

廿日市市食育推進計画

廿 日 市 市

平成24年3月

はじめに



「食」は生命の源であり、健全な食生活は心身ともに健康で豊かな人生を送るための基本となるものです。私たちは、日々の食生活をとおして食べ物を大切にする心を育むとともに四季折々の行事食などに触れ、食文化を引き継いできました。

しかしながら、近年、ライフスタイルや価値観の多様化などにより、食を取り巻く様々な環境が変化すると同時に、日々の忙しさから、食を大切にするという意識が希薄化するなど健全な食生活が失われていくことが懸念されています。

このような中、国はすべての国民が様々な経験を通じて、食に関する知識と食を選択する力を身につける「食育」の推進を重要課題と位置づけて「食育基本法」を策定しました。

本市におきましても、市民一人ひとりが安心して、笑顔でイキイキ暮らすことをめざし、行政や家庭・地域・保育園・幼稚園・学校・食料生産者などが連携しながら、食育を総合的かつ計画的に推進するため、「廿日市市食育推進計画」を策定しました。

「食育」とは、健全な食生活を通じて、生きる力を育むことです。

本市の海から山に至る豊かな自然に恵まれた環境を活かしながら、地域の食文化を未来へつなぎ、旬の食材を地域で消費する地産地消の取り組みや、食に関する正しい知識の普及啓発など、本計画に基づき食育の推進に努めてまいります。

最後に、計画策定にあたり、貴重なご意見をいただきました市民、並びに、関係機関・団体の皆様に心からお礼を申し上げますとともに、今後とも計画の推進に対して、より一層のご支援、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

平成24年3月

廿日市市長 眞野勝弘

も く じ

1.	計画の趣旨と位置づけ	1
(1)	計画の趣旨	1
(2)	計画の位置付け	2
(3)	計画の期間	2
2.	食をめぐる廿日市市の状況	3
(1)	廿日市市の取り組み	3
(2)	アンケート調査結果などからみられる現状と課題	5
(3)	廿日市市の食	19
3.	計画のめざす姿	20
(1)	基本理念	20
(2)	計画の目標	20
4.	計画の推進について	21
(1)	関係機関との連携・体制整備	21
(2)	数値目標	22
(3)	具体的な取り組み	23
	ライフステージに応じた食育の目標と取り組み	23
	ライフステージに応じた食育の取り組み（家庭・地域）	24
	ライフステージに応じた食育の取り組み（公的機関）	25

参 考 資 料

廿日市市食のアンケート集計結果
廿日市市食育推進計画の作成経緯

1 計画の趣旨と位置づけ

(1) 計画の趣旨

私たちにとって「食」は生命の源であり、心身ともに健康に過ごすために欠くことができません。しかし、近年、食生活をめぐる環境は大きく変化し、その影響として栄養の偏り、朝食欠食に代表されるような不規則な食事、生活習慣病の増加、孤食、食文化の継承の危機、食の安全性への不安など様々な問題が生じています。「食」に関する情報が社会に氾濫する中で、人々は食生活の改善の面からも、「食」の安全の面からも自ら「食」のあり方を考えていくことが求められています。

このような状況の中で、国では、国民が生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性を育むことを目的に、平成17年6月に「食育基本法」を制定し、平成18年3月には、食育に関する施策を総合的かつ計画的に推進することを目的として、「食育推進基本計画」を策定しています。平成23年には「第2次食育推進基本計画」が決定され、国民が生涯にわたって、とぎれることなく食育を推進していくことをめざしています。

広島県においても、食育を総合的に推進するため、「広島県食育推進計画」を策定しております。

そこで、本市においてはこれまでも食育に関する取り組みを実施してまいりましたが、今後、食育を着実かつ効果のある取り組みにしていくため、国や県の動きもふまえ、行政、関係団体、家庭、地域、保育園、幼稚園、学校、食料生産者などと連携しながら、食育の推進を総合的、計画的に行うために、「廿日市市食育推進計画」を策定するものです。

※ 食育とは＝食育基本法の中では、「食育」を次のように位置づけています。

①生きるうえでの基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきもの。

②様々な経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てること。

(2) 計画の位置付け

① 法的根拠

この計画は、食育基本法第18条第1項に定める市町村食育推進計画とします。

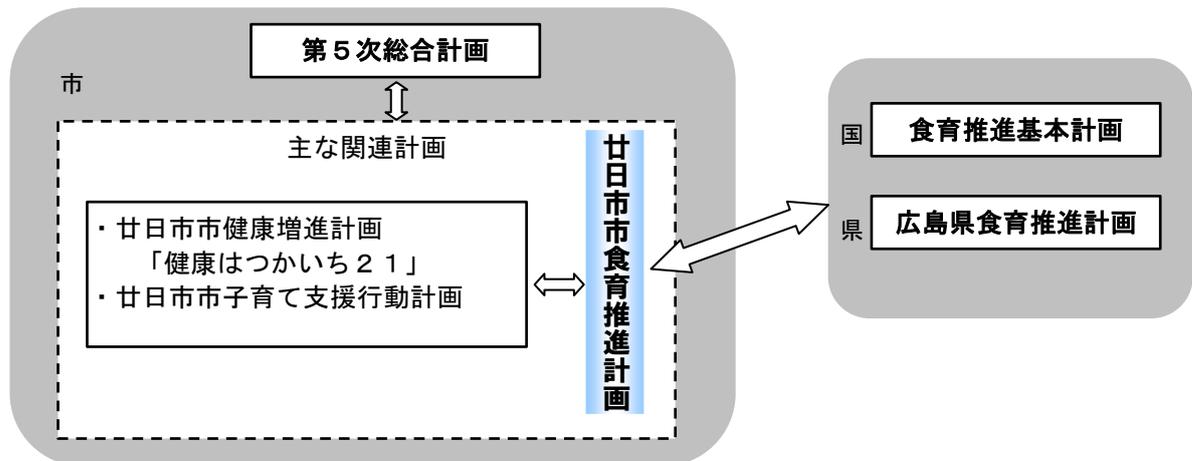
〔市町村食育推進計画〕（食育基本法第18条第1項）

市町村は、食育推進基本計画（都道府県食育計画が作成されているときは、食育推進基本計画及び都道府県食育推進計画）を基本として、当該市町村の区域内における食育の推進に関する施策についての計画（以下「市町村食育推進計画」という）を作成するよう努めなければならない。

② 他計画との関係

「廿日市市食育推進計画」は、国の「食育推進基本計画」及び広島県の「広島県食育推進計画」に基づいて策定されるものです。

また、その実施にあたっては、廿日市市健康増進計画をはじめとする関連計画との整合性を図りながら進めていきます。



※ 廿日市市健康増進計画（健康はつかいち21）

国の「21世紀における国民の健康づくり運動（健康日本21）」の趣旨に沿って、市民が主体的に取り組むことができるよう、廿日市市健康増進計画「健康はつかいち21」を策定しました。市民が生活の質を高めながら健康寿命を延ばし、こころ豊かな生活が送れるよう市民とともに生涯を通じた健康づくりを進めています。

(3) 計画の期間

この計画の期間は、廿日市市の健康増進計画との整合性を図るため、平成24年度から平成29年度までの6年間とし、計画期間中に状況の変化等が生じた場合には、必要に応じて見直しを行います。

2 食をめぐる廿日市市の状況

(1) 廿日市市の取り組み

廿日市市では、食育事業について次のような取り組みをしています。

乳幼児期の食育

- ◆ 離乳食教室での食事指導
- ◆ 育児相談での栄養相談
- ◆ 乳幼児健診での栄養相談
- ◆ 個別（訪問など）での栄養相談
- ◆ 料理教室
- ◆ 保育園での取り組み
 - ・ 給食やおやつの展示
 - ・ 菜園活動
 - ・ 給食試食会
 - ・ 3色ボードをつかった食育

〈妊婦教室の様子〉



〈育児相談の様子〉



妊娠期の食育

- ◆ 母子健康手帳交付時の食事指導
- ◆ 妊婦教室での食事指導、調理実習

壮年期の食育

- ◆ 特定健診・特定保健指導
- ◆ 健康教室での食事指導、調理実習
- ◆ 個別の栄養相談

〈保育園での様子〉



高齢期の食育

- ◆ 健康教室での食事指導、調理実習
- ◆ 個別の栄養相談

学童期・青年期の食育

◆学校での取り組み

- ・「食に関する指導の全体計画」を作成して計画的に実施
- ・給食を生きた教材として活用
- ・各教科や総合的な学習の時間などでの食に関する指導（栄養バランス、栽培活動など）

◆子どもやその保護者を対象とした料理教室

- ◆朝食コンテストの実施
- ◆稚魚の放流などの体験学習

<小学校5年生・6年生朝食コンテスト> ～オリジナル朝ごはん～（応募総数321点）

最優秀賞作品



宮園小学校 6年 古田崇真さん

優秀賞作品



平良小学校 6年 久保田彩湖さん

優秀賞作品



廿日市小学校 5年 三木ゆりかさん

優秀賞作品



友和小学校 5年 田頭咲希さん

<味噌づくり教室の様子>



全期をとおして

- ◆健康づくりイベントでの食育普及・啓発
- ◆健康づくりシンポジウムの開催
- ◆食生活改善推進員など食に関するボランティアによる食育普及啓発
- ◆農林水産業生産者の支援・育成
- ◆食育啓発冊子の作成

(2) アンケート調査結果などからみられる現状と課題

【1歳6ヶ月健診、3歳6ヶ月アンケート調査の概要】

調査対象者	1歳6ヶ月健診対象者、3歳6ヶ月健診対象者
配布方法	健診対象者に郵送、健診時に回収
調査期間	平成23年4月から12月
回収数	1歳6ヶ月 465件 3歳6ヶ月 387件

【食に関するアンケート調査の概要】

廿日市市の食に関する実態を調査し、食育を総合的・計画的に推進していくため、アンケート調査を実施しました。

(※アンケート調査結果のまとめは参考資料に掲載)

調査対象者	<ul style="list-style-type: none"> ・市内小学校19校のうち13校の3年生と6年生 ・市内中学校10校のうち6校の2年生 <p>(対象校の設定については、アンケートの設問に地域性が出ると予想される項目があるために行った)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・上記児童と生徒の保護者
配布方法	<p>教育委員会をとおして、各学校で配布・回収</p> <p>※対象児童・生徒に兄弟姉妹がいる家庭の保護者については、長子の調査用紙のみ回収</p>
調査期間	平成23年9月
配布数	<p>児童・生徒 1,931件 保護者 1,931件 計 3,862件</p>
回収数	<p>児童・生徒 1,844件 保護者 1,613件 計 3,457件</p> <p>※児童・生徒内訳</p> <p>小学校3年生 676人・小学校6年生 730人・中学校2年生 438人</p> <p>※保護者年代内訳</p> <p>20歳代 21人・30歳代 697人・40歳代 819人・50歳代 57人・60歳代 17人 70歳以上 2人</p>
回収率	<p>児童・生徒 95.5% 保護者 83.5% 平均 89.5%</p>

