

# **第2期岩倉市食育推進計画**

**平成 27 年3月**

**岩倉市商工農政課**



## 食育の推進に向けて

私たち人間が生きていくためには「食」は欠かせないものであり、健全な食生活は健康づくりの基礎であります。

近年、生活スタイルが大きく変化したことにより、食習慣の乱れや栄養の偏りによって肥満、生活習慣病の増加を招いています。また、家族団欒の場としての食卓の大切さの意識低下など、様々な問題が生じています。

このような状況をふまえ、本市では平成 22 年 1 月に『い・わ・く・ら』で始める「食が育む豊かな心！」を基本方針に「岩倉市食育推進計画」を策定し、行政と地域、生産者、食品関連事業者等が協働し食育を推進してまいりました。

このたび、計画期間が終了することから、第 1 期計画の取組みの成果を評価するとともに、この計画を総合的かつ計画的に推進するため指標と目標値を新たに盛り込んだ「第 2 期岩倉市食育推進計画」を策定しました。

第 2 期の新たな展開としましては、平成 27 年 4 月から市の組織の一部を変更し、子どもの関わる部署を教育部にまとめたことから、保育園や学校のみでなく、幼稚園や認定こども園、認定保育園とも連携を図ってまいりたいと思います。また、平成 28 年 9 月に建替えられる学校給食センターには、見学施設を設けるとともに食育コーナーも新設する予定となっていますので、食に関する情報発信の場としていきたいと考えております。

今後は、今回策定しました計画に基づき、市民並びに食育に関するすべての関係者と連携しながら、子どもから高齢者にいたるまで切れ目なく、食育の推進に取り組んでまいりますので、市民の皆様におかれましてもご理解とご協力をお願いいたします。

最後になりましたが、岩倉市食育推進計画の評価及び第 2 期岩倉市食育推進計画の策定にあたりまして、ご尽力いただいた岩倉市食育推進計画策定委員の皆様から心から感謝申し上げます。

平成 27 年 3 月

岩倉市長 片岡 恵一

---

# 目 次

---

食育の推進に向けて 岩倉市長 片岡 恵一

## 第1章 食育の推進に関する基本的な考え方

1 計画策定の趣旨 .....	2
2 計画の背景 .....	3
(1) 食環境の変化 .....	3
(2) 食生活の変化 .....	3
(3) これまでの取り組みと今後の展開 .....	4
3 計画の位置づけ .....	5
4 第1期計画の取組結果 .....	7

## 第2章 岩倉市の食をめぐる現状

1 人口・世帯構造の変化 .....	16
2 食生活の現状 .....	18
(1) 乳幼児の食生活 .....	18
(2) 小中学生の食生活 .....	24
(3) 大人の食生活 .....	30
3 市民の食育に対する関心事項について .....	45

## 第3章 食育推進の基本的考え方

1 基本理念 .....	50
2 基本方針 .....	50
3 基本方針の考え方 .....	51

## 第4章 今後の目標と行動目標及び施策

1 今後の目標及び行動目標 .....	54
2 行動目標及びその施策 .....	58

## 第5章 計画期間と推進体制

1 計画期間 .....	68
2 計画の推進体制 .....	69

# 第 1 章

## 食育の推進に関する基本的な考え方

---

# 第1章 食育の推進に関する基本的な考え方

## 1 計画策定の趣旨

古来、私たち人間は、食を通して豊かな文化を築いてきました。また、健全な食生活を営むことで生きる力を育んできました。日々の営みの中で「食」は欠かせないものであるにもかかわらず、豊かさに慣れた私たちは、食というものを当たり前にとらえ、不規則な食事や偏食、欠食、過食、食べ残し、廃棄などを繰り返してきました。また、食料は海外に大きく依存しており、我が国の食料自給率は先進国中最低の水準となっている状況であります。

生涯を通して明るく充実した生活を送るためには、食事や運動等、健康的な生活習慣を身につけ、生活習慣病を予防することが重要です。なかでも、次世代を担う子どもたちの食生活は、心身の成長だけでなく、基本的な人格の形成にも大きな影響を及ぼします。しかし、近年では子どもたちだけでなく親世代にも食生活の乱れが生じており、大人を含めた食育が必要になってきています。

この「食」をもう一度見直すため、食育を国民運動として推進し、人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ができる社会の実現を目指し、平成17年7月「食育基本法」が施行されました。その食育基本法に基づき、国においては、平成18年3月「食育推進基本計画」が、また、愛知県では平成18年11月「あいち食育いきいきプラン～愛知県食育推進計画～」が策定され、県下各市町村においても計画が策定されました。その後、国や県において『『周知』から『実践』へ』をコンセプトに平成23年度から平成27年度までの5年間を計画期間とする「第2次食育推進基本計画」や「あいち食育いきいきプラン2015」を策定しました。

本市においても、食育の重要性に鑑み、『『い・わ・く・ら』で始める 食が育む豊かな心!』を基本とした「岩倉市食育推進計画」を平成21年度に策定し、市民一人ひとりが食に関心を持ち健全な食生活を自主的に実践するための施策を展開してきました。

今回の「第2期岩倉市食育推進計画」は、これまでの食育の推進の成果と食をめぐる諸問題を踏まえ、食育に関する施策を総合的かつ計画的に推進するため、第1期計画を評価し新たに数値目標を設定して作成しました。

### ※食育基本法の前文抜粋

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。

## 2 計画の背景

### (1)食環境の変化

現在の食生活は、豊かで便利になりました。また、より利便性、簡便性が求められ、時間と調理技術を要する料理より、なかしょく 外食や調理された食品を持ち帰って食べる中食や即席食品を利用することが多くなってきています。

その結果、生活時間が有効に活用されるようになった一方で、時間や手間のかかる手作りの家庭料理や伝統的な日本料理が、家庭の食卓に上がる機会が減少してきています。

また、飽食時代において食品廃棄などの環境問題が顕在化してきたほか、東日本大震災にともなう放射能汚染の影響や食品表示の問題など、食品の安全性を脅かす事件・事故を背景とした食の安全・安心に対する市民の関心が高まっています。さらには、TPP（環太平洋パートナーシップ協定交渉）をはじめ各国との農産物貿易交渉の状況次第では、国外から大量の食品が輸入され、食品添加物や残留農薬の規制緩和により食品の安全性がおびやかされる可能性が出てきます。そのため、安全安心な生産者の顔が見える「地産地消」がますます重要となっています。

### (2)食生活の変化

#### ●食の乱れと健康への不安

24時間営業や深夜まで営業する店が増えることにより食べることが自由となり、またスーパーマーケットに行けば、東西南北の食材食品が季節に関係なく買え、いつでも手に入るようになりました。それが、食の関心や食を大切にすることの希薄化を生みだしました。また、子どもの朝食の欠食や孤食・個食などが多くみられること、中・高齢者が肥満傾向にあることや若い世代の偏った食事、過度なダイエットなど、あらゆる世代で生活習慣病をはじめ、健康状態に関する課題が増加してきています。

特に生活習慣病の発生要因となるメタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）が疑われる人とその予備群を併せた人々が年々増加しており、昨今では健康ブームのなかで、一部では正しい食生活に心がけるわけではなく、手軽な健康補助食品として多種多様なサプリメントなどが利用されてきています。

#### ●日本型食生活と伝統食文化の衰退

地域の多様性に富んだ伝統行事、祭り、風習とともに長年培われてきた伝統料理や郷土料理などの食文化、味覚や季節感に富んだ栄養バランスのとれた健康食として、世界に注目されている米食を中心とした日本型食生活が、衰退傾向にあります。そんな中、2013年に「危機に瀕している文化」を保護するとして、「和食」がユネスコ無形文化遺産に登録され、新たに見直されつつあります。

## ●情報化社会への適切な対応

近年の急速な情報化社会の発展と健康に対する関心の高まりなどから、食品や健康に関する情報が増加し、また多様化して適切な判断をすることがむずかしくなる一方で、誤った知識による食事や食品などにより、健康を損ねている例もみられます。

### (3)これまでの取り組みと今後の展開

本市においては、平成 17 年の食育基本法の制定をうけ、平成 22 年 1 月に平成 22 年度から 26 年度までの 5 年間を計画期間とし、食育に関する施策を総合的かつ計画的に推進していくため、岩倉市食育推進計画を策定しました。そして、この計画を基に、農業関係者、医療・保健関係者、市民団体などの多様な主体が連携を図り、行動目標に沿った施策を展開し、地域や市民へ食育を推進してきました。

その結果、朝食を「毎日食べる」「週に 4～5 回食べる」割合が中学生以下では増加し、20 歳以上でも横ばいで推移していることから、「早寝・早起き・朝ごはん」推進運動など一定の効果が見られています。

一方、家族や友人など誰かと食事を共にする（共食）機会が減少しているため、一人で食べる割合（孤食）が増えています。孤食は、コミュニケーション能力が育ちにくい、食事のマナーが伝わりにくいなど、食に関する問題点を増加させる環境要因となっています。このようなことから食をめぐる諸課題への対応の必要性は、残念ながらむしろ増していることが伺えます。

岩倉市食育基本計画策定から 5 年が経過し、本章「1 計画策定の趣旨」にもあるように、国や県の食育に関する計画の見直しもなされたところです。本市においても当初計画が平成 26 年度で計画期間を終えることから、今後とも一層の食育の推進を図っていくため、計画の評価と課題の把握を行うとともに、社会的な変化を踏まえ、課題解決に向けて当初計画を見直し、第 2 期岩倉市食育基本計画を策定するものです。

今後の展開の主なものとしては、平成 27 年 4 月より幼児期の教育・保育と就学後の学校教育など、子どもにかかわる部署を教育部にまとめ、名称を「教育子ども未来部」とし、幼稚園と保育園、学校、子育て支援など子どもに関する組織を一元化し取り組み強化していくことから、幼稚園、認定こども園、認定保育園とも連携し、食に関する情報提供や啓発を図っていきます。また、学校給食センターの建替えにあわせて、平成 28 年 9 月には、同センター内に施設の見学通路に接した場所に食育コーナーを新設し、食育の取り組みを強化します。ここを、パネル展示等により食に関する情報発信の場としていきます。また、今回見直しを行った第 4 章で掲げる施策を、『い・わ・く・ら』で始める「食が育む豊かな心！」を基本に確実に展開していきます。

### 3 計画の位置づけ

平成 17 年 7 月に施行された食育基本法第 18 条「市町村食育推進計画」の規定に基づく計画として位置付け、平成 18 年 3 月策定の「食育推進基本計画」、平成 18 年 11 月策定の「あいち食育いきいきプラン」を基本に第 1 期計画である「岩倉市食育推進計画」を策定しました。

今回の「第 2 期岩倉市食育推進計画」は、第 1 期計画の 4 つの柱である『い・わ・く・ら』で始める「食が育む豊かな心！」を継承し、第 1 期計画を評価し新たに数値目標を設定して作成しました。

平成 23 年 3 月策定の「第 4 次岩倉市総合計画」、平成 26 年 3 月策定の「健康いわくら 21」、平成 22 年 1 月策定の「岩倉市次世代育成支援後期行動計画」などとも連携しています。

#### ※食育基本法

(市町村食育推進計画)

第 18 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。

#### ●国の施策

○食育基本法（平成17年 7 月）

現在の「食」をめぐる様々な問題に対する抜本的な対策として、「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ができるようにするため、食育を総合的、計画的に推進すること」を目的として、「食育基本法」が制定されました。

○食育推進基本計画（平成18年 3 月）

平成18年度から22年度の 5 か年計画であり、食育の 7 項目の基本方針と、朝食欠食、学校給食の地場産物を使用する割合、メタボリックシンドロームを認知している人の割合、推進計画を作成・実施している自治体の割合など、9 つの数値目標を定めています。



○第2次食育推進基本計画（平成23年3月）

平成23年度から27年度の5か年計画であり、3項目の重点課題と7項目の基本的な取組方針を定め、朝食欠食、学校給食の地場産物を使用する割合、メタボリックシンドロームを認知している人の割合、推進計画を作成・実施している自治体の割合など、前回の数値目標を上回る11項目の数値目標を定めています。また、平成25年12月に第2次食育推進基本計画の一部改定され、学校給食における国産の食材使用割合について平成27年度までに80%以上とする新たな目標が設定されています。

●愛知県の施策、取り組み

○あいち食育いきいきプラン（平成18年11月）

平成19年度から22年度の4か年計画で、体、心、環境の3つの視点から愛知県における課題を見出し、県民にはこの3つの分野別の取り組みと世代別の取り組みを、県や関係団体等には啓発を含めた4つの分野別の取り組みを定め、食育の目標なども定めています。

○あいち食育いきいきプラン2015（平成23年5月）

平成23年度から平成27年度の5か年計画で、体、心、環境の3つ柱を継承し、「啓発から実践へ」をコンセプトに実践に向け、踏み込んだ4つの取組を定め、食育の目標なども定めています。

## 4 第1期計画の取組結果

岩倉市では、平成22年3月に「岩倉市食育推進計画」を策定し、市民、関係団体、市が連携を図りながら食育を推進してきました。

推進にあたり、『『い・わ・く・ら』で始める 食が育む豊かな心!』を基本にそれぞれ行動目標や施策を掲げました。

い … いつまでも おいしく食べて健康づくり(健康)	
行動目標	取組内容
朝食をとらないと、脳が十分に働くことができません。「早寝 早起き 朝ごはん」運動を推進し、正しい生活リズムを身につけましょう。	4か月児健診や後期離乳食教室で生活リズムの大切さについての話をした(健)。2歳6か月児親子歯科健診で、就園前の準備の一つとして早寝、早起きの大切さについての話をした(健)。保育園で3～5歳児を対象に食育指導を実施した(児)。
1日3食を規則正しく食べましょう。1回の食事ですできるだけ多くの種類の食品摂取に努め、塩分の取りすぎに気をつけましょう。	妊産婦対象の母親教室で「妊娠期、授乳期の栄養」についての話をした(健)。成人対象では、「野菜をたくさん摂ろう」等をテーマに栄養教室を実施した。男性を対象にした「男子厨房に入ろう」では、調理を学ぶ教室を実施した(健)。保健推進員活動で「野菜たっぷりメニュー」等の栄養教室を実施した(健)。
成長にしたがって味覚は変化します。将来の豊かな食のためにも、嫌いなものでも調理を工夫して食べるように努めましょう。	乳幼児を対象にした「離乳食教室」や「楽しく食育」などの教室や栄養相談を実施した(健)。保健センターだよりで幼児期の食事についての記事を掲載した(健)。
肥満や痩せについての正しい情報を理解し、自分の体重に関心を持ち、適正体重の維持に努めましょう。	「健康づくりはわが家の食卓から」をテーマに食生活改善推進員コーナーで展示を実施した(健)。年代別での食事例を展示し、また、「もう1皿野菜を増やしましょう」として、野菜料理の紹介をした(健)。

行動目標	取組内容
<p>糖尿病や脂質異常症などの生活習慣病予防の知識を深め、バランスの良い食生活を送りましょう。</p>	<p>糖尿病予防教室で、「糖尿病を防ぐ食生活のポイント」について、生活習慣病予防教室で、「メタボ予防食のポイント」についての話をした(健)。「生活習慣病予防」をテーマに食生活改善推進員コーナーで展示を実施した(健)。</p>
<p>それぞれの年代向けの栄養教室や栄養相談などを通じて、誕生から成人期にわたり、基本的な栄養の知識の習得と生活習慣の定着を図りましょう。</p>	<p>「乳幼児の食事量」等のミニ講座、栄養相談、育児講座を実施した(児)。母親教室で妊産婦の栄養についての話をした(健)。前期離乳食教室で、離乳食の始め方等について、後期離乳食教室では、子どもの食習慣を見直すための話をした(健)。老人クラブ連合会で「糖尿病予防」の勉強会を実施した。介護福祉課と連携し、高齢者の栄養に関する個別支援や健康教育を実施した(健)。</p>
<p>「8020(はちまるにいまる)運動(80歳で健康な自分の歯が20本ある)」発祥の地である愛知県で、歯の大切さの認識に努め、食べたら歯を磨きましょう。</p>	<p>成人歯科健診や妊婦歯科健診、幼児歯科健診を実施し、精密検査の受診勧奨や歯科衛生士によるブラッシング指導を行った(健)。65歳を迎える市民に対し、節目歯科健診で歯周病等を早期に発見し、嚥下体操や唾液腺マッサージ等、食物を口から摂取できる生活が持続できるよう促した(健)。80歳で20本の歯を有している人を対象に毎年表彰を行った(健)。</p>

### [結果と課題]

4か月児健診や前・後期離乳食教室、母親教室などを通じた食育を行った事で、朝食欠食などの不規則な食習慣や栄養の偏りの改善に努めた。

健康フェアなどで普及啓発したことで、生活習慣病予防の知識を深めるとともに、妊婦や成人などに対する栄養教室や栄養相談の開催により、バランスの良い食生活を送ることで、生活習慣の定着を図ることができた。

しかし、仕事の関係で出勤時間や帰宅時間が変わるなどの影響から、大人や子どももの生活リズムが乱れてしまう場合がある。

また、健康づくりのための各種教室等を開催しているが、参加者に偏りがあることから、多くの方に参加してもらうための方策やあまり感心のない人たちに、どう情報提供していくかが課題である。

## わ … わすれない 食への感謝と心のふれあい (心)

行動目標	取組内容
<p>農業体験などを通じて食べ物の生産に関わり、生産者や自然への感謝の気持ちを育てましょう。</p>	<p>田植えから稲刈りまでの「稲作り農業体験」や日曜日に開催している「農業体験塾」、また市民農園の貸し出しを実施した(商)。全小学校で野菜の栽培等の体験学習を実施した(学)。トマト、玉ねぎ、キュウリ、ピーマン等の栽培。収穫した野菜等の家庭への持ち帰りを通して家庭での食育を促した(児)。野菜の広場運営協議会による野菜の広場友の会の会員向けのたけのこ狩りや柿狩りを実施した(商)。</p>
<p>食事ができることに感謝し、「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつや食事の姿勢、正しい箸の持ち方など、食事のマナーを身につけましょう。</p>	<p>「病気の時の食事」等のミニ講座、栄養相談、育児講座を実施した。園児に食育指導で食事のマナーについて指導を行った(児)。献立表や給食だよりを通じた啓発を行った(学)。3～5歳児の園児に正しい食習慣の基礎ができるよう食育指導を実施した(児)。職員へ食育資料を提供した(児)。小学生と保護者に「小学生の食育わくわく教室」、幼児(1歳～就園前)と保護者に「楽しく食育」を実施した(健)。保健推進員活動の中で、食育に関する「親子のつどい」を実施した(健)。</p>
<p>食育の日、学校給食週間などに関心を持ち、子どもたちに食べ物大切さや、食には多くの人関わっていることを伝えましょう。</p>	<p>献立表に「19日は食育の日」と明記した(学)。6月の「愛知を食べる学校給食の日」や11月の「地元の旬の食材を食べる学校給食の日」、1月の全国学校給食週間では給食だよりを発行し、学校や家庭へ啓発した(学)。「楽しく食育～きて・みて・ふれて・たべてみよう」を食育月間の6月に実施するとともに、広報でPRした(健)。</p>

行動目標	取組内容
<p>「孤食」や「個食」をあらため、家族や友人と食卓を囲むように心がけ、楽しみながら食事をし、コミュニケーションの場としましょう。</p>	<p>小学校の給食試食会で、食事を楽しむことの大切さを保護者に伝えた(学)。献立表で、毎月の目標に合わせた食に関する内容を啓発した(学)。献立表内の食情報提供、食生活だより、試食、保育参観時のミニ講座を実施した(児)。幼児(1歳～就園前)と保護者に「楽しく食育～きて・みて・ふれて・たべてみよう」を開催した(健)。</p>
<p>家族のだれもが、買い物をしたり、調理したり、お皿を並べたり、洗い物をするなど、家事を協力しあって食への関心を高めましょう。</p>	<p>栄養士から“季節の食材を使った料理講習”を受けた母親クラブ会員が昼食会を開催し、子どもたちと一緒に食事を作る楽しさを伝えた(児)。母親クラブ会員が日本の伝統文化食を児童館の子どもたちと一緒に作った(児)。男の料理教室「男子厨房に入ろう」を実施した(健)。自主グループである「まんずまんずクッキング」への食生活改善推進員が調理実習指導を実施した(健)。八劔町保健推進員活動で「男の料理教室」を実施した(健)。</p>

### [結果と課題]

稲作り体験事業や農業体験塾、市民農園などで、自分で野菜やお米を作り食べ物の生産に関わることで、生産者と自然に感謝し、食べ物を大切に作る心が醸成された。

また、講座や栄養教室、食育の授業を通じて、楽しみながら食事をし、コミュニケーションをとることで、家庭へ持ち帰り食への関心を高めることができた。

しかし、農業体験事業や農業体験塾などへの参加者が増えていないことから、多くの方に参加してもらえるような方策が必要である。

また、保護者について、離乳食時期までは熱心に取り組むが、子どもたちが小中学生になると保護者の関心が薄れてくるようであるので、孤食や個食にならないようにするための啓発が必要である。

く … くらしにやさしい 食の安全・安心 (環境)

行動目標	取組内容
<p>地元でとれる農産物を販売している産直センターや野菜の広場などを積極的に活用しましょう。</p>	<p>野菜の広場の運営が円滑に進むよう、また、会員の農家が農作物の生産および販売に集中できるよう支援を行った(商)。産直センターが開催する産直フェアへ、より多くの集客が見込めるよう支援を行った(商)。</p>
<p>生産者は消費拡大のためにも低農薬栽培などの研究に努め、農産物の質の向上を図りましょう。</p>	<p>生産されたちっちゃい菜を学校給食や料理教室等で使用し、知名度の向上に努めた(商)。名古屋コーチンに関して、振興組合の振興活動を支援した(商)。</p>
<p>CO2削減・食料自給率拡大の観点からも、地産地消を心がけ、地元の食材を積極的に料理に活用しましょう。</p>	<p>農業フェアで、農業総合品評会の開催のほか、野菜や名古屋コーチンなどの農産物の産直を実施した(商)。学校給食において、積極的に地場産の食材を献立に使用した。また、6月「愛知を食べる学校給食の日」・11月「地元や旬の食材を食べる学校給食の日」・1月学校給食週間では、通常よりも種類を増やして使用した(学)。</p>
<p>「もったいない」ということを意識しながら、使い切れない食材や作りすぎによる食べ残しの廃棄を減らすため、計画的な買い物・食事作りに努めましょう。</p>	<p>「わくわくクッキング」や「男のキッチンワーク」などの生涯学習講座や消費生活モニターが運営する「名古屋コーチンとちっちゃい菜を使った料理教室」などの消費生活講座を実施した(生)(商)。</p>

