

忍野村 食育推進計画

平成 23 年 3 月
～ 忍野村 ～

はじめに

本村では、村民一人ひとりが生涯を通じて健やかに暮すことができるよう、健全な食生活の実現、食文化の継承、健康の確保等を図り、自らの「食」について考える習慣や「食」に関する様々な知識と「食」を選択する判断力を身につけるため、この度「忍野村食育推進計画書」を策定いたしました。

近年の「食」をめぐる現状は、栄養の偏り、不規則な食事、肥満や生活習慣病の増加、過度の痩身志向などの問題に加え、「食」の安全性や海外への依存体質など、社会構造の変化に合わせるように大きくその様相を変え、社会問題化しているところでもあります。特に危惧しておりますのは、この変化に反応する子ども達を含めた若年世代であります。忍野村の将来を担っていかなければならないこの世代の人たちが、基本的に備えるべき必要最低限の要素は、心身ともに健全であるということでございます。朝食の欠食に代表される食習慣の乱れや、好きなものを好きなだけ食べることで、栄養バランスを崩すなどの間違った食生活は、やがては生活習慣病へと繋がってしまうため、早期に改善しなければなりません。

そこで、忍野村といたしましては「第5次忍野村総合計画」やその他の関連計画などと整合性を図りながら、村を挙げて「食育」に取り組むことといたしました。

平成27年度までの5年間、この計画に基づき、家庭、幼稚園、保育園、学校、地域、事業者などが有機的に連携し、村民一人ひとりが健康で長生きできるよう様々な食育推進活動を展開してまいりたいと思っております。

最後に、この計画の策定にあたり、熱心にご討議いただきました「忍野村食育推進計画策定委員会」委員の皆様をはじめ、多くの関係各位に対しまして心から御礼を申し上げ、挨拶とさせていただきます。

平成23年3月

忍野村長 天野康則

*** 目 次 ***

I 食育推進計画策定にあたって	1
1 計画策定の趣旨	1
2 計画の性格・位置づけ	2
3 計画の期間	2
II 食育をめぐる現状と課題	3
1 食生活	3
2 食の安全・安心	4
3 地産地消	4
III 忍野村の食育が目指すもの	5
1 基本方針と基本目標	5
IV 食育推進のための施策・取り組みの展開	6
1 家庭で進める食育	6
2 保育所・幼稚園・学校で進める食育	8
3 地域で進める食育	10
4 生産者・事業者で進める食育	12
5 数値目標の一覧	14
V 計画を推進していくために	16
1 計画の推進体制と役割	16
2 計画の評価・見直し	17
資料編	18
1 忍野村食育推進計画策定経過	18
2 忍野村食育推進計画策定委員会委員名簿	19
3 忍野村食育推進計画庁内ワーキングメンバー名簿	20
4 【参考資料】 保育所・幼稚園・学校の食育推進に関する計画(平成22年度分)	21

I 食育推進計画策定にあたって

1 計画策定の趣旨

近年の社会情勢のめまぐるしい変化とともに“食”の中心となる家庭における食生活のスタイルも大きく変化し、“食”に対する意識が希薄化するとともに飽食の時代にあつての真の“豊かな食”が問われています。

また、肥満や生活習慣病の増加、過度の痩身志向など健康に関わる問題、食べ残しや廃棄など食料資源の浪費、伝統的な食文化の喪失及び食料自給率の低下など、文化、健康両面から“健康な食生活”の復活を目指して、国において平成17年7月の食育推進基本法制定を受け、平成18年3月に『食育推進基本計画』が策定され、山梨県においても平成18年12月に『やまなし食育推進計画』が策定されました。

これら国や県の動向を踏まえ、本村においても村民一人ひとりが“食”について改めて意識を高め、自然の恩恵や“食”に関わる人々の様々な活動への感謝の念や理解を深めつつ、“食”に関して信頼できる情報に基づく適切な判断を行う能力を身につけることによって、心身の健康を増進する健全な食生活を実践していく必要があります。そのために、家庭、保育所、幼稚園、学校、地域、生産者、事業者、行政等が連携して「食育*」の推進に取り組むための計画として、『忍野村食育推進計画』を策定します。

「食育」とは

食育とは、村民一人ひとりが、生涯を通じた健全な食生活の実現、食文化の継承、健康の確保などが図れるよう、自らの食について考える習慣や食に関する様々な知識と食を選択する判断力を身につけるための学習などの取り組みを指します。

食育基本法では「食育」を、以下のように位置づけています。

- ◆ 生きる上での基本であつて、知育、徳育及び体育の基礎となるべきもの。
- ◆ 様々な経験を通じ“食”に関する知識と“食”を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てること。

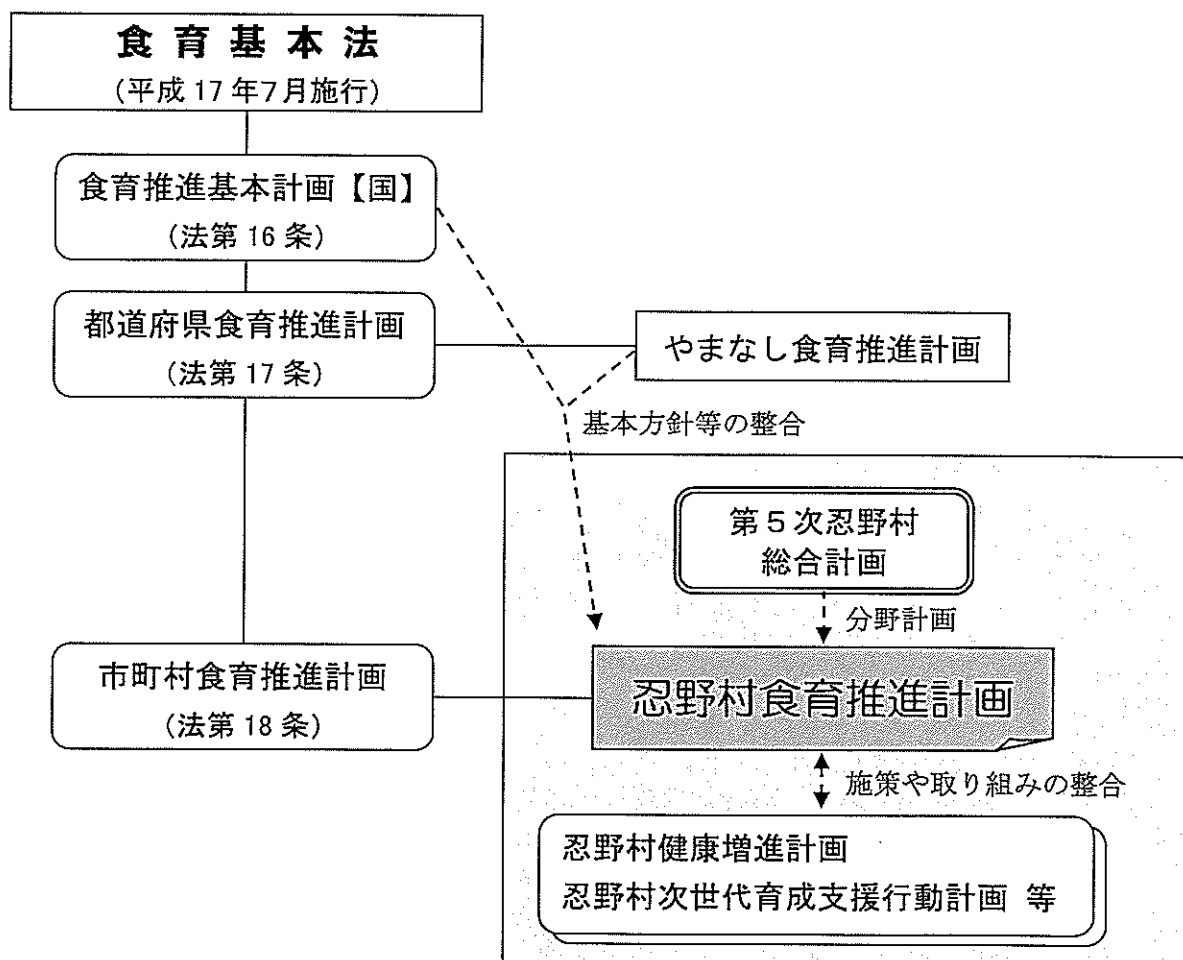
2 計画の性格・位置づけ

本計画は、国の食育基本法第 18 条第 1 項に基づく市町村食育推進計画として位置づけられるものです。

また、国の『食育推進基本計画』及び山梨県の『やまなし食育推進計画』の基本方針を踏まえ、忍野村の食育の基本的な考え方を明らかにするとともに、食育を具体的に推進するための総合的な指針として位置づけます。

