

# 第2次幸田町食育推進計画

平成25年度～平成28年度



幸 田 町

幸田町食育推進会議

# も く じ

## 第1章 計画の策定にあたって

- 1 計画策定の背景 . . . . . P1
- 2 計画の位置付け . . . . . P2~3
- 3 計画期間 . . . . . P4

## 第2章 食育の現状と課題

- 1 統計と地域資源 . . . . . P5~15
- 2 住民の意識（アンケート集計結果から） . . . . . P16~23
- 3 取組みの評価と課題 . . . . . P24~31
- 4 主要な課題のまとめ . . . . . P32~33

## 第3章 計画の基本的な考え方

- 1 食育推進のねらい . . . . . P34
- 2 食育推進の基本目標 . . . . . P34
- 3 食育推進の基本的方針 . . . . . P35

## 第4章 具体的な施策の展開

- 1 食を通じて、健康で安心して暮らすために . . . . . P36~37
- 2 食を通じて、豊かな人間性を育むために . . . . . P38~43
- 3 郷土の良さを知り、食文化を守り育てるために . . . . . P44~45
- 4 環境にやさしい食生活に努める . . . . . P46~48

## 第5章 計画の推進

- 1 ライフステージに合わせた食育推進の取組み . . . . . P49~51
- 2 各分野の役割 . . . . . P52~53
- 3 数値目標 . . . . . P54~55
- 4 計画の推進体制 . . . . . P56

## 《参考資料》

- 食育基本法（概要）
- 幸田町食育推進会議
- 幸田町食育推進会議委員名簿
- 幸田町食育推進会議部会委員名簿
- 幸田町食育推進計画の策定経過
- 食育に関するアンケート調査票  
（小中学生用、小中学生保護者用、保育園・幼稚園児保護者用）
- 食育に関するアンケート調査集計結果（概要）
- 「家族で読もう Eatタイムス」
- 「毎日元気にベリーグー！」
- 幸田の農畜産物「旬」カレンダー
- 幸田町の農畜産物の紹介
- 幸田町の農業団体が実施した農作業体験の取組み

# 第1章 推進計画の策定にあたって

## 1 推進計画策定の背景

「食」は人の生活そのものであり、健康で充実した生活を送るためには欠かすことのできない大切なものです。そして、その「食」を支えているのは「農業」であり、「農業」は「農家」によって行われていることを忘れてはいけません。

しかし、「食」を取りまく環境は、社会環境の変化やライフスタイルの多様化に伴い、大きく変化し、様々な問題が見られるようになりました。

栄養バランスの偏りや不規則な食生活、家庭における孤食の増加等、「食」を大切にする心や食べものに係わる人びとに対する感謝の気持ちが薄れてきています。また、食べ残し等による食品の廃棄や、食品の安全性に対する不信感、日本特有の食文化の喪失等も私たちが生活をしていく上で大きな問題としてあげられます。

このような状況において、国では平成17年7月に「食育基本法」を施行し、平成18年3月には「食育推進基本計画」、平成23年3月には「第2次食育推進基本計画」を策定し、食育に関する方向性を定め、総合的に推進してきました。

また、愛知県においても、平成18年11月に「あいち食育いきいきプラン(愛知県食育推進計画)」、平成23年5月には「あいち食育いきいきプラン2015(第2次愛知県食育推進基本計画)」を作成し、食育をより具体的に推進してきました。

そして、本町においても町民一人ひとりが健康で豊かな食生活が送れるよう、平成21年3月に「幸田町食育推進計画」を策定し、「健康」「豊かな人間性」「食文化」「食環境」の4つの基本目標に向け、家庭、学校、保育園・幼稚園、地域等と連携した様々な活動を行ってきました。

そしてこの度、国・県の第2次計画の主旨を踏まえ、本町における「食育」をさらに推進するため、「第2次幸田町食育推進計画」を策定します。

### ◎参考 【食育とは?】 (食育基本法前文抜粋)

食育を、生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきものと位置付けるとともに、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食育を推進することが求められている。

知 育

徳 育

体 育

《 食 育 》

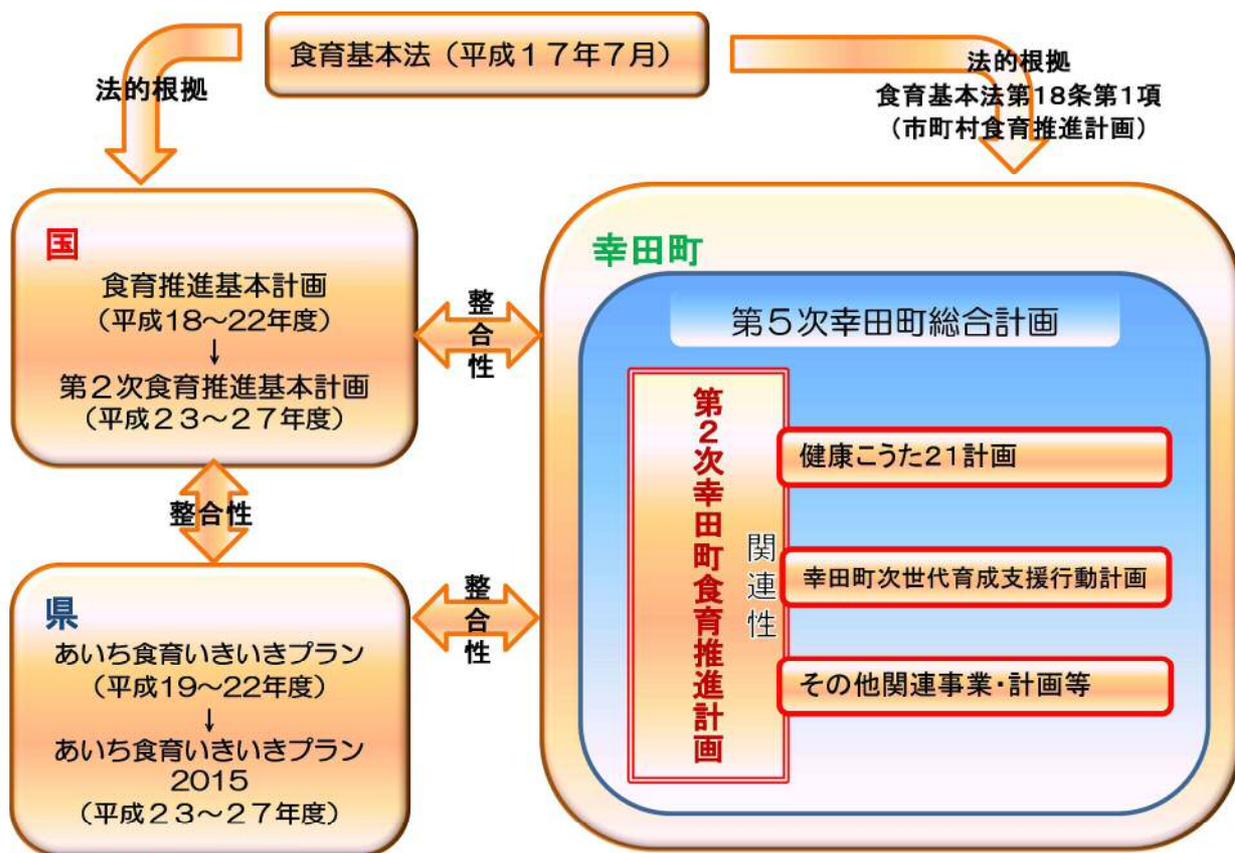
## 2 推進計画の位置付け

本推進計画は、前計画（平成21年3月策定）に引き続き、食育基本法第18条第1項に規定する市町村食育推進計画として位置付けます。

また、国の「第2次食育推進基本計画」及び県の「あいち食育いきいきプラン2015」を基本として、食育推進における本町としての基本的な考え方や具体的な行動目標について取りまとめたものです。

その実施にあたっては、「第5次幸田町総合計画」や「健康こうた21計画」及び関連諸計画との整合性を図ります。

### 《イメージ図》



## 《国の計画》

国では、平成17年7月に「食育基本法」を施行し、平成18年3月には「食育推進基本計画（計画年度；平成18年度から平成22年度）」を策定し、食育推進に関する方向性を定め、総合的に推進してきました。

平成23年3月には「第2次食育推進基本計画（計画年度；平成23年度から平成27年度）」を策定し、『「周知」から「実践」へ』をコンセプトとし、国民自らが食育を推進する活動を実践することにより、「食」に関する理解を深めることを目的としています。

## 《県の計画》

愛知県においても、平成18年11月に「あいち食育いきいきプラン（愛知県食育推進計画・計画年度；平成19年度から平成22年度）」が策定され、より具体的に食育を推進してきました。

さらに、平成23年5月には、前プランの基本理念を継承した「あいち食育いきいきプラン2015（第2次愛知県食育推進計画・計画年度；平成23年度から平成27年度）」が策定されました。このプランでは、国の第2次食育推進基本計画と同様に『啓発から実践へ』をコンセプトに、県民が主体的に食育に取り組むことを目的とし、「体」「心」「環境」に視点をおいた食育推進の指針が定められています。

## 《町の関連計画》

### ○「第5次幸田町総合計画」（平成18年3月策定）

この基本構想は、平成18年度から目標年度を10年後の平成27年度において、本町がめざす将来像を「人と自然を大切にす緑住文化都市」とし、豊かな自然やこれまでに培ってきた歴史、文化そして人と人とのつながりを大切に、新しい発想と視点のもとに町民の皆さんと協働して個性あるまちづくりを進めていくこととしています。

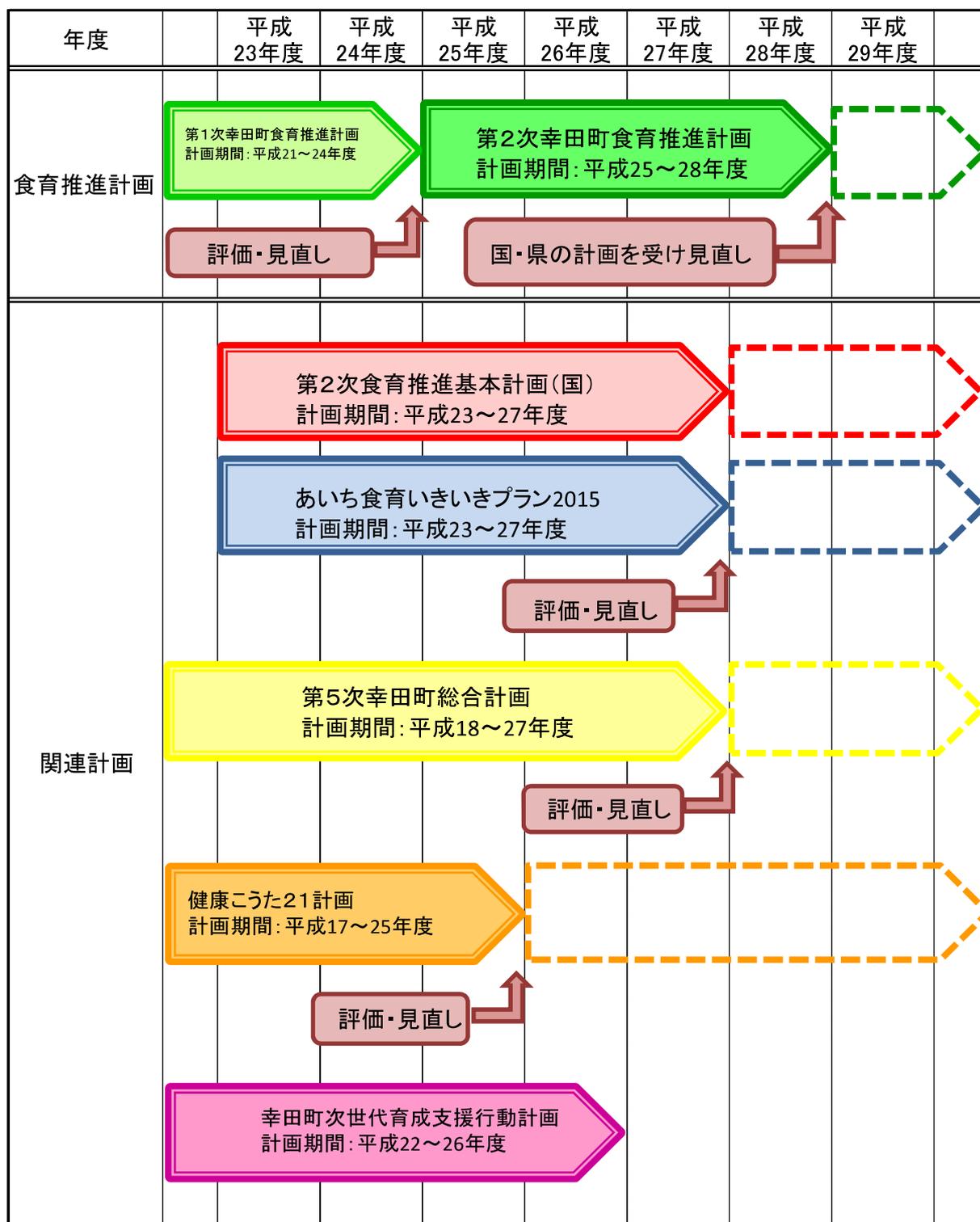
### ○「健康こうた21計画」（平成17年3月策定、平成19年度中間評価改訂）

「みんなで育む健康こうた21計画」は、計画目標年度の平成25年度に向けて、「幸せな楽しいくらしはまず健康」という基本理念を掲げ、すべての町民が幸せな楽しいくらしが送れる社会の実現に向けて、生活習慣の改善などを通じて生活習慣病の予防、健康寿命の延伸、生活の質の向上を目指しています。

### ○「次世代育成支援行動計画後期計画」（平成22年3月策定）

この計画は、計画目標年度の平成26年度に向けて、「ひろがれ子育て支援の輪 伸ばそう伸びよう幸田っ子」を基本理念とし、おおむね18歳未満のすべての子どもとその家庭、保護者、行政、地域、事業者などすべての人を対象としています。そして、将来を担う子どもたちが健やかに育つために、地域住民のふれあいと支え合いのもとで、子育ての喜びが実感でき、誰もが安心して子育てができることを目的としています。

### 3 計画の期間

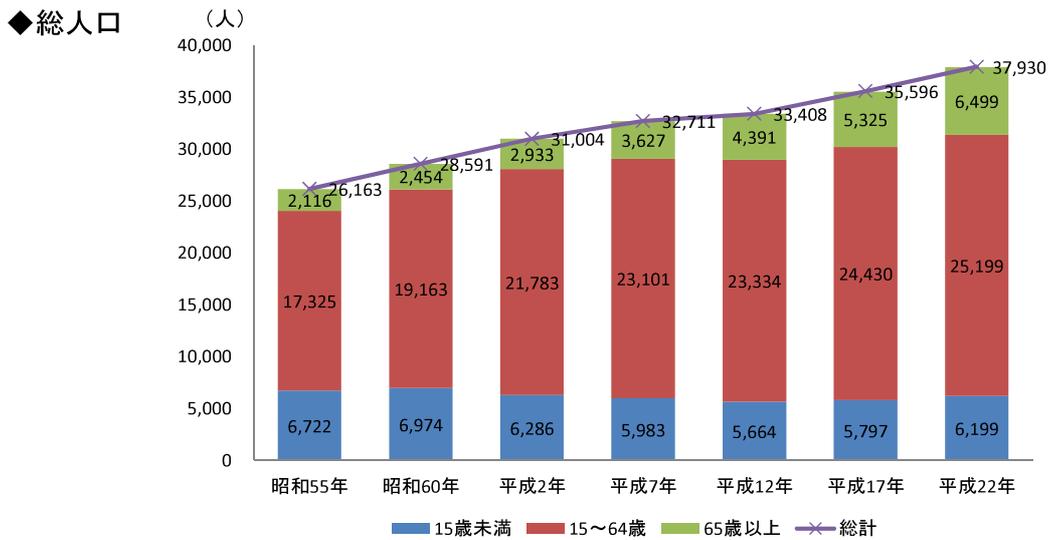


# 第2章 食育の現状と課題

## 1 統計と地域資源

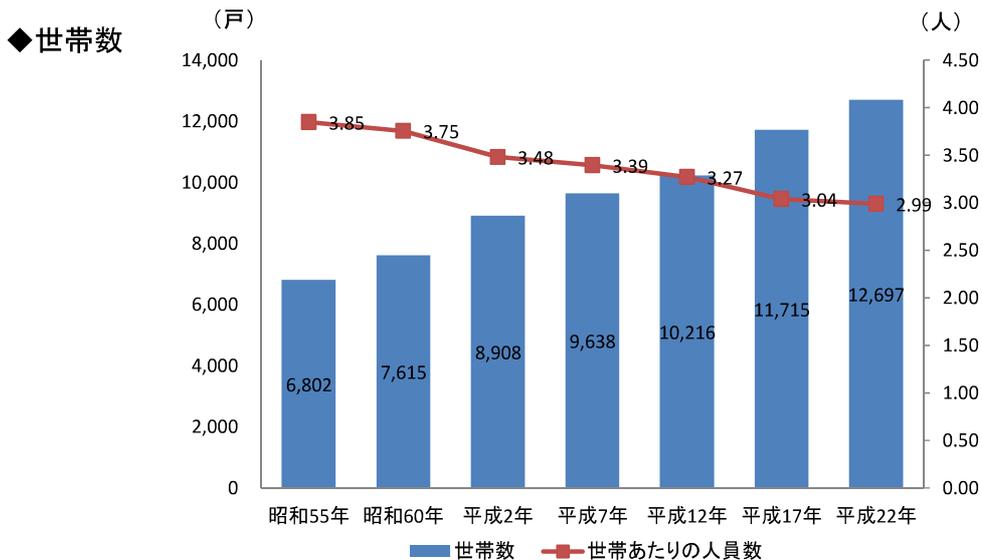
### (1) 人口

本町の人口は、平成24年10月1日現在、38,543人です。中京経済圏の中心都市・名古屋市から45km圏内にあり、北は岡崎市、西は西尾市、南東は蒲郡市と接しています。周辺の市とともに自動車産業を中心とする製造業が盛んであり、人口は増加傾向が続いています。



資料: 国勢調査 総人口は年齢不詳者を含む

資料: 国勢調査



資料: 国勢調査



### Check !

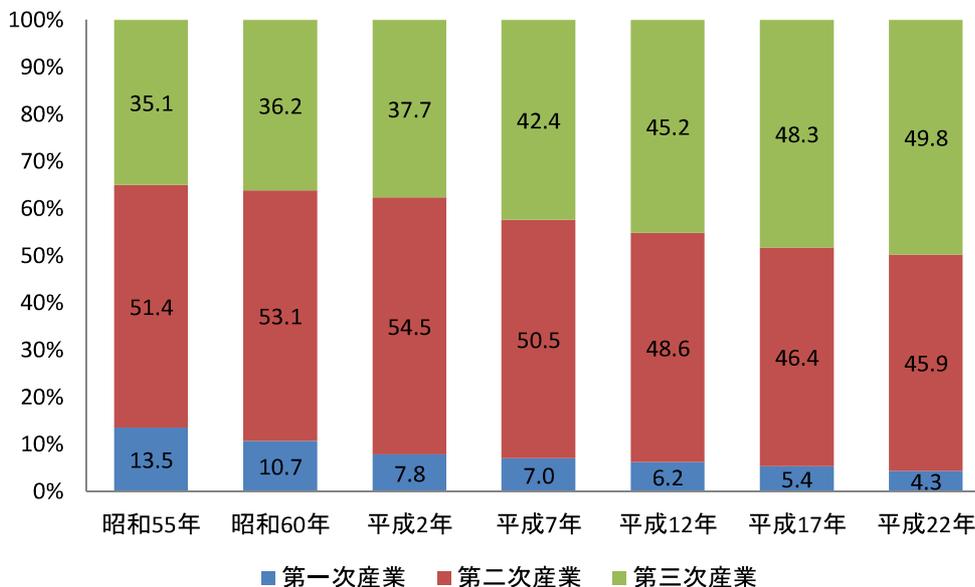
世帯数の推移をみると、総人口と同様に増加傾向にあります。

しかし、1世帯あたりの人員数は減少しており、単身世帯や核家族世帯の増加が進んでいます。

(2) 産業

本町の産業構造は、農業や林業などの第1次産業の就業者の割合は、減少傾向にあります。自動車産業の中心地である周辺市の影響もあり、第2次産業就業者の割合は比較的高くなっていきますが、平成2年以降減少傾向にあります。他産業に対して飲食店やサービス業等の第3次産業就業者の割合は、年々増加傾向にあります。

◆産業構造

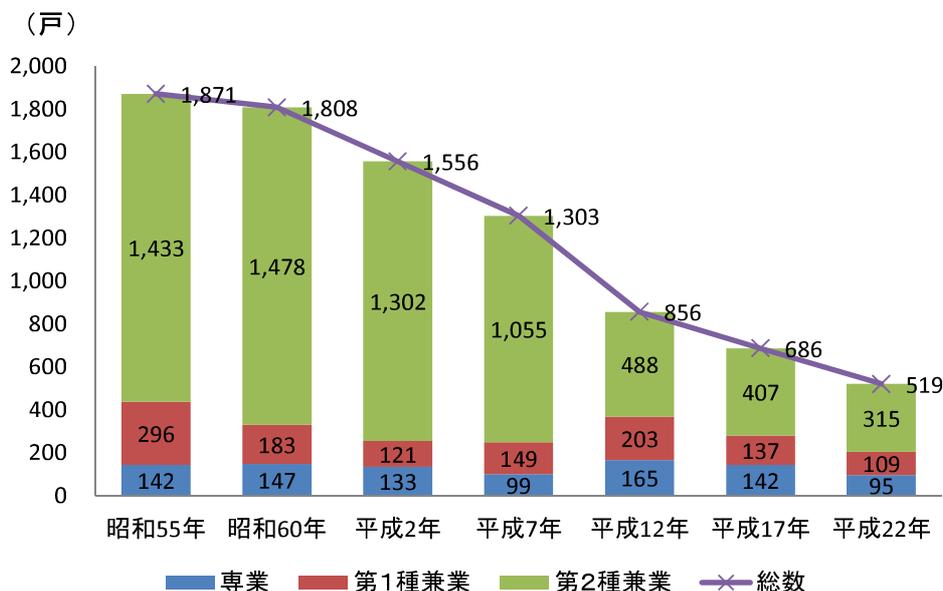


資料:国勢調査

(3) 農業

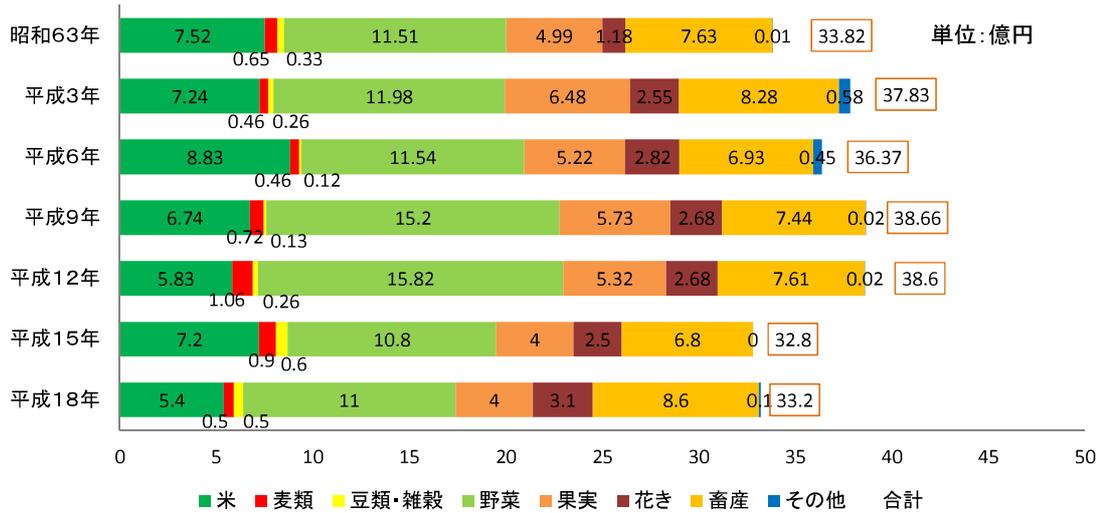
本町の農家戸数は年々減少しており、平成22年には519戸であり10年間で約39.4%減となっています。特に、第1種兼業農家（世帯員の中に兼業従事者が1人以上おり、かつ農業所得の方が兼業所得よりも多い農家）は平成12年からの10年間で約46.3%と大きく減少しています。

◆農家戸数



資料:農業センサス

◆農業生産



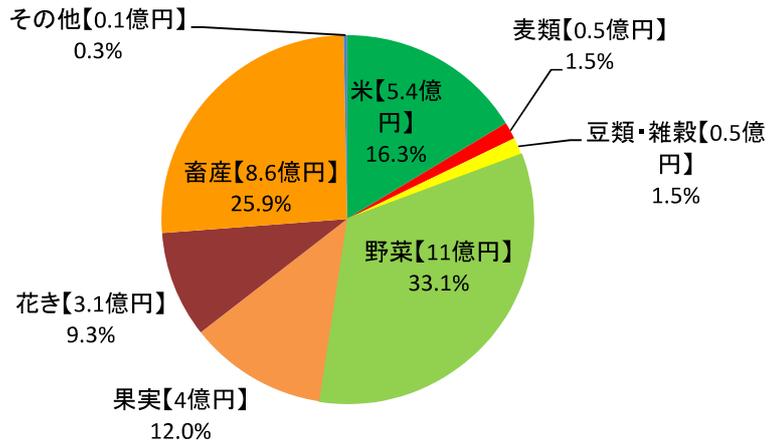
資料：愛知県農林水産統計年報



Check!

本町の平成18年の農業生産額は、33億2千万円であり、平成9年からの10年間で14.1%減少しています。部門別の内訳は、野菜が約11億円（33.1%）と最も多く、次いで畜産が約8.6億円（25.9%）となっており、野菜と畜産で半数以上を占めています。

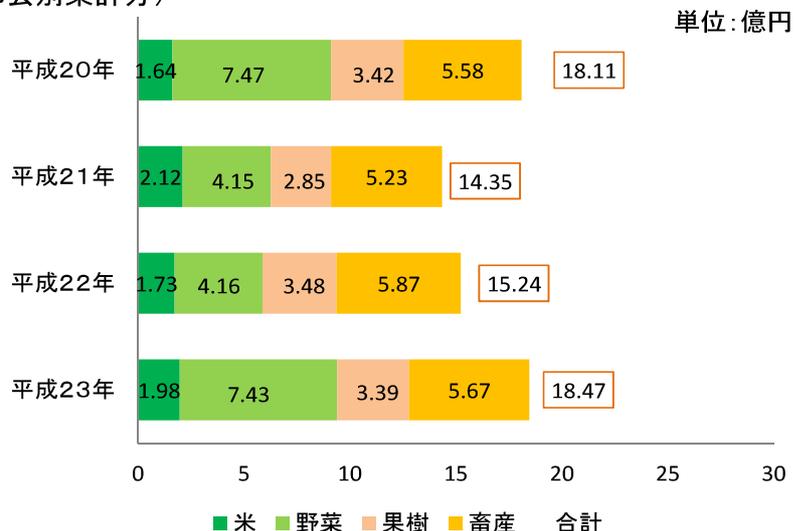
◆農業生産額（平成18年）



資料：愛知県農林水産統計年報

※平成18年以降は、市町村別の統計が無くなったため最新データ

◆農業生産（町内部会別集計分）



#### (4) 食文化

##### ア 食の歴史

幸田町史（昭和49年5月刊行）には、食生活についての記載があり、本町における昔の食の状況を知ることができます。主な内容は以下のとおりです。

##### 【もち】

仏を供養する時のもちを「百味の飲食」と言う百味の飲食の内、餅が五十味といわれる位、昔から飲食界の王者だったからである。餅は白もち、雑穀もちと大別されるが、白もちは糯を水に浸した後、蒸して臼と杵で搗き上げたもの、雑穀もちは稗・粟・粟・きび等の粉に水を加えて蒸した後、搗き固めた餅で、神仏に供えたり慶事に用いるのは前者の白餅である。後者の雑穀餅は製造法は異なるが、材料は団子と変わらない。

##### 【ぼた餅】

おはぎともいわれ、糯と粳を混ぜて炊いた飯を、摺小木で小づいてから丸め、小豆あんや黄な粉を付けたもので、餅より簡単に作られるので農作業の区切りや休日に多く作られた。



▲雑祭り



▲もちつき

##### 【副食物】

明治維新以来大正までは昔ながらの簡単な副食物で、主として自家生産の漬物・味噌・野菜の煮付け程度で副食物に銭を出さないと言う考え方だった。魚類や豆腐、あげなども晴れの食事以外用いなかったが、大正のころから次第に副食物の量が増え味もうまくなって来た。季節的なものとして、セリ・ミツバ・ワラビ、秋はマツタケ・シメジ・ロウジなどが食膳に光彩を添えて来た。

大正以後、地方農村にも現金収入が多くなり、一面婦人会の発達により、一般に食生活の研究が進められ、お勝手改善、料理講習等で副食物は変わって来た。終戦後はこの方面に急角度の変化を見せ明治時代の人々が想像しなかった材料や料理法で食卓はにぎやかである。

##### 【砂糖】

江戸時代にも砂糖はあったが高価品で、明治の中ごろから特別な料理に用いられる程度であったが、大正の末期には一般家庭にも常備され、常食の調味料としてその使用量は年とともに増加した。高級調味料としてみりんもあるが、普通の家庭ではあまり使われない。昭和20年以後、調味料の種類も多くなり、それが市販されるようになって一般にもその使用量が増加している。

##### 【調味料】

この地方のことわざ「借金しても味噌はかけ」と言われたように、味噌とたまりは調味料として大きな役割を持っていた。大正のころまでは、味噌・たまりは自家醸造が多く大豆を原料とした赤味噌は年中欠くことの出来ないものであった。この味噌の上にたまった汁がたまりで、溜りを取った味噌を更に煮出したのを煎じ味噌といい下級のたまりであった。醤油は小麦を材料として専門の醸造家によって作られたもので、自家生産は割合少なかった。赤味噌以外にコウジ味噌・金山寺味噌・カラ粉味噌なども作られた。この味噌も昭和20年ごろから自家製が少なくなり、醤油と同様購入する者が多くなった。

(せきはん こわめし)  
【赤飯と強飯】

赤飯は糯<sup>もちこめ</sup> 浸<sup>あずき</sup>し小豆<sup>けいじ</sup>を混ぜて蒸したもので慶事に用  
いられ、強飯は糯<sup>もちこめ</sup>のみを蒸したもので、昔はこの強飯を  
乾燥して保存し、旅行用・非常用の食糧<sup>しょくりょう</sup>ともした。熱湯  
を注げば元の強飯になるので保存食に適し、干<sup>ほ</sup>し飯とも  
称した。赤飯や強飯を贈る場合、胡麻塩<sup>ごましお</sup>と南天<sup>なんてん</sup>の葉を  
添えるが、胡麻塩<sup>ごましお</sup>は味付け、南天は毒消しのためであ  
る。



