

令和4年度 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	函館市市立幼稚園協会	1-1	野菜を育てて食べよう!(トマト,きゅうり,ピーマン,なす)
		1-2	令和4年度「食物わくわくランチ」
		1-3	令和4年度『ひかり畑の耕作』 / 収穫 / 食育
		1-4	育てて,食べよう!
		1-5	食育イベント モグちゃんと遊ぼう
		1-6	「あおいファーム」・「ハローちゃんまつり」
		1-7	プランター栽培
		1-8	元輝ファーム
		1-9	亀尾ふれあいの里 農業体験
2	函館市小学校長会	2-1	小学校低学年における食に関する授業
3	函館市中学校長会	3-1	出汁の良さを知ろう
4	北海道高等学校長協会 道南支部	4-1	令和4年度「食物わくわくランチ」
5	函館市栄養教育研究会	5-1	食に関する授業の研究

	関係団体名	事例番号	事業や取り組みの名称
6	函館市食生活改善協議会	6-1	食育実践教室クッキング 『パパ主役!子供と一緒にチャレンジクッキング』
		6-2	高齢者の料理教室
		6-3	離乳食教室
		6-4	「ウェルネス Fesはこだて」 ヘルスメイト “ベジプラ” コーナー：おいしく！減塩体験 (主催:「はこだて市民健幸大学」実行委員会)
		6-5	全世代に広げよう健康寿命延伸プロジェクト:若者世代
		6-6	全世代に広げよう健康寿命延伸プロジェクト:高齢世代
		6-7	全世代に広げよう健康寿命延伸プロジェクト:働き世代
		6-8	食育実践教室 『プロに学ぶ料理教室～野菜をおいしく食べよう～』
7	一般社団法人 北海道歯科衛生士会函館支部	7-1	認知症カフェ オレンジの輪
		7-2	コープさっぽろ「食べる・大切フェスティバル」2022 (主催:生活協同組合コープさっぽろ)
		7-3	函館市歯科衛生士専門学校 学校祭
8	公益社団法人 北海道栄養士会函館支部	8-1	函館市地域リハビリテーション活動支援事業
		8-2	ウェルネス Fes はこだて

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」

<p>事業や取り組みの名称</p>	<p>野菜を育てて食べよう！（トマト、きゅうり、ピーマン、なす） （主催：認定こども園 総合施設 函館若葉幼稚園）</p>
<p>連携・協力団体名</p>	
<p>日時</p>	<p>令和4年5月～令和4年9月</p>
<p>対象者・人数</p>	<p>年長児53名</p>
<p>場所</p>	<p>園内菜園</p>
<p>内容</p>	<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> <div style="display: flex; flex-wrap: wrap;">     </div>
<p>函館市の食育推進基本目標</p>	<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

1 - 2

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」

<p>事業や取り組みの名称</p>	<p>「食物わくわくランチ」 (主催：函館大妻高校・認定こども園 総合施設函館若葉幼稚園)</p>
<p>連携・協力団体名</p>	<p>函館大妻高等学校</p>
<p>日時</p>	<p>令和4年6月9日(木)</p>
<p>対象者・人数</p>	<p>本園年長児26名・職員3名</p>
<p>場所</p>	<p>本園年長保育室</p>
<p>内容</p>	<div style="display: flex; flex-wrap: wrap;">     </div> <p>食と健康をテーマに大妻高校食物健康科さんが調理したランチを提供していただいた。 食材の持つエネルギーなど遊びながら理解を深めたり可愛いらしいランチで楽しく食事をする事で、食材名を知ったり、作ってくれた方への感謝の気持ちを持つことができた</p>
<p>函館市の食育推進基本目標</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 食で健康なからだをつくる 2. 食で豊かな心を育む 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： 認定こども園函館ひかり幼稚園