さらに、忍野村の上位計画である『第 5 次忍野村総合計画』や関連計画などとの整合性を図ります。

【計画の位置づけ】



3 計画の期間

本計画の期間は、平成 23 年度から平成 27 年度までの 5 年間とします。ただし、社会情勢や食生活の著しい変化などによって、計画の変更が必要になった場合には、随時見直しを行うこととします。

Ⅱ 食育をめぐる現状と課題

1 食生活

本来、食事は家族団らんの場であり、子どもに正しい食事のマナーなどを伝える大切なコミュニケーションの場の役割を担っています。

しかし、日本の社会経済構造等が大きく変化していく中で、個人のライフスタイルや価値観の多様化などにより、家族全員が同じ生活リズムで過ごすことが少なくなり、家族全員がそろって食事をする機会が減少し、ひとりで食べる「孤食」や、同じ食卓で家族それぞれが異なるものを食べる「個食」など、食生活に関する課題が顕著に現れてきています。

特に、食事の中でも最も大切といわれている朝食を食べない人が増加しています。忍野村の就学前児童や小学生においても、朝食を食べない日が週に1日でもあるという児童・生徒を含めると、朝食欠食率は5%程度を占めています。

家族での食事のあり方を見直すとともに、朝食の欠食が心身に与える影響を理解し、朝食の大切さに対する知識を身につけることが重要です。

また、食事の第一の目的は、健康を維持し生活をするための栄養をとることです。そこで重要になってくるのが栄養バランスです。

しかし、現在は、外食産業等の発展などにより食の外部化が進み、いつでもどこでも好きなものが簡単に食べられるようになったため、20～30代の若い世代を中心に外食する割合が増加し、栄養バランスの偏りにつながっています。本村では、BMI 25%以上(肥満)の割合が、男性の30～60代で30%以上を占めており、また、子どもたちはスナック菓子や甘い菓子の間食が増えている傾向もみられます。栄養バランスの偏りは、肥満や生活習慣病を誘発することになり、健康へ深刻な影響をもたらします。

一方、若い世代の女性には、過度のダイエット志向がみられ、問題視されています。さまざまな情報に振り回され、食事を食べなかつたり、偏った食事をしたりするなどの無理なダイエットは、心身のバランスを崩します。

健康な日々を送るためには、栄養バランスの取れた食事に関する知識を得るとともに、自分の適正な体重を知ることが大切です。

2 食の安全・安心

近年、鳥インフルエンザや口蹄疫の発生、食品の偽装表示、無登録農薬の使用等、食品をめぐる多くの事件・事故の発生が後を絶ちません。そのため、消費者の食の安全・安心志向は高まってきており、食の安全・安心に関する正確な情報提供が求められています。

本村でも、消費者・生産者・行政などの関係者が協働しながら、農産物をはじめとする食の安全・安心の確保対策に取り組んでいます。引き続き、生産者をはじめ食品を供給する立場にあるものは、消費者の信頼を得るために、食品の安全性の確保に努める必要があります。

また、消費者においても、食の安全に関する正しい知識を身につけ、自らの判断で食を選択することが求められます。

3 地産地消

近年は日本全国を始め、海外からの輸入も増え、一年中、どこにいても様々な食材が手に入るようになりましたが、その土地で採れたものを、採れた旬の時期に食べることは、心身の健康や環境のために望ましいといわれています。

本村では、年々農家数、耕地面積が減少傾向にあります。しかし一方では、収穫量は少ないながらも、多くの種類の農産物が生産されています。

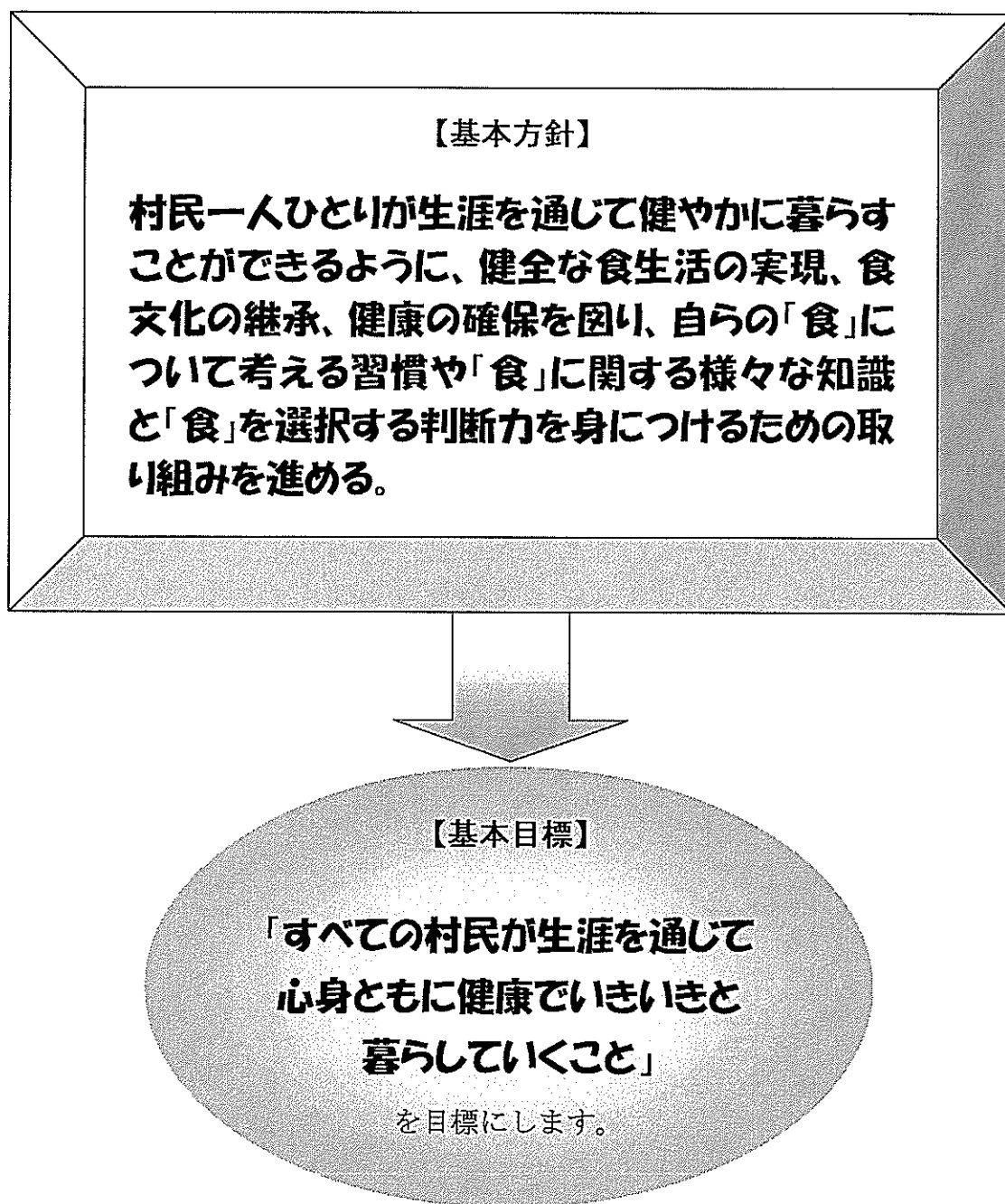
食の安全が求められている今だからこそ、村民一人ひとりが地域の農業に関心を持つこと、地元でとれたものを地元で消費する地産地消に心がけること、農業体験などを通して食に対する感謝の気持ちを持つことなどが求められています。



Ⅲ 忍野村の食育が目指すもの

1 基本方針と基本目標

本計画の基本方針と基本目標は、国の「食育推進基本計画」の基本方針を踏まえ、山梨県の「やまなし食育推進計画」の基本方針及び基本目標を踏襲することとします。



IV 食育推進のための施策・取り組みの展開

本計画では、食育に必要な施策・取り組みを、実施主体別（家庭、保育所・幼稚園・学校、地域、生産者・事業者）ごとに明確化し、日常生活のどのような場面でも食育に取り組めるようにしました。

