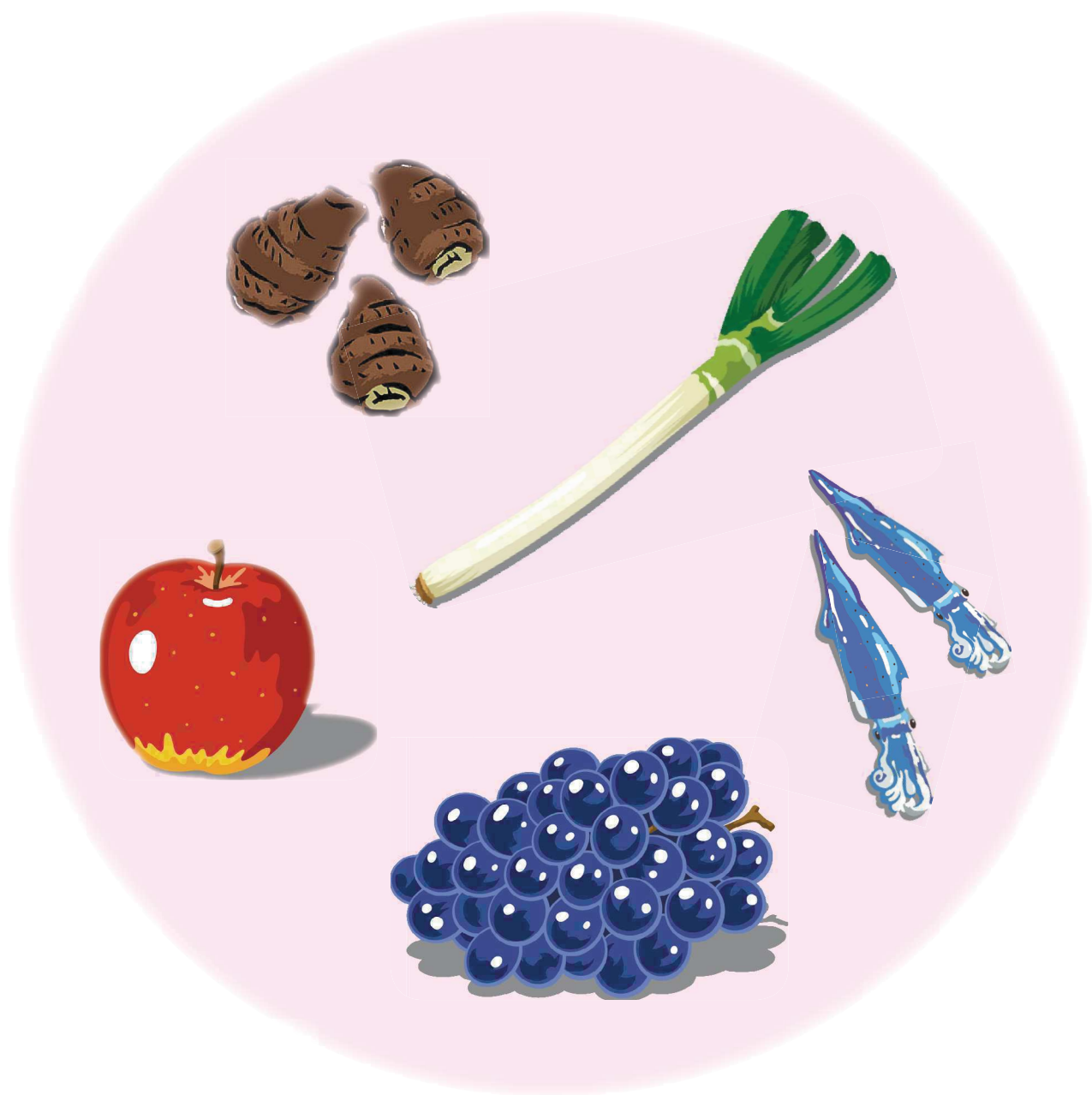


滑川市生涯いきいき 食育推進計画

～食からの心とからだの健康づくり～



はじめに



「食育」は生きる上での基本であり、知・徳・体をささえる基礎となります。

「食育」は、人間が生きていく上で大切なことです。

特に、0歳から8歳までの食習慣がその後の一生の食習慣に大きく影響するとも言われています。

私は、食育の中でも特に、乳幼児期、小学校低学年での指導に力を入れ、正しい食習慣が身につくようにし、小学校・中学校で継続した食育全体を学ぶ体制づくりを図りたいと考えています。

学校教育の現場では野菜づくりを取り入れます。

学校給食の地場産野菜利用の拡大を図ります。

栄養教諭は食育教育を指導します。

教育現場から食育教育を推進することは、子どもを通じた家庭の食育・地域の食育を推進し、ひいては次世代につなぐ食育活動となります。

また、食育を啓発することで成人のメタボリックシンドローム等の生活習慣病を予防し、少しでも医療費・介護費の低下につなげ、健康で長生きができるような事業を実施していきます。

さらに、食育サポーターや食生活改善推進員などボランティアの養成・育成を図ることとしており、食育の実践活動を市民運動として展開していくため、「滑川市生涯いきいき食育推進計画」を策定しました。

計画の策定にあたりましては、滑川市食育推進会議において協議を重ね、市民からのパブリックコメント（市民意見提出手続）のほか、関係機関・団体の方々からいただいた貴重な意見をふまえながら策定作業を進めてまいりました。

また、食育に関する施策を総合的に推進するために、「滑川市食育推進条例」を制定しております。

最後になりましたが、計画の策定にあたりご協力・ご指導を賜りました多くの方々に厚くお礼を申し上げます。

平成23年6月

滑川市長 上田 昌孝

目次

第1章 食育推進計画の概要

- 1 計画策定の背景と趣旨 … 1
- 2 基本理念と推進目標
- 3 計画の位置付け … 2
- 4 計画の期間 … 3
- 5 計画の策定体制

第2章 食をめぐる現状と課題

- 1 食に関する現状 … 5
- 2 本市のライフステージ別の食生活等における現状と課題 … 6

第3章 計画の基本的な考え方と方向性

- 1 食育キーワード「なめりかわ」と市民行動目標 … 24
- 2 計画の体系図 … 27
- 3 施策の基本方針 … 28
- 4 施策を推進するための指標 … 32
- 5 食育推進関係者の役割 … 33

第4章 具体的な取り組みの内容

- 1 食育の総合的な推進 … 36
- 2 基本方針に沿った具体的な取り組み … 40
- 3 ライフステージにおける食育 … 45
- 4 食の安全・安心 … 65

第5章 計画の推進方法

- 計画の進行管理・評価 … 67

第1章 食育推進計画の概要



1 計画策定の背景と趣旨

近年、食生活をめぐる環境が大きく変化し、その影響が顕在化しており、栄養の偏りや不規則な食事などによる肥満や生活習慣病等の増加、地域の伝統的な食文化の衰退、食の安全性への不安など様々な問題が生じています。

このような中で、国では食育を国民運動として推進するため、平成17年6月に「食育基本法」を制定し、翌年3月には「食育推進基本計画」を策定しました。

また、富山県においても、平成18年8月に「富山県食育推進計画」を策定し、生涯にわたって健康で豊かな生活が送れるよう、食育推進運動を展開しています。

食育基本法では、食育は生きる上での基本であり、知育、徳育及び体育の基礎となるべきものとして位置付け、特に子どもたちに対する食育は、生涯にわたって健全な心と身体を培うために極めて重要であるとしています。

しかし、現代の子どもたちの食生活は、朝食の欠食や米を中心とした日本型食生活の崩れ、簡便な食事をする傾向など多くの課題があります。子どもたちの健康問題はもとより、やがて、親となり子どもを育てる立場になった場合にも世代を超えて大きく関係するといわれています。

これらの実態を踏まえ、本市においては、乳幼児期から小学校低学年における食育活動に重点をおき、子どもたちの食育を通じて、家庭や地域における正しい食習慣へとつなげ、広く市民へ普及されることが重要であると考えています。

この「滑川市生涯いきいき食育推進計画」は、食育の推進により市民一人ひとりが健全な食生活を送れるよう、家庭・学校・地域・事業者など幅広い分野の関係者が役割を分担しながら、「食」を通じて、元気な子どもの育成や健康で長生きできることを基本として、食育に関する施策をライフステージ別に総合的かつ計画的に推進するため策定したものです。

2 基本理念と推進目標

《食》は生きる根源・生きる力を身につける食育推進

滑川市では、食育を推進するにあたって基本理念のメインテーマを、「《食》は生きる根源・生きる力を身につける食育推進」と定め、その達成を図るための7つの基本理念の基に進めます。

基本理念

- (1) 生涯にわたる健全な食生活の実現
- (2) 自然の恩恵や人々の活動に対する感謝の念の醸成
- (3) 地域の特性に応じた食育推進活動の実施
- (4) 子どもたちに対する食への積極的な取り組み
- (5) 食に対する様々な体験活動の実践
- (6) 日本の食文化や地域性を生かした食生活への配慮と地産地消の推進
- (7) 食の安全性に関する情報提供

全ての市民や事業者がこの基本理念や役割を理解し、実践するための共通の目標を掲げて取り組む必要があります。市民にわかりやすく実践しやすい3つの推進目標を設定し、その達成に向けて取り組みます。

3つの推進目標

- | | |
|-----------------|----------------|
| (1) 元気な子どもの育成 | …早寝・早起き・朝ごはん |
| (2) 健康で長生きできる人生 | …食生活の改善で健康寿命延伸 |
| (3) 地域の活性化 | …地産地消の推進 |

3 計画の位置付け

本計画は、食育基本法第18条第1項に規定された市町村食育推進計画として位置付けるとともに、滑川市食育推進条例第7条に基づく計画として作成するものです。

なお、本計画は、第4次滑川市総合計画、その他本市の関連計画などと整合性を図りながら実施するものです。

(関連計画)

食育基本法・食育推進基本計画（平成18年度～平成22年度）

富山県食育推進計画（平成18年度～平成22年度）

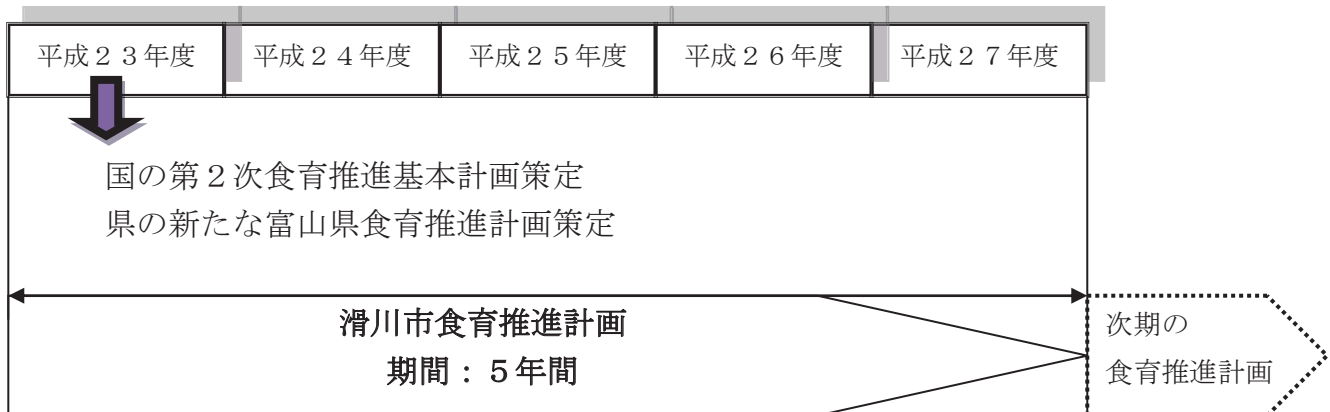
第4次 滑川市総合計画前期基本計画（平成23年～平成27年度）

滑川市次世代育成支援行動計画（なめりかわ子育てプラン）（平成22年度～平成26年度）

4 計画の期間

5年間を1期とし、平成23年度から平成27年度までを計画期間として定めます。

なお、本計画は毎年、計画の進捗状況を点検していくものであり、その過程で必要に応じた見直しも随時行うこととします。



5 計画の策定体制

計画策定の策定にあたっては、庁内関係部課長で構成する「滑川市食育推進庁内検討委員会」において協議、検討を行うとともに、下部組織として「滑川市食育推進計画策定ワーキング部会」を設置し、庁内担当職員・関係機関などの協力のもと、協議を行いました。

その提案に基づき、団体の代表・公募市民・県の関係機関等で構成する「滑川市食育推進会議」において審議をしてきました。

食育計画の策定体制

滑川市食育推進条例

滑川市食育推進計画の策定等

滑川市食育推進事業の実施及び推進

滑川市食育推進会議

《平成22年6月2日設置》

会長； 市長

○食育の推進

○庁内関連施策・取組の調整

委員；団体代表

公募市民

参与 県の関係機関

滑川市食育推進庁内検討委員会

滑川市食育推進計画策定ワーキング部会

第2章 食をめぐる現状と課題

1 食に関する現状

社会的経済情勢の変化やライフスタイルの多様化により、下記のような「食」に関する様々な問題が生じています。

- (1) 「食」を大切にすることの欠如
- (2) 栄養バランスの偏った食事や不規則な食事の増加
- (3) 肥満や生活習慣病の増加
- (4) 過度の痩身志向
- (5) 「食」の安全上の問題発生
- (6) 「食」の海外への依存
- (7) 伝統ある食文化の喪失

このため、国では平成17年6月に「食育基本法」を制定し、平成18年3月には、食育の推進に関する施策についての基本方針や目標等を盛り込んだ「食育推進基本計画」が策定されました。

また、富山県においても、平成18年8月に「富山県食育推進計画」を策定されました。

本市のライフステージ（年代）の設定

食育は、健康づくりと同様に生涯にわたって行うべきですが、ライフステージによりその課題や取り組みは異なってきます。

市民一人ひとりに、それぞれのライフステージに応じた問題や課題を正しく理解してもらうため、本計画では、富山県食育推進計画を参考に次のようなライフステージを設定します。

ライフ ス テ ー ジ	区分	年齢の目安
	①妊娠期・授乳期	妊娠・授乳期間内
	②乳幼児期	0～5歳
	③学齢期	6～12歳
	④思春期	13～18歳
	⑤青年期	19～35歳
	⑥壮年期	36～64歳
	⑦高齢期	65歳～

2 本市のライフステージ別の食生活等における現状と課題

①妊娠期・授乳期の現状

近年、出産年齢時期の若い女性は、痩せ志向が強まり、妊娠、授乳期においても体型等の保持を重視する傾向があり、食事バランスに留意した適正な栄養摂取の心がけが不十分な妊産婦も見られます。

また、滑川市の低出生体重児数は、平成16年19人、平成17年27人、平成18年36人、平成19年27人、平成20年19人であり、出生者100人当たりでは、6.6～11.4人となっています。

滑川市は、国や富山県と比べると特に低出生体重児数が多くありませんが、1,500グラム以下の極低体重児出産が見られる傾向があります。

さらに、赤ちゃんの出生体重が、以前より減少している傾向です。

適正な栄養摂取により、母子ともに健康な妊娠期を過ごして、安全な出産につなげることで母体の回復や赤ちゃんの成育も順調に進み、授乳期を健康に元気で過ごせるよう、正しい食生活の実践を見直す必要があります。

食育ひとくちメモ 【できるだけ母乳で育てよう】

母乳には良いことがいっぱい！！

- ①元気なからだを作る。
- ②赤ちゃんにとって最高の栄養が含まれている。
- ③アレルギーを減らす。
- ④消化吸収がしやすい。などたくさんの利点があります。

滑川市の母乳栄養の割合は、平成21年度の富山県の調査では1か月児で72.1%、3か月児で69.2%です。

妊娠・授乳期はもとより、妊娠前から母乳育児を心がけ、栄養バランスに気をつけた食生活を送り、母子ともにすこやかな毎日を過ごしましょう。



(1) 食生活等に関するアンケートから

ライフステージ毎の食生活の実態を把握するため、各ライフステージを対象にした事業等でアンケートを実施しました。

②乳幼児期の現状

1) 乳幼児の食生活

調査時期；平成22年4月から9月

対象；1歳6か月児健診及び3歳児健診時保護者

子どもの欠食や食事内容などが問題視されていますが、滑川市における幼児の朝食の欠食率は1歳6か月児では0.9%、3歳児では2.0%となっています。

その保護者への調査では「朝食を食べない、食べない日がある」と答えた人は1歳6か月児の保護者では22.0%、3歳児の保護者では16.9%となっています。

また、朝食を食べない理由として1歳6か月児では「食べたがらない」が71.4%、「親が食べない」が14.3%となっています。3歳児では「食べたがらない」が40.0%、「食べる時間がない」が22.0%となっています。

朝ごはんの内容では、「主食・主菜・汁物がそろった朝食」が1歳6か月児は36.4%、3歳児は26.7%となっています。その保護者への調査では1歳6か月児の保護者では36.9%、3歳児の保護者では45.2%となっており、バランスのとれた朝食内容にもうひと工夫必要な保護者が多いようです。

主食については、「米を主食にしている」割合は1歳6か月児では61.3%、3歳児では54.3%と、日本食の基本である米の主食離れが見られます。

2) 乳幼児の生活状況（1歳6か月児と3歳児合同集計）

子どもの起床時間は「6：30～7：00」が35.1%と一番多く、次いで「6：30前」が28.2%となっています。子どもの朝ごはんの時間では「7：00～7：30」が34.5%、次いで「6：30～7：00」が26.5%、「7：30～8：00」が16.6%となっています。概ね、起床時間と朝ごはんの時間帯が同じで起床から朝食までの時間に余裕がない様子が伺えます。

子どもの夕食時間は「18：30～19：00」が30.8%、次いで「18：00～18：30」が29.0%、「19：00～19：30」が17.5%となっています。

また、就寝時間は「21：00～21：30」が34.9%、「21：30～22：00」が26.0%となっており、幼児の就寝時間の目安の21時までに就寝する子どもは26.5%という実態です。

食事の時のあいさつは「いつもしている」が64.6%、「ときどきしている」が31.1%となっています。

乳幼児期の課題

- 1 早寝早起きなど規則正しい生活リズムが身につくように習慣づける。
- 2 バランスのよい朝食を毎日食べるようにするなど、基本的な食習慣を身につける。
- 3 栄養バランスが優れた米を主食とする日本型食生活に小さい頃から親しみ、食べることの楽しさを知る。

③学齢期・思春期（中学生）の現状

1) 学齢期・思春期（中学生）の食生活

調査時期；平成21年12月

対象；市内7小学校2年生・5年生、2中学校2年生

朝食を必ず食べている子どもは88～91%となっており、朝食をいつも食べていない子どもは1～2%となっています。その理由は「朝食を食べない日がある」と答えた子どもを含め「時間がない」（中2 23人）と「食べたくない」（中2 18人）で欠食の理由の7割を占めています。

これは、子ども自身の日常生活の乱れによるものと考えられます。成長段階に応じた基礎的な食生活習慣の形成や、子どもの健康的な心身の育成に影響を与えることも危惧されます。

今後も、引き続き正しい食生活を送るための指導が必要です。

また、食事の用意がされていなかったり（小2 8人）、食べる習慣がなかったりしている家庭があるなど、家庭の食育機能の低下が伺えます。

朝食の食事内容では、「主食（ごはん、パン）だけ」「おかずだけ」を合わせると 47.0%を占めます。1日のスタートがバランスのとれた食事内容になるように保護者と子どもの両方から働きかける必要があります。

朝食では、おもに、「ひとりで食べる子」が小2では 11.8%、小5では 13.0%、中2では 29.0%となっています。

子どもたちは、家庭の中で正しい食習慣をしっかりと習得するとともに、家族と会話しながら食事をすることで情緒的にも落ち着き家族の絆も深まります。家族で食事を共にすることは、心身共に健やかな成長につなげる一番基本的なことであり、大変に重要なことです。

2) 学齢期・思春期（中学生）の身体状況

調査時期：平成 22 年 4～5 月

対 象：小中学校全児童生徒

学校保健安全法に基づき、毎年、定期健康診断を実施しています。内科検診の結果では、本市全小学生の 4.6%に所見があります。その内訳は、アトピー1.1%、肥満傾向 0.2%という状況です。また、本市全中学生の 1.5%に所見があり、アトピー0.4%という状況です。

