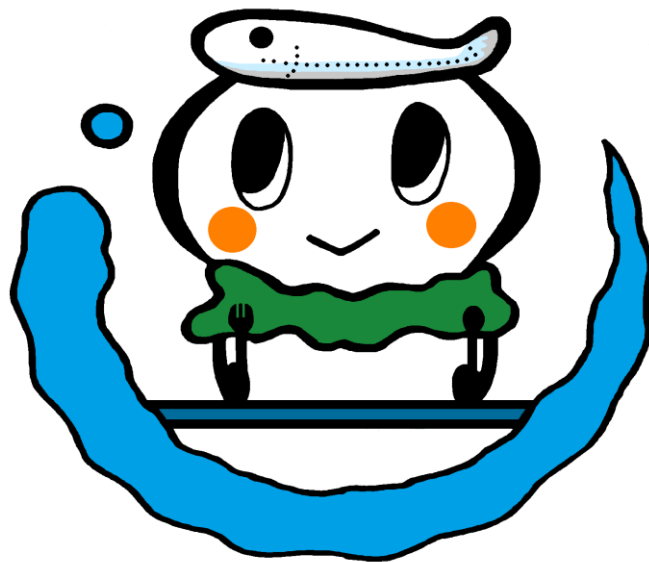


ずっと しあわせ

第2次逗子市食育推進計画 (案)



平成 28 年●月

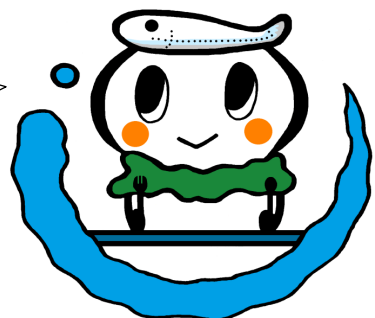
逗子市

逗子市食育推進キャラクター「しらわかちゃん」

しらわかちゃん：

逗子市市章をモチーフに（しんにようの上の豆）、
逗子の名産物からしらす、わかめを身にまとっています。

いっしょに
食育(しょくいく)ってなにか
かんがえてみよう！



目 次

第1章 第2次計画の策定にあたって P. 3～8

- 1 計画策定の趣旨.....5
- 2 計画の位置づけ.....7
- 3 計画期間.....7

第2章 逗子市の食をめぐる現状と課題 P. 9～20

- 1 朝・昼・夕3食の食事状況について.....10
- 2 食事への満足度.....12
- 3 食事づくりへの参加.....14
- 4 地域活動への参加.....15
- 5 農林水産に関わる体験.....16
- 6 子どもたちの食生活について、保護者が大切にしたいと考えていること17
- 7 高齢者の食生活等について.....18

第3章 前計画の成果と課題 P. 21～24

- 1 前計画における目標値の成果と課題.....22

第4章 基本理念 P. 25～32

- 1 基本理念と目標.....26
- 2 推進の視点とライフステージ別の姿.....30
- 3 取組みの実現に向けて.....32

第5章 実施計画

P. 33～50

1 計画の体系

◇第2次逗子市食育推進計画の体系図◇	34
--------------------	----

2 具体的な取組み

取組みの方向1 いきいきと健康に暮らす	36
---------------------	----

取組みの方向2 安心して食べられる	42
-------------------	----

取組みの方向3 地域で支えあう	44
-----------------	----

取組みの方向4 食文化を守り伝える	46
-------------------	----

◇ライフステージ別の姿◇	49
--------------	----

第6章 計画の推進体制

P. 51～54

1 連携と役割分担	52
-----------	----

2 推進体制の整備	53
-----------	----

資料編

P. 55～66

1 逗子市食育推進懇話会の設置及び運営に関する要綱	56
---------------------------	----

2 逗子市食育推進懇話会名簿	58
----------------	----

3 逗子市食育推進計画アンケート調査概要	59
----------------------	----

4 食育基本法の概要	63
------------	----

5 用語解説	64
--------	----

※ 資料編の用語解説に記載のある用語については、計画上最初に出てくるページの箇所に◇を入れています。



第 1 章

第 2 次計画の策定にあたって

- 1 計画策定の趣旨
- 2 計画の位置づけ
- 3 計画期間



1 計画策定の趣旨

本市では、平成 17 年に施行された「食育基本法」及び平成 18 年 3 月に策定された「食育推進基本計画」を踏まえ、平成 23 年 3 月に「ずっとしあわせ 逗子市食育推進計画」を策定しました。「しあわせ つむぐ 心豊かな食生活」を基本理念とし、保育所、幼稚園、学校、市民団体・ボランティア、食に関する事業者、行政が主体的に関わる「オール逗子」の力で食育へ取り組み、進行管理とともに食育の推進を実践してきました。

その推進の結果を計るため、平成 26 年 5 月～6 月にかけて「逗子市 食育に関するアンケート調査」を実施し、全ての項目で策定時の現状値が改善されたことを確認しました。特に「地域の活動に参加している割合」及び「農林水産に関わる体験をしたことがある割合」は目標値を上回り、市民が地域活動や農林水産に関わる体験を行うことができる環境が整い、市民が主体的に活動を広げる意識が高まったことが分かりました。このことは、行政だけでなく、観光協会や漁業協同組合など、幅広い団体がオール逗子の力で取り組んだ成果の賜物だと考えます。

しかし、依然として子どもの年齢が上がるごとに朝食の欠食が高まる傾向にあり、特に 20 歳代は「毎日 3 食食べる」と回答した人は 54.8%と、約半数の方が欠食傾向にあることが分かりました。また、「一人で食事をする」人の総数割合は全国・県の平均よりも高いなど、生活環境の変化が食生活にも影響している様子が分かりました。

これからも、市の食育に関する施策をさらに総合的かつ効果的に推進するため、「第 2 次逗子市食育推進計画」を策定し、市民の心豊かな食生活の実践を目指します。

◇食育

◇「食育推進基本計画」

◇欠食

食育ってこんなこと！

食育は、生涯にわたる生活の基本であるため、すべての世代に必要なことであり、特に子どもたちが生きる力を身につけていくためにも、とても重要なものと考えます。

そして、その子どもたちが、将来、身につけたものを次の世代へ伝えていくことで、継続的に食育を推進していくものです。

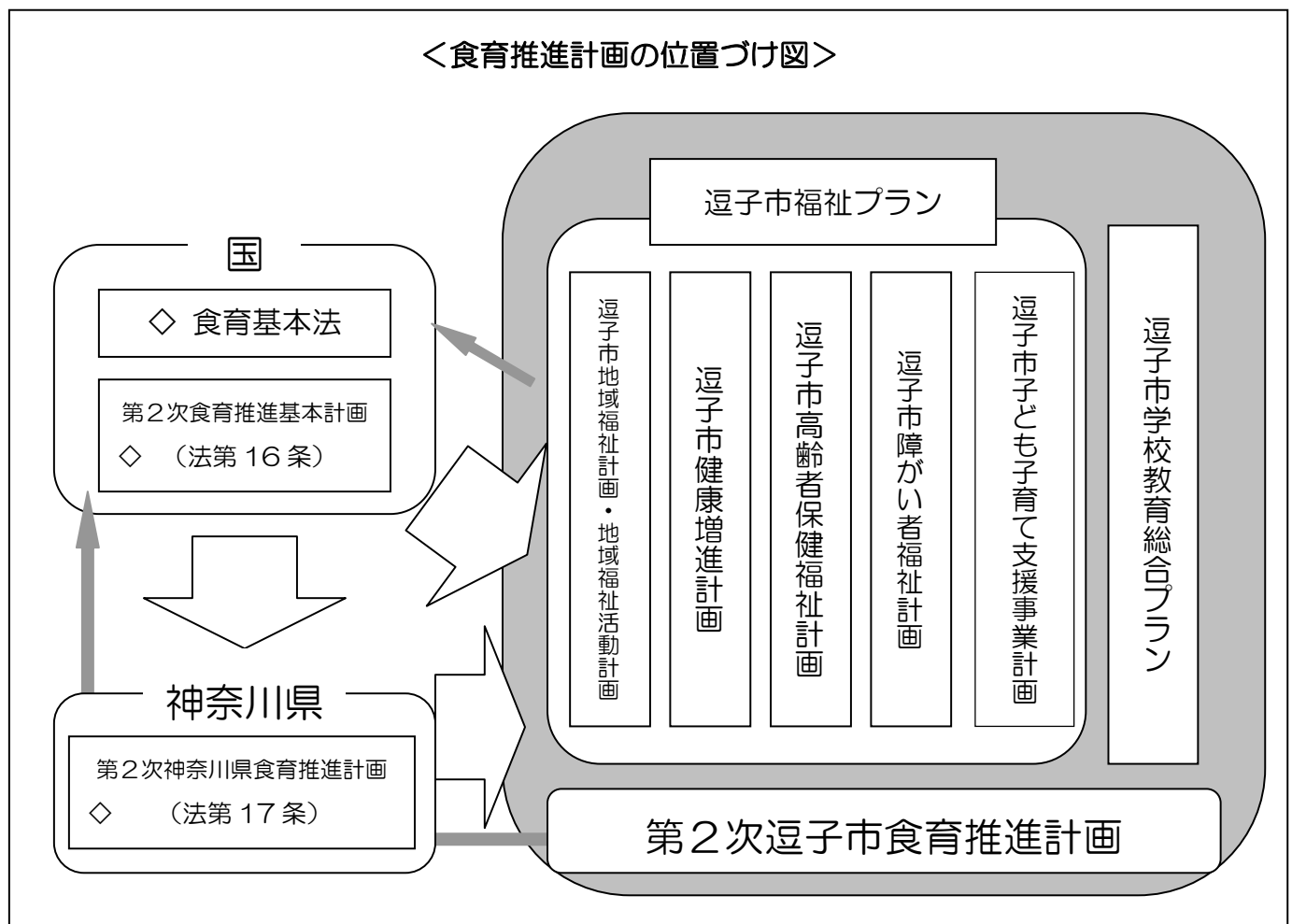
- ・ 会話をしながら楽しく食事をする
- ・ 発達・発育に応じた食事をする
- ・ 自然や食べ物に触れる
- ・ 家や学校などで野菜を育てる体験をする
- ・ 農林水産体験等を通して生産や流通を学ぶ
- ・ 食の安全等に関する正しい知識、選択力を身につける
- ・ 食事の際のあいさつ、マナーを身につける
- ・ 調理等の手伝いをする
- ・ 栄養バランスのとれた食事をし、生活習慣病を予防する
- ・ 生産者の苦労を認識し、食品廃棄の減量、リサイクルに努める
- ・ 食文化についての理解を深める
- ・ 伝統食などの食文化を継承していく
- ・ 体調にあった食生活を送る
- ・ 経験や知識を生かして食育活動に参加する
- ・ 次世代に食のありがたさ、大切さ、知識を伝える など

生活の中の『食』に関わることをすべてが
食育なんだね！！



2 計画の位置づけ

- (1) この計画は、食育基本法第 18 条第 1 項に基づく市町村食育推進計画とし、今後、本市が進めていく食育推進施策の方向性や目標を定めるものです。
- (2) 逗子市総合計画の基幹計画である逗子市福祉プランや関連する他の計画と連携した、整合性のある計画として定めるものです。

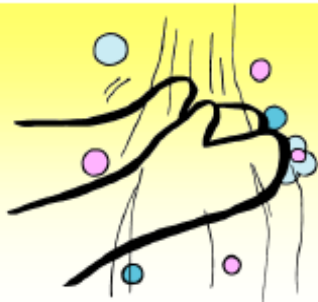


3 計画期間

本計画の期間は、2016 年度（平成 28 年度）から 2022 年度（平成 34 年度）の 7 年間とします。以降、計画の達成状況や社会環境等の変化を踏まえながら、継続して見直しを行っていきます。

♪ぴかぴかおててのしらわかちゃん♪ ～手あらいの手順～

①



♪おみずでぶくぶくしらわかちゃん♪
(流水で手をぬらし、石けんをつける)

②



逗子市食育推進
キャラクター
しらわかちゃん

♪“せなか”も“おなか”もあらいましょう♪
(手のひらと、手の甲を洗う)

③



♪さんかくヨットであわあわあわ♪
(指のあいだを洗う)

④



♪ハンドルまわしてゴシゴシゴシ
はんだいがわもゴシゴシゴシ♪
(親指もわすれずに洗う)

⑤



♪さきのほうまで1・2・3・4
はんだいがわも1・2・3・4♪
(指先や爪のあいだを洗う)

⑥



♪ぐるぐるバイキンつかまえて
はんだいがわもつかまえて♪
(てくびを洗う)

⑦



♪おみずでキレイにながしましょう♪(バイバ～イ！)
(よく洗い流し、乾いたキレイなタオルでふきとる)



じょうずに
洗えたかな？

きれいな
おててで
いただきます！

逗子市福祉部国保健康課

手洗いの手順を分かりやすく説明したものです。
逗子市のホームページ、食育からダウンロードできます。

第2章

逗子市の食をめぐる現状と課題

- 1 朝・昼・夕3食の食事状況
- 2 食事への満足度
- 3 食事づくりへの参加
- 4 地域活動への参加
- 5 農林水産に関わる体験
- 6 子どもたちの食生活について、
保護者が大切にしたいと考えていること
- 7 高齢者の食生活等