1 家庭で進める食育

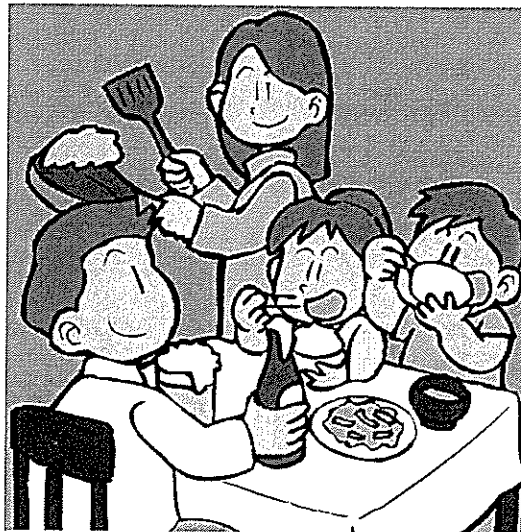
従来、食に関する情報や知識、伝統や文化等については、健全な生活習慣の形成の一環として、地域の中で共有され、世代を超えて受け継がれてきました。そのような生活環境のもと、家庭は、食べる姿勢やはしの持ち方、食事前の手洗いなどマナーや食習慣について学び、食事の準備や手伝いに参加しながら、料理を作る楽しさや味覚を身につけていく場として最も重要な場所といえます。

しかしながら、ライフスタイルや価値観の多様化や食の外部化など、食をめぐる環境変化の中で、栄養バランスの偏り、偏食、食べ過ぎ、過度のダイエットなど食習慣の乱れが生じています。

家庭では、規則正しい生活リズムを身につけ、好き嫌いをなく食べることや食べる時の姿勢など、食事のマナーを身につけることが必要です。また、食事の手伝いを通して、料理を作る楽しさや味覚を身につけ、食の基本を身につけることが必要です。

特に、子どもの頃は、身体と生活習慣の基礎を確立する重要な時期ですので、バランスのよい食事を規則正しくとることが大切であり、家族と一緒に楽しい雰囲気の中で食事ができるよう心がけることも大切なことです。

村では、家庭における食育に対して、食育推進の普及や食や健康に関する情報提供などを推進していきます。



家庭での取り組み

- * 早寝早起きを心がけ、朝ごはんをしっかり食べる習慣を身につけましょう。
- * 日本型食生活を取り入れながらバランスのとれた食事を心がけましょう。
- * 食事を楽しむこと、食べ物に感謝する気持ちを育てましょう。
- * 家族揃って食事をするように心がけ、食事の中で、あいさつをしっかりすることや、はしの持ち方などマナーを身につけましょう。
- * 子どものころから食事づくりを手伝いましょう。
- * 地場産品を扱う直売所やスーパーを利用し、地場産品を購入するよう心がけましょう。
- * 安心・安全な食品を選ぶ力をつけましょう。
- * 必要な量だけを買う、皮や葉・残り物なども利用して食事を作るなど、エコクッキングの考え方を取り入れましょう。

村の施策・取り組み

◎ 食育の普及

日頃から食品選びの際に、食品表示を参考にすることの必要性を認識するなど、家庭における食育を普及します。

◎ 食育推進計画の周知

村のホームページや広報「おしの」など、様々な媒体を通じて計画内容を公表し、周知していきます。

◎ 食や健康に関する情報提供

日本食や地場産品を使った料理の調理体験などを通して、食や健康に関する情報提供を行います。

◎ 栄養指導の充実

食生活に問題がある子どもが多くみられることから、乳幼児健康診査において、栄養士による専門的・継続的な栄養指導の充実を図っていきます。また、育児教室で離乳食の実技指導等を実施するなど、好ましい食生活を学べる場を提供し、適切な食生活が身に付けられるよう努めていきます。

2 保育所・幼稚園・学校で進める食育

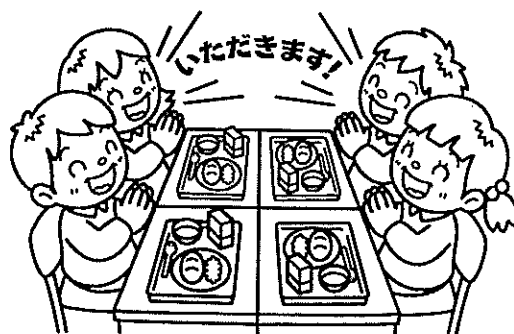
保育所・幼稚園・学校は、家庭や地域、生産者と連携しながら、足並みをそろえて食育を展開していく必要があります。特に、食生活の基本が形成される乳幼児期は、様々な体験を通じて、食の大切さや楽しさを覚えることが重要です。

本村においても、保育所・幼稚園や学校で、食育に関する年間活動計画を策定しています（資料編 参照）。その中で、食農体験も行い、種まきから収穫までの一連の活動を行い、給食に提供する際、調理員、栄養士がクラスを周り、興味関心を持たせたり、食事指導を行っています。今後はさらに、給食の中での地場産品の利用品目の数も増やし、子どもたちが、地域の農産業に触れる機会を設けることが大切です。

村では、保育所・幼稚園・学校における食育に対して、健康教育の充実や食育指導体制の充実などを推進していきます。

保育所・幼稚園での取り組み

- * 早寝早起きを心がけ、朝ごはんをしっかり食べる大切さを伝えます。
- * 食事を楽しむこと、食べ物や生産品に感謝する気持ちの大切さを伝えます。
- * 給食やお弁当の時間に、あいさつをしっかりすることや、はしの持ち方などマナーを身につける指導を行います。
- * 給食参観日や給食だよりや給食献立表を活用して、食育の大切さを保護者に伝えていきます。
- * 食農体験を充実し、食の生産に触れる機会を増やします。
- * 日本の食文化や伝統料理などに触れる機会を設けます。
- * 村内産農産物をはじめ、山梨県内の地場産品を活用した給食の提供に努めます。
- * 家庭、地域、学校、生産者、行政などと連携して食育に取り組みます。



小学校・中学校での取り組み

- * 早寝早起きを心がけ、朝ごはんをしっかり食べる大切さを伝えます。
- * 食事を楽しむこと、食べ物や生産品に感謝する気持ちの大切さを伝えます。
- * 給食やお弁当の時間に、あいさつをしっかりすることや、はしの持ち方などマナーを身につける指導を行います。
- * 給食献立表を通じて、食育の大切さを保護者に伝えていきます。
- * 栄養バランスのとれた食事の大切さを、食事バランスガイドなど年齢に応じた教材で伝えます。
- * 食農体験を充実し、農業を学ぶとともに、忍野村の地場産品などに触れる機会を設けます。
- * 日本の食文化や伝統料理などに触れる機会を設けます。
- * 村内産農産物をはじめ、山梨県内の地場産品を活用した給食の提供に努めます。
- * 家庭、地域、保育所・幼稚園・学校、生産者、行政などと連携して食育に取り組みます。

村の施策・取り組み

- ◎ 食育の普及
給食の献立表などを通して、食育についての重要性を広く周知し、食育を普及します。
- ◎ 食育推進計画の周知
村のホームページや広報「おしの」など、様々な媒体を通じて計画内容を公表し、周知していきます。
- ◎ 給食を通じての食に関する指導の充実
保育所、幼稚園、学校での給食の充実に努め、食事の大切さやより良い食習慣の定着を目指します。
- ◎ 健康教育の実施
学校に保健師、歯科衛生士などを派遣し、知識や実践力を高めるため健康教育を実施します。
- ◎ 食育指導の充実
食農体験を実施することで、自然の恵みとそれを育てた人、料理を作る人などに対する感謝の心を持つことを育成するなど、食育指導体制の充実に図ります。

3 地域で進める食育

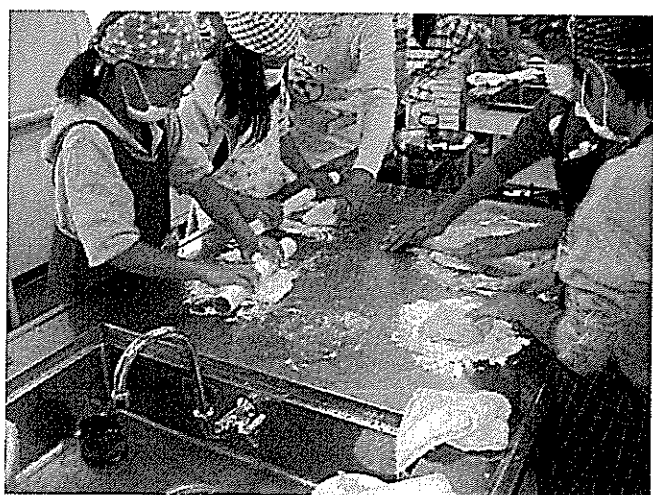
健康でいきいきと暮らしていくためには、子どもの頃はもとより、人生の各段階（ライフステージ）に応じて、全ての村民が、生活習慣病の予防などに対する食生活の改善、運動習慣の定着の取り組みを継続的に実践していく必要があります。