「函館市食育計画策定推進委員会」

事業や取り組みの名称	令和4年度『ひかり畑の耕作』 / 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	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)/HIF/まるたま小屋
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 四稜郭ファーム 亀尾ふれあい農園
内容	<p>① 4月草取り(保護者・B型支援事業所「ポラリスパス」)</p> <p>② 職員で畑の畝を作ります</p> <p>③ 園児が種蒔き (じゃが芋・人参・とうきび・大根・玉ねぎ・かぼちゃ等 15種類位の野菜の種を蒔きます)</p>    <p>④ 6月四稜郭ファームに何度も食べに行きます。 食育『いちごクッキング』でケーキ作りをしました。</p>    <p>⑤ 新しい取り組み 年長児『稲作体験』亀尾ふれあい農園にて田植え体験をしてきました。年間3回</p>  <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">田植え体験</div>  <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">稲刈り体験</div>  <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">ふっくらんこで 自分でおにぎりを 作りました。</div> 

※函館市ホームページでの公開の可否 (可) ・ 不可)

食育関連事業取り組み事例

1 - 4

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	育てて、食べよう！ (主催：認定こども園 亀田ゆたか幼稚園)
連携・協力団体名	
日時	令和4年5月～7月
対象者・人数	年中32名、 年長32名
場所	幼稚園
内容	<p>○当幼稚園では、年中でベビーキャロット、年長でラディッシュを種から育て、水やりを行い、収穫を行いました。</p> <p>○収穫した人参は茹で、マヨネーズを付けて食べている子や、何もつけずに食べている子がいました。「おかわりしたい！」と何本も食べている子もいました。</p> <p>○ラディッシュは塩もみしてマヨネーズをつけて食べました。マヨネーズをつけることで辛味も抜けて美味しそうに食べていました。</p> <p>○また、7月21日に行ったお泊り保育で、年長がフルーツヨーグルトづくりをしました。子ども自身が自分たちで食材を切り、ヨーグルトと混ぜて作りました。みんな、おいしそうに食べていました。</p>
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

※函館市ホームページでの公開の可否 (可 ・ 不可)

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	食育イベント モグちゃんと遊ぼう (主催：認定こども園カトリック湯の川幼稚園)
連携・協力団体名	シダックスフードサービス株式会社
日時	令和4年12月14日(水) 10時30分～
対象者・人数	4・5歳児 30名
場所	認定こども園カトリック湯の川幼稚園 遊戯室
内容	<p>食育の重要さは各方面から指摘されておりますが、私どもはこれからの感染対策の一環としていかに子ども達の免疫力を高めるかという視点から、この幼児期に偏った食生活を見直し、様々な食材を食べることができることを目指し、本園の給食委託業者であるシダックスフードサービス株式会社と連携をし、食育に取り組んでいます。この日は、3色食品群について、シダックスの食育キャラクター「モグちゃん」と一緒に遊びながら学びました。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 講師とモグちゃんの紹介 2 3つの力(3色食品群)の話 3 今日の給食を3つの力に分ける 4 ゲーム <ul style="list-style-type: none"> ・お遊戯室にあるお店から好きな食品を買ってくる ・買った食品が、3つの色のどれかを知る ・3つの色を揃えてパワーアップするために、自分の持っていない色のお友達2人を探す。 ・揃ったグループは、モグちゃんの所に行って確かめてもらう ・モグちゃんからご褒美をもらう 5 終わりのお話
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

