第５章
食育の取組み

第５章　食育の取組み

１　計画の体系

将来像	基本目標	展開方法
食を大切にする人々を**育**むまち	1 望ましい食生活を送る	1 全てのライフステージに応じた食育を進める
	2 食の基本的な知識、マナー、スキルを身につける	2 食育に関わる様々な場面をとらえた、地域の特性を活かした取組みを進める
	3 食を通じて、家族、地域、自然とつながる	3 食育に関わる個人や団体を支援し元気づける

食育活動の内容

1-1 妊婦及び乳幼児と保護者の食育の推進	○妊娠期の健康・食生活の支援 ○乳幼児期の望ましい食生活の推進 ○地域・家庭への食育の推進 ○保育園・幼稚園における食育の推進
1-2 児童・生徒の食育の推進 重点1	○小学校・中学校における食育の推進 ○地域・家庭への食育の推進 ○歯科の観点からの食育の推進 ○子どもを中心とした食育の推進
1-3 青年の食育の推進 重点2	○若者における食育の推進
1-4 成人の食育の推進 重点3	○生活習慣病等の疾病予防の推進 ○地域・家庭への食育の推進 ○望ましい食生活を実践できるための支援
1-5 高齢者の食育の推進	○生活習慣病等の疾病予防の推進 ○歯科口腔保健の普及活動 ○高齢者への食事サービスの実施 ○望ましい食生活を実践できるための支援
1-6 障害者の食育の推進	○障害者における食育の推進
2-1 食の安全・安心の確保	○食の安全に関する知識と理解の推進 ○食の安心の確保
2-2 食文化の伝承	○郷土料理や食文化の伝承
2-3 地元の農産物を活用した交流・体験 重点4	○「ふれる」よろこびを味わう場の提供 ○直売所や販売店での地産地消の推進 ○商品の企画・販売 ○市民活動における地産地消の推進 ○学校における地産地消の推進
2-4 食の循環の理解・促進	○食の循環システムの実施 ○自然が育む食材への感謝
3-1 食に関する環境の整備	○食に関する情報の提供 ○人が集まる場での情報の提供 ○市民の関心を盛り上げる食育の普及活動 ○飲食店・外食事業者へのヘルシーメニューの推進支援 ○給食施設の栄養管理の質の向上
3-2 食育を推進する人材の育成	○食育推進の担い手の育成・支援
3-3 食育ネットワークの強化 重点5	○関係団体との連携・協働

２　食育活動の内容

市民と行政の協働により食育を推進し、「将来像」と「基本目標」を実現するため、以下の活動に取り組んでいきます。

「具体的な活動」については、現在、地域（市民活動団体や民間事業者等）が行っている活動例と、行政が行っている活動について、主な内容を記載しています。

計画の展開方法１　**全てのライフステージに応じた食育を進める**

１－１　妊婦及び乳幼児と保護者の食育の推進

乳幼児期は、食べることの基礎をつくる大切な時期であり、妊娠期を含め、保護者への食育は子どもの健康づくりのためにも重要です。また、食事を通して親子の絆を育む時期でもあるため、子どもの健やかな成長とともに保護者のための食育の取組みも推進します。

食育活動の内容	具体的な活動	活動主体
妊娠期の健康・食生活の支援	・健康や食生活に関する講座、教室等の実施	保健福祉センター
	・母子の健康状態を確認するための健診の実施	
乳幼児期の望ましい食生活の推進	・望ましい食生活を確立するための講座、教室、相談等の実施	保健福祉センター
	・健康状態や発育・発達状況を確認するための健診の実施	
地域・家庭への食育の推進	・地域の子育て家庭への食育講習会や出前講座の実施	保健福祉センター 保育幼稚園課
	・子どもの歯・口の機能発達と生活習慣病予防の支援	保健福祉センター
	・医師、歯科医師、薬剤師、栄養士による子育て相談の実施	子ども家庭支援センター
保育園・幼稚園における食育の推進	・食事を通じたコミュニケーションの推進	保育幼稚園課 （保育園） （幼稚園）
	・望ましい食習慣の推進	
	・食事のマナー等を身につけるための取組み	
	・体験を通して料理の楽しさ等を身につけるための取組み	
	・食文化、体験学習の推進	
	・保幼小連携による食育の充実	保育幼稚園課 保健給食課

