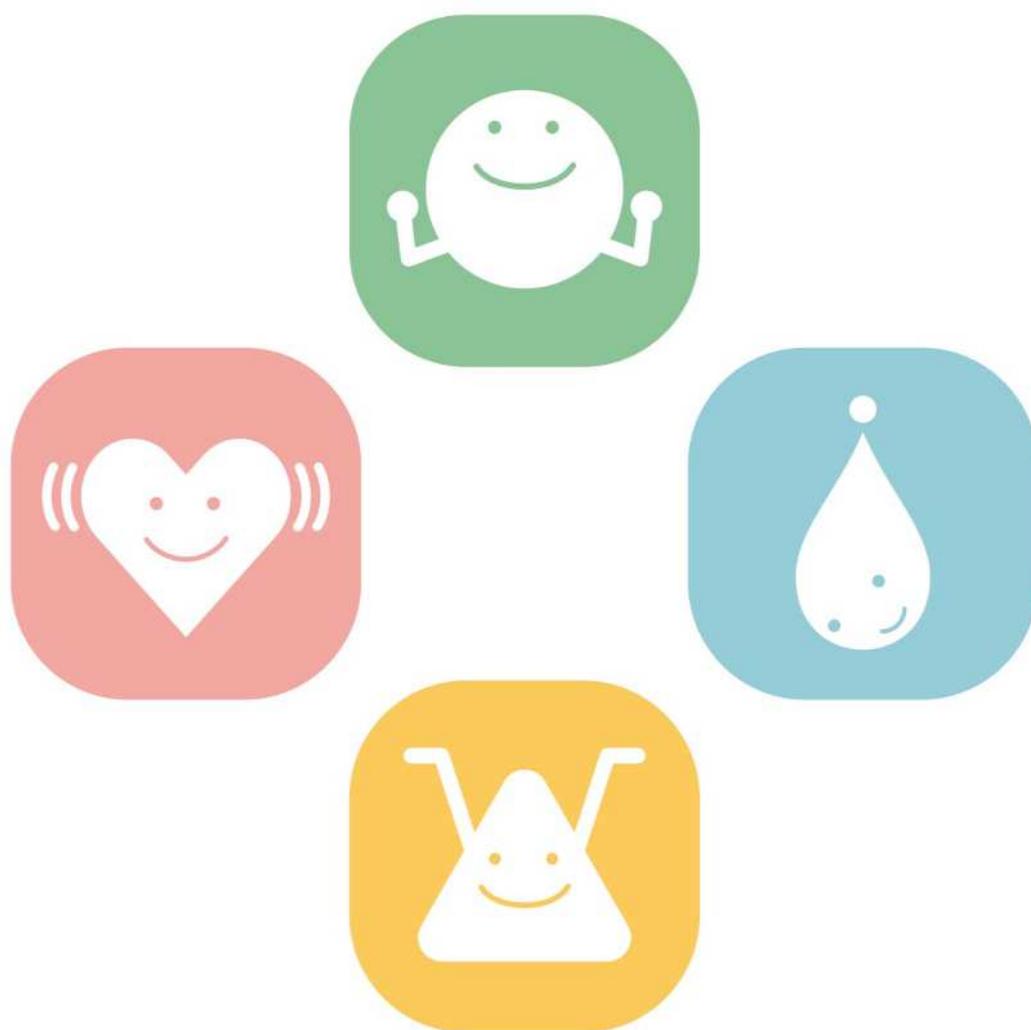


あいち 食育いきいきレポート2023



はじめに

愛知県では、食育基本法に基づき、県民一人一人が食の大切さを理解して、主体的に食育に取り組むための指針として、2021年3月に第4次愛知県食育推進計画である「あいち食育いきいきプラン2025」を作成しました。

このプランで掲げた「これまでの取組の継承とSHIN化」により食育の実践力を高めていくために、知事を会長として、学識経験者、教育関係者、保育・社会福祉関係者、医療・保健関係者、農林水産業関係者、食品関連事業・企業関係者、消費者団体関係者等により構成される「愛知県食育推進会議」を中心に、県、市町村、団体、事業者などがそれぞれの役割と特性を生かし、様々に連携・協力しながら継続的な県民運動として食育活動を展開しています。

この度、2022年度に行われた県内の食育の取組の中から、特に ①新規の取組又は5年以上継続して行われている取組、②新しい生活様式・デジタル化に対応した取組 ③他の機関と連携して行われた取組 などをレポートとして取りまとめました。

本書が皆さんの食育活動の幅を広め、それぞれの地域にあった食育推進の一助となれば幸いです。

各マークの説明



健康な体



豊かな心



環境に優しい暮らし



食育を支える

目次

章	項目	ページ 番号
I	「あいち食育いきいきプラン2025」について	3
II	特集「第17回食育推進全国大会inあいち」について	5
III	2022年度の主な取組の状況	7
	食を通じて健康な体をつくる取組	7
	 (1) ライフスタイルに即したバランスのとれた食生活の実践	7
	(2) 生活習慣病予防や適正体重維持の推進	14
	(3) 食の安全・安心に関する信頼の構築	17
	食を通じて豊かな心を育む取組	19
	 (1) 食を楽しむゆとりの積極的な確保	19
	(2) 体験や交流を通じた豊かな人間性の育成と食の理解促進	22
	(3) 日本の食文化や郷土料理等の理解と継承	28
	食を通じて環境に優しい暮らしを築く取組	31
	 (1) 食生活における環境への配慮の徹底	31
	(2) 農林水産業への理解と地産地消の推進	33
	(3) 農林水産業や食品関連産業における環境への配慮の徹底	35
	食育を支える取組	36
	 (1) 食育にかかる人材の育成と活動の充実	36
	(2) 多様な関係者による役割分担とネットワークの活用	37
	(3) いいともあいち運動の推進と充実	39
IV	県や関係団体の取組一覧	40
V	食育推進に関する問い合わせ先	53

