

平成 25 年度（2013 年度）

豊中市 食育推進計画年次報告書



えがおも
おいしい
おかずだね!!



今日の食事が、
明日のチカラ。

豊中市
Toyonaka City

■本報告書について

平成 25 年(2013 年)3 月、豊中市食育推進計画(平成 20 年(2008 年)3 月策定)の後継計画として第 2 期豊中市食育推進計画が策定されました。

本書は、食育に関する平成 25 年度(2013 年度)の市内の取り組み等についてまとめたものです。

第 1 章は、豊中市内で行われた特徴的な取り組みと題して、各取り組みの具体的な内容とコラムを掲載しています。

第 2 章は、豊中市内で実施された、食育に関する各事業について掲載しています。食育の視点で見た各事業の考察と、今後の方向性を見ていただくことができます。

第 3 章は、食育推進貸し出しグッズを掲載しています。必要なグッズがあれば是非ご利用ください。

豊中市食育推進計画のシンボルマークとキャッチフレーズについて

「市民一人ひとりが生涯を通じて健康で心豊かな生活ができることをめざす」
豊中市食育推進計画の実現を図り、市民のみなさまに計画を身近なものと感じていただくために募集をしました。
一般の部、児童の部から選ばれた作品です。(応募総数1,109作品)



シンボルマーク一般の部
松浦 知恵子さんの作品



シンボルマーク児童の部
新田小学校
上村 梨花さんの作品

今日の食事が、
明日のチカラ。

キャッチフレーズ一般の部
榎 寛子さんの作品

えがおも おいしい
おかずだね!!

キャッチフレーズ児童の部
南桜塚小学校
東 千咲季さんの作品

■ 豊中市食育推進計画年次報告書 目次

I. 平成 25 年度（2013 年度）の特徴的な取り組み	- 1 -
とよなか食育プラスワンの取り組み	- 2 -
学校給食センター職員による学校訪問	- 11 -
幼児の食育を支える歯や口の健康づくり	- 17 -
コラム① お父さん力 アップ！講座「市長と一緒にクッキング」	- 22 -
コラム② わくわく食育プロジェクト	- 23 -
コラム③ 食育フォーラム	- 24 -
II. 各事業の進行状況	- 25 -
1. 基本目標別索引	- 26 -
2. 所管別索引	- 27 -
3. 平成 25 年度 食育関連事業取り組み一覧	- 29 -
III. その他（食育関連の情報提供等）	- 73 -
食育推進貸出グッズ一覧	- 74 -
とよなか食育プラスワンシート一覧	- 83 -

I. 平成 25 年度（2013 年度）の特徴的な取り組み



とよなか食育プラスワンの取り組み

＜基本目標と基本方針＞

基本目標－Ⅰ 食育に関する情報を正しく理解して、実際に行動しよう

基本方針－d 食育推進運動の周知啓発

3 行政の取り組み

＜対象世代区分と関連する世代別目標＞

- | | |
|----------------|---------------------------------|
| ☑ 妊娠期 | ☆食に関する知識や情報を積極的に習得しよう |
| ☑ 幼年期(0～5 歳) | ☆歯みがきの習慣をつけよう |
| ☑ 少年期(6～14 歳) | ☆早寝・早起き・朝ごはんを実践し、適度な運動習慣を身につけよう |
| ☑ 青年期(15～24 歳) | ☆食べ物大切さを考えよう |
| ☑ 壮年期(25～44 歳) | ☆食生活について情報を正しく理解し活用しよう |
| ☑ 中年期(45～64 歳) | ☆食に関する情報を得て伝えよう |
| ☑ 高年期(65 歳～) | ☆情報を正しく理解し、日頃の備えをしよう |

＜取り組み一覧掲載内容＞

* 関連事業一覧 41 ページ

○所管 : 保健企画課

○内容 : 第2期食育推進計画を市民の方に実践していただけるよう、
「ほんの少しの取り組みから始めましょう」という思いを込めて
プラスワンシートを作成・配布しています。

○実績 : ◆とよなか食育プラスワンシートの作成

- ・初めて食育に取り組む人のためのプラスワンシート
- ・防災用プラスワンシート

◆他部局・団体等と連携

- ・3～5歳のこどもの歯の健康に関するプラスワンシート
(協力:保健予防課、私幼連、民保連、市歯科医師会)
- ・食えることから環境を考えるためのプラスワンシート
(協力:特定非営利活動法人 花と緑のネットワークとよなか)
- ・健康増進のためのプラスワンシート
サプリメントについてのQ&Aチラシの裏(協力:市薬剤師会)
- ・ココロもカラダも元気になるためのプラスワンシート
農業祭のチラシの裏(協力:農業委員会事務局)
- ・子どもと学ぶ安全・安心のためのプラスワンシート
幼児のための手洗いリーフレットの裏(協力:市薬剤師会)

1. 目 的

第2期豊中市食育推進計画では「とよなか食育プラスワン」の取り組みをすすめています。食育に関心のある人もない人も今の自分に無理のない範囲で食べることにほんの少しの工夫をすることで、健康で心豊かな生活を実感できることをめざしています。

また、とよなか食育プラスワンに気軽に取り組んでいただけるよう「とよなか食育プラスワンシート」を作成し、できることから始めていただけるきっかけづくりを行いました。

プラスワンシートの作成・配布には、他部局・団体等と連携することで、より幅広い市民への周知が可能となり、多くの市民の健全な食生活の実践へとつながることを目的としています。

2. 所 管 課

保健企画課

3. 内 容

○とよなか食育プラスワンとは

いきなり100点満点の正しい食生活をめざすのではなく、市民一人ひとりが今の食生活にほんの少しの工夫をすることで健康で心豊かな生活を実感できることをめざす取り組みです。例えば、朝ごはんを食べていない人はパンだけでも食べてみる、パンだけの人は牛乳をプラスしてみるなど、今の自分に無理のない範囲で1つだけでも努力することが大切です。

とよなか食育プラスワン

食育に関心のある人、関心のない人、「食べること」が好きな人、おなかがいっぱいになれば満足な人、料理をすることが好きな人、料理をすることが嫌いな人、いろいろな人がいます。それでも人は何らかの方法で栄養や水分を身体に取り入れて生活しています。

全員が100点満点の正しい食生活をめざすのではなく、「食べること」にほんの少しの工夫をしながら、少しずつ健康で心豊かな生活を感じていけたらという思いで「とよなか食育プラスワン」の取り組みを行います。

たとえば朝ごはんを食べていない人は、パンだけでも食べてみる。パンだけの朝食の人は、牛乳をプラスしてみる。パンと牛乳を食べている人は果物をプラスする。というように、今の自分が無理のない範囲で1点だけでも努力する、それが「とよなか食育プラスワン」です。

頑張って満点をめざすのもとてもいいのですが、10点を11点にすること、30点が31点になることもとても大切です。

「とよなか食育プラスワン」で健康で心豊かな生活を実現しましょう。

1) とよなか食育プラスワンシートの作成

市では、とよなか食育プラスワンの取り組みをすすめやすくするためのツールの一つとして「とよなか食育プラスワンシート」を作成しました。プラスワンシートにはすぐにできそうな項目がいくつか書かれていて、自分に合うものを選んで実践してみるというものです。

① 初めて食育に取り組む人のためのプラスワンシート

食育の基礎となるプラスワンシートです。幅広い年代に対応し、それぞれの食の場に応じて自分に合ったプラスワンを選んで取り組んでいただくことができます。

[illegible]

- 朝ごはんは食べていますか？
■ 食べ残しをしていませんか？
- これらを改善するため、いつもの食生活をちょっとだけよくするためポイントを掲載しています。

② 防災用プラスワンシート

自宅でも外出先でも災害に備えることができるよう、水や食料をはじめ、生活に必要な備蓄品などを掲載しました。

家庭での備蓄は、感染症流行時にも役立ちます。

[illegible]

- 災害時の備えには、家族の状況に応じて、粉ミルクやおむつ、とろみ剤なども用意しておくで安心です。

相愛大学客員教授 坂本廣子さん著

「台所防災術ーがんばらなくても大丈夫」より引用

防災用プラスワンシート
に掲載しています。

いざというとき手元にあると便利なもの～活用術～

- ポリ袋：食品、水の持ち運び、荷物の仕分けや敷物、ごみ袋など、災害時に大活躍です。
- 携帯電話：連絡用、情報用としてだけでなく、懐中電灯代わりとしても使えます。
- 大判ハンカチ：三角巾や包帯、マスク代わりにもなります。

2) 他部局・団体等と連携

他部局・団体等の皆さまとも連携し、様々な視点からプラスワンシートを作成することができました。作成したプラスワンシートは講演会等で配布したり、各部局の使用媒体の裏に印刷させていただくなど、より幅広い市民へのとよなか食育プラスワンの周知に努めました。

① 3～5 歳の子どもの歯の健康に関するプラスワンシート

食育推進協議会において「保育園に通う子どもの保護者から歯や口の健康について不安の声が多い」との意見があったことから、子どもが健康な歯や口でしっかりかんでおいしく食べるためのプラスワンシートを作成しました。作成に当たっては現場の声を反映するため、市内の民間保育園・私立幼稚園に寄せられている相談を調査し、相談内容からチェック項目を作成しました。

また、プラスワンシートの裏面には歯と口の健康についての情報を掲載し、子どもと保護者が歯の健康について話をするきっかけとなるよう歯磨きのポイントなどについても掲載しました。

表

とよなか食育プラスワン (みんなそれぞれプラスワンを実現しよう)

3～5歳頃のお子さんのための「プラスワン」

健康な歯や口で
しっかりかんで おいしく食べよう

できそうなことに♡

とよなか食育プラスワンとは
食育に関心のある人もない人も、
今の自分に無理のない範囲で、
ほんの少しだけ工夫することで、
健康で豊かな生活の実現を
めざす取り組みです。

今日から取り組んでみよう
わたしのプラスワンベスト3は?

★1位
★2位
★3位

こんな歯や口
めざしてみませんか?

実現に向けてのプラスワン

★健康な歯

- ☐ 家族みんなで歯みがき
- ☐ フッ素入りハミガキ剤を使う
- ☐ かかりつけ歯医者を待つ
- ☐ 保護者による仕上げみがきを習慣にする
- ☐ 甘い飲み物は時間を決めて飲む

★食事が
おいしい

- ☐ おやつの時間と量を決める
- ☐ 早寝・早起きをする
- ☐ 家族で同じメニューを食べる

★食事が
楽しい

- ☐ 家族みんなで食事をする
- ☐ 食事のときはテレビを消す

お問合せ：豊中市 健康福祉部 保健所 保健予防課 06-6858-2802

【連携したところ】

民間保育園連合会 / 私立幼稚園連合会
/ 豊中市歯科医師会 / 保育幼稚園室
/ 保健予防課

歯と口の健康週間に、市内の全保育・
幼児教育施設を通して、3歳から5歳
の子どもを持つ保護者に配布しました
(約1万件 ※詳しくはP19参照)。
また、保育施設職員向けの研修におい
てもお配りしています。

3～5歳頃のお子さんのためのプラスワンシート

- シャボン玉を吹く
- にらめっこ遊びをする
- 楽しく歌う

これら口を使った遊びや動作も上手に
かんで食べる力を育みます。

歯磨きのポイントなど
を掲載しています。

■ 幼年期は口を使うことで
その機能を育む時期です

現代の食事は、柔らかく調理されているため、舌に
かかると、舌の力が弱くなっています。また、風船を膨
らませたり、シャボン玉を吹いたり、歌ったりという、口を
使って遊ぶ機会が少なくなったり、一人で黙々と食
べるゲームなどが人気です。

舌や唇、頬などの動きは、使うことによって育まれる身
体機能の1つです。口を使う機会が増えることで、舌の
力が強くなり、口をしっかりと閉じられるようになります。
口がしっかりと閉じられることは、口のなかで乾
燥しにくくなり、歯の健康に良い影響を与えます。

■ おやつやジュースを、時間を決めて1回1回も食べたり
飲んだりすることは「だらだら食べ」といいます。「だらだら
食べ」は、食べる回数が増えるため口のなかで残ってい
る時間が長くなり、とてもむし歯になりやすい食べ方です。
おやつは決まった時間・量を決めて食べるようにしましょう。
また、飲食物のおやつやジュースも要注意です。
夕食以降はお茶の水程度にして食品の摂取は控
えましょう。

■ フッ素入り歯みがき剤を
使いましょう

子どもたちのむし歯は全国的に減ってきている理由
の1つに歯みがき時にフッ素が配合されるようになった
ことがあげられています。毎日の歯みがき習慣とし
て歯みがき剤は、ほとんどのご家庭で使われています
が、特に小さなお子さんや、むし歯になりやすい大人の
人にもおすすめです。

★ フッ素入り歯みがき剤の使い方

フッ素入り歯みがき剤を使ったときのうがいはいくらもせず、歯が
少し湿ったくらい、軽く歯みがきします。お口の中が少しぬ
れ濡れしています。その歯みがき剤をつけて歯を磨くように
に歯を磨き、乾かしてあげましょう。

■ 3歳から5歳ごろの
歯や口の健康づくり

■ かかりつけ歯科で
定期的に歯科健診を受けましょう

かかりつけ歯科で乳歯の時期から歯科健診やフッ
素塗布を受けることは、むし歯予防に欠かせません。また
歯の生えかわりや歯のトラブルなどに関するアドバイス
を受けることもできます。

■ 安全に食べましょう

年齢と発達を中心に、食品の大きさや硬さを
調整する事故が後を絶ちません。幼児の場合は、遊びな
がら食べたりおやつによる事故が目立ちます。ながら食
べは避け、食卓で決まった場所・時間・姿勢で食べさせ
ましょう。食卓の時間は、かみかみ・飲み飲み・食べ
ずきずき、様子を見てサイズや硬さを調整しましょう。

「みんなで食育を進めよう」

豊中市
豊中市私立幼稚園連合会
豊中市民間保育園連合会
(一社)豊中市歯科医師会

3歳から5歳ごろの歯や口の健康づくり

② 食べることから環境を考えるためのプラスワンシート

特定非営利活動法人花と緑のネットワークとよなか主催の「“2013”食育フォーラム」において、豊中における食育の取り組みを保健企画課職員が報告し、その資料として、食べることから環境を考えるためのプラスワンシートを配布しました。



“2013”食育フォーラム

【連携したところ】

特定非営利活動法人

花と緑のネットワークとよなか

買いすぎ、作りすぎに注意。
捨ててしまうことのないよう
食べ物を大切にしましょう。

野菜の保存方法も掲載しました。かしこく保存することで腐敗を遅らせることができます。

とよなか食育プラスワン みんながそれぞれプラスワンを実践しよう

食べることから環境を考えるための「プラスワン」
**食べ物を大切にして
家計と環境の負担を減らそう**

できそうなことに☑

★ **じょうずに 買う**

- 必要量を確認する
- 安いからという理由で不要な食品を買わない
- なるべく産地の近い食べ物を買う

★ **かしこく 保存する**

- 冷蔵庫いっぱいに詰め込まない
- 冷蔵庫に入っている物をメモする
- 消費期限や賞味期限を確認する
- 野菜の保存方法を確認する

★ **たいせつに 食べる**

- 旬の食材を食べる
- 家族でそろって食べる
- 適量を作って食べる

★ **環境も 考える**

- 茶殻や野菜くずの堆肥化に挑戦する
- 生ごみの水切りをする
- 大根や人参の皮や葉も調理して食べる

野菜の保存法

☆ **野菜類**
ほうれん草、小松菜、もやし、ピーマン、ピーマン、ピーマンなどを入れて冷蔵庫で保存する。食べきれないときは、軽くゆで、10分ほどゆでる。茹で汁は、冷凍庫で保存する。

☆ **キャベツ、白菜類**
キャベツ、白菜は、新聞紙などに包み、ビニール袋に入れて冷蔵庫で保存する。ビニール袋は、新聞紙などで包み、冷蔵庫で保存する。

☆ **きのこ類**
きのこは、新聞紙などに包み、冷蔵庫で保存する。食べきれないときは、茹でて、冷凍庫で保存する。

☆ **果実類**
果実は、新聞紙などに包み、冷蔵庫で保存する。食べきれないときは、茹でて、冷凍庫で保存する。

☆ **その他**
野菜は、新聞紙などに包み、冷蔵庫で保存する。食べきれないときは、茹でて、冷凍庫で保存する。

豊中市保健企画課 (06-6152-7309)・(特定非営利活動法人)とよなか市民環境会議アジェンダ21

食べることから環境を考えるためのプラスワンシート

このシートはフォーラム開催後もごみ減量の講座などで活用していただいています。

③ サプリメントについての Q&A リーフレットの裏

豊中市薬剤師会とともに、Q&A リーフレット「ちょっと気になる健康食品やサプリメント」と、健康増進のためのプラスワンシートを作成しました。薬剤師会の会員店舗において市民の皆さまに配布していただきました。(50 枚×129 店舗)

表

ちょっと気になる健康食品やサプリメント
～私に必要な？安全なの？～

サプリメントとは
行政的な定義はなく、一部に「健康食品」は健康の保持増進に資する食品全般、「サプリメント」は特定成分が濃縮された錠剤やカプセル形態の食品が該当すると考えられています。

問 健康食品で病気は治るのですか？
答 健康食品は病気の治療には使えません。
健康食品で病気は治ったということも明確に示した研究結果は現時点ではありません。
病気の人が健康食品を利用することには、飲んでいる薬の効果を強めたり弱めたりするなどのリスクがあり、健康被害を及ぼすこともあります。

問 有効成分が入っている製品なら怖くないですか？
答 「特定成分の有効性」と「製品の安全性」は同じではありません。「特定成分の有効性」をとりあげて、あるから「あの成分を含有している製品は有効！」であるかのように宣伝している製品がありますが「成分の有効性」と「製品の安全性」は必ずしも一致しないことに注意してください。

問 体脂肪が多すぎると言われている製品もどきも使ってみたい。
答 体脂肪は増加が早いだけで、増減（増つ減つ）されている可能性もあります。
体脂肪の多くは「人がある食品（食品成分）」を摂取して得られる効果がある、とするものですが科学的根拠とは異なりますのでそれだけで有効性の証明にはなりません。

問 天然・自然のものなら安心？
答 天然・自然のものは、アレルギーの可能性がある食品や成分をよく検討しましょう。
健康食品の宣伝・広告で「天然＝安全・安心」のようなイメージを連想するものがありますが天然だからといって安全・安心とは限りません。

問 有効成分が濃縮されているとよく怖くないですか？
答 「特定成分を効果的に摂取できる」ことと長期にわたって摂取・カプセル状の製品を摂取する人も多いようですが、錠剤・カプセル状の製品は特定成分を過剰に摂取してしまう有害な影響を及ぼす量まで摂取してしまう可能性があります。

厚生労働省次長 健康食品安全部
「健康食品の正しい利用法」

健康増進の一歩の基本は
栄養・運動・休養です
裏表にのりくみのヒントがあります。

今日の食事が、
明日のチカラ。
みんなに健康を伝えたい
豊中市薬剤師会

私たちは豊中市とともに健康を推進しています。(一社) 豊中市薬剤師会

【連携したところ】

豊中市薬剤師会

身近な薬局から約 6500 人の
市民に食育の情報が届けられました。

裏

ちょっと気になる健康食品やサプリメント

健康増進の基本は
「食べる・動く・休む」

とよなか食育プラスワン (みんながそれぞれプラスワンを実現しよう)

健康増進のための「プラスワン」
できそうなことに
基本は食べる・動く・休む
健康的な生活をしてみよう!!

こんな生活
めざしてみませんか? → 実現に向けてのプラスワン

★上手に
食べる →
□ 食事には野菜を取り入れる
□ 腹八分目を心がける
□ よく噛んで味わって食べる
□ 旬のもの(その時期に安くなる野菜や、果物、魚)を食べる
□ 家族や仲間と一緒に食べる

★しっかり
動く →
□ 1日1度は外に出る
□ 自転車よりも電車・バス
□ できるだけ階段を使う
□ きびきびと掃除や洗濯などの家事をする
□ ストレッチを習慣にする

こんな生活
めざしてみませんか? → 実現に向けてのプラスワン

★ゆっくり
休む →
□ 朝日を浴びる
□ めるめのお風呂にゆっくり入る
□ 寝る前はゆったり過ごす
□ シンデレラ就寝をする
□ 気分転換を心がける
□ 趣味を楽しむ

★健康を
つくる →
□ 定期的に体重計に乗る
□ 年に一度は健診を受ける
□ 情報を正しく理解する
□ 薬とサプリメントとの飲み合わせは、医師や薬剤師に相談する

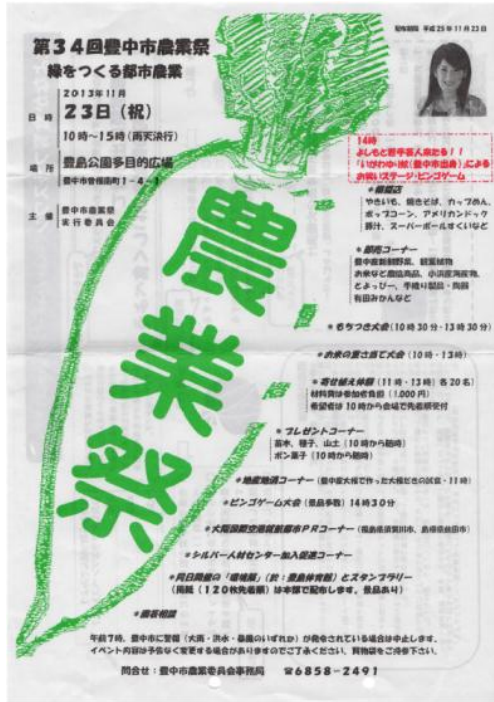
豊中市保健企画課 06-6152-7309 ・ (一社) 豊中市薬剤師会

健康増進のためのプラスワンシート

④ 農業祭のチラシの裏

農業祭の案内チラシの裏に「ココロもカラダも元気になるためのプラスワンシート」を挿入させていただき、市内各所で配布しました。

表



農業祭チラシ

【連携したところ】

農業委員会事務局 / とよなか消費者協会

新聞の折り込みチラシにもなりました。
農業祭は市民に大変人気のあるイベントです。
多くの方が興味を持ってチラシを見てくださることを期待しました。

野菜の保存方法も
お知らせしました。

裏

とよなか消費者協会
おすすめの「大根漬け」
のレシピも掲載しまし
た。



ココロもカラダも元気になるためのプラスワンシート

⑤ 幼児のための手洗いリーフレットの裏

学校薬剤師さんが幼稚園で子どもたちに手洗いを指導するときのリーフレット「てをあらおうね」と指導後に保護者に家庭での協力を呼びかける「子どもと学ぶ安全・安心のためのプラスワンシート」を作成しました。幼稚園児など低年齢のお子さんへの手洗い指導に活用していただきました。

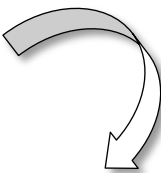
表



てをあらおうね

【連携したところ】

豊中市薬剤師会



裏

子どもたちが学んだ正しい手洗いを、家庭でも実行しやすくするためのプラスワンを掲載しています。

手を洗うことは、食中毒やインフルエンザなどの感染症の予防につながります。



子どもと学ぶ安全・安心のためのプラスワンシート

幼児から低学年の児童が使いやすいリーフレットができました。今後は小学校などでの活用も検討していきたいと考えています。

3) その他

社会体験学習や保健所実習時に、学生が実習の一環としてプラスワンシートを作成しました。

社会体験学習に来た中学生が同世代向けに作成しました。

管理栄養士養成校の学生が保健所実習の際に作成しました。

忙しい中学生のためのプラスワン

このようにプラスワンシートは、目的に合わせ、誰でも簡単に作成することができます。今後も部署に合ったプラスワンシートを作成し、プラスワンの取り組みを広げていきます。

輝く女性のためのプラスワン

※各プラスワンシートは、豊中市ホームページで公開しています。

また、本報告書巻末にも掲載していますので、ぜひコピーしてお使いください。

4. まとめ

「食育と聞くと、頑張らないとと思ってしまう」そんな声から生まれたのが「とよなか食育プラスワン」の取り組みです。難しく考えなくても、日々の食習慣をちょっとだけよくするプラスワンができればそれでいいんだということを知ってもらうため、プラスワンの掛け声とともにまずは食育のハードルを下げることに努めました。

そしてプラスワンシートの作成は、プラスワンを知ってもらうだけではなく、簡単で具体的な項目の提示によって、誰もが気軽に取り組みやすいものとなり、実践への入り口を広げるものとなったのではないのでしょうか。また、他部局・団体の皆さまと連携することにより、様々な講演会や催し物、お知らせの媒体を通して多方面から市民へプラスワンの取り組みを周知することができました。

まだこの取り組みは始まったばかりです。今後も連携を深めていくことにより、さらに多くの市民がプラスワンに取り組むことができるような環境を整えていきたいと考えています。

学校給食センター職員による学校訪問

＜基本目標と基本方針＞

基本目標－Ⅱ 生活リズムを整え、バランスのとれた食生活を実現しよう

基本方針－b 少年・青年期における食の自立に向けた支援

10 学校給食センター職員による学校訪問

＜対象世代区分と世代別目標＞

- ☐ 妊娠期
- ☐ 幼年期(0～5 歳)
- ☒ 少年期(6～14 歳) ☆食の大切さ、調理の方法を学ぼう
- ☐ 青年期(15～24 歳)
- ☐ 壮年期(25～44 歳)
- ☐ 中年期(45～64 歳)
- ☐ 高年期(65 歳～)

＜取り組み一覧掲載内容＞

* 関連事業一覧 48 ページ

○所管 : 学校給食室

○内容 : 学校給食センター職員が市内の公立小学校を訪問し、児童を対象に給食の話をして一緒に給食を食べたりすることで、交流を図っています。

○実績 : 訪問小学校数・・・22 校
実施回数・・・24 回 (2 校で 2 回実施)

1. 目 的

学校給食センターの職員が市内の小学校を訪問し、調理現場の実際の様子や職員の思いを伝えることで、子ども達に「給食への理解」「食への関心」を高めてもらおうという取り組みです。また、学校での給食の様子を間近に見て、子ども達から給食の感想を聞くことで、献立の工夫・改善、よりよい給食の提供にもつなげようと取り組みをしています。

2. 所管部局

学校給食室(原田学校給食センター、服部学校給食センター)

3. 内 容

給食の時間に職員が市内小学校を訪問し、給食作りの様子について説明したり、一緒に給食を食べたりしながら子ども達との交流を図っています。説明の際には、実際に使用している調理器具や実物大の模型などを用いることで、「毎日食べている給食がどのように作られているのか」「どういった食材が給食に使われているのか」といった話を、子ども達にもわかりやすく、興味を持って聞いてもらえるように工夫をしているほか、学校給食に携わる職員が、日々の給食作りの中で感じていることや、給食を食べる子ども達への思いにも触れながら、食べることの大切さを伝えています。