１－２　児童・生徒の食育の推進

重点１

児童・生徒の食育は、生涯を通じて自立した食生活を送る上で特に重要といえます。子どもたちの生活の状況や、関心を踏まえ、食に関する知識やマナーの習得に取り組むとともに、体験を通じて関心・選ぶ力を高め、青年期に向けてバランスのとれた食生活の習慣化につなげる取組みを重点的に推進します。

食育活動の内容	具体的な活動	活動主体
小学校・中学校における食育の推進	・小中一貫教育授業研究委員会の実施	指導課 保健給食課
	・食に関する指導体制の整備	指導課 保健給食課
	・「食育の日」の実施	
	・学校給食の充実	保健給食課
	・「食に関する中学校出前授業」の実施	指導課 保健給食課
地域・家庭への食育の推進	・親子料理教室の実施	保健給食課
歯科の観点からの食育の推進	・歯科保健活動の実施	指導課 保健給食課
子どもを中心とした食育の推進	・保護者を対象とした食事管理のあり方の講習会の実施	市民活動団体 健康政策課
	・児童・生徒考案「給食バランス献立」の実施	保健給食課
	・児童館との食育連携事業の実施	保健給食課 児童青少年課
	・児童・生徒によるレシピコンテストの開催	健康政策課

１－３　青年の食育の推進

重点２

青年期は、一人暮らしを行うようになるなど、家庭や学校における集団生活から離れた食生活を送る最初の機会になります。この時期に朝食の欠食、食習慣の乱れ等が生じないよう、食の大切さの普及や、自立して健全な食生活を送ることができるような取組みを重点的に推進します。

食育活動の内容	具体的な活動	活動主体
若者における食育の推進	・大学生のイベント等での食育推進	大学コンソーシアム
	・大学生による食育事業の実施	保健給食課 学園都市文化課
	・食生活等のパンフレットの配布	健康政策課
	・一人暮らしの学生を対象にした簡単料理本の作成・配布	健康政策課

重点３

１－４　成人の食育の推進

成人期の中でも、働き盛りの世代では、多忙な生活の中で食生活が乱れがちになり、それが生活習慣病の原因になることもあるため、朝食の欠食、食習慣の乱れ等の生活習慣の改善に向けた取組みを重点的に推進します。また、子育て家庭に対しては、親の意識や行動が子どもへの食育と関わりがあることから、料理教室の開催や親子での農業体験など、共通体験を通じた食育の取組みを特に重視します。

食育活動の内容	具体的な活動	活動主体
生活習慣病等の疾病予防の推進	・健康相談、健康教室等の実施	保健福祉センター
	・特定健康診査、特定保健指導の実施	成人健診課
	・一般健康診査、一般保健指導の実施	
	・生活習慣病改善のための情報提供	成人健診課 健康政策課
地域・家庭への食育の推進	・親子での食育推進の支援	市民活動団体 保育幼稚園課
望ましい食生活を実践できるための支援	・料理教室の実施	市民活動団体 保健福祉センター

１－５　高齢者の食育の推進

高齢期は、低栄養や誤嚥の予防など、健康で規則正しい食生活の維持に注意を要する時期です。高齢者の体力や生活の状況に対応し、それぞれの高齢者が豊かな食環境により健康で自立した生活を送るための取組みを推進します。

