

相模原市食育推進計画

相 模 原 市

はじめに

市民のライフスタイルや価値観・ニーズが多様化し、食生活や食生活を取り巻く環境が変わったことに伴い、食をめぐる状況も変化しています。

こうした中で、市民一人ひとりが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」の推進が求められています。

国においては、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、食育に関する施策を総合的かつ計画的に推進するための法律として、平成17年6月に「食育基本法」を制定し、18年3月に「食育推進基本計画」を策定しました。

相模原市では、市民の皆様とともに食育を推進するべく「食を通して市民みんなが支えあい人を育むまち さがみはら」を基本理念として、「相模原市食育推進計画」を策定いたしました。この計画では、様々な分野からとらえた課題を検証し、「個人」、「仲間」、「環境」の3つの視点で整理し推進していくこととしています。

食育の推進に当たりましては、一人ひとりが食育の意義や必要性を理解するとともに、家庭や学校、地域、その他の関係機関等が連携・協力し、具体的かつ効果的に取り組むことが必要となります。行政だけでなく、市民の皆様にも本計画の趣旨をご理解いただくとともに、関係機関等とも連携して取り組んでまいりたいと考えておりますのでご協力を賜りますようお願いいたします。

終わりに、本計画の策定に当たり、様々な角度から熱心にご議論、ご審議いただきました「相模原市食育推進計画策定委員会」の委員の皆様をはじめ、パブリックコメントなどにより、貴重なご意見、ご提言をいただきました多くの市民の皆様に、心から感謝申し上げます。

平成21年3月

相模原市長 加山 俊夫

目次

I	計画の位置づけ及び計画期間	1
1	計画の位置づけ	1
2	計画期間	1
II	食をめぐる現状と課題	2
III	計画の基本理念と推進の視点	10
1	計画の基本理念	10
2	計画推進の視点と目標	10
	(1) 計画推進における視点	10
	(2) 視点ごとの目標	10
IV	視点ごとの具体的な取り組み	12
	視点1【個人】	12
1	目標の趣旨	12
2	具体的取り組みと事例	13
	(1) 食事の向上	13
	(2) 食文化の理解	16
	(3) 食品の安全性の理解	19
	視点2【仲間】	21
1	目標の趣旨	21
2	具体的取り組みと事例	22
	(1) 共食の実践	22
	(2) 食を通じた仲間づくり	24
	(3) 食に関するグループ活動やイベント等への積極的参画	26
	視点3【環境】	27
1	目標の趣旨	27
2	具体的取り組みと事例	28
	(1) 食育に関わる人材育成・ボランティアの支援	28
	(2) 地域における食育の展開	30
	(3) 生産者・食品関連事業者における食育の展開	32
	(4) 食育実践内容を活用するためのネットワークづくり	34
V	計画の成果指標及び推進体制	35
1	計画の成果指標	35
2	計画の推進体制	36

<参考資料>

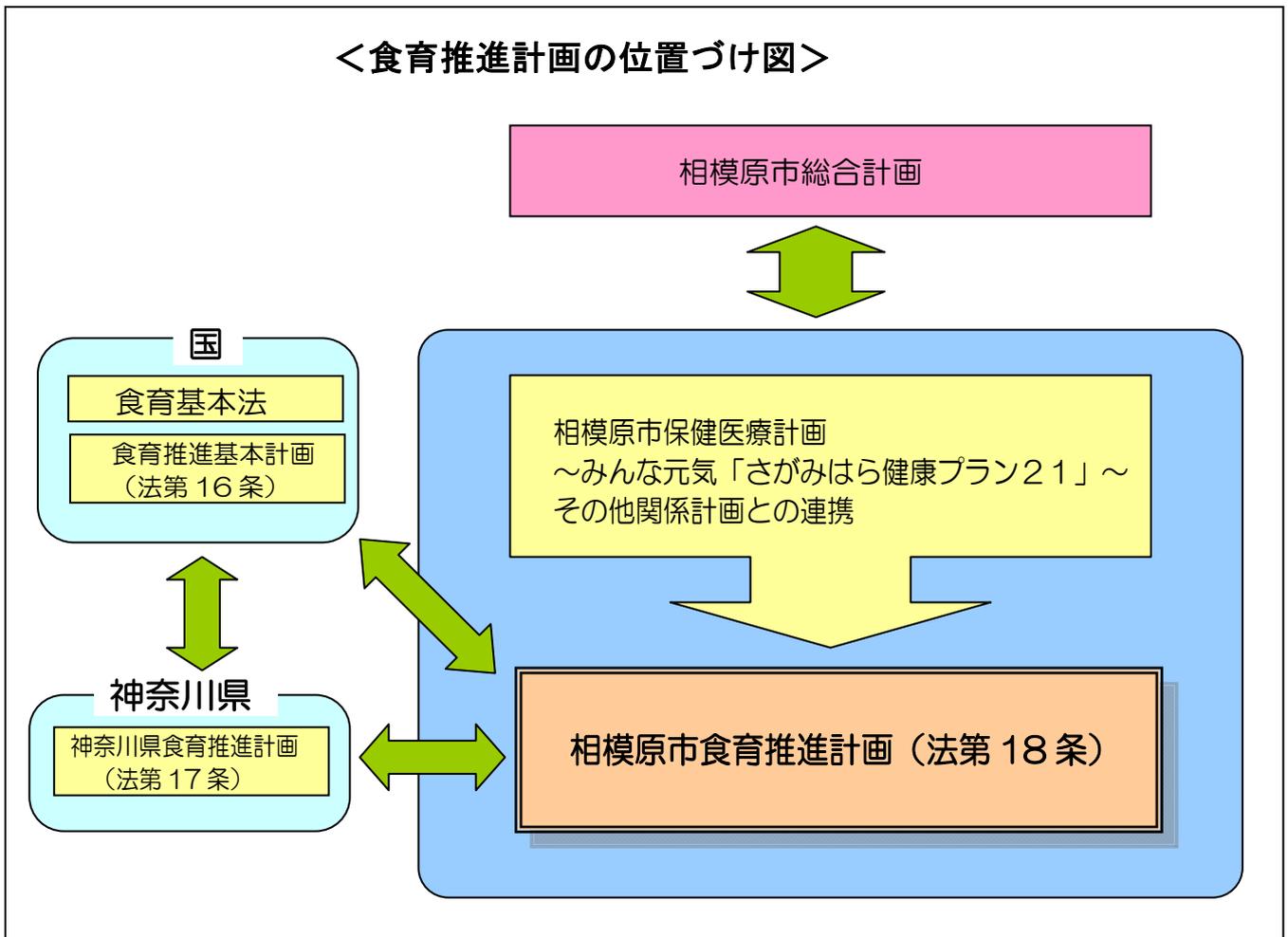
用語集

相模原市食育推進計画策定委員会設置要綱

I 計画の位置づけ及び計画期間

1 計画の位置づけ

- (1) 食育基本法第 18 条第 1 項に基づく市町村食育推進計画とし、本市が今後進めていく食育推進施策の方向性や目標を定めています。
- (2) 相模原市総合計画や関連する他の計画と連携し、整合性をもったものとして定めています。



2 計画期間

本計画の期間は、平成 21 年度から平成 25 年度までの 5 年間とします。

以降、計画の達成状況や社会環境等の変化を踏まえながら継続して見直しを行うものとしてします。

Ⅱ 食をめぐる現状と課題

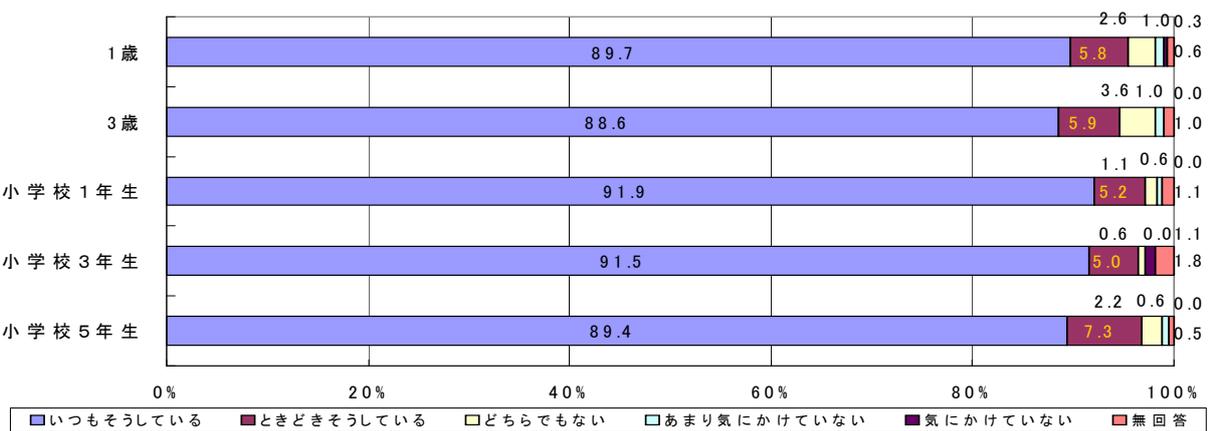
【食習慣の乱れ】

朝食の欠食に代表されるような、いわゆる不規則な食事が、子どもも含めて近年目立つようになってきています。

朝食をきちんと食べさせることの心がけは、小学生以下の子を持つ親の90%程度が「いつもそうしている」と回答しており、親の心がけが高い現状にあります。中学生及び高校生は、きちんと食べることの心がけについては、学年が上がるごとに低くなり、50%程度まで落ち込んでいますが、30歳代以降は向上し、60歳代では80%以上の人がかちんと食べることを心がけています。

