

第3期岩倉市食育推進計画

令和2年3月

岩倉市商工農政課

目 次

| | |
|----------------------|----|
| 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2期計画の取組結果 | 7 |
| 5 数値目標の達成状況 | 19 |
| 第2章 岩倉市の食をめぐる現状 | |
| 1 人口・世帯構造の変化 | 24 |
| 2 食生活の現状 | 26 |
| (1) 乳幼児の食生活 | 26 |
| (2) 小中学生の食生活 | 32 |
| (3) 大人の食生活 | 37 |
| 3 市民の食育に対する関心事項 | 47 |
| 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 今後の行動目標及びその施策 | |
| 1 行動目標及びその施策 | 54 |
| 2 数値目標 | 64 |
| 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」が策定されました。現在は、平成28年度から令和2年度までの5年間を計画期間とする「第3次食育推進基本計画」「あいち食育いきいきプラン2020」に基づく施策が実施されています。

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。

平成27年3月には「第2期岩倉市食育推進計画」を策定し、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ました。

今回の「第3期岩倉市食育推進計画」は、より一層、家庭、学校、保育所等で食育が確実に推進されるよう、指標等の見直しを行いました。

※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、外食や調理された食品を持ち帰って食べる中食^{なかしょく}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、食料の多くを諸外国からの輸入に頼るわが国では、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ています。さらには、多量の食料が廃棄されていることも近年問題視されています。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心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年度から平成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、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、本章「5 数値目標の達成状況」に示すよう、一定の数値の改善等の成果が見られています。一方、毎日朝食を食べる人の割合や野菜を1日350g以上とることが望ましいと知っている人の割合など食に関する基本的な項目が前回より悪化しています。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。

岩倉市食育推進計画策定から10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も再度見直しがなされたところです。本市においても、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、課題解決に向けて第3期岩倉市食育推進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、いつまでも健やかに自分らしく暮らし続けられる幸せなまちを目指し、平成30年12月1日に「健幸都市いわくら」を宣言しました。健幸都市宣言では、「食への感謝とバランスのとれた食生活」が謳われています。多様なライフスタイルや食習慣であっても、三食バランスよく食事をとることや食文化を伝承することなど、市民や市民団体とともに、行政が協働し、食を通じた健幸づくりに取り組んでいきます。また、令和2年にはJA愛知北により「岩倉ライスセンター」の更新も予定されており、施設見学等を通し食育の場としての活用も検討されています。最近では食品ロスの削減等、環境に配慮した取り組みも重要視されており、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

本計画は、本市における食育に関する基本的な施策や目標について定めたものです。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られます。また、国の「第3次食育推進基本計画」、愛知県の「あいち食育いきいきプラン2020」を踏まえたものとなっています。

平成28年3月策定の「第4次岩倉市総合計画基本計画改訂版」をはじめ、保健、教育などの関連する計画との整合性を図ります。

※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年度から平成22年度までの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年度から平成27年度までの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。

○第3次食育推進基本計画（平成28年3月）

平成28年度から令和2年度までの5か年計画で、「実践の環を広げよう」をコンセプトに、①若い世代を中心とした食育の推進、②多様な暮らしに対応した食育の推進、③健康寿命の延伸につながる食育の推進、④食の循環や環境を意識した食育の推進、⑤食文化の継承に向けた食育の推進の5つを重点課題としています。

●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年度から平成22年度までの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年度までの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。

○あいち食育いきいきプラン2020（平成28年3月）

平成28年度から令和2年度までの5か年計画で、規則正しい食生活の実践などにより「健康な体をつくる」ことはもとより、感謝の気持ちや食を大切にする心といった「豊かな心を育む」こと、食べ残しや食品の廃棄量を減らすなどの「環境に優しい暮らしを築く」ことを基本としています。

4 第2期計画の取組結果

「～『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、食育を進めてきました。取組内容、今後の課題について事業担当課ごとにまとめました。

※事業担当課の表記

(子)…子育て支援課、(健)…健康課、(商)…商工農政課、(学)…学校教育課

(環)…環境保全課、(協)…協働安全課、(生)…生涯学習課

(1) 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 | 今後の課題 |
|---|--|--|
| 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。 | 全小中学校において「生活リズムチェック」を実施し、自分自身の睡眠や食生活について見直す機会をもった。保護者にも協力を依頼し、心配な児童には改善を促した。(学) | 睡眠や食生活という家庭での問題にどうアプローチするかが今後の課題である。(学) |
| | 毎年、4か月児健診や後期離乳食教室、のびのび子育て教室等にて生活リズムの大切さについて健康教育を実施。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、朝ごはんの大切さについて話をした。(健) | 父親の帰宅時間が遅いことや、スマートフォン等の普及で、いつでもどこでも動画やゲームが楽しめる環境により、親を含めた家族の就寝時間が遅くなり、生活リズムが乱れがちであることが多い。生活リズムを整えることも食事をおいしく食べる要素であることを伝えていくことが必要である。また、早寝、欠食についてはさらに取り組みが必要。(健) |
| 1日3食を規則正しく食べましょう。1回の食事だけで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にて「妊娠期、授乳期の栄養」について健康教育を実施している。成人対象では、「野菜をたくさん摂ろう」、「塩分を控えよう」、「カルシウムを摂ろう」などのテーマで栄養教室を実施した。また、男性が食生活や調理を学ぶ機会として、男性を対象にした栄養教室を開催した。(健) | 成人対象の栄養教室は、高齢期のリピーターが多く、参加者数も変化がない。食の健康情報はメディア等でも多彩に紹介されており、情報を取り入れやすい状況にあるが、今後も引き続き、正しい知識の普及啓発は必要と考える。(健) |
| | 保健推進員活動で「プラス1皿の野菜料理」「高血圧予防」等のテーマで栄養教室を実施した。(健) | 地域により栄養教室の開催に偏りがある。また栄養教室を開催する地域においては参加者の固定化がみられるため、今後新たな参加者の増加が課題。(健) |

| 行動目標 | 取組内容 | 今後の課題 |
|---|---|--|
| 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。 | 食の健康づくり推進員が作成した野菜レシピの記事を広報に掲載している。また、JA 愛知北産直センターや野菜の広場で「季節の野菜料理 プラス1品集」を配布した。(健) | 愛知県の野菜摂取量は全国の中でも最下位群であるため、今後も引き続き、野菜レシピ集を配布したり、広報等で啓発したりする必要がある。(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」をテーマに食の健康コーナーを設置した。平成28年度からは、バランスの良い食事(例)を展示したり、「野菜料理プラス1皿」として、野菜料理の紹介を行った。また、子どもにも興味を持ってもらうため、野菜の種や葉を当てるクイズを実施した。(健) | 食事例の展示をすることで、自分の食生活と比較したり、見直すきっかけになっている。しかし、実際に家庭での食生活の変化につながっているのかが把握しにくい。(健) |
| 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。 | 保育園では、乳児と幼児それぞれで食事摂取基準(1日の食事摂取基準の40～50%)を作成して、その目標量が充足されるように毎月の献立を計画した。(子) | 乳児は午前・午後とおやつが2回あるので目標量を達成しやすい。しかし、目標量が増える幼児は午後1回のおやつだけで目標量を充足させることが難しいため、家庭で補う取り組みを促す必要がある。(子) |
| | 主食・主菜・副菜が揃い、栄養バランスの取れた給食となるよう配慮した給食を実施した。(学) | 主食・主菜・副菜を揃えた食事を取ることが大切であるという意識が、児童生徒にはまだ低い。(学) |
| | 特定健診時や広報等で「健康チャレンジ教室」の参加を積極的に呼びかけて、食行動チェックや栄養分析を盛り込んで実施した。健康相談日(健康チェックの日や医師の健康相談日)に栄養相談を実施した。(健) | 栄養相談では、当日の相談の感想や意識などを知ることはできるが、その後の相談の改善状況が把握できていない。病態別栄養教室では参加者が少ないため、経過を追った指導と取り組みが必要。(健) |
| | 健康フェアの「食の健康コーナー」で毎年、「生活習慣病予防」をテーマに子どもから大人まで幅広い世代向けにバランスの良い食事(例)を展示して、食の関心を高める取組みを実施した。(健) | 健康フェアでは、実際の食事例の展示や野菜料理のレシピを紹介している。展示をすることで、自分の食生活と比較したり、見直すきっかけになっている。しかし、実際に家庭での食生活の変化につながっているのかが把握しにくい。(健) |

| 行動目標 | 取組内容 | 今後の課題 |
|--|---|--|
| <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>月1回、子育て支援センターで5分程度の栄養ミニ講座を行った。その前後に、栄養相談を個別に実施した。育児講座は年2回開催した。(子)</p> | <p>ミニ講座は時期に合わせた情報としているが、保護者が求めている情報を発信できているのか不明である。(子)</p> |
| | <p>母親教室において、妊婦と産婦向けの栄養についての話をした。また平成27年度から食の健康づくり推進員による「1皿80gの野菜」の計量と野菜料理の紹介、レシピ集の配布を行っている。前期離乳食教室(4～6か月児)において、離乳食の始め方、味、形態、食べさせ方を試食を交えて健康教育を実施した。後期離乳食教室(9～11か月児)において離乳期の子どもの食習慣を見直すと同時に母親自身の食生活を見直すための健康教育を実施した。(健)</p> | <p>産婦人科や病院等の医療機関でも母親教室を実施しており、インターネットや育児書などから手軽に情報を入手できること、保健センターにおける母親教室での役割が変化していることもあり、妊婦の参加者は横ばい状態である。食生活の基礎を作る乳幼児期に保護者に対して、離乳食教室以外の教室等でも、食事の大切さや生活習慣(早寝早起き、生活リズム等)の大切さを引き続き伝えていく必要がある。(健)</p> |
| | <p>老人クラブ連合会の依頼で健康講座を実施した。平成27年度は糖尿病予防、平成28年度は脂質異常症予防、平成29年度はロコモ予防で運動や栄養を含む健康づくりの話をした。平成30年度は老人クラブ連合会婦人部の会員を対象に栄養教室を開催した。その他、シルバー人材センターの依頼や社会福祉協議会の支会活動等でも栄養に関する健康教育を実施した。(健)</p> | <p>自分の食事について関心を持ち、自分で栄養のバランスを考えた食事を摂取することができる高齢者を、今後も増やしていく必要がある。(健)</p> |

| 行動目標 | 取組内容 | 今後の課題 |
|--|---|---|
| 「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。 | 幼児歯科健診を実施し、結果に基づい て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。30歳・40歳・50歳・ 60歳・65歳・70歳・76歳を対象に、節目 歯科健診を個別健診(市内医療機関)で 実施した。(65歳・70歳・76歳の人は口 腔機能検査も実施した)(健) | 若い年代の受診率が低いため、口腔内 の健康づくりへの意識を高めるような取り 組みをする必要がある。健診の受診が 健康な歯を保つための行動につながっ ているかは把握できていない。(健) |
| | 80歳で20本の歯を有している人を表彰 する8020歯の健康コンクールを毎年実 施した。尾北歯科医師会岩倉地区会と 共催で、年2回(6月・11月)小学4年生 までを対象に歯科健診とフッ化物塗布を 実施した。(健) | 8020歯の健康コンクール申し込みのた めの審査は、医療機関で受けることがで きるため、広く周知する必要がある。 (健) |

(2) 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 | 今後の課題 |
|---|---|--|
| <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>各保育園の畑で季節の野菜を栽培して、給食で食べたり、家庭へ持ち帰って家族で食べてもらうようにした。平成 29 年度からはバケツで古代米づくりを実施。(子)</p> | <p>作物を作るには多くの手間を要するため、園での栽培を継続するのが難しくなっている。作物を育てる興味を子どもに持ってもらうための工夫が必要である。(子)</p> |
| | <p>全小学校でトマトなど、野菜の栽培等の体験活動を実施した。(学)</p> | <p>農業体験の指導者の高齢化がすすんでおり、次世代の指導者をどう確保するかが課題。(学)</p> |
| | <p>野菜の広場主催で、たけのこ狩り、柿狩りを実施した。(商)</p> | <p>内容の見直し等さらなる充実が必要である。(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>3歳児から食育の授業を年2～3回実施し、給食時間の巡回指導を行った。保育士へは食育情報として、給食の献立から食材の栄養価や献立名の由来等を伝えている。(子)</p> | <p>孤食が増える中、お皿を並べる位置、お茶碗を持って食べるなど基本的な食事マナーを学ぶ機会が減っているため、家庭での取り組みを働きかける必要がある。(子)</p> |
| | <p>各学校への給食時食指導の訪問の際、食事のマナーについて指導を行った。また、献立表のひとことメモや給食だよりを通して児童生徒や保護者への啓発を行った。(学)</p> | <p>単発の指導であり、マナー習得に至ることが困難であるため、家庭での取り組みも必要である。(学)</p> |
| | <p>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>若い世代や保護者と子どもを対象とした活動の取り組みを増やすことが必要である。(健)</p> |

| 行動目標 | 取組内容 | 今後の課題 |
|---|--|--|
| <p>食育の日、学校給食週間などに関心をもち、子どもたちに食べ物の大切さや、食には多くの人が関わっていることを伝えましょう。</p> | <p>給食だよりで、「食育月間」「食育の日」を伝えた。(子)</p> | <p>食育月間としても、普段と変わらない給食であるため、献立に工夫が必要だと感じている。(子)</p> |
| | <p>毎月19日の食育の日や、1月の学校給食週間において、多くの人の手によって食事をいただくことができていることを献立表のひとことメモや給食だより等を通じて啓発した。(学)</p> | <p>一方通行の情報発信になっている。(学)</p> |
| | <p>6月と11月の「愛知を食べる学校給食の日」及び1月の「全国学校給食週間」では、より多くの地場産物を用いた給食とし、集会や放送等を通じて校内で子どもたちにも周知した。(学)</p> | <p>地場産の食材の利用については、市内全小中学校が一度に使用するため、量の確保が難しい。また、天候や生育状態に左右されやすい。(学)</p> |
| <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>給食だよりでは、その月にふさわしい話題を掲載して、食への興味を持ってもらえるようにした。また、給食の試食会を行い、子どもが実際に食べているものを味わってもらおう機会とした。(子)</p> | <p>献立表の下部分を活用した「給食だより」では伝えられる情報量に限界を感じている。(子)</p> |
| | <p>小学校での給食試食会において、食事を楽しむことの大切さを保護者に伝えた。また、献立表のひとことメモでは、毎月の目標に合わせて食に関する内容を啓発した。(学)</p> | <p>給食試食会の保護者の参加人数に限られるため、今後は対象者の拡大が課題である。(学)</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>クリスマスランチや「おこしもの」など季節を感じる行事を子どもと母親クラブのお母さんと一緒に取り組んだ。(子)</p> | <p>対象を小学生としてきたが、「おこしもの」に興味をもった大人の方や幼児連れの方からの問い合わせが増えてきたため、対象を拡大していく必要がある。(子)</p> |
| | <p>まんずまんずクッキング(自主グループ)への調理実習指導を実施した。保健推進員活動で「男の料理教室」を実施した。(健)</p> | <p>男性の意識を高めるためにはどうしたらよいか、さらに考えていく必要がある。(健)</p> |

(3) く … 暮らしにやさしい 食の安全・安心 (環境)

| 行動目標 | 取組内容 | 今後の課題 |
|--|---|---|
| <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>学校給食では、日頃より愛知県産の食材を意識的に取り入れたり、毎月野菜の広場やJA愛知北産直センターなどの販売団体を通じて定期的に地場産食材を購入している。(学)</p> | <p>地場産の食材の利用については、市内全小中学校が一度に使用するため、量の確保が難しい。また、天候や生育状態に左右されやすい。(学)</p> |
| | <p>平成 22 年度の岩倉軽トラ市の開催当時から産直センター、野菜の広場に出店を依頼し、常時出店された。また、軽トラ市が定着するにつれ、地元野菜を取り扱う出店者は増加した。(商)</p> | <p>当初の目的である道路開催を目指して会場の検討をしてきたが、許可の下りる道路が見つからなかったこと、また、同種のイベントが市内の軽トラ市出店者や観光振興会の主催により新たに開催されたことなどから、定期開催は中止され、夏まつりのみの開催となった。(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>岩倉は、カリフラワーが収穫量の上位作物となっているが、次なる岩倉のブランド野菜としてちっチャイ菜の栽培研究を行った。カリフラワーにおいても、新たな品種の作付けを行うことで更なる振興を図った。(商)</p> | <p>ちっチャイ菜については、生産量、流通量が限られている。(商)</p> |
| | <p>ちっチャイ菜生産者部会の部会員が栽培したちっチャイ菜を給食センターに納品し、小中学生の認知度を高める取り組みを行った。名古屋コーチンに関しては、市内外のイベントに出店し、多くの人に名古屋コーチンを知ってもらう取り組みを行った。(商)</p> | <p>名古屋コーチン自体の知名度はあるものの、産地としての岩倉の知名度が低い。(商)</p> |
| | <p>市内で生産される農産物を会場に展示し、農業者間の親睦を深め、併せて市民との交流の中で地場農産物の振興を図ることを目的に、農業フェアを開催した。(商)</p> | <p>生産者が減少傾向にあるため、天候の影響もあるが出品数が伸び悩んでいる。(商)</p> |

| 行動目標 | 取組内容 | 今後の課題 |
|---|---|---|
| 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。 | 平成30年6月19日に岩倉産野菜コロッケの献立を実施した。(学) 6月と11月の「愛知を食べる学校給食の日」及び1月の「全国学校給食週間」では、より多くの地場産物を用いた給食とし、集会や放送等を通じて校内で子どもたちにも周知した。(学) | あらかじめ計画的に加工品製造業者を含めた協議が必要なため、実施には時間を要する。(学) 地場産の食材の利用拡大については、市内全小中学校が一度に使用する量が多いため、量の確保が難しい。天候や生育状態に左右されやすい。(学) |
| 「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。 | 残食0を目指し、その日の欠席人数を考慮して、主食量の調整をした。また、配膳時には、個人に合わせた食事量で盛り付けるようにした。(子) 児童生徒の成長段階に合わせた給食量の提供と児童生徒の嗜好を取り入れながらの給食運営を行った。(学) 市が主催する消費生活講座において、年2回「名古屋コーチンとちっちゃい野菜を使った料理教室」を開催し、食材を使い切ることを念頭に置いたメニューを講師に考案いただき、「もったいない」ということを参加者に意識してもらう機会を提供している(商) | 献立により残食にばらつきがでるため、献立にさらなる工夫が必要である。(子) 児童生徒が給食を食べる場は学校であるため、学校との連携が不可欠である。(学) 料理教室の定員の問題もあり、啓発としては対象者の数が限られている。(商) |
| 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、市内の小売店7事業者8店舗(令和元年9月末現在)と協定を結び、レジ袋有料化を実施した。半年毎に各店舗からレジ袋辞退率の報告を受け、マイバッグ持参を呼びかける記事と併せて広報いわくらに掲載した。(環) | 近年問題となっているプラスチック製品による海洋汚染問題に伴い、全国でのレジ袋有料化の義務化の動きがあるため、注視し対応を図る必要がある。(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。 | 消費生活講座として、「食品ロス」をテーマとした講座を開催した。(商) | 消費生活講座では、毎年さまざまなテーマを扱っているため、年によっては食品関連のテーマを扱わないこともある。(商) |

