

第3章 施策の展開

1 施策の体系

施策1 食への理解と知識の普及啓発

- (1) 多様な媒体や様々な機会を通じた「食育」の周知・啓発や情報提供
- (2) 市民挙げての食育推進運動の展開

施策2 家庭・保育所・学校・地域等での食育の推進

- (1) 家庭における食育の推進
 - 1) 食育に関する普及啓発と情報発信の充実
 - 2) 食育の実践
- (2) 保育所・幼稚園における食育の推進
 - 1) 食育に関する普及啓発と情報発信の充実
 - ア) 保護者への普及啓発と情報発信の充実
 - イ) 子どもたちへの食育意識の普及啓発
 - 2) 食育の実践
 - ア) 栽培・収穫体験等を通じた食育の推進
 - イ) アレルギー児への対応充実
- (3) 小中学校・高校における食育の推進
 - 1) 小中学校の教科教育等での意識啓発の推進
 - 2) 児童、生徒の適切な食の実践に向けた指導等の推進
 - 3) 高校での食育の推進
- (4) 地域・職場等における食育の推進
 - 1) 地域・職場等での食育の普及啓発及び実践活動への支援
 - 2) 事業所等との連携による食育活動の推進

施策3 地産地消の推進と伝統的な食文化の継承

- (1) 地域特性に合った地産地消の推進
 - 1) 地場農産物の購入機会の提供
 - 2) 地場農水産物の活用
 - 3) 農漁業体験等の推進
- (2) 食文化の継承
 - 1) 保育所・幼稚園・学校等の給食を通じた食文化の普及啓発
 - 2) 家庭や地域等における食文化の周知・啓発

施策4 食の安全安心の確保

- (1) 食の安全・安心に関する理解と正しい知識普及啓発
 - 1) 保育所・幼稚園・学校等における食の安全教育の推進
 - 2) 市民への食の安全・安心に関する情報提供や普及啓発
 - 3) 地場農水産物の安全・安心確保対策の促進
 - 4) 食品関連事業者等への衛生啓発

2 具体的な施策の展開

施策1 食への理解と知識の普及啓発

(1) 多様な媒体や様々な機会を通じた「食育」の周知・啓発や情報提供

取組の方向

○市民が自身の健康課題や食生活の現状や問題点を知り、食育に対する意識を高めるため、市民の食育を考える機会が増えるよう、多様な媒体や様々なイベント等の機会を通して「食育」の周知・啓発に取り組みます。また、併せて、家庭や地域等における食育の実践にむすびつく情報提供等を進めます。

取組の内容

1) 多様な媒体や様々な機会を通じた「食育」の周知・啓発や情報提供

具体的な内容	担当課	関係機関等
・食育の意義や必要性（食育推進計画含む）についての周知・啓発を図るため、市のホームページを充実するとともに、広報ぎのわん等の多様な情報媒体を活用します。	健康増進課 秘書広報課	食生活改善推進協議会 等
・健康・福祉や教育・保育、産業などの市民を対象とした様々なイベントの機会等を通して、食育の意義や必要性についての周知・啓発を進めます。	健康増進課 健康支援課 生涯学習課 商工農水課等	食生活改善推進協議会 健康づくり推進員 等
・食事バランスガイドの活用を図ります。	健康増進課	食生活改善推進協議会
・沖縄の旬の食材や行事食、おすすめレシピ、食育や食べ物に関する記念日、食育推進計画の周知等を掲載した食育推進家庭カレンダーの作成を検討します。	健康増進課 商工農水課	食生活改善推進協議会

宜野湾市版 食事バランスガイド

宜野湾市版 食事バランスガイド

「食事バランスガイド」とは、1日に「何を」「どれだけ」食べたらよいかが一目でわかる食事の目安量です。主食、副菜、主菜、牛乳・乳製品、果物の5グループの食品を組み合わせてバランスよくとれるよう、それぞれの適量をイラストで示しています。

コマの回転(運動)

回転することでコマが初めて安定するように、人間にとっても運動は欠かせません。沖縄県民の多くが運動不足。適度な運動で毎日をいきいき過ごしましょう。

コマの軸(水分)

コマの軸のように水やお茶は食事の中で欠かせない存在です。(注意：ここでの水分は甘味飲料類やビール、泡盛、ワイン等の嗜好飲料を含みません。)

コマを回すためのヒモ

お菓子・嗜好飲料(甘味飲料類、ビール、泡盛、ワイン等)は食生活の楽しみの部分。バランスを考えて適度な摂取を心がけましょう。

5つの料理区分

主食、副菜、主菜、牛乳・乳製品、果物の料理区分で1日にとる量の目安の数値となっています。特定の区分に偏らないように心がけましょう。

バランスガイドに1日当たりの目安量を手ばかりであてはめてみました!

主食(ご飯・パン・麺類)

ご飯 1杯分 (150g)
食パン 8枚切り 2枚(90g)
うどん 1食(240g)
じゃがいも 小1個

加手におさまる大きさのお茶碗でいただくご飯が、1食分の適量です。

主菜(肉・魚・卵・大豆製品)

魚 1切れ(60g)
肉 1切れ(50g)
卵 1個(50g)
豆腐 100g

毎食、どれか1つをとるようにしましょう。1日分の目安はいずれも手のひらサイズ。

牛乳・乳製品

牛乳ならコップ1杯(200ml)、ヨーグルトなら1カップ(150g)、スライサーチーズなら1枚(20g) どちらかです。

果物

1日分は、イラストのように人差し指と親指で輪を作った時に、輪の中に入るくらいです。みかんなら2個、りんごなら中1/2個、バナナなら中1本どちらかです。

副菜(野菜類・海藻類・きのこ類)

野菜は、1日に350g以上摂取しましょう。

淡色野菜 1日に両手2杯(250g以上)

緑黄色野菜 1日に両手1杯(100g以上)

海藻類・きのこ類は両手で一杯(100g以上)

汁物

副菜でとれなかった野菜類・海藻類・きのこ類は両手で一杯(100g以上)で補いましょう。

(2) 市民挙げての食育推進運動の展開

取組の方向

- 食事の大切さ等を幅広く市民へ浸透・定着を図り、市民挙げての食育推進運動として展開するため、関係課や食育関係団体等と連携・協力し、食育推進の普及啓発活動を進めます。
- 市民挙げての食育推進運動に多くの市民の参加や食育について考える日を周知するため、様々な媒体等を活用した食育推進の普及啓発活動を周知します。