▲野良の食事

【食事の回数】

地方農村の人々が1日3回食は昭和10年以後のことで、以前は4回が普通であった。最初の起き  
てすぐ食べる食事を「チャノコ」と言い、午前10時ごろの食事を「アサメシ」、午後1時ごろの食事は「オヒ  
ル」、日没後の食事を「ヨオメシ」といって、1日4回食であったが、夏の農繁期<sup>のうはんき</sup>には「オヤツ」と称し、午後3  
時ごろ軽い食事を野良<sup>のら</sup>でとり、秋の収穫期には夜業後11時ごろ夜食<sup>よじ</sup>といっって軽く食べて寝たこともあった。  
1日5回の食事はあまりにも多いと思われるが、機械力の利用もなく夜を日について働いた当時の人々には、  
この食事は手足を休める休息の時間でもあったのだ。

【その他】

- ① 又粟<sup>またあわ</sup>・甘藷<sup>かんしょ</sup>・大根<sup>かぶ</sup>等を混合した、飯<sup>かゆ</sup>や粥<sup>しろうがゆ</sup>も作られ、米の粥は白粥<sup>しろがゆ</sup>といっって病人専用であった。
- ② うどん・そば<sup>ざつこく</sup>・雑穀<sup>ざつこく</sup>の団子<sup>だんご</sup>も作られ常食を補足したものである。
- ③ 大正以前現金収入の少なかった当時は雑穀を利用して米を節約した。米は換金の主たる財源であ  
ったから非常に重要視されたものである。農村ばかりでなく米の豊凶は全国の景気を左右するものとして  
一般民衆の関心事であった。大正の中ごろから昭和10年まで十数年間は外国米の輸入、内地米の  
増産で一般に米を多分に食べる傾向があったが、日支事変以後昭和20年代は米不足で当時の食  
生活は維新のころに逆もどした。しかし昭和30年ごろからはパン食・牛乳・副食物による栄養摂取等の  
普及で一般の食生活は大変によくなった。

【抜粋：幸田町史（読みやすくするために原文表記を一部編集しました。）】



**Check !**

昔は、食べることと農業が密接にかかわっており、生活そのものであったことがうかがえます。  
また、食べ物はほぼ全て自家製で手づくりされていたようすがうかがえます。

イ 地域の伝統食・郷土料理

この地域は、「煮みそ」「焼きみそ」等のように、みそを中心に食文化が展開されてきました。また、「味ごはん」「菜飯」等のように普段の食事で見られ、日常生活の一部として受け継がれてきた料理も多くあります。また、桃の節句（ひなまつり）の菓子として使われる「いがまんじゅう」や主にお祭り等で見られる「箱寿司」は、地域における行事食として、郷土の食文化を今に伝えています。



▲箱寿司

【提供 幸田町健康づくり食生活改善協議会】



▲いがまんじゅう

近年では、地域の特産農作物等を取り上げ、新たな料理等を創作する活動も展開されており、地域に定着して親しまれるメニューの開発が望まれます。

また、「幸田さくらんぼグループ」が「筆柿ペースト」を研究・開発したことにより、筆柿を活用した料理や菓子類等の加工品が多く開発・商品化され、広く人々に親しまれています。



▲掲載；日本農業新聞 H25.1.29



▲筆柿グルメ 2012 料理部門 最優秀賞  
「チーズ入り筆柿フライ」



▲筆柿グルメ 2012 スイーツ部門 最優秀賞  
「筆柿ムースと生クリームWシュー」

幸田町特産「筆柿」の普及・消費宣伝と地域振興を目的として、「筆柿」を使用した新たな料理を募集する「筆柿グルメレシピコンテスト」が開催され、多くのユニークな料理・スイーツの応募がありました。こうした取組みにより、新たな郷土料理が誕生し、定着していくことが期待されます。

(5) 学校給食

ア 学校給食センター

町内1か所の給食センターで  
9校（6小学校、3中学校）分、  
1日約4,000食を作って提供  
しています。



▲平成21年度より業務開始している学校給食センター

イ 地元農産物の活用

給食の米飯は、幸田町産米を100%使用しています。

また、幸田町産の大豆を原料とした豆腐や、幸田町特産のなすや豚肉、いちご、筆柿、なし、みかん等を取り入れています。

ウ 地元産農作物使用状況及び計画（金額ベース・%）

年度	幸田町産		愛知県産		摘要
	青果物	肉	青果物	肉	
平成23年度	5.3	22.6	37.2	36.1	実績
平成28年度	7.0	25.0	40.0	40.0	目標

エ 主な取り組み

① 食に関する指導

学校給食を通して栄養や食べ物について基礎知識を養い、健康についての自己管理能力の育成を図っています。栄養教諭が各校へ訪問して食育指導を行っています。

また、給食状況を参観して実態把握をし、学校給食の向上、改善に役立てています。

<指導内容>

- 小学校1年生 「すき、きらいをせずなんでもたべよう」
- 小学校3年生 「はしを正しくもち、良いしせいで食事をしよう」
- 小学校5年生 「1日のスタートは朝ごはんから」
- 中学校1年生 「よりよい朝食を考えよう」

② 学校の教育活動との連携

○学校で栽培したなすを使った「なすカレー」や、国語の教材文に合わせた「りっちゃんサラダ」を献立に取り入れています。

また、家庭科の学習で子どもが考えたレシピを取り入れることで、子どもたちの食の関心を高め、調理に対する意欲へつなげています。



▲学校で栽培したなすがカレーになって登場！

【豊坂小学校】

○小学校の生活科や社会科等において、子どもたちが給食センターの見学活動を行っています。センターの仕組みを聞いた後、調理作業から配送、食器の洗浄までの工程を見学しています。また、中学生が職場体験学習にてセンター内で手伝う活動を行うことで、食への感謝の気持ちを高めています。

### ③ 家庭・地域との連携

○家庭との連携を図るために、月1回の献立表には、月の取り組みである「日本全国郷土の味」や「あったらいいな！こんな給食」応募の紹介を掲載しています。また、「かぞくで読もうE a tタイムス」を年3回発行し、「スポーツと栄養」「よくかんで食べよう」などのテーマを取り上げ、資料を提供することで家族で食生活をふり返る機会を設けています。

○学校給食の食事内容や味付け等を保護者に知っていただくために、学校や給食センターを会場として、給食試食会を設けています。試食後、「栄養バランスのとれた給食や家では食べない物を給食では食べている良さ」「地産地消の取り組み」等食育の推進についてのご意見をいただいています。

○学校給食に地域の味を取り入れるために、「ずっと食べたいな！ふるさとの自慢料理」を募集しています。愛知県産を活用した献立を募集し、月毎に数回取り入れています。

## オ 伝統ある食文化・郷土食を取り入れた献立

学校給食における、衛生的で安全な食事内容の充実と献立の多様化を図るために開催されている調理コンクールにおいて、下記のとおり認められました。

### ① 全国学校給食甲子園入賞献立（平成22年度）

#### ○紹介

幸田のなすのおいしさを生かし、中学生が応募した「さっぱりなすじゃこごはん」と、小学生のおばあさんが応募した「なすのベーコン巻き」です。酢を効かせたり、チーズを合わせたりすることで食欲が高まります



▲小中学生が応募した「さっぱりなすじゃこごはん」と「なすのベーコン巻き」

#### ○メニュー1

献立	食材
さっぱりなすじゃこごはん	なす、ちりめんじゃこ、いりごま
なすのベーコン巻き	なす、ベーコン、パルメザンチーズ
根菜汁	豚もも肉、じゃがいも、ごぼう、にんじん、だいこん、ねぎ
野菜の昆布和え	キャベツ、小松菜、にんじん、塩昆布
なし	

② 愛知県学校給食調理コンクール優秀賞献立（平成24年度）

○紹介

子どもたちが楽しみながら食べることができるように、地場産物のなすと豚肉を使い、野菜たっぷりの献立にしました。食材を串に刺してフライにしたり、塩こうじを取り入れたりしました。

○メニュー2【応募献立】

献立	食材
ひじきじゃこご飯	ひじき、しらす干し、とうもろこし、枝豆
揚げなすと豚肉の塩こうじみそかけ	なす、豚肉
夏野菜とにぎすのつみれ汁	とうがん、オクラ、豆腐、にんじん、にぎすのつみれ、しいたけ、里いも
冷凍みかん	



▲メニュー2「応募献立」

○メニュー3【課題献立】

献立	食材
さつまいもご飯	さつまいも、黒いりごま
お楽しみ串フライ	なす、五目厚焼き卵、ウインナー、大葉、チーズ
なすの味噌汁	なす、にんじん、えのきたけ、豆腐、油揚げ
夏野菜のごま酢あえ	アスパラガス、オクラ、赤ピーマン、コーン、練りごま
巨峰	



▲メニュー3「課題献立」

(6) 保育園給食

町内8か所の保育園で、1日約1,000食の給食を作って提供しています。

給食は、町の栄養士が栄養価等を考えて献立を作成し、全園同じメニューで各園において調理員が作っていますので、作りたてで温かく、園児に合わせた給食を提供しています。

また、食器は体にも環境にもやさしい陶器を使用しています。割れやすい陶器を使うことで食器を丁寧に扱うようになり、物を大切に扱う心を育てます。

ア 地元農産物の活用

保育園の給食の材料は、献立表をもとに各園において安全・安心で旬な食材を取り入れたものを発注しています。材料は、県内産を中心とした国産の旬の食材を使用するとともに、地産地消を推進するために幸田町産の農産物を積極的に取り入れています。また、保育園で育てた野菜やお米なども食材に取り入れています。

○幸田町産の主な食材（農産物）

米、豚肉、なす、たけのこ、筆柿、いちご、なし、いちじく、七草 等

イ 地元産青果物の使用状況及び計画（金額ベース・%）

年度	幸田町内産	愛知県内産	摘要
平成23年度	3.4	45.6	実績※
平成28年度	10.0	70.0	目標

※町内8保育園のうち、4保育園の実績から算出しました。



▲七草のお話を聞きます。



▲七草ごはん「おいしいね。」



▲地域とのふれあい「流しそうめん」



▲「みんなで食べると楽しいね。」

## ウ 調理について

①保育園ごとに調理しています。

できあがるころには、においが調理室から流れてきて食欲も増します。

②味付け、調理法に工夫をしています。

○素材の味が良くわかるように、薄味にしています。

○食材が何か分かりやすいように、献立によっては大きく切るようにしています。

○かみごたえのある食品、素材の味をじっくり味わう献立を考えています。

例) 幸田町産なすの鶏みそがけ、幸田町産筆柿・梨、いちごのミルクゼリー 等

③週に1回程度、手作りおやつを提供しています。

④園児に人気のメニュー

❖カレーライス (チキン・大豆)    ❖ひじきごはん    ❖フィッシュボール

❖コロッケ (チーズ・卵)    ❖春雨サラダ    ❖スープ (スパゲティ・春雨)

## エ 主な取り組み

① 献立表の配布

② 食育計画の作成

③ 食育だより「毎日元気にベリー グー」配布

④ その日の給食の提示や写真を玄関に掲示

⑤ 給食、おやつ後の歯磨きの励行

⑥ 保護者の給食の試食

⑦ 野菜、いも、水稻等の栽培や収穫の体験

⑧ クッキング (カレーライス・よもぎ団子・やきいも等)

⑨ 地域とのふれあい (花餅会・流しそうめん、みかん狩り・餅つき・たけのこ堀り 等)



▲餅つき体験



▲クッキング    にんじんの皮をむきます。  
気をつけてね。

## 2 住民の意識

住民の「食育」に関する意識について把握するために、町内小中学校及び保育園・幼稚園のご協力の元に「食育に関するアンケート調査」を下記のとおり行いました。

### (1) 調査の概要

調査対象	児童・生徒アンケート調査		保護者アンケート調査		
	小学5年生	中学2年生	小学5年生の保護者	中学2年生の保護者	保育・幼稚園児の保護者
配付数	403	404	403	404	365
回収数 (率)	397 (98.5%)	394 (97.5%)	388 (96.3%)	368 (91.1%)	305 (83.6%)
調査方法	各学校・保育園・幼稚園で配布・回収				
調査時期	平成24年7月				

### (2) 調査の内容

- ア 食生活について
- イ 食育についての認識・関心・取組みについて
- ウ 食に関するコミュニケーションについて
- エ 地産地消について
- オ 食環境づくりについて

### (3) アンケート集計結果からみた現状と課題

- ア 食生活について

#### Q1 朝食を食べていますか

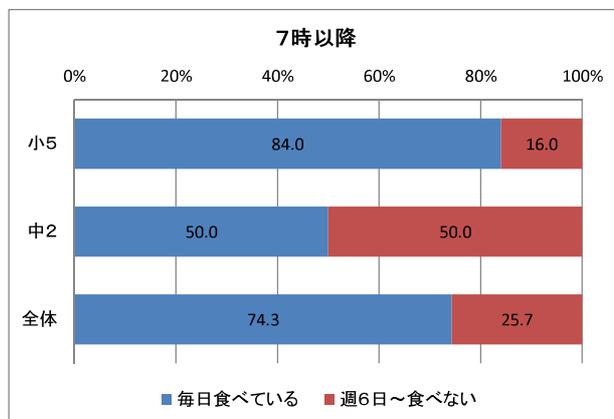
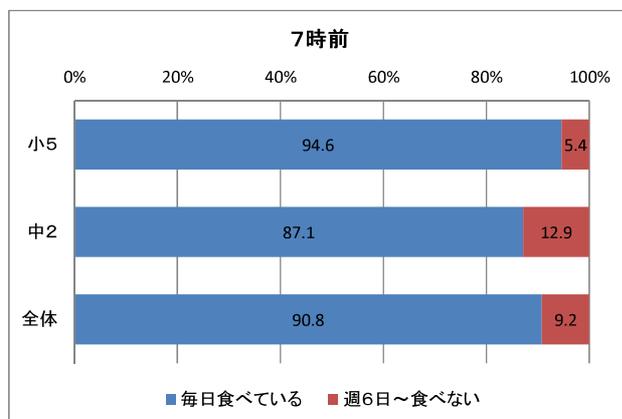
回答選択肢	小5	中2	保護者
毎日食べている	93.5%	85.8%	87.7%
一週間のうち4～6日くらいは食べている	4.3%	7.1%	5.8%
一週間のうち1～3日しか食べない	1.3%	4.3%	3.9%
食べていない	0.5%	2.3%	2.5%
無回答	0.5%	0.5%	0.1%

■朝食を「毎日食べている」人の割合は、小学5年生＝93.5%、中学2年生＝85.8%、保護者＝87.7%であり、決して高い水準であるとは言えません。前回（平成20年）との比較では、小学5年生＝－0.7%、中学2年生＝－1.3%と欠食割合がそれぞれ微増しています。特に、中学生と保護者（大人）に欠食の傾向がみられます

※「欠食」の定義：「毎日食べている」以外全て

## ○朝食の摂取と起床時刻の関係

クロス集計1		朝食を食べていますか。					
		小5		中2		全体	
		毎日食べている	週6日～食べない	毎日食べている	週6日～食べない	毎日食べている	週6日～食べない
朝は何時ごろ起きますか。	7時前	94.6	5.4	87.1	12.9	90.8	9.2
	7時以降	84.0	16.0	50.0	50.0	74.3	25.7
	有効回答数	395		391		786	

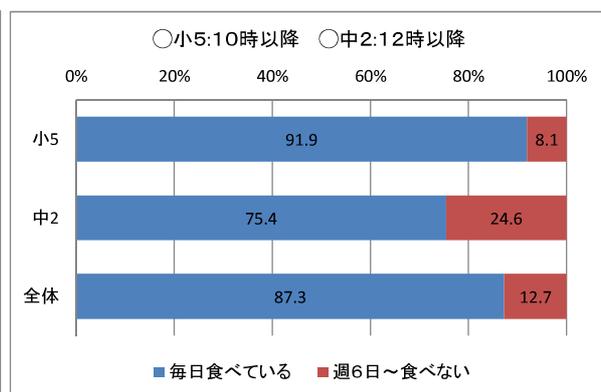
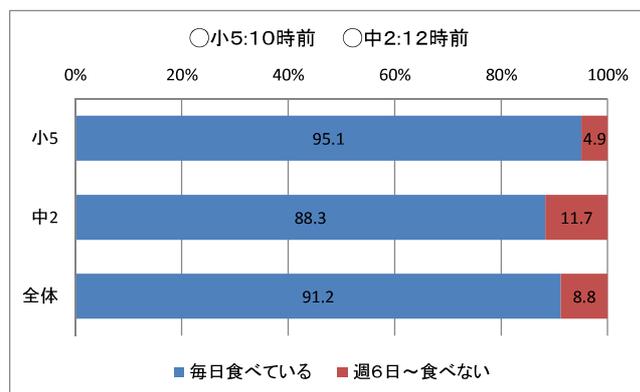


■午前7時より前に起床している人の欠食の割合は、小学5年生＝5.4%、中学2年生＝12.9%であり、午前7時以降に起床している人の欠食の割合は、小学5年生＝16.0%、中学2年生＝50.0%と非常に高くなっています。

このことから、起床時刻と朝食の欠食は密接に関係しており、生活リズムが食べることに大きな影響を与えていることが分かります。

## ○朝食の摂取と就寝時間の関係

クロス集計2		朝食を食べていますか。					
		小5(午後10時)		中2(午後12時)		全体	
		毎日食べている	週6日～食べない	毎日食べている	週6日～食べない	毎日食べている	週6日～食べない
夜は何時ごろ寝ますか。	小5:10時前 中2:12時前	95.1	4.9	88.3	11.7	91.2	8.8
	小5:10時以降 中2:12時以降	91.9	8.1	75.4	24.6	87.3	12.7
	有効回答数	395		391		786	



■小学5年生は午後10時、中学2年生は午後12時より前に就寝している人の欠食の割合は、小学5年生＝4.9%、中学2年生＝11.7%であり、それ以降に就寝している人の欠食の割合は、小学5年生＝8.1%、中学2年生＝24.6%と非常に高くなっています。やはり、規則正しい日常生活が充実した食生活へとつながり、心身の健康に結びつくものと考えられます。

Q2 朝食で副菜（野菜・いも・きのこ・海藻などを使った料理）を食べていますか。

回答選択肢	小5	中2	園児保護者
毎日食べる	35.5%	22.8%	20.3%
週4～6日食べる	22.7%	20.3%	17.4%
週1～3日食べる	22.4%	28.4%	27.5%
食べない	16.6%	25.6%	32.5%
無回答	2.8%	2.8%	2.3%

■朝食を「毎日食べている」人の割合と比べ、副菜を「毎日食べる」人の割合が非常に低く、栄養バランスが十分とれているとは言えない状況がみられます。

また、県推進計画における「あいちの食育の目標」の基準年（平成22年）の数値である小学5年生＝60.9%、中学2年生＝47.0%との比較においても、下まわっていることから、朝食のバランスを充実する取組が必要です。

Q3 日ごろ「主食」「主菜」「副菜」をそろえて食べていますか。

回答選択肢	小5	中2	保護者
毎食だいたいそろえて食べている	38.8%	27.2%	43.7%
時々そろっていない	45.6%	46.2%	49.7%
そろえていない	14.4%	26.1%	5.3%
無回答	1.3%	0.5%	1.3%

■日ごろの食事において、「主食」「主菜」「副菜」を「毎食だいたいそろえて食べている」人の割合が、朝食で副菜を食べている人の割合とほぼ同水準であり、朝食だけでなく、1日3回の食事が栄養バランスを十分に整えられていないことが分かります。

特に、小中学生は成長期であることから、「主食」「主菜」「副菜」をそろえた食事が不可欠です。よって、「健康こうた21」や「食事バランスガイド」を普及・推進する取組を行い、食事を食べる人も作る人も栄養バランスを整えた食事に心がけるようにすることが必要です。

また、この結果では、学校で給食を食べている小中学生と比較し、保護者の数値が高い状況が見られ、子どもと大人の意識に差があることがみられます。

脳をスムーズに目覚めさせ、体を活動的にしてくれる

## ≪ 脳と体に活力！！朝ごはん ≫

朝食をきちんと食べることで、次のような効果があります。

### ①脳が目覚める

脳にエネルギーが補給され、働きが活発になり、集中力や記憶力がアップします。

### ②肥満・生活習慣病を防止する

食事の回数が少ない人ほど1回の食事の摂取量が増加し、食べすぎてしまうことがあり、肥満や生活習慣病の発症につながる可能性があります。

### ③代謝を促進する

体温を上げるとともに、腸の動きを活発にして、便通を促します。



Check!

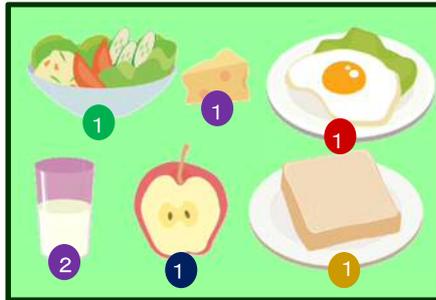
# 知って健康!! 食事バランスガイド

食事バランスガイドを活用して、栄養バランスのとれた食生活を送りましょう。

※ 食事バランスガイドは裏表紙に大きく掲載しました。 ※

例えば お父さん、お母さん、幸子ちゃん（7歳）の家族の場合

食事バランスのコマ



基本メニュー

主食 (パン) 副菜 (サラダ)

主菜 (目玉焼き) 牛乳乳製品 (牛乳・チーズ) 果物(りんご)

必要カロリー調整

お父さん りんご半分→1個に追加



基本メニュー

主食 (うどん) 副菜 (きんぴらごぼう)

主菜 (冷奴)

必要カロリー調整

お父さん おにぎり追加



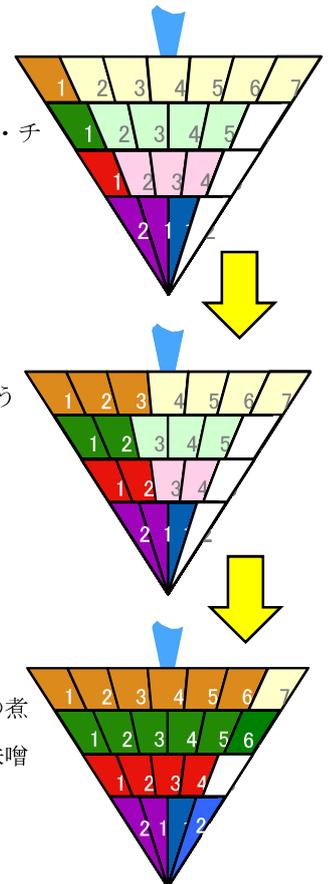
基本メニュー

主食 (ごはん中盛り) 副菜 (野菜の煮物・ひじきの煮物・具だくさんの味噌汁)

主菜 (焼き魚) 果物 (みかん)

