座（食生活・成人）

取組概要	健康に関する正しい知識を普及、啓発することにより、市民の健康な生活を継続できるよう支援するために行う健康教育で、申請があれば、保健師、栄養士、歯科衛生士、食生活改善推進員が出向き、「健康管理」「食生活」「たばこ」「飲酒」「育児」「歯の健康」などのメニューで健康講座を行う。
現状における評価	地域の集まりやサークルなどからの要請を受け、栄養士や食生活改善推進員が、食生活の分野で生活習慣病予防や骨粗鬆症予防などの内容で健康講座や料理教室を実施した。65歳以上の高齢者からの申請も多く、中年期、高齢期それぞれのライフステージに合わせた健康教育を通して、食生活に関する正しい知識の普及啓発を図ることができた。
課題点	高齢者からの申請も増えているため、高齢者福祉課との連携を図っていく必要があるのではないかと考えられる。
今後の方針	今後も食生活改善推進員と食に関する課題を共有し、連携しながら取り組んでいく。

## 基本目標 2 「食を学びそして大切にしよう」

### 目標達成の視点：食に関する力を付ける取り組み

#### ①保育園での野菜栽培

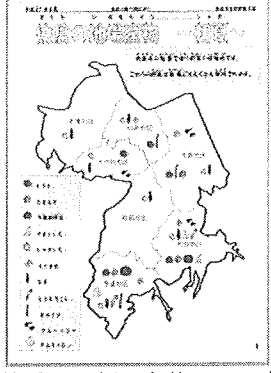
取組概要	園庭やプランターを利用してさつまいもやミニトマトなどの野菜栽培を行い、食の大切さを楽しく学ぶことができる体験を行う。収穫した野菜は、給食に利用したりクッキング保育などを行ったりした。
現状における評価	植物の成長に興味関心を持ち、収穫の喜びを知るとともに、生産者や調理に携わる方々への感謝の気持ちを再確認できた。
	
保育園での野菜栽培の様子	
課題点	野菜栽培に関して知識がある職員ばかりではないため、困ることも多くあった。
今後の方針	地域住民の協力を得ながら進めていくことが出来ると良い。

#### ②保育園での餅つきと成木もちづくり

取組概要	園児が、お正月の伝統行事である餅つきを体験する。また、小正月の15日に行う「成木もち」を作り、その意味を学ぶ。餅つきに因んだ給食を食べ、餅を味わう。
現状における評価	もち米を蒸して軟らかくし、それを杵と臼を使って餅をつくことを体験することで、餅をつくことの大変さを体験するとともに、自分たちでついた餅を丸めて椿の枝に挿すことを通して、成木の意味を知ることができた。
	
餅つきと成木もちづくりの様子	
課題点	天候によってもち米を蒸す手順が給食室内で行われるため、もち米が蒸されて食べられるようになる様子を見ることができなくなる。
今後の方針	伝統行事を園児たちに教えていくためにも、引き続き餅つき、成木もち作りを実施していきたい。



### ③学校給食を活かした食育授業と健康教育

取組概要	食に関する指導全体計画を作成し、学校給食を活かした食育授業を展開する。また、給食だよりや献立表などを活用し、保護者に対して食に関する情報の提供を行っている。	 <p>佐倉の地場産物マップ</p>
現状における評価	学校給食を通して「食」に関する指導の実践と充実を図り、子どもたちが正しい食習慣や知識を身につけることができるよう、家庭・地域と連携を図りながら食育を推進することができた。	
課題点	食に関する指導全体計画が全校で作成されていない。	
今後の方針	<ul style="list-style-type: none"> <li>・全小中学校で食に関する全体計画を作成し、計画的な食育授業の推進が図られるようにする。</li> <li>・引き続き学校と家庭が連携し、児童生徒への個別的な指導（朝食欠食・肥満など）、健康教育を充実させる。</li> </ul>	

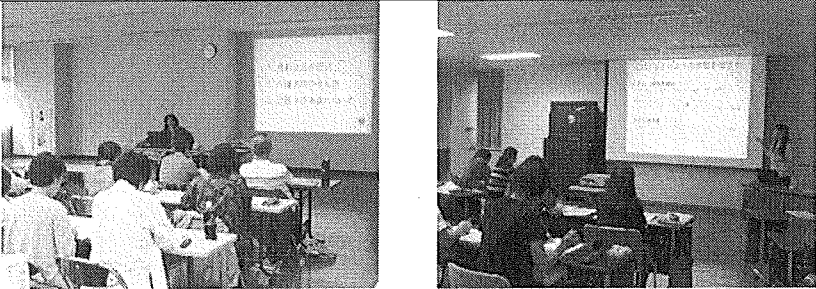
### ④家庭教育学級による食育講座

取組概要	各幼小中学校の保護者を対象に、調理実習を含む食に関する講習や、食育講座を実施する。
現状における評価	食に関わる各種講座を実施し、体験の場の提供及び食育の大切さについて周知を図ることができた。また、給食試食会を実施することで、学校給食への理解を深めることができた。

