

■目標の趣旨

「世界一のいただきます」とは感謝・健康・楽しさを感じながら「いただきます」を言っている子どもたちの姿。その子どもたちの姿が実現するためには、家庭はもちろん、地域の力が必要です。子どもにかかわる機会が少ない地域の方も、家庭や職場、色々な機会を通じて是非伝えてほしいと思います。

また、1年365日当たり前のように繰り返される時間と営みこそが子どもにとっては生きるための土台です。「日常の繰り返しの中に生きるための礎がある」という言葉の通り、町民皆さんの協力により生きる力をつけていくための食育を展開していきます。

■目標の方向性

①毎月19日を玉東ふるさとだご汁デーとして推進しましょう

②さまざまな団体や個人において積極的に地域での食育活動を行いましょう

■町の行動計画

・「世界一のいただきます」宣言

・玉東ふるさとだご汁デーの啓発

・だご汁啓発パンフレット作成

・食育推進大会

・玉東町世界一のいただきますプロジェクト会議

・参加登録団体の募集

毎月19日は
玉東ふるさと
だご汁デー



目標指標

■「目標指標」はこの計画の「3つの目標」の達成状況を客観的に把握・評価するために設定しました。

目標1：「いただきます」を感謝の心から

指標	現状地	目標値
野菜の栽培や収穫の体験		
4歳児	87.5%	100%
小学2年生	97.8%	100%
小学5年生	76.7%	100%
中学2年生	48.1%	55%
身近に玉東産物を購入できる店が「ある」	62.8%	90%
給食での玉東産物を活用したおかずの品目数	-	月3品

目標2：「いただきます」を健康から

指標	現状地	目標値
週3回以上食べるおやつは「菓子」と答えたもの		
4歳児	85.0%	70%
小学2年生	78.3%	75%
小学5年生	74.4%	70%
中学2年生	70.4%	65%
朝食を毎日食べ、主食・主菜・副菜をそろえる		
4歳児	25.0%	40%
小学2年生	19.6%	30%
小学5年生	44.2%	30%
中学2年生	44.4%	50%
青壮年期	36.5%	45%
夕食後、週3回以上、何か食べる日がある		
4歳児	40.0%	30%
小学2年生	47.8%	35%
小学5年生	34.9%	40%
中学2年生	48.1%	30%
高校2年生	50.0%	40%
青壮年期	27.0%	35%

目標3：「いただきます」を家庭の食卓から

指標	現状地	目標値
小学5年生でみそ汁を作ることができる	30.2%	50%
中学3年生でだご汁を作ることができる	7.4%	20%
子どもが家庭でだご汁づくりに参加する		
4歳児	43.8%	50%
小学2年生	48.7%	50%
小学5年生	45.7%	50%
中学2年生	29.2%	35%
子どもが食事のときテレビを「いつも見ている」「時々みている」		
4歳児	25.0%	15%
小学2年生	26.1%	20%
小学5年生	46.5%	25%
中学2年生	48.1%	40%

全体目標：世界一の「いただきます」が いえるまちづくり

指標	現状地	目標値
適正体重を保っている		
4歳児	64%	70%
小学2年生	70%	75%
小学5年生	49%	70%
中学2年生	34%	68%
食事の時、手を合わせて「いただきます」「ごちそうさま」が いえる		
4歳児	60.0%	100%
小学2年生	63.0%	100%
小学5年生	60.5%	100%
中学2年生	46.3%	100%
高校2年生	39.3%	100%
青壮年期	58.3%	100%
だご汁を作る・食べる頻度は月1回程度である		
4歳児	32.5%	50%
小学2年生	21.7%	50%
小学5年生	16.3%	50%
中学2年生	22.2%	50%
青壮年期	21.3%	50%

玉東町 世界一の
いただきます計画

玉東町食育推進計画

毎月19日は
玉東ふるさと
だご汁デー



なぜ今、食育なのか

「手を合わせてください。目をとじて5秒間いただきます」これは、平成20年度の玉東中3年生からの提案です。玉東町は香り豊かな農業の町。中学生は自ら考えました。農業がこんなに身近にあるのにどうして心を込めた“いただきます”がなくなってきているのか…。

