

(5) 千葉県内における特色ある食育活動事例

①市町村の取り組み

我孫子市

我孫子市食育推進行動計画の策定と「あびこ型地産地消」

我孫子市では、平成19年3月に我孫子市食育推進行動計画を策定し、①健康づくり、②食文化、③地産地消・農業体験、④食品表示の普及の4つの柱で食育を推進することとしています。

地産地消に関しては、生産地即消費地の利点を活かしたあびこ型都市農業を実現する一環として、市民・農家・行政等の皆が、地産地消に取り組むあびこ型地産地消の確立を目指しています。農家



と消費者・市民及び市・関係機関により設立された「あびこ型地産地消推進協議会」は、農家が安心・安全・新鮮な旬の味を市民に提供することの一助となるよう、環境に優しい農業の啓発と「あびこエコ農産物」の認証を行っています。また、農業青壮年会議をはじめとする地元農家の協力を得て、地元農産物を使った学校給食の実施などの取り組みも行っています。

これら地産地消と環境に優しい農業を実現するために、行政・農業関係者・市民が一体となって事業展開を図る場として地産地消推進機能や直売所機能を備えた農業拠点施設を整備する必要があり、平成19年6月にオープンした「あびこ農産物直売所」において、その準備(ニーズ調査等)と検証を行うこととしています。



習志野市

新鮮な地元特産物を活用した給食「キャロット計画」

習志野農業の活性化を目指し、ポジティブリスト制度の徹底や有機肥料を使用した野菜の栽培を通じて、消費者に安心・安全な農産物を提供することに力を注いでいます。また、食育の推進を目的に、市の主な農産物である「春夏にんじん」の出荷時には、学校給食に使用する全てのにんじんを「習志野産」で提供しています。にんじん以外にも大根・長ネギ・ほうれん草などの食材を学校給食に提供するなど、新鮮な地元野菜の活用を注ぐとともに、にんじん料理のレシピの「キャロットクッキング」のホームページ掲載など、「習志野の農業」に対する市民の方の理解をよりいっそう深める取り組みを行い、地産地消を推進しています。

市川市

子供たちの健康教育「ヘルシースクール」

子どもたちの食生活の乱れや運動不足等による生活習慣病の低年齢化などの健康問題に対し、平成17年度より市内公立幼・小・中・特別支援学校で「体力づくり」「望ましい生活リズムの確立」「食に関する指導の充実」「安全・環境衛生の充実」を柱とした包括的な健康教育である「ヘルシースクール」を推進しています。中でも食育推進に重点を置き、市内公立小学校5年生と中学校1年生の全員を対象に「食事調査」を実施し、食事の状況や留意事項等についての調査結果を各家庭に通知しながら健康指導に取り組んでいます。また、「すこやか検診」として、小学校5年生、中学校1年生の希望者を対象に小児生活習慣病予防検診を行い、結果を各家庭に通知するとともに、有所見となった児童生徒とその保護者に健康面と食事面の視点から健康相談を実施し、希望者には運動指導も行っています。



柏市

柏歯科医師会との連携による地域における食生活支援

柏市では、柏歯科医師会との連携により、QOLを高める視点で「食と口の健康づくり」活動として、健診や歯科相談等の保健事業、各種団体への講演会の他、地域における食生活に関する支援を行っています。

平成18年度に柏歯科医師会では、市内歯科医院来院者とその家族対象の食行動アンケート調査と、柏市と連携により全小中学校児童生徒対象の朝食に関する啓発（モーニングスローフード作戦）を行いました。これらの活動成果は市民フォーラムや手賀沼ふれあいウォーク等で広く市民にPRすると共に、テレビや雑誌等でも取り上げられました。



また、柏歯科医師会では、定期的に「かむかむだより」という広報誌を発行し市内歯科医院に掲示して、歯の大切さや食や健康についての豆知識をわかりやすく市民に紹介しています。

併せて、摂食嚥下機能支援のための「ごっくんちょ研究会」を立ち上げ歯科関係者と共に看護師、栄養士、理学療法士等と連携を取っています。

佐倉市

特色ある「学校給食」佐倉うまいもの自慢献立など

佐倉市では、市内の小中学校 34 校で、単独校方式での学校給食を実施しています。

安全でおいしい給食を通して児童・生徒の心身の健康育成と食生活の改善を図り、地域に根付いた学校給食を実施しております。



学校給食への地場産物の導入や給食の試食会、栄養教諭・学校栄養職員による食育の推進など、学校給食を活かして地域や家庭における健康教育の推進を図っています。

地産地消の推進のため、学校給食に地場産物を積極的に導入し特色ある献立を提供しています。保護者も参加し、郷土料理を導入した給食を実施するなど、地元の伝統文化を伝える取り組みも行われています。また、「佐倉の食べ物だより」で給食に使用した食材の地元生産者を紹介し、その願いを伝え、郷土への愛着と感謝の気持ちを育む取り組みも行われています。このように給食を「生きた教材」とした体験学習を実践し食育を推進しています。