近年、様々な生活習慣や環境の変化により、学齢期からの健康状態に影響が出ているといわれていることから、食生活を含めた生活習慣の見直しが改めて必要です。

3) 食育に関すること（中2のみ対象）

「食育」という言葉・意味を知っている生徒は約 90%ですが、意味を知らない生徒もいます。

現在の食生活については、「大変良い」「良い」と思っている生徒は 80%いますが、女子の 20%近くが「少し問題がある」と答えています。

「現在の食生活をどのようにしたいと思うか」という問いに、「良くしたい」と考えている女子が 40%近くおり、食生活について関心が高いことが伺えます。

この時期に、年代に応じた適正な食育を学び体得する事は、次のライフステージにつながり、正しい食生活を実践できる礎になります。

学齡期・思春期（中学生）の課題

- 1 毎日規則正しく食事を摂ることができる。
- 2 楽しい食事を通じて望ましい人間関係をつくるようにする。
- 3 食に関わるいろいろな体験などから食の大切さを認識する。

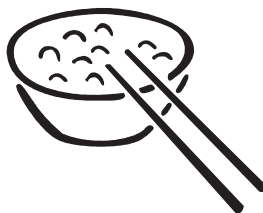
食育ひとくちメモ 【朝食の役割】

朝食は、一日のパワーの源です。朝食を食べずにいると、体温や脳の温度が上がらないので、ボーッとしたり、あくびがでたりします。

人間の脳は、順調に働くためのエネルギー（ブドウ糖）が必要です。

例えば、夕食を午後7時に食べて、次の日、炭水化物を含む朝食を食べないと、昼食までに17時間もあるので、脳にエネルギーが足りなくなり、イライラしたり、集中力がなくなったりすることが考えられます。

頭や体がぼんやりしたまま午前中が過ぎ、昼食を食べた後に元気が出てきて午後から夜間にかけてようやく体調が整い、夜更かしをする傾向にもつながります。早寝、早起きをして、毎日しっかり朝ごはんを食べましょう。



※日本型食生活

「伝統的な日本型の食生活」で食べられていたものは、「ごはん」を中心として、大豆、野菜、魚などをしょうゆ、みそ、だしを使って調理されたものでした。このような形態に畜産物や油脂類、果物の消費が増え、昭和50年頃には、お米を中心とした健康的で豊かな我が国独自の「日本型食生活」が実現しました。その後、日本型食生活は、欧米諸国の食生活と比較して国際的に評価され、日本でも見直されています。

④思春期（高校生）の現状

調査時期；平成22年 7 月

対象；滑川高等学校全校生徒（学校保健委員会が実施）

1）思春期の食生活

学校給食がなくなる高校生の時期は昼食の形態が変わり、食事内容や量、食事を摂る時間などが自由になるため、食生活の乱れが出始めるようになります。

「毎日 3 食食事を摂っている」生徒は75.5%であり、「毎日朝食を摂っている」生徒は79.6%となっています。

「朝食は食べない」生徒は7.0%であり、小・中学生対象の結果より朝食欠食率が増加しています。

朝食を摂らない理由としては、「食欲がない」「時間がない」が30.0%を占め、「用意されていない」が女子で8.0%、男子で4.0%となっています。

「朝食を自分で準備することができますか」の問いに「簡単なものを作れる」生徒は40.0%で、「バランスを考えて作れる」生徒は6.0%となっています。

朝食の食事内容では「主食とおかず（主菜か副菜）」の生徒が57.6%となっており、その内「ごはんが主食」が58.8%となっています。

また、「毎日朝食が準備されている」生徒は全体の61.4%で、「自分で準備している」生徒は女子で14.6%、男子で8.8%となっています。

日頃の生活の様子として、「起床から登校までの時間に余裕がない」が23.1%、「好き嫌いや偏食が多い」が32.8%、「休日は3食摂らない」「食欲がない」など、この時期に多い食習慣や生活リズムの崩れが現れています。

高校生の時期は、次のライフステージにおいて就職や進学などで親元を離れる機会が多くなり、食生活を含め自分の生活を自分自身で選択したり、責任をもち、自律して過ごしたりしていかなければならない時期を控えています。

次のライフステージを元気に健康で活動的に過ごせるよう、自律した食生活の実践につなげるための食育啓発を継続していくことが重要です。

思春期（高校生）の課題

- 1 自分自身で意識し、規則正しい生活を送るよう心がける。
- 2 バランスのとれた食事を毎日きちんと摂る習慣を定着する。
- 3 食品選択や調理の基礎を身につける。

⑤青年期の現状

1) 青年期の食生活

調査時期；平成22年6月

対象；富山医療福祉専門学校学生

※一部平成22年9月実施職域アンケートより

調査対象者の86.5%が20歳代を占めたこの調査結果からは、「朝食を必ず毎日食べる人」が64.9%、「週に何日か食べない日がある人」が21.6%、「食べない人」が13.5%と朝食の欠食率が高くなっています。

朝食の食事内容では「主食とおかず（主菜か副菜）」が37.8%、「主食はごはんが多い人」が64.9%となっています。高校生よりやや米を主食にする割合が高いものの、日本型食生活の基本である「米食」離れが見られます。

また、職域でのアンケート結果からは、20歳代の女性が夕食を毎日食べる割合が一番低く76.0%となっています。食べない理由として、「準備ができていない」「食べる時間がない」「ダイエット」「食欲がない」の順となっています。「自分の食生活に問題が多いと思っている人」も20

歳代女性の76.0%を占めています。

この時期の女性は、これから子どもを産み育てるという大事なステージであるので、正しい食生活を実践し、健康な母体づくりを心がけ、健やかな子どもの出生へつなげることが必要です。

また、青年期では「自分にあった適量摂取が出来ていると思う人」は「思う」「だいたい思う」をあわせて64.9%となっています。

「食育に関心がある人」は78.4%と高いが、「自分なりに取り組めていると思う人」は44.2%に留まっています。

食育に関心をもっている人が多い実態からそのニーズに応えていくような事業を展開し、今後も継続して食育推進につなげていく必要があります。

青年期の課題

- 1 栄養バランスを理解し、食習慣からの体調管理ができるようにする。
- 2 生活習慣病を予防する知識を得る。
- 3 自らの健康の維持増進と将来親となり子どもを育てる準備期としてもバランスのとれた日本型食生活に親しみ、正しい食生活を実践する。

食育ひとくちメモ 「自分の体格を正しく知ましょう」

肥満度を見るときにBMIで判定する方法があります。

女性は、現実の体格が「普通」でも「肥満」と思っている傾向があります。
無理なダイエットは、鉄分、カルシウムなどの不足を招き、貧血や骨粗しょう症を引き起こす危険性があります。

また、これから妊娠・出産期を迎える若い女性は、健康な母体づくりのためにも、過度の「やせすぎ」に注意することが重要です。

肥満度をチェックして見ましょう

BMIの求め方

$$\text{BMI} = \text{体重 (kg)} \div \text{身長 (m)} \div \text{身長}$$

判定	25.0以上	→	肥満
	18.5～25.0未満	→	正常域
	18.5未満	→	やせ



⑥壮年期の現状

1) 成人女性の食生活

調査時期：平成22年8月

対象：レディース検診受診者

この調査対象者は、30歳代が30%と一番多く、「朝食を必ず毎日食べる人」は84.8%、朝食欠食率は15.2%となっています。

朝食を食べない理由としては「食べる時間がない」が52.0%、「食べたくない」が18.0%、「習慣だから」が18.0%となっています。

朝食を食べない理由を「習慣だから」とする傾向は、平成21年度国民健康・栄養調査でも同様の結果が出ています。国の調査では、習慣的に朝食をほとんど食べない人のうち、その習慣が「小学校」または、「中学・高校」の頃から始まった人が男性32.7%、女性で25.0%という実態でした。

このことから成人期での正しい食生活を実践できるようにするためには、子どもの頃から食育を通じて、正しい食習慣を身につけることが重要となってきます。乳幼児期、学齢期、思春期の一環した食育実践活動の充実が必要であるといえます。

2) 壮年期の食生活

調査時期：平成22年9月

対象：市内5事業所従業員

就労年代を対象にしたアンケートでは、全体では「毎日朝食を食べる人」は77.0%で、女性の方が男性より朝食を食べている割合が高くなっています。

年代別では、年齢が上がるに従い朝食を食べている割合が高くなっています。朝食を食べない理由としては「食べる時間がない」が最も多く、次いで「食べない習慣」「食欲がない」「準備ができていない」の順になっています。

また、普段の食生活では「食事時間が不規則である」や「野菜が不足している」「栄養バランスが悪い」など自分自身で食生活に何らかの問題を意識している人が多くなっています。

3) 壮年期の身体状況

現在の健康状態をどう感じているかについて、「どちらかといえば健康である」が55.5%と最も高く、次いで「健康である」が23.8%、「どちらかといえば健康でない」が16.2%、「健康ではない」が3.8%となっています。

BMI からの肥満者の割合は「肥満」が8.4%、「正常」が71.9%、「やせ」が17.0%となっています。男性では40歳代及び50歳代で肥満者の割合がそれぞれ25.4%、28.9%と高く、女性では20歳代や30歳代でやせの割合が28.0%、27.5%と高い状況です。

また、職場の健康診断の結果で糖尿病（予備軍含む）について注意を受けたことがある人は9.2%となっています。

自分にあった適切な食事について正しい知識を習得し、生活習慣病予防に努めた食生活を実践することが大切です。

4) 成人女性の食育に関する状況

調査時期：平成22年8月

対象：レディース検診受診者

「食育」という言葉も意味も知っている人は57.1%で、言葉は知っているが意味は知らない人は37.5%となっています。

また、「食育に関心がある人」は47.2%あり、内容としては「子どもに食への関心をもたせたい」「健康な生活を送るための食事」や「バランス食」などについて、健康づくりに対する意識をもっている人が多いことが伺えます。

壮年期の課題

- 1 自分の食事を振り返り、従来の日本型食生活を中心に生活習慣病の予防に努めた食事を実践する。
- 2 家族や友人との食事を楽しむ。
- 3 必要な健康情報から正しい情報を取り入れ、適切な選択や判断ができる力を養い、食生活からの健康維持増進に役立てる。

食育ひとくちメモ 【メタボリックシンドローム】

メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）とは、内臓に蓄積した脂肪（内臓脂肪）による肥満の人が、高血圧、高脂血症、糖尿病などの生活習慣病になる危険因子を併せ持っている状態のことです。

診断基準

必須項目 腹囲 男性：85 cm以上

女性：90 cm以上

＊血中脂質、血圧、血糖の3項目に2つ以上異常値がある場合をいいます。
(1つのみに該当する場合は予備群とされています。)



⑦高齢期の現状

1) 高齢期の食生活

調査時期：平成22年10月

対象：シルバー料理教室参加者

この調査対象者は、70歳代が77.4%と一番多く、「朝食を必ず毎日食べる人」は93.5%、「時々朝食を食べない」という欠食率は6.5%となっています。

朝食の食事内容では、「主食とおかず（主菜か副菜）、汁物」が64.6%で「主食はごはんが多い人」が80.6%となっています。

年齢が高くなるにつれて食事をきちんと摂り、主食も米食の割合が高く、従来の日本型食生活を実践している人が多いことがわかります。

「自分にあった適量摂取が出来ていると思う人」は「思う」「だいたい思

う」をあわせると93.5%と大変高くなっています。

また、食育に関心がある人も90.3%と大変高く、「自分なりに食育に取り組んでいると思う人」も「思う」「少し思う」をあわせて96.8%という結果でした。高齢期の方は健康について真剣に考え、健康づくりの第一に食生活を挙げ、積極的に取り組んでいる実態となっています。

健康な高齢期を過ごすためには自分にあった食事内容や量により、一日3食の食事を規則正しく摂る食生活が何よりも重要です。

近年、増加している要介護者を少しでも減少させ、介護予防の視点からも高齢期に即した内容の食育事業を通じて普及啓発を行い、「元気で長生き」につなげることが望まれます。

高齢期の課題

- 1 自分にあった食事内容や量を意識した食事を実践する。
- 2 高齢になっても元気で長生きするために、食べることの楽しさを大切にする。

(2) 学校給食の状況

学校給食は、栄養バランスのとれた豊かな食事を子どもに提供することにより、子どもの健康の保持増進、体位の向上を図っています。また、給食の献立は、食に関する指導を効果的に進めるために給食の時間はもとより、各教科や特別活動、総合的な学習の時間等において生きた教材として活用することができるものであり、大きな教育的意義をもっています。

1 地場産物活用の推進について

地場産物を学校給食に積極的に活用し、食に関する指導の教材として用いることにより、次のような効果が期待されます。

- (1) 子どもがより身近に地域の自然、食文化、産業等についての理解を深めることができる。
- (2) 食料の生産、流通等にあたる人々の努力をより身近に理解することができる。
- (3) 地場産品の生産者や生産過程等を理解することにより、食べ物への感謝の気持ちをいだくことができる。
- (4) 顔が見え、話ができる生産者等から、新鮮で安全な食材を確保することができる。
- (5) 生産者等が学校給食をはじめとする学校教育に対する理解が深まり、学校と地域との連携・協力関係を構築することができる。

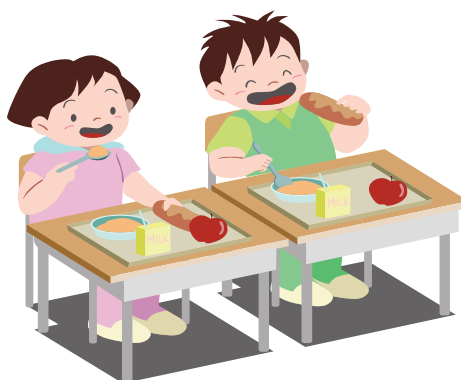
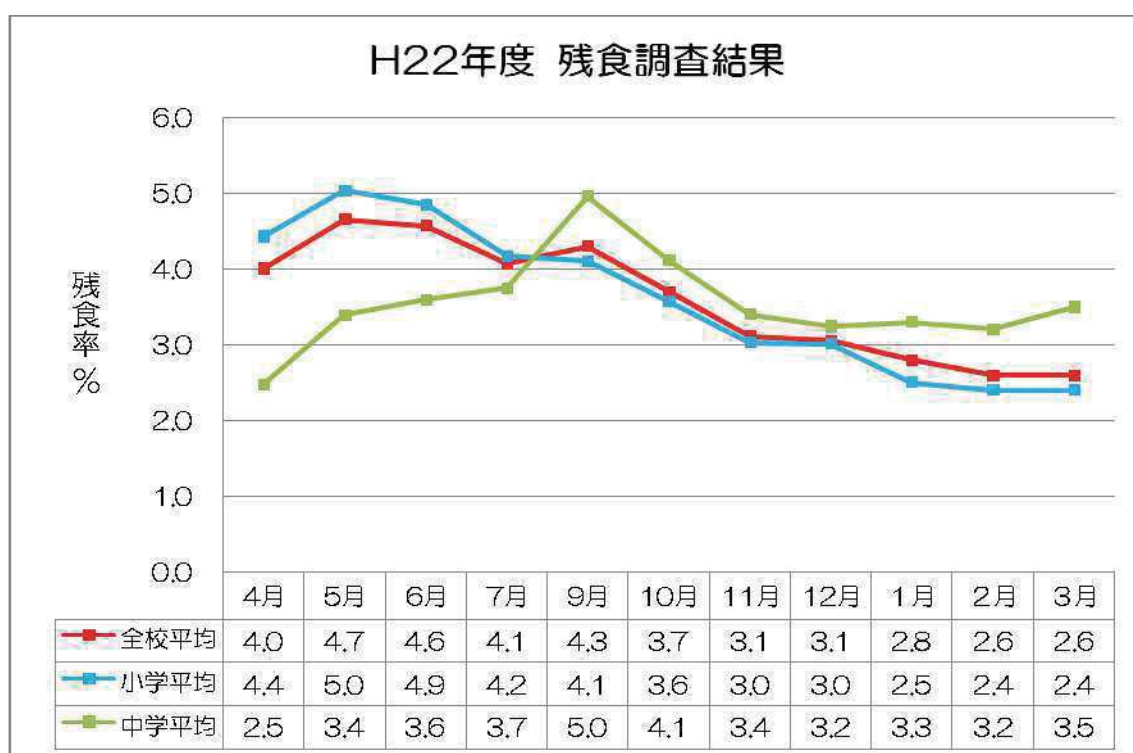


※ 地場産物は、滑川産の野菜と果物とし、重量比で算出している。

2 残食率の改善について

学校給食は、成長期にある児童生徒の心身の健全な発達のため、栄養バランスのとれた豊かな食事を通して、望ましい食習慣の形成を促す役割があります。献立作成にあたっては、魅力あるおいしい給食となるよう、常に食品の組み合わせや調理法等の改善を図るとともに、児童生徒の嗜好の偏りをなくするように配慮しています。

残食調査の結果をもとに、食事に対する関心を高め、日常生活や将来の食事作りにつなげることができるように、給食時間の指導に活用していきます。



(3) 農業関係（地産地消等）の取り組みの現状と課題について

1) 滑川産野菜等の生産力向上と商品・購買体制の整備

現在、滑川市内には、8か所で朝市が開設され、農業生産者が安全安心で、新鮮な滑川産野菜等を販売しており、年々利用者が増え、売り上げが増加しています。

一方、朝市の利用状況について市民の方々へアンケートを実施したところ、幼い子をもつ若いお母さんの利用率が低く、「朝市の場所がわからない」「育児や家事に忙しく、時間がないので朝市を利用できない」といった回答が多くみられました。これらの結果より朝市について、パンフレット等でさらにPRを図ること、スーパー等でも滑川産野菜が手に入るよう滑川産野菜コーナーの設置など、新たな検討が必要と考えられます。

また、野菜生産者は高齢化が著しく、将来にわたり継続的に生産するためには、営農組織の強化や人材育成が急務となっています。

2) 子どもを中心にした農作業体験の増加

本市では、食に関する考え方が形成される子どもの時期を重要視し、子どもと地域住民が一緒に一連の農業作業を体験し、地元食材への関心と理解を深める機会を提供しています。

子どもをもつ親を対象に「教育ファーム」についてアンケートを実施したところ、多くの保護者から「教育ファームへ機会があればぜひ参加したい」との回答を得ました。今後は、さらに市民農園の開設等を検討し、親子で、祖父母と孫で農作業を体験し、自然と向き合い、栽培や収穫する楽しさを提供する機会を増やしていく必要があります。

3) 郷土料理の伝承

滑川の豊かな土壌で育った野菜や富山湾の新鮮な魚介類を活かした数々の郷土料理が生まれています。滑川の食文化守るために、次世代へ郷土料理を伝承することは重要であり、食の匠(伝承人)の認定や、子どもを中心とした郷土料理教室を開催する取り組みが必要となっています。

＊滑川市内の農産物直売所（平成 23 年 3 月現在）

主な出荷団体	開催場所		開催期間および時間など
	地区	場所	
みずまる市運営組織委員会	中川原	道の駅ウェーブパーク滑川	5 月第 2～11 月末 第 2・4 日曜 14:00～17:00
緑の駅滑川推進協議会	金屋	富山クボタ新川営業所内	4 月～12 月 火、土曜 8:30～11:00
滑川市農村女性グループ 連絡研究会	中川原	JA アルプス旧有磯海支店裏	5 月中～12 月中 土曜 8:00～9:00
	大浦	県道古鹿熊・滑川線沿い	6 月～12 月中 日曜 10:00～12:00
	田林	県道滑川・自然公園線沿い	4 月下旬～12 月中 水曜・土曜 9:30～15:00
	吾妻町	長谷川タイヤ前	5 月下旬～12 月中 水曜 6:00～7:00
	緑町	領家町 7 番地 4	5 月下旬～12 月中 水曜 8:00～9:00
滑川ひかる市	上島	JA アルプス旧西加積支店横	4 月第 2～12 月 水曜・土曜 8:00～10:00

＊とやま食材ふれあい事業

地域の方の指導を受けながら、農作物の植え付けや収穫の体験とその収穫物の調理を通じての食育事業です。

平成 22 年度は早月中学校で実施しました。

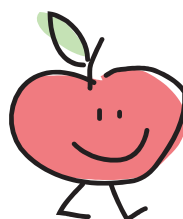


食育ひとくちメモ 【直売所・インショップを利用しよう】

地域で収穫したものをその地域で消費する「地産地消」の取り組みは、①消費者は、とれたての野菜など新鮮な農産物が買える②生産者は、消費者のニーズがみえやすく、それに対応した生産ができるなどの利点があります。

その代表的な取り組みが直売所やインショップなどです。

「インショップ」とは、食品スーパー等の店内に設置され、生産者が価格などを設定した青果物を販売する常設コーナーです。こうした直売所やインショップの店舗数や販売額は近年増加傾向にあり、消費者から大変喜ばれています。



食育ひとくちメモ 【“もったいない”の語源は？】

“もったいない”は、勿体（もったい）の「重々しさ」「威厳さ」などの意味から、「妥当でない」といった意味で用いられていましたが、それが転じて「自分には不相応である」という意味になり、「ありがたい」「粗末に扱われて惜しい」など現在の意味にまで広がっていきました。

