





函館市食育計画策定推進委員会 食育関連事業取り組み 事例

	関係団体名	事例番号	事業や取り組みの名称
1	函館保育協会	1-1	じゃがいもジャガジャガ おいしいおイモ できるかな
		1-2	保護者及び園児への食の啓蒙活動
2	函館市私立幼稚園協会	2-1	野菜を育てて食べよう!(トマト, キュウリ, ピーマン)
		2-2	畑の耕作/収穫/食育
3	函館市小学校長会	3-1	函館のブリをもっと知ろう!もっと広めよう!
		3-2	和食の日の給食メニューを考えよう
4	函館市中学校長会	4-1	北海道の「小豆」, 「てん菜糖」について知ろう
		4-2	朝食の大切さについて考えよう
		4-3	函館の郷土料理「くじら汁」を知ろう
5	北海道高等学校長協会 道南支部	5-1	令和4年度「食物わくわくランチ」
6	函館市食生活改善協議会	6-1	おやこの食育教室
		6-2	やさしい介護食教室
		6-3	離乳食教室
		6-4	全世代に広げよう健康寿命延伸プロジェクト:若者世代
		6-5	全世代に広げよう健康寿命延伸プロジェクト:高齢世代
		6-6	はこだて市民健幸大学“ベジプラ!楽うまレシピ” コンテスト審査会
		6-7	はこだて市民健幸大学 みんな de 健幸づくり (はこだて健幸応援店コラボ料理教室 8月)
		6-8	はこだて市民健幸大学 みんな de 健幸づくり (はこだて健幸応援店コラボ料理教室 10月)
7	一般社団法人 北海道歯科衛生士会函館支部	7-1	函館市立駒場小学校 歯磨き教室
		7-2	認知症カフェ オレンジの輪
8	公益社団法人 北海道栄養士会函館支部	8-1	地域リハビリテーション活動支援事業

食育関連事業取り組み事例

報告団体名：函館大谷短期大学附属港認定こども園

「函館市食育計画策定推進委員会」

事業や取り組みの名称	じゃがいもジャガジャガ おいしいおイモ できるかな
連携・協力団体名	
日時	令和3年5月～9月
対象者・人数	園児12名
場所	函館大谷短期大学附属港認定こども園 園庭
内容	<p>函館大谷短期大学附属港認定こども園では、野菜の栽培活動を通して『食物ができる過程』を知り、育ててくれる人への感謝の気持ちや食べ物への関心を深める活動を行っています。</p> <p>自分たちで植えた種芋が芽を出して葉を伸ばし、そして花をつけ、やがて枯れて収穫の時がくるのを今か今かと待ちわびていました。収穫時には土の中から出てくるお芋の数にビックリ！自分たちで育てたお芋はいつもよりも美味しく感じ、特別な味がしていたようですよ。</p> <p>植えてから実がなるまでお世話をした時間、そして収穫して調理をする工程など、自分たちで経験することで感じたものは、子ども達の食への関心をより深めることができました。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div>
函館市の食育推進基本目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 生涯にわたって健康なからだをつくる ② 豊かな心を育む 3. 函館の豊かな食資源や食文化を通して食の大切さを知る

食育関連事業取り組み事例

報告団体名: 認定子ども園 函館市豊田港保育園

担当: 玲花


「函館市食育計画策定推進委員会」

事業や取り組みの名称	保護者及び園児への食の啓蒙活動 (主催:)	
連携・協力団体名		
日時	前年度. 不定期での取り組みのため 日時は不明です.	
対象者・人数	保護者向け.	及び園児向け
場所	主に玄関に掲示.	各クラスに2.
内容	<p>①OCT関連の道新の記事を台紙に帳って. 玄関に掲示した.</p> <ul style="list-style-type: none"> ・消毒の方法の正確さを伝えた. ・10ウエルスの消毒とは消毒液が濃いので注意を促した <p>②毎月の食育便りを作製して保護者へ発信している.</p>	<p>①毎月のO-T-にふりして 各所に置く前の日に. O-T-2の絵本の読み聞かせを行った.</p> <p>3. 4. 5. 8月クラスで</p> <p>②アヒルの紙芝居を2種類手作りしてあり</p> <p>4. 8. 5月見クラスに2行した</p>
函館市の食育推進基本目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 生涯にわたって健康なからだをつくる 2. 豊かな心を育む 3. 函館の豊かな食資源や食文化を通して食の大切さを知る 	

