

第4章

食育推進のための取り組み

第4章 食育推進のための取り組み

1 健康寿命の延伸につながる食育の推進

栄養の偏りや不規則な食生活などに起因した肥満・生活習慣病の増加、超高齢社会に向けた高齢者の低栄養予防など本市の抱える健康上の課題改善に向け、ライフステージに応じた間断ない食育を推進するため、食品関連業者等を含む多くの関係者が主体的かつ多様な連携・協働を図りながら、食環境の改善に取り組めるような食育を推進していきます。

(1) 望ましい食習慣と知識の習得

① ライフステージに応じた食育関連事業の実施

生活習慣病を予防する意味からも「食育」は大切です。「食べ物の選択や食事づくりができる力」「食事の重要性や楽しさを理解する力」「心と身体の健康を維持できる力」等について、ライフステージに応じた「食育」を通して積極的に知識や情報の提供に努めます。

また、特に若い世代に対して、自らが「食」に興味をもつことができるよう、食育に関連した事業の実施を通じて、「食」について学ぶ機会を積極的に提供します。

② 家庭における共食を通じた子どもへの食育の推進

家族そろっての食事の楽しさや正しい食事の仕方、食事づくりの楽しみについて、保育所や幼稚園等で取り組まれている親子での食育事業、「市役所出前講座」等を通じて、栄養の情報や食の体験の機会を積極的に提供し、家庭における共食を通じた食育の推進を図ります。

③ 「早寝 早起き 朝ごはん」の推進

「朝食の大切さ」を意識付け、朝食を食べる人の割合を高めるために、「市役所出前講座」、食育インフォメーション等を通じて、朝ごはんがなぜ大事か、朝ごはんを食べることの体への影響と簡単な朝食の作り方についての知識や情報を積極的に提供し、「早寝 早起き 朝ごはん」を推進します。

④ 生活習慣病の予防及び改善につながる食生活の普及

市民一人ひとりが普段の生活において栄養のバランスを理解した上で、望ましい食習慣を確立し、食生活改善に向けた取り組みができるよう、栄養バランスに優れ、地域で生産される豊かな食材を生かした、日本型食生活「主食（ごはん）・主菜・副菜・汁（一汁三菜）」の浸透を目指し、食育に関連した事業の実施を通じて普及啓発を行います。

また、生活習慣病の予防や改善のために、適正体重の維持や減塩等に気を付ける市民を支援するため、食品の栄養成分表示の見方を啓発し、「いきいき iwaki 食育・健康応援店」の登録数の増加に努めます。

⑤ 口腔機能の維持・向上

市民一人ひとりが、生涯にわたっておいしく楽しく食事をとることができるよう、その基本となる口腔機能の維持・向上を図るため、「歯周疾患検診」「歯やお口の健康相談」及び「未就学児等を対象としたフッ化物洗口」等を実施し、歯を大切にするとともに、よく噛んで食べる習慣を身につけるための取り組みを推進します。

⑥ 食に関する正しい知識の普及啓発の推進

ア 市民が自ら健全な食生活を実践するにあたって、正しく食の選択ができるように、食物アレルギーも含め食品の安全性に関する表示制度や食中毒情報等の基本的な情報について、市役所出前講座や健康教育等を通じて分かりやすく提供します。

イ 市民が生活習慣病の予防や改善のために、食品の栄養成分表示を参考にしたり、ヘルシーメニューを選択できるように、「いきいき iwaki 食育・健康応援店」の登録数の増加を図ります。また、栄養成分表示の活用については、市役所出前講座や健康教育等を通じて啓発を行います。

(2) 乳幼児期・学童期・思春期における食育の推進

① 発達段階ごとの実態把握

乳幼児健康診査や保育所・幼稚園・学校において、子どもたちの食生活・身体状況等の調査を実施し、それぞれの課題に応じた食育の充実に努めます。

② 発達段階に応じた食育体験の推進

家庭や保育所・幼稚園・学校の子どもたちが発達段階に応じて、進んで食に関わる活動ができるように、豊かな食育体験を推進します。

その一つとして、小・中学校においては、「ふれあい弁当デー」等の取り組みを推進し、子どもたちの発達段階に応じ、自分の弁当づくりにたずさわる機会を設けることによって、自ら進んで、「食」に関わる児童生徒の育成を図っていきます。

③ 保育所・幼稚園等における食育の推進

保育所・幼稚園等においては、乳幼児期の発育、発達の個人差が大きいことを考慮し、一人ひとりの発達段階に応じた食事の提供及び食に関する適切な指導に努めます。

また、保育の中での遊びに、食育に関わる絵本やカルタ、お店屋さんごっこ、レストランごっこ等を取り入れたり、野菜等の栽培体験、調理体験を行ったりするなど、楽しく食に関わることを通して、子どもたちが、食への関心を高め、食を営む力の基礎を培うことができるよう支援します。

④ 学校における食育の推進

学校においては、保護者や地域の方との交流給食を通し、学校給食への理解と協力を得るとともに、よりよい給食の提供に取り組みます。

いわき市の栄養教諭・学校栄養職員による食育推進の取り組み

栄養教諭・学校栄養職員による食に関する指導

いわき市では、年度始めに各調理場の受配校から「栄養教諭・学校栄養職員を活用した食に関する指導の希望」をとり、市教育委員会で取りまとめた年間計画に基づいて受配校での食に関する指導を行なっています。毎年、多くの学校から希望があり、食育コーディネーターや担任教師との事前の打ち合わせを行いながら、児童生徒への食に関する指導を実施しています。

