

件名	堺市食育推進計画（第3次）（案）の策定について
経過・現状 政策課題	<p><b>【経過】</b>            平成19年3月 堺市食育推進計画の策定（平成19年度～23年度）            平成24年3月 堺市食育推進計画（第2次）の策定（平成24年度～28年度）            「堺のまちは元気やさかい～食育実践 私が主役～」を掲げ市民の食育を推進            ・食育推進ネットワーク会議の開催 ・食育体験事業、食育推進イベント等の実施            ・食の環境整備（栄養成分表示店、堺産農産物取り扱い店の増加）            平成28年3月 食育に関するアンケート調査の実施            平成28年5月～ 食育推進庁内会議（4回）、食育推進ネットワーク会議を開催（2回）</p> <p><b>【現状・課題】</b>            食育に関する関心は高まっているが、朝食欠食などをはじめとする食生活の乱れや肥満、やせの問題がみられ、健全な食生活の実践をより一層推進していく必要がある。            次期計画では、さらに関係部局、関係団体などが連携・協働し、その実効性を高めていく一方、市民が自ら食育を実践しつつ、次世代へ伝えつなげていけるよう環境づくりの推進が必要である。</p>
対応方針 今後の取組 （案）	<p><b>【基本理念】</b>            市民一人ひとりが主体的に食育の推進に取り組むとともに、食育に関する様々な機関が相互に連携し、市民とともに食育を推進し、食を通じた元気なまち堺をめざす。</p> <p><b>【さかい食育目標】</b>            さ「三食きちんと食べる」か「感謝して食を大切にする」い「一緒に食べる」</p> <p><b>【施策の柱】</b>            「健全な心と体を育む」「豊かな人間性を育む」「人とつながり食を伝えあう」</p> <p><b>【8つの基本施策】</b>            1. 家庭における食育の推進            2. 学校、幼稚園・認定こども園・保育所などにおける食育の推進            3. 地域における食育の推進            4. 食育推進運動の展開            5. 地産地消の推進、環境に配慮した食育の推進、食文化の継承            6. 食の安全・安心の確保と情報提供の推進            7. 健康長寿をめざした食育の推進            8. ライフステージに対応した食育の推進</p> <p><b>【計画期間】</b> 平成29年度から平成33年度までの5年間  <b>【推進体制】</b> 有識者や食育関係団体などで構成する「食育推進ネットワーク会議」で進捗状況などを確認し、総合的に食育の取組みを推進する。  <b>【今後のスケジュール】</b>            平成28年12月中旬～平成29年1月中旬 パブリックコメント実施            平成29年3月 堺市食育推進計画（第3次）策定</p>
効果の想定	市民一人ひとりが生涯にわたって、食に関する知識や食育を大切にする心を持ち、心身ともに健康で、豊かな人間性を育む。
関係局との政策連携	子ども青少年局、産業振興局、教育委員会事務局、その他食育に関連する部局

# 堺市食育推進計画（第3次）（案）

## ◆ 計画策定のねらい

市民一人ひとりが生涯にわたって、食に関する知識や食育を大切にすることをもち、心身ともに健康で、豊かな人間性を育むことができるように、食育に関する施策を総合的かつ計画的に推進する。

## ◆ 計画の位置づけ

食育基本法、同法第18条第1項に基づく市町村食育推進計画として策定。

## ◆ 計画期間

平成29年度～平成33年度の5年間

【これまでの経過】堺市食育推進計画（第2次）（平成24年度～28年度）

「堺のまちは元気やさかい～食育実践 私が主役～」を掲げ市民の食育を推進

- ・食育推進ネットワーク会議の開催
- ・食育体験事業、食育推進イベント等の実施
- ・食の環境整備（栄養成分表示店、堺産農産物取扱い店の増加）

## ◆ 堺市における食育の現状と課題

- ・食育に関心のある市民の割合は8割。しかし、39歳以下の男性では4～6割と関心が低い。
  - ・主食・主菜・副菜をそろえて食べることが1日2回以上ほぼ毎日ある人の割合は5割。
  - ・「健全な食生活を実践するための指針」が「特になし」の人が5割。
  - ・朝食を毎日食べる子どもの割合は小学生より中学生の方が低くなっている。  
小学生84.3%（小6） 中学生76.6%（中3）
  - ・朝食を欠食（週4日以上食べない）する人の割合は、男性（20～49歳以下）で2割。
  - ・肥満は40歳代男性で3割、50歳代男性で4割。やせは20～30歳代女性で2割。
  - ・同居家族と毎日朝食を食べる人の割合は4割、毎日夕食を食べる人の割合は6割。
  - ・メタボリックシンドロームの予防や改善のために適切な食事、運動等を継続して実践している人の割合は増加。
  - ・地産地消を実践している人の割合は低下。
  - ・堺産農産物取扱い店舗数の増加。
  - ・社会環境や家族構成の変化により市民の食もますます多様化。
- 食育に関する関心は高まっているが、朝食欠食などをはじめとする食生活の乱れや肥満、やせの問題がみられ、健全な食生活の実践をより一層推進していく必要がある。次期計画では、さらに関係部局、関係団体などが連携・協働し、その実効性を高めていく一方、市民が自ら食育を実践しつつ、次世代へ伝えつなげていけるよう環境づくりの推進が必要である。

## ◆ 第3次計画に向けての課題と方向性

- 望ましい食生活を実践するための食育の推進
- 多様な暮らしに対応した食育の推進
- 青壮年期（概ね15～59歳）への食育の推進
- 食を支える環境に配慮した食育の推進

## ◆ 基本理念

「食を通じた 元気なまち 堺」をめざして

「堺のまちは元気やさかい

～伝えよう 堺の食育～

- ・「食べること」は、生命を維持し、心身ともに健康で豊かな人間性を育むために欠かすことができない。
- ・食育とは、「食べる力」を子どものころから家庭や学校、地域など様々な場所で身に付け、生涯にわたって実践し、また次世代へ伝えていくこと。

食育で身に付けたい「食べる力」

- ★ 心と身体の健康を維持できる
- ★ 食べ物を自分で選択し、食事づくりができる
- ★ 食べ物の生産過程を知り、感謝する気持ちをもつ
- ★ 家族や仲間と一緒に食べる楽しさを味わう
- ★ 食事の重要性や楽しさを理解する

## ◆ さかい食育目標

さ

三食きちんと  
食べる

か

感謝して食を  
大切にする

い

一緒に食べる

## ◆ 施策の展開

### 施策の柱

健全な  
心と体を  
育む

豊かな  
人間性を  
育む

人とつながり  
食を伝えあう

### ＜8つの基本施策と主な取り組み項目＞

#### （1）家庭における食育の推進

- ・「早寝早起き朝ごはん」など基本的な生活習慣づくりの推進
- ・望ましい食生活の実践に向けた食育の充実
- ・妊産婦や乳幼児に関する栄養指導の充実
- ・食育に関する体験の推進
- ・食事を共に楽しむ機会の推進

#### （2）学校、幼稚園・認定こども園・保育所などにおける食育の推進

- ・保護者への食育の推進
- ・食文化の継承に向けた食育の推進
- ・「食育の日」の取り組み
- ・食に関する指導の充実
- ・家庭、地域と連携した食育の推進

#### （3）地域における食育の推進

- ・地域活動を通じての食育の推進
- ・「栄養成分表示店」、「うちのお店も健康づくり応援団」による食育の推進
- ・事業所等給食施設への指導・支援の充実
- ・企業との連携における食育の推進
- ・市民と農業者の交流を推進
- ・関係団体による食育の推進

#### （4）食育推進運動の展開

- ・農業祭、区民まつり等における食育の啓発
- ・食育月間（6月）、毎月19日の食育の日の取り組み
- ・「堺の食育を伝えたい」プロジェクト
- ・ホームページ等の活用の充実
- ・ボランティア活動への支援

#### （5）地産地消の推進、環境に配慮した食育の推進、食文化の継承

- ・安全・新鮮な地域の食料供給システムの構築
- ・生産者と消費者との交流促進
- ・堺産農産物の利用促進
- ・小学生等を対象にした体験学習の実施
- ・給食への郷土料理や行事食の導入
- ・堺版食事バランスガイドによる食文化の継承

#### （6）食の安全・安心の確保と情報提供の推進

- ・食品衛生講習会の開催
- ・消費者に対する情報提供
- ・食品等事業者に対する情報提供
- ・安全・安心な農産物の普及促進

#### （7）健康長寿をめざした食育の推進

- ・栄養バランスが優れた「日本型食生活」の実践
- ・食生活に関する指針の活用促進
- ・生活習慣病の予防及び改善につながる食育の推進
- ・減塩の取り組みの充実
- ・低栄養予防の食育の推進
- ・歯科口腔保健活動における食育の推進

#### （8）ライフステージに対応した食育の推進

- ・乳幼児の時期の食育
- ・少年の時期（小中学生）の食育
- ・青年・成人の時期の食育
- ・高齢の時期の食育

## ◆ 推進体制

関係機関と関係団体がそれぞれの特性を生かしつつ相互に連携し、協働でそれぞれの役割を認識して食育を推進するため、有識者や食育関係団体などで構成する「食育推進ネットワーク会議」で進捗状況や施策に関して意見を求め、総合的かつ計画的に食育の取り組みを進めていく。

## ◆ 取り組み目標

基本施策	項目	現状値	目標値	基本施策	項目	現状値	目標値
(1)	朝食を欠食する20歳代男性の割合の減少	23.2%	15%	(3)	食育に関心を持っている人の割合の増加	78.3%	90%
	朝食または夕食を家族と一緒に食べる回数の増加	週8.8回	週10回以上	(4)	食育を伝える人の増加	新規	5万人
	主食・主菜・副菜をそろえて食べることが1日2回以上ほぼ毎日ある人の割合の増加	49.6%	60%	(5)	地産地消を実践している人の割合の増加	35.0%	60%
(2)	朝食を毎日喫食する小学生の割合の増加	84.3%(小6)	100%	(6)	大阪エコ農産物「泉州さかい育ち」・堺産農産物「堺のめぐみ」の取扱い店舗数の増加	48店舗	65店舗
	朝食を毎日喫食する中学生の割合の増加	76.6%(中3)	100%	(7)	塩分のとりすぎに気をつけている人の割合の増加	71.2%	80%
	19日の「食育の日」に食育の取り組みをしている幼稚園・認定こども園・保育所などの割合の増加	35.5%	50%				

**堺市食育推進計画（第3次）**  
**（案）**

**平成 年 月**  
**堺市**

<市長あいさつ文>

## 目 次

### 第1章 第3次計画の策定にあたって

1. 計画策定のねらい・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 2
2. 計画の位置づけ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 3
3. 計画期間・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 4

### 第2章 堺市における食育の現状と課題

1. アンケート調査結果による市民の意識と実態・・・・・・・・・・ 6
2. 堺市の食を取り巻く状況・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 26
3. 「堺市食育推進計画（第2次）」の取り組み目標と達成状況・・・・ 31
4. 第3次計画に向けての課題と方向性・・・・・・・・・・・・・・・・ 32

### 第3章 今後の取り組み

1. 基本理念・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 34
2. さかい食育目標・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 35
3. 基本施策・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 36
4. 基本施策の展開・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 37
  - (1) 家庭における食育の推進・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 37
  - (2) 学校、幼稚園、認定こども園・保育所などにおける食育の推進・・・・ 39
  - (3) 地域における食育の推進・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 42
  - (4) 食育推進運動の展開・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 47
  - (5) 地産地消の推進、環境に配慮した食育の推進、食文化の継承・・・・ 49
  - (6) 食の安全・安心の確保と情報提供の推進・・・・・・・・・・ 52
  - (7) 健康長寿をめざした食育の推進・・・・・・・・・・・・・・・・ 54
  - (8) ライフステージに対応した食育の推進・・・・・・・・・・ 57

### 第4章 推進に向けて（推進体制と取り組み目標）

1. 推進体制・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 60
2. 取り組み目標・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 61

用語解説・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 62

参考資料・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 65

食育基本法・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 65



# **第1章 第3次計画の策定にあたって**

# 第1章 第3次計画の策定にあたって

## 1 計画策定のねらい

食は命の源であり、私たち人間が生きていくために食は欠かせない。また、健全な食生活を日々実践し、おいしく楽しく食べることは、人に生きる喜びや楽しみを与え、健康で心豊かな暮らしの実現に大きく寄与するものである。

ところが、近年、国民のライフスタイルや価値観、ニーズの多様化などを背景に、「食」を大切にする意識の希薄化や家族そろって食事をする機会の減少、朝食の欠食、不規則な食生活による生活習慣病の増加、食の安全など、さまざまな問題が生じています。

このような状況を受けて、国においては、平成17年6月に食育基本法が制定されました。

堺市では、食育に関する施策を総合的に推進するために、平成19年3月に「堺市食育推進計画」、平成24年3月に「堺市食育推進計画（第2次）」を策定し、市民、関係団体、関係機関、行政がそれぞれの特性を生かしつつ相互に連携して食育の推進に取り組んできました。

しかしこの10年間で、社会環境や家族構成の変化により、市民を取り巻く食の環境も変化し、ますます多様化している状況にあります。特に59歳以下の世代は、食育への関心が低く、多くの課題が見受けられます。すべての世代が健全な食生活を実践できるよう、家庭、学校、職場、地域等の様々な場において、食育の取り組みが必要です。

そこで、堺市では、国の動向を踏まえつつ、これまでの計画に基づく取り組みの評価や現在の食を取り巻く状況、課題を整理したうえで、市民一人ひとりが生涯にわたって、食に関する知識や食育を大切にする心を持ち、心身ともに健康で、豊かな人間性を育むことができるように、食育に関する施策を総合的かつ計画的に継続して推進していくため、「堺市食育推進計画（第3次）」を策定するものです。

### 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と位置づけるとともに、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こと』とされています。

（「食育基本法」前文より）

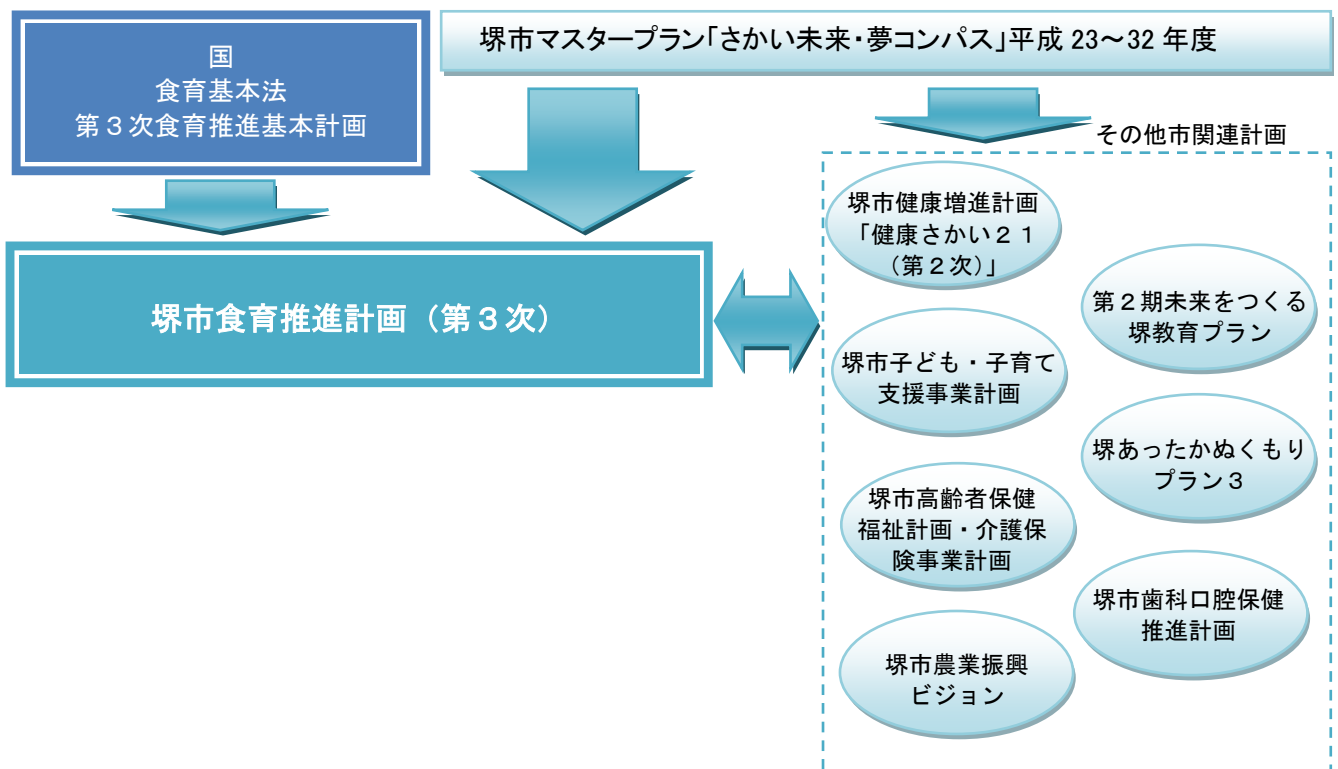


## 2 計画の位置づけ

本計画は、食育基本法の目的・基本理念を踏まえ、同法第18条第1項に基づく市町村食育推進計画として策定します。

なお、本計画は堺市総合計画「堺21世紀・未来デザイン」及び今後のまちづくりの基本的な方向性と取り組みを示す堺市マスタープラン「さかい未来・夢コンパス」、その他の関連計画等との整合性を図り、総合的に推進していきます。

### ●食育推進計画の位置づけ



### 3 計画期間

本計画の期間は、平成 29 年度から平成 33 年度までの5年間とします。ただし、社会情勢や食育をめぐる状況の変化など必要に応じて見直しを行います。

#### ●計画の期間

計画	年度	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33
堺市総合計画 「堺 21 世紀・未来デザイン」		[22-32]											
堺市マスタープラン 「さかい未来・夢コンパス」		[23-32]											
堺市健康増進計画 「健康さかい 21 (第 2 次)」		[26-30]											
堺市農業振興ビジョン		[29-32]											
堺市食育推進計画 (第 3 次)		[29-33]											
第 3 次食育推進基本計画 (国)		[28-32]											

## **第2章 堺市における食育の現状と課題**

## 第2章 堺市における食育の現状と課題

### 1 アンケート調査結果による市民の意識と実態

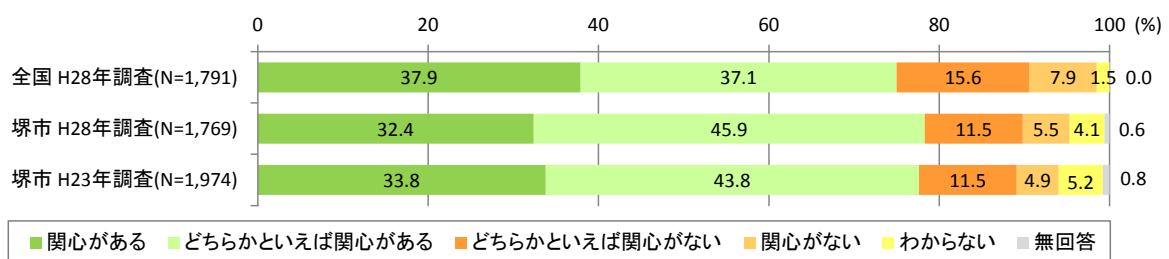
第3次計画策定に先立って、15歳以上の市民4,000人を対象とした食育に関するアンケート調査を平成28年3月に実施しました（前回調査は平成23年3月）。主にこれらの結果をもとに、堺市の食育の現状と課題について以下に記載します。

#### （1）食育に関する意識について

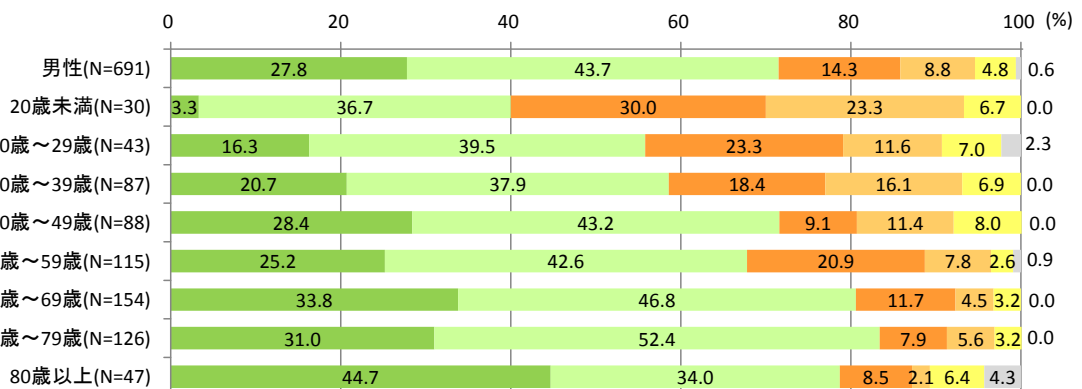
##### ①食育への関心

食育に『関心がある』人（「関心がある」と「どちらかといえば関心がある」の合計）の割合は78.3%となっています。堺市平成23年調査（77.6%）、全国平成28年調査（75.0%）より高くなっています。しかし、39歳以下の男性では、4～6割と関心が低くなっています。

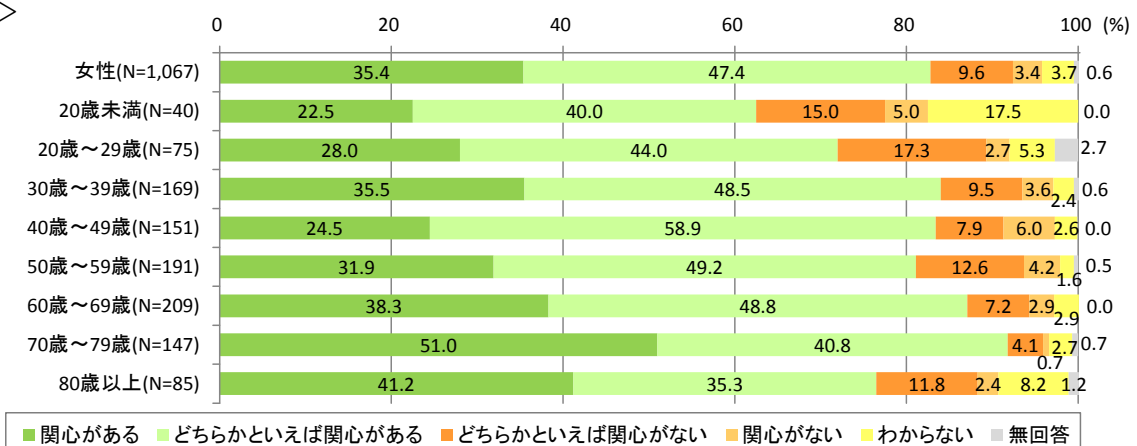
■食育への関心



##### <男性>

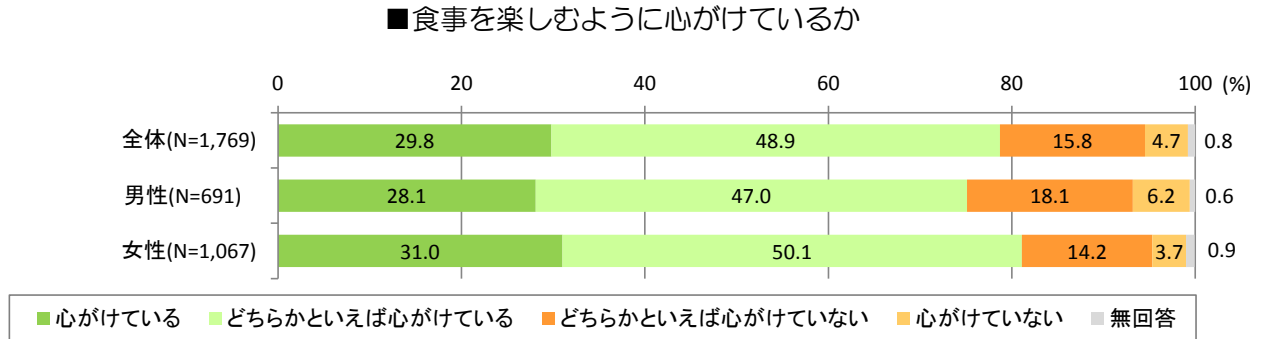


##### <女性>



## ②食事を楽しむ

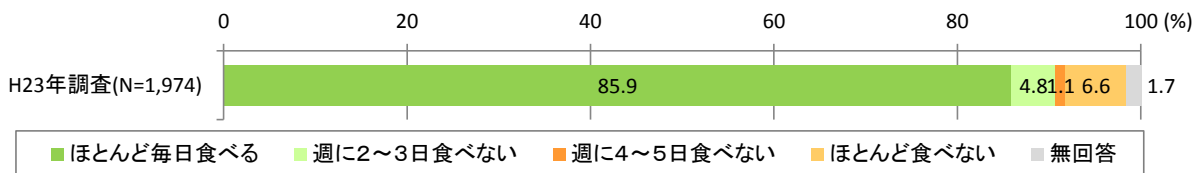
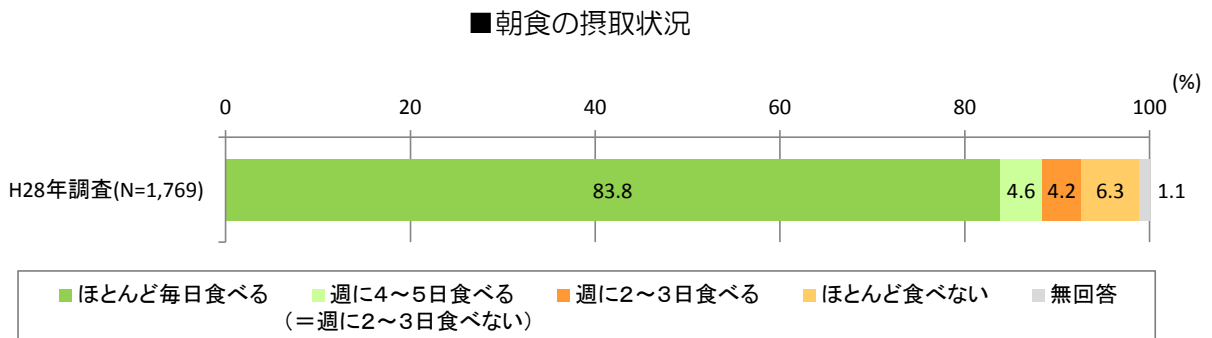
食事を楽しむように心がけているかについては、『心がけている』人（「心がけている」と「どちらかといえば心がけている」の合計）の割合が 78.7%となっています。男性より女性の方が『心がけている』の割合が高くなっています。



