

4 . 地域における食育の推進

地域には、スーパーマーケットなどの食品販売店、飲食店、学校、職場給食など食に関連する場がたくさんあります。こういう場では、栄養成分表示や食事バランスガイド表示をしたり、食品の組み合わせ例を示したりメニュー提案などを行うなど、ポップや広告表示を使って健康情報を提供することで、さらなる食育推進が期待できます。

消費者がこれらを食品購入やメニュー選択時に活用できるようになることが必要です。そのためには活用のための普及啓発もあわせて行うことが必要で、行政による広報のほか、専門的知識を有する団体での研修、食に関する地域ボランティア団体に対する研修などを通して普及啓発を図るなどが考えられます。

また家庭において一人ひとりが食育の推進に努めることが重要ですが、仕事と生活の調和が充分ではない環境においては、働き盛りの男性が自発的に意識して食育に取り組むことは困難な状況であるといえます。したがって、日常生活の中でできるだけ食育を意識できるような環境整備が必要です。また、高齢者においては身体機能や生活機能の低下を招かないよう、食育を意識できる環境整備が必要です。口腔機能の維持や、身体の栄養、味わい、心のくつろぎにつながる食べ方に関心が持てるような学びの場、実践の場、共食の場を提供していきます。

- 栄養バランスが優れた「日本型食生活」の実践 -

生活習慣病を予防するために、子どもから高齢者までそれぞれ各人に応じた食事の摂り方について指導を実施します。米を中心に魚・肉・大豆製品・野菜など、栄養バランスに優れた日本型食生活の実践を目指した情報提供を行います。

- 「食事バランスガイド」「6つの基礎食品」「食生活指針」等の活用促進 -

市民一人ひとりが日々の生活において食育に関する取り組みが実践できるよう、対象者に合わせて「6つの基礎食品」「食事バランスガイド」「食生活指針」などを活用し、望ましい食生活の普及啓発を図ります。食生活改善推進員や地域活動栄養士会の活動を通して、市民がこれらを利用できるよう支援します。また、職場給食などにおいてもこれらを活用したメニュー表示をすすめ、利用者への情報提供も合わせて行えるよう支援します。スーパーマーケットなどの食料品販売店では、食品の組み合わせ例やメニュー提案など市民が手軽に健康情報を入手できるように支援します。

食事バランスガイド

1日の食事で「何を」「どれだけ」食べたらいいかを示したもので、形はコマのイメージです。料理で分類され、食事バランスが悪いとコマは倒れてしまいます。自分にあった量を知り、主食、副菜、主菜、牛乳・乳製品、果物の5つのグループの料理をバランスよく選びましょう。東大阪市食生活改善推進協議会では大型タペストリー（右図）を作成し、普及啓発を図っています。



6つの基礎食品

栄養成分の類似している、栄養面で同じような働きをする食品を6つのグループに分類しています。毎日3度の食事に6つの食品群からそれぞれ1,2品目ずつを食べるようにすると自然にバランスが取れるようになっています。

食生活指針

健康増進やQOLの向上、食料の安定供給の確保を図るため食生活において注意すべき10項目が示されています。

- ・ 食事を楽しみましょう。 ・ 1日の食事のリズムから、健やかな生活リズムを。
- ・ 主食、主菜、副菜を基本に、食事バランスを。 ・ ごはんなどの穀類をしっかりと。
- ・ 野菜・果物、牛乳・乳製品、豆類、魚なども組み合わせる。
- ・ 食塩や脂肪は控えめに。 ・ 適正体重を知り、日々の活動に見合った食事量を。
- ・ 食文化や地域の産物を活かし、ときには新しい料理も。
- ・ 調理や保存を上手にして無駄や廃棄を少なく。
- ・ 自分の食生活を見直してみましょう。

