

第2次かけがわ食育推進計画

～ 美味しく、楽しく、感謝して食べる ～



健康はなまるくん



健康はなまるちゃん



はっぴいはなまるくん

平成 25 年 3 月

掛川市

はじめに

すべての市民にとって健康でいきいき暮らすことは、かけがえのないことであり、また「食」は欠かすことのできない命の源です。

しかし、近年「食」を取り巻く状況はライフスタイルや価値観・ニーズの多様化に伴い、「食」への意識や感謝の念が薄れてきていると言われています。

本市では平成 20 年 3 月に「かけがわ食育推進計画」を策定し、食育の奨励、普及に努めてきました。最終評価として平成 23 年度に「健康・食事」に関するアンケート調査を実施、それをもとに平成 24 年度において計画の見直しを行いました。

計画策定から 5 年が経過し、市民にとって「食育」が身近になったものの若い世代の朝食離れや中高年の肥満や糖尿病予備群の増加など食生活に関する課題も多くみられています。

このような現状を踏まえ、「かけがわ食育推進計画（平成 20 年度～24 年度）の基本理念、基本方針、目標など基本的な考え方を継承しつつ、これまでの推進状況や目標値の達成度などを考慮し、「第 2 次かけがわ食育推進計画」を策定しました。この計画の推進に当たっては、以下の 3 つを重点施策としました。

- 1 近い将来、父や母となる人へ「食」の大切さを伝えるために、中高生への食育を推進します。
- 2 中高年の肥満対策として、栄養成分表示や栄養情報の発信をする「かけがわ健康応援店」を市内に増やします。
- 3 かけがわの味づくりとして緑茶等の機能性成分を活かしたメニューの開発、さらに機能性食品メニューの情報発信の拠点づくりとして「かけがわ版 栄養ケアステーション」を展開していきます。

これらの施策に取り組み、「健康医療日本一」を実現することを目指します。

最後にこの「第 2 次かけがわ食育推進計画」の策定にあたり、ご尽力いただきました掛川市健康づくり推進協議会委員の方々をはじめ、アンケート等に協力いただきました多くの皆様に厚くお礼申し上げます。

平成 25 年 3 月

掛川市長 松井 三郎

目 次

第 1 章	食育推進計画の概要・・・・・・・・・・・・・・・・・・	P 1
1	計画策定の趣旨	
2	計画の位置づけ	
3	計画の期間	
第 2 章	食育の現状、評価、課題・・・・・・・・・・・・・・・・・・	P 4
1	食育の現状	
2	第 1 次計画の評価	
3	課題	
第 3 章	食育に関する基本的な考え方・・・・・・・・・・・・・・・・・・	P14
1	食育推進計画の基本理念	
2	食育推進計画の考え方	
3	ライフステージ別食育推進のポイント	
4	食育に関する主要な事業や活動	
第 4 章	食育推進のための取り組み・・・・・・・・・・・・・・・・・・	P19
1	安全・安心な食材をつかう	
2	バランスのとれた食事をつくる	
3	楽しく美味しく食べる	
第 5 章	計画の推進に向けて・・・・・・・・・・・・・・・・・・	P28
1	計画の推進体制	
2	計画の進行管理	
3	推進体制の概念図	
4	食育推進のための評価指標	
5	目標・課題・取り組みのポイント	
資料	・・・・・・・・・・・・・・・・・・	P33
1	掛川の行事食	
2	計画策定のためのアンケートについて	

第 1 章 食育推進計画の概要

1 計画策定の趣旨

近年「食」を取り巻く環境は、人々のライフスタイルや価値観の多様化に伴い大きく変化しています。その結果、忙しい生活の中で「食」に対する意識も希薄になり、家族で食卓を囲む機会の減少、朝食欠食・夜遅くの食事など食習慣の乱れによる肥満や生活習慣病の増加、若い女性の極度の痩身志向が社会問題となっています。

少子高齢化による健康寿命の延伸も求められ、すべての人々が生涯にわたって「健康でいきいき暮らす」ためには、「食」が重要な要素となります。国においては、国民が生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性を育むことを目的として、平成 17 年 6 月に「食育基本法」が制定され、平成 18 年 3 月には「食育推進基本計画」が策定されました。さらに平成 18 年度～22 年度までの推進の成果と課題を踏まえ、平成 23 年 3 月には「第 2 次食育推進基本計画」が策定されました。本市では、平成 20 年 3 月に「かけがわ食育推進計画」を策定、「美味しく 楽しく 感謝して 食べる」ことを基本理念とし、「安全・安心な食材をつかう」「栄養バランスのとれた食事をつくる」「楽しく美味しく食べる」という 3 つの柱をもとに事業を展開し、食育の奨励、普及に努めてきました。

計画策定から 5 年が経過し、食育への関心度やメタボリックシンドロームに関する認知度の上昇、学校給食における地場産食材の使用など、地産地消が推進されてきました。また、小学校及び保育園幼稚園などでも食育への取り組みが着実に進められてきています。一方で、若い女性の朝食欠食の増加、中高年の肥満増加、糖尿病予備群の増加などの課題も多くみられます。

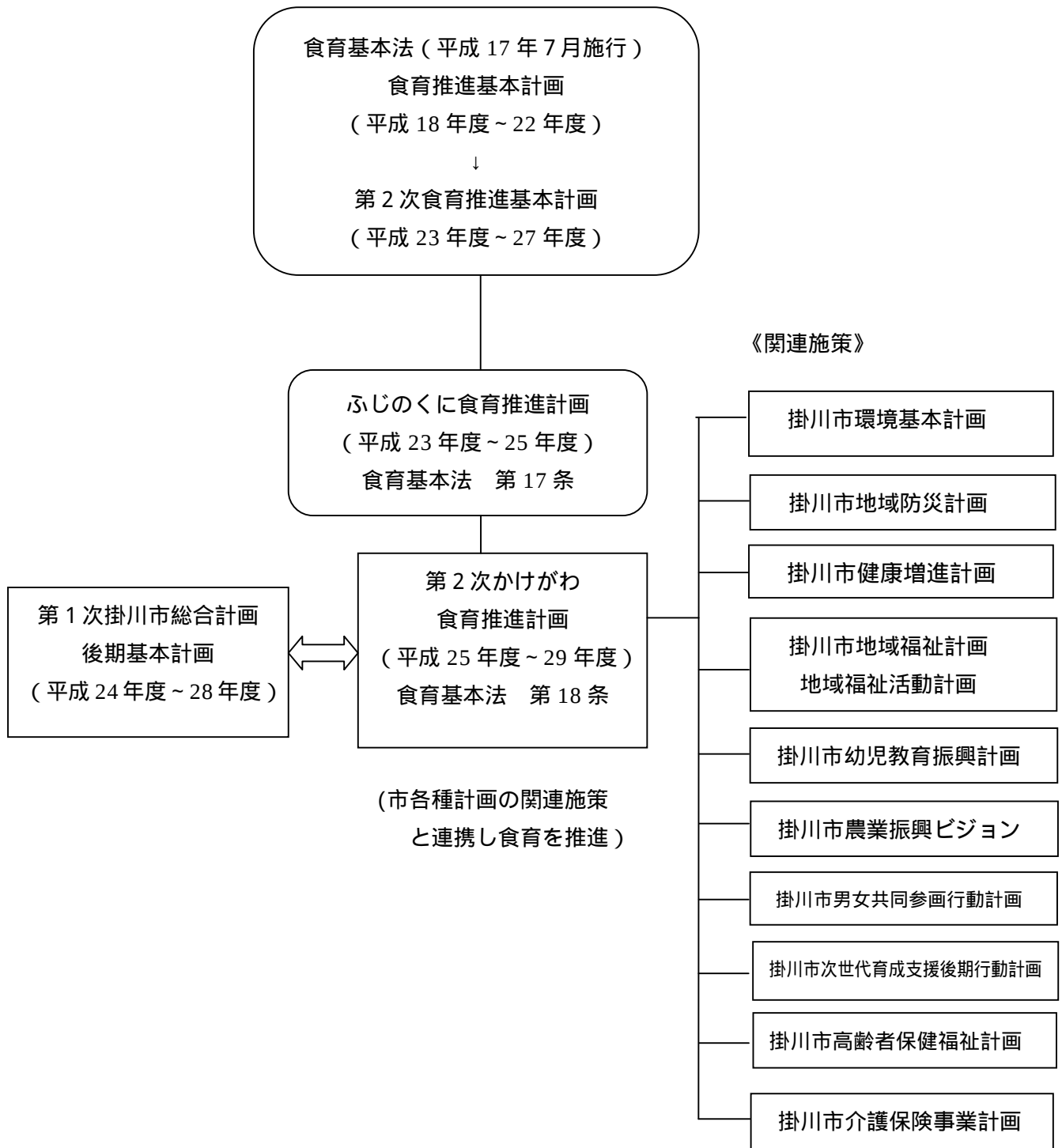
また、平成 24 年 3 月に策定された掛川市総合計画「後期基本計画」では、後期 5 年間の重点テーマの中に日本一をめざす 3 分野のひとつとして健康医療をあげています。

このような現状を踏まえ、「かけがわ食育推進計画」（平成 20 年度～24 年度）の基本理念、基本方針、目標など基本的な考え方を継承しつつ、これまでの推進状況や目標値の達成度などを考慮したうえで、今後も掛川市の食育を計画的に推進し、「健康医療日本一」を実現するため、「第 2 次かけがわ食育推進計画」を策定します。

2 計画の位置づけ

食育を市民運動として推進するための行動計画であり、「食育基本法第 18 条」に基づく市町村食育推進計画として位置づけられるものです。

本計画は、関連機関、関係団体と連携を図って推進していきます。



3 計画の期間

本計画の期間は、平成 25 年度を初年度とし、平成 29 年度までの 5 力年計画とします。
 (なお、国の第 2 次食育推進基本計画の計画期間は、平成 23 年度から平成 27 年度までの 5 力年計画、ふじのくに食育推進計画は、平成 23 年度から平成 25 年度までの 3 力年計画です。)

関連諸計画の期間

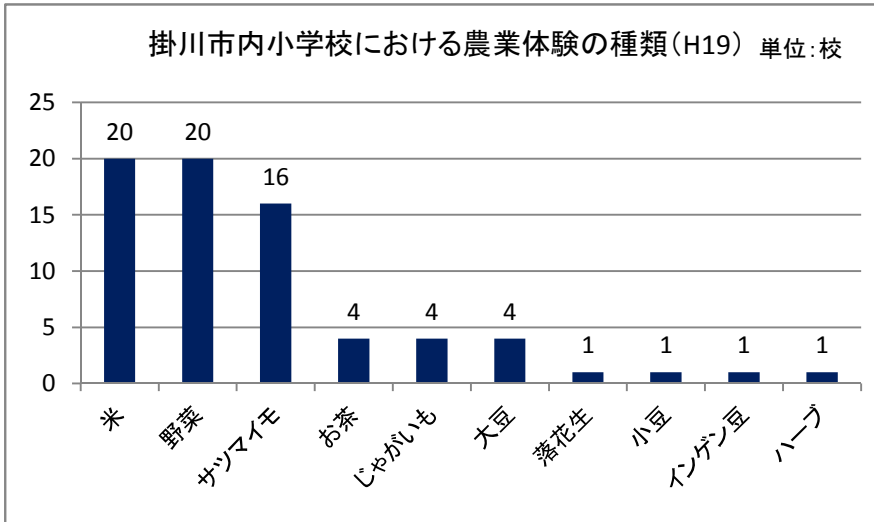
年 度	18 年度	19 年度	20 年度	21 年度	22 年度	23 年度	24 年度	25 年度	26 年度	27 年度	28 年度	29 年度
	2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017
市			かけがわ食育推進計画					第 2 次かけがわ食育推進計画				
		第 1 次掛川市総合計画					第 1 次掛川市総合計画後期基本計画					
			健康かけがわ 21									
県		静岡県食育推進計画				ふじのくに食育推進計画						
国	食育基本法（平成 17. 6 制定）											
	食育推進基本計画					第 2 次食育推進基本計画						

第2章 食育の現状、評価、課題

1 食育の現状

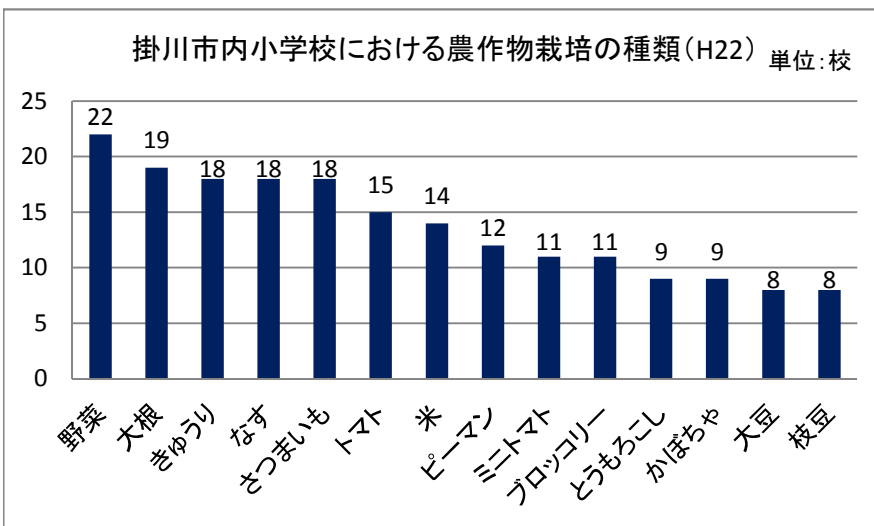
■安全・安心な食材をつかう

(1) 小学校で実施している農業体験の内容



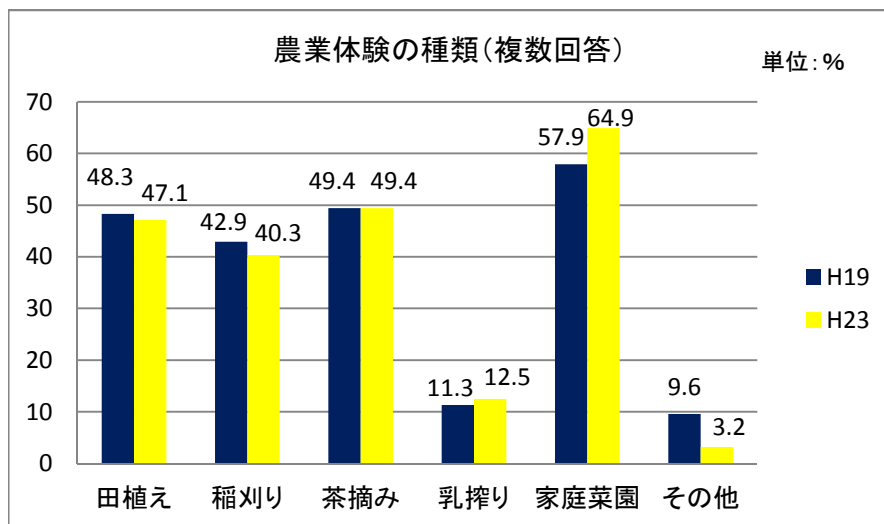
・平成19年度より農業体験での栽培品種が増えています。
・栽培する作物は野菜が中心です。

