

## 第 4 次旭川市食育推進計画 重点テーマ推進事業案について

### 1. 朝食摂取率の向上（特に、子供及び20歳代～30歳代の若い世代）

No.	委員名	考え、アイデア、事業例等
1	加藤副会長	保護者向けに朝食の大切さを伝えるとともに、朝食の人気メニューなどを紹介する。
2	成田委員	（考え、アイデアではないが） 朝食をとる習慣のない世帯（特に就園、就学児のいる世帯）への働きかけの必要性を常に感じている。
3	山下委員	産婦人科などにおいて、朝食摂取の必要性を母親に説明する（冊子などを作成し、看護師から説明してもらう）。
4	吉岡委員	マクドナルド・ケンタッキー・モス・ロッテリア・スーパーなどにおいて、破棄する食品を子供食堂や子供クラブに持ち込み、食事がとれない子供たちに提供する。（夕食も同様）
5	吉岡委員	独居の高齢者、または生活保護を受けている高齢者の方に、破棄する予定である食品を夕食・昼食用に提供する。 野菜についても、農家さんから市場に出せないもの（規格外野菜等）を無償で頂き提供する。

### 2. 食塩摂取量の減少

No.	委員名	考え、アイデア、事業例等
1	川邊会長	市内の飲食店や販売店などで、1日の適正量のお知らせ、食する料理などや購入する総菜などに塩分量の表示などをお知らせする。 減塩効果のある食べ方や料理法などの講習会の実施やお知らせをする。
2	岸山委員	薄味に慣れるためのイベントがあれば良いのではないかと。百寿大学で乳和食について話しをする機会があるが、今後は試飲が可能になると思うので、今年は、参加者に塩分濃度毎のお出汁の試飲などをしてもらい、どの程度まで塩分濃度を下げても良いのかといった体験の機会を今年は作りたい。
3	土田委員	学校給食では、4月はあえて少し味をしっかりとつけ、徐々に塩分を減らして提供している。年度末には、かなり薄味になっているが、児童生徒は、気づかずに食べている。 来年度、減塩給食の取組を予定しており、それが家庭へもつながれば良いと考える。
4	山下委員	食塩過剰摂取による影響を具体的に示した冊子などを、旭川市内の企業や家庭に配布する。

## 第 4 次旭川市食育推進計画 重点テーマ推進事業案について

## 3. 野菜摂取量の増加

No.	委員名	考え, アイディア, 事業例 等
1	川邊会長	「頻繁に食べられているメニューの一部を野菜に置き換えるレシピ」や「足りない分だけちょこっと野菜食べようレシピ」などをお知らせすると共に、まちなかの飲食店などでも提供する。
2	加藤副会長	子どもの好きな野菜中心のメニューとそのレシピの紹介をする。
3	岩崎委員	保育所において、園児の野菜収穫等の活動により、自分で育てた野菜等に触れる機会をすることで、苦手な野菜を味わう機会になる。
4	成田委員	旭川産・近郊産の野菜の販売の工夫や周知等を行うことで、これから旬となる地産野菜の促進にもつながり、消費が拡大するのではないか。
5 (1 No.5)	吉岡委員	独居の高齢者、または生活保護を受けている高齢者の方に、破棄する予定である食品を夕食・昼食用に提供する。 野菜についても、農家さんから市場に出せないもの（規格外野菜等）を無償でもらいうけ提供する。