また、栄養教諭は、受配校以外の学校や幼稚園、高校生のための栄養教室などの講師も務め、いわき市の食育推進に努めています。

(3) 思春期・青年期における食育の推進

① 高校、大学等における食育推進体制の検討

県や関係機関等との連携を図りながら、高校・専門学校・短期大学・大学において、「食」に関する取り組みを推進するための仕組みづくりについて、検討を進めるための提案等を行います。

② 高校の授業における食育の推進

高校においては、教科（家庭科・保健体育科）や特別活動（ロングホームルーム等）により、健康を保持・増進させるための朝食を抜かない等の望ましい食習慣の形成や、栄養バランスを考えた食に関する適切な判断力を身につけられるように、食育の推進を図ります。

③ 学生食堂等における食育推進への支援

大学の学生食堂等において、栄養バランスの取れたメニューの提供や、地元産の食材・地域の伝統料理を取り入れたメニューの提供など、食堂の事業者による自発的な取り組み及び食堂利用者のニーズが反映される仕組みづくりが推進されるよう、必要な情報の提供や相談を受けるなどの支援を行います。

(4) 青年期・壮年期における食育の推進

① 健康診査等を通じた普及啓発

職場における健康診査時等において、勤労者の健康状態に応じた栄養指導や運動指導の充実を図るなど、各職場の実情に応じた食育の情報提供や普及啓発運動の展開を促進します。

② 社員食堂等における食育の推進

職場における食堂等は、実際に勤労者に対して食事を提供する重要な役割を担っています。

そのため、栄養バランスのとれた食事の提供や地元産食材の使用、あるいは、メニューについてのカロリー等の栄養成分表示や食に関する情報の提供といった、勤労者に対する意識啓発を図る取り組みが推進されるよう、研修会の開催や施設指導等を通じて、必要な情報を提供するなどの支援を行います。

また、「いきいき iwaki 食育・健康応援店」を増加させ、食環境の整備に努

めます。

(5) 高齢期における食育の推進

① 高齢者に対する低栄養改善のための教室等の実施

低栄養状態のおそれのある高齢者に対し、管理栄養士による栄養教室等を実施し、対象となる本人への栄養改善のための取り組みを支援します。特に高齢の男性に対しましては、調理の経験が乏しいことなどを踏まえ、調理実習を通して食生活についての知識を学ぶ機会を創出することにより、低栄養や偏食の防止を図ります。

また、低栄養の改善は、口腔機能との関連が深いことから、栄養改善のための食べ方や摂食、嚥下機能を含めた口腔機能の維持・向上についての健康教育を実施します。

② 配食サービスの実施

心身の障がいにより食事の調理が困難な障がい者や一人暮らし高齢者・高齢者のみ世帯等に対し居宅を訪問して栄養バランスのとれた食事を定期的に提供することにより、自立の促進、生活の質の確保、安否の確認を図ります。

2 子育て世代を中心とした食育の推進

次世代に伝えつながらる食育の観点にくわえ、自身の生活習慣病予防や将来的な健康寿命延伸といった生涯にわたる食育の要となる子育て世代を柱とした食育を推進していきます。

(1) 妊産婦や乳幼児に対する食育の推進

① 母子の健康保持増進と出産への支援

母子の健康の保持増進や健やかな出産を支援するため、「プレママ・プレパパクラス」「離乳食教室」の開催等、また、「乳幼児健康診査」「母子健康相談」や電話・窓口による栄養指導・食事相談等により、妊産婦や子育てを行う両親への栄養や食生活等の支援をする機会を提供します。

また、あらためて母乳育児の大切さを見直し、その促進を図るため、必要な情報の提供や支援を行います。

② 楽しんで食育て（※1）ができる情報の提供等

家庭において「前向きに」「楽しんで」「安心して」食育てができるよう、各食育教室において、適切な情報の提供や仲間づくり等に配慮します。

また、食物アレルギーの子どもが健やかに成長できるよう支援を行います。

※1 「食育て（しょくそだて）」

「食」を通した子育てのこと。

いわき市では、特に子育て時期における「食」の重要性から、「食育て」という言葉を使用し、各種事業等を進めています。

③ 家庭における共食を通じた子どもへの食育の推進

家族そろっての食事の楽しさや正しい食事の仕方、食事づくりの楽しみについて、保育所や幼稚園等で取り組まれている親子での食育事業、「市役所出前講座」等を通じて、栄養の情報や食の体験の機会を積極的に提供し、家庭における共食を通じた食育の推進を支援します。

④ 「早寝 早起き 朝ごはん」の推進

「早寝 早起き 朝ごはん」を通して幼児期、小・中学生に規則正しい生活リズムを身につけ、朝食を食べる若い世代の割合を高めるために、保育所・幼稚園等での取り組み、食育インフォメーション等を通じて、朝ごはんがなぜ大事か、朝ごはんを食べることの体への影響や簡単な朝食の作り方についての知識や情報を積極的に提供していきます。

⑤ 幼児のむし歯予防に向けた取り組み

生涯にわたって口腔機能を維持していくためには、幼児期からの取り組みが重要なことから「歯ピカリ教室」や乳幼児健康診断時における健康相談等を通して、幼児やその保護者に対する普及啓発を図るとともに、むし歯予防に有効な「フッ化物塗布」を実施するなど、幼児期からのむし歯予防に向けた取り組みを推進します。

⑥ イベント等開催時の配慮

食育に関するイベント等を開催する際には、開催日程をはじめ、小さな子どもを預かる「託児スペース」の設置など、家族がそろって参加しやすいよう配慮します。

(2) 子どもの発達段階に応じた食育の推進

生活習慣病の発症は大人だけの問題ではなくなり、子どもにもみられるようになりました。健やかな身体づくりだけでなく、生活習慣病を予防する意味からも「食育」は大切です。「食べ物の選択や食事づくりができる力」「食事の重要性や楽しさを理解する力」「心と身体の健康を維持できる力」等について、子どもの発達段階に応じた「食育」を通して積極的に知識や情報の提供に努めます。

