

第2章 食育の現状と今後の課題

2-1 地域資源と統計

1. 農業

(1) 生産状況

本市の耕地は、田 2,520ha、畑 893ha で、主な農産物の作付面積としては、水稲 1,390ha、小麦・大豆 1,107ha、なす・いちごなどの野菜類 18.4ha、ぶどうなどの果樹 37.5ha です。

また、農地のうち、遊休農地は、647ha 程と想定されています。

■主な農作物の生産状況

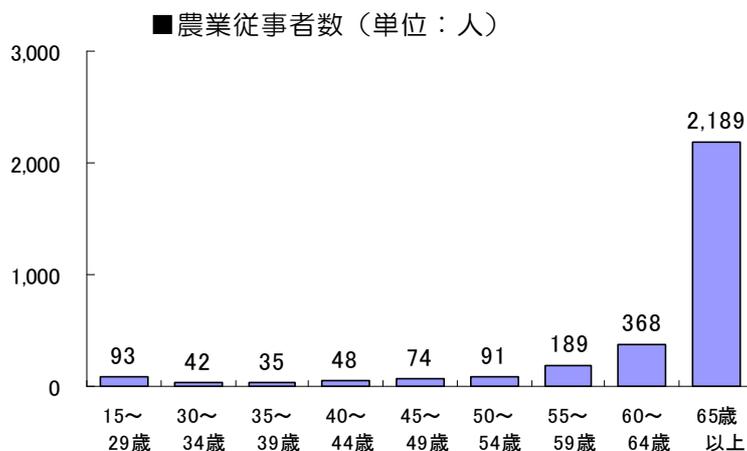
種 別	作付面積 (ha)	生産量 (ト)
水 稻	1,390	7,300
小 麦	607	1,200
大 豆	500	445
な す	9.6	1,309
いちご	8.8	465
ぶどう	37.5	361

第 57 次愛知県農林水産統計年報より

(2) 農家の状況

本市には販売農家が 2,031 戸あり、そのうち農業所得が主（50%以上）の農家は 178 戸で、全体の 8.8%となっています。

農業従事者数（※1）は 3,129 人で、65 歳以上が 70%を占めます。



資料：農務課

※1 満 15 歳以上の世帯員の内、調査期日前 1 年間に自営農業に従事した者

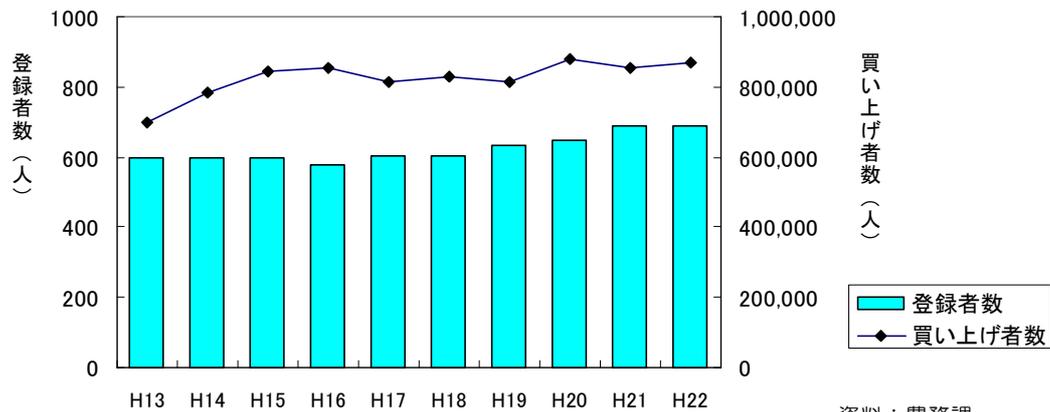


(3) 直売施設

市内には、おかざき農遊館、ふれあいドーム岡崎などの農産物直売施設があり、平成 24 年度に供用開始される「道の駅藤川宿」でも農産物の直売施設が設置される予定です。産直施設の登録者数及び買上客数は増加傾向がみられます。

また、市内各地で開催されている朝市でも地元の野菜が販売されています。

■ 産直施設（農遊館・ふれあいドーム）の登録者数及び買い上げ客数の推移



おかざき農遊館（東阿知和町）



ふれあいドーム岡崎（下青野町）



2. 食産業

(1) 食品製造業

市内には、味噌、酒、酢などの醸造業や、豆乳、油などの製造メーカーがあり、施設見学や体験も行われています。

大規模な食品製造業などの営業施設において、HACCP の概念に基づく衛生管理システムを導入し、一定水準以上の管理が認められた3施設が、「岡崎市 HACCP 導入施設」として認定されています。



岡崎市 HACCP

(2) 飲食店・小売店

市内には、1食あたりのエネルギー・脂質・塩分等を表示した「外食栄養成分表示店」が103店舗あり、認定された飲食店には、ステッカーやメニューの栄養成分の表示がしてあります。

中小規模の食品関係営業施設（食品製造業を含む）が取り組んでいる食品衛生管理について、一定の水準にあると認められた22施設が、「岡崎市食品衛生管理優秀店」として認定されています。



岡崎市食品衛生管理優秀店

(3) その他

地産地消の取組として、岡崎商工会議所による「おかざき地産地消セレクション」の認定制度や、「おかざきファーマーズマーケット」が市内各地で開催されています。



おかざき地産地消セレクション

用語解説

HACCP (Hazard Analysis and Critical Control Points = ハサップ)

原料段階から出荷に至るまでの製品管理において、それぞれの工程における危害の分析を行い、それに従い各過程において必要な管理を行うという衛生管理の手法です。



3. 食文化

(1) 八丁味噌

八丁味噌という名前は、岡崎城から西へ八丁（約 870 メートル）の距離にある味噌蔵で作られていたことに由来しています。大豆と塩のみを用いて大きな木桶に仕込み、職人の手により川石を山のように積み上げます。岡崎市で作られている八丁味噌は、一般的な豆味噌よりも熟成期間が長く、二夏二冬じっくり寝かせます。

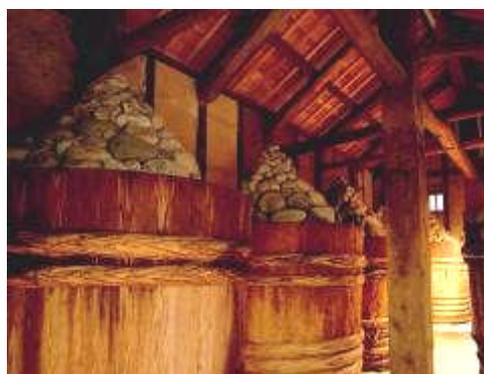
八丁味噌は辛口と思われがちですが、豆みそはからみそほど塩分が高くありません。また、多価不飽和脂肪酸や、うまみの主成分であるアミノ酸のもととなるたんぱく質が、他のみそに比べて多いことも特徴です。

■みその塩分量（大さじ1杯あたり）

単位：グラム

食品名		塩分量	たんぱく質	多価不飽和脂肪酸	代表的なみそ
米みそ	甘みそ	1.1	1.7	0.33	西京みそ、江戸甘みそ等
	淡色からみそ	2.2	2.3	0.65	信州みそ等
	赤色からみそ	2.3	2.4	0.58	仙台みそ、越後みそ等
麦みそ		1.9	1.7	0.45	九州、四国地方に多い
豆みそ		2.0	3.1	1.13	八丁味噌等

日本食品標準成分表 2010 より



八丁味噌蔵



用語解説

不飽和脂肪酸

脂肪は脂肪酸とトリグリセライドから構成され、そのうち脂肪酸は分子の構造的な違いから飽和脂肪酸と不飽和脂肪酸に分類されます。不飽和脂肪酸植物は植物や魚の脂に多く含まれます。不飽和脂肪酸はさらに、一価不飽和脂肪酸と多価不飽和脂肪酸に分けられますが、味噌には、多価不飽和脂肪酸の一種・リノール酸が多く含まれます。



(2) 郷土料理

この地域の豆味噌を使った「味噌田楽」「煮みそ」「どて煮」などの料理のほかにも、「へぼ飯（蜂の子ご飯）」などの特色のある郷土料理が食文化として受け継がれています。

また、桃の節句（ひなまつり）を飾る「おこしもの」や「いがまんじゅう」といった郷土色豊かな行事食も伝えられています。



味噌田楽



煮みそ



へぼ飯



おこしもの



いがまんじゅう

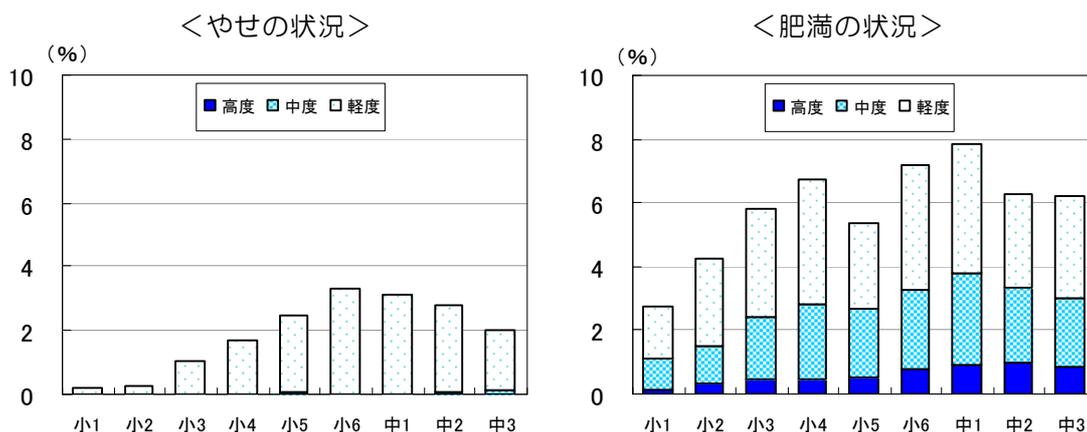


4. 学校保健統計

(1) 児童・生徒のやせ・肥満の状況

小中学生のやせ・肥満（肥満度階層分布）の状況をみると、やせは小中学生ともに4%以下で高度やせの該当者はありません。肥満は中学1年生で1番高く、8%程となっています。