取組の内容

1) 食育推進の普及啓発活動の推進

具体的な内容	担当課	関係機関等
・ 広く市民に食育の浸透を図るため、毎年9月の「食生活改善普及運動月間」、毎月19日の「食育の日」を活用して、食生活改善推進員等と連携・協力し、食育推進の普及啓発活動に取り組みます。 ・ また、民間企業の協力のもと、開催場所等を工夫します。	健康増進課 健康支援課等	食生活改善推進協議会 民間企業
・ 市民が食生活の現状や問題点を知り、それらに対する意識を高めることができるよう、食育講演会開催を検討します。	健康増進課	
・ 家庭や地域等に対しては、地域の食生活改善推進員等を通じて、「宜野湾市版 食事バランスガイド」や「食改のヘルシーレシピ集」等を活用した食事に関する知識の普及啓発を進めます。	健康増進課	食生活改善推進協議会

2) 多様な情報媒体を活用した普及啓発活動の周知

具体的な内容	担当課	関係機関等
・ 多くの市民が食育推進の普及啓発活動に参加するよう、本市のホームページや広報ぎのわん等の市の情報伝達媒体の活用をはじめ、関係機関・団体等の情報伝達媒体も活用します。	健康増進課 秘書広報課	商工会 観光振興協会 JA おきなわ
・ 学校給食の献立表（食育月間）や学校給食センターのホームページ（毎月19日の「食育の日」おすすめ！給食のレシピ集）等の媒体を活用し、食育月間や食育の日の周知を図ります。	学校給食センター	

食改と連携による食育普及啓発活動

平成20年～食育キャンペーン

毎年6月は「食育月間」9月は「食生活改善普及運動月間」、毎月19日は「食育の日」にちなんで、キャンペーンを行っています。



食育講演会（食改10周年事業）



施策2 家庭・保育所・学校・地域等での食育の推進

(1) 家庭における食育の推進

取組の方向

- 生活の基盤となる「家庭」において、食育を進めることの意義や目的、重要性について、市民が認識を高めていけるよう取り組みます。
- 家庭で食育が実践できるよう、必要な支援に取り組みます。

取組の内容

1) 食育に関する普及啓発と情報発信の充実

具体的な内容	担当課	関係機関等
・「早寝、早起き、朝ごはん」運動の推進等、朝食の大切さや共食の推進など、市民が規則正しい生活習慣を身につけることができるような意識啓発を推進します。	健康増進課 指導課	母子保健推進協議会 食生活改善推進協議会
・マンマン教室（離乳食講座）の実施等を通し、離乳食を通じて食習慣の基礎づくりがはじまる大切な時期であることを保護者へ周知啓発するとともに、乳幼児の食への親しみや味覚の形成等の育成を促します。また、母子保健推進員や託児スタッフの増員に努めるなど、マンマン教室の充実を図ります。	健康増進課	母子保健推進協議会
・健康相談や育児相談等の各種相談業務を通して、栄養等に関する必要な指導を行うとともに、食育の意義や目的等について普及啓発を行います。	健康増進課	
・介護予防プログラムの栄養改善教室等を通し、高齢者への食育指導を行い、高齢者の肥満・低栄養の予防につながるような食育の意識啓発に取り組みます。	介護長寿課	

2) 食育の実践

具体的な内容	担当課	関係機関等
・土づくりや野菜づくりに関する講座開催等により、家庭菜園の取り組みを促進します。	商工農水課	
・肥満対策や生活習慣病予防につながるよう、男性料理教室やヘルシー料理教室の開催等により、自身に必要な栄養素や食を選択するために必要な知識・技術等の習得を促進します。	健康増進課	食生活改善推進協議会
・調理実習を伴う各種講座や介護予防プログラム等の終了後は、サークル化の支援を行うなど、受講者が家庭においても継続的に取り組めるよう支援します。	健康増進課 介護長寿課 生涯学習課	食生活改善推進協議会

(2) 保育所・幼稚園における食育の推進

取組の方向

- 乳幼児期において、子どもたちが食に対する興味関心を持ち、食べることの楽しさを知り、食べ物への感謝の心を育むような取り組みを進めます。
- アレルギー児やその保護者に対し適切な指導等を行い、子どもたちが自らリスク回避できる力の育成や保護者への正しい知識の普及啓発を進めます。

取組の内容

1) 食育に関する普及啓発と情報発信の充実

ア) 保護者への普及啓発と情報発信の充実

具体的な内容	担当課	関係機関等
・保育所においては、月に1度保護者が児童のお弁当をつくる「お弁当会」を継続実施し、「お弁当会」の意義や目的をはじめ、子どもたちに必要な栄養バランス等について周知啓発を行います。	保育課	
・保育所給食の試食会や給食展示を通し、子どもたちが普段食べている給食の味付けや量、バランス等の情報発信を行います。	保育課	
・保護者を対象とした講演会の開催等を通じ、食育の意義や目的、必要性等の周知啓発に取り組みます。	保育課 指導課	食生活改善推進協議会
・幼稚園便り等を通じ、食育に関する意識啓発に取り組みます。また、小学校入学前の給食試食会時の栄養士による講話等を通し、子どもたちに必要な栄養等に関する知識の普及啓発を進めます。	指導課	
・市ホームページ等を活用し、保育所・幼稚園の給食献立やお弁当の日等の食育に関する情報発信に取り組みます。	保育課 指導課	

イ) 子どもたちへの食育意識の普及啓発

具体的な内容	担当課	関係機関等
・子ども向けの食育講座の開催等により、自身に必要な栄養や栄養バランスの大切さ、食の大切さ等を伝え、自ら食を選択する力を育みます。	保育課 指導課 健康増進課	食生活改善推進協議会
・保育所や幼稚園の給食等の時間を通し、食事の楽しさや食への興味関心を育むとともに、バランスの良い食べ方や食事のマナー等が身に付くよう取り組みます。	保育課 指導課	

2) 食育の実践

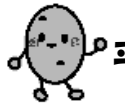
ア) 栽培・収穫体験等を通じた食育の推進

具体的な内容	担当課	関係機関等
・各保育所で作成している年齢別の食育計画に基づき、栽培・収穫・調理体験を実施し、子どもたちが楽しみながら、食べ物への感謝の気持ちや食への興味関心を育みます。	保育課	
・市内認可外保育施設においては、保健センターの食改菜園にて、子どもたちの栽培・収穫・調理体験を実施し、食べ物への感謝の気持ちや食への興味関心等を育みます。また、市内認可外保育施設における食改菜園の取り組みが拡充できるよう、市民農園の基礎調査の動向を踏まえて、食育に親しむ菜園の活用を検討します。	健康増進課 商工農水課	食生活改善推進協議会
・幼稚園における栽培・収穫・調理体験を実施し、食べ物への感謝の気持ちや食への興味関心等を育みます。	指導課	