- 地域での人材育成 -

市内には食育に関して専門的知識を有する人材や団体が数多く存在します。こういった人材や団体を発掘し、育成し、活用することで多方面の食育活動が推進されるよう目指します。食生活改善推進員養成講座を開催して食育に関する情報を提供し、食育活動へとつないでいきます。また、栄養士免許を持つ人に対し研修を行い、専門的知識を活用できるよう支援を行います。

- 地域での「子育てグループ」活動の場等における食育推進 -

地域では「子育てグループ」や「子ども会」が活動しています。子育て支援センターでも食育に関する取り組みが行われています。また小学校ではPTAなどで子育て世代の集まる場があります。これらの場をとらえ、食育に関する啓発を行い、市民の主体的な食育の取り組みを積極的に支援します。

- 特定保健指導等と連動した生活習慣病の予防及び改善につながる食育推進 -

東大阪市国民健康保険加入者に対し特定健診を行い、また特定保健指導対象者には保健センター等で指導を行っています。特定保健指導では、「水中ウォーキング」や「メタボ教室」などの集団指導も行っています。これらの教室を通じて運動や食生活についての知識普及および良い生活習慣の定着を図ります。

また糖尿病教室をはじめとした生活習慣病予防教室においても、運動や食事について指導を行い、知識だけでなく良い生活習慣が身につくよう支援します。教室修了者によるグループ活動を支援し、身についた良い生活習慣が継続されるよう支援を行います。市民全体に対し食の自立を促進します。

- 高齢者地域支援事業の場の活用 -

高齢者においては単身であることや経済的な理由で、日常の食生活において食事を抜くということがみられる場合があります。ひとりで食べることが多く、食事をすることに楽しみを感じられないこともあります。今後身体機能や生活機能のさらなる低下を招かないよう、食育を意識できる環境整備が必要です。地域では保健所・地域包括支援センター・老人センター・街かどデイハウス等で介護予防教室等が開催されています。また街かどデイハウスでは居場所提供（サロン）としての役割もあり、利用者が一緒に施設の手作り料理を食べるので孤食を防止することができます。口腔機能の維持や、身体の栄養、味わい、心のくつろぎにつながる食べ方に関心が持てるような学びの場、実践の場、共食の場を提供し、活用をすすめ、地域全体で高齢者の食の自立を図ります。健康知識の普及、健康管理、介護予防などの取り組みを支援するなかで食育知識の普及啓発を図ります。

またこれらの場においては、高齢者の豊かな経験や、郷土料理、伝統食などの知識を地域の中で伝えたり、自分の回りの他の高齢者の健康にも気配りすることで、高齢者自身が達成感を感じられるような場となるよう支援します。

- 特定給食施設等における食育推進 -

事業所や老人福祉施設、大学の学生食堂などは、その特徴から特定給食施設として特別

な栄養管理が求められています。利用者に対して個別の栄養管理が行われたり、楽しくおいしい食事提供が進められたりしています。より一層健康に配慮したメニューの提供や、栄養・食生活に関する情報提供が行われるよう支援します。

また、事業所における給食は、働き盛りの世代に対し食育を推進する貴重な機会です。健康・栄養情報の提供、生活習慣病の予防に関する正しい知識の普及と動機付けを行うとともに、そこで提供される給食そのものを改善し、活用しながら生活習慣病の予防に役立てることができます。家庭において食育について考える機会が少なく、食育に関する意識が低い男性に対して、事業所における給食は食育推進の非常に大切な機会であるため、健康管理部門と連動した食育が推進されるよう、特定給食施設への啓発と支援を行います。

特定給食施設では給食利用者の健康管理の一環として、栄養・食生活に関する情報提供や健康管理支援のための取り組みが行われています。



- 食品関連事業者等における栄養成分表示の推進 -

東大阪市では「東大阪市外食栄養成分表示事業」をすすめ、平成 22 年度末で 355 店の栄養成分表示店があります。これらの飲食店では、メニューの栄養成分表示だけでなく、ヘルシーメニューの提供などにも取り組んでいます。食育推進の一環としても飲食店における栄養成分表示事業をすすめます。

