

第3次 東温市食育推進計画

計画期間：2019年度～2023年度

食で育む 健やかな身体・心・地域・東温市

東温市

はじめに

「食」は、私たちが生きていくために欠かせない生命の源であり、健康で心豊かな生活を送るための基盤となるものです。

しかし、近年は社会環境の変化に伴い、ライフスタイルの多様化や世帯構造の変化などが進み、私たちの「食」を取り巻く環境も大きく変化しております。



このような中、東温市では、国の食育基本法に基づき、平成20年に「東温市食育推進計画」を、平成25年に「第2次東温市食育推進計画」を策定し、市民自らが「食」に関する正しい知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践できる「食育」の推進に取り組んでまいりました。

第2次の計画期間には、学校給食での地場産物の使用割合が、県内でも非常に高い割合で増加する一方、メタボリックシンドロームの予防や改善のための適切な食事、運動等を継続的に実施している市民の割合は改善されておらず、さらに、食育推進に係るボランティアの数が減少するといった課題が浮き彫りになっております。

このような状況を踏まえ、今後は様々な生活環境やライフステージに合わせた「食育」への取り組みが重要であると判断し、この度、「第3次東温市食育推進計画」を策定いたしました。

本計画では、「食で育む 健やかな身体・心・地域・東温市」という基本理念のもと、5つの基本施策に加え、ライフステージ別の行動目標を設定しており、皆様と共に一つずつ目標を達成していきたいと考えております。

今後も、市民の皆様、関係機関・団体の皆様と連携し、「食」を通じて「健康日本一のまちづくり」を目指してまいりたいと思いますので、より一層のご協力をお願いいたします。

結びに、本計画の策定にあたり、アンケート調査にご協力をいただきました皆様をはじめ、ご尽力を賜りました東温市食育会議委員の皆様、貴重なご意見・ご提案をいただきました全ての皆様に心より感謝申し上げます。

平成31年3月

東温市長 加藤 章

～ 目 次 ～

第1章 計画の策定に当たって	1
【1】計画策定の背景と趣旨	1
【2】計画の概要	4
1 計画の位置付け	4
2 健康増進計画との連携・調整	5
3 計画の期間	5
4 計画の策定体制	6
第2章 本市における食育を取り巻く現状	7
【1】人口等の動き	7
1 人口・世帯数の推移	7
2 人口動態	8
3 年齢別人口の推移	9
4 就業構造	10
【2】幼児・児童・生徒数の状況	11
1 保育所入所幼児数の推移	11
2 保育所・幼稚園別入所幼児数	12
3 小中学校児童・生徒数及び学級数	13
【3】食生活に関する実態と意識	14
1 食育と健康づくりに関するアンケート結果の概要（16歳以上の市民）	14
2 食生活に関する実態と意識（幼児・児童・生徒・幼児の保護者）	25
【4】第2次計画の目標と達成状況	29
【5】第2次計画の課題	30
1 市民アンケートからの課題	30
2 関係課の主な取組と課題	33
第3章 計画の基本的な考え方	36
【1】基本理念と施策体系	36
1 基本理念	36
2 施策体系	37
第4章 施策の展開	38
【基本施策1】家庭における食育の推進	38
【基本施策2】保育所、幼稚園、学校における食育の推進	39
【基本施策3】地域における食育の推進	40
【基本施策4】地産地消と食文化の継承	41
【基本施策5】食育推進に向けた環境の整備	42
【目標指標（数値目標）】	43

第5章 計画の推進	44
【1】ライフステージに応じた食育の推進	44
【2】市内推進体制	47
【3】地域との協働による食育の推進	48
【4】計画の進行管理	48
資料編	49
【1】東温市食育推進会議条例	49
【2】東温市食育推進会議委員名簿	50

第1章 計画の策定に当たって

【1】計画策定の背景と趣旨

社会環境が変化する中、食に関する価値観やライフスタイル等の多様化が進み、意識の変化や様々な生活状況により、健全な食生活を実践することが難しくなっています。また、古くから育まれてきた伝統的な食文化などへの意識が薄れつつあることが危惧されています。

このような食に関する社会の状況に対応するため、2005（平成17）年7月に「食育基本法」が施行されました。国では、2006（平成18）年3月に「食育推進基本計画」が策定され、愛媛県でも2007（平成19）年に「愛媛県食育推進計画」が策定されました。

本市においても、この動向を踏まえ2009（平成21）年に「東温市食育推進計画」、2014（平成26）年3月には「第2次東温市食育推進計画（以下「第2次計画」と表記。）」を策定し、食育に関わる様々な施策・事業の推進に努めてきました。

しかし、エネルギー（カロリー）や食塩等の過剰摂取、野菜の摂取不足等による栄養の偏り、朝食の欠食や不規則な食事時間などの食習慣の乱れから起こる肥満や生活習慣病は引き続き課題であり、更に若い女性の行き過ぎたやせ願望や高齢者の低栄養等、これまでとは相反する課題も指摘されています。食に関する様々な情報があふれる中で、生涯にわたって健全な食生活を送るためには、市民一人ひとりが各々のライフスタイルに合った正しい情報を適切に選択できるよう支援していく必要があります。

このため、今後も引き続き、様々な関係機関や団体との連携のもと、情報の共有を図り、適切な情報を提供することで、市民一人ひとりが生涯にわたって生き生きと豊かに暮らすために、より効果的な食育を推進することが必要です。

この度、第2次計画の計画期間満了に伴い、社会経済情勢の変化、国や県の動向などを踏まえ、これまでの計画を見直し、「第3次東温市食育推進計画（以下「本計画」と表記。）」を策定します。



■ 国の第3次食育推進計画の概要 ■

第3次食育推進計画（2016（平成28）年度～2020（平成32）年度）の目指す姿	
取組の視点	<ul style="list-style-type: none"> ① 子どもから高齢者まで、生涯を通じた取組を推進 ② 国、地方公共団体、教育関係者、農林漁業者、食品関連事業者、ボランティアなどが主体的かつ多様に連携・協働しながら取組を推進
重点課題	<ul style="list-style-type: none"> 1 若い世代を中心とした食育の推進 2 多様な暮らしを支える食育の推進 3 健康寿命の延伸につながる食育の推進 4 食の循環や環境を意識した食育の推進 5 食文化の継承に向けた食育の推進
食育の総合的な促進に関する事項	<ul style="list-style-type: none"> 1 家庭における食育の推進 2 学校、保育所等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 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 6 食文化の継承のための活動への支援等 7 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3次愛媛県食育推進計画の概要 ■

第3次愛媛県食育推進計画（2017（平成29）年度～2021（平成33）年度）	
基本理念	みんなで！楽しく！バランスよく！ 愛ある食卓 元気なえひめ
重点目標	1 食を大切にする心の育成(人間形成) 2 心身の健康のための食生活の確立と実践(健康増進) 3 県民運動による食育の推進(地域活性化)
基本方針 と施策の体系	<p>1 家庭・学校・地域等、それぞれの役割に応じた食育の推進</p> <p>I 家庭における食育の推進 (1) 望ましい食習慣や生活リズムの向上 (2) 青少年及びその保護者に対する食育の推進</p> <p>II 学校、幼稚園、保育所等における食育の推進 (1) 食に関する指導の充実 (2) 学校給食の充実 (3) 食育を通じた健康状態の改善等の推進 (4) 就学前の子どもに対する食育の推進</p> <p>III 地域における食育の推進 (1) 食生活改善活動 (2) 人材の育成 (3) 行政や医師会、栄養士会等関係団体における食育の推進 (4) 農林漁業者等、食品関連事業者等と連携した食育の推進 (5) 生活習慣病の予防及び改善につながる食育の推進 (6) 歯科口腔保健における食育の推進 (7) 高齢者に対する食育の推進 (8) 若者に対する食育の推進 (9) 貧困の状況にある子どもに対する食育の推進</p> <p>2 環境と調和のとれた農林水産業と食文化に根ざした食育の推進</p> <p>(1) 子どもを中心とした農林漁業体験活動の促進と消費者への情報提供 (2) 農林漁業者等による食育の推進 (3) 地産地消の推進 (4) 農林漁業者等や食品関連事業者等における環境への配慮 (5) ボランティア活動等における取組 (6) 学校給食での郷土料理等の積極的な導入や行事の活用</p> <p>3 県民運動としての食育の推進</p> <p>(1) 食育推進運動の展開における連携・協力体制の確立 (2) ボランティア活動等民間の取組への支援 (3) 食育月間及び食育の日の普及 (4) 食品の安全性や栄養等に関する情報の提供</p> <p>4 ライフステージに応じた食育の推進 幼年期、少年期、青年期、壮年期、中年期、前期高年期、後期高年期</p>

【2】計画の概要

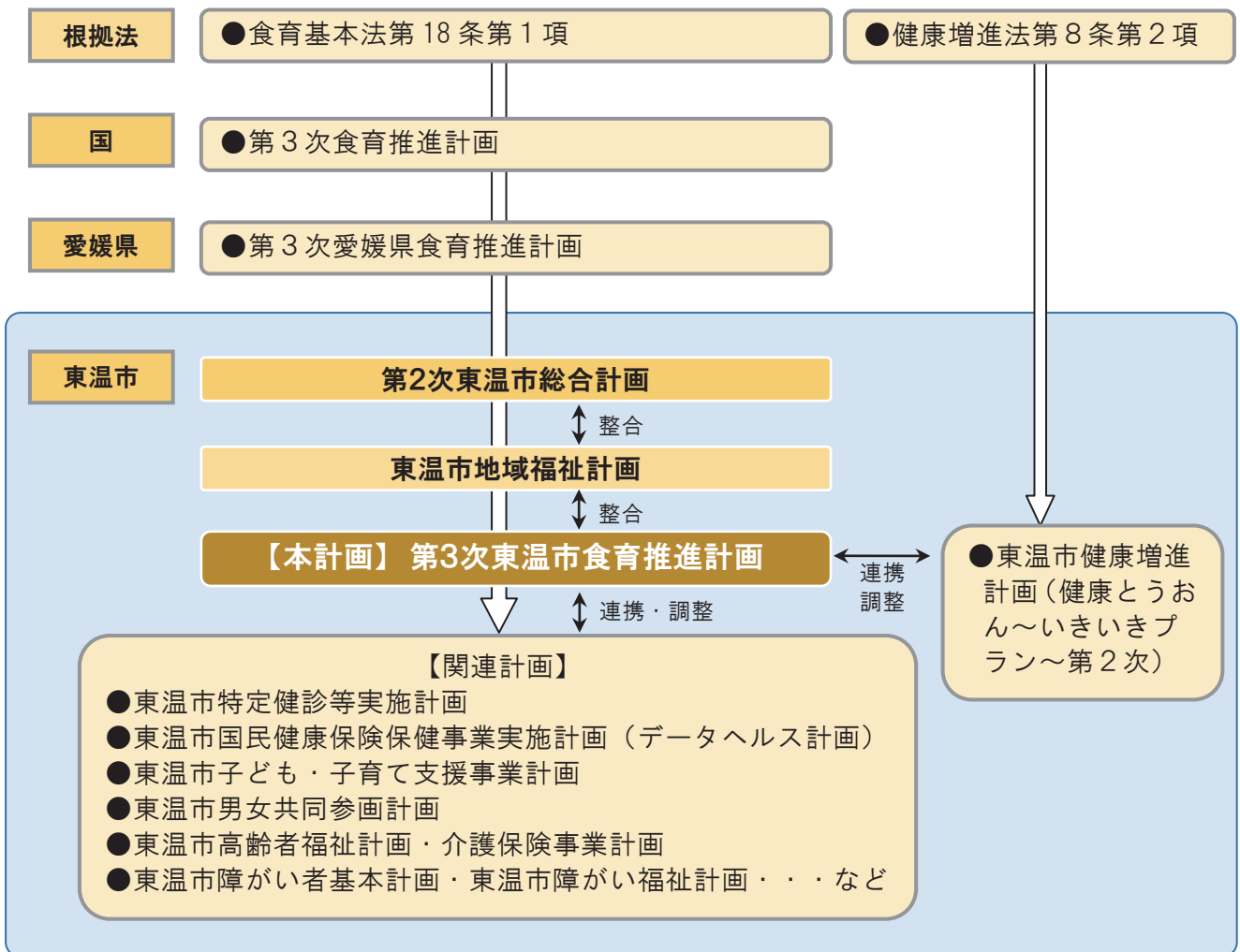
1 計画の位置付け

本計画は、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て、食育推進に関する基本的な考え方を明らかにし、家庭や地域、保育・教育施設や行政等が、それぞれの役割に応じて連携を図り、食育の取組を総合的・一体的に進めるための計画として位置付けられます。

また、本計画は国や県の計画を踏まえつつ、本市の上位計画である「第2次東温市総合計画」をはじめ、「健康とうおん～いきいきプラン～第2次（東温市健康増進計画）」との連携、そして「子ども・子育て支援事業計画」など、関連する他の部門計画との整合性に配慮します。

計画の推進に当たっては、各計画との調整や連携を図るとともに、新たな課題や環境の変化に柔軟に対応できるように配慮します。

■ 本計画の位置付け ■



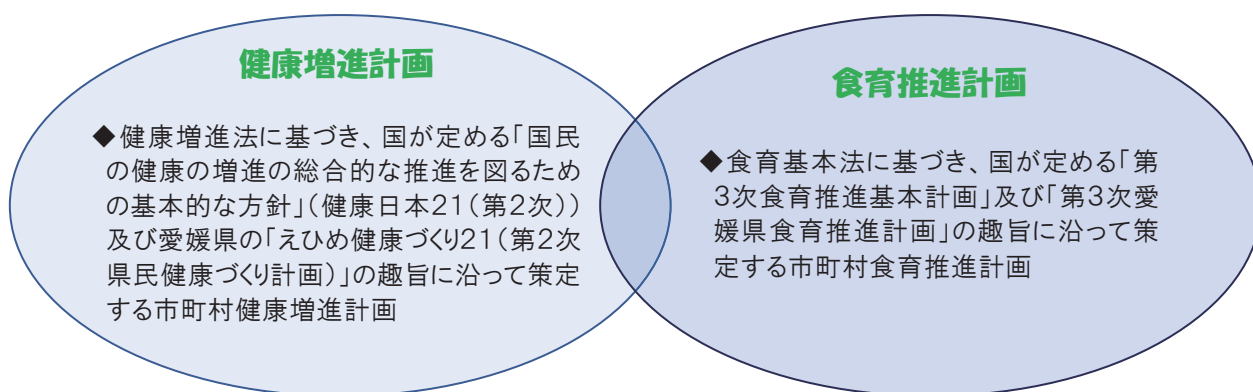
2 健康増進計画との連携・調整

本市では、2014（平成 26）年3月に「健康とうおん～いきいきプラン～第2次（東温市健康増進計画）」（以下「健康とうおん」と表記。）を策定しています。

「健康とうおん」では、本市の健康づくりの現状と課題を明確にし、市民の主体的な健康づくりを総合的に支援・促進することを目指し、様々な健康増進施策を推進しているところです。

本計画は、特に「健康とうおん」において重点的な取組として位置付けられている「栄養・食生活」分野における施策と密接な関連があり、連携・調整を図りながら、一体的に推進していく必要があります。

■ 健康増進計画との連携・調整 ■



3 計画の期間

本計画は、2019（平成 31）年度から 2023（平成 35）年度までの5か年を計画期間として策定します。

■ 計画の期間 ■

	2019 (平成 31) 年度	2020 (平成 32) 年度	2021 (平成 33) 年度	2022 (平成 34) 年度	2023 (平成 35) 年度	2024 (平成 36) 年度	
【本計画】 第3次東温市食育推進計画	→					見直し	次期計画
健康とうおん～いきいきプラン～ 第2次(東温市健康増進計画)	中間評価					最終評価	

4 計画の策定体制

計画の策定に当たっては、食育と健康づくりに関するアンケート調査及び食育推進関係者や関連団体等へのヒアリングシート調査等を通して、実態や意見等を把握するとともに、市民、有識者、関係団体等から組織される「東温市食育推進会議」において協議、検討して策定します。

■ アンケート調査の概要 ■

調査名称	食育と健康づくりに関するアンケート	食育と生活習慣についてのアンケート
調査対象	本市に居住する 16 歳以上の市民 (無作為抽出 2,000 人)	・市内の小学校 4・5 年生 593 人 ・市内の中学校 1・2 年生 607 人 ・4 歳～5 歳の市立保育所・幼稚園児の保護者 221 人
調査方法	郵送配布・回収	保育・教育機関を通じた配布・回収
調査期間	2017 (平成 29) 年 10 月	2017 (平成 29) 年 7 月
回収状況	有効回収数 849 件 有効回収率 42.5%	・4～5 歳児の保護者 197 件 (回収率 89.1%) ・小学校児童 552 件 (回収率 93.1%) ・中学校生徒 553 件 (回収率 91.1%)



第2章 本市における食育を取り巻く現状

【1】人口等の動き

1 人口・世帯数の推移

本市の人口は、2018（平成30）年4月1日現在で33,546人となっており、2013（平成25）年度から626人の減少、2013（平成25）年度を100.0とした場合98.2%となっています。

