

第3期生駒市食育推進計画 (案)

平成 30 年 2 月

生 駒 市

目次

第1章 計画の策定について	1
1 計画策定の背景・趣旨	1
2 計画の位置づけ	2
3 計画期間	2
第2章 生駒市の食育をめぐる現状	3
1 生駒市の食育をめぐる現状	3
2 食育に関する市民アンケート調査結果	9
3 第2期の計画における数値目標に対する評価	21
第3章 生駒市の食育をめぐる課題	22
第4章 第3期生駒市食育推進計画の基本理念・目標・施策の柱	27
1 基本理念	27
2 目標	27
3 施策の柱	28
4 ライフステージごとの特徴・めざす姿	29
第5章 食育推進への具体的な取り組み	32
1 施策体系図	33
2 施策の方向性	34
施策1 「子どもの健やかな育ち」を守る食育の推進	
施策2 各世代や多様な暮らしに対応した食育の推進	
施策3 健康寿命の延伸につながる食育の推進	
施策4 みんなで食を楽しむ環境づくりの推進	
施策5 関係団体等との連携・協働による食育の推進	
施策6 食の循環や環境を意識した食育の推進	
3 数値目標	45
第6章 計画の推進に向けて	46
1 ネットワークによる計画の推進	46
2 「いこま食育ラウンドテーブル」における進捗管理・新たなプロジェクト の創出	46
3 ライフステージに応じた情報発信・広報活動の充実	47

■資料編

1	生駒市の食育に関する主な取り組み	1
2	第2期生駒市食育推進計画 進捗状況	4
3	事業評価シート(例).....	12
4	第3期生駒市食育推進計画策定懇話会開催要綱.....	13
5	第3期生駒市食育推進計画策定懇話会 参加者名簿.....	14
6	第3期生駒市食育推進計画の策定経過	14

第1章 計画の策定について

1 計画策定の背景・趣旨

国では、国民が生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性を育むことができる社会の実現に向けて、食育を総合的、計画的に推進するために2005年（平成17年）「食育基本法」を制定しました。これに基づき、2006年（平成18年）、食育の推進に関する基本的な方針や目標を定めた「第1次食育推進基本計画」を策定し、食育が進められてきました。

第1次計画から10年以上経過し、現在では、「第3次食育推進基本計画」（2016年～2020年度（平成28～32年度））を策定し、「実践の環」を広げることが重視し、健康寿命の延伸、若い世代への食育、食文化の継承、多様な暮らしへの対応、食の循環や環境への意識など、5つの重点課題を柱に、食育を推進しています。

生駒市では、食育基本法に基づき、2008年（平成20年）3月に「生駒市食育推進計画」、2013年（平成25年）3月に「第2期生駒市食育推進計画」を策定し、市民一人ひとりの食育の実践に向けて、食育の取り組みを進めています。第2期の計画では、「わ食の日」をシンボルに、小学生メニューコンテストの実施、農業体験、親子料理教室などに取り組んできました。

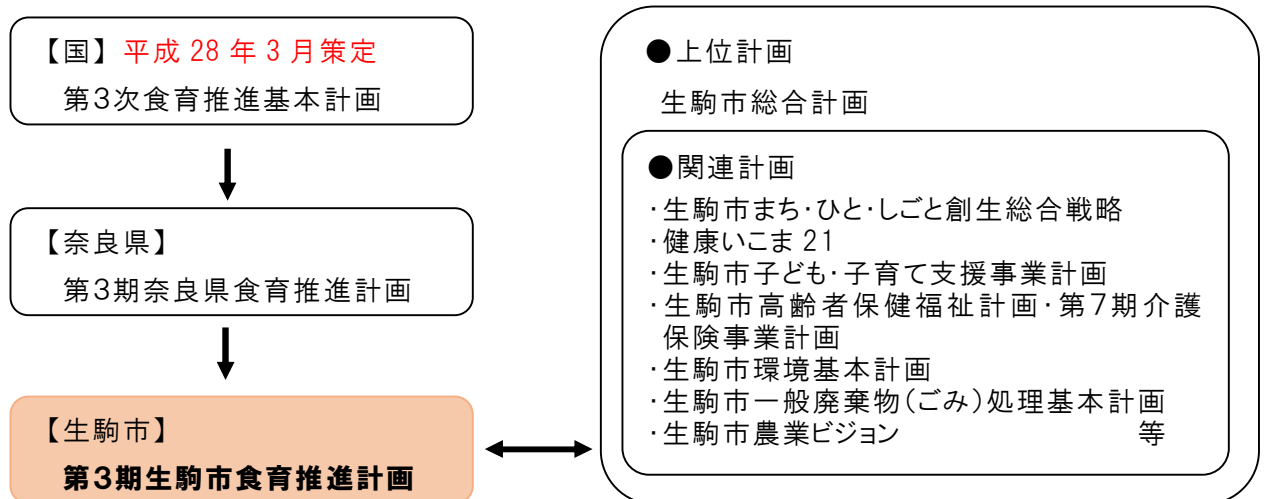
しかしながら、朝食の欠食、肥満の割合、「わ食の日」の認知度の低さなどの課題が依然としてあり、より一層の推進が必要です。