そのため、地域行事を利用した食文化の普及、家庭、保育所・幼稚園・学校、生産者・事業者と連携した取り組みの実施など、地域づくりで食の環境を整えていく必要があります。

村では、地域における食育に対して、食や健康に関する情報提供、ボランティアスタッフの育成・養成などを推進していきます。

地域での取り組み

- * 村や関連機関等から情報提供や活動支援を受けながら、自治会や老人クラブなどにおいて、日本の食文化等を伝える地域行事を開催しましょう。
- * 食生活改善推進委員や食育関連ボランティアなどが中心となって、地域住民に食育や健康づくりに関する情報提供を行いましょう。
- * 地域の飲食店等に「食事バランスガイド」の掲示を依頼するなど、地域ぐるみで食育に対する意識を高めましょう。
- * 家庭、保育所・幼稚園・学校、生産者、行政などと連携して食育に取り組みましょう。



村の施策・取り組み

◎ 食育の普及

おしの村福祉健康まつりなどのイベントを利用して、食育の重要性を広く周知して、食育を身近に感じられるような活動を展開します。

◎ 食育推進計画の周知

村のホームページや広報「おしの」など、様々な媒体を通じて計画内容を公表し、周知していきます。

◎ 食生活改善推進員会活動の充実

食育の大切さを学ぶ機会として、小学生対象の郷土料理講習会、地元でとれる大豆を使った減塩みそづくり講習会、子ども・親子・村民を対象とした各種料理教室を開催していきます。

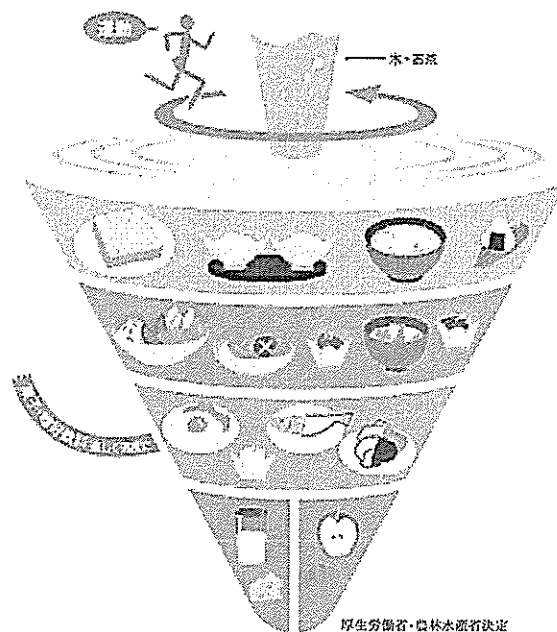
◎ ボランティアスタッフの確保・育成

地域活動の支援を推進するために、愛育会や食生活改善推進委員などに対して栄養指導を行い、ボランティアの養成・育成を充実します。

◎ 地域活動の支援

自治会、老人クラブ、子育てサークル等の地域団体に対して、情報提供や栄養指導などを実施していきます。

【食事バランスガイド】



4 生産者・事業者で進める食育

近年、鳥インフルエンザや口蹄疫、食品の偽装表示など、食品の安全性を損なう事件や事故が続いています。同時に、マスメディア等の各種媒体を通じて、食に関する情報が氾濫しており、村民が食に関する正しい情報を適切に選別し、活用できない状況を見受けられます。

消費者が安心して安全な食生活を実践していくためには、食品を提供する生産者・事業者のそれぞれの場で、安全性の確保に努めることが必要です。また、消費者に対して、食品成分表示や食事バランスガイドなどで安全性や栄養バランスに関する情報提供が必要です。

また、地産地消を進め、地元で生産されたものへの愛着を持ち、新鮮かつ安全な食材であることの理解を深めていくとともに、流通経路においても、地元の食材が入手しやすいように整備する必要があります。

村では、生産者・事業者における食育に対して、食品の安心・安全確保を含めた情報や技術の提供などを推進していきます。

生産者・事業者での取り組み

- * 安心・安全なおいしい食材を作り・提供できる環境を整えましょう。
- * スーパーや直売所などへ、収穫したものを卸し、村民が手軽に購入できる消費環境を整えましょう。
- * 給食センター等と連携して、山梨県内の地場産品を活用した給食の提供に努めましょう。
- * 飲食店などは、カロリー表示・塩分表示が分かるメニューを提供しよう。
- * 飲食店などは、地場産品を活用した料理等を提供しよう。
- * 売れ残りの残食を減らしたり、過剰包装をやめるなど、環境に配慮しよう。
- * 家庭、地域、保育所・幼稚園・学校、行政などと連携して食育に取り組みましょう。

村の施策・取り組み

◎ 食育の普及

おしの村福祉健康まつりなどのイベントを利用して、食育の重要性を広く周知して、食育を身近に感じられるような活動を展開します。

◎ 食育推進計画の周知

村のホームページや広報「おしの」など、様々な媒体を通じて計画内容を公表し、周知していきます。

◎ 食品の安心安全の確保を含めた情報や技術の提供

日頃から安心して食べることができるおいしい食材を提供できるよう食品の安心・安全の確保、栄養バランスに関する情報や技術の提供を行います

◎ 安定した生産確保の取組

安定した生産を確保するため、担い手の育成・農業経営の安定化・各支援体制の充実など、県やJAなどの関係機関と連携し、村の農業の振興を図ります。

◎ 地産地消の推進

地域での地場産品の利用促進を図るため、関連団体と連携して直売所での販売やイベントでのPRなどを支援し、地産地消を推進します。

5 数値目標の一覧

食育の推進、基本方針、基本目標の達成に向けて、目標年度である平成 27 年度における数値目標を掲げ、食育を推進していくとともに、数値目標により成果や達成状況を客観的な指標で把握できるようにします。

指標 1	朝食を欠食する村民の割合の減少
趣 旨	1日3食きちんと食べて、健康的な食生活を実践するために、まず一番大切な朝食を欠かさないことに取り組みます。 現状の朝食欠食率がライフステージで大きく異なりますので、ライフステージ別に目標値を掲げます。

	現状値*1	⇒	目標値（平成 27 年度）
小学生	7.3%		0%
中学生～20歳未満	13.6%		0%
成人男女	18.5%		10%以下

*1：「忍野村健康増進計画」策定時（平成 19 年度）の村民アンケート結果より

指標 2	成人(20～60 歳代)男性の肥満(BMI25%以上)の減少
趣 旨	特に肥満割合が高い成人男性において、自分の適正体重を認識し、自分に適した食生活の実践を土台に、運動習慣を身につけるなど規則正しい生活習慣に改善していくことを目指します。

現状値*2	⇒	目標値（平成 27 年度）
30.6%		20%以下

*1：「忍野村健康増進計画」策定時（平成 19 年度）の村民アンケート結果より

指標 3	給食の村内産農産物の品目数の増加
趣 旨	平成 22 年度現在、「しいたけ」や「卵」など 10 品目、給食に村内の農産物を使用しています。 地域の農産物を使用することは、新鮮で安全な食材を食し、地産地消を推進するとともに、子どもたちに地域の農業への理解を深めることにもつながります。

現状値	⇒	目標値（平成 27 年度）
10 品目		11 品目以上

指標 4	給食の残食率の減少
趣 旨	子どもたちの心身の健やかな成長に必要な栄養バランスのとれた給食を提供するとともに、食材そのものや給食に携わる多くの人々への感謝の気持ちを培うことを目的に、給食の食べ残しを減らすようにし、偏食をなくすように取り組みます。

