

第 6 章 計画の具体的施策

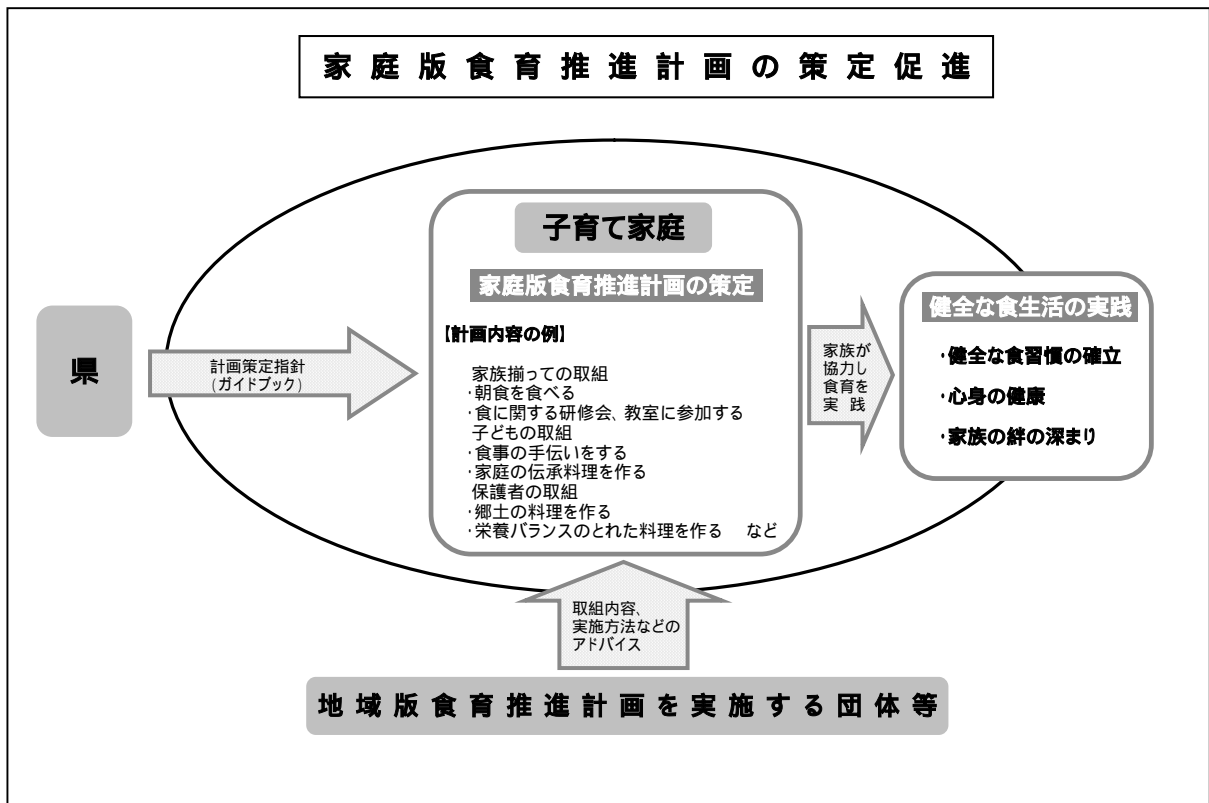
重点項目 1 家庭、保育所、学校、地域等における食育の推進

施策の方向性(1) 家庭における食育の推進

子どもの保護者や子ども自身の食に対する関心と理解を深め、家庭における健全な食習慣を確立します。

[家庭における食育の推進全般に係る関連施策]

地域版・家庭版食育推進計画策定促進事業	子どもと保護者の食に対する関心と理解を深め、健全な食生活の意識啓発を図るため、家庭における計画的な食育を促進します。	厚生政策課
---------------------	--	-------



生活リズムの確立

朝食をとることや早寝早起きを実践することなど、子どもの基本的な生活習慣を育成し、生活リズムを向上させるため、家庭や学校における取組の充実を図ります。

〔関連施策〕

家庭教育手帳の配付	一人ひとりの親が家庭を見つめ直し、それぞれ自信を持って子育てに取り組んでいく契機とするため、家庭教育手帳を、母子健康手帳の交付時や小学校を通じて、親に配付します。	生涯学習課
学校の授業等における児童・生徒への指導	小・中・高等学校において、家庭や体育・保健体育の授業の中で、基本的な生活リズム形成のための指導を行います。	（小学校 中学校 高等学校）
乳幼児健康診断等における栄養指導、保健指導	市町において実施されている乳幼児健康診断、育児教室などの機会において、生活リズムの向上や、適切な食習慣や運動習慣の習得に向け、栄養指導、保健指導などを実施します。	（市町）