加工食品について栄養成分表示をしようという事業者には、「栄養表示基準」に基づく指導を行っています。適切な表示が行われるよう、引き続き関係事業者に対し指導を行います。

5. 生産分野における食育推進

年々減少する農地と農家人口の中で、農業の持つ役割を広めることが重要です。とりわけ、都市農業の衰退は顕著となっていますが、その一方で、自然回帰や安全・安心への関心の高まりが都市農業や農地の活用、地産地消に目が向くようになりました。消費者のこのような傾向を受けて、農業団体や生産者もこれを積極的に受け入れようとする動きが見えだし、農業者の生産意欲の向上にもつながってきています。

このような中で、地産地消の推進、農業振興と安全・安心の農作物づくりの推進、遊休農地の活用などを含めた体験型農業の推進、景観形成作物の普及など住民に親しまれる農空間の活用を推進します。

- 地産地消の推進 -

地元野菜には、遠距離生産の野菜以上に、採れたて・新鮮というメリットがあります。地元野菜消費拡大は、多面的機能を有する農地の保全と活用に大きく貢献します。そのため、平成 21 年度から始めた「ファームマイレージ²」の継続した推進、JA、生産者、スーパーマーケットなどと連携した、朝市・直売所や、地元野菜コーナーの充実、地元野菜の販売先が分かる朝市・直売所マップづくりの推進、小中学校や、保育所(園)への利用を広げる仕組みと環境づくり、地元野菜を使ったオリジナル商品の開発や、これを実施する実需者との連携、地元野菜を使ったレシピづくりを進めます。

また、農業祭りや料理教室、農業者と消費者との交流など各種イベントを通じて、都市農業への理解と新鮮野菜の普及に役立てます。

- 農業振興と安全・安心な農産物づくり -

新鮮で安全・安心な農産物への消費者ニーズが高まっています。ニーズに合った生産者の意識と技術の向上はもとより、消費者の側にも、農薬使用を含めた農業への理解の深まりが重要です。そのために、減農薬・減化学肥料の栽培を推進する大阪エコ農産物を継続して推進しながら、JAが奨める生産履歴活動や農薬使用講習会の推進、「安全な食と農の研究会」(JAグリーン大阪)や各朝市クラブなどとも連携した取り組みの推進、東大阪市農産物展示品評会については、消費者による審査を導入するなど、その充実を図ります。

- 農業体験・学習交流の推進 -

都市においては、農業人口と農地が急激に減少してきたことや、ファストフードやレトルト食品に頼る生活環境から、農業体験できる環境はほとんど無くなり、普段口にしていく農産物の本当の姿や、保存や調理方法を知る機会も失われてきました。今や貴重となった、播種 生育 収穫 調理 食事までを一貫して体験することで、農業の重要性和農産物の大切さへの理解が深まります。

そのため、JAが推進している食農教育応援事業とも連携し、生産者や農業関係者による体験型農業の推進、消費者や貸し農園利用者などを対象とした「農の講習会」の推進、地元農業や農産物の実態の理解を広げる啓発資料の充実を図ります。

- 農空間の多様な活用 -

農地には農作物の生産という機能以外にも多様な機能があります。その中で、憩いの場(空間)としての活用も重要な要素があります。そのため、遊休農地での景観形成作物栽培や市民農園への活用支援を行います。

表8 大阪エコ農産物認証制度にかかる、東大阪市での申請時実績の推移

	前期申請(1月申請)			後期申請(7月申請)		
	農家数	のべ作物数 (作物数)	計画面積(a)	農家数	のべ作物数 (作物数)	計画面積(a)
平成19年	36	89(16)	217.0	19	33(17)	73.3
平成20年	34	76(22)	208.0	24	24(17)	71.0
平成21年	40	111(25)	295.0	40	119(20)	255.0
平成22年	65	182(29)	548.0	54	207(21)	509.9
平成23年	77	294(37)	758.7	66	321(29)	836.0