現状値*3	⇒	目標値*3（平成 27 年度）
0.1% ~ 10%		各施設とも平成 22 年度の 残食率より下げる

*3：各施設によって現状値が異なるため、画一的な数値の目標は掲げず、各施設で平成 22 年度の残食率よりも低下させることを目標とします。



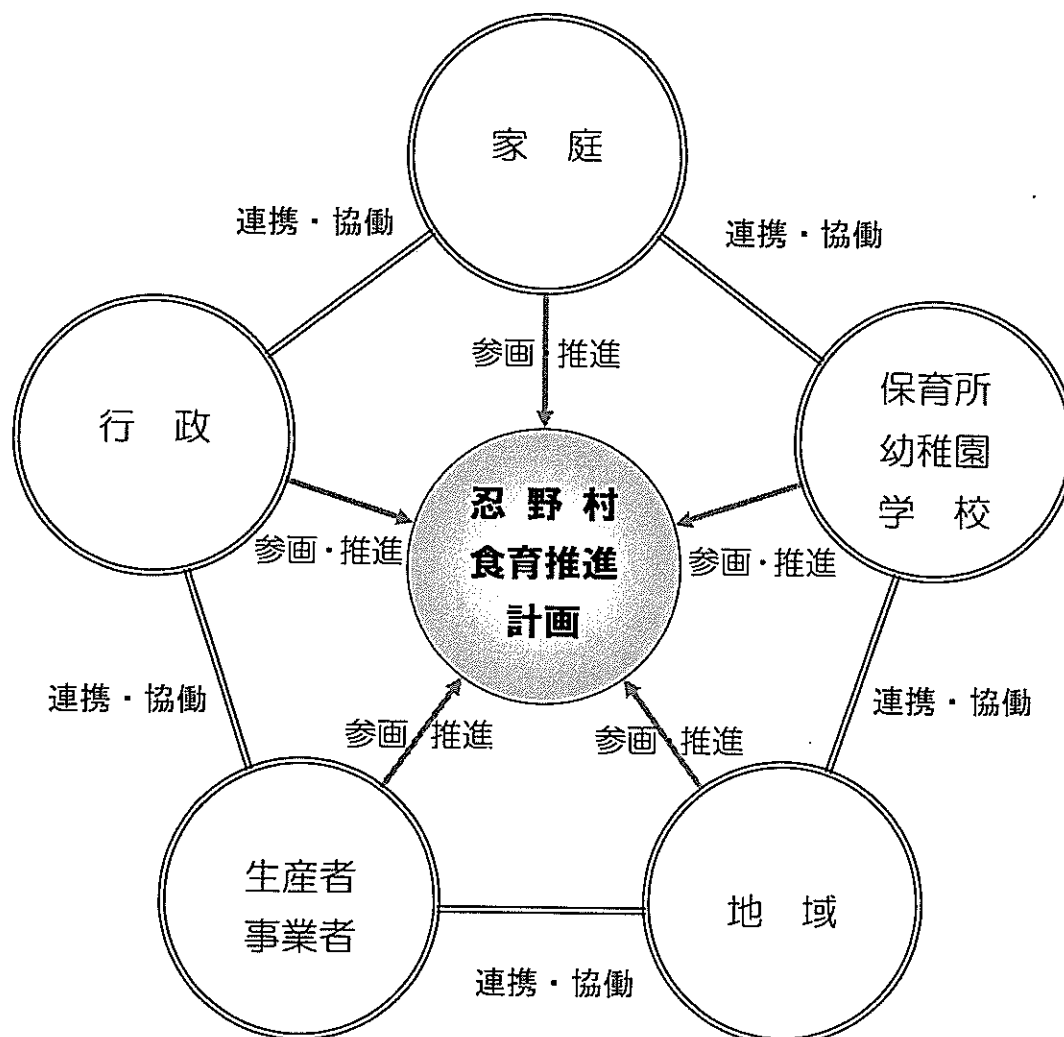
V 計画を推進していくために

1 計画の推進体制と役割

国では、食育に関して、地域の特性を配慮し、様々な機関・団体等の参加による「国民運動」として推進していくことを期待しています。

本計画を推進するにあたり、保健衛生課が中心となって庁内の関係課が横断的な連携を図りながら、関係団体との連携により、村民に浸透していくように計画を推進していきます。また、食育の実践については、家庭、保育所・幼稚園・学校、地域、生産者・事業者、行政などが連携・協力体制をとり、それぞれの役割を十分に発揮して推進していきます。

【計画の推進体制】



【推進主体のそれぞれの役割】

推進主体	期待される役割
家庭	家庭生活・家庭教育を通じた継続的な取り組み
保育所・幼稚園・学校	食文化、マナー、食育に関する教育
地域	地域の食文化の伝承 食育ボランティアなどの育成
生産者・事業者	安心・安全な食べものの提供 地元の食材の提供
行政	食育に関する情報の共有化 食育に関する関係事業の把握・啓発

2 計画の評価・見直し

計画を全庁的に推進するため、保健衛生課が中心となって、庁内関係各課、関係機関・団体などと連携を図りながら、取り組みの展開・実施を進めていきます。

また、取り組み状況等の確認については、保健衛生課が中心となって、毎年度実施することとし、目標値については、平成 27 年度時点の達成状況により評価します。

また、社会情勢の変化および計画の進捗状況などにより取り組み事項の見直しが必要な場合は、推進計画の期間中であっても、必要に応じ見直しを行います。

資料編

1 忍野村食育推進計画策定経過

年 月 日	項 目	内 容
平成 22 年 12 月 16 日	委嘱式 及び 第 1 回策定委員会	委嘱式、役員選出 ・ 忍野村食育推進計画概要について ・ 現状分析説明について ・ 策定に関する要望及び意見について ・ 今後の日程について
平成 22 年 12 月中旬～ 平成 23 年 1 月下旬	関連事業評価シート	・ 関連事業評価シートの記入 ・ 関連事業評価シートのとりまとめ
平成 23 年 2 月 21 日	第 2 回策定委員会	・ 素案の検討 ・ 今後の日程について
平成 23 年 3 月 15 日	第 3 回策定委員会	・ 素案の検討・承認

2 忍野村食育推進計画策定委員会委員名簿

	役 職 名	氏 名	選 出 区 分
1	富士・東部保健所 健康支援課 課長	池谷 澄香	学識アドバイザー
2	富士・東部保健所 健康支援課 主幹	小林 治子	学識アドバイザー
3	内野区 区長	渡邊 清八	地 区 代 表
		奥浦 喜輝	
4	忍草区 区長	大森 阿男理	地 区 代 表
5	平山自治会 会長	渡邊 政吉	地 区 代 表
6	ファナック社宅会 会長	福留 直哉	地 区 代 表
7	南都留中部商工会 会長	渡邊 茂樹	地 区 代 表
8	忍野村観光協会 会長	天野 弥一	地 区 代 表
9	農業委員会 会長	渡邊 武久	各 種 団 体
10	愛育会 会長	小林 睦子	各 種 団 体
11	食生活改善推進員会 会長	天野 徳美	各 種 団 体
12	忍野村老人クラブ連合 会長	天野 日出男	各 種 団 体
13	忍野小学校 校長	芝垣 隆義	教 育 関 係
14	忍野中学校 校長	天野 富夫	教 育 関 係

(敬称略)

3 忍野村食育推進計画庁内ワーキングメンバー名簿

	役 職 名	氏 名	選 出 区 分
1	内野保育所 所長	渡邊 八重子	福 祉 関 係
2	忍草保育所 所長	米山 昌代	福 祉 関 係
3	忍野幼稚園 園長	渡邊 津耶子	教 育 関 係
4	忍野村教育委員会 教育課長	大森 和仁	教 育 関 係
5	地域振興課 課長	天野 重光	行 政 関 係
6	福祉課 課長	長田 広齊	行 政 関 係
7	事務局 保健衛生課 課長	天野 茂満	行 政 関 係
8	事務局 保健衛生課 係長	権正 久美子	行 政 関 係
9	事務局 保健衛生課 管理栄養士	堀内 美香子	行 政 関 係
10	事務局 保健衛生課 主任保健師	渡邊 文子	行 政 関 係

(敬称略)

