

3-4 地域における食育の推進

目 標

地域における食生活の改善と生活習慣病の予防を推進する。

現状と課題

- ・家庭や学校とともに、「地域」においては、職場や外食産業などの県民が食に接する様々な場面を有しており、地域における食生活の改善と生活習慣病を予防する上で重要な役割を担っています。
- ・このため、多様な関係機関の食育への参加を促し、その連携を図るとともに、食育を推進する人材の育成等を進め、地域における活動を着実に推進することが重要です。

取組内容

<県の取組み>

- ◇ 地域における関係機関・団体等の連携を推進するとともに、食育に関する専門的知識を有する「食育リーダー」の養成とその円滑な派遣を通じ、食育に関する地域活動を促進します。
- ◇ 「食生活指針」や「食事バランスガイド」の活用促進を図ります。さらに、富山県の地場産品や郷土料理を盛り込んだ「富山県版食事バランスガイド」を作成し、地産地消を通じた「地域の活性化」に寄与します。
- ◇ 医療・保健機関や食品関連事業者等の食育への取組みを推進します。
- ◇ 地域社会全体で、食を通じた家族のコミュニケーションの機会の充実を図るため、子ども連れが、協賛店舗等で各種サービスの提供を受けることができる「とやま子育て家庭応援優待制度」を創設します。

<職場の取組み>

- ◇ 「食」に関する知識の普及・啓発とともに、従業員食堂等において健康に配慮した栄養バランスの良い食事の提供や地場産品の活用により、望ましい食習慣の形成に努めます。

<医療・保健機関の取組み>

- ◇ 栄養、生活習慣に関わる知識の普及とともに、食生活改善推進員などの食育に関わる人材の育成を行います。

<外食産業の取組み>

- ◇ 健康に配慮した食事メニューを提供するとともに、地場産品の積極的な利用により、地産地消を推進します。
- ◇ 県の「とやま子育て家庭応援優待制度」に協賛し、食を通じた家族のコミュニケーションの機会の充実に努めます。

<市町村の取組み>

- ◇ 「食」に関する知識の普及・啓発とともに、食育ボランティア等の地域活動に対する支援を行います。

関係団体の取組事例：「青年向け食生活改善講習会」

(社)富山県栄養士会では、高校生、大学生など若者世代を対象とした食育に関する講習会を開催しています。

若者世代は、朝食の欠食、外食やインスタント食品への依存、女性のダイエット志向など多くの課題があげられます。

この講習会を通して、若者が食に対して関心を持ち、食生活を見直すきっかけになるように、体験型の楽しい内容となっています。



お料理カードを使って、「主食」、「主菜」、「副菜」のそろえ方を学習します。



男子生徒も真剣に取り組めます。

参加者の感想

- ・朝食をきちんと食べようと思った。
- ・ジュースに含まれる砂糖の量が多く、驚きました。
- ・「ただ食べる」ではなく、考えて食べることが大切なのだと思います。

県の取組事例：「健康づくり協力店」

富山県では、健康づくりのための食環境整備の一環として、飲食店やスーパーに協力をいただき「健康づくり協力店」への登録を行なっています。

協力内容は、「栄養成分表示」「元気メニュー※の提供」「禁煙・分煙の推進」のすべて、またはいずれかで、現在、約150店舗が登録されています。

※ 元気メニューとは、健康に配慮されたメニューのことで、「エネルギー控えめ」「脂質控えめ」「塩分控えめ」「野菜たっぷり」「カルシウムたっぷり」の5種類あります。



協力店ステッカー

表示例

もやしラーメン栄養成分		<1日の目安量>	
エネルギー	519	●●●●●○	2000
たんぱく質	21	▲▲▲▲	60
脂質	9	■	30
炭水化物	87	◆	300
食塩相当量	5.9	☆☆☆☆☆	10

もやしは自然の水と豆自身もっている養分で育つので、まさに無漂白・無添加・無農薬の野菜です。
油でさっと炒めたシャキシャキ感をお試しください。