(4) ら … らくらく学ぶ 正しい食育

(啓発)

| 行動目標 | 取組内容 | 今後の課題 |
|--|--|---|
| <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>各学校への給食時食指導の訪問の際、食事のマナーについて指導を行った。また、献立表のひとつことメモや給食だよりを通して児童生徒や保護者への啓発を行った。(学)</p> <p>小学校での給食試食会において、食事を楽しむことの大切さを保護者に伝えた。また、献立表のひとつことメモでは、毎月の目標に合わせて食に関する内容を啓発した。(学)</p> <p>あゆみの家母親教室で、偏食や食べる機能などについて講座を実施している。第四児童館幼児クラブでかんたんおやつ作りを実施した。</p> <p>県などから送付される食に関する情報を提供した。また、要望に応じて保育園で使用している献立などの情報の提供を行った。(子)</p> <p>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を実施した。(健)</p> | <p>単発の指導であり、興味・関心を持ってもらうためには継続的な取り組みが必要である。(学)</p> <p>給食試食会の保護者の参加人数に限られるため、今後は対象者の拡大が課題である。(学)</p> <p><あゆみの家母親教室>子どもの食について困っていることを事前に聞いた上で講座を実施しているため、何かしらのヒントを持ち帰ってもらえるようにしている。<幼児クラブ>親子で作って食べるという体験をしてもらうことで、自分で作ったものを食べる楽しさを感じてもらえる。(子)</p> <p>講師派遣依頼で講座を担当しても参加できる人数は少ない。依頼があっても日程調整がつかない場合がある。(健)</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>生涯学習センターにおいて、食生活に関する生涯学習講座を開催した。栄養学の基本について確認するとともに、「何を食べるか」ではなく「いつ食べるか」という観点から健康的な食べ方について学ぶ機会を提供した。(生)</p> <p>市が主催する消費生活講座において、年2回「名古屋コーチンとちっちゃい菜を使った料理教室」を開催し、食の正しい知識を習得する機会を提供した。(商)</p> <p>保健推進員活動の中で、「食育」に関する教室「親子のつどい」等を実施した。(健)</p> | <p>生涯学習講座は、受講希望者数の多寡や講師の都合により、必ずしも同じ内容の講座を毎年開催することが困難であるため、食育に関する講座を安定的かつ継続的に開催することが困難である。(生)</p> <p>定員の問題もあり、参加できる人が限られている。(商)</p> <p>若い世代や保護者と子どもを対象とした活動への取り組みを増やすことが課題である。(健)</p> |

| 行動目標 | 取組内容 | 今後の課題 |
|--------------------------------------|--|---|
| 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。 | 毎月19日の食育の日や6月の食育月間については、献立表のひとことメモや給食だより等を通じて、主旨や実施内容をPRした。(学) | 献立表や給食だよりでは、児童生徒にとって、より魅力的な紙面づくりが課題である。(学) |
| | 毎月ホームページ上で学校給食の献立や、使用食材が把握できるようにした。(学) | より見やすくするための工夫が必要である。(学) |
| | 食の健康づくり推進員が作成した野菜レシピの記事を広報紙に掲載している。また、JA 愛知北産直センターや野菜の広場で「季節の野菜料理 プラス1品集」を配布した。(健) | 愛知県の野菜摂取量は全国の中でも最下位群であるため、今後も引き続き、野菜レシピ集を配布したり、広報紙等で啓発をする必要がある。(健) |
| | 保健センターだよりに「生活リズムを整えるポイント」を掲載した。保健センターのホールに「おやつについて」「生活リズムについて」「食事のマナーについて」「離乳食」のリーフレットを設置し自由に持ち帰ることができるようにした。(健) | 子育て世代の保護者へ周知するために、母親教室、離乳食教室、2歳児歯科健診等で「食」や「生活リズム」の大切さについて健康教育・指導を実施するとともに、広報紙、ホームページ等を活用した情報発信を継続的に取り組むことが必要である。(健) |

| 行動目標 | 取組内容 | 今後の課題 |
|-------------------------------|--|--|
| 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。 | 小学校での給食試食会において、食事を楽しむことの大切さを保護者に伝えた。また、献立表のひとつことメモでは、毎月の目標に合わせて食に関する内容を啓発した。(学) | 給食試食会の保護者の参加人数が限られるため、今後は対象者の拡大が必要である。(学) |
| | 岩倉市学校給食センターは平成 28 年 9 月より調理を開始し、小学生や市民団体に対し施設見学や給食の試食を行った。(学) | 見学に来る団体にあわせ、施設の説明を工夫する必要がある。また、食育ホールの展示物の更新についても考える必要がある。(学) |
| | 保健推進員活動の中で、「食育」に関する教室「親子のつどい」等を実施した。(健) | 若い世代や保護者と子どもを対象とした活動への取り組みを増やすことが必要である。(健) |
| | 岩倉市国際交流協会の開催する料理のイベントである「世界のお惣菜」で、年 2 回、岩倉市内及び近郊に在住する外国人を招いて自国料理と文化を紹介し交流する機会とした。また、平成 27 年度には「世界まるごと食べちゃおう」という食のオリンピックを開催した。4年に一度の食の祭典を通じ市民が異文化に触れ多文化共生社会について考える機会とした。(協) | 国際交流協会の行う料理関係イベントは外国の食を通じてその国の文化を知り、国際交流や国際理解を深めることを目的に毎年実施している。イベントには多くの市民が参加していることから、市民全体で食に関心を持ってもらえるような事業が実施できていると考えるが、国際交流協会において、食育について専門的な知識を持つスタッフがいないことや団体としての事業目的にはない「食育に対する知識を深める」という行動目標に沿った事業の実施は難しいと考える。(協) |

| 行動目標 | 取組内容 | 今後の課題 |
|---|--|--|
| <p>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。</p> | <p>ひきずり、鬼まんじゅう、みそ煮込みおでん等、定期的に地元の郷土料理を学校給食献立に取り入れた。(学)</p> | <p>郷土に関する学習とつながる「生きた教材」としての給食となるよう、意図を明確にした献立作成に取り組んでいく必要がある。(学)</p> |
| | <p>毎年12月に、いわくらOYGクラブに協力して、地域交流センターくすのきの家で親子もちつき大会を行った。参加した親子には、実際に杵とうすを使ったもちつきを体験してもらうとともに、つくたてのもちを食べてもらい、そのおいしさを感じてもらった。(生)</p> | <p>伝統的な食文化を次世代へつなげるため、長くイベントとして継続していけるよう今後も主催団体と連携して進めていく必要がある。(生)</p> |
| | <p>市が主催する消費生活講座において、年2回「名古屋コーチンとちっちゃい菜を使った料理教室」を開催し、地元の食材を使った安心、安全な食生活を送るための知識を習得する機会を提供している。(商)</p> | <p>定員の問題もあり、参加できる人数が限られている。(商)</p> |
| <p>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。</p> | <p>食の健康づくり推進員や保健推進員を対象に学習会や研修会を開催した。(健)</p> | <p>研修会等での情報は、繰り返し伝えていかないと曖昧な情報や正確さに欠ける情報になってしまう恐れがある。(健)</p> |
| | <p>広く地域住民等に「食の大切」や「食べる健康づくり」、「食への感謝」などを伝えるとともに、食育で豊かな心を育むことを目的として食育シンポジウムを開催した。(商)</p> | <p>「食育」について周知するためのイベントなどの機会を増やす必要がある。(商)</p> |
| <p>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。</p> | <p>市栄養士、食の健康づくり推進員を派遣し、保健推進員活動で栄養教室を実施。その他、シルバー人材センター会員や社会福祉協議会の支会会員、老人クラブ会員を対象に栄養教室等を実施している。JA 愛知北岩倉支店と連携して、旬の食材と食の健康づくり推進員が提案する野菜のレシピを使って料理教室を行い、野菜摂取量の目安を啓発した。(健)</p> | <p>働く世代や、子育て世代の母親の参加が少ない。簡単メニューの紹介など、「食」への興味につながる栄養教室やその他の教室の開催が必要である。また、保健推進員活動では、教室の内容が住民のニーズに合ったものかどうか、把握することが困難である。(健)</p> |

5 数値目標の達成状況

第2期岩倉市食育推進計画に掲げた目標値の達成状況は、下表のとおりです。

状況： ◎…目標を達成したもの

○…目標は達成できなかったが改善したもの

×…悪化したもの

—…数値が把握できないまたは事業の見直し等により比較できないもの

| 基本 指針 | 指標 | 基準値 | 目標値 | 現状値(最新) | 状況 |
|---------------------------------------|------------------------------------|---------------------|---------|---------|----|
| い | 毎日朝食を食べる人の割合 | 乳幼児 91.5% | 95.0% | 90.9% | × |
| | | 小中学生 88.8% | 92.0% | 79.8% | × |
| | | 成人 85.4% | 88.0% | 86.7% | ○ |
| | 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 | 59.9% | 75.0%以上 | 54.3% | × |
| | 緑黄色野菜をほとんど毎日食べる人の割合の増加 | 26.4% | 40.0%以上 | 31.1% | ○ |
| | 肥満者の割合の減少 (BMI25 以上) | 20～60 歳代男性 28.3% | 21.0%以下 | 24.5% | ○ |
| | | 40～60 歳代女性 21.8% | 16.0%以下 | 15.7% | ◎ |
| 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) | 1,125 人 (平成 20 年度) | 843 人以下 | 997 人 | ○ | |
| 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 | 75～84 歳 47.8% | | 41.7% | × | |

| 基本 指針 | 指標 | 基準値 | 目標値 | 現状値(最新) | 状況 |
|--------------------------------|---------------------|---------------------------|----------------------|----------------------|----|
| わ | 保育園や小学校での農業体験 | 小学校 5校 | 5校 | 5校 | ◎ |
| | | 保育園 7園 | 7園 | 7園 | ◎ |
| | 市民農園区画数 | 160 区画 | 160 区画 | 163 区画 | ◎ |
| | 農業体験塾の耕作面積と参加者数 | 耕作面積 5,656 m ² | 6,000 m ² | 4,969 m ² | × |
| | | 参加者数 39 人 | 44 人 | 31 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% | 75.0% | 未調査 | - |
| | 給食だより等の発刊 | 保育園 15 回 | 15 回 | 15 回 | ◎ |
| | | 小中学校 14 回 | 14 回 | 15 回 | ◎ |
| | 朝食が一人の食事頻度の減少 | 乳幼児 6.0% | 5.0% | 6.4% | × |
| | | 小中学生 33.6% | 30.0% | 28.2% | ◎ |
| 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 60.0% | 65.0% | 49.0% | × | |
| | 料理の手伝い 44.0% | 50.0% | 49.0% | ○ | |
| | 自分の食器の準備・片付け 68% | 73.0% | 67.0% | × | |

| 基本 指針 | 指標 | 基準値 | 目標値 | 現状値(最新) | 状況 |
|--------------------------------------|------------------------|-------------------------|------------|------------|----|
| く | 野菜の広場などの販売 点数 | 野菜の広場 約 78,000 点 | 約 80,000 点 | 約 55,000 点 | × |
| | 産直センター部会員数 | 部会員数 76 人 | 80 人 | 85 人 | ◎ |
| | 学校給食での地産地消 | 県内産利用割合 39.7% | 42.0% | 38.0% | × |
| | | 市内産利用割合 4.8% | 5.0% | 2.3% | × |
| | 給食での岩倉産米の使 用割合 | 保育園 100% | 100% | 100% | ◎ |
| | | 小中学校 100% | 100% | 100% | ◎ |
| | レジ袋辞退率 | 88.5% | 80.0%以上 | 88.8% | ◎ |
| 地産地消などの食の安 心・安全 | 市民意向調査満足度 80.2% | 83.0% | 83.1% | ◎ | |
| 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% | 60.0% | 49.1% | × | |

| 基本 指針 | 指標 | 基準値 | 目標値 | 現状値(最新) | 状況 |
|-------------|----------------------------------|-------------------------|-------|---------|----|
| ら | 給食だより等の発刊(再掲) | 保育園 15回 | 15回 | 15回 | ◎ |
| | | 小中学校 14回 | 14回 | 15回 | ◎ |
| | 講座等の開催数 | 消費生活講座 4回 | 4回 | 5回 | ◎ |
| | | 育児講座 2回 | 2回 | 0回 | - |
| | | 栄養教室 5回 | 5回 | 3回 | × |
| | 名古屋コーチンを使用した料理教室 | 開催数 2回 | 2回 | 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% | 25.0% | 22.5% | ○ |
| | | 「生活習慣病」を知っている 76.4% | 80.0% | 79.1% | ○ |
| | 食生活改善推進員(食の健康づくり推進員)活動の研修会・講座の開催 | 研修会・講座開催数 22回 | 22回 | 12回 | × |
| | 食育シンポジウム等の開催 | 開催数 0回 | 1回 | 1回 | ◎ |
| 評価・検討委員会の開催 | 開催数 0回 | 2回 | 1回 | ○ | |

第 2 章

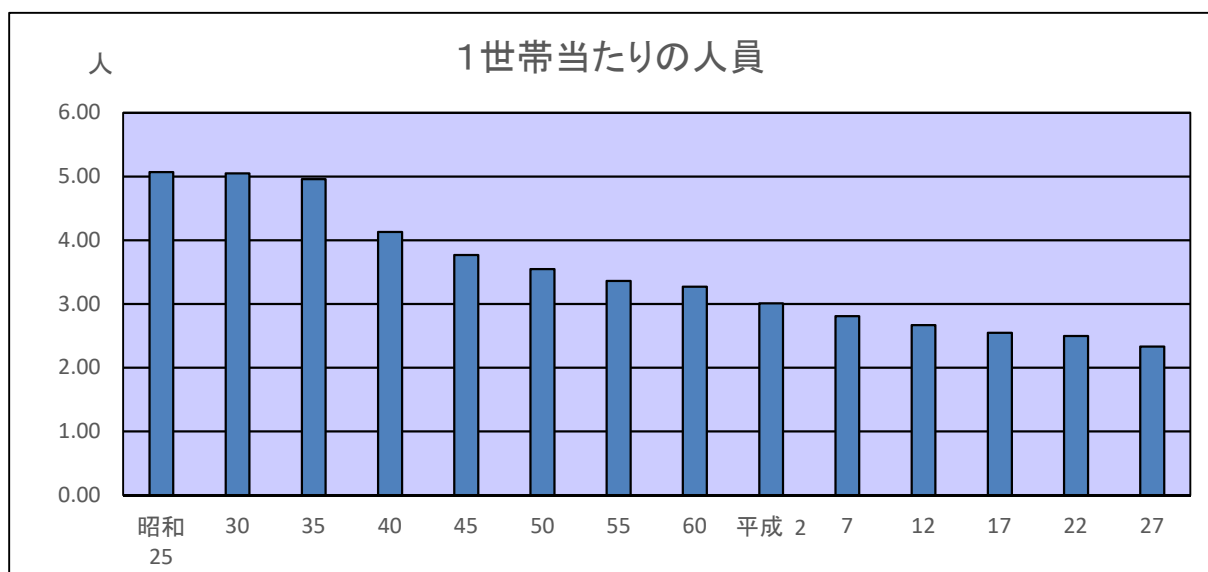
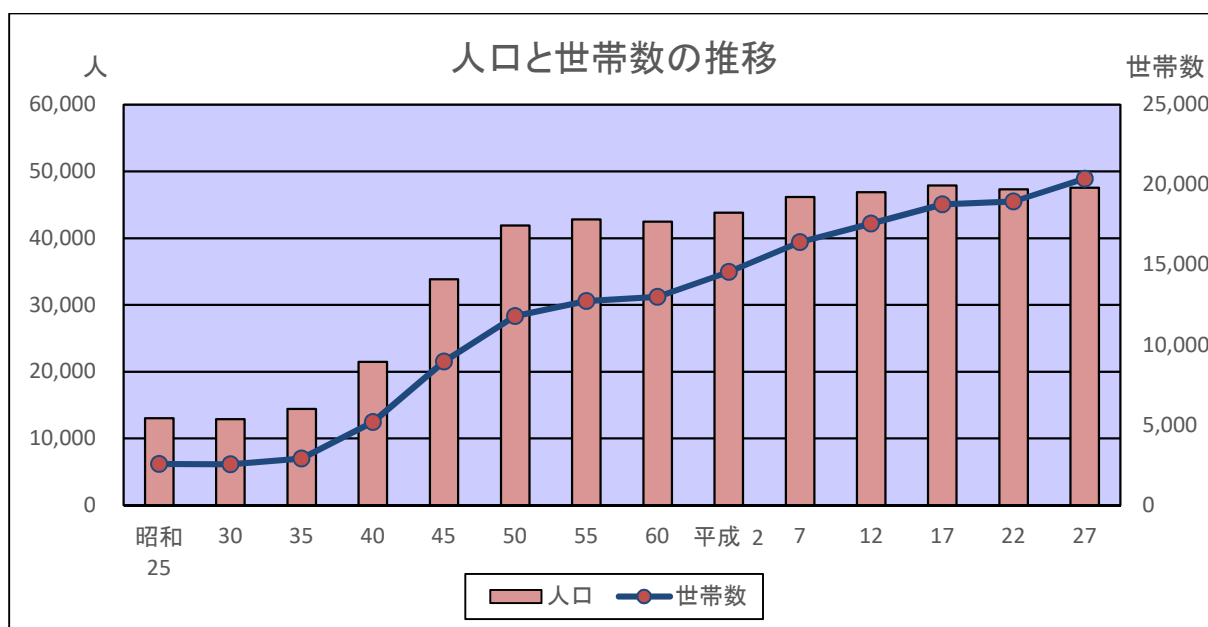
岩倉市の食をめぐる現状