4 【参考資料】 保育所・幼稚園・学校の食育推進に関する計画（平成22年度分）

平成22年度 内野保育所食育計画

食育目標		げんきな子…良く遊ぶ、身のこなし、よく食べる。安全を考える、明るい子、リズム感を育てる		
月	行事食	ねらい	配慮事項	保護者への働きかけ
4月	・さくらご飯 ・ジャガイモの種まき（畑を耕す）	保育所の給食に慣れよう ・基礎的な食習慣を園生活の中で身につける	・新しい環境に慣れるよう食べ慣れている献立にする。 ・食前後のあいさつをし食事の前に手洗いをする。	・保育所の給食について知らせる。 ・見本食を置く、食材別掲示ボード、給食ニュース（壁新聞）や食育だよりを発行する（毎日分の掲示、毎月発行） ・4・10月に成長曲線を作りこの成長を把握する。
5月	・鯉のぼりランチ ・たんぼぼご飯 ・畑作り（キュウリ・ミニトマト・モロコシ・枝豆）	野菜を食べよう ・夏野菜を栽培し、収穫を期待しながら身近な食材に親しむ	・嗜好を大切にしながら献立の幅を広げていく。 ・夏野菜を栽培し、収穫を期待しながら身近な食材に親しむ。 ・自分の体と食べものとの関係に気づき進んで内科検診を受けようとする	・いろいろな野菜の働きについて知らせる。 ・こどもの日の行事食を知らせる。 ・畑の野菜栽培を知らせ関心を持ってもらう
6月	・時計ランチ ・アジサイスープ ・サツマイモの苗植 ・かたつむりご飯	食べた後、歯磨きをしよう ・歯磨きと、歯を丈夫にする食品を選ぶことを知り、進んで行う。	・カルシウムの多い食品を献立に取り入れる。 ・虫歯になると食品を噛むことができなくなること気づき、歯を磨き、歯を丈夫にする食品を選ぶよう配慮す	・虫歯を防ぐポイントについて知らせる。 ・時の記念日の行事食により時間の大切さを気づかせる。 ・お弁当についての注意を知らせる。 ・牛乳から作られる食品について知らせる。 ・食育アンケート
7月	・収穫したものを食べる ・短冊サラダ ・ゆでとうもろこし ・じゃがいも	きれいな手にしよう 感染症を予防するためにきちんと手洗いをし、安全に食べる。	・手洗い指導を行う。 ・早寝、早起きをして朝ごはんを食べると暑さに負けずに過ごせることを知る ・キュウリやトマトを収穫し、旬の夏野菜等を味わう。 ・七夕にふさわしい行事食を心掛ける。	・収穫した野菜を展示する。 ・衛生、食中毒について知らせる。 ・夏の感染症防止のためきちんとした手洗いと腐敗した食品を食べないよう家庭に協力を求める。 ・水分補給の大切さ、植分の摂りすぎの危険を知らせる
8月	・焼きとうもろこし ・ホイール焼き ・夏野菜カレー	暑さに負けないで頑張りよう ・夏の暑さや汗に気づき体と水分の関係を知る	・水分補給に注意する。 ・水分は口から入るものと体の外に出るものがあり暑くなると汗が出て、体温を調節しているので水が不足しないように心掛ける。 ・とうもろこしの皮をむきながら観察し剥り立てを食べる。	・規則正しい生活について知らせる。 ・とうもろこしの皮をむきながら観察し、栄養、調理法など知らせる。 ・甘すぎたり冷たすぎる食品の取り過ぎに注意する。
9月	・お月見うどん ・お月見ハンバーグ ・アンパンマンご飯 ・カンパン	良く噛んで食べよう ・噛むことの大切さや、よりおいしく食べられることに気づく。	・良く噛んで食べるよう指導する。 ・非常食の慣れない食べものにも挑戦する ・食事と運動の関係を知り、運動会に参加する	・噛むことの大切さについて知らせる ・非常食を食体験する ・十五夜は月見団子や里芋、栗をお供えし親月をして豊作を祈り月見団子を食べる風習を知る
10月	・焼き芋 ・具だくさん汁 ・かぼちゃ（ハロウィン）料理 ・さるかに	好き嫌いをなく食べよう ・食べ過ぎや食べものの好き嫌いが健康と関わりがあることに気づく	・無理強いをせずに、積極的に食べるよう指導していく。 ・食事の過不足が健康を左右することに気づかせる。 ・旬の食べ物を知る。	・偏食の不健康さを知らせる。 ・よく運動することが食欲を増し肥満を防ぎおいしく食べられることを教える。 ・便は健康のパロメーターであることを知らせ、便に興味を持つよう配慮する
11月	・シンデレラのカレー ・七五三ランチ	毎日の食事に感謝しよう ・成長を喜び自然の恵みや調理してくれる人に感謝の気持ちを持つ	食べ物の大切さを知らせる。 ・調理員、栄養士は肉、卵、魚などの食材もどのように変化するか気づかせ今後の食育指導を心待ちするように園児と触れ合う ・調理人や栄養士と親しみ一緒に調理をする。	・風邪を防ぐポイントを知る。 ・七五三の由来を知り成長を喜び千歳飴を味わう。 ・体と食べ物の関係を知らせ、命を守るためには好き嫌いを言わないで食べる
12月	・ツリーライス ・ふるさと小包み ・雪んこサラダ	風邪に負けない元気な体を作ろう ・食べ過ぎや食べものの好き嫌いが健康と関わりがあることに気づく	・寒さに負けないで、戸外で遊ぶようにする。 ・よく食べてよく運動をすることが丈夫で強い体をつくることを知る。	・クリスマスの食文化に気づく。 ・温かい料理のおいしさに気づく。 ・家庭で伝統的なおせち料理の手伝いをする
1月	・七草ご飯 ・御雑煮 ・大根のあんかけ ・餅巻巻き	伝統食について知ろう ・家庭で伝統的なおせち料理の食体験をする	伝統食を教える。 ・日本の年の始めの伝統的な食文化を知る。 ・大勢の人々と一緒に食事をするのは、とても楽しくおいしいことを体験させる。	・家庭で日本の伝統的なおせち料理を食体験させてもらえるよう配慮する。 ・おせち料理は、海の幸、山の幸が盛り込まれているので、栄養バランスがとれていることを気づかせる
2月	・鬼さんランチ ・恵方巻き ・大豆と小魚の揚げ煮 ・枯露柿ロック	大豆から作る食べ物を知ろう ・大豆を味わい、興味を持ち、豆の種類や、加工食品に関心をしめす	大豆から作られた食品を紹介する ・大豆を味わい、興味を持ち、豆の種類や、加工食品に関心をしめす ・冬に出回る旬の野菜を料理に取り入れ、興味関心を持つ。	大豆のはなしを聞き興味関心を持つ。 ・福豆をまき、味わいながら豆の種類や、豆腐、油揚げなど身近な食品が大豆からつくられていることに気づくように配慮する。 ・旬の野菜を料理に取り入れると栄養があって、おいしいことを知らせる。
3月	・ひなまつりランチ ・年長児のリクエストメニュー	仲良く食べよう ・給食を食べて元気よく通園できたことを喜ぶ。	みんなで一緒に食べることを楽しさを知らせる。 ・年長組のリクエストメニューを通して成長に気づき、みんなで食べた給食の楽しさを振り返る。	・一年を振り返って給食の大切さを知らせる。 ・雛人形に興味を持ち、ひな祭りの由来を知り雛あられなどの行事食を知らせる。 ・保育園での食体験が楽しい思い出となるような雰囲気を作る。

