

山陽小野田市食育推進計画（改訂版）（案）

# 元気いっぱい ねたろう「食育」プラン



平成 27年 2月

山陽小野田市

# 目 次

<b>第1章</b>	<b>計画策定にあたって</b> .....	<b>1</b>	
	<b>1</b> 計画策定の趣旨		
	<b>2</b> 計画の位置づけ		
	<b>3</b> 計画の期間及び評価		
	<b>4</b> 計画策定の体制		
<b>第2章</b>	<b>山陽小野田市の食をめぐる現状と課題</b> .....	<b>2</b>	
	<b>1</b> 山陽小野田市の概要		
	<b>2</b> 山陽小野田市の食の現状と課題		
<b>第3章</b>	<b>山陽小野田市における食育推進の基本的な考え方</b> .....	<b>15</b>	<b>→</b>
	<b>1</b> 基本理念		
	<b>2</b> 目的・方向性		
<b>第4章</b>	<b>山陽小野田市の食育推進の目標</b> .....	<b>18</b>	<b>→</b>
	<b>1</b> 目標と目標値		
<b>第5章</b>	<b>山陽小野田市の食育推進の具体的施策</b> .....	<b>20</b>	<b>→</b>
	<b>1</b> 食育推進の具体的施策		
	<b>2</b> 事例紹介		
<b>第6章</b>	<b>山陽小野田市食育推進計画の食育推進体制について</b> .....	<b>31</b>	<b>→</b>
	<b>1</b> 市における食育推進体制について		
	<b>2</b> 食育推進のためのネットワークづくり		
<b>資料編</b>	.....	<b>32</b>	<b>→</b>

## 第2章 山陽小野田市の食をめぐる現状と課題

### 1 山陽小野田市の概要

#### (1) 地勢

山陽小野田市は、山口県の南西部に位置し、下関市、宇部市、美祢市と接しており、南北が約 20 k m、東西が約 15 k m、総面積は 132.99 k m<sup>2</sup>です。

海岸線一帯はほとんど干拓地で、市内中央部には厚狭川、有帆川が流れ、瀬戸内海に注いでいます。

市街地を取り囲むように、丘陵部の里山や河川、海などの豊かな自然のほか、森と湖に恵まれた公園、海や緑に囲まれたレクリエーション施設などがあります。

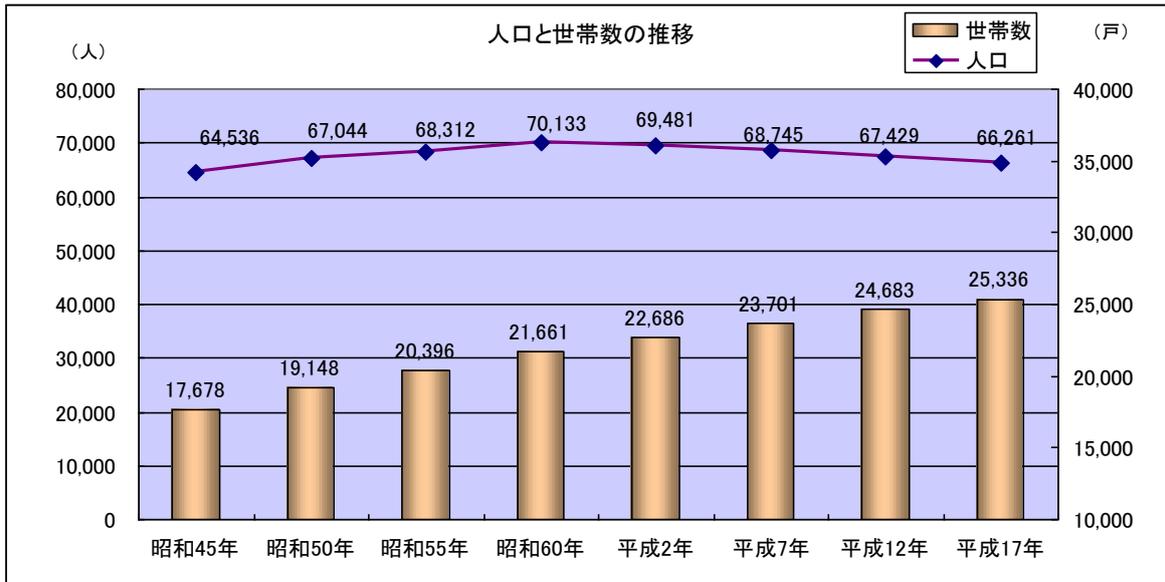


#### (2) 人口と世帯

昭和 45 年（1970 年）から平成 ~~22~~<sup>17</sup> 年にかけて本市の人口の推移をみると、昭和 60 年（1985 年）をピークとして微減傾向が続き、人口減少が継続しています。

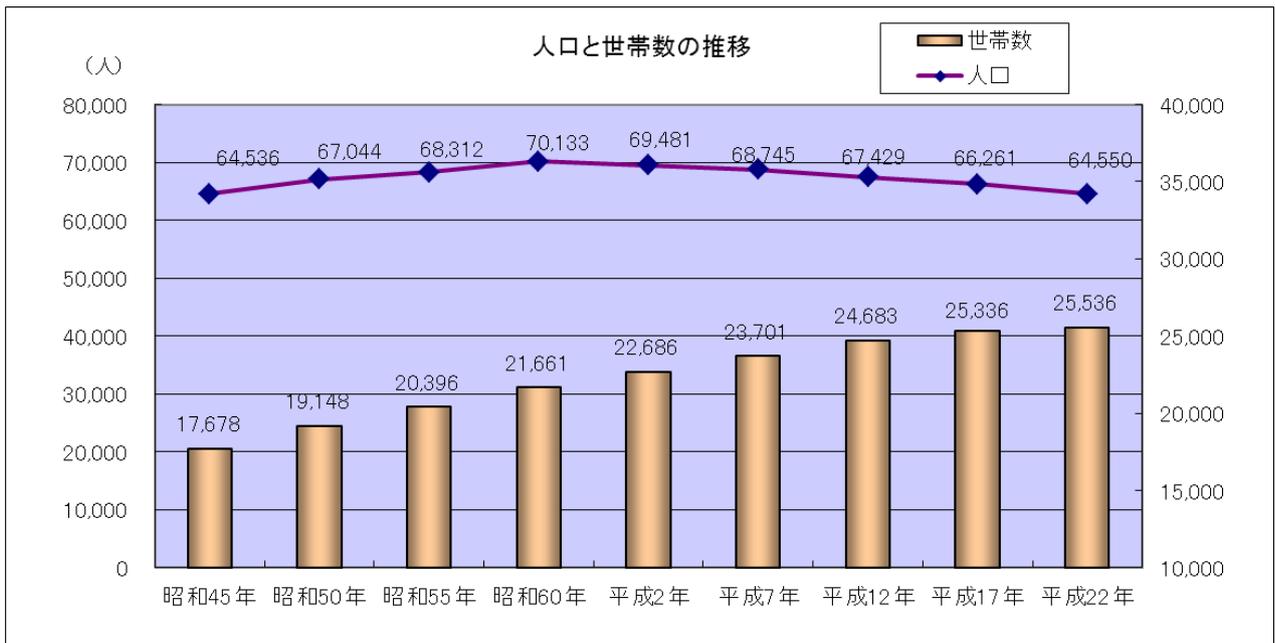
一方、世帯数は一貫して増加傾向を示しており、核家族化が進行しています。また、本市の年齢 3 階級別人口の推移をみると、少子・高齢化の進行により、0～14 歳の年少人口の減少と 65 歳以上の老年人口の増加傾向が顕著にみられ、平成 7 年（1995 年）から老年人口が年少人口を上回っています。

【修正前】



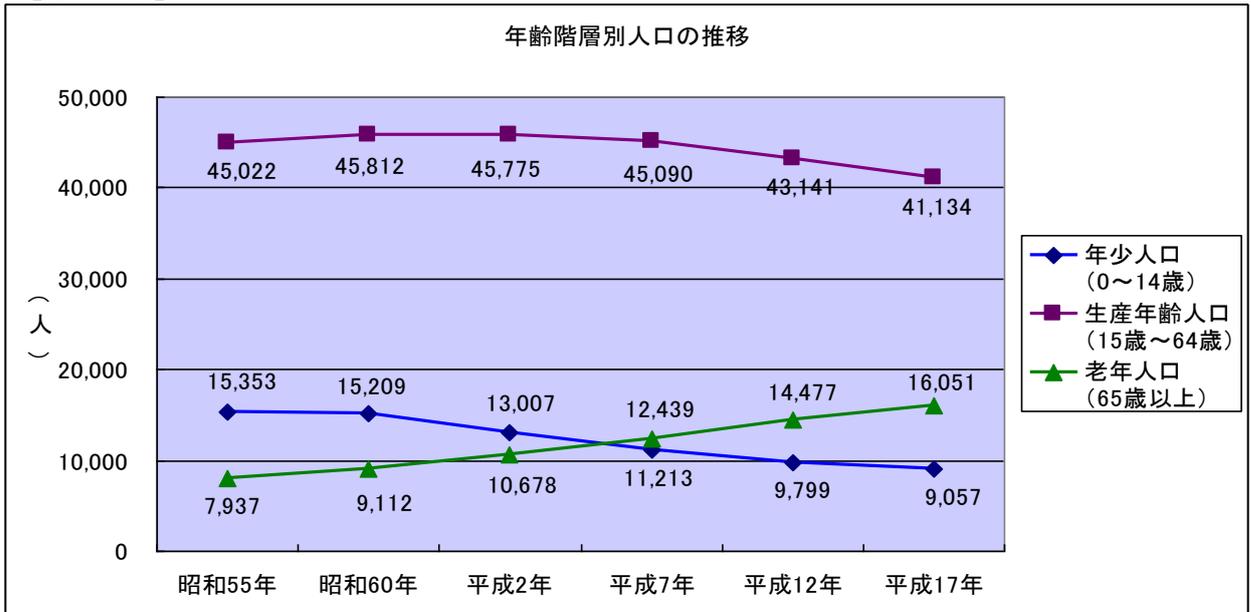
(総務省統計局「国勢調査報告」、山口県統計年鑑)

【修正後】



(総務省統計局「国勢調査報告」、山口県統計年鑑)

【修正前】



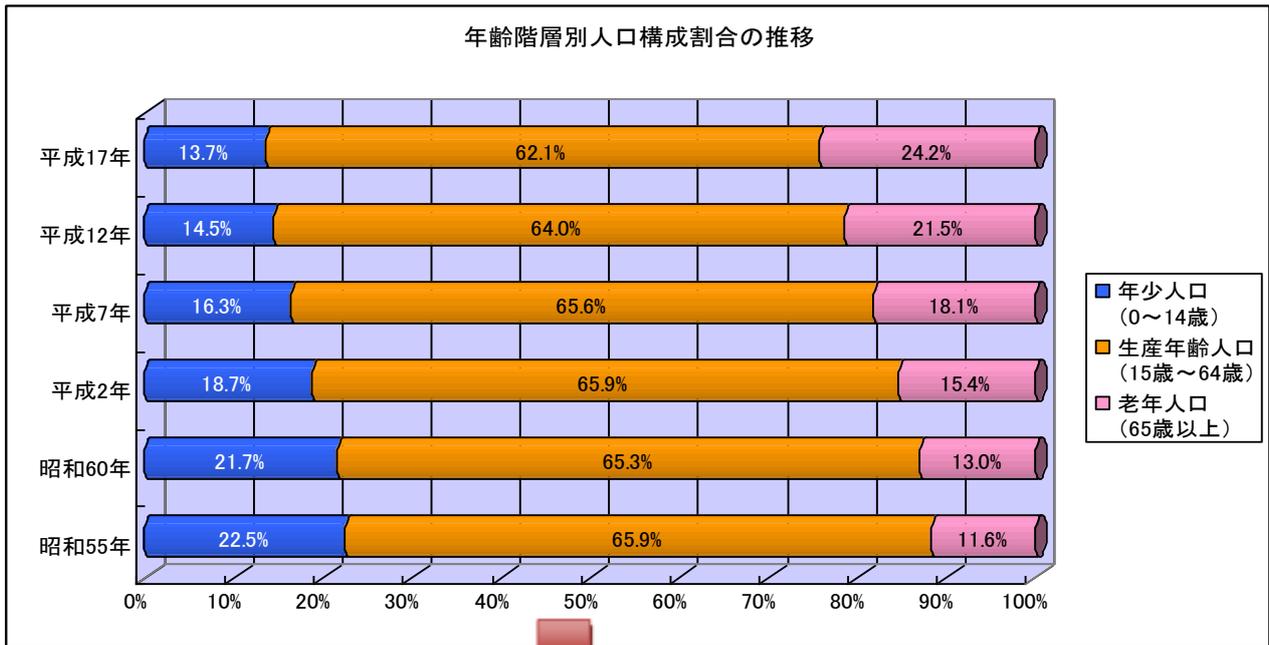
【修正後】



(総務省統計局「国勢調査報告」)

※平成2年以降の調査には年齢不詳者があり、年齢階層別人口と総人口が一致しない。

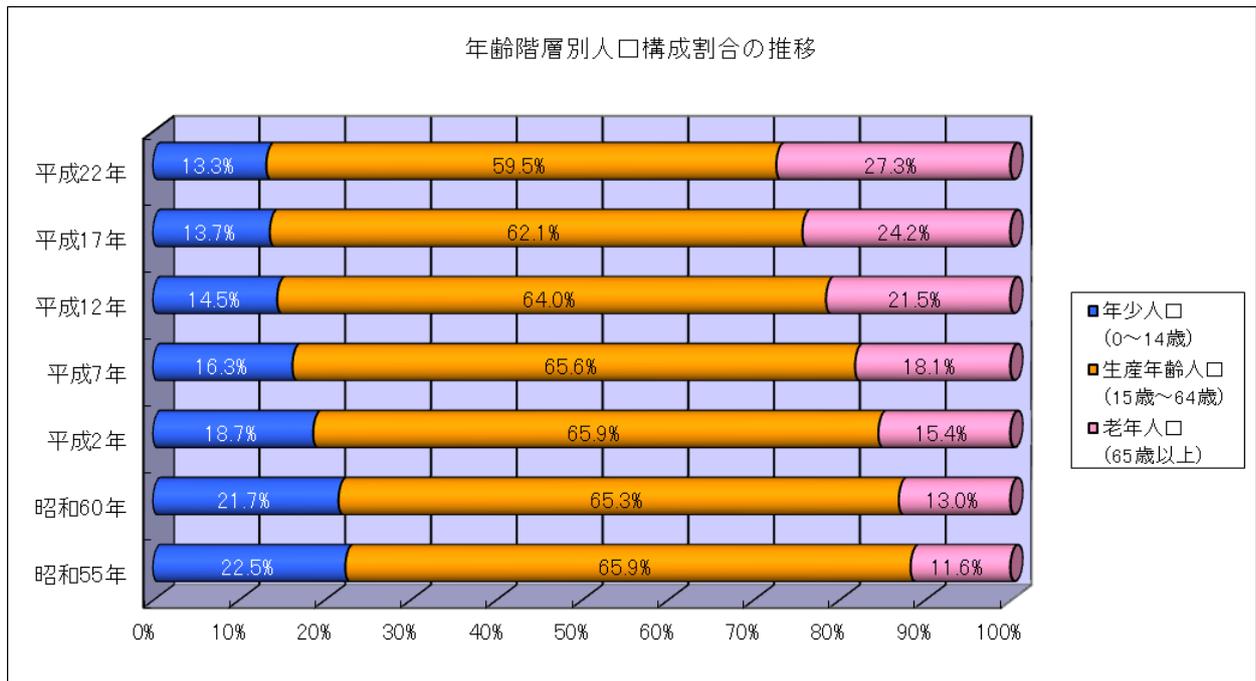
【修正前】



(総務省統計局「国勢調査報告」)

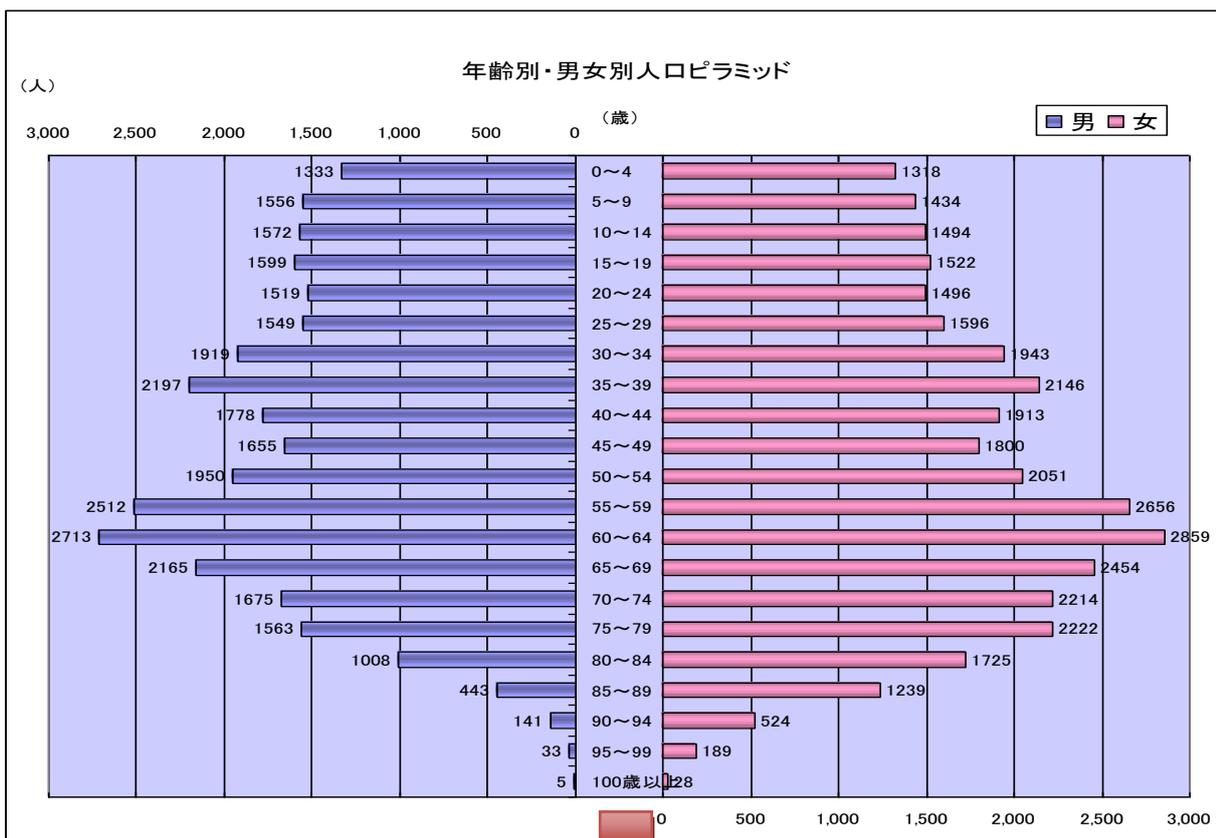
※平成2年以降の調査には年齢不詳者があり、年齢階層別人口と総人口が一致しない。

【修正後】



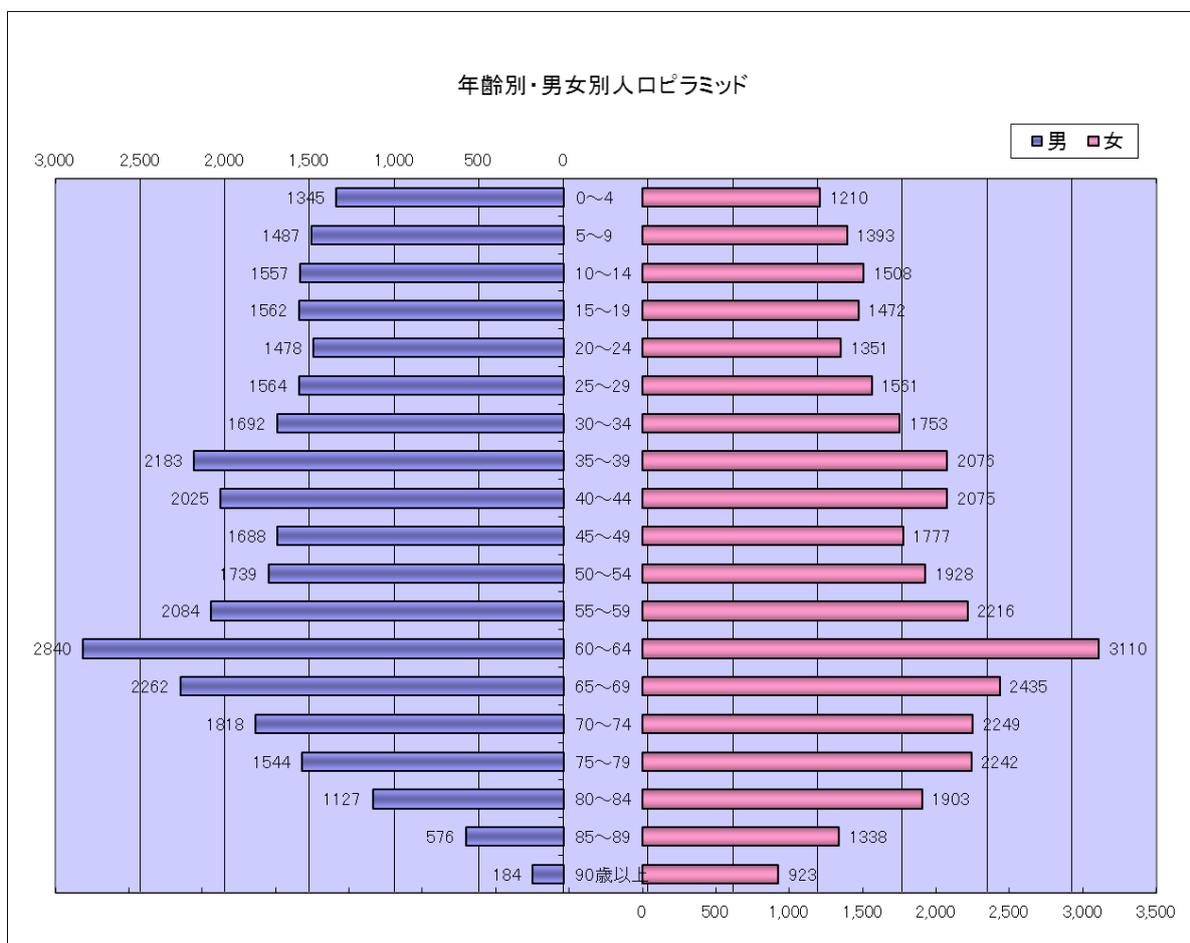
(総務省統計局「国勢調査報告」)