1世帯当たりの人口数を示す世帯人員は、2013（平成25）年度の2.39人から2018（平成30）年度で2.26人と、緩やかに小家族化する傾向にあります。

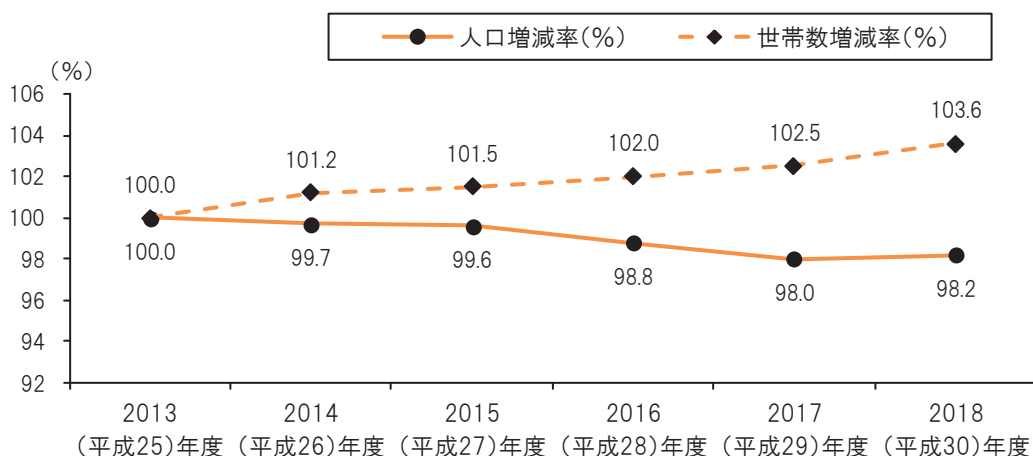
■ 人口・世帯数の推移 ■

	2013 (平成25)年度	2014 (平成26)年度	2015 (平成27)年度	2016 (平成28)年度	2017 (平成29)年度	2018 (平成30)年度
人口	34,172	34,076	34,037	33,774	33,496	33,546
世帯数	14,313	14,482	14,522	14,605	14,665	14,832
世帯人員(人/世帯)	2.39	2.35	2.34	2.31	2.28	2.26
人口増減率(%)	100.0	99.7	99.6	98.8	98.0	98.2
世帯数増減率(%)	100.0	101.2	101.5	102.0	102.5	103.6

注：増減率は、2013（平成25）年度を100.0とした場合の各年の割合を示す。

資料：住民基本台帳（各年4月1日現在）（外国人を含む）

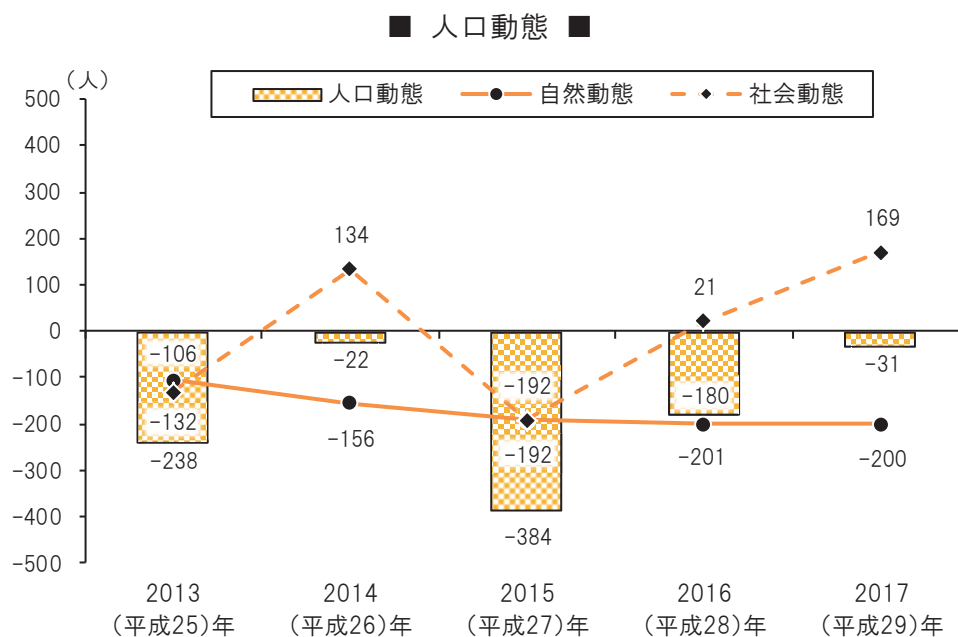
■ 人口・世帯数増減率 ■



2 人口動態

人口の動きである「人口動態」をみると、出生と死亡の差からみる「自然動態」は近年、死亡者数が出生者数を上回り、マイナスで推移している状態にあります。また、転入と転出からみる「社会動態」については、プラスとマイナスを繰り返しながら推移しており、近年は市内への転入者数が市外への転出者数を上回る転入超過傾向にあります。

2017（平成29）年では、自然動態がマイナス200人、社会動態がプラス169人、合計31人の人口減少となっています。



	自然動態			社会動態		人口動態	
	出生数 (a)	死亡者数 (b)	(c)	転入(d)	転出(e)	(f)	(g)
2013 (平成25年)	241	347	-106	1,370	1,502	-132	-238
2014 (平成26年)	247	403	-156	1,533	1,399	134	-22
2015 (平成27年)	187	379	-192	1,330	1,522	-192	-384
2016 (平成28年)	234	435	-201	1,343	1,322	21	-180
2017 (平成29年)	185	385	-200	1,565	1,396	169	-31

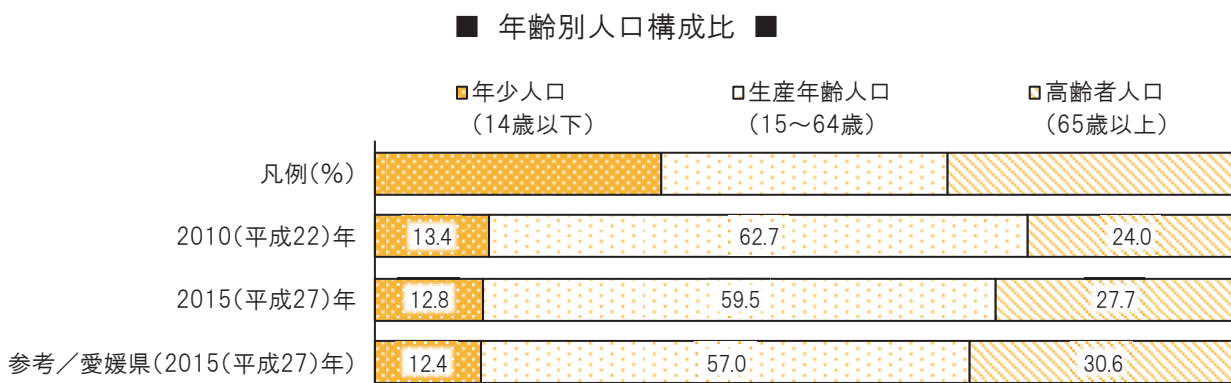
注: (c)=(a)-(b), (f)=(d)-(e), (g)=(c)+(f)

資料: 市民課(各年1月から12月分の異動状況)

3 年齢別人口の推移

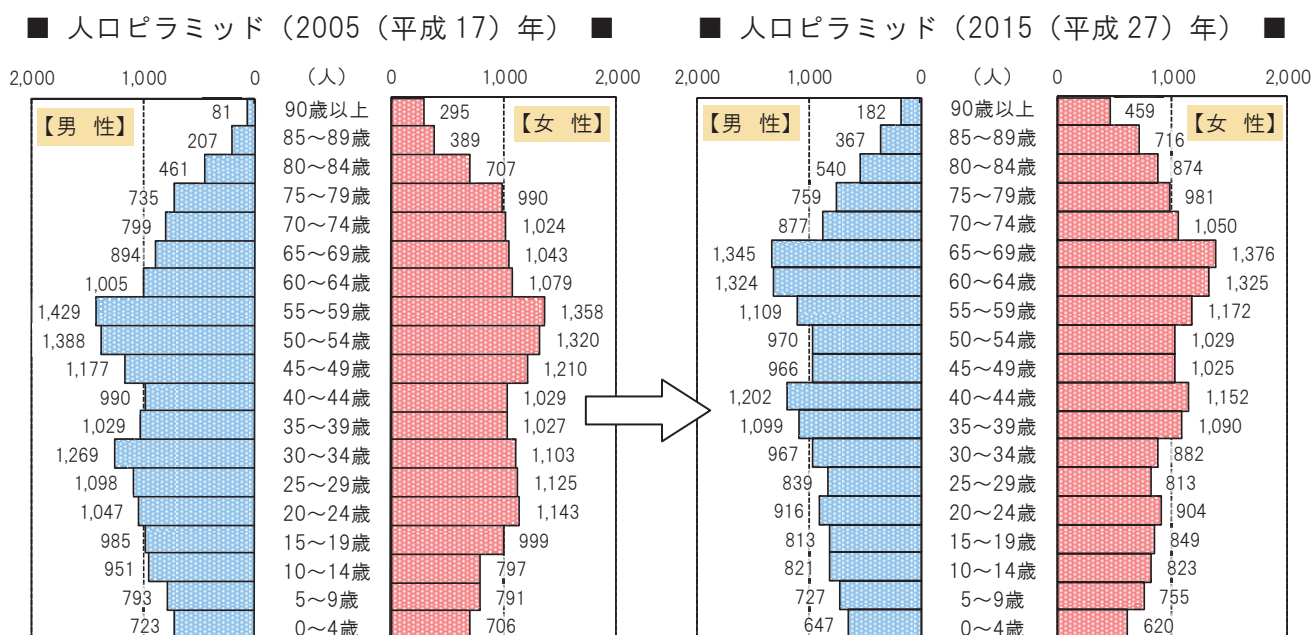
本市の「年少人口（14歳以下）」の割合は、2015（平成27）年で12.8%、「生産年齢人口（15～64歳）」は59.5%、「高齢者人口（65歳以上）」は27.7%となっています。

高齢者人口の割合（高齢化率）は、2010（平成22）年の24.0%から2015（平成27）年で27.7%と増加で推移しています。一方、年少人口は緩やかに減少しており、本市においても少子高齢化の進行がうかがえます。



資料: 国勢調査

2015（平成27）年では、60歳代前半から後半のいわゆる「団塊の世代」は、本市の人口のボリュームゾーンとなっています。次いで、その子ども世代である40歳代前半のいわゆる「団塊ジュニア層」が多い傾向にあります。また、高齢になるほど平均寿命の長い女性の人口が多く、男性との差が大きくなっています。



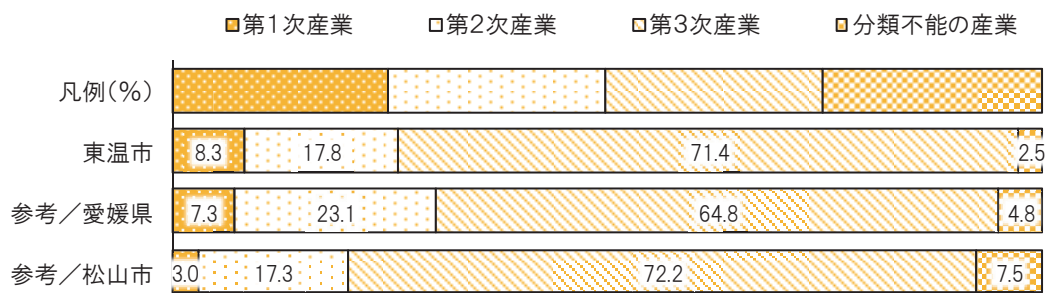
資料: 国勢調査

4 就業構造

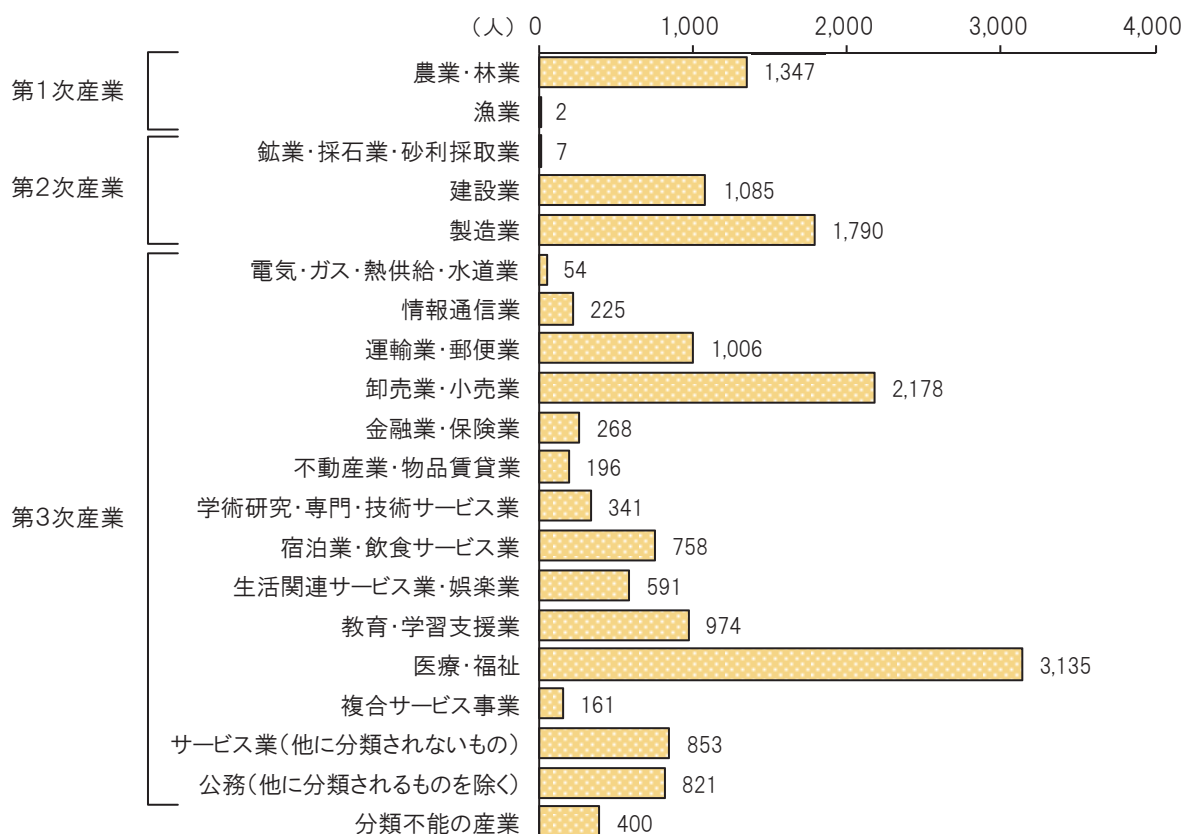
本市の産業別就業者構成比をみると、2015(平成27)年では第1次産業の割合が8.3%、第2次産業が17.8%、第3次産業が71.4%となっています。愛媛県全体と比べ、第2次産業の割合は低くなっていますが、第1次及び第3次産業の割合は県を上回っています。

また、産業大分類別でみると、大学病院の立地により「医療・福祉」の就業者が最も多く、次いで「卸売業・小売業」「製造業」「農業・林業」などの就業者が多くなっています。

■ 産業別 15 歳以上就業者構成比 ■



■ 産業大分類別 15 歳以上就業者数 ■



資料：国勢調査（2015（平成27）年）

※第1次産業：農業、林業、漁業

第2次産業：鉱業・採石業・砂利採取業、建設業、製造業

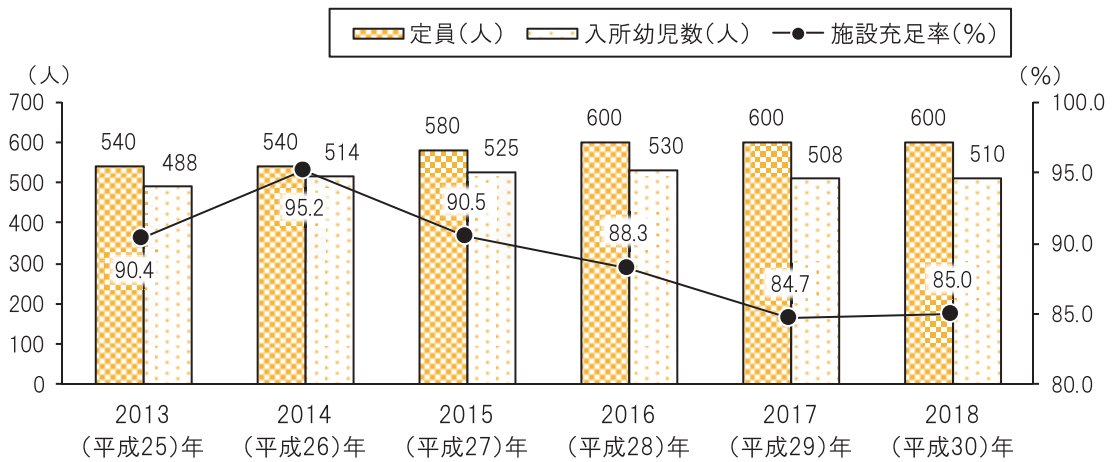
第3次産業：電気・ガス・熱供給・水道業、情報通信業、運輸業・郵便業、卸売業・小売業、金融業・保険業、不動産業・物品賃貸業、学術研究・専門・技術サービス業、宿泊業・飲食サービス業、生活関連サービス業・娯楽業、教育・学習支援業、医療・福祉、複合サービス事業、サービス業（他に分類されないもの）、公務（他に分類されるものを除く）