第2章 岩倉市の食をめぐる現状

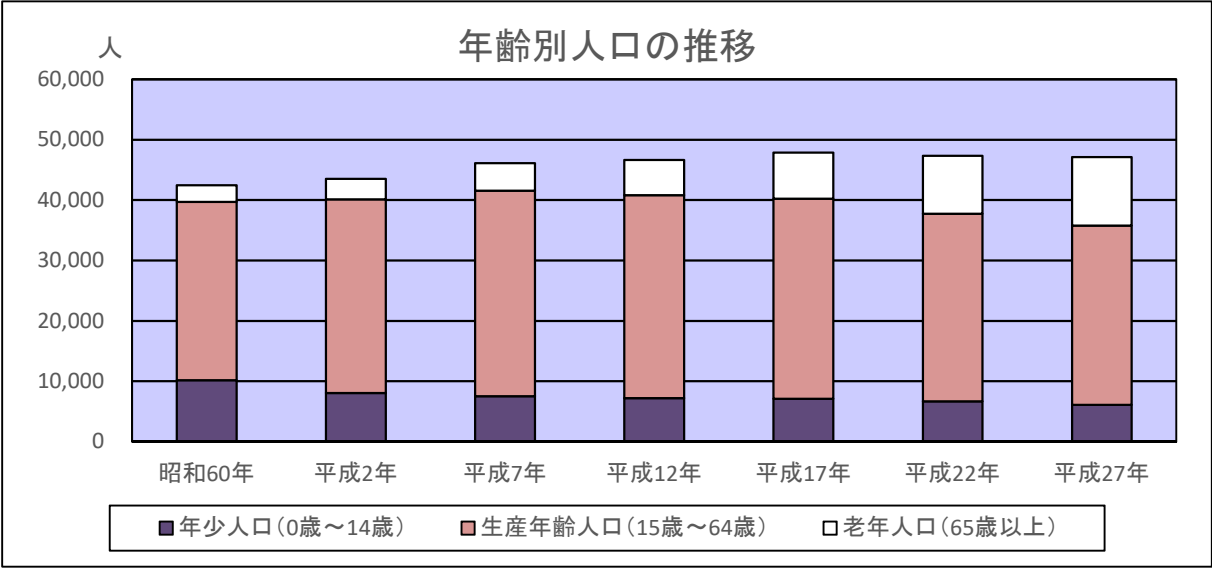
1 人口・世帯構造の変化

岩倉市の人口・世帯は、平成27年の国勢調査では47,562人、20,390世帯と人口は横ばいから減少傾向にあるが、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

2 食生活の現状

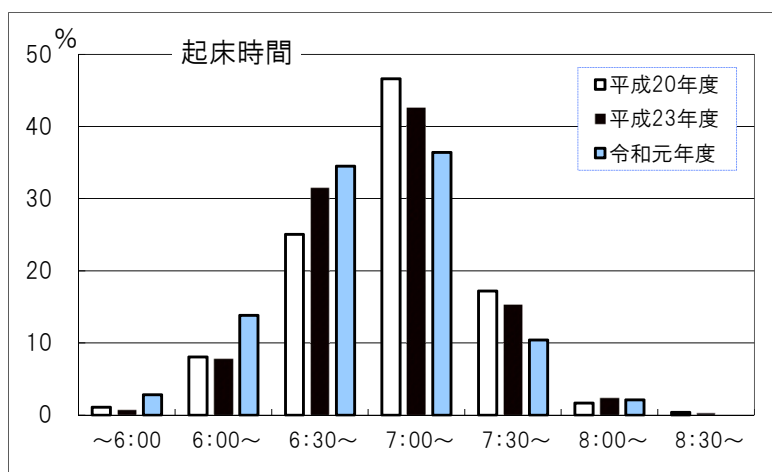
(1) 乳幼児の食生活

令和元年9月に子育て支援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532人のうち回収できたのは470人で、回収率は88.3%でした。

ア 起床時間

| | 平成 20年度 | 平成 23年度 | 令和 元年度 |
|-------|------------|------------|-----------|
| ～6:00 | 1.1% | 0.6% | 2.8% |
| 6:00～ | 8.0% | 7.8% | 13.8% |
| 6:30～ | 25.0% | 31.5% | 34.5% |
| 7:00～ | 46.6% | 42.5% | 36.4% |
| 7:30～ | 17.2% | 15.1% | 10.4% |
| 8:00～ | 1.6% | 2.3% | 2.1% |
| 8:30～ | 0.4% | 0.2% | 0.0% |

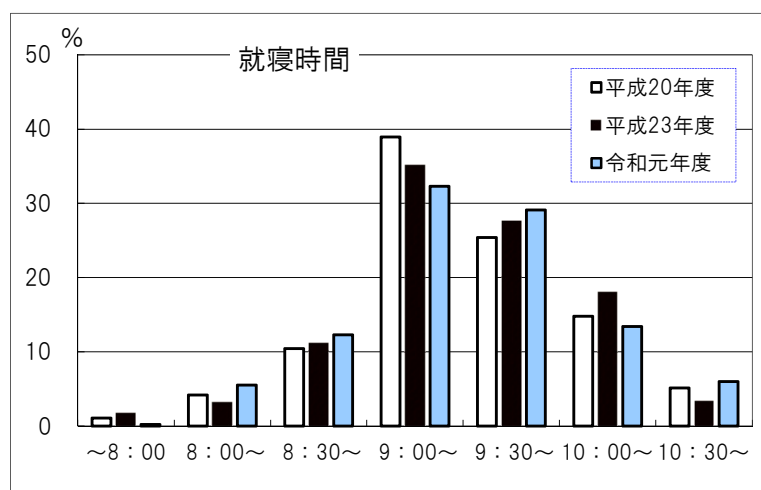


36.4%が7時～7時30分、34.5%が6時30分～7時の間に起きている。7時30分までに起きている子は87.5%で、前回調査時の82.4%より5.1ポイント増加した。

また、8時以降におきる子は2.1%と前回(2.5%)より若干改善している。

イ 就寝時間

| | 平成 20年度 | 平成 23年度 | 令和 元年度 |
|--------|------------|------------|-----------|
| ～8:00 | 1.1% | 1.7% | 0.2% |
| 8:00～ | 4.2% | 3.1% | 5.5% |
| 8:30～ | 10.4% | 11.1% | 12.3% |
| 9:00～ | 38.9% | 35.1% | 32.3% |
| 9:30～ | 25.4% | 27.6% | 29.1% |
| 10:00～ | 14.8% | 18.1% | 13.4% |
| 10:30～ | 5.1% | 3.3% | 6.0% |

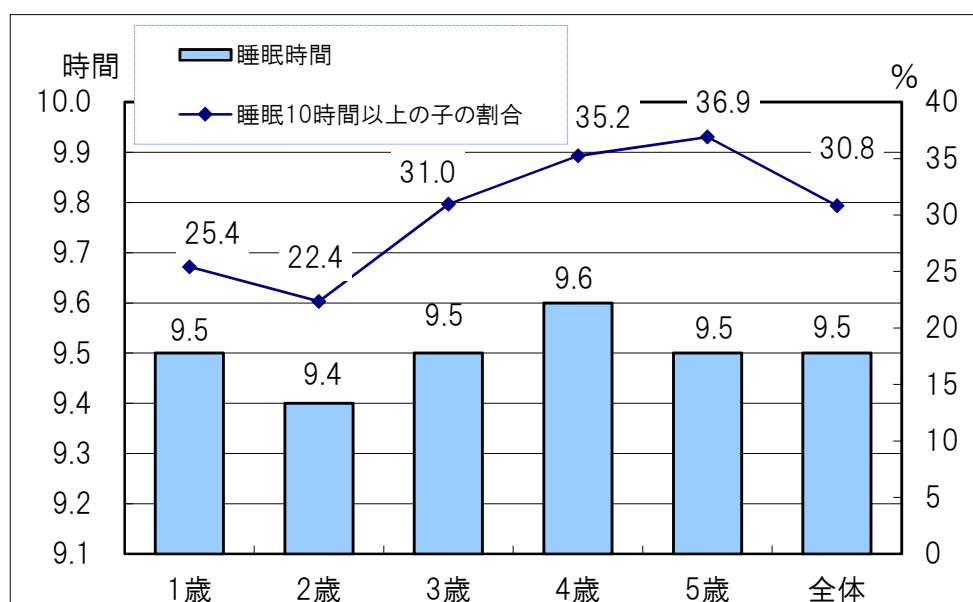
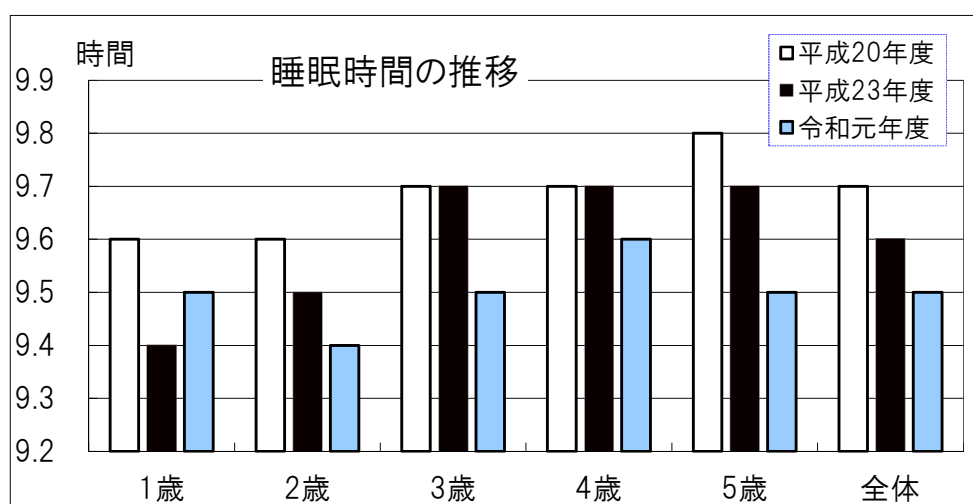


大半が9時台に就寝している(61.4%)。約8割の子が10時までに寝ており、前回とほとんど変わらない。また、10時以降に寝ている子は19.4%で前回(21.4%)より2.0ポイント減少した。

ウ 睡眠時間

(時間)

| | 平成 20 年度 | 平成 23 年度 | 令和元年度 |
|-----|----------|----------|-------|
| 1 歳 | 9.6 | 9.4 | 9.5 |
| 2 歳 | 9.6 | 9.5 | 9.4 |
| 3 歳 | 9.7 | 9.7 | 9.5 |
| 4 歳 | 9.7 | 9.7 | 9.6 |
| 5 歳 | 9.8 | 9.7 | 9.5 |
| 全体 | 9.7 | 9.6 | 9.5 |



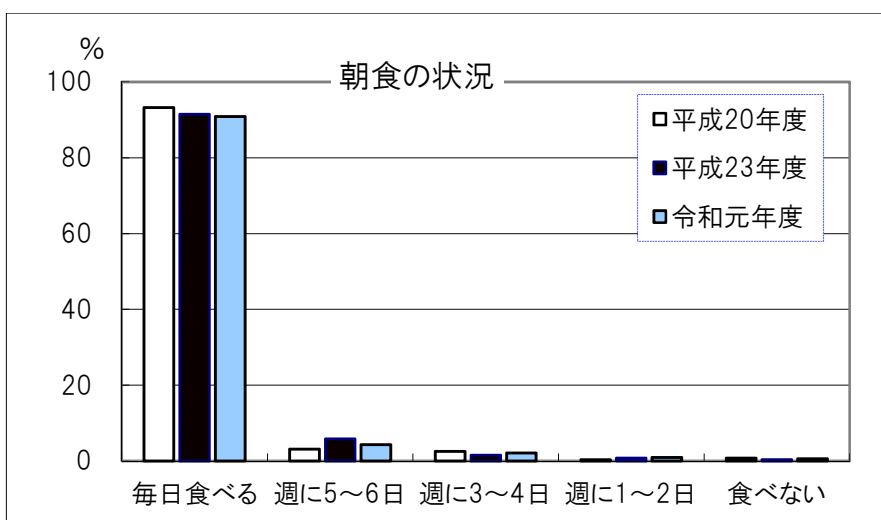
おおよその睡眠時間の平均は9時間 30分であった。年齢による睡眠時間の差はほとんど見られなかった。睡眠時間が10時間以上ある子の割合は30.8%であった。

エ 朝食・夕食

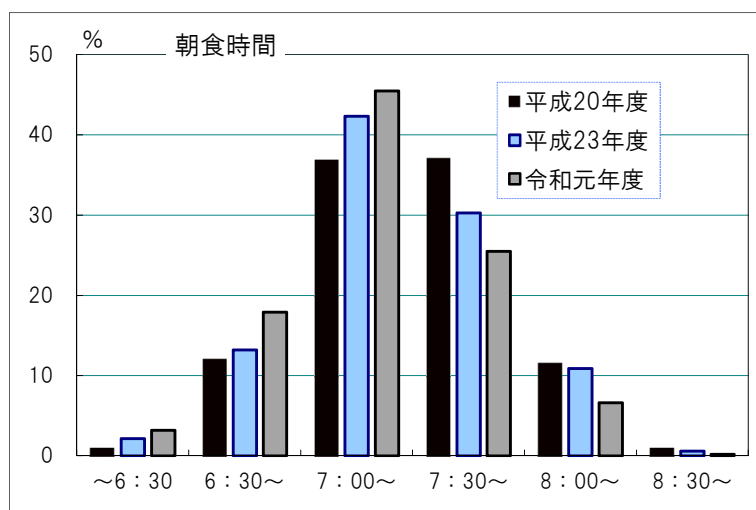
| 朝食の有無 | 平成 20 年度 | 平成 23 年度 | 令和元年度 |
|----------|----------|----------|-------|
| 毎日食べる | 93.2% | 91.5% | 90.9% |
| 週に 5～6 日 | 3.1% | 5.8% | 4.3% |
| 週に 3～4 日 | 2.6% | 1.6% | 2.1% |
| 週に 1～2 日 | 0.4% | 0.8% | 0.9% |
| 食べない | 0.7% | 0.4% | 0.6% |

毎日朝食を食べる子は 90.9%で前回の 91.5%より 0.6 ポイント減少した。週に 5～6 日食べる子も含めると 95.2%で、ほぼ毎日食べている子は前回より 2.1 ポイント減少した。

朝食が週に 4 日以下の子は 3.6%と前回の 2.8%より 0.8 ポイント増加している。朝食の欠食理由としては「食べたがらない」をあげ、ついで「時間がない」となっていた。

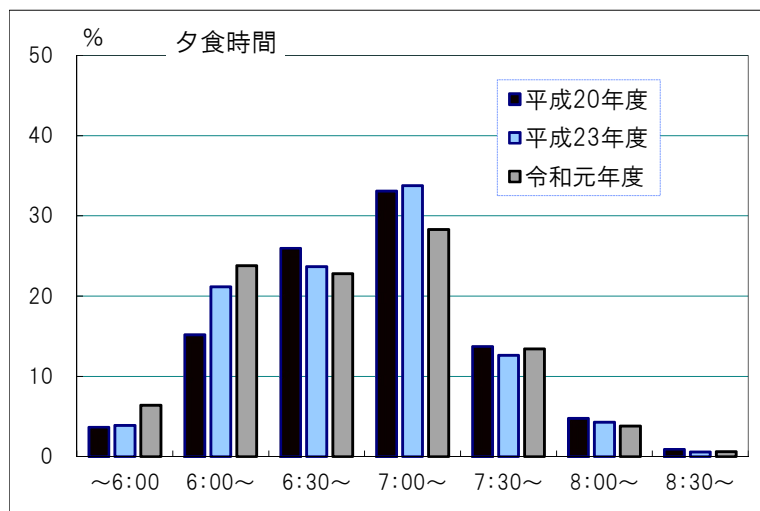


| 朝食時間 | 平成 20 年度 | 平成 23 年度 | 令和 元年度 |
|-------|----------|----------|--------|
| ～6:30 | 0.9% | 2.1% | 3.2% |
| 6:30～ | 12.1% | 13.2% | 17.9% |
| 7:00～ | 36.9% | 42.3% | 45.5% |
| 7:30～ | 37.1% | 30.3% | 25.5% |
| 8:00～ | 11.5% | 10.9% | 6.6% |
| 8:30～ | 0.9% | 0.6% | 0.2% |