■小中学生のやせ・肥満の状況（肥満度階層分布・男女合計）



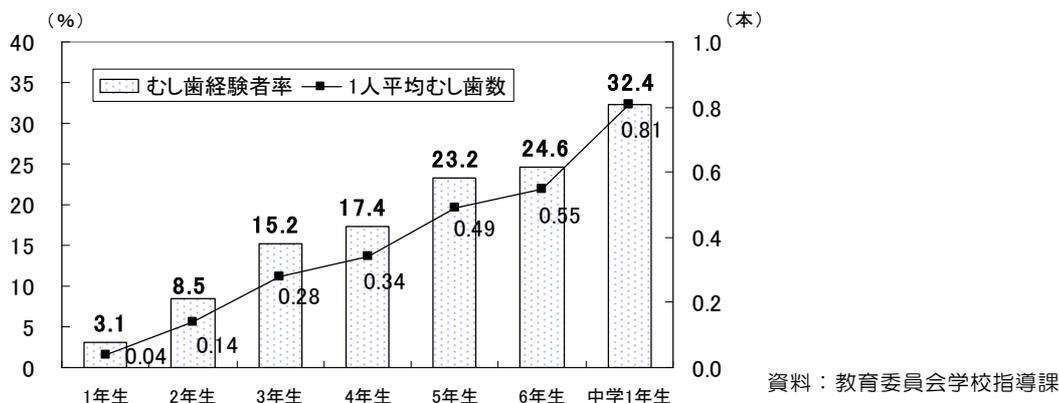
資料：教育委員会学校指導課

(2) むし歯及び歯肉炎の状況

永久歯にむし歯経験がある割合は学年が上がるにつれて増加し、12歳児で32.4%となっています。1人あたりの平均むし歯数は年々減少傾向にあります。

一方、中学生の歯肉炎の割合は、平成21年度から比較して年々増加傾向がみられます。

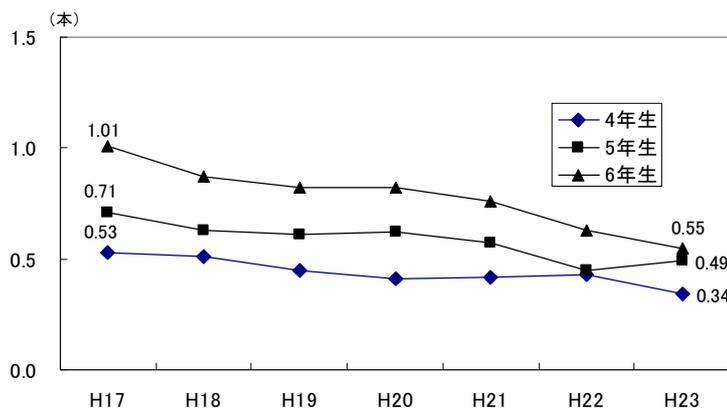
■小学1年生から中学1年生までのむし歯経験者率と1人平均むし歯数（永久歯）



資料：教育委員会学校指導課

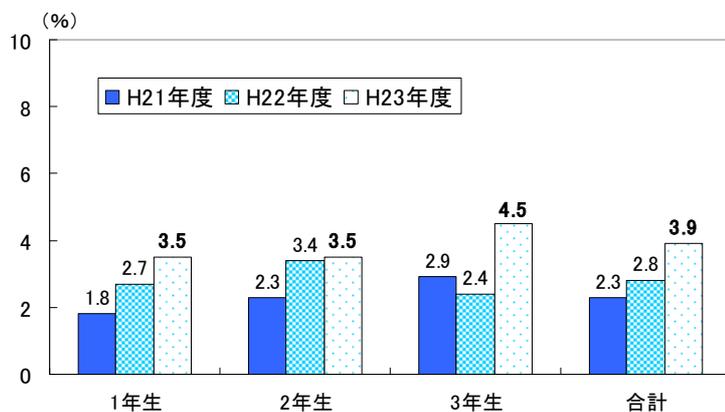


■学年（小学4～6年生）別永久歯の1人平均むし歯数の年次推移



資料：教育委員会学校指導課

■中学生の歯肉炎の割合の年次推移



資料：教育委員会学校指導課



日本歯科医師会 PR キャラクター：よ坊さん

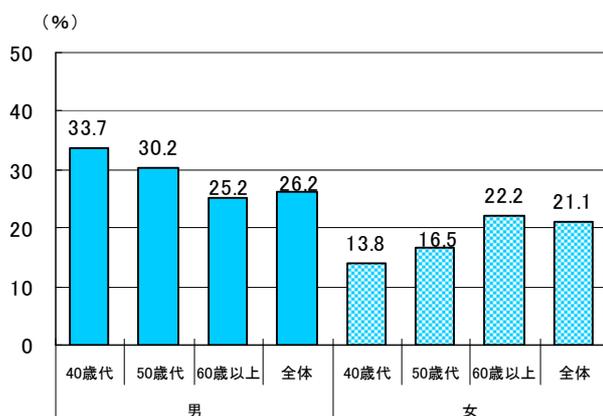


5. 健康診査結果

(1) 肥満者の状況 (BMI ≥ 25)

平成 21 年度の特定健康診査（国保加入者分）の結果をみると、肥満者の割合は 40 歳代の男性が最も高く 33.7%となっています。女性では、60 歳以上が最も高く 22.2%となっています。

■肥満者の男女別割合 (BMI ≥ 25)

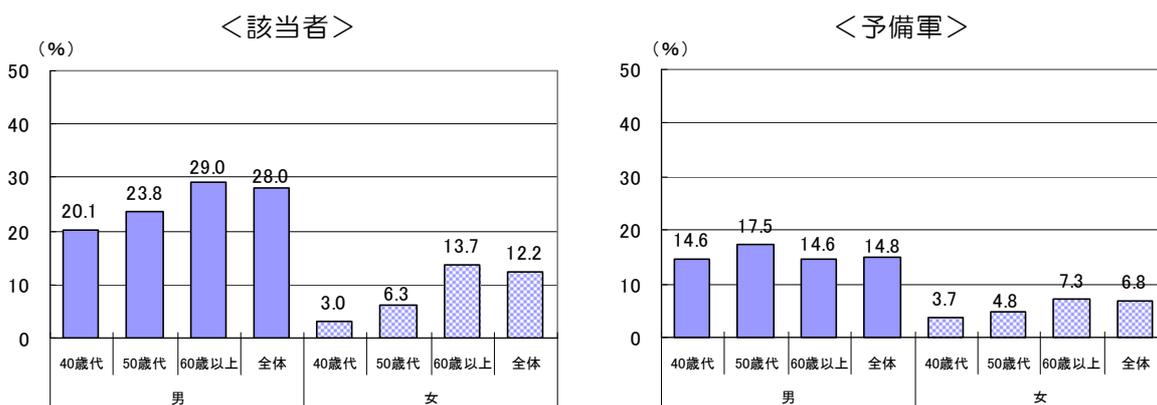


資料：国保年金課

(2) メタボリックシンドロームの該当者及び予備軍

特定健康診査の結果、男性で 28%、女性で 12.2%の人がメタボリックシンドロームの該当者となっています。予備軍とされている方を合わせると、男性で 42.8%、女性で 19%となります。

■メタボリックシンドローム（該当者・予備軍）の男女別割合



資料：国保年金課

用語解説

メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）

内臓脂肪蓄積に加えて、脂質異常・高血圧・高血糖などの動脈硬化危険因子が、同一者に重複して存在する病態をいいます。1つ1つの症状は深刻でなくても、これらの危険因子を3つ以上重複して持つと心筋梗塞などの発症の危険性が、危険因子が全くない人に比べて30倍以上も高くなるとされています。



6. 学校給食

(1) 給食センター

市内4箇所（東部・西部・南部・北部）の学校給食センターと額田地区の各学校で、1日約3万6千食を作っています。

(2) 地場産物の活用

給食のご飯は100%岡崎市産の米を使用するなど、地産地消を推進しています。また、岡崎市産の米や小麦を使った「米粉パン」が献立に採用されています。

■学校給食における青果物の地場産物使用実績（金額ベース）

年 度	岡崎市産	愛知県産	岡崎市産の主な食材
平成 18 年度	6.5%	30.1%	米、なす、太もやし、葉ねぎ、 にんじん、椎茸、巨峰、 味噌（八丁味噌を含む）
平成 19 年度	7.3%	34.0%	
平成 20 年度	7.1%	35.1%	
平成 21 年度	6.0%	32.7%	
平成 22 年度	6.2%	34.6%	

(3) その他

児童生徒に給食への関心と親しみをってもらうため、「リクエストランチ」や「学校給食メニューコンクール」などを行っています。

■学校給食メニューコンクールの最優秀作品

年 度	メニュー名	募集テーマ
平成 21 年度	大根と牛肉のごま炒め煮	冬が旬の野菜を使ったメニュー
平成 22 年度	元気百倍！五色まぜこみごはん	みんながよろこぶごはんメニュー
平成 23 年度	おからカレー風味	大豆だいすきメニュー



大根と牛肉のごま炒め煮



元気百倍！五色まぜこみごはん



おからカレー風味



7. 食育推進ボランティア及び協働事業

地域や学校などからの要望に応じて食育活動を行う「岡崎市食育推進ボランティア」の募集を平成 20 年度から行っており、57 名＋5 団体が登録しています。

(1) ボランティアの活動分野

栄養士、食生活改善推進員、農業関係者などが、それぞれの得意分野を活かし、下記の登録分野で活動を行っています。

- 食生活・栄養（食事バランスガイドの活用、栄養指導など）
- 調理（親子料理教室、子どもクッキングなど）
- 農林漁業（農林漁業体験、家庭菜園教室など）
- 食の安全・安心（食中毒予防、食品の選び方など）
- 食文化（食事作法（マナー）、行事食や郷土料理の紹介など）
- その他

(2) 保健所と連携した食育講座

ボランティアや団体による自主的な活動のほか、市内の保育園・幼稚園や児童育成センターなどで、保健所と連携した出前講座を行っています。

講座の実施にあたり、ボランティア講習会や交流会を行い、ボランティア間の連携強化や情報交換を行なっています。



保育園での食育活動

(3) 協働事業

市民活動団体との協働事業として、料理教室や指導者養成講座などを実施しています。また、市内の高校生、大学生が考案したオリジナル弁当を食育メッセで販売するなど、様々な分野との協働が図られています。

■市民協働事業の実績

年 度	事業名	市民活動団体
平成 19 年度	ワクワク食べもの教室	NPO 食生活岡崎
平成 20 年度	子どもクッキング指導者養成講座	NPO 法人食育推進ネットワーク 岡崎支部
平成 22 年度	子どもクッキング推進事業	
平成 23 年度	子ども・男性クッキング推進事業	



2-2 市民の意識

市民の食育に関する意識について把握するため、市内在住の成人男女（無作為抽出）、関係機関の職員、市内の保育園・幼稚園児、小学校2年生・5年生、中学校2年生、高校2年生と、それぞれの保護者を対象に、アンケート調査（保育園・幼稚園児と小学校2年生は保護者が回答）を行いました。

■調査の概要

	市民アンケート調査	保護者アンケート調査	児童・生徒アンケート調査
調査時期	平成22年10月		
調査対象	①市内在住の成人男女 ②関係機関の職員	岡崎市内の保育・幼稚園児 ～高校2年生の保護者	岡崎市内の小学校5年生・ 中学校2年生・高校2年生
配布数	1,803部	1,747部	1,027部
回収数	1,228部（68.1%）	1,488部（85.2%）	860部（83.7%）
調査方法	①郵送配布・回収 ②直接配布・回収 インターネットで回答	各園・学校で配布・回収	各学校で配布・回収

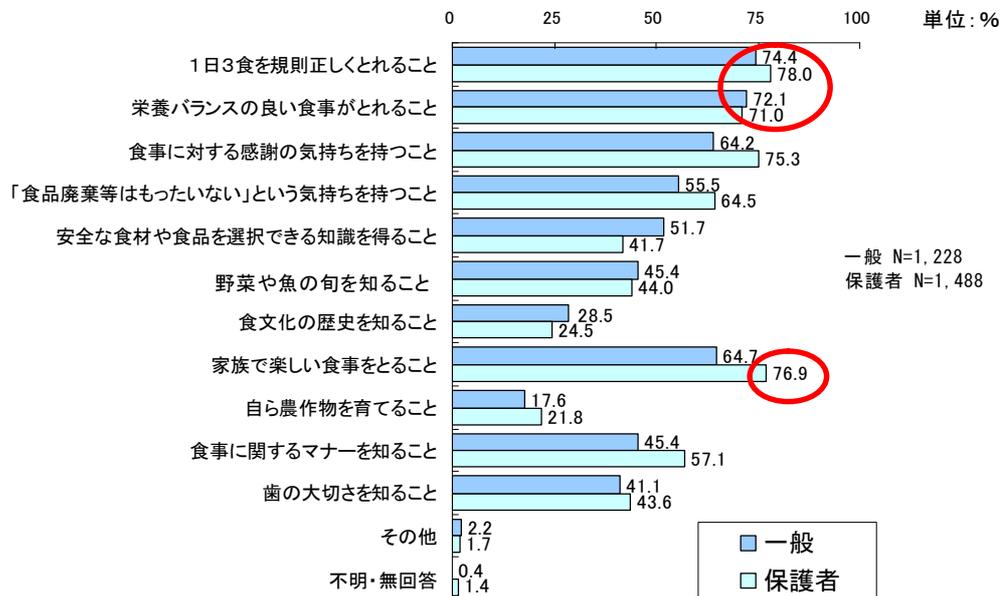
調査内容

- (1) 食育についての認識・関心・取組について
- (2) 食生活について
- (3) 食品の選択について
- (4) 食育の取組について



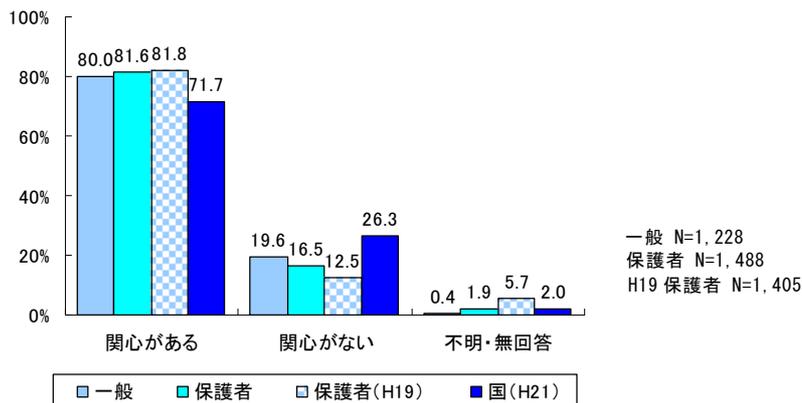
1. 食育についての認識・関心・取組について

▼ どのようなことを身に付けることが「食育」だと思いますか。



- ・保護者では、「1日3食を規則正しくとれること」「家族で楽しい食事をとること」「食事に対する感謝の気持ちを持つこと」の順で高く、食事を取ること自体を楽しみ、感謝して欲しいという気持ちが上位にあります。
- ・一般では「1日3食を規則正しくとれること」「栄養バランスの良い食事がとれること」が高く、体の健康を意識した答えが上位となっています。