I 「あいち食育いきいきプラン2025」について

- 「あいち食育いきいきプラン2025」（第4次愛知県食育推進計画）は、食育基本法に基づく愛知県の食育推進計画で、2021年4月からスタートしました。
- あいち食育いきいきプラン2025は、「健康な体」「豊かな心」「環境に優しい暮らし」「食育を支える」を食育の取組の柱に据え、健康で活力有る社会の実現を目指しています。
- プラン2025は愛知県の第4次計画として、これまでの取組を継承するとともに、多様な主体同士の連携や新しい生活様式の実践、SDGs達成への貢献などを踏まえ、取組を“SHIN化”（新化・進化・深化・伸化）させ、食育の実践力を高めていきます。

“SHIN化”って？

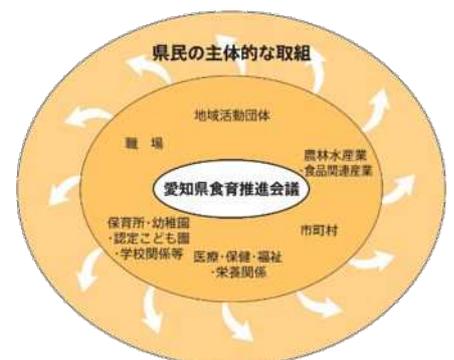
「新化」...時代に合わせた変化
「進化」...多様な発展
「深化」...質の向上
「伸化」...横展開のつながり

「S」...Sustainable(持続可能な)
「H」...Healthy(健康な)
「I」...Interesting(興味深い)
「N」...Network(連携)

食育の実践による健康で活力ある社会の実現



- あらゆる世代の県民が健全な食生活を送り、心身ともに健全で豊かに暮らすためには、生涯を通じた間断のない食育が重要です。このため、乳幼児から高齢者に至るまで、ライフステージと生活場面に応じた切れ目ない食育を進めています。
- また、食育に関する取組の実効性を高めるため、様々な関係者が、その役割と特性を生かしつつ、密接に連携・協力して、県民運動として食育を展開しています。



○食育の推進について、県や関係団体等は、あいちの食育が目指す3つの方向に則して、ライフステージと生活場面に応じ、それぞれの役割と特性を生かしつつ連携・協力して、継続的に情報提供や実践促進活動を行っています。

保幼 保育所・幼稚園・認定こども園 職場 勤務先
学校 小学校～大学 地域 その他の場所
※保幼が学校には特別支援学校を含む

■取組の体系

		保幼	学校	職場	地域	
食を通して健康な体をつくる取組	ライフスタイルに即したバランスのとれた食生活の実践	ア 乳幼児期における基本的な食習慣の確立	●			●
		イ 学校における小中学生への食に関する指導の充実		●		
		ウ 小中学生の食育のための家庭への支援		●		●
	生活習慣病予防や適正体重維持の推進	エ 高校における食育の充実		●		
		オ 青年期以降の若い世代を中心とした食育の推進		●	●	●
		カ 働く世代に対する食育の推進			●	●
	食の安全・安心に関する信頼の構築	キ 妊産婦や乳幼児を持つ親への食育の推進				●
		ク 高齢期における食による健康維持の推進				●
		ア 食品表示の適正化の推進				●
食を通して豊かな心を育む取組	食を楽しむゆとりの積極的な確保	イ 食の安全・安心に関する情報提供と理解促進		●		
		ウ 安全に関する自主管理と情報開示の促進				●
		エ 学校給食等における食物アレルギーへの対応	●	●		
	体験や交流を通じた豊かな人間性の育成と食の理解促進	ア 給食や弁当を通じた豊かな人間性の育成	●	●		
		イ 家族や友人と食事をとるための環境整備			●	●
		ウ 子どもや高齢者等の「こゝ食」への対応	●	●	●	●
	日本の食文化や郷土料理等の理解と継承	ア 乳幼児期における食とふれあう機会の確保	●			●
		イ 少年期から青年期を中心とした食に関する体験等の充実		●		●
		ウ 幅広い層に向けた体験・交流の機会の提供				●
食を通して暮らしに環境に優しく暮らす取組	食生活における環境への配慮の徹底	エ 国際的な食文化に対する理解の促進			●	
		ア 子どもに対する食事作法の習得	●	●		●
		イ 給食等における地場産物や郷土料理等の導入促進	●	●	●	
	農林水産業への理解と地産地消 ^② の推進	ウ 日本型食生活 ^③ の推進、郷土料理等地域の食文化の継承	●			●
		ア 持続可能な暮らしのための環境学習の推進		●		●
		イ 環境に配慮した食料品等の購入やリサイクル等の実践				●
	農林水産業や食品関連産業における環境への配慮の徹底	ウ 環境に配慮した食生活の実践				●
		ア 農林水産業への関心と理解を深める取組の推進				●
		イ 給食等による子どもに対する地産地消の理解と利用の促進		●		
食育を支える取組	食育にかかる人材の育成と活動の充実	ウ 青年期以降における地産地消の実践		●	●	●
		エ 直売所における生産者と消費者の交流促進				●
		ア 農林水産業における環境への配慮				●
	多様な関係者による役割分担とネットワークの活用	イ 食品関連事業者における食品廃棄物等の削減				●
		ウ 未利用食品の有効活用の普及啓発				●
		ア 保育・教育機関における推進体制の充実	●	●		
	いいともあいち運動 ^④ の推進と充実	イ 社会人を対象とした推進体制の充実			●	●
		ウ 愛知県食育推進ボランティア ^⑤ の育成と活動の充実				●
		エ 食育を担う多様な人材の育成と活動の促進				●
	ア 活動主体同士の情報共有と連携のさらなる強化	●	●	●	●	
	イ ネットワークを活用した関係者間の情報共有				●	
	ウ 食育に関する情報発信の充実				●	
	ア 運動の定着促進				●	
	イ 協働活動の充実				●	
	ウ 積極的な情報発信による県産農林水産物の利用拡大				●	

II 特集

「第17回食育推進全国大会inあいち」について



愛知県で2020年6月に開催する予定であった「第15回食育推進全国大会」は、新型コロナウイルス感染症の影響により中止となりましたが、大会の準備を通して培った食育関係者の連携を一層強化するとするとともに、県民が「食」に関する深い学びや新たな発見ができる場とするため、農林水産省との共催により、2022年6月に「第17回食育推進全国大会」を愛知県で開催しました。