【2】 幼児・児童・生徒数の状況

1 保育所入所幼児数の推移

本市には市立保育所が6箇所あり、定員数は600人となっています。入所幼児数は増加で推移していましたが、2017（平成29）年に減少に転じ、2018（平成30）年では510人となっています。また、施設充足率は、2014（平成26）年をピークに減少しており、2018（平成30）年では85.0%となっています。

■ 保育所入所幼児数の推移 ■



	2013 (平成25年)	2014 (平成26年)	2015 (平成27年)	2016 (平成28年)	2017 (平成29年)	2018 (平成30年)
施設数(園数)	6	6	6	6	6	6
定員(人)	540	540	580	600	600	600
入所幼児数(人)	488	514	525	530	508	510
施設充足率(%)	90.4	95.2	90.5	88.3	84.7	85.0

資料：保育幼稚園課提供



2 保育所・幼稚園別入所幼児数

本市の保育所・幼稚園別入所幼児数についてみると、きりり園では定員超過の状況となっており、また、よつば保育園では定員数に達している状況にあります。一方、上林保育所や東谷幼稚園、西谷幼稚園では、充足率が2割程度と低くなっています。

■ 保育所 ■

	0歳	1歳	2歳	3歳	4歳	5歳	合計	定員	充足率(%)
川内保育園	8	22	15	29	20	32	126	130	96.9
双葉保育所	1	15	13	21	34	33	117	140	83.6
南吉井保育所	5	12	12	28	24	20	101	110	91.8
南吉井第二保育所	4	7	20	16	25	26	98	110	89.1
拝志保育所	1	10	17	15	10	7	60	70	85.7
上林保育所	0	0	0	3	1	4	8	40	20.0

■ 幼稚園 ■

	満3歳児	3歳児	4歳児	5歳児	合計	定員	充足率(%)
重信幼稚園	0	30	32	39	101	150	67.3
北吉井幼稚園	0	31	34	31	96	150	64.0
川上幼稚園	0	27	20	30	77	145	53.1
東谷幼稚園	0	2	3	4	9	50	18.0
西谷幼稚園	0	6	2	3	11	50	22.0

■ 認定こども園等 ■

	合計	定員	充足率(%)
ひかり認定こども園	68	69	98.6
キッズパオ東温あおぞら園	12	19	63.2
よつば保育園	18	18	100.0
きりり園	19	18	105.6
東温保育園	12	15	80.0

資料：保育幼稚園課提供(2018(平成30)年5月1日現在)

3 小中学校児童・生徒数及び学級数

本市には、小学校が7校あり、児童数は 1,790 人、学級数は 89 クラスとなっています。また、中学校は2校あり、生徒数は 909 人、学級数は 31 クラスとなっています。

■ 小中学校児童・生徒数及び学級数 ■

		1年	2年	3年	4年	5年	6年	特注	計
北吉井小学校	クラス数	3	3	3	3	3	2	4	21
	人数	93	83	78	72	84	61	13	484
南吉井小学校	クラス数	3	3	3	4	4	3	6	26
	人数	102	101	96	106	111	105	18	639
拝志小学校	クラス数	1	1	1	1	1	1	1	7
	人数	11	17	20	12	11	21	1	93
上林小学校	クラス数	1		1		1		1	4
	人数	2	5	5	7	3	5	2	29
川上小学校	クラス数	2	2	3	3	3	3	4	20
	人数	66	69	86	71	87	84	10	473
東谷小学校	クラス数	1	1	1		1		1	5
	人数	7	3	4	3	2	3	1	23
西谷小学校	クラス数	1	1		1	1	1	1	6
	人数	9	6	9	8	9	7	1	49
計	クラス数	12	11	12	12	14	10	18	89
	人数	290	284	298	279	307	286	46	1,790
重信中学校	クラス数	6	5	5				4	20
	人数	206	200	194				13	613
川内中学校	クラス数	2	3	3				3	11
	人数	80	98	107				11	296
計	クラス数	8	8	8				7	31
	人数	286	298	301				24	909

注：特別支援学級

資料：学校基本調査(2018(平成 30)年5月1日現在)

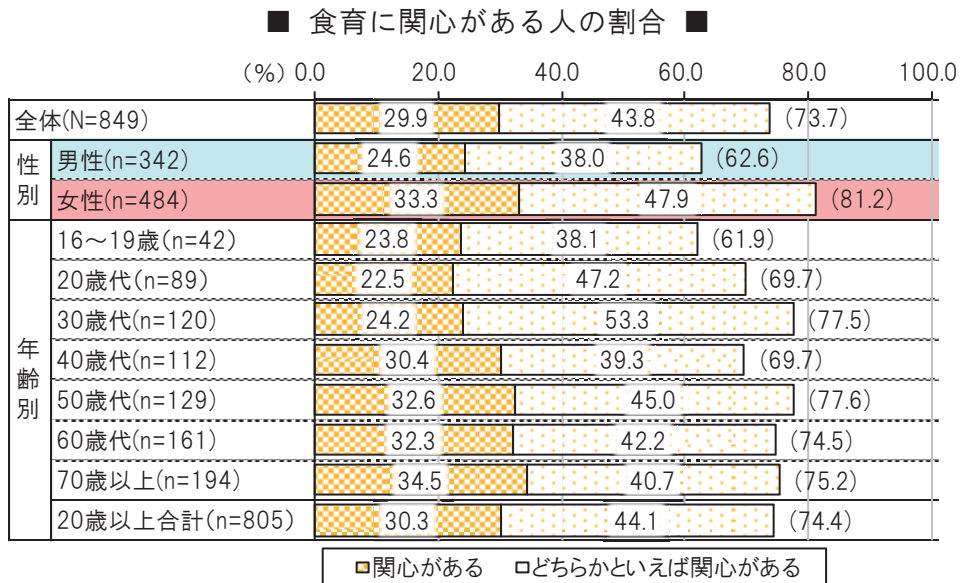


【3】食生活に関する実態と意識

1 食育と健康づくりに関するアンケート結果の概要（16歳以上の市民）

（1）食育に対する関心

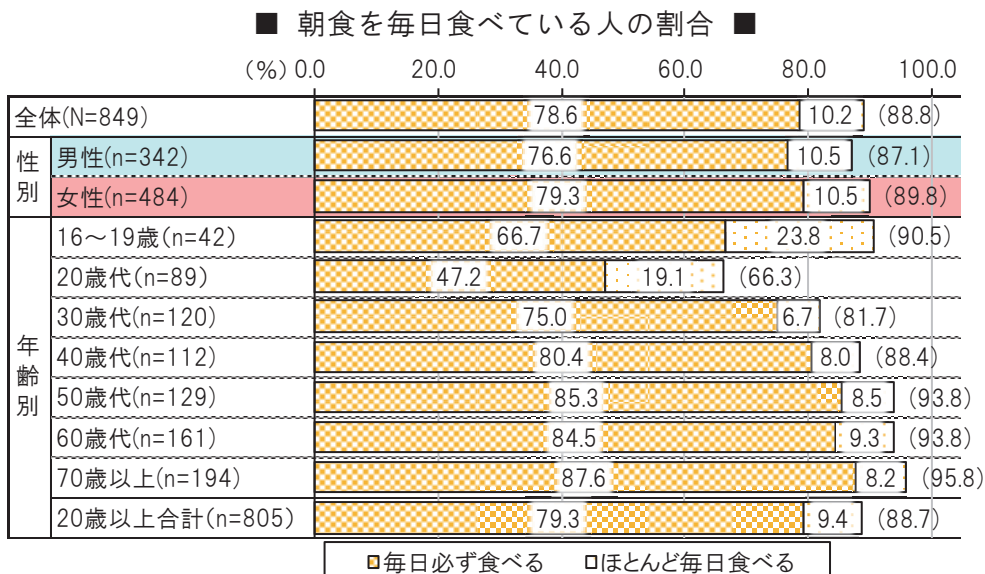
食育に「関心がある」と回答した人は 29.9%、「どちらかといえば関心がある」人は 43.8%で、合計 73.7%が関心があると回答しています。特に「関心がある」は、女性で高く、30歳代以下の年齢層では低くなっています。



注：図表に示すNは、比率算出上の基数（標本数）を示す。全標本数ベースを示す「全体」を「N」、限定された回答者数を「n」で表記している。また、（）内数値は合計値を示している。（以下同様）

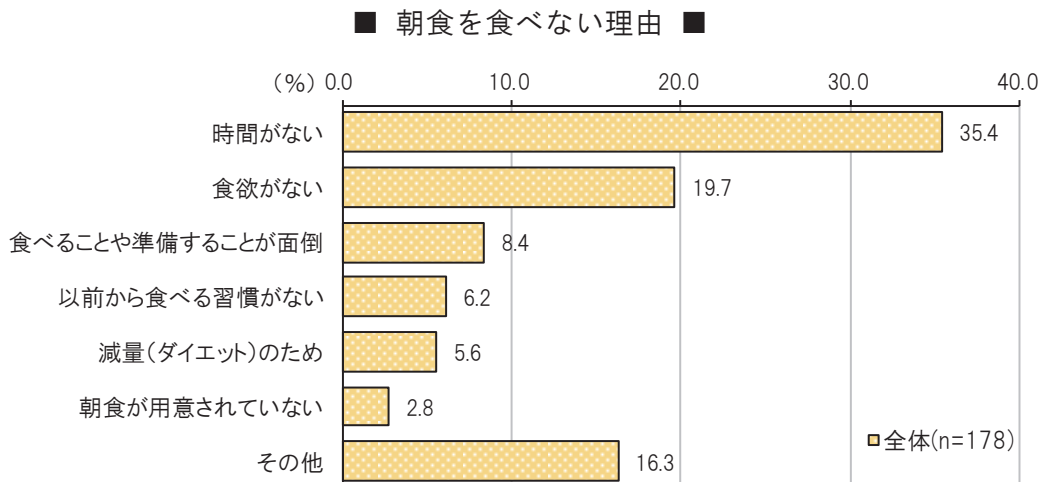
（2）朝食の摂取

朝食を「毎日必ず」食べている人は 78.6%で、男性が 76.6%、女性が 79.3%となっており、性別による大きな差はみられません。しかし、年齢別では、20歳代で 47.2%と、他の年齢層を大きく下回っています。



(3) 朝食を食べない理由

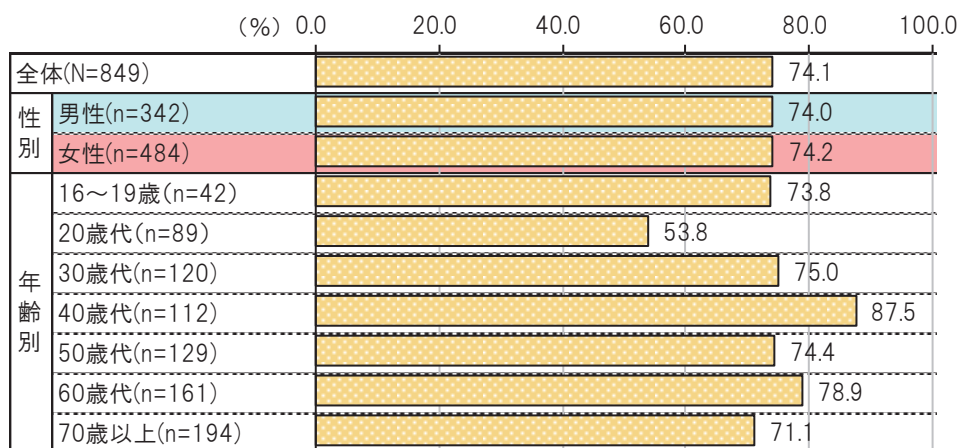
朝食を食べていない理由としては、「時間がない」が最も多く、次いで「食欲がない」が続き、両者が主な理由となっています。また、「以前から食べる習慣がない」は6.2%となっています。



(4) 共食について

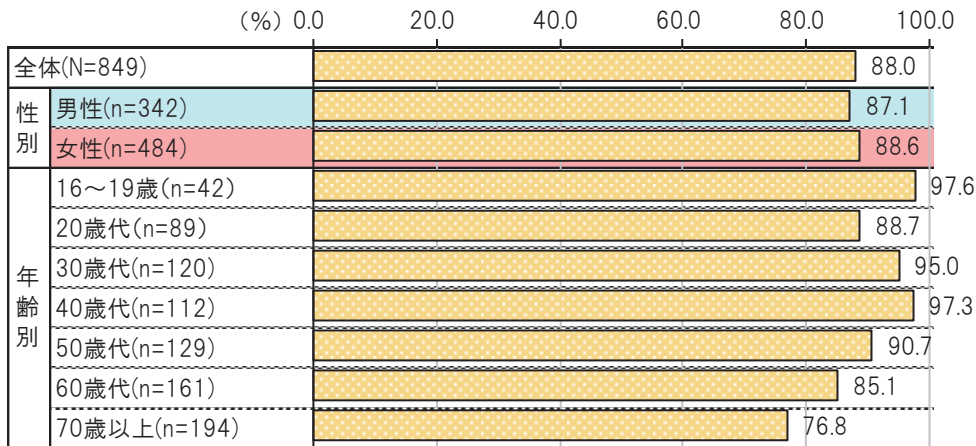
朝食を週に1回以上誰かと一緒に食べると回答した人は74.1%となっています。性別による差はみられませんが、40歳代では87.5%と最も高く、20歳代では53.8%と、年齢による差が目立っています。

■ 朝食を週に1回以上誰かと一緒に食べる人の割合 ■



夕食を週に1回以上誰かと一緒に食べると回答した人は88.0%と大半を占めています。性別による差はみられませんが、特に、16～19歳、40歳代が高く、年齢が上がるほど割合が減少しています。

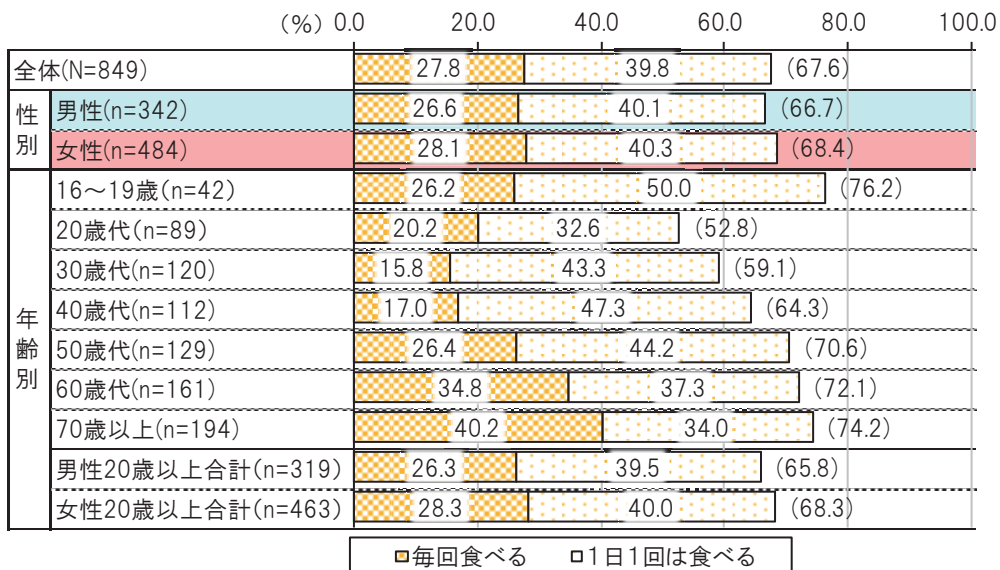
■ 夕食を週に1回以上誰かと一緒に食べる人の割合 ■



(5) 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事の摂取

主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を「毎回食べる」と回答した人は27.8%となっています。特に、20～40歳代で低く、年齢が上がるほど割合が増える傾向が顕著にみられます。