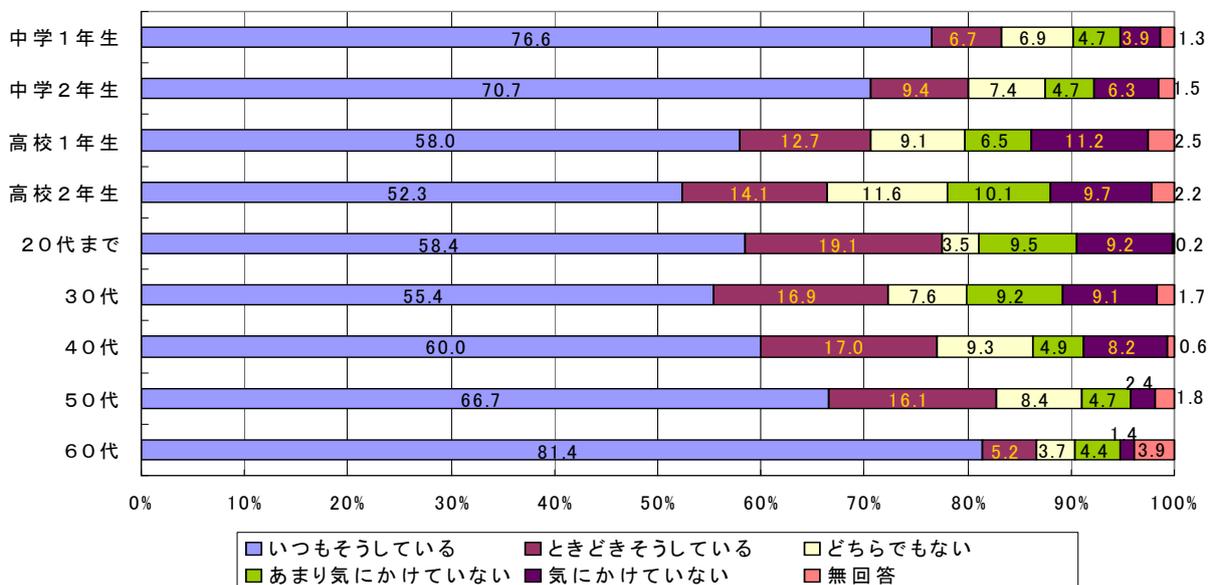
家庭における意識の向上を更に高めるとともに、高校生及び若い世代に対する意識の向上を図る方策を検討する必要があります。

■朝食をきちんと食べさせることの心がけ（保護者）



出典：平成19年度 相模原市市民生活習慣実態調査

■朝食をきちんと食べることの心がけ



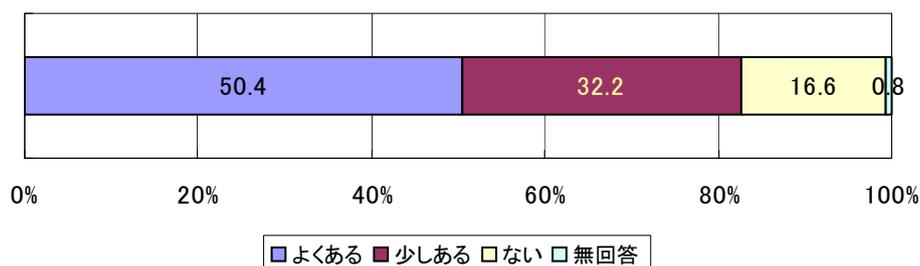
出典：平成19年度 相模原市市民生活習慣実態調査

【孤食】

小・中学生を対象としたアンケートによると「1週間の中で、家族全員そろって食事をしたことがない」という回答が16.6%あり、家族一緒に食卓を囲む機会が減少している状況が伺えます。

家庭での共食をはじめ、地域や学校においてもみんなで食べることの楽しさを周知するなどコミュニケーションを充実させることが必要となります。

■この一週間の中で、家族全員そろって食事をしたこと



出典：平成17年度 さがみはらの子どもの生活体験調査及び分析

食育とは

- ・ 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。
- ・ 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こと。

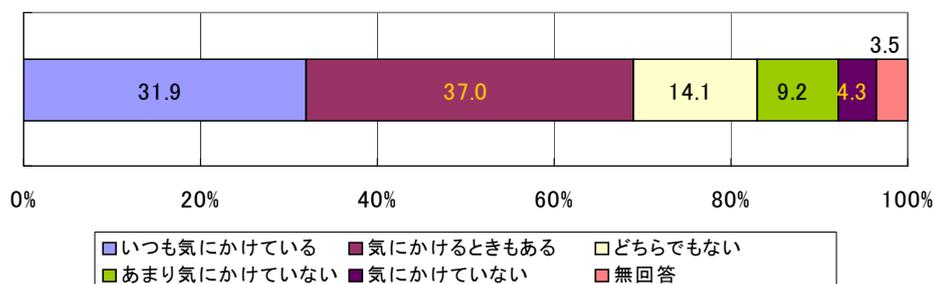
食育基本法より

【栄養の偏り】

近年、脂質の過剰摂取や野菜の摂取不足等の栄養の偏りや栄養バランスの悪い食生活が見られます。

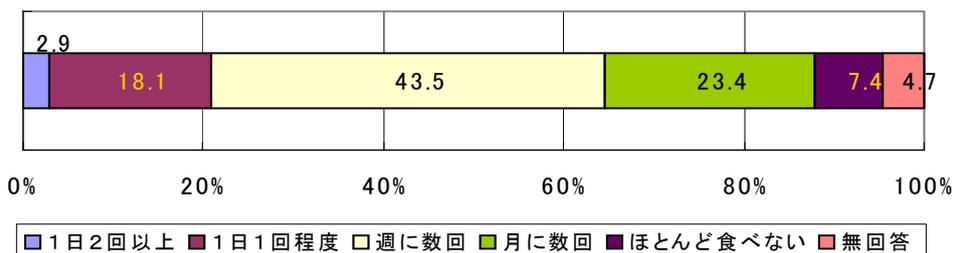
本市においては、栄養のバランスやエネルギーを考慮して食事をしていない人の割合が27.6%で、脂肪の多い肉類を毎日食べる人の割合が21%、緑黄色野菜を週に数回しか食べない人の割合は29%程度といった状況にあります。今後は、摂取回数だけでなく摂取量の向上にもつながるように、食に関する知識の向上や食への関心を高める方策を検討していく必要があります。

■栄養のバランスやエネルギー（カロリー）を考慮して、食事をする事



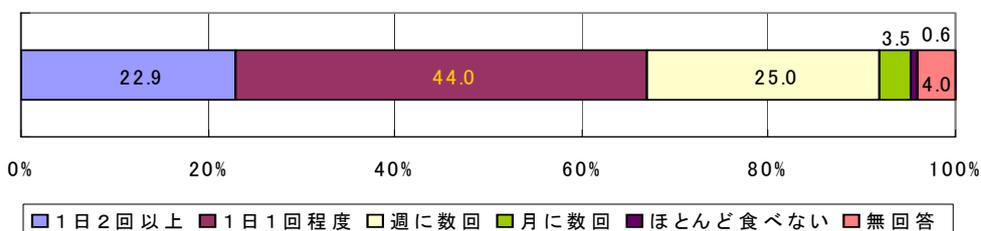
出典：平成19年度 相模原市市民生活習慣実態調査

■脂肪の多い肉類（ベーコン、ウィンナー等を含む）の摂取頻度



出典：平成19年度 相模原市市民生活習慣実態調査

■緑黄色野菜の摂取頻度



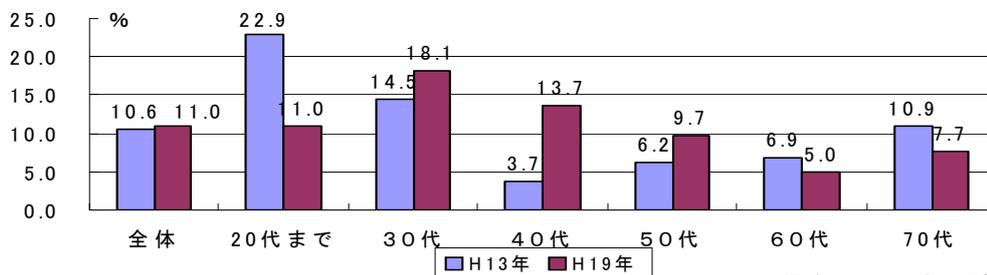
出典：平成19年度 相模原市市民生活習慣実態調査

【肥満と過度の痩身と健康問題】

本市では、近年、男性の肥満度が上昇しています。特に40歳代及び50歳代の男性の肥満度が平成13年度と比較して平成19年度は大幅に上昇しています。一方、女性は30歳代から50歳代のやせが増加しており、特に40歳代の女性にやせが多い状況となっています。50歳代の女性については、肥満の割合も増加しており、適正体重の割合が減少しています。また、食事との関係も深い糖尿病においては、平成14年度と比較して、約2倍の増加となっています。