具体的な取り組みは、次のとおりです。

- ①「佐倉市教育の日」の記念行事に、地場産物や子どもたちの学習活動を活かした食育の推進を図るために、「佐倉うまいもの自慢献立」として市内の小中学校で佐倉産の豚肉や特産の大和いも、野菜、米粉などを使ったメニューを考案し特色ある給食を実施しています。



【佐倉豚汁】



【野ブタ丼】



【米粉のシチュー】

- ②地産地消の推進を図るため、地域の生産者と交流を深め子どもたちの栽培活動や体験活動を生かし、「*佐倉学」の観点から地域を知り食文化の継承になるよう努めています。
- ③食に関する年間指導計画を作成し、献立が生きた教材となるように教科と関連づけ、特別非常勤講師やT・T方式による授業が積極的に行われ健康教育の充実を図っています。
- ④生活習慣病予防教育について、児童・生徒に食生活のアンケートを実施し、実態に即した個別指導や家庭教育学級で食生活改善に向けた働きかけをしています。
- ⑤学校給食における食中毒防止に努め、衛生管理の徹底のために、研修及び授業方式による「衛生管理面に配慮した献立の工夫」について各地区別に研究会を実施し、安全な給食に努めています。

「*佐倉学」…恵まれた自然、城下町として培われた文化や優れた業績を残した人々、新しく創り出された地域や文化を活用した、佐倉市ならではの、教育・人づくり。

八千代市

市民と行政の協働型組織「やちよ食育ネット」で食育を推進

やちよ食育ネットとは、平成16年3月「八千代市健康まちづくりプラン」策定をきっかけに、「計画はアクションに繋げることが大切である」という思いから策定委員の有志を中心に食育を推進するために結成された市民と行政の協働組織で、現在、食教育・地産地消・広報の3部会に分かれ活動中です。

目 標

やちよ食育ネットがめざすもの
食を通じてしなやかな心と身体を作る



子どもに身につけてほしいこと 4つの柱

- ① 食べ物を大切にする気持ち（心）を身につけてほしい
- ② 本もの（自分の身体に良いもの）を身につけてほしい
- ③ 食事を通じて他者（家族や友人）との人間関係を深めてほしい
- ④ 家庭の味や地域の食文化を大切にする気持ちを身につけてほしい

《最近の取り組み》

- ① 地元シェフとの「親子で楽しむフレンチクッキング」を開催。
（食育活動の試行）
- ② 市内公立小学校での食育に関する取り組み状況や課題・ニーズの把握。（食教育部会）
- ③ 学校給食へ地場産野菜の供給。
市内公立全小・中学校への「学校給食エコにんじんウィーク」を実施、給食の時間に生産者が学校を訪問し、食農教育を併せて実施。（地産地消の試行）
- ④ 広報紙「食育マガジン」の定期発行 発行回数 1～5号（平成17年～19年3月）
発行部数 毎号 1000部
他メディアでの活動紹介：サイト「ほねぶとネット」（広報部会）



[エコにんじんウィークの様子]

《これからの取り組み》

- ・「4つの柱」を実現するための食育プログラムの開発
- ・子どもたちに学校給食を中心に食農教育を実践し旬の食材の美味しさを知り、味わう事ができる環境をつくる
- ・食育推進のためのネットワークづくり

メンバー：NPO法人・市民活動団体・JA青年部・青年会議所・主任児童委員・母子保健推進員・農政課・保健体育課・母子保健課

②ちば食育サポート企業の取り組み

イオン株式会社



食育体験学習

食事バランスガイドを活用し、食品売り場において、「見て、聞いて、触れて、作って、食べる」という五感を使った学習会を行っています。



【食事バランスガイドの学習】



【買い物ゲーム】



【地場野菜でクッキング】

産地ふれあい収穫体験ツアー

野菜・果物の生産地に行き、「見て、聞いて、土に触れる」体験学習を行っています。

クッキングステーション

店舗内のクッキングステーションで、旬の野菜・果物を使ったメニューを紹介しています。

インターネットでの情報発信（レッツ！食育）

<<http://www.aeon.jp/with/life/shokuiku/>>

- おやこ健康教室：月ごとのテーマについて「食の文化と健康」について、わかりやすく学習できます。
- おすすめ健康レシピ：季節の素材を生かし、栄養素等に配慮した健康レシピの紹介をしています。

キリンビール株式会社

おいしさを笑顔に

KIRIN

千産千消応援活動の推進

○お料理レシピコンテスト

千葉県、JA全農ちばとともに、千葉県産の食材を使ったアイデア料理の募集を行うとともに、その普及に取り組んでいます。

○あなたの千葉のイチバン

2006年に千産千消支援活動の一環として「千葉のイチバン」について広くアンケート調査を行い、千葉のすばらしさを再発見できるように、アンケート結果をリーフレットにして発行・配布しました。



【食べ物にまつわるもの】 第2位：落花生・ピーナッツ、第10位：梨 がランキング！

【その他の回答】 いわしの丸干し、富里スイカ、泥ねぎ、鯨のたれ、銚子産の春キャベツ、房州びわ、勝浦の戻り鰹、野田市のえだまめ、江戸前アナゴ、なめろう、多古米、醤油、イセエビ、房総太巻き寿司、九十九里の焼き蛤、春夏秋冬の美味しいもの など

