

みよし市食育推進会議次第

日時：令和4（2022）年6月24日（金）

午後3時から

場所：サンライズ2階 研修室兼軽運動室1～3

1 委嘱状交付

2 あいさつ

3 議題

（1）第3次みよし市食育推進計画及びみよし市食育推進会議の概要について

資料：第3次食育推進計画

：第3次食育推進計画（概要版）

（2）みよし市の食育推進に関する取り組み状況について

資料：別紙1

（3）食育推進に関する周知・啓発活動について

資料：別紙2

（4）食育推進に関する意見交換

みよし市食育推進会議委員名簿

役 職	氏 名	摘 要
会 長	酒井 喜市	副市長
委員	加藤 知子	みよし市教育委員会委員代表
	荘田 敏文	あいち豊田農業協同組合代表
	小野田 加代子	みよし市農村生活アドバイザー代表
	竹谷 明永	農業生産団体代表（果樹組合）
	根岸 さなえ	食生活健康推進員会代表
	青木 正也	商工会代表（食品部）
	浦野 秀敏	みよし市小中学校ＰＴＡ連絡協議会代表 （黒笹小学校）
	奥村 真由美	小中学校教頭代表（天王小学校）
	辻 有記衣	保育園代表（明知保育園）
	堀本 さなえ	みよし市私立幼稚園協会代表 （三好文化幼稚園）
	増岡 美菜子	市立保育園父母の会代表 （打越保育園）
	花園 優	みよし市私立幼稚園協会母の会代表 （三好文化幼稚園）
	野田 一弘	愛知県立三好高等学校代表（教頭）
	新谷 千晶	N P O代表
	小川 雄二	学識経験者（名古屋短期大学教授）
	兼平 奈奈	学識経験者（東海学園大学准教授）
	増岡 庶	公募委員

助言者	藤田 俊	豊田加茂農林水産事務所 農政課長
助言者	杉原 孝子	衣浦東部保健所 健康支援課長
助言者	近藤 貴子	栄養教諭代表（北中・学校給食センター）
助言者	中川 葉菜子	保健師代表（保健センター）

■食育推進事業評価表

別紙 1

基本目標	基本施策	通番	事業・活動名	目 的	内 容	実施主体等	対象				
								R 3 年度実績	R 4 年度計画	今後の事業 の方向性	備考
1 （人づくり）食の大切さや、楽しさが分かる心豊かな人を育てます	①食の正しい知識を身に付け、食に対する感謝の心を持つ豊かな人間性の育成	1	すくすく教室 （離乳食教室）	子どもの成長に合わせた離乳食（作り方、食べさせ方）について理解してもらう	離乳食時期の子どもの成長と離乳食についての講話と試食、個別相談を実施する	健康推進課	生後7か月児を持つ保護者	毎月1回教室を開催。 9 2 人が参加。	毎月1回教室を開催。	継続	
		2	園だよりへの食育記事の掲載・配布	食の大切さを伝えて関心を高める	行事予定の中に食育だよりを掲載し、規則正しい生活習慣や朝食をとる意義などを伝える	保育園 幼稚園	園児	毎月園だよりに管理栄養士による「食育だより」を掲載（ベル三好） 園だより及び給食を通して指導した。（桃山、マーガレット、城山、みどり、明知、打越、すみれ、文化、まこと第2、わかば） 園だより、ほけんだよりなどに掲載。（東山）	毎月園だよりに管理栄養士による「食育だより」を掲載（ベル三好） 園だより及び給食を通して指導していく。（桃山、マーガレット、城山、みどり、明知、打越、すみれ、文化、まこと第2、わかば） 園だより、ほけんだよりなどに掲載。（東山）	継続	
		3	園児の食育指導計画の作成	保育園における食育のあり方を見直す	保育園に求められる食育指導計画書の作成と実践を行う	保育園	園児	前年度の反省を生かし、毎月の指導案に食育を取り入れ実施した。（城山） 4～5月に年間計画書を作成し、それに基づき指導を実施した。（みどり、すみれ） 4～6月に年間計画書を作成し、それに基づき指導を実施した。（打越、わかば）	前年度の反省を生かし、毎月の指導案に食育を取り入れ実施する。（城山） 前年度の反省を生かし、4～5月に年間計画書を作成し、実施する。（みどり、打越、すみれ、わかば）	継続	
		4	園児への食生活指導	食べることの基本的な知識を深める	絵カードを利用して食べ物の種類や栄養素の働きを知らせたり、食に関するクイズをしたり、歌を歌ったりする	保育園 幼稚園	園児	毎日 「ランチタイムニュース」と称して給食の時間に放送で全園児対象に管理栄養士による給食のメニューの説明や栄養素の働きを指導（ベル三好） 季節の野菜や果物を実際に見たり、絵本や紙芝居や図鑑で、その特性や働きを学ぶ機会を作った。 給食時にメニューや栄養素について、栄養士からの説明を、担任がそれぞれ伝えた。（桃山、城山、みどり、明知、打越、すみれ、わかば） 季節の野菜や果物を実際に見たり、絵本や紙芝居でその特性やはたらきを学んだ（マーガレット） 「お味見当番」を実施しクラス代表の子に味見をしてもらい、クラスで給食を紹介することにより食材に興味を持つように指導していたが、コロナウイルス感染症予防のため実施できず。（文化） 園外保育の際に、地元の畑の季節野菜や果物を実際に見て、実際に見た野菜や果物を図鑑で調べるなどして理解を深める。また、絵本や紙芝居でその特性やはたらきを学ぶ。（東山） 季節の野菜や果物を実際に見たり、育てたり、収穫する中で、食に対する知識や興味を高めていった。（まこと第2）	毎日 「ランチタイムニュース」と称して給食の時間に放送で全園児対象に管理栄養士による給食のメニューの説明や栄養素の働きを指導（ベル三好） 季節の野菜や果物を実際に見たり、育てたりする中で絵本や紙芝居や図鑑を通し、その特性や働きを学ぶ機会を作る。給食時にメニューや栄養素について、栄養士からの説明を、担任がそれぞれ伝える。（桃山、城山、みどり、明知、打越、すみれ、わかば） 季節の野菜や果物を実際に見たり、絵本や紙芝居でその特性やはたらきを学んだ（マーガレット） 継続して行う。（文化） 季節の野菜や果物を実際に見たり、図鑑で調べるなどして理解を深める。また、絵本や紙芝居でその特性やはたらきを楽しみながら学ぶ。（東山） 季節の野菜や果物を実際に見たり、育てたり、収穫する中で、食に対する知識や興味を高める。（まこと第2）	継続	
		5	園児への食生活指導	給食を題材に食に対する感謝の気持ちと、好き嫌いなくバランスよく食べることの大切さを知らせる	管理栄養士が各保育園へ訪問または園児の給食センター見学会を実施する	学校給食 センター	園児	中止	新型コロナウイルス感染状況によって実施を検討する	継続	

基本目標	基本施策	通番	事業・活動名	目 的	内 容	実施主体等	対象				
								R 3 年度実績	R 4 年度計画	今後の事業 の方向性	備考
		6	食作法	集団での食事、食事作法の教育を通し、食べることへの感謝、家族への感謝の気持ちを養う	食の正しい知識と、食に対する感謝の教育に関するを行う	保育園 幼稚園	園児	年長児を対象に 食の正しい知識・正しい食べ方・食に対する感謝の教育を指導（ベル三好、東山） 食の正しい知識、正しい食べ方、食に対する感謝の教育を実施した。（桃山、マーガレット） 毎日の給食の前の挨拶に感謝の気持ちを持つ言葉が入っている。（文化） 毎日の給食前に父母に感謝の言葉を述べる。給食カードを作成し、食べられたことへの喜びを共感したり、すべて食べられた子には賞状を渡していくなどし、残菜なく食べていこうと挑戦する気持ちを持てるようにできた。（まこと第2）	年長児を対象に 食の正しい知識・正しい食べ方・食に対する感謝の教育を指導していく（ベル三好、東山） 食の正しい知識、正しい食べ方、食に対する感謝の教育を実施した。（桃山、マーガレット） 継続して行う。（文化） 毎日の給食前に父母に感謝の言葉を述べる。給食カードを作成し、食べられたことへの喜びを共感したり、すべて食べられた子には賞状を渡していくなどし、残菜なく食べていこうと挑戦する気持ちを持てるようにしていく。（まこと第2）	継続	
1 （人づくり）食の大切さや、楽しさが分かる心豊かな人を育てます	①食の正しい知識を身に付け、食に対する感謝の心を持つ豊かな人間性の育成	7	子どもたちの朝ごはん喫食状況の聞き取り調査	子どもの発達に重要な朝食の大切さを知らせる	朝食を食べたか、だれと食べているか、朝食の内容について何をどれくらい食べているかを把握する	保育園 幼稚園 小中学校	園児 小中学生	園だよりで 管理栄養士から食育だよりとして朝食の大切さの啓蒙（ベル三好） 園だより・食育だよりで 朝食の大切さの啓蒙や、園児との会話・朝の会時に問いかけたりすることにより、朝食の大切さを伝えた。（桃山、城山、みどり、明知、打越、すみれ、文化、わかば） 3歳未満児は健康状態票にて状況把握した。（城山、みどり、明知、打越、すみれ、わかば） 学力・学習状況調査により、市内の小学校6年生と中学校3年生の朝食の喫食状況を把握した。毎日朝食を食べている割合が県や国と比べ低いことがわかった。（小中学校） ほけんだよりで朝食の大切さの啓蒙や摂取しやすい朝食のメニューなどの情報提供を行った。園児との会話・朝の会話時に問いかけたりすることにより、朝食の大切さを伝えた。（東山） 家庭も含め子どもたちに朝食の大切さを伝えていった。（まこと第2）	園だよりで 管理栄養士から食育だよりとして朝食の大切さの啓蒙（ベル三好） 園だより・食育だよりで 朝食の大切さの啓蒙や、園児との会話・朝の会時に問いかけたりすることにより、朝食の大切さを伝える。（桃山、城山、みどり、明知、打越、すみれ、文化、わかば） 3歳未満児は健康状態票にて状況把握する。（城山、みどり、明知、打越、すみれ、わかば） 学力・学習状況調査により、市内の小学校6年生と中学校3年生の朝食の喫食状況を把握する。（小中学校） 食の大切さをほけんだよりの「食育記事」として掲載、配布。園児との会話の中で、朝食の喫食状況の把握をし、家庭も含め、子どもたちに朝食の大切さを伝えていく。（東山） 家庭も含め子どもたちに朝食の大切さを伝えていく。（まこと第2）	継続	
		8	わんぱく教室	2歳児の生活習慣・歯の健康、食生活の大切さを教える	2歳児とその保護者を対象に歯・生活習慣・食に関する講話や個別指導を行う	健康推進課	2歳児と保護者	隔月で開催。23組参加。（9月は緊急事態宣言中のため中止）	年6回（隔月）教室を開催。	継続	
		9	地産地消料理教室	季節の野菜の加工法を学び次世代に伝える	地元産の旬の野菜の料理を歳時記にそって学ぶ	JAあいち豊田三好女性部	幼児、小学生と保護者	新型コロナウイルス感染拡大防止対策の一環とし、「地産地消」「JA食育」「みよしの伝統」等の料理教室を一括開催で実施。	地元産の旬野菜を使った料理教室を開催することで親子で地産地消を楽しめ、PR活動も同時に行われる。	継続	
		10	いきいき子育て講座	親子で食物作りを通し「食育」の大切さを伝える	親子で食物作り等を通し、食が出来る喜びと食の大切さなどを学ぶ	幼稚園	園児と保護者	収穫した野菜をレシピとともに持ち帰り各家庭で調理してもらった。（聖マーガレット幼稚園）	収穫した野菜をレシピとともに持ち帰り各家庭で調理してもらう。（聖マーガレット幼稚園）	継続	
		11	子どもの料理教室「わくわくからだ探検隊」	調理実習や講話等を通して自身の体についての興味と関心をもたせる	小学生を対象に調理実習や正しい生活習慣の講話、ブラッシング指導を行う	健康推進課	小学生	新型コロナウイルス感染防止の為中止。	新型コロナウイルス感染防止の為中止。	継続	