今後は、家庭において気を配るとともに地域や学校などにおいて栄養バランスの良い食生活についての啓発が必要となります。

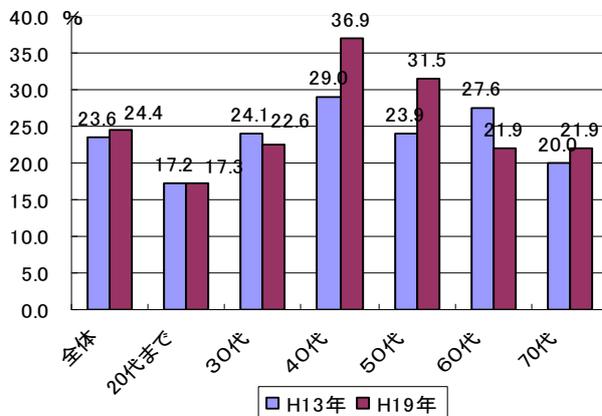
■低体重（やせ）の状況【女性】



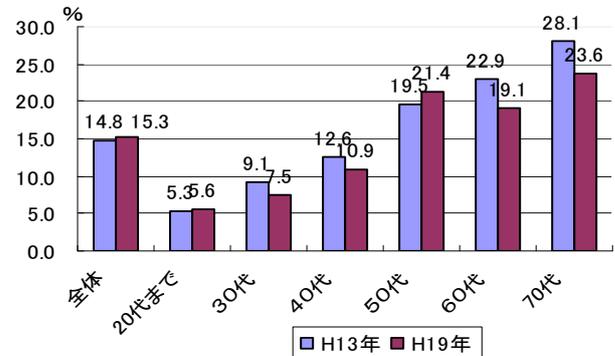
出典：平成13・19年度 相模原市市民生活習慣実態調査

■肥満者の状況

【男性】

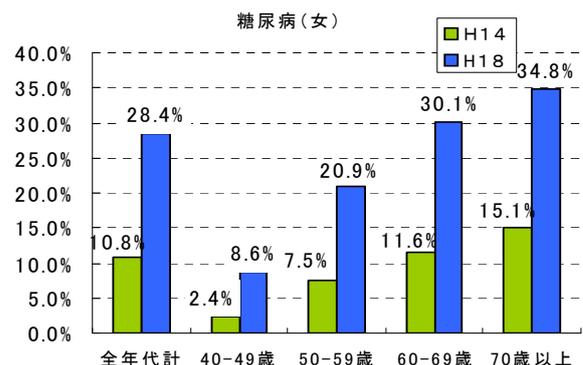
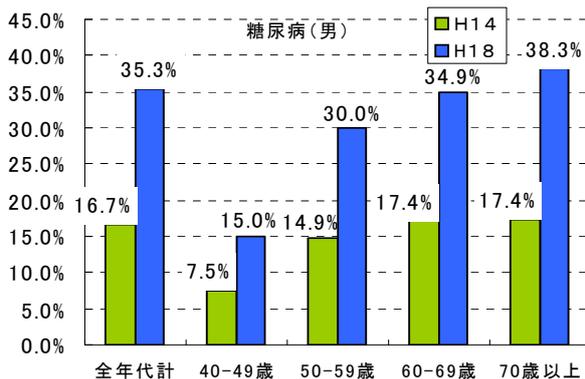


【女性】



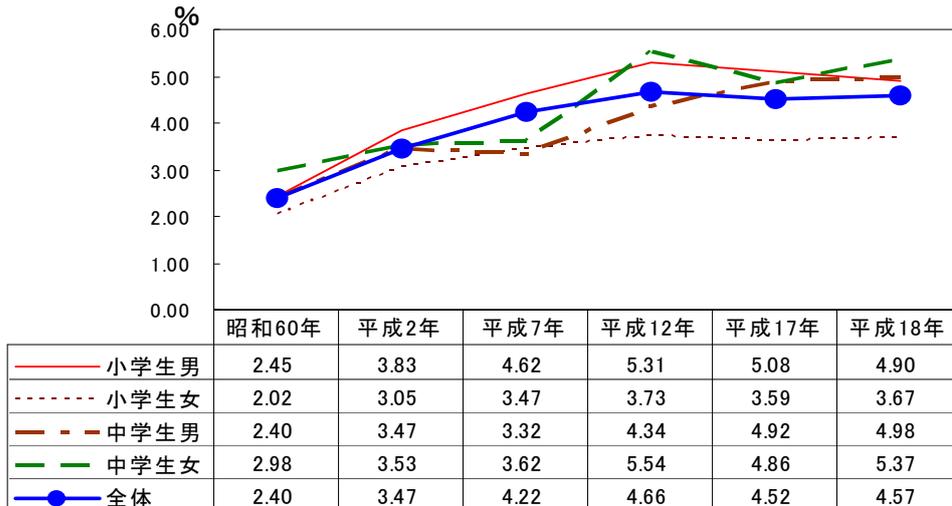
出典：平成13・19年度 相模原市市民生活習慣実態調査

■基本健康診査結果による有所見者



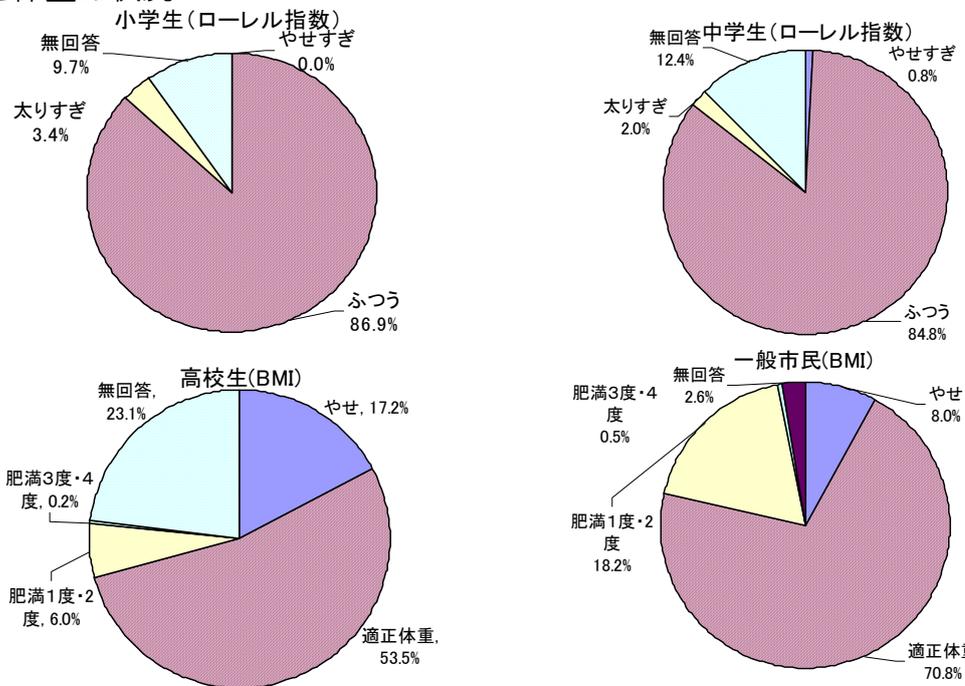
出典：平成14・18年度 地域保健・老人保健事業報告

■小・中学校における肥満児の推移



出典：相模原市学校保健統計

■身長と体重の状況



出典：平成19年度 相模原市市民生活習慣実態調査

「やせ」と「肥満」の基準について

<ローレル指数>

(体重(kg)÷身長(cm)³)×10⁷で計算します。学童期の肥満判定に利用される体格指数のひとつで、やせは「90以下」、肥満は「160以上」で示しています。

<BMI>

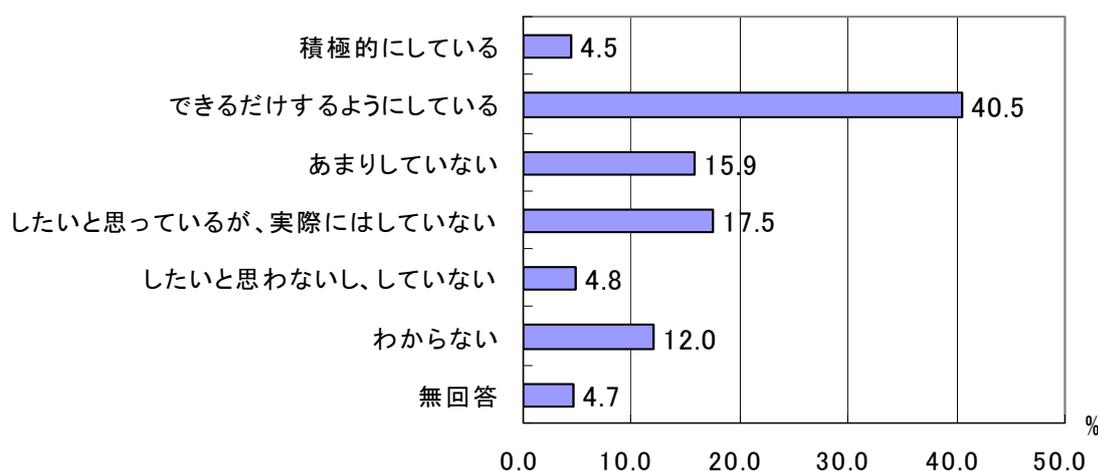
体重(kg)÷身長(m)²で計算します。22が成人の標準とされており、やせは「18.5未満」、肥満は「25以上」で示しています。

