



食育と市民ネットワークの役割

坂井市食育市民ネットワーク会長 伊藤 浩

食育のルーツは、100年以上さかのぼることを学びとても驚きました。また、学びを深めていくと、食が「教育」「地域」「環境」「経済」「医療」など、様々な分野に関係していることも知り、改めて食育の重要性を知ると同時に取組みの複雑さにも気がつきました。

昭和初期の頃は、3世代4世代が共に生活しながら、食の智慧が自然と次の世代に伝えられ、子どもたちも食が生きて

いくうえで大切であることを学んでいったのかも知れません。でも、現代は社会生活基盤や、家族の在り方が変わってきたので、学校教育や地域社会にその役割がますます期待されているようです。そういう意味では、ネットワーク会員の皆様との取組みが、大きな役割を担っていくことは間違いないと感じるとともに、食育の課題が複雑化していることを考えれば、一つの団体、個人だけで取り組むのではなく、必要な時には複数の団体、個人が協力し合っていく総合力が試される時代になってきたとも言えるのではないのでしょうか。力を合わせて頑張りましょう。

坂井市食育市民ネットワーク

会員募集

坂井市食育市民ネットワークでは、新規会員を随時募集しています。坂井市内で食育活動に取り組んでいる個人・団体は、ぜひ会員登録をお願いします。

役員・運営委員名簿

役員・運営委員	氏名	所属団体	役員・運営委員	氏名	所属団体
会長	伊藤 浩	大関コミュニティセンター	運営委員	釣部 裕	いねす市運営協議会
副会長	新宅 藤志美	JA福井県女性部 坂井支部 丸岡地区	運営委員	虎尾 正子	大関居場所づくり～みんないっしょに～
副会長	出倉 義昭	もみじ認定こども園	運営委員	中嶋 ゆい子	高椋小学校
運営委員	石塚 雅章	介護老人福祉施設 長寿園	運営委員	前田 恵久美	さかい男女共同参画ネットワーク
運営委員	今田 慶子	坂井市商工会	運営委員	増澤 恵美子	浜四郷地区まちづくり協議会
運営委員	後藤 勝日光	坂井市健康サポーター	運営委員	南口 智子	みくに未来保育園
運営委員	杉本 千恵	坂井市食生活改善推進委員会	運営委員	渡邊 景子	坂井市赤十字奉仕団