イ) アレルギー児への対応充実

具体的な内容	担当課	関係機関等
・アレルギー発作等の緊急時に適切に対応できるよう、職員の意識啓発と対処方法の研修機会確保等を図るとともに、アレルギー対応マニュアルの作成に取り組みます。	保育課 指導課	
・保育所の改修・建て替えに際しては、アレルギー調理室の整備や調理器具の完全分離等に努め、アレルギー対応の充実を図ります。	保育課 建築課	
・アレルギー児及びその保護者に対しアレルギー指導を行うなど、アレルギーに関する正しい知識の理解やリスク回避を促します。	保育課 指導課	中部地区医師会 中部福祉保健所

食改と連携による食改菜園を活用した食育の取り組み



平成18年～

菜園を活用した「子どもの食育」

食べ物を通して命の大切さを学ぶ食育教室を開催しています。園児たちが、食改の菜園である「もえぎ菜園」を活用し、種まき～収穫・カレー作りまで体験します。園児達は畑でみみずやだんご虫を見つけて楽しそうです。



(参考：2014年2月（広報 ぎのわん）)

野菜を食べると良いことだらけ!!

野菜をたくさん食べると、こんなメリットがあります!!

ダイエット成功への近道
食物繊維が多く、腹持ちがします。お腹がすきにくいので間食が減り、ダイエット効果抜群！食べなきゃ損!!

お肌すべすべ疲れ知らず?
野菜からは、果物からとるより多くのビタミンCがとれます。ビタミンCはクワをした時の酸味に大活躍！もちろん美肌にも最適

大人も子供虫歯予防
かまないと飲み込めません。かむ事で、唾液がたまり出でます。唾液は口の中の細菌の力を弱める働きをしています。虫歯予防に欠かせない存在なのです。

お腹&血管の掃除屋
食物繊維が腸内を通過する時に、腸を掃除してくれて便と一緒に体内のコレステロールを体外から出してくれます。

糖尿病を防ぐ!!
野菜の食物繊維が、食後の血糖の上昇を抑えるやのにして、インシュリンの使いすぎを防いでくれます。

高血圧や痛風を防ぐ!
カリウムという栄養が、体内にたまった塩分を尿として排泄してくれるので、高血圧を改善します。また、野菜のカルカリ性は、酸性と中和して尿として排泄し痛風の改善にも役立ちます。

うちなー野菜

にがりり(ゴーヤー)
カデニンやシトルリンなどの成分は体の整合作用を発揮し、ビタミンCなどの供給源として体を冷やす効果や食欲増進効果があることから夏バテ防止にはうってつけの夏野菜の王様なのです。

へちま(ゴーベーパー)
ビタミン、ミネラル多く含む夏野菜の代表食材です。水を加えずにそのままから出でくる水分は、利尿作用があり夏バテ防止、夏風邪予防に効果があります。最近では化粧水としても使われています。

ハンダマ(水鏡草)
昔から薬膳料理に白粥食として、疲労時や風邪のひきはじめ、貧血、目の疲れ等に汁物、炒め物と使用されました。ビタミンB2、ビタミンA、鉄分を含み、若でると独特の風味があり、ぬめりがあがり汁が煮くそります。

パパイア(パパイヤ)
目から産卵産後の女性には乳の詰りがよくると言われ、パパイヤ入りの肉汁を勧めたものです。また、パパイヤという酵素が含まれ、たんぱく質、脂肪、糖質を分解し、生活習慣病予防につながります。

島ヤサイの収穫時期

■ 収穫時期 ■ 収穫の多い時期

野菜名	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
ウンチエー(ようさい)												
カンダバー(かきら)												
シカクマメ												
島ニンジン												
シマナー												
島らっきょう												
タイモ(あさいも)												
ナーベラー(へちま)												
ニガナ(ほそぼたん)												
ハンダマ(すいせんじな)												
フーチバー(にしよまぎ)												
モーワイ(きゅう)												
野菜/パパイア												
イーチョーバー(ういしょ)												
オオタニワタリ												
島カボチャ												
チシャナバー(かきりし)												
島ダイコン												
ノビル												
葉ニンニク												
フーロー豆(じゅうらくてきざ)												
ヤマン(ひたし)												
ンスナバー(ふだんそう)												
紅イモ(さつまいも)												
クワンソウ(あさのめづれ)												
ゴーヤー(にやう)												
サクナ(ぼたんぼうらう)												
シブイ(とうがん)												

(参考：「食改のヘルシーレシピ集」(2013年11月より)) (参考：伝統的農作物「おきなわ島ヤサイ」(沖縄県・農林水産部より))

(3) 小中学校・高校における食育の推進

取組の方向

- 児童、生徒の食への関心と理解を高めることができるよう、教科教育や課外活動等を通じて意識の啓発を図ります。
- 児童、生徒がより適切な食習慣を身につけることができるよう、学校給食を通じた食育の推進や農漁業等の体験学習機会の充実を図ります。

取組の内容

1) 小中学校の教科教育等での意識啓発の推進

具体的な内容	担当課	関係機関等
・児童、生徒の食への関心を高めるとともに、食に関する正しい知識（栄養バランス、適切な食習慣、食の安全性等）、食の選択力等が身につけられるよう、栄養教諭との連携を図りながら、保健体育、家庭科、社会科等教科での食育授業の充実に取り組みます。 ・適切な食習慣の確保等に向けた意識啓発を図るために、「早寝、早起き、朝ごはん」の図画コンクールや標語コンクールを実施します。	指導課	

2) 児童、生徒の適切な食の実践に向けた指導等の推進

具体的な内容	担当課	関係機関等
○学校給食を通しての食育の推進 ・児童、生徒の心身の健全な発達、栄養バランスや郷土料理等への理解、適切な食習慣の確保等が図られるよう、学校給食を通しての食育の推進に取り組みます。 ・学校給食をより有効に活用していくために、学校給食時間の食育放送、担任教師による食の指導等を進めます。 ・食の楽しさ大切さを伝えるため、イベント給食（シイラ、バイキング、リクエスト）の充実を図ります。 ・地産地消や地域の食文化の継承を図るため、学校給食の中でより適切な郷土料理や行事食の提供を進めます。 ・食育の場として、学校給食センターの活用を図るため、学校現場等との連携を進めます。	指導課 学校給食センター	
○保護者に対する食の実践支援の充実 ・保護者の意識啓発を図り、食に関する実践活動を支援できるよう、給食だよりを通じた食育情報の提供、ひと手間中食レシピ集の作成、「弁当の日」の設定、PTAとの連携による食育講話等を検討します。	指導課 学校給食センター	市PTA連合会