資料:掛川市保健予防課調査(平成19年度)



資料:農林水産省関東農政局浜松地域センター「掛川市教育ファーム推進実施状況調査」
(平成22年度)

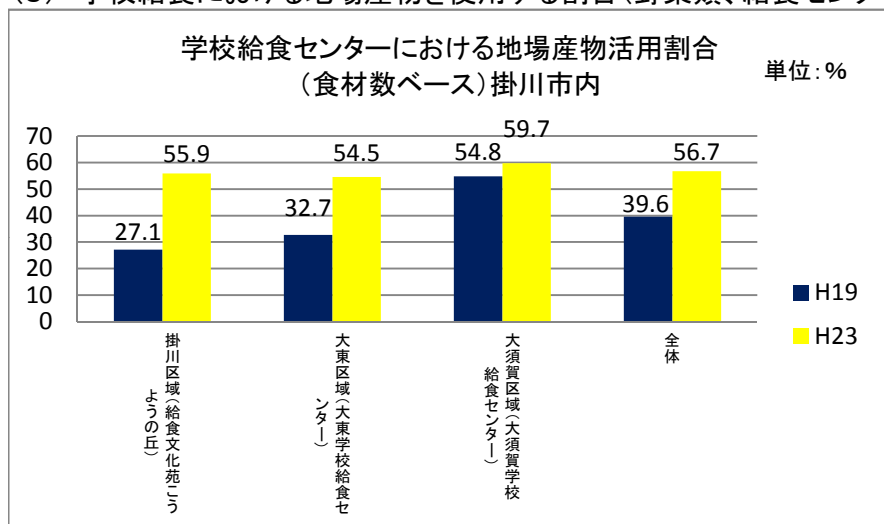
(2) 農業体験のある市民の割合



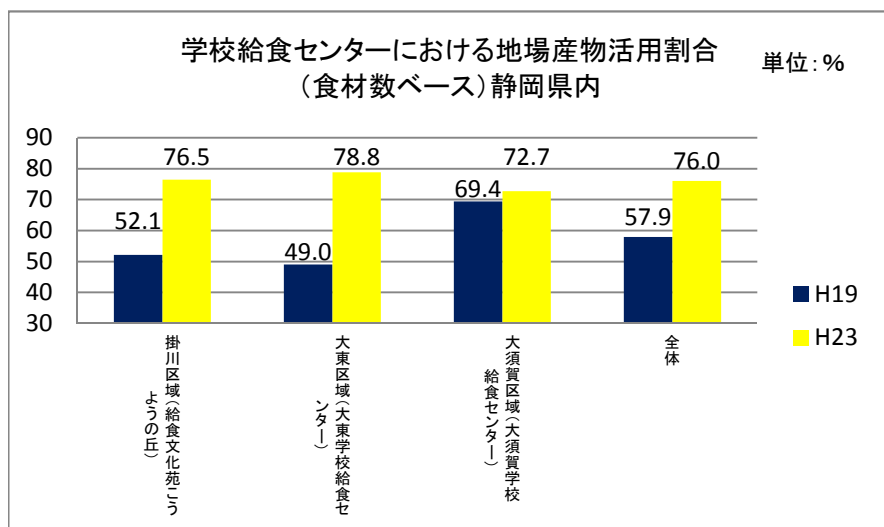
・平成19年度と比べても変化はみられません。
・家庭菜園に挑戦している市民が増えています。

資料: 掛川市保健予防課「健康・食事」に関するアンケート(平成19年度、平成23年度)

(3) 学校給食における地場産物を使用する割合(野菜類、給食センター別)

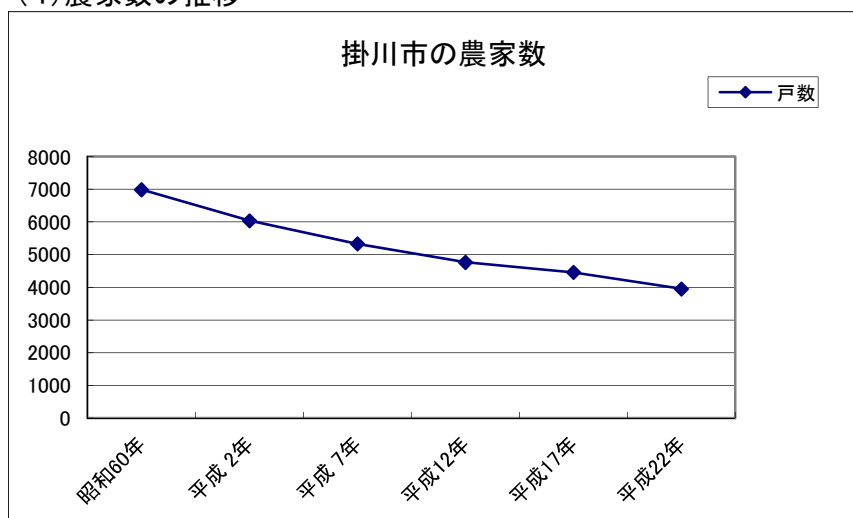


・地場産物を使用する割合は全体として平成19年度より市内産17.1%、県内産18.1%と増えています。
・各センターともに市内産、県内産が増えています。



資料: 掛川市学務課調べ(平成19年度、平成23年度)

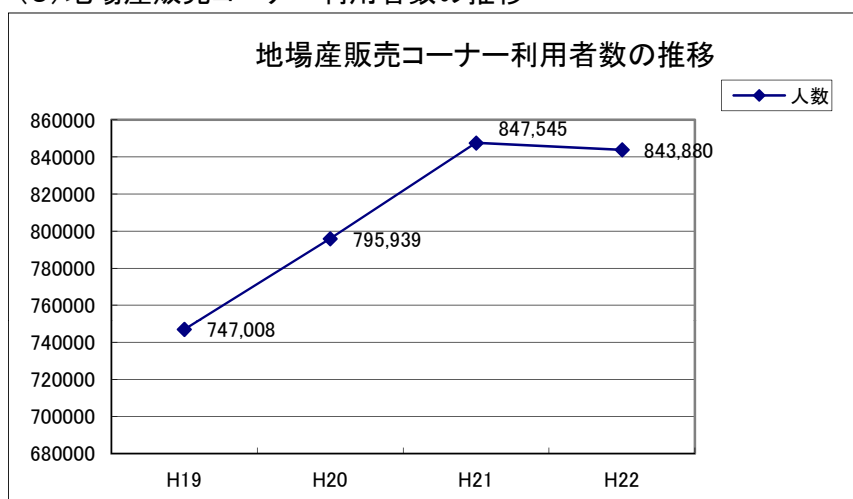
(4) 農家数の推移



・掛川市の農家数は年々減少しています。

資料：昭和60年から平成7年まで掛川市「掛川市統計書」
平成12年から平成22年まで農林水産省「農林業センサス」

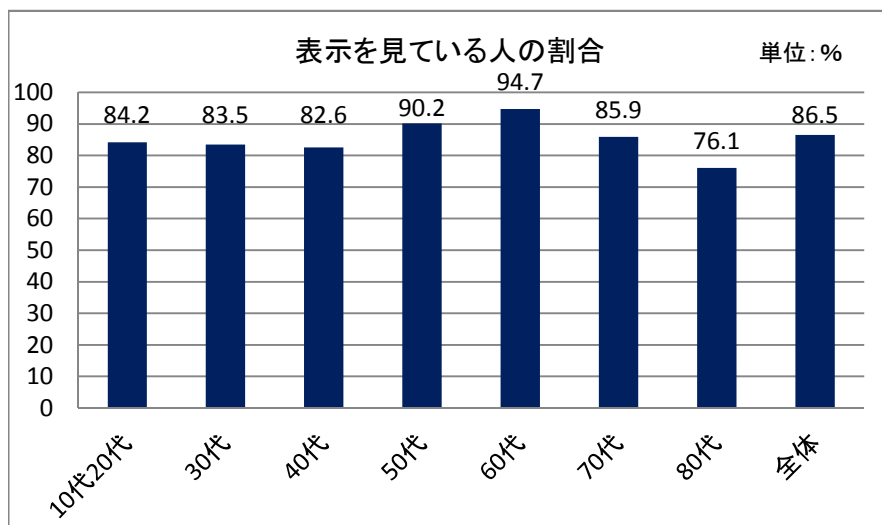
(5) 地場産販売コーナー利用者数の推移



・地場産販売コーナー利用者数は年々増えています。

資料：掛川市「掛川市統計書」

(6) 食材の原産地、消費期限、添加物などの表示を見ている人の割合

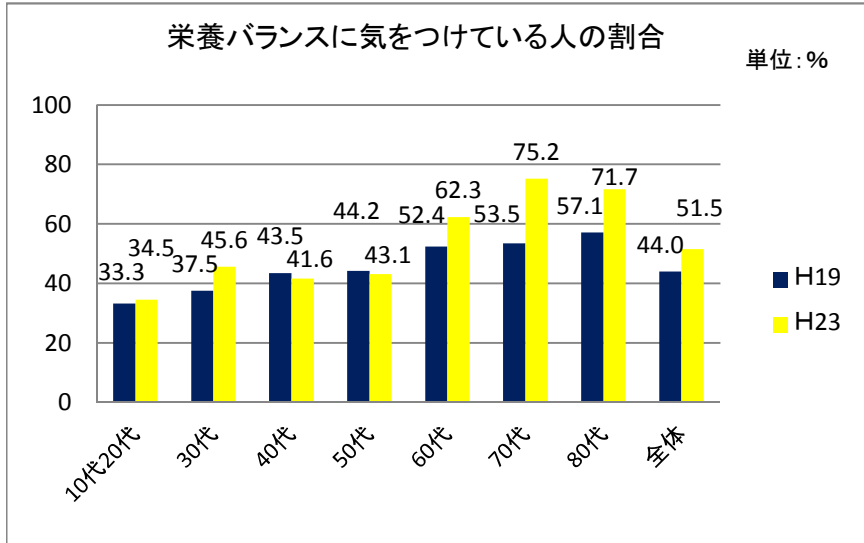


・食品表示をみている人は全ての年代で80%近くいます。
・特に50代60代は90%を超えています。

資料：掛川市保健予防課「健康・食事」に関するアンケート(平成23年度)

■栄養バランスのとれた食事をつくる

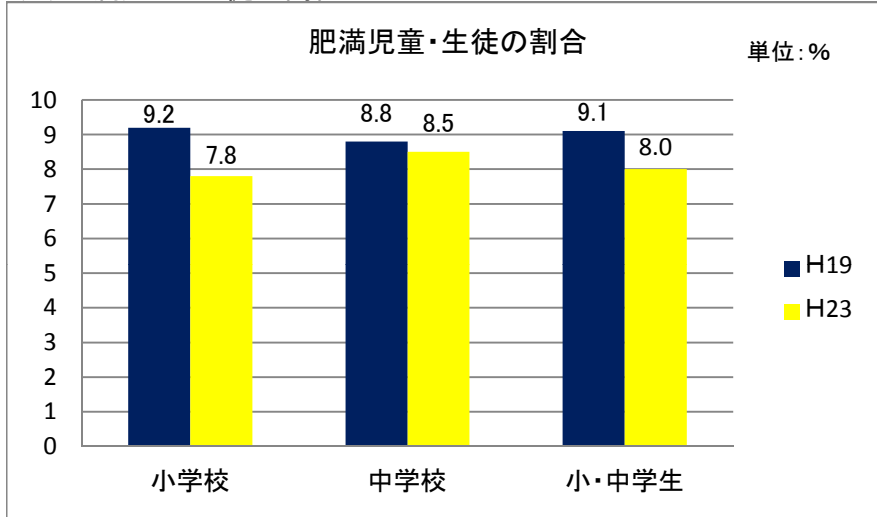
(7) 食事の栄養バランスに気をつけている人の割合



・栄養バランスに気をつけている人の割合は全体で平成19年度より7.5%増えています。しかし、働き盛りの40代50代ではそれぞれ1.9%、1.1%減少しています。

資料: 掛川市保健予防課「健康・食事」に関するアンケート(平成19年度、平成23年度)