食育関連事業取り組み事例

報告団体名：函館市私立幼稚園協会











「函館市食育計画策定推進委員会」

事業や取り組みの名称	野菜を育てて食べよう！（トマト、キュウリ、ピーマン） （主催：認定こども園 総合施設 函館若葉幼稚園 年長）
連携・協力団体名	認定こども園総合施設函館若葉幼稚園
日時	令和3年5月～令和3年8月
対象者・人数	年長児68名
場所	園内菜園
内容	<p>野菜を苗から育て、水やり、肥料、間引きなどのお世話をしながら、日々成長していく様子や花や実を付けた時の喜びを分かち合う。また、愛情をもってお世話をする事の楽しさや採りたての野菜を食べる事の幸せを感じながら、食への興味や関心を育てる活動であった。</p> 
函館市の食育推進基本目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 生涯にわたって健康なからだをつくる 2. 豊かな心を育む 3. 函館の豊かな食資源や食文化を通して食の大切さを知る

食育関連事業取り組み事例

報告団体名：函館市私立幼稚園協会

「函館市食育計画策定推進委員会」

事業や取り組みの名称	畑の耕作 / 収穫 / 食育 (主催：認定こども園函館ひかり幼稚園)
連携・協力団体名	認定こども園函館ひかり幼稚園 B型支援事業所「ポラリスパス」/四稜郭ファーム 今井メディカル(栄養士)
日時	畑づくり 4月～ 種まき 5月～ 収穫 8月～
対象者・人数	年次ごと(各50名位)/全園児(150人位)
場所	自園の畑 保育室
内容	<p>① 4月「畑の準備」草取りを保護者・B型支援事業所「ポラリスパス」の方に依頼</p>  <p>② 職員で畑の畝を作ります</p>    <p>③ 5月GW明け園児が種まきをします じゃが芋(北あかり・メイクイン・男爵) 人参・かぼちゃ・玉ねぎ・とうきび・なす・トマト等</p>    <p>④ 6月『四稜郭ファーム』にいちご摘みに何度も出かけます。「いちごクッキング」を行いました。</p>   