キッコーマン株式会社

工場見学(もの知りしょうゆ館)

一般向けに、しょうゆの歴史や製造工程についてのビデオ上映と工場見学を行っています。



小学生向け工場見学 (しょうゆづくり体験コース)

小学3～6年生を対象に、しょうゆづくりについて、ビデオ上映と工場見学のあと、実際に原料を使って、しょうゆづくりを体験できます。
(要・予約)



出前授業(社員による「食」に関するオリジナル出前授業)

- キッコーマン・しょうゆ塾：小学生を対象に、しょうゆについてクイズなどをまじえながら楽しく45分の授業を行います。
- キッコーマン・アカデミー：学校・各種団体向けに「食と健康」、「商品知識」など幅広いジャンルの講座を用意しています。

親子の「食」体験

親子のための「食」の体験学習プログラムを実施しています。

インターネットでの情報発信(レシピ「ホームクッキング」)

旬の食材を生かし、健康に配慮したレシピの紹介と食と健康に関する情報を発信しています。<<http://www.kikkoman.co.jp/homecook>>

- きっずキッチン：子どもが作れるレシピや行事の紹介
- クッキングカレッジ：食材やテーマ別にレシピの紹介
- ヘルシー&ライフをサポート：キッコーマン総合病院の院長やスタッフが健康に関連する情報を発信しています。

千葉県農業協同組合中央会

学童農園

次世代を担う子どもたちが、農業体験を通じて、食べるものの大切さを知り、生きる力を身につけるとともに、農業への理解を深めることを目標に、教育委員会、小・中学校と連携し、申請のあった学校に、圃場、資材・資料を提供し米作りの体験学習を支援しています。

協同組合間提携による食育学校

農協、漁協、森林組合、生協が提携し、千葉の恵まれた環境を活かし、千葉だから、千葉の協同組合だからできる食育のかたちとして、「農(たはた)の学校」「海(さかな)の学校」「森(みどり)の学校」の3種類の食育学校の開設に取り組んでいます。



東京電力株式会社



I Hクッキングスペースの利用

千葉県内の Switch Station(千葉、市川、浦安、成田等)の I Hクッキングスペースを利用できます。

インターネットでの情報発信(食の教室)

子どもを対象に、「千葉で採れる野菜」、「クッキングレシピ」の紹介、料理の準備から後片付けまでの「チェックシート」、子どもにもわかりやすい栄養バランスなど、子どもたちが食事のことを考えるための情報を発信しています。



<<http://www.tepco.co.jp/eco/area/eat/index-j.html>>

東京ガス株式会社



東京ガスでは、千葉県民の方々の食生活を豊かにするために、当社「キッチンランド千葉」における一般のお客様への料理教室を始めとして、自治体や学校の先生方の食育活動をお手伝いしてまいります。

施設見学

「食」を通じて生活情報をご提供する「キッチンランド千葉」をはじめ、ショールーム、企業館の見学を行っています。



講師の派遣および研修会の開催

研究成果を活用し、食育、調理の魅力、炎と調理など、食に関する講演会への講師の派遣を行っています。また、自治体や学校の食育に携わる指導者の方々を対象とした、食育研修も開催しています。

料理教室

「五感の育成」と「食の自立」を目標に、子どもたちが主体となって火と包丁を使いこなし、料理を体験する『キッズ イン ザ キッチン』を始め、エコ・クッキング、親子料理教室等、専属の料理講師がきめ細やかに対応、安心して参加できる料理教室を開催しています。

インターネットによる情報発信(炎の食情報サイト)

<<http://home.tokyo-gas.co.jp/shoku/>>

- 食育：キッズ イン ザ キッチンのご紹介、「わくわくクッキング」では小学校向けの食育用教材がダウンロードできます。
- スローフード：伝統的な食文化を守りながら、食事を楽しむスローフードについてご紹介。
- ラ・クチーナ・エスプレッサ：旬の食材と炎の力で実現する、五感で楽しむスピードクッキング。
- エコ・クッキング：買物から料理、後片付けまで。エコロジーをキッチンから。
- 料理教室：東京ガスの食への取り組みを実際に体験できる料理教室のご案内。
- 食の生活 110 番 Q&A：食に関する様々な疑問にお答えします。ご質問も随時受付中。
- レシピ紹介：ガスの炎を活かして、様々なジャンルのレシピを紹介します。

③ちば食育ボランティアの取り組み

社団法人 千葉県歯科医師会

活動場所：千葉県全域

対 象：子ども、親子、成人

活動内容：「食育と口腔保健円卓会議」や「ピーナッツ料理コンクール」の開催等を通じて、食育や口腔保健に関することの広報を行い、県民の健康づくりを支援している。

「食育を支える千葉県口腔保健円卓会議」：千葉県歯科医師会では、良い生活習慣が一生のQOLを良好に保つと考え、生活習慣の中心的存在ともいえる食生活について、歯科医師の限られた知識だけではなく口腔保健や栄養、教育など、食育に関連がある方の参加をいただき、食生活をどのように提案するか、また、歯科がどのように食生活を支援するのか検討しています。