【修正前】



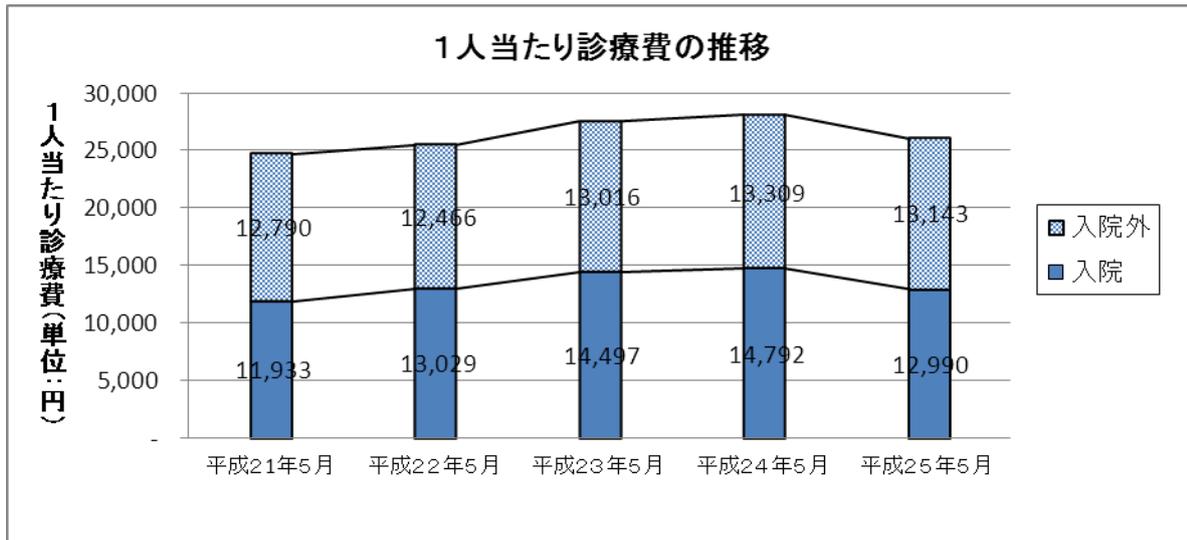
【修正後】

(住民基本台帳※平成 22 年 4 月 1 日現在人口)



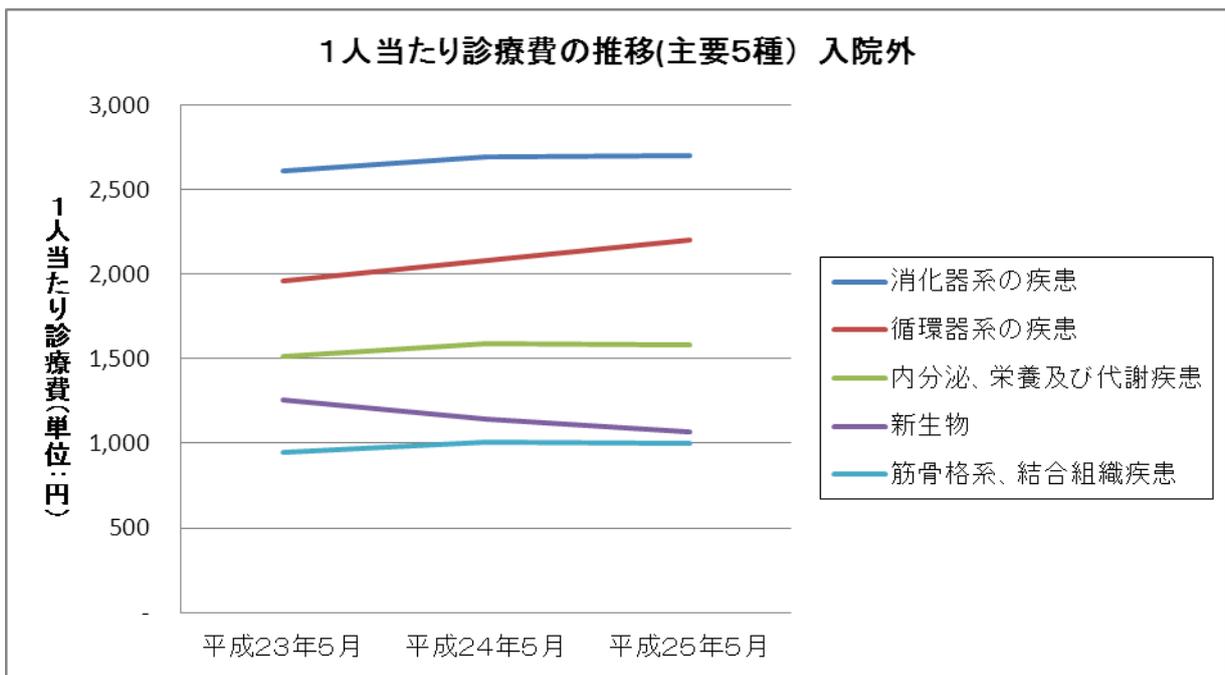
【追加】

### (3) 医療費の現状



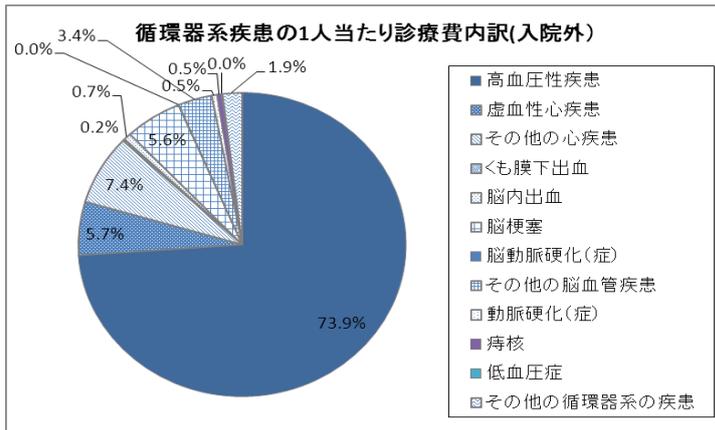
(山陽小野田市国民健康保険疾病分類別統計表)

市国保の1人当たりの診療費は、入院、入院外とも増加傾向にありましたが、平成25年はやや減少しました。



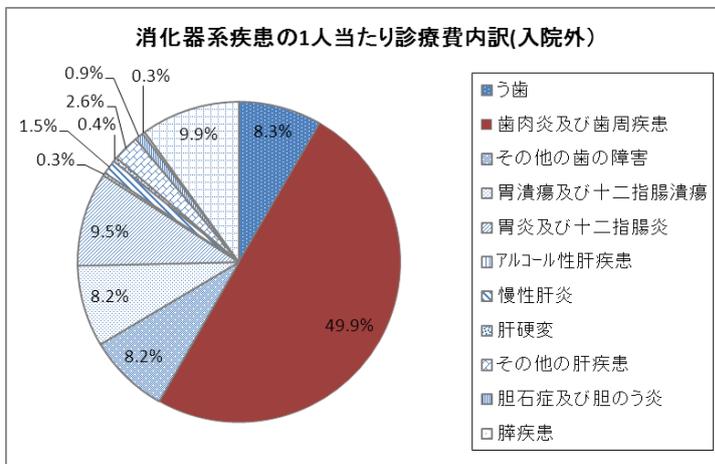
(山陽小野田市国民健康保険疾病分類別統計表)

市国保の1人当たりの入院外の診療費の上位を占める疾患は、第1位が消化器系の疾患、第2位が循環器系の疾患、第3位が内分泌栄養及び代謝疾患でした。



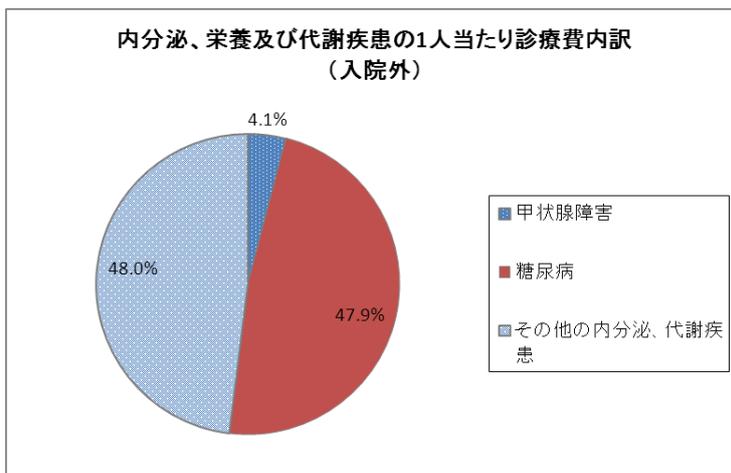
(平成 25 年 5 月山陽小野田市国民健康保険疾病分類別統計表)

循環器系疾患の 1 人当たりの診療費の内訳（入院外）で最も多いのは、高血圧性疾患で 73.9% でした。



(平成 25 年 5 月山陽小野田市国民健康保険疾病分類別統計表)

消化器系疾患の 1 人当たりの診療費の内訳（入院外）のうち、う歯、歯肉炎及び歯周病、その他の歯の障害といった歯科に関する疾患が 66.4% でした。

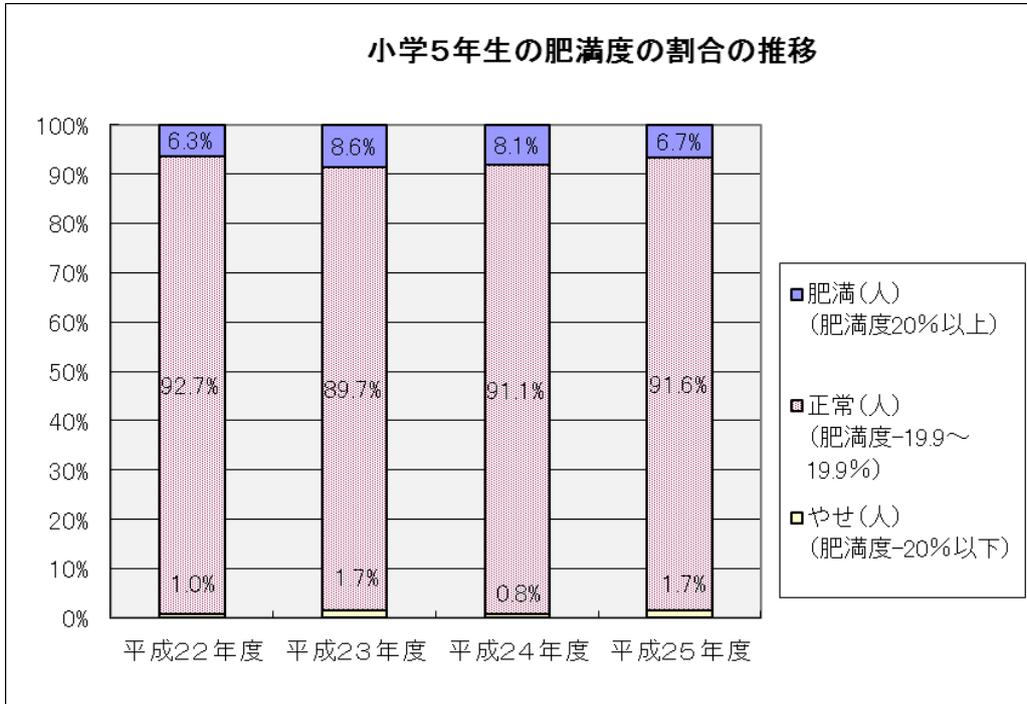


(平成 25 年 5 月山陽小野田市国民健康保険疾病分類別統計表)

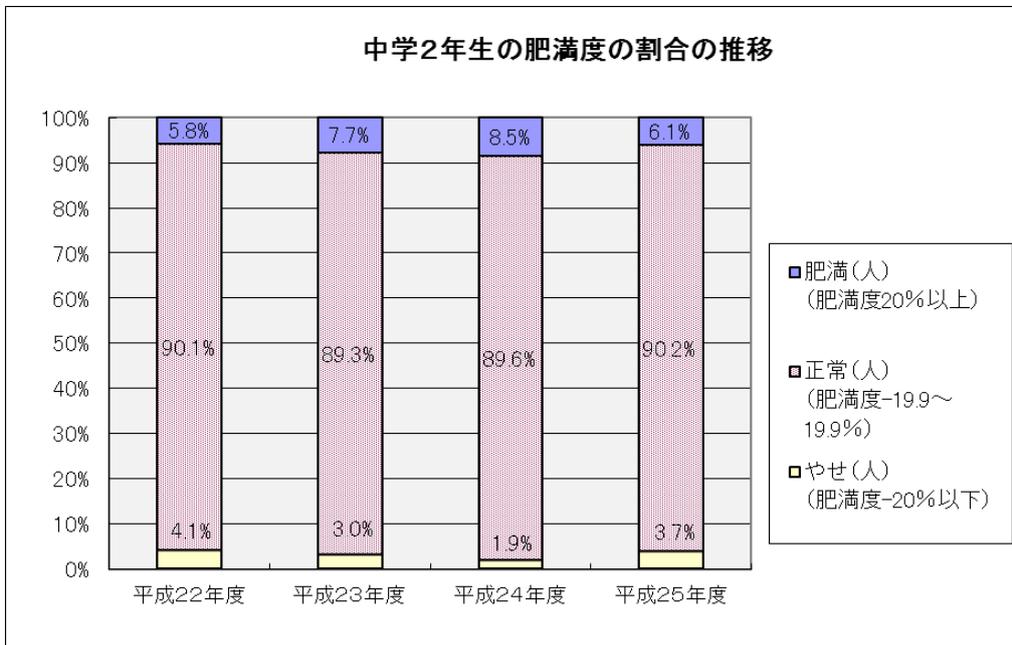
内分泌、栄養及び代謝疾患の 1 人当たりの診療費の内訳（入院外）のうち 47.9% が糖尿病でした。

【追加】

#### (4) 生活習慣に関する現状 子どもの肥満度について



(山陽小野田市児童生徒健康診断)



(山陽小野田市児童生徒健康診断)

市内小学5年生の「やせ」の割合と市内中学生の「やせ」の割合を比較すると、中学2年生の方が「やせ」の割合が多くなっています。

(参考)肥満、やせ(痩身)傾向児の算出方法について

(学校保健統計調査 文部科学省)

性別、年齢別、身長別標準体重から肥満度(過体重度)を算出し、肥満度が20%以上の者を肥満傾向児、-20%以上の者をやせ(痩身)傾向児としている。肥満度の求め方は以下のとおりである。

肥満度(過体重度) =

$$[\text{実測体重 (kg)} - \text{身長別標準体重 (kg)}] / \text{身長別標準体重 (kg)} \times 100 (\%)$$

※身長別標準体重 =  $a \times \text{実測身長 (cm)} - b$

年齢	係数		男		女	
	a	b	a	b	a	b
5	0.386	23.699	0.377	22.750		
6	0.461	32.382	0.458	32.079		
7	0.513	38.878	0.508	38.367		
8	0.592	48.804	0.561	45.006		
9	0.687	61.390	0.652	56.992		
10	0.752	70.461	0.730	68.091		
11	0.782	75.106	0.803	78.846		
12	0.783	75.642	0.796	76.934		
13	0.815	81.348	0.655	54.234		
14	0.832	83.695	0.594	43.264		
15	0.766	70.989	0.560	37.002		
16	0.656	51.822	0.578	39.057		
17	0.672	53.642	0.598	42.339		

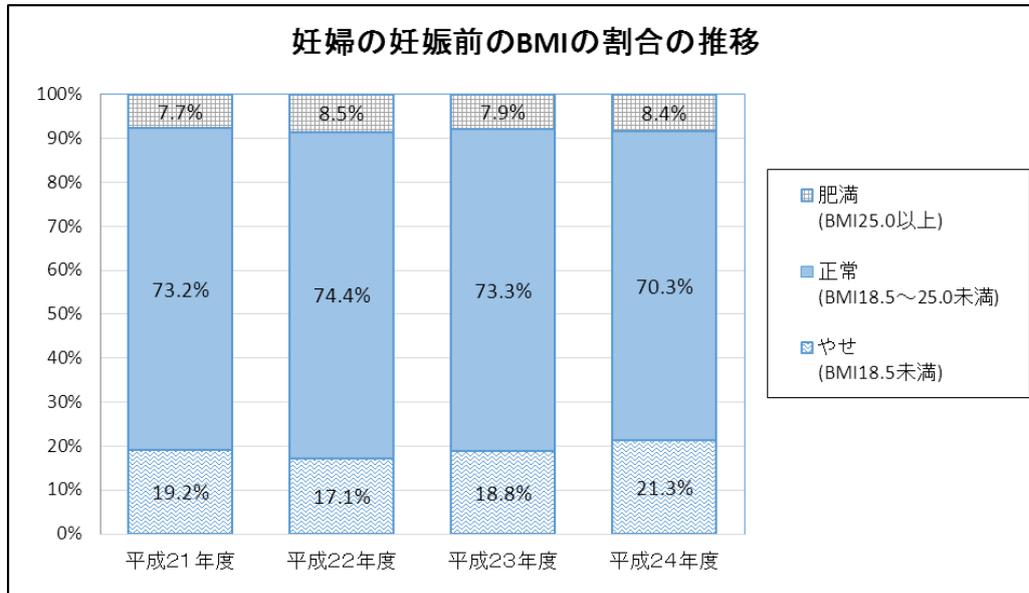
出典：財団法人日本学校保健会『児童生徒の健康診断マニュアル(改定版)』

平成18年

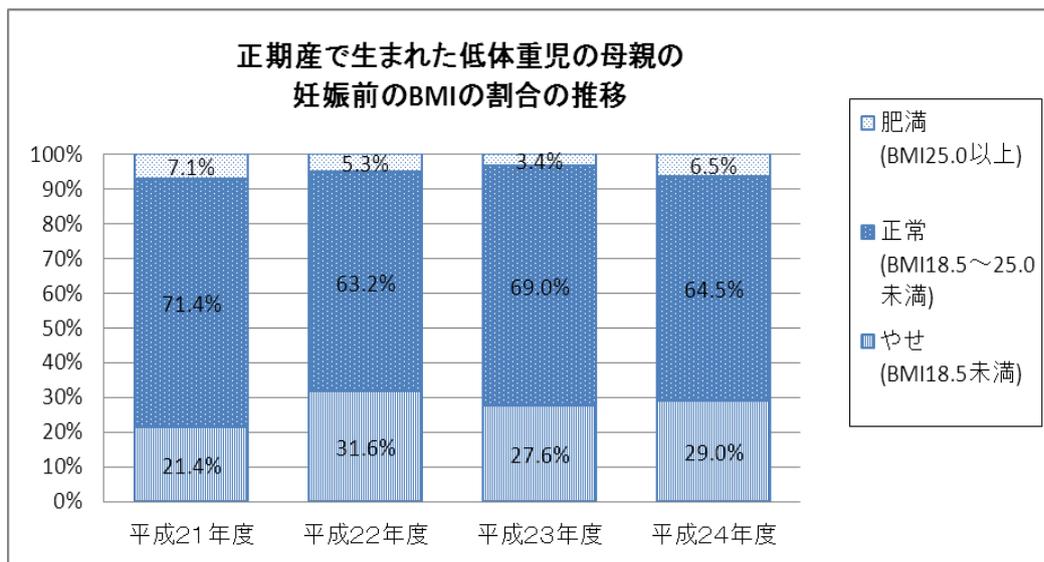
※カウプ指数(以下BMI)とローレル指数について、成長期の子供に関するBMI(kg/m<sup>2</sup>)は年齢や身長によって、基準値が大きく異なり、たとえば、肥満の度合いなどに変化がなくても年齢が進むにつれてBMIは次第に大きな値になるので、個々の子どもの栄養状態を追跡して調査するには不適當である。ローレル指数もBMIと全く同じ問題があることに注意する必要がある。

【追加】

## 妊婦の妊娠前の肥満度について



(妊産婦の記録)



(妊産婦の記録)

母子健康手帳交付時の妊婦の妊娠前のBMI（自己申告）を集計した結果、「やせ」の割合が平成24年度は21.3%でした。

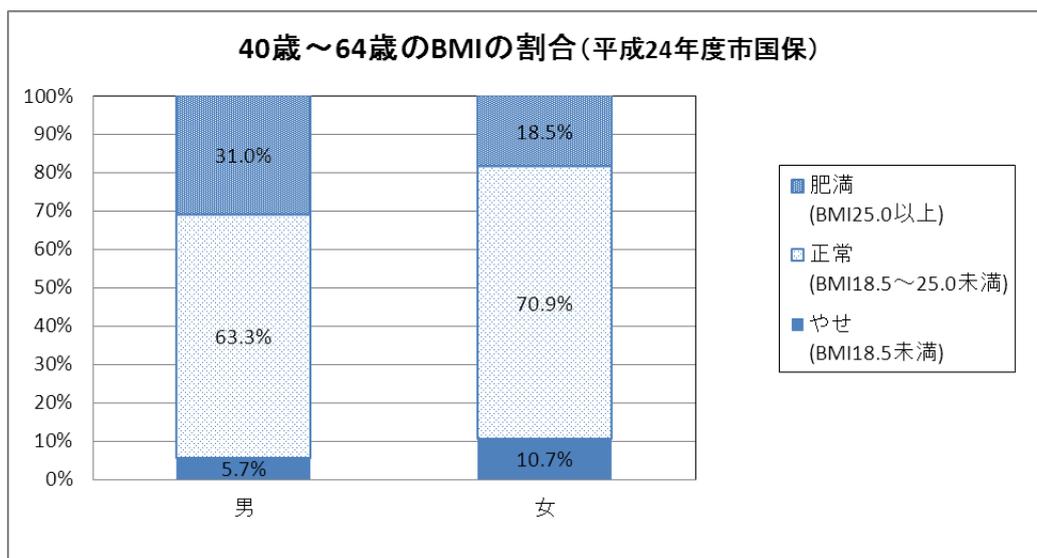
また、正期産で生まれた低体重児の母親の妊娠前のBMI（自己申告）を集計した結果、「やせ」の割合が平成24年度は29.0%と妊婦全体の「やせ」の割合と比べて多くなっています。