■ご飯を食べることが当たり前になっている

■作物を育てる苦労を理解していない

■孤食化・個食化が増えているから

■動物や野菜の命をいただいている実感がないから

中学生達は、総合学習の中で実際の収穫を体験したり、農家の人的一生懸命働く姿、作物を大事に育てる気持ちにふれ、食物や命の大切さとたくさんの

生物の命により自分のところと身体が保たれていることを感じました。そして、玉東町の農業を盛り立てていきたいと感じ、自分達にできることは心を込めて「世界一の“いただきます”を言うことだと提案しています。

玉東町がこの計画でめざす食育の推進は、町民（家庭・園児・児童・生徒・地域・生産者・事業者・保育園・学校・健康づくりボランティア団体等）と行政がそれぞれの立場で行動し、協働して進めるものです。町民・関係機関・行政が共働ですすめていくことで、「食」に関わる様々な問題を解決し「食」が本来もっている「楽しさ」「おいしさ」をひきだす活動の実現を、この計画ではめざしていきます。

町民みんなの協力で、世界一の「いただきます」がいえる玉東町を目指します

目標1 「いただきます」を感謝の心から

アンケート調査結果から

食事の際に「いただきます」「ごちそうさま」を言っていない

家庭での食事の際に「いただきます」「ごちそうさま」を必ず言う割合は、小学生以下では、60%を超えています。中学2年生では46.3%、高校2年生では39.3%まで落ち込んでいます。

4歳児・小学生は農業体験が豊富です

この1年間に野菜や果物の栽培・収穫体験が「ある」と

答えた割合は、小学生以下が高くなっており、中学2年生になると半数以下まで落ち込んでいます。

また、青壮年期では64.0%となっています。

玉東産物を購入できる店を知りません

6割以上の方が、身近に玉東産物を購入できる店が「ある」と答えているものの、「分からない」と答えた方も約3割となっています。

目標の趣旨と方向性・行動計画

■ 目標の趣旨

子どもが作物を育てる体験を通して、「食」に対する感謝の気持ちと、地域の農業の大切さを実感できる食育をすすめます。

■ 方向性

- ①子どもが作物を育て、命や作物の大切さ、農業の大切さを実感できる機会を作しましょう
- ②地産地消をすすめましょう

■ 町の行動計画

- ・学校給食の地元農産物納入システムの構築事業
- ・農業体験推進事業
- ・地元農産物販売促進事業

目標2 「いただきます」を健康から

アンケート調査結果から

朝食をバランスよく食べていません

主食・主菜・副菜をバランスよく毎日食べる割合は、朝食より夕食が高くなっています。朝食を毎日バランスよく食べる割合は4歳児・小学2年生で特に低くなっています。

夕食後に何か食べている子どもが多くなっています

夕食後、何か食べる日があると答えた割合は65~78%となっています。特に週3回以上食べる者の割合が高校2年生、

中学2年生、小学2年生で50%近くとなっています。
(中学2年生以下は保護者が回答)

スナック菓子が習慣化しています

普段、週3日以上食べるおやつは、割合は、年代が上がるにつれて減少しているものの「菓子」が最も高くなっています。
(質問には保護者が回答)

目標の趣旨と方向性・行動計画

■ 目標の趣旨

1日3食、特に朝食をバランスよく食べること、乳幼児期からの基本的な生活リズムの定着を図ることにより健康づくりのための食育をすすめます。

■ 方向性

- ①乳幼児期から基本的な生活リズム(活動・休養・食事・運動・睡眠)のバランスとリズムを整えましょう
- ②自分自身の身体にあった食事の量やバランスを考えた食事をしましょう

■ 町の行動計画

- ・赤ちゃんが喜ぶ離乳食づくり
- ・にこにこパクパク教室
- ・親子生活リズム教室(乳幼児期・学童期)
- ・ランチョンマット塾
- ・すとおぶスナック菓子の習慣化

