

## 第4章 施策の展開

### 4-1 食と環境

身近な食べ物の消費や利用を進めることは、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を節約できます。また、食べ残しや消費期限・賞味期限切れなどによる食品の廃棄（食品ロス）が、家庭や食品関連事業者から大量に発生していることも問題の一つです。

地元の農産物への関心を高めるとともに、日本人が古くから大切にしてきた「もったいない」意識の浸透を図り、身近なことから実践できる食品廃棄物を減らす工夫などの情報発信をします。

#### 重点事項

- ① 地産地消の推進を図る
- ② 食品ロスを減らすための様々な媒体を通じた提案を行う

#### 数値目標

##### 地元の農産物を意識して購入している人の割合

岡崎市産	7.6%	⇒	15%以上
愛知県産	11.5%	⇒	20%以上

#### 食育コラム ～食品廃棄物～

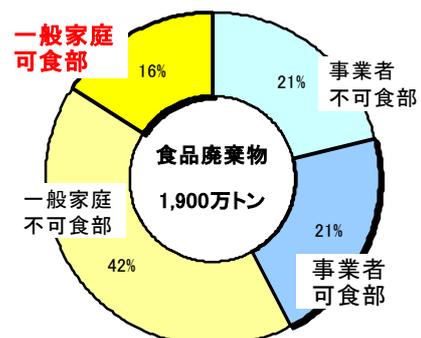
日本では1年間でおよそ1900万トンの食べ物が捨てられていて、そのうち500万～900万トンが、まだ食べられる食品といわれています。

家庭の冷蔵庫で消費期限・賞味期限が切れて捨ててしまうことや、外食に出かけたとき、食べきれないほど注文して残してしまうなんてことはないですか。

なかには肥料や燃料として再利用されているものもありますが、食べ物をゴミとして捨ててしまうのはもったいないことです。私たち一人ひとりが、食べ物を捨てずにすむ工夫をする必要があります。

世界には栄養不足に苦しんでいる人が多いことも忘れないでください。

■食品廃棄物の状況



農林水産省統計より



## 「食と環境」に関する事業

### 岡崎市の関連事業

- 地産地消の推進  
〔環境総務課 農務課〕
- 地元農産物のPR  
〔農務課 JAあいち三河〕
- 環境保全型農業の振興支援  
〔農務課〕
- 菜の花プロジェクトの実施  
〔JAあいち三河女性部〕
- 学校給食への市内産米を使った米粉パン等の提供  
〔県学校給食会〕
- 学校給食における地場産物の活用  
〔教育委員会事務局総務課（学校給食センター）〕
- おかざき地産地消セレクション・おかざきファーマーズマーケット  
地産地消商談会  
〔岡崎商工会議所〕
- ごみ（食品廃棄）の減量  
〔ごみ対策課 環境総務課〕
- 地球温暖化等環境に配慮した調理法の指導（エコクッキング）  
〔環境総務課 地球温暖化防止隊〕

### 食育推進事業

- 地元の農産物への関心と  
購入意識の向上
- 「もったいない」意識の浸透
- 給食への地場産物の活用



ぶどうフェア



エコクッキング教室



## 4-2 食と農

食に関する知識や関心が高まる一方、消費者の嗜好の多様化や流通の発展などにより生産者と消費者の距離が拡大し、農産物の生産や旬を身近に感じる機会が少なくなっています。

食とそれを生み出す「農」について体験し学ぶことで、食に対する感謝の気持ちを育み、食べ物の旬や素材本来の味を知ることができます。家庭菜園や市民農園、学校農園などで農業体験機会の充実を図るとともに、生産者と消費者の交流を図ります。

### 重点事項

- ① 栽培から収穫まで年間を通して継続的な農業体験機会の充実を図る
- ② 生産者と連携して、消費者・生産者の相互交流を図る

### 数値目標

#### 家で家庭菜園の手伝いをしている児童

小学校2年生	31.6%	⇒	40%以上
5年生	31.9%	⇒	40%以上

### 食育コラム ～野菜の食べている部分～

いつも食べている野菜は、それぞれどこを食べているか知っていますか。野菜は、「根」「茎」「葉」「花」「実」からできていますが、食べる部分はそれぞれに違ってきます。

キャベツやダイコンのように、どこを食べているのかわかりやすいものもありますが、見た目だけで分かりにくいものもあります。例えば、同じイモでも、ジャガイモは茎、サツマイモは根を食べています。

今日食べた野菜がどの部分なのか見てみましょう。

食べている部分	野菜
根	ダイコン、ゴボウ、ニンジン、カブ、サツマイモ(※)など
茎	レンコン、タケノコ、アスパラガス、ジャガイモ(※)など
葉	キャベツ、レタス、ホウレンソウ、ネギなど
花(つぼみ)	ブロッコリー、カリフラワーなど
実	トマト、カボチャ、キュウリ、ナスなど
種	グリーンピース(※)、インゲンマメ(※)、スイートコーンなど



