

## 食の力で生きる力を育む

本市では、平成22年3月に食育基本法に基づく「八潮市食育推進計画」（平成22年度から26年度）及び「八潮市食育推進計画～改訂版～」（平成27年度から平成28年度）を策定しました。このたび、計画策定から7年を経て、この間の取組の評価や課題を踏まえ、平成29年度から平成35年度までの7年間を計画期間とする、新たな『第2次八潮市食育推進計画』を策定しました。



これまでの7年間、関係機関や団体等の皆様による多大なご協力をいただき、食育の取組を進めてきました。

しかしながら、野菜の摂取不足や食塩の過剰摂取等による栄養の偏りや生活習慣病の増加、また、朝食欠食に代表される食生活の乱れ等、今もなお、多くの課題を抱えております。

「食」は、生きていくために欠かすことができない営みです。毎日、口にする食べ物は、私たちの体を作り、成長させ、活発に行動する力となります。

本計画では、『食の力で生きる力を育む』～おいしく食べて みんな笑顔～を基本理念とし、具体的に計画を推進していくため、次の3つの基本目標を掲げました。

- ①確かな「食」の知識で 健康な体を育む
- ②楽しくおいしく食べて 豊かな心を培う
- ③食への関心を高め 食文化を次世代につなげる

今後は、この基本目標を実現するため、市民・地域・関係機関・団体等と行政が協働しながら、「食」への正しい理解と実践的な行動につながる取組を推進し、市民の皆様一人ひとりが食に関心を持ち、よりよい食生活を送ることができるように努めてまいります。

結びに、本計画の策定に当たりまして、ご尽力いただきました関係機関や各種団体等の皆様をはじめ、多くの貴重なご意見をお寄せくださいました市民の皆様にご心からお礼申し上げます。

平成29年3月

八潮市長 大山 忍



# 目次

## 第1章 計画の基本的な考え方

1 食育とは	1
2 策定の背景	1
3 計画の位置付け	2
4 計画期間	3

## 第2章 食をめぐる現状と課題

1 食育推進計画（改訂版）成果指標の状況	4
2 食育アンケート結果等から見た八潮市の状況	6

## 第3章 基本理念及び基本目標

1 基本理念	14
2 基本目標	14
3 計画体系図	15

## 第4章 基本目標ごとの具体的な取組

1 基本目標 1『確かな食の知識で 健康な体を育む』	16
2 基本目標 2『楽しくおいしく食べて 豊かな心を培う』	23
3 基本目標 3『食への関心を高め 食文化を次世代につなげる』	25

## 第5章 推進体制と進行管理

1 計画の推進体制	28
2 計画の進行管理	28

## 参考資料

1 計画策定の経過	30
2 八潮市健康と福祉のまちづくり推進協議会	31
3 第2次八潮市食育推進計画について【諮問・答申】	33
4 八潮市食育推進計画策定庁内検討会議	35
5 八潮市食育推進計画策定庁内担当者会議	37
6 八潮市食育に関するアンケート調査の概要	38



# 第1章 計画の基本的な考え方

## 1 「食育」とは

食育に関する基本理念や基本的な事項を定めた食育基本法が平成17年に策定されました。その中で、『食育は、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と位置付けられるとともに、様々な経験を通じて、「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てるもの』としています。

## 2 策定の背景

### (1) 八潮市の「食」をめぐる環境

本市では、食育基本法第18条に基づく食育推進計画として、『八潮市食育推進計画』（平成22年度から平成26年度）及び『八潮市食育推進計画～改訂版～』（平成27年度から平成28年度）を策定し、食育目標の達成に向け、関係機関、団体等の皆様と連携して、食育の推進に努めてきました。

しかしながら、近年、少子高齢化等による家族形態の変化や生活スタイルの多様化により、市民の努力だけでは、健全な食生活の実践につなげていくことが困難な状況であり、食への関心が高くても実践につながらないなど食に関する課題も多くあります。

この度、これらの食をめぐる状況や課題を踏まえ、市民一人ひとりが生涯にわたり健全な心身を培うため、平成29年度から平成35年度までの7年間の計画期間とする、新たな『第2次八潮市食育推進計画』を策定します。

### (2) 国の動向

国では、『食育基本法』に基づき、食育の推進に関する基本的な方針や目標について定めた食育推進基本計画（平成18年度から平成22年度まで）及び第2次食育推進基本計画（平成23年度から平成27年度まで）、さらに平成28年度から平成32年度までの5年間の期間とする『第3次食育推進基本計画』を作成し、新たな状況や課題を踏まえ、5つの重点課題を柱に取組と施策を推進しています。

#### 《国の重点課題》

- ① 若い世代を中心とした食育の推進
- ② 多様な暮らしに対応した食育の推進
- ③ 健康寿命の延伸につながる食育の推進
- ④ 食の循環や環境を意識した食育の推進
- ⑤ 食文化の継承に向けた食育の推進

### (3) 県の動向

県では、『埼玉県食育推進計画（第2次）』（平成25年度から平成27年度）が終了することから、国の第3次食育推進基本計画を基本として、平成28年度から平成30年度までの3年間の計画期間として『埼玉県食育推進計画（第3次）』を策定し、3つの基本方針に基づき、取組と施策を推進しています。

#### 《県の基本方針》

- ① 健全なからだを育む ～食育が健康づくりの第一歩～
- ② 豊かな心を培う ～食育で心豊かな人づくり～
- ③ 正しい知識を養う ～家族で意識「食の安全」～

# 第1章 計画の基本的な考え方

## 3 計画の位置付け

この計画は、食育基本法（注）第18条に基づき策定する市町村食育推進計画で、家庭・学校・地域等がそれぞれの役割に応じて、連携・協働しながら、効果的かつ横断的に食育を推進するための基本理念・方針や実効性のある取組等を定めたものです。

また、「第5次八潮市総合計画」の将来都市像『住みやすさナンバー1のまち 八潮』の実現を目指して、「第2次八潮市健康づくり行動計画」や福祉・教育・農政・環境部門などの『食』に関する計画等との整合性を図り、市民と協働して食育の推進をします。

注：食育基本法の目的…食育に関する施策を総合的かつ計画的に推進し、もって現在及び将来にわたる健康で文化的な国民の生活と豊かで活力ある社会の実現に寄与すること



# 第1章 計画の基本的な考え方

## 4 計画期間

第2次八潮市食育推進計画『ハッピーこまちちゃん食育プラン』の計画期間は、平成29年度から平成35年度までの7年間とします。

年度	28	29	30	31	32	33	34	35
国	第3次食育推進基本計画							
県	埼玉県食育推進計画(第3次)							
八潮市	第2次八潮市健康づくり行動計画(H26~H35) ※1							
	改訂版 (H27~H28)		第2次八潮市食育推進計画(H29~H35)					



### 教えてこまちちゃん ※1

#### 第2次八潮市健康づくり行動計画とは・・・

この計画は、国の「健康日本21(第2次)」の市町村(地方)計画として、生活習慣病予防や健康寿命の延伸を目指して策定したものです。

**【計画期間】** 平成26年度から平成35年度

**【基本理念】** 「健康寿命を延ばそう!～地域の力で一人ひとりが健康づくり～」

**【重点施策】**

- ① 生活習慣病の発症予防と重症化予防
- ② 生活習慣の改善に向けた取組の推進
- ③ 健康を支え、守るための社会環境の整備の推進

**【取組】** 5つの領域ごとにスローガンをたて、取組を推進します。

- ① 基本領域：自分を知る  
「自分を知ることが健康づくりの第一歩～年に1度は健康診断を受けよう!～」
- ② 栄養・食生活  
「1日3食たべよう!～バランスのよい食事をしよう!～」
- ③ 身体活動・運動  
「仲間と楽しくからだを動かそう!～仲間と一緒に運動習慣～」
- ④ 休養・こころの健康  
「毎日 笑顔で 気持ちよく!～笑う八潮に福きたる～」
- ⑤ 歯・口腔の健康  
「歯とお口は健康の基本～ケア名人で歯とお口に自信を持とう!～」

※ 各領域では、基本目標と世代共通及び「次世代(こども)」「青年・壮年(働き盛り)」「シニア世代(高齢者)」の3つの世代別の行動目標を設定しています。

## 第2章 食をめぐる現状と課題

### 1 食育推進計画（改訂版）成果指標の状況

食育推進計画（改訂版）では、「野菜で健康 おいしく食べて みんなが笑顔」をスローガンとして、4つの基本目標を掲げ、食育を推進してきました。基本目標ごとの指標に対する現状値を踏まえ、第2次食育推進計画に向けての課題を抽出しました。

#### 基本目標1 『野菜と親しみ 豊かな心を培う』

～自然の恵みや生産者等への感謝の気持ちを培い、食への関心を高める～

指標項目		実績値			目標値
		(H25年度)	(H26年度)	(H27年度)	(H28年度)
野菜づくり体験をしている保育所や小学校の割合	保育所(公立)	100%	100%	100%	100%
	小学校	100%	100%	100%	100%
学校給食における食べ残しの割合	小学校	3.0% (H24)	3.8%	—	2%以下
	中学校	8.7%	13.4%	9.4%	8%以下
<p><b>【現状と課題】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>基本目標1については、学校給食における食べ残しの割合について目標値を達成することができませんでした。</li> <li>給食では野菜や魚料理の食べ残しが多い現状があるため、引き続き、食べ物や生産者への感謝の気持ちを培うよう、啓発する必要があります。</li> </ul>					

#### 基本目標2 『しっかりとした食の知識を養う』

～食の安全性や環境への理解と知識を深め、体に安心な食べ物を的確に選ぶ力を養う～

指標項目		実績値			目標値
		(H25年度)	(H26年度)	(H27年度)	(H28年度)
「食」の安全に関心を持っている人の割合（20歳以上）		—	92.8%	92%	95%以上
一人一日のごみの排出量（家庭系可燃ごみ）		579g	569g	565g	560g (H27)
<p><b>【現状と課題】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>基本目標2については、「食の安全に関心を持っている人の割合」が目標値より若干低い値でしたが、食の安全に関心を持っている人は多いようです。</li> <li>しかし、関心があるからといって、具体的な行動につながっている人がどの程度いるのか把握する必要があります。</li> <li>今後は、一人ひとりが食に関する正しい情報を選択する力を身につけ、実践につながる取組が必要です。</li> </ul>					

## 第2章 食をめぐる現状と課題

### 基本目標3 『おいしく食べて 健康な体を育む』

～健康づくりのため、地元の食材を取り入れ、  
栄養バランスのとれた正しい食生活や食習慣を身につける～

指 標 項 目		実績値			目標値
		(H25年度)	(H26年度)	(H27年度)	(H28年度)
小・中学校において朝ごはんを ほとんど食べない児童・生徒の割合	小学生 (5年生)	2%	—	3% (6年生)	1%
	中学生 (2年生)	6%	—	8% (3年生)	3%
適正体重（BMI）を維持している人の割合		62.2%	69.3%	70.7%	75%以上
<p><b>【現状と課題】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>基本目標3については、すべての指標について目標値を達成することができませんでした。特に中学校の朝食を欠食する割合は、県平均（5.4%）より高い数値になっています。</li> <li>朝食は1日を活動的に生き生きと過ごすために欠かすことができません。さらに朝食の大切さについて理解を深める必要があります。</li> <li>本市では栄養の偏りや不規則な食生活による生活習慣病が増加傾向にあります。1日3食バランスよく食べることを心がけるよう、啓発する必要があります。また、食や健康に関心のない人たちが、食に関する事業（イベント）に参加するためにはどうしたらよいか課題があります。</li> </ul>					

### 基本目標4 『食の交流を通して 幸せなまちをつくる』

～食文化を学び、共に食べる喜びを感じながら、家族や仲間、地域とのつながりを深める～

指 標 項 目		実績値			目標値
		(H25年度)	(H26年度)	(H27年度)	(H28年度)
食文化や地場農産物に関するイベントの開催回数		5回	6回	6回	5回以上
地域の食文化を継承する料理教室の実施回数		5回	4回	6回	5回以上
<p><b>【現状と課題】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>基本目標4については、食に関するイベントと料理教室を目標値以上に開催することができました。</li> <li>ハッピーこまちゃんの認知度は高まってきましたが、地場農産物（小松菜等）を使った家庭料理の普及が進んでいない現状があります。豊かな食生活の向上のため、さらに地産地消を推進していく必要があります。</li> <li>健康的でおいしい日本人の食文化として、「和食」は世界中から注目を集めています。「和食」は、バランスよい食事を単に食べるだけでなく、食べ物に感謝する心や、地域に伝わる食文化でもあります。しかし、社会環境が変化する中、「和食」文化の存在が薄れつつあり、次世代につなげていくための普及・啓発が必要です。</li> </ul>					