▼ 「食育」に関心がありますか。

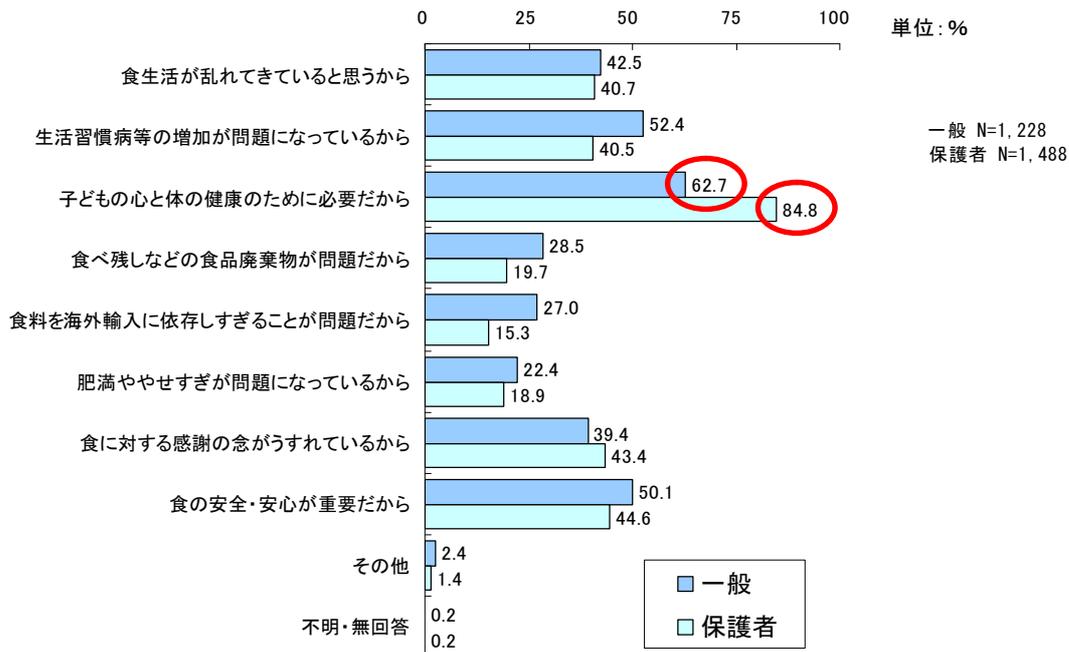


※ 国：内閣府食育推進室『食育の現状と意識に関する調査』（平成21年12月）より

- ・食育への関心は、一般・保護者ともに国の調査と比較して高い傾向にあります。
- ・平成19年度、21年度の調査でも保護者の関心は80%を超えています。岡崎市は「食育」への関心が高く、食育推進に向けた活動はさらに広がっていくことが期待されます。

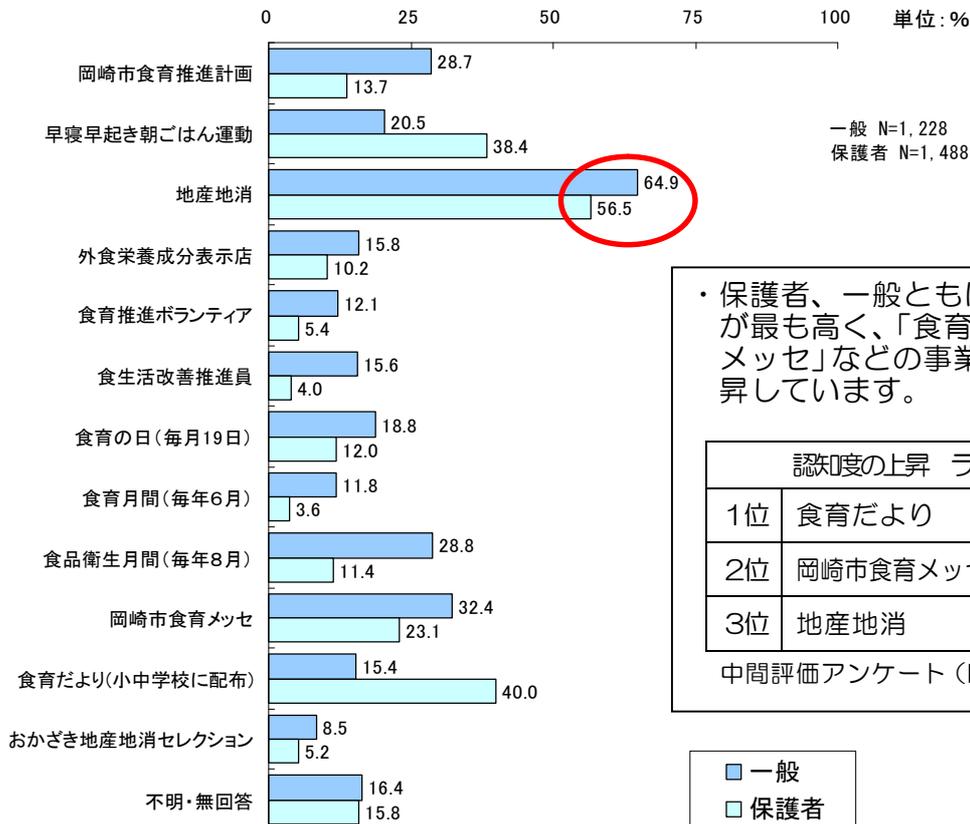


▼ 関心がある理由は何ですか。



・保護者、一般ともに「子どもの心と体の健康のために必要だから」が一番高くなっています。「食育」の推進が子ども中心に向けられている傾向にあり、特に保護者においてその傾向が顕著にみられます。

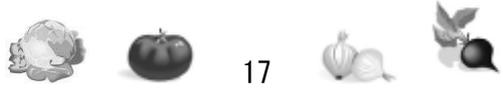
▼ 国・県・市で行っている取組を知っていますか。



・保護者、一般ともに「地産地消」が最も高く、「食育だより」「食育メッセ」などの事業も認知度が上昇しています。

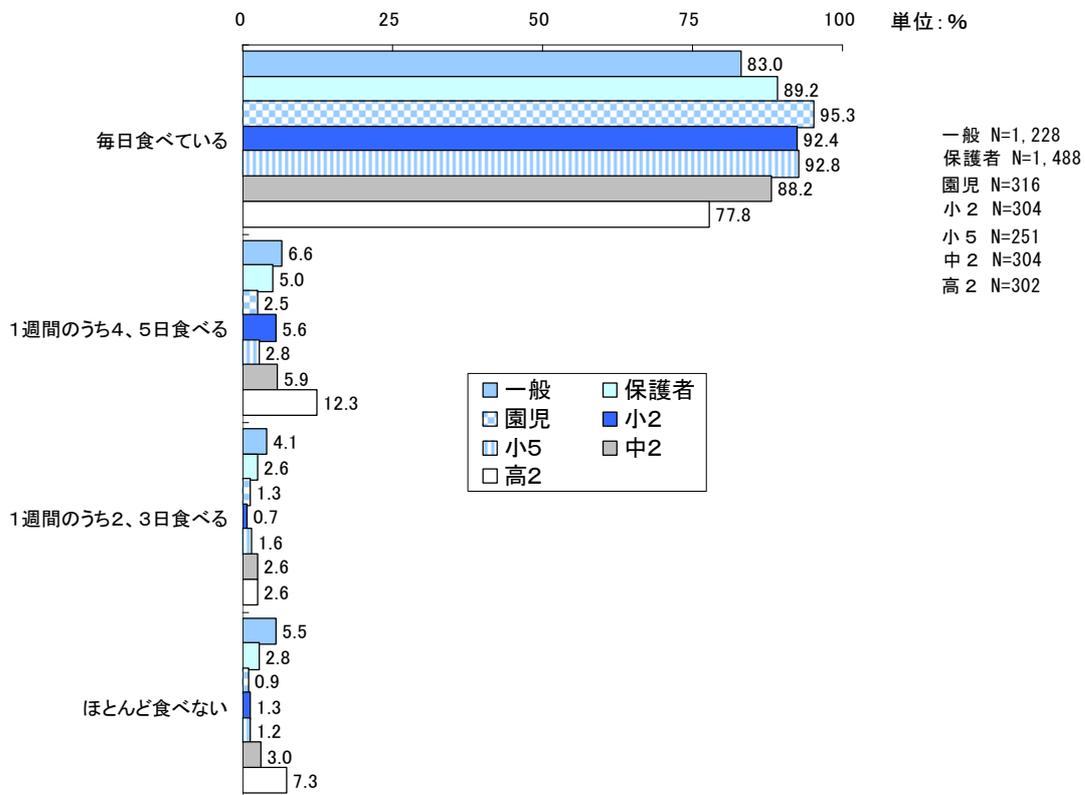
認知度の上昇 ランキング		
1位	食育だより	18.2P
2位	岡崎市食育メッセ	5.5P
3位	地産地消	4.2P

中間評価アンケート(H21)との比較



2. 食生活について

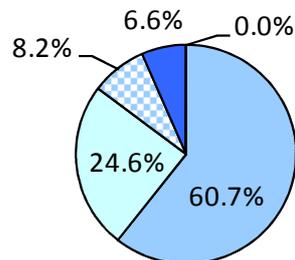
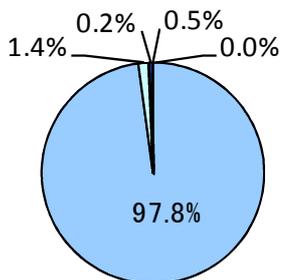
▼ 朝食を食べていますか。