ノーベル平和賞を受賞したケニアのワンガリ・マータイ前・環境副大臣は、2005年に来日した際に、日本人の「もったいない」という考え方こそ、環境問題を考えるにふさわしい精神であると感銘し、国連の閣僚級会合で日本語の「もったいない」を環境保護の合言葉として紹介したことが知られています。マータイさんは、他の言語で「もったいない」に該当するような言葉を探しましたが、「もったいない」のように物に対する敬意や愛などが込められた言葉がないことから、「MOTTAINAI」を世界共通の言葉として広めています。

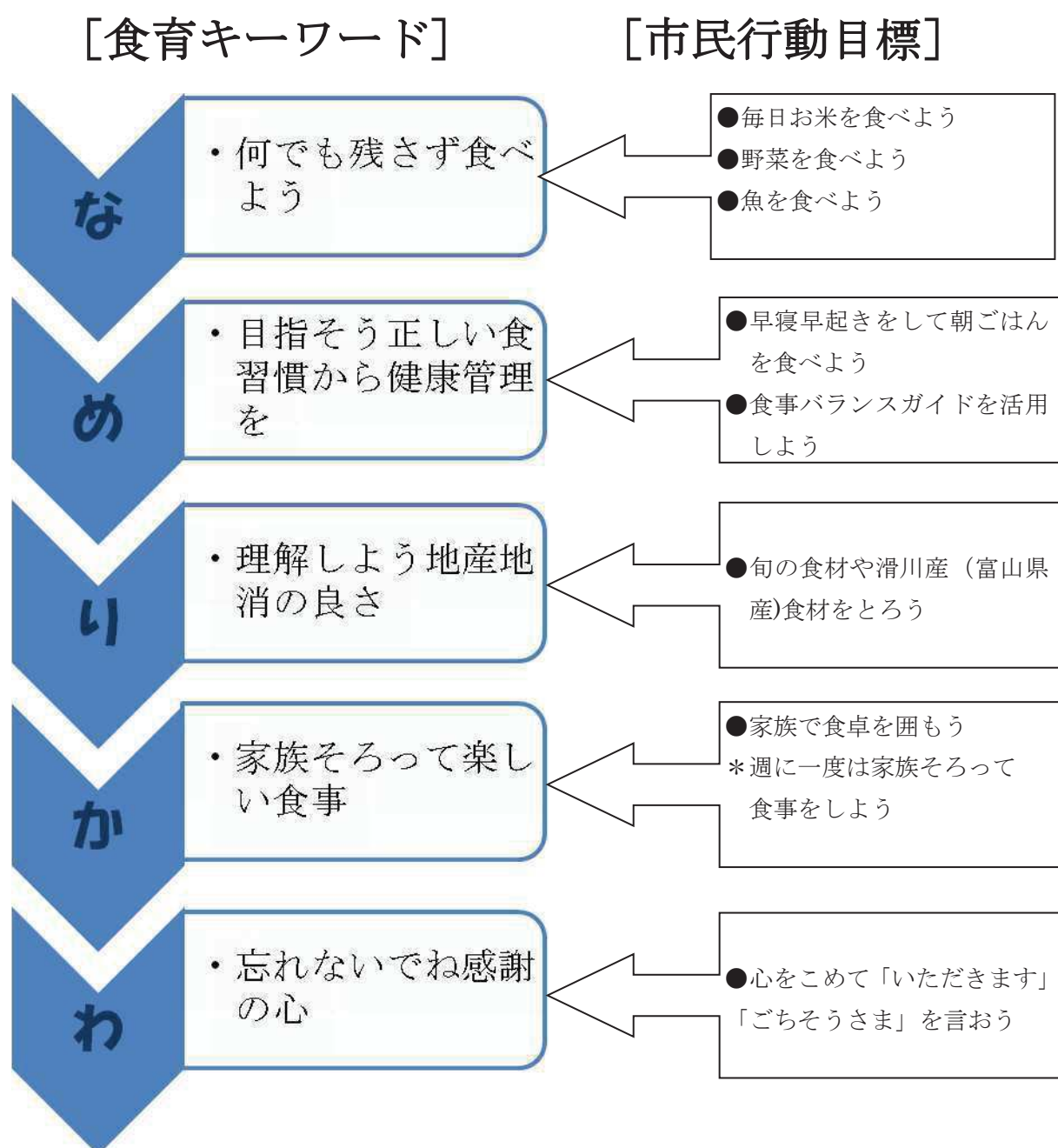
“もったいない”の言葉を意識し、食に関する感謝の念を持ち、食べ物を大事にしましょう。

「平成18年度発行 富山県食育推進計画より」

第3章 計画の基本的な考え方と方向性

1 食育キーワード「なめりかわ」と市民行動目標

食育を推進していくためには、市民一人ひとりの行動がとても大切です。市民が食育について理解しやすく、実践できるよう食育キーワードと市民行動目標を掲げます。



食育ひとくちメモ [食事バランスガイド]

* 食事バランスガイドはなぜ作られたのでしょうか？

生活習慣病予防を中心とした健康づくりを推進するため、野菜の摂取不足、食塩・脂肪のとり過ぎ等の食生活上の問題、男性を中心とした肥満者の急速な増加などに対し、より多くの人々に栄養・食生活についての関心や必要な知識を身につけてもらい、食生活上の課題解決や肥満の改善に結びつけてもらうことが必要になってきました。また、食生活に関する情報が社会に氾濫する一方、人々の価値観が多様化し、忙しい生活を送る中で毎日の食事が大切であることすら忘れがちとなってきています。こうした現状に警鐘をならすため、食育基本法（平成17年法律第63号）が成立し、国は、「食」に関する施策の強化・充実に推進しています。

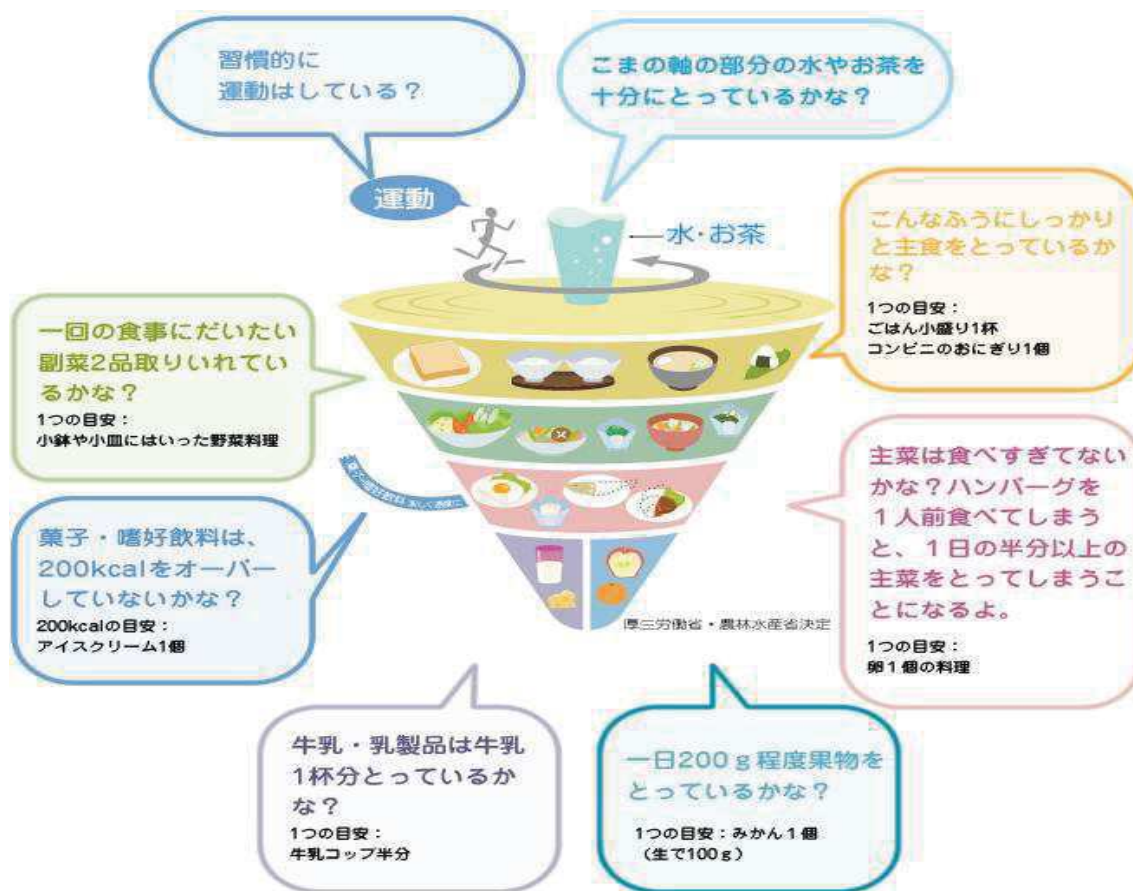
厚生労働省及び農林水産省では、正しい食生活の実践に向け、「何を」「どれだけ」食べたらよいか、という「食事」の基本を身につけるガイドとして、望ましい食事のとり方やおよその量をわかりやすくイラストで示したものを策定することになりました。「食事バランスガイド」は、誰もが親しみやすいものになることを目指して策定したもので、一人ひとりが自分自身または家族の食生活を見直すきっかけになるものとして、より多くの方々に活用されることが重要です。

そして、「バランスのとれた食生活の実現」が図られ、国民の健康づくり、生活習慣病の予防、食料自給率の向上に寄与することが期待されます。

「平成17年7月 フードガイド(仮称)検討会報告書」より 抜粋・一部改変



食事バランスガイド



- ① 主食 ② 副菜 ③ 主菜
④ 牛乳・乳製品 ⑤ 果物 の
5つのグループの料理を組み合わせて、望ましい食事のとり方やおおよその量をイラストで示しています。

2 滑川市生涯いきいき食育推進計画体系図

食育キーワードは

なめりかわ

基本理念

《食》は生きる根源・生きる力を身につける食育推進

- ①生涯にわたる健全な食生活の実現
- ②自然の恩恵や人々の活動に対する感謝の念の醸成
- ③地域の特性に応じた食育推進活動の実施
- ④子どもたちに対する食への積極的な取り組み
- ⑤食に対する様々な体験活動の実践
- ⑥日本の食文化や地域性を生かした食生活への配慮と地産地消の推進
- ⑦食の安全性に関する情報提供

市民：協働

★市民行動目標（めざす食育）★

な

何でも残さず
食べよう

- ★毎日お米を食べよう
- ★魚を食べよう
- ★野菜を食べよう

め

めざそう正しい
食習慣から健康管理を

- ★早寝早起きをして
朝ごはんを食べよう
- ★食事バランスガイドを
活用しよう

り

理解しよう
地産地消の良さ

- ★旬の食材や滑川産
（富山県産）をとろう

か

家族そろって
楽しい食事

- ★家族で食卓を囲もう
- ※週に1度は家族
そろって食事をしよう

わ

忘れないでね
感謝の心

- ★心をこめて
「いただきます」
「ごちそうさま」を
言おう

地産地消

行政：市民を支援

3つの推進目標

- ①元気な子どもの育成
- ②健康で長生きできる人生
- ③地域の活性化

基本方針7つの施策

- ①家庭における食育の推進
- ②保育所、幼稚園、学校等における食育の推進
- ③地域、職域等における食育の推進
- ④生産者と消費者との交流の促進
- ⑤地産地消の推進
- ⑥食文化の継承のための支援
- ⑦食育の推進に関する普及啓発

3 施策の基本方針

基本理念や市民行動目標の実現のため、今後の施策の基本方針を示し、食育を推進します。

【基本方針】

1) 家庭における食育の推進 ～正しい食習慣の確立～

子どもたちに自ら体験できる料理教室や食を楽しむ機会を提供することで子どもたちが食育に対する関心や理解を深め、家庭においても親子で実践できるよう必要な事業を行います。また、妊産婦や乳幼児の発達段階に応じた栄養指導を行うとともに、栄養に関する情報の提供により正しい食習慣の確立がなされるよう必要な事業を行います。

壮年期、高齢期の方々に対しては、健康で長生きできるよう、年齢に応じた栄養指導や生活習慣病を予防するための料理教室を通じ、家庭において正しい食習慣が実践されるよう必要な事業を行います。

また、病後の人やその家族に対して、再発や二次障害を予防するため、病態に応じた食生活が家庭で行えるよう個別相談等を通じ支援します。

2) 保育所、幼稚園、学校等における食育の推進

～指導体制・指導内容の充実や体験活動の実施～

保育所、幼稚園、学校等における効果的な食育の推進を図るため、食育に関する指導体制や指導内容を充実します。

また、教育の一環として、食料の生産から消費に至るまでの様々な体験活動を積極的に行い、小学校、中学校の各教科で食育を学べるよう支援します。

3) 地域・職域等における食育の推進

～ボランティアの養成と育成、関係機関との連携による食育の普及啓発活動の促進～

地域や職場において食生活の改善を促進し、生活習慣病を予防して健康を増進するため、食育の知識を有するボランティアの養成や育成を行い、関係機関との連携による食育の普及啓発活動の推進がなされるよう事業を展開します。

4) 生産者と消費者との交流の促進

～生産者と消費者との交流の促進や調和のとれた食料の生産・消費の促進～

生産者と消費者との交流の促進により、両者の信頼関係が構築するよう支援し、消費者が生産者に対する感謝の念や理解を深めつつ、調和のとれた食料の生産や消費が行われるよう事業を行います。

5) 地産地消の推進

～市内で生産された農林水産物の学校給食における利用の促進～

市内で生産された安全かつ安心な農林水産物が学校給食に利用されるよう促進するとともに、市民にも積極的に消費されるよう農林水産物の生産力向上を図る事業を行います。

6) 食文化の継承のための支援

～伝統的な食文化の継承～

地域の特色ある伝統的な食文化の伝承を推進し、これらの食文化が引き継がれるよう関係機関・関係団体と連携して事業を推進します。

7) 食育の推進に関する普及啓発

～関係者相互の意見交換等による食育の普及啓発～

市は、効果的な食育の推進を図るため、関係者相互の意見交換等により、食育の普及啓発に努めます。



食育ひとくちメモ [富山県・滑川市の郷土料理]

富山県には、海・野・山の変化に富んだ自然環境から生み出された多彩な食材と、長年にわたって育まれてきた伝統の味があります。

なかでも消費量日本一を誇る昆布は、県内全域で「昆布じめ」「昆布巻き」など、昆布にまつわる郷土料理が数多く育まれています。

地域別にみると、米どころの富山平野では、「ごんだもち」「かいもち」「ながまし」などの様々な餅料理が特徴的です。

また、砺波平野では、米粉などで作る「だご」、野菜の「よごし」「さといもの田楽」などが、氷見周辺では「ぶり大根」などが特徴的です。

滑川市では、特産のホタルイカを材料にした料理がたくさんあります。

地域の特産品を使った料理に市民みんなで親しみ、大切に伝えていきましょう。

ホタルイカのメニュー① [酢味噌和え]

材 料 (4人分)	
ホタルイカ	20匹
わけぎ	1束
生わかめ	40g
(酢味噌)	
味噌	大さじ1と1/2
砂糖	大さじ1
酢	大さじ2
練り辛子	小さじ1

作り方

- ①ホタルイカはサッとゆで、ざるに上げて冷まし、目を除く。
- ②わけぎはサッと熱湯に通し水にとり、水切りしたあと、3～4cm長さに切る。
- ③ホタルイカとわけぎを酢味噌で和える。

1人分当たりの栄養量

エネルギー	87kcal
たんぱく質	6.7g
脂質	3.0g
炭水化物	8.6g
塩分	1.2g



平成21年度富山県食育推進会議事務局作成 富山型食生活総合メニュー集より

食育ひとくちメモ [滑川市の郷土料理]

ホタルイカのメニュー② [ホタルイカの佃煮]

ホタルイカを家庭で味わう場合は、まず塩ゆでがおすすめです。
食品スーパーなどでは、塩ゆでされたホタルイカが販売されているので、これを使ってもよいです。佃煮は保存がきくので、ホタルイカの味わいを長く楽しめます。ホタルイカの内臓が隠し味となって、濃厚な味わいとなります。

材 料 (4人分)

ホタルイカ	100g
長ねぎ	少々
塩	大さじ2
(A)	
しょうゆ	100g
みりん	100g
砂糖	10g

作り方

- ① 沸騰したお湯 500 ミリリットルに塩を入れて、ホタルイカを手早く茹で、目玉をとる。
- ② 鍋に(A)を煮立て、茹でたホタルイカを入れる。
- ③ 弱火で煮汁がなくなるまで煮詰める。
- ④ 千切りにした長ねぎを添える。

1人分当たりの栄養量

エネルギー	112kcal
たんぱく質	5.0g
脂質	0.9g
炭水化物	16.7g
塩分	3.8g



平成21年度富山県食育推進会議事務局作成 富山型食生活総合メニュー集より

4 施策を推進するための指標

施策を推進していくにあたり、成果や達成度を指標により把握できるよう目標値を設定します。現状値は、現在把握している直近実績値とし、平成27年度の目標値は、国や県の目標値を参考に設定しており、滑川市独自の指標については関係課の意向や関係計画と整合性を図り設定しています。

	項目	現状値（直近実績値）	平成 27 年度目標値
元気な子どもの育成（早寝・早起き・朝ごはん）	朝食を欠食する子どもの割合 ・幼児、小学校2年生・5年生 ・中学校2年生	幼児 欠食率 1. 5 % 小学校2年 “ 1. 2 % 小学校5年 “ 1. 9 % 中学校2年 “ 2. 1 %	限りなく0%に近づける
	学校給食の残食率	小学校 残食率 2. 4 % 中学校 “ 3. 5 %	小学校 残食率 2 % 中学校 “ 2 %
	栄養教諭の食育指導時間	栄養教諭(1名)指導時間 平成22年度実施授業時間 27 時間	栄養教諭が関わる指導時間 栄養教諭2名で年間60時間
	幼稚園・保育所での食育教室の開催回数	開催回数 45回 1,967人参加	開催回数 60回 2,600人参加
	小学生を対象にした料理教室	食でゲンキッズ開催回数 2回	体験型食育教室開催回数 15回 参加人数 500人
	体験型食育教室	校区単位での食育教室開催回数 3回 参加人数 90人	
健康で長生きできる人生（食生活の改善）	「食育」に関心がある市民の割合	青年期 35. 2 % 壮年期 47. 2 % 高齢期 67. 7 %	全ライフステージ 70%以上
	メタボリックシンドロームの該当者割合	男性 31. 7 % 女性 13. 2 %	H22年該当者数より10%減少
	食生活改善推進員の養成と育成	平成22年度会員数 138人	平成27年度会員総数 150人
	食育サポーターの養成と育成	平成22年度養成数 19人	平成27年度養成者総数 80人
	家庭で食育実践する人の増加	自分なりに食育実践していると思う人 青年期 44. 2 % 壮年期 51. 6 % 高齢期 96. 8 %	自分なりに食育実践していると思う人 青年期 60%以上 壮年期 60%以上 高齢期 100%に近づける
	自分にあった適量摂取を実践する人の増加	自分にあった適量摂取が実践できている人 青年期 64. 9 % 壮年期 46. 7 % 高齢期 93. 5 %	自分にあった適量摂取が実践できている人 青年期 70%以上 壮年期 60%以上 高齢期 100%に近づける
地域の活性化（地産地消の推進）	学校給食地産食材使用率の向上	富山県産 18. 7 % (うち滑川産 10. 9 %)	富山県産 40. 0 % (うち滑川産 30. 0 %)
	生産者への支援	野菜づくり講習会 2回	野菜づくり講習会 4回
	地産地消協力店制度	地産地消ステッカー表示店 0店	地産地消ステッカー表示店 5店
	地産農産物販売店（量）の増加	市内農産物直売所 8か所	スーパーでの直売所含み10か所
	水産物利用促進啓発事業の増加	魚のさばき方教室・つかみ取り等 体験事業 3回	魚のさばき方教室・つかみ取り等 体験事業 6回
	郷土料理の伝承強化	食生活改善推進員開催分 13回	食生活改善推進員開催分 農林課関係分 計18回

5 食育推進関係者の役割

食育を効果的に推進していく上で、市民、関係者及び行政の役割はとても重要になります。それぞれの役割を示し、食育を推進していきます。

1) 市民の役割

食育の主役は、市民です。子どもから高齢者まで、健康な人も疾病を持つ人も障がいのある人も、すべての市民が食に対する関心を深め、市民一人ひとりが、それぞれの状況に応じた食育活動を実践することが大切です。

また、地域・家庭においては、食卓づくりを女性だけに任せるのではなく、男性や子どもたちが積極的に参加し、「自分で食材を選び調理できる能力」「家族が食卓を囲んだ楽しい食事」「主食、主菜、副菜の揃った食事の普及」「食べ残しや廃棄の減少」「いただきます、ごちそうさまのあいさつによる食事への感謝」「食事マナーの習得」などの食育活動に積極的に取り組み、体の健康だけでなく心の健康や社会性の発達も促すことが求められます。