※集計は小数点第2位を四捨五入して算出した。したがって、比率の数値の合計が100%にならない場合がある。

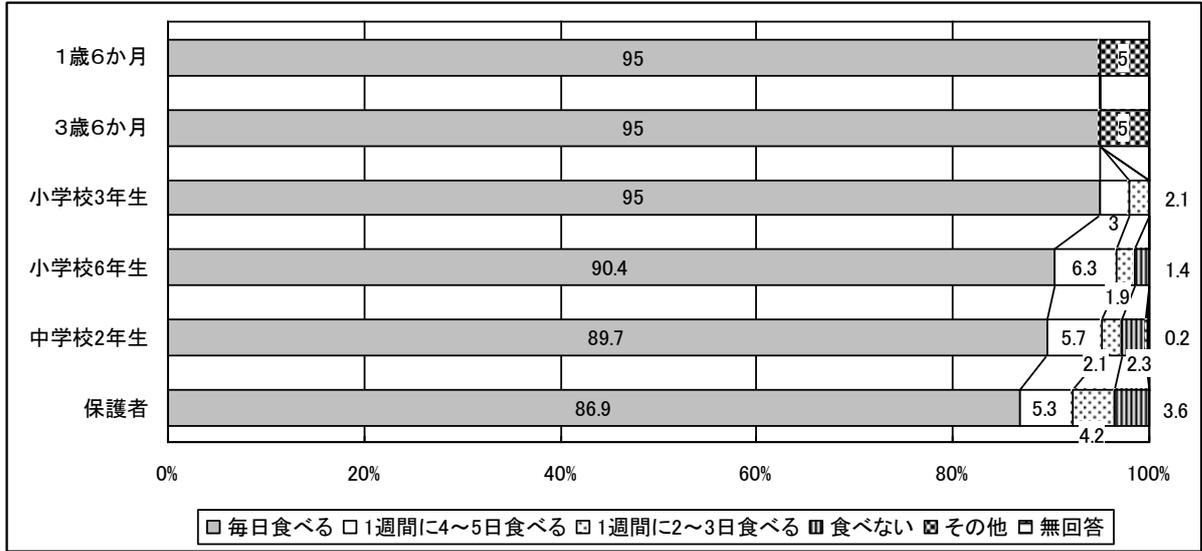
※回答の比率は、回答者ベースで算出した。そのため、複数回答があった設問では計の値は回答者数となっており、割合の合計は100%にならない。

※保護者の集計におけるコメントでは、70歳以上は件数が2件で分析としては不十分であるため入れていない。

※グラフの種類によって、同じ設問の回答結果でも資料中のアンケート集計結果と0.1%の誤差が生じる場合がある。

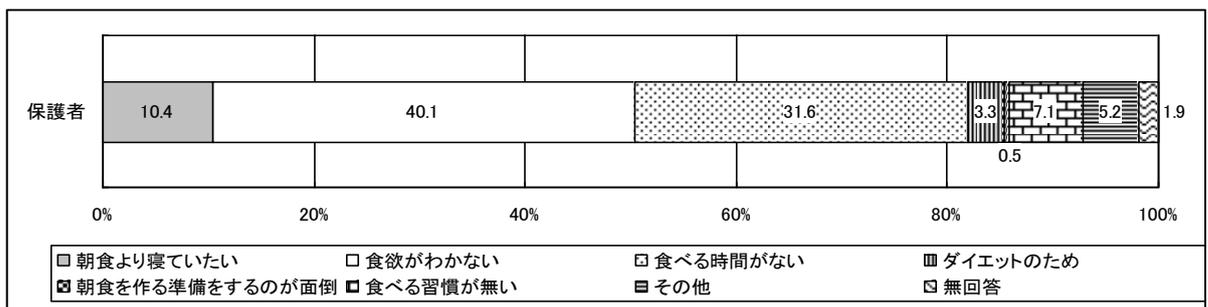
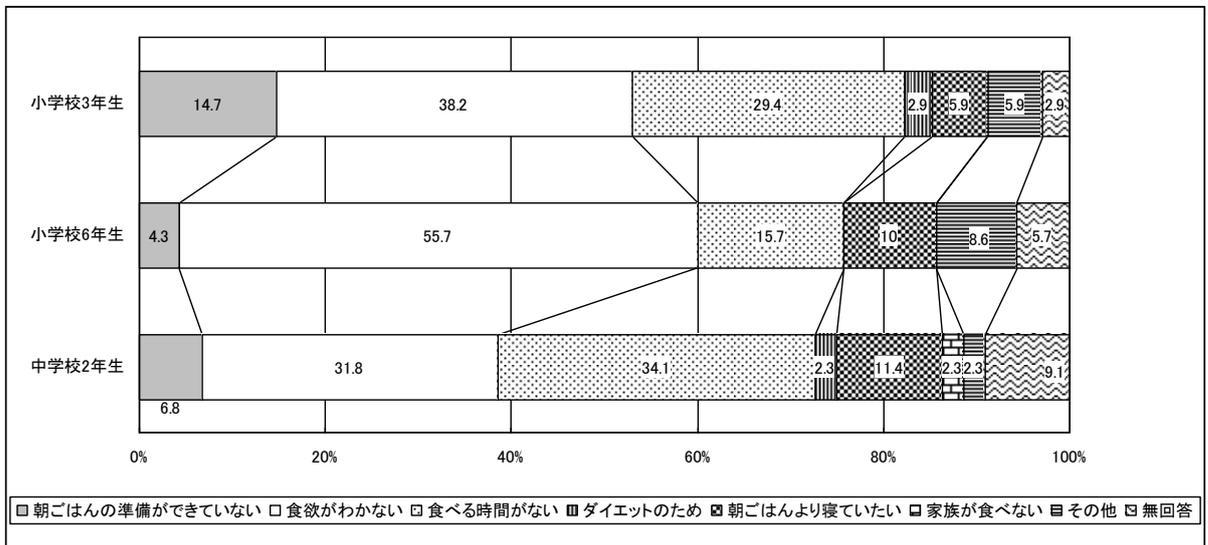
① 朝食の状況について

(ア) 朝食の喫食率



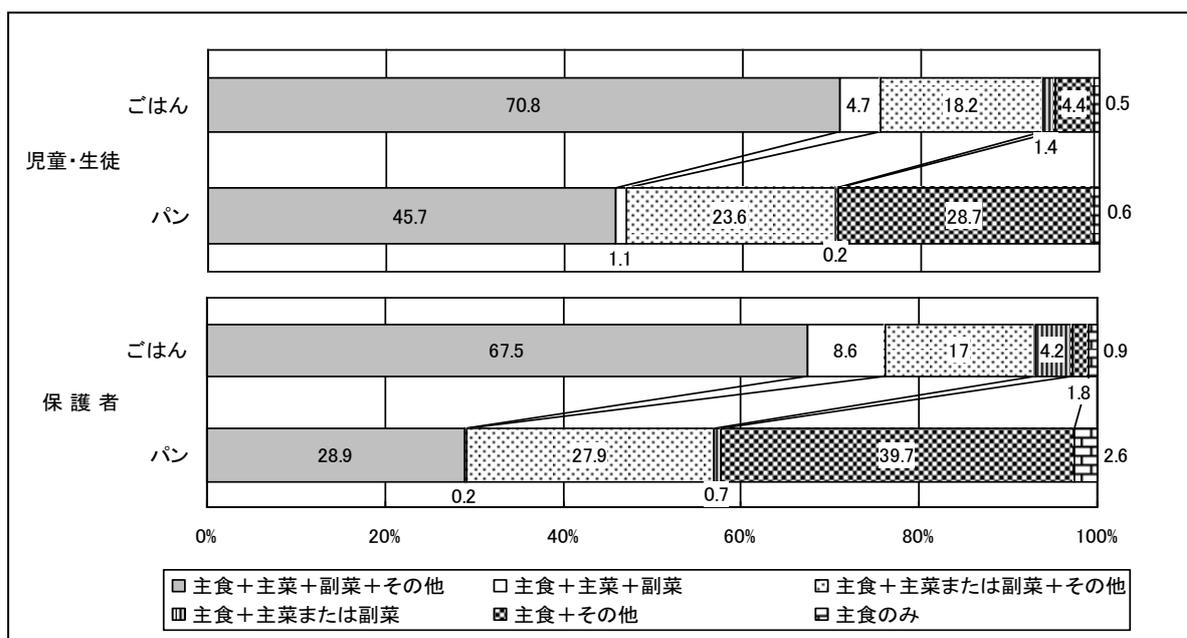
高学年になってくると「毎日朝食をとる」割合が低くなっています。中学校2年生では、朝食を食べない人の割合が多くなっています。保護者については、「食べない」と回答した人が多い傾向にあり、年代別に集計した結果によると年代が低くなるほど欠食率は高くなる傾向がみられます。

(イ) 朝食を食べない理由



児童、生徒、保護者において朝食を食べない理由としては、「食欲がわからない」「食べる時間がない」が多く、児童、生徒においては、「朝ごはんの準備ができていない」という回答もみられました。

(ウ) 朝食にごはんを食べる人とパンを食べる人との朝食バランスについて

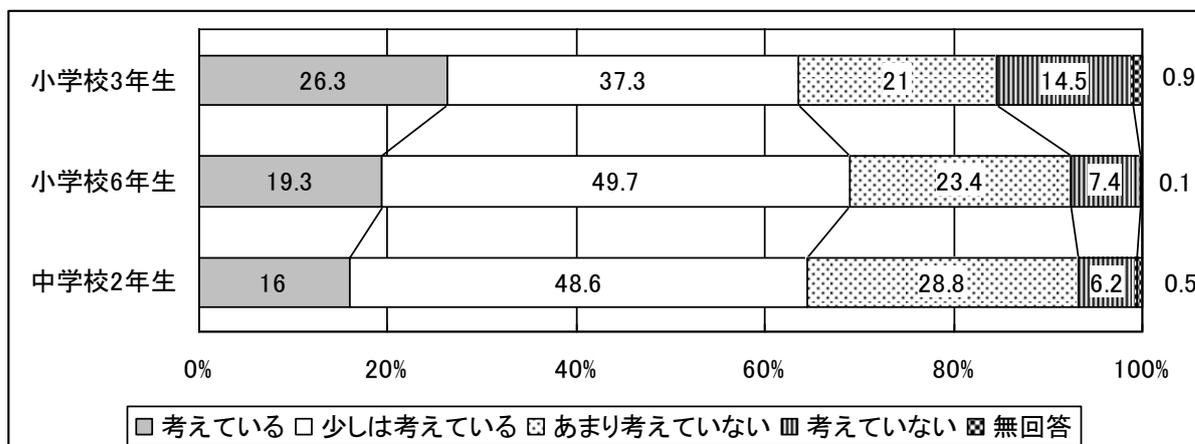


主食にごはんを食べていると回答した子どもの75.5%が主食、主菜、副菜がそろった食事をしています。一方、主食にパンを食べていると回答した子どもでは、46.8%が主食、主菜、副菜がそろった食事をしています。パン食では、3割近くの子どものパンと牛乳や乳製品などといった組み合わせで食事をすませています。保護者においても、ごはんを中心に朝食をとる場合では主食、主菜、副菜がそろった食事をする割合が高く、パンを中心に朝食をとる場合では約4割の人がパンとコーヒーや紅茶などといった組み合わせで食事をすませています。