【食育に関する活動への参加】

「食育」に関する行動を積極的にしている人は4.5%にとどまり、していない人の合計はあまりしていないを含めると38.2%に上ります。

今後は、食に関わることの大切さを広く周知し、地域活動の啓発を進める必要があります。

■「食育」に関する行動や活動をしていますか

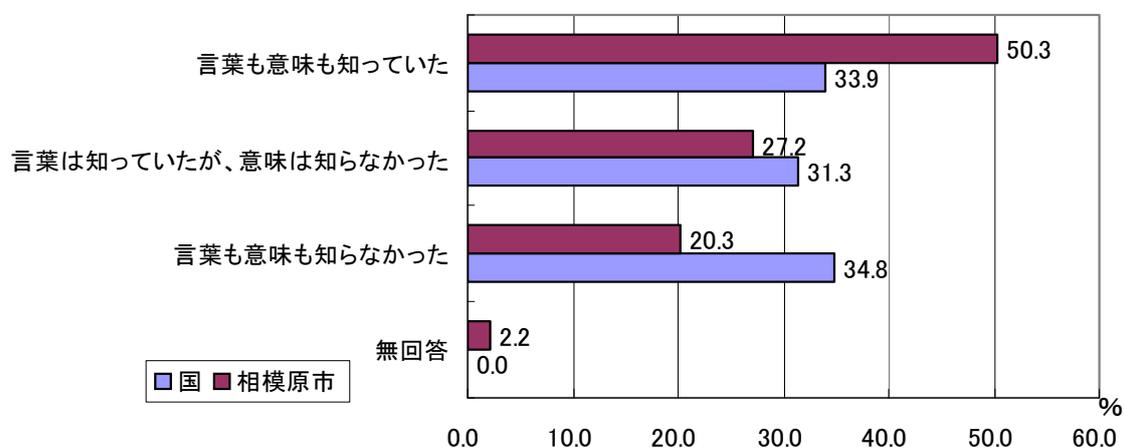


出典：平成18年度 相模原市市政に関する世論調査

【食育に関する理解】

「食育」という言葉は、80%近くの市民が知っていますが、内容まで知っている人になると50%程度となります。国の割合に比べると高いものの、今後、食育を推進していく上では、地域や学校など様々な機会をとらえて周知を図り理解を深めていくことが必要となります。

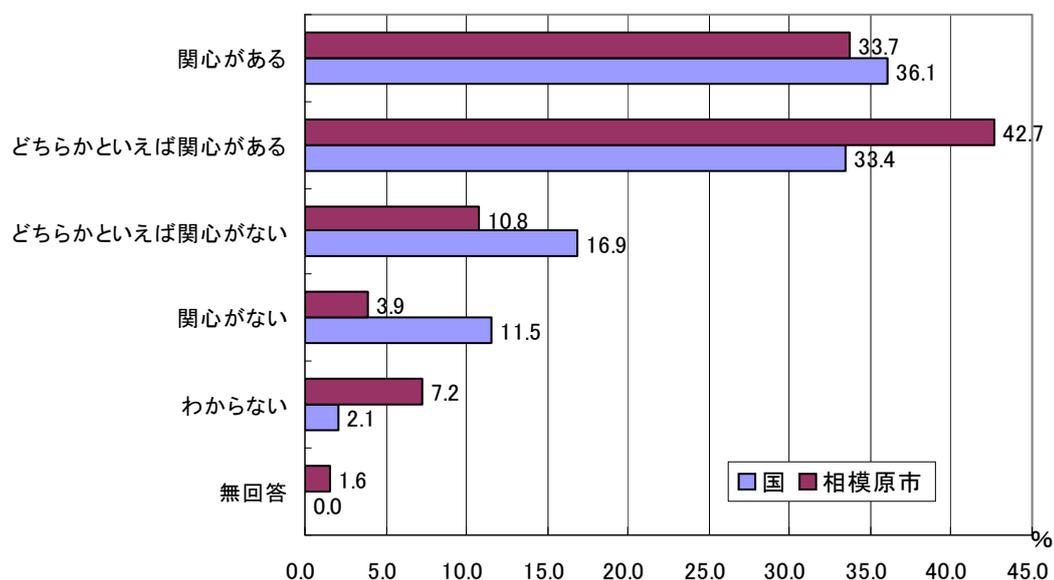
■食育の周知度



出典：平成18年度 相模原市市政に関する世論調査
平成18年度 内閣府食育に関する意識調査

【食育への関心】

「食育」について、関心がある・どちらかといえば関心があると回答した人の割合を合わせると76.4%となります。今後は、自らが進んで食への取り組みを行うよう啓発し、食育への関心を高めることが必要となります。

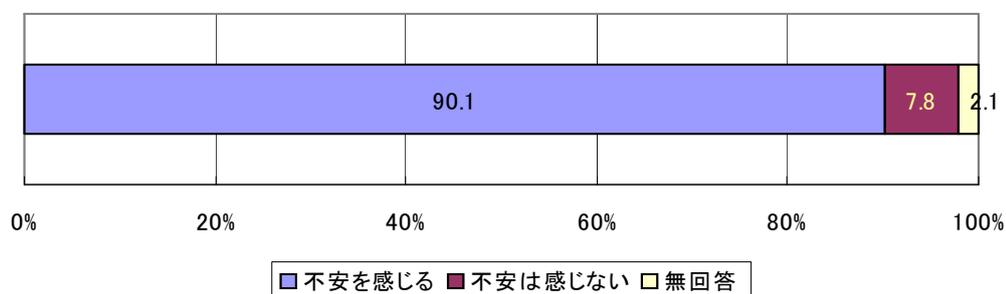


出典：平成18年度 相模原市市政に関する世論調査
平成18年度 内閣府食育に関する意識調査

【食の安心・安全】

「食の安心・安全」については、平成19年度の「神奈川県 食に関する意識調査」によると食品に不安を感じることのある人の割合が90%程度となっており、本市においても食品表示や食品の安全性に関する正確な情報の周知に努めることが求められています。

■あなたは、食品について、不安に感じることはありますか。

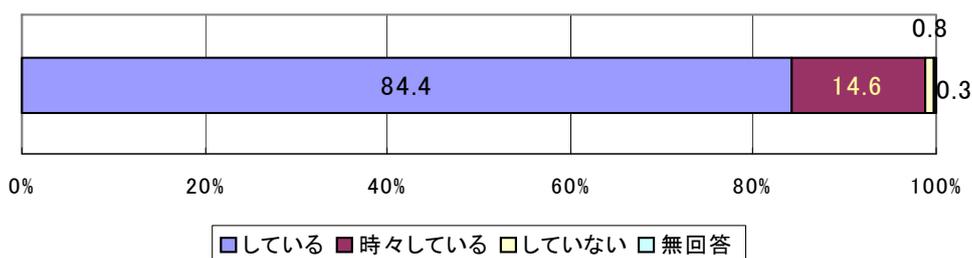


出典：平成19年度 神奈川県食に関する意識調査

【その他】

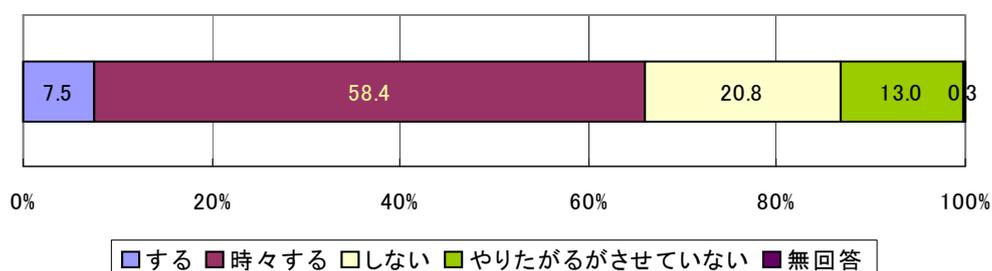
市内の4～6歳の未就学児を対象とした調査では、食事をする時、あいさつをしていない子どもの割合は、時々しているを合わせると15.4%、調理の手伝いをさせていない保護者は33.8%、テレビを見ながら食事をする習慣がある子どもは68.1%でした。子どもの年齢に合わせて、できることから関わりを持たせ、食への興味や楽しさを育てていくことが必要となります。

■「いただきます」「ごちそうさま」等の食事の時のあいさつ



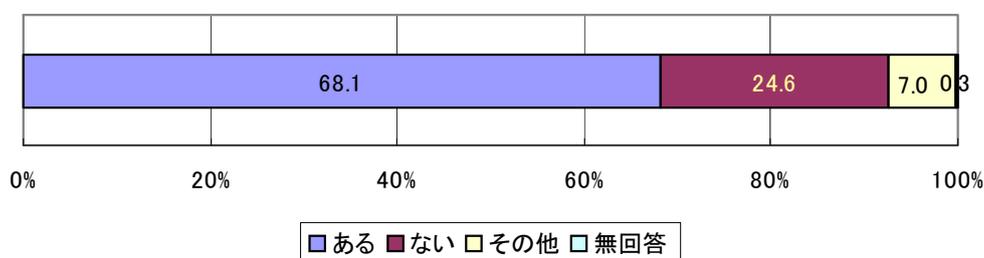
出典：平成18年度 相模原市食生活に関するアンケート調査

■子どもの調理の手伝い



出典：平成18年度 相模原市食生活に関するアンケート調査

■テレビを見ながら食事をする習慣



出典：平成18年度 相模原市食生活に関するアンケート調査

Ⅲ 計画の基本理念と推進の視点

1 計画の基本理念

生涯にわたって心身ともに健康で、いきいきと過ごすために、「食育」はあらゆる世代に必要であり、特に子どもたちが豊かな人間性を育てていく上で大きな影響を及ぼします。

そして、子どもたちが、将来、大人として正しい食育の考え方を次世代に伝えることで、さらに食育が推進されることとなります。

このため、「子どもたちから」を主眼に置き、保護者や周囲の大人・地域等が食に関する知識を高め、子どもたちの「食育」を通じて相互に健全な食生活が実践できるように、計画の基本理念を次のとおり掲げ食育を推進していくこととします。