(8) 肥満児童・生徒の割合

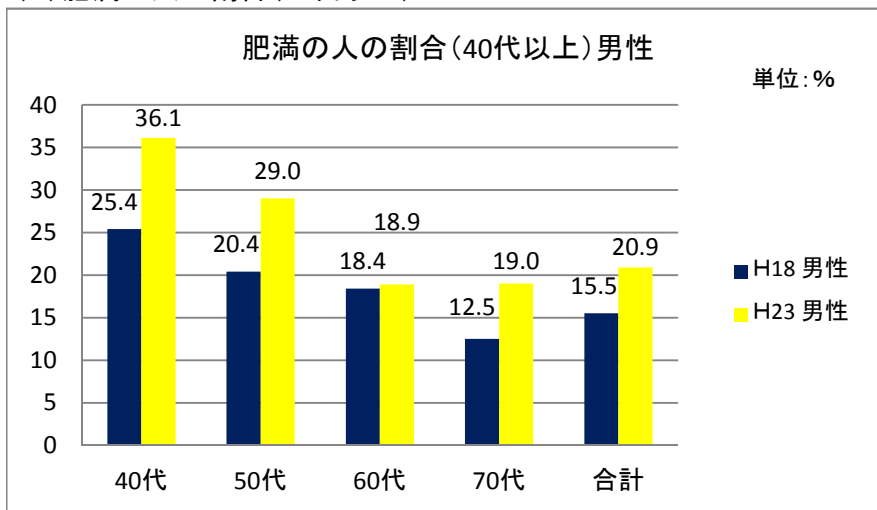


・平成19年度より肥満児童・生徒の割合は全体で1.1%減少しています。特に児童では1.4%減少しています。

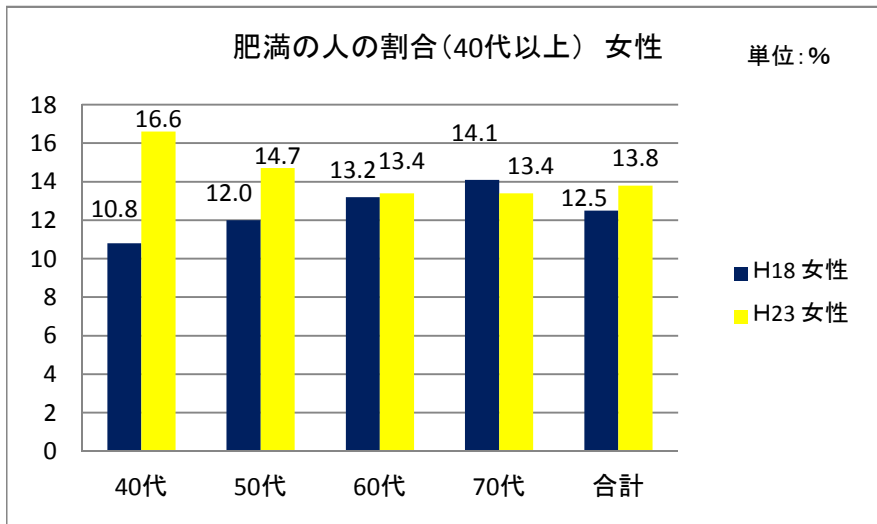
資料: 小笠地区学校保健会養護教諭部「児童・生徒の体格・疾病」(平成19年度、平成23年度)

※肥満児童生徒は日比式による標準体重の20%以上。

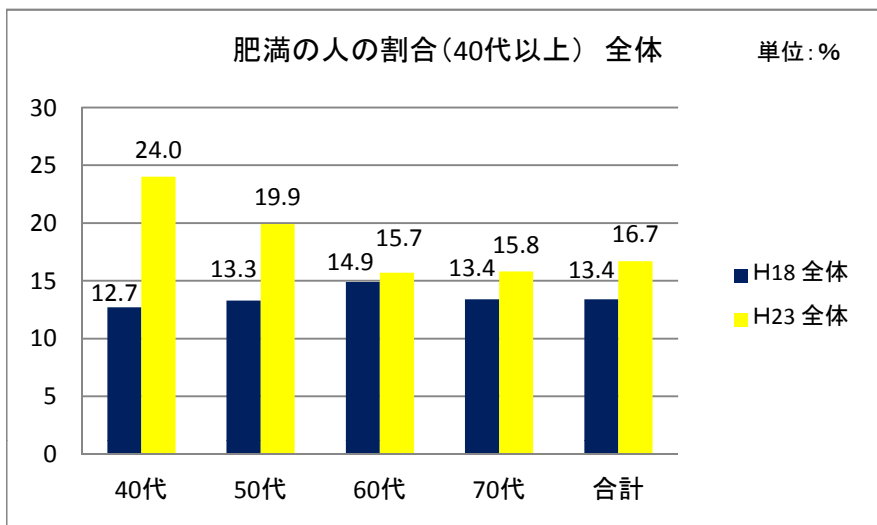
(9) 肥満の人の割合(40代以上)



・全ての年代で肥満が増えていますが、特に40代10.7%、50代8.6%と増加が顕著です。



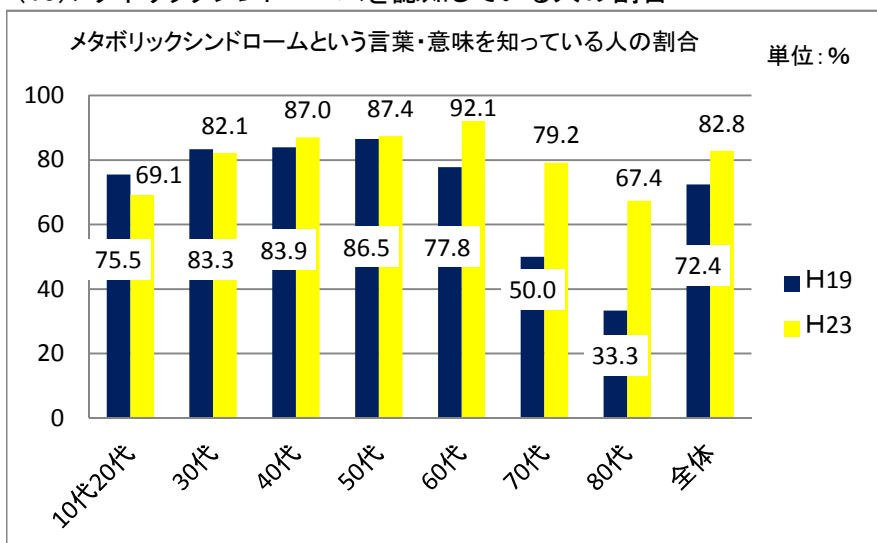
・40～60代で肥満が増えていきます。特に40代5.8%、50代2.7%と増加が顕著です。



・全ての年代で肥満が増えていきます。特に40代11.3%、50代6.6%と増加が顕著です。

資料: 掛川市保健予防課「掛川市基本健康診査データ」(平成18年度)
「掛川市特定健診データ」(平成23年度)

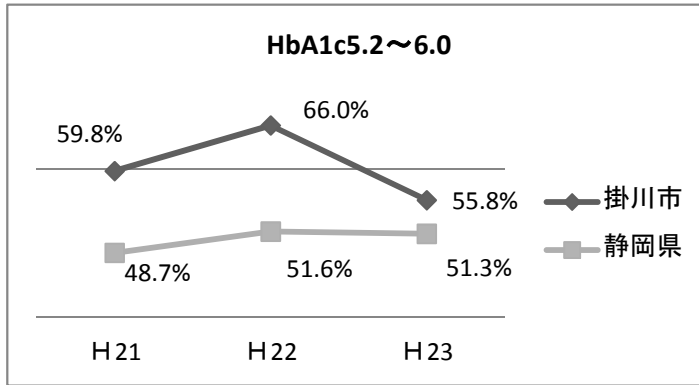
(10) メタボリックシンドロームを認知している人の割合



・全ての年代で認知している人の割合が増えていきます。特に70代80代で増加が顕著です。

資料: 掛川市保健予防課「健康・食事」に関するアンケート(平成19年度、平成23年度)

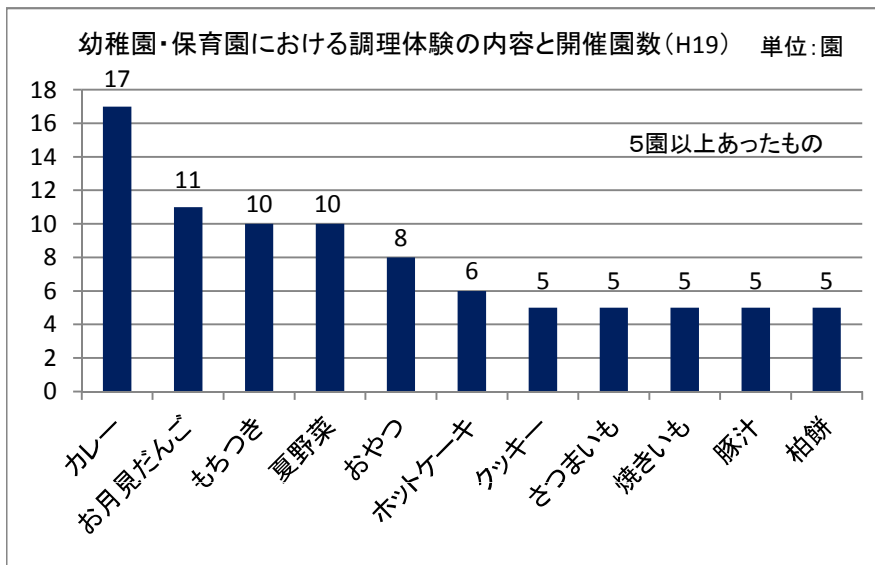
(11) 糖尿病予備群の割合(ヘモグロビンA1c5.2%～6.0%(JDS値))



資料:掛川市保健予防課特定健診結果(平成21年度～平成23年度)

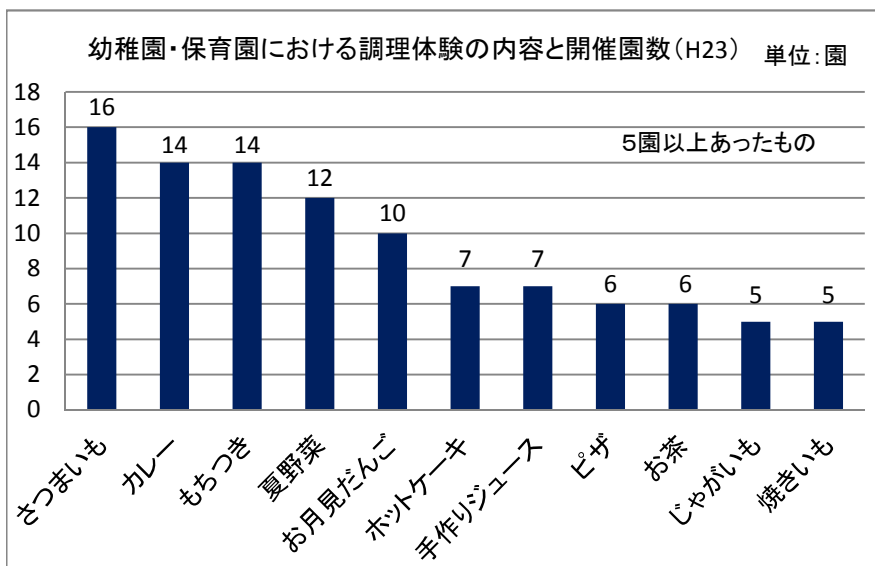
・平成21年度から3年連続でヘモグロビンA1c5.2%～6.0%(JDS値)の要経過観察値の人の割合は県平均より高い値です。

(12) 幼稚園・保育園における調理体験の内容と開催園数



資料:掛川市保健予防課調査(平成19年度)

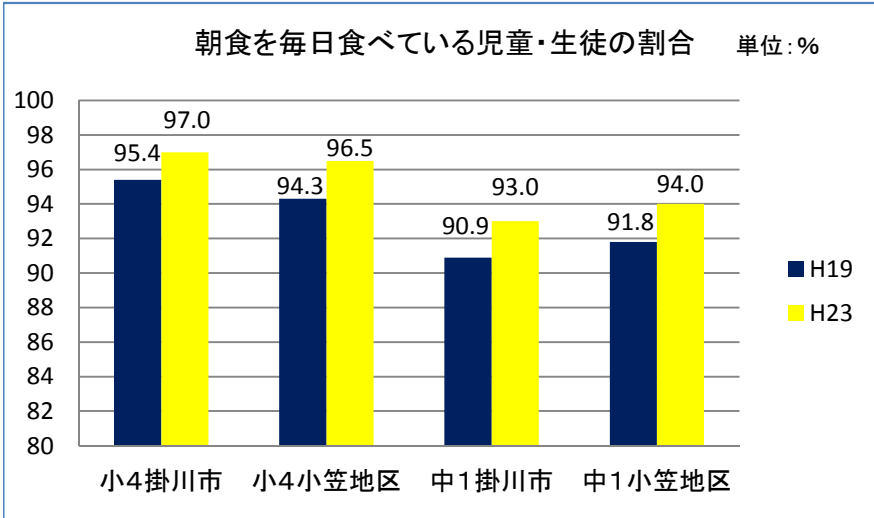
・平成23年度幼稚園・保育園での調理体験は全ての園で行われています。
・開催園数は平成19年度と比べて15園増えています。



資料:掛川市保健予防課調査(平成23年度)

