

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めます。

## (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促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日の食育の日等において「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。



● ブルーベリー親子体験教室

### 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



● いわき市健康推進員 育成支援研修

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。

## 6) 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。



● こども食堂の様子



● メニューの一例

## (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。



● いわき魚塾による魚のさばき方教室

#### 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。

### ● 田んぼの学校の活動の様子



● マコモタケ収穫の様子



● マコモタケの実食の様子

#### 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めます。

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、「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