### ⑤食生活改善推進員養成講座

取組概要	健全な食生活の普及と啓発を通して、市民の健康づくりの自主的なボランティア活動を行う、食生活改善推進員を養成することを目的とした講座を開催する。
現状における評価	養成講座のカリキュラム内容に、佐倉市健康増進計画「健康さくら21（第2次）」の栄養・食生活分野の課題を取り入れ、食生活に関する正しい知識や共食の大切さ、バランスの良い食事についての知識を受講者へ普及することができた。
今後の方針	引き続き、講座を開催し、地域で健康づくりの活動を行う食生活改善推進員を養成する。

⑥食生活改善推進員研修

取組概要	食生活改善推進員が、地域で食生活改善や健康づくりなどの地区活動を展開していく上で必要な知識と技術に関する研修を行う。
現状における評価	年3回の合同研修と年4回の地区研修の他、希望者が参加する4つのプロジェクト活動（料理研究・媒体作成・高血圧予防・食育）を通して、地区活動と展開していく上で必要な知識と技術を普及し、推進員の資質の向上を図ることができた。
 <p data-bbox="667 808 943 846">研修会での講義の様子</p>	
今後の方針	今後も継続し、食生活改善推進員が地域の食の課題に対して効果的な地区活動を展開できるよう、資質の向上を図れるような研修等を行い、活動を支援していく。

### 基本目標 3 「食から佐倉を愛する心を育もう」

#### 目標達成の視点：食を通して佐倉の豊かさを知る取り組み

##### ①地場産物を使用した給食

取組概要	小中学校において、給食における地場産物の活用を行う。
現状における評価	お米は、佐倉市産を 100%使用、その他の佐倉産農産物についても大和芋やトマト、米粉など約 40 品目を使用した。給食を通して、地場産物への興味関心を高めた。
今後の方針	学校給食における地場産物活用の推進を継続する。




##### ②佐倉市の特色ある給食の実施

取組概要	全小中学校において『津田仙給食』『お殿様献立』『全国学校給食週間における“佐倉うまいもの自慢献立”』を実施し、給食に佐倉市の特色を取り入れることで、食育の推進につなげる。		
現状における評価	特色ある給食を通して、佐倉の歴史や先覚者、食文化への理解を深めることができた。		
			
	『津田仙給食』	『お殿様献立』	『“佐倉うまいもの自慢献立” ～佐倉市小中学校統一献立～』
今後の方針	特色ある給食を継続し、学校給食を活かした食育の推進を図る。		

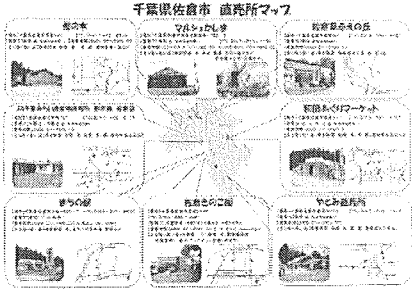

##### ③佐倉学の講座による地場メニューの普及

取組概要	佐倉の郷土料理や地元の食材を使った料理などをテーマとして佐倉学の講座を実施する。
現状における評価	公民館が主催し、根郷の『根郷産こんにゃく作り』、弥富の『太巻き祭り寿司作り』、和田の『佐倉っ子塾料理教室』など、地域の特徴を活かした内容で開催し、郷土料理や行事食など食文化の伝承と地域間交流を図ることができた。


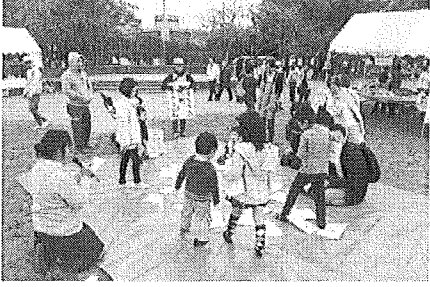
④食生活改善推進員による地場産メニューの普及

取組概要	地区活動で、地場産野菜を使ったメニューを活用した講座や料理教室を開催する。また、各種イベントで、レシピの紹介及び試食の提供をする。
現状における評価	推進員のプロジェクト活動の中で地場産野菜メニューの研究をし、そのメニューを各支部の地区活動の講座や料理教室などで活用した。また、イベント（産業まつりや佐倉アグリフォーラム）において、特産品である大和芋を使用した『大和芋のおやき』のレシピの紹介及び試食の配布をするなど地場産食材を使ったメニューの普及に努めた。
<div style="display: flex; justify-content: space-around;">    </div> <p style="text-align: center;">佐倉アグリフォーラムへ参加し、レシピと試食を配布</p> <p style="text-align: right;">佐倉の特産品大和芋を使った『大和芋のおやき』</p>	
今後の方針	今後も継続し、地区活動やイベントへの参加を通して地場産メニューのレシピの普及に取り組む。

