

第3次久喜市健康増進・食育推進計画の各分野における地域の取組み

資料4

計画	分野	計画書	計画から抜粋した地域の取組み	地域、団体が実施できそうな取組み・実施している取組み	団体名
健康増進計画	①栄養・食生活	P.68	バランスのよいメニューの提供をします。	各園にて食育計画や食育目標を作成し、その計画に沿って、栄養士や保育士から子ども達に、バランスの良い食事の大切さなどを伝える機会を日頃から多くもっている。 自園調理、委託調理ともに、栄養士が子ども達の年齢に合った栄養値で献立を作成している。 課題点としては、アレルギー除去食の場合に、カルシウムがなかなか規定量まで摂取できていないことが散見されるということが挙げられる。	久喜市民間保育所連絡会
			減塩メニューの提供をします。		
			栄養成分表示を行います。		
			介護予防・フレイル予防に関する出前講座を実施します。	地域住民に対し、介護予防等に関する出前講座を実施。	久喜市社会福祉協議会
			血圧測定や個別の健康相談に対応します。	地域のサロンなどで血圧測定を実施。	
			その他	月一回の定例勉強会で学習していることを「生活習慣病予防」「骨粗しょう症予防」「栄養バランス」教室等を通して、一般市民の方に伝える。 年一回のお正月料理教室を開催し、伝統料理を伝えていく。 おやこの食育教室、おやつ作り、各小学校のゆうゆう事業(放課後子ども教室)を通して、子ども達には食への関心を持ってもらう。	久喜市食生活改善推進員協議会
	②身体活動・運動	P.72	ボランティアで運動指導を行います。	スポ・レク講演会を開催し、誰でもできるレクリエーションダンスを紹介・指導。	久喜レクリエーション協会
				介護予防として体操の出前講座を実施。	久喜市社会福祉協議会
			地元のスポーツ団体に加入し、運動や団員との交流を進めます。	スポーツ少年団主催の各種スポーツ大会を開催。	久喜市スポーツ少年団
			家族・友人・近所の人と誘い合って身体を動かす機会をつくれます。	自治会として、東地区体育祭の参加を積極的に行っている。	久喜地区区長会
				歩こう会で会員・一般市民を対象に歩こう会を実施。	久喜レクリエーション協会
				種目別に身体運動を行っている。	
				3B体操は一般向けに体験会を実施。	
				各園にて、日頃から園庭や公園でたくさん遊び、お散歩にも出掛けたり気候の良い時期にはマラソンなどを行ったりして、園児達の足腰を鍛えるようにしている。また、多くの園が外部講師による体操指導などを取り入れ、園児の全身運動を促進し体力の向上に努めている。	久喜市民間保育所連絡会