必要カロリー調整

幸子ちゃん ごはん小盛り2杯 焼き魚半分に



リラックスタイム

??? 「こしょく」ってなに ???

~~~~いろいろな「こしょく」~~~~

現代人の食生活にみられ、問題視されている食事の仕方を表しています。

「こしょく」の解消には食事の内容や栄養だけではなく、家族のだんらんや人と人とのコミュニケーション等をともなった「たのしい食事」が非常に重要になります。

「孤食」 = 家族が不在でひとりだけでさびしく食べること

「個食」 = 家族一緒なのにそれぞれが自分の好きなものだけを食べること

「固食」 = 自分の好きな決まったものしか食べないこと、固定化したメニュー

「小食」 = いつも食欲がなく、食べる量も少ないこと

「粉食」 = パンなどの粉を使った食べものを主食として好んで食べること

「濃食」 = 味が濃い食べものを好んで食べること

イ 食に関するコミュニケーションについて

Q 1 朝食を家族と一緒に食べていますか

| 回答選択肢              | 小5    | 中2    | 園児<br>保護者 | 小中学生<br>保護者 |
|--------------------|-------|-------|-----------|-------------|
| 毎日一緒に食べている         | 47.1% | 25.4% | 63.6%     | 36.2%       |
| 一週間のうち4～6日一緒に食べている | 17.4% | 15.5% | 17.0%     | 20.5%       |
| 一週間のうち1～3日一緒に食べている | 12.3% | 19.8% | 12.1%     | 21.6%       |
| 一緒に食べていない          | 20.7% | 38.3% | 6.2%      | 21.4%       |
| 無回答                | 2.5%  | 1.0%  | 1.0%      | 0.3%        |

Q 2 夕食を家族と一緒に食べていますか

| 回答選択肢              | 小5    | 中2    | 園児<br>保護者 | 小中学生<br>保護者 |
|--------------------|-------|-------|-----------|-------------|
| 毎日一緒に食べている         | 77.1% | 64.7% | 91.5%     | 74.2%       |
| 一週間のうち4～6日一緒に食べている | 12.3% | 18.8% | 5.9%      | 18.0%       |
| 一週間のうち1～3日一緒に食べている | 5.5%  | 9.6%  | 1.0%      | 6.0%        |
| 一緒に食べていない          | 2.0%  | 5.6%  | 0.7%      | 1.5%        |
| 非該当                | 0.0%  | 0.3%  | 0.0%      | 0.0%        |
| 無回答                | 3.0%  | 1.0%  | 1.0%      | 0.4%        |

■朝食については、全体的に「孤食」の割合が高い結果が出ています。特に中学生においては、「一緒に食べていない」が38.3%と非常に高くなっています。中学生は部活動の早朝練習等があり、保護者の通勤時刻が異なることや朝の家事等の多忙さのために、食卓を共にすることができないこと等が要因として考えられます。

■夕食については、朝食と比べて家族と一緒に食べている割合が高くなっていますが、やはり中学生の「孤食」の割合が高くなっています。部活動や塾通い等、生活スタイルの多様化によるものと考えられます。

Q 3 家庭での毎日の食事は楽しいですか

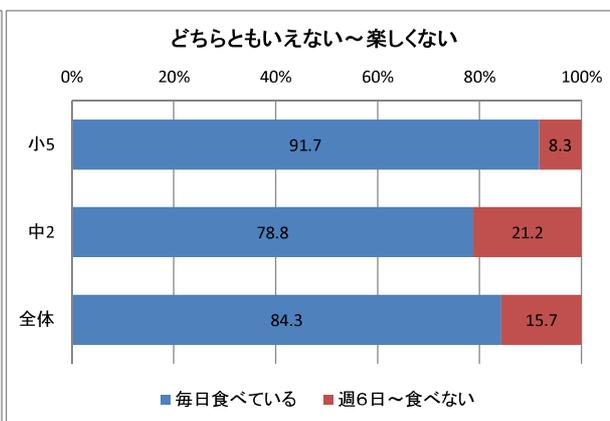
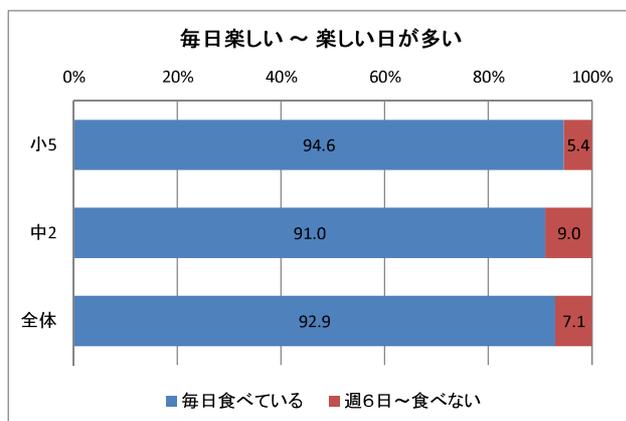
| 回答選択肢      | 小5    | 中2    | 保護者   |
|------------|-------|-------|-------|
| 毎日とても楽しい   | 32.0% | 22.8% | 16.9% |
| 楽しいときが多い   | 37.8% | 39.3% | 52.1% |
| どちらともいえない  | 21.2% | 27.2% | 27.2% |
| 楽しくないときが多い | 3.8%  | 4.8%  | 2.5%  |
| まったく楽しくない  | 2.5%  | 5.1%  | 0.6%  |
| 非該当        | 0.0%  | 0.0%  | 0.1%  |
| 無回答        | 2.8%  | 0.8%  | 0.7%  |

■「毎日とても楽しい」「楽しいときが多い」の割合が、小学5年生＝69.8%、中学2年生＝62.1%、保護者＝69.0%にとどまっており、家庭での食事が「楽しい」と思えない人の割合が30%を超えていることから、非常に深刻な状況にあると言えます。

■食育の推進には、家族との団らんを始め、友人とのコミュニケーションが必要です。そしてそのかわりの中で、食べることの大切さや食に関する様々な知識を受け入れていくため、まずは「楽しい」という気持ちを持つことが必要です。そのため、食生活を始めとする日常生活において、「楽しい」環境づくりが最も重要なことのひとつと考えられます。

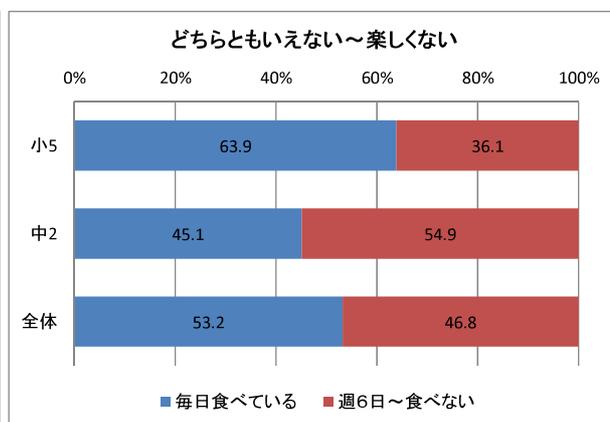
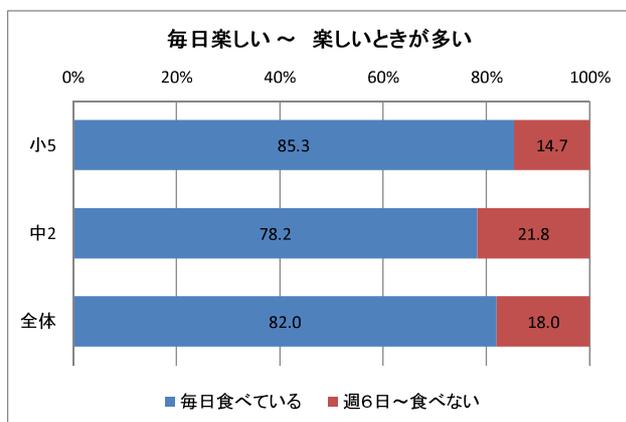
## ○朝食の摂取と家庭での楽しい食事の関係

| クロス集計 3              |                 | 朝食を食べていますか。 |          |         |          |         |          |
|----------------------|-----------------|-------------|----------|---------|----------|---------|----------|
|                      |                 | 小5          |          | 中2      |          | 全体      |          |
|                      |                 | 毎日食べている     | 週6日～食べない | 毎日食べている | 週6日～食べない | 毎日食べている | 週6日～食べない |
| 家庭での毎日の食事の時間は楽しいですか。 | 毎日楽しい～楽しいときが多い  | 94.6        | 5.4      | 91.0    | 9.0      | 92.9    | 7.1      |
|                      | どちらともいえない～楽しくない | 91.7        | 8.3      | 78.8    | 21.2     | 84.3    | 15.7     |
|                      | 有効回答数           | 386         |          | 390     |          | 776     |          |



## ○夕食の摂取と家庭での楽しい食事の関係

| クロス集計 4              |                 | 夕食は、家族の人（おとなの人）といっしょに食べていますか。 |          |         |          |         |          |
|----------------------|-----------------|-------------------------------|----------|---------|----------|---------|----------|
|                      |                 | 小5                            |          | 中2      |          | 全体      |          |
|                      |                 | 毎日食べている                       | 週6日～食べない | 毎日食べている | 週6日～食べない | 毎日食べている | 週6日～食べない |
| 家庭での毎日の食事の時間は楽しいですか。 | 毎日楽しい～楽しいときが多い  | 85.3                          | 14.7     | 78.2    | 21.8     | 82.0    | 18.0     |
|                      | どちらともいえない～楽しくない | 63.9                          | 36.1     | 45.1    | 54.9     | 53.2    | 46.8     |
|                      | 有効回答数           | 381                           |          | 387     |          | 768     |          |



■家族と一緒に食事をしている人に「とても楽しい」「楽しいときが多い」と感じている割合が多く、「どちらでもない」「楽しくない」と感じている人は、家族と一緒に食事をするのが少ない状況がみられます。

■食事の楽しさを味わうためには、家族そろって食事をする環境を整えることが必要であることが分かります。

ウ 食育についての認識・関心・取組みについて

Q1 食育という言葉を知っていますか

| 回答選択肢                 | 小5    | 中2    |
|-----------------------|-------|-------|
| 言葉も意味も知っている           | 10.6% | 12.4% |
| 言葉は知っているし意味もだいたい知っている | 25.7% | 27.2% |
| 言葉は知っているが意味はよく分からない   | 47.4% | 48.5% |
| 言葉も意味も知らなかった          | 13.4% | 11.4% |
| 無回答                   | 3.0%  | 0.5%  |

| 回答選択肢             | 保護者   |
|-------------------|-------|
| 言葉も内容もよく知っている     | 18.6% |
| 言葉も内容もおおよそ知っている   | 57.7% |
| 言葉は知っているが、内容は知らない | 19.6% |
| 知らない              | 2.9%  |
| 無回答               | 1.2%  |

■「食育」について、「言葉も意味もよく知っている」「言葉は知っているし意味もだいたい知っている」「言葉は知っているが意味はよく分からない」の割合が、小学5年生＝83.7%、中学2年生＝88.1%であり、前回（平成20年）のアンケート結果である小学5年生＝62.2%、中学2年生＝71.1%を大きく上回っています。また、保護者では、「言葉も内容もよく知っている」「言葉も内容もおおよそ知っている」の割合が76.3%（平成20年結果69.5%）と高い水準を保っています。さらに多くの方が「食育」を正しく理解し、身につけるための取組みが必要です。

Q2 食育に関心がありますか

| 回答選択肢         | 保護者   |
|---------------|-------|
| 非常に関心がある      | 10.1% |
| どちらかといえば関心がある | 69.2% |
| どちらかといえば関心がない | 17.4% |
| 関心がない         | 2.7%  |
| 無回答           | 0.6%  |

Q3 食育に関心があるいちばんの理由は何ですか

| 回答選択肢                      | 保護者   |
|----------------------------|-------|
| 子どもの心身の健全な発育のため            | 73.4% |
| 食生活の乱れが問題になっているから          | 8.6%  |
| 肥満・やせすぎが問題になっているから         | 1.7%  |
| 生活習慣病の増加が問題になっているから        | 4.9%  |
| 食品の安全が問題になっているから           | 5.0%  |
| 食に関する地域の文化や伝統を守るため         | 0.4%  |
| 食材を海外からの輸入に依存しているから        | 0.1%  |
| 有機農業などの自然環境と調和した食糧生産が重要だから | 0.8%  |
| 大量の食べ残しなど食品廃棄物が問題だから       | 0.5%  |
| 自然の恩恵や食に対する感謝の念が薄れているから    | 3.8%  |
| 非該当                        | 0.8%  |
| 無回答                        | 0.1%  |

■食育への関心について、保護者の79.3%が「非常に関心がある」「どちらかといえば関心がある」と回答しており、食育への関心が高い傾向にあると言えますが、前回の調査では83.4%であったことから、さらに食育推進に向けた取組みが必要です。

■その理由では、「子どもの心身の健全な発育のため」が最も多く、今回の調査が児童・生徒・園児の保護者を対象にしていることもありますが、食育推進の方向性が「子ども」を中心に向かっていることが分かります。

エ 地産地消について

Q 1 「地産地消」という言葉とその意味を知っていますか。

| 回答選択肢                 | 小5    | 中2    | 保護者   |
|-----------------------|-------|-------|-------|
| 言葉も意味も知っている           | 5.3%  | 47.7% | 43.2% |
| 言葉は知っているし意味もだいたい知っている | 4.5%  | 6.6%  | 35.9% |
| 言葉は知っているが意味はよく分からない   | 16.1% | 8.6%  | 9.2%  |
| 言葉も意味も知らなかった          | 71.5% | 36.5% | 10.7% |
| 無回答                   | 2.5%  | 0.5%  | 0.9%  |

■「地産地消」について、「言葉も意味も知らなかった」の割合が、小学5年生＝71.5%、中学2年生＝36.5%と十分に理解されていない状況がみられます。保護者においては、「言葉も意味も知っている」「言葉は知っているし意味もだいたい知っている」の割合が79.1%であり、多くの人が内容までだいたい理解している状況がみられます。

今後、さらに学校や家庭において、食事の内容・食材、地域の農業や農産物について、子どもたちに理解を深めていく取組みが必要です。

Q 2 「地産地消」への関心はどのくらいありますか。

| 回答選択肢         | 保護者   |
|---------------|-------|
| 非常に関心がある      | 13.7% |
| どちらかといえば関心がある | 61.0% |
| どちらかといえば関心がない | 18.4% |
| 関心がない         | 5.3%  |
| 非該当           | 0.1%  |
| 無回答           | 1.6%  |

Q 3 「地産地消」を推進する上で一番必要だと思われることは何ですか

| 回答選択肢             | 保護者   |
|-------------------|-------|
| 地場産であることの表示       | 40.0% |
| 安い価格での提供          | 21.5% |
| 年間を通じた安定的な品揃え     | 10.1% |
| 病院施設や学校給食での積極的な使用 | 12.6% |
| 産直施設の設置           | 9.6%  |
| 生産者との交流           | 2.5%  |
| ブランド化の推進          | 0.3%  |
| それ以外              | 1.8%  |
| 非該当               | 0.3%  |
| 無回答               | 1.4%  |

■地産地消について、「非常に関心がある」「どちらかといえば関心がある」の割合が74.7%であり、関心の高さが見られますが、さらに理解を深める取組みが必要です。

■地産地消の推進については、地場産の表示や価格を重要視していることがみられます。

また、地元産農作物の消費拡大と合わせて、地産地消の内容やその効果等の周知を図るために、学校や施設等での積極的な活用や産直施設の設置には大きな役割があります。

### 3 取組みの評価と課題

前計画での目標の実現を目指し、家庭、学校、保育園・幼稚園、地域、行政がそれぞれにおいて取組みを行ってきました。

#### 1 食を通じて、健康で安心して暮らすために

|                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|--------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>町や関係団体等の取組み</p> | <p><b>(1) 望ましい食習慣の定着</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■「早寝・早起き・朝ごはん」運動の積極的な推進</li> <li>■ライフステージに合わせた食生活支援や食生活の情報提供</li> <li>■健康こうた21計画の推進、食事バランスガイドの普及</li> </ul> <p><b>(2) 生活習慣病の予防活動の実践</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■健康診査・保健指導の充実</li> <li>■学校教育での食に関する指導の充実</li> <li>■むし歯予防・歯周病予防、歯の大切さについての啓発活動の推進</li> </ul> <p><b>(3) 食の安全の確保</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■食の安全性に関する情報提供</li> <li>■給食における安全の確保</li> </ul> |
| <p>町民の主体的な取組み</p>  | <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 毎食、主食・主菜・副菜をそろえて食べましょう</li> <li><input type="checkbox"/> 生活のリズムを整えましょう</li> <li><input type="checkbox"/> 将来の自分の健康を見据え、肥満・生活習慣病・メタボリックシンドロームを予防しましょう</li> <li><input type="checkbox"/> 歯を大切にしましょう</li> <li><input type="checkbox"/> 食の安全性に関心を持ち、正しい情報に基づいた食生活を送りましょう</li> </ul>                                                                                                                      |

#### リラックスタイム

##### ○ 幸田ふれあい農園について



▲幸田ふれあい農園

幸田町では、農地を持たない町民等を対象として、農作業体験の場を提供することにより「自分で作物を作る喜び」「農業への理解」を深めるとともに、農作業を通じてのレクリエーション、体力増進を目的に「幸田ふれあい農園」を開設しています。

平成19年に40区画で開園したふれあい農園は、現在では68区画に拡大され、多くの利用者に親しまれています。利用者はそれぞれ工夫を凝らしながら、野菜などの栽培を楽しんでいます。

## 2 食を通じて、豊かな人間性を育むために

|                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|--------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>町や関係団体等の取組み</p> | <p><b>(1) 食を通じたコミュニケーションの確保</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>■「食育の日」及び「おうちでごはんの日」の普及</li><li>■料理教室の充実</li><li>■家庭での食を通じたコミュニケーションの促進</li><li>■給食等を通じたコミュニケーションの促進</li></ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <p>町民の主体的取組み</p>   | <p><b>(2) 体験を通じた食の理解促進</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>■給食センターにおける食に関する体験活動の充実</li><li>■学校等における食・農業に関する体験活動の充実</li><li>■町民に対する食・農業に関する体験活動の充実</li></ul><br><ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> 家族や友人と一緒に食卓を囲み、楽しく食事をしましょう</li><li><input type="checkbox"/> 自分で料理をしてみましょう</li><li><input type="checkbox"/> 五感を使って食事を楽しみましょう</li><li><input type="checkbox"/> 食事のマナーを身に付けましょう</li><li><input type="checkbox"/> 食べ物の生産現場を見学・体験しましょう</li><li><input type="checkbox"/> 食への感謝の心を育みましょう</li></ul> |

## 3 郷土の良さを知り、食文化を守り育てるために

|                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|--------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>町や関係団体等の取組み</p> | <p><b>(1) 地域の農業・農産物を守る取組みの推進</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>■地域の農業を守るための取組みの啓発</li><li>■地域の農産物を守るための取組みの推進</li><li>■地域農業・農産物を学ぶ学校教育等の充実</li></ul>                                                                                                                                                             |
| <p>町民の主体的取組み</p>   | <p><b>(2) 家庭の味や食文化の継承</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>■郷土料理や行事食の継承</li><li>■食文化に関する知識の普及啓発</li></ul><br><ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> 地域の農業・農産物をこれからも守っていくための行動をしましょう</li><li><input type="checkbox"/> 食文化を継承しましょう</li><li><input type="checkbox"/> 旬の食材を食事へ利用しましょう</li></ul> |

## 4 環境にやさしい食環境づくりを行うために

町や関係団体等の取組み

### (1) 地産地消の推進

- 地産地消に関する情報の提供・啓発
- 地場産物の消費宣伝
- 地産地消を実践する料理レシピの普及啓発
- 給食等への地場産物利用のための体制・条件整備

### (2) 生活環境の改善

- 給食における残菜等の減少の推進
- エコライフの推進
- 食品の包装・容器などの減量化に対する啓発
- 廃食用油の資源化推進

### (3) 食に関わる関係者の育成

- 農業生産者の育成
- 保育園・幼稚園、学校における食に関する指導体制の充実
- 食育推進にあたる人材の活動の支援及び促進

町民の主体的取り組み

- 地産地消の良さを学びましょう
- 身近でとれる食材を積極的に利用しましょう
- 食べ残しが出ないようにしましょう
- レジ袋や過剰な包装を使わないようにしましょう
- 食材・エネルギー・水を大切に使う料理しましょう
- 食品容器のリサイクルに参加・協力しましょう
- 食に関わる関係者の育成等の取組を理解しましょう

リラックスタイム

## ?? 「地産地消」ってなに?? ～～ 地産地消 と 食育 ～～

「地産地消」とは、「地元で生産されたものを地元で消費する」ことを意味します。

近年、食をめぐる多くの問題から、食への関心が高まっています。

「地産地消」は、「地元農産物の消費拡大」だけではなく、「生産者と消費者の結びつき」や「安全・安心な食生活」、「旬と食文化の理解」、「環境保全」、「地域の活性化」等の役割を持っています。

| 《 消費者のメリット 》                                                                                                                                                                         | 《 生産者のメリット 》                                                                                                                                                                 |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>■新鮮で生産者の顔が見える安心な食材を買うことができる</li> <li>■おいしい食べ方を教えてもらうなどの生産者との交流ができる</li> <li>■本来の「旬」の味を知ることができる</li> <li>■新鮮で栄養価の損なわれない食材を食べることができる</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>□産直施設などに規格外のものを販売できるため無駄が減る</li> <li>□消費者ニーズを直接知ることができ、生産意欲が高まる</li> <li>□流通コストが安くなり、所得の向上につながる</li> <li>□消費者の農業に対する理解が深まる</li> </ul> |

※ 地産地消により農業と食卓が直接結びつくことで、消費者と生産者がお互いに理解を深めることができ、地域全体の活性化につながります。



Check!

## 幸田町の産直施設

町内には、「幸田憩の農園」と「道の駅筆柿の里・幸田」などの農産物直売施設があり、地域における産業の振興、地元農業の活性化、地産地消に役立てられています。

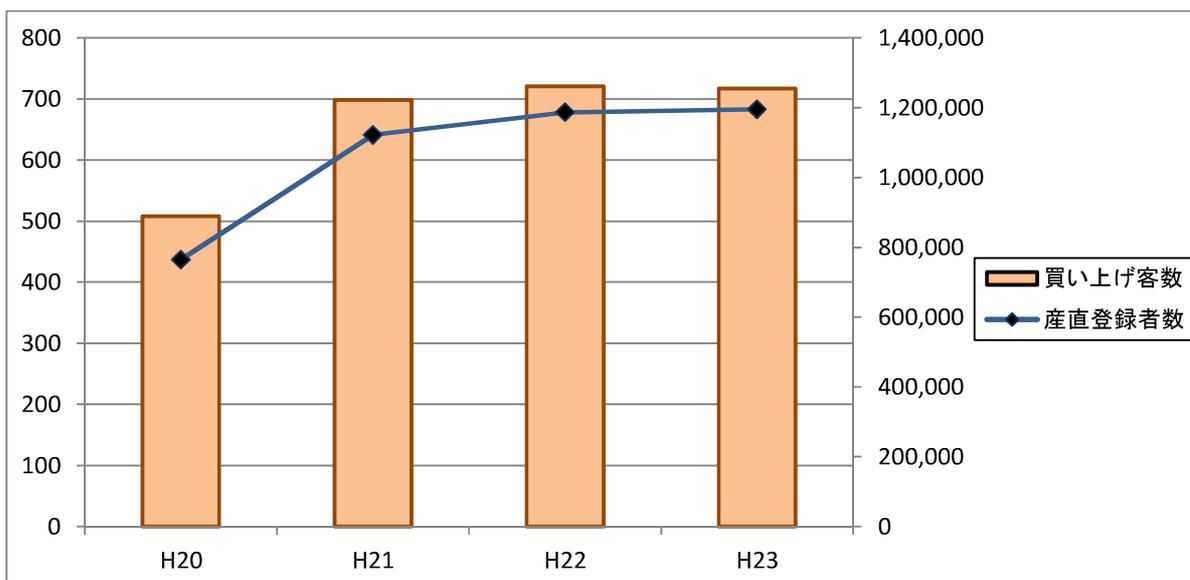
店内は、数多くの地元産農作物で品ぞろえされており、店内に並んでいる農作物で季節を感じることができることから、町内外から多くのお客さんが訪れ、地元産の「旬」の農作物を求めて大変にぎわっています。

「食育に関するアンケート調査」の結果から、「地産地消への関心」について、「非常に関心がある」と「どちらかといえば関心がある」の回答が合わせて74.7%であり、地元産農作物への関心が高いことを表しています。

また、「地産地消を推進する上で一番必要だと思うこと」の問いには、「地元産であることの表示」とする回答率が40%であり、はっきりとした産地表示により他のものと見分けることにより、購入につながるものがうかがえます。

○「幸田憩の農園」と「道の駅筆柿の里・幸田」の産直登録者数及び買い上げ客数の推移  
(単位：人)

|        | H20     | H21       | H22       | H23       |
|--------|---------|-----------|-----------|-----------|
| 産直登録者数 | 437     | 641       | 678       | 683       |
| 買い上げ客数 | 888,953 | 1,221,953 | 1,261,209 | 1,255,624 |



※平成21年度からは道の駅筆柿の里・幸田が含まれています。(平成21年4月4日開駅)



▲幸田憩の農園



▲道の駅筆柿の里・幸田

○幸田町における具体的な取組み内容

| 担当課                                    | 平成23年度実績                         |                  |                 |                          |
|----------------------------------------|----------------------------------|------------------|-----------------|--------------------------|
|                                        | 取組み                              | 取組み時期            | 参加人数等           | その他                      |
| 学校教育課                                  | 献立表の配布                           | 通年               | 3,640名          | 月1回<br>全小中学生及び保護者        |
|                                        | 学校給食及びおやつ後の歯みがき励行                | 通年               | 2,483名          | 小学校で給食後                  |
|                                        | 栄養教諭・職員による各校への訪問指導               | 通年               | 1,668名          | 全小学1、3、5年生<br>全中学1年生を一巡  |
|                                        | フッ素洗口                            | 通年               | 327名            | 豊坂小学校で実施                 |
|                                        | 食育だより(Eatタイムス)の配布<br>※参照 資-22.23 | 年3回              | 3,640名          | 進級号・夏休み号・<br>冬休み号        |
|                                        | 保健学習の実施                          | 通年               | 3,640名          | 小中学校で実施                  |
|                                        | 食に関する学習の実施                       | 通年               | 3,640名          | 学校及び給食センター見学ホール<br>等にて実施 |
|                                        | 学校保健委員会                          | 年1~2回            | 3,640名          | 小中学校で実施                  |
|                                        | 野菜やいも等の栽培・収穫体験や収穫物を使った調理実習       | 通年               | 2,483名          | 小学校で実施                   |
|                                        | 学校ホームページの充実                      | 通年               | 3,640名          |                          |
|                                        | 幸田町給食だより                         | 10月より<br>毎月実施    | 3,640名          | 全小中学生及び保護者               |
| 幸田町の特産物を給食で提供(なす、なし、<br>みかん、筆柿、いちご、豚肉) |                                  | 3,640名           |                 |                          |
| 生涯学習課                                  | 夏休み子ども教室(おもしろパン教室)               | 7/28・29<br>8/4・5 | 親子40組           |                          |
|                                        | 夏休み子ども教室(そば打ち体験教室)               | 7/27・8/3         | 親子16組           |                          |
|                                        | シルバースクール(パン教室)                   | 9/27<br>10/18・25 | 66名             |                          |
| 産業振興課                                  | イベント等での農産物消費宣伝・販売等               | 随時               |                 | 地元産農作物の販売                |
|                                        | 夏休み子ども農業体験教室                     | 8/16             | 15組30名          | なす、ぶどうの収穫体験<br>カレーライス作り  |
|                                        | こうた産業まつり                         | 11/13            | 27,000名         | 農林産物品評会他                 |
|                                        | 地元農家による七草の無償提供                   | 1/7              | 8保育園<br>約1,000名 | 七草ごはんとして給食               |
|                                        | 親子みそづくり体験教室                      | 2/25             | 8組19名           | みそづくりと地元の食材<br>を使った料理教室  |
|                                        | 子どもちくさん体験教室                      | 3/24             | 9組18名           | 主催：畜産組合<br>ソーセージづくり他     |
|                                        | 農業ふれあい講座                         | 通年               | 5名              | 筆柿の栽培講習                  |
| ふれあい農園の開設                              | 通年                               | 68区画             | 家庭菜園            |                          |

|            |                             |                |                       |                        |
|------------|-----------------------------|----------------|-----------------------|------------------------|
| 健康課        | 母子健康手帳交付説明会                 | 4～3月           | 467名                  |                        |
|            | マタニティ教室                     | 全10回           | 100名                  | 母乳育児編 22名<br>パパママ編 78名 |
|            | マタニティランチの会                  | 年5回            | 延べ19名                 |                        |
|            | 離乳食講習会                      | 前期年6回<br>後期年6回 | 294名                  |                        |
|            | 乳児・幼児健康診査                   | 4～3月           | 1,859名                |                        |
|            | 親子ふれあい教室                    | 年1回(2月)        | 15組                   |                        |
|            | 2歳児歯科健康診査                   | 4～3月           | 421名                  |                        |
|            | すくすくこうたつ子講座                 | 年12回           | 749名                  |                        |
|            | 育児相談・母乳相談                   | 4～3月           | 育児相談<br>734名          | 母乳相談 15名               |
|            | 各種健診・各種健診事後指導               | 6～2月           | 510名                  |                        |
|            | 「メタボ脱出大作戦」教室                | 9月～H24.7       | 50名                   |                        |
|            | 成人健康相談、住民健診、訪問指導            | 4～3月           | 3,241名                |                        |
|            | できる男の健康料理塾                  | 全7回<br>(7～1月)  | 20名                   | 教室の内容・実施方法等変更し新規事業     |
|            | 保健推進員の研修                    | 3月             | 33名                   | 簡単レシピを配布               |
|            | 住民健診の個別通知                   | 6～1月           | 3,241名                |                        |
|            | 人間ドック結果指導                   | 6～2月           | 510名                  |                        |
|            | 歯周疾患健診                      | 6～3月           | 706名                  |                        |
|            | いただきますだよりの配布                | 6月～            | 町内8保育園<br>町内3幼稚園      | 乳幼児健診対象者               |
|            | 食生活改善協議会による高齢者を対象とした食育活動の支援 | 11月            | 28名                   | 講演会                    |
| 父と子の食育料理教室 | 1月                          | —              | 実施主体：幸田町健康づくり食生活改善推進員 |                        |
| 福祉課        | 一般高齢者介護予防事業(お口すっきり)         | 口腔<br>上半期      | 10名                   |                        |
|            | 一般高齢者介護予防事業(お口すっきり)         | 口腔<br>下半期      | 10名                   |                        |
|            | 一般高齢者介護予防事業(栄養)             | 栄養<br>下半期      | 8名                    |                        |

|          |                                               |                    |                       |
|----------|-----------------------------------------------|--------------------|-----------------------|
| こども課・保育園 | 園だより・食育だよりの配布<br>※参照 資-24.25                  | ①毎月<br>②5・12・3月    | 8 保育園<br>約 1,000 名    |
|          | 献立表の配布                                        | 毎月                 | 8 保育園<br>約 1,000 名    |
|          | 給食及びおやつ後の歯みがき励行                               | 年間                 | 8 保育園<br>約 1,000 名    |