東大阪市エコ農産物推進協議会資料より

地産地消で近くの農地を守ろう = ファームマイレージ²を提唱するチラシ

6. 関係団体における食育推進

食育は、健康、食品衛生、生産、保育、教育、消費者など様々な分野が連携して取り組むことが大切です。市内には各種の分野における多数の団体が存在します。これらの団体は、これまでも団体どうしの連携や行政との連携のもと食育推進活動に取り組んできました。東大阪市は、これらの団体がこれからもさらに食育の輪を広げ活発な活動を進められるよう支援するとともに、各団体間のコーディネートを行います。

- 東大阪市食生活改善推進協議会 -

食生活改善推進員養成講座修了者で組織され、「私たちの健康は私たちの手で」をスローガンに「食生活」「運動」「休養」の三本柱を基本に健康づくりの推進と普及活動をしているボランティア団体です。親子が一緒に取り組む「おやつ教室」や「ふれあいクッキング」「郷土の味料理講習会」等で食育をすすめています。また毎年6月には大型スーパーマーケットで食育イベントを、10月には「食生活を考えるつどい」を実施しています。また「東大阪市健康フェスタ」「農業祭」に他団体とともに参画するなど、参加型イベントで食育を進めています。「食事バランスガイドマグネットシート」や「野菜ツリー」「食品釣り」「食事バランスガイド大型タペストリー」「東大阪市版食事バランスガイド～親から子へ、子から孫へ～」のリーフレット等独自に開発した媒体も数多く、他府県からも注目され全国で使われているものもあります。

少子高齢化の進展および飽食の時代の到来とともに外食が増え、生活パターンの多様化に伴い、家族そろって夕食を食べる共食の割合が低下してきているといわれています。昔は忙しくても家族が同じ食卓を囲み、嫌いなものも残さず食べることは大切なしつけのひとつとして、食文化を伝える場でもありました。近年、伝統の食文化、多様な家庭の味、食のマナーの衰退など「親から子への伝承」というあたり前のことが失われ、食への感謝の念が希薄になってきているように見受けられます。大切な価値観が消え去りつつあるなか、栄養バランスの優れた「日本型食生活」を見直し、地域の郷土料理や行事食などの食文化を次世代に継承していくことが私たちの大切な役割だと思えます。食生活は健康面の問題ばかりでなく、生活や生き方そのものに大きく関わる問題でもあり、食生活・健康づくりの案内役として子どもから高齢者までのライフステージに応じて、各団体と協力しながら「食育の輪」が広がり「食育のまち」づくりを推進できるような取り組みをさらに大切にしていきたいと思えます。

- 東大阪地域活動栄養士会 -

管理栄養士・栄養士免許を有する市民で組織され、資格を生かした食育推進活動を目指しています。活動の中心は調理実習を伴う市民向けの講習会です。その際には食事・栄養

についての正確な知識を参加者に伝えるための講話を必ず行っています。糖尿病予防のための献立を考案して各保健センターで行う糖尿病食事学習会や、幼稚園 PTA を対象にした講義や調理実習を行っています。生活習慣病予防、メタボリックシンドローム予防といった健康管理面からの活動も行い、保健所と連携して食育をすすめています。また、リージョンセンターで健康料理教室を行うなど地域からの依頼を受けての活動も多々あります。平成 19 年度からは東大阪市食育推進事業を受託しています。

私たちは食べるために生きているのではありませんが、生きていくためには食べなければなりません。「食べることは生きること」です。市民の皆さんの身近にいる栄養士として、食に関する正しく分かりやすい情報を提供し、「食べることの大切さ」を感じていただける食育活動をすすめていきます。

- 東大阪市消費者団体協議会 -

消費者の生命とくらしを守るため、構成団体及び個人が一致して消費生活についての研究や知識の普及、情報提供を行うとともに、より適切な消費者運動の実践を展開または助長して、消費者の生活安定と向上を図り、もって消費者主権の確立を期することを目的としています。

