

各ライフステージにおいて県・家庭・地域等が行う取組の一覧

【ジュニア期】

◆県が行う主な取組

	乳幼児期	学童期	思春期
◇知(学力)・徳(心)・体(健康)の調和のとれた元気な児童生徒を育成していくため基本的な生活習慣の定着を呼びかける	●	●	●
◇基本的な生活習慣や食に関して学ぶ機会を提供するとともに、親(保護者)に対して、家庭教育に関する情報の提供等を行う子育てサポーターを養成する	●		
◇食事バランスガイドの普及を通じ、望ましい食生活に対する意識の醸成を図る			●
◇県産農産物の学校給食におけるマッチング支援や啓発活動を通じ、学校給食への県産農産物の利用率を高める		●	●
◇小中学校における農業体験の充実を図るための支援や教職員を対象にした農業セミナーを行う		●	●
◇食の安全安心に関する情報を収集し、その情報を速やかに提供する			●
◇食に関する指導に当たる栄養教諭を配置し、食育の推進を図る		●	●
◇学校栄養職員や給食関係者の知識や技術に関する研修会を実施する	●	●	●

◆家庭に期待される取組

(保護者などに期待される取組)

	乳幼児期	学童期	思春期
◇1日3回の食事(間食)で規則正しい食生活リズムをつくる	●	●	●
◇家族で食事づくりを楽しむ	●	●	●
◇食事づくりや買い物等の手伝いをさせる		●	
◇食事づくりの基本を教える			●
◇栄養バランスのとれた食事を心がけ、子どもが様々な食べ物を味わえるよう配慮する	●		
◇成長に必要な栄養が摂取できるバランスのとれた食事内容を工夫する		●	●
◇家族での楽しい食事を通して食事マナーや食べ物に感謝する心を伝える	●	●	●
◇旬の食材や年中行事に合わせた食事を取り入れる		●	●
◇健康な歯と口腔を育てるため、歯みがき習慣を身につける	●	●	●

◆学校等に期待される取組

	乳幼児期	学童期	思春期
◇保育計画等の中に食育に関する計画を位置づけ、その改善、充実に努める	●		
◇「食に関する指導に係る全体計画」を作成・実施し、指導効果を踏まえて改善を加えながら、食育を推進する		●	●
◇学校給食と各教科との関連を図った食に関する指導を展開する		●	●
◇肥満や過度のそり身が健康に及ぼす影響などについて、必要な知識と実践力を育てる		●	●
◇食物アレルギー等、食に関する健康問題を有する子どもへの対応や保護者への指導を行う	●	●	●
◇食に関する情報を家庭へ発信し、保護者の相談や助言を行う	●	●	●
◇給食に地域食材や郷土料理、行事食を取り入れる	●	●	●
◇栽培、収穫等の体験を楽しみ、食への関心を高める	●		
◇生産活動等の機会を作り地域の生産者との交流を図る		●	●
◇食料の生産や流通と食生活との関係や環境に配慮した食生活についての関心を高める			●

◆地域に期待される取組

	乳幼児期	学童期	思春期
食育推進に関わるボランティア等			
◇保育所や学校等が行う食育活動へ協力する	●	●	●
生産者・食品関連事業者等			
◇給食での地域食材活用に協力する	●	●	●
◇生産や販売体験の場や機会を提供する	●	●	●

【シニア期】

◆県が行う主な取組

	青年期	壮年期	高齢期
◇「みやぎ 21 健康プラン」を推進し、県民健康づくり運動の機運醸成及び健康づくりを支援する環境の整備を図る	●	●	●
◇食事バランスガイドの普及を通し、望ましい食生活に対する意識の醸成を図る	●	●	●
◇飲食店における栄養成分表示の普及や事業所の社員食堂等でのヘルシーメニューの提供を推進する	●	●	●
◇野菜や朝食摂取のための親子料理教室や生活習慣病の発症予防等のための食生活改善講習会等を開催する	●		
◇食の安全安心に関する情報を収集し、その情報を速やかに提供する	●	●	●
◇地域で食育を推進する民間ボランティアを育成し、その活動を支援する	●	●	●

◆家庭に期待される取組

	青年期	壮年期	高齢期
◇家族と一緒に食卓を囲み、食について子どもと学ぶ機会を作る	●		
◇食生活を再点検し、望ましい食生活（適正な食事量、栄養バランス、食品表示等）を実践する	●		
◇塩分や脂肪の摂りすぎ等を改善し、生活習慣病予防に努める		●	
◇栄養の過剰摂取や低栄養を予防する			●
◇健康診断や歯科健診を定期的に受診し、健康を維持する		●	●
◇行事食や郷土料理等を取り入れた食生活に配慮する		●	

◆地域に期待される取組

	青年期	壮年期	高齢期
食育推進に関わるボランティア等			
◇食に関する情報提供を行う	●	●	●
◇地域の食材や行事食・郷土料理についての知識を普及する	●	●	●
生産者・食品関連事業者等			
◇飲食店等において、栄養成分表示や産地表示等の情報を積極的に提供する	●	●	●