

第3次四條畷市食育推進計画

平成31(2019) - 35(2023)年度

平成31(2019)年3月



もくじ

第1章 計画の策定にあたり

1. 策定の趣旨.....	1
2. 計画の位置づけ.....	2
3. 計画の期間と変遷.....	3

第2章 第2次計画の取組みと達成状況

1. 第2次計画の考え方.....	4
2. 第2次計画の実施事業.....	5
3. 第2次計画の基本方針達成状況.....	7
4. 第3次計画の方針の変更.....	9

第3章 第3次計画の方向性

1. 四條畷市民の食を取巻く状況と第3次計画の方向性.....	10
2. 基本理念.....	11
3. 基本方針.....	11
4. 計画における各々の役割.....	12
5. 第3次計画の取組み.....	13
6. 数値目標.....	15
7. 四條畷市食育推進会議、四條畷市食育推進プロジェクト会議.....	16
8. 進捗管理.....	17

第1章 計画の策定にあたり

1. 策定の趣旨

わが国では急速な経済発展に伴い生活水準が向上するとともに、食に関する国民の価値観やライフスタイル等の多様化が進んできました。その結果、高塩分・高炭水化物・低動物性たんぱく質といった旧来の食事形態から、動物性たんぱく質や脂質の増加がみられるようになり、野菜の摂取不足や栄養バランスの偏りといった食生活の乱れから起こる肥満、高血圧、心疾患、糖尿病等の生活習慣病が問題視されるようになりました。また、社会環境の変化から若年世代の朝食の欠食率の増加、家族団らんの喪失、食品を食べないまま捨ててしまうといった食生活の形態の変化もみられるようになり、健康問題への対策に加えて、環境問題への対策も求められるようになりました。

本市ではこのような課題に対して、平成21年3月に第1次四條畷市食育推進計画、平成26年3月に第2次四條畷市食育推進計画（以下「第2次計画」という。）を策定し食育[※]の推進に努めてきましたが、複雑化していく食生活の問題を解決するためには、一方的な情報提供だけではなく、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し、食育を継続して実践していく必要があります。

食は命の源であり、生きていくためには欠かせないものです。健全な食生活を実践し、おいしく食べることは、生きる楽しみや喜びを与え、健康で豊かな日々を実現させることにつながります。

本市ではこのような現状を踏まえ、これまでの推進計画の内容を引き継ぎながら、市民が生涯にわたって健全な心と身体を培い、いきいきと生活することができるよう、食生活における課題を把握し、それらの解決を図るための取組みを総合的かつ計画的に推進するために、第2次計画の後継計画として、誰もが親しみをもてる魅力ある『食育』をめざし、第3次四條畷市食育推進計画（以下「第3次計画」という。）を策定します。

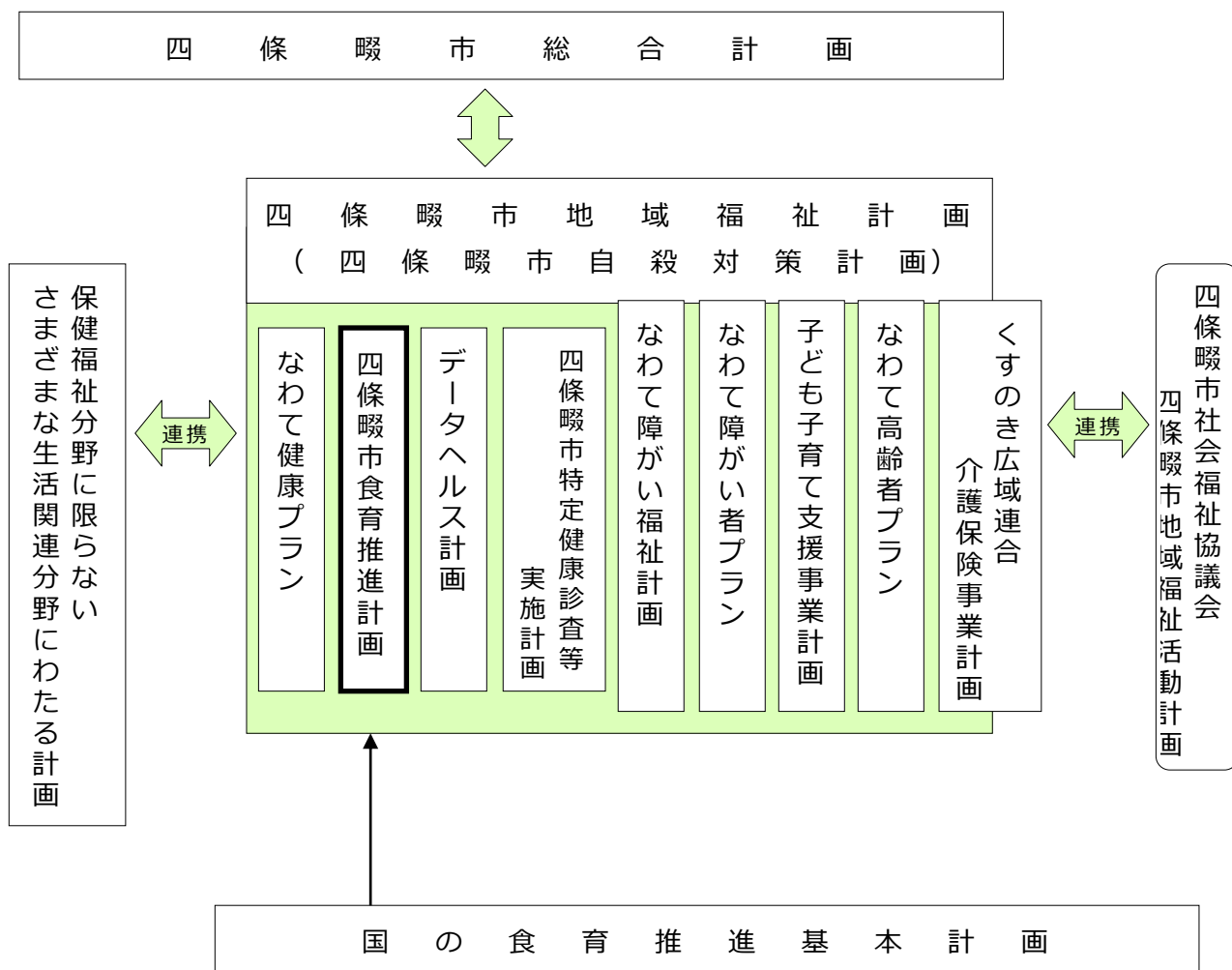
※食育とは

「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

2. 計画の位置づけ

第3次計画は、食育基本法第18条の規定に基づく市町村食育推進計画として位置付け、同法第16条に基づき同法の目的・基本理念を踏まえ、国(食育推進会議)において策定された「食育推進基本計画」(以下「国食育計画」という。)を基本として策定しています。

食育関係者と連携・協同を基本方針とし、「第6次四條畷市総合計画」、「なわて健康プランⅡ(健康なわて21後継計画)」等関連する本市の計画と整合を図りながら総合的に推進します。

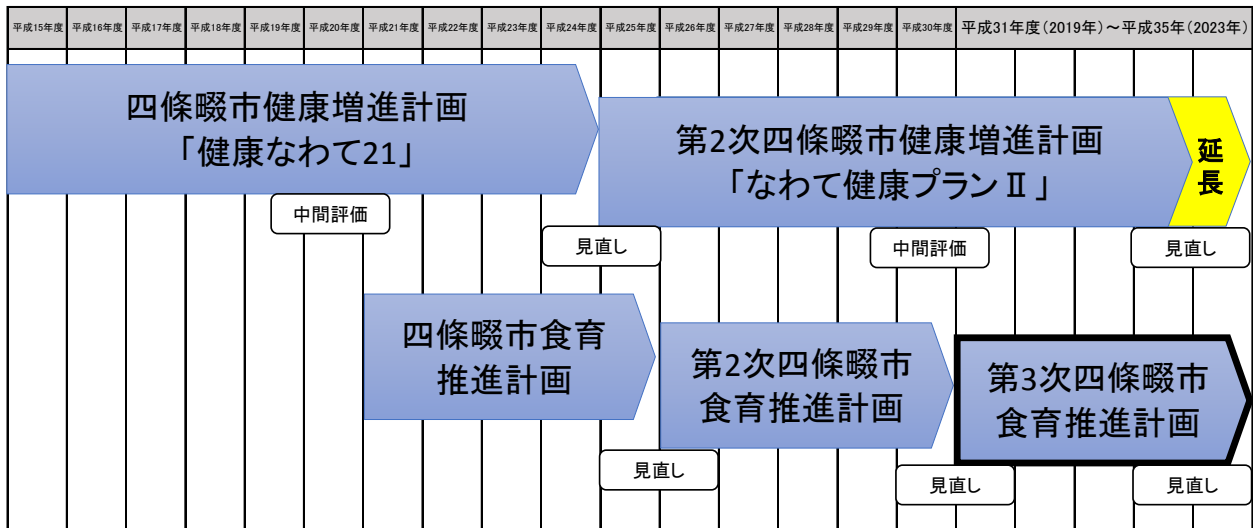


3. 計画の期間と変遷

本計画の期間は2019年度から2023年度までの5年間とします。5年後の計画達成を目標として取組を推進していきます。

なお、本計画の推進にあたり社会情勢や計画の進捗状況などを踏まえて必要に応じて評価・見直しを行います。また食育推進計画と健康増進計画を2023年度に統合します。

計画の期間

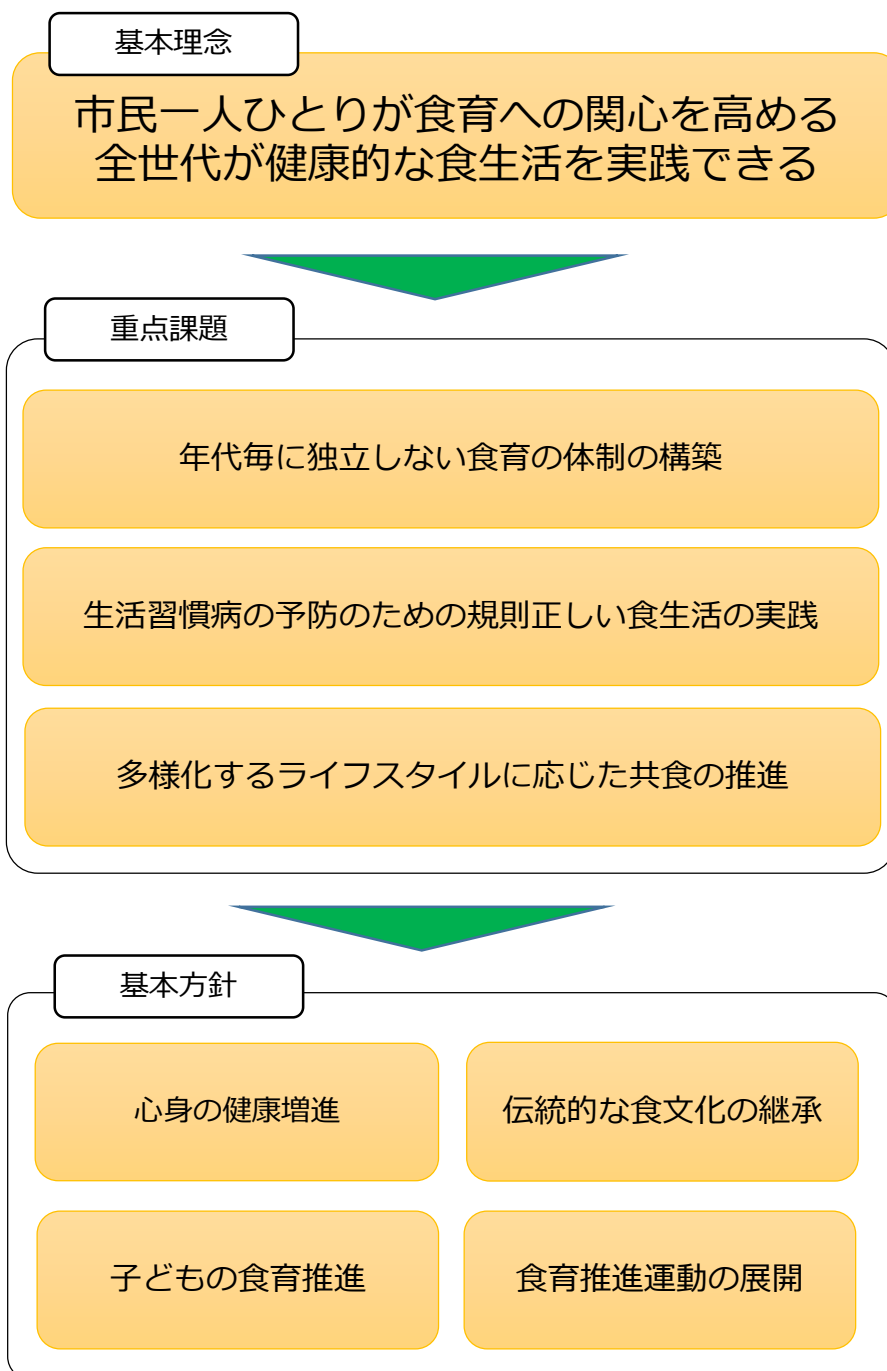


計画の変遷

	基本理念と方針	基本目標	取組の概要
四條畷市食育推進計画 平成21年4月～平成25年3月 (2009年4月～2013年3月)	【基本理念】 食育で元気なまちづくり 守ろう！自分の健康 みんなで実践！ 【方針】 ・学び合おう！健康になるための知識 ・身につけよう！自分でコントロールする力 ・大切にしよう！人とのつながり	・いろいろ食べて朝から元気 ・楽しく食べる環境づくり	・体験学習を通じた食育の推進 ・関係機関と連携した食育の推進 ・家庭における共食を通じた子どもへの食育の推進
第2次四條畷市食育推進計画 平成25年4月～平成31年3月 (2013年4月～2019年3月)	【基本理念】 様々な経験を通じて市民一人ひとりが食育への関心を高め、全世代が生活習慣病予防等のために健康的な食生活を実践できる 【方針】 ・市民の心身の健康増進 ・子どもと保護者の食育推進 ・食育推進運動の展開 ・伝統的な食文化の継承と地産地消の促進	食に関する力を育み、関心を高め、健康的な食生活の実践につなげる	・生涯にわたるライフスタイルに応じた間断ない食育の推進 ・生活習慣病予防及び改善につながる食育の推進 ・家庭における共食を通じた子どもへの食育の推進 ・関係機関と連携強化による食育の推進
第3次四條畷市食育推進計画 平成31年4月～平成35年3月 (2019年4月～2023年3月)	【基本理念】 食育で元気なまちづくり ～朝から食べます四條畷～ 【方針】 ・心身の健康増進 ・子どもの食育推進 ・食育推進運動の展開 ・伝統的な食文化の継承・地産地消の促進 ・食の安全性の確保	・何歳になっても栄養バランスを考えた食生活の実践 ・和食など伝統的な食文化の継承 ・適切な朝食メニューの周知・欠食率の低下	・生涯にわたるライフスタイルに応じた間断ない食育の推進 ・心身の健康につながる食育の推進 ・家庭及び保育所・学校等で共食を通じた子どもへの食育の推進 ・地域における食育の推進 ・SNS等を活用した食育の推進

第2章 2次計画の取組みと達成状況

1. 第2次計画の考え方



2. 第2次計画の実施事業（各事業の詳細は資料集 p2～10）

第2次計画の基本方針である心身の健康増進、子どもの食育推進、食育推進運動の展開、伝統的な食文化の継承と地産地消の促進を目的として、関係機関、団体、行政などが事業を実施しました。

