

## 第4章 食育の推進

### 1 食育を推進するうえでの課題

「食育」は、食に関する知識や正しい情報を選択する力を身につけ、自然の恩恵や食に関わる人々の活動への感謝、理解を深め、心身ともに健康な食生活を実践するための取り組みです。食育の推進にあたっては、市民や家庭だけでなく社会全体で取り組んでいく必要があります。

これまでの業務の取り組み状況や市民アンケートの結果、次のような課題が見出されました。

#### (1) 家庭力の衰退

- 食を通じたコミュニケーションの不足

#### (2) 「食」の乱れが生活の乱れに

- 朝食の欠食などの不規則な食習慣
- 食の外部化、多様化
- 栄養バランスの崩れ
- 肥満の増加
- 習慣化されていない運動

#### (3) 地域における食育

- 食育に関する関心や理解
- 食品関連事業者の役割
- 食文化伝承の希薄化

#### (4) 「くまもとらしさ」を生かした食育

- 地産地消への理解不足
- くまもとの清らかな地下水等環境への配慮

今後アンケート調査結果を踏え記載

### 2 食育を推進していくための視点と基本的施策

生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性を育むことができる社会の実現を目指すため、次の4つの視点とそれらの実現に向けて五つの基本的施策を定め展開します。

#### 【視点①】 全ての市民の食育への理解の増進

国の第2次食育計画において示されたように、本市においても生涯にわたるライフステージに応じた間断ない食育の推進をめざし「全ての市民の食育への理解の増進」に向けて取り組みます。

## 【視点②】健全な食生活が実現できる環境整備

食育や健康に無関心な層に対しては、「健全な食生活が実現できる環境整備」を行うことが生活習慣病予防に対して重要です。市民が栄養表示や食事バランスガイドを参考にしやすい食環境の整備にむけて取り組みます。

## 【視点③】市民運動としての食育の推進

市民一人ひとりが、それぞれに食育推進をするのみならず、地域活動におけるボランティアや各組織団体と連携し、市民運動としての食育の推進が重要です。

## 【視点④】「くまもとらしさ」を活かした食育の推進

「くまもとらしさ」をおいしい水で感じる市民は多く、地産地消の認知も増えていますが、伝統料理を家庭で作る市民は減少しており、伝統料理の継承ができていません。くまもとの自然の恵みあふれる熊本の食材等を含めた、「くまもとらしさ」を活かした食育の推進が必要です。

## 3 「食育の推進」に関する施策の体系



## 4 具体的な施策の展開

### ～コンセプト◆「周知」から「実践」へ～

#### I 「市民自らが育む食」への理解と健全な食生活の実践

##### 【これまでの取組と評価】

「食事のとき『楽しい』と感じる市民の割合」では、「楽しい」と感じる人が8割近くとなり、目標値をほぼクリアしている。一方、「1週間あたりの朝食の欠食率」では、若い世代の欠食率が依然として改善せず、また、「食育に関する活動や行動をしている市民の割合」も、平成19年の調査(前回調査)と比べても改善されていない。

各種健診や予防事業等において、朝食の重要性や食育についての啓発などに取り組んでいるが、実践に結びついていない結果となった。同様に『「内臓脂肪症候群」を認知している市民の割合』は目標値をクリアするなど、健康と食に関する情報は市民に確実に浸透しつつあることから、食育についての知識をいかに家庭の食生活に結びつけていくかが課題であると考えます。

他にも「1週間に4,5日以上家族と一緒に食事をする市民の割合」は、81.4%と若干増加した。

朝食の欠食率については、子どもの朝食の欠食率は減少しているものの若者20歳代～30歳代の男性の欠食率は国と比較しても、約10ポイント高く、また、この5年間で増加しており、実践につながる取り組み方法を見直す必要がある。

子どもから成人、高齢者に至るまで生涯にわたる食育推進や家庭や市民が属する学校職場等それぞれにおいて「食育推進」の取り組みが必要であり、市民が実践できる食育の取り組みを考えていく必要がある。