目標3 「いただきます」を家庭の食卓から

アンケート調査結果から

多くの子どもたちがお手伝いを頑張っています

だご汁を「年数回」以上作る家庭において、子どもと一緒に作る割合は、小学5年生以下が40%台、中学2年生が29%となっています。

中学生で玉東町の郷土料理「だご汁」を作れる子どもが1割弱です

一人でみそ汁を「作れる」中学生は約3割にとどまっており、玉東町の郷土料理であるだご汁については1割以下となっています。

大好きなのに食卓に登場しない「だご汁」

7割の子どもが「好き」と答えている「だご汁」ですが、家庭でだご汁を作る・食べる頻度は「年数回」が多くなっています。

多くの子どもが食事中にテレビをみています

子どもが食事の時にテレビを「いつも見ている+時々見ている」割合は、年代が上がるにつれて高くなっており、中学2年生では87.0%となっています。
(質問には保護者が回答)

目標の趣旨と方向性・行動計画

■ 目標の趣旨

家族みんなで食卓を囲み語らいながら子どもが「よし、今日がんばろう」「明日も楽しみ」と英気を養うぬくもりのある家庭の食育をすすめます。また、家庭や地域の食を大切に、技術や文化を継承していく食育もすすめていきます。

■ 方向性

- ①家庭で子どもと一緒に料理をしましょう
- ②家庭で子どもと一緒に楽しい食事をしましょう
- ③地域の食文化を伝えていきましょう

■ 町の行動計画

- ・夏休み子ども料理教室
- ・家庭教育学級
- ・楽しく運動・楽しい食事教室

一みんなに取り組んでほしいこと

■「いただきます」を感謝の心から ■「いただきます」を家庭の食卓から
■「いただきます」を健康から



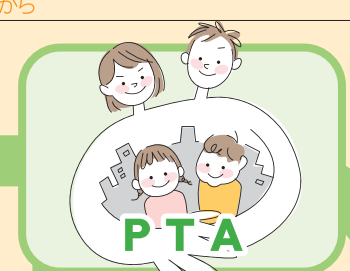
保育所

支援



学校

支援



P.T.A

支援

●子どもに取り組んでほしいこと

- 保育園や学校で体験した野菜づくり・米づくり・芋づくりなどの体験を家族に話します
- 作物を育てる機会に積極的に参加します
- 保育園や学校給食を感謝しながら楽しくいただきます

- いただきますのときに朝食のバランスを考えます。足りない時は家族に伝えたり、自分でできるときは足りないものを補います
- スナック菓子だけではなく、手づくりのおやつづくりに挑戦します
- 菓子を買う時はカロリーや砂糖の量などの表示を参考にします

- 家族の食事づくりのお手伝いをします
- 料理や調理技術を学ぶ機会に友達を誘って参加します
- 保育園や学校の調理体験を家族に話します
- 食事をする時はテレビを消し、家族に今日の出来事を話します

●町民の皆さんに取り組んでほしいこと

- 野菜の育て方を知らない子どもや家庭に教えます
- 実際の畑をみせ、子ども達にも育てること、収穫することを体験させます

- 昔ながらの手づくりおやつを伝えます
- 健康の大切さを伝えます
- 仲間と学習したり、味噌づくりをしたり料理する機会をもちます

- 地域の集まりなどで調理をする時に調理の仕方を見せたり、教えたりします

●家庭に取り組んでほしいこと

- 保育園や学校での農業体験を子どもと話し、命の大切さを伝えます
- 家庭菜園などで作物にふれる機会を増やします
- 野菜や果物などできるだけ玉東産を買い料理します

- 自分達の身体について学んでいきます(体調を崩す原因、食べ物の大切さなど)
- 家族の健康を守るために頑張って食事をつくります。その思いや姿を子どもに伝えます

- 子ども自身が食事のバランスに興味を持ったたり、気づいたりするように食事の際に話をします(ランチョンマットや弁当箱の活用)
- スナック菓子を買い置きしないようにします

- 手づくりおやつの日をつくり、子どもと一緒につくります
- 孫のために昔ながらのおやつを一緒につくります

- 子どものお手伝い大好きな時期(4・5歳)をのがさず、挑戦させます
- 家庭で料理している姿をみせます

- できるだけ早く仕事から帰る日をつくり一緒に食事をします
- 食事の時はテレビを消して、子どもの話をゆっくり聴きます

- 保育園や学校での体験学習や保健便り、給食便りなどを活用し話をします
- 子どもがつくったものをおいしいと言って食べます

↑お互いに連携する↓

↑お互いに連携する↓



医療機関



生産者・農業関係団体



健康づくりボランティア団体
(食改・健康を守る婦人の会など)