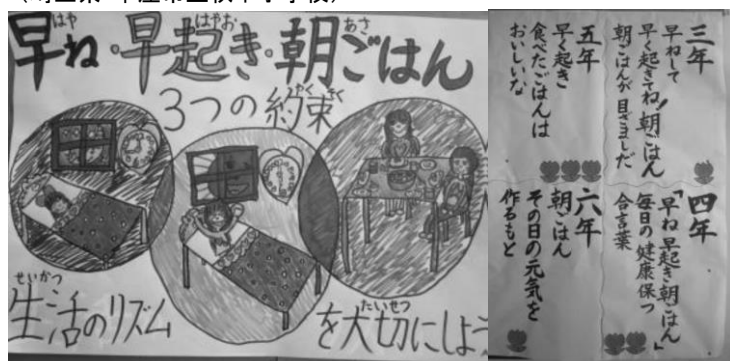
2) 児童、生徒の適切な食の実践に向けた指導等の推進（前頁の続き）

具体的な内容	担当課	関係機関等
○琉球大学との連携による調査研究を通じた食育の推進 ・児童、生徒の食生活等の実態を把握し、食習慣の改善につなげることができるよう、琉球大学と連携した取組（調査研究及び食事指導等）を進めます。	指導課 学校給食センター	琉球大学
○学校給食における食物アレルギーへの対応 ・アレルギー対応基本方針に基づいて、除去食の対応を進めていくとともに、代替食対応及び人員体制の確保等の検討を行います。 ・アレルギーの発作に適切に対応できるよう、教職員の意識啓発と対処方法の研修機会の確保等を図ります。		
○食に関する体験学習機会の充実 ・食物生産に対する理解と生産者への感謝の念を育むことができるよう、市内の農家、漁家との連携強化による体験学習機会の拡充（学校農園の確保、農地等での職場体験学習の充実等）を図ります。 ・料理の楽しさ大切さを学ぶことができるよう、小学生向けのクッキング教室の充実や中学生向け料理教室の開催検討等を行います。	指導課 商工農水課 生涯学習課 博物館 健康増進課	J A おきなわ 漁業協同組合

3) 高校での食育の推進

具体的な内容	担当課	関係機関等
・高校生の食への理解を高め、食の選択力、適切な食習慣等が身につけられるよう、高校、関係団体との連携を図りながら、給食センターでの就業体験を通じた食育の充実や、各校での食育講演会の開催、ヘルシー弁当コンテストの実施等を検討します。	健康増進課 学校給食センター	食生活改善推進協議会 中部地区医師会・歯科医師会・沖縄県栄養士会

児童会を中心に全校で「早寝・早起き・朝ごはん」の取り組み
 （埼玉県 本庄市立秋平小学校）



（参考：優れた「早寝早起き朝ごはん」運動の推進に係る文部科学大臣表彰平成24年度表彰活動一覧（文部科学省HP）より）

平成25年度 やんばる弁当甲子園受賞作品



（参考：沖縄県北部保健所より）

(4) 地域・職場等における食育の推進

取組の方向

- 地域・職場等において、働き盛り世代や高齢者等の食に関する意識啓発を図り、実践できるよう、公民館での講座・教室の開催、健康相談を通じて食事指導等を進めます。
- 市民の健康づくりの支援に向け、外食産業との連携によりヘルシーメニューの提供等を図ります。

取組の内容

1) 地域・職場等での食育の普及啓発及び実践活動への支援

具体的な内容	担当課	関係機関等
・市民の食育への関心を高めるとともに、実践する力を育むために、琉球大学等と連携し食育をテーマにした公民館講座を開設するとともに、講座修了後のサークル化支援を行います。 ・身近なコミュニティ団体単位での食に関する理解等を図るため、自治会、婦人会、地域ミニデイ組織、食生活改善推進協議会等との連携により自治公民館等での食育講話や料理教室等（沖縄野草の学習等も含む）を進めます。 ・中壮年期における生活習慣病予防に食の視点から取り組めるよう、「男性料理教室」等各種教室を開催するとともに、特定保健指導でも適宜食事指導等を進めます。（再掲） ・商工会と連携して働き盛り世代を対象とした食育講演会を実施します。 ・働き盛り世代の食生活等が適切に実践されるよう、保健相談センターでの健康相談を通じて食事指導等を行います。 ・高齢期における健康の保持、増進や介護予防に食の視点から取り組めるよう、「栄養改善教室」等への参加促進を図るとともに、食生活等の維持改善に継続的に取り組めるよう教室終了後のサークル設置等の支援を進めます。（再掲）	生涯学習課 健康増進課 健康支援課 介護長寿課	食生活改善推進協議会 琉球大学 商工会

2) 事業所等との連携による食育活動の推進

具体的な内容	担当課	関係機関等
・市民の食に対する関心と理解が高まるよう、弁当店、飲食店等との連携により、メニューへのカロリーや栄養成分等の表示に向け支援を行います。 ・市民の健康づくり支援に向け、栄養バランス等に配慮した食事の提供が行えるよう、弁当店、飲食店等との連携により、外食産業向け講習会の開催検討、ヘルシーメニューの開発を支援するとともに、「ヘルシーメニュー提供店」として市ホームページ等を通じて情報発信を行います。	健康増進課 商工農水課	商工会 食生活改善推進協議会 飲食業組合 中部福祉保健所

食改と連携による男性料理教室等

平成22年～
男性料理教室

生活習慣病や低栄養に気を配り、健やかな食生活を送ることが出来るように支援することを目的に、市内在住の男性を対象にした教室を開催しています。

平成23年～
男性料理サークル

男性料理教室修了者たちによるサークルで、食改が活動をサポートしています。毎回リクエストメニューの調理実習を行っており、皆さん和気あいあいと楽しく活動しています♪



(参考：2014年2月（広報 ぎのわん）より）

油を使う料理の工夫

炒め物

少量の油で短時間・高温処理がポイント

- 下ごしらえ
大きさをそろえ、水気を切る
火が通りにくいのは下ゆです。

鍋

油なれしたものか、樹脂加工のものを
使う

油

必ず計量して使う

材料がはみ出さない程度
のサイズのものを使う

しっかり熱してから使う

揚げ物

吸油率に強くなろう
(吸油率＝油を吸収する割合。数値が大きいほど高エネルギー)

衣で異なる吸油率 (数字は吸油率)

●高エネルギー順位

1. フライ・フリッター 17～20%
2. てんぷら 13～17%
3. から揚げ 6～8%
4. 素揚げ 3～5%

切り方で異なる吸油率 (表面積の合計が大きいほど吸油率は高くなります)