保育所・公立幼稚園、小・中学校においてはすべてのところで「食育に関する計画の策定」を策定し、展開している。学校においても食に関する指標は望ましい食習慣の定着などを目指し、給食の時間をはじめ、学級活動等、学校教育活動全体の中で広く行っている。家庭・地域とともに食育推進の柱となる学校・保育所等での体制が整ったことで、今後は食育計画の活用および浸透が重要となる。

### 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、食習慣を確立し、コミュニケーションの場でとし、食事のマナーや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、全世代をとおり、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も推進します。

### ●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

目標項目①	○食育に関心がある市民の割合(20歳以上)
現状	73.2%
目標	%
データソース	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

(指標とする理由)

一人一人が食育に関心を持つことがすべての基本となります。また、「食育」を子どものことだけにとらえず、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ます。

目標項目②	○「朝食又は夕食を家族と一緒に食べる」の回数の増加 (国指標)
現状	11.0回(国:9.2回)
目標	回以上(国:10.2回以上)
データソース	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

(指標とする理由)

家族との「共食」は、望ましい食習慣の実践や食の楽しさを実感させ、精神的な豊かさをもたらすものです。今回、国と指標を合わせ、さらに増加させることを目標とします。

○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)		現 状	目 標
目標項目③	幼児期(1歳～5歳) ※	95.3%	%
	小学5年生	0.9%	%
	中学2年生	2.0%	%
	20代男性	29.4%	%
	30代男性	29.4%	%
	65歳以上	%	%
データソース	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		

(指標とする理由)

欠食率の高い世代を改善するには、周りからのサポート、意識付けも必要です。幼児期、高齢期を含めて指標を見直すことで、朝食の重要性を世代を越えた取り組みとして進めます。

## 2) 学校・保育所・幼稚園等における食育の推進

### (1) 今後の方向性

食育に関する計画の策定割合は、それぞれ目標を達成しており、さらなる食育の推進が望まれます。

### (2) 取り組むべき施策

#### ●6) 保育所等における食育の推進

園児・保護者への啓発の推進し、地域との連携促進をはかります。

#### ●7) 小・中学校における食育の指導体制及び内容の充実

学校全体で食育を担うための指導体制を充実し、児童生徒・保護者への啓発の推進・地域との連携促進をはかります。

#### ●8) 学校給食の充実

学校給食の献立内容の充実を図るとともに各教科においても学校給食を生きた教材として活用します。地元産物の導入を推進します。

### (3) 成果指標

目標項目	○新たな指標が必要
現状	
目標	
データソース	

## 3) 職場等における食育の推進

### (1) 今後の方向性

就職や大学入学等で環境が変わる等、食習慣が変化する時期であり、仕事が優先で食事を大事にしない傾向にあります。成人の世代での「食育」を意識した取り組みが必要です。

### (2) 取り組むべき施策

#### ●9) 従業者等に対する食育の推進

職場等において健診後の保健指導の徹底をし、生活習慣病予防に努めます。  
従業員等への食育活動の実施や食育講座を開催します。

#### ●10) 事業所から発信する食育

事業所内で食育の取り組みを強化します。また、様々な体験活動の機会の提供や、より健康に配慮した商品の開発、メニューの提供等に努め、行政もこれらの活動を支援します。

### (3) 成果指標

目標項目	○職域、大学等での食育講座の開催
現状	回
目標	回
データソース	実績報告

## II 健全な食生活を実践するための環境整備

### 【これまでの取組と評価】

「食生活改善をサポートする人材の育成」は着実に進んでいる一方で、「食事バランスガイドを参考にした食生活を実践する市民の割合」や「日本型食生活を実践している市民の割合」が改善されておらず、ここでも発信された情報が実践に結びついていない面があることが浮き彫りとなった。

また、「飲食店で栄養成分表示を見たことがある市民の割合」も平成19年より減少しており、「食品関連事業者等と連携した食育の推進」の取組について連携不足が考えられることから、今後の進め方について対応が必要である。