2) 地域の役割

児童クラブ・町内会・ボランティア団体・関係団体等が、学校・行政と連携して食育の普及啓発に努めます。

3) 保育所、幼稚園、学校等の役割

保育所、幼稚園、学校等の関係者は、生涯の食習慣の基礎をつくる重要な時期を支えるため、家庭、地域、行政、給食関係者、農産物等の生産者、流通・加工業者など多くの関係者と連携し、さまざまな機会をとらえ、食育を総合的に推進する必要があります。

食育を通じた精神や社会性の発達にも考慮し、望ましい食習慣、食に関する知識の習得、給食や体験活動を通じ、食への興味や理解の促進を図ることで、子どもをはじめ地域・家庭への食育効果が期待されます。

学校給食においては、給食を通じた食育指導を充実させ、児童・生徒に食の大切さを伝えます。また、食育とあわせ小児期や若年からの生活習慣病予防対策の強化を図ります。

4) 農林漁業者等の役割

農林漁業者及び関係団体は、地産地消の実現のため、地元の食材を活かした料理や旬の素材が家庭や学校などに積極的に取り入れられるよう、関係団体と連携し推進することが期待されます。

また、農漁業体験活動を通じ、自然の恩恵と食に関わる人々の活動の重要性を広く市民に周知すること、「農」のもつ自然環境の保全、景観の創出、人間性の再生、伝統文化の伝承等の側面を伝えることも期待されます。

5) 食品関連事業者等の役割

市民の食生活に一番身近な関係者でもある食品の製造、加工、流通、販売及び食事の提供を行う事業者及び関係団体は、市民が食品購入や外食などの機会における、食の安全性に関する情報の提供、生産者と消費者の距離を近づける努力、ヘルシーメニューの提供など、食育の推進に努めるとともに、市が実施する食育推進に関する施策や活動に協力することが期待されます。

6) 行政の役割

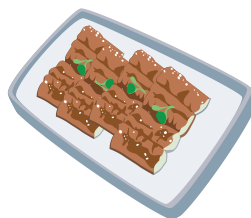
市は、「滑川市生涯いきいき食育推進計画」に基づき、食育を市民運動として推進するために必要な施策を展開するとともに、円滑な施策の推進を図るため、食育担当課を中心に庁内及び関係機関と連携を図り、食生活や健康づくりの基本である家庭をはじめ、教育関係者、農業漁業者、食品関連事業者、関係機関・団体、企業などにおける自主的な取り組みを支援します。

また、目標の達成状況を含め、その進捗状況を適切に把握し、広く市民にも明らかにするように努めます。

食育ひとくちメモ [魚を食べよう]

魚介類は、日本人にとって、古くから米などととも日本の食生活に欠かせない、大切な食料です。魚介類には、多くの栄養成分や機能成分が含まれていることから、魚食が見直されています。ビタミンやカルシウムなどの人の健康に必要な栄養成分や、不飽和脂肪酸の一種であるDHA（ドコサヘキサエン酸）やEPA（エイコサペンタエン酸）など人の健康に有益な機能成分が豊富に含まれています。

日々の食事の中に魚介類をバランスよく取り入れ、健康な食生活に役立てましょう。



滑川食材を利用したデコレーション弁当コンテスト 平成 22 年 10 月 24 日
早月中学校調理室で開催



デコレーション弁当コンテスト
中学校部門 最優秀賞の作品



デコレーション弁当コンテスト
小学校部門 最優秀賞の作品



あずま保育所年長児 そばの収穫体験
平成 22 年 10 月 26 日

第4章 具体的な取り組みの内容

1 食育の総合的な推進

健康で楽しく暮らしていくためには、子どもの段階から正しい食習慣を形成していくことが重要です。

また、成人や高齢者に至る段階においては、食生活を改善して生活習慣病を予防することが一層重要となるとともに、地域の伝統的な食文化を伝承するなど社会的な役割も期待されるようになります。

このように、それぞれのライフステージによって、食育として取り組む内容は変化していくものであり、食に関わる生活も子どもたちにとっては家庭や学校が中心となり、成人にとっては地域や職場が中心になることから、それぞれのライフステージや食に関わる各場面を通じて、食育を総合的に推進していきます。

1) 保育所、幼稚園における食育推進

保育所、幼稚園における「食」の体験の積み重ねは、子どもたちの健やかな心と体の発達に欠かせません。

「食を営む力」の育成に向けた「食育計画」を保育・教育計画に位置付け、充実した食育活動になるよう取り組みます。さらに、栽培や収穫、料理や片付け、買い物などの体験活動を実施します。

また、食に関わる産業や、地域の人々とのふれあいを通じて、食事のあいさつやマナーを身につけ、感謝の気持ちを育んでいきます。

市保育所給食担当栄養士や食生活改善推進員、食育サポーターが行う食育教室を通じ、規則正しい食事のリズムや自分の健康に必要な食品を知り、好きな食べ物をおいしく食べ、慣れない食べ物・嫌いな食べ物も食べることができるよう目指しています。

保育所・幼稚園での食事に関心をもってもらえるよう、給食だよりの発行や給食の展示を通じた情報提供により、保育所・幼稚園での食事の様子を伝えることで、家庭での食育の実践が広がっているようです。今後も食生活に関する相談等に応じ、家庭と連携・協力して食育の充実に努めていきます。

2) 学校における食育推進

学校における食育推進に関する指導については、家庭科や技術・家庭科、給食の時間における食に関する指導を中核として、体育・保健体育や特別活動等においても、各教科等の指導内容にあわせて適切に行うよう努めることが大切になります。そのために、小・中学校の9か年における教育活動全体を通して、子どもたちが食について計画的に学ぶことができるよう食に関する全体計画を作成し、指導体制を整備する必要があります。

本市では、平成19年度から市教育センターが中心になり、各小中学校の食育担当教諭で組織する「滑川市食育推進委員会」を設置し、市としての「食育教育推進年間計画」を小学校低学年・中学年・高学年及び中学校別に作成しました。平成20年度は、計画を基に各学校の実情に応じた「食に関する指導の全体計画」が作成され、平成21年度からその年間計画に基づいて、給食の時間、特別活動、各教科、道徳、総合的な学習の時間などの学校教育活動全体を通して食に関する指導の取り組みがなされています。

また、平成21年度から本市に栄養教諭が配置され、学校給食の充実や各学校の食に関する指導の充実に努めています。

3) 農業分野における食育推進

(1) 滑川産野菜等の生産・購買向上のための体制整備

朝市における利用率向上を図るため、パンフレット、ポスター、市のホームページにより、朝市の設置場所や開催日時を知らせ、安全安心で新鮮な滑川産野菜を広くPRします。また、朝市利用が時間的に難しい乳幼児をもつ若いお母さんも滑川産の野菜を手軽に購入できるよう、スーパーや量販店でのインショップ（直売所）の開設を支援します。

さらに、学校給食における滑川産野菜等の使用率向上を図るため、新たに若い世代の野菜生産者を増やし、また、多様な野菜作りの講習会を開催することにより、技術力の向上や滑川市学校給食野菜栽培推進事業補助金の活用による野菜生産者に対する支援を行います。

(2) 子どもを中心にした農作業体験の推進

学校、地域、行政が連携し、より多くの子どもたちが、地元農産物である米、野菜、果物等の一連の農作業を体験し、地元食材への関心と理解を深めるよう、農作業体験の提供に努めます。

また、教育ファームへの参加ニーズの高まりに対し、市民農園を開設し、

親子で、祖父母と孫で、家族ぐるみで楽しく農作業ができるよう農地の提供に努めます。

（３）郷土料理の伝承推進

長い歴史の中で受け継がれ、育まれた豊かな食文化を守るため、高齢者や地域の伝承人を講師に、古くから伝わる郷土料理を子どもたちに伝承されるよう、料理教室を開催します。

また、県の「とやま食の匠」制度等を活用し、優れた知恵、知識、技術を持った市民を伝承人として認定し、各種研修会や料理教室などを通して、優れた技術等の普及と後継者の育成を図ります。

４）水産分野における食育推進

魚介類には、多くの栄養成分が含まれています。また、富山湾はその特徴的な地形から豊富な水産資源に恵まれ、国内でも有数の漁場となっており、私たちは普段からその恩恵にあずかっているといえます。

しかし、水産物は調理に手間がかかることや匂い等から、特に若年層に敬遠されがちです。水産物を積極的に食べるよう、特に中高校生を対象とした魚介類の捌き方教室を開催します。

５）健康づくり（生活習慣病予防・介護予防）における食育推進

健康づくりには、毎日の食生活が大きく関係しているため、食と健康に関する正しい知識の普及や健全な食生活の実践を推進することが重要な取り組みとなります。

市では、市民一人ひとりが健全な食生活を実践できる力を養えるように情報の提供や栄養指導を充実し、健康の保持増進と豊かな人間形成を目指していきます。

特に、現代社会は日本型食生活の崩れから内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）や生活習慣病が増加しているため、地域・職域において正しい食生活の情報提供や意識啓発を行い、保健師・管理栄養士等からの指導を充実させます。

また、高齢者やその家族を対象に、介護予防の一環としてシルバー料理教室等を開催し、講義と調理実習を通じて、低栄養の予防やバランスのとれた食事に関する知識の普及を図ります。

食育ひとくちメモ 【栄養素について】

人の成長・生命の維持、正常な機能や活動のために食物を通じて外から取り入れる必要のある物質のことを「栄養素」といいます。

栄養素のうち、炭水化物、脂質、たんぱく質は3大栄養素といわれ、3大栄養素にビタミン、ミネラルを加えたものを5大栄養素といいます。

「炭水化物」は、米、パン、うどんなどの主食や砂糖などの主成分で、生きていく上で重要なエネルギー源になります。

「脂質」は、サラダ油などの食用油、バター、肉の脂身、マヨネーズなどの主成分で、炭水化物と同様にエネルギーを作り出す栄養素です。脂溶性ビタミンが含まれていますので、ビタミン摂取の観点からも重要です。3大栄養素の中で最もカロリーが高いため、摂り過ぎないように注意が必要です。

「たんぱく質」は、動物性食品では肉、魚介類、卵など植物性食品では大豆、豆製品などに多く含まれ、人体の組織である筋肉、内臓、骨、血液などをつくる主成分となります。

「ビタミン」は、水溶性ビタミン（ビタミンB群、C）と脂溶性ビタミン（ビタミンA、D、E、K）に分かれ、身体の発育や活動を正常にする働きがあり、体内では合成できないので、食物から摂らなければならない栄養素です。

「ミネラル」は、骨格や歯の原料となるカルシウム、リンなどや、身体の発達や新陳代謝に関係する鉄、ヨウ素など、また、さまざまな生体機能を調整する働きのカリウム、ナトリウムなどがあります。日本人はカルシウムや鉄などが不足しがちです。

一つの食品でこれらすべての栄養素を含むものはありませんので、さまざまな食品をバランスよく摂取することが重要です。



2 基本方針に沿った具体的な取り組み

1 家庭における食育の推進

～正しい食習慣の確立～

1) 家族全員でのバランスのとれた朝食

一日の活動のスタート源であるバランスのとれた朝食を家族全員で摂り、元気な毎日を過ごせるよう「家族みんな朝ごはん」を推進します。

子ども課 学務課 生涯学習スポーツ課 市民健康センター

2) 米を中心にした日本型食生活の推進

米の消費が減少し、脂質の過剰摂取や栄養バランスの偏りなどが問題視されています。市民一人ひとりの望ましい食習慣の実現のため、普及啓発や地区食育講座の開催などにより、日本型食生活を推進していきます。

子ども課 学務課 農林課 市民健康センター

3) 家庭の味や食文化の伝承

食卓における親子間、世代間におけるコミュニケーションや食文化の伝承などの重要性について、乳幼児期、学齢期の保護者を対象とした講座や、地域・職場などへの情報紙の配布などを通して普及啓発を行い、食卓を囲む機会の増加、充実を図ります。

子ども課 学務課 生涯学習スポーツ課 農林課 商工水産課 市民健康センター

4) 個人に応じた食生活支援

乳幼児から高齢者まで、離乳食や生活習慣病予防食、食事療法（病態栄養）、病後等の各対象に応じた食生活に関する個別相談を行い、市民の一人ひとりが各自に適した食生活が行えるように支援します。

市民健康センター

2 保育所、幼稚園、学校等における食育の推進

～指導体制・指導内容の充実や体験活動の実施～

1) 食育指導の拡充・均一化の促進

市内の保育所、幼稚園、学校における食育指導を徹底し、どの施設でも食育指導が展開され、食育の学びの機会が隅々まで行き届くように体制を整備します。

子ども課 学務課 農林課 商工水産課 市民健康センター

2) 栄養教諭による食に関する指導の充実

栄養教諭による食育指導が市内全小・中学校において計画的に実施されるよう調整を図ります。

学務課

3) 体験型食育教室の充実

食習慣の基礎が形成される幼児期に保育所、幼稚園等において、食育教室やキッズ料理教室など体験を通じた食育活動を実施し、食育指導の充実につなげます。

子ども課 学務課 農林課 商工水産課 市民健康センター

4) 教科や保育による食に関する知識の普及

学校では食べ物と健康との関わりや自然・社会との関係など、生きていく上で食が果たす重要性を学ぶことで、食に関する興味や関心を高めます。

また、食に関する年間指導計画を作成し、各教科や総合的な学習の時間、給食の時間等において、担任や栄養教諭は計画的に食育指導に当たります。

保育所、幼稚園等においても保育計画、幼稚園指導計画に食育に関する内容を盛り込み、計画的に食育を推進していきます。

子ども課 学務課

3 地域・職域等における食育の推進

～ボランティアの養成と育成、関係機関との連携による食育の普及啓発活動の促進～

1) 食育推進に関わる人材の養成・育成

食生活改善推進員やなめりかわ食育サポーターなどをはじめ、地域において食育を推進する食育リーダーの養成と育成を行います。

また、保育士、幼稚園教諭・学校教諭など、幼児、児童、生徒に関わる関係者に対して研修を行い、食育に関する知識の向上に努めます。

管理栄養士、栄養士、調理師など食に関わる専門的知識を有する人材を活用するため、食に関する研修会などを開催し、資質の向上を図ります。

子ども課 学務課 農林課 市民健康センター

2) 食事バランスガイドの活用促進

各ライフステージに応じた食事バランスについて正しく理解し、望ましい食生活を実践していけるように、「食事バランスガイド」の普及・啓発を図ります。

子ども課 学務課 農林課 市民健康センター

3) 食に関する知識の普及

栄養バランスや自分にあった食事の適量など、栄養・食生活に関する知識を身につけられるように、パンフレットの発行や各種イベント、地域・職域（事業所等）で行う出前講座やイベントなどを通じ、食に関するさまざまな情報を発信します。

子ども課 学務課 農林課 商工水産課 市民健康センター

4 生産者と消費者との交流の促進

～生産者と消費者との交流の促進や調和のとれた食料の生産・消費の促進～

1) 地場産品活用や体験活動の推進

地場産食材を生産する、調理する、食べるという体験から、地場産食材のよさを再認識してもらうため、親子などを対象に地場産食材を使った料理教室の開催を支援します。また、地場産品やそれを材料にした加工品の開発や販売を支援します。

農林課 商工水産課

2) 直売所・インショップへの支援

生産者の顔が見える安全で安心な地場産食材の生産、消費の促進を支援し、地場産食材をPRするとともに、さらなる消費拡大を図るため、直売所マップなどによる農水産物直売所の周知やスーパーなどでの地場産品コーナーの拡大に取り組みます。

農林課 商工水産課

5 地産地消の推進

～市内で生産された農林水産物の学校給食における利用の促進～

1) 学校給食での地場産品使用率拡大

生産者、流通業者、給食業務関係者、学校関係者、行政機関が連携し、地場産品の学校給食への使用拡大を図ります。

農林課 商工水産課

2) 学校給食野菜栽培推進事業の推進

学校給食食材の生産を促進する補助事業の推進により、滑川産野菜の積極的な供給を促し、学校給食における地場産品使用率を向上させます。

農林課

3) 農業(畜産)・漁業体験の推進

食を支える農業・漁業への理解を深めながら食への感謝の気持ちを育むため、農漁業者や関係機関・団体の協力を得て、保育所、幼稚園、学校における農林漁業畜産体験活動を推進します。

農水産物の生育状況などを実感・体験できるような市民対象の農漁業体験講座の開催や食体験を推進します。

農林課 商工水産課

6 食文化の継承のための支援

～伝統的な食文化の継承～

1) 食文化継承活動の推進

地域で育まれた郷土料理や行事食、地域ならではの食材など、地域の食文化を伝え引き継ぐため、高齢者や各種関係団体と協働して、料理教室開催や普及啓発を図ります。

また、給食には季節ごとに郷土料理や行事食を取り入れた内容とします。

子ども課 学務課 生涯学習スポーツ課 農林課 商工水産課 市民健康センター

7 食育の推進に関する普及啓発

～関係者相互の意見交換等による食育の普及啓発～

1) 食育関連組織の連携機能充実

滑川市食育推進会議をはじめ、食育関係機関及び関係者による組織を十分に機能させ、食育の推進が円滑に進むよう連携を強化します。

市民健康センター

2) 市民に対する食育活動への支援

市民が行う食育に関する勉強会、料理教室などの事業について、市は講師の派遣や資料提供などの支援を行います

また、市政講座の中に食育に関する講座を新設し、市民の積極的な食育活動の展開につながるよう努めます。

市民健康センター

食育ひとくちメモ 「噛むことの大切さ」

噛むことは単に食べ物を噛み砕くという目的だけでなく、たくさんの効用があります。

“ひみこの歯がよいぜ”という標語は、“よく噛むことが心身の発達や健康の維持に大切である”ことを表しています。

ひ	<u>肥満を防止する</u>
み	<u>味覚の発達を助ける</u>
こ	<u>言葉の発音をはっきりさせる</u>
の	<u>脳の発達を促す</u>
歯	<u>歯の病気を予防する</u>
が	<u>がんを予防する</u>
い	<u>胃の調子をよくする</u>
ー	
ぜ	<u>全力投球できる</u>



よく噛むためには「いい歯」と「いい歯ぐき」が必要です。

滑川市では、保育所や幼稚園で食育むし歯予防教室を積極的に行っています。子どもの頃から歯と歯ぐきの健康を守るために必要な「食」に関する正しい知識を身につけて、「いい歯」と「いい歯ぐき」でよく噛みましょう。

また、家族そろってゆっくり楽しく食事をとることに心がけ、よく噛むことを通じて、生涯をすこやかに過ごしましょう。

3 ライフステージにおける食育

滑川市生涯いきいき食育推進計画は、生涯をいきいきと過ごすために、各ライフステージに応じた食育事業を適切に実施していきます。事業の実施に際しては、各ライフステージごとの施策の基本方針と整合性を図りながら、担当課を明らかにして進めていきます。

また、行政、地域、職域、関係機関や団体が連携し、食育事業に進んで参加していただくとともに、市民の皆さんも、食育キーワード「なめりかわ」の市民行動目標や各ライフステージにおける指針を基に、毎日の生活の中で取り組んでいただきながら、食育を推進します。

ライフステージ別食生活指針と具体的な取り組み

①妊娠期・授乳期

近年、若い女性のやせ（痩身）志向が顕著となり、妊娠期にある女性においてもその傾向がみられるようになりました。妊婦の不適切な食事制限は、胎児の成長にも大きな影響を及ぼします。

この時期は、本人のみならず、子どもや家族の健康づくりにつながる食の大切さについて自覚し、食生活を見直すために重要な時期です。

元気な赤ちゃんを出産するために必要な食事内容や授乳期の栄養についての正しい知識や技術をより高められるような取り組みを推進していきます。

この時期の 食生活特性	・母体の健康と胎内での健全な子どもの成育のためにバランスのよい食生活に留意する重要な時期
食生活指針	・妊娠週数や授乳期に合わせて必要な栄養を適切にとりましょう

具体的な取り組み

[行政]

- ① 母子健康手帳交付時に、親の食生活が子どもの食生活に大きな影響があることを伝え、健全な食生活が送れるよう妊娠期の留意点を啓発します。
- ② プレママさんのすこやかセミナーでは、妊産婦のための食事バランスガ

イドを活用しての栄養の話や食生活に取り入れやすい内容での調理実習を実施します。

- ③ ママと赤ちゃんのふれ愛会では、母乳で育てる大切さや授乳期の食生活の指導を通じ、健やかな赤ちゃんの育成につなげるための正しい知識の普及に努めます。
- ④ 妊娠期の歯や歯肉などの口の健康管理に関する妊婦歯科健診を実施し、歯科衛生の面からも胎内の赤ちゃんの健やかな成長を支援し、元気な赤ちゃんの出産の一助とします。