<市町における取組>

県内の市町では、乳幼児を抱える家庭に対して、食に関する指導を行っており、その中で、生活リズムの確立や栄養などについても普及・啓発を図っています。

乳幼児健康診断などの機会を活用した指導

パンフレットや模型を活用し、基礎的な知識の習得を目的とした指導を行うとともに、個別の相談も実施しています。

育児教室などを活用した指導と実習

保健センター、保育所や地域子育て支援センターなどで、育児教室や育児相談の実施の中で、料理教室や食の指導を実施しています。お互いの情報交換の場としても、活用されています。

白山市では、年6回にわたる「乳幼児の食事セミナー」を開催し、講演会、料理教室を行っています。



子どもの肥満予防の推進

生活習慣病につながるおそれのある肥満を防止するためには、子どもの時期から適切な食生活や運動習慣を身に付ける必要があります。子どもの栄養や運動に関する実態を把握するとともに、栄養と運動の両面からの肥満予防対策を推進するため、家庭や学校における取組の充実を図ります。

【関連施策】

乳幼児健康診断等における栄養指導、保健指導	市町において実施されている乳幼児健康診断、育児教室などの機会において、生活リズムの向上や、適切な食習慣や運動習慣の習得に向け、栄養指導、保健指導などを実施します。〔再掲〕	(市町)
学校の授業等における児童・生徒への指導	小・中・高等学校において、家庭や体育・保健体育の授業の中で、肥満予防のための指導を行います。	(小学校 中学校 高等学校)
家庭教育手帳の配付	一人ひとりの親が家庭を見つめ直し、それぞれ自信を持って子育てに取り組んでいく契機とするため、家庭教育手帳を、母子健康手帳の交付時や小学校を通じて、親に配付します。〔再掲〕	生涯学習課

望ましい食習慣や知識の習得

家族が食を楽しみながら望ましい食習慣や知識を習得し、また、食事に関するお手伝いなど食に関する実体験の機会を増やすことができるよう、学校を通じて保護者に対し、食育の重要性や健康美を含めた適切な栄養管理に関する知識等の啓発に努めます。

【関連施策】

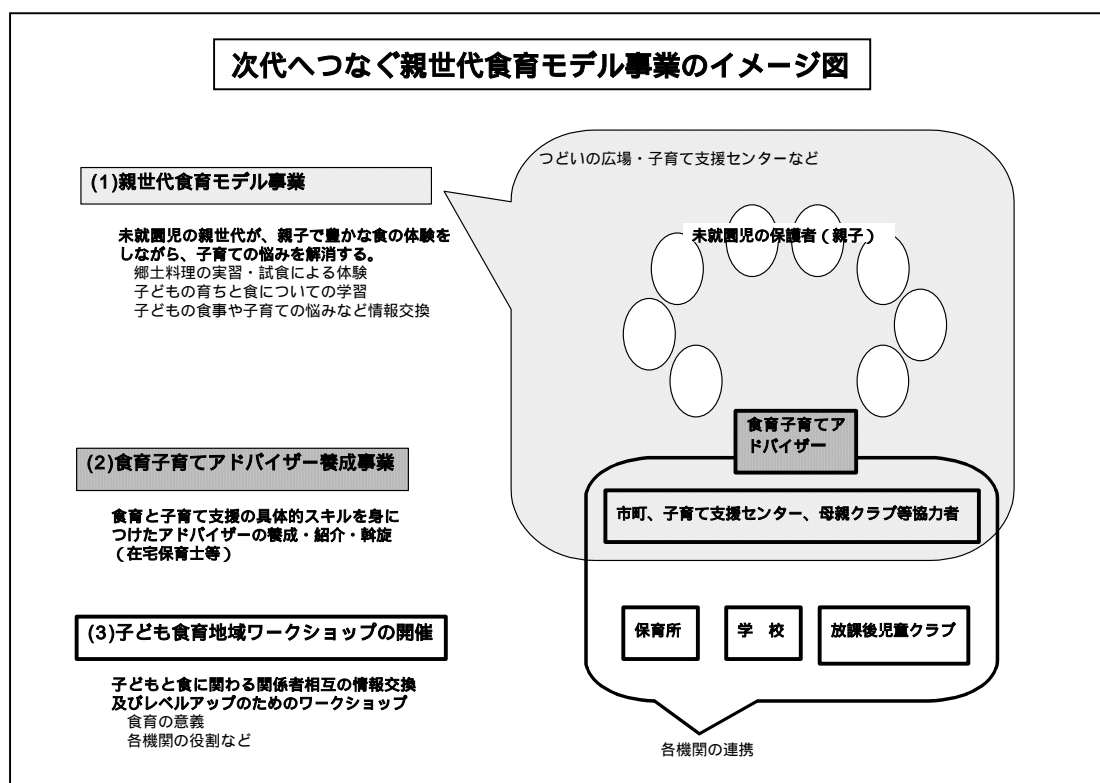
給食試食会の開催、給食だよりの発行	児童生徒の保護者を対象に、給食試食会の開催や給食だよりを発行するなど、給食を活用しながら、望ましい食習慣や知識を習得することができるよう啓発を行います。	(小学校 中学校)
食育による家族の絆づくり推進事業	講演会、事例発表会の開催などにより、食育推進をキーワードとした家族ぐるみの取組や家族間の対話のきっかけづくりを行い、家庭における食育の推進と家族間の絆づくりに資する取組を行います。	子ども政策課
家庭教育手帳の配付	一人ひとりの親が家庭を見つめ直し、それぞれ自信を持って子育てに取り組んでいく契機とするため、家庭教育手帳を、母子健康手帳の交付時や小学校を通じて、親に配付します。〔再掲〕	生涯学習課