2次計画取組内容

基本施策	事業名	実施機関	主な対象				
			妊娠期	乳幼児期	学童期～若年期	青年期～壮年期	高齢期
市民の心身の健康増進	にっこにこ教室	保健センター 食生活改善推進協議会		○		○	
	お弁当クッキング	保健センター			○	○	
	牛乳のみのみキャンペーン	市内中学校			○		
	牛乳のみのみ祭	市内中学校			○		
	体を動かす工夫や大切さ	市内保育所・こども園			○		
	親子クッキング	食生活改善推進協議会			○	○	
	生活習慣病予防講座	食生活改善推進協議会				○	○
	高齢者の低栄養予防講座	食生活改善推進協議会					○
	骨太クッキング	食生活改善推進協議会				○	○
	減塩の取組	食生活改善推進協議会	○			○	○
	介護食講座	食生活改善推進協議会					○
	障がい者料理教室	交野・畷・大東地域活動栄養士会	○	○	○	○	○
	居宅介護者従事者研修会	交野・畷・大東地域活動栄養士会				○	○
	高校生・大学生への食育の推進	大阪府四條畷保健所				○	
	地域の飲食店などを活用した普及啓発	大阪府四條畷保健所	○	○	○	○	○
	食育まつり	給食センター					
	家庭・地域における食育の推進	大阪府四條畷保健所	○	○	○	○	○
地域特性を踏まえた食育推進事業	大阪府四條畷保健所	○	○	○	○	○	

子どもの食育推進	朝食メニューコンテスト	保健センター			○			
	クッキング	市内保育所・こども園		○				
	食育指導	市内保育所・こども園 給食センター		○				
	食事と身体の関係伝える	市内保育所・こども園		○				
	ナフキンエプロン習慣	市内中学校			○			
	給食アンケート	市内中学校			○			
	食育まつり	給食センター			○			
	野菜についての知識の普及	市内小学校			○			
	食育学習	市内小学校			○			
	キッズ講座	食生活改善推進協議会		○		○		
	離乳食講習会	保健センター		○		○		
	味噌づくり講習会	産業振興課→消費生活センター	○	○	○	○	○	
	食事中巡回	子ども政策課		○				
	小学校における食育推進	大阪府四條畷保健所			○			
	食育まつり 学校給食食育まつり	給食センター	○	○	○	○	○	
	PTA給食試食会	給食センター				○		
	牛乳のみのみキャンペーン	市内中学校			○			
	牛乳のみのみ祭	市内中学校			○			
	親子クッキング	保健センター			○	○		
	給食だより配布	子ども政策課		○	○	○		
	給食を通じた健康づくりの推進	大阪府四條畷保健所			○			
	食育推進運動の展開	食育推進会議	食育関係行政機関 食育関係団体	○	○	○	○	○
		食育推進プロジェクト会議	食育関係行政機関実務者 食育関係団体実務者	○	○	○	○	○
保護者子どもへの情報発信		市内保育所・こども園		○				
健康増進計画の普及		保健センター	○	○	○	○	○	
介護者研修「食から考えるケア」		交野・畷・大東地域活動栄養士会				○	○	
給食だより配布		子ども政策課		○	○	○		
大東・四條畷 医療・介護連携推進事業		高齢福祉課				○	○	
大阪エコ農産物の推進		産業振興課	○	○	○	○	○	
大阪府の食育情報の発信		大阪府四條畷保健所			○			
教育機関・関係機関への食育支援		大阪府四條畷保健所			○			
保健所内食育啓発		大阪府四條畷保健所	○	○	○	○	○	
伝統的な食文化の継承と地産地消の促進	市民のつどい	保健センター 交野・畷・大東地域活動栄養士会 食生活改善推進協議会	○	○	○	○	○	
	食育クッキング	保健センター 交野・畷・大東地域活動栄養士会			○	○		
	ぱくぱく通信	保健センター	○	○	○	○	○	
	広報8月号への食育記事掲載	食育関係行政機関 食育関係団体	○	○	○	○	○	
	食育教材の貸出	保健センター	○	○	○	○	○	
	菜園活動	市内保育所・こども園		○				
	食事のマナー	市内保育所・こども園		○				
	食の体験学習	市内小学校			○			
	給食指導の実施	市内小学校			○			
	大阪エコ農産物の推進	産業振興課	○	○	○	○	○	
	味噌作り講習会	産業振興課	○	○	○	○	○	

3. 第2次計画の基本方針達成状況

38項目のうち、目標値を達成した項目（A）は0項目、作成時（平成26年度）の値から改善している項目（B）は13項目、悪化している項目（C）は25項目でした。

※達成:A 改善:B 悪化:C 設定無-

第2次計画(平成26～30年度)目標値及び実績値

食育推進項目		対象	策定時 調査結果(H26)	策定時 目標値(H30)	アンケート 調査結果(H30)	達成状況	目標方針
市民の 心身の 健康増進	朝食をほとんど毎日食べる割合	成人	87.6%	92.6%	88.8%	B	変更
	朝食で野菜を食べる割合		26.4%	31.4%	23.3%	C	継続
	摂取カロリーの摂り過ぎに気を付けている人の割合		66.9%	71.9%	64.7%	C	削除
	定期的に運動をしている人の割合		38.8%	43.8%	39.8%	B	削除
	規則正しい生活を心がけている人の割合		54.8%	59.8%	49.4%	C	変更
	飲酒を控えている人の割合		17.3%	22.3%	20.5%	B	削除
	禁煙を続けている人の割合		13.5%	18.5%	17.0%	B	削除
	ゆっくりとよく噛んで食べる割合		25.7%	30.7%	26.8%	B	変更
	栄養のバランスを考えて食べる割合		58.4%	63.4%	54.1%	C	変更
	できるだけ多くの食品を食べる割合		47.8%	52.8%	41.4%	C	削除
	ジュース等を飲みすぎない割合		40.9%	45.9%	41.1%	B	変更
	菓子等を食べ過ぎない割合		43.8%	48.8%	44.9%	B	変更
	塩辛いものを食べ過ぎない割合		44.2%	49.2%	43.2%	C	変更
	牛乳・小魚・大豆製品・海藻を食べる割合		40.4%	45.4%	38.1%	C	削除
	色の濃い野菜を多く食べる割合		27.3%	32.3%	21.0%	C	削除
	薄味にしている割合		34.0%	39.0%	29.8%	C	削除
	コレステロールを多く含む食品を控える割合		22.9%	27.9%	15.9%	C	変更
食事が楽しくない割合	0.3%	0.0%	5.8%	C	削除		
子ども と保護者 の食育 推進	朝食を一人で食べる割合	子ども	12.0%	0.0%	14.0%	C	変更
	夕食を一人で食べる割合		1.1%	0.0%	2.2%	C	削除
	給食に地場産野菜を使用されていることの認知度		57.4%	-	61.1%	B	削除
	朝食をほとんど毎日食べる割合		91.4%	96.4%	93.5%	B	変更
	朝食で主食とおかずを食べる割合		41.5%	46.5%	37.5%	C	変更
	朝食で野菜を食べる割合		18.5%	23.5%	14.1%	C	継続
	食事のあいさつをしている者の割合		80.8%	-	78.6%	C	継続
	食事が楽しくない割合		0.8%	0.0%	4.7%	C	削除
	なわてレンジャーの認知度		63.0%	-	60.5%	C	削除

食育推進運動の展開	食育推進計画の認知度	20.2%	-	25.5%	B	削除
	食育に関心がある人の割合	85.7%	-	82.1%	C	削除
	食育の情報を得ている人の割合	46.9%	-	28.1%	C	削除
	給食に地場産野菜を使用されていることの認知度	58.0%	-	70.3%	B	削除
	なわてレンジャーの認知度	35.1%	-	53.7%	B	削除
伝統的な食文化の継承と地産地消の促進	ご飯とおかずをかわるがわる食べる割合	34.2%	39.2%	28.1%	C	削除
	食事のあいさつをしている者の割合	62.8%	-	60.0%	C	継続
	箸や食器を正しく持つ人の割合	52.1%	-	49.7%	C	継続
	農業生産など体験に参加した者の割合	16.7%	-	14.3%	C	削除
	原産国の食品を選ぶ人の割合	72.8%	-	76.5%	B	削除
	地場産食品を購入する人の割合	19.1%	-	17.8%	C	削除

① 目標値を達成した食育推進項目	0項目
② 平成26年度の値から改善している項目	13項目
③ 平成26年度の値から悪化している項目	25項目

4. 第3次計画の方針の変更

	食育推進項目	目標方針	理由
市民の心身の健康増進	朝食をほとんど毎日食べる割合	変更	大阪府食育推進計画と整合性を図り、質問項目を変更。
	摂取カロリーの摂り過ぎに気を付けている人の割合	削除	抽象的な表現を具体的な内容に変更。
	定期的に運動をしている人の割合	削除	なわて健康プランⅡと整合性を図り削除。
	規則正しい生活を心がけている人の割合	変更	アンケート結果から抽象的な表現を具体的な内容に変更。
	飲酒を控えている人の割合	削除	なわて健康プランⅡと整合性を図り削除。
	禁煙を続けている人の割合		
	ゆっくりとよく噛んで食べる割合	変更	大阪府食育推進計画と整合性を図り、質問項目を変更。
	栄養のバランスを考えて食べる割合		
	できるだけ多くの食品を食べる割合	削除	個人の捉え方によってアンケート結果にばらつきが大きいため削除。
	ジュース等を飲みすぎない割合	変更	ジュースだけでなく間食に質問項目を変更。
	菓子等を食べ過ぎない割合	削除	間食に含めるため削除。
	塩辛いものを食べ過ぎない割合	変更	塩辛いではなく具体的に塩分として質問項目を変更。
	牛乳・小魚・大豆製品・海藻を食べる割合	削除	大阪府食育推進計画と整合性を図り、質問項目を削除。
	色の濃い野菜を多く食べる割合		
	薄味にしている割合	削除	塩分に含めるため削除。
	コレステロールを多く含む食品を控える割合	変更	抽象的な表現を具体的な内容に変更。
食事が楽しくない割合	削除	個人の捉え方によってアンケート結果にばらつきが大きいため削除。	
子どもの食育推進	朝食を一人で食べる割合	変更	大阪府食育推進計画と整合性を図り、質問項目を変更。
	夕食を一人で食べる割合	削除	
	給食に地場産野菜を使用されていることの認知度	削除	食育推進運動の展開の評価項目削除に伴い、子どもの食育から削除。
	朝食をほとんど毎日食べる割合	変更	大阪府食育推進計画と整合性を図り、質問項目を変更。
	朝食で主食とおかずを食べる割合		
	食事が楽しくない割合	削除	個人の捉え方によってアンケート結果にばらつきが大きいため削除。
	なわてレンジャーの認知度	削除	食育推進計画の認知度との関連性が希薄のため削除。
食育の推進	食育推進計画の認知度	削除	食育推進運動の展開の評価項目としては個人によって結果がばらつき易いため、評価項目から削除。
	食育に関心がある人の割合		
	食育の情報を得ている人の割合		
	給食に地場産野菜を使用されていることの認知度		
	なわてレンジャーの認知度		
承伝と統地的な食文化の促進	ご飯とおかずをかわるがわる食べる割合	削除	近年の食事形態に合わせて削除。
	農業生産など体験に参加した者の割合	削除	個人の捉え方によってアンケート結果にばらつきが大きいため削除。
	原産国の食品を選ぶ人の割合		
	地場産食品を購入する人の割合		
	行事食を取入れている人の割合	追加	食育推進計画と整合性を図り、質問項目を変更。
	姿勢良く食事をしている人の割合	追加	食育推進計画と整合性を図り、質問項目を変更。
	共食を大切だと感じる人の割合	追加	大阪府食育推進計画と整合性を図り、質問項目を変更。

① 継続する項目	5項目
② 変更する項目	10項目
③ 削除する項目	23項目
④ 追加する項目	3項目

第3章 第3次計画の方向性

1. 四條畷市民の食を取巻く状況と第3次計画の方向性

アンケートからみた課題 (アンケートの詳細は資料集 p11~19 を参照)	
1. 心身の健康増進 1) 20歳代の朝食欠食率が高い 2) 野菜の摂取量が少ない 3) 脂肪の摂取量を気にしていない 4) 食の安全性への関心が低い	2. 子どもの食育推進 1) 朝食の欠食と不規則な生活習慣 2) ごはんを一人で食べる子どもの増加 3) 栄養バランスへの注意の低さ
3. 食育推進運動の展開 1) 食育推進計画の認知度が低い	4. 伝統的な食文化の継承・地産地消の促進 1) 食事の作法への取組みが低い 2) 地産地消への意識の低下

第3次計画の重点課題	
な	何歳になっても、栄養バランスを考えた食生活の実践 栄養バランスを考えたり、野菜の摂取を意識したりしているものの、実践できる人の割合は増加していないため、啓発を行うとともに実践していくための環境づくりを行います。
わ	和食や食事の作法等の伝統的な食文化の継承 子どもや若い世代を中心に食への感謝の気持ちや理解が深まるように働きかけるとともに、季節の行事食、地場産物を使った料理、日本の食文化である出汁や食文化、食事作法等への関心が高まる取組みを行います。
て	適切な朝食メニューの周知、若い世代の朝食欠食率の低下 食育を広く推進するために知識や技術を高めることができるよう適切な朝食メニューの周知や情報発信、食に触れる環境づくりを行うとともに、欠食率の高い若い世代に朝食の啓発、料理をする力や食品を選ぶ力を身につけてもらう取組みを行います。

食育推進運動の展開

第3次計画の方向性	
1. 心身の健康増進 ・20歳代への食育の強化 ・栄養バランスを考えた食事の選択	2. 子どもの食育推進 ・子どもへの栄養バランスのよい食事の啓発 ・共食の促進
3. 食育推進運動の展開 ・食育推進計画の認知度の向上	4. 伝統的な食文化の継承・地産地消の促進 ・和食や食事の作法等の啓発 ・地産地消の促進
5. 食の安全性の確保 ・食の安全・安心に関する正しい知識の普及	

2. 基本理念

本市では、国食育計画および第3次大阪府食育推進計画「おおさか・元気な食」プランに本市の地域性を踏まえ、第2次計画に引き続き、『食で元気なまちづくり～朝から食べます四條畷～』を基本理念として食育を展開していきます。

基本理念

『食で元気なまちづくり～朝から食べます四條畷～』

行政や関係機関・関係団体をとおして食育の情報発信をすることに加え、SNSを活用した啓発を行うことで若い世代も含めて、市民一人ひとりが食に関心を持って健康的な食生活を実践できるようめざします。

3. 基本方針

基本理念の実現に向けて5項目の基本方針を設定し、重点課題の解決に取り組んでいきます。

基本方針

1. 心身の健康増進
2. 子どもの食育推進
3. 食育推進運動の展開
4. 伝統的な食文化の継承・地産地消の促進
5. 食の安全性の確保

4. 計画における各々の役割

1) 家庭の役割

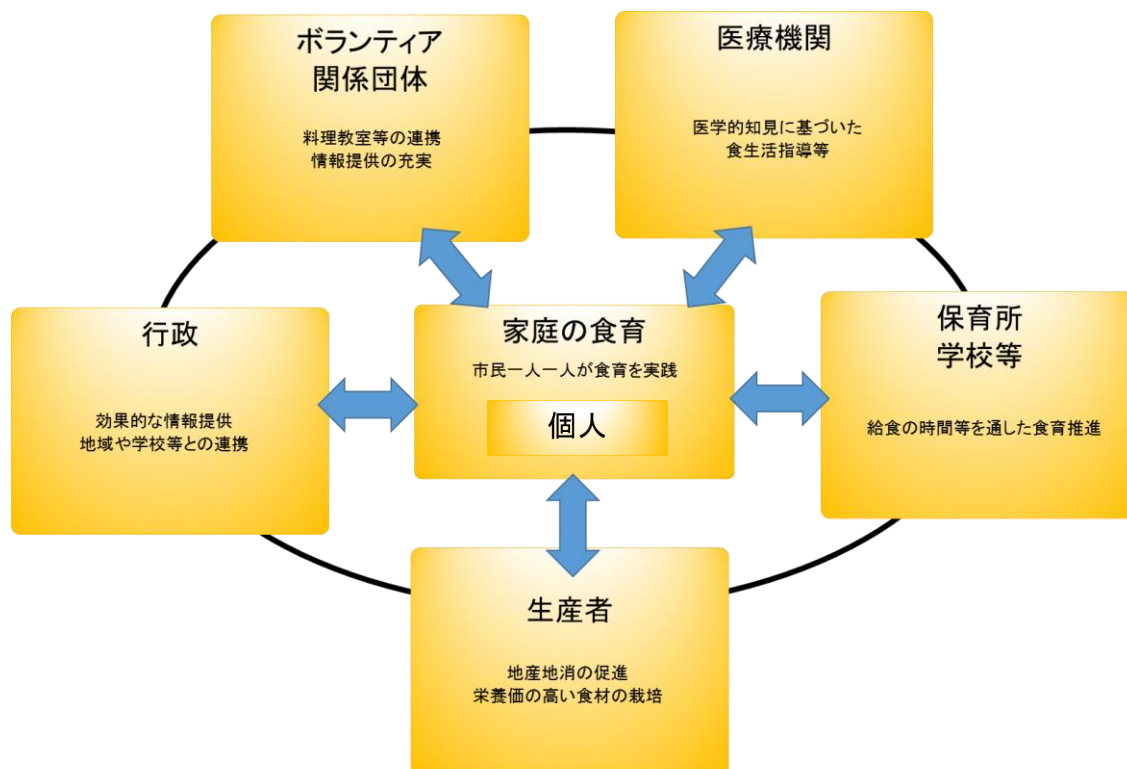
市民一人一人が「食」について意識し、健全な食生活を実践するとともに、子どもの発達段階に応じて、食に関する知識や所作などの食習慣を身につけさせる役割が期待されます。