今回の計画改定に伴い、市民の食習慣や食生活に対する意識を把握するため平成26年5月～6月にかけて「逗子市 食育に関するアンケート調査」を実施しました。

調査結果から、次のような食をめぐる現状と課題が浮かびあがりました。（調査の詳細はP.59に記載）



1 朝・昼・夕3食の食事状況について

小学生のうち、「毎日三食食べる」と答えた人の割合は92.6%であったのに対し、中学生は83.4%と10%ほど少ない結果となりました。また、保護者に関しては、0～3歳児（87.9%）、4～6歳児（82.7%）、小中学生（82.0%）の順に、子どもの年齢が上がるほど、「毎日三食食べる」と答えた人の割合が減少する傾向が見られました。

欠食習慣がある人の割合が一番多いのは、一般成人（15～64歳）で、21.7%です。高齢者（65歳以上）で、「毎日三食食べる」と答えた人の割合は、総数とほぼ同様の84.5%（前回80.6%）でした。

前回の調査結果と比較すると、中学生の「毎日三食食べる」と回答した人の割合83.4%（前回80.6%）が、わずかに増加する傾向が見られましたが、一方、小学生の「毎日三食食べる」人の割合92.6%（前回96.1%）は、わずかですが減少する傾向がみられました。

一般成人（15～64歳）で「毎日三食食べる」と答えた人の割合は総数で78.3%でしたが、20歳代では54.8%（図2）と著しく低下しており、「毎日三食食べない時もある」が45.2%と高い傾向が見られました。

図1 三食の喫食状況（◇ライフステージ別 ※P.56参照）

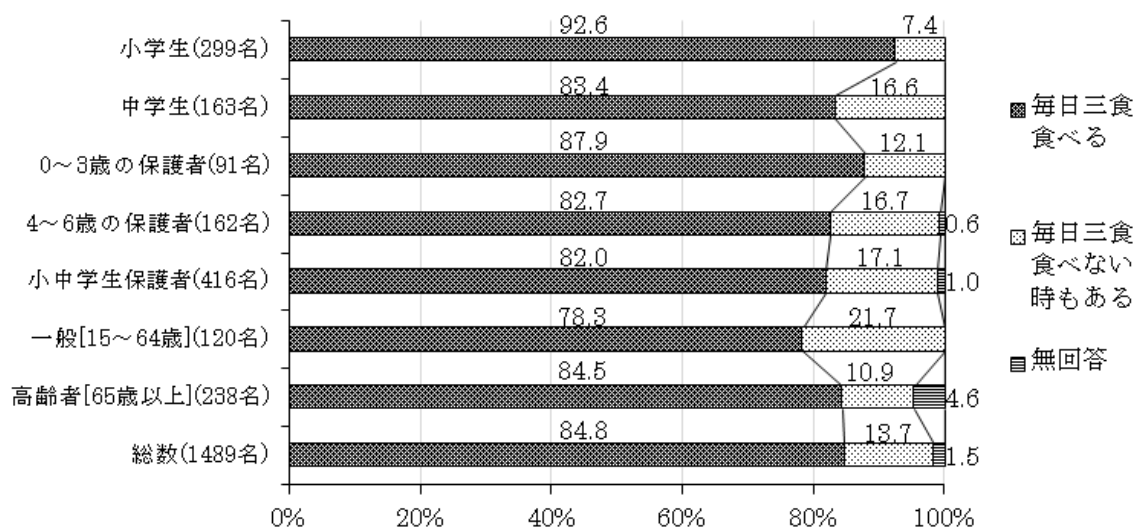


図2 三食の喫食状況（学年・年代別 ※P.56参照）

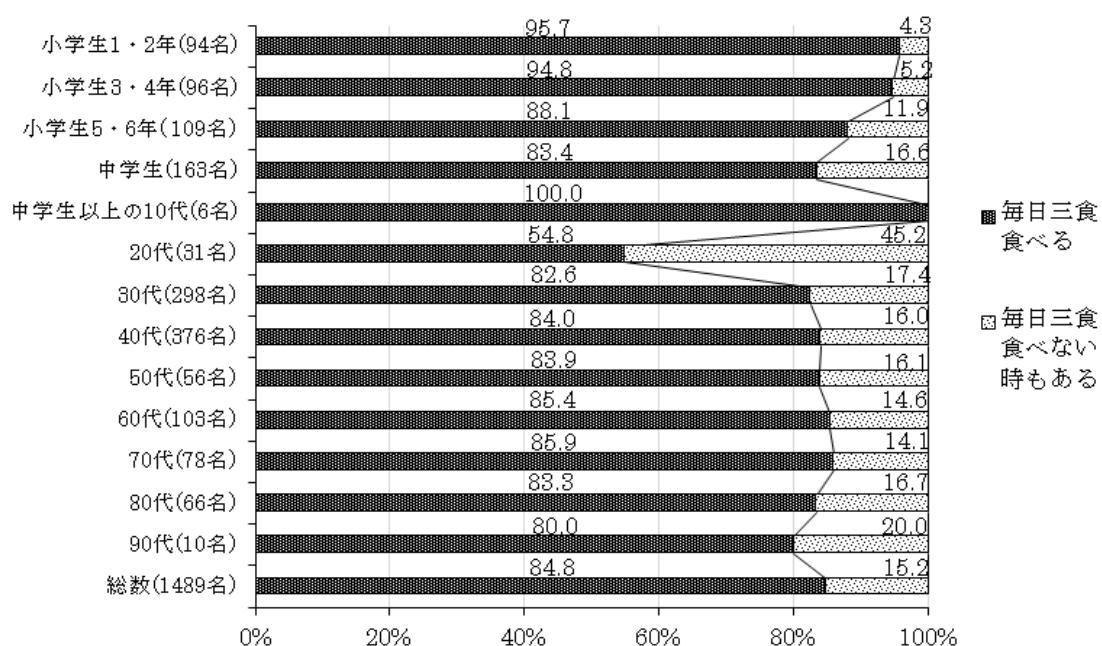


表1 小中学生における朝食欠食率

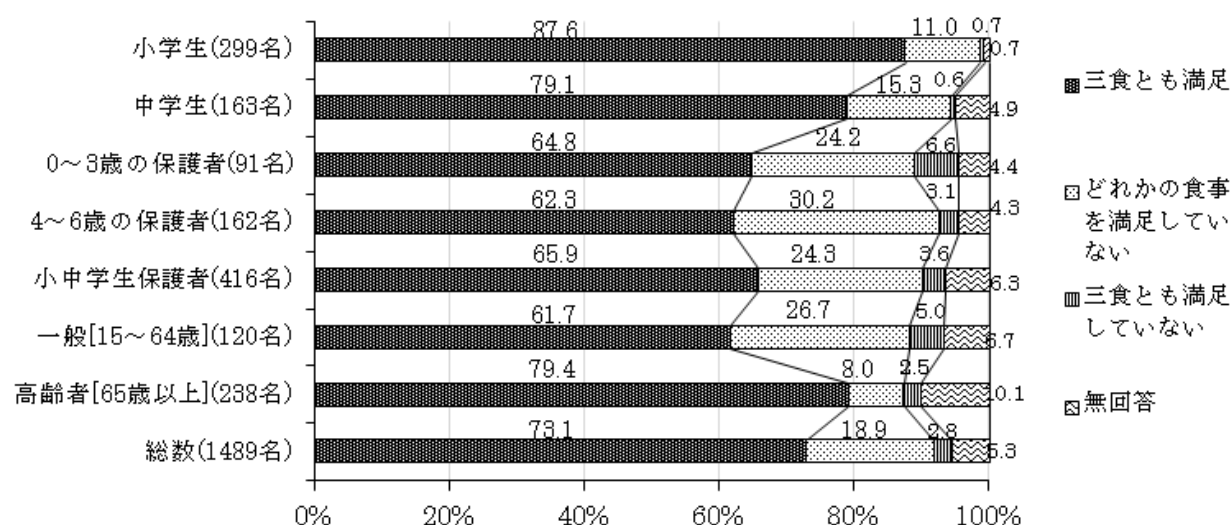
学年	摂取状況	人数	%	%
小学1・2年生 (94名)	毎日食べる	91	96.8	—
	週1～3回食べる	2	2.1	>2.1%
	食べない	0	0	
小学3・4年生 (96名)	毎日食べる	92	95.8	—
	週1～3回食べる	2	2.1	>2.1%
	食べない	0	0	
小学5・6年生 (109名)	毎日食べる	98	89.9	—
	週1～3回食べる	4	3.7	>3.7%
	食べない	0	0	
中学生 (163名)	毎日食べる	141	86.5	—
	週1～3回食べる	6	3.7	>4.9%
	食べない	2	1.2	
小・中学生 (462名)	毎日食べる	422	91.3	—
	週1～3回食べる	14	3.0	>3.4%
	食べない	2	0.4	

小中学校における朝食欠食率（表1）を学年別にみると、「朝食は食べない」または「週1～3回食べる」という朝食の欠食傾向にある人の割合は、小学1・2年生及び小学3・4年生はともに2.1%、小学5・6年生は3.7%、中学生は4.9%、小中学生全体では3.4%でした。小中学生の場合、進級するに従い「朝食を欠食する傾向」が高まります。

2 食事への満足度

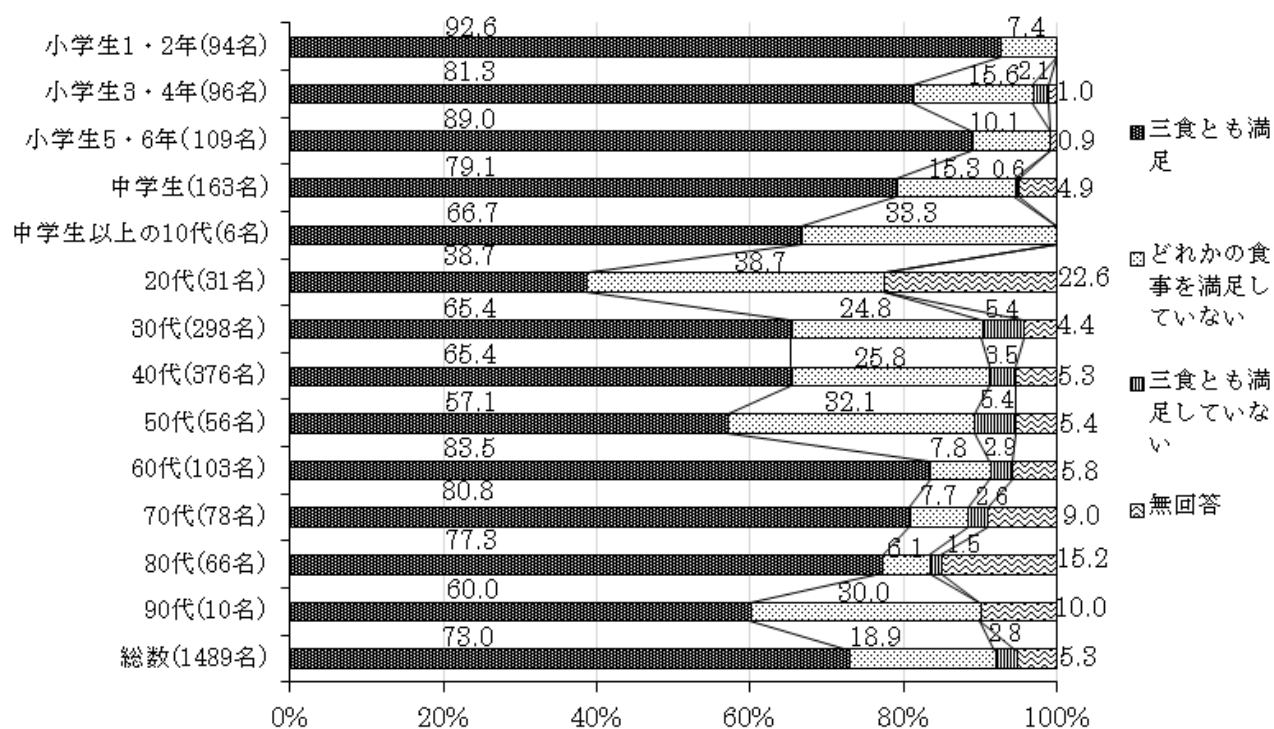
「三食とも満足している」人は、保護者（0～3 歳、4～6 歳、小中学生）で 62.3%～65.9%、一般成人（15～64 歳）で 61.7%と比較的に割合が低く、小学生 87.6%と中学生 79.1%及び、高齢者 79.4%の満足度の割合が、総数の満足度の割合を高めていました。

図3 食事への満足度（ライフステージ別 ※P.56参照）



年代別にみると、小学 1・2 年生で「三食とも満足している」と回答している人の割合が最も高く、92.6%でした。それに対し、最も低い割合は、20 歳代の 38.7%でした。このことは、前回と同様の結果となりました。20 歳代の「毎日三食食べる」と答えた人の割合は、54.8%と前回（52.6%）との有意な変化が見られないにも関わらず、「三食とも満足している」割合は 38.7%となっており前回（52.6%）からの著しい減少となりました。

