



②個食…家族で食卓を囲んでいても、それぞれ食べるものがバラバラ

③固食…自分の好きな決まったものしか食べない。

④小食…いつも食欲がなく、食べる量が少ない。

⑤粉食…パン中心の、粉を使った主食を好んで食べる。

これらの食をめぐる問題に対する抜本的な解決のためには、行政、地域、家庭が一体となって「食育」に取り組む必要があります。

■食育のススメ

学校や保育所（園）・幼稚園では、ジャガイモの栽培や田植え、イカ釣りなどを通して「食」に関する取り組みを行っているほか、町でも各分野でさまざまな取り組みを行っています。

しかし家庭での食事が食生活のおよそ80%を占めるということから、家庭での役割が大切だと考えられます。豊かな自然や生命の素晴らしさを感じる「こころ」を育てることもつながる「食育」。心も身体も人を良くする「食」の上に成り立っているという意識を持って、毎日の食生活を見直してみませんか。

■町の「食」への取り組み

「教育分野」

- 学校給食を通じた取り組み
- ・地産地消の推進
- ・食物アレルギーへの対応
- 栄養教諭による授業支援
- 子どもの健康を守る地域専門総合連携調査研究事業



「保健福祉分野」

- せたな町栄養士ネットワーク会議開催
- 料理教室の実施
- ・おやこ料理教室
- ・ヘルシー料理教室
- ・男の料理教室
- 乳幼児から高齢者まで栄養相談を実施

「食」への取り組み

■地産地消料理講習会

「ひやま漁協瀬瀬支所女性部」

ひやま漁協瀬瀬支所女性部（能代恵子部長）は、夕市、ふれあい市場、各種イベントへの参加協力のほか、地産地消につなげようと部員を対象にした「地産地消料理講習会」を開いています。今年は、7月6日（日）、せたな町民センターで開かれ、札幌市で居酒屋の店長をしている鈴木明氏（今金町出身）を講師に招き、地元でとれるヒラメ・ホッケ・イカを使った料理6品の作り方を習いました。参加した皆さんはどの食材もあますことなく使って、ひと手間加えるだけで美味しい料理ができることを教わりました。



■女性ふれあい消費者交流会

「北檜山区女性ふれあいグループ連絡協議会」

北檜山区女性ふれあいグループ連絡協議会（佐藤京子代表）は、毎年農作業が一段落する冬場に、女性ふれあいセンターで「女性ふれあい消費者交流会」を開いています。これは、消費者に地元農産物の本当の美味しさを知ってもらおうのが狙い。今年は、1月26日（土）に行われ、「血液サラサラたまねぎとそばサラダ」、「牛乳豆腐のチーズケーキ」、「トマトアイスクリューム」など素材をいかしたヘルシーなアイディア料理12品を試食しながら野菜のうまみを引き出す調理のコツなどが生産者から消費者に伝えられました。



■農作物PR看板

「JAきたひやま青年部」

JAきたひやま青年部では、毎年、農作物をPRするためユニークな看板を製作しています。今年の作品は、「ララライス」で全国放送のテレビやラジオに取り上げられ、人気を集めています。

←平成20年の作品 ←平成19年の作品



■北の白虎ブランドシール

「新函館農協若松支店」

北檜山区若松地域は、会津若松にゆかりがあることから新函館農協若松支店では、白虎隊風のキャラクターを北の白虎ブランドシールとして地元産の農作物に使用しています。



「産業分野」

- 地産地消の推進
- せたな町地産地消推進会議
- ふれあい市場開設事業
- 安全・安心な農水産物の生産支援
- 有機、イース！クリーン展開