2) 地域（ボランティア関係団体、医療機関、生産者）の役割

日常的な活動を通じて、食育推進の取り組みやイベント等を活用した家庭への積極的な働きかけが期待されます。また団体同士の連携強化を図っていくことも必要です。

3) 行政（保育所・学校等）の役割

地域と同様に、家庭の食育推進を支援することはもちろん、関係者の自発的な食育推進活動が相互に連携協力を図りながら展開されるように支援するなど、地域ネットワークの中心としての役割を担います。



5. 第3次計画の取組み（詳細は資料集 p23～p32 を参照）

基本施策	事業名	区分	実施機関	主な対象				
				妊娠期	乳幼児期	学童期～若年期	青年期～壮年期	高齢期
何歳になっても栄養バランスを考えた食生活の実践	ママ&パパ教室		保健センター	○			○	
	乳幼児健診		保健センター		○		○	
	離乳食講習会		保健センター		○		○	
	びよびよキッズ教室		保健センター		○		○	
	歯っぴーす		保健センター		○		○	
	給食だより		子ども政策課			○	○	
	献立作成 食事の巡回		子ども政策課			○		
	クッキング		市内保育所・こども園		○			
	菜園活動		市内保育所・こども園		○			
	食育指導		市内保育所・こども園		○			
	食事と生活リズムの関係について伝授		市内保育所・こども園		○			
	家族への情報提供		市内保育所・こども園		○		○	
	キッズ講座		食生活改善推進協議会		○		○	
	食育クッキング		保健センター		○	○	○	
	朝食メニューコンテスト		保健センター			○	○	
	小学校と給食センターの連携		学校教育会給食センター			○		
	給食時間の交流会		学校教育課			○		
	食の体験学習		市内小学校			○		
	給食指導		市内小学校			○		
	食育学習		市内小学校			○		
	学校の食育全体計画の推進		学校教育課			○		
	ナフキンエプロンキャンペーン		市内中学校			○		
	牛乳のみのみキャンペーン		市内中学校			○		
	残食0キャンペーン		市内中学校			○		
	栄養士の講話		市内中学校			○		
	食育啓発		市内中学校			○		
	親子クッキング		食生活改善推進協議会			○	○	
	教育機関・関係機関への食育支援		大阪府四條畷保健所		○	○		
	地産地消の推奨		JA東部農協田原農研クラブ	○	○	○	○	○
	地産地消の推奨オリジナル食品開発		給食センター	○	○	○	○	○
	自立支援型地域ケア会議		高齢福祉課					○
	高齢者の低栄養講座		食生活改善推進協議会					○
	介護食講座		食生活改善推進協議会					○
	市民の集い食育ブース		保健センター 交野・畷・大東地域活動栄養士会 食生活改善推進協議会	○	○	○	○	○
	四條畷市食育月間		保健センター	○	○	○	○	○
	ぱくぱく通信		保健センター	○	○	○	○	○
	減塩の取組み		食生活改善推進協議会	○	○	○	○	○
	給食を通じた健康づくりの推進		大阪府四條畷保健所			○	○	
	高校生・大学生への食育推進		大阪府四條畷保健所			○		
	大東・四條畷 医療介護連携推進事業		高齢福祉課					○
骨太クッキング		食生活改善推進協議会				○	○	
大阪エコ農産物の推進		産業振興課	○	○	○	○	○	
大阪府の食育情報の発信		大阪府四條畷保健所	○	○	○	○	○	
地域の飲食店等を活用した普及啓発		大阪府四條畷保健所	○	○	○	○	○	
家庭・地域における食育の推進		大阪府四條畷保健所	○	○	○	○	○	
保健所内のロビーにおける食育啓発		大阪府四條畷保健所	○	○	○	○	○	
地域特性を踏まえた食育推進事業	新規	大阪府四條畷保健所	○	○	○	○	○	
レシピ動画配信事業	新規	保健センター	○	○	○	○	○	
シニアカフェ	新規	食生活改善推進協議会					○	
自立支援型地域ケア会議	新規	交野・畷・大東地域活動栄養士会					○	

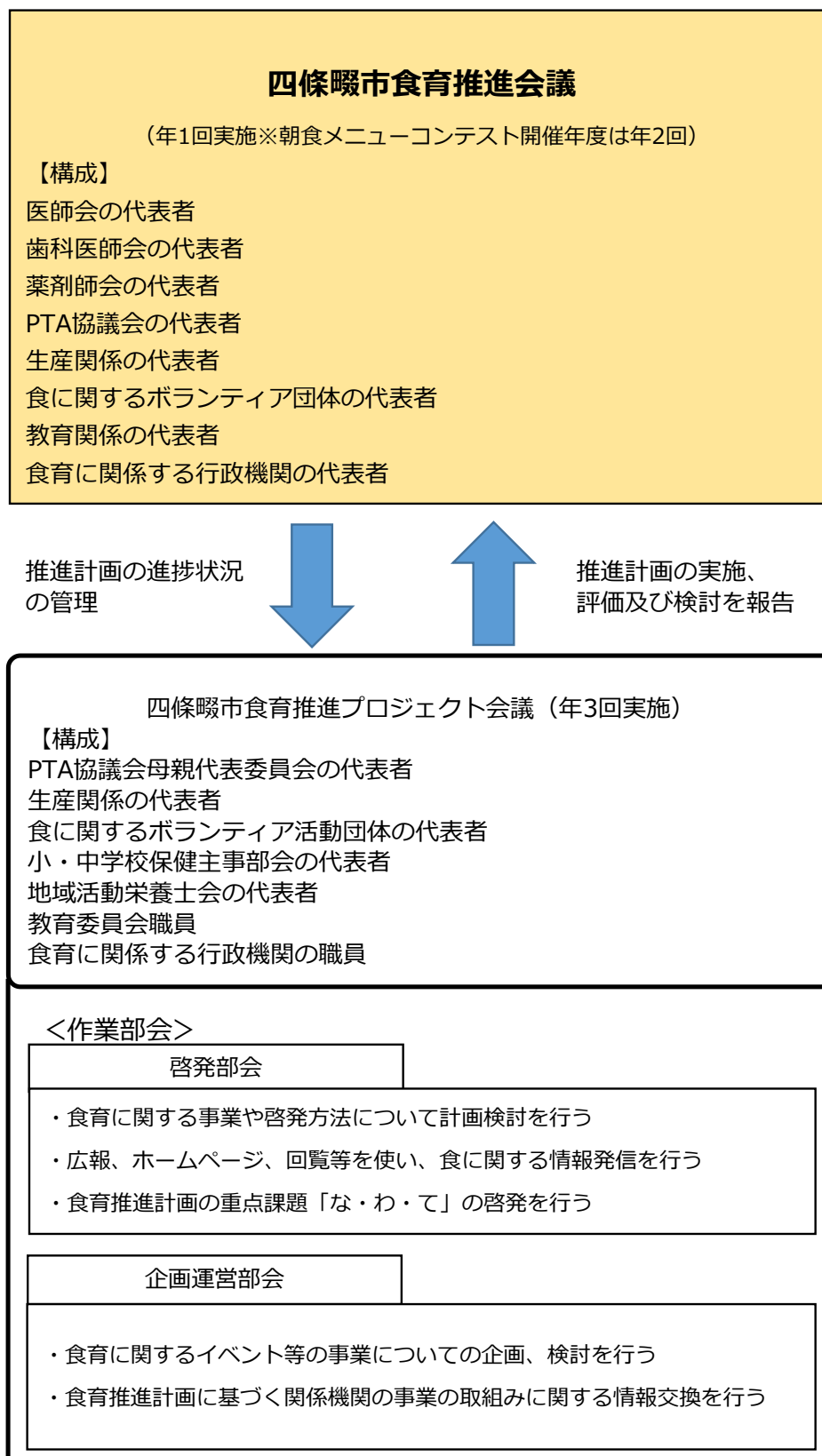
和食や食事の作法等の伝統的な食文化の継承	乳幼児健診		保健センター			○		○	
	びよびよキッズ教室		保健センター			○		○	
	給食だより		子ども政策課				○	○	
	献立作成 食事中の巡回		子ども政策課				○		
	菜園活動		市内保育所・こども園			○			
	食事のマナーの伝授		市内保育所・こども園			○			
	家族への情報提供		市内保育所・こども園			○		○	
	食育クッキング		保健センター 交野・飯・大東地域活動栄養士会			○	○	○	
	給食時間の交流会		学校教育課				○		
	食の体験学習		市内小学校				○		
	給食指導		市内小学校				○		
	食育学習		市内小学校				○		
	学校の食育全体計画の推進		学校教育課				○		
	ナフキンエプロンキャンペーン		市内中学校				○		
	牛乳のみのみキャンペーン		市内中学校				○		
	残食0キャンペーン		市内中学校				○		
	栄養士の講話		市内中学校				○		
	食育啓発		市内中学校				○		
	親子クッキング		食生活改善推進協議会				○	○	
	教育機関・関係機関への食育支援		大阪府四條畷保健所			○	○		
	地産地消の推奨		給食センター	○	○	○	○	○	○
	地産地消の推奨オリジナル食品開発		給食センター	○	○	○	○	○	○
	市民の集い食育ブース		保健センター 交野・飯・大東地域活動栄養士会 食生活改善推進協議会	○	○	○	○	○	○
	四條畷市食育月間		保健センター	○	○	○	○	○	○
	ばくばく通信		保健センター	○	○	○	○	○	○
	減塩の取組み		食生活改善推進協議会	○	○	○	○	○	○
	大阪エコ農産物の推進		産業振興課	○	○	○	○	○	○
	大阪府の食育情報の発信		大阪府四條畷保健所	○	○	○	○	○	○
	保健所内のロビーにおける食育啓発		大阪府四條畷保健所	○	○	○	○	○	○
	地域特性を踏まえた食育推進事業	新規	大阪府四條畷保健所	○	○	○	○	○	○
適切な朝食メニューの周知、若い世代の朝食欠食率の低下	レシピ動画配信事業	新規	保健センター	○	○	○	○	○	
	給食だより		子ども政策課			○	○		
	朝食メニューコンテスト		保健センター			○	○		
	学校の食育全体計画の推進		学校教育課			○			
	市民の集い食育ブース		保健センター 交野・飯・大東地域活動栄養士会 食生活改善推進協議会	○	○	○	○	○	
	四條畷市食育月間		保健センター	○	○	○	○	○	
	ばくばく通信		保健センター	○	○	○	○	○	
	大阪府の食育情報の発信		大阪府四條畷保健所	○	○	○	○	○	
	家庭・地域における食育の推進		大阪府四條畷保健所	○	○	○	○	○	
	保健所内のロビーにおける食育啓発		大阪府四條畷保健所	○	○	○	○	○	
	地域特性を踏まえた食育推進事業	新規	大阪府四條畷保健所	○	○	○	○	○	
	朝食啓発クッキング	新規	保健センター	○	○	○	○	○	
朝食啓発キャンペーン	新規	保健センター	○	○	○	○	○		
レシピ動画配信事業	新規	保健センター	○	○	○	○	○		

6. 数値目標

食育推進項目		対象	策定時 調査結果 (H30 : 2018)	目標値(H35 : 2023)
何歳になっても、栄養実践を考えた食生活を実践する	主食・主菜・副菜を組合わせた食事を1日2回以上食べている人の割合	大人	54.1%	57.4%
		子ども	35.0%	55.0%
	主食・主菜・副菜を組合わせた食事を1日2回以上毎日食べている人の割合	大人	54.1%	57.4%
		子ども	35.0%	55.0%
	食塩を多く摂り過ぎない食事内容を実践している人の割合	大人	43.2%	47.3%
	脂肪を多く摂り過ぎない食事内容を実践している人の割合	大人	15.9%	21.9%
	糖質を多く摂り過ぎない食事内容を実践している人の割合	大人	-	60.0%
	間食を多く摂り過ぎない人の割合	大人	44.9%	48.8%
		子ども	-	60.0%
	よく噛んで食べる人の割合	大人	26.8%	32.0%
子ども		-	80.0%	
早寝早起きを実践している人の割合	大人	49.4%	53.0%	
	子ども	-	80.0%	
和食や食文化の継承の伝統的な	行事食を取り入れている人の割合	大人	-	50.0%
	食事の挨拶をしている人の割合	大人	60.0%	62.9%
		子ども	78.6%	100.0%
	箸や食器を正しく持つ人の割合	大人	49.7%	53.3%
		子ども	-	60.0%
	姿勢よく食事をしている人の割合	大人	40.7%	44.9%
		子ども	-	60.0%
朝食または夕食を家族と一緒に食べる機会がある人の割合	大人	82.1%	83.4%	
共食を大切だと感じる人の割合	大人	42.8%	46.9%	
	子ども	-	47.6%	
若い世代の朝食メニューの周知、	朝食を欠食する人の割合	大人	11.2%	4.9%
		20歳代	33.8%	26.8%
		子ども	6.5%	4.0%
	朝食で主食・主菜・副菜を組合わせた食事をしている人の割合	大人	-	55.0%
		20歳代	-	55.0%
		子ども	37.5%	55.0%
	朝食で野菜を摂取している人の割合	大人	23.3%	28.8%
		20歳代	12.7%	21.9%
		子ども	14.1%	28.8%

7. 四條畷市食育推進会議、四條畷市食育推進プロジェクト会議

四條畷市食育推進会議及び四條畷市食育推進プログラム会議において、本市の食育を推進します。



8. 進捗管理

第3次計画の進捗状況について、毎年度、「四條畷市食育推進会議」において点検及び検証を行い、適切な進捗管理を行うとともに、新たな課題への対応等、必要に応じて施策、事業の見直し、改善に取り組めます。計画の最終年度に目標の達成度を評価し、公表のうえ、次期計画に反映します。

第3次四條畷市食育推進計画(資料編)

平成31(2019) - 35(2023)年度

平成31(2019)年3月



目次

第1章 四條畷市の食育の現状と課題	
1. 四條畷市の食育の現状.....	1
第2章 食育アンケート結果の分析	
1. アンケート結果による現状と課題.....	11
第3章 第3次計画の基本方針と重点課題	
1. 基本方針.....	20
2. 重点課題.....	21
3. 計画推進における各々の役割.....	22
第4章 第3次計画の取組み	
1. ライフステージ別の食育.....	23
2. 市民全体に向けた食育.....	30
3. 新規食育事業.....	32
四條畷市食育推進会議設置要領.....	i
四條畷市食育推進プロジェクト会議実施要要領.....	ii
用語解説.....	iv

第1章 四條畷市の食育の現状と課題

1. 四條畷市の食育の現状

(1) 第2次計画の概要

第2次計画では、第1次計画の「市民をはじめとして関係団体・関係機関が連携・協働すること」の重要性に加えて、国と府の基本方針をもとに地域性を踏まえ、子どもから若年期に重点を置いた取組みや生活習慣病を予防するための取組みを、幅広い年齢層を対象に食育事業の展開を行ってきました。

【計画期間】

平成26年度～平成30年度

【基本理念】

様々な経験を通じて市民一人ひとりが食育への関心を高め、全世代が生活習慣病予防等のために健康的な食生活を実践できることをめざします。

【基本方針】

- (1) 市民の心身の健康増進
- (2) 子どもの食育推進
- (3) 食育推進運動の展開
- (4) 伝統的な食文化の継承及び地産地消の促進

【重点課題】

- (1) 年代毎に独立しない食育の体制の構築
- (2) 生活習慣病の予防のための規則正しい食生活の実践
- (3) 多様化するライフスタイルに応じた共食の推進