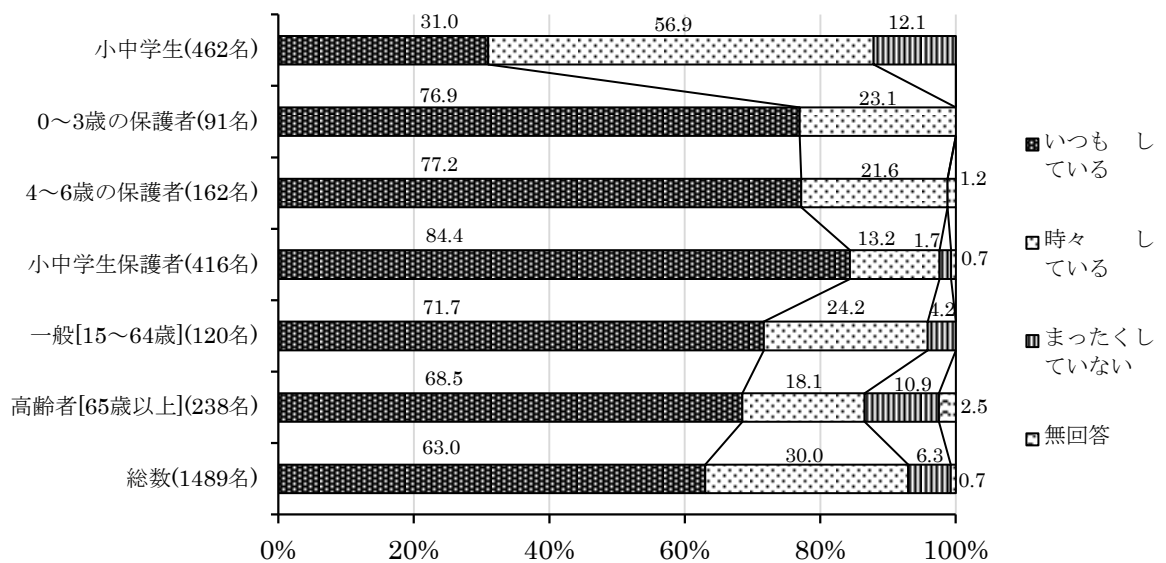
図4 食事への満足度（学年・年代別）



3 食事づくりへの参加

成人（総数から小中学生、高齢者を除く）の中では、小中学生保護者の食事づくりへの参加頻度が 84.4%と、最も高い傾向が見られました。一方で、小中学生の「食事づくりをまったくしていない」人の割合は 12.1%で、前回（12.0%）と変わらず、改善は見られませんでした。

図5 食事づくりへの参加（ライフステージ別 ※P.56参照）



4 地域活動への参加

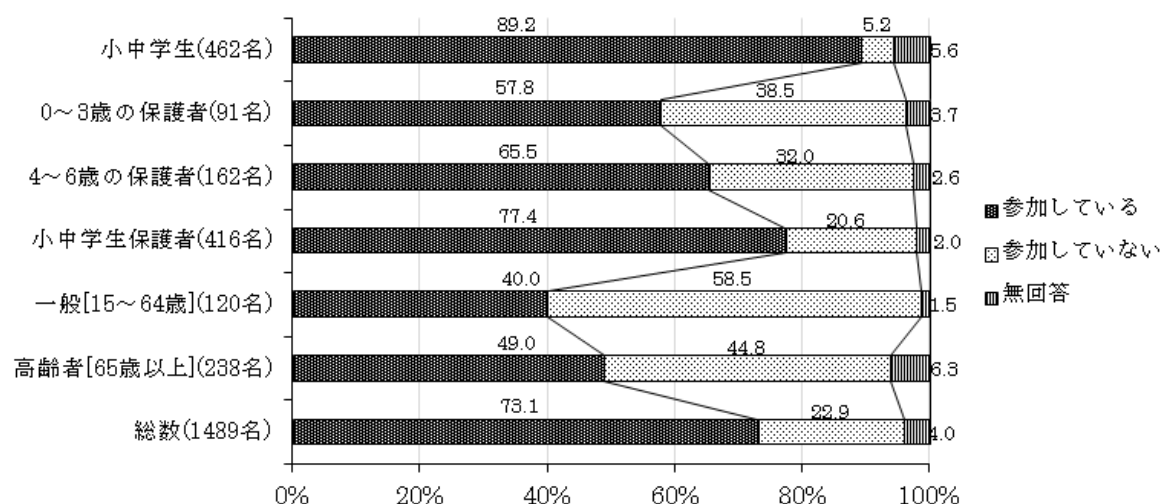
小中学生の地域活動への参加率が 89.2%と最も高く、小中学生の保護者が 77.4%とそれに続きました。活動内容で見ると、小中学生は地域の行事・イベントや子供会、ボランティア活動などに、保護者（0～3 歳児、4～6 歳児、小中学生）は、地域の行事・イベントや自治会活動への参加が多いことが分かりました。高齢者の地域活動への参加率は約 50%で、趣味や勉強会、自治会活動等という活動内容でした。

一般成人の地域活動への参加率は 40.0%と前回（44.6%）より減少しましたが、その他の区分での参加率は増加傾向でした。

また、地域活動に参加していないと回答した人のうち、33.9%の人が今後参加してみたいと望んでいることが分かりました。参加を希望する活動は、小中学生ではボランティア活動や子供会、地域の行事・イベント、保護者（0～3 歳児、4～6 歳児、小中学生）は趣味や勉強会の他、地域の行事・イベント、高齢者は趣味や勉強会の他、ボランティア活動でした。

一方、子どもが地域活動に参加していない保護者の 90%近くは、子どもたちを参加させたいと望んでいることが分かりました。

図6 地域活動への参加（ライフステージ別 ※P.56参照）



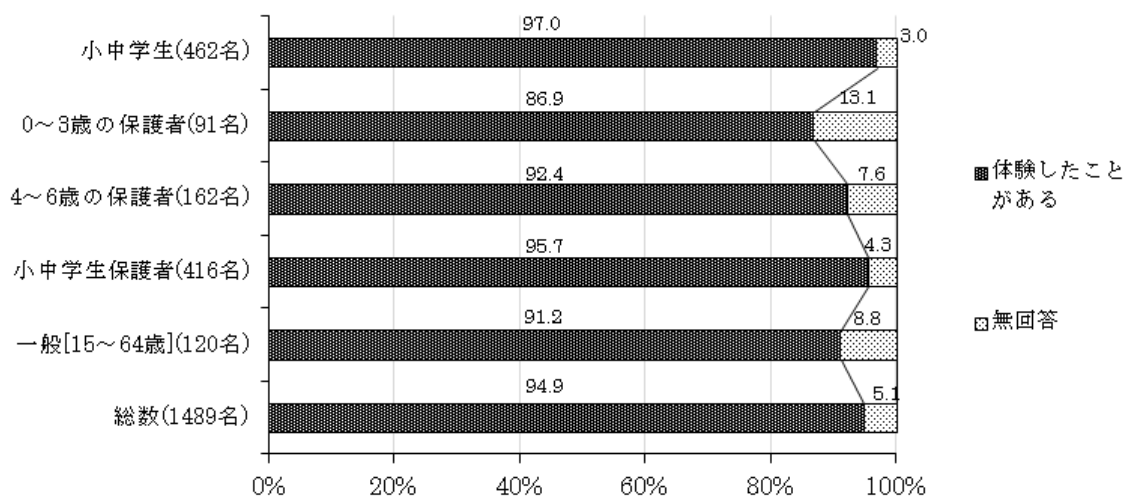
5 農林水産に関わる体験

農林水産に関わる体験をしたことがある人は、94.9%（高齢者を除く）と高い割合でした。内容としては、「家庭や農園等で野菜や果物を育てる」25.1%、「家庭や農園等で野菜や果物を収穫する」25.3%が前回と同様に最も多く、次いで「魚釣りや地引網」18.8%、「田植え・稲刈り」10.7%、「海藻ひろい」10.3%でした。

また、回答者の71.8%は、さらに体験してみたいと回答しています。希望している活動は、「野菜や果物の栽培」20.5%、「野菜や果物の収穫」19.1%、「魚釣りや地引網」18.2%、「田植え・稲刈り」12.7%、「海藻ひろい」11.5%等です。

図7 農林水産に関わる体験（ライフステージ別 ※P.56 参照）

※高齢者については、ほとんど現在までに何らかの農林水産にかかわる体験をしていると考えられることから、アンケート項目から除外しました。



6 子どもたちの食生活について、 保護者が大切にしたいと考えていること

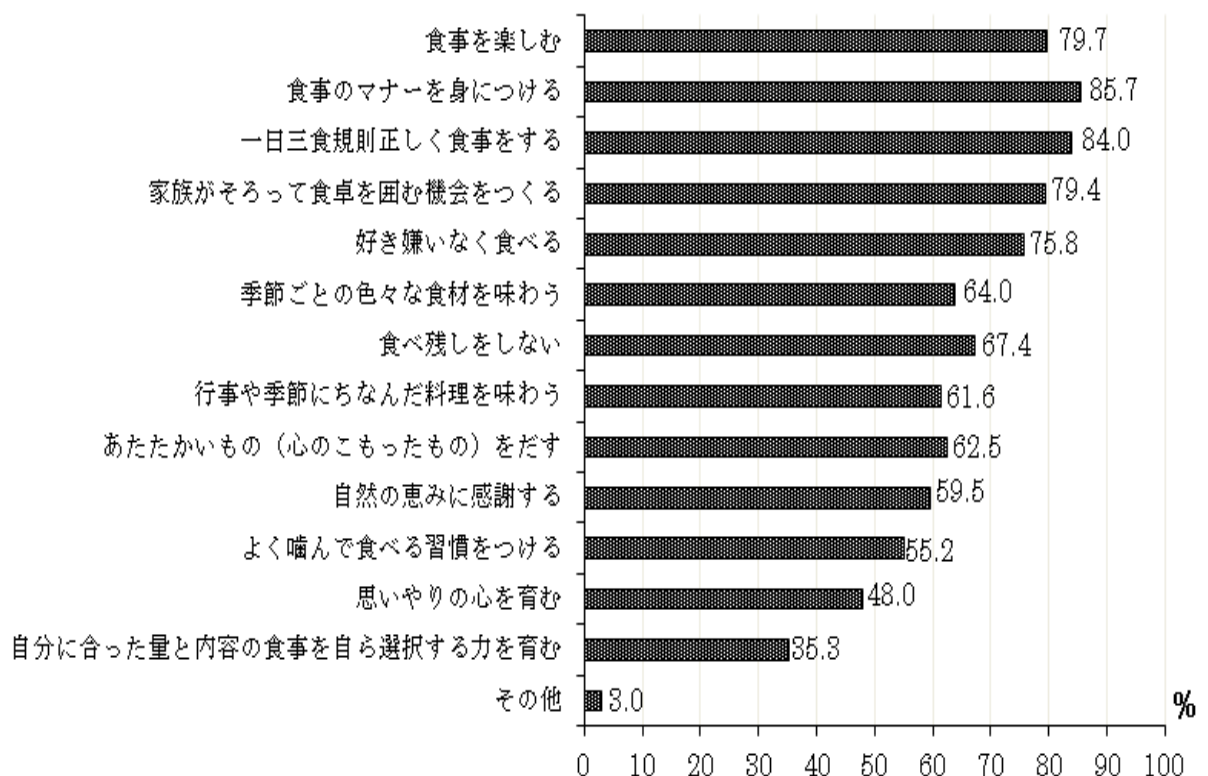
子どもの年齢にかかわらず、保護者が子どもたちの食生活について大切にしたいと考えていることは多様ですが、「食事のマナーを身につける」85.7%や、「一日三食規則正しい食事をする」84.0%、「食事を楽しむ」79.7%、「家族がそろって食卓を囲む機会を作る」79.4%等を特に大切と考えていることが分かりました。また、「季節ごとの色々な食材を味わう」64.0%や「行事や季節にちなんだ料理を味わう」61.6%、「自然の恵みを感謝する」59.5%等の食文化に関する項目を重視している保護者もほぼ同様の割合を示しました。

一方で「自分に合った量と内容の食事を自ら選択する力を育む」と回答した人の割合は35.3%と選択肢の中では一番低い割合でした。

しかしながら、前回の調査結果と比較した結果、全項目において、保護者が大切にしたいと回答した割合は高くなり、子どもたちの食生活について保護者の関心が高くなっていることが分かります。

