

四條畷市食育推進計画

第2次



平成26年3月

四 條 畷 市

食育とは？

食育基本法 前文

21世紀におけるわ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、生きる力を身につけていくためには、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。

ごあいさつ

「食」は心身の健康のために欠かせないものです。しかしながら食べ残しや食品廃棄物の増加が問題となるいわゆる「飽食」の時代となり、脂質の過剰摂取や野菜不足等の栄養の偏り、朝食の欠食などの不規則な食生活による肥満や生活習慣病の増加、過度の痩身などの問題に加え、新たな「食」の安全性の問題や海外への依存度が大きいという問題が生じています。

「食」についての情報は氾濫している一方、正しい情報を適切に判断し、活用することが困難な場合も考えられます。

四條畷市では、平成21年3月に、市の特性を生かし、様々な経験を通じて食に関する力をはぐくむため、市民や関係団体、関係機関が協力しながら、総合的かつ計画的に食育を推進するために「四條畷市食育推進計画」を策定し、様々な「食育」に関する事業を展開し、啓発に努めてまいりました。

この間、国においては、これまでの歩みをさらに発展させ、食育を一層推進するために、平成23年3月に「第2次食育推進基本計画」が公表され、大阪府では「第2次大阪府食育推進計画」が策定されました。

そのような状況のなか、本市では、平成25年度をもって第1次の計画期間が終了するにあたり、これまでの食育推進の成果と課題を検証し、食を取り巻く社会情勢を踏まえて、「第2次四條畷市食育推進計画」を策定しました。

策定にあたりましては、アンケート調査及び市民意見公募の実施のほか、多くの方々から貴重なご意見を頂戴しながら作業を進めてまいりました。

今後は本計画に基づき、市民や関係団体、関係機関と連携・協働しながら、より一層四條畷市の食育を推進し、基本理念である「食育で元気なまちづくり」を合言葉に、食育への理解から実践につながるよう施策を進めてまいります。

最後に、本計画を策定するにあたり、ご尽力を賜りました四條畷市食育推進関係会議の委員の皆様、また、策定のためのアンケートにご協力を賜りました皆様、並びに、貴重なご意見をいただきました市民の皆様に対しまして厚くお礼を申し上げます。

平成26年3月

四條畷市長 土井 一憲

目次

I

第2次四條畷市食育推進計画の概要

- | | | |
|---|---------|-------|
| 1 | 基本方針 | (P.1) |
| 2 | 計画の位置づけ | (P.1) |
| 3 | 計画の期間 | (P.2) |
| 4 | コンセプト | (P.2) |

II

食育推進計画策定後の具体的な取組み

- | | | |
|---|---------------------|------------|
| 1 | 「食育」事業別取組み | |
| ① | 市民の集いへの参加 | (P.3) |
| ② | ばくばく通信 | (P.3～P.4) |
| ③ | 朝食メニューコンテスト | (P.4) |
| ④ | 子育て支援交付金事業 | (P.4～P.8) |
| 2 | 食育推進関係会議各機関の具体的な取組み | (P.9～P.14) |

III

目標の達成状況と課題

- | | | |
|---|-----------------|-------------|
| 1 | 平成25年度アンケート調査概要 | (P.15) |
| 2 | 数値目標の達成状況と課題 | (P.15～P.21) |

IV

これまでの取組みの課題とまとめ

V

第2次計画の取組み方針

- | | | |
|---|----------------------------|-------------|
| 1 | 生涯にわたるライフステージに応じた間断ない食育の推進 | (P.23) |
| 2 | 生活習慣病予防および改善につながる食育の推進 | (P.23～P.24) |
| 3 | 家庭における共食を通じた子どもへの食育の推進 | (P.24～P.25) |

VI

第2次計画の目標

- | | | |
|---|----------------------|-------------|
| 1 | 第2次計画数値目標 | (P.25～P.26) |
| 2 | 子どもに重点をおいた世代別に応じた取組み | (P.27) |
| 3 | 生活習慣病の予防における目標 | (P.27) |
| 4 | 食育の推進体制 | (P.28) |

VII

資料

- | | | |
|---|------------------------|-------------|
| 1 | 資料1:第2次四條畷市食育推進計画策定の経過 | (P.30) |
| 2 | 資料2:四條畷市食育推進関係会議要領 | (P.31) |
| 3 | 資料3:アンケート調査実施要領 | (P.32) |
| 4 | 資料4:アンケート調査結果(成人) | (P.33～P.61) |
| 5 | 資料5:アンケート調査結果(子ども) | (P.62～P.85) |
| 6 | 資料6:アンケート調査結果(自由記載) | (P.86～P.99) |

I

第2次四條畷市食育推進計画の概要

1

基本方針

食は命の源であり、私たちが生きていくためには欠かせないものです。しかし、近年は社会経済構造の変化、国民の価値観の多様化等を背景に、かつての伝統的な米を中心として多様な副食からなるいわゆる「日本型食生活」を基本とした食生活スタイルから、個人の好みに合わせた食生活スタイルと食の多様化がさらに進展し、その結果、脂質の過剰摂取や野菜の摂取不足等の栄養バランスの乱れ、朝食の欠食に代表されるような食生活の乱れに起因する生活習慣病の増加等、食に対する問題が生じ、健全な食生活を営むことが難しい状況になっています。

このような状況の中で、食に対する感謝の気持ちを育み、正しい知識や判断力を身につけ、実践力を伴った食育の推進が求められています。

食育基本法の前文には、『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つけることによって、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。』と謳われています。

これを受けて、本市では、様々な経験を通じて食に関する力を育む食育について、市民の関心を高め、健康な食生活の実践につなげるため、食育推進関係会議を中心に食育の推進に取り組んできました。第2次四條畷市食育推進計画（以下「第2次計画」という。）においては、市民一人ひとりが食について関心をさらに高め、市民全体に広く浸透するよう、食育の推進に取り組めます。

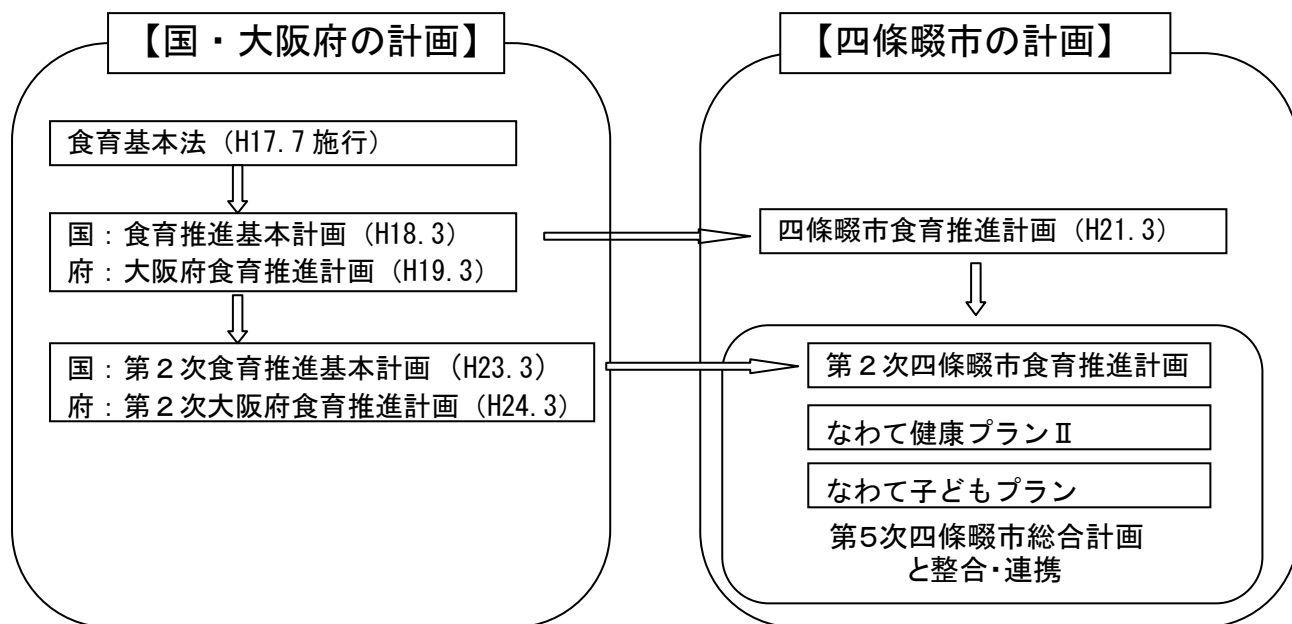
2

計画の位置づけ

第2次計画は、食育基本法の目的・基本理念を踏まえ、同法18条第1項に定める「市町村食育推進計画」として、市民ならびに、関係機関等すべての食育関係者がそれぞれの役割に応じて連携・協働しながら食育に取り組むための基本方針とします。