① 発達段階ごとの実態把握

乳幼児健康診査や保育所・幼稚園・学校において、子どもたちの食生活・身体状況等の調査を実施し、それぞれの課題に応じた食育の充実に努めます。

② 発達段階に応じた食育体験の推進

家庭や保育所・幼稚園・学校の子どもたちが発達段階に応じて、進んで食に関わる活動ができるように、豊かな食育体験を推進します。

その一つとして、小・中学校においては、「ふれあい弁当デー」等の取り組みを推進し、子どもたちの発達段階に応じ、自分の弁当づくりにたずさわる機

会を設けることによって、自ら進んで、「食」に関わる児童生徒の育成を図っていきます。

③ 小・中学校の食育全体計画に基づく食育の推進

小・中学校においては、食育推進コーディネーターが中心となり食育全体計画を策定し、教育課程の中でどのように食育を行っていくかを系統的に位置づけ、全職員で食育の計画に基づく活動を組織的かつ円滑に展開します。

各小・中学校が関連教科（家庭科、社会科、保健体育科等）、特別の教科道徳、特別活動、総合的な学習の時間など、教育活動全体と関連させながら年間指導計画を作成し、計画的・継続的に食育に取り組みます。また、その際、栄養教諭・学校栄養職員の活用も積極的に図っていきます。

(3) 給食を通じた食育の推進

① 生きた教材となる給食の提供

給食を媒体とし、食事のバランス、食事量などを体験すること、配膳、片付けに関わること、あいさつ、食事のマナーなどを身につけることなど、楽しい食事の中から食を営む力の基礎を培うことができるよう支援します。

② 食物アレルギー児への支援

ア 保育所給食においては食物アレルギー児等に対して除去食を提供するなど可能な限りの対応をし、今後の食生活の自信と自立心を、また、周囲の子どもたちには思いやりの心を養うことを図り、食が健康を維持、増進させることを認識できるよう努めます。

イ 学校においては学校生活管理指導表等を活用して、集団生活の場での食物アレルギー児への支援をしています。給食における対応については、学校と家庭の連携・協力のもとに行っており、各家庭に配付する献立表にアレルギー表示をするとともに、必要に応じて原材料の詳細を提示します。また、乳アレルギーの場合には、飲用牛乳をはずすなど個別の対応を行います。

(4) 保護者への普及啓発

① 保育所における普及啓発

保護者に対し、食に対する関心や理解を深めていただくため、給食だより、健康だより、食育ニュース等で情報提供をしていくとともに、食事量やバランスの良い食事を実際の給食で確認できるよう、保育所給食のサンプルを展示したり、保育参観、保護者参加による調理実習、交換給食（試食会）、食に関する講習会等を開催するなど、食に関する正しい知識や望ましい食習慣の啓発を図ります。また、保護者に対しアンケート調査を実施し、その結果を保護者各位に通知するなど、保護者の食に対する意識などを踏まえながら、必要な情報を提供します。

さらに、保育所を利用する地域の子育て家庭に対しても、保護者支援の観点から、保育所で実施したアンケート調査結果を市のホームページで公表するなど、食に関する正しい知識や望ましい食習慣の啓発を図ります。

② 幼稚園等における普及啓発

幼稚園等で発行している園だよりに食についてのコーナーを設け、野菜の栽培・収穫体験等を通じて食に関心を持った園児の様子、行事食の内容や行事の意味、園児が食している様子等についてお知らせします。特に、園児一人ひとりの食についての実態・様子については、直接保護者の方々に伝えていきます。

また、栄養士を活用した講演会を行ったり、保育参観の時に、教師が園児にとって望ましい食生活等について話をしながら、保護者に対して食に関する正しい知識や望ましい食習慣の啓発を図ります。

③ 学校及び学校給食共同調理場における普及啓発

子どもたちの豊かな心と体をはぐくむために、「ひと・食・環」をコンセプトとして、学校と学校給食共同調理場において家庭や地域と連携を図りながら、“つくる”“広げる”“触れる”“支える”をテーマとした様々な事業に取り組みます。

食育だより・学級だより・給食だよりなどを通して、児童・生徒の「食育」の学習状況や家庭での継続的な食育への取り組み、さらには児童の実態や問題点等についてお知らせしたりすることで、各家庭における「食育」の大切さや必要性について普及啓発を図ります。

さらに、発達段階に応じて、親子で食について取り組む体験活動（「親子ふれあい弁当デー」等の取り組み）を通して、児童・生徒の実態や様子を保護者にお知らせし、家庭での食育の取り組みに繋がります。

また、保護者や地域の方との交流給食を通し、学校給食への理解と協力を得るとともに、よりよい給食の提供に取り組みます。

(5) 日本型食生活の推進

栄養バランスのとれた米を中心とした日本型食生活の定着を目指し、「いわき産農林水産物を使った料理教室」等、調理技術講習会の開催をはじめ、「いわき市農林水産業情報センター」や「魅力アップ！いわき情報局」などのホームページを活用したレシピ集の掲載などを通じて、子育て世代を中心に日本型食生活に対する理解を促進する機会を創出します。

3 市民、企業、団体等との共創による食育の推進

食育を推進していくためには、家庭のみならず、食に関わる保健・医療関係者、農林水産業者、食品関連事業者及び教育関係者、企業、さらにはまちづくり団体や健康推進員など、さまざまな関係者が多様に連携・協働し食育を推進することが重要です。