朝食は 8 時までに 9 割以上の子が済ませていた (92.1%)。朝食の時間は前回の調査時よりも全体的に早くなっている。

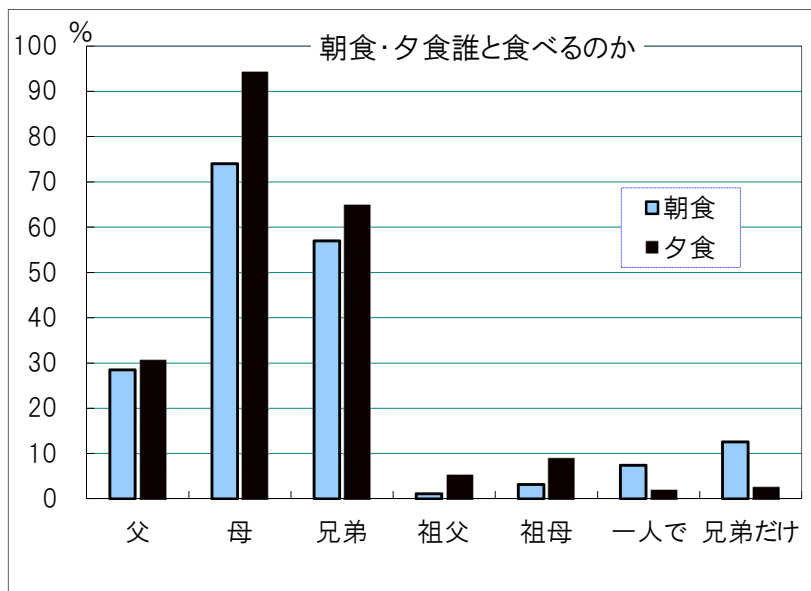
| 夕食時間 | 平成 20 年度 | 平成 23 年度 | 令和 元年度 |
|-------|-------------|-------------|-----------|
| ～6:00 | 3.7% | 3.9% | 6.4% |
| 6:00～ | 15.2% | 21.2% | 23.8% |
| 6:30～ | 26.0% | 23.7% | 22.8% |
| 7:00～ | 33.1% | 33.8% | 28.3% |
| 7:30～ | 13.7% | 12.6% | 13.4% |
| 8:00～ | 4.8% | 4.3% | 3.8% |
| 8:30～ | 0.9% | 0.6% | 0.6% |



夕食は8時までに94.7%の子が済ませているが、8時以降に夕食を食べる子が4.4%いた。

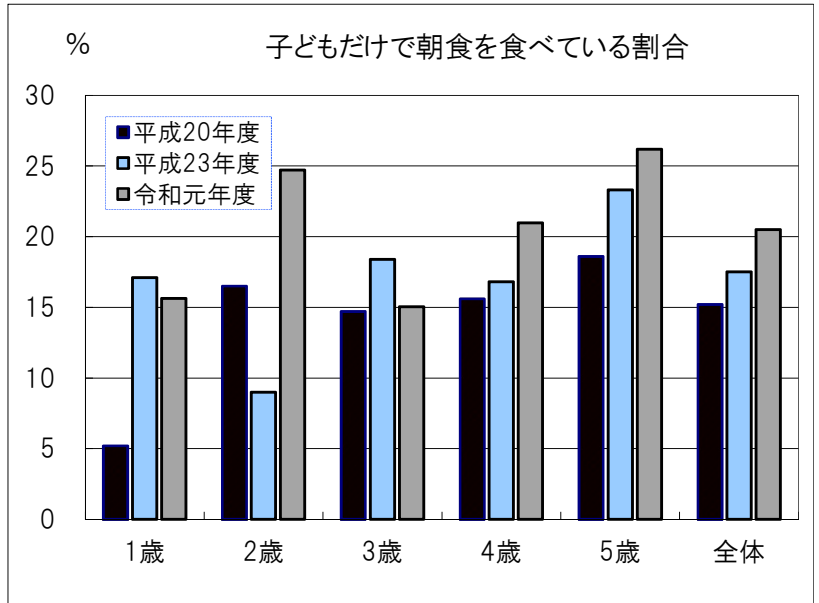
オ 誰と食べるのか

| | 朝食 | 夕食 |
|------|-------|-------|
| 父 | 28.5% | 30.6% |
| 母 | 74.0% | 94.3% |
| 兄弟 | 57.0% | 64.9% |
| 祖父 | 1.1% | 5.3% |
| 祖母 | 3.2% | 8.9% |
| 一人で | 7.4% | 1.9% |
| 兄弟だけ | 12.6% | 2.6% |



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7.4%（前回は6.0%）、兄弟だけで食べる子が12.6%（前回は11.3%）いた。この子ども達の多くは夕食は家族と食べていたが、夕食も一人で食べている子は1.9%、兄弟だけで食べている子は2.6%で、夕食の方が家族で食べる割合が高い。

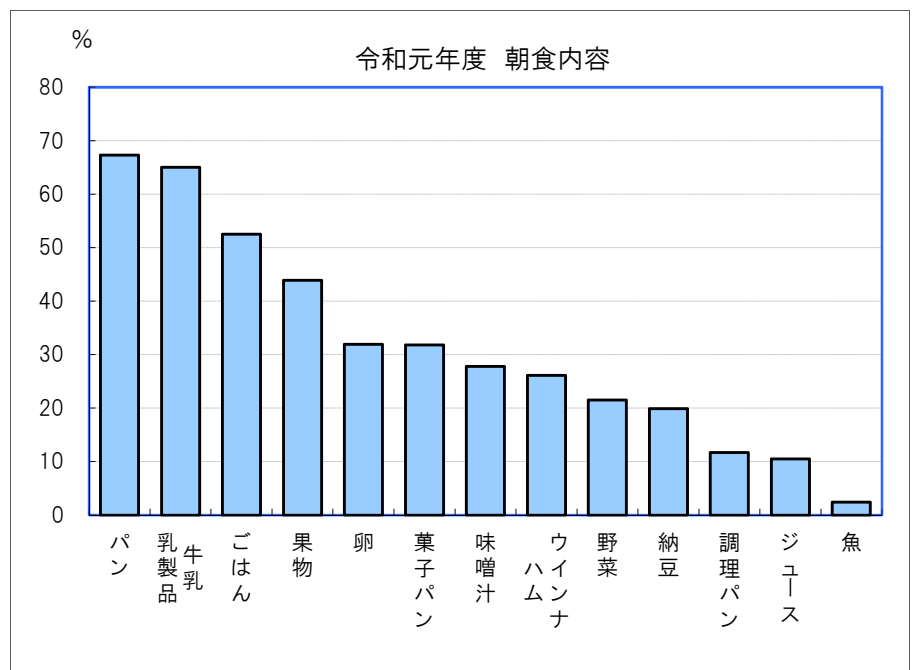
| | 平成 20年度 | 平成 23年度 | 令和 元年度 |
|----|------------|------------|-----------|
| 1歳 | 5.2% | 17.1% | 15.6% |
| 2歳 | 16.5% | 9.0% | 24.7% |
| 3歳 | 14.7% | 18.4% | 15.0% |
| 4歳 | 15.6% | 16.8% | 21.0% |
| 5歳 | 18.6% | 23.3% | 26.2% |
| 全体 | 15.2% | 17.5% | 20.5% |



2歳児で子どもだけの朝食増加率が著しい。平均的に見ても子どもだけの朝食は増加傾向にある。

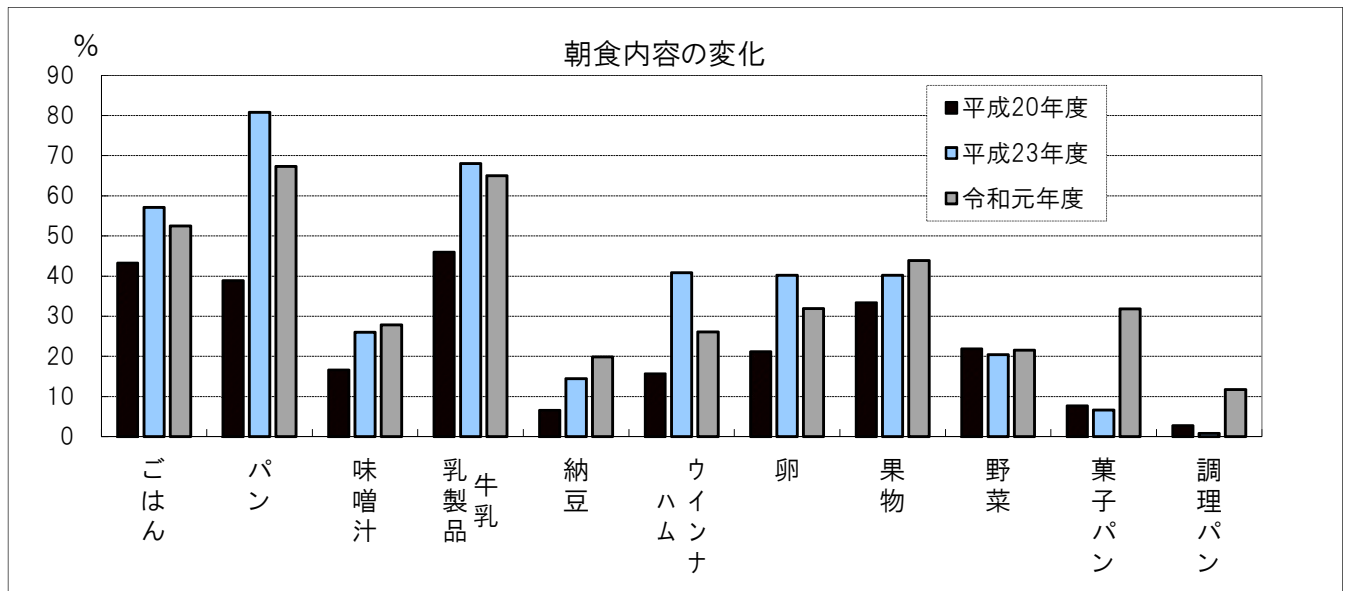
カ 朝食内容

| | |
|---------|-------|
| パン | 67.3% |
| 牛乳・乳製品 | 65.0% |
| ごはん | 52.5% |
| 果物 | 43.9% |
| 卵 | 31.9% |
| 菓子パン | 31.8% |
| 味噌汁 | 27.8% |
| ウインナ・ハム | 26.1% |
| 野菜 | 21.5% |
| 納豆 | 19.9% |
| 調理パン | 11.7% |
| ジュース | 10.5% |
| 魚 | 2.4% |



内容は前回パン 80.8%、ごはん 57.1%であったが、今回はパンが 67.3%、ごはんが 52.5%であった。前回よりパンの割合が大きく低下したが、菓子パン 31.8% (前は 6.6%)、調理パン 11.7% (前は 0.8%) は大きく増加している。

| | 平成 20 年度 | 平成 23 年度 | 令和元年度 |
|---------|----------|----------|-------|
| ごはん | 43.2% | 57.1% | 52.5% |
| パン | 38.9% | 80.8% | 67.3% |
| 味噌汁 | 16.6% | 26.0% | 27.8% |
| 牛乳・乳製品 | 46.0% | 68.0% | 65% |
| 納豆 | 6.6% | 14.4% | 19.9% |
| ウインナ・ハム | 15.7% | 40.8% | 26.1% |
| 卵 | 21.2% | 40.2% | 31.9% |
| 果物 | 33.4% | 40.2% | 43.9% |
| 野菜 | 21.9% | 20.4% | 21.5% |
| 菓子パン | 7.7% | 6.6% | 31.8% |
| 調理パン | 2.7% | 0.8% | 11.7% |



(2) 小中学生の食生活

平成29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 | 462人 |
| 中学校 (1年生・2年生) | 岩倉中学校各学年2クラス 南部中学校各学年1クラス | 196人 |

児童・生徒数 3,582 人の内、658 人 (18.4%) 抽出調査。

○朝食の状況

朝食を「毎日食べている」と答えたものは、平成 26 年度調査と比較すると小学生が 3.9 ポイント減り 81.1%、中学生で 8.5 ポイント減り 76.5%であった。「あまり食べない」「食べない」と答える子は、小学生 4.8%、中学生 7.7%で小・中学生ともに朝食を毎日食べる習慣が身についた子が比較的多いが、減少傾向にある。食べない理由は、「食欲がなかったから」「時間がなかったから」が多かった。

「朝食をひとりで食べる」と答えた小学生は 21.5%、中学生は 43.8%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加傾向にある。また、前回に比べ朝食を「ひとりで食べる」と答える子は小学生で 7.5 ポイント、中学生 4.2 ポイント減り、“孤食”の割合は小中学生ともに減少した。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、食べるのが習慣化していることがわかった。

○食事のマナー状況

食事のときに「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつを「必ずする」と答えた児童生徒は、全体で 68.3%であり、「あまりしない」と答えた児童生徒は 9.0%であった。朝食を「毎日食べている」と回答した児童生徒の方が、朝食欠食がある児童生徒よりもあいさつをする頻度が高い傾向がみられた。

また、家で食事をするとき、テレビを「いつも見ながら食べている」と答えた児童生徒は、全体で 43.4%であり、「見ながら食べない」と答えた児童生徒の 20.3%を大きく超えた。また、食事をするときスマートフォンや携帯電話を近くに「いつも置いている」児童生徒は小学校 6 年生で最も高く 17.1%であった。中学校 1・2 年生では、約半数が「いつも置いている」「時々置くことがある」と回答した。

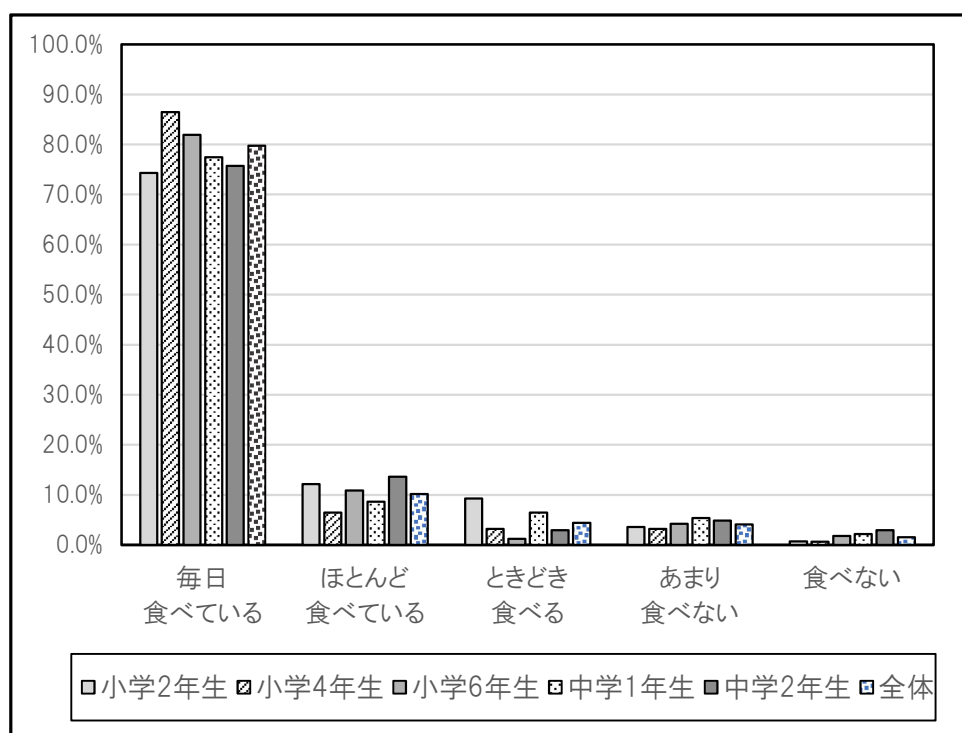
※設問の後ろに付いている () 内の設問番号等は、各アンケートでの番号

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7)

| | 毎日 食べている | ほとんど 食べている | ときどき 食べる | あまり 食べない | 食べない |
|-------|-------------|---------------|-------------|-------------|------|
| 小学2年生 | 74.3% | 12.1% | 9.3% | 3.6% | 0.7% |
| 小学4年生 | 86.5% | 6.5% | 3.2% | 3.2% | 0.6% |
| 小学6年生 | 81.9% | 10.8% | 1.2% | 4.2% | 1.8% |
| 中学1年生 | 77.4% | 8.6% | 6.5% | 5.4% | 2.2% |
| 中学2年生 | 75.7% | 13.6% | 2.9% | 4.9% | 2.9% |
| 全体 | 79.8% | 10.2% | 4.4% | 4.1% | 1.5% |

朝食を「毎日食べる」と答えた児童生徒は、全体で79.8%であった。小中学校別でみると、小学生81.1%、中学生76.5%であった。「あまり食べない」または「食べない」と答えた児童生徒は、小学生4.7%、中学生7.7%であった。前回の調査と比べると、「毎日食べている」小学生は3.9%、中学生は8.5%減った。学年別でみると、「毎日食べる」割合が一番高かったのは小学校4年生で86.5%、逆に一番低かったのが小学校2年生で74.3%であった。

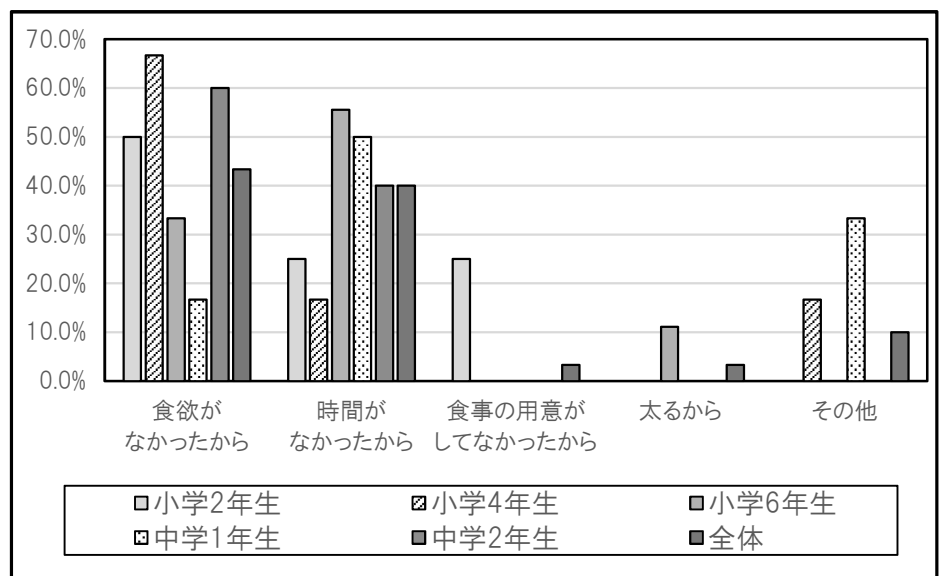


また、「食べない」と答えた児童生徒は10名おり、割合は学年を追うごとに増加傾向にあり、中学校2年生が2.9%であった。

(ア) - a 「あまり食べない」「食べない」を選んだ人にたずねます。食べない日があるのはどうしてですか（問8）

| | 食欲がなかったから | 時間がなかったから | 食事の用意がしてなかったから | 太るから | その他 |
|-------|-----------|-----------|----------------|-------|-------|
| 小学2年生 | 50.0% | 25.0% | 25.0% | 0.0% | 0.0% |
| 小学4年生 | 66.7% | 16.7% | 0.0% | 0.0% | 16.7% |
| 小学6年生 | 33.3% | 55.6% | 0.0% | 11.1% | 0.0% |
| 中学1年生 | 16.7% | 50.0% | 0.0% | 0.0% | 33.3% |
| 中学2年生 | 60.0% | 40.0% | 0.0% | 0.0% | 0.0% |
| 全体 | 43.3% | 40.0% | 3.3% | 3.3% | 10.0% |