じゃがいも1個分につき

- ①せん切り 6%
- ②拍子切り 4%
- ③くし形切り 2%

●よい油をつけない上手な揚げ方

- ☆衣は出来るだけ薄く(余分な衣をはたく)
- ☆材料を一度にたくさん入れない
- ☆油の温度が下がると時間がかり吸油率がアップ
- ☆油切りをしっかりとる
(バットの網に紙を敷き、立てかけていく)

サラダ

水っぽさを防ぎ、ドレッシングに工夫

- 下ごしらえ
水気をしっかり切る
材料は大きめに切るほうが油の吸着量が少ない

ドレッシング

食べる直前にからめるようにある

油を控え、柑橘類やスパイスをプラス

ヒント

- ☆オリーブ油＋柑橘類のしぼり汁でヘルシー
- ☆3分3秒で薄めるこエネルギーダウン
- ☆ノンオイルドレッシング、ポン酢を活用

(参考：「食改のヘルシーレシピ集」(平成25年11月より))

中部地区栄養情報提供店普及事業(沖縄県 中部地区保健所)

表示タイプ及びオプションマーク基準

1. 表示タイプ

中部地区栄養情報提供店普及事業において飲食店等でメニューに関する栄養情報を提供する場合に次の2タイプより選択する。

タイプA：栄養成分表示と健康と栄養に関するワンポイントメモの表示

おすすめメニュー等の栄養成分表示(エネルギー、たんぱく質、脂質、炭水化物、塩分は必須項目)をし、栄養と健康に関するワンポイントメモを表示する。

タイプB：三色食品群での表示と健康と栄養に関するワンポイントメモの表示

使われている食材を3色食品群(赤・黄・緑)で表示し、栄養と健康に関するワンポイントメモを表示する。

<オプション>

両タイプとも特にアピールしたい場合、表示をしたうえで次のマークを表示できる

①タイプAで、一定の基準を満たす場合は「カロリーひかえめ」「脂肪ひかえめ」「塩分ひかえめ」「野菜たっぷり」「栄養バランス」の表示ができる(基準は別途定める)

②タイプBで、3色全てバランスよく入っている場合は「バランスが良い」の表示ができることができる

③タイプA、Bともに、健康づくりの要望(ヘルシーオーダー)に対応できる場合「選べます」の表示ができる

*1店舗からの申請は両タイプ併せて5～10メニューまでとする

2. オプションマーク基準

オプションマークを表示するための基準は次のとおりとする。

(1) 定食とは、〇〇定食やセットメニューなど主食、主菜、副菜が揃っているメニュー及びカレーライスや沖縄そばなど単品でも1食分となるメニューとする。

(2) 単品とは、サイドメニューなど単品では1食分にならないメニューとする。

マークの種類	定食1食分	単品1食分
カロリーひかえめ	600 kcal以下	50 kcal以下
脂肪ひかえめ	16 g以下	3 g以下
塩分ひかえめ	3.3 g以下	1 g以下
野菜たっぷり	140 g以上	70 g以上
バランスが良い	タイプA：PFC比のバランスがよい P(たんぱく質)：15%程度 F(脂質)：20～25% C(糖質)：60%程度 タイプB：三色食品群(赤・黄・緑)がバランスよく全て入っている	
選べます	◇ごはんの量が調節できる ◇ドレッシングがノンオイルに選べる ◇マヨネーズやタルタルソースが別添えにできる ◇付け合わせの野菜をおかわりできる など健康づくりの要望(ヘルシーオーダー)に対応できる	

施策3 地産地消の推進と伝統的な食文化の継承

(1) 地域特性に合った地産地消の推進

取組の方向

- 市民が市内・県内の地場農水産物に対する理解を深め、地場農水産物の消費拡大につながるよう、地場農産物の購入機会の提供や地場農水産物の活用を図ります。
- また、農作物の栽培等を通じた食育や生産者の顔が見える関係を築いていくため、保育所・小中学校等での農作業体験機会を創出していくとともに、農家・漁家等と連携・協力した農漁業体験等を進めます。

取組の内容

1) 地場農産物の購入機会の提供

具体的な内容	担当課	関係機関等
・市民が地産地消に取り組めるよう、生産者がわかる表示や販売箇所を増やすことを目指して、農協、小売業、スーパー等の協力を得るよう働きかけます。また、産業まつりや食育推進の普及啓発活動等の機会等を通して、販売促進や情報提供に努めます。	商工農水課	JA おきなわ 沖縄県農林水産部 漁業協同組合 卸小売業等
・地場農水産物が市内で消費されるよう、地場農水産物を取り扱っている直売所やスーパー等の協力のもと、旬な地場農水産物等を活用した料理レシピを作成し、直売所やスーパー等でその掲示や配布を検討します。	商工農水課	JA おきなわ

2) 地場農水産物の活用

具体的な内容	担当課	関係機関等
・学校給食で地場農水産物を積極的に活用して子どもたちに提供できるよう、地産地消コーディネーターの配置検討、学校給食・農家・農協等による協議の場の設定など、連携協力の体制充実を進めます。	学校給食センター 指導課 商工農水課	JA おきなわ 沖縄協同青果(株)
・産業まつりでの地場農水産物を活用したアイディア料理や加工品の品評会等を通して、市民へ地場農水産物の活用を周知します。	商工農水課	JA おきなわ
・地場農水産物を活用したヘルシー料理教室やヘルシー料理レシピ集の作成を検討します。	健康増進課 生涯学習課	食生活改善推進協議会
・市内における「おきなわ食材の店」の登録を促進します。	商工農水課	沖縄県農林水産部 商工会

3) 農漁業体験等の推進

具体的な内容	担当課	関係機関等
・市内及び近隣市町村におけるグリーンツーリズムや子ども農山漁村交流プロジェクトを促進します。(再掲)	指導課 (商工農水課)	沖縄県
・JA おきなわや農家との連携・協力による市内及び近隣市町村での田芋・稲づくり体験を進めます。	各小中学校	JA おきなわ
・健康増進や精神の安定に寄与する農業体験(介護予防プログラムの一環)を推進します。(再掲)	介護長寿課	
・市民農園の基礎調査の動向を踏まえて、農作業体験を楽しむ市民農園の活用を検討します。	商工農水課	

農水産業の拠点「ぎのわんゆいマルシェ」



じゃがいも植え掘り体験(中城村にて)



(参考：食改活動 PR チラシより)

(2) 食文化の継承

取組の方向

- 児童・生徒等が郷土料理や行事食に親しむことを通して、地域の食文化への理解が深まるよう、学校給食を通じた食文化の普及啓発や家庭・地域等における食文化の周知・啓発に取り組めます。

