

町田市食育推進計画



2013年12月

町田市

はじめに

近年、ライフスタイルや家族形態の多様化に応じて、ファストフードを多用するなど栄養バランスの偏った食習慣のある方や、一人で食事をとる方が増えるなど、わが国の伝統的な食のありようが崩れつつあり、このままでは、これまで私たちが「食」から得てきた大切なものが失われかねません。

ところで、我が家では、「朝食は6時半、夕食は19時」に家族がそろって食卓を囲むという食事門限というルールを作りましたが、それは2つの理由からでした。



ひとつには、家族を結ぶ最大の絆が「食事を一緒にとること」であると確信していたからです。家族みんなで同じ料理を共に楽しむ食事は、家族の心を結び、絆を深める大切な時間となりました。

ふたつには、一日二回家族が食卓を囲むことによるコミュニケーションの場を確保するためです。思春期の子どもとの会話は減っていくのが常ですが、食事を共にすることにより、わが子の様子を最低限は把握することができました。

このように、食は生きるために欠かすことのできないものであると同時に、家族や友人を繋げる大切な手段でもあります。また、食べ物や自然の恵みへの感謝や命の尊さへの理解にもつながります。私たちは食により、自らの命や健康を守り、豊かな社会生活を送ることができるのです。

このため町田市は、「感謝を持って食をたのしみ、食を通じて人や地域とのつながりが持てるまち」を目指すこととし、その具体的な取組を示すために町田市食育推進計画を策定しました。

本計画の実現に向けましては、市民、関係機関・団体の皆様と行政が一体となり取り組んでいく必要がありますので、ご理解とご協力をお願いいたします。

最後に、この計画策定にあたり、ご尽力頂きました「町田市食育推進計画策定及び推進委員会」の委員の皆様、並びに貴重なご意見を頂きました市民の皆様から心から感謝申し上げます。

町田市長 石坂 丈一

もくじ



第1章 計画の策定にあたって

1	計画策定の趣旨	2
2	計画の背景と位置付け	3
	(1) 国：食育基本法、食育推進基本計画	3
	(2) 東京都：食育推進計画	3
	(3) 町田市：町田市食育推進計画	4
3	計画の期間と見直し	4

第2章 町田市の現状と課題



1	町田市の現状	6
	(1) 地域特性	6
	(2) 人口・世帯構成	8
	(3) 健康状況	10
	(4) 食育への関心	13
	(5) 食生活	14
	(6) 食の安全	20
	(7) 地産地消	23
	(8) 食環境	25
2	町田市の課題	28

第3章 まちだがめざす食育の推進



1	食育のめざす姿・基本目標	30
	(1) 食育のめざす姿	30
	(2) 食育の基本目標	30
2	5つの視点	31
3	食育推進の考え方	31
4	計画の体系	33

第4章 5つの視点による食育の推進



視点1	健康と食生活	36
	(1) 栄養バランスに配慮した食生活を送る【重点】	36
	(2) よく噛む力、のみこむ力を育てる	37

視点2 食の安全	44
(1) 食中毒を防ぐ【重点】	44
(2) 食品の安全性について理解する	45
視点3 共食・食文化	48
(1) 家族や友人と一緒に食べて、心を育む【重点】	48
(2) 食文化を伝える	49
視点4 地産地消	53
(1) 食に対する感謝の心を育む【重点】	53
(2) 地域で生産し、地域で消費する	54
視点5 食環境	57
(1) 外食・中食産業と協力し、健康づくりを進める【重点】	57
(2) 食のネットワークを構築し、食育を推進する	58
(3) 情報発信、人材育成を強化する	58

第5章 計画の推進

1 計画の推進に向けて	64
2 進捗管理と評価	66
(1) 進捗管理	66
(2) 評価	66
3 町田市食育推進キャラクター	67



資料

1 計画の策定体制	70
2 「町田市食育推進計画」策定及び推進委員会	71
(1) 委員名簿	71
(2) 開催状況	72
(3) 設置要綱	72
3 食育推進庁内連絡会開催状況	74
4 町田市の食育推進計画づくりに関するアンケート調査概要	75

対象別の取組さくいん

	妊婦	乳幼児 (保護者)	小・中学生	学生 (高校・大学等)
1 健康と食生活 (P.36~43)				
(1)栄養バランスに配慮した食生活を送る	P.38 ○食育フェア ○6月の「食育月間」、毎月19日の「食育の日」の食育活動の強化 ○町田・健康と食を考え			
	P.38 ○個別・集団栄養指導 ※疾患のある方			
(2)よく噛む力、のみこむ力を育てる	P.38 ○母親学級 (ぶれびよクラス) ○ママクラスクッキング	P.38・39 ○乳幼児健康診査などでの啓発 ○乳幼児母性相談 ○離乳食講習会 ○幼児食講習会 ○親子クッキング (子育てひろば) ○離乳食講座 (子育てひろば) ○食育指導(食事バランス指導)	P.39 ○バランスのよい食事 ○早寝早起き朝ごはん	
	P.38 ○～お口さわやか～ 歯科口腔健康診査 (妊婦無料クーポン)	P.39 ○むし歯予防教室 ○園児むし歯予防教室 ○歯科保健普及対策事業	P.39 ○虫歯予防デー ○かみかみメニューの日	
2 食の安全 (P.44~47)				
(1)食中毒を防ぐ	P.45 ○市ホーム			
(2)食品の安全性について理解する	P.45 ○食中毒予防の指導			
	P.45 ○給食における食物アレルギーへの対応		P.45 ○給食における食物アレルギーへの対応 ○学校給食の安全の推進 ○間食における食物アレルギーへの対応	
3 共食・食文化 (P.48~52)				
(1)家族や友人と一緒に食べて、心を育む	P.49 ○食育ボランティア			
(2)食文化を伝える	P.49 ○親子料理体験		P.50 ○料理体験 ○試食会、たてわり給食、誕生日給食 ○食事マナー	
	P.49 ○食事マナー・行事食・お楽しみ給食		P.50 ○行事食の提供 ○町田産の米を使用した給食提供	
4 地産地消 (P.53~56)				
(1)食に対する感謝の心を育む	P.54 ○食育ツーリズムの推進			
(2)地域で生産し、地域で消費する	P.54 ○栽培・収穫体験 ○芋ほり体験		P.55 ○野菜や米づくり体験	
	P.54 ○農業祭(キラリ☆まちだ祭) ○「まち☆ベジ」			
5 食環境 (P.57~61)				
(1)外食・中食産業と協力し、健康づくりを進める	P.59 ○食育ツーリズムの推進 ○町田べんとうの開			
(2)食のネットワークを構築し、食育を推進する	P.59 ○食育フェア ○6月の「食育月間」、毎月19日の「食育の			
(3)情報発信、人材育成を強化する	P.59 ○市ホームページの充実 ○食育ボランティアによる共食の普及啓発 ○ポ			

※対象別の取組は、第4章「5つの視点による食育の推進」(P.36~P.61)に、それぞれのねらい及び内容を掲載しています。

成人	高齢者	障がい者	食品関連事業者	給食施設関係者
<p>るつどい ○総合健康づくりフェア ○みんなの健康食生活展 ○糖尿病イベント</p>				
<p>○外来バイキング教室 ※疾患のある方</p>				
<p>祭まちだ</p>	<p>P.40 ○地区健康教育 ○栄養講習会 ○栄養健康教育 ○こっこつ教室 ○健康づくり講習会 ○自主グループ支援 ○栄養・健康相談 ○特定健康診査・特定保健指導</p> <p>P.41 ○いきいき健康アップ講座 ○地域介護予防教室 ○男性料理教室 ○出張介護予防教室 ○自立支援・配食ネットワーク</p> <p>P.40 ○市民健康教育講座（歯科）</p>	<p>P.41 ○食事形態、食事介助の支援</p>		
<p>ページの充実</p>				
<p>P.46 ○セミナー、学習会、テスト教室（食品表示、食品添加物など）</p>	<p>P.46 ○健康支援のつどい（食中毒予防）</p>		<p>P.46 ○監視指導</p> <p>P.46 ○講習会（食中毒、アレルギー表示）、広報</p> <p>P.46 ○食品の収去検査</p> <p>P.46 ○講演会（食物アレルギー）</p>	
<p>による共食の普及啓発</p>				
<p>作り教室</p>	<p>P.50 ○外出活動での外食 ○喫茶・食事会での調理 ○地域交流事業（センターまつり）</p>			
<p>○市民農園 ○体験農園・観光農園</p>				
<p>マークの普及 ○収穫・調理体験</p>				
	<p>P.55 ○栽培体験</p>			
<p>発、販売 ○食べ歩きツアー</p>				
			<p>P.59 ○飲食店・商店街における健康に配慮したメニューの提供促進 ○飲食店における栄養成分等表示の推進</p>	
<p>日」の食育活動の強化 ○食育講演会</p>				
			<p>P.59 ○健康づくり調理従事者研修会</p>	<p>P.60 ○町田栄養・食生活ネットワーク会議</p> <p>P.60 ○地域活動栄養士の育成・支援 ○町田集団給食研究会の育成・支援 ○講習会や巡回による給食施設指導</p>

第1章 計画の策定にあたって



- 計画策定の趣旨
- 計画の背景と位置付け
- 計画の期間と見直し

について

1 計画策定の趣旨

=食べることは、生きること=

「食」は命の源であり、欠かすことができないものです。

しかし、社会のありようの変化とともに「食」をめぐる状況も急速に変わりつつあります。その結果、食の安全・安心に対する不安や食習慣の乱れによる肥満、生活習慣病¹の増加、また過度のやせなどが社会問題になっています。

このような状況のなか、国は、「国民が生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性をはぐくむ」ことを目的に、2005年6月に「食育基本法」²を制定し、これに基づいて2006年3月に「食育推進基本計画」、2011年3月には「第2次食育推進基本計画」を策定しました。また、東京都においても、2006年9月に「東京都食育推進計画」を策定し、食育の取組を進めています。

町田市では、保健所を設置したことを契機に、これまで市として進めてきた「市民の健康づくり」の推進と保健所の持つ専門的保健機能とを統合し、効果的に活用することが可能になりました。これを受けて、これまで各部署が実施していた食育事業に一貫性を持たせ、市民、関係機関・団体、行政等が食のネットワークを構築し、情報を共有しながら協働することにより、食を通じたまちづくりを目指します。その具体的な取組を示すために「町田市食育推進計画」を策定しました。

食育とは、「生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきものと位置付けるとともに、様々な経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てる」ことです。

(食育基本法より)

¹ 生活習慣病：食習慣、運動習慣、休養、喫煙、飲酒等の生活習慣が、その発症・進行に関与する疾患群。

² 食育基本法：食育に関し、基本理念を定め、国、地方公共団体等の責務を明らかにするとともに、食育に関する基本的事項を定めることにより、食育に関する施策を総合的かつ計画的に推進し、現在及び将来にわたる健康で文化的な国民の生活と豊かで活力のある社会の実現に寄与することを目的として、2005年6月に制定された法律。



2 計画の背景と位置付け

本計画は、食育基本法（第 18 条）に基づく市町村食育推進計画として位置付け、東京都の食育推進計画を踏まえ、町田市の特性にあった食育推進計画を策定します。

（1）国：食育基本法、食育推進基本計画

国は、「国民が生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性をはぐくむ」ことを目的に、「食育基本法」（2005 年 6 月）を制定、続いて「食育推進基本計画」（2006 年 3 月）、「第 2 次食育推進基本計画」（2011 年 3 月）を策定し、食育を推進するための活動については、これらを踏まえ、国民運動として全国において展開することが重要であるとしています。

【第 2 次食育推進基本計画（2011 年 3 月策定）】

生涯にわたって間断なく食育を推進する「生涯食育社会」の構築を目指すとともに、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必要である。

- 計画のコンセプト「“周知”から“実践”へ」
- 重点課題
 - ・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
 - ・生活習慣病の予防及び改善につながる食育の推進
 - ・家庭における共食³を通じた子どもへの食育の推進

（2）東京都：食育推進計画

東京都は、食育に関する施策を着実かつ積極的に推進するため、都の食育推進の基本的な考え方と具体的な施策の展開を示した「東京都食育推進計画」（2006 年 9 月策定、2011 年 7 月一部改正）を策定しています。

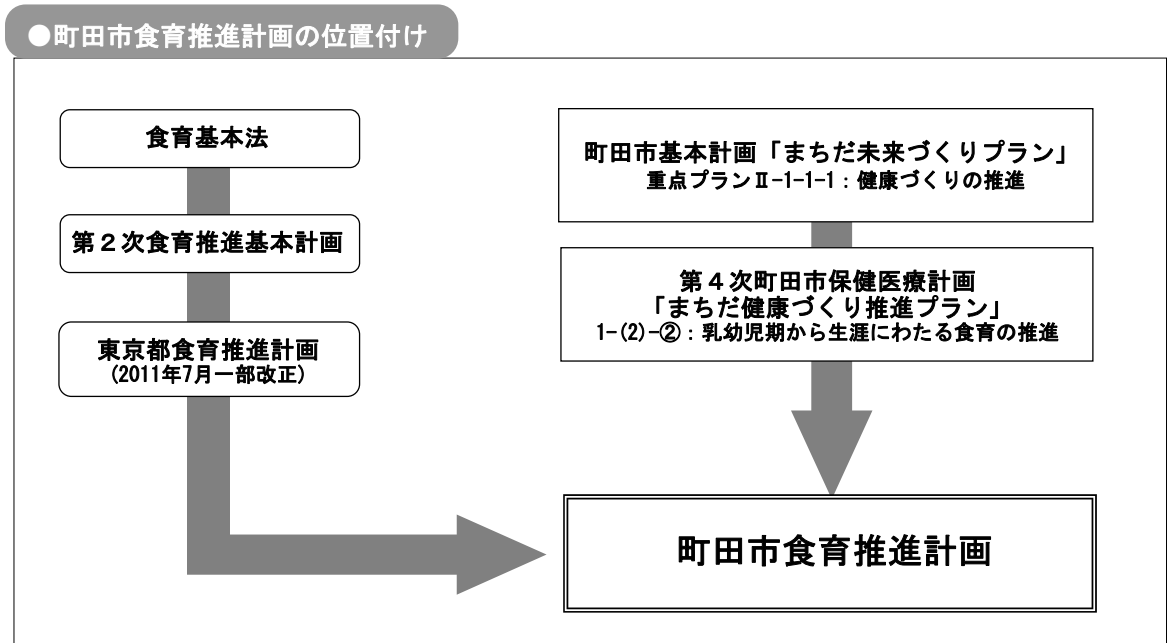
【東京都食育推進計画（2006 年 9 月策定、2011 年 7 月一部改正）】

- 具体的な施策
 - 1 家庭だけでは困難な子どもの食育を学校、地域で支える
 - 2 食の生産現場との交流と体験の場をつくる
 - 3 食のサービス、人材、情報を活用した食育を推進

³ 共食：誰かと食事を共にする（共有する）こと。

(3) 町田市：町田市食育推進計画

町田市は、「まちだ未来づくりプラン」や「まちだ健康づくり推進プラン」など、食育に関連する各計画との整合性を図るものとして「町田市食育推進計画」を策定します。



3 計画の期間と見直し

計画の期間は、2014年度から2018年度までの5年間とします。

なお、食をめぐる状況は常に変化していることから、社会情勢の変化や目標の達成状況、推進状況等により見直しが必要になった場合には、期間内であっても計画を適正に見直すこととします。

	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	
	H18	H19	H20	H21	H22	H23	H24	H25	H26	H27	H28	H29	H30	H31	H32	H33	
国	食育推進基本計画					第2次食育推進基本計画											
	東京都食育推進計画					東京都食育推進計画 (一部改正)											
町田市	町田市基本構想・基本計画					町田市基本計画「まちだ未来づくりプラン」 新5カ年計画					次期5カ年計画						
	第2次町 田市保健 医療計画	第3次町田市保健医療計画					第4次町田市保健医療計画										
											町田市食育推進計画						

第2章 町田市の現状と課題



○町田市の現状

○町田市の課題

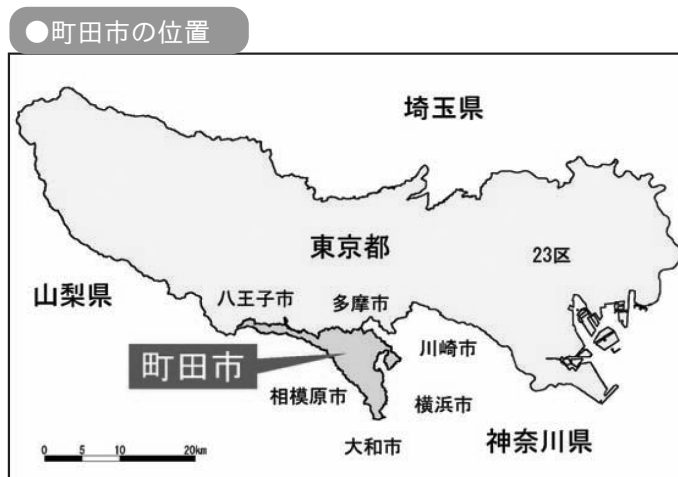
について

1 町田市の現状

(1) 地域特性

町田市は、東京都の南端に位置し、北側には八王子市、多摩市が接し、神奈川県側に大きく突き出た部分は、東側から西側に向かい川崎市、横浜市、大和市及び相模原市と隣接しています。

1958年2月の市制施行当時6万人程であった人口は、宅地開発により、現在では42万人を超え、首都圏の中核都市として発展を続けています。

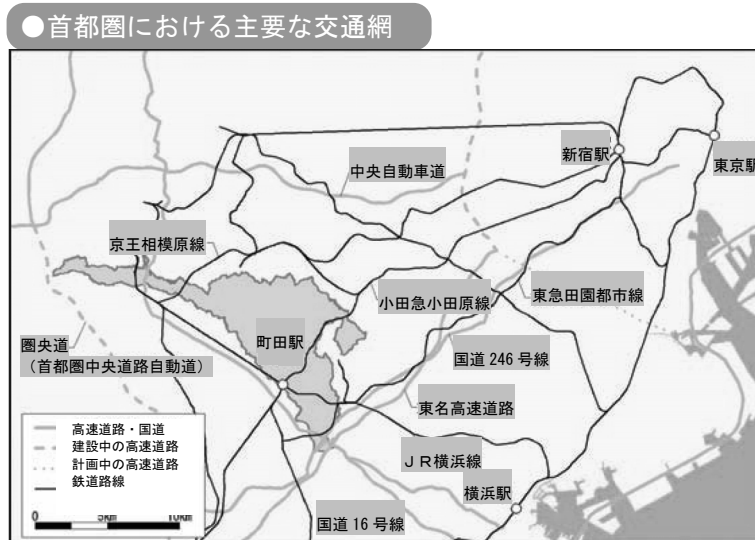


出典：まちだ未来づくりプラン（2011年12月）

□物流と交通の要衝を担い、交通利便性に恵まれた地域です

町田市は、鎌倉街道、大山街道、「絹の道」など歴史ある道が交差し、今日では、高速道路・4種の鉄道が通る物流・交通の要衝を担っています。

また市内には、小田急線、JR横浜線、東急田園都市線、京王相模原線が通り、それぞれ東京都心や横浜市の中心部へつながっており、交通利便性にも恵まれていることから、市外からの来訪者が集まります。



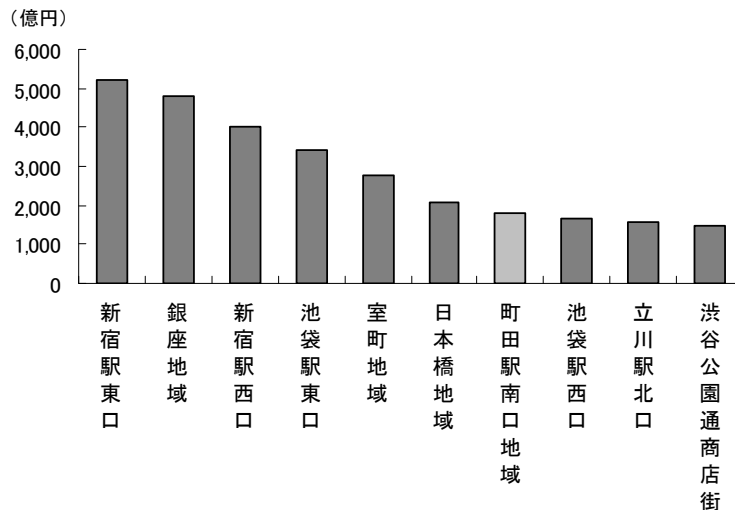
出典：まちだ未来づくりプラン（2011年12月）より抜粋・加工



□年間商品販売額⁴が都内第7位の商業都市です

町田市の年間商品販売額は、東京都の商業集積地区の中で第7位となっています（2007年 商業統計調査）。また、市内の飲食店数は2,461事業所と多摩地域で有数の商業都市となっています（2011年 町田市保健所事業概要）。

●東京都の商業集積地区小売業の年間商品販売額比較



出典：東京都「商業統計調査報告」（2007年）

□みどり豊かな自然が息づく首都圏の貴重な資産です

町田市北部の丘陵地域は、里山や田園風景が残り、鶴見川の源流など自然が息づいています。それらを守り育てるために、市は樹林地や農地の保全・再生に取り組んでいます。

□近隣地域とともに、大学・学園都市を形成しています

市内・隣接地域に多くの大学、短期大学、専門学校などがあることから、18歳～20歳の転入者が多いという特性があります。このため、学生が地域で活躍する仕組みづくりや、大学との連携が進んでいます。

□健康づくり推進員やNPO団体⁵などによる市民活動が多数行われています

町田市では町内会・自治会等から推薦を受け、市長が委嘱した「健康づくり推進員」が、地域における市民の自発的な健康づくりの推進のため活動しています。また、NPO団体も多数活動しています。

⁴ 年間商品販売額：一年間の事業所における商品の販売額をいい、消費税額を含む。

⁵ NPO団体：“Non Profit Organization(非営利団体)”の略。営利を目的とせず、様々な社会貢献活動を行う団体の総称。

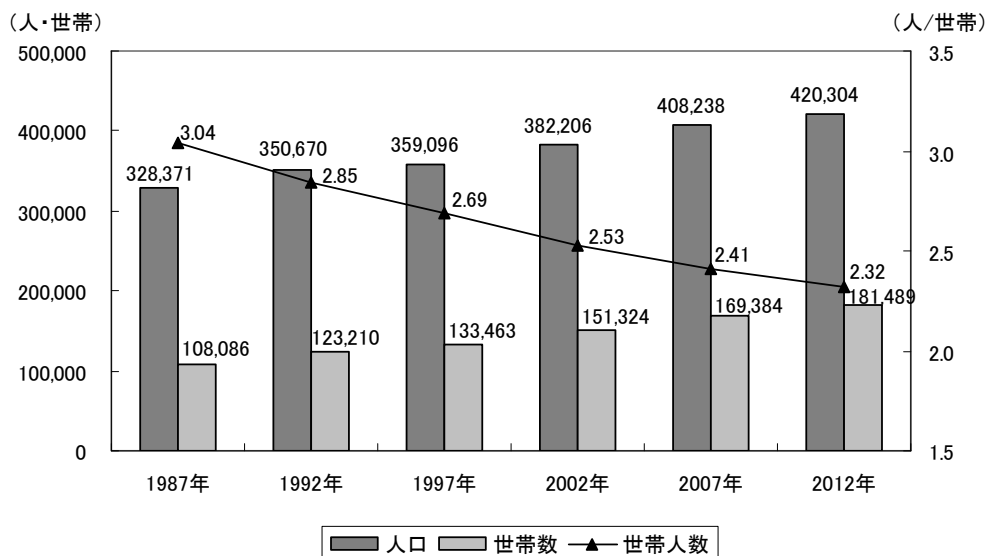
(2) 人口・世帯構成

- 多摩地域で2番目の人口規模を持ち、人口は増加傾向にあります
- 単身高齢者世帯、高齢夫婦のみの世帯が全体の約2割を占めています

町田市の人口は、420,304人で、多摩地域では八王子市に次いで2番目の人口規模となっています。世帯総数は181,489世帯で、人口とともに増加傾向にありますが、一世帯あたりの人口は減少しています(2012年1月1日現在 住民基本台帳)。