そして、食育を広く周知し市民一人ひとりが食育に取り組みやすい環境をつくるためには、食育を推進する担い手が増えていくことが望まれます。

そのために、食に関する活動を行っている各種団体の連携を強化し取り組みを推進していくとともに、食育を推進するボランティアの人数拡大や育成・支援を推進していきます。

(1) 地域における食育推進の取り組み

① 食農教育を通じた食育の推進

「食育」についてのイメージや関心を深めていただくため、農業体験や料理教室など、食農教育の積極的な開催により食育の普及啓発を図ります。

② 食育インフォメーションを通じた食育の普及啓発等

福島県栄養士会いわき支部や企業等との連携、並びにいわき市健康推進員により、6月の食育月間、毎月19日の食育デー等において「食育インフォメーション」を開催し、「食」に関する正しい情報の積極的な提示、栄養相談等により、市民自らが食育を実践することができる環境づくりに努めるなど、健全な食習慣の確立を推進します。

③ 食品関連事業者等における自発的な取り組みの推進等

スーパーマーケット、コンビニエンスストア、外食料理店、特定給食施設等におけるヘルシーメニューの提供や栄養成分表示の推進を図り、「食」に関する情報提供などを通して、市民の健全な食習慣を支援する取り組みを推進します。

また、消費者である市民に対しても、外食等におけるヘルシー志向の意識醸成や食材を選択する際に、栄養成分表示を自発的に参考とするなど、市民の自己啓発を促すための情報発信を積極的に行います。

④ 食に関するイベント等を通じた情報の提供

食に関するイベント等において、関係機関との連携により、「食」に関する正しい情報の積極的な提供、栄養相談などを実施します。

また、生活習慣病の予防や改善のための適切な食事、定期的な運動等を継続的に実践できるよう、「食育教室」等の開催など、食育に関連した事業の実施を通じて、「食」について学ぶ機会を積極的に提供します。

⑤ 健康推進員の活動を通じた地域における食育の推進

いわき市健康推進員の地区活動において、家族や子ども、地域の方々との交流を図りながら郷土料理や行事食の体験等により、日本型食文化を次世代へ伝承するなど、市民への食育推進運動に積極的に取り組みます。

⑥ 食育ツールを活用した継続的な食育活動の推進

食育を全市民的な継続的運動として展開していくため、市民の意識啓発と行政・学校・地域・企業など多様な主体がさまざまな活動等に活用できるような食育ツールの提供に努めます。

⑦ 「ふれあい弁当デー」の推進

親子でふれあいながら一緒に弁当をつくることで、家族の団らんの時間や家族の味を教える時間が生まれます。また、学校のみんなで自分がつくった弁当を食べることで、「生きる」基本となる食について考える機会を持つことができます。

地域・家庭・学校等が連携・協力して食育を推進するために、こうした取

取り組みを「ふれあい弁当デー」と位置づけ、市民に呼びかけを行い、弁当を通し正しい食生活が実践できるよう支援します。

(2) 食育推進に係る人材の育成・支援

① 食育に関連した研修会等の開催

食育に関心のある市民の方々を対象とした研修会等の開催を通して、食に関する正しい情報や調理実習等の効果的な実施方法等について学ぶ機会を提供するなど、各種イベント等において活動する人材を養成するための取り組みを推進します。

② 食に関するボランティア活動等への支援

いわき市健康推進員協議会など、食に関するボランティア活動等を行う各種団体等に対して、研修及び活動に対する助言等の支援を行います。

③ 専門知識を備えた人材の活用

「食育」を担うそれぞれの専門分野の知識を備えた人材の活用を図ります。また、地域社会で暮らす全ての人を対象として、多様な「食育」の推進を図っていくため、食物アレルギーの知識の普及啓発や飲食店などでの健康に配慮したメニュー並びに商品提供への支援が行えるよう、専門的知識を備えた人材の活用を図ります。

(3) 関係団体・事業者等の連携による食育の推進

① 生産者による食育機会の拡大

農業者の運営する観光農園や農業体験教室、直売所等に対するPR活動支援を行うなど、生産者自らが食育体験の機会を増やせるよう促します。

② 農林水産業分野における総合的な食育の展開

生産者、農業・水産業団体、流通業者など、農林水産業分野における各主体が連携し、健康情報の提供も併せて食育活動を総合的に展開しながら、野菜や魚の摂取増加などに向けて、効果的な食育の推進に努めます。

③ 外食産業等による食育の展開

外食産業等においては、栄養バランスの優れた食事の提供のほか、食育の普及啓発や、カロリー等の栄養成分表示に関する情報提供、さらには、地元産食材の利用などによる地産地消の推進に努めます。

④ 食品関連事業者等による食育の展開

食品の製造・加工・流通・販売などを行う事業者は、食品の安全性の確保や適正な栄養成分表示等を行うとともに、安定した供給体制の構築に努めます。

また、インダストリーツーリズム（職場体験活動）等の機会の提供に努めます。

- ⑤ 地域活動団体における食育の推進
地域づくり団体、子ども会、PTA活動等における伝統料理・行事食の提供や地元産の食材の活用を図るなどの食育に関する取り組みを支援します。
- ⑥ ボランティア・NPO 団体等のネットワークづくり
食に関するボランティア活動等を行っている各種団体の取り組みを推進するとともに、相互に連携・協力することができるよう、「いわき市市民活動ガイド」や「いわき市ホームページ」など、さまざまな媒体を活用した情報交換や情報提供に努めます。