妊産婦や乳幼児に関する栄養指導

妊産婦の安全な妊娠・出産と産後の健康の回復に加えて、子どもの生涯にわたる健康づくりの基盤を確保するため、妊産婦等に対する栄養指導の充実を図ります。

〔関連施策〕

次代へつなぐ親世代食育モデル事業	未就園児とその保護者を対象とし、地域の食材や伝承料理などを体験する機会を設け、その伝承を図るとともに、食を通じた親世代の子育てを支援します。	子ども政策課
乳幼児健康診断等における栄養指導、保健指導	市町において実施されている乳幼児健康診断、育児教室などの機会において、生活リズムの向上や、適切な食習慣や運動習慣の習得に向け、栄養指導、保健指導などを実施します。〔再掲〕	(市町)



家庭における食への支援

各地域の栄養教諭等を中核として、学校、家庭、さらには地域住民や保育所、PTA、生産者団体、栄養士会等の関係機関・団体が連携・協力し、様々な食育推進のための事業を実施するとともに、家庭に対する効果的な働きかけの方策等の実践的な調査研究や食育に関する情報発信等を行います。

【関連施策】

家庭に対する啓発	栄養教諭等が中核となり、関係機関と連携しながら家庭における食育について啓発を行います。	〔小学校〕 〔中学校〕
学校・家庭・地域連携食育推進モデル事業	食育推進地域を指定し、栄養教諭を中核として、学校・家庭・地域が連携した食育実施の方策について、実践的な調査研究を行います。	スポーツ健康課

学校・家庭・地域連携食育推進モデル事業

食に起因する健康問題が深刻化する中、児童生徒が生涯にわたり健康な生活を送るために望ましい食習慣を身につけることができるよう、推進地域を指定し、食育推進を図るための調査研究を行っています。

各地域の中心校では、年間指導計画に基づき、給食の時間や各教科等での食に関する指導の実践に加え、親子料理教室や食育講演会を実施する中で、学校・家庭・地域が連携した食育推進の効果的な方策について調査研究を進めています。



育てた大豆で豆腐を作っている様子

珠洲市立みさき小学校では、3年生が珠洲の特産品である「大浜大豆」を栽培し、収穫した大豆を使って豆腐作りをしました。

青少年及びその保護者に対する食育推進

食育を通じて青少年の健全育成を図るため、青少年育成に関するイベントや情報提供活動等において食育の普及啓発を推進します。

【関連施策】

青少年健全育成強調月間運動における食育推進の啓発	毎年11月に実施されている「青少年健全育成強調月間」において、リーフレットの配付等により食育推進の啓発を行います。	子ども政策課 (市町)
--------------------------	---	----------------

