

# 木曾町みんなで取り組んでいきたいこと

ライフステージ 関係機関	乳幼児期 行政 医療機関 保育園 幼稚園・幼稚園 保護者会 行政	学童・青年期 小学校、学校保健委員会 PTA 学童クラブ、スポーツクラブ 公民館・食生活改善推進協議会・生産者グループ・体験館	成人期 行政 社会福祉協議会 公民館、スポーツグループ	高（幸） 齢期 行政 社会福祉協議会 公民館
<p>食育内容</p> <p>ライフステージを通じた食育</p> <p>豊かな心と身体を育む木曾町の食卓からはじまるくづくり</p>	<p><b>何でも食べて元気な子</b></p> <p><b>早寝早起き健康なからだ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>子どもの生活リズムを大切に</li> <li>バランスのよい食事がとれる</li> <li>よくかんで食べる</li> </ul> <p><b>食べることが楽しい・おいしい</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>家族そろって食べる機会を増やす</li> <li>食事のあいさつをする</li> <li>楽しい雰囲気でする</li> <li>年齢に応じたマナーを身につける</li> </ul> <p><b>感謝してみんなで気持ちよく食べる</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>農作物を育て収穫する</li> <li>できる範囲で食事の手伝いをする</li> <li>食への知識や場所を育む</li> </ul>	<p><b>食を学ぼう楽礼期（学齢期）</b></p> <p><b>健康と食の基本を身につける</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>朝食を必ず食べる</li> <li>健康な生活リズムを身につける</li> <li>健康づくりの基礎を理解する</li> <li>自分や家族の食事が選べる、準備できる（食の自立）</li> </ul> <p><b>食を楽しみ感謝するところを持つ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>食事のマナーが身につく（あいさつ、態度、箸の使い方など）</li> <li>食事のときはテレビを消す</li> <li>家族そろって食べるよう努める</li> <li>食を通じて家族や仲間とよい人間関係を育む</li> </ul> <p><b>食文化を知り郷土を愛する気持ちを持つ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>農作物を育て収穫する</li> <li>郷土食を知り調理する</li> </ul>	<p><b>上手に食べて元気に暮らそう</b></p> <p><b>食や健康に関する正しい知識を持ち実践する</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>自分の健康状態を知る</li> <li>健康な生活リズムを整える</li> <li>何をどのくらい食べればよいか知っている</li> <li>食や健康の情報を的確に判断して活用する</li> </ul> <p><b>健やかな家族・地域を築く</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>できるだけ家族で食事する機会を増やす</li> <li>食に関して家族みんなで協力する</li> <li>おいしく楽しく食べられる場作りをする</li> </ul> <p><b>食の大切さを理解し伝える</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>行事食や郷土食を作り伝える</li> <li>調理技術を身につける</li> <li>自分の食事をそろえることができる</li> <li>地域の季節の食材を積極的に利用できる</li> </ul>	<p><b>いきいき生き生き高（幸） 齢期</b></p> <p><b>食や健康の正しい知識を持ち実践する</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>自分の健康状態に関心を持ち理解する</li> <li>正しい情報を選ぶ力を身につける</li> <li>知識を実践に結びつける</li> </ul> <p><b>健やかな家族・地域を築く</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>元氣な高齢者が地域を支える</li> <li>社会活動の場に積極的に参加する</li> <li>生きがいをもち前向きに生活する</li> </ul> <p><b>食文化や知恵を伝える</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>豊かな木曾の味覚を継続し食文化を伝える</li> <li>地域の農産物を作り活用する</li> </ul>
