

## 基本的施策

### I 「市民自らが育む食」への理解と健全な食生活の実践

市民一人ひとりが、家庭や学校・保育所・幼稚園等や地域の中でのさまざまな経験を通して自ら食について学び、実践していきます。

### II 健全な食生活を実践するための環境整備

食について学んだことを実践していくためには、ソフト・ハードの両面からの支援が必要であり、そのための環境整備を行います。

### III 市民運動としての食育の展開

すべての市民が食育に関心を持ち実践していくためには、地域だけでなく、食に関する関係団体等も含めた食育市民運動を展開することが必要です。

### IV くまもとの自然環境と食文化に根ざした食育の推進

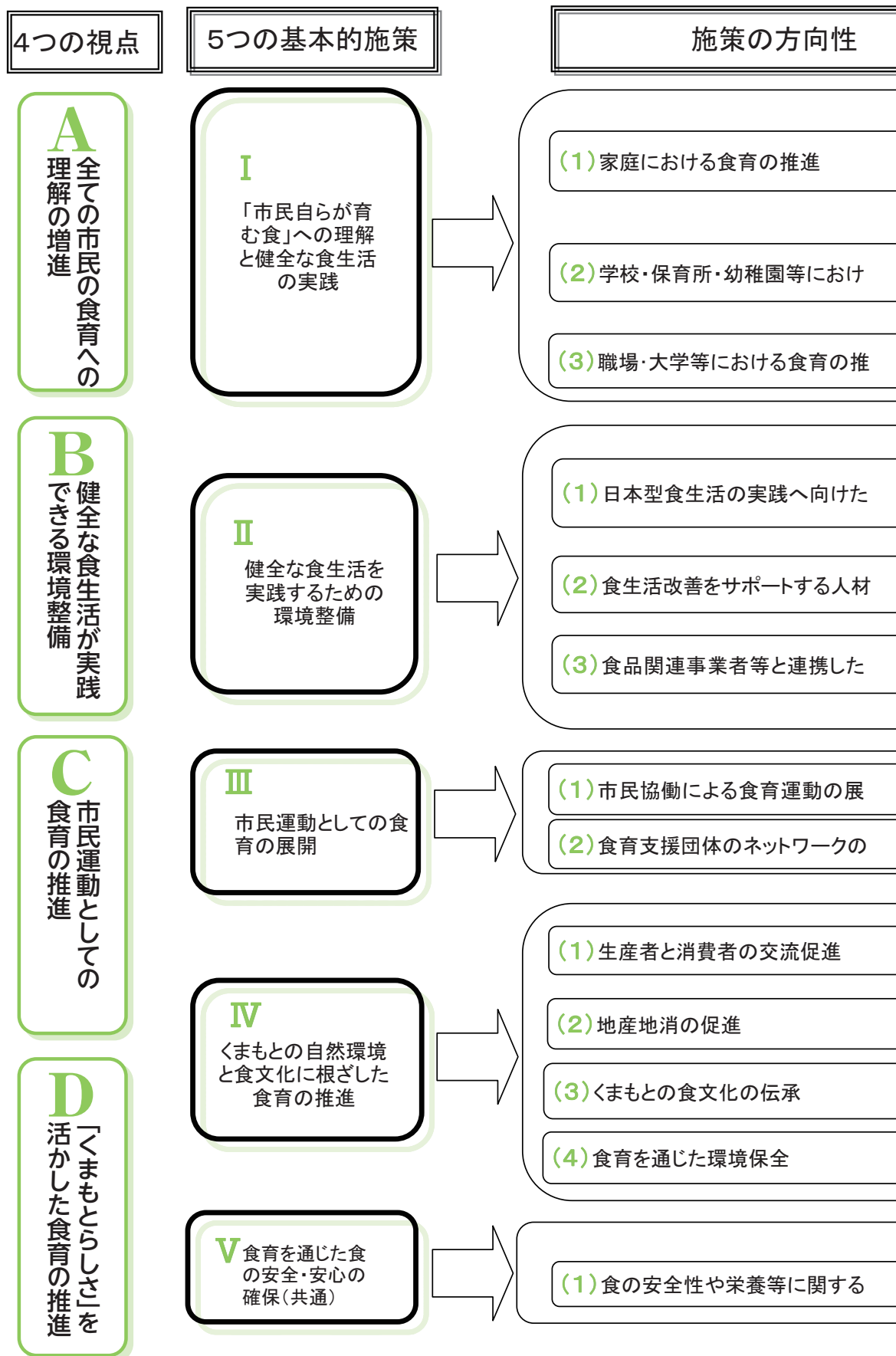
生産から消費までの各分野が交流を深め、くまもとの食文化を共有し、地下水をはじめとした自然環境の保全に努め、次世代に伝承していくことが大切です。