「第17回食育推進全国大会inあいち」の詳しい様子は「食育ネットあいち」でご覧いただけます。

https://www.pref.aichi.jp/shokuiku/shokui-kunet/plan/legacy_aichi2022.html



<大会概要>

大会名称	第17回食育推進全国大会inあいち
開催日	2022年6月18日（土）、19日（日）
会場	Aichi Sky Expo（愛知県国際展示場・常滑市）
大会テーマ	“SHIN化”する「いきいき食育」あいちから ～健康な体、豊かな心、環境に優しい暮らし～
大会開催の目的	<ul style="list-style-type: none"> 食育関係者の連携を一層強化する機会とするとともに、県民が「食」に関する深い学びや新たな発見ができる場として位置づける。また、「あいちの食育」の理念を全国に向けて発信し、食育の取組に対する機運を高めていく。 全国に誇る愛知の豊かな農林水産物やこれまで育ててきた食文化など、あいちの「食」の魅力を県内外に広くPRし、需要拡大につなげる機会とする。
大会コンセプト	食育を通じた交流と学びの場 あいちの「食」の魅力を体感する場
主な内容	<ul style="list-style-type: none"> 食育活動表彰 食育に関する172ブースの出展 学生レシピコンテスト ステージイベント 本県農林水産業のPRや県産品の販売 ふるまいコーナー シンポジウム等
来場者	2日間合計：23,515人
主催	<ul style="list-style-type: none"> 農林水産省 愛知県 第17回食育推進全国大会愛知県実行委員会

＝ 当日の様子 ＝



大会に出展した団体が食育活動表彰を受賞しました

2023年に発表があった第7回食育活動表彰で、「第17回食育推進全国大会inあいち」にも出展するなど、積極的に食育活動を行っている名古屋市の「富士文化幼稚園」が審査委員特別賞を受賞しました。

食育活動表彰は、農林漁業、食品製造・販売等その他の事業活動、教育活動又はボランティア活動を通じて、全国各地で食育の推進に取り組む者の功績を称えるとともに、その取組の内容を広く周知し、食育を推進する優れた取組が全国に展開していくことを目的として、2016年以降、毎年農林水産省が表彰を行っています。

教育関係者・事業者部門
教育等関係者の部
審査委員特別賞

富士文化幼稚園（名古屋市）

食農 食育 ～大切な命をいただく～

米や野菜を育て、収穫し、食べる経験をする中で、人間は生きていくために、他の命をいただいていることを知り、命を大切にすることを育む教育を行っています。親子で体験し、親子で一緒に命をいただくことの意味を考えることができる機会も作るなど、より深い学びの場を提供しています。

毎年、JA・地域・給食担当事業者とともに食育年間計画・目標を立て、園児や親子で種まき、植え付け、収穫などの農業体験や行事に関わる行事食の取組を行っており、2022年度には「第17回食育推進全国大会inあいち」内の企画「あいちの『食育農園』」において、地元JAと連携し、園庭で育てた野菜の収穫体験の場の提供や、育てた野菜で作ったカレーのふるまいを行いました。



(上段)幼稚園での収穫体験
(下段)食育推進全国大会

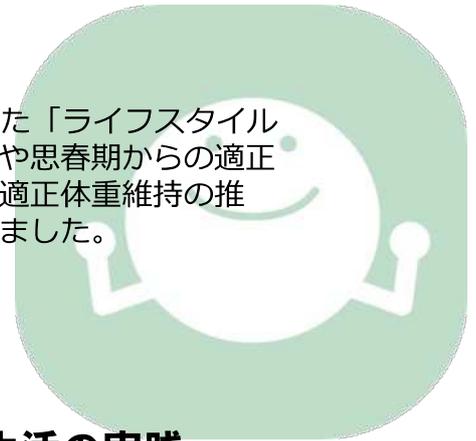


Ⅲ 2022年度の主な取組の状況

2022年度に県や関係団体などが実施した食育の取組で、報告のあった251件から項目ごとの主な取組59件を掲載しました。

食を通じて健康な体をつくる取組

乳幼児期から高齢期にいたるまで、ライフステージに応じた「ライフスタイルに即したバランスのとれた食生活の実践」、子供の肥満予防や思春期からの適正体重の維持の推進、職場等での健康指導など「生活習慣病や適正体重維持の推進」及び「食の安全・安心に関する信頼の構築」に取り組みました。



1 ライフスタイルに即したバランスのとれた食生活の実践

離乳食教室

尾張旭市

- 実施時期：2022年5月19日、7月14日、9月15日、11月16日、2023年1月18日、3月16日
- 対象者：生後4か月以降の子を持つ保護者

●内 容

新型コロナウイルス感染拡大予防のため、調理実習・託児を中止し、管理栄養士による講話・実演と希望者のみ試食を実施し、月齢にそった離乳食の作り方や食事形態を学ぶための教室を開催しました。また、離乳食教室で紹介するメニューを市ホームページ上で動画配信を実施しています。

●活動の成果、今後の課題

【参加者】5月19日（7名）、7月14日（12名）、9月15日（16名）、11月16日（16名）、1月18日（13名）、3月16日（14名）

参加者からは、「参考になった」「安心して始められそう。」「必要な情報が知れて良かった」などの意見が聞かれました。

●デジタル化の推進について

離乳食教室で紹介するメニューを市ホームページ上で動画配信を実施しています。



取組項目：乳幼児健診や地域の子育て支援の場を活用した実践促進（取組場面：地域）

食育指導、野菜栽培、今日の献立、歯磨き指導

春日井市立第二保育園

- 実施時期：通年
- 対象者：保育園児
- 内容
 - ・年間計画を作成し給食を通して、食べることの楽しさや大切さ、食材の役割、食事作法等を伝えています。食育指導には、パネルシアター等イラストを使用した啓蒙をしています。
 - ・季節の野菜を栽培、収穫体験を通して野菜の生長過程を知り、食べる意欲に繋がりました。収穫した野菜は持ち帰り家庭での調理を通して、親子で野菜について話す機会になりました。
 - ・毎日の給食献立を写真カードにし、献立ボードに掲示し紹介しています。
 - ・歯磨き指導や毎日の歯磨きを通し、歯の大切さを伝え歯磨きの習慣付けをしています。
- 活動の成果、今後の課題
 - ・食育指導や野菜の栽培、収穫体験を通して、食に関する関心が高まっています。
 - ・登園時に献立ボードを親子で見えて食材について話すきっかけとなっており、給食を楽しみにし、食べる意欲につながっています。
 - ・毎日の歯磨きが習慣となり、歯を大切にしようとする気持ちが出てきています。