基本目標	基本施策	通番	事業・活動名	目 的	内 容	実施主体等	対象				
								R 3 年度実績	R 4 年度計画	今後の事業 の方向性	備考
		12	食育出前授業・講演会	小中学生の食生活に対する関心を高める	食に関係した企業等から講師を招き、出前授業や講演会を行う	小中学校 関係機関	小中学生	各校の年間計画に合わせて、食に関連した企業から講師を招いた出前事業を実施した。（小学校）	食に関連した企業から講師を招いた出前事業の実施。（小学校）	継続	
		13	「いただきます」「ごちそうさま」あいさつ運動	あいさつは食に対する感謝の気持ちの言葉であることを伝える	給食時にあいさつや感謝の大切さを指導する	保育園 幼稚園 小中学校	園児 小中学生	年齢にあったあいさつの言葉をかえて、日常的に指導。（ベル三好、桃山、マーガレット、城山、みどり、明知、打越、すみれ、わかば） 通年で日常的にあいさつ運動の実施。（桃山、マーガレット、打越、文化、東山、まこと第2） 5月はあいさつ強調月間として実施した。日常的にあいさつ運動を実施した。（小中学校）	年齢にあったあいさつの言葉をかえて、日常的に指導。（ベル三好、桃山、マーガレット、城山、みどり、明知、打越、すみれ、わかば） 通年で日常的にあいさつ運動の実施。（桃山、マーガレット、打越、文化、東山、まこと第2） 5月はあいさつ強調月間として実施。（小中学校）	継続	
		14	残菜の減量指導	食の大切さや感謝の気持ちを持たせる	残菜をなくすため、食に関する絵本や図鑑、残食量の確認等、食に関する取組を通して理解させる	保育園 幼稚園 小中学校	園児 小中学生	管理栄養士の指導により 月ごとに残食の少なかったクラスを表彰（ベル三好） 通年、日常的に指導を実施した。（桃山、マーガレット、城山、みどり、明知、打越、すみれ、文化、まこと第2） 栄養教諭による指導を実施した（小学校） 食に関する絵本や紙芝居の読み聞かせを実施（東山）	管理栄養士の指導により 月ごとに残食の少なかったクラスを表彰（ベル三好） 通年、日常的に指導を実施する。（桃山、マーガレット、城山、みどり、明知、打越、すみれ、文化、まこと第2） 栄養教諭による指導を実施した（小学校） 食に関する絵本や紙芝居の読み聞かせ、エプロンシアターなどを実施（東山）	継続	
		15	家庭科での食育授業	食育授業を通して食の大切さや楽しさを学ぶ	授業で料理を作りながら食育教育を行う	小中学校	小中学生	新型コロナウイルス感染症拡大防止のため部分的に実施した	各学校の年間指導計画に位置づけて食育の授業を実施	継続	
		16	生産現場の訪問学習	生産者に対する感謝の気持ちをはぐくむ	農畜産物の生産者の現場を訪問し、農作業等の体験学習などを行う	小中学校	小中学生	新型コロナウイルスの感染症拡大防止のため実施せず	各学校の年間指導計画に位置づけて農業体験を実施	継続	
1 （人づくり） 食の大切さや、 楽しさが分かる	① 食の正しい知識を身に付け、 食に対する感謝	17	田植・稲刈体験	実際に田植・稲刈を体験することにより、農家の苦労や農業の大切さを理解してもらう	農家やJ A職員と一緒に田植・稲刈を実施し、収穫したお米をたべてもらう	JAあいち豊田	小学生	新型コロナウイルスの関係で中止。	農家、J A職員、小学生共同で田植・稲刈を実施。収穫際としてお米を小学校へ寄付し、子供たちがおにぎりを作り関係者全員で食味会の実施。 ※コロナの状況を鑑み、田植えは見学にて対応を計画。	継続	
		18	食育劇の上演の支援	自ら食育劇に取り組むことでバランス良く食べることへの関心を高める	食育劇の衣装、シナリオ等を上演希望する小学校等に貸し出す	愛知県 保育園 幼稚園 小学校	園児 小学生	食育劇の衣装、シナリオ等を上演希望する小学校等に貸し出した（愛知県） 新型コロナウイルス感染症拡大防止のため実施せず（小学校）	食育劇の衣装、シナリオ等を上演希望する小学校等に貸し出す（愛知県）	継続	
		19	パパママ教室	妊婦への食生活指導を行う	食事バランスガイド等を活用した栄養指導や調理実習を行う	健康推進課	妊婦	年4回教室を開催。53人（夫21人含む）。	年4回教室を開催（前期コース）。	継続	
		20	消費生活講演会	食と健康についての知識や関心を高める	食生活や健康に関する講演会を開催する	産業課	市民等	消費生活に関する講演会を実施した。	消費生活に関する講演会を実施する。	継続	

基本目標	基本施策	通番	事業・活動名	目 的	内 容	実施主体等	対象				
								R 3 年度実績	R 4 年度計画	今後の事業 の方向性	備考
心豊かな人を育てます	の心を持つ豊かな人間性の育成	21	保護者勉強会・懇談会	家庭での食生活における相談や指導により、食べることの楽しさや大切さを知らせる	栄養士、保育士による偏食の工夫や対応方法について、グループ、個人の状況に合わせ指導する	子育て支援センター	園児の保護者	保護者からの問い合わせ、要望により実施。 アレルギー説明会を事前実施。（ベル三好、文化） 給食試食会を開催し、食べることの楽しさや大切さを知らせてきたが、新型コロナウイルス感染拡大防止のため実施せず。（まこと第2）	保護者からの問い合わせ、要望により実施。 アレルギー説明会を事前実施。（ベル三好、文化） 実施の予定なし。（まこと第2）	継続	
		22	保護者との食に関する相談	食べることの基本的な知識と常識的な営みを伝える	家庭と連携をとって食事指導を実施する	保育園 幼稚園	園児の保護者	担任及び栄養士により随時保護者の相談を受けた。アレルギー対応による給食の提供。（ベル三好、桃山、マーガレット、城山、みどり、明知、すみれ、文化、わかば） 栄養相談アンケートの実施。（ベル三好） 担任及び栄養士により随時保護者の相談を受け付けた。（打越） 年齢や発達に応じたきざみ食の提供。（すみれ） 担任より随時保護者の相談を受け付けて実施。（東山）	担任及び栄養士により随時保護者の相談を受ける。アレルギー対応による給食の提供。（ベル三好、桃山、マーガレット、城山、みどり、明知、すみれ、文化、わかば） 栄養相談アンケートの実施。（ベル三好） 担任及び栄養士により随時保護者の相談を受ける。（打越） 年齢や発達に応じたきざみ食の提供。（すみれ） 担任より随時保護者の相談を受け付けて実施。（東山）	継続	
		23	食育講演会	子どもの保護者に食の大切さの啓発と知識向上を図る	食育に関する講師を招き保護者を対象とした食育の講演会を開催する	教育行政課 中学校PTA 保育園 幼稚園 産業課	園児・中学生の保護者 市民等	令和4年2月19日（土）食育講演会「時代を担う子どもたちの健康を考える～生活習慣病対策の食事～」（講師：東海学園大学 兼平奈奈氏）受講者14名（産業課）	食育に関する講演会を実施する。（産業課）	継続	
		24	家庭教育学級の開催	食育に関する学習を推進する	食育の学習の一環として給食の出来上がる過程や栄養バランス、料理の工夫等を学ぶ	小学校PTA 教育行政課	小学生の保護者	新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止	給食試食会（6月中部小・7月三吉小・9月南部小・9月黒笹小） 抹茶ミュージアム見学（6月北部小）	継続	
		25	60歳からの栄養・健康教室	食と健康についての知識や関心を高める	高齢者向けの食と健康に関する講話及び調理実習を開催する	健康推進課	60歳以上又はひとり暮らしの市民	新型コロナウイルス感染防止の為、中止。	新型コロナウイルス感染防止の為、中止。	継続	
		26	食生活健康推進員会活動	健康な食生活の推進と日本食のよさの啓発等を行う	栄養バランスを考えた調理実習を行う	食生活健康推進員会	市民等	グループ活動を通して啓発活動を行った。調理実習は新型コロナウイルス感染防止のため中止。	グループ活動を通して啓発活動を行う。	継続	
1（人づくり）食の大切さや、楽しさが分かる。	②楽しい食事の場づくりの大切さの周知	27	給食を楽しむ環境づくり	みんなで食事する楽しさを五感を通して感じられるようにする	楽しい食事環境づくりとしてBGM, テーブルクロス、花、バイキング方式などの演出や工夫をする	保育園 幼稚園	園児	バイキングパーティ(バイキング形式で給食を提供・異年齢児との食事)や ランチパーティ(同学年の他クラスとの食事)は新型コロナウイルス感染拡大防止の為、バイキング形式は中止。各クラスいつもと同じ給食形式でいつもと違うメニューで行った。新型コロナウイルスの感染拡大予防として黙食になっているので給食時間に楽しいBGMを放送している。（ベル三好） 当番活動や異年齢児との給食交流会の実施。（桃山、まこと第2） 当番活動を実施した。（マーガレット、打越、すみれ） 当番活動、給食交流はコロナウイルス感染拡大防止のため中止。（城山、明知、わかば） 年長組対象に手巻き寿司ランチパーティー、恵方巻き作り実施。（文化） 給食中にBGMをかける。お弁当の日には園庭や園外で食事をしたり、円陣スタイルで食事をしたりする。（東山） 年長児が卒園前に園長先生との食事会実施は新型コロナウイルス感染防止対策のため中止。（わかば）	継続して行う（ベル三好） 当番活動の実施。（マーガレット、城山、打越、すみれ、まこと第2、わかば） 給食交流会の実施。（すみれ、まこと第2、わかば） 異年齢児との給食交流はコロナウイルスの感染状況によって、できる範囲で実施していく。（城山、明知） すりごま体験を年長組がすり鉢とすりこぎを使ってすりごまを体験し給食と一緒にいただく。（文化） 給食中にBGMをかけたり、もぐもぐタイムとおしゃべりタイムを作ったメリハリのあるランチタイムを過ごしたりする。また、お弁当の日には園庭や、園外で食事をしたり、円陣スタイルで職をしたりする。教員が各グループを周り、同じテーブルで一緒に食事をとる。（東山） 年長児が卒園前に園長先生との食事会を数人ずつで実施。（わかば）	継続	