また、近年、少子高齢化、ライフスタイルの多様化など、食生活を取り巻く環境は大きく変化しています。さらに、食文化の継承、農業体験、地産地消、食品ロスなど、食育に関するテーマは幅広く、複雑になっています。

このような状況を踏まえ、第3期の計画では、関係機関・団体、生産者や民間事業者等との連携・協働をさらに強化し、取り組みの充実を図るとともに、市民の食への関心を高め、さらなる食育の「実践」を目指すために、本計画を策定します。

2 計画の位置づけ

第3期の計画は、食育基本法第18条に基づく「市町村食育推進計画」として位置づけ、「第3期 奈良県食育推進計画」や「生駒市総合計画」を上位計画として、食育に関連する計画との整合性を図りながら、実施するものです。



3 計画期間

計画期間は、2018年度から2022年度（平成30年度から平成34年度）までの5年間とします。なお、計画期間中に状況の変化などが生じた場合は、計画期間内においても、必要に応じて見直しを図ります。

第2章 生駒市の食育をめぐる現状

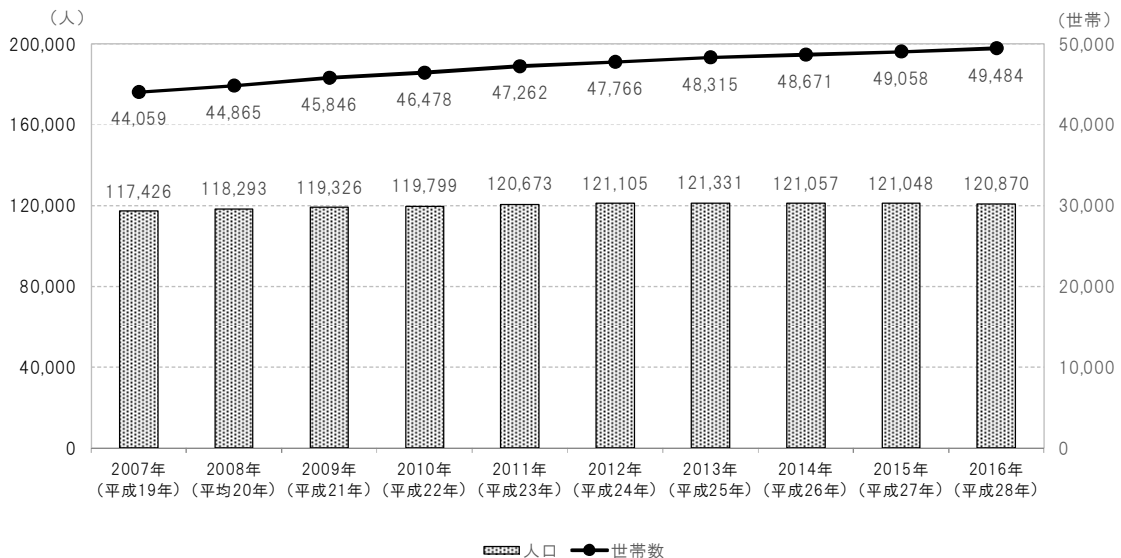
1 生駒市の食育をめぐる現状

(1)人口

①人口・世帯数の推移

本市の人口は2013年（平成25年）の121,331人をピークに、減少の傾向である一方、世帯数は49,484世帯で過去10年間で最も多くなっています。今後もこの傾向が続くと、世帯当たりの人数は減少していくことが予想されます。