取組項目：給食・弁当を活用した食育や地域人材の活用促進（取組場面：保幼）

食育情報の共有と町制60周年記念給食の発信（食育担当者実務者会議）

大口町

- 実施時期：2023年1月から3月
- 対象者：町民
- 内容

毎年、健康おおぐち21計画の食育啓発として、担当者の連携を図るため会議を開催し、6月の食育月間と11月の読書週間及び和食の日に因んで保育園と小中学校の給食をもとに町民全体への食育啓発を行っています。

今年度は町制60周年にあたり、記念事業等が企画される中で給食を題材に、保育園では地産地消や園児の食育活動を掲示物を通して保護者へ、さらに広報誌の特集により町全体の啓発を行ってきました。また、小中学校では給食週間に昭和時代の給食開始ごろから令和までの給食を企画し、給食日より保護者への啓発を行ってきました。

連携会議では、各部署で行っている企画内容の共有と連携を図り、町制60周年の食育活動のまとめとして、掲示物や給食レシピを集めた発信コーナーを公共施設に設け、町広報誌において町民向けに啓発を行いました。
- 活動の成果、今後の課題

各部署で取り組んでいる内容は、同じような取り組みを行っていても他部署からはわかりにくい情報共有の場が必要で、そこから発展のヒントになることも多いです。一方で、人事異動もあり連携会議のメンバーは3年程度でかわるため、健康づくり・食育の視点でライフステージを通じた取り組みができるように継続が必要です。



取組項目：給食・弁当を活用した食育や地域人材の活用促進（取組場面：保幼）

小学校2年生を対象とした給食訪問指導「食まるパワーのひみつを知ろう」

刈谷市学校給食センター

- 実施時期：2～3学期
- 対象者：小学校2年生
- 内容

児童が自らの健康を考え、望ましい食生活を実践できる能力を育成することを目的とし、栄養教諭等が、小学校2年生の全クラスを訪問し、授業または給食時間の指導を行いました。その日の給食を教材に、栄養バランスがとれた食事とはどのような食事であるかを知らせるとともに、コロナ禍でも可能な個々への声かけを行いました。

●活動の成果、今後の課題

市内の全15校で実施し、しょくまるファイブの歌を活用した指導を行うことで、食に関心を示す児童が増えてきました。今後も継続的な実施が必要と考えています。



取組項目：学校給食の「生きた教材」としての活用、学校全体で食育に取り組むため、給食と各教科等を関連づけた指導計画の作成と指導の充実（取組場面：学校）

くすっ子、花まるごはんで元気アッププロジェクト

豊橋市立くすのき特別支援学校

- 実施時期：通年
- 対象者：くすのき特別支援学校 児童生徒
- 内容

児童生徒に野菜に関する興味関心を持ってもらえるよう、生活単元学習や学級活動などの教科等と関連した食に関する指導を行いました。

小学部では、野菜スタンプでの絵の作成やさつまいもの収穫など、農作物に直接触れ合う体験型の授業を行いました。生活単元学習では、栄養教諭が扮する野菜の王様が登場して、野菜の色や形について知り、野菜の名前を口に出して覚えめました。また、野菜を食べると元気になることを元気ポーズで児童生徒と一緒に身体を動かしながら伝えました。給食時には学んだ野菜を実際に食べることで、野菜に親しみをもちました。苦手な野菜を挑戦して食べた児童生徒に対しては、ごほうびとして野菜の王様が元気であることを認める言葉をかけ、自己効力感の育成を図りました。他学年でも同様の取り組みを行いました。

●活動の成果、今後の課題

野菜の名前を言えるようになる児童や、校外での活動の際に、畑を見て「この前勉強したね」という声が出るなど、野菜に対して興味関心をもつ児童が増え、楽しみながら学習をすることができました。また、今まで給食の食べが悪かった児童が、授業を受けた後自ら進んで食べ、完食できるようになる等喫食率の増加が見られました。

●継続した取組の変遷について

以前より、野菜に関するクイズ等を使用した食に関する指導を行っていましたが、2021年度より発達段階に合わせた各教科と連携した指導を行うことで、食育の充実を図りました。



取組項目：学校給食の「生きた教材」としての活用、学校全体で食育に取り組むため、給食と各教科等を関連づけた指導計画の作成と指導の充実（取組場面：学校）

西尾市観光協会食部会による食育講座

西尾市産業部農水振興課

- 実施時期：9月から2月
- 対象者：市内小学生
- 内 容

西尾市観光協会食部会への委託事業として、市内飲食店等が市内9小学校で食育の出前授業を実施しました。数多くある西尾市の農水産物を身近に感じてもらい、食や地産地消への関心を高める目的で実施しています。今年度は、一色産うなぎの話や触れ合いや三河一色えびせんべいの手焼き見学、いただきます・ごちそうさまについての話、西尾の抹茶に合う和菓子作り、学校で収穫したさつまいもを使ったパン作りなどを通じて、西尾市の農水産物について楽しく学びました。

●活動の成果、今後の課題

外部講師が授業を実施することにより、普段聞くことのできないお話を聞くことや体験できない調理実習ができ、地元の農産物等を理解する良い機会でした。今後は、より学校の希望にあった講座を実施できるよう、講座内容を検討していきたいと考えています。

