

## 平成30年度に予定している食育に関する取組

No.	名称（教室名等）	基本目標	主な概要	実施予定内容		担当課
				実施予定日	対象者	
1	食と健康のプランニングセミナー	1-01 1-02 1-03 1-08 1-09	葉酸の摂取を促進し、血清葉酸値の上昇及び動脈硬化の危険因子である血清ホモシステイン値の低下を目指す。 当該セミナーへの参加を通じて、市民の実践的な生活習慣改善の取組を促す。	①新規：7～1月（全7回） ②フォロー：9～1月（全5回）	市内在住の20歳以上の方	市民生活課
2	葉酸普及講演会	1-01 1-02 1-03 1-08 1-09	葉酸の摂取を目的としたセミナーにおいて得られた、血液データ改善等に見られる一定の成果をもとに、さらに広範な市民へ葉酸の普及啓発を行い、市民の生活習慣病及び認知症の予防を図る。	11/27	市内在住者	市民生活課
3	市民ボランティアによる健康づくり活動の支援	1-02 2-02 3-01 4-01 6-01	市民の健康づくりを支援する団体を育成することで、市民主体の健康づくりを推進する。事務局として、市民ボランティアへの支援として、実践活動の場や健康情報の提供等を行っている。	通年	市内在住者	市民生活課
4	プロに学ぶ料理教室	1-02 1-05 1-08 1-10 1-12	食を通じた健康づくり応援店の協力により、葉酸が多く含まれる食材等を活用した料理教室の開催により葉酸の普及及び食育の推進を図る。	11/14、2月	市内在住者	市民生活課
5	食を通じた健康づくり応援店普及促進事業	1-02 1-08 1-09 1-13 1-14	食を通じて健康づくりを応援する店舗の普及を促進することにより、市民の健康を地域主体で支える環境の整備を図り、もって健康なまちづくりの推進を図る。	通年	—	市民生活課
6	食育に関する啓発活動	1-01 1-02 1-03 1-04 1-05	6月の食育月間に合わせて、幅広い世代の方に目にさせていただくよう食育に関する啓発活動を実施し、食育の推進を図る。	6月	—	市民生活課

## 平成30年度に予定している食育に関する取組

No.	名称（教室名等）	基本目標	主な概要	実施予定内容		担当課
				実施予定日	対象者	
7	生活習慣病重症化予防対策事業	1-03 1-06 5-09	人工透析の移行を防ぐために、国民健康保険被保険者を対象に特定健診やレセプトデータを活用した、受診勧奨、保健指導、継続支援を行う。  ①受診勧奨 未受診者及び受診中断者に対して、個別に受診勧奨を行う。 ②保健指導 県プログラムに基づき、かかりつけ医の指示のもと、4～6か月間、専門職が面談、電話による保健指導を行う。 ③継続支援 前年度保健指導プログラムを修了した者に対して、継続的に病状の確認及び自己管理維持のための支援を行う。	6～3月	①糖尿病重症化リスクの高い未受診者及び受診中断者 ②レセプトデータ及び特定健診データから糖尿病性腎症と推定された者 ③前年度保健指導プログラムを修了した者	市民健康センター 健康保険課
8	成人歯科健康診査	1-04 5-02 5-03 5-09	むし歯・歯周病等の検査	7月～12月	対象：40・50・60・70歳の者	市民健康センター
9	食改の伝達クッキング	1-02 1-03 1-05 1-06 1-09	坂戸市食生活改善推進員が望ましい食生活の普及と伝達を目的に、基礎的な栄養についての講義と調理実習を行い、食を通じて健康増進及び生活習慣病の予防を図る。	7月、2月	市内在住者	市民健康センター
10	歯科医師の講話	1-04 5-02 5-03 5-09	歯科医師による口腔疾患の予防に関する講話	10月	市内在住者	市民健康センター
11	慢性腎臓病予防講演会	1-03 5-01 5-09 5-10 5-11	腎機能の指標であるクレアチン値の普及啓発に努めることで、慢性腎臓病の予防を図り、人工透析治療への移行時期の延伸を通じて医療費支出の抑制をめざす。	9月	市内在住者等	市民健康センター
12	慢性腎臓病の食事教室	1-03 1-04 1-06 1-09 5-09	腎機能を低下させない食生活について、講義や実習を通して、理解を深める機会とする。	11月 全2回	市内在住者	市民健康センター
13	パパママ教室	1-02 1-03 1-06 1-08	安定した気持ちで出産・育児ができるよう知識や技術を習得するとともに、妊娠中から子育てにつながる仲間を作ることを目的として実施。母親とともに父親の育児参加を意識付けるためのプログラムを取り入れ、父親の参加を促す。	①3日間コース3回/年（5～2月） ②半日コース（土曜日実施）3回/年（7月・11月・3月）	妊婦及びその夫・家族	市民健康センター