【評価方法】

平成30年度に自記式質問紙調査を行い、第2次計画策定時の目標値と調査結果を比較し、第3次計画策定に反映します。

(2) 第2次計画での基本方針に対する取組み

1) 市民の心身の健康増進

幼児期から生活習慣病予防のための健康的な食生活確立や食品の安全性等への意識づくりを目的として、栄養士、保健師、保育士、食生活改善推進員が生活習慣病予防教室を行いました。また、お弁当を作る保護者に対して主食、主菜、副菜の栄養バランスや年齢に応じた食事量を日常的に取入れられるように教室を開催しました。

事業名	対象者	実施回数	議題内容
にっこにこ教室	2歳児とその保護者	年4回 (平成26年～平成27年)	①生活習慣病 ②生活習慣病予防のための生活習慣 ③子どもの規則正しい生活リズム ④生活習慣病予防のための食生活 ⑤食品表示 ⑥親子のふれあい遊び、体操 ⑦手作りおやつを試食
お弁当クッキング	小学生以下の保護者	年2回	①弁当箱を活用した1食分の適量 ②弁当箱を活用した栄養バランス ③お弁当に活用できる主食・主菜・副菜の調理実習

2) 子どもの食育推進

子どもが日ごろの食事について意識し、共食を通じて栄養バランスのとれた望ましい食生活を実践するための取組みを行いました。

事業名	対象者	実施回数	議題内容
朝食メニューコンテスト	小学校5～6年生	2年に1回	①地場産野菜を活用した朝食メニューの募集 ②ヘルシー、アイデア、スピード、バランスの部門毎に評価 ③最優秀、優秀、各部門、児童が選ぶ作品で表彰 ④入賞作品をホームページ掲載

3) 食育推進運動の展開

市民全体に広く食育を浸透させる事業の検討及び食育に関する適切な知識、情報の共有を目的として、行政機関と関係団体が連携の強化を図るための取組みを行いました。

また、生活習慣病の予防及び改善のためには、生涯にわたって健康的な食生活を送ることが重要です。すべてのライフステージにおいて食生活、健やかな生活習慣を実践できるよう、家庭、教育及び保育機関などの場で食育への取組みを推進しました。

事業名	対象者	実施回数	議題内容
食育推進会議	食育関係行政機関 食育関係団体	年1回 ※朝食メニューコンテスト開催 年度は年2回	①前年度食育事業の評価 ②今年度食育事業の計画 ③朝食メニューコンテスト最終審査 ④各機関・団体が実施する食育事業
食育プロジェクト会議	食育関係行政機関実務者 食育関係団体実務者	年3回 ※啓発部会年4～5回 ※企画運営部会年4～5回	①前年度食育事業の報告 ②今年度食育事業の活動計画報告 ③食育事業の調整 ④各機関・団体が実施する食育事業
ぱくぱく通信	園児、小学生、中学生、 高齢者	年1回	①食育に関するトピック1つ決定し、チラシ、 ポスターを作成 ②対象者へのチラシの配布 ③中学校へのポスター掲示
広報8月号への食育記事掲載	全市民	年1回	①食育に関するトピック1つ決定し、広報記事の 作成 ②大阪府食育月間に合わせ8月号広報に掲載
食育教材の貸出	市内の食育関係機関 及び関係団体	随時	①なわてレンジャー ②手作り着ぐるみ ③絵本 ④食育紙芝居 ⑤パネルシアター ⑥かるた・カード ⑦タペストリーなど

4) 伝統的な食文化の継承及び地産地消の推進

食育を身近にとらえるための体験活動や調理実習を通して和食文化の継承や食べることへの興味、食への感謝の気持ちを育む取組みを実施した。

事業名	対象者	実施回数	議題内容
市民のつどい	全市民	年1回	①食育に因んだ遊びやゲームの出展 ②食育推進キャラクターによる食育活動の周知 ③関係団体による栄養バランス指導 ④生活習慣病予防パンフレット配布
食育クッキング	小学生以下の子どもと保護者	年2回	①食べ物の生産過程の講話 ②和食の調理実習

(3) 関係機関、関係団体の食育の取組み

1) 保育所・幼稚園における食育の推進

事業名	対象者	実施回数	議題内容
クッキング	5歳児	年6回	ポップコーン・カレー・べっこうあめ等 おもちつきは、年齢に応じて蒸したもち米や、つきたてのおもちを味わう
菜園活動	5歳児	随時	夏野菜の苗を植え、自分たちでお世話をしながら生長の様子を観察したり、たまねぎやジャガイモの収穫を行ったりする中で収穫の喜びを味わうと共に、食材への関心も深めている
食育指導	全園児	随時	子どもたちが給食の材料を三色食品群にわけ、パネル展示をしたり、絵本や紙芝居、ままごと、ぬり絵等を利用し、食への関心を持ち、知識を深められるようにしている
食事と身体の関係伝える	全園児	随時	しっかりと体を動かし、おなかですいたことを感じる大切さや、生活リズムの大切さを伝えている
食事のマナー伝える	全園児	随時	食事時の姿勢や集中して食べることができる雰囲気づくり 子どもに合った分量を配膳し、残さず食べる習慣をつけるようにする 机やいすの高さ、食器類など、年齢や体格に合ったものを選び使用している
保護者や子どもへの情報発信	全園児	随時	給食の展示や給食だより、保健だよりによる情報発信 毎日のメニューを子どもたちと確認し、給食への関心がもてるようにしている(4歳、5歳)

2) 学校における食育の推進

① 市内中学校の食育

事業名	対象者	実施回数	議題内容
ナフキンエプロン週間(習慣)	中学生	随時	(体育大会の)ブロック対抗で忘れない習慣を身に付けさせる
給食アンケート			給食アンケート(好きなおかず、ごはん、パン、ベスト5を行う) 集会時に栄養士の話 残食0キャンペーン(体育大会のブロック対抗)
牛乳のみのみキャンペーン			返却時に計測し、よく飲んでいるクラスを競う (体育大会のブロック対抗)
牛乳のみのみ祭			返却時に計測し、よく飲んでいるクラスを競う (体育大会のブロック対抗)
食育まつり			参加

② 市内小学校の食育

事業名	対象者	実施回数	議題内容
朝食メニューコンテスト	小学生	2年に1回	5・6年生対象に、夏休みの宿題として募集を行った
野菜についての知識普及		随時	各クラスに季節ごとの野菜紹介のプリントを掲示した 集会時に栄養士の話 残食0キャンペーン(体育大会のブロック対抗)
体を動かす工夫や大切さを教える		随時	日常的に運動の重要性や、食事・睡眠・休養の生活習慣の学習 スマホの時間、うんち、はみがき、朝食etc →学期に1度、1習慣アンケートを行い、それをもとに懇談などで保護者にも伝え、生活習慣の見直しを行っている
食の体験学習		随時	各学年、各教科との組み合わせを考慮して、野菜を栽培したり、収穫後に調理実習を実施
給食指導の実施		随時	学校ごとに作成した指導計画をもとに、各クラスで実施 基本的な食事のマナーを指導 →おはしの持ち方、口の中に入っているときは話さない、など、発達段階に応じて指導
食育学習の実施		随時	5・6年生の家庭科の授業を中心に指導

3) 食生活改善推進協議会における食育の推進

事業名	対象者	実施回数	議題内容
親子クッキング	小学生とその保護者	年2回	親子への食育講座と調理実習 毎年テーマを決めて実施 食事のバランスガイド、野菜・フルーツの旬など
キッズ講座(おやつ作り)	就学前幼児とその保護者	平成28年度まで年3回 平成29年度から年2回	幼児と親子でおやつ調理(4種) 毎年メニューを変えて、野菜が食べられるよう工夫している 食育紙芝居を実施
市民の集い	市民(食育ブースにて)	年1回 (平成29年度のみ台風のため中止)	<ボランティアスタッフとして参加> 毎年内容は変化 (実施)野菜釣りゲーム、3・1・2お弁当箱法、なわてレンジャーのぬり絵 等 (展示)減塩提案、食物繊維、Ca 等
生活習慣病の予防講座	市民	年1回	これまでの取り組み 糖尿病予防 高血圧予防
高齢者の低栄養予防講座	市民	年2回	栄養バランス良く、しっかり食事と運動、そして認知症予防
骨太クッキング	市民	年1回(平成30年度)	講義(日本食生活協会からの冊子に沿って)と調理実習
減塩の取り組み	市民	年間を通して	塩分アンケート 毎年50～70名 減塩パンフレット配布と啓発
介護食講座(やさしい介護食)	高齢者(65歳以上)の市民	年1回(平成27年度～)	ロコモティブシンドローム・認知症を踏まえた講義、調理実習、栄養、運動 などについて 日本食生活協会からの冊子に沿って実施
市の健康増進計画の普及啓発に協力	市民	月2回程度	市の健康増進計画「なわて健康プラン」IとII 市内各地区へポスター提示(毎月貼りかえ)
離乳食講習会(補助)	離乳期の子どもをもつ保護者	年12回	受付、試食配り、子守り、片付け 等
にっこにこ教室	2歳児とその保護者	年4回 (平成26年～平成27年)	受講親子への試食調理(ひじきのおやき)

4) 生産者における食育の推進（田原農研クラブ、J A大阪東部女性会田原支部）

事業名	対象者	実施回数	議題内容
地場産物の提供	市内 小・中学校、保育所	随時	学校給食・保育所給食に地場産の米、大豆を使った味噌を提供

5) 交野・畷・大東地域活動栄養士会における食育の推進

事業名	対象者	実施回数	議題内容
障がい者料理教室	市内在住の障がい者とその家族	年1回	障がい者の社会参加の機会を作ると同時に、食生活の向上を図ることを目的として、知識と技術を習得していただくための講話と調理実習（四條畷市障がい福祉課事業）
居宅介護従事者研修会	居宅介護従事者及び事務局職員	年1回	講話（減塩の調理と食べ方の工夫、野菜の保存法など）（四條畷市社会福祉協議会事業）
介護者研修「食から考えるケア」	市内訪問介護事業所の訪問介護職員及び事業所の介護職員	年5回	在宅療養中の介護利用者に対する、体調や疾患に応じた調理補助、また介護者へのアドバイスができるような専門性の高い介護職員の育成を目指す研修（講義、実習）（四條畷市介護保険事業者連絡会事業）
保健センター事業への協力	幼児～高齢者	随時	食育クッキング、食生活改善推進員養成講座 市民の集い、地場産野菜のレシピ集の作成 朝食メニューコンテスト、離乳食講習会、特定保健指導 等

6) 行政における食育の推進

① 学校教育課

事業名	対象者	実施回数	議題内容
市内各小中学校と給食センターの連携	小中学校児童生徒教職員	各学校で年に1回程度	小学校児童による給食センターの見学、小中学校での給食試食会の開催と給食センター職員の訪問、栄養教諭による食育授業
市内各小学校と保健センターの連携	小学5・6年生	2年に1回	小学5、6年生対象の朝食メニューコンテストへの募集奨励、作品提示等の協力
学校の給食時間の交流	小中学校児童生徒	各学校年に1回程度	給食時間での異学年やペア学級の交流給食、学級での班やグループ給食、ランチルームの活用、ゲスト出演や曲やクイズの放送
学校の食育全体計画の推進	各小中学校	年1回	各校の学校教育計画の中で食育の計画を各学年、各教科での計画的な指導や体験学習につながるように指導助言

② 子ども政策課

事業名	対象者	実施回数	議題内容
給食だよりの配布	市立保育所及び認定こども園の在園児及び保護者	毎月1回	毎月配布する給食だよりの裏面で、食育に関する情報を掲載している
食育指導、クッキング補助	市立保育所及び認定こども園の5歳児	各園年3回程度	5歳児のクッキング保育の際に、調理内容や器具・材料の説明などをする また、クッキングが安全かつ円滑に進むように補助する 子ども達が、興味を持ってクッキング体験ができるような声かけを行う この機会を利用し、絵本・紙芝居・パネルシアター等を用いて、子ども達が食への関心を持ち、知識を深められるようなお話をする
食事中の巡回	市立保育所及び認定こども園の在園児	2、3ヶ月に1～2回程度	給食の時間に不定期で巡回し、子どもたちの食べる様子を見ている 給食の感想や、好きな食べ物、苦手な食べ物を聞き取るなど、子どもたちとコミュニケーションをとっている
食育事業への協力(お弁当クック)	小学生以下のお子様をもつ保護者	年2回	お弁当作りに、手軽に取り組みむことができるメニューを3～4品程度実施 20名定員の教室で、グループごとに調理実習をし、デモンストレーションやお弁当箱法の説明等を交えながら、調理の工夫などを学んでもらうことを目的としている

③ 高齢福祉課(くすのき広域連合四條畷支所)

事業名	対象者	実施回数	議題内容
大東・四條畷医療・介護連携推進事業	介護に携わる専門職または一般市民	2回	H29. 2. 25研修会にて講演 テーマ「訪問栄養食事指導等の評価とモニタリングの手順・方法」 H29. 10. 28研修会にて管理栄養士から発表 テーマ「わが街の在宅医療と介護の現状」
大東・四條畷医療・介護連携推進事業	一般市民	1回	市民講座にて講演・試食会(民間の配食・レトルト商品) H30. 4. 21テーマ「病院管理栄養士として出来ること ～食事での不安解消～」
大東・四條畷医療・介護連携推進事業	専門職	2回 (H30. 6. 14 H30. 8. 21)	上記事業において、口腔-栄養ケア、ワーキンググループとして会議の開催。大東・四條畷市内の管理栄養士、ケアマネ、歯科医師、歯科衛生士などで構成 栄養ケアステーション周知や利用促進、在宅口腔・栄養ケアの促進に向けた検討会議
自立支援地域ケア会議	一般市民(低栄養高齢者)	随時	個別ケースを通じて、高齢者の低栄養予防についての検討を行う。

④ 産業振興課

事業名	対象者	実施回数	議題内容
大阪エコ農産物の推進	農家	年2回	通常より農薬・化学肥料を半分以下に抑えて作られた農産物を大阪エコ農産物として認証し、安心・安全な食を推進
みそ作り講習会(担当は消費生活センター)	市民	年2回	市民総合センター、グリーンホール田原それぞれで消費生活友の会が講習会を実施

⑤ 大阪府四條畷保健所

事業名	対象者	実施回数	議題内容
大阪府の食育情報の発信	府民	月1回程度	おおさか食育通信による大阪府食育推進計画とその関連データ、食育指導事例、イベント情報の情報発信 健康保険組合連合会大阪連合会機関紙「かけはし」への記事提供
教育機関・関係機関への食育支援	希望者	随時	食育推進のための食育媒体の貸し出し、提供
小学校における食育の推進	小学校、生徒	年2回	「野菜バリバリ朝食モリモリポスターコンクール」の作品募集及び入賞作品によるカレンダーを全小学校に配布(平成29年度まで)
給食を通じた健康づくりの推進	特定給食施設、喫食者	随時	事業所や大学の食堂関係者と協働し「健康づくりへの意識づけ」や「給食内容」の向上、野菜たっぷり・適油・適塩に配慮したヘルシーメニューの推進を図る
高校生・大学生への食育の推進	高校生・大学生	年数回程度	生活習慣病予防事業として、食生活と運動等についての授業を実施
地域の飲食店等を活用した普及啓発	飲食店等	随時	「うちのお店も健康づくり応援団の店」の推進と、野菜たっぷり・適油・適塩に配慮したヘルシーメニューの推進を図る、府民への啓発を実施
家庭・地域における食育の推進	府民	8月	「野菜バリバリ朝食モリモリ元気っ子」推進キャンペーンの実施
保健所内のロビーにおける食育啓発	来庁者	年2回程度	食育月間・食育推進強化月間において食育推進の展示を行い、啓発実施
地域特性を踏まえた食育推進事業	間断なき世代 (高校、大学、勤労者、高齢者等)	随時	地域特性に応じた食育推進事業 (平成30年度より)