基本目標	基本施策	通番	事業・活動名	目 的	内 容	実施主体等	対象				
								R 3 年度実績	R 4 年度計画	今後の事業 の方向性	備考
心豊かな人を育てます		28	親子料理づくり	食物の大切さと親子で一緒につくる楽しさを伝える	園と父母の会、園児とで調理し食する	幼稚園	園児と保護者	餅つき会を実施。親子でケーキ作りはケーキ材料をお持ち帰り形式で自宅で作成する形式と園で作成する形式2種類で行った。（ベル三好）お餅つきを実施した。（マーガレット）農園で収穫した野菜（トマト・ピーマン・ナス・玉ねぎ・芋・大根等）とレシピを持ち帰り各家庭で実施。（文化）十五夜のお団子づくりと年始のお餅つき大会の実施。（東山）実績なし。（生涯学習推進課）	餅つき会を実施する予定。親子でケーキ作りはケーキ材料をお持ち帰り形式で自宅で作成する形式と園で作成する形式3種類で行う予定。（ベル三好）お餅つきを実施予定。（マーガレット）ねぎ・芋・大根等）とレシピを持ち帰り各家庭で実施予定。（文化）十五夜のお団子づくりと年始のお餅つき大会の実施。（東山）【春・夏】講座の段階では、計画なし。（生涯学習推進課）	継続	
		29	給食献立表を通してコミュニケーションの呼びかけ	家庭でのコミュニケーションを推進する	献立表に、学校給食の人気献立のレシピを掲載し、家庭で料理を作る呼びかけをする	学校給食センター	小中学生と保護者	献立表に「給食の献立を作ってみよう」と題し、当月のレシピを掲載	献立表に「給食の献立を作ってみよう」と題し、当月のレシピを掲載	継続	
		30	家庭への啓発活動	園だより、学校だよりなどにより食の楽しい場づくりを伝える	たより等を通じて、各家庭へ食育に関する情報を記載する	保育園 幼稚園 小中学校	園児、 小中学生 の保護者	管理栄養士による食育だよりを毎月発行。ホームページに給食レシピを掲載。（ベル三好）園だよりで食育について掲載した。（桃山、マーガレット、城山、みどり、明知、打越、すみれ、文化、東山、まこと第2、わかば）	管理栄養士による食育だよりを毎月発行。ホームページに給食レシピを掲載。（ベル三好）園だよりで食育について掲載する。（桃山、マーガレット、城山、みどり、明知、打越、すみれ、文化、東山、まこと第2、わかば）	継続	
		31	ノー残業家族夕食デーの啓発	家族そろって夕食を楽しむ	残業時間を短縮して、家族と一緒に食事をする機会を増やすよう啓発する	事業所 産業課	市民等	事業所ごとで随時おこなっている市役所は毎週水曜日にノー残業デー食育月間である6月に市役所庁舎東側に懸垂幕を設置し啓発	事業所ごとで随時おこなっている市役所は毎週水曜日にノー残業デー食育月間である6月に市役所庁舎東側に懸垂幕を設置し啓発	継続	
	習③や農作物の栽培を通じた食理への教室理解など体験型の学習	32	園児の野菜栽培と収穫調理体験	野菜の栽培や試食を通して食の理解を深める	園児が野菜の植え付け、水やり、草取り、収穫を行い、調理して試食する	保育園 幼稚園	園児	さつまいもの栽培・収穫体験。（ベル三好、桃山、打越、すみれ、文化）焼き芋会を実施（ベル三好）園児による野菜の栽培、収穫体験、クッキング（桃山、マーガレット、城山、みどり、打越、すみれ、まこと第2）、実食を実施した。（桃山、マーガレット、城山、みどり、打越、すみれ、まこと第2、わかば）コロナで中止（明知）。節分の大豆を煎る、実食を実施。（すみれ）トマト・さつまいも・大根の収穫をし一部給食でいただく。（文化）園庭で育てたゴーヤの収穫、調理、試食体験を実施（年長）。すいか割の実施とすいかのおやつ提供を実施、柿狩りの実施。（東山）	さつまいもの栽培・収穫体験。（ベル三好、桃山、打越、すみれ）焼き芋会を実施（ベル三好）園児による野菜の栽培、収穫体験、クッキング、実食を実施する。（桃山、マーガレット、城山、みどり、明知、打越、すみれ、まこと第2、わかば）トマト・さつまいも・大根の収穫をし一部給食でいただく。（文化）園庭で育てたゴーヤの収穫、調理、試食体験を実施（年長）。すいか割の実施とすいかのおやつ提供を実施、柿狩りの実施。（東山）	継続	
1（人づくり）食の大切さや	③農作物の栽培や料理教室か	33	子どものための食育活動（親子で料理）	調理実習を通して親子で食に関わることの大切さを伝える	親子の調理実習を実施する	健康推進課 生涯学習推進課	園児、小学生とその保護者	新型コロナウイルス感染防止の為に中止。（健康推進課）実績なし。（生涯学習推進課）	新型コロナウイルス感染防止の為に中止。（健康推進課）【春・夏】講座の段階では、計画なし。（生涯学習推進課）	継続	
		34	農作物の栽培体験	作物の栽培の大変さや食の大切さを知る	各校の小学校1・2年生が農作物の栽培体験活動を生活科の授業の中で実施する	小学校	小学1・2年生	各学校の教科等の年間指導計画に位置づけて農産物の栽培体験を実施	各学校の教科等の年間指導計画に位置づけて農産物の栽培体験を実施	継続	

基本目標	基本施策	通番	事業・活動名	目 的	内 容	実施主体等	対象				
								R 3 年度実績	R 4 年度計画	今後の事業 の方向性	備考
、 楽しさが分かる心豊かな人を育てます	、 体験型の学習や交流を通じた食への理解促進	35	バケツ稲作	食卓の食べ物に興味をもち稲作や農業への理解を促進する	小学生を対象にバケツの中に田んぼを作り一粒の種もみから稲が成長しお米にして食べるまでのプロセスを体験させる	JAあいち豊田 三好営農センター	小学生	黒笹小で、バケツでの稲作り及び本田で田植、稲刈り体験を実施し更には父兄にも参加を頂き地域農業の理解を深めた。	黒笹小で、バケツでの稲作り及び本田で田植、稲刈り体験を実施し、より多くの父兄にも参加いただき地域農業の理解をさらに深めたい。	継続	
		36	中学生職場体験学習	食に関する専門指導や調理体験を通して食に対する理解を深める	中学２年生の職場体験学習で、給食や外食産業料理ができるまでの過程を実習する機会を提供する	中学校	中学生	新型コロナウイルス感染症拡大防止のため給食センターでの受け入れを中止。一部の学校で職場体験学習を実施。	給食センターへは希望のある学校の受け入れを実施する。その他外食産業も機会があれば職場体験を実施する。	継続	
		37	小学生の農林漁業体験学習の推進	食や農林水産業に関する正しい知識を深める	学校での農林漁業体験学習に係る講師を派遣する 食育劇に係る資材を貸し出す	愛知県	小学生	なし	みよし市管内小学校からの依頼により、農林漁業体験学習に係る講師を派遣する予定	継続	
		38	援農ネットみよし事業	持続可能な農業の実現や市民参加による農業の振興を図る	農業研修、営農相談事業を実施し、就農に向けた支援を行う	さんさんの郷	市民等	「農業ふれあいコース」 受講者数20名 「就農者育成コース」 1年過程：受講者5人 2年過程：受講者3人 月2回の営農相談事業を実施	「農業ふれあいコース」 募集20人 「就農者コース」 1年過程：募集10人 2年過程：数人 月2回の営農相談事業を実施	継続	
		39	地区生涯学習講座	料理を作る楽しさや食の大切さを知ってもらう	行政区単位で料理講座などの生涯学習講座を開催する	生涯学習推進課	市民	実績なし。	現時点では、行政区において実施する計画なし。	継続	
		40	J A 食育料理教室	地元食材を利用した料理を伝える	地元でとれた旬の食材を利用した料理を試作し、レシピを産直センターで紹介する	JAあいち豊田 三好女性部	J A 女性部員 市民	新型コロナウイルス感染症拡大防止対策の一環とし、「地産地消」「JA食育」「みよしの伝統」等の料理教室を一括開催で実施。	地元産食材を中心に料理のレシピを伝え、各家庭の食卓に紹介される事で地産地消のPR活動推進が図られる。	継続	
		41	高齢者料理教室	料理実習を通じて食生活の大切さを再認識してもらう	高齢者向けの料理教室を開催し、食習慣を見直す	生涯学習推進課	市民	実績なし。	【春・夏】講座の段階では、計画なし。	継続	
		42	男性の料理教室	料理を作る楽しさや食の大切さを知ってもらう	男性の料理教室を開催する	生涯学習推進課	市民	実績なし。	【春・夏】講座の段階では、計画なし。	継続	
1 （人づくり）食	や③ 交農作を物通の栽培や	43	アグリスクール「はぐくみの会」	野菜作りを三世代で交流しながら体験し、食農教育をすすめる	親子三世代が一緒にになり、野菜の種まき、植え付けから管理、収穫、料理までを体験する	JAあいち豊田 はぐくみの会	市民等	親子三世代で、春夏秋冬四季ごとの野菜作り体験を実施。	R 3 年度末で解散したため、計画なし。	廃止	
		44	野菜づくり講習会	野菜作りを通して農作物への理解を深める	野菜の栽培管理方法についての講習会を開催する	さんさんの郷	市民等	5月15日（第1回）、2月26日（第3回）を行った。 参加者は第1回が15名、第3回が13名 第1回夏野菜（ピーマン、ミニトマト、ナス） 第2回は中止 第3回春野菜（ジャガイモ、キャベツ、人参）	5月（第1回）、9月（第2回）、2月（第3回）の年3回を予定 第1回は夏野菜、第2回は秋冬野菜、第3回は春野菜が対象	継続	