会員名簿

JA福井県 坂井営農経済センター	JA福井県花咲青壮年部坂井地区協議会	JA福井県花咲青壮年部三国地区協議会	JA福井県花咲青壮年部丸岡地区協議会	JA福井県女性部坂井支部坂井地区	JA福井県女性部坂井支部丸岡地区	JA福井県女性部坂井支部三国地区	JA福井県女性部坂井支部春江地区	いなす市運営協議会	坂井市商工会	(特非)スマイルネットワークさかい	輪花菜グループ	株式会社三国屋	農商	三里浜特産農業協同組合	有限会社谷口屋	なばたけ農場	S'Amuser	三つ星株式会社	三国港機船底曳網漁業協同組合	底曳婦人部 網元おかみ会	福井県畜産試験場	福井県民生活協同組合 ハーツはるえ	株式会社 平和堂 アル・プラザアミ	株式会社アード福井Aコープジェスターズ店	福井県農業協同組合農産物直売所ゆりいち	有限会社 アグリ・エス・ケー	飛田 俊朗(個人)	秋元 豊(個人)	佐藤 岳之(個人)	増江 正浩(個人)	松下 陽一(個人)	西端 和雄(個人)	春江鉄人クラブ	ガールスカウト福井第20団	ガールスカウト福井第17団	坂井市社会福祉協議会	男の料理いねす会	グループつみ木	まないた会	高椋生活学校	JA福井県 介護センター はなさき	特別養護老人ホーム ガーデンハイツ春江	社会福祉法人 白女林 特別養護老人ホーム 白楽荘	介護老人福祉施設 長寿園	介護老人福祉施設 豊楽園	地域密着型介護老人福祉施設 湯池野	くらしの会	野菜ソムリエコミュニティ福井 坂井ブロック	蕎麦工房・お仙	株式会社UACJ福井製造所	坂井市三国病院	大関居場所づくり～みんないっしょに～	えがお子ども食堂の会	ふれあい食堂「きべ丸」	長谷川 マチエ(個人)	村田 勲・弘子(個人)	武井 ちひろ(坂井市食育アドバイザー)	南出 直美(坂井市農業委員)	みくに地区まちづくり協議会	雄島地区まちづくり協議会	新保地区まちづくり協議会	浜四郷地区まちづくり協議会	機部地区まちづくり協議会	鳴鹿まちづくり推進協議会	たかむくのまちづくり協議会	たかとの郷づくり協議会	のうねの郷づくり推進協議会	春江中部まちづくり協議会	春江東部地区まちづくり協議会	春江西部地区まちづくり協議会	大石地区まちづくり協議会	大関まちづくり協議会	坂井木部地区まちづくり協議会	三国コミュニティセンター	雄島コミュニティセンター	加戸・公園台コミュニティセンター	新保コミュニティセンター	浜四郷コミュニティセンター	三国東部コミュニティセンター	三国木部コミュニティセンター	鳴鹿コミュニティセンター	鳴鹿第二コミュニティセンター	機部コミュニティセンター	高椋コミュニティセンター	高椋西部コミュニティセンター	高椋東部コミュニティセンター	丸岡城のまちコミュニティセンター	のうねの郷コミュニティセンター	のうねの郷第二コミュニティセンター	竹田コミュニティセンター	江留上コミュニティセンター	春江中コミュニティセンター	春江西コミュニティセンター	大石コミュニティセンター	春江東コミュニティセンター	東十郷コミュニティセンター	大関コミュニティセンター	兵庫コミュニティセンター	坂井木部コミュニティセンター	米納津保育所	三国松涛こども園	認定こども園三国ひかり	つばみ保育園	もみじ認定こども園	まごころ認定こども園	しろの子認定こども園	わかっこども園	よつばこども園	春江みどり保育園	いと勢認定こども園	春江ゆり保育園	認定こども園 大関保育園	すずらんこども園	坂井松涛こども園	三国南幼保育園	みくに未来保育園	雄島こども園	加戸幼保育園	霞幼保育園	今福幼保育園	安田幼保育園	鳴鹿幼保育園	春江幼保育園	春江中保育園	春江東保育園	春江北幼保育園	春江西幼保育園	春江東幼保育園	坂井こども園	福井県民生活協同組合ハーツきつづはるえ	三国子育て支援センター	丸岡子育て支援センター	坂井子育て支援センター	坂井木部児童館
------------------	--------------------	--------------------	--------------------	------------------	------------------	------------------	------------------	-----------	--------	-------------------	---------	---------	----	-------------	---------	--------	----------	---------	----------------	--------------	----------	-------------------	-------------------	----------------------	---------------------	----------------	-----------	----------	-----------	-----------	-----------	-----------	---------	---------------	---------------	------------	----------	---------	-------	--------	-------------------	---------------------	--------------------------	--------------	--------------	-------------------	-------	-----------------------	---------	---------------	---------	--------------------	------------	-------------	-------------	-------------	---------------------	----------------	---------------	--------------	--------------	---------------	--------------	--------------	---------------	-------------	---------------	--------------	----------------	----------------	--------------	------------	----------------	--------------	--------------	------------------	--------------	---------------	----------------	----------------	--------------	----------------	--------------	--------------	----------------	----------------	------------------	-----------------	-------------------	--------------	---------------	---------------	---------------	--------------	---------------	---------------	--------------	--------------	----------------	--------	----------	-------------	--------	-----------	------------	------------	---------	---------	----------	-----------	---------	--------------	----------	----------	---------	----------	--------	--------	-------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	---------	---------	---------	--------	---------------------	-------------	-------------	-------------	---------