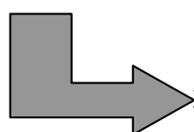
※ 主食・主菜・副菜

- 主食（ごはん、パン、めん類など）
- 主菜（肉、魚、卵、大豆製品を主に使った料理）
- 副菜（野菜、きのこ、海藻類を主に使った料理）

(工) 食事を食べるとき栄養バランスを考えていますか



朝食の栄養バランスを「考えている」「少しは考えている」児童、生徒の割合は、約6割から7割です。



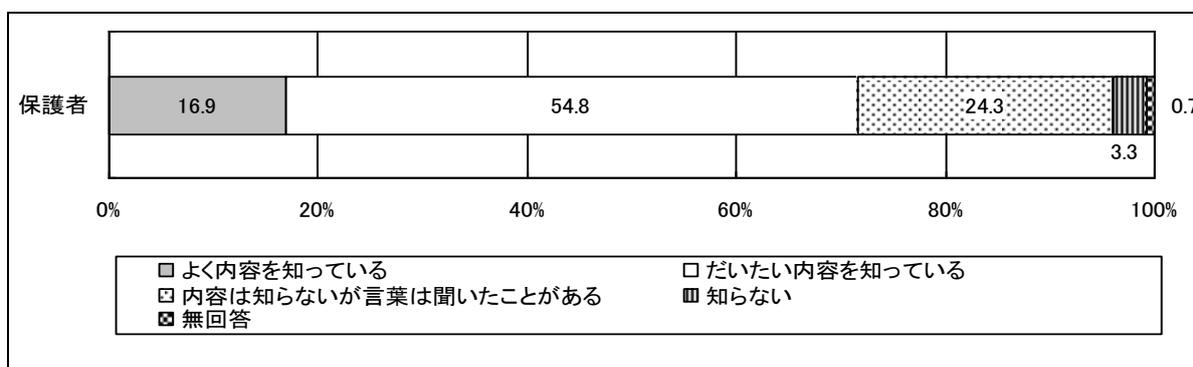
朝食の状況からみられる課題

朝食を食べない理由に「食欲がない」「時間がない」といった理由が多くみられ、生活習慣の見直しが必要だと思われます。また、「朝ごはんの準備ができていない」という理由が小学校3年生においては、14.7%にのぼっています。また、わずかですが、保護者が朝食を食べない理由に「朝食を作る準備をするのが面倒」といった回答もみられ、保護者への食の大切さに対する普及が必要だと考えられます。

また、ごはん食とパン食では、ごはん食のほうが主食、主菜、副菜がそろったバランスのとれた食事がとれており、パン食においては、食事のバランスがとれていない傾向があることから、パン食においても主菜、副菜がとれるような栄養指導などの啓発が必要だと思われます。

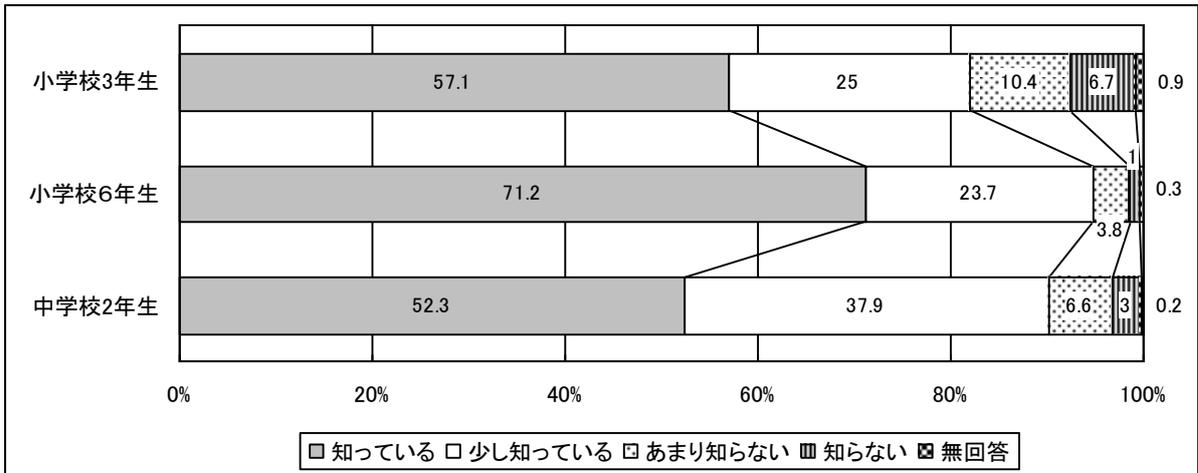
② 食に関する用語の認知度

(ア) 「食育」を知っていますか



食育を「よく知っている」「だいたい知っている」保護者の割合は約7割です。

(イ) 栄養の3色を知っていますか

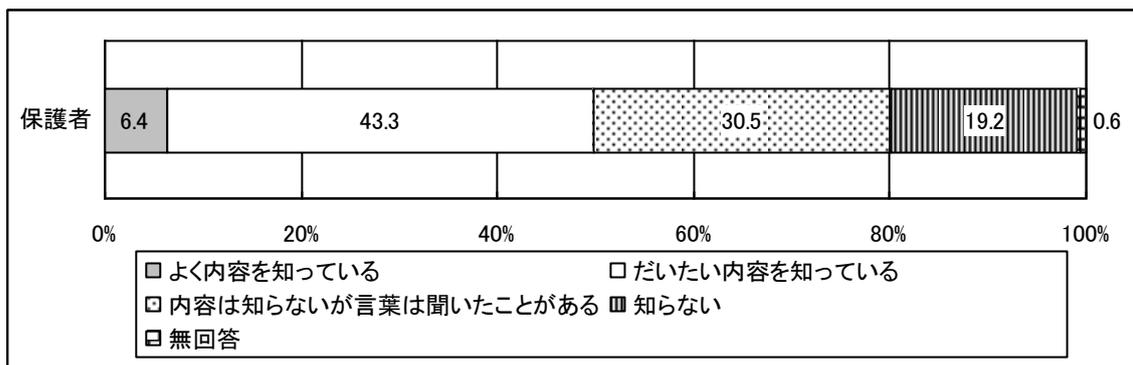


栄養の3色を「知っている」「少し知っている」児童、生徒の割合は約8割から9割です。小学校3年生では、栄養の3色を「知らない」児童が多い傾向にあります。

※ 栄養の3色

私たちが食べている食べ物にはいろいろな栄養が含まれており、栄養の働きにより、
 ○赤の食べ物（魚や肉などの血液や肉を作るもの）
 ○黄色の食べ物（ごはんやパンなどの力や体温になるもの）
 ○緑の食べ物（野菜などの体の調子を整えるもの）
 に分類しています。

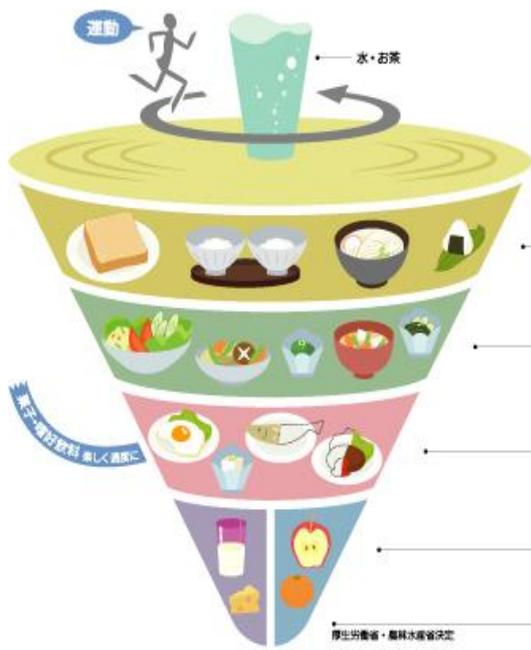
(ウ) 「食事バランスガイド」を知っていますか



食事バランスガイドを「よく知っている」「だいたい知っている」保護者の割合は約5割です。

※ 食事バランスガイド

1日に「何」を「どれだけ」食べたらよいかをわかりやすくコマのイラストで示したものです。1日にとる料理の組みあわせとおおよその量を料理区分で表しています。

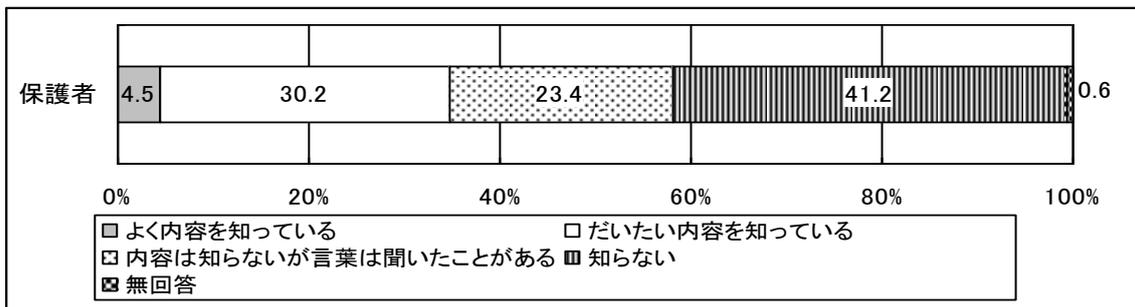


食事バランスガイド

あなたの食事は大丈夫？

1日分	料理例
5-7 主食 (ごはん、パン、麺) ごはん(中盛り)だったら4杯程度	1つ分 = ごはん(中盛り)1杯、あんぱん1個、うどん1杯、ロールパン2個 1.5つ分 = ごはん(中盛り)1杯、うどん1杯、もやし1杯、スシライオン 2つ分 = ごはん(中盛り)1杯、うどん1杯、もやし1杯、スシライオン
5-6 副菜 (野菜、きのこ、海藻料理) 野菜料理5皿程度	1つ分 = 野菜サラダ、ささげと豆腐の煮物、きのこあんかけ、わかめとわかめ、わかめとわかめ、わかめとわかめ、わかめとわかめ、わかめとわかめ 2つ分 = 野菜炒め、野菜炒め、野菜炒め
3-5 主菜 (肉、魚、卵、大豆料理) 肉・魚・卵・大豆料理から3皿程度	1つ分 = 焼肉、焼肉、焼肉、焼肉、焼肉、焼肉、焼肉、焼肉 2つ分 = 焼肉、焼肉、焼肉、焼肉、焼肉、焼肉、焼肉、焼肉 3つ分 = 焼肉、焼肉、焼肉、焼肉、焼肉、焼肉、焼肉、焼肉
2 牛乳・乳製品 牛乳だったら1本程度	1つ分 = パルプ牛乳、ヨーグルト、ヨーグルト、ヨーグルト、ヨーグルト、ヨーグルト、ヨーグルト、ヨーグルト 2つ分 = パルプ牛乳、ヨーグルト、ヨーグルト、ヨーグルト、ヨーグルト、ヨーグルト、ヨーグルト、ヨーグルト
2 果物 みかんだったら2個程度	1つ分 = みかん1個、りんご1個、りんご1個、りんご1個、りんご1個、りんご1個、りんご1個、りんご1個