また、給食の時間に訪問することで、職員と子ども達とが一緒に給食を食べる時間を設けています。一緒に給食を食べながら、子ども達が給食に抱いている疑問に答えるなどの交流を図る中で、子ども達の食への関心を高めると同時に、職員の側も、実際に給食を食べている子ども達の率直な意見を、毎月の献立の工夫・改善に生かし、より良い給食の提供につなげようと取り組んでいます。



4. 各小学校での取組みの様子

◆ 原田学校給食センター

◇ 東泉丘小学校



当日は、調理の時に実際に着用している白衣で訪問しました。

持っている円形の模型は、給食の調理に使う大鍋のふたを、実物サイズで再現したものです。

職員が左手に持っている しゃもじ(スパテラ)は、長さ1m50cmほど。子ども達は、自分の背丈よりも大きなしゃもじを持たせてもらい、その大きさや重さを体感していました。

◇ 新田南小学校



大なべのふたや調理器具を見せると、子ども達はその大きさに驚きつつも興味津々です。



訪問当日は、センター職員も配膳や片づけをお手伝い。準備ができれば、一緒に給食の時間です。

◇ 寺内小学校



大きなふたの模型に、子ども達の視線はくぎづけです。

給食の中には、時々、星型やハート型にカットされた「ラッキーにんじん」が入っています。苦手な食材でも食べられるように、子ども達が給食を楽しく食べられるように、という職員の思いも、子ども達に伝えています。

～小学校を訪問して～

子ども達と一緒に給食を食べて、改めて、おいしく・より安全な給食を作っていこうと感じました。直接、子ども達と接する中で、今まで以上に給食に対する興味や関心を持つきっかけとなってくれればうれしいです。これからも子ども達の笑顔を思い浮かべながら、心を込めて作っていきたいと思います。

◆ 服部学校給食センター

◇ 北丘小学校



この日は、職員 3 人で教室を訪問しました。

◇ 新田小学校



こちらの小学校でも、給食当番の子ども達と一緒に職員が配膳のお手伝いをしました。

◇ 南丘小学校



まだまだ不慣れな手つきの子どもも、やさしくサポートします。



子ども達に囲まれて、一緒に「いただきます」子ども達が給食を食べる様子を肌で感じるこ
とのできる貴重な機会となっています。



実物大の模型や実際に使っている調理器具を使い、身振り手振りを交えて説明します。
はじめは食事に夢中だった子ども達も、次第に目を輝かせて職員の説明を聞いていました。

～小学校を訪問して～ 服部学校給食センター 調理員より

訪問するまでは、給食が「どこで」「だれが」「どんな風に」作っているのかなどにはあまり関心がない様子の子ども達でしたが、職員が教室を訪れ、実際に使っている道具や食材の量、作り方などを話していくと、目がいきいきしてくるのが分かりました。時には、嬉しい質問攻めにあうことも…。

この取り組みが、自分の食べる給食に関心をもち、食への感謝の気持ちも忘れずに、嫌いな食材でも食べてみようと思えるような機会になると良いと考えます。

5. まとめ

今まで、社会見学や職場体験など、児童が給食の調理現場を見学する機会はありませんでしたが、学校給食センターの職員が、給食を食べている児童の実際の様子を見る機会はありませんでした。調理している現場を見てもらうだけでなく、給食作りへの思いや調理の様子を業務に携わる職員が自らの声で伝えることで、子ども達に、職員や作り手の現場を身近な存在に感じてもらえるよう取り組んでいます。作り手の顔が見える給食となることで、「給食への関心」「食の大切さ」「食べ物を大切に作る心」を高めることにつながっていると考えます。

また、子ども達の食に関する関心が育まれるだけでなく、給食時間での交流を通して、職員もまた力をもらっています。一緒に給食を食べる中で、職員が心を込めて作った給食を美味しくそうに食べている子ども達の姿や、訪問した職員に楽しそうに話しかけてくる姿、わくわくとした様子でいろいろな疑問を投げかけてくる姿を見ることは、職員にとって、日々の調理作業における何よりの原動力となっています。

以前から、各小学校では、保護者向け給食試食会が開催されており、多くの保護者が参加するなど、学校給食への関心の高さを伺わせていました。保護者から出た意見は、毎月の献立の工夫・改善に活かしていますが、毎日給食を食べる子ども達が、給食に対してどんな感想を抱いているか把握し、交流を通して得た子ども達の声を調理現場に活かすことができるのも、職員による学校訪問の大変意義深い点だと考えます。

ある食材が多く食べ残されているように感じれば、その場でどのようなところが苦手なのかを子ども達に質問することで、次回同じ食材を使用する時には食べやすい食感や味付けに変えてみるなど、残食を減らす工夫につなげています。取り組みの一つに、「ラッキーにんじん」というものがあり、この取り組みは、子ども達の中で特に苦手意識の多い野菜であるにんじんを、星形やハート形にカットして《釜(1,000食分)一つに対して20～30個程度》入れることで、苦手な食材でも、見つける楽しみ、食べる楽しみを感じてほしいという思いから実施しています。普通にカットするよりも作業に時間がかかりますが、子ども達に大変喜ばれている取り組みであり、学校を訪問した際には、少しでも食べ残しが減るよう、「苦手な食材でも食べられるように」という職員の思いを伝えています。

子ども達の様子を肌で感じ取り、学校給食をよりよいものにするためのさまざまなアイディアを得られる大変有意義な取り組みであり、給食の時間という短い時間ですが、一緒に楽しく給食を食べて交流をすることができる、子ども達にとっても職員にとっても貴重な時間となっていると感じています。

幼児の食育を支える歯や口の健康づくり

<基本目標と基本方針>

基本目標－Ⅴ 歯や口の健康を維持・増進しよう

基本方針－b 歯や口の健康づくりに関する情報提供と普及啓発

4 行政の取り組み

<対象世代区分と世代別目標>

- ☐ 妊娠期
- ☒ 幼年期(0～5 歳) ☆歯みがきの習慣をつけよう
- ☐ 少年期(6～14 歳)
- ☐ 青年期(15～24 歳)
- ☐ 壮年期(25～44 歳)
- ☐ 中年期(45～64 歳)
- ☐ 高年期(65 歳～)

<取り組み一覧掲載内容>

* 関連事業一覧 71 ページ

○所管 : 保健予防課、保健企画課

○内容 : 保育園(所)・幼稚園と協働し、保護者に対する啓発(啓発ポスター掲示、啓発リーフレットの配布)と、職員への情報提供(研修会の開催、指導用資料等の配布)を実施しました。(食育推進協議会協力)

○実績 : ポスターの掲示 市内 91 園
啓発リーフレット 約 1 万枚
職員向け研修会 受講者 53 名

1. 目 的

第2期豊中市食育推進計画では「歯や口の健康づくり」を大きな目標の一つに位置づけ、食育推進協議会と意見交換をしながら取り組みを進めてきました。その中で、保護者から歯や生え変わりに関する相談をよく受けるが情報が少ないため保育側としても答えに困ることがあるとの意見がありました。保護者の多くは、日々を子どもたちと過ごし、保護者に寄り添う保育施設職員に子育てのことなどとともに歯のことも相談しています。このことから、保育施設が、気軽にタイムリーに相談できる場として情報をもち発信していくことは歯や口の健康づくりを進めるうえでとても有意義であると考えました。

そこで、保育施設に通っている3・4・5歳児の保護者にむけ、保育施設を通じての情報提供を行い、永久歯に生え変わる時期の保護者の不安を取り除き、子どもたちの噛む力や食べる機能の育ちに合わせた、家庭での食生活が実現することをめざし本事業を企画しました。

また保育施設で使いやすい媒体を作成することで、保育者の情報提供を簡単にし、幼児期の歯や口の健康づくりを推進することを目的とします。

2. 所 管 課

保健予防課、保健企画課

3. 協働する団体など

豊中市民間保育園連合会 / 豊中市私立幼稚園連合会 / 豊中市歯科医師会
/ 豊中市学校歯科医会 / 保育幼稚園室



4. 内容

①食育月間・歯と口の健康週間における取り組み



施設内掲示用ポスター

6月4日から10日の歯と口の健康週間に合わせて啓発ポスターを作成しました。子どもの送り迎えなどで目に留めていただけるよう、ポスターは市内の保育所・幼稚園などの保育施設 91 園に掲示しました。

また、とよなか食育プラスワンについても紹介させていただき、すぐに取り組んでいただけるようなプラスワンも併せて掲載しました。

保育園・幼稚園など保育施設を通じて、3～5 歳児の保護者へ配布。(98 園 約 1 万件)

各家庭にリーフレットを配布しました。

表

裏

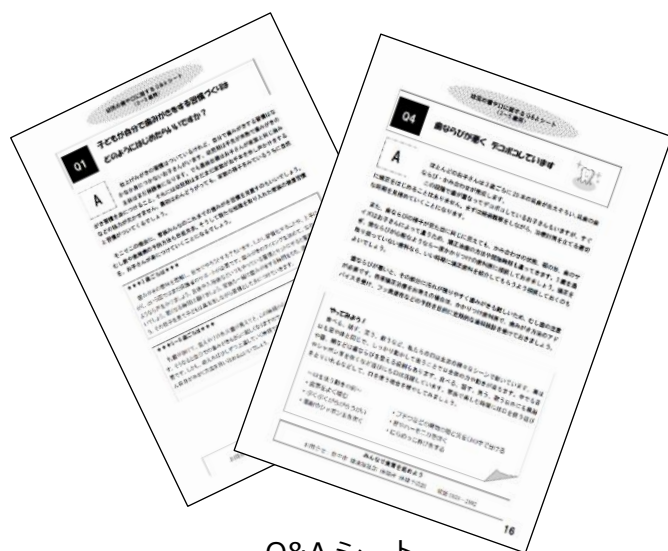


ポスターと合わせてリーフレットも作成し、各家庭に配布しました。表にとよなか食育プラスワンシート、裏に歯や口の健康づくりのポイントを掲載し、情報提供を行いました。(プラスワンシートの詳細は P5 参照)

① 「歯や口の健康づくりQ&Aシート」の作成

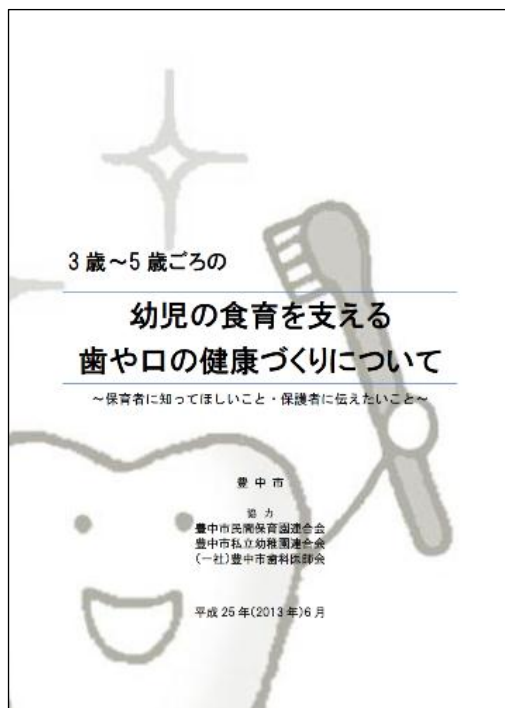
保育施設職員に保護者から歯や生え変わりに関する相談があった際、共通の認識を持って適切な答えができるよう、歯と口に関するQ&Aシートを作成しました。プリントアウトして活用できるよう、シート見本とそのデータを各保育施設に配布しました。

また、「Q&A 職員用補助資料」を作成し、Q&Aシートの解説や、お便りにそのまま使っていただける情報を盛り込んだものを、解説資料として各保育施設にお届けしました。



Q&A シート

子どもが自分で歯みがきをする習慣をつけるにはどうしたらよいか、歯並びについてなど全部で12種類のQ&Aシートを作成しました。



Q&A 職員用補助資料

歯や口の健康づくりと支援のポイント、Q&Aシートの解説、コラムも随所に掲載しています。

★歯みがき剤の使い方 ～ダブルブラッシング法～

最近ほとんどの歯みがき剤には、むし歯予防を目的にフッ素が配合されています。効果的に使うには、歯みがき後のうがい、味が少し残る程度に軽く1回にすることです。そこで最初は水だけでの歯みがきとしっかりうがい、その後歯みがき剤を歯全体につけるようにみがいて軽くうがいをするダブルブラッシング法がおすすめです。



コラム

② 保育所（園）・幼稚園指導者研修会.

保育施設職員に様々な知識を得ていただき、普段の業務に生かしてもらえるよう研修会を開催しました。講師には豊中市歯科医師会の歯科医師をお招きし、幼年期の歯や口の健康づくりについてや、第2期食育推進計画、Q & Aシートの使い方などについてお話いただきました。



53 名の方が受講されました。
意欲的にご参加いただき、研修会で得た知識を日々の業務に生かしていただいています。

参加者から熱心に質問が寄せられるなど、研修会全体を通して有意義な時間を過ごすことができました。



5. まとめ

今回、情報発信の媒体として作成しました Q&A シート、補助資料により、保護者から質問があった際に、どの施設のどの職員が対応しても統一の答えを提供することが可能となりました。

また、市内の私立・民間・公立の全ての保育園・幼稚園で保護者に対してリーフレット等による情報提供を行いました。リーフレットにはプラスワンシートも掲載したことによって、情報を得るだけの読みものでなく、家庭で取り組む健康づくりのヒントにいただけたのではないのでしょうか。

保護者にとって保育施設職員は、なんでも相談できる大変身近な存在です。相談の中には、子どもの歯について不安をお持ちの保護者もたくさんいらっしゃいます。そんなとき、保育施設が正しい情報を発信することは、保護者の不安を取り除くとともに、健康な食生活を促し、さらには家庭での楽しい共食の推進につながっていくと思われます。

今回の取り組みは、食育推進協議会における意見交換がきっかけとなり実現に至りました。これからも協議会の団体の皆さまと意見交換を行い、様々な分野での食育の取り組みを広げていきたいと考えています。

コラム① お父さん力 アップ！講座「市長と一緒にクッキング」

平成 25 年 7 月 27 日、とよなか男女共同参画推進センターすてっぷで『お父さん力アップ！講座「市長と一緒にクッキング」』が開かれました。男性保護者と子どもたちが一緒に料理を楽しむ中で、お父さん力をアップしてもらおうというこの講座。今回は浅利敬一郎市長が講師を務め、参加した近所のおじさん、おじいちゃん、お父さんと小学生の子どもたち 13 組 28 人に料理の楽しさを伝えました。

「料理が好きで、朝ご飯は必ず自分でつくる」という浅利市長。「食は自立の基本。みんなで楽しく食事をするのが大事。冷蔵庫の中にあるものを見てメニューをイメージする面白さも知ってほしい」とあいさつした後、参加者に調理のポイントを説明。その後各テーブルに分かれて調理にとりかかりました。メニューは、「豆腐ハンバーグ」「にんじんサラダ」「かんたんわらびもち」の 3 品。お父さんと子どもたちが一緒になって野菜を切ったり、ハンバーグをこねたりと、調理を楽しむ中で親子の会話も弾みました。

料理が完成すると、市長も交えて食事タイム。参加したお父さんたちからは、「非常に楽しかった」「家でもチャレンジしたい」「自分ができる料理が一つ増えた」などの意見があり、子どもと一緒に作る料理の楽しさを感じていただくことができたようです。



「みんなで楽しく食事をするのが大事」と浅利市長。



調理のポイントを熱心に聞く子どもたち。



子どもたちと一緒に調理を楽しむお父さん。



みんなで力を合わせて作った料理はとてもおいしかったです。

コラム②

わくわく食育プロジェクト

教育推進室では、『わくわく食育プロジェクト』として、親子を対象とした料理教室を実施しています。親子一緒に楽しく調理をし、おいしく食事をすることで、食への興味や関心を高めてもらうことを目的とした事業で、平成 25 年度（2013 年度）は、「幼小連携親子料理教室」を 2 回、「小学生親子料理教室」を 6 回、「お弁当づくり親子料理教室」を 3 回実施しました。

「幼小連携親子料理教室」では、就学前の幼児とその保護者を対象に、幼稚園に隣接する小学校の家庭科室を借りて料理教室を実施。包丁の持ち方指導なども行うことで、家庭においても食に興味を持ち、子どもが活動できるよう工夫しました。

「小学生親子料理教室」では、日本料理店の店主による和食講座を実施。本格的な一番だしの取り方を中心に日本料理の作り方を学び、季節に応じた食材をふんだんに使った、だしの旨味あふれる料理を親子で美味しくいただきました。

「お弁当づくり親子料理教室」では、地域で活動する栄養士を講師として招き、中学生やその保護者向けに、栄養バランスのとれたお弁当作りを体験してもらいました。お弁当が成長期の子どもにとって大切な食事の一つであることや、当日作ったお弁当でどのくらいの栄養がとれるかなど、栄養士の視点に立った話も交えながら、美味しく楽しいひとときを過ごしました。

アンケートでは「子どもが食わず嫌いの食材にもチャレンジしていた」「家でもやってみようと思った」「すごく勉強になって楽しかった。次も参加したい」「料理をしている人の大変さが分かった」といった意見がみられ、食に関する興味・関心を高めるきっかけになったほか、美味しい料理と親子の交流を楽しむことができ、参加者にとって大変充実した時間となったようです。



■小学生親子料理教室の様子

講師：「一汁二菜うえの」上野法男さん

豊中市内などで料亭を営むプロの料理家を講師としてお招きし、一番だしの取り方や、だしを使った本格的な和食作りに挑戦しました。

食材の中には、^{ほじそ}穂紫蘇や^{そうめんうり}素麺瓜といった、普段あまり家庭では使わないものもあり、アンケートでも、「新鮮な具材やめずらしい野菜を使ったメニューでとても美味しかった」という感想が寄せられました。





コラム③

食育フォーラム



平成 25 年 11 月 2 日、豊中市環境交流センターで「“2013”食育フォーラム～今でしょ！知ること・学ぶこと・進めること～」が開催されました。食育に関係する団体と一般市民の 49 人が参加し、食育の今後の発展に向けて、食育のあり方や課題等を考え、共有する場となりました。

フォーラムではまず、特定非営利活動法人「花と緑のネットワークとよなか」の理事長より、土壌改良材「とよっぴー」の製造とその利用によって進展した資源循環の成立、地産池消の確立等の報告があり、これを受け 6 人のパネラー（食育推進の行政関係者・学校関係者・給食関係者・保育園関係者・農業者）による討論が行われました。

討論の中では、子どもたちの作物栽培体験や、とよっぴー農園での農体験が、残飯を少なくしたり、普段食べなかった野菜を食べることができるようになるなど、様々な活動が成果につながっているとの報告がありました。また、給食への地場産作物の採用による地産池消の取り組みなども進められており、それぞれの団体の取り組みが食育の広がりを進めていることが感じられました。

一方、現在個々・別々に展開されている食育を連携し進めていくことや、食育を現場から家庭や地域にどう広げていくかが今後の課題として挙げられました。

参加者のアンケートには、「それぞれの立場の食育が聞けて大変勉強になった」「今後も継続して地産池消や食育活動を進めてほしい」など、食育への関心の高さや期待感がうかがえました。また、参加者からも活動の連携を願う声があり、課題解決に向けて、食育に携わる人と人との繋がりが今後より一層求められていきそうです。

■当日の様子

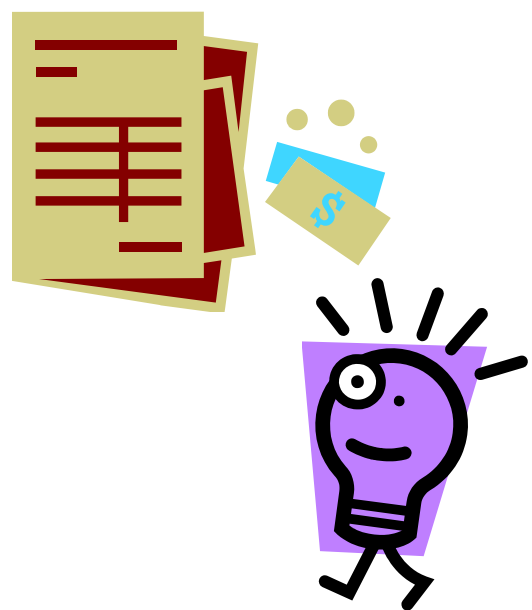
農業体験・学校菜園支援など、資源循環を基軸とした諸活動について報告を行いました。（写真右）
付帯事業として、ダンボール堆肥の実演（同左）・地場産野菜市場も実施しました。



活動報告ののち、パネルディスカッションが行われ、保健企画課からも、食育推進の行政関係者として、管理栄養士がパネラーとして出席しました。

「第 2 期食育推進計画」の内容や市における取り組みを説明したほか、「食べることから環境を考えるためのプラスワンシート」（詳細は P6 参照）を配布しました。

Ⅱ．各事業の進行状況



1. 基本目標別索引

I. 食育に関する情報を正しく理解して、実際に行動しよう	
a. 食に関する知識の普及・啓発や情報提供	．．．．．P.30
b. 食育に関する正しい理解の促進	．．．．．P.36
c. 危機管理に対する情報提供と啓発	．．．．．P.40
d. 食育推進運動の周知啓発	．．．．．P.40
II. 生活リズムを整え、バランスのとれた食生活を実現しよう	
a. 幼年期における望ましい食習慣の形成	．．．．．P.44
b. 少年・青年期における食の自立に向けた支援	．．．．．P.47
c. 健康状態にあった食育の推進	．．．．．P.49
d. 調理技術や食に関する知識の習得	．．．．．P.52
e. 適切な食を提供するための環境整備	．．．．．P.56
III. おいしく、楽しく、食事をしよう	
a. 交流を深める場や食事をする機会の提供	．．．．．P.59
b. 楽しい食事の促進	．．．．．P.60
c. 食を通じた地域活性化の促進	．．．．．P.62
IV. 食べる物、食べることを大切にしよう	
a. 体験・機会の充実	．．．．．P.63
b. 環境教育・環境学習の推進	．．．．．P.64
c. 地産地消の推進	．．．．．P.69
V. 歯や口の健康を維持・増進しよう	
a. 歯科疾患の予防	．．．．．P.70
b. 歯や口の健康づくりに関する情報提供と普及・啓発	．．．．．P.71

2. 所管別索引

人権文化部	人権政策室 とよなか男女共同参画推進センターすてっぷ 【Ⅱ-d-8,9/Ⅱ-e-10】 豊中人権まちづくりセンター 【Ⅰ-b-1/Ⅲ-a-1,2】 蛍池人権まちづくりセンター 【Ⅲ-a-3】
政策企画部	広報広聴課【Ⅰ-a-1,2/Ⅱ-d-1/Ⅳ-a-1】
環境部	環境政策室【Ⅳ-b-1～5】 公園みどり推進課【Ⅳ-b-6,11～18,,20,21/Ⅳ-c-3】 減量推進課【Ⅳ-b-7,8】
市民協働部	コミュニティ政策室【Ⅰ-a-3,4】 消費生活課（くらしかん）【Ⅰ-a-5～15】
健康福祉部	地域福祉室【Ⅰ-a-16/Ⅰ-b-2】 障害福祉課【Ⅰ-a-17/Ⅱ-b-1～4/Ⅱ-c-1/Ⅳ-a-2】 高齢者支援課【Ⅱ-c-2】 保健企画課【Ⅰ-a-18/Ⅰ-c-4/Ⅰ-d-1～3,6/Ⅱ-d-2/Ⅱ-e-1,2/Ⅲ-c-1】 衛生管理課【Ⅰ-c-1,2,4】 保健予防課【Ⅰ-a-19/Ⅰ-b-3～8/Ⅰ-d-2/Ⅱ-a-1,2/Ⅱ-c-3～8,22/Ⅳ-a-3/ 【Ⅴ-a-1,2/Ⅴ-b-1～4】 地域保健課【Ⅰ-a-34/Ⅰ-b-9～13/Ⅰ-d-14/Ⅱ-c-9～11,21/Ⅱ-e-3/Ⅴ-b-5】 保険給付課【Ⅰ-b-14,15】
こども未来部	保育幼稚園室【Ⅰ-a-20～23,25/Ⅰ-b-16～19,24/Ⅰ-d-8～10/Ⅱ-a-3,4/ Ⅱ-e-4,5,7/Ⅲ-a-4/Ⅴ-a-3】 保育所【Ⅰ-a-28/Ⅰ-b-25/Ⅱ-a-11,12/Ⅳ-b-10/Ⅴ-a-4】 保育所・保育園【Ⅰ-a-25,27/Ⅱ-a-6,7,10/Ⅲ-a-4/Ⅳ-b-9】 市立幼稚園【Ⅰ-a-25/Ⅰ-d-10,13/Ⅱ-a-6,10/Ⅲ-a-4/Ⅴ-a-4】 あゆみ学園【Ⅰ-a-25,27/Ⅰ-b-25/Ⅱ-a-6,7,10/Ⅳ-b-9】 しいの実学園【Ⅰ-a-25,27/Ⅱ-a-6,7,10/Ⅳ-b-9】
市立豊中病院	栄養管理部【Ⅰ-b-20/Ⅱ-a-5/Ⅱ-c-16～19】 看護部【Ⅰ-b-21】 緩和ケア委員会【Ⅱ-c-20】
上下水道局	経営企画課【Ⅱ-d-3】
消防本部	北消防署 予防広報課【Ⅰ-c-3】

教育委員会
 地域教育振興室【Ⅲ-b-1,2/Ⅱ-e-9】
 読書振興課【Ⅰ-a-24/Ⅰ-d-4】
 中央公民館【Ⅱ-c-14/Ⅱ-d-4/Ⅱ-e-6】
 蚩池公民館【Ⅱ-c-14/Ⅱ-d-5/Ⅱ-e-6】
 庄内公民館【Ⅱ-c-14/Ⅱ-d-6/Ⅱ-e-6】
 千里公民館【Ⅱ-c-14,15/Ⅱ-d-7/Ⅱ-e-6】
 スポーツ振興課【Ⅰ-d-5】
 青少年育成課【Ⅲ-b-3～5】
 教育推進室【Ⅰ-d-6,7/Ⅱ-b-10/Ⅲ-b-6/V-a-3】
 文化館チーム【Ⅱ-b-5/Ⅱ-c-12,13】
 学校給食室【Ⅰ-a-27,29,30/Ⅱ-b-6～11/Ⅳ-a-6/Ⅳ-b-10】
 小学校【Ⅱ-a-6,7,10/Ⅱ-b-9/Ⅲ-a-4/Ⅳ-b-9】
 農業委員会事務局【Ⅳ-a-4,5,9/Ⅳ-c-1,4】
 社会福祉協議会【Ⅰ-a-16,31～33/Ⅱ-d-10/Ⅲ-a-5～7/Ⅳ-a-8】
 校区福祉委員会【Ⅲ-a-5～7/Ⅳ-a-8】
 民生・児童委員【Ⅲ-a-5】
 NPO 法人市民環境会議アジェンダ 21【Ⅳ-b-2,5】
 花と緑のネットワークとよなか【Ⅳ-b-6,12～22/Ⅳ-c-3】
 豊中市農業経営者協議会【Ⅳ-a-5】
 とよなか市民公益活動協議体【Ⅰ-a-3】
 豊中私立幼稚園連合会加盟幼稚園【Ⅰ-a-25～28/Ⅰ-b-22～24/Ⅰ-d-9,11～13/
 【Ⅱ-a-6～11/Ⅱ-e-8/Ⅳ-a-7,8/Ⅳ-b-9/V-a-3,4】
 豊中市民間保育園連合会加盟保育園【Ⅰ-d-11/Ⅳ-a-7/V-a-4】
 老人クラブ連合会【Ⅱ-d-11,12/Ⅲ-a-8/V-a-5】
 健康づくり推進員会【Ⅰ-a-34/Ⅰ-d-14】
 一般財団法人豊中市医療保健センター【Ⅰ-b-25】
 豊中市学校歯科医会【Ⅱ-e-11/V-a-6/V-b-5】
 (一社)豊中市歯科医師会【V-a-6～8/V-b-6～9】
 豊中地域活動栄養士会トゥディ【Ⅱ-d-13】
 とよなか消費者協会【Ⅱ-d-14/Ⅳ-c-2,4】
 豊中商工会議所豊中市小売商業団体連合会事務局【Ⅱ-d-14】
 市民レングまつり実行委員会【Ⅳ-a-9】
 桜井谷あおぞら朝市運営委員会【Ⅳ-c-5】
 豊中市地域雇用創造協議会【Ⅲ-c-2】

