

# 大館市食育推進計画

『おいしい』笑顔が生まれます  
元気なおおだて



平成22年3月

大館市

# 目 次

1 計画の趣旨	1
2 計画の位置づけ	2
3 計画の期間	3
4 大館市における「食」の現状と課題	3
5 食育推進のための基本理念	6
6 実施計画等	8
7 評価の指標	9
資料 1 食に関するアンケート調査結果	10
資料 2 大館市食育推進委員会設置要綱	11

(※平成25年3月 一部を見直し、変更及び追加しています。)

## 1. 計画の趣旨

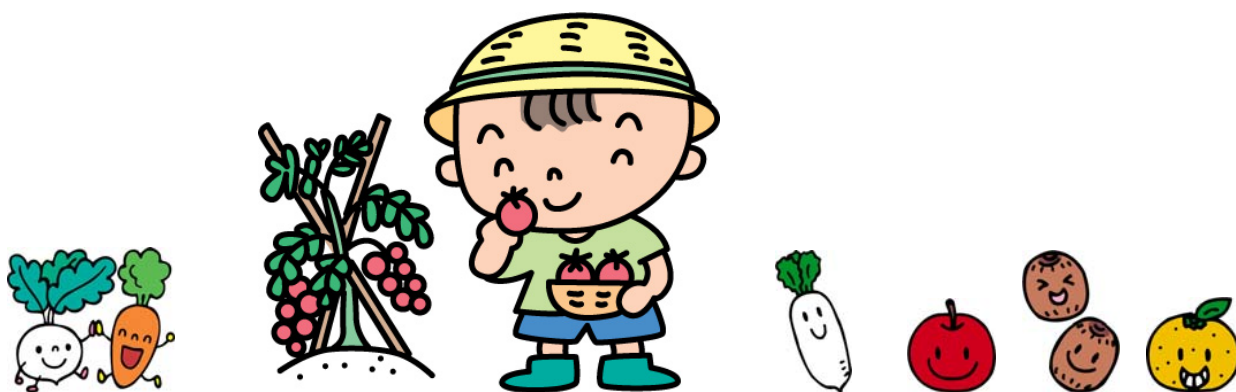
私たちが生きていくためには、食べることは欠かせません。さらに食べるという行為を通じて「食」に関する知識を得、経験を重ねそして文化を築いてきました。

しかしながら、近年ライフスタイルの多様化、社会経済情勢のめまぐるしい変化などから食の大切さに対する意識が薄れ、食生活の健全性が失われつつあります。

そのため、国では平成17年7月に「食育基本法」を施行し、「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ものと位置付け、「食」に対する意識や知識及び判断力を高める「食育」を国民運動として取り組むこととしました。

また、秋田県においても平成18年12月に「食育基本法」に基づく秋田県の食育推進計画である「食の国あきた推進運動アクションプログラム」を策定し、食育活動を進めてきております。

