

第4章 施策の展開

基本目標を達成するために具体的に施策を展開していきます。

1. 家庭における「食育」の推進

家庭は日常生活の中で「食」に関する知識や望ましい食習慣を身につける重要な場です。家族で食べる食事は食べるマナーを知り、食べ物やつくってくれる人への感謝の気持ちを育み、豊かな心を保つことへとつながります。また、健康づくりの基本の場でもあります。

① 「食育」に関する啓発の推進

すべてのライフステージにおいて、「食育」に関する基本的な意味を理解し、「食育」に関する行動に結びつけられるようあらゆる機会を活用した啓発活動を行います。

取り組み

○すべての市民に「食育」の言葉や重要性を啓発

- ・広報いずみさのへの掲載
- ・「食育の日」を啓発のきっかけに活用
- ・「食育」を中心としたイベントの開催
- ・かがやき講座、イベントや教室などを啓発に活用
- ・封筒など印刷物の活用
- ・関係機関、事業所などにポスターの掲示

○乳幼児保護者・妊婦に対する啓発

- ・乳幼児健診、離乳食講習会、育児教室、予防接種などで知識の普及と実践のきっかけづくり
- ・こんにちは赤ちゃん事業など訪問事業での知識の普及

○壮年期から高年期に対する啓発

- ・特定健診保健指導、健康増進事業、介護予防事業等の教室や相談で知識の普及と実践のきっかけづくり

② 望ましい食生活の実践

朝食の欠食率を減らし、内容を充実させていくことでバランスのとれた食生活につなげていきます。また、生活習慣病などの病気の予防のための食生活を実践することも重要です。これらにつなげる情報を提供します。

取り組み

- 朝食を食べる効果についてわかりやすく啓発
 - ・ 保育所(園)、幼稚園、こども園、学校、職場などを通して家庭への啓発
 - ・ 健診（検診）や教室などを啓発に利用
 - ・ 生活リズムを整えることとの関連を啓発
- 朝食の内容の充実について知識や工夫の普及
 - ・ 食事バランスガイドの利用
 - ・ スーパーマーケットやコンビニエンスストアなどと連携の推進
- メタボリックシンドロームの予防についての啓発と実践
 - ・ 特定健診保健指導時の支援強化
 - ・ 健診時、イベント時の腹囲測定など意識づくり
 - ・ 子どもの啓発時に知識の普及
 - ・ 調理実習などの体験
- 食事バランスガイドを使用した情報提供の推進
 - ・ 事業やイベント時にパンフレットの配布
 - ・ 相談や教室時にバランスガイドを利用
 - ・ ポスターの掲示
- お弁当や惣菜など「中食」についての情報提供
 - ・ 健診（検診）や教室などで利用方法の情報提供
 - ・ スーパーマーケットやコンビニエンスストアなどと連携した情報の提供

③ 「食」を通じた交流

食事を通じて交流を深めるために少しでも「共食」の機会を増やすように意識づけを行います。また、食事の挨拶は家庭での役割が大きく、一緒に食事をする人とともに感謝の気持ちを確認できる重要な場です。

取り組み

- 「共食」の重要性の啓発
 - ・ 保育所(園)、幼稚園、こども園、学校、職場などを通して家庭への啓発
 - ・ 事業所等と連携した啓発

④ 歯と口の健康づくり

歯と口が十分に機能することでしっかり噛んでおいしく食べることができま
す。

取り組み

○予防活動の推進

- ・乳幼児から学童期、高年期までの歯科検診の実施
- ・家庭での予防知識の普及
- ・噛むことの重要性を啓発

2. 保育所（園）、幼稚園、こども園における「食育」の推進

乳幼児期に食生活の基礎をきちんと築くことは、子ども達が望ましい食習慣
を身に付け豊かな人間性の育成を図るうえで重要です。通園・通所している子
どもだけでなく、その家族や施設を利用している在宅子育て家庭にとっても情
報提供の場になります。

① 望ましい食習慣の実践

望ましい食習慣をつけるための工夫を継続し、個々の発達にあわせた対応を
保育の中で行います。

取り組み

○おいしく残さず食べる工夫

- ・みんなで楽しく食べる雰囲気づくり
- ・季節の行事などの活用

○「いただきます」「ごちそうさま」の挨拶の実践

○はしの使い方の実践

○年齢に合わせた朝食の必要性の伝達

② 「食」を通じた交流

仲間同士で楽しい食事をしたり、食物の栽培体験やクッキングを通じたコミュニケーションを図ります。

取り組み

- 「共食」の重要性の啓発
 - ・保護者への啓発
 - ・食事のマナーや挨拶習慣など食に関する基礎の習得
 - ・家族や仲間との食の楽しさを実感できる体験
 - ・孤食の弊害（偏食・食事のマナーの低下・子どもが成人し子育て時に孤食の悪循環）
- 食物の育成過程の一部を体験
 - ・園庭菜園での栽培
 - ・芋掘り体験
- クッキング
 - ・季節の行事の活用
 - ・保育の一環としてクッキングを実施
- 「食育」に関するボランティアとの交流
 - ・地域活動栄養士会、食生活推進協議会等の会員による園への訪問