(参考)肥満の判定

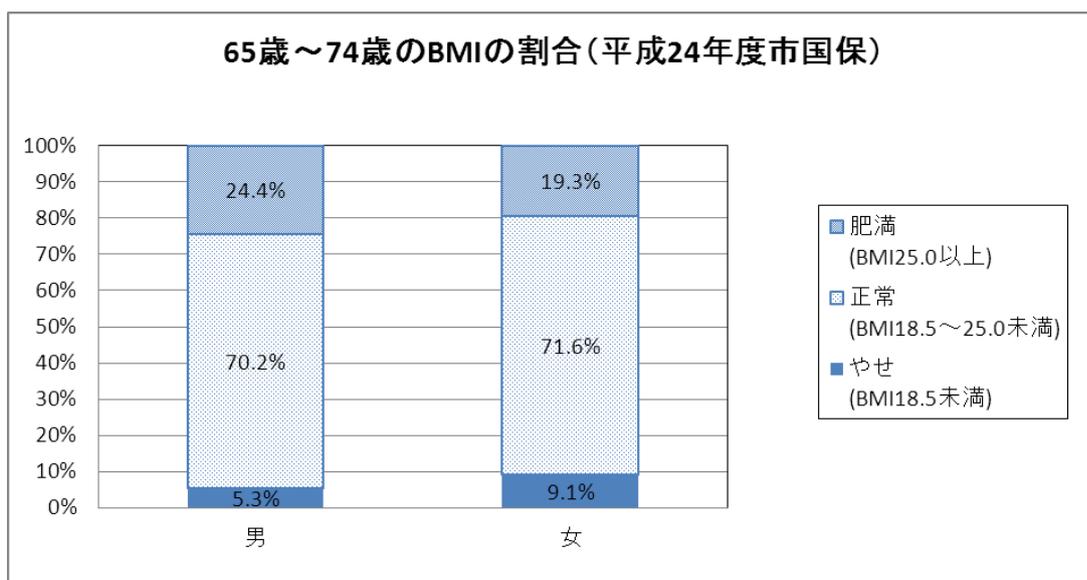
BMI (Body Mass Index, 肥満指数) = 体重[kg] / (身長[m])<sup>2</sup> を用いて判定  
(日本肥満学会肥満症診断基準検討委員会 2000年)

【追加】

## 成人と高齢者の肥満度について



(平成24年度山陽小野田市国民健康保険特定健康診査)



(平成24年度山陽小野田市国民健康保険特定健康診査)

平成24年度の市国保の特定健診の結果、40～64歳の「肥満」の割合は、男性が31.0%、女性が18.5%でした。また、65歳～74歳の「肥満」の割合は、男性が24.4%、女性が19.3%でした。どちらの年代も男性の方が「肥満」が多く、女性の方が「やせ」が多くなっています。

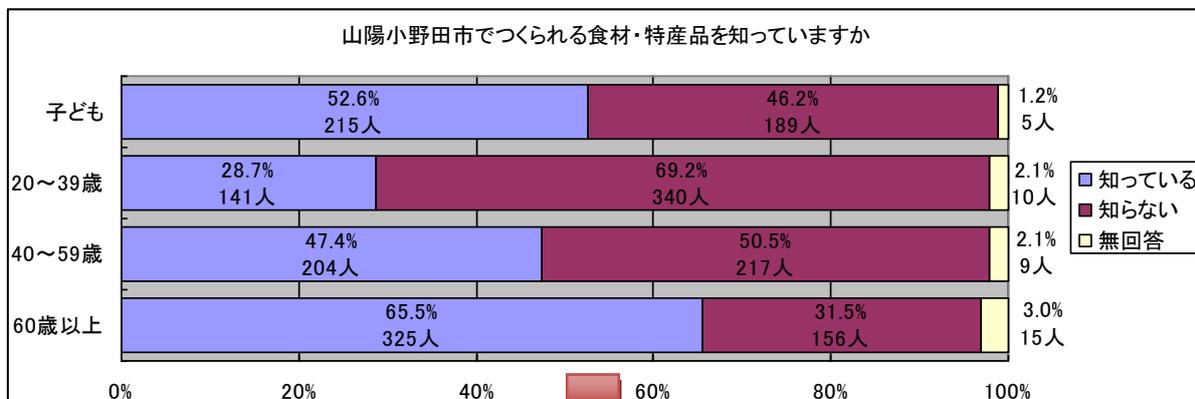
(参考)肥満の判定

BMI (Body Mass Index, 肥満指数) = 体重[kg] / (身長[m])<sup>2</sup> を用いて判定  
(日本肥満学会肥満症診断基準検討委員会 2000年)

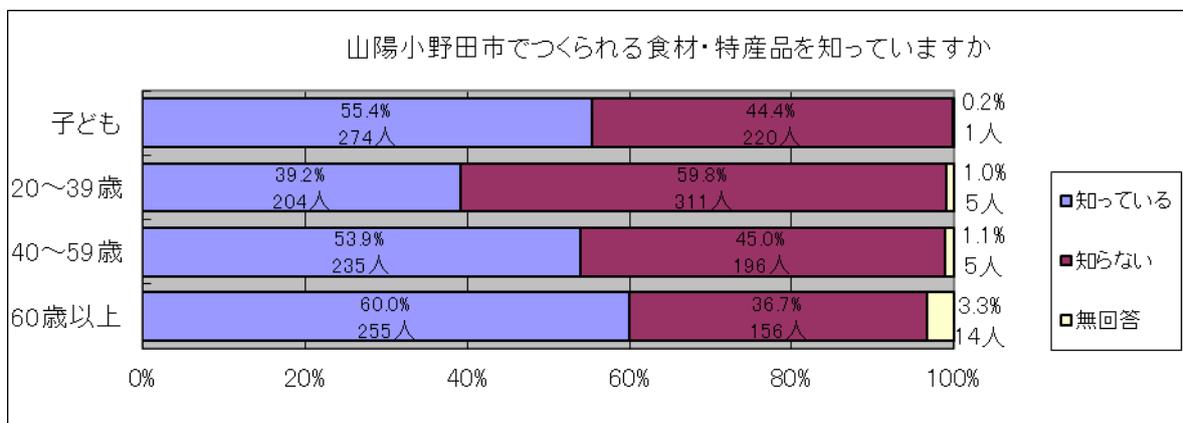
## 2 山陽小野田市の食の現状と課題

### (1) 山陽小野田市産の食材・特産品の認知度について

【修正前】



【修正後】



平成 21 年度の調査と比べて、「知っている」と回答した人が、子どもでは 52.6%から 55.4%に、成人では、20～39 歳が 28.7%から 39.2%、40～59 歳では 47.4%から 53.9%と認知度が増えました。

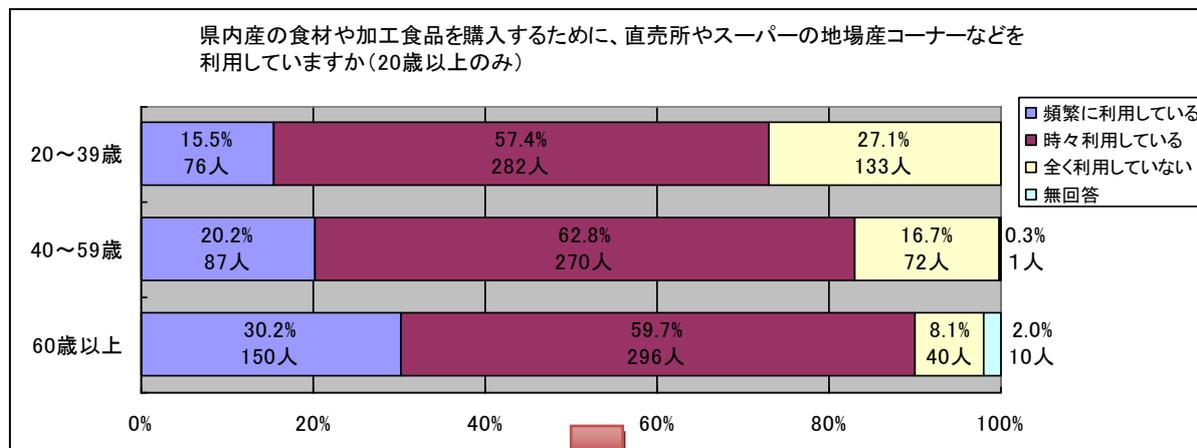
~~子どもでは 52.6%が「知っている」と回答しています。~~

~~成人では、20～39 歳が「知っている」と回答した人が 28.7%と最も少なく、40～59 歳 47.4%、60 歳以上 65.5%でした。~~

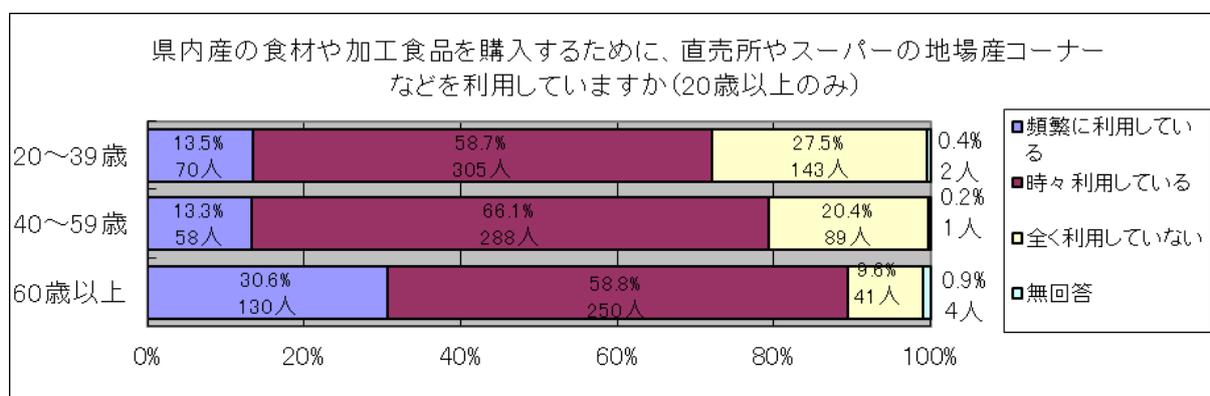
~~年齢を重ねるにつれ認知度が増えています。~~

## (2) 山陽小野田市の食材の購入について

【修正前】



【修正後】



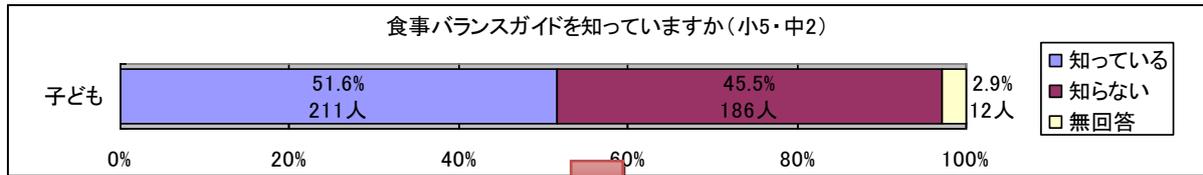
平成21年度の調査と比べて、直売所やスーパーの地場産コーナーを「頻繁に利用している」と答えた人は20～39歳では15.5%から13.5%、40～59歳では20.2%から13.3%と減少しました。

~~直売所やスーパーの地場産コーナーを「全く利用していない」と答えた人は20～39歳は27.1%、40～59歳は16.7%、60歳以上では8.1%でした。~~

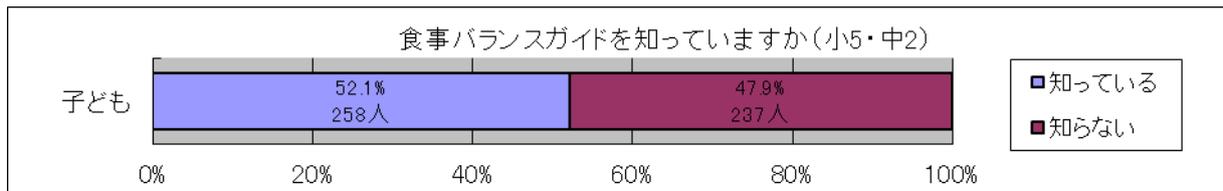
~~年齢を重ねるにつれ利用している人が増えています。~~

### (3) 食事バランスガイドの認知度について

【修正前】

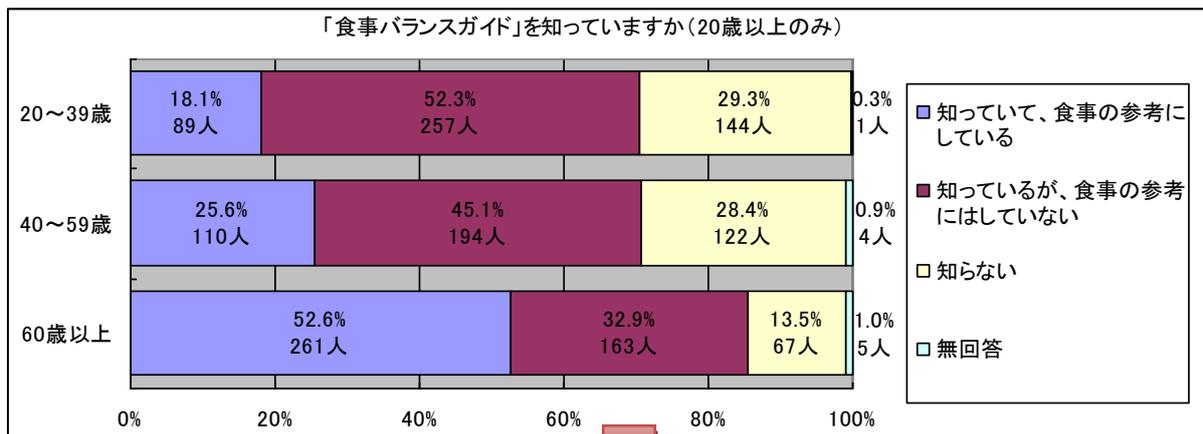


【修正後】

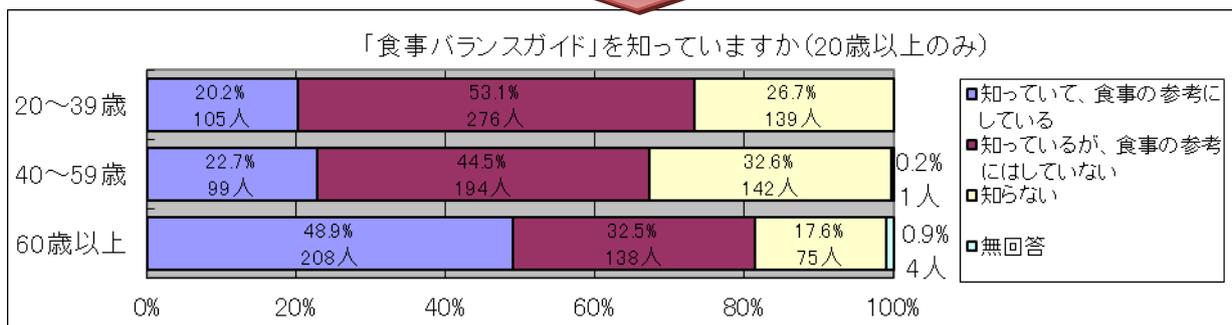


食事バランスガイドを「知っている」と回答した子どもは、52.1%でした。

【修正前】



【修正後】



平成21年度の調査と比べて、食事バランスガイドを「知っている、食事の参考にしている」と答えた人は、成人では20～39歳が18.1%から20.2%と活用度は増加しましたが、40～59歳は25.6%から22.7%、60歳以上は52.6%から48.9%と活用度が減少しました。

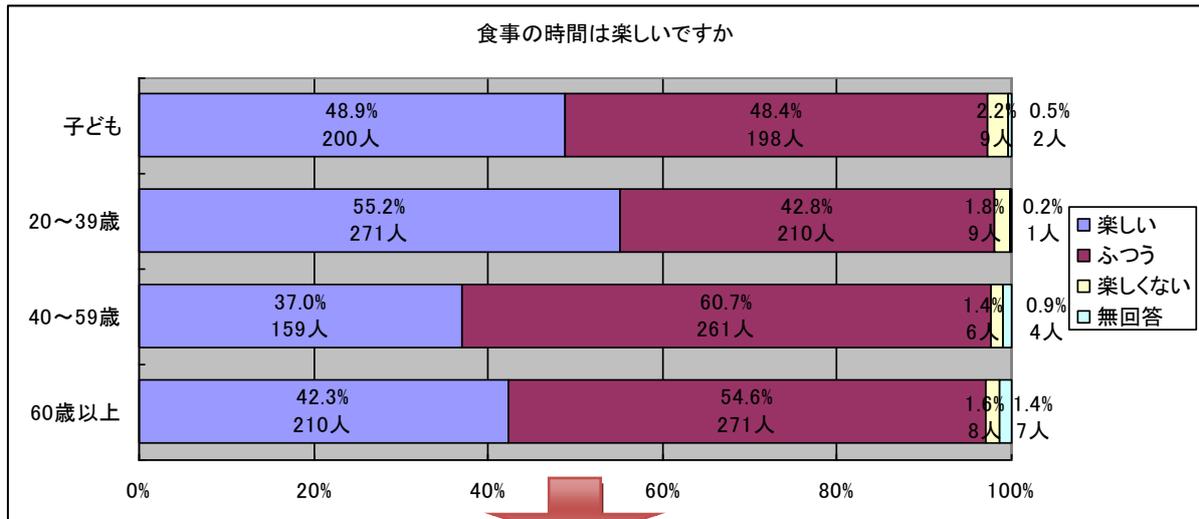
全世代で7～8割の人が食事バランスガイドを「知っている」と回答しましたが、「知っているが、食事の参考にしない」と回答した人は、20～39歳52.3%、

~~40～59歳 45.1%、60歳以上 32.9%でした。~~

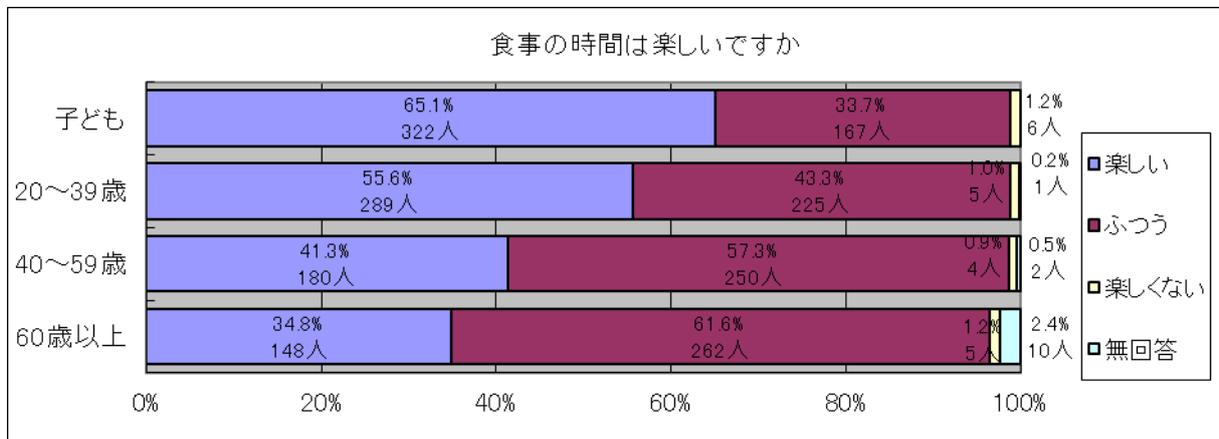
~~また、「知らない」と回答した人は、20～39歳 29.3%、40～59歳 28.4%、60歳以上 13.5%でした。年齢を重ねるにつれ、認知度・活用度が高くなっています。~~

#### (4) 食の楽しさ

【修正前】



【修正後】



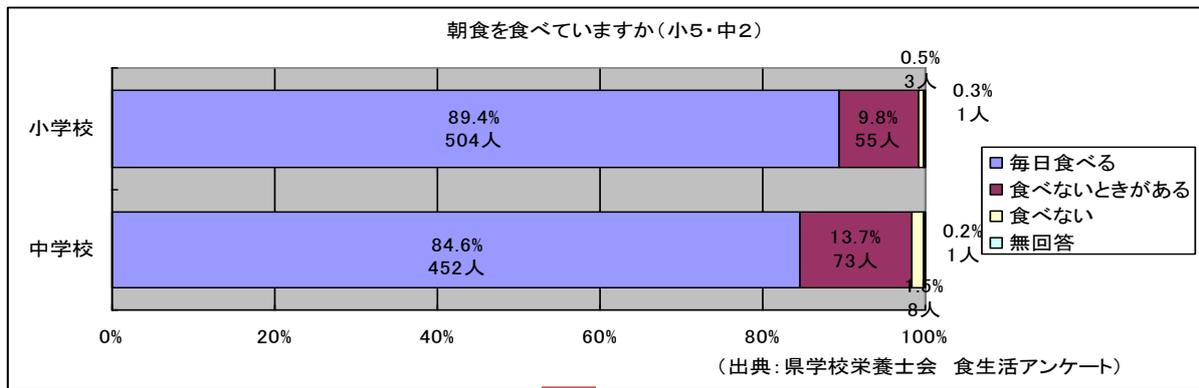
平成21年度の調査と比べて、「楽しい」と回答した人が、子どもでは48.9%から65.1%、成人では40～59歳が37.0%から41.3%と増加しました。しかし60歳以上は42.3%から34.8%と減少しました。