●連携について（連携先：市内小学校、西尾市観光協会食部会）

子どもたちに地元についてもっと知ってもらうため、西尾市観光協会食部会より小学校での食育の出前授業を実施したいと要望があり、食育講座を開始しました。



取組項目：地域人材を活用した体験的な活動の充実（取組場面：学校）

学校給食レシピ紹介

岡崎市教育委員会学校給食センター

- 実施時期：通年
- 対象者：市民
- 内 容

岡崎市のホームページで、学校給食のおすすめレシピを毎月栄養教諭が紹介しています。献立のねらいなどを、市民の方に伝えるために行いました。4月は人気メニューの「ピンパ」を紹介しました。2学期からは、献立を各教科や行事と関連をさせた「食べて学ぼう献立」を実施しており、そのレシピを紹介しています。8・9月は、中学校2年生社会科「世界の諸地域」と関連させた韓国料理の「ヤンニョムチキン」を給食で提供し、そのレシピを紹介しました。また、給食への理解を深めてもらえるように、献立のねらいや教科等との関連について、レシピ内の「学びのポイント」で紹介しています。

URL：https://www.city.okazaki.lg.jp/1550/1575/1659/p034818_d/fil/202208_09.pdf

●活動の成果、今後の課題

給食のレシピや献立のねらいを、様々な人に手軽に知らせることができました。今後は、献立表に二次元コードを載せる以外にもアクセスが増える方法や、レシピの感想やリクエストをもらうなど一方的な発信とまらない方法を検討していきたいと思います。

●デジタル化の推進について

毎月配付する献立表にレシピ紹介の二次元コードを掲載しています。また、研修会で学んだ料理を上手に撮影するコツを生かしています。



取組項目：食育だより等各種お便り、学校給食試食会、献立募集や料理教室、食物アレルギーに関する情報、就学時健診等での各種学校給食に関する情報提供等を通して小中学校から家庭に向けての食育促進（取組場面：学校）

小中学校の食育に関する先進的取組事例の紹介

愛知県小中学校長会 給食委員会

●実施時期：4月～1月

●対象者：愛知県内の全小中学校(名古屋市を除く)

●内容

各小中学校における食育の充実を図ることを目的として、指導計画例及び県内での先進的な6実践を紹介しました。

- 1 コロナ対策に配慮したバイキング給食 田原市
- 2 「生きる力」を育む食に関する指導を通して 刈谷市立小垣江小学校
- 3 豊かな心と体を育む食育 豊川市立御津中学校
- 4 食べる楽しさ大切さが分かる明倫っ子 東海市立明倫小学校
- 5 望ましい食習慣を身に付ける児童の育成 豊明市立中央小学校
- 6 栄養バランスを考えて食事のできる児童の育成 清須市

●活動の成果、今後の課題

地域の特色を生かした実践を参考にいただき、各校における食育の推進を地道に続けていただくための資料となりました。

●継続した取組の変遷について

県小中学校長会給食委員会の調査研究は、研究主題を「生きる力を育む、健康教育の推進と食に関する指導の充実」として、2年間の計画で推進してきました。



取組項目：各校の食育取組事例の学校間での共有（取組場面：学校）

高校生朝ごはんプロジェクト

田原市農政課

●実施時期：2022年4月1日～2023年3月31日

●対象者：市内高校3年生

●内容

- ①朝食の欠食率の減少と生活習慣改善
- ②若者への朝食の重要性とレシピの普及

「高校生朝ごはんプロジェクト」として、来春高校を卒業し、一人暮らしや社会人の仲間入りをする高校3年生に向けて、朝食の大切さを知ってもらうとともに、自ら調理して朝食を食べる習慣をつけてもらうため、朝食レシピを提供し、普及啓発を実施しました。

●活動の成果、今後の課題

若い世代の代表として渥美農業高校3年生の生徒さんに協力いただき、市の管理栄養士とともに、忙しい朝でも簡単に作って食べられる朝食レシピを考案。田原市で生産されている野菜を取り入れ、毎日の食事でも不足しがちな野菜を手軽に摂取できるレシピができました。

考案したレシピの完成披露試食会を渥美農業高校にて開催。レシピのリーフレットを作成し、市内の高校3年生全員に配布しました。卒業後も朝食を食べる習慣を持ってもらえるよう普及啓発しました。来年度以降は市内企業で働く若者への試食会の開催や、各種イベント等にて広くPRを実施していきます。

●連携について(連携先：愛知県立渥美農業高等学校、田原市健康課)

レシピを考案するにあたり、若者の視点を取り入れ、より興味を持ってもらえるよう、若い世代の代表として渥美農業高校生活科学科3年生の生徒さんに協力いただきました。

栄養面など専門的な知識に関しては市の管理栄養士とも連携しました。



取組項目：若い世代への啓発や講演会、職場の給食施設への巡回（取組場面：学校）



「おうちごはん」を考えよう！働く世代のバランス献立 立て方講座

北名古屋市保健センター
(食生活改善推進協議会・北名古屋市役所生涯学習課)

- 実施時期：2022年12月14日
- 対象者：市内在住の方
- 内 容

市の食育計画の基本施策に基づいて、栄養バランスのとれた規則正しい食生活の実施ができるようにするためには、どのように献立を立てるとよいか講義を行いました。

【講義内容】

- ①保健センターの管理栄養士：「働く世代の健康リスク」と「食事でメタボ予防について」の講話
- ②食生活改善推進協議会：ベテラン主婦目線での1週間の買い物の考え方と 具体的な献立の立て方の講話・食品カードを使って1食の献立を3～4人1組で立てるワーク

【場所】北名古屋市健康ドーム 【参加人数】10名

●活動の成果、今後の課題

参加者からは、「他の家庭ではどのようなことを考えて献立を組み立てているのか分かって参考になった。」「普段野菜の量が足りないなと感じた。」などの声が上がりました。

●連携について(連携先：食生活改善推進協議会)

生涯学習課から食生活改善推進協議会へ講義の依頼があり、食生活改善推進協議会の支援者として、保健センターが携わりました。

生涯学習課と連携することで、一般市民の働き世代に広く生活習慣病の予防啓発ができるため、連携して講義を行いました。



取組項目：働く世代が健康に働くための食生活の実践啓発 (取組場面：学校)