施策の方向性(2) 保育所、幼稚園、学校等における食育の推進

保育所、幼稚園、学校等において、魅力ある食育推進活動を行い、子どもの健全な食生活の実現と豊かな人間形成を図ります。

保育所、幼稚園等における食育の実践

乳幼児期からの適切な食事のとり方や望ましい食習慣の定着、豊かな人間性の育成等を図るため、保育所、幼稚園等において、家庭や地域社会と連携を図り、食育を推進します。また、在宅の子育て家庭からの乳幼児の食に関する相談への対応や情報提供等に努めるほか、地域と連携しつつ、積極的に食育を推進します。

【関連施策】

保育所における「食育の計画」に基づく食育の実践	「楽しく食べる子どもに～保育所における食育に関する指針～」に基づき、各保育所において、「食育の計画」を策定し、食育を推進します。	(保育所)
地域における食育推進事業	放課後児童クラブにおいて、食育推進ボランティアを活用し、地域の伝統料理を取り入れた体験型食育を実施します。	子ども政策課
児童福祉施設における食育の実践	児童養護施設など県内の児童福祉施設において、地域の関係団体等と連携して食育を推進します。	各児童福祉施設

保育所における食育の取組

子どもたちが、『食を通した様々な体験』により、自分を大切に、自信を持って生きていくための『生きる力』の芽を育むことをねらいとして、保育所での体験重視型食育モデル事業を実施してきました。

また保育所が地域に開かれ、地域で子どもたちを育むネットワークづくりを目指して、地域の食育ボランティアを募集し、地域としての見守る目を育ててきました。

現在は、各市町及び保育所での取り組みが定着し、地域のボランティアなどの協力を得ながら、工夫を凝らして展開しています。



枝豆を収穫している様子

羽市立栗ノ保保育所で、畑づくりから水やり、虫取りなどすべて子どもたちが自ら育てた枝豆を、食育ボランティアさんと収穫しているところです。これを使って、初めてすり鉢で呉汁を作りました。昆布と煮干してだしを取ると「おいしい!!お母さんに教えてあげる!」と目を輝かせました。

学校における指導体制の充実

栄養教諭配置を促進するとともに、「食に関する指導の手引（平成18年3月）」の活用を図り、研修会の実施や食に関する指導を充実します。

【関連施策】

栄養教諭、栄養職員の配置	小・中学校における食育推進の中核となる栄養教諭、栄養職員の配置を促進します。	教職員課
「食に関する指導の手引」の活用促進	平成17年度に策定した「食に関する指導の手引」を活用し、県内の小・中学校において食育が計画的に推進されるよう、その普及に努めます。	スポーツ健康課
研修会の開催	栄養教諭、栄養職員の資質向上のため、石川県学校給食研究大会等の研修会を開催します。	スポーツ健康課

栄養教諭の職務

<特徴> 食に関する指導と学校給食の管理を一体的に展開

1 食に関する指導

- ・食に関する指導の連携・調整
- ・児童生徒への個別的な相談指導
- ・教科や特別活動における指導

2 学校給食の管理

- ・学校給食の献立作成、衛生管理 等

食に関する指導の手引の概要

各学校における食育の指導のため、具体例を示しながら、指導方法をまとめています。主な内容は次のとおりです。

- 1 食に関する指導の目標と内容の明確化
- 2 児童生徒の食生活実態調査結果の掲載
- 3 食に関する指導の全体計画・年間計画例の掲載
- 4 食に関する指導の実践事例の掲載
- 5 個別指導について
- 6 学校・家庭・地域の連携について



学校における児童生徒への指導内容の充実

小学校、中学校、高等学校など各学校において食に関する指導の充実を図ります。さらに、地域生産者団体等と連携し、農林漁業体験、食品の流通や調理、食品廃棄物の再生利用等に関する体験といった児童生徒の様々な体験活動等を推進します。また、子どもの食生活が健康や意欲、学力に及ぼす影響、やせすぎや肥満が心身の健康に及ぼす影響等についても、児童生徒に指導を行い、食育を通じて知識の普及と健康状態の改善を推進します。