|          | 野菜・いも・稲などの栽培・収穫・クッキング                         | 年間                 | 8 保育園<br>約 1,000 名    |
|          | 内科健診、歯科健診の実施                                  | ①5・10月<br>②6月      | 8 保育園<br>約 1,000 名    |
|          | 保護者の給食試食                                      | 年 1 回              | 7 保育園<br>約 500 名親子    |
|          | 地域とのふれあいを目的としたクッキング<br>(そうめん流し、クッキーづくり・もちつき他) | 年 1 回              | 6 保育園<br>約 700 名      |
|          | 幸田町の特産物を給食で提供<br>(なし、筆柿、いちご)                  | 随時                 | 8 保育園<br>約 1,000 名    |
| 幼稚園      | 学年だより・学級だよりの配布                                | 随時                 | 270 名                 |
|          | 献立表の配布                                        | 毎月                 | 270 名                 |
|          | 給食及びおやつ後の歯みがき励行                               | 毎日                 | 270 名                 |
|          | 内科健診・歯科健診の実施                                  | 5 月                | 270 名                 |
|          | 野菜やいもなどの栽培・収穫体験<br>たけのこ掘り<br>いちご狩り<br>いも掘り    | 5 月<br>5 月<br>10 月 | 76 名<br>76 名<br>270 名 |
|          | 地元農家による栽培・収穫体験                                | 5～10 月             | 270 名                 |
|          | 幸田町の特産物を給食で提供<br>(なす、なし、筆柿、いちご)               | 6・9・10・2 月         | 270 名                 |

リラックスタイム

### 幸田町の農業・商工業の祭典

こうた産業まつり<平成24年11月11日>

ハッピーネス・ヒル・幸田で「こうた産業まつり」を開催しました。当日はあいにくの雨模様の天気でしたが、約2万2千人が来場し、畜産組合による豚汁千人なべや商工企業展、ステージイベントなどを楽しみました。メインイベントである農林産物品評会には、地元の農家が丹精込めて育てた農林産物が数多く出品され、展示即売を通しての多くの品目で充実した幸田産を来場者にPRしました。



▲農産物品評会・展示即売



▲豚汁千人なべ無料配布（幸田町畜産組合）

## ○前計画の評価と課題の整理

前計画で掲げた数値目標に対する達成状況や町の取組みを踏まえ、評価と課題を整理します。

前計画においては、食育推進の基本目標を「健康」「人間性」「食文化」「食環境」の4項目に定め、各種事業（72事業）を展開してきました。

| 指 標 |                                                                                | 対象           | 当初値<br>(H20) | 目標<br>(H24) | 現状<br>(H24) |
|-----|--------------------------------------------------------------------------------|--------------|--------------|-------------|-------------|
| 1   | ○朝食を欠食(※)する園児・児童・生徒の割合を減らします。<br>(※「欠食」は「毎日食べている」以外を指します。)                     | 園児           | 5.9%         | 減少          | 9.2%        |
|     |                                                                                | 小学生          | 5.8%         |             | 6.5%        |
|     |                                                                                | 中学生          | 12.9%        |             | 14.2%       |
| 2   | ○朝食を家族(大人)と一緒に食べていない(※)園児・児童・生徒の割合を減らします<br>(※「一緒に食べていない」は「1日以上食べている」以外を指します。) | 園児           | 5.3%         | 3.0%        | 7.3%        |
|     |                                                                                | 小学生          | 22.3%        | 10.0%       | 23.2%       |
|     |                                                                                | 中学生          | 40.6%        | 20.0%       | 39.3%       |
| 3   | ○望ましい時間に就寝する生徒を増やします。<br>※午後10時までに寝る小学生の割合<br>※午前0時までに寝る中学生の割合                 | 小学生          | 46.9%        | 90.0%       | 62.2%       |
|     |                                                                                | 中学生          | 76.6%        | 90.0%       | 85.1%       |
| 4   | ○伝統食や行事食に興味がある児童・生徒の割合を増やします                                                   | 小学生          | 42.5%        | 増加          | 46.1%       |
|     |                                                                                | 中学生          | 36.4%        |             | 43.9%       |
| 5   | ○食育について知っている町民の割合を増やします(※1)                                                    | 小学生          | 62.2%        | 80.0%       | 83.7%       |
|     |                                                                                | 中学生          | 71.1%        | 85.0%       | 88.1%       |
|     |                                                                                | 保護者          | 76.0%        | 90.0%       | 76.0%       |
| 6   | ○食育に関心のある人の割合を増やします(※2)                                                        | 保護者          | 83.4%        | 90.0%       | 79.3%       |
| 7   | ○食事バランスガイドを参考に食事を作る人の割合を増やします                                                  | 保護者          | 45.6%        | 60.0%       | 36.5%       |
| 8   | ○地産地消について知っている町民の割合を増やします(※3)                                                  | 小学生          | 27.1%        | 80.0%       | 25.9%       |
|     |                                                                                | 中学生          | 27.3%        | 85.0%       | 62.9%       |
|     |                                                                                | 保護者          | 64.9%        | 90.0%       | 79.1%       |
| 9   | ○地産地消に関心のある人の割合を増やします(※4)                                                      | 保護者          | 66.1%        | 80.0%       | 74.7%       |
| 10  | ○食材の廃棄や食べ残しを減らす取組みをしている人の割合                                                    | 保護者          | 85.6%        | 95.0%       | 85.8%       |
| 11  | ○「いいともあいち推進店」の登録者数を増やします。                                                      | 飲食店<br>(販売店) | 1軒           | 3軒          | 2軒<br>(7軒)  |
| 12  | ○食育推進ボランティアの登録者の数を増やします。                                                       |              | 7人           | 15人         | 7人          |

※1 「食育」という言葉を知っている小・中学生の割合の増加を目指します。また、「食育」という言葉の内容をよく知っている・おおよそ知っている町民の割合の増加を目指します。

※2 「食育」について知っている人のうち、非常に関心のある・どちらかといえば関心のある町民の割合の増加を目指します。

※3 「地産地消」という言葉を知っている小・中学生の割合の増加を目指します。「地産地消」という言葉の内容もよく知っている・おおよそ知っている町民の割合の増加を目指します。

※4 「地産地消」について知っている人のうち、非常に関心のある・どちらかといえば関心のある町民の割合の増加を目指します。

## 4 主要な課題のまとめ

本町における食育に関する現状と課題を次のようにまとめます。

### 1 食を通じて、健康で安心して暮らすために

#### ○「健康」への意識

| 現状                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 課題・対策                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>■特定健診受診者のうち、腹囲の基準値を超えるものが、男性45.1%、女性19.2%である。</p> <p>■メタボリックシンドローム該当者及び予備群を合わせると27.8%である。<br/>(引用：平成23年度特定健診法定報告)</p> <p>■朝食の欠食割合が高くなっている。<br/>朝食の欠食は、1回の食事の摂取量が多くなり、過食につながる可能性もあるため、肥満等の生活習慣病の発症を助長します。また、午前中のエネルギー供給が不十分となり体調不良を起こす等の問題点が多く指摘されています。</p> <p>■毎食「食のバランス（主食・主菜・副菜）」をそろえて食事をする人の割合が低い。</p> | <p>□「肥満（内臓脂肪型肥満）」「高血圧」「高血糖」「脂質異常」を放置することにより、将来生命や生活の質を脅かす重篤な疾患（心筋梗塞、脳梗塞等）につながるおそれがあるため、メタボリックシンドローム該当者及び予備群を早期に見つけ、生活習慣の改善を図ることが必要です。</p> <p>□朝食は一日の活力の源です。朝食の重要性をしっかりと理解し、バランスの良い朝食をしっかりとることを子どもの頃から習慣づけることが必要です。</p> <p>□食事バランスガイドや健康こうた21計画を参考に、食のバランスを考えて食事をする人の増加を図る取組みを行うことが必要です。</p> |

### 3つのお皿（主食・主菜・副菜）をそろえよう

栄養のバランスをとるコツは、**主食、主菜、副菜**をそろえることです。

**主菜**

○からだを作るもとのたんぱく質・脂肪の給源の主菜  
(肉・魚・卵・豆、豆製品・乳製品)



**副菜**

○からだの調子を整える働きのビタミン・ミネラルをたっぷり含む副菜  
(野菜・きのこ類・海藻など)





主菜 + 副菜

**牛乳と果物**



**主食**

○エネルギーのもとの主食。脳の動きに欠かせない糖質の供給源  
(ごはん・麺類・パンなど)



**※1品メニューでも、主食、主菜、副菜を一皿に取り入れることにより、バランスが良くなります。**

例：かけうどん → 五目うどん  
ラーメン → 野菜たっぷり卵入りラーメン  
ペペロンチーノ → 野菜とベーコンのペペロンチーノ

【資料：健康こうた21計画（H19中間評価改定）より抜粋】

## 2 食を通じて、豊かな人間性を育むために

### ○「豊かな人間性」への意識

| 現状                                                                                                                                                                                     | 課題・対策                                                                                                                                                                                                             |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>■ 孤食の割合が高くなっている。</li> <li>■ 食事の時間が楽しいと思う割合が7割に満たない状況である。</li> <li>■ 食育推進の役割を学校・保育園等に求める割合が増えている。</li> <li>■ 「幸田町食育推進計画」を知っている割合が少ない。</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>□ 食事の時間を「楽しい」と感じるためには、家庭のだんらんや友人等とのコミュニケーションをともなったゆったりとした食事ができる環境づくりが必要です。</li> <li>□ 食育推進の方向性が子どもを主な対象とする傾向があるため、家庭との連携を深め、学校・保育園等を実施主体とした食育推進をさらに推進することが必要です。</li> </ul> |

## 3 郷土の良さを知り、食文化を守り育てるために

### ○「地域」の理解

| 現状                                                                                                                                                                                          | 課題・対策                                                                                                                                                                                                                                                     |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>■ 町内産の農作物の中で、筆柿、なす、いちご等の生産量が多い。</li> <li>■ 憩の農園、道の駅筆柿の里・幸田等の農産物産直施設がある。</li> <li>■ 地域を代表するような郷土料理はない。</li> <li>■ 町民の7割以上が農作業体験をしたいと思っている。</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>□ 産直施設を中心とし、地元産農作物の紹介や生産者と消費者の交流等により、地域における消費拡大につなげる取組みが必要です。</li> <li>□ 集団給食における地元農産物の使用割合を増やす取組みが重要です。</li> <li>□ 地域の郷土料理の発掘や新たな開発等により、地域の食文化の振興を図ることが重要です。</li> <li>□ 農業体験ができる環境や機会の整備・周知をすることが必要です。</li> </ul> |

## 4 環境にやさしい食生活をおくるために

### ○「環境」への意識

| 現状                                                                                                         | 課題                                                                                                                                                                                                                                                        |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>■ 食の安全に関心がある割合が高い。</li> <li>■ 食材の廃棄や食べ残しを減らす取組みが浸透していない。</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>□ 「顔が見える農作物」である地元産農作物の普及・推進を図ることが重要です。</li> <li>□ 食に関わる人々や動植物の命に対する感謝の気持ちを深め、「もったいない」意識と行動の向上を図ることが必要です。</li> <li>□ エコクッキングを紹介し、食に関わるゴミを減量する取組みが重要です。</li> <li>□ 食品に係わる廃棄物の実態を周知し、ゴミを減らす行動につなげる必要があります。</li> </ul> |

### 食育推進の取組みに係る課題のまとめ

町のそれぞれの分野において、食育に関連したさまざまな取組みが行われています。これらの取組みに横のつながりを持たせ、それぞれの実施主体同士が連携・協力することで、**町全体で総合的な食育を推進する体制**を作り上げることが必要です。

## **第3章 計画の基本的な考え方**

### **1 食育推進のねらい**

「食育」は、人が生きていく上での基本であり、知育、体育、徳育の基礎となるものと位置付けられています。また、人を心身ともに健康で豊かに育み、人と人の絆を深めるものでもあります。

この計画では、前計画を受け継ぎつつ、アンケート結果を踏まえた上で、前章に掲げた課題に対応するために、食を通じて人と人とがふれあい、食をめぐるさまざまな問題に目を向け、共に考え、行動することができるまちづくりを目指して、次の4つの視点から食育を推進します。

**「健康」 「豊かな人間性」 「食文化」 「食環境」**

### **2 食育推進の基本目標**

食育基本法並びに国・県の食育推進計画に定める基本理念及び基本的施策を踏まえた上で、本町の食育の「基本目標」を次のとおり定めます。

#### **《食育推進の基本目標》**

- 1 食を通じて、「健康」で安心して暮らす**
- 2 食を通じて、「豊かな人間性」を育む**
- 3 郷土の良さを知り、「食文化」を守り育てる**
- 4 「環境」にやさしい食生活に努める**

### 3 食育推進の基本的方針

食育推進の基本目標を達成するためには、家庭、保育園・幼稚園、学校、地域、行政が一体となった取り組みが必要であり、基本的方針を以下のとおり設定し、目標の実現を目指します。

#### (1) 「食を通じて、健康で安心して暮らす」ための取り組み

- 望ましい食習慣の定着
- 食の安全の確保

#### (2) 「食を通じて、豊かな人間性を育む」ための取り組み

- 食を通じたコミュニケーションの確保
- 体験を通じた食の理解促進

#### (3) 「郷土の良さを知り、食文化を守り育てる」ための取り組み

- 地域の農業・農産物を守る取り組み
- 家庭の味や食文化の継承

#### (4) 「環境にやさしい食生活に努める」のための取り組み

- 地産地消の推進
- 生活環境の改善

## 第4章 具体的な施策の展開

### 1 食を通じて、健康で安心して暮らす

食えることは生きるための基本であり、健やかな心と身体の発達に欠かせないものです。

しかし、近年における食生活をめぐる環境の変化等に伴い、不規則な食事や、栄養の偏り、生活習慣病の増加等が問題となっています。健康で安心して暮らすために、望ましい食習慣を身につける必要があります。

このため、食に関する情報を周知し、意識の向上・生活習慣病の予防活動の普及を図るための施策を推進していきます。

また、町民の食への不安の解消のために、食品の安全性に関する情報提供を行うなど食の安全・安心の確保に努め、町民が健康で安心して暮らすために必要な施策を、総合的に推進していきます。

#### (1) 望ましい食習慣の定着

##### 町や関係団体等の取組み

##### ■健康こうた21計画の推進、食事バランスガイドの普及

生涯を通じた健康づくりのために「健康こうた21計画」「食事バランスガイド」を推進し、栄養バランスのとれた食生活を普及します。

##### ■健康診査・保健指導等の充実

高血圧症、糖尿病などの生活習慣に起因すると考えられる生活習慣病の発病や重症化を予防するため、健康診査の積極的な受診を啓発し、保健指導の充実を図ります。

また、歯科健康診査や歯科保健指導の充実を図り、歯の大切さを始め、むし歯や歯周病に関する正しい知識の普及啓発を推進します。

##### ■「早寝・早起き・朝ごはん」運動の積極的な推進

子どもの基本的な生活習慣を形成し、生活リズムを整えるため、「早寝・早起き・朝ごはん」運動を推進します。また、併せて朝食の必要性を啓発し、欠食を減らします。

##### ■ライフステージに合わせた食生活支援や食生活の情報提供

それぞれのライフステージに応じて、適切な食生活が送れるよう、食生活支援やこれに係わる情報提供を行います。

##### ■学校、保育園、幼稚園での食に関する指導の充実

給食の時間や総合的な学習の時間などを通して、食に関する指導を継続的に行い、健康に関する関心を高めます。また、PTAや食に関わるボランティアグループ等との連携を強化します。

町民の主体的な取り組み

- 朝食を必ず食べるようにしましょう。  
早寝早起きを心がけ、さわやかに目覚めて朝食をしっかり食べるために、生活のリズムを整えましょう
- 食事バランスガイド等を参考に、自分に合った食事内容や量を理解し、毎食、主食・主菜・副菜をそろえて食べるようにしましょう。
- 肥満・生活習慣病・メタボリックシンドロームを予防するために、日常生活にウォーキング等を取り入れ、適正体重を維持しましょう。
- 自分の歯でよく噛んで、おいしく食事をするために、歯を大切にしましょう。

\*\*\* 「早寝・早起き・朝ごはん」運動 \*\*\*

家庭、学校等、地域が一体となって、子どもの基本的な生活習慣を整えるため、平成18年4月から文部科学省や日本PTA全国協議会等が全国展開している運動



「早寝早起き朝ごはん」運動のシンボルマーク

(2) 食の安全の確保

町や関係団体等の取り組み

■食の安全性に関する情報提供

町民が、適切な食生活の選択ができるよう、関係機関が連携し、食品の安全性に関する知識と理解を深めるための情報提供を行います。

■給食における安全の確保

給食の提供は、学校給食衛生管理の基準のもと、安全な調理に努めます。  
給食の食材においては、産地・製造工場・食品細菌検査成績書等の提示を求め等、給食物資選定委員会において、安全で良質な物資を確保するよう努めます。  
また、食物アレルギー等への対応については、引き続き資料提供を進めます。

町民の主体的な取り組み

- 食の安全性に関心を持ち、正しい情報に基づいた食生活を送りましょう。
- 食品購入時には、食品表示をきちんと見ることや、家庭での衛生的な取扱いを心がけましょう。
- 地元産農作物の購入により、新鮮で安全・安心な食事をとりましょう。

## 2 食を通じて、豊かな人間性を育む

いつの時代も子どもたちには、基礎的な学力、他人と協調すること、他人を思いやること等、豊かな人間性を育ててほしいと願うものです。

そして豊かな人間性は、健やかな心身とともに身につくものであり、「知育」「徳育」「体育」の基礎となる、「食育」への取組みが重要です。

しかし、ライフスタイルの多様化等により、最近では家庭で揃って食卓を囲むといったことが少なくなりつつあります。

近年私たちは、食料が豊富にあることを当たり前のように思っている傾向にあり、食べ残しをする等、食を大切にする精神が薄れがちになっています。

しかし、平成23年度における日本の食料自給率（カロリーベース）は39%であり、その多くを輸入に頼っているのが現実です。

こうした事実を踏まえ、自然の恵みや農業に関わる人びとや料理を作った人等、食に関わる全てに対して、感謝する心を育てる必要があります。

そこで、家族や友達と楽しく食事をとることを働きかけるとともに、自分で料理を作ることや、食事のマナーを身につけたための体験・学習・経験により、食べることの楽しさを実感し、食に対する感謝の心を持つことができるよう、食を通じて、子どもの頃から豊かな人間性を育むための施策を推進していきます。

### (1) 食を通じたコミュニケーションの確保

町や関係団体等の取組み

#### ■「食育の日」及び「おうちでごはんの日」の普及

国の食育推進基本計画では、毎月19日を「食育の日」と定めています。

また、あいち食育いきいきプランでは、「食育の日」に合わせ、毎月19日を「おうちでごはんの日」とし、家族や友人と一緒に楽しく食事をとることを普及啓発しています。



#### ■料理教室の充実

自分で料理することの達成感や、料理したものを食べる喜びを実感できる機会をつくり、家庭での実践につながるようにします。

#### ■家庭での食を通じたコミュニケーションの促進

子どもが家族のために、簡単な料理を作ったり、後片付けを手伝うなどを通じて、家族で楽しく食事をしたり、マナーを身につけることができるよう、家庭での食を通じたコミュニケーションの必要性を啓発します。

## (1) 食を通じたコミュニケーションの確保（つづき）

### 町や関係団体等の取り組み

#### ■給食等を通じたコミュニケーションの促進

小・中学校においては、みんなが一緒に会食・交流する給食の機会を通して、食べることの大切さを理解し、自分の健康について考えることができ、自分の適量を知るといことも含めて、栄養の偏りのない望ましい食事の摂り方を身につけるようにします。

また、給食を通じて食事のマナーを身につけるとともに、仲間との食事のなかから、子どもたちに思いやりの心や感謝の気持ちが育つような取組を推進します。

保育園・幼稚園においては、給食や、行事、会食会、異年齢交流等を通して楽しい雰囲気の中で会話をしながらおいしさを味わい、一緒に食べる楽しさを経験し、食に対する興味を持たせます。

### 町民の主体的な取り組み

□家族や友人と一緒に、楽しい食事を心がけましょう。

家族のだんらんや友人と一緒に食卓を囲み、会話を楽しみながらゆったりとした食事をしましょう。

また、作られたものを食べるだけではなく、家庭での調理の手伝いや自分で料理を作る等、家族や仲間と一緒に「食」を楽しみましょう。

□五感を使って食事を楽しみましょう。

五感（「見る」、「かぐ」、「聞く」、「触る」、「味わう」）を使って食材や料理を感じ、食卓や料理に一工夫する等、食事を楽しみましょう。

□食事のマナーを身に付けましょう。

食事のマナーは、きれいに食べるためや一緒にいる人に不快感を与えず、みんな楽しく食事をするためのものです。「背筋を伸ばして座る」「ひじをついて食べない」「はしを正しく持ち、使い方に気をつける」等の食事のマナーを身に付けましょう。

また、食事のあいさつは必ずしましょう。食卓が明るくなり、会話がはずむきっかけにもなります。

### リラックスタイム

## 「食育」と「防災」

国が発行した「食育ガイド」には、食育の一環として「災害への備え」～いざという時のために～と題して、非常時に対応するための食料や調理器具等の備蓄、非常時に対応できる力を普段から身に付けておくことの重要性が記載されています。

食料等の必要な備蓄品や管理方法等が具体的に例示されていますので、参考にしてみてはいかがでしょうか。

◇「食育ガイド」は、内閣府食育推進ホームページから自由にダウンロードできます。

<http://www8.cao.go.jp/syokuiku/data/index.html>

## (2) 体験を通じた食の理解促進

### 町や関係団体等の取組み

#### ■給食センターにおける食に関する体験活動の充実

給食センターにおいては、学校給食に関する理解を深めるために、施設の見学の受入れや、研修を行っていきます。

#### ■学校等における食・農業に関する体験活動の充実

学校等において田植え等の農作業体験活動や栽培・収穫した食材を調理して食べるまでの体験により、子どもたちが自然の恵みを実感し、農産物を身近に感じることができる教育・保育現場での活動の充実を図ります。

#### ■町民に対する食・農業に関する体験活動の充実

食と農の関わりについて町民の理解を深めるため、「夏休みこども農業体験教室」等の各種体験活動を開催します。

また、地元産農作物の産直施設（幸田憩の農園、道の駅筆柿の里・幸田等）、JAあいち三河幸田営農センターを食や農業に関する体験・学習の場として活用していきます。

農地を持たない町民の方が、より身近に「農」に親しめるよう「幸田ふれあい農園」等における農作業体験を推進する取組みを周知・促進します。

### 町民の主体的な取組み

□食べ物の生産現場を見学・体験しましょう。

食べ物が動植物の命をもとにしていることを実感し、食にかかわる様々な人々の活動への理解を深めるため、農林漁業や食品製造現場の見学・体験に参加する等、食べ物が生産される現場に触れる機会を積極的に作りましょう。

□「食」への感謝の心を育みましょう

「食」には自然の恵みや、生産者を始めとする多くの人の苦労や努力があることを理解しましょう。「いただきます」「ごちそうさま」には、自然への恩恵、米や野菜などを作った人、料理をしてくれた人への感謝等のさまざまな感謝の気持ちが込められていると言われていています。食事のあいさつを必ずする習慣を身に付け、「食」に対して感謝の心を育むことが大切です。

○保育園・幼稚園におけるさまざまな食・農体験



▲農作物の収穫体験【大草保育園】



▲農作物の栽培体験【大草保育園】



▲農作物の栽培体験【坂崎保育園】



▲農作物収穫体験 いちご狩り  
【幸田あけぼの第1幼稚園】



▲農作物収穫体験 たけのこ狩り【幸田あけぼの第1幼稚園】▲



▲給食・おやつ後のはみがき励行  
【幸田あけぼの第1幼稚園】

○小学校・中学校におけるさまざまな食・農体験



▲小学生の田植え体験 【坂崎小学校】



▲小学生の稲刈り体験 【坂崎小学校】



▲なすの栽培（収穫）体験 【豊坂小学校】▲

農業体験により食や地域を理解し、豊かな人間性を育みます

▼中学生の職場体験 【北部中学校】



○小学校で栽培したなすが給食になりました。



▲地域の生産者による栽培指導 【豊坂小学校】



▲おいしいなすの収穫 【深溝小学校】

豊坂小学校では、地元のなす農家の指導のもと、校内で栽培・収穫したなすを給食のメニューに取り入れる取組みを行いました。給食センターに持ち込まれたなすは「なすカレー」になって、町内9小中学校の児童生徒に出され、おいしくいただきました。



▲「なすカレー」給食 【豊坂小学校】



▼豊坂小学校のなす栽培の取組みが紹介されました。

自分たちで育て、収穫したナスを運び込む児童たち。幸田町学校給食センターで

給食センターには六年生の四人がケース十箱分、計百十四箱を運び込み「このナスを使っておいしい給食を作ってください」と職員に手渡した。

十三日に、町内六つの小学校と三つの中学校で、豊坂小産のナスを中心としたカレーライスが提供される予定。左右田佳孟君は「たくさんナスができるように心を込めて育てたので、おいしいカレーになってほしい」と話した。

(中村文人)

寺田町豊坂小学校の児童が十二日、校内で育てた町特産のナスを収穫し、町内の全小中学校で出される十三日の給食用に使って、もろおと町学校給食センターに運び込んだ。

地元の食材を大切に

## 育てたナス味 楽しみ

**幸田・豊坂小児童が収穫**

### 給食用に114キロ きょうカレーに

する食育教育の一環として、同校が十年以上続けている恒例の企画。一、三、六年の計百六十四人が五月上旬から、校内の畑や鉢植えで一人一株ずつ育て、一株あたり四、六本ほどとなった十センチ以上の実を収穫した。

平成24年7月13日 中日新聞

### 3 郷土の良さを知り、食文化を守り育てる

幸田町には、日本一の生産量を誇る筆柿や1年を通して栽培しているなすを始め、さまざまな農産物が生産されています。

そうした農産物を地域で活用し、地域の農業や農地という財産を守っていくよう働きかけていくとともに、各種団体等と協働活動により、家庭の味や食文化を継承し、食の伝統を守り育てるための施策を実施していきます。

#### (1) 地域の農業・農産物を守る取組みの推進

町や関係団体等の取組み

##### ■地域の農地を守るための取組みの推進

地域の自然や農地の保全のため、「農地・水 保全管理」等の取組みを推進、支援していきます。併せて、遊休農地の解消を目指します。

##### ■地域の農業・農産物を守るための取組みの推進

筆柿を始めとした町の特産農作物の産地として、維持・発展する取組みを進めます。また、町で採れる豊かな農産物を利用した新たな加工品の開発に取組みます。

##### ■地域農業・農産物を学ぶ学校教育等の充実

給食の時間や総合的な学習の時間の中で、特産物の紹介を行う等、本町の農業や農産物を学ぶことができる学習の場の充実を図ります。

町民の主な取組み

□地域の農業や農産物について、理解を深めましょう。

□地域の農業や農地を守るため、「農地・水 保全管理」等の地域での取組みに積極的に参加しましょう。

リラックスタイム

#### 「農地・水 保全管理」の取組み

この取組みは、「共同活動」と「向上活動」から構成され、「共同活動」は、地域による農地・農業用水等の資源の保全管理と農村環境の保全向上に取り組んでいます。「向上活動」は、集落を支える体制の強化や仕組みの簡素化を図るとともに、老朽化が進む水路等の施設の長寿命化の取組みや、水質・土壌等の高度な保全活動を行います。

食糧生産の基盤である農地及び用排水路等の保全管理と集落内の環境保全を地域で取り組むことにより、農村集落内に新たな潤いをもたらせます。



▲地域の方々による農業用水の泥上げ



▲満開を迎えた水仙



▲地域による草刈り

## (2) 家庭の味や食文化の継承

町  
や  
関  
係  
団  
の  
体  
取  
等  
組  
み

### ■郷土料理や行事食の継承

この地方にまつわる郷土料理や行事食をPRするとともに、それらの食文化に触れる機会を設けます。

また、地元農産物を活用した新たな料理等の開発、定着を支援します。

### ■食文化に関する知識の普及啓発

食に関するボランティアグループ等が料理教室を開催し、伝統料理等を取り入れる取組みを進めます。

町  
民  
の  
主  
体  
的  
な  
取  
組  
み

食文化を継承しましょう。

地域の食材を使った料理に親しみ、季節や行事に合わせた地域の伝統料理等、食に関する技や文化の継承に努めましょう。

旬の食材を食事へ利用しましょう。

本町では、特産の筆柿・いちご・なすを始め、いろいろな野菜や果物が栽培されています。このような地元で採れる野菜・果物の旬を知り、積極的に旬の食材を食事に取り入れましょう。

## リラックスタイム

### 《 伝統的な行事と行事食の例 》

- |                       |                   |
|-----------------------|-------------------|
| ○ 正月（1月：おせち、お雑煮、七草粥等） | ○ お盆（8月：団子等）      |
| ○ 節分（2月：まめ等）          | ○ 十五夜（9月：月見団子等）   |
| ○ 桃の節句（3月：ひな菓子、五目ずし等） | ○ 秋分の日（9月：おはぎ等）   |
| ○ 春分の日（3月：ぼた餅等）       | ○ 七五三（11月：千歳飴等）   |
| ○ 端午の節句（5月：ちまき、かしわ餅等） | ○ 冬至（12月：かぼちゃ料理等） |
| ○ 七夕（7月：素麺等）          | ○ 大晦日（12月：そば等）    |
| ○ 土用（7月：うなぎ、もち等）      |                   |

出典：内閣府「平成19年版食育白書（概要）」

## 4 環境にやさしい食生活に努める

近年、消費者の「安全」「安心」「健康」志向の高まりから、より安全で安心な農産物の供給が望まれています。農産物においては無・低農薬栽培や有機栽培の農産物を求める消費者が増えてきています。

そこで、安全・安心な「顔の見える」地元産農作物を学校給食に取り入れる等、様々な形で地産地消を進めます。地産地消を推進することにより、地域農業の振興と食料自給率の向上を目指します。

また、ごみの削減や水の汚染防止等、生活環境の改善の視点からの食育の実践を推進するとともに、食に関わる関係者の育成を行います。

これらの取組みを総合的に行い、環境にやさしい食生活を実践するために必要な施策を実施していきます。

### (1) 地産地消の推進

#### 町や関係団体等の取組み

#### ■地産地消に関する情報の提供・啓発

地産地消に関する正しい情報を提供し、その取組みに対して町民が理解し、実践に結びつくよう啓発します。

#### ■地場産物の消費宣伝

こうした産業まつりやさわやかウォーキングなどのイベント等において、地元産農産物をPRし、消費の拡大を図ります。

#### ■地産地消を実践する料理レシピの普及・啓発

地産地消の推進により地元産農産物の消費拡大を図るとともに、消費者が地域の新鮮で安全な食材を使って豊かな食生活を楽しむことができるよう、料理レシピの作成を啓発・支援します。

#### ■給食等への地場産物利用のための体制・条件整備

地産地消の仕組みづくりを行い、地域で生産・収穫された農産物を最大限に給食等に活用できるよう、安定した供給体制の確立を目指します。

#### 町民の主体的な取組み

□地域の農業について、理解を深めましょう。

農業体験や地元産農産物に積極的に触れるなど、地産地消の良さを学びましょう。

□地産地消の良さを学びましょう

身近でとれた食材は、新鮮・安全であるとともに、輸送にかかるエネルギーが少なく、環境にやさしいものです。地産地消を意識した購入方法を習慣化させましょう。



Check!

## ※ 幸田町地産地消マップ ※

### ▼幸田憩の農園



### ▼道の駅 筆柿の里・幸田



### 幸田町のなす

幸田町では、全国的にも珍しく1年を通してなすを生産しています。

6月から11月ごろは、「夏秋なす」として、露地で「筑陽」という濃い紫色の長なすが作られています。

10月から6月ごろは、「促成なす」として、温室ハウスで「とげなし輝楽(美茄子)」という明るい紫色でつやの良い品種きらくびなすが作られています。「とげなし輝楽(美茄子)」は、愛知県と国が共同で育成した品種です。

どちらもそれぞれの良さを持った、とてもおいしいなすなので、食べ比べをしてみたいかたがたでしょう。

幸田町は、新鮮でおいしいなすを1年中楽しめる、とても幸せなまちなのです。

### \* 産直施設情報 \*

#### ①幸田憩の農園

幸田町大字大草字上六條22-1

TEL 0564-62-4339

#### ②道の駅 筆柿の里・幸田

幸田町大字須美字東山17-5

TEL 0564-63-5171

どちらも野菜や果物、花木、苗物等の地元産農作物を数多く、品ぞろえをしています。

また、季節の農産物がそろいますので、旬を求めて多くの利用者が来店します。

道の駅 筆柿の里・幸田にはレストランがあり、地元産農作物を材料にしたメニューや筆柿を使った珍しいメニューを提供しています。

### 筆柿の特徴

筆柿は、一本の樹に甘柿と渋柿がなる不完全甘柿に分類される柿です。形が毛筆に似た形であることから「筆柿」と呼ばれています。

甘柿は果肉に黒い粒々の「ゴマ」が多く入り、濃厚な味わいが楽しめます。

現在、全国の約95%が幸田町で生産されており、他の品種の柿よりも、1か月ほど早く出荷されますので、一足早く秋の味覚を楽しむことができます。



## (2) 生活環境の改善

### 町や関係団体等の取組み

#### ■給食における残菜等の減少の推進

給食の調理作業において、野菜くずを少なくする工夫をして作業を進めます。  
また、学校、保育園・幼稚園においては、食の大切さ・感謝する心を育むことで、給食で発生する残菜等の減少に取り組めます。

#### ■エコライフの推進

食品廃棄物の減量化や調理する時の電気、ガス、水などの消費を抑えた食生活の普及を推進します。  
家庭から出る使用済みのてんぷら油を回収し、資源化を図り、循環型社会の形成をすすめます。

#### ■農業生産者の育成

環境の保全と生産性の維持が調和した環境保全型農業を推進し、消費者の求める安全・安心な農産物の提供のため、化学肥料や化学合成農薬をできるだけ減らす等、環境にやさしい農業に取り組む「エコファーマー」の認定者を増やすとともに、消費者への周知を図ります。

#### ■食育推進にあたる人材の活動の支援及び促進

消費者と農業者の交流や地元農作物の普及を推進する「農村生活アドバイザー」や地域の食を通じた健康づくりを実践する「食生活改善推進員」を育成し、活動を支援します。

### 町民の主体的な取組み

「もったいない」という気持ちを持ち、無駄を減らしましょう。

食事の時には、食べきれだけの量を作ることや、注文する等して食べ残しが出ないように心がけましょう。

食材・エネルギー・水を大切に使う料理しましょう

食材を丸ごと使うように心がけたり、電気やガス、水を大切に使う料理しましょう。

また、食材や食器を洗う際は、洗剤を使いすぎないようにしましょう。

食品容器のリサイクルに参加・協力しましょう

ビン、缶、ペットボトルや食品トレーなど食品容器のリサイクルに積極的に参加・協力しましょう。また、容器は、繰り返し使える物の利用を心がけましょう。