健康経営向けSDGs貢献につながる みんなで野菜食べようチャレンジ

カゴメ株式会社、エーテンラボ株式会社、神奈川県立保健福祉大学、豊橋市

- 実施時期：2022年9月12日～12月12日
- 対象者：市内企業(6社)の従業員及び豊橋市職員 272名
- 内 容

【目的】チャレンジを通じた参加者の野菜摂取量の増加

【内容】以下の①～④について実施しました。

- ①野菜摂取の動機付けコンテンツの提供(動画配信+eラーニング)
- ②野菜飲料の提供による環境サポート
- ③職場での推定野菜摂取量測定装置(ベジチェック®)の設置
- ④アプリ「みんなチャレ」を活用した複数人のグループによる野菜摂取チャレンジ及びチャレンジ活動状況に応じた地域への寄付プロジェクトの食生活の実践

●活動の成果、今後の課題

活動の成果に関しては、カゴメ株式会社・エーテンラボ株式会社にて3月完成を目途に作成中です。

●デジタル化の推進について

- ・野菜摂取の動機付けコンテンツを動画配信+eラーニング形式で提供することにより、参加者が自身のタイミングで視聴できる環境を整えました。
- ・推定野菜摂取量測定装置(ベジチェック®)を参加企業各社に設置し、参加者が手のひらをセンサーにのせるだけで簡単に野菜摂取量をチェックできる環境を整えました。
- ・アプリ「みんなチャレ」は、参加者がアプリ内でグループを組み、グループ内で食事内容の共有・コメント・評価等を行うことができる他、野菜摂取の目標達成状況に応じて地域に寄付を行うことができる機能を有しています。アプリを活用することにより、参加者の野菜摂取に対するモチベーションの維持・向上につなげました。



取組項目：働く世代が健康に働くための食生活の実践啓発 (取組場面：職場)

プレママと産後ママの交流会

岩倉市

- 実施時期：年6回（偶数月に実施）
- 対象者：市民（妊婦と3か月までの児をもつ産婦）

●内 容

助産師の講話、妊産婦同士で交流をする中で、妊産婦期に必要な栄養について知っていただくため、栄養士が講話、生野菜350gの実物を提示して野菜摂取量への意識を持ってもらうようにしました。

●活動の成果、今後の課題

生野菜350gを目の前にすると、意外と摂取できそうという声がありました。見た目は野菜350gを摂取できそうと感じても、毎日の生活で実施することが難しいのは、何か原因なのか調べることが今後の課題です。



取組項目：母親教室等での健康教育や情報提供、授乳期以降の食の重要性の啓発
(取組場面：地域)

メタボ対策からフレイル予防へギアチェンジの巻 これで大丈夫（だいじょうぶ）教室

東郷町

- 実施時期：2023年2月～2023年3月
- 対象者：65～74歳以下の者で、令和2年度及び3年度のフレイル関連疾患の受診があり、BMI21.5未満の者

●内 容

いつまでも元気な身体を保つためには、フレイル予防が必要です。フレイル予防の一つの柱として「低栄養予防」があり、今までのメタボリックシンドロームの保健指導とはまるで真逆ともいえる高齢期ならではの食事について、正しい知識を身に着けることが必要です。正しい知識を身に着けることに加えて、簡単に調理ができる調理方法や買い物の工夫を学べる料理教室を実施します。今回は体力測定や口腔についての内容を含め、栄養の視点のみならずフレイル予防について周知をする機会としました。

●活動の成果、今後の課題

メタボリックシンドロームの指導を受けてきた者が多く「野菜を中心に」「肉や卵は控えめに」「カロリーは摂りすぎない」等の根付いた知識を一変することができました。今後も継続して、低栄養予防の知識の普及啓発を中心とし、フレイル予防全般の知識の普及啓発を行ってまいります。

●継続した取組の変遷について

今年度は低栄養リスクのある者に焦点を当てて、より低栄養予防の知識を身に着けてほしい者を対象として教室を開催しました。低栄養予防の知識の他、フレイル及びお口の健康に関する知識の普及啓発、体力測定を実施し自分の身体状況について把握できる体制を昨年から継続して実施しました。



取組項目：食育関係者による料理教室や市町村の高齢者向け栄養改善教室などの実施拡大
(取組場面：地域)

春日井市配食サービス利用助成事業

春日井市

- 実施時期：通年
- 対象者：自ら食事の準備や栄養管理等が困難で、安否確認を要する、次のいずれかの該当者
 - (1) 概ね65歳以上で、要支援・要介護認定者、事業対象者のみの世帯
 - (2) 概ね65歳以上で、要支援・要介護認定者、事業対象者と重度障がい者のみの世帯
 - (3) 重度障がい者のみの世帯
- 内 容
自ら調理、栄養管理等を行うことが困難なひとり暮らし高齢者等が、安否確認を兼ねた配食サービスを利用することにより健康の増進と自立した食生活を送り、健康保持と生活の質を確保することを目的としています。月～金曜日の週5回（昼食又は夕食）を限度として、1食あたり300円を助成しています。
- 活動の成果、今後の課題
 - ・2021年度から、配食回数を週4回から週5回に変更したところ、利用者数及び利用食数が増加しました。
 - ・登録事業者が配達時に利用者の異変に気づき、救急要請や家族、ケアマネジャーへ繋ぐことができおり安否確認の意味合いが大きいと考えています。
 - ・今後も同様の取組を継続していきたいと考えています。
- 継続した取組の変遷について
1995年度から社会福祉協議会へ委託事業として配食協力員方式で実施していた高齢者給食サービス事業（食の自立支援事業）を見直し、2011年度から宅配業者が直接利用者宅に配達する方法で事業を実施しています。



