



「第2次富士山おむすび計画」



食べることって、とっても大事な
ことだね！大切な「食」を育む食育の
計画「第2次富士山おむすび計画」が
4月にスタートしたので紹介するよ！



富士市食育
キャラクター
「むすびん」

食育って何だろう…



「食育」は、生きる上での基本であり、知育、徳育及び体育の基礎になるべきもので、さまざまな経験を通じ、「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てることとされています（食育基本法から）。

「第2次富士山おむすび計画」

食をめぐるさまざまな問題に対応し、食育を社会全体で計画的に推進していくための計画です。

この計画は、米を主食にした「日本型食生活」を推進していることから、名称を「富士山おむすび計画」にしました。市民の皆さん一人一人が食育を理解し、実践することを目指します。

■計画期間

平成26～30年度（5年間）

■基本理念

食で育む健全な心とからだ

■基本方針

- 食を通して心身の健康を育む
- 食を通して豊かな人間性を育む
- 食への理解を深める

この基本方針に基づいて、各ライフステージや学校・地域など、それぞれの場面で、食育の取り組みを具体的に示し、実践していきます。

基本方針に基づいた
4つの具体的な取り
組みを紹介するよ！



保育園・幼稚園・認定こども園・学校における食育の推進

- 食育の基礎をつくるための取り組みを行います。
- 食育や、給食などを通じた食習慣などの定着
- 園・学校での食育体験活動の実施
- 食育モデル校の指定による食育の推進 など



魚のおろし方教室



おむすびづくり



芋掘り

家庭を対象にした食育の推進

- 家庭の食育機能を支援するための取り組みを行います。
- 食育に関連する講座などの開催
- 食育及び食品の安全性などの情報提供 など



家庭での食育

健康づくりのための食育の推進

- 食と健康に関する正しい知識を普及します。
- 生活習慣病予防のための食生活指導
- 歯と口の健康増進のための指導・相談 など



歯科検診

地域などとの連携による食育の推進

- 地域などにおける食育活動や地産地消を推進するための取り組みを行います。
- 地場産品の活用
- 食育モデル地区の指定による食育の推進 など



食農体験

食育モデル地区・モデル校の活動を紹介するよ！



地域や学校で、地場産品などを使った特色ある食育事業を実施するため、市では、食育モデル地区・モデル校を指定しています。今年度のモデル地区は須津地区で、モデル校は須津中学校です。

テーマは、須津・体験・食育

須津まちづくり協議会を中心に、地元の食材を使った須津弁当や須津カステラづくり、農業体験などを行う予定です。



須津まちづくり協議会会長
としゆき
曾我 俊幸さん

須津地区は、米・茶・ミカン・梨など、さまざまな農産物がつくられていることが特徴です。これらの食材を生かし、地産地消や体験活動を重視して、地区全体で食育に取り組みます。



田植え体験



「食」の国際交流

▲昨年の活動（松野地区）



エコ・クッキング



手づくりピロシキの販売

▲昨年の活動（田子浦中学校）

家庭と協力して食育を推進



須津中学校校長
土屋 和也

須津中学校では、生徒や保護者の皆さんを対象に、栄養調査や食生活講座、野菜栽培、地元の食材を使った弁当づくりなどを行う予定です。中学生は、思春期を迎え、一生を通じて、最も多くの栄養を必要とし、体も心も大人になっていく大事な時期です。生徒の健やかな成長と、学習・運動能力の向上につながるよう、ご家庭の協力を得ながら、食育に取り組みます。

「食育」は、市民の皆さん

一人一人が主役です

「食育」は、私たちが生活する上で欠かせない、大切な「食」について、正しい知識を持ち、考え、伝えていく取り組みです。

「富士山おむすび計画」は、市民の皆さんに、「食育」を通じ、心と体の健康と豊かな人間性を育てていただくために策定しました。第1次計画では、主に「食育」の「周知」に取り組んできましたが、第2次計画では、さらに「食育」を市民の皆さんに浸透させていくため、「食育」の「実践」に力を注いでいきます。「食育」の主役は、市民の皆さんです。できることから一緒に「食育」を実践していきましょう。



保健部長
影島 清一

問い合わせ／保健医療課 食育推進室

☎(55)2884 ☎(53)5586

6月は食育月間！



毎月19日は「食育の日」です。

この機会に食育を実践しましょう！

「市民行動目標」

- ▲ 早寝・早起きして朝ごはんを食べよう
- ▲ 栄養バランスを考えて食べよう
- ▲ 歯を大切にしておいしく食べよう
- ▲ 向かい合ってみんなで食べよう
- ▲ 食事のマナーを守ろう
- ▲ 作物をつくってみよう
- ▲ 旬の食材・地元の食材を味わってみよう など

できることから始めよう