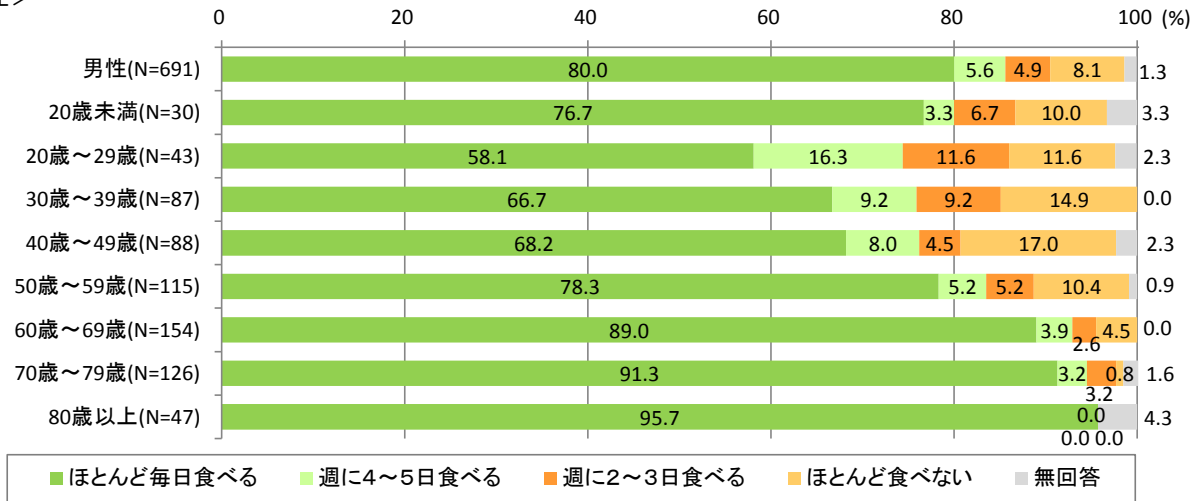
## (2) 食生活について

### ①朝食の摂取状況【成人】

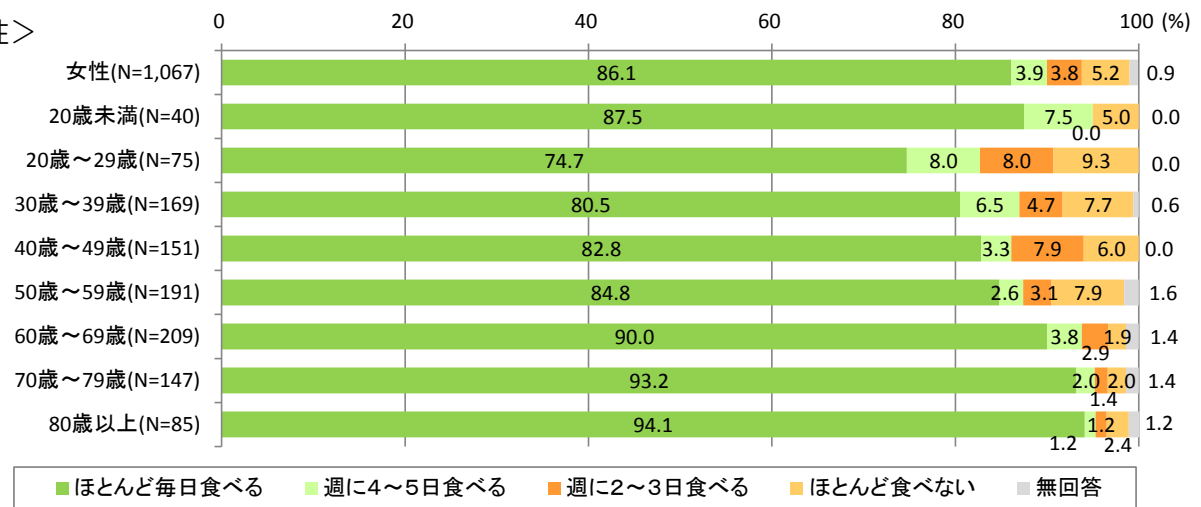
週4日以上食べない『朝食欠食』（「週に2～3日食べる」と「ほとんど食べない」の合計）の割合が 10.5%となっています。特に男性（20～49 歳以下）の約 2 割に朝食の欠食が見られます。



<男性>



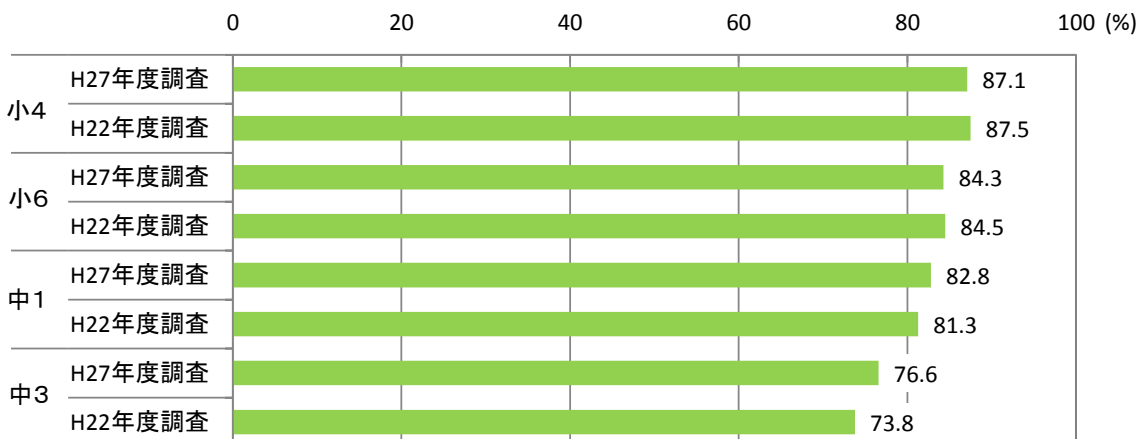
<女性>



②朝食の摂取状況【子ども（小中学生）】

朝食を毎日食べる人の割合は小学4年生で 87.1%、小学6年生で 84.3%、中学1年生で 82.8%、中学3年生で 76.7%となっており、学年があがるにつれて低くなっています。中学生では平成 22 年度調査より改善しています。

■小中学生の朝食摂取（毎日食べる）状況

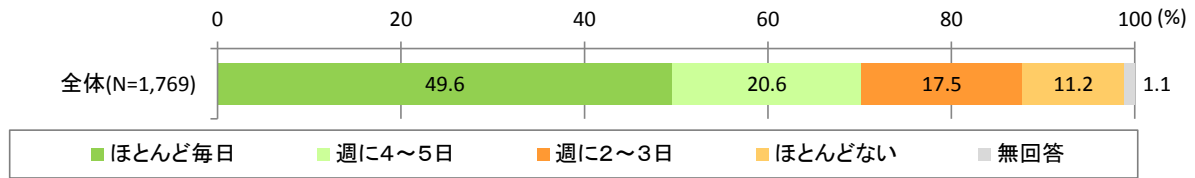


資料： 堺市「子どもがのびる」学びの診断 結果概要

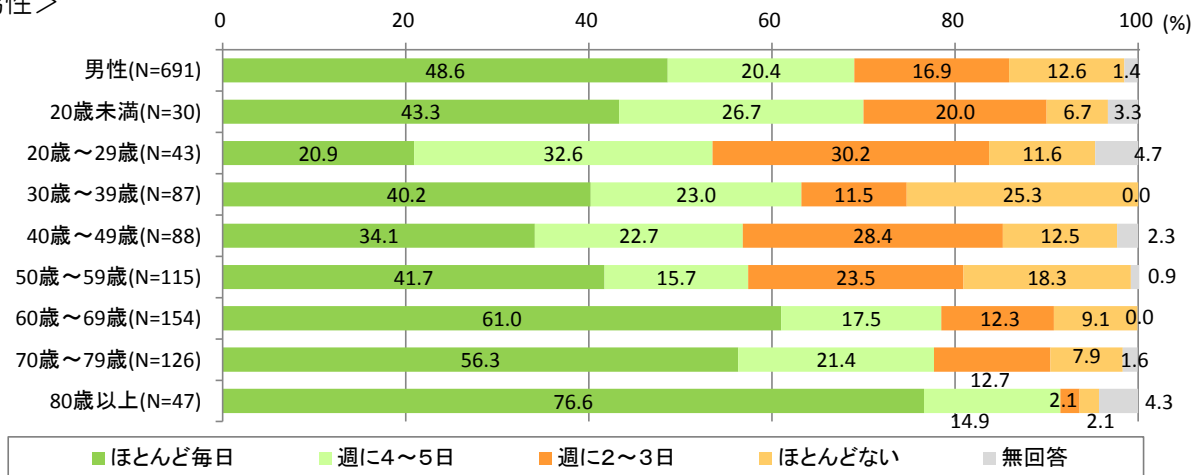
### ③栄養バランスを考えた食事をしている人の割合

主食・主菜・副菜をそろえて食べることが1日2回以上、ほとんど毎日ある人の割合は49.6%となっています。男性より女性の方が高くなっています。

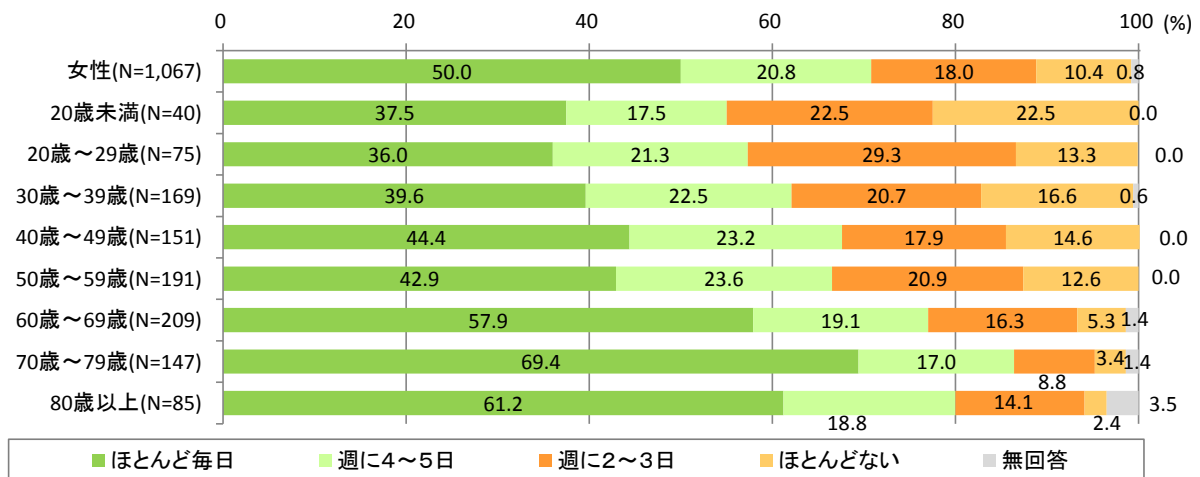
■ 1日2回以上、主食・主菜・副菜をそろえて食べる頻度



#### <男性>

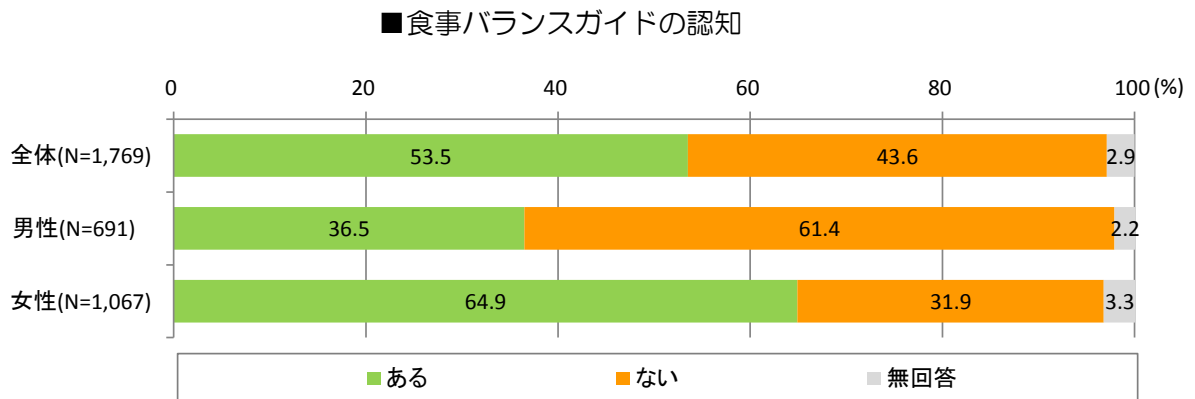


#### <女性>



#### ④食事バランスガイドについて

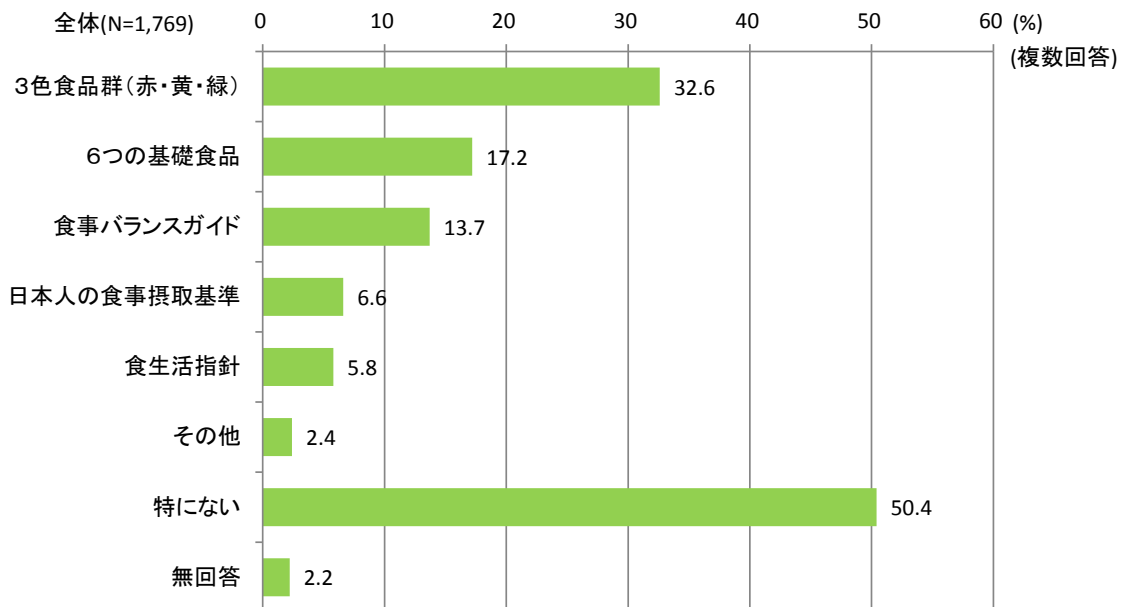
食事バランスガイドを見たことがある人の割合は 53.5%となっています。男性より女性の方が認知度は高くなっています。



#### ⑤健全な食生活を実践するための指針について

「健全な食生活を実践するための指針」は「3色食品群（赤・黄・緑）」を参考にしている人が約3割と最も高くなっています。参考にしている指針が「特にない」人が5割を超えています。

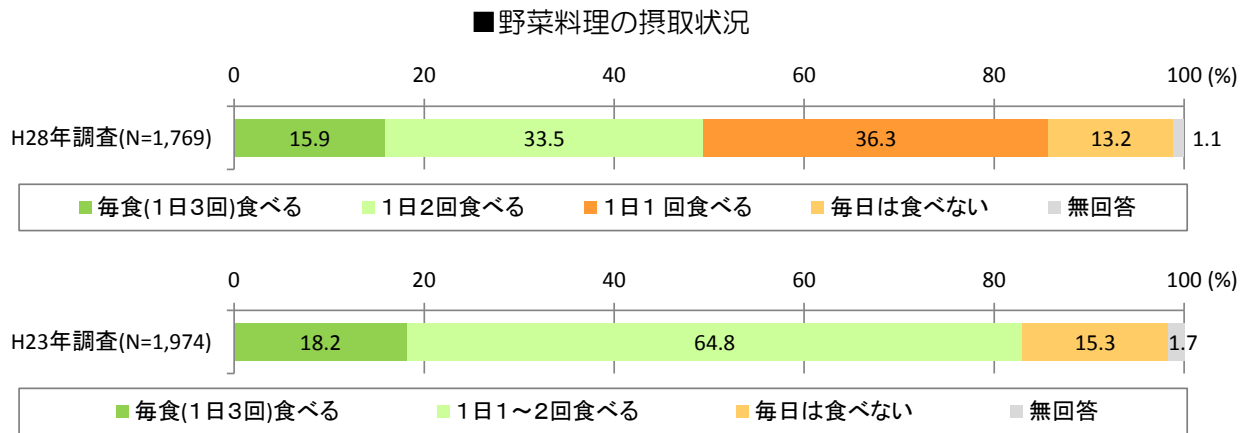
■ 健全な食生活を実践するため、参考にしている指針等



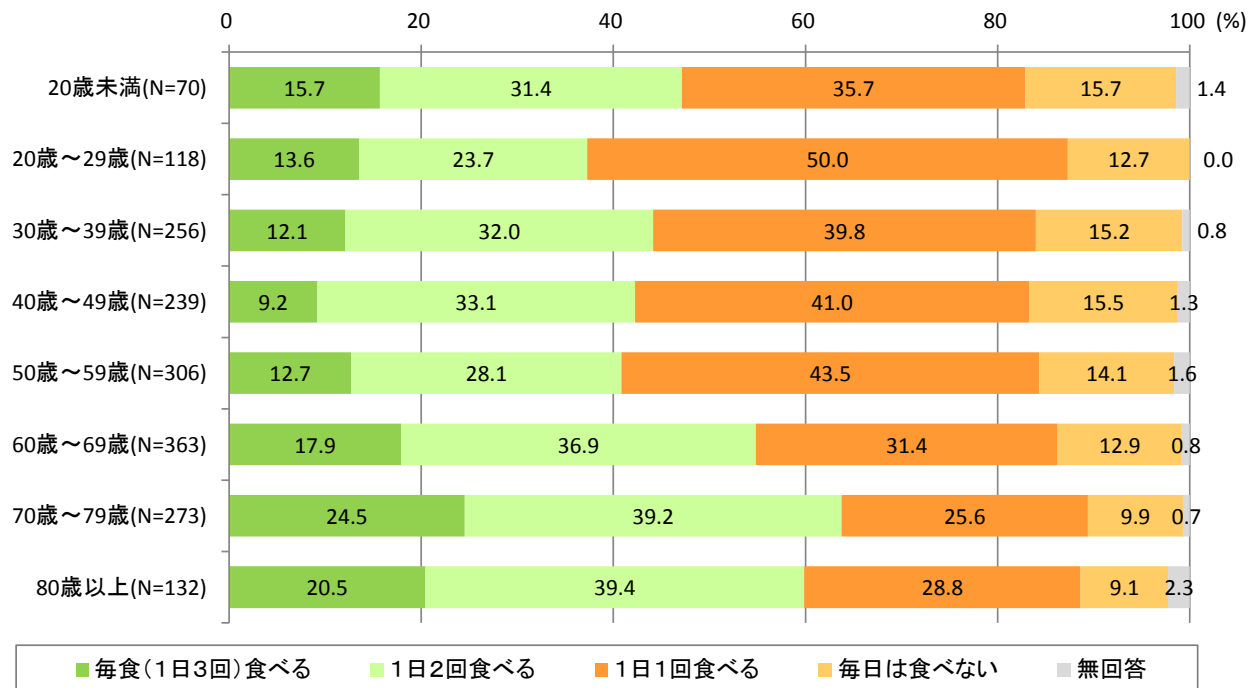


## ⑥野菜料理（漬物を除く）の摂取状況について

野菜料理（漬物を除く）を毎日（1日1回以上）食べる人の割合は85.7%となっています。平成23年調査より、毎食（1日3回）食べる人の割合は低くなっており、毎日（1日1回以上）食べる人の割合は高くなっています。野菜料理の摂取状況が1日1回となっている人が、20～50歳代で4～5割となっています。また、どの年代においても野菜料理を毎日食べない人が約1割となっています。

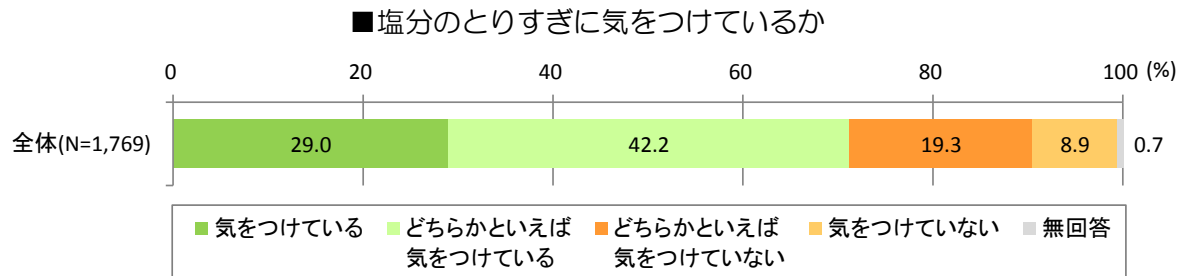


### <年代別>

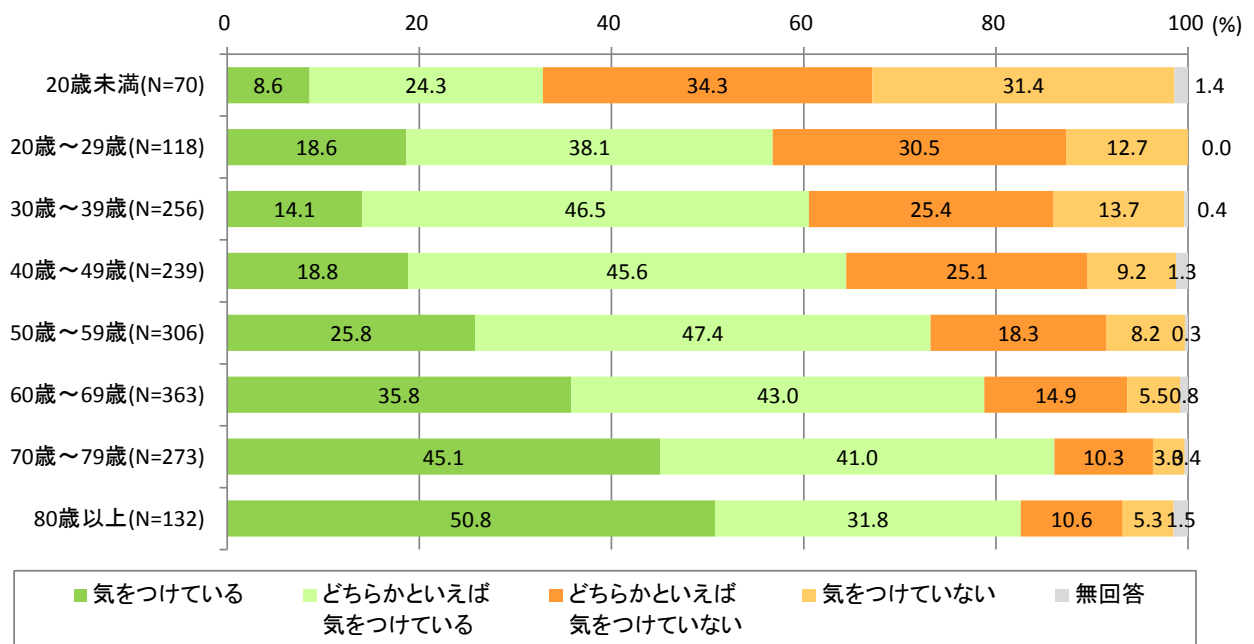


## ⑦減塩の習慣について

減塩の習慣については、『気をつけている』人（「気をつけている」と「どちらかといえば気をつけている」の合計）の割合が 71.2%となっています。79 歳までは年齢が上がるにつれ『気をつけている』の割合が高くなる傾向が見られます。