【関連施策】

食に関する指導年間計画に基づく指導の実施	平成17年度に策定した「食に関する指導の手引」を活用し、食に関する年間指導計画を作成し、計画的に食育を推進します。	〔小学校 中学校〕
児童生徒の体力・運動能力調査	県内の児童生徒の体力・運動能力及び生活に関する実態を把握し、体育・スポーツ活動振興の基礎資料とするとともに、各学校における体育指導等に活用します。	スポーツ健康課
基礎学力調査	県内の児童生徒の基礎学力の定着状況や生活の仕方などを把握し、各学校における指導法の工夫改善や教育課程の見直しを図ります。	学校指導課
学校の授業等における児童・生徒への指導	子どもの食生活が健康や意欲、学力に及ぼす影響、やせすぎや肥満が心身の健康に及ぼす影響等について、児童生徒に指導を行い、食育を通じて知識の普及や基本的な生活リズム形成、健康状態の改善を推進します。	〔小学校 中学校 高等学校〕
学校・家庭・地域連携食育推進モデル事業	食育推進地域を指定し、栄養教諭を中核として、学校・家庭・地域が連携した食育実施の方策について、実践的な調査研究を行います。〔再掲〕	スポーツ健康課
いしかわの伝統的な郷土料理体験事業	高校生を対象とし、郷土料理の専門家による調理実習の実施などにより、食文化の伝承につなげます。	厚生政策課 消費流通課 スポーツ健康課
いしかわ田んぼの学校推進プロジェクト	農業や農作業への理解促進と環境に対する豊かな感性を持つ子どもを育てていくため、小学校において、米づくり等の作業体験、収穫祭などを実施します。	農地企画課

学校給食の充実

望ましい食生活や、食を通じた地域の自然、文化、産業等に関する児童生徒や保護者の理解促進のため、生産者団体等と連携し、学校給食における地場産物（県産食材）の活用を推進するとともに、地域の生産者や生産に関する情報を児童生徒に伝えるための取組を促進します。また、児童生徒の望ましい食習慣の形成や食に関する理解の促進のため、献立内容の充実を促進します。

【関連施策】

地場産物活用学校給食推進モデル事業	学校給食における地場産物（県産食材）の安定供給のための学校関係者と生産者の連携方策や、地場産物（県産食材）を教材として活用した食に関する指導方法・内容に関して調査研究を行います。	スポーツ健康課
地場産物を取り入れた学校給食の実施	関係機関と連携しながら地場産物（県産食材）の活用を促進するとともに、学校において、望ましい食生活や食料の生産等に対する子どもの関心と理解を深めるような取組を行います。	〔小学校〕 〔中学校〕
学校給食調理コンクールの実施	地場産物（県産食材）をテーマとした学校給食調理コンクールを開催し献立内容の充実を促進します。	スポーツ健康課
中学生学校給食献立コンクールの実施	中学生を対象に地場産物（県産食材）をテーマとした学校給食献立コンクールを実施し、学校給食の献立内容の充実を図ります。	スポーツ健康課
学校給食における県産食材の導入促進	学校給食における県産食材の導入促進を図るための仕組みづくりについて、学校、流通、生産などの関係者と連携して全市町で取り組みます。	消費流通課 スポーツ健康課

中学生学校給食献立コンクール

このコンクールは、献立作りをとおして、栄養のバランスがとれた食事の大切さや地域の食材の豊かさを再認識し、中学生の望ましい食習慣の形成を図ることを目的として行われています。