※日本食品標準成分表では、サツマイモ、ジャガイモは「いも類」、グリーンピース、インゲンマメは「豆類」に分類されています。



## 「食と農」に関する事業

### 岡崎市の関連事業

- 家庭菜園の支援  
〔農務課 生活衛生課〕
- 市民農園等の農業体験機会の充実  
〔農務課〕
- 保育園・幼稚園における食育の推進（栽培・収穫体験）  
〔保育課 私立幼稚園連盟岡崎支部〕
- 食に関する指導（栽培・収穫体験）  
〔学校指導課〕
- 米作り体験教室  
〔JAあいち三河〕
- 産直施設の活用  
〔農務課 JAあいち三河〕
- 遊休農地の再生利用（農業振興・農業体験）  
〔農務課〕

### 食育推進事業

- 家庭、園、学校等における農業体験機会の充実
- 生産者と消費者の交流促進



ぶどう栽培体験（袋がけ）



## 4-3 食と健康

健康な体をつくるためには、3食きちんと食事をとることが必要です。健康志向が高まる一方で、食生活を取り巻く環境の変化に伴い、生活習慣病の増加や朝食欠食率の増加、過度のダイエット志向なども問題となっています。また、健康な歯は楽しく食べるためには大切なことであり、よく噛むことは、肥満の防止、脳の活性化など健康な体をつくることにもつながります。

子どもの頃から正しい食習慣を身に付けられるよう、「早寝・早起き・朝ごはん」や栄養バランスよく食べることの大切さを伝えていきます。

### 重点事項

- ① 児童・生徒の朝食の欠食を無くす
- ② 栄養バランスのよい食事と積極的な野菜摂取により、生活習慣病の予防・改善を図る

### 数値目標

#### 朝食を食べないことがある児童の割合

園児（4歳児）	4.7%	⇒	2.0% 以下
小学校2年生	7.6%	⇒	2.0% 以下
5年生	5.6%	⇒	2.0% 以下
中学校2年生	11.5%	⇒	5.0% 以下
高校2年生	22.2%	⇒	10.0% 以下

#### 朝食に野菜を食べている人の割合

58.6% ⇒ 70% 以上



## 「食と健康」に関する事業

### 岡崎市の関連事業

- 栄養健康教育  
〔健康増進課〕
- 早寝・早起き・朝ごはんの推進  
〔学校指導課 保育課〕
- いのちの教育アクションプランの推進  
〔PTA連絡協議会〕
  
- 健康おかざき 21 計画の推進  
食事バランスガイドの普及啓発  
外食栄養成分表示店定着促進  
〔健康増進課〕
- 特定健康診査  
生活習慣病予防の栄養指導  
生活習慣病予防に関する講話  
〔国保年金課〕
- 栄養食事指導  
〔市民病院栄養管理室〕
- 介護予防事業（栄養改善）  
〔長寿課〕
- 健康・栄養講演会、栄養ステーション  
〔栄養士会〕
- 食生活改善ボランティア活動  
〔食生活改善協議会〕
- 歯科健康診査  
〔歯科医師会〕

### 食育推進事業

- 朝食の欠食なし
- 正しい食生活による  
生活習慣病の予防・改善
- やせ・肥満の減少



朝野菜キャンペーン（食育月間）



## 4-4 食とコミュニケーション

ライフスタイルの変化や食の外部化などにより、一人で食事をする「孤食」が問題となっています。食事は単に空腹を満たすだけではありません。日々当たり前に食事ができることに感謝し、家族や親しい友人と楽しく会話をしながら食卓を囲めば、心と体を満たすことができます。社会環境の変化により価値観が多様化する中、食を通じたコミュニケーションを図ることができるよう、ライフスタイルや年代に応じた情報提供や取組を推進します。

また、食の大切さや食事作法（マナー）、行事食、郷土料理を学んだり、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取組を推進します。

### 重点事項

- ① 食事ができることに感謝し、家族や友人と食事を楽しむことの大切さを伝える
- ② 栄養教諭と連携した学校給食における食育の推進を図る

### 数値目標

#### 食事の時間を楽しんでいる児童の割合

小学校5年生	87.2%	⇒	90%以上
中学校2年生	74.3%	⇒	80%以上



### 用語解説

#### 食の外部化

女性の社会進出や単身世帯の増加、高齢化の進行、生活スタイルの多様化等を背景に、家庭内で行われていた調理や食事を家庭外に依存している状況のこと。これに伴い、調理食品や惣菜、弁当といった「中食」の利用が増加している。