③ 保護者への情報提供の推進

子どもを通じて情報を提供し、「食育」の実践につなげます。

取り組み

- おたよりの活用
 - ・「食育」の望ましい知識の啓発
 - ・朝食の重要性の啓発
 - ・食事バランスガイドを活用したバランスのよい食事の啓発と実践のきっかけづくり
- 保護者への直接的な情報提供
 - ・給食試食会等の開催

④ 在宅子育て家庭への啓発の推進

情報提供だけでなく、個々の状況に応じた食習慣の実践につなげます。

取り組み

- 子育て支援センターや親子教室、各保育所の教室などを利用した情報提供と相談
 - ・ミニ講座などを活用し、知識の普及と実践のきっかけづくり

⑤ 歯と口の健康づくりの推進

高齢期までの歯と口の健康づくりの基礎となる乳幼児期からの予防習慣の確立に努めます。

取り組み

- 予防活動の推進
 - ・歯科検診
 - ・食後の歯磨きとおやつ後のうがい
 - ・歯科衛生士の歯磨き指導

⑥ 地産地消の推進

地域に根ざした特産品に乳幼児期から親しみ、生涯にわたる味覚の礎が築けるようにします。

取り組み

- 給食における地域の産物の利用
 - ・保育所給食における地域の米の使用

3. 学校における「食育」の推進

学校は、子ども達が生涯にわたって健やかに生きる力の基礎をつくる場であり、「食育」に関するすべての知識を学ぶことができます。また、家庭や地域との連携が重要な時期でもあります。

① 望ましい食習慣の実践と知識の学習

成長期にある児童生徒の心身の健全な発達のため、栄養バランスのとれた豊かな食事を学校給食として提供し、健康の増進、体力の向上をはかり、「食」に関する指導を効果的に進めるための重要な教材として活用していきます。各教科の学習や学級活動など、様々な活動を通して、各学年の発達段階に応じた「食」に関する指導をすすめていきます。

また、朝食の重要性を児童・生徒が認識し、その内容を改善することにより一層健やかに生きる力の基礎を築いていきます。

取り組み

- 学校給食の提供
- 安心安全な給食をめざす「学校給食会」の設置
- 大阪府と連携した給食に関する指導
 - ・1年生への給食学習
 - ・給食センターの見学
- 各学校において「食」への関心を深め、安全安心の「食育」をめざす「学校食育研究会」の設置
- 学校ごとの「食に関する指導の全体計画」の策定
 - ・指導の目標の設定
 - ・保護者や地域等の連携など
- 特別活動、各教科における横断的な連携
- 家庭科における発達段階に応じた計画的な指導

② 「食」を通した交流

給食を友人とともに食べることで仲間をつくり、家庭においても食事の大切さを伝えていきます。また、食材の収穫や調理に携わる人との交流を通じて、家庭においても食事の大切さを伝えていきます。

取り組み

- 学校給食会と連携した交流の推進
 - ・学校給食週間を活用し、調理員との交流
 - ・芋掘りなどの収穫体験
 - ・料理教室
 - ・給食における地元産の農産物の使用
- 生産者と連携した農業・漁業体験
 - ・芋掘り体験
 - ・地引網体験
- 「共食」の重要性の啓発
 - ・保護者への啓発
 - ・食事のマナーや挨拶習慣など食に関する基礎の習得
 - ・家族や仲間との食の楽しさを実感できる体験

③ 保護者への情報提供の推進

子どもを通して情報を提供し、「食育」の実践につなげます。

取り組み

- 大阪府と連携した給食試食会
- ホームページや給食だよりの活用
- 学年だより・保健だよりの活用

4. 医療関係者における「食育」の推進

「食育」や健康づくりに関して専門的な情報を発信できる関係者との連携が重要です。医師会、歯科医師会、薬剤師会と連携し、「食育」を推進していきます。

① 医師会による「食育」の推進

泉佐野泉南医師会の会員による様々な取り組みを行います。

取り組み

- 乳幼児とその保護者に対して「食育」に関する指導の実施
 - ・小児科医による診療時の食生活指導
- 保育所（園）、学校等における「食育」に関する指導の実施
 - ・園医・学校医として子ども達への食生活指導
- 疾病を持つ人に対して食事指導の実施
 - ・疾患や症状に応じた診療時の食生活指導
- 特定健診、特定保健指導の実施
 - ・健診受診時や結果説明時に生活習慣病の予防のために食生活指導
- 地域における講師等の派遣
 - ・生活習慣病の予防に関する知識の普及・啓発
- 「食育」に関する情報発信
 - ・ポスターなどの掲示により知識の普及・啓発