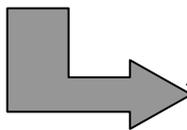
(エ) 「栄養3・3運動」を知っていますか



栄養3・3運動を「よく知っている」「だいたい知っている」保護者の割合は、約3割です。

※ 栄養3・3運動

朝・昼・夜の3食を食べ、それぞれの食事に赤・黄・緑の3色をそろえて食べること



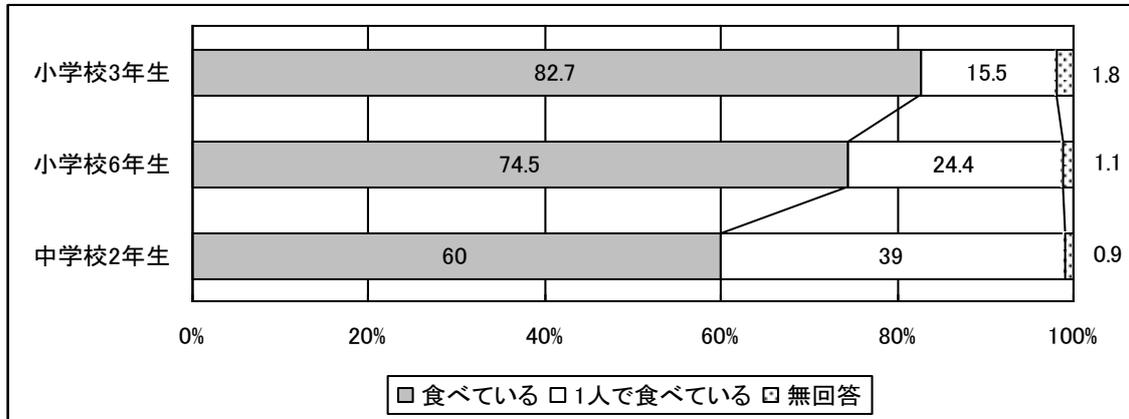
食に関する用語の認知度からみられる課題

保護者において、「食育」の認知度約7割、「食事バランスガイド」の認知度約5割、「栄養3・3運動」の認知度約3割となっており、食育を推進するにあたり普及啓発の強化が必要と思われます。児童においては、早くから栄養の3色について学ぶ機会がありますが、小学校3年生では約17.1%が「あまり知らない」「知らない」と回答しており、普及啓発の方法を工夫していく必要があると思われます。

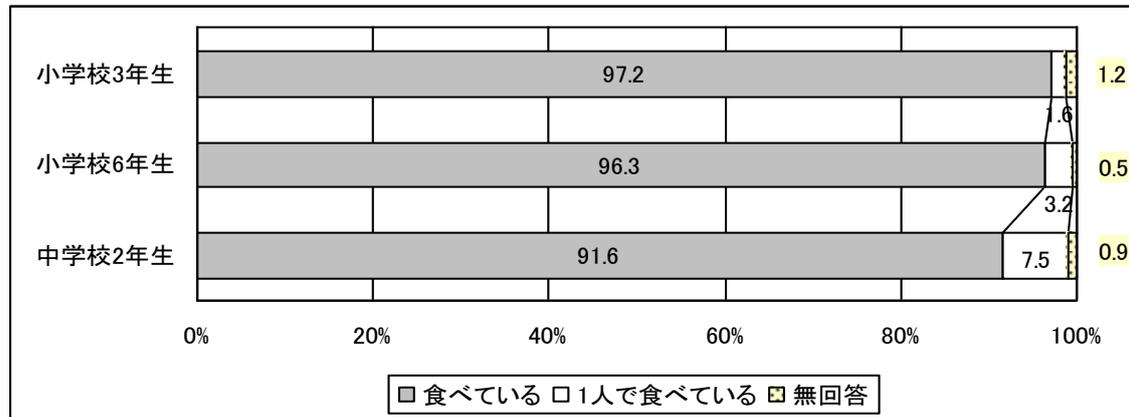
③ 食事の状況について

(ア) 食事は家族の誰かと一緒に食べていますか

〈朝食〉

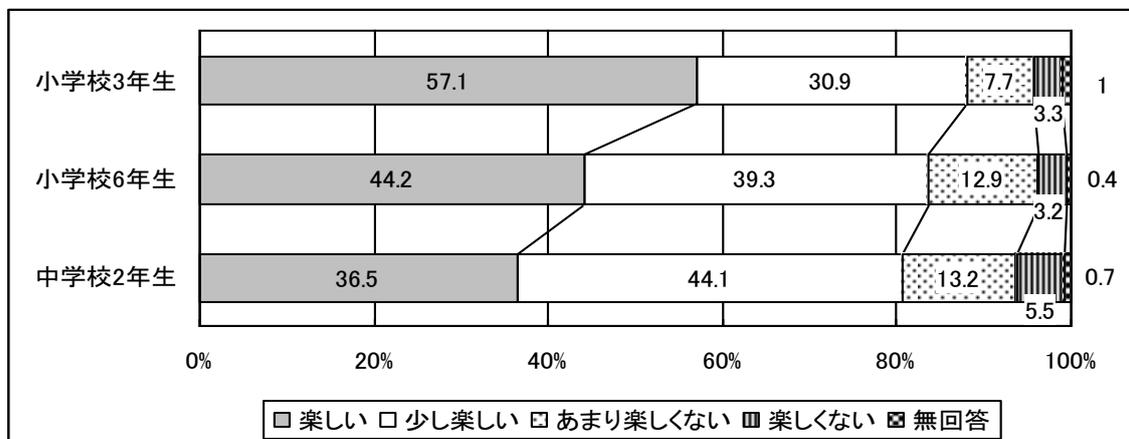


〈夕食〉



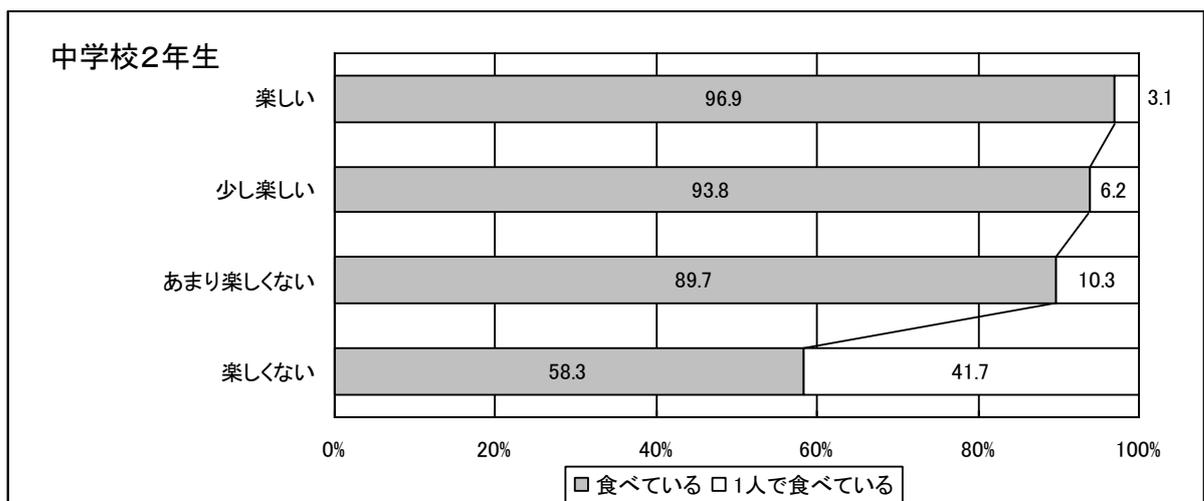
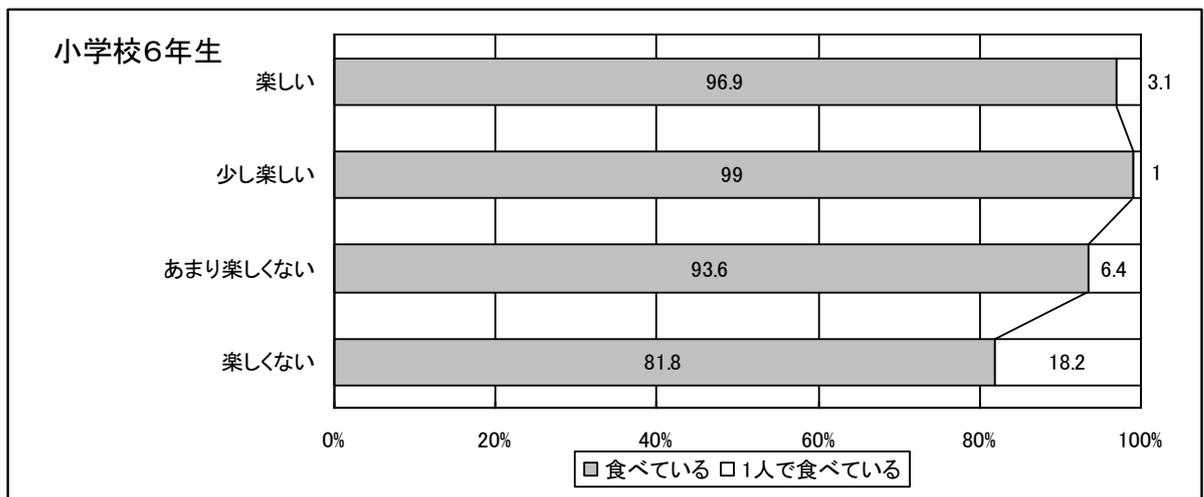
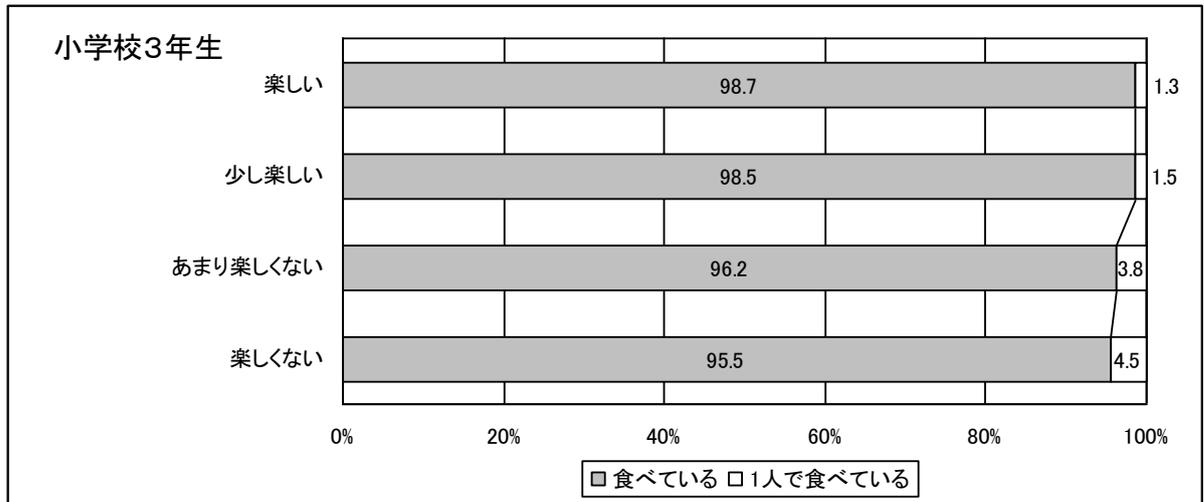
家族と一緒に食事をしている子どもの割合は、学年が高くなるにつれ小さくなっています。学年が高くなるにつれ、食事を1人で食べている子どもが多くなっている傾向にあることがわかります。