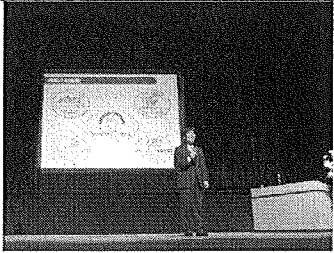
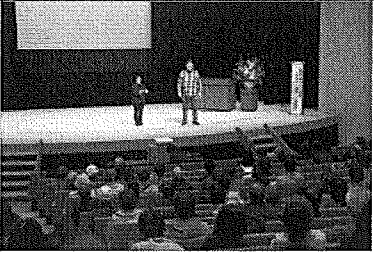
⑤地産地消の推進

取組概要	直売所マップによる販売所の案内支援や、イベントでの地場農産物の直売を通して、地産地消を推進する。
現状における評価	市内 8 カ所の総販売額も年々増加しているほか、イベントでの販売も好評を得ており、地域で生産された地場農産物を地域で消費する地産地消が浸透しつつある。
<div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div> <p style="text-align: center;">直売所マップ</p> <p style="text-align: center;">佐倉産農産物の紹介</p>	
課題点	更に消費拡大をするための地場農産物の魅力づくり。
今後の方針	農産物のブランド化など、地場農産物の魅力やイメージを高めていく。



### ⑥農業や食を学ぶ手段の提供

取組概要	女性農業者団体「あすなる会」の主体的な取り組みとして、子ども向けの「食育かるた」を作成し、子どもたちが食を学ぶきっかけを提供する。
現状における評価	子どもたちの興味関心を高めながら、食や農業に対する理解を深めるきっかけを提供することができた。
  <p>食育かるた</p>	
課題点	保育園、小学校からの要望に対応できるだけの「食育かるた」がない。
今後の方針	「食育かるた」の増刷を支援し、要望がある保育園や小学校へ提供する。


### ⑦農業や食を学ぶ場の提供

取組概要	農業や食に関する理解を深めるため、講演や情報の紹介などの学ぶ場を提供する。
現状における評価	佐倉アグリフォーラム and ユニバーサル農業フェスタの開催を通して、農業者や消費者、障害者、高齢者などと共に農業のすばらしさが再認識され、併せて農業についての理解を深めることができた。
  <p>佐倉アグリフォーラムでの講演の様子</p>	
今後の方針	継続して実施する。



### ⑧環境保全型農業の推進

取組概要	化学肥料や農薬を低減して農作物を栽培する、安全や環境に配慮した持続可能な生産活動を支援する。	  <p>ちばエコ農産物 エコファーマー 「千葉エコ農産物」 「エコファーマー」 認証マーク</p>
現状における評価	生産現場においても、食の安全に対する意識が高まり、県のエコファーマー事業や、千葉エコ農産物事業、さらに国の環境保全型農業支援事業を活用し、安全や環境に配慮した生産活動に取り組む農家が徐々に増えつつある。	
課題点	栽培に手間がかかるため農産物の価格が割高になる。	
今後の方針	引き続き取り組みの拡大に向けて事業推進する。	

⑨産業振興イベントの開催

取組概要	市内産業経済団体の協力のもと、佐倉市で行われている産業が生産する様々な製品、特産品、技術、サービス等を一堂に集めた『産業まつり（モノづくりフェスタ）』を実施。例年、屋内会場にて工業展、屋外会場にて農・商・サービス業大即売会、その他ワークショップなどを内容としている。
現状における評価	「見る」「買う」「体験する」ことにより、市民をはじめ多くの人に佐倉の「モノづくり」の魅力を伝え、佐倉産品への愛着や購買意識の醸成を図っている。
 <p>産業まつりでの様子（左から、大即売会、工業展、ワークショップ）</p>	
今後の方針	継続して実施する。

⑩一店逸品運動

取組概要	個店が顧客に自信を持って勧めることができる商品やサービスを開発、発掘し、個店の活性化と顧客の増加を目指す。
現状における評価	逸品フェアなどのイベント実施やホームページ制作などにより、一店逸品運動の浸透を図っている。
  <p>『佐倉逸品倶楽部 逸品ミニ図鑑』</p> <p>佐倉市商店会連合会『佐倉逸品倶楽部』による産業まつり出店の様子</p>	
課題点	一店逸品運動に参加する個店が少なく、また、市民への一店逸品運動の浸透が不十分である。
今後の方針	継続して実施する。