食育活動の内容	具体的な活動	活動主体
生活習慣病等の疾病予防の推進	・生活習慣病等を予防するための講座や講習等の実施	市民活動団体
	・健康相談、健康教室等の実施	保健福祉センター
歯科口腔保健の普及活動	・口腔ケアのための講座の実施	高齢者いきいき課
高齢者への食事サービスの実施	・高齢者向け配食サービスの実施	市民活動団体 民間事業者
望ましい食生活を実践できるための支援	・高齢者のための料理教室の実施	市民活動団体 八王子市社会福祉協議会 保健福祉センター

１－６　障害者の食育の推進

障害がある方に対して、調理実習や農業体験など多様な機会を通じた食育の取組みを推進します。

食育活動の内容	具体的な活動	活動主体
障害者における食育の推進	・多様な機会を通じた食育の取組み ・施設に対する食育支援	市民活動団体 保健対策課 障害者福祉課 健康政策課

計画の展開方法2

食育に関わる様々な場面をとらえた、地域の特性を活かした取組みを進める

2－1　食の安全・安心の確保

食の安全・安心を確保するには、食品表示や食品衛生に関する知識を普及する必要があります。食に関する講習会の開催や事業者・生産者と消費者双方による情報交換、災害等の有事の際の防災対策など、食を通じて安心して暮らせる食環境づくりの取組みを推進します。

食育活動の内容	具体的な活動	活動主体
食の安全に関する知識と理解の推進	・市民に対する普及啓発の実施と食品事業者の自主管理の推進	生活衛生課
	・学校における教育の実施	指導課 保健給食課
食の安心の確保	・災害用食糧備蓄の推進	防災課 健康政策課

2－2　食文化の伝承

食を通して季節感や伝統行事を知り・体験することで、日本の食事や季節に応じた行事食、伝統料理、八王子市及び周辺地域の郷土料理といった食文化への理解が深まります。その中で、高齢者世代は食育の担い手として、食に関する豊富な知識や経験を家族や地域に伝えていくことも期待されています。

高齢者や町会・自治会、市民活動団体等と連携して、農の暮らしにゆかりのあるまちとして食文化を学び、伝承する取組みを推進します。

食育活動の内容	具体的な活動	活動主体
郷土料理や食文化の伝承	・行事食の体験、伝承の実施	町会・自治会 ＰＴＡ
	・郷土料理、伝承料理の講習会実施	市民活動団体
	・給食における食文化体験の取組み	保育幼稚園課 （保育園） （幼稚園） 保健給食課
	・調理活動を通じて季節の食材や行事食を学ぶ取組み	

２－３　地元の農産物を活用した交流・体験

重点４

地産地消や農業体験への関心の高さを踏まえ、食への関心を高めるきっかけづくりや、親子での食に関する共通体験を増やすなど、市民が農業を体験し、生産者や市民同士が交流する取組みを重点的に推進します。

食育活動の内容	具体的な活動	活動主体
「ふれる」よろこびを味わう場の提供	・農業体験の実施	市民活動団体
	・酪農体験の実施	市内酪農家
	・「ふれあい農業」の実施	農林課
直売所や販売店での地産地消の推進	・直売活動や地場野菜の販売	市内スーパー・小売店 JA八王子 道の駅八王子滝山 市民活動団体
	・道の駅八王子滝山における地場農産物の直売	農林課
	・地場農産物のPR	JA八王子 農林課
	・「はちおうじ農産物直売所マップ」の配布	JA八王子 農林課
商品の企画・販売	・地場農産物を活かした商品の企画・販売	道の駅八王子滝山 市民活動団体
市民活動における地産地消の推進	・スローフード・地産地消に関わる講習会等の実施	市民活動団体
学校における地産地消の推進	・小・中学校の給食における地場産物の推進	農林課 保健給食課
	・「地産地消推進意見交換会」による食育推進	
	・「地産地消月間」や「学校農園等の体験活動」の取組み	保健給食課 指導課