### 1) 日本型食生活の実践へ向けた情報の発信

#### (1) 今後の方向性

あらゆる世代の市民が、健全な食生活を実施するためには、身近なところで食生活改善に必要な情報が的確に得られ、得た情報を基に自分にあつた環境整備が必要です。「食事バランスガイド」を参考にした食生活を実践する市民の割合」は、若干増加していますが、日本型食生活を実践している市民は、80%で目標に及びませんでした。日本型食生活は、生活習慣病予防に適した食事パターンです。

「食生活指針」及び「食事バランスガイド」の周知に努め、今後は、栄養成分表示を参考にし、日本型食生活を実践する市民を増加させる必要があります。

#### (2) 取り組むべき施策

##### ●11) 「食事バランスガイド」等を活用した食生活の実践への支援

自分にあつた食事量や栄養バランスを理解し、健全な食生活を実践するために、「食事バランスガイド」等を普及し、活用できるような取り組みを行います。

##### ●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

区役所保健子ども課等を中心に、妊産婦・乳幼児から高齢者に対する栄養指導相談体制の充実を図ります。

##### ●13) 生活習慣病予防等についての啓発

生活習慣病予防について正しく理解し、市民一人ひとりが生活習慣の見直し、健全な食生活や適度な運動などを実施できるよう啓発します。

### (3) 成果指標

目標項目	○栄養に関する表示等を参考にしている市民の割合
現状	69% (時々参考にしている以上)
目標	
データソース	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

【再掲】

目標項目	○内臓脂肪症候群の予防や改善のために適切な食事、定期的な運動、定期的な体重測定を継続的に実践している市民の割合(国指標)
現状	27.7% (国 33.3%)
目標	(国 50%以上)
データソース	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

(指標とする理由)

生活習慣病予防対策としては、実際に、適切な食事、定期的な運動、定期的な体重測定を継続的に実践している市民の割合を増やしていくことが重要です。

## 2) 食生活改善をサポートする人材の育成

### (1) 今後の方向性

市民一人ひとりが健全な食生活を実践しやすい環境を整備するために荷は、さまざまな角度から市民の食育をサポートする人材が必要です。地域における食生活の課題を分析し、具体的な生活習慣の改善指導ができる管理栄養士・栄養士、専門調理師等専門的知識を有する人材が中心となって食育推進することが求められています。

食生活改善推進員等地域支援者は、食育に関しての地域に根ざした活躍は、すばらしいものです。身近なところで相談できる体制づくりを進めるため、食育地域リーダーとしての食生活改善推進員を育成します。

### (2) 取り組むべき施策

- 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育成と活用促進

食育に関する専門知識を備えた管理栄養士等の専門職の研修等を実施し資質向上に努めるとともに、栄養士会等との連携を密にした活動を強化します。また、生活習慣病予防の栄養指導相談体制の充実を進めます。

- 15) 食生活改善推進員等、地域支援者の育成



地域における食育地域リーダーとして食生活改善推進員の育成に努めます。

### (3) 成果指標

目標項目	○健康に関するボランティア数の増加
現状	1,208 人
目標	人
データソース	食生活改善推進員、8020 推進員の数

## 3) 食品関連事業者等と連携した食育の推進

### (1) 今後の方向性

食の多様化により、外食や中食を主体とする人が増えています。市民が自分に適した食を選択できるようにするためには、食品関連事業者の担う役割は非常に重要です。また、食品関連事業者自らが市民の健康を担っているという自覚と責任を持ち、率先して食育を進めていくことが求められています。

そこで、食品関連事業者と連携した食育を推進するとともに、食品関連事業者への啓発を推進し、自発的な活動を支援するために取り組みます。

### (2) 取り組むべき施策

#### ●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

健康づくりを支援する事業者の拡大を図り、減塩メニューや野菜たっぷりメニューを提供する飲食店を増やし、市民が自分にあった食事を選べるように努めます。

#### ●17) 食品工場見学等、体験を通じた食育の推進

見学等を通して、市民が食べ物の成り立ちや食品加工への理解を深める機会の充実に取り組みます。

#### ●18) 事業者等に対する食育の普及啓発の促進

事業者自らが、さまざまな情報を収集し正しい情報を発信するために、食品関連事業者に対する食育の普及啓発を推進します。

### (3) 成果指標

目標項目	○栄養に関する表示等を参考にしている市民の割合
現状	69% (時々参考にしている以上)
目標	
データソース	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