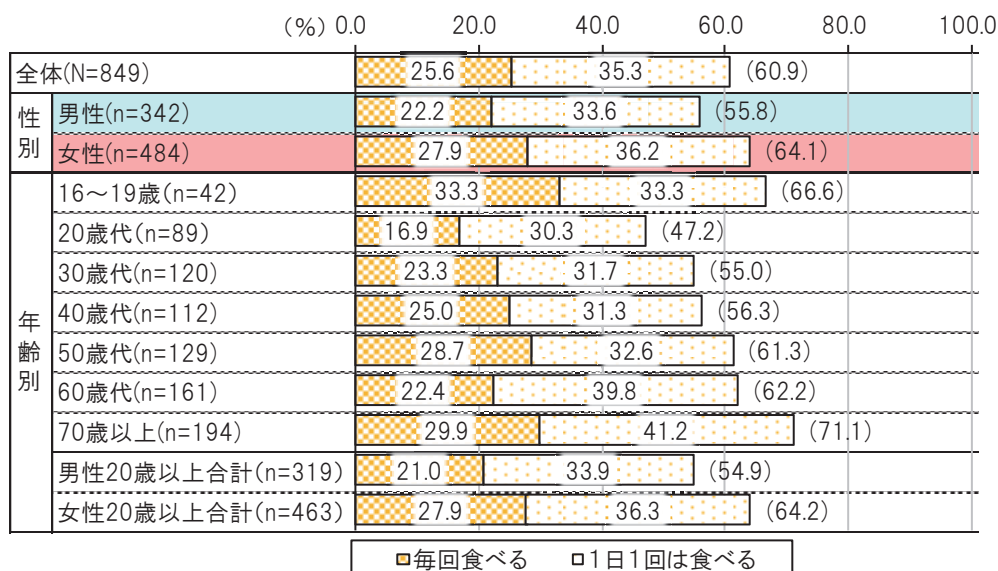
■ 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を毎日食べる人の割合 ■



(6) 緑黄色野菜の摂取

緑黄色野菜を「毎回食べる」と回答した人は 25.6%と 4人に 1人の割合となっています。特に、男性や 20 歳代の若い年齢層、また、60 歳代で割合が低くなっています。

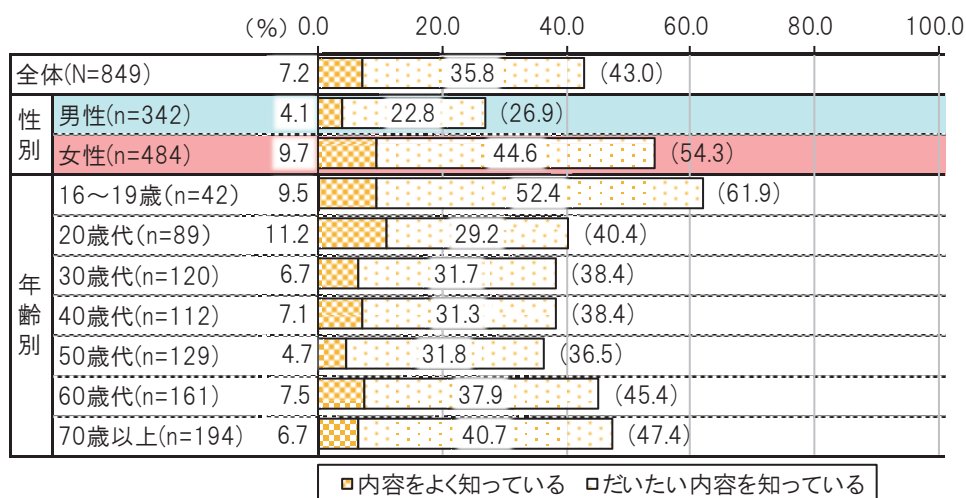
■ 緑黄色野菜を毎日食べる人の割合 ■



(7) 食事バランスガイドの認知

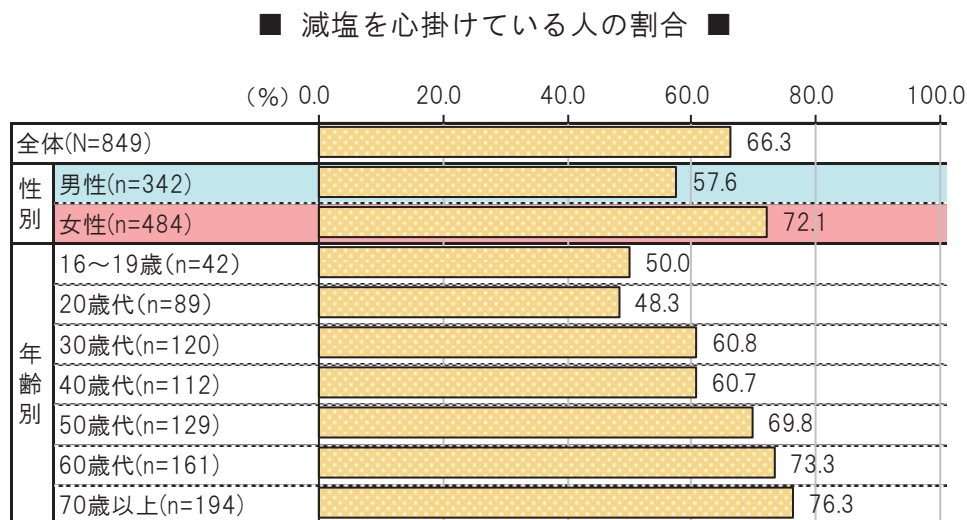
食事バランスガイドの「内容をよく知っている」と回答した人は 7.2%、「だいたい内容を知っている」人は 35.8%で、合計 43.0%が内容まで知っていると回答しています。しかし、その割合は女性で高く、男性との差が大きくなっています。年齢別では、20 歳代から 50 歳代の年齢層で、割合が低くなっています。

■ 食事バランスガイドの内容を知っている人の割合 ■



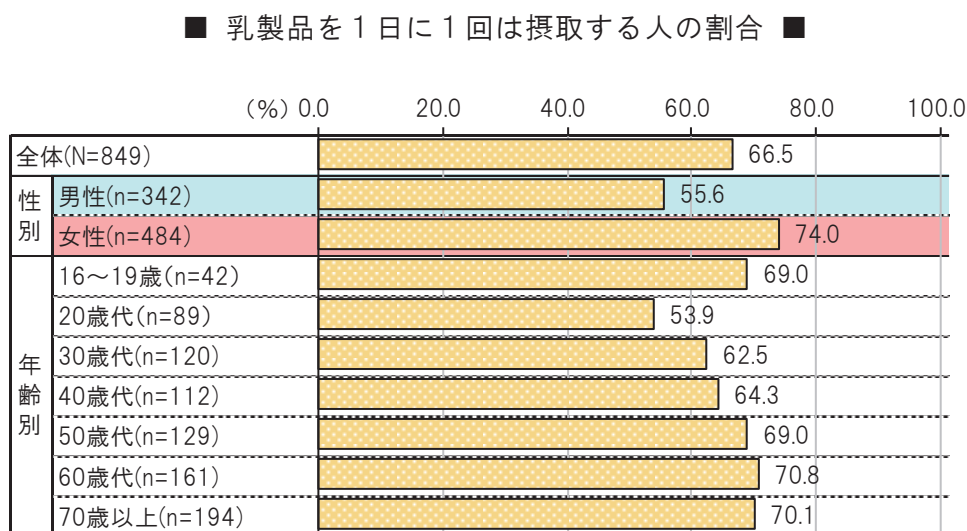
(8) 減塩の心掛け

減塩を心掛けていると回答した人は 66.3%となっており、女性の割合が男性を大きく上回っています。年齢別では、20 歳代以下で低く、年齢が上がるほど割合が増える傾向にあります。



(9) 乳製品の摂取

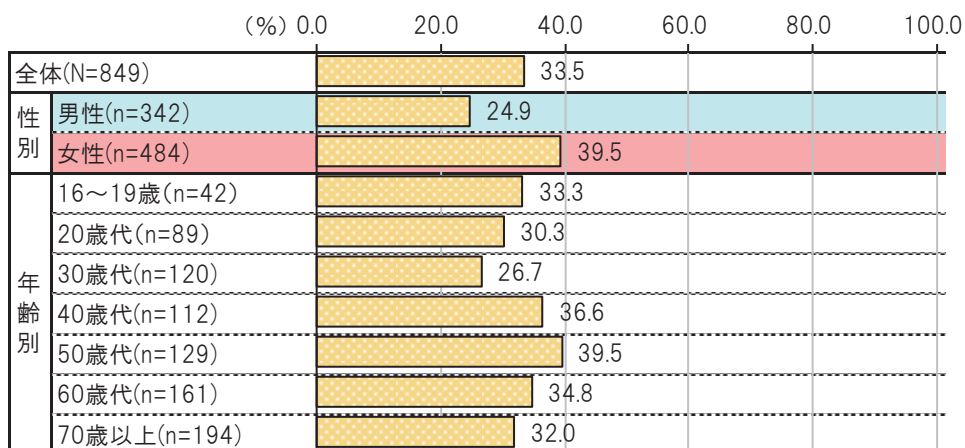
乳製品を1日に1回は摂取していると回答した人は 66.5%となっており、男性に比べ女性で割合が高くなっています。特に、年齢が上がるほど増加する傾向にあり、50 歳以上では約7割が摂取しています。



(10) 栄養成分表示の認知

食品を購入するときなどに栄養成分表示を参考にしていると回答した人は 33.5%となっており、男性に比べ女性で高くなっています。年齢別では、30 歳代は他の年齢層に比べ割合が低くなっています。

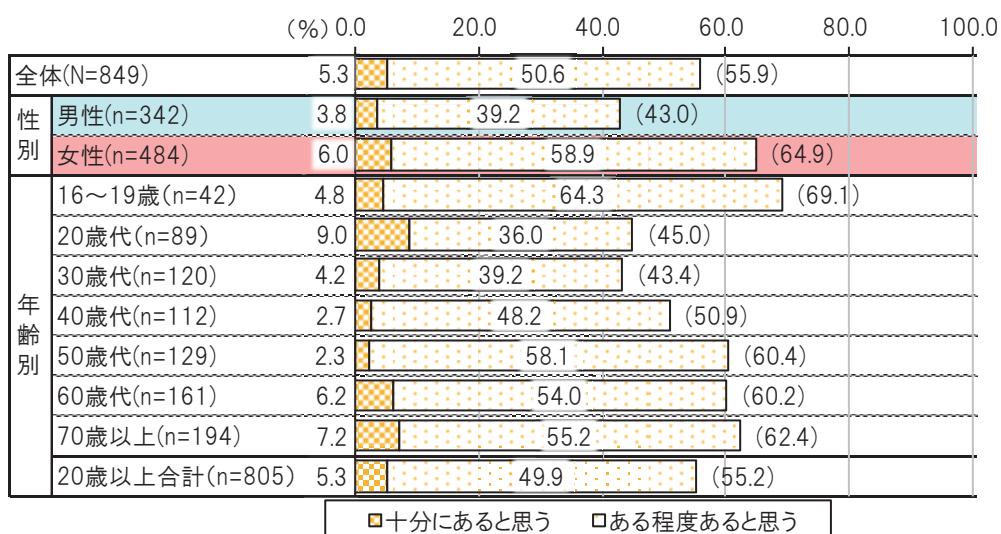
■ 栄養成分表示を参考にしている人の割合 ■



(11) 食品の安全性に関する基礎的な知識

食品の安全性に関する基礎的な知識が「十分にあると思う」と回答した人は 5.3%、「ある程度あると思う」は 50.6%で、合計 55.9%が基礎的な知識があると思うと回答しています。特に、男性に比べ女性で高く、20 歳代や 30 歳代の割合が低くなっています。

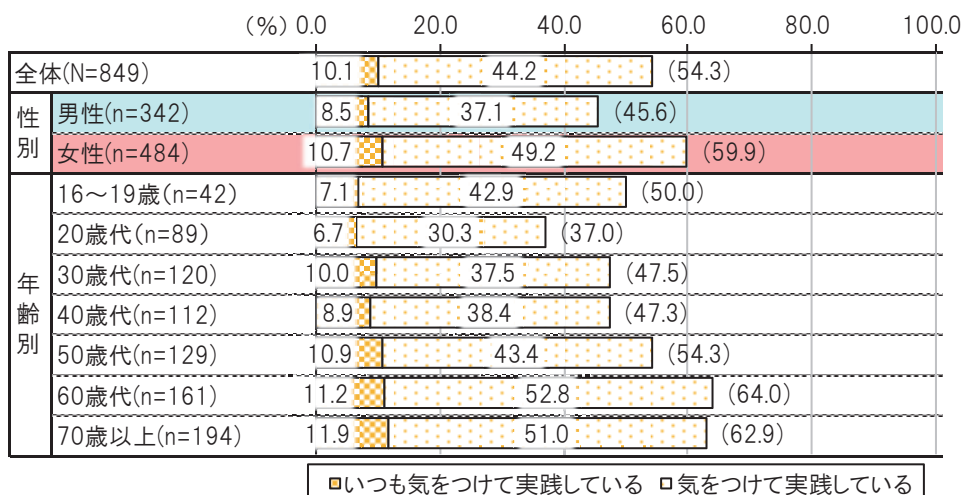
■ 食品の安全性に関する基礎的な知識があると思う人の割合 ■



(12) 適正体重に配慮した食生活の実践

適正体重に配慮した食生活を「いつも気を付けて実践している」と回答した人は 10.1%、「気を付けて実践している」は 44.2%で、合計 54.3%が適正体重に配慮していると回答しています。特に、女性で多く、年齢が上がるほど増える傾向にあります。

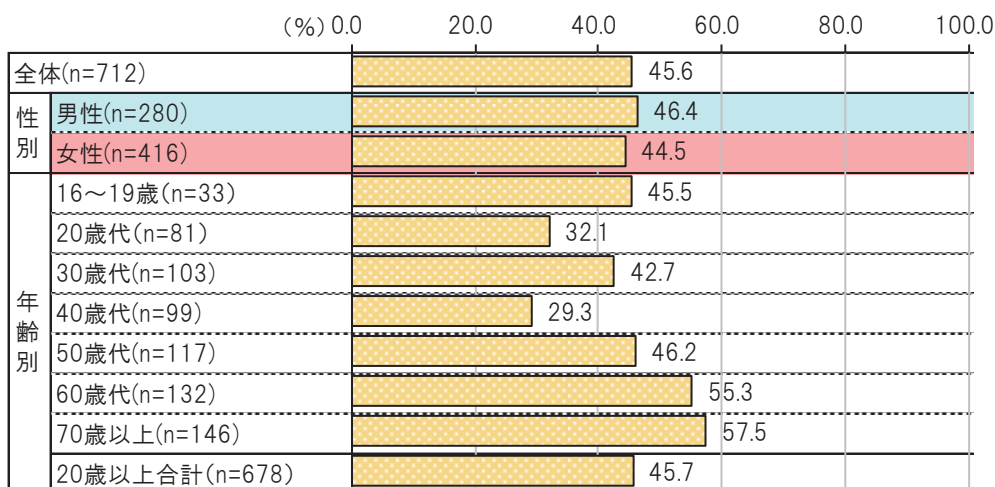
■ 適正体重に配慮した食生活を実践している人の割合 ■



(13) 内臓脂肪症候群の予防や改善の実践状況

内臓脂肪症候群の予防や改善を実践していると回答した人は 45.6%となっています。性別による大きな差はみられませんが、年齢別では、40歳代で低く、60歳以上で高くなっており、年齢による差がみられます。

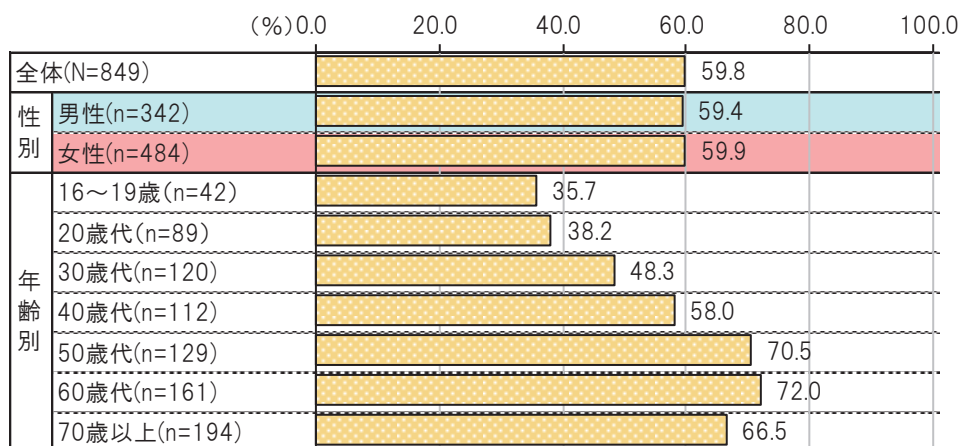
■ 内臓脂肪症候群の予防や改善を実践している人の割合 ■



(14) 食品ロスの言葉の認知と実践状況

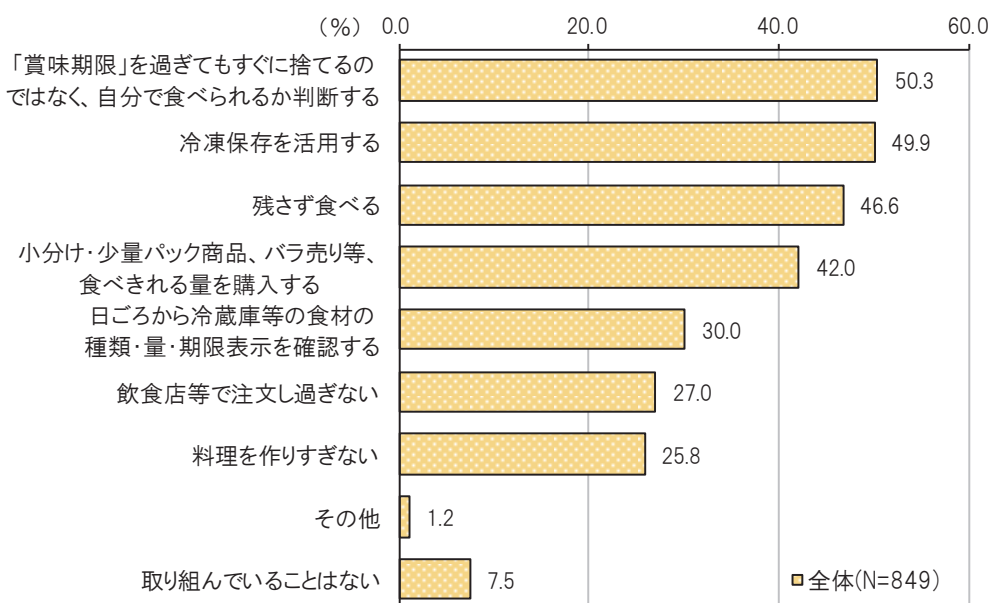
食品ロスの「言葉も意味も知っている」と回答した人は、59.8%とおおむね認知されています。性別による差はみられませんが、年齢が上がるほど認知度は高く、若い年齢層ほど低くなっています。特に、20歳代以下では4割未満と低くなっています。