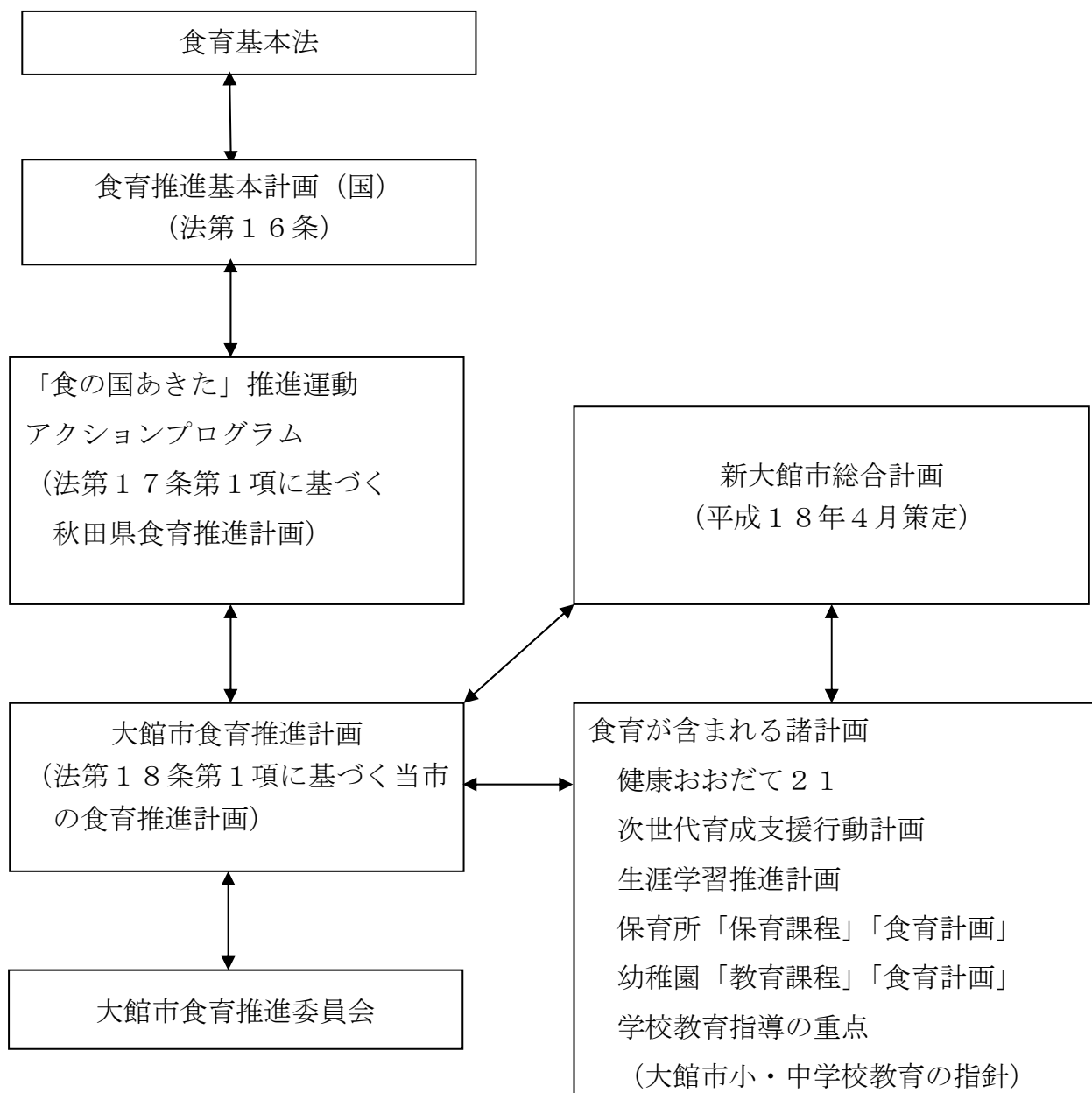
こうしたことから、大館市における食育の基本方針を明らかにするとともに、取り組みを総合的かつ計画的に推進することによりすべての市民が生涯にわたって食を通して心豊かに暮らすことができることをめざし「大館市食育推進計画」を策定しました。



## 2. 計画の位置づけ

この計画は、国の「食育推進基本計画」（平成18年3月策定）と秋田県の「食の国あきた推進運動アクションプログラム」など食育に関する諸計画や市の上位計画である「新大館市総合計画」（平成18年4月策定）等との整合性を図りながら、「食育基本法」第18条第1項の規定に基づく本市の食育推進計画として位置づけるものです。

また、今後食育を推進していく中で「(仮)大館市食育基本条例」の制定についても検討します。



### 3. 計画の期間

この計画の期間は、平成22年度から平成26年度までの5年間とします。ただし、社会情勢の変化等によりこの計画の変更が必要になった場合には、随時見直しを行います。また、これとは別に各年度の実施計画を作成します。

### 4. 大館市における「食」の現状と課題

大館市における食の現状を知るために高校生以上の市民を対象に行ったアンケートと保育園、幼稚園、小・中学校それぞれで行ったアンケートの結果及び食に携わる現場の声から、次のような現状がわかりました。なお、アンケートは大館市、秋田県私立幼稚園連合会県北地区研究班、大館市教育研究会学校栄養部会がそれぞれ実施しました。

※アンケートの結果は10ページ資料1を参照ください

#### 《幼児》

保護者の「幼児期の食の大切さ」への関心は高く、9割以上の子どもが、毎日朝食をとり、家族と一緒に食事を食べています。しかし、実際の食事場面では、子どもだけの食事やテレビをつけっぱなしの食事などの現状が見られます。また、早食いからよくかまずに飲み込んでしまい、十分な咀嚼力が身につかないこともあるようです。

幼児期にとっての食事は、活動のエネルギーを生み出すだけでなく、「団欒の食卓」を囲むことで、人間関係を深めたり、しつけを学んだり、食文化を伝承していく役割もあります。また、様々な食に関する体験を通して、幅広い食材に親しみ、感覚を高めることが将来の豊かな食生活につながるものと考えられます。

#### 《小・中学生》

児童生徒の食生活等実態調査結果によるとおやつを多く食べる傾向にあります。また、学校保健統計調査によると秋田県の児童生徒は全国に比べて肥満傾向が続いていることから、夜食やおやつのとりの工夫や指導が必要となります。