### Ⅲ 市民運動としての食育の推進

#### 【これまでの取組と評価】

食育の推進を市民運動として展開するためには、食と健康の関係、地産地消の意味等を通して市民に食育に関心を持ってもらうことが重要である。

「食育月間」「食育の日」等を活用し、国、県、関係団体と連携した食育キャンペーンを実施するとともに、各種広報媒体やイベント等を通して食育の周知と定着に努めてきたところである。

また、食生活改善推進員等の地域に根ざしたボランティアの活動を支援し、市民共同による全市的な食育活動を展開している。

しかしながら、「食育に関心がある市民の割合」「食生活面で熊本らしさを感じたことがある市民の割合」とも、平成19年度の調査を下回り、取組が足りていない結果となった。

#### 1)市民協働によるくまもと食育市民運動の展開

##### (1)今後の方向性

今後も国、県や関係団体と連携した食育キャンペーンを実施するなど、各種広報媒体やイベント等を通して食育の周知と定着に努めていきます。また、それぞれの組織・団体が、個別に実施していることを連携し、食育活動を進めていくことも重要です。

また、食生活改善推進員が地域の食育リーダーとしてボランティア活動がやりやすくなるようサポートします。

##### (2)取り組むべき施策

###### ●19) 食育に関する機運の醸成

「食育月間」「食育の日」等を活用した県や関係団体と連携した食育キャンペーンを実施することで、食育を定着し社会的な食育推進の機運の醸成を図ります。

###### ●20) 関係団体と連携した食育運動の展開

関係団体組織、食生活改善推進員等の食育ボランティアがそれぞれ連携協力をした食育活動を展開します。

##### (3)成果指標

目標項目	○食育に関心がある市民の割合(20歳以上)
現状	73.2%
目標	%
データソース	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

【再掲】

目標項目	○食生活面で「くまもとらしさ」を感じたことのある市民の割合
現 状	52.9%
目 標	%
データソース	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

## 2)食育支援団体のネットワークの整備

### (1)今後の方向性

「熊本市食の安全安心・食育推進会議」において、「熊本市食の安全安心・食育推進計画」の進行管理・食に関する機関の相互連携に関することを審議し、食育推進体制の整備を図ってきました。また、平成17年度より子どもの食育推進ネットワーク活動を実施しており、それぞれの参加団体ごとの活動のみならず、連携した食育活動を実施しています。今後は、区役所毎の活動・連携を強化しながら、さらに地域に根ざした活動に向けて取り組みます。

### (2)取り組むべき施策

#### ●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

「熊本市食の安全安心・食育推進会議」において、計画についての評価や進行管理、並びに食育に関する機関の相互連携に関する審議を行うなどして、食育推進体制の充実を図ります。

子どもの食育推進ネットワークにおいては、参加団体組織が、それぞれの機関の機能や特性を十分に理解して、団体間の連携推進を図り、食育活動を推進します。また、区役所ごとの地域研修会活動などを活用して地域ごとの食育推進ネットワークの充実を図ります。

### (3)成果指標

目標項目	○熊本市子どもの食育ネットワークにおける連携した食育活動数
現 状	数
目 標	数
データソース	ネットワークの登録団体数

## Ⅳ くまもとの自然環境と食文化に根ざした食育の推進

### 【これまでの取組と評価】

優れた自然環境を生かした熊本の食の素材は、熊本市民の誇りである。「生産者と消費者の交流」、「地産地消の促進」「食育を通じた環境保全」の調査結果からも、熊本市民は優れた食の素材を活かしている一方で、「くまもとの食文化」が世代間でスムーズに伝えられておらず、課題として残されている。