図8 子どもたちの食生活について保護者が大切にしたいと考えていること

※結果は、0～6歳・小中学生の保護者の669名の回答から、選択肢の中で当てはまるものすべてに対する回答について集計を行いました。



7 高齢者の食生活等について

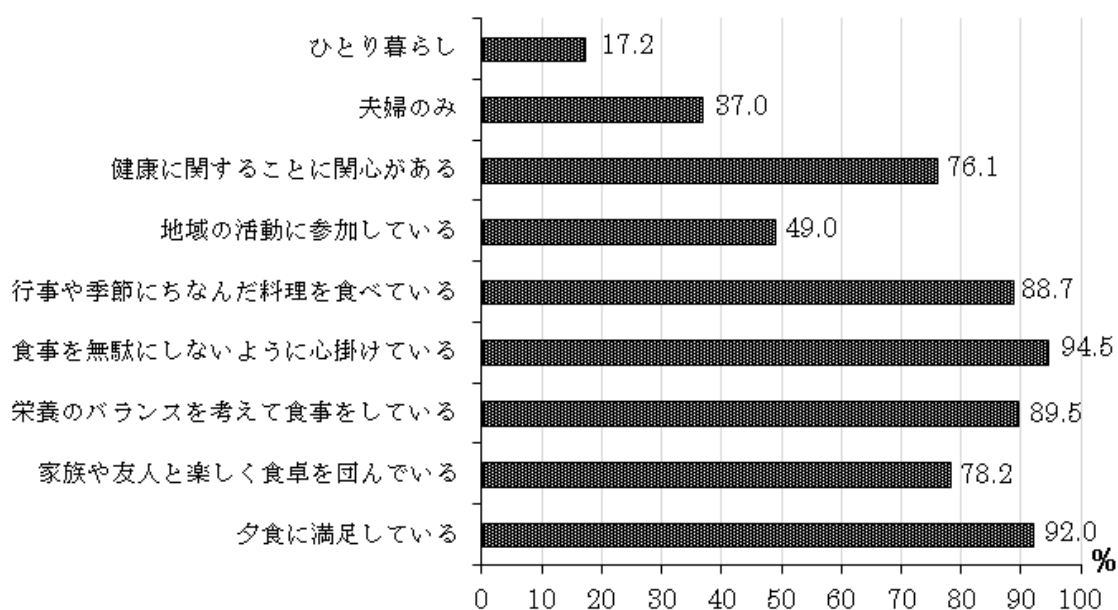
高齢者のアンケート結果をみると、毎日三食の摂取状況や食事に対する満足度等は、小学生以外の対象者区分より高い傾向がみられました。

食事づくりに参加している高齢者の割合 68.5%は、一般成人 71.7%と比べて大きな相違が見られませんが、地域活動への参加率 49.0%は、一般成人の 40.0%より高いことが分かりました。

「食物を無駄にしないように心掛けている」94.5%や「栄養バランスを考えている食事をしている」89.5%、「行事・季節にちなんだ料理を食べている」88.7%の割合が高く、「家族や友人と楽しく食卓を囲んでいる」78.2%や、「健康に関することに関心がある」76.1%がそれらに続き高い割合を示しています。

前回の調査結果と比較すると、地域活動への参加率が減少する一方で、生活の中で「健康に関することに関心がある」の回答率が高くなりました。

図9 高齢者の食生活等について



《 高齢者の意見や要望（自由記述 46 名より主なもの） 》

- 食物の安全に関して正しい情報を提供すること。情報は生産者サイト、消費者サイトのいずれにも偏らない信頼できるものでなければならない（放射能汚染の安全性の評価は慎重な配慮が必要）。
- 若い頃「食物」に関する仕事していたので、衛生面、栄養価、調理法について自分なりの注意をしている。年を重ねると「火」を使用することには細心の注意を払って生活しておる。新しい「食育」に関する情報を知りたい。
- 一人暮らしで自分用の食事の支度。全部少しずつでよい。なかなか少しずつ売ってくださるところがない。
- 今は量より質になっている。旬の物の質のよい物を希望する。分量も少なめにパックされていた方が買いやすい。年寄りに分かる大きな字で(パック)書いてあると助かる。
- 若い人（中高生）への食育が大切と思う。コンビニで何でも調達できる時代になり、添加物や生産地（外国産）の安全性、価格の安い物への流れすぎる傾向等、教育の現場で正しい知識を教える必要があると思う。
- 高齢者向けの調理方法等、食材の切り方とか味付けとか食欲出そうな料理の盛り付けなどを管理栄養士さんの講習会などがあったらよいと思う。逗子市は高齢者が多いので、キッチンカーなどを走らせて市内何か所を巡って調理指導をしていただけたら、決まった会場まで出かけなくても参加しやすいのではないかな？田舎の方では以前に管轄の保健所が栄養指導として行っていて、とても良かった。
- 地域の行事・イベントについて、なかなか参加できないが、その理由の一つに交通がある。車で出るつもりはないが、土日のバス便は少なく歩くにしても駅前までの道のり、年々年を重ねるとおっくうになってくる。

その他多数回答あり。

第3章

前計画の成果と課題

1 前計画における目標値の成果と課題



1 前計画における目標値の成果と課題

前計画では、5つの数値目標を設定し、計画期間中は4つの取組みの方向別に様々な事業に取り組みました。前計画の数値目標の達成状況を評価し、本計画に成果と課題を反映します。

達成率の計算方法 最終評価値／目標値×100%
評価基準 A：目標達成 B：8割達成 C：6割達成 D：6割以下

食事を楽しくおいしく食べる

指標	目標値	策定時	最終評価値	達成率	評価
毎日3食食べる人の割合	90%	81.9%	84.8%	94.2%	B
食事を満足している人の割合	80%	71.1%	73.1%	91.4%	B

《成果と課題》

「毎日3食食べる」と答えた人の割合は84.8%と、策定時より改善されているものの、目標値は達成できませんでした。

子供の保護者において「毎日3食食べる」と答えた人の割合は、子供の年齢が上がるにつれて、保護者の欠食が増える傾向が見られました。「平成22年度児童生徒の食事状況等調査報告書」においても、保護者の朝食欠食は3年前と比較すると増加の傾向（「ほとんど食べない」は4.0 → 5.3%と増加、「必ず毎日朝食を食べる」87.5 → 85.7%と減少）が示されています。

健全な食生活は、成長期にある子どもたちにとって健康な心身を育むために欠かせないものであり、子どもの頃に身についた食習慣を大人になって改めることは困難です。そのため、保護者の食習慣や生活時間の改善等は、子どもの健全な食生活の形成に結びつくことが指摘されており、今後も引き続き、重要課題として取り組む必要があると考えられます。

また、「三食とも満足している人の割合」においても、回答した人の割合は73.1%と、策定時より数値は上がったものの、目標値には至りませんでした。

食事への満足度は、食事の内容（豊富な食材、美味しさ、嗜好等）のみならず、空腹感、食卓の雰囲気、共食する仲間等の環境要因によっても左右されます。前回の結果と比較すると、三食に対する満足度は高まっていましたが、

「一人で食事する」人の総数割合は、朝食で 25.2%、夕食で 7.7%を示し、全国平均（朝:19.2%、夕食:4.2%）、神奈川県（朝:22.8 %、夕食:6.4%）と比較して高い結果となりました。

家庭における「共食」には、①規則正しい時間に食べる ②栄養バランスが高まる ③コミュニケーションを図ることで食事の楽しさが増す ④食事のマナーが身につく などの効果が期待されているため、今後さらに、快適で健康的な食事を学ぶ環境の整備が求められます。

食事づくりに参加する

指標	目標値	策定時	直近値	達成状況	評価
食事づくり（買い物・調理・配膳・片付け等手伝いも含む）に参加している人の割合	95%	91.8%	93.0%	97.9%	B

《成果と課題》

食事づくりへの参加頻度は、「いつもしている」という日常的な参加が 63.0%、「時々している」30.0%を含めると、総数で 93.0%でした。前回（91.8%）に比べて改善はされたものの、ほぼ横ばいの結果となりました。

また、成人総数（総数から小中学生、高齢者を除く）においては、小中学生保護者の食事づくりへの参加頻度が 84.4%と、高い傾向が見られました。

一方で、小中学生の「食事づくりをまったくしていない」人の割合は 12.1%で、前回（12%）と変わらず、改善は見られませんでした。

今後も食事づくりに参加する人の割合が増加する環境の整備が求められます。

地域活動に参加する

指標	目標値	策定時	直近値	達成状況	評価
地域の活動に参加している割合	70.0%	62.2%	73.1%	104.4%	A
農林水産に関わる体験をしたことがある割合(教育ファームを含む)	90.0%	84.3%	94.9%	105.4%	A

《成果と課題》

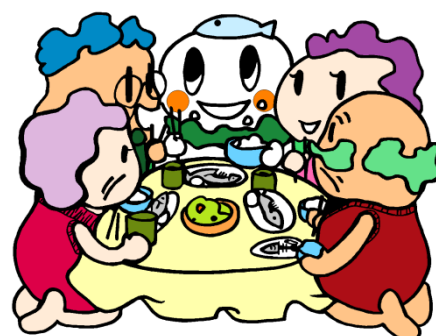
地域活動に参加している人の割合は 73.1%を占め、目標値 70.0%を上回りました。前回(62.2%)と比較してみても、地域活動への参加率が高まっていることが分かります。

地域活動への参加は、人と人との絆、人と地域とのつながりを深めるほか、自らが暮らす地域の特徴や伝統的な文化の継承にもつながると考えられているため、引き続き、様々な場の提供を行い、地域活動の機会を増やすことで、より新たな展開が期待できます。

また、農林水産にかかわる体験をしたことがある人(高齢者を除く)は 94.9%を占め、目標を達成しました。体験をしたことがある人の7割以上が「さらに体験してみたい」と回答していることから、これまで農林水産にかかわる体験をしたことがない人だけでなく、一度体験したことがある人にもより幅広く持続的な体験の場が提供できるよう、希望の多い「野菜や果物の栽培・収穫」、「魚釣りや地引網」、「田植え・稲刈り」等の事業展開が期待されます。

第4章 基本理念

- 1 基本理念と目標
- 2 推進の視点とライフステージ別の姿
- 3 取組みの実現にむけて



1 基本理念と目標

(1) 基本理念

しあわせ つむぐ 心豊かな食生活

(2) 逗子市における食育とは

『 現在をいきいきと過ごし、生涯にわたって健康で質の高い生活を送る基本としての食を営む力を育てるとともに、それを支援する環境づくりを進めること 』です。

(3) 実施主体

- ① 保育所、保育所、幼稚園、学校、市民団体・ボランティア、食に関係する事業者、行政が主体的に関わる「オール逗子」
- ② 逗子市民

(4) 目標

- ・ 第2次計画では、4つの取組みの方向ごとに目標を設定しました。
- ・ 基本理念の達成を目指し、次の2つの項目に分けて目標値を設定します。

※現状値：2014年（平成26年）実施の「逗子市食育に関するアンケート」による。

*1 逗子市アンケートでは質問項目を設置していなかったため把握ができず、健康日本21（第2次）「主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日がほぼ毎日の者の割合」の現状値63.3%（平成24年）を参考値とした。

*2 「第2次逗子市食育推進計画食育事業調査票」提出事業数

①さらなる努力が必要な目標

1 次計画の結果より、達成できなかった目標から必要と考えられる新たな目標、あるいはあまり成果が見られなかったアンケート項目のうち、さらなる努力が必要とされるもの。

No.	取組みの方向	指標	目標値	現状値 または参考 値
1	1.いきいきと健康に暮らす	主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を、ほぼ毎日1日2回以上喫食している市民の増加	80.0%	63.3% (*1)
2	2.安心して食べられる	栄養成分表示を見て食材・食料品を購入する市民の増加	60.0%	45.5%
3	3.地域で支えあう	地産地消を意識している市民の増加	50.0%	35.9%
4	4.食文化を守り伝える	食育の視点を加えた事業の実施回数の増加	50回／年	38回／年 (*2)
5		旬を意識して食材・食料品を購入する市民の増加	70.0%	58.7%

地産地消とは

「地産地消」は、地域で生産された物を、その地域で消費することを指す略語です。地産地消は、市民の皆さんに新鮮で、生産者の顔が見える安全・安心な食料等をお届けするだけでなく、生産者との交流を通して農林水産業に対する理解を深めていただくことにもつながる取組みです。また、地産地消をすすめると、生産地から食卓までの距離が短いため、輸送に伴う環境への負担が軽減し、フードマイレージの減少にもつながります。



フードマイレージとは

「食料の(=food) 輸送距離(=mileage)」という意味。食料重量×輸送距離とし、食品の生産地と消費地が近ければフードマイレージは小さくなり、遠くから食料を運んでくると大きくなります。



②現状を維持・向上させる目標

第 1 次計画の結果より、目標を達成したもの、あるいは現状値が比較的高い値のもので、特に維持・向上を目指すべきもの。

No.	取組みの方向	指標	目標値（現状値）
6	1.いきいきと健康に暮らす	朝食を欠食する市民の減少	8.8%以下
7		1日1回以上子ども（0歳～中学生）と食卓を囲む家族の増加	91.1%
8	3.地域で支えあう	地域の活動に参加している市民の増加	73.1%以上
9	4.食文化を守り伝える	日本の伝統行事や季節にちなんだ料理を食べる市民の増加	88.4%以上

