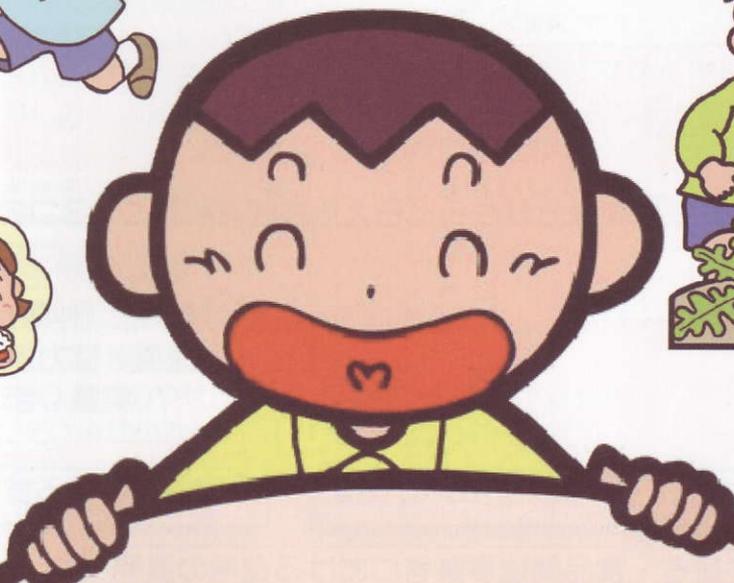


# 相模原市食育推進計画

●●● 概要版 ●●●



『食育』とは、  
**食を通して**  
**“生きる力” “豊かな人間性”**  
**を育むこと** です。

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ます。

相模原市



# 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。

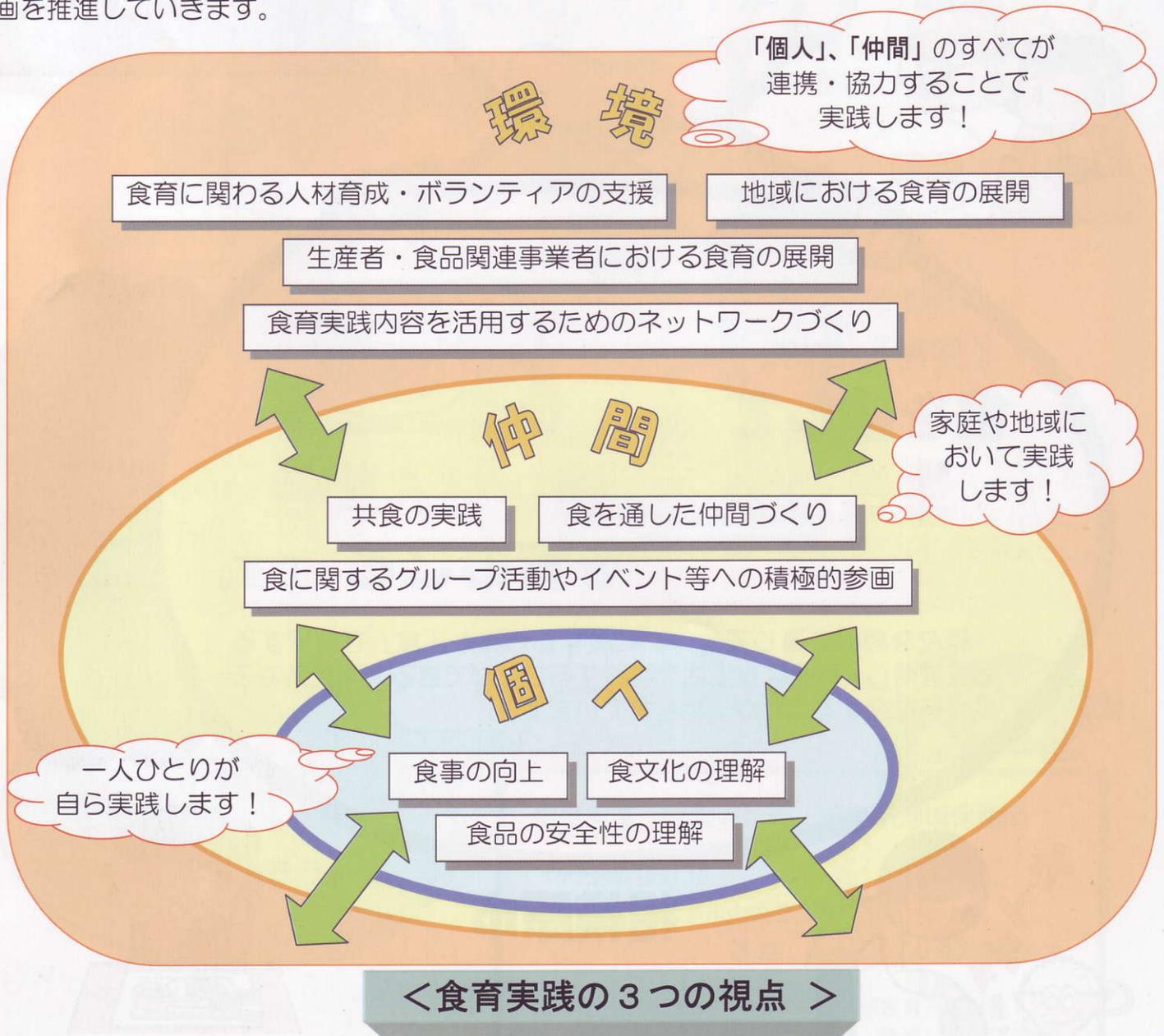
そして、子どもたちが、将来、大人として正しい食育の考え方を次世代に伝えることで、さらに食育が推進されることとなります。