食に関わる関係者の育成等の取組みを理解しましょう

食に関わる関係者の育成等の取組に対して理解し、愛知県食育推進ボランティア・食生活改善推進員等の活動に参加してみましょう。

## 第5章 計画の推進

### 1 ライフステージに合わせた食育推進の取組み

食育は、あらゆる世代に対し、生涯を通じて切れ目なく行うことが必要です。

しかし、世代によってライフスタイルが異なり、食に対する意識も環境も多様であるため、それぞれの世代に応じた課題の理解、取組みが必要になります。

本推進計画では、乳幼児期、少年・青年期、壮年・中年期、高齢期の4段階に区分し、それぞれのライフステージに応じた目標を設定し、食育を推進していきます。

| 区分      | 年齢の目安   | 目標(取組内容)                |
|---------|---------|-------------------------|
| 乳幼児期    | 0～5歳頃   | 味覚と食生活の基礎を作る。           |
| 少年期・青年期 | 6～22歳頃  | 食への関心を深め、望ましい食習慣を身につける。 |
| 壮年・中年期  | 23～64歳頃 | 食事を見直し、生活習慣病を予防する。      |
| 高齢期     | 65歳頃以上  | 食を楽しみ、食文化を継承する。         |

《 ライフステージに合わせた 課題 と 取組み 》

|        | 乳幼児期（0～5歳頃）                                                                                                                                                                                               | 少年・青年期（6～22歳頃）                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|--------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|        | 《 体得 》                                                                                                                                                                                                    | 《 学習 》                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| ポイント   | <ul style="list-style-type: none"> <li>○体の発達が盛んで、五感が発達し、まわりのものへの好奇心が旺盛</li> <li>○望ましい食習慣の形成や食への関心を持つための基礎を作る。</li> </ul>                                                                                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>○自分でできることの範囲が広がる。</li> <li>○親元を離れ、自立した生活を始める。</li> <li>○家庭、学校、地域において、食と健康に関する知識や食の大切さを学ぶとともに、規則正しい食習慣を身につける。</li> </ul>                                                                                                                                              |
|        |                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                          |
| 健康     | <ul style="list-style-type: none"> <li>□早寝早起きや睡眠等の生活リズム、1日3食を基本とした食習慣を身につける。</li> <li>□いろいろな食べ物を味わい、味覚を育てる。</li> <li>□手洗い、うがいの習慣を身につける。</li> <li>□歯みがきの習慣を身につける。</li> <li>□よくかんで食事をする習慣を身につける。</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>□朝食を始めとする規則正しい食習慣の重要性を理解し、毎日実践する。</li> <li>□栄養と食品の正しい知識に基づいて、自ら判断できる能力を身につける。</li> <li>□食事バランスガイド等を参考にし、自分に適した食事の内容や量を調節する。</li> <li>□生活習慣病に関する知識を持つ。</li> <li>□正しい歯磨きの仕方を身につける。</li> <li>□食品の産地、栄養等の表示を知る。</li> <li>□食中毒等と食品の購入・保存・調理と結びつけて理解し、予防の方法を知る。</li> </ul> |
| 豊かな人間性 | <ul style="list-style-type: none"> <li>□家族や友達と一緒に食事をする楽しさを味わう。</li> <li>□食事のあいさつの習慣を身につける。</li> <li>□さまざまな料理を口にし、食に興味を持つ。</li> <li>□動植物への親しみと感謝の気持ちを持つ。</li> <li>□簡単な料理や片付けの手伝いをする。</li> </ul>            | <ul style="list-style-type: none"> <li>□家族や友達と一緒に食事を楽しみながら、マナーや思いやりの大切さを実感する。</li> <li>□農林漁業の体験や食品製造現場を見学し、食べ物の生産への理解を深める。</li> <li>□買い物や調理を経験する。</li> </ul>                                                                                                                                                |
| 食文化    | <ul style="list-style-type: none"> <li>□季節の行事にちなんだ料理を楽しむ。</li> <li>□正しいはしの持ち方、使い方を身につけ始める。</li> </ul>                                                                                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>□季節や行事にちなんだ料理や地域独自の食文化、食の食材を知り、関心を持つ。</li> <li>□食事のマナーを身につける。</li> </ul>                                                                                                                                                                                             |
| 環境     | <ul style="list-style-type: none"> <li>□食べ残しが良くないことを知る。</li> </ul>                                                                                                                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>□食生活と環境のかかわりや世界の食糧事情を知り、問題意識を持つ。</li> <li>□食べ物を残さず食べるようにする。</li> <li>□生物多様性の保全等、農林水産業の多様な機能を理解する。</li> <li>□地域の特産物を知り、親しみを持つ。</li> </ul>                                                                                                                             |
| 目指す姿   | <p>◎心と体の健やかな成長をめざし、食の楽しさや食習慣の基本を身につけましょう。</p>                                                                                                                                                             | <p>◎食を大切に作る心や正しい知識、望ましい食習慣を身につけ、食生活を自己管理できるようにしましょう。</p>                                                                                                                                                                                                                                                    |

| <b>壮年・中年期（23～64歳頃）</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>高年期（65歳頃～）</b>                                                                                                                                                                                                                                                      |               |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| <b>《 実行 》</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>《 伝承 》</b>                                                                                                                                                                                                                                                          |               |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>○職場や地域社会で活発に活動。</li> <li>○徐々に体の機能が低下し、健康への意識が高まる。</li> <li>○健康状態や活動の程度に合わせて、食事の内容を見直し、生活習慣病を予防する。</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                | <ul style="list-style-type: none"> <li>○退職や子どもの自立等により、生活が変化する。</li> <li>○健康状態や活動の程度に合わせて食卓の内容を見直すとともに、年代に合わせた食に関する知識や規則正しい食習慣を身につける。</li> <li>○地域の食文化や食の大切さ等の継承に努める。</li> </ul>                                                                                        | <b>ポイント</b>   |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                      |               |
| <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 規則正しい食習慣を維持する。</li> <li><input type="checkbox"/> 子どもが望ましい食習慣を身につけるような環境を整える。</li> <li><input type="checkbox"/> かかりつけ医やかかりつけ歯科医を持ち、定期的に健康診断を受ける。</li> <li><input type="checkbox"/> 生活習慣病や痩身等への知識を持ち、食事の自己管理をする。</li> <li><input type="checkbox"/> 食品表示の知識を食品選択に活用する。</li> <li><input type="checkbox"/> 食の安全や食品衛生の知識を持ち、食中毒等食品による危害を防止する。</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 健康状態に合わせた、適切な食事内容を理解し、実践する。</li> <li><input type="checkbox"/> かかりつけ医やかかりつけ歯科医を持ち、定期的に健康診断を受ける。</li> <li><input type="checkbox"/> 長く自分の歯でかめるようにする。</li> </ul>                                           | <b>健康</b>     |
| <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 仕事と生活の両立を意識し、家族や友人と食を楽しむゆとりを持つ。</li> <li><input type="checkbox"/> 分担して家事に取り組む。</li> <li><input type="checkbox"/> 子どもとともに、農林水産業の体験や食品製造現場の見学を行い、食べ物の生産への理解を深める。</li> </ul>                                                                                                                                                                          | <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 世代を超えて、食を通じた交流を図る。</li> <li><input type="checkbox"/> 地域の集まり窓を活用し、人とともに食をする機会を持つ。</li> <li><input type="checkbox"/> 食べ物に対する感謝の気持ちの大切さを次代に伝える。</li> <li><input type="checkbox"/> 地域の食文化を継承する。</li> </ul> | <b>豊かな人間性</b> |
| <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 季節や行事にちなんだ料理と地域独自の食文化を理解し、自分で調理する。</li> <li><input type="checkbox"/> 旬の食材を生かした食事づくりをする。</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                 | <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 季節や行事にちなんだ料理や地域独自の食文化や食事作法を次代に伝える。</li> </ul>                                                                                                                                                          | <b>食文化</b>    |
| <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> エネルギー・水等のむだを減らす、環境に優しい食生活を実践する。</li> <li><input type="checkbox"/> 食べ残しや食品の廃棄を減らす。</li> <li><input type="checkbox"/> 生物多様性の保全等、農林水産業の多様な機能への理解を深める。</li> <li><input type="checkbox"/> 地域の特産物を積極的に利用する。</li> </ul>                                                                                                                                   | <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 「もったいない精神」や、環境に優しい食生活の知恵を次代に伝える。</li> <li><input type="checkbox"/> 地域の特産物を使った料理を次代に伝える。</li> </ul>                                                                                                     | <b>環境</b>     |
| <p>◎健康的な食生活を実践し、経験を生かした食の楽しさや大切さを次世代に伝えましょう。</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <p>◎いつまでも元気に暮らすために、年齢に応じた望ましい食習慣を守りつつ、食を通じた心豊かな生活を送りましょう。</p>                                                                                                                                                                                                          | <b>目指す姿</b>   |

## 2 各分野の役割 ～食育推進における各分野の役割～

食育の推進は、あらゆる年齢層（幼年期～高齢期）において、町民一人ひとりが、主体的に取り組む必要があるとともに、家庭、学校、保育園・幼稚園、地域のそれぞれが協働することが重要です。

さまざまな活動領域ごとに目標を設定し、健康に生きるための基本である「食」について考えていく必要があります。

### (1) 「家庭」の役割

家庭は、食育を進める上で、最も重要な役割を担っています。

家族そろって食べる食卓は、食事のマナーを知り、食べものに関わる命や人々への感謝の気持ちを培い、家族とのコミュニケーションを図る場となります。また、健康に関する知識を学び、家族の健康状態を知る場として、重要な役割を果たしています。

しかし、近年におけるライフスタイルの多様化等に伴い、私たちの食生活も大きく変わる中で、家庭内で食に関する知識を伝え、家族の絆を育むことが困難な状況になっています。

このようなことから、食育推進の基本となる家庭の役割のあり方を見直し、保護者や子どもが食育についての関心と理解を深め、健全な食習慣の確立を図ることが重要です。

### (2) 「学校」の役割

学校は、健康な心身を培うための基礎となる重要な場です。

教育カリキュラムや給食の時間、PTA活動を通して、子どもたちが、生涯を健康で生きるための食を選択する能力等を育て、さらに食育を通じて、心豊かな生活を送ることができる基礎を築くため、地域や家庭との連携のもと、幅広い食育の推進に努めます。

### (3) 「保育園」「幼稚園」の役割

子どもの健やかな心と身体の発育のためには、乳幼児期から、発育・発達段階に応じた、豊かな食の体験を積み重ねていくことが必要です。

そこで、保育園・幼稚園においては、家庭との連携のもと、子どもたちが、様々な食べ物と親しみ、食べたいもの・好きなものが増えることやマナーを学ぶ等、食事を楽しむことができるように、子どもの成長に応じた取組みを推進することが必要です。

また、乳幼児期は、歯の生えかわりなどの口腔機能が大きく変化する時期です。むし歯予防や歯の健康について、家庭と連携して、子どもをむし歯から守るための取組みを、この時期から生涯にわたり実践していくことが大切です。

#### (4) 「地域」の役割

地域は、乳幼児から高齢者まで、一生を通して生活を営む場です。

健康でいきいきと暮らしていくためには、地域ぐるみで食生活改善に取り組んでいく必要があります。

地域住民の生活習慣病や内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）等を予防し、働き盛りの健康増進を図ります。また、高齢者の孤食や栄養不足を解消するための支援体制を整備するためには、関係者、各種関係団体等が連携し、一体的に取り組んでいくことが大切です。

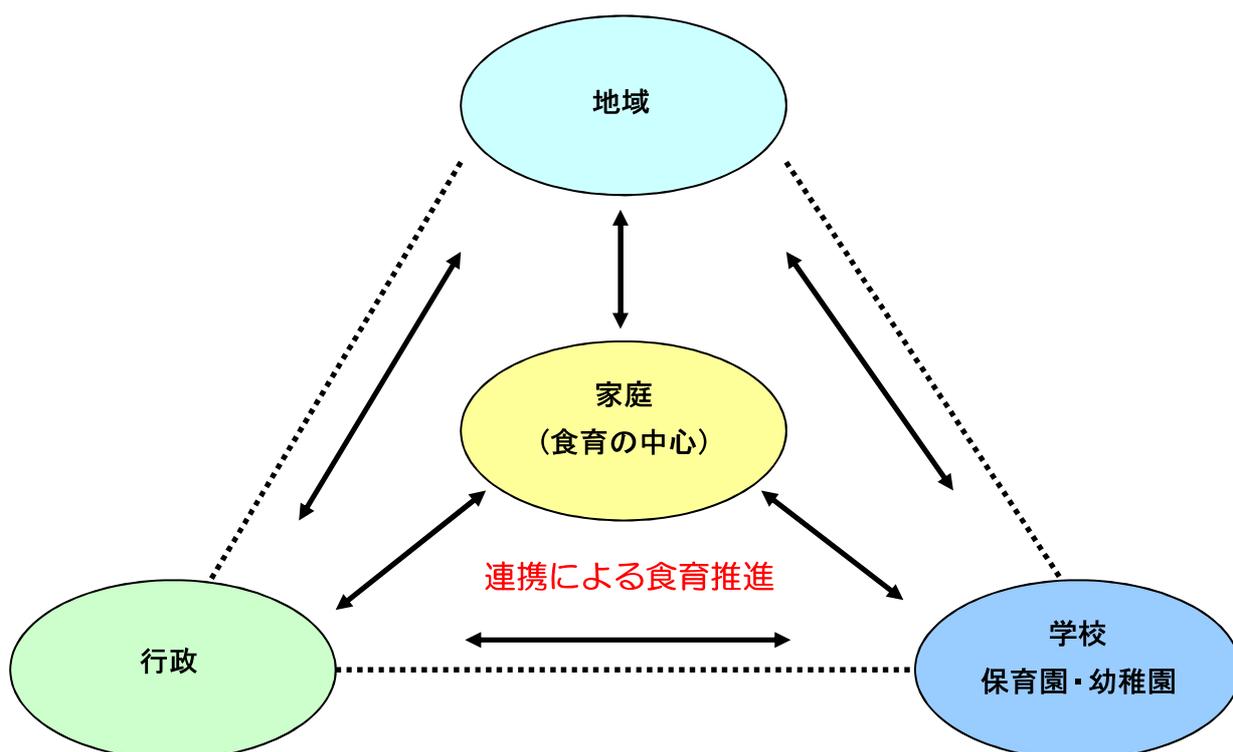
さらに、地元で採れた新鮮で安全・安心な旬の食材の活用により、消費者と生産者及び地域住民が交流を深め、地域の活性化が期待される地産地消の推進が必要です。

地産地消の推進と併せ、生産者と消費者の交流や、保育園・幼稚園、学校等と連携した「食」や農業に関するさまざまな学習や体験の機会を積極的に提供していくことが求められています。

#### (5) 「行政」の役割

町は、食育の推進に関して、国・県との連携を図りつつ、家庭、学校、保育園・幼稚園、地域と連携して、本町の特性を活かした施策を展開します。

### 《 食育推進における連携 》



### 3 数値目標

数値目標は、この推進計画における4つの基本目標の達成状況を客観的に把握・評価するために定めるもので、計画や取組みに反映し活用します。

下の表は、基本目標を達成するための数値目標を、アンケート結果や関係する計画等に基づき、設定しています。

| 目標                                                               | 指標                                            | 対象    | 現状 (H24) | 目標 (H28) |  |
|------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|-------|----------|----------|--|
| 基礎項目                                                             | ①「幸田町食育推進計画」を知っている人の割合                        | 小学生   | 2.0%     | 90.0%    |  |
|                                                                  |                                               | 中学生   | 2.5%     | 90.0%    |  |
|                                                                  |                                               | 保護者   | 9.8%     | 50.0%    |  |
|                                                                  | 【説明】「知っている」人の割合の増加を目指します。                     |       |          |          |  |
| 【目標1】<br>食を通じて、「健康」で安心して暮らす                                      | ①朝食を毎日食べている人の割合                               | 園児    | 90.8%    | 100.0%   |  |
|                                                                  |                                               | 小学生   | 93.5%    | 100.0%   |  |
|                                                                  |                                               | 中学生   | 85.8%    | 100.0%   |  |
|                                                                  |                                               | 保護者   | 91.3%    | 97.0%    |  |
|                                                                  | 【説明】「毎日食べている」人の割合の増加を目指します。                   |       |          |          |  |
|                                                                  | ②食事バランスガイド等を参考に食事を作る人の割合                      | 保護者   | 36.5%    | 60.0%    |  |
|                                                                  | 【説明】「ほぼ毎食」及び「毎日1食」、「ときどき参考にしている」の割合の増加を目指します。 |       |          |          |  |
|                                                                  | ③朝食に副菜を食べている人の割合                              | 園児    | 20.3%    | 80.0%    |  |
|                                                                  |                                               | 小学生   | 35.5%    | 80.0%    |  |
|                                                                  |                                               | 中学生   | 22.8%    | 80.0%    |  |
|                                                                  | 【説明】「毎日食べている」人の割合の増加を目指します。                   |       |          |          |  |
|                                                                  | ④「主食」「主菜」「副菜」をそろえて食べる人の割合                     | 小学生   | 38.8%    | 80.0%    |  |
|                                                                  |                                               | 中学生   | 27.2%    | 80.0%    |  |
|                                                                  |                                               | 保護者   | 43.7%    | 80.0%    |  |
|                                                                  | 【説明】「毎食だいたいそろえる」の割合の増加を目指します。                 |       |          |          |  |
|                                                                  | ⑤望ましい時間（午前7時）までに起床する人の割合                      | 小学生   | 93.3%    | 98.0%    |  |
|                                                                  |                                               | 中学生   | 96.9%    | 98.0%    |  |
|                                                                  | ⑥望ましい時間に就寝する人の割合                              |       |          |          |  |
|                                                                  | ○午後10時までに寝る小学生の割合                             | 小学生   | 62.2%    | 90.0%    |  |
|                                                                  | ○午後12時までに寝る中学生の割合                             | 中学生   | 85.1%    | 90.0%    |  |
| ⑦食育について知っている人の割合                                                 | 小学生                                           | 36.3% | 90.0%    |          |  |
|                                                                  | 中学生                                           | 39.6% | 90.0%    |          |  |
|                                                                  | 保護者                                           | 76.3% | 90.0%    |          |  |
| 【説明】小中学生、保護者ともに、「言葉も内容もよく知っている」及び「言葉も内容もおおよそ知っている」人の割合の増加を目指します。 |                                               |       |          |          |  |
| ⑧食育に関心のある人の割合                                                    | 保護者                                           | 79.3% | 90.0%    |          |  |
| 【説明】「非常に関心のある」及び「どちらかといえば関心のある」人の割合の増加を目指します。                    |                                               |       |          |          |  |

| 目標                                     | 指標                                                                                                            | 対象    | 現状<br>(H24) | 目標<br>(H28) |  |
|----------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-------------|-------------|--|
| 【目標2】<br>食を通じて、「豊かな人間性」を育む             | ①朝食を家族(大人)と一緒に食べている人の割合                                                                                       | 園児    | 63.6%       | 80.0%       |  |
|                                        |                                                                                                               | 小学生   | 47.1%       | 80.0%       |  |
|                                        |                                                                                                               | 中学生   | 25.4%       | 80.0%       |  |
|                                        |                                                                                                               | 保護者   | 36.2%       | 80.0%       |  |
|                                        | 【説明】「毎日一緒に食べている」人の割合の増加を目指します。                                                                                |       |             |             |  |
|                                        | ②夕食を家族(大人)と一緒に食べている人の割合                                                                                       | 園児    | 91.5%       | 95.0%       |  |
|                                        |                                                                                                               | 小学生   | 77.1%       | 90.0%       |  |
|                                        |                                                                                                               | 中学生   | 64.7%       | 90.0%       |  |
|                                        |                                                                                                               | 保護者   | 74.2%       | 90.0%       |  |
|                                        | 【説明】「毎日一緒に食べている」人の割合の増加を目指します。                                                                                |       |             |             |  |
| ③家庭での食事の時間が楽しいと感じる人の割合                 | 小学生                                                                                                           | 69.8% | 80.0%       |             |  |
|                                        | 中学生                                                                                                           | 62.1% | 80.0%       |             |  |
|                                        | 保護者                                                                                                           | 69.0% | 80.0%       |             |  |
| 【説明】「毎日とても楽しい」及び「楽しい時が多い」の割合の増加を目指します。 |                                                                                                               |       |             |             |  |
| 【目標3】<br>郷土の良さを知り、「食文化」を守り育てる          | ①伝統食や行事食に興味がある人の割合                                                                                            | 小学生   | 46.1%       | 80.0%       |  |
|                                        |                                                                                                               | 中学生   | 43.9%       | 80.0%       |  |
|                                        | ②学校以外での農作業体験をしたことのある人の割合                                                                                      | 小学生   | 69.3%       | 80.0%       |  |
|                                        |                                                                                                               | 中学生   | 56.6%       | 80.0%       |  |
|                                        | ③農作業体験をしたいと思う人の割合                                                                                             | 保護者   | 75.0%       | 80.0%       |  |
|                                        | 【説明】「したい」及び「機会があればしたい」人の割合の増加を目指します。                                                                          |       |             |             |  |
|                                        | ④幸田町で収穫される農作物を4品目以上知っている人の割合                                                                                  | 小学生   | 46.6%       | 80.0%       |  |
|                                        |                                                                                                               | 中学生   | 47.2%       | 80.0%       |  |
|                                        |                                                                                                               | 保護者   | 68.0%       | 80.0%       |  |
|                                        | 【説明】各種イベントでの紹介や産直施設での適切な産地表示等により周知し、地元産農作物を知っている人の増加を目指します。                                                   |       |             |             |  |
| ⑤学校給食における幸田町産の青果物を使用している割合             | 給食センター                                                                                                        | 5.3%  | 7.0%        |             |  |