また、第5次四條畷市総合計画やなわて健康プランⅡを踏まえるとともに、食育をキーワードに本市の関連計画と連携を図りながら総合的に推進します。

第2次四條畷市食育推進計画の位置づけ



3

計画の期間

国から示された第2次食育推進基本計画の計画期間が5年であることから、本計画の期間は平成26年度から平成30年度の5年間とします。

計画に基づいた具体的な事業や、評価・見直しを随時行い、計画の推進に反映します。

4

コンセプト

第1次計画では、食育の推進は、市民をはじめ、関係団体・関係機関が連携・協働して取り組むことを重要とし、それぞれの団体・機関での食育の取り組みはもとより、食育推進関係会議で互いに連携して目標に取り組めるように事業を実施してきました。

第2次計画では、これまで実施した事業の評価・分析を行った結果、子どもから若年期に重点を置いた取組みに加え、生活習慣病を予防するための取組みなど、全世代を対象とした食育に取り組むことを視野に入れ策定しました。

Ⅱ

食育推進計画策定後の具体的な取組み

(平成21年度～平成24年度)

1

「食育」事業別取組み

①

市民の集いへの参加

年度	内 容
平成21年度（第35回）	・情報発信・ランチバイキング・なわてレンジャーぬり絵 ・朝食メニューコンテスト作品展示等
平成22年度（第36回）	・情報発信・ジグソーパズル・メダル作成・クイズラリー
平成23年度（第37回）	・情報発信・食育カード・野菜釣りビンゴゲーム ・なわてレンジャーパズル
平成24年度（第38回）	・情報発信・食育グッズ作成・食育クイズ・健康づくり応援団

「市民の集い」において、食育啓発ブースを設置し、年度ごとに内容を替えながら実施しています。

具体的には、地域活動栄養士会・食生活改善推進協議会・四條畷保健所・四條畷市立保健センターで運営し、食育媒体や配布資料などを活用し、啓発に努めています。

参加者が親子連れや、高齢者など年齢層が広いため、小さな子どもには楽しみながら食に関心を持てるような内容とし、大人に対しては食育につながる啓発物を配布するなど工夫しました。

平成23年度から本市の地場産野菜をモチーフとした食育推進キャラクター「なわてレンジャー」の着ぐるみを活用した啓発を開始し、子ども達を中心により多くの市民に親しみやすい形で食育を啓発するよう努めています。

②

ぱくぱく通信

年 度	内 容
平成21年度（NO.5）	食育推進計画発みんなの健康をまもるなわてレンジャー
平成22年度（NO.6）	知ってる？お米の話
平成23年度（NO.7）	おはしのおはなし
平成24年度（NO.8）	おやつってなあに？

子ども達が豊かな人間性を育み、生きる力を身につけるように導くことをコンセプトに、食について関心を深めたり、自然の恵みや食に関わる方々への感謝、食に関する「知識」や「食」を選択する力を身につけることを目的として発行しています。

毎年、食について考える期間でもある「学校給食週間」（1月24日～1月30日）に、保育所・幼稚園・小学校・中学校等に配布しました。またアンケートを毎回実施し、検討を重ねながら次回へとつなげています。

保育所・幼稚園・小学校低学年は表面を子ども向けとしクイズ等、子どもが楽しめるような内容を取り入れ、裏面は保護者向けとして作成しました。また、小学校高学年・中学生には子ども自身が読んで理解できるように作成しました。小学校高学年・中学校では家庭科の授業で食生活や健康について考える機会等として利用されています。

今後は、これまで発行したものを含めてホームページに掲載する等、より多くの市民への啓発を行います。

③ 朝食メニューコンテスト

平成22年度 第3回朝食メニューコンテスト

平成24年度 第4回朝食メニューコンテスト

四條畷市立の小学校5、6年生の児童を対象に、学童期から望ましい食生活を身につけるため、自らメニューを考えることにより食への関心を高め、朝食の大切さを伝えることを目的に夏休みを利用して、2年に一回実施しています。応募用紙の配布と同時に、子どもや保護者に対して食育の啓發文書も配布しています。

地域活動栄養士会による予備審査で60作品に選別、さらに食育推進ネットワーク会議で20作品に絞った後、食育推進会議で試食審査を実施し、「最優秀・優秀・各部門賞（バランス・ヘルシー・アイデア・スピード）」を決定しました。その後、各小学校において子ども審査を依頼し、「食べてみたいで賞」を決定、入賞者には市長表彰を実施しています。

優秀な20作品については、平成22年度・24年度共に、メニュー集を作成し、様々な機会に配布しており、ホームページでも閲覧できるようにしました。平成24年度には四條畷小学校において、家庭科の授業で優秀作品の調理実習を実施しました。

アンケートでは、朝食を食べる子どもは四條畷市では9割以上〈参考資料：成人問8-1（P.41）、子ども質問2（P.64）〉ですが、朝食の内容（バランス面）やおいしく食べるための環境（共食面）では今後も更なる啓発が必要です。

④ 子育て支援交付金事業

※大阪府や市町村の次世代育成支援行動計画（後期計画）の目標達成に向け、市町村の新たな事業展開をさらに支援するために創設された交付金事業を、平成22年度～平成24年度に活用し食育推進に努めました。

1) 食育シンポジウム

と き：平成24年2月4日（土）

ところ：四條畷市立市民総合体育館（サンアリーナ25）3階多目的室

プログラム概要
・食育クイズ&講演 「食育でこころとからだをハッピーに！」講師：食育アドバイザー 神木 千鶴氏
・なわてレンジャーとのふれあいタイム
・パネルディスカッション 「現代の子どもたちに、本当に必要な食育とは？」
・地場産野菜即売会（ルナホール） 田原農研クラブ

食育推進計画を広く市民に周知し、食育に関心を持つ市民を増やすことと、健康になるための知識を学ぶ機会の提供を目的に開催しました。

基調講演は、食育アドバイザーを講師とし、なわてレンジャー着ぐるみによる食育クイズをまじえながら、家庭でも行える食育のヒントを持ち帰ることができるような内容で実施しました。また、パネルディスカッションでは、食育に取り組んでいる市民・食生活改善推進協議会代表・市立学校給食センター栄養士・市立岡部保育所所長・市立保健センター栄養士の5人がパネラーとなり、それぞれの立場からみた食育の大切さや食育に対する考え方を発表しました。

食育を広く市民に周知するため、シンポジウムの案内とともに食育推進計画ダイジェスト版を全戸配布しました。また、シンポジウムの参加者には朝食レシピ集やおやつレシピ集などを配布し、地場産野菜を知ってもらう機会になるよう田原農研クラブの協力により地場産野菜の販売を行いました。

参加者からは、「食生活の大切さを再認識できた」「親子で楽しく食育を学ぶことができた」という声が多く、今後もより多くの市民に食の大切さや知識を広める活動が必要であることが感じられました。

2) 学校給食を利用した食育の取組み

	内 容
第1回食育まつり 平成22年度	給食センター施設内で、さかなの良さを知るための講演・ブリの解体ショー・魚料理の試食会
第2回食育まつり 平成23年度	給食センター施設を利用し調理体験・作業場の安全面や衛生面を学習するとともに、出来立ての給食を試食
第3回食育まつり 平成24年度	給食センターの施設内にて、食材が到着してから給食が出来上がるまでのビデオを紹介しながら、安全で安心なおいしい給食を提供するために必要な衛生管理について説明。野菜を使った新メニュー開発のための試食会。地場産野菜の販売

学校給食は単なる昼食の提供の場だけではなく、「栄養バランス」の他に「クラスメイトや先生達とのふれあい」「集団生活の中で育む協調性」など「食」について大切なものがたくさん含まれています。この学校給食を通してより食に興味を持ち、理解を深めるために食育まつりを実施しました。

給食センター施設を利用して、衛生管理体制や作業工程を紹介し、参加された方々からは、「家庭ではできないような温度管理や、衛生管理等を見て、給食の安全性を確認できた」「安心して子ども達に給食を食べさせられる」等の感想をいただきました。アンケートでは食育の重要性を理解できたと回答した人が約90%で、食育の重要性を伝える機会となりました。

3) 保育所・幼稚園での食育の取組み

市立保育所（忍ヶ丘保育所・岡部保育所・南野西保育所）

保護者や子どもが食に関心を持ち、好き嫌いなく楽しく食べる子どもを育成することを目的に、食器・調理器具・食育掲示板・プランター・食育媒体等を購入しクッキング保育や菜園活動を実施しました。

菜園活動においては、育てる・収穫する喜びを通して、食への関心を深めることができ、クッキング保育においても様々な効果がみられました。今後も、購入した器具や媒体等を計画的に利用しながら、食育を継続的に実施する必要があります。

市立幼稚園（おかやま幼稚園・えせび幼稚園）《現あおぞら幼稚園》

幼稚園は保育所と違い、給食がなく、「栄養バランス」や「食事マナー」等を指導する機会が少ないため、幼稚園のPTAの協力を得て、「お弁当クッキング」を実施しました。今後は参加対象を拡大することを視野に入れ、内容や方法等を検討し実施します。

4) 学校（モデル校：四條畷小学校）による学年別食育プログラム作成

国の第2次食育推進基本計画の中では、重要な課題の1つとして「子どもから成人、高齢者に至るまで、ライフスタイルに応じた間断ない食育を推進し、生涯食育社会を目指す」と謳われています。