所長 主任 栄養士

食育年間活動計画 平成22年度 忍草保育所

	保育目標	健康安全など生活に必要な基本的な生活習慣の、自立が出来る子ども、自発的に遊びや生活に取り入れる。	食育目標	楽しく食べる元気な子	年間食育目標	・食生活に必要な基本的な習慣や態度を身につける。 ・食卓バランスを考え食べ物に興味を持たせる。 ・友達と食べる楽しさを味わい愛情と思いやりを育てる。
	行事	ねらい	内 容		配 慮 事 項 家庭への働きかけ	
4月	・さくらご飯	新しい環境で友達や保育者と	新しい環境に慣れるよう食べ慣れている献立	にする。	・保育所の給食について知らせる。	
	・ジャガイモの種まき (畑を耕す)	一緒に楽しく食べる 畑を耕す様子や、種を蒔く ことに触れる	進級の喜びを感じ新しい環境で楽しく食べる		・早寝・早起き・朝ごはんについて手紙等で知らせる。 ・新しい環境で安心して給食を食べることが出来る よう配慮していく。	
	・鯉のぼりランチ	正しい食事のマナーを身につ	嗜好を大切にしながら、献立の幅を広げていく		・いろいろな食べ物の働きについて知らせる。	
5月	・たんぼごはん	楽しく食事をする			・遊びながら食べている子、ゆっくり時間をかけて食べている子を見極め、それぞれに合った関わり を持つよう心掛ける。	
	・畑作り(キュウリ・ミニ トマト・モロコシ・枝豆)	夏野菜を栽培し、収穫の喜びを 知るために苗を大切に育てる	お茶、茶碗の正しい持ち方や姿勢良く食べる マナーも知る		・虫歯にならないポイント・強い歯を作るポイント等を知らせる。 ・歯磨きの大切さや、歯を丈夫にする食品を知らせると 共に正しい歯磨き指導を知らせていく。	
	・時計ランチ		歯磨きの習慣を身につけ歯を丈夫にするよう 心がける			
6月	・アジサイスープ	食べた後、歯磨きをする				
	・サツマイモの苗植え		虫歯予防の歯磨き指導を進める。			
	・かたつむりケーキ					
7月	・収穫(かぶりつき等)	基本的な生活習慣を崩さぬよ	栽培中の夏野菜を比べてみたり、遊びや 製作をしながら、旬の夏野菜等を味わう。		・七夕にふさわしい子どもが喜ぶ創意工夫した行事食を 心掛ける。夏の水分補給と糖分	
	・短冊サラダ	う規則正しく食事をとる。				
	・ゆでとうもろこし	野菜の苗を植え育てながら収 穫を期待する	行事食により「星」に関心を持つ。		・種の大きさ・花の色・葉の形などの違いに気づき、栽培 中の野菜をよく観察するよう配慮する	
8月	・焼きとうもろこし	感染症を予防するためにきち	・規則正しい生活を行う。		・規則正しい生活を心がけ、バランスよく食事が出る ように家庭にお願いする。夏野菜	
	・ホイール焼き	んと手洗いをし、安全な食品を食	・水分補給に注意する。			
	・そうめん流し	べる。十分水分を取る	・食前の手洗い習慣を遂行すると共に手 を洗う事の大切さを知る		・水分補給に注意し脱水症状にならないように留意して いく。手洗いうがい等、衛生面に配慮する	
9月	・お月見うどん		・慣れない食べ物や嫌いな食べ物にも挑戦す る。		・色々な味を味わうことで、もう一度食べてみたいという 気持ちが持てるように働き掛けていく。	
	・お月見ハンバーグ	良く噛んで食べる			・十五夜を家族で楽しめるよう保護者に由来等を知らせる ・良く噛む事の大切さを知らせていく	
	・アンパンマンご飯		・月見団子を食べる風習を知る。			
10月	・焼き芋		・さつま芋掘りの様子を見たり焼き芋会に 参加したりする。		・食欲が出てくる時期なので収穫物などを利用し食材や 調理法などを、いろいろな献立に工夫する。	
	・具だくさん汁	秋の収穫に感謝して食べる	・身近な動植物に関心を持つ		・秋の恵みに感謝しながら自分たちの収穫したものを 味わう。	
	・ハロウィン・カボチャのケーキ					
11月	・さるかにランチ					
	・シンデレラのカレー	秋の魚、野菜、果物に関心を	・無理じいせずに、色々な食べ物に触れ味わ う。		・一緒に食事をすることで食べる意欲が持てるよう頑張 って食べたことを励ましたり、喜んで食べる事が出来る ような言葉掛けをする。体力づくり・インフルエンザ	
	・七五三ランチ	持つ。 旬の食材を好き嫌いなく食 べる。	・七五三を経験し大きくなった事を喜ぶ。			
12月	・ツリーライス		・規則正しい生活を心掛けていく。		・風邪予防の食材について家庭に知らせる。	
	・ふるさと小包み	たくさん食べて、元気な体つ	・寒さに負けない食材について知らせて いく。		・冬至について知らせる。行事食 ・食材カードを食育ボードに貼りより興味をもてるように 仕向けて行く。	
	・蜜んこサラダ	くり				
1月	・蜜だるまサラダ					
	・七草すいとん		・伝統食を味わう。		・伝統食について伝える。	
	・御雑煮	伝統食について知る	・冬の食材について知らせることで元気な な身体作り、食べる事に興味関心を持つ。 ・未満児、以上児用の献立表になる。		・地域で培われた食文化を体験し郷土への文化にきず くことができるように環境作りを行う。	
2月	・大根のあんかけ					
	・餅春巻き					
	・鬼さんランチ	節分の由来を知り大豆を味わう	・みんなで一緒に食べる事の楽しさを知る。		・人気のある献立に取り入れる。 ・根菜を献立に取り入れることにより体が温まる食材が ある事を知らせていく。	
3月	・恵方巻き		・寒さに負けない食材を取る。			
	・大豆と小魚の揚げ煮	みんなで仲良く食事をする	・食育アンケート発行		・うがい手洗いをを行い衛生面に配慮していく	
	・枯露柿ロック					
3月	・ひなまつりランチ	食に関わる体験を積み重ね	・大きくなったことを自覚し、最後まで頑張っ て食べるよう励ましていく。		・保育園で友達と一緒にいろいろな食体験をして、 楽しい雰囲気の中で食事ができるように配慮していく。 ・一年を通しおいしい給食をたくさん食べ大きくなっ た事を喜びあえるような環境作りをしていく。	
	・年長児のリクエストメニュー	意欲を持って楽しく食事をと る	・時間内に食べ終わる事が出来るよう言葉 掛けをする。			
評価						

平成22年度 3歳児食育計画

No. 3歳 ～ 1

期	ねらい	子どもの実態	活動内容	環境構成	援助の要点
I 期 四・五	<ul style="list-style-type: none"> 給食に慣れ、皆で一緒に食べることを喜ぶ。 	<ul style="list-style-type: none"> スプーンやフォークの持ち方が上手くできず、手で食べようとする子もいる。 苦手な物を食べようとしないう子もいる。 「いただきます」の挨拶まで待てない子もいる。 	<ul style="list-style-type: none"> スプーンやフォークの正しい持ち方、使い方を教える。 保育者や友達と一緒に食べることで苦手な物でも一口だけでも食べようとする。 	<ul style="list-style-type: none"> スプーンやフォークの正しい持ち方を分りやすく伝える。親指と人差し指でピストルのような形を作る。(バーンにする) 友達や保育者がいる様子が見れるように向かい合わせで食事をとるようにする。 	<ul style="list-style-type: none"> 正しく持っていない子には声を掛けたりスプーンやフォークの持つ位置を調整する。 大きい物は食べやすいように一口サイズに切ったり「一口だけ食べてみようね」と声を掛けたり、量を調整していく。
II 期 六・七	<ul style="list-style-type: none"> スプーン・フォークを正しく持って食べる。 	<ul style="list-style-type: none"> スプーン・フォークを使う中で徐々に正しく使えるようになる。 苦手な物を少しでも食べようとする。 	<ul style="list-style-type: none"> 食事の仕方が身につく。 苦手な物を少量食べ、他を完食する。 	<ul style="list-style-type: none"> 片付けがスムーズにできるようにピニール袋やパケツの位置、使い方の説明をする。 苦手な物も少しずつ口に入れる事で慣れていく。 	<ul style="list-style-type: none"> 片付けるテーブルの近くで、繰り返し指導をする。 苦手な物に少しでも挑戦したときは誉める。
III 期 八 ～ 十二	<ul style="list-style-type: none"> 箸を使って給食を食べる。 	<ul style="list-style-type: none"> 箸で刺して食べる子、握り箸で食べる子もいる。 	<ul style="list-style-type: none"> 箸の使い方、正しい持ち方を覚える。 	<ul style="list-style-type: none"> 箸とフォーク、両方を用意しておく。 	<ul style="list-style-type: none"> 箸の持ち方が正しくない子には、個々に声を掛ける。無理なときはフォーク、スプーンを使うように指導する。
IV 期 一・二・三	<ul style="list-style-type: none"> 色々な食材の名前を覚える。 	<ul style="list-style-type: none"> 知っている野菜の名前を言う。 知らない物があると、質問をする。 	<ul style="list-style-type: none"> 食材をクイズにするなどして、楽しみながら名前を覚えるようにしていく。 	<ul style="list-style-type: none"> 絵本や紙芝居などを使って分りやすく知らせる。 	<ul style="list-style-type: none"> 事前にメニューを知らせたり、実際に食べる時と調理する前との違いを知らせていく。