■ 園児・小2の朝食の摂取頻度（「保護者の朝食欠食」×「子どもの朝食欠食」）

< 保護者の欠食なし >

< 保護者の欠食あり >

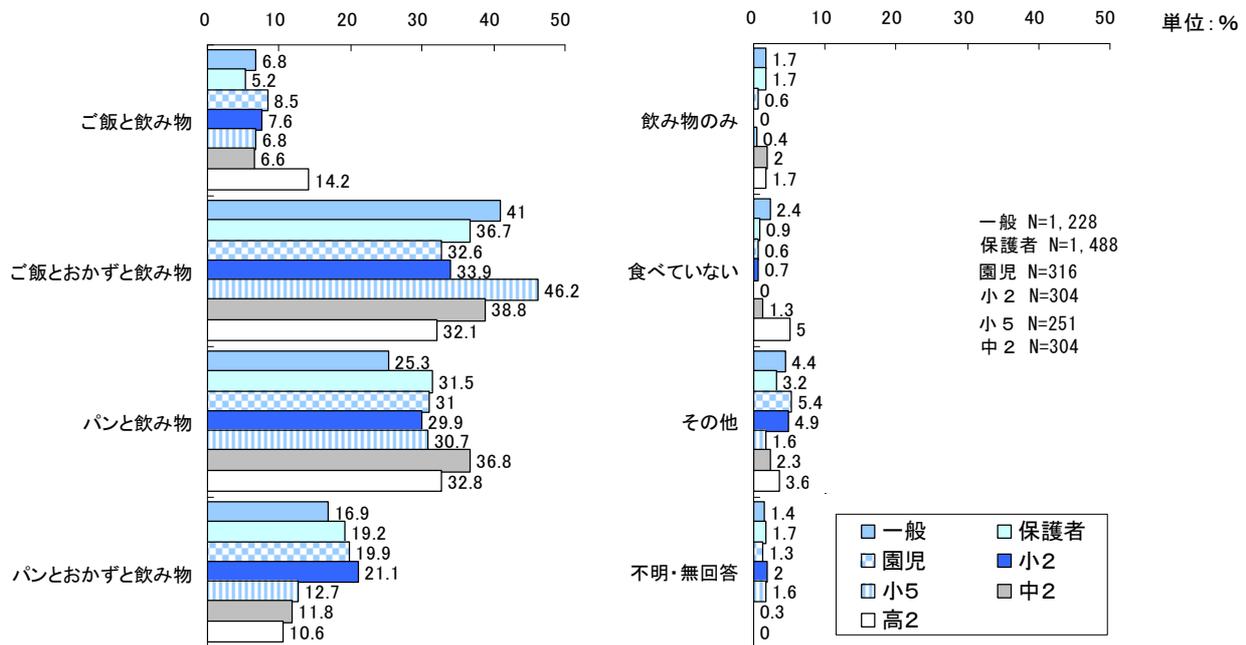


■ 毎日食べている
 ■ 1週間のうち4、5日食べる
 ■ 1週間のうち2、3日食べる
 ■ ほとんど食べない
 ■ 不明・無回答

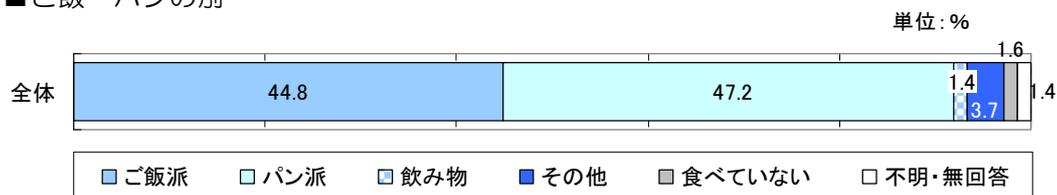
- ・ 朝食を欠食する割合は、園児から高校生にかけて増加していきます。
- ・ 自分で朝食を準備することが難しいと思われる園児、小2では、保護者の食生活が、子どもにも大きく影響しています。



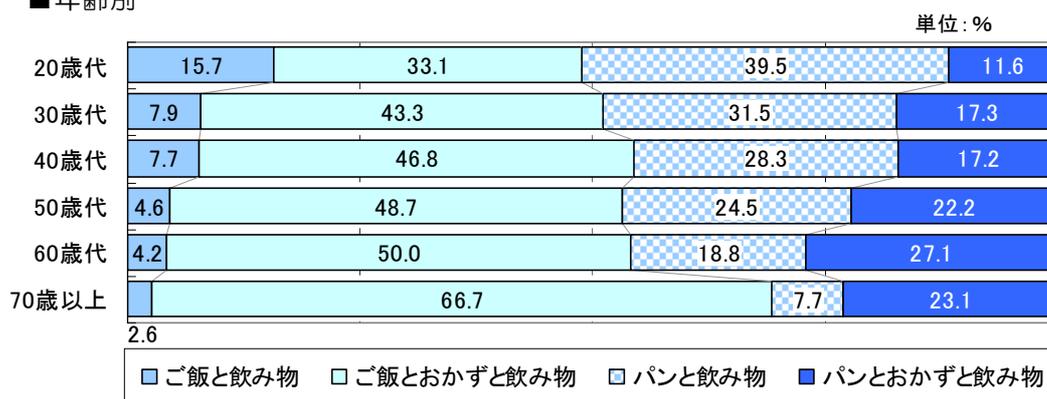
▼ 朝食で主に何を食べていますか。



■ ご飯・パンの別



■ 年齢別

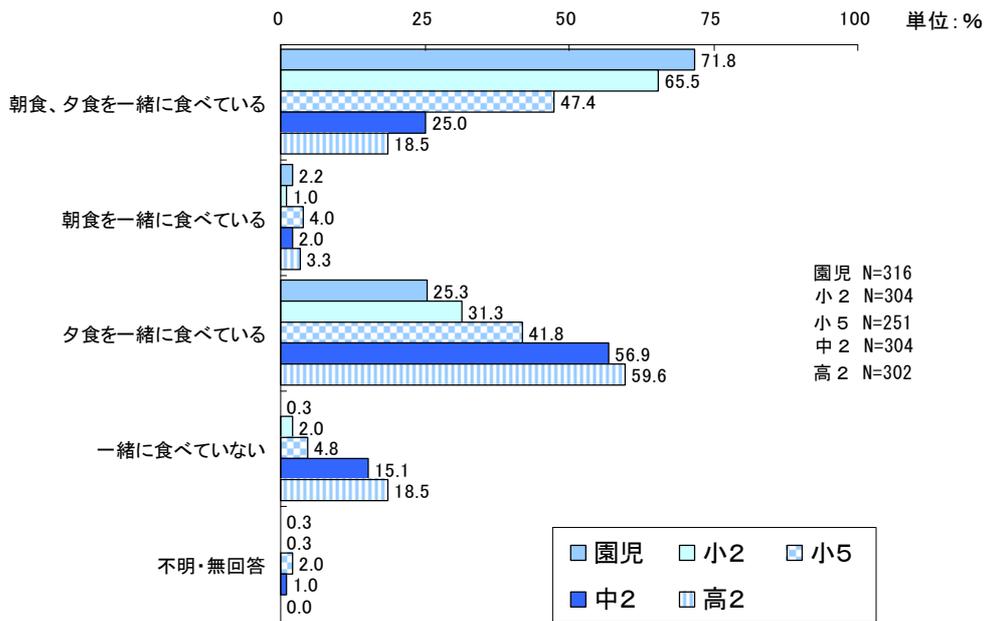


・ ご飯とパンでおよそ9割を占めています。

・ 年代別にみると 20 歳代で、ご飯・パンと飲み物のみと簡素に済ませる傾向があります。60 歳以上ではおかずも食べる割合が高くなっています。



▼ 家族と一緒に食事をしていきますか。



・ 中高生で朝の「孤食」が高くなっており、通学距離の拡大や部活動など、生活スタイルが変化することが要因と考えられます。

食育コラム ～いろいろなコショク～

「孤食」「個食」「固食」「小食」「粉食」「濃食」

これらの言葉は全て、「コショク」と読みますが、意味はそれぞれ異なります。現代の食生活において、いろいろと問題視されている「コショク」の解消には、食事面だけでなく人と人とのコミュニケーションづくりが重要と考えられます。

「孤食」＝ 家族が不在の食卓で、ひとりで食べること

「個食」＝ 家族がそれぞれ自分の好きな物を食べること

「固食」＝ 自分の好きな決まった物しか食べないこと

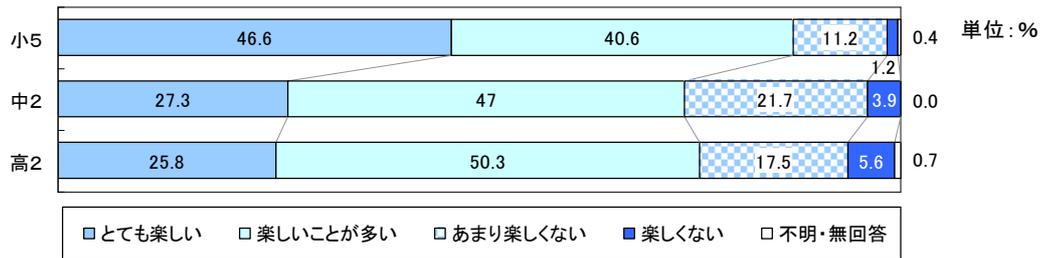
「小食」＝ いつも食欲がなく、食べる量も少ないこと

「粉食」＝ 粉製品を主食として好んで食べること

「濃食」＝ 味の濃い物を好んで食べること

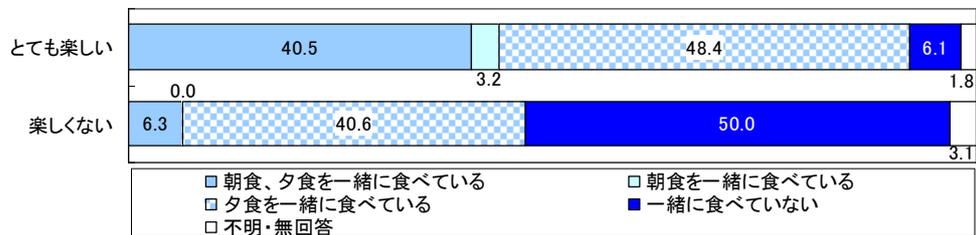


▼ 家での食事の時間は楽しいですか。



■ 食事の楽しさと家族との食事の関係

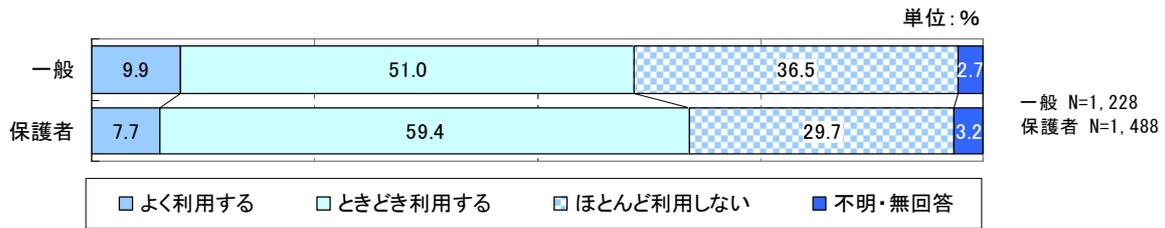
(「家での食事の時間は楽しいですか」×「家族と一緒にご飯を食べていますか」)



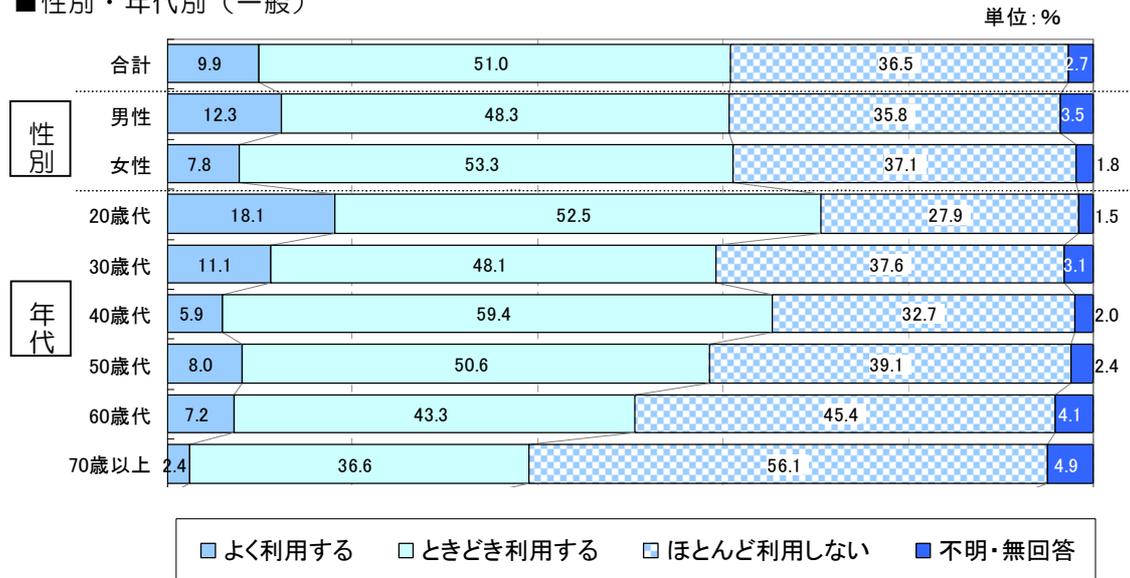
- ・ 家族と一緒に食事をしている人は、とても楽しいと感じており、楽しくないと感じている人の半数は、家族と一緒に食事をしていません。
- ・ 食事の楽しさには、家族そろって食事をするのが大きく関係しています。



