

第2次岡崎市食育推進計画

平成24年度～28年度

平成27年3月改定



岡崎市では、食に関する知識と食を選ぶ力を身に付ける「食育」を推進し、市民一人ひとりが、生涯にわたって健康で豊かな人間性を育むため、平成20年3月に食育推進計画（第1次）を策定しました。

第1次計画では、「毎日3食楽しく」、「野菜を1日300グラム以上」、「三河の野菜をおいしく」の3つを基本目標として、岡崎市食育メッセの開催を始め、園、学校、関係団体、企業、ボランティア等と連携した様々な啓発活動を展開してきました。

平成24年度からの第2次岡崎市食育推進計画では、国の「第2次食育推進基本計画」及び、愛知県の「あいち食育いきいきプラン2015」の策定の趣旨をふまえ、本市における食育を推進しており、内容についてこの概要版でご紹介しています。

なお、平成26年度は第2次計画のちょうど中間年にあたることから、アンケート調査を実施し、中間評価を行い、一部計画の見直しを行いました。計画の最終年である平成28年度に向け、取組の充実を図ります。



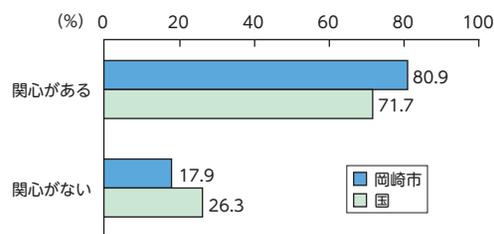
「食育」とは、生きる上での基本であって、
「知育」「徳育」及び「体育」の基礎とされています
～食育基本法（平成17年7月制定）より～

● 食育に関する現状と課題

平成 22 年度及び平成 26 年度に、食育に関する市民意識調査を行いました。

食育への関心

8 割以上の市民が食育に関心があり、国の平均を上回っています。



※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）

■食育に関心がある理由

1	子どもの心と体の健康のために必要だから	74.9%
2	食の安全・安心が重要だから	47.0%
3	生活習慣病の増加が問題になっているから	45.8%
4	食に対する感謝の念が薄れているから	41.6%

家族との食事 と 食事の時間の楽しさ

中高生で朝の「孤食」が多くなっています。家族と一緒に食事をしている人の方が、食事の時間を楽しいと感じている人の割合が高く、食事の楽しさには家族との食事が大きく関係しています。

■家族と一緒に食事を食べているか



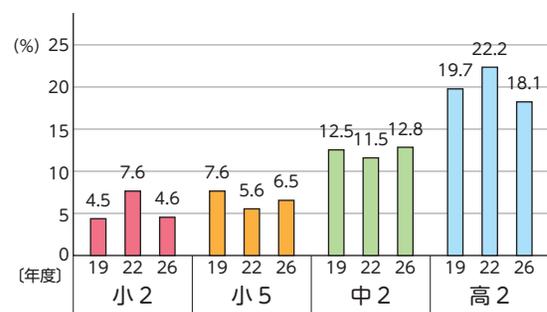
「コショク」が問題となっています

- 孤食：一人で食事をする（孤独）
- 個食：家族で別々のメニュー（個別）
- 固食：好きなものだけ（固定）
- 小食：食欲がなく、食べる量が少ない
- 粉食：お米を食べない（粉物）
- 濃食：濃い味付け など