また、世帯構成では、核家族が全体の61.4%となっており、単身高齢者世帯が9.0%、高齢夫婦のみの世帯が11.1%と全体の約2割を占めています(2010年国勢調査)。

●人口及び世帯数の推移



出典：住民基本台帳（各年1月1日現在）

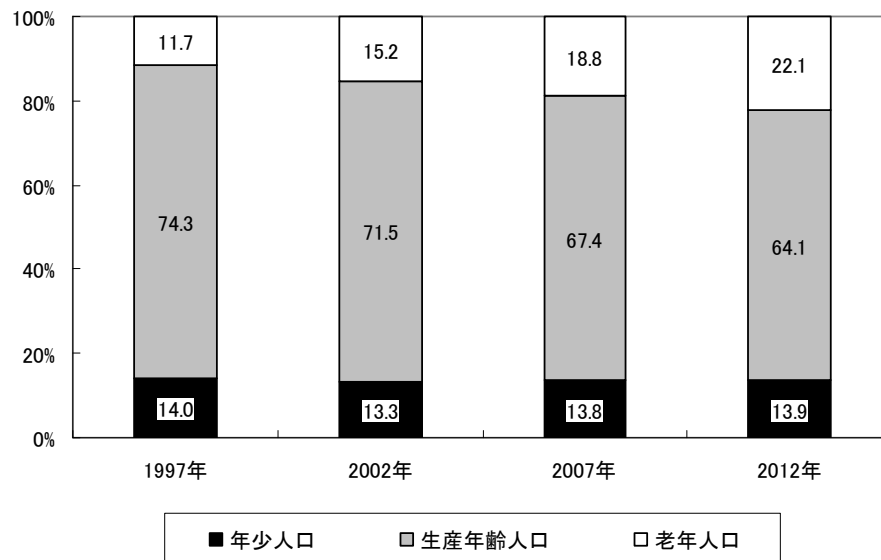


□生産年齢人口の割合が減り、老年人口の割合が増加しています

年齢階層別の人口は、年少人口（0歳～14歳）が13.9%、生産年齢人口（15歳～64歳）が64.1%、老年人口（65歳以上）が22.1%となっています（2012年1月1日 住民基本台帳）。

老年人口の割合が着実に増えており、生産年齢人口の割合が減少しています。

●年齢階層別人口



出典：住民基本台帳（各年1月1日現在）

(3) 健康状況

□市民の平均寿命⁶は、東京都・全国よりも高くなっています

市民の平均寿命は、東京都・全国と比較して男女ともに高く、男性が81.1年、女性が87.1年となっています（2010年 市区町村別生命表）。

「健康日本 21（第二次）」⁷では、「健康寿命の延伸」を中心課題として掲げています。健康寿命とは、健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間と定義されています。平均寿命と健康寿命の差は、日常生活に制限のある「不健康な期間」を意味し、2010年東京都民の平均寿命と健康寿命の差は、男性9.88年、女性13.56年です（2010年平均寿命の算定結果）。個人の生活の質の低下を防ぐとともに、医療費や介護給付費の軽減に向けて、平均寿命と健康寿命の差を短縮することが重要とされています。

●平均寿命

	男性	女性
町田市	81.1	87.1
東京都	79.9	86.4
全国	79.6	86.4

（単位：年）出典：市区町村別生命表（2010年）

●日常生活に制限のない期間の平均

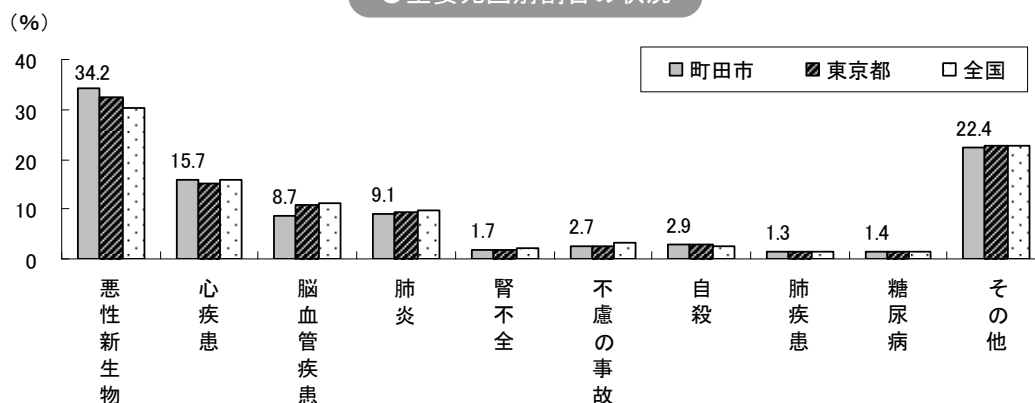
	男性			女性		
	日常生活に制限のない期間の平均	日常生活に制限のある期間の平均	平均寿命	日常生活に制限のない期間の平均	日常生活に制限のある期間の平均	平均寿命
東京都	69.99	9.88	79.88	72.88	13.56	86.43
全国	70.42	9.22	79.64	73.62	12.77	86.39

（単位：年）出典：平均寿命の算定結果（2010年）

□市民の主要な死因は、生活習慣に起因する疾病が上位となっています

市民の2009年の主要死因別割合は、第1位が「悪性新生物（がん）」、第2位が「心疾患」、第3位が「肺炎」となっています。

●主要死因別割合の状況



出典：まちだ健康づくり推進プラン（2012年3月）

⁶ 平均寿命：0歳の人がある年以後生存する年数の平均。

⁷ 健康日本21（第二次）：健康増進法に基づき、厚生労働省により告示された「国民の健康の増進の総合的な推進を図るための基本的な方針（2012年厚生労働省告示第430号）」。

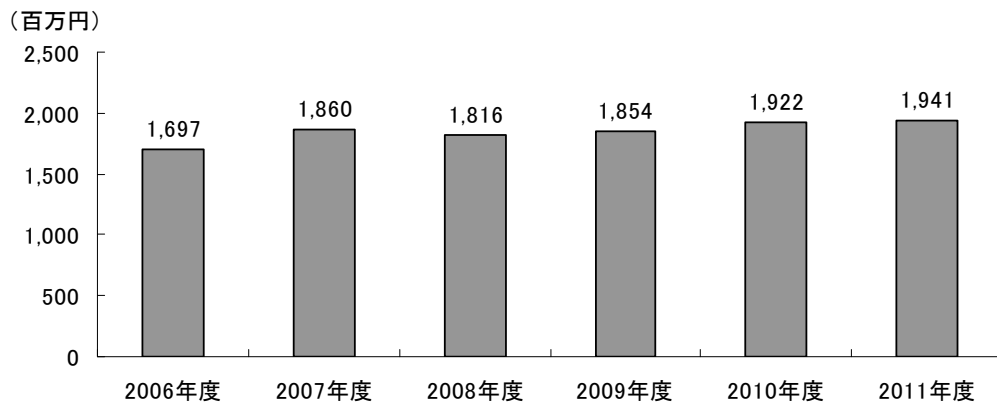


国民健康保険の被保険者一人あたりの医療費の 20.2%を、主要な生活習慣病の医療費が占めています

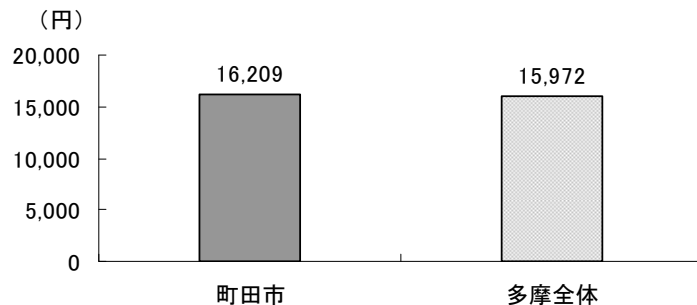
2011年度5月の医療費（医科医療費）総額は19億41百万円で、2006年度からの5年間で14%増加しています。

また、町田市の国民健康保険被保険者一人あたりの医療費16,209円に占める、主要な生活習慣病の医療費は3,277円（20.2%）となっており、いずれも多摩全体と比較して高くなっています。

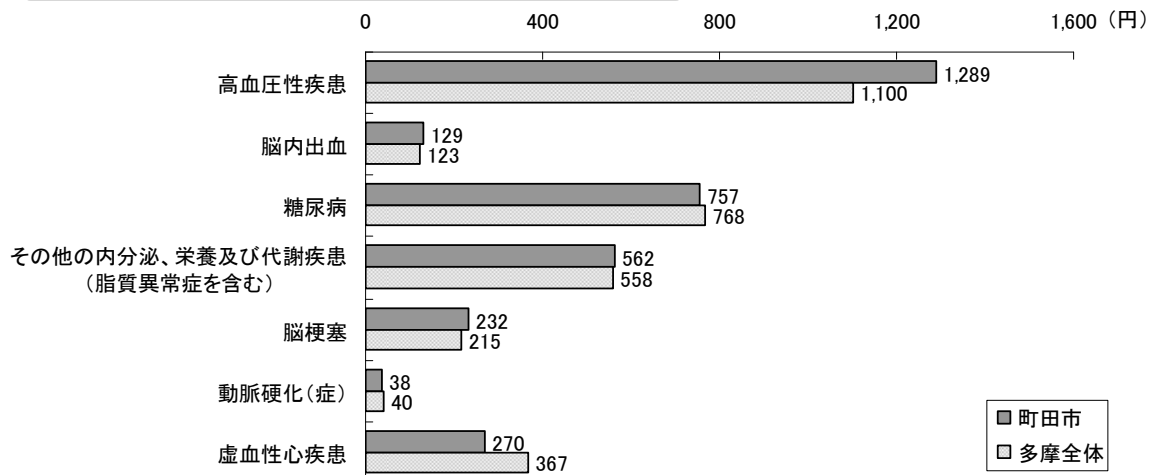
●医療費総額の推移（各年5月分）



●被保険者一人あたりの医療費（2011年度5月分）



●主要な生活習慣病医療費の詳細（2011年度5月分）



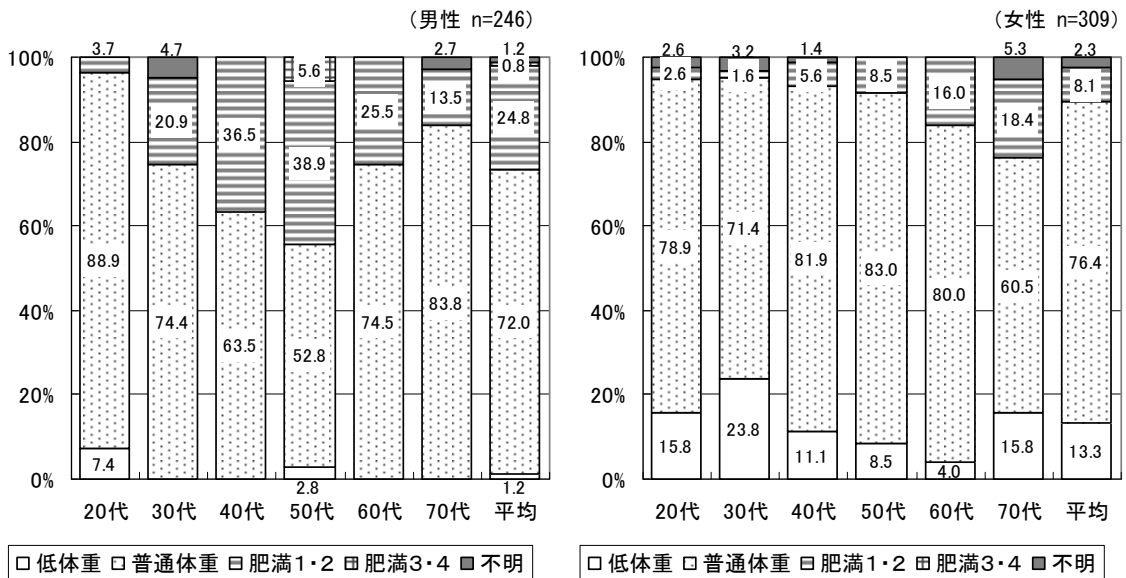
出典：町田市国民健康保険 第2期特定健康診査・特定保健指導実施計画（2013年）

□ 男性は30歳代から肥満⁸の割合が増え始めており、女性はやせの割合が30歳代で高くなっています

男性は、肥満の割合が30歳代から増え始め、50歳代が44.5%と最も高くなっています。女性は、やせの割合が30歳代で23.8%と最も高くなっています。

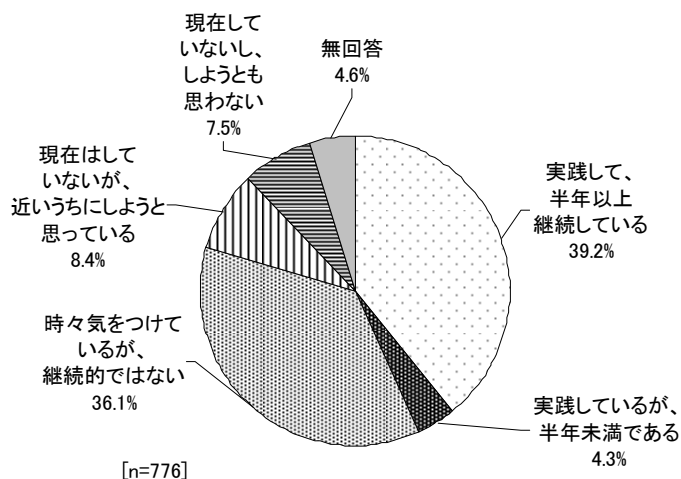
メタボリックシンドローム⁹の予防・改善のために、適切な食事、定期的な運動、週に複数回の体重測定の内いずれかの実践を半年以上継続している割合は、成人の39.2%となっています。

● 性別・年齢別BMI¹⁰



出典：町田市民の保健医療意識調査（2011年3月）

● メタボリックシンドロームの予防や改善のために、①適切な食事、②定期的な運動、③週に複数回の体重測定の内いずれかを実践している割合【成人】



※「町田市の食育推進計画づくりに関するアンケート調査（2012年12月）」について
 【成人】20歳以上の市民を対象とした調査結果
 【子ども】4歳から17歳までの子どもを持つ保護者を対象とし、子どもについて聞いた調査結果
 【保護者】4歳から17歳までの子どもを持つ保護者を対象とした調査結果

出典：町田市の食育推進計画づくりに関するアンケート調査（2012年12月）

⁸ 肥満：体の脂肪が一定以上に多くなった状態のこと。

⁹ メタボリックシンドローム：内臓脂肪型肥満に加えて、高血糖、高血圧、脂質異常のうちいずれか2つ以上をあわせもった状態。

¹⁰ BMI（びーえむあい）：“Body Mass Index”の略。肥満度を表す指標として国際的に用いられている体格指数で、〔体重(kg)〕÷〔身長(m)の2乗〕で求められる。日本肥満学会の定めた基準では18.5未満が「低体重(やせ)」、18.5以上25.0未満が「普通体重」、25.0以上が「肥満」で、肥満はその度合いによってさらに「肥満1」から「肥満4」に分類される(肥満1：25.0以上30.0未満、肥満2：30.0以上35.0未満、肥満3：35.0以上40.0未満、肥満4：40.0以上)。

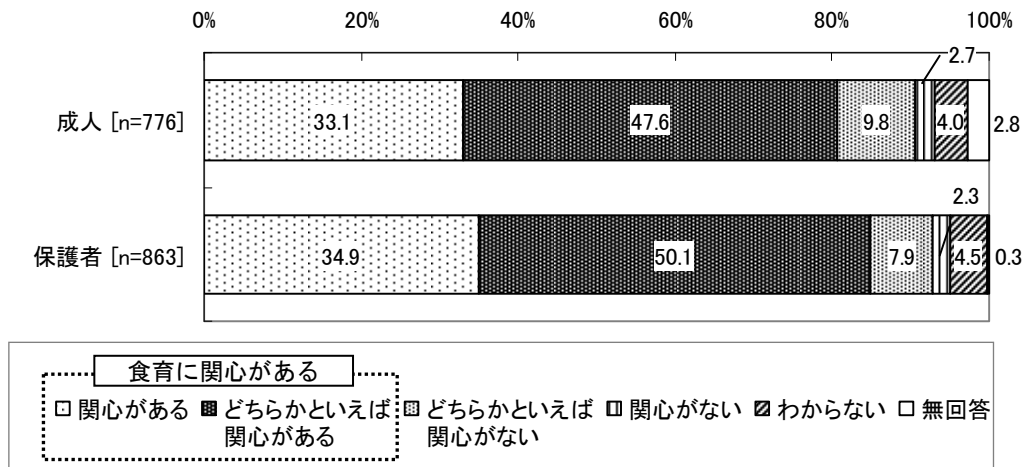


(4) 食育への関心

□食育に関心を持っている人は、約8割となっています

成人の80.7%、子どもの保護者の85.0%が食育に関心を持っています。

●食育への関心度【成人】【保護者】

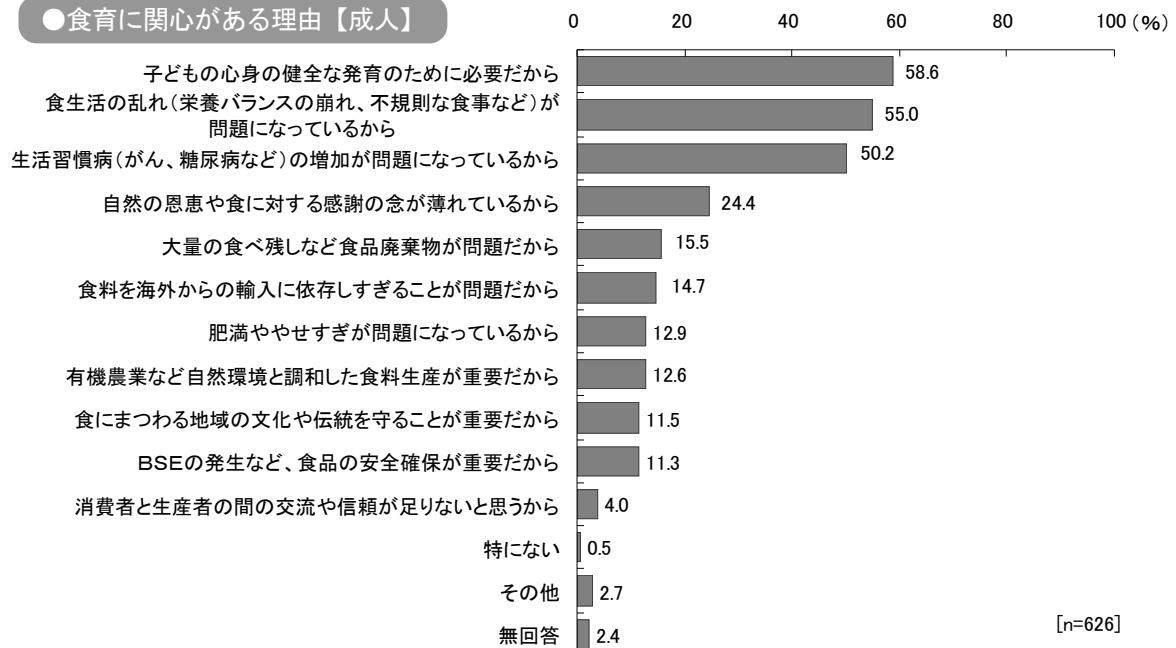


出典：町田市の食育推進計画づくりに関するアンケート調査（2012年12月）

□食育に関心がある理由は、「子どもの心身の健全な発育」、「食生活の乱れ」、「生活習慣病の増加」などです

食育に関心がある理由として、「子どもの心身の健全な発育のために必要だから」、「食生活の乱れが問題になっているから」、「生活習慣病（がん、糖尿病など）の増加が問題になっているから」を半数以上の方が挙げています。

●食育に関心がある理由【成人】



出典：町田市の食育推進計画づくりに関するアンケート調査（2012年12月）

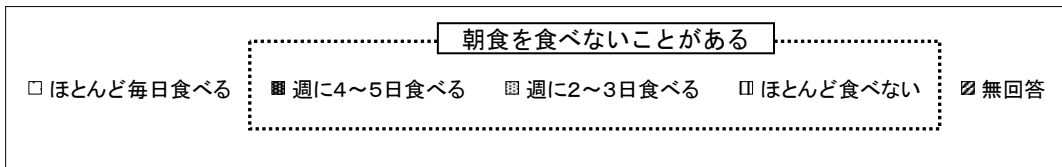
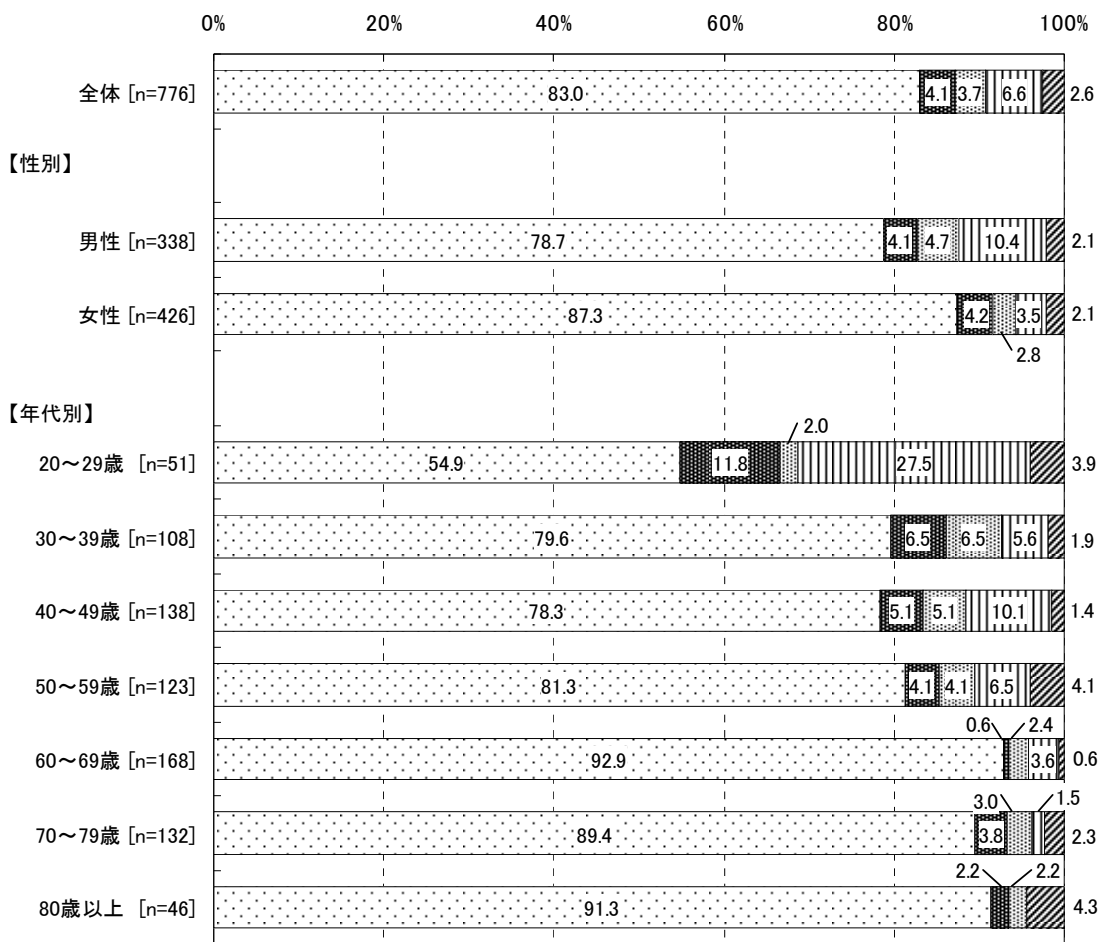
(5) 食生活