(全170団体)R6.5.1現在

「食」でつなげよう ひとの絆 地域の絆

食育

NETWORK NEWS Vol.11

令和7年3月発行
坂井市食育市民ネットワーク

[坂井市食育市民ネットワークとは]

食に関心のある個人や団体等が、食育活動を通してつながり(ネットワーク)をもつ場です。お互いに学び、協力し合い、楽しみながら食育活動を広めています。



地元野菜をおいしく食べよう



坂井木部地区まちづくり協議会 ふれあい食堂 きべ丸
開催場所:坂井木部コミュニティセンター/問合せ:0776-72-0007

どなたでも参加可能。事前申し込みが必要です。

食を通して区民のふれあいを深める“地域の居場所”として、毎月第4日曜日に開催。親子はもちろん高齢者の利用も増え、食後は“きべ丸カフェ”でおしゃべりタイム。隣の児童館では子ども達が食事前の自由遊び。スタッフは主に主婦で、栄養バランスがよく、持寄りの地元野菜をふんだんに使ったメニューは毎回好評。今後も美味しく楽しくをモットーに地域を盛り上げます。

JA福井県坂井青壮年部・女性部

住所:坂井町上新庄42-19/問合せ:0776-67-8203



見て聞いて感じる食育

JA青壮年部・女性部は、子どもたちに「食と農」の大切さを伝えるため、地元小学校の5年生を対象に、農業体験教室を開催しています。実際に鎌を使って稲を刈り取る作業では、子どもたちはとても楽しそうでした。収穫した「いちほまれ米」は、後日学校でおいしくいただいたとのこと。

CONTENTS

ネットワーク会員取組紹介	01
坂井市食育市民ネットワーク	
交流会・総会・フェスタ	02・03
会長あいさつ・ネットワーク会員募集・会員名簿	04

発行元/坂井市食育市民ネットワーク 問い合わせ・連絡先/坂井市食育市民ネットワーク事務局

〒919-0592 坂井市坂井町上新庄1-1(坂井市役所 健康増進課内) TEL 50-3067 FAX 66-2940 zoshin@city.fukui-sakai.lg.jp

各年代の食生活の現状と課題



坂井市食育市民ネットワーク交流会

今年の交流会は10代から80代までの参加者が年代別に6グループに分かれて、グループワークを行いました。その中で「孤立した生活」について話し合いました。

開催日 令和6年12月14日(土)
会場 坂井市役所 交流ホール
参加者 24団体32名
講師 仁愛大学 人間生活学部 健康栄養学科 細田 耕平氏



同年代で気になる食生活

20代
～一人暮らしの大学生の場合～
をピックアップ!

大学生の一人暮らしだと仕送りなどで生活のやりくりをしたり、バイト・勉強と忙しかったり、どうしても食の優先順位が下がってしまうように思う。



気になる点		解決策	
お腹を満たせばOK	食にこだわりがなく、適当に済ませてしまう。さっさと食べて、好きなことに時間を使いがち。	ご飯の写真をSNSなどで共有すると、少し彩を意識できるのでは。	
孤食	YouTubeを見ながらだらだら食べがち。一人で食べており、おいしさの共有ができず食の意識も薄まる。	定期的人と食べる機会を設ければ、だらだら食べる事もなく、おいしさの共有もできるのではないかと。	
不規則な食生活	自分の好きに時間を使えるので、夜遅くに食べて朝食は食べられない。1日1食で済ませてしまうことも。	朝ごはんを食べるように心がけると、自然とリズムが整うと思う。	
栄養面	時間がなくて、冷凍食品・コンビニご飯ばかりになる。自分ひとりなので、メニューが偏りがち。品数も少なく、野菜もあまり食べない。	栄養バランスをできるだけ考えて食事をとる。コンビニへ行き過ぎないようにしたらどうか。 (他の班からの意見)コンビニへ行ったときに少し野菜が入っているものを選べば、野菜をとることができると思う。	
経済面	食材価格の高騰で自炊すら高いと思ってしまう。自炊が大変で外食になることも。一人分しか作れないので、食材を使いきれないこともある。	食費の見直しや、節約方法を知ることが必要。食に関する支援があると嬉しいが、人によって情報収集の差がある。学校で行っている支援の情報は自然と入ってくるが、住民票を移していないことが多いので、今住んでいる市の広報が入らず、施策を知る情報源がない。	

