

# 第3次印南町食育推進計画が策定されました！

## 食育

「食」は命の源 食に関する価値観やライフスタイルの多様化のなか、知識を持っておいしく楽しく健全な食生活を日々実践しましょう

## 乳・幼児期、小・中学校期の体が成長する重要な時期に

### 家庭・保護者は

- ・五感を磨くための経験【聴覚、視覚、嗅覚（食べ物の香り）、触覚（触れる）、味覚】をさせましょう
- ・地場産物で生きた教材を活用し、地域の自然や文化、産業等に関する理解を互いに深めましょう
- ・誰かと一緒に食事をする「共食」を推進しましょう
- ・朝食は必ず取りましょう 【早寝・早起き・朝ごはん】
- ・3食できる限り規則正しく食べましょう
- ・食事のマナーを身につけさせましょう
- ・新鮮な食材の見分け方やおいしく食べる調理の方法に関心を持ちましょう

この時期は特に大人の方の行動が子供達に影響を及ぼします



### 認定こども園や学校では

- ・子供達に食育を行います（保護者との連携も行います）
- ・給食を通じて郷土料理・行事食を広めます
- ・地元産の食材を使い、安全・安心な地元の食に対する理解を深めます
- ・教育ファーム【学校で農（米作り等をして自分たちで食する）の実践】を推進します

### 地域（各種団体）では

- ・郷土料理や行事食などの文化を伝承します
- ・食を通じた交流を行います
- ・教育ファームを推進する学校を支援します
- ・食育推進団体、ボランティア団体、社会福祉団体による食育の推進を図ります

### 行政では

- ・食育に関する情報を提供します
- ・生活習慣病予防健診（つれもて健診）を実施します
- ・食育推進団体、ボランティア団体の活動を支援します

家庭・学校・地域・行政等が連携し、家庭での楽しい食事や学校給食、体験学習等への取組を通して、食に関する基本的な知識や望ましい食習慣を身につけるようみんなに関心を持ちながら、元気ななみっ子を育てていきましょう

令和4年10月に行った食育アンケートの集計結果の一部です。ご協力ありがとうございました。  
 （対象：小学4年生児童、中学2年生生徒・保護者及びこども園4・5歳児の保護者のみなさま）

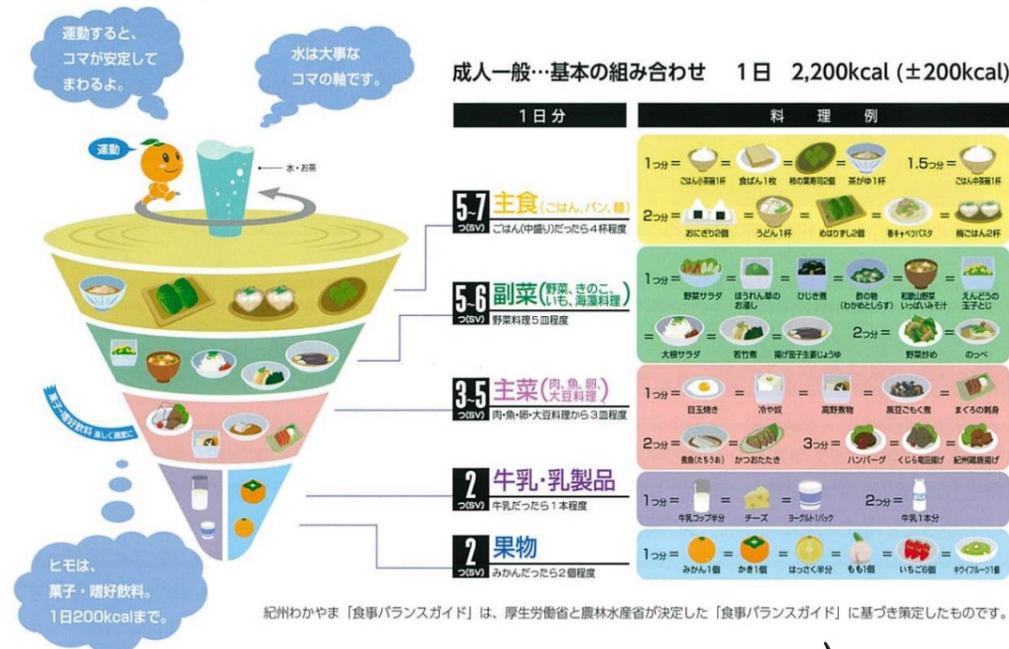
項目	対象	令和4年度
朝食を毎日食べている割合	小学校4年生	88%
	中学校2年生	77%
	保護者	90%
家族と共食をしている割合 （晩御飯を家族と食べている）	小学校4年生	95%
	中学校2年生	97%
	保護者	100%
嫌いな食べ物がある割合	小学4年生	88%
	中学2年生	86%
食材の見分け方や調理方法などの知識があると思う割合	保護者	62%
地元の食材を利用する割合	保護者	91%
「ながら食べ」をしている割合	保護者	65%

### ●家庭内の食事について、困っていること（保護者アンケート）

- ・子どもの好き嫌い、偏食 10%
- ・献立のレパートリー 4%
- ・子どもの食べ方 4%



食事バランスガイドとは 1日に「何を」「どれだけ」食べたらよいかを分かりやすくコマのイラストで示したものです。



学校給食の人気レシピを町ホームページで公開しています