朝食を食べない日がある児童・生徒

朝食を食べない日がある児童・生徒は学年が上がるにつれて増加しています。

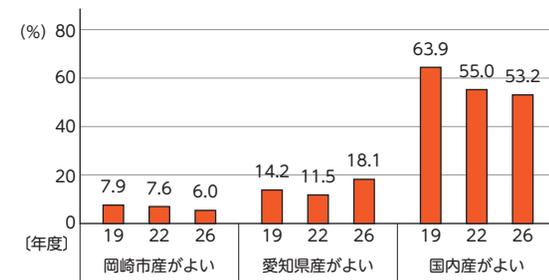
■朝食を食べない日がある児童・生徒



地産地消の認知と地場産物の購入意識

愛知県産を意識して購入している人は順調に伸びていますが、岡崎市産は愛知県産にシフトしている形で後退傾向です。

■食品購入時の産地に対する意識

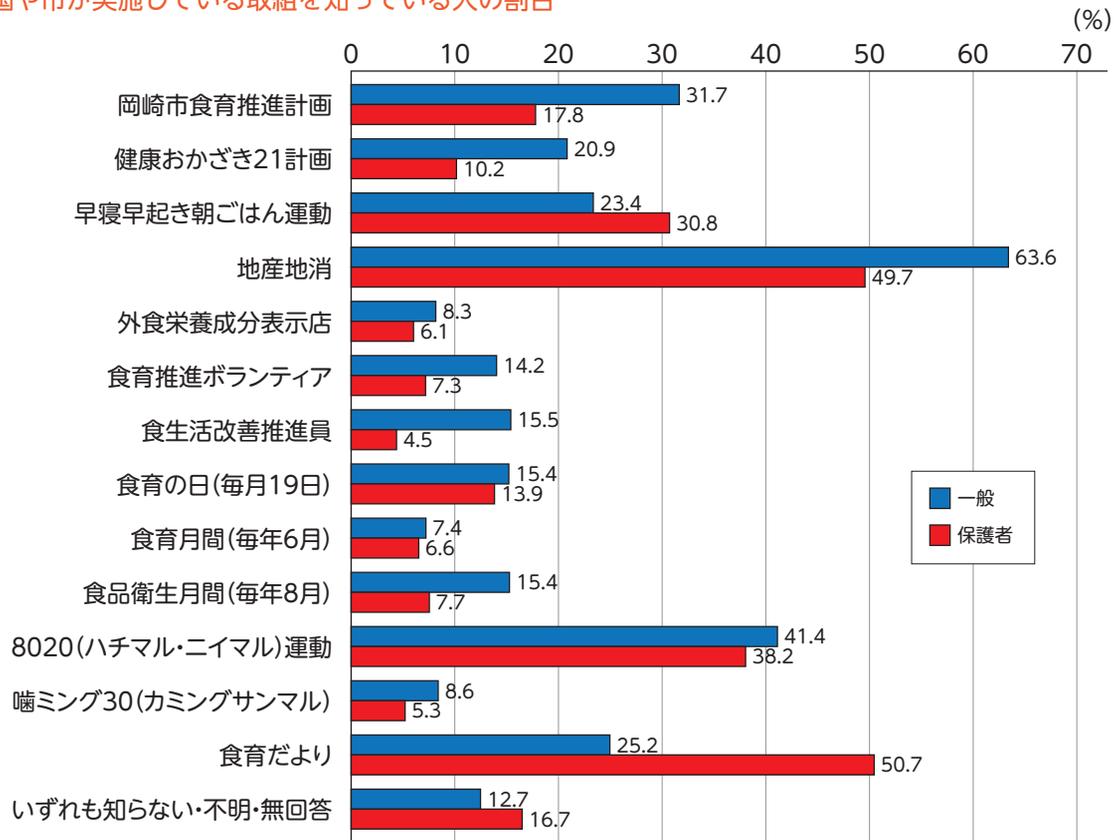


行政の取組の認知度（平成26年度調査）

国や市で実施しているさまざまな取組についての認知度を調査しました。一般、保護者ともに「地産地消」が最も高くなっています。「8020運動」がそれに次いでいます。

「食育だより」は、市内小中学校全児童・生徒及び平成26年度からは市内保育園幼稚園全年長児を対象に配付しているため、保護者で高くなっています。

■国や市が実施している取組を知っている人の割合



食文化（平成26年度調査）

岡崎の郷土料理(菓子)は？と聞かれて何が思い浮かびますか。愛知県内で広く食べられている味噌煮込みうどん、五平餅、味噌田楽(こんにゃく・豆腐)、どて煮はほとんどの人が知っています。

岡崎の郷土料理(菓子)としての認識は、岡崎まぜめん、あわゆき、焼味噌、いがまんじゅう、味噌田楽が挙げられています。

■認知度ランキング

順位	名称	認知度(%)
1	味噌煮込みうどん	99.2
2	五平餅	97.8
3	味噌田楽(こんにゃく)	97.6
4	どて煮	96.7
5	味噌田楽(豆腐)	95.1
6	いがまんじゅう	90.1
7	あわゆき	89.9
8	菜めし	85.6
9	岡崎まぜめん	74.4
10	煮味噌	66.8
11	おこしもの	58.3
12	焼味噌	51.2