## 第2章 食をめぐる現状と課題

### 2 食育アンケート結果等から見た八潮市の状況

#### (1) 世帯構成等の状況

近年、人口や世帯数は増加しているものの、1世帯あたり平均人口は減少し続けています。また、「食育アンケート」の世帯構成では、親と子などの二世帯世帯が約5割で最も多く、「国勢調査」の一人暮らしの高齢者の動向を見ると、平成7年は413人でしたが、平成22年は2,065人に増えています。家族の状況や生活スタイルの多様化に伴い、家族そろって食べる「共食」の機会が少なくなっている原因と考えられます。

図1：人口・世帯数・1世帯あたり平均人口の推移

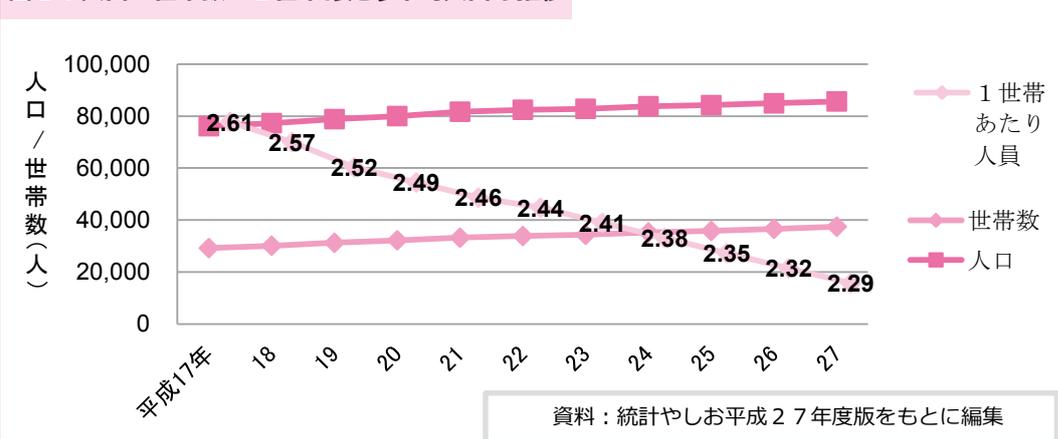


図2：世帯構成

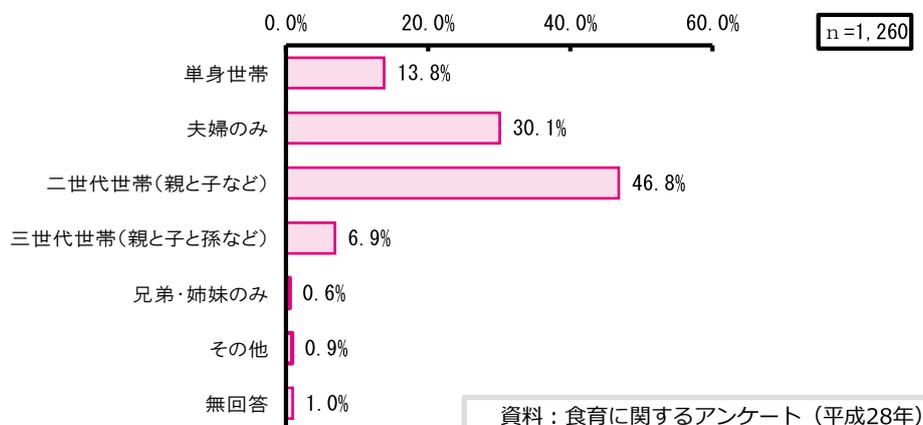


図3：一人暮らしの高齢者の動向(国勢調査より)

(単位：人)

		平成7年	平成12年	平成17年	平成22年
総数	一人暮らしの者	413	686	1,282	2,065
	高齢者に占める割合	7.4%	8.8%	11.0%	12.8%
男	一人暮らしの者	144	262	601	971
	高齢者に占める割合	6.2%	7.4%	10.8%	12.6%
女	一人暮らしの者	269	424	681	1,094
	高齢者に占める割合	8.2%	10.0%	11.2%	13.1%

資料：埼玉県HP「八潮市の現状(平成27年度版)」より

## 第2章 食をめぐる現状と課題

### (2) 身体に関する状況

八潮市国民健康保険加入者の特定健診（40歳から74歳までを対象）受診率は年々上昇していますが、37.2%と低い割合です。特定健診の結果では、生活習慣病のリスクの一つであるBMI値（体格指数）や中性脂肪値が高い人が多い状況です。

また、「食に関するアンケート」の結果では、「運動をほとんどしない」人の割合が34.1%と高い値です。運動する時間がない人が増えているのも健診結果に影響を与えていると考えられます。

図4：特定健康診査受診率の推移

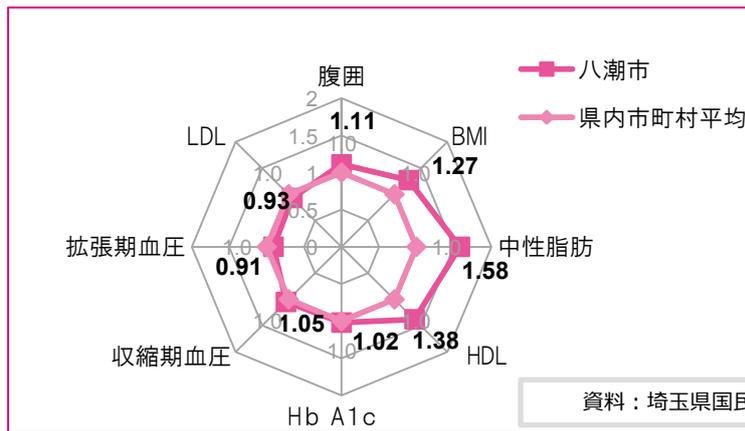
	平成20年度	平成21年度	平成22年度	平成23年度	平成24年度	平成25年度	平成26年度
八潮市	20.9%	25.8%	26.7%	30.2%	32.2%	35.2%	37.2%
埼玉県	31.8%	31.7%	32.3%	33.1%	34.5%	35.5%	37.2%

※対象者：市町村国民健康保険加入者

資料：埼玉県HP「八潮市の現状（平成27年度版）」

図5：平成26年度国保特定健診結果

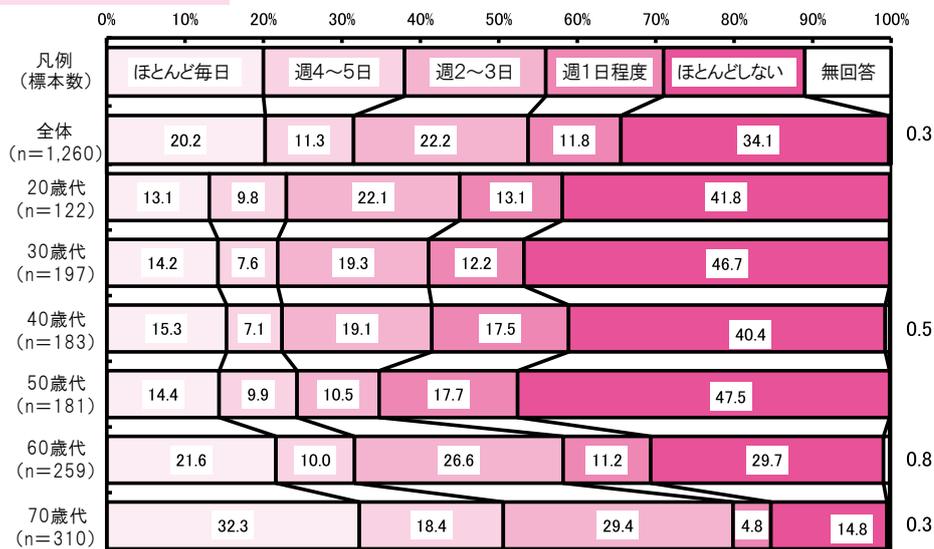
※単位は県内市町村平均を「1.0」とした場合の指数です。



資料：埼玉県国民健康保険団体連合会

☆平成26年度の八潮市の平均寿命（0歳の平均余命）は男性は78.72年、女性は85.51年です。65歳健康寿命は、男性が約16年で県内60位です。女性が約19年で県内58位です。（63市町村中）  
 ※埼玉県の健康寿命とは、65歳の方が健康で自立した生活を送れる期間のことです。

図6：運動の頻度



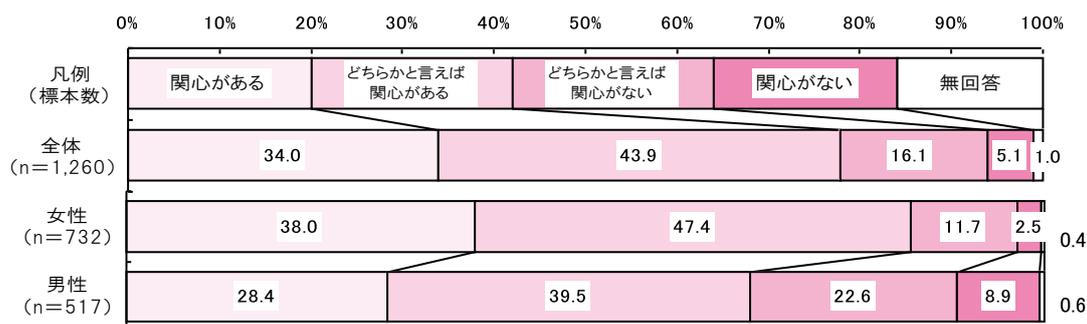
資料：食育に関するアンケート（平成28年）

### (3) 食に関する状況

#### ① 食育に関心を持っている割合

市民全体で見ると、食育に「関心がある」34%と「どちらかといえば関心がある」43.9%を合わせた数が77.9%と8割近くを占めます。食育を推進するには、より多くの市民の方に食育に関心を持ってもらう必要があります。

図7：食育の関心度



資料：食育に関するアンケート（平成28年）

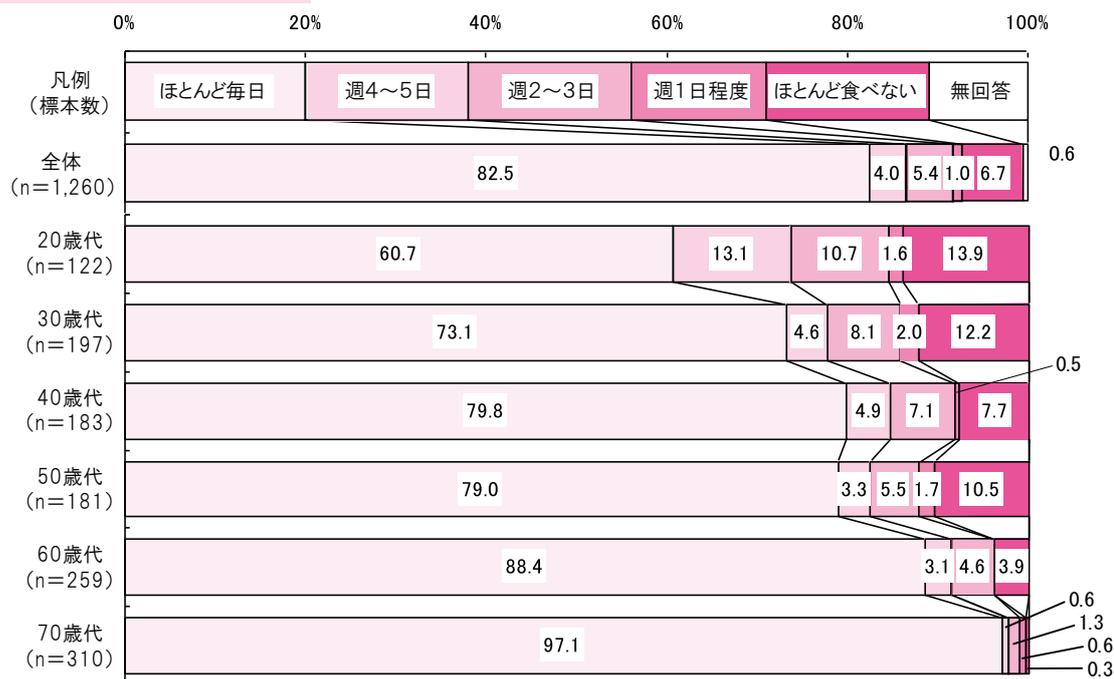
#### ② 朝食を欠食する割合

市民全体で見ると、朝食を「ほとんど毎日食べる」割合は82.5%だったものの、世代別で見ると、朝食を「ほとんど食べない」割合は20歳代が13.9%、30歳代が12.2%でした。