地域の活動に参加しよう！

食育を市民運動として展開していくためには、行政だけでなく、市民の皆さんが食育に関心を持ち、地域の活動に積極的に参加していく必要があります。

- ・市が実施する食に関する講習会や生活習慣病予防教室等に参加し、食と健康に関する理解を深めましょう。
- ・農林水産業体験への参加等を通じ、食の大切さや農林水産業への理解を深めましょう。
- ・加工品の製造体験や製造工場見学を通じ、農林水産物加工業への理解を深めましょう。

**地域交流
イベント**

市のホームページや広報、
掲示板を見てみよう♪



朝ごはんは健康への第一歩！

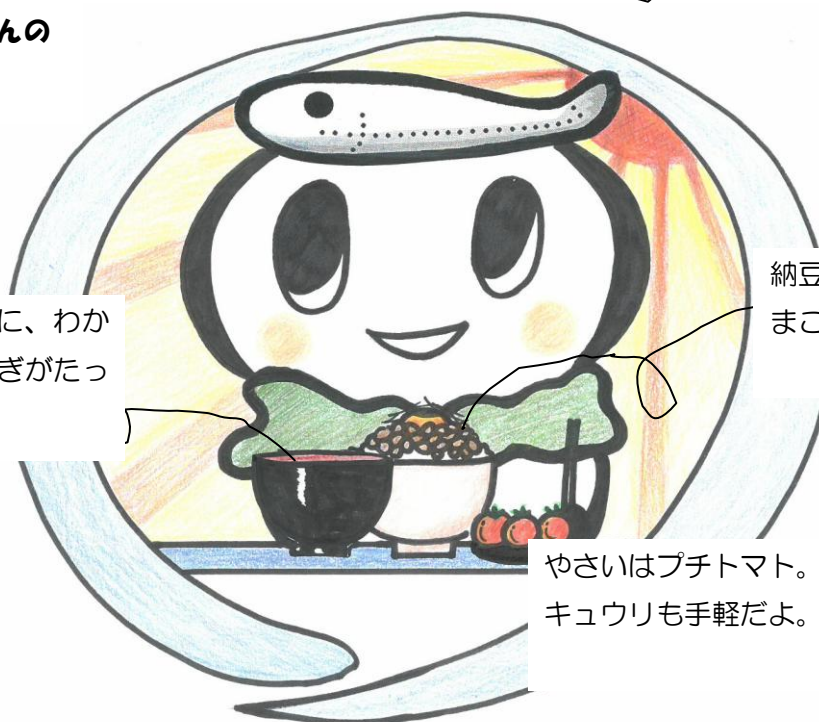
朝、昼、夕の3食を規則正しくバランス良くとることは、健全な食生活を送るための基本であり、特に朝食は1日の始まりの食事として欠かさず食べる必要があります。

朝ごはんを食べずに会社や学校へ行くと、午前中は午後に比べて、集中力が低下していたり、効率が悪くなってイライラしたりします。これらの悪影響は、脳の活動に必要とされるエネルギー源を、朝ごはんから摂取できていないために起こっています。脳の活動に必要とされるエネルギー源とは、「ブドウ糖」です。脳は他の臓器とは異なり、ブドウ糖だけをエネルギー源としています。また、脳はその他の臓器よりも多くのエネルギーを消費します。たくさんのエネルギーを消費する脳に、唯一のエネルギー源であるブドウ糖を補給せずに、1日をスタートさせることには無理があるのです。

朝食を食べる習慣がなかった人は、まず、おにぎりやインスタントみそ汁など、手軽なものから始めてみましょう！

ある日の しらわかちゃんの 朝ごはん

昨晚のお味噌汁に、わかめ、玉ねぎ、ねぎがたっぷり。



納豆、のり、たまごかけご飯。

やさいはプチトマト。
キュウリも手軽だよ。

2 推進の視点とライフステージ別の姿

ライフステージ別の姿は、

「しあわせ つむぐ 心豊かな食生活」を送るため、
生涯にわたる食育の関わりあいの姿を分かりやすく示したものです。

ライフステージ別の姿

乳幼児期	見守られる時期	・生涯の食生活の基礎となる体験を重ねる
学童期		・健康な心と体をつくるために必要な食の知識を学ぶ
思春期	自分をつくる時期	・自らの健康と豊かさを求める食事を理解し選択する
青年期		・生涯を通じて健康な体を維持し、地域とのつながりを持つ
壮年期	見守る時期 伝える時期	・家庭の健康と豊かさを求める食環境を整える
高齢期		・健康な体を維持し、地域の担い手として食文化を伝える

詳しい図については、P.49

ライフステージは、

- ①「乳幼児期」②「学童期」③「思春期」④「青年期」
⑤「壮年期」⑥「高齢期」の6期とします。

次に、その役割から

- | | | |
|---------------|---|---------------|
| ①「乳幼児期」②「学童期」 | = | 「見守られる時期」 |
| ③「思春期」④「青年期」 | = | 「自分をつくる時期」 |
| ⑤「壮年期」⑥「高齢期」 | = | 「見守る時期・伝える時期」 |
- と位置づけます。

「ライフステージ別の姿」(P.49)では、自分自身とまわりの人との関わり合いを「自分」と「地域」に分け、その幅によって関わり合いの度合いを示しました。また、取組みの方向をもとに、それぞれの世代での行動目標を示してあります。

それぞれの目標をもとに、食について正しい知識を“習得”し、それを“活用”することで心身ともに健康な体をつくり、維持し、さらに地域の活性や次世代育成のために自分がすべきことを“探究”することで、心豊かな食生活を築くことを目標とします。

“習得” “活用” “探究” を、それぞれのステージの中で繰り返しながら、次のステージへとつないでいきます。

3 取組みの実現にむけて

基本理念を具体的に実現していくためには、さまざまな取組みや事業を展開していく必要があります。そのため、次の2つの視点を前提に、基本的な取組みの方向を次のように定めます。

(1) 取組みの方向を定めるための2つの視点

①食育は、福祉、教育を充実させるための基本である

食は、すべての世代にとって重要なものであり、まさに生きることと同義であると言えます。こうした意味から、食育とは生涯にわたって知育、徳育、体育を実践していく上での基本となるものです。知育、徳育、体育を目的とする市の取組みを総合的に定めた計画として、逗子市福祉プランと逗子市学校教育総合プランがあります。つまり、食育が最終的に目指すところは、これらの計画に定められているゴールにほかなりません。こうした観点から、福祉や教育をより充実させていくために「食育」を推進することが重要です。市民が、生涯にわたって健康で質の高い生活を送るために、市は、これからも食育の視点を取り入れながら、逗子市福祉プランと逗子市学校教育総合プランを推進していくものです。つまり、逗子市食育推進計画は、それだけで独立したゴールを持つものではなく、あくまでも福祉そして教育の充実のための基本として位置づけられるものです。

②オール逗子の取組みが大切である

食は、本来、個人的な問題です。しかしながら、食が社会システムとして発達した現代においては、個人の取組みですべての問題を解決することは困難です。そのために、食育推進の環境づくりが求められています。食材を作る人・売る人、食材を入手する人、その食材を使って料理する人、その料理を食べる人・食べさせてもらう人（自分が食べる食事を選ぶことができない人）などなど、食をめぐるさまざまな関係性の中で、すべての人が食育の主役と考え、保育所、幼稚園、学校、市民団体・ボランティア、食に関係する事業者などのオール逗子での取組みが大切です。

第5章 実施計画

1 計画の体系

◇第2次逗子市食育推進計画の体系図◇

2 具体的な取組み

取組みの方向1 いきいきと健康に暮らす

取組みの方向2 安心して食べられる

取組みの方向3 地域で支えあう

取組みの方向4 食文化を守り伝える

◇ライフステージ別の姿◇



1 計画の体系

◇第2次逗子市食育推進計画の体系図◇

基本理念

しあわせ つむぐ 心豊かな食生活

取組みの方向及び目標



方向 1. いきいきと健康に暮らす

目標：市民の健康を維持増進するために望ましい

生活習慣づくりを進めます

方向 2. 安心して食べられる

目標：地域で安心して食することのできる取組みを

進めます

方向 3. 地域で支えあう

目標：食を通じたまちづくりを進めます

方向 4. 食文化を守り伝える

目標：食文化を守り伝える取組みを進めます

ずっとしあわせ



目標値



目標達成のアプローチ

80.0%

主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を、ほぼ毎日1日2回以上喫食している市民の増加

8.8%以上

朝食を欠食する市民の減少

91.1%以上

1日1回以上子どもと食事を囲む家族の増加

60.0%

栄養成分表示を見て食材・食料品を購入する市民の増加

50.0%

地産地消を意識している市民の増加

50回/年

食育の視点を加えた事業の実施回数の増加

73.1%以上

地域の活動に参加している市民の増加

70.0%

旬を意識して食材・食料品を購入する市民の増加

88.4%以上

日本の伝統行事や季節にちなんだ料理を食べる市民の増加

①食について学び、生涯にわたり健康を保つ食習慣づくりができるように支援します

②心豊かな食卓に向けた環境作りを進めます

①地産地消の取組みを進めます

②市民と食に関係する事業者との交流を支援します

③誰もが食に対して安全かつ安心して生活することができるよう情報の提供に努めます

④食の安全・安心を図るための地域ネットワークづくりを進めます

①食育に取り組む市民団体やボランティアの活動を支援し、食の輪づくりを進めます

②食育に関する専門的知識を有する者を養成します

③保健医療機関等における食育の普及と啓発活動を進めます

④市内の食に関係する事業者の食育活動を支援します

①日々の暮らしの中で食文化を理解する取組みを進めます

②豊かな環境を次世代につなぎます

③市民と食に関係する事業者との食を介したネットワークづくりをつくります

2 具体的な取組み

取組みの方向1 いきいきと健康に暮らす

目標：市民の健康を維持増進するために望ましい生活習慣づくりを進めます

1 目標達成へのアプローチ

①食について学び、生涯にわたり健康を保つ食習慣づくりができるように支援します

- ・バランスのとれた食事を取り、生活習慣病の予防を図ります
- ・年齢に応じた食生活の知識を身につけられるようにします

②心豊かな食生活に向けた環境づくりを進めます

- ・食卓交流の場づくりを進めます
- ・幸せを感じる食卓づくりを進めます

2 具体的な取組み例

No	事業名	内容	対象	担当
1	男性の健康料理教室	・料理経験のない男性を対象に、買い物、調理実習、試食などを体験 	65歳以上の男性	国保健康課
2	健康教室	・医師、管理栄養士、運動療法士による生活習慣病予防のための総論的な講義と運動実技を中心とした教室	壮年期 高齢期	国保健康課

3	栄養改善教室	・管理栄養士等による集団的栄養教育と調理実習を実施 	青年期 壮年期	国保健康課
4	特定保健指導	・特定健診の結果、指導対象となった人に、自らの生活習慣の傾向・課題について振り返ってもらい、運動・食事を中心とする助言・支援を実施 ・グループ教室（複数人参加型）、個別面接、電話、訪問などで、保健師、看護師、管理栄養士が保健指導を行う。	40～75 歳未満の 国民健康 保険加入 者	国保健康課
5	訪問指導	・訪問による指導が必要な人に対し、保健師、管理栄養士が訪問し、健康相談を行う。	青年期 壮年期 高齢期	国保健康課
6	健康相談	・市役所にて保健師、看護師、管理栄養士による健康・食事相談を行う。 （血圧測定など実施）	青年期 壮年期 高齢期	国保健康課
7	食事なんでも相談	・集団健診時に、保健師、管理栄養士による健康・食事指導を行う。	40～75 歳未満の国 民健康保険 加入者、 75 歳以上 高齢者	国保健康課

8	妊婦訪問事業	・妊娠期を健康に過ごし、出産を迎えるため、また母乳育児の準備などのために、保健師・助産師が家庭訪問を行う。	妊婦	子育て支援課
9	こんにちは赤ちゃん訪問事業	・保健師・助産師が家庭訪問し、新生児や乳児の体重測定、産婦の体調確認・血圧測定、育児相談、授乳についての相談、地域の子育て情報の提供などを行う。	生後4ヵ月までの新生児・乳児・保護者	子育て支援課
10	窓口相談	・妊娠届出時、妊婦への栄養指導 ・出生届出時、産婦・新生児への栄養指導 ・来庁、電話相談での栄養指導など保健師・助産師が相談に乗る。	妊産婦・新生児・乳幼児	子育て支援課
11	母親両親教室	・保健師・助産師・管理栄養士・臨床心理士の講義を受け、栄養の単位では、妊娠期に摂りたい食事やメニューを紹介。試食を行う。 	妊婦 妊婦の家族等	子育て支援課
12	母乳・授乳相談	・庁内にて助産師による母乳栄養や人工栄養についての相談を実施	新生児・乳児 保護者	子育て支援課