基本目標	基本施策	通番	事業・活動名	目 的	内 容	実施主体等	対象				
								R 3 年度実績	R 4 年度計画	今後の事業 の方向性	備考
民 の 大 切 さ や、 楽 し さ が 分 か る 心 豊 か な 人 を 育 て ま す	民 へ の 理 理 教 解 室 促 進 な ど 体 験 型 の 学 習	45	市民農園	農作物の栽培体験や農業に関する情報交換、交流を行う	さんさんの郷など市民農園で自然にふれあい農作物の栽培を行う	さんさんの郷 産業課	市民等	市民農園区画数 4 4 0 区画 利用区画数 2 6 6 区画	市民農園区画数 4 4 0 区画	継続	
		46	農業体験学習への支援	農業体験学習推進の支援を行う	農業体験学習を推進する団体へ助成金等の支援を行う	産業課	農業団体	みよしの農業ふるさと活性化推進事業助成金を 1 3 団体に交付	みよしの農業ふるさと活性化推進事業助成金を 2 2 団体に交付予定	継続	
		47	パッキング体験	災害時にも活用できるパッキングを体験してもらう	高密度ポリエチレン袋を使用した真空調理を体験する	食生活健康推進委員会	市民	新型コロナウイルス感染防止の為、中止。	新型コロナウイルス感染防止の為、中止。	継続	
	④食文化や郷土料理等の理解と継承	48	季節の料理作り	季節に沿った食物の文化を伝える	時節に応じた調理実習を行い季節ごとの習慣や食材を学ぶ	保育園 幼稚園	園児	焼き芋会・餅つき会の実施（ベル三好） 季節に応じて野菜の収穫体験を実施。（桃山、マーガレット、城山、みどり、明知、打越、すみれ、文化、わかば） 柿狩りの実施（東山）。 季節の野菜や米を収穫し、園で調理していたが、新型コロナウイルス感染拡大防止の為、調理のみ実施せず。（まこと第2）	焼き芋会・餅つき会の実施予定（ベル三好） 季節に応じて野菜の収穫体験をする予定（桃山、マーガレット、城山、みどり、明知、打越、すみれ、文化、わかば） 柿狩りの実施（東山）。 季節の野菜や米を収穫し、園で調理する。（まこと第2）	継続	
		49	園便りへの行事食の掲載	行事に沿った日本伝統料理を伝える	園便りにお正月や十五夜などの日本の伝統料理についてわかりやすく紹介する	保育園 （幼稚園）	園児と保護者	園だよりに十五夜などの日本の伝統料理について紹介した（城山、みどり、打越、すみれ、わかば） 園だよりやブログでお正月や十五夜などの日本の伝統料理について紹介した。ブログで季節行事を紹介する際、その折々の料理（おせちや雛菓子など）についても由来や材料などを紹介した。（まこと第2）	園だよりに十五夜などの日本の伝統料理について紹介する（城山、みどり、打越、すみれ、わかば） 園だよりやブログでお正月や十五夜などの日本の伝統料理について紹介する。ブログで季節行事を紹介する際、その折々の料理（おせちや雛菓子など）についても由来や材料などを紹介する。（まこと第2）	継続	
		50	みよしの伝統料理教室	みよしの伝統料理を紹介し味わってもらい後世に伝える	とりめし、おこしもん、おせち料理などをJAあいち豊田ふれあいホール、小学校、明越会館等で調理実習し試食を行う	JAあいち豊田 三好女性部	市民 小学生	新型コロナウイルス感染拡大防止対策の一環とし、「地産地消」「JA食育」「みよしの伝統」等の料理教室を一括開催で実施。	みよしの伝統料理教室を開催することにより、後世にみよしの食文化を伝えることができる。	継続	
		51	学校給食における郷土料理の導入推進	ふるさとの味を知り伝統料理を継承する	地域に伝わる郷土料理を地元の農産物を使用して給食に提供する	学校給食センター	小中学生	みよし市の郷土料理を定期的の実施し紹介のほか、各地の郷土料理を月 1 回実施。また、みよし市産柿をピューレに加工し、カレーライスに使用。	みよし市の郷土料理を定期的の実施し紹介のほか、各地の郷土料理を月 1 回実施。また、みよし市産柿をピューレに加工し、カレーライスに使用。	継続	
		52	学校給食における日本食献立の取り入れ拡充	日本食の良さを見直し、バランスのとれた食事を提供する	地元産の米（大地の風）を週4回程度使用し、ごはんを中心とした献立を展開する	学校給食センター	小中学生	地元産の米（大地の風）を週四回程度使用し、大豆を中心とした豆類、ごぼう等の日本食の食材を使用。	引き続き地元産の米（大地の風）を週四回程度使用し、大豆を中心とした豆類、ごぼう等の日本食の食材を使用予定。	継続	
		53	みよし悠学カレッジ食文化の会	郷土料理を学び広く伝承する	みよしの郷土料理のレシピの研究と紹介を行う	みよし悠学カレッジ食文化の会	市民等	東山大学会（東山行政区）郷土料理講座実施。コロナ対策として、弁当形式とした。	東山大学会（東山行政区）郷土料理講座を実施予定。	継続	
		54	伝統料理レシピの紹介	郷土料理を広く伝承する	郷土料理レシピ本「伝えたいみよしの味」をホームページ等で紹介したり、料理講座を開催したりする	生涯学習推進課 産業課 みよし悠学カレッジ食文化の会	市民等	みよし市生涯学習推進課ホームページ等でみよしの郷土料理調理本を案内した	みよし市生涯学習推進課ホームページ等でみよしの郷土料理調理本の案内を継続して行う	継続	

基本目標	基本施策	通番	事業・活動名	目 的	内 容	実施主体等	対象				
								R 3 年度実績	R 4 年度計画	今後の事業の方向性	備考
1（人づくり）食の大切さや、楽しさが分かる心豊かな人を育てます	理④等食の文化解や郷土承料	55	食育推進ボランティア研修交流会	食育ボランティアを対象に「食文化継承」「野菜摂取量増進」「食品ロス削減啓発」を推進する活動をさらに進めることを目的に資質向上と一般県民との交流を図る	「食文化継承」「野菜摂取量増進」「食品ロスの削減啓発」をテーマにした研修交流会を開催する	愛知県	食育ボランティア県民	9月28日に鮎を使って地域の伝統食の作り方と巴川の鮎の生態について学習する研修交流会《参加者10名》を開催した。	「食文化継承」「野菜摂取量増進」「食品ロスの啓発」をテーマにした研修交流会を開催する。	継続	
	⑤食育を広めるための人材育成や関係者との連携強化	56	学校給食センター調理員、栄養士による学級訪問	生徒と調理員との会食を通して給食への関心や理解を深める	給食調理後、各学校へ出向き児童生徒と会食し、給食への思いを話し合う	学校給食センター	小中学生	中止	新型コロナウイルスの感染状況によって実施を検討する	継続	
		57	食育だよりの発行	食育に関する情報を発信する	園児の各家庭に食育に関係するたよりを発行する	保育園幼稚園	園児の保護者	管理栄養士による食育だよりを毎月発行。（ベル三好） 園だよりで食育について掲載した（桃山、マーガレット、城山、みどり、明知、打越、すみれ、わかば） 園だよりやブログで食育について掲載した。（まこと第2） 食育だよりを発行。（文化） 年に数回、ほけんだよりにて食育についての情報を発信。（東山）	管理栄養士による食育だよりを毎月発行。（ベル三好） 園だよりで食育について掲載する（桃山、マーガレット、城山、みどり、明知、打越、すみれ、わかば） 園だよりやブログで食育について掲載する。（まこと第2） 食育だよりを発行。（文化） 年に数回、ほけんだよりにて食育についての情報を発信。（東山）	継続	
		58	学校給食センター見学試食会	学校給食への関心と理解を深める	給食センターで給食ができるまでを見学し、その日に調理された給食を試食する	学校給食センター	園児・小中学生の保護者・市民	中止	新型コロナウイルスの感染状況によって実施を検討する	継続	
		59	産業フェスタでの食育啓発	食育に関する情報提供や関係者の交流を図る	産業フェスタで食育コーナー設置し、食育に関する情報提供や交流を行う	産業課	市民等	中止	産業フェスタで食生活診断を実施。	継続	
		60	各食育関係団体への情報提供	各食育関係団体の活動を活性化する	各食育関係団体への食育に関する情報を提供する	産業課	各食育関係団体	各食育関係団体への情報提供を随時実施。	各食育関連団体への情報提供を随時実施。	継続	
		61	総合福祉フェスタ	食育に関する情報提供や関係者との交流を図る	総合福祉フェスタで食育コーナーを設置し、食育に関する情報提供や交流を行う	健康推進課	市民等	新型コロナウイルス感染防止の為中止。	新型コロナウイルス感染防止の為中止。	継続	
		62	ホームページに献立掲載	食育に関する情報を提供する	小中学生用の献立表・食物カレンダー・アレルギー表・材料表をホームページに掲載し、情報提供を行う	学校給食センター	市民等	小中学生の献立表・食べ物カレンダー・アレルギー表・材料表・保育園用献立表をホームページに掲載。	小中学生の献立表・食べ物カレンダー・アレルギー表・材料表・保育園用献立表をホームページに掲載。	継続	
		63	健康推進課健診・相談・教育事業	食育に関する情報を提供する	食育啓発資材の配布や掲示を行う	健康推進課産業課	市民等	各種イベント等で食育啓発資材等の配布を行った。	各種イベント等で食育啓発資材等の配布を行う。	継続	
	や⑥普及育に発関する	64	朝食コンテスト	朝食の役割、大切さについて関心をもってもらい、コンテストを通して家族や地域のコミュニケーションを図る	早くておいしい簡単朝食メニューの募集・審査・表彰を行う	愛知県	小学生	9月22日に「あいちの味覚たっぷり！わが家の愛であ朝ごはんコンテスト」を開催した。「地元の食材や郷土料理を取り入れた家族の愛を感じる愛であ朝ごはん」をテーマに260枚、10219点の応募献立から優良賞10名、佳作90点名が選ばれた（本選における調理は中止）。	朝ごはんコンテストを実施する。	継続	