■郷土の料理(菓子)と思うものランキング

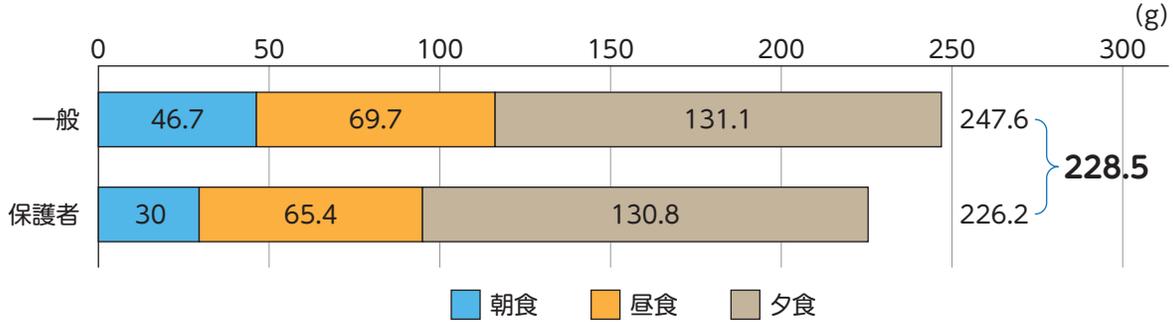
順位	名称	認知度(%)
1	岡崎まぜめん	74.6
2	あわゆき	71.0
3	焼味噌	67.9
4	いがまんじゅう	60.5
5	味噌田楽(こんにゃく)	57.1
6	味噌田楽(豆腐)	55.5
7	味噌煮込みうどん	54.6
8	煮味噌	50.2
9	どて煮	40.4
10	五平餅	34.6
11	おこしもの	33.1
12	菜めし	25.4

野菜の摂取量

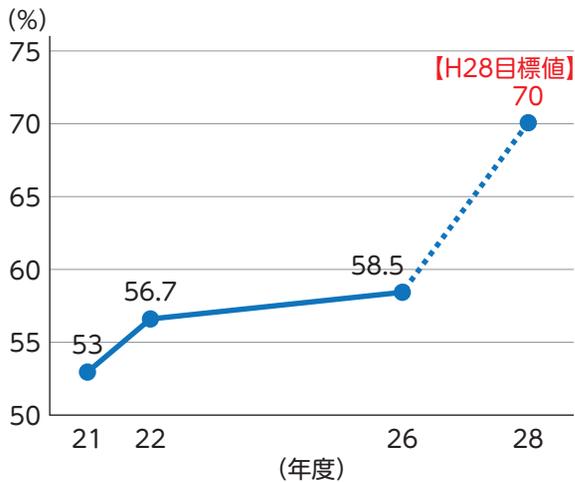
平成 26 年度の 228.5 g (一般 247.6g、保護者 226.2g) は、国(健康日本 21)の野菜摂取量の目標である 350g と比較して大きく不足しています。

また、これは、平成 24 年国民健康・栄養調査結果において、愛知県は男女ともに野菜摂取量が 47 都道府県中 47 位(男性 243g、女性 240 g)という成績とも類似しており、岡崎市民の野菜摂取量も著しく不足していることが推測されます。

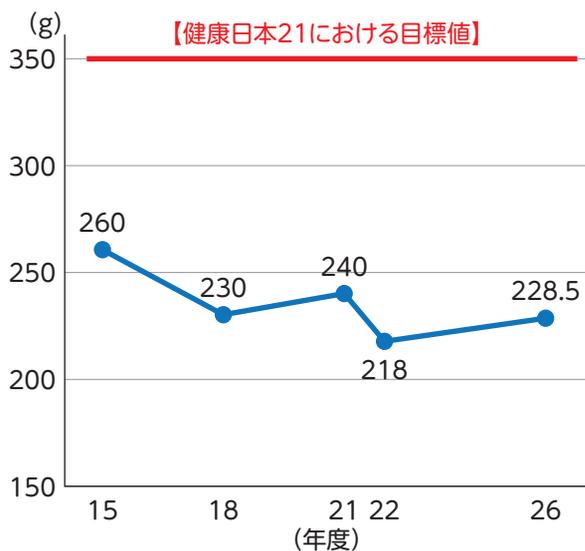
■ 3食別野菜摂取量 (平成 26 年度調査)



■ 朝食に野菜を食べている人の割合 (推移)



■ 1日あたりの野菜摂取量 (推移)



野菜を食べよう!