本市においても各関係機関が様々な事業を通じて食育を推進していますが、ライフスタイルに応じた間断ない食育の推進に向けての事業展開を行う必要があります。モデル校として四條畷小学校の協力を得て学年別の食育プログラムを作成しました。

これは、主に子どもの野菜嫌いを減らし、食に対する関心を深めることを目的とした事業で、モデル校から市内の各小学校に食育の輪を広めるため、購入した様々な媒体を他校でも活用できるように教材集も作成しました。

今後は、保健主事部会を通じて、モデル校で行った事業を参考に食育を推進し、四條畷市の世代別食育プログラムにつなげる予定です。

・ **PTA会員研修会**

- 1部：田原農研クラブによる講演「知ってお得、家庭菜園のコツ」
家庭における菜園での土作り・肥料・植え方等について、田原農研クラブによる研修会を実施しました。
- 2部：食育スペシャリストによる講演&調理実習「作って楽しい、野菜料理」
を実施しました。

・ **給食委員会発表会**

児童集会を利用して、給食委員会の児童（5，6年生：26人）が四條畷小学校全児童・教職員に発表しました。

- ① 給食はバランスよく作られている（低学年向けの劇）
- ② なわてレンジャー着ぐるみと四條畷市地場産物を使った給食メニューの紹介
- ③ 栄養教諭と一緒に三色栄養についての説明（赤・黄・緑の食品媒体使用）

・ **日曜参観わくわく広場**

食育ブースの設置・食育啓発物の配布・なわてレンジャー着ぐるみによる食育啓発・田原農研クラブによる地場産野菜の販売を行いました。

・ **食育体験授業**

栄養教諭が2年生の生活科の時間に、体験授業「元気のもとを知ろう」を実施しました。当日の給食に、四條畷市田原産の青ねぎを使用していることから、田原農研クラブの方を招き、子ども達に野菜の栽培の工夫や育てている時の苦労話をしてもらいました。「給食で野菜が出た時は、食べ残さないようにしようと思った」という感想を書いた児童もいました。

・ **家庭科授業にて、給食メニューコンテスト優秀作品の調理実習**

優秀作品の発案者が四條畷小学校5年生であったため、5年生の家庭科授業で「簡単ビビンバを作ろう」の調理実習を実施しました。

・ **事業実施事前事後のアンケート**

事業効果を把握するために事業の前後にアンケートを実施しました。

5) クッキング講座の実施

平成22年度

講座名	対象者	回数	受講者数
子どもクッキング教室	小学校4～6年生	2回	40人
簡単おいしいクッキング講座	保護者対象	2回	12人
おやこで楽しくクッキング	小学校低学年とその保護者	2回	49人

平成23年度

講座名	対象者	回数	受講者数
子どもクッキング教室	小学校4～6年生	2回	38人
おやこで楽しくクッキング	就学前幼児とその保護者	2回	68人

平成24年度

講座名	対象者	回数	受講者数
食育クッキング	小学生とその保護者	2回	56人
おやこで楽しくクッキング	就学前幼児とその保護者	2回	39人

食に関心を持ち、好き嫌いなく楽しく食べる子どもの育成と、保護者が食に関心を持ち、適切な朝食の提供や、楽しく食べる環境づくりができる家庭を増やすことを目的として実施しました。

食育クッキングでは、「すり鉢でお餅がつけることを初めて知りました」「家庭でも気軽に餅つきができることを知り楽しみができました」、おやこで楽しくクッキングでは、「家でも是非一緒にクッキングしたいと思いました」「子どもの真剣な顔がとても頼もしくてうれしかったです」等の感想が聞かれました。

アンケートでは多数の参加者が、「食育の必要性についての理解が高まった」と回答し、「今後、家庭でも親子で一緒にクッキングをしたい」と回答した方は100%でした。

今後も、子ども一人ひとりが体験することにより、五感を育て、食品への感謝の気持ちや興味が持てるよう、さらに家庭や地域で実践できる等の波及効果も視野に入れた事業を展開する必要があります。

6) 食育媒体・なわてレンジャー着ぐるみの貸出し

子育て支援交付金事業を活用し、「食育媒体（食育紙芝居、パネルシアター、食育タペストリー、大型絵本、エプロンシアター等）」と「なわてレンジャー着ぐるみ」を購入しました。市内で幅広く活用するために要領に基づき、貸出し事業を行っています。貸出し事業については、申請書・報告書・要領をホームページに掲載しています。

食育媒体は、主に保育所や地域活動で利用されています。報告書では「楽しい仕掛けに驚きながらも食べ物に対する興味を持たすことができた」、「小さな子どもに対して視覚的に興味をさそい、アレンジを加えることでよりわかりやすくなった」等の意見が多くみられました。なわてレンジャー着ぐるみは小学校や地域でのイベントに利用され、「子ども達がとても喜んだ」「子ども達に興味・関心を持たせることができた」等の意見が聞かれました。今後も、市民・関係機関等での啓発活動にさらに活用できるようにする必要があります。

平成23年度	食育媒体貸出し件数	:23件
	なわてレンジャー着ぐるみの貸出し件数	:5件
平成24年度	食育媒体貸出し件数	:20件
	なわてレンジャー着ぐるみの貸出し件数	:4件

ここでは、食育推進プロジェクト会議委員所属の各機関においてのこれまでの食育推進の取組みを分野別に記載しています。

1 保育所・幼稚園における食育の推進 (保→保育所、幼→幼稚園)

取組み	具体的内容
① 調理体験の実施	保 ① クッキング保育・保 ② おもちつき・カレークッキング等
② 保護者・子どもへの情報発信	保 ③ 給食や給食のレシピの展示や配布 保 ④ 給食だより・保健だよりによる情報発信 幼 ⑤ 弁当参観の実施・弁当の写真掲示
③ 食育指導	保 ⑥ 絵本・紙芝居・エプロンシアター・ぬり絵・ままごと・体操等を利用し、子ども達が食への関心を持ち、知識を深められるよう生活の中で展開
④ 野菜作りや園外での野菜・果物の収穫体験	保 ⑦ 子ども達と畑づくり・収穫の喜びを味わうとともに、収穫したものを持ち帰った
⑤ お弁当・給食等を利用した食育	保 ⑧ 給食の調理員や栄養士が保育室での配膳や、クッキング保育への参加などを通じて、子ども達と交流し、作る側と食べる側のつながりを持つようにした 保 ⑨ 給食の材料などをパネル展示 幼 ⑩ 学校給食体験デーの実施 幼 ⑪ お弁当クッキングにより、お弁当について考える機会ができた
⑥ 給食のマナーを伝える	保 ⑫ 食事時の姿勢や、道具は年齢や体格に合ったものを選び、集中して食べることができる雰囲気づくりを、また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した 幼 ⑬ 楽しい雰囲気の中で、行儀よく残さず弁当を食べる習慣をつけるようにした
⑦ 食事と身体との関係を伝える	保 ⑭ 「しっかり体を動かし、お腹がすいたことを感じることの大切さ」「生活リズムの大切さ」を伝えた

乳幼児期は、生涯にわたる人間形成や生活習慣形成の基礎を築く重要な時期であり、その時期を過ごす保育所や幼稚園は、大きな役割を果たしています。

保育所・幼稚園での食育をより充実させるために、子育て支援交付金で器具・食育媒体を購入し、以下のような効果が出ました。今後も、購入器具や食育媒体等の貸出し事業を周知し、より利用してもらうことで食育の推進に役立てます。

- 1) 貸出し可能な食育媒体（パネルシアター、絵本、紙芝居、ままごと）が増えたことで食育指導が効果的に実施できました。
- 2) プランターや肥料の購入により、野菜作りや収穫体験が充実しました。

- 3) 電磁調理用品、磁気食器等の購入により、クッキング等が充実しました。
- 4) 献立ショーケース、掲示板等の購入により、保護者・子どもへの情報発信に役立てました。

2 学校における食育の推進 (小→小学校、中→中学校、給→給食センター)