また、朝食を「毎日食べない」と回答した小学校6年生は4.5%、中学校3年生は8.3%でした。朝食を毎日食べることは、健康的な生活リズムや生活習慣の確立につながり、とても大切です。

若い世代では、朝食の欠食率が他の世代に比べて、とても高く、生活習慣を改善する必要があります。

図8：世代別の朝食欠食



資料：食育に関するアンケート（平成28年）

## 第2章 食をめぐる現状と課題

図9：小・中学校の朝食欠食

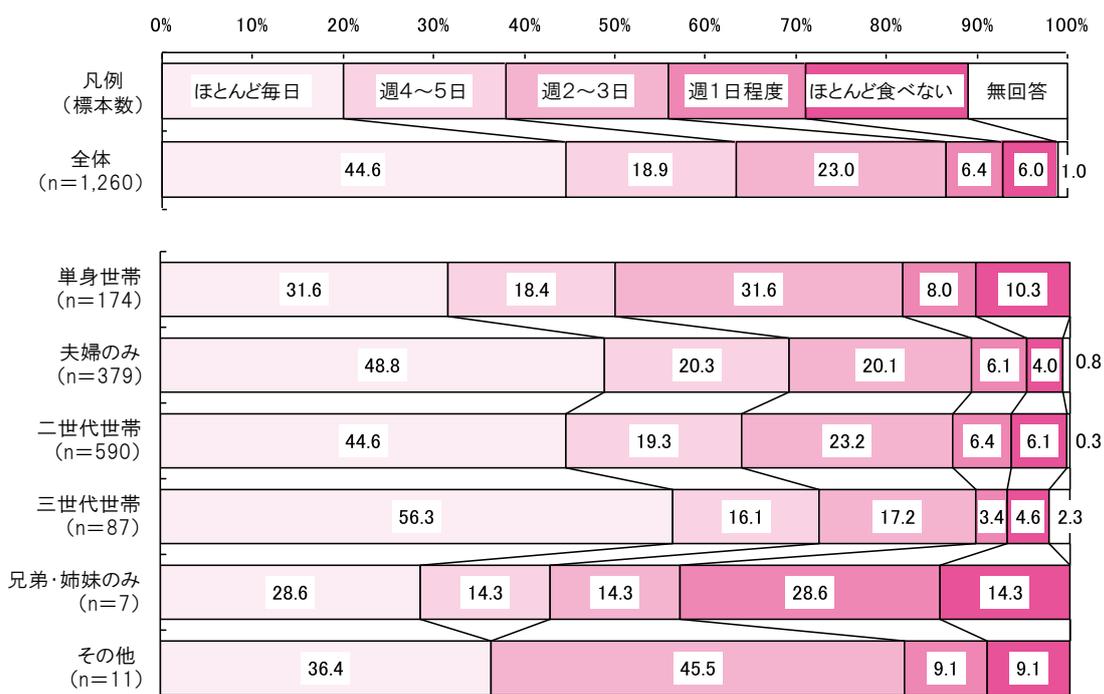
質問事項	年度	小学校第6学年			中学校第3学年		
		八潮市	埼玉県	全国	八潮市	埼玉県	全国
朝食を毎日あまり食べていない、 または全く食べていない	H28	4.5	3.5	4.5	8.3	5.9	6.7
	H27	3.0	3.3	4.4	8.1	5.4	6.5

資料：全国学力・学習状況調査（平成28年）

### ③ 主食・主菜・副菜を3つそろえて食べることが1日に2回以上ある割合

市民全体で見ると、主食・主菜・副菜を3つそろえて食べることが1日に2回以上ある割合は、「ほとんど毎日」が44.6%と最も高く、次いで「週2～3日」が23.0%でした。世代別で見ると、3世代世帯は「ほとんど毎日」が5割を超えています。一方で単身世帯で「ほとんど食べない」が1割を占めています。生涯にわたって健全な心身を培い健全な食生活を実践するためには、一人ひとりが栄養バランスに配慮した食事を習慣化する必要があります。

図10：主食・主菜・副菜を食べる頻度



資料：食育に関するアンケート（平成28年）

## 第2章 食をめぐる現状と課題

### ④ 野菜を1日5皿（350g）以上食べる人の割合

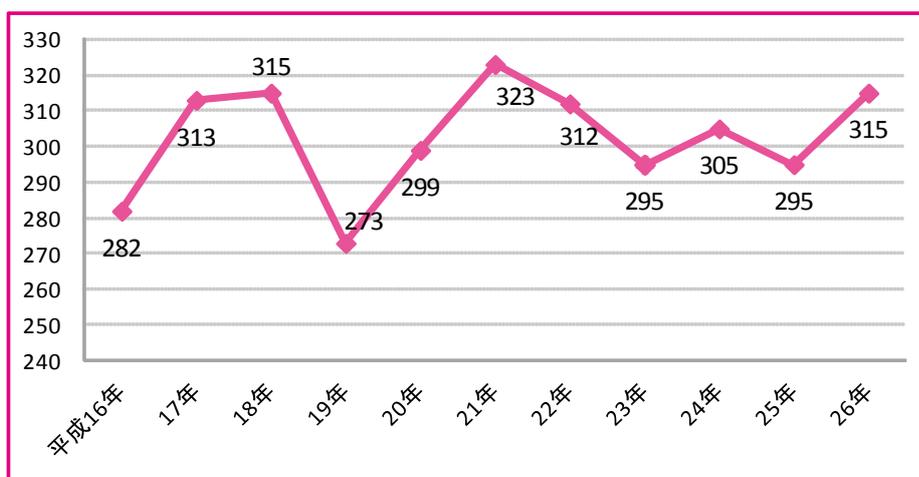
埼玉県は平成26年国民健康・栄養調査によると、全世代で目標としている1日あたり350gの野菜摂取量〔P20 ※7『副菜(1食分は約120g)』参照〕に達していません。

また、本市のアンケート結果では、60歳以上の方は野菜を多く摂取する傾向にありますが、市民全体で見ても全世代で野菜の摂取が不足している現状です。

保育所や学校の給食では野菜が苦手な子どもも多く、野菜料理をおいしく食べる方法を広めていく必要があります。

図11：1日の野菜摂取量（埼玉県）

●野菜摂取量(1日あたり)の平均値の年次推移〔20歳以上〕 (単位:g)



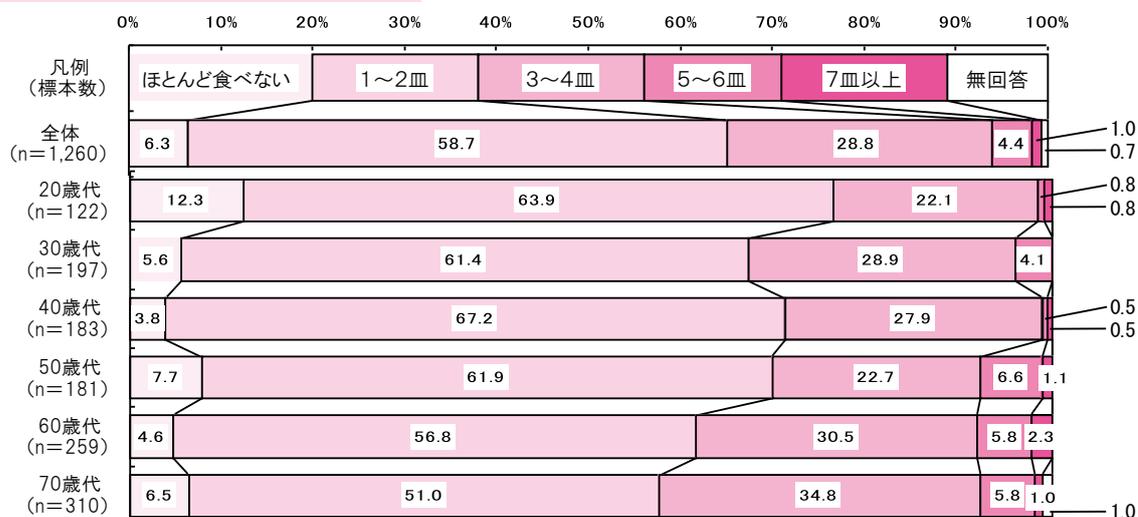
※平成26年国民健康・栄養調査(埼玉県分)

●野菜摂取量(1日あたり)の平均値〔20歳以上、年齢階級別〕

年齢階級	平均値 (g)
20～29歳	304.3g
30～39歳	245.9g
40～49歳	276.1g
50～59歳	383.4g
60～69歳	372.9g
70歳以上	337.7g

※平成26年国民健康・栄養調査(埼玉県分)

図12：1日の野菜摂取量（八潮市） ◇1皿分の野菜量は70g〔P20 ※7『副菜(1食分は約120g)』参照〕



資料：食育に関するアンケート（平成28年）

## 第2章 食をめぐる現状と課題

### ⑤ 朝食または夕食を家族と一緒に食べる「共食」の割合

食事を家族と一緒に食べる回数（単身世帯を除く）は、朝食を家族と一緒に「ほとんど毎日食べる」が約4割、夕食を家族と一緒に「ほとんど毎日食べる」が約6割でした。家族や仲間と食卓を囲んで共に食事をしながらコミュニケーションを図ることは、食の楽しさを実感するだけでなく、食事のマナーや食文化について継承する機会ともなります。