平成 23 年度事業として、食の安全・安心に関する 食品表示調査 食品の管理状況調査 学習会では食品衛生、食中毒予防などを行っており、今後も積極的にこれらの活動を進めます。また、地産地消で旬の物を使っての料理教室や食に関する問題発生時には号外を発行し、より多くの消費者への啓発を行います。

- 東大阪市 P T A 協議会 -

東大阪市 P T A 協議会は、以下の 5 項目を重視して食育の推進を図ります。

歯と口の健康 朝食を摂る 食物アレルギーについて理解を深める
食の安全・安心 食文化の継承

まず、歯と口の健康ですが、最近の子は固いものを食べないので顎が小さくなり、歯並びに影響するという話をよく耳にします。よくかむという習慣とむし歯予防等の口腔ケアの重要性を認識し、歯科医師と連携して子どもに指導すべきと考えます。

の朝食欠食の子どもについては、早寝早起きの生活リズムを整えるよう指導。また、思春期の子どもは体形を気にし始める年頃なので、間違ったダイエットをしないよう注意。幼少期の子どもは自分の意志というより、親が作ってくれないから食べられないということが多いため、保護者の意識改善を進め、同時に育児放棄などが無いかな慎重に見守り、場合によっては関係部署への相談や連絡をとるべきと考えます。

のアレルギーについては、正しい知識の啓発を保健所主導のもとすすめてたく思います。

の食品の安全・安心という点では、食中毒に注意するよう各家庭に喚起。また、PTAのフェスティバル等で食品を提供する場合、保健所への届出や指導を受けて催すべきと考えます。

の食文化の継承については、「こどもの日にはかしわ餅」という風な行事食を大切に、普段から家族と共に食事を楽しみながら、マナーやしつけを身につけられるよう呼びかけていきたいと思います。郷土食が給食にも取り入れられることも多くなりましたが、親子で郷土食を作って食べる場の提供も今後考えていきたいと思います。

以上、学校、保護者、地域の方々と協力して、一層取り組んでいきたいと思います。

東大阪市私立保育会

「保育所保育指針 第五章健康及び安全」に示されている「食育の推進」に基づき、「食を営む力」の基礎を培うことを目標に、各園が工夫しながら取り組んでいます。

食育推進計画が策定されてから様々な取り組みが広がりをみせ、栽培活動やクッキングなども回数や種類がずいぶん増えました。子どもたちは生活と遊びの中で食に関わる様々な体験を積み重ね、楽しんで食への興味を持つことができました。また、職員全体で食育計画を話し合い保育の計画に位置付けたことは、全職員の食育に対する意識を高めることにつながりました。

第二次食育推進計画では、これまでに広がった取り組みを深めていく必要があります。その一つの視点は、家庭への働きかけです。子どもに芽生えた食べることの楽しさや興味が家庭でも大切にされ、活かされるよう保護者への啓蒙が必要となってきます。朝食欠食や孤食の問題も、家庭における生活リズムの改善が重要なカギを握ります。家庭において「早寝・早起き・朝ごはん・朝うんち」の生活リズムが向上し、朝食や共食がしっかり定着するよう様々な機会を活用して働きかけていきます。

現在、東大阪市私立保育会 47 園はそれぞれの環境に応じて工夫しながら独自の取り組みを展開しています。6月の食育月間や19日の食育の日を共通の意識としてしっかり持ちながら、郷土料理や行事食など、伝統的な食文化の継承にも力を入れ地域や家庭へ発信していきます。

- 東大阪市集団給食研究会 -

病院・介護保険施設などの高齢者施設・保育園などの児童福祉施設・事業所など特定多数に給食を提供する施設で組織されています。「おいしく、楽しく食べる」を目指してヘルシーメニューの開発や嚥下困難な高齢者にも対応できる食事づくりに取り組み、栄養士、調理師・管理者をも交えて「食」に関する研修を実施し、成果をあげてきました。乳幼児から高齢者までのライフステージに応じた「食育」を目指してイベントを行ったり、各施設