基本理念：「食を通して市民みんなが支えあい人を育むまち さがみはら」

2 計画推進の視点と目標

(1) 計画推進における視点

食育を実践しやすくするため、様々な分野からとらえた課題を検証し、一人ひとりが自ら食育を実践することを「個人」、家庭や地域において実践できることを「仲間」、それらすべてを連携・協力することで実践できることを「環境」という3つの視点で整理し計画を推進していきます。

(2) 視点ごとの目標

基本理念を達成するため、視点ごとに次の目標を定め食育を推進していきます。

基本理念

食を通して市民みんなが支えあい人を育むまち さがみはら

視点1 個人

目標：食について興味を持ち、楽しみながら学び実践します

視点2 仲間

目標：食を通して、家庭や地域におけるコミュニケーションを豊かにします

視点3 環境

目標：楽しい食を実践しやすい環境を整えます

環境

食育に関わる人材育成・ボランティアの支援

地域における食育の展開

生産者・食品関連事業者における食育の展開

食育実践内容を活用するためのネットワークづくり

仲間

共食の実践

食を通じた仲間づくり

食に関するグループ活動やイベント等への積極的参画

個人

食事の向上

食文化の理解

食品の安全性の理解

<食育実践の3つの視点 >

IV 視点ごとの具体的な取り組み

視点1【個人】

目標：食について興味を持ち、楽しみながら学び実践します

1 目標の趣旨

市民が健康で、いきいきとした生活を送るためには、心身ともに健康であることが必要であり、そのためには、毎日の健全な食生活の確立が、重要な要素です。しかし、現状では、朝食の欠食や栄養の偏りなどの食生活の乱れが目立つとともに、過度の痩身や、肥満・生活習慣病の増加が問題となっています。また、食の基礎であるあいさつの欠如やマナーの低下、食への感謝の気持ち等も失われている現状にあります。さらには、食に関する情報の氾濫の中で、食の安心・安全の問題も社会的な関心事となっています。

一人ひとりが、食への関心を持つとともに、食に関する正しい知識を持つことが、今、必要とされています。

そこで、視点1の目標の実現に向け、「**食事の向上**」「**食文化の理解**」「**食品の安全性の理解**」の3つの項目ごとに、具体的な取り組みを実践して行きます。

2 具体的取り組みと事例

(1) 食事の向上

「食事の向上」を实践するために「食べる楽しさの実感とマナーの向上」、「食事内容の向上」、「食事と健康生活リズムとの関わりの向上」の区分に基づき推進します。

区分	取り組み
① 食べる楽しさの実感とマナーの向上	<ul style="list-style-type: none"> ・親子食育講座 ・まちかど講座（食育） ・給食のサンプル提示とレシピの配布、給食試食会の実施 ・掲示や媒体を用いた食育の実施 ・保育園及び幼稚園における調理活動 ・保育ウイーク、桜まつりでの給食掲示やレシピの配布
② 食事内容の向上	<ul style="list-style-type: none"> ・生活習慣病予防のための栄養改善講習会 ・ハローマザークラス ・赤ちゃんセミナー ・はじめよう！元気 Kids のおうちごはん ・栄養相談 ・まちかど講座「子どもの食生活」 ・保育園及び幼稚園から保護者への「食」に関する普及・啓発 ・給食を活用した食指導の充実 ・児童生徒肥満対策事業 ・「おべんとう献立集」の配信・配布 ・授業を通じた食指導の充実 ・地域における食の知識教育
③ 食事と健康生活リズムとの関わりの向上	<ul style="list-style-type: none"> ・親子食育講座【再掲】 ・はじめよう！元気 Kids のおうちごはん【再掲】 ・「早寝早起き朝ごはん」運動 ・授業を通じた食指導の充実【再掲】 ・親子で歯っぴいちゃれんじ大作戦！ ・継続歯科健康診査 ・学校歯科巡回指導 ・乳幼児健康診査 ・（新生児訪問）「こんにちは赤ちゃん事業」 ・ふれあい親子サロン ・専門健康相談

	<ul style="list-style-type: none"> ・個別健康教育（高血圧・糖尿病・脂質異常症） ・生活習慣予防講演会（ズバリわかる！メタボリック～聞いて測っていざ健康生活～） ・生活習慣予防教室（体験！発見！さがみはら健康セミナー～一足お先にメタボ予防～） ・骨コツ・元気セミナー ・出張健康相談～聞いて測っていざ健康生活～
--	---

取り組み事例

親子で歯っぴいちゃれんじ大作戦！



<歯科衛生士による講話風景>

充実した食生活を送るためには、乳幼児期からの歯の健康づくりが大切です。保健所では、生後10か月から1歳2か月までの乳幼児とその家族を対象として、口腔内や歯に関する講習会を実施しています。

子どもの口腔内への関心や意識を高め、早期からのむし歯予防の観点からみた健康づくりを目的としており、講習会では、歯科衛生士による歯みがきの習慣づけや実施方法の指導、むし歯予防のための食生活やおやつとの与え方等の講話やグループワークを行っています。

赤ちゃんセミナー



<講座風景>

保健所では、概ね生後 5 か月から6か月までの乳児の保護者を対象とした離乳食の講習会を開催しており、乳児の発達に合わせた食事の硬さや大きさ、食事量の目安などの講話を行うほか、個別の相談を通して、子育て中の保護者への支援を行っています。

(2) 食文化の理解

食文化の理解を実践するために「行事食や郷土料理の理解と伝承」、「栽培・収穫体験を通じた食への感謝と理解の向上」の区分に基づき推進します。

区分	取り組み
① 行事食や郷土料理の理解と伝承	<ul style="list-style-type: none"> ・親子食育講座【再掲】 ・地域指導者を活用した総合的な学習や生活科、学級活動等の実施 ・地域における食文化の伝承 ・保育園及び幼稚園と地域支援者の交流を通じた食育の実施
② 栽培・収穫体験を通じた食への感謝と理解の向上	<ul style="list-style-type: none"> ・保育園及び幼稚園における栽培・収穫体験 ・農業体験学習事業（教育ファーム） ・ふるさとの生活技術指導士による地場農産物や郷土料理の普及・啓発 ・地域指導者を活用した総合的な学習や生活科、学級活動等の実施【再掲】 ・地域における農作業教育及び実践

取り組み事例

● 保育園及び幼稚園と 地域支援者の交流を通じた食育の実施 ● ● ●



<うどんづくりの様子>



<生産者と農産物を通じた交流>

子どもたちから、行事食や郷土料理にふれあい関わる経験は、その大切さや興味を持つ大きなきっかけとなります。

保育園や幼稚園では、「食」にふれあうさまざまな活動を、地域の方々との交流を通して行っています。

農業体験学習事業（教育ファーム）

教育ファームとは・・・

食への関心や理解の増進を図るため、自然の恩恵や食に関わる人々の活動への理解を深めることなどを目的とし、一連の農作業体験等の機会を提供する取り組みです。

相模原市では、農業体験学習事業をはじめ多くの機関で、市や農業関係団体、農業者といったさまざまな分野が連携しながら、栽培・収穫体験ができる機会を作り、市民の食への感謝と理解の向上を目指しています。

<目的>

田植えから収穫までの一連の農作業を通して、農業の大切さと収穫の楽しさを体験するとともに、農家の方々との相互交流により、農業への理解を深めます。

<目標>

市内には小学校が74校あります。平成20年度で参加児童（対象は小学校5・6年生とその家族）のいる小学校の数は40校と、全体の54%となっていますが、平成25年度までには75%の56校以上からの参加を目指します。

<内容>

- ・ **田植え・草取り・稲刈り**：農家の方の指導のもと、もち米作りに必要な一連の作業を体験します。
- ・ **もちつき**：収穫したもち米でもちつきを行います。
- ・ **作文集作成**：体験学習を通じて、発見したことや感動したことなどを書いて作文集を作成し、農業体験学習を振り返ります。
- ・ **農業めぐり**：夏休みを利用して、市内農家のほ場や農業施設を見学し、話を聞いたり作物を収穫したりすることで、農業に携わる方々の苦労や工夫、喜びを知ります。



<田んぼでの稲刈りの様子>

<市町村、学校、農林漁業者等様々な分野の連携>

- ・ **相模原市農業体験学習推進協議会**：農業関係団体や学校関係、農業委員会、学識経験者、相模原市で組織し、農業体験学習事業の運営・指導にあたります。
- ・ **市内小学校**：児童の農業体験学習への参加意欲を促し、参加児童の増加を図ります。
- ・ **地元農家団体**：使用する水田の提供、栽培指導、水田管理を行います。
- ・ **市米穀小売商組合**：収穫したもち米の精米、もちつき指導を行います。
- ・ **相模原市**：同協議会事務局として、農業体験学習事業の運営や他分野との調整を行います。