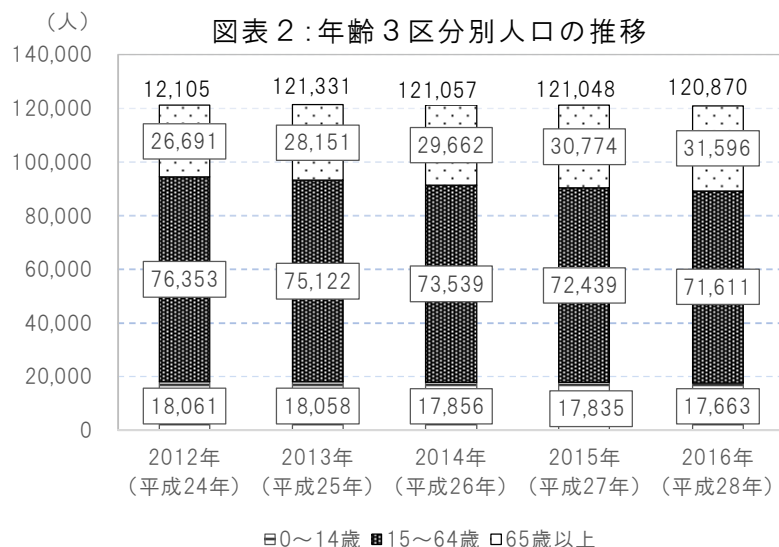
図表1：人口および世帯数の推移



※住民基本台帳より作成（各年10月1日現在の数値）

②年齢3区分別人口の推移

年齢別人口は、0～14歳は横ばい、15～64歳は減少傾向です。一方、65歳以上は増加しており、今後さらに高齢化が進むと予想されます。



※住民基本台帳より作成（各年10月1日現在の数値）

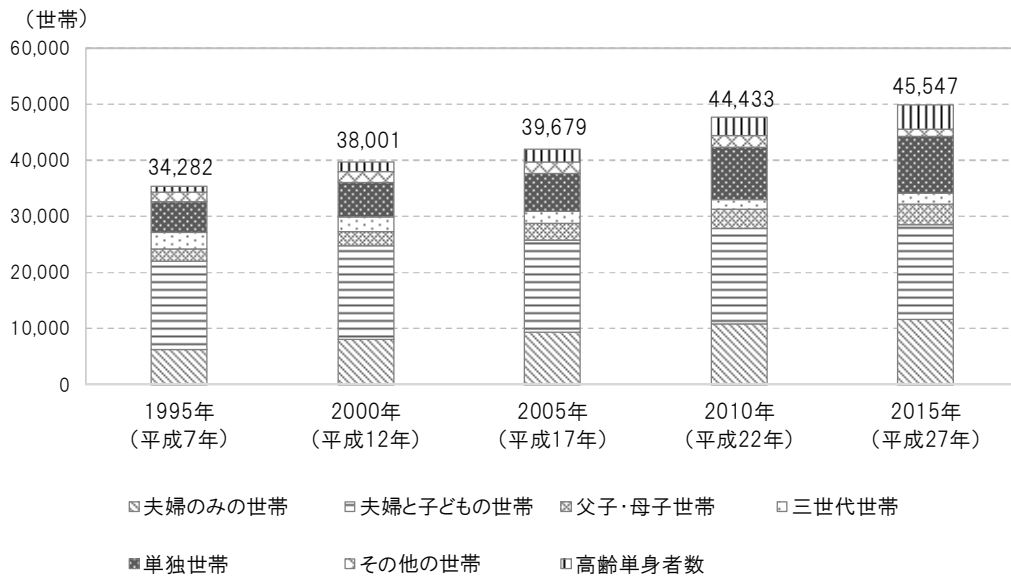
③家族類型別の世帯数

家族類型別の世帯数は、夫婦のみの家庭、単独世帯が増加しており、今後さらに増加が見込まれます。食文化の伝承が困難なことや、孤食が増加することも伺えます。

図表 3：家族類型別世帯数の推移

単位：世帯

年次	一般世帯 総数	核家族世帯				三世帯世帯	単独世帯		その他の世帯
		総数	夫婦のみの 世帯	夫婦と子ど もの世帯	父子・母子 世帯		高齢単身 者数		
1995年 (平成7年)	34,282	24,130	6,225	15,810	2,095	3,043	5,414	1,090	1,695
2000年 (平成12年)	38,001	27,308	8,121	16,632	2,555	2,618	6,191	1,675	1,884
2005年 (平成17年)	39,679	28,688	9,349	16,398	2,941	2,212	6,719	2,313	2,060
2010年 (平成22年)	44,433	31,269	10,845	16,929	3,495	1,677	9,431	3,306	2,056
2015年 (平成27年)	45,547	32,226	11,609	16,936	3,681	1,926	10,098	4,380	1,297