⑥ 給食センター

事業名	対象者	実施回数	議題内容
食育まつり 学校給食食育祭り	市内各小・中学校の児童・生徒、保護者、教職員	年1回	プロジェクターを使用して、給食センターの衛生管理や給食を作っている様子を実際に見て、給食への関心を高める。地場産野菜を使用していることも啓発をしています。
PTA給食試食会	市内各校の保護者	年1回 各校に実施	給食の概要について、試食をしながら説明をし、給食に対する理解を深めます。また給食参観に給食センター職員も参加することで、児童達の様子や意見を聴き、給食へ反映させることで食への関心を高めます。
給食センター見学	市内の小学校1年生及び希望する保護者、関係団体	希望する数	従来実施している給食センターの敷地見学に加えて、ユニバーサル農園ハウスの収穫体験をセットにする初の取組みを実施しました。収穫した野菜は後日の給食で使用していることを周知し、地場産野菜の啓発を行いました。
食育指導	各小・中学校	各校年1回程度	小・中学校の生徒に対して、生徒や学校に合わせた食育の指導を行い、食への関心と食育の大切さを啓発しています。

第2章 食育アンケート結果の分析

1. アンケート結果による現状と課題

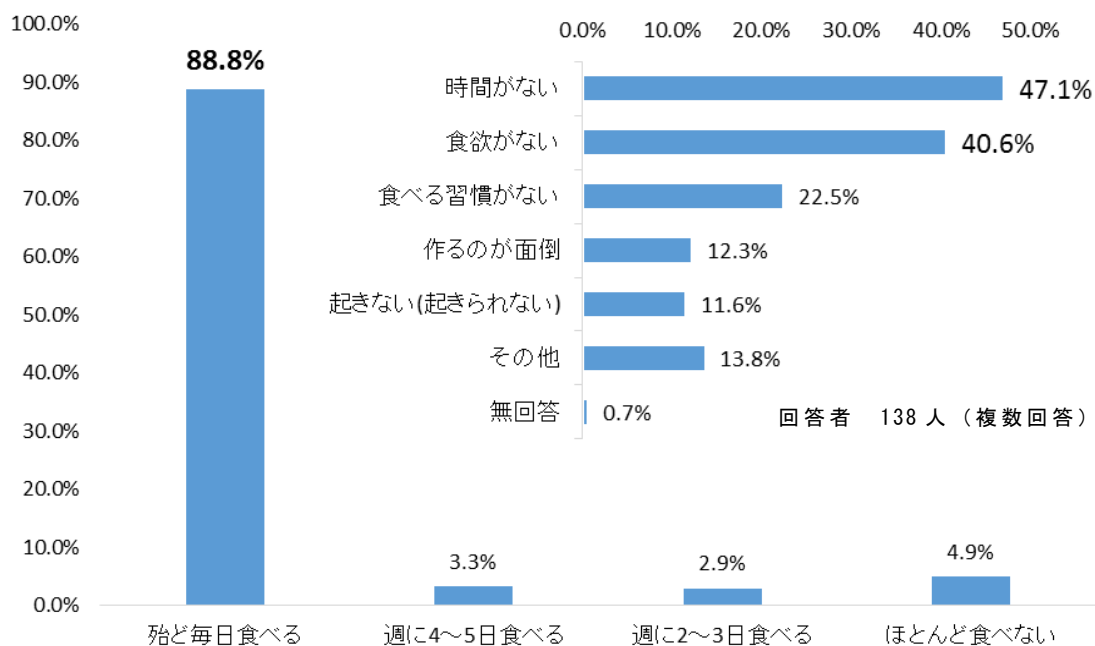
(1) 市民の心身の健康増進

1) 朝食の摂取状況

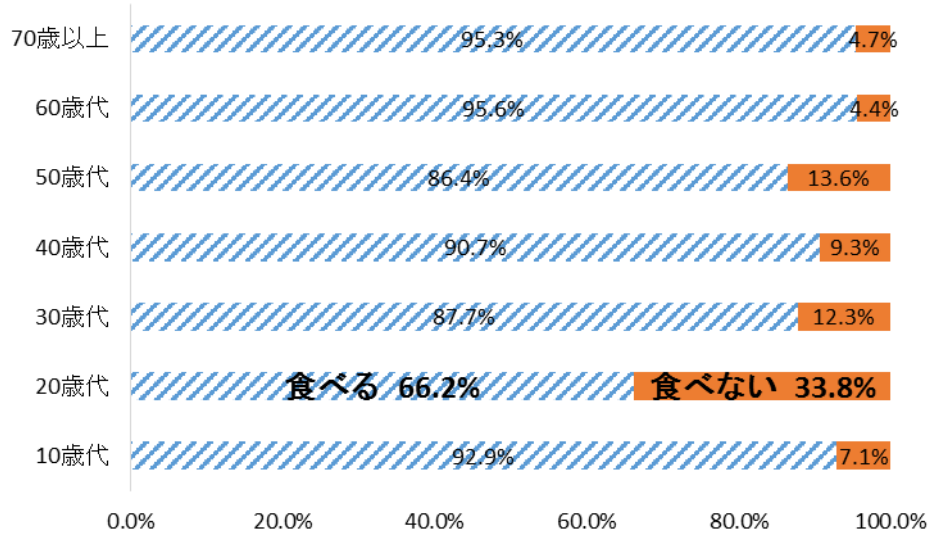
食生活に関する意識調査の朝食の摂取状況では、ほとんど毎日食べる人の割合が88.8%で目標値の92.6%には届いていませんが、策定時の87.6%よりも改善が見られました。朝食を欠食する日があると回答した者の理由としては「時間がない」「食欲がない」といった内容が多くを占めています。年代別の朝食の摂取状況をみると、20歳代の欠食率が33.8%と最も高くなっています。今回の20歳代への質問紙調査結果の母数が少ない事も影響していると考えられますが、国民健康・栄養調査の20歳代の朝食の欠食者数を合計して欠食率を算出すると27.4%と本市の方が朝食を食べていないことがわかります。また、朝食を毎日食べる者と欠食する日がある者を比較すると欠食をする者の方が起床時間・就寝時間が遅い傾向にあります。

20歳代は、進学や就職等ライフスタイルの変化に伴い朝食の欠食につながりやすくなると考えられます。ライフスタイルの変化するこの時期に、朝食の必要性を伝えていくとともに、朝食を食べる習慣を身につける工夫や規則正しい生活の大切さを伝えていく必要もあると考えます。

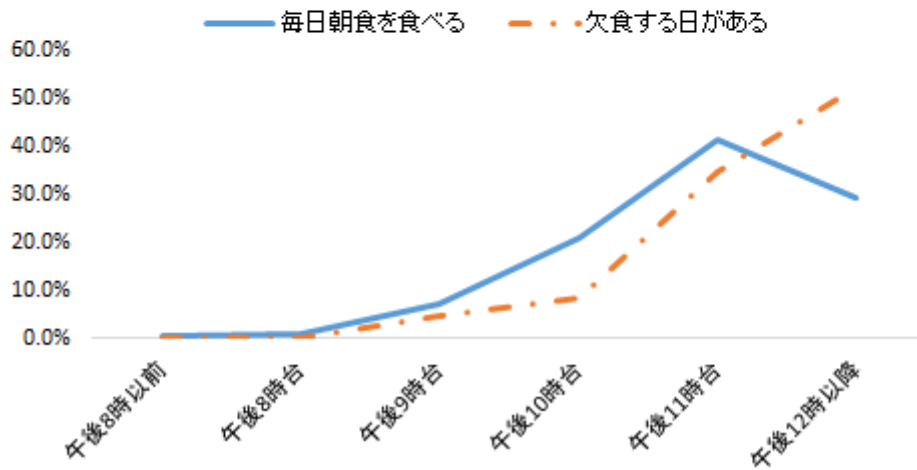
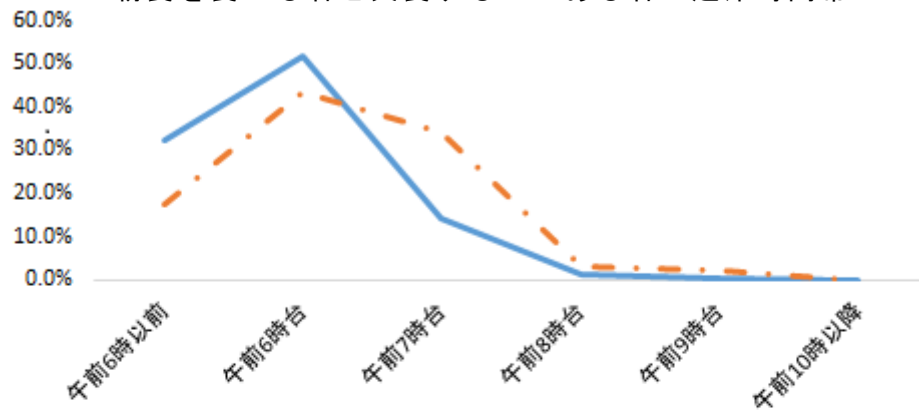
朝食の摂取頻度と欠食理由



年代別の朝食摂取状況



朝食を食べる者と欠食する日がある者の起床時間帯



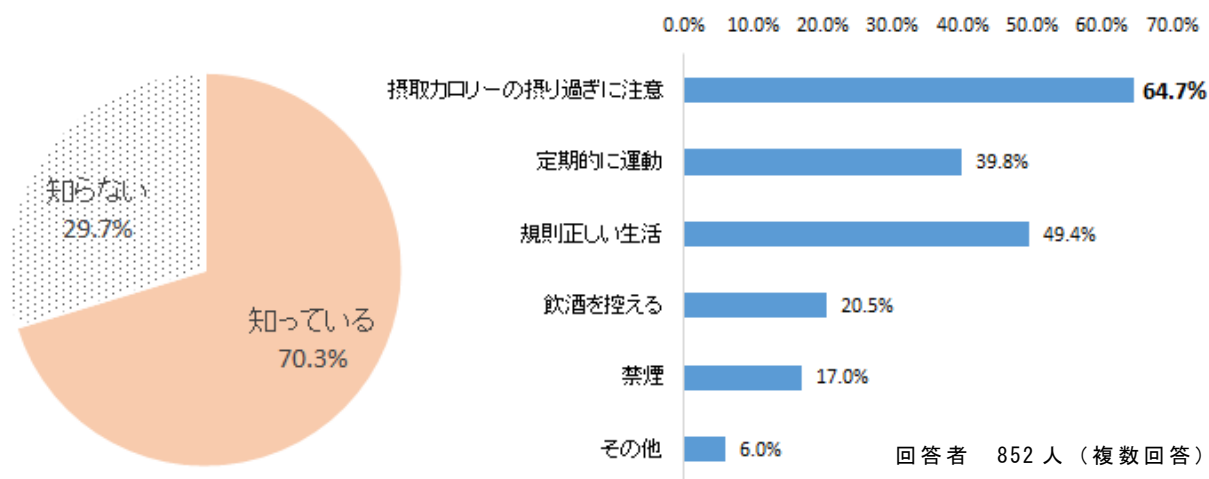
毎日朝食を食べる者と欠食する日がある者の就寝時間帯

2) 生活習慣病予防の取組み

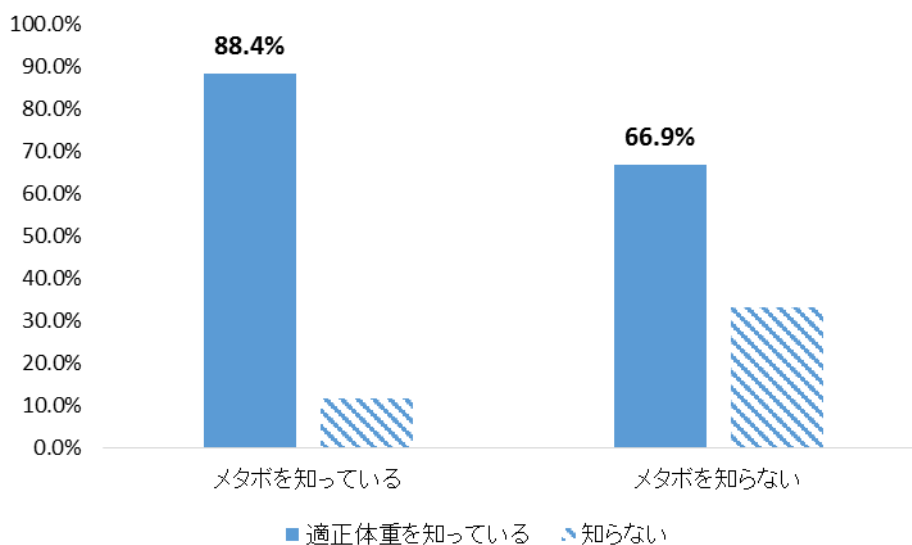
① メタボリックシンドロームの認知度

メタボリックシンドローム（以下「メタボ」という）の認知度について、知っている人が70.3%、知らない人が29.7%で知っている者が多く占めていました。メタボを知っている者は半数以上が摂取カロリーに注意することができていますが、計画策定時よりも低い値となりました。「定期的な運動」は計画策定時よりも高い数値となりましたが、「規則正しい生活」と同様に半数以下となっています。また、メタボの認知度別に適正体重の認知度を比較するとメタボを知らない者は自身の適正体重を知らない者が多いことがわかりました。メタボや規則正しい生活習慣の啓発を行う際には自身の体に興味を持たせる工夫が必要であると考えられます。

メタボリックシンドロームの認知度と予防の取組み



メタボリックシンドロームの認知度別の適正体重の認知度



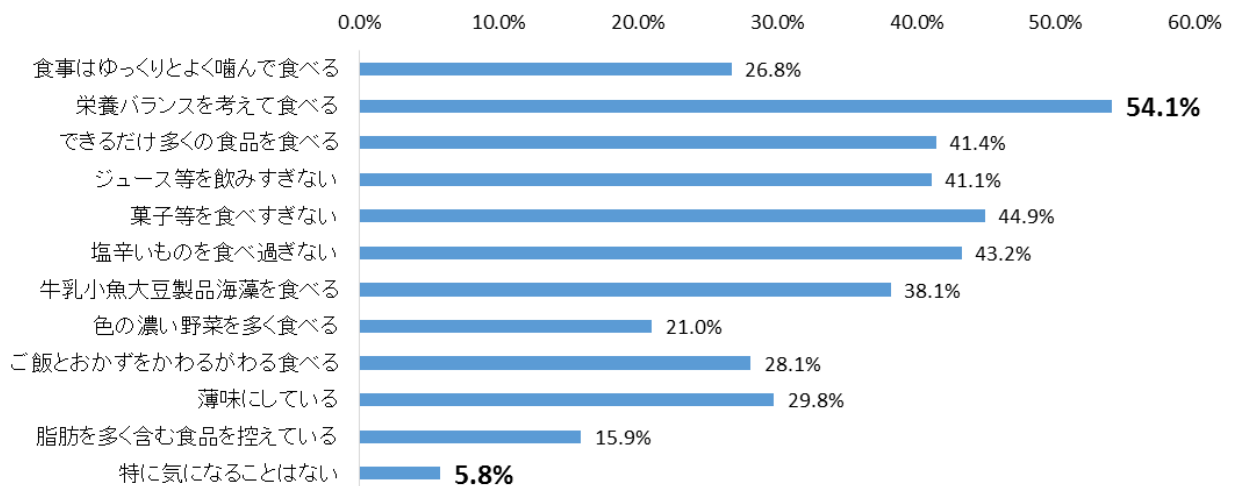
② 食生活で注意している事

食生活での注意していることについて、「栄養バランスを考えて食べる」が54.1%と最も高い数値を示していますが、計画策定時よりも低下しています。「ジュース等を飲みすぎない」「菓子等を食べ過ぎない」は計画策定時よりも高くなっており、間食に対する意識は向上傾向にあるのではないかと考えられます。

その一方で野菜や脂肪を多く含む食品、よく噛んで食べるといった回答は低く、食事の仕方・内容に加えて実践することによる効果を具体的に啓発していく必要があると考えられます。また食事について「特に気になることはない」と回答している者が5.8%を占めており、その内容について検討していく必要があります。