食べない理由は「食欲がなかったから」が多く、次に「時間がなかったから」が多かった。

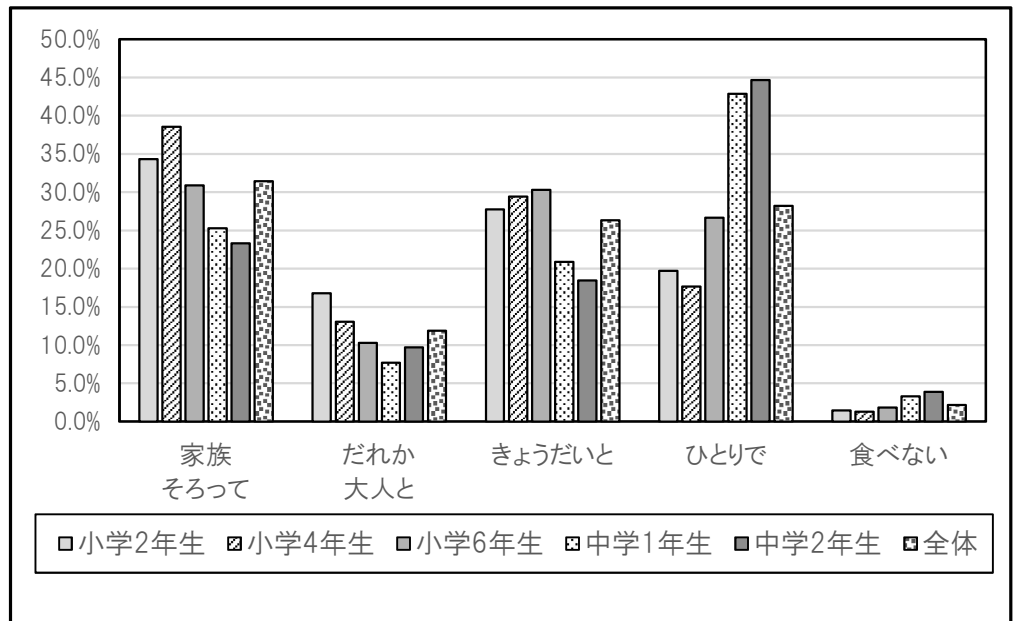


(イ) 朝食は誰と食べますか（問9）

| | 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 |
|-------|--------|--------|--------|-------|------|
| 小学2年生 | 34.3% | 16.8% | 27.7% | 19.7% | 1.5% |
| 小学4年生 | 38.6% | 13.1% | 29.4% | 17.6% | 1.3% |
| 小学6年生 | 30.9% | 10.3% | 30.3% | 26.7% | 1.8% |
| 中学1年生 | 25.3% | 7.7% | 20.9% | 42.9% | 3.3% |
| 中学2年生 | 23.3% | 9.7% | 18.4% | 44.7% | 3.9% |
| 全体 | 31.4% | 11.9% | 26.3% | 28.2% | 2.2% |

「家族そろって食べる」児童生徒は、小学生 34.5%、中学生 24.2%であった。「ひとりで食べる」と答えた児童生徒は、小学生 21.5%、中学生 43.8%であった。学年が上がるにつれて、その割合は高くなる傾向にあった。前回の調査と比較すると、小学生は7.5%、中学生は4.2%減り“孤食”の割合は小中共に減少した。きょうだいと一緒に食

べているのは、小学生 29.2%、中学生 19.6%であった。

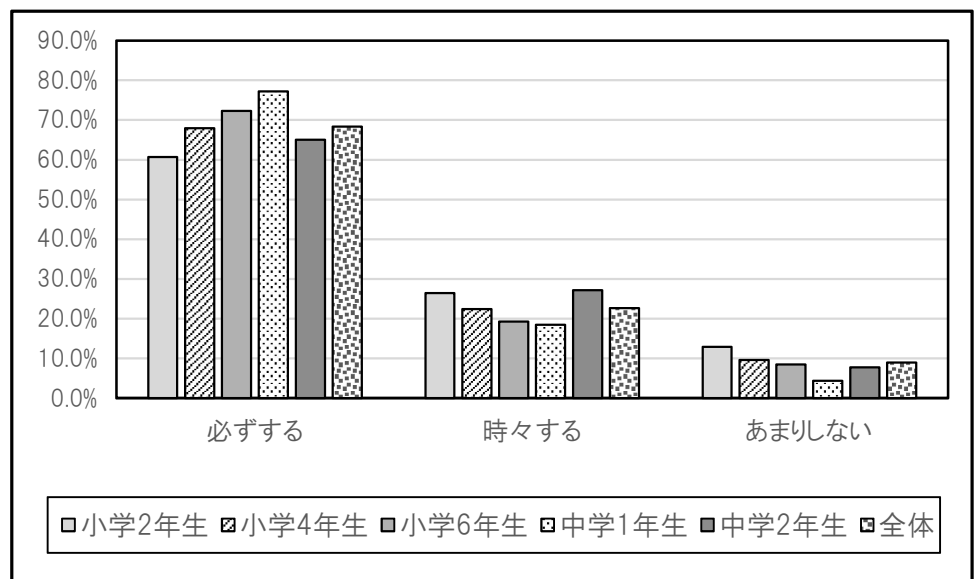


イ 「食事のマナーについて」

(ア) 食事の時に「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしていますか (問14)

| | 必ずする | 時々する | あまりしない |
|-------|-------|-------|--------|
| 小学2年生 | 60.7% | 26.4% | 12.9% |
| 小学4年生 | 67.9% | 22.4% | 9.6% |
| 小学6年生 | 72.3% | 19.3% | 8.4% |
| 中学1年生 | 77.2% | 18.5% | 4.3% |
| 中学2年生 | 65.0% | 27.2% | 7.8% |
| 全体 | 68.3% | 22.7% | 9.0% |

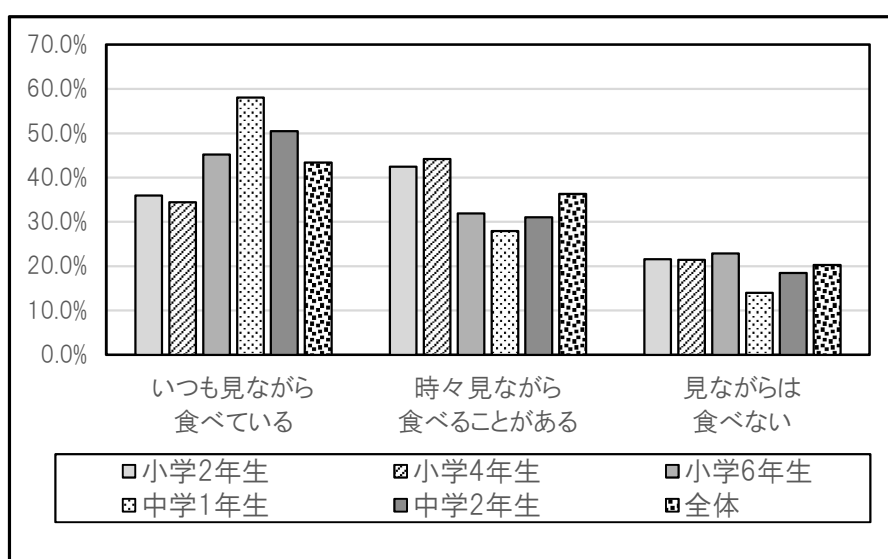
小中全体では「必ずする」68.3%、「時々する」22.7%、「あまりしない」9.0%であった。学年別でみると、中学校1年生が「必ずする」生徒が77.2%と1番多かった。



(イ) 家で食事をする時、テレビを見ながら食べていますか（問 15）

| | いつも見ながら 食べている | 時々見ながら 食べることがある | 見ながらは 食べない |
|-------|------------------|--------------------|---------------|
| 小学2年生 | 36.0% | 42.4% | 21.6% |
| 小学4年生 | 34.4% | 44.2% | 21.4% |
| 小学6年生 | 45.2% | 31.9% | 22.9% |
| 中学1年生 | 58.1% | 28.0% | 14.0% |
| 中学2年生 | 50.5% | 31.1% | 18.4% |
| 全体 | 43.4% | 36.3% | 20.3% |

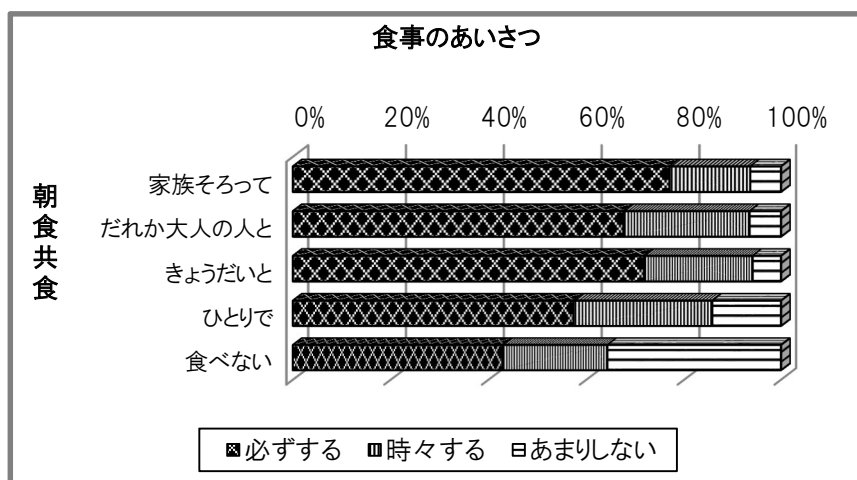
「いつも見ながら食べている」と答えた児童生徒は、全体で43.4%であり、「見ながらは食べない」と答えた児童生徒は20.3%であった。中学校1年生が「いつも見ながら食べている」生徒が58.1%と1番多く、次に中学校2年生50.5%であった。「見ながらは食べない」小学生はどの学年も約2割強であった。



食事中にテレビがついている風景が日常となっている様子が伺える。

☆ 朝食共食とマナーの関係

朝食を「家族そろって食べる」と回答した児童生徒が食事の時に「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつを「必ずする」割合は高く、77.0%であった。一方、朝食を「食べない」と回答した児童生徒については42.9%が「必ずする」と回答し、35.7%の児童生徒は「あまりしない」と回答した。



(3) 大人の食生活

平成30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）

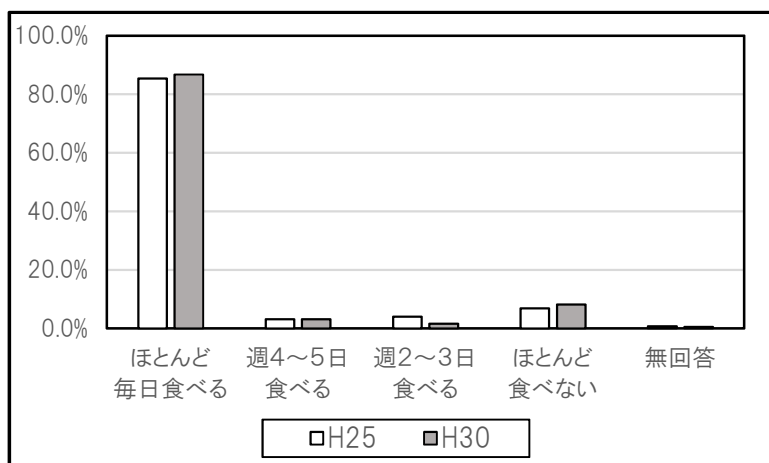
保健推進員及び食の健康づくり推進員を通して、20代以上を対象に400人配布し、回収できたのは383人で、回収率は95.8%でした。

ア 食事全体について

(ア) あなたは、朝食を食べますか。(問9)

| | 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 |
|-----|-----------|----------|----------|----------|------|
| H30 | 86.7% | 3.1% | 1.6% | 8.1% | 0.5% |
| H25 | 85.4% | 3.1% | 4.0% | 6.8% | 0.7% |

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1.3ポイント増えて86.7%と最も高くなっている。しかし、「ほとんど食べない」も増えている。

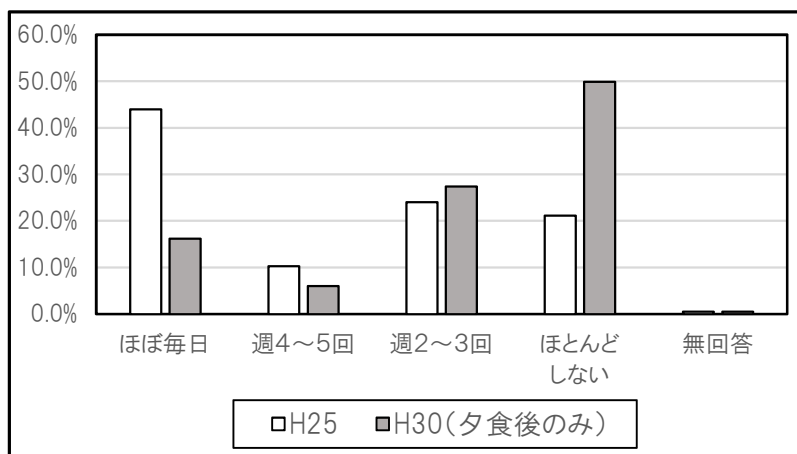


(イ) あなたは、夕食後に間食をしますか。(問10)

| | ほぼ毎日 | 週4～5回 | 週2～3回 | ほとんどしない | 無回答 |
|-----|-------|-------|-------|---------|------|
| H30 | 16.2% | 6.0% | 27.4% | 49.9% | 0.5% |
| H25 | 44.0% | 10.3% | 24.0% | 21.1% | 0.5% |

※H25 調査「あなたは間食をしますか」

「夕食後に間食をほとんどしない」が約半数を占める。しかし、「ほぼ毎日」も16.2%を占めている。

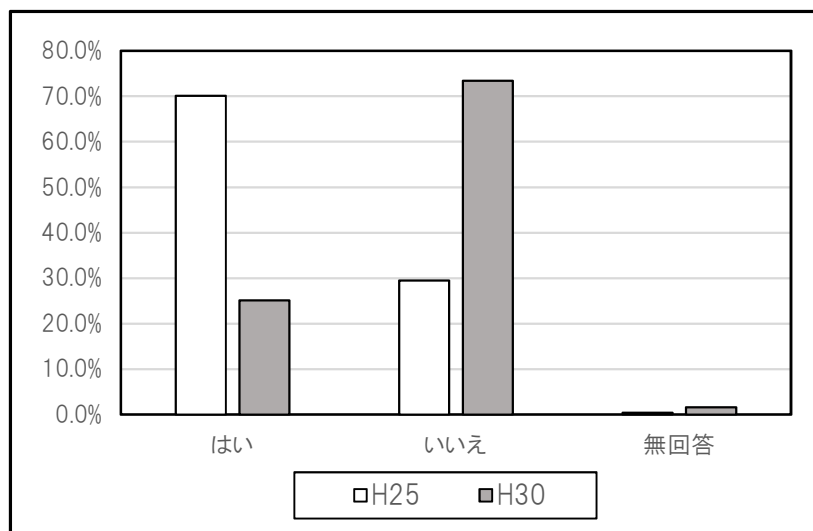


(ウ) あなたは、1日最低1食は、30分以上かけてゆっくり食べるようにしていますか。(問12)

| | はい | いいえ | 無回答 |
|-----|-------|-------|------|
| H30 | 25.1% | 73.4% | 1.6% |
| H25 | 70.1% | 29.5% | 0.4% |

※H25調査「1日最低1食きちんとした食事を、家族などと2人以上で30分以上かけてとっていますか。」

ゆっくり食事をとっているかについて、「はい」が25.1%、「いいえ」が73.4%となっている。

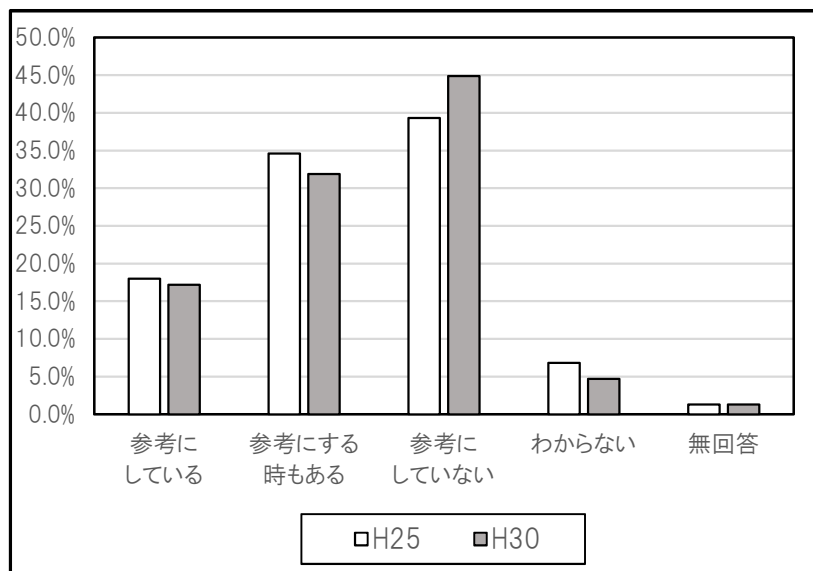


(エ) あなたは、外食や食品を購入するとき、カロリーなどの栄養成分表示を参考にしますか。(問14)

| | 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 |
|-----|-------------|---------------|--------------|-------|------|
| H30 | 17.2% | 31.9% | 44.9% | 4.7% | 1.3% |
| H25 | 18.0% | 34.6% | 39.3% | 6.8% | 1.3% |