間で情報交換しながら、広く地域にも食育を推進していきます。

給食利用者やその家族に対して個別の栄養指導や相談を行い、食事バランスガイドの普及や栄養状態の改善、生活習慣病予防、そして「食の安全」にも対応しており、食育の推進媒体の貸し出しや保健所が行う食育事業にも協賛しています。

「食」への情報が氾濫する中、これからも市民にむけて正しい情報を発信していきます。

東大阪市農業委員会

本会は農業者の公的代表機関として公職選挙法により選出された公選委員 15 名と関係農業団体より推薦された推薦委員 4 名、市議会選出委員 4 名の合計 23 名、および事務局 4 名で構成されています。本会は農地法に基づく業務や農業者への農地の有効利用の促進、情報提供等を行い、近年農業者の高齢化や相続による農地の細分化により、遊休農地が増加しており、農業者には農地の栽培管理をお願いしているところです。

市農政課等や農業協同組合との連携を図り、遊休農地の有効利用について実習用等の利用促進を図ることで次世代を担う子どもたちをはじめ広く市民の方々に食の問題や農業の役割等について理解を深めてもらえるよう食育活動の一翼を支援していきます。

例えば地産地消の推進の農業振興と安全・安心の農作物づくりの推進、景観形成作物の普及等住民に親しまれる農空間の活用を推進しています。

今後も市農政懇談会・市食育推進計画策定に関する懇話会等を通じて各関係機関・団体と調和し、食育の基本であり教育の三本柱である知育・徳育・体育の基礎等を位置づけるとともに様々な経験を通じて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で、緑と自然空間・うるおい・やすらぎ・ゆとり等を創出する生命の尊さを実感し、日常生活では人への思いやり、慈しみの心が養われる人間形成につながる食育を推進するため、毎月開催している定例総会等で報告し協議するとともに、地域社会で安全・安心な地場生鮮農産物の生産に支援寄与するよう取り組みに努めます。

JAグリーン大阪

JAグリーン大阪では食育推進として、地域の子どもたちへ、「食」と「農」を身近に感じ、知識だけでなく、直接肌で感じながら、心身ともにたくましく成長することを願って、食農教育を積極的に取り組んでいます。農作業を体験することで、子どもたちは力を合わせることで、他人を思いやることの大切さを学びます。食農教育は、相互扶助を教える役割も果たしています。

特に、本店敷地内の農地エリアである「本店アグリゾーン」では、サツマイモ、伝統的な河内木綿、古代米、もち米などが、子どもたちにより栽培され収穫されました。子どもたちが、育成から収穫するまでを体験することで、農業の大切さや収穫の喜びを感じても

らえるように実施しています。

また、管内の幼稚園や小学校に、ゴーヤの苗・プランター・園芸用の土などゴーヤ栽培セットを寄贈しました。ゴーヤを育て「食」の大切さと、グリーンカーテンの暑さ対策により、地球温暖化の問題を学んでもらおうと取り組んでいます。

また、営農研究会や女性会、組合員、地元小学校の協力により、田植えの体験やジャガイモ掘り、サツマイモの作付けなどが実施され、食農教育の普及・拡大に取り組んでいます。

このような食農教育は、自然の恩恵や食べ物を生産することの喜びや苦勞を直接肌で感じ、食べ物を大切に作る心、地域の農業への理解、さらには地域の食文化への親しみの心を育むことを目的としています。子どもたちが食料や農業に関する学習、農作業体験を行うことを通じて、食べ物や食生活そして食料を生産し供給する農業・農村に対する正しい理解を深めていくと期待されます。