平成18年度 最優秀賞作品



【メニュー】

ひずえいちごジャム in おこめばん
石川がいっぱいサラダ
ふくらぎDEからあげ
海の香りワカメスープ
くりっとプリン

施策の方向性(3) 地域における食育の推進

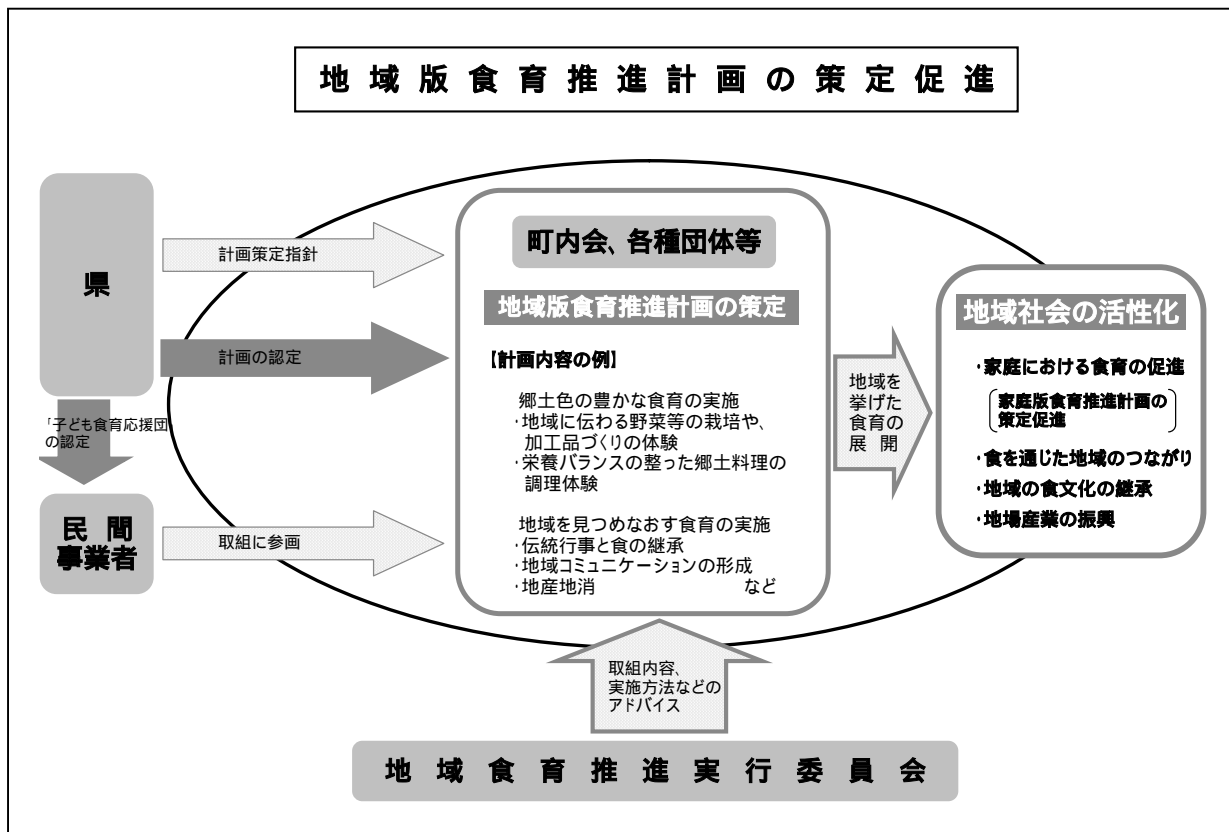
地域において、食生活の改善に取り組み、生活習慣病を予防し県民の健康を増進します。

地域の自発的な食育推進活動の促進

地域における自発的な食育推進活動を促進するため、関係団体が連携して取り組む地域版食育推進計画の策定とこれに基づく取組を促進することとし、計画の認定制度を設けます。また、民間事業者の食育の推進を図るため、この計画に積極的に参画する事業者を「子ども食育応援団」として認定します。

【関連施策】

いしかわ食育推進計画推進事業	地域の特色を活かした食育を推進するため、地域食育推進実行委員会を設置し、地域における食育推進体制を整備します。	厚生政策課
地域版食育推進計画の策定促進	地域版食育推進計画の策定を促進するため、その策定指針を定めるとともに、計画及び「子ども食育応援団」の認定を行います。	厚生政策課