## 「食とコミュニケーション」に関する事業

### 岡崎市の関連事業

- 男女共同参画の推進  
生涯学習事業（料理教室）  
〔文化活動推進課〕

### 食育推進事業

- 「孤食」の減少
  - 食事の時間を楽しいと感じる人の増加
- 保育園・幼稚園の給食における食育の推進  
〔保育課〕
  - 学校給食における食育の推進、栄養教諭・学校栄養職員による食育指導  
〔教育委員会事務局総務課（学校給食センター） 学校指導課〕
  - 学校給食メニューコンクール  
〔教育委員会事務局総務課（学校給食センター） 生活衛生課〕
  - ふれあいサロン  
〔岡崎女子短期大学〕

### 食育コラム ～おいしいことば～

「もぐもぐ」「ホクホク」「モチモチ」「シャキシヤキ」・・・  
楽しい食事風景やおいしい料理が目に見えます。

私たちは、「おいしい」という言葉以外にも、食べたときの歯ごたえや舌ざわり、見た目など、食感を表す言葉をたくさん使っています。また、単に「辛い、苦い、甘い、酸っぱい」という表現だけでなく、「ピリッと辛い」や「塩辛い」、「苦味が利いている」「甘酸っぱい」など、どんな味かを具体的に表す言葉もたくさんあります。



このような、味や食感を表す言葉が豊富なのは、日本語の特徴のようです。その理由には、パリパリ、ポリポリといった音を表す「擬音語」や、モチモチ、あっさりといった様子を表す「擬態語」が日本語に多いことや、日本人が味わいや食感に敏感だからといわれています。

今日のごはんはどんな言葉で表現できますか。おいしい言葉とともに、毎日の食事を楽しんでみましょう。



## 4-5 食文化

これまで日常の中で受け継がれてきた、箸の持ち方などの基本的な食事作法（マナー）や、地域において継承されてきた特色ある伝統食や行事食などの食文化への意識が希薄になってきています。

箸を正しく持つことは食事作法（マナー）の基本であり、食べ物を上手に器から運び、正しい姿勢で食べることにも繋がります。箸の使い始めに正しく身に付けることができるよう、学習機会の増加を図ります。

給食メニューに行事食などの伝統的な料理を取り入れるなど、食文化を学び触れる機会を増やすとともに、岡崎市の食文化を活かした、現代の食生活に合ったメニューの提案などを行っていきます。

### 重点事項

- ① 箸の使い方やお膳立て等の食事作法（マナー）を伝える
- ② 伝統食や郷土料理を通して地域の食文化を継承する

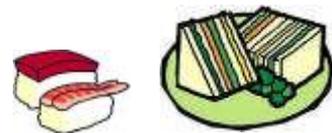
### 数値目標

行事食・郷土料理の体験学習を取り入れている園の数

保育園 現状値なし ⇒ 35園以上（市立保育園数以上）

### 食育コラム ～箸を使って食べる国～

日本ではほとんどの料理を箸で食べていますが、中には、寿司やおにぎり、サンドイッチやハンバーガーといった、手づかみで食べているものもあります。



世界中を見てみると、実は手づかみの国の方が多く、世界の人口の約4割は手づかみで食べているといわれています。手づかみ、ナイフとフォーク、箸と、大きく3つの食事スタイルがありますが、中国や韓国などでは箸とさじを使っていて、箸だけを使って食べるのは日本だけです。

日本の箸はそれだけで、つまむ、はさむ、切る、ほぐす、まぜるなどができる万能な食器です。せっかく箸を使う国に生まれたからには上手に箸を使いこなせるといいですね。



## 「食文化」に関する事業

### 岡崎市の関連事業

- 食に関する指導  
（食事作法（マナー）等）  
〔学校指導課〕
- 保育園・幼稚園における  
食育の推進  
〔保育課〕
- 学校給食における食育の推進  
〔教育委員会事務局総務課（学校給食センター）〕
- 物産品、特産品の紹介  
〔商工労政課〕
- 食文化のPR  
〔観光課〕
- 学校給食における食育の推進  
〔教育委員会事務局総務課（学校給食センター）〕
- 八丁味噌グルメマップ  
〔観光課 岡崎商工会議所 岡崎市観光協会〕
- 岡崎二十七曲り寄り道・脇道「食べ歩き」ツアー  
〔岡崎商工会議所 NPO 法人 21 世紀を作る会・みかわ〕
- グルメプラスラリー  
〔岡崎商工会議所〕