| ⑥学校給食における幸田町産の豚肉を使用している割合              | 給食センター                                                                                                        | 22.6% | 25.0%       |             |  |
| ⑦保育園給食における幸田町産の青果物を使用している割合            | 各保育園                                                                                                          | 3.4%  | 10.0%       |             |  |
| 【説明】「現状」欄の数値は、平成23年度実績(金額ベース)。         |                                                                                                               |       |             |             |  |
| 【目標4】<br>「環境」にやさしい食生活に努める              | ①地産地消を知っている人の割合                                                                                               | 小学生   | 25.9%       | 80.0%       |  |
|                                        |                                                                                                               | 中学生   | 62.9%       | 80.0%       |  |
|                                        |                                                                                                               | 保護者   | 79.1%       | 80.0%       |  |
|                                        | 【説明】「言葉も意味も知っている」「言葉を知っているし、意味もだいたい知っている」小・中学生の割合の増加を目指します。「言葉も内容もよく知っている」及び「言葉も内容もおおよそ知っている」保護者の割合の増加を目指します。 |       |             |             |  |
|                                        | ②地産地消に関心のある人の割合                                                                                               | 保護者   | 74.7%       | 80.0%       |  |
|                                        | 【説明】「非常に関心のある」及び「どちらかといえば関心がある」の割合の増加を目指します。                                                                  |       |             |             |  |
|                                        | ③家庭での食べ残しや食品に係るゴミが出されていることについて「もったいない」と感じる人の割合                                                                | 小学生   | 82.1%       | 90.0%       |  |
|                                        |                                                                                                               | 中学生   | 80.7%       | 90.0%       |  |
| 【説明】「いつも感じる」及び「ときどき感じる」の割合の増加を目指します。   |                                                                                                               |       |             |             |  |
| ④食材の廃棄や食べ残し減らす取組みをしている人の割合             | 保護者                                                                                                           | 39.3% | 50.0%       |             |  |
| 【説明】「毎日行っている」人の割合の増加を目指します。            |                                                                                                               |       |             |             |  |
| ⑤食の安全に関心がある人の割合                        | 保護者                                                                                                           | 88.0% | 90.0%       |             |  |

## 4 計画の推進体制

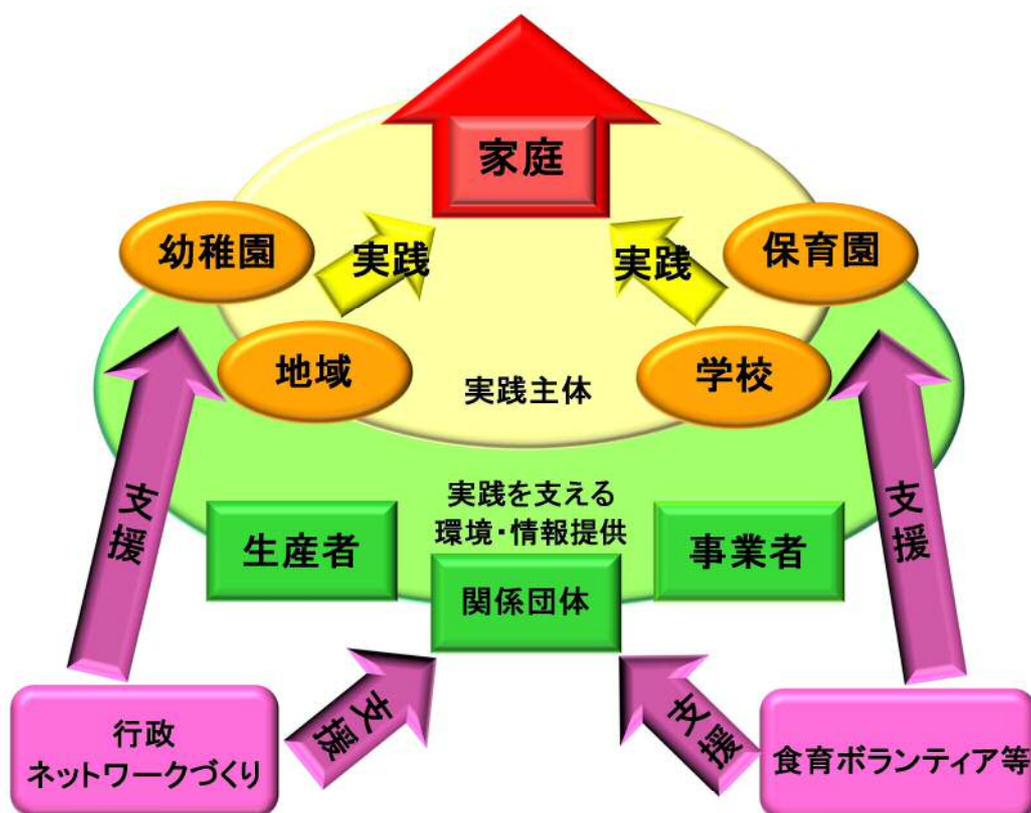
本推進計画では、取組みの主体を「家庭」、「学校」、「保育園・幼稚園」、「地域」に位置づけて食育を実践します。また、「生産者」や「事業者」、「関係団体」等は、その取組みに対して、環境整備や情報提供などのサポートをするものとしします。

また、食に関する上記の取組みを食育の視点から捉え、協働により実践していけるよう、「行政」「食育推進ボランティア」等により支援するとともに、ネットワーク構築による食育推進の充実を図ります。

「幸田町食育推進会議」は、食育にかかわる関係機関や団体、町関係部局の代表者などで構成し、「幸田町食育推進計画」の策定のための検討・審議を行うとともに、食育推進の進行管理及び点検、評価を行います。

また、食育推進には総合的かつ専門的な視野が必要であるため、関係団体及び町関係部局の担当者で構成された「幸田町食育推進会議部会」を設置し、「幸田町食育推進計画」の内容の検討及び計画に基づいた推進施策の検討、連絡調整を行い、各施策の進捗状況を把握します。

### 《食育推進計画の推進体制のイメージ図》



## (参考資料)

### ○食育基本法の概要（平成17年7月施行）

#### 1 目的

国民が健全な心身を培い、豊かな人間性をはぐくむ食育を推進するため、施策を総合的かつ計画的に推進すること等を目的とする。

#### 2 関係者の責務

- (1) 食育の推進について、国、地方公共団体、教育関係者、農林漁業関係者、食品関連事業者、国民等の責務を定める。
- (2) 政府は、毎年、食育の推進に関して講じた施策に関し、国会に報告書を提出する。

#### 3 食育推進基本計画の作成

- (1) 食育推進会議は、以下の事項について食育推進基本計画を作成する。
  - ①食育の推進に関する施策についての基本的な方針
  - ②食育の推進の目標に関する事項
  - ③国民等の行う自発的な食育推進活動等の総合的な促進に関する事項
  - ④その他必要な事項
- (2) 都道府県は都道府県食育推進計画、市町村は市町村食育推進計画を作成するよう努める。

#### 4 基本的施策

- ①家庭における食育の推進
- ②学校、保育所等における食育の推進
- ③地域における食生活の改善のための取組の推進
- ④食育推進運動の展開
- ⑤生産者と消費者との交流の促進、環境と調和のとれた農林漁業の活性化等
- ⑥食文化の継承のための活動への支援等
- ⑦食品の安全性、栄養その他の食生活に関する調査、研究、情報の提供及び国際交流の推進

#### 5 食育推進会議

- (1) 内閣府に食育推進会議を置き、会長（内閣総理大臣）及び委員（食育担当大臣、関係大臣、有識者）25名以内で組織する。
- (2) 都道府県に都道府県食育推進会議、市町村に市町村食育推進会議を置くことができる。

○幸田町食育推進会議設置要綱（平成20年4月施行）

（設置）

第1条 この要綱は、幸田町の食育の推進に関し、町民の意見を反映させるため、幸田町食育推進会議（以下「推進会議」という。）を設置する。

（所掌事務）

第2条 推進会議は、次に掲げる事務を行う。

- (1) 幸田町食育推進計画の策定及び見直しに関すること。
- (2) 食育に関する施策の推進に関すること。
- (3) 前2号に掲げるもののほか、食育推進に関すること。

（組織）

第3条 推進会議は、15人以内の委員をもって組織する。

2 委員は、次に掲げる者のうちから町長が任命する。

- (1) 食育に関して十分な知識と経験を有する者
- (2) 本町の職員
- (3) その他町長が必要を認める者

3 委員の任期は、1年とし、再任を妨げない。ただし、補欠の委員の任期は、前任者の残任期間とする。

（会長）

第4条 推進会議に会長を置き、委員の互選により定める。

2 会長は、会務を総理し、推進会議を代表する。

3 会長に事故があるとき、又は会長が欠けたときは、会長があらかじめ指名する委員がその職務を代理する。

（会議）

第5条 推進会議は、会長が招集し、会長がその議長となる。

2 推進会議は、委員の過半数の出席をもって成立する。

（部会）

第6条 推進会議に、特定の事項について調査し、及び審議させるため、部会を置くことができる。

（関係者の出席）

第7条 関係者の説明又は意見を聞く必要があると認めるときは、推進会議に関係者の出席を求めることができる。

（庶務）

第8条 推進会議の庶務は、環境経済部産業振興課において処理する。

（雑則）

第9条 この要綱に定めるもののほか、推進会議の運営に関し必要な事項は、会長が別に定める。

附 則

この要綱は、平成20年4月1日から施行する。

## 幸田町食育推進会議 委員名簿

【任期 平成24年4月1日～平成25年3月31日】

|     | 区 分                       | 氏 名                                                           | 備 考           |
|-----|---------------------------|---------------------------------------------------------------|---------------|
| 会長  | 小中学校長会代表                  | 稲吉 優二                                                         | 小中学校関係職員の代表者  |
|     | 愛知県西尾保健所 健康支援課長           | 森 英子                                                          | 学識経験者         |
|     | 愛知県西三河農林水産事務所<br>農政課長     | 三浦 貞志                                                         | 学識経験者         |
|     | P T A連絡協議会会長              | 大熊 隆之                                                         | 小中学生の保護者の代表者  |
|     | 保育園長代表                    | 長谷 恭子                                                         | 保育園関係職員の代表者   |
|     | 小中学校栄養教諭                  | 柵木 良子                                                         | 小中学校関係職員の代表者  |
|     | 幸田町園芸振興会長                 | 稲吉 富雄<br>(H24.4.1～H24.12.17)<br>三浦 義基<br>(H24.12.18～H25.3.31) | 農業関係 各種団体の代表者 |
| 副会長 | あいち三河農業協同組合<br>常務理事（経済担当） | 佐野 幸弘                                                         | 農業関係 各種団体の代表者 |
|     | 保育園保護者代表                  | 原田 夏代                                                         | 保育園関係の保護者の代表者 |
|     | 幼稚園長代表                    | 松井 伸市                                                         | 幼稚園関係職員の代表者   |
|     | 幸田町健康づくり<br>食生活改善協議会会長    | 小野寺 洋子                                                        | 各種団体の代表者      |
|     | 一般公募                      | 赤川 規予巳                                                        | 町民の代表者        |
|     | 環境経済部長                    | 鳥居 元治                                                         | 関係行政機関の職員     |
|     | 教育部長                      | 春日井 輝彦                                                        | 関係行政機関の職員     |
|     | 健康福祉部長                    | 伊藤 光幸                                                         | 関係行政機関の職員     |
|     | 事務局                       |                                                               | 産業振興課         |

## 幸田町食育推進会議 部会 委員名簿

【任期 平成24年4月1日～平成25年3月31日】

|    | 区 分                      | 氏 名    | 備 考           |
|----|--------------------------|--------|---------------|
| 座長 | 産業振興課 課長                 | 小野 浩史  | 関係行政機関の職員     |
|    | 西尾保健所 健康支援課              | 小田 雅嗣  | 関係行政機関の職員     |
|    | 西三河農林水産事務所 農政課           | 宇佐見 仁  | 関係行政機関の職員     |
|    | 西三河農林水産事務所<br>農業改良普及課    | 加藤 夕子  | 関係行政機関の職員     |
|    | 小中学校栄養教諭                 | 柵木 良子  | 小中学校関係職員の代表者  |
|    | 学校給食会代表                  | 長坂 安博  | 学校給食会 会長      |
|    | あいち三河農業協同組合<br>幸田営農センター長 | 安藤 正巳  | 農業関係 各種団体の代表者 |
|    | 保育園長補佐代表                 | 村井 康子  | 保育園関係職員の代表者   |
|    | 学校教育課                    | 本多 宣子  | 指導主事 小中学校関係代表 |
|    | 生涯学習課                    | 藪田 芳秀  | 関係行政機関の職員     |
|    | 環境課                      | 大須賀 政直 | 関係行政機関の職員     |
|    | 住民課                      | 山下 明美  | 関係行政機関の職員     |
|    | 福祉課                      | 大澤 正   | 関係行政機関の職員     |
|    | こども課                     | 長谷 優一郎 | 関係行政機関の職員     |
|    | 健康課                      | 稲吉 美和  | 関係行政機関の職員     |
|    | 産業振興課                    |        | 事務局           |

## 幸田町食育推進計画の策定経過

| 時期          | 食育推進会議                             | 食育推進会議 部会                          |
|-------------|------------------------------------|------------------------------------|
| H 2 4<br>4月 | 推進会議 設置準備                          |                                    |
| 5月          | 第1回推進会議 開催 5/29<br>(方針検討・アンケート調査等) |                                    |
| 6月          |                                    | 第1回部会 開催 6/18<br>(方針検討・アンケート調査等)   |
| 7月          |                                    | アンケート調査等 ～7月下旬                     |
| 8月          |                                    |                                    |
| 9月          |                                    | 第2回部会 開催 9/27<br>(方針検討・アンケート調査結果等) |
| 10月         |                                    |                                    |
| 11月         |                                    |                                    |
| 12月         |                                    | 第3回部会 開催 12/27<br>(計画案検討)          |
| H 2 5<br>1月 | 第2回推進会議 開催 1/17<br>(計画案検討)         |                                    |
| 2月          | パブリックコメント<br>町議会産業建設委員協議会          |                                    |
| 3月          | 第3回推進会議 開催 3/22<br>(計画案承認)<br>答申   | 第4回部会 開催 3/15<br>(計画案検討)           |





食育に関するアンケート調査票（小・中学生保護者用）

主に食事を作られる方に日ごろの食生活などを振り返っていただき、下記のアンケートにお答えくださいますようお願いいたします。  
 回答につきましては、あてはまる番号を1つ選び、○をつけてください。  
 ※用語解説を依頼文裏面に掲載しましたので、ご参照ください。（「食育」「地産地消」「食事バランスガイド」）

【基礎項目】

問1 お子さんの学年は・・・ 1 小学5年生 2 中学2年生  
 問2 ふだん食事を作られる方の性別・・・ 1 男性 2 女性  
 問3 ふだん食事を作られる方と生徒との関係・・・ 1 父 2 母 3 祖父 4 祖母 5 兄弟・姉妹 6 それ以外（ ）  
 問4 ふだん食事を作られる方のご職業・・・ 1 自営業 2 農林水産業 3 正規の会社員・公務員等 4 専業主婦  
 5 臨時（パートや期間限定）の会社員・公務員等 6 無職 7 それ以外  
 問5 家族構成・・・ 1 親と子の二世帯 2 親と子と孫の三世帯 3 それ以外  
 問6 あなたは、「幸町町食育推進計画」を知っていますか。・・・ 1 知っている 2 名前を聞いたことがあるが、内容までは知らない 3 知らない

【基本目標①：食を通じて健康で安心して暮らす】

※注）朝食とは？…  
 菓子・果物・乳製品・飲み物などの食品のみを食べた場合は朝食に含みません。

問7 お子さんは、朝食を食べていますか。  
 1 毎日食べている 2 一週間のうち4～6日食べる 3 一週間のうち1～3日食べる 4 食べていない

問8 お子さんが、朝食を食べない理由は何だと思いますか。（問7で2、3、4を選んだ方のみ、答えてください。その理由を1つ選んでください。）  
 1 食べる時間がない 2 お腹がすいていない 3 食べる習慣がない 4 ダイエットのため 5 食事の用意がされていない

問9 あなたは、朝食を食べていますか。  
 1 毎日食べている 2 一週間のうち4～6日食べる 3 一週間のうち1～3日食べる 4 食べていない

問10 あなたが、朝食を食べない理由は何ですか。（問9で2、3、4を選択された方のみ、お答えください。その理由を1つ選んでください。）  
 1 食べる時間がない 2 お腹がすいていない 3 食べる習慣がない 4 ダイエットのため 5 食事の用意をしないため

問11 ご家庭における日ごろの食生活に何か問題があると思いますか。  
 1 ない 2 ほとんどない 3 多少ある 4 ある

問12 問11で3、4を選択された方のみ、お答えください。食生活の中で、いちばんの問題点だと思われるものは何ですか。（あてはまる番号を1つだけお選びください。）  
 1 食生活の乱れが問題 2 肥満・やせすぎが問題 3 生活習慣病の増加が問題 4 食品の安全が問題  
 5 食材を海外からの輸入に依存しているのが問題 6 大量の食べ残しなど食品廃棄物が問題  
 7 自然の恩恵や食に対する感謝の念が薄れているのが問題 8 それ以外（ ）

問13 日ごろの食事で、外食や中食（弁当や惣菜が食事の量の半分以上を占める場合）の利用頻度は、どの程度ありますか。  
 1 毎日利用している 2 一週間のうち4～6日利用している 3 一週間のうち1～3日利用している 4 まったく利用しない

問14 食事を作る際に「食事バランスガイド」を参考にされていますか。  
 1 ほぼ毎食参考にしている 2 毎日1食は参考にしている 3 時々参考にしている 4 ほとんど参考にしない

問15 あなたは日ごろ、「主食」「副菜」「主菜」をそろえて食べていますか。  
 1 毎食だいたいそろえて食べている 2 時々そろっていない 3 そろえていない

※参考  
 「主食」・・・米・パン・めん類・コーンフレーク・もちなど  
 「副菜」・・・野菜・いも・きのこ・かいそうなどを使った料理  
 「主菜」・・・肉・魚・卵・豆類などを使った料理



問16 あなたは、一日3食食べていますか。  
 1 毎日3食食べている  
 2 時々食べていない日がある  
 3 毎日2食以下である

問17 食の安全性について、どう感じていますか。  
 1 安全と感じている  
 2 どちらかといえば安全と感じている  
 3 どちらかといえば不安と感じている  
 4 不安に感じている

問18 食の安全について、関心がありますか。  
 1 非常に関心がある 2 どちらかといえば関心がある 3 どちらかといえば関心がない 4 関心がない

問19 食品を購入する際に、いちばん重視していることは何ですか。（あてはまる番号を1つだけお選びください。）  
 1 鮮度 2 値段 3 賞味（消費）期限 4 産地 5 旬 6 味 7 食品添加物 8 原材料  
 9 有機栽培・無農薬栽培 10 それ以外（ ）

【基本目標②：食を通じて豊かな人間性を育む】

問20 朝食は、お子さんと一緒に食べていますか。（お子さんは、朝食を家族のおとなの人と一緒に食べていますか。）  
 1 毎日一緒に食べている 2 一週間のうち4～6日一緒に食べている 3 一週間のうち1～3日一緒に食べている  
 4 一緒に食べていない

問21 夕食は、お子さんと一緒に食べていますか。（お子さんは、夕食を家族のおとなの人と一緒に食べていますか。）  
 1 毎日一緒に食べている 2 一週間のうち4～6日一緒に食べている 3 一週間のうち1～3日一緒に食べている  
 4 一緒に食べていない

問22 問20又は問21で3、4を選択された方のみお答えください。朝食又は夕食をお子さんと一緒に食べるのが難しい理由は何ですか？  
 下のカッコ内にご自由にご記入ください。（お子さんが、家族のおとなの人と食事を一緒に食べていない理由は何だと思いますか。）

**問23** お子さんは、食事のお手伝いをしていますか。(買い物、調理、食卓の準備、あと片付け、ゴミ捨てなど)  
 1 毎日している 2 一週間のうち4～6日している 3 一週間のうち1～3日している 4 ほとんどしない

**問24** あなたは、毎日の家庭での食事の時間が楽しいですか。  
 1 毎日とても楽しい 2 楽しいときが多い 3 どちらともいえない 4 楽しくない時が多い 5 まったく楽しくない

**問25** あなたは、「食育」という言葉を知っていますか。  
 1 言葉も内容もよく知っている 2 言葉も内容もおおよそ知っている 3 言葉は知っているが、内容は知らない 4 知らない

**問26** あなたは、「食育」に関心がありますか。  
 1 非常に関心がある 2 どちらかといえば関心がある 3 どちらかといえば関心がない 4 関心がない

**問27** 問26で1、2を選択された方のみお答えください。「食育」に関心があるいちばんの理由は、何ですか。(あてはまる番号を1つだけお選びください。)  
 1 子どもの心身の健全な発育のため 2 食生活の乱れが問題になっているから 3 肥満・やせすぎが問題になっているから  
 4 生活習慣病の増加が問題になっているから 5 食品の安全が問題になっているから 6 食に関する地域の文化や伝統を守るため  
 7 食材を海外からの輸入に依存しているから 8 有機農業など自然環境と調和した食料生産が重要だから  
 9 大量の食べ残しなど食品廃棄物が問題だから 10 自然の恩恵や食に対する感謝の念が薄れているから

**問28** あなたは、「食育」について何らかの行動や活動をしていますか。  
 1 積極的にしている 2 できるだけするようにしている  
 3 したいと思うが、実際にはしていない 4 したいとは思わないし、していない

**問29** 問28で1、2を選択された方のみお答えください。最も活動している内容は、どのようなものですか。(あてはまる番号を1つだけお選びください。)  
 1 栄養バランスを考えた食事をする 2 遺伝子組み換え食品や添加物の入っていない安全な食品を買う  
 3 国内産、地元産の食材を買う 4 できるだけ料理を自分で作る 5 家庭菜園で野菜を作る  
 6 規則正しい食生活を心がける 7 旬の野菜を使ったり、季節の料理を作る 8 それ以外 ( )

**問30** 子どもの「食育」は、大切だと思いますか。  
 1 とても大切である 2 大切である 3 あまり大切ではない 4 大切ではない

**問31** 問30で1、2を選択された方のみお答えください。子どもの「食育」について、いちばん大切だと思うことは何ですか。(あてはまる番号を1つだけお選びください。)  
 1 1日3食規則正しく食すること 2 食事の前後に感謝をあらわすこと 3 家族や友人と一緒に楽しく食すること  
 4 食べ物の栄養について学ぶこと 5 農業体験をすること 6 食を通して健康について学ぶこと 7 食事の作法を学ぶこと  
 8 好き嫌いをなくすこと 9 食べ物を無駄にしないこと 10 伝統食や行事食を学ぶこと 11 それ以外 ( )

**問32** 子どもの「食育」は、主体的にどこで行うべきと考えますか。  
 1 家庭 2 行政 3 学校や保育園・幼稚園等 4 地域 5 それ以外 ( )

**【基本目標③：食を通じて郷土の良さを知り、食文化を守り育てる】**

**問33** 地域の伝統食(昔から食べられている料理)や行事食(お正月にはおせちや雑煮、土用にはうなぎ料理など)を食事に取り入れていますか。  
 1 取り入れている 2 年に数回は取り入れている 3 あまり取り入れていない 4 取り入れていない

**問34** 「地産地消」という言葉を知っていますか。  
 1 言葉も内容もよく知っている 2 言葉も内容もおおよそ知っている 3 言葉は知っているが、内容は知らない 4 知らない

**問35** 「地産地消」への関心はどのくらいありますか。  
 1 非常に関心がある 2 どちらかといえば関心がある 3 どちらかといえば関心がない 4 関心がない

**問36** 問35で1、2を選択された方のみお答えください。「地産地消」を推進するうえで、いちばん必要だと思われることは何ですか。(あてはまる番号を1つだけお選びください。)  
 1 地場産であることの表示 2 安い価格での提供 3 年間を通じた安定的な品揃え 4 病院施設や学校給食等での積極的な使用  
 5 産直施設の設定 6 生産者との交流 7 ブランド化の推進 8 それ以外 ( )

**問37** 幸田町で収穫される主な農作物をいくつ知っていますか。  
 1 10個以上 2 7～9個 3 4～6個 4 1～3個 5 知らない

**問38** 田植えや稲刈り、野菜づくりなどの農作業体験や手伝いをしたいと思いませんか。  
 1 したい 2 機会があればしたい 3 したくない

**【基本目標④：食を通じて環境にやさしい食環境づくりを行う】**

**問39** 食材の廃棄や食べ残しを少なくする工夫について  
 1 毎日おこなっている 2 一週間のうち4～6日おこなっている  
 3 一週間のうち1～3日おこなっている 4 おこなっていない

**問40** エコバッグについて  
 1 毎回持参している 2 5～9割持参している 3 1～4割持参している 4 持参していない

**問41** 食品容器について(リサイクルできる容器)  
 1 全てリサイクルしている 2 5～9割リサイクルしている 3 1～4割リサイクルしている 4 リサイクルしていない

アンケートは以上です。ご協力ありがとうございました。

食育に関するアンケート調査票（保育園・幼稚園児保護者用）

主に食事を作られる方に日ごろの食生活などを振り返っていただき、下記のアンケートにお答えくださいますようお願いいたします。  
 回答につきましては、あてはまる番号を1つ選び、○をつけてください。  
 ※用語解説を依頼文裏面に掲載しましたので、ご参照ください。（「食育」「地産地消」「食事バランスガイド」）

【基礎項目】

- 問1 ふだん食事を作られる方の性別・・・1 男性 2 女性  
 問2 ふだん食事を作られる方と園児との関係・・・1 父 2 母 3 祖父 4 祖母 5 兄弟・姉妹 6 それ以外  
 問3 ふだん食事を作られる方のご職業・・・1 自営業 2 農林水産業 3 正規の会社員・公務員等 4 専業主婦  
 5 臨時（パートや期間限定）の会社員・公務員等 6 無職 7 それ以外  
 問4 家族構成・・・1 親と子の二世帯 2 親と子と孫の三世帯 3 それ以外  
 問5 年少のお子さんの性別・・・1 男 2 女  
 問6 あなたは、「幸田町食育推進計画」を知っていますか。・・・1 知っている 2 名前を聞いたことがあるが、内容までは知らない 3 知らない

【基本目標 ①：食を通じて健康で安心して暮らす】

- 問7 お子さんは、朝食を食べていますか。  
 1 毎日食べている 2 一週間のうち4～6日くらいは食べている 3 一週間のうち1～3日しか食べない 4 食べていない  
 問8 お子さんが、朝食を食べない理由は何ですか。（問7で2、3、4を選択された方のみお答えください。その理由を1つお選びください。）  
 1 食べる時間がない 2 お腹が空いていない 3 食べる習慣がない 4 ダイエットのため 5 食事の用意がされていない  
 問9 朝食で次のものを食べていますか。※下の①から⑥まで答えてください。
- |                            | 1 毎日食べる | 2 週4～6日食べる | 3 週1～3日食べる | 4 食べない |
|----------------------------|---------|------------|------------|--------|
| ① 主食（米・パン・麺類・コーンフレーク・もちなど） | 1       | 2          | 3          | 4      |
| ② 副菜（野菜・芋・きのこ・海藻などを使った料理）  | 1       | 2          | 3          | 4      |
| ③ 主菜（肉・魚・卵・豆類などを使った料理）     | 1       | 2          | 3          | 4      |
| ④ 牛乳・乳製品（牛乳・チーズ・ヨーグルトなど）   | 1       | 2          | 3          | 4      |
| ⑤ 果物（りんご・ぶどう・バナナなど）        | 1       | 2          | 3          | 4      |
| ⑥ 栄養補助食品等（カロリーメイトなど）       | 1       | 2          | 3          | 4      |

※注）朝食とは？…  
 菓子・果物・乳製品・飲み物などの食品のみを食べた場合は朝食に含みません。

- 問10 あなたは、朝食を食べていますか。  
 1 毎日食べている 2 一週間のうち4～6日食べる 3 一週間のうち1～3日食べる 4 食べていない  
 問11 あなたが、朝食を食べない理由は何ですか。（問10で2、3、4を選択された方のみお答えください。その理由を1つお選びください。）  
 1 食べる時間がない 2 お腹がすいていない 3 食べる習慣がない 4 ダイエットのため 5 食事の用意がされていない  
 問12 お子さんは、夜食（夕食を食べてから寝るまでに食べるもの）を食べますか。  
 1 毎日食べる 2 一週間のうち4～6日食べる 3 一週間のうち1～3日食べる 4 食べない  
 問13 ご家庭において、日頃の食生活に何か問題があると思いますか。  
 1 ない 2 ほとんどない 3 多少ある 4 ある  
 問14 問13で3、4を選択された方のみお答えください。食生活の中でいちばんの問題点だと思われるものは何ですか。（あてはまる番号を1つだけお選びください。）  
 1 食生活の乱れが問題 2 肥満・やせすぎが問題 3 生活習慣病の増加が問題 4 食品の安全が問題  
 5 食材を海外からの輸入に依存しているのが問題 6 大量の食べ残しなど食品廃棄物が問題  
 7 自然の恩恵や食に対する感謝の念が薄れているのが問題 8 それ以外（ ）  
 問15 日頃の食事で外食や中食（弁当や惣菜が食事の量の半分以上を占める場合）の利用頻度はどの程度ありますか。  
 1 毎日利用している 2 一週間のうち4～6日利用している 3 一週間のうち1～3日利用している 4 まったく利用しない

- 問16 食事を作る際に「食事バランスガイド」を参考にされていますか。  
 1 ほぼ毎食参考にしている 2 毎日1食は参考にしている  
 3 時々参考にしている 4 ほとんど参考にしない  
 問17 あなたは日ごろ、「主食」「副菜」「主菜」をそろえて食べていますか。  
 1 毎食だいたいそろえて食べている  
 2 時々そろっていない 3 そろえていない



※参考  
 「主食」・・・米・パン・めん類・コーンフレーク・もちなど  
 「副菜」・・・野菜・いも・きのこ・かいそうなどを使った料理  
 「主菜」・・・肉・魚・卵・豆類などを使った料理

- 問18 あなたは、一日3食食べていますか。  
 1 毎日3食食べている 2 時々食べていない日がある 3 毎日2食以下である。  
 問19 食の安全性について、どう感じていますか。  
 1 安全と感じている 2 どちらかといえば安全と感じている 3 どちらかといえば不安を感じている 4 不安を感じている  
 問20 食の安全について、関心がありますか。  
 1 非常に関心がある 2 どちらかといえば関心がある 3 どちらかといえば関心がない 4 関心がない  
 問21 食品を購入する際にいちばん重視していることは何ですか。（あてはまる番号を1つだけお選びください。）  
 1 鮮度 2 値段 3 賞味（消費）期限 4 産地 5 旬 6 味 7 食品添加物 8 原材料  
 9 有機栽培・無農薬栽培 10 それ以外（ ）

【基本目標 ②：食を通じて豊かな人間性を育む】

- 問22 お子さんは、食事のお手伝いをしていますか。（買い物、調理、食卓の準備、あと片付け、ゴミ捨てなど）  
 1 毎日している 2 一週間のうち4～6日している 3 一週間のうち1～3日している 4 ほとんどしない

問23 朝食は、お子さんと一緒に食べていますか。(お子さんは、家族のおとなの人と一緒に朝食を食べていますか。)

1 毎日一緒に食べている 2 一週間のうち4～6日一緒に食べている 3 一週間のうち1～3日一緒に食べている  
4 一緒に食べていない

問24 夕食は、お子さんと一緒に食べていますか。(お子さんは、家族のおとなの人と一緒に夕食を食べていますか。)

1 毎日一緒に食べている 2 一週間のうち4～6日一緒に食べている 3 一週間のうち1～3日一緒に食べている  
4 一緒に食べていない

問25 問23又は問24で3、4を選択された方のみお答えください。朝食又は夕食をお子さんと一緒に食べるのが難しい理由は何ですか？  
下のカッコ内にご自由にご記入ください。(お子さんが、家族のおとなの人と食事を一緒に食べていない理由は何だと思えますか。)

問26 あなたは、毎日のご家庭での食事の時間が楽しいですか。

1 毎日とても楽しい 2 楽しいときが多い 3 どちらともいえない 4 楽しくない時が多い 5 まったく楽しくない

問27 あなたは、「食育」という言葉を知っていますか。

1 言葉も内容もよく知っている 2 言葉も内容もおおよそ知っている 3 言葉は知っているが、内容は知らない 4 知らない

問28 あなたは、「食育」に関心がありますか。

1 非常に関心がある 2 どちらかといえば関心がある 3 どちらかといえば関心がない 4 関心がない

問29 問28で1、2を選択された方のみお答えください。「食育」に関心があるいちばんの理由は何ですか。(あてはまる番号を1つだけお選びください。)

1 子供の心身の健全な発育のため 2 食生活の乱れが問題になっているから 3 肥満・やせすぎが問題になっているから  
4 生活習慣病の増加が問題になっているから 5 食品の安全が問題になっているから 6 食に関する地域の文化や伝統を守るため  
7 食材を海外からの輸入に依存しているから 8 有機農業など自然環境と調和した食料生産が重要だから  
9 大量の食べ残しなど食品廃棄物が問題だから 10 自然の恩恵や食に対する感謝の念が薄れているから

問30 あなたは、「食育」について何らかの行動や活動をしていますか。

1 積極的にしている 2 できるだけするようにしている  
3 したいとは思いますが、実際にはしていない 4 したいとは思わないし、していない

問31 問30で1、2を選択された方のみお答えください。最も多く活動している内容は、どのようなものですか。(あてはまる番号を1つだけお選びください。)

1 栄養バランスを考えた食事をする 2 遺伝子組み換え食品や添加物の入っていない安全な食品を買う  
3 国内産、地元産の食材を買う 4 できるだけ料理を自分で作る 5 家庭菜園で野菜を作る  
6 規則正しい食生活を心がける 7 旬の野菜を使ったり、季節の料理を作る 8 それ以外 ( )

問32 子どもの「食育」は、大切だと思いますか。

1 とても大切である 2 大切である 3 あまり大切ではない 4 大切ではない

問33 問32で1、2を選択された方のみお答えください。子どもの「食育」について、いちばん大切だと思うことは何ですか。(あてはまる番号を1つだけお選びください。)

1 1日3食規則正しく食べること 2 食事の前後に感謝をあらわすこと 3 家族や友人と一緒に楽しく食べること  
4 食べ物の栄養について学ぶこと 5 農業体験をすること 6 食を通して健康について学ぶこと 7 食事の作法を学ぶこと  
8 好き嫌いをなくすこと 9 食べ物を無駄にしないこと 10 伝統食や行事食を学ぶこと

問34 子どもの「食育」は、主体的にどこで行うべきと考えますか。

1 家庭 2 行政 3 学校や保育園・幼稚園等 4 地域 5 それ以外 ( )

【基本目標③：食を通じて郷土の良さを知り、食文化を守り育てる】

問35 地域の伝統食(昔から食べられている料理)や行事食(お正月にはおせちや雑煮 土用にはうなぎ料理など)を食事に取り入れていますか。

1 たびたび取り入れている 2 月に数回は取り入れている 3 年に数回は取り入れている 4 あまり取り入れていない

問36 「地産地消(ちさんちしょう)」という言葉を知っていますか。

1 言葉も内容もよく知っている 2 言葉も内容もおおよそ知っている 3 言葉は知っているが内容は知らない 4 知らない

問37 「地産地消」への関心はどのくらいありますか。

1 非常に関心がある 2 どちらかといえば関心がある 3 どちらかといえば関心がない 4 関心がない

問38 問37で1、2を選択された方のみお答えください。「地産地消」を推進する上でいちばん必要だと思われることは何ですか。(当てはまる番号を1つだけお選びください。)

1 地場産であることの表示 2 安い価格での提供 3 年間を通じた安定的な品揃え 4 病院施設や学校給食等での積極的な使用  
5 産直施設の設置 6 生産者との交流 7 ブランド化の推進 8 それ以外 ( )

問39 幸田町で収穫される主な農作物をいくつ知っていますか。

1 10個以上 2 7～9個 3 4～6個 4 1～3個 5 知らない

問40 田植えや稲刈り、野菜づくりなどの農作業体験や手伝いをしたいと思えますか。

1 したい 2 機会があればしたい 3 したくない

【基本目標④：食を通じて環境にやさしい食環境づくりを行う】

問41 食材の廃棄や食べ残しを少なくする工夫について

1 毎日おこなっている 2 一週間のうち4～6日おこなっている 3 一週間のうち1～3日おこなっている 4 おこなっていない

問42 エコバッグについて

1 毎回持参している 2 5～9割持参している 3 1～4割持参している 4 持参していない

問43 食品容器について(リサイクルできる容器)

1 全てリサイクルしている 2 5～9割リサイクルしている 3 1～4割リサイクルしている 4 リサイクルしていない

アンケートは以上です。ご協力ありがとうございました。

## 食育に関するアンケート結果(概要)

### 1. 調査実施概要

- (1) 調査対象 幼稚園の園児(年少)の保護者、小学5年生・中学2年生の児童・生徒およびその保護者  
