

第3次 昭和町 健康増進計画/食育推進計画

概要版

健康がいちばん

「健康増進計画/食育推進計画」

昭和町ではすべての町民が健康な暮らしの実現のため、平成23年から健康増進計画および食育推進計画を策定し、5～10年ごとに改訂しています。

令和5年に第2次健康増進計画および食育推進計画の計画期間が終了したことから、社会動向やライフスタイルの変化を踏まえ、また新たな課題を確認したうえで、

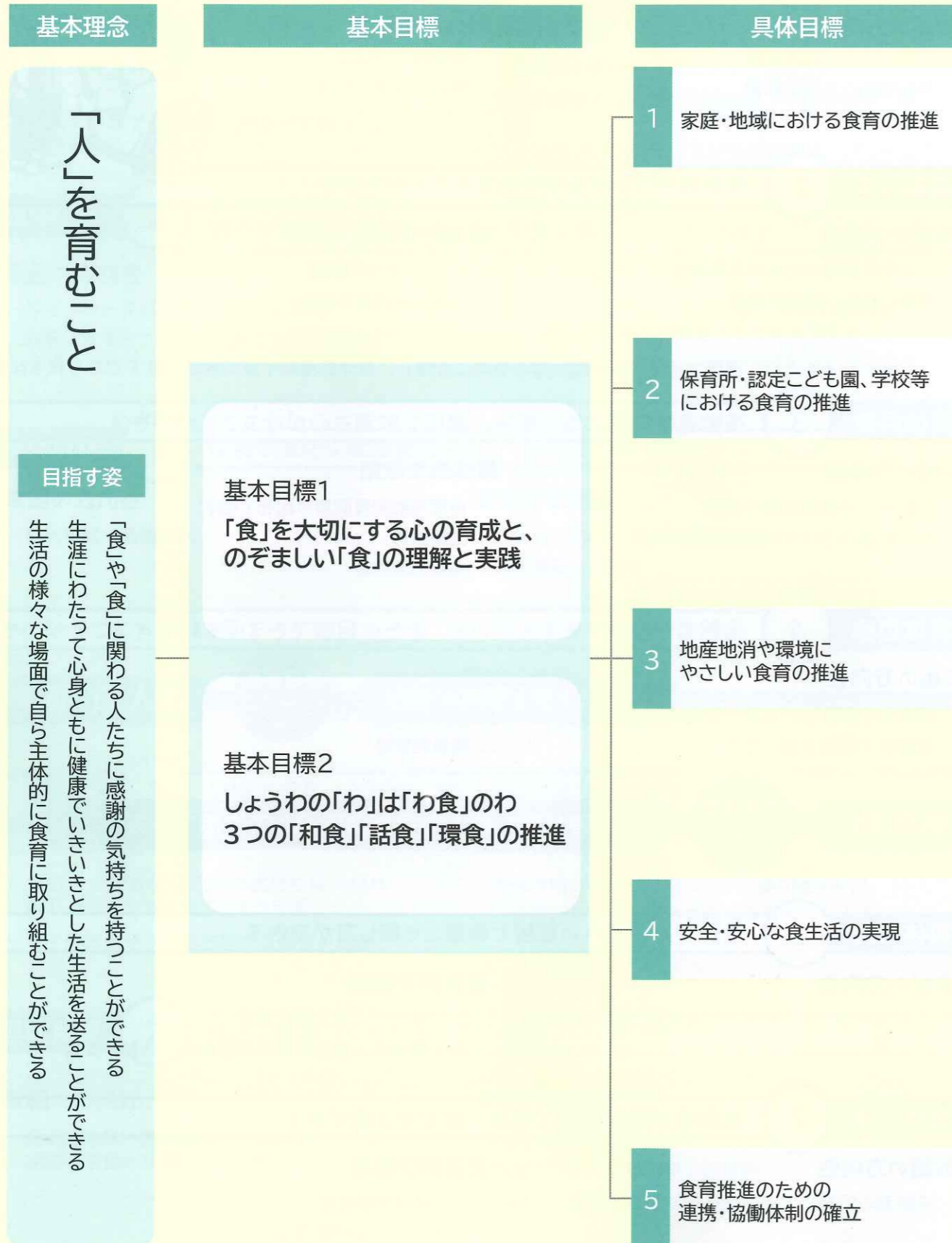
「誰もが思いやりを持ち健やかでいきいきと暮らせる町・昭和町」（健康増進計画）、「『人』を育むこと」（食育推進計画）の理念の下、第3次となる計画を策定しています。