② 歯科医師会による「食育」の推進

泉佐野泉南歯科医師会の会員による様々な取り組みを行います。

取り組み

- 学校歯科医会による活動
 - ・学校における歯科健診
 - ・口腔衛生の指導

- 乳幼児と保護者に対する取り組み
 - ・乳幼児健診での歯科健診と口腔衛生指導
 - ・診療時の口腔衛生指導
- 診療時の啓蒙活動
- 講演会等の啓蒙活動
 - ・保健センターや地域における講演会
- 介護分野での啓蒙活動
 - ・介護職員等と対象にして研修会

③ 薬剤師会による「食育」の推進

泉佐野薬剤師会の活動として個々に食事指導を行っていきます。特にバランスのとれた食事の重要性を具体的に理解してもらうことに取り組みます。

取り組み

- 朝食の重要性についての知識の普及
 - ・朝食の必要性
 - ・朝食の栄養素
 - ・朝食を食べていない人へ
 - ・食欲のない人へ
 - ・時間のない人へ
- ビタミンの働きと作用についての知識の普及
- 疾患別の食事指導
 - ・肥満症、高血圧症、糖尿病、痛風、肝臓病、貧血、食物アレルギー、骨粗鬆症、胃十二指腸潰瘍、腎臓病など

5. 地域における「食育」の推進

さまざまな地域組織活動や世代間交流などを活用し、「食育」を推進します。

① 「食育」に関する啓発の推進

「食」に関する情報が氾濫する中、望ましい知識・情報の提供・普及に努めていきます。「食育」に関心がある人や情報を必要としている人が情報を入手しやすい仕組みづくりを進めます。

取り組み

- 「食育」に関するボランティアの活用
 - ・講師リストのホームページ掲載
 - ・活動の場の紹介
- 食生活改善推進員の育成と支援
- 健康に関するボランティアの育成と支援
- ボランティア団体と食育活動の協働の推進

② 栄養士会による「食育」の推進

泉佐野地域活動栄養士会“ビーンズ”の会員による様々な取り組みを行います。

取り組み

- 乳幼児とその保護者に対して「食育」に関する指導の実施
 - ・保育所(園)での子育て支援の一環としての食生活指導
- 保育所(園)、幼稚園、小学校における「食育」に関する指導実施
 - ・保育所(園)、幼稚園にはほぼ月1回の「食育」指導実施
 - ・小学校は年1回「食育」指導(3・4年、5・6年一部)
 - ・小学校の入学説明会時保護者対象の食生活指導実施
- 地域における講師等の派遣
 - ・小学校の保護者対象に災害食の料理講習実施
 - ・シルバー人材センターや公民館依頼の生活習慣病予防のための料理講習実施

- 保健所からの食環境整備に基づき、外食アドバイザーとしての市内の飲食店に知識の普及・啓発
- 特定健診・特定保健指導の実施
 - ・健診結果説明時に生活習慣病予防のための食生活指導

③ 食生活改善推進協議会による食育の推進

泉佐野食生活改善推進協議会の会員による様々な取り組みを行います。

取り組み

- 乳幼児と保護者への取り組み
 - ・保健センターの健診時における「食育」
 - ・幼稚園食育出前講座
 - ・ファミリー親子料理教室
- 小学生への取り組み
 - ・子どもクッキングにおける小学生への「食育」啓発
- 地域への取り組み
 - ・基本健診時における若年者への「食育」啓発
 - ・減塩啓発事業等生活習慣病予防のための市民への「食育」啓発
 - ・イベント等における市民への「食育」啓発

6. 生産者における「食育」の推進

生産者と消費者、関係機関が連携して「食育」を推進していきます。

① 農業体験や漁業体験の場の提供

生産者と連携し、農業体験や漁業体験の場の提供を進め、「食」や食材についての情報や知識を習得できるよう努めていきます。体験を通じて感謝の心を育む機会を作ります。

取り組み

- 学校等と連携した農業体験や漁業体験の実施
 - ・芋掘り体験
 - ・地引網体験

② 給食への地元産物の提供

給食で地場産物を使用し、特産品への知識・味覚を高めていきます。

取り組み

- 学校給食や保育所給食と連携し、食材として提供
 - ・保育所の給食における地場産米の使用
 - ・学校給食における地場産米や野菜の使用

③ 地元産の販売所の設置

地産地消をより一層進めるために生産者・事業者と連携し、地元産の入手が身近になるように努めていきます。

取り組み

- 「こーたり〜な」「青空市場」などでの販売

④ 生産者からの情報発信

地域に根付いた「食育」を進めるために、郷土料理や地元産食材の情報を発信できるように努めます。

取り組み

- イベントなどの活用
 - ・泉佐野市農産物地産地消推進協議会のイベント
 - ・様々なイベントで「食育」の啓発

旬産旬消

「旬」の農水産物を「旬」の時に食べましょう。

農産物	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月
水なす												
泉州たまねぎ												
松波キャベツ												
大阪ふき												