■楽しく美味しく食べる

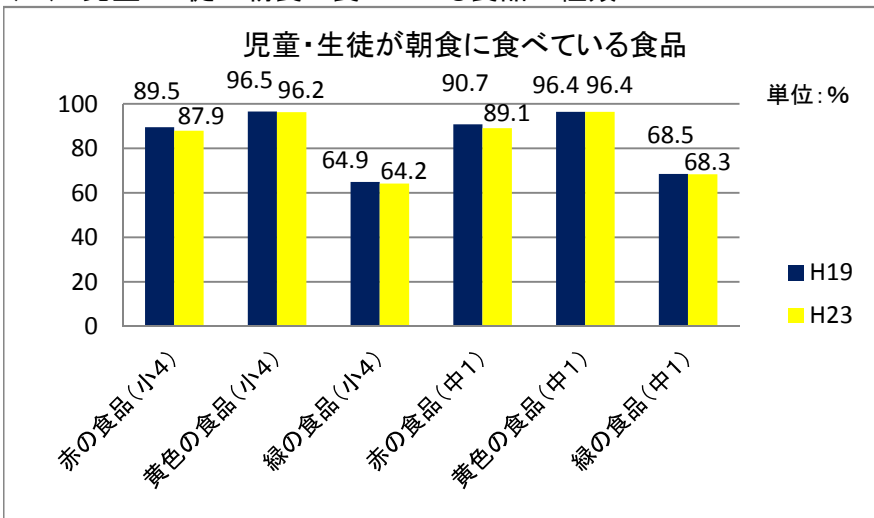
(13) 朝食を毎日食べている児童・生徒の割合



・朝食を毎日食べている児童、生徒の割合は小4、中1ともに増えています。

資料：小笠地区学校保健会(栄養職員部)「食生活アンケート集計結果」(平成19年度、平成23年度)

(14) 児童・生徒が朝食に食べている食品の種類

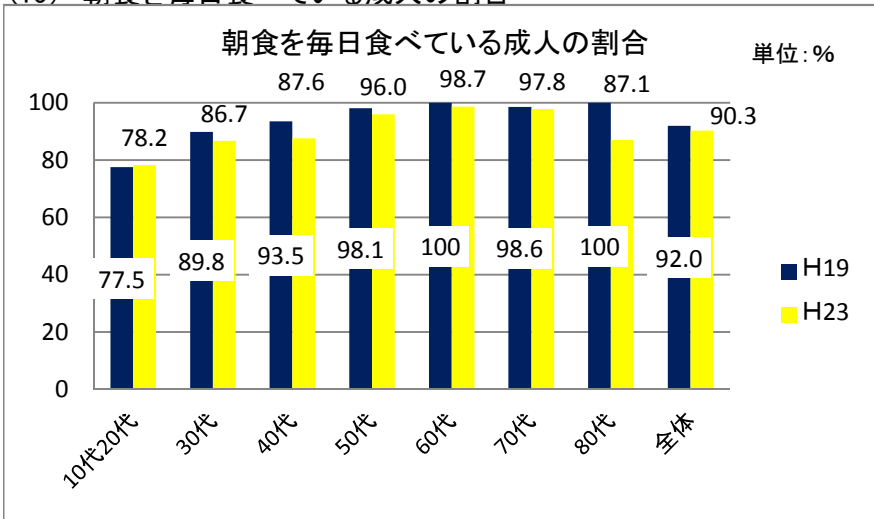


・児童・生徒が朝食に食べている食品は、平成19年度と変わらず黄色(炭水化物)、赤(たんぱく質)緑(野菜)の順になっています。

・赤の食品(主菜：肉や魚、卵など)、黄色の食品(主食：ご飯やパンなど)を食べている児童・生徒は9割前後ですが、緑の食品(副菜：野菜や果物など)を食べている児童・生徒は6割台です。

資料：小笠地区学校保健会(栄養職員部)「食生活アンケート集計結果」(平成19年度、平成23年度)

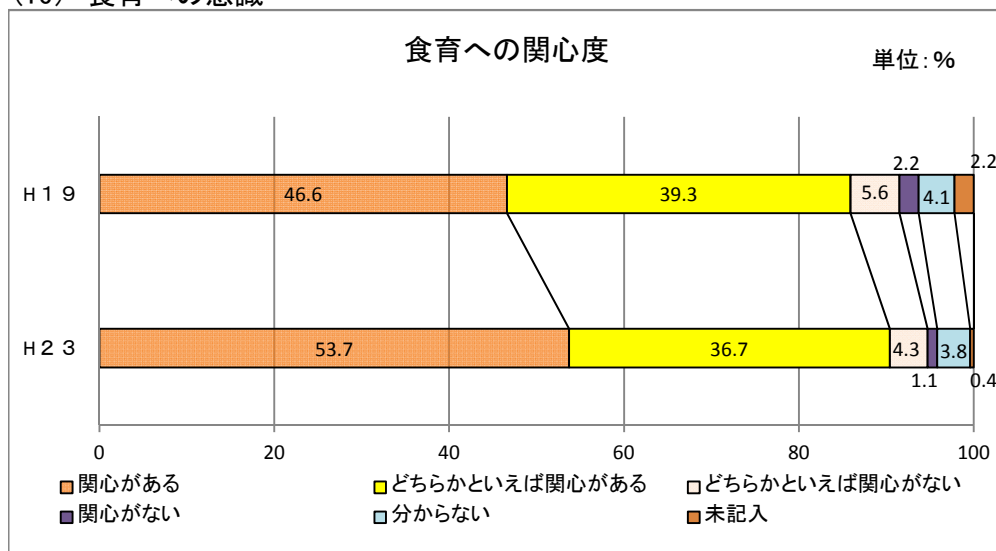
(15) 朝食を毎日食べている成人の割合



・10～20代は増えています。30～80代までは下がっています。特に80代は顕著に下がっています。

資料：掛川市保健予防課「健康・食事」に関するアンケート(平成19年度、平成23年度)

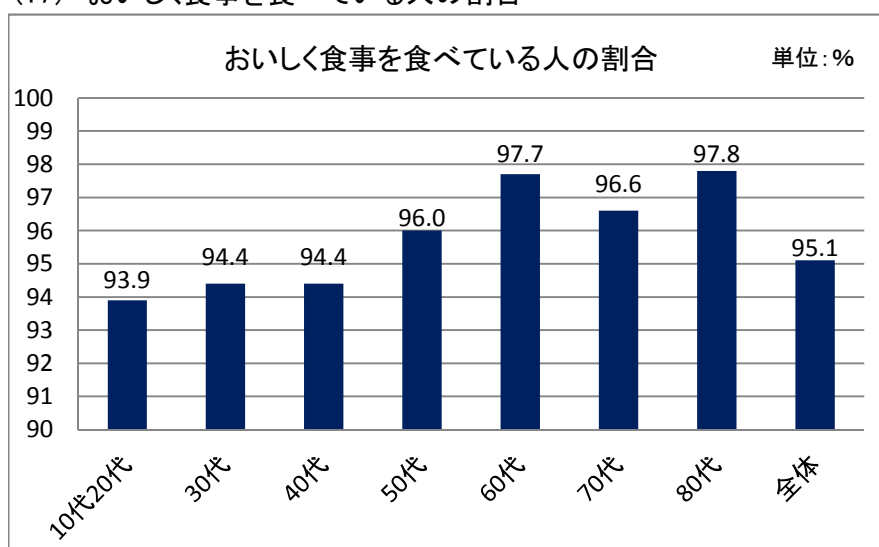
(16) 食育への意識



・食育への関心のある人が全体に増えていきます。

資料：掛川市保健予防課「健康・食事」に関するアンケート（平成19年度、平成23年度）

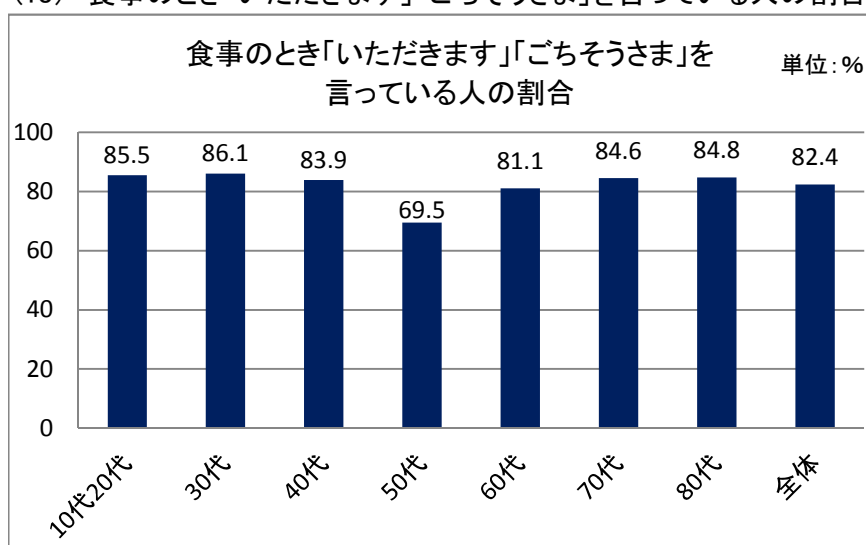
(17) おいしく食事を食べている人の割合



・全ての年代において、9割近くの方がおいしく食事を食べています。

資料：掛川市保健予防課「健康・食事」に関するアンケート（平成23年度）

(18) 食事のとき「いただきます」「ごちそうさま」を言っている人の割合



・食事のとき「いただきます」「ごちそうさま」を言っている人の割合は50代以外の年代において、8割を超えています。

資料：掛川市保健予防課「健康・食事」に関するアンケート（平成23年度）

2 第1次計画の評価

第1次食育推進計画評価指標の各目標に対する達成状況は次のとおりです。

	指標	現状値 (H19)	目標値 (H19)	最終値 (H23)	達成状況	参考	
						県・国現状値 (H19)	県・国現状値 (H23)
安全・安心な食材をつかう	栄養バランスに気をつけている人の割合(成人)	男性34.3% 女性47.6%	男性45%以上 女性55%以上	男性43.1% 女性52.2%	▽	県男性20.4% 女性33.3%	県男性22.5% 女性37.4%
	農業体験を実施している小学校の割合	100%	100%	100%	○	—	—
	農業体験のある市民の割合	81.2%	90%	84.2%	▽	県78%	データなし
	学校給食における地場産物を使用する割合(3給食センターによる野菜のみ)	39.6%	30%以上	56.7%	○	県21.7%	県25.0%
	食品の原産地・消費期限・添加物表示等を見て購入する人の割合	データなし	60%以上	86.5%	○	データなし	データなし
栄養バランスのとれた食事をつくる	肥満の児童・生徒の割合(日比式標準体重20%以上)	9.1%	7.0%	8.0%	▽	国10.2%	国9.2%
	肥満の人の割合(40歳以上)(BMI25以上)	男性15.5% 女性12.5%	男性12% 女性10%	男性20.9% 女性13.8%	×	県男性25.6% 女性17.6%	県男性24.2% 女性19.0%
	メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)を認知している人の割合	72.4%	80%	82.8%	○	県52.1% (参考値) 国77.3%	国62.8%
	調理体験を実施している幼稚園・保育所の割合	93.8%	100%	100%	○	県80.3% (参考値)	県76.0% (参考値)
	自分の健康状態を「よい」「まあよい」と思っている人の割合(成人)	83.7%	95%	94.0%	▽	県83.3%	県87.9%
楽しく美味しく食べる	食育に関心のある人の割合	85.9%	90%以上	90.4%	○	県76% 国69.5%	県59.6% 国70.5%
	朝食を毎日とっている3歳児の割合	95.4%	100%	92.1%	×	県98.3%	県99.0%
	朝食を毎日とっている小学4年生の割合	95.4%	100%	97.0%	▽	県97.7%	県98.8%
	朝食を毎日とっている中学1年生の割合	90.9%	100%	93.0%	▽	県94.6%	県96.2%
	朝食を毎日とっている成人(10代20代)の割合	男性62.1% 女性83.3%	男女とも85%以上	男性90.0% 女性77.4%	男性○ 女性×	県男性61.6% 女性78.8%	県男性72.0% 女性89.6%

※目標値を達成している項目 ○

※現状値より改善しているが、目標値は達成していない項目 ▽

※現状値より悪化している項目 ×

3 課題

平成 17 年の食育基本法施行と第 1 次食育推進計画をうけてこども達への調理体験、成人対象の各種料理教室、生活習慣病予防教室、地区毎の栄養教室、料理教室等食育に関する講座を開催し「食育」の周知や実践に努めてきました。

その結果、本計画で掲げた評価項目 15 項目において達成できたものは 6 項目ありました。達成できなかった項目の中で計画時よりも悪化した項目も 3 項目あり、市民一人ひとりがさらに意識の改善、実践をしていかなくは達成が難しいと思われました。

これらの結果や本市の食育の現状をもとに、第 2 次食育推進計画の策定を進めていきます。

■現状からみえてきた 4 つの課題

(1) 栄養バランスに気をつけている人の割合が低い

平成 19 年度より全体では増加していますが目標値には達していません。

また、10～30 代、70 代以降は増加していますが 40～50 代は下がっています。

この結果は中高年の肥満増加へとつながっていると思われ、対策が必要です。

(2) 中高年の肥満増加と糖尿病予備群の人が多い

平成 19 年度より全ての年代において肥満が増加しています。

男女別にみると女性の 70 代では減少していますが、その他は全て増加傾向です。特に男性の 40～50 代は著しく増加しています。また、糖尿病予備群の人が 3 年連続で県平均を上回っており、肥満との関連性を含めた何らかの対策が必要です。

(3) 若い女性の朝食離れ

朝食を毎日取る割合は平成 19 年度より全体では 1.7%低くなっており年代、性別毎にみると 10 代、20 代の女性の欠食率が 5.9%増加しています。これは、若い女性の「ヤセ志向」のあらわれと考えられます。