行動目標	取組内容
事業者は簡易包装に努め、消費者は買い物の際のマイバッグ持参、簡易なパックの商品を選択するなど限りある資源を大切にしましょう。	マイバッグの持参については、市内のスーパーマーケット、ドラッグストア10事業者11店舗（平成26年9月末現在）と協定を結び、レジ袋有料化を実施した（環）。
食品の産地・栄養成分・添加物などの食品表示を確認し、食品の品質を見分ける力を身につけましょう。	消費生活モニターが運営する「野菜ソムリエが伝える野菜果物の魅力」や「発酵食品で健康になろう」などの消費生活講座を実施した（商）。

#### [結果と課題]

地元でとれる新鮮で安心な農産物を販売している野菜の広場やJ A愛知北産直センターを積極的にPR、活用してもらうことにより、地産地消に対する意識が見直された。

また、農業総合品評会などを行う農業フェアや食を学ぶ消費生活講座などを通じて、安全で安心な地元野菜の品質向上や食事に対する意識向上に寄与した。

しかし、季節により、野菜の広場や産直センター、学校給食への提供など、農産物の品数や量が少なくなる時期があることや、農業総合品評会の出品数が減少していることは地産地消を進めていくうえで大きな課題である。

また、消費生活講座では、食べ物を無駄にせず、計画的な買い物や食事作りを意識した講座を開催していくことが課題である。

ら … らくらく学ぶ 正しい食育 (啓発)

行動目標	取組内容
<p>保育園・幼稚園・学校等の給食だよりや食育指導で子どもに興味・関心を持たせ、家庭での啓発を図りましょう。</p>	<p>保育園の園児を対象に正しい食習慣の基礎ができるよう、学年別に食育指導を実施した。さらに給食試食会では、保護者が子どもに適した味付けを知るきっかけとなった(児)。小中学校において、給食時食指導を行った。さらに給食試食会では、食事を楽しむことの大切さを保護者に伝えた(学)。あゆみの家において入園児の母親を対象に、食中毒や障害児の偏食などについて講座及び栄養相談を実施した。児童館幼児クラブで乳幼児の食生活などの講座や野菜を使ったおやつや簡単な手作りおやつなどの実習をした(児)。</p>
<p>消費生活講座、栄養教室などへの参加を通じて、食の正しい知識の習得に努めましょう。</p>	<p>生涯学習講座や消費生活講座を実施した(生)(商)。小学生と保護者を対象に「小学生の食育わくわく教室」、幼児(1歳～就園前)と保護者を対象に「楽しく食育」を実施した。また、保健推進員活動の中で、食育に関する教室を実施した(健)。</p>
<p>ホームページや広報誌などの情報媒体を活用し、食の情報発信に努めましょう。</p>	<p>保健センターだよりを発行し、市民に伝えた。各種教室や講座の募集記事を広報とホームページに掲載した(健)(生)(商)。</p>
<p>市民全体で食に関心を持ち、食育に対する知識を深めましょう。</p>	<p>小学生と保護者を対象に「小学生の食育わくわく教室」、幼児(1歳～就園前)と保護者を対象に「楽しく食育」を実施した(健)。岩倉市国際交流協会主催による「世界のお惣菜」を開催。各国の家庭料理を学ぶことで、食を通じた文化交流、国際理解を深めることができた(秘)。</p>



行動目標	取組内容
岩倉にあるすばらしい伝統料理や郷土料理を次の世代に残していきましょう。	消費生活モニターが運営する「名古屋コーチンとちっチャイ菜を使った料理教室」などの消費生活講座を実施した（生）（商）。
食育を通じたネットワークの構築を図り、情報交換に努めましょう。	「健康いわくら21」栄養分野の推進は食生活改善推進員活動を通して実施することができた。食生活改善推進員への定期的な研修を実施し、活動のための支援をした（健）。
食育推進のため、食生活改善推進員や保健推進員、婦人会などの各種団体が連携した継続的な取り組みを図りましょう。	保健推進員活動で「野菜たっぷりメニュー」や「認知症予防」「減塩」についてのテーマで栄養教室を実施した。食生活改善推進員が中心となり、南部中学校での「カルチャー講座」でデザート作りを指導した。シルバー人材センター会員やゆうわ会会員を対象に栄養教室を実施した（健）。

### [結果と課題]

幼児や保育園、小中学生、またその保護者に対しては、食育指導や栄養教室などを通じて、生涯にわたって健康に過ごすために、子どもたちから正しい食習慣を身につけるよう努めた。

また、給食だよりや保健センターだより、献立表、市広報を通じて、食育に興味と関心を持ってもらい、食育に対する知識を深めてもらうことができた。

しかし、消費生活講座や栄養教室、給食試食会を開催しているが、働いている方や子育て世代の親に、どう参加していただくかが課題である。

また、お便りや市広報等の情報発信が不定期であり、子どもたちや保護者などに読んでもらっているのかの把握できていないことや、ホームページを使った食の情報発信があまりできていないことも、今後の課題である。

### ※事業担当課の表記

（児）…児童家庭課、（健）…健康課、（商）…商工農政課、（学）…学校教育課  
（環）…環境保全課、（秘）…秘書課、（生）…生涯学習課

# 第 2 章

## 岩倉市の食をめぐる現状

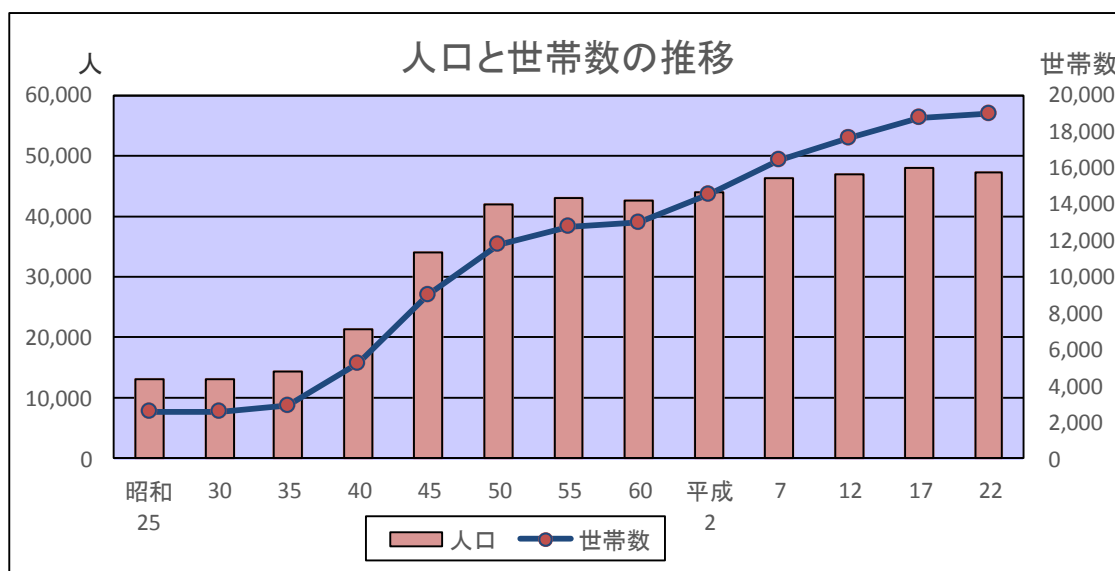
---

## 第2章 岩倉市の食をめぐる現状

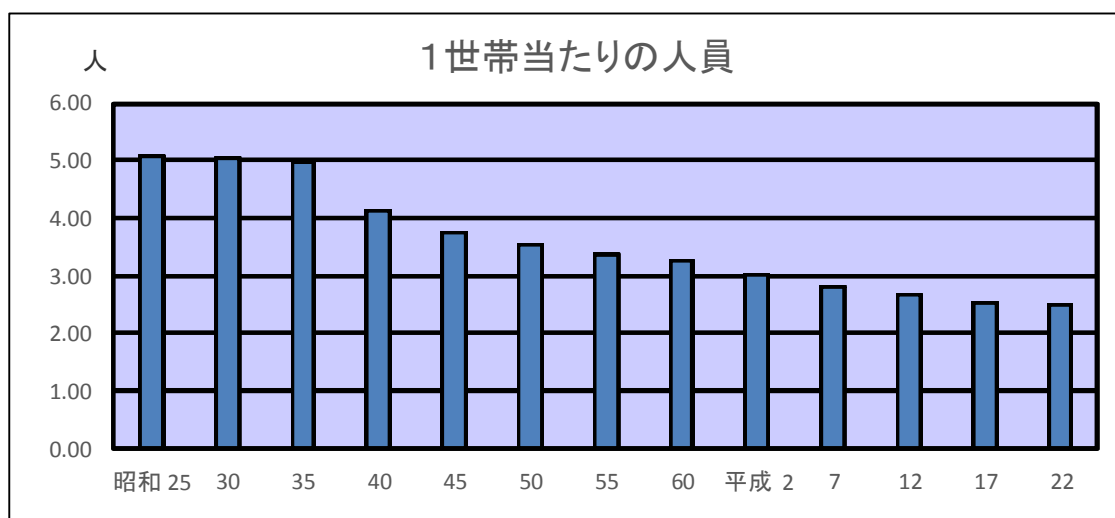
### 1 人口・世帯構造の変化

岩倉市の人口・世帯は、平成22年の国勢調査では47,340人、18,963世帯と人口は減少傾向にあるが、世帯数は増加の傾向にあり人口の減少が世帯数の増加の割合に比べて大きく、さらに1世帯当たりの人員が減少していることから、核家族化や単身世帯が増加しているものと考えられます。

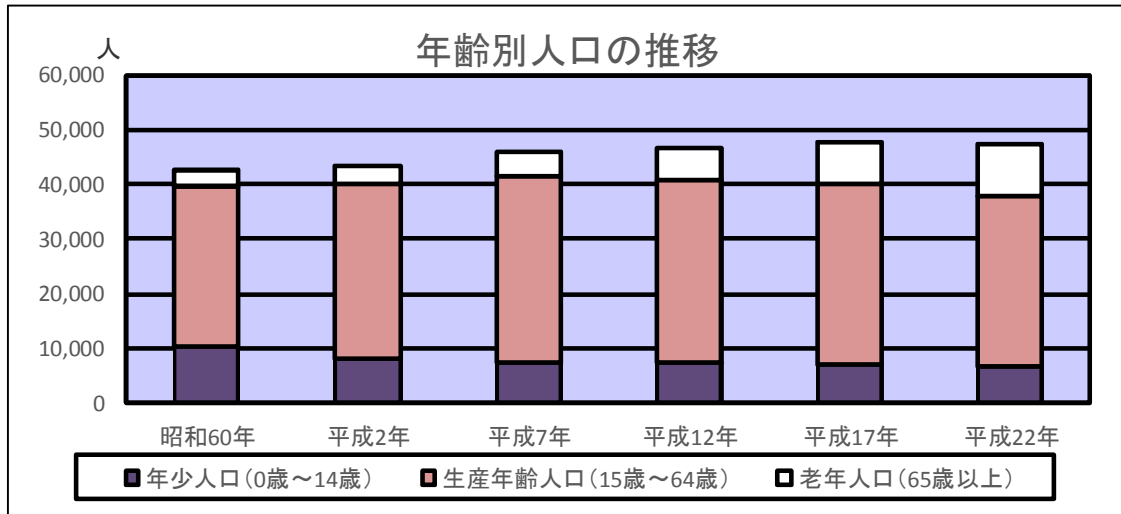
また、年少人口の減少、老年人口の増加といった傾向が見られ、本市においても少子高齢化の進展は例外ではありません。



資料:国勢調査



資料:国勢調査



資料: 国勢調査

## 2 食生活の現状

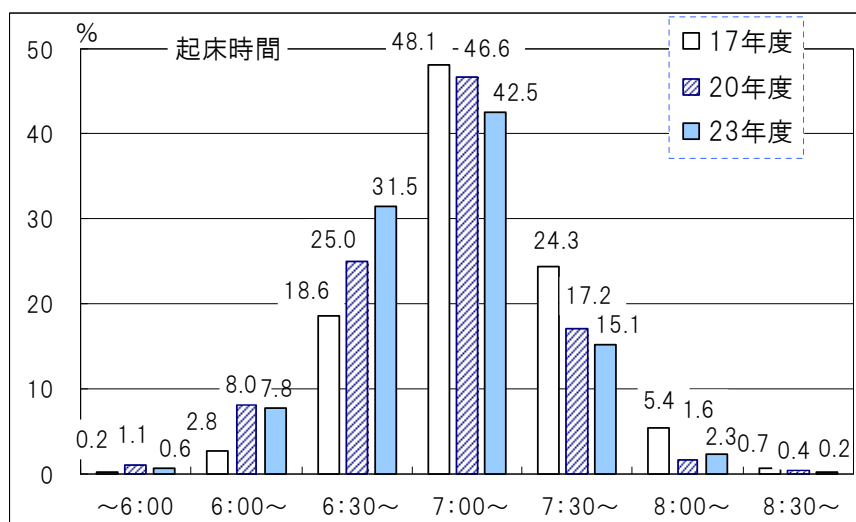
### (1) 乳幼児の食生活

平成23年11月に児童家庭課で実施した食生活関連のアンケート結果より

全保育園児の保護者を対象に、在籍人数563人のうち回収できたのは515人で、回収率は91.5%でした。

#### ア 起床時間

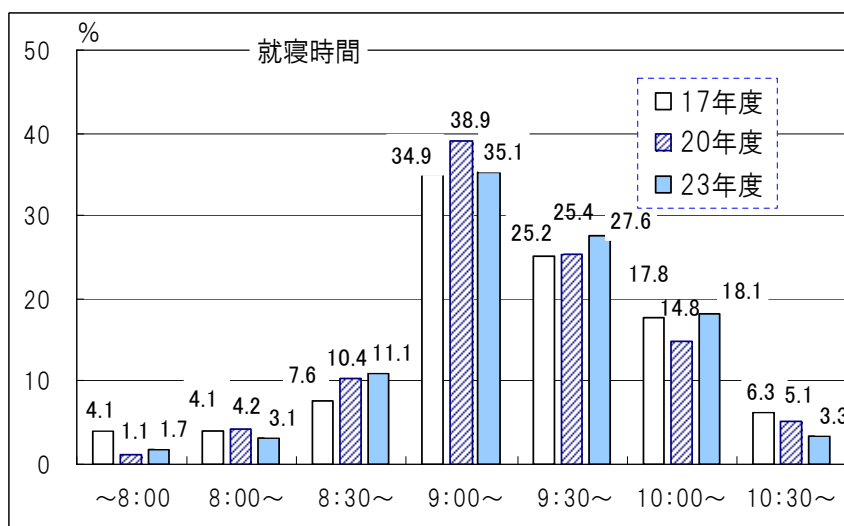
約半数が7時～7時30分、1/3が6時30分～7時の間に起きている。7時30分までに起きている子は82.3%で、平成20年度に調査したとき(80.7%)より1.6ポイント上がった。(平成18年2月は69.7%) 少しずつ早起きになっているようである。



一方8時以降におきる子は2.5%と前回(2.0%)とあまり変わらない。(17年度は6.1%)

#### イ 就寝時間

大半が9時台に就寝している。(62.7%)年齢別では10時までに寝ている子の割合が2歳児と5歳児では他年齢より6～8ポイント低く、遅く寝る傾向にある。園別では、南部保育園と仙奈保育園で他園の子より遅く寝る傾向にあった。

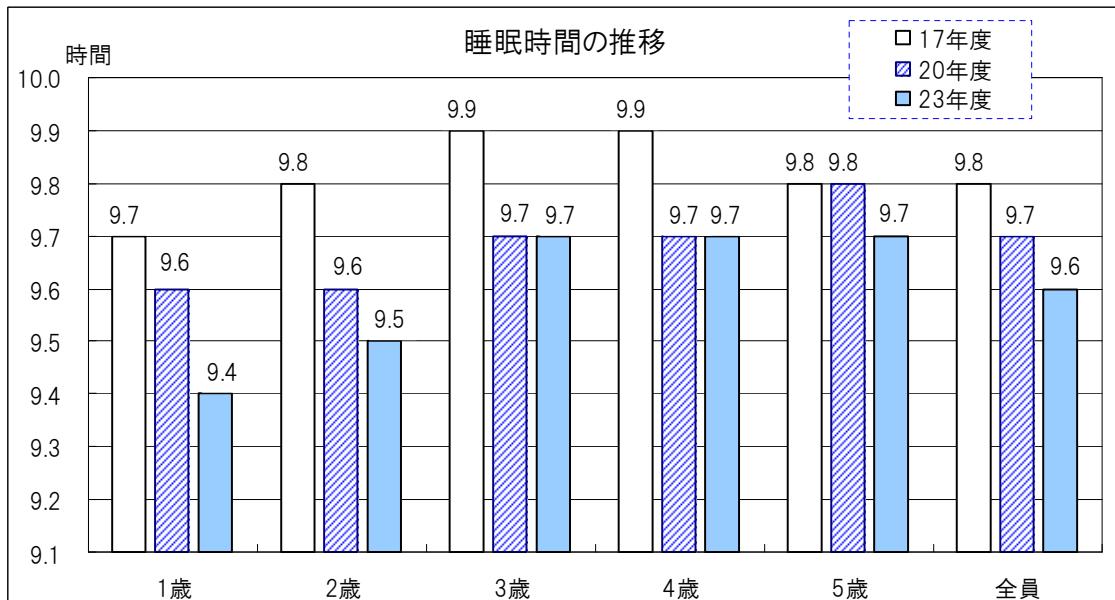
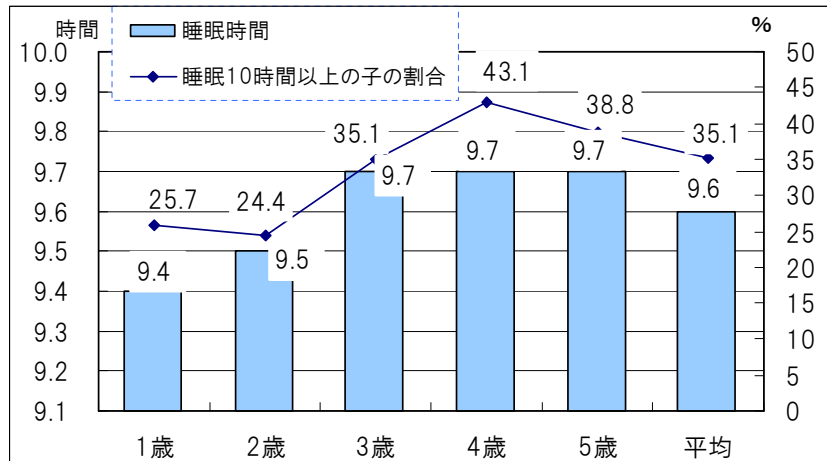


また、10時以降に寝ている子は21.4%で前回(19.9%)より1.5ポイント増えた。

10時以降に寝る子は、2歳児と5歳児では4人に1人で、特に5歳児は前回13.1%であったが、今回は26.7%と倍増した。

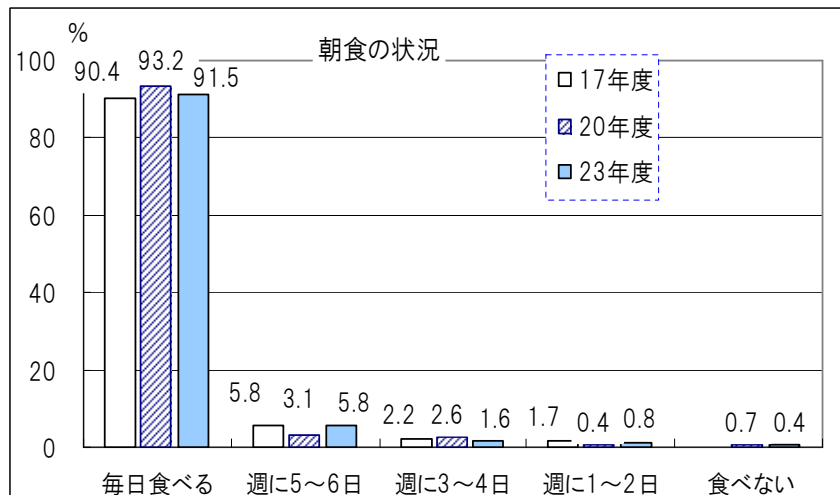
## ウ 睡眠時間

おおよその睡眠時間は9時間40分であった。1・2歳児は若干睡眠時間が短いようであったが、園別では差がなかった。しかし、経年で見ると少しずつ睡眠が減っているようである。睡眠時間が10時間以上ある子の割合は35.1%であった。