(イ) 食事の時間は楽しいですか



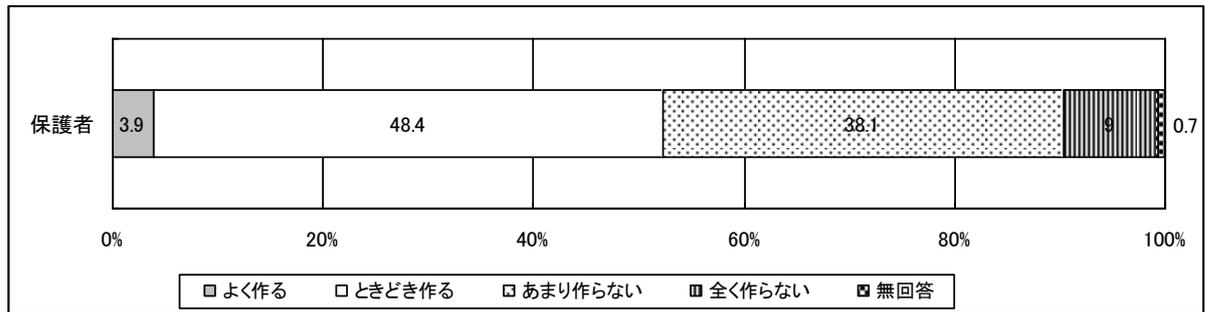
学年が高くなるにつれ食事が「楽しい」と感じている子どもが少なくなっています。

(ウ) 「食事のときは楽しいですか」と「家族の誰かと食事はとりますか(夕飯)」の
クロス集計



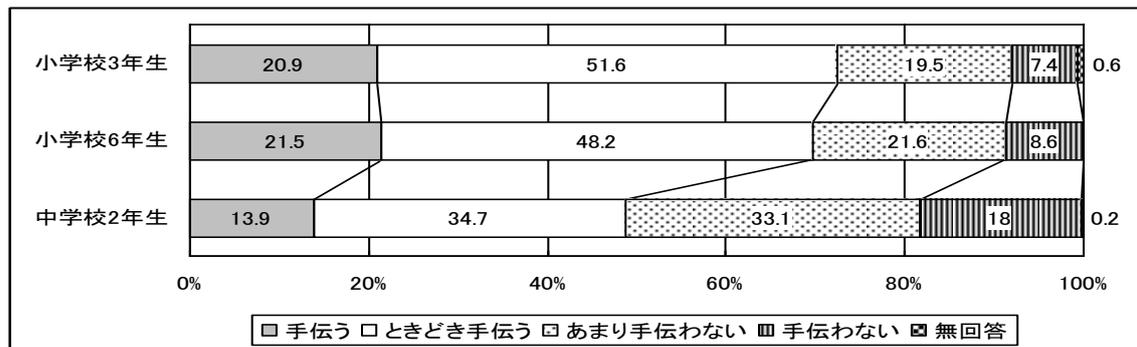
「食事のときが楽しくない」と回答している子どもは、夕食を1人で食べている割合が高いことがわかります。

(エ) 子どもと一緒に食事を作りますか



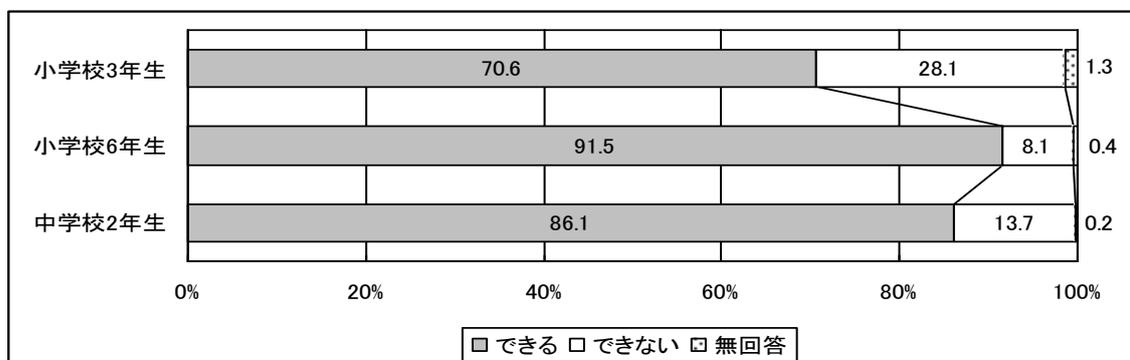
子どもと一緒に食事を「よく作る」「ときどき作る」保護者は、約5割です。年代別に集計した結果によると、20歳代の保護者が「よく作る」「ときどき作る」割合が約8割と多い傾向がみられます。

(オ) 料理を作るとき手伝うことがありますか

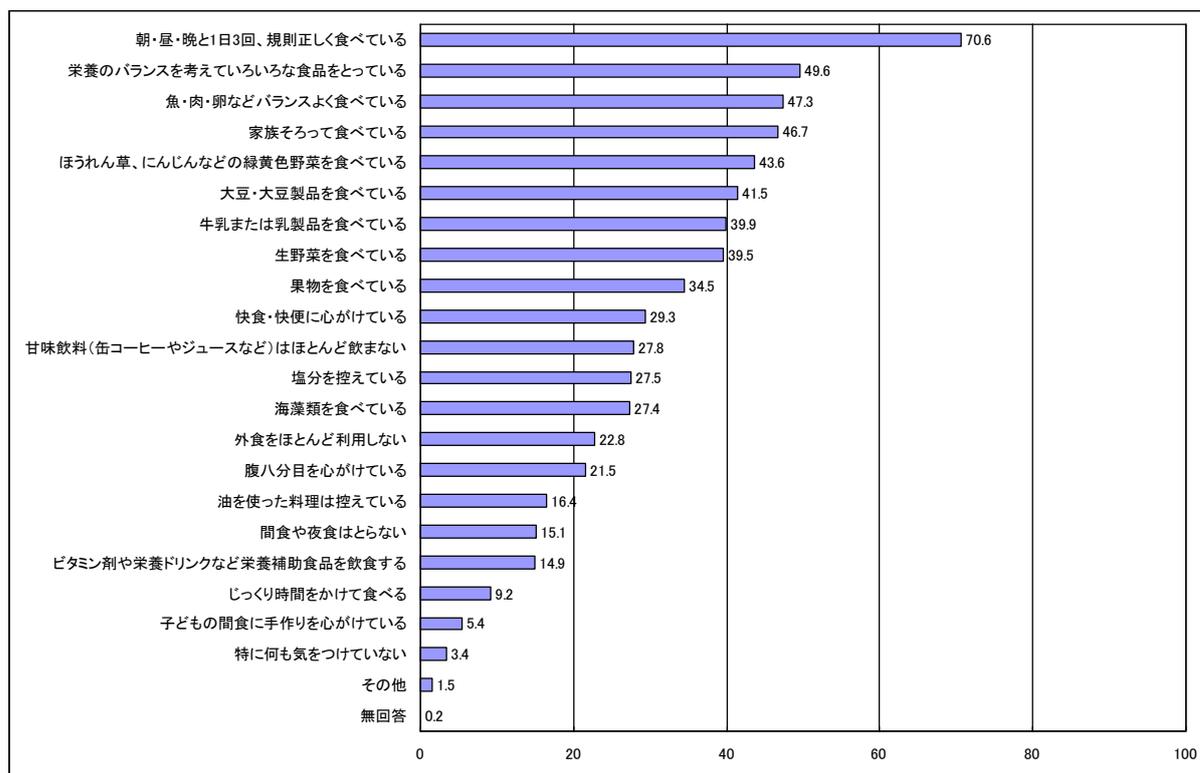


「手伝う」「ときどき手伝う」の割合は、学年が高くなるにつれ小さくなっています。中学校2年生では、半数以上が「あまり手伝わない」「手伝わない」となっています。

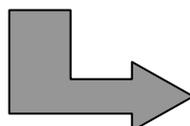
(カ) 自分で簡単な食事を作ることができますか



(キ) 毎日の食事で気をつけていること（保護者）複数回答



年代別に集計した結果によると、全ての年代で「朝・昼・晩と1日3回、規則正しく食べている」が最も多く「栄養のバランスを考えていろいろな食品をとっている」「魚・肉・卵などバランスよく食べている」の順で割合が大きくなっています。

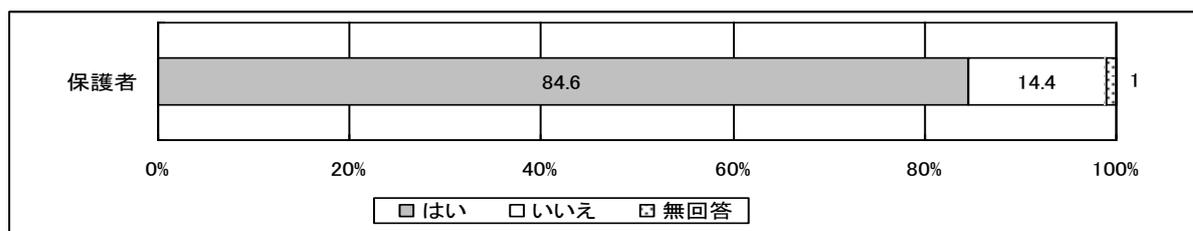


食事の状況に関する課題

食事を「あまり楽しくない」「楽しくない」と回答している子どもは、夕食を1人で食べている割合が高いことがわかります。また、自分で簡単な食事が「できない」と回答している子どもが中学校2年生において1割以上もいます。今後、このような点などに着目しながら食育を進めていく必要があります。