取組み	具体的内容
① 朝食メニューコンテストの充実	小 小学校5, 6年生対象に募集奨励・作品展示等の協力
② 各学校と給食センターとの連携	小 中 給 給食センター見学と食に関する指導、給食試食会(保護者)をした後、給食センター職員が給食について説明、学校へ給食センター職員が訪問した際、給食の様子を見学と同時に子どもたちの意見を聞き、献立に反映するようにした 小 給 栄養教諭が所属している学校では、毎日の給食時間に放送する食材についての一口メモを作成する等、給食委員会に参加した 中 保健委員会が考案した献立やアンケートをもとに人気メニューやリクエストメニューを給食で実施
③ 給食時間を楽しい雰囲気にする	小 中 放送委員が楽しいクイズを出したり、心地よく感じる音楽を流す。給食時間をなるべく多く取る。班ごとに食べるようにし、机にテーブルクロスをかける等して楽しい雰囲気を作った
④ 栄養士(栄養教諭)の授業への参加	小 給 小学校6年生対象に「体によいおやつづくりを考えよう」について授業。子どもたち自身が適切な量や選び方、健康によいおやつづくりを考えようという内容とした 給 小学校保健部会の依頼により、保護者に食品や給食についての話をした
⑤ 食事の楽しい雰囲気を楽しむための交流給食	小 学年を超えた交流・・・6年生が他の学年に出向き給食で交流、ペア学級での交流給食 給 地域との交流・・・地域の老人会との交流給食、保護者との交流給食
⑥ 野菜についての知識普及	小 家庭科・生活科で野菜の栄養・種類・栽培・食べ方、社会の買い物学習で野菜の種類等の学習 小 農家の方から野菜の話を聞く取り組み
⑦ 体を動かす工夫や大切さを教える	小 中 マラソン・体育行事・体ならし運動等を通じて、日常的に運動の重要性や、食事・睡眠・休養等の生活習慣の重要性の学習 給 給食だよりに載せた
⑧ 作り手と食べる側のつながりを持つ	小 中 給 給食試食会・食育まつりでの給食センター職員と保護者との交流・田原産の野菜の紹介・地域と協働での野菜・米作り・生徒や保護者のアンケートや給食センターとの意見交換
⑨ 生活リズムの大切さやバランスのよい食事・野菜の多い食事の大切さを伝える	小 中 学級担任及び養護教諭の話、家庭科の授業、保健室だより給食だより等で、体の発達と発育、バランスのとれた食生活、生活習慣病予防について学習 給 毎月ではないが、給食だよりに載せた
⑩ 食の体験学習	小 中 パケツで稲作、じゃがいも・玉ねぎなどを栽培し、収穫後には調理を実施 家庭科やクラブ、支援学級で調理実習を定期的に実施

4 地域活動栄養士会における食育の推進

取組み	具体的内容
① 簡単なおやつづくり方（レシピ集）の配布	簡単なおやつレシピをカード式にして作成後、各種クッキング教室等で配布
② 食に関するイベントや情報の発信	<ul style="list-style-type: none"> ・市民の集い（食育コーナー）での協力 ・楽しく遊びながら学べる食育媒体を作成し、各種イベントコーナー等で協力 ・保健センター主催のクッキング教室や朝食メニューコンテストに協力

交野・畷・大東地域活動栄養士会は、3市の食に関する事業において活動しています。本市ではクッキング教室や市民の集い、朝食メニューコンテスト等で幅広く協力を依頼し、他市からの情報を活用したり、独自に媒体を作成する等して、食育推進に協力を得ています。今後も、市との連携を深めて共に食育の推進を継続します。

5 生産者における食育の推進（田原農研クラブ、JA大阪東部女性会田原支部）

取組み	具体的内容
① JA野菜部会の活動の拡大	<ul style="list-style-type: none"> ・学校給食・保育所給食に、地場産物の納入 ・JA田原支店で朝市、木曜に市役所で野菜販売 ・食品販売店でのエコ米・野菜・みその販売 ・各種イベントにおいて地場産野菜の販売 ・みそ作り（米、大豆は地場産使用）
② 幼稚園・保育所・学校と行政が協働して、野菜作りのノウハウを伝え、家庭に伝えていく	<ul style="list-style-type: none"> ・水稻の作付けの実習などを実施 ・四條畷小学校PTA会員研修会で野菜作りの講演 ・四條畷小学校2年生対象に食育体験授業
③ すべての小学校で教育ファームに取り組む	田原小学校にて、2年生：サツマイモの植え付けと収穫、3～4年生：玉ねぎの植え付けと収穫、5年生：田植え、稲刈りの体験

本市では、エコ米を始め野菜等の栽培が行われ、市役所での販売も行っています。また、生産者（田原農研クラブ、JA大阪東部女性会田原支部）が食育推進関係会議に参加して連携をとりながら食育を推進しています。

これまで、小学校での農業指導や講演、地場産野菜の販売等の協力を得ながら、子ども達の食育のために貴重な体験ができましたが、現在のところ、一部の小学校での活動にとどまっています。農家が田原地区であるため、小学校との連携では地理的な問題もありますが、今後は他の小学校でも何らかの形で体験できるように検討します。

6 行政における食育の推進

取組み	機関	具体的内容
食育の全体計画の策定	学校教育課	各学年、各教科での計画的な指導や体験学習の推進
放課後子ども教室	青少年課	野菜の栽培・収穫を通して食に関する学習を実施
味噌作り	産業観光振興課	市民対象に味噌作りを実施
安全な野菜の提供	産業観光振興課	エコ農産物・減農薬野菜の取組み
地場産野菜の販売	産業観光振興課	市主催のイベント等で田原産野菜の販売コーナー設置
保育現場への情報発信	子ども福祉課	保育現場に食に関する研修会等の情報提供を実施
大阪府の食育情報の発信	保健所	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
教育機関・関係機関への食育支援	保健所	食育推進のための食育媒体の貸出し、提供
小学校における食育の推進	保健所	「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
給食を通じた健康づくりのための啓発イベントの開催	保健所	事業所、大学及び食堂利用者と協働で「健康づくりへの意識」と「給食内容」の向上を図る取組みを実施
高校生・大学生への食育の推進	保健所	生活習慣病予防事業として、高校生・大学生を対象に食生活と運動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	保健所	「うちのお店も健康づくり応援団の店」のマップを作成、大阪府民への啓発を実施
家庭・地域における食育の推進	保健所	「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	保健所	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
食育媒体の展示・配布	保健センター	食育に関する媒体の展示や資料を掲示、レシピやチラシを配布
健診・健康教室等での啓発	保健センター	乳幼児健診や生活習慣病予防の教室で、参加者にバランスのよい食事・野菜の多い食事・栄養成分に関する情報提供、食育シンポジウムの開催
クッキング教室の実施	保健センター	就学前幼児・小学生に対するクッキング教室を実施
ホームページで市の食育推進計画を紹介	保健センター	食育推進計画、食育媒体の貸出し、朝食メニューコンテストのレシピなどを掲載
市民の集いでの食育啓発	保健センター 保健所	市民の集いで食育イベントの実施、食育コーナーで食育に関する情報の展示、チラシ配布、子供向けのあそびなどを実施。保健所コーナーでは、大阪府食育推進計画、健康増進計画に基づいた内容を啓発

食育媒体の貸出し	保健センター	市内の団体に、なわてレンジャー着ぐるみ、紙芝居、エプロンシアター等の食育媒体の貸出しを実施
----------	--------	---

行政では、子どもから高齢者まで、食育に関する事業を実施しています。今後も食育の取組みが、計画的に、かつ効果的に実践されるように、関係機関が連携して実施し、市民・地域全体に食育が推進されるように取組みを継続します。



Ⅲ

平成25年度アンケート目標の達成状況と課題

1

平成25年度アンケート調査概要

アンケート調査の結果と分析の経過

平成20年度に四條畷市食育推進計画策定に向けて本市の実態把握をすることと、食育の啓発を兼ねて、アンケート調査を実施しました。

平成23年度には、中間評価のため、そして平成25年度に第1次計画の最終評価と第2次計画策定のために実施しました。

アンケート調査は、継続的に市民の状況の変化を把握するため、初回・中間評価時と内容・対象者共にほぼ同様に行っていますが、国の第2次計画で取り組み方針に「生涯食育社会」の構築をめざすことが盛り込まれたため、最終評価時は調査対象者に高齢者を追加しています。

また近年、生活習慣の乱れにより生活習慣病有病者が増加傾向であるため、「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践している市民の割合」、「食べ方や栄養バランスを考えて食事を摂る人の割合」の2つの設問を増やし、第2次計画の中では新規目標として追加しています。

さらに、これまでは成人の対象者が保育所・幼稚園・小学校2、5年、中学校2年、高校2年の保護者のみであったため、子どもの学年別に結果を比較していました。今回は調査対象に高齢者を加えたため、年代別（20歳代、30歳代、40歳代、50歳代、60歳代、70歳代）に集計をとり、世代による特徴を分析できるようにしています。

詳細の結果および分析は、設問ごとに資料集（P. 32～P. 99）に掲載しています。

2

数値目標の達成状況と課題

重点課題別分析（第2次計画数値目標：P. 25～P. 26参照）

※数値目標の数値は成人は20歳代から70歳代までの平均、子どもは中学校2年までの平均の数値になり、高校・大学は含みません。

① 朝食をほとんど毎日食べる割合〈成人問8-1（P. 41）、子ども質問2（P. 64）〉

数値目標：どの年齢層でも5%増加	成人	： 策定時 90.3%	→	現状値 87.6%
	子ども	： 策定時 93.3%	→	現状値 91.4%

(表1)現状値の年代別比較

	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	成人平均	
朝食をほぼ毎日食べる	67.9%	83.0%	90.2%	94.4%	89.3%	95.2%	87.6%	
食べない理由	時間がない	62.5%	55.6%	46.2%	0.0%	33.3%	0.0%	51.3%
	食欲がない	37.5%	58.0%	32.3%	0.0%	33.3%	0.0%	45.0%