## エ 朝食

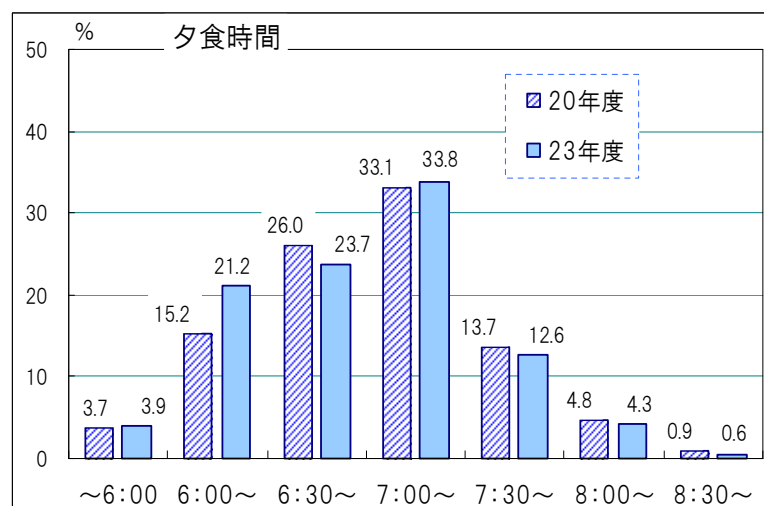
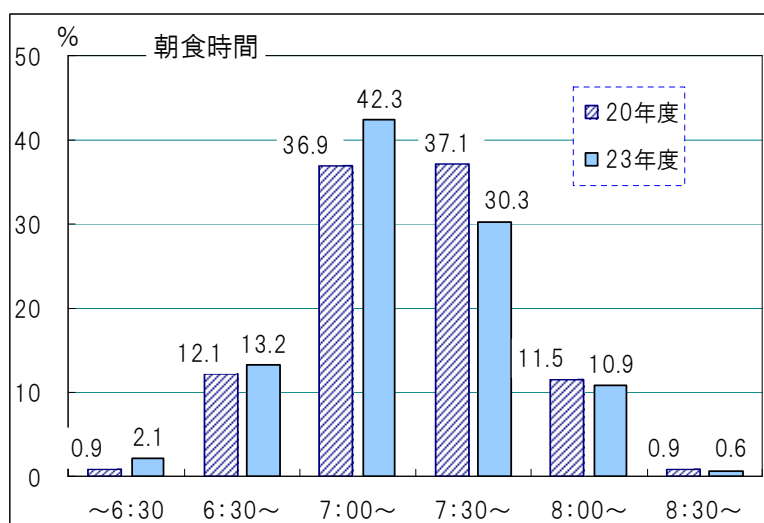
毎日朝食を食べる子は91.5%で前回の93.2%より1.7ポイント減少したが、週に5～6日食べる子も含めると97.3%で、ほぼ毎日食べている子は前回よりわずかに増加した。(平成20年度96.3%、平成17年度96.2%) 園別で見ると、毎日食べている子は西部が一番多く98.1%で、仙奈が88.4%と一番少なかった。



朝食が週に3日以下の子は2.4%（平成20年度3.0%、平成17年度3.9%）と減少している。食べない子と記入してあった子は2人であった。毎日食べないと答えた44人のうち、半数以上が食べられない理由に「食べたがらない」をあげ、ついで「時間がない」「食欲がない」となっていた。

朝食は7時～8時までにはほとんどの子が食べていたが、8時以降に食べている子は11.5%いた。朝食の時間は前回の調査よりも早くなっている。

夕食は8時までにはほとんどの子が済ませているが、8時以降に夕食を食べる子が4.9%いた。

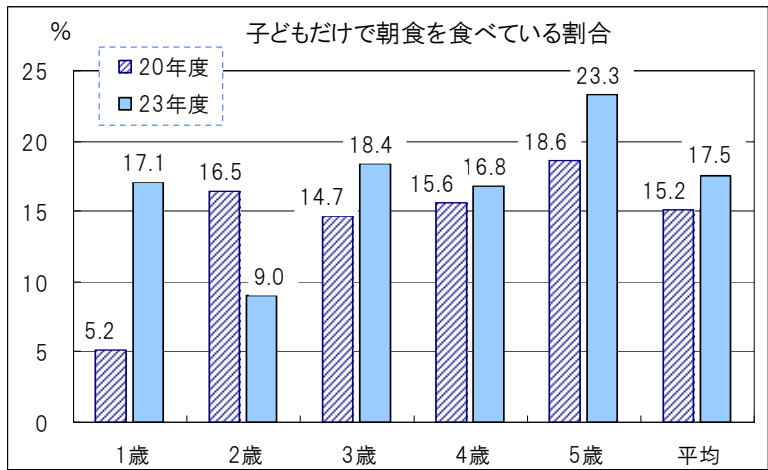
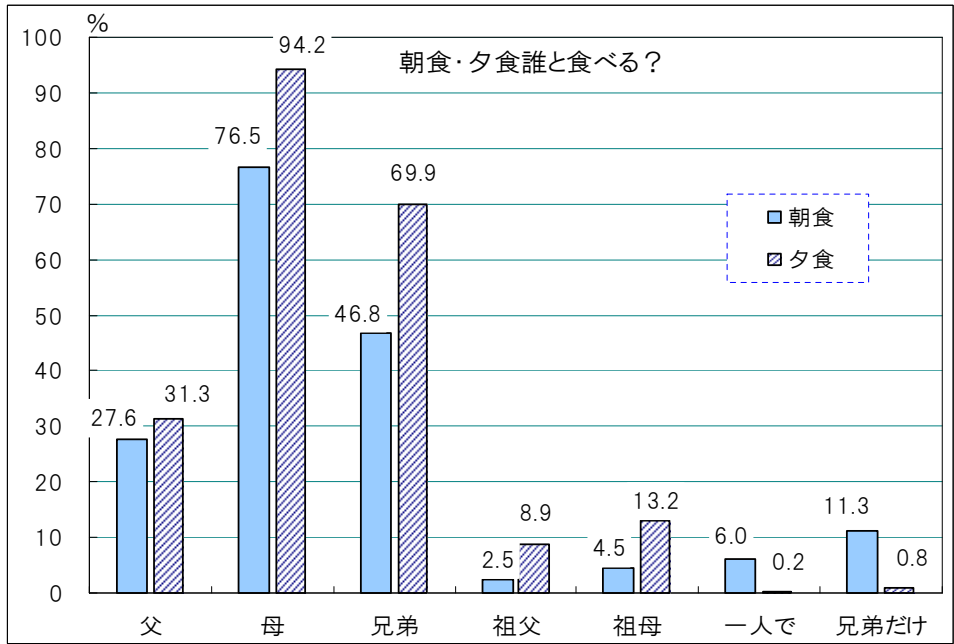


## オ 誰と食べるのか

朝食を誰と食べるのかたずねたところ、一人で食べる子が31人で6.0%（前回は30人で5.5%）、兄弟だけで食べる子が58人で11.3%（前回は53人で9.7%）いた。この子ども達の多くは夕食には家族と食べていたが、夕食も一人で食べている子は1人、兄弟だけで食べている子は4人（前回8人）いた。

子どもだけで食べている子の割合は2歳児以外は全部増加し、特に朝食の欠食率を見ると大人と食べている子の欠食率は4.3%であるのに対し、子どもだけで食べている家庭の場合には25.6%にも及ぶ。“一緒に食事を摂る大人がいるか”が子どもの朝食に大きく影響するといえる。

また、家族そろって食べている家庭は朝食では25.6%（前回20.1%）、夕食では35.3%（前回32.9%）となり、朝夕どちらも家族がそろうと回答した家庭は12.6%（前回8.4%）であり、いずれも前回より増加した。

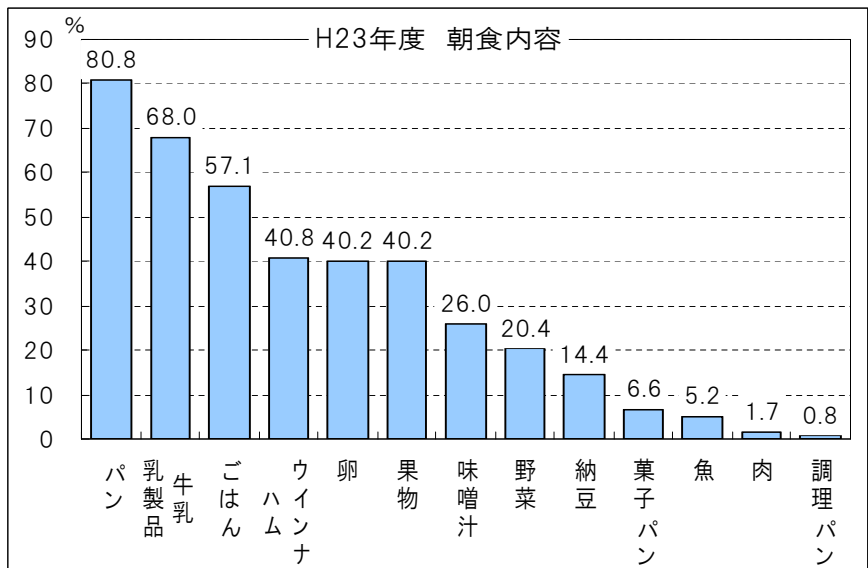


欠食率  
 大人と共食の場合  
 4.3%  
 子どもだけの場合  
 25.6%

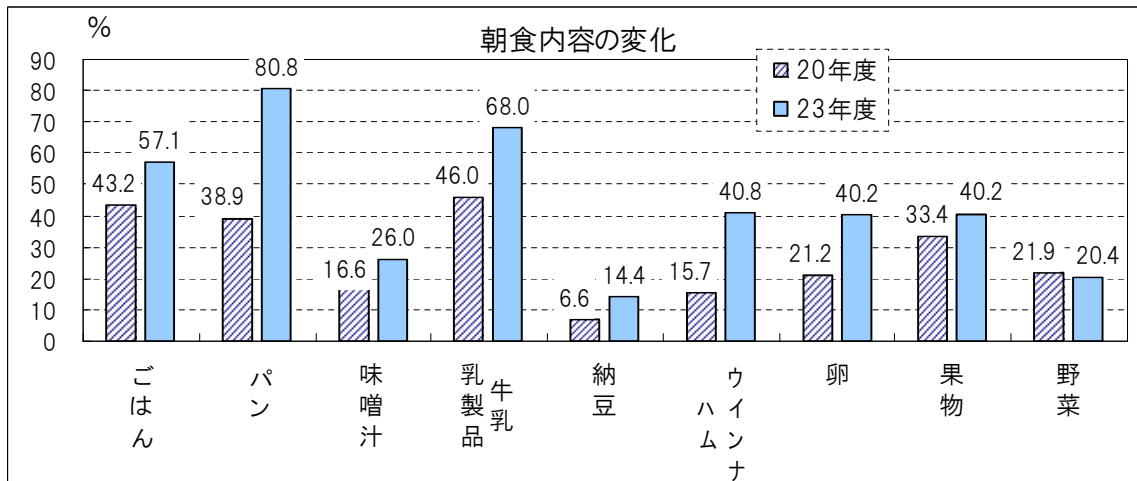
## カ 朝食内容

内容は前回パンとご飯がと半々であったが、今回はパンが80.8%、ご飯が57.1%とパンが多くなった。

パンやご飯などの主食のみと答えた家庭の子は5.8%で、パンと何かもうひとつ（牛乳やジュース、果物など）と答えた家庭は9.3%であった。

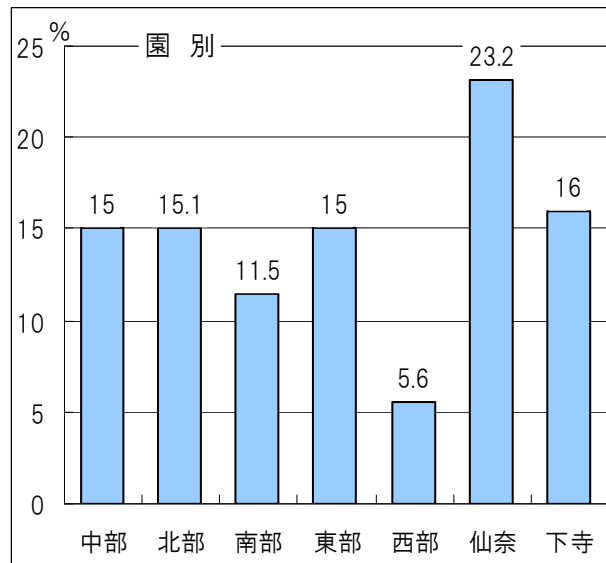
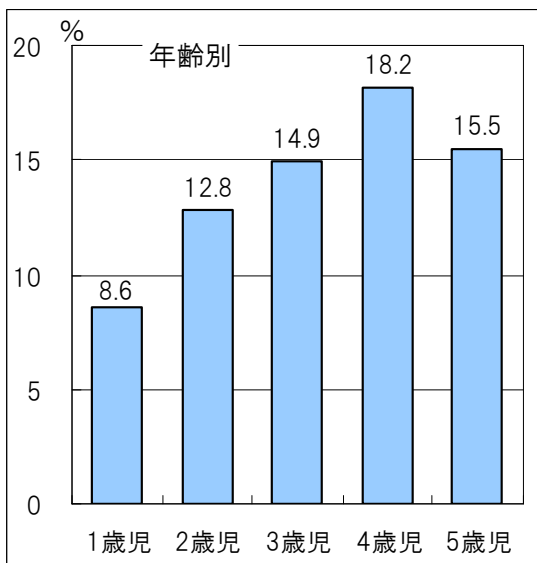






朝食の内容ではどの項目も増えているが、特におかずを挙げている家庭が増えた。また牛乳の割合も増えているが、朝食にジュース類を飲む子が多い。1歳児以外はどの年齢も1割以上あり、園別では仙奈が23.2%と一番多かった。

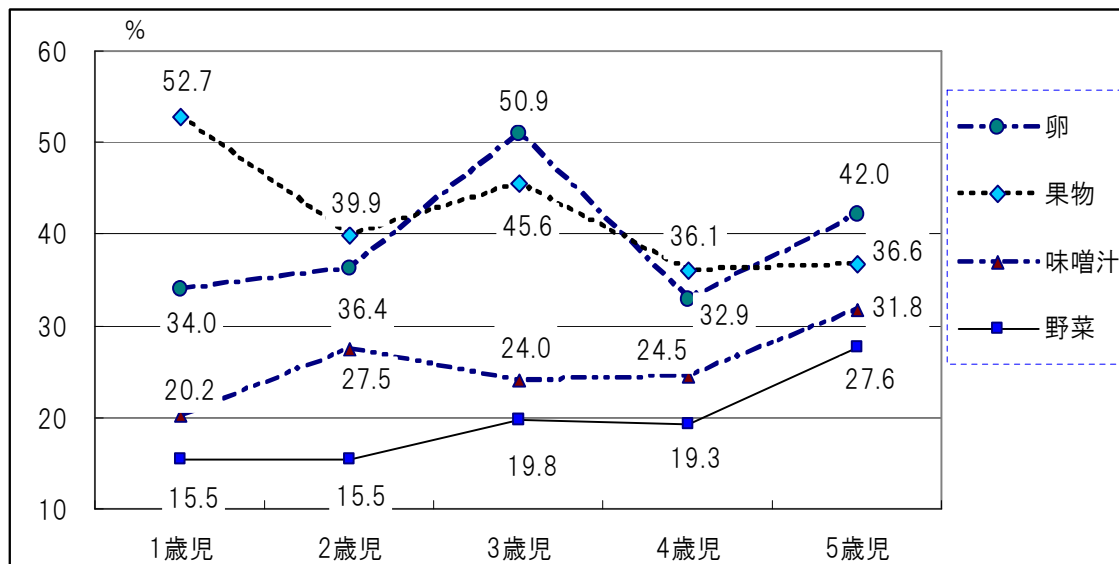
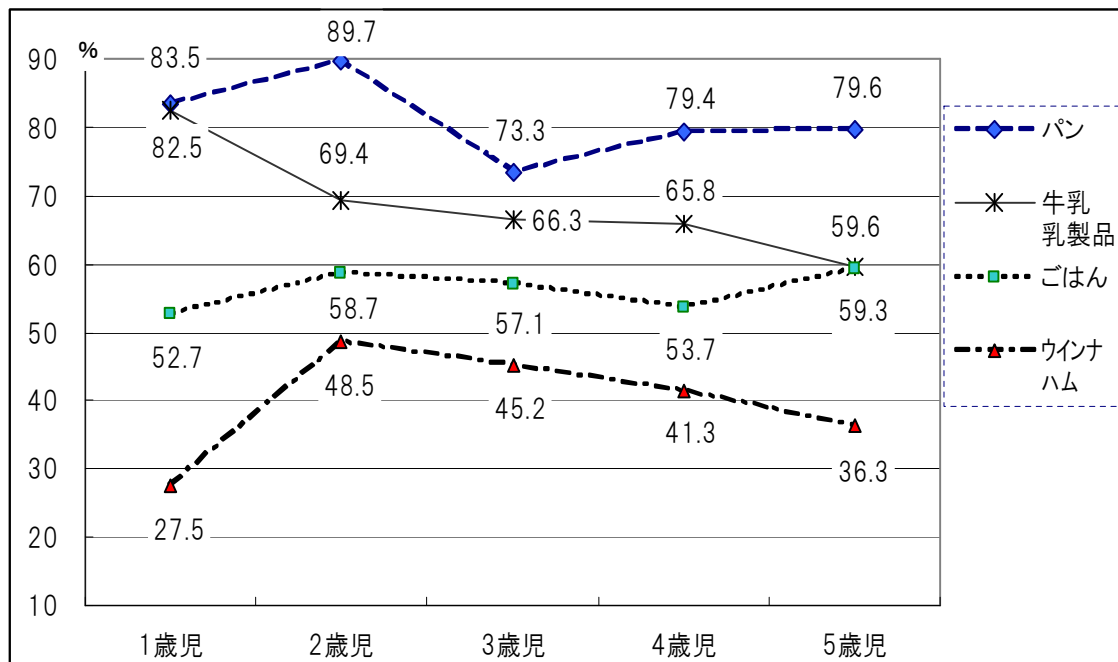
朝食にジュース類を飲む子の割合



## キ 朝食内容の変化

朝食内容は年齢によって変化があり、牛乳は年齢が上がるにつれて減少している。年齢が上がればジュースを朝食に飲む子が増える傾向になり、飲み物が変わってくるようである。野菜は年齢が上がるほど食べていると答える家庭が増え、味噌汁も同様で、咀嚼に関係するのかもしれない。

\* 年齢別食品の摂取割合



## (2) 小中学生の食生活

平成23年11月に給食センターで実施した学校給食アンケート結果より

(「朝食生活について」「食事マナーについて」を抜粋)

調査対象

小学校 (2年生・4年生・6年生)	各校、各学年1クラス	464人
中学校 (1年生・2年生)	岩倉中学校各学年3クラス 南部中学校各学年2クラス	330人

児童・生徒数3,843人の内、794人(20.7%)抽出調査。

### ○朝食の状況

「毎日食べる」と答えたものは、平成20年度調査と比較すると小学生が3.3ポイント増え91.3%、中学生で1.5ポイント減り85.3%であった。「ほとんど食べない」と答える子は、3.6%で小・中学生ともに「朝食を食べる」良い習慣が身についた子が比較的多い。食べない理由は、「時間がない」が多く、朝の時間に余裕のなさがうかがえる。

「朝食をひとりで食べる」と答えた小学生は21.6%、中学生は50.5%であった。学年が上がるにつれて、ひとりで食べる割合が増えている。また、前回に比べ朝食を「ひとりで食べる」と答える子が増えている。朝食を「毎日食べる」と答えたものでは、「家族そろって食べる」と答える割合が一番多く、朝食の回数が減るにつれて、「ひとりで食べる」と答える割合が多くなっている。家族そろって食べている人たちの方が、食べることに習慣化していることがわかった。朝食は、一日の始まりの大切な食事なので、家族そろってゆとりある食事がとれるのが望ましい。試食会や、給食だよりなどを通し、今後も引き続き、保護者に朝食の大切さを伝えていきたい。

### ○夜食(夕食後～寝るまで)状況

「夜食(夕食後～寝るまで)を食べますか」という問いに対し、どの学年も「ほとんど食べない」と答えた割合が一番多く、学年による差がみられない。

しかし、全体で「よく食べる」と答える子は、前回の調査より5.8ポイント増え、25.8%となる。また、夜食を「よく食べる」と答える子は、朝食を「ほとんど食べない」と答える傾向がある。おなかがすき過ぎる場合は、翌日の朝食に影響しないように気をつけなければならない。夜食は消化がよく、刺激の少ないものを少なめに上手に食べるのがよい。

### ○偏食の状況

給食で嫌いな食べ物がでた時、「がまんして食べる」と答えた小学生は、前回の調査よりも2.2ポイント減り41.9%であった。しかし、中学生では12.2ポイント

増え 38.9%であった。また嫌いな物は「食べない」と答えた小学生は 8.4%、中学生は 21.6%であった。偏食については、個人差があり、個別に指導していくことが必要である。

#### ○食事のマナー状況

家族の人から食べる時の姿勢やマナーについて注意されることはありますかという問いに対し、全体では、「自分で気をつける」と答える子が前回よりも 7.6 ポイント増え、22.3%となる。学年が上がるにつれ、自分で意識して食事マナーについて気をつけている子が増えていることがわかる。今以上に「自分で気をつける」と答える子が増えるとよい。

食事のマナーは、食べ物の消化にも影響してくるので、正しい食べ方のマナーを身につけるよう、家庭だけでなく、学校でも取り組みたいことである。

はしの持ち方について、学年が上がるにつれて注意されなくなり、正しいはしの持ち方を身につけている子が多いということがわかる。しかし、なかには「正しい持ち方を知らない」と答える子がいることがわかる。

給食では大半がはしを使うため、正しいはしの持ち方を身につけられるように家庭と学校とで連携し、取り組みたい。

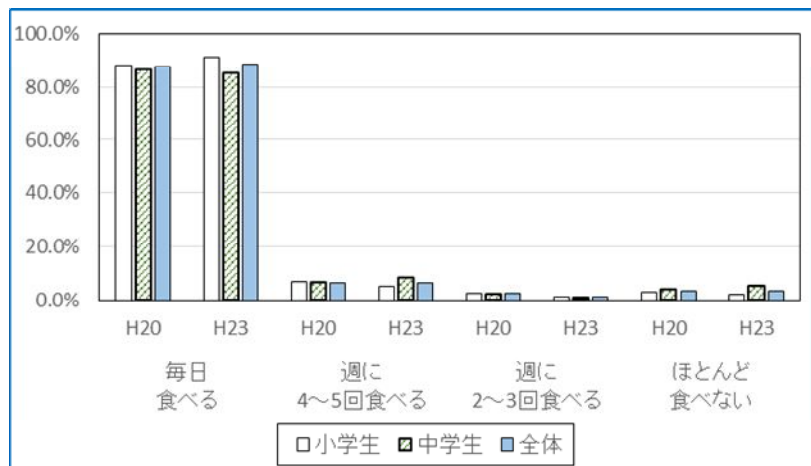
※設問の後ろに付いている（ ）内の設問番号等は、各アンケートでの番号

ア 「朝食生活について」

(ア) あなたは毎日朝食を食べていますか (問 17)