● 地域指導者を活用した総合的な学習や
生活科、学級活動等の実施 ● ● ●



<学年ごとの活動風景>

麻溝小学校では、地域の指導者と保護者からボランティアを募り、協力を得ながら、もち米とさつま芋の栽培を行っています。1年生は代掻き、2年生がさつま芋の栽培、3年生が脱穀、4年生が稲刈り、5年生が田植えと餅つき、6年生がわら細工という形で、栽培活動に関わっており、収穫したさつま芋ともち米は、給食の食材として利用されます。

また、学校行事で餅つき大会をおこない、お世話になった地域の方とともに、全校で収穫の恵みを味わいます。

(3) 食品の安全性の理解

食品の安全性の理解を実践するために「食の安心・安全に関する理解と適切な選択」、「食品の衛生管理などへの理解」の区分に基づき推進します。

区分	取り組み
① 食の安心・安全に関する理解と適切な選択	<ul style="list-style-type: none"> ・みんなの消費生活展 ・消費生活講師派遣事業～わかっているようで、わからない「健康食品」～ ・消費生活講師派遣事業～食品の添加物や食品表示について～ ・消費生活講師派遣事業～いま、なぜ食育～
② 食品の衛生管理などへの理解	<ul style="list-style-type: none"> ・ホームページを利用した食品衛生に関する知識の普及・啓発 ・食中毒予防キャンペーン ・食品衛生に関する講座開催による正しい知識の普及 ・正しい手洗いの普及・啓発 ・食中毒予防のリーフレットの配布

取り組み事例

みんなの消費生活展



<展示風景>

社会情勢の変化に伴い、消費者への被害やトラブルが複雑化している中、私たちは、自らが「自立した消費者」を目指して、必要な知識や情報を習得し、しっかりとした行動をとることが求められています。

消費生活課では、毎年、様々な関連団体の協力を得て、「みんなの消費生活展」を開催しています。

イベントでは、パネル展示や悪質商法に関するクイズやアドバイス、暮らしの安全のための催しを行っており、消費者支援として、情報等の提供や意識啓発を図る機会を設けています。

食中毒予防キャンペーン



<街頭キャンペーンの様子>



<店内巡回の様子>

毎年8月を「食品衛生月間」と定め、食品衛生協会とともに食中毒予防キャンペーンを実施しています。

キャンペーンでは、食中毒予防に関するクイズの実施やリーフレットの配布を通して、食中毒の知識や食品の保存、調理等における食中毒予防法などをお知らせしています。

視点2【仲間】

目標：食を通して、家庭や地域におけるコミュニケーションを豊かにします

1 目標の趣旨

ライフスタイルの変化から、家族がそろって食事をする機会が減り、食卓を通じたコミュニケーションの場が失われている状況にあります。孤食（子どもが一人で食事をする事）が社会現象のようにいわれていますが、家族そろっての食事の場から楽しい会話やふれあいが生まれ、「食」へのイメージも楽しい場という気持ちが育まれていきます。

また、家庭だけでなく、地域等においても、共に食べる楽しさや喜びを感じることで、「食」への関わりや関心を持つことが求められています。

そこで、視点2の目標の実現に向け、「**共食の実践**」「**食を通じた仲間づくり**」「**食に関するグループ活動やイベント等への積極的参画**」の3つの項目ごとに、具体的な取り組みを実践していきます。

2 具体的取り組みと事例

(1) 共食の実践

共食の実践をするために家庭、保育園、幼稚園、学校、地域の区分に基づき推進します。

区分	取り組み
① 家庭における共食	・ 保育園及び幼稚園における調理活動【再掲】 ・ 地域の高齢者等との調理活動 ・ 給食試食会における保護者間の交流
② 保育園における共食	
③ 幼稚園における共食	
④ 学校における共食	
⑤ 地域における共食	

取り組み事例

● 保育園及び幼稚園における調理活動 ● ● ●



<調理活動の様子>

小さいころからいろいろな食品に親しみ、見て、触って、自分で食べようとする意欲を持たせ、味覚など五感を使っておいしさの発見を繰り返す経験は大切です。また、園庭で栽培された野菜を使って調理するといった経験も、育てた野菜をいただくという命の大切さとあわせて、食べ物を大切にする気持ちを育てていきます。保育園や幼稚園では、様々な体験を通して、子どもの発達に合わせた食育を進めています。

給食試食会における保護者間の交流



＜給食試食会の様子＞

学校給食は、生涯、心身ともに健康で生きるために、子どものころから食事を大切に
する態度・能力を育てることをねらいとしています。このことは、学校だけでなく家庭
の協力があって児童・生徒に定着していくものです。

給食試食会は、保護者に児童、生徒と同じ給食を食べていただき、給食活動や食事の
マナー等実態を参観し、家庭の食生活やしつけのあり方について考え、学校給食への理
解や関心を高めることをねらいとして実施します。

(2) 食を通した仲間づくり

食を通した仲間づくりを実践するために「食を通した新たな仲間づくり」、「食を通した仲間との親睦の推進」の区分に基づき推進します。

区分	取り組み
① 食を通した新たな仲間づくり ② 食を通した仲間との親睦の推進	<ul style="list-style-type: none"> ・はじめよう！元気 Kids のおうちごはん【再掲】 ・親子で歯っぴいちゃれんじ大作戦！【再掲】 ・ふれあい親子サロン【再掲】 ・ハローマザークラス【再掲】 ・地域における食文化の伝承【再掲】 ・地域における食の知識教育【再掲】 ・地域における農作業教育及び実践【再掲】 ・公民館における食を通しての交流

取り組み事例

地域における食文化の伝承



<酒まんじゅうづくり>

各公民館においても、様々な食育が行われています。相原公民館では、相原高校食品科学科の先生や学生の指導のもと、相模原の郷土料理でもある「酒まんじゅう」の講習会を行っています。このように、郷土料理は、地域の方々の支援や協力を受けながら、受け継がれています。

地域における農作業教育及び実践



＜収穫と芋煮会の開催の様子＞

近くに畑を借りられる公民館においては、野菜作りから料理にするまでを、春から秋まで体験できる機会を設けています。

横山公民館においては、公民館青少年部主催事業の一つとして、子どもたちに作物の観察・収穫の体験学習の機会を与え、自然とのふれあいの大切さを教えることを目的として、野菜づくり教室を開催しています。講師と青少年部員の指導、助言の下、館区内の小学生とその家族の参加者が、春から秋を通して野菜づくりを行っています。春はとうもろこしと枝豆の種まき、里芋の種芋の植え付け、さつま芋の苗植え、夏は、じゃが芋掘りやとうもろこし、枝豆の収穫、秋はさつま芋の収穫を行い、芋煮会を開催して里芋を味わうこと等を行っています。

(3) 食に関するグループ活動やイベント等への積極的参画

食に関するグループ活動やイベント等への積極的参画を実践するために「食に関する活動の企画運営」、「食に関するグループ活動への参加」の区分に基づき推進します。

区分	取り組み
① 食に関する活動の企画運営	・ P T A 自主活動における食育の推進
② 食に関するグループ活動への参加	・ 地域における食生活改善のボランティアの養成講座への参加

取り組み事例

食生活改善推進員養成講座



<受講の様子>

私たち一人ひとりが、食生活の重要性を理解し、自主的に実践し、地域活動を推進することが求められています。このような地域における食生活改善活動を組織的に推進するため、保健所では、食生活改善推進員養成講座を開催し、活動に必要な知識や、実践するための技術等を学びます。受講後は、「食生活改善推進団体わかかな会」として、地域に根づいた栄養改善活動を推進します。

「食生活改善推進員」

「私達の健康は私達の手で」をスローガンに、生涯における健康づくり活動を、食を通して地域に推進しているボランティア組織で、全国組織で活動しています。食生活改善推進員養成講座の修了者で組織し、相模原市では、昭和38年に「食生活改善推進団体わかかな会」として結成され、現在、約500名の会員が、地域で活動しています。

視点3【環境】

目標：楽しい食を実践しやすい環境を整えます

1 目標の趣旨

地域において、「食」に関する取り組みは、さまざまな場で行われています。それらの人々や組織が、「食育」の視点を共有し、連携することで、さらに広域的に地域の食育力が高められます。これらの地域全体のネットワークを深めながら、一人ひとりを支えていくしくみづくりが求められています。

そこで、視点3の目標の実現に向け、「食育に関わる人材育成・ボランティアの支援」「地域における食育の展開」「生産者・食品関連事業者における食育の展開」「食育実践内容を活用するためのネットワークづくり」の4つの項目ごとに、具体的な取り組みを実践していきます。

2 具体的取り組みと事例

(1) 食育に関わる人材育成・ボランティアの支援

食育に関わる人材育成・ボランティアの支援を実践するために「食育活動グループの支援」、「食育の推進体制の充実」の区分に基づき推進します。

区分	取り組み
① 食育活動グループの支援 ② 食育の推進体制の充実	<ul style="list-style-type: none">・教職員に対する食に関する研修の実施・調理研究会の実施・相模原市立学校栄養職員の特別非常勤講師制度の実施・食生活改善推進団体の育成支援・ふるさとの生活技術指導士の育成支援

取り組み事例

調理研究会の実施



学校給食は、児童及び生徒の心身の健全な発達に大きな役割を果たしています。また、食育の観点からも、学校給食を媒体として、伝統的な食文化の理解や、命や自然を尊重する心を育むことのできる生きた教材でもあります。