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

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、3つの視点で整理し計画を推進していきます。



# 3 食をめぐる現状と課題

## 食習慣の乱れ

- 朝食をきちんと食べさせることの心がけを「いつもそうしている」  
小学生以下の子を持つ親 90%程度
- 朝食をきちんと食べることの心がけを「いつもそうしている」  
高校2年生 52.3%  
60歳代 81.4%

家庭での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ことが必要です。



<出典：⑦>

## 孤食

「1週間の中で、家族全員そろって食事をしたことがない」小・中学生は16.6%です。  
<出典：③>

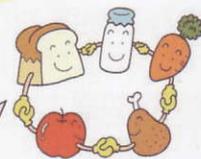


家庭での共食をはじめ、地域や学校においてもみんなで食べることの楽しみを周知するなどコミュニケーションを充実させることが必要です。

## 栄養の偏り

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は27.6%、脂肪の多い肉類を毎日食べる人は21%、緑黄色野菜を週に数回しか食べない人は29%程度です。<出典：⑦>

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ことが必要です。



## 肥満と過度の痩身と健康問題

40歳代・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。<出典：①⑦>  
女性は30歳代から50歳代のやせが増加しており、特に40歳代のやせが増加しています。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。<出典：①⑦>  
食事との関係も深い糖尿病は、平成14年度と比較して約2倍増加しています。<出典：②>

家庭において気を配るとともに、地域や学校などで栄養バランスの良い食生活についての啓発が必要です。



## 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%、していない・あまりしていない人の合計は38.2%です。  
<出典：⑤>

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ことが必要です。

毎月19日は食育の日

## 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は50%程度です。<出典：④⑤>

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です。



## 食育への関心

関心がある・どちらかといえば関心がある人の合計は76.4%です。<出典：④⑤>

自らが進んで食への取り組みを行うよう啓発し、関心を高めることが必要です。

## その他

- 4～6歳の未就学児  
食事をする時あいさつをしていない・時々している 15.4%  
テレビを見ながら食事をする習慣がある 68.1%
- 4～6歳の未就学児の保護者  
調理の手伝いをさせていない 33.8%  
<出典：⑥>



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です。

## 食の安心・安全

食品に不安を感じることのある人の割合は90%程度です。<出典：⑧>

食品表示や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。



<出典>①平成13年度 相模原市市民生活習慣実態調査  
③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  
⑤平成18年度 相模原市市政に関する世論調査  
⑦平成19年度 相模原市市民生活習慣実態調査

②平成14・18年度 地域保健・老人保健事業報告  
④平成18年度 内閣府食育に関する特別世論調査  
⑥平成18年度 相模原市食生活に関するアンケート調査  
⑧平成19年度 神奈川県 食に関する意識調査

# 4 視点ごとの取り組み例・計画の成果指標

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

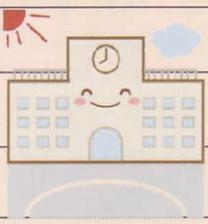
【個人】 目標：食について興味を持ち、楽しみながら学び実践します

項目	区分	
食事の向上 	○食べる楽しさの実感とマナーの向上	親子食育講座 乳幼児健康診査、歯科健康診査 保育園及び幼稚園における調理給食のサンプル掲示とレシピの授業を通じた食指導の充実
	○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	
食文化の理解 	○行事食や郷土料理の理解と伝承	保育園及び幼稚園と地域支援者地域指導者を活用した総合的な地域における食文化の伝承、農業体験学習事業（教育ファーム）ふるさと生活技術指導士による
	○栽培・収穫体験を通じた食への感謝と理解の向上	
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	みんなの消費生活展 食品衛生に関する普及・啓発
	○食品の衛生管理などへの理解	

【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

項目	区分	
共食の実践	○家庭・保育園・幼稚園・学校・地域における共食	保育園、幼稚園、地域の高齢者給食試食会における保護者間の
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	健康教育事業を通しての交流 公民館における食を通しての交
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	P T A 自主活動における食育の 地域における食生活改善のボラ