	毎日食べる		週に4~5回食べる		週に2~3回食べる		ほとんど食べない	
	H20	H23	H20	H23	H20	H23	H20	H23
小学生	88.0%	91.3%	6.7%	5.2%	2.4%	1.3%	2.9%	2.2%
中学生	86.8%	85.3%	6.6%	8.3%	2.4%	0.9%	4.2%	5.5%
全体	87.6%	88.8%	6.6%	6.5%	2.4%	1.1%	3.4%	3.6%

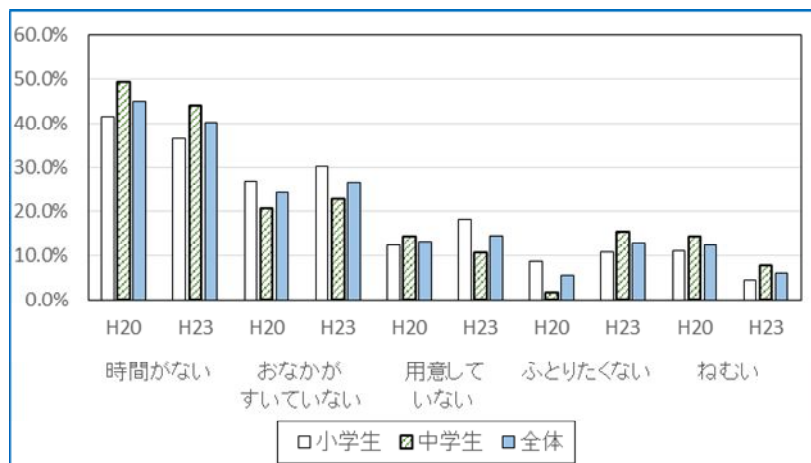
朝食を「毎日食べる」は、前回の調査より小学生で3.3ポイント増え91.3%、中学生で1.5ポイント減り85.3%である。「ほとんど食べない」と答える子は、3.6%で、小・中学生ともに「朝食を食べる」良い習慣が身についた子が比較的多い。



(ア) - a 「朝食を毎日食べる」と答えなかった人にたずねます。食べない日があるのはどうしてですか (問 18)

	時間がない		おなかがすいていない		用意していない		ふとりたくない		ねむい	
	H20	H23	H20	H23	H20	H23	H20	H23	H20	H23
小学生	41.5%	36.4%	26.8%	30.3%	12.2%	18.2%	8.5%	10.6%	11.0%	4.5%
中学生	49.2%	43.9%	20.6%	22.7%	14.3%	10.6%	1.6%	15.2%	14.3%	7.6%
全体	44.9%	40.1%	24.1%	26.5%	13.1%	14.4%	5.5%	12.9%	12.4%	6.1%

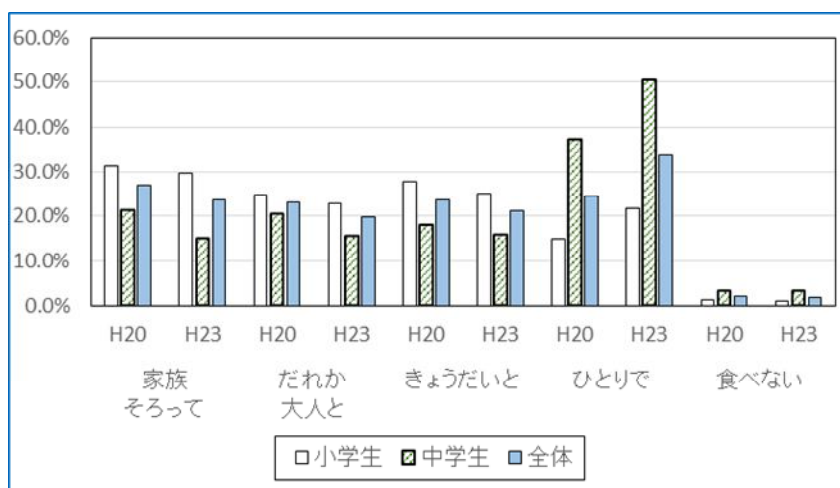
食べない理由は、「時間がない」が多く、次に「おなかがすいていない」が多い。しかし、前回調査と比べると、「時間がない」の割合が減り、逆に「おなかがすいていない」割合が増えている。



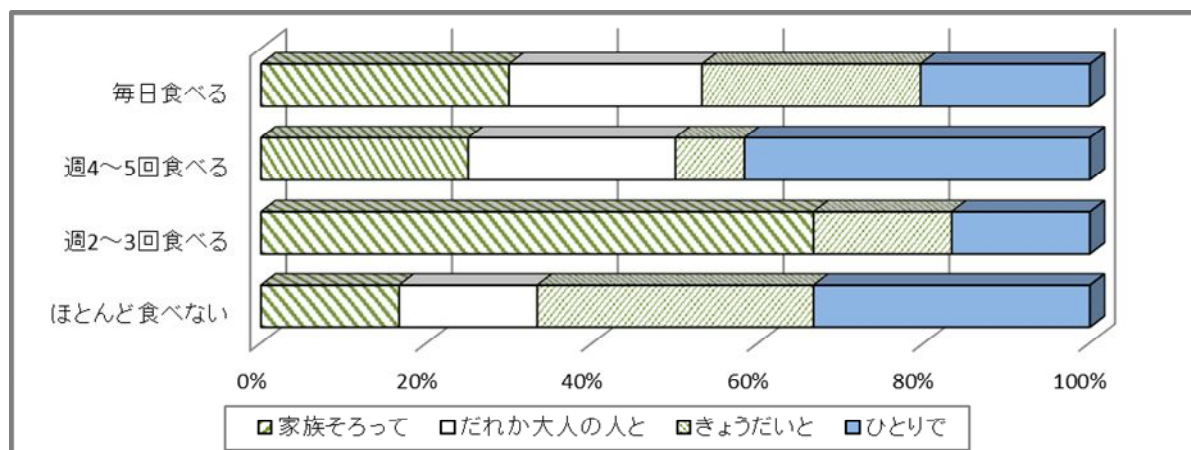
(イ) 朝食は誰と食べますか (問 19)

	家族 そろって		だれか 大人と		きょうだいと		ひとりで		食べない	
	H20	H23	H20	H23	H20	H23	H20	H23	H20	H23
小学生	31.2%	29.5%	24.8%	22.9%	27.7%	25.1%	15.0%	21.6%	1.3%	0.9%
中学生	21.2%	14.9%	20.6%	15.5%	17.9%	15.8%	37.0%	50.5%	3.3%	3.3%
全体	26.9%	23.5%	23.0%	19.8%	23.5%	21.2%	24.4%	33.6%	2.2%	1.9%

「家族そろって」と答えた割合は、小学生が 29.5% で一番多い。「ひとりで」と答えた小学生は 21.6% いる。中学生になると 50.5% が「ひとりで」食べている。学年が進むにつれて「孤食」の人数が増えていることがわかる。



☆ 朝食の回数と、喫食者の状況

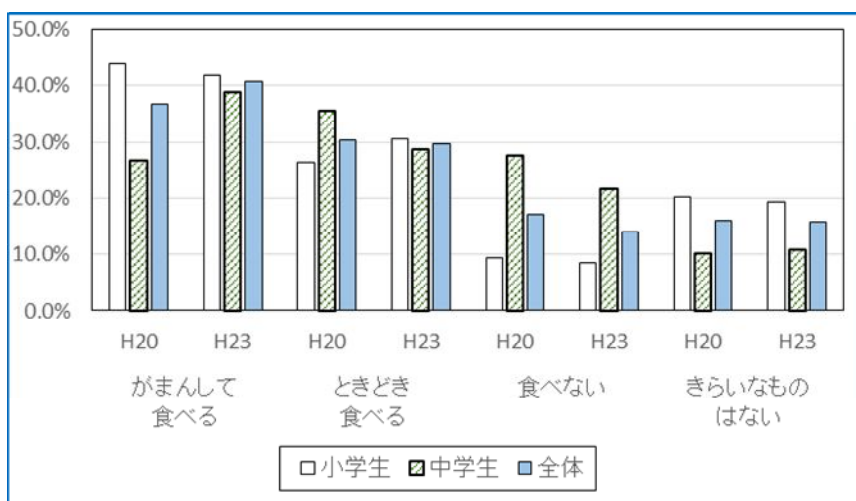


朝食を「毎日食べる」と答える子は、「家族そろって食べる」と答える割合が一番多い。また、前回に比べ朝食を「ひとりで食べる」と答える子が増えている。朝食は、一日の始まりの大切な食事なので、家族そろってゆとりある食事をとれるのが望ましい。試食会や、給食だよりなどを通し、今後も引き続き、保護者に朝食の大切さを伝えていきたい。

(ウ) 給食できらいな食べ物がでたとき、どうしますか (問 13)

	がまんして食べる		ときどき食べる		食べない		きれいなものはない	
	H20	H23	H20	H23	H20	H23	H20	H23
小学生	44.1%	41.9%	26.4%	30.5%	9.3%	8.4%	20.2%	19.2%
中学生	26.7%	38.9%	35.6%	28.6%	27.6%	21.6%	10.1%	10.9%
全体	36.7%	40.7%	30.3%	29.7%	17.1%	13.9%	15.9%	15.8%

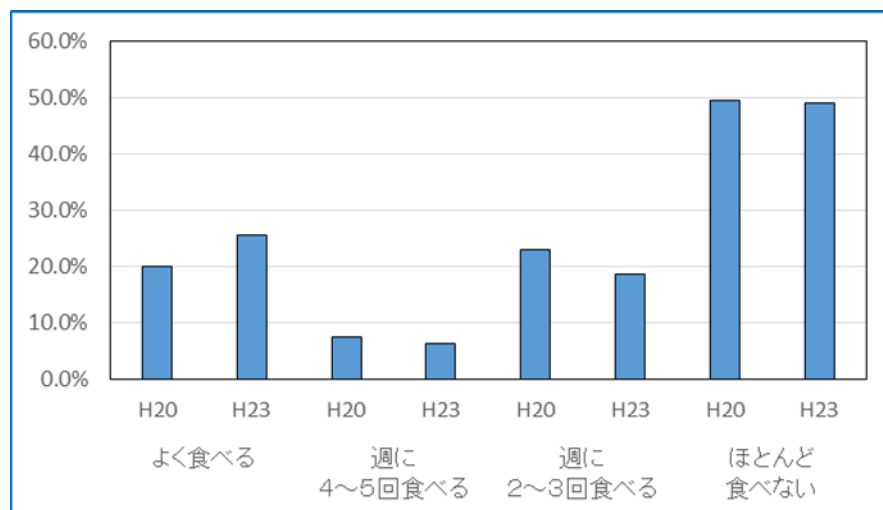
給食で嫌いな食べ物がでた時、「がまんして食べる」と答えた小学生は、前回の調査よりも2ポイント減り42%であった。しかし、中学生では12ポイント増え39%であった。また嫌いな物は「食べない」と答えた小学生は8%、中学生は22%であった。偏食については、個人差があり、個別に指導していくことが必要である。



(エ) 夜食 (夕食後～寝るまで) は食べますか (問 27)

	よく食べる		週に4～5回食べる		週に2～3回食べる		ほとんど食べない	
	H20	H23	H20	H23	H20	H23	H20	H23
全体	20.0%	25.8%	7.5%	6.4%	22.9%	18.6%	49.6%	49.2%

「夜食 (夕食後～寝るまで) を食べますか」という問いに対し、どの学年も「ほとんど食べない」と答えた割合が一番多く、学年による差がみられない。しかし、全体で「よく食べる」と答える子は、前回の調査より5.8ポイント増え、25.8%となる。

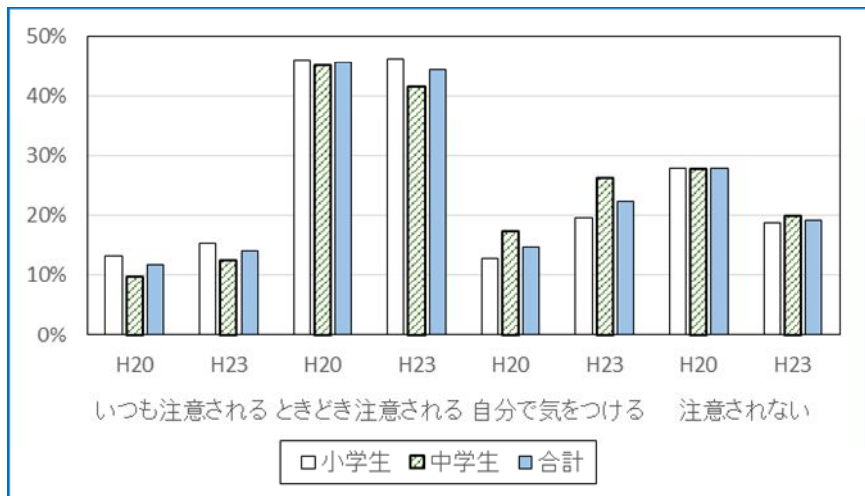


## イ 「食事のマナーについて」

(ア) 家族の人から食べる時の姿勢やマナーについて注意されることはありますか (問 30)

	いつも注意される		ときどき注意される		自分で気をつける		注意されない	
	H20	H23	H20	H23	H20	H23	H20	H23
小学生	13.2%	15.2%	46.0%	46.3%	12.8%	19.7%	28.0%	18.8%
中学生	9.7%	12.4%	45.1%	41.5%	17.3%	26.1%	27.9%	20.0%
合計	11.7%	14.0%	45.7%	44.4%	14.7%	22.3%	27.9%	19.3%

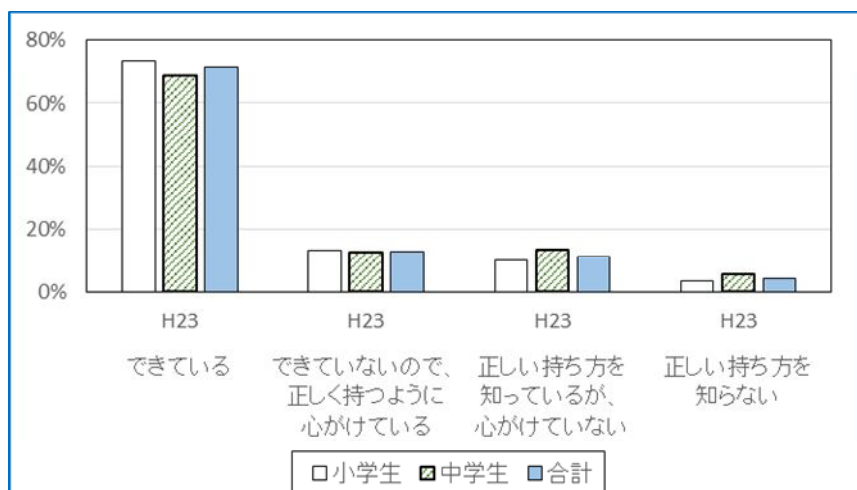
全体では、「自分で気をつける」と答える子が前回よりも7ポイント増え、22%となる。学年が上がるにつれ、自分で意識して食事マナーについて気をつけている子が増えていることがわかる。今以上に「自分で気をつける」と答える子が増えるとよい



(イ) はしを正しく持つことができますか (問 31) (平成 23 年度より調査)

	できている	できていないので、 正しく持つように 心がけている	正しい持ち方を 知っているが、 心がけていない	正しい持ち方を 知らない
	H23	H23	H23	H23
小学生	73.7%	13.2%	9.9%	3.2%
中学生	68.8%	12.4%	13.3%	5.5%
合計	71.6%	12.9%	11.3%	4.2%

はしの持ち方について、学年が上がるにつれて注意されなくなり、正しいはしの持ち方を身につけている子が多いということがわかる。しかし、なかには「正しい持ち方を知らない」と答える子がいることがわかる。





### (3) 大人の食生活

平成25年2～4月に健康課で実施した生活習慣関連アンケート結果より（「食事について」を抜粋）

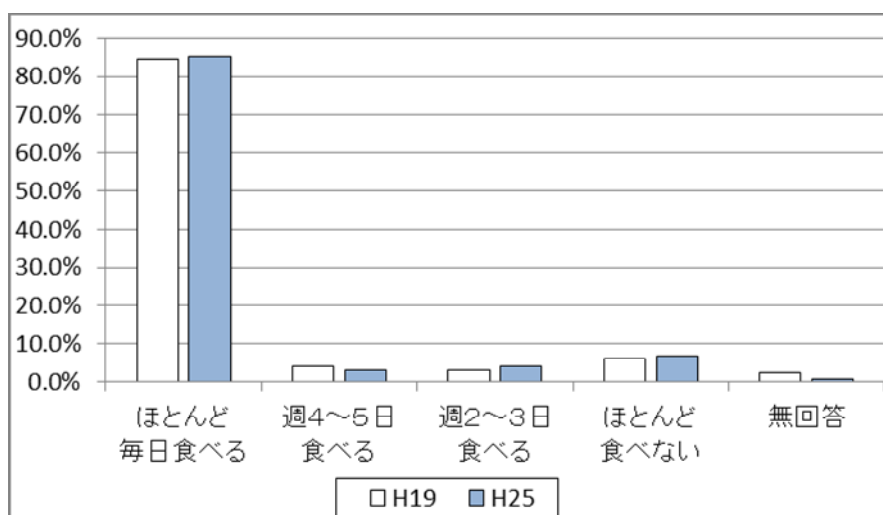
保健推進員を通して、20代～80代を対象に800人配布し、回収できたのは766人で、回収率は95.8%でした。

#### ア 食事全体について

(ア) あなたは、朝食を食べますか。(問10)

	ほとんど毎日食べる	週4～5日食べる	週2～3日食べる	ほとんど食べない	無回答
H25	85.4%	3.1%	4.0%	6.8%	0.7%
H19	84.6%	4.2%	2.9%	5.9%	2.4%

朝食を食べるかについて、「ほとんど毎日食べる」が前回の調査より0.8ポイント増えて85.4%と最も高くなっています。しかし、「週2～3日」と「ほとんど食べない」も増えている。



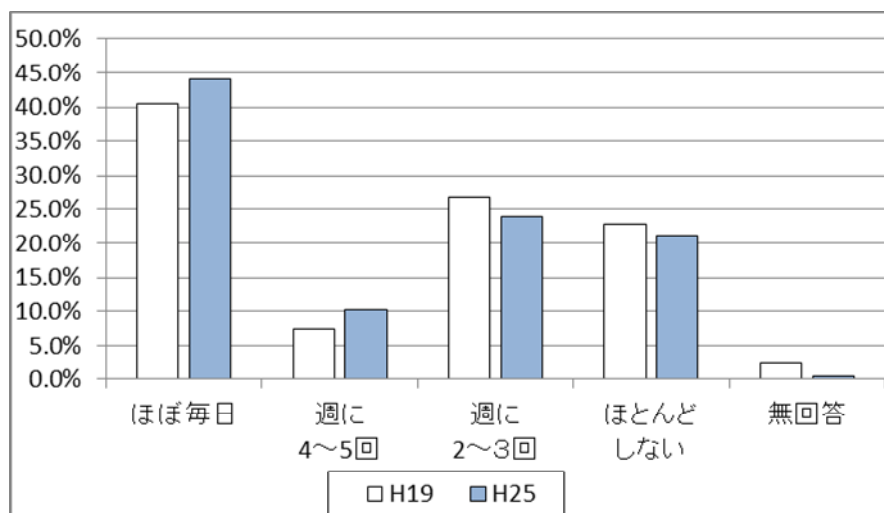
(単数回答)

(イ) あなたは、間食をしますか。(問 11)

	ほぼ毎日	週に 4～5回	週に 2～3回	ほとんど しない	無回答
H25	44.0%	10.3%	24.0%	21.1%	0.5%
H19	40.5%	7.5%	26.8%	22.9%	2.3%

「間食をほとんどしない」が前回調査より 1.8 ポイント減少し、反対に「ほぼ毎日間食をする」が 3.5 ポイント増加した。全体的に間食をする人が増加している。

(単数回答)



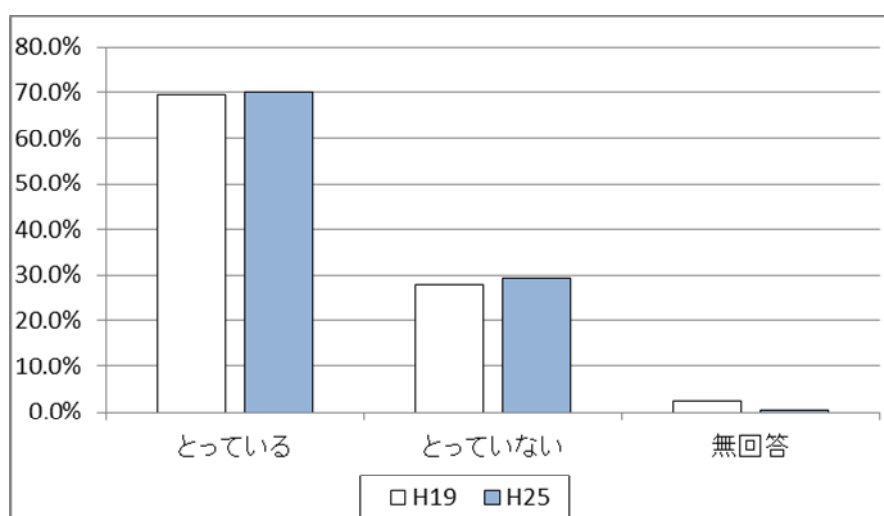
(ウ) 1日最低1食きちんとした食事を、家族など2人以上で30分以上かけてとっていますか。(問 12)