適正カロリーと栄養バランスに関する知識の普及

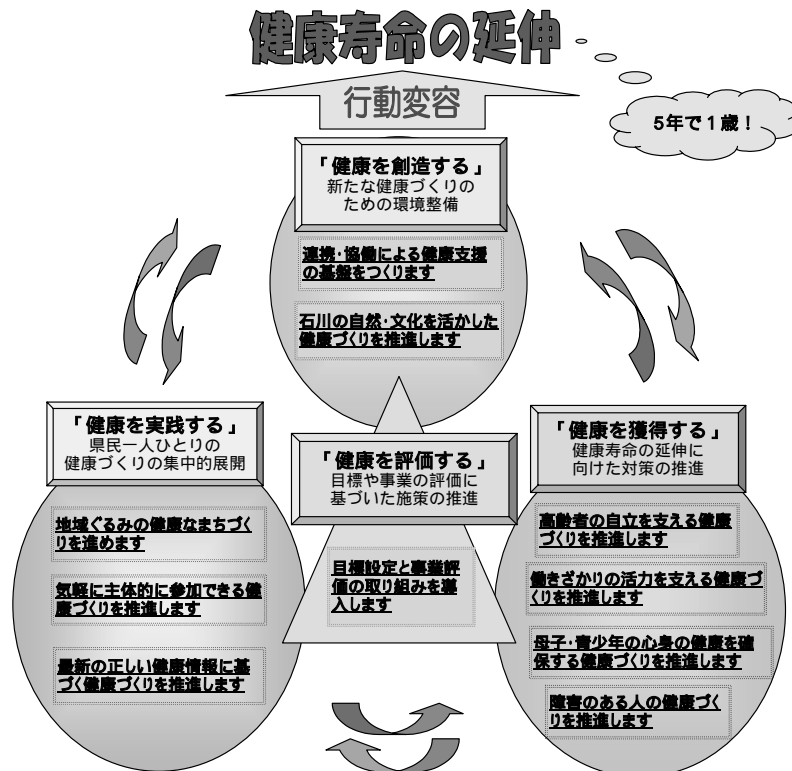
「食生活指針」、「食事バランスガイド」に加え、本県で平成18年度に策定した「いしかわ健康バランスガイド～食事編」などについて、日々の生活においてこれが活用されるよう、関係機関や関係団体、食品関連事業者等を通じて、若者や働き盛りの年代を中心とした県民への浸透を図ります。

【関連施策】

健康づくり知識習得・実践事業	郷土料理など石川県の食の特徴を反映させた「いしかわ健康バランスガイド～食事編」(平成18年度作成)について、その普及啓発を図ります。また、「いしかわ健康学講座」を開催し、e-ラーニングの実施や、「健康サポーター」の養成を行います。	健康推進課
----------------	---	-------

いしかわ健康フロンティア戦略2006

戦略の4つの視点と10の柱



石川県では、生涯にわたり元気で自立して暮らせる期間である「健康寿命」の延伸を基本目標に、県民の健康増進を効果的に推進する総合計画として、平成18年3月に「いしかわ健康フロンティア戦略」を策定し、各種施策を積極的に展開しています。

<http://www.pref.ishikawa.jp/kenkou/frontia-senryaku/senryaku-top/top.htm>

「いしかわ健康バランスガイド～食事編」の特徴

- 厚生労働省・農林水産省が作成した「食事バランスガイド」の考え方も踏まえ、県民の方が理解しやすいように、従来からの考え方であるお膳の形で、主食・主菜・副菜のバランスの重要性を説明しました。
- 自分に必要な量を知り、どのように料理を選んで食べたらよいかをフローチャートを使ってわかりやすく示しました。
- 料理例には、石川県民がよく食べる料理や郷土料理を取り入れました。
- 若い世代にはあまり食べられなくなっている料理でも、脂肪が少ない、野菜を多く摂取できる等の視点から伝えていきたい料理については、作り方も載せました。
- 自分の食事のバランスチェックについては、表形式またはコマの絵形式のどちらでも使えるようにしました。

ステップ3 何をどのくらい食べたらいいんだろう

グループごとに「何を」「どれだけ」食べるか、料理で考えましょう。

- 1日に5つのグループからそれぞれどのくらい食べたらよいかを示します。前ページで書き入れた数字をここにも入れましょう。
- それぞれのグループにはどんな料理があるのか、その料理を食べたら「いくつ」食べたことになるのかを示しています。左の欄に書き入れた量を食べられたかどうか、どのくらい食べれば自分にはちょうどよいかを確認する参考にしましょう。料理の区分によって「1つ」の量は異なります（6ページ参照）。どのくらいの量が「1つ」に相当するのかが感覚をつかみ、普段の食事のときに考えながら食べましょう。