(4) 3 歳児の朝食欠食率増加

朝食を毎日とらない 3 歳児が平成 19 年度と比べて 3.3%増加しています。

しかし、週 5～6 日朝食をとる児が増加しており、ライフスタイルの多様化により規則正しく毎日朝食を摂取する習慣が、失われつつあるのではないかと考えられます。

第3章 食育に関する基本的な考え方

1 食育推進計画の基本理念

掛川市の食育目標

II

『美味しく、楽しく、感謝して食べる』

スローガン

～朝食を食べよう、野菜から食べよう～



「バランスのとれた食事をつくる」

- ・料理を作る楽しさを身につけよう
- ・自分の体に必要な食材を選ぼう
- ・日本型食生活を学ぼう
- ・外食は賢く選ぼう
- ・食文化や伝統料理を大切にしよう



「安全・安心な食材をつかう」

- ・安全な食品を見分ける力をつけよう
- ・地産地消を推進しよう
- ・食を支える産業について理解を深めよう
- ・農作業体験をしよう
- ・世界の食の現状を知ろう



「楽しく美味しく食べる」

- ・会話がはずむ食卓づくりをしよう
- ・食事のマナーを身につけよう
- ・「いただきます」「ごちそうさま」を言おう
- ・必要な量だけ食べよう
- ・早寝早起き美味しい朝食をとろう
- ・8020をめざそう
- ・身近な人と食について語ろう



2 食育推進計画の考え方

(1) 食育推進の3つの柱

第2章での現状分析を踏まえ、「安全・安心な食材をつかう」「バランスのとれた食事をつくる」「楽しく美味しく食べる」という3つの柱をもとに食育推進計画の具体的な取り組みを示しました。

「安全・安心な食材をつかう」では食材の選択能力を、「バランスのとれた食事をつくる」では調理方法や食事選択を、「楽しく美味しく食べる」では食事の食べ方や共食を中心に事業を展開します。

(2) 分かりやすい目標を設定

食育が市民に確実に浸透するよう、中心的な取り組みに合わせて目標を明確化しました。実現していくべき事柄を、分かりやすい表現で示して、市民だれもが食育に取り組みやすい計画としました。

さらに、計画的に目標を実現するため、ふじのくに食育推進計画に示された「食育推進の目標値」と整合を図りつつ、掛川市の食育推進計画の評価指標と目標値を定めました。

(3) ライフステージ(対象年齢)に応じた取り組み

人生の各年代(ライフステージ)に応じて、食育に関する課題は異なります。このため、胎児・乳幼児・学童期(12歳以下)、思春期(13~18歳)、青年期(19~29歳)、壮年中年期(30~64歳)、高齢期(65歳以上)の5つの区分ごとに、食育のポイントを示しています。

(4) 家庭、行政、教育現場、職場、産業、地域と連携した協働の取り組み

食育は、家庭における食事を大切にすることが基本になります。しかし、家庭以外にも、行政、教育現場、職場、産業、地域が、それぞれ食品、調理、食事に関する局面で食育を実践していくことが重要になります。家庭、行政、教育現場での取り組みを示すだけでなく、職場、産業、地域についても、今後取り組むべき内容を示しています。

「共食」朝食又は夕食を家族等と一緒に食べること。

3 ライフステージ別食育推進のポイント

一生を通じて、「地場産の農産物をつかう」「和食を中心とした薄味の健康に配慮した食事を作って食べる」「規則正しく一日三食食べる習慣をつける」「毎日緑茶を飲む」「家族でコミュニケーションをとりながら食事をする」ことがポイントになります。

(1) 胎児・乳幼児・学童期(12歳以下)

一生の食生活・生活習慣を決定づける重要な年代であり、ここで薄味の食事、好き嫌いをなくす等の食習慣の基礎を築きましょう。また、体の健康な発育のため毎日朝食を食べる習慣をつけましょう。

(2) 思春期(13～18歳)

妊娠出産及び生活習慣病の予防など、成人後の体作りのために重要な時期です。
特に、思春期の女性は過激なダイエットに走りがちであり、それが将来の妊娠出産に影響を及ぼす可能性があります。家族と別々に食事をする機会も増えるため、親との会話も少なくなりがちです。家族や仲間と食卓を囲む機会を増やしましょう。
また、自立した生活も営めるように、料理の技術と作る楽しみを身につけましょう。

(3) 青年期(19～29歳)

自分で食材や食事のメニューを選択する機会が増える時期です。
一人暮らしの人が増えて食事が不規則になりやすいので、できるだけ主食(ごはん、パン、めんなど)・主菜(肉、魚、卵、大豆など)・副菜(特に野菜のおかず)のそろった食事をしましょう。特に、朝食はしっかり食べましょう。
また、この時期は、結婚し、育児が始まる人も多くなってきます。子どものいる家庭では、特に子どもが規則正しい食習慣を身につけられるように家族全員で取り組みましょう。

(4) 壮年中年期(30～64歳)

仕事や育児が忙しく、自らの食についておろそかになりがちです。食に関して正しい知識を身につけ、食生活を見直すきっかけづくりをしましょう。

(5) 高齢期(65歳以上)

体力の低下・老化が進み、より健康に配慮した食生活が求められます。
高齢者だけの世帯になると、食事時間が不規則になり、内容も偏りやすくなります。地区の行事へ参加する、友人・親族と定期的に食事をするなど積極的に行動し、食生活にもメリハリをつけましょう。

4 食育に関する主要な事業や活動（ライフステージ別施策）

区分	ライフステージ	事業名	事業の概要	担当課	食育推進 3つの柱
1	妊娠 出産期	ママセミナー (栄養)	妊娠期の食を通して、正しい知識を学び、子どもの食育につなげる。	保健予防課	つくる
		ママセミナー (歯科)	妊娠期から歯の大切さについて学び、子どもの虫歯予防につなげる。	保健予防課	食べる
	乳幼児期	離乳食教室	乳幼児期にいろいろな食べ物に慣れ、好き嫌いをなく食事を摂る子になるよう、段階に応じた指導を実施する。	保健予防課	つくる
		親子クッキング	乳幼児期から食に関心を持たせ、作る楽しさ・食べる楽しさを親子で体験する。	保健予防課	つくる
		食育教室	未就園児・保育園・幼稚園の子をもつ保護者に食育の大切さを伝える。	保健予防課	つくる
		健康教育	6か月児相談での健康教育。	保健予防課	つくる
		はみがき教室	乳幼児から推進しているむし歯予防を入園後も継続するため、園児や保護者にはみがきの必要性やブラッシング方法を教え、正しいはみがき習慣を普及。	保健予防課	食べる
		栄養教諭・栄養職員による 「食」に関する指導	栄養教諭・栄養職員が園児（保護者）を対象に発達段階に応じた「食に関する指導」を学級活動（給食）などの時間に実施。	学務課 (学校給食 センター)	つくる
		給食センター見学	給食がどんな場所・方法で作られているかを実際に見ることで、作っている人たちへの感謝の気持ちや食への興味をもつ。	幼児教育課	食べる
		野菜の栽培・収穫・調理	野菜の栽培やクッキングを通して、野菜の生長に興味・関心を持たせ、食べる意欲を促進する。また、偏食がなくなるように家庭と連携する。	幼児教育課	つかう
		栄養教育 (3つのお皿など)	毎日の給食を通して、食事の役割やバランスを知る。食に関する伝承行事を通して、日本の文化を知り食の豊かさに親しむ。	幼児教育課	つくる
	学童期	栄養教諭・学校栄養職員 による「食」に関する指導	栄養教諭・学校栄養職員が各学年の児童（保護者）を対象に発達段階に応じた「食に関する指導」を学級活動・家庭科・生活科・総合的な学習などの時間に実施。	学務課 (学校給食 センター)	つくる
		野菜の栽培・収穫・調理	野菜の栽培を通して、野菜への関心を育て食べる意欲を促進。	学校教育課	つかう
		食育教室	食に興味を持ち、手作りの楽しさを味わう。友達と組んで実習することにより協調性を養う。食育に対して正しい知識を身につける。	保健予防課	つくる
		親子夏野菜料理教室	環境資源ギャラリーで親子を対象に料理教室を行う。	環境政策課	つくる
2	思春期	栄養教諭・学校栄養職員 による「食」に関する指導	栄養教諭・学校栄養職員が各学年の生徒（保護者）を対象に発達段階に応じた「食に関する指導」を学級活動・家庭科・総合的な学習などの時間に実施。	学務課 (学校給食 センター)	つくる
		思春期健康講座 (新規)	食について興味を持ち、考えてもらう機会とする。	保健予防課	食べる
		中高生の食育出前講座 (新規)	食について興味を持ち、考えてもらう機会とする。養護教諭に働きかけ、各中学校、高校に出向いて食育指導。	保健予防課	食べる

※つかう…安全・安心な食材をつかう

つくる…バランスのとれた食事をつくる

食べる…楽しく美味しく食べる

区分	ライフステージ	事業名	事業の概要	担当課	食育推進 3つの柱
3 4	青年期 壮年中年期	食育セミナー (健康づくり食生活推進員 養成講座)	健康づくり食生活推進員養成のための講座。 地域で食育活動をする人を増やす。	保健予防課	食べる
		健康づくり食生活推進協議会 全体研修	食育を通して健全な食生活の普及指導を各地区 で円滑にすすめるため推進員を対象に開催(講 話・実習形式)。	保健予防課	つくる
		食育講演会	食に関心を持つ市民を増やすために、食に関する 講演会を開催する。	保健予防課	食べる
		健康教室 出張健康教室	栄養、口腔ケア、運動についての講話と実践によ る講座。	保健予防課	食べる
		健康ステップアップ教室	自己管理の方法や日常の食生活、運動についての 講話と実践を交えた講座。	保健予防課	つくる
		特定健診結果説明会	健診結果をもとに生活習慣、とくに食生活の改善 に努めるための動機づけや積極的支援を個別に 実施。	保健予防課	つくる
		いきいき食の会 料理教室	地産地消のエコ料理教室の開催。	環境政策課	つくる
		成人の食育教室	成人市民に対する健康教育。保健活動推進委員、 地域生涯学習センターと連携して開催。	保健予防課	食べる
5	高齢期	成人の食育教室	成人市民に対する健康教育。保健活動推進委員、 地域生涯学習センターと連携して開催。	保健予防課	食べる
		しゃっきり度チェッ クびんぴん教室	市内の65歳以上の方対象に要介護状態にならな いための介護予防推進を目的とした食育栄養講 座を開催する。	高齢者支援課	つくる
		一次予防 高齢者健康教育	老人クラブ、生きがいディサービス、高齢者サロ ンなどの依頼により、高齢者の栄養講座(講話) を開催する。	高齢者支援課	食べる
		二次予防 訪問型介護予防事業	介護予防マニュアルに沿って低栄養改善の個別 栄養訪問を行う。	高齢者支援課	つくる
		配食サービス	要介護状態の高齢者世帯及び一人暮らし世帯に 対し、配食サービスを行い、生活の質の確保を図 る。	高齢者支援課	食べる
	全体	食育・健康フェア (新規)	市民が楽しみながら「食育」や「健康」を体感で きる場を提供する。	保健予防課	つかう つくる 食べる
		歯の健康チェックデー	歯によい食べ物の紹介など、歯と食物の関係につ いて学び8020運動を推進。	保健予防課	
		掛川農業祭 大城フェスティバル	農業者相互の理解と親睦を深め、市農業、農産物 について市民に広く理解していただくため農産 物品評会、試食販売等の事業を行う。	農林課	
		掛川いも汁PR事業	掛川いも汁、地域食文化のPRを行い、掛川名産 の販売促進を図る。	商工観光課	
		「食育」体験教室事業	地元農家や地域ネットワークの協力を得て、子供 達が農作体験や調理体験を行い、自然の豊かさや 大地の恵みを実感。食育セミナーや正しい食生活 の実践を通して食の大切さを学ぶ。	社会教育課	
		かけがわ健康応援店 (新規)	市内の飲食店に呼びかけ、メニューや食品などの 栄養成分を表示し、肥満や生活習慣病の予防とと もに、食事の栄養管理が必要な人も安心して外食 を利用できる食環境を推進する。	保健予防課 商工観光課	
		食育連絡会	各ライフステージ別に関係する部署に呼びかけ、 掛川市の食育について食育推進計画等をもとに 話し合いの機会を持つ。	保健予防課	
		レシピの配布	食育月間・食育の日にレシピを配布。	保健予防課	
		かけがわの味づくり (新規)	緑茶等の機能性成分を活かしたメニューの開発。 機能性食品メニューの情報発信拠点づくり。	保健予防課	
		栄養相談	来所、電話での栄養相談。	保健予防課	

※つかう…安全・安心な食材をつかう
 つくる…バランスのとれた食事をつくる
 食べる…楽しく美味しく食べる

第4章 食育推進のための取り組み

1 安全・安心な食材をつかう

(1) 目標

安全な食品を見分ける力をつけよう
地産地消を推進しよう
食を支える産業について理解を深めよう
農作業体験をしよう
世界の食の現状を知ろう

(2) 評価指標

評価指標	現状値	目標値
農業体験のある市民の割合	84.2%	90%
学校給食における地場産物（市内産）を使用する割合 （3 給食センターによる野菜のみ）	56.7%	57%
食品の原産地・消費期限・添加物表示等を見て購入する人の割合	86.5%	90%以上