食育関連事業取り組み事例

⑤ 収穫「8月にじゃが芋フェスティバル」を行いました。コロナ禍の中でしたので収穫（掘る）のみ。家族で芋ほりをします



⑥ 年長児のみ『食育講座』

自園が契約している今井メディカルの栄養士さんによる食育講座を絵本を通して年4回行いました。



⑦ 収穫（人参・玉ねぎ・大根・かぼちゃ・じゃがいも等）



いも餅



かぼちゃ団子



人参パン



ジャンボかぼちゃ



焼きピロシキ（じゃが芋）



人参ジュース



食育関連事業取り組み事例

⑧ 今年は『ジャンボかぼちゃ』ができました。



毎年、佐呂間町の「シンデレラかぼちゃ委員会」からもらっています

⑨ 『かぼちゃクッキング』をしました



⑩ 自園で採れた『じゃが芋・さつまいも』などを寄贈



『まるたま』さんと、譲渡会
じゃが芋さつまいもを寄贈し、ピロシキ生地を頂きました。

⑪ 北斗市のデイサービス『そよ風』さん

じゃが芋
さつまいも
キャベツ
白菜寄贈しました




函館市の
食育推進
基本目標

1. 生涯にわたって健康なからだをつくる
2. 豊かな心を育む
3. 函館の豊かな食資源や食文化を通して食の大切さを知る

食育関連事業取り組み事例

報告団体名： 函館市立戸井学園



「函館市食育計画策定推進委員会」

事業や取り組みの名称	函館のブリをもっと知ろう！もっと広めよう！ (主催：函館市立戸井学園 5年「総合的な学習の時間」)
連携・協力団体名	一般社団法人 Blue Commons Japan 他
日時	2021年10月～11月
対象者・人数	函館市立戸井学園 5年 8名
場所	函館市立戸井学園
内容	<p>総合的な学習の時間で「ブリ」について学び、そのよさを広める学習を行った。</p> <p>① 一般社団法人 Blue Commons Japan の職員の方にリモートで函館におけるブリの現状についてお話してもらった。</p> <p>② 函館市立椴法華中学校の栄養教諭に来校していただき、給食や栄養の面からブリについて知る学習を行った。</p>  <p>③ 外部講師の話や調べたことをもとに、まとめの発表を行った。DVDを作成し、保護者、外部講師に見てもらった。</p>
函館市の食育推進基本目標	<p>① 生涯にわたって健康なからだをつくる</p> <p>2. 豊かな心を育む</p> <p>3. 函館の豊かな食資源や食文化を通して食の大切さを知る</p>

食育関連事業取り組み事例

報告団体名： 函館市立万年橋小学校


「函館市食育計画策定推進委員会」

事業や取り組みの名称	和食の日の給食メニューを考えよう (主催：)
連携・協力団体名	
日時	令和3年11月18日
対象者・人数	第6学年 22名
場所	万年橋小学校 第6学年教室
内容	<ul style="list-style-type: none"> ・学校給食において、毎月設定している「和食の日」について意義を再確認する。 ・家庭科で学習した栄養素についての知識を生かし、各自で和食のメニューを考える。 ・実際のメニューとして学校給食に取り入れ、全校児童で6年生考案メニューを食する。 <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div>
函館市の食育推進基本目標	<ol style="list-style-type: none"> ① 生涯にわたって健康なからだをつくる ② 豊かな心を育む ③ 函館の豊かな食資源や食文化を通して食の大切さを知る

食育関連事業取り組み事例

報告団体名： 函館市中学校長会


「函館市食育計画策定推進委員会」

事業や取り組みの名称	北海道の「小豆」，「てん菜糖」について知ろう (主催：函館市立亀田中学校)
連携・協力団体名	ホクレン農業協同組合連合会 てん菜業務課
日時	令和3年9月21日(火)
対象者・人数	2年2組 35名
場所	亀田中学校 2年2組 教室
内容	<p>道産小豆，てん菜糖の需要低下による影響を少なくし，道産の農作物への理解を促進する目的で北海道産「小豆」，「てん菜糖」を使用したデザート 小豆寒天を給食で提供し，小豆やてん菜糖の特徴や魅力について伝えました。</p> <p>給食室前の掲示板や掲示資料を活用し，全学級へ発信しました。</p> <p>↓以下，掲示資料（左:教室掲示，右:給食室前掲示，下:授業の様子）</p> 
函館市の食育推進基本目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 生涯にわたって健康なからだをつくる ② 豊かな心を育む 3. 函館の豊かな食資源や食文化を通して食の大切さを知る

食育関連事業取り組み事例

報告団体名： 函館市中学校長会

「函館市食育計画策定推進委員会」

事業や取り組みの名称	朝食の大切さについて考えよう (主催：函館市立港中学校)
連携・協力団体名	函館市立亀田中学校
日時	令和3年11月19日(金)
対象者・人数	2年1組 30名, 2年2組 30名
場所	函館市立港中学校2年1組 教室, 2年2組 教室
内容	<p>生徒たちに規則正しい生活をする上で、朝食はとても重要な役割を果たしていることを知ってもらい、朝食をとって規則正しい生活を送り、健康のために自ら判断し実践できる力を身につけさせることをねらいとして行いました。 ※事前準備としてアンケートを行い、実態把握をしました。 ↓生徒が記入したワークシートより抜粋</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 45%;"> <p>5. わかったこと・今後気をつけたいこと</p> <p>朝食を食べるか食べないかで、学力や運動能力が大きく影響することを知りました。朝ごはんをしっかり食べるメリットしかないななと思いました。</p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 45%;"> <p>5. わかったこと・今後気をつけたいこと</p> <p>今まで私は朝食を、時間がないから食べないからと全く食べていませんでした。今回の食育の授業を受けて、今では食べています。朝食には1日の生活の中で大切なポイントがあることを知ることができました。今後は欠けず朝食を食べよう。1日3度の食事は大切だと改めて思いました。</p> </div> </div> <p>↓授業で使用したスライドの一部</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 30%;"> <p>朝食をとることでのメリット</p> <p>②(脳や体へのエネルギー補給)</p> <p>…脳の唯一のエネルギー源である(ブドウ糖)は、ごはんやパンなどの炭水化物に含まれている。 夕食で得たエネルギーは、寝ている間に使用されるため、朝食でしっかりとる必要がある。</p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 30%;"> <p>まとめ</p> <p>○朝食には、「体温が上がる」、「体や脳へのエネルギー補給」、「排便をうながす」という大切な働きがある。</p> <p>↓</p> <p>今から毎日朝食をとる習慣をつけましょう!</p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 30%;"> <p>だから1日3度の食事はとても大切!</p> <p>「自分の食べたものが、自分の体をつくる」</p>  </div> </div>
函館市の食育推進基本目標	<p>① 生涯にわたって健康なからだをつくる</p> <p>2. 豊かな心を育む</p> <p>3. 函館の豊かな食資源や食文化を通して食の大切さを知る</p>