報告団体名： 函館市立幼稚園協会

「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>「あおいファーム」・「ハローちゃんまつり」 (主催：函館あおい認定こども園)</p>
<p>連携・協力団体名</p>	<p>あおいファームチーム (函館あおい認定こども園保護者)</p>
<p>日時</p>	<p>令和4年4月上旬 ~ 令和4年9月中旬</p>
<p>対象者・人数</p>	<p>函館あおい認定こども園園児・2歳児~5歳児 (170名) あおいファームチーム (20名)</p>
<p>場所</p>	<p>函館あおい認定こども園ファーム (神山町)</p>
<p>内容</p>	<p>【あおいファームチーム発足：4月上旬】</p> <ul style="list-style-type: none"> 例年、あおいファームの活動を手伝ってくださる保護者の皆様を募集します。多い時は40人ほどのメンバーが集まります。 <p>【あおいファーム活動開始：4月下旬】</p> <ul style="list-style-type: none"> 近隣に借りている通称「あおいファーム」の準備等を、ファームチームの皆様が行ってくださいます。(草取り・耕し・肥料やり) <p>【じゃがいも植え(5歳児：年長)：5月初旬】</p> <ul style="list-style-type: none"> ファームチームに畝を作っていただき、そこに種芋を植えます。 <div data-bbox="491 1400 893 1675"> </div> <div data-bbox="912 1366 1316 1617"> <p>みんなで力を合わせて、頑張るぞ~!</p> </div> <div data-bbox="513 1758 917 1982"> <p>みんなのじゃがいも!大きくなりますように♪</p> </div> <div data-bbox="938 1724 1348 2011"> </div>

食育関連事業取り組み事例



土を優しくポン
ポンして、植え
ようね〜♪

※あおいファームには「じゃがいも・枝豆・かぼちゃ等を植えています。

※草取りや水やりは、あおいファームチームの皆さんが中心になり、お世話をさせていただきます。

※子どもたちも出かけていき、成長を観察しお世話をします。

【いもほり（2歳児～5歳児）：8月下旬】

・いよいよ大きくなったじゃがいもの収穫です！！

じゃがいも！！
どこだ？どこだ
～だ？



いっぱい大き
くなって、嬉しい
な♪

じゃがいもたく
さん見つけたよ
～！！



食育関連事業取り組み事例



どんなお料理に
して食べようか
な〜??

見て見て〜!!
こんなに大きな
じゃがいも♪



- たくさんのじゃがいもの収穫がありました!!ファームチームの皆さんも大忙しです!!



心強いあおいフ
ァームチームの
皆さん!

【ハローちゃんまつり（収穫祭）をみんなで楽しむ：10月末日】

- あおいファームで収穫したお野菜を神殿に供えて、みんなで感謝の気持ちをもちながら、神殿礼拝に参加をします。
- その後は「ハローちゃんまつり」をみんなで楽しみます。各クラスでステージに上がり歌の発表を行い、おまつりを楽しみます。
- おまつりの最後は「ハローちゃん」が毎年やってきて、みんなにお菓子をプレゼントしてくれます。「みんなにたくさんのしあわせがありますように…♡」と、お菓子にメッセージが!!

みんな大好き♪
ハローちゃん♡
また会いに来てね



食育関連事業取り組み事例

【収穫したじゃがいもでカレーパーティー♪】

- ・ハローちゃんまつりの後は、みんなで収穫したじゃがいもで作ったカレーライスを作りいただきます♪
- ・枝豆は茹でてもらい、カレーにトッピング♪子どもたちは「幸せのお豆!」と呼び、「たくさん入ってた〜♪」と会話を弾ませながら収穫の喜びと、自分たちで育てた野菜を食べる楽しみを味わっていました。



みんなで育てた
お野菜!とても
おいしいね!!

カレーライスに幸
せのお豆がたくさ
ん入っていたよ♡



- ◆あおいファームチームの皆さんと一緒に、ファームの環境作りからすすめさせていただいています。子どもたちのための活動で始まったこのファームチームですが、保護者の皆様の楽しい集まりにもなり、人気の会となっています。ここ数年、新型コロナウイルス感染症のこともあり、活動が縮小されておりましたが、その中でも皆様のあたたかいご協力で、続いている活動です。
- ◆子どもたちが土を触り・作物を植え・お世話をし・成長を見守り・収穫して食べる…という活動を通し、日頃から口にしている食べ物に興味や関心をもつことを基本とし、そこから様々な学びに繋がることをねらいとしています。「自分が口にしたものすべてが、体を作り、心のバランスを保つ」いう大事な部分に結びつくことを感じてもらえるような保育・教育を、これからもすすんで取り組んでいきたいと思ひます。