	幼・保	小2	小5	中2	高校	大学	(中2まで)平均	
朝食をほぼ毎日食べる	86.7%	90.3%	93.0%	92.5%	92.6%	55.7%	91.4%	
食べない理由	時間がない	16.7%	14.3%	28.6%	73.1%	88.5%	73.1%	86.6%
	食欲がない	83.3%	42.9%	61.9%	30.8%	26.9%	41.0%	90.3%

(表2)朝食をほぼ毎日食べる人の推移

	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	成人平均
現状値	67.9%	83.0%	90.2%	94.4%	87.6%
中間評価時	70.0%	86.7%	89.4%	87.5%	86.6%
第1次計画時	65.9%	90.9%	92.0%	88.9%	90.3%

「朝食をほとんど毎日食べる割合」は策定時と比較すると、成人2.7ポイント、子ども1.9ポイントとどちらも減少しています。一方で成人は「食事は朝・昼・晩、1日3回食べるように心がけていますか？」(参照：P.43)では91.9%で、「朝食をほとんど毎日食べる割合」の87.6%より上回っています。1日3回食べるように心がけてはいるが、朝食を毎日摂れていない人が約4.3%いることとなります。

「朝食をほぼ毎日食べる」人の割合は年代が上がるほど増えていますが、20歳代・30歳代が3回のアンケートでいずれも低く、課題となります。(表2)

朝食を食べない理由は「時間がない(51.3%)」「食欲がない(45%)」が多くなっています。「時間がない」と答えている人の割合は20歳代・30歳代・40歳代で多く、また20歳代・30歳代は策定時よりその割合が増加しています。その後年代が上がるにしたがって減少しています。(表1)(参照：P.42)

子どもが朝食を食べない理由は「時間がない」が多く、年齢が上がるにしたがって増加しています。「食欲がない」と答えている人の割合は、年代が上がるにしたがって減少していますが、大学生では逆に増加しています。(表1)(参照：P.67)

質問12の就寝時間の結果から、保育所・幼稚園及び小学校2年生が午後10時以降に就寝する割合は約26%となっており、睡眠が十分にとれていないために「食欲がない」可能性があると考えられます。同様に中学生が深夜12時以降に就寝する割合は15.7%、さらに高校生及び大学生では、56.7%及び73.9%であり、睡眠が不十分なため「時間がない」「食欲がない」可能性があると考えられます。(参照：P.74)

〈課題〉

朝食の欠食率の高い20・30歳代に対しては、保護者自身が食に関心を持ち、朝食を摂る習慣をつけられるよう必要性を啓発するとともに、時間がなくても朝食を摂れる工夫やコツ、レシピ等の情報提供が必要である。

子ども世代は小さい時期から、早寝、早起きなどの良い生活習慣を身につけ、朝食を必ず食べる生活が継続できるように「早ね、早起き、朝ごはん」の啓発をさらに進

めることが必要と思われる。

高校生・大学生は、12時以降に就寝する割合が合わせて63%であり、朝食の喫食率は高校生が9割を超えるのに対し、大学生は55.7%と低くなることから、食だけではなく規則正しい生活習慣の重要性を啓発する必要があります。

② 朝食で主食+おかずを食べる割合〈子ども質問3-1 (P.65)〉

数値目標：どの年齢層でも5%増加 子ども：策定時41.3% → 現状値41.5%

(表3)現状値の年代別比較

	幼・保	小2	小5	中2	(中2まで)平均
主食のみ	41.6%	44.4%	46.7%	46.3%	43.6%
おかずのみ	0.0%	0.5%	0.9%	0.0%	0.4%
主食+おかず	41.6%	40.3%	40.7%	49.6%	41.5%
飲み物のみ	0.0%	0.3%	0.3%	0.3%	0.3%
その他	16.8%	8.8%	8.0%	3.8%	7.4%

朝食で主食とおかずを食べる割合は、策定時とほぼ変わらない結果が出ています。

調査では朝食の栄養バランスを見るために、「主食のみ」「おかず(肉、魚、野菜のみ)」「主食+おかず」「飲み物(牛乳、野菜ジュース)のみ」「その他」の回答を求めています。

結果、「主食+おかず」と回答した人はどの年齢層でも40%台となり、その他の回答では「主食+飲み物」と回答した人が多くみられました。(表3)

子どもへの質問「あなたは朝食で何を食べていますか」の中で「よく食べるメニュー例」の回答は、主食に「パン」を食べている人が最も多く、次に「ごはん」となっています。また、おかず類ではタンパク質源となる「牛乳」「ヨーグルト」「卵料理」「ハム・ソーセージ」、主にビタミン・ミネラル源となる「果物」「野菜ジュース」「青汁」などが多く記載されていました。

全体として、短時間で準備できる、「パン類」や「おにぎり」「野菜ジュース」「卵料理」「味噌汁」がどの年代でも多く回答されています。

〈課題〉

成人への質問の「あなたが食育に関心を持つ理由は何ですか」では、「子どもの心身の発育のために必要だから」と答えた人が20歳代：95.2%、30歳代：90.2%、40歳代：87.1%、50歳代：86%で、子どもの食生活に関心を持つ保護者が多いことがわかります。(参照：P.37)

中間評価時のアンケート結果では、食育に関心のある保護者の子どもは良い食生活を送っているという結果が出ていますが、全体として「主食+おかず」のバランスの整った朝食を提供できている家庭は少ないという結果が出ています。特に中学校2年以外は策定時よりも「主食+おかず」を食べる人の割合が幼稚園・保育所6.1ポイント、小学校2年1.6ポイント、小学校5年0.9ポイント減少し、子どもの発育のために必要と思っても提供できている家庭が少ないことが窺えます。

今後は、20～40歳代の保護者の世代が、忙しくてもバランスの整った朝食を子どもたちに提供できるように、朝食で主食・主菜・副菜をバランスよく摂ることの重要性を啓発すると共に、簡単にできるメニューの紹介など具体的な方法の啓発の必要があります。

③ 朝食で野菜を食べる割合〈成人問11（P.44）、子ども質問6（P.69）〉

数値目標：どの年齢層でも5%増加
 成人：策定時21.4% → 現状値26.4%
 子ども：策定時16.6% → 現状値18.5%

(表4)現状値の年代別比較

	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	成人平均
朝食で野菜を食べる割合	3.6%	20.8%	27.2%	31.5%	46.4%	62.9%	26.4%
夕食で野菜を食べる割合	89.3%	94.7%	96.1%	96.3%	92.9%	88.7%	95.0%

	幼・保	小2	小5	中2	高校	大学	(中2まで)平均
朝食で野菜を食べる割合	12.2%	17.9%	18.6%	20.9%	23.4%	13.2%	18.5%
夕食で野菜を食べる割合	80.6%	83.9%	84.8%	91.6%	91.2%	73.9%	86.1%

朝食で野菜を食べる割合は策定時と比較し、成人・子ども共に増加しています。

どちらも、年代が上がるほど朝食に野菜を食べる人の割合が高くなっていますが、子どもは成人と比較しその割合が低くなっています。

夕食で野菜を食べる割合は、成人・子ども共に8割～9割摂れているという結果が出ています。(表4)

「よく食べるメニュー例」では、主食にはパン類が多く、ご飯類はパン類の約半数の回答となっています。副食で野菜が含まれる食べ物は、成人では味噌汁が多く、次いで野菜料理と回答されています。保育所・幼稚園の子どもは味噌汁や野菜料理よりもジュース類が多く、小学校2年、中学校2年は味噌汁についてジュース類が多く回答されています。

〈課題〉

朝食で野菜を食べる割合は策定時と比較し、成人・子ども共に増加していますが、夕食と比較すると、朝食では野菜がしっかり摂れていないということがアンケートの結果からわかりました。特に成人では20歳代、子どもでは保育所・幼稚園で極端に少なく、計画策定時・中間評価時よりも減少しています。アンケートの結果からは各世代に朝食での野菜摂取を啓発していく必要がありますが、特にこの年代への啓発については、関係各機関と連携して行う必要性があります。

また子どもの「よく食べるメニュー例」の中で、策定時にはほとんど書かれていなかった「ジュース類」の回答が多く見られました。最近では、野菜ジュースなど、ビタミン・ミネラル・アミノ酸・その他の栄養素まで添加された多くの飲み物が販売されていますが、このような飲み物は栄養は供給されても、食べ物のように噛むことで得られる満足感や、唾液に含まれる消化酵素等の大切な役割は省略されています。野菜を補助的に摂るひとつの手段としては考えられますが、野菜そのものを

摂取する意味とは異なっています。

日本人の1日野菜摂取量の成人350g、子ども300gを摂取するには、朝食でも野菜を摂ることが必要になってきます。また朝食に野菜を摂ることの重要性は栄養だけではなく、歯ごたえ、咀嚼等の行為から得られる感覚、咀嚼によって分泌される消化酵素の働きなどや、生活習慣病の予防も含めて啓発していく必要があります。

④ 楽しく食事をする割合〈成人問21（P.54）、子ども質問14（P.75）〉

数値目標：食事が楽しくない割合をどの年齢層でも0%にする

成人：策定時2.5% → 現状値0.3%

子ども：策定時0.5% → 現状値0.8%

(表5) 現状値の年代別比較(楽しく食事をしているのはどんな時ですか?)