平成 26 年度の調査から、野菜を多く摂取するためには意識することが重要であることがわかりました。少しでも多く野菜を摂取するよう工夫してみましょう。

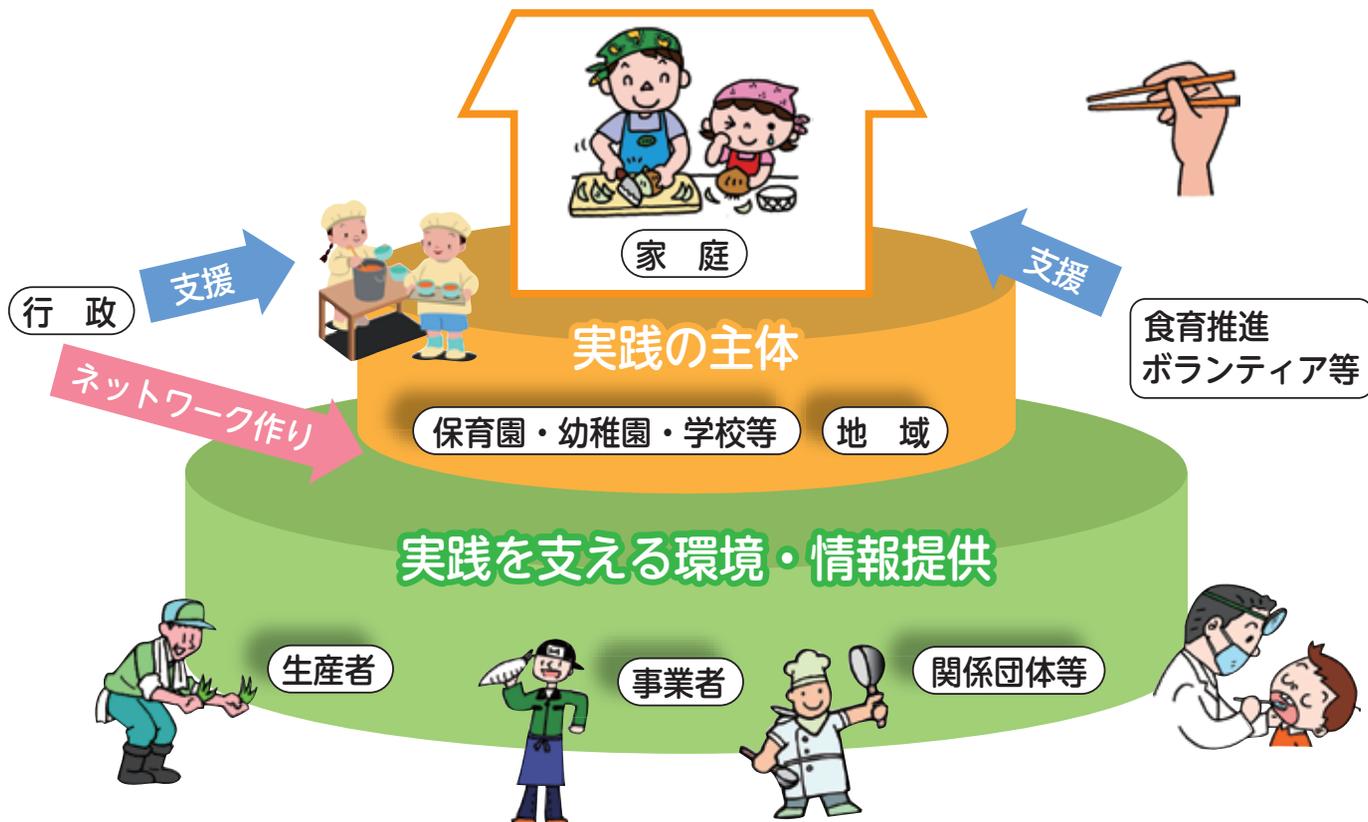
ベジファースト	食べる順番の工夫「ベジファースト」(=野菜から食べる)。野菜から食べることで、満腹感が得られやすく食べすぎ防止になる、食後の急な血糖上昇を抑えるなど、生活習慣病予防効果が期待できる。
たすベジ	野菜摂取量が少ないため、野菜料理プラス1皿から始める。
朝ベジ	朝の野菜摂取量が少ないため、毎朝野菜料理を食べる習慣をつける。そうすることで野菜摂取量アップにつながる。
3ベジ (少なくとも2ベジ)	朝食、昼食、夕食の3食(毎食)野菜料理を食べる。(夕食に野菜料理をまとめて食べる、ではなく、3食均等に食べる。)
ベジストック	家に野菜を常備する。 ・家に野菜がないと食べない。 ・野菜の正しい保存方法を知っておく必要がある。 ・あらかじめ下処理して冷凍や乾燥しておく。