【環境】 目標：楽しい食を実践しやすい環境を整えます

項目	区分	
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	教職員に対する食に関する研修 食生活改善推進団体やふるさと
地域における食育の展開 	○食情報の提供	給食のサンプル提示とレシピの 学校における家庭への「食」に 学校保健委員会の実施 みんなの学校給食展 給食を活用した食指導の充実
	○イベントの開催	
	○食物の提供	
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	地産地消普及・啓発イベント 食品の安全に関するリスクコミ イベントを通じた食の意識啓発 健康づくり応援店事業
	○食品関連事業者における食育の推進	
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	学校における食育の全体計画の食育推進に関わる校内の組織化 学校給食における地場農産物活

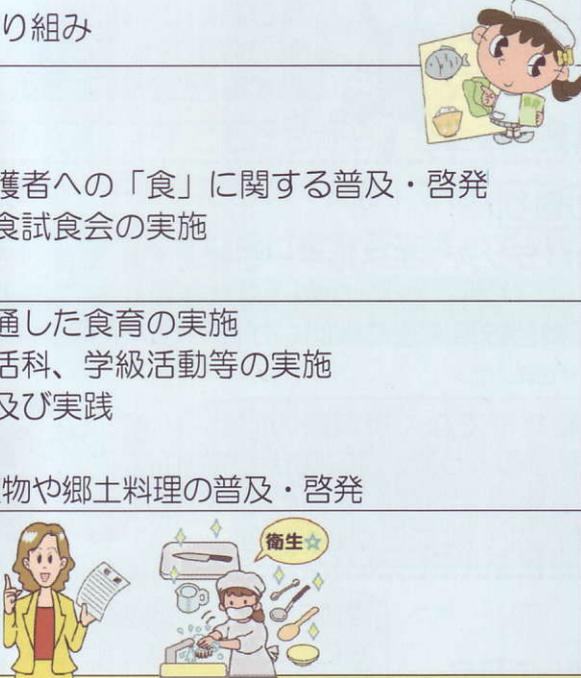
成果指標<<全体>> 食育への関心がある人の割合

現状値(基準値)

目標値

76.4%

90%

主な取り組み	成果指標	現状値 (基準値)	目標値
<p>活動や保護者への「食」に関する普及・啓発 配布、給食試食会の実施</p> <p>の交流を通じた食育の実施 学習や生活科、学級活動等の実施 作業教育及び実践 (△)</p> <p>る地場農産物や郷土料理の普及・啓発</p> 	<p>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</p> <p>②緑黄色野菜の摂取頻度</p> <p>③生産体験学習を行う小学校の割合</p> <p>④学校給食における地場農産物を 使用する割合</p> <p>⑤食品の安全性について理解が ある人の割合</p> 	<p>90.9%</p> <p>66.9%</p> <p>64.9%</p> <p>10.4%</p> <p>83.5%</p>	<p>増加</p> <p>85%</p> <p>75%</p> <p>15%</p> <p>90%</p> 
<p>等との調理活動 交流</p> <p>流 推進</p> <p>ンティアの養成講座への参加</p> 	<p>⑥家族全員そろって食事をする 小・中学生の割合</p> <p>⑦食を通じた仲間づくりを している人の割合</p>	<p>50.4%</p> <p>25.1%</p>	<p>60%</p> <p>30%</p>
<p>の実施 の生活技術指導士の育成支援 配布、試食会の実施 関する普及・啓発</p> <p>コミュニケーションの推進</p> <p>作成と共有化 の推進 用の向上</p> 	<p>⑧食育推進に関わる ボランティアの数</p> <p>⑨食に関する事業の年平均実施回数</p> <p>⑩「健康づくり応援店」の数</p> 	<p>65.0%</p> <p>4.5回</p> <p>18店</p>	<p>80%</p> <p>6回</p> <p>50店</p> <p>600円</p>

あなたの  
しょくいくじっせんと  
**食育実践度**  
どれくらい??

あなたは生活の中でいくつ実践していますか?  
いつも実践していることは『』  
をつけてみましょう!

食事は『主食』『主菜』『副菜』を  
組み合わせるようにしているよ

毎日朝ごはんを食べているよ

給食で使っている  
食材や産地のことを知っているよ

農業体験などの  
生産体験をしたことがあるよ

買い物・料理・片付けなど  
食事の手伝いをしているよ

家族そろって  
食事をしているよ

外食やお弁当などをかう時に  
『栄養成分表示』を見ているよ



栄養  
表示

値段

材料

分量

食事の時は  
 「いただきます」  
「ごちそうさま」と  
言っているよ

食に関する教室やイベントに  
参加したことがあるよ

食品の安全性を  
理解して上手に  
食品を選んでいるよ

いくつ『』が  
ついたかな?  
ときどきチェックして  
『』を増やそうね!



相模原市 健康福祉局 保健所地域保健課

〒229-8611

相模原市中央2丁目11番15号

電話 042(769)9241

詳しくは相模原市ホームページで「食育推進計画」と  
検索してください。