

北上市食育推進計画をご紹介します

みんなで支える家庭の食育

計画の目標

食への感謝の心！
ともに手を取り
みんな元気いっぱい！

計画期間：平成23年度～27年度

栄養の偏り、不規則な食事、肥満や生活習慣病の増加、そして「食」の安全性の問題が生じている現代。私たちは毎日の「食」の大切さを忘れがちになっています。

子どものときから望ましい習慣を身に付け、生涯、豊かな心と丈夫な体を培う食生活を送ることは、ますます必要とされています。そのため、家庭からの食事を通して健康づくりやしつけ教育が見直さ

れています。

国が平成17年度から進める食育推進を受け、市では昨年度、「北上市食育推進計画」を策定。食に対するさまざまな事への感謝と思いやりを持ち、みんなで一緒に取り組み、健康になりましょう、ということを目指しています。

北上市は二子さといも、グリーンアスパラガス、きたかみ牛、しらゆりポークといった特産物があります。このような地域特性を生かし、市民一人ひとりが生涯にわたりたいきいと健やかに暮らしていくこと、また、郷土愛を育みながら伝統食を受け継ぎ伝えていくことは大切なことです。この計画では、家庭、幼稚園・保育園・学校、地域、生産者・事業者が連携し、次の項目を重点事項として取り組むことを定めています。

- ①誰もが理解し、参加しやすい食育の推進
- ②子どもの発達段階に応じた食育の推進
- ③家庭、学校、地域が支える食育の推進
- ④食の安全・安心に支えられた食育の推進
- ⑤食料生産地としての特性を最大限に生かした食育の推進

◎北上市の食育事業

こんなことをしています

行政だけでなく、地域、団体、生産者が主体となり、食育につながる取り組みを行っています。

市では、乳児から成人まで年代に沿った食育事業を展開。離乳食教室、地場産品を使った学校給食の提供、市内生産者の農作物を用いた加工品作り、市民への啓発などを行っています。

地域では特産物の消費拡大に取り組み、生産者は産直などで地産地消の機会を提供しています。

保健・教育・農政の分野が一体となり食育が進められています。



上) 学校給食で出された更木桑茶入りうどんを食べる更木小の児童
下) 食生活改善推進員から指導を受け、地域の特産品を使ったバランス弁当を作る黒沢尻工業高校の生徒たち



市内ブルーベリー農園でジャム作りに挑戦する子どもたち

互いに連携して食育を進めましょう！

市民の健康的な食生活を支える 食生活改善推進員の活動

食生活改善推進員は、市民の皆さんの健康を支える、食のエキスパート。健康づくりのための栄養・運動・休養の普及、生活習慣病などの疾病を予防するための食生活改善の普及、市や地域住民の行う健康づくりのための事業や行事への協力などを行います。

会長の桑原文子さんは、「家庭や地域の皆さんの、健康のお手伝いをしている」と話します。

推進員はこれまで、小・中学校で食育教室を行ってきました。本年度からは高校の授業でも食育教室に出向いています。

桑原会長は「食育というと小・中学生のイメージですが、高校生や大人も当てはまります。子どもから高齢者まで、食育は必要です」と、指導に当たることに意欲的です。

昨年の大震災では、これまでの健康づくりのお手伝いとは違った活動をしたそうです。

「震災直後は、市内に避難した皆さんへ炊き出しをしたり、支援物資を沿岸まで届けたり。陸前高田には2回届けました。健康づくりの活動ではありませんが、何かしなければという思いでした。私たちにできることを考え、支援活動を続けようと思っています」

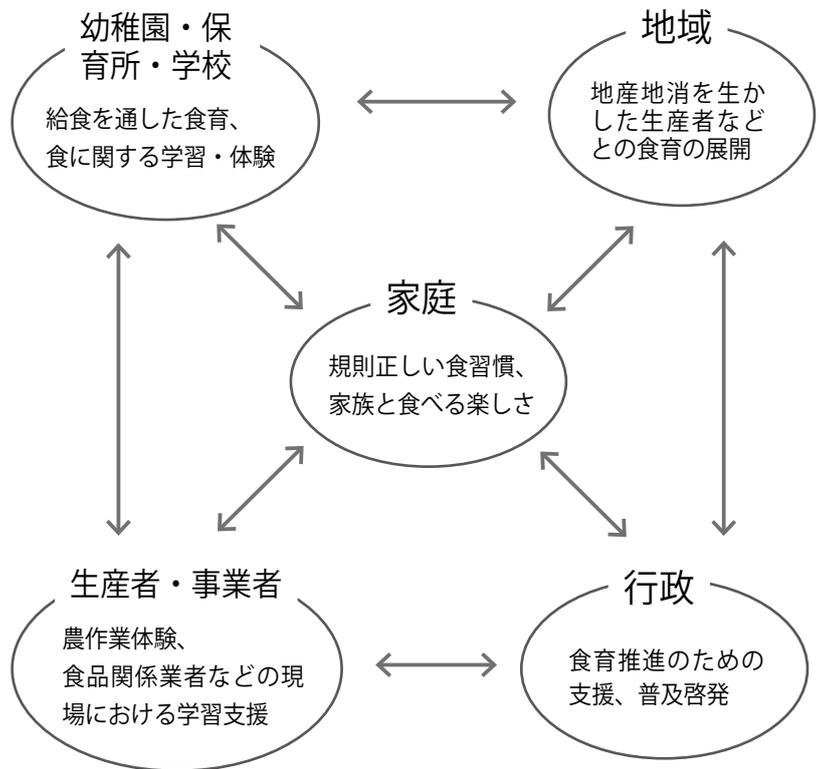
推進員は、ほとんどが地域の「お母さん」たち。地域の事情を知る女性のパワーで、市民の健康づくりの案内役を担っています。



※北上市食生活改善推進員協議会

推進員数…376人
(H23.5 現在)

会長
桑原文子さん



食育への関心の高まり → 目標の達成



上) 地域が主体のイベント、二子の里・いものこまつり
左上) 野菜づくりや農作業を体験できるきたかみ農楽校
左下) 地産地消を広げる生産者の活動、産直販売

※北上市食育推進計画の詳細は、市のホームページでご覧いただけます

問い合わせ

健康増進課 内線 3172・3173