 (2) 調査方法 保育園・幼稚園、小学校、中学校に配布・回収を依頼  
 (3) 回収状況 回収数: 1, 852件 回収率93. 6%(配布数: 1, 979件)

<基礎項目>

#### 1 性別は

|     | 小5     |        | 中2     |        | 園児保護者  |        |
|-----|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
|     | 平成20年度 | 平成24年度 | 平成20年度 | 平成24年度 | 平成20年度 | 平成24年度 |
| 男   | 48.4%  | 53.4%  | 51.2%  | 48.5%  | 49.8%  | 56.7%  |
| 女   | 51.6%  | 45.8%  | 48.8%  | 51.3%  | 50.2%  | 42.0%  |
| 無回答 |        | 0.8%   |        | 0.3%   |        | 1.3%   |

#### 2 ふだん食事を作られる方の性別

|     | 保護者    |        |
|-----|--------|--------|
|     | 平成20年度 | 平成24年度 |
| 男   | 2.2%   | 1.8%   |
| 女   | 97.8%  | 97.4%  |
| 非該当 |        | 0.3%   |
| 無回答 |        | 0.6%   |

#### 3 ふだん食事を作られる方と生徒(園児)との関係

|       | 保護者    |        |
|-------|--------|--------|
|       | 平成20年度 | 平成24年度 |
| 父     | 0.6%   | 0.7%   |
| 母     | 96.4%  | 92.6%  |
| 祖父    | 0.3%   | 0.1%   |
| 祖母    | 2.5%   | 3.8%   |
| 兄弟・姉妹 | 0.0%   | 0.2%   |
| それ以外  | 0.2%   | 0.1%   |
| 非該当   |        | 2.3%   |
| 無回答   |        | 0.3%   |

#### 4 ふだん食事を作られる方のご職業

|                       | 保護者    |        |
|-----------------------|--------|--------|
|                       | 平成20年度 | 平成24年度 |
| 自営業                   | 6.5%   | 5.4%   |
| 農林水産業                 | 1.0%   | 0.6%   |
| 正規の会社員・公務員等           | 12.2%  | 14.1%  |
| 専業主婦                  | 44.4%  | 28.4%  |
| 臨時(パートや期間限定)の会社員・公務員等 | 29.7%  | 43.3%  |
| 無職                    | 1.3%   | 2.4%   |
| それ以外                  | 4.9%   | 4.0%   |
| 非該当                   |        | 0.8%   |
| 無回答                   |        | 1.2%   |

#### 5 家族構成

|           | 保護者    |        |
|-----------|--------|--------|
|           | 平成20年度 | 平成24年度 |
| 親と子の二世帯   | 70.2%  | 72.3%  |
| 親と子と孫の三世帯 | 27.2%  | 21.3%  |
| それ以外      | 2.6%   | 2.3%   |
| 無回答       |        | 4.1%   |

#### 6 「幸田町食育推進計画」を知っていますか。

|                        | 小5     |        | 中2     |        | 保護者    |        |
|------------------------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
|                        | 平成20年度 | 平成24年度 | 平成20年度 | 平成24年度 | 平成20年度 | 平成24年度 |
| 知っている                  |        | 2.0%   |        | 2.5%   |        | 9.8%   |
| 名前を聞いたことがあるが、内容までは知らない |        | 18.6%  |        | 14.7%  |        | 47.4%  |
| 知らない                   |        | 77.8%  |        | 81.7%  |        | 40.5%  |
| 非該当                    |        | 0.0%   |        | 0.0%   |        | 0.1%   |
| 無回答                    |        | 1.5%   |        | 1.0%   |        | 2.2%   |

<日頃の食生活について>

#### 7 朝食を食べていますか。

|                     | 小5     |        | 中2     |        | 保護者    |        |
|---------------------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
|                     | 平成20年度 | 平成24年度 | 平成20年度 | 平成24年度 | 平成20年度 | 平成24年度 |
| 毎日食べている             | 94.2%  | 93.5%  | 87.1%  | 85.8%  |        | 87.7%  |
| 一週間のうち4~6日くらいは食べている | 5.0%   | 4.3%   | 9.4%   | 7.1%   |        | 5.8%   |
| 一週間のうち1~3日しか食べない    | 0.5%   | 1.3%   | 2.9%   | 4.3%   |        | 3.9%   |
| 食べていない              | 0.3%   | 0.5%   | 0.5%   | 2.3%   |        | 2.5%   |
| 無回答                 |        | 0.5%   |        | 0.5%   |        | 0.1%   |

8 朝食を食べない理由は何ですか。

|              | 小5     |        | 中2     |        | 保護者    |        |
|--------------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
|              | 平成20年度 | 平成24年度 | 平成20年度 | 平成24年度 | 平成20年度 | 平成24年度 |
| 食べる時間がない     | 31.8%  | 37.5%  | 70.2%  | 48.1%  |        | 42.3%  |
| お腹が空いていない    | 59.1%  | 54.2%  | 23.4%  | 31.5%  |        | 39.2%  |
| 食べる習慣がない     | 0.0%   | 0.0%   | 2.1%   | 13.0%  |        | 13.8%  |
| ダイエットのため     | 0.0%   | 0.0%   | 0.0%   | 0.0%   |        | 1.5%   |
| 食事の用意がされていない | 9.1%   | 8.3%   | 4.3%   | 5.6%   |        | 0.0%   |
| 無回答          |        | 0.0%   |        | 1.9%   |        | 3.1%   |

9 お子さんは、朝食を食べていますか。

|                     | 園児保護者  |        | 小5保護者  |        | 中2保護者  |        |
|---------------------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
|                     | 平成20年度 | 平成24年度 | 平成20年度 | 平成24年度 | 平成20年度 | 平成24年度 |
| 毎日食べている             | 94.1%  | 90.8%  |        | 93.6%  |        | 88.9%  |
| 一週間のうち4～6日くらいは食べている | 4.3%   | 6.6%   |        | 4.9%   |        | 6.3%   |
| 一週間のうち1～3日しか食べない    | 1.5%   | 2.3%   |        | 1.0%   |        | 3.0%   |
| 食べていない              | 0.0%   | 0.0%   |        | 0.5%   |        | 1.9%   |
| 無回答                 |        | 0.3%   |        | 0.0%   |        | 0.0%   |

10 お子さんが、朝食を食べない理由は何ですか。

|              | 園児保護者  |        | 小5保護者  |        | 中2保護者  |        |
|--------------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
|              | 平成20年度 | 平成24年度 | 平成20年度 | 平成24年度 | 平成20年度 | 平成24年度 |
| 食べる時間がない     | 42.1%  | 18.5%  |        | 33.3%  |        | 64.3%  |
| お腹が空いていない    | 57.9%  | 66.7%  |        | 58.3%  |        | 28.6%  |
| 食べる習慣がない     | 0.0%   | 14.8%  |        | 4.2%   |        | 0.0%   |
| ダイエットのため     | 0.0%   | 0.0%   |        | 0.0%   |        | 0.0%   |
| 食事の用意がされていない | 0.0%   | 0.0%   |        | 4.2%   |        | 2.4%   |
| 無回答          | 0.0%   | 0.0%   |        | 0.0%   |        | 4.8%   |

朝食で次のものを食べていますか。

11 主食(米・パン・麺類・コーンフレーク・もちなど)

|          | 小5     |        | 中2     |        | 園児保護者  |        |
|----------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
|          | 平成20年度 | 平成24年度 | 平成20年度 | 平成24年度 | 平成20年度 | 平成24年度 |
| 毎日食べる    | 87.5%  | 85.4%  | 85.2%  | 85.0%  | 92.6%  | 89.5%  |
| 週4～6日食べる | 8.0%   | 8.3%   | 9.7%   | 8.6%   | 4.6%   | 7.5%   |
| 週1～3日食べる | 2.9%   | 5.5%   | 4.0%   | 3.6%   | 2.8%   | 2.3%   |
| 食べない     | 1.6%   | 0.3%   | 1.1%   | 2.0%   | 0.0%   | 0.0%   |
| 無回答      |        | 0.5%   |        | 0.8%   |        | 0.7%   |

12 副菜(野菜・芋・きのこ・海藻などを使った料理)

|          | 小5     |        | 中2     |        | 園児保護者  |        |
|----------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
|          | 平成20年度 | 平成24年度 | 平成20年度 | 平成24年度 | 平成20年度 | 平成24年度 |
| 毎日食べる    | 29.1%  | 35.5%  | 28.8%  | 22.8%  | 23.4%  | 20.3%  |
| 週4～6日食べる | 28.3%  | 22.7%  | 23.2%  | 20.3%  | 14.3%  | 17.4%  |
| 週1～3日食べる | 20.6%  | 22.4%  | 25.1%  | 28.4%  | 29.9%  | 27.5%  |
| 食べない     | 21.9%  | 16.6%  | 22.9%  | 25.6%  | 32.4%  | 32.5%  |
| 無回答      |        | 2.8%   |        | 2.8%   |        | 2.3%   |

13 主菜(肉・魚・卵・豆腐などを使った料理)

|          | 小5     |        | 中2     |        | 園児保護者  |        |
|----------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
|          | 平成20年度 | 平成24年度 | 平成20年度 | 平成24年度 | 平成20年度 | 平成24年度 |
| 毎日食べる    | 34.7%  | 38.5%  | 33.9%  | 32.5%  | 31.3%  | 29.2%  |
| 週4～6日食べる | 25.3%  | 23.7%  | 25.3%  | 27.2%  | 18.3%  | 26.2%  |
| 週1～3日食べる | 25.1%  | 23.7%  | 21.8%  | 23.1%  | 36.6%  | 27.5%  |
| 食べない     | 14.9%  | 10.6%  | 19.1%  | 14.7%  | 14.0%  | 14.8%  |
| 無回答      |        | 3.5%   |        | 2.5%   |        | 2.3%   |

14 牛乳・乳製品(牛乳・チーズ・ヨーグルトなど)

|          | 小5     |        | 中2     |        | 園児保護者  |        |
|----------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
|          | 平成20年度 | 平成24年度 | 平成20年度 | 平成24年度 | 平成20年度 | 平成24年度 |
| 毎日食べる    | 39.2%  | 45.6%  | 34.1%  | 46.4%  | 48.9%  | 47.2%  |
| 週4～6日食べる | 23.7%  | 19.6%  | 21.6%  | 16.0%  | 21.4%  | 19.3%  |
| 週1～3日食べる | 21.6%  | 20.9%  | 25.9%  | 20.8%  | 24.1%  | 23.3%  |
| 食べない     | 15.5%  | 11.1%  | 18.4%  | 14.5%  | 5.6%   | 9.2%   |
| 無回答      |        | 2.8%   |        | 2.3%   |        | 1.0%   |

15 果物(りんご・ぶどう・バナナなど)

|          | 小5     |        | 中2     |        | 園児保護者  |        |
|----------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
|          | 平成20年度 | 平成24年度 | 平成20年度 | 平成24年度 | 平成20年度 | 平成24年度 |
| 毎日食べる    | 16.5%  | 22.9%  | 11.1%  | 16.5%  | 14.7%  | 13.4%  |
| 週4～6日食べる | 17.3%  | 21.2%  | 20.1%  | 15.5%  | 15.0%  | 16.4%  |
| 週1～3日食べる | 30.4%  | 33.0%  | 36.9%  | 33.2%  | 50.0%  | 47.2%  |
| 食べない     | 35.7%  | 19.4%  | 32.0%  | 31.2%  | 20.3%  | 21.6%  |
| 無回答      |        | 3.5%   |        | 3.6%   |        | 1.3%   |

16 栄養補助食品(カロリーメイト・サプリメントなど)

|          | 小5     |        | 中2     |        | 園児保護者  |        |
|----------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
|          | 平成20年度 | 平成24年度 | 平成20年度 | 平成24年度 | 平成20年度 | 平成24年度 |
| 毎日食べる    | 3.7%   | 4.3%   | 2.2%   | 3.0%   | 2.2%   | 1.0%   |
| 週4～6日食べる | 5.3%   | 5.5%   | 2.7%   | 3.6%   | 0.6%   | 0.0%   |
| 週1～3日食べる | 8.2%   | 7.1%   | 13.5%  | 12.2%  | 2.8%   | 1.3%   |
| 食べない     | 82.8%  | 78.6%  | 81.6%  | 76.9%  | 94.4%  | 93.4%  |
| 無回答      |        | 4.5%   |        | 4.3%   |        | 4.3%   |

17 あなたは日ごろ、「主食」「副菜」「主菜」をそろえて食べていますか。

|                 | 小5     |        | 中2     |        | 保護者    |        |
|-----------------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
|                 | 平成20年度 | 平成24年度 | 平成20年度 | 平成24年度 | 平成20年度 | 平成24年度 |
| 毎食だいたいそろえて食べている |        | 38.8%  |        | 27.2%  |        | 43.7%  |
| 時々そろっていない       |        | 45.6%  |        | 46.2%  |        | 49.7%  |
| 時々参考にしている       |        | 14.4%  |        | 26.1%  |        | 5.3%   |
| 無回答             |        | 1.3%   |        | 0.5%   |        | 1.3%   |

18 あなたは、一日3食食べていますか。

|              | 保護者    |        |
|--------------|--------|--------|
|              | 平成20年度 | 平成24年度 |
| 毎日3食食べている    |        | 79.7%  |
| 時々食べていない日がある |        | 16.2%  |
| 毎日2食以下である    |        | 3.9%   |
| 非該当          |        | 0.1%   |
| 無回答          |        | 0.1%   |

19 学校の給食や家での食事に嫌いな食べ物が出されたらどうしていますか。

|                 | 小5     |        | 中2     |        |
|-----------------|--------|--------|--------|--------|
|                 | 平成20年度 | 平成24年度 | 平成20年度 | 平成24年度 |
| 嫌いなものはない        | 15.5%  | 16.1%  | 12.6%  | 15.2%  |
| 我慢して食べる         | 60.8%  | 58.9%  | 51.3%  | 49.2%  |
| 学校では食べるが家では食べない | 20.0%  | 15.9%  | 27.5%  | 23.1%  |
| 少し食べて残す         |        | 7.1%   |        | 6.6%   |
| 食べない            | 3.7%   | 1.3%   | 8.6%   | 5.3%   |
| 無回答             |        | 0.8%   |        | 0.5%   |

20 朝食は家族の人(大人の人)と一緒に食べていますか。

|                    | 小5     |        | 中2     |        | 園児保護者  |        | 小・中学生保護者 |        |
|--------------------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|----------|--------|
|                    | 平成20年度 | 平成24年度 | 平成20年度 | 平成24年度 | 平成20年度 | 平成24年度 | 平成20年度   | 平成24年度 |
| 毎日一緒に食べている         | 47.2%  | 47.1%  | 22.7%  | 25.4%  | 63.5%  | 63.6%  |          | 36.2%  |
| 一週間のうち4～6日一緒に食べている | 16.7%  | 17.4%  | 15.2%  | 15.5%  | 19.2%  | 17.0%  |          | 20.5%  |
| 一週間のうち1～3日一緒に食べている | 13.8%  | 12.3%  | 21.4%  | 19.8%  | 12.1%  | 12.1%  |          | 21.6%  |
| 一緒に食べていない          | 22.3%  | 20.7%  | 40.6%  | 38.3%  | 5.3%   | 6.2%   |          | 21.4%  |
| 無回答                |        | 2.5%   |        | 1.0%   |        | 1.0%   |          | 0.3%   |

21 夕食は家族の人(大人の人)と一緒に食べていますか。

|                    | 小5     |        | 中2     |        | 園児保護者  |        | 小・中学生保護者 |        |
|--------------------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|----------|--------|
|                    | 平成20年度 | 平成24年度 | 平成20年度 | 平成24年度 | 平成20年度 | 平成24年度 | 平成20年度   | 平成24年度 |
| 毎日一緒に食べている         | 81.1%  | 77.1%  | 66.5%  | 64.7%  | 94.1%  | 91.5%  |          | 74.2%  |
| 一週間のうち4～6日一緒に食べている | 11.4%  | 12.3%  | 19.0%  | 18.8%  | 4.0%   | 5.9%   |          | 18.0%  |
| 一週間のうち1～3日一緒に食べている | 5.3%   | 5.5%   | 8.6%   | 9.6%   | 1.9%   | 1.0%   |          | 6.0%   |
| 一緒に食べていない          | 2.1%   | 2.0%   | 5.9%   | 5.6%   | 0.0%   | 0.7%   |          | 1.5%   |
| 非該当                |        | 0.0%   |        | 0.3%   |        | 0.0%   |          | 0.0%   |
| 無回答                |        | 3.0%   |        | 1.0%   |        | 1.0%   |          | 0.4%   |

22 夜食(夕食を食べてから寝るまでに食べるもの)を食べますか。

|          | 小5     |        | 中2     |        | 園児保護者  |        |
|----------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
|          | 平成20年度 | 平成24年度 | 平成20年度 | 平成24年度 | 平成20年度 | 平成24年度 |
| 毎日食べる    | 18.5%  | 20.9%  | 16.4%  | 22.6%  | 6.5%   | 8.5%   |
| 週4～6日食べる | 15.3%  | 13.4%  | 18.2%  | 13.5%  | 7.5%   | 6.2%   |
| 週1～3日食べる | 27.4%  | 28.0%  | 41.0%  | 35.8%  | 26.7%  | 20.0%  |
| 食べない     | 38.7%  | 37.0%  | 24.4%  | 27.7%  | 59.3%  | 64.3%  |
| 無回答      |        | 0.8%   |        | 0.5%   |        | 1.0%   |

23 食事のお手伝いをしていますか。(買い物・調理・食卓の準備・あとかたづけ・ゴミ出しなど)

|                | 小5     |        | 中2     |        | 園児保護者  |        | 小・中学生保護者 |        |
|----------------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|----------|--------|
|                | 平成20年度 | 平成24年度 | 平成20年度 | 平成24年度 | 平成20年度 | 平成24年度 | 平成20年度   | 平成24年度 |
| 毎日している         | 33.2%  | 28.7%  | 19.3%  | 23.6%  | 18.9%  | 17.0%  |          | 20.2%  |
| 一週間のうち4～6日している | 25.5%  | 23.7%  | 21.1%  | 18.8%  | 16.1%  | 21.3%  |          | 13.4%  |
| 一週間のうち1～3日している | 26.6%  | 28.2%  | 28.3%  | 27.4%  | 41.0%  | 43.9%  |          | 33.6%  |
| ほとんどしない        | 14.6%  | 16.4%  | 31.3%  | 29.4%  | 23.9%  | 16.7%  |          | 32.8%  |
| 無回答            |        | 3.0%   |        | 0.8%   |        | 1.0%   |          | 0.0%   |

24 家庭での毎日の食事の時間は楽しいですか。

|            | 小5     |        | 中2     |        | 保護者    |        |
|------------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
|            | 平成20年度 | 平成24年度 | 平成20年度 | 平成24年度 | 平成20年度 | 平成24年度 |
| 毎日とても楽しい   |        | 32.0%  |        | 22.8%  |        | 16.9%  |
| 楽しいときが多い   |        | 37.8%  |        | 39.3%  |        | 52.1%  |
| どちらともいえない  |        | 21.2%  |        | 27.2%  |        | 27.2%  |
| 楽しくないときが多い |        | 3.8%   |        | 4.8%   |        | 2.5%   |
| まったく楽しくない  |        | 2.5%   |        | 5.1%   |        | 0.6%   |
| 非該当        |        | 0.0%   |        | 0.0%   |        | 0.1%   |
| 無回答        |        | 2.8%   |        | 0.8%   |        | 0.7%   |

家庭で家族の人に食事のしかたについて注意されることがありますか。

25 好き・嫌いをして食べること

|        | 小5     |        | 中2     |        |
|--------|--------|--------|--------|--------|
|        | 平成20年度 | 平成24年度 | 平成20年度 | 平成24年度 |
| 注意される  | 60.1%  | 49.6%  | 55.8%  | 45.9%  |
| 注意されない | 39.9%  | 47.9%  | 44.2%  | 53.8%  |
| 無回答    |        | 2.5%   |        | 0.3%   |

26 箸をきちんと持たないで食べること

|        | 小5     |        | 中2     |        |
|--------|--------|--------|--------|--------|
|        | 平成20年度 | 平成24年度 | 平成20年度 | 平成24年度 |
| 注意される  | 35.4%  | 30.0%  | 29.8%  | 27.2%  |
| 注意されない | 64.6%  | 67.5%  | 70.2%  | 72.6%  |
| 無回答    |        | 2.5%   |        | 0.3%   |

27 肘について食べること

|        | 小5     |        | 中2     |        |
|--------|--------|--------|--------|--------|
|        | 平成20年度 | 平成24年度 | 平成20年度 | 平成24年度 |
| 注意される  | 61.4%  | 55.9%  | 51.6%  | 57.1%  |
| 注意されない | 38.6%  | 41.6%  | 48.4%  | 42.6%  |
| 非該当    |        | 0.3%   |        | 0.0%   |
| 無回答    |        | 2.3%   |        | 0.3%   |

28 正しくない姿勢で食べること

|        | 小5     |        | 中2     |        |
|--------|--------|--------|--------|--------|
|        | 平成20年度 | 平成24年度 | 平成20年度 | 平成24年度 |
| 注意される  | 68.8%  | 59.2%  | 57.2%  | 56.3%  |
| 注意されない | 31.2%  | 38.5%  | 42.8%  | 43.4%  |
| 無回答    |        | 2.3%   |        | 0.3%   |

29 茶碗を持たないで食べること

|        | 小5     |        | 中2     |        |
|--------|--------|--------|--------|--------|
|        | 平成20年度 | 平成24年度 | 平成20年度 | 平成24年度 |
| 注意される  | 56.1%  | 50.9%  | 44.1%  | 46.4%  |
| 注意されない | 43.9%  | 46.1%  | 55.9%  | 53.3%  |
| 非該当    |        | 0.3%   |        | 0.0%   |
| 無回答    |        | 2.8%   |        | 0.3%   |

30 テレビを見ながら食べること

|        | 小5     |        | 中2     |        |
|--------|--------|--------|--------|--------|
|        | 平成20年度 | 平成24年度 | 平成20年度 | 平成24年度 |
| 注意される  | 37.0%  | 36.0%  | 24.2%  | 28.7%  |
| 注意されない | 63.0%  | 61.5%  | 75.8%  | 70.8%  |
| 無回答    |        | 2.5%   |        | 0.5%   |

31 よく噛まないで食べる事

|        | 小5     |        | 中2     |        |
|--------|--------|--------|--------|--------|
|        | 平成20年度 | 平成24年度 | 平成20年度 | 平成24年度 |
| 注意される  | 29.6%  | 25.4%  | 21.7%  | 23.6%  |
| 注意されない | 70.4%  | 72.0%  | 78.3%  | 75.9%  |
| 無回答    |        | 2.5%   |        | 0.5%   |

32 遊びながら食べる事

|        | 小5     |        | 中2     |        |
|--------|--------|--------|--------|--------|
|        | 平成20年度 | 平成24年度 | 平成20年度 | 平成24年度 |
| 注意される  | 47.7%  | 50.1%  | 36.5%  | 48.2%  |
| 注意されない | 52.3%  | 46.6%  | 63.5%  | 51.0%  |
| 無回答    |        | 3.3%   |        | 0.8%   |

33 ご家庭における日ごろの食生活に何か問題があると思いますか。

|        | 保護者    |        |
|--------|--------|--------|
|        | 平成20年度 | 平成24年度 |
| ない     | 17.4%  | 19.2%  |
| ほとんどない | 27.9%  | 39.3%  |
| 多少ある   | 48.6%  | 36.1%  |
| ある     | 6.2%   | 4.9%   |
| 非該当    |        | 0.1%   |
| 無回答    |        | 0.4%   |

34 食生活の中で、いちばんの問題点だと思われるものは何ですか。

|                           | 保護者    |        |
|---------------------------|--------|--------|
|                           | 平成20年度 | 平成24年度 |
| 食生活の乱れが問題                 | 31.3%  | 37.7%  |
| 肥満・やせすぎが問題                | 6.5%   | 8.3%   |
| 生活習慣病の増加が問題               | 6.5%   | 6.0%   |
| 食品の安全が問題                  | 25.4%  | 8.3%   |
| 食材を海外からの輸入に依存しているのが問題     | 4.4%   | 1.1%   |
| 大量の食べ残しなど食品廃棄物が問題         | 3.0%   | 3.2%   |
| 自然の恩恵や食に対する感謝の念が薄れているのが問題 | 13.1%  | 14.9%  |
| それ以外                      | 9.8%   | 16.6%  |
| 非該当                       |        | 2.1%   |
| 無回答                       |        | 1.8%   |

35 日ごろの食事で、外食や中食(弁当や総菜が食事の量の半分以上を占める割合)の利用頻度はどの程度ありますか。

|                  | 保護者    |        |
|------------------|--------|--------|
|                  | 平成20年度 | 平成24年度 |
| 毎日利用している         | 0.9%   | 0.6%   |
| 一週間のうち4～6日利用している | 2.7%   | 2.1%   |
| 一週間のうち1～3日利用している | 72.3%  | 72.7%  |
| まったく利用しない        | 24.4%  | 22.9%  |
| 非該当              |        | 0.5%   |
| 無回答              |        | 1.3%   |

<食の安全性について>

36 食の安全性について、どう感じていますか。

|                  | 保護者    |        |
|------------------|--------|--------|
|                  | 平成20年度 | 平成24年度 |
| 安全と感じている         | 2.1%   | 8.5%   |
| どちらかといえば安全と感じている | 30.9%  | 65.8%  |
| どちらかといえば不安と感じている | 54.6%  | 23.1%  |
| 不安と感じている         | 12.4%  | 2.2%   |
| 非該当              |        | 0.4%   |
| 無回答              |        | 0.1%   |

37 食の安全について、関心がありますか。

|               | 保護者    |        |
|---------------|--------|--------|
|               | 平成20年度 | 平成24年度 |
| 非常に関心がある      | 33.5%  | 19.7%  |
| どちらかといえば関心がある | 61.3%  | 68.3%  |
| どちらかといえば関心がない | 5.1%   | 10.3%  |
| 関心がない         | 0.1%   | 1.3%   |
| 無回答           |        | 0.4%   |

38 食品を購入する際に、いちばん重視していることは何ですか。

|            | 保護者    |        |
|------------|--------|--------|
|            | 平成20年度 | 平成24年度 |
| 鮮度         | 34.4%  | 37.4%  |
| 値段         | 16.6%  | 17.5%  |
| 賞味(消費)期限   | 13.3%  | 12.6%  |
| 産地         | 21.0%  | 17.7%  |
| 旬          | 1.5%   | 2.2%   |
| 味          | 2.0%   | 1.8%   |
| 食品添加物      | 5.9%   | 5.2%   |
| 原材料        | 2.6%   | 1.7%   |
| 有機栽培・無農薬栽培 | 2.5%   | 0.6%   |
| それ以外       | 0.3%   | 0.8%   |
| 非該当        |        | 1.8%   |
| 無回答        |        | 0.8%   |

<環境について>

環境に配慮して次のことをどの程度実践したり、心がけていますか。

39 家庭での食べ残しや食品に関するゴミが出されていることについて「もったいない」と感じることはありますか。

|         | 小5     |        | 中2     |        |
|---------|--------|--------|--------|--------|
|         | 平成20年度 | 平成24年度 | 平成20年度 | 平成24年度 |
| いつも感じる  |        | 29.0%  |        | 26.4%  |
| ときどき感じる |        | 53.1%  |        | 54.3%  |
| あまり感じない |        | 10.6%  |        | 15.2%  |
| 全く感じない  |        | 5.0%   |        | 3.6%   |
| 無回答     |        | 2.3%   |        | 0.5%   |

40 食材の廃棄や食べ残しを少なくする工夫について

|                   | 保護者    |        |
|-------------------|--------|--------|
|                   | 平成20年度 | 平成24年度 |
| 毎日おこなっている         | 43.8%  | 39.3%  |
| 一週間のうち4～6日おこなっている | 20.3%  | 24.4%  |
| 一週間のうち1～3日おこなっている | 21.4%  | 22.1%  |
| おこなっていない          | 14.4%  | 12.9%  |
| 非該当               |        | 0.1%   |
| 無回答               |        | 1.1%   |

41 エコバッグについて

|            | 保護者    |        |
|------------|--------|--------|
|            | 平成20年度 | 平成24年度 |
| 毎回持参している   | 13.8%  | 70.9%  |
| 5～9割持参している | 26.3%  | 24.6%  |
| 1～4割持参している | 19.7%  | 2.6%   |
| 持参していない    | 40.2%  | 1.4%   |
| 無回答        |        | 0.5%   |

42 食品容器について(リサイクルできる容器)

|               | 保護者    |        |
|---------------|--------|--------|
|               | 平成20年度 | 平成24年度 |
| 全てリサイクルしている   | 25.3%  | 28.4%  |
| 5～9割リサイクルしている | 52.6%  | 56.1%  |
| 1～4割リサイクルしている | 16.5%  | 10.9%  |