２－４　食の循環の理解・促進

生産から消費、堆肥作りまで、食と農の連携による「食の循環」の理解を育む取組みを推進します。また、飼育・栽培、調理等を通じて食の循環のサイクルを学び、食を通して食材への感謝といった豊かな心を育む取組みを推進します。

食育活動の内容	具体的な活動	活動主体
食の循環システムの実施	・食の循環モデル事業の実施	ごみ減量対策課 保健給食課
自然が育む食材への感謝	・体験を通じた自然への理解促進の取組み	保育幼稚園課 市民活動団体

計画の展開方法３

食育に関わる個人や団体を支援し元気づける

３－１　食に関する環境の整備

生産者や飲食店等の外食事業者と連携し、食の安全・安心や健全な食生活を実践するための情報提供を行います。また、市民が様々な情報や経験を基に「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得するための取組みを推進します。

食育活動の内容	具体的な活動	活動主体
食に関する情報の提供	・市民食育講座の開催	健康政策課
	・野菜摂取普及キャンペーンの実施	
	・ホームページ（「はちおうじ食育ネット」など）による情報提供の充実	
	・食に関する講習会、お便り等による情報提供	保育幼稚園課 保健給食課
人が集まる場での情報の提供	・市民健康の日「健康フェスタ」等での情報提供	はちおうじ健康づくり推進協議会 健康政策課
	・ヘルシーメニュー関連のガイドブックの配布	健康政策課
市民の関心を盛り上げる食育の普及活動	・市民の安全な食生活のためのフォーラム等の開催	市民活動団体
	・「食育フェスタ」の実施	健康政策課
飲食店・外食事業者へのヘルシーメニューの推進支援	・ヘルシーメニュー提供のための支援	健康政策課
給食施設の栄養管理の質の向上	・栄養管理に関する個別指導・講習会等の実施	健康政策課

３－２　食育を推進する人材の育成

栄養士・管理栄養士、食育に関心がある方が、職種や世代をこえて食育を推進するための人材育成の取組みを推進します。

食育活動の内容	具体的な活動	活動主体
食育推進の担い手の育成・支援	・食育サポーターの養成・活動支援	健康政策課
	・在宅栄養士会の活動支援	

３－３　食育ネットワークの強化

重点５

生産者と消費者、行政関連部署と民間事業者・団体といった食育に関わる様々な主体が連携することを目的とした「八王子市食育ネットワーク」を立ち上げます。各団体の情報交換・情報共有を通して、互いに連携し活動の強化に取り組みます。

食育活動の内容	具体的な活動	活動主体
関係団体との連携・協働	・生産者と消費者の交流会の開催	市民活動団体
	・八王子市食育ネットワークの開催	健康政策課

コラム No.4

八王子の食育を盛り上げるアイデア集

はちおうじ食育キャラクター
はっちくん

意識調査と食育推進会議で出た食育活動の
アイデアを紹介します！！

展開1　すべてのライフステージに応じた食育を進める

多世代が関わる
食育活動

- ○　『野菜たっぷり我が家の一品』コンテストの開催
- ○　市内の田畑での収穫体験
- ○　八王子オリジナルの郷土食を開発、保育園・学校給食の中に同メニューを組み込み、さらに家庭への普及、促進を行う。

展開2　食に関わる様々な場面をとらえた、地域の特性を活かした取組みを進める

- ○　スーパーに八王子コーナーを作り『はっちくん』の旗やチラシを置く
- ○　広報に『八王子産の旬野菜』のコーナーをつくり、ＨＰでも知らせる
- ○　スーパーなどで、旬の野菜の前にヘルシーレシピの該当ページを開いておき、その部分をコピーしたものを配布
- ○　八王子オリジナルの郷土食の開発と普及
- ○　駅構内での地場野菜の販売

地域の特性
を活かした
食育活動

展開3　食育に関わる個人や団体を支援し元気づける

- ○　食育カレンダーを作成する
- ○　お祭りや行事等で啓発する
- ○　狭庭やベランダなどでもできる家庭菜園や育て方指導