3. 平成 25 年度 食育関連事業取り組み一覧

【凡例】

【事業等】

行 → 行政の取り組み

教 → 教育・保育の取り組み

地 → 地域社会の取り組み

【対象世代区分】

幼年期（0～6 歳、就学前）

少年期（6～15 歳、児童・生徒）

青年期（15～24 歳）

壮年期（25～44 歳）

中年期（45～64 歳）

高年期（65 歳～）

【今後の方向性】

◎ → 充実（今後さらに積極的に取り組む予定）

○ → 継続（今後も同様に取り組む予定）

△ → 縮小（規模などを縮小して取り組む予定）

－ → 廃止（終了する取り組み）

完 → 完了（単年度事業、期間の決まっている取り組みで完了するもの）

平成 25 年度 食育関連事業取り組み一覧

基本目標	基本方針	事業等			所管	新規*	妊娠 期	幼年 期	少年 期	青年 期	壮年 期	中年 期	高年 期	内容	25 年度実施状況	評価・考察	今後の 方向性
I 食育に関する情報を正しく理解して、実際に行動しよう	a 食に関する知識の普及・啓発や情報提供	1	行	広報とよなか	広報広聴課		●	●	●	●	●	●	●	月 1 回発行。全世帯と全事業所に配布しています。市の各種施策や事業計画、福祉、環境、文化・スポーツなど市民に必要な情報を提供しています。	年間発行部数 2,322,400 部 うち食育関連お知らせ記事 69 件	継続して記事を掲載していきます	○
		2	行	ケーブルテレビ番組「かたらいブラザ」	広報広聴課		●	●	●	●	●	●	●	市広報番組「かたらいブラザ」を企画・制作し、ケーブルテレビで放送しています。	年間番組制作数 36 件 うち食育関連の放送 2 件	継続して告知等を実施していきます	○
		3	行	市民公益活動推進のための情報提供	コミュニティ政策室、 とよなか市民公益活動協議体		●	●	●	●	●	●	●	（運営は、公募により市民公益活動団体に委託）「市民活動情報サロン」（豊中駅舎内）にて、市民の自主的・自発的な社会貢献活動（市民公益活動）に関する情報提供や相談等を実施しています。	市民活動情報サロン来場者数 5,179 人 登録団体数 122 団体	「食育」をはじめ、さまざまな分野の市民公益活動への関心を高め、活動のきっかけづくりや市民団体どうしのつながりづくりにつながっています。	○
		4	行	市民公益活動推進助成金	コミュニティ政策室		●	●	●	●	●	●	●	分野を問わず、公募し、市民公益活動事業に必要な経費の一部を助成。市民公益活動団体の自律的・継続的な発展を支援することにより、市内の市民公益活動全体の推進を図る制度です。	助成金交付団体数 6 団体 助成金交付額 1,113 千円	「食育」をはじめ、さまざまな分野の市民公益活動団体が、助成金を活用し、段階的に自立発展しています。	○
		5	行	技術・家庭科副読本「くらしのノート」	消費生活課 （くらしかん）				●					消費者教育資料集（技術・家庭科副読本）「くらしのノート」を作成し、学校現場で活用を推進しています。豊中市食育推進計画に関する記述あり。	小学生版に食育推進計画に関する記述あり。 市内在学の小学 5 年生に配布 小学生版 4,100 部発行	食に関する情報を伝えることができました。	○
		6	行	生活関連物資課題調査	消費生活課 （くらしかん）		●	●	●	●	●	●	●	（とよなか消費者協会に委託）食料品、日用品等の生活関連物資について、年 3 回テーマを決め市場調査を行っています。	年 3 回実施 調査内容「みその品質表示などの調査」「量目調査」等	調査結果を情報配信し、食に関する情報を伝えることができました。	○
		7	行	くらしの情報	消費生活課 （くらしかん）		●	●	●	●	●	●	●	消費生活情報誌「くらしの情報」を発行し、くらしかん及び市内公共施設で配布しています。	A4 判 8 頁。3,000 部発行／回 点字版 B5 判両面 20 枚。11 部発行／回 各年 4 回	食に関する情報を伝えることができました。	○
		8	行	くらしかんのホームページ	消費生活課 （くらしかん）		●	●	●	●	●	●	●	平成 14 年度に生活情報関連システム（くらしネット）を大幅に見直し、くらしかんホームページ（くらしネット）により、消費生活情報を提供しています。	平成 20 年度より市ホームページの一部に入り形式がリニューアルしましたが、引き続き消費生活情報を提供しました。 総利用件数 47,344 件	食に関する情報を伝えることができました。	○

基本目標	基本方針	事業等			所管	新規*	妊 娠 期	幼 年 期	少 年 期	青 年 期	壮 年 期	中 年 期	高 年 期	内容	25 年度実施状況	評価・考察	今後の方向性
I 食育に関する情報を正しく理解して、実際に行動しよう	a 食に関する知識の普及・啓発や情報提供	9	行	くらしかん祭り	消費生活課 (くらしかん)		●	●	●	●	●	●	●	①消費者問題等を楽しく学んでもらうことを目的に毎年統一テーマを決め、様々な催しをくらしかん全体で行う消費者啓発イベントを開催しています。 ②平成10年度からくらしかん登録グループとともに実行委員会体制で企画運営をしています。	協力団体 22 団体（くらしかん登録グループを除く） 参加者数 973 人	食に関するブースを設けているので、食育を推進することができました。	○
		10	行	子どもの消費者教育講座	消費生活課 (くらしかん)				●					小学生対象の消費者問題啓発講座の中で食に関する講座を実施しています。	生活情報ひろば事業の中で子ども向け講座を実施。	調理実習等の講座で、食育に関する啓発ができました。	—
		11	行	くらしの教員セミナー	消費生活課 (くらしかん)					●	●	●		小中学校技術家庭科教員対象の消費者問題啓発講座（年2～3回）を実施しています。	4 回実施。（内食育関係 2 回）	小中学校の教員向けに、学校における消費者教育を推進することができました。	○
		12	行	消費者啓発講座	消費生活課 (くらしかん)		●	●	●	●	●	●	●	①消費生活セミナー：消費生活の基礎知識を学ぶ講座 ②消費者月間行事：消費者月間の5月に内閣府の統一テーマに沿って啓発事業を実施しています。 ③学校向けに啓発講座を開催しています。	①消費生活セミナー：2 回（内食育関係 0 回） ②消費者月間行事：1 回（内食育関係 0 回） ③学校における啓発事業 85 回（1 クラス 1 回でカウント）3,191 人（内食育関係 34 回 1,025 人）	食生活全般に関する講座を実施し、食育を推進することができました。	○
		13	行	くらしの研究発表会	消費生活課 (くらしかん)		●	●	●	●	●	●	●	くらしに関する問題について、調査・研究をしている消費者グループなどに発表の機会の提供を毎年行っています。	発表団体は 3 グループ、「くらしから提案！2013」を発行	今回は食に関する研究発表が 2 テーマあり、食に係る知識を深めることができました。	○
		14	行	生活情報ひろば事業 (市民啓発業務等)	消費生活課（くらしかん）		●	●	●	●	●	●	●	（とよなか消費者協会に委託）平成 18 年 8 月に制定した「豊中市の消費者のくらしを守る条例」に基づいて開設した「生活情報ひろば」において、くらしかん登録グループ主体による消費者啓発講座・展示等の中で、食に関する講座・展示を開催しています。	パネル展 4 回「食の安全・安心」 他地産地消イベント 12 回講座 2 6 回「お魚屋さんが教える魚の捌き方教室」「元気な食卓」等	くらしかん登録グループの特色を生かした食に関する講座やパネル展示を実施し、食育を推進することができました。	○

基本目標	基本方針	事業等			所管	新規*	妊娠 期	幼年 期	少年 期	青年 期	壮年 期	中年 期	高年 期	内容	25 年度実施状況	評価・考察	今後の 方向性
I 食育に関する情報を正しく理解して、実際に行動しよう	a 食に関する知識の普及・啓発や情報提供	15	行	消費者活動の支援	消費生活課 (くらしかん)					●	●	●	●	消費者団体について、登録制を実施し、定例会の運営や事業（リユースバザー・くらしかん祭り・講座等）を市と協働で行うことにより、活動の促進支援を図っています。また、使用申込を一般申込の3か月前から6か月前に優遇し、また「生活情報ひろば」を活動・交流の場として提供して活動の支援を行っています。	登録グループ 11 団体	くらしかん登録グループの特色を生かした食に関する講座やパネル展示を実施し、食育を推進することができました。	○
		16	行	ふくしねっと とよなか	地域福祉室、 社会福祉協議会		●	●	●	●	●	●	●	豊中市の福祉や健康に関する行政サービス情報をはじめ、ボランティアなどの地域福祉活動情報、介護保険や福祉関連の民間事業者情報などを市のホームページに掲載しています。	リクエスト総数 1,101,748 訪問数 341,101 訪問者数 136,423	アクセス数は増加傾向にあるが、昨年度はふくしねっととよなかが抱える課題を整理し、今後のあり方について実務担当者および所属長会議を開催しました。その結果、平成 26 年度末をもって市 HP への移行が決定しました。	◎
		17	行	市立障害者通所施設等での給食の献立表と給食だよりの配布	障害福祉課					●	●	●		栄養士による食育に関する情報を掲載しています。	毎月 1 回	利用者や家族から食育に関する情報や料理のレシピがわかりやすいとの意見をいただきました。	○
		18	行	ホームページ「栄養・食生活」	保健企画課		●	●	●	●	●	●	●	健康づくりを支援する環境づくりを目的に平成 18 年 6 月に立ち上げ、生活習慣病予防のためのメニューの提供、食育に関する情報の発信、「とよなかの自慢料理」の紹介等を行っています。	従来のページに加えて、25 年度からは「とよなかの自慢料理」ページを立ち上げ、市内にある特定給食施設やそれに準ずる施設で提供されている給食の中から、各施設のおすすめメニューをお知らせしています。また、給食を作っている人の思いや様子もお伝えしています。	「とよなかの自慢料理」は Facebook でも紹介されているなど、広く情報提供ができています。今後も積極的に活用していきます。	◎
		19	行	「食事バランスガイド」の啓発	保健予防課		●	●			●	●	●	食育講座などにより食事バランスガイドの啓発を行っています。	随時実施	「食事バランスガイド」を参考に食生活を行う人を引き続き増やしていきます。	○

基本目標	基本方針	事業等			所管	新規*	妊 娠 期	幼 年 期	少 年 期	青 年 期	壮 年 期	中 年 期	高 年 期	内容	25 年度実施状況	評価・考察	今後の 方向性
I 食育に関する情報を正しく理解して、実際に行動しよう	a 食に関する知識の普及・啓発や情報提供	20	行	情報誌等の発行	保育幼稚園室		●	●						妊娠がわかってから就学前までの子育て情報を掲載した「子育てサービスガイド」、公立保育所・民間保育園・私立幼稚園・子育て支援センターの情報を掲載した子育てマップ”てくてく”を発行し、離乳食講座・食の講座の情報を提供しています。	同左	各支援センターなどに設置。赤ちゃん訪問でも情報誌を配布し、市民に活用してもらっています。	○
		21	行	子育て支援ホームページの充実	保育幼稚園室			●						豊中市ホームページにおいて、子育てに関するさまざまな情報を公開するとともに、最新情報を定期的に更新しています。	同左	毎月更新を行うことで、全体の連携をとってきました。	◎
		22	行	子育て支援センターほっぺ事業	保育幼稚園室			●						①地域子育て支援センターを統括する中核施設として、子どもの視点に立った子ども施策の企画調整、子育て情報の受発信や相談、子育て講座(手づくりおやつ講座)、地域の子育て支援する人材の育成等を行い、さまざまな子育て・子育て支援活動をサポートしています。 ②地域福祉計画の保健・福祉・医療の関係機関と連携して全市的な子育て支援のネットワークづくりを進めています。	育ちの講座(1・2・3 歳) 年 各 2～4 回	離乳食の悩みから始まって、食に関する悩み(好き嫌いや食事の量など)の相談が多いので、丁寧に対応するとともに保護者同士での意見交換を行う場を作って保護者の不安を解消してきました。	○
		23	行	地域子育て支援センター事業	保育幼稚園室			●						①16ヶ所の地域の子育て拠点施設として、子育て相談、情報提供、子育てサークルの育成、遊びや交流の場の提供等を行っています。 ②地域支援保育士とともに、「地域福祉ネットワーク会議子ども部会」を運営、住民や関係機関・団体との連携のもと地域の子育てネットワークづくりに取り組んでいます。	地域子育て支援センター食育講座開催 各 1～2 回	保育所内の支援センターなので、調理の方の協力のもと実践に対応した食の提供を行うので、参考になったという声が多く聞かれた。	○

基本目標	基本方針	事業等			所管	新規*	妊娠 期	幼年 期	少年 期	青年 期	壮年 期	中年 期	高年 期	内容	25 年度実施状況	評価・考察	今後の 方向性
I 食育に関する情報を正しく理解して、実際に行動しよう	a 食に関する知識の普及・啓発や情報提供	24	行	関連資料提供、読書振興	読書振興課・図書館		●	●	●	●	●	●	●	①食育に関する図書や資料・情報の収集と提供・相談を行っています。 ②食育への関心を深めていくため関連資料の展示などを行っています。	岡町・千里・野畑・高川・蛭池図書館で食に関するテーマ本の展示を行いました。また、豊中市立図書館パスファインダー（テーマ別に資料や情報を検索するための手順をまとめたパンフレット）「検索ナビ 食育・食の安全」を改定し、新しい情報に差し替えました。保育所・幼稚園・小学校・中学校などに「平和」「いのち」のテーマ本の貸出を行い、食の大切さについて理解する機会を提供しました。	他部局の「こんなテーマの本を集めて貸出してほしい」「こんなデータがほしい」というご要望に、できる限り応えていきます。	○
		25	教	食に関する情報発信 「簡単おいしいクッキング」「びよびよ（離乳食の進め方）」「食育だより」等	各保育所・園、幼稚園、保育幼稚園室・あゆみ学園・しいの実学園、豊中市私立幼稚園連合会加盟幼稚園			●						レシピや食べ物に関する情報などを通じて、保護者に食育の重要性を伝えていきます。	随時配布 献立表の中に記載食材紹介や季節の行事などを知らせています。 毎月の給食予定献立表の余白に食に関する情報（食材紹介や季節の行事など）を記載	保育所・園で実施しているメニューは親しみやすく簡単に作れるレシピ等は好評です。 献立表の一部として保護者に関心をもっていただいている。	○
		26	教	保護者向けに発行する通信	豊中市私立幼稚園連合会加盟幼稚園			●						栄養士等による食育に関する記事を掲載しています。	給食だより、園だよりに掲載。	保護者に関心をもって見られている。	○
		27	教	給食の献立表等の保護者への配布	各保育所・園 あゆみ学園・しいの実学園 豊中市私立幼稚園連合会加盟幼稚園			●	●					毎月給食予定献立表を配布。	月 1 回配布（アレルギーの園児に別メニュー配布）	献立を伝えることで家庭での食事にも役立つ。児童及び保護者の食物アレルギーの対応にも活用しています。 管理栄養士作成の成分付献立表は特に評価されました。 バランスのよいメニューの提案にもなり、アレルギー対応にも有効。	○
					学校給食室				●					毎月給食予定献立表を配布。	月 1 回約 20,000 枚×11 ヶ月分配布	献立を伝えることで家庭での食事にも役立つ。児童及び保護者の食物アレルギーの対応にも活用しています。	○

基本目標	基本方針	事業等			所管	新規*	妊 娠 期	幼 年 期	少 年 期	青 年 期	壮 年 期	中 年 期	高 年 期	内容	25 年度実施状況	評価・考察	今後の 方向性
I 食育に関する情報を正しく理解して、実際に行動しよう	a 食に関する知識の普及・啓発や情報提供	28	教	保育所地域活動事業	各保育所 豊中市私立幼稚園連 合会加盟幼稚園		●	●	●	●	●	●	●	所庭開放、誕生会、発育測定、年間行事、 高齢者との世代間交流、育児講座、赤 ちゃんサークル等を行っています。	地域の子育て家庭対象に所庭開放 (毎日)。 誕生会・発育測定(月1回)。 保育所行事に参加案内、世代交流 随時、講座、サークル活動の定期的 実施(毎月) 親子体操(概ね毎月1回実施)な ど。	安心して遊べる場所であり、情 報交換や相談等で継続して来 られる方が多く地域に果たす 役割は大きいです。 園庭開放は園を知っていただ くよい機会、子育て相談を受 けたり、同年代の子どもをもつ 保護者の交流の場になってい る。誕生会での親の給食試食会 は好評。	○
		29	教	教室向け給食だより「も ぐもぐ」、栄養メモ	学校給食室				●					毎月、教室掲示用に低学年、高学年別に 給食だより「もぐもぐ」、献立カレンダ ー、栄養・食品に関する一口メモを発行 しています。	月1回各クラス1枚ずつ配布、1 口メモは4～5種類配布	献立を通して、栄養に関する知 識や食育情報の提供の場とし て実施しています。	○
		30	教	お弁当づくりの冊子	学校給食室				●					お弁当づくりの冊子を6年生児童に配布 しています。	6年生児童数約4,000部配布	児童が中学入学後、自分でお弁 当を作ることができるように、 食育推進計画を反映した内容 で実施しています。	○
		31	地	子育てサロン	社会福祉協議会			●	●					親の出会いの場・学習・交流の場づくり として、校区福祉委員会と民生・児童委 員が連携して実施。食育に関する相談も 行っています。	527回/16884人	継続実施	○
		32	地	ふれあいサロン	社会福祉協議会		●	●	●	●	●	●	●	なかまづくり・健康増進、いきがいく りの場として開催校区福祉委員会民生・ 児童委員が連携して実施。食育に関する 相談も行っています。	1329回/19856人	継続実施	○
		33	地	地域子育て支援事業	社会福祉協議会			●						①わいわい子育てミーティングを開催し ています。 ②子育てサークルマップを作成していま す。 ③校区福祉委員会での子育て支援活動 (小地域福祉ネットワーク活動) を進めています。	①1回25人 ②6000部発行 ③38校区で開催527回 のべ参加者数16884人	継続実施	○

基本目標	基本方針	事業等			所管	新規*	妊 娠 期	幼 年 期	少 年 期	青 年 期	壮 年 期	中 年 期	高 年 期	内容	25 年度実施状況	評価・考察	今後の 方向性
I 食育に関する情報を正しく理解して、実際に行動しよう	b 食に関する知識の普及・啓発や情報提供	34	地	健康教室	健康づくり推進員会 地域保健課		●	●	●	●	●	●	●	健康づくり推進員がその居住する小学校区において、豊中市（地域保健課）と協力して実施する健康教室で、食育や口の健康に関するテーマも取り上げています。校区福祉委員会・公民館・老人会等と共催したり、講師を市や保健所の専門職員以外に地域住民にお願いしたり、小学校や地区会館で行ったりと、地域に密着して行っています。	校区健康教室 56 回開催 参加数 1,469 名 うち、食育に関するテーマ 10 回開催 参加数 310 人	健康に関する情報を地域で展開する役割を担う団体として、各校区での健康教室の企画・開催は役割を果たしていると考ええる。	○
		1	行	子育て・教育相談	豊中人権まちづくりセンター			●	●					①子どもに関する相談全般を行っています。 ②学校、家庭、地域における生活の相談事の解決を支援しています。	生活習慣（特に食事）の大切な部分も伝えながら、相談支援を行いました。 相談回数 159 回 相談者数 159 人	深刻なケースほど、生活習慣面、食生活が乱れてくるため、見直せるような助言等が行える機会は貴重と考えています。	○
		2	行	福祉なんでも相談窓口	地域福祉室		●	●	●	●	●	●	●	（社会福祉協議会に委託） 校区の福祉委員会と民生・児童委員が連携して「福祉なんでも相談」を実施しています。	相談件数 403 件	36 か所 週 1 回程度開催	○
		3	行	食生活自己点検票の作成	保健予防課	*	●	●	●	●	●	●	●	食育に関するイベントや取り組みに、地域の団体でも誰でもが使えるようにとのご意見をいただき作成。問いを読んで○を付けることで簡単に食生活の点検ができます。	24 年度で完了		完
		4	行	母子健康手帳交付時の指導	保健予防課		●							母子健康手帳交付時において、食に関する知識の普及や相談に応じています。平成 22 年度からは 3 拠点の保健センターでの発行になり、全ての妊婦に専門職で発行しています。	母子健康手帳交付数 3209 件	全ての妊婦に専門職で発行し、妊娠中の食事やお口の中のことなどについて伝えています。支援の必要な人を早期に発見し支援開始の機会となっています。	○
		5	行	妊産婦・乳幼児等電話面接相談	保健予防課		●	●						①妊産婦・乳幼児の保護者等の電話等による相談に対して、保健師、栄養士、歯科衛生士、助産師等が相談に応じています。（平成 22 年 6 月から「妊娠出産子育て総合相談窓口」を開設し、関係機関との連携もはかります） ②健診後に育児状況など確認が必要と思われる対象者に対し保健師等から電話による保健指導を行っています。	随時実施 延べ 8937 件	社会問題化している育児不安や虐待予防の取り組みのひとつとして必要性が高いと評価しています。	○

基本目標	基本方針	事業等			所管	新規*	妊 娠 期	幼 年 期	少 年 期	青 年 期	壮 年 期	中 年 期	高 年 期	内容	25 年度実施状況	評価・考察	今後の方向性
I 食育に関する情報を正しく理解して、実際に行動しよう	b 食に関する知識の普及・啓発や情報提供	6	行	育児相談	保健予防課			●						①各健診や電話相談などで相談を希望したり、必要と思われる対象者に案内し、3会場で1～2回／月ずつ実施。保健師・栄養士・保育士が相談に応じます。 ②地域の校区福祉委員会や保育所などと連携した地区育児相談を実施しています。	①育児相談 開催回数 47 回 参加者数延べ 331 人 ②地区育児相談 開催回数 130 回 参加者数 延べ 720 人	子育て環境の変化に伴う育児不安や孤立化する親子の増加が考えられる中で、育児に関係する相談の場が必要とされています。	○
		7	行	妊産婦・乳幼児等訪問指導	保健予防課		●	●						必要と認められた人に対し保健師または助産師・栄養士等が家庭訪問を行い、個々の状態に応じた保健指導や必要な援助を行っています。	訪問件数 延べ 4912 人	訪問指導は、乳幼児及びその保護者のみならず家族全体の援助も可能となり、家庭の状況にあわせた家族全体の健康に寄与することができます。	○
		8	行	4 か月児・1 歳 6 か月児・3 歳 6 か月児健診時の保健指導	保健予防課			●						①4 か月児健診では、第 1 子に対して離乳食などについて集団指導を実施しています。また、栄養士や保健師などによる個別の相談や保健指導も行なっています。 ②1 歳 6 か月児健診及び 3 歳 6 か月児健診では、栄養士や保健師などが相談や保健指導を行っています。	①4 か月児健康診査 開催回数 48 回 受診者数 3612 人 ②1 歳 6 か月健康診査 開催回数 48 回 受診者数 3550 人 3 歳 6 か月健康診査 開催回数 30 回 受診者数 3276 人	健診では疾患や障害の早期発見、育児支援の必要な人を支援につないでいます。また情報提供を行なう場であり、食育推進のために活用できる場と考えます。	○
		9	行	健康相談	地域保健課						●	●	●	生活習慣病予防・介護予防・歯・栄養・心など健康に関する相談に電話や面接で応じています。 ①面接相談（糖尿病、病態別食生活、歯科、リハビリ相談など） ②電話相談	1037 回 2361 人	食に対する相談に対しては、各専門職で対応している。	○
		10	行	骨粗しょう症検査時の保健指導	地域保健課					●	●	●	●	18 歳以上の女性を対象に、骨密度測定（集団検診）を行っています。 ○超音波によるかかとの測定	骨密度測定 1015 人	受診率に大きな変化はありませんでした。	○
		11	行	訪問指導	地域保健課						●	●	●	保健師・理学療法士・作業療法士・歯科衛生士・栄養士が家庭を訪問し、介護や療養方法、健康管理に必要な事項を指導しています。	訪問 実 59 人 延 250 人	専門職による訪問指導で対象に合った指導ができました。食に関する問題は常に付随しています。	○