~~子どもでは「楽しい」と回答した人が、48.9%でした。~~

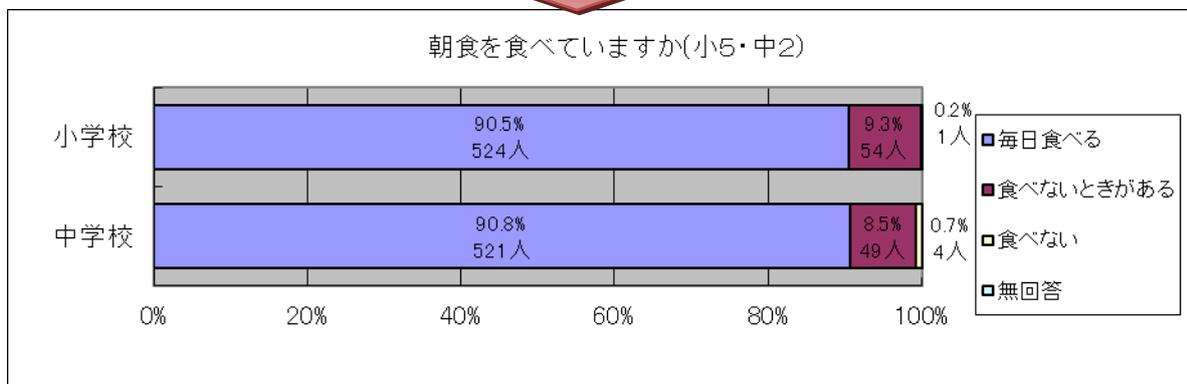
~~成人では、「楽しい」と回答した人が20～39歳 55.2%、40～59歳 37.0%、60歳以上 42.3%でした。~~

## (5) 朝食摂取の状況について

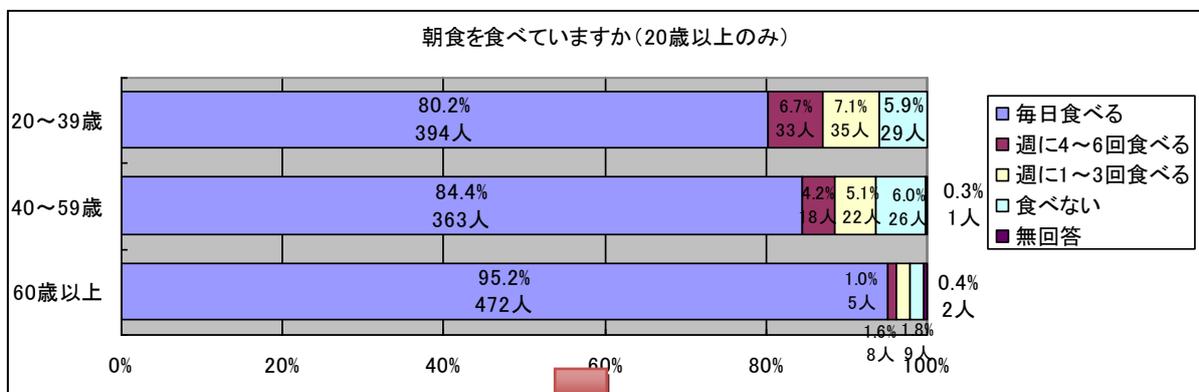
【修正前】



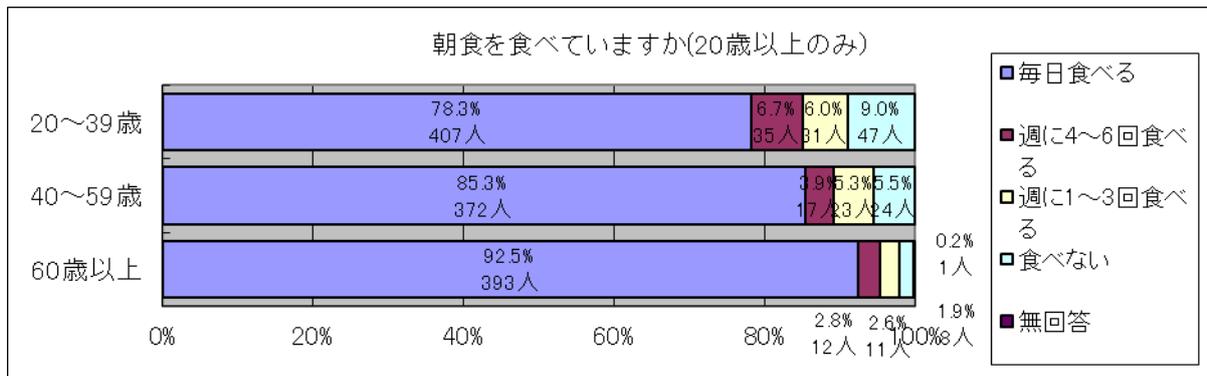
【修正後】



【修正前】



【修正後】

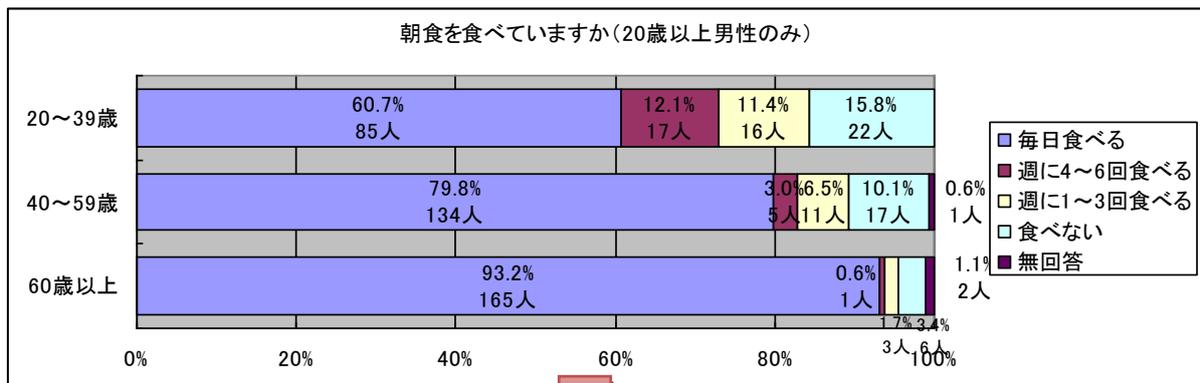


平成21年度の調査と比べて、「毎日食べる」と回答した人が小学生では89.4%から90.5%、中学生では84.6%から90.8%と増加しました。しかし、成人では20～39歳が80.2%から78.3%、60歳以上では95.2%から92.5%と減少しました。

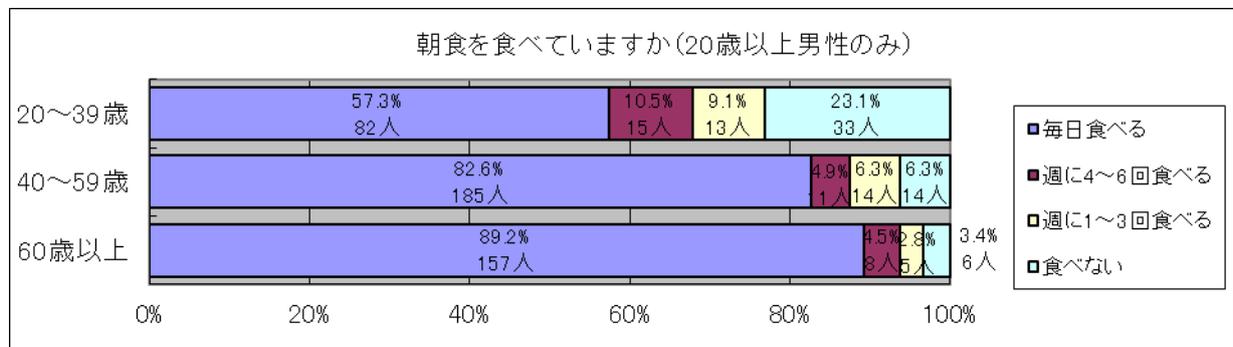
~~小学生では「毎日食べる」が89.4%でしたが、中学生になると84.6%にとどまりました。「毎日食べる」と回答した人は、20～39歳が80.2%、40～59歳84.4%、60歳以上95.2%となりました。~~

~~年齢を重ねるにつれ摂取率が高くなっています。~~

【修正前】



【修正後】

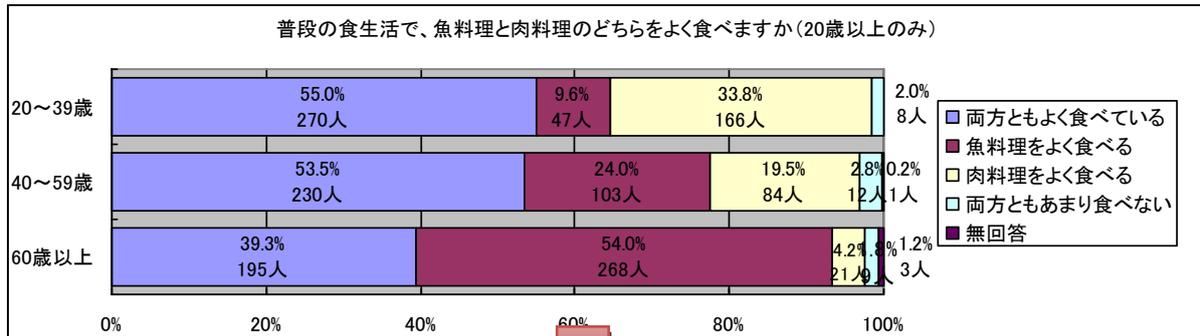


男性のみをみると、「毎日食べる」と回答した男性は40～59歳では79.8%から82.6%と増加しましたが、20～39歳では60.7%から57.3%、60歳以上では93.2%から89.2%と減少しました。

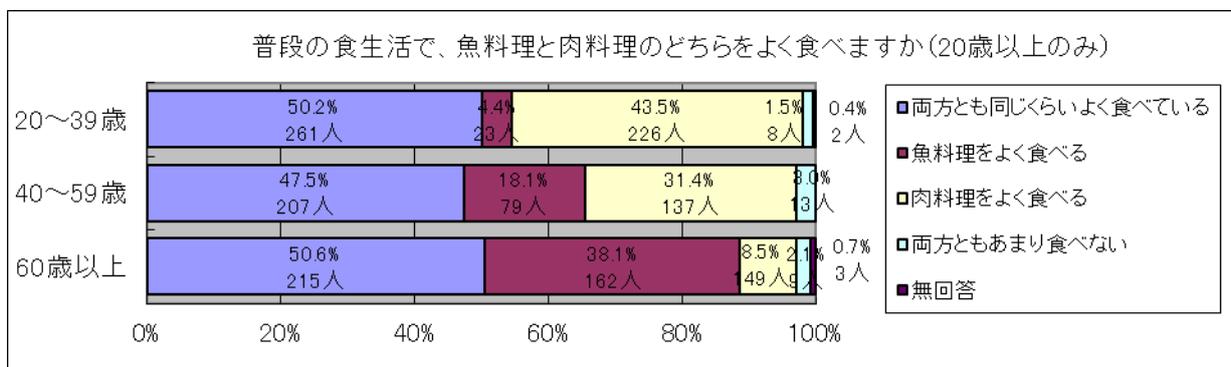
~~「毎日食べる」と回答した男性は20～39歳60.7%、40～59歳79.8%、60歳以上93.2%でした。男性は女性と比べると朝食の摂取率が低くなっています。~~

## (6) 肉料理・魚料理の摂取頻度について

【修正前】



【修正後】

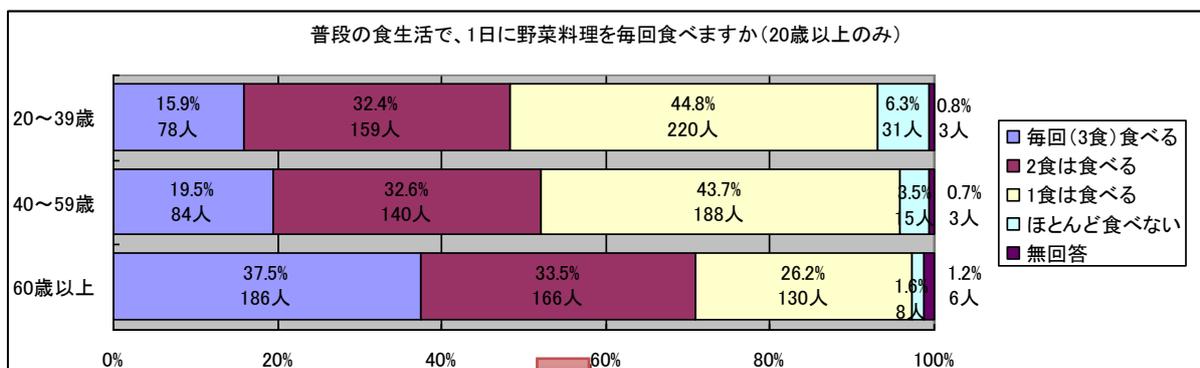


平成21年度の調査と比べて、「両方とも同じくらいよく食べている」と回答した人は、60歳以上では39.3%から50.6%と増加しましたが、20～39歳では55.0%から50.2%、40～59歳では53.5%から47.5%と減少しました。

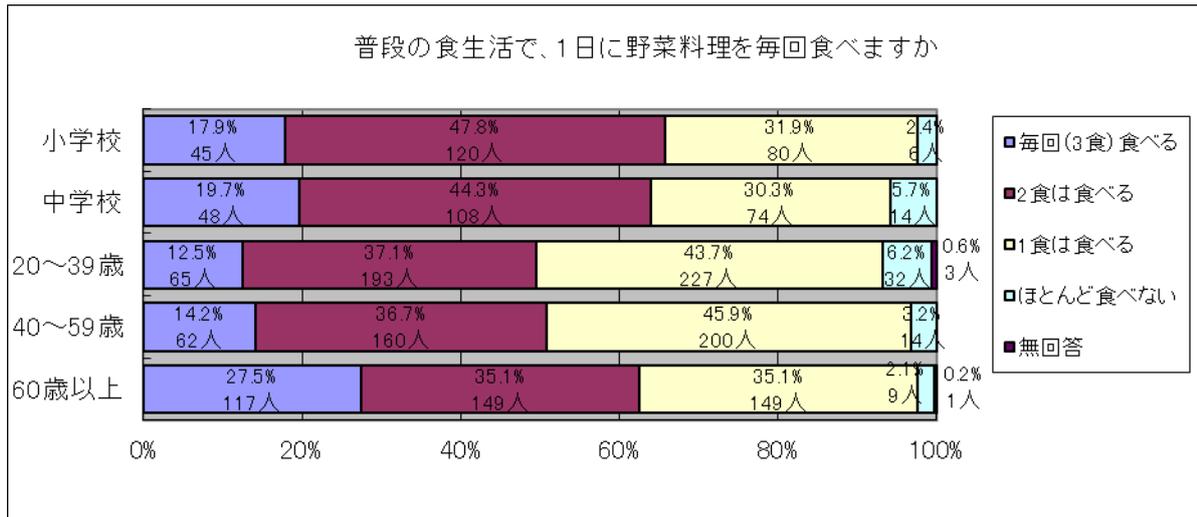
~~20～39歳では「肉料理をよく食べる」と回答した人が33.8%と比較的多く、60歳以上では「魚料理をよく食べる」と回答した人が54.0%と多くなっています。~~

## (7) 野菜料理の摂取頻度について

【修正前】



【修正後】

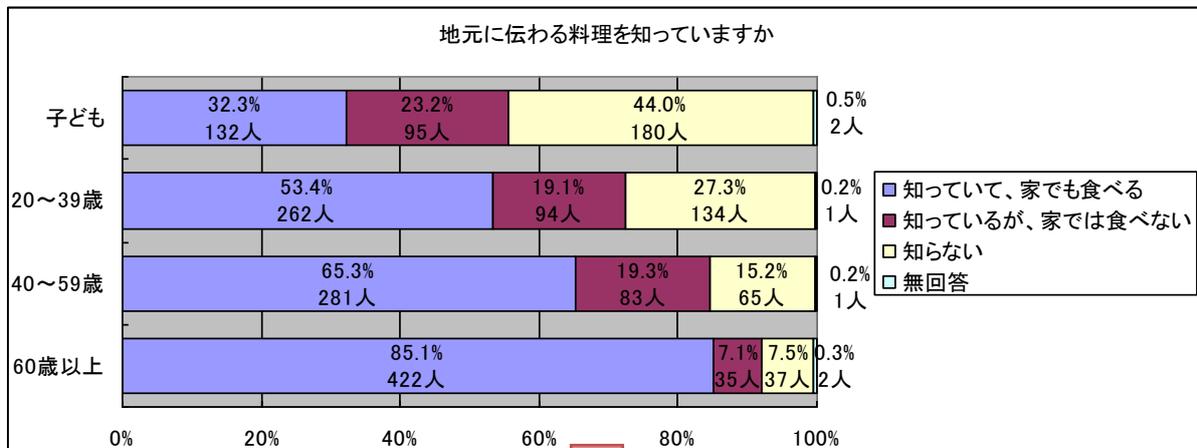


平成21年度の調査と比べて、野菜料理を「毎回（3食）食べる」と回答した人は、成人ではどの世代でも減少しました。

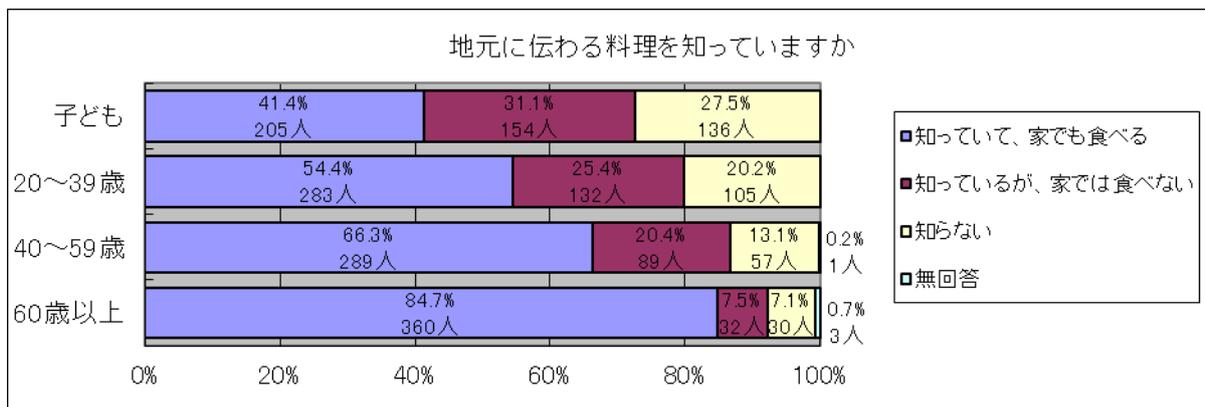
野菜料理を「毎回食べる」と回答した人は、~~20～39歳15.9%、40～59歳19.5%、60歳以上37.5%~~でした。

（8）地元で伝わる料理・行事食の認知度について

【修正前】



【修正後】

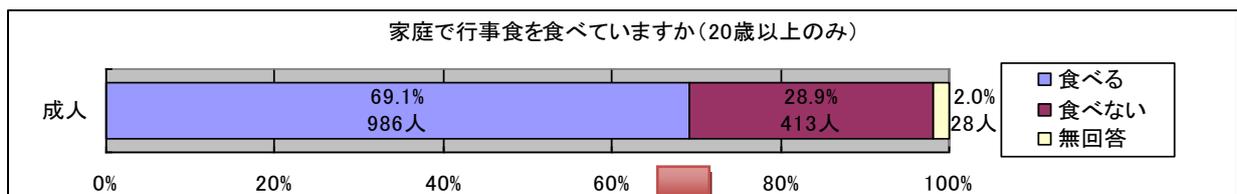


平成 21 年度の調査と比べて、「知っていて、家でも食べる」と回答した人は、子どもは 32.3% から 41.4%、20～39 歳は 53.4% から 54.4%、40～59 歳は 65.3% から 66.3% と増加しました。

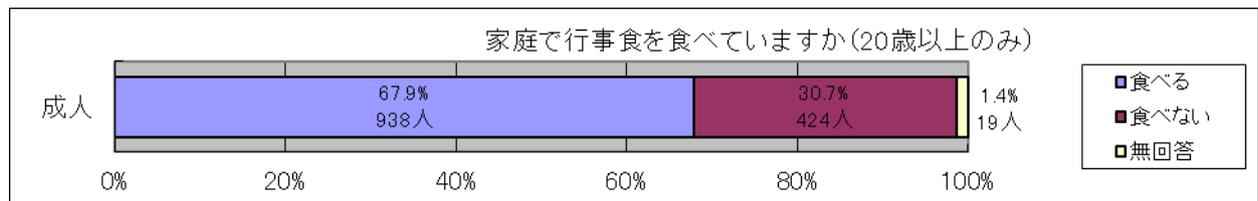
~~子どもでは「知らない」と回答した人は 44.0% でした。~~

~~成人では「知らない」と回答した人が 20～39 歳は 27.3%、40～59 歳は 15.2%、60 歳以上は 7.5% となりました。年齢を重ねるにつれ認知度が高くなっています。~~