これらを踏まえた学校給食の向上を目的とし、学校栄養職員による給食献立の検討を行っています。研究会の中では、地場産物を活用した献立や心がけて食べてほしい献立（豆類、海藻等）などを盛り込み、より充実した学校給食を目指しています。

ふるさとの生活技術指導士の育成・支援



<講習会の様子>

農林課では、都市農業の振興を目指し、郷土に伝わる料理や工芸技術などの生活文化の継承活動をしている「ふるさとの生活技術指導士」（神奈川県認定）の育成・支援を行っています。現在、本市では34名が認定されており、うち18名がサークル「ひまわり会」を結成し、郷土料理講習会での講師や保育園での食育事業などで活躍しています。

「ふるさとの生活技術指導士」

神奈川県認定で、太巻き寿司などの行事食、酒まんじゅうなどの郷土食、その地域独特の漬物や味噌などの加工品、また、わら細工や竹細工など、農家・農村地域に受け継がれてきた生活技術を伝承している人です。

農家に伝わる生活技術について知識・技術を有する人、生活技術に関して指導力のある人、自ら農業に従事している人、又は農業の実践経験のある人などが認定されています。

(2) 地域における食育の展開

保育園、幼稚園、学校、地域活動など地域における食育の展開を実践するために「食情報の提供」、「イベントの開催」、「食物の提供」の区分に基づき推進します。

区分	取り組み
① 食情報の提供	<ul style="list-style-type: none"> ・給食のサンプル提示とレシピの配布【再掲】 ・掲示や媒体を用いた食育の実施【再掲】 ・保育園及び幼稚園における調理活動【再掲】 ・保育園及び幼稚園から保護者への「食」に関する普及・啓発【再掲】 ・授業を通じた食指導の充実【再掲】 ・学校における家庭への「食」に関する普及・啓発 ・「おべんとう献立集」の配信・配布【再掲】
② イベントの開催	<ul style="list-style-type: none"> ・児童生徒肥満対策事業【再掲】 ・学校保健委員会の実施 ・「食育月間」における食育の推進 ・学校における給食試食会の実施 ・みんなの学校給食展
③ 食物の提供	<ul style="list-style-type: none"> ・給食を活用した食指導の充実【再掲】

取り組み事例

● 保育園及び幼稚園から 保護者への「食」に関する普及・啓発 ●●●



<食育情報の掲示風景>

家庭へ、掲示板やイベントを通して食育の様子を伝え、保護者への食育普及啓発も行われています。また、地域支援として、地域の母親等へ、同年代の子どもの食の様子を紹介することで、家庭の食事を振り返ることや、今の子育てや食事のあり方などの相談の場の役目も果たしています。

● 学校保健委員会 ● ● ●



<委員会での栄養士による講話風景>

小・中学校において、児童・生徒の健康の保持増進と健康的な生活を行うための実践力育成を目的に、教師、児童・生徒、保護者、関係機関等が参加し、学校保健委員会が開催されています。学校が当面している問題をテーマに、食事、栄養、病気の予防、生活習慣等について、実践的な協議や講習等が行われています。

● みんなの学校給食展 ● ● ●



<展示風景>

淵野辺公園で実施されている「さがみ風っ子展」に合わせ、「みんなの学校給食展」を実施しています。市内の各学校における給食内容や取り組み、食育に関する展示、郷土料理や行事食、食文化や地産地消等についての掲示をしており、会場では、体験を交えながら、学校給食への理解と関心を高める場としています。

(3) 生産者・食品関連事業者における食育の展開

生産者・食品関連事業者における食育の展開を実践するために「生産者における食育の推進」、「食品関連事業者における食育の推進」の区分に基づき推進します。

区分	事業
① 生産者における食育の推進	<ul style="list-style-type: none"> ・農業まつり ・地産地消普及・啓発イベント
② 食品関連事業者における食育の推進	<ul style="list-style-type: none"> ・食品衛生責任者講習会 ・許可書交付講習会 ・食品の安全に関するリスクコミュニケーションの推進 ・イベントを通じた食の意識啓発 ・健康づくり応援店事業

取り組み事例

● 農業まつり ● ● ●



<イベント風景>

市民と農業者のふれあう場づくりを推進し、市民に都市農業への理解を深めてもらうため、毎年11月の第2日曜日に、淵野辺公園を会場として開催しています。当日は、地場農畜産物の販売のほか、相模原の名産品等の販売も行われます。

健康づくり応援店事業



<登録店の元気SUNマーク>

近年、ライフスタイルが変化し、外食や中食（なかしよく）を利用する市民が増えています。このことから、相模原市では、飲食店等の利用時に、料理や惣菜等の栄養成分表示や、健康等に関する情報を提供するお店の支援事業を行っています。自らの食生活の改善の機会として、また、安心して食事をする事ができるお店が「健康づくり応援店」です。今年度、市民から愛称を募集し、「元気SUN（げんきさん）」の愛称がつけました。

<栄養成分表示>

熱量、たんぱく質、脂質、塩分等の表示を行います。

<ヘルシーメニュー>

日ごろ摂取しにくい野菜類やカルシウムを多く含む料理と、摂りすぎてしまう塩分や脂肪の少ない料理について、一定の基準を満たした料理の提供を行います。

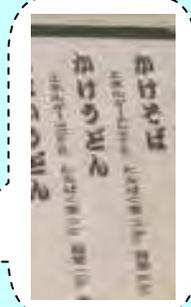
<ヘルシーサービス>

終日禁煙、量の調節、刻みの配慮の提供を行います。

<健康栄養情報の提供>

食事や栄養に関する情報、アレルギー表示の提供を行います。
(特定原材料のみ)

「健康づくり応援店」の様子



(4) 食育実践内容を活用するためのネットワークづくり

食育実践内容を活用するためのネットワークづくりを実践するために「同一分野における連携と活用のしくみづくり」、「様々な分野間における連携と活用のしくみづくり」の区分に基づき推進します。

区分	取り組み
① 同一分野における連携と活用のしくみづくり	・ 学校における食育の全体計画の作成と共有化 ・ 食育推進に関わる校内の組織化の推進
② 様々な分野間における連携と活用のしくみづくり	・ 学校給食における地場農産物活用の向上【再掲】 ・ 特定給食施設指導を通じた食育に係る情報の共有化

取り組み事例

特定給食施設指導を通じた 食育に係る情報の共有化



<講習会の様子>

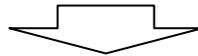
市保健所では、保育園や学校、養護施設や社会福祉施設、病院など、特定多数の人に給食を提供している施設に対しての講習会や施設巡回を行っています。

喫食者の状況にあった給食の提供や栄養管理を行うに当たって、毎年、衛生面や食育等に関する内容の講習会を開催し、事業者や従事者に対して、知識や情報の普及・啓発を行っています。

V 計画の成果指標及び推進体制

1 計画の成果指標

視点	項目と区分	成果指標	現状値 (基準値)	目標値
【個人】	(1)食事の向上 ○食べる楽しさの実感とマナーの向上 ○食事内容の向上 ○食事と健康生活リズムとの関わりの向上	①朝食摂取を心がける小学生(1・3・5年生)の保護者の割合 ②緑黄色野菜の摂取頻度	90.9% 66.9%	増加 85%
	(2)食文化の理解 ○行事食や郷土料理の理解と伝承 ○栽培・収穫体験を通じた食への感謝と理解の向上	③生産体験学習を行う小学校の割合 ④学校給食における地場農産物を使用する割合	64.9% 10.4%	75% 15%
	(3)食品の安全性の理解 ○食の安心・安全に関する理解と適切な選択 ○食品の衛生管理などへの理解	⑤食品の安全性について理解がある人の割合	83.5%	90%
	(1)共食の実践 ○家庭・保育園・幼稚園・学校・地域における共食	⑥家族全員そろって食事をする小・中学生の割合	50.4%	60%
	(2)食を通じた仲間づくり ○食を通じた新たな仲間づくり ○食を通じた仲間との親睦の推進			
	(3)食に関するグループ活動やイベント等への積極的参画 ○食に関する活動の企画運営 ○食に関するグループ活動への参加	⑦食を通じた仲間づくりをしている人の割合	25.1%	30%
【環境】	(1)食育に関わる人材育成・ボランティアの支援 ○食育活動グループの支援 ○食育の推進体制の充実	⑧食育推進に関わるボランティアの数	65.0%	80%
	(2)地域における食育の展開 ○食情報の提供 ○イベントの開催 ○食物の提供			
	(3)生産者・食品関連事業者における食育の展開 ○生産者における食育の推進 ○食品関連事業者における食育の推進	⑨食に関する事業の年平均実施回数	4.5回	6回
	(4)食育実践内容を活用するためのネットワークづくり ○同一分野における連携と活用のしくみづくり ○様々な分野間における連携と活用のしくみづくり			
		⑩「健康づくり応援店」の数	18店	50店



※食育への関心がある人の割合	76.4%	90%
----------------	-------	-----

【出典】

- ①平成19年度市民生活習慣実態調査朝食をきちんと食べさせることを「いつも心がけている、時々心がけている」の合計
 - ②平成19年度市民生活習慣実態調査「緑黄色野菜の摂取頻度」の「1日1回程度、2回以上」の合計
 - ③平成19年度学校の教育活動等の取り組みに関する調査(県教育委員会)の相模原市分
 - ④平成19年度学校給食における地場農産物の使用品目状況
 - ⑤平成20年度保健所実施調査「食品の安全性について理解しているか」の「よくしている、まあまあしている」の合計
 - ⑥平成17年度さがみはらの子どもの生活体験調査及び分析「この一週間の中で、家族全員そろって食事をしたこと」の「よくある」
 - ⑦平成20年度保健所実施調査「食をととした仲間づくりをしていますか」の「している、まあしている」の合計
 - ⑧平成20年度食生活改善推進員養成講座の定員の充足率
 - ⑨平成17年度公民館における1館当たりの食に関する事業の実施数
 - ⑩平成19年度健康づくり応援店 協力店舗数
- ※平成18年度市政に関する世論調査「関心がある、どちらかと言えば関心がある」の合計