□朝食を食べないことがある割合は、20歳代において高くなっています

朝食を食べないことがある割合は、成人の14.4%、子どもの4.7%です。成人では、20歳代で41.3%、子どもでは、高校2年生で11.7%と高くなっています。

朝食を食べない理由は、「時間がないから」の割合が最も高く、続いて「食欲がわかないから」となっています。

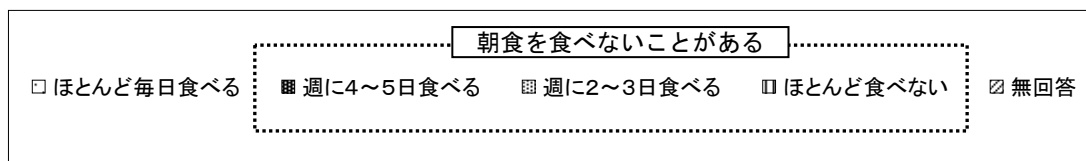
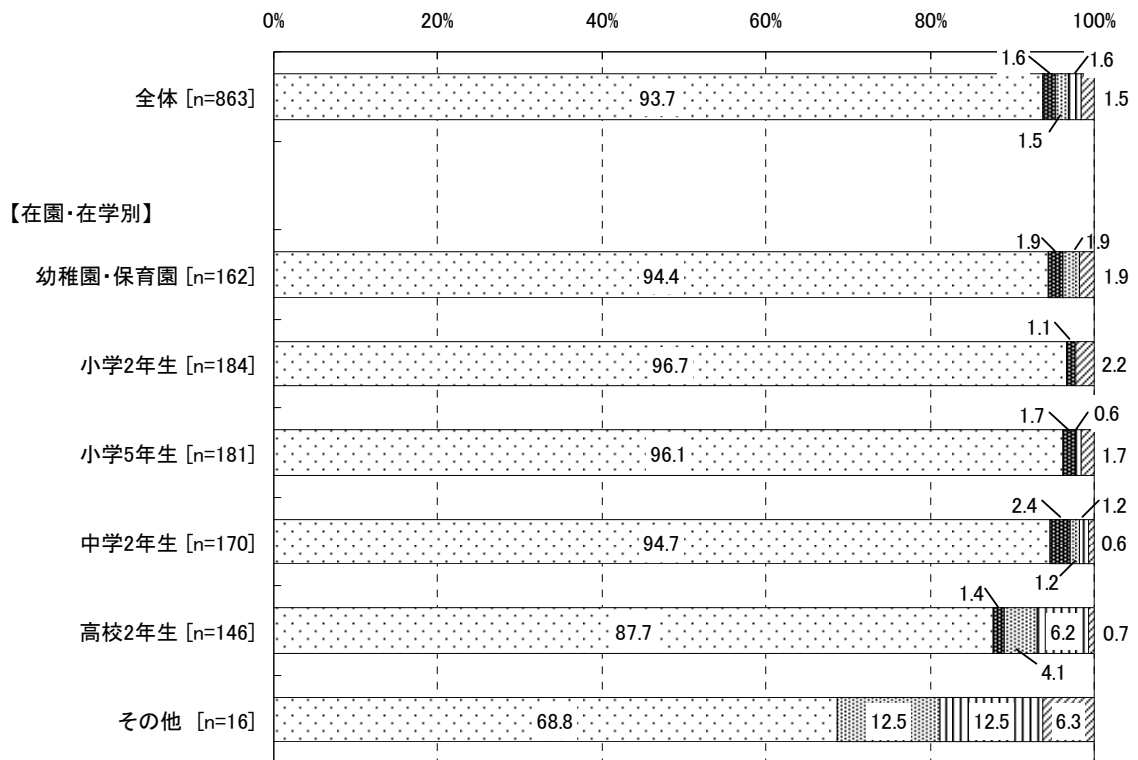
●ふだん朝食を食べている人の割合【成人】



出典：町田市の食育推進計画づくりに関するアンケート調査（2012年12月）

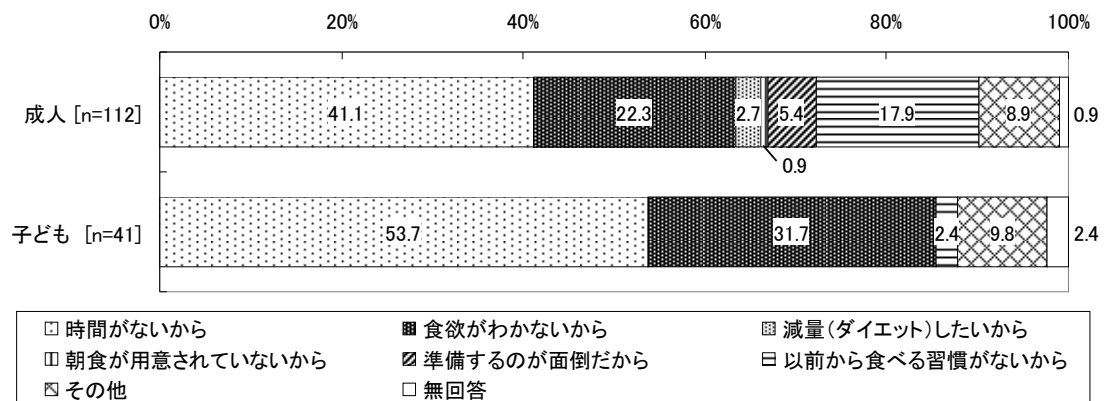


●ふだん朝食を食べている人の割合【子ども】



出典：町田市の食育推進計画づくりに関するアンケート調査（2012年12月）

●朝食を食べない最も大きな理由【成人】【子ども】

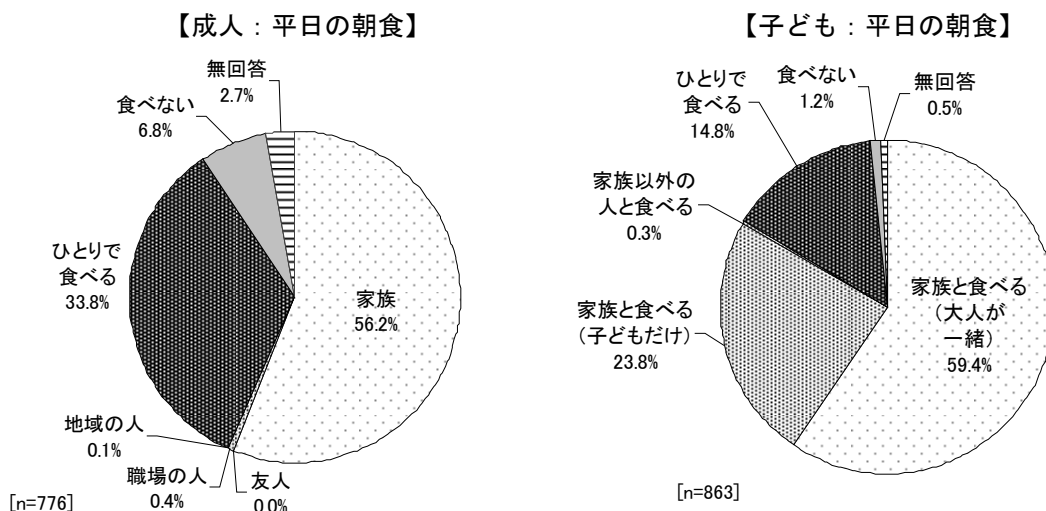


出典：町田市の食育推進計画づくりに関するアンケート調査（2012年12月）

□平日の朝食を一人で食べる割合は、成人で33.8%、子どもで14.8%となっています

平日の朝食を一人で食べる割合は、成人が33.8%、子どもが14.8%となっています。また、子どもでは、兄弟など子どもだけで食べる割合を含めると4割弱が大人と一緒に朝食を食べていません。

●平日の朝食を一人で食べる割合【成人】【子ども】

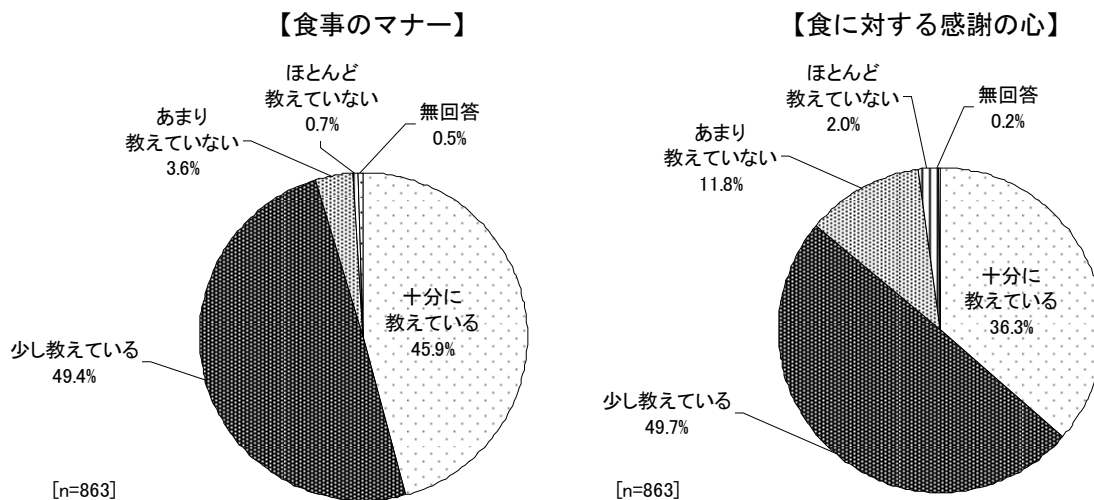


出典：町田市の食育推進計画づくりに関するアンケート調査（2012年12月）

□子どもに食事のマナーを十分に教えている保護者は45.9%、食に対する感謝の心を十分に教えている保護者は36.3%となっています

「食事のマナーについて十分に教えている」は45.9%、「食に対する感謝の心について十分に教えている」は36.3%となっています。

●子どもに食事のマナーや食に対する感謝の心を教えている割合【保護者】



出典：町田市の食育推進計画づくりに関するアンケート調査（2012年12月）



□主食¹¹・主菜¹²・副菜¹³をそろえて食べることが一日に2回以上あるのは、成人の46.1%となっています

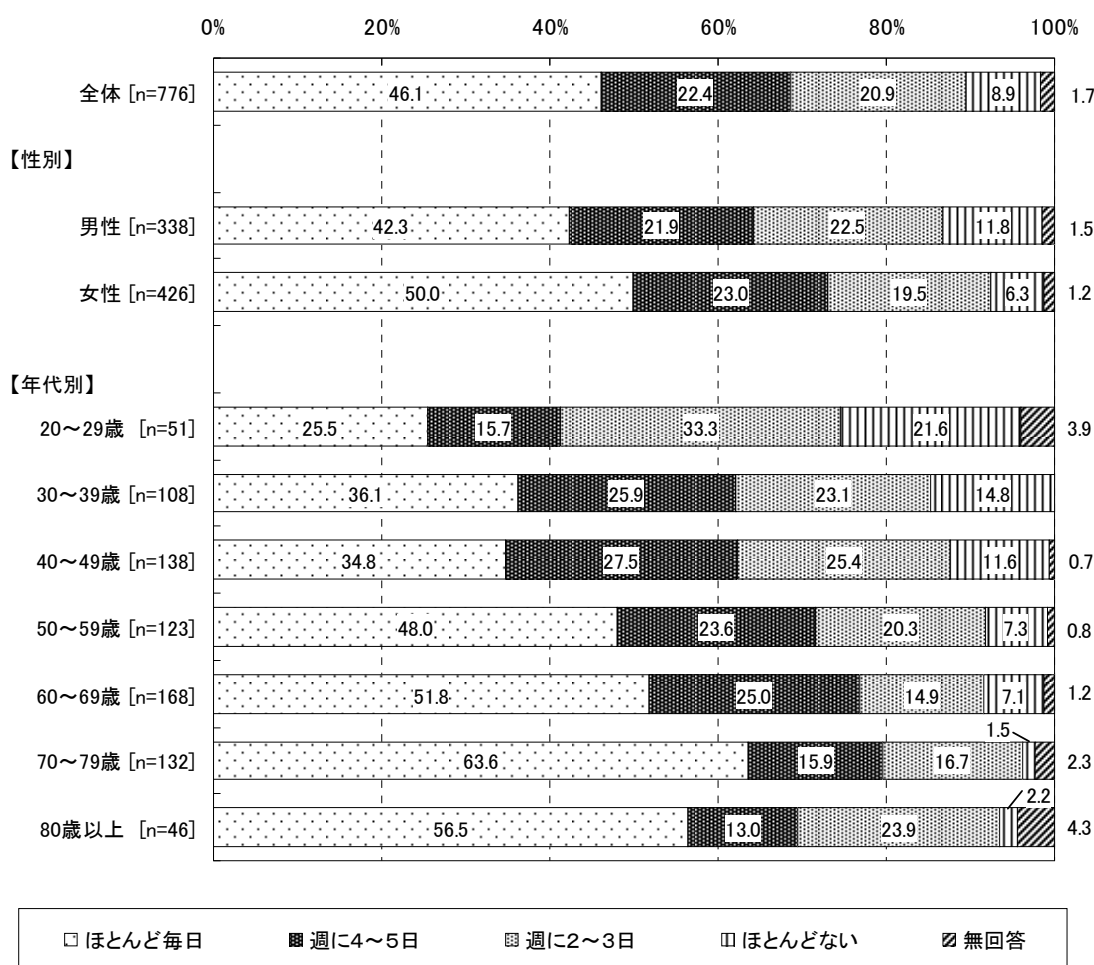
□一日の野菜摂取量は、目標値（一日350g以上）より約100g少ない250gとなっています

主食・主菜・副菜をそろえて食べることが一日に2回以上あるのは、成人の46.1%となっています。年代別で見ると、20歳代が25.5%と低くなっています。

ふだんの食事で食べている野菜料理を摂取量に換算すると、一日の野菜摂取量は、「健康日本21（第二次）」の目標値（一日350g以上）より約100g少ない250gとなっています。

朝食に野菜をまったく食べない割合は、成人が29.6%、子どもが36.6%となっています。また、年代別にみると、20歳代の54.9%、30歳代の50.0%が朝食に野菜をまったく食べていません。

●主食・主菜・副菜をそろえて食べることが一日に2回以上ある日数【成人】



出典：町田市の食育推進計画づくりに関するアンケート調査（2012年12月）

¹¹ 主食：米、パン、めん類などの穀類で、主として炭水化物エネルギーの供給源となる。

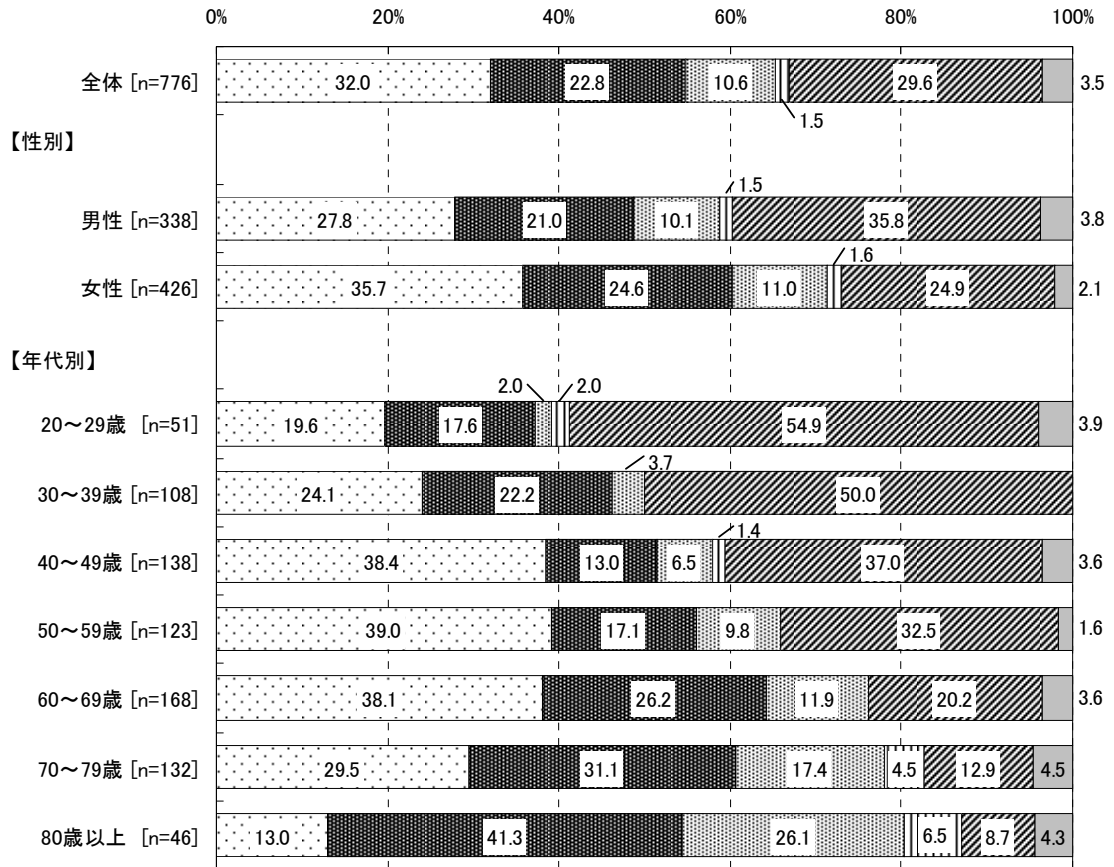
¹² 主菜：魚や肉、卵、大豆製品などを使った副食の中心となる料理で、主として良質たんぱく質の供給源となる。

¹³ 副菜：野菜、いも、豆類（大豆を除く）、きのこ、海藻などを使った料理で、主食と主菜に不足するビタミン、ミネラル、食物繊維などの供給源となる。

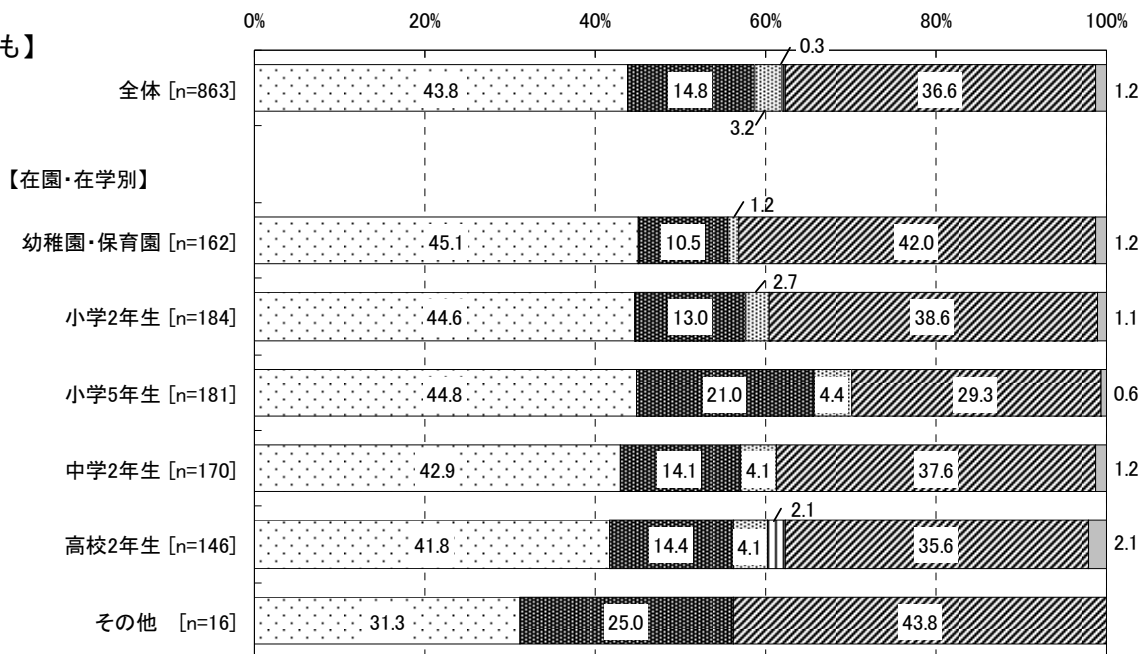
第2章 町田市の現状と課題

●朝食で食べる野菜料理の量【成人】【子ども】

【成人】



【子ども】



□つけ合わせ程度 ■小鉢一つ程度 ▨小鉢二つ程度 ▩小鉢三つ程度 ▩まったく食べない □無回答

出典：町田市の食育推進計画づくりに関するアンケート調査（2012年12月）



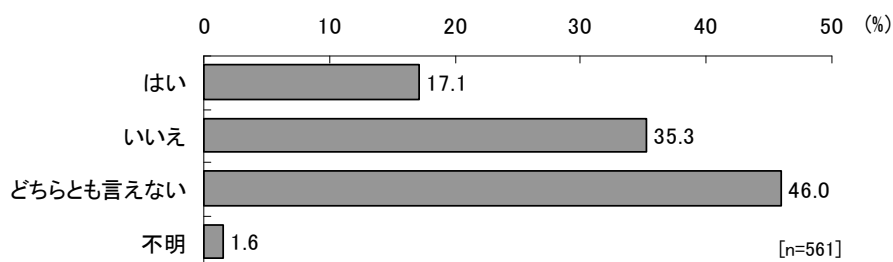
□よく噛んで食べている人は、成人の 17.1%、子どもの 44.6%となっています

よく噛んで食べることは、あごの発育の促進や、メタボリックシンドロームの予防、消化の促進、誤嚥（ごえん）¹⁴による窒息の防止等の全身の健康や安全につながります。

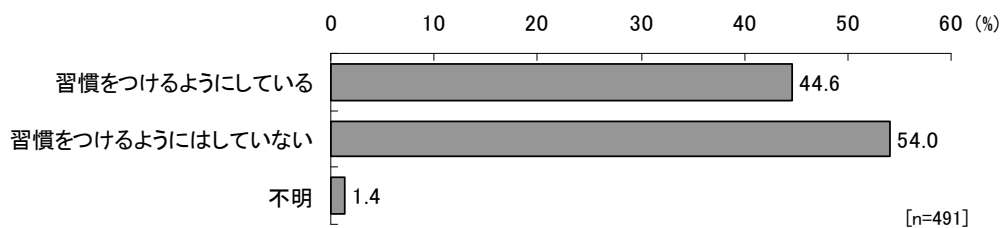
よく噛んで食べている割合は、成人の 17.1%、子どもによく噛んで食べる習慣をつけるようにしている割合は、44.6%となっています。