ＪＡ大阪中河内

ＪＡ大阪中河内は、「ＪＡ大阪中河内食農教育プラン 2011」に基づき、組合員・消費者との連携による地域農業の振興を重点項目に掲げ、不耕作地及び遊休農地の解消、さらには担い手の育成への取り組みを食農教育と一体化した連携強化を図ります。

そのために、食農教育実習農園の拡大により、都市農業の理解を深め、安全・安心な地域農産物のＰＲと、生産者と消費者との交流による夢ある地域社会の創造に努めることを目標に、管内小学校への稲作・畑作を中心とした農業体験の推進と支援活動、食農教育イベントの実施、地域特産農産物ＰＲ事業の実施、地域特産品のブランド化の取り組み、直売所・朝市の活性化を実施活動の重点にし、具体的には、バケツ苗の利用拡大や田植え・稲刈り等の体験学習の指導支援、ＪＡまつり・農業祭、営農センターや営農経済部によるイベントの実施と行政関連イベントへの積極的な参加、柏原ぶどう・八尾若ごぼう・八尾えだまめ・エコ農産物等の啓発と農産物品評会の実施、学校給食への供給拡大、直売所・朝市の活性化、生産履歴と農薬の安全使用の徹底をすすめます。

- 大阪樟蔭女子大学における食育 -

本大学における食教育活動は、これまで、東大阪市保健所と連携して小学校における「食教育活動」や民間企業の給食施設における「喫食者教育」の一環で「食育イベント」を実施してきました。また、「老人保健施設利用者の食生活実態調査」から介護予防を視点とした実践研究活動を行ってきました。これらの食教育活動は健康栄養学科に所属するそれぞれの研究室および教員が卒業論文を中心とした研究課題に基づき実施してきたものです。今後もこのような形態で東大阪市内の行政施設をはじめ医療・福祉・教育機関と連携して

継続した食教育活動をすすめていきます。また、学内の食環境として「学生食堂」は特定給食施設として機能する必要性から、給食の栄養管理や今日的に推進されている「喫食者教育」を実施する必要があります。

さらに、これからの管理栄養士および栄養士養成に望まれることとしては「実践力養成」があります。現行のカリキュラムでは、管理栄養士養成課程には配当単位は十分とは言えないものの給食施設・臨床施設・保健施設への臨地実習があります。一方、栄養士養成には給食施設への臨地実習以外、殊に「食教育活動」といえる実践活動はありません。そこで、健康栄養学科では栄養士養成課程に「健康栄養研究」の名称で演習授業を平成24年度から組み入れ、「実践力」を高めたいと考えています。「健康栄養研究」では、「学内の食環境づくり」や「地域における食教育実践活動」など多様な課題設定が可能な授業形態としています。

今後は、本大学においては健康栄養学科の人材育成の視点で食教育活動を展開できると考えています。

- 東大阪大学短期大学部における食育 -

東大阪大学短期大学部は、健康栄養学科を中心として、学内を利用する乳幼児から成人までを対象とした食育活動に積極的に取り組んでおり、今後もその内容を充実させていきたいと考えています。

本学学生の多くは、子どもに関わる資格（小学校教諭・幼稚園教諭・保育士）の取得を目指しています。そこで、学生達に、日々の食生活の中から「食育活動」を認識させ、食育を指導する力を養わせることを目的として、ポスターや学内の食堂の卓上メモを活用し、栄養や食育に関する知識の普及および啓発を図っています。さらに、学内の学生・職員・教員を対象とした食育活動を行うだけでなく、学内の「子ども研究センター」を利用して親子を対象にした食育活動も行っています。具体的には、「親子で楽しむ手づくりおやつ」と題して、身近な食材から「手作りおやつを作る楽しみ」を感じさせることを目的とした「手作りおやつを作る機会」を設けています。これらの活動を通じて、食育に関する情報を提供するだけでなく、自宅に帰ってからも食育の実践ができるように支援しています。さらに、地域住民を対象とした食育活動では、「東大阪大学公開講座」として、「調理実習を伴う食育講座」を必ず設けています。公開講座において広く学びを提供するだけでなく、調理実習を伴う食育講座を同時に開講することによって、健康に関する知識を深め、家庭で食育活動が実践できるよう支援しています。