(3) ライフステージに応じた取り組み

ライフステージ	【ポイント】	
全 年 齢	安全・安心な食材を選択できるようにしよう	・安全な食品を選択できる能力を身につけよう。 ・地場産の食材を購入するようにしよう。 ・食を支える産業について理解を深めよう。 ・世界の食糧事情を学ぼう。
胎児・乳幼児・ 学童期 (12 歳以下)	身近な食材の選び方や 地域の農作物が育つ過程について年齢に応じて学びましょう。	・安全な食品とは何かを学ぼう。 ・お店で地場産の食べ物を探してみよう。 ・地元の農業や食品産業について学ぼう。 ・農作業に参加して農作物を育ててみよう。 ・日本で作られている食べ物、外国から輸入されている食べ物を学ぼう。 ・給食について学ぼう。
思春期 (13 ～ 18 歳)	日本の農業や食品産業の現状、世界の食糧事情について学びましょう。 手軽さに流れることなく、安全な食材を選びましょう。	・お店で地場産の食べ物を探してみよう。 ・農作業に参加して農作物を育ててみよう。 ・身近な食材について学ぼう。 ・食品表示を見る習慣をつけよう。
青年期 (19 ～ 29 歳)	手軽さに流れることなく、安全な食材を選びましょう。	・身近な食材について学ぼう。 ・食品表示を見る習慣をつけよう。
壮年中年期 (30 ～ 64 歳)	自分だけでなく家族のためにも食材選びには配慮しましょう。	・旬の食材や新鮮な食材を選択できるようにしよう。 ・家庭菜園に挑戦してみよう。
高齢期 (65 歳以上)	健康に配慮した食材選びをするとともに、次世代に知識を伝えましょう。	・旬の食材や新鮮な食材を選択できるようにしよう。 ・家庭菜園に挑戦してみよう。



(4) 家庭、行政、教育現場、職場、産業、地域の取り組み

家庭	・安全な食品を選択するための知識の確保 ・地場産・国内産の農作物の優先的購入 ・農業の大切さを子どもたちに伝達 ・市民農園、家庭菜園を実施し、食べ物の育ちを知り、自然の恵みに感謝
行政	・食品の安全性に関する情報の提供 ・地産地消運動の推進 ・生産者団体が実施する食育活動の支援 ・都市と農山漁村地域の交流の促進 ・農林水産業や食への理解を深める体験講座の実施 ・市民農園の活用推進 ・農と食をめぐる状況の広報活動の推進
教育現場	・食品の安全性に関する授業の実施 ・「ふるさと給食週間」「学校給食週間」を利用した啓発 ・保育園・幼稚園・学校給食における地場産物の活用 ・農作業体験等を通じた農業への理解促進 ・農作物の栽培体験の実施 ・農と食をめぐる状況の広報活動の推進
職場	・安全安心な食材の使用
産業	【食品産業】 ・地産地消運動の取り組み推進 ・地場産物を活用した食材の開発 【農業】 ・安全な農作物の消費者への提供 ・農業振興を念頭に置いた業務の展開 ・農と食をめぐる状況の広報活動の推進
地域	・地域団体による食品の安全性についての情報提供 ・無人野菜販売所・小売店の地場産野菜販売コーナー等地産地消運動の推進 ・農林水産業や食への理解を深める体験講座の実施 ・都市と農山漁村地域の交流の促進 ・市民農園の活用推進 ・農と食をめぐる状況の広報活動の推進

2 バランスのとれた食事をつくる

(1) 目標

料理を作る楽しさを身につけよう
自分の体に必要な食材を選ぼう
日本型食生活を学ぼう
外食は賢く選ぼう
食文化や伝統料理等を大切にしよう

(2) 評価指標

評価指標	現状値	目標値
栄養バランスに気をつけている人の割合（成人）	男 43.1% 女 52.2%	男 45%以上 女 55%以上
肥満の児童・生徒の割合（日比式標準体重 20%以上）	8.0%	7.0%
肥満の成人の割合（40 歳以上）(BMI25 以上)	男性 20.9% 女性 13.8%	男性 12% 女性 10%
3 色揃った朝食を食べている児童生徒の割合	小 4 59.5% 中 1 62.5%	小 4 75% 中 1 75%
栄養教育（ 3 つのお皿など ）を実施している幼稚園・ 保育所の割合	84.4%	100%
自分の健康状態を「よい」「まあよい」と思っている人 の割合（成人）	94.0%	95%
かけがわ健康応援店（栄養成分表示店含む）の数	18 店	100 店



(3) ライフステージに応じた取り組み

ライフステージ	【ポイント】	
全 年 齢	バランスのとれた食事をつくりましょう	・家族で料理をしよう。 ・行事食や和食を取り入れよう。 ・手作りおかずを中心とした食事を心がけよう。
胎児・乳幼児・学童期 (12 歳以下)	家庭で料理を作る楽しさを体験しよう。	・お手伝いをしながら料理を作る楽しさを身につけよう。 ・インスタント食品やレトルト食品に頼りすぎないようにしよう。 ・様々な食べ物に接して味覚を育てよう。
思春期 (13 ～ 18 歳)	食べ物の好みがはっきりしてきて、食事が偏りがちです。少しずつ大人と同じように料理ができるようにしましょう。	・お手伝いをしながら料理を作る楽しさを身につけよう。 ・ファーストフードやスナック菓子類を食べ過ぎないようにしよう。
青年期 (19 ～ 29 歳)	インスタント食品やファーストフードは控え、週末に料理などをしてバランスのよい食事を心がけましょう。	・料理を作る楽しさを身につけよう。 ・外食でも健康に配慮してメニューを選択しよう。 ・野菜をなるべく食べよう。 ・育児期にあたる人は、子どものために、成長・発達に配慮した食事を作るようにしよう。
壮年中年期 (30 ～ 64 歳)	生活習慣病予防のために食事のメニューや調理方法を工夫しましょう。	・外食でも健康に配慮してメニューを選択しよう。 ・塩分・脂肪・糖分を控え、食物繊維の多い料理を作ろう。 ・育児期にあたる人は、子どものために、成長・発達に配慮した食事を作るようにしよう。
高齢期 (65 歳以上)	行事食や郷土料理を次世代に伝えよう。	・カルシウム・タンパク質不足に気をつけよう。 ・健康状態にあわせた食事をしよう。 ・インスタント食品やレトルト食品を利用する場合は一手間かけよう。 ・行事食や郷土料理を次世代に伝えよう。



(4) 家庭、行政、教育現場、職場、産業、地域の取り組み

家庭	・料理教室への参加等をきっかけとして、家族全員が料理を習得 ・子どもの頃から料理をする習慣を習得 ・飲食店等での栄養成分表示を活用し、自らの食生活を再考 ・一汁二菜の献立など栄養バランスに配慮した調理 ・家族の健康に配慮した食事の提供
行政	・様々な年齢と性別を対象とした料理教室の開催（エコクッキングも含む） ・健康づくり食生活推進協議会等各種団体を通しての情報提供 ・栄養指導の充実（特に妊産婦・乳幼児・生活習慣病予備群） ・子どもと成人の肥満の防止 ・高齢者の配食サービス
教育現場	・調理実習の実施 ・給食における行事食・伝統料理の提供 ・学校給食を活用した指導及び保護者への情報提供 ・子どもの肥満防止の推進
職場	・栄養成分表示の拡大（社員食堂等） ・社員食堂等における健康に配慮したメニューの提供
産業	【食品産業】 ・行事食・伝統料理等の活用 ・飲食店における健康に配慮したメニューの提供 ・栄養成分表示の拡大（外食産業）
地域	・様々な年齢と性別を対象とした料理教室の開催 ・行事食・郷土料理等の普及と伝承

3 楽しく美味しく食べる

(1) 目標

会話がはずむ食卓づくりをしよう
食事のマナーを身につけよう
「いただきます」「ごちそうさま」を言おう
必要な量だけ食べよう
早寝早起き美味しい朝食をとろう
8020をめざそう
身近な人と食について語ろう

(2) 評価指標

評価指標	現状値	目標値
食育に関心のある人の割合	90.4%	95%
朝食を毎日とっている児童生徒の割合	3歳児 92.1% 小4 97.0% 中1 93.0% 高校生 96.9%	100% 100% 100% 100%
朝食を毎日とっている10代20代の割合	男性 90.0% 女性 77.4%	男女とも 90%以上
おいしく食事ができている人の割合	95.1%	100%
食事の時「いただきます」「ごちそうさま」を言っている人の割合	82.4%	95%以上
家族そろって食事をするようにしている人の割合	73.4%	80%以上



(3) ライフステージに応じた取り組み

ライフステージ	【ポイント】	
全 年 齢	楽しく美味しく食べましょう	・家族で食卓を囲むようにしよう。 ・食事のマナーを守って食事をしよう。 ・「いただきます」「ごちそうさま」を言おう。 ・朝食をしっかり食べよう。
胎児・乳幼児・学童期 (12 歳以下)	正しい食事の作法や姿勢が身に付くようにしよう。	・テレビを消して食事をしよう。 ・正しい箸の使い方を身につけよう。 ・食事の支度と後片付けを手伝おう。 ・好き嫌いをなくそう。 ・食べ残しをしないようにしよう。 ・よく噛む習慣・食後の歯磨きの習慣をつけよう。 ・家庭、保育園、幼稚園、学校の先生、地域の人々から食育を学ぼう。
思春期 (13 ～ 18 歳)	家族との食卓を楽しもう。	・テレビを消して食事をしよう。 ・食材と環境問題の関係について理解しよう。 ・過剰なダイエットによるやせより、健康美を心がけよう。 ・よく噛む習慣・食後の歯磨きの習慣をつけよう。 ・学校の先生、地域の人々から食育を学ぼう。
青年期 (19 ～ 29 歳)	忙しくても、規則正しく 3 食きちんととるようにしよう。	・食べる分だけ食品を購入しよう。 ・一人暮らしでも 3 食きちんと食べよう。 ・よく噛む習慣・食後の歯磨きの習慣をつけよう。 ・様々な情報を正しく取捨選択する力を身につけよう。
壮年中年期 (30 ～ 64 歳)	なるべく家庭で食事を取り、子どもたちの見本になるようにしよう。	・子どもの手本となるような食事をしよう。 ・食べる分だけ食品を購入しよう。 ・家庭でも地域でも子どもたちの食の先生になろう。
高齢期 (65 歳以上)	なるべく親戚や友人などと食事を共にする機会をつくろう。	・次世代に「もったいない」精神を伝えよう。 ・お口や入れ歯の手入れ・食後の歯磨きの習慣をつけよう。 ・地域でも食の先生になろう。

(4) 家庭、行政、教育現場、職場、産業、地域の取り組み

家庭	・家族や仲間とコミュニケーションをとりながら楽しく食事 ・食事のマナーを習得（あいさつ、お膳立て、箸の持ち方など） ・食べる分だけ食品を購入する ・行政、学校、企業等から食生活に関係する情報を収集し、日々の生活に活用 ・子どもが学校等から学んでくる知識を親も共有
行政	・「食育月間」「食育の日」等を活用した広報 ・食育指導者、食農指導者の人材養成 ・地域住民への望ましい食生活実践のための情報提供 ・行事食・伝統料理等の広報 ・インターネットや携帯サイトを利用した食育情報の提供
教育現場	・「食育月間」「食育の日」「ふるさと給食週間」「学校給食週間」を利用した啓発 ・食育関連コンクール・リーフレットの活用 ・学校給食を活用した指導及び保護者への情報提供 ・栄養教諭の配置と栄養教諭による指導 ・食事マナーの習得指導（箸の持ち方など） ・歯みがき指導
職場	・事業所食堂を利用した生活習慣病予防のための健康教育や情報提供 ・「食育月間」「食育の日」等を活用した広報
産業	【食品産業】 ・「食育月間」「食育の日」等を活用した広報
地域	・自治会、健康づくり食生活推進協議会、保健活動推進委員会などによる世代を超えた食生活に関する情報提供やセミナーの開催

「食育月間」 毎年6月。国、地方公共団体、関係団体等が協力して、食育推進運動を重点的かつ効果的に実施し、食育の国民への浸透を図るための月間として、国が策定した「食育推進基本計画」により定められました。

「食育の日」 毎月19日。「食育の日」は、食育推進運動を継続的に展開し、食育の一層の定着を図るための機会として、「食育推進基本計画」により定められました。

「学校給食週間」 毎年1月24日から1週間。文部科学省が設定。週間中は、全国で学校給食の意義や役割について児童生徒や教職員、保護者、地域住民の理解と関心を深めるための様々な行事が行われます。

第5章 計画の推進に向けて

1 計画の推進体制

食育は、個人や特定の機関だけが努力するというものではなく、様々な人や機関が相互に協力し合って実施してこそ効果が発揮されます。

食育基本法前文にも、「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」と述べられています。

さらに、国が策定した第2次食育推進基本計画には、「国民が「食料の生産から消費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」（食育基本法第6条）を旨として、生涯にわたって間断なく食育を推進する「生涯食育社会」の構築を目指すとともに、食をめぐる諸課題の解決に資するように推進していくことが必要である」とあり、これからは、生涯を通じて食育を推進していくことが重要となってきます。

【家庭での推進体制】～「子どもを通して大人も学ぶ」～

「三つ子の魂百までも」といわれているように、子ども時代につくられた食習慣は心身の成長及び人格の形成にとって大変重要です。

健康の源となる賢い食べ方、選び方、組み合わせ方、作り方を家庭において親子で共に学び、学ばせる必要があります。

現代の親世代の食生活は、社会経済状況の変化に伴い、健康的であるとばかりはいえません。しかし、子どもが生まれることは、育児を通して子どもと家族の食事全体を見直す好機になります。「子どもを通して大人も学ぶ」ことにより、「大人も家庭も変わる」のです。