■ 食品ロスの「言葉も意味も知っている」人の割合 ■



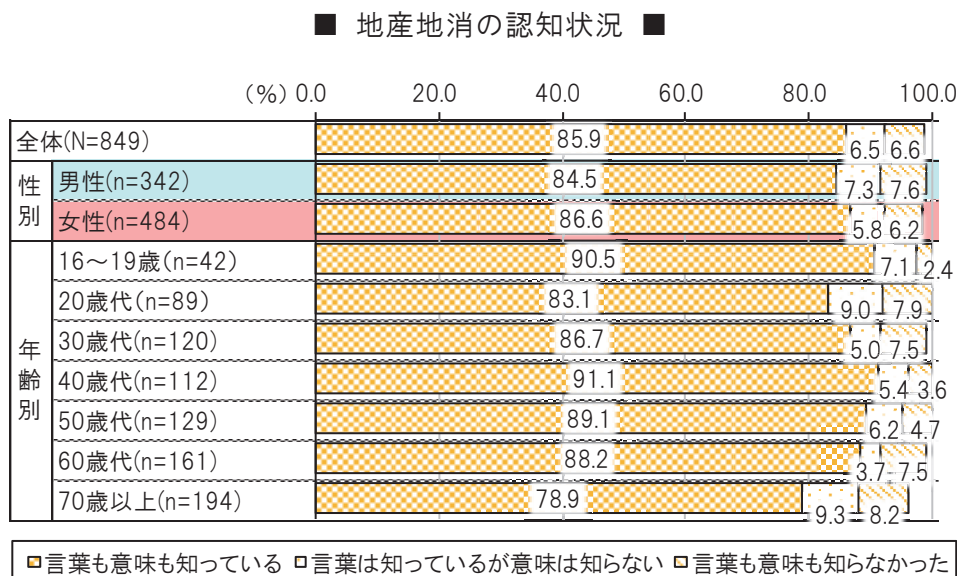
食品ロスを軽減するために取り組んでいることとしては、「賞味期限を過ぎてもすぐに捨てるのではなく、自分で食べられるか判断する」が最も多く、ほぼ並んで「冷凍保存を活用する」が続いています。また、「小分け・少量パック商品、バラ売り等、食べきれる量を購入する」も多く回答されています。

■ 食品ロスを軽減するために取り組んでいること ■



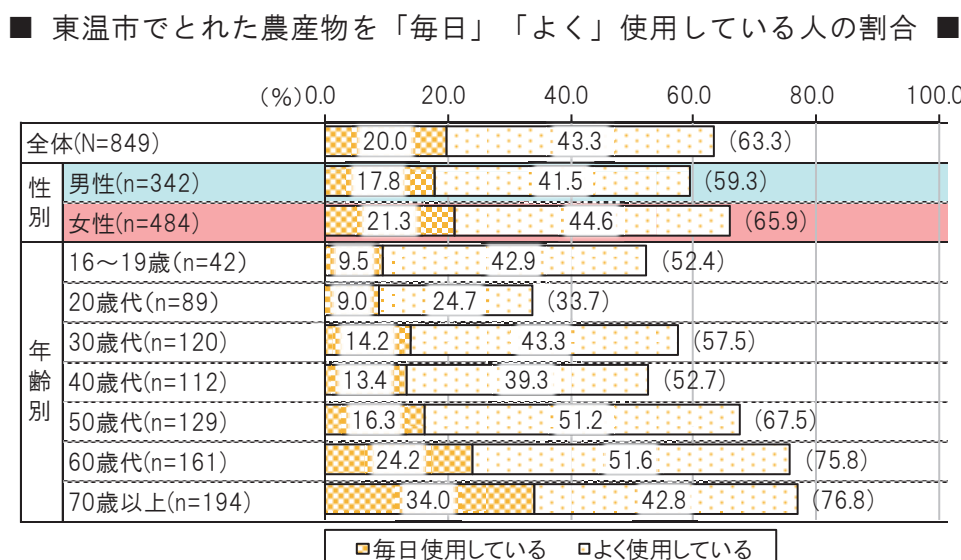
(15) 地産地消の認知

地産地消の「言葉も意味も知っている」と回答した人の割合は 85.9%と、大半を占めています。また、「言葉は知っているが意味は知らない」は 6.5%、「言葉も意味も知らなかった」は 6.6%となっています。



(16) 東温市でとれた農産物の使用状況

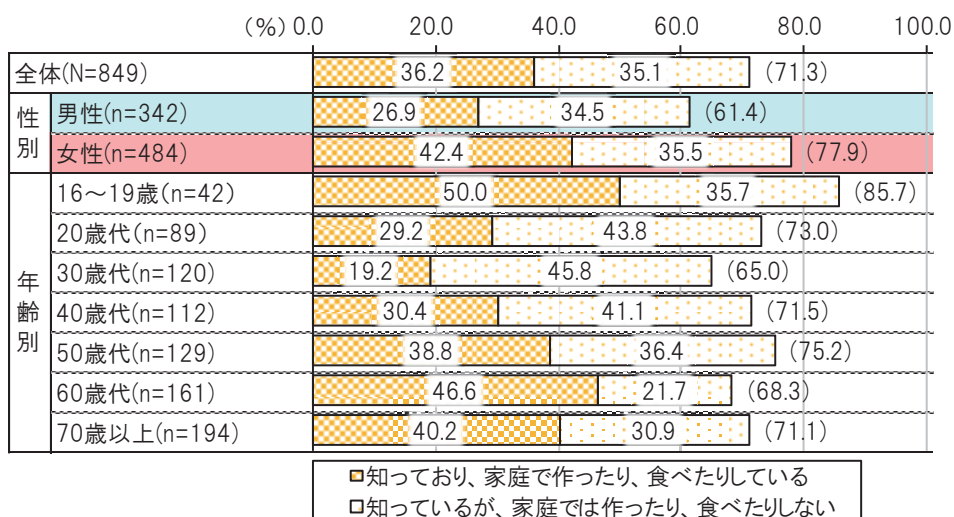
東温市でとれた農産物を「毎日使用している」と回答した人は 20.0%、「よく使用している」は 43.3%と、合計で 63.3%となっています。女性でやや高く、年齢が上がるほど、おおむね増える傾向にありますが、特に、20歳代では低くなっています。



(17) 伝統料理や郷土料理の認知や摂取状況

伝統料理や郷土料理を「知っており、家庭で作ったり、食べたりしている」と回答した人は36.2%、「知っているが、家庭では作ったり、食べたりしない」は35.1%で、合計71.3%が知っていると回答しています。男性に比べ女性で家庭での摂取率が高く、30歳代では家庭での摂取率は19.2%と、他の年齢層を大きく下回っています。

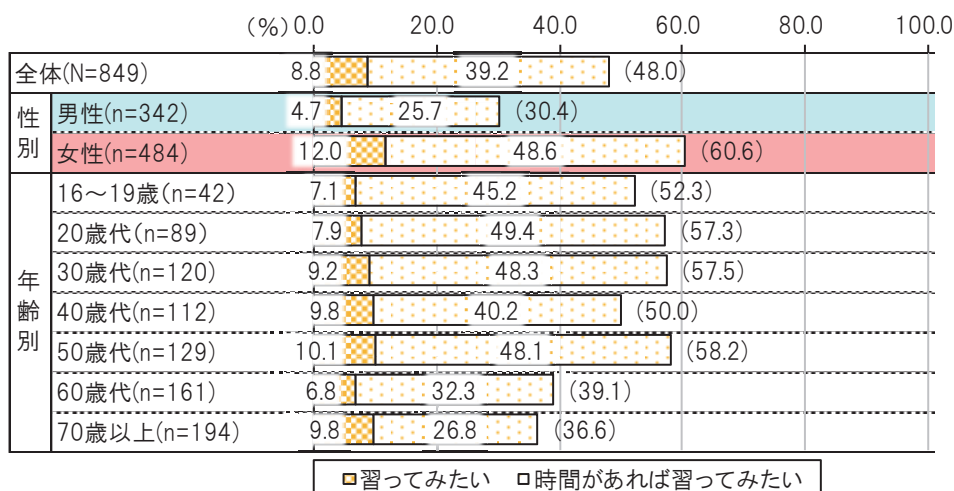
■ 伝統料理や郷土料理の摂取状況 ■



(18) 伝統料理や郷土料理の習得

伝統料理や郷土料理を「習ってみたい」と回答した人は8.8%、「時間があれば習ってみたい」は39.2%で、合計48.0%が習得したいと回答しています。特に、女性の割合が男性を大きく上回っており、60歳以上の年齢層では低くなっています。

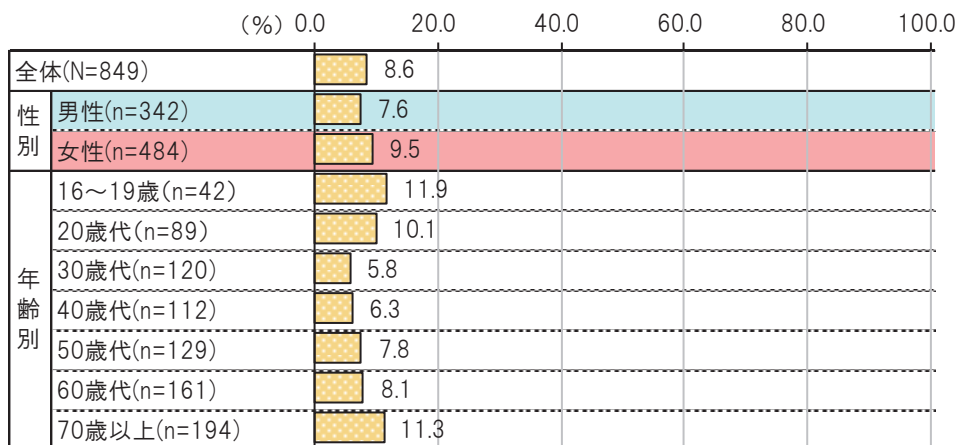
■ 伝統料理や郷土料理を習得したい人の割合 ■



(19) 健康づくりや食育活動等への参加

健康づくりや食育を目的とした地域での活動等へ参加している人は 8.6%となっています。性別、年齢別による大きな差はみられませんが、20歳代以下や70歳以上で参加している割合がやや高くなっています。

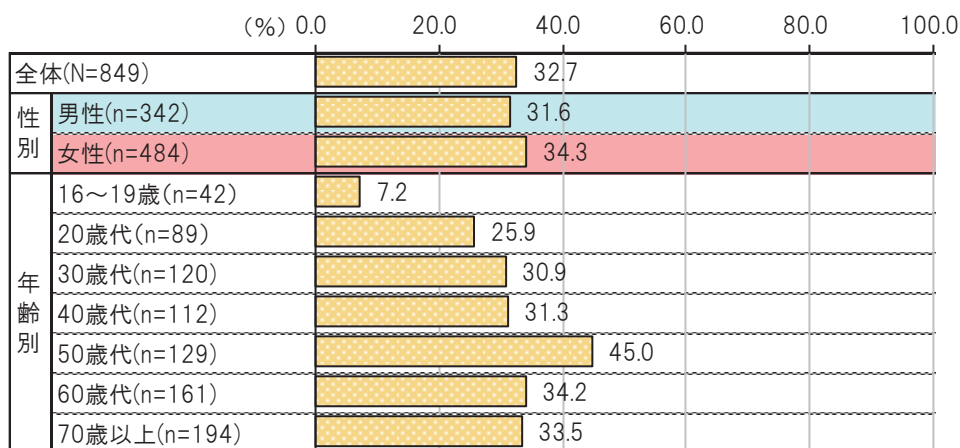
■ 健康づくりや食育活動等へ参加している人の割合 ■



(20) 地域での食事会等への参加意向

地域での食事会等へ参加したいと回答した人は 32.7%となっています。性別では大きな差はみられませんが、年齢別では50歳代の参加意向が最も多く、16~19歳では1割未満と、年齢による差が目立っています。

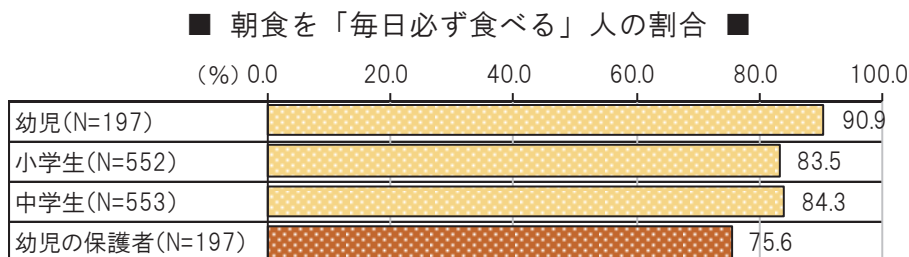
■ 食事会等へ参加したいと「とても思う」「そう思う」人の合計割合 ■



2 食生活に関する実態と意識（幼児・児童・生徒・幼児の保護者）

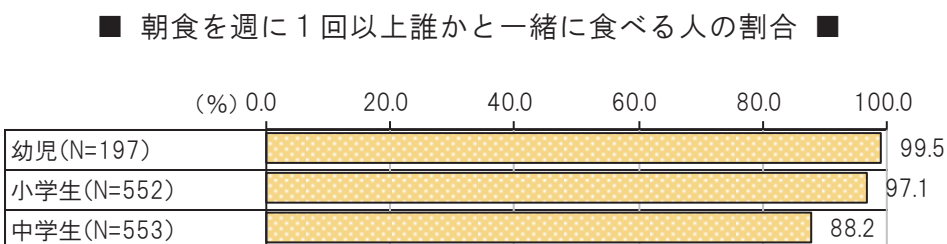
（1）朝食の摂取

朝食は、小中学生共に、大半が必ず食べると回答していますが、幼児の保護者については、その割合はやや低くなっています。

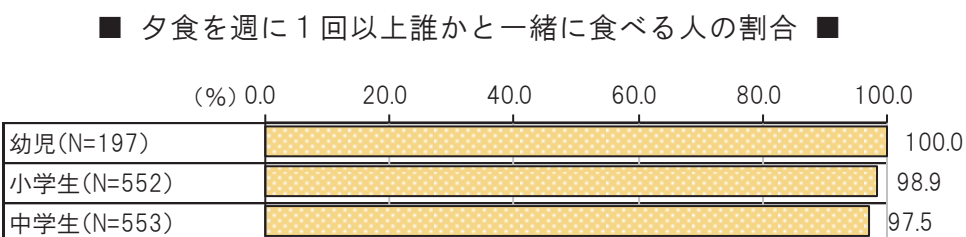


（2）共食について

朝食については、小学生の大半が誰かと食べると回答していますが、中学生の1割程度は、一緒に食べていないと回答しています。

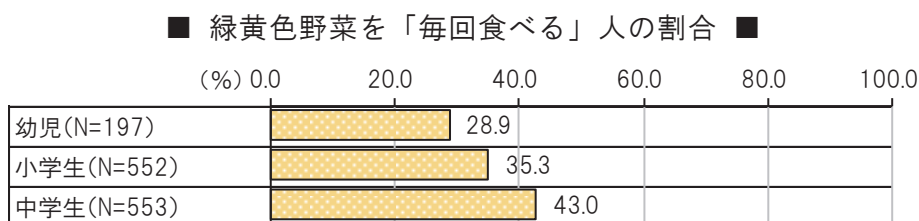


夕食については、ほとんどの小中学生が誰かと一緒に食べています。



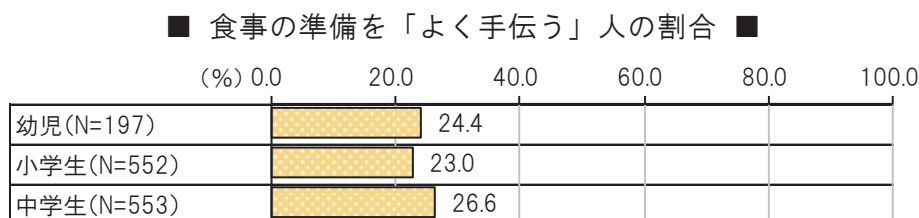
(3) 緑黄色野菜の摂取

緑黄色野菜の摂取については、年齢が上がるほど「毎回食べる」割合が増える傾向にあり、中学生の摂取率は、43.0%となっています。



(4) 食事の準備の手伝い

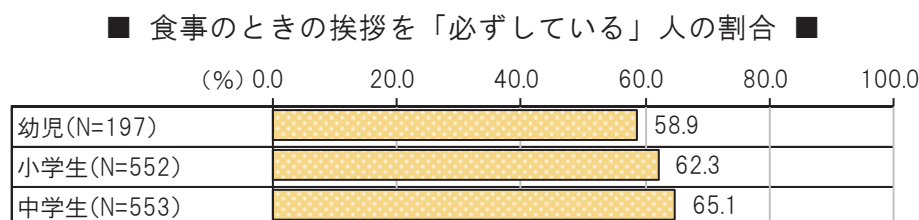
食事の準備を「よく手伝う」割合は、小学生に比べ中学生でやや高いものの、およそ4人に1人の割合となっています。