8020 運動¹⁵を知っている割合は、46.2%となっています。

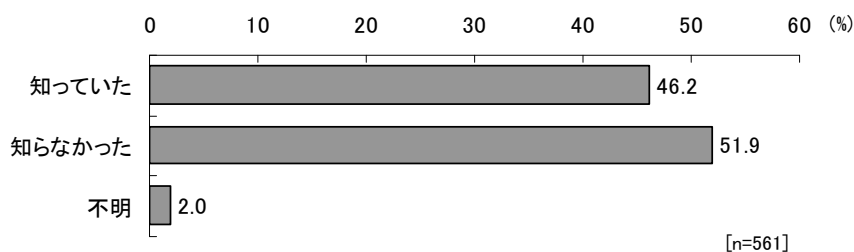
●ゆっくりよく噛んで食べている人の割合【成人】



●子どもにゆっくりよく噛んで食べる習慣をつけている人の割合【子ども】



●8020 運動を知っている人の割合【成人】



出典：町田市民の保健医療意識調査（2011 年 3 月）

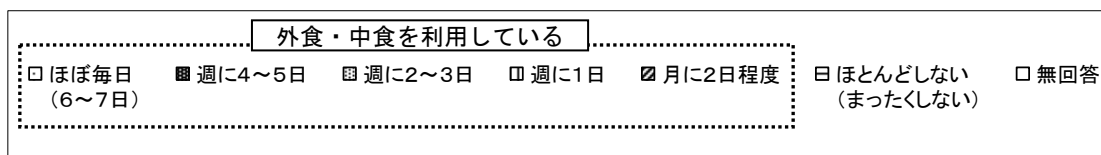
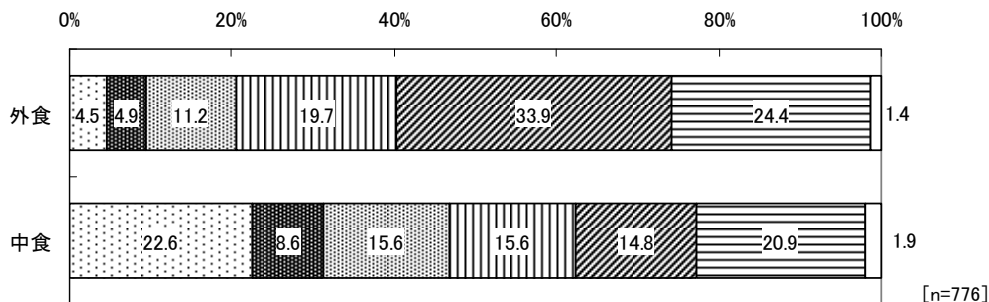
¹⁴ 誤嚥（ごえん）：食べ物や異物などが誤って気管に入ってしまうこと。

¹⁵ 8020 運動：「80 歳になっても 20 本以上自分の歯を保とう」という運動で、1989 年、厚生省(当時)と日本歯科医師会が提唱して開始された。

□ 外食や中食¹⁶を8割弱の人が利用しています

月に2日程度以上、外食や中食を利用している人は8割弱となっています。また、中食をほぼ毎日利用している人は約2割となっています。

● 外食・中食の利用頻度【成人】



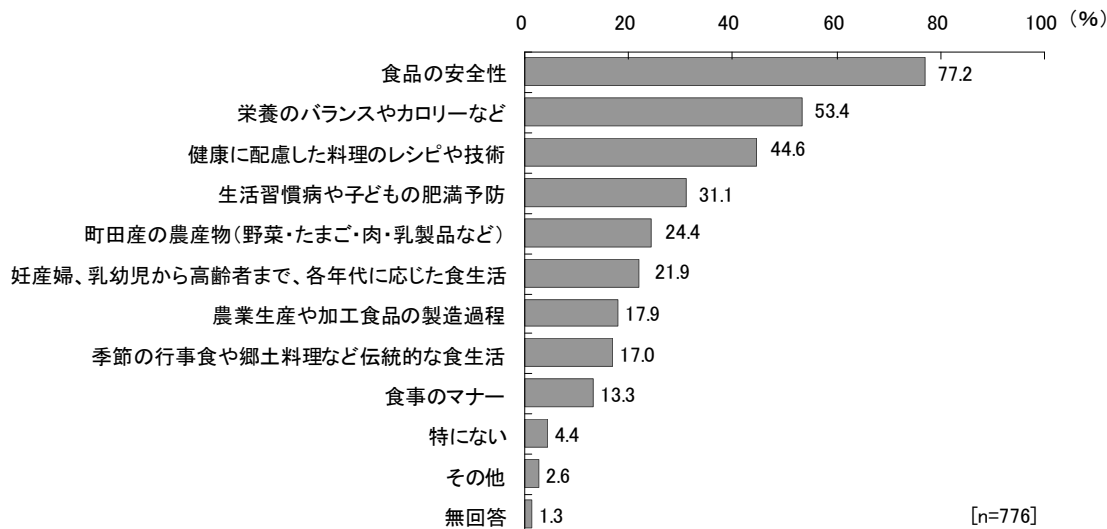
出典：町田市の食育推進計画づくりに関するアンケート調査（2012年12月）

(6) 食の安全

□ 「食品の安全性」に関する情報が求められています

市民が食や食育に関して最も知りたい情報は「食品の安全性」となっています。

● 食や食育に関して知りたい情報【成人】



出典：町田市の食育推進計画づくりに関するアンケート調査（2012年12月）

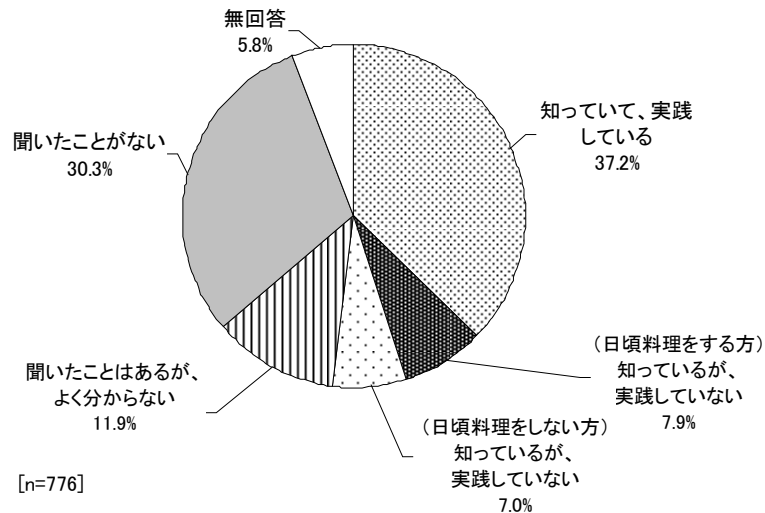
¹⁶ 中食（なかしょく）：弁当や惣菜など調理済みの料理を購入して家や職場などで食べる食事。また、出前、宅配などのこと。



□食中毒予防の3原則¹⁷を知っていて、実践している人は37.2%です

食中毒予防の3原則「つけない、増やさない、やっつける」について、知っていて、実践している割合が37.2%、聞いたことがない割合が30.3%となっています。

●食中毒予防の3原則「つけない、増やさない、やっつける」の周知度・実践度【成人】



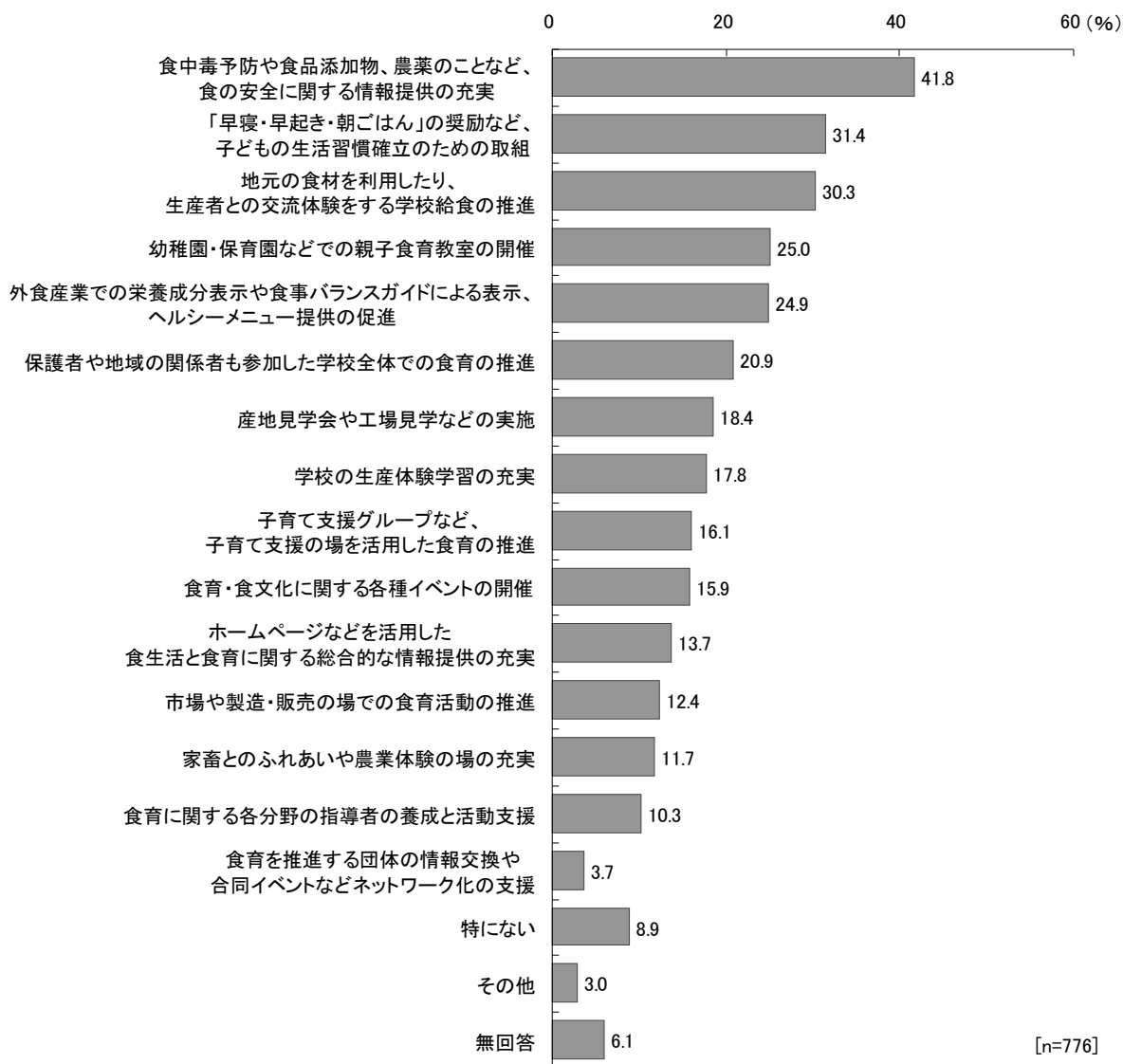
出典：町田市の食育推進計画づくりに関するアンケート調査（2012年12月）

¹⁷ 食中毒予防の3原則：食中毒は、その原因となる細菌やウイルスが食べ物に付着し、体内へ進入することによって発生することから、食中毒を防ぐためには、細菌などを食べ物に「つけない」、食べ物に付着した細菌を「増やさない」、「やっつける（殺菌する）」という3つのことが原則となる。

□市に重点的に取り組んでほしいことは、「食の安全に関する情報提供の充実」です

健全で豊かな食生活の実現に向けて、食育を推進するために、市に重点的に取り組んでほしいことは、「食中毒予防や食品添加物、農薬のことなど、食の安全に関する情報提供の充実」、「『早寝・早起き・朝ごはん』の奨励など、子どもの生活習慣確立のための取組」、「地元の食材を利用したり、生産者との交流体験をする学校給食の推進」の割合が高くなっています。

●健全で豊かな食生活の実現に向けて、食育を推進するために、市に重点的に取り組んでほしいこと【成人】



出典：町田市の食育推進計画づくりに関するアンケート調査（2012年12月）



(7) 地産地消

□町田産農産物の生産・販売など、地産地消の取組が行われています

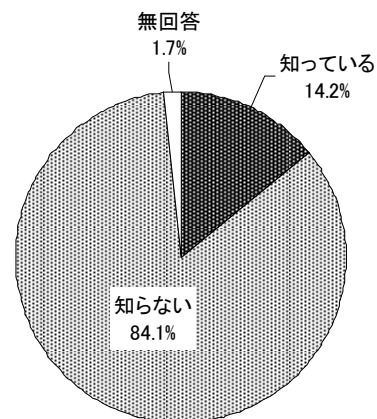
町田市には、農産物直売所が 40 箇所、アグリハウス¹⁸が 4 箇所あり、地産地消の取組が行われています。

□町田産農産物シンボルマーク「まち☆ベジ」¹⁹を知らない人は、84.1%となっています

町田産農産物シンボルマーク「まち☆ベジ」を知っている人は、14.2%、知らない人は 84.1%となっています。

●町田産農産物シンボルマーク「まち☆ベジ」を知っている人の割合【成人】

町田産農産物シンボルマーク「まち☆ベジ」



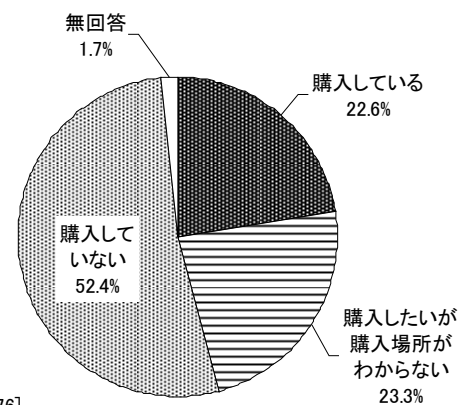
[n=776]

出典：町田市の食育推進計画づくりに関するアンケート調査（2012年12月）

□町田産農産物（野菜・たまご・肉・乳製品など）を意識して購入している人は、22.6%となっています

町田産農産物（野菜・たまご・肉・乳製品など）を意識して購入している人は 22.6%、購入したいが購入場所がわからない人は 23.3%、購入していない人は 52.4%となっています。

●町田産農産物（野菜・たまご・肉・乳製品など）を意識して購入している人の割合【成人】



[n=776]

出典：町田市の食育推進計画づくりに関するアンケート調査（2012年12月）

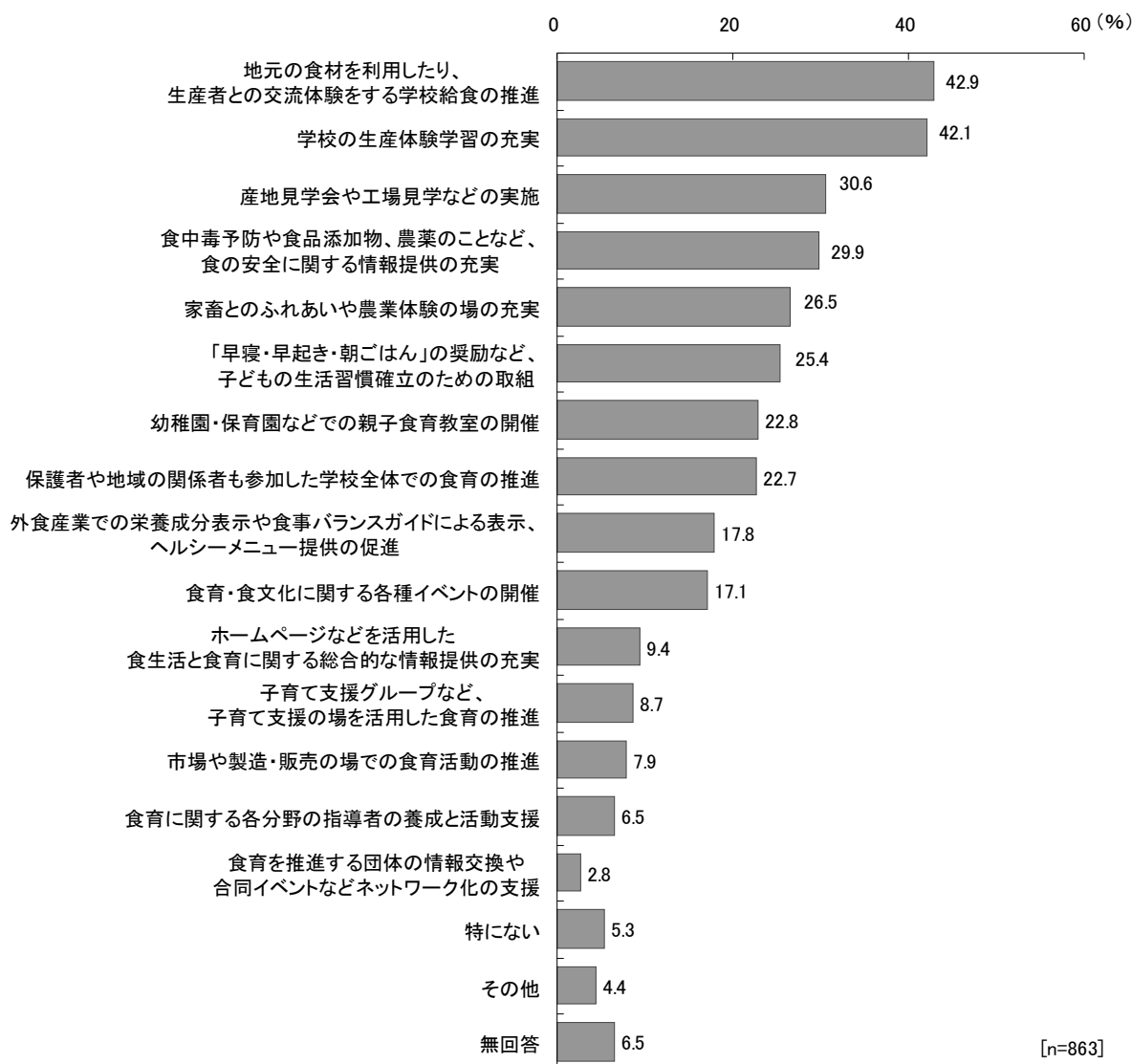
¹⁸ アグリハウス：農産物直売所のこと。

¹⁹ 「まち☆ベジ」：地産地消を推進していくための町田産農産物シンボルマーク（詳細は P. 55 参照）。

□市に重点的に取り組んでほしいことは、「学校における生産者との交流体験」や「生産体験学習の充実」です

健全で豊かな食生活の実現に向けて、食育を推進するために、子どもの保護者が市に重点的に取り組んでほしいことは、「地元の食材を利用したり、生産者との交流体験をする学校給食の推進」、「学校の生産体験学習の充実」の割合が高くなっています。

●健全で豊かな食生活の実現に向けて、食育を推進するために、市に重点的に取り組んでほしいこと【保護者】



出典：町田市の食育推進計画づくりに関するアンケート調査（2012年12月）

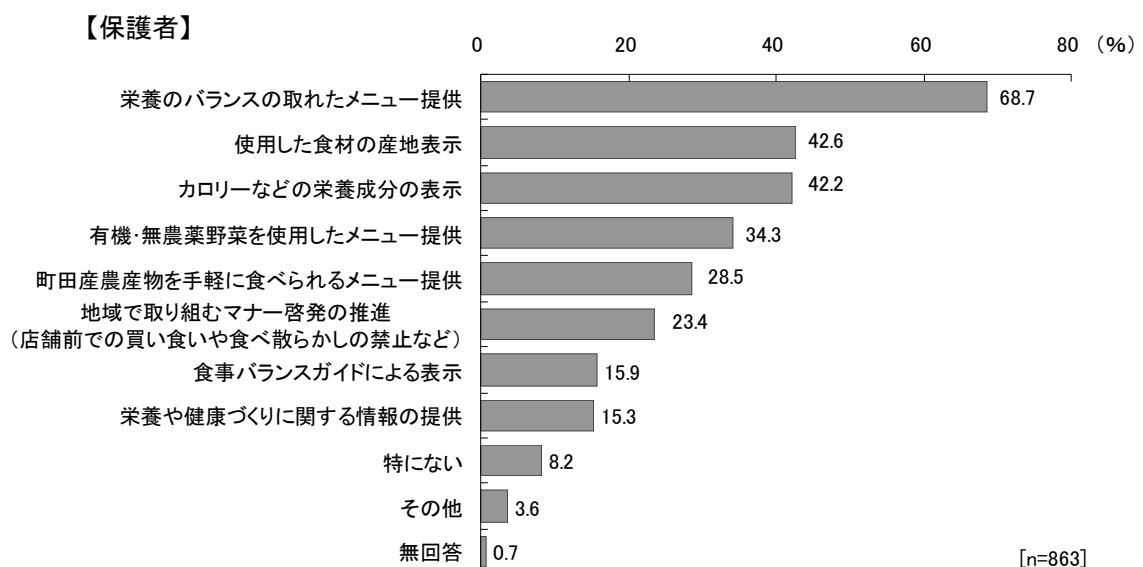
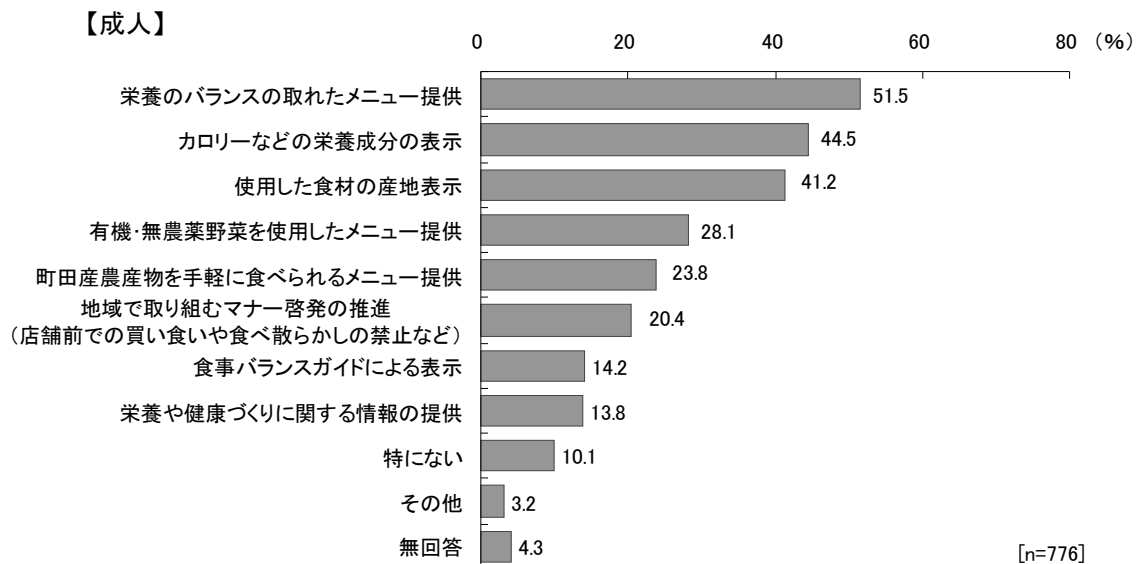


(8) 食環境

□ 飲食店など食品関連事業者に取り組んでほしいことは、「栄養のバランスの取れたメニュー提供」や「カロリーなどの栄養成分の表示」です

飲食店など事業者に取り組んで欲しいこととして、成人、子どもの保護者ともに、「栄養のバランスの取れたメニュー提供」、「カロリーなどの栄養成分の表示」、「使用した食材の産地表示」の割合が高くなっています。