▼ 「中食」をどのくらい利用しますか。



■ 性別・年代別（一般）



・時間に追われる現代人にとって、中食の利用は、ごく一般的なこととなり、次の世代である学生の利用状況や食品の調理技術の向上などにより、今後更なる利用が予想されます。

■ 中食を利用する理由・利用しない理由

「中食を利用する理由」		
1位	すぐに食べられて便利だから	77.4%
2位	家庭では調理する時間がないから	39.0%
3位	家庭では作れないメニューがあるから	21.6%



「中食を利用しない理由」		
1位	手作りの料理がよいと思うから	51.8%
2位	自分で調理するより高いから	32.6%
3位	味付けなどが口に合わないから	27.2%

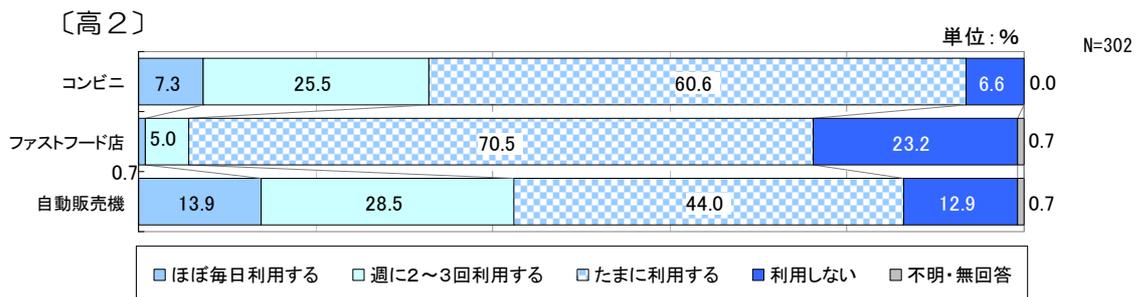
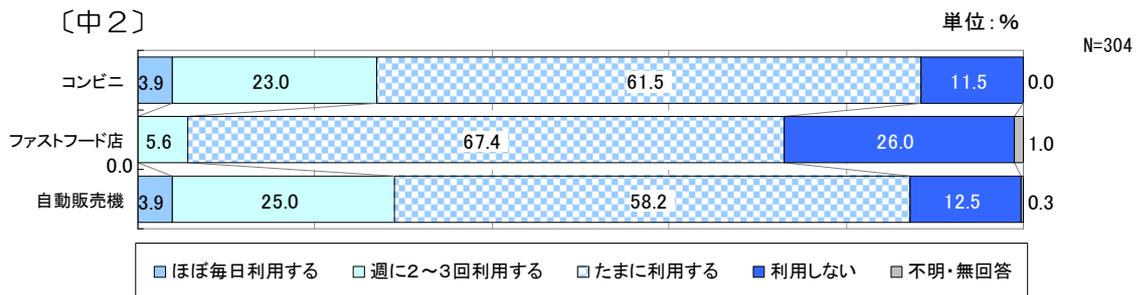
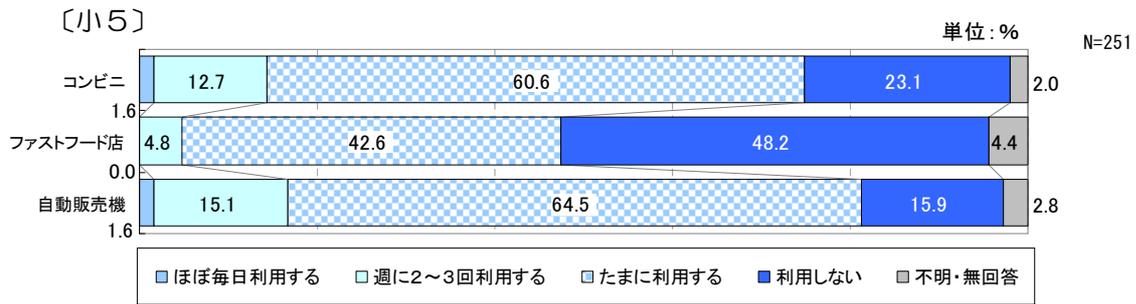
— 用語解説 —

中食（なかしょく）

調理済みで市販されている弁当や惣菜などを家庭で食べる。家庭で調理して食べる「内食（うちしょく・ないしょく）」と店などで食べる「外食」の中間の形態を示す言葉。



▼ 食べ物や飲み物を買うために、コンビニ等をどのくらい利用していますか。

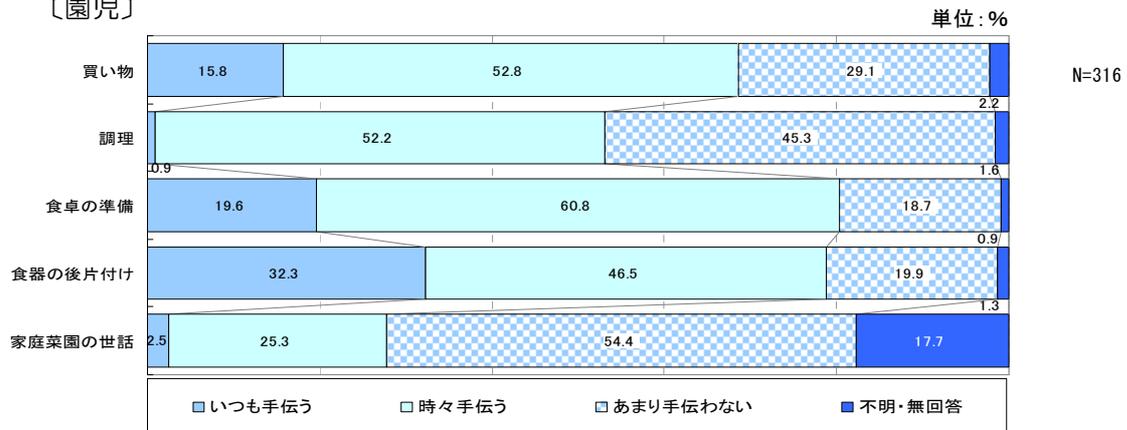


・小学生からすでにコンビニの利用は7割を超え、自分の意思で食べ物を「選び・買い・食べる」という行為が始まっています。高校生ではコンビニの利用率は9割以上となり、日常的なものとなっています。

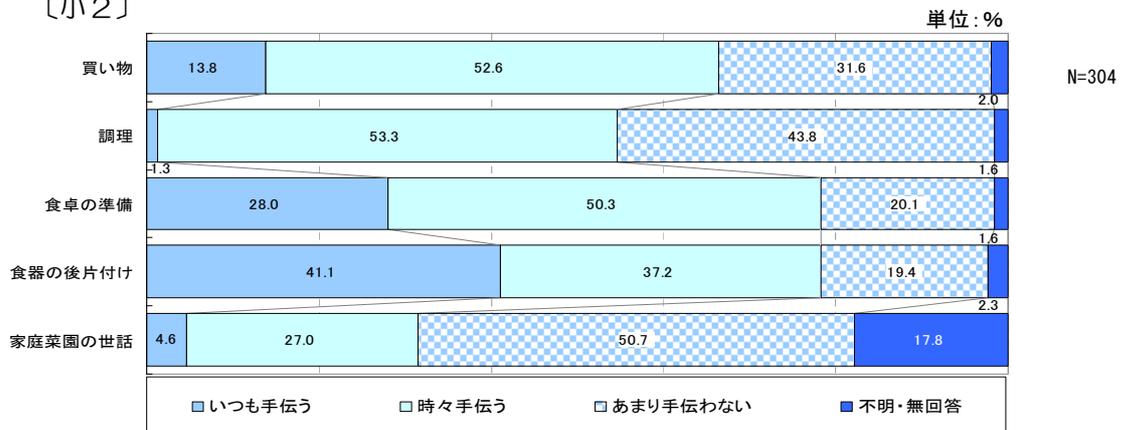


▼ 家でどのようなことを手伝っていますか。

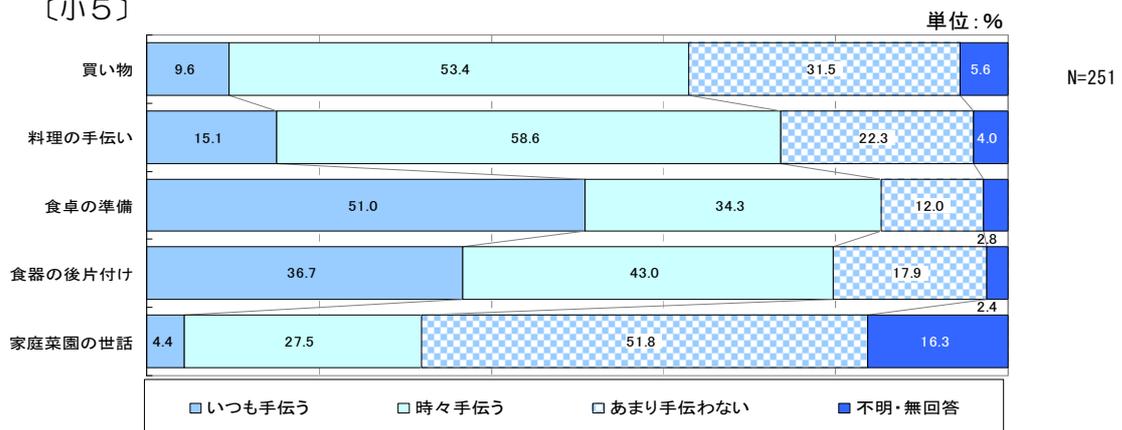
〔園児〕



〔小2〕



〔小5〕

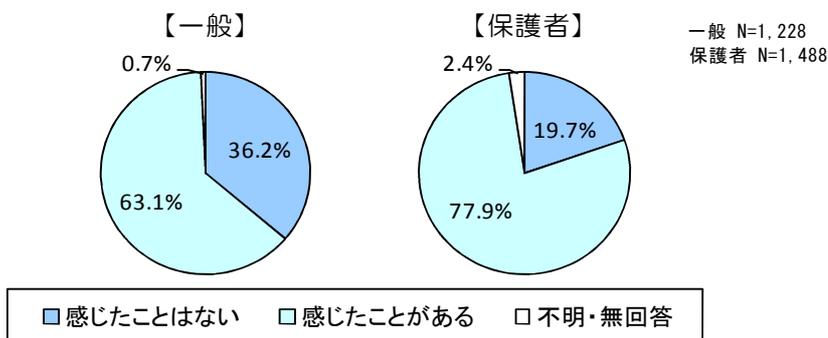


・どの年代も「食卓の準備」と「食後の後片付け」が高くなっています。小学5年生になると料理の手伝いをする割合が高くなっていきますが、家庭菜園の手伝いでは、年齢による違いがあまり見られません。