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

1-7





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	プランター栽培 (主催：認定こども園 国の華幼稚園)
連携・協力団体名	
日時	令和4年5月24日～26日、7月12日～8月1日、随時
対象者・人数	全園児(233名)
場所	認定こども園 国の華幼稚園
内容	<p>・園内にて各クラス、プランターに苗植えをし、水やり、間引き等を行ないながら、観察記録をつける。</p> <p>5/24 Cくみ 黒さんご(きゅうり) Eくみ ジャンボカラーピーマン Fくみ 桃太郎(大玉トマト) ①たまごくみ 水ナス ②たまごくみ イエローアイコ</p> <p>5/25 Aくみ プチぷよ(ミニトマト) Bくみ 夏すずみ(きゅうり) Dくみ 京みどり(ピーマン)</p> <p>5/26 Gくみ ズッキーニ キリンくみ 中長ナス を植える</p>
	 

※函館市ホームページでの公開の可否 (可 ・ 不可)

食育関連事業取り組み事例

	<ul style="list-style-type: none"> • 7/12 Bくみ きゅうり 14 Aくみ ミニトマト Cくみ きゅうり 19 Dくみ ピーマン ①たまごくみ 水ナス 21 Fくみ 大玉トマト ②たまごくみ ミニトマト 25 Gくみ ズッキーニ キリンくみ 中長ナス 8/1 Eくみ ピーマン <p style="text-align: right;">収穫</p>   <p>• 順次収穫し、各クラスでそのままの味や、漬け物や炒め物にしていただく。</p>  
<p>函館市の食育推進基本目標</p>	<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

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」

<p>事業や取り組みの名称</p>	<p>畑作業 (主催：認定こども園 国の華幼稚園)</p>
<p>連携・協力団体名</p>	<p>元輝ファーム</p>
<p>日時</p>	<p>令和4年5月6日、6月6日、7月14日、9月7日 9月14日～16日</p>
<p>対象者・人数</p>	<p>年長・中・少児、満3歳児 (233名)</p>
<p>場所</p>	<p>国の華農園</p>
<p>内容</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・5/6 年長児が国の華農園にて、じゃがいもの種植えを行う。  <ul style="list-style-type: none"> ・6/6 年長児が国の華農園にて、枝豆、とうきみの種植えを行う。 


食育関連事業取り組み事例

	<ul style="list-style-type: none"> 7/14 年長児が生育の様子を見に行きつつ、草とりを行う。  <ul style="list-style-type: none"> 9/7 年少児が芋掘りを行う。園で茹でていただく。  <ul style="list-style-type: none"> 9/14～16 年中長児が枝豆、とうきみを収穫。園で茹でていただく。 
<p>函館市の食育推進基本目標</p>	<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： 学校法人函館明照学園 認定こども園 高丘幼稚園

「函館市食育計画策定推進委員会」

事業や取り組みの名称	亀尾ふれあいの里 農業体験 (主催：)
連携・協力団体名	(一財)北海道国際交流センター
日時	令和4年 5月～10月
対象者・人数	年長組 47名
場所	亀尾ふれあいの里
内容	<p>認定こども園高丘幼稚園では、地域にある亀尾ふれあいの里で、毎年子ども達が水稻の一連の体験をします。</p> <p>5月に田植え、7月に草刈、10月前半に稲刈り、10月後半に脱穀（試食会）を行っています。現地の方々と交流を深めながら、裸足で田んぼに入り、苗を一つ一つ植え笑顔を見せる子ども達、『おいしくな～れ』と秋の収穫に胸を膨らませます。</p> <p>子ども達は、田植え、脱穀、精米をし、洗って炊いて初めて真っ白なご飯となり、自分たちの口に入る事を知ります。</p> <p>また、たくさんの人のお陰でお米ができていく事、食べることができるという事を学んでいます。</p> <p>『生きる＝食べること』を大切にする豊かな心を育てています。</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