取組項目：市町村等による配食サービスなどの充実（取組場面：地域）

2 生活習慣病予防や適正体重維持の推進

第17回食育推進全国大会inあいちへの参画

一般社団法人 愛知県歯科医師会

- 実施時期：2022年6月18・19日
- 対象者：国民
- 内 容
農林水産省、愛知県主催により開催された「第17回食育推進全国大会inあいち」において、むし歯・歯肉炎予防指導や歯磨きの習慣づけ、歯の役割や、よく噛む大切さ等の啓発を目的として、ブースを出展しました。
ブース内では歯と全身の健康を周知するパネル展示の他、歯科相談、口腔機能と全身の健康に関するチラシの配布、歯ブラシ等の口腔ケア用品の配布、口の噛む機能をセルフチェックする咬合力チェックガムの配布など、歯科からの全身の健康の保持増進を来場者に伝えました。
また、愛知県栄養士会と共催により、よく噛むことが全身の健康に関与することを県民に周知するため、「「噛む」から始める歯ッピーライフ」と題して、シンポジウムを開催しました。
- 活動の成果、今後の課題
参加者数は、出展ブース約1,800名（2日間）、シンポジウムは130名を数え、どちらも多くの参加がありました。コロナ禍により、ブース内で咬合力チェックガムを使用したアンケートを実施することが難しかったため、自宅でも回答出来るようWebアンケートを使用して実施しましたが、回答率は低かったです。シンポジウムでは、食育を推進するにあたって、関係する他職種と連携することの必要性・重要性等について活発に討論が行われました。本大会のテーマでもある「SHIN化」によって、食育関係者との連携を強化することができました。



取組項目：むし歯・歯肉炎予防指導や歯みがきの習慣づけ、歯の役割や、よく噛む大切さ等の啓発（取組場面：地域）

噛むカム幼児教室

大府市健康づくり食育推進協議会

●実施時期：2022年7月14日、10月13日、2023年1月19日

●対象者：大府に住む2歳前後の子供とその保護者

●内 容

2歳前後の幼児とその保護者を対象に、お口の発達について知識や技術を普及・啓発し、適切な食生活が行えるように支援することです。また発達に応じた食べる力を養い、食生活を楽しめるよう支援することです。歯科医師からは「幼児期のお口の発達に関すること」や「気になる食べ方と対処法」、歯科衛生士からは「食事の時の姿勢とお口を使った遊びの紹介」、管理栄養士からは「おいしい&楽しい食事」や「幼児の味覚と好き嫌いへの対処法」などについて、それぞれ15~30分の講話を行いました。

●活動の成果、今後の課題

各回で紹介した噛むカムレシピがとても好評で、もっと知りたいという声が多く聞かれました。また、専門家から詳しく話を聞くことができ勉強になった、前向きな気持ちになれたなどの感想をいただき、子どもの食事に悩む保護者に寄り添った講座とすることができました。

講座の開催間隔が2か月おきだったため、日程を忘れてしまう方がいたため来年度は月に1回の実施にするように調整しています。

●新規取組について

2015年度に実施された乳幼児栄養調査では、「作るのが負担、大変」「丸飲みしている」「食べ物の種類が偏っている」という悩みが多く、約75%の保護者は、子どもの食について何らかの困りごとを抱えているという結果でした。保健センターの健康相談でも食事を食べない、むら食いがあるなどの悩みが多い状況です。

かかりつけの歯科医を持たない家庭では、歯科の専門家から直接話を聞く機会が少ないため、本事業を実施することとなりました。



取組項目：むし歯・歯肉炎予防指導や歯みがきの習慣づけ、歯の役割や、よく噛む大切さ等の啓発（取組場面：地域）

タニタ健康づくり教室

尾張旭市

●実施時期：【前期】2022年8月30日、9月6日

【後期】2023年1月30日、2月6日

●対象者：18歳以上の市民

●内 容

（株）タニタヘルスリンク監修のプログラムに基づいて、生活習慣、運動、栄養、歯科について学び、ワンランク上の健康づくりを目指します。全6回の教室（前期：8月23日から9月27日の火曜日、後期：1月16日から2月20日の月曜日）のうち、それぞれ2日間で栄養講義と調理実習を実施しました。初回元気まる測定から3か月後に評価のための元気まる測定を実施し、自身の健康づくりが継続的に行われるように支援します。

●活動の成果、今後の課題

【参加者】8月30日（11名）、9月6日（10名）、1月30日（5名）、2月6日（5名）

参加者からは、「自分の塩分量が多いことに気づいた」「野菜の摂取が少ないことに気づいた」など調理実習を実施したことで食生活改善のきっかけとなった意見が多く聞かれました。

●新規取組について

（株）タニタヘルスリンクと市民の健康づくりの推進に向けた取り組みを実施するにあたり、教室を開催しました。



取組項目：地域特性を踏まえた食生活の改善のための継続的な食環境づくりの推進（取組場面：地域）

野菜の手ばかり目ばかり

半田市福祉部健康課

●実施時期：通年

●対象者：市内公立幼稚園・保育園・こども園等の保護者または親子、市内児童センターに来所する保護者または親子

●内 容

成人が1日に必要な350gの野菜を体感することで、自身の食生活での野菜摂取量の状況に気付き、毎日の食事に野菜を取り入れるためのきっかけ作りとし、生活習慣病の予防に繋げることを目的としています。保育施設の協力を得ることで、健康無関心層も含めた子どもを持つ若い世代とその子どもに、健康づくりのためのきっかけを提供できるようにしました。

①フードモデル・実際の野菜を使用して、1日で食べた野菜の量を思い出してもらい、秤に乗せる。

②1日に野菜をどの位食べているか確認し、1日の野菜必要量(350g)を知ってもらう。

●活動の成果、今後の課題

時間に余裕をもって実施できた施設が多く、対象者の食習慣に合わせたアドバイスができました。健康への関心度によっては行動変容に繋がらないこともありますが、定期的に野菜摂取量増加に向けたきっかけづくりの場を設けることは効果的と感じています。

今後は習慣化に繋がるようなライフスタイルに合わせたアドバイスが必要と考えています。



取組項目：地域特性を踏まえた食生活の改善のための継続的な食環境づくりの推進
(取組場面：地域)

料理レシピサービス「クックパッド」を利用したメニューの情報発信

東海市

●実施時期：2023年1月～

●対象者：市民

●内 容

東海市はトマトde健康まちづくり条例に基づき、トマトを活用した健康づくりを推進しています。毎月10日は市内小中学校の給食でトマト給食を提供、とまと記念館ではトマトを使った健康メニューを提供しています。