	とっている	とっていない	無回答
H25	70.1%	29.5%	0.4%
H19	69.6%	28.1%	2.3%

きちんとした食事をとっているかについて、「とっている」が70.1%、「とっていない」が29.5%となっています。

前回調査より「とっている人」は、0.5ポイント増加していると同時にとっていない人が1.4ポイント減少している。

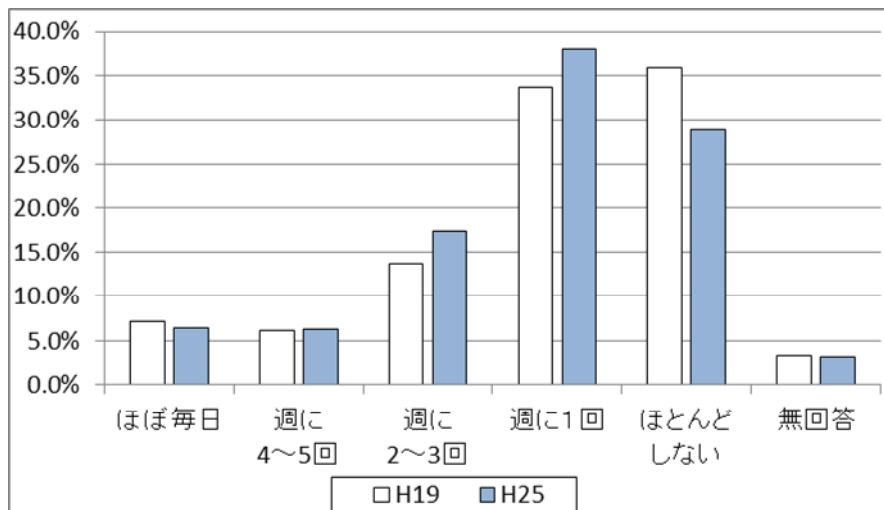
(単数回答)



(エ) あなたは、外食しますか。(問 13)

	ほぼ毎日	週に 4～5回	週に 2～3回	週に1回	ほとんど しない	無回答
H25	6.4%	6.3%	17.4%	38.0%	28.9%	3.1%
H19	7.2%	6.2%	13.7%	33.7%	35.9%	3.3%

外食をするかについて、前回調査より「外食しない」が7.0ポイント、「毎日外食する」が0.7ポイント減少し、週に1回以上外食する人が増えている。最も高いのは、「週に1回外食する」で38.0%、次いで「外食しない」が28.9%となっています。



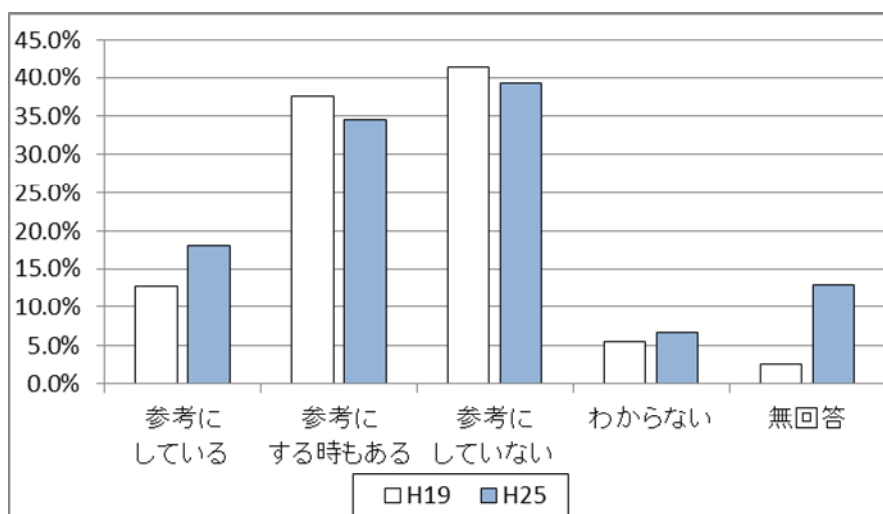
(単数回答)

(オ) あなたは、外食や食品を購入するとき、カロリーなどの栄養成分表示を参考にしますか。(問 14)

	参考に している	参考に する時もある	参考に していない	わからない	無回答
H25	18.0%	34.6%	39.3%	6.8%	13.0%
H19	12.7%	37.6%	41.5%	5.6%	2.6%

栄養成分表示を参考にしているかについて、「成分表示を参考にしている」「参考にする時もある」を合わせると、半分以上の人が参考にしている。

しかし、「参考にしていない」が39.3%と最も高くなっています。



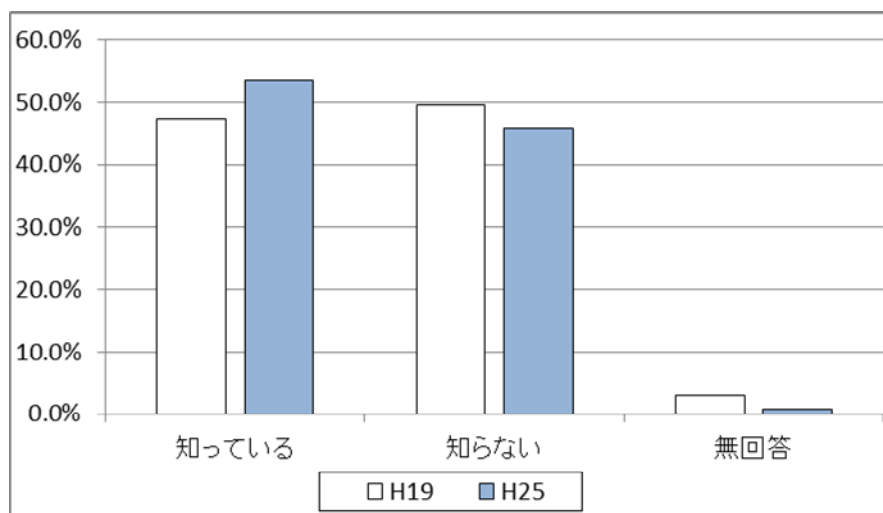
(単数回答)

(カ) あなたは、自分の適正体重を維持することのできる食事量・内容を知っていますか。(問 15)

	知っている	知らない	無回答
H25	53.5%	45.7%	0.8%
H19	47.3%	49.7%	2.9%

適正体重を維持することのできる食事量・内容を知っているかについて、「知っている」が 53.5%、「知らない」が 45.7%となっています。

前回と比べて「食事量・内容を知っている」人が、6.2ポイント増えている。



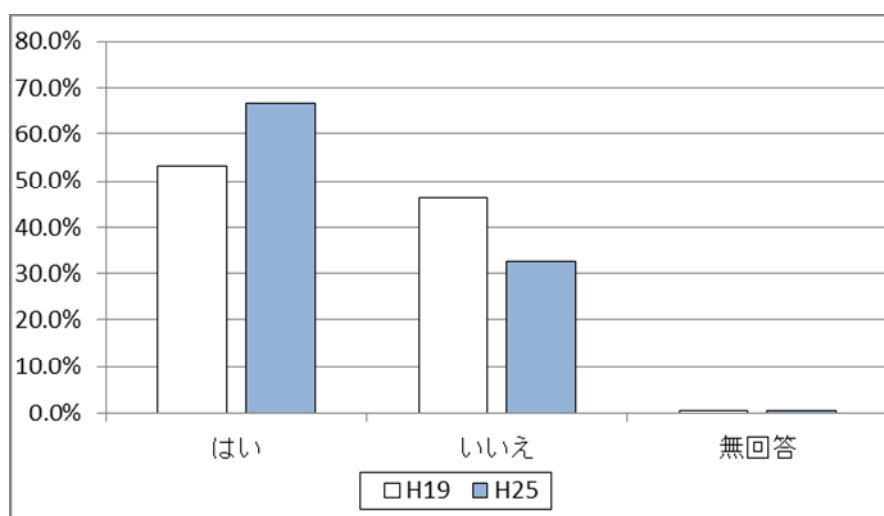
(単数回答)

#### <問 15で「1 知っている」と回答した人>

(カ) - a 実際に自分の適正体重を維持することのできる食事量・内容に気がついていらっしゃいますか。(問 15①)

	はい	いいえ	無回答
H25	66.8%	32.4%	0.7%
H19	53.1%	46.2%	0.7%

食事量・内容に気がつけているかについて、「はい」が 66.8%、「いいえ」が 32.4%となっています。食事量・内容を知っていて、実際に気がつけている人は、前回調査より 13.7ポイント増加している。



(単数回答)

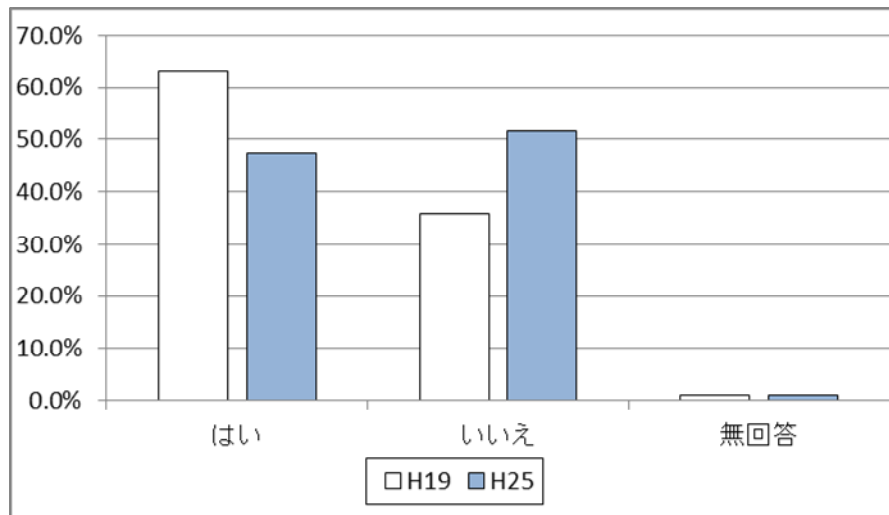
イ 塩分について

(ア) あなたは、1日の食塩摂取量は8g未満が望ましいということを知っていますか。(問17)

	はい	いいえ	無回答
H25(8g未満)	47.4%	51.6%	1.0%
H19(10g未満)	63.1%	35.9%	1.0%

食塩摂取量を知っているかについて、「はい」が47.4%、「いいえ」が51.6%となっています。塩分摂取量が8g未満が望ましいことを知っている人が、15.7ポイント減少した。

(単数回答)

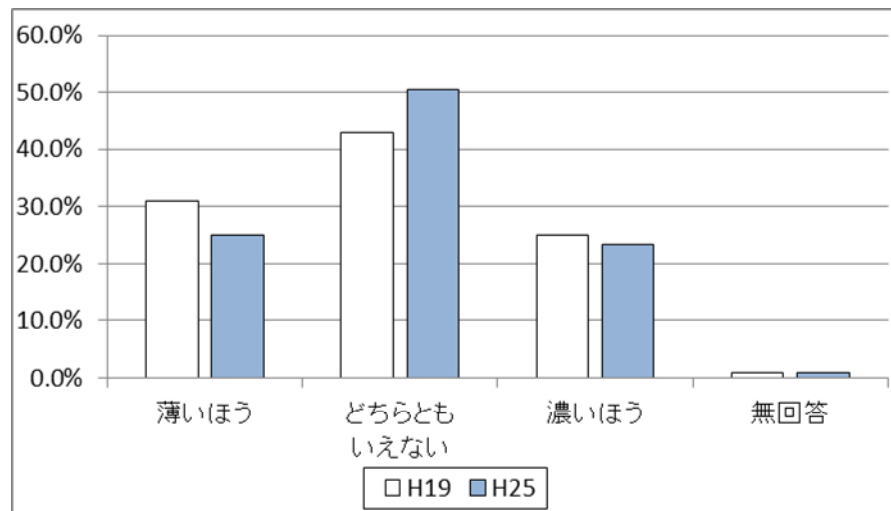


(イ) あなたの料理の味付けは、薄いほうですか、濃いほうですか。(問18)

	薄いほう	どちらともいえない	濃いほう	無回答
H25	25.1%	50.5%	23.4%	1.0%
H19	31.0%	42.8%	25.2%	1.0%

料理の味付けについて、「薄いほう」が25.1%、「どちらともいえない」が50.5%、「濃いほう」が23.4%となっています。前回調査より「薄いほう」「濃いほう」と答えた人は、それぞれ減少し、「どちらともいえない」と答えた人が半数を占めている。

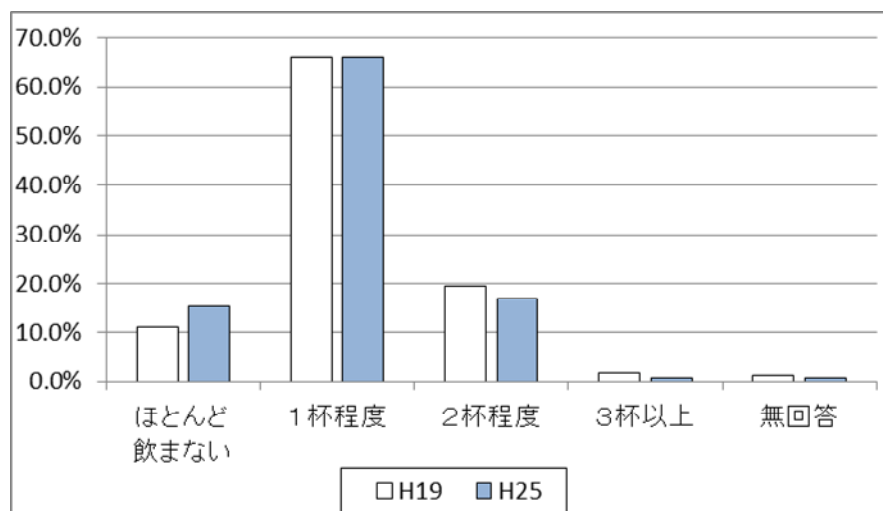
(単数回答)



(ウ) あなたは、みそ汁、すまし汁、スープなどは 1 日に何杯飲みますか。(問 19)

	ほとんど飲まない	1杯程度	2杯程度	3杯以上	無回答
H25	15.3%	66.3%	17.0%	0.8%	0.7%
H19	11.1%	66.3%	19.6%	1.7%	1.3%

汁・スープを 1 日に何杯飲むかについて、「1 杯程度」が 66.3%と最も高く、次いで「2 杯程度」が 17.0%となっています。前回調査より汁物を 1 日 2 杯以上飲む人が減少し、「ほとんど飲まない」と答えた人が増加している。



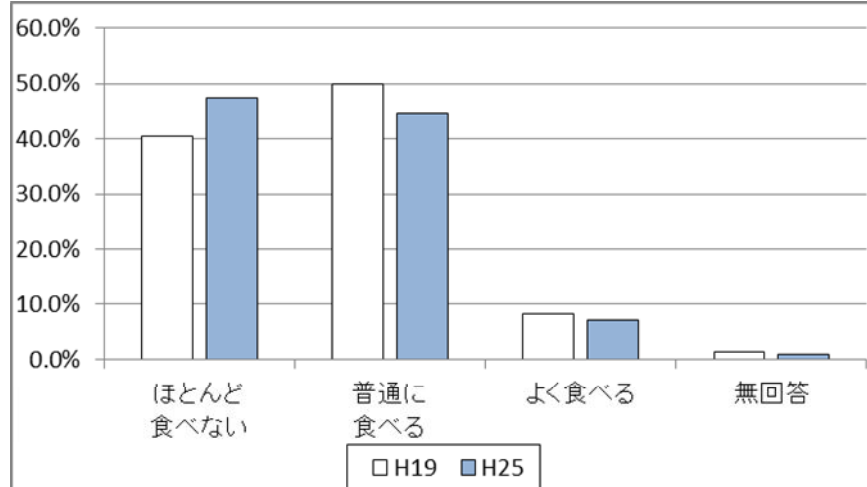
(単数回答)

(エ) あなたは、漬け物類をよく食べますか。「普通に食べる」とは、1日にきゅうり 1/2 本程度と考えて下さい。(問 20)

	ほとんど食べない	普通に食べる	よく食べる	無回答
H25	47.5%	44.5%	7.2%	0.8%
H19	40.5%	50.0%	8.2%	1.3%

漬け物類を食べる頻度について、「ほとんど食べない」が 47.5%、「普通に食べる」が 44.5%、「よく食べる」が 7.2%となっています。

前回調査より「よく食べる」「普通に食べる」と答えた人はともに減少している。



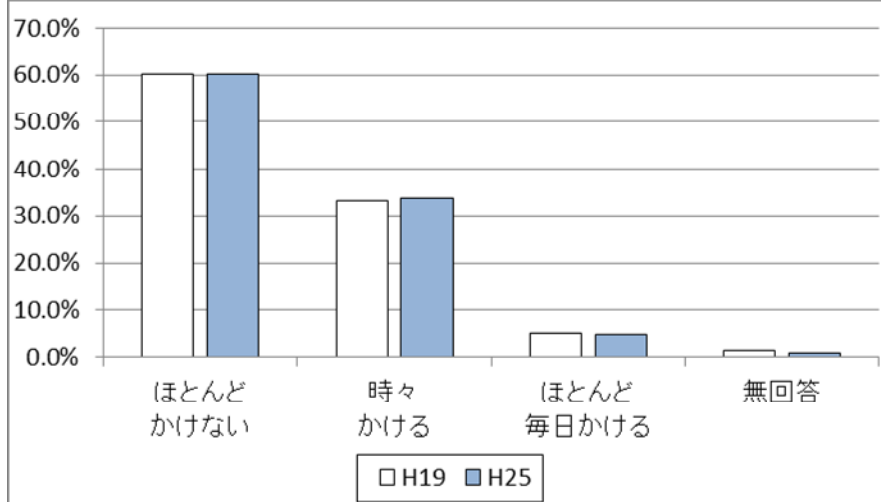
(単数回答)

(オ) あなたは、味付けをしたおかずにはしょうゆ、ソース、または塩などをかけますか。(問 21)

	ほとんど かけない	時々 かける	ほとんど 毎日かける	無回答
H25	60.3%	33.9%	4.8%	0.9%
H19	60.1%	33.3%	5.2%	1.4%

味付けをしたおかずにはしょうゆなどをかけるかについて、「ほとんどかけない」が 60.3%となっています。

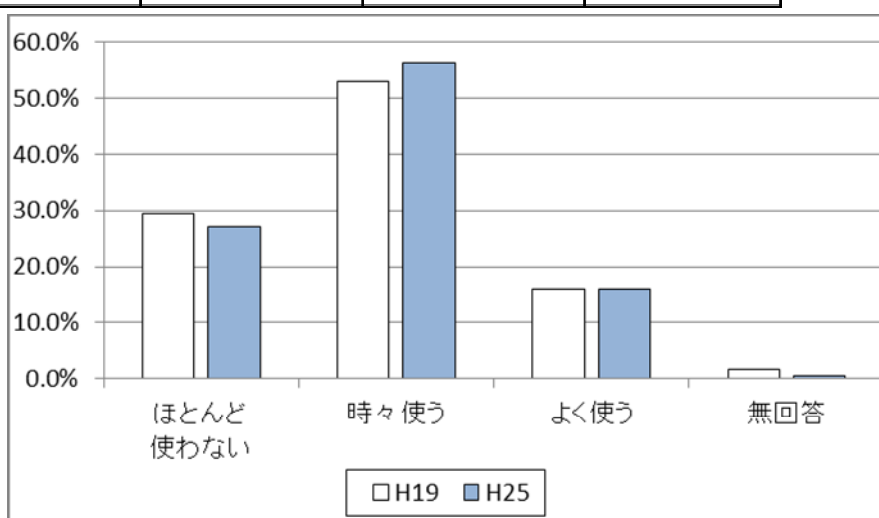
前回調査より、「毎日かける」と答えた人が減り、「ほとんどかけない」が増加しているため、かける頻度が少なくなっていると考えられる。(単数回答)



(カ) あなたは、しょうゆの代わりにポン酢、レモン、こしょう、唐辛子などの香辛料をよく使いますか。(問 22)

	ほとんど 使わない	時々使う	よく使う	無回答
H25	27.2%	56.3%	16.1%	0.5%
H19	29.4%	52.9%	16.0%	1.7%

香辛料を使う頻度について、「ほとんど使わない」が 27.2%、「時々使う」が 56.3%、「よく使う」が 16.1%となっています。前回調査より香辛料を「ほとんど使わない」と答えた人は、2.2 ポイント減少し、「時々使う」と答えた人が、3.4 ポイント増加している。



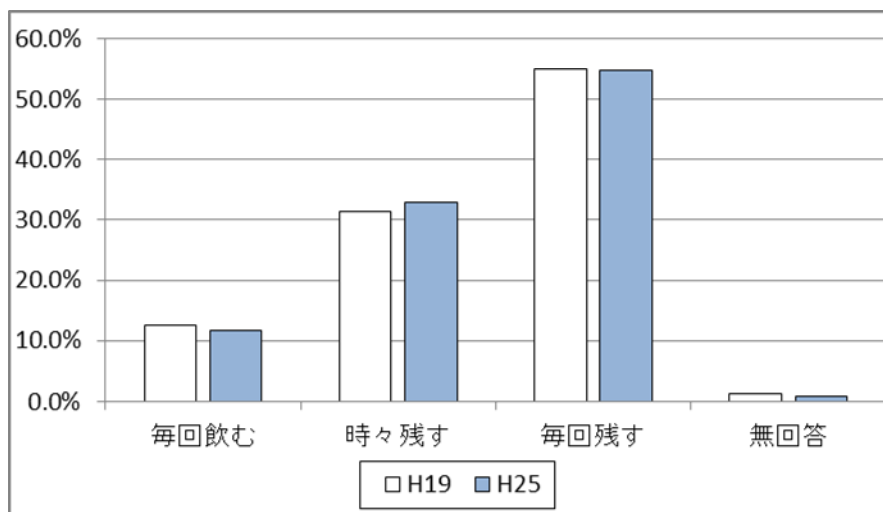
(単数回答)

(キ) あなたは、めん類の汁をほとんど全部飲みますか。(問 23)