5つのグループ	1日分	一般的な料理の例	石川県民がよく食べる料理・特産物を生かした料理・郷土料理
主食 ごはん、パン、めん	1つ分 = = = = ごはん小盛り1杯、おにぎり1個、食パン1枚、ロールパン2個	1つ分 = = = = ごはん小盛り1杯、おにぎり1個、食パン1枚、ロールパン2個	1つ分 = = = = もち小2枚、笹の葉ずし2枚、巻きずし5個
副菜 野菜、きのこ、いも、海藻料理	1つ分 = = = = = 野菜サラダ、きゅうりとわかめの酢の物、具たかさん、ほうれん草の油揚げ、ひじきの煮物、大豆、きのこソテー	1つ分 = = = = = 野菜サラダ、きゅうりとわかめの酢の物、具たかさん、ほうれん草の油揚げ、ひじきの煮物、大豆、きのこソテー	1つ分 = = = = = 金時草の酢の物、てんばごき(おくもじ)、たくあんのみんとと
主菜 魚、肉、卵、大豆料理	1つ分 = = = = = 鶏肉、豚肉、目玉焼き、目玉焼き、鶏肉、魚のあんかけ、まぐろの刺身	1つ分 = = = = = 鶏肉、豚肉、目玉焼き、目玉焼き、鶏肉、魚のあんかけ、まぐろの刺身	1つ分 = = = = = 鶏肉、豚肉、目玉焼き、目玉焼き、鶏肉、魚のあんかけ、まぐろの刺身
牛乳・乳製品	1つ分 = = = = 牛乳100g、チーズ10g、ヨーグルト100g、ヨーグルト100g	1つ分 = = = = 牛乳100g、チーズ10g、ヨーグルト100g、ヨーグルト100g	1つ分 = = = = 牛乳100g、チーズ10g、ヨーグルト100g、ヨーグルト100g
果物	1つ分 = = = = = みかん1個、りんご半分、むき1個、葡萄半分、ぶどう半房、蜜1個	1つ分 = = = = = みかん1個、りんご半分、むき1個、葡萄半分、ぶどう半房、蜜1個	1つ分 = = = = = みかん1個、りんご半分、むき1個、葡萄半分、ぶどう半房、蜜1個

* 石川の特産物などの情報は石川県ホームページをご覧ください。
<http://www.pref.ishikawa.jp/sight/b-02.html>

専門的知識を有する人材の資質向上と活用

食育に関し専門的知識を備えた管理栄養士や栄養士、専門調理師や調理師等やその団体による多面的な活動が推進されるよう取り組みます。また、地域において栄養指導に当たる管理栄養士等の資質向上を図るため、研修会等を開催します。

【関連施策】

栄養士等に対する研修	栄養士、調理師等の資質向上のための研修会を開催するとともに、関係団体による研修会の開催を支援します。	健康推進課 (市町)
次代へつなぐ親世代食育モデル事業	在宅の乳幼児とその保護者の食育を推進するため、食育子育てアドバイザーを養成します。〔再掲〕	子ども政策課

健康づくりに関する啓発、栄養指導等

食育を通じて生活習慣病等の予防を図るため、保健所、市町保健センター、医療機関等における食育に関する普及や啓発活動を推進するとともに、食生活を支える口腔機能の維持等についての指導を推進します。

【関連施策】

保健所、市町保健センター等による栄養指導等	食育に関する普及や啓発活動を推進するとともに、食生活を支える口腔機能の維持等についての指導を推進します。	健康推進課 (市町)
歯周疾患予防対策推進事業	事業所における歯周疾患健診や保健指導を実施するほか、講演会を開催し、歯周疾患の予防を推進します。	健康推進課
健康づくり知識習得・実践事業	郷土料理など石川県の食の特徴を反映させた「いしかわ健康バランスガイド～食事編」(平成18年度作成)について、その普及啓発を図ります。また、「いしかわ健康学講座」を開催し、e-ラーニングの実施や、「健康サポーター」の養成を行います。〔再掲〕	健康推進課

職場における食育の推進

地域保健と職域保健が連携し、職場における保健指導や社員食堂における栄養成分表示などを通じて、栄養や食生活等の普及・啓発を行います。

【関連施策】

地域・職域連携体制整備事業	職域関係者に対する保健指導を通じた栄養・食生活等の普及・啓発を行います。	健康推進課
特定給食施設等における食に関する情報提供等の充実	社員食堂などの利用者に対する健康や栄養に関する情報提供の実施等について指導、助言を行います。	健康推進課
歯周疾患予防対策推進事業	事業所における歯周疾患健診や保健指導を実施するほか、講演会を開催し、歯周疾患の予防を推進します。〔再掲〕	健康推進課