

【様式 1】

① 食育月間の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	滋賀県
取組市町村名 取組団体・企業名	草津市
取組の名称	かみかみ献立の実施
実施時期	6月
取組内容	【目的】 公立保育所・認定こども園で、かむことの大切さを伝えるため、めざしや繊維質の多い食材を取り入れた献立を実施しました。 【実施内容】 かみかみ献立（6月19日） { ・ごはん ・筑前煮 ・めざし ・もやしと人参のごま和え ・牛乳 その他 大豆ご飯 イカときゅうりの酢みそ和え ししゃもの天ぷら ごぼうサラダ ごぼう入りハンバーグ 千切り大根サラダ ビーンズサラダ } 6月の献立に それぞれ取り入れ ました また、しょくいくだより6月号にて、“よく噛むことでいいことたくさん”をテーマに月始めに保護者に配布し、咀嚼の大切さについて促しました。

① 食育月間の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	滋賀県
取組市町村名 取組団体・企業名	日野町
取組の名称	中学1年生食育学活の実施
実施時期	6月
取組内容	1. 題材設定のねらい 中学生のころから健康的な食生活を送ることが、生涯にわたり自分らしく健康な生活を過ごすことにつながります。現代は、いつでも、どこでも、どんなものでも手にすることができるので、自分の体に必要な食べ物を選択することが重要となります。塩分の多い食生活が続くと高血圧を引き起こしやすく、脳卒中や心不全、腎不全などの原因となります。また、野菜の摂取が多いと、高血圧・糖尿病などが予防できます。そこで、減塩と野菜摂取の大切さを知り、毎日の食生活を振り返り、実生活に活かしてもらえよう題材を設定しました。 2. 指導のねらい ・天然だしのおいしさを知り、減塩の大切さを知る。 ・野菜を食べることの大切さを知る。 ・毎日の食生活で自分の健康の為に、減塩、野菜を食べる事への意識を持つ。 3. 対象 日野町立日野中学校1年生 177名 4. 指導者 日野町保健センター栄養士 日野町健康推進協議会スクール応援隊部会 5. 内容 ・日野町の死亡や病気の状況と、生活習慣病予防についての学習。 ・減塩・野菜摂取を意識した食生活の必要性についての学習。 ・健康推進員おすすめの健康みそ汁の試飲と天然だしのとり方実習。 ・野菜をたくさん食べる工夫の学習。 ・自分の生活習慣を振り返り、減塩・野菜摂取を意識した生活ができるか考えてもらう。



① 食育月間の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	滋賀県
取組市町村名 取組団体・企業名	彦根市
取組の名称	朝食摂取についての啓発
実施時期	平成 30 年 6 月 19 日
取組内容	実施内容 ・朝食摂取に関する指導 目的 ・朝ごはんを食べることで、心と体の栄養になることを理解する。 ・「早寝・早起き・朝ごはん」について実践する意欲を持つ。 対象者 彦根市立小・中学校に通う児童・生徒 内容 小・中学校の児童、生徒への朝食摂取に関する指導について、学年の発達段階に考慮して作成したプレゼンテーション資料を使用し、朝食を食べることの大切さについての指導を行いました。 小学校においては、朝ごはんを食べると脳にスイッチ（頭が目覚め）、体にスイッチ（体の目覚め）、おなかにスイッチ（腸が目覚め）が入り、健康的な生活を送ることができるということや、朝ごはんを食べるためには「早寝・早起き・朝ごはん」の生活リズムを整えることが大切であるということ、また、多様な食品を組み合わせて食べることの大切さについて、指導を行いました。 中学校においては、生活リズムを整えることの大切さや、学力・体力との関係について、また、栄養バランスがよい献立や、簡単に準備ができる朝食メニューの紹介も行いました。 また、保護者へ向けた取り組みとして、食育通信の特別号を発行し、指導した内容についての周知と、朝食摂取についての啓発を行いました。 小学校では 2 年生と 5 年生に食生活点検表を、中学校ではワークシートを使用し、朝食摂取の実態について把握し、その実態を踏まえた今後の指導へつなげていきたいと考えています。



① 食育月間の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	滋賀県
取組市町村名 取組団体・企業名	長浜市 市内公立幼稚園・保育園・認定こども園
取組の名称	5歳児対象 食事に関するアンケート実施 3歳児対象 家庭への啓発
実施時期	6月
取組内容	○5歳児保護者対象（市内公立幼稚園・保育園・認定こども園） 食事に関するアンケートを実施。（実態把握） 6月中に集計をして、7月中旬に調査結果を便りとして5歳児保護者に発行。 ○3歳児保護者対象（市内公立幼稚園・保育園・認定こども園） 家庭啓発として箸の正しい持ち方について便りを発行。

【様式 1】

① 食育月間の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	滋賀県
取組市町村名 取組団体・企業名	大津市
取組の名称	① 大津市食育セミナーの開催
実施時期	① 平成 30 年 6 月 19 日
取組内容	① 市民を対象に、食育月間・食育の日(6 月 19 日)に啓発セミナーを開催しました。 (1)目的 生涯にわたって健全な食生活を実践するため、自ら「食」について考える習慣や「食」に関する様々な知識と「食」を選択する力の向上を図る。 (2)セミナー内容 講演：暮らしに役立つ”食”のあれこれ ～パワーアップ！食選力～ 食育活動発表：大津市健康推進連絡協議会 30 年のあゆみ (3)参加者数 73 名