※国勢調査より作成

(2)健康の状況

①健康寿命

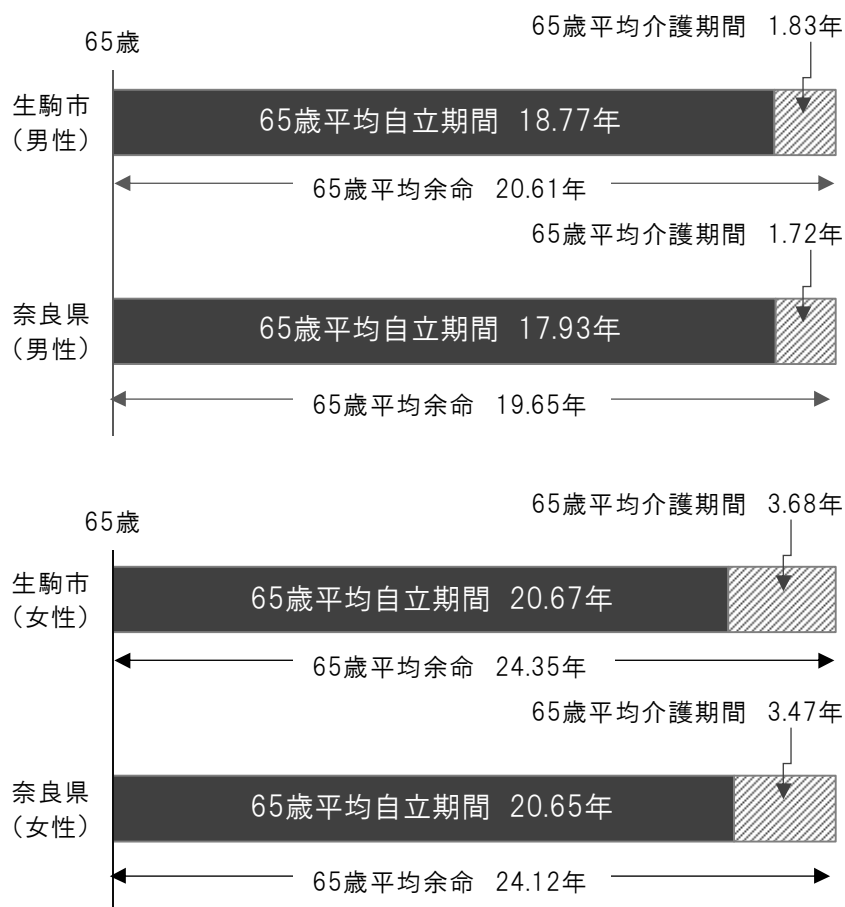
本市の健康寿命（2014年（平成26年））は、男性は奈良県や全国と比べると高くなっています。一方、女性は男性に比べて高いものの、奈良県や全国とおおむね同じになっています。

図表4：健康寿命（65歳平均自立期間）の推移

単位：年

		2010年 (平成22年)	2011年 (平成23年)	2012年 (平成24年)	2013年 (平成25年)	2014年 (平成26年)
男性	生駒市	18.03	17.87	17.87	18.37	18.77
	奈良県	17.46	17.84	17.62	17.67	17.93
	全国	17.20	17.10	17.28	17.45	17.63
女性	生駒市	20.44	20.59	20.64	20.87	20.67
	奈良県	20.50	20.47	20.51	20.26	20.65
	全国	20.42	20.30	20.43	20.55	20.72