食育関連事業取り組み事例

報告団体名： 函館市中学校長会


「函館市食育計画策定推進委員会」

事業や取り組みの名称	函館の郷土料理「くじら汁」を知ろう (主催：函館市立亀田中学校)
連携・協力団体名	
日時	令和4年1月19日(水)
対象者・人数	2年5組 30名
場所	2年5組 教室
内容	<p>道南の郷土料理「くじら汁」について理解し、伝統ある地域の食文化を大切にしようとする心をもたせたいというねらいで行いました。</p> <p>事前準備としてアンケートを行い、函館の郷土料理についての理解度を確認してから、郷土料理を大切にしていけるべき理由やくじら汁(由来や歴史、作り方)について、函館とくじらの関係について伝え、地域の食文化を守っていくために何ができるのかを考えさせました。</p> <p>↓授業で使用したスライド</p> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <p>②日本の食料自給率の向上</p> <ul style="list-style-type: none"> 食料自給率向上のために日本で生産されている食材を積極的に使い、食べる 身近にある地場産物を活用する 郷土料理は、古くからその地域にある食材を使用して作られる <p>↓</p> <p>郷土料理を日常生活に積極的に取り入れていくことで、これからの日本の「食」を守ることもつながる!</p> </div> <div style="width: 45%; border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">函館とくじらの関係</p> <ul style="list-style-type: none"> 北海道の道南地方では、江戸時代後期からニシン漁が盛んで、くじらはニシンを餌に追いこみ豊漁をもたらす縁起の良い動物とされていた。そのため、初春から始まる「ニシン漁の豊漁」や大きなくじらのように「大物になるように」という願いをこめて、くじら汁を正月に食べていて、今でもその風習は残っている。 函館は、日米和親条約による開港でアメリカの捕鯨船(くじらを捕獲する船)へ休憩基地として港を提供したり、かつては近海で実際に捕鯨したりしていたことも関係している。西部地区に「くじらの供養塔」が建てられている。 函館の貝塚からくじらの骨が出土している。 <p>◎このように函館には、昔からくじら文化が根付いていることがわかる。</p> </div> </div> <p>↓生徒が記入したワークシートより抜粋</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="width: 45%; border: 1px dashed orange; padding: 5px;"> <p>2. わかったこと、これからの生活で実践したいこと</p> <p>函館とくじらの関わりが深いということがわかった。 普段は、郷土料理など意識もせずに食べていたのですが、今度からは、郷土料理ということを理解して食べたいと思う。また、自分でも作ってみたいと思う。</p> </div> <div style="width: 45%; border: 1px dashed orange; padding: 5px;"> <p>2. わかったこと、これからの生活で実践したいこと</p> <p>今までには、函館の郷土料理は、知らなかったけれど、今日は函館の郷土料理を知ることができた。これからの生活では、郷土料理を知り、それをつくり、食文化を広め、受け継いでいきたいと思います。</p> </div> </div>
函館市の食育推進基本目標	<ol style="list-style-type: none"> 生涯にわたって健康なからだをつくる 豊かな心を育む ③ 函館の豊かな食資源や食文化を通して食の大切さを知る