(5) 食事のときのマナーについて

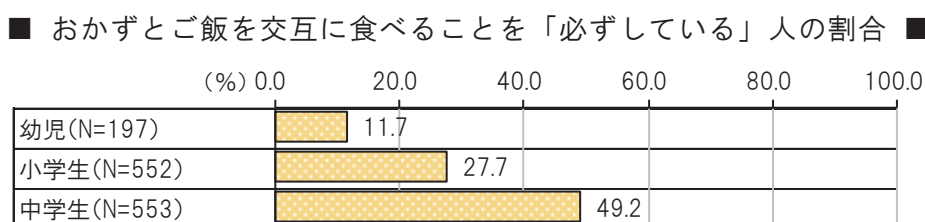
① 「いただきます」「ごちそうさま」の挨拶

食事のときの「いただきます」「ごちそうさま」の挨拶を「必ずしている」割合は、小中学生で6割以上となっており、中学生でやや高くなっています。



② おかずとご飯を交互に食べる

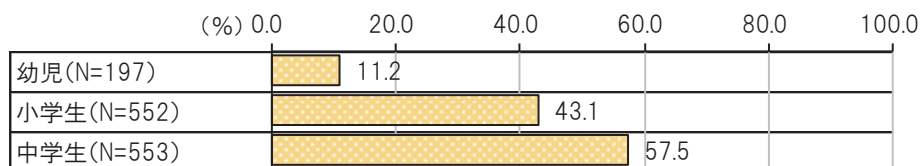
おかずとご飯を交互に食べることを「必ずしている」割合は、小学生では27.7%となっていますが、中学生では49.2%と、大きく増加しています。



③食事に感謝し残さずに食べる

食事に感謝し残さずに食べることを「必ずしている」割合は、小学生では43.1%、中学生では57.5%と、年齢が上がるほど増える傾向にあります。

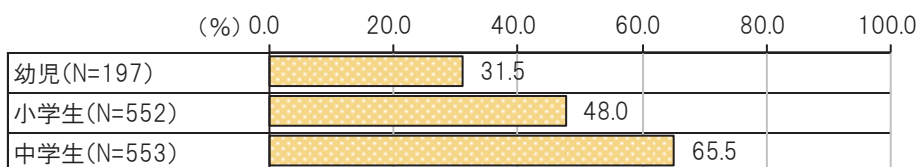
■ 食事に感謝し残さずに食べることを「必ずしている」人の割合 ■



④正しい箸の使い方

正しい箸の使い方を「必ずしている」割合は、小学生では48.0%ですが、中学生では65.5%と、年齢が上がるほど多くなっています。

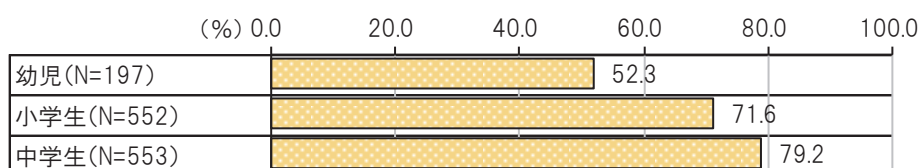
■ 正しい箸の使い方を「必ずしている」人の割合 ■



⑤外食時、周囲に迷惑をかけないようにする

外食時、周囲に迷惑をかけないように「必ずしている」割合は、小中学生共に7割以上となっており、特に、中学生では79.2%と大半を占めています。

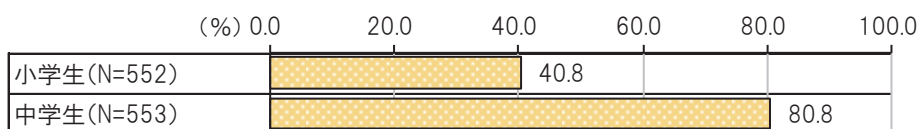
■ 外食時、周囲に迷惑をかけないように「必ずしている」人の割合 ■



(6) 地産地消の認知

地産地消の「言葉も意味も知っている」割合は、小学生では 40.8%ですが、中学生では 80.8%と、大きく増加しています。

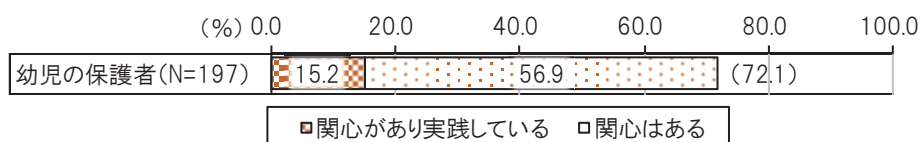
■ 地産地消の「言葉も意味も知っている」人の割合 ■



(7) 地産地消の関心度

幼児の保護者において、地産地消の取組に「関心があり実践している」と回答した割合は 15.2%、「関心はある」は 56.9%で、合計 72.1%は関心があると回答しています。

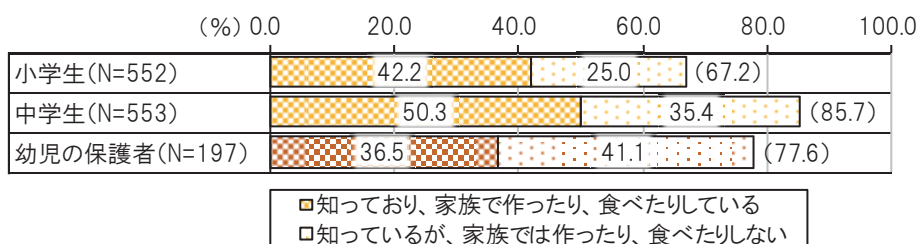
■ 地産地消の取組に関心がある人の割合 ■



(8) 伝統料理や郷土料理の認知や摂取状況

伝統料理や郷土料理を「知っており、家族で作ったり、食べたりしている」割合は、中学生で 50.3%と最も高く、幼児の保護者では 36.5%と低くなっています。

■ 伝統料理や郷土料理の摂取状況 ■



【4】第2次計画の目標と達成状況

【評価】◎目標を達成している ○目標には達していないが改善傾向 △現状維持・計画策定時より悪化している

※計画策定時と調査方法が異なるため、比較困難

目標指標	計画策定時の値	目標値(H30)	現状値	評価
食育に関心を持っている市民の割合	78.4% (16歳以上)	90%以上 (20歳以上)	74.4% (20歳以上)	△
	52.3% (16～24歳)	70%以上 (20～39歳)	74.1% (20～39歳)	◎
朝食を毎日食べる市民の割合	81.8% (16歳以上)	90%以上 (20歳以上)	88.7% (20歳以上)	○
	64.0% (19～34歳)	70%以上 (20～39歳)	75.2% (20～39歳)	◎
	85.0% (小学生)	100% (小学生)	93.3% (小学生)	○
	85.9% (中学生)	100%以上 (中学生)	91.9% (中学生)	○
「食事バランスガイド」等、食生活上の指針を参考に食生活を送っている市民の割合	64.7% (16歳以上)	70%以上 (20歳以上)	45.0% (20歳以上)	△
緑黄色野菜を毎日食べる人の割合	43.4% (20歳以上の男性)	50%以上 (20歳以上の男性)	54.9% (20歳以上の男性)	◎
	57.0% (20歳以上の女性)	60%以上 (20歳以上の女性)	64.2% (20歳以上の女性)	◎
	76.9% (小学生)	80% (小学生)	68.5% (小学生)	△
	70.1% (中学生)	75%以上 (中学生)	80.8% (中学生)	◎
バランスのとれた食事(主食+主菜+副菜)をしている人の割合	47.1% (20歳以上の男性)	50%以上 (20歳以上の男性)	65.8% (20歳以上の男性)	◎
	75.1% (20歳以上の女性)	80%以上 (20歳以上の女性)	68.3% (20歳以上の女性)	△
家庭での食べ残しなどを減らす取組をしている市民の割合 ^注	66.8% (20歳以上)	70% (20歳以上)	91.7% (20歳以上)	※
食品の安全性に関する基礎的な知識を持っている市民の割合	95.6% (16歳以上)	100% (20歳以上)	55.2% (20歳以上)	※
学校等における給食で地場産物を使用する割合 【県内産品】	52.8% (食材ベース)	55%以上 (食材ベース)	63.1% (食材ベース)	◎
学校等における給食で地場産物を使用する割合 【市内産品】	23.4% (食材ベース)	25%以上 (食材ベース)	35.2% (食材ベース)	◎
食育推進に係るボランティアの数	147人	200人以上	123人	△
メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)の予防や改善のための適切な食事、運動等を継続的に実施している市民の割合	45.7% (16歳以上)	50%以上 (20歳以上)	45.7% (20歳以上)	△
週4回以上家族や仲間と一緒に食べる「共食」の割合	79.5%以上 (20歳以上)	85%以上 (20歳以上)	69.7% (20歳以上)	※

注:計画策定時に現状値が設定できず、2015(平成27)年に東温市環境基本計画見直し時の市民アンケートの結果から現状値、目標値を設定した。

【5】第2次計画の課題

1 市民アンケートからの課題

本計画策定に当たって実施した、「食育と健康づくりに関するアンケート」及び「食育と生活習慣に関するアンケート」（以下「アンケート調査」と表記。）から読み取れる現状と課題について、第2次計画の基本目標ごとに整理します。

（1）毎日きちんと朝食を食べる習慣を身に付ける

アンケート調査では、朝食を毎日必ず食べている子どもは、幼児や小・中学生では約8～9割であるのに対し、30歳未満の若い年齢層では5割台と低く、時間がないなどの理由を中心として、毎日必ず食べる習慣は身に付いていない状況がうかがえます。

朝食には、1日の活力の向上、肥満、便秘の予防など様々な利点があることを幼少期から周知し、習慣化していくことが必要です。

また、日々の食習慣の見直しが、自らの健康づくりや生活習慣病の予防につながることを、若い世代を中心に継続して周知していく必要があります。

（2）バランスのとれた食事を、おいしく食べる食習慣を身に付ける

主食・主菜・副菜を組み合わせた、バランスの良い食事を毎回摂取している人は約3割ですが、30～40歳代ではさらに低くなっています。また、栄養バランスを考える上で欠かせない緑黄色野菜を毎回摂取している人は、4人に1人の割合となっています。

生涯にわたり健康的な生活を送るためには、日々の食生活が大きく関係しており、ライフスタイルの変化や食の多様化に対応するため、食事バランスガイドの活用などが求められます。しかし、食事バランスガイドの内容まで知っている人は4割程度となっており、特に、男性で低くなっています。

一方、少子高齢化や核家族化などを背景に、ライフスタイルが多様化している中、アンケート調査では、朝食を週1回以上誰かと一緒に食べている人は30歳未満では6割と低く、夕食については、高齢になるほど一人で食べる「孤食」の状況がうかがえます。また、中学生においては、朝食を誰かと一緒に食べることが週1回未満と回答した人が1割程度います。

家族で食卓を囲んで共に食事をとることは、食の楽しさを感じるとともに、正しい箸の使い方や、おかずとご飯をバランス良く食べる習慣など、基本的な食事のマナーの習慣化やコミュニケーション力を育てていくことにつながります。そのため、家庭や地域において、引き続き「共食」の促進が必要です。

(3) 食への感謝の心を育み、豊かな人間形成を目指す

食事の挨拶や箸の使い方のマナーは、幼児・小学生・中学生と年齢が上がるにしたがって、心掛けることや実行できる割合が増えています。

アンケート調査では、食育に対する関心度は男性や若い年齢層ほど低く、また、食育活動等へ参加している人は1割未満、地域での食事会等へ参加したいと回答した人は約3割となっています。特に、30歳未満は他の年齢層を下回っています。

食品ロスの「言葉も意味も知っている」と回答した人は6割を占め、おおむね認知されていますが、若い年齢層ほど低く、特に30歳未満では4割程度と最も低くなっています。

地域や職場などにおいて、若い世代を対象とした食品ロスをなくす啓発の強化が必要です。

(4) 食の安全・安心に関する理解を深める

アンケート調査では、食品の安全性に関する基礎的な知識が「ある」と回答した人は、5割を超えています。

市民一人ひとりが食の安全・安心に対する知識を持ち、関心を高めるための取組が引き続き必要です。

(5) 食を選択できる力をつける

アンケート調査では、適正体重に配慮した食生活を「いつも気を付けて実践している」と回答した人は、女性に多く、年齢が上がるほど増える傾向にあります。また、内臓脂肪症候群の予防や改善を実践していると回答した人は、40歳代で低く、60歳以上で高くなっており、年齢による差がみられます。

食品を購入するときなどに栄養成分表示を参考にしている人は3割程度にとどまっており、特に、男性や30歳代で低くなっています。

自らの判断で正しい食の選択ができるよう、食品の表示等に関する意識の啓発や情報提供が必要です。



(6) 地産地消に取り組む

アンケート調査結果では、市内でとれた農産物をよく使用している人は6割以上で、年齢が上がるほど高い傾向にあります。30歳未満では4割と低くなっています。

学校給食等に地場産物を使用し、地域の自然や文化・産業に関する理解を深めることは、地産地消にとって有効な手段です。地元生産者と消費者をつなぐ地産地消への継続的な取組が必要です。

(7) 郷土料理や行事食など、伝統ある食文化を継承する

アンケート調査結果では、伝統料理や郷土料理については、家庭で作って食べている人は4割近くみられますが、30歳代では2割となっています。また、伝統料理や郷土料理を習得したいと回答した人は約5割となっています。

核家族化が進み、家族や地域のつながりが希薄化する中、引き続き伝統料理や郷土料理を伝えていくためには、地元食文化の紹介や情報の提供等、次世代に継承する取組が必要です。



2 関係課の主な取組と課題

計画の推進は、単に周知・啓発活動にとどまらず、学校教育や保健・福祉部門、子育て支援、生涯学習部門など、様々な分野との連携・調整が必要です。

本市では、第2次計画に基づき実行している施策や事業について、毎年度、個別に点検や評価を行っています。それぞれの担当課において、その進捗状況を点検し、問題点や課題を抽出し、その後の取組に反映させています。

本計画は、これらの事業課題等を踏まえて策定しており、以下に、平成29年度の実績報告に基づく、関係課における取組内容の検証結果を概括します。

部署名	健康推進課
取組の概要	<ul style="list-style-type: none"> ・ ライフステージ別食事バランスガイドの活用 ・ 生活習慣病の発症予防・重症化予防の実施
主な課題	<ul style="list-style-type: none"> ・ 幼稚園・保育園児をはじめとする、食事バランスガイドのより一層の普及 ・ 健康診査受診率・保健指導実施率の増加 ・ 健康診査受診後のフォロー体制の見直し及び改善

部署名	保育幼稚園課
取組の概要	<ul style="list-style-type: none"> ・ 保育所における地産地消と郷土料理、季節行事等に合わせた給食献立の充実 ・ 保育所における「しっかり噛む」ための献立の実践 ・ 保育所・幼稚園における自分で育てた野菜による料理づくり ・ 児童館等における各種教室の実施
主な課題	<ul style="list-style-type: none"> ・ 食物アレルギーについて、該当幼児の情報を把握するとともに、携わる職員への対応マニュアルの周知徹底 ・ しっかり噛むための献立の実践について、保育所だけでなく家庭でも継続して取り組む

部署名	学校教育課
取組の概要	<ul style="list-style-type: none"> ・ 食物アレルギーへの対応
主な課題	<ul style="list-style-type: none"> ・ 「学校給食等食物アレルギー対策検討委員会」の設置・開催をスムーズに行い、活発な議論ができる環境づくり