基本目標	基本施策	通番	事業・活動名	目 的	内 容	実施主体等	対象				
								R 3 年度実績	R 4 年度計画	今後の事業 の方向性	備考
	情報提供	65	広報による食育の啓発	食育の普及啓発を図る	広報を通して食育に関する情報を提供する	産業課	市民等	偶数月広報で「我が家de食育」を掲載し、食育に関する情報提供を行う。 給食センター、学校教育課、市民病院、健康推進課の協力を得て実施。	偶数月広報で「我が家de食育」を掲載し、食育に関する情報提供を行う。 給食センター、学校教育課、市民病院。健康推進課の協力を得て実施。	継続	
な 1 人（人を育てます） 食の大切さや、楽しさが分かる心豊かな	⑥食育に関する情報提供や普及啓発	66	我が家の献立作り	食育の普及啓発を図る	広報を通して食育に関する情報を提供する	健康推進課	市民等	広報を通じて食育に関する情報を提供した。	広報を通じて食育に関する情報を提供する。	継続	
		67	食育推進協力店の拡大	食品関係事業所との連携を図り食育を普及する	市内食品関連事業所に食育推進の協力を得て食育の啓発活動を行う	愛知県	市民等	随時、啓発を行った。	随時、啓発する。	継続	
		68	ホームページで食育推進	食育に関する情報を提供する	ホームページで食育に関する情報提供を行う	産業課	市民等	食育ホームページを年間 6 回更新し、食育に関する情報提供を実施	食育ホームページを年間 6 回更新し、食育に関する情報提供を実施	継続	
		69	食育啓発資材の作成	食育の普及啓発をすすめる	横断幕、のぼり旗、パンフレットなど啓発資材を作成し啓発する	産業課	市民等	懸垂幕を庁舎に提出し、6月の食育月間を啓発	懸垂幕を庁舎に提出し、6月の食育月間を啓発	継続	
		70	食育推進活動に対する支援	食育推進への連携協力と支援を行う	食育推進活動を行う団体等に補助金等の支援を行う	産業課	団体等	農業団体、J A等の食育活動にみよしの農業ふるさと活性化推進協議会事業補助金で支援	農業団体、J A等の食育活動にみよしの農業ふるさと活性化推進協議会事業補助金で支援	継続	
		71	食育に関する調査	食生活の実態を調査する	教育状況調査の中で食育に関する調査、健康みよし 2 1 の中で食育に関するアンケート調査、食育推進計画に関するアンケート調査を実施する	小学校 健康推進課 産業課	市民等	第 3 次食育推進計画の基本目標別の取り組み状況に関する調査の実施。（産業課）	第 3 次食育推進計画の基本目標別の取り組み状況に関する調査の実施。（産業課）	継続	
2（健康づくり） 食を通して、健康な体を育みます	①バランスの取れた規則正しい食生活の実践【重点取組】	72	給食献立から栄養指導	3 色の食品群に興味をもたせる	給食の献立を紹介し、給食には何が入っているか 3 色に分類して確かめさせる	保育園 幼稚園	園児	毎月給食献立表に働きを色分けし園児に指導。給食の食材のイラストを色分けし掲示。給食の時間に管理栄養士からランチタイムニュースを放送し、栄養についての説明をし興味付けをしている。（ベル三好） 毎日の給食を献立と一緒に掲示、食前にメニューや食材の紹介。（桃山、マーガレット、城山、明知、打越、みどり、すみれ、わかば） 毎月の献立に 3 色の食品群を記載して保護者へ配布。（文化） 毎月の献立にメニューや食材の紹介をした。（まこと第 2）	毎月給食献立表に働きを色分けし園児に指導。給食の食材のイラストを色分けし掲示。給食の時間に管理栄養士からランチタイムニュースを放送し、栄養についての説明をし興味付けをしている。（ベル三好） 毎日の給食を献立と一緒に掲示、食前にメニュー食材の紹介。（桃山、マーガレット、城山、明知、打越、みどり、すみれ、わかば） 毎月の献立に 3 色の食品群を記載して保護者へ配布。（文化） 毎月の献立にメニューや食材の紹介をする。（まこと第 2）	継続	
		73	園便りへの食育記事の掲載、園児への食生活指導	朝食を食べることの大切さを伝え、朝食の欠食者を減らす 野菜が体の中でどのような働きをするのかを伝え、野菜を食べている人を増やす 3 食の食品群について関心を高め、何をどれくらい食べれば良いか、知識を深める	園便りを通じて食に興味を持たせる内容や、栄養に関する話、食事の適量、朝食摂取の大切さ、簡単に作れる朝食メニューなどを紹介する	幼稚園	園児と保護者	園だよりで 管理栄養士から食育だよりとして朝食の大切さの啓蒙。（ベル三好） 園便りを通じて食に興味を持たせる内容や、栄養に関する話、食事の適量、朝食摂取の大切さ、簡単に作れる朝食メニューなどを紹介した（桃山、マーガレット） ほけんだよりを通じて食に興味を持たせる内容や、栄養に関するは無し、食事の適量、朝食接種の大切さ、簡単に作れる朝食メニューなどを紹介する。（東山） 園だよりやブログを通じて食に興味を持たせる内容や日本の伝統料理を紹介したり季節の行事の中での料理についても紹介した。（まこと第 2）	園だよりで 管理栄養士から食育だよりとして朝食の大切さの啓蒙。（ベル三好） 園便りを通じて食に興味を持たせる内容や、栄養に関する話、食事の適量、朝食摂取の大切さ、簡単に作れる朝食メニューなどを紹介した（桃山、マーガレット） ほけんだよりを通じて食に興味を持たせる内容や、栄養に関するは無し、食事の適量、朝食接種の大切さ、簡単に作れる朝食メニューなどを紹介する。（東山） 園だよりやブログを通じて食に興味を持たせる内容や日本の伝統料理を紹介したり、季節の行事の中での料理についても紹介する。（まこと第 2）	継続	

基本目標	基本施策	通番	事業・活動名	目 的	内 容	実施主体等	対象				
								R 3 年度実績	R 4 年度計画	今後の事業 の方向性	備考
		74	おやつに関する啓 発	幼児期のおやつの適切 な取り方について伝え る	園便りの中に食育便り を掲載し、おやつは食 事の一部だということ を伝え、おやつのメ ニューを紹介したり、 適量を伝える	幼稚園	園児と保護者	園だよりで 管理栄養士から食育だよりとしておや つを摂る事の目的や適量・メニューを啓蒙。（ベ ル三好、桃山） 園便りの中に食育便りを掲載した。（マーガレ ット） ほけんだよりにおやつについての記事を記載。 （東山） 食育情報の一環として手作りお菓子のレシピ紹介 などを発信した。（まこと第2）	園だよりで 管理栄養士から食育だよりとしておや つを摂る事の目的や適量・メニューを啓蒙。（ベ ル三好、桃山） 園便りの中に食育便りを掲載（マーガレット） ほけんだよりの中で、食育情報の一環としておや つの適切な取り方やメニュー、手作りお菓子のレ シピなどを紹介する。（東山） 食育情報の一環として手作りお菓子のレシピを紹 介などを発信する。（まこと第2）	継続	
		75	家庭への献立表の 配布	給食内容の情報提供と 給食に対する興味・関 心を持たせる	給食の献立表を各家庭 に配布する	保育園 幼稚園 小中学校	園児・小学生 の保護者	毎月、給食の献立表を各家庭に配布（保育園、東 山、桃山、文化、聖マーガレット、まこと第2、 小中学校）	引き続き毎月の給食献立の配布（保育園、東山、 桃山、文化、聖マーガレット、まこと第2、小中 学校）	継続	
2 （健康づくり）食を通して、健康な体を育みます	点① 【バ ラン スの 取れ た規 則正 しい 食生 活の 実践 】重	76	保育参観での給食 の紹介	給食に対する興味・関 心を持たせる	保護者に給食の状況を 見てもらい、毎月配布 している献立表や成分 表の内容を説明し、食 に関心を持ってもらう	保育園 幼稚園	園児の 保護者	親子給食試食会の実施。新型コロナウイルス感染 拡大防止の為中止。給食献立表を玄関ホールに掲 示。ホームページに給食のレシピを掲載。（ベル 三好） 給食献立や実際の給食を事務室（保育室）前に掲 示。（桃山、城山、明知、打越、みどり、すみ れ、わかば） 給食の献立を玄関に提示し、関心を持ってもら う。（文化） 給食試食会を中止。（まこと第2）	親子給食試食会の実施。新型コロナウイルス感染 拡大防止の為中止。給食献立表を玄関ホールに掲 示。ホームページに給食のレシピを掲載。（ベル 三好） 給食献立や実際の給食を事務室（保育室）前に掲 示。（桃山、城山、明知、打越、みどり、すみ れ、わかば） 給食の献立を玄関に提示し、関心を持ってもら う。（文化） 今年度の給食試食会の実施予定はなし。（まこと 第2）	継続	
		77	食に関する指導	給食を活用して食に関 する興味・関心をもた せる	栄養教諭が主体となっ て授業を実施する	小学校	小学生	各学校の年間指導計画に位置づけて実施	各学校の年間指導計画に位置づけて実施	継続	
		78	食生活のバランス チェック	日頃の食事のバランス を確認する	食事バランスチェック シートを利用し、自分 の食事内容を確認する	産業課 健康推進課	市民等	産業フェスタ中止のため未実施。	産業フェスタで食生活診断を実施。	継続	
		79	パッククッキング 体験	健康づくりや生活習慣 病予防に効果的な食事 を知ってもらう	調理実習を開催する	食生活健康 推進員会	市民	新型コロナウイルス感染防止の為中止。	新型コロナウイルス感染防止の為中止。	継続	
	②望 ましい 食習 慣を 身に 付け	80	むし歯予防教室、 わんぱく教室等	子どものむし歯を予防 する	1・2歳児と保護者、 保育園児、子育てサー クル参加者、わくわく からだ探検隊（小学 生）参加者を対象にむ し歯予防に関する講話 と歯みがき指導を行う	健康推進課	1・2歳児と 保護者 園児 小学生	歯科検診の実施。保健師による六歳臼歯の話や歯 磨き指導を実施。（ベル三好、桃山） 園医の歯科衛生士が紙芝居の読み聞かせや話し等 で歯みがき指導を実施した。（マーガレット） 歯科検診の実施。健康推進課歯科衛生士が園児の 歯磨き指導をした。（城山、打越、みどり、すみ れ、文化） 歯科健診の実施。健康推進課歯科衛生士が園児の 歯磨き指導は中止。（明知） 歯科検診の実施。園児の歯磨き指導は、新型コロ ナウイルス感染防止のため中止。（東山、まこと 第2、わかば）	歯科検診の実施。園医の歯科衛生士が紙芝居の読 み聞かせや話し等で歯みがき指導を実施。（ベル 三好、桃山、マーガレット） 歯科検診の実施、健康推進課歯科衛生士が園児の 歯磨き指導を実施（城山、明知、打越、みどり、 すみれ、文化、東山、わかば） 歯科検診の実施。園児の歯磨き指導は、新型コロ ナウイルス感染防止のため中止とする。（まこと 第2）	継続	