基本目標	基本方針	事業等			所管	新規*	妊 娠 期	幼 年 期	少 年 期	青 年 期	壮 年 期	中 年 期	高 年 期	内容	25 年度実施状況	評価・考察	今後の 方向性
I 食育に関する情報を正しく理解して、実際に行動しよう	b 食に関する知識の普及・啓発や情報提供	12	行	特定健診	地域保健課						●	●	●	平成 20 年度より医療保険者に、被保険者及び被扶養者（いずれも 40 歳～74 歳）を対象とする健診・保健指導の実施が義務付けされました。豊中市国民健康保険加入者を対象に実施しています。	特定健診 20482 人 （受診率 27.4%）	健診の受診によりメタボリックシンドロームの発見などを図ってきました。未受診者への再勧奨に努めていますが、受診率は低迷しています。	◎
		13	行	特定保健指導	地域保健課						●	●	●	特定健診を受診した結果、メタボリックシンドロームやその予備群と判定した人に対して、生活習慣を振り返り、その改善につなげるための特定保健指導を実施しています。	動機づけ支援 350 人、積極的支援 46 人、計 396 人（受診率 18.6%）	メタボリックシンドロームの解消や予防のための指導を行いました。より多くの対象者に参加してもらえるように、H25 年度から内臓脂肪測定会を開催しています。	◎
		14	行	骨密度測定時の保健指導	保険給付課					●	●	●	●	健康展参加市民を対象に、市民が自己の健康管理をするための支援として骨密度測定及び保健師による指導を実施しています。	開催回数 1 回 参加者数 22 人	市民が自己の健康管理をする為の支援が来ています。	○
		15	行	人間ドック受診時の保健指導	保険給付課						●	●	●	人間ドック受診対象者（20 年度より 30 歳以上 74 歳以下）に対し、医療機関が個別指導を実施しています。	人間ドック1,348 人 脳ドック112 人 セット（人間ドック+脳ドック）1,100 人	医療機関が個別指導をすることによって疾病の予防、健康管理をするための支援ができています	○
		16	行	放課後こどもクラブでの指導	保育幼稚園室				●					放課後、帰宅しても保護者が仕事などで家庭に不在の市立小学校の 1 年生から 4 年生（支援学級在籍の児童及び本市に居住する支援学校在籍の児童は 6 年生）までの児童の健全育成をはかっています。	放課後こどもクラブの全日開設日の弁当時に、食事マナーや食べ物を大切に残さず食べるなどの偏食改善等の指導をおこないました。また、友達と楽しく食べる中、食べ物と身体づくりが繋がっていることに気づくよう指導しました。	友達と楽しく食べる中、残さず食べることの心地よさを感じ、食べ物と身体づくりが繋がっていることがわかり、食を話題にする姿も見られました。	○
		17	行	育児支援家庭訪問事業	保育幼稚園室			●						児童の養育支援が必要でありながら、自ら支援を求めて行くことが困難な状況にある家庭に対して、家庭に訪問し育児に関する相談や助言等の支援を行っています。	育児支援家庭訪問回数 85 回	個々への相談・助言を行い、必要な家庭への支援のきっかけ作りを行い、関係機関との連携に結び付けました。	○
18	行	子育て支援センターの相談事業	保育幼稚園室			●							育児、食育、健康などについての相談指導（電話、面接、訪問、出前相談）を子育て支援センター・地域支援保育士が行っています。	ほっぺ相談件数 2,023 件 地域子育て支援センター相談件数 18,791 件	こんにちは赤ちゃん訪問で相談窓口等の子育て情報を伝え、子育ての悩みに助言を行い、不安の軽減につなげました。	○	

基本目標	基本方針	事業等			所管	新規*	妊 娠 期	幼 年 期	少 年 期	青 年 期	壮 年 期	中 年 期	高 年 期	内容	25 年度実施状況	評価・考察	今後の方向性
I 食育に関する情報を正しく理解して、実際に行動しよう	b 食に関する知識の普及・啓発や情報提供	19	行	こんにちは赤ちゃん事業	保育幼稚園室			●						生後 4 ヶ月までの乳児のいる全ての家庭を訪問し、授乳状況など親子の心身の状況の把握、および助言を行う。また、子育てに関する情報提供を行う。	訪問対象者数 3,775 人	対象者へ情報提供を行った後に、近くの支援センターやサロンに出向く、低年齢の親子(0 歳児)の利用が増えてきている傾向が見られます。	○
		20	行	個人栄養食事指導事業	市立豊中病院栄養管理部		●	●	●	●	●	●	●	医師の指示による、疾病別の個人栄養食事指導を行っています。	指導人数 1283 名	医師の指示のもと、個人に即した栄養相談を継続している。	○
		21	行	ふれあい看護での相談事業等	市立豊中病院看護部		●	●	●	●	●	●	●	①看護の日イベントを行っています。 ②栄養管理部では各種生活習慣病の食事による予防及び治療についてのパネル展示、骨密度測定・血糖測定・体脂肪測定後の異常値が出た方への無料栄養相談などを行っています。	開催回数 1 回。相談人数 24 人	今年度のテーマは「認知症」。嚥下障害の食事を体感していただくため、トロミ水を展示した。また希望者へ栄養相談を行った。一般の市民さんへ年度ごとのテーマにあわせた食事の啓発活動ができた。	○
		22	教	地域に開かれた幼稚園づくり事業での相談等	豊中市私立幼稚園連合会加盟幼稚園			●						私立幼稚園における「子育て支援事業」(育児・教育相談など)を実施しています。	キンダーカウンセリングの実施。園庭開放時の相談等。	好評。	○
		23	教	育児相談・就学前相談	保育幼稚園室 豊中市私立幼稚園連合会加盟幼稚園			●						公立幼稚園を会場に、地域の子育て中の保護者を対象にした専門家による相談事業を実施しています。	随時実施 専門家による相談を実施	幼稚園においては、食育についての相談よりも心身の発達やしつけ・進学に向けての相談が多くなってきています。地域の子ども達にも伝えていきます。	○
		24	教	ふれあい子育て相談	各保育所・あゆみ学園・豊中市私立幼稚園連合会加盟園			●						子育てに関する電話相談と来所(園)による相談を行っています。	随時対応 キンダーカウンセリング巡回指導員による育児相談や未就園児来園日に電話による相談実施 発達・育児相談を園内のみならず地域にも広報し受付けた。	各々の状況に合わせたアドバイスにより育児不安が軽減されている。 あまり多くの利用者はなかったが充実はしていた。	◎
		25	地	電話・面接健康相談	一般財団法人豊中市医療保健センター		●	●	●	●	●	●	●	電話もしくは面接で、健康に関する相談に対応しています。相談の対応は、医師会・歯科医師会及び薬剤師会の会員が行い、食育や口の健康に関する内容も相談できます。 市民健康展会場での相談では、栄養相談の窓口も設けています。	8 科目健康相談 実施回数 5 回 相談件数 70 件 14 科目健康相談(市民健康展で実施) 相談件数 153 件	幅広い年齢層、相談内容に対応し、利用者からも概ね良い評価を得ている。	◎

基本目標	基本方針	事業等			所管	新規*	妊 娠 期	幼 年 期	少 年 期	青 年 期	壮 年 期	中 年 期	高 年 期	内容	25 年度実施状況	評価・考察	今後の 方向性
I 食育に関する情報を正しく理解して、実際に行動しよう	c 危機管理に対する情報提供と啓発	1	行	食中毒予防街頭キャンペーン	衛生管理課					●	●	●	●	食品等事業者や消費者団体と協力し、食中毒多発シーズンを前に街頭キャンペーンを実施し、広く市民に食中毒への注意喚起を行っています。	H25.7.2 豊中市役所前から阪急岡町駅周辺にて実施しました。 参加者 800 名	街頭キャンペーンは、食に興味のない方にも情報提供できる機会となっています。	○
		2	行	小学 1 年生向けリーフレットの配付	衛生管理課				●					食中毒予防の 3 原則の周知と、食肉の生食を避け、十分加熱して食べるよう啓発を行っています。	H25.6.19 市内公立、私立小学校の 1 年生へ配布し、食中毒予防の啓発を実施しました。 作成数 4,200 枚	毎年度、大阪府の豊能、北摂地域の 1 年生を対象に、共通のリーフレットを用いて食中毒予防の知識普及に努めています。	○
		3	行	第 3 回女性防火クラブ研修 学ぶ・作る・非常食	北消防署予防広報課	*					●	●	●	管理栄養士さんを講師に迎え、家庭における食に関する正しい知識、食の選択及び食生活を送るための食育と、災害時における身近な非常食の作り方を 45 名のクラブ員が学んだ。	24 年度で完了		完
		4	行	食育推進のための安全安心ハンドブックⅡの発行	保健企画課 衛生管理課	*	●	●	●	●	●	●	●	食中毒を予防し、安全で安心な食育活動を継続的に行っていただくために作成しました。地域のお祭りや、イベントなどで模擬店を出店するとき、調理実習をする時などに活用できます。	庁内関係各課を中心に、市民の方にも配布しました。	食中毒予防及び継続的な食育活動に向けて、今後も必要に応じて配布します。	○
	d 食育推進運動の周知啓発	1	行	食の育みフォーラム	保健企画課					●			●	食育推進計画の周知のため、市民に身近なテーマでフォーラムを開催しています。	健康づくり推進委員会と共催し、「まさかの時の食育を考える」と題して、食育から防災を考えることで、減災につなげていくことをめざしたフォーラムを開催しました。 参加者 134 人	食育の目標からテーマを選び、年ごとにライフステージに応じた内容でフォーラムを開催、食育に関係する部署、団体、機関とも共催し連携して行ったことは評価に値すると考えています。	◎
		2	行	「食育月間」「食育の日」の啓発	保健企画課 保健予防課		●	●	●	●	●	●	●	毎年 6 月を食育月間、毎月 19 日を食育の日として啓発を行っています。	食育に関する講座の中で食育月間・食育の日の周知を行いました。	引き続き、市民が食育に関心を持ち取り組みやすくするための取り組みをすすめます。	○

基本目標	基本方針	事業等		所管	新規*	妊娠期	幼年期	少年期	青年期	壮年期	中年期	高齢期	内容	25 年度実施状況	評価・考察	今後の方向性
I 食育に関する情報を正しく理解して、実際に行動しよう	d 食育推進運動の周知啓発	3	行	食育プラスワンシートの作成・配布	保健企画課	*	●	●	●	●	●	●	第 2 期食育推進計画を市民の方に実践していただけるよう、「ほんの少しの取り組みから始めましょう」という思いを込めてプラスワンシートを作成・配布しています。	【プラスワンシートの作成】 ○食育プラスワンシート…大本になるシート。「基礎編」と呼んでいます。 ○防災用シート…備蓄品一覧などを掲載。調査粗品（防災グッズ）に同封して配布したほか、感染症の流行時にも使用できるように内容を工夫しました。 ○3～5 歳の子どもの歯の健康に関するシート…保育施設を通じて各家庭に配布。また保育施設職員向けの研修等でも配布しました。（協力：保健予防課、私幼連、民保連、市歯科医師会） 【他部局・団体等のチラシの裏に印刷】 ○サプリメントについての Q&A ちらしの裏（協力：市薬剤師会） ○幼児のための手洗いリーフレットの裏（協力：市薬剤師会） ○農業祭のチラシの裏（協力：農業委員会事務局）※プラスワンシートには大根のレシピも掲載	シートの内容について他の部局と検討したり、食育や健康づくりに関するシートをチラシの裏に印刷させていただくことで、複数の部署や関連団体と協働して食育事業を実施する環境の整備につながっているほか、関心の薄かった層にも食育という単語を知っていただく機会になっていると感じています。 食育を実践していただくためのツールとして、今後も広く活用していきます。	◎
		4	行	食育コラボ～みんなでは・は・は	読書振興課・図書館			●		●	●	●	乳幼児向けに歯科衛生士によるお話と図書館職員によるおはなし会を行います。成人向けには口腔機能の講座と関連本の紹介を行います。関連本や絵本の貸出も行い、お口の健康に関する個別相談の時間も設けます。	岡町・千里・野畑・東豊中・高川・蛸池図書館で、乳幼児対象「食育コラボ～みんなでは・は・は」として、保健予防課の歯科衛生士のお話と図書館職員によるおはなし会・関連本の展示・貸出を行いました。服部図書館では成人対象に口腔機能の講座と関連本の紹介・展示・貸出を行いました。	昨年度に引き続き、乳幼児対象の歯のお話・個別相談は参加者も多く、好評でした。成人対象の講座は、PR 不足かまだ認知度が低かったようで、参加者は少なかったものの、参加された方のアンケートの満足度は高く、今年度も実施予定です。PR も今後の課題として改善を図っていきます。	○
		5	行	体育の日の事業	スポーツ振興課			●	●	●	●	●	体育の日の事業による健康啓発等の実施をしています。	新体力測定、健康測定（骨密度測定等）の実施 参加人数 693 人	子どもから高齢者までが参加でき、スポーツを通じて食育を考える機会となっている。	◎

基本目標	基本方針	事業等			所管	新規*	妊娠期	幼年期	少年期	青年期	壮年期	中年期	高年期	内容	25 年度実施状況	評価・考察	今後の方向性
I 食育に関する情報を正しく理解して、実際に行動しよう	d 食育推進運動の周知啓発	6	教	小学生メニューコンテスト	教育推進室 保健企画課				●					保健所と教育推進室の共催で、小学 5・6 年生からメニューを募集してコンテストを行い、入賞・入選作品メニューを市の小学校給食献立や食育推進事業に活用しています。	夏休みに実施。3087 人から「栄養バランスがよい」「おいしい」「作りやすい」などの工夫がされたメニューの応募がありました。(入賞 6 人、入選 6 人)	夏休みに実施するため、多くの応募があります。 また、入賞作品の学校給食採用、給食だより等での紹介により、学校関係者・保護者に認知されるようになってきており、学校、家庭における食育の推進が可能と考えています。	◎
		7	教	学校における「食に関する指導の全体計画」の策定	教育推進室				●					①各校の定める「食に関する指導の全体計画」に基づき指導します。 ②「食に関する指導の手引き」を活用した指導、教科・領域などにおける食に関する指導、給食時間における食に関する指導などを進めています。	①各校の定める食に関する指導の全体計画に基づき指導しました。 ②「食に関する指導の手引き」を活用した指導、教科・領域などにおける食に関する指導、給食時間における食に関する指導などを進めてきました。	各校において、食に関する指導の全体計画を中核とした食育の推進は重要であると考え、全体計画の見直し・改善にむけた指導を今後も進めていきます。	○
		8	教	食育目標の作成	保育幼稚園室			●						「豊中市食育推進計画」「改定保育所保育指針」を踏まえた豊中市立保育所の食育目標を作成。	豊中市保育所の食育目標を基に、各保育所・園の実際に即した目標を作成。	食育目標を作成することで見通しをもって活動することができます。	◎
		9	教	キッズフェスタ	保育幼稚園室			●						親子の触れ合いや遊びの場の提供、幼児教育情報の発信の中で「食」に関する情報の提供をします。	参加者数 1601 人	事業は市民に定着してきておりますが食育ということでの発信については、取り組めていない現状があります。	△
					豊中市私立幼稚園連合会加盟幼稚園			●						親子の触れ合いや遊びの場の提供、幼児教育情報の発信の中で「食」に関する情報の提供をします。	子どもたちが楽しんでごっこ遊びも行える場を提供した。	多くの親子に参加してもらえた。	◎
		10	教	子育て総合支援事業「子育て・子育て支援講座」	保育幼稚園室 市立幼稚園			●						食育についての講習会や専門講師による講演や親子ふれあい遊びなどを実施しています。	食育についての講座を保護者対象に年間 5 回実施。	各園、食育をテーマにした講座を取り入れ実施し、保護者と共に子どもの健康について考える機会をもっている。	○

基本目標	基本方針	事業等			所管	新規*	妊娠 期	幼 年 期	少 年 期	青 年 期	壮 年 期	中 年 期	高 年 期	内容	25 年度実施状況	評価・考察	今後の 方向性
I 食育に関する情報を正しく理解して、実際に行動しよう	d 食育推進運動の周知啓発	11	教	在園児及び未就園児の保護者向け講演会	豊中市私立幼稚園連 合会加盟幼稚園 豊中市民間保育園連 合会加盟保育園			●						○幼児期の食についての講座を開催しています。 ○給食の試食を行い、その中で、栄養士・教諭が給食の意義・給食で行う指導について説明しています。	食に関する講演会、給食試食会を実施。	試食会での意見交換は有効。	◎
		12	教	バザー	豊中市私立幼稚園連 合会加盟幼稚園			●						産地直送の野菜コーナーを設けています。	実施せず。		○
		13	教	「食育年間計画」の策定中	市立幼稚園 豊中市私立幼稚園連 合会加盟幼稚園			●						幼稚園教育で「食育の年間指導計画」に基づき指導します。	同左	園の実態に即して計画を策定。	○
		14	地	市民健康づくりフォーラム	健康づくり推進員会 地域保健課		●	●	●	●	●	●	●	健康づくり推進員及び一般市民を対象に健康に関する情報を伝える講演会を開催しています。	フォーラム会場に、豊中市立新田小学校 6 年生の絵俳句作品 87 点『歯育・俳句・はいく』を展示。 フォーラム参加者 104 人	フォーラム参加者が成人や高齢者である状況で、児童たちの斬新な感性の楽しい作品は効果的であった。	○

基本目標	基本方針	事業等			所管	新規*	妊娠 期	幼年 期	少年 期	青年 期	壮年 期	中年 期	高年 期	内容	25 年度実施状況	評価・考察	今後の 方向性
Ⅱ 生活リズムを整え、バランスのとれた食生活	a 幼少期における望ましい食習慣の形成	1	行	離乳食講習会	保健予防課			●						離乳食に関する知識・情報の提供 ○会場 千里保健センター、中部保健センター、庄内保健センター ○回数 前期（ごっくんクラス）・後期（かみかみクラス） 年 24 回ずつ実施。	ごっくんクラス 実施回数 24 回 参加者数 807 人 かみかみクラス 実施回数 24 回 参加者数 635 人	離乳食に関する知識や情報を提供するとともに、保健センターが食に関する相談窓口であることを PR することができました。	○
		2	行	幼児食講座	保健予防課			●						幼児食に関する知識・情報の提供 ○会場 千里保健センター、中部保健センター、庄内保健センター	実施回数 22 回 参加者数 132 人	幼年期だけでなく生涯を通じた食生活について啓発する場として、実施することができました。	○
		3	行	「親と子の遊びのひろば」パンダグループ	保育幼稚園室			●						①2,3 歳の子どもとその保護者を対象に、人権を尊重した保育を基本に遊び提供・情報提供を行っています。その中で、保護者同士が子育ての楽しさを実感し、悩みを出し合う場をもち、保育所とともに地域の中でつながっていける子育て支援をしています。 ②パンダグループの中で、大勢の子どもとともに保育所の給食経験を行うことで食事の楽しさを味わっています。	各地域子育て支援センターで年 3 回 クール程度実施	家で食べていないメニューや、友だちと一緒に食べることで、少しずつ子どもの意欲が見られ、参加している保護者同士も意見交換を行い、お互いに食に関しての不安解消や関心を高めていました。	○
		4	行	子育てに関する講座等の開催	保育幼稚園室			●						子育て支援センターでは親子・同年齢の子どもと一緒におやつを作り、作る楽しさを実感し、家庭でも親子のふれあう機会として知らせる「おやつ講座」を行っています。また、「センター講座」では子どもの育ちや健康・食育・かわり方について等の話を提供することで、保護者にとっての育児不安の軽減や子育てに関する情報を得る機会としています。	ほっぺのおやつ講座 年 2 回	日頃食べないメニューなどを手作りで親子でふれ合いながら作ることが、食への関心を広げ実際に食べておいしかった経験をもとに家庭で再度作ったとの報告もいただいた。	○
		5	行	ほのぼのママ教室	市立豊中病院栄養管理部		●							ほのぼのママ教室の 3 回シリーズの内 1 回で「食事バランスガイド」による妊娠中の食品摂取の目安及び、鉄分・カルシウムの不足予防などの理解を深めています。	開催回数 11 回。参加人数 74 名	今後も講義で、随時最新情報の提供を行っていく。	○

基本目標	基本方針	事業等			所管	新規*	妊娠期	幼年期	少年期	青年期	壮年期	中年期	高年期	内容	25年度実施状況	評価・考察	今後の方向性
Ⅱ	生活リズムを整え、バランスのとれた食生活	a	6	教	給食・弁当時の指導			●						①食前食後の食事への感謝を指導しています。 ②食べ物を大事にし、残さず食べることを指導しています。 ③食事マナーを指導しています。 ④嫌いなものでも一口食べるなど、偏食改善を指導しています。 ⑤献立に使われた食材について話題にしています。	毎日実施 バランスのとれた食生活やたのしく食事ができるように工夫しています。 食事前の手洗い、うがい実施・歯磨きなどの衛生指導をしています。 配膳の準備等の手伝いを実施 左記に加え、おはしの使い方についても指導している。	食べ物と身体づくりがつながっていることや自分の食べる量もわかっている。 仲間と共に楽しく食べ、残さずきれいに食べた時の心地よさを感じることができ、食べ物に興味を持ち、折にふれ季節の食べ物について話をするなど食を話題にする姿がみられました。 偏食が減り食事のマナーが身についています。 管理栄養士と相談しながらアレルギー対応を含め地道に行っています。 仲間と一緒に食する環境は子どもの食への興味を増し、又意欲的に食べるようになった。 給食とお弁当の併用により、親子のコミュニケーションがとれ、食育の柱となっている。	◎
			7	教	給食			●	●					①子どもが、おいしく、安全に、楽しく食事することで、心身両面の発育を促して（保障して）います。 ②季節の行事食を提供しています。 ③給食の配膳を児童・生徒が自ら行うようにしています。	●お味見当番●自分でおにぎり●調理に関わる（野菜の皮むき・すじ取り・ごますり・和え物を仕上げる・おやつ作り etc）●食材を見る・触る●厨房の見学等	食材に触れたり、給食作りに関わり調理の過程を知ることによって食材や調理をしてくれた人に親しみが深まり給食に期待感をもってより積極的に食べるようになりました。食べ物に興味をもち「食」を話題にする姿がみられました。	◎
					給食			●						①和食中心のメニューを多くしています。 ②食材そのものの美味しさを知るようシンプルな調理も取り入れています。 ③希望する園児が、16時のおやつづくりに参加しています。 ④日常の給食に保護者が参加できる機会を設けています。 ⑤給食を委託する業者を検討するための試食会に保護者も参加できるようにしています。	左記とともに旬の食材や有機野菜の使用に努めている。 また、給食の配膳を当番で行っている。	季節の行事会は園児に好評。食べ物扱う慎重な態度が育つ。	◎

基本目標	基本方針	事業等			所管	新規*	妊娠 期	幼年 期	少年 期	青年 期	壮年 期	中年 期	高年 期	内容	25 年度実施状況	評価・考察	今後の 方向性
Ⅱ 生活リズムを整え、 バランスのとれた食生活	a 幼少期における望ましい食習慣の形成	8	教	集会時の指導	豊中市私立幼稚園連 合会加盟幼稚園			●						①朝食をゆっくり食べてから登園するよう指導しています。 ②嫌いなものでも一口食べるよう指導しています。	左記に加え、朝食の大切さについて指導している。	嫌いなものでも一口でも食べるようにしていくと食べられるものが増えた。	◎
		9	教	給食の試食と、給食に関する講演会	豊中市私立幼稚園連 合会加盟幼稚園			●	●		●			保護者による給食の試食と、栄養士などによる講演会を開催しています。	同左	給食の量や味などの評価も参考になっている。	○
		10	教	保育、教育の中で、調理体験、イベントなどの取り組み	各保育所・園 幼稚園 小学校 あゆみ学園・しいの実学園			●	●					①栄養素について学んでいます。 ②調理実習を体験しています。	給食づくりに関わったり菜園活動の収穫物によるクッキングなど年間を通じて随時実施。魚の解体見学後に給食で食べる等。	偏食の改善。食べ物の命を感じて大切にいただく気持ちが育まれました。共に経験・共感し仲間関係が深まり自信につながりました。	○
					豊中市私立幼稚園連 合会加盟幼稚園			●						季節の果物や野菜について学んでいます（講師：生産地の農協関係者）。	栽培活動とともに、農業体験や食材の下処理なども行い、クッキングを楽しむ。	材料が料理になるための工夫と手間を体験。	○
		11	教	「食」に関する子育て講座	保育所 豊中市私立幼稚園連 合会加盟幼稚園			●						保育所給食をもとに、幼児食や手作りおやつ、食事の話などの講習を行なっています。	地域の子育て家庭対象各所 1～2 回開催。1 回 20～30 組 未就園児の子どもとクッキングしている。野菜を使ったおやつや昼食づくりを実施。 キッズの子どもたちのクッキング	手作りおやつ、食の話などしていく。 保育所給食の実際を基に行うので理解されやすい。	○
		12	教	赤ちゃんサークル「ぴよぴよ」での離乳食講座	保育所			●						保育所給食をもとに、離乳食の講習を行なっています。	地域の子育て家庭対象各所 1～2 回開催。1 回 10～20 組	保育所給食の実際を基に行うので理解されやすい。	○

基本目標	基本方針	事業等			所管	新規*	妊娠 期	幼年 期	少年 期	青年 期	壮年 期	中年 期	高年 期	内容	25 年度実施状況	評価・考察	今後の 方向性
Ⅱ 生活リズムを整え、バランスのとれた食生活を実現しよう	b 少年・青年期における食の自立に向けた支援	1	行	市立障害者通所施設等での給食提供時の指導	障害福祉課					●	●	●		栄養バランスのとれた食事づくりを心がけると共に、保健センターからの歯科保健指導を参考に、個々人の障害に応じた食形態にも配慮しています。	毎日実施	利用者及び家族は毎日の給食を通じて栄養バランスのとれた食事や、食べやすくする工夫を実感することができると共に食事摂取量が改善されました。	○
		2	行	市立障害者通所施設等での給食提供時における情報提供	障害福祉課					●	●	●		専門職員が個々の利用者の障害に応じた食事介助工夫をすると共に、その内容を家族に情報提供することで、摂取する食材や食事を楽しむことができる場面の多様化を促しています。	毎日実施	家庭と施設の連携で個々の利用者の障害に応じたより良い対応を実施し、食を通じた健康づくり、楽しみづくりを実現しています。	○
		3	行	市立障害者通所施設等での給食の提供	障害福祉課					●	●	●		①おいしく、安全に、仲間と楽しく食事をする場を提供しています。 ②季節の行事食を提供しています。	毎日実施	仲間と共に季節感のある食事をとることで、心豊かな生活ができていると考えられます。	○
		4	行	市立障害者通所施設等での調理体験	障害福祉課					●	●	●		通所者が調理実習を体験しています。	収穫体験での収穫物などによるクッキングを随時実施	実際に調理に関わることで食に関心を持つことができてきました。	○
		5	行	子どもの居場所づくり文化クラブ「クッキング」 わくわく講座（月例講座）「親子クッキング」 「お菓子づくり」	文化館チーム				●		●	●		提案公募型委託事業として特定非営利活動法人北摂子ども文化協会に事業委託。市内在住の児童生徒を対象に、専門講師が季節の果物や野菜をもとに、手作りおやつや食事の話などの講習及び調理などさまざまな体験を積み重ね、食を営む基礎を育てています。また、「親子クッキング」では料理を通じて親子のコミュニケーションを図ることを目的として実施しています。	「クッキング」実施回数 27 回 延べ参加者数 264 人。 「親子クッキング」実施回数 8 回 延べ参加者数 94 人。 「お菓子づくり」実施回数 10 回 延べ参加者数 109 人。	料理に関する企画については、安定した市民ニーズがあり、多くの児童生徒がこれらの講座を介して「食」についての関心を高めることができました。また、親子クッキングでは、料理を通じて親子のコミュニケーションを図る場を提供することができ、参加者が増えました。	○
		6	教	一年生給食開始事前指導	学校給食室				●					新 1 年生の給食開始前に児童の給食への関心を高めるため、学校給食を担当する栄養士・調理員が訪問を行っている学校もあります。	小学校 6 校で実施	学校給食への理解を深めるため実施しています。	○