4 多様なライフスタイルに対応した食育の推進

様々な家族の状況や生活の多様化に対応し、子どもや高齢者を含む全ての市民が健全で充実した食生活を実現できる食育を推進していきます。

(1) 家庭や地域における共食の推進

- ① 家庭における共食を通じた子どもへの食育の推進
家族そろっての食事の楽しさや正しい食事の仕方、食事づくりの楽しみについて、保育所や幼稚園等で取り組まれている親子での食育事業、「市役所出前講座」等を通じて、栄養の情報や食の体験の機会を積極的に提供し、家庭における共食を通じた食育の推進を図ります。
- ② 学校給食における食育の取り組み
保護者や地域の方との交流給食を通し、学校給食への理解と協力を得るとともに、よりよい給食の提供に取り組めます。
- ③ 配食サービスの実施
心身の障がいにより食事の調理が困難な障がい者や一人暮らし高齢者・高齢者のみ世帯等に対し居宅を訪問して栄養バランスのとれた食事を定期的に提供することにより、自立の促進、生活の質の確保、安否の確認を図ります。
- ④ 男女共同参画意識の醸成
地域で暮らす誰もが地域の一員として平等であり、それぞれが互いに尊重しあう社会であることが、食育を推進する上でとても重要です。
そのため、男女という性別を問わず、食生活の自立が図れるよう、家庭における食事のしたくや子育てに対して、男女が共に関心を深め、積極的に参画しやすい環境を整えるなどの施策として男性を対象とした「料理教室」を開催するなど、家庭における男女共同参画の意識を高める取り組みを推進します。
- ⑤ 「ワーク・ライフ・バランス」の実現
勤労者が仕事と家庭の両立を図り、家族や友人との楽しい共食の時間を確

第4章 食育推進のための取り組み

保できるよう、各職場における「ワーク・ライフ・バランス」の実現に向けた取り組みが推進されるよう、必要な支援を行います。

- ⑦ 子ども食堂の推進
子ども食堂の開設を支援し、地域コミュニティの中での子どもの居場所を提供し、子どもにとっての貴重な共食の機会を確保するよう努めます。

(2) 学生食堂や社員食堂等における食育の推進

- ① 学生食堂等における食育推進への支援
大学の学生食堂等において、栄養バランスの取れたメニューの提供や、地元産の食材・地域の伝統料理を取り入れたメニューの提供など、食堂の事業者による自発的な取り組み及び食堂利用者のニーズが反映される仕組みづくりが推進されるよう、必要な情報の提供や相談を受けるなどの支援を行います。
- ② 社員食堂等における食育の推進
職場における食堂等は、実際に勤労者に対して食事を提供する重要な役割を担っています。
そのため、栄養バランスのとれた食事の提供や地元産食材の使用、あるいは、メニューについてのカロリー等の栄養表示や食に関する情報の提供といった、勤労者に対する意識啓発を図る取り組みが推進されるよう、研修会の開催や施設指導等を通じて、必要な情報を提供するなどの支援を行います。
また、「いきいき iwaki 食育・健康応援店」を増加させ、食環境の整備に努めます。
- ③ 飲食店における食育の推進
「いきいき iwaki 食育・健康応援店」の登録数を増やし、生活習慣病の予防や改善のために、ふだんから適正体重の維持や減塩等に気を付けている市民を支援します。

5 食環境の整備を意識した食育の推進

食の安全、食品ロス、地産地消など食にかかわる様々な環境を整備し、市民が食育を実践しやすい食環境づくりを推進します。

(1) 農林水産業を通じた食育の推進

- ① 農林水産業の体験機会の創出
消費者をはじめ、小中学生に対する農業・林業・水産業さらには農村・漁村等の果たしている役割について理解を促すため、「地元で生産された農産物を使った料理教室」や「地域に伝わる伝統料理に関する料理教室」など、種まきから収穫、調理方法等を学ぶ農林漁業体験教室の開催を通じた農林水産業の体験機会を創出します。

- ② 農林水産業の理解の促進と食物への感謝の気持ちの醸成
小学生における総合的な学習の時間の活用等、さまざまな機会をとらえ、本市の農林水産業の理解を促進するとともに、農林水産業の重要性等について市民の理解を深めるための食農教育の機会の創出に努め、食物への感謝の気持ちを醸成します。
- ③ 消費者と生産者の交流の場の創出
農産物等の直売施設に対する支援や、農林水産業の現場からの情報発信に努め、消費者と生産者の交流の場の創出に努めます。
- ④ 教育ファームの推進
食への関心や理解の増進を図るためには、農林水産物の生産に関する体験活動の機会を提供することが重要です。
自然の恩恵や食に関わる人々のさまざまな活動への理解を深めるとともに、「食」についての意識を高めることを目的として、学校・JA・地元受入農家等との連携のもと、「農業ふれあい講座」や「田んぼの学校」などの農林漁業体験学習の取り組みを推進します。
- ⑤ 学校等との連携による子どもたちへの食に対する意識の醸成
各家庭において、学校等の食育の授業等で学んだことを実践する機会を十分に生かすことで、子どもたちの食事のあいさつの習慣化や「もったいない」という気持ちの醸成を図ります。
また、それらの取り組みを通して、子どもたちが、いのちの大切さを認識し、食に関するさまざまな活動に主体的に関われるよう支援します。
- ⑥ 学生食堂等における食育推進への支援
大学の学生食堂等において、栄養バランスの取れたメニューの提供や、地元産の食材・地域の伝統料理を取り入れたメニューの提供など、食堂の事業者による自発的な取り組み及び食堂利用者のニーズが反映される仕組みづくりが推進されるよう、必要な情報の提供や相談を受けるなどの支援を行います。