### 食育推進事業

- 箸の持ち方等の食事作法  
（マナー）の理解・習得
- 伝統的な食文化の継承
- 地域の食文化を活かした  
料理等の普及啓発



## 4-6 食の安全・安心

肉の生食による腸管出血性大腸菌O157を原因とした食中毒の発生や、食品の放射性物質、食品添加物、残留農薬やBSE、食品の偽装表示事件など、市民の食に対する不安は依然として高いままです。食品事業者の衛生意識の欠如や、市民に対する誤った情報が原因による健康被害をなくすため、関係部局と連携して講習会等を実施し衛生知識の普及啓発を図ります。

また、乳幼児に多く見られる食物アレルギーへの正しい理解を図り、食事制限がある人も楽しく食事をする事ができるよう、飲食店等におけるアレルギー物質の使用についての情報提供を促進します。

食品の表示やリスクを正しく理解し、自らの判断で適切に食品を選択し安心して食生活を送ることができるよう、正確な情報をわかりやすく提供するとともに、市民・食品事業者・行政相互のリスクコミュニケーションの充実を図ります。

### 重点事項

- ① 正しい手洗いや調理・保存方法の理解を促進し、食中毒予防を図る
- ② 食品による健康被害を防ぎ、安全安心な食品を選択できるよう情報提供を行い、正しい知識を身に付ける

### 数値目標

食品を購入するときに、表示を参考にしている人の割合  
67.3% ⇒ 80%以上

— 用語解説 —

### リスクコミュニケーション

関係者相互間における情報及び意見の交換を指します。食品の安全性の確保に関する施策については、健康への悪影響が生ずる確率とその程度（リスク）が存在することを前提とした「リスクの管理」を目指すべきであるという考え方から、施策の策定に当たっては社会的な合意が形成されることが重要となっていることを踏まえ、施策の策定への国民の意見の反映及びその過程の公正性と透明性の確保を目的として行われています。



## 「食の安全・安心」に関する事業

### 岡崎市の関連事業

- 食品取扱い施設の監視指導  
食品の抜き取り検査（収去検査）  
〔生活衛生課〕
- 各施設における衛生管理  
〔施設の管理課〕
- 畜産物の衛生管理  
〔動物総合センター〕
- 岡崎市食品衛生管理優秀店認定制度  
〔岡崎市食品衛生協会〕
  
- 食品の安全性に関する情報提供及び意見交換（リスクコミュニケーション）  
〔生活衛生課〕
- 食品衛生に関する講習会  
〔生活衛生課〕
- 消費生活相談・活動支援  
〔安全安心課〕

### 食育推進事業

- 食品による健康被害と食中毒の予防対策
- 食品の選択についての正しい知識の習得

## 食育コラム ～食物アレルギー～

食物アレルギーとは、特定の食材を食べたときに、体を守る免疫のシステムが過敏に働き、アレルギー症状が起こることです。最も多い症状は皮膚症状で、呼吸器や目、鼻などの症状のほか、重症のショック症状を起こす場合もあります。

このアレルギーの原因となる物質を特にアレルギーといいますが、実際に商品に記載する必要のあるアレルギー物質を含む食品には、表示が定められている7品目（特定原材料）と奨励されている18品目があります。特定原材料とされる7品目は、実際のアレルギー発症数が多く、重篤な症状に至ることの多いものとなります。

【表示が定められている7品目（特定原材料）】

卵・乳・小麦・そば・落花生・えび・かに

【表示がすすめられている18品目】

あわび・いか・いくら・オレンジ・キウイフルーツ・牛肉・くるみ・サケ・さば・大豆・鶏肉・バナナ・豚肉・まつたけ・もも・やまいも・りんご・ゼラチン



## 4-7 協働

市民一人ひとりが食に関心を持ち、健全な食生活を日々実践していくためには、家庭、学校、地域、企業、行政などが相互に連携を図りながら、一体となって取り組むことが必要不可欠です。

食育を地域に根ざした活動としてより効果的に推進するため、その取組を支援する人材の育成と活動の充実を図ります。

### 重点事項

- ① 市民協働事業の拡充
- ② 保育園・幼稚園、児童育成センター等において、食育推進ボランティア等と連携した食育講座の充実を図る

### 数値目標

#### 食育講座の実施回数

現状値なし ⇒ 40回以上/年



## 「協働」に関する事業

### 岡崎市の関連事業

- 市民協働の推進〔市民協働推進課〕
- 市民活動団体の支援〔文化活動推進課〕
- 食育推進体制の整備〔生活衛生課〕
- 食育に関する市民協働事業〔生活衛生課〕
  
- 食生活改善推進員の養成及び活動支援〔健康増進課〕
- 岡崎市食育推進ボランティアの育成と活動支援〔生活衛生課〕

### 食育推進事業

- 食育推進を支援するためのネットワーク作り
- 食育に関するボランティアの育成



ボランティアによる食育劇



ボランティア交流会