### <年代別>



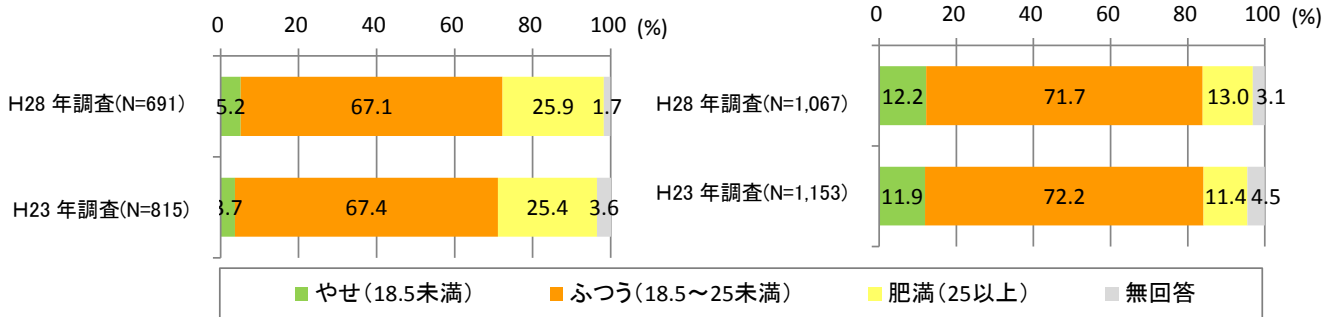
### ⑧体格について

体格については、男性の方が「肥満（BMI 25以上）」の割合が高く（25.9%）、40歳代では男性の約3割、50歳代では男性の約4割が肥満となっています。女性は「やせ（BMI 18.5未満）」の割合が12.2%となっており、20～30歳代までの女性の約2割が「やせ（BMI 18.5未満）」と他の年代に比べ高くなっています。

■ BMIによる体型分類

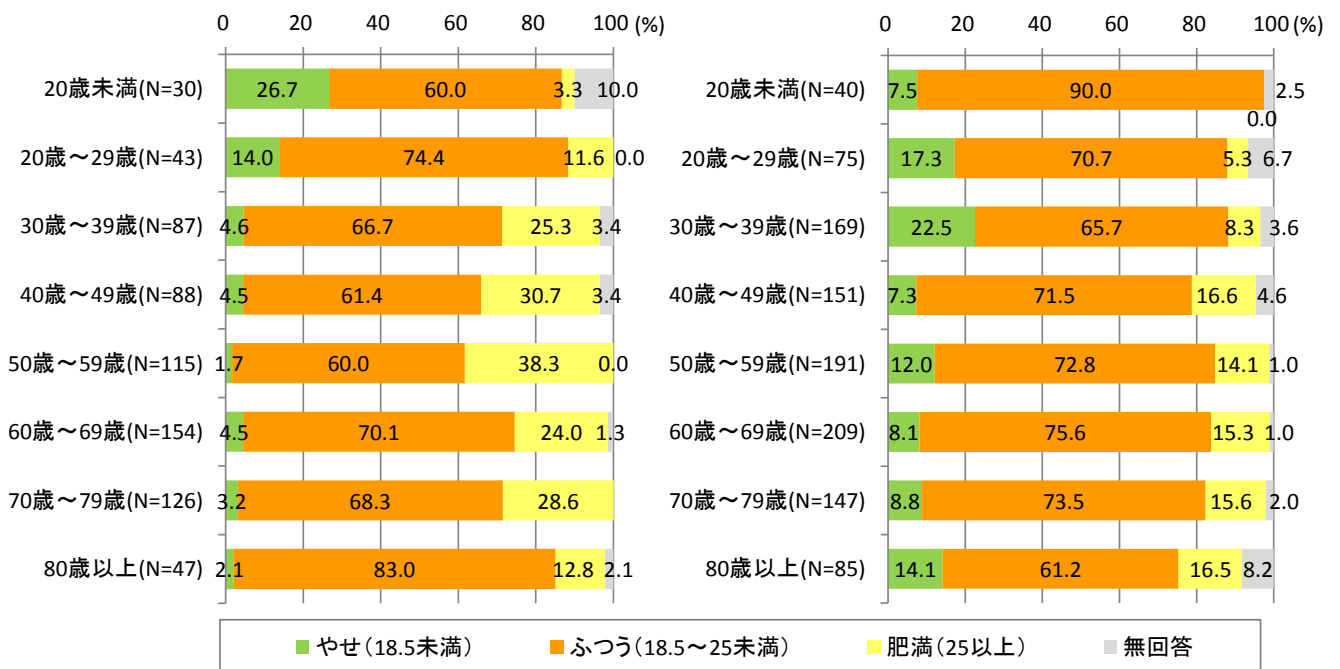
<男性>

<女性>



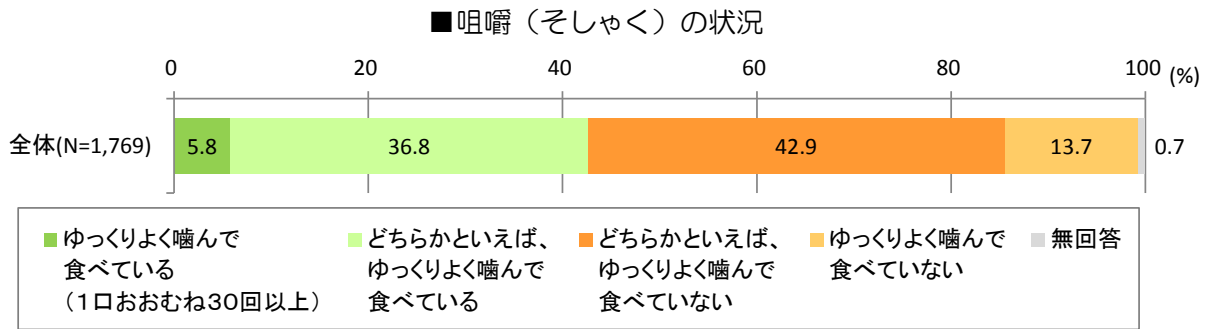
<男性>

<女性>

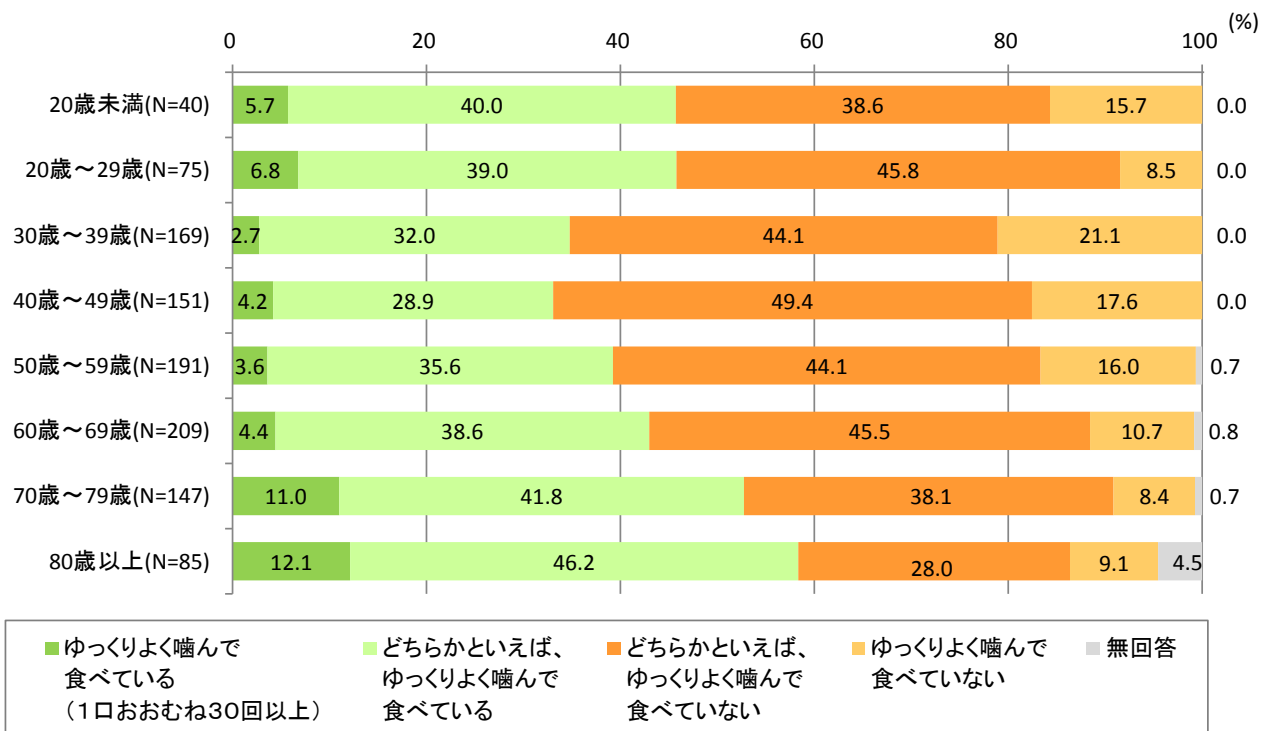


### ⑨ゆっくりよく噛んで食べるについて

ふだんゆっくりよく噛んで食べているかについては、『ゆっくりよく噛んで食べている』人（「ゆっくりよく噛んで食べている」と「どちらかといえば、ゆっくりよく噛んで食べている」の合計）の割合が42.6%となっています。30～40歳代で他の年代にくらべて『ゆっくりよく噛んで食べている』の割合が低くなっています。

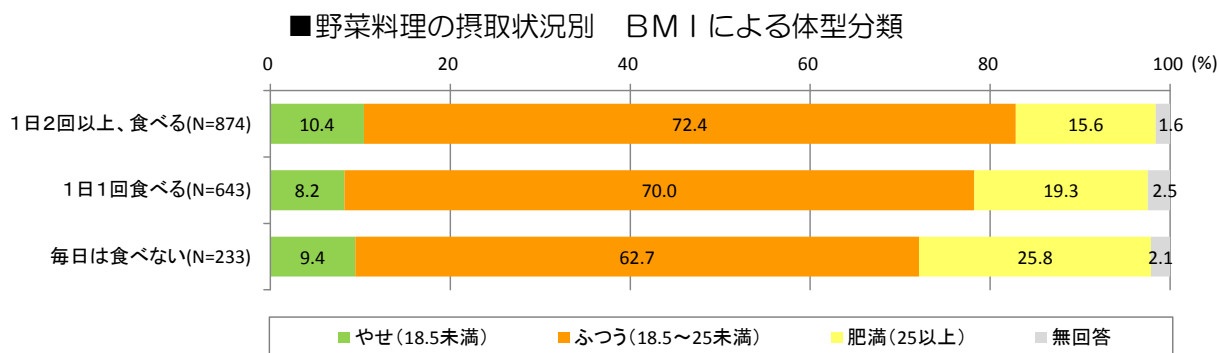


#### <年代別>



## ●野菜摂取と体格の関係

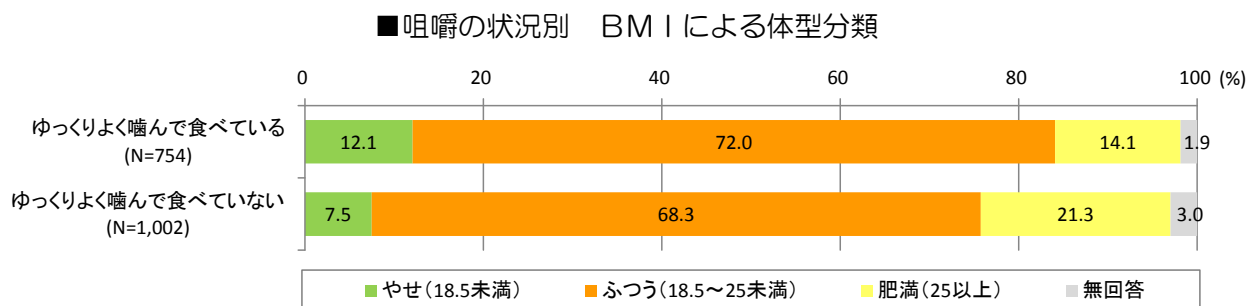
野菜料理の摂取状況と体格の関係では、野菜料理の摂取頻度が低いほど肥満の割合が高くなっています。



※『1日2回以上、食べる』＝毎食（1日3回）食べる＋1日2回食べる

## ●噛んで食べることと体格の関係

噛んで食べることと体格の関係では、ふだん『ゆっくりよく噛んで食べていない』人は、『ゆっくりよく噛んで食べている』人に比べて、肥満の割合が高くなっています。



※『ゆっくりよく噛んで食べている』

＝（「ゆっくりよく噛んで食べている」＋「どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べている」）

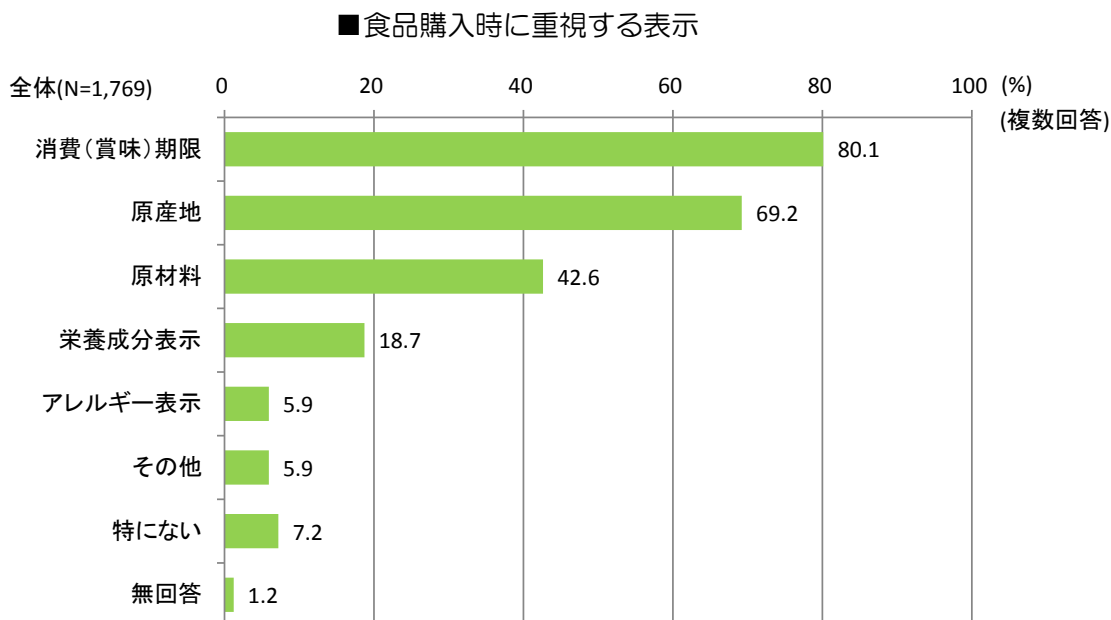
※『ゆっくりよく噛んで食べていない』

＝（「ゆっくりよく噛んで食べていない」＋「どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べていない」）

### (3) 食に関する状況について

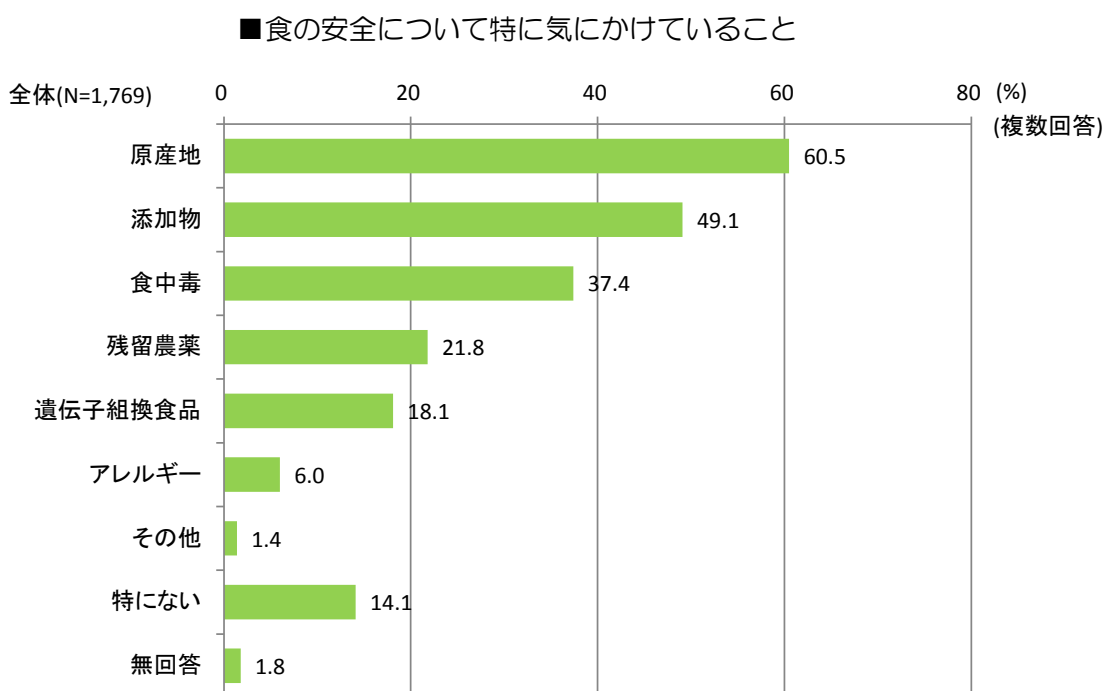
#### ①食品を購入する際に、重視する表示について

食品を購入する際に重視する表示は、「消費（賞味）期限」が80.1%と最も高く、次に「原産地」が69.2%、次いで「原材料」42.6%の順になっています。



#### ②食品の安全について

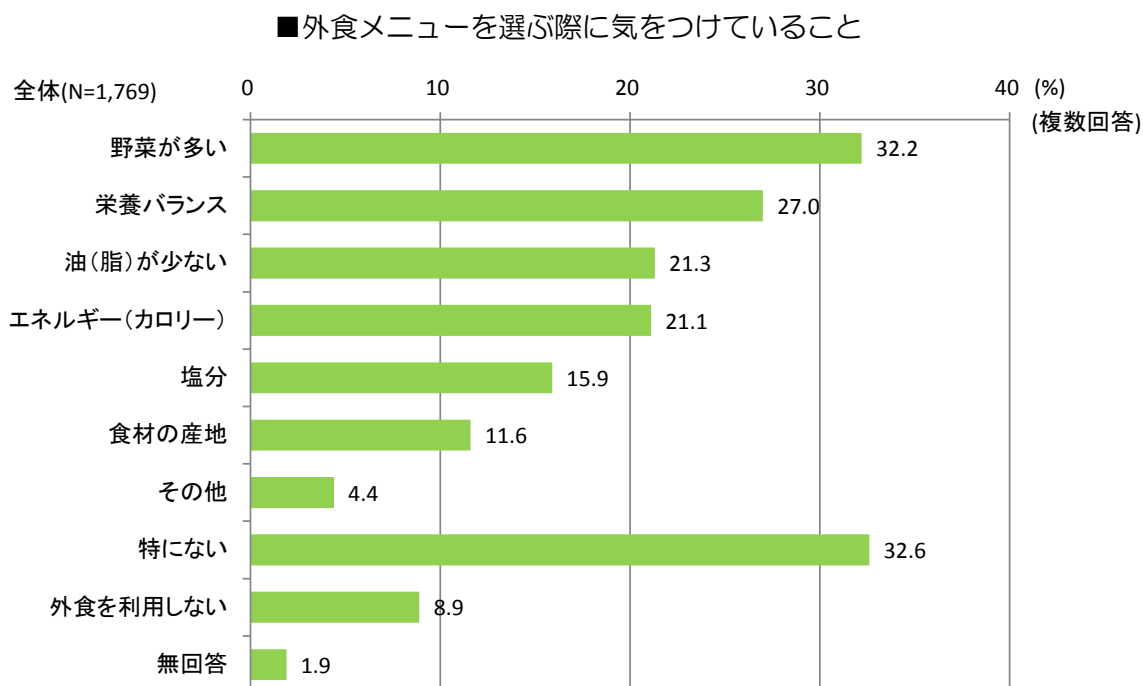
日ごろ、食品の安全に関して特に気にしていることについては、「原産地」が60.5%と最も高く、次に「添加物」が49.1%、次いで「食中毒」が37.4%の順になっています。



### ③ 外食メニューを選ぶ際に気をつけていることについて

外食のメニューを選ぶ際に気をつけることについては、「野菜が多い」が32.2%、「栄養バランス」が27.0%、「油（脂）が少ない」が21.3%の順になっています。一方、「特にない」の割合も32.6%みられます。

男性では、20歳未満で「エネルギー（カロリー）」、20歳～29歳で「栄養バランス」の割合が高く、女性では、29歳以下で「エネルギー（カロリー）」の割合が高くなっています。



#### < 性・年代別 >

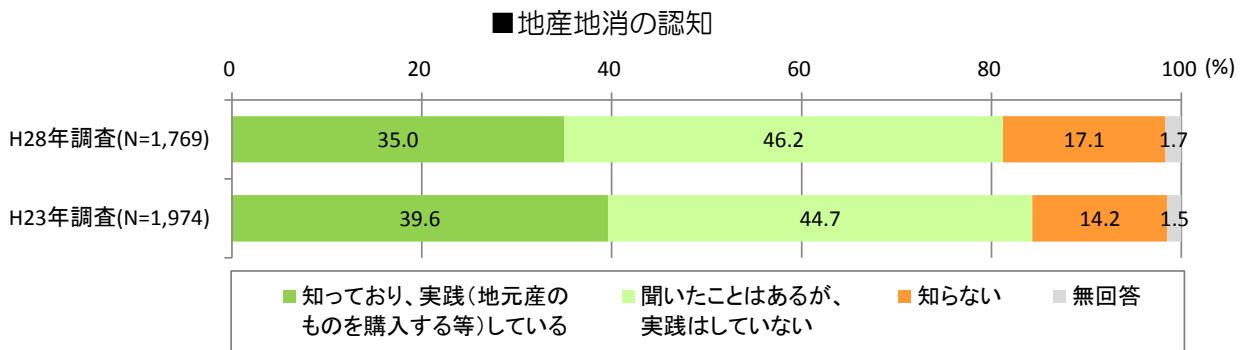
		(%) (複数回答)									
	N	野菜が多い	栄養バランス	油(脂)が少ない	エネルギー(カロリー)	塩分	食材の産地	その他	特にない	外食を利用しない	無回答
全体	1769	32.2	27.0	21.3	21.1	15.9	11.6	4.4	32.6	8.9	1.9
男性	691	24.7	21.1	17.5	15.2	14.8	10.6	4.1	41.7	8.5	1.6
20歳未満	30	6.7	13.3	6.7	16.7	3.3	3.3	6.7	66.7	0.0	3.3
20歳～29歳	43	11.6	16.3	11.6	11.6	2.3	2.3	7.0	51.2	4.7	0.0
30歳～39歳	87	19.5	14.9	11.5	16.1	4.6	8.0	3.4	51.7	4.6	2.3
40歳～49歳	88	20.5	11.4	8.0	19.3	9.1	11.4	2.3	54.5	2.3	2.3
50歳～59歳	115	28.7	27.0	18.3	17.4	14.8	12.2	2.6	37.4	4.3	1.7
60歳～69歳	154	26.0	20.8	17.5	13.0	16.2	10.4	3.2	40.3	11.0	0.6
70歳～79歳	126	32.5	28.6	27.8	14.3	26.2	15.1	6.3	30.2	12.7	1.6
80歳以上	47	31.9	27.7	29.8	12.8	27.7	10.6	4.3	19.1	27.7	2.1
女性	1067	37.1	30.8	23.7	24.7	16.7	12.0	4.5	26.7	9.3	1.9
20歳未満	40	12.5	17.5	15.0	42.5	2.5	5.0	5.0	42.5	5.0	0.0
20歳～29歳	75	32.0	25.3	14.7	37.3	6.7	5.3	8.0	36.0	0.0	1.3
30歳～39歳	169	30.2	27.8	9.5	20.1	3.6	9.5	2.4	36.7	4.7	1.8
40歳～49歳	151	35.1	31.8	13.9	30.5	11.3	9.9	5.3	32.5	2.6	0.0
50歳～59歳	191	46.1	35.1	25.1	29.3	15.7	11.0	4.7	27.2	4.7	1.6
60歳～69歳	209	44.0	33.0	32.5	23.0	25.8	13.4	3.8	21.1	9.1	2.4
70歳～79歳	147	42.9	36.7	38.8	18.4	30.6	20.4	6.1	15.0	17.7	1.4
80歳以上	85	23.5	21.2	30.6	9.4	23.5	14.1	2.4	14.1	36.5	7.1

## (4) 地産地消について

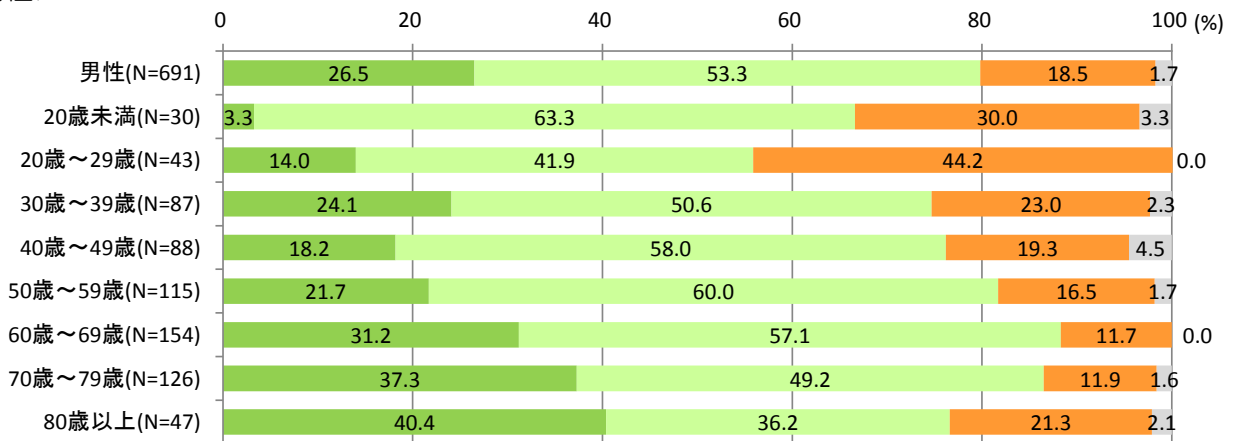
### ①地産地消について

「地産地消」の考えを知っているかについては、「聞いたことはあるが、実践はしていない」の割合が最も高く46.2%となっています。平成23年調査と比較すると、「知っており、実践(地元産のものを購入する等)している」は減少しています。