<p>食の継承</p> <p>食育をすすめる環境づくり</p>	<p>○ 特色ある食文化</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>食文化について理解する</li> <li>農産物消費のネットワークを作る</li> </ul> <p>○ 特色ある農産物</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>伝統的な木曾独自の料理を味わう</li> <li>地元農産物を普及する</li> </ul>	<p>○ 食育の情報提供と活用</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>正しい情報が発信される</li> <li>人材育成とボランティア活動をすすめる</li> </ul> <p>○ 人材育成・環境整備</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>あふれる食情報を選別する力をつける</li> <li>食育関係者の協力体制を構築する</li> </ul>	<p>○ 個人・家庭</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>健康の維持、生きがい</li> <li>知識や技術を若い世代に伝承</li> <li>行政</li> <li>意識向上のための啓発</li> <li>介護予防のための支援</li> <li>社会福祉協議会</li> <li>食の独り立ちを旨とした料理教室</li> <li>高齢者が集う場づくり</li> <li>老人クラブ</li> <li>次世代に知識を継承する活動</li> <li>公民館</li> <li>食や健康の講座の開催</li> <li>ボランティア団体</li> <li>食が充実するお手伝い</li> </ul>	<p>○ 個人・家庭</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>自分の健康状態の認知</li> <li>健康づくりのための知識・技術を身につけ実践</li> <li>できるだけ家族で食事</li> <li>大切にしたい地域の行事食や伝統食</li> <li>行政</li> <li>住民全体の意識向上のための支援</li> <li>実践につながる講座や場作り</li> <li>公民館</li> <li>技術習得のための場の開設</li> <li>会社・企業</li> <li>健診の実施、指導</li> <li>ボランティア団体</li> <li>講習会の開催、伝達</li> </ul>
<p>それぞれの役割（抜粋）</p>	<p>○ 家庭</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>家族で食卓を囲み、乳幼児の生活リズムを大切に生活</li> <li>おいしく楽しく成長に見合った食事と体験</li> <li>行政</li> <li>健診、教室で発達に合わせた相談、支援</li> <li>親子で体験できる食育に関する教室の開催</li> <li>保育園・幼稚園</li> <li>食育計画を策定</li> <li>家庭と連携してよい生活習慣の確立</li> <li>給食を通じた食育（食事内容、マナー、準備片付け等）</li> <li>食体験を通じての営みの営みが理解できる保育</li> <li>ボランティア</li> <li>親子対象の料理教室</li> </ul>	<p>○ 家庭</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>家族そろって食事を取り楽しい会話やマナーやあいさつ、食習慣</li> <li>毎朝朝食がとれる、成長に見合った食事ができる生活習慣</li> <li>農業体験や調理体験し、関心を高めいのちの理解や調理技術</li> <li>学校</li> <li>食に関する指導の全体計画を策定し推進体制を充実</li> <li>食事マナー、食の知識を身につける学校給食の活用</li> <li>教科や行事を通しての農業体験や食体験</li> <li>家庭や地域へ情報発信</li> <li>農業生産団体・体験施設</li> <li>農産物の供給体制・農業体験・調理体験</li> <li>ボランティア団体</li> <li>食育に関する楽しい教室、実習</li> <li>公民館</li> <li>校外活動の体験支援</li> </ul>	<p>○ 個人・家庭</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>自分の健康状態の認知</li> <li>健康づくりのための知識・技術を身につけ実践</li> <li>できるだけ家族で食事</li> <li>大切にしたい地域の行事食や伝統食</li> <li>行政</li> <li>住民全体の意識向上のための支援</li> <li>実践につながる講座や場作り</li> <li>公民館</li> <li>技術習得のための場の開設</li> <li>会社・企業</li> <li>健診の実施、指導</li> <li>ボランティア団体</li> <li>講習会の開催、伝達</li> </ul>	<p>○ 個人・家庭</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>健康の維持、生きがい</li> <li>知識や技術を若い世代に伝承</li> <li>行政</li> <li>意識向上のための啓発</li> <li>介護予防のための支援</li> <li>社会福祉協議会</li> <li>食の独り立ちを旨とした料理教室</li> <li>高齢者が集う場づくり</li> <li>老人クラブ</li> <li>次世代に知識を継承する活動</li> <li>公民館</li> <li>食や健康の講座の開催</li> <li>ボランティア団体</li> <li>食が充実するお手伝い</li> </ul>