

## いわき・わくわく・食育フェスタ（仮称）～食育は楽しみながら～について

1 目 的 平成 26 年 3 月策定の第 2 次食育推進計画では、「周知から実践へ」をコンセプトに、生涯にわたるライフステージに応じた間断ない食育の推進、生活習慣病の予防及び改善につながる食育の推進、家庭における共食を通じた子どもへの食育の推進を重点課題とし、市民が食に関する様々な体験活動を行うとともに、自らの食育推進のための活動を実践することで食に関する理解を深め、生涯食育社会の構築を目指している。

このことから、市民一人ひとりが食の大切さを見直し、食に関する正しい情報を適切に判断する力を養い、健全な食生活を実践していくため、「食育講演会」の開催に併せて、食育の重要性について理解を深め、かつ、主体的に実践していくための動機を促し、家庭で取り組める事例が理解できる機会を設け、食育の実践を支援する。

2 対 象 者 市民（入場無料）

3 会 場 いわき市総合保健福祉センター

4 内 容（詳細別紙）

テーマは「食育は楽しみながら」とする。

（1）食育講演会

（2）「笑顔がごちそう」フォトコンテスト

（3）食育無料試食会

（4）食のフレンドパーク ～楽しい食の経験を！～

① お口と栄養のコーナー

② 農林水産物コーナー

③ 野菜ぴったり 350g チャレンジコーナー

④ 食に関する絵本コーナー

⑤ 食を学べる展示コーナー（食育推進計画啓発等）

5 従 事 者 地域保健課職員、いわき市健康推進員、福島県栄養士会いわき支部  
会員他

6 日 程 平成 26 年 9 月 13 日（土） 12:00 ～16:00

## 内容

## (1) 食育講演会

「いわき食育フェスタ」と同日に食育講演会を開催し、食に関する理解を深め、市民自らが食育の担い手であることに気づき、日々の生活の中で自ら実践することが食育を推進し、生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性をはぐくむことにつながることを啓発する。

- ・講師 矢野 きくの (やの きくの) 氏  
食育指導士、食生活アドバイザー
- ・演題 「幸せを生み出すスマートキッチン」 (仮題)  
忙しい人でも手抜きではなく、効率よく家事をする家事の時短術で、リメイクレシピや食材使い切り！おいしい節約レシピを活用し、バランス良い食卓をコーディネート、楽しい食育が実践できる。
- ・会場 いわき市総合保健福祉センター 1階 多目的ホール
- ・日時 9月13日(土) 14:00~15:30
- ・その他 講演時間中は入学前の児について、事前申し込みによる預かり保育を口腔保健室に於いて実施。

## (2) 「笑顔がごちそう」フォトコンテスト

食卓で、台所で、店先で、畑で、公園で、いろいろなシーンの中で食と笑顔が写っている写真を事前に市民から募り、フェスタ開催当日に展示及び表彰式を行う。写真を通し、応募した方だけでなく、作品を見る方も「楽しいことが食育の原点」であることを認識していただく。

- ・応募資格 いわき市内居住者
- ・応募締切 8月中旬
- ・募集方法 応募用紙(1点につき1枚)に必要事項を記入の上、六つ切またはA4サイズのプリントした写真に貼付し、保健所地域保健課あて郵送等にて募集
- ・選考基準 食に関連したものと笑顔が写真の中にあること  
受賞作品は1人1作品までとする
- ・選考方法 審査員による書類審査
- ・審査員 保健所所長、地域保健課長、食育推進委員会委員他
- ・結果発表 本人通知。(郵送及び電話)  
また、市ホームページにおいても発表するとともに、報道機関への投げ込みも行う。
- ・表彰式 食育フェスタ当日多目的ホールで表彰状及び記念品の授与を行う。
 

最優秀賞	1人	(5,000円相当記念品)
優秀賞	5人	(2,000円相当記念品)
グッドスマイル賞	20人	(1,000円相当記念品)

 \*作品の展示場所は1階 エントラス付近

**(3) 食育無料試食会**

家庭で簡単に調理できる、学校給食の好評メニューや保育所給食の食物アレルギー児も他児と一緒に喫食することができるおやつメニューを実際に試食していただき、体感することでの気づきを促すとともに、レシピを配布し家庭での食事に活用していただく。

- ・調理担当 いわき市健康推進員に協力を依頼
- ・場 所 3階 栄養指導室
- ・提供時間 12:00 ~ 14:00 (12:00 より整理券を窓口にて配布する)

**(4) 食のフレンドパーク ~楽しい食の経験を!~****① お口と栄養のコーナー**

食べることは生きることであり、口腔機能が食べることと関連性が深く、重要であることを理解していただき、家庭で実践できることを確認していただく。

**② 農林水産物コーナー**

アグリファイブとのふれあいなどを通し、いわきの農産物を知っていただき、食に関する環境などを理解していただく。

**③ 野菜ぴったり 350g チャレンジコーナー**

1日に摂取する望ましい野菜の量を、実際に用意した野菜の中から自由に選び、350gの量を当てていただく。

目 的 家庭で野菜をどのくらい摂取しているのか分量となるとあいまいな方が多い。自ら選んだ実物を計量、確認しながら、野菜の摂取と健康管理についての理解と実践につなげる。

- ・コーナー担当 公益社団法人福島県栄養士会いわき支部会員に協力を依頼
- ・場 所 1階 多目的ホール前
- ・時 間 12:00 ~ 16:00
- ・景 品 ピタリ賞 50人(先着) 参加賞 150人(先着)

**④ 食に関する絵本コーナー**

絵本の中で食に関するものが登場するものや、食育に関するものを展示し、自由に手にすることができるようにするとともに、絵本の読み聞かせタイムを設け、親子で楽しい時間と空間を共有する体験を通し、家庭での共食を意識していただく。

- ・コーナー担当 ボランティア保育士
- ・場 所 1階 口腔保健室
- ・時 間 12:00 ~ 16:00

**⑤ 展示コーナー****・食育推進計画啓発コーナー**

第二次食育推進計画のためのアンケート調査結果と第二次推進計画における指標、推進計画概要版等を展示。

- ・保健所・学校・保育所等の食育事例等紹介コーナー
- ・フードモデル、食育に関するリーフレットの展示