基本目標	基本施策	通番	事業・活動名	目 的	内 容	実施主体等	対象				
								R 3 年度実績	R 4 年度計画	今後の事業 の方向性	備考
	生活習慣病を予防します	81	園児への 歯みがき指導	子どものむし歯を予防する	医師や歯科衛生士による 歯科検診、歯みがき指導、虫歯予防に関する紙芝居を行う	保育園 幼稚園 健康推進課	園児	歯科検診の実施。保健師による六歳臼歯の話や歯磨き指導を実施。（ベル三好、桃山） 園医の歯科衛生士が紙芝居の読み聞かせや話し等で歯みがき指導を実施した。（マーガレット） 歯科検診の実施。健康推進課歯科衛生士が園児の歯磨き指導をした。（城山、打越、みどり、すみれ、文化） 歯科健診の実施。健康推進課歯科衛生士が園児の歯磨き指導は中止。（明知） 歯科検診の実施。園児の歯磨き指導は、新型コロナウイルス感染防止のため中止。（東山、まこと第2、わかば）	歯科検診の実施。園医の歯科衛生士が紙芝居の読み聞かせや話し等で歯みがき指導を実施。（ベル三好、桃山、マーガレット） 歯科検診の実施、健康推進課歯科衛生士が園児の歯磨き指導を実施（城山、明知、打越、みどり、すみれ、文化、東山、わかば） 歯科検診の実施。園児の歯磨き指導は、新型コロナウイルス感染防止のため中止とする。（まこと第2）	継続	
		82	健康診断、健康診 査	子どもの肥満を予防する	乳幼児や園児、児童、生徒の健康診断等の結果により肥満予防の指導を行う	保育園 幼稚園 小中学校 健康推進課	乳幼児 園児 小中学生	健康診断を実施し保護者に報告（保育園、桃山、聖マーガレット）乳幼児健診や育児相談において、身体計測や栄養指導を実施。計測値を成長曲線で保護者と確認し、健やかな発育を促す。（健康推進課） 保護者の要望に応じ、食生活・食育についての相談を実施、アレルギー対応も行う（東山） 健康診断、身体測定実施 おたよりにて保護者へ報告（文化） 健康診断を実施し、成長曲線で学校医と確認し保護者へ報告（小中学校）	健康診断を実施し保護者に報告（保育園、桃山、聖マーガレット） 乳幼児健診や育児相談において、身体計測や栄養指導を実施。計測値を成長曲線で保護者と確認し、健やかな発育を促す。（健康推進課） 引き続き保護者の要望に応じ、食生活・食育についての相談を実施し、アレルギー対応も行う（東山） 健康診断、身体測定実施 おたよりにて保護者へ報告（文化） 健康診断を実施し、成長曲線で学校医と確認し保護者へ報告（小中学校）	継続	
		83	個別懇談会の開催	食生活の実態を把握し改善する	園児の食事の様子を伝えたり、保護者からの相談にこたえ、食育についての情報を提供する	保育園 幼稚園	園児の 保護者	給食の様子等、日常的に保護者に伝えた。保護者の要望に応じ、食生活相談を実施しアレルギー疾患生活管理指導表に基づき、アレルギー対応を行った。（ベル三好、桃山、マーガレット、城山、明知、打越、みどり、すみれ、わかば） 試食会の際に アンケートを実施（新型コロナウイルスの感染拡大予防の為行っていない）（ベル三好） アレルギー対応を行う保護者の希望に応じ、食生活相談の実施。（文化） 要望があれば、随時対応。（東山） 給食の様子等、日常的に保護者に伝えていった。アレルギーを持っている園児の保護者の希望に応じ、給食で代替食を用意。相談を受けた。（まこと第2）	給食の様子等、日常的に保護者に伝える。保護者の要望に応じ、食生活相談を実施しアレルギー疾患生活管理指導表に基づき、アレルギー対応を行う。（ベル三好、桃山、マーガレット、城山、明知、打越、みどり、すみれ、わかば） 試食会の際に アンケートを実施する（ベル三好） アレルギー対応を行う保護者の希望に応じ、食生活相談の実施。（文化） 要望があれば、随時対応。（東山） 給食の様子等、日常的に保護者に伝えていく。アレルギーを持っている園児の保護者の希望に応じ、給食で代替食を用意。相談を受ける。（まこと第2）	継続	
		84	フッ化物洗口	子どものむし歯を予防する	小学校で希望者にフッ化物洗口を実施する	小学校	小学生	新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止	新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止	継続	
		85	健康教育	歯の大切さと食生活の大切さの意識向上を図る	歯周病予防や摂食等に関する講話とブラッシング指導を行う	健康推進課	教室受講者 老人クラブ等	随時、健康教室で講和やブラッシング指導を実施。	随時、健康教室で講和やブラッシング指導を実施。	継続	
		86	健康診断にもとづく 食生活の改善指導	生活習慣病を予防する	健康診断の結果に基づき病院の管理栄養士が食生活の改善を指導する	市民病院	健康診断 受診者	健康診断結果に基づき、指導対象者に改善指導を実施	健康診断結果に基づき、指導対象者に改善指導を実施	継続	
2（健康づくり）食をマ	予に②防付望しけ、まします生い活習慣病を身	87	いきいき元気度測定	健診とセットで毎年度1回受ける習慣を作り、セルフケアを促進する	健診結果や生活習慣の問診及び体力測定を踏まえ、保健師や管理栄養士、健康運動士のアドバイスを受けながら健康づくりを行う	健康推進課	市民	健診結果や生活習慣の問診及び体力測定を踏まえ、保健師や管理衛生士、健康運動士のアドバイスを実施。45人参加。	健診結果や生活習慣の問診及び体力測定を踏まえ、保健師や管理栄養士、健康運動士のアドバイスを受けながら健康づくりを行う。	継続	

基本目標	基本施策	通番	事業・活動名	目 的	内 容	実施主体等	対象				
								R 3 年度実績	R 4 年度計画	今後の事業 の方向性	備考
通して、 健康な体を育みます	③食の安全について関心や知識の向上	88	食物アレルギーへの対応	アレルギーのある園児、児童、生徒も安心して食事ができるようにする	アレルギー明細表を作成し、献立の詳細な情報提供を行う	学校給食センター（幼稚園）	園児 小中学生	アレルギーを持つ園児の保護者向けに毎月「献立表」、「成分表」を配布し問い合わせには随時対応。（ベル三好、桃山、城山） 卵・乳アレルギーの代替食を実施。卵・乳アレルギー以外の除去食の実施。（ベル三好） 主治医等による判断により、卵・乳製品・小麦等に対し特に配慮が必要な園児には、給食時の代替品で対応（桃山） アレルギー対応者事前説明会を毎年3月に実施。アイコーメディカル社担当者が担当し、アレルギーメニュー対応指示表を確認。（文化） 給食献立表の配布時、アレルギーを持つ園児の家庭には献立中の成分表を配布。保護者と対応方法を相談・検討し、代替食を用意した。（まこと第2）	アレルギーを持つ園児の保護者向けに毎月「献立表」、「成分表」を配布し問い合わせには随時対応。（ベル三好、桃山） 卵・乳アレルギーの代替食を実施。卵・乳アレルギー以外の除去食の実施。（ベル三好） 主治医等による判断により、卵・乳製品・小麦等に対し特に配慮が必要な園児には、給食時の代替品で対応（桃山） 年に一度（4月）主治医による診断を基に、保護者と対応を検討、確認、除去などの対応。（城山） アレルギー対応者事前説明会を毎年3月に実施。アイコーメディカル社担当者が担当し、アレルギーメニュー対応指示表を確認。（文化） 給食献立表の配布時、アレルギーを持つ園児の家庭には献立中の成分表を配布。保護者と対応方法を相談・検討し、代替食を用意する。（まこと第2）	継続	
		89	給食献立表に食の豆知識を掲載	食の安全に関する知識を高める	給食の献立表の中に食の安全に関する豆知識を掲載し配布する	保育園 小中学校 学校給食センター	小中学生	給食の献立表の中に、食に関する豆知識を毎月掲載	給食の献立表の中に、食に関する豆知識を毎月掲載	継続	
		90	食品表示制度の啓発	食の安全安心に関する知識と理解を深める	食品表示制度に関するパンフレットを配布する	愛知県産業課	市民等	品質表示基準遵守状況調査を2店舗で実施した。必要に応じてパンフレットを使って食品表示制度について説明を行う。	品質表示基準遵守状況調査を2店舗で実施する。必要に応じてパンフレットを使って食品表示制度について説明を行う。	継続	
		91	食品衛生講習会	食の安全に関する意識を高める	食品衛生管理に関する講演・講習会を開催する	愛知県商工会 食品衛生協会	食品衛生関係者	①10月6日に衛生責任者養成講習会開催（39名参加） ②11月11日に食品営業者向けの衛生講習会を開催（226名参加）	①7月に食品営業者向けの衛生講習会開催 ②10月に衛生責任者養成講習会開催	継続	
		92	摂取栄養量・栄養基準量の表示	栄養成分表示の関心を高める	献立表に月の平均栄養価や栄養基準量を掲載する	学校給食センター	小中学生の保護者	献立表に「今月の地場産業」、「旬の食材」を掲載し献立表をホームページにも掲載。	献立表に「今月の地場産業」、「旬の食材」を掲載し献立表をホームページにも掲載。	継続	
2（健康づくり）食を通して、健康	③食の安全について関心や知識の向上	93	G A P の普及啓発	食の安全性を高める	農産物の生産においてより高い安全性等を確保するための工程管理であるGAP手法の普及啓発を行う	愛知県産業課	生産者	随時、G A P 手法の指導、啓発を実施した。	随時、G A P 手法の指導、啓発を実施する。	継続	
		94	飲食店の栄養成分表示の推進	栄養成分表示の関心を高める	飲食店の料理メニューに栄養成分の表示を実施する	愛知県商工会 産業課	飲食店他	随時、指導、啓発を実施	随時、指導、啓発を実施	継続	
		95	農林物資の品質表示基準遵守調査	食品表示法の規定に基づき定められている食品表示基準の遵守状況を調査し表示の適正化を図る	管轄区域内の店舗や事業所を訪問し、食品表示基準遵守状況調査を行う	愛知県	店舗事業所	品質表示基準遵守状況調査を2店舗で実施した。	品質表示基準遵守状況調査を2店舗で実施する。	継続	