令和6年3月
昭和町

施策の体系

<食育推進計画>

この計画の推進に当たっては、基本理念の実現に向け、5つの基本目標の下、各施策・各事業を総合的に推進します。



基本目標

1. 「食」を大切にする心の育成と、望ましい「食」の理解と実践
2. しょうわの「わ」は「わ食」のわ 3つの「和食」「話食」「環食」の推進

具体目標

1 家庭・地域における食育の推進

(1) 町民ひとり一人ができること

- ・ 家族で囲む食事を大切に、「食」を話題に会話を楽しみましょう。
- ・ 家族と一緒に食事をつくり、「食」に興味を持ちましょう。
- ・ 規則正しい食事時間を習慣化しましょう。
- ・ 毎日、家族でしっかり朝食を食べましょう。
- ・ 自分の適正体重を知りましょう。
- ・ 脂肪・塩分の摂りすぎに注意しましょう。
- ・ 穀類を毎食とって、糖質からのエネルギー摂取を適正に保ちましょう。
- ・ 健康診断や結果報告会を積極的に活用し、定期的に自身の食習慣を見直しましょう。
- ・ 家族や仲間の食事に気を配りましょう。食事バランスガイドなどを活用し、自分の食生活を見直してみましょう。

(2) 地域ができること

- ・ 食生活改善推進委員会をはじめとした関係団体は、日々の活動の中で計画の内容を周知、普及していきましょう。また、食育の日（毎月19日）や食育推進月間（6月）を利用して、幼児から高齢者まで幅広い年代に対して「食」の大切さを伝えましょう。
- ・ 事業者は、社員食堂などに食育に関するポスターなどを掲示し、社員に対して食育を啓発しましょう。
- ・ 飲食店などの事業者は、行事食・郷土料理などのメニュー提供に努めましょう。

(3) 行政の取組（抜粋）

- ・ 広報しょうわ（みんなの食育）、SNS、ホームページなどを通じた「食」に関する正しい情報の提供をします。
- ・ 町内の食育に関する取組を紹介し（食生活改善推進委員会の取組など）。
- ・ 適正体重の維持や楽しく身体を動かすためのきっかけづくりをします。



具体目標 2 保育所・認定こども園、学校等における食育の推進

(1) 町民ひとり一人ができること

- ・乳幼児期から生活リズムや食習慣の基礎を身につけましょう。
- ・子どものころから、望ましい食習慣を確立させて、自己管理できる力をつけましょう。

(2) 地域ができること

- ・保育所・認定こども園・学校では、給食便りなどを通し、「食」に関する正しい知識を伝えましょう。
- ・保育所・認定こども園・学校では、子どもたちに早寝・早起き・朝ごはんの大切さを伝えていきましょう。
- ・保育所・認定こども園・学校では、給食の献立で提供される行事食・郷土料理に関する情報を、子どもたちだけではなく、保護者に向けても発信しましょう。

(3) 行政の取組(抜粋)

- ・小中学校における「食」に関する指導の全体計画の作成と町全体の学校教育で歩調をあわせた計画的な食育を実践します。
- ・社会科、家庭科、生活科、総合的な学習の時間で食育への関心を深めます。
- ・「食」に関する児童生徒の興味・関心を深めます。
- ・朝食・生活習慣に関する指導や小中学生及び保護者に対する朝食の必要性ついて、周知・啓発します。
- ・学校教育全体において自分自身の食生活を見つめ改善する授業を実施します。