1 3	すこやか健診 (小児生活習慣病予防健診)	・対象児の家庭に健診の案内・健診票・問診票・尿容器の他、食生活について記載したパンフレットを郵送。早朝尿採取の上、医療機関にて計測・血液検査を行う。 ・パンフレットで食生活の見直しを喚起している他、問診票で、食生活のアンケートを行い、集計している。	小学校4年生	子育て支援課
1 4	乳幼児健診 ・4か月 ・11 か月 ・1歳6か月 ・3歳3か月	・問診・計測・診察から得られた結果をもとに、必要な助言を保健師・助産師・栄養士が実施 ・歯科健診、歯科相談の機会を通じ、食についての助言を栄養士・歯科衛生士が実施 ・3歳児健診では、若宮会による健康的なおやつ紹介コーナーを設け、試食を行っている。 	乳幼児保護者	子育て支援課
1 5	離乳食教室	・栄養士による、離乳食のすすめ方、食物アレルギー、食中毒予防、食材の保存例などの講話や調理例のデモンストレーションなどを実施 ・離乳食の試食 ・おんぶ体験 	乳児保護者	子育て支援課

16	2歳児すくすく教室	・保健師、栄養士、歯科衛生士より、この時期の子の特徴、生活上の注意点などについて指導（歯科相談、問診、栄養相談） 	2歳児保護者	子育て支援課
17	朝のお手伝いコーナー	年長児が給食の野菜の皮むきをする。	在園児	市立保育園
18	調理保育	幼児クラスで簡単なおやつや旬の野菜等を使ったメニューを調理し食べる。	在園児	市立保育園
19	口腔機能向上・栄養改善プログラム	低栄養にならないように主食、主菜、副菜の働きや、バランスの良い食事のためにカルシウム、塩分、野菜の採り方等の実習をいれながらわかりやすく伝える。	65歳以上の二次予防事業対象者	介護保険課
20	とうもろこしの皮むき体験	給食献立で「とうもろこし」が登場する日に、1年生の児童が全校分のとうもろこしの皮むき体験をする。皮をむいたとうもろこしは、児童自らの手で調理室へ運ばれ、当日の給食として全校児童に提供される。	小学校1年生	市立小学校

21	サマースクール	自分たちが食べている給食をつくる体験をすることで、食に対する興味を深める。	小学生	市立小学校
				
22	おやつについて (油脂分・糖分)	おやつ（間食）の意味・昔と今の比較・食べ過ぎによる体への影響を学ぶ。 スナック菓子に含まれる油やジュースに含まれる糖分の量を知る。	小学校 5年生	市立小学校

♪ コラム ♪

逗子市育児サークル連絡協議会

【親子ひろば】

未就園児と保護者を対象に逗子市在住の現役ママ達が企画し、体験学習施設で行っています。ヨガや迷路など親子で楽しめるコーナーが盛り沢山です。食育コーナーを設置しており、様々な野菜の断面に絵の具を塗ってスタンプをしたり、逗子の海で釣れる魚釣り等をしたりしています。家庭での食事について、管理栄養士に相談できます。



取組みの方向2 安心して食べられる

目標：地域で安心して食することのできる取組みを進めます

1 目標達成へのアプローチ

- ①地産地消の取組みを進めます
- ②市民と食に関係する事業者との交流を支援します
- ③誰もが食に対して安全かつ安心して生活することができるよう情報の提供に努めます
- ④食の安全・安心を図るための地域ネットワークづくりを進めます

2 具体的な取組み例

No	事業名	内容	対象	担当
23	食育講座（かながわ食の安心・安全基礎講座）	・神奈川県主催、食の安全・安心に関する基礎講座の実施 	* 内容による	国保健康課 ※神奈川県 食品衛生課 共催
24	給食試食会	給食の試食を通して、学校給食の様子を知り、献立に対する理解を深めると共に、学校と家庭が連携して子どもの「食育」を推進する。	小学生の保護者	市立小学校
25	さつま芋の栽培・収穫	・中学校2年生が、技術家庭科でさつま芋の栽培を実施 ・収穫の後、給食で提供（大学芋・さつま芋ご飯） 	中学生	学校教育課 市立中学校

26	給食献立表	給食の献立や栄養成分（エネルギー、たんぱく質、脂質、塩分等）についての情報提供	中学生 保護者	学校教育課 市立中学校
27	中学校給食かわ ら版	給食を中心に「食」についての 情報提供 ・食材選びについて ・衛生管理について 等	中学生 保護者	学校教育課 市内中学校

♪ コラム ♪

小坪漁業協同組合

よこすか葉山農業協同組合

※ コラム掲載予定。

取組みの方向３ 地域で支えあう

目標：食を通じたまちづくりを進めます

１ 目標達成へのアプローチ

- ①食育に取り組む市民団体やボランティアの活動を支援し、食の輪づくりを進めます
- ②食育に関する専門的知識を有する者を養成します
- ③保健医療機関等における食育の普及と啓発活動を進めます
- ④市内の食に関係する事業者の食育活動を支援します

２ 具体的な取組み例

No	事業名	内容	対象	担当
28	健康・栄養相談	- 生活習慣病をはじめとする疾病の予防や改善を目的に個別での相談、支援を保健師と管理栄養士が継続的に実施。 - 健康診査の結果をもとに相談を実施 - 医療機関等からの依頼により実施	青年期 壮年期 高齢期	国保健康課
29	食生活改善推進員養成講座	- 食生活改善を支援するため、指導者となる「食生活改善推進員」を養成。 - 食生活改善推進活動等に必要知識と実践のための技術の習得を目指す。 	青年期 壮年期 高齢期	国保健康課
30	食生活改善指導者研修会	地域で活動可能な栄養士や食生活改善推進員などを対象に指導技術向上を目的として研修を実施	栄養士 食生活改善推進員等	国保健康課

31	カツオおろし	・近隣の食堂や魚屋の方を招いて魚をおろす作業を見学する。 	在園児	市立保育園
----	--------	---	-----	-------

♪ コラム ♪

逗子市食生活改善推進員

食生活改善推進員とは、“私たちの健康は私たちの手で”を合言葉に、食生活改善や健康づくりのボランティア活動を行う人たちです。

逗子市では、養成講座を終了後、逗子市食生活改善推進団体「若宮会」として、活動しています。子どもから高齢者まで幅広い世代を対象に、生活習慣病予防、地産地消など、多様なテーマで地域における食生活改善や健康づくりのサポートをしています。

【サマーチャレンジ】（沼間中学校、夏休み期間の料理教室）



地元の食材、
「アカモク」を
使っておやきと
ピザ作り☆



わかめやしらすを使った
地産地消を進める
メニューの提案も
しています♪

取組みの方向４ 食文化を守り伝える

目標：食文化を守り伝える取組みを進めます

１ 目標達成へのアプローチ

- ①日々の暮らしの中で食文化を理解する取組みを進めます
- ②豊かな環境を次世代につなぎます
- ③市民と食に関係する事業者との食を介したネットワークをつくります

２ 具体的な取組み例

No	事業名	内容	対象	担当
32	食育講座（和菓子料理教室）	・和菓子職人に和菓子の作り方についての講義を受け、調理実習、試食を体験する。 ・日本の食文化継承のため、伝統料理のひとつである和菓子について知る。 	小学生 保護者	国保健康課
33	サンマ焼き	サンマを炭で焼いて食べる。 	在園児	市立保育園
34	クリスマスツリーのクッキー作り	幼児が型抜きとアイシング・飾り付けをする。	在園児	市立保育園

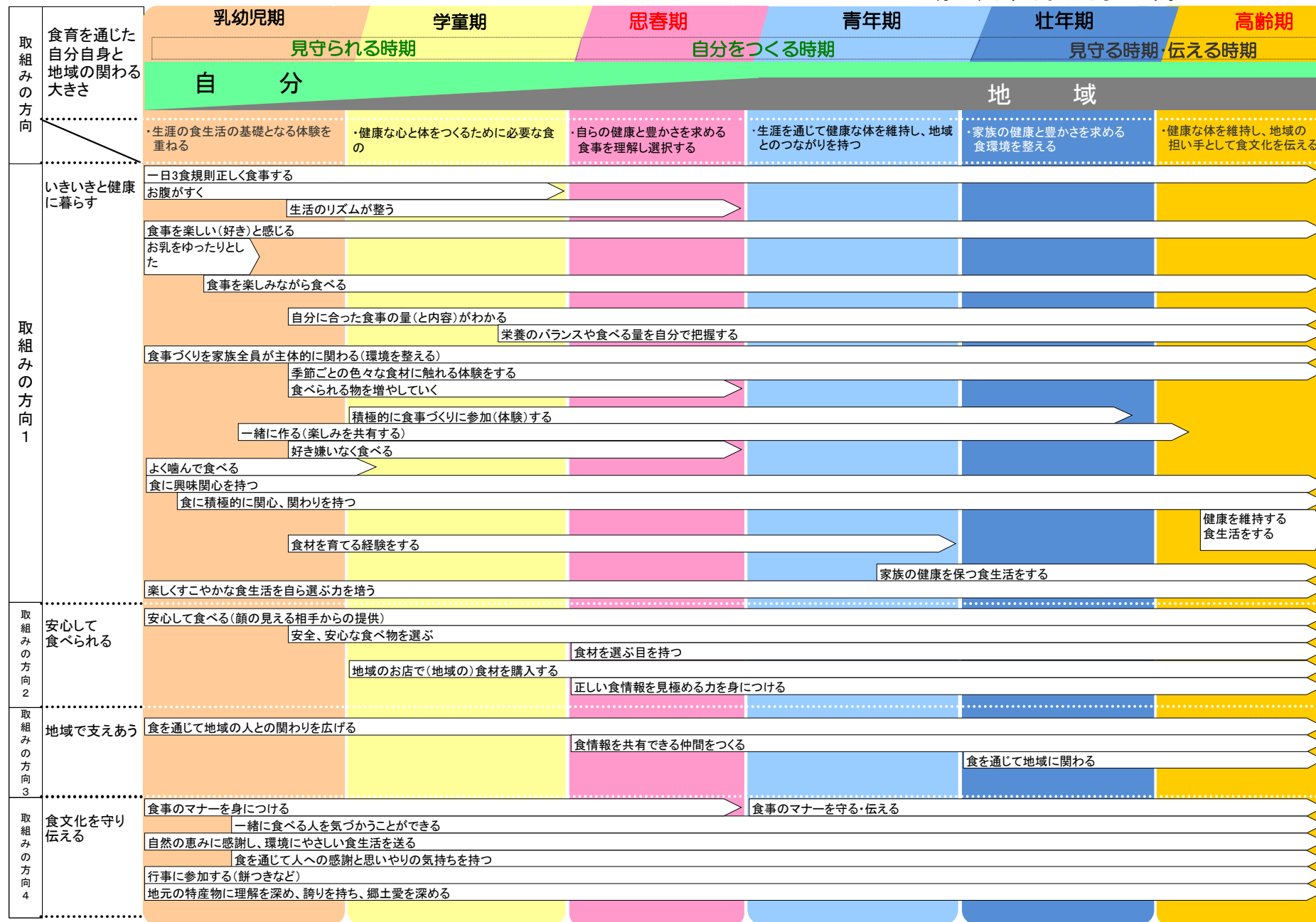
35	おもちつき	お正月準備の行事として年末に餅つきをして餅を食べる。 	在園児	市立保育園
36	餅焼き	1 月中に正月の気分を味わうため七輪で餅焼きをする。	在園児	市立保育園
37	親子料理教室	逗子小学校の調理室を市民の学習の場として開放し、親子等で調理や食事することによって、正しい食生活を身に付け、地産地消や食育への関心を高める。 	小学生 保護者	社会教育課
38	箸を上手に使う	正しい箸の持ち方を知らせ、正しく持てない生徒の指導練習の後、全員で正しく持ってマカロニを上手につかむ練習をする。箸を使う際のマナーについて確認する。	小学校 1 年生	市立小学校



逗子市立中学校に給食を運ぶしらわかちゃんトラック

◇ライフステージ別の姿◇

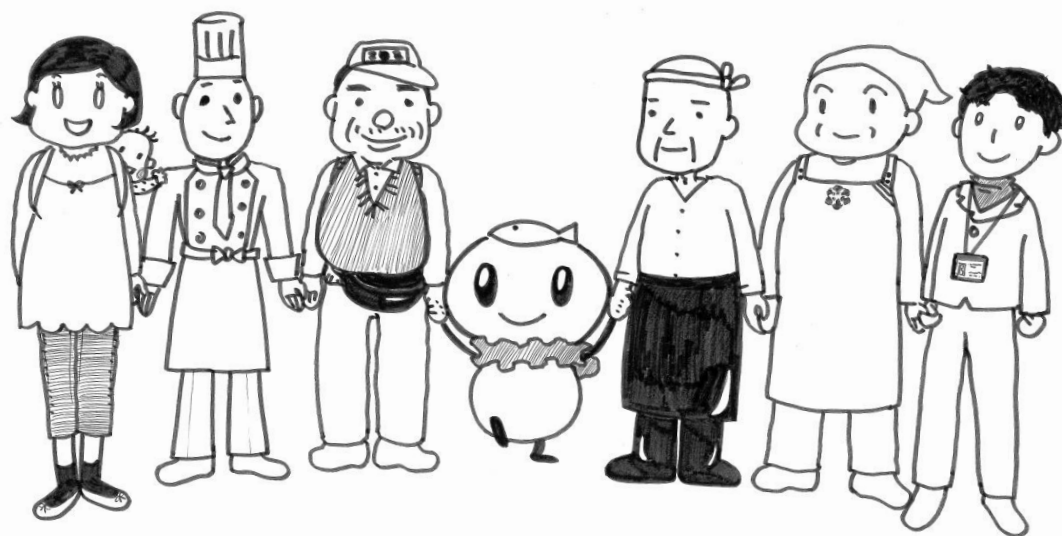
生涯にわたる食育の関わり合いの姿を
分かりやすく示したものです。



第6章

計画の推進体制

- 1 連携と役割分担
- 2 推進体制の整備



1 連携と役割分担

食育を推進していくためには、主体である家庭、保育所、幼稚園、学校、市民団体・ボランティア、食に関係する事業者、行政が、それぞれの担うべき役割を遂行するとともに、連携しながら実施していくことが望めます。