取組の内容

1) 保育所・幼稚園・学校等の給食を通じた食文化の普及啓発

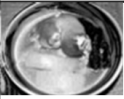
具体的な内容	担当課	関係機関等
・児童・生徒等が郷土料理に親しみ、食文化の理解を深めるよう、食育の日（毎月 19 日）や特別給食（各記念日等）における地場農水産物を活用した郷土料理や行事食を提供します。（再掲）	学校給食センター 保育課	
・家庭で食文化への理解が深まるよう、「給食だより」等で学校給食の行事食等を紹介します。（再掲）	学校給食センター 保育課	

2) 家庭や地域等における食文化の周知・啓発

具体的な内容	担当課	関係機関等
・家庭で郷土料理や行事食を親しむ機会を促すため、本市のホームページや広報ぎのわん等の多様な情報伝達媒体を通し、郷土料理や行事食の情報発信を進めます。	健康増進課 秘書広報課	
・沖縄の旬の食材や行事食、食育や食べ物に関する記念日、おすすめレシピ等を掲載した食育推進家庭カレンダーの作成を検討します。（再掲）	健康増進課 商工農水課	食生活改善推進協議会
・高校生の食への理解を高め、食の選択力、適切な食習慣等が身につけられるよう、高校、関係団体との連携を図りながら、給食センターでの就業体験を通じての食育の充実や、各校での食育講演会の開催、ヘルシー弁当コンテストの実施等を検討します。（再掲）	健康増進課 給食センター	食生活改善推進協議会 中部地区医師会 会・歯科医師会
・身近なコミュニティ団体単位での食に関する理解等を図るため、自治会、婦人会、地域ミニデイ組織、食生活改善推進協議会等との連携により自治公民館等での食育講話や料理教室等を進めます。（再掲）	健康増進課 生涯学習課 介護長寿課	食生活改善推進協議会 婦人会 自治会
・地域を通して、家庭で栄養バランスに優れた日本型食生活※の実践できるよう、食事バランスガイドの情報提供に努めます。（再掲）	健康増進課	食生活改善推進協議会

※「日本型食生活」とは、昭和 50 年代ごろの食生活のこと。ごはんを主食としながら、主菜・副菜に加え、適度に牛乳・乳製品や果物が加わった、バランスのとれた食事です。日本が世界有数の長寿国である理由は、こうした優れた食事内容にあると国際的にも評価されていました。（参考：農林水産省 HP より）

沖縄の郷土料理

 1 ドゥルワカシー 茹でた豚三枚肉を細かく切り、炒めて油がにじみ出たら、茹でた田芋、こまかく切ったズイキを加え炒め椎茸、カマボコも加え更に炒めます。豚出汁を注ぎ入れて形が無くなるまで潰して、最後に塩で味を整えます。祝料理には欠かせない、沖縄名産の田芋を材料とした独特の料理です。	 2 足ティビチ(豚足の汁物) 豚の足(チマゲー)をぶつ切りにして昆布、大根をいっしょに煮こんだ汁物です。豚の足の肉質は脂肪が少なく、コラーゲンからなり、これを長時間かけてとろけるように柔らかく煮ると、コラーゲンが何ともいえない味わいとなります。昆布との取り合わせも妙を得て、昔から老人食としても珍重されています。
 3 いかすみ汁 いかの墨で仕上げた珍しい真黒の汁物です。ロー杯お歯黒のように黒くしながら食べる風景は実にユーモラスで、そのコクのある味わいが受けています。いかの墨のことを「クリ」ともいい、雑炊にいかの墨を入れた「クリジュシー」とよばれている雑炊もあります。	 4 イナムドゥチ(猪もどきの汁物) イナは猪(いのしし)、ムドゥチはもどきという意味です。もどきが訛って「むどうち」となっています。昔は、猪の肉を使っていましたが、現在では、猪のかわりに豚肉が使われています。短冊に切った実たくさんの材料を甘みそで仕上げる汁物です。祝事の料理の一品として作られます。
 5 クファジュシー 豚肉や野菜を具に入れ、豚だしで炊き込んだ沖縄風炊き込みご飯です。祝膳料理や法事料理にもよく使われます。沖縄は祖先崇拝の精神を強く受け継いでいます。法事はすべて各家庭の仏前で大勢の親類縁者を集めて行います。仏前に供える重詰料理は肉、魚、かまぼこを使った沖縄料理独特の法事料理となっています。	 6 ゴーヤチャンブル チャンブルとは木綿豆腐を用いた野菜炒めの事で、ゴーヤをいれれば、ゴーヤチャンブルになります。ピタミンCたっぷりのゴーヤ(にがうり)を使った栄養満点の料理です。
 7 ジーマーミ豆腐 ジーマーミとは沖縄方言で落花生のこと。ひんやりとした独特の食感があり、沖縄では子供からお年寄りまで、幅広い年代層に愛されているお豆腐です。つるりとした舌触りです。	 8 ジューシー ピラフとかチャーハンに似ていますが、油の使い方が異なります。例えば、ピラフは生米を油で炒めてから炊き、チャーハンは炊かれた白飯を具と一緒に油で炒めます。ジューシーは、具を入れてから御飯を炊き、蒸らす段階で油を加えます。

参考:「郷土料理百選」(財団法人農村開発企画委員会HPより)