(2) 給食を通じた食育の推進

- ① 保育所の給食における食育の推進
食物アレルギー児等に対しても除去食を提供するなど可能な限りの対応をし、今後の食生活の自信と自立心を、また、周囲の子どもたちには思いやりの心を養うことを図り、食が健康を維持、増進させることを認識できるよう努めます。
- ② 学校給食における食育の推進
 - ア 学校給食に地場産物等を使用する割合を増やし、地元の高校や地域企業等と、「食材の提供」や「メニューの考案」などの連携を図ります。また、食に関する様々な人たちと交流を図ることにより、給食を「生きた教材」として食への理解を深めます。
 - イ 学校給食における食物アレルギーへの対応については、学校と家庭の連携・協力のもとに行っており、各家庭に配付する献立表にアレルギー表示を

第4章 食育推進のための取り組み

するとともに、必要に応じて原材料の詳細を提示します。また、乳アレルギーの場合には、飲用牛乳をはずすなど個別の対応を行います。

ウ 献立の工夫により、給食の食物残渣の減量を図るとともに、食べ物を大切にすることが大事であるという意識の醸成を図ります。

③ いわき市教育委員会としての取り組み

地元高等学校とのタイアップ事業や地元料理人等との献立の共同開発や交流給食会を通して、食材に対する思いや生産・流通・食品加工の状況等を学ぶと共に、学校給食が様々な人々の活動に支えられていることについての理解を深めます。

また、今後も「ふれあい弁当デー」の実施など、保護者へも働きかけ、いわき市全体の食育推進に取り組んでいきます。

さらに、定期的に栄養教諭や学校栄養職員が各学校へ出向き、食の指導も行います。

(3) 食環境の整備

行政、飲食店・商業施設、事業所等が連携し、「いきいき iwaki 食育・健康応援店」の登録数を増加させるなど、生涯食育社会の構築を図り、市民の健康寿命を延伸するための食育に対する支援体制を、多様な食に関わる関係機関と連携・協働し取り組むことにより、健康増進を図ります。

① 食品関連事業者等における自発的な取り組みの促進

スーパーマーケット、コンビニエンスストア、外食料理店、特定給食施設等におけるヘルシーメニュー提供や栄養成分表示の促進を図るため、講習会等の開催や「食」に関する情報提供などを通して、食に関わる事業者等への普及啓発に取り組みます。

また、消費者である市民に対しても、外食等におけるヘルシー志向の意識醸成や食材を選択する際に、栄養成分表示を自発的に参考とするなど、市民の自己啓発を促すための情報発信を積極的に行います。

② 社員食堂等における食育の推進

職場における食堂等は、実際に勤労者に対して食事を提供する重要な役割を担っています。

そのため、栄養バランスのとれた食事の提供や地元産食材の使用、あるいは、メニューについてのカロリー等の栄養成分表示や食に関する情報の提供といった、勤労者に対する意識啓発を図る取り組みが推進されるよう、研修会の開催や施設指導等を通じて、必要な情報を提供するなどの支援を行います。

また、「いきいき iwaki 食育・健康応援店」を増加させ、食環境の整備に努めます。

(4) 食品の安全性に関する知識と理解の推進

① 食に関する正しい知識の普及啓発の推進

ア 市民が自ら健全な食生活を実践するにあたって、正しく食の選択ができるように、食物アレルギーも含め食品の安全性に関する表示制度や食中毒情報等の基本的な情報について、市役所出前講座や健康教育等を通じて分かりやすく提供します。

イ 市民が生活習慣病の予防や改善のために、食品の栄養成分表示を参考にしたり、ヘルシーメニューを選択できるように、「いきいき iwaki 食育・健康応援店」の登録数の増加を図ります。また、栄養成分表示の活用については、市役所出前講座や健康教育等を通じて啓発を行います。

② 食品の安全性に関する理解の促進

ア 市役所出前講座や講習会等の実施などにより、市民や関係者に対して食品の安全性に関する理解の促進を図ります。

イ 食品の安全性に対する市民の正しい理解を深めるため、生産者や消費者等のリスクコミュニケーションを推進します。

③ 食品への放射性物質の影響等に関する情報提供とリスクコミュニケーションの推進

ア 東京電力株式会社福島第一原子力発電所の事故により放出された放射性物質への対応として、食品への放射性物質の影響等に関する情報を分かりやすく発信することにより、消費者の、食に対する安全・安心への不安を解消することがますます重要となっていることから、市ホームページ等を通じた、迅速かつ正確な情報提供に努めます。

イ 食の安全・安心に対する不安解消のため、継続した検査体制の構築と迅速な結果公表による安全性の確保が重要になっています。一方で、消費者が正確な情報を得てリスクを理解し、自らの判断で主体的な消費行動に結び付けることが、今後ますます重要になると考えられることから、食品への放射性物質の影響等に関する正確な知識と理解を深めてもらうとともに、消費行動の際に、正確な自己判断ができる基礎を培う場として、市役所出前講座等により、リスクコミュニケーションの推進に努めます。

食品等の放射性物質対策 ～ いわき市の取り組み ～

いわき市では、放射性物質の影響による食の安全性について一人ひとりが自身で判断していただけるよう関係団体と共同で、各種モニタリング検査を実施し、その結果について公開しています。なお、検査結果等については、市ホームページ等で見ることができます。

● 福島県・いわき市・関係団体等による農作物・水産物・水道水の安全性確保に向けた取り組み

各機関による連携した検査体制により、基準値を超える食品が流通しないよう取り組んでいます。また、出荷又は販売等を目的としない自家消費作物についても検査を実施しています。