● 健全で豊かな食生活の実現に向けて、食育を推進するために、飲食店など事業者に取り組んでほしいこと【成人】【保護者】



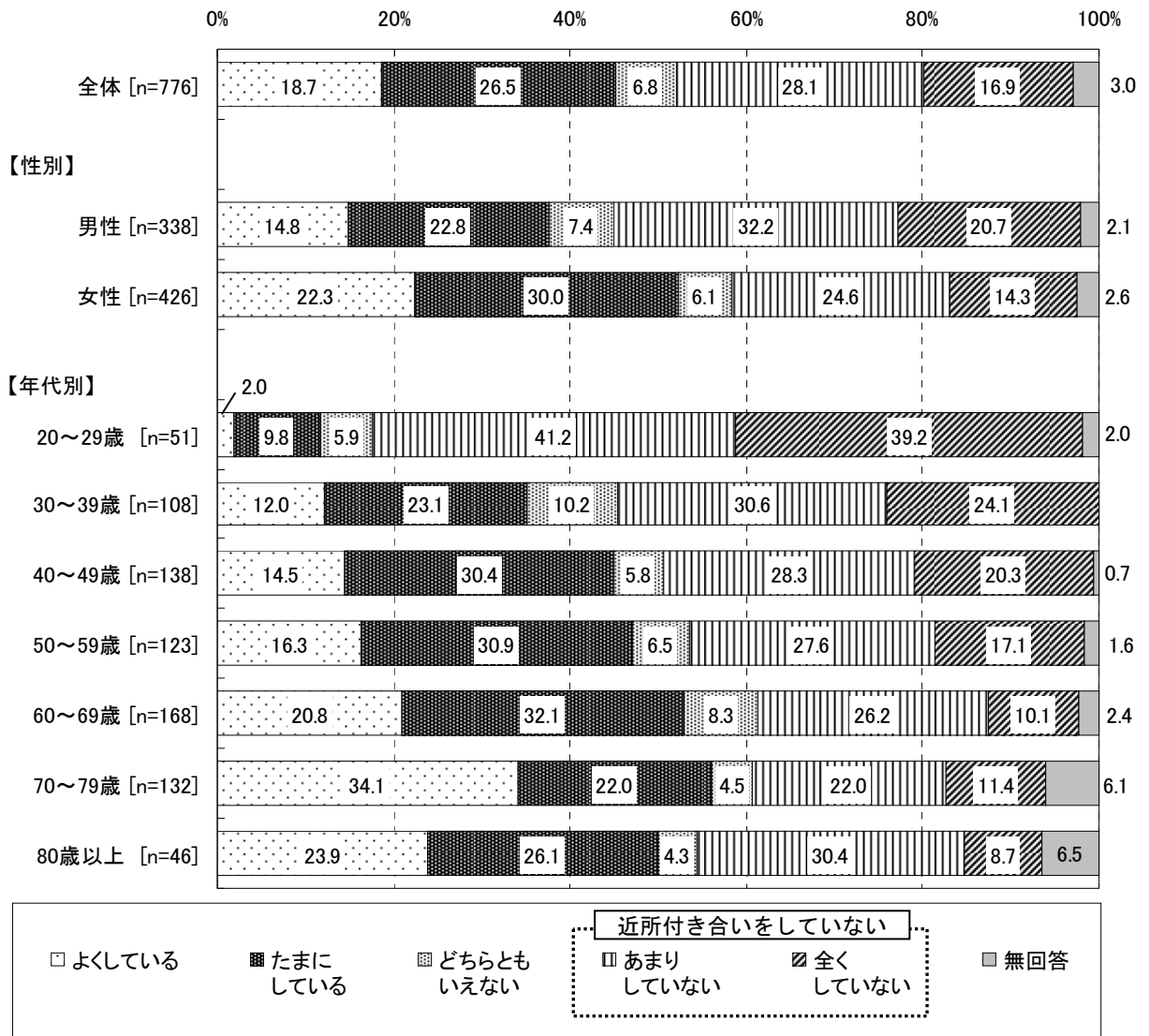
出典：町田市の食育推進計画づくりに関するアンケート調査（2012年12月）

□近所付き合いをしていない割合は、45.0%となっています

近所付き合いをしていない割合は、45.0%となっています。

性別で見ると、近所付き合いをしていない割合は女性に比べて男性が高く、年代別で見ると、20歳代で高くなっています。

●近所付き合いの頻度【成人】



出典：町田市の食育推進計画づくりに関するアンケート調査（2012年12月）

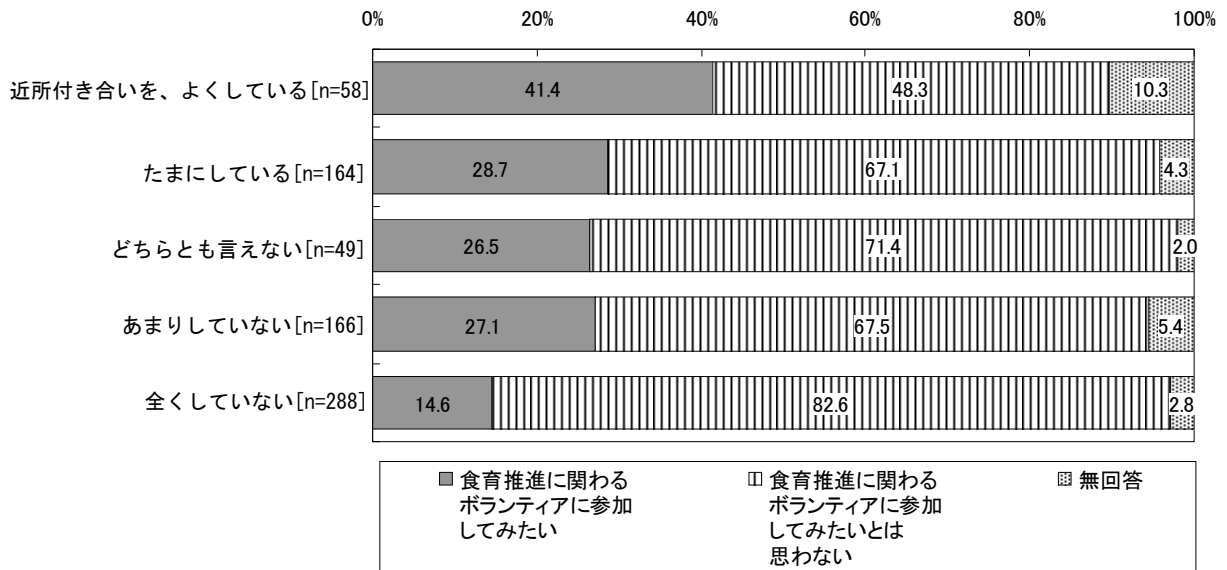


□近所付き合いがある人ほど、ボランティア活動への参加意向がみられます

近所付き合いをよくしている人は、食育推進に関わるボランティア活動へ参加してみたい割合が41.4%となっています。

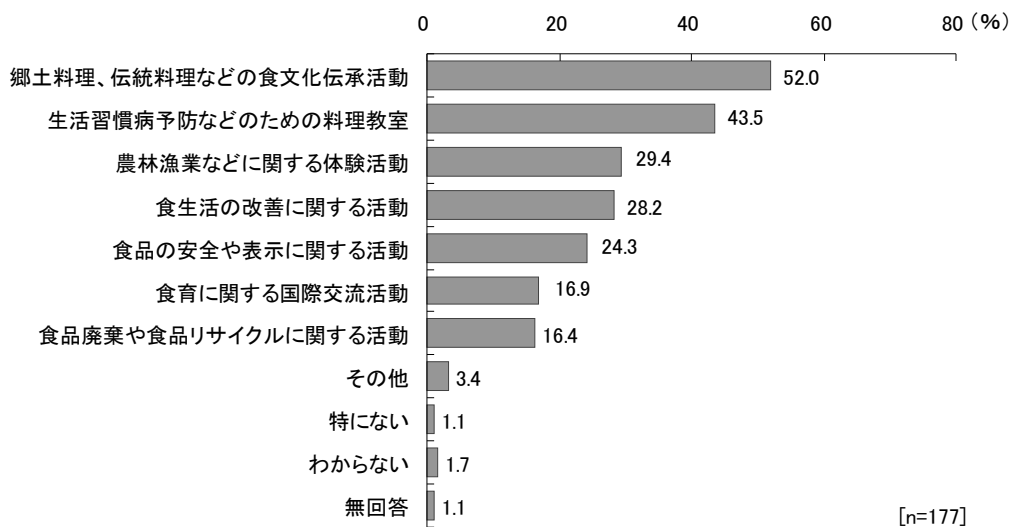
参加してみたいボランティア活動は、「郷土料理、伝統料理などの食文化伝承活動」の割合が高くなっています。

●近所付き合いの頻度とボランティアへの参加意向【成人】



出典：町田市の食育推進計画づくりに関するアンケート調査（2012年12月）

●参加してみたい食育推進に関わるボランティア活動【成人】



出典：町田市の食育推進計画づくりに関するアンケート調査（2012年12月）

2 町田市の課題

●食に関心を持ち、安全で望ましい食生活を実践することが必要です。

市民の約8割が食育に関心があります。一方、若い年代では、朝食をほとんど食べない人や、朝食に野菜を全く食べない人が多い状況です。また、主要な死因について、生活習慣に起因する疾病が上位になっています。

これらのことから、生活習慣病の発症予防や重症化予防、健康寿命の延伸、さらに医療費等の伸びの抑制のためには、市民が若い年代から食に関心を持ち、栄養バランスに配慮した望ましい食生活を実践することが必要です。

食の安全については、関心が高まっていますが、食中毒予防などを実践している割合は低い状況です。市民が安全な食生活を送るためには、食中毒や食品表示、食物アレルギーなどに関する正しい知識を持ち、自ら判断して食品を選択できる能力を身に付けることが必要です。そのため、食品の安全性に関する正しい情報の提供など、食の安全・安心の推進に向けた取組が求められています。

●共食や食を通じた交流の機会を増やし、家族や地域のつながりを深めることが必要です。

市民の食生活では、平日の朝食を一人で食べる傾向が目立ちます。家族や友人と一緒に料理を作って食べることは、食事マナーや調理技術の習得だけでなく、食事を楽しむことにつながります。そのため、家族や友人と共食の機会を増やすことが必要です。

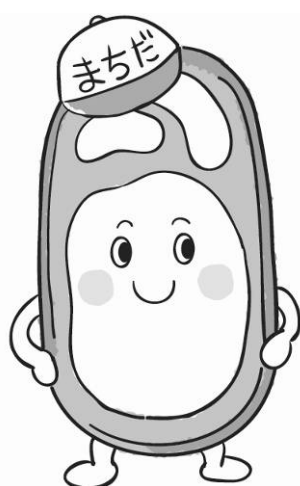
また、地域において近所付き合いの希薄化がみられます。そのため、大学や市民活動団体などと連携することで、共食や食文化をテーマとした交流の機会を増やし、食を通じた地域のつながりを深めることが必要です。

●農業や商業などの地域特性を活かした地産地消の推進や食の環境整備が必要 です。

市への要望として、地元の食材を利用したり、生産者との交流体験をする学校給食の推進や、学校の生産体験学習の充実が挙げられています。また、町田産農産物を意識して購入する人が少ない状況です。そのため、農業体験の機会の充実や町田産農産物の普及啓発、飲食店と協力した町田産農産物を使ったメニューの提供など、みどり豊かな自然や商業都市という町田市の地域特性を活かした地産地消の推進が求められています。

また、外食や中食を利用する人が増えています。そのため、健康に配慮したメニューを提供する飲食店の増加など、外食・中食産業と協力した食の環境整備が必要 です。

第3章 まちだめがめざす食育の推進



○食育のめざす姿・基本目標

○5つの視点

○食育推進の考え方

○計画の体系

について

1 食育のめざす姿・基本目標

(1) 食育のめざす姿

町田市の農業や商業などの地域特性や食をめぐる現状を踏まえ、食育の目指す姿を、以下のとおりとします。

食の「わ」で育むまちだの未来

～感謝を持って食をたのしみ、食を通じて人や地域とのつながりが持てるまち～

ひらがなで表現した「わ」は、「環」「輪」「和」を意味します。

自然のなかで育まれた食べ物は、私たちの体の中や、生きる力につながっており、それは次の世代へもつながっていることを示す「環」。食に関係する全ての人々、つまり市民一人ひとりが主役となり、協力、連携しながら支え合う「輪」。また、和食の良さを見直し、和やかに食すことを示す「和」。

これらの「わ」によって「まちだの未来」を育んでいきます。

(2) 食育の基本目標

食育のめざす姿に基づき、具体的に食育を推進していくため、基本目標を次の3つとします。

基本目標

安全で望ましい食生活をおくる

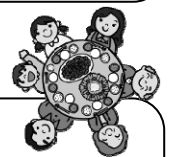


1

市民が食に関心を持ち、健康状況やライフスタイルなど個々に合った情報を取得し、栄養バランスに配慮した食生活の実践や自ら判断して食品を選択できる能力を身に付けることなどにより、安全で望ましい食生活を送ることを目指します。

基本目標

食を通じて家族や地域とつながる



2

市民が、家族等との共食により、正しい食習慣や食事のマナーを身に付け、食べ物を大切にすることを醸成することを目指します。また、日本型食生活や伝統行事を伴う行事食といった食文化の伝承などを通じ、家族や地域とつながることを目指します。

基本目標

地域の恵みに感謝して食をたのしむ



3

農業や商業などの地域特性を活かした地産地消の推進や食の環境整備を行うことで、市民が地域の恵みに感謝して食を楽しむことを目指します。



2 5つの視点

食育のめざす姿の実現と、基本目標の達成のため、食育を5つの視点で整理し、さらに、視点ごとに重点的な取組の方向性を掲げました。これらにより、食育の取組を推進します。

視点1 健康と食生活

- (1) 栄養バランスに配慮した食生活を送る【重点】
- (2) よく噛む力、のみこむ力を育てる

視点2 食の安全

- (1) 食中毒を防ぐ【重点】
- (2) 食品の安全性について理解する

視点3 共食・食文化

- (1) 家族や友人と一緒に食べて、心を育む【重点】
- (2) 食文化を伝える

視点4 地産地消

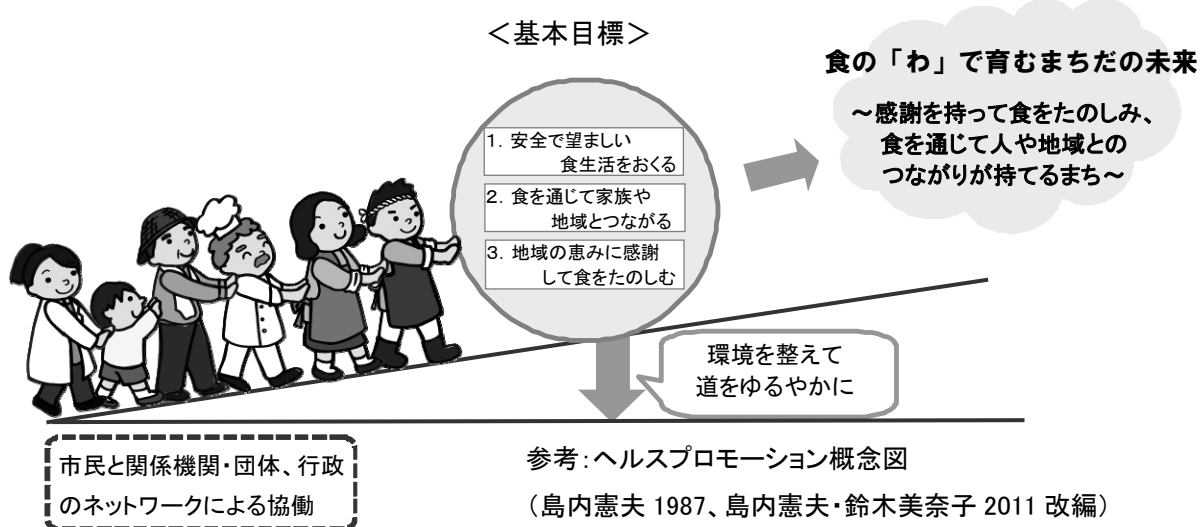
- (1) 食に対する感謝の心を育む【重点】
- (2) 地域で生産し、地域で消費する

視点5 食環境

- (1) 外食・中食産業と協力し、健康づくりを進める【重点】
- (2) 食のネットワークを構築し、食育を推進する
- (3) 情報発信、人材育成を強化する

3 食育推進の考え方

3つの基本目標の達成に向けて、市民、関係機関・団体、行政などが協働し、市民一人ひとりの食育を支えていきます。また、市民にとって食育を実践しやすい食環境を整えます。これらを通して、“食の「わ」で育むまちだの未来～感謝を持って食をたのしみ、食を通じて人や地域とのつながりが持てるまち～”を目指します。



4 計画の体系

町田市の食育のめざす姿、基本目標、これらを実現するための5つの視点による取組の方向性を体系化すると下図のようになります。



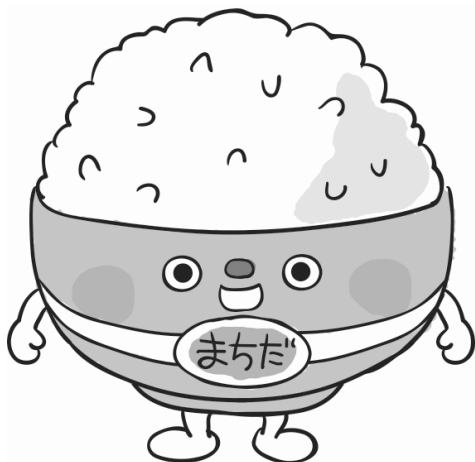
みんなで育てる食育の木

食の「わ」で育むまちだの未来

～感謝を持って食をたのしみ、食を通じて人や地域とのつながりが持てるまち～



第4章 5つの視点による食育の推進



視点1 健康と食生活

視点2 食の安全

視点3 共食・食文化

視点4 地産地消

視点5 食環境

視点1 健康と食生活

「栄養バランスに配慮した食生活を送る」「よく噛む力、のみこむ力を育てる」ための取組を展開します。

取組の方向性

(1) 栄養バランスに配慮した食生活を送る【重点】

●生涯にわたる間断ない食育の推進

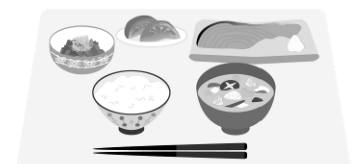
乳幼児期からの健全な食習慣の獲得に向けた取組や、思春期・青年期のやせや食生活の乱れ、中年期の肥満、高齢期の低栄養の予防・改善に向けた取組など、市民と関係機関、行政等が連携して食育を推進します。

また、市民一人ひとりが自ら食育を実践し、望ましい食生活の習慣を身に付けることができるよう、子どもから成人、高齢者に至るまで、生涯にわたる間断ない食育を推進します。

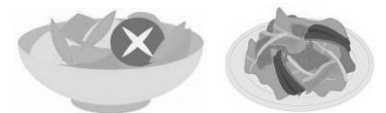
●栄養バランスに配慮した食事の啓発と実践の支援

講習会や料理教室などの場や、保育園や小学校等における給食において、主食・主菜・副菜を揃えた食事をじかに体験し、栄養バランスに配慮した食生活や健康づくりの実践につながるよう働きかけます。

また、野菜不足の解消に向け、国において定められた6月の「食育月間」や毎月19日の「食育の日」を通して、野菜摂取量の増加に向けた食育活動を強化します。



【栄養バランスに配慮した食事】



【野菜摂取量の増加】

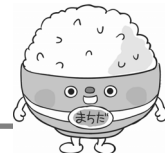
●朝食の大切さの普及

「早寝早起き朝ごはん」国民運動の推進などにより、朝食を食べることの大切さを伝えます。

●生活習慣病の発症予防や重症化予防のための取組

生活習慣病の発症予防や重症化予防につながるよう、特定健康診査・特定保健指導²⁰の結果や統計資料等に基づき、優先的に取り組む健康・栄養課題を明確にし、適切な食事、運動、休養などに関する情報提供や講話、調理実習、相談業務に取り組めます。また、低出生体重児は、成人後に生活習慣病を発症するリスクが高いと考えられていることから、講話や調理実習を通して、妊娠中の母親のやせなどの改善に取り組めます。

²⁰ 特定健康診査・特定保健指導：特定健康診査は、40歳から74歳の被保険者及び被扶養者を対象とした健診で、メタボリックシンドロームに着目した検査項目を実施すること。特定保健指導は、特定健康診査の結果から生活習慣病の発症リスクが高く、生活習慣の改善による生活習慣病の予防効果が多く期待できる方に対して、生活習慣を見直すサポートをすること。



主な取組

○食育フェアの開催

関係機関・団体と行政の協働による食育フェアを開催し、食育に関する情報や体験の場を提供することで、市民が食育に関心を持ち、実践につながるよう努めます。

〔活動主体〕町田市※・町田商工会議所²¹・町田市観光コンベンション協会²²・JA町田市²³ など

【内容】

- ・食育に関する取組の紹介
- ・町田産農産物を使用したメニューの提供
- ・料理体験、レシピ紹介 など



主な取組

○6月の「食育月間」、毎月19日の「食育の日」の食育活動の強化

6月の「食育月間」や毎月19日の「食育の日」にあわせ、主食・主菜・副菜をそろえて食べる機会や、野菜摂取量の増加に向けた食育活動を強化します。

〔活動主体〕町田市※・町田市民病院・保育園・幼稚園・認定こども園²⁴・町田市教育委員会・食品関連事業者 など

【内容】

- ・広報や横断幕などによる「食育月間」「食育の日」の普及啓発
- ・主食・主菜・副菜を揃えたメニュー、野菜たっぷりメニューの紹介やレシピの提供
- ・6月や毎月19日に関係機関・団体、行政による食育活動の実施 など



※町田市の複数の部署（行政）が連携して行うため、「町田市」としています。

（2）よく噛む力、のみこむ力を育てる

●よく噛むこと、口腔の健康についての普及啓発

生涯自分の歯で食事を楽しむために、8020 運動や噛ミング 30²⁵などを活用して、よく噛むことの大切さ、口腔の健康について普及啓発をしていきます。

²¹ 町田商工会議所：地域経済を活性化させることによって、そこに所属する商工業者の経営の内容を改善しつつ、その事業所に勤める従業員の労働条件を良くしていくことを目的とする団体。町田商工会議所の会員数は4,000事業所を超えている。

²² 町田市観光コンベンション協会：町田市の「自然・歴史・文化・産業を活用した心豊かなまちづくり」を目指し、ウォークツアーや体験教室など、新たな観光プログラムを展開する地域の担い手として2009年4月に設立された組織。

²³ JA町田市：1988年に町田市の鶴川・町田・忠生・塚の4農協が合併し、1992年に南農協と再合併した。農と住の調和したまちづくりを基本とした農住団地の建設や地場野菜の常設販売施設、アグリハウスの開設などを行っている。

²⁴ 認定こども園：幼稚園や保育所等が教育と保育の両方の機能を提供するとともに、子育て支援事業を行う施設。

²⁵ 噛ミング30：ひとくち30回以上噛むことを目標とした「噛ミング30(かみんぐさんまる)」を目指して、小児期から高齢期まで各ライフステージに応じた食べ方の支援や食品の物性に応じた窒息などの予防を含めた食べ方の支援など、歯科保健分野からの食育を推進する。

第4章 5つの視点による食育の推進

対象別の取組

市 民

事業名	ねらい及び内容	活動主体
食育フェア	関係機関・団体と行政の協働による食育フェアを開催し、食育に関する情報や体験の場を提供することで、市民が食育に関心を持ち、実践につながるよう努めます。	町田市・町田商工会議所・町田市観光コンベンション協会・JA町田市 など
6月の「食育月間」、毎月19日の「食育の日」の食育活動の強化	6月の「食育月間」や毎月19日の「食育の日」にあわせ、主食・主菜・副菜をそろえて食べる機会や、野菜摂取量の増加に向けた食育活動を強化します。	町田市・町田市民病院・保育園・幼稚園・認定こども園・町田市教育委員会・食品関連事業者 など
町田・健康と食を考えるつどい	地域の食を通じた健康づくりを推進するため、食生活改善普及運動月間にあわせて、講演等を行います。	町田市・町田集団給食研究会 ²⁶ ・町田地域活動栄養士会 ²⁷ ・企業 など
総合健康づくりフェア	市民を対象に、「その人らしく、いきいきと生きる」という新しい視点の健康づくりを提案することをねらいとし、関係各課、団体等の連携・協働の下、様々な企画で健康づくりの提案をします。	町田市 大学 市民団体 など
みんなの健康食生活展	特定給食施設 ²⁸ 等の日頃の研究成果を発表するとともに、市民の食を通じた健康づくりに寄与することをねらいとし、みんなの健康食生活展を実施します。	町田市・町田集団給食研究会・町田地域活動栄養士会・給食施設・企業 など
糖尿病イベント	市民が糖尿病についての基礎から専門的な話、最新情報を得ることをねらいとし、実施します。	町田市民病院
個別・集団栄養指導 ※疾病のある方	症状の緩和、改善を図ることをねらいとし、医師の依頼箋に基づき、各疾患に対し適切な食事療法を行います。	
外来バイキング教室 ※疾病のある方	医師の依頼箋に基づき、適切な食事量を指導し、正しい選択ができるようにするとともに、患者同士の情報交換の場とします。	