食生活で注意していること

回答者 1256人（複数回答）

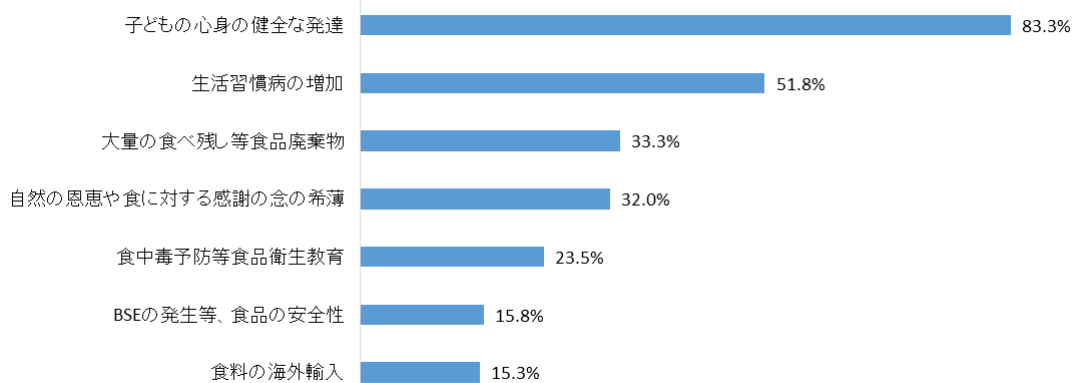


3) 食の安全性

子どもの心身の健全な発達や生活習慣病については関心度が比較的に高いものの、食中毒やBSE等の食品の安全性については低い傾向にあります。食品の安全性に関する正しい知識と理解を深められるよう啓発していく必要があります。

食育に関心がある内容

回答者 1015人（複数回答）



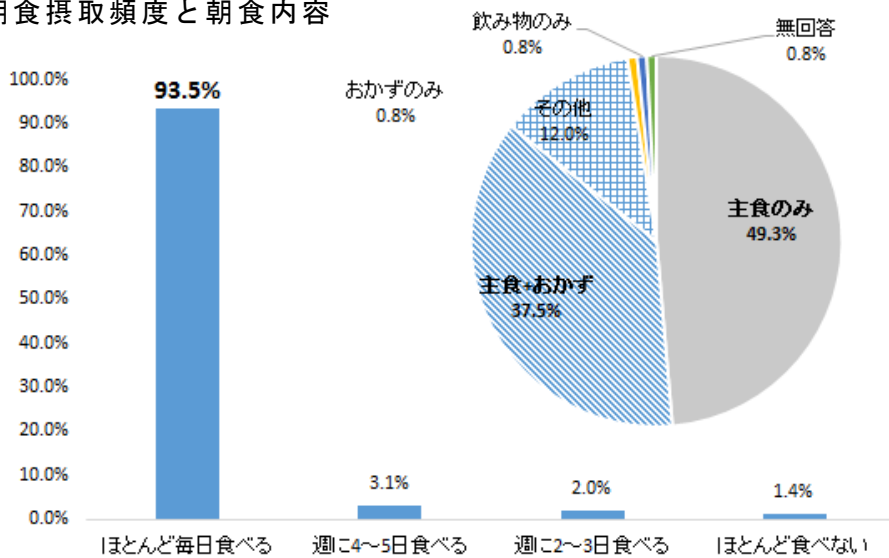
(2) 子どもの食育推進

1) 子どもの朝食の摂取状況

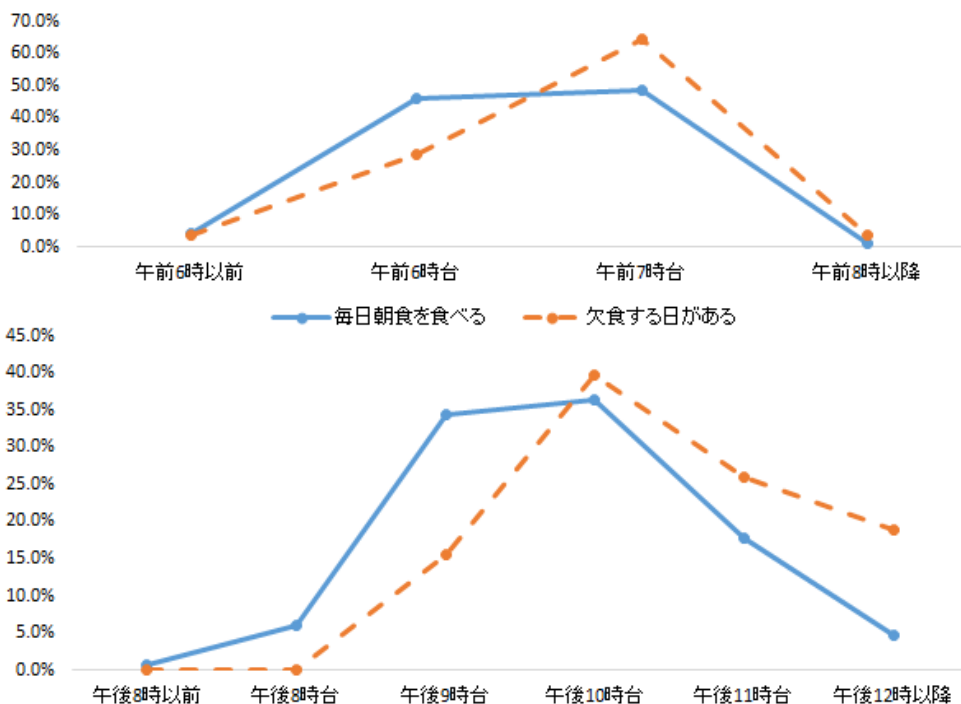
子どものアンケートでは、朝食をほとんど毎日食べる人は 93.5%と改善がみられました。朝食の内容としては、「主食とおかず」を食べる人が 37.5%、「主食のみ」49.3%、「おかずのみ」0.8%、「飲み物のみ」0.8%と主食とおかずといった内容でない者が半数を占めています。引き続き朝食の大切さを啓発するとともに、食事内容の啓発も必要と考えられます。

また起床時間、就寝時間別にみると朝食欠食をしている者の方が遅い傾向にあることがわかりました。成人と同様に就寝時間の遅れが、起床時間の遅れとなり、朝食を欠食する要因となっていると考えられるため、規則正しい生活習慣を確立させるための取組みが必要であると考えられます。

朝食摂取頻度と朝食内容



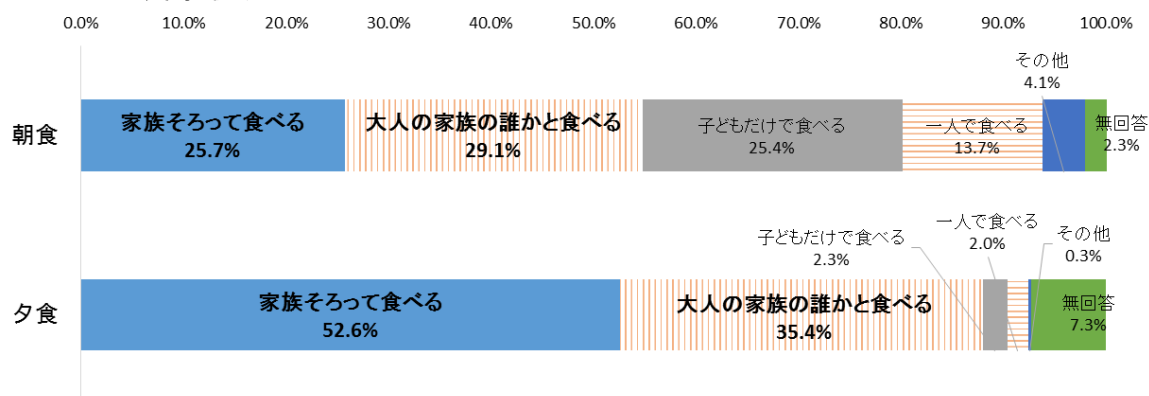
毎日朝食を食べる子と欠食する日がある子の起床時間(上)と就寝時間(下)



2) 共食

子どもの食事状況として、朝食を家族そろって食べる人と大人の家族の誰かと食べる人が約 50%を占めており、約 40%は子どもだけで食べる、一人で食べている状況です。夕食は家族そろって食べる、大人の家族の誰かと食べるという人が約 90%で、子どもだけで食べる、一人で食べるという人が約 5.0%と朝食に比べると共食は高い割合を占めています。また計画策定時と比較すると、子ども一人で食事をする割合は高くなっており、世帯構造や社会環境が変化し、ライフスタイルが多様化する中で家族と一緒に食事をする機会について検討していく必要があると考えられます。

子どもの食事状況

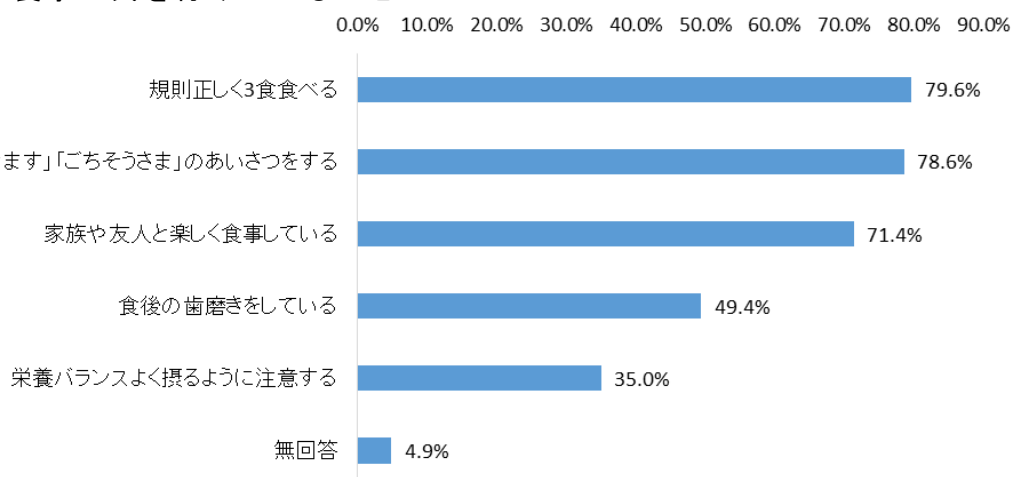


3) 子どもが食事で気を付けていること

子どもが食事で気をつけていることという項目では、規則正しく3食食べる、「いただきます」「ごちそうさま」の挨拶をする、家族や友人と楽しく食事をするといった回答が7割以上を占める一方で、栄養をバランスよく摂るように注意していると回答している人は35.0%と低い数値となりました。食事メニューを大人が考えていることが要因であると考えられますが、栄養バランスのよい食事を子どもへ啓発することも重要であると考えられます。

子どもが食事で気を付けていること

回答者 985人（複数回答）

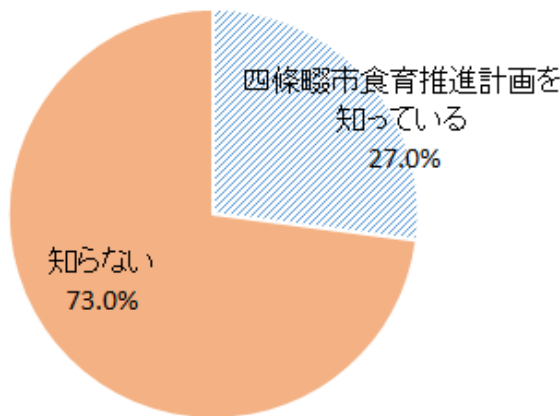


(3) 食育推進運動の展開

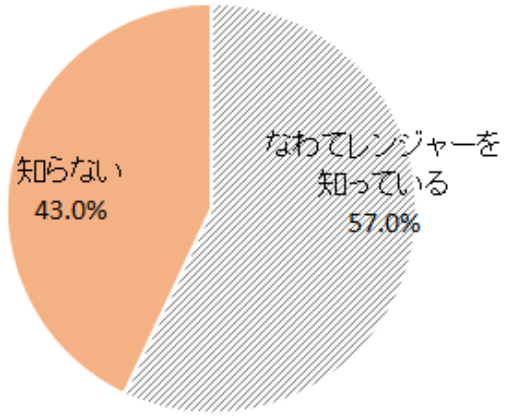
四條畷市における食育推進計画を知っている人は 27.0%で、知らない人が 73.0%と食育推進計画を知らない者割合が多い状況です。その一方で食育推進キャラクターの「なわてレンジャー」を知っている人は 57.0%で、知らない人が 43.0%という結果から、食育に関する活動は知っているものの計画に基づいて実施されている事を知らない者が多いと考えられます。

また食育への関心について関心があると回答した者は 82.1%で、食育についての情報入手方法としては、テレビジョンが 64.4%と最も高い状況です。市の広報誌から情報を入手している人は 22.0%で、市民に身近な媒体である広報誌や回覧板、ホームページを上手く活用した食育推進計画の啓発の仕方を検討し、更に情報媒体がテレビジョンということから、どの程度積極的に食育の情報を入手しているのか検討していく必要があると考えられます。

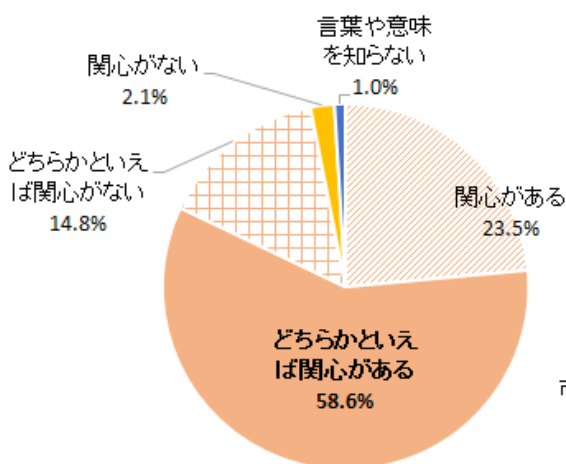
食育推進計画の認知度



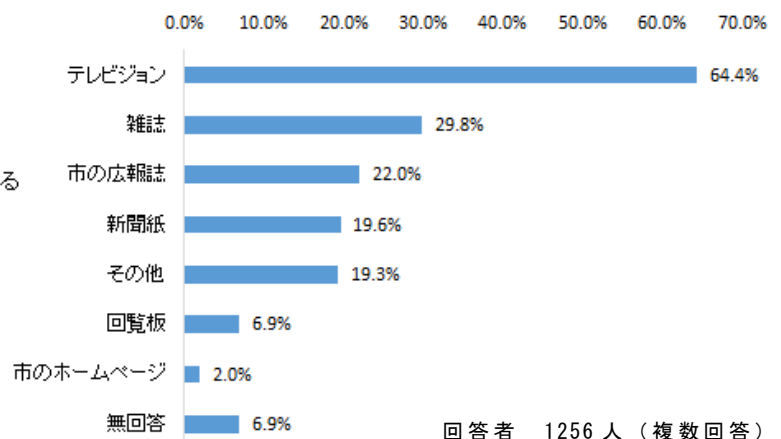
食育推進キャラクター（なわてレンジャー）の認知度



食育への関心



食育についての情報入手方法

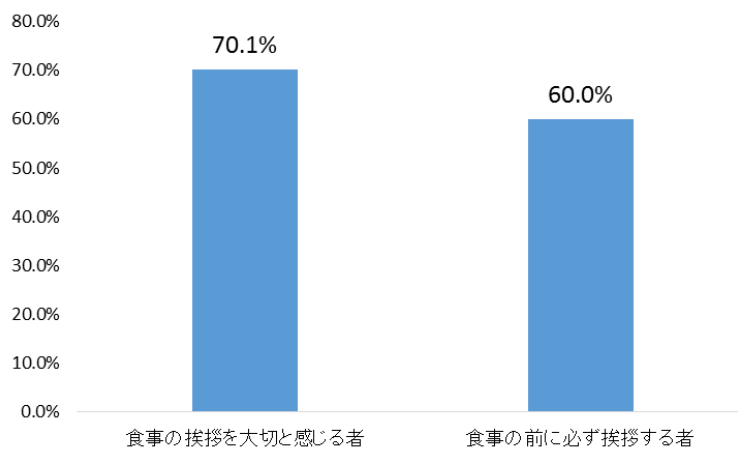


(4) 伝統的な食文化の継承と地産地消の促進

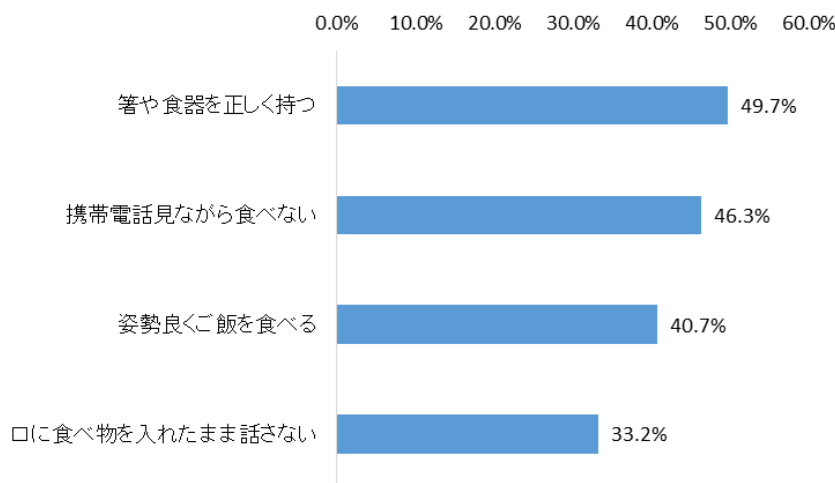
1) 伝統的な食文化の継承

食事の規則で大切にしていることについての項目では、食事の挨拶を大切と感じる者は70.1%ですが、実際に食事の前に必ず挨拶をする者は60.0%と大切と感じていても、実践している人では約10%減少しています。箸や食器を正しく持つこと、携帯電話を見ながら食べない、姿勢よくご飯を食べる、口に食べ物を入れたまま話さないといった日本の文化に基づいた食事の作法等を知ってもらうとともに、実践できる人を増やしていくことが日本の食文化の継承に大切であると考えられます。