	毎回飲む	時々残す	毎回残す	無回答
H25	11.6%	32.8%	54.7%	0.9%
H19	12.4%	31.4%	54.9%	1.3%

めん類の汁を飲むかについて、「毎回飲む」が11.6%、「時々残す」が32.8%、「毎回残す」が54.7%となっています。めん類の汁を「毎回飲む」と答えた人が、0.8ポイント減少している。

(単数回答)



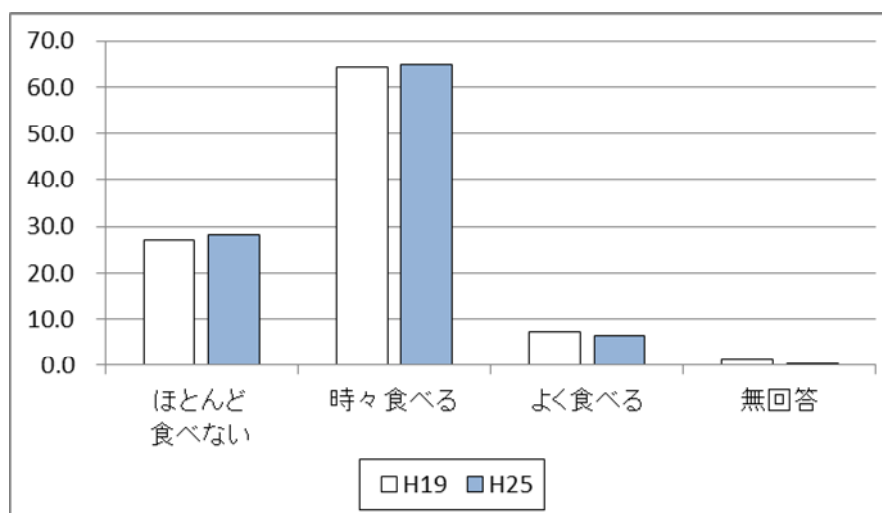
(ク) あなたは、塩辛いもの（塩さけ、塩辛、うに、つくだ煮など）をよく食べますか。(問 24)

	ほとんど食べない	時々食べる	よく食べる	無回答
H25	28.2	64.9	6.5	0.4
H19	27.1	64.4	7.2	1.3

塩辛いものを食べる頻度について、「ほとんど食べない」が28.2%、「時々食べる」が64.9%、「よく食べる」が6.5%となっています。

前回調査より「よく食べる」と答えた人が、0.7ポイント減少し、「ほとんど食べない」と答えた人が、1.1ポイント増加している。

(単数回答)



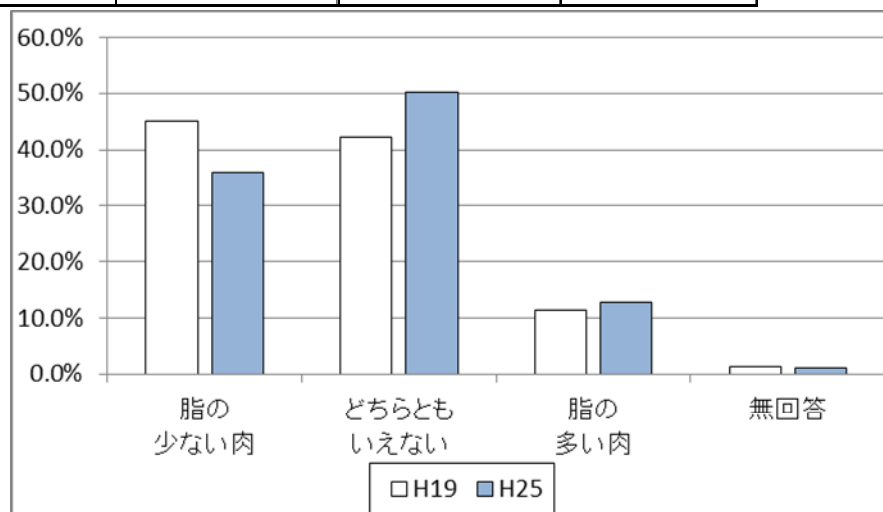


## ウ 脂質について

(ア) あなたは、脂の少ない肉と脂の多い肉（挽き肉、バラ肉等）とどちらを多く食べますか。（問 25）

	脂の少ない肉	どちらともいえない	脂の多い肉	無回答
H25	36.0%	50.1%	12.8%	1.0%
H19	45.1%	42.2%	11.4%	1.3%

脂の少ない肉と脂の多い肉のどちらを多く食べるかについて、「どちらともいえない」が 50.1%、前回調査より「脂の少ない肉」と答えた人は、9.1ポイント減少し 36.0%、「脂の多い肉」と答えた人が、1.4ポイント増加し 12.8%となった。

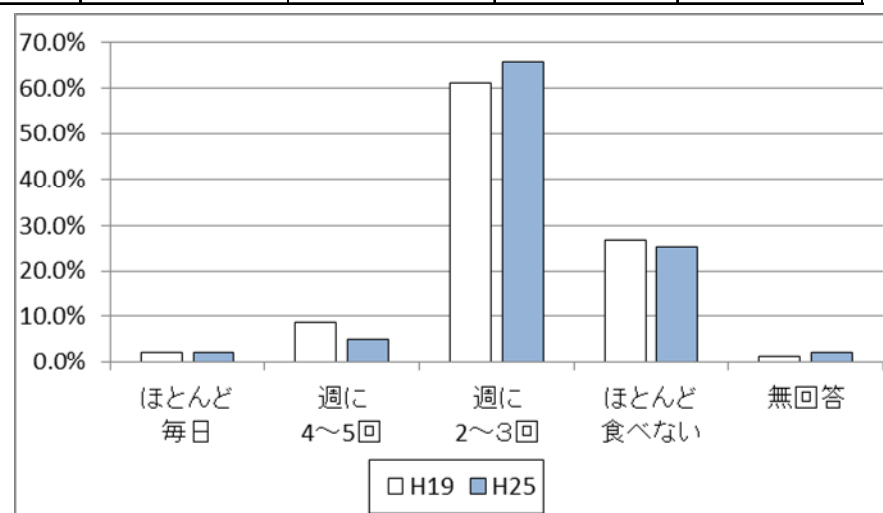


(単数回答)

(イ) あなたは、揚げ物を週にどのくらい食べていますか。（問 26）

	ほとんど毎日	週に4～5回	週に2～3回	ほとんど食べない	無回答
H25	2.1%	5.0%	65.8%	25.1%	2.1%
H19	2.3%	8.5%	61.1%	26.8%	1.3%

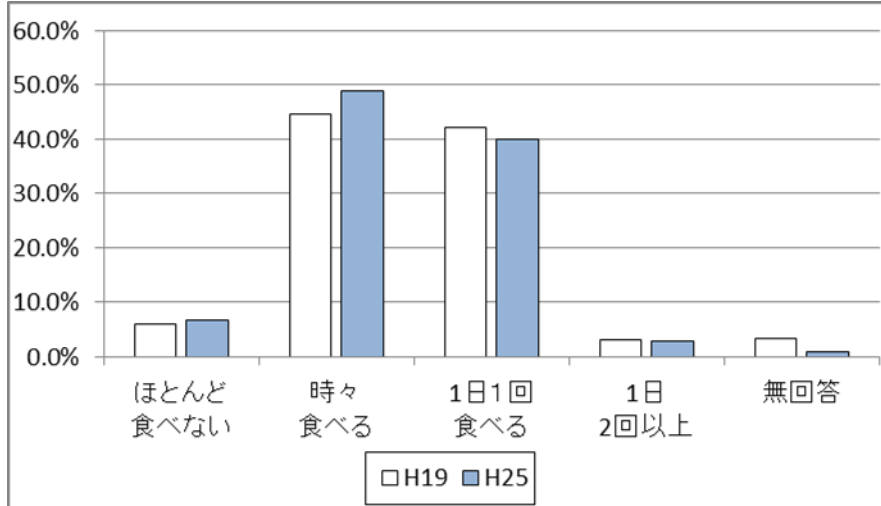
揚げ物を食べる頻度について、「週2～3日食べる」が 65.8%と最も高く、次いで「ほとんど食べない」が 25.1%となっています。「毎日」、「週4～5日」と答えた人が減少し、「週2～3日」と答えた人が増加しており、食べる日数が減っている傾向にある。（単数回答）



(ウ) あなたは、マヨネーズ、ドレッシング、炒め物、揚げ物など油料理は1日にどれぐらい食べますか。(問27)

	ほとんど食べない	時々食べる	1日1回食べる	1日2回以上	無回答
H25	6.8%	49.0%	40.1%	3.1%	1.0%
H19	6.2%	44.8%	42.2%	3.3%	3.5%

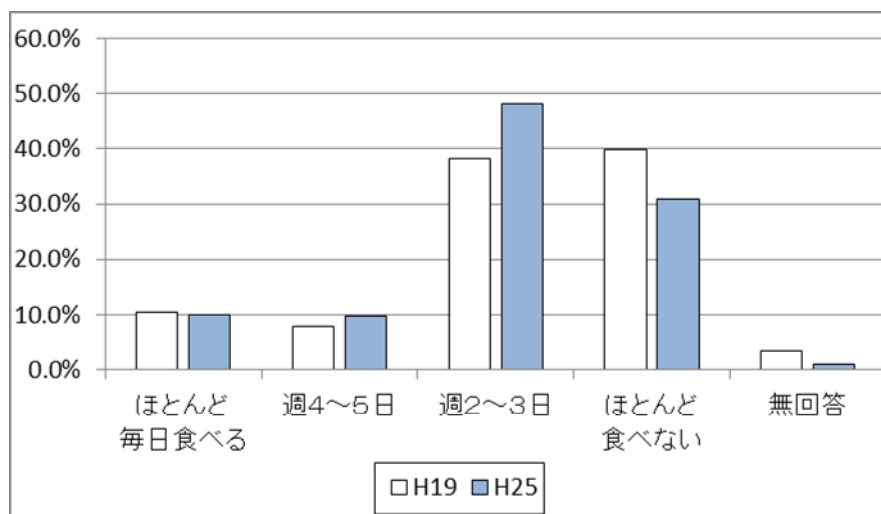
油料理を食べる頻度について、「ほとんど食べない」と答えた人が0.6ポイント増加し6.8%、「時々食べる」と答えた人が4.2ポイント増加し49.0%、「1日1回食べる」と答えた人が2.1%減少し40.1%、「1日2回以上」と答えた人も0.2ポイント減少し3.1%となっている。(単数回答)



(エ) あなたは、洋菓子、菓子パン、ファーストフードの食品を週にどのくらい食べますか。(問28)

	ほとんど毎日食べる	週4~5日	週2~3日	ほとんど食べない	無回答
H25	9.9%	9.8%	48.3%	30.9%	1.0%
H19	10.5%	7.8%	38.2%	39.9%	3.6%

洋菓子などの食品を食べる頻度について、前回調査より「ほとんど毎日」と答えた人が減少し9.9%、「ほとんど食べない」と答えた人も減少し30.9%となっている。「週4~5日」と答えた人が増加し9.8%、「週2~3日」と答えた人も増加し48.3%と半数近くを占めている。(単数回答)



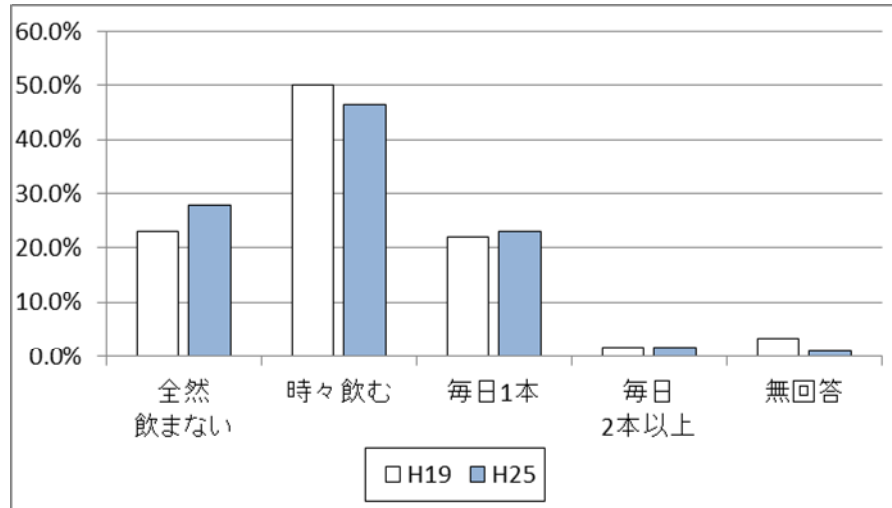
## エ カルシウムについて

(ア) あなたは、牛乳を飲んでいますか。(牛乳1本=200ml) (問29)

	全然 飲まない	時々飲む	毎日1本	毎日 2本以上	無回答
H25	27.8%	46.6%	23.1%	1.6%	0.9%
H19	23.2%	50.0%	21.9%	1.6%	3.3%

牛乳を飲むかについて、「時々飲む」が3.4ポイント減少し46.6%と最も高く、次いで「全然の飲まない」と答えた人は、4.6ポイント増加し27.8%、牛乳を飲む人が減っていることが伺われる。

(単数回答)

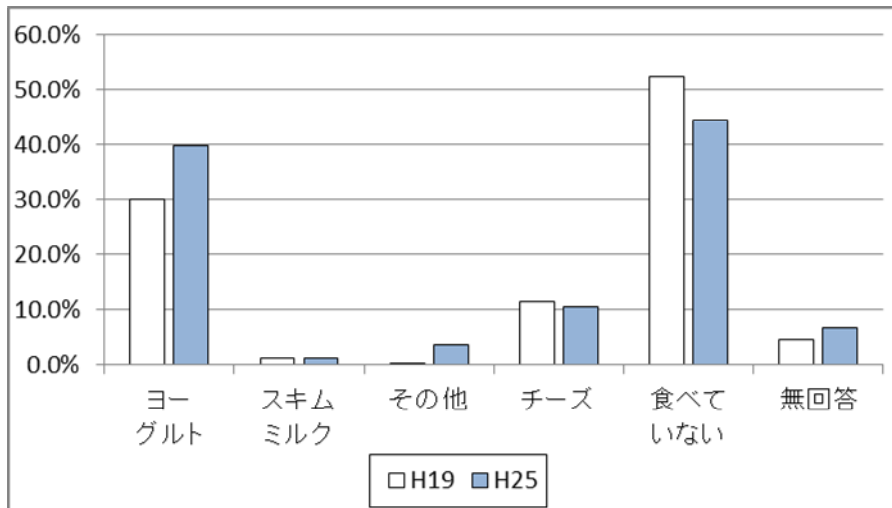


(イ) 乳製品で毎日のように食べているものがありますか。(問30)

	ヨー グルト	スキム ミルク	その他	チーズ	食べて いない	無回答
H25	39.8%	1.2%	3.8%	10.6%	44.3%	6.8%
H19	30.0%	1.3%	0.3%	11.4%	52.3%	4.7%

毎日のように食べる乳製品について、「食べていない」が44.3%と最も高く、次いで「ヨーグルト」と答えた人が9.8ポイント増加し39.8%、「食べていない」と答えた人が8.0ポイント減少し、44.3%となっている。

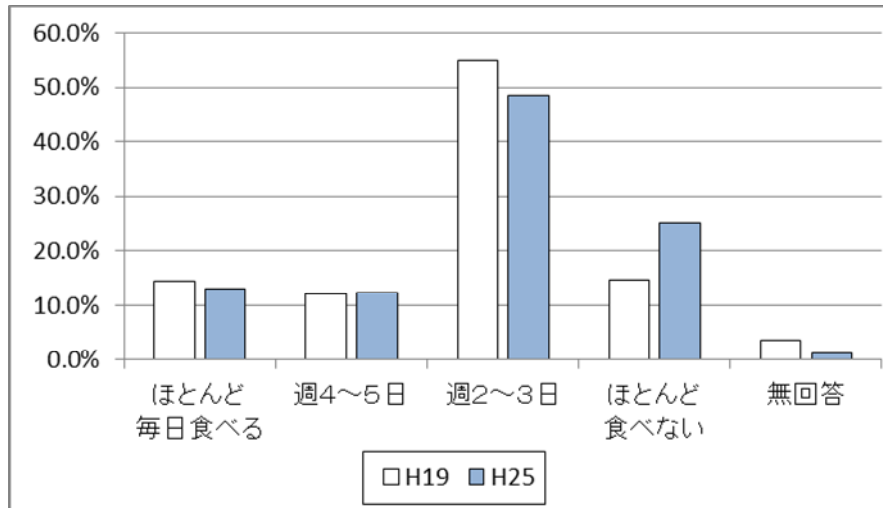
(複数回答)



(ウ) あなたは、小魚や海草を週にどのくらい食べますか。(問 31)

	ほとんど毎日食べる	週4～5日	週2～3日	ほとんど食べない	無回答
H25	12.9%	12.3%	48.4%	25.2%	1.2%
H19	14.4%	12.1%	55.2%	14.7%	3.6%

小魚や海草を食べる頻度について、「ほとんど食べない」と答えた人が10.5ポイント増加し25.2%となっている。「ほとんど毎日食べる」「週に2～3日食べる」と答えた人がともに減少しており、全体的にカルシウム摂取の機会が減っていると考えられる。

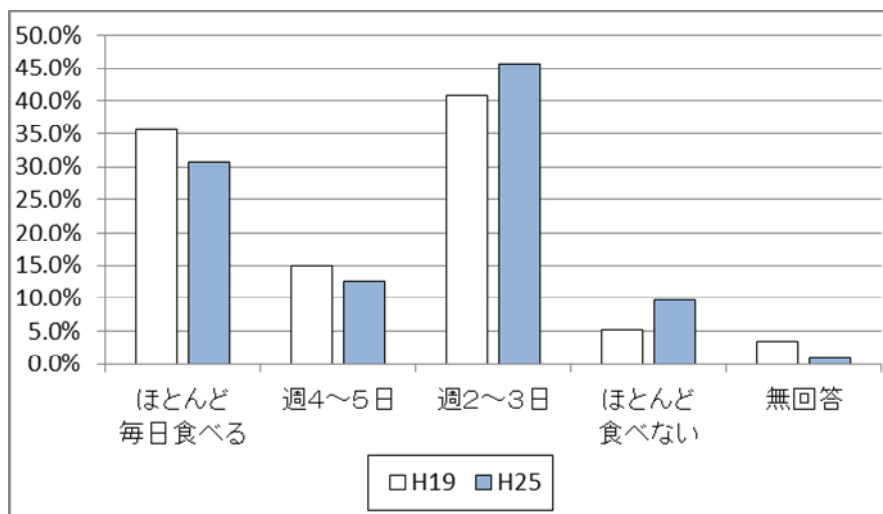


(単数回答)

(エ) あなたは、大豆製品（豆腐、油揚げ、納豆、煮豆等）を週にどのくらい食べますか。(問 32)

	ほとんど毎日食べる	週4～5日	週2～3日	ほとんど食べない	無回答
H25	30.8%	12.7%	45.8%	9.7%	1.0%
H19	35.6%	15.0%	40.8%	5.2%	3.4%

大豆製品を食べる頻度について、「週に2～3日食べる」と答えた人が5.0ポイント増加し、45.8%となっている他は減少しており、大豆製品を摂取する機会が減っていることが考えられる。



(単数回答)

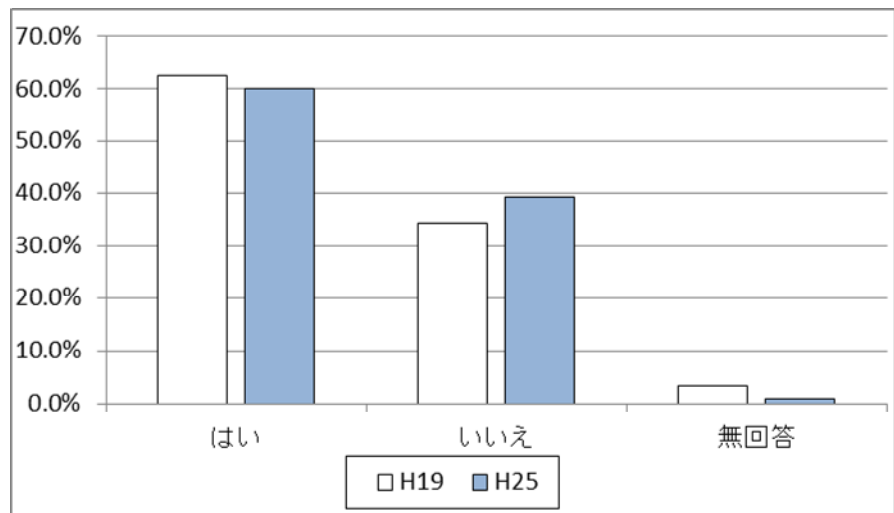
オ 野菜・果物について

(ア) あなたは、緑黄色野菜と淡色野菜を合わせて1日 350 g 以上（1日両手3杯分）  
 たっぷり食べることが望ましいということを知っていますか。（問 33）