部署名	生涯学習課
取組の概要	・料理教室を通じて地産地消に取り組む
主な課題	<ul style="list-style-type: none"> ・地産地消についてのさらなる理解の促進 ・料理教室を通じた親子のコミュニケーションの充実 ・食材がどこでどのように作られ食卓に届くのかを考える機会の提供

部署名	農林振興課
取組の概要	<ul style="list-style-type: none"> ・環境保全型農業普及支援事業の実施 ・食育ボランティアの育成と活動支援の実施
主な課題	<ul style="list-style-type: none"> ・市内農家におけるエコファーマー認定者数増加への取組 ・うどんづくり等の場における食への関心の高揚、東温市産品への理解を深める場としての充実、もち麦以外の特産物の活用

部署名	産業創出課
取組の概要	<ul style="list-style-type: none"> ・学校給食への東温産食材の安定供給の強化 ・東温市産の農産物を使ったメニュー開発及びPR活動 ・とうおんブランドづくり推進事業（新事業・新サービス展開事業）の実施
主な課題	<ul style="list-style-type: none"> ・子どもに対する食への興味関心の醸成、地域への愛着心の育成 ・東温市産農産物のさらなる周知拡大 ・東温市産農産物の商品開発 ・東温市産農産物の県外（大阪、広島、香川）でのPR ・東温市産農産物を使用した新たなブランド奨励品の発掘



部署名	環境保全課
取組の概要	<ul style="list-style-type: none"> ・食品ごみ減量のためのPR活動 ・食育と関連した環境教育の実施
主な課題	<ul style="list-style-type: none"> ・食品ごみ減量アイデアの応募件数を増やす取組 ・「3010運動（宴会等の席では始め30分と終わり10分は食事を楽しむ時間を設ける）」の周知 ・広報紙や市ホームページ以外の手段による、住民に直接伝える機会の場の充実 ・緑のカーテンの実施継続の検討 ・Jクレジット（省エネルギー機器の導入や森林経営などの取組による、CO2などの温室効果ガスの排出削減量や吸収量を「クレジット」として国が認証する制度）を使った食育や環境教育の推進 ・市内保育園児に対する、椎茸の植菌体験を通じた食育教育

部署名	学校給食センター
取組の概要	<ul style="list-style-type: none"> ・毎日きちんと朝食を食べる習慣を身に付ける ・バランスのとれた食事を、おいしく食べる習慣を身に付ける ・食への感謝の心を育み、豊かな人間形成を目指す ・食の安全・安心に関する理解を深める ・食を選択できる力を身に付ける ・地産地消に取り組む ・郷土料理や行事食など、伝統ある食文化を継承する
主な課題	<ul style="list-style-type: none"> ・保護者が朝ごはんの重要性に気付き、実行に移すための継続的な意識啓発 ・学校給食が常にバランスのとれた献立となることに向けた取組 ・教職員用食育だより等による教職員に向けた計画的な指導 ・栄養教諭による担当校の定期的な巡回及び食に関する指導 ・適正な食生活の習慣化についての、家庭への働き掛け ・東温市産食材等を活用した新作献立の試作 ・給食センターの見学や交流給食の実施 ・物資購入小委員会による給食物資の選定及び活動の周知 ・郷土料理や行事食など、伝統ある食文化についての家庭への意識啓発

第3章 計画の基本的な考え方

【1】基本理念と施策体系

1 基本理念

「食育」が目指す姿は、「食」に関する知識を学ぶだけではなく、健全な食生活と生活リズムの実践とともに、本市の気候風土に愛着を持ち、「食」を通じたコミュニケーションを図ることにより、豊かな人間関係を築く「こころ」を育てることであります。

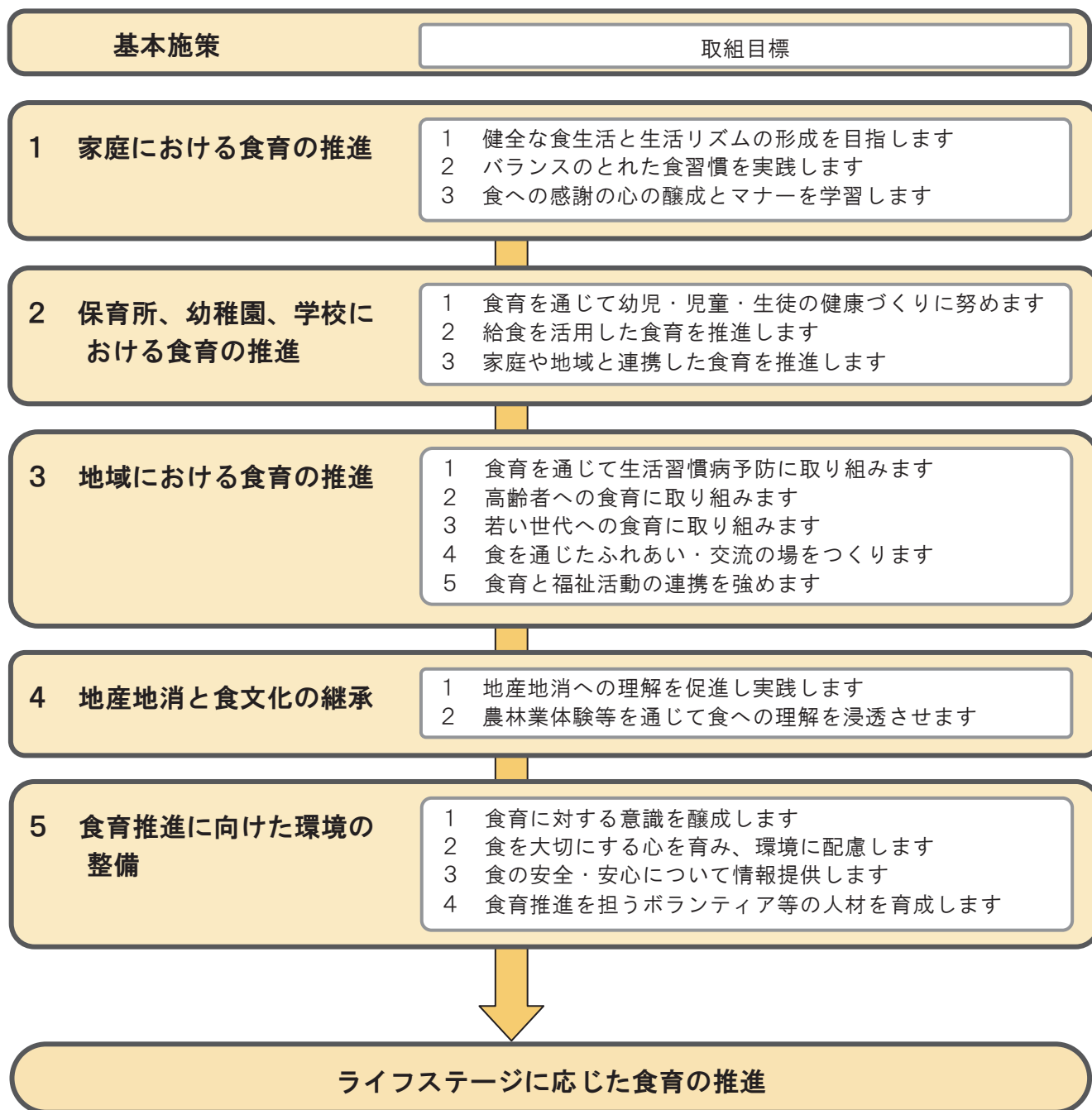
本計画では、このような認識のもと、「食」と「食に関わる人々」への感謝と思いやりの心を育み、食べることの大切さを理解することにより、安全・安心な食べ物を選択する力や健全な食生活を身に付けることを目指しています。本市では、「食で育む 健やかな身体・心・地域・東温市」という基本理念を掲げ、様々な取組を推進します。

本計画の基本理念

食で育む 健やかな身体・心・地域・東温市



2 施策体系



第4章 施策の展開

【基本施策1】家庭における食育の推進

「早寝・早起き・朝ごはん」に代表される、子どもの頃からの健全な食生活と生活リズムの形成は、生涯を通じた健康づくりにつながります。日頃からバランスのとれた食習慣を実践するとともに、食への感謝の心の醸成と、マナーの習得を促進し、全ての市民が健やかで心豊かに生活できるよう、家庭における食育を推進します。

● 取組目標 ●

1 健全な食生活と生活リズムの形成を目指します。

- 母子保健事業等における栄養相談や、保育所・幼稚園・学校からの食育だより等を活用して、食の重要性について理解を深めます。
- 基本的な生活習慣の確立と生活リズムの向上を図るため、家族ぐるみで「早寝・早起き・朝ごはん」に取り組みます。
- 子どもの成長段階に合わせて献立を工夫し、しっかり噛む習慣を身に付けます。

2 バランスのとれた食習慣を実践します。

- 毎食、主食・主菜・副菜を揃えた栄養バランスの良い食事をとるよう努めます。
- 朝ごはんの重要性について理解し、バランスを考えた朝ごはんを毎日食べます。
- 家族のライフステージに合わせたバランスガイドを理解し活用します。

3 食への感謝の心の醸成とマナーを学習します。

- 自然の恩恵や食に関わる人々の思いや苦労について理解し、感謝の気持ちを育みます。
- 家族で食卓を囲み、共に食事をしながらコミュニケーションを図る「共食」を促進します。
- 家庭での食事の場で正しい箸の持ち方などの食事のマナーや「いただきます」等の挨拶など、食生活に関する基礎が習得できるよう努めます。
- 買物や食事づくりなどのお手伝いを通じて食に関わり、良い食生活を送る知識や技術を身に付けます。



【基本施策2】 保育所、幼稚園、学校における食育の推進

保育所、幼稚園、学校で食育に取り組むことは、子どもに食の知識や技術を教え、体験させるだけでなく、家庭の食を見直すきっかけになり、家族にも良い影響をもたらすことが期待できます。家庭や地域、農林漁業者、食品関連事業者、ボランティアなど食育に係る関係者が連携して多方面の食育に取り組みます。

● 取組目標 ●

1 食育を通じて幼児・児童・生徒の健康づくりに努めます。

- 生活リズムの確立に向けて、「早寝・早起き・朝ごはん」運動を推進します。
- 肥満ややせが心身の健康に影響を及ぼすことなど、食と健康について正しい情報を伝えます。
- 給食や各教科の時間などの機会をとらえて食と健康の関係を教え、適切な食べ方を指導します。
- 小児生活習慣病予防健診の結果に基づき、相談指導が必要な子どもに対して保健・医療関係者と連携した個別指導などに取り組みます。
- しっかり噛める歯と口腔を育てるために、歯磨き指導、歯科検診を通じて歯と口腔の健康と食事との関係を教えます。

2 給食を活用した食育を推進します。

- 給食を食育の「生きた教材」として活用し、食の楽しみ、栄養バランス、食事マナーについて体験を踏まえた指導を行います。
- 生産農家と連携して東温市産の旬の食材や特産品を給食で活用し、子どもに食材に関する知識を伝えます。
- 郷土料理や行事食を積極的に取り入れるとともに、伝統行事や伝統食の意義や言葉、自然や生活との関わりについて紹介します。
- 「学校給食週間」や「和食の日」などの際に、食にまつわる様々な情報を提供します。

3 家庭や地域と連携した食育を推進します。

- 保護者に食育の重要性、栄養や調理の知識など、食に関する学習や体験活動の機会を提供します。
- 給食試食会、給食センター見学等を行い、保護者に対して給食の目的や意義を周知・啓発します。
- 給食に使用される野菜の生産者や給食を作る調理員に苦労や工夫を紹介してもらい、食への感謝の気持ちを醸成します。

【基本施策3】 地域における食育の推進

健康寿命の延伸や食を楽しむ交流、地産地消など、食育に関する様々な取組を推進するためには、家庭や学校等だけでなく、各種団体と連携した地域の中での取組も必要です。特に、生産・流通関係者などと連携して食育の幅を広げます。また、市民の健康寿命の延伸のために、医療機関等とも連携した取組を進めます。

● 取組目標 ●

1 食育を通じて生活習慣病予防に取り組みます。

- 生活習慣病やメタボリックシンドローム予防に向けた知識や情報の普及に努めます。
- 肥満や生活習慣病を予防するために、よく噛みよく味わって食べる習慣の定着を目指し、一口30回以上噛む運動「噛ミング30（かみんぐさんまる）」を推進します。また、よく噛んで食べられる歯と口腔の健康づくりのため、定期的な歯科検診の受診勧奨をします。
- 健康診査受診者に対し、結果に基づいた栄養指導等を実施します。
- 健康診査受診者の中で重症化のおそれのある方については、特に健康状態に合った食事や食を選択する力が身に付くよう医療関係機関等と連携し、支援します。

2 高齢者への食育に取り組みます。

- 高齢者のQOL（生活の質）を維持、向上するために食に関する情報提供や、学習機会の充実に努めます。
- 高齢者の低栄養の予防や改善に取り組みます。
- 低栄養の原因となる口腔機能の低下を予防するため、正しい口腔ケアの方法や、噛むことの重要性について普及・啓発を行い、80歳で自分の歯が20本以上を目指す「8020運動」を推進します。

3 若い世代への食育に取り組みます。

- 若い世代が、正しい食習慣に関する知識を身に付け、健全な食生活を実践できるよう情報提供や啓発を行います。

4 食を通じたふれあい・交流の場をつくります。

- 世代を超えて、食を通じた交流が楽しめる地域での「共食」の機会をつくります。

5 食育と福祉活動の連携を強めます。

- 生活に困難を抱える市民に対して、様々なサービスの活用や、地域との連携により、健全な食生活を送れるよう支援します。

【基本施策4】地産地消と食文化の継承

農業体験等を通じた生産者と消費者の交流を促進することで、東温市産の食材への理解を深め、地産地消を推進します。また、ご飯を主食にした日本型食生活を食文化の1つとして周知・啓発していきます。

● 取組目標 ●

1 地産地消への理解を促進し実践します。

- 東温市産の農産物等を食材に使ったメニューを各種イベントにおいて販売し、PRを行います。
- 地元の食材が入手できる直販所等の利用を促進します。
- 東温市産の農産物を使用した新たなブランド奨励品の発掘を行い、PRをします。
- 料理教室等において、もち麦などの特産品を使用・紹介します。

2 農林業体験等を通じて食への理解を浸透させます。

- 生産者と連携した栽培・収穫・調理体験を通して農産物への理解を深めます。
- ご飯を主食として、多様なおかず（主菜、副菜）を揃える「日本型食生活」を推進します。



【基本施策5】食育推進に向けた環境の整備

市民それぞれの特性や関心に合わせた食育を推進するために、地域住民と行政、保健・医療関係者、生産・流通関係者などが連携した環境づくりに取り組みます。健康寿命の延伸や食を楽しむ交流、地産地消、食の安心・安全などの情報提供を行います。また、ボランティア等の人材を育成し、その活動を支援することで、きめ細かな食育を推進します。

● 取組目標 ●

1 食育に対する意識を醸成します。

- 様々な機会をとらえて、食の大切さや家族揃って食事をする事の大切さを啓発します。
- 毎年6月の「食育月間」や毎月19日の「食育の日」に合わせて、関係機関が連携・協力を図りながら、食育に対する理解を深めます。

2 食を大切にすることを育み、環境に配慮します。

- 自分の適正な食事量を知り、食べ過ぎや食べ残しをしないよう食品の購入量や調理量に配慮します。
- 食品ロスや食品ごみ削減のために、宴会等の席では始め30分と終わり10分は食事を楽しむ時間を設ける「3010運動」を推進します。
- 給食センターでBDF（バイオディーゼル燃料）を使用することによって生ずる、Jクレジット（省エネルギー機器の導入や森林経営などの取組による、CO2などの温室効果ガスの排出削減量や吸収量を「クレジット」として国が認証する制度）を活用し、食育や環境教育への支援を行います。
- 愛媛県から認証を受けた「エコえひめ農産物」の制度や農産物を広報とうおん等で周知し、環境への配慮に努めます。

3 食の安全・安心について情報提供します。

- 食に関して正しい知識を持ち、食について適切な判断ができるよう、食品表示の利用方法など、情報の普及・啓発を推進します。
- 食の安全・安心について理解を深めるため、消費者が食品営業施設の食品衛生を確認する「一日食品衛生監視員事業」に取り組みます。