図表5：生駒市と奈良県の健康寿命（65歳平均自立期間）の比較（平成26年）



※奈良県資料「都道府県別、市町村別 65歳時の健康寿命（平均自立期間）」より作成
 ※健康寿命：健康上の問題で日常生活が制限されることなく、生活できる期間

②死因別死亡者数

死因別死亡者数は、過去5年間で「悪性新生物」、「心疾患」、「肺炎」、「脳血管疾患」が上位を占めており、**生活習慣との関連が考えられます。**

図表6：死因別死亡者数の推移

		2011年 (平成23年)	2012年 (平成24年)	2013年 (平成25年)	2014年 (平成26年)	2015年 (平成27年)
1位	死因	悪性新生物	悪性新生物	悪性新生物	悪性新生物	悪性新生物
	死亡者数(人)	286	308	313	268	283
	死亡率(%)	(244.7)	(263.5)	(261.4)	(224.4)	(239.4)
2位	死因	心疾患	心疾患	心疾患	心疾患	心疾患
	死亡者数(人)	157	159	155	149	179
	死亡率(%)	(134.3)	(136.0)	(129.5)	(124.8)	(151.4)
3位	死因	肺炎	肺炎	肺炎	肺炎	肺炎
	死亡者数(人)	76	79	103	115	104
	死亡率(%)	(65.0)	(67.6)	(86.0)	(96.3)	(88.0)
4位	死因	脳血管疾患	脳血管疾患	脳血管疾患	脳血管疾患	脳血管疾患
	死亡者数(人)	71	64	55	53	41
	死亡率(%)	(60.7)	(54.8)	(45.9)	(44.4)	(34.7)
5位	死因	不慮の事故	不慮の事故	老衰	老衰	不慮の事故
	死亡者数(人)	32	30	41	33	29
	死亡率(%)	(27.4)	(25.7)	(34.2)	(27.6)	(24.5)

※郡山保健所資料

※死亡率は、人口10万人あたりで算出

③3歳児におけるう歯の状況

2016年度(平成28年度)の3歳児のう歯の保有率は、約3%となっています。最近の5年間では、う歯の保有率は減少の傾向があります。

図表7：う歯の有病者数の推移

年度	3歳児歯科健診 受診者(人)	むし歯		う歯の有病者 数(人)	う歯の保有率 (%)
		総計(本)	処置歯(本)		
2012年度 (平成24年度)	428	74	22	30	7.0
2013年度 (平成25年度)	364	69	5	28	7.7
2014年度 (平成26年度)	311	43	6	10	3.2
2015年度 (平成27年度)	269	25	1	10	3.7
2016年度 (平成28年度)	264	23	5	9	3.4

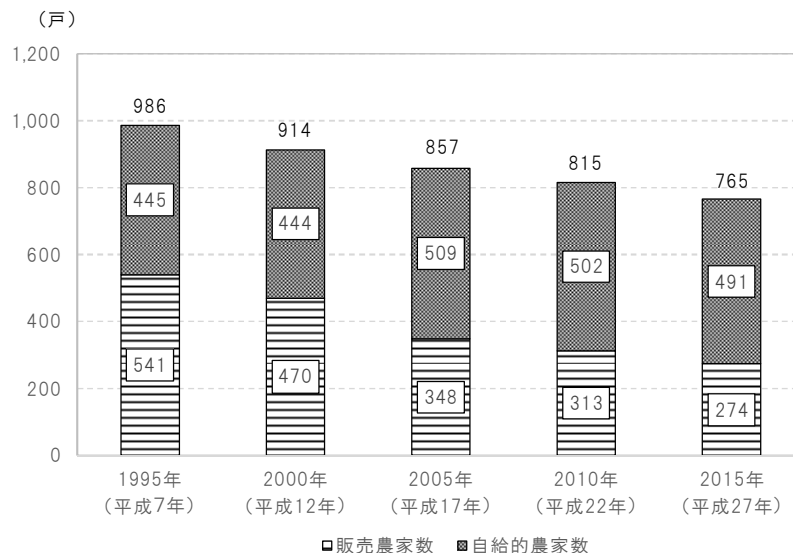
※生駒市資料

(3)農業の状況

①農家数

農業に関する体験活動や生産者との交流は、市民の食生活が自然の恩恵の上に成り立っていることや、食に関わる人々の様々な活動に支えられていることなどに関する理解を深める上で重要ですが、生駒市の総農家数、販売農家数、自給的農家数は、ともに減少傾向です。

図表 8：総農数、販売農家数、自給的農家数の推移



※農林業センサスより作成

※販売農家：経営耕地面積が30アール以上又は調査期日前1年間における農産物販売金額が50万円以上の農家。

※自給的農家：経営耕地面積が30アール未満かつ調査期日前1年間における農産物販売金額が50万円未満の農家。

②地産地消の状況(学校給食での提供)

生駒市立学校給食センターでは、市内小中学校20校、約11,200食(1日あたり)(2017年(平成29年)5月現在)の学校給食を提供しています。

学校給食での生駒市産農産物(品目ごと)の使用状況(2016年度(平成28年度))は、たまねぎが約6%、大根が約30%、黒大豆が100%です。2017年度(平成29年度)は、さつまいもを新たに使用しています。