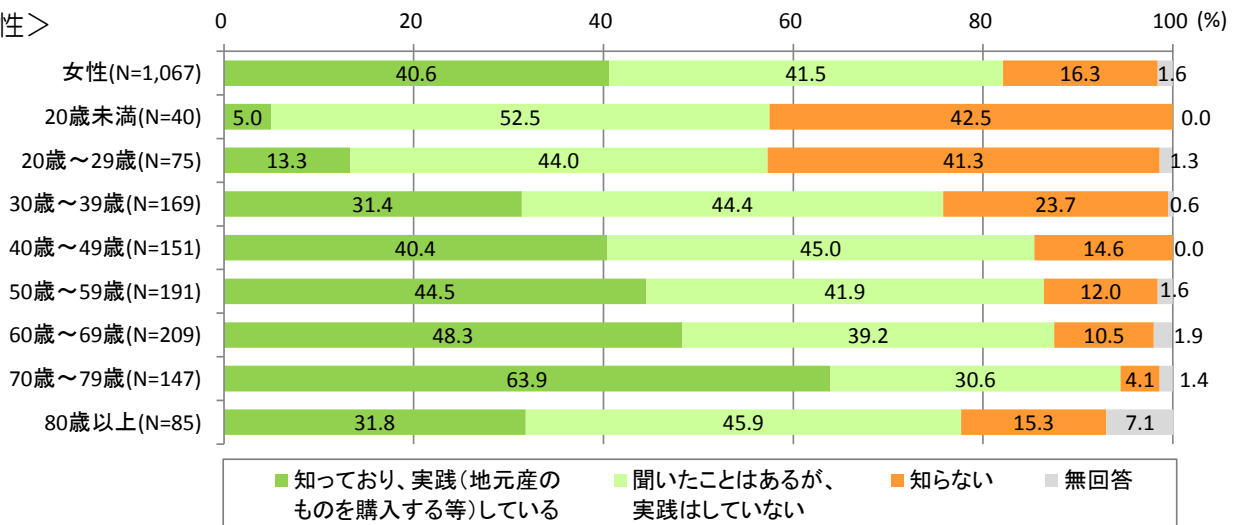
男女とも若い年代での認知が低くなっています。



#### <男性>



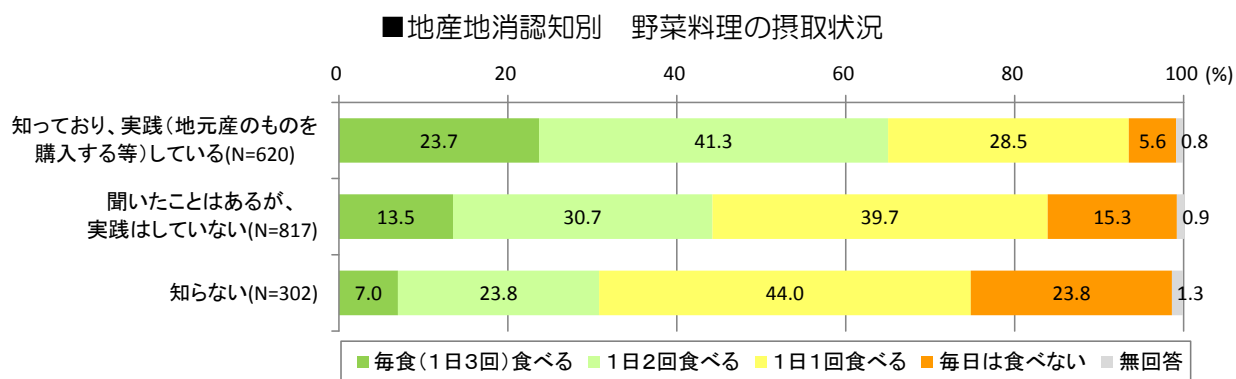
#### <女性>





## ●地産地消と野菜の摂取状況

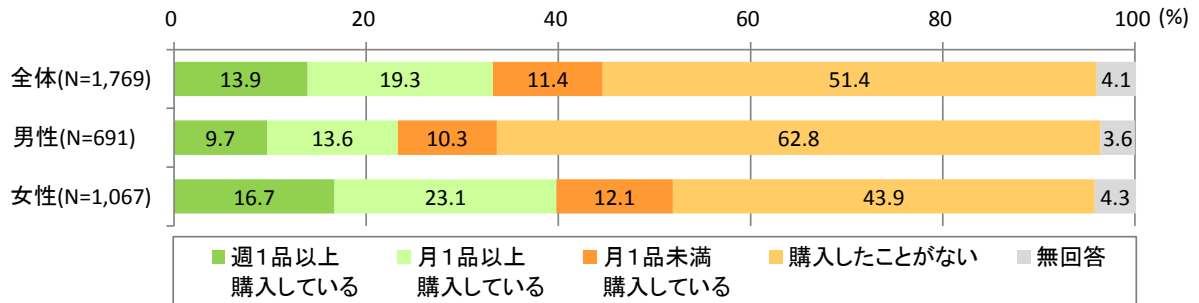
地産地消の考え方を知っており、地元産のものを購入する人ほど野菜料理を摂取する頻度が高くなっています。



## ②「堺のめぐみ」及び大阪エコ農産物「泉州さかい育ち」の購入頻度について

「堺のめぐみ」及び大阪エコ農産物「泉州さかい育ち」について、『購入している』（「週1品以上購入している」、「月1品以上購入している」、「月1品未満購入している」の合計）の割合は44.6%に対し、「購入したことがない」は51.4%となっています。

■「堺のめぐみ」及び大阪エコ農産物「泉州さかい育ち」の購入頻度

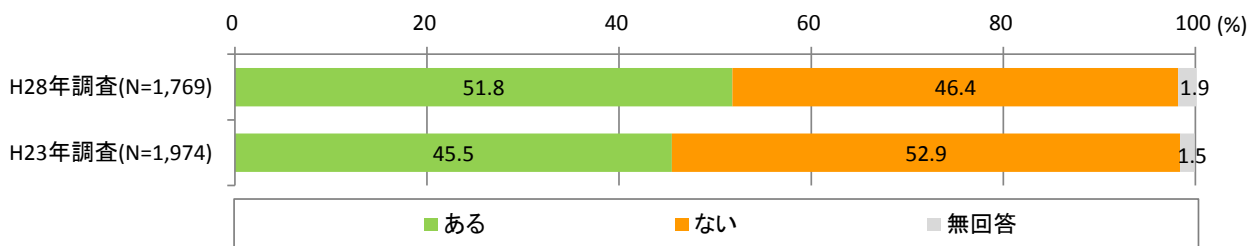


## ③農業体験について

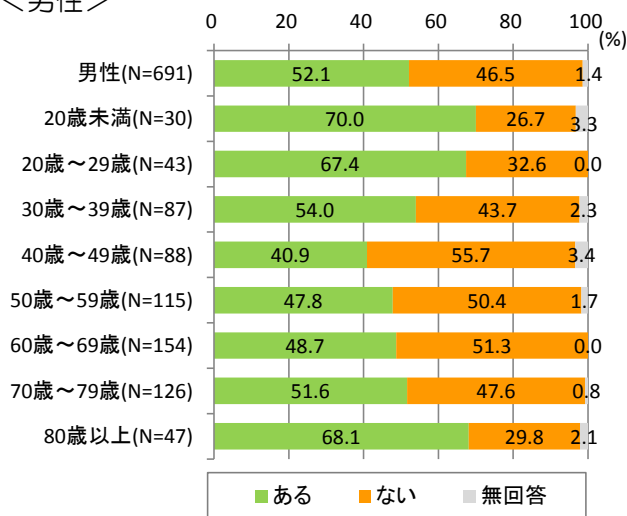
ご自身、またはご家族の方の農業体験については、体験したことが「ある」の割合が51.8%、「ない」が46.4%となっています。

男性では20歳未満、20歳～29歳、80歳以上で「ある」が約7割、女性では20歳未満で「ある」が75.0%となっています。

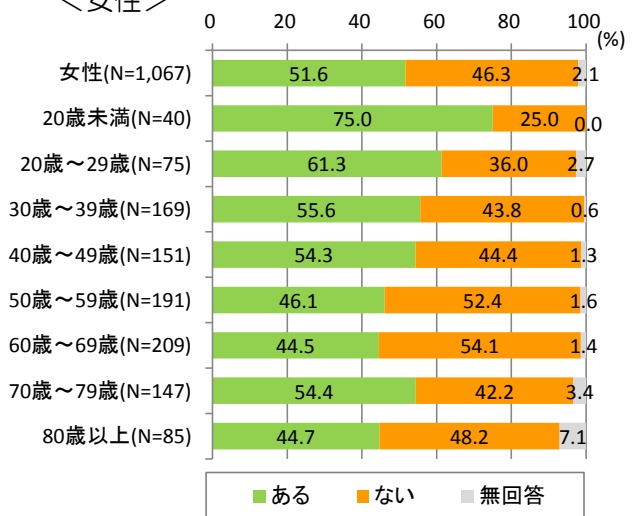
■農業体験



### <男性>



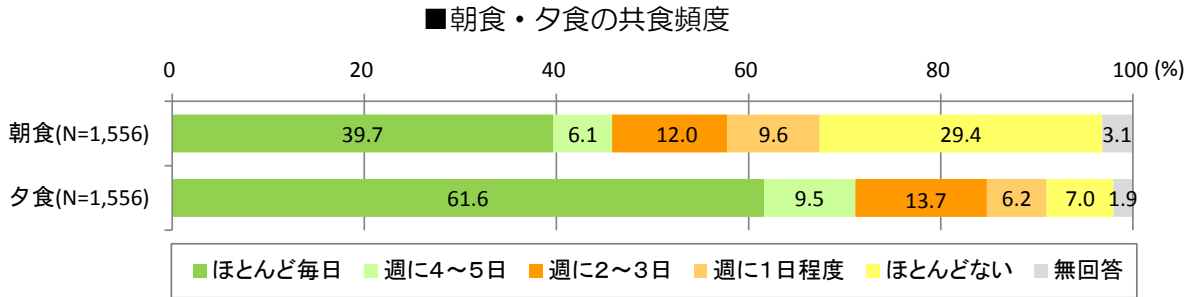
### <女性>



## (5) 食育に関する行動について

### ①家庭での共食について【朝食・夕食】

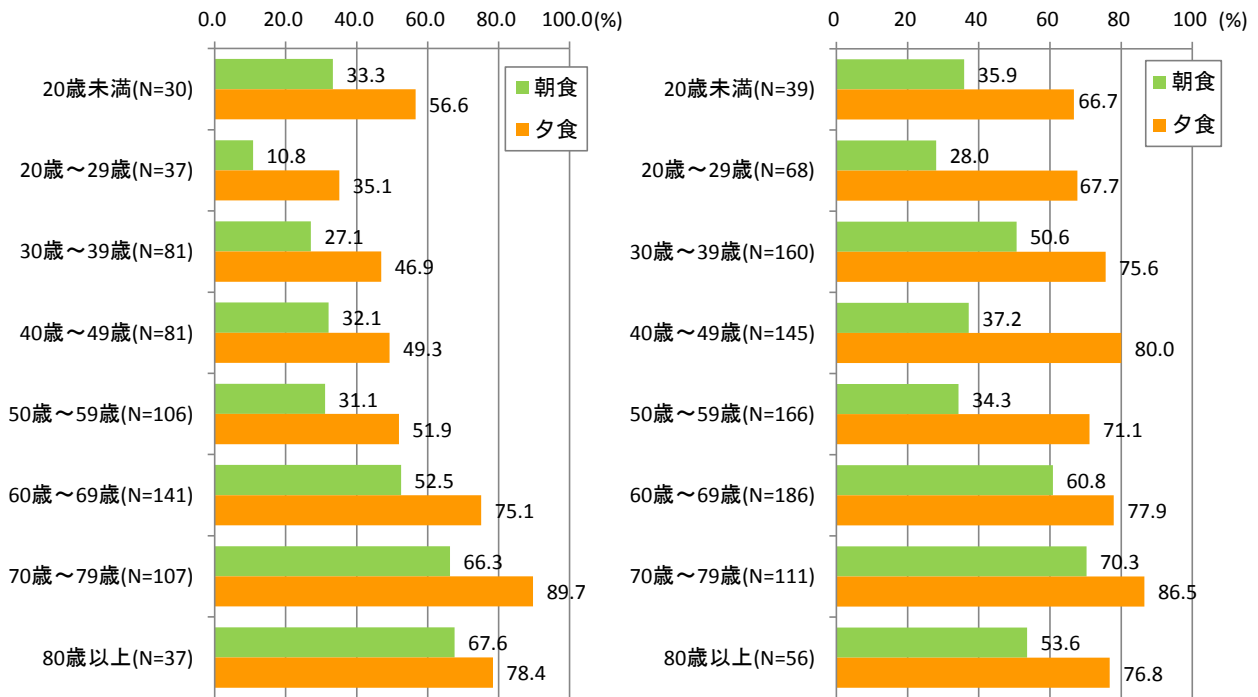
同居家族がいる人で家族と一緒に朝食をほとんど毎日食べる人の割合は約4割、夕食をほとんど毎日食べる人の割合は約6割となっています。週4～5日以上家族と一緒に食べる人の割合は20～50歳代の男性、20歳代の女性で、他の年代より低くなっています。



### ■朝食・夕食の共食頻度が週4～5日以上の人

<男性>

<女性>



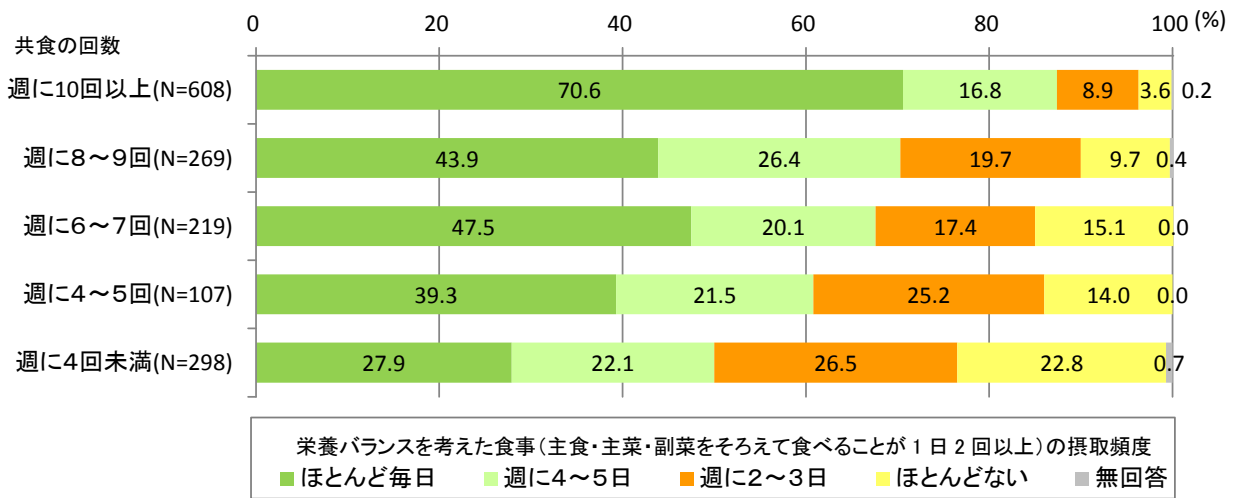
※『週4～5日以上』=ほとんど毎日+週に4～5日

## ●家庭での共食の回数と食事摂取の関係

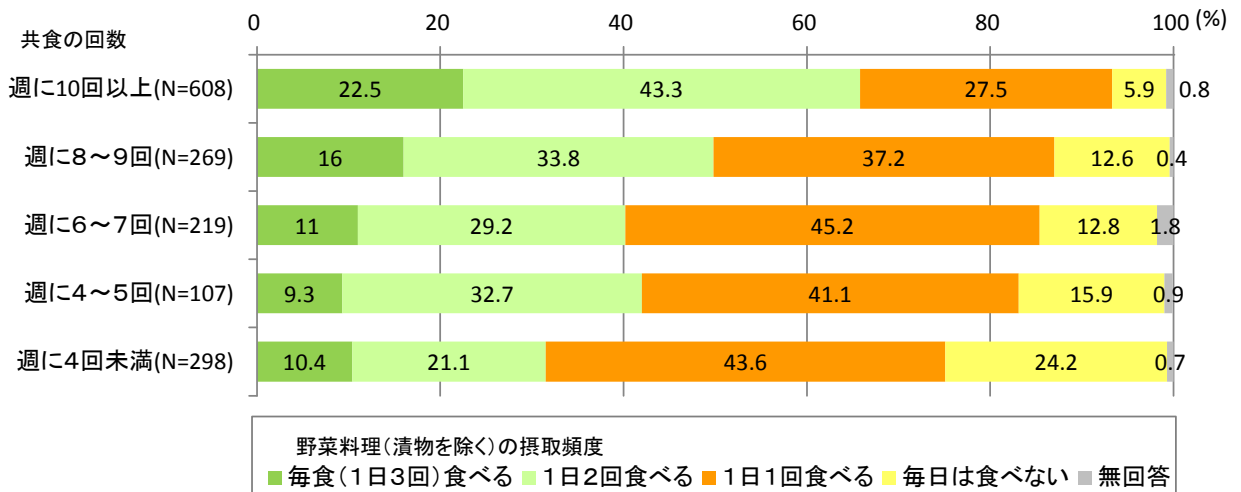
共食の回数が多いほど、栄養バランスのとれた食事を実践している割合や野菜の摂取頻度が高くなっています。

※共食の回数：朝食と夕食のそれぞれについて、「ほとんど毎日」を週7回、「週に4～5日」を4.5回、「週に2～3日」を2.5回、「週に1日程度」を1回として、合計したもの。

■共食の回数別 栄養バランスを考えた食事の摂取頻度

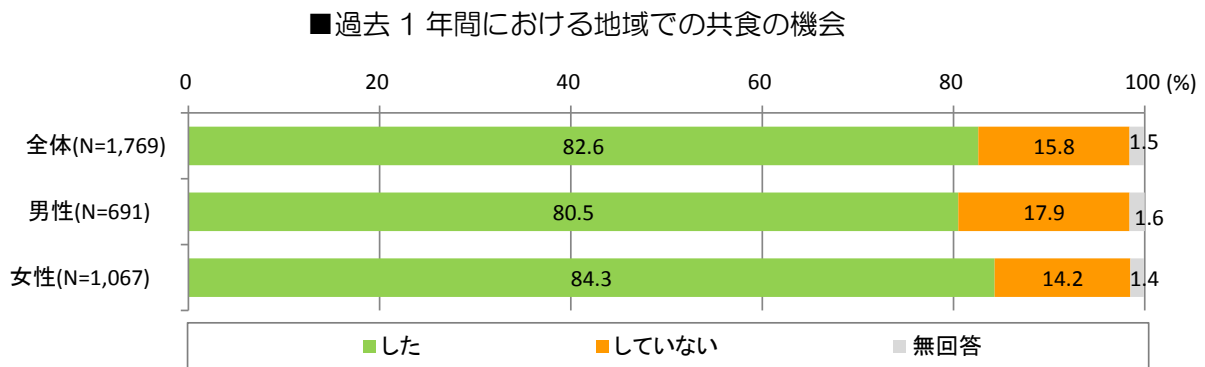


■共食の回数別 野菜料理（漬物を除く）の摂取頻度



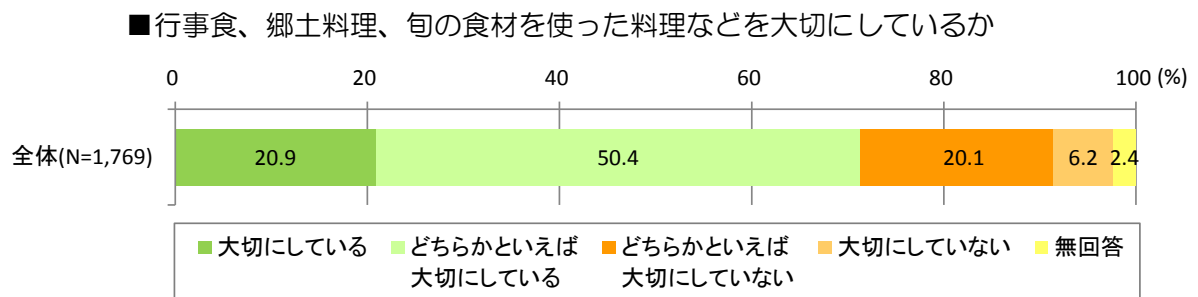
## ②地域等での共食の機会について

共食については、過去1年間に、地域で共食をしたことがある人は82.6%となっています。



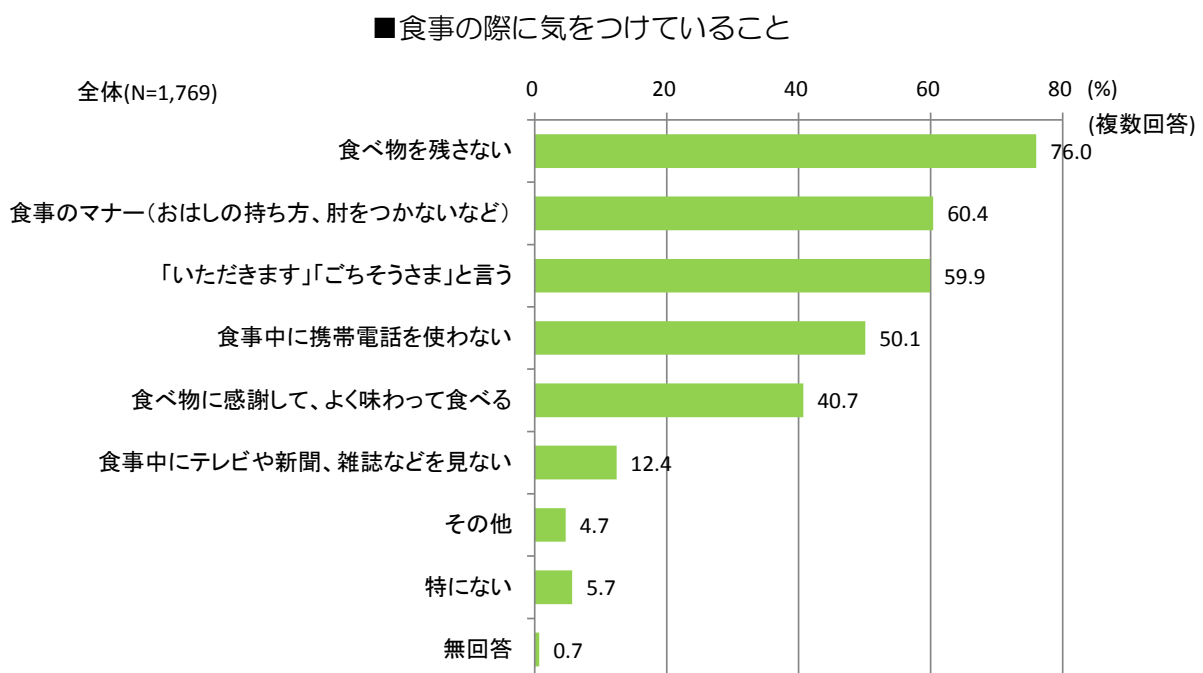
## ③行事食、郷土料理、旬の食材を使った料理などについて

行事食、郷土料理、旬の食材を使った料理などを『大切にしている』人（「大切にしている」と「どちらかといえば大切にしている」の合計）の割合は71.3%となっています。



## ④食事の際に気をつけていることについて

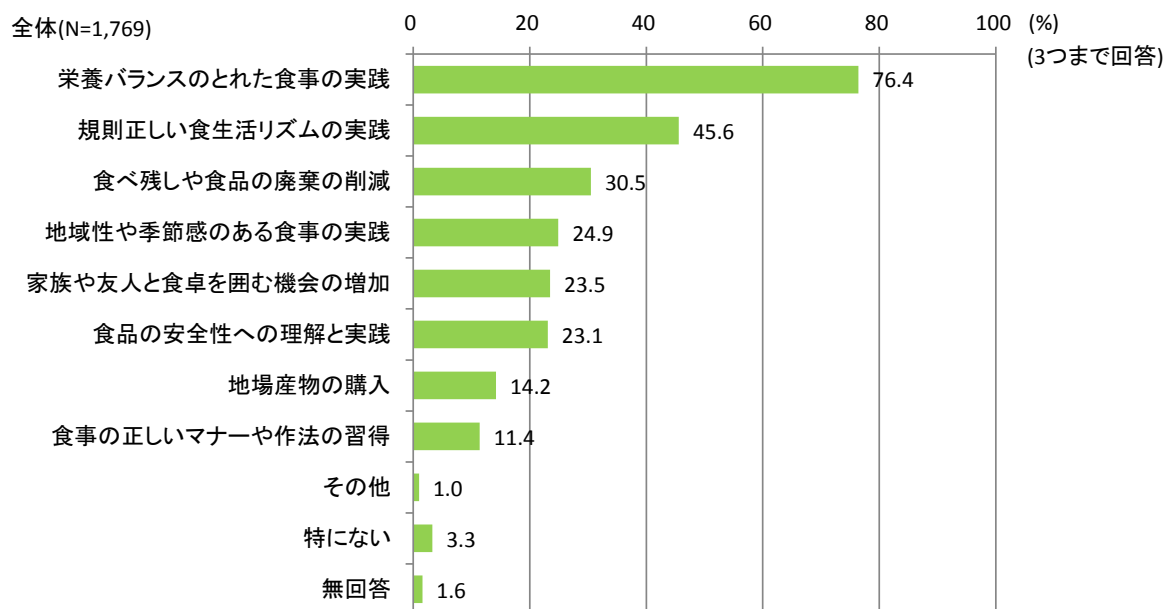
「食べ物を残さない」が76.0%と最も高く、次に「食事のマナー（おはしの持ち方、肘をつかないなど）」が60.4%、次いで「いただきます」「ごちそうさま」と言う」が59.9%の順になっています。