3. 食品の選択について

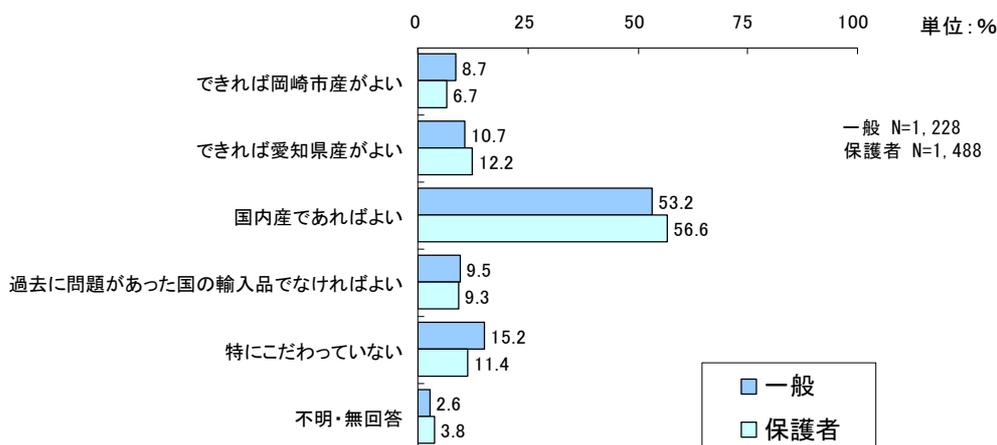
▼ 食品に不安を感じたことはありますか。



■ どのようなことに不安を感じるか

「不安を感じる理由」		
1位	残留農薬、食品添加物などの安全性	70.2%
2位	海外からの輸入に頼っていること（食料自給率が低いこと）	52.9%
3位	産地や期限表示などの偽装	49.9%
4位	食中毒	29.6%
5位	食品に関する問題がメディアなどで大きく取り上げられていること	19.5%

▼ 野菜を購入する際、産地にこだわっていますか。

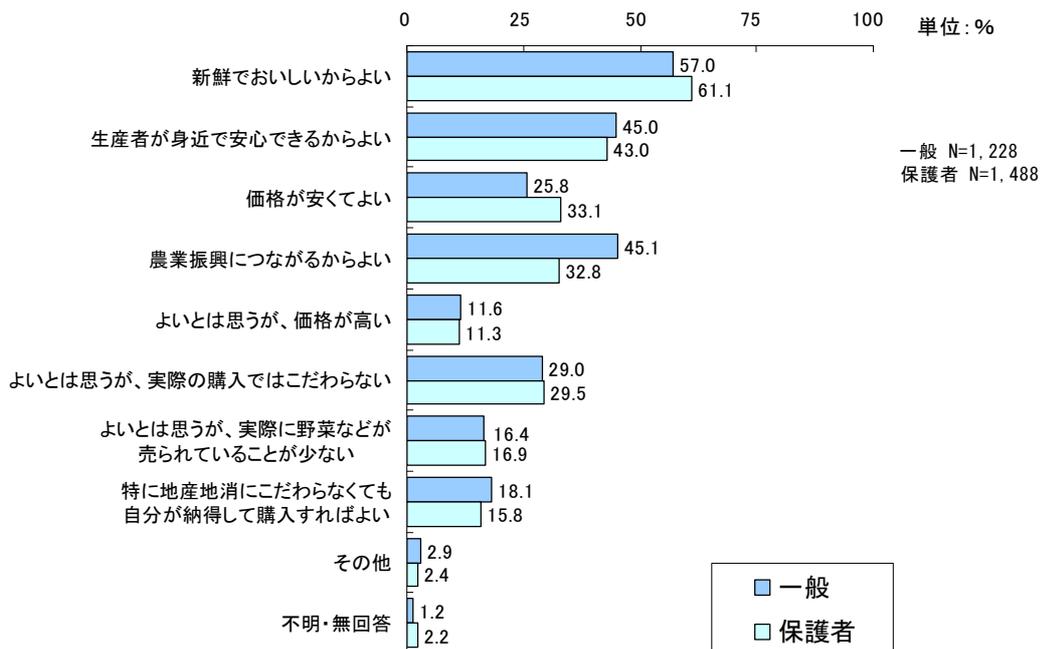


・保護者では、8割近くが食品に不安を感じています。不安を感じる理由では、残留農薬・添加物が1番高くなっていますが、食品の輸入や産地に対して不安をもっている割合が高く、購入意識でも「国内産であればよい」が最も高くなっています。

・地産地消の認知度は高いものの、岡崎市産や愛知県産に対してのこだわりはあまりみられず、実践しようという意識は高くないかたちとなっています。



▼ 地産地消（地元の産物を地元で消費しようという取組）についてどう思いますか。



- ・地産地消の魅力に関する項目が高くなっており、良さについても理解が広がっています。
- ・「よいとは思いますが、実際の購入ではこだわらない」が3割近くあり、実践までには結びついていない面もうかがえます。

食育コラム ～地産地消と食育～

地域で生産されたものを地域で消費することを「地産地消」といいます。

食に対する安全・安心志向の高まりやフードマイレージなどの環境に対する意識の高まりなどを背景に地産地消が注目されています。では、どのようなメリットがあるのでしょうか。

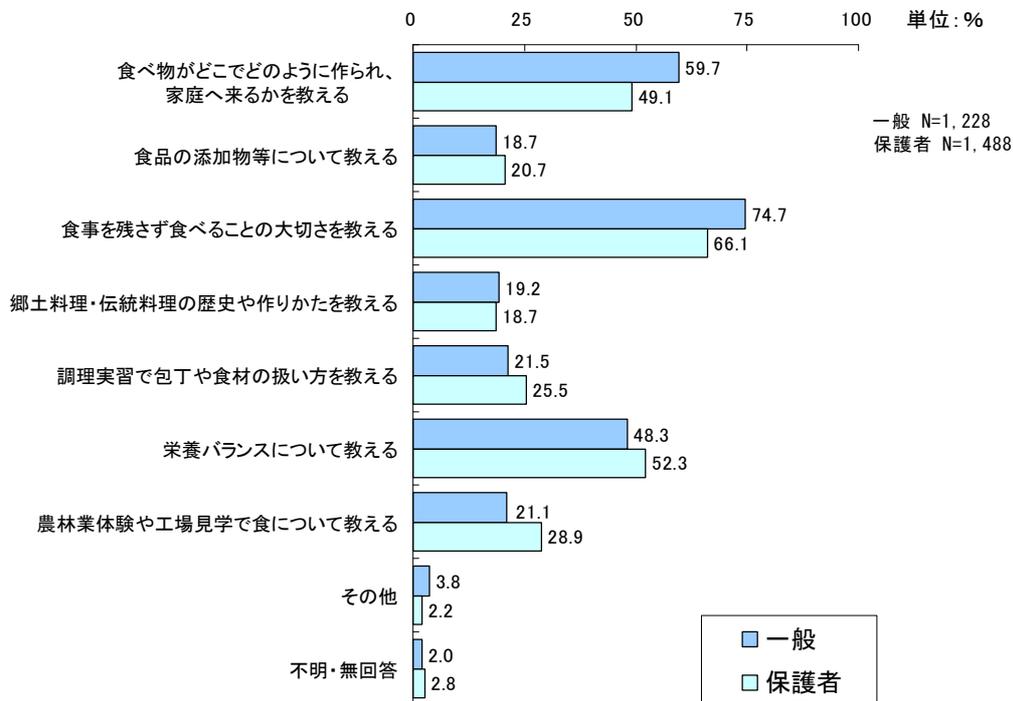
- ① 「新鮮」でおいしく、栄養価の損なわれていない食材を食べることができます。
- ② 生産者の顔が見えるので「安心」できます。
- ③ 農林水産業を身近に感じることで理解が深まります。
- ④ 食材本来の「旬」を知ることができます。
- ⑤ 産直施設などで規格外のものを販売できるため生産者の無駄が減ります。

たくさんの可能性が詰まった地産地消。さっそく実践してみましょう。



4. 食育の取組について

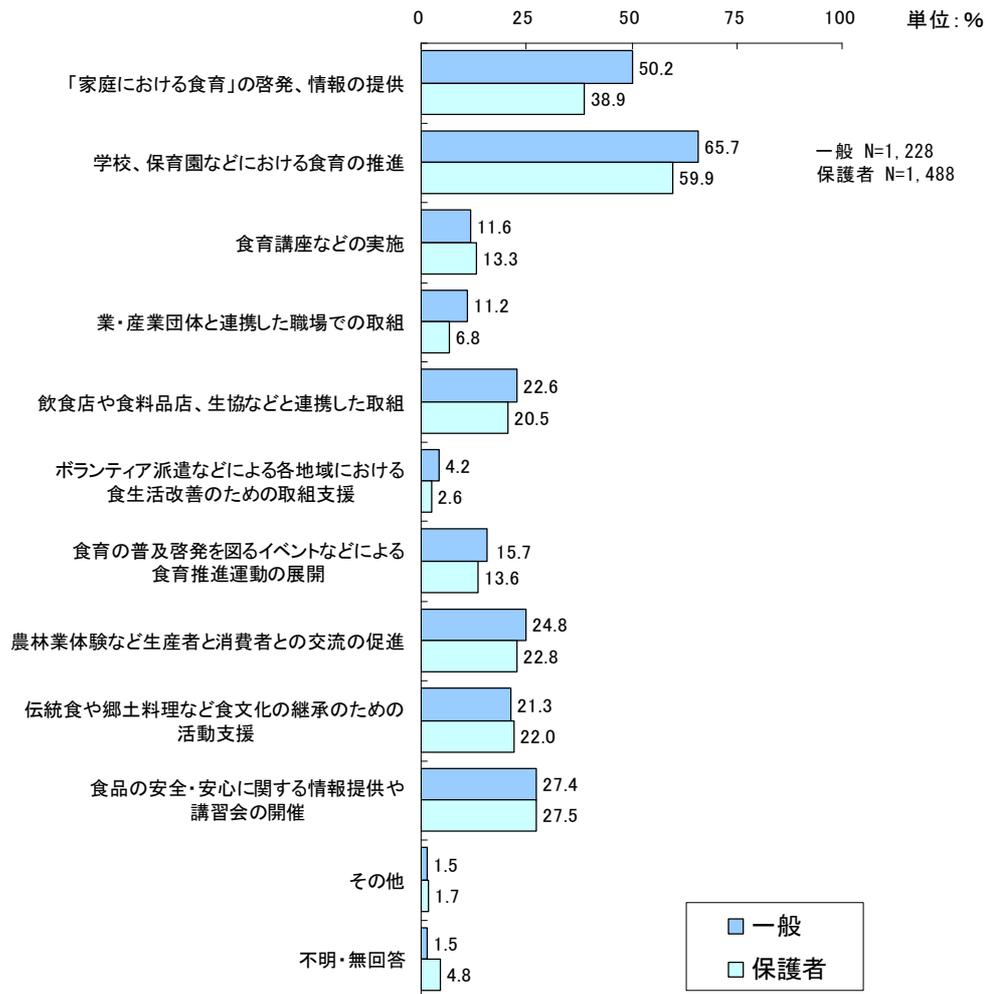
▼ 保育園・幼稚園・学校での「食育」にどのような事を望みますか。



- ・一般・保護者ともに「食事を残さず食べることの大切さを教える」が最も高く、従来家庭で身に付けてきたことを、園や学校での「食育」として望んでいる現状がうかがえます。
- ・園や学校における「食育」の充実を図るとともに、家庭における「食育」とは何なのかを啓発していく必要があります。



▼ 今後、「食育」を行う上で必要と思う支援は何ですか。



・「学校、保育園などにおける食育の推進」が最も高く、現在の「食育」は「外で学習するもの」という認識が高い傾向にあります。保護者においては、「家庭における食育の啓発、情報の提供」が次いで高くなっているが、家庭において食育を行っていくという意識の低下が懸念されます。

・「食育講座などの実施」「食育の普及啓発を図るイベントなどによる食育の推進運動の展開」などが低くなっています。これらの取組をより活発化させ「食育」の重要性や「家庭における食育」の啓発に努めていくことで、学校による「食育」だけではなく、家庭を中心とした「食育」の意識向上につなげていく必要があります。



2-3 取組の評価と課題

前計画の基本目標であった「3食、300グラム、三河の野菜」の実現に向けて、様々な取組を行ってきました。

1. 「毎日3食楽しく食べます」

1日の始まりである朝ごはんを始め、子どもの頃から毎日3食しっかり食べることの大切さについて様々な場で啓発を行い、食事を作る楽しみ、一緒に食べる楽しみを伝えるための親子料理教室なども実施してきました。