	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	成人平均
好きなものを食べる時	78.6%	71.3%	71.0%	64.8%	39.3%	56.5%	69.6%
外食する時	57.1%	50.7%	47.8%	46.3%	21.4%	30.6%	47.6%
家族揃って食べる時	67.9%	74.5%	73.8%	79.6%	46.4%	40.3%	72.2%
自分が作ったり手伝ったものを食べる時	10.7%	20.4%	20.2%	16.7%	21.4%	22.6%	20.1%
バーベキューのように屋外で食べる時	57.1%	50.9%	40.1%	29.6%	14.3%	8.1%	41.9%

	幼・保	小2	小5	中2	高校	大学	(中2まで)平均
好きなものを食べる時	87.8%	81.6%	78.9%	80.2%	84.6%	71.9%	80.9%
外食する時	59.2%	66.8%	72.1%	67.2%	41.3%	42.9%	59.8%
家族揃って食べる時	56.1%	65.8%	61.1%	52.6%	35.0%	36.5%	59.8%
自分が作ったり手伝ったものを食べる時	54.1%	52.8%	52.7%	34.6%	30.8%	24.1%	47.6%
バーベキューのように屋外で食べる時	52.0%	60.2%	65.1%	59.6%	34.2%	32.5%	60.8%

(表6) 現状値の年代別比較(楽しく食事をしていないのはどんな時ですか?)

	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	成人平均
好きなものがない時	14.3%	20.0%	19.7%	14.8%	3.6%	16.1%	19.1%
外食する時	0.0%	1.0%	0.6%	0.0%	0.0%	3.2%	0.8%
一人で食べる時	64.3%	52.5%	52.8%	53.7%	42.9%	37.1%	52.0%

	幼・保	小2	小5	中2	高校	大学	(中2まで)平均
好きなものがない時	68.4%	52.8%	37.5%	36.9%	47.9%	36.9%	44.9%
外食する時	1.0%	0.5%	0.6%	0.6%	0.9%	4.9%	0.8%
一人で食べる時	28.6%	41.1%	53.8%	47.4%	36.8%	43.8%	45.7%

(表7)現状値の年代別比較

	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	成人平均
いつも楽しい	53.6%	60.2%	58.3%	50.0%	71.4%	67.7%	59.1%
時々楽しい	35.7%	33.3%	33.8%	40.7%	17.8%	24.2%	33.2%
あまり楽しくない	7.1%	4.2%	5.1%	5.6%	3.6%	8.1%	4.9%
楽しくない	0.0%	0.4%	0.3%	0.0%	3.6%	0.0%	0.3%

	幼・保	小2	小5	中2	高校	大学	(中2まで)平均
いつも楽しい	83.7%	63.5%	59.2%	59.9%	54.7%	49.3%	62.8%
時々楽しい		24.7%	32.1%	34.9%	36.2%	32.5%	27.8%
あまり楽しくない	8.2%	1.8%	2.3%	3.8%	6.3%	6.9%	30.3%
楽しくない		1.5%	0.6%	0.3%	2.3%	3.9%	0.8%

食事がいつも楽しいと答えた人の割合は、策定時と比較すると、中学校2年、大学では増加していますが、他の年代は減少している。特に保育所・幼稚園は8.7ポイント減少しています。また食事が楽しくない人の割合は、策定時と比較すると成人では0.3%減少し、子どもでは0.8%増加しています。特に小学校2年は策定時・中間評価時は0%でしたが、1.5%に増加しています。また60歳代は他の年代に比べて高い状況です。「楽しく食事をしているのは、どんな時ですか?」(複数回答)の設問に対し成人では、「好きなものを食べる時」「外食をする時」「家族そろって食べる時」が多く、子どもは「好きなものを食べる時」「外食をする時」「家族そろって食べる時」「自分が作ったり手伝ったりしたものを食べる時」「バーベキューのように屋外で食べる時」がいずれも多く回答されていました。(表5)(参照:P.75)

その他の意見として、成人では「家族が手伝ってくれた時」「家族がおいしいと言ってくれた時」「友達と食べる時」など、子どもでは「家族や祖父母と食べる時」「友達としゃべりながら食べる時」などの回答がありました。

「あなたが楽しく食事をしていないのはどんな時ですか?」(複数回答)の設問に対し成人では、「一人で食べる時」が一番多く、子どもでは「好きな物がない時」が一番多く回答されていました。(表6)

その他、成人では「子どもが小さく落ち着いて食べられない」「子どもが食べてくれない時」「子育てで疲れている時」「家族においしくないと言われた時」など家族との関係が影響した記載があり、子どもは「怒られている時」「けんかをしている時」「苦手なものを食べる時」などの記載がありました。(参照:P.56)

〈課題〉

保育所・幼稚園ではいつも楽しく食事をしている人の割合が、策定時より減少していることから、この年代への対策を検討する必要があります。

「楽しく食事をしているのはどんな時ですか」に対しては、成人、子ども共に「家族そろって食べる時」「好きなものを食べる時」「外食の時」が多く回答されています。また家族や友人など身近な人との関わりの影響を受けている意見があることから、「家族で食べること」「いろんな食べ物をおいしくする工夫」「自分で作る楽しさを感じる体験」「非日常的な形での食事」などが、楽しい食事に繋がるということの啓発に加え、「家族が手伝ってくれた」「家族がおいしいと言ってくれた」などの様々な体験を通じて食事を楽しく食べることを体感できるよう事業展開する必要があります。

⑤ 朝食・夕食を一人で食べる割合〈子ども質問3-2 (P. 66)、質問5 (P. 68)〉

数値目標：どの年齢層でも朝食・夕食を一人で食べる割合を0%にする

子ども（朝食）：策定時 12.1% → 現状値 12.0%

子ども（夕食）：策定時 1.6% → 現状値 1.1%

現状値の年代別比較(朝食をだれかといっしょに食べていますか?)

	幼・保	小2	小5	中2	(中2まで)平均
家族そろって食べる	21.3%	27.4%	26.9%	24.6%	24.9%
おとなの家族のだれかと食べる	43.8%	32.6%	31.2%	22.0%	28.7%
子どもだけで食べる	24.7%	26.6%	23.2%	26.1%	24.2%
一人で食べる	6.7%	6.0%	11.7%	25.5%	12.0%

現状値の年代別比較(夕食をだれかといっしょに食べていますか?)

	幼・保	小2	小5	中2	(中2まで)平均
家族そろって食べる	40.8%	48.7%	57.2%	58.4%	53.4%
おとなの家族のだれかと食べる	40.8%	33.2%	26.2%	29.4%	30.6%
子どもだけで食べる	3.1%	2.6%	3.7%	5.2%	3.7%
一人で食べる	1.0%	0.3%	0.8%	2.6%	1.1%

朝食を一人で食べる割合は策定時と比較して0.1ポイント減少、夕食の時は0.5ポイント減少しています。夕食を一人で食べる人の割合は減少していますが、年代別では保育所・幼稚園および小学校2年では策定時0%でしたが、それぞれ1ポイント、0.3ポイント増加しています。朝食を一人で食べる割合は年齢が上がるごとに増加し、策定時と比較すると特に小5のみ、その割合が増加しています。

「子どもだけで食べる」は兄弟姉妹のみで食べる割合を見るための設問には、この中に一人で食べる子どもも含まれているものと思われます。朝食ではすべての年齢層で25%前後の回答になり、夕食では保育所・幼稚園、小学校2年、小学校5年で3%前後、中学校2年で5%を超えています。(表8)(表9)

〈課題〉

朝食を一人で食べる割合は横ばいであり、特に小学校5年、中学校2年に重点をおいた啓発が必要です。また夕食と比較して朝食を一人で食べる割合の方が多いため、朝食に重点を置きつつ共食を踏まえた啓発が必要です。

IV

これまでの取組みの課題とまとめ

第1次計画において、食育の推進は、「市民、家庭、保育所、幼稚園、学校、地域、生産者、職域、行政といった多くの関係者の理解のもと、共通の目的を掲げ、その達成をめざして、連携・協力して取り組むことが大切であり、効果的である」と述べています。

このことをもとに第1次計画を策定後、子育て支援交付金を活用して、なわてレンジャーの着ぐるみなどの媒体を用いた啓発やイベント、教室等の事業を行い、各関係機関・関係団体の協力のもと、食育の推進に努めてまいりました。

またこれまでの事業を評価し、第2次計画策定につなげるため、平成25年度にアンケート調査を行いました。新たに調査対象者に高齢者を加え、成人は年代別に結果をまとめました。

アンケート結果から重点課題の数値目標の達成状況については以下のとおりです。

①「朝食をほとんど毎日食べる割合」はわずかですが成人、子どものどちらも減少しています。年代が上がるほど「朝食をほぼ毎日食べる」人の割合は増えていますが、20歳代、30歳代はいずれも低く課題となります。