食育関連事業取り組み事例

報告団体名： 函館大妻高等学校

「函館市食育計画策定推進委員会」

事業や取り組みの名称	令和4年度 「食物わくわくランチ」 (主催： 函館大妻高校)
連携・協力団体名	函館若葉幼稚園
日時	令和4年 6月 9日 (木)
対象者・人数	函館若葉幼稚園 きく組 園児 26名
場所	若葉幼稚園
内容	<p>本校の食物健康科2年生(21名)が函館若葉幼稚園の園児さんに向けて、食事と食に係る制作物を提供しました。</p> <p>○園児に喜んでもらえるようなランチボックスの作成</p> <ul style="list-style-type: none"> ・味だけではなく、見た目や園児が好きなメニューを生徒たちが考え、提供しました。 <p>○食に係る制作物</p> <ul style="list-style-type: none"> ・手洗いの正しい方法、食事栄養バランス、テーブルマナー(食事の置く位置)の3つをテーマにそれぞれ園児が遊びながら学べるような制作を行いました。 

食育関連事業取り組み事例





函館市の
食育推進
基本目標

1. 生涯にわたって健康なからだをつくる
- ② 豊かな心を育む
- ③ 函館の豊かな食資源や食文化を通して食の大切さを知る

食育関連事業取り組み事例

報告団体名： 函館市食生活改善協議会




「函館市食育計画策定推進委員会」

事業や取り組みの名称	「おやこの食育教室」 (主催：函館市食生活改善協議会)
連携・協力団体名	
日時	令和3年10月14日
対象者・人数	保護者21名・年長児21名
場所	藤幼稚園
内容	<p>幼稚園年長児の親子を対象にバランスの良い食生活を赤・黄・緑に分けた教材などを使用し講話やクイズを行い、その後親子でおやつづくりを実施した。</p>  
函館市の食育推進基本目標	<p>①生涯にわたって健康なからだをつくる ②豊かな心を育む 3. 函館の豊かな食資源や食文化を通して食の大切さを知る</p>

食育関連事業取り組み事例

報告団体名： 函館市食生活改善協議会


「函館市食育計画策定推進委員会」

事業や取り組みの名称	「やさしい介護食教室」 (主催：函館市食生活改善協議会)
連携・協力団体名	
日時	令和3年6月24日
対象者・人数	高齢者他 15名
場所	函館市総合保健センター 2F 調理室
内容	<p>老老介護世帯の増加が懸念され、家庭における食事介護の知識の習得が必要と思われることから、家庭でできる介護食の調理実習を実施</p>   
函館市の食育推進基本目標	<ol style="list-style-type: none"> ① 生涯にわたって健康なからだをつくる ② 豊かな心を育む ③ 函館の豊かな食資源や食文化を通して食の大切さを知る

食育関連事業取り組み事例

報告団体名： 函館市食生活改善協議会



「函館市食育計画策定推進委員会」

事業や取り組みの名称	「離乳食教室」 (主催：函館市)
連携・協力団体名	函館市保健福祉部健康増進課
日時	令和3年8月13日・10月8日・12月10日
対象者・人数	28組
場所	函館市総合保健センター
内容	<p>離乳食教室の補助員として、試食用離乳食調理やデモンストレーションの補助を行う。</p> 
函館市の食育推進基本目標	<ol style="list-style-type: none"> ① 生涯にわたって健康なからだをつくる ② 豊かな心を育む ③ 函館の豊かな食資源や食文化を通して食の大切さを知る

食育関連事業取り組み事例

報告団体名： 函館市食生活改善協議会


「函館市食育計画策定推進委員会」

事業や取り組みの名称	「全世代に広げよう健康寿命延伸プロジェクト」 (主催：函館市食生活改善協議会) 若者世代
連携・協力団体名	
日時	令和3年10月13日
対象者・人数	1年生 21名
場所	函館大妻高等学校
内容	<p>食の大切さを再確認してもらい、日常の食生活に役立ててもらおう事を目的として</p> <p>若者用テキスト使用の座学・野菜摂取量についての確認(手ばかり・目ばかり) 出汁の試飲</p> <p>調理実習(スパニッシュオムレツ・サラダ)： 試食</p>  
函館市の食育推進基本目標	<p>① 生涯にわたって健康なからだをつくる</p> <p>② 豊かな心を育む</p> <p>3. 函館の豊かな食資源や食文化を通して食の大切さを知る</p>