事業名	施策の項目							担当課
	1 家庭における食育の推進	2 保育所、幼稚園、学校等における食育の推進	3 地域・職域等における食育の推進	4 生産者と消費者との交流の促進	5 地産地消の推進	6 食文化の継承のための支援	7 食育の推進に関する普及啓発	
母子手帳交付	○							健康センター
ママと赤ちゃんのふれ愛会	○							健康センター
プレママさんのすこやセミナー	○							健康センター
妊婦歯科健診事業	○							健康センター

※ ○印は、本計画の基本施策の該当項目を示しています。

②乳幼児期

この時期は、生涯のうちで最も成長が著しく、適正な栄養摂取がより必要とされる時期です。

また、健康的な食習慣の基本を確立するとともに、人間形成の基礎を培う重要な時期でもあります。食事のリズムや食事のマナーなどを身につけ、家族みんなで食事する楽しさを知ること、食への興味や関心が高まるような取り組みを推進していきます。

この時期の 食生活特性	・食べる楽しさを知り、食生活の基礎を身につけていく時期
食生活指針	・食事のリズムを身につけるとともに、食への興味や関心を広げましょう

具体的な取り組み

〔保育所、幼稚園〕

- ① 毎日の保育生活の中で早寝早起き朝ごはんをPRします。
- ② 給食だより等を通じ、保護者向けの食育啓発を図ります。
- ③ 食育むし歯予防教室を開催し、よく噛んで食べることや食事後の歯みがきなどを通じ、むし歯予防と偏食をしない元気な子どもになれるよう働きかけます。
- ④ それぞれの施設の食育計画を策定し、それに従って食育を進めます。
- ⑤ 食育教室や給食を通じ、食事のマナーや後片付け・感謝の気持ちなどを伝えるとともに、友だちと楽しく食べることにより食を楽しむ心を育てます。
- ⑥ 野菜の栽培や収穫を通じて身近に農と触れ合うことで、体験の中から食に関心をもつよう取り組みます。

〔行政〕

- ① 4か月健診離乳食講習会では、離乳食のモデルメニューを提示しながら離乳食の説明を行い、離乳期における健康な食習慣の基礎づくりと子どもの「食べる力」を育てるために、個々の子どもの成長や発達にあった離乳を支援します。
- ② すこやか子育て相談会では、子どもの成長に応じた食事の形態や食事内容などについて個別相談の機会をもうけ、子ども一人ひとりが健やかに成長できるよう支援します。
- ③ 1歳6か月健診では、健康な歯をつくるために歯科検診とともに歯科衛生士による子どもの歯についての話、乳幼児の歯のブラッシング指導をします。
- ④ 3歳児健診では、歯科検診・個別歯科相談、保健相談や健康な食習慣・生活習慣が身に付くように、全員に個別食育相談を実施し、総合的に幼児期の健康増進を支援します。
- ⑤ 保育所・幼稚園でのむし歯予防教室に講師を派遣し、ブラッシング指導を

行い、歯磨き習慣の定着を図ります。また、紙芝居など食育啓発媒体を使って偏食の是正を呼びかけ、むし歯予防の習慣付けを図ります。

- ⑥ 保育所の給食では、乳幼児期に必要な栄養を考慮することはもとより、できるだけ地場産品を使用し、地産地消に配慮した献立を実施します。
- ⑦ 保育所、幼稚園での給食を通しての食育指導を支援します。
- ⑧ 食物アレルギーなど食事に配慮が必要な乳幼児の個別相談に応じ、「楽しく食べること」を支援します。
- ⑨ フッ素塗布事業を実施し、フッ素の普及とむし歯予防に対する意識を高め、健康な歯をつくるための啓発を図ります。
- ⑩ 食育サポーターや食生活改善推進員の協力を得て、キッズ料理教室を開催し、旬の食べ物の話や調理実習を通じて体験の中から食への関心がもてるよう働きかけます。

[地域・事業者]

- ① 農業体験場を提供し、身近で野菜作りが体験できるよう協力します。

事業名	施策の項目							担当課
	1 家庭における食育の推進	2 保育所、幼稚園、学校等における食育の推進	3 地域・職域等における食育の推進	4 生産者と消費者との交流の促進	5 地産地消の推進	6 食文化の継承のための支援	7 食育の推進に関する普及啓発	
4か月児検診離乳食講習会	○							健康センター
すこやか子育て相談会	○							健康センター
1歳6月児健診	○							健康センター
3歳児健診	○							健康センター
フッ素塗布	○							健康センター
食育むし歯予防教室	○	○	○					健康センター 子ども課
キッズ料理教室	○	○	○	○	○	○	○	子ども課
給食だより	○	○	○		○	○		子ども課
野菜の植え付けと収穫	○	○	○	○	○	○	○	農林課

乳幼児期の食育推進重点事業

○キッズ料理教室

1 目的

食育は、食習慣の基礎づくりである幼児期・学童期が特に重要であるといわれています。この時期の食育は受動的な座学による学びに加え、実際の料理を通じた能動的な食育体験において、「料理を完成させる」という成功体験を自分自身で体感することにより、食に興味をもつことに加え、心の成長にも大きな成果が期待できます。

このようなことから、平成22年度から開始した本事業を今後も食育イベントの一環として開催するとともに、市内各保育所、幼稚園においてもなるべく多くキッズ料理教室を開催し、食育を通じての心身共に健やかな子どもの育成の一助とします。

2 対象者

市内保育所、幼稚園の年長児

3 内容

- ・料理をするときの注意点…手洗い、包丁の持ち方、手の添え方など
- ・季節の食材を使った簡単な料理
- ・基本料理の体験…一汁二菜、お米の炊き方、ごはんの炊き方など

※施設の実情や希望に応じて行います。

4 指導者

市保育所給食担当者や食育サポーター・食生活改善推進員等の協力を得て行政と地域ボランティアの連携で行います。

キッズ料理教室の様子 早月中学校調理室 H22.11.20実施



講師：サカモトキッチンスタジオ
坂本廣子先生



「とうふの手切り」に挑戦！！



にんじんの皮むき



里芋の皮むき



一汁二菜のごはんが完成！！



「ぼくも作れたよ！」と大満足☆
お母さんとおいしく試食

③学齢期 ④思春期（中学生）

食生活の多様化は、大人だけでなくこの時期の子どもたちにも、小児生活習慣病や過度のダイエットによるやせ（痩身）の増加をもたらしています。

また、作物や料理をつくる機会が減り、食のありがたみを感じにくくなっています。

この時期は、心身ともに成長し食習慣の基礎づくりの時期ですが、食についての情報を広く取り入れ、正しく定着することが重要です。

調理体験や農業魚業体験学習などの取り組みを通じ、食を大切にする心が育まれるよう推進していきます。また、心の安定に通じる食卓でのコミュニケーションを図ります。

この時期の 食生活特性

- ・食を楽しむ心を育て、規則正しい食習慣を定着させる時期

食生活指針

- ・早寝、早起きをして3食きちんと摂りましょう
- ・体験などから食の大切さを学びましょう

具体的な取り組み

〔学校〕

- ① 学校毎の教育計画に位置づけた食育計画に基づき、各学年に応じた食育指導を実施します。
- ② 栄養教諭による食育を推進します。
- ③ 毎月19日の「食育の日」には、地場産品をたくさん使用した献立を通じ、自然への恩恵と生産者への感謝の気持ちを醸成します。
- ④ 早寝早起き朝ごはんを奨励し、朝食調査結果を基に現状を把握し、欠食率を下げる方策を検討します。
- ⑤ 毎日の給食を通じて食育を実施するとともに、給食だよりや保健だよりを通じて食や健康に関する情報を提供します。
- ⑥ 適正体重や肥満などについて、身体測定時の事後指導を行い、食習慣からの生活習慣病予防を推進します。
- ⑦ 教科や総合的な学習の時間、特別活動等を通じて、食の大切さや食事マナーを習得させます。
- ⑧ 食事後の歯みがきなど口腔衛生面からも、おいしく食事ができるよう働

きかけをします。

- ⑨ 学校農園での野菜作り等を通して土と触れ合い、体験の中から食への関心を育みます。

[行政]

- ① 学校と連携を図り、食生活を含めた生活習慣等の講話を実施し、食と健康についての知識を深め、正しい食習慣が身につくよう支援します。
- ② 学校給食においての地場産品使用率を向上します。
- ③ 毎月19日の「食育の日」には、地場産品をたくさん使用した献立を実施して自然の恵みの大切さと食への感謝の気持ちを育てます。
- ④ 米飯給食については、新米の収穫時期にいち早く滑川産「てんたかく」や「コシヒカリ」を提供し、米のおいしさを体験することで、日本型食生活の良さを推奨します。
- ⑤ 食物アレルギー等に対する個別的な相談指導を行います。
- ⑥ 各学校において、学校と地域とのコミュニケーションを図り、地域の方を講師に野菜の作り方等を指導する「営農サポーター」制度を創設します。
- ⑦ 小学校区毎の放課後児童クラブ等と協力し、夏休み等の期間中に農作物の収穫と調理実習を合わせた食育クラブを開催し、体験を通じて生きた食育体験の機会を増やし、心に残る食育事業を推進します。
- ⑧ 直接、野菜の植え付けから収穫までを体験する教育ファームを整備し、農業を通じた食育を実施します。

[地域]

- ① 食育サポーターや食生活改善推進員などの地域ボランティアの協力により、親子食育教室などを開催し、親子で一緒に調理実習や試食することで料理の楽しさ、食べることの楽しさを知り、食育についての学びの機会を増やします。
- ② 地区公民館事業の中で、食育に関する事業を実施します。
- ③ 地域の農家の方の協力により、農業体験の場（教育ファーム）を提供します。

事業名	施策の項目							担当課
	1 家庭における食育の推進	2 保育所、幼稚園、学校等における食育の推進	3 地域・職域等における食育の推進	4 生産者と消費者との交流の促進	5 地産地消の推進	6 食文化の継承のための支援	7 食育の推進に関する普及啓発	
給食だより 保健だより	○	○	○	○	○	○		学務課
学校給食での食育	○	○	○	○	○	○	○	学務課
教科を通じての食育	○	○	○	○	○	○	○	学校
特別活動を通じての食育	○	○	○	○	○	○	○	学校
野菜栽培体験	○	○	○	○	○	○	○	農林課
食育クラブ	○	○	○	○	○	○	○	健康センター
食でゲンキッズ出前講座	○	○	○		○	○	○	健康センター 子ども課
食育教室	○	○	○	○	○	○	○	学務課



学齡期の食育推進重点事業

○食育クラブ

1 目的

小学生を対象とし、実際に食材に触れて料理を作るという体験を通じた食育指導を行い、食についてより興味をもたせることで親や家族にも食生活の重要性への意識付けを図ることにより、家庭での食育の推進にもつなげます。

2 対象者

市内小学生（各学校区毎に実施）

3 内容

- ・季節の食材を使った簡単な料理
- ・簡単なおやつづくり ※対象者の実情や希望に応じて行います。

4 指導者

市管理栄養士や食育サポーター・食生活改善推進員等の協力を得て、行政と地域ボランティアの連携で行います。

食育クラブの様子

H22. 12. 28実施

西加積地区放課後児童クラブ 元気っ子クラブの子どもたち



食育サポーターさんとお米研ぎに
チャレンジ！！



うすあげを焼いてます。
やけどに気をつけてね。



大根もちおいしそう☆



大根を使ったメニュー 8 品完成！！

④思春期（高校生）

思春期は特に、心の問題や食習慣の乱れが生じやすい時期です。

小・中学校、高校を通し、一環した取り組みの中で、食に関する知識や技術を身につけながら、食事の選択や判断など、自己管理ができるようになることが望まれます。

この時期の
食生活特性

・正しい食習慣や知識を身につけ、食の自己管理を始める時期

食生活指針

・自分の身体の成長や体調の変化にあわせて、食事を管理できるようにしましょう

具体的な取り組み

〔学校〕

- ① 「早寝・早起き・朝ごはん」を奨励し指導します。
- ② 健康診断の結果から、必要な生徒には適正体重の維持や肥満予防など、生活習慣病予防について指導します。
- ③ 授業（家庭科等）を通じて、食生活の大切さを気づかせ、正しい食習慣を習得させます。

〔行政〕

- ① 朝食の大切さや正しい食習慣を定着させるため、「若者世代の食育講座」を開催します。
- ② 夏休み期間等を利用して、簡単なバランス朝食や競技力アップのための「スポーツ栄養講座」を開催し、食からの健康な身体づくりを支援します。
- ③ 大学生や社会人の準備期として一人で簡単な料理ができるなど、食の自立への支援をします。

事業名	施策の項目							担当課
	1 家庭における食育推進	2 保育所・幼稚園・学校等における食育の推進	3 地域・職域等における食育の推進	4 生産者と消費者との交流	5 地産地消の推進	6 食文化の伝承のための支援	7 食育の推進に関する普及啓発	
教科を通じての食育	○	○	○	○	○	○		学務課
若者世代の食育講座	○	○	○		○	○	○	健康センター
スポーツ栄養講座	○	○	○			○	○	健康センター
魚の料理教室	○	○	○	○	○	○	○	商工水産課



滑川高校「若者世代の食育講座」

⑤青年期（１９歳～３５歳）

就職や結婚、妊娠・出産などにより、生活が大きく変化するこの時期は、忙しさなどから欠食や中食・外食などの利用頻度が増えるなど、食生活が乱れやすく、肥満につながりやすい時期です。

この時期の食生活が次のライフステージ以降の健康状態へ大きく影響を及ぼすことから、これまで身につけてきた食に関する知識や技術をさらに発展させ、健康的な食習慣の確立が図られるような取り組みを推進していきます。

この時期の 食生活特性	・健康的な食生活を自ら実践する時期
食生活指針	・食に関する幅広い知識を得るとともに、 健康的な食生活を実践していきましょう

具体的な取り組み

〔専門学校〕

- ① 専門学校では、行政と協力し、授業を通じて食の自己管理の大切さを働きかけるとともに、社会人の準備期として一人で簡単な料理ができることやバランスのとれた食事づくりなど、食の自立を促します。

〔事業所・企業〕

- ① 従業員の健康増進を目的に行政が行う出前健康教室などを利用し、生活習慣病予防のための正しい食習慣を習得する機会を設けます。

〔行政〕

- ① 「若者世代の食育講座」「職域出前健康教室」などを開催し、バランスのよい食事、生活習慣病予防のための食生活などについての講話や調理実習を行い、食事バランスガイドの普及啓発を通じ、健康に目を向け、よりよい食生活習慣が営めるよう導きます。

事業名	施策の項目							担当課
	1 家庭における食育の推進	2 保育所・幼稚園・学校等における食育の推進	3 地域・職域等における食育の推進	4 生産者と消費者との交流の促進	5 地産地消の推進	6 食文化の継承のための支援	7 食育の推進に関する普及啓発	
若者世代の食育講座	○		○		○	○	○	健康センター
健康栄養相談	○		○					健康センター
食育講演会 食育イベント	○		○	○	○	○	○	健康センター 農林課 商工水産課
出前健康教室	○		○				○	健康センター

⑥壮年期

この時期は、社会や家庭などで重要な役割を担うことから、多忙による不十分な健康管理や、これまでの食生活を含めた生活リズムの乱れなどに起因する生活習慣病が発症する時期です。

また、歯の喪失原因といわれる歯周病にかかりやすくなる時期でもあります。正しい知識を持ち、健康に関するさまざまな情報に惑わされることなく、個々の健康に配慮した食生活が送れるよう、メタボリックシンドローム予防や歯周病予防についての取り組みを推進していきます。

この時期の
食生活特性

・食生活からの生活習慣病予防に努める時期

食生活指針

・自分にあった食生活を実践し、家庭や地域でも食育に取り組みましょう

具体的な取り組み

〔事業所・企業〕

- ① 事業主は、職場検診を実施し、従業員が心身共に健康で業務に従事できるよう疾病の早期発見・早期治療につなげる管理体制を整えます。
また、職場で実施されていない検診項目においては、滑川市民にあっては滑川市が実施している地域保健における健康増進事業を有効に利用することや受診に便宜を図るなど、地域・職域連携での従業員の健康の維持・増進に協力します。
- ② 従業員の健康増進を目的に行政が行う出前健康教室などを利用し、生活習慣病予防のための正しい食習慣を習得する機会を設けます。

〔地域・事業者〕

- ① 食生活改善推進員による地域への伝達講習会や男性料理教室などを通じて、食生活の向上を推進していきます。
- ② 食生活改善推進協議会等、各種関係団体の自主学習会などを通じて、食育に関する知識のレベルアップを図ります。
- ③ 食品関連事業者は、市民が自分に適した食事を選択できるよう、富山県が行っている健康づくり協力店の制度(外食料理の栄養成分表示)を利用し、情報提供を進めます。
- ④ 適切な食品表示はもちろん、食品の安全性を確保し、徹底した衛生管理に努めます。

〔行政〕

- ① 「若者世代の食育講座」「職域出前健康教室」等を開催し、バランスのよい食事、生活習慣病予防のための食生活などについての講話等を行い、食事バランスガイドの普及啓発を通じ、健康に目を向け、よりよい食生活習慣が営めるよう導きます。
- ② 食生活改善推進員や食育サポーターの養成講座を開催し、講話や調理実習を通して、食育や栄養についての知識を学び、地域と連携して食育を推進します。
- ③ 市民健康センターでは、健康、食習慣・生活習慣、歯の健康管理等の相談を実施し、健康づくりを支援します。
- ④ 毎年6月と11月の食育月間には食育講演会や食育に関するイベントを開催し、市民に幅広く食育を普及・啓発します。
- ⑤ 滑川市いきいき市政講座に食育に関する講座を取り入れます。

- ⑥ 事業所や地域へ食育の普及・啓発を働きかけます。
- ⑦ 社員食堂を活用した健康情報の提供等、職場での健康づくりの支援を行います。
- ⑧ 農産物等の直売所マップなどで地場産品を紹介します。
- ⑨ 伝統料理などの食文化を伝承するための世代間交流を進めます。
- ⑩ 市民農園の開設を支援し、家族で市民農園を利用して自らが作った新鮮な野菜を調理して食べることで家族の人間関係を構築するとともに、農業を理解してもらう場を提供します。
- ⑪ 男性も女性もお互いに協力して食事の支度ができる事が望ましく、そのための各種料理教室を開催します。

事業名	施策の項目							担当課
	1 家庭における食育の推進	2 保育所・幼稚園・学校等における食育の推進	3 地域・職域等における食育の推進	4 生産者と消費者との交流の促進	5 地産地消の推進	6 食文化の継承のための支援	7 食育の推進に関する普及啓発	
ボランティア養成講座	○		○					健康センター
健康栄養相談	○		○					健康センター
食育講演会 食育イベント	○		○	○	○	○	○	健康センター 農林課 商工水産課
出前健康教室	○		○				○	健康センター
直売所マップの作成	○		○	○	○	○	○	農林課
郷土料理の伝承	○		○	○	○	○	○	農林課
市民農園	○		○	○	○	○	○	農林課
料理教室	○		○		○	○	○	生涯学習スポーツ課

壮年期の食育推進重点事業

○職域出前健康教室

1 目的

職域と連携を図り、職場に出向いて開催する健康教室を通じて、壮中年期からの食生活、運動、喫煙などの生活習慣の見直しや生活習慣病予防、心の健康づくり等の正しい知識を習得する機会を設け、元気に働き、健やかな熟年期につながるよう支援します。

特に、自分にあったバランスのとれた食生活の実践はメタボリックシンドロームや生活習慣病対策に大きく関与することから、食事バランスガイドの普及啓発を行い、健康増進を推進します。

2 実施主体

滑川市民健康センター

3 実施対象者

滑川市内事業所に勤務している従業員

4 実施場所・時間

滑川市内の出前健康教室を希望される事業所において、希望される時間帯を調整させていただき実施します。

5 健康教室の内容

- (1) 生活習慣病について
- (2) 食事バランスガイドでメタボ予防
- (3) 心の健康（うつ病予防）
- (4) 禁煙教室
- (5) リラックス体操 他

※その他、ご希望される内容の健康教室を事業所と協議の上、実施しています。



職域出前健康教室

⑦高齢期

この時期は活動量や口腔機能の低下、嗜好の変化などにより、栄養バランスのとれた食事を十分摂取できず、低栄養状態になりやすい時期です。

また、一人暮らし世帯・高齢者世帯の増加など家族形態の変容により、食を通じたコミュニケーションをとる機会が減少し、次世代に食文化を伝承する機会が失われつつあります。

