

## II 「豊かな心を育む」ために

現在、家族と暮らしていても一人で食事をする「\*孤食」や、家族一緒に食卓を囲んでいるのに別々の料理を食べる「\*個食」が見受けられます。「食」を通じたコミュニケーションは、「食」の楽しさを実感し、豊かな心を育むことができると考えられるので、楽しく食卓を囲む機会を持つように心がけることが必要です。

また、食べ物のありがたさ、尊さを知るためには、子どもの頃から食物に触れ、作ることの大変さ、多くの人の苦労や努力によって支えられていることを実感することが重要です。豊かな心を育むため、交流の機会や体験学習の場の充実を図ります。

### II-（1）料理や家族団らんの機会を通じた楽しい食の確保

#### ◆家族団らんの機会の充実

夕食を家族全員でそろってとるなど家族団らんの場を作ることは、食を楽しむ家族関係を円滑にするために重要です。しかし、普段は残業等でなかなか家族そろっての食事は難しいのが現状です。

そこで、市内の企業や事業所等の関係機関と調整し、月一回程度の「家族団らんの日」を制定し、その日はなるべく家族そろって食事を取り、テレビをつけなくて会話を楽しむなど、家族のきずなを深めてもらう日とします。

#### 具体的取り組み

##### ◎「家族団らんの日（仮称）」の創設

家族そろって食事を取り、会話を楽しむなど家族のきずなを深めてもらう日の創設



一家団らんの夕食

## ◆食を通じた交流機会の充実

共同で料理をつくる喜びや絆の大切さを実感するため、親子や地域、世代間において食を通じた交流機会を充実します。

また、地域で開催される行事・イベントにおいて食をテーマに取り上げ、食を通じた地域交流の機会を増やし、市民の関心を高めます。

### 具体的取り組み

#### ・親子料理教室・おやつづくり教室の開催

一緒につくる喜びを実感する機会を提供するための親子でのおやつを含む調理実習の開催

#### ・男性向け料理教室等の開催

普段調理する機会があまりない男性を対象とする調理実習の開催

#### ◎親子“みしまコロッケ”料理コンテストの開催

地元産のジャガイモや豚肉、旬の野菜などの食材で作る家庭のコロッケを対象とした親子料理コンテストの開催

#### ・地域行事・イベントにおける食を通じた交流機会の充実

地口行灯等のイベント・行事における啓発活動の実施

## ◆幼稚園・保育園・小中学生及び保護者に対する栄養教育の推進 [再掲 I-(1)]

子どもやその保護者が、様々な体験や作法を通して、食を身近に感じ、健康増進のための知識と実践方法を学び、食事を通しての親子のふれあいや、生活リズムの向上、快食・快便など正しい食生活の伝達を図ります。

### 市民が考える「家庭でできること」

- 家族そろって食事をしましょう。
- 食事の際はテレビを消しましょう。
- 周りの人と食に関する話題で話をしましょう。
- 家族でピクニックやハイキングに出かけましょう。
- たけのこ狩りなどの体験型イベントに参加しましょう。

## II-(2) しつけや家庭教育による食に関する感謝の念や理解の醸成

### ◆\*教育ファームの推進 (農林漁業体験学習)

自然の恩恵や食に関わる人々の様々な活動への感謝の念や理解を深めること等を目的として、市・学校・農業者等が実施主体となり、食の生産に関する一連の体験機会を提供します。

#### 具体的取り組み

##### ◎\*食農体験学習の実施

野菜の種まき、つる挿し、収穫等と収穫した野菜等を調理して食べるといった食の生産から食までの一連の体験学習の実施

##### ◎子どもたちと学校給食納入農家との交流

生産者の苦勞、自然の恵み等により食料が生産されることを理解するための、子どもたちと野菜・米等の納入農家との給食を通じての交流

### ◆食に関する体験活動の充実

子どものころから食に関する感謝の念を育むため、幼稚園・保育園や小中学校において野菜を食材にした食農体験や作物栽培や調理実習など体験活動を充実します。

#### 具体的取り組み

##### ◎食農体験学習の実施 [再掲 II-(2)]

##### ・体験活動の推進

ジュニアリーダー研修等の中での、地元生産者との交流と旬の野菜の収穫や調理体験の実施



食農体験学習

## ◆学校における食育の組織的な推進

幼稚園、小中学校において、食育をテーマに年間活動計画を策定し、教育活動全般において食育を意識した教育を推進します。

また、各学校（幼稚園）に食育担当教員を分掌として位置づけ、食育担当教員による三島市食育推進委員会を開催します。

### 具体的取り組み

#### ・食育年間活動計画の策定

幼稚園、小中学校など、教育活動全般における食育を意識した教育を実施するための年間活動計画の策定

## ◆家庭教育の支援の充実と食育を学ぶ機会の充実

家族団らんで楽しく食事をする大切さや規則正しい食事、食事時のしつけ、箸の使い方などを習得するため、様々な機会を通して家庭教育の支援を充実します。

また、食育に関連したテーマの講座を行い、食育を学ぶ機会を充実します。

### 具体的取り組み

#### ・家庭教育学級の実施

小中学校の家庭教育学級の中での食に関する講話や調理実習の実施

#### ・幼児期の家庭教育セミナー、「みんなで子育て」推進事業等の開催

食に関する講話や調理実習を取り入れた未就園児や幼児の保護者を対象の家庭教育セミナー等の開催

#### ・家庭における食育の内容や献立の情報提供

広報みしまやホームページ等への食育や献立等の情報提供

## ◆幼稚園・保育園・小中学生及び保護者に対する栄養教育の推進 [再掲 I-(1)]

子どもやその保護者が、様々な体験や作法を通して、食を身近に感じ、健康増進のための知識と実践方法を学び、食事を通しての親子のふれあいや、生活リズムの向上、快食・快便など正しい食生活の伝達を図ります。

市民が考える「家庭でできること」

- 食事のマナーなど、家庭でのしつけをしっかりとしましょう。
- 箸の正しい持ち方を知りましょう。
- 「いただきます」、「ごちそうさま」、「ありがとう」の感謝の気持ちを表しましょう。
- 子どもと一緒に食事の準備をしましょう。
- 家庭菜園などの農業体験の機会を持ちましょう。



食農体験学習