今回、料理レシピサービス「クックパッド」の公式アカウントを取得し、提供したメニューのレシピ紹介を開始しました。トマト料理以外にも野菜がたっぷりとれる健康メニューのレシピも紹介しています。

<https://cookpad.com/kitchen/52995960>

●活動の成果、今後の課題

2023年1月27日からレシピを公開後、総アクセス数が23,092件（2月14日現在）です。1日平均1,300件を超え、多くの方に閲覧いただいています。今後、さらに閲覧数の向上にむけて、毎月レシピを10種類程度追加していきたいと考えています。また、多くの東海市民の方にクックパッドを活用してもらうために事業のPRを実施していきます。

●デジタル化の推進について

新型コロナウイルス感染拡大の影響により、家庭で料理する機会も増えていることから、誰でも携帯等で手軽にレシピが検索できるクックパッドを活用しました。



取組項目：地域特性を踏まえた食生活の改善のための継続的な食環境づくりの推進
(取組場面：地域)

野菜を食べようプロジェクト「野菜たっぷり！！ヘルシーメニュー」

知多市健康推進課

- 実施時期：通年
- 対象者：市民
- 内 容

市内飲食店にご協力いただき、野菜量140g、エネルギー500～700kcal程度、食塩摂取量3.0g未満の認定基準にあうメニューを「野菜たっぷり！！ヘルシーメニュー」として認定しています。また、認定基準ではありませんが、噛みごたえも評価しています。外食でもしっかり野菜がとれる環境をつくり、市民の健康に対する意識の向上と野菜摂取量の増加を目的としています。



●活動の成果、今後の課題

現在14店舗17メニューがヘルシーメニューとして認定されています。今後も店舗・メニュー数の拡大と、ヘルシーメニューの周知を図る予定です。

認定後の提供店舗へのフォローアップ、市民へのより効果的な周知が課題となっています。



●連携について(連携先：知多市商工会)

平成27年度のヘルシーメニューの実施に伴い、多くの飲食店が加入されている知多市商工会と連携し、各店舗への協力を依頼しました。



取組項目：地域特性を踏まえた食生活の改善のための継続的な食環境づくりの推進
(取組場面：地域)

3 食の安全・安心に関する信頼の構築

健康食品に関する情報提供

一般社団法人愛知県薬剤師会

- 実施時期：通年
- 対象者：県民
- 内 容

自らの判断で食品を選択し適切に摂ることが求められています。

愛知県薬剤師会では、こうした現状を踏まえ、適切に健康食品を選択できるようにするための1つの参考情報として、収集した情報をまとめ、ホームページで情報提供しています。

また、愛知県市町村振興協会が主催する家庭介護者等養成研修に講師を派遣し、「高齢者が薬・健康食品と上手につきあう」をテーマに講義を6回行いました。

●活動の成果、今後の課題

販売者側の話や広告に頼らず、自分の食生活や生活習慣を見直して、何が不足していて、何が必要なのかを考えることで上手に健康食品を利用できます。

消費者の方が医薬品との違いや相互作用を正しく理解し、上手に健康食品を利用できるよう情報提供に努めていきます。

●継続した取組の変遷について

2007年度より、愛知県市町村振興協会が主催する家庭介護者等養成研修に講師派遣しました。同時に介護職員向け「介護職員が知っておきたい薬の基礎知識」、ケアマネジャー向け「ケアマネ研修会」も受諾しました。



取組項目：食物アレルギーへの理解促進や市町村教育委員会の食物アレルギー対応委員会の設置、危機管理体制の構築(取組場面：地域)

保育園給食献立表への食物アレルギー啓発記事の掲載

日進市

- 実施時期：2023年2月
- 対象者：公立保育園 保護者
- 内 容

2月20日のアレルギーの日にちなみ、保育園献立表へ食物アレルギーに関する啓発記事を掲載しました。自らの子どもの食物アレルギーの有無に関わらず読むことのできる内容で、保育園での食物アレルギーの現状、正しい知識についての情報を掲載しました。

●活動の成果、今後の課題

すべて保育園に食物アレルギーを持つ園児が在籍し、食物アレルギーのある子どもも毎日一緒に過ごしているため、普段から食物アレルギーを身近に感じているのですが、この「食物アレルギー」を正しく理解する機会の提供ができたと考えています。今後も定期的に情報提供していきたいです。

●デジタル化の推進について

2022年4月から献立表配布方法を紙媒体から保護者アプリ配信に変更しました。あわせて市webページにも掲載しています。



取組項目：食物アレルギーへの理解促進（取組場面：保幼）

「ユニバーサル給食」の実施

小牧市

- 実施時期：2022年7月5日、10月11日、2023年1月10日
- 対象者：市内公立小中学校児童生徒
- 内 容

アレルギーの有無にかかわらず児童生徒が同じ給食を食べることで、食物アレルギーに対する理解を深めることを目的として、市内全小中学校でアレルギーの原因となる抗原「アレルゲン」である特定原材料等の28品目を除去し、みんなが一緒に食べられる「ユニバーサル給食」として、初めて実施しました。

●活動の成果、今後の課題

コストがかかるという課題もありますが、普段は食物アレルギーのため給食を食べることができなかったり、みんなとは離れて食べていた児童生徒たちが「みんなと一緒に」おいしそうに給食を食べることができました。

●新規取組について

アレルギーなどで普段は給食を食べられない子どもたちのために、また食物アレルギーに対する理解を深めることを目的として、「ユニバーサル給食」として実施しました。子どもたちのアンケートからは、「いつもの給食と味がそんなに変わってなかったの、普段給食を食べることができない人からしたら、とてもよい給食なのではないかなと思った」「生まれて初めて給食を食べられて、すごくうれしかった」等の意見が寄せられ、今後もアンケート結果を基に児童生徒の声も聞きながら実施していく予定です。



取組項目：食物アレルギーへの理解促進や市町村教育委員会の食物アレルギー対応委員会の設置、危機管理体制の構築（取組場面：学校）