

第5章 主体別の取組

第5章 主体別の取組

「心」・「体」・「技」に関する食育の取組を進めるためには、家庭や地域でのつながりを大切に、「土台」である食育を推進する多くの関係者の共通理解が必要です。食育を推進する主体である家庭・行政・地域に働きかけ、個人だけでなく皆が手を取りあい、食育を推進していくことが大切です。

本章では、「土台」となる食育を推進する家庭・行政・地域といった主体ごとに食育の取組の方向性を示しています。

1 家庭における食育の推進

子どもの頃から望ましい食習慣を身につけておくことで、大人になったときにも、食についての意識が高くなります。買い物や食事づくりの手伝い、家族で楽しく食卓を囲むことは、こころの豊かさを培うだけでなく、食事のマナーの習得や食文化の継承が期待できます。

また、どの年代においても、家族とコミュニケーションを図るためには、「共食^{*}」が大切です。「共食」は、同じ食卓を囲み、一緒に食の経験をすることです。食の経験とは食べ物そのものを味わうだけでなく、その時の会話やその場の楽しい雰囲気も共有することも含まれます。

さらに、各家庭で身近な地域で収穫される野菜などを身近な地域で消費する「地産地消^{*}」を心がけることにより、食材の旬を感じるとともに、生産者とのふれあいを通じて、地域の絆を広めます。また、食品ロスにならないよう、自分たちが消費する量を考えて買い物をするなど、各家庭における取組も大切です。

そのため、家庭では一人ひとりが食に関心を持ち、地域の人とふれあいながら、望ましい食習慣を実践することをめざします。

取組の方向性

- ☆ 食について話題にし、知識を共有する。
- ☆ 「共食」をとおして、コミュニケーションを図る。
- ☆ 地域の収穫体験等のイベントに参加する。
- ☆ 周りの人の健康にも目を向け、正しい情報を普及する。
- ☆ これまでに培ってきた知識などを次世代に継承する。

2 保育所・幼稚園・学校等における食育の推進

保育所・幼稚園・学校等においては、給食やお弁当などで栄養バランスのとれた豊かな食事をとることにより、子どもの健康の保持増進を図ることができます。

集団生活を通じて、食事のマナーや望ましい食習慣の定着が促されるだけでなく、友人や地域との交流によって、「共食^{*}」を体験することができます。

また、給食に地場産物を取り入れることや収穫体験を行うことは、子どもと地域がつながり、より身近に生産者を感じ、実感をもって地域の自然や生産・流通等について理解を深めることができます。

集団生活の中では、食物アレルギーなど食事に配慮が必要な子どもと接することがあります。そうした子どもたちと接することで、配慮の必要性を理解し、「食」に関する知識を深め、判断力を培うことができます。

そのため、保育所・幼稚園・学校等では個々に特色ある食育を推進するだけでなく、家庭や関係機関・団体と連携を図り、共通理解のもと、子ども一人ひとりの食べる力を育てることをめざします。



取組の方向性

- ☆ 給食をとおして食を大切に作る心や感謝の気持ちを養う。
- ☆ 子どもの成長・発達の過程に応じ、安全・安心に配慮する。
- ☆ 体験学習や地産地消^{*}をとおして地域の生産者とふれあう機会を作る。
- ☆ 家庭と連携を図り、子どもにとって望ましい食習慣を実践できるようにする。

3 地域における食育の推進

子どもから高齢者までさまざまな世代の人が、自分の食生活を振り返り、ライフステージ^{*}に合わせた食習慣を実践するには、農家、飲食店、企業なども含め、地域全体で取り組む必要があります。地域の農家、飲食店、企業などが、直売所の設置や調布マルシェなどのイベントで市民が地場産物にふれる機会を作るとは、「地産地消」を推進することにつながります。こうした場を通じて食に関するさまざまな情報を発信することにより、より多くの人に情報を行き渡らせる効果が期待されます。特に、食の安全・安心に関する情報は多くの市民が求めているため、企業などが適切に情報提供していくことが大切です。

地域では、適切な情報について周知・共有できるよう連携体制を構築することで、地域のふれあい・絆づくりを推進することができます。また、核家族化、高齢者の単身世帯の増加により、家庭での食文化の継承の機会も少なくなっているため、関係団体やボランティア等による市民からの食に関する情報発信を通じて、子どもから高齢者まで「食」を楽しむ機会を充実することが必要です。

さらに、昨今話題となっている「子どもの貧困」については、摂取する食品の偏りや孤食につながりやすいとの指摘があります。子ども食堂^{*}などで地域の人と食事をするを通じて、栄養を確保し、コミュニケーションの促進を図ることができます。また、地域におけるフードバンクの活動を促進することは、食品ロス^{*}の減少につながるだけでなく、子ども食堂^{*}の運営を支援することにもつながります。

そのため、地域ではさまざまな取組をもとに、食を通じた地域のふれあい・絆づくりを行い、家庭で対応しきれない部分を補いながら、地域全体で楽しく食育と健康づくりに取り組むことをめざします。

取組の方向性

- ☆ 地産地消^{*}を推進する。
- ☆ 食の安全・安心に関する情報など、情報提供の充実を図る。
- ☆ 地域のふれあい・絆づくりのため、食に関する地域のイベントを活用する。
- ☆ 地域における食を通じた健康づくり活動を推進する。
- ☆ 世代を越えた交流など、「食」を楽しむ機会の充実を図る。