食に関する事業者とは、
NPO 法人、小坪漁業協同組合、
よこすか葉山農業協同組合、逗子市商工会 などをさします。

2 推進体制の整備

(1) 食育推進懇話会

公募市民、学識経験者、市民団体・ボランティア、食に関係する事業者、関係機関等の代表者などにより構成する『逗子市食育推進懇話会』で、進行管理のための意見交換を行います。

毎年度、事業の実施運営状況の把握及び評価、課題の抽出、検討を行います。

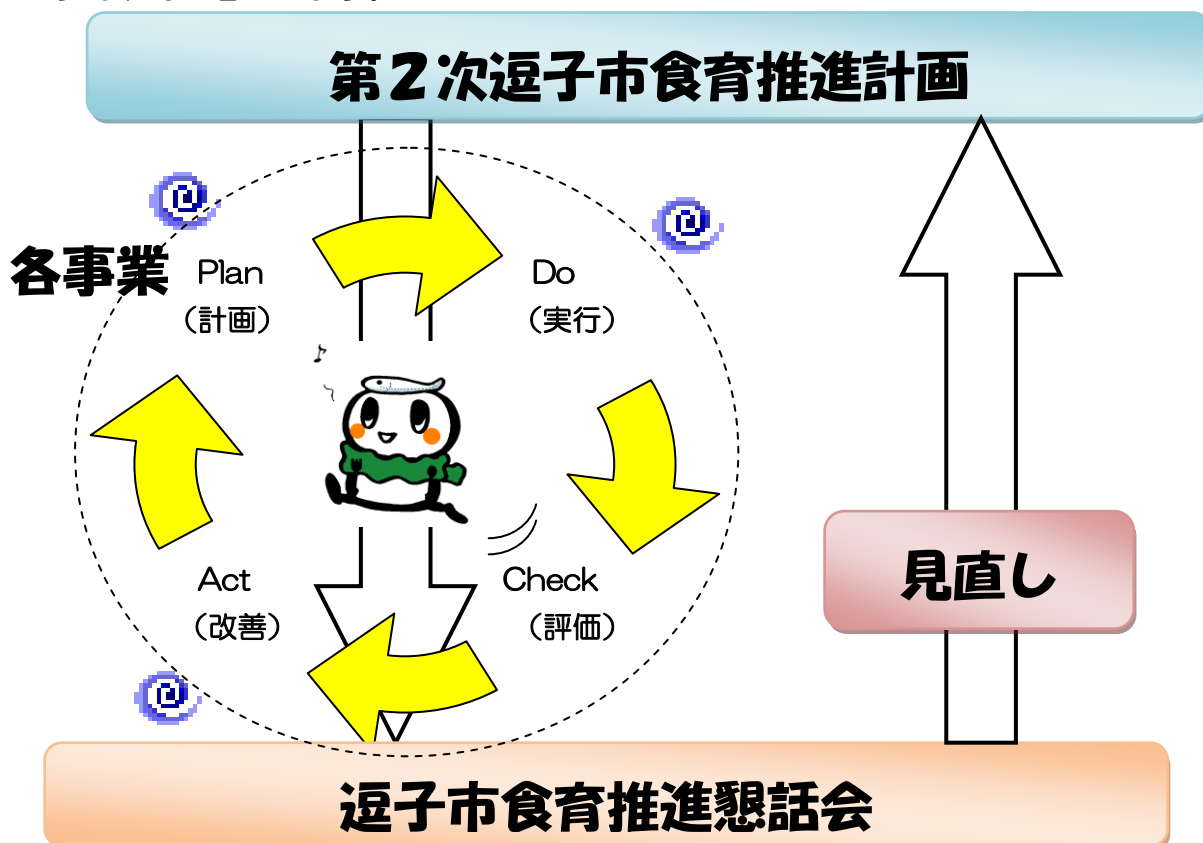
(2) 食育推進計画担当者的会議

保育所、幼稚園、学校、食に関係する事業者、ボランティア団体との意見交換を通して、地域を中心とした協働事業の実施の検討と円滑な事業の推進を図ります。

庁内においては、関係所管課で構成する『逗子市食育推進計画担当者的会議』により、各事業の調整や実施状況の情報を共有化し、効果的に推進します。

計画の達成状況については、計画期間の最終年度を目途にアンケート調査を行い、基本理念の達成目標を検証します。

また、計画推進のプロセスについても適切に調査し、今後の食育の推進により効果的に活かします。



資 料 編

- 1 逗子市食育推進懇話会の設置及び
運営に関する要綱
- 2 逗子市食育推進懇話会名簿
- 3 逗子市食育推進計画アンケート調査概要
- 4 食育基本法の概要
- 5 用語解説



1 逗子市食育推進懇話会の設置及び運営に関する要綱

平成 23 年 4 月 1 日要綱

改正 平成 25 年 9 月 1 日要綱

逗子市食育推進委員会の設置及び運営に関する要綱（平成 21 年 11 月 1 日施行）の全部を改正する。

（趣旨）

第 1 条 この要綱は、食育基本法（平成 17 年法律第 63 号）及び国の食育推進基本計画に基づき、本市の食育推進計画を策定し、及び食育を推進するため、広く市民等の意見聴取することを目的に逗子市食育推進懇話会（以下「懇話会」という。）を開催し、その運営について必要な事項を定めるものとする。

（平成 25 年 9 月 1 日・一部改正）

（メンバー）

第 2 条 懇話会のメンバーは、次に掲げる者とする。

- （1） 公募の市民
- （2） 神奈川県保育会逗子支部の推薦を受けた者
- （3） 逗葉私立幼稚園協会の推薦を受けた者
- （4） よこすか葉山農業協同組合の推薦を受けた者
- （5） 小坪漁業協同組合の推薦を受けた者
- （6） 逗子市商工会の推薦を受けた者
- （7） 逗子市育児サークル連絡協議会の推薦を受けた者
- （8） 逗子市 PTA 連絡協議会の推薦を受けた者
- （9） 食育に関する活動を行っている団体等の推薦を受けた者
- （10） 逗子市立小学校長会の推薦を受けた者
- （11） 逗子市立中学校長会の推薦を受けた者
- （12） 関係行政機関の職員
- （13） その他市長が必要があると認めた者

2 懇話会への参集の求めは市長が行い、同一の者に対して継続して求めるものとする。

(アドバイザー)

第3条 市長は、懇話会の開催に当たり、食育について知識経験を有するアドバイザーを置くことができる。

(協力の要請)

第4条 市長は、特に必要があると認めるときは、メンバー及びアドバイザー以外の者に対し、資料の提出、意見の開陳、説明その他必要な協力を求めることができる。

(庶務)

第5条 懇話会の庶務は、国保健康課において処理する。

(委任)

第6条 この要綱に定めるもののほか、懇話会の運営について必要な事項は、市長が別に定める。

附 則

この要綱は、平成 23 年 4 月 1 日から施行する。

附 則（平成 25 年 9 月 1 日）

この要綱は、平成 25 年 9 月 1 日から施行する。

2 逗子市食育推進懇話会 名簿

(平成 27 年6月現在)

氏 名	所 属
やまざき みみこ 山崎 美実子	公募市民
ながい たくみ 永井 巧	公募市民
ほりかわ 堀川 ノブエ	公募市民
さの よしこ ◎佐野 喜子	神奈川県立保健福祉大学
むらかみ はるみ 村上 晴美	神奈川県保育会逗子支部
いし わた よし え 石渡 淑恵	逗葉私立幼稚園協会
こちわ のり お 小知和 紀男	よこすか葉山農業協同組合
おおたけ せい じ 大竹 清司	小坪漁業協同組合
お がわ とし ゆき 小川 俊幸	逗子市商工会
くわ ばら さと こ 桑原 智子	逗子市育児サークル連絡協議会
わたなべ 渡邊 きえ	逗子市PTA連絡協議会
さか た み ち こ 坂田 美智子	逗子栄養リサーチオフィス
くさやなぎ 草柳 ゆきゑ	逗子市食生活改善推進団体若宮会
い し い しん すけ 石井 進介	逗子市立小学校長会
か く た おさむ 角田 理	逗子市立中学校長会
い が ら し か お り 五十嵐 香織	鎌倉保健福祉事務所

3 逗子市食育推進計画アンケート調査概要

(1) 調査目的

逗子市食育推進計画アンケート調査(2014)の実施により、第1次計画期間の最終年度(平成27年度)の達成目標の評価検証および逗子市民の食生活の現状と課題の再確認を行い、第2次逗子市食育推進計画(平成28年)策定の資料とすることである。

(2) 調査の設計

① 調査地域 逗子市全域

② 調査対象者

ア 小中学生：560人

市内公立及び私立小中学校の各1学級とする。

イ 小・中学生の保護者：560人

アの対象者とした小中学校の児童・生徒の保護者とする。

ウ 0～3歳の乳幼児の保護者：150人

0～3歳児のいる世帯の世帯主から無作為抽出

エ 4～6歳の幼児の保護者：230人

市内の公立及び私立保育園・私立幼稚園の各1学級の保護者

オ 15歳以上65歳未満の人：300人

当該年齢の市民より逗子市が無作為抽出

カ 65歳以上高齢者：500人

当該年齢の市民より逗子市が無作為抽出

③ 調査票の送付及び回収方法

②の対象者のうち、ア、イ及びエについては、各施設に無記名自記式調査票、回収用封筒及び調査協力依頼状を配付し、対象者の記入後、施設において封入された調査票を回収した。

②の対象者のうち、ウ、オ、及びカについては、各対象者に無記名自記式調査票、返信用封筒及び調査協力依頼状を郵送し、無記名の封書を用い郵送にて回収した。

④ 調査実施時期 平成26年5月～6月

⑤ 調査機関(委託先) 神奈川県立保健福祉大学 佐野喜子研究室

(3) 回収の結果

	配布数	回収数	有効回答数
小中学生	560	463	462
0～3歳の乳幼児の保護者	150	91	91
4～6歳の幼児の保護者	230	168	162
小中学生の保護者	560	417	416
15歳以上65歳未満(一般)	300	120	120
高齢者(65歳以上)	500	238	238
合計	2,300	1,497	1,489
回収率(%)	65.1		
有効回答率(%)	64.7		

(4) 解析方法

入手したデータはすべて、ID 化し、連結可能データとして処理した。

集計及び解析には解析ソフト SPSS15.00J for windows を用いた。

(5) 研究倫理に関する配慮

① 研究等の対象となる個人の人権の擁護

研究への参加は協力依頼者の自由意思によるものである。研究内容並びに方法について、無記名の調査票により個人を特定するものではなく、対象となる個人の人権を侵害する恐れはない。

② 研究等の対象となる人に理解を求め同意を得る方法

協力者の研究内容や方法に関する質問や疑問に対し、研究参加を検討する段階及び研究開始以後いずれの段階においても、迅速に適切な説明・回答ができるように、連絡先が手元に残る配慮をした。

③ 個人情報の取り扱い方法と処理法等について

全ての調査は無記名で回収し、データは ID 化し個人が特定されることはなく、調査、解析はいずれも、研究者、研究分担者が責任を持って行い、得られた記録・情報の保管ならびに管理には十分な配慮をした。

(6) 逗子市 食育に関するアンケート設問項目

質問項目	一般	保護者	小・中学生	高齢者
・性別	○	○	○	○
・年代	○	○	○学年	○
・住まい(地域)	○	○		○
・家族構成	○	○	○	○
・子どもの年齢		○		
・お子さんは通学・通園されていますか		○		
・どちらに通学・通園されていますか		○		
・お子さんからみた続柄		○		
・何時ごろ起きますか			○	
・何時ごろ寝ますか			○	
・睡眠時間は、およそどのくらいですか			○	
・朝食をとりますか	○	○	○	○
・朝食の前におなかがすきますか	○	○	○	○
・朝食を何時ごろ食べますか	○	○		○
・朝食を誰と食べますか	○	○	○	○
・朝食をどこで食べますか	○	○	○	○
・朝食にどのようなものを食べますか	○	○	○	○
・朝食に満足していますか	○	○	○	○
・朝食を食べない理由を教えてください	○	○	○	○
・昼食をとりますか	○	○	○	○
・昼食の前におなかがすきますか	○	○	○	○
・昼食を何時ごろ食べますか	○	○		○
・昼食を誰と食べますか	○	○	○	○
・昼食をどこで食べますか	○	○	○	○
・昼食にどのようなものを食べますか	○	○	○	○
・昼食に満足していますか	○	○	○	○
・昼食を食べない理由を教えてください	○	○	○	○
・夕食をとりますか	○	○	○	○
・夕食の前におなかがすきますか	○	○	○	○
・夕食を何時ごろ食べますか	○	○	○	○
・夕食を誰と食べますか	○	○	○	○
・夕食をどこで食べますか	○	○	○	○
・夕食にどのようなものを食べますか	○	○	○	○
・夕食に満足していますか	○	○	○	○
・夕食の後、寝るまでの間に夜食を食べますか	○	○	○	○
・夕食を食べない理由を教えてください	○	○	○	○