具体目標 3 地産地消や環境にやさしい食育の推進

(1) 町民ひとり一人ができること

- ・地産地消に関心を持ち、地場産物を積極的に食事の中に取り入れましょう。
- ・環境に配慮したエコクッキングを心がけましょう。
- ・農業体験に参加してみましょう。
- ・食べ物への感謝の心を持ちましょう。
- ・町外で開催される畜産業、水産業、林業に関するイベントなどにも積極的に参加しましょう。

(2) 地域ができること

- ・農業協同組合(JA)や商工会を中心に、地場産物を使った特産品×メニューの開発などを行い、地産地消を推進していきましょう。
- ・飲食店などの事業者は、店で販売するものや×メニューに地場産物を積極的に取り入れるとともに、食品ロスを出さないように対応をとりましょう。
- ・農業協同組合(JA)では、学校給食へ地場産物を提供しましょう。
- ・町内の農産物直売所等において催し物を行うなど、地場産物の販売を通して、地産地消を推進しましょう。
- ・関係団体が開催する料理教室では、地場産物を使用した×メニューを普及させましょう。
- ・保育所・認定こども園、学校、地域の団体が連携し、農業体験の機会を設けましょう。
- ・事業者や団体は、農産物直売所などを介して、生産者と消費者の交流を図り、農業体験の機会を設けましょう。

(3) 行政の取組

- ・町の一大イベントである「昭和町ふるさとふれあい祭り」での町の特産品の紹介や町内産の農産物の販売により地産地消を推進します。
- ・町内で栽培・生産されている農産物などの情報発信をします。
- ・昭和町の特産品と地産地消を学ぶための農家見学や社会科学習を提供します。
- ・食品ロス削減と環境意識向上のための「食」の大切さと無駄なく食べる意識を啓発します

具体目標 4 安全・安心な食生活の実現

(1) 町民ひとり一人ができること

- ・食品表示を確認するなど、食品の安全性に関心を持ちましょう。
- ・食品原材料表示(添加物など)や栄養成分表示に関心を持ちましょう。
- ・消費期限(食べても安全な期限)と賞味期限(おいしく食べられる期限)を正しく理解しましょう。
- ・町の広報誌やホームページなどから、「食」の正しい知識を得るようにしましょう。

(2) 地域ができること

- ・関係団体では、出前講座などを開催し、小中学生や地域に食品の正しい知識の普及に努めましょう。
- ・生産者は安全・安心な農作物を提供しましょう。
- ・事業者は消費者に対して、食品の正しい情報を提供しましょう。

(3) 行政の取組(抜粋)

- ・食品成分表示などに関する情報提供をします。
- ・「自分で食品を選択していく力」の育成に努めます。
- ・町内の農産物直売所での生産者名記載や農業散布回数記録等による安全・安心な農作物提供の推進をします。

具体目標 5 食育推進のための連携・協働体制の確立

(1) 町民ひとり一人ができること

- ・町民ひとり一人が食育に関心を持ち、家族や友人、地域の人などと食育について話し合う機会を持ちましょう。

(2) 地域ができること

- ・関係団体は、町の様々な行事に参加、協力し、団体同士のつながりを深め、健康に関する情報を発信しましょう。
- ・保育所・認定こども園・学校では、高齢者と園児や小中学生との交流機会を通じて、園児や小中学生が地域の食文化に触れる機会を設けましょう。
- ・農業協同組合(JA)では、学校給食へ地場産物を提供しましょう。

(3) 行政の取組

- ・保育所・認定こども園、学校、地域、生産者、関係団体等の自発的な活動、協力による町民主導型食育運動を推進します。
- ・庁内食育ワーキンググループ及び昭和町健康づくり推進協議会による意見交換及び食育の推進に取り組みます。
- ・国や山梨県の動向把握及び連携を推進します。

■食育ネットワークの図