基本目標	基本施策	通番	事業・活動名	目 的	内 容	実施主体等	対象					
								R 3 年度実績	R 4 年度計画	今後の事業 の方向性	備 考	
な 体 を 育 み ま す 3 （ 環 境 づ く り ） 食 に 関 す る 環 境 を 整 え ま す	上	96	安心・安全な農作物提供への取組	食の安全性を高める	米・果実・野菜のトレーサビリティ、残留農薬検査、作業日誌の提供及び確認をする	JAあいち豊田	市民等	米・果実・野菜のトレーサビリティ、残留農薬検査、作業日誌の提供及び確認を実施した。本年より果実、野菜についても J A 版 G A P を導入し安全性の向上を図った。（営農センター）	トレサビ・残留農薬検査・作業日誌・G A P にて安全、安心を提供する。（営農センター）	継続		
		97	エコファーマーの育成	環境にやさしい農業を推進する	有機物の施用や化学肥料、化学合成農薬を減らす環境にやさしい農業に取り組む農業者を育成する	愛知県産業課	農産物生産者	令和 4 年 3 月末現在で、14名認定。 令和 3 年度中の新規認定者数はなかった。	環境にやさしい農業に取り組む農家に対し認定促進をする。	継続		
	98	「あいちエコ食スタイル 今日から始める20tips」の作成・配布	「環境に優しい食生活」を実践するための具体的なコツや豆知識、工夫を紹介し、無駄なく食べるコツを伝える。	資料をホームページで公表・配布する	愛知県	県民	啓発資料をホームページで公表・配布した。	資料をホームページで公表・配布する。	継続			
	②地産地消の推進	99	地元農産物の啓発	地産地消を推進する	チラシ等により地元農産物や販売場所を P R する	JAあいち豊田産業課	市民等	グリーンステーション三好（直売所）でチラシの配布、看板等で地元特農産物の更なるPR及び販売促進を図った。 特別感のある新たな出荷規程を設け、贈答用需要の掘り起こしを行った。	グリーンステーション三好でチラシ、看板等で地元農産物の更なるPR及び販売促進を図る。柿の加工品のPRを実施し更なる許可を図る。	継続		
		100	給食センターでの地元農産物の使用と P R	地元農産物の利用促進や P R を行う	愛知県産、みよし産の米や野菜などの食品を指定して購入し、利用促進や P R を行う	学校給食センター	小中学生保護者	給食で使用する食材にみよし市産や県内産の食材を使用し、献立表に掲載。 月 5 回程度「ひとくちメモ」として、包装用原稿を作成し、給食時間に校内放送で啓発。 毎月 1 9 日の食育の日に人気献立を実施し、食べもののカレンダーに紹介を掲載	給食で使用する食材にみよし市産や県内産の食材を使用し、献立表に掲載。 月 5 回程度「ひとくちメモ」として、包装用原稿を作成し、給食時間に校内放送で啓発。 毎月 2 0 日の食育の日に人気献立を実施し、食べもののカレンダーに紹介を掲載	継続		
		101	地元農産物の販売	地元農産物の販売により地産地消を推進する	JAあいち豊田三好産直センター、グリーンステーション三好で地元農産物の販売や P R を行う	JAあいち豊田	市民等	市、グランパスとのコラボによりPRの実施。グリーンセンター及びグリーンステーションで扱う地元産物における有利販売の強化の実施。みよし農産物フェアはコロナにより中止。	本年も市、グランパスとのコラボによりPRの実施。	継続		
		102	産業フェスタ	地元農産物の消費拡大と P R を行う	毎年 1 1 月の第 1 日曜日にイベントとして開催し地元農産物の直売や P R を行う	産業フェスタみよし実行委員会さんさんの郷	市民等	令和 3 年度は中止	令和 4 （2022）年 1 1 月 6 日産業フェスタで地元農産物の直売・ P R を実施	継続		
	3 （ 環 境 づ く り ） 食 に	②地産地消の推進	103	炊きたてご飯の試食会	みよし産のお米のおいしさを知ってもらい地元産米の消費拡大を推進する	市内のイベントや店頭で炊きたての白米を試食して米本来の味を知ってもらう	JAあいち豊田産業課	市民等	新型コロナウイルスの関係で中止。	コロナの状況で開催できるなら、産業フェスタで地元産のお米「大地の風」のおにぎりの試食を行い、おいしさを知ってもらい消費の拡大を図る。	継続	
			104	地産地消への支援	地産地消の推進を支援する	地産地消を推進する団体に助成金等の支援を行う	産業課	農業団体	農業団体、 J A 等の食育活動にみよしの農業ふさと活性化推進協議会事業補助金で支援	農業団体、 J A 等の食育活動にみよしの農業ふさと活性化推進協議会事業補助金で支援	継続	

基本目標	基本施策	通番	事業・活動名	目 的	内 容	実施主体等	対象				
								R 3 年度実績	R 4 年度計画	今後の事業 の方向性	備考
関 する 環 境 を 整 え ま す		105	みよし産農畜産物 表示シールの配布	みよし産農畜産物のブ ランド化による消費の 拡大や逸れに伴う生産 者の意欲の向上を図る	みよし産農畜産物表示 シールを窓口やイベン ト等で農家へ配布し、 みよし産農畜産物やそ れを利用した加工品に 添付してもらう	産業課	市民等	みよし産農畜産物表示シールを窓口やイベント等 で農家へ配布し、みよし産農畜産物やそれを利用 した加工品に添付してもらった。 大サイズ6, 025枚、小サイズ47, 260枚配布	みよし産農畜産物表示シールを窓口やイベント等 で農家へ配布し、みよし産農畜産物やそれを利用 した加工品に添付してもらう	継続	
		106	地産地消の啓発	地産地消を促進する	地元農産物を使用した 学校給食の献立を実施 し、献立表で紹介。 ホームページにも掲載 する	学校給食 センター	市民 小中学生	献立表に「今月の地場産業」、「旬の食材」を掲 載し献立表をホームページにも掲載。	献立表に「今月の地場産業」、「旬の食材」を掲 載し献立表をホームページにも掲載。	継続	
		107	みよし産果実の啓 発	みよし産果実の消費拡 大とPRを行う	みよし産果実の総称と して、「甘みよし」を 出荷箱に明記及びリー フレット、のぼりを製 作する	JAあいち豊 田	市民等	みよし産果実の総称として「甘みよし」を出荷箱 に明記及びリーフレットにてのPRの継続。また、 特に糖度の高い厳選された規格の特秀ランク（甘 みよし）	甘みよしpremiumを主軸としてみよし産果実のネー ムバリュー向上に努める。	継続	
		108	産直に関する研修 会	地元農産物の生産販売 を促進する	生産販売に必要な知識 習得のための講習会の 実施や先進地視察を実 施する	JAあいち豊 田 産直部会	農産物生産者	グリーンセンター（産直）ごとに産直部会員対象 に年２回（春夏・秋冬）の栽培講習会及び、農薬 適正使用研修会を開催（三好地区は中止）。	地元農作物の生産・販売に必要な知識向上を目指 す講習会等の実施及び、安心安全な農産物を再確 認するための農薬適正使用研究会の実施。	継続	
		109	ふれあい農業見学 会	地元農家の活動を知っ てもらい、地産地消を 促進する	普段は見られないJAの 農業施設を見学・体験 する	JAあいち豊 田	市民等	三好高校、中部小学校の受け入れ。 小学生はグリーンステーションの見学をした。	施設見学依頼があれば可能な限り受け入れる。	継続	
		110	みよし軽トラ市	地元農産物の消費拡大 とP R	地元の新鮮な農産物を 生産者自ら消費者に販 売し、農産物の新たな 魅力を知ってもらう	みよし軽ト ラ市実行委 員会 緑と花のセ ンター	市民等	5月8日（第1回）、7月10日（第3回）、8月14日 （第4回）、9月11日（第5回）、10月9日（第6 回）、11月20日（第7回）、12月11日（第8回）を 実施し、野菜・果物を中心に、花苗、雑貨、布小 物、パンなどの直売を行った。 6月12日（第2回）、8月14日（第4回）、9月11日 （第5回）は中止。	5月14日（第1回）、6月11日（第2回）、7月9日 （第3回）、9月10日（第4回）、10月8日（第5 回）、11月19日（第6回）、12月10日（第7回）に 実施予定。	継続	
		111	いいともあいち運 動の推進	愛知産農林水産物を生 産・流通・消費する 方々に会員となってい ただき、P R活動等 により、愛知県の農林水 産業を支える	ホームページ、フェイ スブック、地産地消イ ベント等により、P R する	愛知県	県民等	ホームページ、フェイスブックによりP Rを行っ た。	ホームページ、フェイスブック、地産地消イベン ト等によりP Rする。	継続	

「我が家 de 食育」広報紙掲載計画

掲載号	内 容	担 当
令和 4(2022)年 6 月	みよしの食育～6 月は食育月間です～	産業課
令和 4(2022)年 8 月	みよし市食生活健康推進委員会の活動紹介	健康推進課
令和 4(2022)年 10 月	糖尿病の食事	市民病院
令和 4(2022)年 12 月		学校給食センター
令和 5(2023)年 2 月	小中学校の食育取組の紹介	学校教育課
令和 5(2023)年 4 月	SDGs と食育	産業課

○ 全 6 回、偶数月号に掲載。

食育ホームページ更新計画

	内容	取材先
令和 4 (2022) 年 4 月		
5 月		
6 月	名古屋グランパス 30 周年記念給食	緑丘小学校
7 月	(仮) バケツ稲作	黒笹小学校
8 月		
9 月	(仮) 野菜づくり講習会	さんさんの郷
10 月	(仮) 食品衛生講習会	食品衛生協会
11 月	(仮) 地産地消について	みよし市施設園芸センター
12 月	(仮) 餅つき	保育園
令和 5 (2023) 年 1 月		
2 月		
3 月		

みよし市食育ホームページ : <http://www.city.aichi-miyoshi.lg.jp/shokuiku/>

バランスの良い食事で健康に

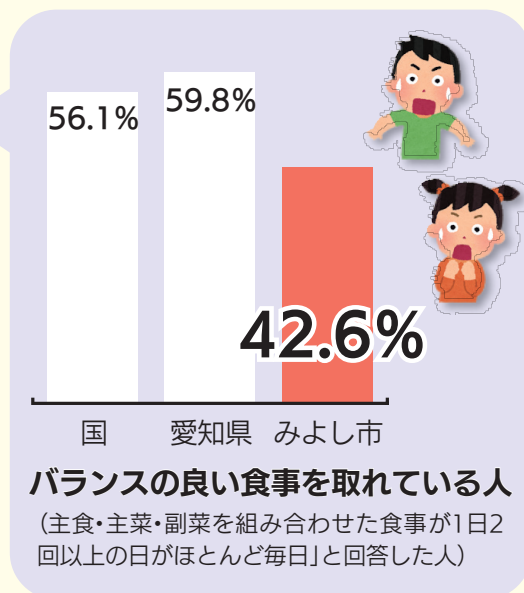
みよし市民の約6割が、 バランスの悪い食事をしている!?