④ 地産地消について

(ア) 「地産地消」を知っていますか

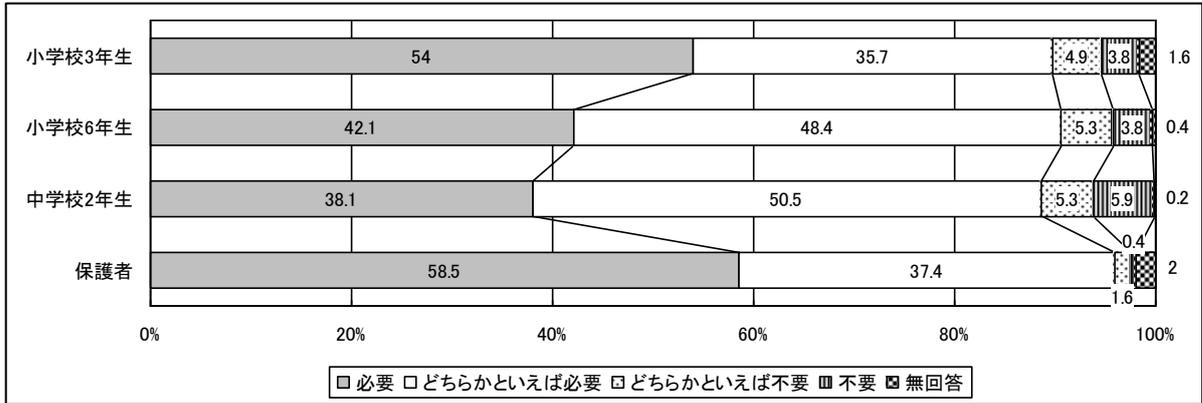


8割以上の保護者が地産地消を知っていますが、年代別に集計した結果によると、20歳代の保護者では4割近くの方が「知らない」と回答しています。

※ 地産地消

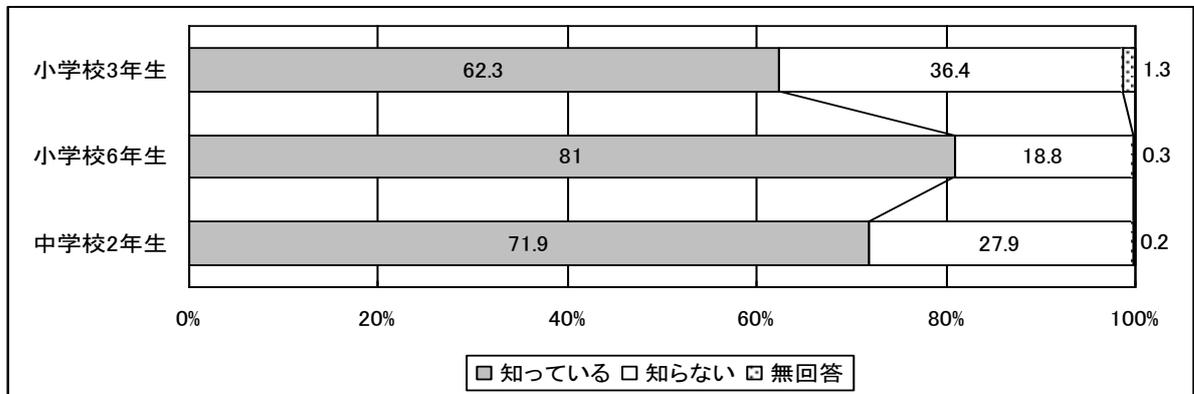
地域で作られた食材をその地域で消費することです。身近な地域と食の結びつきを深めることにより、地域の農林水産業や伝統的な食文化を守り育てようという取り組みでもあります。

(イ) 地産地消の必要性



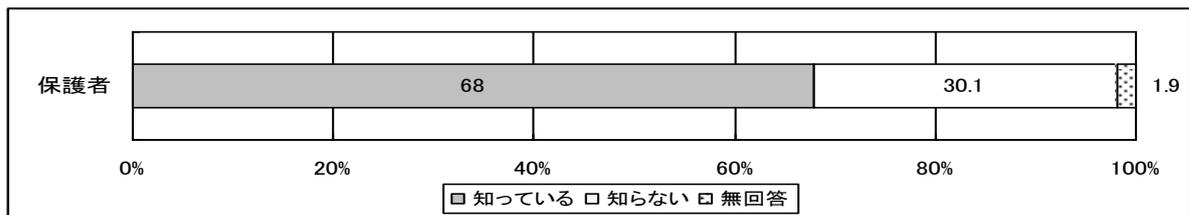
児童、生徒、保護者とも約9割が地産地消が「必要」「どちらかといえば必要」と思っています。中学校2年生・20歳代の保護者は「必要」と思う割合が小さい傾向にあります。

(ウ) 甘日市市でよくとれる農産物や海産物を知っていますか



甘日市市でよくとれる農産物や海産物を知っているのは、小学校6年生が約8割と多く、次いで中学校2年生、小学校3年生という順になっています。

(エ) 甘日市市の特産物を知っていますか



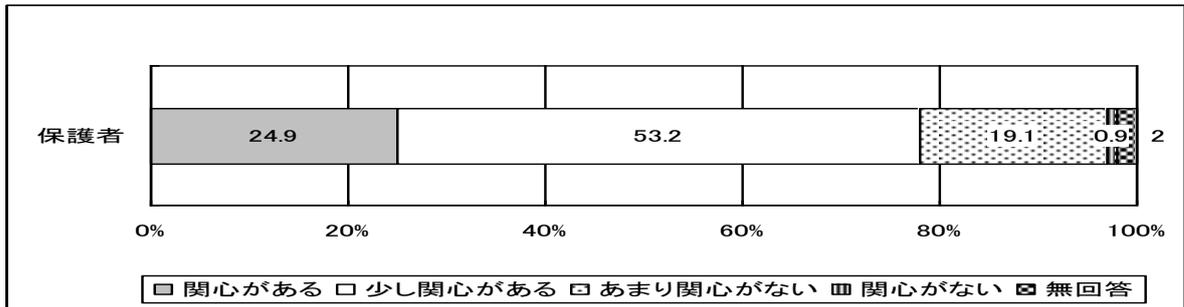
7割近くの人が甘日市市の特産物を「知っている」と回答しています。

地産地消に関する課題

近年は日本全国をはじめ、海外からの輸入も増え、1年中さまざまな食品が手に入るようになりましたが、その土地で採れたものを旬の時期に食べることは、心身の健康や環境の面からも望ましいと言われていています。今回のアンケート調査においても約9割の人が地産地消の必要性を感じており、地域の食材を供給する体制整備の取り組みが必要です。

⑤ 食文化の継承について

(ア) 「親から子へ」など、食文化の継承に関心がありますか



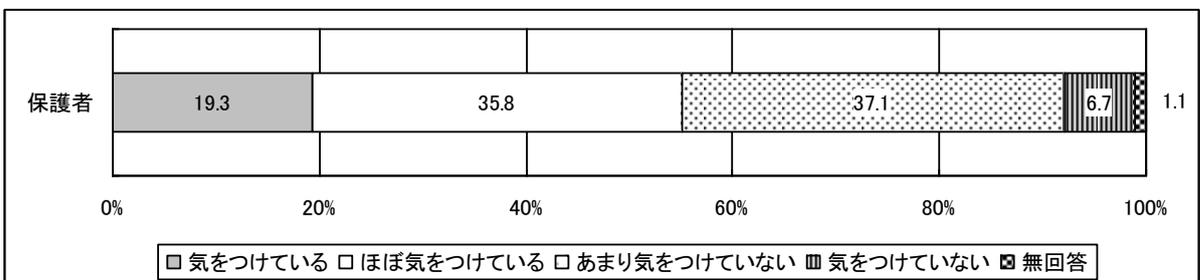
約8割近くの人が食文化の継承に関心をもっています。年代別に集計した結果からは、年代が高くなるにつれて「関心がある」の割合が高くなっており、60歳代では、半数以上の方が食文化の継承に「関心がある」と回答しています。

食文化継承に関する課題

家庭だけでなく、地域においても郷土料理や行事食といった食文化を、調理体験などをとおして継承していく機会が必要です。

⑥ メタボリックシンドローム（内蔵脂肪症候群）予防、生活習慣病予防について

(ア) メタボリックシンドローム予防のために、食事や運動に気をつけていますか

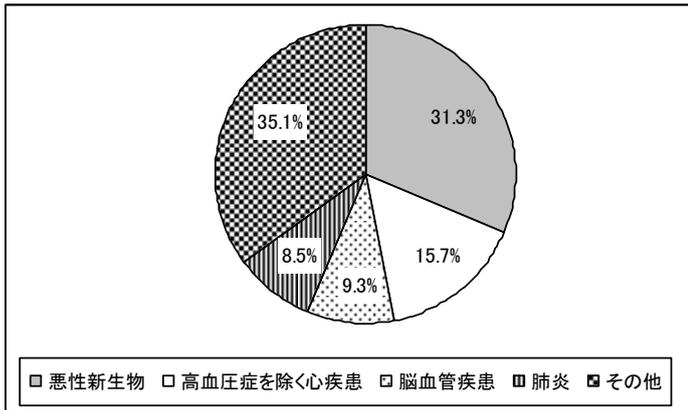


半数以上の保護者が食事や運動に「気をつけている」「ほぼ気をつけている」と回答していますが、年代別に集計した結果からは、40歳代の保護者では、「あまり気をつけていない」が「ほぼ気をつけている」を上回っています。

※ メタボリックシンドローム

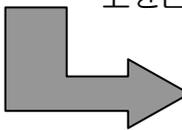
メタボリックシンドロームは、内臓脂肪症候群とも言い、お腹の中に脂肪が溜まる内臓脂肪型の肥満に加えて、脂質異常、高血圧、高血糖のうちの2つ以上が重なった状態のことです。メタボリックシンドロームに陥ってしまうと、動脈硬化を引き起こす危険性が飛躍的に高まります。動脈硬化になれば血管が硬くなり、もろくなっていきます。その状態を放置したまましていると心筋梗塞、脳卒中などを招きやすくなります。