基本目標	基本方針	事業等			所管	新規*	妊娠 期	幼年 期	少年 期	青年 期	壮年 期	中年 期	高年 期	内容	25 年度実施状況	評価・考察	今後の 方向性
Ⅱ 生活リズムを整え、バランスのとれた食生活を実現しよう	b 少年・青年期における食の自立に向けた支援	7	教	給食の試食と、給食に関する講演会	学校給食室 各小学校 P T A				●		●			保護者による給食の試食と、栄養教諭などによる講演会を開催しています。	全小学校 41 校で実施	食への関心を高めることと学校給食への理解を深めることを目的に、実施しています。	○
		8	教	学校給食週間	学校給食室				●					「全国学校給食週間」と定められた 1 月 24 日～30 日に、各地の郷土料理や世界の料理などを取り入れた特別の献立を出すことにより、改めて食に感謝する気持ちや食の大切さを考える取組みを行っています。	全小学校 41 校で実施	学校給食の意義や役割について児童生徒や教職員、保護者、地域住民の理解と関心を深めるため実施しています。	○
		9	教	児童の社会見学の受け入れ	各学校 学校給食室				●					学校調理員、栄養士との交流を深め、給食ができるまでを見学することで関心を高めています。	小学校 7 校を受入れ	給食への理解と食への関心を深めてもらうことを目的として実施しています。	○
		10	教	学校給食センター職員による学校訪問	学校給食室				●					学校給食センター職員が市内の公立小学校を訪問し、児童を対象に給食の話をしたり一緒に給食を食べたりすることで、交流を図っています。	訪問小学校数・・・22 校 実施回数・・・24 回（2 校で 2 回実施）	給食を作っている職員の思いを伝え、また子供の給食への思いを聞くことで、給食の工夫・改善につながると考えます。また、食べ物への関心を高める機会となっているほか、お互いの交流を図る機会にもなっています。	○
		11	教	小・中学校における指導体制の充実	教育推進室				●					順次配置されている栄養教諭などを中心に食育を推進するとともに、教職員を対象にした食育に関する研修会を開催するなど食育の重要性に対する教職員の意識を高め、理解を深めるよう取り組みます。	栄養教諭などを中心に食育を推進するとともに、教育センターと連携し栄養教諭・学校栄養職員対象の研修会を実施する等、食育の重要性についての教職員の意識を高め、理解を深めるよう取り組んできました。	栄養教諭・学校栄養職員は、食育の推進に大変重要な役割を担っています。研修会実施により、食育に関する市の現状や今日的課題についての認識を深めることができ、今後の指導体制の充実に向けて効果的であったと考えます。	○
		12	教	（仮称）豊中市新学校給食センターの整備（原田・服部学校給食センターの建替）	学校給食室				●					安心、安全なおいしい給食を提供し、また学校給食に関する情報を発信する機能を備えた（仮称）新学校給食センターの整備をめざす。	（仮称）新学校給食センターの基本設計、実施設計を行い、造成工事、建設工事を行いました。	現在の学校給食衛生管理基準に適応するとともに、食育やアレルギー対応など最新の給食センターとして整備をすすめました。	○

基本目標	基本方針	事業等			所管	新規*	妊娠期	幼年期	少年期	青年期	壮年期	中年期	高年期	内容	25 年度実施状況	評価・考察	今後の方向性
Ⅱ 生活リズムを整え、バランスのとれた食生活を実現しよう	Ⅲ 健康状態にあった食育の推進	1	行	グループホーム・ケアホームからの栄養相談	障害福祉課					●	●	●	●	障害者が共同生活を行う住居での食生活に関する相談にのっています。	0 件	個々の民間事業所では、スタッフに管理栄養士を加えることは難しいので、市の専門職が支援しています。	○
		2	行	介護予防教室	高齢者支援課								●	二次予防対象者(要支援・要介護状態等となるおそれの高い、虚弱な状態にあると認められる 65 歳以上の者)を対象に「運動器の機能向上」「口腔機能向上」「認知症予防・支援」等の介護予防教室を開催しています。	いきいき元気教室(介護予防教室)で高齢期における低栄養改善の講話・食に関するアドバイス等を実施しています。運動教室:14 クール 166 人、お口元気教室:8 クール 57 人、脳力アップ塾:6 クール 54 人	各教室にて、高齢者向けの低栄養予防の講話を実施し、口腔機能の維持を行ったり健やかな高齢期を過ごせるように食に関するアドバイスも実施し、総合的な介護予防に取り組んでいます。	○
		3	行	アレルギー講演会	保健予防課			●	●	●	●			専門医師がぜん息・アトピー性皮膚炎などのアレルギー疾患について講話を行なっています。また必要に応じ保健指導を行っています。	開催回数 3 回 参加者数 延べ 114 人 乳幼児に関わる多くの人正しい知識を習得できるよう事業周知の対象を拡大しました。	ぜん息やアトピー性皮膚炎などアレルギーについての正しい知識普及に寄与している事業です。アレルギーは食生活とも関係します。更に対象を広げて実施していく予定です。	○
		4	行	妊婦教室「フレンドリーコース」	保健予防課		●							3 拠点の保健センターにて 1 コース 2 回実施。育児のイメージ作りや先輩ママとの交流などを目的に保健師・助産師が従事しています。	30 コース 60 回開催 参加者数 実 448 人、延べ 837 人	参加者は、医療機関開催の妊婦教室や市の他の教室にも参加している人が多く、一定の役割を終えたと考えます。	完
		5	行	お父さんのための子育て教室	保健予防課		●							初妊婦とそのパートナーを対象に、沐浴実習、妊婦体験、各種サービスの紹介等を行っています。隔月に 1 回。土曜日の午前・午後に実施しています。(大阪府助産師会に委託、男女共同参画推進センターと共催で実施)	12 回実施。参加者 497 組、延べ 989 人	初産婦とそのパートナーを対象に妊娠・育児の基礎知識を普及する場になっています。	○
		6	行	カンガルークラス	保健予防課		●							栄養士による、妊娠期からの食生活・栄養についての講話。毎月 1 回開催しています。	実施回数 12 回、参加者数 102 人	妊娠期だけでなく生涯を通じた食生活について啓発する場として、実施することができました。	○

基本目標	基本方針	事業等			所管	新規*	妊 娠 期	幼 年 期	少 年 期	青 年 期	壮 年 期	中 年 期	高 年 期	内容	25 年度実施状況	評価・考察	今後の方向性
Ⅱ 生活リズムを整え、バランスのとれた食生活を実現しよう	c 健康状態にあった食育の推進	7	行	マタニティークッキング	保健予防課	*	●							妊娠中の食事と離乳食についての簡単な調理実習と試食。	実施回数 5 回、参加者数 60 人	平成 25 年 6 月より実施。妊娠中の食事だけでなく、離乳食も作れる講座として好評でした。	○
		8	行	メタボ撃退お料理教室	保健予防課						●	●	●	メタボリックシンドロームなど生活習慣病予防に焦点をあてた調理実習。	1 回 13 人	簡単に作れるメニューで好評でした。	○
		9	行	地区健康教室・介護教室（出前健康教室）	地域保健課						●	●	●	健康に関するご希望のテーマを保健師、栄養士、理学療法士、作業療法士、歯科衛生士等が地域の会場に出向き、講演します。	健康教室 213 回 延 6385 人	生活習慣病などをテーマとした健康教育を行いました。食に関する情報を発信する場として、広く活用しています。	○
		10	行	「無理しないカラダづくり講座」	地域保健課						●	●	●	メタボリックシンドロームなど生活習慣病予防に焦点をあてた栄養・運動についての気軽に楽しい体験学習を実施しています。（特定保健指導の場としても活用）	23 回 延 251 人	メタボリックシンドロームに焦点を当てて実施していますが、参加者数の減少がみられるため、今後は内容の見直しを行います。	◎
		11	行	生活習慣改善講座（面接型）	地域保健課						●	●	●	血液検査などの検査データと、生活習慣調査票から個人の課題を抽出し、各人にあった目標を決め、実践できるよう支援する講座を開催しています。支援期間は 3 か月以上です。 ①「面接型」：カラダづくり講座 1 回・個別面接 3 回・運動教室 3 回（希望者）。 ②評価のための「血液検査」の実施。	面接 43 回 延 50 人 血液検査 7 人	個別の指導により、生活習慣病の改善・予防を行いました。特定保健指導の場にもなっています。参加者自らが行動変容できるように支援しました。H25 年度から通信型を廃止し、新たに評価のための血液検査を実施します。	◎
		12	行	創造活動（適応指導教室）プログラム「クッキング」	文化館チーム				●					不登校児童生徒を対象に、専門講師が季節の果物や野菜をもとに、手作りご飯や食事の話などの講習及び野菜の栽培、自家栽培による収穫物を使つての調理などさまざまな体験を積み重ね、食を営む基礎を育てています。	庄内館は第 1・3・5 水曜、千里館は第 1・3 金曜に実施	不登校状態の児童生徒が文化館に登館し、「クッキング」というツールを介して人間関係を繋いでいます。また、「食」について考えることから自分自身の生活を振り返る機会にもなっています。	○
		13	行	寄り添い型学習・生活支援事業 生活自立支援プログラム「クッキング」	文化館チーム				●	●				不登校状況や、ひきこもり状況にある中 3～高校年齢相当の若者を対象に、専門講師が手作りご飯や食事の話などの講習及び野菜の栽培、自家栽培による収穫物を使つての調理など、食を営む基礎を育てています。	庄内館にて土曜日に年間 16 回（月 1～2 回）実施	学習支援と並行して、生活支援の重要なプログラムです。高等学校に進学した前年度の利用者に参加を呼びかけ、「食」とおした「ミニ同窓会」の役割を果たしています。	○

基本目標	基本方針	事業等			所管	新規*	妊娠 期	幼年 期	少年 期	青年 期	壮年 期	中年 期	高年 期	内容	25 年度実施状況	評価・考察	今後の 方向性
Ⅱ 生活リズムを整え、バランスのとれた食生活を実現しよう	C 健康状態にあった食育の推進	14	行	公民分館活動への支援	中央公民館 蛭池公民館 庄内公民館 千里公民館		●	●	●	●	●	●	●	公民分館による春秋講座運営に際して、 情報提供や指導助言を行っている。	①「献立作りの基本術」（東丘公民 分館）2 回実施。【定員 30 人 参 加のべ 44 人】 ②「おもてなし術（おもてなしと蒸 し炒め料理）」（少路公民分館）1 回実施。【定員 30 人 参加 50 人】	分館講座の支援を通じて、市民 が主体的に地域や食との関わり を学ぶ機会を設けることが できました。	○
		15	行	千里公民館 健康づくり推進事業	千里公民館					●	●	●	●	老化を防止する運動や、栄養バランスが とれる食事について学ぶ講座を開催し、 地域住民の健康増進を図ります。	25 年度は該当せず		△
		16	行	糖尿病教室	市立豊中病院栄養管 理部				●	●	●	●	●	糖尿病教室の 7 回シリーズの内 2 回で 「糖尿病食事療法：基礎編」「糖尿病食 事療法：応用編」を開催しています。	開催回数 49 回。参加人数 304 名	平成 25 年度に糖尿病教室テキ ストを更新、今後も継続して最 新情報を取り入れた教室開催 を行う。	○
		17	行	慢性腎臓病教室	市立豊中病院栄養管 理部				●	●	●	●	●	慢性腎臓病教室の 4 回シリーズの内 2 回 で「慢性腎臓病の食事療法の実際：総論」 「慢性腎臓病の食事療法の実際：各論」 を開催しています。	開催回数 6 回。参加人数 84 名	テキストと講義内容の更新を 行い、最新情報の提供とわかり やすく実生活にむすびつく講 義を継続している。	○
		18	行	とよなか倶楽部（糖尿 病患者の会）	市立豊中病院栄養管 理部				●	●	●	●	●	糖尿病患者の会の一活動として、糖尿病 食の講習及び調理実習を行い、糖尿病食 への理解を深めています。	開催回数 1 回 参加人数 23 人	多職種で患者さんに調理講習 を行い、患者さん同士の交流も 深め、療養のモチベーション UP の場となっている。今年度 の簡単、美味しい、ボリューム 感のある糖尿病食メニューが 患者さんに大好評であった。	○
		19	行	糖尿病透析予防管理指 導	市立豊中病院栄養管 理部	*				●	●	●	●	糖尿病腎症の患者さんに対し、透析導入 を予防するために医師・看護師と共にチ ーム医療で患者さんの指導にあたってい ます。	指導人数 4 名	月 1 回、多職種連携で透析予防 のための重点的な指導行っ ており、患者さんが必要な治療を 1 日で凝縮して受けることが でき、療養意識を高める機会を つくることができた。	◎

基本目標	基本方針	事業等			所管	新規*	妊娠期	幼年期	少年期	青年期	壮年期	中年期	高年期	内容	25 年度実施状況	評価・考察	今後の方向性
Ⅱ 生活リズムを整え、バランスのとれた食生活を実現しよう	c 健康状態にあった食育の推進	20	行	がんサポートプログラム	市立豊中病院緩和ケア委員会				●	●	●	●	●	がんサポートプログラム「がんについて学ぼう・語ろう 2013」～みんなで情報交換～の第 1 回目を開催した。 「食事について、話しませんか？」のタイトルでがんと食事の関係について理解を深めました。	参加人数 4 名	平成 25 年度からは患者さんの主体的な参加と個人にあわせたサポートを目的とし、プログラムの進行形式を変更。患者さん同士の談話形式を専門職種がサポートする形へ。患者さん自身の思いを重視したプログラムへと更に進化させた。	○
		21	行	内臓脂肪測定会	地域保健課	*					●	●	●	内臓脂肪を実際に測定し保健師による結果説明会を行うことでメタボリックシンドロームの予防・解消、生活習慣病の改善につなげています。(特定保健指導対象者のみ実施)	22 回 延 478 人	平成 25 年度からの新規事業として実施。	◎
		22	行	難病患者療養生活支援	保健予防課		●	●	●	●	●	●	●	難病患者の在宅療養生活の質の向上のために保健師や栄養士等が相談に応じています。	訪問、面接、電話等で相談に応じています。相談件数 延 3,745 件	特定疾患医療受給者証の手続きの機会を利用した相談等が増えました。今後難病事業の制度改正が予定されているため相談支援体制の検討が必要です。	◎
	d 調理技術や食に関する知識の習得	1	行	出前講座	広報広聴課		●	●	●	●	●	●	●	市民（団体）や学校等が主催する、食育や生活習慣病の予防（食事編）に関する講座に、講師（市職員）を派遣しています。申込制。	年間講座実施件数 173 件、参加者数 6,664 人 うち食育関係テーマ 3 件、参加者数 235 人	継続して市民の参加を呼びかけます	○
		2	行	地域への食育推進	保健企画課		●	●	●	●	●	●	●	食育への理解が進むよう、食育情報の提供や講師紹介、講師派遣を行っています。	食育推進協議会や食育推進計画連絡会議において積極的に意見交換を行うことで、食育の取り組みに必要な情報を確認し提供しました。	関係各課や各団体などが食育にとりくみやすい環境づくりに役立つと考えています。	◎
		3	行	出前教室	上下水道局経営企画課				●					小学 4 年生及びその保護者を対象に、水道水ができるまでの過程や、各家庭に水道水が配られる仕組みなどを、簡単な実験を行いながら説明します。 食の原点となる「水」への関心を深め、水道水が安全な飲み物であることを理解してもらうことがねらいです。	実施校数 40 校 参加者数 児童・・・3, 358 人 保護者・・・95 人	食の原点である「水」への関心を持ち、水道水が安心安全であることを、児童保護者に理解してもらうことができました。市内全校で実施できるよう今後取り組んでいきます。	○

基本目標	基本方針	事業等			所管	新規*	妊娠 期	幼年 期	少年 期	青年 期	壮年 期	中年 期	高年 期	内容	25 年度実施状況	評価・考察	今後の 方向性
Ⅱ 生活リズムを整え、 バランスのとれた食生活を実現しよう	d 調理技術や食に関する知識の習得	4	行	中央公民館 食育推進事業	中央公民館			●	●	●	●	●	●	食育の推進、生活習慣病予防・改善、介護 予防のための講座・講習会などを実施し ます。	年間 4 回 ①みんなでクッキーをつくろう！ 参加人数 22 人 ②家族が喜ぶ簡単ハロウィン料理 参加人数 19 人 ③伝統米食文化を学ぶ「みんなと作 ろう 飾りずし」 参加人数 20 人 ④伝統米食文化を学ぶ「つくってみ よう、三色おはぎ」 参加人数 15 人	平成 25 年度は親子を対象にし た食育講座に加え、日本の伝統 の米食文化を学ぶ機会を提供 しました。 どの企画も大変盛況で、市民の 方に「食」についての関心を高 めることができました。	○
		5	行	蛸池公民館 食育推進事業	蛸池公民館			●	●	●	●	●	●	食育の推進、生活習慣病予防・改善、介護 予防のための講座・講習会などを実施し ます。	年間 6 回 ①男性のためのパン作り 参加人数 8 人 ②ほたる発・世界へ インドネシア いろいろ話 参加人数 11 人 ③もち米が主食の国 ラオスを食べ よう 参加人数 10 人 ③子ども料理教室「おやつにパンケ ーキを作ろう」 参加人数 12 人 ⑤ほたる発・世界へ イエメンいろ いろ話 参加人数 29 人 ⑥北イタリアを食べよう 参加人数 12 人	料理に関する企画については、 安定した市民ニーズがあり、さ らに「食」についての関心を高 めることができました。	○

基本目標	基本方針	事業等			所管	新規*	妊娠期	幼年期	少年期	青年期	壮年期	中年期	高年期	内容	25 年度実施状況	評価・考察	今後の方向性
Ⅱ 生活リズムを整え、バランスのとれた食生活を実現しよう	d 調理技術や食に関する知識の習得	6	行	庄内公民館 食育推進事業	庄内公民館			●	●	●	●	●	●	食育の推進、生活習慣病予防・改善、介護予防のための講座・講習会などを実施します。	年間 8 回実施 ①おやこクッキー作り教室 参加者 19 人 ②お父さんと一緒にランチを作ろう！ 参加者 37 人 ③韓国の家庭料理の作ってみよう！ 参加者 17 人 ④親子クリスマスケーキ作り 参加者 23 人 ⑤親子お寿司作り教室 参加者 25 人 ⑥多国籍料理パーティー 参加者 12 人 ⑦親子にぎにぎ簡単クッキング 参加者 12 人 ⑧バレンタインチョコ作り 参加者 11 人	料理講座は依然として人気で、参加者の満足度も高いのが特徴です。また、今年度は親子で参加できる講座を多く開催し、大変好評を得ました。講座によっては定員の 3 倍の申込みもあり、食に対する関心の高さ、料理教室に参加する意欲の高さが伺えます。	◎
		7	行	千里公民館食育推進事業	千里公民館			●	●	●	●	●	●	食育の推進、生活習慣病予防・改善、介護予防のための講座・講習会などを実施します。	(1)「備蓄食材を使って簡単クッキング」にて、災害時における食の確保という視点から、身近な防災について学んだ。【定員 20 人、参加 14 人】 (2)「千里で世界の料理を楽しもう」(①8/20、②11/25、③3/5 計 3 回実施)にて、料理と交流を通じて異文化に対する理解を深めた。【定員 20 人 参加①19 人②19 人③14 人】 (3)「豊中の食生活いまむかし」昭和初期の食生活を再考することで、貴重な文化の継承を学んだ【定員 40 人 参加 23 人】	(1)防災月間に講座を実施したこともあり、災害時の食の確保と備えについて関心を深めていただく機会となりました。 (2)料理を通じて、参加者が主体となり、多文化交流を深めることができました。とりわけ夏休み期間中に実施した講座では、子どもたちの参加も多く、多世代の受講生で賑わいました。	○
		8	地	男の生活力養成講座	とよなか男女共同参画推進センターすてっぷ								●	●	団塊の世代の男性を主な対象とする、自己実現と食の自立を始めとした生活力の養成をめざす講座を開催しています。	なし	今後、開催を検討する。

基本目標	基本方針	事業等			所管	新規*	妊娠 期	幼年 期	少年 期	青年 期	壮年 期	中年 期	高年 期	内容	25 年度実施状況	評価・考察	今後の 方向性
Ⅱ 生活リズムを整え、 バランスのとれた食生活を実現しよう	d 調理技術や食に関する知識の習得	9	地	男の料理教室	とよなか男女共同参画推進センターすてっぷ			●			●	●	●	父親と子どもの料理教室を開催しています。親子が一緒に料理をつくることで料理の楽しさと健康への関心を深め、男性の育児参加、家事参加を呼びかけます。	浅利市長を講師に迎え、「お父さん力アップ！市長と一緒にクッキング」を開催。13 組の親子が参加。	親子で父親の家事参加を考えることができた。父親が子どもと一緒に料理をつくる楽しみを体験した。	◎
		10	地	男性の料理教室	社会福祉協議会						●	●	●	男性の食育や自立を目的に実施しています。	1 回 参加者数 20 人	継続実施	○
		11	地	食育に関する講習会	老人クラブ連合会								●	講師を招いて講習会を開催し、食育に関して学ぶ機会をつくっています。	168 名の単位老人クラブ会長が集まる研修会にて、食育の講習を実施	更にキメ細やかく市内各地で開催したい	○
		12	地	料理教室	老人クラブ連合会								●	高齢者対象の料理教室を老人会各地区で実施しています。	実施	更に内容を充実したい	○
		13	地	各種の食に関する講座	豊中地域活動栄養士会トゥデイ			●	●	●	●	●	●	様々な年代を対象にした食に関する講座を通して、健康づくりの支援と食に関する情報提供を行い、食育を推進しています。	くらしかんグループ活動、地域の会食会、市民講座、小学生、中学生料理教室等で食育を実施しました。52 回、861 名	小、中学生の親子クッキングでは、調理に携わることにより食への関心を高める働きかけが出来ました。幅広い年齢層への食育の推進が出来ました。	○
		14	地	料理教室	とよなか消費者協会、 豊中商工会議所・豊中市小売商業団体連合会事務局						●	●	●	共催で料理講習会を開催しています。	26 年 3 月 7 日(金)「春の食材を使った和食」でユネスコの世界遺産になった伝統的日本食の良さをアピールし、料理講習会を実施しました。	市民 19 名、スタッフ 4 名で和食の健康的な良さを啓発しました。	○

基本目標	基本方針	事業等			所管	新規*	妊 娠 期	幼 年 期	少 年 期	青 年 期	壮 年 期	中 年 期	高 年 期	内容	25 年度実施状況	評価・考察	今後の 方向性
Ⅱ 生活リズムを整え、バランスのとれた食生活を実現しよう	e 適切な食を提供するための環境整備	1	行	給食施設への食育推進支援	保健企画課		●	●	●	●	●	●	●	食育に関する情報を提供するなどして給食施設における食育推進を支援しています。	特定給食施設に対するメール情報配信「給食通信」などで食育に関する情報を提供しました。	特定多人数に対して継続的に食事を提供する施設へ食育情報を提供することで、効率的な食育推進を行うことができます。	◎
		2	行	特定給食講演会	保健企画課		●	●	●	●	●	●	●	大阪府域の特定給食施設およびそれに準ずる施設のスタッフ（管理栄養士・栄養士・調理師等の給食関係者）や、大阪府栄養士会会員等約 1000 名を対象に、年 2 回、府内の市町村等が合同で講演会を実施しています。 主催：大阪府・大阪市・堺市・豊中市・高槻市・東大阪市・大阪府立大学 21 世紀化学研究機構「公衆栄養実践研究センター」・大阪府栄養士会 会場：大阪府立大学学術情報センターU ホール白鷺（大ホール）	◆特定給食講演会Ⅰ 平成 26 年 2 月 17 日（月）開催。 豊中市からは 28 施設 30 名が参加しました。 ・講演 「がん患者の栄養管理」（大阪府立成人病センター 濱医師） ・事例発表 「最期まで口に出来る食事（終末期におけるスープ食提供の取り組みについて）」（刀根山病院 竹内管理栄養士） 「リクエスト食の取り組みについて」（淀川キリスト教病院 大谷栄養管理課長） ◆特定給食講演会Ⅱ 平成 25 年 10 月 22 日（火）開催。 豊中市からは 16 施設 19 人が参加しました。 テーマ：「身体データに合わせた栄養管理“肥満とやせから見えるもの”」 ・1 部 事例発表 「事業所におけるヘルシーメニュー提供の取組」（阪急電鉄株式会社） 「事業所給食を活用した健康づくりの取組」（芦森工業（株）大阪工場） 「保育所での咀嚼やアレルギーの取組」（若葉福祉会めだか保育園） ・2 部 講演「小児期からの肥満とその対策」（大阪府立母子保健総合医療センター 位田主任部長）	特定給食施設における給食は、給食利用者の健康づくりに大きく影響を及ぼすことから、適正な給食の提供と栄養管理が行えるよう給食担当者の資質の向上等を図ることは重要と考えます。	○

基本目標	基本方針	事業等			所管	新規*	妊娠期	幼年期	少年期	青年期	壮年期	中年期	高年期	内容	25年度実施状況	評価・考察	今後の方向性
Ⅱ 生活リズムを整え、バランスのとれた食生活を実現しよう	e 適切な食を提供するための環境整備	3	行	健康づくり推進委員会への支援	地域保健課		●	●	●	●	●	●	●	活動への交付金の支払、講師派遣、活動情報の提供などを行っています。	フォーラム会場に、豊中市立新田小学校6年生絵俳句作品87点『歯育・俳句・はいく』を展示。フォーラム参加者104人 また、健康教室なども地域で開催。	食育を意識したコラボレーションは効果的であった。 今後も機会を見つけて、食育や健康に関する情報提供を行っていこうと考えている。	○
		4	行	子育てサークルの育成	保育幼稚園室			●						「ほっぺクラブ」は地域の人材を活用し子育てボランティアの育成・支援を行い、その力を地域に広げています。	オリーブの会 14回 えくぼの会 12回	活動が定着しているので、多くが参加しています。	○
		5	行	子育て・子育てネットワークづくり	保育幼稚園室 社会福祉協議会			●						地域子育て支援センター、地域支援保育士が中心になってコミュニティーソーシャルワーカーとともに各小学校区の地域活動を支援するために、関係機関や団体との連携を図りネットワークづくりを進めています。	全校区開催しました。	ネットワーク作りの会議が積み重なっているため、子ども支援の課題が各連携機関の中で意識確認でき、支援強化になっています。	○
		6	行	公民館登録グループ活動支援	中央公民館 蛍池公民館 庄内公民館 千里公民館				●	●	●	●	●	①料理グループなどに活動場所の確保を行っています。 ②グループ活動成果の社会還元として、グループ体験講習会への支援および公民館講座への講師登用を行っています。	料理関連の活動に取り組む登録グループが行う食と健康にかかわる料理講習会等の実践活動への支援を行いました。	食に関する生涯学習を支援することにより、市民の食育への関わりを充実させ、地域における食育への関心を高めることができました。	○
		7	行	技能員研究会	保育幼稚園室			●						保育所・あゆみ学園・しいの実学園の技能職員と担当保育所長及び保育幼稚園室栄養士が、給食作りを中心に食育と給食衛生を考える。保育における子どもの安全と環境整備を考え、環境保全・食育に関わる研究の推進をはかっています。	「食育」「環境整備」「地域支援」をテーマとし、3つのグループに分かれる。保育所ごとに年間計画をたて実施後、現状の把握、反省、新たな課題を4期に分けて活動し、その都度集約して記録している。	それぞれの保育所・施設では保育のなかに食育・環境整備・知己支援をどのように関わっているか情報共有することができた。	◎
		8	教	職員への教育	豊中市私立幼稚園連合会加盟幼稚園			●						職員が終礼時に、給食献立に関連する栄養・文化・歴史等について調べ発表しています。	食育プロジェクトを通して伝統食作りの試みをしたとくみがある。	保育にもとり入れるため資料の更新などに努めている。	◎