しかし、近年では、様々な家族の状況や生活スタイルの多様化により、家族との共食が難しい人も増えてきています。

今後、ニーズに応じて地域や所属する会社等のコミュニティにおける共食環境を整える必要があります。

図13：共食の状況（朝食）

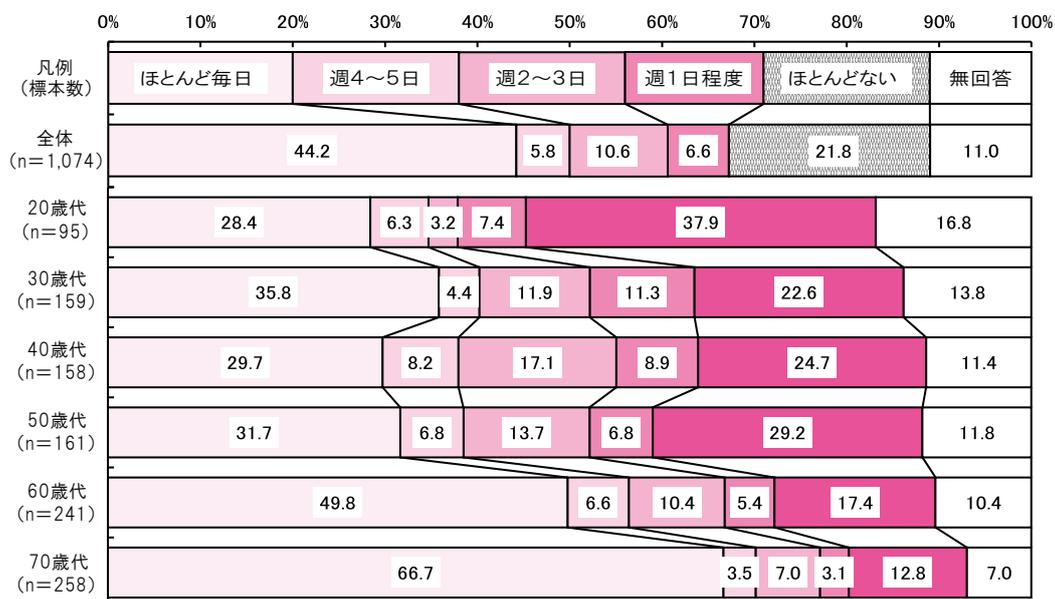
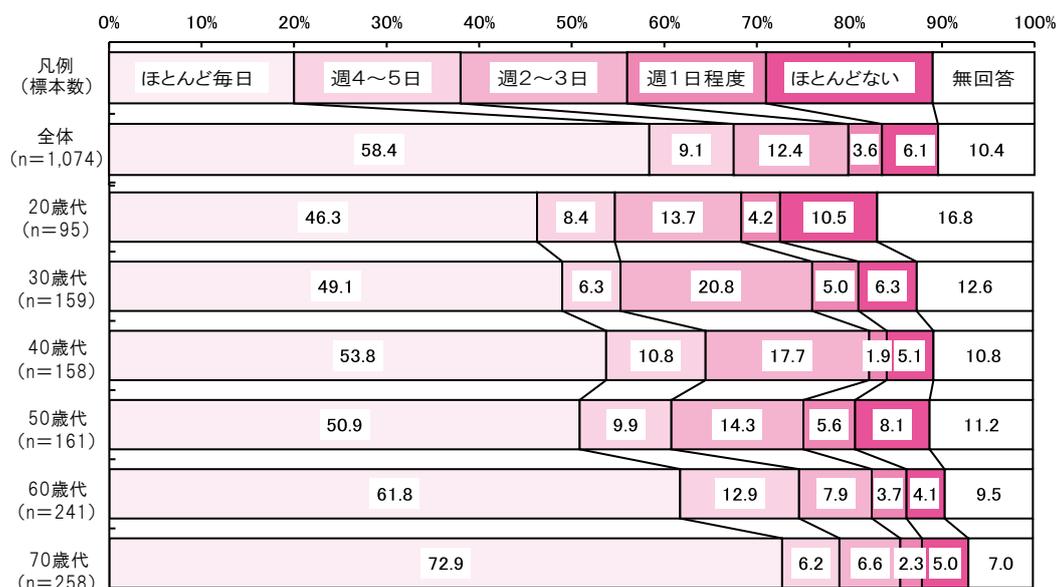


図14：共食の状況（夕食）



資料：食育に関するアンケート（平成28年）

## 第2章 食をめぐる現状と課題

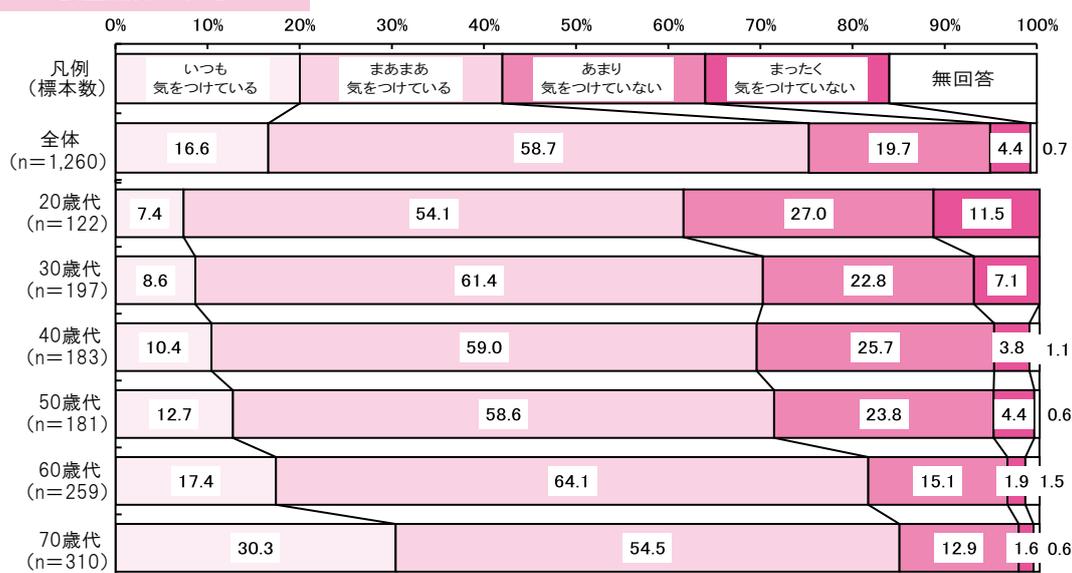
### ⑥ 生活習慣病の予防や改善のために、ふだんから適正体重の維持や減塩等に

#### 気をつけている人の割合

生活習慣病の予防や改善のために気をつけている人の割合は、「気をつけている」は年代が上がるにつれて高くなる傾向にあり、反対に「気をつけていない」は年代が下がるにつれて高くなっています。

生活習慣病の予防や改善には、適切な食事や適度な運動を実践することが大切です。食塩やエネルギーなどの過剰摂取に代表されるような栄養の偏りや朝食欠食などの食習慣の乱れは生活習慣病につながることから、改善する必要があります。

図15：食生活について

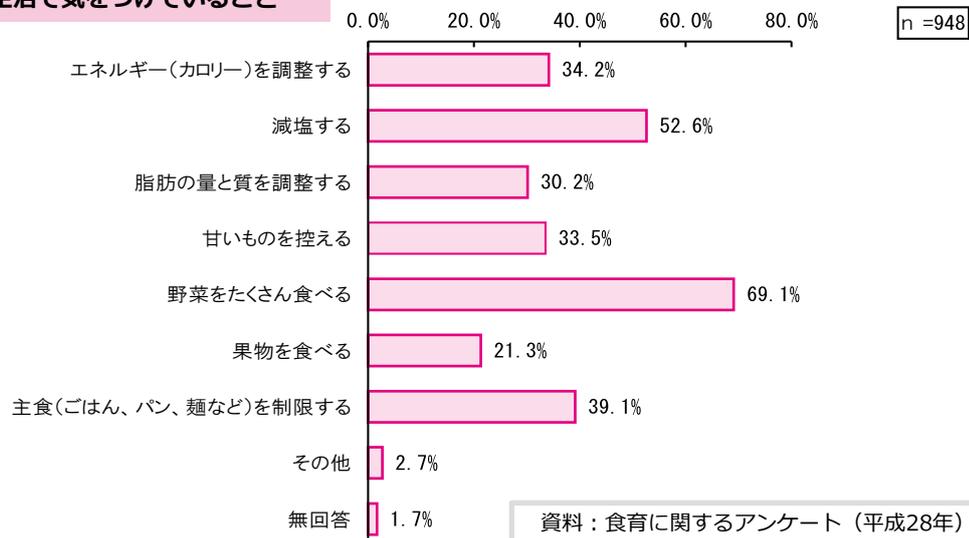


資料：食育に関するアンケート（平成28年）

食生活で気をつけていることは、「野菜をたくさん食べる」が約7割と最も高く、次いで「減塩する」が5割を超えています。

「野菜をたくさん食べること」や「減塩すること」が健康な身体を作るために大切なことはわかっているものの、正しく理解し、実践できるように周知する必要があります。

図16：食生活で気をつけていること



資料：食育に関するアンケート（平成28年）

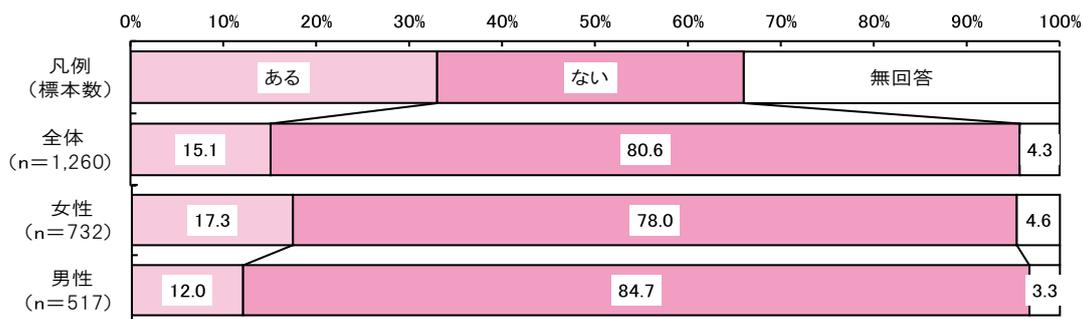
## 第2章 食をめぐる現状と課題

### ⑦ 家庭で郷土料理や伝統料理等、地域や家庭で受け継がれている料理や味がある割合

家庭で受け継がれてきた料理や味のある割合は、「ある」は15.1%となっており、「ない」は80.6%を占めています。

ユネスコ無形文化遺産として登録された「和食」を次の世代に伝えていくため、家庭における郷土料理や伝統料理などを普及・啓発する取組が必要です。

図17：地域や家庭で受け継がれてきた食について



資料：食育に関するアンケート（平成28年）

#### ※食育に関するアンケート（平成28年）の表記について

- (1) 調査結果の比率はすべて「%」で表しており、その質問の回答数を基数として、小数第2位を四捨五入して算出している。なお、四捨五入の関係で合計が100%にならない場合がある。
- (2) グラフ中の「n」とは、その質問への回答者数を表す。
- (3) 性別の分類をしている場合、性別を回答していない人がいるため、男性と女性の合計が全体にならない場合がある。

## 第3章 基本理念及び基本目標

国、県の動向やこれまでの取組・成果等を踏まえ、第2次八潮市食育推進計画の方向性を以下のように定めます。

### 1 基本理念

「食」は、私たちが生きる上で欠かせないものであるとともに、日々の食事の積み重ねが将来の私たちの身体を形成します。

また、自然の中で季節を感じながら、種をまき、育て、収穫し、感謝して食べる一連の営みの中に食育の基本があります。

食の知識を身につけ、食への関心と感謝の心の理解を深めることで「食の力」を高めることは、『生きる力』を育むことにつながります。

さらに、家族や仲間と食事をすることで心も身体も健やかに日々を過ごすことができます。

そこで、八潮市では乳幼児から高齢者に至るまで、すべての市民を対象に『生きる力』を育む食育を推進し、基本理念を次のとおり設定しました。

『**食の力で生きる力を育む**』  
～おいしく食べて みんな笑顔～

### 2 基本目標

基本理念に基づき、具体的に計画を推進していくため、次の3つの基本目標を設定しました。

**基本目標 1** 確かな「食」の知識で 健康な体を育む

**基本目標 2** 楽しくおいしく食べて 豊かな心を培う

**基本目標 3** 食への関心を高め 食文化を次世代につなげる

# 第3章 基本理念及び基本目標

## 3 計画体系図

3つの基本目標ごとに、推進テーマと市民のめざす姿を設定しました。

### 基本理念

「食の力で生きる力を育む」  
～おいしく食べて みんな笑顔～

### 基本目標 1 確かな「食」の知識で 健康な体を育む

#### 【推進テーマ】

- (1) 三食しっかり食べ、栄養バランスに配慮した食生活の普及・啓発
- (2) 生活習慣病の予防と改善
- (3) よくかんで食べる習慣の普及・啓発
- (4) 食に関する知識や正しい情報の普及・啓発
- (5) 災害時に対応できる食の知識の普及・啓発

#### 市民がめざす姿

- ① 朝ごはんをきちんと食べる
- ② 主食・主菜・副菜をそろえたバランスのよい食事を食べる
- ③ 野菜を1日5皿(350g)以上食べる
- ④ 食塩の取りすぎに気をつける
- ⑤ 適度な運動を積極的にする
- ⑥ ゆっくりよくかんで食べる
- ⑦ 正しい食の知識を持ち、自ら判断できる
- ⑧ 非常時に対応できる

### 基本目標 2 楽しくおいしく食べて 豊かな心を培う

#### 【推進テーマ】

- (1) 食べ物を大切にする心の育成
- (2) みんなで楽しく食べる「共食」の推進
- (3) 環境に配慮した食生活の普及・促進

#### 市民がめざす姿

- ① 食べ物やつくる人への感謝の心を持つ
- ② 家族や仲間と楽しく食事をする
- ③ 食品ロス削減のために環境を考えた食生活を送る

### 基本目標 3 食への関心を高め 食文化を次世代につなげる

#### 【推進テーマ】

- (1) 食体験を通じた食への関心の向上
- (2) 家庭の味や地域の食文化の普及・促進

#### 市民がめざす姿

- ① 地産地消を心がける
- ② 生産者とのふれあいや収穫体験をする
- ③ 食に関するボランティア活動に参加する
- ④ 郷土料理や行事食等を取り入れ、日本の食文化を次世代に伝える