【修正前】



【修正後】

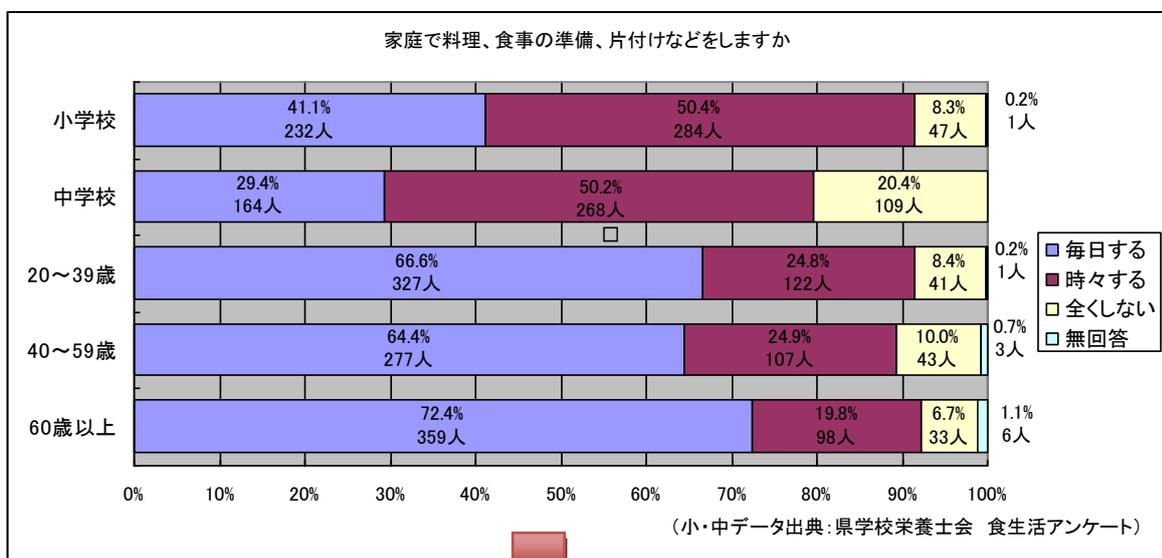


平成 21 年度の調査と比べて、家庭で行事食を「食べる」と回答した成人は、69.1% から 67.9% と減少しました。

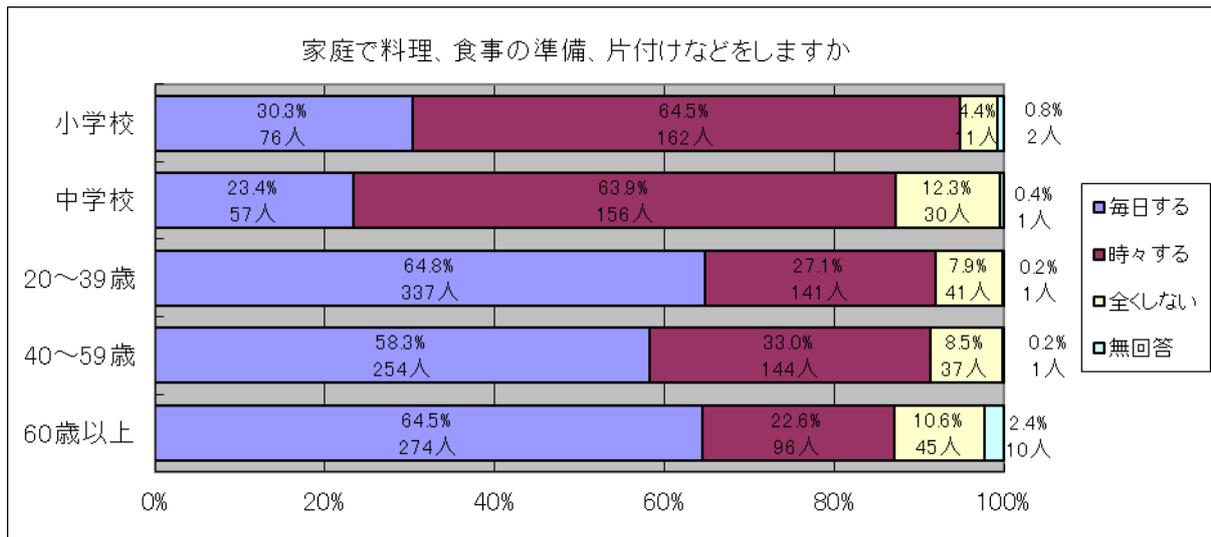
~~家庭で行事食を「食べる」と回答した人は、69.1% でした。家族構成別に見ると、大家族 76.8%、核家族 69.2%、単身者 50.6% でした。~~

## (9) 食への関わり

【修正前】



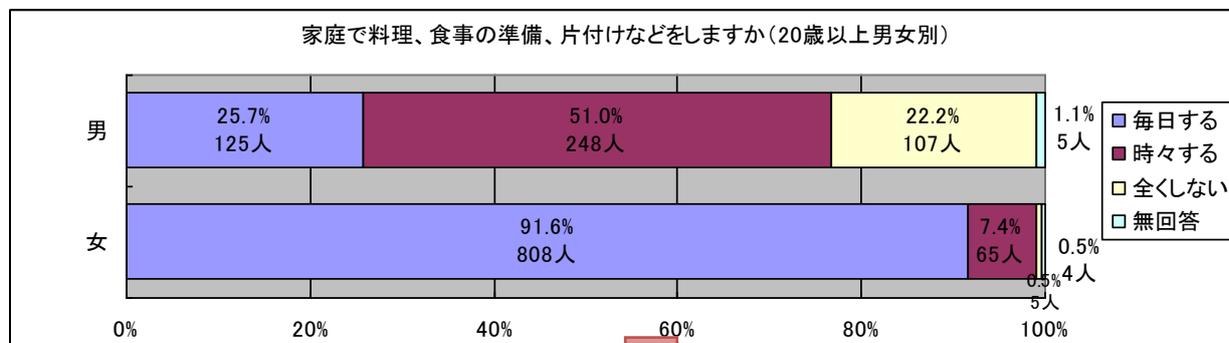
【修正後】



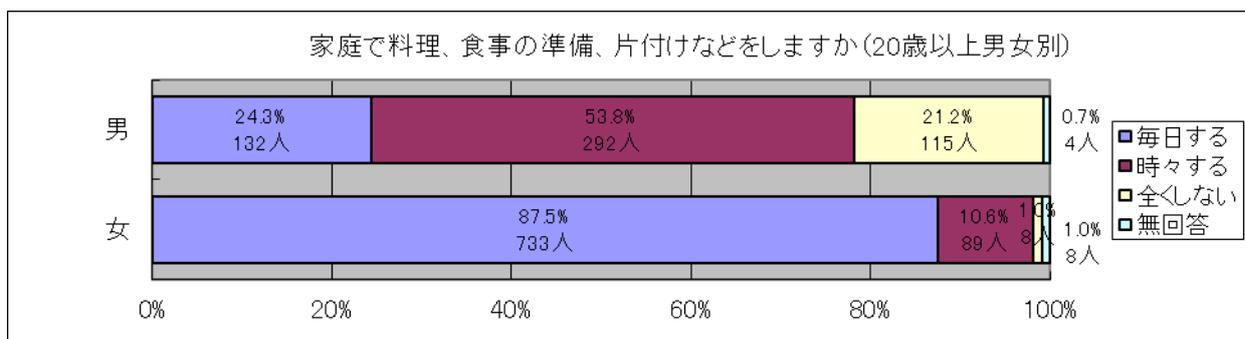
平成 21 年度の調査と比べて、「全くしない」と回答した小学生は 8.3% から 4.4%、中学生では 20.4% から 12.3% と減少しました。成人では 40～59 歳は 10.0% から 8.5% と減少しましたが、60 歳以上では 6.7% から 10.6% と増加しました。

~~「全くしない」と回答した小学生は 8.3% でしたが、中学生では 20.4% に増える結果となりました。成人では 20～39 歳 8.4%、40～59 歳 10.0%、60 歳以上 6.7% でした。~~

【修正前】



【修正後】

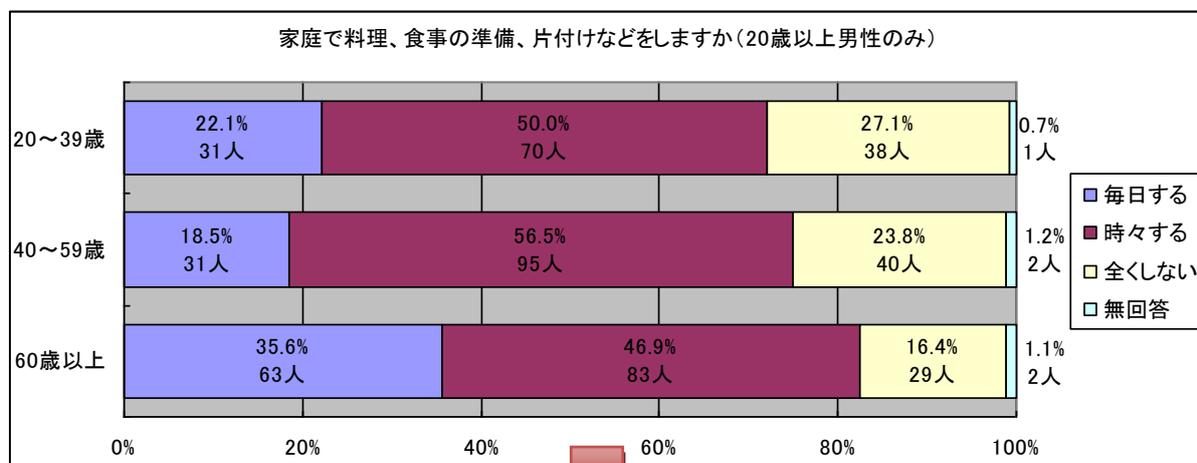


性別ごとにみても、「全くしない」と回答した男性は 22.2% から 21.2%

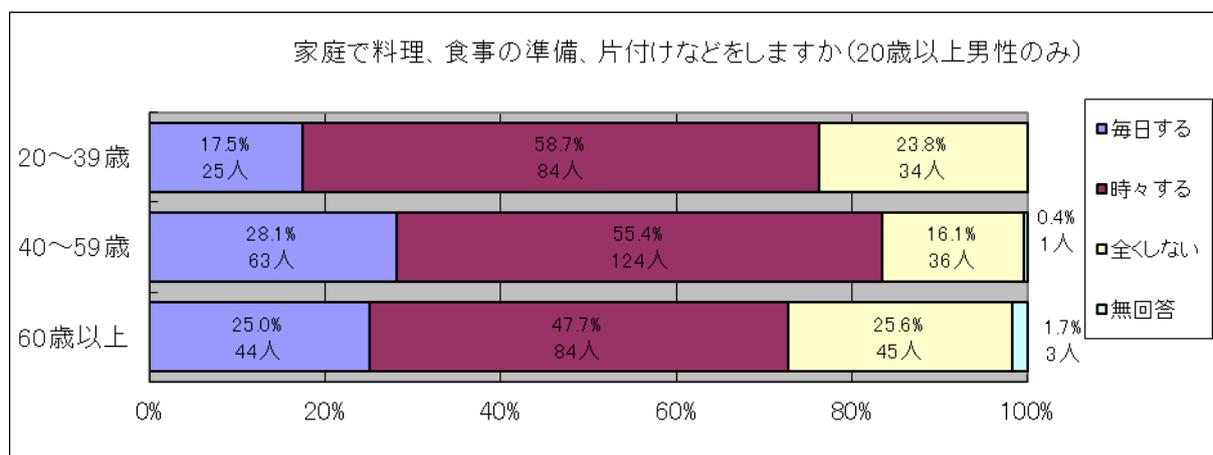
と減少しましたが、女性は1.0%とあまり変化はありませんでした。

~~「全くしない」と回答した男性は22.2%、女性は0.5%でした。~~

【修正前】



【修正後】

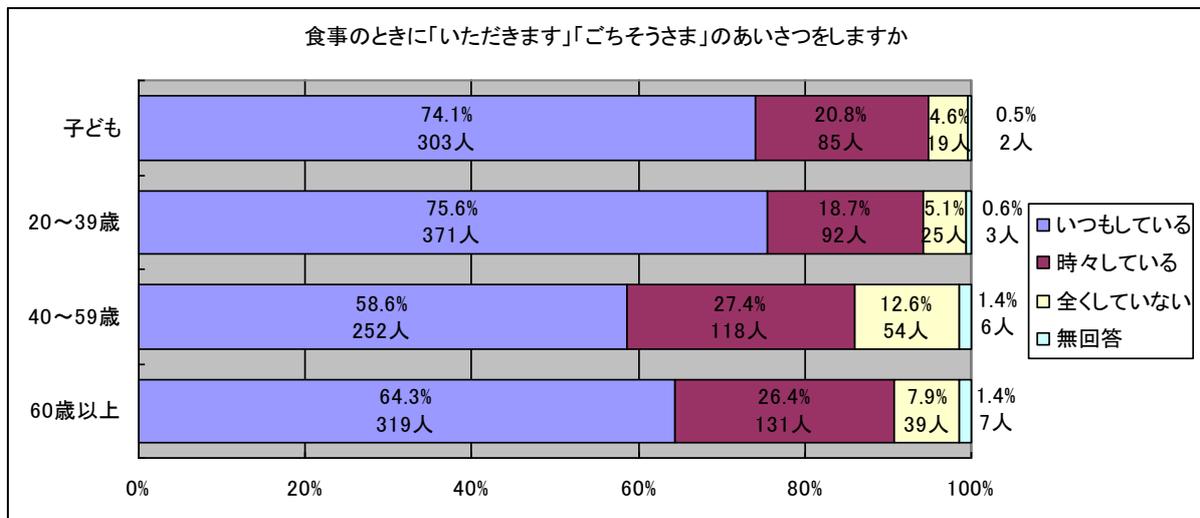


平成21年度の調査と比べて、「全くしない」と回答した男性は20～39歳では27.1%から23.8%、40～59歳では23.8%から16.1%と減少しましたが、60歳以上は16.4%から25.6%と増加しました。

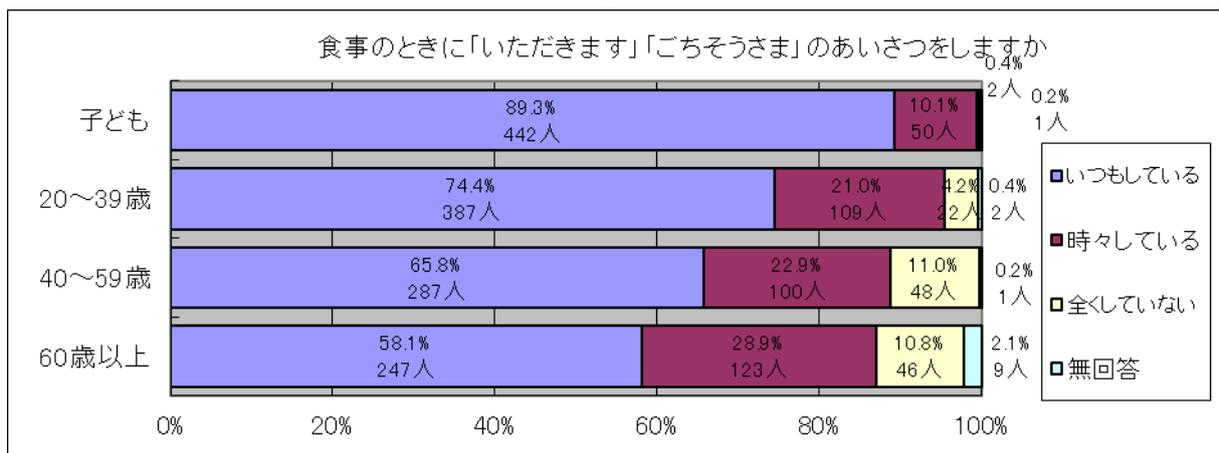
~~「全くしない」と回答した男性は20～39歳が27.1%と最も高く、40～59歳23.8%、60歳以上16.4%でした。~~

## (10) 食事のあいさつについて

【修正前】



【修正後】



平成21年度の調査と比べて、「いつもしている」と回答した人は子どもでは74.1%から89.3%、成人では40～59歳は58.6%から65.8%と増加しましたが、20～39歳では75.6%から74.4%、60歳以上は64.3%から58.1%と減少しました。

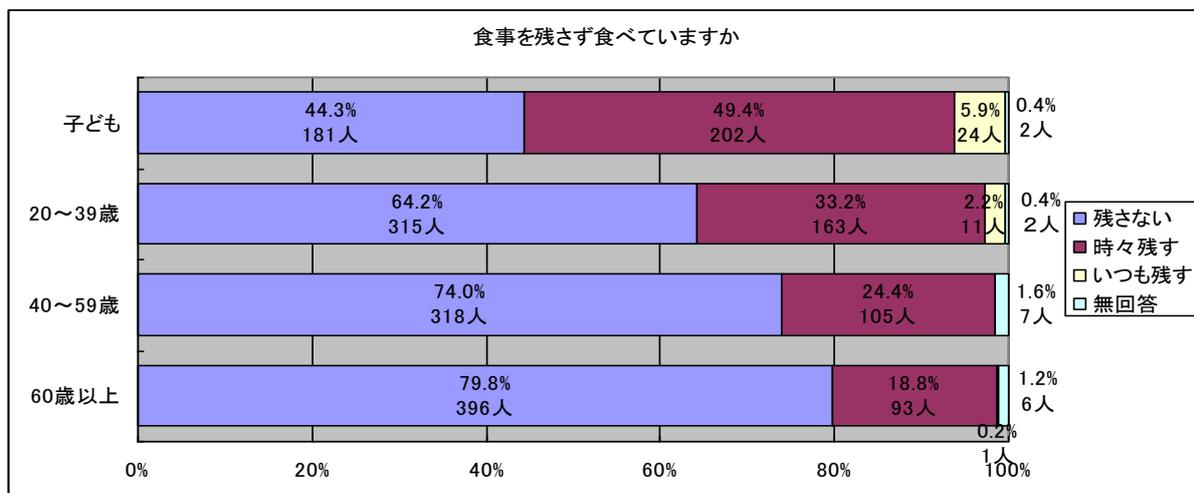
~~子どもでは、「いつもしている」と回答した人は74.1%でした。~~

~~成人では、20～39歳75.6%、40～59歳58.6%、60歳以上64.3%でした。~~

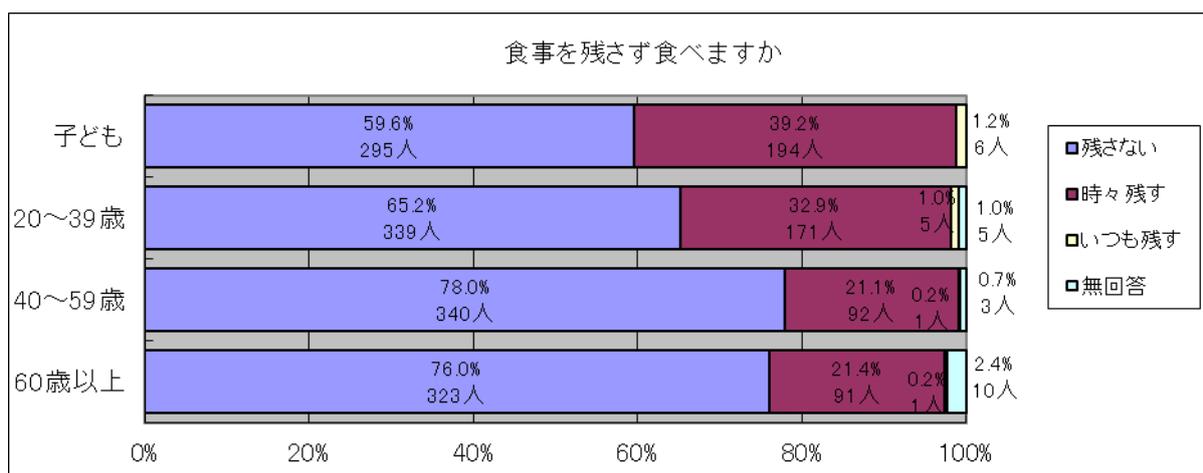


## (11) 食べ残しについて

【修正前】



【修正後】

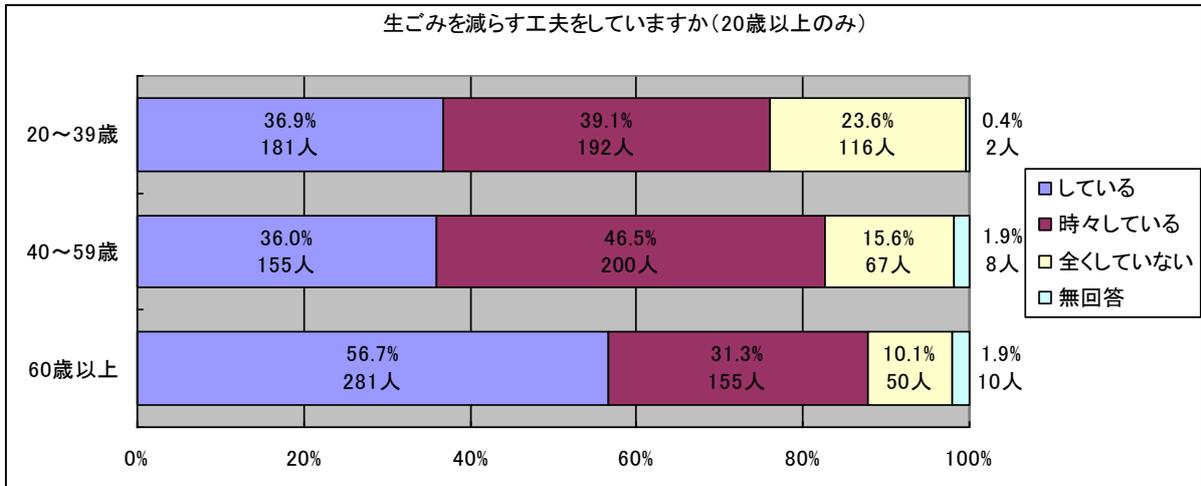


平成21年度の調査と比べて、「残さない」と回答した人は子どもでは44.3%から59.6%、成人では20~39歳は64.2%から65.2%、40~59歳では74.0%から78.0%と増加しました。しかし60歳以上では79.8%から76.0%と減少しました。

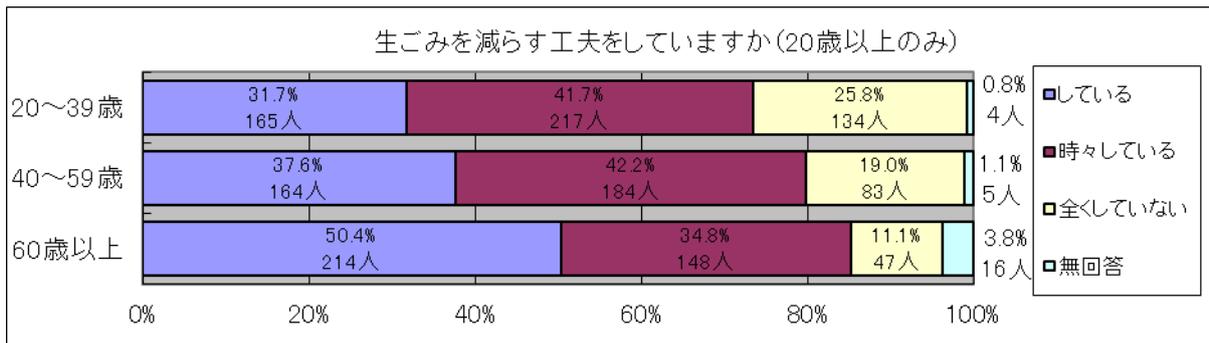
~~「残さない」と回答した人は子ども44.3%、20~39歳64.2%、40~59歳74.0%、60歳以上79.8%でした。年齢を重ねるにつれ、「残さない」と回答した人の割合が増えています。~~