基本目標	基本方針	事業等			所管	新規*	妊娠期	幼年期	少年期	青年期	壮年期	中年期	高年期	内容	25 年度実施状況	評価・考察	今後の方向性
Ⅱ 生活リズムを整え、バランスのとれた食生活を実現しよう	e 適切な食を提供するための環境整備	10	地	男女共同参画推進活動への支援	とよなか男女共同参画推進センターすてっぷ			●		●	●	●	●	グループ・団体活動の情報収集・提供、自主グループ活動育成・支援、グループ活動活性化のための講座の開催、すてっぷ登録団体助成金交付、グループ活動リーダー養成、ワークスペース・機器等の提供、交流ネットワークの機会提供、ネットワーク協議会の組織化などを行っています。	協賛事業としてすてっぷ登録団体「放射能から豊中の市民・子どもを守る会」主催で「子育て応援カフェ」を実施。子どもの成長に欠かせない安全な食べ物について親同士で話しあうことをとおしてママ友、パパ友をつくる。 ・事業回数：3 回 ・参加人数：大人 3 3 人、子ども 9 人	「子どもに安全な食べ物を」というわかりやすいテーマで、親同士のつながりをつくった。回を重ねるごとに参加者も増え、2014 年度も継続する。	◎
		11	地	豊中市学校歯科医会研修会	豊中市学校歯科医会			●	●					幼・少年期のさらなる健康増進に寄与するため、学校歯科医師が学校保健活動でより良い指導・助言を行うのに必要な研修を行っている。食育についても取り上げています。	歯科校医を講師として招き、「子どもの生活習慣と運動習慣」をテーマに研修会を開催。	現代は子どもたちの間にも肥満・メタボなどが指摘され、児童・生徒の運動習慣の有無と生活習慣および口腔管理状態との関係について調査結果を踏まえた講演内容であった。継続して開催していきたい。	○

基本目標	基本方針	事業等			所管	新規*	妊娠 期	幼年 期	少年 期	青年 期	壮年 期	中年 期	高年 期	内容	25 年度実施状況	評価・考察	今後の 方向性
Ⅲ おいしく、楽しく、食事をしよう	a 交流を深める場や食事をする機会の提供	1	行	お菓子づくり教室	豊中人権まちづくりセンター				●					食育に関し季節にあった食材を使いながらお菓子をつくり、調理の楽しみを体験しています。また、グループの参加者がお互いに協力しあって作業をすることにつながりづくりのきっかけとしています。	からだによいもの、季節のものを意識して、材料を用意し、お菓子を作りました。 また、講師には、素材について解説してもらい、栄養についても知る機会になりました。 実施回数 8 回 参加者数 106 人	講師と連携して、“おいしいのはあたりまえ、からだによいお菓子”というコンセプトのもと、素材の栄養や旬のものなどを大切にすすめました。	○
		2	行	ささえあい参加型食事会	豊中人権まちづくりセンター							●	●	園芸ボランティアが育てた老人憩いの家の作物や身近な食材で成人病予防等健康管理・高齢者等の食事に配慮した調理ボランティアによる調理を学び皆で会食しています。	実施回数 21 回 参加者数 870 人	おおむね月 2 回の実施で、定着してきています。食事の提供だけではなく、外出して同年代の人々と会食するため、とじこもり防止にも効果があると考えています。	○
		3	行	小学生料理教室	蛭池人権まちづくりセンター				●					自らの体を作る食事に興味や関心を持ち、自ら関わりを持てるよう、自分で行える調理の楽しみを体験しています。異年齢で協力して行うことで交流を深めています。	実施回数 12 回 参加者数 402 人	経験を重ねる中で次に作りたい物を自分たちで考えたり、異年齢の中で教えたり教わったりする姿も増えています。	○
		4	教	保育、教育の中で交流体験機会の提供	各保育所・園 幼稚園 保育幼稚園室 小学校			●	●					①野菜や稲の栽培、収穫物による調理などさまざまな体験を積み重ね、食を営む基礎を育てています。 ②もちつき等の季節行事を催しています。 ③保護者に、実施状況を報告したり、参加・協力の場を設けることで、家庭への情報発信及び食文化の伝達や交流を行っています。	随時実施	食に関わる様々な体験を共有することで子どもと子ども、子どもと大人、大人と大人など人と人がつながっていける子どもの姿から親子の会話も食に関する話題が多くなり家庭においても「食」への理解が深まりました。	◎
		5	地	世代間交流	社会福祉協議会 校区福祉委員会 民生・児童委員		●	●	●	●	●	●	●	世代をつなぐ学習や交流を促進する場。いも掘り、もちつき、料理教室等を通して食文化の伝達と交流を行うプログラムを実施しています。	163 回/31716 人	継続実施	○

基本目標	基本方針	事業等			所管	新規*	妊娠 期	幼年 期	少年 期	青年 期	壮年 期	中年 期	高年 期	内容	25 年度実施状況	評価・考察	今後の 方向性
Ⅲ おいしく、楽しく、食事をしよう	a 交流を深める場や食事をする機会の提供	6	地	ひとり暮らし高齢者の会食会	社会福祉協議会 校区福祉委員会								●	みんなで会食をすることで、孤立感を防ぎ、仲間作りを行っています。	38 校区 347 回/11565 人	継続実施	○
		7	地	ミニデイサービス	社会福祉協議会 校区福祉委員会								●	虚弱高齢者を対象に手作りミニディサービスを実施しています。食育に関する相談も行なっています。	6 校区 99 回/1333 人	継続実施	○
		8	地	小学校との交流	老人クラブ連合会				●				●	蛭池小学校花壇に野菜や花を植えて学習の教材として提供しています。じゃがいも、さつまいも堀りを児童の皆様にしていただいています。毎年 8 月には「終戦記念日」前後に当時をしのいで「すいとん」を作り、500 人分を用意します。中身のなす、じゅうはちささげ、ねぎ等は学校花壇の畑で出来た野菜を使用します。	予定通り実施。 ジャガイモ・サツマイモ堀りには約 100 名が参加 すいとんづくりには約 400 名が参加	すいとん作りは、平常各家庭では作らないので非常に好評。さらに内容を充実したい。	○
	b 楽しい食事の促進	1	行	地域教育協議会（すこやかネット）	地域教育振興室		●	●	●	●	●	●	●	各中学校区地域教育協議会へ委託。中学校区を単位として、様々な世代が関わりながら、料理講座や食育をテーマにした講演会等を開催し、世代をつなぐ事業を展開しています。	中学校区を単位として、各校区で実施した講演会やフェスタの中で食につながる取り組みを行いました。	食育講演会では、校区の子育て中の保護者が、子どもにとっての安全な食事、食生活の大切さについて知る機会となりました。各校区のフェスタでは模擬店の調理などを通して、子どもたちが地域の大人とともに食について学びました。	○
		2	行	地域子ども教室	地域教育振興室				●		●	●	●	各小学校区地域子ども教室へ委託。小学校区を単位として、子どもが地域の大人から料理やマナーなど、様々なことを交流しながら学んでいます。	小学校区を単位として、子どもたちが地域の大人から料理や食文化などについて、様々なことを学びました。また、子どもたちを見守る安全管理員を対象とした安全管理員研修で食育について学びました。	今年度の取り組みの特色として、安全管理員研修で、食育をテーマに講義を行い、地域で子どもたちを見守る大人を対象として子どもたちの食生活や食育の大切さについて学びました。	○

基本目標	基本方針	事業等			所管	新規*	妊娠 期	幼年 期	少年 期	青年 期	壮年 期	中年 期	高年 期	内容	25 年度実施状況	評価・考察	今後の 方向性
Ⅲ おいしく、楽しく、食事をこころ よく	b 楽しい食事の促進	3	行	青少年野外活動事業	青少年育成課				●	●				共同で野外活動をする中で食事を通した交流を行っています。NPO 法人豊中市青少年野外活動協会に委託しています。 (キャンプ名：対象学年) ①ジュニアサマーキャンプ（小学 5、6 年） ②サイエンスキャンプ（小学 3、4、5 年） ③キャンピングスクール（小学 3、4 年） ④ユースチャレンジキャンプ（15 歳以上の青少年）	共同で野外活動をする中で食事を通した交流を行いました。 (キャンプ名：参加人数) ①ジュニアサマーキャンプ（8） ②サイエンスキャンプ（45） ③キャンピングスクール（40） ④ユースチャレンジキャンプ（11）	まいぎりを使った火おこしから、かまどでの煮炊きなど、家庭とは違う調理体験をしました。 食事の前の歌や、準備から片づけまでを共同で行なうことで、交流を深めています。	○
		4	行	青少年自然の家主催事業（宿泊事業）	青少年育成課			●	●	●	●	●	●	主に小学生や家族グループを対象とした野外活動事業を行いました。事業の中で薪や炭を使った野外炊事や、季節感を持ったメニューに取り組みました。 また、場内の畑を活用して、参加者と一緒にサツマイモを育て、収穫する事業も行いました。	対象別・実施内容 ○小学生 （わっばるキッズ（夏 37 冬 56）、わっばる探検隊（クリスマス）（110）、わっばるの冬はほっかほか（55）） ○家族・グループ等 （里山フェスタ（198）、いもっこクラブ（140）、わっばる探検隊（ホタル）（75）、ファミリーキャンプ（33）、星空まつり（190）、わっばるの森をつくろう（93））	夏はそうめん、冬は鍋料理など、季節感を大切にしたメニューで楽しみました。 パン作りやみそ作りなど、作る過程楽しむプログラムや、切った木をマキにして使うことも好評でした。 サツマイモの栽培から収穫までの過程で、作物を育てる苦労の多さを知ってもらうことができました。	○
		5	行	三世代交流事業	青少年育成課			●	●	●	●	●	●	シニア自然大学の方に教えてもらいながら、料理や工作を行うことで、異世代の交流を促進します。NPO 法人シニア自然大学校、高齢者支援課との協働事業です。	参加人数 ①春の野原は楽しいな（37） ②初夏の里山で昆虫と遊ぼう（55） ③みんなで楽しく川遊び（0） （警報発令のため中止） ④秋空のもとでみんなで遊ぼう（43） ⑤冬の里山で遊ぼう（37）	野草を使った料理などを通して、世代間の交流がよく行われており、参加者の満足度は高いです。	○

基本目標	基本方針	事業等			所管	新規*	妊娠期	幼年期	少年期	青年期	壮年期	中年期	高齢期	内容	25 年度実施状況	評価・考察	今後の方向性
Ⅲ おいしく、楽しく、食事をしよう	b 楽しい食事の促進	6	教	体験型食育推進事業 「わくわく食育プロジェクト」	教育推進室			●	●					わくわく食育プロジェクト 「幼小連携親子料理教室」 「世界を食べよう親子料理教室」 「お弁当づくり親子料理教室」の開催	わくわく食育プロジェクト 「幼小連携親子料理教室」2回 「小学生親子料理教室」6回 「お弁当づくり親子料理教室」3回開催	専門家講師等による親子料理教室やお弁当づくり教室は大変好評でした。食に関する情報を正しく理解し、親子でおいしく楽しく調理・食事することで食に関する関心意欲を高めることにつながりました。より効果的な発信・啓発をふくめ、今後も継続の必要性があります。	○
	c 食を通じた地域活性化の促進	1	行	「うちのお店も健康づくり応援団の店」の普及・啓発	保健企画課		●	●	●	●	●	●	●	「うちのお店も健康づくり応援団の店」の普及・啓発を行っています。	広報とよなかに「うちのお店も健康づくり応援団の店」のコラムを掲載することなどにより普及を呼びかけました。	市保健所の設置により、これまでより広く市内の飲食店に啓発を行うことができました。	○
		2	地	とよなかおやつ宣言	豊中市地域雇用創造協議会	*	●	●	●	●	●	●	●	市内の和洋菓子、パン店のうち、地域貢献意欲の高いお店を PR する活動。市民に対しては地域のお店を知ってもらい、そのお店で買い物をすることで、間接的に地域貢献できる仕組み。	24 年度で完了		完

基本目標	基本方針	事業等			所管	新規*	妊 娠 期	幼 年 期	少 年 期	青 年 期	壮 年 期	中 年 期	高 年 期	内容	25 年度実施状況	評価・考察	今後の 方向性
IV 食 べ る も の 、 食 べ る こ と を 大 切 に し よ う	a 体 験 機 会 の 充 実	1	行	施設見学	広報広聴課		●	●	●	●	●	●	●	市民団体等を対象に、学校給食センターや緑と食品のリサイクルプラザなどの見学にご案内しています。	年間見学実施件数 4 件、参加者数 91 人 うち食育関係施設（給食センター）1 件、参加者数 19 人	継続して市民の参加を呼びかけます	○
		2	行	収穫体験	障害福祉課					●	●	●		市立障害者通所施設等の利用者が、野菜の収穫を体験します。	施設内の菜園等で野菜などの栽培や収穫体験を行ってきました。	食への関心を深める貴重な体験になっていると思われます。	○
		3	行	食育スタディーデー みんなで収穫祭	保健予防課				●		●	●		（NPO 法人とよなか市民環境会議アジエンダ 21 協力） ・緑と食品のリサイクルプラザ見学と「とよっぴー」製造の話 ・収穫体験（大根、白菜、かぶなど） ・収穫物をスタッフが調理したものを食べる	1 回 69 人	学生ボランティアを加えた事業運営を試行実施し、26 年度につなげることができました。	○
		4	行	市民農園	農業委員会事務局					●	●	●	●	①募集から斡旋、契約事務 ②苦情処理 ③栽培講習会 ④運営費助成事務等 ①～④の事業推進による農地の活用及び都市農業・食育の啓発をはかっています。	1 区画約 1 5 m ² を 2 3 か月利用 3 0 農園 1,228 区画	市街地の中での農園はいろいろなトラブルがあり、市が時間を取られることが多くなっていますが、市民が余暇を楽しむ場として定着しています。	○
		5	行	農業祭	農業委員会事務局 豊中市農業経営者協議会		●	●	●	●	●	●	●	年 1 回 11 月に、農協等と実行委員会形式で実施しています。市内で栽培された野菜や観葉植物等の即売、もちつき大会等の実施による都市農業・食育の啓発を行っています。	1 1 月 2 3 日（祝） 豊島公園多目的広場 来場者数 4,000 人	市民が豊中に農業があることを再認識する場となっています。	○
		6	教	給食センターの見学の受入れ（市民向け）	学校給食室						●	●	●	給食センターの様子を見学し、学校給食への理解を深めています。	3 団体を受入れ	給食への理解と食への関心を深めてもらうことを目的として実施しています。	○
		7	教	保育、教育の中で交流 体験機会の提供	豊中市私立幼稚園連 合会加盟幼稚園 豊中市民間保育園連 合会加盟保育園			●						○農家と交流しています。 ○魚のさばき方の見学をしています。 ○年齢に合った調理体験・収穫体験を行っています。 ○季節行事：らっきょ漬・栗拾い・干柿づくり・収穫祭などを行っています。 ○茶道体験をしています。	同左	いろいろな体験により家庭でも積極的に手伝う子どもが増えた。	○

基本目標	基本方針	事業等			所管	新規*	妊 娠 期	幼 年 期	少 年 期	青 年 期	壮 年 期	中 年 期	高 年 期	内容	25 年度実施状況	評価・考察	今後の 方向性
IV 食 べ る も の 、 食 べ る こ と を 大 切 に し よ う	a 体 験 機 会 の 充 実	8	地	自然と親しむ事業	社会福祉協議会、校 区福祉委員会、豊中 市私立幼稚園連合会		●	●	●	●	●	●	●	いも掘り等の土に親しむ事業を校区の実 情に合わせて実施しています。	6 校区	継続実施	○
		9	地	市民レングまつり、野 菜もぎとり園	市民レングまつり実 行委員会 農業委員会事務局		●	●	●	●	●	●	●	市民レングまつり会場で野菜のもぎとり 園を実施し、市民に土に親しんでもらい、 自らが収穫する楽しみと新鮮野菜を食す る喜びを提供するとともに市民と農家と の交流を図っています。	24 年度で終了		完
	b 環 境 教 育 ・ 環 境 学 習 の 促 進	1	行	環境交流センターにお ける情報提供等業務	環境政策室		●	●	●	●	●	●	●	①3R実践市民講座 ②E S Dセミナー（テーマ：料理を通じ て、人やモノには多様な見方があるとい う気づきを促進する）	①実施回数：2 回 参加人数：19 人 ②実施回数：1 回 参加人数：17 人	①家庭でのごみ減量の一環と して、若い家族世帯を主なター ゲットとし、楽しく参加・体験 しながら、3Rの推進や、グリ ーンコンシューマー、食品ロ ス・ゼロに向けた取り組み（と よなか食べ切り運動）を学んで いただきました。 ②市場に出回らない野菜を選 び料理することから、食や命、 社会の矛盾、人やモノの多様性 などについて学んでいただき ました。	◎
		2	行	とよなか市民環境展	環境政策室 NPO 法人与よなか 市民環境会議アジェ ンダ 21		●	●	●	●	●	●	●	（豊中市教委・とよなか市民環境会議・ NPO 法人与よなか市民環境会議アジェ ンダ 21 と共催）市民、事業者、行政の 環境問題解決に向けての取り組みの発 表・交流の場。概ね、12 月第 1 もしく は第 2 週に実施しています。	来場者数：2,681 人	市民団体、事業者、行政等の日 頃の環境活動・事業の成果を披 露、発信することを通じて、市 民のみなさんに理解・共感して いただいています。	◎
		3	行	環境学習の推進	環境政策室		●	●	●	●	●	●	●	事業者と連携し、小学校へ環境学習に関 する広報活動を行いました。	豊中市内の小学校で実施。 （6 校 12 クラス 381 名）	「食べ物やエネルギーを大切 にする」「水を汚さない」「ご みを減らす」などについて考え ながら、買い物・調理・食事・ 片づけなど、食に関わる一連の 行動について子どもたちが実 践を通して自ら体感して学ん でもらうことができました。	○

基本目標	基本方針	事業等			所管	新規*	妊 娠 期	幼 年 期	少 年 期	青 年 期	壮 年 期	中 年 期	高 年 期	内容	25 年度実施状況	評価・考察	今後の 方向性
IV 食べるもの、 食べることを大切にしよう	b 環境教育・環境学習の促進	4	行	市民による環境活動への支援（豊中アジェンダ 21 の普及・促進）	環境政策室		●	●	●	●	●	●	●	「とよなか市民環境会議」の事務局として、ネットワーク組織としての活動、ならびに構成団体である市民団体・事業者が主体的に取り組む環境活動の促進を支援します。また、「豊中アジェンダ 21」の推進組織である「NPO 法人とよなか市民環境会議アジェンダ 21」が主体的に行う普及・啓発活動や実践活動を支援しています。	左記について、25 年度は食育に関連する事業は実施していません。		—
		5	行	国連・持続可能な開発のための教育（ESD）の 10 年の取り組み	環境政策室 NPO 法人とよなか市民環境会議アジェンダ 21 他		●	●	●	●	●	●	●	ESD リソースセンターWEB により、豊中市内の、食育に寄与する店舗などを紹介しています。	掲載内容を随時更新。	市民のみなさんに、食への関心を高めていただくとともに、食材、食事を大切にすることを学んでいただいています。	△
		6	行	生ごみ・剪定枝堆肥の配布・頒布	公園みどり推進課 NPO 法人とよなか市民環境会議アジェンダ 21・花と緑のネットワークとよなか		●	●	●	●	●	●	●	市が、学校給食センターから出る調理くずや給食の食べ残しに、公園や街路樹から出る剪定枝をチップ化したものを混合し、堆肥化しています。できあがった堆肥「とよっぴー」は、アジェンダ 21・花と緑のネットワークとよながが土壌改良材として、学校・保育所、市内などの農家のほか、各種イベント等で市民などに配布・頒布しています。	約 108 トン	豊中市の学校給食センターから出る生ごみ全量を堆肥化することができており、活用に對しての安定した供給と資源循環啓発に努められています。	○
		7	行	エコクッキング	減量推進課				●	●	●	●	●	市民の皆さんの「もったいない」の意識を高め、食品ロス・ゼロに向けた取り組みを推進します。具体的には、料理の際、食材をできる限り全て利用するエコクッキングを開催しています。	調理実習講座は計 4 回実施。 「親子でわくわくエコクッキング」3 回実施。参加者計 30 組 70 人。 「エコクッキング講座」（豊中エコショップ制度認定店による講座）参加者 14 人	調理実習講座を通じ、参加の市民に「もったいない（食べ残し・食品ロス）」について考えていただく機会になり、講座後、課内の他のイベント参加にもつながっています。親子向け講座は毎回定員を超える申込みがあります。 今後も継続実施していきます。 （平成 26 年度は 4 回実施予定）	◎

基本目標	基本方針	事業等			所管	新規*	妊娠期	幼年期	少年期	青年期	壮年期	中年期	高年期	内容	25 年度実施状況	評価・考察	今後の方向性
IV 食べるもの、食えることを大切にしよう	b 環境教育・環境学習の促進	8	行	sumusumu（スムスム）の活用	減量推進課		●	●	●	●	●	●	●	収納のコツ・豊中市内で 1 日に排出されるなどごみの量・ごみの減量やリサイクルに取り組む団体の紹介など、様々な視点からごみの減量について掲載している小冊子です。 食育関連では、食材の無駄を減らすエコレシピや豊中市内で 1 日に排出される手つかずの食品の量などを掲載しています。 平成 24 年度に豊中市提案公募型委託制度により、NPO 法人とよなか市民環境会議アジェンダ 21 と協働で作成しました。	配布先：こぐまグループ パンダグループ 3 歳半健診 離乳食講座	子育て関係部局と連携して、配布し、発行部数 4000 冊は配布完了しました。 平成 26 年度は食育の視点からのごみ減量について保育所・幼稚園の年長児対象の絵本の部分と保護者向けの内容の部分がリーフレットの作成を予定し、出前講座への展開も検討しています。	◎
		9	教	保育、教育の中で食の循環に関する取り組み	各保育所・園 小学校 あゆみ学園・しいの実学園 豊中市私立幼稚園連合会加盟幼稚園			●	●					保育・教育の一環として行う野菜や稲の栽培時に、野菜くず・落ち葉を活用した堆肥を使うことで、ごみの減量に取り組むとともに、食の循環を体現し自然の恵みに感謝する気持ちを育んでいます。	季節折々の野菜（いちご、さつまいも）や稲の栽培を年間計画して実施。収穫したものを給食の食材に使用したりしています。 取り組みたい課題だが具体的にはできていない。落ち葉を畑に肥料として使う。とよっぴーを使用して、給食食材用の野菜を育て、収穫。	堆肥作り菜園活動、収穫、クッキングと一連の体験をすることで「食を営む力」を育むことに努めています。 園の畑なので成長の過程を身近に感じることができました。子どもたちと落ち葉を拾うことは良い。	○
		10	教	とよっぴー（生ごみ・剪定枝堆肥）で作った市内農作物を給食食材として使用する「食のリサイクル」の取り組み	保育幼稚園室			●	●					とよっぴー（給食から出る生ごみ・剪定枝堆肥）で作った市内農作物を給食で使用しています。	保育所では、玉ねぎを使用しています。	地産地消の取り組みの大切さが保育所全体に浸透できています。	○
					学校給食室			●	●					とよっぴー（給食から出る生ごみ・剪定枝堆肥）で作った市内農作物を給食で使用しています。	全小学校 41 校で実施	安心・安全な食の提供と地産地消の取り組みとして有効です。	○
		11	地	豊中みどりの交流会	公園みどり推進課				●	●	●	●	●	市民や市民団体との協働により、小学校、保育所や授産施設等でみどりのカーテンづくり（ゴーヤの栽培）の取組みを支援しています。収穫したゴーヤは、小学校などにおいて、食育として活用されています。	小学校 30 校 保育所・授産施設等 38 施設	みどりのカーテンづくりに取り組む小学校等の数が増加傾向にあることから、取組みに対する理解が得られているものと考えられます。	○

基本目標	基本方針	事業等			所管	新規*	妊 娠 期	幼 年 期	少 年 期	青 年 期	壮 年 期	中 年 期	高 年 期	内容	25 年度実施状況	評価・考察	今後の 方向性
IV	b	環境教育・環境学習の促進	食 べ る も の 、 食 べ る こ と を 大 切 に し よ う	12	行	緑と食品のリサイクル プラザ見学対応	NPO 法人とよなか 市民環境会議アジェ ンダ 21・花と緑のネ ットワークとよなか 公園みどり推進課							見学者に対する有機性資源循環の仕組み と食の重要性の啓発を行っています。	30 回、599 人	農体験学習を合わせたもの には安定した需要があり、学校か らの見学の際には、目に見える 形で堆肥「とよっぴー」の活用 を理解してもらうため、紙芝居 をするなど工夫した内容とし ています。	○
				13	行	堆肥化講習会	NPO 法人とよなか 市民環境会議アジェ ンダ 21・花と緑のネ ットワークとよなか 公園みどり推進課							家庭向け堆肥づくり講習会を行うこと により、生ごみの発生抑制、家庭菜園での 堆肥活用を推進しています（アジェンダ 21 により指定管理者事業として実施）。	16 回、157 人	定期的な開催のため、少人数と なっている現状がありますが、 密に参加者と話し合うことが でき、好評を得ています。 また、啓発イベント時には、生 ごみ堆肥づくりの実演も行い ました。	○
				14	行	野菜作り講習会	NPO 法人とよなか 市民環境会議アジェ ンダ 21・花と緑のネ ットワークとよなか 公園みどり推進課							有機性資源を活用した上手な野菜づくり の講習会を開催しています（アジェンダ 21 により指定管理者事業として実施）。	3 回、20 人	堆肥「とよっぴー」を活用した 減農薬・有機性資源栽培の講座 等を開催することにより、自産 自消を推進し、食への関心も高 めています。	○
				15	行	講座型環境学習	NPO 法人とよなか 市民環境会議アジェ ンダ 21・花と緑のネ ットワークとよなか 公園みどり推進課							希望する小学校等に出向いて、主に 4 年 生・5 年生を対象に、生ごみの発生抑制 や資源循環を推進するため、米づくり・ 食品ごみ・地産地消などをテーマに講座 を実施しています（アジェンダ 21 によ り指定管理者事業として実施）。	27 回、1,749 人	資源循環に対する関心の高ま りに伴い、学校菜園活動を行っ ている学校の講座型環境学習 の機会が増加しています。	○
				16	行	農体験学習	NPO 法人とよなか 市民環境会議アジェ ンダ 21・花と緑のネ ットワークとよなか 公園みどり推進課							①希望する小学校等に出向いて、主に 4 年生・5 年生を対象に、野菜の植え付け・ 収穫などの農体験学習を実施しています （アジェンダ 21 により指定管理者事業 として実施）。 ②親子や児童・生徒などに対し、「とよ っぴー農園」において、野菜の植え付け・ 収穫などの農体験学習を実施しています （アジェンダ 21 により指定管理者事業 として実施）。	①農体験学習（小学校等）：32 回、 2,247 人 ②農体験学習（とよっぴー農園）： 21 回、700 人	児童を対象とした農体験学習 は安定した需要があり、親子を 対象としたシリーズ制の収穫 イベント等は、都市部で農業を 学べるという点からも好評で す。	○