いつまでも元気に楽しみながら食事ができるよう、栄養バランスのとれた食生活の実践や口腔機能の低下防止といった取り組みとともに、今まで培ってきた豊富な食知識や経験を次世代へと伝承できる機会の増加を図ります。

この時期の
食生活特性

- ・健康長寿を目指し、食生活からの介護予防に努める時期

食生活指針

- ・自分の健康に合わせた食生活を実践しましょう
- ・食を通じた交流の場を持つとともに、次世代に食文化を伝えましょう

〔行政〕

- ① 介護予防事業として「シルバー料理教室」「元気いきいき栄養実践教室」を開催し、バランスのとれた食事や低栄養予防、口腔ケアについての講話や調理実習を行います。教室を通じて、食事バランスガイドの普及啓発をすることで、よりよい食生活が営めるよう導き、食べる楽しみや生活の質が向上できるよう支援します。
- ② 市民健康センターや包括支援センター等で健康、食生活、歯の健康管理などの健康相談を実施し、健康に対する意識を高めます。
- ③ 滑川市栄養改善推進連絡会の栄養士のネットワークを機能させ、介護食を通じて要介護者への食育が図られるよう働きかけます。
- ④ 伝統料理などの食文化を伝承するための世代間交流を進めます。

〔地域・事業者〕

- ① 介護関係施設では、要介護者が楽しく食事ができるよう、介護食等の工夫をし、高齢者の状態に応じた食事の提供や助言を行います。

事業名	施策の項目							担当課
	1 家庭における食育の推進	2 保育所、幼稚園、学校等における食育の推進	3 地域・職域等における食育の推進	4 生産者と消費者との交流の促進	5 地産地消の推進	6 食文化の継承のための支援	7 食育の推進に関する普及啓発	
シルバー料理教室 元いきいき栄養実践教室	○		○		○			福祉介護課 包括支援センター
健康栄養相談	○		○					福祉介護課 包括支援センター
栄養改善連絡会			○				○	健康センター
郷土料理の伝承	○		○	○	○	○	○	健康センター 農林課 商工水産課



シルバー料理教室

4 食の安全・安心

(1) 滑川市の取り組み

食の安全安心は、私たちの食生活を支える最も重要な要素の一つです。

滑川市生涯いきいき食育推進計画においては、国や県と連携を図りつつ、以下のような考え方で、食の安全・安心に関わる取り組みを進めます。

- 消費者が食品の安全性をはじめとする食に関する知識と理解を深め、食を自らの判断で正しく選択するために必要な食に関する幅広い情報を提供します。
- 食に関する理解を深め、不安を軽減することを目的に、市民が生産から消費に至るまでの食に関する体験活動に参加する機会を提供します。
- 生産者と消費者の信頼関係の構築と、「顔が見える」地場製品の消費を進めることで、食の安心につながるよう、地産地消を推進します。

(2) 富山県の取り組み

富山県では、食の安全性に関して、富山県食育推進計画において以下のような取り組みを実施しています。

- 食品に関するリスクコミュニケーションを推進するとともに、県民に対する食品の安全性に関する情報発信とあわせて県民の意見、要望を把握します。
- 各窓口において、消費者や製造業者等からの食品の安全性に関わる相談に対応します。
- 農林水産省や食品関連事業者に対し、安全を重視した生産や流通管理を徹底するよう普及・指導するとともに、食品の安全確認体制の強化を図ります。
- 食品表示の適正化を図るため、食品表示制度の周知に努めるとともに、食品製造・販売業者に対する監視・指導を実施します。

(3) 国の取り組み

国では、食の安全安心に関して、以下のような取り組みを実施しています。
農林水産省では、

- 農場から食卓までのリスク管理の徹底を通じた食品の安全性の確保
- 食品表示の適正化による消費者への的確な情報の伝達・提供
- 家畜や農作物の病気や害虫のまん延防止による食料の安定供給
- 消費者をはじめとした関係者との情報・意見の交換と施策への反映
- 望ましい食生活の実現に向けた食育の推進

厚生労働省では、

- 輸入食品の安全確保
- 食品添加物の安全確保
- 食中毒防止対策
- 一定の量を超えて農薬等が残留する食品の販売等を原則禁止する制度の
施行 等

第5章 計画の推進方法



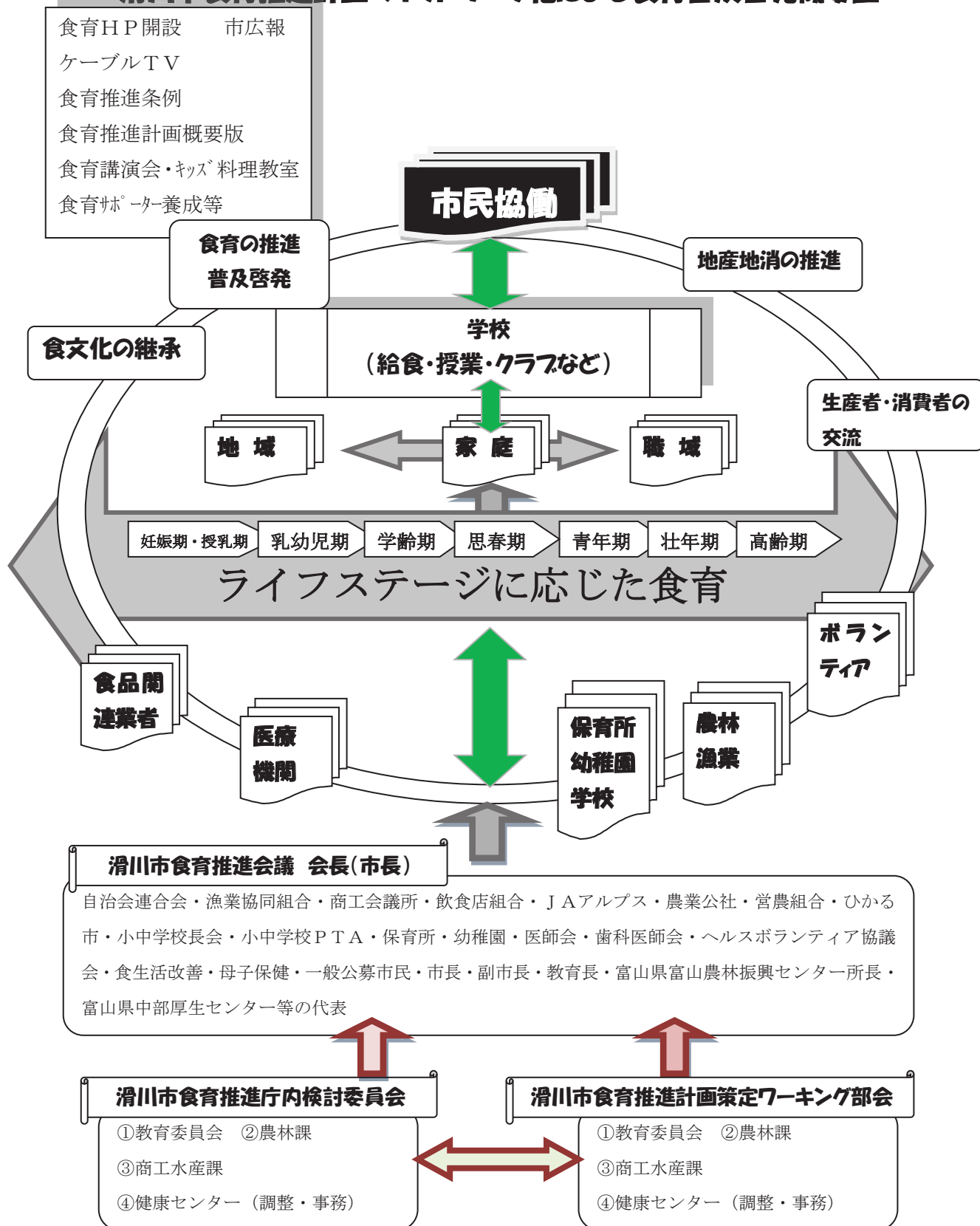
計画の進行管理・評価

計画の進捗状況の評価は、食育の目標の達成状況を客観的に把握・評価するために設けた「数値目標」を用いて行います。食育は保健、農林漁業、保育、教育、民間事業者など、さまざまな分野が連携して取り組む必要があります。

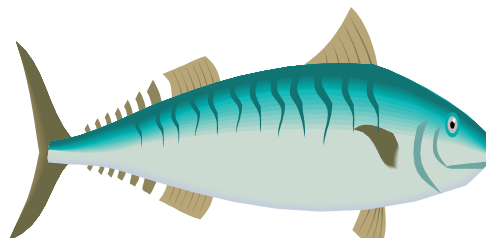
庁内関係各課と関係団体が協働で、それぞれの役割を認識し、ネットワーク化を図るため、市民の代表を含む食育推進会議及び、庁内組織である食育推進庁内検討委員会及び、食育推進計画策定ワーキング部会を開催します。

食育に対する意識を高めるため、滑川市は富山県と同様に11月を「食育月間」とします。また、国が設定した6月の「食育月間」及び、毎月19日の「食育の日」も合わせて普及啓発に取り組み、食育を総合的に進めていきます。

滑川市食育推進計画のネットワーク化による食育普及啓発概要図



資料編



なめりかわ食育推進キャラクター
コシヒカリ キラリン

目 次

(資料1) 食育基本法	.. 70
(資料2) 滑川市食育推進条例	.. 78
(資料3) 食育に関するアンケート調査結果の概要	.. 83
(資料4) 滑川市食育推進会議委員名簿	.. 94
滑川市食育推進庁内検討委員会名簿	.. 96
滑川市食育推進計画策定ワーキング部会名簿	.. 97
(資料5) 計画の策定経過	.. 98

◆食育基本法◆

(平成十七年六月十七日法律第六十三号)

二十一世紀における我が国の発展のためには、子どもたちが健全な心と身体を培い、未来や国際社会に向かって羽ばたくことができるようにするとともに、すべての国民が心身の健康を確保し、生涯にわたって生き生きと暮らすことができるようにすることが大切である。子どもたちが豊かな人間性をはぐくみ、生きる力を身に付けていくためには、何よりも「食」が重要である。今、改めて、食育を、生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきものと位置付けるとともに、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食育を推進することが求められている。もとより、食育はあらゆる世代の国民に必要なものであるが、子どもたちに対する食育は、心身の成長及び人格の形成に大きな影響を及ぼし、生涯にわたって健全な心と身体を培い豊かな人間性をはぐくんでいく基礎となるものである。

一方、社会経済情勢がめまぐるしく変化し、日々忙しい生活を送る中で、人々は、毎日の「食」の大切さを忘れがちである。国民の食生活においては、栄養の偏り、不規則な食事、肥満や生活習慣病の増加、過度の痩身志向などの問題に加え、新たな「食」の安全上の問題や、「食」の海外への依存の問題が生じており、「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」の安全の確保の面からも、自ら「食」のあり方を学ぶことが求められている。また、豊かな緑と水に恵まれた自然の下で先人からはぐくまれてきた、地域の多様性と豊かな味覚や文化の香りあふれる日本の「食」が失われる危機にある。こうした「食」をめぐる環境の変化の中で、国民の「食」に関する考え方を育て、健全な食生活を実現することが求められるとともに、都市と農山漁村の共生・対流を進め、「食」に関する消費者と生産者との信頼関係を構築して、地域社会の活性化、豊かな食文化の継承及び発展、環境と調和のとれた食料の生産及び消費の推進並びに食料自給率の向上に寄与することが期待されている。

国民一人一人が「食」について改めて意識を高め、自然の恩恵や「食」に関わる人々の様々な活動への感謝の念や理解を深めつつ、「食」に関して信頼できる情報に基づく適切な判断を行う能力を身に付けることによって、心身の健康を増進する健全な食生活を実践するために、今こそ、家庭、学校、保育所、地域等を中心に、国民運動として、食育の推進に取り組んでいくことが、我々に課せられている課題である。さらに、食育の推進に関する我が国の取組が、海外との交流等を通じて食育に関して国際的に貢献することにつな

がることも期待される。

ここに、食育について、基本理念を明らかにしてその方向性を示し、国、地方公共団体及び国民の食育の推進に関する取組を総合的かつ計画的に推進するため、この法律を制定する。

第一章 総則

(目的)

第一条 この法律は、近年における国民の食生活をめぐる環境の変化に伴い、国民が生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性をはぐくむための食育を推進することが緊要な課題となっていることにかんがみ、食育に関し、基本理念を定め、及び国、地方公共団体等の責務を明らかにするとともに、食育に関する施策の基本となる事項を定めることにより、食育に関する施策を総合的かつ計画的に推進し、もって現在及び将来にわたる健康で文化的な国民の生活と豊かで活力ある社会の実現に寄与することを目的とする。

(国民の心身の健康の増進と豊かな人間形成)

第二条 食育は、食に関する適切な判断力を養い、生涯にわたって健全な食生活を実現することにより、国民の心身の健康の増進と豊かな人間形成に資することを旨として、行われなければならない。

(食に関する感謝の念と理解)

第三条 食育の推進に当たっては、国民の食生活が、自然の恩恵の上に成り立っており、また、食に関わる人々の様々な活動に支えられていることについて、感謝の念や理解が深まるよう配慮されなければならない。

(食育推進運動の展開)

第四条 食育を推進するための活動は、国民、民間団体等の自発的意思を尊重し、地域の特性に配慮し、地域住民その他の社会を構成する多様な主体の参加と協力を得るものとするとともに、その連携を図りつつ、あまねく全国において展開されなければならない。

(子どもの食育における保護者、教育関係者等の役割)

第五条 食育は、父母その他の保護者にあつては、家庭が食育において重要な役割を有していることを認識するとともに、子どもの教育、保育等を行う者にあつては、教育、保育等における食育の重要性を十分自覚し、積極的に子どもの食育の推進に関する活動に取り組むこととなるよう、行われなければならない。

(食に関する体験活動と食育推進活動の実践)

第六条 食育は、広く国民が家庭、学校、保育所、地域その他のあらゆる機会とあらゆる場所を利用して、食料の生産から消費等に至るまでの食に関する様々な体験活動を行うとともに、自ら食育の推進のための活動を実践することにより、食に関する理解を深めることを旨として、行われなければならない。

(伝統的な食文化、環境と調和した生産等への配慮及び農山漁村の活性化と食料自給率の向上への貢献)

第七条 食育は、我が国の伝統のある優れた食文化、地域の特性を生かした食生活、環境と調和のとれた食料の生産とその消費等に配慮し、我が国の食料の需要及び供給の状況についての国民の理解を深めるとともに、食料の生産者と消費者との交流等を図ることにより、農山漁村の活性化と我が国の食料自給率の向上に資するよう、推進されなければならない。

(食品の安全性の確保等における食育の役割)

第八条 食育は、食品の安全性が確保され安心して消費できることが健全な食生活の基礎であることにかんがみ、食品の安全性をはじめとする食に関する幅広い情報の提供及びこれについての意見交換が、食に関する知識と理解を深め、国民の適切な食生活の実践に資することを旨として、国際的な連携を図りつつ積極的に行われなければならない。

(国の責務)

第九条 国は、第二条から前条までに定める食育に関する基本理念（以下「基本理念」という。）にのっとり、食育の推進に関する施策を総合的かつ計画的に策定し、及び実施する責務を有する。

(地方公共団体の責務)

第十条 地方公共団体は、基本理念にのっとり、食育の推進に関し、国との連携を図りつつ、その地方公共団体の区域の特性を生かした自主的な施策を策定し、及び実施する責務を有する。

(教育関係者等及び農林漁業者等の責務)

第十一条 教育並びに保育、介護その他の社会福祉、医療及び保健（以下「教育等」という。）に関する職務に従事する者並びに教育等に関する関係機関及び関係団体（以下「教育関係者等」という。）は、食に関する関心及び理解の増進に果たすべき重要な役割にかんがみ、基本理念にのっとり、あらゆる機会とあらゆる場所を利用して、積極的に食育を推進するよう努めるとともに、他の者の行う食育の推進に関する活動に協力するよう努めるものとする。

2 農林漁業者及び農林漁業に関する団体（以下「農林漁業者等」という。）は、農林漁業に関する体験活動等が食に関する国民の関心及び理解を増進する上で重要な意義を有することにかんがみ、基本理念にのっとり、農林漁業に関する多様な体験の機会を積極的に提供し、自然の恩恵と食に関わる人々の活動の重要性について、国民の理解が深まるよう努めるとともに、教育関係者等と相互に連携して食育の推進に関する活動を行うよう努めるものとする。

(食品関連事業者等の責務)

第十二条 食品の製造、加工、流通、販売又は食事の提供を行う事業者及びその組織する団体（以下「食品関連事業者等」という。）は、基本理念にのっとり、その事業活動に

関し、自主的かつ積極的に食育の推進に自ら努めるとともに、国又は地方公共団体が実施する食育の推進に関する施策その他の食育の推進に関する活動に協力するよう努めるものとする。

(国民の責務)

第十三条 国民は、家庭、学校、保育所、地域その他の社会のあらゆる分野において、基本理念にのっとり、生涯にわたり健全な食生活の実現に自ら努めるとともに、食育の推進に寄与するよう努めるものとする。

(法制上の措置等)

第十四条 政府は、食育の推進に関する施策を実施するため必要な法制上又は財政上の措置その他の措置を講じなければならない。

(年次報告)

第十五条 政府は、毎年、国会に、政府が食育の推進に関して講じた施策に関する報告書を提出しなければならない。

第二章 食育推進基本計画等

(食育推進基本計画)

第十六条 食育推進会議は、食育の推進に関する施策の総合的かつ計画的な推進を図るため、食育推進基本計画を作成するものとする。

2 食育推進基本計画は、次に掲げる事項について定めるものとする。

一 食育の推進に関する施策についての基本的な方針

二 食育の推進の目標に関する事項

三 国民等の行う自発的な食育推進活動等の総合的な促進に関する事項

四 前三号に掲げるもののほか、食育の推進に関する施策を総合的かつ計画的に推進するために必要な事項

3 食育推進会議は、第一項の規定により食育推進基本計画を作成したときは、速やかにこれを内閣総理大臣に報告し、及び関係行政機関の長に通知するとともに、その要旨を公表しなければならない。

4 前項の規定は、食育推進基本計画の変更について準用する。

(都道府県食育推進計画)

第十七条 都道府県は、食育推進基本計画を基本として、当該都道府県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「都道府県食育推進計画」という。）を作成するよう努めなければならない。

2 都道府県（都道府県食育推進会議が置かれている都道府県にあつては、都道府県食育推進会議）は、都道府県食育推進計画を作成し、又は変更したときは、速やかに、その要旨を公表しなければならない。

(市町村食育推進計画)

第十八条 市町村は、食育推進基本計画（都道府県食育推進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 市町村(市町村食育推進会議が置かれている市町村にあつては、市町村食育推進会議)は、市町村食育推進計画を作成し、又は変更したときは、速やかに、その要旨を公表しなければならない。

第三章 基本的施策

(家庭における食育の推進)

第十九条 国及び地方公共団体は、父母その他の保護者及び子どもの食に対する関心及び理解を深め、健全な食習慣の確立に資するよう、親子で参加する料理教室その他の食事についての望ましい習慣を学びながら食を楽しむ機会の提供、健康美に関する知識の啓発その他の適切な栄養管理に関する知識の普及及び情報の提供、妊産婦に対する栄養指導又は乳幼児をはじめとする子どもを対象とする発達段階に応じた栄養指導その他の家庭における食育の推進を支援するために必要な施策を講ずるものとする。

(学校、保育所等における食育の推進)

第二十条 国及び地方公共団体は、学校、保育所等において魅力ある食育の推進に関する活動を効果的に促進することにより子どもの健全な食生活の実現及び健全な心身の成長が図られるよう、学校、保育所等における食育の推進のための指針の作成に関する支援、食育の指導にふさわしい教職員の設置及び指導的立場にある者の食育の推進において果たすべき役割についての意識の啓発その他の食育に関する指導体制の整備、学校、保育所等又は地域の特色を生かした学校給食等の実施、教育の一環として行われる農場等における実習、食品の調理、食品廃棄物の再生利用等様々な体験活動を通じた子どもの食に関する理解の促進、過度の痩身又は肥満の心身の健康に及ぼす影響等についての知識の啓発その他必要な施策を講ずるものとする。

(地域における食生活の改善のための取組の推進)

第二十一条 国及び地方公共団体は、地域において、栄養、食習慣、食料の消費等に関する食生活の改善を推進し、生活習慣病を予防して健康を増進するため、健全な食生活に関する指針の策定及び普及啓発、地域における食育の推進に関する専門的知識を有する者の養成及び資質の向上並びにその活用、保健所、市町村保健センター、医療機関等における食育に関する普及及び啓発活動の推進、医学教育等における食育に関する指導の充実、食品関連事業者等が行う食育の推進のための活動への支援等必要な施策を講ずるものとする。