① 食育月間の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	滋賀県
取組市町村名 取組団体・企業名	野洲市
取組の名称	「第10回やすまる広場 2018」での啓発活動の実施
実施時期	平成30年6月3日（日）
取組内容	野洲市では「野洲市食育推進計画（第2次）」に基づき平成26～30年度の5年間に3つの重点目標（①おいしいね 早寝 早起き 朝ごはん～夕食は野菜多めに腹八分目～ ②やすのがええやん！地産地消でいただきま～す ③食卓に彩りを語りつごう食の文化）を設定し、食育を推進しております。 そこで、食育月間である平成30年6月3日（日）に実施された市の事業『第10回「やすまる広場」2018』において、食育SATシステムによる食事診断ゲームを行うことにより食育についての意識付けを行いました（参加者187人）。 当日の朝ごはんをフードモデルから選択してもらい、結果について管理栄養士より説明をすることで、朝食をとることや食事バランスについて啓発することができました。  

① 食育月間の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	彦根市（滋賀県）
取組市町村名 取組団体・企業名	彦根市
取組の名称	ひこね食育フェアの開催
実施時期	平成30年6月23日（土）
取組内容	1 概要 市民の食育に対する意識や関心などを高めることを目的に、学校、企業、地域団体、行政機関等で構成される彦根市食育推進委員会の主催で、食に関する情報提供や取組の紹介を行う「ひこね食育フェア」を開催しました。 2 参加者 ビバシティ彦根に来店されている方 3 内容 ー常設ブースー ・骨密度測定（滋賀県立大学食育推進隊） ・食育 SAT システム（滋賀県立大学食育推進隊） ・栄養相談・食育クイズ（滋賀県栄養士会地域活動事業部彦根地区） ・野菜計量体験（ひこね元気クラブ 21） ・3つのお皿（彦根市健康推進員協議会） ・給食レシピ紹介、牛乳パックコースターづくり（彦根市小・中学校） ・ごみの現状についての展示（彦根市生活環境課） ・豆つまみ体験（彦根市幼児課） ・早寝早起き朝ごはんプラバンづくり、食育ランチョンマット作成（彦根市健康推進課） ー舞台ー ・寸劇【メタボバス】（彦根市健康推進員協議会） ・紙芝居【かむんだよ/うんちくん】（彦根市健康推進員協議会） ・食育クイズ（滋賀県立大学食育推進隊） ・ひこね元気計画 21 のうたの体操（ひこね元気クラブ 21）

② 食育月間の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	滋賀県長浜市
取組市町村名 取組団体・企業名	長浜市（健康推進課）
取組の名称	第41回 湖北口腔保健フェスティバルにおける連携した取り組み
実施時期	平成30年6月24日（日）
取組内容	● 歯に良いおやつの展示（噛みごたえのあるおやつ、カルシウムおやつです）  マカロニかりんとう 味噌かりんとう のりピザ お米せんべい ● 1皿70gの実物野菜を使った料理の展示（1日の目安量を知ってもらいます） ・ きんぴらごぼう ・ きゅうりの和え物 ・ 野菜ピクルス  ● 箸つかみゲーム（大豆を使い、正しくもう！お箸の使い方を学びます） 箸の使い方による食事マナーパネルの展示、資料配布 ● 食材カード、釣りカード 5食のげんキッズのカードの裏には、色々な食材が描かれています。  ● 食事バランスガイドの展示  子どもや、お孫さんへのおやつの内容や、野菜摂取量を提示し、バランスカードなどを用い楽しくゲームをしながら啓発を実施しました。豆つかみは、子どもも大人も夢中になりうまくつかめず、正しい箸の持ち方を聞かれることもありました。

【様式 1】

① 食育月間の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	滋賀県
取組市町村名 取組団体・企業名	大津市、守山市、甲賀市、近江八幡市、日野町、滋賀県南部健康福祉事務所
取組の名称	食育啓発資料(チラシ)の配布及び情報発信
実施時期	平成 30 年 6 月 1 日～30 日
取組内容	望ましい食習慣や知識の普及啓発のため、情報提供を行いました。 (1) 啓発内容 ・主食、主菜、副菜のそろった食事について ・食事バランスガイドの活用 ・朝食を食べ、整った生活リズムがとれる ・減塩のコツ、みそ汁塩分測定のお知らせ (2) 啓発方法 ・市町ホームページ及び Facebook に掲載 ・メール及び FAX による配信 ・有線放送 ・市町広報紙への記事掲載 ・食育関係団体へチラシ配布、学習会の開催 ・学校(大学、高校、中学)を通じて学生へチラシ配布 ・幼稚園、保育園を通じて保護者へチラシ配布 ・企業へチラシ配布 ・食育セミナー参加者へチラシ配布 ・食育推進横断幕やのぼり旗を設置し、食育月間・食育の日を周知 ・6 月 19 日に、量販店で「食育月間・食育の日」啓発

広報誌例

6 月は「食育月間」
毎月 19 日は「食育の日」

**ほんの少し「食」を
考えてみませんか？**

近年の「食」をめぐる環境の変化で、生活習慣の乱れからくる生活習慣病の増加、孤食、栄養不足などさまざまな問題が生じています。心身の健康を確保し、生涯にわたって生き生きと暮らすことができれば、よりよい生活のためには「食育」が重要になっていきます。

日々の生活の中でできることから
はじめましょう(食育の一例)

- ・家族や友人と一緒に楽しく食卓を囲む
- ・庭やプランターで野菜を栽培・収穫し、調理する
- ・「行事食」や「旬の食べ物」および「市内産の農水産物」や「郷土料理」を知る、調理する、食べる、伝える
- ・主食・主菜・副菜のそろった食事をする

今年 3 月に「近江八幡市食育推進計画(第 2 次)」を策定しました。生涯にわたり、「食べる力」を身につけ、健康で暮らし続けること、本市の食文化や自然を次世代に引き継ぐことを目指しています。詳しくは、広報 7 月号でお知らせします。