会議の中での大きな流れ：全ての年代、環境の方が食生活を可能な限り満足できるようにするため、歯科や口腔の重要性を踏まえ、行政へ普遍的かつ具体的な方策を歯科保健、栄養、文化、教育の総力を結集し提案する。

[参加している大学・団体等]

日本大学(歯学研究所)、日本大松戸歯学部(社会口腔保健学講座、小児歯科学講座、障害者歯科学講座)
 東京歯科大学(社会歯科学研究室、衛生学講座、歯科矯正学講座)
 千葉大学(看護学部)、千葉大学大学院(先端応用医学研究部門)
 千葉県立衛生短期大学(歯科衛生学科、栄養学科)、川村学園女子大学(教育学部、人間文化学部)
 聖徳大学(人文学部)、聖徳大学短期大学部(総合文化学科)、和洋女子大学(家政学部)
 千葉県歯科衛生士会、千葉県栄養士会、千葉県歯科医師会

[主な検討内容]

う蝕予防の県内の状況、乳幼児検診、教育における作法の問題提起、離乳時に起こる問題、8020 達成者の全身の健康、乳幼児検診の問診表、栄養士・歯科医師・歯科衛生士の連携、乳幼児の咬合完成や嚥下機能評価法、食べ物の硬さ、現在の母親の育児支援、母親自身の骨密度と食生活、幼児摂食状況調査、食べ方と歯科疾患の関係、千葉県農林水産部と連携する新事業のいわしを使用した啓発事業、障害者の食の問題 等

[8020 ピーちゃん落花生]

[8020 たづくり]



千葉伝統郷土料理研究会

活動場所：千葉県全域

対 象：子ども、親子

活動内容：千葉県の伝統的な郷土料理をつくる「太巻き祭り寿司教室」を実施し、子ども達に食文化を伝えるとともに、食への興味・関心を深めることも目的に活動しています。



「ちばの食育 2007」では、ちばエコマークなどの太巻き寿司を作成していただきました。

板良敷 信子さん

活動場所：東葛飾地域(船橋市)

対 象：子ども、親子、成人

活動内容：「手作りグッズで楽しい食育」

手作りグッズで食の大切さを伝えています。

絵本の中から食べ物が登場するお話を取り上げるなど、子どもの目線で見られるエプロンシアターや人形や布パネルを作り、食に興味を持ち「食べるって楽しいな！」をテーマに子どもたちに食育を伝えています。



現在では、手作りグッズは衣装ケース8箱位になり、子どもから老人まで、沢山の講演を依頼され、それぞれのテーマや時間に合わせて実施しており、活動範囲が広がっています。

また、食育を伝える栄養士、保育士、歯科衛生士、食生活サポーターの方に実践講座やグッズ作りの講習もしています。



今後も「ちば食育ボランティア」として「手作りグッズで楽しい食育」を伝えていきたいと思っています。

2006年 「地域に根ざした食育コンクール」
審査員特別賞受賞

2007年 食育協会「食育大賞」入選

社団法人 千葉県歯科衛生士会

活動場所：千葉県全域

対 象：子ども、成人

活動内容：14年前から「かむ子、のびる子、元気な子」料理コンクールに取り組み、幼児期からの規則正しい食生活の重要性や県産農産物を利用した健康メニュー等を広報し、県民の健康づくりを支援しています。

平成18年度知事賞の作品→



←審査の風景

千葉北部酪農農業協同組合

活動場所：千葉県全域(安房地域を除く)

対 象：子ども、親子、成人

活動内容：「モーモー探検隊」として酪農体験に野菜の植え付けから収穫と料理までをあわせて定期的実施し、地元地域の農業に対する理解を深める活動をしています。

四街道食と緑の会

活動場所：印旛地域(四街道市)
対 象：子ども、親子
活動内容：四街道市内全小学校
12校の5年生、千葉県盲学校、2幼稚園、市民(家族)が対象の「田んぼの学校」、小学5、6年生を対象とした酪農体験「ふれあい牧場」等の活動を行っています。

[皆でかかし作り]



[田植え後に
ハイポーズ!]

平成19年度 あしたのまち・くらしづくり活動賞 (財団法人あしたの日本を創る協会)
食育推進活動部門 内閣官房長官賞 受賞

アグリライフいんばあすなろ会

活動場所：印旛地域(佐倉市)
対 象：子ども、親子、成人
活動内容：自分たちが生産した農作物を食材にし、消費者向けの料理教室や親子料理教室等を実施し、地元の農産物への理解や食の大切さの認識を深める活動をしています。