	はい	いいえ	無回答
H25	59.9%	39.3%	0.8%
H19	62.4%	34.3%	3.3%

望ましい野菜摂取量を知っているかについて、「知っている」と答えた人は、2.5 ポイント減少し 59.9%となっている。「いいえ」が 39.3%となっています。

（単数回答）



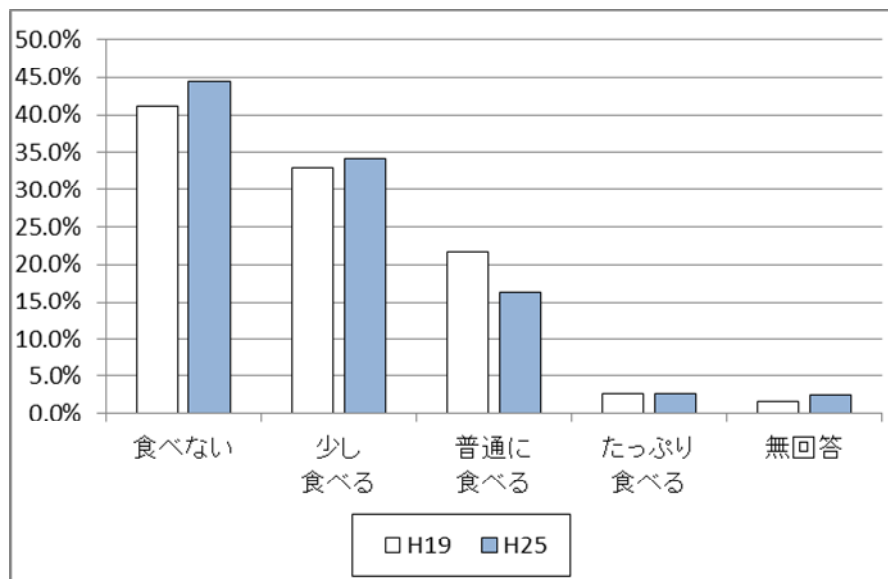
(イ) あなたは、1食に野菜をどのくらい食べていますか。（問 34）

	食べない	少し食べる	普通に食べる	たっぷり食べる	無回答
H25	44.5%	34.1%	16.3%	2.6%	2.5%
H19	41.2%	33.0%	21.6%	2.6%	1.6%

(イ) - a 朝食

朝食の野菜摂取量について、「たっぷり食べる」「普通に食べる」と答えた人が減少し、「食べない」と答えた人が 3.3 ポイント増加し 44.5%、「少し食べる」と答えた人が 1.1 ポイント増加し 34.1%となっている。

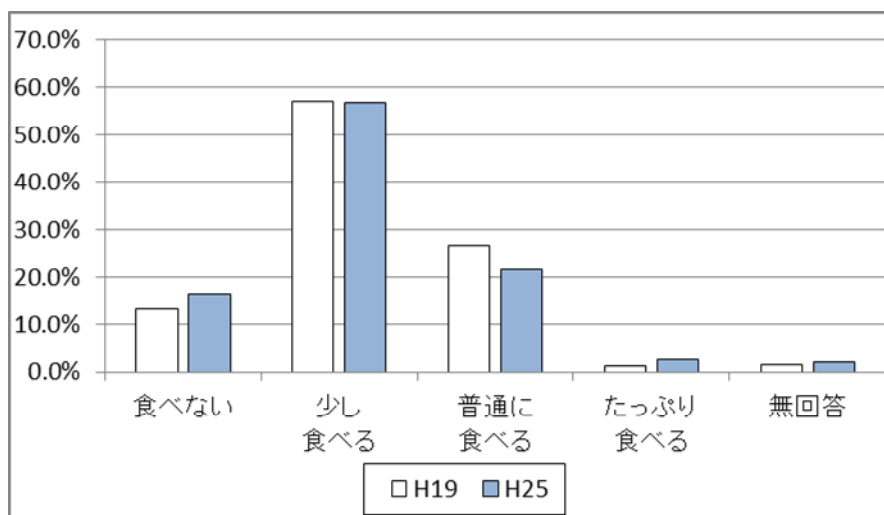
（単数回答）



	食べない	少し食べる	普通に食べる	たっぷり食べる	無回答
H25	16.7%	56.8%	21.8%	2.6%	2.1%
H19	13.4%	57.2%	26.5%	1.3%	1.6%

(イ) - b 昼食

昼食の野菜摂取量について、「少し食べる」と答えた人が0.4ポイント減少し56.8%と全体の半数以上を占めている。「普通に食べる」と答えた人が減少し「食べない」と答えた人も増加しており、摂取量が少ないことが伺われる。

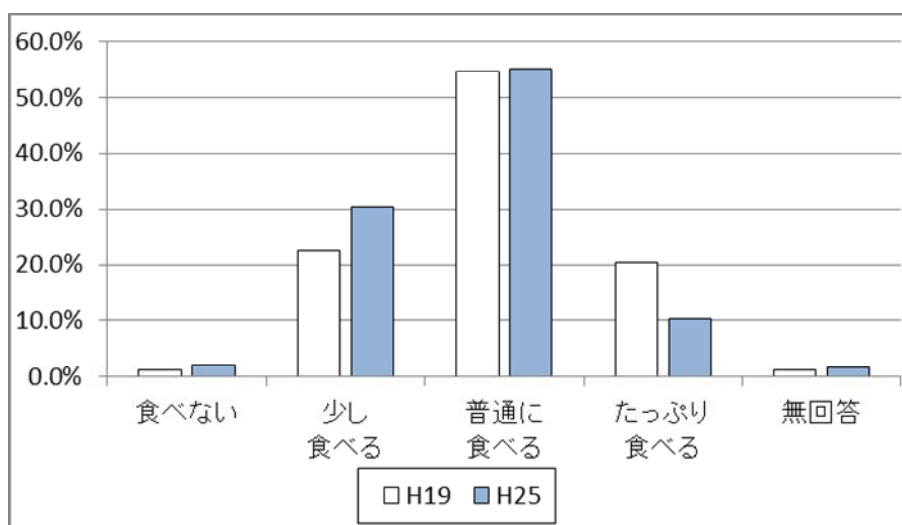


(単数回答)

	食べない	少し食べる	普通に食べる	たっぷり食べる	無回答
H25	2.2%	30.4%	55.2%	10.4%	1.7%
H19	1.3%	22.5%	54.6%	20.3%	1.3%

(イ) - c 夕食

夕食の野菜摂取量について、「普通に食べる」と答えた人が0.6ポイント増加し55.2%となっている。「たっぷり食べる」と答えた人が9.9ポイント減少し10.4%となり、「少し食べる」と答えた人が7.9ポイント増加し30.4%となっている。全体的に摂取量が少ないことが伺われる。

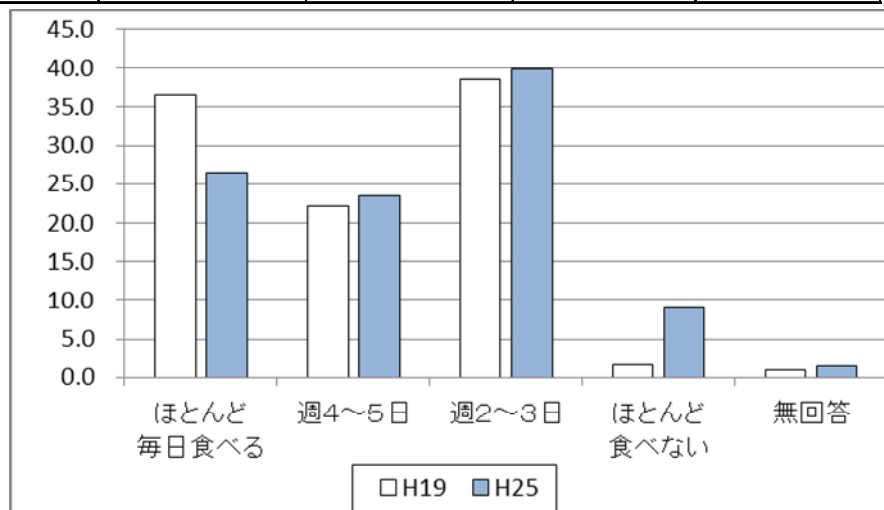


(単数回答)

(ウ) あなたは、緑黄色野菜（色の濃い野菜）を週にどのくらい食べていますか。（問35）

	ほとんど毎日食べる	週4～5日	週2～3日	ほとんど食べない	無回答
H25	26.4	23.4	39.8	9.0	1.4
H19	36.6	22.2	38.6	1.6	1.0

緑黄色野菜の摂取量について、「ほとんど毎日」と答えた人が10.2ポイント減少し26.4%、「ほとんど食べない」と答えた人が7.4ポイント増加し9.0%となった。全体的に摂取回数が減少していると考えられる。

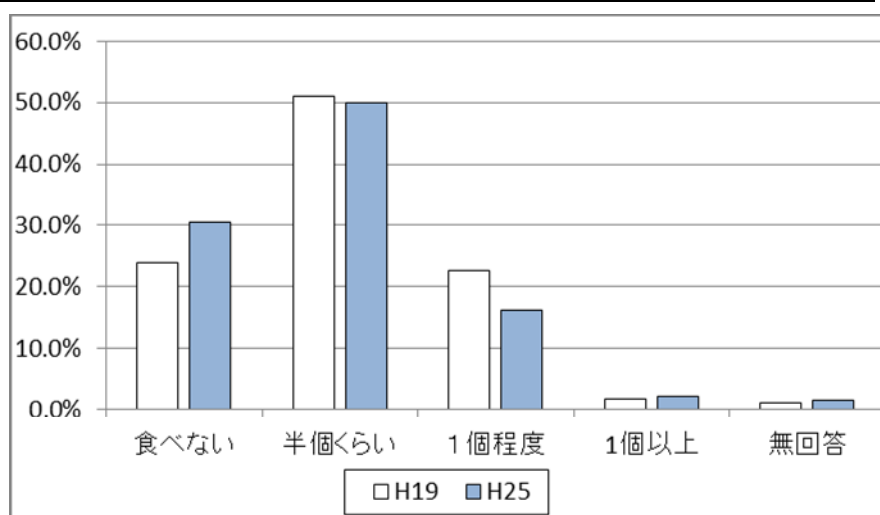


（単数回答）

(エ) あなたは、果物を1日にどのくらい食べていますか。（問36）

	食べない	半個くらい	1個程度	1個以上	無回答
H25	30.5%	49.9%	16.1%	2.1%	1.4%
H19	23.9%	51.0%	22.5%	1.6%	1.0%

1日の果物の摂取量について、「半個くらい」と答えた人が1.1ポイント減少し49.9%と全体の約半数を占めている。また「食べない」と答えた人が、6.6ポイント増加し30.5%となっている。



（単数回答）

### 3 市民の食育に対する関心事項について

平成25年8月に企画財政課で実施した市民意向調査結果より（「食育に対する関心事項」を抜粋）

20歳以上の市民から、4,000人を層化無作為にて抽出し、回収数は2,229で回収率は55.7%でした。

#### 食育に対する関心事項（問21）

あなたは食育について、どのようなことに関心がありますか。【○は3つまで】

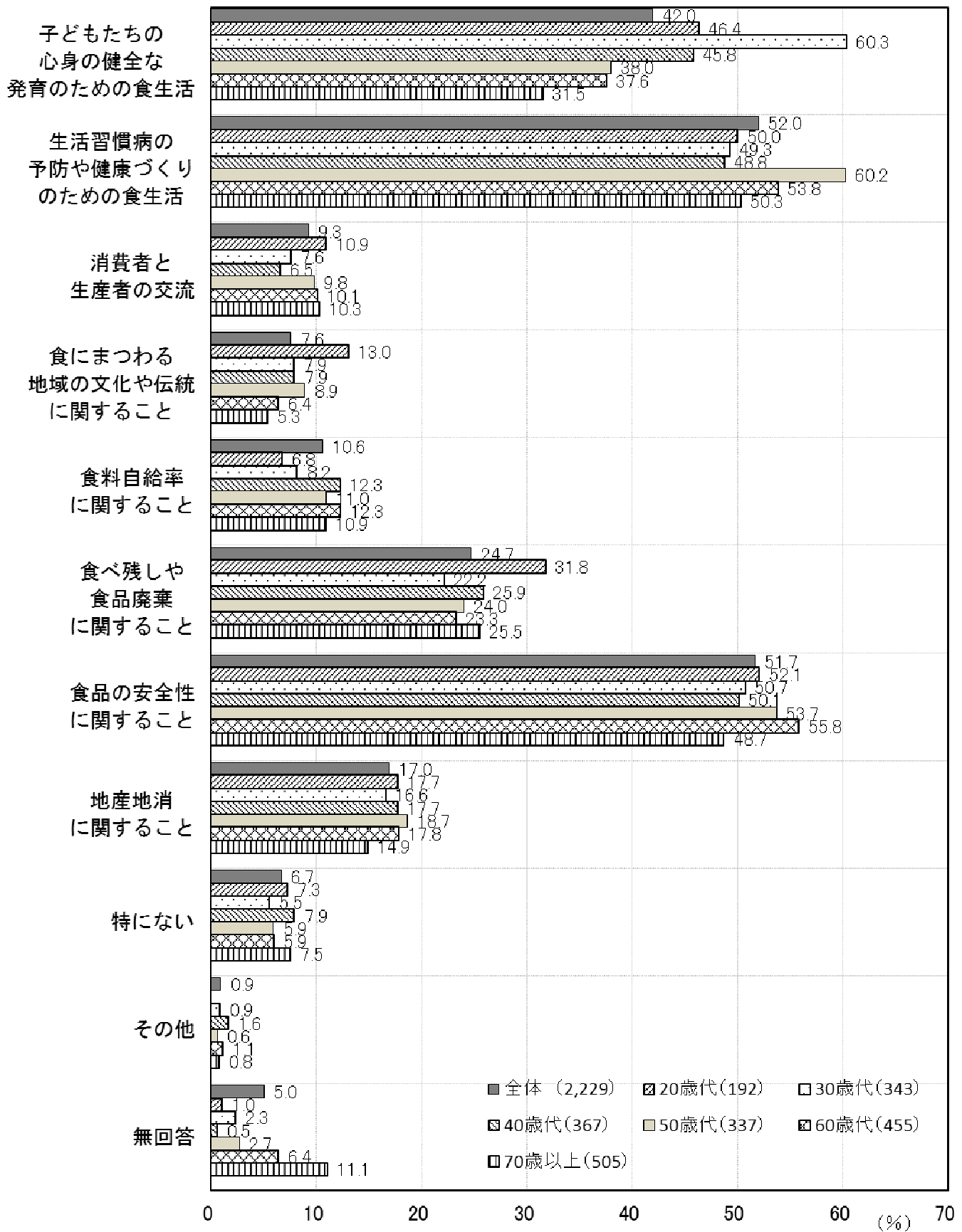
※食育：自らの食について考える習慣や食に関する様々な知識と食を選択する判断力を楽しく身に付けるための学習などの取組

- 「生活習慣病の予防や健康づくりのための食生活」が52.0%と最も多くなっています。次いで、「食品の安全性に関すること」が51.7%、「子どもたちの心身の健全な発育のための食生活」が42.0%、「食べ残しや食品廃棄に関すること」が24.7%、「地産地消に関すること」が17.0%となっています。

#### （1）年齢別「食育に対する関心事項」

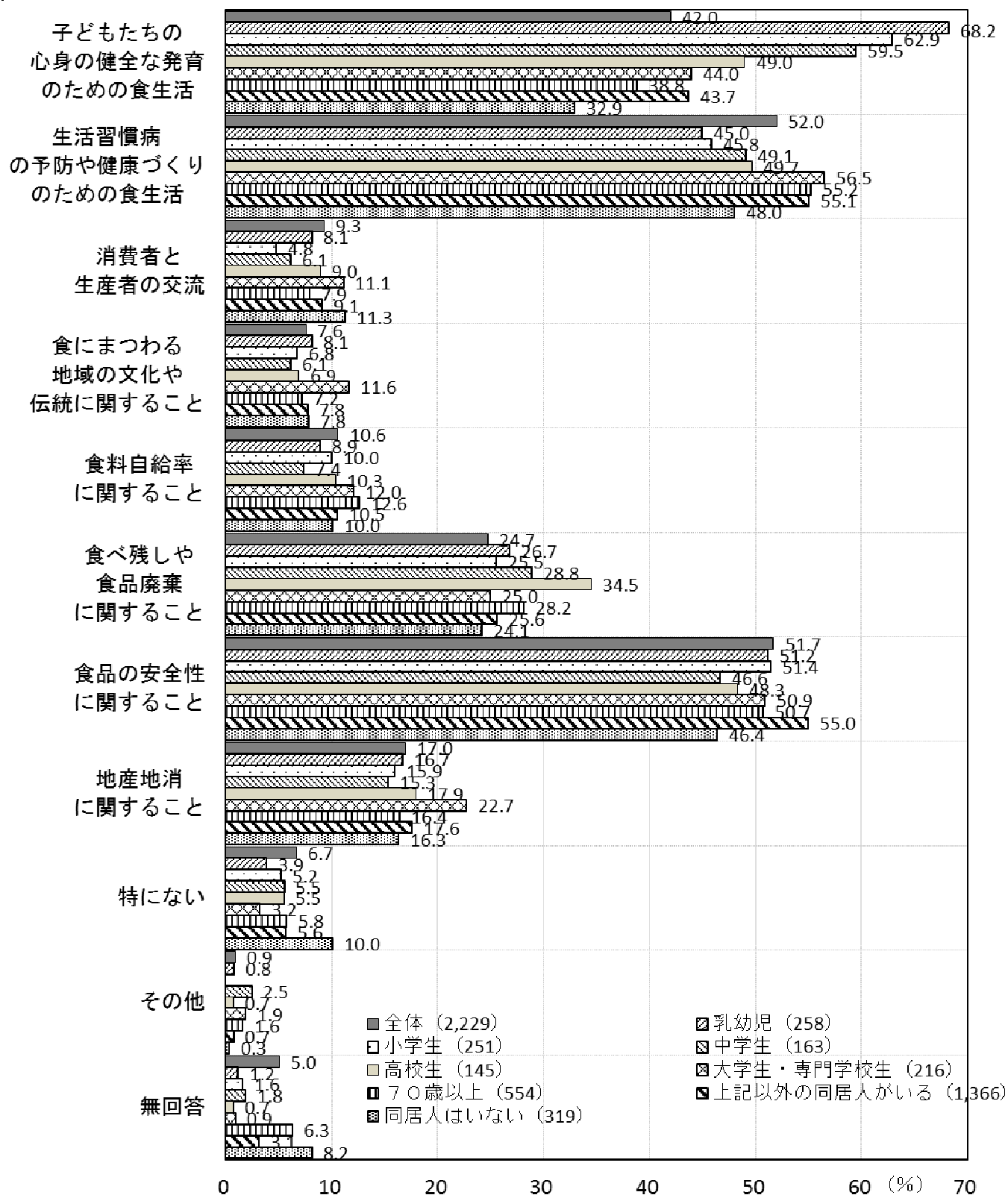
- 年齢別で差が最も大きな項目は「子どもたちの心身の健全な発育のための食生活」で、30歳代が60.3%と最も多く、70歳以上が31.5%で最も少なく、その差は28.8ポイントとなっています。
- 次に差が大きな項目は「生活習慣病の予防や健康づくりのための食生活」で、50歳代が60.2%と最も多く、40歳代が48.8%で最も少なく、その差は11.4ポイントとなっています。
- 「食品の安全性に関すること」については、60歳代で55.8%と若干多くなっています。
- 「食べ残しや食品廃棄に関すること」については、20歳代で31.8%と他の年齢よりも若干多くなっています。
- 「地産地消に関すること」については、50歳代で18.7%と他の年齢よりも若干多くなっていますが、70歳以上で14.9%と他の年齢よりも若干少なくなっています。





## (2) 世帯の構成者別「食育に対する関心事項」

- 「生活習慣病の予防や健康づくりのための食生活」については、大学生・専門学校生 (56.5%)、70歳以上 (55.2%) で若干多くなっています。
- 「食品の安全性に関すること」については、上記以外の同居人がいる (55.0%) で若干多くなっています。
- 「子どもたちの心身の健全な発育のための食生活」については、乳幼児がいる (68.2%)、小学生がいる (69.2%) で多くなっています。



# 第 3 章

## 食育推進の基本的考え方

---

---

## 第3章 食育推進の基本的考え方

---

### ～『い・わ・く・ら』で始める 食が育む豊かな心！～

#### 1 基本理念

いつまでも健康で、食に感謝し、食の安全・安心にも配慮して、食を真摯<sup>しんし</sup>に学び、豊かな心<sup>はぐく</sup>を育みます。

#### 2 基本方針

- い** … いつまでも おいしく食べて健康づくり (健康)
- わ** … わすれない 食への感謝と心のふれあい (心)
- く** … 暮らしにやさしい 食の安全・安心 (環境)
- ら** … らくらく学ぶ 正しい食育 (啓発)

食が育む豊かな心

### 3 基本方針の考え方

#### **い … いつまでも おいしく食べて健康づくり（健康）**

生活スタイルが大きく変化したことにより、朝食欠食などの不規則な食習慣や栄養の偏りが、肥満、生活習慣病の増加を招いています。また、いきすぎたダイエットによる健康障害も引き起こされるなど、食にまつわるさまざまな健康問題が生じています。

食事は命の源であり、生涯にわたる健康な体づくりのために「食を営む力」を育成することは大変重要なことです。心身ともに健康な生活をおくるためには、食や健康に関する正しい知識を持ち、自らが正しい情報を判断して食を得ることが不可欠です。

健康の基本である食を通じて、生涯にわたって健康でいきいきと過ごすことを目指します。

#### **わ … わすれない 食への感謝と心のふれあい（心）**

私たちは、米・野菜・肉・魚などの命をいただいて生きています。食物は自然の恵みであるとともに、生産者をはじめとし、さまざまな人の手を介して消費者に提供されています。農作物をはじめとする食べ物がどのように作られていくかを学び、生産者に感謝し、食べ物を大切にすることが必要です。

また、家族と暮らしていても一人で食べる人（孤食）や、家族が別々の物を食べる人（個食）が増えているため、食を通じてのコミュニケーションが減少しています。みんなで食事をすることで、家族や仲間と食べる楽しさを体験し、また、それぞれの関わり方で食事づくりに参加することにより、人とのふれあいや会話がすすみ、心の安定をもたらします。

こうしたさまざまな体験を通じて、食べ物や生産者、自然へ感謝し、食を通じたコミュニケーションを深めることを目指します。

## ＜ … 暮らしにやさしい 食の安全・安心(環境)

科学技術の発展、流通の広域化など食を取り巻く環境は大きく変化しています。便利さを獲得した反面、遠距離輸送のための過度の化学物質の使用など新たな食品の安全性を巡る問題が発生しており、生産者の顔が見える「地産地消」が見直されています。地元の食材を購入することにより、新鮮で安心なものを購入できるだけでなく、流通の面でのCO<sub>2</sub>削減にもつながります。

また、食料自給率が低いにもかかわらず、食べ残しや消費期限・賞味期限等で廃棄する食品が家庭でも増加しています。大切な食べ物を無駄にすることのないよう、適正な量の食材の購入を心がけることが必要です。