また、世代に応じて求められる食生活も変化していきます。生涯を通じて、食については常に学ぶ姿勢をもち、健康に過ごせる期間を長くしていきたいものです。

【協働による推進体制】～「みんなで取り組む食育」～

上記のように、家庭が食育の中心の場となります。しかしながら、行政、教育現場、職場、産業、地域が家庭を支え、協働して食育推進に取り組んでいきます。

行政は、様々な機関のコーディネーター役、情報の集約と発信の役割を担います。

教育現場では、各教科、道徳、特別活動、総合的な学習の時間、給食の時間等を利用した指導を行います。一方で、家庭との協働体制を重視します。家庭環境の多様化し

てきた現代社会において集団での食育は重要です。

職場(一般企業)においては、事業所食堂を利用した生活習慣病予防のための栄養教育や栄養成分表示を通じて食育の情報提供を行っていきます。

農業などの生産者においては、地産地消を進めるために、地場産品の地元での販売を進め、同時に、食に関する生産者と消費者の交流及び信頼関係を構築できるようはたらかかけます。

食品関連企業については、食に関わる情報・知識・体験の提供、商品について生産者、消費者と共に考えていく姿勢が必要になります。特に、外食の依存度が高くなっていることから、飲食店等における取り組みが重要です。飲食店等における健康に配慮したメニュー（ヘルシーメニュー）の提供や外食における栄養成分表示の推進が必要となります。

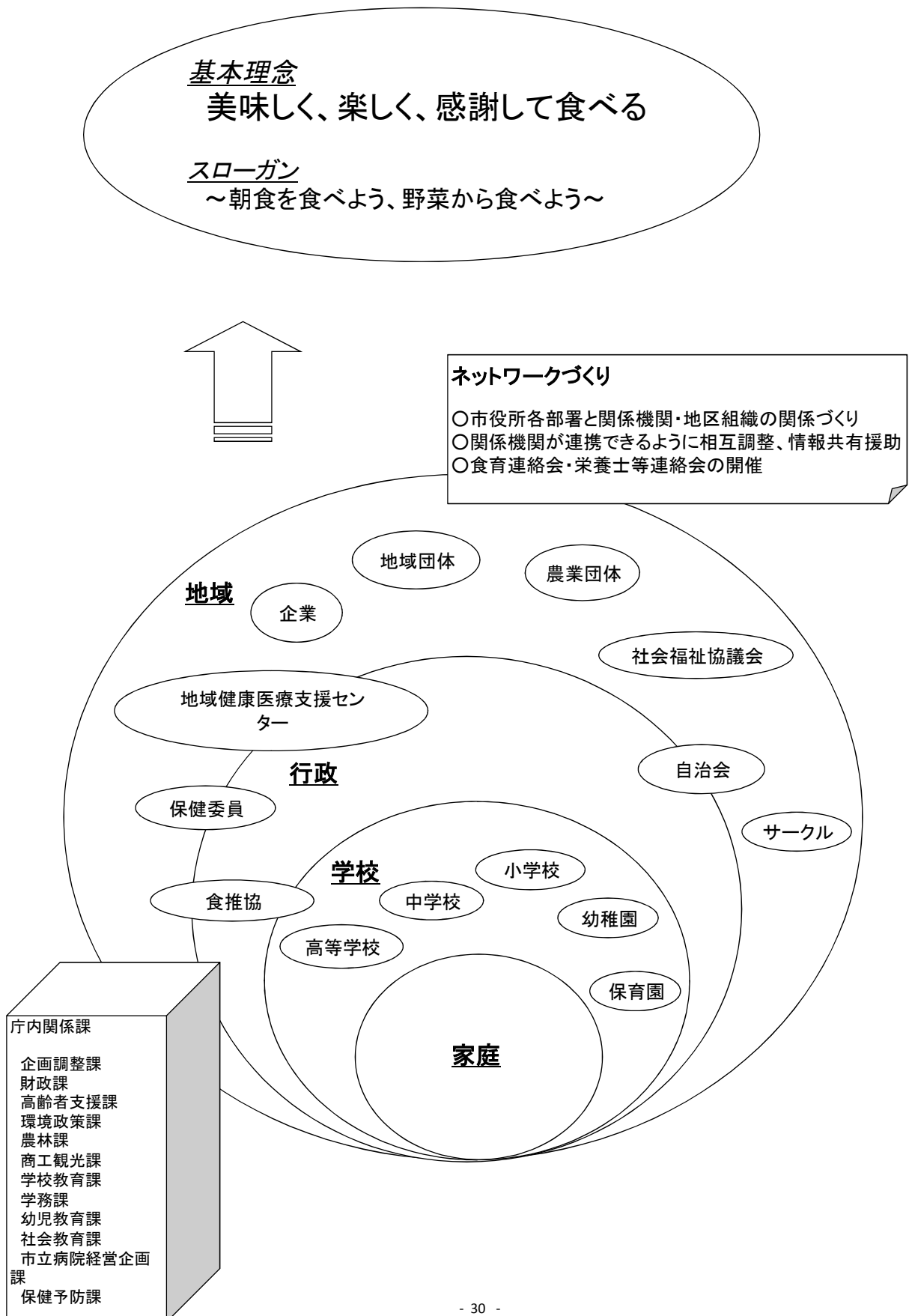
地域では、健康づくり食生活推進協議会をはじめ、様々な NPO 及びボランティア団体の提供する多様な体験活動の機会や普及啓発活動を進めていきます。

2 計画の進行管理

計画の実施にあたり、食育推進計画の考え方に基づいた事業を行い、進行管理については、各課や地域などの活動状況を取りまとめ、必要に応じてアンケート調査を実施し、評価を行っていきます。

事業実施状況や計画の最終評価などは、広報・ホームページを通じて市民に周知していきます。

3 推進体制の概念図



4 食育推進のための評価指標

食育を推進していく上で、成果や達成度を客観的な指標により把握できるように目標値を設定します。その際、静岡県との状況との比較を行うために、ふじのくに食育推進計画における指標を参考に設定しました。

	指標	現状値 (H23)	目標値	備考	参考
					県・国現状値 (H23)
安全・安心な食材をつかう	農業体験のある市民の割合	84.2%	90%	「健康・食事」に関するアンケート調査	データなし
	学校給食における地場産物(市内産)を使用する割合(3給食センターによる野菜のみ)	56.7%	57%	学校総務課調べ、県は全食材の6月及び11月のそれぞれ5日間の使用状況	県25.0%
	食品の原産地・消費期限・添加物表示等を見て購入する人の割合	86.5%	90%以上	「健康・食事」に関するアンケート調査	データなし
バランスのとれた食事をつくる	栄養バランスに気をつけている人の割合(成人)	男性43.1% 女性52.2%	男性45%以上 女性55%以上	「健康・食事」に関するアンケート調査	県男性22.5% 女性37.4%
	肥満の児童・生徒の割合(日比式標準体重20%以上)	8.0%	7.0%	小笠地区学校保健会養護教諭部調べ	国9.2%
	肥満の人の割合(40歳以上)(BMI25以上)	男性20.9% 女性13.8%	男性12% 女性10%	特定健診データ、県は30歳以上	県男性24.2% 女性19.0%
	3色揃った朝食を食べている児童生徒の割合(新規)	小4 59.5% 中1 62.5%	小4 75% 中1 75%	小笠地区学校保健会栄養職員部調査、県は中学生小学生	小学生54.2% 中学生47.6%
	栄養教育(3つのお皿など)を実施している幼稚園・保育所の割合(新規)	84.4%	100%	保健予防課調査	データなし
	自分の健康状態を「よい」「まあよい」と思っている人の割合(成人)	94.0%	95%	「健康・食事」に関するアンケート調査	県87.9%
	かけがわ健康応援店(栄養成分表示店含む)の数(新規)	18店	100店	県健康増進課調べ、保健予防課調査	—
楽しく美味しく食べる	食育に関心のある人の割合	90.4%	95%	「健康・食事」に関するアンケート調査	県59.6% 国70.5%
	朝食を毎日とっている児童生徒の割合				
	3歳児	92.1%	100%	「健康・食事」に関するアンケート調査、県は幼稚園児	県99.0%
	小学4年生	97.0%	100%	小笠地区学校保健会栄養職員部調査、県は小学生	県98.8%
	中学1年生	93.0%	100%	小笠地区学校保健会栄養職員部調査、県は小学生	県96.2%
	高校生	96.9%	100%	「健康・食事」に関するアンケート調査、県は高校生	県95.9%
	朝食を毎日とっている10代20代の割合	男性90.0% 女性77.4%	男女とも90%以上	「健康・食事」に関するアンケート調査、県は20歳代	県男性72.0% 女性89.6%
	おいしく食事ができている人の割合(新規)	95.1%	100%	「健康・食事」に関するアンケート調査	県91.8%
	食事の時「いただきます」「ごちそうさま」を言っている人の割合(新規)	82.4%	95%以上	「健康・食事」に関するアンケート調査	データなし
	家族そろって食事をするようにしている人の割合(新規)	73.4%	80%以上	「健康・食事」に関するアンケート調査、小笠地区学校保健会栄養職員部調査	データなし

5 目標・課題・取り組みのポイント

	目 標	課 題	施策・取り組みのポイント	家庭、行政、教育現場、職場、産業、地域と連携した協働の取り組み					
				家 庭	行 政	教 育	職 場	産 業	地 域
安全・安心な食材をつかう	安全な食品を見分ける力をつけよう	輸入食品の安全性、食品の偽装表示などの問題	安全な食品を選択できる能力を身につけよう	安全な食品を選択するための知識の確保	食品の安全性に関する情報の提供	食品の安全性に関する授業の実施、「ふるさと給食週間」「学校給食週間」を利用した啓発	安全安心な食材の使用	安全な農作物の消費者への提供	地域団体による食品の安全性についての情報提供
	地産地消を推進しよう	食料自給率の低下	地場産の食材を購入するようにしよう	地場産・国内産の農作物の優先的購入	地産地消運動の推進、生産者団体が実施する食育活動の支援	保育園・幼稚園・学校給食における地場産物の活用		地産地消運動の取り組み推進、安全な農作物の消費者への提供	無人野菜販売所・小売店の地場産野菜販売コーナー等地産地消運動の推進
	食を支える産業について理解を深めよう	食を生み出す自然への恩恵の低下、農林漁業関係者への感謝の念の低下	食を支える産業について理解を深めよう	農業の大切さを子供たちに伝達	都市と農山漁村地域の交流の促進、農林水産業や食への理解を深める体験講座の実施	農作業体験等を通じた農業への理解推進		農業振興を念頭に置いた業務の展開、地場産物を活用した食材の開発	農林水産業や食への理解を深める体験講座の実施、都市と農山漁村地域との交流促進
	農作業体験をしよう	都市化の進展に伴う、食の生産や流通の現場に接する機会の減少	家庭菜園に挑戦してみよう	市民農園、家庭菜園を実施し、食べ物の育ちを知り、自然の恵みに感謝	市民農園の活用推進	農作物の栽培体験の実施			市民農園の活用推進
	世界の食の現状を知ろう	食の海外への依存	日本で作られている食べ物、外国から輸入されている食べ物を学ぼう		農と食をめぐる状況の広報活動の推進	農と食をめぐる状況の広報活動の推進		農と食をめぐる状況の広報活動の推進	農と食をめぐる状況の広報活動の推進
バランスの取れた食事をつくる	料理を作る楽しさを身につけよう	経済発展に伴う食の外部位化(外食・中食産業の発達)	老若男女みんなが料理をできるようにしよう	料理教室への参加等をきっかけとして家族全員が料理を習得、子どもの頃から料理をする習慣を習得	様々な年齢と性別を対象とした料理教室の開催(エコクッキングも含む)	調理実習の実施			様々な年齢と性別を対象とした料理教室の開催
	自分の体に必要な食材を選ぼう	栄養の偏り・好き嫌い・偏食・肥満の増加、食に関する情報の氾濫	食べ物と栄養について学んで日々の食事に取り入れよう	家族の健康に配慮した食事の提供	栄養指導の充実(特に妊産婦・乳幼児・生活習慣病予備群)、子どもと成人の肥満の防止、高齢者の配食サービス	学校給食を活用した指導及び保護者への情報提供、子どもの肥満防止の推進	栄養成分表示の拡大(社員食堂等)、社員食堂等における健康に配慮したメニューの提供	飲食店における健康に配慮したメニューの提供、栄養成分表示の拡大(外食産業)	
	日本型食生活を学ぼう	栄養の偏り・好き嫌い・偏食・肥満の増加	和食の良さを見直して食事に取り入れよう	一汁二菜の献立など栄養バランスに配慮した調理					
	外食は賢く選ぼう	経済発展に伴う食の外部位化(外食・中食産業の発達)・肥満の増加	外食でも健康に配慮してメニューを選択しよう	飲食店等での栄養成分表示を活用し、自らの食生活を再考					
	食文化や伝統料理等を大切にしよう	郷土料理・伝統料理の消滅の危機、行事食を作る・食べる機会の減少	行事食や伝統料理等を学んで生活に取り入れよう		健康づくり食生活推進協議会等各種団体を通しての情報提供	給食における行事食・伝統料理の提供		行事食・伝統料理等の活用	行事食・郷土料理等の普及と伝承
楽しく美味しく食べる	会話がはずむ食卓づくりをしよう	個食や孤食の増加	家族で食卓を囲むようにしよう	家族や仲間とコミュニケーションをとりながら楽しく食事	「食育月間」「食育の日」等を活用した広報、インターネットや携帯サイトを利用した食育情報の提供				
	食事のマナーを身につけよう	誤った箸の持ち方をする人の増加	食事のマナーを守って食事をしよう	食事のマナーを習得(お膳立て、箸の持ち方など)		食事マナーの習得指導(箸の持ち方など)	「食育月間」「食育の日」等を活用した広報	「食育月間」「食育の日」等を活用した広報	
	「いただきます」「ごちそうさま」を言おう	食という行為が動植物の命を受け継ぐことであることの認識の低下	「いただきます」「ごちそうさま」を言おう	食事のマナーを習得(あいさつ)		「食育月間」「食育の日」等を活用した広報、インターネットや携帯サイトを利用した食育情報の提供	「食育月間」「食育の日」「ふるさと給食週間」「学校給食週間」を利用した啓発、食育関連コンクール・リーフレットの活用、学校給食を活用した指導及び保護者への情報提供		
	必要な量だけ食べよう	食品の廃棄の増加	食べる分だけ食品を購入しよう	食べる分だけ食品を購入する					
	早寝早起き美味しい朝食をとろう	不規則な食事	朝食をしっかり食べよう						
	8020をめざそう	むし歯がある人の存在	よく噛む習慣・食後の歯磨きの習慣をつけよう			歯みがき指導			
	身近な人と食について語ろう	食育への関心を高め、食育の意味を広める必要性の高まり	いろんな人から食を学ぼう	行政、学校、企業等から食生活に関係する情報を収集し、日々の生活に活用、子どもが学校等から学んでくる知識を親も共有	食育指導者・食農指導者の人材養成、地域住民への望ましい食生活実践のための情報提供、行事食・伝統料理等の広報	栄養教諭の配置と栄養教諭による指導	事業所食堂を利用した生活習慣病予防のための健康教育や情報提供		自治会、健康づくり食生活推進協議会、保健活動推進委員会などによる世代を超えた食生活に関する情報提供やセミナーの開催