## 第4章 基本目標ごとの具体的な取組

基本目標ごとの、数値目標、具体的な取組や対象世代（※2）等については次のとおりです。

### 基本目標 1 確かな「食」の知識で 健康な体を育む

#### （1）取組へのポイント

- ・ 朝ごはんを食べることは、基本的な生活習慣を身につける観点から重要です。しかし、子どもの欠食及び若い世代が欠食する割合が高い傾向にあり、学校や地域において啓発する必要があります。
- ・ 1日の野菜摂取量が足りないなどの栄養の偏った食事や不規則な生活は、生活習慣病を引き起こす原因のひとつと考えられます。生活習慣病の予防のため、栄養バランスのとれた食事（※3）をする大切さを理解し、実践する必要があります。
- ・ 食の安全性の問題は、人々の健康に影響を及ぼし、時には重大な被害を生じさせることがあります。
- ・ 安心した食生活を送るためには、食に関心を持ち、正しい知識を選択する力を身につけることが大切です。そのため、食に関する幅広い情報を適切に得ることができる取組が求められています。



#### 教えてごまちゃん ※2

##### 各ライフステージ（世代）に応じた食育とは・・・

食育の推進には、一人ひとりがライフステージの各段階に応じて、それぞれが目標を掲げ、取り組んでいくことが重要です。本計画では、対象世代を乳幼児期から高齢期までの4段階に分け、それぞれの段階で目指す食育の目標を以下のように定めます。

- ①乳幼児期：『食べる意欲の基礎作り・食の体験を広げよう』  
〈特徴〉食習慣の基礎作りが始まり、身体発育や味覚の形成・咀嚼機能等の発達が著しい時期です。食への興味や関心を高め、食べる意欲を養うことが大切です。
- ②学齢期：『食の体験を深め、食の世界を広げよう』  
〈特徴〉食に関する基本的な習慣が形成される時期です。学校での給食や教科の学習等を通じて、食の知識やマナーを学び、食の楽しさを体験することが大切です。
- ③成人期：『健全な食生活を実践し、次世代へ伝えよう』  
〈特徴〉20～30歳代の若い世代では、食生活や運動の実践状況等で他の世代よりも課題が多く、40～50歳代男性の肥満等の生活習慣病発症予防につなげる対策が必要です。  
（※本計画の成人期は、20～60歳代を中心とした世代のことです。）
- ④高齢期：『食を通じた豊かな生活、食文化や食の知識・体験を次世代に伝えよう』  
〈特徴〉食に関する意識は高いものの、加齢に伴い、買い物や料理が不便になる方も出てきます。一人暮らし世帯も増え、誰かと一緒に食事を楽しむ共食の場が必要です。



#### 教えてごまちゃん ※3

##### 栄養バランスのとれた食事とは・・・

主食・主菜・副菜がそろった一汁三菜の食事スタイルのことです。朝は忙しく、一汁三菜が難しい場合は、ごはん・汁物・メインのおかず・野菜のおかずがそろった一汁二菜の食事でも栄養バランスをとりましょう。また、朝食は汁物に野菜をたっぷり使うなど料理にひと工夫しましょう。

毎回の食事で野菜をたくさん使い、塩分を少なめに気をつける食習慣は、生活習慣病の予防や改善に効果があります。

## 第4章 基本目標ごとの具体的な取組

### (2) 数値目標

現状値については、( ) の記載がないものは平成28年度の値とし、目標値については、平成35年度の値を示します。(以降も同様)

指標項目 【出典】		現状値 (H28)	目標値 (H35)	対象世代
朝食を欠食する子どもの割合を減らす 【全国学力・学習状況調査】	小学校(6年生)	4.5%	1%以下	学齢期
	中学校(3年生)	8.3%	3%以下	
新 朝食を欠食する若い世代の割合を減らす 【食育に関するアンケート】		13.1%	10%以下	成人期
新 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の割合を増やす 【食育に関するアンケート】		31.6%	50%以上	成人期
新 野菜摂取量を増やす 【1日5皿(350g)以上食べる人の割合】 【食育に関するアンケート】		5.4%	10%以上	共通
新 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 維持や減塩等につけた食生活を実践する市民の割合を 増やす 【食育に関するアンケート】		75.2%	80%以上	共通
適正体重(BMI※4)を維持している人の割合を増やす 【ヘルシーチェック結果(対象20歳~39歳健診)】		70.7% (H27)	75%以上	成人期
新 ゆっくりよくかんで食べる市民の割合を増やす 【食育に関するアンケート】		17.1%	25%以上	共通
新 食品の安全性について基礎的な知識を持ち、意識している 市民の割合を増やす 【食育に関するアンケート】		77.7%	80%以上	共通



#### 教えてこまちゃん ※4

##### BMIとは・・・

体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)で求められる体格指数です。  
肥満度の判定方法の一つで、ボディ・マス・インデックスといいます。  
BMIの基準値は

18~49歳は【18.5~24.9】(18.5未満だと低体重、25以上だと肥満)

50~69歳は【20.0~24.9】(20.0未満だと低体重、25以上だと肥満)

70歳以上は【21.5~24.9】(21.5未満だと低体重、25以上だと肥満)です。

【日本人の食事摂取基準(2015年版)より】

## 第4章 基本目標ごとの具体的な取組

### (3) 推進テーマと主な取組

◆ ……重点項目

① ……新たな取組（改訂版の事業名に記載していないが、現在、取り組んでいる内容を含む）

#### 推進テーマ①

#### 三食しっかり食べ、栄養バランスに配慮した食生活の普及・啓発

取組項目	内 容	対象世代	主な関係課等
◆ 早寝・早起き・朝ごはんの推進	朝食をテーマに講話や調理実習を実施する。また、保育所・学校の給食訪問等で朝・昼・夕食をしっかり食べることの大切さについて指導する。	共通	子育て支援課 保育課 健康増進課 社会教育課 学務課
① 適切な食事内容の理解促進	食事バランスガイド（※6）や手ばかり健康法（※7）や給食の展示・献立表を通じて、適切な食事内容等について普及・啓発する。	共通	子育て支援課 保育課 健康増進課 学務課
乳幼児健康診査の実施	乳幼児健康診査において、子どもの成長発達を踏まえた栄養相談等を実施する。	乳幼児期	健康増進課
離乳食教室の開催	初期（5～6ヶ月児）・後期（10～11ヶ月児）の乳児と保護者を対象に離乳食の進め方や離乳食から幼児食へのスムーズな移行を支援する。	乳幼児期	健康増進課
おいしく食べよう栄養教室の開催	介護予防事業として、高齢者向けに塩分と糖분을控えた薄味でバランスのよい食事について助言や調理実習を行う。	高齢期	長寿介護課
障がい者及び高齢者配食サービス事業の実施	身体機能の低下等により食事の確保が困難な障がい者や65歳以上の一人暮らし及び高齢者のみの世帯等に、バランスのとれた食事を提供し、食生活を支援するとともに、安否確認を行う。	成人期 高齢期	障がい福祉課 長寿介護課
① 企業と協働する市民の健康づくりの推進	埼玉県健康づくり協力店（※5）の取組を普及・促進する。	共通	埼玉県草加保健所 （健康増進課）



#### 教えてこまちゃん ※5

##### 埼玉県健康づくり協力店とは・・・

埼玉県では外食や総菜においても栄養成分を知ることができるよう、飲食店等における栄養成分を表示する取組を進めています。栄養成分を表示するヘルシーメニューを提供するなど健康づくりを応援してくれる店舗を「埼玉県健康づくり協力店」に指定し、健康づくりの情報の発信基地となっています。

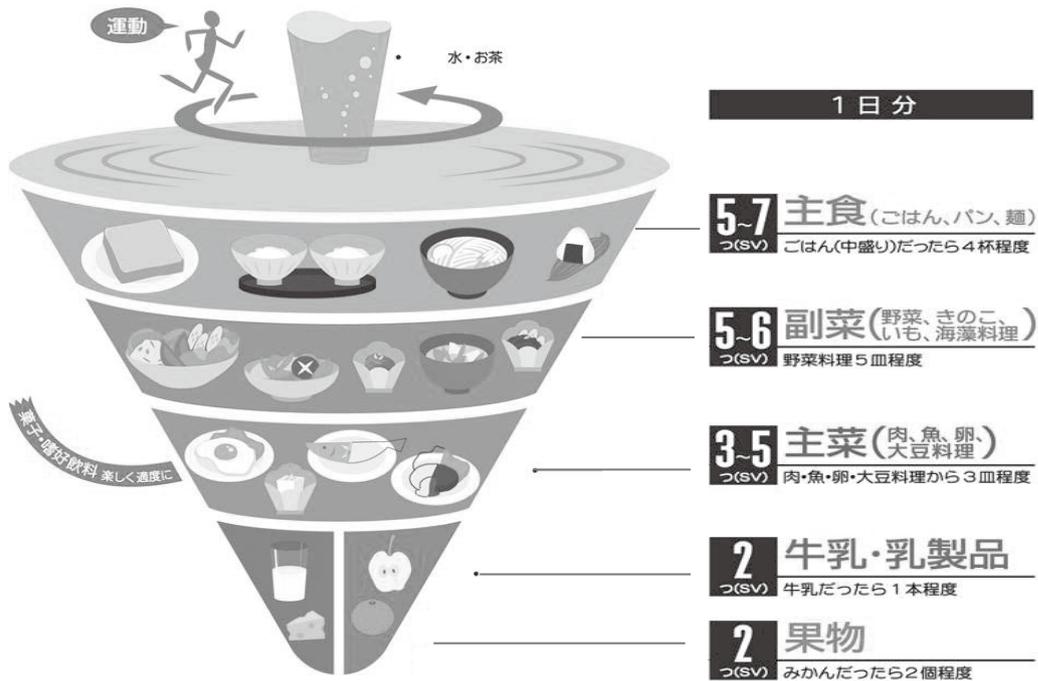
# 第4章 基本目標ごとの具体的な取組



教えておまちゃん ※6

## 食事バランスガイドとは・・・

健康で豊かな食生活の実現を目的に策定した「食生活指針」を具体的な行動に結びつけるものとして、食事の基本を身につけるための望ましい食事のとり方やおおよその量がわかりやすくコマ型のイラストで表したものです。1日に「何を」「どのくらい」食べたらよいかが目分でわかる料理の分量をこのガイドで示しています。コマの安定した回転には運動や水分も欠かせないものです。



<b>主食</b> (ごはん、パン、麺) <b>5~7つ(SV)</b> ごはん(中盛り)だったら4杯程度	1つ分 =  =  = ごはん 小盛り1杯 おにぎり1個 食パン1枚 2つ分 =  =  = うどん1杯 もりそば1杯 スパゲティ
<b>副菜</b> (野菜、きのこ、いも、海藻料理) <b>5~6つ(SV)</b> 野菜料理5皿程度	1つ分 =  =  =  =  =  =  = 野菜サラダ きゅうりとわかめの酢の物 具だくさんのみそ汁 ほうれんそうのおひたし ひじきの煮物 煮豆 きのこのソテー
<b>主菜</b> (肉、魚、卵、大豆料理) <b>3~5つ(SV)</b> 肉・魚・卵・大豆料理から3皿程度	1つ分 =  =  2つ分 =  = 納豆 目玉焼き 焼き魚 マグロとイカの刺身 3つ分 =  =  = ハンバーグステーキ 豚肉のしょうが焼き 鶏肉の唐揚げ
<b>牛乳・乳製品</b> <b>2つ(SV)</b> 牛乳だったら1本程度	1つ分 =  =  2つ分 = 牛乳コップ半分 チーズ1かけ 牛乳瓶1本分 スライスチーズ1枚 ヨーグルト1パック
<b>果物</b> <b>2つ(SV)</b> みかんだったら2個程度	1つ分 =  = ミカン1個 リンゴ半分 =  = カキ1個 ナシ半分

## 第4章 基本目標ごとの具体的な取組



### 教えてこまちゃん ※7

#### 手ばかり健康法とは・・・

1食または1日に何をどれだけ食べればよいか、自分の手を使って、栄養バランスのとれた食事の目安量が簡単にわかる方法です。  
(手のひらの大きさは体格に比例していて、その人にあった量の目安になります。)