## (12) 生ごみに対する意識について

【修正前】



【修正後】

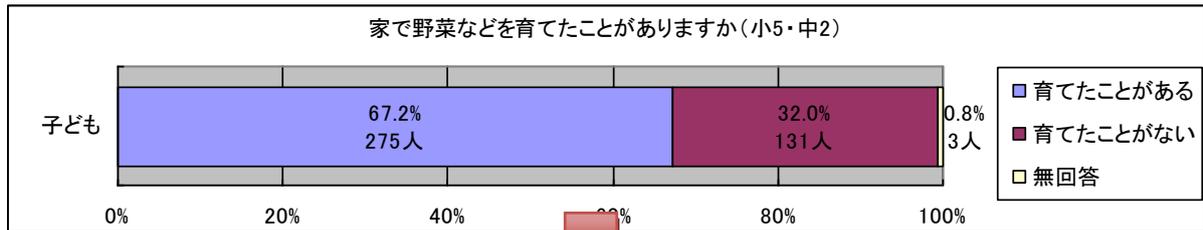


平成21年度の調査と比べて、「全くしていない」と回答した人は20~39歳では23.6%から25.8%、40~59歳では15.6%から19.0%、60歳以上では10.1%から11.1%と増加しました。

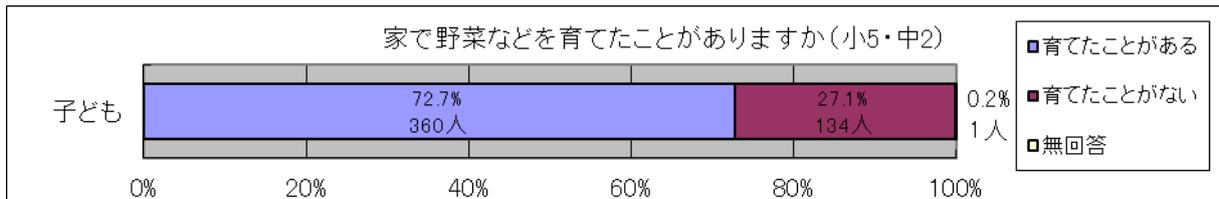
~~「全くしていない」と回答した世代は20~39歳23.6%、40~59歳15.6%、60歳以上10.1%でした。年齢を重ねるにつれ、生ごみを減らす工夫をしている人の割合が増えています。~~

### (13) 野菜等の栽培体験について

【修正前】

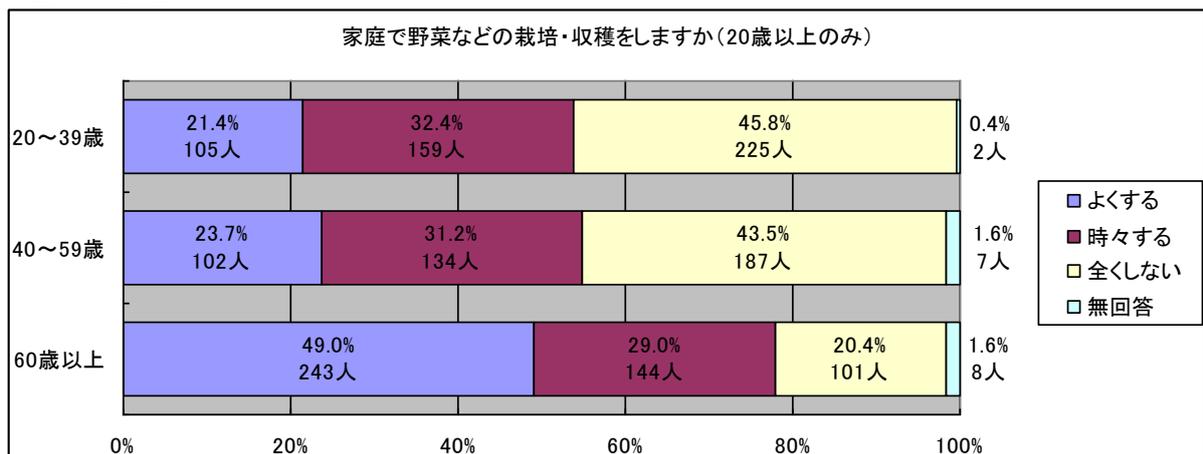


【修正後】

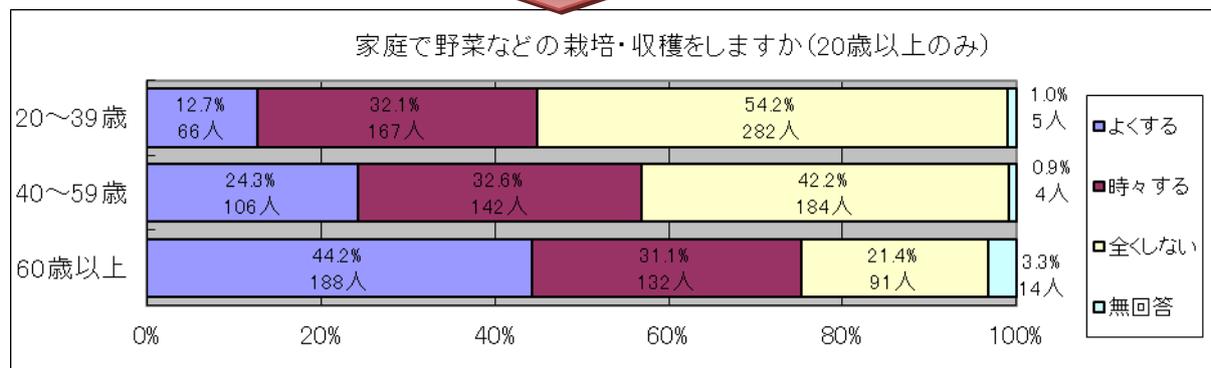


~~「育てたことがない」と回答した子どもは32.0%でした。~~

【修正前】



【修正後】

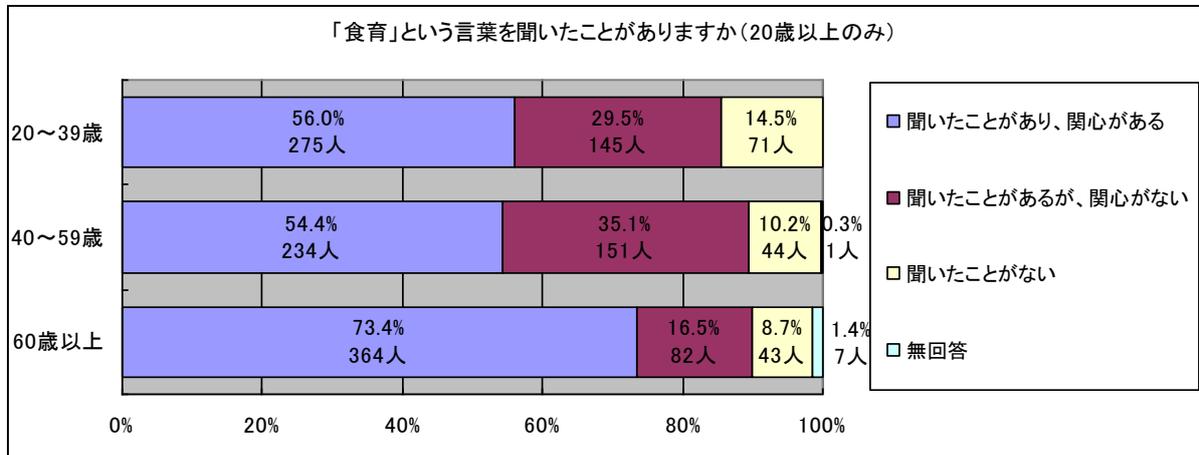


平成21年度の調査と比べて、「育てたことがない」また、「全くしない」と回答した人は、子どもでは32.0%から27.1%、成人では40～59歳が43.5%から42.2%と減少しましたが、20～39歳では45.8%から54.2%、60歳以上では20.4%から21.4%と増加しました。

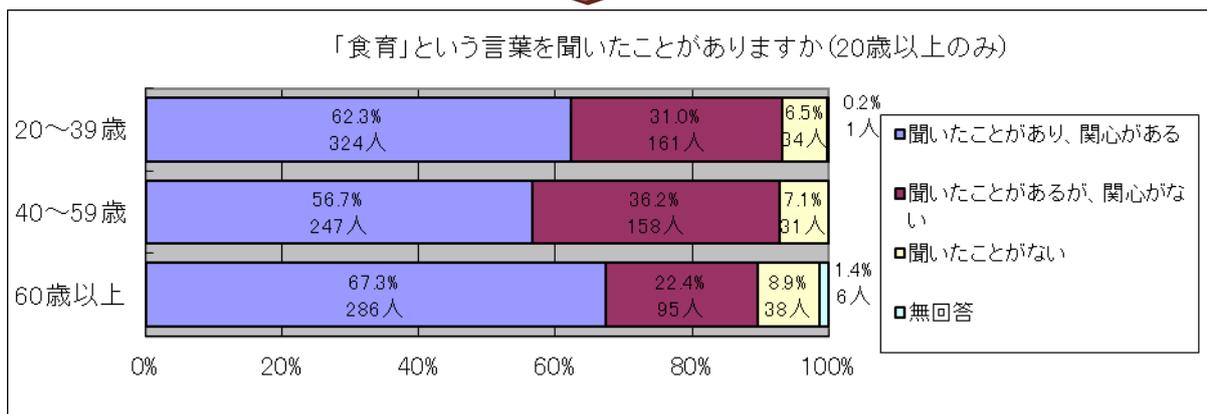
~~「全くしない」と回答した人は 20～39 歳 45.8%、40～59 歳 43.5%、60 歳以上 20.4%でした。~~

## (14) 食育についての認知度・関心度について

【修正前】



【修正後】

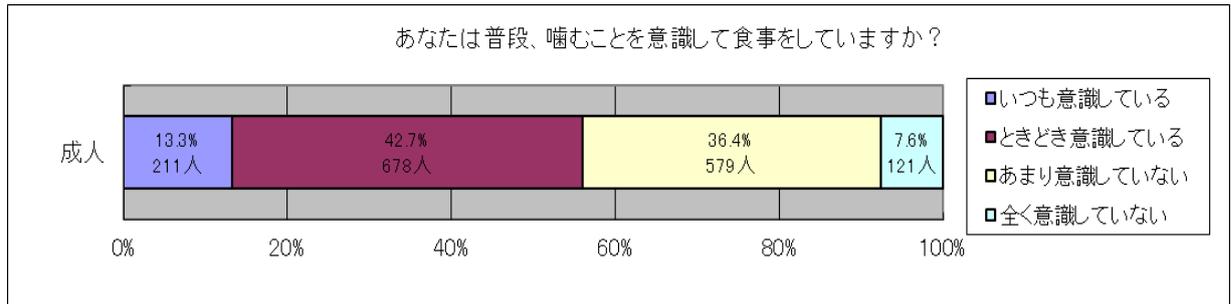


平成 21 年度の調査と比べて、「聞いたことがあります、関心がある」と回答した人は、20～39 歳では 56.0%から 62.3%、40～59 歳は 54.4%から 56.7%と増加しました。しかし、60 歳以上は 73.4%から 67.3%と減少しました。

~~「聞いたことがある」と回答した人はどの世代も合わせて 8 割以上でしたが、「聞いたことはあるが、関心がない」と回答した人は、20～39 歳 29.5%、40～59 歳 35.1%、60 歳以上 16.5%でした。~~

【追加】

(15) 噛むことの意識について



(山陽小野田市「SOS健康づくり計画」中間評価のためのアンケート)

「いつも噛むことを意識している」「ときどき意識している」と回答した成人は、合わせて56.0%でした。

## 【課題の整理】

- 山陽小野田市産の食材・特産品の認知度について、子どもは **55.4%**~~52.6%~~でしたが、成人は20～39歳が **39.2%**~~28.7%~~と最も低く、年齢を重ねるにつれ、増える結果となりました。若い世代をはじめ全世代において、地場産の食材、特産品の認知度を高めることによって、生産者の顔が見える安心感や、地元への愛着を育て、新鮮な旬の食材を選ぶことができる「地産地消」のよさを認識するということが大切です。
- 「食事バランスガイド」については、**成人**はどの世代も7割～8割の認知度がありましたが、活用度は比較的低い結果となりました。食事バランスガイド等の認知・活用度を高め、自分に必要な食べ物の種類や量を自分で選択できる力を身に付けることで、望ましい食生活の実践につなげていくことが大切です。
- 野菜摂取頻度については、全世代で「毎回（3食）食べている」人の割合が少なく、最も割合の多い60歳以上の世代でも、**27.5%**~~37.5%~~と低い結果となりました。生活習慣病予防などの健康づくりのためにも、野菜を毎食食べる習慣を身につけることが必要であると考えます。
- 朝食摂取については、特に20～39歳男性の摂取率が低いため、朝食摂取の大切さを理解し、毎日朝食を食べることで、規則正しい食習慣を身に付けることが大切です。
- 食への関わりについては、**中学生子ども**と成人男性は「料理、食事の準備、片付けなどを毎日する」と答えた人が **35%**割にも満たない低い結果となりました。子どものころから家族一人ひとりが料理づくりなど食に積極的に関わるということが大切であると考えます。
- 家族構成などの変化により、行事食や伝統料理、郷土料理、食事のマナーなどが次世代に継承されにくくなっている現状がうかがえます。学校等だけでなく、家庭や地域においても伝統的な料理や行事食などを伝えることが必要と考えます。
- 食べ残しや生ごみを減らすための工夫に対する意識については、**成人においては、20～39歳の意識が低いという年齢を重ねるにつれ、高くなるという結**

果となりました。食べ物に感謝し、食べ残しや食べ物の廃棄を減らすことで環境へも配慮していくことが大切です。

- 野菜等の栽培体験について、20～39歳、40～59歳とも「全くしない」と答えた人が4割を超える結果となりました。家庭で野菜などの栽培体験を通して食べ物が育つ過程を知り、生産者の思いや食べ物大切さを理解するとともに、野菜摂取量の増加へもつながることが望まれます。

以上のような課題を踏まえ、市民一人ひとりが食育の必要性を感じ、食育に関心を持ち、食育を実践していく必要があると考えます。

また、企業が食育を推進することも大切なことです。

### (参考) 使用したデータの概要

調査名	調査対象	調査機関
平成 <del>25</del> <sup>24</sup> 年度食育に関する 市民意識調査	市内小学校5年生及び中 学校2年生 幼稚園・保育園保護者及 び20歳以上の市民	市健康増進課
平成 <del>25</del> <sup>24</sup> 年度食生活に関する アンケート調査	市内全小学校5年生・中 学校2年生	山口県学校栄養士会
山陽小野田市「SOS健康づく り計画」中間評価のためのア ンケート	市民	山陽小野田市・SOS 健康づくり計画運営委 員会(かたつむりで行 こう会)

## 第4章 山陽小野田市の食育推進の目標

### 1 目標と目標値

食育に関する意識調査等により明らかになった本市の食をめぐる課題を解決するために、基本理念のイメージである『ねたろう「食育」サイクル』を実践します。

本市では、食育の推進状況や取り組みの成果を評価できるように、次の10項目の指標、目標値を設定します。なお、数値目標は平成27年度までに達成すべき目標値とします。(食育に関する意識調査の詳細についてはP を参照)

#### 全てに関わること

##### ・「食育」について関心がある人

対象	前回調査	現状値(%)	目標値(%)
大人	61.2%	62.1%	100%

#### ね 「ねらいは地場産！健康的に食べ物を選ぼう」 えらぶ（選択）

##### ・山陽小野田市産の食材・特産品を知っている人

対象	前回調査	現状値(%)	目標値(%)
子ども	52.6%	55.4%	80%以上
大人	47.0%	50.3%	80%以上

##### ・食事バランスガイドを認知・活用している人

対象	前回調査	現状値(%)	目標値(%)
子ども (認知度)	51.6%	52.1%	80%以上
大人 (活用度)	32.2%	29.8%	60%以上

##### ・1日に野菜料理を3食とも食べる人

対象	前回調査	現状値(%)	目標値(%)
子ども	-	18.8%	増やす
大人	24.4%	17.7%	50%以上

**た** 「楽しくおいしく食べよう」 **たべる** (消費)

・朝食を毎日食べている人

対象	前回調査	現状値(%)	目標値(%)
子ども	小学校 89.4%	小学校 90.5%	100% (小・中とも)
	中学校 84.6%	中学校 90.8%	
20～39 歳男性	60.7%	57.3%	80%以上

・家庭で料理、食事の準備、後片付けを毎日する人

対象	前回調査	現状値(%)	目標値(%)
子ども	小学校 41.1%	小学校 30.3%	50%以上 (小・中とも)
	中学校 29.4%	中学校 23.4%	
成人男性	25.8%	24.3%	50%以上

・地元につながる料理を家庭で食べる人

対象	前回調査	現状値(%)	目標値(%)
子ども	32.3%	41.4%	80%以上
大人	67.6%	67.5%	80%以上

**ろ** 「老若男女、みんなで食資源をムダなく使おう」 **つかう** (再利用)

・食事を残さず食べる人

対象	前回調査	現状値(%)	目標値(%)
子ども	44.3%	59.6%	70%以上
大人	72.1%	72.6%	90%以上

・生ごみを減らす工夫をしている人

対象	前回調査	現状値(%)	目標値(%)
大人	81.6%	79.1%	100%

**う** 「生まれてくる食べ物の命に感謝しよう」 **うむ** (生産)

・家庭で野菜などの栽培や収穫をする人

対象	前回調査	現状値(%)	目標値(%)
大人	62.2%	58.0%	80%以上

第5章 山陽小野田市の食育推進の具体的施策

1 食育推進の具体的施策

ね 「ねらいは地場産！健康的に食べ物を選ぼう」

目的・方向性	必要なこと	家庭でできること	学校・保育園・幼稚園ができること	各団体・関係機関ができること	行政ができること	
<p><b>地元の食材、旬の食材を選ぼう</b></p>	<p>地元の食材や旬の食材の良さを知る</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・地場産コーナーを利用する</li> <li>・旬の食材を活用する</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・献立表や給食日より、給食時間の放送等を活用する</li> <li>・野菜を育てる</li> <li>・地元の食材、旬の食材を給食に取り入れる</li> </ul>	<p>献立表・給食日より等の活用、 指導体制・指導内容の充実、 家庭・地域との連携</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・地場産コーナーを設置する</li> <li>・旬菜カレンダーを配布する</li> <li>・料理教室を開催する</li> <li>・食料自給率について情報提供する</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・地場産コーナーを設置する店舗を増やす支援をする</li> <li>・出前講座などで旬菜や農林水産物、特産品などを情報提供する</li> <li>・食育カレンダー(ねたろう食育カレンダー)を作成する</li> </ul>
<p><b>「何をどれだけ」食べたらいいか理解して、自分の適量を考えよう</b></p>	<p>適量を考えた食事の大切さを知る</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・食事バランスガイド等を活用する</li> <li>・自分の適量の目安量を知る</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・献立表や給食日より、給食時間の放送等で適量について知らせる</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>・食事バランスガイド等の情報提供をする</li> <li>・5 A DAY運動の推進をし、野菜料理を毎食取り入れるための情報提供をする</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・出前講座などで市版食事バランスガイドの啓発、情報提供をする</li> <li>・5 A DAY運動の推進をし、野菜料理を毎食取り入れるための情報提供をする</li> <li>・オリジナルランチョンマット(ねたろう食育ランチョンマット)を作成する</li> </ul>
<p><b>野菜料理を毎食取り入れよう</b></p>	<p>野菜の効用を知り、野菜のおいしさを実感する 新鮮な野菜が手に入る</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・家庭菜園で野菜を栽培する</li> <li>・野菜料理のレパートリーを増やす</li> <li>・必要な野菜の摂取量を知る</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・給食日より等で、野菜料理を紹介し、給食に野菜料理を積極的にとり入れる(いろいろな種類・いろいろな調理法)</li> <li>・育てた野菜を給食に使用する</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>・料理教室などで野菜料理を紹介する</li> <li>・野菜の目標摂取量を紹介する</li> <li>・家庭菜園の食材を活用した料理教室を開催する</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・市の広報などで野菜料理を紹介する</li> <li>・出前講座などで野菜の目標摂取量や野菜の効用を情報提供する</li> <li>・食育カレンダー(ねたろう食育カレンダー)を作成する</li> </ul>
<p><b>食品表示を見て、産地や栄養成分を確認しよう</b></p>	<p>食品表示を見て食品を選ぶ大切さを知る</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・食品表示を確認しながら正しく選ぶ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・給食日より等で食品表示等について情報提供する</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>・食品表示について情報提供する</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・出前講座などで食品表示や食品の安心、安全について情報提供する</li> </ul>