収穫時期
 収穫最盛期
 出荷時期

水産物	春	夏	秋	冬
わたりがに				
泉だこ				
がっちょ				

旬

松波キャベツと豚のレンジ蒸し

《材料(2人分)》

松波キャベツ・・・1/4個
 豚しゃぶしゃぶ肉・・・75g
 酒・・・・・・・・・・大さじ1
 ラー油・・・・・・・・・・少々
 ポン酢・・・・・・・・・・50ml

《作り方》

- ① キャベツはくし型に切り、耐熱容器に敷き詰める。
- ② 豚肉を上から並べ、酒を回しかける。
- ③ レンジで800W約4分加熱する。
- ④ ポン酢にラー油を混ぜたれを作る。
- ⑤ たれにキャベツ豚肉をつけていただく。

たこめし

《材料(6杯分)》

米・・・・・・・・・・3合
 人参・・・・・・・・・・50g
 たこ(生)・・・・・・・・200g
 しいたけ・・・・・・・・30g
 こんにゃく・・・・・・・・35g
 油揚げ・・・・・・・・1/2枚
 酒・・・・・・・・・・大さじ1
 薄口しょうゆ・・・・大さじ3

《作り方》

- ⑥ 米は洗っておく。
- ⑦ 人参・しいたけは千切りにする
- ⑧ たこは塩もみをしてぬめりを取り、細かく切る。
- ⑨ 油揚げは熱湯で湯とおしをして、千切りにする。
- ⑩ 炊飯器に米を入れて、酒・薄口しょうゆを入れ、水を3合のところまで入れる。
- ⑪ 人参・たこ・しいたけ・こんにゃく・油揚げを米の上にのせスイッチを入れる。

7. 事業所における「食育」の推進

「食」に関する情報を身近なところから発信するために、事業所との協働に努めます。

① 事業所・行政との連携の強化

「食」に関する適切な情報提供のために、事業所との連携に努めます。

取り組み

- スーパーマーケットやコンビニエンスストア、食品関連事業所等と協働の推進
 - ・イベントへの協力

② 事業者からの情報発信

働く世代に向けて情報発信ができるよう、事業所との連携に努めます。

取り組み

- すべての市民に「食育」の言葉や重要性を啓発
 - ・スーパーマーケットやコンビニエンスストアでのポスターの掲示
 - ・イベントの活用
- お弁当や惣菜など「中食」についての情報提供
 - ・ちらしや売り場での啓発

中食（なかしょく）とは

惣菜店やコンビニエンスストア・スーパーなどでお弁当や惣菜などを購入したり、外食店のデリバリーなどを利用して、家庭外で商業的に調理・加工されたものを購入して食べる形態の食事(厚生労働省 e-ヘルスネット)

8. 食文化の継承などの推進

核家族化などが進行し、「食」に関する知識や食文化が継承されにくくなる中、地域に根ざした食文化の継承や食を通じた交流が進むように努めます。

① 農業体験・漁業体験による地産地消の推進

農業・漁業体験により生産者等との交流や地元産物の普及を図り、地産地消を推進に努めます。

取り組み

- 学校等と連携した農業体験や漁業体験の実施
 - ・芋掘り体験
 - ・地引網体験

② 「共食」による食文化の継承

家族や仲間と一緒に食べることで、「食」に関する知識や食文化が継承されて行くように努めます。

取り組み

- 関係機関と「共食」の重要性を共有し、様々な取り組みの場で啓発
- 地域や季節の行事を活用し、食事の楽しさを共有しながら食文化を継承

③ 「食」を通じた交流

地域や関係機関と連携し、交流を深めることで食文化を継承していくように努めます。

取り組み

- 地域や季節の行事を活用
 - ・もちつきや祭りなど

泉佐野市の郷土料理

泉州産水なすの古漬けや泉佐野漁港で水揚げされたエビじゃこを煮たじゃこごうこをはじめ、穴子の天ぷらや泉だこ・シャコの塩ゆでなど多くの郷土料理があります。（泉佐野市観光協会）