また、楽しみながら望ましい食習慣を身に付ける場として、重要な役割を果たしている給食を活用した食育を推進しました。

これまで実施してきた取組

- ・ 食育だより等による朝ごはんの大切さの啓発
- ・ 学校給食メニューコンクールの実施
- ・ 栄養教諭や学校栄養職員による食に関する指導
- ・ 親子料理教室の実施 など

■朝食の欠食頻度の推移

朝食を食べない日がある							
	平成 19 年	平成 22 年	評価		平成 19 年	平成 22 年	評価
一般	—	16.2%	—	保護者	11.6%	10.4%	↑
園児	4.6%	4.7%	→	小2	4.5%	7.6%	↓
小5	7.6%	5.6%	↑	中2	12.5%	11.5%	↑
高2	19.7%	22.2%	↓				

今後の課題

朝食の欠食については改善がみられませんが、子どもの頃から食生活を始めた規則正しい生活習慣を確立していくことはとても重要です。

単独世帯の増加や、生活スタイルの夜型化などを背景に私たちの食生活が大きく変化し、朝食の欠食や間食、夜食など食生活のリズムに乱れがみられます。

家族との食事や、給食を通して、子どもたちが楽しく食べ、食の大切さを学ぶことができるように学校と家庭の連携による取組を進める必要があります。



きちんと朝食を食べることで、下記のような効果があります。

① 脳が目覚める

脳にエネルギーが補給され働きが活発になり、集中力や記憶力がアップします。

② 肥満の防止

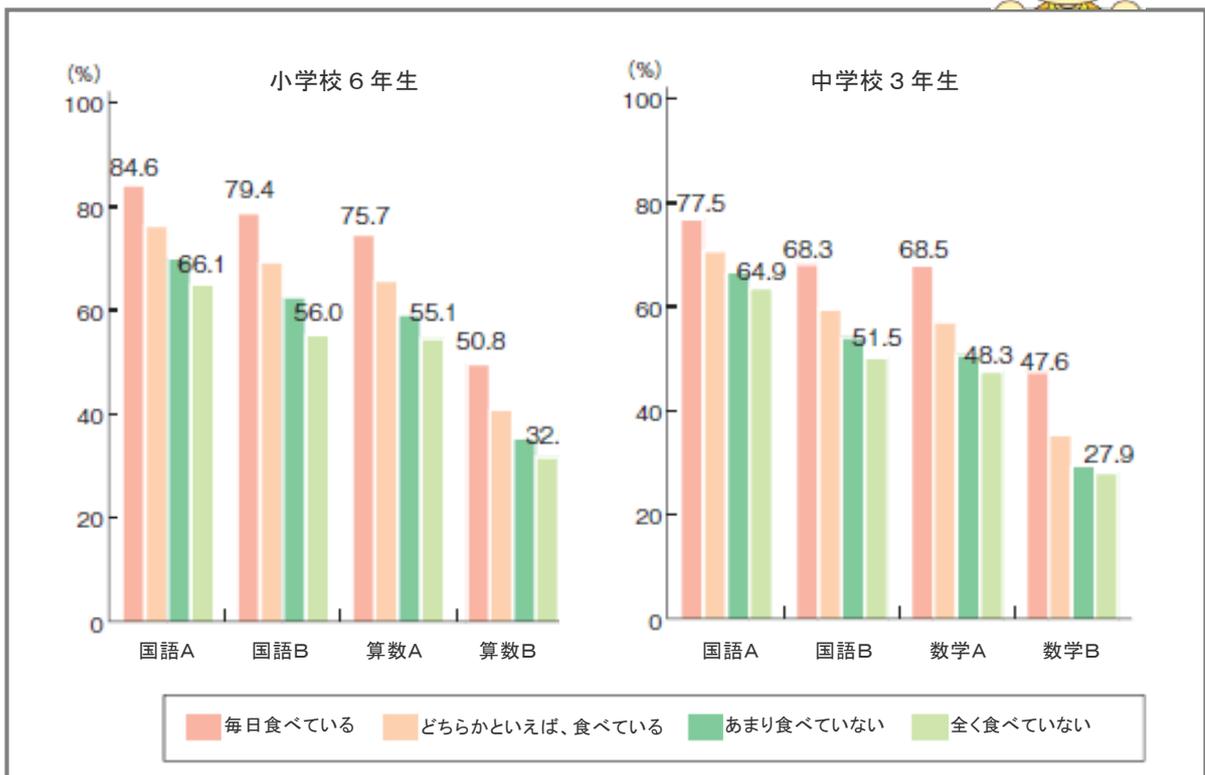
食事の回数が少ない人ほど1回の食事の摂取量が増加し肥満につながります。

③ 代謝を促進する

体温を上げるとともに、腸の動きを活発にして便通を促します。



■朝食の摂取と学力調査の平均回答率との関係



資料：文部科学省「全国学力・学習状況調査」(平成22年度)



2. 「野菜を1日300グラム以上食べます」

市民の1日あたりの野菜摂取量は、218g（平成22年度アンケート結果）となっており、国（健康日本21）の野菜摂取量の目標である350グラムと比較して、大きく不足しています。

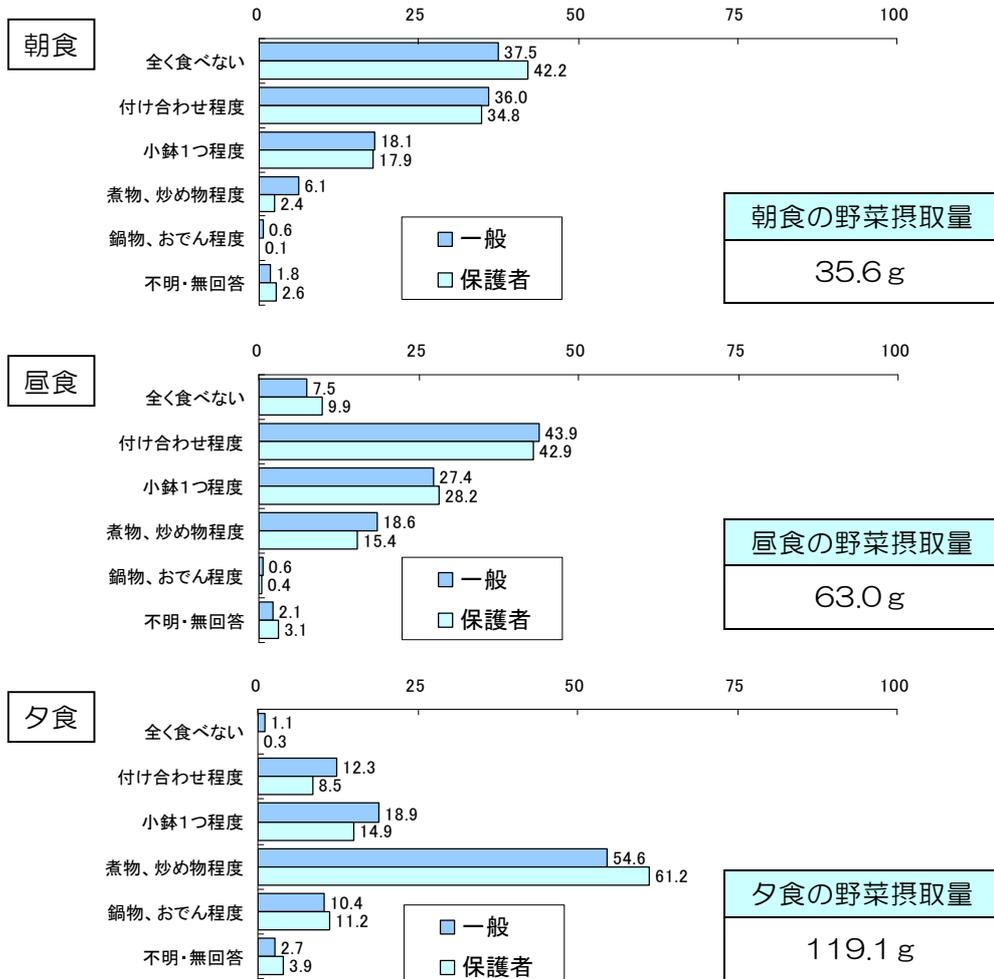
生活習慣病の予防・改善のためにも、3食、無理なく、たくさんの野菜を食べられる食生活が実践できるよう、野菜不足の啓発と手軽に食べられる野菜料理の提案などを行ってきました。

これまで実施してきた取組

- ・ 野菜300グラムの啓発活動
- ・ 野菜料理コンテスト（食育メッセ）
- ・ 各種料理教室 など

■ 1食あたりの野菜摂取量

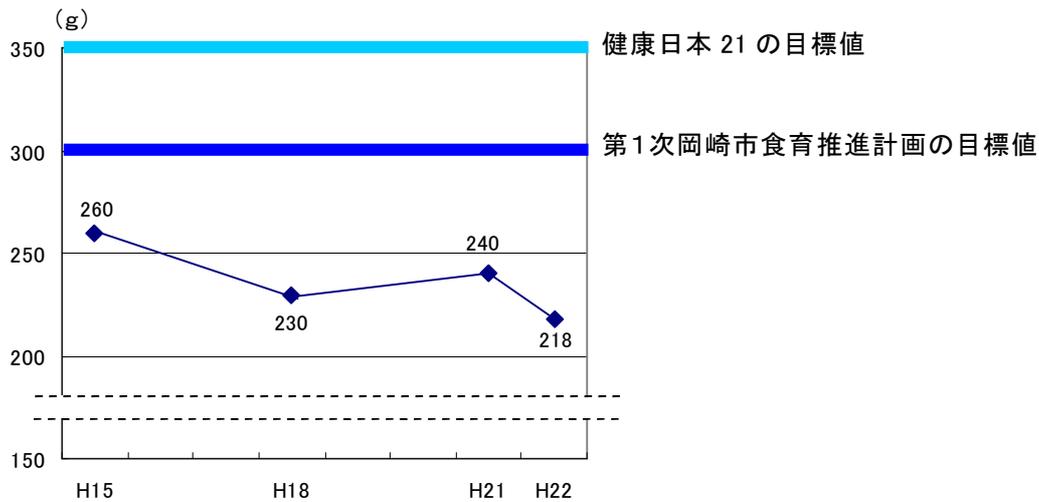
単位：%



野菜の換算			
まったく食べない	—	煮物、炒め物程度	140 g
付け合せ程度	35 g	鍋物、おでん程度	210 g
小鉢一つ程度	70 g		



■ 1日あたり野菜摂取量の推移



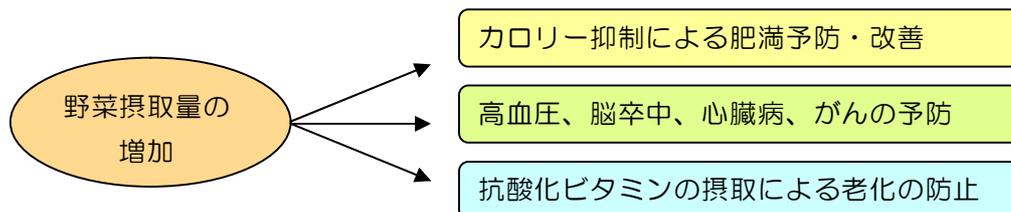
今後の課題

野菜摂取量については改善がみられませんが、約4割の人が朝食に野菜を食べていないという現状から、特に朝食における野菜摂取を重点的に取り組んでいくことが効果的であると予想されます。

食事は生活の基本であり、乳幼児期から高齢期にいたるまで、ライフステージに応じた、バランスの取れた規則正しい食習慣を、身に付けることは、健康な体をつくるためにとても大切です。

生活習慣病の予防、改善に向けた取組として、野菜を多く取り入れた食事への切り替えを図り、痩せすぎや肥満、高血圧やがんなどを予防する、効果的な取組を引き続き進めていくことが必要です。

