

# 元気アップ わかやま食育プラン

## 第2次和歌山市食育推進計画



和歌山市

# 第2次和歌山市食育推進計画 概要

## 第1章 計画の策定について

### 1 計画策定の趣旨

- 食育とは、「生きる上での基本であって、知育、徳育、体育の基礎となるべきもの」
- 近年、食を取り巻く環境は大きく変化しており、食習慣の乱れ、栄養の偏り等の諸問題が発生している一方、食の安全・安心に対する関心が高まっている
- 本市においては、平成20年度に和歌山市食育推進計画を策定し、様々な形で食育に取り組んでいるが、健全な食生活の実践に至っていない人が多いのが現状

本市の特性をいかした食育を総合的かつ計画的に推進するために、本計画を策定

### 2 計画期間

平成30年度～平成34年度（5年間）

### 3 和歌山市における食育の現状と課題

- 食育に関心のある市民の割合は約7割。
- 朝食を欠食する市民の割合は、小学4年生9.0%、中学3年生23.5%、高校3年生31.1%。また、20歳代男性で54.3%、20歳代女性で30.4%。年齢が上がるにつれて欠食率が高く、特に20歳代男性の欠食率が高い。
- 1日3食規則正しく食べない市民の割合は、20歳代男性で約6割、20歳代女性で5割。
- 農作業を体験したことのある市民の割合は低下。
- 食文化や伝統料理について関心のある市民の割合は低下。
- 食育の推進にかかわるボランティアの数は低下。

市民の食や食文化への関心が低く、今後も健全な食文化の実践をより一層推進していくことが必要

### 4 計画策定の体制

- ①和歌山市食育推進会議（学識経験者等で構成）を設置（8名）【和歌山市食育推進会議条例第1条】
- ②和歌山市食育推進本部（農林水産部を含む3部8課で構成）を設置（11名）【和歌山市食育推進本部設置要綱第1条】

## 第2章 計画の基本方針

### 1 基本理念

市民が食を楽しみ、食の大切さや感謝の心を深め、自然環境に恵まれた和歌山の食の特性を活かし、心身ともに健康で過ごせるまちづくりをめざします。

### 2 基本目標

- (1) 早寝、早起き、朝ごはんをすすめましょう。
- (2) バランスのとれた食事を楽しくしましょう。
- (3) 食を大切にし、感謝の心を深めましょう。
- (4) 地元で生産される食材を学び、食事に取り入れましょう。
- (5) 郷土料理や伝統的な食文化を伝えましょう。

### 3 具体的な数値目標

	項目	現状値	目標値
1	食育に関心がある市民の割合	71.8%	90%以上
2	朝食又は夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数	週10.1回	週11回以上
3	地域等で共食したいと思う人が共食する割合	—	70%以上
4	朝食を欠食する子供（小学6年生）の割合	6.4%	0%
5	朝食を欠食する若い世代（20歳代及び30歳代）の割合	26.7%	0%
6	中学校における学校給食実施率	94.4%	100%
7	学校給食における地場産物（和歌山市産）を使用する割合（農産物品目ベース）	22.7%	30%以上
8	学校給食における国産食材を使用する割合	—	80%以上
9	主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている市民の割合	53.5%	70%以上
10	主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている若い世代（20歳代及び30歳代）の割合	42.2%	55%以上
11	生活習慣病の予防や改善のために、ふだんから適正体重の維持や減塩等に気をつけた食生活を実施する市民の割合	—	75%以上
12	ゆっくりよく噛んで食べる市民の割合	—	55%以上
13	農林水産業の体験をしたことのある市民の割合	52.6%	70%
14	食品ロス削減のために何らかの行動をしている市民の割合	74.6%	80%以上
15	地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承し、伝えている市民の割合	26.9%	50%以上
16	地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承している若い世代（20歳代及び30歳代）の割合	51.4%	60%以上
17	食育の推進にかかわるボランティアの数（食育推進ボランティア、食生活改善推進員）	334人	390人以上
18	食品の安全性について基礎的な知識を持ち、自ら判断する市民の割合	77.5%	80%以上
19	食品の安全性について基礎的な知識を持ち、自ら判断する若い世代（20歳代及び30歳代）の割合	65.4%	70%以上

# 第3章 基本的施策の展開

## 1 家庭における食育の推進

### 具体的施策

- ①「早寝、早起き、朝ごはん」の普及
- ②生活習慣病予防のための知識の普及啓発
- ③妊産婦や乳幼児に関する栄養指導
- ④子供・若者の育成支援における共食等の食育推進
- ⑤ワーク・ライフ・バランスの推進

主な事業			
担当課	事業名	取組内容	対象者
地域保健課	健康教育	あらゆる健康レベルの住民を対象に、健康的な生活習慣を築けるよう支援する	市民全体
生涯学習課	家庭教育支援事業	「早寝早起き朝ごはん」運動パンフレットの配付	小学1年生
子育て支援課	子育てひろば事業	0歳～就園前の子供とその保護者を対象に、市内7会場で実施している「子育てひろば」において、野菜を題材にした手あそびやリズム遊び等で、野菜への苦手意識をなくし、親しみを持てるよう取り組むとともに、朝食を食べることの重要性、早寝早起き等の生活習慣の重要性について学ぶ場を設ける	子育てひろば参加者 (0歳～就園前の子供とその保護者)