社団法人 千葉県栄養士会

活動場所：千葉県全域 年間7会場

対 象：親子、成人

活動内容：**食育と健康づくり料理教室**

成長・発育期の子どもと親を対象に食育を中心とした内容により実施します。

健康づくり料理教室

主婦を対象に健康づくりと食生活習慣病の一次予防を中心とした内容により実施します。

目 的： 現在、食生活の乱れなどから生活習慣病が増加し、医療費の増加と高齢者の寝たきりや認知症の介護などが大きな社会問題になっています。

こうした状況を踏まえ、健康づくりと生活習慣病の一次予防に必要な食生活や食文化の普及・伝承に必要な知識・技術の普及・定着を目的として実施します。

千葉県立安房拓心高等学校

活動場所：安房地域（南房総市）

対 象：子供，親子，成人

活動内容



食育公開講座

本校の持つ教育機能を地域に公開し、「食」に関する実験・実習（体験活動）の支援を行います。特に小・中学校の「総合学習」への授業支援や夏休みの「親子教室」を開催しています。また、これらの活動をとおして本校生徒が積極的に講師役となることにより「学び」の深化に寄与しています。

① 乳牛飼育と搾乳

本校で飼育する乳牛の飼育管理体験と搾乳体験を実施し、生産する立場を体験します。

② 乳加工体験

県内高等学校で唯一の牛乳加工処理施設（ミルクプラント）を持っており、ヨーグルト、アイスクリームなどの乳加工体験ができます。この体験活動により、「安全な食品の製造」を体験します。



③ 調理体験

調理師養成施設を持っており、本校調理系列では卒業と同時に「調理師」資格が取得できます。

小学校、中学校の家庭科の授業支援を行っています。



学校給食への取り組み

南房総市和田町内の幼稚園，小学校，中学校の給食に本校ミルクプラントで生徒が製造した「ヨーグルト」を提供しました。当日は，製造にあたった生徒たちが幼稚園，小学校に出向き製造工程の説明などを行いました。



④学校の取り組み

◇ 小 学 校 ◇

銚子市立本城小学校

平成 16・17 年度千葉県教育委員会指定「学校給食」研究校

「身体の健康」、「心の育成」、「社会性の涵養」、「自己管理能力の育成」の4つの観点を持ち、低学年、中学年、高学年の3段階でそれぞれ指導内容を定め、給食指導を主軸に各教科・領域との関連を図り、食に関する指導を年間計画に盛り込み、実践することにより、望ましい食習慣を身につけ、豊かな食生活を送ることで、生涯にわたってQOL(生活の質)を向上させていくことのできる心身ともにたくましい子どもの育成を目指す取り組みを行っています。



◇ 大 学 ◇

聖徳大学

公開講座

平成 18 年度 S O A 公開講座は、11 ジャンル 356 講座を 3 期(4~7 月、9~12 月、1~3 月)に分け開講いたしました。これらの講座案内はホームページや新聞折り込みパンフレット、広報誌等を通してお知らせしています。

健康づくりと食育の推進に関わる講座として、現代人の健康状態への理解、食事バランスガイドの活用から食文化にいたるまで幅広い内容となっております。

主な講座名は、「病気になるために病気を知ろう」、「栄養と健康シリーズ心と体においしい食事作りー」、「食の松戸物語」、「松戸の旬の野菜料理」、「男の料理教室」、「味噌加工」、「わが家の手作り納豆」、「暮らしの中の民俗文化」、「楽しく作る太巻き祭りずし」などで、19 年度も同様に開講予定です。



[病気になるために病気を知ろう]



[続・男の料理教室]

学生寮での取り組み

将来、次世代を育成する職業(保育士、教諭、管理栄養士)を目指す学生が多いことを踏まえ、寮食の柱として、地元関係機関(松戸市、J A 松戸経済センター、松戸無農薬野菜栽培研究会、松戸梨栽培研究会等)と連携して、①和食や行事食の重視、②食にかかわる作法、③地元食材の導入を行い、幾世代にもわたって受け継がれてきた日本の食文化を次の世代に継承することを目的として食育を推進しています。



[楽しく作る太巻きずし]

生涯学習研究所における食育に関連する研究事業

文部科学省・私立大学高度化推進事業学術フロンティア推進事業の一環として食育に関する 2 つの研究を進めています。

① 少子社会における子どもの食生活に関する研究

「幼児、小・中学生の食育」、「母親の食意識が母親と幼児および幼児の食行動におよぼす影響」、「幼稚園における食教育・食指導の実態 ー千葉県及び東京都における調査研究」を行っています。

② 産学官民が連携した食によるまちづくり研究

食を通して、身体のみならず、心も社会も健康にするための包括的な仕組みの構築方法と教材作成、及びコミュニティアプローチを継続的に推進しています。

中央学院大学

子育て応援講座

アクティブセンター(生涯学習センター)におけるオープンカレッジ(公開講座)の中で、「親子でクッキング」や「季節を楽しむ料理&テーブルコーディネート」など、親子を対象とした食育の講座を開講しています。この講座は、料理を通して親子のコミュニケーションを深め、食の重要性について考えてもらうことを目的としています。