忍野村立忍野幼稚園

平成22年度 4歳児食育指導計画

No. 4歳 ～ 1

期	ね ら い	子どもの実態	活 動 内 容	環 境 構 成	援 助 の 要 点
I 期 四 ・ 五	・好き嫌いなく、苦手な物も食べる。 ・野菜の栽培を通して、食べ物に興味、関心を持つ。	・好き嫌いなく何でも食べる子もいれば、苦手な子もいる。 ・育てた野菜を収穫したり、食べる喜びを感じる。	・保育者や友達と楽しく食事をする。 ・食べ物への興味や関心を高める活動。 (種まき、草取り、収穫、食べる)	・旬の食材や野菜について、絵本や視覚物を準備する。	・個々に合わせ、負担のないように食べさせていく。 ・野菜の栽培を通し、生長や収穫に期待を持たせるように畑に誘っていく。
II 期 六 ・ 七	・食べている食材に関心を持つ。	・いろいろな食材に関心を持ち、自ら進んで食べようとする。	・紙芝居やペープサートを見て食べることに興味を持つ。 ・長く噛んで食べることを知る。 ・食材に触れる。	・畑に行く機会を増やし、生長していく過程を気づかせていく。 (草取り、水やり、観察)	・歯の仕組みや健康について考える機会を作り、よく噛んで食べることや食べ物が自分の栄養になる事を知らせていく。 ・調理されて、食べられるようになるまでの過程を知らせる。
III 期 八 ～ 十二	・行事に伴う食物に関心を持つ。 ・いろいろな食材に関心を持つ。	・行事に楽しく参加する。 ・食材に関心を持ち、積極的に触れてみようとする。 ・疑問を言葉で表現する子もいる。	・行事を通して食物に関心を持つ活動。 (餅つき、豆まき、ひな祭り) ・食材に触れる。	・落ち着いた環境を整える。 ・噛むことの大切さを知らせていく。 ・噛むことについての絵本や紙芝居を準備する。 ・調理日に出る食材を教室で触れられるよう工夫する。	・行事の由来を知らせ、楽しみながら、関心が持てるようにする。 ・調理されて、食べられるようになるまでの過程を知らせる。
IV 期 一 ～ 三					

忍野村立忍野幼稚園

平成22年度 5歳児食育指導計画

No. 5歳 ~ 1

期	ねらい	子どもの実態	活動内容	環境構成	援助の要点
I 期 四・五月	<ul style="list-style-type: none"> 自分たちで作物を育てること で愛着を持ち、食への興味、関心を広げる。 当番や司会の仕事の必要性を分かり意欲的に行う。 	<ul style="list-style-type: none"> 畑に種蒔きをし、生長に興味と期待を持つ。 当番や司会の仕事内容がよくわかり、自主的、意欲的に取り組む。 	<ul style="list-style-type: none"> お泊まり会に向けて、畑活動。(じゃがいもの種蒔き、草取り) 当番活動。※当番表作り(給食の配膳、号令等) 司会活動(グループで誕生会の司会を担当) 	<ul style="list-style-type: none"> 種蒔きができるよう畑作りをする。 当番活動や司会が上手く流れるよう動線を考え探検を整える。 	<ul style="list-style-type: none"> 蒔いた種に愛情や興味を持って関われるよう、時々畑に行き生長を観察する。 頑張っている姿を認めたり、励ましたりして自信が持てるようにする。
II 期 六・七月	<ul style="list-style-type: none"> 身近な話題から、食への興味関心を高めしていく。 	<ul style="list-style-type: none"> 子ども達が主体となってアイデアを出し合いながら、レストランやメニューを決めていく。 メニューの話題から食への興味関心を高め、食べることの楽しさを認識する。 	<ul style="list-style-type: none"> 食に関わる活動。(じゃがいもの収穫、レストランのメニュー決め、畑の観察、実食) 	<ul style="list-style-type: none"> 畑で多量の野菜を育て、食への興味を持たせるようにする。 	<ul style="list-style-type: none"> メニューは収穫した野菜等も取り入れ、食への興味を持たせながらバランスも意識させる。 畑の野菜を実際に見せたり、触れたりして興味を持たせていく。
III 期 八 ~ 十二	<ul style="list-style-type: none"> 秋の爽りを楽しむ、食への興味、関心を広げる。 食べている食材に関心を持つ。 	<ul style="list-style-type: none"> 秋の深まりを体で感じ、保育者や友達と一緒に楽しむ。 いろいろな食材に関心を持ち、自ら進んで食べようとす。 	<ul style="list-style-type: none"> 食に関わる活動。(栗拾い、焼き芋会) 食材に触れる。 	<ul style="list-style-type: none"> 安全に焼き芋会ができるよう場所を整える。 調理日に出る食材を教室で触れられるよう工夫する。 	<ul style="list-style-type: none"> 焼き芋会では、落ち葉を利用して作る方法を知らせ、実際に見せたり、触れたりして興味をもたせる。 調理されて、食べられるようになるまでの過程を知らせる。
IV 期 一 ~ 三	<ul style="list-style-type: none"> 行事に伴う食物に関心を持つ。 いろいろな食材に関心を持つ。 	<ul style="list-style-type: none"> 行事に伴う食物を楽しく味わう。 白と杖での餅つきを体験する。 食材に関心を持ち、積極的に触れてみようとする。 疑問を言葉で表現する子もいる。 	<ul style="list-style-type: none"> 行事と食を味わう活動(餅つき、豆まき、ひな祭り) 食材に触れる。 	<ul style="list-style-type: none"> 餅つきが出来るよう用具の準備をする。 原産地や花、加工過程を写真で見れるように準備する。 	<ul style="list-style-type: none"> 伝統的な行事に関心を持ちながら、完全に美味しく食べることが出来るよう配慮する。 調理されて、食べられるようになるまでの過程を知らせる。

忍野村立忍野幼稚園

月	ねらい	低学年	中学年	高学年
4	給食に力をつける 協力がよくなる	・給食の係や仕事 ・食の係や仕事	・当番や係への協力	・能率的な準備と片づけ
5	基本的な食事の作法 マナーを身に付ける。	・良い姿勢で食べ ・良く噛んで食べる ・仲良く楽しい食事	・良い姿勢で食べる ・良く噛んで食事とマナー	・良い姿勢で食べる ・良い習慣化 ・良い食生活とマナー
6	手洗いの方法を 身に付ける	・手洗いの仕方 ・身支度	・ていねいな手洗 ・安全な運び方	・しっかりと洗いたい ・手洗いの環境
7	バランスの良い食 生活を送る	・赤、黄、緑の食 品をバランスよく 食べる	・赤、黄、緑の栄養 素と働き	・赤、黄、緑の栄養 素と働き
8	規則正しい食 生活を送る	・朝食の大切さ	・一日に必要な栄養	・栄養の必要摂取 ・消化、吸収
9	安全な食品を 食べる	・おやつを取り方	・おやつに含まれる 砂糖	・スナック飲料水 ・清涼飲料水
10	給食に感謝する	・給食がでるまで 寒いときの食事	・給食がに携わる 人々	・食品の世界の流通 事情
11	冬場の食生活と 栄養	・寒いときの食事 ・郷土食	・風邪を予防する 食事	・体を暖める栄養 素
12	郷土食の理解 を深める	・郷土食	・郷土食の由来	・郷土食の中の知恵 と栄養
1	食後の休養 を促す	・食べ物の通り道 ・消化と吸収	・消化と吸収	・消化と吸収
2	一年間の反省 を促す	・できたよ うなこと ・できなかった こと	・新しく知ること ・気づいたこと	・自分の食生活の 反省 ・給食の思い出し

食に関する指導の全体計画

学校教育目標（忍野中学校） 「自立敬愛」 ・自ら学ぶ人 ・尊敬しあう人 ・健康でたくましい人 ・一生懸命働く人

食に関する指導目標 明るい社交性を身につけ、みんなと協力してスムーズに準備、配膳、片づけを行い、楽しい雰囲気の中で一同を会して食事をし、また、食べ物が私達の体の中で、どのような働きをするか理解する。

発達段階に応じた食に関する指導の達成目標

食の文化を知り、豊かな食生活を楽しむ態度を育む。

		1学期	2学期	3学期
特別活動	学級活動	1年 朝食の大切さを見直そう	日本食の見直し、良さを知ろう	楽しい給食時間の過ごし方を考えよう（感謝）
	および	2年 バランスのとれた食事を考えよう	運動と栄養の関係について考えよう	郷土の食材を使った料理を考えよう
	給食時間	3年 三食の必要性を知ろう	1日の食事を見直そう	生涯の健康について考えよう
	学校行事	入学式、始業式、身体測定、終業式	始業式、学園祭、競歩大会、終業式	始業式、スキー教室、卒業式、修了式
	生徒会活動	前期委員選出、生徒総会	後期委員選出、生徒総会、新年度生徒会役員選出	激励会
教科との関連	社会	地理分野（資源や産業から見た地域的特色）		
	理科	第2分野 ・動物の世界（動物の体の働き・消化器系）		
	保健体育	健康な生活と病気の予防		
	家庭科	・私達の食生活 ・食品の選択と調理 ・よりよい食生活をめざして		
道徳 総合学習 家庭・地域	・望ましい生活習慣 など ・福祉 ・環境 ・伝統行事 など ・学校だより ・給食だより ・保健だより			

忍野村 食育推進計画

平成 23 年 3 月

発行 忍野村
企画・編集 忍野村 保健衛生課
〒401-0511 山梨県南都留郡忍野村忍草1445-1
電話 0555-84-7795