## 平成30年度に予定している食育に関する取組

No.	名称（教室名等）	基本目標	主な概要	実施予定内容		担当課
				実施予定日	対象者	
14	離乳食講習会	1-01 1-02 1-03 1-05	離乳を順調に進めていくために必要な知識を、栄養に加え、保健、歯科など多方面の講義と試食を通じて保護者の理解を深め、食を通じた支援を行う。	年9回（5～3月）	生後4か月～1歳未満のお子さん と保護者	市民健康センター
15	幼児クラブ(3歳児)「じゃがいももち」作り	1-04	親子に向けての食育を実施。親子で調理する楽しさや、大勢で食べる喜びを味わいながら食への興味関心を持ってもらう。	1/10	幼児クラブ(3歳児親子)	千代田児童センター
16	クッキングクラブ(小学生)	1-02 1-03 1-04 1-05	年間8回実施している登録制のクラブ。女子栄養大生が、毎回旬の食材を使った献立を作成。レビ <sup>®</sup> に沿った調理を指導する。	4月～3月(全8回)	小学生4年～6年	千代田児童センター
17	料理教室(小学生)	1-03 1-04 1-05	毎年度1回定員16名を募集し実施している。小学生を対象にレビ <sup>®</sup> に沿っての調理を体験する。指導や献立は、講師ボランティアに依頼する。	未定	小学生	千代田児童センター
18	幼児クラブ(3歳児)「ミニ遠足」	1-07 1-10 1-12	年間20回実施している登録制のクラブ20組親子。筑波大付属高校にて、子豚やひよこの小動物とのふれあいや季節の野菜の様子を観察する。産み立ての温かい鶏卵に触れることもでき、命の大切さも学ぶ。	5/10	幼児クラブ(3歳児親子)	千代田児童センター
19	スキスキクッキング	1-05 1-07	女子栄養大学サカレECOSによる料理教室	5月～7月(全3回)	小学3年～6年生	大家児童センター
20	クッキング教室	1-05	女子栄養大学サカレECOSによる料理教室	9月～12月(全2回)	小学1～6年生	大家児童センター
21	クッキング教室	1-05	自分でできるランチ 講師：古川あつ子先生	8/2	小学1～6年生	大家児童センター
22	巻きずし教室	1-05	郷土料理である太巻き祭りずしを作る 講師：古川あつ子先生	12/9	小学1～6年生	大家児童センター
23	親子遠足（いちごくらぶ）	1-07 1-10 1-12	筑波大付属坂戸高校にて、豚やひよこの小動物とのふれあいをし、季節の野菜や草花を見学する。	10/17	幼児クラブ親子	三芳野児童センター
24	ジュニアクッキング教室	1-05 1-07	毎年実施し、16名までを定員とし小学生対象に料理体験。指導や毎月のレビ <sup>®</sup> は、女子栄養大学の学生ボランティアが担当。	4月～3月 全8回	小学4年～6年	三芳野児童センター