和洋女子大学

ワクワクお弁当料理教室

J A主催の「ワクワクお弁当教室」で、家政学部の学生たちがスタッフとして、参加した子ども達の料理指導にあたり、実践的な食育の推進に取り組んでいます。



小児の生活習慣病の予防健診と食育

匝瑳市の幼児、小学生・中学生の生活習慣病予防に協力し、血圧測定、血液検査、食生活調査を行い、集団指導と個別指導を実施し、幼い頃からライフステージ別に食生活指導を継続的に実施する必要性を根拠付けしています。



↑ 幼児の集団指導

← 小学生の集団指導

千葉県立衛生短期大学

公開講座

18年度の公開講座は、「学ぼう・語ろう・考えようー健康ちば21ー」をメインテーマに、健康増進に役立つ知識を扱いました。

主な演題は、「健康のツボーこころとからだ、みんな元気に！ー」、「要介護にならないためにー歯科の立場からー」、「ずっと元気で暮らすための食生活」、「高度専門職ー教育時代とNPOー」、「脳を健康に保つ」等です。

公開講座

メインテーマ

学ぼう・語ろう・考えようー健康ちば21ー

- 健康増進のための知識をどうぞ
- 早く役立つ内容もたくさん



大好き！ちばの新鮮やさしい お料理コンテスト

千産千消を推進するために県内産農産物を使った料理コンテスト(主催：キリンビール千葉支社、J A全農ちば、千葉県)に協力しています。予備審査を食育研究会、栄養学科教授渡邊智子が審査委員長、栄養学科助手が準備などで協力しています。コンクールの参加者全作品の作り方、栄養評価などをまとめ、わかりやすく読みやすく編集した「大好き！千葉の新鮮野菜 お料理レシピ集」を作成しました。



NPO法人 ちば自然学校への食育協力

食育研究会は、千産千消を推進し、望ましい食事の理解を助けるための事業に協力しています。子どもを対象に千葉の食材と、その食材を活かした料理を指導しました。わかりやすい食育媒体の提供もしています。



⑤各種団体の取り組み

千葉県PTA連絡協議会

千葉県PTA連絡協議会としての取り組み

- ・千葉県PTA研究大会第5分科会における食育についての取り組みの研究協議を行っています。
- ・各郡市PTAへ「早寝・早起き・朝ごはん」の啓発を行っています。



第55回千葉県PTA研究大会
山武大会報告書より

PTAと学校の連携による活動実践例

- ・**柏市立土中学校**：「朝食の大切さ」をテーマにアンケート調査実施、保護者向けの朝食作りの講習会や講演会の開催、栄養士の授業を受講し食育の見直しに取り組んでいます。
- ・**佐倉市立上志津中学校**：保護者が太巻き寿司を調理し、給食で提供しています。
- ・**佐倉市立根郷小学校**：食育をテーマに保護者にアンケートを実施し、分析しています。給食に関する勉強会を実施しています。
- ・**いすみ市立岬中学校**：食習慣全般を取り上げ、朝食・夕食についてのアンケート調査を実施しています。

千葉県保育協議会

保育所の取り組み

「食」は、子どもの心身の成長の基盤になるものと考え、県内各保育所において、家庭と協力し、様々な活動を実践しています。

- ・保育所内に備わった、給食調理設備を活用し、栄養士、調理師等の給食担当者と保育士との密接な連携をはかり、子どもたちは、作る人の姿を身近に感じながら年齢に合わせた作り立ての給食を食べる環境の中で育っています。
- ・アレルギー児向けの給食作りを実践しています。
- ・保育の中で身近な農作物の収穫体験を実施しています。
- ・保護者を対象に、保育参加、給食の試食を行っています。
- ・0歳児の保護者への離乳食レシピの提供をしています。
- ・「子育て支援センター」等を実施している保育所では、在宅子育て家庭への食育活動を実施しています。
- ・保育協議会では、県内保育所の給食担当者の研修を実施しています。



千葉県指導農業士会

指導農業士として

海匝指導農業士会では、食育とは、まず食を生産する分野からと、学校教育における農業体験学習への支援を重視し、小学生を対象とした、バケツ稲作り、落花生やサツマイモ、野菜の栽培と収穫、食育講習会、調理実習などを続けています。農業体験とは、育てる心、愛情、感謝の心、生命の大切さなど、人間の基本を体で学ぶこと。さらには、子どもたちが、未来農業の担い手へと目を向けてくれるような思いがします。

指導農業士「食育」親子料理教室を開催：海匝地区指導農業士会とJAちばみどり女性部銚子支部の主催「親子料理教室」を銚子市保健福祉センターで開催しました。



千葉県生活協同組合連合

生協における「食育」の現状

地域生協では、設立時から「食」に関心が深く、産地見学作業体験、料理講習会、食に関する学習会などの取り組みが数多く行われてきました。親子で気軽に楽しく参加できるプログラムや、提携生産者と協力した生産現場での体験など数多くの企画に多くの組合員が親子や家族で参加し、こうした取り組みの中で「食べることや家族の団欒の楽しさ大切さ、栄養と健康、表示の見方や食の安全など」、「料理することの楽しさ大切さ、食材の知識、調理技術の奥深さ、文化としての「食」、「農水畜産物の生産現場での体験を通じた食材の正確な理解、生産者の苦労など」について、学んだり見直してきました。