※函館市ホームページでの公開の可否 (可 ・ 不可)

食育関連事業取り組み事例


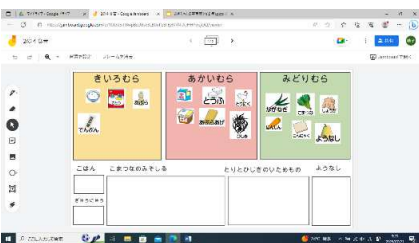
2 - 1

報告団体名：函館市小学校長会

「函館市食育計画策定推進委員会」

事業や取り組みの名称	小学校低学年における食に関する授業 (主催：)
連携・協力団体名	函館市立桔梗小学校
日時	令和4年7月
対象者・人数	第2学年4組30名
場所	桔梗小学校第2学年4組教室
内容	<p>◆給食の献立表を活用して食べ物とその働きについて理解する授業を実施した。</p> <p></p> <p>◆児童の興味・関心を高めるよう、Google for educationのスライド機能を活用して紙芝居を作成し、栄養教諭が授業を行った。</p>

食育関連事業取り組み事例

	 <p>◆紙芝居という形式で食物とその働きについて説明があったので、児童は内容を身近に感じ、集中して取り組んでいた。</p>  <p>◆授業の後半には、児童一人一人が学習用端末を使って、クイズに取り組みながら、学習内容を確認して、学びを確かなものとしていた。</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： 函館市立深堀中学校


「函館市食育計画策定推進委員会」

事業や取り組みの名称	出汁の良さを知ろう (主催：)
連携・協力団体名	栄養教諭との連携
日時	令和4年7月6日(水) 2時間目、3時間目
対象者・人数	1年A組、1年B組 各33名 計66名
場所	家庭科調理室
内容	<p>家庭科の教諭が行っている家庭科の調理実験授業に栄養教諭も参加し、出汁について調理実験しました</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 地元の昆布（南茅部産真昆布）と削り節を使った出汁の取り方（実習） ・ うま味調味料と天然素材の出汁（うま味）の比較 <p>○世界に誇る和食の歴史について知る</p> <p>○函館の豊かな食資源と食文化について知る</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。 

※函館市ホームページでの公開の可否 (可 ・ 不可)

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：栄養教育研究会

「函館市食育計画策定推進委員会」

事業や取り組みの名称	食に関する授業の研究 (主催：栄養教育研究会)
連携・協力団体名	函館市教育委員会
日時	令和4年11月25日(金) 第5教時
対象者・人数	函館市立北中学校 第3学年A組 32名
場所	函館市立北中学校
内容	<ul style="list-style-type: none"> ・研究主題 ICT を活用した食育の推進 ・主題設定の理由 ICT 機器を活用することで、効率的かつ効果的な食育指導を行い、児童生徒が食に関する知識の習得および望ましい食習慣を身につけていくことをねらいとし、本主題を設定した。 ・題材名「受験期の食生活について考えよう」 ・指導内容 受験期を乗り越えるために食生活が重要であることを理解し、自分の食生活を振り返り、改善しようとする意欲をもつことを目標とし、ICT 機器を効率的に活用し授業を展開した。生徒の振り返りには、「受験に向けて勉強のことしか頭になかったけれど、食生活をしっかり見直したいと思った」「朝食を食べられるように前日から気をつけて食事をしていくことが大切だと思った」などが書かれていた。 
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

6 - 1

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	食育実践教室『パパ主役！子どもと一緒にチャレンジクッキング』 (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4年8月17日
対象者・人数	保護者6名・児童8名
場所	函館市総合保健センター 2F調理室
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> 国際ホテル 総料理長 木村史能 氏</p> <p><メニュー></p> <ul style="list-style-type: none"> ・イカのチリソース ・地場産の野菜を使ったバンバンジーサラダ
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