2 計画の推進体制

庁内関係課において実施状況を検証するとともに、学識経験者や関係機関等による食育推進委員会を設置し進行管理を行います。

計画の達成状況については、市民生活習慣実態調査、市政に関する世論調査等の結果により成果指標を検証します。

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

<参考資料>

用語集

○教育ファーム

自然の恩恵や食に関わる人々の様々な活動への理解を深めること等を目的として、農林漁業者などが一連の農作業等の体験の機会を提供する取り組みのこと。なお、一連の農作業等の体験とは、農林漁業者などによる指導を受けて、同一人物が同一作物について2つ以上の作業を年間2日間以上の期間を行うものとしている。

○さがみはら農作物ブランド協議会

さがみはら農産物ブランド協議会では、農産物に地場農産物の愛称である「さがみはらのめぐみ」を表示することで、販売店等で「相模原産」であることをPRし、地産地消を推進する取り組みをしている。



○指標

本計画における指標とは、計画を進行管理していく上で、進捗状況を検証し評価するための基準（数値）となるもの。

本計画では、食育を実践する主体（「個人」、「仲間」、「環境」の3つの視点）ごとに目標設定し、それぞれに指標を定め、達成に向けて進行管理を行うこととしている。

目標の達成度を測定する指標の定め方は次のとおり。

個人：自らが意識することで一人ひとりの食に関する知識や資質の向上につながるもの

仲間：複数の人が連携、協力することで家庭、保育園、幼稚園、学校又は地域単位での食育の推進につながるもの

環境：食育を推進するための環境（基盤）の向上につながるもの

また、視点ごとの取り組みが広範にわたることから、食育の総合的な推進を図るためには、指標として選定されたもの以外についても実践し意識を高めていくものとする。

○食育基本法

国民が生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性をはぐくむために、食育に関する施策を総合的かつ計画的に推進するために、平成17年7月15日に施行された。

○食育推進基本計画

食育基本法に基づいて平成 18 年 3 月 31 日に策定されたもので、食育の推進に関する施策の総合的かつ計画的な推進を図るために必要な基本的事項を定めている。計画期間は平成 18 年度から 22 年度までの 5 年間としている。

○食生活改善推進員

昭和 30 年頃以降「私達の健康は私達の手で」をスローガンに、生涯における健康づくり活動を食を通して推進しているボランティア組織であり、全国で約 22 万人が活動している。相模原市においても、昭和 38 年に「食生活改善推進団体わかな会」が結成され、食生活改善推進員養成講座の修了者で組織し、地域に根付いた活動を行っている。

○地産地消

地域で生産されたものを、その地域で消費することを示す略語。生産地から食卓までの食料の移動距離を短くすることは、輸送に伴う環境への負荷が軽減され、*フードマイレージの減少にもつながることとなる。

*フードマイレージ

「食料 (=food) の輸送距離 (=mileage)」という意味。食品の生産地と消費地が近ければフードマイレージは小さくなり、遠くから食料を運んでくると大きくなる。生産地から食卓までの距離が短い食料を食べたほうが輸送に伴う環境への負荷が少ないであろうという仮説を前提に考えだされたもの。

○特定給食施設

特定かつ多数の者に対して、継続的に食事を供給する施設のうち栄養管理が必要なものとして厚生労働省令で定めるものをいう。(健康増進法第 20 条第 1 項)健康増進法施行規則により、法第 20 条第 1 項の厚生労働省令で定める施設は、継続的に 1 回 100 食以上又は 1 日 250 食以上の食事を供給する施設を特定給食施設として(第 5 条)、相模原市においては、市条例により、継続的に 1 回 50 食以上又は 1 日 100 食以上の食事を供給する施設を小規模特定給食施設として、保健所の栄養指導員が必要な援助及び指導を行っている。特定給食は、喫食者の栄養を確保し、健康の保持・増進を図り、かつ利用者に対する栄養教育をはじめ、その家庭や地域社会の食生活改善を図るなどの栄養改善の役割を行っている。

○特別非常勤講師制度

教員免許状をもたないが、各種分野において優れた知識や技術を有するものを、任命権者（市町村教育委員会）から、免許の授与権者（都道府県教育委員会）に対して届出を行うことにより、教科の一部またはクラブ活動の非常勤講師として採用できる制度。

○ふるさとの生活技術指導士

神奈川県での認定で、太巻き寿司などの行事食、酒まんじゅうなどの郷土食、その地域独自の漬物や味噌などの加工品、また、わら細工や竹細工など、農家・農村地域に受け継がれてきた生活技術を伝承している人。農家に伝わる生活技術について知識・技術を有する人、生活技術に関して指導力のある人、自ら農業に従事している人、又は農業の実践経験のある人などが講習を受け、認定されている。

○メタボリックシンドローム

生活習慣病は、おなかのまわりの内臓に脂肪が蓄積した内臓脂肪型肥満と大きくかかわりがある。内臓脂肪型肥満に加えて、高血糖、高血圧、脂質異常のうちいずれか2つ以上をあわせもった状態をメタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)という。診断基準は、腹囲が男性で85cm、女性で90cm以上あり、その上で、①高血糖(空腹時血糖値110mg/dL以上)②高血圧(最高血圧130mmHg以上、最低血圧85mmHg以上のいずれかまたは両方)③脂質異常(中性脂肪150mg/dL以上、HDLコレステロール値40mg/dL未満のいずれかまたは両方)の3項目のうち2つ以上該当する場合と規定している。

○リスクコミュニケーション

食品の安全性に関するリスクコミュニケーションとは、リスク分析の全過程において、リスク評価者、リスク管理者、消費者、事業者、研究者、その他関係者の間で、食品のリスクそのものやリスクに関連する情報や意見を相互に交換することである。具体的には、リスク評価やリスク管理の各過程や決定にあたって留意すべき点や考慮すべき事項について、関係者間で意見交換を行い、制度の円滑な実施に努めることのほか、関係者間で情報の共有化を図ることを指す（この場合のリスクとは食品中にハザード（健康に悪影響をもたらす可能性のある物質等）が存在する結果として生じる健康への悪影響が発生する確率とその程度の関数をいう。）。

相模原市食育推進計画策定委員会設置要綱

(設置)

第1条 この要綱は、食育基本法(平成17年法律第63号)及び食育推進基本計画に基づき、相模原市食育推進計画(以下「計画」という。)を策定するため、相模原市食育推進計画策定委員会(以下「委員会」という。)の設置、運営等に関し、必要な事項を定めるものとする。

(所掌事務)

第2条 委員会の所掌事項は、次に掲げるものとする。

- (1) 計画の内容の検討に関すること。
- (2) その他必要な事項に関すること。

(委員)

第3条 委員会の委員は、別表のとおりとする。

(任期)

第4条 委員の任期は、委嘱の日から平成21年3月31日までとする。

(委員長及び副委員長)

第5条 委員会に、委員長及び副委員長1人を置く。

- 2 委員長及び副委員長は、委員の互選による。
- 3 委員長は、会務を総理し、委員会の会議(以下「会議」という。)の議長となる。
- 4 副委員長は、委員長を補佐し、委員長に事故があるとき、又は委員長が欠けたときは、その職務を代理する。

(会議)

第6条 委員会は、委員長が招集する。

- 2 委員長は、委員会の運営上必要があると認めるときは、委員以外の出席を求め、説明又は意見を聴くことができる。

(庶務)

第7条 会議の庶務は、健康福祉局保健所地域保健課にて処理する。

(委任)

第8条 この要綱に定めるもののほか、委員会の運営について必要な事項は、委員長が、委員会に諮って定める。

附 則

この要綱は、平成20年4月1日から施行する。

別表

氏 名	団 体 名 等
◎ 山本 妙子	神奈川県立保健福祉大学
○ 西川 英樹	(社)相模原市医師会
小島 正裕	(社)相模原市歯科医師会
吉岡 有紀子	相模女子大学
小川 紳夫	相模原市公立小中学校校長会
川崎 永	(社)相模原市幼稚園協会
豊浦 友子	相模原市食生活改善推進団体わかな会
梶本 雅俊	相模原市栄養士会
永富 多美子	相模原市健康づくり普及員連絡会
安部 典子	相模原市私立保育園長会
根岸 清	相模原市農業協同組合
岡見 益義	相模原市立小中学校PTA連絡協議会
江成 尚男	相模原食品衛生協会
鈴木 市郎	相模原食品衛生協会特別会員会
大野 喜久子	相模原市消費者団体連絡会
澤田 敦子	公募委員
江藤 潤子	公募委員
木村 よし恵	公募委員

◎ 委員長

○ 副委員長

相模原市食育推進計画

発行日 平成21年3月

発行 相模原市

〒229-8611

相模原市中央2丁目11番15号

TEL 042-754-1111（代表）

編集 健康福祉局保健所地域保健課