## 2 学校・保育所等における食育の推進

### 具体的施策

#### ○学校・幼稚園

- ①年齢に応じた食育計画の作成・実践
- ②「食」の教育研究指定校の研究発表会等を通じた成果の普及推進
- ③体験を通じた食育の推進
- ④給食における食育の推進

#### ○保育所（園）

- ①年齢に応じた食育計画の作成・実践
- ②体験を通じた食育の推進
- ③各保護者への啓発及び、それと連携した食育の推進
- ④給食における食育の推進
- ⑤保育所職員による食育活動の展開

主な事業			
担当課	事業名	取組内容	対象者
地域保健課	食育推進教室	食生活改善推進員が保育所等へ出向き、紙芝居やエプロンシアターなどの媒体を利用して食育を推進	訪問希望のあった保育所等
保育子ども園課	保育所給食	・主食、主菜、副菜を揃え、バランスを考えた食事を提供することで、食事に関心を持たせる ・季節の行事食を通じて、伝統文化を伝える	入園児
学校教育課	特色ある食育の推進	・各学校において、食に関する指導の全体計画を作成し、各教科や総合的な学習の時間と食育との関連を明確にする ・作成した全体計画に基づき、各校で特色ある取組を行い、食育を推進していく	小・中学校・義務教育学校

## 3 地域における食育の推進

### 具体的施策

- ①食事バランスガイドを活用した「日本型食生活」の実践の促進
- ②生活習慣病の予防及び改善につながる食育推進
- ③歯科保健活動における食育推進
- ④高齢者に対する食育推進
- ⑤若い世代に対する食育推進

主な事業			
担当課	事業名	取組内容	対象者
地域保健課	健康応援フェア (地域保健課ブース)	食生活改善推進員中心に、食に関するブースを設け、野菜摂取の推進を図る	市民全体
	おやこの食育教室	食生活改善推進員と協同で、小学生とその保護者を対象に、食育の講話と親子で取り組む調理実習を実施	小学1～3年生と保護者
	生涯骨太クッキング	食生活改善推進員と協同で、食生活で不足しがちなカルシウムの摂取量を増やすため、乳製品等を取り入れた望ましい食生活の講話と調理実習を行う	市民全体

## 4 食育推進運動の展開

### 具体的施策

- ①「食育月間」や「食育の日」を啓発・推進
- ②食育推進に関する情報の提供
- ③各種団体等との連携・協働体制の確立

主な事業			
担当課	事業名	取組内容	対象者
子育て支援課	子育てひろば事業 «再掲»	0歳～就園前の子供とその保護者を対象に、市内7会場で実施している「子育てひろば」において、野菜を題材にした手あそびやリズム遊び等で、野菜への苦手意識をなくし、親しみを持てるよう取り組むとともに、朝食を食べることの重要性、早寝早起き等の生活習慣の重要性について学ぶ場を設ける	子育てひろば参加者（0歳～就園前の子供とその保護者）
農林水産課	食育推進事業	食育関連情報をHP等に掲載し、啓発を図る	市民全体

## 5 生産者と消費者との交流の促進、環境と調和のとれた農林水産業の活性化

### 具体的施策

- ①生産者と消費者の交流促進
- ②子供を中心とした農林水産業体験活動の促進と消費者への情報提供
- ③生産者による体験活動の推進
- ④地産地消の推進
- ⑤食品ロス削減を目指した市民運動の展開

主な事業			
担当課	事業名	取組内容	対象者
農林水産課	竹林の観察と家族でタケノコを掘ろう	四季の郷公園において、タケノコの収穫体験を行う	市民全体
	ブルーベリージャム作り体験	四季の郷公園で栽培されるブルーベリーを収穫し、それを利用したジャムづくりを行う	市民全体
	お魚料理講習会	和歌浦湾周辺で水揚げされた魚の料理講習会を開催	市民全体

## 6 食文化の継承のための活動への支援等

### 具体的施策

- ①食文化の継承活動への支援
- ②各種イベントにおいて郷土料理や伝統料理を紹介
- ③専門調理師等の活用における取組
- ④「和食」の保護と次世代への継承のための産学一体となった取組
- ⑤地域の食文化の魅力を再発見する取組

主な事業			
担当課	事業名	取組内容	対象者
農林水産課	地産地消料理教室	和歌山市の農産物を使った料理教室を開催	市民全体

## 7 食品の安全性、栄養その他の食生活に関する調査、研究、情報の提供

### 具体的施策

- ①リスクコミュニケーションの充実
- ②基礎的な調査・研究等の実践及び情報提供
- ③生涯を通じた市民の取組の提示
- ④食品表示の適正化の推進

主な事業			
担当課	事業名	取組内容	対象者
生活保健課	食の安全推進	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「和歌山市食品衛生監視指導計画」に基づき、食品関係営業施設の監視指導、食品の収去検査等を実施</li> <li>・食品衛生講習会や、市民向けの出前講座の開催</li> <li>・パンフレット、ホームページ、市報わかやま等を通じ食品衛生に関する情報を提供</li> <li>・食品の表示の適正化を図るため、監視指導等を実施</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・食品関係事業者等</li> <li>・市民全体</li> </ul>