計画	分野	計画書	計画から抜粋した地域の取組み	地域、団体が実施できそうな取組み・実施している取組み	団体名
健康増進計画	③飲酒・喫煙	P.77	未成年者の喫煙や飲酒を見過ごさず注意します。		
			未成年者へたばこやお酒の販売、提供をしません。		
			地域の集まりの場では全面禁煙を徹底します。		
			禁煙をしたい人の禁煙をサポートします。 (市内医療機関禁煙外来)		
			お酒の席では参加者全員で適正な飲酒量に気をつけます。		
	④歯・口腔の健康	P.81	食後の歯磨きを徹底します。(保育機関等)	各園にて、年2回の歯科健診を行っている。	久喜市民間保育所連絡会
			歯、口腔の健康について、情報を共有し実践します。	歯科医や自園の看護師などにより、歯磨き指導を定期的に行っている。	
	⑤がん	P.86	肺がんなどのリスクを上げる受動喫煙を防ぎます。		
			地域の人とがん検診などの重要性について話しをします。		
	⑥循環器病・糖尿病・COPD (慢性閉塞性肺疾患)	P.89	運動を習慣づけられるような簡単な運動の情報を発信します。		
			誘い合って、健康診査などの健(検)診を受診します。	生活習慣病健診の企画と助成。	久喜市商工会
			生活習慣病について理解し、地域の仲間と健康づくりに取り組みます。		
	⑦休養・睡眠・心の健康	P.92	休養・睡眠に関する情報を共有します。	預かり時間が長い園児だと、朝7時台～夕方18時台に及び、就寝時間が22～23時になっている園児も少なくない。午睡をしているとはいえ未就学児にとってはかなり遅い時間である。また、お預かりする曜日も月～土の週6日となる園児もいる。各ご家庭の事情もあるかと思うので、保護者の方に寄り添いながらも、定期的休養と睡眠の大切さの情報発信をしている。	久喜市民間保育所連絡会
			地域社会との交流によって落ち着いた環境で過ごせるよう、地域の人と顔の見える関係づくりをし、挨拶など声かけをします。		
			誰もが気軽に集まり、自由な活動を通してつながりや生きがいを持てるボランティア活動を推進します。	誰もが気軽に集まれるふれあいいきいきサロンの運営支援。 生きがいを持てるボランティア活動の紹介。	久喜市社会福祉協議会
			イベントやお祭りなど、地域住民が集まれる機会を設けます。	自治会活動①市の清掃活動、②納涼会、③敬老会、④防災訓練、⑤総会を通して、地域の皆様が顔見知りになり、絆を深めてもらうことにより、心の安全を得られるよう努めている。	久喜地区区長会
			その他	睡眠においては、特に保育園や認定こども園では預かり時間が長いため、午睡時間(※)をしっかり取っている。 (※0～2歳児…概ね3時間程度、3～5歳児…2～2.5時間程度) 福祉に関するなんでも相談電話の実施。	久喜市民間保育所連絡会 久喜市社会福祉協議会

計画	分野	計画書	計画から抜粋した地域の取組み	地域、団体が実施できそうな取組み・実施している取組み	団体名	
食育推進計画	①栄養・食生活	P.68	1.健康増進計画 ①栄養・食生活と同じ	1.健康増進計画 ①栄養・食生活と同じ		
	②食文化の継承	P.102	畑で収穫した野菜を皆で食べます。(学校、幼稚園、保育園等)	各園にて、食育計画を作成し、その内容に沿った行事等を行っている。	久喜市民間保育所連絡会	
				自園で畑がある場合は、野菜の苗植え、水やり、雑草とりなどのお世話、そして収穫にいたるまでを幼児組中心に行っている。また、畑を所有していない園でも、近隣の農家さんや施設へ協力を仰ぎ、野菜などの収穫体験を行っている。(例:じゃがいも、さつまいも、米、夏野菜など)		
				園児が自分たちで収穫した野菜を実際に洗ったり、皮をむいたり、切って小さくするなどの調理体験を行い、食事を作ることの楽しさ、大変さを伝えている園もある。		
				園児が自分たちで収穫した野菜を実際に洗ったり、皮をむいたり、切って小さくするなどの調理体験を行い、食事を作ることの楽しさ、大変さを伝えている園もある。		
	行事やイベントに「行事食」や「郷土料理」を積極的に取り入れます。	各園にて行事食を大切にし、その食材を食す由来など紙芝居などで紹介しながら、園児たちに分かりやすく伝えている。				
	仲間と楽しく食事する機会を設けます。	現代の保護者さんは忙しい方が多くなってきており、なかなか食事を家族全員で摂れるご家庭は少なくなってきている。保護者の負担にならない程度に「共に食べることの大切さ」をこまめに伝えている。				
	③食の安全・安心	P.105	地域のイベント等で食べ物を提供する際には、久喜市産農産物を積極的に活用します。	各園ともに可能な限り地元で信頼できる食材業者さんから購入している。また、栄養士が食材選択をする際にも、産地や食材の表示内容に注意を十分に払っている。	久喜市民間保育所連絡会	
				不要な食材を集め、必要な人に提供する活動をします。(フードドライブ)	フードドライブを実施。	久喜市社会福祉協議会
				地元の食材を積極的に使用した料理を提供します。(飲食店)		
地元の食材を積極的に販売します。(スーパー)						
地元の食材だとわかるよう発信方法(ポップなど)を工夫します。(スーパー)						
地域の大人たちは、子どもたちに農業体験のできる機会や環境をつくれます。						