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、約半数の人が参考にしている。

しかし、「参考にしていない」が44.9%と最も高くなっている。

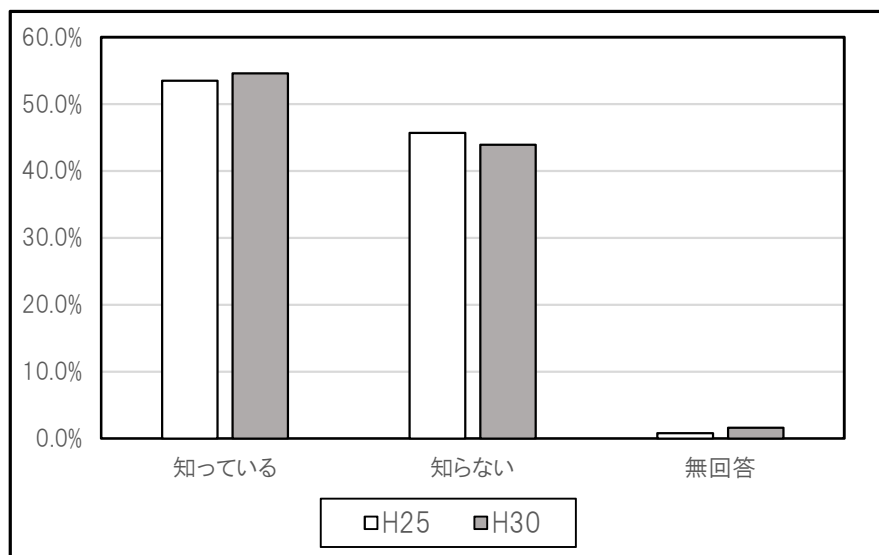


(オ) あなたは、自分の適正体重を維持することのできる食事量・内容を知っていますか。(問 15)

| | 知っている | 知らない | 無回答 |
|-----|-------|-------|------|
| H30 | 54.6% | 43.9% | 1.6% |
| H25 | 53.5% | 45.7% | 0.8% |

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54.6%、「知らない」が43.9%となっている。

前回と比べて「食事量・内容を知っている」人が、1.1ポイント増えている。

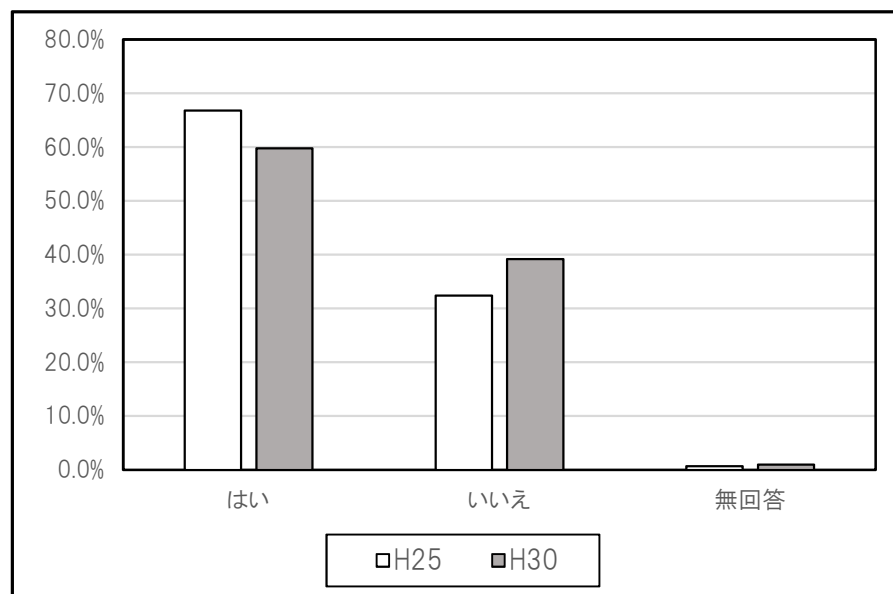


<問 15で「1 知っている」と回答した人>

(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・内容に気をつけていますか。(問 15①)

| | はい | いいえ | 無回答 |
|-----|-------|-------|------|
| H30 | 59.8% | 39.2% | 1.0% |
| H25 | 66.8% | 32.4% | 0.7% |

食事量・内容に気をつけているかについて、「はい」が59.8%、「いいえ」が39.2%となっている。食事量・内容を知っていて、実際に気をつけている人は、前回調査より7ポイント減少している。

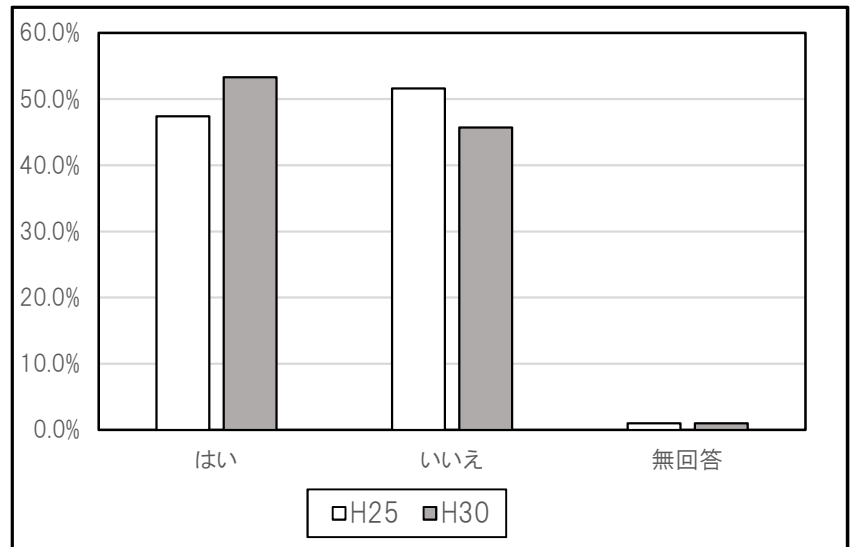


イ 塩分について

(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 |
|-----|-------|-------|------|
| H30 | 53.3% | 45.7% | 1.0% |
| H25 | 47.4% | 51.6% | 1.0% |

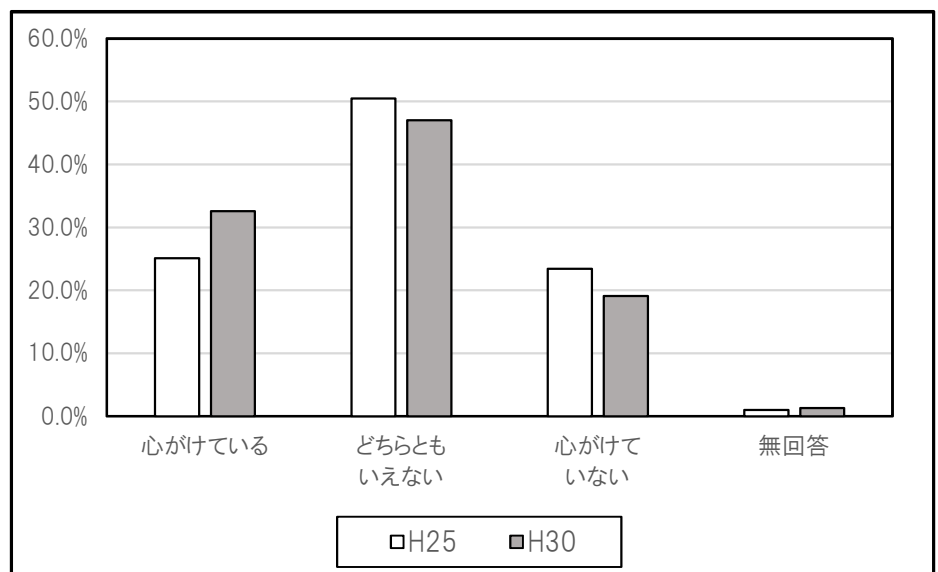
食塩摂取量を知っているかについて、「はい」が53.3%、「いいえ」が45.7%となっている。塩分摂取量は8g未満が望ましいことを知っている人が、5.9ポイント増加した。



(イ) あなたは料理のうす味を心がけていますか。(問18)

| | 心がけている | どちらとも いえない | 心がけていない | 無回答 |
|-----|--------|---------------|---------|------|
| H30 | 32.6% | 47.0% | 19.1% | 1.3% |
| H25 | 25.1% | 50.5% | 23.4% | 1.0% |

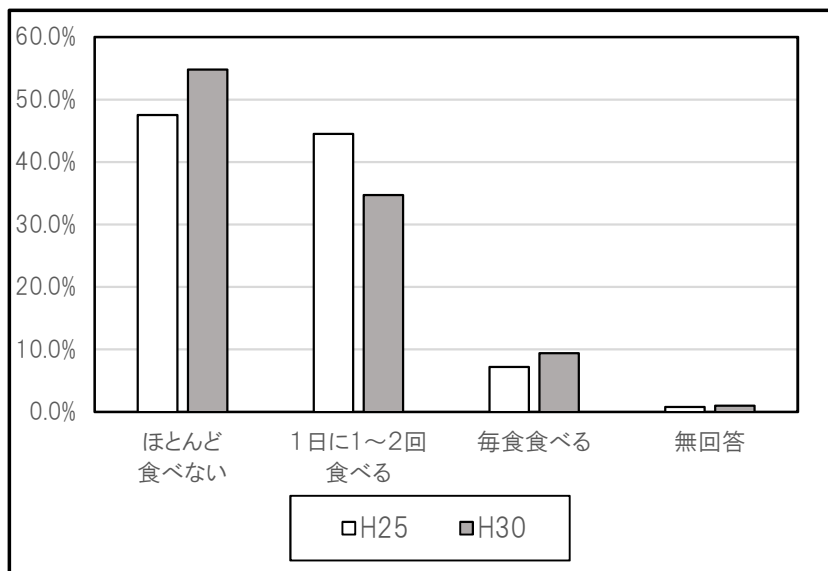
料理の味付けについて、うす味を「心がけている」が32.6%、「どちらともいえない」が47.0%、「心がけていない」が19.1%となっている。前回調査より「心がけている」人が7.5ポイント増加した。



(ウ) あなたは、漬け物やつくだ煮などを食べますか。(問 19)

| | ほとんど食べない | 1日に1～2回食べる | 毎食食べる | 無回答 |
|-----|----------|------------|-------|------|
| H30 | 54.8% | 34.7% | 9.4% | 1.0% |
| H25 | 47.5% | 44.5% | 7.2% | 0.8% |

漬け物類を食べる頻度について、「ほとんど食べない」が最も多く 54.8%、「1日に1～2回食べる」が 34.7%、「毎食食べる」が 9.4% となっている。

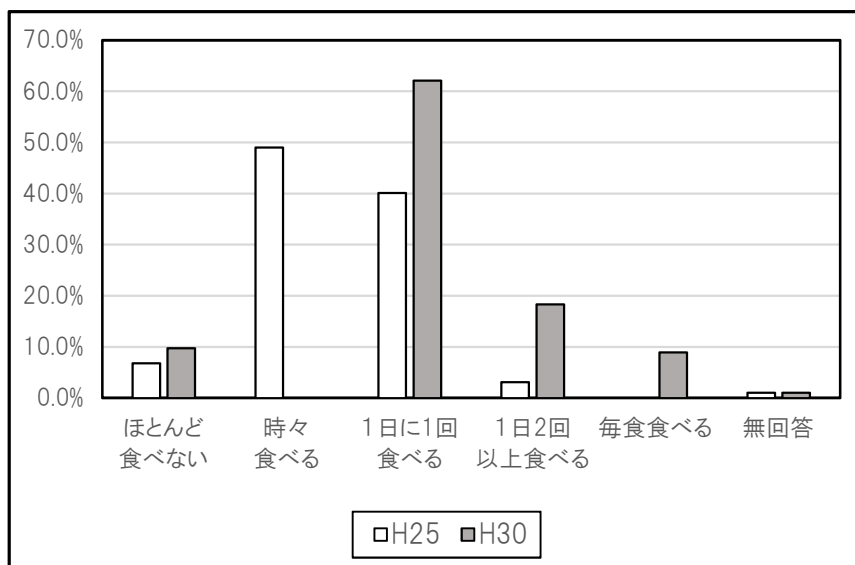


ウ 脂質について

(ア) あなたは、バター（マーガリン含む）、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 21)

| | ほとんど食べない | 時々食べる | 1日に1回食べる | 1日2回以上食べる | 毎食食べる | 無回答 |
|-----|----------|-------|----------|-----------|-------|------|
| H30 | 9.7% | - | 62.1% | 18.3% | 8.9% | 1.0% |
| H25 | 6.8% | 49.0% | 40.1% | 3.1% | - | 1.0% |

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 2.9 ポイント増加し 9.7% であった。一方、「毎食食べる」と答えた人も 8.9% を占めた。

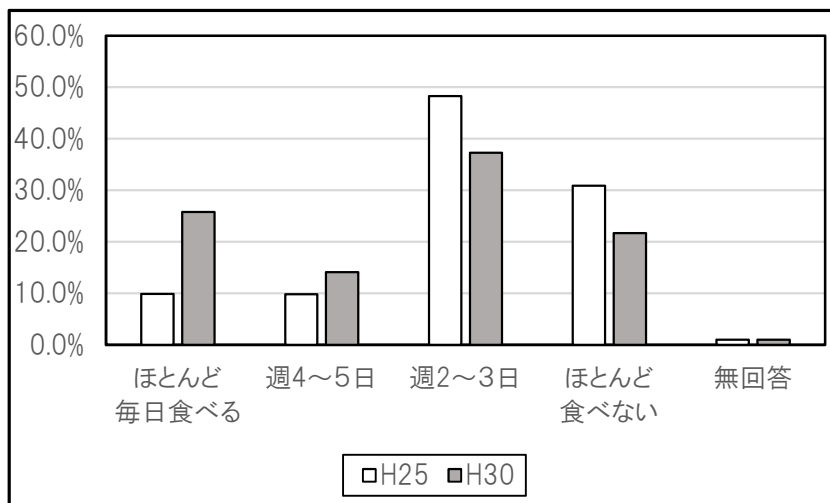


(イ) あなたは、ジュース、菓子（菓子パン含む）、ファーストフードの食品を週にどのくらい食べますか。（問 22）

| | 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 |
|-----|-----------|-------|-------|----------|------|
| H30 | 25.8% | 14.1% | 37.3% | 21.7% | 1.0% |
| H25 | 9.9% | 9.8% | 48.3% | 30.9% | 1.0% |

※H25 調査時は質問中に「ジュース」含まず。

菓子などの食品を食べる頻度について、「ほとんど毎日食べる」と答えた人が 25.8%、「ほとんど食べない」と答えた人は 21.7%となっている。



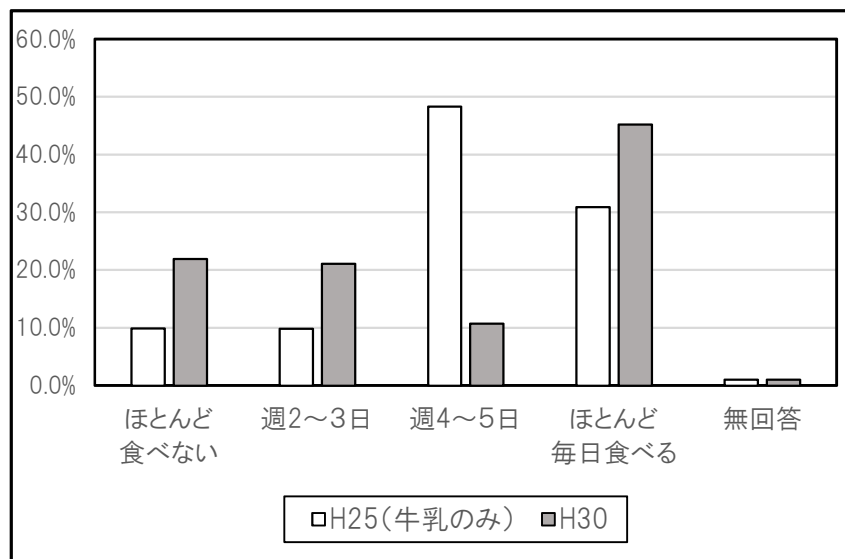
エ カルシウムについて

(ア) あなたは、牛乳、乳製品を食べますか。（牛乳 1 本＝200ml）（問 23）

| | ほとんど食べない | 週2～3日 | 週4～5日 | ほとんど毎日食べる | 無回答 |
|---------------|----------|-------|-------|-----------|------|
| H30 | 21.9% | 21.1% | 10.7% | 45.2% | 1.0% |
| H25 (牛乳のみ) | 9.9% | 9.8% | 48.3% | 30.9% | 1.0% |

※H25 調査時は「牛乳」のみ

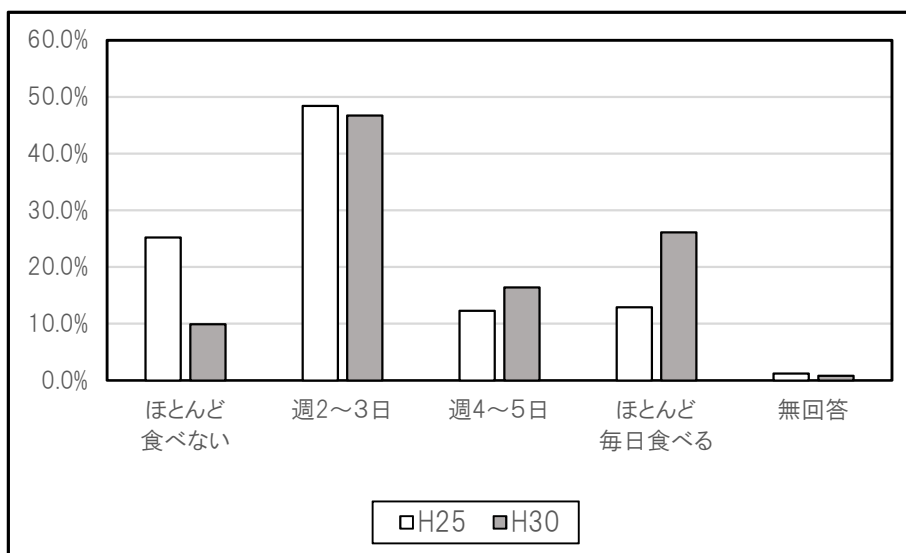
牛乳、乳製品について、「ほとんど毎日食べる」が 45.2%と最も高く、一方「ほとんど食べない」は 21.9%となっている。