| リサイクルしていない    | 5.6%   | 4.0%   |
| 非該当           |        | 0.1%   |
| 無回答           |        | 0.6%   |

<健康について>

43 朝は何時ごろ起きますか。

|        | 小5     |        | 中2     |        |
|--------|--------|--------|--------|--------|
|        | 平成20年度 | 平成24年度 | 平成20年度 | 平成24年度 |
| 5時前    | 1.9%   | 2.8%   | 2.7%   | 3.3%   |
| 5時～6時前 | 9.7%   | 20.7%  | 21.1%  | 43.1%  |
| 6時～7時前 | 68.3%  | 69.8%  | 71.9%  | 50.5%  |
| 7時～8時前 | 20.2%  | 6.3%   | 3.8%   | 2.5%   |
| 8時過ぎ   | 0.0%   | 0.0%   | 0.5%   | 0.0%   |
| 無回答    |        | 0.5%   |        | 0.5%   |

44 夜は何時ごろ寝ますか。

|          | 小5     |        | 中2     |        |
|----------|--------|--------|--------|--------|
|          | 平成20年度 | 平成24年度 | 平成20年度 | 平成24年度 |
| 9時前      | 5.9%   | 8.8%   | 0.8%   | 0.5%   |
| 9時～10時前  | 41.0%  | 53.4%  | 4.6%   | 10.4%  |
| 10時～11時前 | 40.4%  | 32.0%  | 24.2%  | 37.1%  |
| 11時～12時前 | 10.6%  | 4.5%   | 47.0%  | 37.1%  |
| 12時～1時前  | 1.9%   | 0.8%   | 18.3%  | 11.2%  |
| 1時過ぎ     | 0.3%   | 0.0%   | 5.1%   | 3.3%   |
| 非該当      |        | 0.0%   |        | 0.3%   |
| 無回答      |        | 0.5%   |        | 0.3%   |

45 学校の授業以外でスポーツをしていますか。(クラブ活動はスポーツに含める)

|                | 小5     |        | 中2     |        | 園児保護者  |        |
|----------------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
|                | 平成20年度 | 平成24年度 | 平成20年度 | 平成24年度 | 平成20年度 | 平成24年度 |
| 毎日している         | 21.9%  | 18.1%  | 60.6%  | 60.2%  | 14.6%  |        |
| 一週間のうち4～6日している | 28.5%  | 27.0%  | 15.3%  | 8.6%   | 24.0%  |        |
| 一週間のうち1～3日している | 41.4%  | 46.9%  | 7.8%   | 11.7%  | 50.2%  |        |
| まったくしない        | 8.5%   | 6.3%   | 16.4%  | 18.8%  | 11.2%  |        |
| 無回答            |        | 1.8%   |        | 0.8%   |        |        |

<地域の食文化について>

46 地域の伝統食や行事食について興味がありますか。

|     | 小5     |        | 中2     |        |
|-----|--------|--------|--------|--------|
|     | 平成20年度 | 平成24年度 | 平成20年度 | 平成24年度 |
| ある  | 42.5%  | 46.1%  | 36.4%  | 43.9%  |
| ない  | 57.5%  | 50.4%  | 63.6%  | 55.6%  |
| 非該当 |        |        | 0.3%   | 0.0%   |
| 無回答 |        |        | 3.3%   | 0.5%   |

47 地域の伝統食や行事食を食事に取り入れていますか。

|              | 保護者    |        |
|--------------|--------|--------|
|              | 平成20年度 | 平成24年度 |
| 取り入れている      | 24.5%  | 26.7%  |
| 年に数回は取り入れている | 7.6%   | 38.6%  |
| あまり取り入れていない  | 58.1%  | 28.2%  |
| 取り入れていない     | 9.9%   | 5.7%   |
| 無回答          |        | 0.8%   |

48 「地産地消」という言葉とその意味を知っていますか。

|                       | 小5     |        | 中2     |        |
|-----------------------|--------|--------|--------|--------|
|                       | 平成20年度 | 平成24年度 | 平成20年度 | 平成24年度 |
| 言葉も意味も知っている           | 27.1%  | 5.3%   | 27.3%  | 47.7%  |
| 言葉は知っているし意味もだいたい知っている |        | 4.5%   |        | 6.6%   |
| 言葉は知っているが意味はよく分からない   |        | 16.1%  |        | 8.6%   |
| 言葉も意味も知らなかった          | 72.9%  | 71.5%  | 72.7%  | 36.5%  |
| 無回答                   |        | 2.5%   |        | 0.5%   |

「地産地消」という言葉を知っていますか。

|                   | 保護者    |        |
|-------------------|--------|--------|
|                   | 平成20年度 | 平成24年度 |
| 言葉も内容もよく知っている     | 26.1%  | 43.2%  |
| 言葉も内容もおおよそ知っている   | 38.8%  | 35.9%  |
| 言葉は知っているが、内容は知らない | 9.0%   | 9.2%   |
| 知らない              | 26.2%  | 10.7%  |
| 無回答               |        | 0.9%   |

49 「地産地消」への関心はどのくらいありますか。

|               | 保護者    |        |
|---------------|--------|--------|
|               | 平成20年度 | 平成24年度 |
| 非常に関心がある      | 14.0%  | 13.7%  |
| どちらかといえば関心がある | 52.1%  | 61.0%  |
| どちらかといえば関心がない | 22.3%  | 18.4%  |
| 関心がない         | 11.6%  | 5.3%   |
| 非該当           |        | 0.1%   |
| 無回答           |        | 1.6%   |

50 「地産地消」を推奨する上でいちばん必要だと思われることは何ですか。

|                   | 保護者    |        |
|-------------------|--------|--------|
|                   | 平成20年度 | 平成24年度 |
| 地場産であることの表示       | 28.5%  | 40.0%  |
| 安い価格での提供          | 29.8%  | 21.5%  |
| 年間を通じた安定的な品揃え     | 11.1%  | 10.1%  |
| 病院施設や学校給食での積極的な使用 | 15.2%  | 12.6%  |
| 産直施設の設置           | 9.8%   | 9.6%   |
| 生産者との交流           | 3.4%   | 2.5%   |
| ブランド化の推進          | 0.3%   | 0.3%   |
| それ以外              | 2.0%   | 1.8%   |
| 非該当               |        | 0.3%   |
| 無回答               |        | 1.4%   |

51 幸田町で収穫される主な農作物をいくつ知っていますか。

|       | 小5     |        | 中2     |        | 保護者    |        |
|-------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
|       | 平成20年度 | 平成24年度 | 平成20年度 | 平成24年度 | 平成20年度 | 平成24年度 |
| 10個以上 |        | 3.8%   |        | 2.0%   |        | 8.8%   |
| 7～9個  |        | 9.3%   |        | 6.1%   |        | 13.1%  |
| 4～6個  |        | 33.5%  |        | 39.1%  |        | 46.1%  |
| 1～3個  |        | 45.8%  |        | 42.4%  |        | 27.9%  |
| 知らない  |        | 4.8%   |        | 10.2%  |        | 3.1%   |
| 非該当   |        | 0.3%   |        | 0.0%   |        | 0.0%   |
| 無回答   |        | 2.5%   |        | 0.3%   |        | 1.0%   |

<食育について>

52 「食育」という言葉を知っていますか。

|                       | 小5     |        | 中2     |        | 保護者 |
|-----------------------|--------|--------|--------|--------|-----|
|                       | 平成20年度 | 平成24年度 | 平成20年度 | 平成24年度 |     |
| 言葉も意味も知っている           | 62.2%  | 10.6%  | 71.1%  | 12.4%  |     |
| 言葉は知っているし意味もだいたい知っている |        |        | 25.7%  | 27.2%  |     |
| 言葉は知っているが意味はよく分からない   |        |        | 47.4%  | 48.5%  |     |
| 言葉も意味も知らなかった          | 37.8%  | 13.4%  | 28.9%  | 11.4%  |     |
| 無回答                   |        |        | 3.0%   | 0.5%   |     |

|                   | 保護者    |        |
|-------------------|--------|--------|
|                   | 平成20年度 | 平成24年度 |
| 言葉も内容もよく知っている     | 20.7%  | 18.6%  |
| 言葉も内容もおおよそ知っている   | 55.3%  | 57.7%  |
| 言葉は知っているが、内容は知らない | 19.6%  | 19.6%  |
| 知らない              | 4.4%   | 2.9%   |
| 無回答               |        | 1.2%   |

<食事バランスガイドについて>

53 「食事バランスガイド」を知っていますか。

|                       | 小5     |        | 中2     |        | 保護者    |        |
|-----------------------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
|                       | 平成20年度 | 平成24年度 | 平成20年度 | 平成24年度 | 平成20年度 | 平成24年度 |
| 言葉も意味も知っている           | 78.2%  | 10.6%  | 70.0%  | 11.9%  | 69.5%  |        |
| 言葉は知っているし内容もだいたい知っている |        | 26.7%  |        | 28.2%  |        |        |
| 言葉は知っているが内容はよく分からない   |        | 40.1%  |        | 33.5%  |        |        |
| 言葉も内容も知らなかった          | 21.8%  | 19.9%  | 30.0%  | 23.4%  | 30.5%  |        |
| 無回答                   |        | 2.8%   |        | 3.0%   |        |        |

54 食事を作る際に「食事バランスガイド」を参考にされていますか。

|              | 保護者    |        |
|--------------|--------|--------|
|              | 平成20年度 | 平成24年度 |
| ほぼ毎食参考にしている  | 4.9%   | 3.1%   |
| 毎日1食は参考にしている | 5.5%   | 5.7%   |
| 時々参考にしている    | 35.2%  | 27.7%  |
| ほとんど参考にしない   | 54.4%  | 62.2%  |
| 非該当          |        | 0.2%   |
| 無回答          |        | 1.0%   |

55 あなたは「食育」に関心がありますか。

|               | 保護者    |        |
|---------------|--------|--------|
|               | 平成20年度 | 平成24年度 |
| 非常に関心がある      | 17.4%  | 10.1%  |
| どちらかといえば関心がある | 66.0%  | 69.2%  |
| どちらかといえば関心がない | 14.4%  | 17.4%  |
| 関心がない         | 2.2%   | 2.7%   |
| 無回答           |        | 0.6%   |

56 「食育」に関心があるいちばんの理由は何ですか。

|                            | 保護者    |        |
|----------------------------|--------|--------|
|                            | 平成20年度 | 平成24年度 |
| 子どもの心身の健全な発育のため            | 72.7%  | 73.4%  |
| 食生活の乱れが問題になっているから          | 9.6%   | 8.6%   |
| 肥満・やせすぎが問題になっているから         | 1.6%   | 1.7%   |
| 生活習慣病の増加が問題になっているから        | 5.3%   | 4.9%   |
| 食品の安全が問題になっているから           | 5.1%   | 5.0%   |
| 食に関する地域の文化や伝統を守るため         | 0.3%   | 0.4%   |
| 食材を海外からの輸入に依存しているから        | 1.0%   | 0.1%   |
| 有機農業などの自然環境と調和した食糧生産が重要だから | 0.8%   | 0.8%   |
| 大量の食べ残しなど食品廃棄物が問題だから       | 0.5%   | 0.5%   |
| 自然の恩恵や食に対する感謝の念が薄れているから    | 3.1%   | 3.8%   |
| 非該当                        |        | 0.8%   |
| 無回答                        |        | 0.1%   |

57 あなたは「食育」について何らかの行動や活動をしていますか。

|                   | 保護者    |        |
|-------------------|--------|--------|
|                   | 平成20年度 | 平成24年度 |
| 積極的にしている          | 5.1%   | 4.3%   |
| できるだけするようにしている    | 51.7%  | 47.0%  |
| したいと思うが、実際にはしていない | 38.5%  | 39.2%  |
| したいとは思わないし、していない  | 4.7%   | 8.6%   |
| 無回答               |        | 0.8%   |

58 最も活動している内容はどのようなものですか。

|                              | 保護者    |        |
|------------------------------|--------|--------|
|                              | 平成20年度 | 平成24年度 |
| 栄養バランスを考えた食事をする              | 41.1%  | 45.5%  |
| 遺伝子組み換え食品や添加物の入っていない安全な食品を買う | 7.3%   | 4.6%   |
| 国内産、地元産の食材を買う                | 12.5%  | 11.2%  |
| できるだけ料理を自分で作る                | 19.7%  | 17.1%  |
| 家庭菜園で野菜を作る                   | 4.0%   | 4.6%   |
| 規則正しい食生活を心がける                | 6.6%   | 7.5%   |
| 旬の野菜を使ったり、季節の料理を作る           | 7.9%   | 7.2%   |
| それ以外                         | 0.8%   | 1.3%   |
| 非該当                          |        | 0.7%   |
| 無回答                          |        | 0.4%   |

<子どもへの食育について>

59 子どもの「食育」は大切だと思いますか。

|           | 保護者    |        |
|-----------|--------|--------|
|           | 平成20年度 | 平成24年度 |
| とても大切である  | 59.1%  | 48.0%  |
| 大切である     | 39.5%  | 48.6%  |
| あまり大切ではない | 1.3%   | 2.4%   |
| 大切ではない    | 0.0%   | 0.3%   |
| 無回答       |        | 0.8%   |

60 子どもの「食育」についていちばん大切だと思うことは何ですか。

|                   | 保護者    |        |
|-------------------|--------|--------|
|                   | 平成20年度 | 平成24年度 |
| 1日3食規則正しく食べること    | 42.2%  | 33.1%  |
| 食事の前後に感謝をあらわすこと   | 4.5%   | 5.5%   |
| 家族や友人と一緒に楽しく食べること | 17.6%  | 20.1%  |
| 食べ物の栄養について学ぶこと    | 2.6%   | 3.7%   |
| 農業体験をすること         | 1.4%   | 1.2%   |
| 食を通して健康について学ぶこと   | 15.3%  | 18.7%  |
| 食事の作法を学ぶこと        | 0.2%   | 1.1%   |
| 好き嫌いをなくすこと        | 5.2%   | 4.2%   |
| 食べ物を無駄にしないこと      | 11.2%  | 10.5%  |
| 伝統食や行事食を学ぶこと      | 0.0%   | 0.3%   |
| それ以外              |        | 0.4%   |
| 非該当               |        | 0.7%   |
| 無回答               |        | 0.6%   |

61 子どもの「食育」は主体的にどこで行うべきと考えますか。

|             | 保護者    |        |
|-------------|--------|--------|
|             | 平成20年度 | 平成24年度 |
| 家庭          | 88.9%  | 71.5%  |
| 行政          | 1.5%   | 1.3%   |
| 学校や保育園・幼稚園等 | 7.8%   | 14.0%  |
| 地域          | 1.4%   | 1.2%   |
| それ以外        | 0.4%   | 3.2%   |
| 無回答         |        | 8.7%   |

<農作業体験について>

62 学校の授業以外で田植えや稲刈り、野菜づくりなどの農作業の体験がありますか。

|     | 小5     |        | 中2     |        | 園児保護者  |        |
|-----|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
|     | 平成20年度 | 平成24年度 | 平成20年度 | 平成24年度 | 平成20年度 | 平成24年度 |
| ある  | 73.6%  | 69.3%  | 55.3%  | 56.6%  | 39.7%  |        |
| ない  | 26.4%  | 28.0%  | 44.7%  | 42.6%  | 60.3%  |        |
| 無回答 |        | 2.8%   |        | 0.8%   |        |        |

63 田植えや稲刈り、野菜づくりなどの農作業の体験をしたいと思いますか。

|           | 保護者    |        |
|-----------|--------|--------|
|           | 平成20年度 | 平成24年度 |
| したい       |        | 9.0%   |
| 機会があればしたい |        | 66.0%  |
| したくない     |        | 22.3%  |
| 非該当       |        | 0.3%   |
| 無回答       |        | 2.5%   |



# E a t タイムス 冬休み号

幸田町教育研究会第5研究部

いよいよ師走。早いもので、もうすぐ今年も終わりです。みなさんは、この1年間どのような食生活を送りましたか。冬休み中はクリスマス、大晦日、お正月…と楽しいことがいっぱいです。つつい生活が不規則になったり、食事がいい加減になります。冬休み中もバランスの良い食事と適度な運動、そして十分な睡眠をとり、元気に新しい年を迎えたいものですね。

## — 生活習慣病を予防しよう —

現代の私たちの食生活は、朝ごはんを食べない、ファーストフードやインスタント食品をよく食べる、味の濃いものを好むなど、偏った食生活が問題になっています。生涯、健康で過ごすためにも、子どもの頃から望ましい食生活を身につけることが大切です。

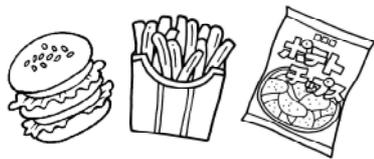
### Q. 生活習慣病ってなに？

- A.** 運動不足や夜型生活、食べすぎ、脂質・塩分・糖分のとりすぎなどの生活習慣が続くことで肥満を招いたり、やがて高血圧、糖尿病、動脈硬化、心臓病、がんなどを引き起こすことがあります。このように生活習慣が原因のひとつになって引き起こされる病気を「生活習慣病」と言います。  
おとなの場合には、飲酒や喫煙も原因になります。



### Q. ファーストフードやインスタント食品の食べすぎはなぜ体に悪いの？

- A.** ファーストフードやインスタント食品には、塩分と脂質が多く含まれています。脂質が多く含まれているものを食べすぎると、血液中のコレステロール値や中性脂肪が高くなります。また、長期間にわたって塩分の多いものをとっていると、腎臓の処理能力が悪くなり、その結果として腎臓病や高血圧、心臓病を引き起こしたりします。



### 1日の食塩摂取量の目安はこれくらいです！

|             | 6～7歳 | 8～9歳 | 10～11歳 | 12～14歳 |
|-------------|------|------|--------|--------|
| 男子<br>食塩摂取量 | 6g未満 | 7g未満 | 9g未満   | 10g未満  |
| 女子<br>食塩摂取量 | 6g未満 | 7g未満 | 8g未満   | 8g未満   |

給食1食あたりの食塩量は、  
・小学校 **2.5g**  
・中学校 **3.0g**  
となっています。

例えば…

- ・ていやくバーガー 1個 約**2.5g**
- ・カップめん 1個 約**5.0g**

これだけの食塩が含まれています。

※スプーンは小さじです。

塩分チェック！

## 【食生活チェックをしてみよう】

- ①朝ごはんを食べないことが多い。
- ②清涼飲料水を飲むことが多い。
- ③ファーストフードが好きでよく食べる。
- ④夕食はおなかいっぱいになるまで食べる。
- ⑤インスタントラーメンやレトルト食品が好き。
- ⑥食べるのが早い。
- ⑦毎日スナック菓子や甘いお菓子をたくさん食べる。
- ⑧煮物や野菜料理をあまり食べない。
- ⑨夜遅くまで起きていて、夜食を食べることが多い。

○が3つ以上あった人は要注意！

○が3つ以上あった人は、食生活を見直してみましょ。野菜や果物、食物繊維の多い食事は生活習慣病の予防になります。



## 作ってみよう郷土の味・伝統の味



### 煮みそ

| 材料           | 4人分 (g)   |
|--------------|-----------|
| 豚肉           | 60g       |
| にんじん         | 70g       |
| こんにゃく        | 70g       |
| さといも         | 100g      |
| 白菜           | 150g      |
| ねぎ           | 30g       |
| 大根           | 150g      |
| たけのこの水煮      | 70g       |
| 生揚げ          | 100g      |
| 揚げはんぺん (ちくわ) | 50g       |
| 砂糖           | 大さじ2      |
| 豆みそ          | 50g       |
| みりん          | 大さじ1/2    |
| だし汁          | 200~300ml |

### <作り方>

- ① にんじん、大根は、厚めのいちよう切りにする。豚肉、さといも、たけのこ、生揚げは一口大に切る。はんぺん、こんにゃくは1cm弱の幅に切る。白菜は1.5cm幅に切り、ねぎは小口切りにする。
- ② 生揚げはさっと湯に通し、油抜きする。
- ③ 鍋ににんじん、大根、さといも、たけのこを入れ、かぶるくらいのだし汁を入れて煮る。
- ④ 野菜に火が通ったら、豚肉、はんぺん、生揚げ、こんにゃく、白菜を加え、調味料も入れて煮込む。
- ⑤ 最後にねぎを入れて、味を調整する。

※煮みそは、この地域に伝わる栄養満点の郷土料理です。

※材料や味付けは各家庭のお好みでいいです。

### 黒豆の煮豆

| 材料   | 4~5人分 (g) |
|------|-----------|
| 黒豆   | 100g      |
| 砂糖   | 60~70g    |
| しょうゆ | 大さじ1弱     |



### <作り方>

- ① 洗った黒豆を鍋に入れ、4~5倍の水を入れて一晩水につけておく。
- ② 次の日、黒豆をつけ汁ごと火にかける。
- ③ 沸騰したら、一度ゆで汁は捨てる。
- ④ 再び水を入れて、火にかける。煮たってきたら、中火~弱火で煮る。時々アクをとりながら、やわらかくなるまで約1時間~1時間半煮る。※黒豆が煮汁からでないように、時々水を足す。
- ⑤ 半分の量の砂糖を入れて15分ほど煮る。
- ⑥ 残りの砂糖を入れてしばらく煮たら、最後にしょうゆを加えて煮る。



食育だより

No. 11

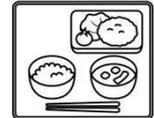


H22 6月

幸田町立保育園



## おいしい たのしい 給食



保育園の給食は、献立は町の栄養士が栄養価等を考え、作ります。  
そして、保育園で食材を発注し、調理員が調理しています。



### 給食の様子

＊いっぱい遊んで、おなかはペコペコ！  
**給食当番のエフロン姿、かっこいいよ！**  
おにいさん・おねえさんが  
はりきっています！



### お友だちと一緒に、たのしい給食！

食べたことないけど、〇〇ちゃんが食べてるから  
食べてみよう！ちょっとだけパク！・・・  
(あれ??意外においしい?) なんてことも...



### 保育園の給食のこだわりは？

#### <献立は?>

- 国産を中心とした旬の食材を使っています。
- かみごたえのある食品、素材の味をじっくり味わう献立を考えています。
- 幸田特産の食材を献立に取り入れています。(地産地消)
  - 幸田産なすの鶏みそがけ
  - 幸田産筆柿・梨
  - いちごのミルクゼリー 等々
- 保育園で育てた野菜も取り入れています。

#### <調理は?>

- 保育園で調理しています。…出来上がる頃には、においが調理室から流れてきて食欲も増します。
- 味付けは素材の味がわかるように薄味にしています。
- 食材が子どもたちに分かりやすいように、献立によっては大きく切っています。

☆食器は陶器を使っています。



### 人気メニュー



- ＊カレーライス (チキン・大豆)
- ＊ひじきごはん
- ＊フィッシュボール
- ＊コロッケ (チーズ・卵)
- ＊春雨サラダ
- ＊スープ (スパゲティ・春雨)



レシピがあります?  
よかったらどうぞ!  
お家でも作ってみてくださいね。



保育園の給食って、おいしいよ！

< 保育園の生活 >

☀ AM9:00 友だちと遊ぶ

- ※いっぱい遊んでお腹がペコペコ
- ※給食室からいい匂いがしてくる。
- ※今日の給食なにかな？



☀ AM11:30 給食を食べる

- ※みんなで食べるとおいしいね！
- ※ときどきみんなで作った野菜も給食にできるよ！

給食ができるまで...



町の栄養士

栄養のバランスを考えて献立を立てます。



園の保育士

献立を基に安全な食材や匂いの物を発注しています。



園の調理員

味付けや食べやすい大きさなどに気をつけて、愛情込めて手作りしています。

新メニューも加わった！

レシピあります

人気メニュー

- 豆腐とひじきのミソトローフ(新)
- 豚こま天(新)
- ひじきごまマヨネーズサラダ
- つみれ入り根菜汁
- 大豆とじゃこのチャーハン
- おとうふ白玉

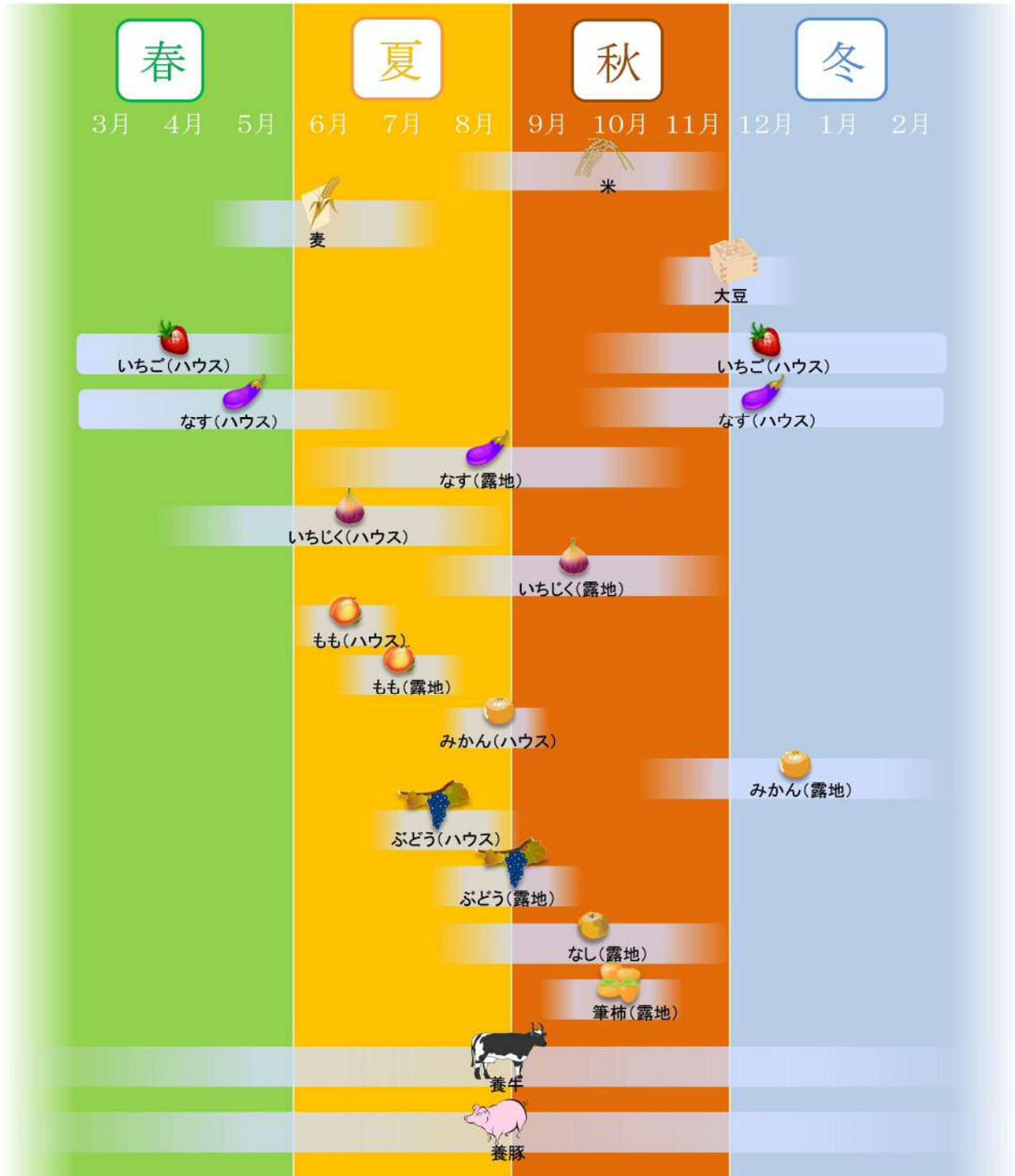
食卓は「かかわり」を食する場

食事とは、食べものを食べることで、食物を身体に取り入れることのみが食事の意味でしょうか？食事は、人とのかかわりの中で、一緒にいる関係が『おいしい』から食べるのです。会話とユーモアと和みがあれば、十二分な食事になり、そこからたくさんの栄養を汲み取っていくのです。

(室田洋子著「こころを育てる食卓」より)



## 幸田の農畜産物「旬」カレンダー



### 《幸田町の農畜作物の紹介》

#### ○ 米・麦・大豆

幸田町には水田が約750haあり、そのうち約500haで米が作られています。町内で作られている米の品種は主に「コシヒカリ」「あいちのかおりSBL」です。春には田植え、秋には稲刈りが行われます。米以外では麦や大豆が作られおり、市場へ出荷されてうどんや豆腐に加工されます。水田の作付けは、2年3作のブロックローテーションという転作が行われ、耕作されています。

## ○ いちご

甘くてフレッシュな幸田のいちごは、主に10月下旬から5月下旬まで出荷されています。

町内では食味がおいしい「とちおとめ」と、甘く香りの良い「紅ほっぺ」が栽培されています。



## ○ なす

「煮て、焼いて、漬けてよし」といわれる幸田のなすは、古くから町の南部地区で栽培されてきました。町内では、露地なす【筑陽】・促成（温室）なす【とげなし輝楽きらくびー（美茄子）】が栽培され、年間を通じて出荷しています。

## ○ いちじく

いちじくの栽培は、近年始められました。

効能として、血圧を下げるカリウムや食物繊維が豊富で、体の調子を整える効果が期待できます。



## ○ もも

糖度が高く、甘く、おいしい幸田のももは、須美地区で温室と露地で栽培されています。温室ももは5月下旬から、露地ももは7月まで出荷されていますので、ひとあし早くに夏の訪れを知らせてくれます。



## ○ みかん

温州みかんを中心に、温室と露地で栽培されています。ハウスみかんは7月から、露地みかんは10月から出荷されます。みかんには、ビタミンCが豊富に含まれています。ビタミンCは、コラーゲンの生成を促し、しみ・しわを予防する働きがあるとされています。

## ○ ぶどう

直販と市場出荷を行っており、町内の産直施設でも買うことができます。巨峰を始めとした多くの品種があるので、食べ比べを楽しむことができます。

## ○ なし

直接販売を中心としているため、よりおいしいものを作ろうという生産農家の意識が高く、袋かけをする等の手間をかけて栽培された新鮮なものを食べることができます。



## ○ 筆柿

富有柿や次郎柿より1か月ほど早く出荷できる筆柿は、全国一の生産量を誇る幸田町きっての特産物です。また、和洋菓子なども商品化され、お土産品としても好評です。

## ○ 養牛

①酪農 1戸の農家が、飲用乳や乳製品の原料となる生乳を生産しています。

②肉用牛 3戸の農家で、乳牛の雌と黒毛和種等の雄とかけあわせた肉用専用種（交雑種）を生産しています。

③繁殖和牛 3戸で血統の良い黒毛和種の子牛を生産し、出荷しています。出荷された子牛の一部は、他地域の肥育農家で育成され有名ブランドの肉になります。

## ○ 養豚

養豚農家において、ブランド豚「夢やまびこ豚」を種付けから出荷まで、一貫生産しています。

「夢やまびこ豚」は、全粒粉碎とうもろこしを中心に、植物性原料を主体の飼料を与えて育成しており、柔らかく、サシが適度に入り、甘みがあります。

## 幸田町の農業者団体が実施した農作業体験の取組み

ぼくが植えたおいも、おいしくなあれ！



### 保育園児さつまいも定植体験

<平成24年6月29日>

さつまいもの定植体験が里保育園の園児25名を対象に行われました。参加した園児たちは、4Hクラブのおにいさんに手伝ってもらいながら、自分の植えたツルが大きく育つように、1本ずついいねいに植えました。園児たちは、秋の収穫を楽しみにしていました。

(主催：幸田町4Hクラブ)

おいしそうなぶどうを見つけた！



### 夏休み子ども農業体験教室

<平成24年8月16日>

夏休み子ども農業体験教室が町内在住の小学4～6年生30人の参加で行われました。参加した子どもたちは、農家のかたにぶどう狩り、なす狩りの収穫体験をしたり、不動ヶ滝園地でカレーライスを作ったりして夏休みの楽しい思い出をつくりました。

(主催：幸田町青年農業会議)

ソーセージを作るのむずかしいけど楽しいな



### 子どもちくさん教室

<平成24年3月24日>

家畜の飼育や農産物の加工を体験し、畜産農業への理解を深め、命と食について学ぶことを目的として開催されました。

畜産農家の指導のもと、豚肉を使ったソーセージ作りやいろいろな種類の卵を料理しました。また、牛舎での牛のえさやりでは、初めは本物の大きな牛に圧倒されていましたが、すぐに慣れて、直接牛を触るなして親しんでいました。参加者：小学生18名

(主催：幸田町畜産組合)

## 「食事バランスガイド」の料理グループ

「どれだけ」食べるかは「つ(SV)」で数えます。

| 料理グループ                                                                                                                                                                                                                                                                               | 料理例と「つ(SV)」の数え方                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>主食</b><br><br><b>ごはん、パン、<br/>                     麺・パスタなど</b><br>を主材料とする料理<br>(主に炭水化物の供給源)                                                                                                       | ごはん、パン、<br>麺・パスタなど<br>を主材料とする料理<br>(主に炭水化物の供給源)                                     | おにぎり1個、ごはん小盛り1杯、食パン1枚が「1つ」。ごは<br>ん中盛り1杯は「1.5つ」。麺類・パスタ類1人前は「2つ」くら<br>い。<br>1つ分 =  =  =  = <br>1.5つ分 =  =  = <br>2つ分 =  =  =  = <br>* 1つ(SV)の基準=主材料に由来する炭水化物 約40g |
| <b>副菜</b><br><br><b>野菜、いも、豆<br/>                     類(大豆を除く)、<br/>                     きのこ、海藻な<br/>                     どを主材料とす<br/>                     る料理</b><br>(主にビタミン、<br>ミネラル、食物<br>繊維の供給源) | 野菜、いも、豆<br>類(大豆を除く)、<br>きのこ、海藻な<br>どを主材料とす<br>る料理<br>(主にビタミン、<br>ミネラル、食物<br>繊維の供給源) | 小皿や小鉢に入った野菜料理1皿分が「1つ」くらい。中皿<br>や中鉢に入ったものは「2つ」くらい(サラダはこの量で「1<br>つ」)。<br>1つ分 =  =  =  =  =  =  = <br>2つ分 =  =  = <br>* 1つ(SV)の基準=主材料の重量 約70g                                                                                                  |
| <b>主菜</b><br><br><b>肉、魚、卵、大豆<br/>                     及び大豆製<br/>                     品などを主材料<br/>                     とする料理</b><br>(主にたんぱく<br>質の供給源)                                               | 肉、魚、卵、大豆<br>及び大豆製<br>品などを主材料<br>とする料理<br>(主にたんぱく<br>質の供給源)                          | 卵1個の料理が「1つ」くらい。魚料理1人前は「2つ」くらい。<br>肉料理1人前は「3つ」くらい。<br>1つ分 =  =  =  = <br>2つ分 =  =  = <br>3つ分 =  =  = <br>* 1つ(SV)の基準=主材料に由来するたんぱく質 約6g                                                                                                       |
| <b>牛乳<br/>                     ・乳製品</b><br><br><b>牛乳、ヨーグル<br/>                     ト、チーズなど</b><br>(主にカルシウ<br>ムの供給源)                                                                               | 牛乳、ヨーグル<br>ト、チーズなど<br>(主にカルシウ<br>ムの供給源)                                             | プロセスチーズ1枚、ヨーグルト1パックが「1つ」くらい。牛<br>乳1本は「2つ」くらい。<br>1つ分 =  =  =  = <br>2つ分 =  = <br>* 1つ(SV)の基準=主材料に由来するカルシウム 約100mg                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>果物</b><br><br><b>りんご、みかん、<br/>                     すいか、いちご<br/>                     など</b><br>(主にビタミンC、<br>カリウムの供給<br>源)                                                                       | りんご、みかん、<br>すいか、いちご<br>など<br>(主にビタミンC、<br>カリウムの供給<br>源)                             | みかん、バナナなど小さい果物1個が「1つ」。りんごなど大<br>きい果物1個が「2つ」くらい。<br>1つ分 =  =  =  = <br>2つ分 =  = <br>* 1つ(SV)の基準=主材料の重量 約100g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |

【資料：農林水産省ホームページより抜粋】

平成25年3月発行

幸田町 幸田町食育推進会議

【事務局】幸田町 環境経済部 産業振興課 農業振興グループ

〒444-0192 幸田町大字菱池字元林1-1

電話 0564-63-5121

FAX 0564-63-5129

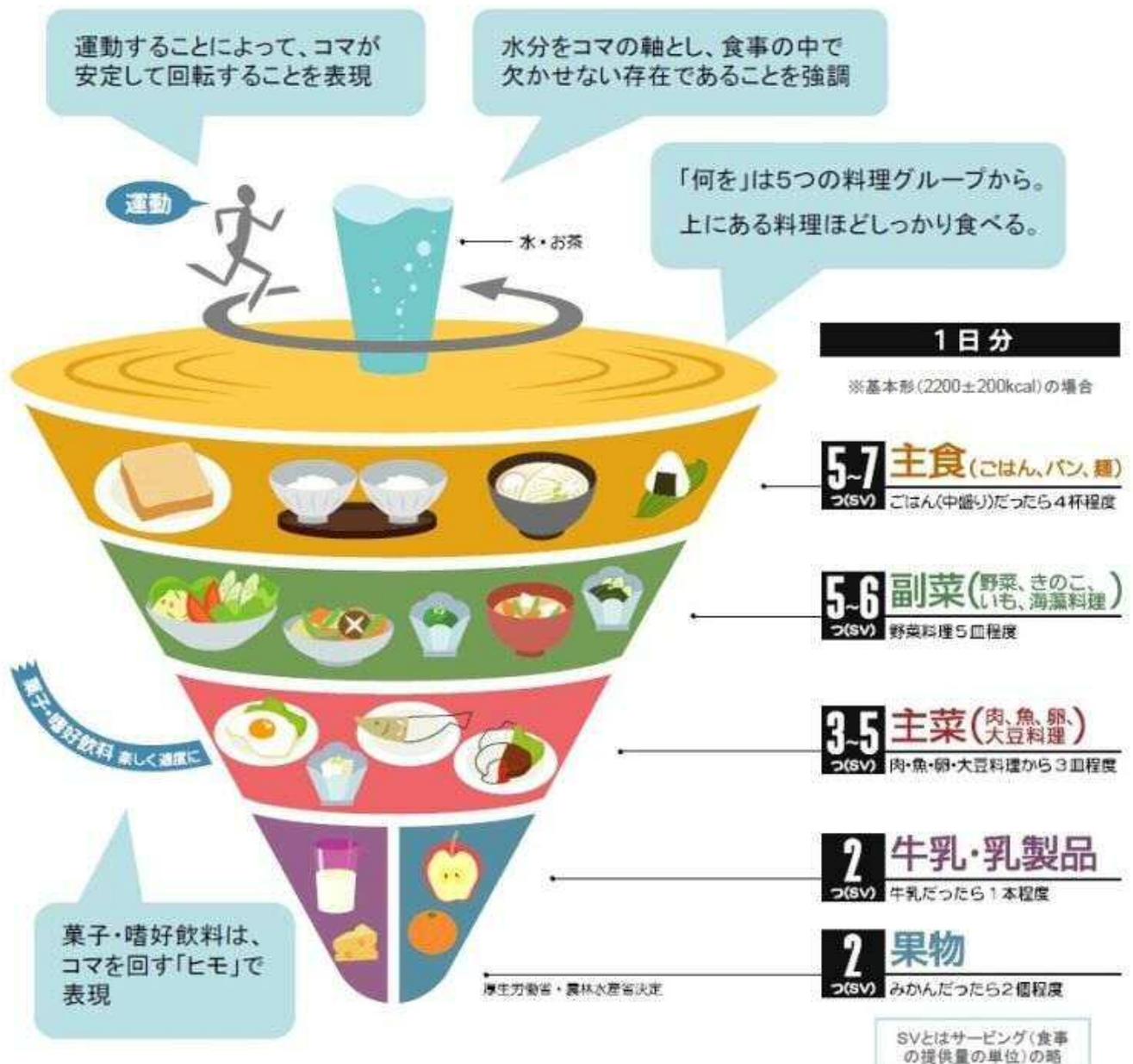
E-mail sangyo@town.kota.lg.jp

ホームページ <http://www.town.kota.lg.jp/>

# 「食事バランスガイド」とは？

「食事バランスガイド」とは、1日に「何を」「どれだけ」食べたら良いかをコマをイメージしたイラストで示したものです。

バランスよく食べて、運動をするとコマは安定して回りますが、食事のバランスが悪いとコマは倒れてしまいます。あなたのコマはうまく回っていますか？



「食事バランスガイド」は健康な方々の健康づくりを目的に作られたものです。糖尿病、高血圧などで医師や管理栄養士から食事指導を受けている方は、その指導に従ってください。

【資料：農林水産省ホームページより抜粋】