基本目標	基本方針	事業等			所管	新規*	妊 娠 期	幼 年 期	少 年 期	青 年 期	壮 年 期	中 年 期	高 年 期	内容	25 年度実施状況	評価・考察	今後の 方向性
IV 食 べ る も の 、 食 べ る こ と を 大 切 に し よ う	b 環 境 教 育 ・ 環 境 学 習 の 促 進	17	地	とよっぴー祭り	NPO 法人とよなか 市民環境会議アジェ ンダ 21・花と緑のネ ットワークとよなか 公園みどり推進課		●	●	●	●	●	●	●	豊中産もち米を使用した餅つきや、とよ っぴー農園でのいも掘り体験など、食と 資源循環について楽しく学べる様々なイ ベントを実施しています（アジェンダ 2 1 他と共催）。	約 5 5 0 人	毎年、好評なイベントですが、 当日が雨であったため、例年よ り参加者が少ない状況でした が、その分、一人ひとりに丁寧 な啓発ができました。	○
		18	地	とよっぴー展	NPO 法人とよなか 市民環境会議アジェ ンダ 21・花と緑のネ ットワークとよなか 公園みどり推進課		●	●	●	●	●	●	●	堆肥「とよっぴー」の製造に関するパネ ル展示や、粃すり機などの農機具、給食 の食べ残しの実物などを展示しています （アジェンダ 2 1 と共催）	3 1 5 人	給食の食べ残しの実物展示や、 試供品の配布等により、毎年、 多くの市民に立ち寄っていた だいており、資源循環について 学んでいただいています。	○
		19	地	とよっぴー倶楽部	NPO 法人とよなか 市民環境会議アジェ ンダ 21・花と緑のネ ットワークとよなか						●	●	●	市の堆肥化事業の市民応援団を組織し、 有機性資源の活用を推進しています。年 会費 1,000 円で、主に堆肥「とよっぴー」 の頒布日に受け付けています。また、年 4 回のニュースレターを発行・郵送して います。	会員数：5 7 人	市の堆肥化事業を通して学校 給食の現状や市内の農家の地 産地消の取組みなどを知って もらい、食への関心を高めてい ます。	○
		20	地	生ごみ堆肥化容器等助 成	NPO 法人とよなか 市民環境会議アジェ ンダ 21・花と緑のネ ットワークとよなか 公園みどり推進課						●	●	●	家庭での生ごみの堆肥化活動を支援する ため、堆肥化資材の提供や、容器等の購 入費の助成などを行っています。	ダンボール資材：22 件、密閉パケ ツ：2 件、コンポスト：1 件、電動 処理機：0 件	気軽に取り組めるダンボール 箱での堆肥づくりを中心に、継 続して活動を支援することが できています。	○
		21	地	堆肥使用野菜等の学校 等給食提供	NPO 法人とよなか 市民環境会議アジェ ンダ 21・花と緑のネ ットワークとよなか 公園みどり推進課				●					豊中市内の農家の協力をいただき、市で 製造した堆肥「とよっぴー」を使って育 てた米・野菜を学校等の給食に提供し、 地産地消の取組みを行っています。	79 回、12 種類	協力農家の増加に伴う提供品 種の多様化、学校・保育所の給 食への玉ねぎの一斉提供など により、提供実績は飛躍的に伸 びています。	○
		22	地	食育フォーラム	NPO 法人とよなか 市民環境会議アジェ ンダ 21・花と緑のネ ットワークとよなか	*	●	●	●	●	●	●	●	農林水産省「農のある暮らしづくり交付 金事業」により実施。	11 月 2 日(土) 環境交流センター 「いまでしよう！知ること・学ぶこ と・進めること」(参加者 49 名)を テーマに開催しました。 付帯事業として、地場産野菜市およ び堆肥化実演を実施しました。(参加 者 81 名)	食育に関係する団体等の参加 者に加えて、一般の参加者も多 く見られ、関心の広がりを感じ ることができました。	完

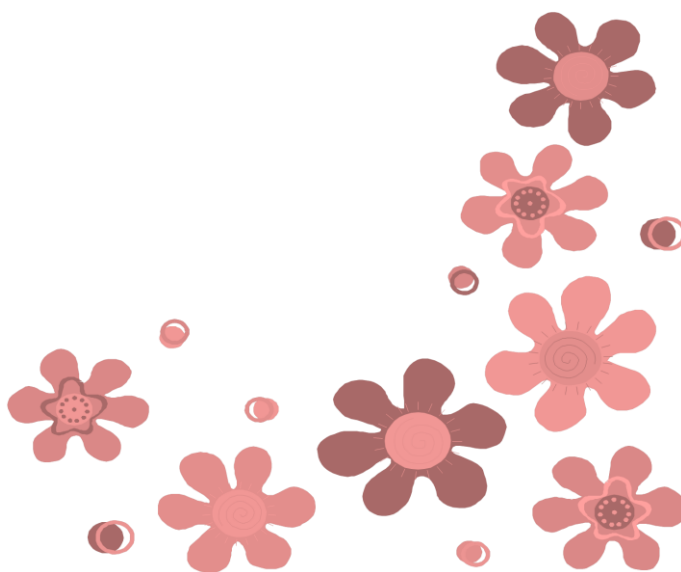
基本目標	基本方針	事業等			所管	新規*	妊娠 期	幼年 期	少年 期	青年 期	壮年 期	中年 期	高年 期	内容	25 年度実施状況	評価・考察	今後の 方向性
IV 食べるもの、 食べることを大切にしよう	c 地産地消の推進	1	行	豊中市農業経営者協議 会との協働による都市 農業の振興	農業委員会事務局					●	●	●	●	①部会ごとに事業を実施しています。 ○指導者部会－協議会の基本事項等につ いて協議。 ○研究部会－豊中まつり、農業祭におい て新鮮野菜を安価で販売。市民農園技術 指導、農業講座等を実施。 ○花卉部会－花卉の栽培技術の向上等の 調査、研究を実施。 ②上記事業を実施している協議会との連 携・協働による地産地消の推進、都市農 業・食育の啓発を行っています。	豊中まつり、農業祭における豊中産 野菜の直売 学校給食副食用野菜の出荷 農業先進地技術交換会の実施 市民農園の技術指導（平成 25 年度 15 農園）	地産地消の協力者が少しずつ 増加していますが、農業者の高 齢化に伴い、いつまで続けてい くことができるかが課題です。	○
		2	地	地産地消バザー	とよなか消費者協会						●	●	●	地産地消の推進を目的に、くらしかんの 「生活情報ひろば事業」の一環として実 施している地産地消バザーを実施してい ます。 （とよなか消費者協会に委託）	毎月第 2 水曜にくらしかん生活情報 ひろばで、豊中消費者協会が核にな って企画・担当「地産地消イベント」 を開催しています。	地産地消を啓発できました。	○
		3	地	堆肥使用野菜等の頒布	NPO 法人与よなか 市民環境会議アジェ ンダ 21・花と緑のネ ットワークとよなか 公園みどり推進課						●	●	●	地産地消の推進を目的に、くらしかん(第 2 水曜日) や、さわ病院（第 4 木曜日）、 環境交流センター（第 3 土曜日）など で市で製造した堆肥「とよっぴー」を使 って育てた野菜等を頒布しています。	42 回、1,976 人	堆肥「とよっぴー」を使って育 てた野菜等を提供していただ ける協力農家の増加に伴い、安 全・安心な野菜を届ける頒布会 も充実・定着し、消費者からは 好評を得ています。	○
		4	地	豊中産大根の試食	とよなか消費者協会 農業委員会事務局		●	●	●	●	●	●	●	農業祭で市民 300 人に大根炊きをして 試食していただきました。	11 月 23 日(祝) 豊島公園にて開催 した農業祭(来場者 3,000 人)におい て大根炊き(豊中産)を市民 300 名に 試食していただきました。	地産地消を啓発できました。豊 中産農産物の啓発と美味しく 食べる喜びにつながる取り組 みと考えます。	○
		5	地	桜井谷あおぞら朝市	桜井谷あおぞら朝市 運営委員会		●	●	●	●	●	●	●	桜井谷地域を中心にした地場野菜等を販 売する朝市を毎月第 1,3 土曜日（7 月、 8 月は毎週）午前 9 時（夏期は 8 時半） から JA 大阪北部桜井谷支店駐車場で開 催しています。	3 1 回開催 毎月、1 日（ついたち）稲荷神社で も実施しました。	地産地消の推進として十分に 成果はあがっています。	○

基本目標	基本方針	事業等			所管	新規*	妊娠期	幼年期	少年期	青年期	壮年期	中年期	高年期	内容	25 年度実施状況	評価・考察	今後の方向性
V 歯や口の健康を維持・増進しよう	a 歯科疾患の予防	1	行	①「にこりちゃん歯科健診」 ②「パパ・ママ歯科相談」	保健予防課			●		●	●			1 歳 6 か月児健診の結果ハリスと判定された幼児とその保護者を対象に、個別相談や健診を、3 会場で実施しています。	①「にこりちゃん歯科健診」24 回 672 人 ②「パパ・ママ歯科相談」24 回 224 人	食育推進の目標に沿った指導・助言を行っています。	○
		2	行	歯科健診時の保健指導	保健予防課			●		●	●			歯科医師や歯科衛生士による相談や保健指導を行っています。	歯科医師や歯科衛生士による相談や保健指導を行いました。	食育推進の目標に沿った指導・助言を行っています。	○
		3	教	歯科健診の実施	保育幼稚園室, 教育推進室 豊中市私立幼稚園連 合会加盟幼稚園		●	●	●					虫歯の早期発見、受診勧告を目的とした 歯科健診を実施しています。	年 1 回（5～6 月）実施	お口の健康の維持・増進に努めました。虫歯の早期発見により 子どもの健康増進に有効です。 健診結果を見て保護者も関心 が高まっています。	○
		4	教	歯みがき指導	豊中市民間保育園連 合会加盟保育園、市 立幼稚園・各保育所、 豊中市私立幼稚園連 合会加盟幼稚園			●						昼食やおやつの後に行う年齢に応じた歯 みがき指導を行っています。	同左	昼食後の歯みがき習慣がついた。	◎
		5	地	お口の健康づくり講習 会の普及	老人クラブ連合会								●	お口の健康づくり「ごっくん・にっこり 体操」の普及のため DVD の配布	既に配布済みの DVD 普及のため、 連合会、女性部会、若手部会が中心 となり各所で講演会を実施中。市老 連で開催の行事、催しで之の普及を している。	好評。更にキメ細やかく市内各 地で開催したい。	○
		6	教	歯の保健巡回指導	(一社)豊中市歯科医 師会、 豊中市学校歯科医会				●					児童が歯の健康に関する知識と関心をもち、 歯の健康の維持と病気の予防を実践 できる能力を身につけることを目的と し、歯科衛生士専門学校の協力のもと、 2 年サイクルで市立全小学校に保健巡回 指導を実施しています。	歯科衛生士専門学校 5 校により、23 校にて実施。	今後も引き続き実施していきたい。	○
		7	教	幼稚園・保育所歯磨指 導	(一社)豊中市歯科医 師会			●						ライオン歯科衛生研究所のご協力のもと、 豊中市内の幼稚園、保育所で歯磨指 導を実施しています。	4 園所にて、390 人に実施。	今年度も 30 を超える園所より ご応募を頂き、なかなかご希望 に沿えない状況が続いている。	△
		8	地	発達障がい者・高次脳 機能障がい者等 8 0 2 0 運動推進特別事業	(一社)豊中市歯科医 師会					●	●	●	●	高次脳機能障がい者施設と連携し、施設 職員への講話会、口腔ケア指導（事前研 修）、入通所者への歯科健診等（実地研 修）を実施しています。	24 年度で完了		完

基本目標	基本方針	事業等			所管	新規*	妊娠 期	幼年 期	少年 期	青年 期	壮年 期	中年 期	高年 期	内容	25 年度実施状況	評価・考察	今後の 方向性
V 歯や口の健康を維持・増進しよう	b 歯や口の健康づくりに関する情報提供と普及啓発	1	行	マタニティママのデ ンタル教室	保健予防課		●							妊婦を対象に、歯科衛生士による妊娠期 からのお口の健康づくりの話や、歯みが きとデンタルフロスの実習を行っていま す。隔月に 1 回。	年 11 回 98 人	25 年度からカンガルー教室 (妊娠期の栄養・食生活) と同 日開催にしました。その結果、 1 日で 2 つのメニューが受講 できるなど利便性が高まりま した。さらに、カンガルーのつ いでに受講する人もおり、歯科 に関心が低い妊婦にもアプロ ーチすることができました。一 方、受講数の伸びにはつながら なかったため、引き続き検討が 必要です。	○
		2	行	すくすくよい歯の教室	保健予防課			●						乳幼児期の歯科保健に関する知識の普 及、啓発(講話・健診)。3 会場で実施 しています 予約制。13 年度より内容 を見直し、1 回 2 日制に変更しまし た。15 年度より、内容を維持しつつ、受講者 の利便性を考え、1 回 1 日制に変更しま した。	年 26 回 680 人	地域の講座で教室の紹介をす すめた結果、受講数が若干増加 しました。内容など引き続き検 討していきます。	○
		3	行	高校生と作るお口の健 康づくりパネルシアタ ー(食育媒体作成プロ ジェクト)	保健予防課			●		●				幼児を対象にしたお口の健康づくりパネ ルシアターを高校生が企画・作成し、高 校の文化祭や幼児対象のイベントなど で高校生が幼児に歯科保健啓発活動を実施 しました。((一社)豊中市歯科医師会協 力)	24 年度で完了		完
		4	行	保育施設との協働企画 幼児の食育を支える歯 や口の健康づくりの取 り組み	保健予防課			●						保育園(所)・幼稚園と協働し、保護者 に対する啓発(啓発ポスター掲示、啓発 リーフレットの配布)と、職員への情報 提供(研修会の開催、指導用資料等の配 布)を実施しました。(食育推進協議会 協力)	ポスターの掲示 市内 91 園 啓発リーフレット 約 1 万枚 職員向け研修会 受講者 53 名	保育施設と協働したことで、施 設職員への情報提供機会を得 ることができました。	○

基本目標	基本方針	事業等			所管	新規*	妊娠 期	幼年 期	少年 期	青年 期	壮年 期	中年 期	高年 期	内容	25 年度実施状況	評価・考察	今後の 方向性
V 歯や口の健康を維持・増進しよう	b 歯や口の健康づくりに関する情報提供と普及啓発	5	行	いきいきシニアのためのお口の健康づくりハンドブック	地域保健課								●	「食」を支えるお口の健康づくりに役立つ情報を提供しています。	高年期などの地域教育活動で活用。また、介護予防事業である『健康カレッジ』で受講者に配布。豊中市老人クラブ連合会単位クラブ役員研修会では「ごっくんにっこり体操」を実演・解説し、DVD を 150 枚配布	ハンドブックや DVD の提供希望も多数あり。高齢者をはじめとした効果的な啓発となっている。	○
		6	地	よい歯の集い	(一社)豊中市歯科医師会、 豊中市学校歯科医会		●	●	●	●	●	●	●	口腔衛生の啓発を目的に、歯と口の健康週間（6 月 4 日～10 日）にちなんで、小学校を会場に、啓発イベント、学校歯科医による講演、歯科医を講師とする特別授業参観等を実施。	新田小学校で開催。 総来場者数 1,662 人。	さらなる口腔保健衛生啓発に努力していきたい。	○
		7	地	よい歯の高齢者 8020 表彰	(一社)豊中市歯科医師会								●	80 才以上で 20 本以上歯のある市民を対象に公募。アクア文化ホールにて受賞者を一同に会し表彰式を開催しています。	受賞者 152 名 アクア文化ホールにて表彰式を開催	今年度も多数のご応募を頂き、8020 運動がひろく市民にひろまっていることを実感できた。	○
		8	地	よい歯のコンクール	(一社)豊中市歯科医師会			●						大阪府主催の「全大阪よい歯のコンクール」の地区審査会を保健予防課と協力し、3 歳半健診を受診した幼児と保護者を対象にコンクールを実施しています。	豊中市医療保健センターにて豊中市地区 2 次審査をおこなった。	全大阪大会に出場された 3 組の内、1 組が優良親子に選出された。	○
		9	地	豊中市民健康展	(一社)豊中市歯科医師会		●	●	●	●	●	●	●	豊中市医師会・薬剤師会とともに主催。歯科ブースでは歯科健診、歯磨指導、フッ素塗布などを実施しています。	歯科ブースでの総のべ来場者数は 1,528 名。	さらなる口腔保健衛生啓発に努力していきたい。	○

Ⅲ. その他（食育関連の情報提供等）



食育推進貸出グッズ一覧

貸し出しを希望される方は、保健企画課 栄養士（6152-7309）へお問い合わせください。
使用目的によっては、貸し出しをお断りする場合があります。ご了承ください。

グッズ名、(所管)	概要
食育のぼり・旗 (保健企画課)	食育シンボルマーク・キャッチフレーズの入ったのぼりと旗。  旗：5枚、ひもつき (縦約 90cm×横約 160cm)  のぼり ：50本 ポールつき (縦約 150cm ×横約 45cm)
食育ジャンパー (保健企画課)	食育シンボルマーク・キャッチフレーズの入ったジャンパー（50枚）（色：ピンク、素材：ナイロン） イベント等で、スタッフジャンパーとしてお使いください。  背面  前面
豊中市食育推進計画 パネル (保健企画課)	食育推進計画概要版（B3,カラー）12枚1組   ＊第2期豊中市食育推進計画の概要がわかるパネルです。イベントや講座のときの展示用です。

グッズ名、(所管)	概要
お口の健康づくりパネルシアター (保健予防課)	『にこりちゃんとぴかりくんの大冒険』 * 「カムカムの街」や「おやつの街」などいろいろな街を通りにこりちゃんとぴかりくんが探検をして学びながら、丈夫な歯を持つ元気な子どもの国に向かって進んでいくストーリーです。 ・パネルシアター絵人形 ・パネルシアターステージ ・台本 ・演じ方DVD ※「にこりちゃん・ぴかりくんの大冒険」作成希望の方もご連絡ください。
そのまんま料理カード (保健予防課)	・ちょっぴりごちそう編 ・食事バランスガイド編 ・3皿でバイキング編 ・菓子飲み物カード (群羊社) * 実物大の料理カードです。重たくないので、持ち運びしやすいです。料理を例示しながらお話しするときに使っています。
食事バランスガイド掛け図 (保健予防課)	縦約100cm ×横約120cm 布タイプ * バランスガイドについて説明するときに使います。大きいサイズなので、講義のときなどに使うことができます。巻いて持ち運びすることができます。

グッズ名、(所管)	概要
食育エプロン (保健予防課)	エプロンシアター 「早ね早おき朝ごはん」 ～生活習慣からはじめる食育～ 演じ方 DVD 付 (メイト)  「味覚を育てる食育エプロン」 ～味覚・歯と口の衛生～ (メイト) おいしく楽しく食べる ためのお口の健康づく りについてのお話です  *エプロンのポケットから色々なものを取り出して、エプロンにはりつけたりしながら話します。一人で劇のように演じることができます。幼児向けのお話に向いています。
まめつまみセット (保健予防課)	セットの内容 (6 セット) ・ 塗箸 1 ・ 割り箸 1 ・ 器 4 ・ 小豆 30g ・ 大豆 30g ・ スーパーボール 25 個 セットの他に、・キッチンタイマー 2 個 *まめつまみゲームができます。豆などを箸で器から器にうつし、制限時間内に何個うつすことができたかをみるゲームです。盛り上がること間違いなし！ 
私たちのからだをつくる食べ物のはなし (保健予防課)	パワーポイント資料 * 3 色栄養などについて学ぶことができます。小学校高学年向け、4 5 分くらいの講座に使えるシナリオつき。アニメーションを多用しているので、楽しく講座ができます。CD-ROM でお貸ししますので、全部または一部コピーして使ってください。 

グッズ名、(所管)	概要
お口の体操人形けいすけ君 (保健予防課)	・ 取り外せる歯や動く舌がついている人形です。  * 舌や口唇の体操などを指導する際に使います。
顎模型と歯ブラシ模型 (保健予防課)	・ 20×15×15cm プラスチックの顎模型 ・ 23cm プラスチックの歯ブラシ模型  * 歯磨き指導の時に使います。
口腔内カメラ (保健予防課)	小さなカメラをお口の中に入れ、9インチ程度のモニターでお口の中の状態を見ることができます。 (3台) 
よい歯のつどいカルタ (保健予防課)	B4サイズラミネート 読み札 50枚、取り札 50枚  * 平成21年度に庄内西小学校で行われた「よい歯のつどい」に展示された庄内西小学生作のカルタです。 ひらがなの読めない子どもでも取れるように、読み札の裏側に取り札と同じ絵を印刷しています。
はてなボックス (学校給食室)	* クイズをしながら食育カードを入れると?ボックスの中でくるとひっくり返り、答えが出てきます。 

グッズ名、(所管)	概要
紙芝居 (学校給食室)	* 紙芝居 A2 サイズの手づくり紙芝居 15 種類あります。  けんいち君とまさお君のふたごの兄弟が、お皿ののって野菜の国へ行きました。 そこで人参君や玉ねぎ君の話聞き、今まで野菜が嫌いよくカゼをひいていたまさお君も、がんばってたべるようになり元気になりました。 ・ 太郎君のむし歯 ・ 牛乳のおはなし ・ 食べもの大行進 ・ はな子さんの運動会 ・ ケンちゃんのぼうけん ・ ステップ ララちゃん ・ 牛乳をのもう ・ なんでも博士のロボット ・ 行こう！栄養の国へ ・ 楽しい給食 ・ まほうのサラスケ君 ・ みんな なかよし ・ 王子様の旅 ・ 栄養ってなあに？ ・ あさごはんを食べよう
とよっぴー (豊肥) (公園みどり推進課)	2.5kg・3kg (イラスト入り袋) 10kg (透明袋) * 「食の循環」に関する環境教育 (食育) 授業などに使うことができます。袋詰めしたものをお渡しします。 
緑化用バーク (公園みどり推進課)	「剪定枝チップ」に少量の「とよっぴー」を混合してたい肥にしたもので、菜園・花壇等の土壌改良材として使用できます。 公益活動を目的とする団体が所有・管理する施設や、公共団体が設置・管理する施設等に年間計画に基づき配付します。 

グッズ名、(所管)	概要
食育推進のための安全安心ハンドブックⅡ(冊子, パネル) (保健企画課)	食中毒を予防して安全で安心な食育活動を継続的に行っていただくために作成しました。 地域のお祭りや、イベントなどで模擬店をしたり、調理実習をするときなどに活用していただくため配布します。 (配布数は応相談) ↑ ハンドブックパネル (B3,カラー) 20 枚 1 組 手洗いの方法、調理器具の洗い方など、必要な部分だけ掲示することも可能です。
消費者協会食育パネル (とよなか消費者協会)	・なにわの伝統野菜って? (B1 サイズパネル 2 枚) ・大阪特産物カード (A3 サイズ 22 枚) ・地産地消の推進 (A1 サイズパネル 1 枚) ・大阪エコ農産物とは (A2 サイズパネル 1 枚) ・なにわの伝統野菜について (A2 サイズパネル 1 枚) ・日本各地の郷土料理 (A3 サイズ) なにわの伝統野菜って? → 地産地消 の推進→ 日本各地の郷土料理 ↑ 大阪特産物カード ↑ * イベント等で展示することができます。

グッズ名、(所管)	概要
我が家の料理レシピパネル (とよなか消費者協会)	A 3 サイズラミネート 5 3 枚 * とよなか消費者協会会員が我が家の自慢の料理を持ちよって試食し、写真とレシピをパネルにしました。イベント等で展示することができます。 
お口の健康づくりハンドブックパネル (とよなか消費者協会)	A 3 サイズラミネート 2 4 枚 * お口の健康づくりハンドブックをパネルにしました。イベント等で掲示することができます。 お口の健康体操や、よく噛んで食べるメニューなどが載っています。 
まるごとおいしい食育推進ハンドブックパネル (とよなか消費者協会)	A 3 サイズラミネート 2 4 枚 * まるごとおいしい食育推進ハンドブックをパネルにしました。イベント等で掲示することができます。季節ごとのメニュー、お手軽料理、豊中市内の食育実践のヒントなどが載っています。 
手洗いチェッカー (衛生管理課)	専用のローションを手に塗り込み、通常の手洗いを行います。 洗った手をブラックライトにかざすと、洗い残した部分が白く浮かび上がります。  汚れの残りやすい箇所を目で見えて知ること、楽しみながら正しい手洗いの方法が学べます。

グッズ名、(所管)	概要
フードモデル (保健企画課)	実物大の食玩。食品の中に含まれる砂糖・油・塩の量が目で見て分かります。とても軽いので、持ち運びも容易です。 ①砂糖に気を付けようシリーズ (3種類) …缶コーラ、缶コーヒー(加糖)、オレンジジュース 砂糖や油の量が一目瞭然！ ②油に気を付けようシリーズ (3種類) …ポテトチップス、チョコレート、クロワッサン ③塩に気を付けようシリーズ (3種類) …インスタントヌードル、フライドポテト、ハンバーガー 表示カードはこども向けと大人向けがあり、裏返せば対象年齢に合わせた内容になります。