(イ) 廿日市市の主要死因



平成22年 広島県人口動態統計年報

悪性新生物が最も多く、次いで心疾患、脳血管疾患が多く3大疾病を合わせると5割以上を占め、生活習慣病による死亡の多さがわかります。

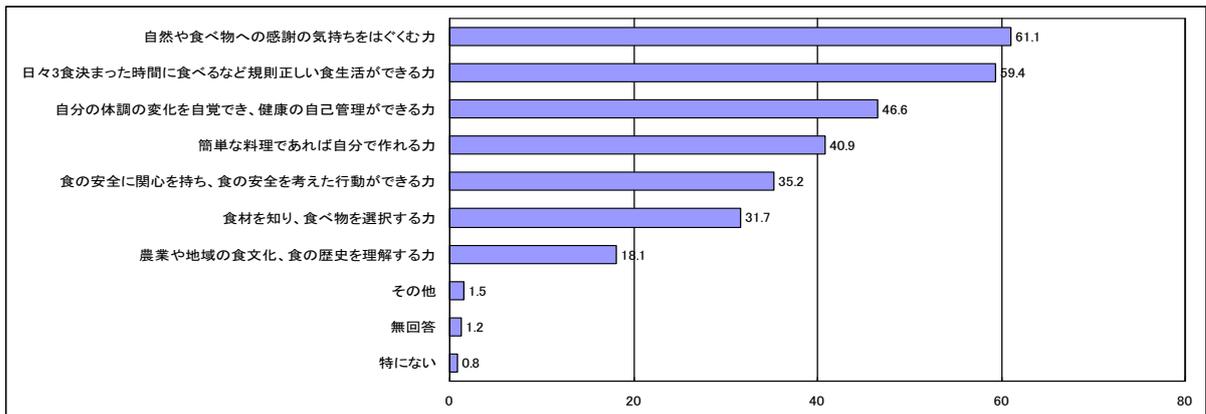


メタボリックシンドローム予防、生活習慣病予防に関する課題

生活習慣病による死亡が5割以上を占めていますが、生活習慣病の根源ともなるメタボリックシンドロームの予防について食事や運動に「気をつけていない」「あまり気をつけていない」人が4割以上もあり、引き続き、メタボリックシンドロームの予防について啓発の必要性があります。

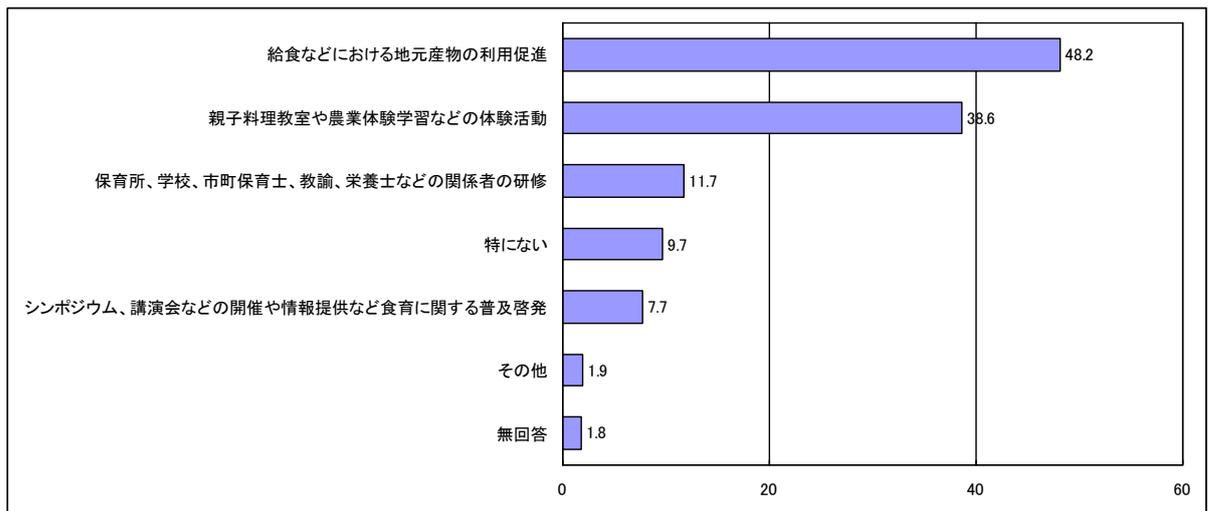
⑦ 今後の食育を推進していくために望むこと

(ア) 次代を担う子どもたちに身につける必要があると思うもの（保護者）複数回答

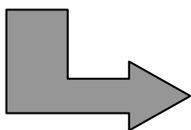


「自然や食べ物への感謝の気持ちをはぐくむ力」が最も多く、次いで「日々3食決まった時間に食べるなど規則正しい食生活ができる力」「自分の体調の変化を自覚でき、健康の自己管理ができる力」の順になっています。「簡単な料理であれば自分で作れる力」も比較的高くなっています。

(イ) 食育を推進していくために行政に取り組んでほしい施策（保護者）複数回答



「給食などにおける地元産物の利用促進」が最も多く、次いで「親子料理教室や農業体験学習などの体験活動」となっています。年代別に集計した結果からは「給食などにおける地元産物の利用促進」に取り組んでほしいと思っている人の割合は年代が高くなるにつれ大きくなる傾向にあり、「親子料理教室や農業体験学習などの体験活動」に取り組んでほしいと思っている人の割合は年代が低いほど大きくなっています。



食育を推進していくために望むことについての課題

「次世代を担う子どもたちに身につける必要があると思うもの」の回答として「自然や食べ物への感謝の気持ちをはぐくむ力」が最も多く、行政に取り組んでほしい施策も「給食などにおける地元産物の利用促進」や「親子料理教室や農業体験学習などの体験活動」を多くあげており、行政・学校・保育園・幼稚園・地域が連携した食育を推進する必要があります。

(3) 甘日市市の食

甘日市市は、海のものから山のものまで、地元でさまざまな食材を楽しめます。



3 計画のめざす姿

(1) 基本理念

廿日市の健康づくりは、すべての市民が安心して笑顔でイキイキ暮らすことをめざし、未来に向けて、地域性を活かし、健康づくりに取り組むことのできる環境を整えることにあります。

本市では、海から山に至る豊かな自然に恵まれた環境を活かし、人と人がつながり、それぞれの地域の食文化を継承し、地産地消を進めます。

また、地域と地域がつながり、助け合い、体験をとおして、望ましい食生活や食に関する正しい知識の普及啓発をすることを基本理念とします。

(2) 計画の目標

- ① ライフステージごとの目標を理解し、規則正しい生活、食習慣を身につけよう。
- ② 地域の特産物に興味をもち、行政・家庭・地域・保育園・幼稚園・学校・食糧生産者などが連携し、食育を進めよう。
- ③ 食に関する様々な体験をとおして、子どもたちからの望ましい食生活の普及活動を進めよう。

4 計画の推進について

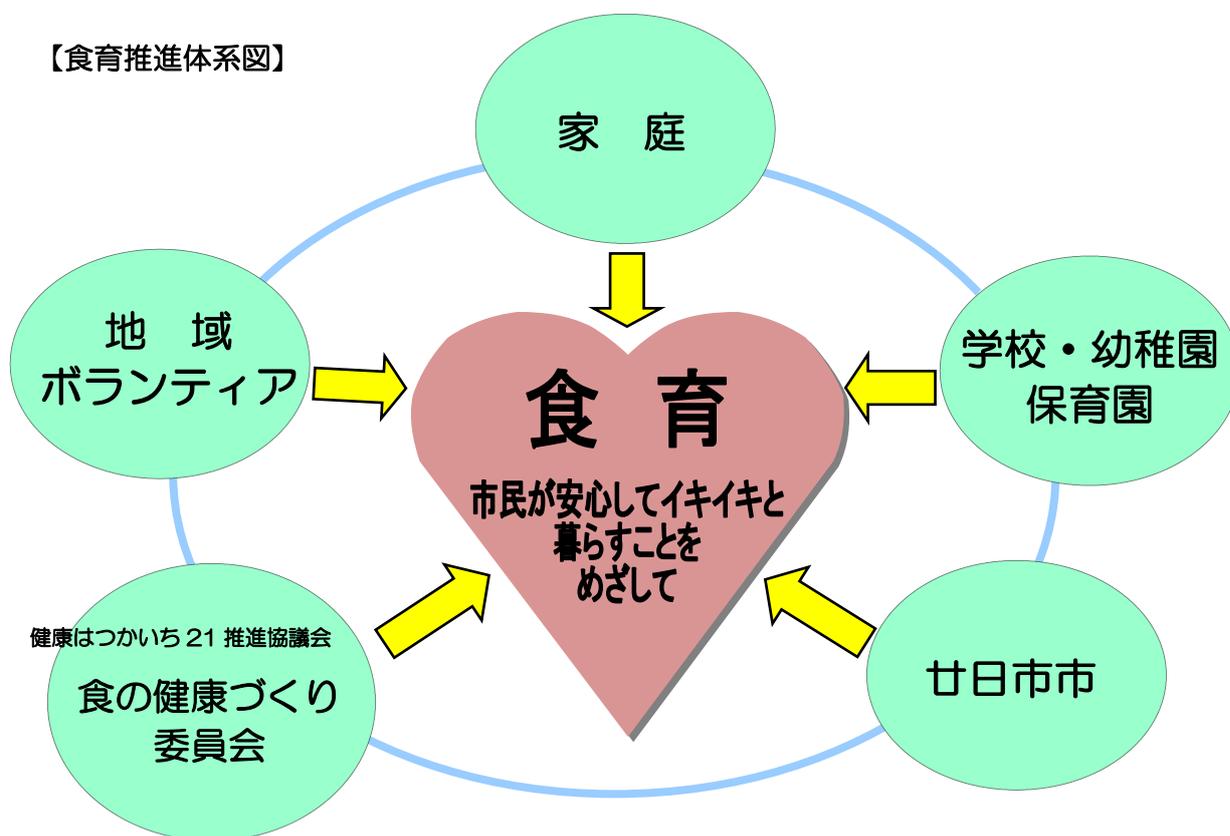
(1) 関係機関との連携・体制整備

廿日市市ではこれまで、地域、家庭、学校、保育園、幼稚園などでそれぞれ食育に取り組んできましたが、これらの取り組みを連携させ、総合的に「食育」を推進する必要があります。

このため本市では、関係各課が共通認識を持ち横断的な推進体制を整備するとともに、関係団体と連携をとりながら計画を進めていきます。

また、施策の実施状況や計画の進捗状況などの進行管理を行います。

【食育推進体系図】



※ 食の健康づくり委員会

廿日市市健康増進計画「健康はつかいち21」を推進するために“健康はつかいち21推進協議会”を設置。その中に次の3つの事項について関係機関・関係団体及び行政の連携を密接にすることを目的とした食の健康づくり委員会を設置。

- ①廿日市市における食の健康づくりに関する事業を計画的かつ効率的に実践
- ②健康はつかいち21の「栄養・食生活」を総合的かつ効率的に推進
- ③食育基本法第3章に規定する基本的施策の策定及び実施について、廿日市市における食育を総合的かつ効率的に推進

(2) 数値目標

項目	現状値	目標値（平成29年度）
朝食を毎日食べる子どもの割合を増やす	1.6歳児 95% 3.6歳児 95% 小学校3年生 95% 小学校6年生 90.4% 中学校2年生 89.7%	1.6歳児 3.6歳児 小学校3年生 小学校6年生 中学校2年生 } 100%
栄養のバランスを考えて食べる人の割合を増やす	保護者 49.6%	60%以上
成人男性肥満者（BMI 25以上）の割合を減らす	男性 23% （20～60歳代）	男性 15%以下 （20～60歳代）
給食における地元産物を利用する割合を増やす	29.3%	30%に近づける
廿日市市の特産物を知っている人の割合を増やす	保護者 68%	現状より増やす
自分で簡単な食事を作ることができない子どもの割合を減らす	小学校3年生 28.1% 小学校6年生 8.1% 中学校2年生 13.7%	0%に近づける
食育に関心のある人の割合を増やす （食育が「重要」「どちらかといえば重要」であると思う人）	保護者 94.3%	保護者 100%
食育に関する体験活動をする子どもの割合を増やす（田植え、野菜づくり、稚魚の放流などの体験活動）	小学校3年生 76.3% 小学校6年生 73.2% 中学校2年生 62.8%	100%に近づける