「朝食を毎日食べる」割合や「食事を家族と一緒にとる」割合は年齢が進むにつれて少なくなっています。「食」を通してしつけやマナーを始めとしたさまざまなことを身につけ、そして子どもの心を育むためにも1日1回は家族で食卓を囲むことが望まれます。

## 《高校生・大学生》

「朝食を毎日食べない」と答えた高校生は少ないのですが、大学生では5人に1人で、特に男子学生の割合が多くなっています。食べない理由として高校生では「食べる時間がない」大学生では「作る時間がない」となっています。考えられる原因として、就寝時間や起床時間が関係していると思われ、早寝早起きが推奨されます。

「食育について全く関心がない」と答えた人は高校生の男子生徒が最も多くなっております。食に関心を持つことによりこれからの望ましい食生活が期待できます。

## 《成人》

「朝食を毎日食べない」人は、大学生に次いで20歳代が多く約6人に1人で、男性の割合が多くなっています。食べない理由は「食べる時間がない」が多く、「食べないことが習慣だから」は学生より多くなっています。欠食が習慣化されると栄養問題だけではなく生活の不規則さを生み出し生活習慣病へと繋がっていくことが懸念されます。

野菜を朝食でほとんど食べない人の割合は20歳代、30歳代が大学生に次いで多くなっています。野菜を食べない理由として「特に理由がない」が最も多く、生活習慣病の予防に不可欠な栄養素やミネラルに野菜が必要であるとの理解が低いためではないかと思われれます。特に20歳代の保育園児の保護者に野菜を食べない人が多く、親が食べないと子どもも食べる機会が失われることが憂慮されます。このようなことから野菜がもつ健康機能についての具体的な情報提供を行い野菜摂取の増加と地産地消へと繋げていくことが望まれます。

## 《高齢者》

欠食することはほとんどなく、三度の食事にも野菜を食べている世代ですが、老化や一人暮らしによる食欲の低下や食のアンバランスからの低栄養が懸念されます。また、高血圧症などを抱えている人も多いことから塩分の摂りすぎにも注意が必要となります。

特に漬物など地域における食文化を大切にしている世代でもあるので、減塩を意識した食文化の継承が望まれます。

## 《食育について》

食事バランスガイドは「見たり、聞いたことはあるが内容まではよくわからない」が、すべての年代で半数近くでした。そこで具体的な内容も含めた情報提供を行い、自分自身や家族の食事を見直すきっかけにしたりバランスのとれた食生活ができるように今後も普及が必要と思われれます。

食育という言葉で「内容はよくわからないが知っている」人はすべての世代で5割から6割近くいます。

食育について関心がある項目が多かったのは、「心身の健全な発育のために必要」「食生活の乱れの問題」「肥満ややせすぎの問題」「生活習慣病の増加」「食品の廃棄の問題」です。

「消費者と生産者との交流や信頼」についてはあまり関心が見られませんでした。しかし、食品の安全性や信頼を損なう事件も少なくないことから、地域の生産者の顔が見える農産物のPRや地産地消など農に関する取り組みが望まれます。

食育で実際に心がけていることの項目で最も多いものは「栄養バランス」、次いで「家族そろって食事をする」でした。ところが「栄養バランス」と答えている一方、「朝食を毎日欠食する」人や「野菜を食べない」人もおり必ずしも意識と行動が一致していないことが考えられます。このようなことから様々な機会を捉えて情報提供を行い、食に関する意識と行動にギャップが生じないような支援が望まれます。

逆にあまり心がけていないものの項目に地産地消があげられました。地産地消は随時新鮮な野菜を食べることができ、地域経済の活性化や地域の愛着にも繋がります。また、農産物の輸送にかかるエネルギーを削減でき環境に優しいことなども含めて、今後さらに推進していくことが必要でしょう。

## 5. 食育推進のための基本理念

### (1) 基本理念

食育推進計画を通じて市民一人ひとりが「食」や「食の在り方」を再認識するとともに自らの生活を心豊かにしていこうとする市民の意欲を育むことを目指します。

#### 《スローガン》

「おいしい」笑顔が生み出す元気なおおだて

食べるのって **お** いしい  
作るのって **お** もしろい  
食卓の笑顔を **だ** いじにしたい  
だからみんなで **て** を携えて 取り組む「食育」

### (2) 基本方針

#### 1. 食の楽しさを広げます

**大目標** 「食」への理解を深め、喜びや感謝の心を育みます

#### **中目標**

- ・ 家族や友人と一緒に食卓を囲み「食」を楽しむ
- ・ 栽培や収穫体験、料理作りを通して「食」への関心を高める
- ・ 地域の食文化や郷土食を伝承する

#### **具体的な取り組み**

- ・ 家庭や地域で郷土食の伝承を進める
- ・ 農業団体等の活動を利用した食農教育や食体験を促進する
- ・ グリーンツーリズム事業等を促進する
- ・ 市民菜園事業への参加促進を図り農作物の栽培体験の機会を提供する
- ・ 就学前施設や学校における食農教育や食農体験の充実を図る
- ・ 教育ファームを推進する
- ・ 食育や食への関心を高めるイベントや啓発活動を行う