食事の挨拶を大切と感じる者と食事前に必ず挨拶している者



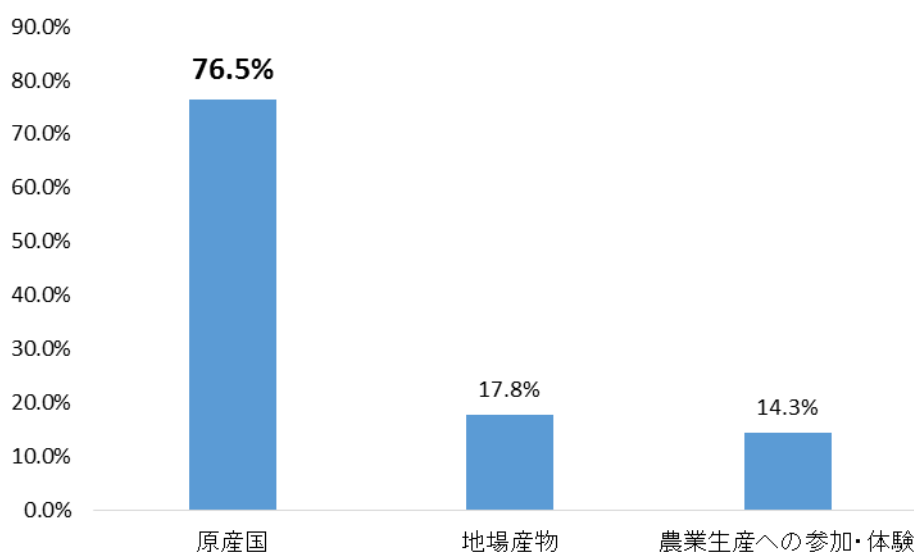
食事の規則で大切にしていること 回答者 1256人（複数回答）



2) 地産地消の促進

「食」について大切にしている事は、「栄養成分表の表示や原産国を見て購入する」76.5%、次いで「地場産物を購入する」17.8%、「農業生産への参加体験する人」14.2%という回答でした。特に栄養成分表示や原産地を見て購入する者が多くみられたことから、食の品質に対する意識は高いと考えられます。その一方で地産地消に対する意識は低い状況であるため、地産地消を身近に感じられる啓発をしていくことが重要であると考えられます。

「食」について大切にしていること 回答者 1256人（複数回答）



第3章 第3次計画の基本方針と重点課題

1. 基本方針

(1) 心身の健康増進

「野菜をたくさん摂る」「脂肪を摂り過ぎない」といった健康的な食生活を実践することは、生活習慣病の予防や豊かな人間性の構築といった心身の健康増進に大切です。そのためには、本市の食生活における課題を自身の問題として市民が認識し、食に関する適切な知識や判断能力を身につけられる取組みが必要です。様々な種類の食材が多様な形で加工されるようになっている現在においては、食品表示や生産地等の視点を取入れた「食を選択する力」を一人ひとりが備えていくことが重要です。年齢や健康状態、生活環境に合わせた健康的な食生活を考慮し、必要な食に対する知識及び判断力を培い、市民の生涯にわたる心身の健康増進を推進します。

また若い世代では、食に関する知識や意識、健康的な食生活の実施状況において他の世代よりも課題が多いことから若い世代への食育を推進する必要があります。

(2) 子どもの食育推進

子どもにとっての食育とは心身の健康と豊かな人間性を構築する基礎となるものであり、子どもの成長や発達に合わせた「きれめのない食育」の推進が求められます。そのためには、保護者だけでなく、教育や保育の場での食育推進に加え、相互の密接な連携を図ることによって、家庭、保育所、学校、地域社会における「きれめのない食育」が実現すると考えられます。

社会環境の変化や様々な生活様式といった食をめぐる状況の変化に対応した子どもの健康的な食生活の実現をめざし、関係機関や団体との連携及び協働を強化し、朝食や共食の大切さ、バランスのとれた食事への意識を中心に学ぶことができるような取組みを推進します。

(3) 食育推進運動の展開

本市における食育の推進運動が展開していくためには、本市の食育事業に興味を持ち、食育の意義や必要性等を理解するとともに、主体的に食育を実践できる市民の育成が必要となります。加えて、市民一人ひとりが食育の必要性を共感し、連携することで食育の推進運動はより活性化すると考えられます。

食育推進運動の展開及び活性化を実現させるためにも、市民や団体等の意思を尊重しながら、行政、産業、学校、民間企業が連携、協働した取組みを推進します。

(4) 伝統的な食文化の継承・地産地消の促進

伝統的な食文化や食生活は、心身の健康や精神的な豊かさと密接な関係があります。日本の伝統的な食文化である「和食」をはじめ、家庭で受け継がれている味や行事食、食事の作法などとともに、次世代への食文化の継承を推進します。

また、地域で生産したものを地域で消費する「地産地消」を推進することにより、地域の活性化や環境の保全、安全で安心な食生活につながるよう取り組みを推進します。

(5) 食の安全性の確保

食の安全性の確保は食生活において基本的な問題です。子どもから高齢者まで、食の安全・安心に関する正しい知識と理解を深め、自ら適切に判断する必要があります。そのためにも、調理時に食材を汚染させたりしてしまうことによる食中毒の予防といった調理方法の情報提供や安全な食材の保存方法の情報提供等の食に関する情報を様々な形で積極的に提供することを推進します。

2. 重点課題

(1) 何歳になっても、栄養バランスを考えた食生活の実践

バランスのとれた食生活の実践、偏った栄養摂取による肥満や生活習慣病の増加が大きな問題となっています。食事の欧米化が進むにつれ、エネルギー摂取においても、脂質を過度に摂取する傾向が見られるため、生活習慣病の予防及び改善に繋がるバランスのとれた食生活を送るよう取り組む必要があります。

意識調査の結果からも、栄養バランスを考えたり、野菜の摂取を意識したりしているものの、実践できている人の割合は増加していないため、引き続き啓発を行うとともに実践していくための環境づくりを行っていきます。

(2) 和食や食事の作法等の伝統的な食文化の継承

流通技術の進歩、生活様式の多様化等により、地場産物を活かした料理や、その食べ方、食事の際の作法等、優れた伝統的な食文化が十分に継承されず、その特色が失われつつあります。食育活動を通じて、和食、地場産食材、食事の作法等、伝統的な食文化に関する関心と理解を深めるなどにより、伝統的な食文化の保護及び継承が必要であると考えられます。

食文化の継承、普及をより一層進めていくため、子どもや若い世代を中心に食への感謝の気持ちや理解が深まるように働きかけるとともに、季節の行事食、地場産物を使った料理、日本の食文化である出汁や食文化、食事作法等への関心が高まるような取り組みを行います。

(3) 適切な朝食メニューの周知、若い世代の朝食欠食率の低下

20 歳代から 30 歳代の若い世代は、食育に関心のある傾向があるものの、体が健康であるために食の大切さや必要性を感じていない人や十分な取り組みをしていない人など、他の世代に比べ知識や技術に課題が多くあります。食育を広く推進するために、知識や技術を高めることができるよう適切な朝食メニューの周知を行う等の情報発信や食に触れる環境づくりを行っていきます。また、食に関する知識や望ましい食習慣の基礎が完成し、家庭からの自立を控えた 10 歳代に、欠食が将来の健康を損なうことを理解し、料理をする力や、食品を選ぶ力を身につけてもらうような取り組みも行います。

3. 計画推進における各々の役割

(1) 家庭の役割

家庭は市民一人一人が食育を実践する場であり、それぞれのライフステージに応じた食育を推進していく必要があります。特に食に関する情報や知識、伝統や文化などを次世代に伝えつなげる重要な場でもあります。

保護者自身が「食」について意識し、健全な食生活を実践するとともに、子ども発達段階に応じて、食に関する基礎的な知識や基本所作などの食習慣を身につけさせる役割が期待されます。

(2) 地域(関係団体)の役割

地域の関係団体には、日常的な活動を通じて食育推進の取り組みや様々な機会を活用した家庭や個人への積極的な働きかけが期待されます。

情報提供の充実、体験活動やイベント等、家庭での食育推進を支援するとともに、ボランティア団体、医療機関、生産者といった地域の関係団体との連携強化を図っていくなど、体制の強化も必要です。

(3) 行政の役割

地域(関係団体)と同様に、家庭や個人の食育推進を支援することはもちろん、関係者の自発的な食育推進活動が相互に連携協力を図りながら展開されるように支援するなど、地域ネットワークの中心としての役割を担います。

特に学校においては、栄養バランスのとれた学校給食を「生きた教材」として、給食の時間等を通して食に関する指導を進めていきます。

他の世代より課題の多い若い世代(特に 20 歳代)に関しては、より食育に関心を持つことができるように、インターネットや SNS(ソーシャルネットワークサービス)を活用した効果的な情報提供や、学校や地域と連携した働きかけなど、自ら食生活の改善等に取り組んでいけるような支援をしていきます。

第4章 第3次計画取組み

1. ライフステージ別の食育

(1) 妊娠期

主な事業		
ママ&パパ教室	保健センター	妊娠をきっかけに食生活を振り返り、『食』の出産準備として、胎児の発育と母体の保持のため、妊娠前に比べ必要なエネルギーやたんぱく質、鉄分などのミネラル類、ビタミン類など栄養素について啓発し、規則正しい食生活、バランスのよい食事についての知識を深めていきます。

(2) 乳幼児期

主な事業		
乳幼児健康診査	保健センター	ペーパーサート等を使用し、家族や友達と楽しく会話しながら食事をする大切さを伝え、1日3食規則正しい食生活や「いただきます」「ごちそうさま」の挨拶等の食事のマナーを啓発していきます。
離乳食講習会	保健センター 交野・畷・大東地域活動栄養士会 食生活改善推進協議会	様々な食べ物の味、形、色、口あたりを経験するようになり、少しずつ摂取できる食品量や種類が増えてく時期に、子どもの食に対する興味と食べようとする意欲を高めるための離乳食の進め方の知識を普及します。
びよびよキッズ教室	保健センター	子どもの発育に重要な食において、離乳食の回数、味、大きさの変わり目である時期に、煮干しやかťお、昆布でとった出汁や舌や歯茎で潰せるかたさを啓発していくことで、味覚の形成の食への関心を高めていきます。

歯っぴーす	保健センター	2歳児を対象に、よく噛んで食べる習慣を身につけ、自分の歯で何でも噛むために虫歯とおやつとの関係を周知し、口の中の健康の啓発を行います。
給食だよりの作成	子ども政策課	市立保育所及び市立認定こども園の在園児、保護者を対象として毎月配布する給食だよりの作成をします。裏面には食育に関する情報を掲載し、市のホームページからも確認できる様に、毎月更新していきます。
献立作成 食事中の巡回	子ども政策課	市立保育所及び市立認定こども園の給食の時間に巡回し、園児達の給食を食べる様子を見学します。園児達とのコミュニケーションを通して給食の感想や好きな食べ物、苦手な食べ物を聴き取り、今後の給食に反映させていきます。
クッキング	子ども政策課 忍ヶ丘あおぞらこども園 岡部保育所	ホットケーキやポップコーン、お好み焼き、カレーライス、べっこう飴等、みんなで楽しくクッキングに取り組みます。園児達が安全かつ円滑に取り組めるように補助をしながら、興味を持って体験できる声掛けをしていきます。年齢に応じて蒸したもち米、つきたてのお餅を味わう体験も行います。
菜園活動	忍ヶ丘あおぞらこども園 岡部保育所	夏野菜の苗を植えて、園児達が自らお世話をしながら生長の様子を観察や玉ねぎ、じゃがいも等の収穫体験、収穫した食物を使ったクッキング等を通して収穫の喜びを味わうとともに食材への感謝、関心を深めていきます。

食育指導	子ども政策課 忍ヶ丘あおぞら こども園 岡部保育所	園児達が給食の材料を三色食品群(栄養素の働きから3つの食品グループに分けたもの)にわけ、パネル展示や絵本、紙芝居、ままごと、塗り絵、体操等を利用し、食への関心や知識を深めていきます。クッキング中は調理内容や器具・材料の説明も行います。
食事のマナーの伝授	忍ヶ丘あおぞら こども園 岡部保育所	楽しみながら食事時の姿勢に注意したり、集中して食べることができる雰囲気づくりや自身にあった分量を配膳することによって残さず食べる習慣作りを行います。また机やいすの高さ、食器類等、年齢や体格に合ったものを使用することで、取組みやすい環境づくりも行います。
食事と生活リズムの関係について伝授	忍ヶ丘あおぞら こども園	しっかりと体を動かし、おなかがすいたことを感じることの大切さや早寝早起き等の生活リズムの大切さを伝えていきます。
家族への情報提供	忍ヶ丘あおぞら こども園 岡部保育所	給食の展示や給食だより、保健だよりを定期的に発信し、園児達だけではなく家族にも食育の大切さを発信していきます。 また園児達と給食のメニューを確認していくことで給食への関心も深めていきます。
キッズ講座	食生活改善推進 協議会	就学前の幼児とその保護者を対象におやつ調理実習を行います。食育の紙芝居やメニューに野菜を取入れる等の工夫をして、野菜が食べられるように実施していきます。

(3) 学童期～若年期

主な事業		
食育クッキング	保健センター 交野・畷・大東地域活 栄養士会	子ども達が自分で調理して、食べるこ との体験を通して、調理器具の使用 方法や清潔な洗浄の仕方等を学ぶと ともに、食の安全性に対する意識や 調理される前の食材に触れること による食への関心を深めていきま す。
朝食メニュー コンテスト	四條畷市食育推進会議	朝食欠食者を減らすための重要性に ついて啓発を行うとともに、子ども 自ら朝食のメニューを考えることで、 望ましい栄養や食事のとり方や自ら 健康管理ができることになること、 朝食の大切さや家族揃って食べる 楽しさを学び、食への関心を深め ていきます。
市内各小学校と給食セ ンターの連携	学校教育課 学校給食センター	各学校で年1回程度、小学校児童に よる給食センターの見学を行います。 また小中学校での給食センターでの 給食試食会の開催、給食センター職 員の学校訪問、栄養教諭による食 育授業を展開し、給食に対する関 心を深めていきます。
給食時間の交流会	学校教育課	各学校で年に1回程度、給食時間で 異学年やペア学級の交流給食を実 施しています。ランチルームの活用 や献立の紹介、特別ゲスト出演、 クイズの放送等、様々なイベント を行うことで食事を楽しむことの 大切さを伝えていきます。
食の体験学習	市内小学校	各学年、各教科との組合わせを考 えて、野菜の栽培や収穫後に調理 実習を行い、食への関心を深めま す。また、野菜についての知識の 普及も行い、野菜摂取の必要性 についても啓発していきます。