質問項目	一般	保護者	小・中学生	高齢者
・家族や友人と楽しく食卓を囲んでいますか	○	○	○	○
・栄養のバランスを考えて食事をしていますか	○	○	○	○
・正しく箸を使うことができますか	○	○	○	○
・食品をむだにしないように心がけていますか	○	○	○	○
・「いただきます」「ごちそうさま」を言っていますか	○	○	○	○
・行事や季節にちなんだ料理(おせち料理など)を食べていますか	○	○	○	○
・食事づくり(買い物・調理・配膳・片付け等手伝いも含む)に参加していますか	○	○	○	○
・あなたはダイエット(減量)をしたことがありますか			○	
・普段の食生活で何か困っていることはありますか	○	○		○
・普段の食生活で困っていることは何ですか(自由記載)	○	○		○
・これから先の食生活について不安に思うことがありましたらご記入ください(自由記載)				○
・逗子市の特産品や地域で食べられているものを知っていますか	○	○	○	○
・知っている逗子市の特産品や地域で食べられているものは何ですか(自由記載)	○	○	○	○
・つぎの農林水産業に関わる体験をしたことがありますか	○	○	○	
・今後、農林水産業に関わる体験をしてみたいと思いますか	○	○	○	
・体験してみたい農林水産に関わることは何ですか	○	○	○	
・地域の活動に参加していますか	○	○	○	○
・機会があったら地域の活動に参加してみたいと思いますか	○	○	○	○
・どんな地域の活動に参加してみたいと思いますか	○	○	○	○
・普段、生鮮食料品はどこで買いますか	○	○		○
・あなたが市外で生鮮食料品の買い物する主な理由は何ですか	○	○		○
・普段、生鮮食料品以外の食品はどこで買いますか	○	○		○
・あなたが市外で生鮮食料品以外の食品の買い物をする理由は何ですか	○	○		○
・食材・食料品を購入する時のポイントは何ですか	○	○		○
・食べ物を自分で買いに行くことがありますか			○	
・どこで買いますか			○	
・健康に関わる食品や栄養の情報をどこから得ていますか	○	○	○	○
・生活の中で今、関心があることは何ですか	○	○		○
・お子さんは何時ごろ起きますか		○		
・お子さんは何時ごろ寝ますか		○		
・お子さんは間食(1日3食以外に食べるもの)を食べますか		○		
・お子さんは間食を決まった時間に食べていますか		○		
・お子さんは食事の前にお腹がすいていますか		○		
・お子さんは家族と食卓を囲む機会はありますか		○		
・お子さんと食事づくり(買い物・調理・配膳・片付け等)と一緒にしていますか		○		
・お子さんは食べることに興味関心がありますか		○		
・ご家庭での食事の内容(献立)を決める際のポイントは何ですか		○		
・次の地域活動の中でお子さんが参加したことのあるものはどれですか		○		
・機会があったら地域活動に参加させてみたいと思いますか		○		
・今後、お子さんをどんな地域活動に参加させたいと思いますか		○		
・あなたがお子さんの食生活において大切にしたいことは何ですか		○		
・食育に関して市へのご意見・ご要望がありましたら、ご自由にお書きください	○	○		○

4 食育基本法の概要

1 目的

国民が健全な心身を培い、豊かな人間性をはくぐむ食育を推進するため、施策を総合的かつ計画的に推進すること等を目的とする。

2 関係者の責務

- (1)食育の推進について、国、地方公共団体、教育関係者、農林漁業関係者、食品関連事業者、国民等の責務を定める。
- (2)政府は、毎年、食育の推進に関して講じた施策に関し、国会に報告書を提出する。

3 食育推進基本計画の作成

- (1)食育推進会議は、以下の事項について食育推進基本計画を作成する。
 - ①食育の推進に関する施策についての基本的な方針
 - ②食育の推進の目標に関する事項
 - ③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
 - ④その他必要な事項
- (2)都道府県は都道府県食育推進計画、市町村は市町村食育推進計画を作成するよう努める。

4 基本的施策

- ①家庭における食育の推進
- ②学校、保育所等における食育の推進
- ③地域における食生活の改善のための取組の推進
- ④食育推進運動の展開
- ⑤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
- ⑥食文化の継承のための活動への支援等
- ⑦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

5 食育推進会議

- (1)内閣府に食育推進会議を置き、会長(内閣総理大臣)及び委員(食育担当大臣、関係大臣、有識者)25名以内で組織する。
- (2)都道府県に都道府県食育推進会議、市町村に市町村食育推進会議を置くことができる。

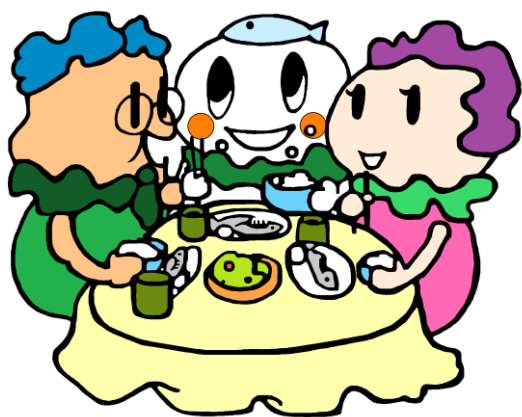
5 用語解説

◇印記載の用語解説

	用 語	解 説
え	栄養表示食品 体系図P2	販売に供する食品であって、栄養表示がされたもの（健康増進法 第31条第2項2号より）。
	NPO法人 P52	特定非営利活動促進法に基づき法人格を取得した特定非営利活動法人の一般的な総称。 ボランティア活動などの社会貢献活動を行う営利を目的としない団体。
	神奈川県食育推進計画 P7	「食みらい かながわプラン」の愛称で呼ばれ、食育基本法第17条に基づき神奈川県が策定した計画。今後の神奈川県の食育推進の方向性、目標などを定めるとともに、県が取り組むべき施策を示している。
け	欠食習慣（欠食） P5	食事（菓子や果物、錠剤のみは食事としない）を抜く（欠かす）習慣。
し	指標 P22	本計画における指標とは、計画を進行管理していく上で、進捗状況を検証し評価するための基準。 P26の（4）目標を参照。
	食育 P5	P6の「『食育』ってこんなこと！」を参照。
	食育基本法 P7	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ため、食育に関する施策を総合的かつ計画的に推進するための法律。平成17年7月15日施行。
	食育推進基本計画 P5	食育基本法に基づき、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に必要な基本的事項を定めた計画（平成18年3月31日策定）。計画期間は平成18年度から22年度までの5年間としている。
	食生活改善推進団体（員） P43	「ヘルスメイト」の愛称で呼ばれ、食を通じた健康づくりのボランティア活動を行っている全国組織の団体。食生活改善推進員は、市町村が実施する養成講座の修了生。逗子市においては、昭和39年に「若宮会」が結成され、地域に根ざした食育活動を行っている。

	食物アレルギー P39	特定の食品を飲食することで体内に取り込まれ、アレルギー状態が発生する免疫反応を言う。 食品衛生法施行規則で以下を規定。 【特定原材料として定義されるもの】 えび・かに・小麦・そば・卵・乳（牛乳、乳製品、チーズなど）・落花生（ピーナッツ） 【特定原材料等として表示が推奨されるもの】 あわび・いか・いくら・オレンジ・カシューナッツ・キウイフルーツ・牛肉・くるみ・ごま・さけ・さば・大豆・鶏肉・バナナ・豚肉・まつたけ・もも・やまいも・りんご・ゼラチン
	食を営む力 P26	食べるだけでなく、選ぶ力、作る力、味わう力など、食環境をとりまくさまざまな力。
	人工栄養 P38	母乳以外で乳児を養い育てること。（牛乳・粉乳など）普通食物以外の注射・点滴などによって補う栄養分。
せ	生活習慣病 P36	日々の食生活や運動などの生活習慣が原因でおこる疾患の総称。がん、脳血管疾患、心疾患及び脳血管疾患や心疾患の危険因子となる動脈硬化症、糖尿病、高血圧症、脂質異常症などがある。
ち	知育、徳育及び体育 P32	知育：知識を広め知能を高める教育 徳育：道徳意識を養うための教育 体育：身体活動（スポーツ・体操）により、健康の保持、増進と体力の向上を図るための教育
	地産地消 P27	地域で生産された物を、その地域で消費することを示す略語。新鮮で、事業者（生産・加工・流通・販売）の顔が見える食料等を届けるだけでなく、事業者との交流を通して農林水産業や商工業等に理解を深めることにつながる取組み。地産地消を進めると、生産地から食卓までの距離が短いため、輸送に伴う環境への負担が軽減し、フードマイレージの減少にもつながる。 ※フードマイレージとは、「食料の（＝food）輸送距離（＝mileage）」という意味。輸入相手国別の食料輸入量重量×輸出国までの輸送距離とし、食品の生産地と消費地が近ければフードマイレージは小さくなり、遠くから食料を運んでくると大きくなる。

つ	つむぐ P26	「しあわせ つむぐ 心豊かな食生活」の中でのつむぐは、多くの市民がさまざまな形で関わりあいながらつくりあげていくことをイメージし、オール逗子で食育について、主体的につくりあげていくことを表す。
て	低栄養状態 P66	心身状態の変化や（偏った食事内容）によって食事量が減少し、栄養状態が低下した状態
と	特定健診 P37	医療保険者（国民健康保険・組合健保・全国健康保険協会管掌健康保険〈協会けんぽ〉など）が40～74歳の人を対象に実施する、メタボリックシンドロームに着目した健康診査。
に	二次予防事業対象者 P66	65歳以上で生活機能が低下し、近い将来介護が必要となるおそれがある高齢者。健康診査や生活機能を調べる問診票の結果により認定する。
ひ	BMI P66	身長に対する体重の比率を表す数値(Body Mass Indexの略)。 $BMI = \text{体重 (kg)} \div \text{身長 (m)} \div \text{身長 (m)}$
ら	ライフステージ P10	人生をそれぞれの段階に表わしたもの（本計画では、乳幼児期・学童期・思春期・青年期・壮年期・高齢期に分けている



参考ホームページ例

逗子市 食育

www.city.zushi.kanagawa.jp/syokan/kenkou/syokuiku/

かながわの食育—神奈川県ホームページ

www.pref.kanagawa.jp/cnt/f6848/

食育ガイド—内閣府

www8.cao.go.jp/syokuiku/data/guide/pdf/printing.pdf

けんこうなところとからだをつくるため、 あなたにやってほしいこと

げんきなからだを つくろう！

- ☆ 1にち3かいしょくじをしよう
(あさごはんをしっかりたべよう)！
- ☆ きいろ・あか・みどりグループのたべ
ものを、まいかいのしょくじでたべよ
う！
- ☆ おかし・ジュースをとりすぎないように
しよう！



ごはんやパンはきいろ、
おにくやおさかなは
あか、
やさいやわかめは
みどりだよ！

しょくぶんかを たいせつにしよう！

- ☆ おぎょうぎよくたべよう！
- ☆ いただきます、ごちそうさまをきちんといおう！
- ☆ ぎょうじ(みかんなげ、もちつき、まめまき、おま
つりなど)にたくさんさんかしよう！
- ☆ きせつ(しゅん)のしょくざいをたべよう！

じぶんが たべるものを かくにんしよう！

- ☆ どこでとれたものかな？
- ☆ しょうみきげん、しょうひきげんは
きれてないかな？
- しょくひんのふくろやマークをみて
かくにんしよう！

みんなで ささえあおう！

- ☆ なるべくかぞくといっしょに
ごはんをたべよう！
- ☆ がっこう、おみせなど、いろいろな
ひとがいてしょくじができます。
かんしゃしてごはんをたべよう！
- ☆ しょくじづくりのおてつだいをしよう！

おとなのかたへ

ここでは、小さいお子様が少しでも食育について考えられるように記載しています。日々の生活の中で、お子様と食育の話をする時の参考にしてください。

第2次逗子市食育推進計画
2016 年(平成 28 年) 3 月
発行 逗 子 市
編集 福祉部国保健康課健康係

〒249-8686

逗子市逗子5丁目2番16号

TEL： 046-873-1111（代表）

FAX： 046-873-4520

URL： kenkou@city.zushi.kanagawa.jp