健康みよし21*の中間評価で「主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日がほとんど毎日」と回答した市民は42.6%にとどまりました。これは国の56.1%、県の59.8%と比較しても少ない状況です。

※みよし市民の健康づくりを進めるために策定した計画。「栄養・食生活」「身体運動・活動」「休養・こころの健康」などの目標を掲げています。

あなたはバランス良く食事を取れていますか？

バランスの良い食事とは、主食・主菜・副菜が揃った食事です。栄養素はそれぞれ体への働きがあり、それらを揃えることが健康づくりには大切です。下記を参考に、今日から皆さんもバランスの良い食事を心掛けましょう。



「バランスの良い食事を実践しよう」

食の3色を揃えましょう

主食・主菜・副菜の「食の3色」を揃えることがバランスの良い食事につながります。食事前に次の3色が揃っているか、確認しましょう。



うどんを使ったバランスレシピ

主食・主菜・副菜を1品に組み合わせるとバランスの良い食事に。冷凍野菜や缶詰めなど調理の手間が少ないものを上手に活用するとお手軽です。



みよしの食育 ～6月は食育月間です～

今回の我が家de食育では、食育を実践するための指針となる「第3次みよし市食育推進計画」と、令和2年度に実施した食育に関する取り組みを紹介します。

食育とは

食育とは、さまざまな経験を通じて「食」に関する知識とバランスの良い「食」を選択する力を身に付け、健全な食生活を実践できる力を育むことです。



みよしの食育
ホームページ

第3次みよし市食育推進計画

この計画では食育の推進を目的に、以下のように「基本理念」と「3つの基本目標」を定めています。また基本目標の達成に向けて「目標項目と目標値」を設定しています。

基本理念

食を通した「人づくり」「健康づくり」「環境づくり」

基本目標

- ①人づくり…食の大切さや、楽しさが分かる心豊かな人を育てます。
- ②健康づくり…食を通して、健康な体を育みます。
- ③環境づくり…食に関する環境を整えます。

目標項目と目標値(例)

- 郷土料理などを受け継いでいる(知っている)人の割合を現状の43.7%から60%に増やす【人づくり】
- 朝食の欠食割合を現状の10.4%から7%に減らす【健康づくり】
- 保育園・学校給食における地場産業を利用する割合を現状の36%から40%に増やす【環境づくり】



食育推進計画

食育に関する取り組み

保育園・幼稚園・学校・地域・農業団体・事業所・行政では、食育に関するさまざまな取り組みを行っています。令和2年度に市が実施した取り組みの一部を紹介します。



食育活動

給食メニューにみよし市産富有柿を使用

規格外のみよし市産富有柿を柿ピューレにし、カレーに入れて市内の市立保育園と小・中学校の給食で提供しました。



柿ピューレ入りカレー



おこしもん

おこしもんづくり

農村生活アドバイザーの協力のもと、愛知県のひなまつりの郷土料理として伝わるおこしもんを作りました。

野菜をしっかり食べていますか？

みよし市民の約9割が、1日に必要な野菜が不足している!?

皆さんは1日にどれくらい野菜を食べていますか。厚生労働省の調査によると1日の野菜摂取目標量は**350g**です。これは野菜料理約**5皿分**に相当します。しかし健康みよし21※の中間評価によると350g以上の野菜料理を取っている人は**6.5%**であり、ほとんどの人が十分な野菜を摂取できていませんでした。野菜は体に良いと理解していても、意識しなければ十分な量を摂取することは難しいのです。

※市民の健康づくりを進めるために策定した計画。「栄養・食生活」「身体運動・活動」「休養・こころの健康」などの目標を掲げています。



健康みよし 21

目標 1日 350g



野菜を多く食べるメリット

野菜はビタミン、ミネラル、食物繊維の貴重な供給源で、体の調子を整えるのに不可欠なものです。ビタミンは、炭水化物が体内でエネルギーに変わる手助けをしてくれます。ミネラルは身体機能の維持・調整に不可欠です。食物繊維は食後の血糖値の上昇を抑える効果があります。野菜を食べることは健康を守ることにつながります。十分な野菜摂取のために毎食野菜料理を**2皿**以上食べるように心掛けましょう。



ビタミン



ニンジン

ピーマン

炭水化物を
エネルギーに変える

ミネラル



ハウレンソウ

コマツナ

身体機能の
維持・調整をする

食物繊維



キャベツ

ゴボウ

食後の血糖値の上昇を
抑える

1日に350gの野菜を取る食事例

毎食、主食に**小皿(70g)**の野菜を**1、2皿**加えて1日**5皿**食べましょう。

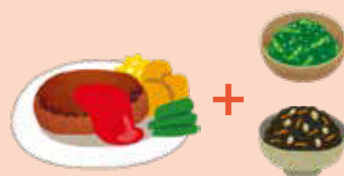
朝食



昼食



夕食





脂質異常症を防ぐ！

脂質異常症を予防するポイント

① エネルギーを過剰に取らない

身体が必要とするエネルギー量よりも多く取らないことが重要です。年齢や性別、活動量に見合ったエネルギー摂取を心掛けましょう。

② バランスよく食べる

1日3食、主食・主菜・副菜をバランスよく食べましょう。脂質やコレステロール、糖分の取りすぎに注意しましょう。

③ 食物繊維をしっかり取る

食物繊維はコレステロールの蓄積を防ぐ働きがあります。食物繊維を多く含む、野菜・きのこ・海藻を1日350g以上を目標に摂取するように心掛けましょう。

④ 運動習慣を身につける

運動には中性脂肪を低下させ、善玉(HDL)コレステロールを上昇させる作用があります。1日30分以上の運動を、少なくとも週3回実施すると効果的です。

調理の工夫でエネルギーと脂質をカット！

「カレイのパン粉焼き」 vs

「カレイのフライ」

材料(4人分)

アブラカレイ…60g×4切 食塩……少々
無塩バター……12g パン粉……20g
パセリ粉……小さじ1/2 サラダ油…小さじ1

一人当たりのエネルギー・脂質

エネルギー…149kcal 脂質…10.3g

作り方

- ①アブラカレイに食塩を振り、溶かした無塩バターを塗る。
- ②パン粉とパセリ粉を混ぜ合わせ、①につける。
- ③耐熱皿にサラダ油を塗り②を入れ、オーブントースターで焦げ目がつくまで焼いたら完成。

材料(4人分)

アブラカレイ…60g×4切 食塩……少々
卵(小)……………1/2個 小麦粉……大さじ2+小さじ2
パン粉……………24g 揚げ油……適量

一人当たりのエネルギー・脂質

(吸油率15%で計算)

エネルギー…233kcal 脂質…16.4g

WINNER パン粉焼き

パン粉焼きにすることで、
エネルギーは約90kcal、脂質は約6g
カットできました！



脂質異常症とは？

血液中の悪玉(LDL)コレステロールや中性脂肪が過剰な状態、または善玉(HDL)コレステロールが少ない状態のことです。自覚症状がほとんどないため気付かないうちに動脈硬化を引き起こし、脳梗塞や心筋梗塞、狭心症といった命に関わる病気の原因となることがあります。生活習慣の欧米化によって脂質異常症の患者数は年々増えており、注意が必要です。

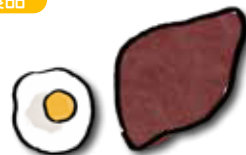
脂質の多い食品

- ・肉の脂身 ・鶏皮
- ・乳類 ・揚げ物
- ・インスタントラーメン

ひき肉にも脂身が使われています。鶏肉は皮を除いて調理しましょう。

コレステロールの多い食品

- ・レバーなど臓物類
- ・卵類



糖分の多い食品

- ・お菓子
- ・果物
- ・甘い飲み物、ビール

中性脂肪の値が上がってしまう

みよしの学校給食

中華編

みよし市の学校給食は徹底した衛生管理の下、学校給食センターで保育園・小学校・中学校の合わせて7,100人分が作られています。献立は、和食・洋食・中華などをいろいろ組み合わせながら考えています。今回紹介するレシピは中華。給食の中華では「キムチチャーハン」「キムタクごはん」「キムチスープ」など、キムチを使用した献立が人気です。特にキムチチャーハンはみよし市の学校給食の中でもとても人気の高い献立の一つです。市販のキムチを使い、そこに豚肉、にんじん、ピーマンなどを一緒にに入れて炒めるオリジナルの献立です。



キムチチャーハン

材料(4人分)

ごはん……………4人分	ショウガ……………少々
豚肉……………200g	サラダ油……………適量
ニンジン……………2/3本	しょうゆ……………大さじ1
ピーマン……………1個	食塩……………少々
白菜キムチ……………100g	

作り方

- ①豚肉は細切り、ニンジンは細切り、ピーマンは種を取って縦に3ミリ幅に切る。ショウガはすりおろす。白菜キムチは大きい物は切る。
- ②フライパンを熱してサラダ油を入れ、豚肉とショウガを入れて炒める。豚肉の色が変わるまでよく炒める。
- ③豚肉をよく炒めたら、ニンジン、ピーマン、白菜キムチを入れて炒める。
- ④しょうゆと塩で味をととのえる。
- ⑤野菜がしんなりしてきたら、ごはんと混ぜて出来上がり♪

一人当たりの栄養価(中学校量)

エネルギー……………443kcal	脂肪……………4.2g
たんぱく質……………13.7g	塩分……………1.3g

ポイント



キムチ

免疫力を上げる乳酸菌やビタミン、カプサイシンなどが含まれています。料理の調味料として上手に使いましょう。



キムチの汁

汁を使うと“キムチの味”が効いたキムチチャーハンになります。汁を切ると辛さが抑えられるので、小さいお子さんでも食べやすくなります。(給食では、辛味が抑えられたキムチを使っているの、汁を使用)



味の濃さ

ごはんに混ぜるので、少し濃い目です。キムチの汁を使う場合は、キムチの塩気もあるため、少しずつ調味料を入れて味をみながら作っていきましょう。



市内の全小学校では、栄養教諭が学級担任と一緒に各学年に沿った内容で「食に関する指導」を行っています。5年生は日本の主食である米について学ぶことで食への関心をもち、給食のご飯を残さず食べる意欲を高めることを目的としています。今回は、黒笹小学校で行われた授業の様子を紹介します。

めざせお米のマイスター ～黒笹小学校5年生～

お米のことを知ろう！

お米の作り方を知る

児童が体験した、田植え、草取り、稲刈り、脱穀などの米作りについて振り返りました。

お米のことを知る

もみ、玄米、胚芽米、精白米などの名称や栄養について、クイズを通して学びました。

給食のご飯のことを知る

給食の茶碗1杯分(200g)にお米は何粒入っているのかな？ ご飯は和洋中どんなおかずにも合うことや、給食1食分には成長に必要な栄養が含まれていることも知りました。



授業後の児童の感想



- ▶ 給食のお茶碗1杯分の米粒が、約4,300粒と聞いてびっくりしました。4年生にもクイズで教えました。
- ▶ お米のありがたみが分かったので、ご飯を残さず食べたいです。
- ▶ 給食は、僕たちに必要な栄養や量が計算して作られていることを知ってすごいと思いました。
- ▶ お米を作っている農家の皆さんに感謝して食べたいです。
- ▶ 学校で育てているバケツ稲のお米を食べるのが、より楽しみになりました。

担任の先生より



子どもたちの食への関心が高まり、お米を食べられることへのありがたみを感じていました。その後、一粒も残さないように給食を食べる子どもの姿がみられて、うれしく思いました。

栄養教諭の先生より



日本の主食であるご飯をおいしく食べ、栄養バランスの良い食事を通して、健康的な生活を送ってほしいと思っています。