沖縄の年間行事

旧暦月日・行事名	行事内容
12月8日・鬼餅(ウニムーチー)	ムーチーを仏壇などに供え家族の健康や子どもの健やかな成長を願ったり、また厄除けのための行事として行います。
1月1日・正月(ソーグワチ)	若水でお茶を入れ火の神(ヒヌカン)と仏壇に供える。火の神とは、いわゆる家の守護神のようなものであるが、台所のカマドの上に置いて毎月旧暦の1日と15日には御仏供(ウブク)を3つ供えオババーを先頭に女性達が家庭内の報告や願い事などを拝む。沖縄では特に正月料理はないが、「よろこぶ」からもじって昆布の炒め煮(クービイリチー)や紅白なます、田芋でんがく、花いかなどがお祝いの料理によく用いられます。
2～3日・初起し(ハチウクシー)	現在の仕事始めにあたり農村では初畑(初原)といい1年間の豊作と健康を祈り、漁村では船起しといい大漁旗をかかげ1年間の安全と豊漁を祈願します。
7日・七日節供(ナンカヌスク)	正月の松飾を取って七草の雑炊と酢の物を仏壇と火の神に供える。
吉日・年日祝い(トゥンビー祝い)	12年毎の生年祝いでその年の干支にあたる日にはあちこちで数えて13歳、25歳、37歳、49歳、61歳、73歳、85歳、97歳になる人のお祝いが催される。
16日(ジュールクニチー)	後生の正月(グソーヌソーグワチ)で、あの世の正月ともいい、お墓にお供え物し先祖の霊をなぐさめます。特に離島(宮古、八重山)では盛んで、本島でも前年16日以降に亡くなった人の霊を慰めます。(これをミーソーグワチという)
2月 吉日・彼岸(ヒガン)	豚肉、天ぷら、昆布、揚げ豆腐、かまぼこなどを仏壇に供え、紙銭(カビジン)を焼いて先祖の霊を慰めます。
3月 吉日・清明祭(シーミー)	今でも沖縄で盛大に行われる祖先供養の行事で、門中(親族)が本家の墓に集い、重箱料理のごちそうを供えて焼香します。
7月 13日・お盆の入り(ウンケー)	13日はお迎え(ウンケー)で仏壇には生花やちょうちん、果物を飾りウンケー ジューシー(炊き込みご飯)を供え、「ウサンデー」して夕食がもたれます。
14日・お盆の中日(ナカヌヒー)	仏壇には三度の家族の食事と同様に供えたり、朝食は特別に無く朝昼をいっしょにしたり、おやつにダーグ(だんご)を供えたりします。
15日・お盆お送り(ウークイ)	朝昼食は家族の食事と同じものを供えたり、おやつにはさつま芋やスクガラスなどを供えたりで特別な料理はありませんが、どの家庭でも夜には最後の晚餐を家族そろって行います。豚肉煮しめ、天ぷら、昆布、ごぼう、カマボコなどの大皿(ハーチ)盛りになり、重詰めになりしり各家庭(地域)によって少しづつ違いはあるようです。

有限会社ゴーやーどっとネットHP

施策 4 食の安全安心の確保

(1) 食の安全・安心に関する理解と正しい知識普及啓発

取組の方向

- 市民一人ひとりが食についての適切な判断ができるよう、食品表示の正しい理解を深める取り組み等を進めます。
- また、高温多湿の気候風土に留意した食材や食品の取り扱い等の普及啓発を図ります。

取組の内容

1) 保育所・幼稚園・学校等における食の安全教育の推進

具体的な内容	担当課	関係機関等
・学校等においては、子どもたちが食の安全について考え、正しい知識を持つことができるよう、教科（家庭科・保健体育等）や給食の際の手洗い指導や給食当番の衛生指導等の機会を通して、食の安全教育を進めます。	指導課 各保育所・幼稚園・小中学校	

2) 市民への食の安全・安心に関する情報提供や普及啓発

具体的な内容	担当課	関係機関等
・市民が食の安全について考え、正しい知識を持ち自ら判断できるよう、食品表示の見方や食材・食品の取り扱い方法（食中毒予防等）等について、市ホームページや各種イベントの機会を活用した情報提供に努めます。 ・また、市民や食育関係団体等を対象とした食中毒予防等食品衛生講習会開催等を検討します。 ・食育関係団体等が実施する食育活動において、食品の衛生的な取り扱いの普及啓発ができるよう支援します。	健康増進課 （商工農水課）	中部福祉保健所

3) 地場農水産物の安全・安心確保対策の促進

具体的な内容	担当課	関係機関等
・農薬の適正使用の徹底や残留農薬検査等により、安全・安心な地場農水産物の確保に努めます。	商工農水課	JA おきなわ 漁業協同組合 沖縄県

4) 食品関連事業者等への衛生啓発

具体的な内容	担当課	関係機関等
・中部福祉保健所等と連携し、食品関連事業者等へ食品検査等の実施促進や食品衛生などについて啓発活動を促進します。	（商工農水課）	中部福祉保健所 沖縄県食品衛生中部支部

コラム：「栄養表示も活用次第！」～栄養表示は、食生活をよりよくしたいというあなたにオススメの表示です！～

お店に並ぶ食品の中には、私たちの健康づくりに役立つ栄養表示がつけられているものがたくさんあります。

食品に栄養表示があることで、通常、私たちの目では見ることができない栄養成分について、“エネルギー量が多い”、“脂質の占める割合が高い”など、栄養成分の量やその構成などについて知ることができます。

栄養表示は、主に加工食品の容器包装に表示されています。栄養表示がついている場合、その食品には必ずエネルギー、たんぱく質、脂質、炭水化物、ナトリウムが表示されています。その他、カルシウム、ビタミンC等の栄養成分についても、含有量が表示されていることもあります。食品によって、表示単位は異なりますが、各栄養成分の含有量は、100g当たりや1包装当たり等で示されています。

それでは、皆さんも、実際の栄養表示を見ながら、栄養表示を読み取るポイントについてチェックしてみましょう。

～チェック1～

コップ1杯 200ml 当たりの栄養表示がなされたジュースを、500ml 全量飲んだ場合、あなたがとったエネルギー量（カロリー）は次のうちどれ？



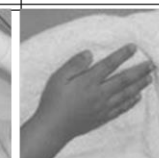
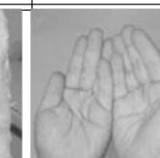
①100kcal ②200kcal ③250kcal
④500kcal （正解は次頁最下段）

内閣府（平成25年版食育白書（本編））HPより

ちゃんと手を洗っていますか？

正しい手の洗い方

時計や指輪、アクセサリー、つけ爪などを外してから、手を洗いましょう。

				
1. 流水で汚れを簡単に洗い流しましょう。	2. せっけんをつけて十分に泡立てましょう。	3. 手のひらをあわせてよくこすり、次に手のひらと手の甲をあわせてよくこすりましょう。	4. 両手を組むようにして指の間をよく洗いましょう。	5. 爪の間も十分に洗いましょう。
				
6. 親指は、反対側の手でねじるようにして洗いましょう。	7. 手首も忘れずに、反対側の手でねじるようにして洗いましょう。	8. 洗った手が再び汚れないように、蛇口をせっけんで洗い流してから水を出し、流水でせっけんを十分に洗い流しましょう。	9. 清潔な乾いたタオルなどで水気を拭きとりましょう。	10. 手洗い完了