(1) 農作物（野菜・果物・農産加工品）の検査

- 福島県の「緊急時モニタリング検査」といわき市の「いわき産農作物安全確認モニタリング検査」の2重の検査体制で、出荷前の安全確認と安全継続確認を行っています。
- NaI（Tl）シンチレーターを用い、いわき市内で生産された出荷農作物及び農産加工品を対象に、市内6箇所で、出荷農家毎に、出荷前の安全確認モニタリングを実施しております。
この検査で、基準値を超える可能性がある場合には、市内で生産された対象品目について、出荷自粛を要請するとともに、福島県農業総合センターにおいて、ゲルマニウム半導体検出器による精密検査を実施します。
- 県等の検査においても、基準値を超えた場合、いわき市における対象品目について、国から原子力災害対策特別措置法に基づく指示により、出荷が制限されることとなります。

(2) 米の検査

- 市内で生産されたすべての米（飯米、縁故米を含む。）は、福島県の管理のもと、いわき市、JA、民間の米集荷業者などの12団体で構成する「いわき地域の恵み安全対策協議会」において、9台のベルトコンベア式放射性セシウム濃度検査器による全量・全袋のスクリーニング検査を行い、食品衛生法に定める一般食品の基準値（100 ベクレル/Kg）以下であることを確認し出荷しています。
この検査で、基準値を超えてしまった場合は、国から原子力災害対策特別措置法に基づく指示により、出荷が制限されることとなります。

(3) 水産物の検査

- 国県等のモニタリング検査に加え、回遊性魚種については、小名浜機船底曳網漁協、沿岸性魚種については、いわき市漁協において、NaI (Tl) シンチレーター等を用いた自主的な放射性物質のスクリーニング検査を実施しています。

いわき市に水揚げされた水産物は福島県漁連の出荷方針によって、国の出荷基準値(100Bq/kg)よりもさらに厳しい自主基準を設けており、この検査で25Bq/kgを超えた場合には、県の研究機関で精密検査を行い、自主基準値である50Bq/kgを超えた場合は出荷を自粛します。

(4) 自家消費作物等の検査

市内各地の公民館・支所等にて、希望により市民の皆様の自家消費作物等を簡易型放射能検出器で、検査を実施しています。

対象となる食品は、原則として、市内で採れたもので、出荷又は販売等を目的としない自家で消費するための野菜、山菜、果物及び加工品(漬物、梅干しなど)です。(対象とならない食品は、出荷又は販売を目的とした食品、購入した食品、土壌、井戸水又は沢水等の飲料水)

(5) 水道水の検査

いわき市水道局水質管理センターにて、市内全11箇所の浄水場の水道水を対象に、ゲルマニウム半導体検出器による放射性物質の測定を行っています。

● 学校・保育所給食における取り組み

学校・保育所給食においては、放射性物質検査を行うとともに、その結果を市のホームページなどを通して、保護者に情報提供しています。

(1) 学校給食の検査

○ 食材検査

各給食調理施設で使用する食材(1献立あたり5品目程度)を給食提供日の前日までに、NPO法人いわき環境システムにおいて簡易型放射能測定器で、測定しています。

特に、主食(白米、パン・ソフト麺用小麦粉)と牛乳については、納入業者等においても事前に検査を実施し、市においても週1回程度実施しています。

検査の結果、セシウム合算値が20Bq/kgを超えた場合は、その食材を使用せず、さらに、該当する食材を除外すると料理として成立しない場合は、パン、牛乳のみなど、該当部分の献立を除いて給食を提供しています。

○ 一食全体検査

調理済の学校給食一食全体（主食・主菜・副菜・汁物・デザート・牛乳）を5食分まとめて1検体とした上で、検査機関へ送付し、ゲルマニウム半導体検出器で測定しています。

(2) 保育所給食の検査

○ 食材検査

市内の公立及び私立保育所で使用する食材（4品目程度）を給食に使用する前日までに検査機関において簡易型放射能測定器により測定しています。

検査の結果、セシウム合算値が 20Bq/kg を越えた場合はその食材を使用しないこととしています。

○ 一食全体検査

市内の公立及び私立保育所の調理後の給食について、保健所検査課のゲルマニウム半導体検出器で測定しています。

● 保健所の取り組み

保健所では、食品の安全確認を行うため、各種検査を実施し、その結果について公開しています。

(1) 家庭の食事の検査

保健所総務課放射線健康管理センターでは、日々の食事に含まれる放射性物質（ Cs134 ・ Cs137 ）の実態を明らかにするため、希望される市民の方を対象に、家庭における食事の放射性物質のモニタリング調査を実施しています。

検査ご希望の方は、保健所総務課放射線健康管理センターへ連絡のうえ、3食分（約 2kg ）と調査票を搬入していただき、ゲルマニウム半導体検出器を用いた検査を実施します。

検査結果については、検体提供者へ個別通知を行うほか、市公式ホームページ等で公表（個人を特定できない形式）します。

(2) 井戸水の検査

保健所総務課放射線健康管理センターでは、市内の飲料用井戸水（水道給水区域内を含む）、沢水、湧水などを対象に、 2ℓ のペットボトルの空き容器に入れ、保健所検査課へ搬入していただき、ゲルマニウム半導体検出器を用いた検査を実施します。食品衛生法に基づき規格基準に準じて行っています。

検査結果については、検体提供者へ個別通知を行うほか、調査結果を市公式ホームページ等で公表（個人を特定できない形式）します。

(3) 加工食品の検査

保健所生活衛生課では、食品衛生法に基づき、市場に流通する食品及び市内で加工される食品を対象に、定期的に収去（採取）検査を実施しております。

検査については、ゲルマニウム半導体検出器を使用し、保健所検査課にて行います。食品衛生法に基づく基準値を超えた場合は、当該食品が流通または消費されないような措置がされることとなります。