(食育推進運動の展開)

第二十二条 国及び地方公共団体は、国民、教育関係者等、農林漁業者等、食品関連事業者等その他の事業者若しくはその組織する団体又は消費生活の安定及び向上等のための活動を行う民間の団体が自発的に行う食育の推進に関する活動が、地域の特性を生かし

つつ、相互に緊密な連携協力を図りながらあまねく全国において展開されるようにするとともに、関係者相互間の情報及び意見の交換が促進されるよう、食育の推進に関する普及啓発を図るための行事の実施、重点的かつ効果的に食育の推進に関する活動を推進するための期間の指定その他必要な施策を講ずるものとする。

- 2 国及び地方公共団体は、食育の推進に当たっては、食生活の改善のための活動その他の食育の推進に関する活動に携わるボランティアが果たしている役割の重要性にかんがみ、これらのボランティアとの連携協力を図りながら、その活動の充実が図られるよう必要な施策を講ずるものとする。

(生産者と消費者との交流の促進、環境と調和のとれた農林漁業の活性化等)

第二十三条 国及び地方公共団体は、生産者と消費者との間の交流の促進等により、生産者と消費者との信頼関係を構築し、食品の安全性の確保、食料資源の有効な利用の促進及び国民の食に対する理解と関心の増進を図るとともに、環境と調和のとれた農林漁業の活性化に資するため、農林水産物の生産、食品の製造、流通等における体験活動の促進、農林水産物の生産された地域内の学校給食等における利用その他のその地域内における消費の促進、創意工夫を生かした食品廃棄物の発生の抑制及び再生利用等必要な施策を講ずるものとする。

(食文化の継承のための活動への支援等)

第二十四条 国及び地方公共団体は、伝統的な行事や作法と結びついた食文化、地域の特色ある食文化等我が国の伝統のある優れた食文化の継承を推進するため、これらに関する啓発及び知識の普及その他の必要な施策を講ずるものとする。

(食品の安全性、栄養その他の食生活に関する調査、研究、情報の提供及び国際交流の推進)

第二十五条 国及び地方公共団体は、すべての世代の国民の適切な食生活の選択に資するよう、国民の食生活に関し、食品の安全性、栄養、食習慣、食料の生産、流通及び消費並びに食品廃棄物の発生及びその再生利用の状況等について調査及び研究を行うとともに、必要な各種の情報の収集、整理及び提供、データベースの整備その他食に関する正確な情報を迅速に提供するために必要な施策を講ずるものとする。

- 2 国及び地方公共団体は、食育の推進に資するため、海外における食品の安全性、栄養、食習慣等の食生活に関する情報の収集、食育に関する研究者等の国際的交流、食育の推進に関する活動についての情報交換その他国際交流の推進のために必要な施策を講ずるものとする。

第四章 食育推進会議等

(食育推進会議の設置及び所掌事務)

第二十六条 内閣府に、食育推進会議を置く。

- 2 食育推進会議は、次に掲げる事務をつかさどる。

- 一 食育推進基本計画を作成し、及びその実施を推進すること。

二 前号に掲げるもののほか、食育の推進に関する重要事項について審議し、及び食育の推進に関する施策の実施を推進すること。

(組織)

第二十七条 食育推進会議は、会長及び委員二十五人以内をもって組織する。

(会長)

第二十八条 会長は、内閣総理大臣をもって充てる。

2 会長は、会務を総理する。

3 会長に事故があるときは、あらかじめその指名する委員がその職務を代理する。

(委員)

第二十九条 委員は、次に掲げる者をもって充てる。

一 内閣府設置法（平成十一年法律第八十九号）第九条第一項に規定する特命担当大臣であつて、同項の規定により命を受けて同法第四条第一項第十七号に掲げる事項に関する事務及び同条第三項第二十七号の三に掲げる事務を掌理するもの（次号において「食育担当大臣」という。）

二 食育担当大臣以外の国務大臣のうちから、内閣総理大臣が指定する者

三 食育に関して十分な知識と経験を有する者のうちから、内閣総理大臣が任命する者

2 前項第三号の委員は、非常勤とする。

(委員の任期)

第三十条 前条第一項第三号の委員の任期は、二年とする。ただし、補欠の委員の任期は、前任者の残任期間とする。

2 前条第一項第三号の委員は、再任されることができる。

(政令への委任)

第三十一条 この章に定めるもののほか、食育推進会議の組織及び運営に関し必要な事項は、政令で定める。

(都道府県食育推進会議)

第三十二条 都道府県は、その都道府県の区域における食育の推進に関して、都道府県食育推進計画の作成及びその実施の推進のため、条例で定めるところにより、都道府県食育推進会議を置くことができる。

2 都道府県食育推進会議の組織及び運営に関し必要な事項は、都道府県の条例で定める。

(市町村食育推進会議)

第三十三条 市町村は、その市町村の区域における食育の推進に関して、市町村食育推進計画の作成及びその実施の推進のため、条例で定めるところにより、市町村食育推進会議を置くことができる。

2 市町村食育推進会議の組織及び運営に関し必要な事項は、市町村の条例で定める。

附則 抄

(施行期日)

第一条 この法律は、公布の日から起算して一月を超えない範囲内において政令で定める日から施行する。

資料 2 滑川市食育推進条例

平成 23 年 3 月 31 日 条例第 3 号

目次

前文

第 1 章 総則(第 1 条—第 6 条)

第 2 章 食育推進計画(第 7 条)

第 3 章 基本的施策(第 8 条—第 14 条)

第 4 章 推進体制(第 15 条—第 22 条)

附則

近年、食生活をめぐる環境が大きく変化し、その影響が顕在化しており、栄養の偏りや不規則な食事などによる肥満や生活習慣病の増加、地域の伝統的な食文化の衰退、食の安全性への不安など様々な問題が生じている。

「食」は生きる根源であり、次世代を担う子どもたちが、豊かな人間性を育み、生きる力を身に付けていくためには、何よりも「食」が重要である。食育基本法では、食育は生きる上での基本であり、知育、徳育及び体育の基礎となるべきものとして位置付け、特に子どもたちに対する食育は、生涯にわたって健全な心と身体を培うための食習慣づくりに極めて大切であるとされている。

しかしながら、現代の子どもたちの食生活は、朝食の欠食や米を中心とした日本型食事の崩れ、簡便な食事をとる傾向が強まるなど多くの課題がある。

また、食習慣は、子どもたち自身の健康はもとより、親となり子どもを育てる立場になった場合にも、世代を超えて大きく関係するといわれている。

これらの実態を踏まえ、幼児期における食育活動に重点をおき、子どもたちへの食育の啓蒙普及を図ることにより、家庭における正しい食習慣へつなげ、広く市民に普及されるよう食育事業の推進を図ることが重要である。

このため、家庭、保育所、幼稚園、学校、職域、地域など「食」に関わるすべての関係者や団体が連携し、相互理解を深めながら、市民運動として展開していくため、この条例を制定する。

第 1 章 総則

(目的)

第 1 条 この条例は、食育基本法（平成 17 年法律第 63 号。以下「法」という。）に基づき本市における食育の推進に関する基本理念や施策の基本的事項を定め、市と市民が一体となって食育に関する施策を総合的かつ計画的に推進することにより、将来にわたり健

康でいきいきとした市民生活の実現に寄与することを目的とする。

(定義)

第2条 この条例において、次の各号に掲げる用語の意義は、それぞれ当該各号に定めるところによる。

- (1) 食育 知育、徳育及び体育の基礎となるべきものであり、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培い、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をいう。
- (2) 食 安全安心な食生活や食材の生産、製造、加工、流通、調理、廃棄に至るまでの広範な事象をいう。
- (3) 地産地消 地元で生産された農林水産物を地元で消費することをいう。
- (4) 事業者 次に掲げる者をいう。

ア 教育関係者等 (教育並びに保育、介護その他の社会福祉、医療及び保健に関する職務に従事する者並びにそれらの職務に関する関係機関及び関係団体をいう。)

イ 農林漁業者 (農林漁業者並びに農林漁業に関する関係機関及び関係団体をいう。)

ウ 食品関連事業者等 (食品の製造、加工、流通、販売又は食事の提供を行う事業者及びその組織する団体をいう。)

(基本理念)

第3条 食育は、食に関する適切な判断力を養い、生涯にわたって健全な食生活を実現することにより、市民の心身の健康の増進と豊かな人間形成に資するよう、行わなければならない。

- 2 食育の推進に当たっては、市民の食生活が自然の恩恵や食に関わる人々の様々な活動に支えられていることについて、感謝の念や理解が深まるよう配慮されなければならない。
- 3 食育を推進するための活動は、市民、民間団体等の自発的意思を尊重し、地域の特性に応じた活動を行わなければならない。
- 4 食育は、家庭において食育が重要な役割を担っていることを認識するとともに、保育所幼稚園、学校等においても、積極的に子どもに対する食育推進のための活動に取り組むこととなるよう、行わなければならない。
- 5 食育は、市民があらゆる機会や場所を利用して、食料の生産から消費に至るまでの食について様々な体験活動を行うとともに、自ら食育の推進のための活動を実践するよう、行わなければならない。
- 6 食育は、日本の伝統的な食文化や地域の特性を生かした食生活に配慮するとともに、食料の生産者と消費者との交流等を図りながら、地産地消を推進し、地域の活性化に資するよう、推進しなければならない。
- 7 食育は、食品の安全性が確保され安心して消費できることが健全な食生活の基礎であることから、食品の安全性をはじめとする食に関する幅広い情報の提供が、食に関する知識と理解を深め、市民の適切な食生活の実践に資することを旨として、行わなければならない。

らない。

(市の責務)

第4条 市は、前条に定める食育に関する基本理念(以下「基本理念」という。)に基づき、食育の推進に関する総合的な施策を策定し、国や県との連携を図りつつ、これを計画的に実施するよう努めなければならない。

2 市は、市民に対し食育の推進に関する施策の普及啓発を図り、理解を得るよう努めなければならない。

3 市は、食育の推進に当たっては、必要な財政上の措置を講じるよう努めなければならない。

(市民の役割)

第5条 市民は、基本理念を理解し、家庭、保育所、幼稚園、学校、地域その他あらゆる分野において、生涯にわたり健全な食生活の実現に自ら努めるとともに、市が実施する食育に関する施策について協力するよう努めるものとする。

(事業者の役割)

第6条 事業者は、基本理念を理解し、自主的かつ積極的に事業活動を通じた食の安全安心及び食育の推進に努めるとともに、市が実施する食育に関する施策について協力するよう努めるものとする。

第2章 食育推進計画

(食育推進計画)

第7条 第15条に定める滑川市食育推進会議は、食育に関する施策を総合的かつ計画的に推進するため、法第18条に基づき、食育推進計画を定めるものとする。

2 食育推進計画は、次に掲げる事項について定めるものとする。

(1) 食育の推進に関する施策についての基本方針

(2) 食育の目標に関する事項

(3) 市民等が行う自発的な食育推進活動等の促進に関する事項

(4) 前3号に掲げるもののほか、食育の推進に関する施策を総合的かつ計画的に推進するための必要な事項

第3章 基本的施策

(家庭における食育の推進)

第8条 市は、子どもたちが自ら体験できる料理教室や食を楽しむ機会を提供するなど、子どもたちが食育に対する関心や理解を深め、その発信源となり、家庭においても親子で実践できるよう必要な施策を講ずるものとする。また、妊産婦や乳幼児の発達段階に応じた栄養指導など適切な栄養に関する知識の普及、情報の提供等により正しい食習慣の確立がなされるよう必要な施策を講ずるものとする。

2 市は、壮年期、高齢期の人たちが健康で長生きできるよう、年齢に応じた栄養指導や生活習慣病を予防するための料理教室などを通じ、家庭において正しい食習慣が実践さ

れるよう必要な施策を講ずるものとする。

- 3 市は、病後の人やその家族に対して、再発や二次障害を予防するため、病態に応じた食生活が家庭で行えるよう支援するものとする。

(保育所、幼稚園、学校等における食育の推進)

第9条 市は、保育所、幼稚園、学校等における効果的な食育の推進を図るため、食育に関する指導体制や指導内容を充実させ、学校給食等においてその活用がなされるよう必要な施策を講ずるものとする。また、教育の一環として、食料の生産から消費に至るまでの様々な体験活動を積極的に行う施策を講ずるものとする。

- 2 市は、小学校、中学校の各教科で食育を学べるよう支援するものとする。

(地域、職域等における食育の推進)

第10条 市は、地域や職場において食生活の改善を促進し、生活習慣病を予防して健康を増進するため、食育の知識を有するボランティアの養成及び育成を行ない、関係機関等との連携による食育の普及や啓発活動の推進がなされるよう必要な施策を講ずるものとする。

(生産者と消費者との交流の促進)

第11条 市は、生産者と消費者との交流の促進により、両者の信頼関係が構築するよう支援し、消費者が生産者に対する感謝の念や理解を深めつつ、調和のとれた食料の生産や消費が行われるよう必要な施策を講ずるものとする。

(地産地消の推進)

第12条 市は、市内で生産された安心かつ安全な農林水産物が学校給食に利用されるよう推進するとともに、市民にも積極的に消費されるよう農林水産物の生産力向上を図るなど必要な施策を講ずるものとする。

(食文化の継承のための支援)

第13条 市は、地域の特色ある伝統的な食文化の継承を推進し、これらの食文化が引き継がれるよう必要な施策を講ずるものとする。

(食育の推進に関する普及啓発)

第14条 市は、効果的な食育の推進を図るため、関係者相互の意見交換等により、食育の普及啓発に努めるものとする。

第4章 推進体制

(推進会議)

第15条 市は、法第33条第1項の規定に基づき、滑川市食育推進会議(以下「推進会議」という。)を置く。

(所掌事務)

第16条 推進会議は、次に掲げる事務をつかさどる。

- (1) 市の食育推進計画を策定し、その実施を推進すること。
- (2) 前号に掲げるもののほか、食育の推進に関する重要事項について審議し、関連する施

策の実施を推進すること。

(組織)

第 17 条 推進会議は、会長及び委員 25 人以内をもって組織する。

(会長)

第 18 条 会長は、市長をもって充てる。

2 会長は、会務を総理し、推進会議を代表する。

3 会長に事故があるときは、あらかじめ会長が指名する委員が、その職務を代理する。

(委員)

第 19 条 委員は、学識経験を有する者及び市の職員のうちから市長が委嘱し、又は任命する。

2 委員の任期は 2 年とし、補欠委員の任期は前任者の残任期間とする。ただし、再任を妨げない。

(会議)

第 20 条 推進会議は、会長が招集する。

2 推進会議は、委員の過半数が出席しなければ、会議を開くことができない。

3 推進会議の議事は、出席した委員の過半数で決し、可否同数のときは、会長の決するところによる。

(庶務)

第 21 条 推進会議の庶務は、市民健康センターにおいて処理する。

(委任)

第 22 条 この条例に定めるもののほか、推進会議の運営に関し必要な事項は、会長が推進会議に諮って定める。

附 則

(施行期日)

1 この条例は、公布の日から施行する。

資料3 「食育に関するアンケート調査結果の概要」

調査目的：滑川市食育推進計画の作成にあたっての基礎資料として、幼児期から高齢期までの市民を対象に、食生活の状況や食育の認知度などに関する調査を行った。

調査内容

1. 児童・生徒調査

対 象：小学生、中学生、高校生 計 1,570人
小学校2年生322人、小学校5年生308人
中学校2年生321人、高等学校1～3年生619人

調査項目：生活リズム、食生活の状況
食育の認知度（中学生）、朝食の内容（高校生）

調査期間：小・中学校 平成21年12月
高等学校 平成22年7月

2. 幼児の保護者調査

対 象：保育園児、幼稚園児の保護者 計207人
調査項目：子どもの食生活の状況、生活リズム
保護者本人の食生活の状況、食への関心、食育の認知度・関心
調査期間：平成22年4月～8月

3. 児童・生徒の保護者調査

対 象：小・中学生の保護者 計819人
調査項目：子どもの食生活の状況、生活リズム
保護者本人の食生活の状況、地産地消の関心、食育の認知度や関心
調査期間：平成21年12月

4. 一般成人の調査

対 象：20歳以上の市民（青年期、壮中年期、高齢期を対象にした事業の参加者）

20代37人、30代37人、40代21人、50代19人、60代33人、70代以上33人

調査項目：食生活の状況、食への関心、食育の認知度・関心

メタボリックシンドロームの認知度

調査期間：平成22年7月～12月（各事業において実施）

5. 就労者の調査

対 象：市内企業、事業所に勤務する従業員

20代115人、30代166人、40代100人、50代81人、60代以上36人、不明3人

調査項目：健康状態、食生活の状況、食生活に関する思い

調査期間：平成22年9月（市内6事業所において実施）

～主な調査結果～

幼児～高校生

(保育園児・幼稚園児の保護者、小学2、5年生、中学2年生、高校生)

《食生活・生活習慣》

○朝食の摂取

- ・ 「朝食を必ず食べる」とする割合は90%前後である
(幼児92.0%、小学2年91.0%、小学5年88.0%、中学2年87.9%)
- ・ 高校生になると摂取状況は低下し、1割近くは欠食が常習化
(「必ず食べる」79.6%、「食べない・あまり食べない」7.0%、「週に3～6日食べない日がある」13.4%)

○朝食を食べない理由

- ・ 「時間がない」「食べたくない」が理由の72%を占める
(幼児「食べたがらない」71.0%、朝食を食べない児童・生徒を合わせた理由は「時間がない」「食べたくない」を合わせて72.0%、高校生「時間がない」「食べたくない」合わせて66.0%、)

○朝食の準備

- ・ 「朝食が用意されていない」が小学2年で8.9%、高校生で「時々または用意されていない」が19.2%
- ・ 高校生で「自分で準備する」と答えた割合は男子で8.8%、女子で14.6%

○朝食の内容

- ・ 「主食、おかず、汁物」がそろったバランスのとれた食事内容の割合は30%から50%代
(幼児31.0%、小学2年46.0%、小学5年38.6%、中学2年45.2%、高校生57.6%)

○孤食の状況

- ・ 朝食を1人でとる(孤食)割合は、年齢に従い高くなる
(小学2年11.8%、小学5年13.0%、中学2年29.0%)
- ・ 夕食は朝食と比べ孤食割合が低い
(小学2年0.9%、小学5年2.2%、中学2年3.9%)

○望む食事相手（小学生・中学生）

- ・「全員で」「誰かと」を合わせた家族との食事を望む割合は、成長に伴い低下（小学2年87.9%、小学5年84.7%、中学2年69.8%）
- ・成長に伴い、家族との食事よりも「ひとり」を望む割合が高い（小学2年11.8%、小学5年13.0%、中学2年29.0%）

○食事の楽しさ（小学生）

- ・「とても楽しい」「楽しい」とする割合は朝食では低く、夕食では高くなる（小学2年朝食70.5%→夕食84.2%、小学5年68.2%→80.2%）

○米が主食の割合（幼児・高校生）

- ・米を主食にする割合が低下傾向（幼児57.5%、高校生58.8%）

○起床時間と就寝時間（幼児）

- ・幼児の起床時間は6：30～7：30が84.0%を占めている
- ・幼児の就寝時間は遅くなっている傾向（21：00までが27.0%、21：00から21：30は34.0%、21：30から22：00は25.0%、22：00以後は14.0%）

《食育・食生活》

○「食育」の認知（中学生）

- ・「言葉も意味も知っている」中学生が約2割
- ・「意味は知らないが言葉では知っている」が中学生89.0%

○食に関する関心事項（中学生）

- ・関心事項の第1位は、料理の仕方58.0%
- ・第2位は栄養成分34.3%、第3位は食事と運動、肥満などの関係、食事のマナーなど

○普段の食生活に対する思い（中学生）

- ・食生活についての問題意識をもっている生徒は、約2割（「大変良い・良い」63.6%、「少し問題・問題が多い」19.0%）

○ 今後の食生活

- ・ 食生活を改善したい意識のある中学生は約 3 割
（「良くしたい」 32.7%、「今のままで良い」 43.3%、「考えていない」 20.6%）

一般市民

《食生活》

○朝食の摂取

- ・ 「毎日必ず食べる」とする割合は、年代が上がるに従い高くなる
（20代 78.4%、30代 84.8%、40代 86.1%、50代 88.7%、60代 100%）

○朝食を食べない理由（全世代合計）

- ・ 食べないことが習慣化している割合が 2 割
「時間がないから」 27.7%、「食べたくない・食欲がないから」 19.3%、「準備ができていない」 7.6%