### V 食育を通じた食の安全・安心の確保（共通）

市民が、安心して食生活を送ることができるよう、食育を通して、食の安全性や栄養等に関する理解を深めることが大切です。また、市民の健康増進のため、食に関する基礎的調査・研究を行います。



# 3 「食育の推進」に関する施策の体系



## 取り組むべき施策

	<ul style="list-style-type: none"> <li>① 「食卓」の重要性についての啓発</li> <li>② 食を楽しむことについての啓発</li> <li>③ 子どもの頃からの体験を通じた食育</li> <li>④ 高齢者の食の自立を目指した食育</li> <li>⑤ 男女共同参画による食育の推進</li> </ul>
る食育の推進	<ul style="list-style-type: none"> <li>⑥ 保育所・幼稚園等における食育の推進</li> <li>⑦ 小・中学校における食育の指導体制及び内容の充実</li> <li>⑧ 学校給食の充実</li> </ul>
進	<ul style="list-style-type: none"> <li>⑨ 従業者・大学生等に対する食育の推進</li> <li>⑩ 事業者から発信する食育</li> </ul>
情報の発信	<ul style="list-style-type: none"> <li>⑪ 「食事バランスガイド」「食育ガイド」等を活用した食生活の実践への支援</li> <li>⑫ 区役所保健子ども課等における食育に関する普及啓発活動の推進</li> <li>⑬ 生活習慣病予防等についての啓発</li> </ul>
の育成	<ul style="list-style-type: none"> <li>⑭ 管理栄養士・栄養士、専門調理師等、専門的知識を有する人材の育成と活用促進</li> <li>⑮ 食生活改善推進員等、地域支援者の育成</li> </ul>
食育の推進	<ul style="list-style-type: none"> <li>⑯ 飲食店や食品販売店におけるヘルシーメニューの提供促進</li> <li>⑰ 食品工場見学等、体験を通じた食育の推進</li> <li>⑱ 事業者等に対する食育の普及啓発の促進</li> </ul>
開	<ul style="list-style-type: none"> <li>⑲ 食育に関する機運の醸成</li> <li>⑳ 関係団体と連携した食育運動の展開</li> </ul>
整備	<ul style="list-style-type: none"> <li>㉑ 関係団体とのネットワーク体制の整備と情報の一元化</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>㉒ 生産者と消費者の交流会の開催</li> <li>㉓ 農林漁業体験を通じた食育活動の推進</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>㉔ 「くまもとらしさ」を活かした地産地消の推進</li> <li>㉕ 学校給食や飲食店等への地元産物のPRと活用促進</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>㉖ 伝統料理や郷土料理等に関する情報提供の促進</li> <li>㉗ 関係団体との連携による食文化伝承に関わる活動の推進</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>㉘ 食育を通じた環境保全</li> <li>㉙ 環境保全体験を通じた食育活動の推進</li> </ul>
理解の促進	<ul style="list-style-type: none"> <li>㉚ 食の安全性に関する体験を通じた食育活動の推進</li> <li>㉛ 食育を通じた食の安全に関する情報の共有化</li> <li>㉜ 基礎的な調査・研究等の実施</li> </ul>

# 4 具体的な施策の展開

## I 「市民自らが育む食」への理解と健全な食生活の実践

### 1) 家庭における食育の推進

#### (1) 今後の方向性

「食」は、毎日の積み重ねであり、食育の基本は、「家庭」にあります。子どもから高齢者まで、市民自らが食に対する関心と理解を深め、家庭における健全な食生活を実践するために、以下の施策に取り組みます。