農林水産省（食中毒から身を守るには）HPより

3 ライフステージに応じた食育の推進

分類	胎児・乳児期	幼児期	学童・思春期(児童・生徒)	青少年期	壮年・中年期	高齢期
ライフステージのイメージ	妊婦～15ヵ月 妊産婦 	1～6歳 保育園・幼稚園 	6～12歳・12～15歳 小学校・中学校 	15～20歳 高校・専門学校・大学 	20～64歳 社会人 	65歳～ 高齢者 
取り組みの方向性	授乳・離乳を通じた親子の絆づくり	基本的な生活習慣の習得	食生活で自立できる力の習得	自立した食生活の実践	自らの食生活を見つめ直し、次世代へ食を継承	食を通じた生きがいづくり・食文化の伝承
食への理解と知識の普及啓発	多様な媒体や様々な機会を通じた「食育」の周知・啓発や情報提供	市ホームページ(「広げよう!食育の輪」※食生活推進協議会・広報部)				
		「広報ぎのわん」(「健康コーナー」等)				
		宜野湾市版食事バランスガイドを活用した普及啓発成				
		食育推進家庭カレンダーの作成				
		毎年9月の「食生活改善普及運動月間」、毎月19日の「食育の日」を活用した食育推進の普及啓発活動 ※食生活推進協議会等との連携				
家庭における食育の推進	普及啓発と情報発信の充実	「早寝、早起き、朝ごはん」運動等				
		妊産婦健診・訪問指導に応じて食事の相談、栄養相談				
		マンマン教室(離乳食栄養実習)				
		ふたば健康相談(母子相談)				
		学校給食の献立表(食育月間)や学校給食センターのホームページ(毎月19日の「食育の日」)おすすめ!給食のレシピ集)等の媒体を活用し、食育月間や食育の日の周				
食育の実践	食育の実践	土づくりや野菜づくりに関する講座開催				
		男性料理教室やヘルシー料理教室の開催等				
		栄養改善教室 かんたんまーさん!料理教室 はつらつまーさん教室				
		サークル化支援				
		食の自立支援事業				
保育所・幼稚園における食育の推進	普及啓発と情報発信の充実	月に1度の「お弁当当会」				
		小学校入学前の給食試食会時の栄養士による講話等				
		給食の試食会や給食展示				
		幼稚園園便り				
		保護者を対象とした講演会の開催				
食育の実践	食育の実践	市HP等を活用した保育所や幼稚園の給食献立や食育				
		子ども向けの食育講座の開催等				
		保・幼の給食等の時間を通じた食事の楽しさ、食への関心、食事のマナー等				
		栽培・収穫・調理体験				
		食改菜園(認可外保育施設)				
食育の実践	食育の実践	市民農園の活用(認可外保育施設)				
		アレルギー対応マニュアルの作成等				
		アレルギー児及びその保護者に対しアレルギー指導				

分類	胎児・乳児期	幼児期	学童・思春期(児童・生徒)	青少年期	壮年・中年期	高齢期
ライフステージのイメージ	妊婦～15カ月 妊産婦 	1～6歳 保育園・幼稚園 	6～12歳・12～15歳 小学校・中学校 	15～20歳 高校・専門学校・大学 	20～64歳 社会人 	65歳～ 高齢者 
取り組みの方向性	授乳・離乳を通じた親子の絆づくり	基本的な生活習慣の習得	食生活で自立できる力の習得	自立した食生活の実践	自らの食生活を見つめ直し、次世代へ食を継承	食を通じた生きがいづくり・食文化の伝承
小中学校・高校における食育の推進	小中学校の教科教育等での意識啓発の推進		家庭科、保健体育、社会科等教科での食育授業 「早寝、早起き、朝ごはん」の図画コンクールや標 学校給食を通しての食育の推進 ・給食時間に児童生徒による給食放送 ・特別給食(シイラ姿揚げ等) ・食事のマナー 学校給食センターの活用を図るため、養護教諭や調理職員等との連携 保護者に対する食の実践支援の充実 ・給食だよりを通じた食育情報の提供 ・ひと手間中食レシピ集の作成、「弁当の日」の設定、PTAとの連携による食育講話等 琉球大学との連携による調査研究を通じた食育の推進 学校給食における食物アレルギーへの対応 除去食の対応、代替食対応及び人員体制の確保			琉球大学との連携による調査研究を通じた食育の推進
	児童、生徒の適切な食の実践に向けた指導等の推進		農家、漁家との連携強化による体験学習機会の拡充(学校農園の確保、農地等での職場体験学習の充実等) 小学生向けのクッキング教室の充実や中学生向け料理教室の開催			
	高校での食育の推進		各校での食育講演会の開催、ヘルシー弁当コンテストの実施等			
地域・職場等における食育の推進	普及啓発及び実践活動への支援		琉球大学等と連携し食育をテーマにした公民館講座を開設するとともに、講座修了後のサークル化支援			「男性料理教室」等 栄養改善教室 かんたんまーさん！料理教室 はつらつまーさん教室 サークル化支援 食の自立支援事業
	事業所等との連携による食育活動の推進		弁当店、飲食店等との連携により、メニューへのカロリーや栄養成分等の表示に向け支援 弁当店、飲食店等との連携によりヘルシーメニュー開発の支援、「ヘルシーメニュー提供店」			健康相談を通じた食事指導等
地産地消の推進と伝統的な食文化の継承	地場農産物の購入機会の提供		地場農水産物を取り扱っている直売所やスーパー等の協力のもと、旬な地場農水産物等を活用した料理レシピの作成			
	地場農水産物の活用		地産地消コーディネーターの配置検討、学校給食・農家・農協等による協議の場の設定(学校給食) 地場農水産物を活用したヘルシー料理教室やヘルシー料理レシピ集の作成 「おきなわ食材の店」の登録の促進			
	農漁業体験等の推進		グリーンツーリズムや子ども農山漁村交流プロジェクト 田芋・稲づくり体験(IAおきなわ) 市民農園の基礎調査の動向を踏まえた、市民農園の活用を検討			健康増進と精神の安定に寄与する農業体験(認知症予防教室の一環)
	食文化の継承		食育の日(毎月19日)や特別給食(各記念日等)における地場農水産物を活用した郷土料理や行事食を提供 本市のホームページや広報ぎのわん等の多様な情報伝達媒体を通じ、郷土料理や行事食の情報発信 各校での食育講演会の開催、ヘルシー弁当コンテストの実施等 自治公民館等での食育講話や料理教室等 宜野湾市版食事バランスガイド等の普及啓発ポスターの作成			「給食だより」で学校給食の行事食等を紹介
食の安全安心の確保	保育所・幼稚園・学校等における食の安全教育の推進		教科(家庭科・保健体育等)や給食の際の手洗い指導や給食当番の衛生指導等の機会を通じた食の安全教育			
	市民への食の安全・安心に関する情報提供や普及啓発		食品表示の見方や食材・食品の取り扱い方法(食中毒予防等)等について、市ホームページや各種イベントの機会を活用した情報提供 食中毒予防等食品衛生講習会開催等			
	地場農水産物の安全・安心確保対策の促進					農業の適正使用の徹底や残留農薬検査等
	食品関連事業者等への衛生啓発					中部福祉保健所等と連携し、食品関連事業者等へ食品検査等の実施促進や食品衛生などについて啓発活動