## 平成30年度に予定している食育に関する取組

No.	名称（教室名等）	基本目標	主な概要	実施予定内容		担当課
				実施予定日	対象者	
25	おやつを作って食べよう・季節の料理教室	1-05 1-07 1-12	毎年実施しており一回につき15名までを定員とし、小学生を対象にLビに沿っての、おやつ作りを体験する。	6/10 12/16	小学1～6年生	三芳野児童センター
26	幼児クラブ（幼児事業） 「秋カフェ」「冬カフェ」	1-05 1-07 1-12	毎週水曜日に行っている「幼児クラブ」の一環で、幼児親子を対象に「秋カフェ」と「冬カフェ」を実施する。	9/12 1/16	2・3歳幼児と保護者	三芳野児童センター
27	親子あそび教室（幼児事業） 「おでかけ教室」	1-05 1-07 1-10 1-12	筑波大附属坂戸高等学校に赴き、小動物とのふれあいや季節の野菜の様子を観察したり収穫を体験し、日々の食事が動植物の命や自然の恵みによって成り立っていることを感じてもらえるよう実施する。	6月～11月 全2回	幼児親子	坂戸児童センター
28	料理教室	1-05	講師ボランティアにより、自分で手作りの食事を準備できるように、レシピに沿っての料理体験を実施する。	5月～12月全3回	小学生	坂戸児童センター
29	もぐもぐタイム （子育て家庭向け試食会）	1-02 1-03 1-05 1-06	保育園在園以外の子育て家庭対象に、試食会を開催する。実際に試食をしてもらい、味付け等を体験する。	10月・12月 各園2回	1歳半から小学校 就学前の幼児また その保護者	保育課
30	野菜の栽培とクッキング	1-04 1-05 1-07 1-10 1-12	園児自らが野菜を育て、収穫する。収穫した野菜を使用したクッキングをし、食への関心や感謝する気持ちを育む。	6月～8月	保育園児	公立保育園全園 （6園）
31	米作りとおにぎりづくり	1-04 1-05 1-07 1-10 1-12	園児自らが発泡スチロール箱の中に苗植えを体験し、収穫する。収穫した米を炊飯し、おにぎりを作る。	5月～11月	保育園児	千代田保育園 城山保育園
32	バター作り	1-05 1-07 1-10	女子栄養大学から講師を招き、4・5歳児を対象にバター作りを実施する。食品が変化していく過程を体験し、食に対する意識を高める。	12月	保育園児	坂戸保育園
33	ひなまつり茶会	1-06	保育園児と保護者を対象としてひなまつりの行事として茶会を実施する。	2月下旬	保育園児と保護者	千代田保育園
34	食育教室	1-06	食育ボランティアの学生による食育教室を実施する。	9/8	保育園児（3、4、5 歳児）	溝端保育園

## 平成30年度に予定している食育に関する取組

No.	名称（教室名等）	基本目標	主な概要	実施予定内容		担当課
				実施予定日	対象者	
35	さかど“はっする”クラブ（運動・口腔・栄養複合）	1-02 1-06 2-02 5-03 4-02	運動器の機能向上・口腔機能の向上・栄養改善のためのサービスをそれぞれ提供する。また、高齢者自らの自主的な介護予防への取り組みを継続的に進めるものとする。	①5月～7月 ②9月～11月 ③1月～3月 各12回 毎週火曜	概ね65歳以上で運動制限のない方	高齢者福祉課
36	軽トラック市	1-12	農家が自らの生産物を自ら売ることにより、消費者ニーズに対応した農業生産を行うとともに坂戸市産農畜産物の消費拡大を図る。	4月～3月、約60回 実施予定	農業者、近接住民	農業振興課
37	地場産野菜等の給食導入	1-10 1-12	学校給食を通じ児童生徒が望ましい食生活や食糧の生産等、地産地消に対する関心と理解を深めることを目的として、坂戸産のお米や地元で生産された野菜・卵などの地場産物を使用した学校給食を実施する。 地場産野菜の導入については、JA職員、栄養教諭、学校栄養職員、教育委員会担当職員等で月2～3回打合せを行いながら、納品する野菜や時期を決定する。	6月～1月（随時）	小・中学生、教員	教育総務課
38	さかど葉酸ブレッドの給食導入	1-08 1-12	児童生徒及び保護者に坂戸市が進めている健康政策と地産地消の理解を図ることを目的として、市内小・中学校の学校給食で「さかど葉酸ブレッド」を各学年1回ずつ導入する。 （坂戸市葉酸プロジェクトの1つとして坂戸産の小麦を原材料とし、葉酸を取り入れたパン「さかど葉酸ブレッド」が開発され、市内の企業が製造していることから、他課と連携を図り学校給食に取り入れた。）	6月～2月、全19回	小・中学生、教員	教育総務課
39	筑波大坂戸高校の生徒が栽培した農作物の給食導入	1-10 1-12	地産地消の一環として、筑波大坂戸高校の生徒が授業で栽培した農作物を坂戸市立小中学校の給食へ使用する取り組みを実施する。	6月、11月、12月 （随時）	小・中学生、教員	教育総務課
40	坂戸ブランド農産物の給食導入	1-08 1-12	児童生徒及び保護者に坂戸市が推奨している坂戸ブランド農産物と地産地消の理解を図ることを目的として、市内小中学校の学校給食で「さかどルコ」や「すいおう」を使用した献立を実施する。 （栄養教諭・学校栄養職員が中心となって地元ブランド農産物農産物の献立研究を行い、農業振興課に協力いただき地元生産者に学校給食用として栽培してもらい、給食の献立に取り入れる。）	検討中	小・中学生、教員	教育総務課
41	こすもす作業所で栽培した農産物の給食導入	1-10 1-12	学校給食を通じ、児童生徒の地産地消に対する関心と理解を深めることを目的として、地元の福祉作業所で栽培した玉ねぎ・じゃがいもを使用する。	6月・7月	小・中学生、教員	教育総務課