朝食を食べない理由は「時間がない」「食欲がない」と答えている割合が多く、生活習慣の問題やライフスタイルの変化に影響していることが考えられます。

②「朝食で主食+おかずを食べる割合」は、ほぼ横ばいの結果となりました。中間評価時のアンケートでは食育に関心のある保護者の子どもは良い食生活を送っているという結果が出ていますが、全体として「主食+おかず」のバランスの整った朝食を提供できている家庭は少ないという結果が出ています。子育て世代においては必要性は理解していても忙しい、疲れているなどの意見から困難な状況が推測され、子育て支援も踏まえた事業展開の必要性が考えられます。

③「朝食で野菜を食べる割合」は策定時と比較し、成人、子どもともに増加しています。

④「楽しく食事をする割合」については、「食事が楽しくない」と答えている人の割合が子どもでやや増加しています。「楽しく食事をしている時はどんな時ですか」に対しては、成人、子ども共に「家族そろって食べる時」と多く答えています。

⑤「朝食、夕食を1人で食べる割合」は、策定時と比較して朝食時で横ばい、夕食時ではわずかですが減少しています。

これらを踏まえ、引き続き朝食で野菜を食べることの必要性やバランスについてより一層の啓発を行うとともに、望ましい食生活の実践や食の楽しさを伝えることの必要性を実感したことから、精神的な豊かさをもたらすと考えられる家族との「共食」について再度考えていくことが大切であるとわかりました。

また、高齢者に同様の質問をしたところ、1人暮らしの家庭の方が多くみられ、高齢者における「孤食」の問題も、低栄養予防の観点から課題の1つとなっています。

国の第2次食育推進基本計画では、「子どもから成人、高齢者に至るまで、ライフスタイルに応じた間断ない食育」を推進し、「生涯食育社会をめざす」ということが課題であると謳われています。

第2次食育計画の取組みとしては、

- 1 「生涯にわたるライフステージに応じた間断ない食育の推進」
- 2 「生活習慣病予防および改善につながる食育の推進」
- 3 「家庭における共食を通じた子どもへの食育の推進」

を関係機関・関係団体と共に進めていき、VI章において目標を掲げていきます。

V

第2次計画の取組み方針

国の第2次食育推進基本計画の「これまでの取組みと今後の展開」の項では、「5年にわたり、都道府県、市町村、関係機関、団体等、多様な主体とともに食育を推進してきた結果、すべての都道府県における食育推進計画の作成・実施、食育の推進に関わるボランティア数の増加、また、家庭、学校、保育所等における食育の進展は着実に推進されてきている」「しかしながら、生活習慣の乱れからくる糖尿病の生活習慣病有病者の増加、子どもの朝食欠食、家族とのコミュニケーションなしに一人で食事をとるいわゆる『孤食』が依然として見受けられること、あるいは高齢者の栄養不良等、食をめぐる諸課題への対応の必要性はむしろ増加しており、今後の食育の推進にあたっては、単なる周知にとどまらず、生涯にわたって間断なく食育を推進する『生涯食育社会』の構築をめざすとともに、食をめぐる諸課題の解決に資するように推進していくことが重要である」と謳われています。

本市においても、食育推進関係会議の各機関を中心に食育を推進してきた結果、市民の食育への関心は高まりつつありますが、国と同様に子どもやその保護者世代の朝食欠食や孤食などの課題があり、世代別にライフスタイル等も考慮して、さらに取り組む必要があります。

1

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

国の第2次食育推進基本計画では、「子どもから成人、高齢者に至るまで、ライフステージに応じた間断ない食育を推進し、『生涯食育社会』の構築をめざすこととする」「家庭の態様の多様化、社会的あるいは経済的環境要因、高齢化等により、健全な食生活を実現することが困難な立場にある者にも十分配慮する」と謳われています。

本市においても、世代別の課題解決に向けた食育目標を作成し、子どもから成人、高齢者に至るまでのライフスタイルに応じた間断ない食育を推進するために、施策を進めます。

2

生活習慣病の予防および改善につながる食育の推進

国の第2次食育推進基本計画では、「現在、我が国では生活習慣病が死因の約6割

を占め、国民医療費（一般診療医療費）についても、約3割と、その予防及び改善は国民的課題である。特に、内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）が強く疑われる者及び予備軍と考えられる者は、40歳から74歳の男性の約2人に1人、女性の約5人に1人と、深刻な状況にある。また、生活習慣病の一つである糖尿病についても、強く疑われる者及び可能性が否定できない者も合わせると約2,210万人を超え、増加傾向にある。このため、生活習慣の改善が重要な課題であり、その中でも、食生活の改善は極めて重要であることから、生活習慣病の予防及び改善につながる食育について、国はもとより、地方公共団体、関係機関・団体が連携して推進する。」と謳われています。

本市においては、アンケート結果から特に20歳から30歳代が朝食欠食率が高いことや、ゆっくりよく噛んで食べる人の割合が25.7%、コレステロールを多く含む食品を控える人の割合が22.9%と低いことが課題であり、生活習慣病予防のための各種教室、保健指導等を通じて取り組んできました。

今後はこれらの課題解決のため、なわて健康プランⅡ、四條畷市第2期特定健康診査実施計画と整合性を図り、施策を進めます。

3

家庭における共食を通じた子どもへの食育の推進

国の第2次食育推進基本計画では、共食を通じた子どもへの食育の推進について次のように謳われています。

「子どものころに身に付いた食習慣を大人になって改めることは困難であり、子どものうちに健全な食生活を確立することは、成長段階にある子どもが、必要な栄養を摂取し健やかな体を作り、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んでいく基礎となる。」

「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共食は、食育の原点であり、子どもへの食育を推進していく大切な時間と場であると考えられることから、家族との共食を可能な限り推進する。」

第1次計画では食育に関心がある保護者の子どもは、よい食習慣を送っていることがわかっています。食育は生涯を通じて取り組むものですが、子どもの頃から食に関して正しい知識を身につけ、望ましい食習慣を確立することは生涯を通じた食育の基礎となります。また子どもへの食育を推進することにより、その保護者に対しても知識の普及ができるため、今後も子ども、特に本市の課題である幼児から小学校低学年に重点を置いた取組みを進めます。

計画策定時、中間評価および最終評価時のアンケート結果でも「食育に関心はあるが、忙しくて実行できない」「家族で食事がしたくても時間が合わない」という意見がありました。ライフスタイルや家族の態様の多様化により、家庭における食育は一律に推進することは困難です。しかし食事が楽しいと感じる時の設問では「家族一緒に食べる時」「家族が手伝ってくれる時」「おいしいと言ってくれた時」という意見が

多くあります。共食の大切さを啓発すると共に時間短縮の工夫や、食事の場が楽しいと感じる体験を通じて、できる範囲で共食の時間をもつ人の割合が増えるよう取り組みます。

VI

第2次計画の目標

食育を推進していくためには、市民・家庭・保育所・幼稚園・学校・地域・生産者・職域・行政といった多くの関係者の理解のもと、共通の目標を掲げ、その達成をめざして、連携・協力して取り組むことが大切であり、かつ効果的です。

そのため、本計画策定に際して実施したアンケート調査などから、本市の現状と課題を評価・検証し、課題解決に向けた指標および目標値を設定して取り組みを推進していきます。

ただし、「食育」はその目的や基本理念によって推進されるものであるため、目標値の達成結果のみにとらわれるのではなく、食育に取り組む姿勢や、そこに至る過程も重視し、実態に沿った取り組みを推進します。

第2次計画では、本市の課題解決に向けた新たな目標を追加して、取り組みを推進します。

1

第2次計画数値目標

【アンケート数値目標】

※ 表中の「策定時」は食育推進計画策定時（平成20年度）、「中間」は中間評価時（平成23年度）、「最終」は最終評価時（平成25年度）を表します。

【継続目標】	対象者	策定時	中間	最終	目標	
朝食をほとんど毎日食べる割合	成人	90.3%	86.6%	87.6%	朝食を毎日食べている割合をどの年齢層でも、5%増加	
	子ども	93.3%	92.3%	91.4%		
朝食で主食+おかずを食べる割合	成人	/	/	/	朝食で主食+おかずを食べる割合をどの年齢層でも、5%増加	
	子ども	41.3%	49.1%	41.5%		
朝食で野菜を食べる割合	成人	21.4%	20.7%	26.4%	朝食で野菜を食べる割合をどの年齢層でも、5%増加	
	子ども	16.6%	17.9%	18.5%		
食事が楽しくない割合	成人	2.5%	4.1%	0.3%	食事が楽しくない割合をどの年齢層でも、0%にする	
	子ども	0.5%	0.8%	0.8%		
朝食・夕食を一人で食べる割合	成人	/	/	/	朝食・夕食を一人で食べる割合をどの年齢層でも、0%にする	
	朝食	子ども	12.1%	13.9%		12.0%
	夕食	子ども	1.6%	1.2%		1.1%