食をめぐる様々な問題が社会的にも課題となり「食育」が注目されるようになって、こうした取り組みを継続的に発展させていくことができるように「食育」の視点から改めて見直すようになってきました。

ちばコープの特徴的な取り組み

健康で豊かな食生活をサポートするために、「食育」に関する取り組みを、より一層強めていきます。

- ・日本生協連が主催する「たべる、たいせつフェスティバル」「たべる*たいせつキッズ通信教育型食育プログラム」へ積極的に参加していきます。
- ・「食事バランスガイド」を活用した食育の情報発信や食に関する学習会の実施、食育探検隊など、様々な取り組みを進めます。
- ・古代米倶楽部：古代米の田植えから収穫、稲わらの利用までを通した連続 5 回企画で、食育プログラムを組み立てました。(創作おにぎり昼ごはんづくり、祭り寿司づくり、ごはん料理あれこれ(五平餅、炊き込みご飯、お米クイズ)、餅つき)
- ・コープ会：食育をテーマに組合員参加によるおしゃべり会



エルコープの特徴的な取り組み

食について語り学び体験する行事を開催します。

- ・毎月開催する地域試食会「ファンをつどい」では、季節に合わせて体に効果のある食材を取り上げ効能や食べ方を紹介し、テーマ食品にあわせてパルシステム商品の試食を行っています。2006年度は12月末までに119回開催し、延べ3,227名の組合員が参加しました。
- ・夏休みには、親子や子どもだけを対象に夏休み食育企画を実施。メーカーや子会社の協力で「豚肉の半身解体」「ウインナーソーセージ作り」「パンづくり」「サラダベースごぼうで簡単メニュー」「君は名探偵？ ちらし寿司のナゾ！」など単なる料理教室ではなく、食べものの素材や生産を知る機会としました。平成18年度は18回開催し402名(内、子ども212名)が参加しました。

平成19年1月～2月に連続5回の「50歳からの食と健康」講座を開催。医師、管理栄養士、料理専門講師などによる指導、食事記録を体組織計測などで自分の体を知る、日頃注意していることや気づきを参加者どうしで語り合う内容で進めました。参加者は70代の方が数名、また、ご夫婦での参加もありました。

なのはな生協の特徴的な取り組み

平成 19 年の 3 月より「食育」と農体験、「みみずの学校」をスタートしました。

主な目的

- 野菜作りを通して安全・安心を実感します。
- 食べ物を大切にする心を養います。
- 生産することの大変さと収穫の喜びを味わいます。
- 生産者との信頼関係の大切さを学びます。
- 共同作業を通じて親子の絆を深めます。



課題：この活動に「食育」を位置づけて、さらに充実させた取り組みを実施します。

- 1.月単位で重点商品を定め、生産者からのメッセージを作る工程、レシピなどの情報や天候で左右される野菜情報などを発信し、食べ物の大切さを深めます。
- 2.健康な心身を作る食べ物を選ぶ力を養う場作りをできるだけ多く設定します。
- 3.料理することの大切さや家庭内における食べる楽しさを実感できるエリア活動をサポートします。
- 4.農体験「みみずの学校」では、農作業日誌や感想を記録し、作物を作る活動からの学びを充実します。

生活クラブ生協の取り組み

食育活動について：生活クラブ生協では設立以来、食を取り巻く生産・流通・消費について組合員を中心に時にはその家族を含め学習し、課題を洗い出し、解決するための活動を続けています。現在第 8 次中期計画の 2 年目にあたりますが、共同購入と政策地域づくり政策の柱になる 2 つの政策を持って活動しています。

消費材の開発改善だけでなく、組合員自らが生産・流通・消費に対する理解を深め、自主的に暮らしを見直す行動を起こすことを目的に、新規開発や改善につなげる活動を進めています。それこそが組合員に対する食育と考えています。

千葉にある第 1 次産品を重点品目に掲げる事で産地との提携を深める活動を行っています。産地見学は組合員が毎年参加しており、親子企画なども数多く開催されています。その中では、「生き物調査活動」が 7 年目を迎え、組合員とその家族の参加者は延べ 500 名近くになっています。このような産地見学会を通じて組合員は再生産可能な循環型農業について深く理解し、食べ続けることの意義を確認しています。さらに農の持つ地域貢献にまで踏み込み、理解して食べ続けるという新たな試みが始まっています。(農と福祉政策)。

次に共同購入を通じた地域づくりでは、「食(消費材)」を通じて、人が集い、コミュニティーを形成するという視点を方針化し、消費材を共通項として話題を広げ、日常の生活の中の子育ての悩み・身近な地域の問題、さらには福祉や環境問題についても話し合っている、そのような関係作りを目指して取り組んでいます。特に子育て世代については、この活動が重要と考え「あつまれ 30 代(30 代を対象とした企画システム)」や「試食会」「料理会」「生産者交流」など数多く開催されています。