ねたろう食育博士の養成

作市の、広報普及・啓発のホームページ支援、ジ市・独自の講座等立案、活用した情報提供、関係団体人材との連携支援体制

目的・方向性	必要なこと	家庭でできること	学校・保育園・幼稚園ができること		各団体・関係機関ができること	行政ができること	
<p><b>1日3食</b> (朝食・昼食・夕食) きちんととろう</p>	<p>1日3食食べる意義を知り、生活リズムを整える</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・早寝、早起き、朝ごはんを実践する</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・生活リズムと食習慣の関連について給食試食会、給食だより等で啓発する</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>・朝食レシピの紹介をする</li> <li>・生活リズムと食習慣の関連について学ぶ機会を作る</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・<b>出前講座</b>などで3食摂取の大切さや健康への影響を伝える</li> </ul>	<p>市の広報・普及啓発のホームページ</p>
<p><b>みんなで食</b> (料理・食事の準備・片付けなど)に関わろう</p>	<p>誰もが食に関わることの大切さを知る</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・積極的に食に関わる</li> <li>・料理教室などに参加する</li> <li>・調理の過程にふれ、味覚、臭覚を育てる</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・給食当番など食に関わる機会をつくる</li> <li>・親子料理教室等、料理をする機会をつくる</li> </ul>	<p>献立表・給食だより等の活用・給食献立への導入、指導体制・指導内容の充実、家庭・地域との連携</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・<b>料理教室</b>を開催する</li> <li>・食への関わりを学ぶ機会をつくる</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・食への関わりを増やすよう啓発する</li> <li>・<b>料理コンテスト</b>を開催する</li> </ul>	<p>市独自の講座等を活用した情報提供、ボランティア等の人材育成・連携体制作り、</p>
<p><b>ふるさとの味</b> や行事食を伝えよう</p>	<p>ふるさとの味や行事食を知る</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・行事食、郷土料理を家庭でつくる</li> <li>・行事食、郷土料理について知る</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・行事食、郷土料理を給食に取り入れる</li> <li>・給食だより等で紹介する</li> <li>・親子料理教室などで郷土料理を伝える</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>・<b>料理教室</b>を開催する</li> <li>・ふるさとの味や行事食を食べる機会を<b>イベント、行事</b>などで企画する</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・郷土料理を紹介する(市の広報、ホームページの活用)</li> </ul>	<p>市独自の講座等を活用した情報提供、ボランティア等の人材育成・連携体制作り、</p>
<p><b>食卓を</b> 家族団らんの場にしよう</p>	<p>家族団らんのよさを知る</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・工夫して家族で食卓を囲むよう心がける</li> <li>・楽しい雰囲気食卓づくりを心がける</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・<b>食育の日</b>を啓発する</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>・<b>食育の日</b>を啓発する</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・<b>出前講座</b>などで食事の雰囲気づくりの大切さを伝える</li> <li>・<b>食育の日</b>を啓発する</li> </ul>	<p>市独自の講座等を活用した情報提供、ボランティア等の人材育成・連携体制作り、</p>
<p><b>食事のマナー</b> を守ろう</p>	<p>食事のマナーを知る</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・基本的なマナー(正しい箸の使い方など)を次世代へ伝える</li> <li>・食前、食後のあいさつをする</li> <li>・残さず食べるよう心がける</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・給食時間等でマナーを伝える</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>・食事のマナー(配膳、箸のマナー、あいさつなど)を伝える機会をつくる</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・<b>出前講座</b>などで食事のマナー(配膳、箸のマナー、あいさつなど)を伝える機会をつくる</li> <li>・<b>オリジナルランチョンマット(ねたろう食育ランチョンマット)</b>を作成する</li> </ul>	<p>市独自の講座等を活用した情報提供、ボランティア等の人材育成・連携体制作り、</p>



「生まれてくる食べ物の命に感謝しよう」

目的・方向性	必要なこと	家庭でできること	学校・保育園・幼稚園ができること	各団体・関係機関ができること	行政ができること	ねたろう食育博士の養成	
家庭菜園をして食べ物の命を育てよう	食べ物の命を育てる機会がある	・緑のカーテン（ゴーヤなど）を実践する ・貸し畑、共同畑などを活用する	・園や学校の菜園等を利用して、栽培体験をする機会をつくる ・緑のカーテンを実践する	・家庭菜園の教室を開催する	・広報などで家庭菜園について情報提供する ・緑のカーテン（ゴーヤなど）を実践し普及させる ・オリジナル栽培セットを作成する		ン普情市 テ及報の イ啓提広 ア発供報 等の支関 の支人係 人援ー 材、団ム 育市体ペ 成独等ー ・自とのジ 支のの・ 援企連出 画携前 立体講座 案、作等 実、り、 施、活 、用 ボラした
農林水産業を体験して、生産者と交流しよう	農林水産業を体験する機会がある	・見学・体験事業に参加し、生産者と積極的にふれあう	・社会見学、職場体験、親子遠足等で生産地を見学、体験する機会をつくる	・生産者との意見交換の場をつくる ・教育ファームを実践する場の提供をする ・生産者との交流できるイベントを開催する	・産地交流会を実施する ・産地見学ツアーを実施する ・生産者との交流ができるイベントの開催を支援する		
加工製品がつくられる過程を知ろう	加工製品がつくられる過程を知る機会がある	・見学・体験事業に参加し、生産者と積極的にふれあう	・加工製品の製造過程を見学、体験する機会をつくる	・加工製品の製造過程を見学、体験する機会をつくる	・地元企業で見学・体験ができる施設を増やすよう支援する		

行事食とは？

季節折々の伝統行事などの際にいただく料理、特別な行事の時の華やかな食事のことをいいます。それぞれの旬の食材を取り入れたものが多く、季節の風物詩の一つにもなっています。

【主な行事と行事食】

- |              |             |
|--------------|-------------|
| ○正月(1月1日)    | おせち等の正月献立   |
| ○七草(1月7日)    | 七草粥         |
| ○節分(2月3日)    | 鰯、福豆        |
| ○ひな祭り(3月3日)  | ひなあられ、ちらし寿司 |
| ○春分の日、秋分の日   | おはぎ         |
| ○子どもの日(5月5日) | ちまき         |
| ○土用の丑の日      | うなぎ         |
| ○仲秋の名月       | 月見団子        |
| ○大晦日         | 年越しそば       |

など

郷土料理とは？

他の地域では見られない食材や、独特の味つけ、調理法で作られた料理で、土地の人々の誇りとして長い歳月をかけて伝えてきた大切な食文化です。古くからその土地に伝わる伝統的な料理ともいえます。(P. 38～「ふるさとの料理」で地元の郷土料理を紹介しています。)



けんちょう



ちしゃなます



ぬた

【追加】

## 野菜摂取増加プロジェクト

### 目的

野菜摂取量を増やすことにより、糖尿病、高血圧、脂質異常症などの生活習慣病を予防し、健康づくりを推進することを目的とします。

### 取組の方向

◆市民へ野菜摂取増加に向けての啓発を強化します。

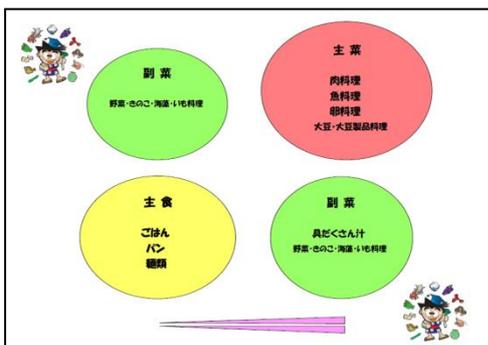
広報、ホームページ、イベントなどを活用し、1日の野菜の必要摂取量、野菜の大切さ、野菜の摂取方法などを市民に情報提供します。

◆食のネットワーク体制の強化・充実を図ります。

幼稚園、保育園、小・中学校、関係団体等の食のネットワークを構築し、連携体制を強化します。

◆野菜摂取増加に向けたツールを作成し、推進します。

- ・ねたろう食育ランチョンマットの活用
- ・ねたろう食育カレンダーの活用
- ・旬のおすすすめ野菜レシピの作成、活用
- ・野菜摂取増加のための啓発ポスターの作成、活用 など



ねたろう食育ランチョンマット

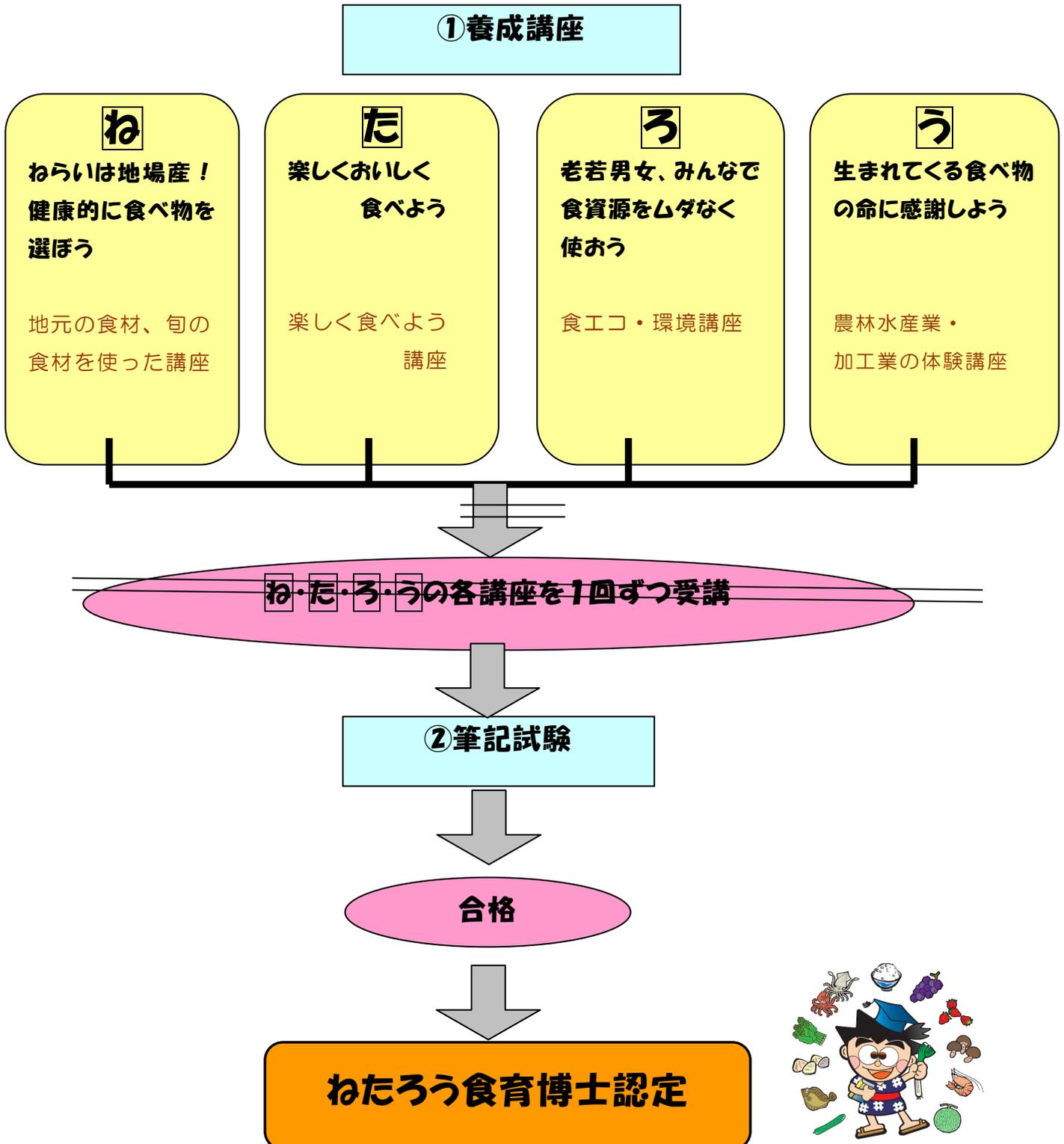


ねたろう食育カレンダー

## ☆ねたろう食育博士養成制度とは??

市民が食に関心をもち、食に関する知識について体験などをおして身につけることで、健全な食生活を実践し、食育の大切さを広くPRできる人材を養成することを目的とした制度です。

## ☆養成・認定までの流れ



【修正後】

## 平成 25 年度 食育に関する市民意識調査

### 1. 目的

山陽小野田市食育推進計画の推進にあたり、市民の食生活や食育に対する現状を把握し、また、数値目標の達成状況を確認することで計画の中間評価を行い、計画の見直しをはかるために調査を実施する。

### 2. 実施期間

平成 25 年 11 月 1 日～30 日

### 3. 対象者

市内小学校 5 年生及び中学校 2 年生

市内幼稚園・保育園保護者、及び 20 歳以上の市民

### 4. 方法

①幼稚園、保育園、小学校、中学校については、施設を通じて本人及び保護者に配布、回収した。

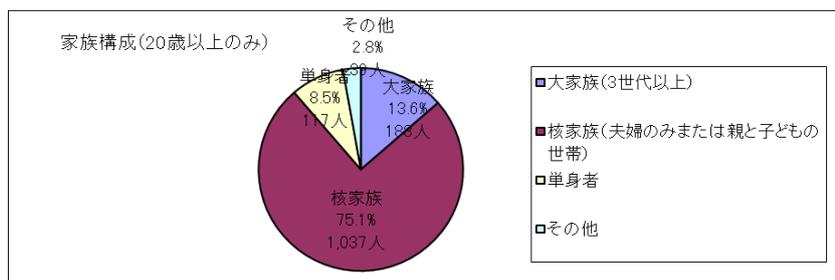
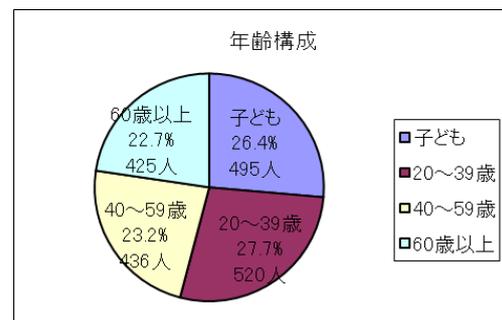
②上記以外の市民については各団体等の協力、または保健事業、食育事業等イベントでの調査・回収を行った。

### 6. 回収結果

配布数 2,000 枚に対し、1,876 枚回収（回収率 93.8%）

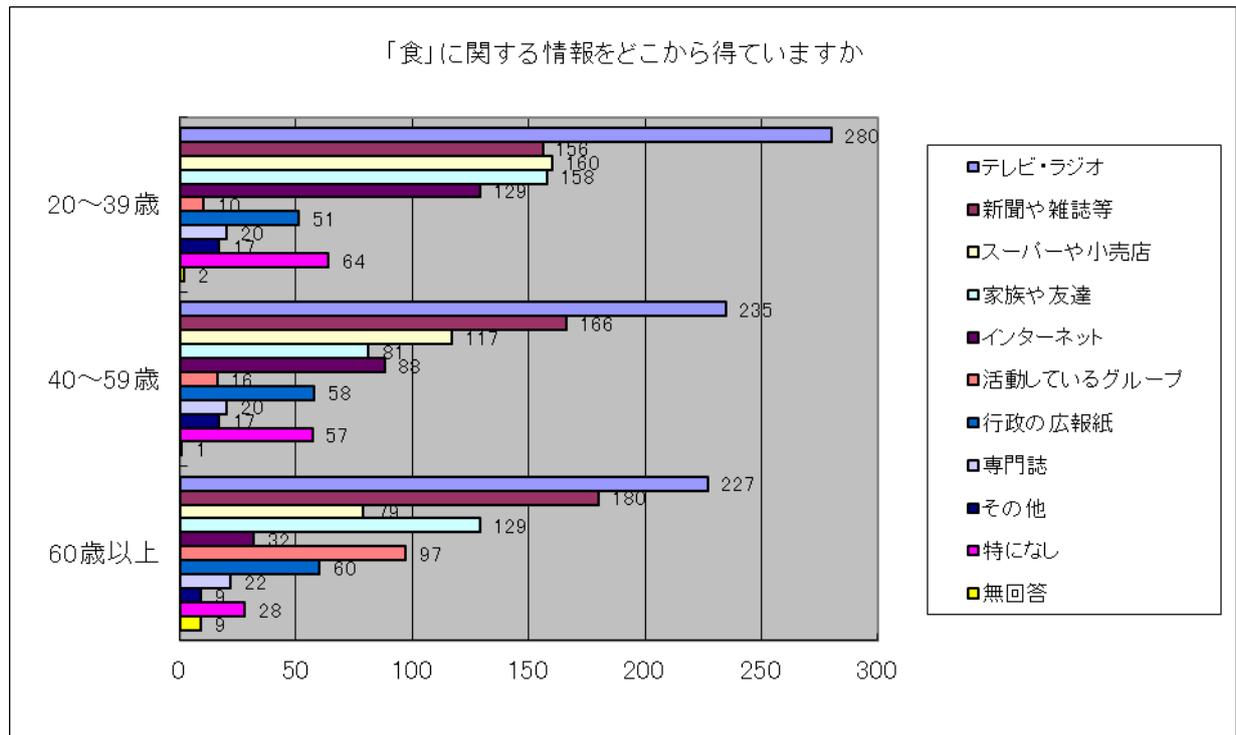
【内訳】

対象者	配布数	回収数	回収率
小学 5 年生	251	251	100%
中学 2 年生	244	244	100%
20 歳以上の市民	1,505	1381	91.8%
合 計	2,000	1876	93.8%

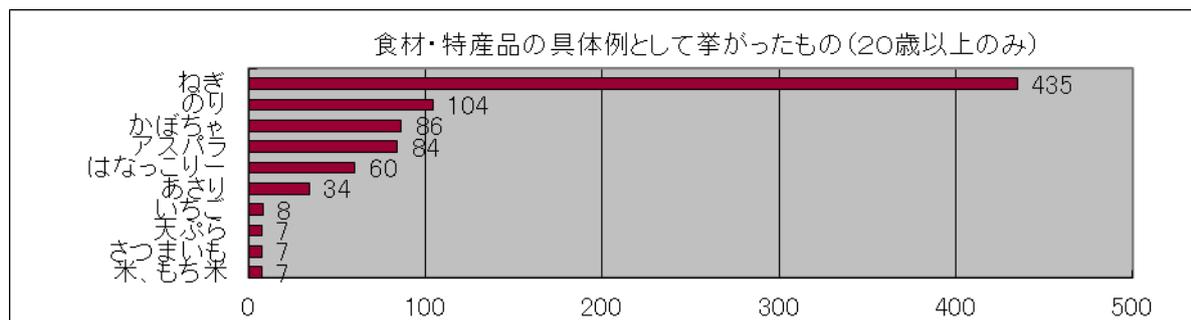
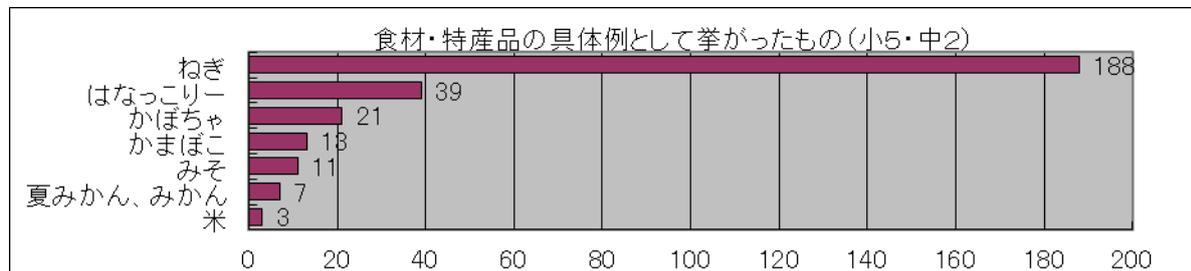


【追加】

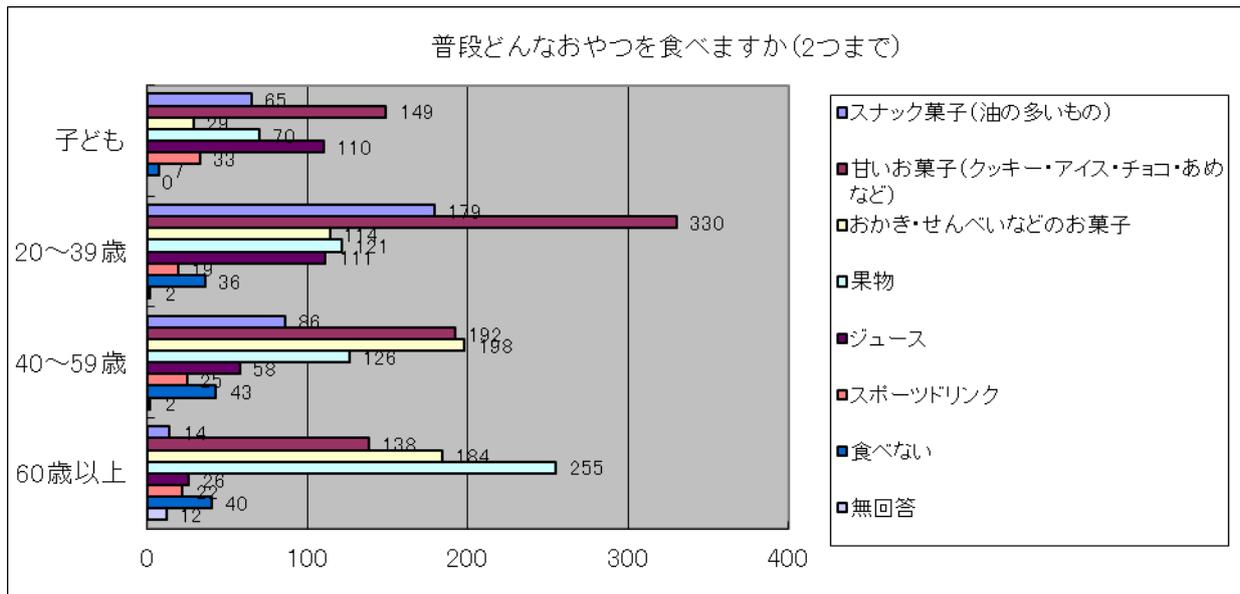
○食に関する情報について



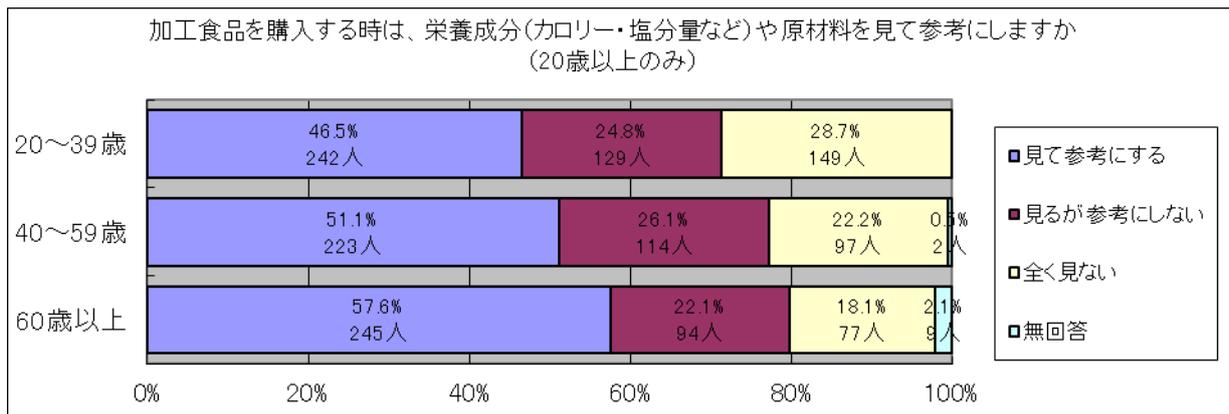
○地元の食材・特産品名の具体例として挙げたもの



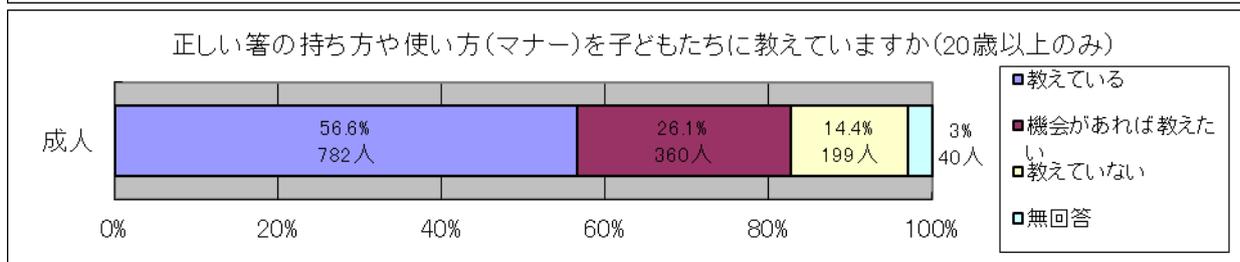
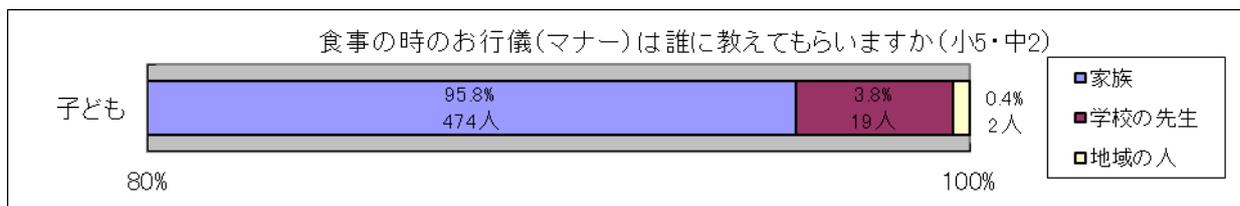
○おやつの摂取状況について