※ 子どもの部分の数値は保育所・幼稚園・小学校2年・小学校5年・中学校2年の子どもを合計した集計を掲載しています。（高校生・大学生は含みません）

【新規目標】	対象者	第2次	目標
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践している市民の割合	成人	右に記載	<p>継続的に実践している市民の割合を、それぞれ5%増加</p> <p>(1) 摂取カロリーの摂り過ぎに気を付けている人 今回 66.9% →71.9%</p> <p>(2) 定期的に運動をしている人 今回 38.8% →43.8%</p> <p>(3) 規則正しい生活を心がけている人 今回 54.8% →59.8%</p> <p>(4) 飲酒を控えている人 今回 17.3% →22.3%</p> <p>(5) 禁煙を続けている人 今回 13.5% →18.5%</p>
食べ方や栄養バランスを考えて食事を摂る人の割合	成人	右に記載	<p>食事において下記のことにつけている市民の割合を、それぞれ5%増加</p> <p>(1) ゆっくりとよく噛んで食べる 今回 25.7% →30.7%</p> <p>(2) 栄養のバランスを考えて食べる 今回 58.4% →63.4%</p> <p>(3) できるだけ多くの食品を食べる 今回 47.8% →52.8%</p> <p>(4) ジュース等を飲み過ぎない 今回 40.9% →45.9%</p> <p>(5) 菓子等を食べ過ぎない 今回 43.8% →48.8%</p> <p>(6) 塩辛いものを食べ過ぎない 今回 44.2% →49.2%</p> <p>(7) 牛乳・小魚・大豆製品・海藻を食べる 今回 40.4% →45.4%</p> <p>(8) 色の濃い野菜を多く食べる 今回 27.3% →32.3%</p> <p>(9) ご飯とおかずをかわるがわる食べる 今回 34.2% →39.2%</p> <p>(10) 薄味にしている 今回 34.0% →39.0%</p> <p>(11) コレステロールを多く含む食品を控える 今回 22.9% →27.9%</p>

2

子どもに重点をおいた世代別に応じた取組み

本市の世代別の課題解決に向けて、設定した目標達成に向けて施策を進めます。特に課題となる子ども及びその保護者を重点におき、平成24年度に作成した「学校（モデル校：四條畷小学校）による学年別食育プログラムや「保育所による年代別の食育プログラム」も活用した取組みを推進します。

また、各年代の課題の取組みを進め、ライフステージに応じた間断ない食育の推進に努めます。

3

生活習慣病予防における目標

計画策定時に行ったアンケートにおいて、生活習慣病予防に関連する項目は「あなたはメタボリックシンドロームとは何か知っていますか？」のみでした。

第2次計画では、新たな数値目標として「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践している市民の割合」を掲げています。

これまでのアンケート項目に「メタボリックシンドローム予防のために実践していること」を加え、具体的な実践項目を5項目挙げ、各々について実践する人の割合の増加をめざします。〈参照：アンケート数値目標の【新規目標】（P26）〉

また、「食べ方や栄養バランスを考えて食事をとる人の割合」もメタボリックシンドローム予防に関連した新しい目標です。

「あなたは食事で気をつけていることはありますか？」を設問として、具体的な実践項目を11項目挙げています。〈参照：アンケート数値目標の【新規目標】（P26）〉メタボリックシンドローム予防のために食習慣で心がけたいことを挙げていますが、アンケート結果から特に「ゆっくりとよく噛んで食べる」が25.7%と低いため、その割合の増加をめざします。

なお、この目標におけるアンケートの設問は成人・高齢者世代にのみ実施していますが、啓発は子どもの世代から必要です。子どもの頃に身についた早食いや歯みがきなどの生活習慣を大人になってから直すことは困難なことです。子ども世代から将来のためによりよい生活習慣を身につけることが大切ですので、大人に対する啓発と同時進行で進めていきます。

食育の推進は、健康、農業、衛生そして教育など様々な分野が連携して、取り組む必要があります。本市では、市民・関係機関が協働でそれぞれの役割を認識して食育を推進し、総合的に食育の取組みを進めます。



食育の推進



関連団体

大東・四條畷医師会
大東歯科医師会
大阪府薬剤師会北河内支部
四條畷市PTA協議会
大阪東部農業協同組合
田原農研クラブ
JA大阪東部女性会田原支部
四條畷市食生活改善推進協議会
交野・畷・大東地域活動栄養士会
大阪府四條畷保健所

四條畷市

保育所、幼稚園
小学校、中学校
教育委員会
学校教育課
青少年課
学校給食センター
産業観光振興課
子ども福祉課
保健センター

資料1: 第2次四條畷市食育推進計画策定の経過

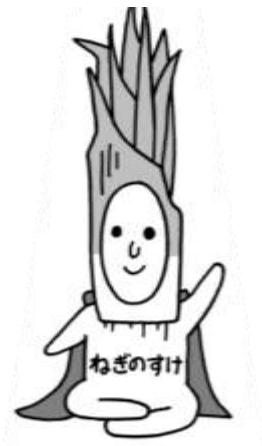
資料2: 四條畷市食育推進会議設置要領

資料3: アンケート調査実施要領

資料4: アンケート調査結果(成人)

資料5: アンケート調査結果(子ども)

資料6: アンケート調査結果(自由記載)



資料 1. 第 2 次四條畷市食育推進計画策定の経過

年・月	取組みの内容	会議名
平成 25 年 4 月	第 2 次四條畷市食育推進計画策定の目的の共有 第 2 次四條畷市食育推進計画策定の流れの確認 アンケート内容（項目と対象者等）の検討	第 1 回食育推進ネットワーク会議
5 月	第 2 次四條畷市食育推進計画の取り組み（方針、目標など） アンケート案についての最終意見調整 アンケート協力依頼：校長会（配布依頼） 第 2 次四條畷市食育推進計画策定の目的の共有 第 2 次四條畷市食育推進計画策定の流れの確認 アンケート内容（項目と対象者等）の検討	第 1 回食育推進プロジェクト会議 第 1 回食育推進会議
6 月	アンケートの実施 第 2 次四條畷市食育推進計画の進捗状況の報告	第 2 回食育推進ネットワーク会議
7 月	アンケート回収・集計 アンケートの分析	
8 月	集計後、協力機関（学校等）に個別単純集計を報告 アンケート分析⇒評価・課題 課題の整理	
9 月	課題から目標設定の検討 各機関の食育活動計画欄の検討	第 3 回食育推進ネットワーク会議
10 月	基本理念・重点目標・第 2 次計画の取組み方針など 具体的な計画案の内容について検討	第 2 回食育推進プロジェクト会議
11 月	計画案の検討	第 3 回食育推進プロジェクト会議
12 月	計画案の完成	第 2 回食育推進会議
1 月	パブリックコメントの実施	
2 月	計画案修正	
3 月	計画完成	第 4 回食育推進プロジェクト会議

資料２．四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「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）計画の進行状況の管理、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）ＰＴＡ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）食育に関係す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する。

（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 食育推進会議は、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。

資料3. 第2次四條畷市食育推進計画策定のためのアンケート調査実施要領

1. 目的

第2次四條畷市食育推進計画策定のための実態把握、および食育に関する啓発の機会とする。

2. 対象就学

市立保育所4歳児とその保護者
市立幼稚園4歳児とその保護者
田原台ひまわり保育園4歳児とその保護者
市立小学校2年生とその保護者
市立小学校5年生とその保護者
市立中学校2年生とその保護者
大阪府立四條畷高校2年生とその保護者
電気通信大学学生
高齢者（概ね65歳以上）

3. 実施時期

平成25年6月

4. 評価時期

平成25年8月

5. 調査票

保育所・幼稚園4歳児の保護者用
小学校2年生用
小学校5年生・中学2年生用
高校生・大学生用
保護者（小学校2年生、小学校5年生、中学校2年生、高校2年生）用
高齢者用

6. 調査方法

＜対象：保育所・幼稚園の4歳児とその保護者＞

- ・ 保育所・幼稚園で、アンケート用紙（子ども用と保護者用をホッチキス止め）を配布。家庭で、保護者用は保護者が記入。子どもに関する項目は保護者が子どもと相談の上記入し、保育所・幼稚園に提出。

＜対象：小学校2年生、小学校5年生とその保護者＞

- ・ 学校で、アンケート用紙（小学生用と保護者用をホッチキス止め）を配布。家庭で、保護者用は保護者が記入。子ども用は子どもが保護者と相談の上記入し、学校に提出。

＜対象：中学2年生とその保護者＞

- ・ 学校で、アンケート用紙（封筒に中学生用と保護者用を同封）を配布。保護者用は保護者が記入。中学生用は中学生が必要時保護者と相談の上記入し、同封の上、学校に提出。

＜対象：高校2年生とその保護者＞

- ・ 学校で、アンケート用紙（封筒に高校生用と保護者用を同封）を配布。保護者用は保護者が記入。高校生用は高校生が記入し、同封の上、学校に提出。

＜対象：大学生＞

- ・ 大学にてアンケート用紙を配布、学校に提出。

＜対象：高齢者＞

- ・ 地域で開催している体操教室にてアンケート用紙を配布、高齢福祉課に提出。

7. 回収方法

保育所・幼稚園：取りまとめ後、保健センターが回収。
小学校・中学校：取りまとめ後、学校教育課へ送付。後に保健センターが回収。
高校・大学：取りまとめ後、保健センターが回収。
高齢者：取りまとめ後、保健センターが回収。