妊婦・乳幼児（保護者）

事業名	ねらい及び内容	活動主体
母親学級 (ぷれびよクラス)	健やかな胎児の育成のために、妊娠中の衛生や栄養、口腔ケアに関する知識や情報を習得し、健康づくりの実践につながるよう講話や実習を実施します。	健康課
ママクラスクッキング	妊娠中の適切な食生活の知識を得るとともに、胎児の健康等に配慮した適切な体重管理や生涯にわたる健康づくりができるよう、講話と調理実習を実施します。	
～お口さわやか～ 歯科口腔健康診査 (妊婦無料クーポン)	家庭における健康づくりのキーパーソンとなる妊婦に対して、歯科健康診査及び歯科保健指導を実施し、家族への波及効果を期待するとともに、妊婦自身の歯と口の健康や食べ物をよく噛み、おいしく安全に食べることの重要性を普及啓発します。	
乳幼児健康診査などでの啓発	健康づくりについての意識づけができるよう、集団指導において、生活リズムや食生活、口腔ケア等についての講話を実施します。	

²⁶ 町田集団給食研究会：給食の運営と技術の向上及び会員相互の親睦を図ることを目的に、管内の病院、高齢者施設等の給食施設からなる研究会。講演会の開催、優良従業員の表彰等の事業を行っている。

²⁷ 町田地域活動栄養士会：地域で活動している管理栄養士、栄養士の集まりで、市民の健康増進や生活習慣病予防、生活の質の向上を目的として男性料理教室など自主グループの支援や、栄養相談、講習会等の活動をしている。

²⁸ 特定給食施設：特定かつ多数の者に対して、継続的に食事を供給する施設の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。



妊婦・乳幼児（保護者）

事業名	ねらい及び内容	活動主体
乳幼児母性相談	母子（0歳～就学前）を対象とし、各々が適切な生活リズムや食生活、口腔ケア等について実践できるよう支援するために個別相談を実施します。	健康課
離乳食講習会	母子ともに食に関心を持ち、生涯にわたる健康づくりにつながるよう、乳児の栄養・食生活や噛むこと、口腔の健康についての講話と離乳食の試食を実施します。	健康課 保育園 幼稚園
幼児食講習会	幼児期の栄養・食生活について理解するとともに、家族の健康づくりにも配慮できるよう、食事バランスガイド ²⁹ を利用した講話や幼児食の試食を実施します。	幼稚園 認定こども園
親子クッキング （子育てひろば）	地域の乳幼児を持つ保護者が、親子の絆を深め、子育ての楽しさを実感すること、また父親の、その後の育児参加につなげることをねらいとして、実施します。	子育て支援課
離乳食講座 （子育てひろば）	子どもの離乳食について関心を持ち知識を得ることで、今後の子育てに役立てていくことをねらいとして、離乳食についての講話を聴き、調理の見学と試食を実施します。	保育園 幼稚園 認定こども園
食育指導 （食事バランス指導）	健康と食べ物との関係について関心を持ち、「食を営む力」の育成に向け、その基礎を培うことをねらいとして、3～5歳の幼児組を対象に食育集会を年に数回実施します。	
むし歯予防教室	食生活や生活リズムも含め、乳幼児期の乳歯う蝕を防ぎ、健康に過ごせるよう、栄養士の講話と歯科衛生士の歯みがき実習を実施します。	健康課 保育園 幼稚園 認定こども園
園児むし歯予防教室	保育園に歯科衛生士が訪問し、歯のみがき方や噛ミング30、生活リズムなど園児が保育園や家庭で虫歯予防に取り組めるように入形劇や歯みがき実習を実施します。	
歯科保健普及対策事業	保育園・幼稚園の職員及び養護教諭等向けの歯科保健研修会を開催し、「おいしく・楽しく・安全な食べ方」を含めた、歯科保健に関する知識の普及啓発を行います。	

小・中学生

事業名	ねらい及び内容	活動主体
学校給食	小中一貫町田っ子カリキュラム「食育カリキュラム」 ³⁰	
バランスのよい食事	心身の成長や健康の保持増進の上で望ましい栄養や食事のとり方を理解することをねらいとして、給食指導の中で実施します。	町田市教育委員会
早寝早起き朝ごはん	朝ごはんの大切さや、規則正しい生活を送ることの大切さを理解することをねらいとして、給食指導の中で実施します。	
虫歯予防デー	歯を丈夫にする食べ物、食べ方を知ることがねらいとして実施します。	
かみかみメニューの日	よく噛むことの大切さを実感することをねらいとして、硬いものやよく噛んで食べるものを取り入れた給食を実施します。	

²⁹ 食事バランスガイド：一日に「何を」「どれだけ」食べたらよいかをコマをイメージしたイラストで示したもの。

³⁰ 小中一貫町田っ子カリキュラム「食育カリキュラム」：町田市立小・中学校全校で展開されている、地産地消、食品の安全、礼儀作法、栄養や健康などを内容とした、学校給食を活用した小中連続の食育カリキュラム。

第4章 5つの視点による食育の推進

学生～成人

事業名	ねらい及び内容	活動主体
二十祭まちだ	成人式参加者を対象に、自身の生活を振り返り、健康的な生活のきっかけづくりとなるよう、健康や食生活・栄養に関する情報提供を実施します。また、若い年代に自身の口腔に関心を持ってもらうためのパネル展示や咬合力（こうごうりょく）ガム ³¹ 体験、歯科の意識調査アンケートを実施します。	健康課 町田地域活動栄養士会

成人～高齢者

事業名	ねらい及び内容	活動主体
地区健康教育	生活習慣病予防をねらいとし、町内会・自治会や団体、小中学校PTA等に適切な食生活、運動、休養などの知識の普及や情報提供のための講話や調理実習などを実施します。	健康課
栄養講習会	生活習慣病予防をねらいとし、病態別に必要な知識を習得し、望ましい食生活改善への動機づけとなるよう講話と予防食の試食を実施します。	
栄養健康教育	楽しみながら食事を作ることにより、食に関心を持ち、栄養バランスに配慮した食生活や健康づくりの実践につながるよう講話と調理実習、年1回の専門家による講演会を実施します。	
こつこつ教室	骨粗しょう症 ³² 予防についての生活習慣や、フードモデルを使用し、栄養バランスに配慮した食生活について講話を実施します。	
健康づくり講習会	個々の健康度に応じた目標を立て、適切な生活習慣や行動の定着につながるよう、運動や調理実習等の実践を踏まえた講習会を実施します。	
自主グループ支援	講習会の参加者や地域の健康づくり推進員活動から組織された自主グループに対し、一人ひとりが栄養バランスに配慮し、自分自身に見合った食生活ができるよう、グループ活動への助言（献立支援）や講話を実施します。	健康課・おやじキッチン・南男性料理教室・町田ヘルシー会・五月の会・ダリア会・yy 倶楽部・小山健康料理クラブ
栄養・健康相談	生活習慣病の危険がある方や予防が必要な方、栄養や健康についての相談の希望がある方に、個別相談を実施します。	健康課
特定健康診査・特定保健指導	特定健康診査・特定保健指導の結果に基づいて分析し、優先的に取り組む健康・栄養課題を明確にし、効率的・効果的に栄養指導を実施します。	
市民健康教育講座（歯科）	生涯を通して自分の歯で安全・安心に食べられるように、歯科医師の講話と、歯科衛生士による歯みがき、健口体操（けんこうたいそう）などの実習を実施します。	

³¹ 咬合力ガム：上下の歯が噛み合う時に加わる力のことを咬合力と言い、その判定に使用するガムのこと。

³² 骨粗しょう症：骨の代謝バランスが崩れ、骨形成よりも骨破壊が上回る状態が続き、骨がもろくなった状態のこと。



高齢者

事業名	ねらい及び内容	活動主体
いきいき健康アップ講座	参加者が自身の身体変化に気づき、生活習慣の改善と積極的な予防に取り組んでいくきっかけ作りをねらいとし、運動・栄養・口腔の一体型プログラムで、講座スタッフとコミュニケーションを図りながら継続的に取り組めるよう支援します。	高齢者福祉課 高齢者支援センター
地域介護予防教室	高齢者の閉じこもり予防、認知症予防、うつ予防の観点から、自主グループ活動につなげるよう支援することをねらいとし、「栄養改善プログラム」、「口腔機能向上プログラム」、「栄養改善・口腔機能向上複合型プログラム」などの内容で実施します。	
男性料理教室	料理経験が浅く栄養が偏りがちな「男性」を対象に、料理の基本、調理方法、栄養バランス、食の楽しみを認識してもらうことをねらいとし、介護予防（低栄養予防・閉じこもり防止）の普及啓発を行います。	
出張介護予防教室	介護予防の正しい知識と理解の普及啓発を行うことをねらいとし、高齢期の食生活や栄養に関すること、口腔ケアのこと、転倒予防の体操、認知症予防、ボール体操など、関心のあるテーマで実施します。	
自立支援・配食ネットワーク	自立した生活を継続できるよう、配食サービスを活用し、見守りや支援のためのネットワークを形成します。	

障がい者

事業名	ねらい及び内容	活動主体
食事形態、食事介助の支援	安全な摂食支援をねらいとし、調理済みのお弁当等を個々の利用者に適した食形態に再調理します。また、必要に応じて介助を行います。	ひかり療育園

取組の紹介

男性料理教室



料理経験が浅く栄養が偏りがちな「男性」を対象に、料理の基本、調理方法、栄養バランス、食の楽しみを認識してもらうことをねらいとし、介護予防（低栄養予防・閉じこもり防止）の普及啓発を行ないます。

調理補助スタッフが各グループにつきまますので、包丁を初めて握る方やあまり調理をしたことのない方も安心して参加できます。

みんなの健康食生活展



特定給食施設等の日頃の研究成果を発表すると共に、市民の食を通じた健康づくりに寄与することをねらいとし、みんなの健康食生活展を実施します。

また、保育園や小学校、病院、高齢者施設等の給食施設が、食に関するテーマにあわせて展示や試食、体験等を行います。



食育コラム①：何をどれだけ、どのように食べたらいいの？～「食生活指針」を目標に～

日々の生活の中で「何をどれだけ、どのように食べたらいいの？」、具体的に実践できる目標として、「食生活指針」を紹介します。

～・～・食生活指針～・～・

★食事を楽しみましょう。

- ・心とからだにおいしい食事を、味わって、食べましょう。
- ・毎日の食事で、健康寿命をのばしましょう。
- ・家族の団らんや人との交流を大切に、また、食事づくりに参加しましょう。



★食塩や脂肪は控えめに。

- ・塩辛い食品を控えめに、食塩は、男性は1日の摂取量を9g未満、女性は7.5g未満を目指しましょう。
- ・脂肪のとりすぎをやめ、動物、植物、魚由来の脂肪をバランスよくとりましょう。
- ・栄養成分表示を見て、食品や外食を選ぶ習慣を身につけましょう。



★1日の食事のリズムから、健やかな生活リズムを。

- ・朝食で、いきいきした1日を始めましょう。
- ・夜食や間食はとりすぎないようにしましょう。
- ・飲酒はほどほどにしましょう。



★適正体重を知り、日々の活動に見合った食事量を。

- ・太ってきたかなと感じたら、体重を量りましょう。
- ・普段から意識して身体を動かすようにしましょう。
- ・美しさは健康から、無理な減量はやめましょう。
- ・しっかりかんで、ゆっくり食べましょう。



★主食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスを。

- ・多様な食品を組み合わせましょう。
- ・調理方法が偏らないようにしましょう。
- ・手作りや外食や加工食品・調理食品を上手に組み合わせましょう。



★食文化や地域の産物を活かし、ときには新しい料理も。

- ・地域の産物や旬の素材を使うとともに、行事食を取り入れながら、自然の恵みや四季の変化を楽しみましょう。
- ・食文化を大切に、日々の食生活に活かしましょう。
- ・食材に関する知識や料理技術を身につけましょう。
- ・ときには新しい料理を作ってみましょう。



★ごはんなどの穀類をしっかり。

- ・穀類を毎食とって、炭水化物からのエネルギー摂取を適正に保ちましょう。
- ・日本の気候・風土に適している米などの穀類を利用しましょう。



★調理や保存を上手にして無駄や廃棄を少なく。

- ・買いすぎ、作りすぎに注意して、食べ残しのない適量を心がけましょう。
- ・賞味期限や消費期限を考えて利用しましょう。
- ・定期的に冷蔵庫の中身や家庭内の食材を点検し、献立を工夫して食べましょう。



★野菜・果物、牛乳・乳製品、豆類、魚なども組み合わせる。★自分の食生活を見直してみよう。

- ・たっぷり野菜と毎日の果物で、ビタミン、ミネラル、食物繊維をとりましょう。
- ・牛乳・乳製品、緑黄色野菜、豆類、小魚などで、カルシウムを十分にとりましょう。



- ・自分の健康目標をつくり、食生活を点検する習慣を持ちましょう。
- ・家族や仲間と、食生活を考えたり、話し合ったりしてみよう。
- ・学校や家庭で食生活の正しい理解や望ましい習慣を身につけよう。
- ・子どものころから、食生活を大切にしよう。



出典：食生活指針（文部科学省・厚生労働省・農林水産省）

視点2 食の安全

「食中毒を防ぐ」「食品の安全性について理解する」ための取組を展開します。

取組の方向性

(1) 食中毒を防ぐ【重点】

●衛生的な食生活の実践

食中毒予防に関する正しい知識をホームページや広報誌などを通じて情報提供するとともに、講習会、イベントの実施により衛生的な食生活の実践につながるよう努めます。

主な取組

○市ホームページの充実

ホームページを活用し、食の安全に関する正しい知識や役立つ情報を発信するとともに、関係機関・団体等の食育に関わる情報を集約し、ホームページの充実を図ります。

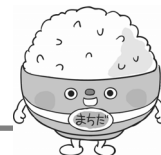
〔活動主体〕町田市※・町田市民病院・町田市教育委員会 など

【内容】

- ・食育に関する情報
- ・関係機関・団体、行政の取組の紹介
- ・イベント情報 など



※町田市の複数の部署（行政）が連携して行うため、「町田市」としています。



(2) 食品の安全性について理解する

●食の安全・安心の推進

生産から消費までの食の安全を推進するため、食品関連事業者などに対し、食中毒の防止、適正な表示、自己管理の徹底などについて指導を行います。

また、市民が安全な食生活を送るための情報を正しく理解することで、食に対する安心感を得られるよう、市ホームページや講演会等で積極的に情報提供を行います。

●食物アレルギー³³に対応した食品の提供や適切な栄養管理

食物アレルギーにおいては、給食における除去食や代替食など個別対応に努めます。また、食物アレルギーに対する正しい知識を普及し、成長を妨げない適切な栄養管理を確保するとともに、対応する職員への指導などにより誤食を防止する環境を整えます。

対象別の取組

市 民

事業名	ねらい及び内容	活動主体
市ホームページの充実	ホームページを活用し、食の安全に関する正しい知識や役立つ情報を発信するとともに、関係機関・団体等の食育に関わる情報を集約し、ホームページの充実を図ります。	町田市・町田市民病院・町田市教育委員会など

妊婦・乳幼児（保護者）

事業名	ねらい及び内容	活動主体
食中毒予防の指導	安全・安心な食生活のために、保護者向けにおたよりなどで食中毒に関する情報提供や注意喚起を行います。また、園児への手洗いや清潔に関する指導を日々の活動の中で年齢・月齢に応じて行います。	子育て支援課 保育園 幼稚園 認定こども園
給食における食物アレルギーへの対応	食物アレルギーの原因食品を確実に除去するため、除去食及び代替食の調理・提供・おかわり時の誤配防止対策を実施します。	
栄養健康教育 (アレルギー教室)	食物アレルギーの正しい知識の普及と情報提供を図ることをねらいとし、アレルギー専門医による講演と管理栄養士による食物アレルギー対応食の実演及び講演を年2回実施します。	健康課

小・中学生

事業名	ねらい及び内容	活動主体
給食における食物アレルギーへの対応	各学校の環境に応じて食物アレルギーを持つ児童の視点に立った対応食を提供します。	町田市教育委員会
学校給食の安全の推進	学校給食の安全の推進を目的として、食中毒や食物アレルギー、放射性物質検査などに関する情報を提供します。	
間食における食物アレルギーへの対応	個別に対応しながら、可能な限り同じ献立を提供します。	児童青少年課 学童保育クラブ

³³ 食物アレルギー：食物を食べたり触ったり吸い込んだりした時に、免疫システムが過剰に反応して起こる有害な症状（湿疹、かゆみ、くしゃみ等）で、多くは食物に含まれるたんぱく質が原因となる。食中毒、食物不耐性は含まない。

第4章 5つの視点による食育の推進

成人～高齢者

事業名	ねらい及び内容	活動主体
セミナー、学習会、テスト教室（食品表示、食品添加物など）	食品表示 ³⁴ 、食品添加物 ³⁵ 、健康食品あるいは食糧事情など、消費者にとって関心の高いテーマを取り上げ、座学や実習を通して、消費者に情報を提供します。	市民協働推進課（消費生活センター） 消費生活センター運営協議会 町田地域活動栄養士会

障がい者

事業名	ねらい及び内容	活動主体
健康支援のつどい（食中毒予防）	利用者の健康支援をねらいとして、食中毒など衛生管理に関する情報を、体験を通して伝えます。	ひかり療育園

食品関連事業者・給食施設関係者

事業名	ねらい及び内容	活動主体
監視指導	食品関連事業者に対し、自主的衛生管理の促進をねらいとして、食品供給工程の各段階における監視指導を実施します。	生活衛生課
講習会（食中毒、アレルギー表示）、広報	市民及び食品関連事業者や給食施設関係者に対して食品衛生に関する知識の普及をねらいとして、情報を提供します。	生活衛生課 保健企画課
食品の収去検査	違反食品等を排除し、市内に流通する食品等の安全性を確保することをねらいとし、食品等の無償サンプリング検査を実施します。	
講演会（食物アレルギー）	給食従事者を対象に食物アレルギーについての研修を行い、誤配・誤食を起こさないように普及啓発を実施します。	保健給食課

³⁴ 食品表示：健康増進法や食品衛生法などに基づき、名称、原材料名、原産地、賞味期限、保存方法、遺伝子組換え、アレルギー、食品添加物、栄養成分など、食品に表示される事項のこと。

³⁵ 食品添加物：食品の製造の過程において又は食品の加工若しくは保存の目的で、食品に添加、混和、浸潤その他の方法によって使用するもの（食品衛生法第4条）。



食育コラム②：知っていますか？食中毒予防法 ～食中毒の原因を「つけない」「増やさない」「やっつける」～

食中毒は、その原因となる細菌やウイルスが食べ物に付着し、体内へ進入することによって発生します。食中毒を防ぐためには、細菌などを食べ物に「つけない」、食べ物に付着した細菌を「増やさない」、「やっつける（殺菌する）」という3つのことが原則となります。その基本的な方法は、次のとおりです。

洗う！

つけない



手には様々な雑菌が付着しています。食中毒の原因菌が食べ物に付かないように、次のようなときは、必ず手を洗いましょう。

- ・調理を始める前
- ・生の肉や魚、卵などを取り扱う前後
- ・調理の途中で、トイレに行ったり、鼻をかんだりした後
- ・おむつを交換したり、動物に触れたりした後
- ・食卓につく前
- ・残った食品を扱う前

また、生の肉や魚などを調理したまな板などの器具から、野菜などへ菌が付着しないように、使用の都度、きれいに洗いましょう。焼肉などの場合には、生の肉をつかむ箸と焼けた肉をつかむ箸は別のものにしましょう。食品の保管の際にも、他の食品に付いた細菌が食べ物に付着しないよう、食べ物は密封容器に入れたり、ラップをかけたりすることが大切です。

低温で保存する！

増やさない



細菌の多くは高温多湿な環境で増殖が活発になりますが、10℃以下では増殖がゆっくりとなり、マイナス15℃以下では増殖が停止します。食べ物に付着した菌を増やさないためには、低温で保存することが重要です。肉や魚などの生鮮食品やお総菜などは、購入後、できるだけ早く冷蔵庫に入れましょう。なお、冷蔵庫に入れても、細菌はゆっくりと増殖しますので、冷蔵庫を過信せず、早めに食べるのが大切です。

加熱処理！

やっつける



ほとんどの細菌やウイルスは加熱によって死滅しますので、肉や魚はもちろん、野菜なども加熱して食べれば安全です。特に肉料理は中心までよく加熱することが大切です。目安は中心部の温度が75℃で1分以上（二枚貝等ノロウイルス汚染のおそれのある食品の場合は85～90℃で90秒間以上）加熱することです。

ふきんやまな板、包丁などの調理器具にも、細菌やウイルスが付着します。特に肉や魚、卵などを使った後の調理器具は、洗剤でよく洗ってから、熱湯をかけて殺菌しましょう。

出典：食中毒予防の3原則（政府広報オンライン）
より抜粋・加工

視点3 共食・食文化

「家族や友人と一緒に食べて、心を育む」「食文化を伝える」ための取組を展開します。

取組の方向性

(1) 家族や友人と一緒に食べて、心を育む 【重点】

●共食の普及啓発

家族や保育園・幼稚園・認定こども園・学校や地域において共食の普及啓発を行い、一緒に食べることの大切さや楽しさを伝えるとともに、食べ物を大切にす
る心や人を思いやる心を育みます。

●家庭及び学校等における食事マナーの習得の推進

家庭での共食や、保育園・幼稚園・認定こども園・学校での給食指導などを通して、食事マナーの習得を図ります。

●学校等における調理機会の充実

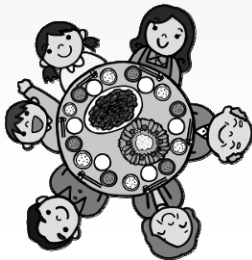
親子クッキングなど、親子や仲間とともに料理をすることで、食に対する興味や関心を高めるとともに、一緒に食べる楽しさを実感する機会の充実に取り組みます。

主な取組

○食育ボランティアによる共食の普及啓発

食に関する知識や技術を持つ食育ボランティアを育成し、食を通じた地域交流の推進により、家族や友人と一緒に食卓を囲んで食事をするものの大切さなどの普及啓発を図ります。

〔活動主体〕町田市※・保育園・幼稚園・認定こども園・町田市教育委員会・高校・大学・町田地域活動栄養士会 など



【内容】

- ・食育に関心のある方を募集、講座等による食育ボランティアの育成
- ・食育ボランティアによる、保育園・幼稚園・認定こども園・学校や地域での食を通じた交流の促進 など

※町田市の複数の部署（行政）が連携して行うため、「町田市」としています。



(2) 食文化を伝える

●日本型食生活³⁶や伝統行事を伴う行事食の推進

学校において米飯給食を増やすなど、日本型食生活を推進します。また、伝統行事を伴う行事食³⁷への理解を深め、家庭や学校における行事食の提供を推進します。

●日本の伝統食を伝承するイベント・講座などの実施

家庭や地域の味を伝える料理教室やイベントなどを開催し、日本の伝統食に触れる機会の充実を図ります。

対象別の取組

市 民

事業名	ねらい及び内容	活動主体
食育ボランティアによる共食の普及啓発	食に関する知識や技術を持つ食育ボランティアを育成し、食を通じた地域交流の推進により、家族や友人と一緒に食卓を囲んで食事をする事の大切さなどの普及啓発を図ります。	町田市・保育園・幼稚園・認定こども園・町田市教育委員会・高校・大学・町田地域活動栄養士会 など
みそ作り教室	日本人が味噌を食べるようになって千数百年。日本人の食生活について考えるきっかけとなることをねらいとし、みそ作り教室を実施します。大豆は国産の物を使い、地産地消や遺伝子組換え食品等についても学習する機会とします。	市民協働推進課（消費生活センター） 消費生活センター運営協議会