資料

1 掛川の行事食

月日	行事	行事内容	行事食	行事食説明
1月1日	初詣 四方拝 日の出拝 若水くみ 年始まわり	氏神様を参詣する。 庭に灯明をともし、自然を礼拝する。 山頂や海岸で日の出を拝み、健康祈願や生産成就の祈りをする。 早朝、水をくんで神棚に捧げる 新年の挨拶を交わす。年始回りは正月三ヶ日にする。	おとそ、雑煮 おせち おひら、戦国汁・祭汁	新しい年の豊作を祈り、神に供える。海の幸や山の幸などでつくる。
1月2日	書き初め のし初め		とろろ汁	
1月7日	七草	松の内が終わる。門松やしめ飾りを取りはずす。	七草がゆ	セリ・ナズナ・ゴギョウ・ハコベラ・ホトケノザ・スズナ・スズシロ
1月11日	鏡開き 田ぶち講 (田仕事始め)		雑煮 しるこ	鏡餅をさげて作る。
1月14日	どんど焼き	正月飾りなどを積みあげ読経とともに燃やす。	まゆ玉 (花餅)	どんど焼きの火で焼いて食べると無病息災といわれる。
1月15日	もちい(小正月)	満月の日を月の始まりとし、もちの正月として祝う。女正月ともいわれる女のくつろぐ日	小豆がゆ	小豆がゆに餅を入れ、神仏に供える。
1月20日	二十日正月 (初えびす)	奴正月、乞食正月とも言われる。この日で正月が終わる。	雑煮、おひら	
2月3日	節分	豆まきをする。掛川ではお菓子もまく。 イワシの頭を間口に飾る。	いり豆 なた餅、尾頭付魚、炒り鶏又はおひら、五目御飯	年の数だけ食べると丈夫に暮らせるという。 餅米をつき、黄粉をつけて食べる(あべかわ餅)
2月8日	針供養(関東)	豆腐に使い終わった針をさす。感謝する。	すし	ちらしやにぎりずし
2月15日	釈迦忌	お寺にお参りして、花草団子をいただく。	花草団子	よもぎ、くちなし、紅で色をつけ、花びらのようにまとめる。
3月3日 (4月)	桃の節句	ひな人形を飾り、桃の花、甘酒(白酒)、菱餅を供える。	ひし餅 寿司 小豆飯、あられ、おひら	白、草(よもぎ)、黄(くちなし)、桃(桃の花)と重ねる。 散らし・巻き・押し寿司 くちなしおこわや五目飯も。
3月18～24日	お彼岸	墓参りをして祖先を供養する。佛の好みであった物を供える。	すり焼き餅、 ぼた餅、 団子	(入り日) (中日) (明け日)
4月8日	花まつり	釈迦の誕生日	とじくり豆、茶、赤飯、白和え、すはま、すあま、桜もち	残飯を乾燥させてハチミツでかためたもの。
5月5日	端午の節句 菖蒲湯	鯉のぼりを立て、五月人形を飾って、子供の成長を祝う。 菖蒲を風呂に入れ、無病息災を祈る。	かしわ餅	
5月下旬	ほいろ上げ	一番茶の終了を祝う。	茶めし	茶摘みを手伝ってくれた人にごちそうする。

月日	行事	行事内容	行事食	行事食説明
6月上旬	田植え		小麦まんじゅう	
7月7日 (8月)	七夕まつり	里芋の露でスミをすり、タンザクに願いごとをかき、笹竹に飾る。	赤飯	季節の野菜や果物を添えて供える。
7月13日 (8月)	精霊まつり	仏壇を清めて、マコモのゴザをしき、新竹、ススキなどで飾る。ナス、キュウリで牛や馬を作る。	迎え団子 さしみ	盆の行事食は、カワラケとよばれる素焼きの小さい皿に盛り、麻の木の箸を添えて供える。
7月14日 (8月)	〃		ぼた餅 味噌汁 揚げ物	
7月15日 (8月)	〃		そうめん 天ぷら 七色汁	
7月16日 (8月)	精霊送り	精霊棚を取りはずし、昔は川に流したが、今は焼却し、送り火をたく。	送り団子 すし御飯 うりもみ	
7月22日頃	土用の丑		ウナギ	体力補給やスタミナづくりのためにウナギを食べる。
9月9日	重陽の節句 (菊の節句)		くちなし飯 菊花卵の吸物 黒豆の煮物等	
9月15日頃	お月見	ススキを生け、収穫した野菜、果物(里芋、枝豆、栗、柿等)をならべ、十五夜の月に供える。 「芋名月」と呼ばれ他人の畑の豆や芋を盗んでも十五夜様が許すと言われたり、十五夜様が食べたと言われ喜ぶといわれていた。盗んだ団子を食べると健康でいられる、長者になれる、7軒盗んで食べたらいい人に出逢えるなど沢山おもしろいいわれがある。	へそ団子	新米の粉で作る。団子の数は12個（うるう年は13個）
9月20～26日	お彼岸	墓参りをして祖先を供養する。	すり焼き餅、 おはぎ、 団子	(入り日) (中日) (明け日)
9月中旬～	秋まつり	秋の収穫を祝って自然の恵みに感謝し、氏神様の祭典が行われる。	煮物、寿司、甘酒、 呉汁 おなっとう 芋汁・とろろ汁 戦国汁・祭汁 落花生の煮豆	収穫した農産物を中心に煮物を作る。 生の大豆をすってみそ汁に入れる 野菜入り金山寺みそ さばの煮汁でだしをとる。

月日	行事	行事内容	行事食	行事食説明
11月1日	神送り	出雲へ旅立つ神を送る行事	赤飯	重箱に詰めて供える。
11月 亥の日	亥の子節句	秋の収穫を祝い、農器具に感謝する行事	亥の子餅その1 亥の子餅その2	大きなぼた餅を作り、神様に供える。 ヤツガシラ(里芋)とさつ ま芋同量を茹で皮をむ き、よくつぶし、ぼた餅 のように丸め、食べると き焼くので平らにする。 両面を焼いて、生姜醤油 又はワサビ醤油で食べ る。
11月15日	七五三祝い	子供の成長を祈り、氏神様に詣で、おはらいを受ける。	千歳飴 赤飯	
11月20日	えびす講	商売繁盛、福寿長寿を感謝する。新しいお札をまつり、大根を両脇に飾り付け、水の中に生きた魚を入れて供える。	桜ごはん おひら なます すりやき餅 戦国汁・祭汁	(酒、醤油、白米) 甘酒に入れる。
12月1日	神迎え	出雲から帰る神様を迎える。	里いも	蒸した熱いものを神棚に供える。
12月8日	針供養 (関西)	使えなくなった針を豆腐にさし、針に感謝する。		
12月15日	地の神様	屋敷より一段高い場所に、地の神様をまつり、酒や赤飯などを供える。	赤飯 油揚げ	ワラで作った器に、赤飯と油揚げを入れる。
12月22日頃	冬至	一年で昼が一番短い日	カボチャの小倉煮	中風予防の食ともいわれる。
12月下旬	正月の準備	餅つき(29日の餅つきはしない)、正月飾りの用意	年餅(あんころもち)	
12月31日	大晦日	神棚に酒とごはんを供え、年神様を迎える。 ごはんは残り飯でなく新しく飯を炊く。	年越しそば 五目御飯 根菜の煮物	正月料理のブリ又はさけの頭を使って根菜の煮物

参考資料：掛川市、掛川市健康づくり食生活推進協議会「おふくろの味」（平成3年3月）、大東町保健福祉課、吉岡彌生記念館、東京女子医科大学看護学部「大東町の食文化の変遷と住民の生活の質の変化に関する研究について（第一報）」（「第3回大東町健康調査報告書」（平成13年度））、及び杉山弥生氏提供資料。

2 計画策定のためのアンケート調査について

当計画を策定するにあたって、以下の2つのアンケート調査を実施しました。

1 「健康・食事」に関するアンケート調査について

- (1) 調査目的
健康や食育に関する市民の現状を把握し、当計画の評価の参考とする。
- (2) 調査期間と調査対象
平成23年6月～11月に実施された保健予防課主催の各種健康講座や健診への参加者1,428名。
- (3) 調査結果概要
 - ① 性別は、男性15.1%、女性81.4%、未記入3.5%。
 - ② 年代別では、30代が26.3%で20代から70代まではほぼ均等である。10代は1.0%であったので、分析の際は10代20代とする。
- (4) 調査内容
 - ① 性別、年代、居住地域
 - ② 朝食を毎日食べているか
 - ③ 食事の栄養バランスに気をつけているか
 - ④ おいしく食事ができているか
 - ⑤ 食事のとき「いただきます」「ごちそうさま」を言っているか
 - ⑥ 「食育」について関心があるか
 - ⑦ 食料品を購入するとき食材の原産地、消費期限、添加物などの商品表示を見ているか
 - ⑧ 「メタボリックシンドローム」という言葉を知っているか
 - ⑨ 農業体験をしたことがあるか
 - ⑩ 現在の健康状態
 - ⑪ 運動を週に何回くらいおこなっているか
 - ⑫ この1か月間、睡眠によって休養が十分とれたか

2 市内保育園・幼稚園での調理体験の実施状況調査

- (1) 調査目的
当計画における数値目標「調理体験を実施している幼稚園・保育園の割合」の把握、評価のため。
- (2) 調査期間と調査対象
平成24年1月に市内幼稚園12園、保育園8園、幼保園6園に調査票を配付し、全ての園より回答を得た。
- (3) 調査内容
平成20～23年度における各園での「園児を対象とした」「園内または園外の施設で行う」「調理体験」の実施月と内容について。

※ 市内小学校での農業体験の実施状況調査は、学校教育課より情報提供があった国、県での下記調査結果を参考にした。

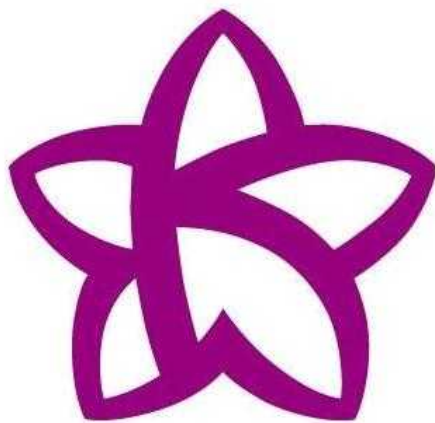
- ・掛川市教育ファーム推進実施状況調査（農林水産省関東農政局浜松地域センター調べ）
- ・農業体験実態調査（県茶業農産課調べ）

食育推進計画検討委員

		氏 名	区 分	備 考
1	委員	松井 三郎	掛川市長	健康づくり推進協議会委員
2	"	名倉 英一	掛川市立総合病院院長	"
3	"	豊田 勝義	文教厚生委員長	"
4	"	木村 雅芳	静岡県西部保健所長	"
5	"	加藤 進	小笠医師会長	"
6	"	近藤 均	小笠掛川歯科医師会代表	"
7	"	横山 敦	小笠袋井薬剤師会長	"
8	"	伊東 義森	区長会連合会代表	"
9	"	松井 雅子	社会教育委員代表	"
10	"	中山 あけみ	保健活動推進委員会長	"
11	"	中村 ます子	健康づくり食生活推進協議会長	"
12	"	笹本 弥生	老人クラブ連合会代表	"
13	"	西川 恵子	体育協会代表	"
14	"	片岡 宏文	青年会議所代表	"
15	"	小里 務	社会福祉協議会長	"
16	"	齋藤 善久	掛川市健康福祉部長	掛川市健康福祉部
事務局		保健予防課		

庁内検討メンバー

	課 名
1	企画調整課
2	財政課
3	高齢者支援課
4	環境政策課
5	農林課
6	商工観光課
7	学校教育課
8	学務課
9	幼児教育課
10	社会教育課
11	市立病院経営企画課
12	保健予防課



第2次かけがわ食育推進計画

～美味しく、楽しく、感謝して食べる～

発行 平成 25 年 3 月

掛川市健康福祉部保健予防課

〒436-0068 静岡県掛川市御所原 9 番 28 号

TEL 0537-23-8111