(イ) あなたは、牛乳、乳製品以外でカルシウムを多く含む食品（小魚、海草、大豆製品）を週にどのくらい食べますか。（問 24）

| | ほとんど 食べない | 週2～3日 | 週4～5日 | ほとんど 毎日食べる | 無回答 |
|-----|--------------|-------|-------|---------------|------|
| H30 | 9.9% | 46.7% | 16.4% | 26.1% | 0.8% |
| H25 | 25.2% | 48.4% | 12.3% | 12.9% | 1.2% |

小魚や海草を食べる頻度について、「ほとんど毎日食べる」人が 26.1%で、最も多いのは「週2～3日」食べる人で 46.7%となっている。「ほとんど食べない」人も 9.9%いる。

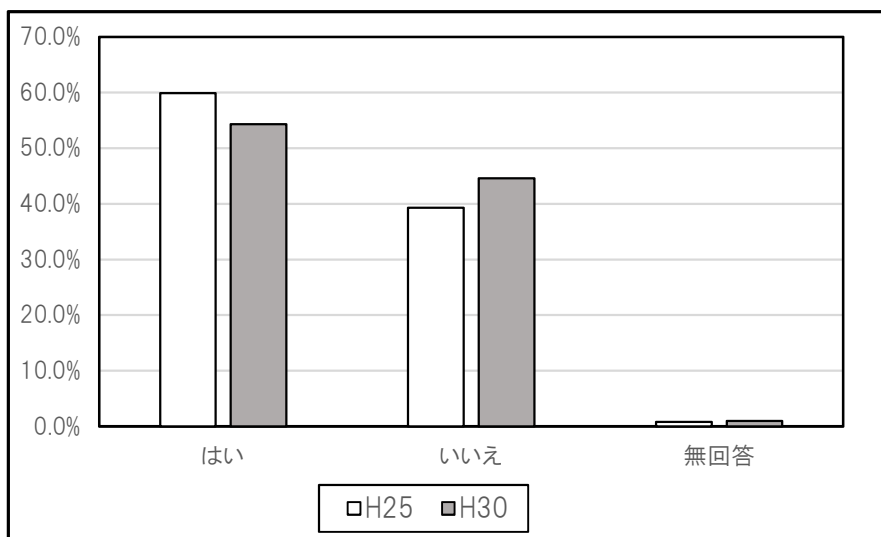


オ 野菜・果物について

(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）食べることが望ましいということを知っていますか。（問 25）

| | はい | いいえ | 無回答 |
|-----|-------|-------|------|
| H30 | 54.3% | 44.6% | 1.0% |
| H25 | 59.9% | 39.3% | 0.8% |

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、5.6ポイント減少し 54.3%となっている。「いいえ」が 44.6%となっている。

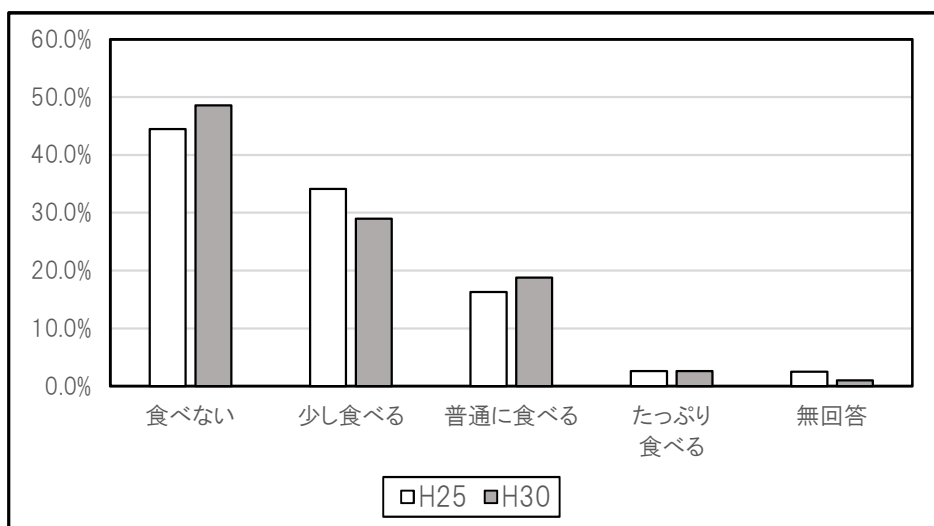


(イ) あなたは、1食に野菜をどのくらい食べていますか。(問26)

a 朝食

| | 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 |
|-----|-------|-------|--------|---------|------|
| H30 | 48.6% | 29.0% | 18.8% | 2.6% | 1.0% |
| H25 | 44.5% | 34.1% | 16.3% | 2.6% | 2.5% |

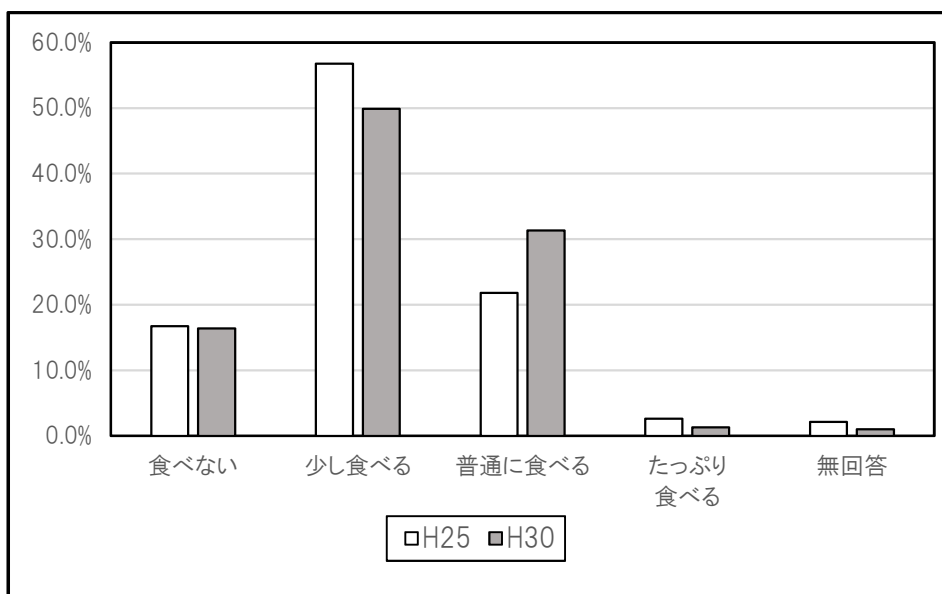
朝食の野菜摂取量について、「食べない」が4.1ポイント増加し、48.6%で最も多くなっています。



b 昼食

| | 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 |
|-----|-------|-------|--------|---------|------|
| H30 | 16.4% | 49.9% | 31.3% | 1.3% | 1.0% |
| H25 | 16.7% | 56.8% | 21.8% | 2.6% | 2.1% |

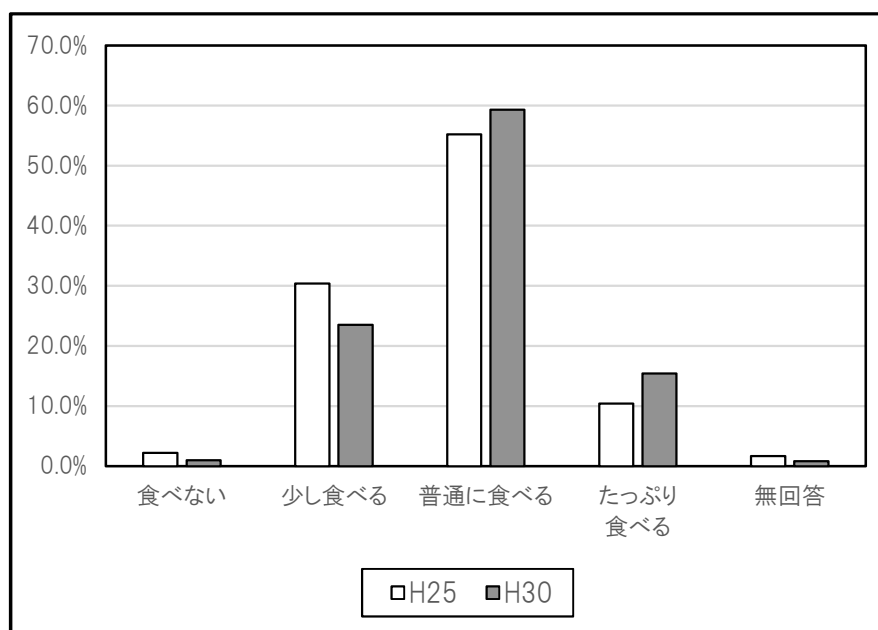
昼食の野菜摂取量について、「少し食べる」と答えた人が6.9ポイント減少し49.9%と全体の約半数を占めている。「普通に食べる」と答えた人は9.5ポイント増加し、31.3%となっている。



c 夕食

| | 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 |
|-----|------|-------|--------|---------|------|
| H30 | 1.0% | 23.5% | 59.3% | 15.4% | 0.8% |
| H25 | 2.2% | 30.4% | 55.2% | 10.4% | 1.7% |

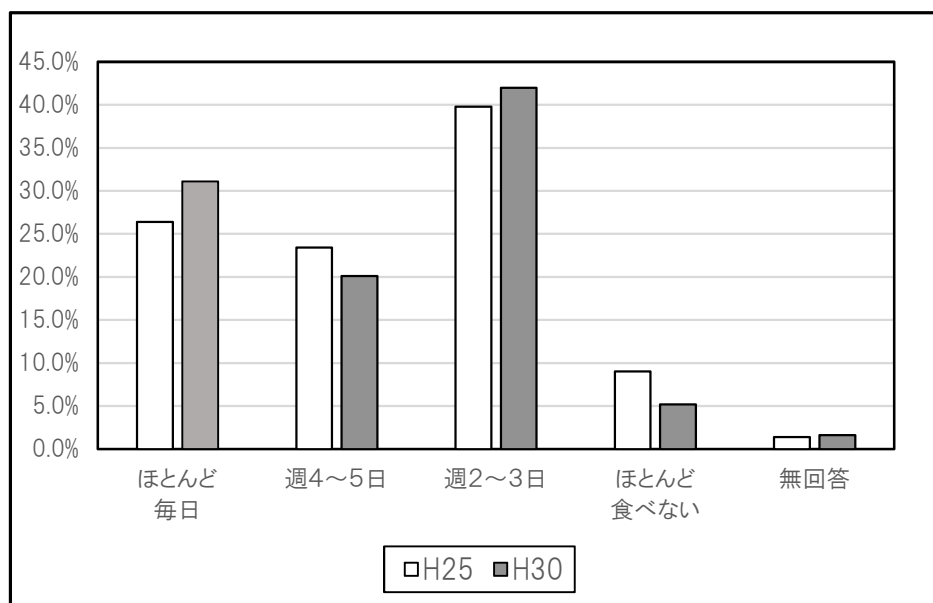
夕食の野菜摂取量について、「普通に食べる」と答えた人が4.1ポイント増加し59.3%となっている。「たっぷり食べる」と答えた人が5ポイント増加し15.4%となっている。全体的に摂取量が増えていることが伺われる。



(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27）

| | ほとんど毎日 | 週4～5日 | 週2～3日 | ほとんど食べない | 無回答 |
|-----|--------|-------|-------|----------|------|
| H30 | 31.1% | 20.1% | 42.0% | 5.2% | 1.6% |
| H25 | 26.4% | 23.4% | 39.8% | 9.0% | 1.4% |

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4.7ポイント増加し31.1%、「ほとんど食べない」と答えた人が3.8ポイント減少し5.2%となった。全体的に摂取回数が増加していると考えられる。

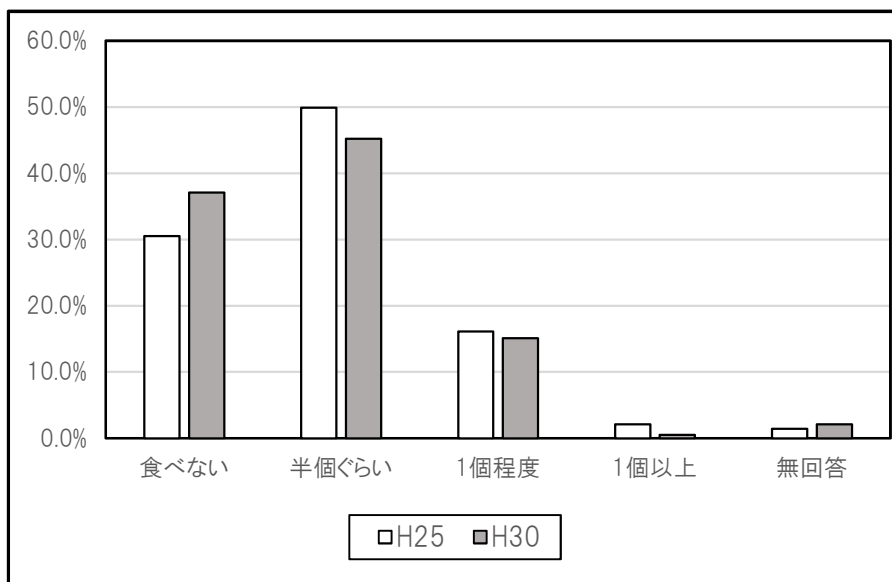


(エ)あなたは、果物を1日にどのくらい食べていますか。(1個は中位のリンゴ程度)
(問 28)

| | 食べない | 半個ぐらい | 1個程度 | 1個以上 | 無回答 |
|-----|-------|-------|-------|------|------|
| H30 | 37.1% | 45.2% | 15.1% | 0.5% | 2.1% |
| H25 | 30.5% | 49.9% | 16.1% | 2.1% | 1.4% |

1日の果物の摂取量について、「半個ぐらい」と答えた人が4.7ポイント減少し45.2%となっている。

また「食べない」と答えた人が、6.6ポイント増加し37.1%となっている。



※各回答項目の割合(%)は、無回答及び端数処理の関係上(小数点第2位を四捨五入)、合計が100%にならない場合があります。

3 市民の食育に対する関心事項

平成30年8月に秘書企画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）

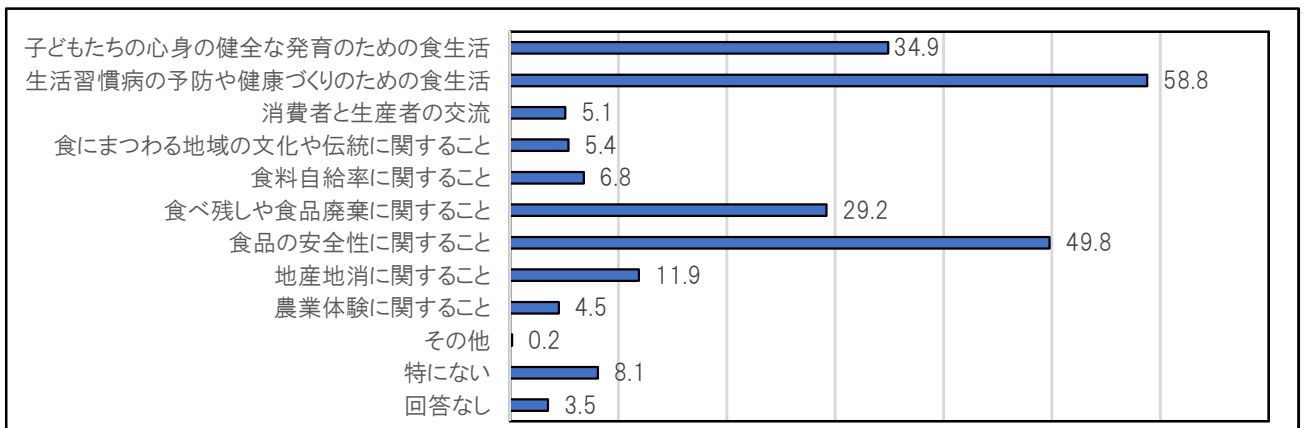
20歳以上の市民から、4,000人を層化無作為にて抽出し、回収数は1,292で回収率は32.2%でした。