6 - 2

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>「高齢者の料理教室」 (主催：函館市食生活改善協議会)</p>
<p>連携・協力団体名</p>	
<p>日時</p>	<p>令和4年8月18日・11月8日・9日・10日</p>
<p>対象者・人数</p>	<p>40～70代男女 54名</p>
<p>場所</p>	<p>函館市総合保健センター 2F 調理室</p>
<p>内容</p>	<p>生涯健康を目指し低栄養予防や減塩料理、野菜たっぷり料理などの講話や調理実習を行い、地域の人の食と健康を支えていきたいと思い実施。</p> 
<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

6 - 3

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4年4月8日・6月10日・8月19日・10月14日 12月9日・2月10日
対象者・人数	48名
場所	函館市総合保健センター 2F 調理実習室
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

6 - 4

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	「ウエルネスF e sはこだて」 「はこだて」バズブラ コーナー：おいしく！減塩体験 (主催：「はこだて市民健幸大学」実行委員会)
連携・協力団体名	函館市保健福祉部健康増進課
日時	令和4年10月8・9日
対象者・人数	当コーナーへ訪れた市民 850名
場所	函館アリーナ
内容	<p>1日目 野菜摂取の促進・セルフチェック普及啓発（適正体重）</p> <ul style="list-style-type: none"> 野菜の計量体験や野菜料理（カレー・スープ）の試食配布、簡単野菜料理レシピ配布 BMI（セルフチェック）を行う。 <p>2日目 減塩体験の試食用調理及び配布など</p>  
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

※函館市ホームページでの公開の可否 (可 ・ 不可)

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4年10月19日
対象者・人数	若者世代(高校1年生) 29名
場所	函館大妻高等学校
内容	<p>食の大切さを再認識してもらい、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確認(手ばかり・目ばかり)出汁の試飲</p> <p>調理実習(スペイン風オムレツ・野菜たっぷりカレー)</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

6 - 6

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(シニアフェ)
連携・協力団体名	
日時	令和4年11月14日・11月29日
対象者・人数	60歳以上高齢男女 30名
場所	函館市美原町会館・東山町会館
内容	<p>町会の在宅福祉委員会会食会で低栄養・フレイル予防などの講話やシニアカフェドリルやパズルなどを使用して脳トレ、また家でもできる軽い運動をみんなで体験していただきました。</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	「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) 働き世代
連携・協力団体名	函館市保健福祉部健康増進課 (はこだて市民健幸大学実行委員会事務局)
日時	令和5年1月12日・1月15日
対象者・人数	働く世代 (小学3年以上児童同伴可) 22名
場所	函館市総合保健センター2F 調理室実習室
内容	<p>バランスの取れた食事、毎食の野菜摂取や減塩などまた自分で作る喜び、仲間と調理する楽しさなどを知ってもらうために調理実習と講話を行う。 ついては教室参加をきっかけにして食生活に関心を持ってもらう事を目指す。</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

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>食育実践教室 「プロに学ぶ料理教室～野菜をおいしく食べよう～」 (主催： 函館市)</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5年3月9日</p>
<p>対象者・人数</p>	<p>20～50歳代の市民（働き世代） 15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</p> <p>〔講師〕 そばと酒 柏木町三貞 池田幸久 氏</p> <p>〔メニュー〕</p> <ul style="list-style-type: none"> ・つけだれで食べるそば ・大根とホタテ水煮缶のサラダ ・大根と豚肉の煮物 <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div>
<p>函館市の食育推進基本目標</p>	<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

7-1

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	函館看護専門学校・日本調剤本町薬局
日時	令和4年7月31日(日)
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参加させていただきました。ポスターの展示、歯科相談ブースを設けて、歯やお口のお悩みにお答えしました。相談の多くは口腔清掃について、補助用具の使用方法など熱心に聞いてくださいました。</p> <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