### ⑤今後の食生活で力を入れたいことについて

今後の食生活で、どのようなことに力を入れたいと思うかについては、「栄養バランスのとれた食事の実践」の割合が76.4%と最も高く、次に「規則正しい食生活リズムの実践」が45.6%、次いで食べ残しや食品の廃棄の削減が30.5%の順になっています。

■今後の食生活で力を入れたいこと



## (6) 年代別にみた特徴

### 20歳未満・20歳代

#### 食育への関心

他の年代に比べて低く、とくに男性で低い

#### 朝食摂取

20歳代男性で朝食欠食の割合が高い

#### 食事の回数

1日3回食べている人の割合は、男女とも20歳代で低い



#### 野菜・果物摂取

他の年代に比べて頻度が、低い

#### 体格

20歳代女性で「やせ(BMI 18.5未満)」が2割と多い

#### 減塩

減塩に取り組んでいる人の割合が低い

#### 外食

外食の利用が多く、何も気をつけずに外食のメニューを選択する傾向

### 30・40・50歳代

#### 食育への関心

20歳未満・20歳代に次いで、低い

#### 共食状況

朝食・夕食ともに、50歳代女性で低い

#### 栄養バランスを考えた食事

30歳代男性は、「ほとんど毎日」が4割の一方、「ほとんどない」が2割半と差がある。



#### 体格

40~50歳代の男性で「肥満(BMI25以上)」が3割以上と多い

30歳代の女性で「やせ(BMI18.5未満)」が2割強と多い

#### 野菜・果物摂取

他の年代に比べて、摂取頻度が低い傾向

### 60歳以上

#### 食育への関心

他の年代に比べて高く、食生活が健康的

#### 食事の際の注意点

食事では気をつけていることとして、「食べ物に感謝して、よく味わって食べる」が高い



#### 体格

80歳以上の女性では年齢が上がるほど、「やせ(BMI18.5未満)」が増える傾向

#### 地域での共食

男性では、地域での共食の希望があるにも関わらず、過去1年間に機会がなかった人が1割強

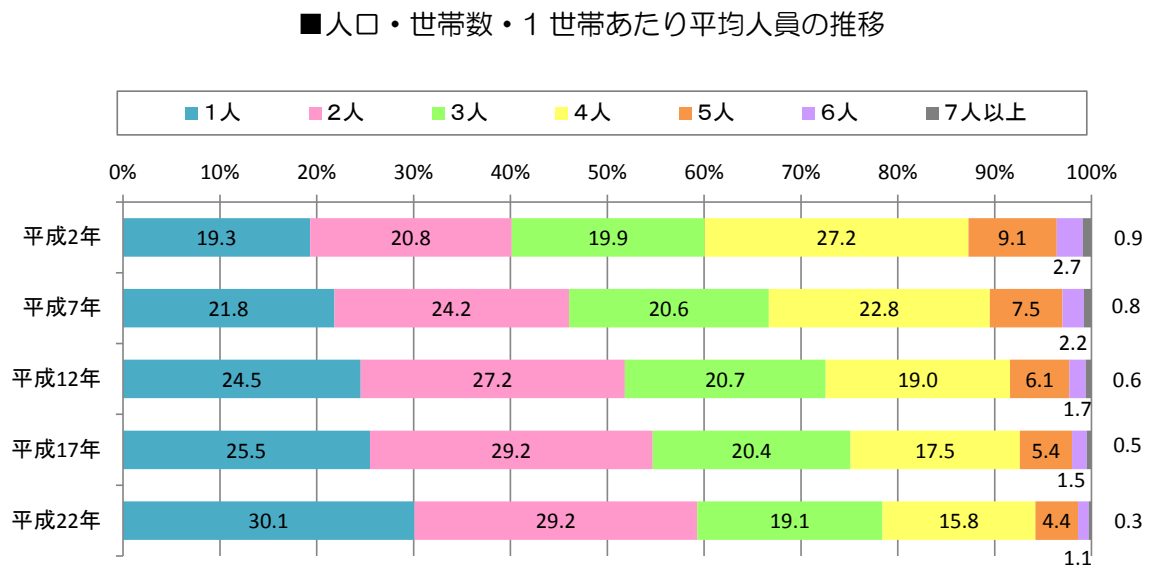
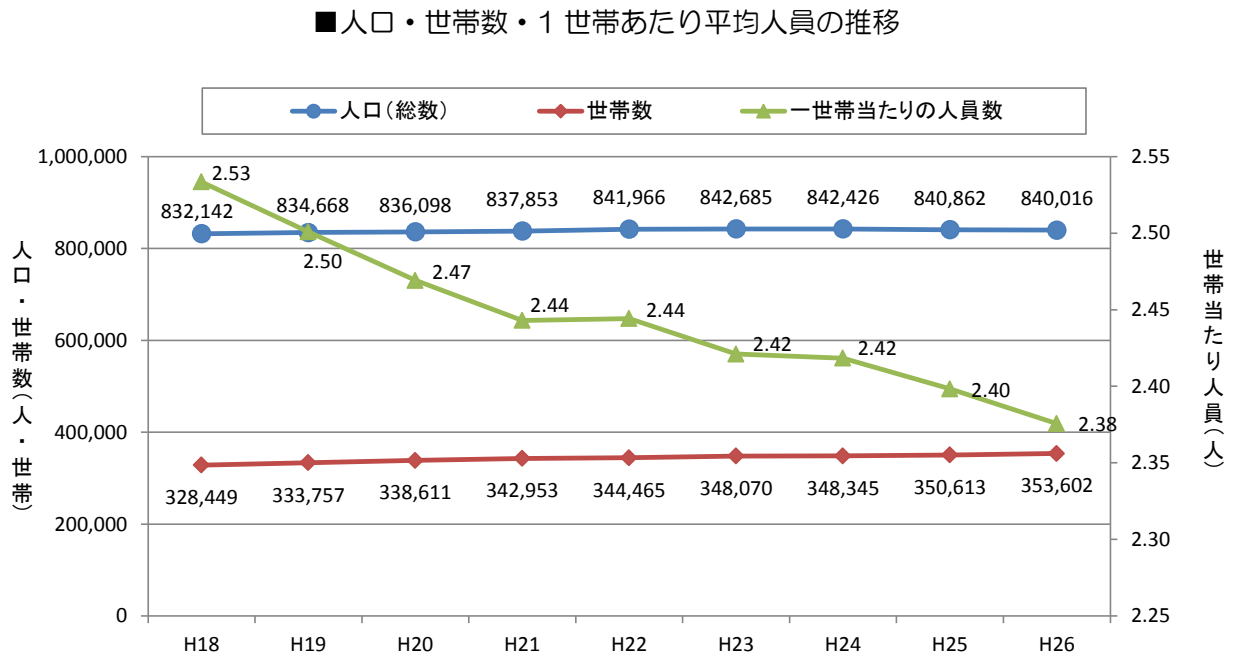
#### 地産地消

実践している人は、年齢が高くなるほど多い

## 2 堺市の食を取り巻く状況

### (1) 世帯構成の変化

堺市の世帯数は伸び続けていますが、一方で世帯当たりの平均人員は減少し続けています。また世帯構成別にみると、単身世帯が増えており、家族規模の縮小が一層進んでいます。

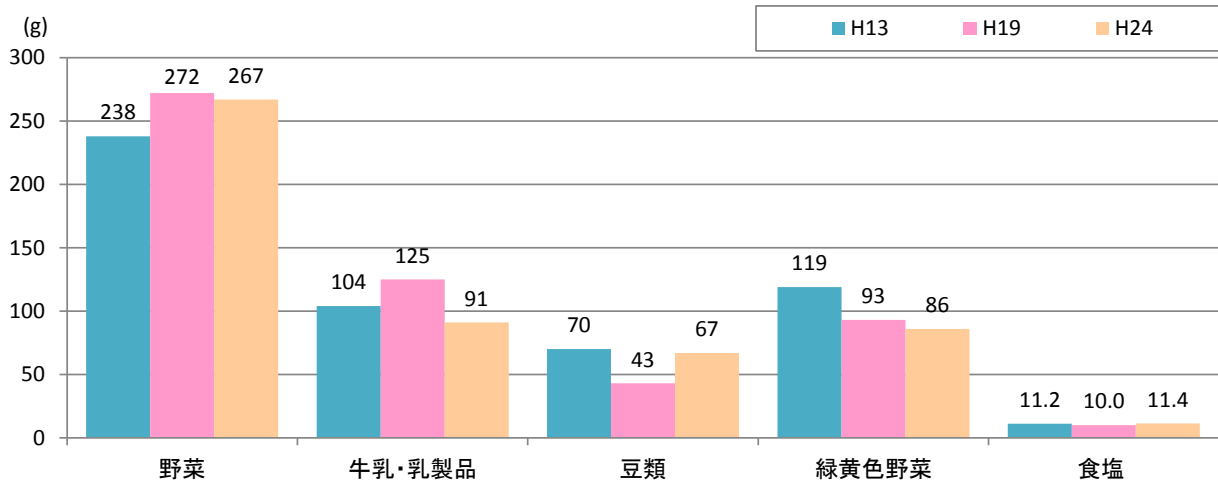




## (2) 食品・栄養摂取の状況

国民健康・栄養調査によると、食品摂取の推移は、食塩摂取が増え、緑黄色野菜、牛乳・乳製品の摂取が減少しているなど、食塩の過剰摂取や栄養バランスの偏りが危惧されています。偏った食生活による過不足は、高血圧や脂質異常症、肥満などを招き、様々な生活習慣病を引き起こす可能性が高くなるため、適切な栄養・食品についての情報を認識し、食生活のなかで実践していくことが重要となります。

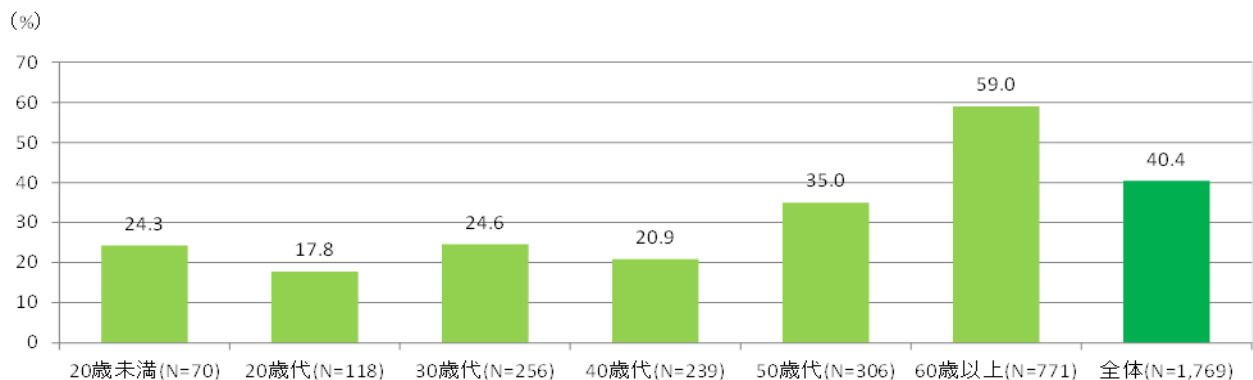
■成人の1日当たりの平均摂取量の経年変化（堺市）



資料：国民健康・栄養調査

堺市食育に関するアンケート調査によると、果物の摂取頻度は、週に4～5日以上食べる人の割合は40.4%となっています。年齢が高くなると果物の摂取頻度が高くなっています。

■年代別果物を週4～5日以上食べる人の割合



※『週4～5日以上』＝ほとんど毎日＋週に4～5日

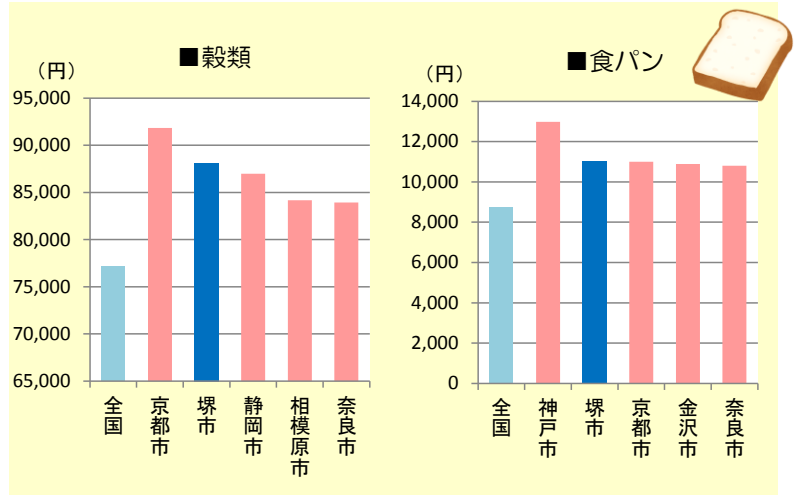
資料：堺市食育に関するアンケート調査（平成28年）

家計調査によると、「穀類」全般の年間支出金額では堺市は全国 52 自治体の中で 2 位となっています。穀類について、品目ごとに年間支出金額の上位をみると、「食パン」が 2 位となっています。

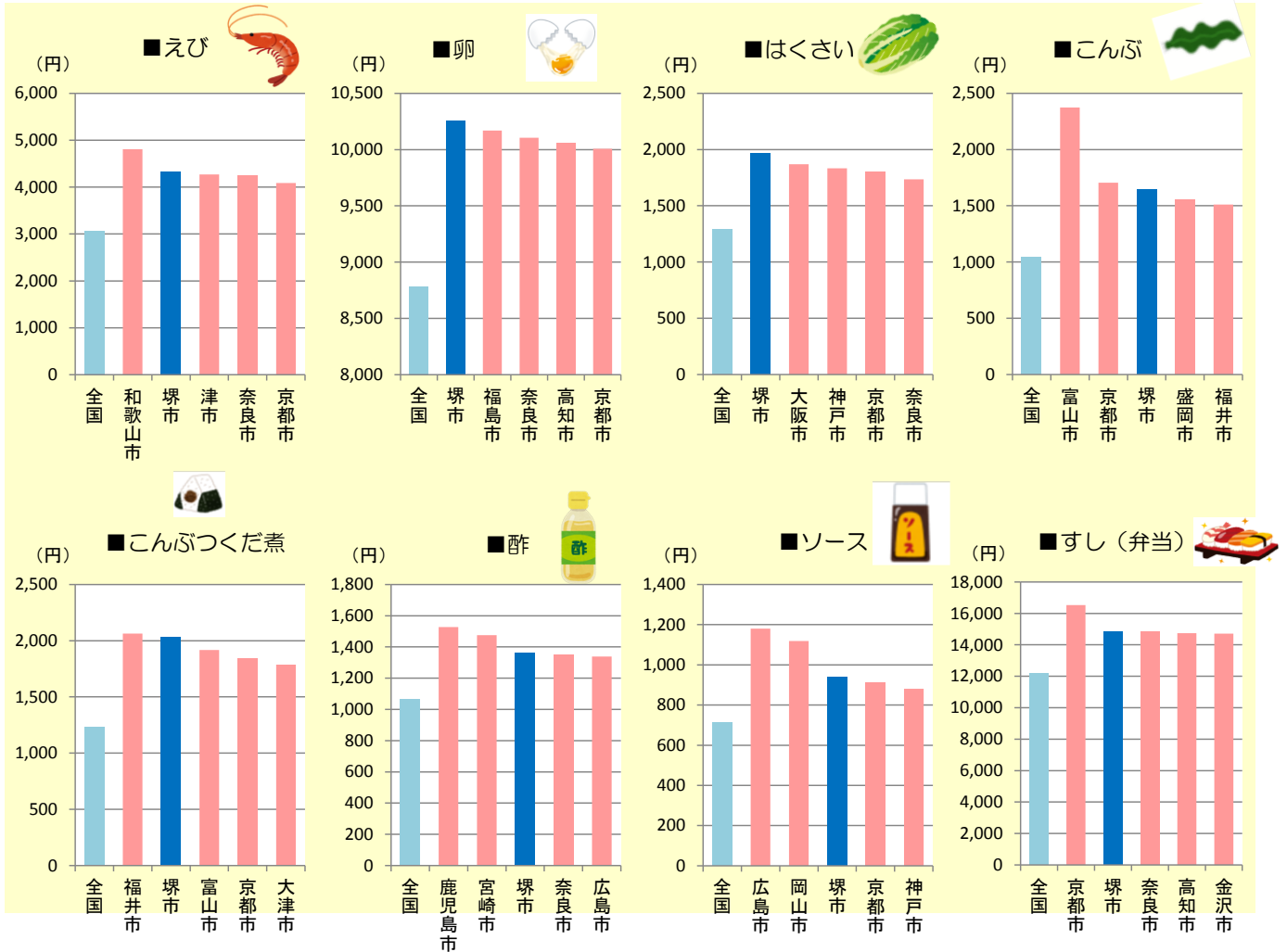
続いて、家計調査における年間支出金額について、堺市が 3 位以内にランキングされている品目をみると、魚介類で「えび」、乳卵類で「卵」があげられます。

さらに、生鮮野菜では「はくさい」の支出が 1 位となっています。他にも、「こんぶ」（3 位）や「こんぶつくだ煮」（2 位）、調味料では「酢」（3 位）、「ソース」（3 位）、調理食品では「すし（弁当）」（2 位）が 3 位以内に入っています。

■年間支出金額5位以内の品目ランキング（堺市3位以内）



■年間支出金額5位以内の品目ランキング（堺市3位以内）



資料：家計調査（二人以上の世帯）品目別都道府県所在市及び政令指定都市ランキングより（平成 25 年～平成 27 年平均）

### (3) 中食・外食の状況について

手軽に購入できる惣菜等の中食(なかしょく)の状況については、家計調査の結果によると、調理食品の年間支出金額において「すし(弁当)」が2位と上位にランキングされています。一方、「弁当」や「調理パン」は低いランキングとなっています。

また、外食の状況について、家計調査の結果によると、堺市の一般外食金額年平均は156,946円で、全国よりも若干高くなっています。品目別では、さほど上位には位置づいていません。

以上のことから、堺市において、中食では、「弁当」や「調理パン」よりも「すし」の嗜好性が高いといえます。外食では麺類系よりも「すし」の嗜好性が高くなっています。

前項の品目別ランキングの結果とあわせてみると、パンや麺類は、外食よりも家庭内で食する傾向がみとれます。

#### ■調理食品

	堺市の順位	金額(堺市)	金額(全国)
調理食品	19	115,461	108,575
主食的調理食品	26	45,600	45,392
弁当	48	10,538	13,800
すし(弁当)	2	14,853	12,162
おにぎり・その他	40	3,513	4,026
調理パン	48	3,587	4,558
他の主食的調理食品	4	13,109	10,846
他の調理食品	12	69,861	63,183
うなぎのかば焼き	5	3,115	2,223
サラダ	22	4,070	3,947
コロッケ	10	2,295	1,927
カツレツ	36	1,412	1,740
天ぷら・フライ	42	8,670	9,717
しゅうまい	15	1,047	995
ぎょうざ	11	2,262	2,091
やきとり	37	1,503	2,027
ハンバーグ	22	1,087	1,069
冷凍調理食品	10	7,752	6,270
そうざい材料セット	28	3,464	2,652
他の調理食品のその他	5	33,184	28,526

#### ■外食

	堺市の順位	金額(堺市)	金額(全国)
一般外食	18	156,946	156,563
日本そば・うどん	42	4,833	5,855
中華そば	51	3,508	5,764
他の麺類外食	35	1,881	2,145
すし(外食)	10	16,604	14,220
和食	39	18,816	22,642
中華食	19	4,971	4,757
ハンバーガー	28	3,808	3,711
他の主食的外食	11	65,120	54,473

資料：家計調査(二人以上の世帯)品目別都道府県  
所在市及び政令指定都市ランキングより  
(平成25年～平成27年平均)

#### (4) 堺市の農産物について

本市の農産物としては、米、サツマイモ、大豆、コマツナ、ホウレンソウ、シュンギク、トマト等の品目が、大阪府内において比較的高い生産量となっています。

(堺市農業振興ビジョンより)

■農産物の生産量

作物名	収穫量		堺市のシェア	府内市町村における堺市の順位
	大阪府(t)	堺市(t)		
水稲(H27)	26,900	2,810	10.4%	1位
サツマイモ	195ha	19ha	9.7%	1位
大豆(H26)	20	3	15.0%	2位
コマツナ	4,870	1,230	25.3%	1位
ホウレンソウ	2,730	492	18.0%	1位
シュンギク	4,280	1,560	36.4%	1位
ブロッコリー	557	24	4.3%	6位
ネギ	7,650	1,140	14.9%	2位
タマネギ	5,180	59	1.1%	13位
ナス	8,170	168	2.1%	12位
トマト	3,490	515	14.8%	1位
エダマメ	1,600	53	3.3%	7位
みかん(早生温州)	9,630	421	4.4%	6位
みかん(普通温州)	4,920	309	6.3%	5位

資料：大阪農林水産統計年報（平成18～19年）※平成18年度データ  
ただし、水稲と大豆は近畿農林水産統計年報

### 3 「堺市食育推進計画(第2次)」の取り組み目標と達成状況

平成24年3月に策定された「堺市食育推進計画(第2次)」において設定した目標値の達成状況は次のとおりです。なお目標値は平成28年度までの達成目標です。

13項目中、3項目が目標値を達成、8項目が目標値を未達成、2項目が目標値を未達成であるが改善傾向にあります。

	第2次 策定時	第2次 目標値	H27年度 現状値	達成状況
朝食を毎日喫食する者(小学生)の割合の増加	84.5%	100.0%	84.3% (小6)	未達成
朝食を毎日喫食する者(中学生)の割合の増加	73.8%	100.0%	76.6% (中3)	改善傾向
朝食を欠食する者(20歳代男性)の割合の減少	21.4%	15.0%	23.2%	未達成
朝食を欠食する者(30歳代男性)の割合の減少	21.2%	15.0%	24.1%	未達成
菜園活動を実施している保育所(園)の増加	96.0%	100.0%	92.6%	未達成
食事バランスガイドを見たことがある人の増加	53.5%	60.0%	53.5%	未達成
食事バランスガイドを知っている人のうち、毎日または時々参考にしている人の増加	47.0%	80.0%	19.2%	未達成
内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)の予防や改善のために適切な食事、運動等を継続して実践している市民の割合の増加 <sup>※1</sup>	50.4%	60.0%	66.1%	達成
栄養のバランスを考えて食事をとっている人の割合の増加 <sup>※2</sup>	89.8%	95.0%	87.7%	未達成
食育に関心を持っている市民の割合の増加	77.6%	90.0%	78.3%	改善傾向
地産地消を実践している人の割合の増加	39.6%	60.0%	35.0%	未達成
大阪エコ農産物「泉州さかい育ち」・堺産農産物「堺のめぐみ」の取り扱い店舗数の増加	31店舗	40店舗	48店舗	達成
「堺のめぐみ」表示品目の増加	15品目	30品目	42品目	達成

※1 『あなたは「メタボリック・シンドローム」や生活習慣病の予防や改善のために、継続的に実践していることはありますか』の問で、「適正体重の維持」、「適切な食事」、または、「定期的な運動」を1つ以上選んだ人を集計した値

※2 主食・主菜・副菜をそろえて食べることが1日2回以上、週に2～3日以上ある人を集計した値

## 4 第3次計画に向けての課題と方向性

---

堺市における食の現状や、食を取り巻く状況等を踏まえ、以下のとおり課題と方向性を整理しました。

### ○望ましい食生活を実践するための食育の推進

市民の食生活において、エネルギーや食塩等の過剰摂取や野菜の摂取不足などの栄養の偏り、朝食の欠食に代表されるような食習慣の乱れがみられる。これらに起因する肥満や生活習慣病、若い女性のやせや、高齢者の低栄養傾向などの課題がある。市民一人ひとりが望ましい食習慣を確立し、生涯に渡って健全な食生活を実践できる食育を推進する。

### ○多様な暮らしに対応した食育の推進

食育の取り組みは、日常生活の基盤である家庭において、推進していくことが重要である。

また、和やかに食卓を囲む時間は、一緒に過ごしながらか心を通わせる場でもあり豊かな食体験にもつながる。

しかし、世帯構造や社会環境の変化、ライフスタイルの多様化に伴い、個人や家庭だけでは健全な食生活を実践するのが難しい一面が出てきている。家庭を中心に「食」をキーワードに様々な場において、食に関する知識や経験を、伝えつなげる食育を推進する。

### ○青壮年期（概ね15～59歳）への食育の推進

59歳以下の世代は、食育に関する意識と実践の状況において、60歳以上の世代より多くの課題がある。これらの世代に、健全な食生活を実践し、心身の健康を図ることについて、多くの課題があるのは、健康であるが故にその大事さや必要性を感じていなかったり、現代社会においては、テレビやインターネット等から食についての情報を多く得ることができ、食の情報に触れる機会が増えた増えた反面、正しい情報を選ぶことが難しくなっているため、アプローチ方法を検討することが重要である。

また、これから親になる世代も含まれているため、こうした世代が食育に関する知識や取り組みを次世代へ伝えつなげる食育を推進する。

### ○食を支える環境に配慮した食育の推進

食育には、料理はもとより、食材、食べ方、食事のマナーなど、様々な要素が含まれている。食に対する感謝の念を深めていくためには、自然や社会環境との関わりの中で、食料の生産から消費に至る食の循環を意識し、生産者を始めとして多くの関係者により食が支えられていることを理解することが大切である。様々な関係者が連携し、地産地消の取り組み、農業体験、食品ロスの削減、食品の安全・安心の確保などの認識を深められる食育を推進する。