グッズ名、(所管)	概要
パソコン・プロジェクターほか (保健企画課)	・ノートパソコン(東芝 dynabook) …OS : Windows8.1 …Microsoft Office Home and Business 2013 搭載 (Word / Excel / Powerpoint / OneNote 使用可) …DVD 視聴可 ・小型プロジェクター(エプソン) (スピーカー機能付き) ・80 型スクリーン(持ち運び可能) ・ディスプレイケーブル(10m) ・レーザーポインタ 5 点 1 セットで、キャリーケースに入れて貸し出します。 * 食育関係であれば広く貸し出しが可能ですので、研修会等の開催時にご活用ください。 * これらの物品は、大阪ガスグループ “小さな灯” 運動北東部支部様よりご寄付いただきました。

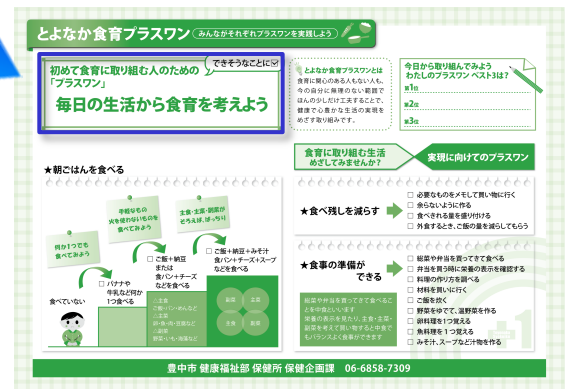
とよなか食育プラスワンシート

平成25年度に作成したプラスワンシートを掲載しています。コピー等ご自由にご利用ください。

■ プラスワンシート一覧

- 初めて食育に取り組む人のためのプラスワン
- 自分の身は自分で守るためのプラスワン
- 3～5歳ごろのお子さんのためのプラスワン
- 健康増進のためのプラスワン
- 輝く女性のためのプラスワン
- 中学生の食生活のためのプラスワン
- 子どもと学ぶ安全・安心のためのプラスワン
- 忙しい中学生のためのプラスワン
- 食べることから環境を考えるためのプラスワン

プラスワンシートのタイトルは、
左上に記載されています。



データは、豊中市ホームページにあります。以下をご参照のうえ、ぜひご活用ください。

市ホームページ（トップページ）

- ▶ 健康・福祉・医療 ▶ 健康・保健衛生（保健所）
 - ▶ 食生活・栄養 ▶ 食育 ▶ とよなか食育プラスワン

ホームページアドレス

http://www.city.toyonaka.osaka.jp/kenko/kenko_hokeneisei/shokus_eikatsu_eiyo/shokuiku/purasuwannsito.html

とよなか食育プラスワン

みんながそれぞれプラスワンを実践しよう



初めて食育に取り組む人のための
「プラスワン」

できそうなことに☑

毎日の生活から食育を考えよう



とよなか食育プラスワンとは
食育に関心のある人もない人も、
今の自分に無理のない範囲で
ほんの少しだけ工夫することで、
健康で心豊かな生活の実現を
めざす取り組みです。

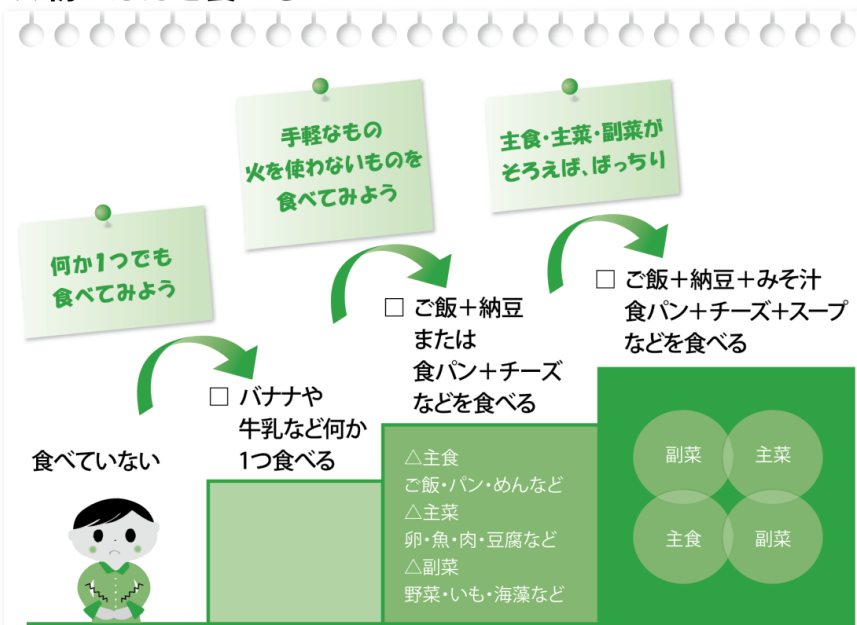
今日から取り組んでみよう
わたしのプラスワン ベスト3は？

第1位

第2位

第3位

★朝ごはんを食べる



食育に取り組む生活 めざしてみませんか？

実現に向けてのプラスワン

★食べ残しを減らす

- ☐ 必要なものをメモして買い物に行く
- ☐ 余らないように作る
- ☐ 食べきれぬ量を盛り付ける
- ☐ 外食するとき、ご飯の量を減らしてもらう

★食事の準備が できる

総菜や弁当を買ってきて食べるこ
とを中食といいます
栄養の表示を見たり、主食・主菜・
副菜を考えて買い物すると中食で
もバランスよく食事ができます

- ☐ 総菜や弁当を買ってきて食べる
- ☐ 弁当を買う時に栄養の表示を確認する
- ☐ 料理の作り方を調べる
- ☐ 材料を買いに行く
- ☐ ご飯を炊く
- ☐ 野菜をゆでて、温野菜を作る
- ☐ 卵料理を1つ覚える
- ☐ 魚料理を1つ覚える
- ☐ みそ汁、スープなど汁物を作る

Toyonaka
Seikaku

とよなか食育プラスワン

みんながそれぞれプラスワンを実践しよう



自分の身は自分で守るための「プラスワン」

自宅でも、外出先でも災害に備えよう！
家庭での食品・消耗品の備蓄は
感染症の流行時にも役立ちます

できそうなことに☑



とよなか食育プラスワンとは
 食育に関心のある人もない人も、今の自分に無理のない範囲でほんの少しだけ工夫することで、健康で心豊かな生活の実現をめざす取り組みです。

今日から取り組んでみよう
 わたしのプラスワン ベスト3は？

第1位

第2位

第3位

① 外出時も安心。いつものバックで持ち歩き 就寝時は枕元に

- | | |
|--------------------------------------|--|
| ☐ 飲料水 | ☐ ティッシュペーパー・ウエットティッシュ |
| ☐ 飴や塩(携帯食) | ☐ 筆記用具(メモ・油性ペンなど) |
| ☐ 笛や鈴 | ☐ 携帯電話 |
| ☐ 常用薬 | |
| ☐ 財布(硬貨含む) | |
| ☐ マスク | |
| ☐ 雨具 | ☐ ばんそうこうなど救急用品 |
| ☐ 歯みがきセット | ☐ 運転免許証などの身分証明書 |
| ☐ 絹のスカーフ(防寒用) | ☐ ポリ袋(大・中・小) |
| ☐ ミニはさみ | |
| ☐ 携帯用箸・スプーン | ☐ 大判ハンカチ |

連絡用・情報用・懐中電灯代わり・カメラとしても使用可

三角巾や包帯、マスク代わりに

食品、水の持ち運び・荷物の仕分けや敷物・ゴミ袋など多機能

② 一時避難持ち出し袋に準備

リュックサックなどに入れて、玄関や車のトランクなど持ち出しやすい場所に置いておきましょう

- | | |
|--|-----------------------------------|
| ☐ 携帯電話の充電器 | ☐ タオル |
| ☐ 着替え | ☐ 洗面用具や化粧品 |
| ☐ 水ボトル (500ml×家族の人数分) | |
| ☐ ラップ | ☐ 懐中電灯 |
| ☐ 乾電池 | ☐ 携帯ラジオ |
| ☐ カイロ | ☐ 新聞紙 |
| ☐ エマージェンシーブランケット | |



家族の状況に応じて準備
 粉ミルク・おむつ・抱っこひも・
 ともみ剤・介護用品など

③ 家庭にストック

- | | |
|--------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ 水(1人3L×3日分) | ☐ キッチンペーパー |
| ☐ 米・もち・乾めん | ☐ 使い捨て食器 |
| ☐ 小麦粉・片栗粉など | ☐ 洗剤・石けん |
| ☐ 缶詰・レトルト食品 | ☐ 軍手 |
| ☐ 乾物 | ☐ ティッシュペーパー |
| ☐ カセットコンロ | ☐ ポリ袋(大・中・小) |
| ☐ ガスボンベ(3本以上) | ☐ アルミ箔・ラップフィルム |

相愛大学客員教授 坂本廣子さん著「台所防災術—がんばらなくても大丈夫」より引用

とよなか食育プラスワン

みんながそれぞれプラスワンを実践しよう



3～5 歳頃のお子さんのための「プラスワン」

できそうなことに☑

**健康な歯や口で
しっかりかんで おいしく食べよう**

とよなか食育プラスワンとは
食育に関心のある人もない人も、今の自分に無理のない範囲でほんの少しだけ工夫することで、健康で心豊かな生活の実現をめざす取り組みです。

今日から取り組んでみよう
わたしのプラスワン ベスト3は？

第1位

第2位

第3位

こんな歯や口
めざしてみませんか？

実現に向けてのプラスワン

★ 健康な歯



- ☐ 家族みんなで歯みがき
- ☐ フッ素入りハミガキ剤を使う
- ☐ かかりつけ歯医者さんを持つ
- ☐ 保護者による仕上げみがきを習慣にする
- ☐ 甘い飲み物は時間を決めて飲む

「おやつ時間を決める」ことを生活にプラスワンすると、むし歯の予防にもなります。実は、1つのプラスワンから得られる効果は1つだけではないということです。

★ 食事が
おいしい



- ☐ おやつ時間と量を決める
- ☐ 早寝・早起きをする
- ☐ 家族で同じメニューを食べる

★ 食事が
楽しい



- ☐ 家族みんなで食事をする
- ☐ 食事のときはテレビを消す



こんな歯や口
めざしてみませんか？

実現に向けてのプラスワン

★ よくかんでいる



上手にかんで食べる力は、日常の口を使った遊びや動作の中でも育まれます。

- ☐ ゆっくり食事をする
- ☐ よくかめるメニューを取り入れる
- ☐ いろいろな食材を食べる
- ☐ シャボン玉を吹く
- ☐ にらめっこ遊びをする
- ☐ よく話し、よく笑う
- ☐ 楽しく歌う
- ☐ ぶくぶくガラガラうがいをする

幼児は口の力や動きが未熟です。マナーに加え、事故予防のためにも遊び食べは避けましょう。

★ のどに
つめないよう
安全な食べ方が
できている



- ☐ のどにつめないように食べるときは大人がそばにいる
- ☐ 食事やおやつは食卓で食べる
- ☐ 歯の状態に合わせて食品のサイズや硬さを調整する

お問合せ：豊中市 健康福祉部 保健所 保健予防課 06-6858-2802

とよなか食育プラスワン

みんながそれぞれプラスワンを実践しよう



健康増進のための「プラスワン」

基本は食べる・動く・休む
健康的な生活をしてみよう!!

できそうなことに☑



とよなか食育プラスワンとは
食育に関心のある人もない人も、
今の自分に無理のない範囲で
ほんの少しだけ工夫することで、
健康で心豊かな生活の実現を
めざす取り組みです。

今日から取り組んでみよう
わたしのプラスワン ベスト3は?

第1位

第2位

第3位

こんな生活
めざしてみませんか?

実現に向けてのプラスワン

★ 上手に
食べる



- ☐ 食事に野菜を取り入れる
- ☐ 腹八分目を心がける
- ☐ よく噛んで味わって食べる
- ☐ 旬のもの（その時期に安くなる野菜や、果物、魚）を食べる
- ☐ 家族や仲間と一緒に食べる

★ しっかり
動く

日常生活でこまめに体を動かすことが活動量を高めます

- ☐ 1日1度は外に出る
- ☐ 自動車よりも電車・バス
- ☐ できるだけ階段を使う
- ☐ きびきびと掃除や洗濯などの家事をする
- ☐ ストレッチを習慣にする

こんな生活
めざしてみませんか?

実現に向けてのプラスワン

★ ゆっくり
休む

朝日を浴びると体内時計がリセットされ、睡眠の質がよくなります。午前0時までに眠りにつくこと（シンデレラ就寝）でも、良質な睡眠がえられます。

- ☐ 朝日を浴びる
- ☐ めるめのお風呂にゆっくり入る
- ☐ 寝る前はゆったり過ごす
- ☐ シンデレラ就寝をする
- ☐ 気分転換を心がける
- ☐ 趣味を楽しむ

★ 健康を
つくる

- ☐ 定期的に体重計に乗る
- ☐ 年に一度は健診を受ける
- ☐ 情報を正しく理解する
- ☐ 薬とサプリメントとの飲み合わせは、医師や薬剤師に相談する

とよなか食育プラスワン

みんながそれぞれプラスワンを実践しよう



輝く女性のための「プラスワン」

かしこく・楽しく・適度に
めざせ！美Body☆

できそうなことに☑

とよなか食育プラスワンとは
食育に関心のある人もない人も、
今の自分に無理のない範囲で
ほんの少しだけ工夫することで、
健康で心豊かな生活の実現を
めざす取り組みです。

今日から取り組んでみよう
わたしのプラスワン ベスト3は？

第1位

第2位

第3位

内面からキレイ
めざしてみませんか？

実現に向けてのプラスワン

★ かしこく
食べる



- ☐ よく噛んでキレイに
- ☐ 朝食は何か1つでも食べる
- ☐ 菓子パンよりサンドイッチ
- ☐ おにぎりやめん類には
プラスサラダ
- ☐ 不足しがちな栄養素は間食で
- ☐ 腹八分目
- ☐ 外食でもヘルシーに
- ☐ 自分で調理してみよう
- ☐ 色んな食材をまんべんなく

不足しがちな栄養素とおすすめ間食
・カルシウム→ヨーグルト、乳製品
・鉄分→アーモンドフィッシュ、ブルーベリーなど

キレイの一步
めざしてみませんか？

実現に向けてのプラスワン

★ 楽しく暮らす

22時～午前2時までの時間
を睡眠のゴールデンタイム
といいます。

- ☐ 1日30分 リラックス
- ☐ 趣味を楽しむ
- ☐ ゴールデンタイムに寝る
- ☐ 規則正しい生活リズム



★ 適度に動く



- ☐ 早歩きを心がける
- ☐ 大まかで歩く
- ☐ 電車では立つ
- ☐ エスカレーターより階段で
- ☐ 一駅歩いてきれいなBody

とよなか食育プラスワン

みんながそれぞれプラスワンを実践しよう



中学生の食生活のための「プラスワン」

楽しく元気な1日は 規則正しい生活と毎日の食事から

できそうなことに☑



とよなか食育プラスワンとは
食育に関心のある人もない人も、今の自分に無理のない範囲でほんの少しだけ工夫することで、健康で心豊かな生活の実現をめざす取り組みです。

今日から取り組んでみよう
わたしのプラスワン ベスト3は？

第1位

第2位

第3位

こんな食生活
めざしてみませんか？

実現に向けてのプラスワン

★ 昼間の 集中力を 上げる

朝食をとると、朝から脳や体にエネルギーがとどいて、勉強やスポーツに集中して取り組みやすくなります

- ☐ 早寝・早起きをする
- ☐ 朝ごはんを食べる
- ☐ 規則正しい生活をする
- ☐ 昼間によく体を動かす
- ☐ 寝る1時間半前までに夕食を食べ終わる
- ☐ 寝る前にテレビを見たりゲームをしたりしない

寝る前のテレビ・ゲームは、遅寝をまねきやすいです。

★ 食事が 楽しい

- ☐ 食事はだれかと一緒に食べる
- ☐ 自分で料理を作ったり、料理を作る手伝いをしたりする

こんな食生活
めざしてみませんか？

実現に向けてのプラスワン

★ 栄養バランスの よい食事で、 健康な毎日を 過ごす

年をとっても丈夫な骨で過ごすためには、中学生のときに丈夫な骨を作っておくことが大切です。骨を作るもとになる大切な栄養素であるカルシウムが、日本人は不足しています。乳製品をはじめ、色々な食品からとるようにしましょう

- ☐ ごはん・パン・めんなどの主食を毎食食べる
- ☐ 肉・魚・大豆・卵などの主菜を毎食食べる
- ☐ 主菜は肉ばかりにかたよらず、魚や大豆製品も食べる
- ☐ 野菜を毎食食べる
- ☐ 牛乳やヨーグルトなどの乳製品を毎日食べる
- ☐ 果物を1日1回食べる
- ☐ 甘いものや油っこいものはひかえめにする
- ☐ 塩分をひかえめにする
- ☐ 間食や夜食をとりすぎないようにする

お問合せ：豊中市 健康福祉部 保健所 保健予防課

06-6858-2802

とよなか食育プラスワン

みんながそれぞれプラスワンを実践しよう



子どもと学ぶ安全・安心のための「プラスワン」

じょうずに手洗い

めざそう！健康な生活

できそうなことに☑

とよなか食育プラスワンとは
食育に関心のある人もない人も、
今の自分に無理のない範囲で
ほんの少しだけ工夫することで、
健康で心豊かな生活の実現を
めざす取り組みです。

今日から取り組んでみよう
わたしのプラスワン ベスト3は？

第1位

第2位

第3位

ピカピカな手
めざしてみませんか？

実現に向けてのプラスワン

★ 身支度で
サポート



- ☐ 登園時、ハンカチは2枚用意する
- ☐ ポケットティッシュを持たせる
- ☐ 爪を短く切る
- ☐ 清潔な衣服で登園させる
- ☐ 登園前に体調をチェックする

清潔のポイント

- ・きれいに手洗いができても洗った後に清潔なハンカチがなければ、また手は汚れてしまいます。外出時、ハンカチは毎日2枚以上用意しましょう。
- ・細菌やウイルスは、物や手を介しても感染します。
細菌やウイルスの感染症が流行しているときは特に手洗いをていねいに行いましょう。
- ・手洗いにかける時間の目安はせっけんを付けて洗うのに30秒、すすぎに20秒です。30秒はハッピーバースディを2回歌うくらいの時間です。(30秒で歌えるお気

安全な生活
めざしてみませんか？

実現に向けてのプラスワン

★ 環境を整えて
サポート



- ☐ 洗面台に手が届きにくいときは
踏み台を置く
- ☐ 手洗い後は乾いた清潔なタオルを
使う
- ☐ 「ただいま」のあとは「手を洗お
う」と声掛けをする

★ 家族で
手洗い
大人がお手本



- ☐ トイレの後はきちんと手洗いする
- ☐ 料理の前はしっかり手洗いする
- ☐ 食事の前はみんなで手洗いする
- ☐ せっけんはしっかり泡立てて洗う
- ☐ 手洗いの時は時計・指輪をはずす
- ☐ しっかりすすぐ

とよなか食育プラスワン

みんながそれぞれプラスワンを実践しよう



忙しい中学生のための「プラスワン」

**めざそう！
気持ちのよい生活を**

できそうなことに☑



とよなか食育プラスワンとは
食育に関心のある人もない人も、
今の自分に無理のない範囲で
ほんの少しだけ工夫することで、
健康で心豊かな生活の実現を
めざす取り組みです。

今日から取り組んでみよう
わたしのプラスワン ベスト3は？

第1位

第2位

第3位

こんな生活
めざしてみませんか？

実現に向けてのプラスワン

★ 元気いっぱい
授業に集中

朝日をあびると、
太陽の光で体内時計が
リセットされます。
夜遅くにパソコンやゲームを
すると、強い光で睡眠の
リズムがみだれやすくな
ります

- ☐ 朝、起きたら顔を洗う
- ☐ 朝日をあびる
- ☐ 朝に軽く勉強をする
- ☐ 早歩きで登校する
- ☐ 夜遅くにパソコンやゲームを
しない
- ☐ 寝る時間を決める

★ 元気いっぱい
細菌や
ウイルスに勝つ



- ☐せっけんで手を洗う
- ☐しっかりとうがいをする
- ☐せきがでる時はマスクをする
- ☐十分に睡眠をとる

こんな食生活
めざしてみませんか？

実現に向けてのプラスワン

★ 気持ちのいい
スタートをする



- ☐ 朝食を食べていない人は
何か1つでも食べる
- ☐ ご飯+納豆や食パン+チーズを
食べる
- ☐ さらに野菜もプラスする
- ☐ 時間がないときは、
野菜ジュースをプラスする

★ 食事を
楽しむ



- ☐ 食事の準備を手伝う
- ☐ よく味わって食べる
- ☐ 家族や仲間と会話を
楽しみながら食べる
- ☐ おやつをもっと食べたい気持
ちに負けない

豊中市保健企画課 (06-6152-7309)

このプラスワンシートは平成25年度豊中市立第十三中学校社会体験学習で北河宏彰さんが作成しました。

とよなか食育プラスワン みんながそれぞれプラスワンを実践しよう



できそうなことに☑

食べることから環境を考えるための「プラスワン」

食べ物を大切にして 家計と環境の負担を減らそう

とよなか食育プラスワンとは
食育に関心のある人もない人も、
今の自分に無理のない範囲で
ほんの少しか工夫することで、
健康で心豊かな生活の実現を
めざす取り組みです。

今日から取り組んでみよう
わたしのプラスワンベスト3は？

第1位

第2位

第3位



★ じょうずに
買う

「お買い得品」にご注意
それ本当に食べますか？

- ☐ 必要な量を確認する
- ☐ 安いからという理由で不要な食品
買わない
- ☐ なるべく産地の近い食べ物を買う



★ 環境も
考える

捨てれば、ごみ
食べれば、食材

- ☐ 茶殻や野菜くずの堆肥化に挑戦す
る
- ☐ 生ごみの水切りをする
- ☐ 大根や人参の皮や葉も調理して食
べる

堆肥化講習会
に参加しよう！

★ かしこく
保存する



- ☐ 冷蔵庫いっぱい詰め込まない。
- ☐ 冷蔵庫に入っている物をメモする
- ☐ 消費期限や賞味期限を確認する
- ☐ 野菜の保存方法を確認する

★ たいせつに
食べる

旬の野菜は、栄養
価も、価格もお得。

- ☐ 旬の食材を食べる
- ☐ 家族でそろって食べる
- ☐ 適量を作って食べる

食べ過ぎて、メタボリ
ックシンドームに…
これこそ究極の無駄



野菜の保存法

☆ほうれんそう、小松菜、など
湿らせた新聞紙などで包みビニール袋に入れて冷蔵庫で保存する。食べきれないときには、軽くゆで、1回分ずつラップにくるみ、冷凍庫で保存する。

☆キャベツ、白菜など
芯をくりぬきこの部分に湿らせたキッチンペーパーなどをあてて、ビニール袋に入れて冷蔵庫で保存する。

白菜は、新聞紙などに包み、日が当たらず風通しのよい場所に置けば常温で保存もできる。ただし、夏場は冷蔵庫へいれる。

☆大根、かぶ
葉がついているものは、葉を切り落とし、新聞紙やラップで包み冷蔵庫で保存する。

☆人参
水分をふきとってからビニール袋などに入れ、冷蔵庫で保存する。泥付きの場合は、そのまま新聞紙などで包み風通しのよい涼しい場所で常温で保存ができる。

☆じゃがいも
風通しのよい涼しい場所で常温で保存する。ただし、日に当たらないように注意すること。じゃがいもと一緒にりんごを保存しておく、芽が出にくくなり、長持ちする。

☆さつまいも
冷蔵庫には入れず、風通しのよい涼しい場所で常温で保存する。冬期、温度が低くなってしまうときには、新聞紙などで包んだり段ボール箱に入れるなど寒さを防ぐ工夫をする。
(食育推進あなたが主役 まるごとおいしい食育情報ハンドブックより)

とよなか食育プラスワン

みんながそれぞれプラスワンを実践しよう



できそうなことに☑

食べることから環境を考えるための「プラスワン」

食べ物を大切に 家計と環境の負担を減らそう



とよなか食育プラスワンとは

食育に関心のある人もない人も、今の自分に無理のない範囲でほんの少しだけ工夫することで、健康で心豊かな生活の実現をめざす取り組みです。

今日から取り組んでみよう
わたしのプラスワンベスト3は？

第1位

第2位

第3位



★ じょうずに
買う

「お買い得品」にご注意
それ本当に食べますか？

- ☐ 必要な量を確認する
- ☐ 安いからという理由で不要な食品買わない
- ☐ なるべく産地の近い食べ物を買う

★ かしこく
保存する



- ☐ 冷蔵庫いっぱい詰め込まない。
- ☐ 冷蔵庫に入っている物をメモする
- ☐ 消費期限や賞味期限を確認する
- ☐ 野菜の保存方法を確認する

★ たいせつに
食べる

旬の野菜は、栄養価も、価格もお得。

- ☐ 旬の食材を食べる
- ☐ 家族でそろって食べる
- ☐ 適量を作って食べる

食べ過ぎて、メタボリックシンドロームに…
これこそ究極の無駄



★ 環境も

考える



捨てれば、ごみ
食べれば、食材

- ☐ 茶殻や野菜くずの堆肥化に挑戦する
- ☐ 生ごみの水切りをする
- ☐ 大根や人参の皮や葉も調理して食べる

堆肥化講習会
に参加しよう！

野菜の保存法

☆ ほうれんそう、小松菜、など
湿らせた新聞紙などで包みビニール袋に入れて冷蔵庫で保存する。食べきれないときには、軽くゆで、1回分ずつラップにくるみ、冷凍庫で保存する。

☆ キャベツ、白菜など
芯をくりぬきこの部分に湿らせたキッチンペーパーなどをあてて、ビニール袋に入れて冷蔵庫で保存する。
白菜は、新聞紙などに包み、日が当たらず風通しのよい場所に置けば常温で保存もできる。ただし、夏場は冷蔵庫へ入れる。

☆ 大根、かぶ
葉がついているものは、葉を切り落とし、新聞紙やラップで包み冷蔵庫で保存する。

☆ 人参
水分をふきとってからビニール袋などに入れ、冷蔵庫で保存する。泥付きの場合は、そのまま新聞紙などで包み風通しのよい涼しい場所で常温で保存ができる。

☆ ジャガイモ
風通しのよい涼しい場所で常温で保存する。ただし、日に当てないように注意すること。ジャガイモと一緒にりんごを保存しておくと、芽が出にくくなり、長持ちする。

☆ さつまいも
冷蔵庫には入れず、風通しのよい涼しい場所で常温で保存する。冬期、温度が低くなってしまうときには、新聞紙などで包んだり段ボール箱に入れるなど寒さを防ぐ工夫をする。
(食育推進あなたが主役 まるごとおいしい食育情報ハンドブックより)

平成 25 年度（2013 年度）豊中市食育推進計画年次報告書

平成 26 年（2014 年）10 月

豊中市 健康福祉部 保健所 保健企画課

〒561-0881 豊中市中桜塚 4-11-1

TEL 06-6152-7309 FAX 06-6152-7328