● 食育推進体制

食育が目指しているのは、知識の集積ではなく、行動と実践です。

本計画では、「家庭」「保育園・幼稚園・学校等」「地域」を、食育を実践する主体と位置付け、「生産者」「事業者」「関係団体（教育・保健医療等）」等は、実践を支える環境整備と情報提供を行うものとしします。

また、食育を協働により実践していけるよう「食育推進ボランティア等」「行政」による支援を行うとともに、ネットワークの構築による食育推進運動の拡充を図ります。



各年齢に応じた食育

<0～5歳>味覚と食生活の基礎をつくる

- ・毎日朝食をとる習慣や、よく噛んで食べるなどの食事の仕方を身につける
- ・家族と一緒に楽しく食事をして、食べることに興味関心を持つ

<6～12歳>食への関心を深め、食の大切さを知る

- ・栽培収穫体験などを通して食への関心を深め、旬の食材を知る
- ・朝食をとること、栄養バランスよく食べることの大切さを知る
- ・正しい箸の持ち方を習得し、食事作法（マナー）を守って食べることを覚える

<13～18歳>食を選択し判断する力を身につける

- ・食品の表示について正しい知識を身に付け、選び方を知る
- ・自分の適正体重や食事量を理解し、バランスのよい食事ができるようにする
- ・食事ができることに感謝し、食と環境などの関わりを考える

● 重点事項

食に関する様々な取組を「食育」の視点から体系化し、それぞれの重点事項を定めます。消費者、地域、生産者、事業者、関係団体（教育・保健医療等）、行政、食育推進ボランティア等が担う役割と目的を明確化し、協働して取り組みます。 ※〔 〕は市の関係課

食と環境

〔環境総務課・農務課・ごみ対策課・(教委)給食管理室〕

- ① 地元の農産物への関心と購入意識の向上
- ② 「もったいない」意識の浸透（食品ロスを減らす）
- ③ 給食への地場産物の活用

食と農

〔保育課・農務課・学校指導課〕

- 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

食と健康

〔長寿課・国保年金課・健康増進課・保育課・学校指導課・栄養管理室〕

- ① 児童・生徒の朝食の欠食を無くす
- ② 野菜摂取量の増加による生活習慣病の予防・改善を図る

食とコミュニケーション

〔文化活動推進課・保育課・(教委)給食管理室・学校指導課〕

- ① 家族や友人と食事を楽しむことの大切さを伝える
- ② 給食における食育の推進を図る
- ③ 食に関する情報提供・交換、学ぶ機会の提供

食文化

〔保育課・こども育成課・商工労政課・観光課・(教委)給食管理室・学校指導課〕

- ① 箸の使い方やお膳立て等の食事マナーを伝える
- ② 伝統食や郷土料理をとおして地域の食文化を継承する
- ③ 地域の食文化を活かした料理等の普及啓発

食の安全・安心

〔安全安心課・生活衛生課・動物総合センター・施設の管理課〕

- 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 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

協働

〔市民協働推進課
文化活動推進課
健康増進課
各課・室〕

- ① 食育推進を支援するためのネットワーク作り
- ② 食育に関するボランティアの育成
- ③ 関係団体、企業、ボランティアと行政が協働した事業の実施

● 岡崎市の目指す食育

食を育むことは、命、心、愛、絆、信頼、人間関係を育み、未来も育みます。

本計画では、食育基本法の趣旨及び現状と課題から、食を通じて人と人とがふれあい、食をめぐる様々な問題について、ともに考え、ともに行動をすることができる「ひとづくり」を目指し、食育を推進します。