## **第3章 今後の取り組み**

## 第3章 今後の取り組み

### 1 基本理念

#### 「食を通じた 元気なまち 堺」をめざして

「食べること」は、生命を維持し、生涯にわたり心身ともに健康で豊かな人間性を育むために欠かすことのできないことであり、「食べる力」は「生きる力」につながります。

食育とは、この「食べる力」を子どものころから家庭や学校、地域など様々な場所で身に付け、生涯にわたって実践し、また次世代へ伝えていくことであります。

本計画では、食育を推進することにより、心身ともに健全で豊かな人を育て、食を通じた元気なまち堺をめざします。

市民一人ひとりが「食」に関する意識を高め、自然の恩恵や「食」に関わる人々の様々な活動への感謝の気持ちや理解を深めつつ、「食」に関して信頼できる情報に基づく適切な判断を行う能力を身につけることによって、健全な食生活を実践し、心身の健康を増進するために、家庭、地域、学校、幼稚園・認定こども園・保育所などの関係機関を中心に市民とともに食育の推進に取り組んでいきます。

また、行政をはじめとする関係機関は、それぞれの特性を生かしつつ相互に連携し、食育に取り組みやすい環境整備等、市民の主体的な食育の取り組みをサポートします。「食」をキーワードに協力し合う食育の輪を広げ、食を通じた元気なまち堺をめざします。

第1次、第2次計画では、市民一人ひとりが「私が主役」という気持ちで食育の推進に主体的に取り組むことをめざして「堺のまちは元気やさかい～食育実践 私が主役～」をスローガンとし、市民運動として食育の推進に取り組んできました。

第3次計画では、「堺のまちは元気やさかい～伝えよう堺の食育～」をスローガンとし、これまでの個々の取り組みをより一層広げ、食の大切さを次世代へつないでいけるような食育を推進していきます。

中世の堺は文化、技術の発信地として発展しました。当時の堺は、伝承も含めて堺が発祥の地として「ものの始まりなんでも堺」といわれていました。伝承上手な堺の特性を生かして、食育に関する様々な機関が相互に連携し、市民とともに食育を推進します。



## 2 さかい食育目標 ～市民の食育を推進します～

### 「<sup>さかい</sup>堺のまちは元気やさかい～伝えよう 堺の食育～」

- ・ 「食べること」は、生命を維持し、心身ともに健康で豊かな人間性を育むために欠かすことができない。
- ・ 食育とは、「食べる力」を子どものごころから家庭や学校、地域など様々な場所で身に付け、生涯にわたって実践し、また次世代へ伝えていくこと。

食育によって身に付けたい「食べる力」には、食事を通して「心と身体の健康を維持できること」、「食べ物を自分で選択し、食事づくりができること」、「食べ物の生産過程を知り、感謝する気持ちを持つこと」、「家族や仲間と一緒に食べる楽しみを味わうこと」、「食事の重要性や楽しさを理解すること」などが含まれます。本計画の推進にあたっては、市民に食育をわかりやすく身近に感じてもらい、市民とともに食育を推進していただけるよう以下の「さかい食育目標」を活用します。



### 三食きちんと食べる

自分に合う食事量を知り、主食・主菜・副菜がそろった栄養バランスのとれた食事を自分で選択・調理できる力を育てます。また、朝食を毎日食べる、食事リズムを整えるなどの望ましい食習慣を身につけることで、三食きちんと食べる力を育み、元気な身体をつくります。

※主食とはごはん、パン、めんなど、主菜とは肉・魚・卵・大豆製品などを使ったメインの料理、副菜とは野菜・きのこ・いも・海藻などを使った小鉢・小皿の料理のことです。



### 感謝して食を大切にする

食品の生産、地産地消、食の安全・安心など食べ物が食卓に並ぶまでの道のりを学び、さまざまな人が支え合う食環境への理解を深めます。また、「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつや、よく味わって食べること、食べ物を無駄にすることをもったいないと思うなど、食べ物を大切にする感謝の心を育みます。



### 一緒に食べる

家族や仲間と囲む食卓は、食事のマナー、食文化を学ぶ機会であり、自分の食習慣を見つめる機会になります。また、「いっしょに食べるとおいしいね。」と和やかに食卓を囲む時間は、おいしさや楽しさなどを実感するだけでなく、一緒に過ごしながら心を通わせる場でもあります。食に関するコミュニケーションを通して、家庭や地域等で楽しい食育を未来へつなげます。

### 3 基本施策

本計画では、「堺市食育推進計画（第2次）」で定めた基本理念を引き継ぎ、目標の達成状況や、食育の現状を踏まえ、3つの施策の柱と、8つの基本施策を掲げ、食育の推進に取り組んでいきます。

#### ◆施策の展開

#### 施策の柱

健全な  
心と体を  
育む

豊かな  
人間性を  
育む

人とつながり  
食を伝えあう

#### 《 8つの基本施策と主な取り組み項目 》

##### （1）家庭における食育の推進

- ・「早寝早起き朝ごはん」など基本的な生活習慣づくりの推進
- ・望ましい食生活の実践に向けた食育の充実
- ・妊産婦や乳幼児に関する栄養指導の充実
- ・食育に関する体験の推進
- ・食事を共に楽しむ機会の推進

##### （2）学校、幼稚園・認定こども園・保育所などにおける食育の推進

- ・保護者への食育の推進
- ・食文化の継承に向けた食育の推進
- ・「食育の日」の取り組み
- ・食に関する指導の充実
- ・家庭、地域と連携した食育の推進

##### （3）地域における食育の推進

- ・地域活動を通じての食育の推進
- ・「栄養成分表示店」、「うちのお店も健康づくり応援団の店」による食育の推進
- ・事業所等給食施設への指導・支援の充実
- ・企業との連携における食育の推進
- ・市民と農業の交流を推進
- ・関係団体による食育の推進

##### （4）食育推進運動の展開

- ・農業祭、区民まつり等における食育の啓発
- ・食育月間（6月）、毎月19日の食育の日の取り組み
- ・「堺の食育を伝えたい」プロジェクト
- ・ホームページ等の活用の充実
- ・ボランティア活動への支援

##### （5）地産地消の推進、環境に配慮した食育の推進、食文化の継承

- ・安全・新鮮な地域の食料供給システムの構築
- ・生産者と消費者との交流促進
- ・堺産農産物の利用促進
- ・小学生等を対象とした体験学習の実施
- ・給食への郷土料理や行事食の導入
- ・堺版食事バランスガイドによる食文化の継承

##### （6）食の安全・安心の確保と情報提供の推進

- ・食品衛生講習会の開催
- ・消費者に対する情報提供
- ・食品等事業者に対する情報提供
- ・安全・安心な農産物の普及促進

##### （7）健康長寿をめざした食育の推進

- ・栄養バランスが優れた「日本型食生活」の実践
- ・食生活に関する指針の活用促進
- ・生活習慣病の予防及び改善につながる食育の推進
- ・減塩の取り組みの充実
- ・低栄養予防の食育の推進
- ・歯科口腔保健活動における食育の推進

##### （8）ライフステージに対応した食育の推進

- ・乳幼児の時期の食育
- ・少年の時期（小中学生）の食育
- ・青年・成人の時期の食育
- ・高齢の時期の食育

## 4 基本施策の展開

### (1) 家庭における食育の推進

#### ① 施策の方針

子どもにとって家庭は、「食べる力」を身に付け、実践する大切な場です。子どもの頃から健全な食生活確立のために、日常生活の基盤である家庭において食育を確実に推進していくことが必要です。成長段階における子どもが必要な栄養を摂取し、健やかな身体をつくり、豊かな人間性を育むことができるよう、食育について広く情報を発信し、家庭における食育の推進を図ります。

特に、家族が食卓を囲んで共に食事をとりながらコミュニケーションを図ることは、次世代へ食に関する知識や地域の食事のマナー、食文化などを伝える機会となり、食育の原点となります。家族が食事を共に楽しむことの大切さについて、広く普及啓発に努めます。

#### ② 現状と課題

保健センターでは、妊産婦・乳幼児から高齢者まであらゆる世代の方を対象に、保健指導や栄養指導、食育体験教室などを実施し、食に関する正しい知識と望ましい食習慣の普及啓発を行っており、健全な食生活を実践することができるよう支援しています。

食に関する知識や情報、食文化等については、従来、家庭を中心に地域の中で共有され、世代を超えて受け継がれてきました。しかしながら、社会環境が変化し、生活習慣が多様化する中で、家庭において食に関する作法や望ましい食生活の実践、家族との共食などが難しくなっています。また、若い世代では、朝食欠食の割合が高く、栄養バランスに配慮した食生活を送っている人が少ないなど、他の世代と比べて課題が見られます。

家庭の食生活を見直し、生涯にわたって健全な食生活を実践できることに加えて、その知識や経験を次世代に伝える食育の推進がこれまで以上に重要となっています。

#### ③ 主な取り組み項目

##### ○「早寝早起き朝ごはん」など基本的な生活習慣づくりの推進 【健康部等】

乳幼児健康診査等で栄養バランスのとれた食事の実践や食生活チェックを実施し、生活リズムの確立のため、「早寝早起き朝ごはん」を推奨し、朝食の大切さや三食きちんと食べること等について啓発します。

##### ○望ましい食生活の実践に向けた食育の充実 【子ども青少年育成部、健康部】

食に関する知識と食を選択できる力を身につけ、生涯を通じて望ましい食生活の実践に向けた取り組みを進めます。栄養バランスのとれた食生活の推進を図るため、主食・主菜・副菜をそろえた食事の普及や、理想的な野菜量の目安、薄味の食習慣の提案などを示したリーフレット等を用いて、特に若い世代を対象とした取り組みの充実を図ります。

### ○妊産婦や乳幼児に関する栄養指導の充実 【子ども青少年育成部、健康部】

次代の親となる方を対象にした妊婦教室を開催し、家庭の食事の基盤づくりをすすめます。また、家庭の中で、子どもの発達段階に応じた食事の提供は、保護者自らの「食」について、意識を高め、健全な食生活の実践にもつながるため、乳幼児健康診査における栄養指導や離乳食講習会を開催し、栄養指導を充実します。

### ○食育に関する体験の推進 【関係部局】

自分で料理をする体験の機会を増やし、食に関する正しい知識と望ましい食習慣について学ぶため、親子料理教室等を開催します。

また、栽培、収穫のプロセスを理解するため、農作業体験の機会を増やします。

### ○食事を共に楽しむ機会の推進 【関係部局】

家族が食卓を囲んで共に食事をとりながら、コミュニケーションをとる時間は、様々な世代の交流を通し、食事のマナー、食文化を学ぶ機会や食べ物を大切にする感謝の気持ちを育みます。食を通じて心を通わせる場となる共食の大切さについて啓発します。

## ④ 主な実施事業

事業名	事業概要	主な対象				担当課
		乳幼児期	少年期	青年・成人期	高齢期	
妊婦教室	保健センターにおいて、妊娠中の食生活に関する講義、調理実習や試食を行う。			○		子ども育成課
離乳食講習会	保健センターにおいて、離乳食の進め方に関する講義・相談、調理実演を行う。	○				子ども育成課
乳幼児健診における栄養・保健指導	保健センターにおいて、乳幼児の食事に関する集団指導や個別相談を行う。	○				子ども育成課
子どもの歯の相談	保健センターにおいて、乳幼児等の歯科検診、相談を行う。	○	○			子ども育成課
食育体験教室 (親子クッキング)	子どもやその保護者の世代を対象に調理実習などの参加型体験事業を行う。夏休み等に小学生の児童とその保護者を対象に親子料理教室を開催。	○	○	○		健康医療推進課
栄養教室 健康づくり教室	保健センターにおいて、成人を対象にバランスのとれた食生活や健康づくり等に関する講義や調理実習を行う。			○	○	健康医療推進課

※本計画において、乳幼児期とは0歳～就学前、少年期とは小中学生、青年・成人期とは概ね 15～64 歳、高齢期とは概ね 65 歳以上として用いています。



## (2) 学校、幼稚園・認定こども園・保育所などにおける食育の推進

### ① 施策の方針

#### ■学校における食育の推進

学習指導要領に示された食育の推進を踏まえ、体系的な食育を計画的・組織的に実施するとともに、食育に関する情報を広く保護者や市民に発信し、家庭・地域と連携した食育の推進を図ります。

#### ■就学前施設（幼稚園・認定こども園・保育所など）における食育の推進

就学前施設においては、幼稚園教育要領、幼保連携型認定こども園教育・保育要領、保育所保育指針に教育及び保育の一環として食育が位置付けられています。乳幼児期は生涯にわたる健康づくりの基礎を培う大切な時期であり、食に関する様々な体験を通じて望ましい食習慣の定着を図るとともに、発育・発達段階に応じた「食を営む力」の育成に向け、生活と遊びの中で、子どもが意欲を持って食に関わる体験を重ね、食べることを楽しむ子どもに成長していくことができるよう、家庭や地域と連携しつつ、様々な食育を推進します。

### ② 現状と課題

小中学校、支援学校では「食に関する指導の全体計画」を作成し、栄養教諭や学校栄養職員、関係教職員等が中心となり、給食の時間はもとより、各教科や総合的な学習の時間等、学校教育活動全体を通じて、食育の推進や指導の充実を図っています。

また、「食通信」の配付や「食育フェア」、「食育講演会」の開催等により、保護者、市民等に対して食育についての情報を発信しています。

幼稚園では、幼児の食生活の実情に配慮し、和やかな雰囲気の中で教師や他の幼児と食べる喜びや楽しさを味わったり、様々な食べ物への興味や関心を持つようにすることなど、進んで食べようとする気持ちを育てています。

認定こども園・保育所などでは、幼保連携型認定こども園教育・保育要領、保育所保育指針に沿った食育計画に基づき、一人ひとりの子どもの食の支援を実施しています。

また、各家庭への給食だより・食育だよりの配付、試食会や保護者懇談会を実施し、家庭と連携して食育の推進を図っています。

社会環境や食をめぐる状況の変化に伴い、子どもたちの食の乱れや健康への影響が見られることから、学校や幼稚園・認定こども園・保育所などには、子どもへの食育を進めていく場として大きな役割を担うことが求められています。

### ③ 主な取り組み項目

#### ○保護者への食育の推進 【子育て支援部】

保護者懇談会や試食会を通じて、子どもの食生活の大切さを話しあうことにより、認定こども園・保育所などの給食についての理解を深めてもらい、子どもの食生活はもとより

家庭における食への関心が高まるように食育を推進します。

給食だよりや食育だよりを各家庭に配付し、「早寝早起き朝ごはん」など食に関する情報提供及び認定こども園・保育所などの給食の献立の紹介等、家庭における食育を推進します。

### ○食文化の継承に向けた食育の推進 【子育て支援部】

日本の食文化であるだしや和食を中心とした給食の提供やお箸の持ち方、食事のマナーなど、生涯にわたる食生活の基礎を習得できるように食育を推進します。

### ○「食育の日」の取り組み 【子育て支援部】【教育委員会】

「食育の日」には、給食の食材紹介、食べ物の働きや食事のマナーに関する指導を行い、食に対して興味を持ち、関心が高まるように取り組んでいます。

また、堺産の食材を活用した給食献立を取り入れるなど家庭への地産地消を推進します。

### ○食に関する指導の充実 【教育委員会】

学校では、学習指導要領に示された食育の推進を踏まえ、栄養教諭や学校栄養職員、関係教職員等が中心となり、児童生徒の食育に関わる資質・能力が育まれるよう、「食に関する指導の全体計画」に基づき、給食の時間や各教科、総合的な学習の時間等、学校教育活動全体の中で体系的な食に関する指導を計画的・組織的に実施します。

また、地域の生産者団体等と連携し、体験活動（野菜の栽培や調理体験等）の充実を図ります。

このように学校では、子どもの発達段階に応じ、食に関する正しい知識と望ましい食習慣、食物の生産者等への感謝の心や食文化を理解し尊重する心など系統的に育む「縦につながる食育」を推進します。

- ・「食育指導案・食育実践事例集」の作成
- ・関係教職員等への食育に関する研修の充実

### ○家庭、地域と連携した食育の推進 【教育委員会等】

「食育フェア」や「食育講演会」の開催、「食通信」の作成・配付・ホームページへの掲載により、保護者・市民等に対して、学校給食や食育についての情報を発信します。

また、「中学校弁当レシピ集」の作成・配付、「親子料理教室」の開催により、家庭での食育を支援します。

さらには、子どもが学校での学びを家庭において実践するとともに、学校が家庭や地域の組織または人材を積極的に活用するなど、学校と家庭・地域とが相互に連携した「横にひろがる食育」を推進します。

#### ④ 主な実施事業

事業名	事業概要	主な対象				担当課
		乳幼児期	少年期	青年・成人期	高齢期	
給食だより・食育だよりの発行	給食だより・食育だよりを作成し、各家庭へ配布する。	○				幼保推進課
19日の「食育の日」の取組	19日の「食育の日」に、食に関する子どもへの栄養指導を行う。	○				幼保推進課 保健給食課
食育活動の実施	各施設の食育計画に基づき、クッキング保育などの食育活動を行う。	○				幼保推進課
育児講座などの実施	地域・保護者の方を対象に食に関する育児講座などを行う。	○				幼保推進課
菜園活動	園庭や畑で、野菜等を育てる菜園活動を行う。	○				幼保推進課
食育フェアの開催	学校給食や食育に関する展示等を通して、食育の重要性を啓発する。	○	○	○	○	保健給食課
食環境の整備	児童の食環境の整備(ランチルームの設置等)を行うことで食育の推進を図る。		○			保健給食課
食通信の発行	小・中学校の全家庭に食育に関する情報を提供する。		○	○		保健給食課
栄養教諭の配置	小・中学校に栄養教諭を配置し、学校における食育の推進を図る。		○			保健給食課
中学校弁当レシピ集の作成・配布	お弁当レシピ集を市内小学校6年児童(卒業生)に配布し、家庭での弁当づくりを支援する。		○	○		保健給食課
食育講演会の開催	教職員や保護者等を対象に食育講演会を開催し、食育への関心を高め、広く食育の推進を図る。	○	○	○		保健給食課
親子料理教室の開催	親子料理教室を開催し、家庭における食育の推進を図る。		○	○		保健給食課
学校、幼稚園・認定子ども園・保育所などと連携した健康教育・食育体験教室	学校保健委員会や授業等において、児童や保護者を対象に、食に関する健康教育や調理講習会などを行う。	○	○	○		子ども育成課 健康医療推進課
学校保健連絡会議など学校への情報提供・情報交換	養護教諭との連絡会等において、食育に関する情報提供や情報交換を行う。		○	○		

## (3) 地域における食育の推進

### ① 施策の方針

家庭や学校、幼稚園・認定こども園・保育所などにおける取り組みとともに、地域で行う食育活動も重要です。

地域における食生活の改善を図るため、関係機関や関係団体が連携して、地域における食育を推進していきます。

### ② 現状と課題

地域会館や商業施設、地域のイベント等で食生活相談を実施し、地域の身近な場所での食育を推進しています。また、関係団体による地域に根ざした活動も展開されています。

食品製造業、小売業など食品関連事業者等による食育活動が実施されており、製造工場の見学、製造・調理体験、農作業体験、料理教室の開催のほか、店舗での行事や食育体験教室の開催、出前授業の開催等、様々な取り組みが行われています。

しかしながら、近年様々な家族の状況やライフスタイルが多様化する中で、家族との共食が難しい人や、外食や中食の機会も増えてきており、個人の取り組みだけでは難しい面もあります。

市民一人ひとりが健全な食生活を営むためには、個人が実践しやすいように、家庭、地域、職場等、社会全体として支援する環境づくりがより一層求められています。

### ③ 主な取り組み項目

#### ○地域活動を通じての食育の推進 【健康部等】

子育てサロン・サークル、みんなの子育てひろばやいきいきサロンなどの地域住民が集まる場や食事交流において、「食育」に関する啓発を行い、市民の主体的な食育の取り組みを促します。

#### ○「栄養成分表示店」、「うちのお店も健康づくり応援団の店」による食育の推進 【健康部】

飲食店におけるメニューの栄養成分表示を実施し、外食における栄養に関する情報を提供します。また、「うちのお店も健康づくり応援団」の飲食店等では、ヘルシーメニューの提供やヘルシーオーダー、店内禁煙の実施等に取り組み、食を通じた健康づくりを推進します。

#### ○事業所等給食施設への指導・支援の充実 【健康部】

働く世代や若者層が多く利用する事業所等の給食において、減塩やヘルシーメニューの提供等の適正な栄養管理や給食を通じた食育が行われるような指導・支援を行います。

#### ○企業との連携における食育の推進 【関係部局】

食品製造業、小売業など食品関連事業者等による食育活動が実施されており、製造工場の見学、製造・調理体験、農作業体験、料理教室、出前授業等、様々な取り組みが行われています。



企業や行政、関係団体等の様々な分野の関係者が連携して食育に取り組み、より幅広く充実した食育推進の展開を図ります。

### ○市民と農業の交流を推進 【農政部】

市民の農業への理解と農家との交流を図ります。農業祭やハーベストの丘において各種イベントを開催するとともに、フォレストガーデン、各種市民農園の整備を図ります。

### ○関係団体による食育の推進

食育の推進は、地域に密着した取り組みとして推進していくことが重要です。食生活や農業、福祉、食品衛生等食育に関する団体は地域に根ざした活動を実施しており、今後も関係機関と連携、協働した活動を展開します。

また、関係団体に対しては、活動内容等の状況を知るとともに、活動に応じた食育に関する情報を提供します。

地域ではあらゆる機会を通じて、関係団体の活動内容を紹介し、活動が活性化するよう支援を行い、食育を推進します。

## ④ 主な実施事業

事業名	事業概要	主な対象				担当課
		乳幼児期	少年期	青年・成人期	高齢期	
「食」に関する育児講座の実施	試食会や離乳食・幼児食の育児講座を開催する。	○				幼保推進課
子育てサークル等での健康教育、栄養相談	地域の子育てサークルや子育て教室などにおいて、健康教育や栄養相談を行う。	○				子ども育成課
市民農園	フォレストガーデン市民菜園において市民に農作業をする場を提供する。また、まちづくり体験農園や市民利用型農園の開設を支援する。			○	○	農水産課
商業施設等における食生活相談	食生活チェック票を用いて、食生活や生活習慣病予防に関する相談を身近な場所で行う。	○	○	○	○	健康医療推進課
飲食店等における栄養成分表示事業	飲食店等におけるメニューの栄養成分表示やヘルシーメニューの提供に協力する「栄養成分表示店」「うちのお店も健康づくり応援団の店」を増やし、食環境の整備を図る。			○	○	健康医療推進課
特定給食施設等への指導・支援	事業所等で継続的に食事を提供する施設において、健康に配慮した食事の提供及び健康・食生活に関する情報提供が行われるように指導・支援を行う。また、給食利用者等に食生活に関する健康教育を行う。			○	○	健康医療推進課

## 食育推進ネットワーク関係団体による食育の取り組み

団体名	活動名	主な活動内容
NPO法人 さかい民間教育 保育施設連盟	○民間認定こども園、民間保 育所などでの食育活動	施設内の菜園で夏野菜や芋類などを育てていま す。野菜の皮むきやカレーライス・おやつ作りなど、 年齢に応じたクッキング保育の取り組みを行って います。地産地消の推進や食育の日の取り組み、保 護者向けに、離乳食・幼児食や食育に関する講座を 開催しています。また、「食育だより」などを発行 し、給食や栄養に関する情報を発信しています。
J A堺市女性会	○親子料理教室	小学生の保護者を対象に米粉を使ったパンと夏 メニューの料理教室を開催しています。
堺市食品衛生協 会	○食品衛生街頭キャンペーン ○区民まつりでの食品衛生知 識の普及啓発	家庭での食中毒を予防するため、駅頭や、区民ま つりで、食中毒予防のためのパネル展示やクイズ、 パンフレットの配布しています。

NPO 法人さかい民間教育保育施設連盟

写真

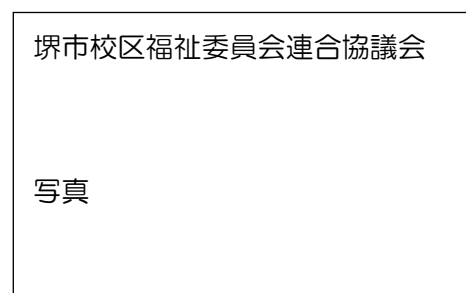
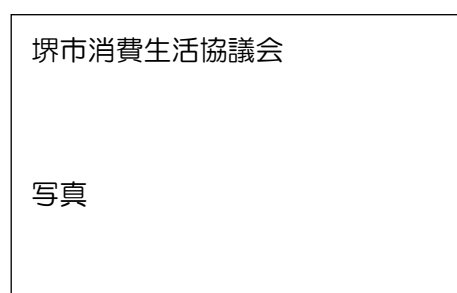
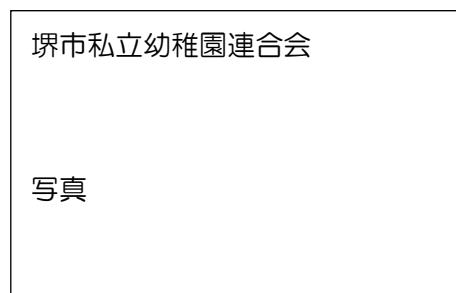
J A堺市女性会