地産地消の推進や消費生活講座等の参加を通じて、安全・安心な食環境を守り続けることを目指します。

## ら … らくらく学ぶ 正しい食育 (啓発)

生涯にわたって健康に過ごすためには、子どものころから正しい食習慣を身につける必要があります。おいしく食べて、健康になるための食事の基礎を家庭や地域・学校で学び、次の世代へ伝えていくことが望まれます。

食事により生活のリズムを保ち、メリハリのある生活を営めるよう、子どもから大人まで一人ひとりが、主体的に取り組む必要があります。それを支援するため、年代に応じた食育をさまざまな分野が連携し、互いに学びあうことが重要です。また、地元の伝統料理を味わったり、食に関わる行事を体験したりすることにより、食文化を継承することも大切です。

みんなが連携し、楽しみながら食への興味・関心を高めることを目指します。

# 第4章

## 今後の目標と行動目標及びその施策

---

## 第4章 今後の目標と行動目標及びその施策

### 1 今後の目標及び行動目標

食育推進計画がいかにより市民に浸透し、推進されているか、その達成度を誰もが同じ目線で判断できるようにするため、種々の指標を設けました。この指標に基づいた目標値は、平成31年度まで達成すべき数値として基本理念ごとに設定しています。

#### い … いつまでも おいしく食べて健康づくり（健康）

##### 行 動 目 標

- ・朝食をとらないと、脳が十分に働くことができません。「早寝 早起き 朝ごはん」運動を推進し、正しい生活リズムを身につけましょう。
- ・1日3食を規則正しく食べましょう。1回の食事ですできるだけ多くの種類の食品摂取に努め、塩分の取りすぎに気をつけましょう。
- ・成長にしたがって味覚は変化します。将来の豊かな食のためにも、嫌いなものでも調理を工夫して食べるように努めましょう。
- ・肥満や痩せについての正しい情報を理解し、自分の体重に関心を持ち、適正体重の維持に努めましょう。
- ・糖尿病や脂質異常症などの生活習慣病予防の知識を深め、バランスの良い食生活を送りましょう。
- ・それぞれの年代向けの栄養教室や栄養相談などを通じて、誕生から成人期にわたり、基本的な栄養の知識の習得と生活習慣の定着を図りましょう。
- ・「8020（はちまるにいまる）運動（80歳で健康な自分の歯が20本ある）」発祥の地である愛知県で、歯の大切さの認識に努め、食べたらず歯を磨きましょう。

指 標	現 況 値	目 標 値
毎日朝食を食べる人の割合	乳幼児 91.5% 小中学生 88.8% 成人 85.4%	乳幼児 95.0% 小中学生 92.0% 成人 88.0%
野菜を1日 350g以上とることが望ましいと知っている人の割合の増加(健21)	59.9%	75.0%以上
緑黄色野菜をほとんど毎日食べる人の割合の増加(健21)	26.4%	40.0%以上
肥満者の割合の減少(健21) (BMI 25以上)	20～60歳代男性 28.3% 40～60歳代女性 21.8%	20～60歳代男性 21.0%以下 40～60歳代女性 16.0%以下
メタボリックシンドローム該当者及び予備群の減少(40～74歳)(健21)	1,125人 (平成20年度)	843人以下
80歳(75歳～84歳)で20本以上自分の歯を有する人の割合の増加(健21)	75～84歳 47.8%	75～84歳 50.0%以上

※(健21)の表記は、「健康いわくら21(第2次)」の目標値で、目標年度は平成34年度。



## わ … わすれない 食への感謝と心のふれあい（心）

### 行 動 目 標

- ・農業体験などを通じて食べ物の生産に関わり、生産者や自然への感謝の気持ちを育てましょう。
- ・食事ができることに感謝し、「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつや食事の姿勢、正しい箸の持ち方など、食事のマナーを身につけましょう。
- ・食育の日、学校給食週間などに関心を持ち、子どもたちに食べ物の大切さや、食には多くの人関わっていることを伝えましょう。
- ・「孤食」や「個食」をあらため、家族や友人と食卓を囲むように心がけ、楽しみながら食事をし、コミュニケーションの場としましょう。
- ・家族のだれもが、買い物をしたり、調理したり、お皿を並べたり、洗い物をするなど、家事を協力しあって食への関心を高めましょう。

指 標	現 況 値	目 標 値
保育園や小学校での農業体験	小学校 5校 保育園 7園	小学校 5校 保育園 7園
市民農園区画数	160区画	160区画
農業体験塾の耕作面積と参加者数	耕作面積 5,656㎡ 参加者数 39人	耕作面積 6,000㎡ 参加者数 44人
はしを正しく持つことができますか	小中学生でできている人の割合。 71.6%	小中学生でできている人の割合。 75.0%
給食だより等の発刊	保育園 15回 小中学校 14回	保育園 15回 小中学校 14回
朝食が一人の食事頻度の減少	乳幼児 6.0% 小中学生 33.6%	乳幼児 5.0% 小中学生 30.0%
中学2年生の家事手伝いの割合 (よくする・わりとする)	買い物の手伝い 60% 料理の手伝い 44% 自分の食器の準備・片付け 68%	買い物の手伝い 65% 料理の手伝い 50% 自分の食器の準備・片付け 73%

## ＜ … くらしにやさしい 食の安全・安心(環境) ＞

### 行 動 目 標

- ・地元でとれる農産物を販売している産直センターや野菜の広場などを積極的に活用しましょう。
- ・生産者は消費拡大のためにも低農薬栽培などの研究に努め、農産物の質の向上を図りましょう。
- ・CO2削減・食料自給率拡大の観点からも、地産地消を心がけ、地元の食材を積極的に料理に活用しましょう。
- ・「もったいない」ということを意識しながら、使い切れない食材や作りすぎによる食べ残しの廃棄を減らすため、計画的な買い物・食事作りに努めましょう。
- ・事業者は簡易包装に努め、消費者は買い物の際のマイバッグ持参、簡易なパックの商品を選択するなど限りある資源を大切にしましょう。
- ・食品の産地・栄養成分・添加物などの食品表示を確認し、食品の品質を見分ける力を身につけましょう。

指 標	現 況 値	目 標 値
野菜の広場などの販売点数	野菜の広場 約78,000点	野菜の広場 約80,000点
産直センター部会員数	部会員数 76人	部会員数 80人
学校給食での地産地消	県内産利用割合 39.7% 市内産利用割合 4.8%	県内産利用割合 42.0% 市内産利用割合 5.0%
給食での岩倉産米の使用割合	保育園 100% 小中学校 100%	保育園 100% 小中学校 100%
レジ袋辞退率	88.5%	80.0%以上
地産地消などの食の安心・安全	市民意向調査満足度 80.2%	市民意向調査満足度 83.0%
外食や食品を購入する時に栄養成分表示を参考にする人の増加	表示を参考にする人の割合 52.6%	表示を参考にする人の割合 60.0%

# ら … らくらく学ぶ 正しい食育

(啓発)

## 行 動 目 標

- ・ 保育園・幼稚園・学校等の給食だよりや食育指導で子どもに興味・関心を持たせ、家庭での啓発を図りましょう。
- ・ 消費生活講座、栄養教室などへの参加を通じて、食の正しい知識の習得に努めましょう。
- ・ ホームページや広報誌などの情報媒体を活用し、食の情報発信に努めましょう。
- ・ 市民全体で食に関心を持ち、食育に対する知識を深めましょう。
- ・ 岩倉にあるすばらしい伝統料理や郷土料理を次の世代に残していきましょう。
- ・ 食育を通じたネットワークの構築を図り、情報交換に努めましょう。
- ・ 食育推進のため、食生活改善推進員や保健推進員、婦人会などの各種団体が連携した継続的な取り組みを図りましょう。

指 標	現 況 値	目 標 値
給食だより等の発刊（再掲）	保育園 15回 小中学校 14回	保育園 15回 小中学校 14回
講座等の開催数	消費生活講座 4回 育児講座 2回 栄養教室 5回	消費生活講座 4回 育児講座 2回 栄養教室 5回
名古屋コーチンを使用した料理教室	開催数 2回	開催数 2回
「健康いわくら21」と「生活習慣病」という言葉を知っているか	「健康いわくら21」を知っている 20.9% 「生活習慣病」を知っている 76.4%	「健康いわくら21」を知っている 25.0% 「生活習慣病」を知っている 80.0%
食生活改善推進員活動の研修会・講座の開催	研修会・講座開催数 22回	研修会・講座開催数 22回
食育シンポジウム等の開催	開催数 0回	開催数 1回
評価・検討委員会の開催	開催数 0回	開催数 2回

## 2 行動目標及びその施策

### い … いつまでも おいしく食べて健康づくり（健康）

#### <行動目標と施策>

○朝食をとらないと、脳が十分に働くことができません。「早寝 早起き 朝ごはん」運動を推進し、正しい生活リズムを身につけましょう。

- ・起床・就寝・食事時間、食べた食品などに関するアンケートである「生活リズムチェック」を全小中学校で実施
- ・3～5歳児を対象に、朝食と排便の指導を実施
- ・幼児向けの健診や教室などで、生活リズムを整えることの大切さについての健康教育の実施

○1日3食を規則正しく食べましょう。1回の食事ですできるだけ多くの種類の食品摂取に努め、塩分の取りすぎに気をつけましょう。

- ・成人向けや妊婦、親子を対象にした食事の大切さやバランス良く食べるための栄養教室・栄養指導の開催
- ・保健推進員活動として、市内各地区で「バランスのよい食事」などの栄養教室を実施\*

○成長にしたがって味覚は変化します。将来の豊かな食のためにも、嫌いなものでも調理を工夫して食べるように努めましょう。

- ・市ホームページや保健センターだよりで食に関する情報提供

○肥満や痩せについての正しい情報を理解し、自分の体重に関心を持ち、適正体重の維持に努めましょう。

- ・健康フェアの「食生活改善推進員コーナー」などで、生活習慣病予防のためのバランスのよい食事の普及啓発\*

○糖尿病や脂質異常症などの生活習慣病予防の知識を深め、バランスの良い食生活を送りましょう。

- ・成長期の子どもたちに栄養バランスのとれた保育園給食・学校給食を提供

- ・生活習慣改善が必要な方などを対象に、生活習慣病予防のための栄養教室及び栄養相談の開催
- ・健康フェアの「食生活改善推進員コーナー」で、「食生活で生活習慣病予防」をテーマに展示などの実施＊

○それぞれの年代向けの栄養教室や栄養相談などを通じて、誕生から成人期にわたり、基本的な栄養の知識の習得と生活習慣の定着を図りましょう。

- ・子育て支援センターでのミニ講座及び栄養相談、育児講座の開催
- ・妊婦や産婦に対し、母親教室（妊産婦の栄養）や離乳食教室の開催
- ・老人クラブ連合会やシルバー人材センターなどで、高齢者を対象にした高齢期の栄養についての講演実施＊

○「<sup>はちまるにいます</sup>8020運動(80歳で健康な自分の歯が20本ある)」発祥の地である愛知県で、歯の大切さの認識に努め、食べたら歯を磨きましょう。

- ・成人歯科健診や妊婦歯科健診、幼児歯科健診などで、健康な歯を保つための指導の実施
- ・8020運動の推進＊

＊：市民団体主催及び市共催の取組み

## わ … わすれない 食への感謝と心のふれあい（心）

### <行動目標と施策>

○農業体験などを通じて食べ物の生産に関わり、生産者や自然への感謝の気持ちを育てましょう。

- ・市民が農にふれあう場の提供として、農業体験事業や農業体験塾の開催、市民農園の開設・運営
- ・保育園や小学校で野菜や米の栽培などの体験学習の実施
- ・生産者と消費者の交流のため、たけのこ狩りや柿狩りなどの収穫体験や研修会の開催\*

○食事ができることに感謝し、「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつや食事の姿勢、正しい箸の持ち方など、食事のマナーを身につけましょう。

- ・子育て支援センターでのミニ講座及び栄養相談、育児講座の開催 再掲
- ・保育園や小中学校で、園児や児童生徒、教職員へ食育の授業や指導の実施
- ・「食育」を盛り込んだ企画や保健推進員活動で幼児向けの「親子のつどい」を実施\*

○食育の日、学校給食週間などに関心を持ち、子どもたちに食べ物の大切さや、食には多くの人関わっていることを伝えましょう。

- ・「あいちを食べる学校給食の日」として、6月19日の食育の日と11月19日及び1月の全国学校給食週間で地場産の農作物等の利用拡大を図り、校内放送等で周知
- ・献立表や給食だより、広報いわくらなどで、「食育月間」や「食育の日」についてのPR

○「孤食」や「個食」をあらため、家族や友人と食卓を囲むように心がけ、楽しみながら食事をし、コミュニケーションの場としましょう。

- ・保育園や小中学校の保護者へ給食だよりや給食の試食会を通じて「食」に関する周知

○家族のだれもが、買い物をしたり、調理したり、お皿を並べたり、洗いをするなど、家事を協力しあって食への関心を高めましょう。

- ・ 小学校の給食試食会で、食事の大切さの周知
- ・ 児童館母親クラブの会員と児童館の子どもたちが、一緒に食事を作って食べる集いの実施＊
- ・ 保健推進員活動で、「男の料理教室」など、「食」への関心を深めるために男性を対象とした栄養教室の開催や食生活改善推進員による調理実習指導の実施＊

＊：市民団体主催及び市共催の取組み

## ＜ … 暮らしにやさしい 食の安全・安心(環境) ＞

### ＜行動目標と施策＞

○地元でとれる農産物を販売している産直センターや野菜の広場などを積極的に活用しましょう。

- ・野菜の広場やJ A愛知北産直センターなどの販売団体を通じて学校給食の食材の購入
- ・第三日曜日に行われる岩倉軽トラ市への参加
- ・野菜の広場、J A愛知北産直センターへの支援など地産地消の取り組みの推進

○生産者は消費拡大のためにも低農薬栽培などの研究に努め、農産物の質の向上を図りましょう。

- ・新ブランド野菜の開発及び研究
- ・新ブランド野菜「ちっちゃイ菜」の推進や「名古屋コーチン」の振興に対する支援
- ・安全・安心な地元野菜の品質向上や農業総合品評会の開催など農業振興のため農業フェアの開催\*

○CO<sub>2</sub>削減・食料自給率拡大の観点からも、地産地消を心がけ、地元の食材を積極的に料理に活用しましょう。

- ・地場産のちっちゃイ菜とカリフラワーを使ったコロッケなどの加工品を学校給食で提供
- ・「あいちを食べる学校給食の日」として、6月19日の食育の日と11月19日及び1月の全国学校給食週間で地場産の農作物等の利用拡大を図り、校内放送等で周知 再掲

○「もったいない」ということを意識しながら、使い切れない食材や作りすぎによる食べ残しの廃棄を減らすため、計画的な買い物・食事作りに努めましょう。

- ・保育園給食や学校給食における残渣を減らす取り組みの推進
- ・生涯学習講座や消費生活講座等での料理教室の開催\*



○事業者は簡易包装に努め、消費者は買い物の際のマイバッグ持参、簡易なパックの商品を選択するなど限りある資源を大切にしましょう。

- ・適正包装やマイバッグ持参の普及活動の実施

○食品の産地・栄養成分・添加物などの食品表示を確認し、食品の品質を見分ける力を身につけましょう。

- ・食品表示の見方などに関する生涯学習講座の開催
- ・食品等に関する消費生活講座の開催

\*：市民団体主催及び市共催の取組み

<行動目標と施策>

○保育園・幼稚園・学校等の給食だよりや食育指導で子どもに興味・関心を持たせ、家庭での啓発を図りましょう。

- ・ 保育園や小中学校で、園児や児童生徒、教職員へ食育の授業や指導の実施 **再掲**
- ・ 保育園や小中学校の保護者へ給食だよりや給食の試食会を通じて「食」に関する周知 **再掲**
- ・ あゆみの家（障害児センター）母親教室や児童館幼児クラブ、母親クラブで「食」に関する講座や実習等の実施
- ・ 小中学校やサークル活動団体から講習会などの講師の派遣依頼を受けて、講座の実施\*
- ・ 保育園及び小中学校で行っている食に関する情報の認定こども園、幼稚園等への提供

○消費生活講座、栄養教室などへの参加を通じて、食の正しい知識の習得に努めましょう。

- ・ 生涯学習講座や消費生活講座等での料理教室の開催\* **再掲**
- ・ 「食育」を盛り込んだ企画や保健推進員活動で幼児向けの「親子のつどい」を実施\* **再掲**

○ホームページや広報誌などの情報媒体を活用し、食の情報発信に努めましょう。

- ・ 献立表や給食だより、広報いわくらなどで、「食育月間」や「食育の日」についてのPR **再掲**
- ・ 市ホームページや保健センターだよりで食に関する情報提供 **再掲**
- ・ 「保健センターだより」で、幼児期の食育について紹介
- ・ ホームページへの学校給食の献立や使用食材の掲載

○市民全体で食に関心を持ち、食育に対する知識を深めましょう。

- ・ 「食育」を盛り込んだ企画や保健推進員活動で幼児向けの「親子のつどい」を実施\* **再掲**

- ・ 保育園や小中学校の保護者へ給食だよりや給食の試食会を通じて「食」に関する周知 再掲
- ・ 平成 28 年 9 月に開設する（仮称）岩倉市立学校給食センターに調理場の見学通路や食育コーナーを設置
- ・ いろいろな国の料理教室を開催＊

○岩倉にあるすばらしい伝統料理や郷土料理などを次の世代に残していきましょう。

- ・ ひきずりやみそかけうどんなどの地元料理を学校給食で提供
- ・ わらを使った縄ないやもちつきなどの実施による世代交流＊
- ・ 名古屋コーチンとちっちゃイ菜を使った料理教室の開催＊

○食育を通じたネットワークの構築を図り、情報交換に努めましょう。

- ・ 食育シンポジウム等の開催
- ・ 食生活改善推進員活動及び保健推進員活動の活動支援や研修会、学習会の開催＊

○食育推進のため、食生活改善推進員や保健推進員、婦人会などの各種団体が連携した継続的な取り組みを図りましょう。

- ・ 保健推進員活動で「メタボリックシンドローム予防」などの栄養教室や幼児向けの「食育」に関する教室への講師の派遣＊

＊：市民団体主催及び市共催の取り組み

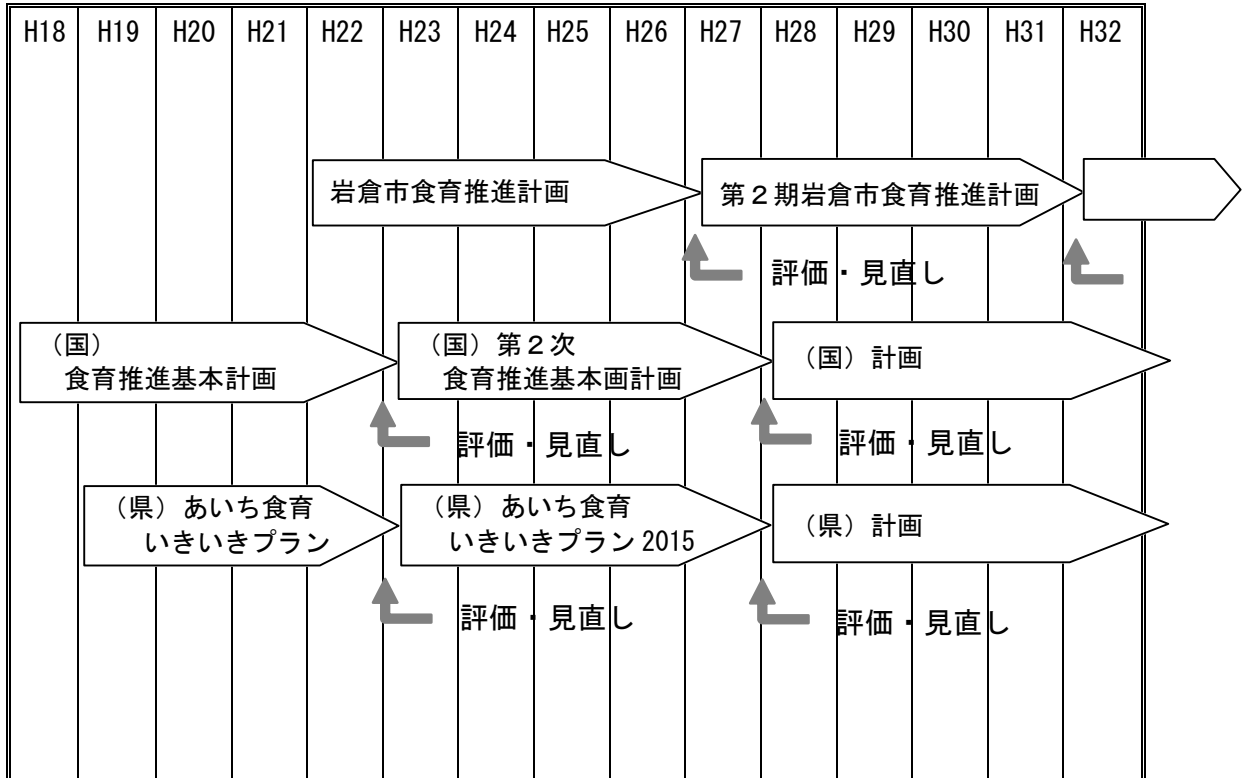
# 第 5 章

## 計 画 期 間 と 推 進 体 制

---

# 第5章 計画期間と推進体制

## 1 計画期間



## 2 計画の推進体制

本計画で掲げる食育の基本は、市民一人ひとりが食の大切さを理解し、家庭で主体的な取り組みを実践していくことです。

そして、農業、医療・保健、保育・社会福祉、教育、食品関連事業・企業関係者、市民団体などさまざまな分野が連携し、共に家庭での食育の取り組みの支援に努めます。

なお、本計画を実効性のあるものにするために、各種施策の実施状況、進捗状況について定期的に把握する必要があります。そこで、計画の進行管理及び評価を行う組織を設置し検討を行います。

