

『食育』の輪 こんなに広がった

『食育』という言葉。皆さんも一度は耳にしたことがあると思います。

『食育』とは、様々な経験を通じて食に関する知識と、食を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てることをいいます。

高血圧や糖尿病、脂質異常などの生活習慣病は、喫煙や飲酒など、様々な要因がきっかけで発症しますが、食事のバランスにも大きく関わりがあります。

市では、健康寿命延伸都市を目指し、重点施策のひとつに『食育』の推進を掲げています。

『食育』の推進を図るため、平成23年3月に滑川市食育推進条例を制定し、同年6月に滑川市生涯いきいき食育推進計画を策定しました。この条例と計画をもとに、下記の**3つの推進目標**を掲げ、生涯を通じて、食からの心とからだの健康づくりの実現を目指して様々な事業を展開してきました。

今年度は、第1次計画の最終年度となることから、これまでの主な食育実践活動の成果についてご紹介します。



『幼児期における食育事業の充実』

正しい食習慣の基礎を作ることを目的に、市内15カ所の保育園・幼稚園で食育教室を行いました。平成26年度は76回開催し、2601人が参加しました。このうち、15回は園児自らが調理を行う体験型食育教室となっており、489人が参加しました。

体験型食育教室は、園児自ら調理することで、「自分でできた!」という達成感を味わえ、園児の自信につながる大事な体験であることから開催に力をいれています。

今年度も市内のいずれの保育園・幼稚園に通っていても同じ食育体験ができるよう、企画しています。

目標 **1**



元気な子どもの育成

『滑川産食材を使用した郷土料理や和食づくりの体験』

市内の学童保育を利用している子どもたちを対象に、食育クラブを開催し、平成26年度は18回497人が参加しました。

春にはヨモギを収穫して、「やきつけ」を作ったり、冬には大根を収穫して「ぶり大根」を味わったり、季節の食材を意識した日本食の良さを体感する絶好の機会となっています。

この4年間で食育活動を自主的に開催する学童保育も増加してきており、食育事業の定着が浸透してきています。

『食物アレルギー対応食の充実』

学校給食共同調理場では、小中学校の給食を調理する際、アレルギー原因食品の除去を行った「除去食」または、加工食品などで除去ができない場合は「代替食」を提供しています。

また、学期に1回、食物アレルギーを持つ子どもでも、楽しくおいしく安全に食べられるよう、アレルギーの原因食材を一切使用しない「みんなで食べる給食」を実施しています。

『給食における地産地消の推進』

小中学校・幼稚園の給食では、できるだけ多くの地元産食材を使い、それらの食材を子どもたちがおいしく味わえるよう、調理する際にも工夫しています。

給食における地元産食材の使用率は年々増加傾向にあります。規格外の食材は、コロッケやかきあげなどの加工品に活用するなどしており、平成25年度は33・5%、平成26年度は53・9%の使用率となっています。



『食育指導の充実』

市内の小中学校では、学校給食共同調理場の栄養教諭が給食や授業などの時間に、朝食の大切さや食べ物の栄養、地場産物の良さなどについて指導しています。これらの指導を通して、食に対する子どもたちの関心が高まり、残食が少なくなってきました。