目指すべき姿

自ら食育を「学び」「教え」「協力し」実践する

基本方針

「協働」により「周知」から「実践」へ

施策の体系

協働（生産者・消費者・関係団体・事業者・ボランティア等）

食と環境

地産地消
食品ロス削減

食と農

農業体験
生産者との交流

食と健康

朝ごはん
栄養バランス

食とコミュニケーション

楽しい食事・給食
食事への感謝

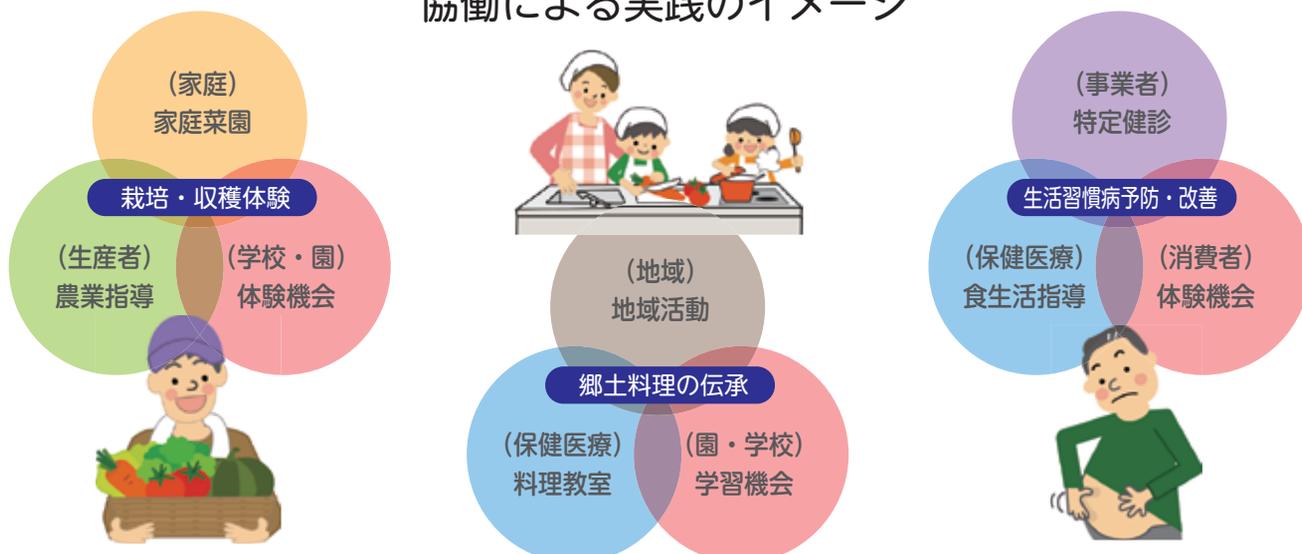
食文化

行事食・郷土料理
食事作法（マナー）

食の安全・安心

食品の選択
健康被害と食中毒の予防

協働による実践のイメージ



● 数値目標

第2次岡崎市食育推進計画(平成24年度～平成28年度)の中間評価結果を踏まえ、次のとおり計画数値目標が平成27年3月に改定されました。

■数値目標の一覧

目標事項		基準値 H22	中間評価 H26	目標値 H28	備考
地元の農産物を意識して購入している人	岡崎市産	7.6%	6.0%	15%以上	
	愛知県産	11.5%	18.1%	20%以上	
家庭菜園の手伝いをしている児童	小学2年生	31.6%	24.5%	40%以上	
	小学5年生	31.9%	21.8%	40%以上	
朝食を食べないことがある園児・児童・生徒	園児(4歳児)	4.7%	4.2%	2%以下	
	小学2年生	7.6%	4.6%	2%以下	
	小学5年生	5.6%	6.5%	2%以下	
	中学2年生	11.5%	12.9%	5%以下	
	高校2年生	22.2%	18.1%	10%以下	
朝食に野菜を食べている人の割合		58.6%	60%	70%以下	
食事の時間が楽しいと感じている児童・生徒	小学5年生	87.2%	92.6%	中間評価以上	改定
	中学2年生	74.3%	84.7%	中間評価以上	改定
郷土の食べ物を知っている保護者	煮味噌	—	52.1%	60%以上	新規
	いがまんじゅう	—	88.9%	増加	新規
食品を購入するときに表示を参考にする人		67.3%	64.9%	80%以上	
ボランティア等と連携した食育講座の実施回数(年間)		値なし	27回	40回以上	

中間評価の数値は、主に平成26年10月～11月に市民を対象に実施したアンケート(回答者11,287人)の結果に基づくものです。

「行事食・郷土料理の体験学習をしている園」の指標は達成したため、「郷土の食べ物を知っている保護者」に変更となりました。

今後

計画の最終年度に向け、「家庭」「保育園・幼稚園・学校等」「地域」が食育を実践する主体と位置付け、「生産者」「事業者」「関係団体」等は、実践を支える環境整備と情報提供のさらなる充実を図ります。

また、食に関する様々な取組を食育の視点から捉え、協働により実践できるよう支援を行うとともに、ネットワークの構築による食育推進運動の強化を図り、計画の数値目標が達成されるよう市役所関係各課、団体及び企業における関連事業を推進します。

岡崎市食育推進会議 事務局

岡崎市保健部(保健所)健康増進課 食育栄養班

電話 0564-23-6962

FAX 0564-23-5071

平成28年7月1日 岡崎市制施行100周年「市民と創る、新世紀岡崎」