※ 現状値について

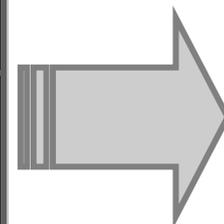
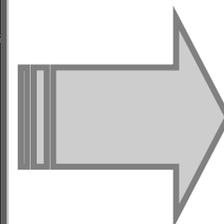
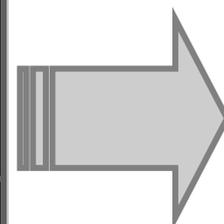
- ・廿日市市食のアンケート調査（平成23年9月）結果
- ・成人肥満者については、廿日市市健康状況調査（平成19年8月）結果
- ・給食における地元産物利用割合については、学校給食における地場産物の活用状況調査～広島県教育委員会～（平成23年6月・11月）結果

(3) 具体的な取り組み

【ライフステージに応じた食育の目標と取り組み】

食育の取り組みは、市民一人ひとりの年代や生活様式などに応じて取り組んでいくことが大切です。そこで本計画では乳幼児期から高齢期まで、人生の各段階に応じた取り組みを関係者が連携して推進することとします。

ライフステージ	目 標
乳幼児期 (おおむね 0～6 歳・就学前)	<ul style="list-style-type: none">・おなかがすくリズムをもとう・食べる楽しさを知ろう・いろいろな食材を知り素材の味や食感を楽しもう・食事の準備をとおして、食べ物に興味をもとう
児童期 (おおむね 7～12 歳・小学生)	<ul style="list-style-type: none">・早寝・早起き・毎日朝ごはんの習慣をつけよう・家族や仲間と食べる楽しさを知ろう・食べ物のはたらきと適量を知ろう・栽培・収穫・調理をとおして食べ物を知ろう・食に関する体験をとおして、感謝の気持ちを育て、ふるさとの味を受け継ごう・地産地消や郷土料理を学ぼう
思春期 (おおむね 13～18 歳・中・高校生)	<ul style="list-style-type: none">・毎日朝食をとろう・家族や仲間と食べる楽しさを知ろう・食べ物と健康の関係を理解し、食べ物を選ぶ力を身につけよう・地産地消や郷土料理を学ぼう
青年期 (おおむね 19～39 歳)	<ul style="list-style-type: none">・毎日朝食をとろう・適正体重を理解し、将来の健康を見すえた正しい食習慣を身につけよう・家庭料理や行事食などの知識や技術を学び、家族などに継承しよう
壮年期 (おおむね 40～64 歳)	<ul style="list-style-type: none">・毎日朝食をとろう・基礎代謝がおちていくことを理解し、自分に合った食事量やバランスのとれた食事を心がけよう・健康診断の結果から生活習慣病予防に努めよう・家庭料理や行事食などの知識や技術を家族などに継承しよう
高齢期 (65 歳～)	<ul style="list-style-type: none">・毎日朝食をとろう・廿日市市の食を伝える役割をもとう・栄養の偏りや低栄養にならないよう気をつけよう・子どもたちの食育のお手本となる役割をもとう



【ライフステージに応じた食育の取り組み（家庭・地域）】

ライフステージ	取 り 組 み
乳幼児期 （おおむね 0～6 歳・就学前）	<ul style="list-style-type: none"> ・ いろいろな食べ物を味わい味覚の発達やかむ力を促します。 ・ 農産物などの生産や収穫、食事体験をとおし世代を超えた交流に取り組みます。 ・ 食に関するボランティアなどとの連携により、手作りおやつ教室などの取り組みを行い、「食」の楽しさと重要性を伝えます。
児童期 （おおむね 7～12 歳・小学生）	<ul style="list-style-type: none"> ・ 「早寝・早起き・毎日朝ごはん」を実行し、規則正しい食事を心がけます。 ・ 家族や友達などと楽しく食事をするように心がけます。 ・ 食事づくりを手伝います。 ・ 地域で行事食や伝統食を伝えます。 ・ 食に関するボランティアなどとの連携により料理教室や味噌づくり教室などの体験をとおして、「食」の楽しさと重要性を伝えます。 ・ 地域の食材を学校給食に提供します。 ・ 農産物などの生産や収穫、稚魚の放流体験など世代を超えた交流に取り組みます。
思春期 （おおむね 13～18 歳・中・高校生）	<ul style="list-style-type: none"> ・ 「早寝・早起き・毎日朝ごはん」を実行し、規則正しい食事を心がけます。 ・ 家族や友達などと楽しく食事をするように心がけます。 ・ 調理や買い物をおして実践する力を身につけます。 ・ 農産物などの生産や収穫、食事体験をとおし、食を理解する取り組みを推進します。 ・ 食に関するボランティアなどとの連携による料理教室などをおして実践力を養います。 ・ 地域で行事食や伝統食を伝えます。
青年期 （おおむね 19～39 歳）	<ul style="list-style-type: none"> ・ 自分の食生活を見直し、栄養バランスのとれた食事をとり生活習慣病を予防します。 ・ 家族や友達などと楽しく食事をするように心がけます。 ・ 地域の人と交流し、家庭料理や行事食に関する知識や技術を学びます。 ・ 廿日<small>はつか</small>の市や朝市などにより地域の食材を提供します。 ・ 地産池消に取り組みます。
壮年期 （おおむね 40～64 歳）	<ul style="list-style-type: none"> ・ 食生活を見直し、栄養バランスのとれた食事をとり生活習慣病を予防します。 ・ 家庭料理や行事食に関する知識や技術を次世代に継承します。 ・ 食に関心を持ち、積極的に食に関するボランティア活動に参加します。 ・ 廿日<small>はつか</small>の市や朝市などにより地域の食材を提供します。 ・ 地産池消に取り組みます。
高齢期 （65 歳～）	<ul style="list-style-type: none"> ・ 栄養の偏りや低栄養にならないよう、栄養バランスのとれた食事を心がけます。 ・ 家族や友人などと食卓を囲み、楽しく食事をするように心がけます。 ・ 地産池消に取り組むとともに、地域の食文化を継承します。 ・ 孤食になりがちな高齢者の食生活を見守ります。 ・ 廿日<small>はつか</small>の市や朝市などにより地域の食材を提供します。

はっちゃんです。よろしく！



【ライフステージに応じた食育の取り組み（公的機関）】

健康はつかいち21 イメージキャラクター

ライフステージ	取 り 組 み
乳幼児期 (おおむね 0～6 歳・就学前)	(市の取り組み) <ul style="list-style-type: none">・食育推進の取り組みが円滑に行えるように関係団体の連携を支援します。・食事バランスガイドなどを活用し、栄養バランスのとれた食生活や生活リズムを整えることの重要性を伝えます。・食に関するボランティアの育成・支援をします。 (保育園等での取り組み) <ul style="list-style-type: none">・給食や保育園の畑での野菜の収穫、食事体験をとおり「食」への興味を引き出します。・給食試食会などをとおり、食に関する知識と重要性を保護者に伝えます。
児童期 (おおむね 7～12 歳・小学生)	(市の取り組み) <ul style="list-style-type: none">・食育推進の取り組みが円滑に行えるように関係団体の連携を支援します。・料理教室やイベントなどで食に関する取り組みを支援します。・食に関するボランティアの育成・支援をします。・農産物などの生産、稚魚の放流体験などの体験活動を支援します。 (小学校での取り組み) <ul style="list-style-type: none">・「食に関する指導の全体計画」を作成し、指導を行います。・給食を生きた教材として活用します。・学校給食における地産地消に取り組みます。
思春期 (おおむね 13～18 歳・中・高校生)	(市の取り組み) <ul style="list-style-type: none">・食育推進の取り組みが円滑に行えるように関係団体の連携を支援します。・料理教室やイベントなどで食に関する取り組みを支援します。・食に関するボランティアの育成・支援をします。 (中学校での取り組み) <ul style="list-style-type: none">・「食に関する指導の全体計画」を作成し、指導を行います。・給食を生きた教材として活用します。・学校給食における地産地消に取り組みます。
青年期 (おおむね 19～39 歳)	(市の取り組み) <ul style="list-style-type: none">・食育推進の取り組みが円滑に行えるように関係団体の連携を支援します。・食生活と疾病の関連を周知し、正しい食習慣を推奨します。・食に関するボランティアや生産者の育成・支援をします。・地産地消の推進に取り組みます。
壮年期 (おおむね 40～64 歳)	(市の取り組み) <ul style="list-style-type: none">・食育推進の取り組みが円滑に行えるように関係団体の連携を支援します。・食生活と疾病の関連を周知し、正しい食習慣を推奨します。・食に関するボランティアや生産者の育成・支援をします。・地産地消の推進に取り組みます。
高齢期 (65 歳～)	(市の取り組み) <ul style="list-style-type: none">・食育推進の取り組みが円滑に行えるように関係団体の連携を支援します。・食生活と疾病の関連を周知し、正しい食習慣を推奨します。・地産地消の推進に取り組みます。

參考資料

廿日市市食育推進計画の作成経緯

食育推進計画担当者会議 構成課	健康推進課・農林水産課・教育委員会(教育指導課)
食の健康づくり委員会構成 団体	健康はつかいち21推進協議会地域会 廿日市市食生活改善推進員連絡協議会 広島県西部保健所管内地域活動栄養士会 学校保健会 保育園 児童課 健康推進課 農林水産課 教育委員会 教育指導課

年 月 日	内 容
平成23年 8月 3日(水)	廿日市市食育推進計画担当者会議 議題(1)計画策定スケジュール (2)食育推進に関する既存データの確認 (3)関係機関との連携について (4)食のアンケートについて
平成23年 8月16日(火)	廿日市市食育推進計画担当者会議 議題(1)食のアンケートについて (2)食育推進計画の構成案について
平成23年 9月 8日(木)	食の健康づくり委員会(健康はつかいち21推進協議会) 議題 食のアンケートについて(廿日市市の食の実態調査)
平成23年 9月	食育アンケート配布・回収
平成23年10月	食育アンケート集計・分析
平成23年12月27日(火)	廿日市市食育推進計画担当者会議 議題(1)食のアンケート調査結果について (2)食育推進計画の構成案について (3)課題と取り組みのまとめについて
平成24年 1月18日(水)	廿日市市食育推進計画担当者会議 議題 食育推進計画案の検討
平成24年 1月30日(月)	食の健康づくり委員会(健康はつかいち21推進協議会) 議題 食育推進計画案の検討と食育の取り組みについて
平成24年 3月 5日(月)	廿日市市食育推進計画担当者会議 議題 食育推進計画案の検討
平成24年 3月	廿日市市食育推進計画作成