また、ホームページや広報誌を通して生産者とふれあえる機会等を発信しているが、「生産者と消費者が近く交流しやすいと感じている市民の割合」はほとんど変化がない一方、学校農園や休耕田等を活用した栽培活動を実施している小・中学校の割合は100%となり目標を達成した。

環境保全の面では市民1人1日当たりのごみ排出量は徐々に減少し、ごみを少なくするため「買いすぎ」「作りすぎ」をしないよう心がけをしている市民の割合も、増加している。バイオマスを知っている市民の割合は、34.3%で目標を達成するなど、環境保全に関する関心は高い。

### 1)生産者と消費者の交流促進

#### (1)今後の方向性

生産者と消費者の交流や農林漁業体験を通して、食への関心と食育への大切さへの理解の向上を図ります。

#### (2)取り組むべき施策

##### ●22)生産者と消費者の交流会の開催

食の生産に関する理解を深め、生産者と消費者がともに「くまもとの食」を支えあい、相互の信頼関係を構築するための交流の機会を提供します。

##### ●23)農林漁業体験を通じた食育活動の推進

教育ファーム等で、幼い頃から様々な農林水産業体験を通して、食べ物に対する感謝の念や生命や物の大切さを感じる心を育む機会を提供するよう努めます。

#### (3)成果指標

目標項目	○農林漁業体験を経験した市民の割合
現状	
目標	
データソース	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

## 2)地産地消の促進

### (1)今後の方向性

「地産地消」を認知している市民の割合は、70%で目標を達成しました。学校給食における地元産物を使用する割合も年々増加しています。今後、さらに「地産地消」の認識向上に努め行動につながるよう取り組みます。

### (2)取り組むべき施策

#### ●24)「くまもとらしさ」を活かした地産地消の推進

地元の産物を購入する市民を増やすために、地元産物の情報提供に努め、地産地消への理解向上に努めます。

#### ●25)学校給食や飲食店等への地元産物のPRと活用促進

学校給食や飲食店等において、さらに地元産物の利用を進めます。また、「くまもとのおいしい農産物」をPRして活用を進めます。

### (3)成果指標

目標項目	○進んで地元農産物を購入する市民の割合(15歳以上)
現状	69.4%
目標	%
データソース	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

目標項目	○学校給食における地元農産物を使用する割合
現状	39品目
目標	品目
データソース	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

## 3)くまもとの食文化の伝承

### (1)今後の方向性

くまもとの息づく伝統的な食材や食文化を伝え、受け継ぐために、家庭のみならず、地域活動等での食文化の伝承を推進します。

### (2)取り組むべき施策

#### ●26)伝統料理や郷土料理等に関する情報提供の促進

年中行事に使う料理や郷土料理を日々の暮らしに取り入れることができるよう、レシピ等の情報を提供します。

### ●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

伝統料理や郷土料理を関係団体と連携し、地域の高齢者等とくまもとの食文化を通して交流を図ります。

#### (3) 成果指標

目標項目	○家庭での食事に郷土料理等を取り入れている市民の割合
現 状	49.2%
目 標	% (70% 平成 24 年度の目標)
データソース	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

## 4) 食育を通じた環境保全

### (1) 今後の方向性

市民一人ひとりが食への感謝の念を新たにし、「くまもとの恵み」を知ること、資源循環型社会の形成等、食育を通して環境を考える取り組みを行います。

### (2) 取り組むべき施策

#### ●28) 食育を通じた環境保全

資源循環型社会をめざすために子どもの頃から「食を大切にする教育」を通して環境保全を促進します。

#### ●29) 環境保全体験を通じた食育活動の推進

食を通して環境について考え、環境に配慮した活動が広がるよう体験活動への参加を促します。

#### (3) 成果指標

目標項目	○ごみを少なくするため「買いすぎ」「作りすぎ」をしないよう心がけをしている市民の割合
現 状	70.3%
目 標	%
データソース	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

目標項目	○熊本市の良質な水がおいしさの基になっていると思う市民の割合
現 状	80.9%
目 標	%
データソース	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