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」

<p>事業や取り組みの名称</p>	<p>コープさっぽろ「食べる・たいせつフェスティバル2022 (主催：生活協同組合コープさっぽろ)</p>
<p>連携・協力団体名</p>	<p>函館歯科医師会</p>
<p>日時</p>	<p>令和4年10月15日 (土)</p>
<p>対象者・人数</p>	<p>182名</p>
<p>場所</p>	<p>函館市国際水産・海洋総合研究センター</p>
<p>内容</p>	<div style="display: flex; align-items: flex-start;"> <div style="flex: 1;">   </div> <div style="flex: 2; padding-left: 10px;"> <p>体験を通して「食べることのたいせつさ」が学べる食育イベント、3年ぶりの開催となり、関係者、参加者共に、各ブース賑わっていました。函館歯科医師会の先生方と協力し、卵を酢に漬けて、溶けていく実験を行いました。ミュータンスが菌を溶かしむし歯になることを知り、歯磨きの大切さを理解してくれ一生懸命歯ブラシの練習をしてくれました。気軽に参加できる雰囲気だったので、普段歯科医院に行くタイミングが無い親子の参加も多く、歯磨きの大切さを理解してもらえる良い機会となったと思います。</p> </div> </div>
<p>函館市の食育推進基本目標</p>	<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

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	函館歯科衛生士専門学校 学校祭 (主催：函館歯科衛生士専門学校)
連携・協力団体名	函館歯科医師会
日時	令和4年10月30日 (日)
対象者・人数	194名
場所	函館歯科衛生士専門学校
内容	<p>函館歯科衛生士専門学校の学校祭へ、函館歯科医師会の先生方、学生と共に、来場者の方へ歯のクリーニング、子供たちにはフッ化物塗布、口腔ケア用品の販売を行いました。コロナ禍で入場制限がありましたが、学生の工夫もあり来場された方々には、歯科衛生士の仕事の、口腔ケアの重要性をお伝えできました。</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



報告団体名：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	函館市地域リハビリテーション活動支援事業 (主催：函館市保健福祉部高齢福祉課)			
連携・協力団体名				
日時	(下記のとおり)			
対象者・人数	地域住民等			
場所	(下記のとおり)			
内 容	1 函館市地域包括支援センターケア会議での栄養アドバイス			
		日時	地域包括支援センター名	
	1	5月26日	たかおか	
	2	7月28日	ゆのかわ	
	3	9月15日	こん中央	
	4	9月22日	こん中央	
	5	11月24日	ときとう	
	6	1月26日	亀田	
	7	3月23日	あさひ	
	2 町会等へ「低栄養予防の食事」等の出前講座			
		日時	人数	場所
	1	7月8日	11人	Gスクエア
	2	9月1日	6人	交流プラザ
	3	9月15日	15人	戸井西部総合センター
	4	10月11日	10人	千歳会館
	5	10月12日	10人	北浜町会館
	6	10月14日	10人	堀川町会館
	7	10月27日	15人	新川町会館
	8	12月14日	(不明)	人見町会館
	9	2月1日	12人	亀田港会館
	10	2月10日	10人	花園団地
	11	3月1日	10人	港町北部町会
	12	3月15日	15人	松陰町
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			

報告団体名：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	ウェルネス Fes はこだて (主催：はこだて市民健幸大学)
連携・協力団体名	函館短期大学、函館市食生活改善協議会
日時	令和4年10月9日(日)
対象者・人数	
場所	(下記のとおり)
内容	<p>1 <健康づくり講演会> 「手軽に塩分を減らすコツ」 参加人数：41人 場所：函館市民会館小ホール</p>  <p>2 <試飲・試食体験> 「おいしく！減塩体験」 内容：上記講演会で紹介した「乳和食」の試食 「削り節とこんぶのだし」の試飲 場所：函館アリーナ<メインアリーナ></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>