食育に対する関心事項（問22）

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】

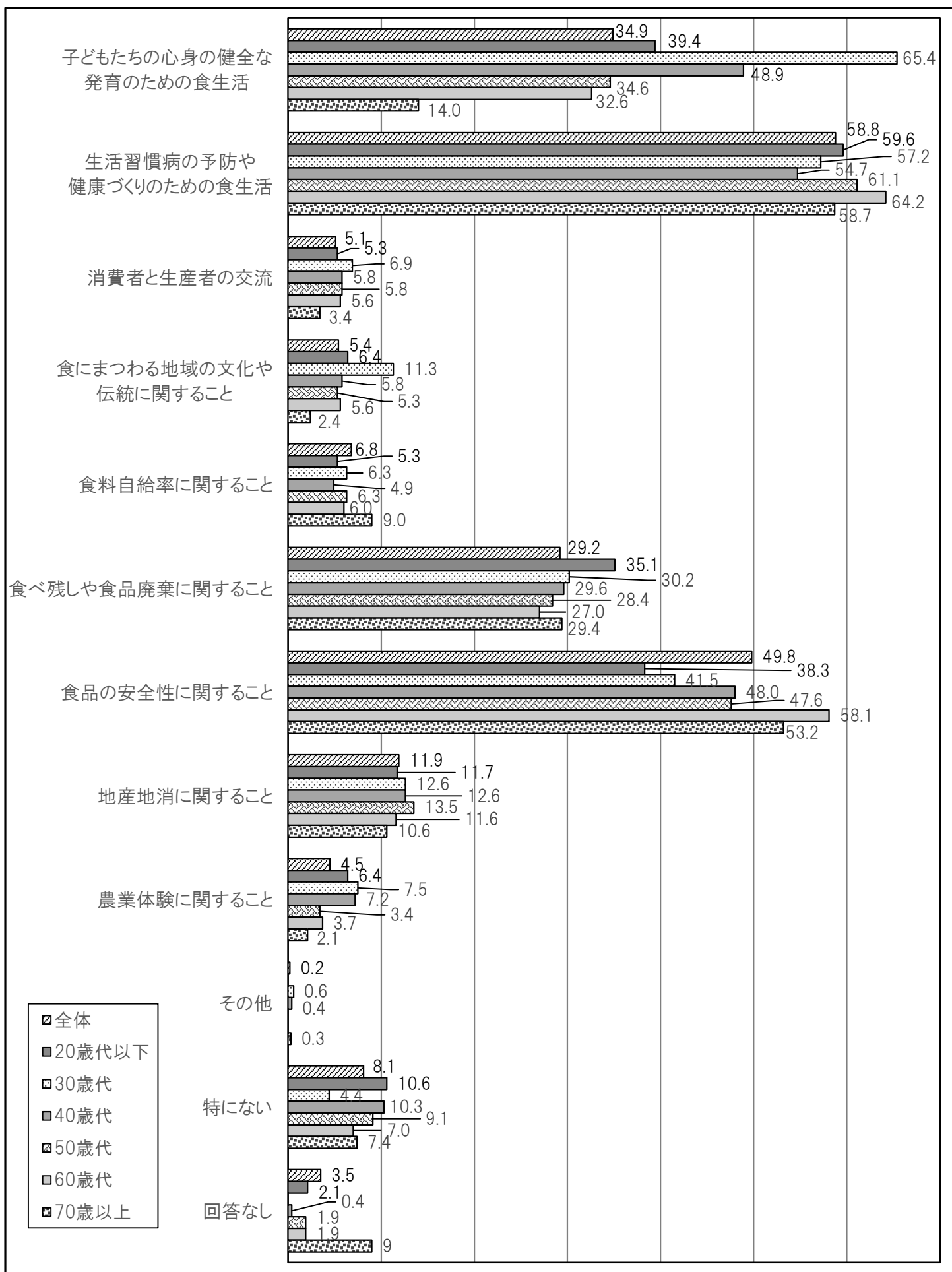
※食育：自らの食について考える習慣や食に関する様々な知識と食を選択する判断力を楽しく身に付けるための学習などの取組

- 「生活習慣病の予防や健康づくりのための食生活」が58.8%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49.8%、「子どもたちの心身の健全な発育のための食生活」が34.9%、「食べ残しや食品廃棄に関すること」が29.2%、「地産地消に関すること」が11.9%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65.4%と最も多く、70歳以上が14.0%で最も少なく、その差は51.4ポイントとなっています。
- 「生活習慣病の予防や健康づくりのための食生活」では、60歳代が64.2%と最も多く、40歳代が54.7%で最も少なく、その差は9.5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58.1%と年齢が高くなるにつれて回答の割合が高くなっています。
- 「食べ残しや食品廃棄に関すること」については、20歳代以下で35.1%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13.5%と他の年齢よりも若干高くなっていますが、あまり大きな差はみられません。



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^{しんし}に学び、豊かな心を^{はぐく}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。

く … 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CO₂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

今後の行動目標及びその施策

第4章 今後の行動目標及びその施策

1 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 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。

| 施 策 |
|--|
| 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。

| 施 策 |
|---|
| 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* |
| 健幸伝道師による野菜の摂取量を増やすための健康教育を実施 |

○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。

| |
|-----------------------------|
| 施 策 |
| 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。

| |
|--|
| 施 策 |
| 健康フェアの「食の健康コーナー」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。

| |
|---|
| 施 策 |
| 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「食の健康コーナー」等において、「生活習慣病予防」についての展示や栄養教室などの実施* |

○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。

| |
|--|
| 施 策 |
| 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* |

○「^{はちまるにいます}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。

| 施 策 |
|---|
| 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。

| 施 策 |
|--|
| 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。

| 施 策 |
|--|
| 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食育に関する教室を実施* |

○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。

| 施 策 |
|---|
| 「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。

| 施 策 |
|-----|
|-----|

| |
|--|
| 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。

| 施 策 |
|-----|
|-----|

| |
|----------------------|
| 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、「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の健康づくり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

< … くらしにやさしい 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。

| 施 策 |
|--|
| 野菜の広場やJA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 |
| 野菜の広場、JA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。

| 施 策 |
|--|
| 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* |

○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。

| 施 策 |
|---|
| 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。

| 施 策 |
|---------------------------------|
| 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* |
| 食品ロスの削減やフードドライブに協力を呼び掛ける広報記事を掲載 |

- 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。

| 施 策 |
|----------------------|
| 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。

| 施 策 |
|------------------------|
| 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

ら … らくらく学ぶ 正しい食育 (啓発)

<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。

| 施 策 |
|--|
| 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(子ども発達支援施設)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。

| 施 策 |
|--|
| 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食育に関する教室を実施*(再掲) |

○ホームページや広報紙などの情報媒体を活用し、食の情報発信に努めましょう。

| 施 策 |
|-------------------------------------|
| 献立表や給食だよりで、「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。

| 施 策 |
|--|
| 「食育」を盛り込んだ企画や保健推進員活動で幼児向けの食育に関する教室を実施*(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) |
| 岩倉市学校給食センターの調理場の見学通路や食育コーナーを利用した啓発 |
| 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。

| 施 策 |
|-----------------------------|
| 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。

| 施 策 |
|--|
| 食育シンポジウム等の開催 |
| 食の健康づくり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、食の健康づくり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。

| 施 策 |
|---|
| 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組み

2 数値目標

| 基本 指針 | 指標 | 現状値(最新) | 目標値(R6) |
|--|--|----------------------------|---------|
| い | 毎日朝食を食べる人の割合 | 乳幼児 90.9%(R1.9) | 95.0% |
| | | 小中学生 79.8%(H30.3) | 92.0% |
| | | 成人 86.7%(H30.3) | 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) | 54.3%(H30.3) | 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) | 31.1%(H30.3) | 40.0%以上 |
| | 肥満者の割合の減少(健 21) (BMI25 以上) | 20～60 歳代男性 24.5%(H30.3) | 21.0%以下 |
| | | 40～60 歳代女性 15.7%(H30.3) | 15.0%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) | 997 人(H30.3) | 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 41.7%(H30.3) | 50.0%以上 | |

| 基本 指針 | 指標 | 現状値(最新) | 目標値(R6) |
|--------------------------------------|------------------------------------|---|------------------------------|
| わ | 保育園や小学校での農業 体験 | 小学校 5校(R1.9) 保育園 7園(R1.9) | 5校 7園 |
| | 市民農園区画数 | 163 区画(R1.9) | 163 区画 |
| | 農業体験塾の耕作面積と 参加者数 | 耕作面積 4,969 m ² 参加者数 31 人(H31.4) | 6,000 m ² 40 人 |
| | 給食だより等の発刊 | 保育園 15 回(H30 年度) 小中学校 15 回(H30 年度) | 15 回 15 回 |
| | 朝食が一人の食事頻度の 減少 | 乳幼児 6.4%(R1.9) 小中学生 28.2%(H30.3) | 5.0% 25.0% |
| | 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 49.0%(H30.3) 料理の手伝い 49.0%(H30.3) 自分の食器の準備・片付け 67.0%(H30.3) | 65.0% 50.0% 73.0% |
| く | 野菜の広場などの販売点 数 | 野菜の広場 約 55,000 点(H30 年度) | 約 60,000 点 |
| | 産直センター部会員数 | 部会員数 85 人(H31.4) | 90 人 |
| | 学校給食での地産地消 | 県内産利用割合 38.0%(R1.9) | 42.0% |
| | | 市内産利用割合 2.3%(R1.9) | 5.0% |
| | 給食での岩倉産米の使用 割合 | 保育園 100%(H30 年度) 小中学校 100%(H30 年度) | 100% 100% |
| | レジ袋辞退率 | 88.8%(H30 年度) | 90.0% |
| | 地産地消などの食の安心・ 安全 | 市民意向調査満足度 83.1%(H30.9) | 85.0% |
| 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 49.1%(H30.3) | 60.0% | |

| 基本 指針 | 指標 | 現状値(最新) | 目標値(R6) |
|------------------------|--------------------------------|----------------------------------|---------|
| ら | 給食だより等の発刊(再掲) | 保育園 15回(H30年度) | 15回 |
| | | 小中学校 15回(H30年度) | 15回 |
| | 講座等の開催数 | 栄養教室 3回(H30年度) | 3回 |
| | 名古屋コーチンを使用した料理教室(消費生活講座) | 開催数 2回(H30年度) | 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 22.5%(H30.3) | 25.0% |
| | | 「生活習慣病」を知っている 79.1%(H30.3) | 80.0% |
| 食の健康づくり推進員活動の研修会・講座の開催 | 研修会・講座開催数 12回(H30年度) | 12回 | |
| 食育シンポジウム等の開催 | 開催数 1回(H30年度) | 1回 | |

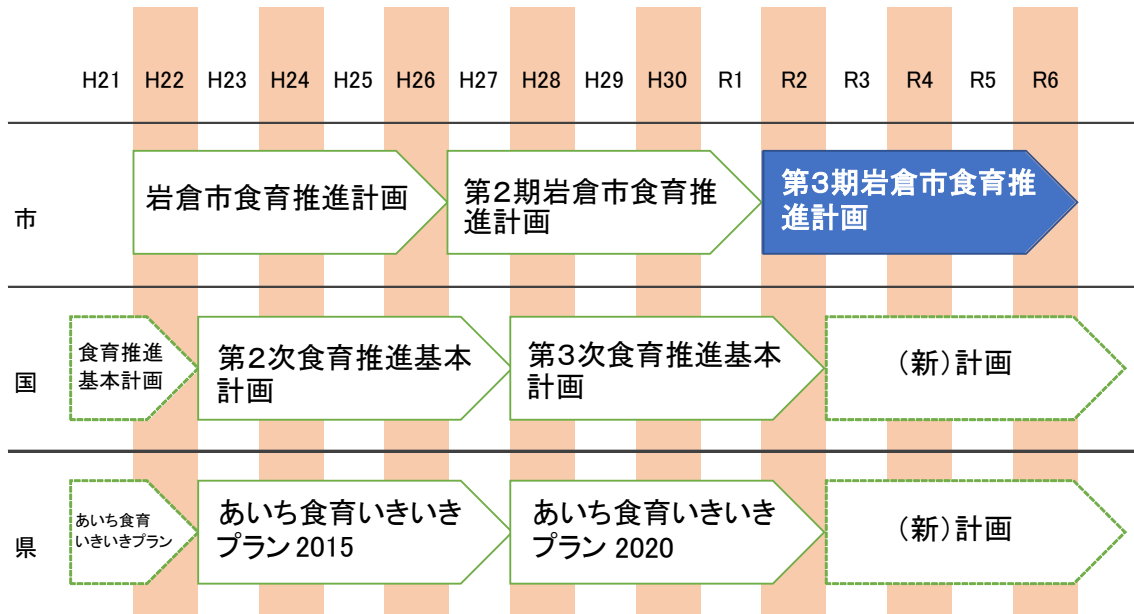
※(健21)：健康いわくら21の指標については、健康いわくら21(第2次)の令和4年度までの目標値を記載

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

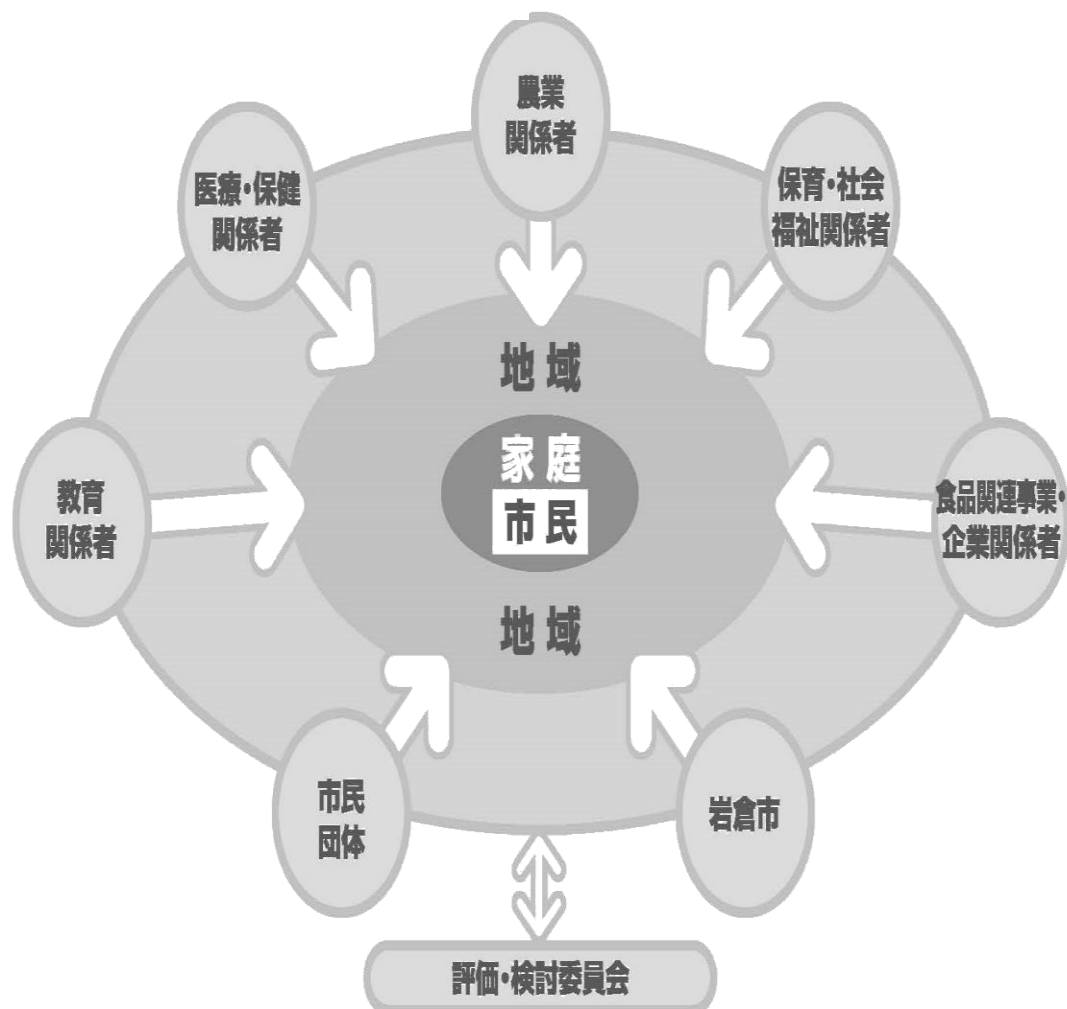


2 計画の推進体制

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、「岩倉市健康づくり計画 健康いわくら 21（第2次）」が令和4年度で終了するため、必要に応じて内容の見直しを行います。



参考資料

岩倉市食育推進計画に係る懇談会設置要綱

(目的及び設置)

第1条 本市における食育に関する取り組みを総合的かつ計画的に推進していくことを目的に食育推進計画を策定するにあたり、関係団体、関係機関等から意見を聴取するため、岩倉市食育推進計画に係る懇談会（以下「懇談会」という。）を設置する。

(組織)

第2条 懇談会は、委員15人以内で組織する。

2 委員は次に掲げる者のうちから、市長が委嘱する。

- (1) 生産・流通関係者
- (2) 教育・子育て関係者
- (3) 健康推進関係者
- (4) 地域活動関係者
- (5) その他、市職員の中から市長が指名する専門職

3 必要に応じ、懇談会内に専門部会を設置する。

(座長)

第3条 懇談会に座長を置き、委員の互選によりこれを選任する。

2 座長は会務を総理する。

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

(会議等)

第4条 懇談会の会議は、市長が招集し、座長が議長となる。

2 座長は、必要に応じ、懇談会に関係者の出席を求め、意見を聞くことができる。

(任期)

第5条 委員の任期は、食育推進計画策定の日までとする。

(庶務)

第6条 懇談会の庶務は、建設部商工農政課において処理する。

(その他)

第7条 この要綱に定めるもののほか、懇談会の運営に必要な事項は、座長が別に定める。

附 則

この要綱は、平成21年8月6日から施行する。

この要綱は、令和元年10月18日から施行する。

岩倉市食育推進計画に係る懇談会委員名簿

| 役 職 | 氏 名 | 所 属 |
|------|---------|--------------------------|
| 座長 | 船橋 哲夫 | J A 愛知北産直センター農作物産直部会 委員長 |
| 職務代理 | 石黒 文浩 | 愛知北農業協同組合岩倉支店長 |
| | 大矢 ひろ子 | 消費生活モニター 委員長 |
| | 柴田 昭子 | 学校給食センター運営委員会 委員長 |
| | 関戸 誠 | 子ども会連絡協議会 会長 |
| | 小島 正憲 | 食の健康づくり推進員 代表 |
| | 小笠原 三代子 | 婦人会 会長 |
| | 白崎 節子 | 江南保健所 健康支援課 課長補佐 |
| | 井手上 静香 | 健康課 (保健師) |
| | 鳥井 聡美 | 子育て支援課 (管理栄養士) |
| | 小林 亜衣 | 学校給食センター (学校栄養教諭) |

| | | |
|-------|--------------|--------|
| 【事務局】 | 健康課長 | 長瀬 信子 |
| | 学校教育課長 | 石川 文子 |
| | 子育て支援課長 | 西井上 剛 |
| | 商工農政課長 | 神山 秀行 |
| | 商工農政課農政グループ長 | 高田 久嗣 |
| | 商工農政課農政グループ | 富樫 麻美子 |