#### (2) 取り組むべき施策

##### ① 「食卓」の重要性についての啓発

食卓は、コミュニケーションの場であると同時に、食習慣の確立や食事のマナー、食文化を伝承する大切な場であることを伝え、「共食」を通じた子どもへの食育推進に努めます。また、「食育」を子どものことだけにとらえず、全世代をとおし、朝食を毎日食べることの重要性を伝え、欠食率の低下を目指します。

##### ② 食を楽しむことについての啓発

楽しい食事の時間を持つことは、心と体の健康を育みます。子どもの食育目標「楽しく食べる子どもに」成長することに取り組みます。また、よくかんで味わって食べることの大切さを伝えます。

##### ③ 子どもの頃からの体験を通じた食育

さまざまな食の経験を積み重ねることが大切です。家庭において、子どもの発達段階に応じた「体験をとおした食育」を推進します。

##### ④ 高齢者の食の自立を目指した食育

高齢者の身体機能や生活機能を維持できるよう食育を推進するとともに、そのための支援および環境整備等について推進します。

##### ⑤ 男女共同参画による食育の推進

食育の関心度や実践度は、男性より女性のほうが高く、食育に対する意識には男女差が見られます。性別を問わず、食育に関心を持つことで、男女共同参画による食育を推進します。

### (3) 成果指標

項目①	食育に関心がある市民の割合
基準値	73.4%(平成 24 年度)
目標値	90%(平成 30 年度)
出典資料等	熊本市食の安全安心・食育推進計画に関する市民アンケート調査

項目②	「朝食又は夕食を家族と一緒に食べる」の回数の増加 ※1 週間のうち朝食又は夕食を家族と一緒に食べる回数
基準値	10.0 回(平成 24 年度)
目標値	さらに増加(平成 30 年度)
出典資料等	熊本市食の安全安心・食育推進計画に関する市民アンケート調査

1 週間あたりの朝食の欠食率 ※幼児期は毎日食べている割合		基準値 (平成 24 年度)	目標値 (平成 30 年度)
項目③	幼児期(1 歳～5 歳) ※	95.3%	100%
	小学 5 年生	0.9%	0%
	中学 2 年生	2.0%	0%
	20 代男性	29.4%	15.0%
	30 代男性	29.4%	15.0%
	65 歳以上	3.7%	0%
出典資料等	熊本市食の安全安心・食育推進計画に関する市民アンケート調査		

(指標とする理由)

一人ひとりが食育に関心を持つことが基本です。「共食」は、食育を推進するうえで大切な子どもへの食育推進の指標となります。また、子どものみならず、全世代において「食育推進」の重要性を認識する市民の増加が望まれることから、幼児期から高齢期までの朝食の摂りかたを見ることで、全世代を通じた食育実践の指標となります。

#### (4)具体的な取り組み

- 「楽しく食べる子ども」に成長していくための基本は家庭にあることを伝えていきます。
- 親子クッキングや子どもクッキングを実施して食事のおいしさ、楽しさの意識付けを行います。
- 「いただきます」「ごちそうさま」の励行や「早寝・早起き・朝ごはん」運動の展開など、健全な食生活がおくれるよう支援します。
- ママパパ教室で、子育て世代へ、食の大切さを伝えます。
- 区役所が実施する幼児健診時等を通して食育の重要性の啓発及び情報提供を行います。
- 自治会・老人会等の活動を通して食育についての理解と関心を高めるため、「ふれあい出前講座」で行われている「食育講座」のより一層の充実を図ります。
- 高齢者の低栄養状態を早期発見し、「食<sup>えんげ</sup>べること」を通じて低栄養状態の改善を図るための個別の栄養相談や栄養教育を推進します。
- 高齢者の摂食・嚥下機能の低下を早期に発見し、その悪化を予防するため口腔機能の向上のための教育や口腔清掃の指導、摂食や嚥下・筋機能などに関する機能訓練等を推進します。