千葉県消費者団体連絡協議会

- ・平成 18 年 11 月 26 日に、さわやか県民プラザにおいて「東葛お米フェスタ」を一般市民対象に開催しました。
- ・平成 19 年 3 月 19 日に、千葉県消費者センターにて、講演会「ポジティブリスト制度について」を県下 11 消費者団体を対象に開催しました。



千葉県食生活改善協議会

「食生活改善推進員」は、食生活改善と健康づくり活動を行うボランティアです。市町村単位で組織されており、平成 19 年度は、47 市町村に 4,026 名の推進員がいて、それぞれの地域で、日々活動をしています。

子どもから高齢者まで地域住民を対象に、市町村保健センター、公民館等で、調理実習等を開催して、良い食習慣の普及と定着を図る活動をしています。ほかにも、健康まつりや住民健診等での普及啓発、一人暮らし高齢者への配食サービス、海の幸・山の幸に恵まれた千葉県の特性を生かし、地域の産物を使った料理の普及や、昔からある郷土料理の伝達など、食をとおした住民の健康づくりに、幅広く活動しています。

主な活動

1. よい食生活をすすめるためのグループ講習会

日本人のカルシウム摂取量は、依然として不足がちです。カルシウムを豊富に含む牛乳・乳製品(スキムミルク、チーズ)を使った料理を普及する講習会を開催しています。

2. スポーツ少年と食育教室

地域では、子ども達のスポーツ活動が盛んに行われています。

参加している子どもと応援している親を対象に、子どもの食育について、みんなで話しながら、正しい食育を伝える教室を開催しています。

3. ヘルスサポーター21 事業

若い人の朝食欠食やメタボリック症候群の有病者・予備軍の増加など、乱れた食習慣や運動不足等による健康上の問題が増えています。中学生から高齢者までを対象に、食事と

運動について講習会を開催し、自分の身体レベルや生活スタイルに基づいた健康づくりを実践し、自己を確立する人(ヘルスサポーター)を養成します。



4. おやこの食育教室

子どもの頃から食に関心を持ち、よい食習慣を身につけることは、健康で元気な体をつくり、また、将来の生活習慣病予防にもつながります。保育園、幼稚園、小学生までの子どもとその保護者を対象に、調理実習を通して食を学ぶ教室を開催しています。

5. 男性のための料理教室

一人暮らしの男性等の食生活の自立支援と生活習慣病予防を目的に、30 歳以上の男性を対象とした調理実習を行っています。

6. 食育推進月間事業

毎月 19 日に、スーパーや役所等の一般住民が多く集まる場所で、「毎月 19 日は『食育の日』。家族そろって食事を楽しみましょう」をテーマにしたリーフレット等を配布し、「食育月間」「食育の日」を普及啓発しています。



千葉県医師会

食育は医師会としての取り組みの重要課題としての「健康」と大きく関わるものです。千葉県医師会としては、幼児は小児対策として、学童は学校保健として、労働者は産業保健として関係しております。また、最近では、いわゆる生活習慣病対策として、千葉県医師会内に「生活習慣病対策推進会議」を設置して広く検討しています。

今後展開される「特定健診」「特定保健指導」などの状況に対応して、千葉県医師会内の生活習慣病対策会議を核に「食育」についても重くかわっていきます。



ちばみどり農業協同組合

女性グループの活動として

ちばの米、野菜を作り出す女性グループ（JAちばみどり女性部）として、特産品のおいしさのPRと千産千消を願い、食育のためにもと、毎年誰でも作れる簡単でおいしいふるさと料理の「おいしい野菜の料理コンテスト」を行っています。



その成果は、各支部の食育活動や高齢者を対象としたミニデイサービス、そして各家庭へと広がります。

高齢者と子ども、そして親と違った世代間の幅広い食育を目指して、郷土料理の伝承や親子料理教室等も開催しています。

←JAちばみどり女性部海上支部食材の研究活動

地元の食材を研究して創作料理を開発しました。

アグリライフちば

活動状況

アグリライフちばでは、「男女共同参画で築く豊かな農業・農村づくり」を目標に、農業経営や社会活動への主体的参画をめざし、プロジェクト研修会や技術向上研修会等を通じて、農家・農村の新しい豊かさを創造する活動を実践しています。会員は県下で109グループ、666名。

活動目標に「豊かな農村の食文化を継承する食育活動」を掲げて、食育ボランティアにグループや会員個人で積極的に登録し、各地域で活動を展開しています。

主な活動に、消費者や小学生、高校生へ太巻き寿司等地域の食文化を伝承する講習会や、地域の食材を使った料理講習会、みそ作りや梅干しづくり、米粉の活用など農産加工を通じた地域の消費者との交流、体験農業により「農業や農村生活の豊かさ」を「食」を通して伝える活動を展開しています。

新たな取り組み

今年度、「もっと地域の農産物を知ってもらいたい、いろいろな食べ方を紹介したい、伝承されてきた食文化を後世に伝えて行きたい」と講習会や交流会でわかりやすく地域の農業や農村生活をより知ってもらうために、「紙芝居」づくりに挑戦しています。



地元小学生に太巻き寿司講習会（山武）



地域の子供会で長太巻き寿司講習会（長生）