## 2. 心とからだの健康づくりを広げます

**大目標** 市民が自分にあった「食」を選択できる力を育てます

### 中目標

- ・望ましい食生活を実践する
  - \* 1日3食抜かずにしっかり食べる
  - \* 主食、主菜、副菜をそろえて食べる
  - \* 野菜を毎日食べる
  - \* おいしく減塩を心がける
- ・食と健康のかかわりを知る

### 具体的な取り組み

- ・市で行う乳幼児健診や教室などで食育指導・相談を行う
- ・食に関する各種講座・教室で食教育を行う
- ・食育に携わるボランティア活動団体等の支援及び活動促進を図る
- ・就学前施設において食育教室等を行う
- ・学校において栄養教諭等による「食育授業」を行う
- ・子どもの保護者へ食育に関する研修会や給食だよりを通じて情報提供を行う
- ・広報等による食の情報提供を行う

## 3. 安全安心な食を広げます

**大目標** 安全安心な農産物の提供を行い、地産地消をすすめます

### 中目標

- ・地産地消を通し、地域の食材をおいしく味わう
- ・食の安全、安心への関心を高める

### 具体的な取り組み

- ・学校、就学前施設等の給食に、旬の食材や地場産農産物の使用を推進する

- ・地場産農産物の直売等の促進を図るとともに市民の利用促進と生産者との交流を図る
- ・農業団体で実施している全出荷物に対するトレーサビリティ（生産履歴）への取り組みや米、青果物の残留農薬の自主検査、米のカドミニウム含有量分析等の安全安心管理事業を支援する
- ・食の安全に関する情報提供を行う

#### 4. 食育の輪を広げます

**大目標** 関係機関のネットワークで「食」を繋げます

##### **中目標**

- ・食育推進のための事業の協同を図る
- ・民間や住民団体との連携を図る

##### **具体的な取り組み**

- ・食育推進委員会を開催する
- ・目標達成のために会議を開催し、それぞれの専門性を活かして協議を行う

#### 6. 実施計画等

基本方針における目標達成のため、毎年度必要な財政的措置をし、より具体的な事業の計画としての「実施計画」を策定します。さらに庁内に「大館市食育推進委員会」を設置し、実施状況の確認と評価を行い、翌年度の「実施計画」に反映させ着実な事業の推進を図ります。

※大館市食育推進委員会設置要綱は20ページ資料2を参照ください

## 7. 推進の指標

No.	項目	単位	現状	目標	
			H21	H26	
基本方針1	1	1日1回は、家族や仲間と食事をする人の割合 〔対象：子育て世代〕 ※第2期秋田県食育推進計画 指標	%	78.2 (県数値)	88
	2	郷土料理、伝統料理を食事に取り入れている人の割合 ※健康推進課(食育アンケート) 郷土料理、伝統料理とは、土地で採れる食材を使い、昔からその土地、家庭で食べられてきた料理。たとえば、土地の山菜やきのこを使った料理、四季おりおりの漬物、かやき、いとこ煮、けの汁、タンポ、だまこなどのような季節や行事などに合わせて各家庭、地域で食べられてきた料理。	%	9.3	30
	3	市民菜園の利用者数 ※農林課	人	106	維持
	4	栽培、収穫体験を実施している小学校の割合 ※学校教育課	%	100	維持
基本方針2	1	毎日、朝食を食べる人の割合 〔対象：30歳代〕 ※健康推進課(食育アンケート)	%	78.7	90
	2	食塩の摂取量 〔対象：20～60歳代〕 ※健康推進課(推定食塩摂取量)	g	11.5 (H17～19実施)	10未満
	3	朝食に毎日野菜を食べる人の割合 〔対象：30歳代〕 ※健康推進課(食育アンケート)	%	27.4	35
	4	食事バランスガイドを知っている人の割合 〔対象：30歳代〕 ※健康推進課(食育アンケート)	%	16.8	30
基本方針3	1	学校給食における地場農産物(市内産、県内産)活用状況 ※学校教育課	%	37.3 (野菜20品目)	維持
	2	地元(県内、市内)の食品を意識的に購入する人の割合 ※健康推進課(食育アンケート)	%	21.1	40
	3	食の安全確保に関心がある人の割合 ※健康推進課(食育アンケート)	人	12.5	50