乳 幼 児（ 保 護 者 ）

事業名	ねらい及び内容	活動主体
親子料理体験	親子で料理を作りみんなで食べる楽しさを味わい、手作りの良さを実感することをねらいとして、実施します。	児童青少年課 子どもセンター
食事マナー・行事食・お楽しみ給食	園児の食事マナーの習得をねらいとして、調理員が保育室へ出向き、果物のカット&サービングをしたり、異年齢、お客さまを交えての会食を実施します。また、毎月の献立の中で、行事食やお楽しみ給食を通し、日本や世界の食文化や伝統を体感できるようにします。	子育て支援課 保育園 幼稚園 認定こども園

³⁶ 日本型食生活：日本の気候風土に適した米(ごはん)を中心に、魚や肉、野菜、海藻、豆類などの多様なおかずを組み合わせる食べる食生活のことをいう。栄養バランスに優れているだけでなく、日本各地で生産される農林水産物を多彩に盛り込んでいるのが特徴。

³⁷ 行事食：季節ごとの行事やお祝いの日食べる特別な料理(正月のおせち、七夕の素麺、秋分の日のおはぎなど)。

第4章 5つの視点による食育の推進

小・中学生

事業名	ねらい及び内容	活動主体
料理体験	調理の楽しさを知り、食に対する興味関心を持たせることをねらいとし、調理体験を行います。	児童青少年課 子どもセンター
試食会、たてわり給食 ³⁸ 、 誕生日給食	食事マナーの向上や共食によるコミュニケーションを図ることをねらいとし、学級の枠を越えていろいろな学年の児童と食事をする機会を設けます。	小・中学校
学校給食 小中一貫町田っ子カリキュラム「食育カリキュラム」		
食事マナー	児童・生徒に対し、環境や資源に配慮した食生活を実践できることをねらいとし、会話を楽しみながら気持ち良く食事することや、残さず食べることを通じて食生活のマナーを身につけられるようにします。	町田市教育委員会
行事食の提供	児童・生徒に対し、日本の食文化を正しく理解することをねらいとし、給食における行事食を提供します。	
町田産の米を使用した給食提供	町田市内でも米を作っていることを知り、地域への関心を高め感謝の気持ちを育てることをねらいとし、町田産の米を給食として提供します。	保健給食課 農業振興課 小・中学校 JA町田市

障がい者

事業名	ねらい及び内容	活動主体
外出活動での外食	共食を楽しむことや、好きなメニューを選び、味わうこと、また、外食でのマナー向上をねらいとして、外出活動による外食を実施します。	ひかり療育園
喫茶・食事会での調理	利用者が調理を楽しむこと、調理方法を知ること、衛生面の体験等をするをねらいとして、調理活動を実施します。	
地域交流事業 (センターまつり)	地域の人々と施設の交流を図ることをねらいとして、センターまつりを実施します。その中で地域住民、保護者等の方々と食事を共にします。	

³⁸ たてわり給食：学年をこえて、異学年で給食を食べ交流を図ること。



取組の紹介

みそ作り教室



日本人が味噌を食べるようになって千数百年。日本人の食生活について考えるきっかけとなることをねらいとし、ボランティアの市民で構成された「町田市消費生活センター運営協議会」と二人三脚でみそ作り教室を企画・実施します。

大豆は国産のものを使い、地産地消や遺伝子組換え食品等についても学習する機会とします。特にこの「みそ作り教室」は、先輩委員から後輩委員へと製法が受け継がれてきた“運協伝統の味”が特徴で、市民の力がなければ実施できない講座です。

食事マナー、行事食、お楽しみ給食



園児の食事マナーの習得をねらいとして、調理員が保育室へ出向き、果物のカット&サービングをしたり、異年齢、お客さまを交えての会食を実施します。

また、毎月の献立の中で、行事食やお楽しみ給食を通し、日本や世界の食文化や伝統を体感できるようにします。

《献立》かぶと(兜)おにぎり・シシャモのぼり(こいのぼり)・ポテトサラダ・吹流しスープ・果物(「端午の節句」をイメージした行事食)

町田産の米を使用した給食提供



町田市内で米を作っていることを知り、地域への関心を高め、感謝の気持ちを育てることをねらいとして、1年に2回、公立小学校で町田産の米を給食に使用します。

小野路、小山田、鶴川などで作られている「きぬひかり」という品種の米は、その名のおり絹のようにご飯の炊き上がりが艶やかで、食味もよいといわれています。

《献立》牛乳・芋ご飯・さんまの塩焼き・大根おろし・野菜の磯香和え・豆乳入り味噌汁

食育コラム③：日本型食生活を実践しよう！

日本型食生活とは、日本の気候風土に適した米(ごはん)を中心に、魚や肉、野菜、海藻、豆類などの多様なおかずを組み合わせる食生活のことをいいます。栄養バランスに優れているだけでなく、日本各地で生産される農林水産物を多彩に盛り込んでいるのが特徴です。

「日本型食生活」を実践していくことは、脂質の過剰摂取の抑制、野菜の摂取促進を図る上で効果的であるほか、米の消費拡大を通じた食料自給率の向上や各地で古くから育まれてきた貴重な食文化の継承につながるとして期待されています。



《日本型食生活のイメージ》



視点4 地産地消

「食に対する感謝の心を育む」「地域で生産し、地域で消費する」ための取組を展開します。

取組の方向性

(1) 食に対する感謝の心を育む 【重点】

●食や食に携わる人々に対する感謝の心の育成

食の生産から流通に関わる農業体験などを通じて、食が自然の恩恵や食に関わる人々によって支えられていることを知り、食に対する感謝の心を育むため、生産者と市民の交流の場を提供します。

主な取組

○食育ツーリズムの推進

みどり豊かな自然や商業都市という町田市の地域特性を活かした「食育ツーリズム」を推進し、食や生産者とふれる機会を増やすことで、食を楽しむ文化や食に対する感謝の心を育みます。

〔活動主体〕町田市※・JA町田市・町田市観光コンベンション協会・町田商工会議所 など



【内容】

- ・農業体験や飲食店めぐり等の食育ツアーの実施
- ・町田産農産物や町田市名産品等の普及

など

※町田市の複数の部署（行政）が連携して行うため、「町田市」としています。

(2) 地域で生産し、地域で消費する

●町田産農産物の普及

直売所やアグリハウスなどの町田産農産物の購入場所について、さらなる周知を図るとともに、購入しやすい環境を整えます。また、町田市内で生産加工された食材を使ったレシピの提供やイベントでの料理方法の紹介、試食などを通じて、町田産農産物を利用することの良さを伝えます。



●保育園・幼稚園・認定こども園や学校における町田産農産物の活用

保育園・幼稚園・認定こども園や学校の給食において、町田産農産物の供給を推進します。また、町田産農産物を生産、収穫するなどの農業体験や、調理して食べる機会の充実を図ります。

対象別の取組

市 民

事業名	ねらい及び内容	活動主体
食育ツーリズムの推進	みどり豊かな自然や商業都市という町田市の地域特性を活かした「食育ツーリズム」を推進し、食や生産者とふれる機会を増やすことで、食を楽しむ文化や食に対する感謝の心を育みます。	町田市・J A町田市・町田市観光コンベンション協会・町田商工会議所 など
市民農園	市民が農業への関心と理解を深めるとともに、生産の喜びを味わえるよう、健康的な市民活動を行う場の提供及び農地の保全を図ることをねらいとし、実施します。	農業振興課 J A町田市 農業者
体験農園・観光農園	市民が農とふれあうことをねらいとして、農業者が経営する農園を体験農園や観光農園として開設・運営します。	
農業祭 (キラリ☆まちだ祭)	町田産農産物のPRや、市民が町田市の農業にふれることをねらいとして、農業祭を開催します。	
「まち☆ベジ」マークの普及	町田ブランドの認知度向上をねらいとして、町田産のシンボル「まち☆ベジ」を軸とし、直売所マップ配布等のPR活動を行います。	
収穫・調理体験	市内で生産された農産物の収穫・調理加工体験など、セットで行い、最後は成果品として持ち帰るツアーを実施します。	産業観光課・町田市観光コンベンション協会・J A町田市・農業者 など

乳 幼 児

事業名	ねらい及び内容	活動主体
栽培・収穫体験	栽培する大変さを体感することで、食べ物を作る人への感謝の気持ちを持つことをねらいとして、園内外での栽培・収穫活動を行います。	子育て支援課・保育園・幼稚園・認定こども園・農業者
芋ほり体験	自然とふれあい、収穫する楽しみを親子で共感することをねらいとし、芋ほり体験を実施します。	児童青少年課・子どもセンター・農業者



小・中学生

事業名	ねらい及び内容	活動主体
学校給食	小中一貫町田っ子カリキュラム「食育カリキュラム」	
野菜や米づくり体験	児童・生徒に対し、食料生産の仕組みや地産地消の意義を学ぶことをねらいとして、野菜の栽培や、米づくり体験を各教科に位置付けて行います。	指導課 小・中学校
給食における町田産農産物の供給推進	身近な場所で野菜や米などの農産物が作られていることを知り、作り手の顔が見えることで地域や農産物に関心を持つことをねらいとし、給食への町田産農産物の供給を推進します。	保健給食課 農業振興課 JA町田市 農業者

障がい者

事業名	ねらい及び内容	活動主体
栽培体験	野菜を育て収穫する喜び、味わう楽しみを体験することをねらいとし、園内で野菜を育て調理の食材とします。	ひかり療育園

取組の紹介

「まち☆ベジ」マップ



シンボルマークが表紙についた、まち☆ベジマップです。

「まち☆ベジ」をご存知ですか？

「まち☆ベジ」マークは、町田市の「町」の字をトマトと瓜に見立てたマークで、元気な生産者、そして消費者に安心して、おいしく食べられることを笑顔で表現しています。

市では地産地消を推進していくために、この「まち☆ベジ」マークで新鮮で安心な町田産農産物をPRします。

農業祭「キラリ☆まちだ祭」



「キラリ☆まちだ祭」では、農産物品評会や野菜宝船の展示等様々なイベントを行います。

野菜や米づくり体験



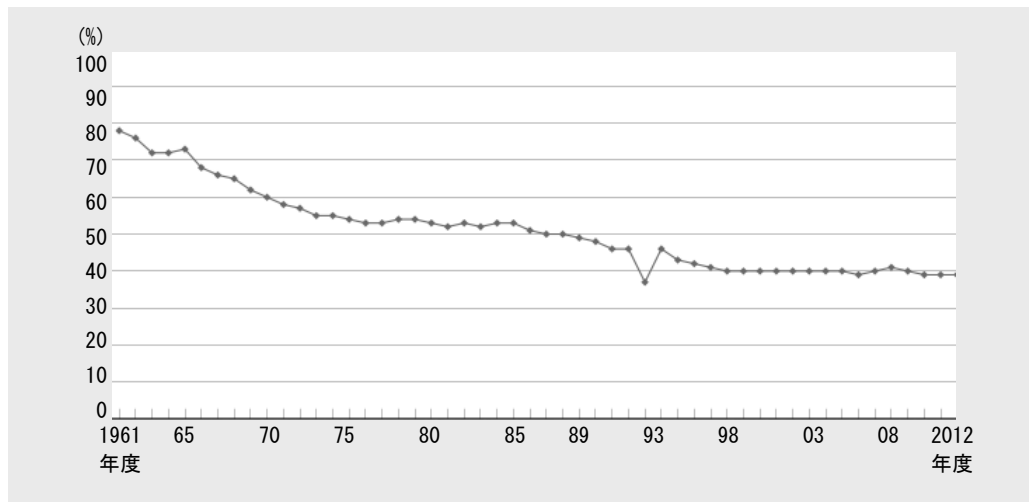
児童・生徒に対し、食料生産の仕組みや地産地消の意義を学ぶことをねらいとして、野菜の栽培や、米づくり体験を各教科に位置付けて行います。

小学生の米づくり体験では、地域の農業者から田んぼを提供してもらい、田植えから稲刈りまでを体験的に学びます。収穫した米は給食で提供します。

食育コラム④：地産地消で食料自給率アップを目指そう！

日本の食料自給率（カロリーベース）は、1965年度の73%から2012年度の39%まで落ち込みました。米や砂糖などを除くほとんどの食料の自給率が1965年当時と比べて著しく低下し、その分を輸入に頼っているのが現状です。

今私たちがすべきことは、食料自給率の問題や食の大切さに気づくことから始まります。そして、私たち一人ひとりが国産物を食べ、食べ残しなどによる食品廃棄を抑制することで、日本の食料の未来を確かなものにする事ができるのです。



日本の食料自給率の推移（カロリーベース）

出典：食料自給率の推移（カロリーベース）（FOOD ACTION NIPPON（フードアクションニッポン）（農林水産省）より抜粋・加工



視点5 食環境

「外食・中食産業と協力し、健康づくりを進める」「食のネットワークを構築し、食育を推進する」「情報発信、人材育成を強化する」ための取組を展開します。

取組の方向性

(1) 外食・中食産業と協力し、健康づくりを進める【重点】

●飲食店などの食品関連事業者による食環境整備

飲食店等の食品関連事業者に対して、健康に配慮したメニューや町田産農産物を使ったメニューの提供、栄養成分等表示の推進に関わる支援を行います。

●栄養成分等表示の読み方や健康に配慮したメニューの選び方の普及

外食や中食を利用する市民に対し、栄養成分等表示の読み方や健康に配慮したメニューの選び方を普及するとともに、講習会やイベントなどの場で実践につなげる啓発活動を行います。

主な取組

○飲食店・商店街における健康に配慮したメニューの提供促進

飲食店やスーパーなどにおいて、市民が望ましい食を選択し健康づくりに役立てることができるよう、外食・中食産業と協力し、健康に配慮したメニューや町田産農産物を使ったメニューの提供、栄養成分等表示の推進に関わる支援を行います。

〔活動主体〕町田市※・町田商工会議所・商店街・町田市観光コンベンション協会 など



【内容】

- ・飲食店・商店街による健康に配慮したメニュー（ヘルシー、野菜たっぷり、減塩等）提供、栄養成分等表示の推進に関わる支援及び周知
- ・飲食店・商店街による町田産農産物を使ったメニュー提供の支援及び周知 など

※町田市の複数の部署（行政）が連携して行うため、「町田市」としています。

(2) 食のネットワークを構築し、食育を推進する

●市民や関係機関・団体の協働による食育の推進

食育に関わる取組を通して、多様な関係者がその特性や能力を活かしつつ、互いが密接に連携・協力してネットワークを築いていくことにより、市民の生涯にわたる間断ない食育を推進します。

●地域交流の推進

市民が地域において、食育推進に関わるボランティア活動への参加を積極的に行い、食を通じた交流を深めることで地域交流を推進します。

また、市民活動団体による自発的な取組が展開されるよう、食育を推進する関係機関・団体などの情報及び意見交換の場を設けます。

(3) 情報発信、人材育成を強化する

●食に関する情報発信の充実

市ホームページや広報などを活用して、食に関する正しい知識や役立つ情報を発信します。

●食育推進の担い手の支援・育成

食に関心のある市民や、地域で活動する食に関わる団体や研究会などが地域における食育を推進するために、支援・育成を行います。



対象別の取組

市 民

事業名	ねらい及び内容	活動主体
食育ツーリズムの推進 【再掲】	みどり豊かな自然や商業都市という町田市の地域特性を活かした「食育ツーリズム」を推進し、食や生産者とふれる機会を増やすことで、食を楽しむ文化や食に対する感謝の心を育みます。	町田市・JA町田市・町田市観光コンベンション協会・町田商工会議所 など
町田べんとうの開発、販売	町田ブランド・地産地消プロジェクトの一環として、町田産の古代米や季節の野菜、名産品を使用した町田ならではの弁当を販売します。	産業観光課 町田市観光コンベンション協会
食べ歩きツアー	市内の提携した店舗をめぐり、食を楽しむツアーを実施します。	
食育フェア 【再掲】	関係機関・団体と行政の協働による食育フェアを開催し、食育に関する情報や体験の場を提供することで、市民が食育に関心を持ち、実践につながるよう努めます。	町田市・町田商工会議所・町田市観光コンベンション協会・JA町田市 など
6月の「食育月間」、毎月19日の「食育の日」の食育活動の強化 【再掲】	6月の「食育月間」や毎月19日の「食育の日」にあわせ、主食・主菜・副菜をそろえて食べる機会や、野菜摂取量の増加に向けた食育活動を強化します。	町田市・町田市民病院・保育園・幼稚園・認定こども園・町田市教育委員会・食品関連事業者 など
食育講演会	「町田市食育推進計画」の周知と食育の推進のため、計画の内容及び食育について講演等を行います。	町田市 など
市ホームページの充実 【再掲】	ホームページを活用し、食の安全に関する正しい知識や役立つ情報を発信するとともに、関係機関・団体等の食育に関わる情報を集約し、ホームページの充実を図ります。	町田市・町田市民病院・町田市教育委員会 など
食育ボランティアによる共食の普及啓発 【再掲】	食に関する知識や技術を持つ食育ボランティアを育成し、食を通じた地域交流の推進により、家族や友人と一緒に食卓を囲んで食事をする事の大切さなどの普及啓発を図ります。	町田市・保育園・幼稚園・認定こども園・町田市教育委員会・高校・大学・町田地域活動栄養士会 など
ポスター展示	栄養や健康に関する情報の提供をねらいとし、生活習慣病などの病態や症状などについてのわかりやすい説明や、簡単レシピの紹介を病棟及び外来掲示板にてポスター展示をします。	町田市民病院
季刊誌のコラム掲載	「楽笑レシピ」・・・楽しく、ラクに作ることができ、食べて笑顔になるような食卓づくりの提案をねらいとし、季節の食材を使った体に嬉しいレシピを紹介します。	
市民公開講座	医療に関する最新情報の提供をねらいとし、医療スタッフ、栄養士等による講話を実施します。	

食品関連事業者

事業名	ねらい及び内容	活動主体
飲食店・商店街における健康に配慮したメニューの提供促進	飲食店やスーパーなどにおいて、市民が望ましい食を選択し健康づくりに役立てることができるよう、外食・中食産業と協力し、健康に配慮したメニューや町田産農産物を使ったメニューの提供、栄養成分等表示の推進に関わる支援を行います。	町田市・町田商工会議所・商店街・町田市観光コンベンション協会 など
飲食店における栄養成分等表示の推進	飲食店等において、市民が望ましい食を選択し、健康づくりに役立てることをねらいとして、外食料理の栄養成分表示や食事バランスガイドによる表示の相談を行います。また、カロリー自動測定器による栄養成分の測定を行います。	保健企画課
健康づくり調理従事者研修会	飲食店等の調理従事者が、栄養や食品衛生に関わる知識や情報を習得し、利用者の健康づくりに配慮できるよう、調理実習を実施します。	保健企画課 町田商工会議所

給食施設関係者

事業名	ねらい及び内容	活動主体
町田栄養・食生活ネットワーク会議	市内の食に関わる関係者、関係団体のネットワークを形成し、ライフステージに応じた保健栄養事業を総合的に推進することをねらいとして、町田栄養・食生活ネットワーク会議を実施します。	保健企画課
地域活動栄養士の育成・支援	地域で健康づくりを推進するための重要な担い手である地域活動栄養士会に対し、最新の健康・栄養情報の提供（研修）や自主活動の支援を行います。	保健企画課 町田地域活動栄養士会
町田集団給食研究会の育成・支援	給食の運営と技術の向上などを目的に、市内の病院・高齢者施設等の給食施設からなる「町田集団給食研究会」が講演会や優良従業員の表彰等の事業を行っており、それらの運営活動の支援を行います。	保健企画課 町田集団給食研究会
講習会や巡回による給食施設指導	給食施設の利用者や家族の健康保持・増進を図るため、栄養・衛生管理の充実、栄養教育の推進等について、各施設の状況に応じた指導を行います。また、利用者の身体の状況、栄養状態等の把握、食事の提供、品質管理及び評価の実践につながるよう支援します。	保健企画課

取組の紹介

町田べんとうの開発、販売



町田産の古代米や季節の野菜、町田市名産品を使用した町田べんとうを開発し販売するとともに、ウォークツアーの昼食としても提供します。

健康づくり調理従事者研修会



飲食店の調理従事者が、栄養や食品衛生に関わる知識や情報を習得し、利用者の健康づくりに配慮できるよう、料理講師の指導のもと、調理実習を実施します。

【調理実習例】

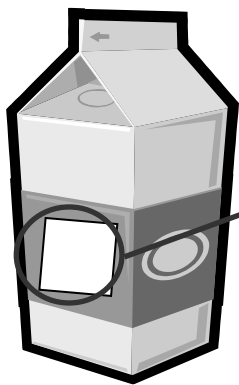
町田産野菜を使用した
「野菜たっぷりバランス弁当」



食育コラム⑤：知っておきたい「食品の栄養成分表示」

食品中にどんな栄養成分がどのくらい含まれているのか、一目で分かるようにしたのが栄養成分表示です。

栄養成分表示を目安にし、またそれを見ることを習慣化することで、食品の選択や栄養成分の過不足の確認などに役立てることができます。



栄養成分表示：
コップ1杯(200ml)当たり

エネルギー	134kcal
たんぱく質	6.6g
脂質	7.6g
炭水化物	9.6g
ナトリウム	82mg
カルシウム	220mg

主要な栄養成分

栄養成分について何らかの表示をする場合、(1)~(5)の含有量を順番通りに表示するルールになっています。

- (1)熱量(エネルギー)
- (2)たんぱく質
- (3)脂質
- (4)炭水化物(糖質および食物繊維でも可)
- (5)ナトリウム

その他の栄養成分

13のビタミン、11のミネラル、糖質(単糖類、二糖類)、飽和脂肪酸、コレステロールについて表示をする場合は、その含有量を主要な栄養成分の次に表示するルールになっています。



栄養成分表示：
1袋(90g)当たり

エネルギー	503kcal
たんぱく質	4.4g
脂質	32.0g
炭水化物	49.1g
ナトリウム	352mg

ナトリウムは、食塩何グラムに相当するの？

ナトリウム量から食塩量を知りたいときは、「ナトリウム(mg)×2.54÷1000=食塩相当量(g)」で計算できます。

※日本人(成人)食塩相当量の目標量は1日当たり、男性9.0g未満、女性7.5g未満となっています。(厚生労働省「日本人の食事摂取基準(2010年版)」)

実際に食べる量をふまえて栄養成分の含有量をチェック！

表示単位は100g(ml)、1食分、1包装など食品ごとに違うので、実際に食べる量と表示の量を確認しましょう。

第5章 計画の推進



- 計画の推進に向けて
- 進捗管理と評価
- 町田市食育推進キャラクター
について

1 計画の推進に向けて

食育のめざす姿や基本目標を実現するため、市民、家庭、地域、関係機関・団体等と市がそれぞれの役割を明らかにし、その特性や能力を活かしつつ、互いが密接に協力・連携することが重要となります。

◇ 市民・家庭の役割

市民一人ひとりが、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します。また、食生活の基礎を担う家庭の役割は、食事の時間をともに楽しみ、食を通じたコミュニケーションを積極的に図る場とします。