#### 主食 (1食分)

##### 『ごはん・パン・めん等』



ごはん・めんは  
両手にのる量  
(ご飯の場合、毎食  
軽く茶碗に1杯～  
1杯半程度)

パンは  
片手にのる量



#### 副菜 (1食分は約120g)

##### 『野菜・きのこ・海藻等』



ゆでたり、煮たり、  
炒めたりした野菜は  
片手に軽く山盛り

サラダ等で生で  
食べる時は  
両手に山盛り

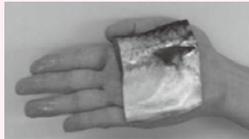


〔1日あたりの野菜摂取量の目標値は350gです。〕

※食事バランスガイドでは、1皿(約70g)を  
毎食1～2品、1日で5皿以上を目安にしています。

#### 主菜 (1食に1皿)

##### 『魚・肉・卵・大豆製品等』 ※4種類をバランスよくとりましょう。



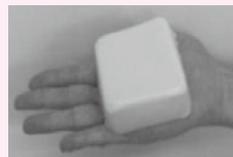
①さば等脂肪の多い魚は  
手のひらの大きさ  
②魚の切り身なら  
片手にのる大きさ



①とり肉・厚切り肉なら  
手のひらの大きさ  
②薄切りの肉なら  
片手に3～4枚



卵は1個



豆腐は  
手のひらの大きさ  
(納豆なら1パック)

#### 乳製品・果物 (1日に1回)

牛乳は1本  
(約200cc)  
または  
ヨーグルト1カップと  
スライスチーズ1枚

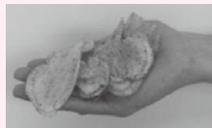


果物は  
みかんなら1個・  
りんごなら1/2個

#### 菓子・嗜好飲料 (1日分の目安)

※食べる場合は、食べる時間(午後2時～3時)と  
量に気をつけましょう。

甘いお菓子なら  
手のひらの大きさ



せんべい・  
スナック菓子は  
片手にのる量



お酒やジュースは適度に

## 第4章 基本目標ごとの具体的な取組

### 推進テーマ②

### 生活習慣病の予防と改善

取組項目	内 容	対象世代	主な関係課等
<b>◆ 新</b> ライフステージに合わせた健康づくりの料理教室の開催	生活習慣病の予防等を目的とした、個人にあった栄養の知識と調理方法を啓発するための料理教室を開催する。	共通	健康増進課
特定健診受診後の健康づくり講座の開催	特定健診受診者が健診結果を理解し、生活習慣を振り返る機会を提供するため、健康づくり講座を開催する。	成人期 高齢期	健康増進課
各種健診後の栄養指導の実施	若い世代を対象とするヘルシーチェック、骨粗しょう症の予防を目的とする骨粗しょう症検診等各種健診の後、食生活の見直しや改善を促すための栄養指導を行う。	成人期 高齢期	健康増進課
65歳からの健康づくり教室の開催	全ての高齢者が健康づくり、介護予防に関心を持ち、健康的な活動が続けていけるよう、介護予防健康体操教室や若返るぞ！シニア体操教室を開催する。	高齢期	長寿介護課

### 推進テーマ③

### よくかんで食べる習慣の普及・啓発

取組項目	内 容	対象世代	主な関係課等
よくかむ給食メニューの提供	保育所や学校の給食でかむことの大切さや歯によい食材を利用したかみ応えのあるメニューを提供する。	学齢期	保育課 健康増進課 学務課
歯の健康教育の実施	保育所・子育てひろば・学校・乳幼児健康診査において、歯の健康教育を実施し、よくかむことの大切さや歯の健康を保つための助言や指導をする。	乳幼児期 学齢期	子育て支援課 保育課 健康増進課 学務課
お口の健康教室	歯科衛生士による歯磨きの個別指導、むせることを軽減するための口腔体操や唾液腺マッサージ等を行う。	高齢期	長寿介護課



「おいしく食べよう栄養教室」



「保育所での食育」

## 第4章 基本目標ごとの具体的な取組

### 推進テーマ④

### 食に関する知識や正しい情報の普及・啓発

取組項目	内 容	対象世代	主な関係課等
◆ 食物アレルギーへの対応及び知識の啓発	食物アレルギー対応マニュアル等に基づき、相談に対応するとともに、正しい知識について普及・啓発する。	共通	保育課 健康増進課 学務課
消費生活展の開催	食を含む消費生活に関する市民の関心や、関係団体の相互理解を深めるための、消費生活展を開催する。	共通	商工観光課 (消費者関係団体)
食の安全・安心に関する情報提供	広報紙やホームページ、市民まつり等のイベントを通じて、「食」の安全・安心について普及・啓発する。	共通	健康増進課 商工観光課
食品表示法の普及・啓発	パンフレットの配布等を通じて、食品表示法について普及・啓発する。	共通	都市農業課
食品衛生法に基づく衛生管理等の指導	食品関係事業者への食品衛生管理の指導等及び消費者へ食品衛生知識の向上のための普及・啓発を行う。	成人期 高齢期	埼玉県草加保健所 (食品衛生協会)

### 推進テーマ⑤

### 災害時に対応できる食の知識の普及・啓発

取組項目	内 容	対象世代	主な関係課等
災害時における食の備蓄	地域防災計画等に基づき、災害発生に備えた食の備蓄の必要性等について啓発する。	共通	危機管理防災課
新 災害時栄養管理ガイドラインの作成	災害時における栄養指導等(栄養・食生活支援)を効果的に行うためのガイドラインを作成する。	共通	健康増進課 危機管理防災課
新 災害時に備えた食材等や調理法の啓発	出前講座等を通じて、災害時における限られた器具等での調理法などについて、普及・啓発する。	成人期 高齢期	健康増進課 危機管理防災課



「八潮市総合防災訓練」

## 第4章 基本目標ごとの具体的な取組

### 基本目標 2 楽しくおいしく食べて 豊かな心を培う

#### (1) 取組へのポイント

- ・ 家族や仲間で食事をとる「共食」は、楽しく・おいしく食事をとることができ、「心」の健康につながります。また、共食は、マナーを身につけることや食に対する感謝の気持ちを育てるなどの望ましい食習慣を取得する機会になっています。
- ・ 近年では、ひとり親世帯、貧困の状況にある子ども、高齢者の一人暮らしなどが増えており、様々な家族の状況やライフスタイルの多様化により、家族との共食が難しい人も増えてきています。
- ・ ライフスタイルに応じた柔軟な共食の機会を設けることが求められています。

#### (2) 数値目標

指標項目 【出典】		現状値 (H28)	目標値 (H35)	対象世代
学校給食における食べ残しの割合を減らす 【学校給食残食調査（週報）】	小学校	3.8%	2%以下	学齢期
	中学校	9.4% (H27)	7.5%以下	
新 食育に関心を持っている市民の割合を増やす 【食育に関するアンケート】		77.8%	90%以上	共通
新 朝食または夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数を増やす 【食育に関するアンケート】		週9.5回	週11回以上	共通
新 食品ロス（※8）削減のために具体的な行動をしている市民を増やす 【食育に関するアンケート】		61.9%	80%以上	共通



#### 教えてこまちゃん ※8

##### 食品ロスとは・・・

食品廃棄物のうち、食べられるのに廃棄される食品のことです。日本では年間約1,700万トンの食品廃棄物が排出されていますが、このうち「食品ロス」は約500～800万トンと試算されています。

【農林水産省 統計部 平成23年度推計より】

#### (3) 推進テーマと主な取組

##### 推進テーマ①

##### 食べ物を大切にする心の育成

取組項目	内 容	対象世代	主な関係課等
保育所・学校の給食における啓発	食育に係る計画に基づき、食事のマナーや食べ物を大切にする心や食事を作ってくれる人への感謝の気持ちを育成する。	乳幼児期 学齢期	保育課 健康増進課 学務課
新 給食センターへの施設見学	出前講座や社会科見学等において、給食を実際に作っている様子を見学する。	共通	学務課 指導課

## 第4章 基本目標ごとの具体的な取組

### 推進テーマ②

### みんなで楽しく食べる「共食」の推進

取組項目	内 容	対象世代	主な関係課等
<b>新</b> 地域における食の交流機会の提供	地域の公民館を利用し、町会・自治会単位で楽しく・おいしく食べる会食や料理教室、レクリエーションなどの、交流機会を提供する。	共通	健康増進課 社会教育課 社会福祉協議会 (町会・自治会)
バイキング給食を通じた交流の推進	保育所や学校の給食のメニューを自分たちで考え、みんなで食べることの楽しさや大切さを知るためのバイキング給食を提供する。	乳幼児期 学齢期	保育課 健康増進課 学務課
招待給食・試食会の開催	地域の方を招いた給食や保護者向けの給食試食会を開催する。	共通	保育課 学務課 指導課
<b>新</b> 食育月間及び食育の日の普及・啓発	食育月間（毎年6月）と食育の日（毎月19日）を普及させるため、給食だよりやホームページにて食についての情報提供を行う。	共通	保育課 健康増進課 学務課
男性の料理教室の開催	男性の食生活の自立や仲間づくりを推進し、バランスのとれた食事の調理方法を知るための料理教室を開催する。	成人期 高齢期	社会福祉協議会 健康増進課

### 推進テーマ③

### 環境に配慮した食生活の普及・促進

取組項目	内 容	対象世代	主な関係課等
家庭での環境配慮の啓発	エコライフDAY、ごみ分別の徹底等、家庭における環境への配慮について普及・啓発する。	共通	環境リサイクル課
フードマイレージの啓発（※9）	食品の輸送に伴い排出される二酸化炭素の削減のために家庭でできることについて普及・啓発する。	成人期 高齢期	都市農業課 (地産地消推進協議会)
エコキッズの推進	保育所の保育活動の一環として、子どもたちが自然と触れ合い、ごみの分別や廃材を利用するなど環境保全活動を行う。	乳幼児期	保育課
エコファーマーの推進（※10）	有機農法や自然環境を配慮し、化学肥料や農薬の使用を削減した栽培技術等で農業を営むエコファーマーの育成を推進する。	成人期 高齢期	都市農業課
<b>新</b> エコクッキングの普及・啓発	調理実習を通じ、環境にやさしい食材の購入・保存方法や料理方法について普及・啓発する。	成人期 高齢期	健康増進課



#### 教えてごまちゃん ※9

#### フードマイレージとは・・・

食料（food）の輸送距離（mileage）という意味で、食料の輸送量と輸送距離を定量的に把握し、食料の輸送に伴い排出された二酸化炭素が、地球環境に与える負荷に着目したものです。



#### 教えてごまちゃん ※10

#### エコファーマーとは・・・

たい肥などによる土づくりや有機肥料の使用（化学肥料の削減）、農薬使用の削減等の持続性の高い農業生産方式による栽培技術の導入計画が県から認められた農業者のことです。

## 第4章 基本目標ごとの具体的な取組

### 基本目標 3 食への関心を高め 食文化を次世代につなげる

#### (1) 取組へのポイント

- ・ 食文化や家庭の味が次世代に引き継がれていない現状があります。
- ・ 長い年月を経て地域の伝統的な行事や作法と結びついて形成された食文化は、より豊かな地域社会を育てます。
- ・ 地産地消（※11）という言葉は周知されてきたが、今後は実際に地元農産物を使って料理をする家庭を増やす必要があります。
- ・ 地域での食育を推進していくためには、市民と協働し食の大切さを伝える食育の担い手を増やす必要があります。

#### (2) 数値目標

指標項目 【出典】	現状値 (H28)	目標値 (H35)	対象世代
<b>新</b> 郷土料理や伝統料理（行事食や家庭の味）等、地域や家庭で受け継がれてきた料理や味を伝えている市民を増やす 【食育に関するアンケート】	15.1%	30%以上	共通
<b>新</b> 学校給食における地元農産物を使用する割合を増やす 【学校給食における地元農産物を使用する調査】	8.3% (H27)	15%以上	学齢期
<b>食文化や地元農産物に関するイベント等を開催する</b> 【市民まつり・農業祭・夜市・健康スポーツまつり・伝統食普及等】	6回 (H27)	10回以上	共通
<b>新</b> 食育推進に関わるボランティア団体等において活動している市民の数を増やす 【食育に関するアンケート】	—	100人以上	成人期 高齢期