写真

堺市食品衛生協会

写真

団体名	活動名	主な活動内容
堺市PTA協議会	○食育研究活動	朝食喫食率向上に向けて、啓発ちらし「朝ごはんパワー」の掲示や配布をしています。 子どもたちの食生活を中心とした生活習慣改善に向けた情報提供を行っていきます。
堺市私立幼稚園連合会	○私立幼稚園での食育活動	さつまいも植え、収穫体験、焼き芋づくりや、田植え体験や餅つき、プランター栽培などの食育活動を行っています。
堺市消費生活協議会	○安全安心うまいもの市 ○手づくりみそ講習会 ○夏休み子ども教室	環境にやさしく、安全で安心な食品と地産地消を推進するため、消費者自らが探し出した安全で安心な食品や、堺産のエコ野菜、堺のスイーツなどの展示販売会を開催しています。 無添加のみそづくり（麦みそ・白みそ）を普及するため、講習会を年2回開催しています。 小学生の子どもを対象におやつ作りの教室を開催しています。
堺市校区福祉委員会連合協議会	○キッズカフェ ○男性料理教室 ○給食交流会 ○世代間交流農作業	小中学生等の子どもたちに朝食を提供し、子どもたちが食の大切さについて学ぶとともに、校区の人々との交流を深めています。 男性の生活自立を図るため、男性を対象とした料理講習会を開催しています。 高齢者と小学生がともに、同じ給食を食べることで、世代間の交流を図っています。 小学生と高齢者が米づくりからおむすびづくりを行い、世代間交流を図っています。



団体名	活動名	主な活動内容
堺市健康づくり食生活改善推進協議会	<ul style="list-style-type: none"> <li>○3歳児健康診査時、食育啓発活動</li> <li>○親子への食育啓発活動</li> <li>○食育推進キャンペーン</li> <li>○男性料理教室</li> <li>○親子の食育教室</li> </ul>	<p>乳幼児健康診査時に、親子への食育に関する啓発を行っています。</p> <p>商業施設を会場に、クイズやカードゲームなどの楽しい体験を通じて、野菜や朝食について啓発し、健康的な生活習慣を身につけるための啓発イベントを行っています。</p> <p>男性の生活自立を図るため、男性を対象とした料理講習会を開催しています。</p> <p>幼児や小学生の親子を対象に調理実習を含め、食習慣向上を目的に食育教室を開催しています。</p>
歯っぴー栄養クラブ	<ul style="list-style-type: none"> <li>○育児サークルや老人クラブ、学校、幼稚園・認定こども園・保育所などでの栄養・歯科保健指導</li> <li>○男性料理教室</li> </ul>	<p>育児サークルや老人クラブ、商業施設で子どもの食事やおやつ、むし歯予防などに関する相談や指導を行っています。</p> <p>男性の生活自立を図るため、男性を対象とした料理講習会を開催しています。</p>
堺市農業委員会	○農業交流委員会	農業に触れ合う機会を増やし、農業への理解を深めるため、田植え、除草、稲刈り、脱穀等の米づくりの体験を行っています。

堺市健康づくり食生活改善推進協議会

写真

歯っぴー栄養クラブ

写真

堺市農業委員会

写真

## (4) 食育推進運動の展開

### ① 施策の方針

食育を広く推進していくためには、市民一人ひとりが食への関心や理解を深める必要があります。市民が自発的に健全な食生活を実践し、共食等の機会を通して、家族や仲間、地域へと自らの食育を伝えつなげられるように、様々な機会や媒体などを活用して正しい知識や情報の普及啓発を図ります。また、幅広い分野にわたる食育への理解が深まるよう、関係部局と連携を取り、食育に関する総合的な啓発を行います。

### ② 現状と課題

6月の食育月間や毎月19日の食育の日等に、市民の食育への関心を高め、食育に関する普及啓発を行う取り組みやイベントを関係団体等と協力して実施しています。現代社会においては、テレビやインターネット等から食についての情報を多く得ることができ、食の情報に触れる機会が増えた反面、正しい情報を選ぶことが難しくなっています。

食育に関する正しい情報を伝え、食育の輪が広がるような効果的な普及啓発に取り組む必要があります。

### ③ 主な取り組み項目

#### ○農業祭、区民まつり等における食育の啓発 【農政部、健康部】

食育への関心を高めるために、農業祭、区民まつりや市内で開催されるイベントにおいて、食育に関する普及啓発を行います。また、商業施設等の市民に身近な場所で食育に関する啓発や栄養相談を行います。関係団体と連携・協力し、食に関する体験の機会を提供するなど、より市民にわかりやすい食育推進運動として展開します。

#### ○食育月間(6月)、毎月19日の食育の日の取り組み 【関係部局】

特定の期間や日に、食育推進運動を重点的に実施することにより、食育に対する理解を深め、食育を推進する活動への参加を促し、その一層の充実と定着を図ります。

また、食育パネル展示や商業施設等地域の身近な場所での啓発を実施します。

#### ○「堺の食育を伝えたい」プロジェクト 【健康部等】

一人ひとりが食育を身につけ実践し、身につけた食育を家族や仲間に伝える「堺の食育を伝えたい」プロジェクトを保健センター及び地域などで行い、世代を問わない人と人とのつながりを大切にした食育の輪を広げます。また、食育で身につけたい「食べる力」をわかりやすく伝え実践するための「さかい食育目標」を活用し、効果的な食育の推進に取り組みます。

## ○ホームページ等の活用の充実 【関係部局】

食を伝えるメディアが多く溢れる中で、信頼できる情報を活用し、健全な食生活を実践できるよう、ホームページ等の情報提供の場の充実を図ります。離乳食のレシピや食品表示、食中毒予防等の情報を伝えるホームページを作成し、食育に関する総合的な情報発信を行います。また、「(仮称) さかい子育て応援アプリ」等で食に関する様々な情報を提供し、食育の推進をサポートします。

## ○ボランティア活動への支援 【関係部局】

食育の推進には、食に関して豊かな知識や経験を有するボランティアの役割が重要です。地域に根ざした活動を継続して行っていくため、食育に関する情報の提供、地域への活動紹介等の支援を実施します。

## ④ 主な実施事業

事業名	事業概要	主な対象				担当課
		乳幼児期	少年期	青年・成人期	高齢期	
農業祭	「堺の特産市」、「とれとれ市」、「農畜産物品評会」、「エコ農産物の販売」など多彩なブースや展示を行い、農業への理解を深めるためのイベントを開催する。		○	○	○	農水産課
堺のめぐみを食すフェア	「堺のめぐみを食すフェア」を開催し、堺産農産物「堺のめぐみ」を使用した食品の販売、振舞いを行い、多くの市民に堺産農産物のPRを行う。	○	○	○	○	農水産課
食育を啓発するイベント	行政と食育関係団体が協力し、区民まつり等のイベントにおいて食育を啓発する。	○	○	○	○	健康医療推進課
食育に関する啓発や情報提供	広報やホームページ等での情報提供、食育の日、食育月間における啓発、食育ポスターの掲示等を行う。	○	○	○	○	健康医療推進課
食育パネル展	6月の食育月間に、市役所や保健センターにおいて食育に関する展示や食生活相談を行う。	○	○	○	○	関係課



## (5) 地産地消の推進、環境に配慮した食育の推進、食文化の継承

### ① 施策の方針

市民に安全・新鮮な食料を供給し、より多くの市民の方に堺産農産物の良さを知ってもらい、消費者と生産者の相互理解を深め、地域農業の活性化につなげることを目的に地産地消を推進します。

また、地域の食生活を守り育てるため、環境に配慮した食育を推進するとともに、食文化の継承として、堺ならではの「食」を伝えていきます。

### ② 現状と課題

#### ■地産地消について

堺市の農業は、農地面積、農家数において大阪府全体の約 1 割を占め、大阪府 1 位です。堺の農産物はしゅんぎく、小松菜などの軟弱（葉物）野菜を中心に府内有数の生産量を誇っています。

平成 20 年 7 月に市、生産者、消費者、流通関係者、JA、学識経験者等で構成する「堺市地産地消推進協議会」を設立し、地産地消を推進するための具体的な取り組みを行っています。

平成 22 年 2 月に公募により堺産農産物の愛称を「堺のめぐみ」と決定し、同年 11 月からしゅんぎく、小松菜などの葉物野菜 5 品目を「堺のめぐみ」としてハーベストの丘農産物直売所「またきて菜」等で販売を開始し、順次、品目の拡大（平成 27 年度末で 42 品目）を行うとともに、取扱店等の拡大を図っています。

この他、(1)小学校給食等への堺産農産物の利用促進、(2)堺産農産物を使った料理講習会の開催や小学校での農業体験学習、(3)市内の農産物直売所や「堺のめぐみ」取扱店等の情報発信、食育パネル展での地産地消のPR、(4)農業祭などのイベントを通じた「堺のめぐみ」の普及促進等を行っています。

#### ■環境に配慮した食生活について

我が国は戦後の高度経済成長により、国民の生活水準が著しく向上し、食べ残しや食品廃棄物の増大が問題となるいわゆる「飽食」の時代を迎えています。

加えて、食料を海外に大きく依存する我が国において、大量の食品廃棄物を発生させ、環境への負荷を生じさせていることから、生産から消費に至るまで食の環境を意識し、食品ロスの削減等環境にも配慮する必要があります。

世界の食料事情は、現在、約 8 億人の人々は飢餓や栄養不足で苦しんでいることを始めとして、楽観視できない状況にあります。このような世界の厳しい状況を理解し、食事ができることに感謝の念を持ちつつ、国内では大量の食料が食べられないまま廃棄されているという食料資源の浪費や環境への負荷の増加にも目を向ける必要があります。これらを踏まえ、「もったいない」という精神で、食べ物を無駄にせず、食品ロスの削減に取り組むことが求められています。

### ③ 主な取り組み項目

#### ●地産地消の推進

##### ○安全・新鮮な地域の食料供給システムの構築 【農政部】

- ・堺産農産物「堺のめぐみ」や大阪エコ農産物「泉州さかい育ち」など地域における農産物の生産・消費の普及と定着を図ります。

##### ○生産者と消費者との交流促進 【農政部】

- ・まちづくり体験農園や市民利用型農園の開設を支援するとともにフォレストガーデン等において市民が身近に農作業を体験できる場を提供します。
- ・「農業祭」等を開催し市民の農業への理解と農家との交流を図ります。

##### ○堺産農産物の利用促進 【農政部】

- ・学校給食への堺産農産物の利用促進を図るとともに農産物直売所や量販店、小売店、飲食店、観光施設など「堺のめぐみ」の取扱店等の情報を発信します。

##### ○小学生等を対象とした体験学習の実施 【農政部等】

- ・農業や食育への関心を持つきっかけや理解を深める機会として、種まき、苗植から収穫までの一貫した野菜栽培や堺産農産物を食材とした親子料理教室を関係団体と協働して実施します。

#### ●環境に配慮した食生活の実践 【関係部局】

- ・食材をムダなく使った料理の普及
- ・エネルギーの消費を抑えた調理方法の推進
- ・食べ残しの減少
- ・賞味期限や消費期限等に対する正しい理解の啓発

#### ●食文化の継承のための活動への支援等

##### ○「ものの始まりなんでも堺」中世の堺は文化、技術の発信地

堺市は鎌倉時代に漁港として発達し、戦国時代には貿易港として黄金の時代を迎え、対明貿易や南蛮貿易など海外との交流拠点として発展しました。当時の堺は世界でも珍しい環濠都市を形成し、自治都市として繁栄しました。伝承も含めて堺が発祥の地として、「ものの始まりなんでも堺」といわれています。

千利休により集大成された茶の湯の文化、刃物・線香・自転車などの伝統産業といった豊かな歴史文化に恵まれています。特に堺の包丁は、プロの料理人からも高く評価され、使用する包丁のほとんどが堺製であるといわれています。磨れた匠の技は、食文化の発展に大きく貢献しています。

また、江戸時代中期、北海道で採られた昆布が下関を経て堺へ通じる航路（コンブロード）が開かれ、堺の昆布加工業が本格的に発達しました。

このような堺の伝統文化を学び、次の世代に継承していくことが大切です。



### ○給食への郷土料理や行事食の導入 【教育委員会】【幼保推進課】

給食の献立に郷土料理を取り入れたり、季節や行事にちなんだ献立も取り入れます。また、学校においては食育フェアや食通信などにおいて、地域に根ざした特徴ある献立の紹介をし、食文化への理解を深めていきます。

### ○堺版食事バランスガイドによる食文化の継承 【健康部】

堺版食事バランスガイドを活用して、日本型食生活を普及啓発し、堺産農産物や食文化など堺ならではの食を伝えていきます。

## ④ 主な実施事業

事業名	事業概要	主な対象				担当課
		乳幼児期	少年期	青年・成人期	高齢期	
認定こども園・保育所などの給食から家庭へ地産地消の推進	毎月食育の日である19日に、堺産食材を献立に導入する。	○		○		幼保推進課
堺産農産物「堺のめぐみ」の普及PR	ハーベストの丘農産物直売所「またきて菜」をはじめ市内販売店等でのキャンペーンや農業祭などのイベントにおいてPRを行うとともに、「堺のめぐみ」を使用したメニューを提供する飲食店等も含めて、広報さかい、市ホームページで紹介する。 さらに、より一層の普及・消費拡大を図るため、新たな流通システムを構築する。	○	○	○	○	農水産課
地産地消料理教室	地産地消を推進する料理講習会を支援し、堺産農産物「堺のめぐみ」のPRを行う。 (公財)堺市学校給食協会や各区保健センターと連携して、地産地消を推進する料理講習会で堺産農産物「堺のめぐみ」のPRを行う。		○	○	○	農水産課
体験学習	市内小学校において、保健給食課や(公財)堺市学校給食協会、農業者等と連携・協力して、種まき、苗植から収穫までの一貫した野菜栽培の体験学習の指導のほか、関西広域連合と連携して「出前授業」を実施する。		○			農水産課
「食事バランスガイド」等の普及	堺市で採れる野菜やその野菜を使った料理を取り入れた堺版食事バランスガイドを活用して、適切な食事のとり方や地産地消、食文化の継承を推進する。	○	○	○	○	健康医療推進課

## (6) 食の安全・安心の確保と情報提供の推進

### ① 施策の方針

食品衛生に関する正しい知識を普及するため、消費者及び食品等事業者に対して食品衛生講習会、各種イベントなどの啓発事業や、ホームページ及び広報さかい等を通じて情報提供を行い、食品衛生に関する正しい知識の普及及び理解の向上に努めています。

### ② 現状と課題

近年、鶏肉の生食を原因とするカンピロバクター食中毒やノロウイルスによる食中毒が増加し、食品衛生に関する知識の必要性が重要視されています。

食品の安全性の確保は、食生活における基本的な事項です。食品等事業者が食品の安全性の確保に万全を期すとともに、消費者においても、食品の安全性をはじめとする食に関する知識と理解を深めるため、自らの食を自らの判断で正しく選択していくことが重要です。そのためには、行政が消費者や食品等事業者に対し、より適切でわかりやすい情報を提供しなければなりません。

### ③ 主な取り組み項目

#### ○食品衛生講習会の開催 【健康部】

消費者及び食品等事業者への食品衛生に関する正しい知識の普及・啓発のため、講習会を実施します。

#### ○消費者に対する情報提供 【健康部】

家庭における食中毒予防や衛生知識の向上を図るため、パンフレットを作成し、講習会やホームページなどで情報を提供します。また、乳幼児のいる家庭に対して、乳幼児健康診査時に啓発パンフレットを配布したり、食品衛生関係団体と食中毒予防啓発活動を共同で開催します。

#### ○食品等事業者に対する情報提供 【健康部】

食中毒をはじめとする食品事故防止のための注意喚起、食品に関する法律や規格基準の改正など、食品等事業者が営業を行う上で必要な情報について、パンフレット等の資料提供やホームページでの公表、業界団体への通知等を行います。

#### ○安全・安心な農産物の普及促進 【農政部】

農薬や化学肥料の使用を従来の半分以下に削減した大阪エコ農産物「泉州さかい育ち」や堺産農産物「堺のめぐみ」の普及、定着を推進していきます。また、大阪エコ農産物「泉州さかい育ち」の生産情報が確認できるトレーサビリティシステムを JA 堺市と協力し、JA 堺市のホームページに掲載していきます。

#### ④ 主な実施事業

事業名	事業概要	主な対象				担当課
		乳幼児期	少年期	青年・成人期	高齢期	
食品衛生講習会	消費者や食品等事業者に対し、食品の安全性に関する正しい知識の普及・啓発のための講習会を実施する。			○	○	食品衛生課
食中毒予防の啓発活動	関係団体と協力して、街頭での食中毒予防啓発キャンペーンや本庁舎内でのパネル展示等による啓発活動を行う。	○	○	○	○	食品衛生課
大阪エコ農産物「泉州さかい育ち」の普及	大阪エコ農産物「泉州さかい育ち」の情報などをホームページに掲載する。農業祭などのイベントでPRを行う。		○	○	○	農水産課
食品の表示に関する相談・指導	食品の表示の適正化を図るため、食品事業者に対し相談・指導を行う。			○	○	健康医療推進課 食品衛生課

## (7) 健康長寿をめざした食育の推進

### ① 施策の方針

生活習慣病の発症予防や改善には、日頃から、望ましい食事を意識・実践することが重要です。食生活等の生活習慣が大きな要因となるメタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）や生活習慣病を予防するために、特定健康診査後の保健指導（栄養指導）をはじめ、あらゆる世代に対して健康教育の充実を図ります。

また高齢期になると、食事量の低下や栄養バランスの偏りから低栄養状態に陥ることがあります。長年の食習慣を尊重しながら、栄養バランスのとれた食事ができるよう支援に努めます。

### ② 現状と課題

わが国では急速な少子高齢化がすすむ中で、がん、高血圧症、糖尿病などの生活習慣病対策がますます重要視されています。これらの疾患を予防し、健康で長生きする期間を延ばすことが課題となっています。

また、地域では、「楽しく食べる」催しを通じて社会参加を促したり、子どもたちとの「食事交流」を行う等、地域のボランティアが高齢者を囲んで、あるいは高齢者同士が助け合う食に関する取り組みが行われています。

健康長寿をめざして、市民が自ら健康づくりや介護予防への取り組みを実践できるように支援することが必要です。

### ③ 主な取り組み項目

#### ○栄養バランスが優れた「日本型食生活」の実践 【健康部】

日本人の最大の死亡原因となっている生活習慣病を予防するために、保健センターや医療機関等では、健康教育や健康診断等の場において、一人ひとりの健康状態に応じた栄養や運動の指導を行います。ライフステージに応じて、バランスのとれた食生活、特に米を中心とした日本型食生活（和食）や野菜の大切さについて普及啓発を行います。

#### ○食生活に関する指針の活用促進 【健康部】

市民が自ら望ましい食生活を実践するためのツールである、食事の望ましい組合せやおおよその量をイラストを交えて分かりやすく示した「食事バランスガイド」、食品を体内での主な働きにより3つ（赤・黄・緑）に分類した「3色食品群」、食品を体内での主な働きにより6つに分類した「6つの基礎食品」等の活用をさらに促進します。

#### ○生活習慣病の予防及び改善につながる食育の推進 【健康部】

特定健康診査や骨粗しょう症予防検診等各種健診を通じて、保健指導や栄養指導等を実施し、生活習慣病の発症予防・重症化予防を支援します。

また、自分に合った食事量を知り、望ましい食習慣を身につけることで適正体重を維持

することの大切さを保健センター及び地域での健康教育や健康相談等において引き続き啓発します。

### ○減塩の取り組みの充実 【健康部】

脳血管疾患、心疾患の原因となる高血圧を予防・改善するため、あらゆる世代に対して減塩に関する健康教育や健康相談の充実を図ります。特に子育て世代については、子どもの食習慣にも影響すると考えられることから、積極的に普及啓発をすすめます。

また、事業所や特定給食施設、飲食店における減塩の取り組みを支援し食環境の整備を行います。

### ○低栄養予防の食育の推進【長寿社会部】

低栄養による免疫機能や生活機能の低下を防ぐため、高齢者に対して健康教育や出前講座、健康相談の充実を図ります。調理実習を通して食事を共にするなど、参加者同士が交流する機会を大切にします。地域のいきいきサロンなど高齢者が集まる場の活動支援を行います。

### ○歯科口腔保健活動における食育の推進 【健康部等】

口腔は、生命維持とコミュニケーションなど生活の質の向上に深く関わっています。口腔を健康に保つことは、おいしく味わって食べる・笑う・会話を楽しむというように、心の豊かさへとつながるとともに、体の健康を保つうえでも重要です。

自分の歯で五感を意識して味わって食べることの大切さを普及啓発するために、ひとくち 30 回以上噛むことを目標とする「噛ミング 30 (カミングサンマル)」というキャッチフレーズを広めます。

また、生涯を通じて食事を楽しむことが出来る生活を育むために、ライフステージに応じた支援をします。妊産婦期は、自身の口腔の変化に合わせた口腔衛生の情報提供を行います。乳幼児期は、口腔機能の育成やむし歯予防につながる情報提供を行います。小中学生期は学校と連携し、よく噛んで食べる習慣や、自身でむし歯・歯肉炎を予防する力を育みます。青年・成人期は生活習慣病予防も視野に入れた情報提供を行います。高齢期は誤嚥(ごえん)性(せい)肺炎(はいえん)の予防に重点をおき、飲み込み機能や呼吸機能の維持・向上のために「お口の体操」を普及啓発します。

#### ④ 主な実施事業

事業名	事業概要	主な対象				担当課
		乳幼児期	少年期	青年・成人期	高齢期	
食生活相談	保健センターにおいて、メタボリックシンドロームや生活習慣病の予防・改善のために管理栄養士が栄養指導を実施する。			○	○	健康医療推進課
健康教育	保健センターや地域において、生活習慣病予防のための食生活について健康教育を実施する。			○	○	健康医療推進課
減塩啓発事業	保健センターにおいて、循環器疾患等の予防のために減塩に関する健康教育や塩分測定器の貸し出しを行う。			○	○	健康医療推進課
成人の歯科相談	保健センターにおいて、歯周疾患予防を目的として、歯科相談、歯科検診、口腔ケアの体験実習を含めた歯科保健指導等を実施する。			○	○	健康医療推進課
複合型介護予防教室	介護予防教室において、低栄養を予防する食生活や口腔ケア、口腔機能向上に関する講義や実習を行う。				○	高齢施策推進課
低栄養予防出前講座	地域の老人クラブなどを対象にボランティアの協力を得るなどして、低栄養予防のための「出前講座」を開催する。また、保健センターにおいて、低栄養予防を目的とした「おいしい調理講習会」を開催する。				○	高齢施策推進課
口腔機能の向上普及啓発事業	保健センターや地域で歯科衛生士や言語聴覚士が、咀嚼・嚥下の仕組みや口腔ケアの方法について健康教育を実施し、口腔機能を保ち、誤嚥性肺炎を予防するための日常生活のポイントについてアドバイスをを行う。				○	高齢施策推進課
栄養改善ボランティア活動支援事業	地域で高齢者に会食や配食等を行っているボランティアグループを対象に、保健センターにおいて高齢者の食生活についての話や調理講習会等の研修を行う。				○	高齢施策推進課



## (8) ライフステージに対応した食育の推進

### 施策の方針

人が生まれてから、生涯を全うするまで、年齢にともない生活は変化します。人の一生を、「乳幼児の時期」、「少年の時期」、「青年・成人の時期」、そして「高齢の時期」の4つのライフステージにわけて、それぞれの時期に応じた食育活動を展開します。また4つのライフステージについて市民が自ら取り組む食育について普及啓発を図ります。

### ◆乳幼児の時期の食育 ～食の基礎をつくる～

#### ■妊産婦期

- 主食・主菜・副菜をそろえて、栄養のバランスがとれた食事をしましょう
- 食事でビタミン、鉄分、カルシウム、食物繊維などをしっかりとりましょう
- 素材の味をいかした、薄味の食生活を送りましょう
- 家族と一緒に楽しい食事の時間を大切にし、食事を見つめる機会にしましょう
- 妊娠による口腔内の変化にあわせた口腔ケアに心がけましょう

#### ■乳児期

- 食事の時間を大切に、楽しくゆったりと食べましょう
- 離乳食は素材のおいしさを大切にし、薄味にしましょう
- 手づくりをこころがけ、月齢や発達に合わせた食材を使用し、調理しましょう
- 食材を見て、触り、味わって、自分で食べようとする意欲を大切にしましょう
- 口腔機能の成長に合わせて、離乳食を進め、噛む・飲み込む力を育てましょう

#### ■幼児期

- 早寝早起きの生活リズムを整え、1日3食、食べましょう
- 家族と一緒に楽しい食事の時間を過ごしましょう
- 食事の前の手洗いと「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつを習慣づけましょう
- よく噛んで味わって食べましょう
- 新鮮な旬の食材を使用し、薄味で食べましょう
- 歯みがきで口をきれいにする習慣をつけましょう

### ◆少年の時期（小中学生）の食育 ～食で健全な体をつくる～

- 生活リズムを整え、朝ごはんをきちんと食べましょう
- 3色食品群を活用し、栄養バランスのとれた食事をしましょう
- 家族と一緒に楽しい食事の時間を過ごしましょう
- 食のマナーや文化に触れ学び、食べ物を大切にする感謝の心もちましょう
- 口腔の健康を守る力を身につけましょう

## ◆青年・成人の時期の食育 ～食が健康を維持する～

- 朝食をきちんと食べる習慣を身につけ、栄養バランスのとれた食生活をおくりましょう
- 自分の適正体重や食事量を知り、糖尿病や高血圧などの生活習慣病を予防しましょう
- 家族と一緒に楽しい食事の時間を過ごし、食を見つめる機会としましょう
- 地場産物を活用し、家庭や身近な人に、地域の食を伝えましょう
- 食べ残しや食材のムダをなくし、食べ物を大切に感謝の気持ちを持ちましょう
- 家庭における手洗いなどの衛生管理を実践し、食の安心・安全に関心を持ちましょう
- 口腔の健康が全身の健康につながっていることを理解し、口腔の健康を保ちましょう

