

## 第5章 重点プログラムの推進

本計画の基本理念『「食」を楽しもう！刈谷 「食」はみんなの笑顔をつくる！』の実現に向けて、刈谷市の現状や課題を踏まえ、計画を効果的に進める施策を「重点プログラム」と位置づけ、推進していきます。

### 重点プログラム1

#### 子どもに対する栄養バランスについての知識の普及

生活習慣の基礎を確立していく時期の子どもたちに対して、正しい食育を行うことが、その後の心身の健康に良い影響を与えていきます。

保育園・幼稚園の園児が、好き嫌いなくいろいろなものが食べられるよう、小・中学校の児童・生徒は、食べることや栄養バランスについての関心を高め、「食」に関する知識を深められるように、楽しみながら覚えられる指導・啓発をすすめていきます。

### 重点プログラム2

#### 親子で料理・作物栽培をする機会の創出

親子で料理する機会を持つことは、単に料理をする力を身につけることに留まらず、親子間の「食」を通じたコミュニケーションを図ることができます。

また、作物の栽培などを通じて、収穫の喜びや命の大切さを感じることで、豊かな心の醸成につながります。

親子料理教室や親子農業体験を実施し、楽しみながら「食」への関心・理解を深め、食べることへの感謝の気持ちや、もったいないという気持ちなどを育てていきます。

### 重点プログラム3

#### 若年層(次代の親世代)への「食育」の啓発

刈谷市は大規模な工場を抱えた企業の立地が多く、男性の若年単独世帯の割合が高くなっています。若年層（10歳代後半～30歳代前半）は、子育て世代もしくはその一歩前の世代であるにも関わらず、食生活が乱れがちであり、「食」に対する意識も希薄です。

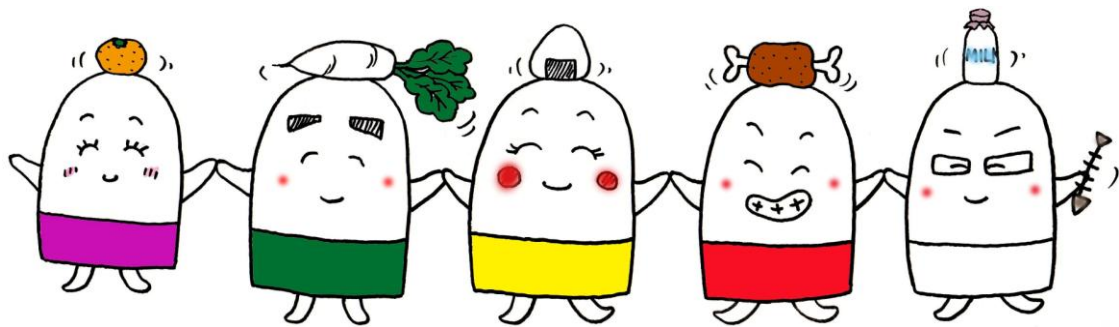
これらの世代に対する取り組みとして、市内各所や企業内食堂などにおけるポスター、パンフレットを使った「食」に関する情報提供や啓発、また、若年層にターゲットを絞った食育啓発講演会などを実施していきます。

現在、愛知県下を中心に、愛知教育大学で考案された「しょくまるファイブ」による食育普及活動が積極的に行われています。

刈谷市でも、すでに一部の小学校や保育園、市のイベントなどで大学の協力をいただき食育の普及・啓発を進めておりますが、本計画策定に際し、より連携を深め、更なる食育の推進につながる取り組みを行ってまいります。

刈谷で生まれた「しょくまるファイブ」による園児・児童を対象とした栄養バランスの知識の普及・啓発など刈谷市全体に広がる食育をめざします。

## しょくまるファイブ



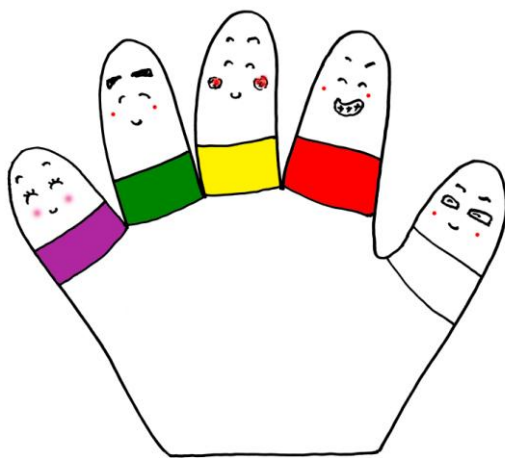
フルーツまる  
(果物)

ベジまる  
(副菜)

りきまる  
(主食)

にくまる  
(主菜)

ほねまる  
(牛乳・乳製品)



合体バージョン

『しょくまるファイブ』とは、食事バランスガイドを子どもたちにわかりやすく説明するために、愛知教育大学の西村研究室が考案した食育キャラクターです。

キャラクターは、食事バランスガイドの主食(=りきまる)、副菜(=ベジまる)、主菜(=にくまる)、果物(=フルーツまる)、牛乳・乳製品(=ほねまる)の各部分に由来しています。