#### 教えてこまちゃん ※11

##### 地産地消とは・・・

地域で生産された農産物を地域で消費することや地域で必要とする農産物は地域で生産することです。



「八つの野菜キャラクターたち」P26※12参照



「枝豆栽培親子農業体験」

## 第4章 基本目標ごとの具体的な取組

### (3) 推進テーマと主な取組

#### 推進テーマ①

#### 食体験を通じた食への関心の向上

取組項目	内 容	対象世代	主な関係課等
<b>新</b> <b>地元農産物の収穫</b> <b>◆ 体験及び料理教室</b> <b>の開催等</b>	自ら育てた野菜を収穫し、季節を感じながら、収穫の喜びを体験し、その食材を料理することで食べる楽しさを実感するための教室等を開催する。	乳幼児期 学齢期	健康増進課 都市農業課
	地元農産物や八つの野菜(※12)を利用してメニュー、加工品をPRする。また、そのメニューを使った料理教室を開催する。	共通	健康増進課 商工観光課 都市農業課
(関係団体)	八潮市商工会・八潮市直売所連絡協議会等		
<b>交流イベントの開催</b> <b>及び出展</b>	市民まつりや農業祭・枝豆まつり・健康スポーツまつり等を開催し、特産品や推奨品のPR、試食提供等を実施する。	共通	健康増進課 商工観光課 都市農業課
(関係団体)	農業関係団体・八潮市商工会・青耕会・八潮市直売所連絡協議会等		
<b>宅配事業の実施</b> <b>「まごころサービス」</b>	市内の消費者への利便性向上と商業活性化を目的として、食品などの商品を宅配する。(販売方法の工夫)	共通	商工観光課 (八潮市商工会)
<b>物産等の展示</b>	市役所ロビーや駅前出張所(展示コーナー)等へ、特産品および推奨品等を展示する。	共通	商工観光課
<b>生産者とのふれあい</b> <b>事業の実施</b> (こまちゃん保育所訪問)	生産者による土づくりから野菜ができるまでの講話や体験を通じて、生産者とふれあい、食への関心を深めるためのイベントを実施する。	乳幼児期	保育課 健康増進課 都市農業課 (青耕会)
<b>ハッピーこまちゃん</b> <b>会の開催</b>	地元農産物に親しみ、食への関心を深めるため、小松菜についての話と小松菜を使った料理を食べる「ハッピーこまちゃん会」を開催する。	乳幼児期	保育課 健康増進課
<b>市民利用型農園の</b> <b>開設支援等</b>	市民利用型農園の開設を支援する。 ・市民の余暇活動や学習の機会とする「市民農園」 ・野菜栽培や収穫等の体験ができる「学校ファーム」 ・市民が参加できる農業体験「ふれあい農園」	共通	都市農業課 指導課
<b>園芸講座の開催</b>	プランター等で野菜づくりを楽しむ人を増やすため、野菜等の栽培方法や注意点、収穫時期等を学ぶ園芸教室を開催する。	学齢期 成人期 高齢期	社会教育課
<b>親子料理教室の開催</b>	地元農産物を使い、栄養バランスのよい食事について親子で楽しむ料理教室を開催する。	共通	保育課 健康増進課 学務課
<b>新</b> <b>食生活改善推進員等</b> <b>の養成(※13)</b>	食生活改善推進員(食育推進ボランティア)の活動支援を充実させ、活動しやすい環境を整備し、地域の食育活動を推進する。	成人期 高齢期	健康増進課



#### 教えてこまちゃん ※12

#### 八潮の八つの野菜とは・・・

平成20年に生産量と八潮の「八」にちなみ特産品紹介も兼ねて、小松菜・枝豆・ねぎ・ほうれん草・トマト・ナス・山東菜・天王寺かぶを「八潮の八つの野菜」としました。



#### 教えてこまちゃん ※13

#### 食生活改善推進員とは・・・

地域において生活習慣病の予防や健康増進のために正しい食生活の普及活動をされる方々です。料理教室のサポートやレシピ提供・小松菜を使った料理の試食提供等の活動を行っています。

## 第4章 基本目標ごとの具体的な取組

### 推進テーマ②

### 家庭の味や地域の食文化の普及・促進

取組項目	内 容	対象世代	主な関係課等
<b>新</b> わかりやすい <b>食の情報発信</b> 「こまちゃん通信」	地元農産物を使ったレシピの発行や食についての情報を給食だよりやホームページ等で紹介する。	共通	保育課 健康増進課 学務課
<b>行事食・伝統食を取り入れた給食の提供</b>	食文化への関心を育てるため、保育所や学校の給食に、行事食や伝統食に加え外国のメニューを取り入れた給食を提供する。	乳幼児期 学齢期	保育課 健康増進課 学務課
<b>地元農産物を利用した給食の提供</b>	ハッピーこまちゃんデーとして、毎月8の付く日に地元農産物を利用したメニューを取り入れた給食を提供する。	乳幼児期 学齢期	保育課 健康増進課 学務課
<b>行事食や伝統食に関する教室の開催</b>	地域に伝わる行事食や伝統食を普及するための教室を開催する。	学齢期 成人期 高齢期	健康増進課 文化財保護課
<b>地元農産物のPRや啓発の実施</b>	ハッピーこまちゃん(※14)を活用し、地元農産物のPRや啓発を実施する。	共通	全課



#### 教えてこまちゃん ※14

#### ハッピーこまちゃんとは・・・

平成13年度埼玉県草加保健所・草加市・八潮市による健康日本21推進事業を実施するにあたり、本市が有数の小松菜の産地であることから、小松菜をモチーフにした食育推進のキャラクターとして誕生しました。

当初は、地元農産物の小松菜の普及によって野菜の摂取率を上げ、生活習慣病予防を推進することを目的としていましたが、現在は、健康増進や食育推進だけでなく、地域振興を含めたキャラクターとして、平成24年2月10日に特許庁に商標登録し、市のマスコットキャラクターとして位置づけられています。

性別：『なし』  
 年齢：『1歳』  
 性格：『明るく 元気』  
 特技：『笑顔』  
 夢：『みんなを健康にすること』  
 住所：『八潮市の小松菜畑』  
 好きな色：『みどり』  
 好きな食べ物：『小松菜』



ハッピーこまちゃん®

☆「ハッピーこまちゃん」という名前は、小松菜に八潮の『八』、着ている『法被(はっぴ)』、幸せの『ハッピー』を掛け合わせてつけられました。

〈名前は、市内の小学校2年生から愛称を募集して決定しました。〉

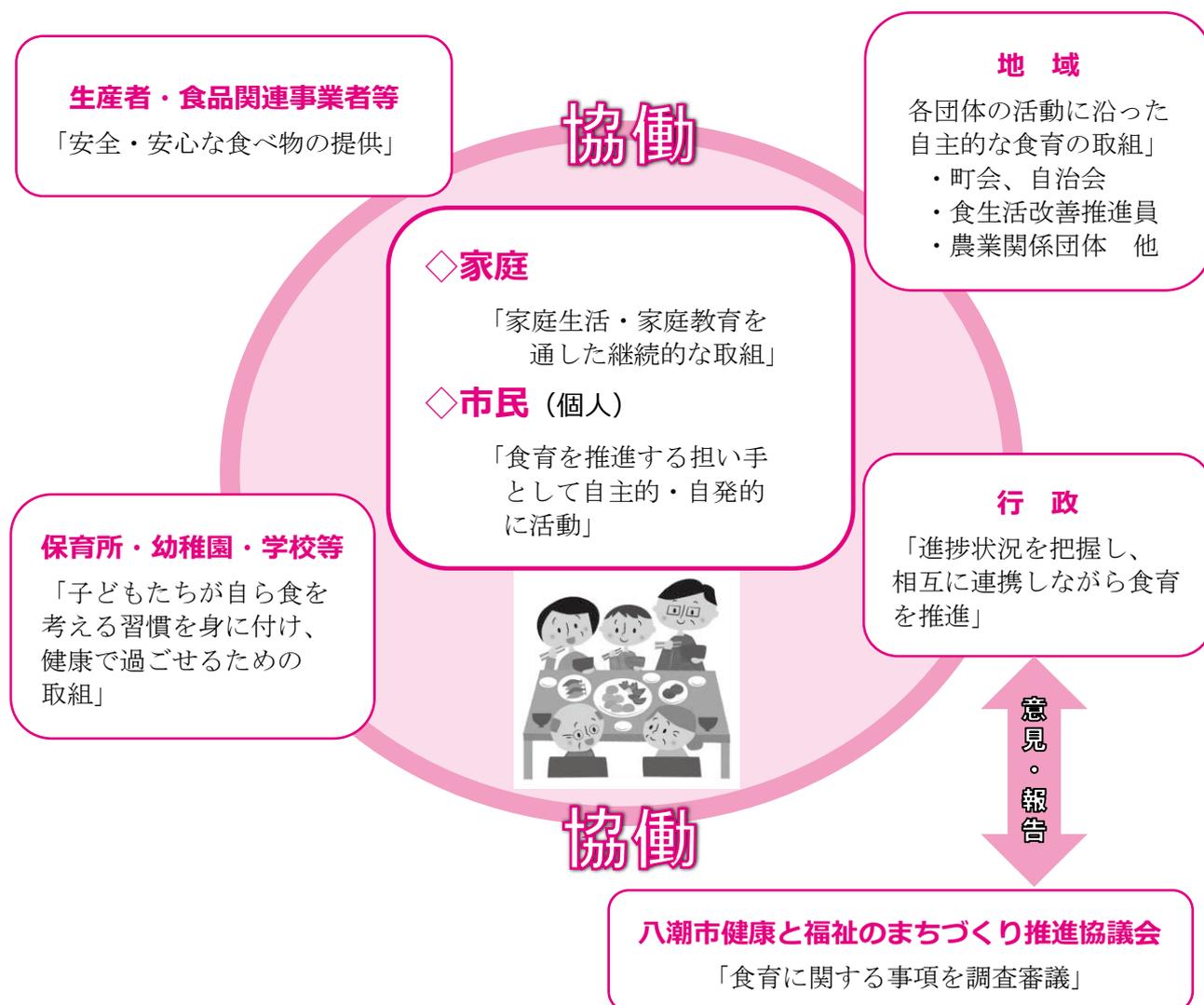
## 第5章 推進体制と進行管理

### 1 計画の推進体制

第2次八潮市食育推進計画の推進にあたっては、市民・地域・関係機関・団体等と行政が情報を共有しながら、協働できる仕組みをつくります。

#### 推進体制図

## 『食の力で生きる力を育む』 ～おいしく食べて みんな笑顔～



### 2 計画の進行管理

本計画に実効性をもたせるため、食育に関するアンケート結果や関連する各計画の評価等で現状や目標の達成状況を把握し、計画に係る関係課等において、取組内容の評価及び検討を行います。また、「八潮市健康と福祉のまちづくり推進協議会」に進行状況を報告し、審議します。

なお、計画の進捗状況や社会情勢の変化、国・県の動向等により、計画期間中においても必要に応じて見直しを行うこととします。

# 参 考 資 料

参考資料1	計画策定の経過	30
参考資料2	八潮市健康と福祉のまちづくり推進協議会	31
参考資料3	第2次八潮市食育推進計画について【諮問・答申】	33
参考資料4	八潮市食育推進計画策定庁内検討会議	35
参考資料5	八潮市食育推進計画策定庁内担当者会議	37
参考資料6	八潮市食育に関するアンケート調査の概要	38