## ◆高齢の時期の食育 ～食が元気なあしたをつくる～

- 1日3食、バランスのとれた食事を取り、栄養の不足や偏りに気をつけましょう
- 料理や食事を楽しみ、家族や仲間と一緒に食事をする時間をもちましょう
- 素材の味をいかした、薄味の食生活を送りましょう
- 郷土料理や伝承料理などの地域の食文化や、家庭の味や食の知恵など、次世代へ食を伝えましょう
- いつまでも美味しく食べられるよう、口腔の健康、口腔機能を保ちましょう



## **第4章 推進に向けて**

### **（推進体制と取り組み目標）**

## 第4章 推進に向けて(推進体制と取り組み目標)

### 1 推進体制

---

食育は健康、農業、衛生そして教育など様々な分野が連携して取り組むことが必要です。関係機関と関係団体がそれぞれの特性を生かしつつ相互に連携し、協働でそれぞれの役割を認識して食育を推進するため、「食育推進ネットワーク会議」で進捗状況や施策に関して意見を求め、総合的かつ計画的に食育の取り組みを進めていきます。

#### <食育推進ネットワーク会議構成員>

NPO 法人さかい民間教育保育施設連盟、堺市健康づくり食生活改善推進協議会、堺市校区福祉委員会連合協議会、堺市消費生活協議会、堺市食品衛生協会、堺市私立幼稚園連合会、堺市農業委員会、堺市PTA協議会、JA 堺市女性会、歯っぴー栄養クラブ、学識経験者（五十音順）

## 2 取り組み目標

### 基本施策（１）家庭における食育の推進

項目	現状値 (H27年度)	目標値 (H32年度)
朝食を毎日喫食する小学生の割合の増加	84.3%（小6）	100%
朝食を毎日喫食する中学生の割合の増加	76.6%（中3）	100%
朝食を欠食する20歳代男性の割合の減少	23.2%	15%
朝食を欠食する30歳代男性の割合の減少	24.1%	15%
主食・主菜・副菜をそろえて食べることが1日2回以上ほぼ毎日ある人の割合の増加【新規】	49.6%	60%
朝食または夕食を家族と一緒に食べる回数の増加【新規】	週8.8回	週10回以上

### 基本施策（２）学校、幼稚園・認定こども園・保育所などにおける食育の推進

項目	現状値	目標値
19日の「食育の日」に食育の取り組みをしている幼稚園・認定こども園・保育所などの割合の増加【新規】	35.5%	50%
食に関する育児講座などを地域・保護者の方を対象に実施している認定こども園・保育所などの割合の増加【新規】	52.9%	60%
朝食を毎日喫食する小学生の割合の増加（再掲）	84.3%（小6）	100%
朝食を毎日喫食する中学生の割合の増加（再掲）	76.6%（中3）	100%

### 基本施策（３）地域における食育の推進

項目	現状値	目標値
食育に関心を持っている人の割合の増加	78.3%	90%
主食・主菜・副菜をそろえて食べることが1日2回以上ほぼ毎日ある人の割合の増加（再掲）	49.6%	60%

### 基本施策（４）食育推進運動の展開

項目	現状値	目標値
食育に関心を持っている人の割合の増加（再掲）	78.3%	90%
食育を伝える人の増加【新規】	新規	5万人

### 基本施策（５）地産地消の推進、環境に配慮した食育の推進、食文化の継承

項目	現状値	目標値
地産地消を実践している人の割合の増加	35.0%	60%
大阪エコ農産物「泉州さかい育ち」・堺産農産物「堺のめぐみ」の取り扱い店舗数の増加	48店舗	65店舗

### 基本施策（６）食の安全・安心の確保と情報提供の推進

項目	現状値	目標値
大阪エコ農産物「泉州さかい育ち」・堺産農産物「堺のめぐみ」の取り扱い店舗数の増加（再掲）	48店舗	65店舗

### 基本施策（７）健康長寿をめざした食育の推進

項目	現状値	目標値
野菜料理を1日2回以上食べる人の割合の増加【新規】	49.4%	60%
塩分のとりすぎに気をつけている人の割合の増加【新規】	71.2%	80%

### ○ BMI (Body Mass Index)

肥満の判定に用いられる体格指数のことです。BMI＝体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)であらわされます。目標とするBMIの範囲は、18～49歳で18.5～24.9、50～69歳で20.0～24.9、70以上で21.5～24.9。男女共通で、あくまでも参考値です。

### ○ 栄養成分表示

市販食品、外食料理においてエネルギー、たんぱく質、脂質、炭水化物、ビタミン、ミネラルなどの栄養成分について、その食品の包装材、料理メニュー表、飲食店内等に表示を行うことです。市販食品の栄養成分表示については食品表示の食品表示基準制度により表示方法が定められています。

### ○ 大阪エコ農産物

化学肥料の使用量及び化学農薬の使用回数を大阪府の慣行栽培の5割以下に削減して栽培されている農産物で遺伝子組み換えを行っていない農産物です。大阪府知事が認証し、大阪エコ農産物認証マークを表示しています。栽培中に肥料、農薬の使用状況について現地調査等の厳しいチェックが行われます。

### ○ 共食（きょうしょく）

一人で食べるのではなく、家族や友人、職場の人や地域の人など、誰かと共に食事をする事。食事を共にすることです。

### ○ 国民健康・栄養調査

健康増進法に基づき実施する調査で、国民の身体の状態、栄養摂取量及び生活習慣の状態を明らかにし、国民の健康の増進の総合的な推進を図るための基礎資料を得ることを目的として、毎年実施するものです。

### ○ 誤嚥性肺炎（ごえんせいはいえん）

誤って飲み込んでしまい、食べものや水分などが肺に入ってしまうことを「誤嚥」といい、誤嚥した物が肺の中で炎症を起こすことを「誤嚥性肺炎」といいます。

### ○ 食育の日

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

## ○ 食事バランスガイド

厚生労働省と農林水産省が共同で「フードガイド（仮称）検討会」を設けて検討を進めてきたもので、食生活指針を具体的な行動に結びつけるものとして、食事の望ましい組み合わせやおおよその量をわかりやすくイラストで示したものです。平成 17 年 6 月 21 日に公表されました。

## ○ 食品表示

おもな関連する法律は、食品表示法及び不当景品類及び不当表示防止法（景表法）があります。食品表示法では、消費者の安全及び自主的かつ合理的な選択が確保され、必要な情報が提供されることを目的として、「期限」、「アレルギー」、「添加物」、「原産地」、「栄養成分」等の表示の義務化と規制を、景表法では不当な表示を規制しています。

## ○ 食品ロス

食べられるのに捨てられてしまう食品のことです。

## ○ 主食・主菜・副菜

主食とは、炭水化物の供給源であるごはん、パン、めんなどです。主菜とは、たんぱく質の供給源である肉・魚・卵・大豆製品などを使ったメインの料理です。副菜とは、各種ビタミン、ミネラル、食物繊維の供給源となる野菜・きのこ・いも・海藻などを使った小鉢・小皿の料理です。

## ○ 生活習慣病

日常の生活習慣によって引き起こされる病気の総称で、その定義は「食習慣、運動習慣、休養、喫煙、飲酒等の生活習慣が、その発症・進行に関与する疾患群」とされています。脂質異常症、高血圧、糖尿病、肥満、骨粗鬆（しょう）症、ガンなどが代表的です。

## ○ 地産地消（ちさんちしょう）

地元で生産されたものを地元で消費することです。地域の消費者ニーズに即応した農水産物の生産と生産された農水産物を地域で消費しようとする活動を通じて、生産者と消費者を結びつける取り組みです。

## ○ 低栄養

健康的に生きるために必要なエネルギーやたんぱく質などの栄養素が不足している状態です。

## ○ 特定給食施設

病院、学校、事業所、福祉施設等において、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ことです。健康増進法及び同法施行規則では、1回 100 食以上又は1日 250 食以上供給する給食施設を「特定給食施設」として、適切な栄養管理を行うことなどを規定しています。

### ○ トレーサビリティシステム

食品などの生産や流通に関する履歴情報を追跡・遡及することができる方式のことです。生産者や流通業者が、媒体（バーコード、ＩＣタグなど）に食品情報を集積するなどし、それを消費者などが必要に応じて検索できるシステムです。

### ○ 中食（なかしょく）

惣菜店や弁当屋・コンビニエンスストア・スーパーなどで弁当や惣菜などを購入したり、外食店のデリバリー（宅配・出前）などを利用して、家庭外で商業的に調理・加工されたものを購入して食べる形態の食事のことです。

### ○ 日本型食生活

日本の食事は、コメを主食として畜産物、水産物、野菜、果実等の多様な副食品を摂取することによって、供給熱量に占めるPFC(たんぱく質・脂質・炭水化物)比率のバランスが適正に保たれており、脂質をとり過ぎる欧米で注目の度合いを高めています。しかし、近年では欧米型の食事や脂質の多い食事を取る機会が増え、PFCバランスも崩れつつあります。

### ○ メタボリックシンドローム

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）といいます。

## 参考資料

食育基本法（平成十七年六月十七日法律第六十三号）最終改正：平成二十七年九月一日法律第六六号

前文

第一章 総則（第一条—第十五条）

第二章 食育推進基本計画等（第十六条—第十八条）

第三章 基本的施策（第十九条—第二十五条）

第四章 食育推進会議等（第二十六条—第三十三条）

附則

二十一世紀における我が国の発展のためには、子どもたちが健全な心と身体を培い、未来や国際社会に向かって羽ばたくことができるようにするとともに、すべての国民が心身の健康を確保し、生涯にわたって生き生きと暮らすことができるようにすることが大切である。

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。もとより、食育はあらゆる世代の国民に必要なものであるが、子どもたちに対する食育は、心身の成長及び人格の形成に大きな影響を及ぼし、生涯にわたって健全な心と身体を培い豊かな人間性をはぐくんでいく基礎となるものである。

一方、社会経済情勢がめまぐるしく変化し、日々忙しい生活を送る中で、人々は、毎日の「食」の大切さを忘れがちである。国民の食生活においては、栄養の偏り、不規則な食事、肥満や生活習慣病の増加、過度の痩身志向などの問題に加え、新たな「食」の安全上の問題や、「食」の海外への依存の問題が生じており、「食」に関する情報が社会に氾濫する中で、人々は、食生活の改善の面からも、「食」の安全の確保の面からも、自ら「食」のあり方を学ぶことが求められている。また、豊かな緑と水に恵まれた自然の下で先人からはぐくまれてきた、地域の多様性と豊かな味覚や文化の香りあふれる日本の「食」が失われる危機にある。

こうした「食」をめぐる環境の変化の中で、国民の「食」に関する考え方を育て、健全な食生活を実現することが求められるとともに、都市と農山漁村の共生・対流を進め、「食」に関する消費者と生産者との信頼関係を構築して、地域社会の活性化、豊かな食文化の継承及び発展、環境と調和のとれた食料の生産及び消費の推進並びに食料自給率の向上に寄与することが期待されている。

国民一人一人が「食」について改めて意識を高め、自然の恩恵や「食」に関わる人々の様々な活動への感謝の念や理解を深めつつ、「食」に関して信頼できる情報に基づく適切な判断を行う能力を身に付けることによって、心身の健康を増進する健全な食生活を実践するために、今こそ、家庭、学校、保育所、地域等を中心に、国民運動として、食育の推進に取り組んでいくことが、我々に課せられている課題である。さらに、食育の推進に関する我が国の取組が、海外との交流等を通じて食育に関して国際的に貢献することにつながることも期待される。

ここに、食育について、基本理念を明らかにしてその方向性を示し、国、地方公共団体及び国民の食育の推進に関する取組を総合的かつ計画的に推進するため、この法律を制定する。

## 第一章 総則

### （目的）

第一条 この法律は、近年における国民の食生活をめぐる環境の変化に伴い、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の食育を推進することが緊要な課題となっていることにかんがみ、食育に関し、基本理念を定め、及び国、地方公共団体等の責務を明らかにするとともに、食育に関する施策の基本となる事項を定めることにより、食育に関する施策を総合的かつ計画的に推進し、もって現在及び将来にわたる健康で文化的な国民の生活と豊かで活力ある社会の実現に寄与することを目的とする。

### （国民の心身の健康の増進と豊かな人間形成）

第二条 食育は、食に関する適切な判断力を養い、生涯にわたって健全な食生活を実現することにより、国民の心身の健康の増進と豊かな人間形成に資することを旨として、行われなければならない。

### （食に関する感謝の念と理解）

第三条 食育の推進に当たっては、国民の食生活が、自然の恩恵の上に成り立っており、また、食に関わる人々の様々な活動に支えられていることについて、感謝の念や理解が深まるよう配慮されなければならない。

### （食育推進運動の展開）

第四条 食育を推進するための活動は、国民、民間団体等の自発的意思を尊重し、地域の特性に配慮し、地域住民その他の社会を構成する多様な主体の参加と協力を得るものとするとともに、その連携を図りつつ、あまねく全国において展開されなければならない。

### （子どもの食育における保護者、教育関係者等の役割）

第五条 食育は、父母その他の保護者にあつては、家庭が食育において重要な役割を有していることを認識するとともに、子どもの教育、保育等を行う者にあつては、教育、保育等における食育の重要性を十分自覚し、積極的に子どもの食育の推進に関する活動に取り組むこととなるよう、行われなければならない。

### （食に関する体験活動と食育推進活動の実践）

第六条 食育は、広く国民が家庭、学校、保育所、地域その他のあらゆる機会とあらゆる場所を利用して、食料の生産から消費等に至るまでの食に関する様々な体験活動を行うとともに、自ら食育の推進のための活動を実践することにより、食に関する理解を深めることを旨として、行われなければならない。

（伝統的な食文化、環境と調和した生産等への配慮及び農山漁村の活性化と食料自給率の向上への貢献）

第七条 食育は、我が国の伝統のある優れた食文化、地域の特性を生かした食生活、環境と調和のとれた食料の生産とその消費等に配慮し、我が国の食料の需要及び供給の状況についての国民の理解を深めるとともに、食料の生産者と消費者との交流等を図ることにより、農山漁村の活性化と我が国の食料自給率の向上に資するよう、推進されなければならない。

### （食品の安全性の確保等における食育の役割）

第八条 食育は、食品の安全性が確保され安心して消費できることが健全な食生活の基礎であることにかんがみ、食品の安全性をはじめとする食に関する幅広い情報の提供及びこれについての意見交



換が、食に関する知識と理解を深め、国民の適切な食生活の実践に資することを旨として、国際的な連携を図りつつ積極的に行われなければならない。

（国の責務）

第九条 国は、第二条から前条までに定める食育に関する基本理念（以下「基本理念」という。）にのっとり、食育の推進に関する施策を総合的かつ計画的に策定し、及び実施する責務を有する。

（地方公共団体の責務）

第十条 地方公共団体は、基本理念にのっとり、食育の推進に関し、国との連携を図りつつ、その地方公共団体の区域の特性を生かした自主的な施策を策定し、及び実施する責務を有する。

（教育関係者等及び農林漁業者等の責務）

第十一条 教育並びに保育、介護その他の社会福祉、医療及び保健（以下「教育等」という。）に関する職務に従事する者並びに教育等に関する関係機関及び関係団体（以下「教育関係者等」という。）は、食に関する関心及び理解の増進に果たすべき重要な役割にかんがみ、基本理念にのっとり、あらゆる機会とあらゆる場所を利用して、積極的に食育を推進するよう努めるとともに、他の者の行う食育の推進に関する活動に協力するよう努めるものとする。

2 農林漁業者及び農林漁業に関する団体（以下「農林漁業者等」という。）は、農林漁業に関する体験活動等が食に関する国民の関心及び理解を増進する上で重要な意義を有することにかんがみ、基本理念にのっとり、農林漁業に関する多様な体験の機会を積極的に提供し、自然の恩恵と食に関わる人々の活動の重要性について、国民の理解が深まるよう努めるとともに、教育関係者等と相互に連携して食育の推進に関する活動を行うよう努めるものとする。

（食品関連事業者等の責務）

第十二条 食品の製造、加工、流通、販売又は食事の提供を行う事業者及びその組織する団体（以下「食品関連事業者等」という。）は、基本理念にのっとり、その事業活動に関し、自主的かつ積極的に食育の推進に自ら努めるとともに、国又は地方公共団体が実施する食育の推進に関する施策その他の食育の推進に関する活動に協力するよう努めるものとする。

（国民の責務）

第十三条 国民は、家庭、学校、保育所、地域その他の社会のあらゆる分野において、基本理念にのっとり、生涯にわたり健全な食生活の実現に自ら努めるとともに、食育の推進に寄与するよう努めるものとする。

（法制上の措置等）

第十四条 政府は、食育の推進に関する施策を実施するため必要な法制上又は財政上の措置その他の措置を講じなければならない。

（年次報告）

第十五条 政府は、毎年、国会に、政府が食育の推進に関して講じた施策に関する報告書を提出しなければならない。

## 第二章 食育推進基本計画等

（食育推進基本計画）

第十六条 食育推進会議は、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、食育推進基本計画を作成するものとする。

- 2 食育推進基本計画は、次に掲げる事項について定めるものとする。
- 一 食育の推進に関する施策についての基本的な方針
  - 二 食育の推進の目標に関する事項
  - 三 国民等の行う自発的な食育推進活動等の総合的な促進に関する事項
  - 四 前三号に掲げるもののほか、食育の推進に関する施策を総合的かつ計画的に推進するために必要な事項

3 食育推進会議は、第一項の規定により食育推進基本計画を作成したときは、速やかにこれを農林水産大臣に報告し、及び関係行政機関の長に通知するとともに、その要旨を公表しなければならない。

4 前項の規定は、食育推進基本計画の変更について準用する。

（都道府県食育推進計画）

第十七条 都道府県は、食育推進基本計画を基本として、当該都道府県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「都道府県食育推進計画」という。）を作成するよう努めなければならない。

2 都道府県（都道府県食育推進会議が置かれている都道府県にあっては、都道府県食育推進会議）は、都道府県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。

（市町村食育推進計画）

第十八条 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っては、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。

### 第三章 基本的施策

（家庭における食育の推進）

第十九条 国及び地方公共団体は、父母その他の保護者及び子どもの食に対する関心及び理解を深め、健全な食習慣の確立に資するよう、親子で参加する料理教室その他の食事についての望ましい習慣を学びながら食を楽しむ機会の提供、健康美に関する知識の啓発その他の適切な栄養管理に関する知識の普及及び情報の提供、妊産婦に対する栄養指導又は乳幼児をはじめとする子どもを対象とする発達段階に応じた栄養指導その他の家庭における食育の推進を支援するために必要な施策を講ずるものとする。

（学校、保育所等における食育の推進）

第二十条 国及び地方公共団体は、学校、保育所等において魅力ある食育の推進に関する活動を効果的に促進することにより子どもの健全な食生活の実現及び健全な心身の成長が図られるよう、学校、保育所等における食育の推進のための指針の作成に関する支援、食育の指導にふさわしい教職員の設置及び指導的立場にある者の食育の推進において果たすべき役割についての意識の啓発その他の食育に関する指導体制の整備、学校、保育所等又は地域の特色を生かした学校給食等の実施、教育の一

環として行われる農場等における実習、食品の調理、食品廃棄物の再生利用等様々な体験活動を通じた子どもの食に関する理解の促進、過度の痩身又は肥満の心身の健康に及ぼす影響等についての知識の啓発その他必要な施策を講ずるものとする。

（地域における食生活の改善のための取組の推進）

第二十一条 国及び地方公共団体は、地域において、栄養、食習慣、食料の消費等に関する食生活の改善を推進し、生活習慣病を予防して健康を増進するため、健全な食生活に関する指針の策定及び普及啓発、地域における食育の推進に関する専門的知識を有する者の養成及び資質の向上並びにその活用、保健所、市町村保健センター、医療機関等における食育に関する普及及び啓発活動の推進、医学教育等における食育に関する指導の充実、食品関連事業者等が行う食育の推進のための活動への支援等必要な施策を講ずるものとする。

（食育推進運動の展開）

第二十二条 国及び地方公共団体は、国民、教育関係者等、農林漁業者等、食品関連事業者等その他の事業者若しくはその組織する団体又は消費生活の安定及び向上等のための活動を行う民間の団体が自発的に行う食育の推進に関する活動が、地域の特性を生かしつつ、相互に緊密な連携協力を図りながらあまねく全国において展開されるようにするとともに、関係者相互間の情報及び意見の交換が促進されるよう、食育の推進に関する普及啓発を図るための行事の実施、重点的かつ効果的に食育の推進に関する活動を推進するための期間の指定その他必要な施策を講ずるものとする。

2 国及び地方公共団体は、食育の推進に当たっては、食生活の改善のための活動その他の食育の推進に関する活動に携わるボランティアが果たしている役割の重要性にかんがみ、これらのボランティアとの連携協力を図りながら、その活動の充実が図られるよう必要な施策を講ずるものとする。

（生産者と消費者との交流の促進、環境と調和のとれた農林漁業の活性化等）

第二十三条 国及び地方公共団体は、生産者と消費者との間の交流の促進等により、生産者と消費者との信頼関係を構築し、食品の安全性の確保、食料資源の有効な利用の促進及び国民の食に対する理解と関心の増進を図るとともに、環境と調和のとれた農林漁業の活性化に資するため、農林水産物の生産、食品の製造、流通等における体験活動の促進、農林水産物の生産された地域内の学校給食等における利用その他のその地域内における消費の促進、創意工夫を生かした食品廃棄物の発生の抑制及び再生利用等必要な施策を講ずるものとする。

（食文化の継承のための活動への支援等）

第二十四条 国及び地方公共団体は、伝統的な行事や作法と結びついた食文化、地域の特色ある食文化等我が国の伝統のある優れた食文化の継承を推進するため、これらに関する啓発及び知識の普及その他の必要な施策を講ずるものとする。

（食品の安全性、栄養その他の食生活に関する調査、研究、情報の提供及び国際交流の推進）

第二十五条 国及び地方公共団体は、すべての世代の国民の適切な食生活の選択に資するよう、国民の食生活に関し、食品の安全性、栄養、食習慣、食料の生産、流通及び消費並びに食品廃棄物の発生及びその再生利用の状況等について調査及び研究を行うとともに、必要な各種の情報の収集、整理及び提供、データベースの整備その他食に関する正確な情報を迅速に提供するために必要な施策を講ずるものとする。

2 国及び地方公共団体は、食育の推進に資するため、海外における食品の安全性、栄養、食習慣等の食生活に関する情報の収集、食育に関する研究者等の国際的交流、食育の推進に関する活動についての情報交換その他国際交流の推進のために必要な施策を講ずるものとする。

#### 第四章 食育推進会議等

(食育推進会議の設置及び所掌事務)

第二十六条 農林水産省に、食育推進会議を置く。

2 食育推進会議は、次に掲げる事務をつかさどる。

- 一 食育推進基本計画を作成し、及びその実施を推進すること。
- 二 前号に掲げるもののほか、食育の推進に関する重要事項について審議し、及び食育の推進に関する施策の実施を推進すること。

(組織)

第二十七条 食育推進会議は、会長及び委員二十五人以内をもって組織する。

(会長)

第二十八条 会長は、農林水産大臣をもって充てる。

2 会長は、会務を総理する。

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

(委員)

第二十九条 委員は、次に掲げる者をもって充てる。

- 一 農林水産大臣以外の国务大臣のうちから、農林水産大臣の申出により、内閣総理大臣が指定する者
- 二 食育に関して十分な知識と経験を有する者のうちから、農林水産大臣が任命する者

2 前項第二号の委員は、非常勤とする。

(委員の任期)

第三十条 前条第一項第二号の委員の任期は、二年とする。ただし、補欠の委員の任期は、前任者の残任期間とする。

2 前条第一項第二号の委員は、再任されることができる。

(政令への委任)

第三十一条 この章に定めるもののほか、食育推進会議の組織及び運営に関し必要な事項は、政令で定める。

(都道府県食育推進会議)

第三十二条 都道府県は、その都道府県の区域における食育の推進に関して、都道府県食育推進計画の作成及びその実施の推進のため、条例で定めるところにより、都道府県食育推進会議を置くことができる。

2 都道府県食育推進会議の組織及び運営に関し必要な事項は、都道府県の条例で定める。

(市町村食育推進会議)

第三十三条 市町村は、その市町村の区域における食育の推進に関して、市町村食育推進計画の作成及びその実施の推進のため、条例で定めるところにより、市町村食育推進会議を置くことができる。

2 市町村食育推進会議の組織及び運営に関し必要な事項は、市町村の条例で定める。

附 則 抄

(施行期日)

第一条 この法律は、公布の日から起算して一月を超えない範囲内において政令で定める日から施行する。

附 則 （平成二十一年六月五日法律第四九号） 抄

（施行期日）

第一条 この法律は、消費者庁及び消費者委員会設置法（平成二十一年法律第四十八号）の施行の日から施行する。

附 則 （平成二七年九月一日法律第六六号） 抄

（施行期日）

第一条 この法律は、平成二十八年四月一日から施行する。ただし、次の各号に掲げる規定は、当該各号に定める日から施行する。

一 附則第七条の規定 公布の日

（食育基本法の一部改正に伴う経過措置）

第四条 この法律の施行の際現に第二十五条の規定による改正前の食育基本法第二十六条第一項の規定により置かれている食育推進会議は、第二十五条の規定による改正後の食育基本法第二十六条第一項の規定により置かれる食育推進会議となり、同一性をもって存続するものとする。

（政令への委任）

第七条 附則第二条から前条までに定めるもののほか、この法律の施行に関し必要な経過措置は、政令で定める。