食育関連事業取り組み事例

報告団体名： 函館市食生活改善協議会

「函館市食育計画策定推進委員会」

事業や取り組みの名称	「全世代に広げよう健康寿命延伸プロジェクト」 (主催：函館市食生活改善協議会) 高齢世代(シニアカフェ)
連携・協力団体名	
日時	令和3年11月17日(水)
対象者・人数	60歳以上高齢男女 43名
場所	函館市山の手町会館
内容	<p>町会の在宅福祉委員会会食会で低栄養・フレイル予防などシニアカフェドリル・シニアランチオンマットを使用し絵を見てもらいながら説明、お話をしました。</p> 
函館市の食育推進基本目標	<ol style="list-style-type: none"> ① 生涯にわたって健康なからだをつくる ② 豊かな心を育む ③ 函館の豊かな食資源や食文化を通して食の大切さを知る

食育関連事業取り組み事例

報告団体名： 函館市食生活改善協議会

「函館市食育計画策定推進委員会」



事業や取り組みの名称	はこだて市民健幸大学“ベジプラ！楽うまレシピ”コンテスト審査会 (主催：「はこだて市民健幸大学」実行委員会(事務局：函館市保健福祉部健康増進課))
連携・協力団体名	函館市保健福祉部健康増進課
日時	令和3年11月6日(土) 10:30~12:30
対象者・人数	審査員 10名
場所	函館短期大学付設調理製菓専門学校
内容	<p>市民から募集した“ベジプラ！楽うまレシピ”(野菜をメインに使った簡単に作ることができるレシピ)コンテスト審査会に協力した。</p> <p><協力内容> (事前準備)</p> <ul style="list-style-type: none"> はこだて健幸応援店シェフデモンストレーションの打ち合わせ 審査作品の調理実習(当日) 審査員 1名 審査作品の試食調理 13名 はこだて健幸応援店シェフのデモンストレーション補助 3名
函館市の食育推進基本目標	<ol style="list-style-type: none"> 生涯にわたって健康なからだをつくる 豊かな心を育む 函館の豊かな食資源や食文化を通して食の大切さを知る



食育関連事業取り組み事例

報告団体名： 函館市食生活改善協議会

「函館市食育計画策定推進委員会」

<p>事業や取り組みの名称</p>	<p>はこだて市民健幸大学 みんな de 健幸づくり (はこだて健幸応援店コラボ料理教室) 「中華のプロから学ぶ 働き世代のための時短クッキングコース」 (主催：はこだて市民健幸大学実行委員会(事務局：函館市保健福祉部健康増進課))</p>
<p>連携・協力団体名</p>	<p>函館市保健福祉部健康増進課</p>
<p>日時</p>	<p>令和3年8月4日(水) 18:30~20:30</p>
<p>対象者・人数</p>	<p>働く若い世代(20~39歳) 10名</p>
<p>場所</p>	<p>函館市総合保健センター2F 調理実習室</p>
<p>内容</p>	<p>料理教室の準備・調理実習の補助に協力した。</p> <p><講師> 中国料理 桃華 相馬 浩美 氏</p> <p><メニュー></p> <ul style="list-style-type: none"> ・豆乳担々麺(はこスマセットメニュー) ・よだれ白菜(ベジプラ! 楽うまレシピメニュー) <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div>
<p>函館市の食育推進基本目標</p>	<p>① 生涯にわたって健康なからだをつくる ② 豊かな心を育む ③ 函館の豊かな食資源や食文化を通して食の大切さを知る</p>