「健康づくり料理教室」



「食生活改善推進員の活動の様子」



「健康づくり料理教室」



「八潮市総合防災訓練」

## 参考資料 1 計画策定の経過

実施時期	策定の経過
平成28年 5月19日	○ 経営戦略会議 ・第2次八潮市食育推進計画策定についての趣旨等説明
5月23日	○ 第1回八潮市食育推進計画策定庁内検討会議 ・第2次八潮市食育推進計画策定についての趣旨等説明 ・食育に関するアンケート調査（案）について検討
6月10日 ～7月4日	「八潮市食育に関するアンケート調査」実施
7月6日	○ 第1回八潮市健康と福祉のまちづくり推進協議会 ・第2次八潮市食育推進計画策定について諮問 ・第2次八潮市食育推進計画策定についての趣旨等説明
7月13日	○ 第1回八潮市食育推進計画策定庁内担当者会議 ・第2次八潮市食育推進計画策定についての趣旨等説明
9月28日	○ 第2回八潮市食育推進計画策定庁内担当者会議 ・食育に関するアンケート調査の結果について（報告） ・第2次八潮市食育推進計画（素案）について中間報告及び検討
10月26日	○ 第3回八潮市食育推進計画策定庁内担当者会議 ・第2次八潮市食育推進計画（素案）について中間報告及び検討
11月9日	○ 第2回八潮市食育推進計画策定庁内検討会議 ・食育に関するアンケート調査の結果について（報告） ・第2次八潮市食育推進計画（素案）について中間報告及び検討
11月30日	○ 第2回八潮市健康と福祉のまちづくり推進協議会 ・食育に関するアンケート調査の結果について（報告） ・第2次八潮市食育推進計画（素案）について中間報告及び検討
12月26日	○ 経営戦略会議 ・第2次八潮市食育推進計画（素案）について中間報告
平成29年 1月10日 ～2月8日	○ パブリックコメントの実施 ・第2次八潮市食育推進計画（素案）について
2月13日	○ 第4回八潮市食育推進計画策定庁内担当者会議 ・パブリックコメントの結果について説明 ・第2次八潮市食育推進計画（素案）の検討
2月15日	○ 第3回八潮市食育推進計画策定庁内検討会議 ・パブリックコメントの結果について説明 ・第2次八潮市食育推進計画（素案）の検討
2月22日	○ 第3回八潮市健康と福祉のまちづくり推進協議会 ・パブリックコメントの結果について説明 ・第2次八潮市食育推進計画（素案）の検討 ・第2次八潮市食育推進計画について答申
3月2日	○ 庁議に付議
3月9日	○ 計画について市長決裁

八潮市健康と福祉のまちづくり推進協議会規則

昭和57年4月1日 規則第18号

(趣旨)

第1条 この規則は、八潮市附属機関設置条例(昭和57年条例第15号)第3条の規定に基づき、八潮市健康と福祉のまちづくり推進協議会(以下「協議会」という。)について必要な事項を定めるものとする。

(組織)

第2条 協議会は、委員12人以内をもって組織する。

(委員)

第3条 協議会の委員は、次に掲げる者のうちから、市長が委嘱する。

- (1) 医師会を代表する者
- (2) 民生委員又は児童委員
- (3) 社会福祉協議会を代表する者
- (4) 健康、保健、福祉等に関する団体を代表する者
- (5) 知識経験を有する者
- (6) その他市長が必要と認める者

(委員の任期)

第4条 委員の任期は、2年とする。ただし、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 協議会に、会長及び副会長を置く。

- 2 会長及び副会長は、委員の互選による。
- 3 会長は、会務を総理し、協議会を代表する。
- 4 副会長は、会長を補佐し、会長に事故があるときは、その職務を代理する。

(会議)

第6条 協議会の会議は、会長が招集し、会長は、その議長となる。

- 2 協議会は、委員の過半数が出席しなければ開くことができない。
- 3 議事は、出席委員の過半数で決し、可否同数のときは、議長の決するところによる。

(関係者の出席)

第7条 協議会は、必要があるときは、関係者の出席を求めて、意見を聞くことができる。

(庶務)

第8条 協議会の庶務は、健康スポーツ部健康増進課において処理する。

(委任)

第9条 この規則に定めるもののほか、協議会の運営に関し必要な事項は、会長が協議会に諮って定める。

八潮市健康と福祉のまちづくり推進協議会委員名簿

◎会長 ○副会長

所 属	氏 名
草 加 八 潮 医 師 会	えぐち たけお 江口 武夫
	◎ ふるや しんいち ◎古家 真一
八 潮 市 歯 科 医 師 会	ぬまお ひさや 沼尾 尚也
八潮市民生委員・児童委員協議会	かなすぎ みつこ 金杉 光子
八潮市社会福祉協議会	はぎの ひでお 萩野 秀夫
八潮市町会自治会連合会	○こんどう しょうさく ○近藤 晶作
八 潮 市 薬 剤 師 会	むらき まさみ 村木 雅美
八潮市スポーツ推進委員協議会	もぎ みわこ 茂木 美和子
八潮市食生活改善推進会	きたじま はつえ 北嶋 初江
八 潮 市 母 子 愛 育 会	いがらし まさこ 五十嵐 昌子
知 識 経 験 者 (埼玉県草加保健所)	すずき ようこ 鈴木 洋子

(順不同・敬称略)

八潮健増発第483号  
平成28年7月6日

八潮市健康と福祉のまちづくり推進協議会  
会長 古家真一様

八潮市長 大山忍

第2次八潮市食育推進計画の策定について（諮問）

食育の推進を図るため、八潮市附属機関設置条例（昭和57年条例第15号）第2条の規定により、第2次八潮市食育推進計画の策定について、貴協議会の意見を求めます。

平成29年2月22日

八潮市長 大山 忍 様

八潮市健康と福祉のまちづくり推進協議会  
会 長 古 家 真 一

### 第2次八潮市食育推進計画について（答申）

平成28年7月6日付け八潮健増発第483号で諮問のあった、第2次八潮市食育推進計画の策定について、当協議会では慎重に審議いたしました。

審議の経過を踏まえ、今後7年間の食育推進計画の推進にあたっては、特に以下の事項について配慮されるよう付言し、諮問を受けた案は妥当である旨をここに答申します。

当協議会において出された意見、提案等を十分に活かしていただき、計画の着実な実現に向けて努力されることを望みます。

### 記

- 1 乳幼児から高齢者まで、すべての市民が生涯にわたり心身ともに健康な生活を送るために、生活習慣の改善や生活習慣病の予防に取り組む食育を推進してください。
- 2 市民・地域・関係団体・行政が主体的かつ多様に連携・協働し取組を推進してください。
- 3 食べ物の大切さについて普及啓発するため、「もったいない」という心を培う取組を推進してください。
- 4 和食をはじめとした地域の食文化を次世代に伝えるため、地域の食材を使った料理を家庭に普及させる取組を推進してください。
- 5 国際化が進む中、外国人にもわかりやすい食育を進めるとともに、食を通じた異文化に対して市民相互の理解が深まる取組を推進してください。

八潮市食育推進計画策定庁内検討会議設置要綱

(平成21年6月12日市長決裁)

(設置)

第1条 八潮市食育推進計画に関し必要な検討及び原案の策定を行うため、八潮市食育推進計画策定庁内検討会議（以下「検討会議」という。）を設置する。

(所掌事務)

第2条 検討会議は、食育推進計画について調査及び研究を行い、総合的な計画策定に関する事項を検討する。

(構成)

第3条 検討会議は、委員長、副委員長及び委員をもって組織する。

2 委員長は健康スポーツ部副部長、副委員長は学校教育部副部長をもって充て、委員は別表のとおりとする。

3 検討会議の委員長に事故あるとき、又は欠けたときは、副委員長がその職務を代理する。

(関係者の協力)

第4条 委員長は、必要があると認めるときは、関係者の協力を要請することができる。

(担当者会議)

第5条 食育推進計画の具体的な検討を行うため、検討会議に食育推進計画策定庁内担当者会議（以下「担当者会議」という。）を置く。

2 担当者会議の委員長、副委員長及び構成員は、検討会議の委員長が指名する。

3 担当者会議の検討結果は、検討会議の委員長に報告するものとする。

(任期)

第6条 検討会議及び担当者会議の構成員の任期は、八潮市食育推進計画策定の日までとする。

(庶務)

第7条 検討会議の庶務は、健康スポーツ部健康増進課において処理する。

附 則

この要綱は、市長決裁の日から施行する。

附 則

この要綱は、平成28年5月16日から施行する。

## 八潮市食育推進計画策定庁内検討会議 委員名簿

(◎：委員長 ○：副委員長)

	職 名	氏 名
企画財政部	企画経営課長	本 間 尚 樹
	政策担当主幹	今 村 聡 志
ふれあい福祉部	長寿介護課長	神 原 淳 一
	保育課長	小 林 淳 一
健康スポーツ部	◎副部長（兼国保年金課長）	鈴 木 圭 介
生活安全部	環境リサイクル課長	向 忠 義
市民活力推進部	副部長（兼都市農業課長）	水 嶋 清 和
	商工観光課長	金 子 和 広
教育総務部	社会教育課長	鈴 木 浩
学校教育部	○副部長（兼学務課長）	田 口 周 一
	指導課長	猪 原 誠 一

八潮市食育推進計画策定庁内担当者会議設置要領

(趣旨)

第1条 八潮市食育推進計画策定庁内検討会議設置要綱（以下「要綱」という。）第5条の規定に基づき設置する、八潮市食育推進計画策定庁内担当者会議（以下「担当者会議」という。）に必要な事項を定めるものとする。

(所掌事務)

第2条 担当者会議は、八潮市食育推進計画に係る調査及び研究等、計画策定に関する具体的検討を行う。

(構成)

第3条 担当者会議は、委員長、副委員長及び委員をもって組織する。

2 会議の構成員は、要綱第5条第2項の規定により八潮市食育推進計画策定庁内検討会議委員長（以下「検討会議委員長」という。）が指名した別表の者とする。

3 委員長に事故あるとき、又は欠けたときは、副委員長がその職務を代理する。

(関係者の協力)

第4条 委員長は、必要があると認めるときは、関係者の協力を要請することができる。

(任期)

第5条 担当者会議の構成員の任期は、八潮市食育推進計画策定の日までとする。

(報告)

第6条 担当者会議の検討結果は、検討会議委員長に報告するものとする。

(庶務)

第7条 担当者会議の庶務は、健康スポーツ部健康増進課において処理する。

附 則

この要領は、平成28年5月17日から施行する。

別表

八潮市食育推進計画策定庁内担当者会議委員名簿

(◎：委員長 ○：副委員長)

職 名	氏 名
企画経営課副主幹	小野寺 宏 幸
長寿介護課高齢者政策係長	丸 山 恵美子
保育課保育係長	富 田 賢
◎健康増進課副課長	鈴 木 節 夫
健康増進課副主幹(栄養士)	齋 藤 孝 子
環境リサイクル課環境保全係長	本 間 和 成
商工観光課消費・労政係長	石 田 昌 夫
都市農業課副課長兼都市農業係長	臼 倉 孝 一
社会教育課社会教育係長兼青少年係長(兼家庭教育推進担当)	坂 口 照 夏
○学務課保健給食係長	木 村 雅 彦
指導課主任指導主事兼指導係長	和 田 進

### 八潮市食育に関するアンケート調査の概要

#### 1 調査目的

平成22年度に策定した「八潮市食育推進計画」の計画期間は、平成26年度を終期としていたが、国や県の第2次食育推進計画が平成27年度を終期としていたことから、国や県の動向を見極めるため、平成28年度まで計画期間を延長した。平成28年度で終了する本計画の見直しを行うため、市内に在住の20歳代から70歳代の男女を対象に実施し、市民の食育に対する知識や食生活の実態等を把握し、本計画の基礎資料とするため実施したものである。

#### 2 調査の内容

- (1) 回答者の属性
- (2) 食育について
- (3) 朝食を食べる頻度
- (4) 主食・主菜・副菜を食べる頻度
- (5) 食事バランスガイドの認知度
- (6) 1日の野菜摂取量
- (7) 食事で一口に噛む回数
- (8) 歯科検診の受診状況
- (9) 運動をする頻度
- (10) 睡眠の取得状況
- (11) 食品選びで優先していること
- (12) 食生活について
- (13) メタボリックシンドロームの診断状況
- (14) 食品ロスについて
- (15) 共食の状況
- (16) 安心安全な食事への意識状況
- (17) 食に関する情報入手方法
- (18) 地域や家庭で受け継がれてきた食について
- (19) 食生活改善推進員の認知状況
- (20) 食や健康に関する地域活動について

### 3 調査の設計

- (1) 調査地域 八潮市全域
- (2) 調査対象 平成28年6月1日現在, 八潮市に居住する満20歳以上の男女
- (3) 対象人数 3,000人
- (4) 抽出方法 住民基本台帳からの無作為抽出
- (5) 調査時期 平成28年6月10日(金)～7月4日(月)
- (6) 調査方法 郵送による配付・回収

### 4 回収結果

標本数	回収数	回収率
3,000 標本	1,260 件	42.0%