野菜摂取量の増加による生活習慣病の予防・改善



3. 「三河の野菜をおいしく食べます」

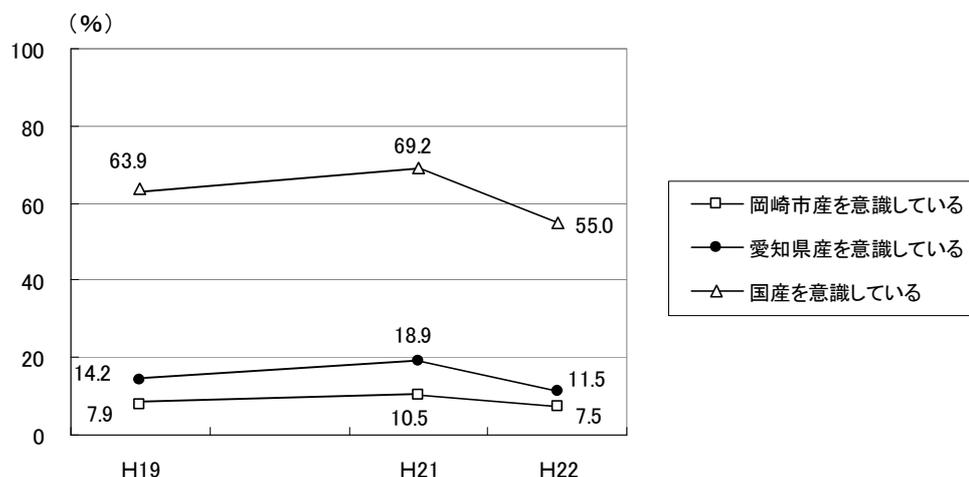
食の安全・安心について消費者のニーズが高まる中、新鮮でおいしく、安全な地元の農産物が市民の食卓に届くよう、地産地消の取組を推進してきました。

また、保育園、幼稚園、学校における農業体験機会の充実のほか、家庭においても野菜の栽培収穫ができるよう、家庭菜園の支援を行いました。

これまで実施してきた取組

- ・ 地産地消の推進（啓発）
- ・ 保育園、幼稚園、学校等による農業体験
- ・ 家庭菜園の支援 など

■ 農産物の購入意識の推移



今後の課題

地産地消の認知度については増加がみられるものの、実際の購入意識にはつながっていません。身近な食べ物の消費や利用を進めることは、食料自給率の向上に寄与するばかりでなく、遠くから運ばれてくる食べ物を使うよりも輸送にかかるエネルギーの節約にもなります。

新鮮で、安全、安心な野菜を消費者が利用できるよう、安全な地場野菜の生産を奨励し、産直施設を充実させるとともに、保育園、幼稚園、学校の給食や職場、地域が連携して地産地消の推進に取り組むことが必要です。

また、子どもの頃から、農業体験や家庭菜園などで野菜作りや地元の野菜を使った料理に親しむ教育を行い、食べ物の旬や素材本来の味について知ってもらうことも、とても大切です。一過性の体験だけではなく、一つの農産物について、栽培、収穫、料理までといった、継続的な体験ができる取組が求められてきます。



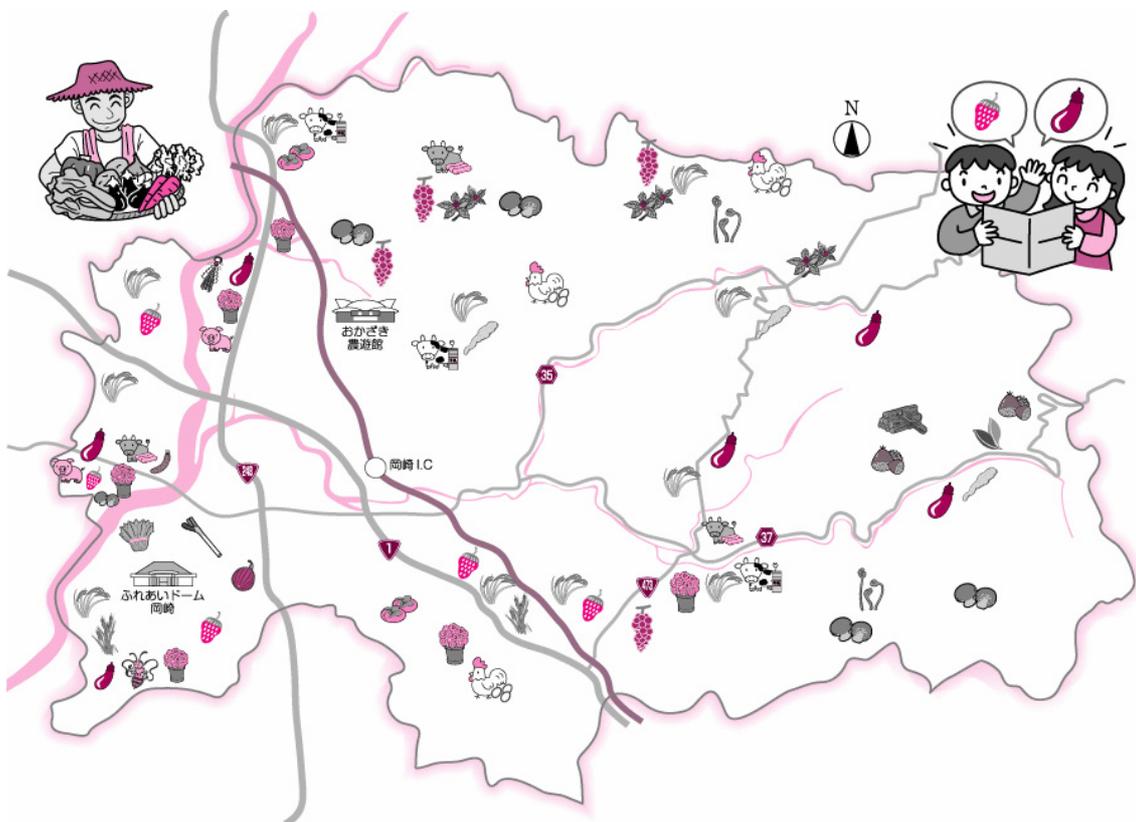
■愛知県産の主な野菜の収穫時期

凡例：○収穫期 ●収穫最盛期

収穫時期・品目	春			夏			秋			冬		
	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月
根菜類	だいこん		○●●●●●●○						○●●●●●●○			
	かぶ			○●●●●●○						○●●●●●○		
	にんじん	○●●		○●●●●●○					○●●●●●○			
	さといも							○●●●●●○				
	ばれいしょ				○●●●●●○							
葉茎菜類	はくさい	○●●●●●○							○●●●●●○			
	キャベツ	●●●●●●○							○●●●●●○			
	ほうれんそう	●●●○	○●●●●○						○●●●●○			
	ねぎ	●●●○				○●●●●○	○●●●●○			○●●●●○		
	たまねぎ		○●●●●○	○●●●●○								
果菜類	なす	●●●●●●○	○●●●●○	○●●●●○	○●●●●○	○●●●●○	○●●●●○	○●●●●○	○●●●●○	○●●●●○	○●●●●○	○●●●●○
	トマト	●●●●●●○	○●●●●○	○●●●●○	○●●●●○	○●●●●○	○●●●●○	○●●●●○	○●●●●○	○●●●●○	○●●●●○	○●●●●○
	きゅうり	●●●●●○	○●●●●○	○●●●●○	○●●●●○	○●●●●○	○●●●●○	○●●●●○	○●●●●○	○●●●●○	○●●●●○	○●●●●○
まめ類等	さやえんどう	●●●●○	○●●●○	○●●●○	○●●●○	○●●●○	○●●●○	○●●●○	○●●●○	○●●●○	○●●●○	○●●●○
	えだまめ			○●●○	○●●○	○●●○	○●●○					
	さやいんげん	○●●○	○●●○	○●●○	○●●○	○●●○	○●●○	○●●○	○●●○	○●●○	○●●○	○●●○
洋菜類	レタス	●●●●○	○●●●○	○●●●○	○●●●○	○●●●○	○●●●○	○●●●○	○●●●○	○●●●○	○●●●○	○●●●○
	ブロッコリー	○●●○		○●●○	○●●○				○●●○	○●●○	○●●○	○●●○

資料：「野菜作型別生育ステージ総覧」（愛知県）

■岡崎市の農産物マップ



4. 基本目標に関する評価と課題

目標事項	H19(策定時)	H22	評価
食育に関心をもっている人	81.8%	80.0%	➡
朝食を欠食する小学生 (ほとんど食べない)	0.7%(小2) 1.1%(小5)	1.3%(小2) 1.2%(小5)	➡
1日あたり野菜摂取量	230g	218g	➡
地元の農産物を意識して購入する人	7.9%(市産) 14.2%(県産)	6.7%(市産) 12.2%(県産)	➡

(平成22年度アンケート調査より)

朝食の欠食児童や野菜の摂取量など、基本目標に掲げた数値に改善はみられません。食育に関心を持っている人は多く、食育に関連する言葉の認知度は上がってきているものの、それぞれ実践まで繋がっていないという結果がでています。

これは国(平成22年12月 内閣府「食育の現状と意識に関する調査」)や県(平成22年10月 県政モニターアンケート「これからの食育推進」)が行った調査でも同様の傾向がみられます。



2-4 主要課題のまとめ

本市の食育に関する現状と課題をまとめると、次のとおりです。

食育に関わる地域資源

- なす・いちご・ぶどうなどの生産量が多い。
- おかざき農遊館、ふれあいドーム岡崎などの農産物直売施設や朝市がある。
- 八丁味噌が食文化として定着しており、郷土料理として煮みそ、味噌田楽、どて煮などがある。
- 食育に関係する大学や市民活動団体があり、ボランティアによる自主活動も行われている。

市民の健康の現状

- 小中学生の肥満者は1割未満。
- 永久歯にむし歯のある児童は減少傾向にある。
- 特定健診の受診者のうち、23%が肥満に該当する。
- メタボリックシンドローム該当者及び予備軍を合わせると29.2%。

食育に関する市民の現状

- 市民の8割以上は食育に関心がある。
- 学年が上がるにつれて朝食を欠食する割合が増加する。
- 学年が上がるにつれて孤食が増加する。
- 保護者の中食の利用や、子どものコンビニの利用が普及してきた。
- 野菜摂取量が少なく、朝食に野菜を食べない人が多い。
- 食品の選択について、「産地」表示への意識は高いものの、実際の購入には繋がっていない。
- 保護者の8割近くが食品の安全性について、不安を感じている。
- 家庭における食育の啓発・支援と、学校・保育園等における食育の推進が特に求められている。

各課の取組

- 食育に関連して各課で様々な取組が行われている。



食育に関わる課題

1. 岡崎らしい食文化の継承・育成

八丁味噌と味噌料理の食文化が受け継がれています。
食育の推進にあたっては、これらの産業や文化を活かし、岡崎らしい食文化を継承・育成することが必要です。

2. 食への関心と正しい食生活

子どもの時から、料理や農林漁業の体験を通して食への関心や理解を深め、食の大切さを学ぶことが重要です。また、偏食や食べ過ぎを防ぎ、健康な体をつくるためには、規則正しい食習慣を身に付けることが大切です。

3. 生活習慣病の予防・改善

健康づくりの観点から、特に野菜不足が懸念されています。生活習慣病、なかでもメタボリックシンドロームの予防・改善は、QOL（生活の質）の向上にもつながるため、重点的に取り組む必要があります。

4. 安全・安心な食の確保

農産物の直売施設や朝市があり、比較的容易に地場産物を入手できる環境の中、安全・安心な食の確保のため、地産地消などの一層の取組が求められています。

また、食の安全性に関する正しい知識についての普及・啓発が必要です。

5. 総合的な食育推進体制の構築

保育園、幼稚園、学校、職場、飲食店や小売店、農家、食品製造業、大学、市民活動団体など、食育に関して様々な取組が行われています。また、市内においても様々な課で食育に関する取組が行われています。

これらの食育に関する取組に横のつながりを持たせ、各主体が連携・協働し、総合的に食育を推進する体制づくりが必要です。

《周知から実践》

一人ひとりが食育の大切さを理解して、日常生活の中で自らが具体的に実践に取り組むことが重要です。また、生涯にわたり実践を続けていくことが必要です。