## 平成30年度に予定している食育に関する取組

No.	名称（教室名等）	基本目標	主な概要	実施予定内容		担当課
				実施予定日	対象者	
42	「わたしの歯っぴーファイル」を活用した歯科保健指導	1-04 5-03	小学校1年生に「わたしの歯っぴーファイル」を配布。児童及び保護者が自分の歯や口の健康状態に関心をもち、必要な態度や習慣を身につける。また、各校でカラーテスター（染め出し液）を使用しながら歯のみがき残し等を確認し、虫歯予防に役立てる。	5月（配布）、随時（各校指導）	小学校1年生とその保護者、教員	教育総務課
43	行事食を食し、季節を感じる	1-07	季節の行事に沿った「行事食」を食すことにより、その行事と食のつながりを学ぶと共に、日本文化、歴史を体験として感じるができる機会である。「行事食」の例として、子どもの日は柏餅、節分の日は福豆、ひなまつりは三色団子等がある。	5月～3月 まで 全4回	全園児	末広幼稚園
44	じゃがいも掘り（5歳児）	1-05 1-11 1-12 4-02 4-03	シルバー農園でのじゃがいも掘りと植えをし、自ら植えしたじゃがいもを収穫し、家庭で調理し、そして家族と共に楽しみながら味わうことにより、植えから食事まで一貫した「食育」が行える。また、シルバー人材センターの高齢者と園児の世代を超えた交流も併せて行える行事である。	6/21	年長児	末広幼稚園
45	じゃがいもの植え（4歳児）	1-05 1-11 1-12 4-02 4-03	シルバー農園でのじゃがいも掘りと植えをし、自ら植えしたじゃがいもを収穫し、家庭で調理し、そして家族と共に楽しみながら味わうことにより、植えから食事まで一貫した「食育」が行える。また、シルバー人材センターの高齢者と園児の世代を超えた交流も併せて行える行事である。	2/25	年少児	末広幼稚園
46	わくわくモーモースクール	1-10	体験型の食育モデル事業として、希望があった市内の小学校に牛を連れていき、「搾乳・ふれあい体験」、「哺乳・子牛とのふれあい体験」、「牧場・牛の体の話」、「ミルクカーでの搾乳実演と生産者の話」を実施する。	9～11月	小学校の児童 （実施校未定）	学校教育課
47	食育プログラム	1-01 1-02 1-10 1-15 1-16	女子栄養大学と協働し、児童生徒の健康並びに食生活の向上を目指したオリジナルの食育プログラム（授業）に取り組んでいる。	通年	全小学校5年生・6年生、全中学校1年生	学校教育課 教育センター
48	ファミリージャガイモ作り教室	1-07 1-10 1-12	農作物の尊さを考えるとともに、土の感触と植えから収穫までの喜びを家族や友人と共に味わう。	3月～6月 全4回	市内在住・在勤者	三芳野公民館

## 平成30年度に予定している食育に関する取組

No.	名称（教室名等）	基本目標	主な概要	実施予定内容		担当課
				実施予定日	対象者	
49	ふるさと料理教室	1-03 1-05 1-12	三芳野をテーマとしたふるさとの料理教室を開催し、参加者の交流を図る。	2月 1回	市内在住・在勤者	三芳野公民館
50	地産地消クッキング教室	1-12	坂戸の食材で料理を学び、食生活に、地産地消意識を高める。	7/24	20歳以上の男女	勝呂公民館
51	葉酸料理教室	1-05 1-08	葉酸を多く含む旬野菜を使った料理を学び、健康づくりを推進する。	11月	成人男女	千代田公民館
52	初心者ウォーキング&健康アップ講座	1-06 2-03 4-02	ウォーキングの後、女子栄養大学で健康に関する講話と昼食をとる。	11月・3月 全2回	成人男女	千代田公民館
53	食育に関するテーマ展示	1-01 1-02 1-03 1-04 1-05	テーマ展示で6月の食育月間に合わせて食育に関する本を紹介し、食育に関する興味・関心を持ってもらう。	5/26~6/28	来館者	図書館