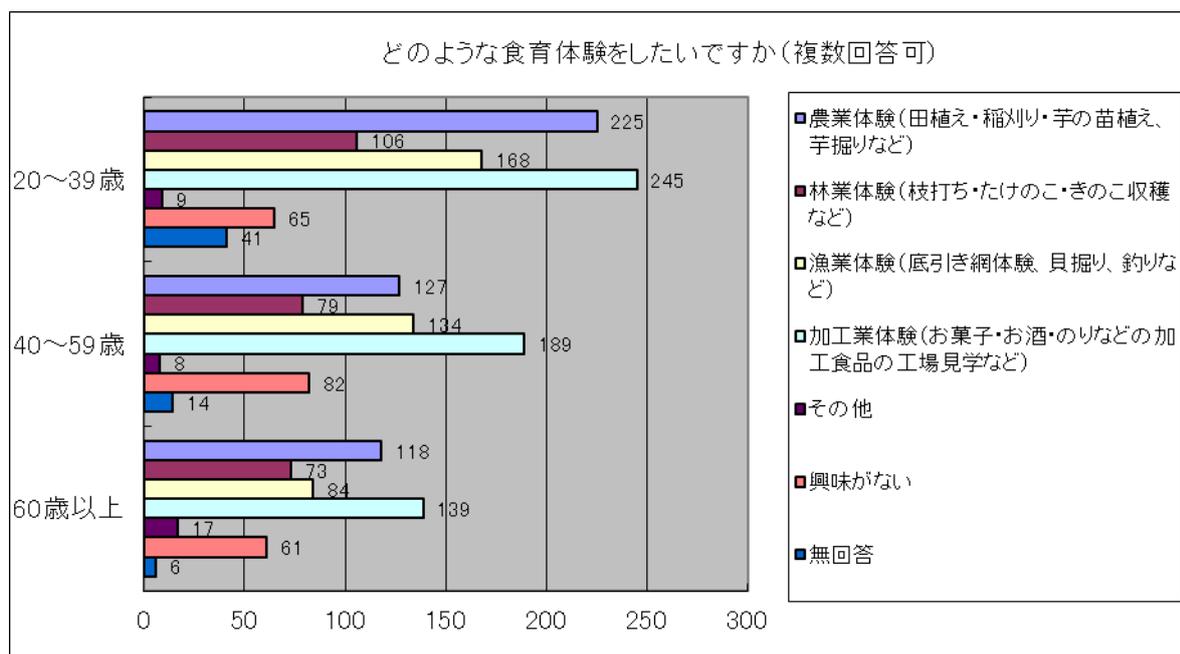
○食品表示について



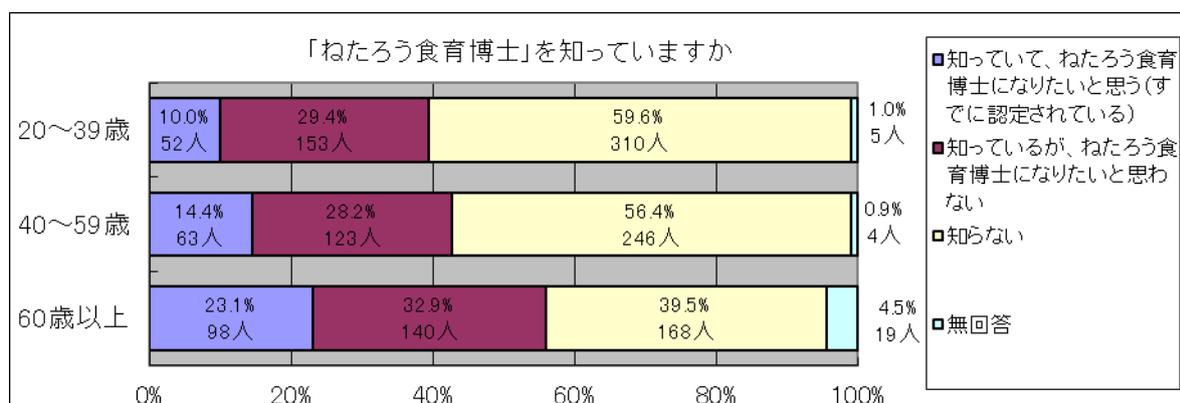
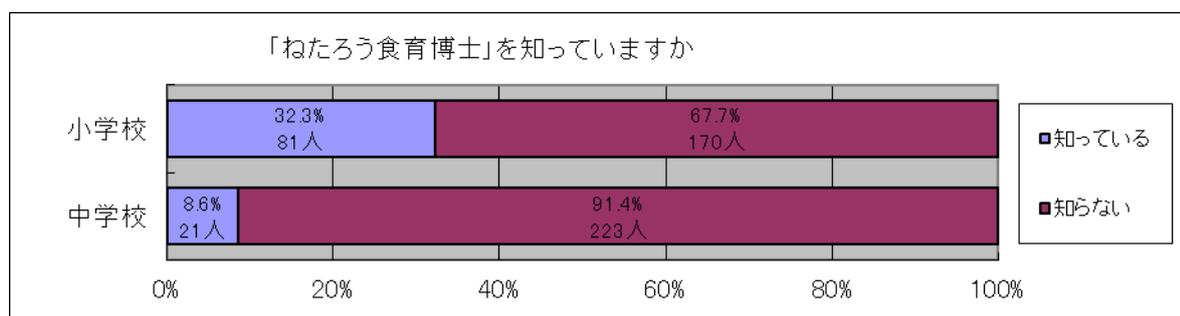
○食事のマナーの伝承について

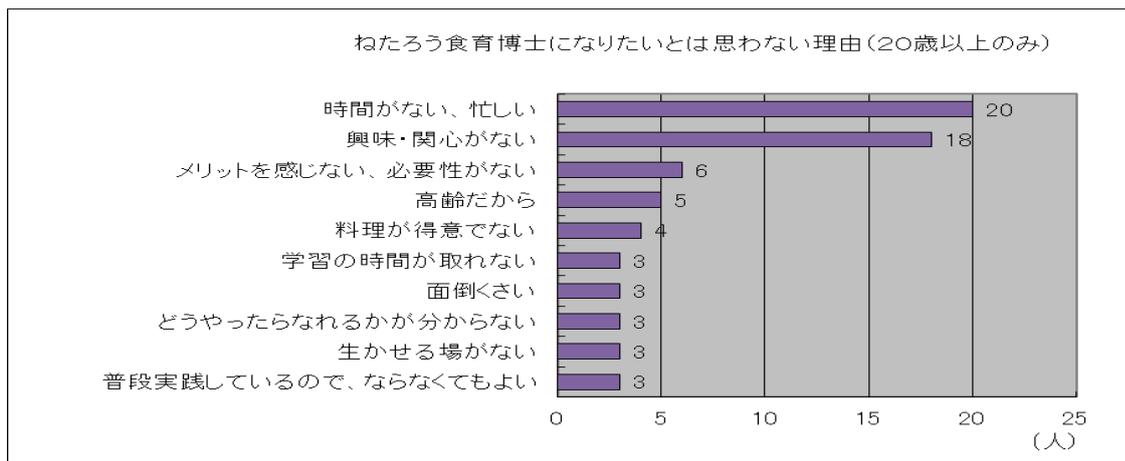


○食育体験への関心について

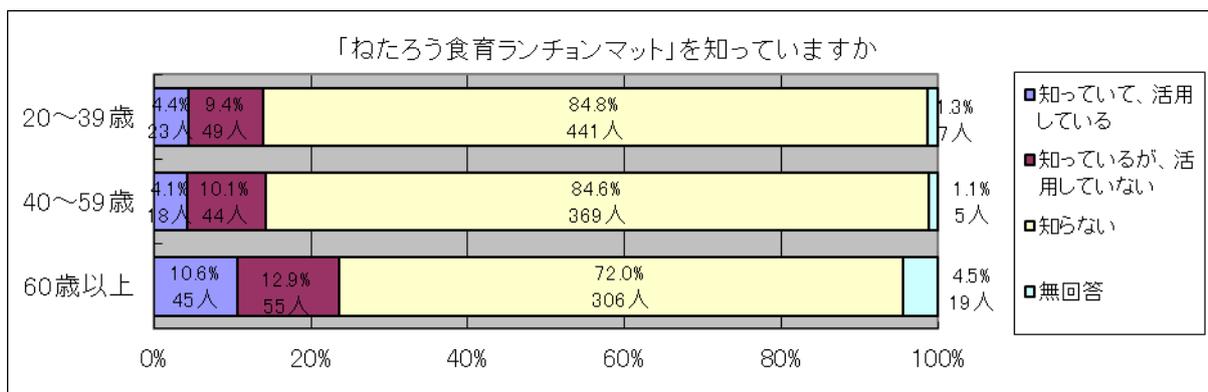
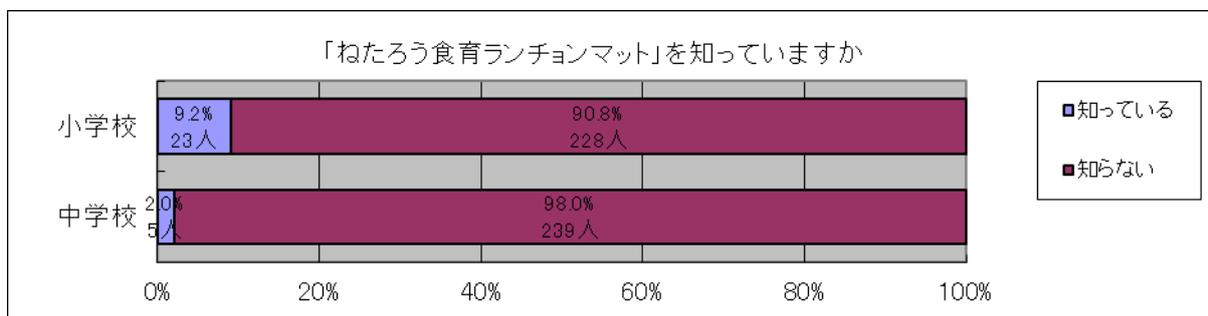


○食育計画、啓発ツール等の認知度について  
(ねたろう食育博士)

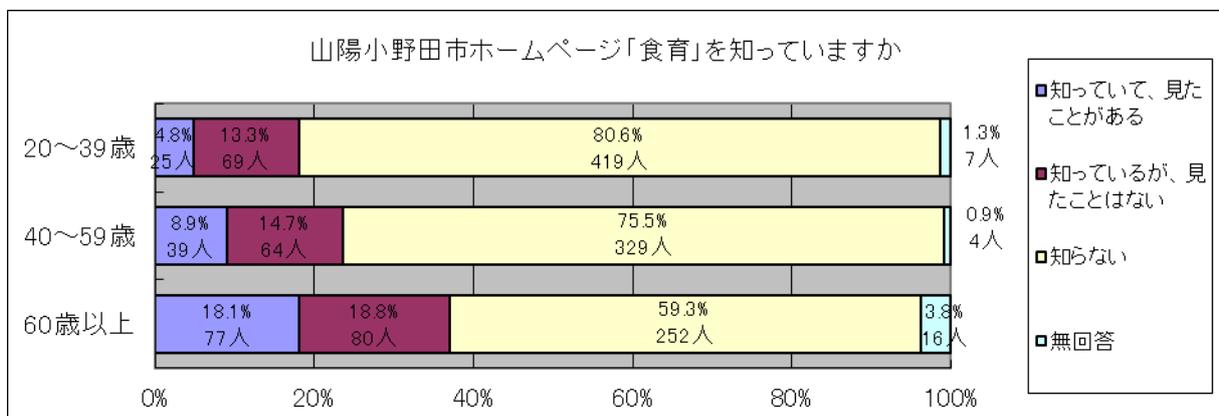




(ねたろう食育ランチョンマット)



(ホームページ「食育」)



## 【修正後】

### 食育に関する市民意識調査（成人）

・該当する番号に○を付けてください。

【年齢】 1. 20～39歳 2. 40～59歳 3. 60歳以上

【性別】 1. 男性 2. 女性

【家族構成】 1. 大家族（3世代以上） 2. 核家族（夫婦のみ又は親と子供の世帯）  
3. 単身者 4. その他

【1】「食育」という言葉を聞いたことがありますか？

1. 聞いたことがあります、関心がある
2. 聞いたことがあるが、関心がない
3. 聞いたことがない

○食育とは

・生きる上での基本であって、知育・徳育  
および体育の基礎となるべきもの。  
・さまざまな経験を通じて「食」に関する  
知識と「食」を選択する能力を習得し、  
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。

【2】「食事バランスガイド」を知っていますか？

1. 知っていて、食事の参考にしてている
2. 知っているが、食事の参考にはしていない
3. 知らない

○「食事バランスガイド」とは

・食事を主食、主菜、副菜、牛乳・乳  
製品・果物の5つのグループに分け、  
1日に「何を」「どれだけ」食べたら  
いいのかわかる目安を、コマのイラ  
ストであらわしたものです。

【3】山陽小野田市でつくられる食材・特産品を  
知っていますか？

1. 知っている（具体的に： \_\_\_\_\_）
2. 知らない

【4】地元で伝わる料理（ぬた・ちしゃなます・  
けんちょう・そうめん瓜なますなど）を  
知っていますか？

1. 知っていて、家でも食べる
2. 知っているが、家では食べない
3. 知らない

【5】「食」に関する情報（食事バランスガイド、食材の旬、野菜の育て方、  
食材のリサイクルなど）をどこから得ていますか？（複数可）

1. テレビ・ラジオ 6. 活動しているグループ
2. 新聞や雑誌等 7. 行政の広報誌
3. スーパーや小売店 8. 専門誌
4. 家族や友達 9. その他（ \_\_\_\_\_）
5. インターネット 10. 特になし

【6】県内産の食材や加工食品を購入するために、直売所（朝市、100円市など）や  
スーパーの地場産コーナーなどを利用していますか？

1. 頻繁に利用している 問6-1へ
2. 時々利用している 問6-1へ
3. 全く利用していない 問6-2へ

【6-1】問6で1または2と答えた方にお聞きします。その理由はなぜですか？

1. 安心・安全だから
2. 新鮮だから
3. 価格が安いから
4. 地域の産業の活性化になるため
5. その他（ \_\_\_\_\_）

【6-2】問6で3と答えた方にお聞きします。その理由はなぜですか？

1. 価格が高いから
2. 近くにそのような店やコーナーがないから
3. その他（ \_\_\_\_\_）

【7】加工食品を購入する時は、栄養成分（カロリー・塩分量など）や原材料を見て  
参考にしますか？

1. 見て参考にする
2. 見るが参考にはしない
3. 全く見ない

【8】朝食を食べていますか？

（飲み物だけは含まない）

1. 毎日食べる
2. 週に4～6回食べる
3. 週に1～3回食べる
4. 食べない

【9】普段の食生活で、魚料理と肉料理のどちらを  
よく食べますか？

1. 両方とも同じくらいよく食べている
2. 魚料理をよく食べる
3. 肉料理をよく食べる
4. 両方ともあまり食べない

【10】普段の食生活で、1日に野菜料理（海藻類・いも・きのこ類を含む）を  
毎回食べますか？

1. 毎回（3食）食べる
2. 2食は食べる
3. 1食は食べる
4. ほとんど食べない

裏面もお答えください⇒

【11】 普段どんなおやつを食べますか？（2つまで○をつけてください）

1. スナック菓子（油の多いもの）
2. 甘いお菓子（クッキー、アイス、チョコ、あめなど）
3. おかき・せんべいなどのお菓子
4. 果物
5. ジュース
6. スポーツドリンク
7. 食べない

【12】 家庭で行事食を食べていますか？

1. 食べる
2. 食べない

【13】 夕食は誰と食べていますか？

1. いつも家族と食べる
2. とときどき一人で食べる
3. いつも一人で食べる

【14】 食事の時間は楽しいですか？

1. 楽しい
2. ふつう
3. 楽しくない

【15】 家庭で料理、食事の準備、片付けなどをしますか？

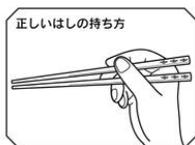
1. 毎日する
2. 時々する
3. 全くしない

【16】 食事のときに「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしますか？

1. いつもしている
2. 時々している
3. 全くしていない

【17】 正しい箸の持ち方や使い方（マナー）を子どもたちに教えていますか？

1. 教えている
2. 機会があれば教えたい
3. 教えていない



～こんな使い方はマナー違反～



【18】 食事を残さず食べていますか？

1. 残さない
2. 時々残す
3. いつも残す

【19】 生ごみを減らす工夫（食材を買い過ぎない、食事を作り過ぎない、生ごみを堆肥化するなど）をしていますか？

1. している
2. 時々している
3. 全くしていない

【20】 家庭で野菜などの栽培・収穫をしますか？

1. よくする
2. 時々する
3. 全くしない

【21】 次のうち、どのような食育体験をしたいですか？（複数可）

1. 農業体験（田植え・稲刈り・芋の苗植え、芋掘りなど）
2. 林業体験（枝打ち・たけのこ・きのこ収穫など）
3. 漁業体験（底引き網体験、貝掘り、釣りなど）
4. 加工業体験（お菓子・お酒・のりなどの加工食品の工場見学など）
5. その他（ ）
6. 興味が無い

【22】 山陽小野田市食育推進計画「元気いっぱい ねたろう『食育』プラン」を知っていますか？

1. 名前も内容も知っている
2. 名前は知っているが、内容は知らない
3. 知らない

【23】 「ねたろう食育博士」を知っていますか？

1. 知っていて、ねたろう食育博士になりたいと思う（すでに認定されている）
2. 知っているが、ねたろう食育博士になりたいとは思わない → 問23-1へ
3. 知らない

【23-1】 問23で2と答えた方にお聞きします。その理由はなぜですか？理由をお書きください。（ ）

【24】 「ねたろう食育ランチョンマット」を知っていますか？

1. 知っていて、活用している
2. 知っているが、活用していない
3. 知らない

【25】 山陽小野田市ホームページ「食育」を知っていますか？

1. 知っていて、見たことがある
2. 知っているが、見たことはない
3. 知らない

ご協力ありがとうございました。

山陽小野田市健康増進課



## 【追加】

### 山陽小野田市食育推進地域連絡会規約

平成23年4月1日制定

#### (目的及び設置)

第1条 山陽小野田市食育推進計画『元気いっぱいねたろう「食育」プラン』(以下「計画」という。)を総合的かつ計画的に推進するとともに、事業の進捗状況について評価を行い、計画の適切な進行管理をするため、山陽小野田市食育推進地域連絡会(以下「連絡会」という。)を設置する。

#### (所掌事項)

第2条 連絡会は、次に掲げる事項をつかさどる。

- (1) 計画の推進、進捗状況について評価および提言すること。
- (2) その他計画の推進に必要な事項に関すること。

#### (組織)

第3条 連絡会は、次に掲げる者の内から委員12人以内をもって組織する。

- (1) 民間団体等の代表者
- (2) 庁内関係各課の代表者
- (3) その他会長が必要であると認める者

#### (任期)

第4条 委員の任期は、2年とし、再任は妨げない。ただし、欠員が生じた場合における補欠委員の任期は、前任者の残任期間とする。

#### (会長及び副会長)

第5条 連絡会に、会長及び副会長を1人置き、委員の互選により定める。

- 2 会長は、連絡会を代表し、会務を総理する。
- 3 副会長は、会長を補佐し、会長に事故があるとき、又は、会長が欠けたときは、その職務を代理する。

#### (会議)

第6条 連絡会の会議は、会長が招集し、その議長となる。

- 2 連絡会の会議の議事は、出席委員の過半数で決し、可否同数のときは、会長の決するところによる。

#### (庶務)

第7条 連絡会の庶務は、健康福祉部健康増進課が行う。

#### (その他)

第8条 この規則に定めるもののほか、連絡会の運営について必要な事項は、別に定める。

附 則

この規則は、平成 23 年 4 月 1 日から施行する。

## 山陽小野田市食育推進地域連絡会委員名簿

(平成 25 年度)

所属・団体等	氏 名	備考
食生活改善推進協議会	半矢 幸子	会長
消費者の会	名和田 伴江	副会長
南高泊干拓農業協同組合	土井 敏明	
山口県漁業協同組合	舩林 芳子	
旬菜惑星推進協議会	縄田 義孝	
母子保健推進協議会	吉田 由美子	
厚狭高等学校総合家庭科	古野 裕子	
ねたろう食育ネットワーク	藤田 千恵子	
農林水産課	多田 敏明	
商工労働観光課	野原 嵩恵	
環境課	阿部 友香	
学校教育課	道元 倫子	