○朝食の内容

- ・ 年代が高いほど「主食、おかず、汁物」がそろったバランスのとれた食事内容の割合が高い
（20代 37.8%、60代以上 64.6%）

○朝食の主食

- ・ 年代が高いほど米を主食にしている割合が高い
（20代 64.9%、60代以上 80.6%）

《食育》

○「食育」の認知度

- ・ 食育の認知度は 6 割弱
（「言葉も意味も知っていた」 57.1%、「言葉は知っていたが、意味は知らなかった」 37.5% 「言葉も意味も知らない」 4.5%）

○「食育」への関心

- ・ 食育への関心は年代が上がるごとに高まる
（20代78.4% 70代以上90.1%）

○「食育」活動・行動

- ・食育の活動・行動割合は年代が上がるに従い高まる

(「食育に取り組んでいる」「少し取り組んでいる」を合わせた割合は20代で44.2%、70代以上96.8%)

○メタボリックシンドロームの認知度

- ・「メタボリックシンドロームの言葉も意味も知っている割合」は67.6%
(「言葉も意味も知らない」32.3%)

保護者

幼児の保護者、小・中学生の保護者に対し、子どもの食生活のほか、親としての食生活に対する質問を行った。子育て年代となる一般市民の20～30代、40代の特徴が出ている。

○「食育」の認知度

- ・保護者の食育の認知度は7割弱

(小学生保護者「言葉も意味も知っていた」65.4%、「言葉は知っていたが、意味は知らなかった」30.7%、中学生保護者「言葉も意味も知っていた」69.1%、「言葉は知っていたが、意味は知らなかった」29.2%)

○「食育」への関心

- ・保護者の約7割が食育に関心がある

(小学保護者「関心がある」「どちらかといえば」を合わせた割合は72.3%、「あまりない」「ない」を合わせた割合は9.2%、中学保護者「関心がある」「どちらかといえば」を合わせた割合は71.5%、「あまりない」「ない」を合わせた割合は9.7%)

○地場産食材への関心

- ・買い物の際、県産を意識する割合は約5～6割

(小学生保護者「意識する」「少し意識する」を合わせた割合52.6%、反対に、「どちらかという意識しない」と「意識しない」とする割合22.1%
中学生保護者「意識する」「少し意識する」を合わせた割合58.8%、反対に「どちらかという意識しない」と「意識しない」とする割合16.6%)

- ・朝市の利用は20～30代の保護者は12.6%と低い状況

- 「食育」が必要だと思う世代
 - ・食育が必要な世代は小学生の保護者は小学生、中学校の保護者は中学生が必要と思っている親が多い

- 普段の食生活に対する思い
 - ・食生活についての問題意識をもっている保護者は、約4～5割弱
(小学生保護者 現在の食生活が「大変良い」「良い」を合わせた割合は43.5%、「少し問題」「問題が多い」を合わせた割合は48.2%、中学生保護者 現在の食生活が「大変良い」「良い」を合わせた割合は51.6%、「少し問題」・「問題が多い」を合わせた割合は42.3%)

- 今後の食生活
 - ・食生活を改善したい意識のある保護者は6割以上
(小学生保護者「良くしたい」65.6%、「今のままで良い」25.3%、「考えていない」8.9%、中学生保護者「良くしたい」59.3%、「今のままで良い」30.5%、「考えていない」9.8%)

- 今後の食生活で留意したいこと（複数回答）
 - ・バランスのとれた食事の実践を一番に考えている傾向
(第1位「バランスのとれた食事」、第2位「食事のマナーや作法の習得」
第3位「食品の安全性」、第4位「食生活リズム」第5位「食卓を囲む機会の増加」)

- 教育ファームへの認知度・関心
 - ・教育ファームの認知度は1割弱
(教育ファームに「参加したい」「機会があれば参加したい」を合わせた割合は70.1%と意識が高い)

- 自家栽培の経験者の割合
 - ・自家栽培経験がある家庭は約半数
(野菜の自家栽培経験が「ある」44.3%、「ない」55.6%)

保護者の食育に対する意見（自由記載） [平成21年5月調査]

- ・あまり難しく考えないで、楽しく会話しながらいろいろ伝えたいと思います。
子供も高学年になってくるといろいろ教わってくるので、それを子供が親に教えてくれ、会話のきっかけが増えました。
- ・私が日ごろ気をつけて注意を払うところは、できるだけ食品添加物の少ない食べ物を選んで購入することです。
- ・味付けはなるべく薄くし、生野菜をたくさん取るように心がけています。
- ・とにかく手作りしてできるだけ地のものを使用して一生懸命私が食事を作ればこの思いが食育になると思う。
- ・母親がいないとき父親が、食べられたらいいとファストフードへ行きがちなのが困るので、自分で作るように（作らなきゃと思ってほしい）なってほしい。
- ・小学校の頃給食はランチルームで全校児童でいただいていたいました。
その後給食委員会が食育に関する発表やお知らせをしていました。もちろん栄養士の先生も教えていましたが、子供による子供に対しての情報提供はより関心があり心に残ると思います。寺家小学校では残念ながら調理は自校方式ではなくランチルームはありませんが、給食後、数分でいいので各クラスを高学年がまわって情報提供しながら発表者自らも関心を抱いていくといった機会を設けるのも一つの方法かと思います。
- ・地産地消という言葉を見かけて買おうとするが、高かったり量が少なかったりして買わないことが多い。
- ・食育はまず食べ物を食べることができるという当たり前になっていることが実はすごくありがたいことということをお子孫たちには理解させていきたいと思っている。
- ・食育ということに関心はあっても何をしたらいいかわからないのが実際の状況です。親子で聞けるような食育をテーマとした会などがあると参加しやすいです。
- ・おいしいものを心をこめて料理することが大切だと思います。
娘がいったこと「1年のとき給食はあまりおいしくなかった。2年になっておいしくなった。人が変わった。上手に一生懸命作ってくれる人が調理してくれている。」
- ・夕食は家族全員で食べたい気持ちはあるが、なかなか現状では難しいです。
- ・毎日時間に追われて作る料理ばかりなので食育等を考える暇がなく、手軽に作れるものばかりになってしまいます。親世代の方もその親から「食育」を習っていないためわからないのではないのでしょうか。
- ・地産地消を心がけているが、県内産のものより県外産あるいは外国産の方が安価なのは不思議です。安全なのでしょう。また、健康志向と食育が必ずしも一緒ではない気がします。
- ・子どもは保育園で食育について学び、おかげで親も意識するようになりました。

- ・食育とかではなく、核家族であろうが大家族であろうが誰か（家族がベスト）とともに食事をして会話をして常にコミュニケーションをとることが第一条件だと思います。今の子どもたちは、できている子が少ないような気がします。親同士が話をしていたり子供の話を聞かないという姿、悲しいです。子供も知りたい話は意味がよくわからなくても伝えるべきと思い、家族で話をしながら食卓を囲んでいます。
- ・家庭での食育が最も重要だと思いますが、子供は学校で教えてもらったことは素直に受け入れるので学校でもなんらかの形で学ぶ機会があるとありがたいなと思います。
- ・簡単なものでいいので調理実習など体験することでわかりやすく理解しやすいのではないかと思います。
- ・高血圧の人にはどのような食品・食事に気をつければいいのかなあ？
- ・食育は低年齢のうちから継続して行っていくことが大切だと思います。小学校から家庭へ投げかけることで食育が進むならそれもよし・・・と思う。
- ・父兄の方と食事をする機会を得た時、食事の作法の無知さに驚く。この親から子供たちが学べるとは思えない。
- ・副菜は必ず1品は手作りを出すようにしている。
- ・子供の成長には食育というものはとても大切だと思います。子供と一緒に学んでいきたいです。
- ・自分で作った野菜を自分で料理してたくさんの人たちと一緒に食べて話し合うのが一番の食育だと思う。
- ・今の時代だからこそ「食育」が大切！食事がとても大切だと思っています。
- ・見てみる食育も大切ではないかと思います。例えば、加工食品がどのような作り方で製造されたり、スーパーではどのように食品が店に運ばれて店に並べられているかなど、実際に現場を見学しないとわからないことが多いと思います。現場見学を通して食品の流通過程の勉強も食育には必要だと思います。
- ・あまり難しいことより、出されたものには文句を言わずきちんと食べる。作った人に感謝する。食べることのマナーをお互いに気にかける。季節ならではのメニューも取り入れるなど食事することは毎日欠かさないことなのでこれは当たり前となるようにしたいです。
- ・家で家庭菜園など子供たちが進んで農業などに関心があるのは良いことだと思います。我が家の子供たちは進んで家庭菜園を行っています。（トマト、枝豆）
- ・市が主催する地産地消の親子料理教室の回数をもっと増やしてほしい。各校下でも主催してほしい。
- ・見たり聞いたりして日ごろ気をつけていてもそのうち忘れてしまいがちになるので、時々このように知らせていただくと再確認できるのでありがたいです。
- ・食べ物があふれてありがたみが少ない。

- ・世界中の人々の中で毎日ごはんを食べられない人がたくさんいることを忘れず、食べ物に感謝していただきたいと思っている。なるべく加工食品に頼らず食べたいが難しい。なるべく添加物の少ないものを選ぶように心がけている。みんなで楽しく食事をしたい。
- ・好き嫌い（野菜・魚・肉・乳など）が多い子供が多く、また、好き嫌いではなく体質の問題をかかえていることもあると思います。私たちが小さい頃は考えられないぜいたくな食事が進み、本来のおいしい食事が遠ざかっていると思うので、どうしてなのかを考えるべきだと思います。食事をしながら家族との会話も必要だと思います。会話をすることで、楽しい食事をとることができると思います。家ではあまり好き嫌いなく肉・魚・野菜みんなで取り合いっこしながら楽しんで食べています。
- ・副食を大人に合わせるべきか子どもに合わせるべきか迷います。栄養を考えると子どもに合わせがちですが。給食でしっかりと栄養を摂っていると思う面もあるんですが、どうでしょうか？
- ・カップめんやスナック菓子、清涼飲料水などすぐに口にできるものを口にしがちであるが、時々であればいいけど常に食べ続けると体にはよくないことをすべての子どもたちが理解してくれたらいいと思います。そのためには、まず親の方から変えていかなければいけないといけませんが・・・
- ・滑川市でも積極的に「食育」に取り組んでほしいと思っています。その場合、子ども世代に限定されるものではなく成人も含めた地域ぐるみの取り組みでお願いします。
- ・安全な食品だけ販売してほしい。
- ・食育と難しく教えたり考えたりしなくても、好き嫌いせず残さず、気持ちよく食事できればよいのではないのでしょうか。
- ・とても大切なことですが、現実的には本当にできてなく残念思います。気持ち的にも世の中的にももっと豊かになることを願います。
- ・学校の給食は栄養のバランス大事ですが、おいしさも重視して給食がもっと楽しい時間になってほしい。
- ・経済的なこともあり、考える余裕がない。ないなりに野菜は必ず食卓に出します。みんな必ず野菜は食べます。まずは楽しい食卓にすることが大事（好き嫌いとは別）
- ・親から離れ始めるころに好みやマナー、バランスが崩れたりして自分の意識が必要になってくるので、中学生のころからの意識の向上が望まれます。
- ・ヨシケイ利用しています。朝は父、夜は母が料理作りを担当しています。子供にもできるだけ食事作りを手伝ってもらっています。あれこれ言葉で教えるより、体験させることが一番ではないのでしょうか。
- ・とにかく手作りをしてできるだけ地のものを使用し、一生懸命私が作ればこの思いは食育になると思う。

- ・子どもたちに教えることと並行してその親が認識できるようになって実行していかないと難しい。
- ・食事は楽しくバランスよくが大事だと思います。
- ・祖母の家庭菜園により自給率もアップし、新鮮な野菜をたくさん食べることができています。普段から食育の基本を学び生活していると思います。
- ・家庭内でしっかりとおとなが食育を意識した食生活を営むことで、子供たちの健全な食生活を作っていくと思っています。
- ・物があふれすぎ、便利な物がありすぎて食の基本である「感謝する」ということに欠けている。子供だけでなく自分自身も常にこの気持ちを忘れないように心がけ、子供にも話をしている。
- ・学校給食で人気メニューなど家庭でも取り入れて参考にしたいのでレシピなど時々給食だよりに入れていただけるとよいと思いますし、家族も給食の味を感じられてよいと思います。
- ・給食の献立を参考に地元の野菜や食品について学んでみるもの身近でよいと思う。
- ・知識を習得する機会を作っていただけるとうれしいです。
- ・食育に関心はあるが、活動や行動を全くしていないといことに気づきました。今後考えていかなければと思いました。

資料 4 滑川市食育推進会議委員名簿

平成 22 年度

	組織	所属・役職	氏名
1	関係機関・団体	滑川市自治会連合会副会長 (保健衛生担当代表)	有金 政俊
2		滑川漁業協同組合代表理事組合長	萩原 金吉
3		滑川商工会議所会頭	斉藤 慎一
4		滑川市飲食店組合代表	廣澤 眞治
5		J A アルプス代表理事組合長	谷川 剛
6		滑川市農業公社事務局長	矢野 忠司
7		滑川市営農組合連絡協議会長	山本 文敏
8		滑川ひかる市運営協議会長	古塚 知宣
9		J A アルプス女性部滑川地区部長	亀田 佳美
10	教育（保育）関係	滑川市小学校長会長	石上 和子
11		滑川市中学校長会長	稲垣 宗之
12		滑川市小中学校 P T A 連合会長	小林 昌樹
13		滑川市幼稚園代表（同朋幼稚園長）	蜷川 徳子
14		滑川市保育士会長	安本 弘美
15	医療機関	滑川市医師会代表	車谷 亮
16		滑川市歯科医師会長	高野 建一
17	ボランティア 団体	滑川市ヘルスボランティア協議会長	川岸 忠毅
18		滑川市食生活改善推進協議会長	深井 さつ子
19		滑川市母子保健推進員協議会長	大浦 邦子
20	一般公募	公募委員	石坂 直樹
21		公募委員	牧田 太
22		公募委員	藤井 慈枝
23	市役所	市長（滑川市食育推進会議会長）	上田 昌孝
24		副市長	久保 真人
25		教育長	石川 忠志
26	参与	富山県富山農林振興センター所長	瀬戸 正次
27		富山県中部厚生センター所長	横川 博

平成23年度

	組織	所属・役職	氏名
1	関係機関・団体	滑川市自治会連合会副会長 (保健衛生担当代表)	有金 政俊
2		滑川漁業協同組合代表理事組合長	萩原 金吉
3		滑川商工会議所会頭	斉藤 慎一
4		滑川市飲食店組合代表	廣澤 眞治
5		J Aアルプス代表理事組合長	谷川 剛
6		滑川市農業公社事務局長	高辻 進
7		滑川市営農組合連絡協議会長	山本 文敏
8		滑川ひかる市運営協議会長	古塚 知宣
9		J Aアルプス女性部滑川地区部長	亀田 佳美
10	教育（保育）関係	滑川市小学校長会長	石上 和子
11		滑川市中学校長会長	稲垣 宗之
12		滑川市小中学校PTA連合会長	石倉 一正
13		滑川市幼稚園代表（同朋幼稚園長）	蜷川 徳子
14		滑川市保育士会長	安本 弘美
15	医療機関	滑川市医師会代表	車谷 亮
16		滑川市歯科医師会長	網谷 伸治
17	ボランティア団体	滑川市ヘルスボランティア協議会長	海老原美代子
18		滑川市食生活改善推進協議会長	森 暁美
19		滑川市母子保健推進員協議会長	大浦 邦子
20	一般公募	公募委員	石坂 直樹
21		公募委員	牧田 太
22		公募委員	藤井 慈枝
23	市役所	市長（滑川市食育推進会議会長）	上田 昌孝
24		副市長	久保 真人
25		教育長	石川 忠志
26	参与	富山県富山農林振興センター所長	竹田 淳一
27		富山県中部厚生センター所長	大江 浩

滑川市食育推進庁内検討委員会名簿（H22年度～23年度）

	組織	所属・役職	氏名
1	市役所関係	副市長	久保 真人
2		産業民生部長	坪川 宗嗣（H22 年度） 小幡 卓雄（H23 年度）
3		市民課長	荒木 隆
4		農林課長	碓井 善仁（H22 年度） 上坂 清治（H23 年度）
5		商工水産課長	稲谷 幹男（H22 年度） 碓井 善仁（H23 年度）
6		福祉課長（平成23年度より教育委員会 子ども課長）	川原 啓子
7		子育て支援センター所長（平成23年 度より教育委員会子ども課所属）	福田 敬子（H22 年度） 金島 芳子（H23 年度）
8	教育委員会	次長	若林 克己（H22 年度） 宮川 潮（H23 年度）
9		学務課長	平井 利枝子
10		生涯学習スポーツ課長	山下 貴章（H23 年度）
11		教育センター所長	川尻 政市（H22 年度） 山岸 均（H23 年度）
12		給食調理場（栄養教諭）	三邊 真純
13		給食調理場（栄養教諭）	松井 ちひろ（H23 年度）
14		子ども課管理栄養士	吉田 さや香（H23 年度）
15	事務局	市民健康センター所長	石原 和子
16		〃 副主幹（管理栄養士）	結城 幹子
17		〃 管理栄養士	石尾 真希子（H22 年度）

滑川市食育推進計画策定ワーキング`部会名簿(H22 年度~23 年度)

	組織	所属・役職	氏名
1	公募市民	公募委員	石坂 直樹
2		公募委員	牧田 太
3		公募委員	藤井 慈枝
4	市役所関係	農林課副主幹	地崎 紀子
5		商工水産課主査	永田 光司
6		福祉課主任	稲場 愛 (H22 年度)
7	教育委員会	教育センター所長代理	稲垣 孝誠 (H22 年度) 菅田 道明 (H23 年度)
8		学校給食調理場長補佐	堺谷 勝明
9		〃 (栄養教諭)	三邊 真純
10		〃 (栄養教諭)	松井 ちひろ (H23 年度)
11		〃 (調理員)	福田 弘美 (H22 年度) 北條 清美 (H23 年度)
12		生涯学習スポーツ課主任	中田 峰春 (H23 年度)
13		子ども課管理栄養士	吉田 さや香 (H23 年度)
14		保育所調理員代表 (あずま保育所)	北條 清美 (H22 年度) 福田 弘美 (H23 年度)
15	事務局	市民健康センター所長	石原 和子
16		〃 副主幹 (管理栄養士)	結城 幹子
17		〃 管理栄養士	石尾 真希子 (H22 年度)

資料5 計画の策定経過

年月日	実 施 会 合 等	内 容
平成22年 4月19日	第1回滑川市食育推進庁内検討委員会	庁内食育関係部署の事業把握
5月12日	第2回滑川市食育推進庁内検討委員会	第1回滑川市食育推進会議の内容について
6月2日	第1回滑川市食育推進会議	滑川市食育推進事業の構想 滑川市食育事業の現状 今後の事業推進予定
6月23日	第1回滑川市食育推進計画策定ワーキング部会	市食育関係部署の今年度事業について 食育推進計画策定スケジュールについて 実態把握の方法について
7月～8月	各部署で実態把握の実施・集計	
9月28日	第2回滑川市食育推進計画策定ワーキング部会	実態把握結果からの課題抽出とその対策検討
10月29日	第3回滑川市食育推進庁内検討委員会・滑川市食育推進計画策定ワーキング部会合同開催	学校給食試食会 実態把握からの課題と対策についての検討
11月2日	第2回滑川市食育推進会議	滑川市食育推進計画について ・計画策定に向けての実態把握結果とその課題と対策について ・課題に対する意見交換 滑川市食育推進条例について
12月～ 平成23年1月	食育関係部署の素案の提出、相互に連絡しながら事務局で調整し、滑川市食育推進計画素案作成	
2月2日	第4回滑川市食育推進計画策定ワーキング部会	滑川市食育推進計画素案について協議 計画案数値目標について
2月9日	第4回滑川市食育推進庁内検討委員会	滑川市食育推進計画素案について協議

年月日	実 施 会 合 等	内 容
平成 23 年 2 月 24 日	第 3 回滑川市食育推進会議	滑川市食育推進条例案・滑川市食育推進計画案について
3 月	素案の最終調整	
4 月 1 日～ 4 月 20 日	パブリックコメント実施	滑川市ホームページへの掲載 市役所、市民健康センター 各地区公民館 2 件の意見提出
4 月 21 日	第 5 回滑川市食育推進庁内検討委員会・滑川市食育推進計画策定ワーキング部会	滑川市食育推進計画案、パブリックコメントの報告 平成 23 年度の各部署の食育事業計画について
5 月 10 日	第 4 回滑川市食育推進会議	滑川市食育推進計画案、パブリックコメントの報告 今年度の各部署の食育事業計画について
5 月中旬	パブリックコメントの報告	滑川市ホームページへの掲載
6 月	滑川市食育推進計画公表	滑川市食育推進会議委員、食育関係団体、関係機関等に配布
6 月	滑川市食育推進計画概要版の作成	市内全戸配布