

地 產 地 消

鄉 土 料 理 集



天童市

天童市食育推進計画

「見て」「さわって」「味わって」 ～いのちをつなぐ食の力～

計画の基本理念

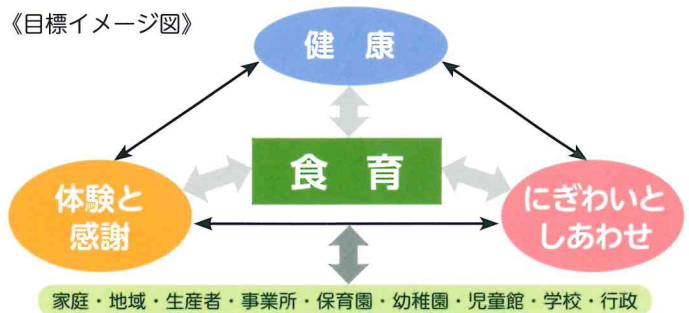
食は生きる上での基本です。食物の命をいただき、自然の恵みや食事に感謝し、家族や友達と一緒に食べる楽しい食事を通して、自分の命を大切にする気持ちや他を思いやる気持ちも育まれます。

「市民一人ひとりの体と心の健康増進・維持のために、食に興味を持ち、健全な食生活を身につける食育を推進」することを基本理念とします。

食育推進における3つの目標

子どもから大人まで、市民一人ひとりが生涯にわたり、家庭や地域などで健康で安心して暮らせるよう食育への関心の向上と実践を行うために3つの目標を掲げ、それぞれの施策を家庭や地域、生産者、事業所、保育園・幼稚園、児童館、学校、行政などが事業推進主体になり、連携して進めていきます。

《目標イメージ図》



目標1 食育で健康 …… いきいきと健康で暮らしていくために、食に対する正しい理解を深め、健康的な食生活を送るようにします。

【取り組み】

- 一日3食の食事のリズム → 「早寝・早起き・朝ごはん」の推進や、食事バランスガイドの活用を進めます。
(朝食欠食率：高校生18.4%、短大生26.3%、30歳代25.9%、40歳代24.1%)
- 家族や仲間と楽しい食事 → 家庭や学校、地域等での料理教室や食事会、特別給食等を通し、食を楽しみ、心と体の健康を育みます。(家族そろって食べる割合：朝食34.1%、夕食49.2%)
- 食べ残しや好き嫌いをなくし、栄養バランスの良い食事 → 乳幼児とその保護者や成長期にある児童生徒に対し、栄養バランスの良い食事への理解を深められるようはたらきかけます。(主食、主菜、副菜を朝食に揃えて食べている割合：48.8%)
- 家庭やふるさとの料理の味を受け継ぐ → 学校給食における特別給食や、家庭・地域における郷土料理や四季の行事食の伝承に努め、豊かな食文化を築きます。

() 内は、天童市食育アンケートより

目標2 食育で体験と感謝 …… 食の様々な体験を通して、生産者の苦労を理解し、食べ物など自然の恵みに感謝する心を育みます。

【取り組み】

- 農業体験から食のできる過程を学ぶ → 野菜の作付けや成長観察、収穫体験などの農業体験を推進し、生産の苦労や喜び、食に感謝する心を養います。
- 調理体験から食の大切さを学ぶ → 地元農産物を使用した料理教室等を積極的に開催します。
- 生産者や食育活動に携わる人の知恵と知識から学ぶ → 小学校農業体験学習や食育授業における地域人材の活用を図ります。

目標3 食育でにぎわいとしあわせ …… 地元の新鮮でおいしい旬の野菜や果物等の農産物の活用を広げ、市のにぎわいと市民一人ひとりのしあわせにつなげていきます。

【取り組み】

- 地元でとれた新鮮でおいしい農産物や加工食品などを食べる → 安全・安心な農産物の生産を推進し生産者と消費者の相互理解と、地元農産物の利用促進を図ります。(地産地消という言葉を知っている人の割合：78.2%)
- 食の安全・安心を育てる → 学校給食等における安全・安心な食材の使用や、市報やたより等による安全な食べ物を見分けるための啓発活動、生産者がわかる農産物の販売等を進めます。(学校給食における天童産の使用割合：74.6%)
- 四季折々の食の恵みで、交流の輪を広げる → 公民館食育事業や、農業まつり・健康まつり等のイベントの開催により、人と人との交流を広げ、活性化を図ります。また、食育に関係する団体等のネットワークづくりを推進します。

() 内は、天童市地産地消計画の現状値

計画の期間

計画の期間は、平成23年度から平成28年度までの6年間です。

発刊のあいさつ

天童市長 山本 信治

本市では、平成23年3月に「天童市食育推進計画」を策定し、「市民一人ひとりの体と心の健康増進・維持のために、食に興味を持ち、健全な食生活を身につける食育を推進すること」を基本理念に掲げ、食育の推進に取り組んでおります。

近年は、人々の生活環境の多様化に伴い、食卓を中心とした家族の団らん、食に携わる方々への感謝の気持ちや食べ物を大切に作る心、長年受け継がれてきた郷土料理などが忘れられつつあります。このような状況にあって、郷土料理や行事食を通して豊かな食文化を築き、ふるさとの味を次世代へと伝えることを目的とした「地産地消・郷土料理集」を発刊できましたことは、食育を推進する上で大変意義深く、喜ばしいことと思っております。

「ふるさとの味」は、それぞれの地域の特性を生かした先人たちの豊かな食生活そのものであります。よき伝統を未来へ引き継ぎ、人と人とのつながりを大切に作る心を育む契機にさせていただきますようお願い申し上げますとともに、食生活改善推進員の皆さまが知恵を出し合って考案した作品についても、新しい食文化としての魅力を感じていただけることを心から期待しております。

料理集の発刊にあたりましては、企画から編集に至るまで、天童市食生活改善推進協議会の皆さまに多大なる御協力をいただきましたことに、心から感謝と御礼を申し上げます。

当料理集を、健康づくりの基礎として広く御活用いただきますことを心からお願い申し上げ、あいさついたします。

発刊によせて

天童市食生活改善推進協議会長 荒木 公子

天童市食生活改善推進協議会はこのたび天童市との協働により「地産地消・郷土料理集」を発刊することができました。

本協議会が毎年開催している市料理コンクールの作品は、地域の産物を活用し健康づくりのためのレシピとして普及に努めてまいりました。今回の料理集には、第18回から第25回大会までの8年間にわたるアイデアがたくさんつまった作品と、昔から受け継がれ、未来につなぐ郷土料理の数々を掲載しております。

この料理集が、皆さまの食卓を囲んだ家族団らんや食への感謝、食べ物を大切に作る心を育むきっかけとなれば嬉しく存じます。

ヘルスメイトの皆さん、そして、御指導いただいた天童市の皆さまに厚く御礼を申し上げます。

市民の健康づくりのため「私達の健康は私達の手で」をスローガンに、今後も食生活改善の活動に励んでまいります。