4 食育推進を担うボランティア等の人材を育成します。

- 食育の取組を行っているボランティアや関係機関の活動を支援します。

【目標指標（数値目標）】

目標指標	計画策定時の値	目標値 2023年
朝食を毎日食べる市民の割合	88.7%(20歳以上)	90%以上
	93.3%(小学生) 91.9%(中学生)	100%
緑黄色野菜を毎日食べる人の割合	54.9%(男性) 64.2%(女性)	60%以上(男性) 70%以上(女性)
	68.5%(小学生) 80.8%(中学生)	80%以上(小学生) 85%以上(中学生)
「食事バランスガイド」等、食生活上の指針を参考に食生活を送っている市民の割合	45.0%(20歳以上)	70%以上
バランスのとれた食事(主食+主菜+副菜)をしている人の割合	65.8%(男性) 68.3%(女性)	70%以上(男性) 80%以上(女性)
共食の回数(小学生)	朝食 6.1回 夕食 6.8回(12.9回)	14回
共食の回数(中学生)	朝食 4.9回 夕食 6.4回(11.3回)	12回以上
共食の回数(20歳以上)	朝食 5.2回 夕食 6.0回(11.2回)	12回以上
学校等における給食で地場産物を使用する割合 【県内産品】	63.1%(食材ベース)	60%以上を維持
学校等における給食で地場産物を使用する割合 【市内産品】	35.2%(食材ベース)	30%以上を維持
メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)の予防や改善のための適切な食事、運動等を継続的に実施している市民の割合	45.7%(20歳以上)	50%以上
適正体重の維持に気をつけている市民の割合	54.3%(20歳以上)	50%以上
低栄養傾向の高齢者の割合(75歳以上)	35.5%(男性) 29.3%(女性)	減らす
東温市産の農産物をよく使う市民の割合	63.3%(20歳以上)	70%以上
伝統料理・郷土料理を知っている市民の割合	71.3%(20歳以上)	80%以上
食育に関心を持っている市民の割合	74.4%(20歳以上)	90%以上
食品の安全性に関する基礎的な知識を持っている市民の割合	55.2%(20歳以上)	60%以上
食育推進に係るボランティアの数	123人	200人以上

第5章 計画の推進

【1】ライフステージに応じた食育の推進

食育の推進に当たっては、市民のライフステージに応じた取組を進めることが重要です。第2次計画では、5つのライフステージを定めていましたが、第3次計画では高齢期の年齢区分を2つに分けて6つのライフステージに区分しました。これにより、高齢期の取組の充実を目指します。

それぞれのライフステージの特徴や取り組むべき課題に合わせて、関係機関と連携を図りながら食育を推進します。

《ライフステージごとの推進目標》

1 妊娠期

- 妊娠を機会に自分の健康状態を把握し、食習慣や生活習慣を見直しましょう。
- 妊娠中の適正な体重増加について理解を深め、必要なエネルギー（カロリー）や栄養をとりましょう。

2 乳幼児期（0～6歳）

- 1日3食きちんと食べ、正しい食習慣や健全な生活リズムを身に付けましょう。
- 家族と楽しく食事をしましょう。
- 様々な食べ物を体験し、食べられる食材を増やしましょう。
- 素材を生かした料理で味覚を育てましょう。
- 食材選びや食事づくりに関わり、食への興味を育みましょう。
- むし歯予防や口腔機能の発達のため、よく噛んで食べましょう。
- 歯磨きの習慣を身に付け、仕上げ磨きをしましょう。

3 学童・思春期（7～19歳）

- 1日3食きちんと食べ、正しい食習慣や健全な生活リズムを身に付けましょう。
- 主食、主菜、副菜を揃え、栄養バランスを考えて食べましょう。
- 定期的に歯科健診を受け、歯や口腔の健康に気を付けましょう。
- 家族が食卓を囲む「共食」を大切に、食の楽しさや食事のマナー、挨拶の習慣など生活の基本的習慣を身に付けましょう。
- 自ら調理して食事の準備ができる力を身に付けましょう。
- 農業体験活動などを通じて、食材や地場産品について知り、「もったいない」の気持ちや食べ物大切さ、生産者への感謝の気持ちを育みましょう。
- 環境に配慮して、食べ残しや廃棄を減らしましょう。
- 家庭、学校、地域で食に関する正しい情報や安全性についての知識を身に付けましょう。

4 青・壮・中年期（20～64 歳）

- 1日3食、主食、主菜、副菜の揃った栄養バランスのとれた食事を心掛けましょう。
- 自分の体格指数（BMI）などの健康状態や生活スタイルに合わせて食事を選択し、生活習慣病を予防するなど食の自己管理に努めましょう。
- よく噛み、味わって食べる習慣を身に付けましょう。
- 定期的に歯科健診を受け、歯や口腔の健康に気を付けましょう。
- 家族や仲間と食卓を囲む「共食」を楽しみましょう。また、地域の食のイベントやボランティア活動に積極的にに関わり、食を楽しみましょう。
- 食事のマナーや郷土料理・行事食など日本の食文化を継承しましょう。
- 地場産品に親しみ、地産地消を実践しましょう。
- 「もったいない」という気持ちを持ち、食べ残しや食品廃棄を減らしましょう。
- 食品の安全性や栄養成分など食に関する知識と理解を深め、自ら正しく選択できるようにしましょう。

5 高齢期（65～74 歳）

- 健康状態の変化に合わせて、主食、主菜、副菜の揃った栄養バランスの良い食事をとりましょう。
- 体格指数（BMI）を参考に、低栄養を予防しましょう。
- 定期的に歯科健診を受け、歯や口腔の健康や機能の維持に努めましょう。
- 他の世代との交流など、地域での食を通じたコミュニケーションの場に参加しましょう。
- 日本型食生活を実践し、郷土料理、行事食、伝統食材の良さや食事の作法など、長年の食の経験を次世代に継承しましょう。
- 「もったいない」という気持ちを持ち、環境に配慮して、食べ残しや廃棄を減らしましょう。

6 高齢期（75 歳以上）

- 健康状態の変化に合わせて、栄養バランスに配慮した食事をとり、低栄養に気を付けましょう。
- 歯や口腔の健康や機能の維持に努めましょう。
- 家族や地域での「共食」の場に参加しましょう。



《ライフステージに応じた市民一人ひとりの取組》

市民一人ひとりの生活状況に合わせて食育の取組がステップアップできるよう、基本理念の健やかな「身体」「心」「地域」を育むための具体的な取組内容をライフステージに応じてまとめました。

ライフステージ	妊娠期※	乳幼児期	学童・思春期	青・壮・中年期	高齢期	
		0～6歳	7～19歳	20～64歳	65～74歳	75歳以上
健やかな「身体」を育むために	ステップ1	1日3食必ず食べる				
	ステップ2		栄養バランス(主食、主菜、副菜)の大切さを知る			
	ステップ3	主食、主菜、副菜を揃えて食べる				
	プラス1	適正な体重増加に必要な食事をする	早寝・早起き・朝ごはんを 実践する	生活習慣病予防を 目的に食事の内容 や食べ方を工夫 する	QOL(生活の 質)の維持を目的 に食事の内容や 食べ方を工夫する	
健やかな「心」を育むために	ステップ1	自然の恩恵や食に関わる人々への感謝の気持ちを持つ				
		家族で「共食」を楽しむ				
	ステップ2	地域での「共食」に参加する				
プラス1		食に関心を持ち、食事のマナーや挨拶の習慣を身に付ける	食事のマナーや挨拶を実践し、食に関する知識や経験を伝える			
健やかな「地域」を育むために	ステップ1	身近な東温市産の農産物等について関心を持つ				
	ステップ2			東温市産の食材を使ったメニューを食事に取り入れ、地産地消を実践する		
	プラス1	郷土料理を体験し、関心を持つ		郷土料理を生活に取り入れ、伝える		

※食育の取組を各自の状況に合わせて、ステップ1, 2, 3と段階的に進めていきましょう。また、ライフステージに合ったプラス1の取組を追加して取組みましょう。

※妊娠期は、妊娠中に特有の取組を示しています。



【2】 市内推進体制

本計画は、健康づくり、子育て支援部門、学校教育や保健・福祉部門、生涯学習部門など、幅広い分野で食育の取組を総合的かつ効果的に推進する必要があることから、市内関係部署との連携を、より一層強化した推進体制の整備を図ります。

■ 計画に関連した関係課の取組 ■

部署	事業・取組	基本施策				
		家庭	学校等	地域	地産地消 食文化	環境整備
健康推進課	母子保健事業での食に関する相談・指導	●		●		
	生活習慣病予防の取組	●	●	●		
	高齢者への食育の推進	●		●		
	(東温市食生活改善推進協議会) 食育ボランティアの育成と活動支援			●	●	●
保育幼稚園課	給食参観の実施による食に関する学びの充実 (保育所)	●	●			
	しっかり噛む食習慣と歯磨きの実践(保育所)	●	●			
	自分たちで育てた野菜での料理づくり (保育所・幼稚園)	●	●		●	
	各種教室の実施(児童館等)	●		●		
学校教育課	小児生活習慣病予防	●	●			
	小中学校における歯科保健指導		●			
生涯学習課	各種講座における食育の推進				●	
	早寝早起き朝ごはん運動	●				
農林振興課	(東温市生活研究協議会) 食育ボランティアの育成と活動支援			●	●	●
	環境保全型農業普及支援事業の実施					●
産業創出課	学校給食への東温産食材の安定供給の強化				●	
	東温市産の農産物を使ったメニュー開発 及びPR活動				●	
環境保全課	3010 運動の推進					●
	生ごみ処理容器等購入補助					●
	食品ごみ減量アイデアの募集					●
	市管理施設の食品リサイクル循環事業					●
	フードマイレージ授業の開催				●	
	J-クレジットの活用					●
	椎茸植菌体験					●
学校 給食センター	学校・家庭・地域と連携した食育の推進		●			
	学校給食の充実と食育の推進		●			
	安全・安心な学校給食の推進		●			
	地元企業と連携した地産地消の推進		●	●		

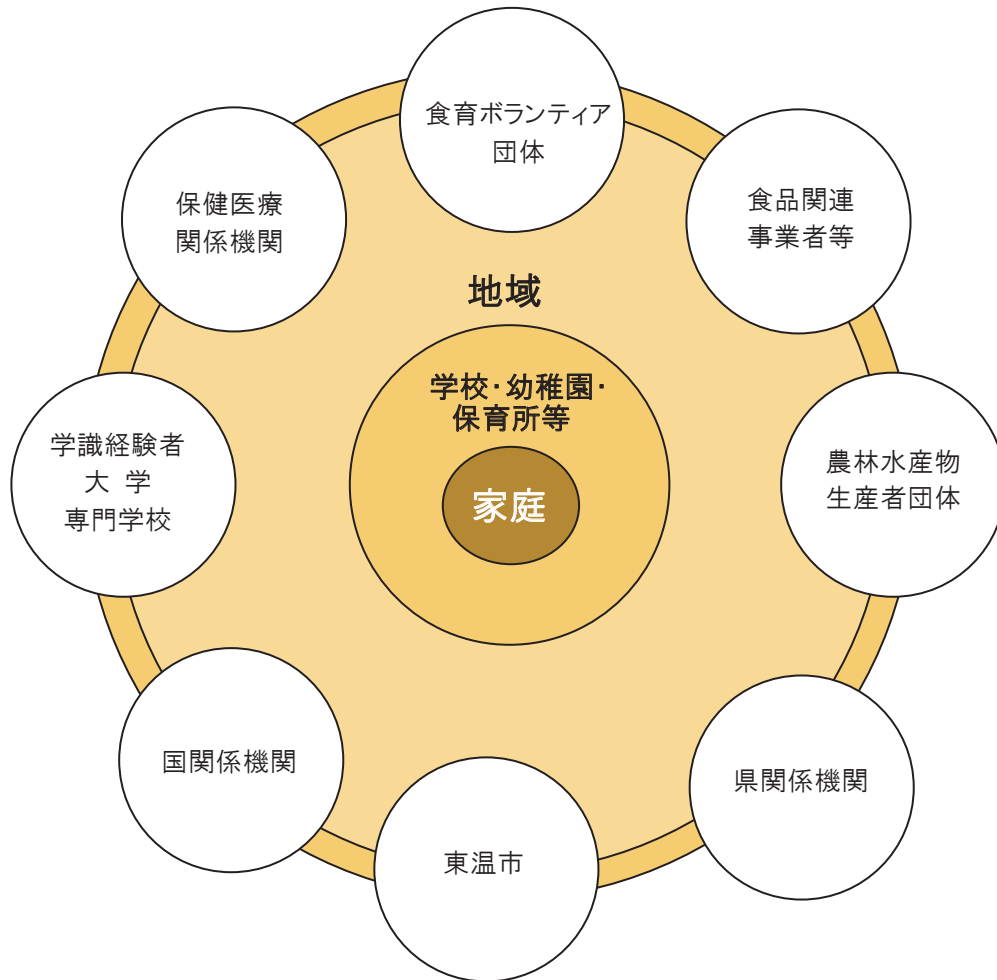
【3】地域との協働による食育の推進

食育は、全てのライフステージにおいて、一人ひとりが主体的に取り組む必要があるとともに、家庭・学校・地域等との協働による推進が重要です。

このため、食育の取組を推進する上で、中心的な役割を担う人々をはじめ、広く市民に対して、本計画の内容の普及・広報に努め、市民の積極的な食育への取組を促進します。

また、地域で食育に関わるあらゆる人や関係機関・団体が、行政と協働して、それぞれの得意分野や活動を生かして、より充実した食育を推進するためのネットワークづくりを目指します。

■ 連携による食育の推進体制図 ■



【4】計画の進行管理

毎年開催する食育推進会議において、関係課で実施している関連事業の本計画に関する取組や実施内容を取りまとめ、計画の進捗状況を把握、管理します。

また、定期的に事業の達成状況について点検・評価を行うとともに、必要に応じて取組の変更や見直しを検討します。

資料編

【1】東温市食育推進会議条例

○東温市食育推進会議条例

(平成 24 年 3 月 23 日条例第 16 号)

(設置)

第 1 条 食育基本法(平成 17 年法律第 63 号)第 33 条第 1 項の規定に基づき、東温市食育推進会議(以下「推進会議」という。)を置く。

(所掌事務)

第 2 条 推進会議は、次に掲げる事務をつかさどる。

- (1) 食育推進計画の作成に関すること。
- (2) 前号に定めるもののほか、食育の推進に関すること。

(組織)

第 3 条 推進会議は、委員 20 人以内をもって組織する。

2 委員は、次に掲げる者のうちから市長が委嘱する。

- (1) 学識経験者
- (2) 食育の推進に関係する団体の役員又は職員
- (3) その他市長が必要と認める者

3 委員の任期は、2 年とし、再任されることができる。ただし、補欠の委員の任期は、前任者の残任期間とする。

(会長及び副会長)

第 4 条 推進会議に会長及び副会長各 1 人を置く。

2 会長は、委員の互選により定める。

3 会長は、推進会議を代表し、会務を総理する。

4 副会長は、委員のうちから会長が指名する。

5 副会長は、会長を補佐し、会長に事故があるとき又は欠けたときは、その職務を代理する。

(会議)

第 5 条 推進会議の会議は、会長が招集し、その議長となる。

2 推進会議の会議は、委員の過半数が出席しなければ開くことができない。

3 推進会議の議事は、出席した委員の過半数をもって決し、可否同数のときは、議長の決するところによる。

4 推進会議は、必要があると認めるときは、会議に関係者の出席を求め、その意見を聞き、又は説明を求めることができる。

(庶務)

第 6 条 推進会議の庶務は、健康推進課において処理する。

(委任)

第 7 条 この条例に定めるもののほか、この条例の施行に関し必要な事項は、市長が別に定める。

附 則

(施行期日)

1 この条例は、平成 24 年 4 月 1 日から施行する。

(委員の任期の特例)

2 この条例の施行後最初に招集される推進会議の委員の任期は、第 3 条第 3 項の規定にかかわらず、平成 25 年 3 月 31 日までとする。

(推進会議の招集の特例)

3 この条例の施行後最初に招集される推進会議の会議は、第 5 条第 1 項の規定にかかわらず、市長が招集する。

【2】東温市食育推進会議委員名簿

平成31年3月末

No.	所属団体等名称	氏名	備考
1	東温市学校給食センター運営委員会	相原 真知子	
2	東温市さくらの湯観光物産センター	池川 良嗣	
3	東温市医師会	石川 純一	
4	公募委員	上迫 卓司	
5	愛媛県中予保健所	植田 真知	
6	松山市農業協同組合	大野 英子	
7	えひめ中央農業協同組合	河野 陽子	
8	公募委員	重松 愛	
9	東温市商工会	月原 文子	
10	東温市商工会	野間 とし子	
12	全農ふれっしゅ広場フレッシュ市部会	藤井 由紀枝	
11	愛媛大学農学部	胡 柏	会長
13	広島国際大学医療栄養学部	逸見 幾代	副会長
14	東温市食生活改善推進協議会	松下 政子	
15	東温市PTA連合会	松本 司	
16	中予地区食品衛生協会東温支部	三棟 義博	
17	公募委員	村越 由佳	
18	東温市生活研究協議会	森 咲子	
19	東温市農業委員会	渡部 光右衛門	
20	東温市歯科医師会	渡部 祐子	

(五十音順、敬称略)

第3次東温市食育推進計画
平成31年3月発行
東温市市民福祉部健康推進課
〒791-0292 愛媛県東温市見奈良530番地1
TEL (089) 964 - 2001 (代表)



第3次 東温市食育推進計画

計画期間：2019年度～2023年度