年代別

食の気になる点

栄養バランス	10代	20代	40代	50代	60代	70-80代
● ダイエットのしすぎによる栄養の偏り	●					
● 好きなものしか食べない等による栄養の偏り	●					●
● 間食の食べすぎで食事に影響がある	●			●	●	●
● 朝食を食べない等、三食を食べていない	●	●	●	●		●
● 外食が多い	●	●			●	●
● 野菜を食べない	●	●	●	●	●	
● 炭水化物中心の食事が多い	●	●	●	●		●

塩分	10代	20代	40代	50代	60代	70-80代
● 味が濃い			●	●	●	●
● インスタント食品が多い	●	●	●	●	●	●

環境	10代	20代	40代	50代	60代	70-80代
● 仕事や育児優先になり、自分の食事にかかる時間がない			●	●		
● 孤食が多い	●	●				
● 食材が高い		●				

習慣	10代	20代	40代	50代	60代	70-80代
● 早食いをしてしまう		●	●			
● 夜遅い時間の食事、間食をとってしまう	●		●	●	●	

身体の問題	10代	20代	40代	50代	60代	70-80代
● 歯がない、食べ物が噛めない						●
● 持病があるのに、体によくないものを食べている						●
● 食が細い					●	●
● 食事を作るのが大変						●

食生活への意識	10代	20代	40代	50代	60代	70-80代
● 食への興味・関心がない	●	●	●			●
● スマホに夢中で食の優先順位が低い	●					

10代

食事について友達とどんなこと話すかなあ??



20代

勉強やバイトが優先で、食事の事ってあんまり考えてないかも...



40代

子どもや仕事優先で、自分の事って疎かになりがちじゃない?



働き盛りができる工夫ってどんなことがあるだろう。



50代

60代

血圧や血糖値の事を考えないといけなくなってきた。



年齢を重ねると出てくる問題ってあるよね。



70-80代

今回のグループワークで出てきた問題点を、今後の食育市民ネットワークの活動に活かしていきたいと考えています。

ネットワーク活動

坂井市食育市民ネットワーク総会

開催日: 令和6年6月9日(土)
場所: 坂井地域交流センターいねす

40団体・個人計82名が参加し、前年度の事業報告と今年度の事業計画について決議しました。引き続き「食育と農業」をテーマに田中農園株式会社 代表取締役 田中勇樹氏による講演会も行いました。「食育」における農業の役割や、切迫している農業界の課題など、例年の講演会とは異なる視点から食育について学びました。



ネットワーク会員活動

健康食育フェスタ 2024

開催日: 令和6年10月14日(祝・月)
会場: ハートピア春江



食に関する体験や、食育活動を紹介したパネル展示を行い、多くの方に身近な食に関心意識を深めてもらう機会となりました。

【いねす市運営協議会】打ち豆作り体験&大豆製品・農産物の販売／【JA福井県女性部 坂井支部】朝ごはんについて／【一般社団法人 ガールスカウト福井県連盟第17団】食に関する活動について／【株式会社平和堂アルブラザミ】食品ロス削減の取り組みについて／【野菜ソムリエコミュニティ福井坂井ブロック】クイズ&ゲーム、新鮮野菜の販売／【春江東部地区まちづくり協議会】アーモンドの里づくり活動について／【坂井市内小中学校・学校給食センター】省塩給食について／【坂井市消費者団体連絡協議会】ジュースの糖度測定体験／【坂井市赤十字奉仕団】ハイゼックス(災害救護用炊飯袋)の紹介および展示／【坂井市農業振興課】越前白茎ごぼうについて／