- (社)東大阪市東歯科医師会 -

「食べる」ということを通して健康の保持増進・寿命の延伸をするためには、その基礎

となる小児期から高齢期に至るまで、「食べる」器官である歯と口の健康と関連させて健康づくりの視点から「食育」を推進していくことが重要であると考えられます。

「8020運動」(80歳になっても自分の歯を20本以上保とう)に代表される一生よくかんで食べられる口腔環境づくりは、身体の栄養のみならず味わいや心のくつろぎ、表情の表出や発語による人とのコミュニケーションなど多面的に社会生活と関わってきます。

またこうした口腔環境づくりを達成するために厚生労働省ではひと口30回以上かんで食べることを目標とする「噛ミング30(かみんぐさんまる)」を提唱しています。これは十分に歯と口を使う「食べ方」を通じて国民の健康増進を図ろうというもので、肥満防止・味覚の発達・言葉の発達・脳血流の活発化など全身の健康にも様々な効果が期待できます。

(社)東大阪市東歯科医師会は歯科に関する専門団体として、行政と協力し健康フェスタや介護予防教室や成人歯科健診を通じて、また学校歯科医師会等各種団体とも連携し、一生涯を通じた歯と口の健康に対する啓蒙活動や情報提供を積極的に行うことによって食育を推進していきます。

- 東大阪市西歯科医師会 -

歯科医師は、食生活を担う口腔機能(かむ・飲み込む機能)が、発達不全や機能低下しないよう守り、一生食べ物をよくかんで食べられる口の環境を維持し、全身の健康を守る職種です。

かつての高度経済成長の時代から、人々の生活様式や食に関する習慣が少しずつ変化するとともに各家庭の核家族化や共働き世帯の増加により、家族団らんの食事機会が減少し、健康維持に必要な食の知識が家庭内で伝承されにくくなっていると考えられます。

また子どもに迎合した感のある調理・食事内容が多くなり、口腔機能の育成に必要な食生活が十分に営まれない状況にあります。また、必要とされる食の知識も伝わっていないため、脂肪や糖質の過剰な食事が常態化し、生活習慣病の増加に拍車がかかっています。高齢期においては、長年にわたり歯科疾患を放置している人は、食べるという日常的な行為に不自由をきたす場合もあります。これに食の知識不足が重なれば、食べやすい食品のみが優先され栄養のバランスを欠き低栄養状態となると考えられます。

これらの問題を解決するために、東大阪市西歯科医師会は、食育に係る団体や行政と協力し、健康な食生活を営むためには口腔機能の健康が食生活を豊かにするとともに、全身の健康にとっても重要であること等を食教育の場や健診など様々な場で、市民に啓発する機会を増やすように努めます。

- (社)大阪食品衛生協会東大阪市東・中・西支部 -

支部に所属する食品衛生指導員が中心になり、市内の食品関係施設に対して食中毒や不

良食品等の事故発生予防に関する知識の普及啓発により一層努めていきます。

- 市内の事業所等における食育 -

東大阪市には食品会社や食品関連会社、事業者が多数ありますが、それぞれの事業者で食育に積極的に取り組むところが増えてきました。東大阪市に本社のある食品メーカーでは、「食べることや健康の大切さ、作ることの楽しさを伝えます」をコンセプトに食育を推進しています。小中学校での出張授業や、幼稚園・保育園でのクッキング事業を応援するなどの事業を全国展開しています。

また、多くのスーパーマーケットでは、食育をキーワードにリーフレットやホームページを利用してメニュー提案をしたり、メーカーとの提携により食育体験ツアーを企画するなど積極的な取り組みが進んできました。また、市などが実施する食育イベントなどに連動したキャンペーンを同時開催するなど積極的に関わりをもちながら食育をすすめています。