

第3章 築上町の食育活動の現状

1. 学校

親のライフスタイルや生活意識の変化は、子どもたちの食生活に大きな影響を与えています。朝食を食べない子どもたち、さらに「偏食」「個食」「孤食」などが体調の変調を招き学校教育自体にも影響を及ぼす子どもたちが多く見られます。

作物を育てることから、調理し、後片付けまでの、食べること全体の過程を知る機会や経験が少なくなっていて、食に対する知識や技術の伝達、継承が不足しています。このことが、子どもたちの成長に大きな影響を及ぼしていると考えられます。

こうした現状の中、本町の町立小中学校では全校自校方式により完全給食を行っています。また、19年度から1校で週3回の米飯給食から週5回の完全米飯給食の取組みがはじめられ、20年度は町内の小学校3校が、21年度はさらに2校が新たに米飯給食週5日に取り組んでいます。23年度から全校で完全米飯給食を実施する計画です。

給食の食材については、地場産の農産物や地場産米を利用した安全で安心して食べられる食材を確保し、安定供給ができる態勢を確立するため、学校給食地場農産物利用促進協議会と連携し地場産農産物の学校給食への使用促進を推進しています。

また、週5回米飯給食を実施している各学校の調理員、栄養士を中心に定期的に献立会議を行い、おいしく食べられるようにするとともに、多様な食品を組み合わせ、栄養のバランスがとれるような献立を工夫し、学校給食を行っています。20年度実績で見ると給食費総額約7,560万円の内873万円が地元食材の売上で率にして11%になります。

また、小学校では総合的な学習の時間を利用した稲作体験、農業体験等授業の中で「食」に関する様々な取組みを行っています。学校給食向け減農薬米「環」を教材にした「資源循環型農業」の授業や地元の生産者と稲作体験、生産者との交流試食会等を行っています。

このように小中学校では、学校給食、家庭科、保健体育、総合的な学習等の授業の中で「食」に関する様々な取組みがなされており、今後は、食生活の改善、食べ物の安全・安心、食文化の伝承など多様な課題へ対応するための「食育」が必要です。



循環授業（田植え：椎田小5年生）



循環授業（味噌作り：八津田小5年生）

2. 保育園・幼稚園

保育園・幼稚園では、朝食を摂らない、偏食・少食など子どもたちの食生活の乱れを感じており、園ごとに工夫を凝らした食育に取り組んでいます。

各園では、野菜の栽培・収穫や収穫野菜を使ったクッキングを行い、楽しく食べる経験や、食に興味を持つこと、食べられること、作っている人への感謝の気持ちを育てる取り組みを行っています。また、はしの持ち方やいただきます・ごちそうさまの挨拶等、食事中的行儀作法の指導や、食を通じた体のしくみに関する学習にも取り組んでいます。

同時に、乳幼児期の食生活や生活リズムは、家庭生活が中心のため、親の生活習慣が子どもに大きく影響します。このため、給食レシピの配布、漬物教室、保護者への講演会の開催など、家庭に対する働きかけも行っています。



就学前食育支援事業
(収穫野菜を使ったクッキング)



就学前食育支援事業
(芋ほり)

3. 地域

食生活改善推進会では、様々な世代に向けた食育活動を行っています。子どもたちの食への関心を高めるため、小学生と一緒に調理実習をしながら食材について話をしたり、学童保育児向けに手作りのおやつを提供したりして、作る楽しさや食べる喜びを共感しています。野菜嫌い、菓子やジュースの摂り過ぎ、偏食をする子どもが多いと感じることもあります。また、子どもだけでなく子育て中の保護者を対象に、旬の食材を使った料理などを一緒に作る料理教室を開催し、世代を超えた交流を図っています。

昔の食卓の代表の一つである漬物の伝承を通じて食育活動を行っている自主グループもあります。町内の自家製漬物の味・作り方を伝える「漬物作り講習会」や、築上町に昔から根付いている自家製のぬか床を次世代に伝えるための「ぬか床養子縁組」、また、学校や保育園で子どもや保護者むけに漬物伝承活動を行っています。



保育園でのぬか床作り支援



子育て中の保護者向けの料理教室

4. 行政

母子健康手帳を受け取りに来られた方に、手帳の説明のほか、妊娠期の健康や正しい食生活のアドバイスを行い、また、月に1度調理実習を通じて更に詳しい学習と妊婦同士の交流を目的とした調理交流会を実施しています。

母乳相談では、乳腺炎予防のためなど母乳育児が順調にすすむようお母さんの食事について和食の大切さを伝えています。乳幼児健診においても、健康・食事（離乳食）などの指導、相談を行っています。

保育園の食育活動の支援として、一部の保育園で園児の調理実習をサポートしたり、保護者向けに朝食の大切さなどの講話をしたりしています。

成人向けには、特定健診を受けた後に、生活習慣病予防が必要な人に対して、健診データの見方と身体のしくみ、生活習慣と健康状態との関係性、栄養・運動指導などの特定保健指導を実施しています。

高齢者向けには、介護予防・閉じこもり予防等を目的とした健康サロンの中で、調理実習や食事のアドバイスをしています。