◇ 市民活動団体・食育ボランティアの役割

地域の人々が交流する場を設けるとともに、市民活動団体や食育ボランティアに関わる人々が食育に関する知識や技能の習得に努め、関係機関と連携して活動を行います。

◇ 保育園・幼稚園・認定こども園・学校の役割

保育園・幼稚園・認定こども園・学校が食育に関する情報を共有し、一貫した食育を推進します。また、職員が協力し食育の指導體制や指導内容の充実を図ります。地産地消や食文化の伝承として、町田産農産物を活用したメニューや地域の伝統食を取り入れたメニューなど、給食を活用して食育の充実を図ります。

◇ 生産者・食品関連事業者の役割

消費者への正しい情報提供や、消費者との交流を積極的に行います。また、消費者のニーズに応え、より健康と安全に配慮した食品やメニューの提供に努めます。さらに、生産から流通まで様々な場において、食を体験できるよう受入環境を整備します。

◇ 病院・福祉施設の役割

生活習慣病の発症予防と重症化予防や、生活の質の向上のため、関係機関と連携し、専門的な立場から食と健康に関する普及啓発と指導に努めます。また、病院や福祉施設の職員がより質の高い知識や技能を習得するため、研修等を実施します。

◇ 企業の役割

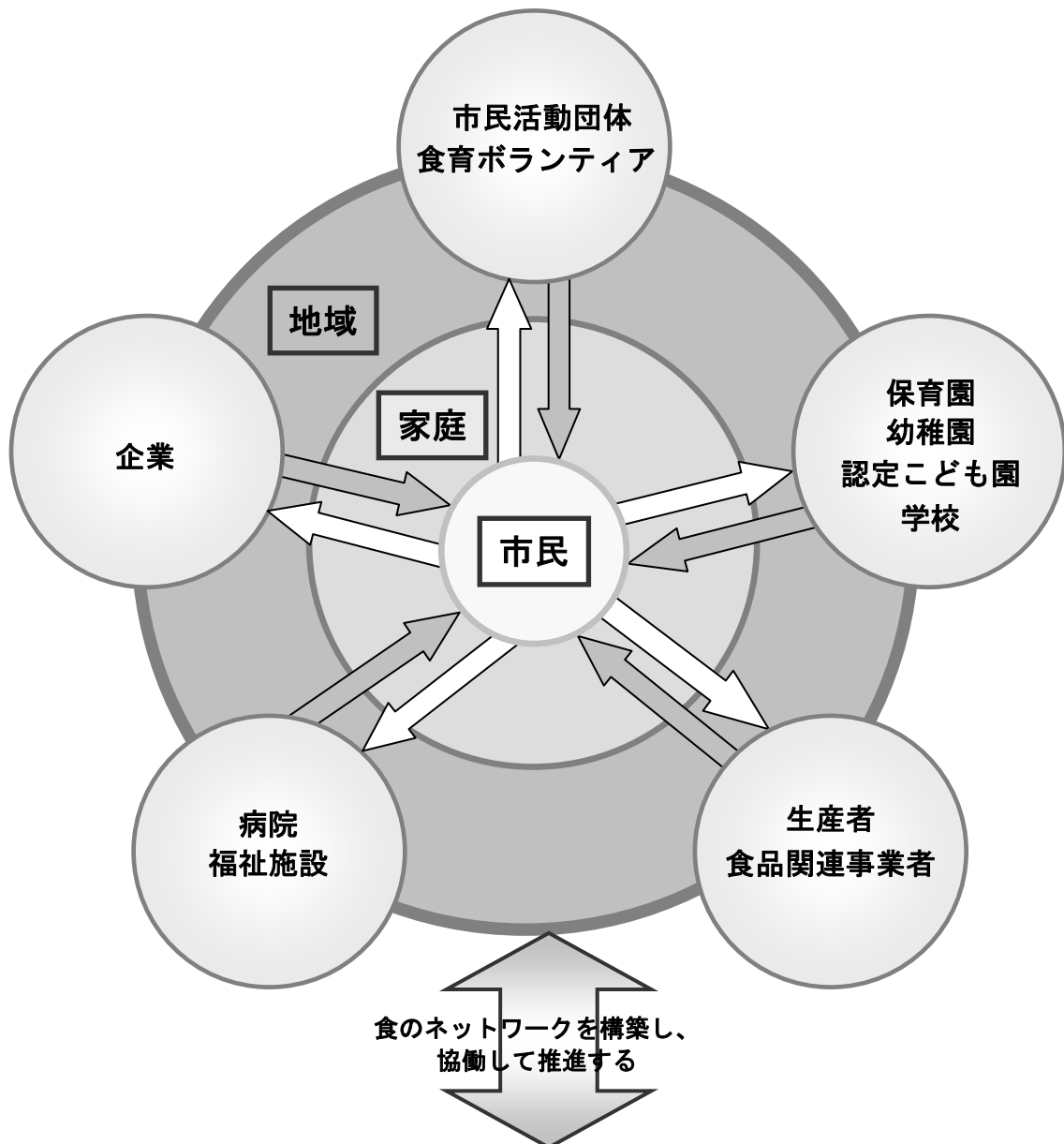
食を通して社員の健康づくりを図るため、健康診断結果に基づき、健康に配慮したメニューの提供や栄養情報提供等を行います。また、地域の人々に対し、食育に関する取組内容や栄養情報などを自発的に発信します。

◇ 市（行政）の役割

本計画に基づき、食育に関わる市民や関係機関・団体のネットワークを構築し、情報を共有しながら協働することにより、市民の生涯にわたる間断ない食育を推進します。

食育推進ネットワーク

食育推進ネットワークとは、市民、家庭、地域と関係機関・団体が互いに協力・連携し、協働で食育を推進する仕組みづくりをいいます。町田市食育推進計画推進委員会（食に関する専門家、市民活動団体、民間事業者、医療機関、教育機関）や食育推進庁内連絡会（行政）は、市民、家庭、地域、関係機関・団体を支援し、市民の生涯にわたる間断ない食育を推進します。



町田市食育推進計画推進委員会

（食に関する専門家、市民活動団体、民間事業者、医療機関、教育機関）

食育推進庁内連絡会（行政）

2 進捗管理と評価

(1) 進捗管理

本計画は、毎年各事業の進捗状況について「町田市食育推進計画推進委員会」及び「食育推進庁内連絡会」にて確認するとともに、効果的に取り組む方策や改善策を協議しながら推進していきます。

(2) 評価

本計画の成果を測るため、視点ごとに評価指標を設定します。各事業の進捗状況は「町田市食育推進計画推進委員会」及び「食育推進庁内連絡会」の中で、毎年定性的に評価を実施、改定前年度には市民アンケート調査や各種調査のデータに基づき目標値の達成度を評価します。

	評価指標		現状値	目標値 (2018年度)
食育への 関心	1	食育に関心がある市民の割合	80.7% (*1)	90%
視点1 健康と 食生活	2	ふだんの食事で主食・主菜・副菜を3つそろえて食べる市民の割合	46.1% (*2)	50%
	3	一日の野菜摂取量	250g (*3)	350g
	4	朝食を欠食する子どもの割合	1.6% (*4)	減少
	5	ゆっくりよく噛んで食べている人の割合	成人 17.1% (*5)	20%
			子ども 44.6% (*6)(6~19歳)	60%
視点2 食の安全	6	食品を購入するときに、食品表示(原材料名・栄養表示等)を確認している市民の割合	—	60%
	7	食中毒の3原則「つけない、増やさない、やっつける」を知っていて実践している割合	37.2% (*7)	45%
視点3 共食・ 食文化	8	食事を一人で食べる子どもの割合(平日・朝食)	14.8% (*8)	減少
	9	自宅で行事食を伴う伝統的な行事を行う回数	7回以上： 37.7% (*9)	7回以上： 50%
	10	食育の推進に関わるボランティアの人数	—	50人
視点4 地産地消	11	学校給食における町田産農産物を使用する公立小学校の数	42校中33校 (*10)	全校
	12	農業体験等に参加したことがある子どもの割合	71.8% (*11)	80%
視点5 食環境	13	メニューに栄養表示等を行っている飲食店の数	12店舗 (*12)	50店舗
	14	町田集団給食研究会の会員施設数	45施設 (*13)	60施設

【現状値 根拠】 *1~4, 7~9, 11 「町田市の食育推進計画づくりに関するアンケート調査」(2012年度)
 *5, 6 「町田市民の保健医療意識調査」(2010年度)
 *10 「町田市教育委員会学校教育部保健給食課調べ」(2013年度)
 *12, 13 「町田市いきいき健康部保健企画課調べ」(2013年度)



3 町田市食育推進キャラクター

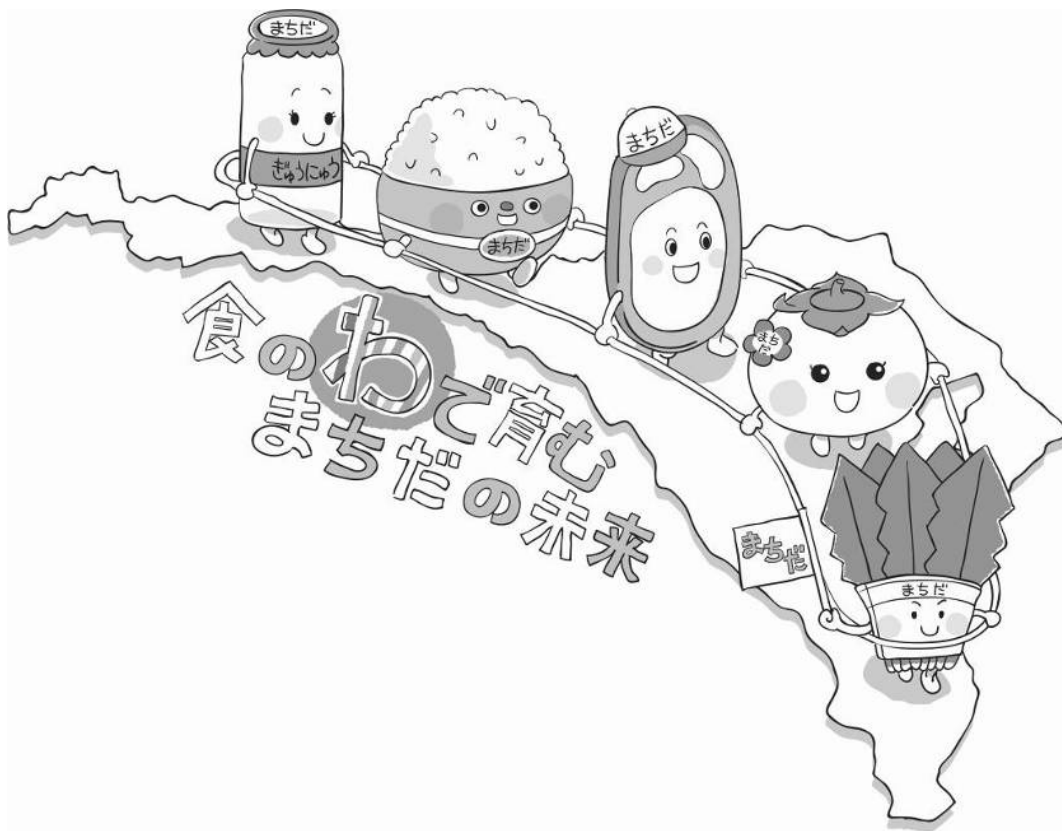
食育の効果をより高めるため、食育推進キャラクターを作成しました。

市民が食育に関心を持つきっかけになるよう、市民を取り巻く関係機関・団体、行政等の食育推進ネットワークによって、町田市食育推進キャラクター「まちだ食育クインズ」を活用した食育推進活動を行っていきます。

まちだ食育クインズ※

※「クインズ」：英語で五つ子を意味します。

健全な食生活を実践する人を育てることで、食の「わ」がつながることを表しています。



☆ 「まちだ食育クインズ」は、バランスよく食べることを啓発するため、町田市内で生産・加工されている、ほうれん草、柿、ハム、ごはん、牛乳をキャラクターにしました。



れん太郎



禅寺丸子



はむ二郎



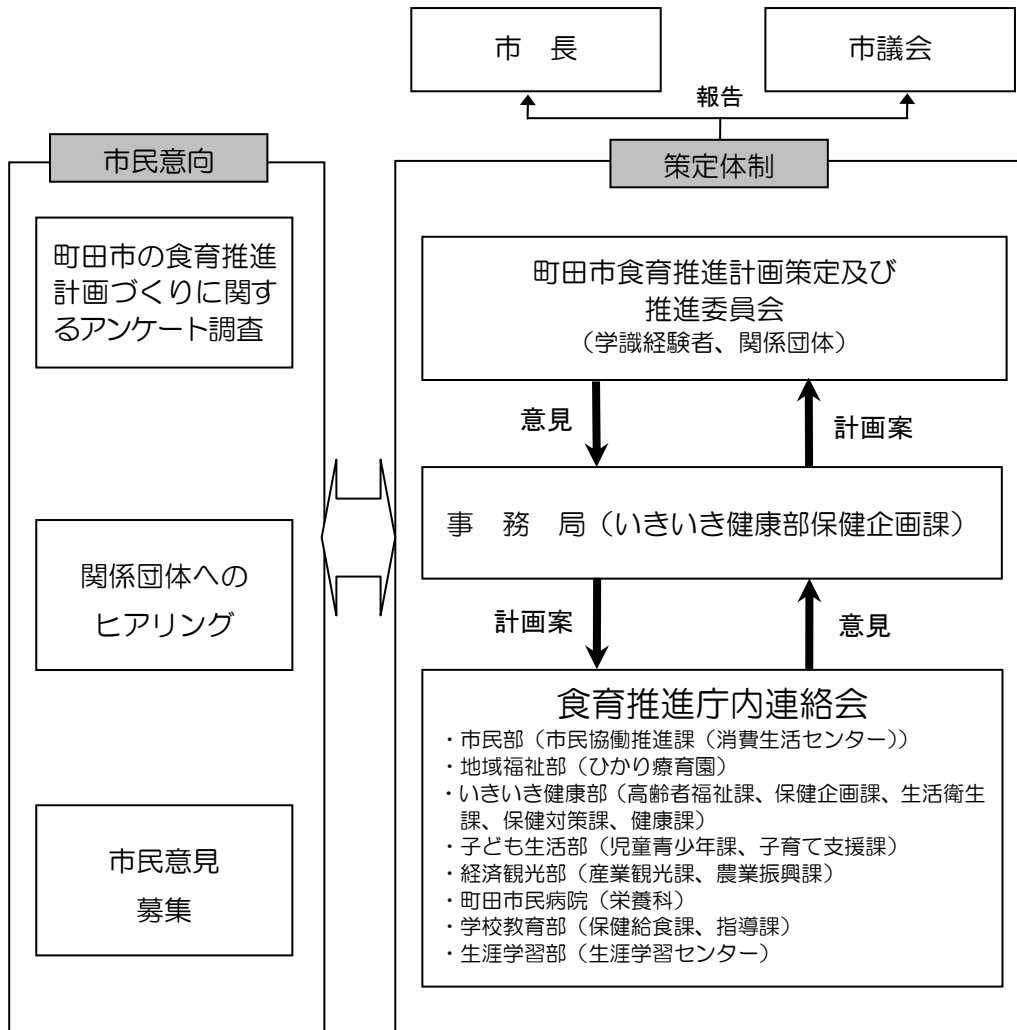
はん三郎



みる子

資料

1 計画の策定体制



2 「町田市食育推進計画」策定及び推進委員会

(1) 委員名簿 (2013年11月現在)

職	氏名	団体名等
委員長	饗場 直美	神奈川工科大学 応用バイオ科学部 教授
委員長代理	森 一成	町田集団給食研究会 会長
委員	安藤 三保子	町田市立鶴川第二小学校 栄養教諭
委員	大崎 志保	学校法人 正和学園 町田自然幼稚園 副園長
委員	小口 悦子	東京家政学院大学 現代生活学部 教授
委員	後藤 良秀 2013年7月31日まで	町田市立鶴川第二小学校 校長
	吉田 孔一 2013年8月1日から	町田市立南第三小学校 校長
委員	清水 行雄	町田商工会議所 食品・飲食業部会 部会長
委員	千田 実 2013年7月31日まで	町田市立南大谷中学校 校長
	石上 昌弘 2013年8月1日から	町田市立成瀬台中学校 校長
委員	高橋 菜穂子	町田市医師会 理事
委員	徳尾 和彦	町田市観光コンベンション協会 事務局長
委員	細野 修一	町田市農業協同組合 青壮年部会
委員	宮崎 聡子	都立町田総合高等学校 主幹教諭
委員	宮 聖栄	社会福祉法人 新生会 ひかりの子保育園 園長
委員	山本 登	東京都町田食品衛生協会 会長
委員	吉川 英明	町田市農業協同組合 常務理事
委員	吉永 みずほ 2013年7月31日まで	町田地域活動栄養士会 会長
	柳田 理奈 2013年8月1日から	町田地域活動栄養士会
委員	渡部 裕朗	東京都町田市歯科医師会 理事

(2) 開催状況

開催日	検討内容等
2012年度 第1回 2012年11月12日	1. 市の現状と課題を踏まえた、施策体系（食育がめざす姿と基本目標） 2. 町田市の食育推進計画づくりに関するアンケート調査について 3. その他
2012年度 第2回 2013年3月11日	1. 町田市の食育推進計画づくりに関するアンケート調査結果について 2. 町田市食育推進計画（案）の骨子について 3. その他
2013年度 第1回 2013年8月1日	1. 町田市食育推進計画（案）について 2. 町田市食育推進キャラクターについて 3. その他
2013年度 第2回 2013年11月8日	1. 町田市食育推進計画（案）について 2. 町田市食育推進計画（案）概要版について 3. その他

(3) 設置要綱

第1 設置

食育基本法（平成17年法律第63号）第18条第1項の規定に基づく（仮称）町田市食育推進計画（以下「推進計画」という。）を策定し、及び推進するため、（仮称）町田市食育推進計画策定及び推進委員会（以下「委員会」という。）を置く。

第2 所掌事務

委員会は、次に掲げる事項について調査、検討し、その結果を市長に報告する。

- (1) 推進計画の策定に関すること。
- (2) 推進計画の推進に関すること。
- (3) 前2号に掲げるもののほか、市長が必要と認める事項

第3 組織

- 1 委員会は、委員17人をもって組織する。
- 2 委員は、別表に掲げる者のうちから、市長が委嘱する。

第4 委員の任期

- 1 委員の任期は、2年とする。ただし、補欠の委員の任期は、前任者の残任期間とする。
- 2 委員は、再任されることができる。ただし、原則として4回を限度とする。

第5 委員長

- 1 委員会に委員長を置き、委員の互選により定める。
- 2 委員長は、委員会を代表し、会務を総理する。
- 3 委員長に事故があるときは、委員長があらかじめ指名する委員が、その職務を代理する。

第6 会議

1 委員会は、必要に応じ委員長が招集する。

2 委員長は、必要があると認めるときは、委員会に委員以外の者の出席を求めることができる。

第7 庶務

委員会の庶務は、いきいき健康部保健企画課において処理する。

第8 委任

この要綱に定めるもののほか、委員会の運営に関し必要な事項は、委員長が委員会に諮って定める。

附 則

この要綱は、2012年11月1日から施行する。

別表（第3 関係）

学識経験を有する者	1人
町田市医師会の代表	1人
町田市歯科医師会の代表	1人
町田市法人立保育園協会の代表	1人
町田市私立幼稚園協会の代表	1人
町田市公立小学校校長会の代表	1人
町田市公立中学校校長会の代表	1人
市内の高等学校の教諭の代表	1人
市内の小学校の栄養教諭の代表	1人
市内の大学の教員の代表	1人
町田市農業協同組合の代表	1人
市内の農業者の代表	1人
町田商工会議所の代表	1人
東京都町田食品衛生協会の代表	1人
町田集団給食研究会の代表	1人
町田地域活動栄養士会の代表	1人
町田市観光コンベンション協会の代表	1人

3 食育推進庁内連絡会開催状況

開催日	検討内容等
準備会 2012年6月25日	1. 食育推進計画の策定について 2. 各課の食育に関する取組について 3. 「町田市食育推進計画」策定及び推進委員会のメンバーについて
2012年度 第1回 2012年8月29日	1. 町田市食育推進計画（案）における施策体系（基本目標等）について 2. 町田市の食育推進計画づくりに関するアンケート調査の項目について 3. その他
2012年度 第2回 2012年10月2日	1. 町田市の食育推進計画づくりに関するアンケート調査の内容について 2. その他
2012年度 第3回 2013年1月18日	1. 町田市の食育推進計画づくりに関するアンケート調査結果について 2. 町田市食育推進計画（案）の骨子について 3. その他
2012年度 第4回 2013年3月5日	1. 町田市の食育推進計画づくりに関するアンケート調査結果について 2. 町田市食育推進計画（案）の骨子について 3. その他
2013年度 第1回 2013年5月20日	1. 町田市食育推進計画（案）について 2. 町田市食育推進キャラクターについて 3. その他
2013年度 第2回 2013年6月27日	1. 町田市食育推進計画（案）の検討 2. その他
2013年度 第3回 2013年10月9日	1. 町田市食育推進計画（案）・概要版の検討 2. 食育講演会について 3. その他
2013年度 第4回 2013年12月19日	1. 町田市食育推進計画書について 2. 食育講演会について 3. 推進方策について

4 町田市の食育推進計画づくりに関するアンケート調査概要

○件名：町田市の食育推進計画づくりに関するアンケート調査

○調査期間：2012年11月21日（水）～2012年12月10日（月）

○配布内訳（配布総数 3,000 通）

調査票区分	対象	配布内訳	配布・回収方法
成人用	成人	1,500	20歳以上の市民を対象として、「住民基本台帳」から1,500人を無作為抽出し、郵送配布・回収
保護者用	幼児（4歳児）保護者	300	幼児・小学校低学年・小学校高学年・中学生・高校生の5階級に区分した。それぞれから1学年を対象として、「住民基本台帳」から300人ずつ無作為抽出し、保護者宛に郵送配布・回収
	小学校低学年（小学2年生）保護者	300	
	小学校高学年（小学5年生）保護者	300	
	中学生（中学2年生）保護者	300	
	高校生（高校2年生）保護者	300	
合計		3,000	

○回収状況

	成人用	保護者用	総計
配布数	1,500 通	1,500 通	3,000 通
回収数	776 通	863 通	1,639 通
回収率	51.7%	57.5%	54.6%

○設問項目

下記の項目に基づき、成人用 37 問・保護者用 35 問の設問を設定した。

	項目
食育に関する関心や知識等について	(1) 食育の認知度・関心度 (2) 食の安全に関する知識の程度（※成人用のみ） (3) 食や食育に関する情報について（※成人用のみ）
食生活や健康に関する意識と実践について	(1) 起床・就寝時間 (2) 朝食の摂取状況、夕食の時間帯、中食・外食の頻度 (3) 誰と食事を食べているか (4) 食事の時間は楽しいか (5) 食のマナーについて (6) 野菜の摂取状況 (7) 参考にしている指針は何か (8) 主食・主菜・副菜を揃えた食事の実践度（※成人用のみ） (9) 健康状態の認識 (10) メタボリックシンドロームの予防・改善のために心がけていること、実践度（※成人用のみ）
地産地消や行事食の実践度と食育に関わる地域での活動について	(1) 地産地消の認知度・実践度 (2) 農林漁業体験の有無（※保護者用のみ） (3) 行事食を伴う伝統的な行事の実践度 (4) 住んでいる地域や地域の人々との交流（※成人用のみ） (5) 食育に関する地域でのボランティア活動の関心度（※成人用のみ） (6) 市や事業者に取り組んでほしいこと
■回答者の属性に関する設問：性別・年代（学年）・居住地区・職業・家族構成など	

町田市食育推進計画

2013年12月発行

発行：町田市

〒194-8520 町田市森野 2-2-22

編集：町田市いきいき健康部 保健企画課

電話：042-724-4241

FAX：050-3101-8202

刊行物番号：13-60

食のわで育む
まちだの未来