給食指導	市内小学校	各学校で作成した指導計画をもとに、箸の使い方や口の中に食物が入っている状態で話さない等の基本的な食事のマナーについて指導を行います。また、食事だけではなく、運動・休養といった生活リズムの重要性についても指導を行います。
食育学習	市内小学校	家庭科の授業の中に食育についての内容を取入れて、食育への関心や知識を深めていきます。
学校の食育全体計画の推進	学校教育課	各学校は学校教育計画の中に「食育に関する指導の全体計画」を位置づけており、各学年や発達・発育段階に応じた取組みを行っています。計画的な指導や体験学習が実施できるようにしていきます。
ブロック対抗型食育事業	市内中学校	ナフキンエプロン習慣や牛乳のみのみキャンペーン、残食0キャンペーン等、ブロック別に競いあう形式で取組み、食品ロスや食事のマナーを自然と身につけられるようにします。
栄養士の講話	市内中学校	生徒の集会時に栄養士による講話を取入れて、食への関心を高めます。また好きなおかず等のアンケート調査を実施することで食への関心を高めつつ、主食とおかずといった栄養バランスの良い食事への意識付けも行います。
食育啓発	市内中学校	食育まつりに参加する事で、地域で取組まれている食育や食育の大切さについて啓発していきます。

親子クッキング	食生活改善推進協議会	小学生とその保護者を対象に、食事のバランスガイドや旬の野菜、旬の果物等のテーマに沿って親子への食育講座と調理実習を行います。
教育機関・関係機関への食育支援	大阪府四條畷保健所	食育推進のための食育媒体の貸出しや提供を希望に合わせて随時行っていきます。
地産地消の推奨	J A 大阪東部女性会 田原支部 田原農研クラブ グリーンファーム	<p>1年を通し、米飯実施日に使う米を四條畷産米とします。年105回（畷全）＋エコ米7回（田原） 地場産率100%</p> <p>エコ米以外に青ネギ、たまねぎ、恵比寿南瓜を納入していきます。（年により出来高が異なるため、納入量は左右される） 地場産率10%</p> <p>青ネギ、小松菜、青梗菜、人参を納入していきます。</p> <p>児童（全1年生）の収穫体験、収穫した野菜を後日給食で提供（食育事業）、田原小2年生田原農園で収穫体験（収穫野菜がイオン四條畷で販売）を実施していきます。 地場産率20%</p>
地産地消の推奨 オリジナル食品開発	学校給食センター	<p>地場産野菜を使ったオリジナル加工食品開発 例：畷ネギ焼き、小松菜入り焼売、青梗菜入り肉まん、地場野菜ふりかけ</p> <p>単に地場野菜を給食センターで使用するのではなく、開発食品を開発提供することで地場産率が向上する。</p> <p>平成29年度の地場産率は30.8% 平成34年度目標値を35%、平成39年度目標値を40%としている。 （平成30年度は米を100%にしたことで地場産率が40%を超える予定である）</p>

(4) 青年期～壮年期

主な事業		
給食を通じた健康づくりの推進	大阪府四條畷保健所	事業所や大学の食堂関係者と協働して、特定給食施設や喫食者を対象に「健康づくりへの意識づけ」や「給食内容」の向上、野菜たっぷり・適油・適塩に配慮したヘルシーメニューの推進に随時取り組んでいきます。
高校生・大学生への食育の推進	大阪府四條畷保健所	年数回程度、高校生や大学生を対象に生活習慣病予防事業として食生活と運動等についての授業を実施していきます。
乳幼児健康診査	保健センター	<p>保護者に対して、1日3食規則正しい食生活や子どもの発育に必要な栄養バランスについて啓発します。</p> <p>また新鮮な地場産野菜や旬の食材を積極的に活用することや健康、食の安全性について正しい知識の普及を行います。</p>
びよびよキッズ教室	保健センター	保護者に対して薄味の必要性と調理方法（炒める、煮る、焼く、蒸す、揚げる）の仕方についての知識を普及します。また、離乳食を進める時期に合わせて野菜、たんぱく質の食品の組合わせて、バランスの取れた食生活の基礎を作っていきます。

(5) 高齢期

主な事業		
大東・四條畷 医療介護連携推進事業	口腔・栄養ケアワーキンググループ	実習型の研修会を実施することで、食に対する関心を高めつつ、必要な栄養に関する知識を深めていきます。

自立支援型地域ケア 会議	高齢福祉課	個別ケースを通じて、高齢者の低栄養予防についての検討を行う。
高齢者の低栄養講座	食生活改善推進 協議会	食欲が低下して低栄養になる可能性がある高齢者に対して、栄養バランスの良い食事の内容と栄養だけでなく運動の大切さを啓発することによって低栄養の防止と認知症予防に取り組めます。
介護食講座	食生活改善推進 協議会	高齢者を対象にロコモティブシンドロームや認知症を踏まえた講義、調理実習を行います。日本食生活協会の冊子に沿って必要な栄養と運動について学んでいきます。

2. 市民全体に向けた食育

主な事業		
市民の集い食育ブース	保健センター 交野・畷・大東地 域活動栄養士会 食生活改善推進 協議会	乳幼児、学童期の児童とその保護者を対象として、あそびやゲームを中心に栄養バランスや野菜についての正しい知識の啓発を行います。
四條畷市食育月間	保健センター	大阪府の食育月間に合わせて8月の広報で朝食の重要性を伝えるとともに、2年に1度開催している朝食メニューコンテストで選ばれたメニューの紹介や保育所などでの食育に関する行事の紹介を行い、食育の啓発を行います。
ぱくぱく通信	保健センター	平成17年度から子ども及びその保護者を中心に配布していますが、平成27年度からは、第二次計画に基づき、成人・高齢者を対象に追加し、『食』に関するテーマごとに子どもから高齢者まで楽しく興味を深めていきます。

減塩の取組み	食生活改善推進協議会	年間を通して 50 名から 70 名の市民を対象に塩分に関するアンケートを実施し、減塩の啓発を行います。啓発の際には減塩パンフレットを配布します。
骨太クッキング	食生活改善推進協議会	骨粗しょう症や骨折のリスクを上げない様にカルシウムを積極的に摂取できるよう講義と調理実習を行い、啓発していきます。 同時に生活習慣病予防やロコモティブシンドローム予防の啓発も行います。
大阪エコ農産物の推進	産業振興課	農薬や化学肥料を通常の半分以下に抑えて作られた農産物を「大阪エコ農産物」として認証し、安心安全な食物の普及に取り組んでいきます。
大阪府の食育情報の発信	大阪府四條畷保健所	大阪府民を対象に月 1 回程度、おおさか食育通信による大阪府食育推進計画とその関連データ、食育指導事例、イベント情報等の情報発信を行います。また健康保険組合連合会大阪連合会機関紙「かけはし」への記事提供を行います。
地域の飲食店等を活用した普及啓発	大阪府四條畷保健所	飲食店等に対して随時、「うちのお店も健康づくり応援団の店」の推進と、野菜たっぷり・適油・適塩に配慮したヘルシーメニューを推進し、府民への啓発に取り組んでいきます。
家庭・地域における食育の推進	大阪府四條畷保健所	大阪府民に対して毎年 8 月に「野菜バリバリ朝食モリモリ元気っ子」推進キャンペーンの実施し、野菜と朝食の大切さについて啓発していきます。
保健所内のロビーにおける食育啓発	大阪府四條畷保健所	来庁者を対象に年 2 回程度、食育月間・食育推進強化月間において食育推進の展示を行い、啓発を実施します。

地域特性を踏まえた食育推進事業	大阪府四條畷保健所	高校、大学、勤労者、高齢者等の間断ない食育の取組みを地域特性に応じて、随時実施していきます（平成30年度から）
-----------------	-----------	---

3. 新規食育事業

主な事業		
朝食啓発クッキング	保健センター	ネットテレビを活用し、朝食メニューコンテスト優秀作品を実際に調理し、試食することで朝食の大切さや栄養バランスの必要性について啓発していきます。
朝食啓発キャンペーン	保健センター	広く市民へ朝食の大切さを周知するために、なわてレンジャーの関連物品を活用しながら駅等、市民が集まる場所に出向いて啓発を行います。
レシピ動画配信事業	保健センター	Twitter等のSNSを活用して、朝食などのレシピを配信し、市民に広く栄養バランスの大切さや食育の重要性について啓発していきます。
シニアカフェ	食生活改善推進協議会	60歳以上の四條畷市民を対象に、引きこもりを予防するために外出しておやつタイムを楽しむことをコンセプトとした雰囲気の良いカフェづくりを実施します。
自立支援型地域ケア会議	交野・畷・大東地域活動栄養士会	ケアマネジャーが担当する要支援の認定を受けているケースについて、多職種それぞれの立場からアドバイスすることにより、対象者の自立を応援することを目的とする会議。 栄養士の立場から食生活面のアドバイスをすることにより、体力を向上し、結果としてADLを上げ、自立につなげていただく。 (府モデル介護予防普及啓発推進事業くすのき広域連合四條畷支部担当)

四條畷市食育推進会議設置要領

(目的及び設置)

第1条 この要領は四條畷市食育推進計画（以下「推進計画」という。）に基づき、本市の食育に関する施策を総合的に推進するため、四條畷市食育推進会議（以下「推進会議」という。）を置き、その運営について必要な事項を定めることを目的とする。

(所掌事務)

第2条 推進会議は、次に掲げる事項を所掌する。

- (1) 推進計画の策定、進行状況の管理、評価及び見直しに関すること
 - (2) 前項に掲げるもののほか、食育の推進のために必要な事項に関すること
- (組織)

第3条 推進会議は、委員20人以内とし、次に掲げるもので組織する。

- (1) 医師会の代表者
- (2) 歯科医師会の代表者
- (3) 薬剤師会の代表者
- (4) P T A協議会の代表者
- (5) 生産関係の代表者
- (6) 食に関するボランティア団体の代表者
- (7) 地域活動栄養士会の代表者
- (8) 教育関係の代表者
- (9) 食育に係る行政機関の代表者

(会議)

第4条 推進会議は、保健センター所長が招集し、座長を務める。

(庶務)

第5条 会議の庶務は、保健センターにおいて処理する。

(四條畷市食育推進プロジェクト会議)

第6条 推進会議は、推進計画に基づく施策の実施、評価及び検討を行うため、別に定める四條畷市食育推進プロジェクト会議を置くことができる。

附則

- 1 この要領は、平成26年4月1日から施行する。

附則

- 1 この要領は、平成27年4月1日から施行する。

四條畷市食育推進プロジェクト会議実施要領

(目的及び設置)

第1条 この要領は、四條畷市食育推進会議設置要領第6条の規定に基づき設置する、四條畷市食育推進プロジェクト会議(以下「プロジェクト会議」という。)の運営について必要な事項を定めることを目的とする。

(所掌事務)

第2条 プロジェクト会議は、次に掲げる事項を所掌する。

- (1) 食育に関する情報の交換及び地域の実態把握に関すること
- (2) 四條畷市食育推進計画(以下「推進計画」という。)に基づく、事業の実施に係る企画・運営等に関すること
- (3) 推進計画の検討及び策定に関すること

(組織)

第3条 プロジェクト会議は、次に掲げるもので組織する。

- (1) P T A協議会母親代表委員会の代表者
- (2) 生産関係の代表者
- (3) 食に関するボランティア団体の代表者
- (4) 小・中学校保健主事部会の代表者
- (5) 地域活動栄養士会の代表者
- (6) 教育委員会職員
- (7) 食育に係る行政機関の職員

(会議)

第4条 プロジェクト会議は、保健センター所長が招集し、保健センター職員が座長を務める。

(庶務)

第5条 会議の庶務は、保健センターにおいて処理する。

(作業部会)

第6条 プロジェクト会議は、食育推進事業を円滑に推進するため、次の各号に定める作業部会を置くことができる。

- (1) 啓発部会
- (2) 企画運営部会
- (3) 世代別食育プログラム作業部会
- (4) 食育推進会議が必要と認めた部会

2 前項に掲げる作業部会の所掌事務は、別表の左欄に掲げる区分に応じ、同表の右欄に掲げる事項とする。

3 作業部会員は、第3条に定める委員をもって充てる。

附則

1 この要領は平成26年4月1日から施行する。

附則

1 この要領は平成27年4月1日から施行する。

別表（第6条関係）

啓発部会	食育に関する事業や啓発方法についての企画、検討等に関する事
企画運営部会	食育に関するイベント等の事業についての企画、検討等に関する事
世代別食育プログラム 作業部会	世代別食育プログラムの検討等に関する事
食育推進会議が必要と 認めた部会	食育推進会議が必要と認めた事項に関する事

用語解説

あ行

○栄養教諭

食に関する指導と給食管理を一体のものとして行う、栄養士や管理栄養士の資格を持つ教育職員。学校における食育の推進の中核的な役割を担う。栄養教諭制度は平成 17 年度から施行された。

○栄養成分表示

食品に含まれている栄養成分（エネルギー、たんぱく質、脂質、炭水化物、ナトリウムなど）が記載されており、1 回にどのくらいの栄養成分がとれるのかを知ることができる表示のこと。

か行

○行事食

季節ごとの特別な行事（お正月、節分、ひな祭りなど）の時の食事のこと。

○共食

家族や友人などと一緒に食事を楽しむこと。

さ行

○主食・主菜・副菜

主食は、ご飯、パン、めん類などの穀類が主な材料のもので、炭水化物が多く、エネルギーの元になる。主菜は、肉、魚、卵、大豆・大豆製品が主な材料のもので、たんぱく質や脂質を多く含んでいる。副菜は、野菜やいも、きのこ、海藻類などが主な材料のもので、ビタミンやミネラル、食物繊維などを多く含んでいる。この 3 つを揃えることで、食事の栄養バランスを整えることができる。

○食育月間

「食育推進基本計画」により、毎年 6 月が「食育月間」と定められている。食育月間では、国、地方公共団体、関係団体などが協力して、食育推進運動を重点的かつ効果的に実施し、食育の一層の浸透を図ることとしている。

○食事の作法

「いただきます、ごちそうさま」のあいさつをする、箸や食器を正しく持つなどの、食に関する様々なマナーのこと。

○食事バランスガイド

健康で豊かな食生活の実現を目的に策定された「食生活指針（平成 12 年 3 月）」を具体的

に行動に結びつけるものとして、平成 17 年 6 月に農林水産省と厚生労働省により作成されたもの。1 日に「何を」、「どれだけ」食べたらよいかを考える参考にできるよう、食事の望ましい組み合わせと、おおよその量をイラストでわかりやすく示したもの

○食生活改善推進員

市が開催する「食生活改善推進員養成講座」において、食生活改善や健康づくりに関して受講し、養成後、食生活改善推進協議会に入会し、食に関するボランティア活動を行っている。

○生活習慣病

「食習慣、運動習慣、休養、喫煙、飲酒などの生活習慣が、その発症や進行に關与する症候群」とされている。高血圧症、糖尿病、脂質異常症などがある。

た行

○地産地消

地域で生産されたものを、その地域で消費する取組みのこと。

○低栄養

健康的に生きるために必要な量の栄養素が摂れていない状態。その中でも特に、たんぱく質とエネルギーが十分に摂れていない状態のことを「たんぱく質・エネルギーの欠乏（症）」といい、血清のアルブミン値が一定以下になっているか、また体重がどれくらいの割合で減少しているかといったことから判断される。

○適正体重

身長(m)×身長(m)×22 で算出される値。

肥満度を示す指標 BMI (Body Mass Index : ボディマスインデックス) を使用し、BMI18.5 未満を「低体重」、18.5 以上 25 未満を「普通体重」、25 以上を「肥満」と定義している。また、医学的に最も病気のリスクが少ない BMI を 22 として「標準体重」または「適正体重」としている。

○特定給食施設

健康増進法第 20 条第 1 項により「特定かつ多数の者に対して継続的に食事を提供する施設のうち栄養管理が必要なものとして厚生労働省令で定めるもの」とされ、健康増進法施行規則第 5 条により「継続的に 1 回 100 食以上又は 1 日 250 食以上の食事を提供する施設」と規定されているもの。

ま行

○メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）

内臓脂肪に高血圧、高血糖、脂質代謝異常が組み合わさり、心筋梗塞や脳卒中などが起こりやすい状態のこと。

ら行

○ライフステージ

人生において節目となる出来事（出生、入学、卒業、就職、結婚、出産、子育て、退職など）の区分のこと。

○ロコモティブシンドローム（運動器症候群）

骨や関節、筋肉などの動きを伝える神経が衰えたりして、立つ、歩くといった動作が困難になり、寝たきりや介護が必要になる可能性が高い状態のこと。