食育関連事業取り組み事例

報告団体名： 函館市食生活改善協議会

「函館市食育計画策定推進委員会」


事業や取り組みの名称	<p>はこだて市民健幸大学 みんな de 健幸づくり (はこだて健幸応援店コラボ料理教室) 「洋食のプロから学ぶ 料理男子への第一歩！きっかけコース」 (主催：はこだて市民健幸大学実行委員会(事務局：函館市保健福祉部健康増進課))</p>
連携・協力団体名	函館市保健福祉部健康増進課
日時	令和3年10月23日(土) 10:00~12:00
対象者・人数	料理初心者の男性 10名
場所	函館市総合保健センター2F 調理実習室
内容	<p>料理教室の準備・調理実習の補助に協力した。</p> <p><講師> レストラン nanapapa 池田 洋二 氏</p> <p><メニュー></p> <ul style="list-style-type: none"> ・ナポリタン ・ゴボウのポターージュ (ベジプラ！楽うまレシピメニュー)
函館市の食育推進基本目標	<p>① 生涯にわたって健康なからだをつくる</p> <p>② 豊かな心を育む</p> <p>③ 函館の豊かな食資源や食文化を通して食の大切さを知る</p>



食育関連事業取り組み事例

報告団体名： 北海道歯科衛生士会函館支部


「函館市食育計画策定推進委員会」

事業や取り組みの名称	函館市立駒場小学校 歯磨き教室 (主催：函館市立駒場小学校)
連携・協力団体名	
日時	令和3年7月
対象者・人数	1年生38名 2年生29名 3年生29名
場所	駒場小学校
内容	<p>令和3年度も残念ながら、歯磨き教室は中止となりました。昨年に引き続き、少しでも子供たちに、歯磨き、お口の中について興味を持ってもらえるように夏休み前に歯磨きカレンダー、6歳臼歯に磨きか方の資料を作成しました。</p> 
函館市の食育推進基本目標	<ol style="list-style-type: none"> ① 生涯にわたって健康なからだをつくる 2. 豊かな心を育む 3. 函館の豊かな食資源や食文化を通して食の大切さを知る

食育関連事業取り組み事例

報告団体名：北海道歯科衛生士会函館支部

「函館市食育計画策定推進委員会」

事業や取り組みの名称	認知症カフェ オレンジの輪 (主催：函館市地域包括支援センターときとう)
連携・協力団体名	函館短期大学食物栄養学科・函館歯科衛生士専門学校・北海道教育大学函館校・函館大妻高校・日本調剤本町薬局
日時	令和3年7月31日(土)
対象者・人数	地域住民 20名
場所	シエスタ ハコダテ Gスクエア
内容	<p>「函館市地域包括支援センターときとう」主催の認知症カフェに、「よく噛んでアンチエイジング」と題して、よく噛むことで認知症予防、介護予防につながる事についてお話をする機会をいただきました。講座の他、ポスターの展示、個別の相談も行いました。学生ボランティアの方へも「お口の健康について」興味をもっていただけた様子でした。</p>  <p>学生同士の交流もあり、とても楽しい時間でした。</p>
函館市の食育推進基本目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 生涯にわたって健康なからだをつくる 2. 豊かな心を育む 3. 函館の豊かな食資源や食文化を通して食の大切さを知る

食育関連事業取り組み事例

報告団体名：(公社)北海道栄養士会函館支部

「函館市食育計画策定推進委員会」

事業や取り組みの名称	地域リハビリテーション活動支援事業 (主催：函館市)
連携・協力団体名	地域包括支援センター
日時	8/18、9/7、10/6、10/13、12/3、12/8
対象者・人数	介護予防活動に主体的に取り組む町会地域団体(5件)：延52人 介護保険事業所(1件)：事例2
場所	町会館等
内容	<p>地域における介護予防の取り組みを強化するため、主に高齢住民運営の通いの場に出向き、「栄養」と「食事」について講話や調理デモを行っています。</p> <p>今年度はフレイル予防や生活習慣病予防の食事について深く知りたいとの希望が多く寄せられました。各担当栄養士は工夫を凝らし、たんぱく質やカルシウム等の効果的な摂り方についてお伝えしました。可能な場合はテーマに沿った食材を使用し、調理デモ(試食なし)を行いました。「手軽にどなたでも実践できる」簡単メニューや作り方の紹介は大変好評です。</p> <p>毎回活発に質問が飛び交い、不安や疑問に答えることで安堵する様子がみられます。また、食に関する情報交換も行われ有意義な通い場となっています。</p>

食育関連事業取り組み事例



函館市の
食育推進
基本目標

1. 生涯にわたって健康なからだをつくる
2. 豊かな心を育む
3. 函館の豊かな食資源や食文化を通して食の大切さを知る