(5) 環境との共生

① 環境にやさしい農業への理解促進

環境にやさしい農業の推進は、消費者の理解(虫食い野菜、不揃いな野菜等)なしではできないことから、料理教室や出前講座など、さまざまな機会を通じて広く市民への理解促進に努めます。

② 有機質肥料等の活用促進

地域における堆肥等(家畜糞尿、魚残^{さんさ}渣)の有機資源の活用を広く生産者に普及させるため、堆肥供給者リストの作成・配布等を行い、有機質肥料等の活用促進に努めます。

③ 「もったいない」と思う気持ちの醸成

農林水産業の資料集「いわき市の農林水産業」の配布等により、生産者が丹精込めて作った農産物に対する感謝の気持ちを一層持っていただき、無駄なく料理する、好き嫌いなく食べ残しをしないとといった「もったいない」と思う気持ちの醸成に努めます。

④ 循環型地域社会の形成

生ごみの堆肥化や廃食用油の燃料化など、循環型地域社会の実現を目指し、家庭や地域ぐるみでの取り組みを進めるため、「家庭用生ごみ処理機等の購入」への補助や、市民が実施するリサイクル事業への支援、地域事業者が取り組んでいる「ごみ減量化」への指導、小・中学生を中心とした環境教育等を通じて、意識の醸成に努めます。

⑤ 食品ロス削減を目指した食育の推進

行政・食品事業者・市民が連携し、食品ロスの削減を推進します。家庭からの食品ロスを減らすために、食品ロスの背景にある循環の仕組みを啓発し、食べ物の大切さや感謝の念を醸成します。また、食品の食べきり、使い切りを提案し、食品ロスの削減に努めます。

6 地域の食文化の継承に向けた食育の推進

いわき市内の各地域で長年伝えられてきた郷土料理や行事食、伝統食材などに関心を持ち、食文化への理解を深め、日々の食生活の中に取り入れられ、継承されることを目指します。

(1) 地産地消の推進

① 直売施設のPR機会の創出

地産地消の原点である「顔の見える農林水産業」のさらなる推進を図るため、市内直売所等の活動状況をホームページへ掲載するなど、本市農産物等直売施設のPRを図ります。

② 市産品のPRと地産地消の推進

本市農林水産物に対する親和性向上を図るため、各種イベントや「いわきブランド農産物通信」などの情報誌を活用した農林水産物や農産加工品の紹介、さらには市内消費者、量販店等への本市農林水産物の魅力発信を積極的に実施し、地産地消の推進を図ります。

また、放射性物質に関する正しい知識を啓発するため、モニタリング検査の継続と迅速な結果公表に努めるとともに、ウェブサイト「魅力アップ！いわき情報局」をはじめとする各種広報媒体を活用した情報提供や、多種多様なイベントの開催を通じた、正確な知識とその理解を深める機会の提供など、風評払拭に向けた取り組みを積極的に実施しながら、地産地消の推進を図ります。

③ 旬の食材の安定的な供給

季節を感じ、また、地産地消を一層推進するため、一番おいしい時期に収穫される“旬”の食材が安定的に供給できるような仕組みや技術等の構築について調査・研究を進めます。

(2) 食文化の継承と振興

① 地域の人材の活用による伝統料理の継承

地域の人材（農林業者・漁業者）の指導による地産地消を基本とする伝統料理・行事食教室を開催し、食の楽しさや旬の豊富な食材、食文化の理解を促進します。また、地域の特性を活かした伝統食を味わう機会を設けるとともに、優れた伝統料理は、地域の拠点施設でのメニュー化等を検討します。

② 人材の育成等

地産地消を基本とする伝統食を継承するため、地域の伝統食や行事食に精通した人材の発掘に努めるとともに、その料理のレシピや歴史などを調査し、また、その料理が調理できる人材の育成に努めます。

③ 日本型食生活の継承

「食育インフォメーション」や「食育教室」等を通じて、食に関する各種団体等と連携・協力しながら、健康的で栄養バランスが優れ、地域で生産される豊かな食材を活かした日本型食生活をあらためて見直し、継承する取り組みを

推進します。

④ 子どもたちへの食文化の継承

学校・幼稚園・保育所では日本型食生活の良さ、郷土料理や行事食、地産地消など特色ある献立を取り入れるとともに、可能な限り地元産の食材を活用した給食の提供に努め、食文化に関する様々な機会をとらえ、伝統料理や行事食、地産地消などが理解できる機会を設けるとともに、食の伝統を守り伝えていこうとする心が育つよう支援します。

その際、本市と特に交流のある秋田県由利本荘市（親子都市）、宮崎県延岡市（兄弟都市）やオーストラリア・タウンズビル市（国際姉妹都市）、中国・撫順市（友好都市）など、他の地域や外国の異なる文化の違いを認め、互いに尊重する心が育つよう配慮します。

また、日頃より天然のだしで学校給食を提供しておりますが、毎年11月24日を（いいにほんしょく）の日に定められており、その前後の週に、全小・中学校へ和食給食の提供をしております。さらに、地元料理人とタイアップをし、献立の開発や、和食給食等を通じて四季折々の食材がもたらす自然を尊ぶ精神や多様な地域性を理解できる機会を設けるとともに、日本人の伝統的な食文化「和食」の伝承と普及についても推進しています。

このような取り組みを推進し、長い歴史の中で築き、継承してきたさまざまな食文化を、給食の準備、片付け等を通じて体感することで、あいさつなどの習慣や、食具（箸）の使い方、気持ちよく食事するためのマナーが形成できるよう支援するとともに、取り組みの内容は食育だより等を通して家庭へ普及啓発を図ります。

取り組みのイメージ図