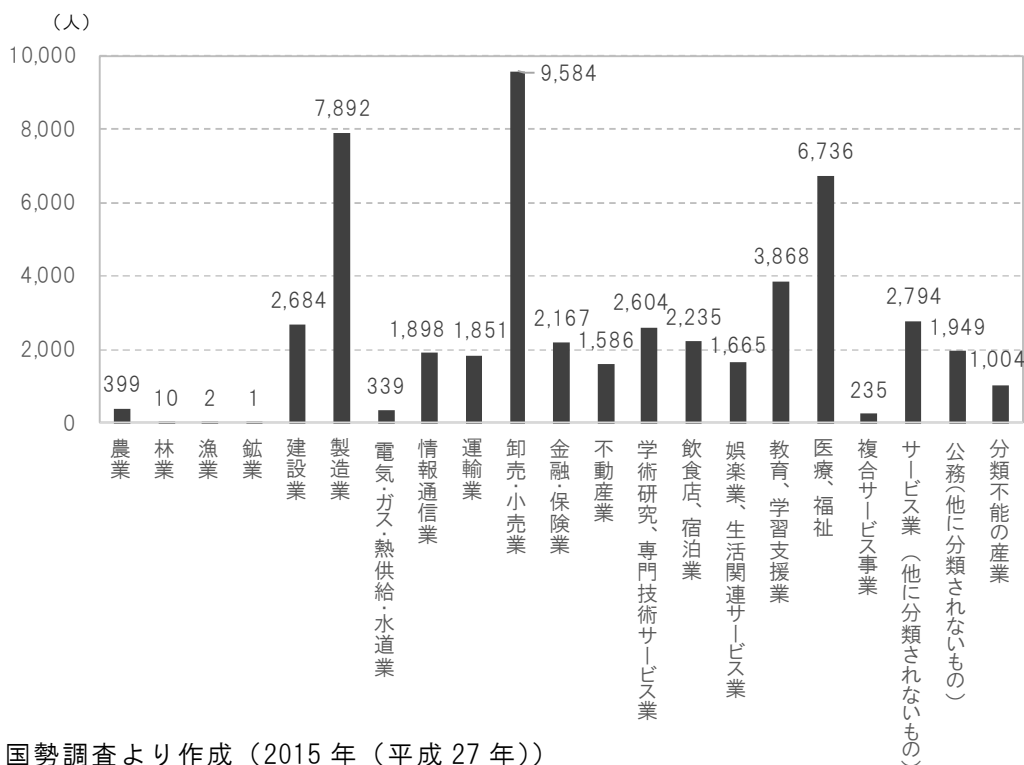
毎月19日の「食育の日」には、星型に切ったにんじんを各クラスの汁物の中に3つずつ入れるなど、子どもたちに給食を楽しんでもらう取り組みを実施しています。



(4)産業の状況

農林漁業者も食育を推進する上で重要な役割を担っています。産業別就業者数は、卸売・小売業、製造業、医療、福祉に従事する人が多く、農林漁業従事者は全体の約0.8%です。地産地消及び農業体験等の機会があまり多くないことが考えられます。

図表9：産業別就業者数



※国勢調査より作成（2015年（平成27年））

(5)食品ロスの状況

生駒市の家庭から出た燃えるごみのうち、約6%が手つかずの食品となっています（食品廃棄物に占める手つかず食品の割合は約14%）。その主な原因は、「鮮度の低下や腐敗」「消費期限、賞味期限切れ」などが考えられます。



【手つかず食品の例】

※ごみ組成調査（2016年（平成28年））結果より

2 食育に関する市民アンケート調査結果

生駒市民の食習慣や食生活、食育への認知状況等を把握するために、2017年（平成29年）8～9月に「食育に関する市民アンケート調査」を実施しました。

■ 調査概要

<調査対象者、調査方法>

調査対象、調査方法は以下のとおりです。

対象者区分	対象者	調査方法	調査時期
乳幼児	市内に在住の就学前の子どもの保護者	郵送配布・ 郵送回収	平成29年 8月10日 ～ 9月6日
小学生	市内に在住の小学5年生の子ども		
中高生	市内に在住の中学生・高校生		
成人(18歳以上)	市内に在住の18歳以上の市民		

<配布数、回収率>

配布数、回収率は以下の通りです。

対象者区分	配布数		回収数 (b)	回収率 (b÷a)
	配布総数	宛名不明分 を除く(a)		
乳幼児	800	800	394	49.3%
小学生	400	400	195	48.8%
中高生	800	799	276	34.5%
成人(18歳以上)	2,000	1,993	754	37.8%

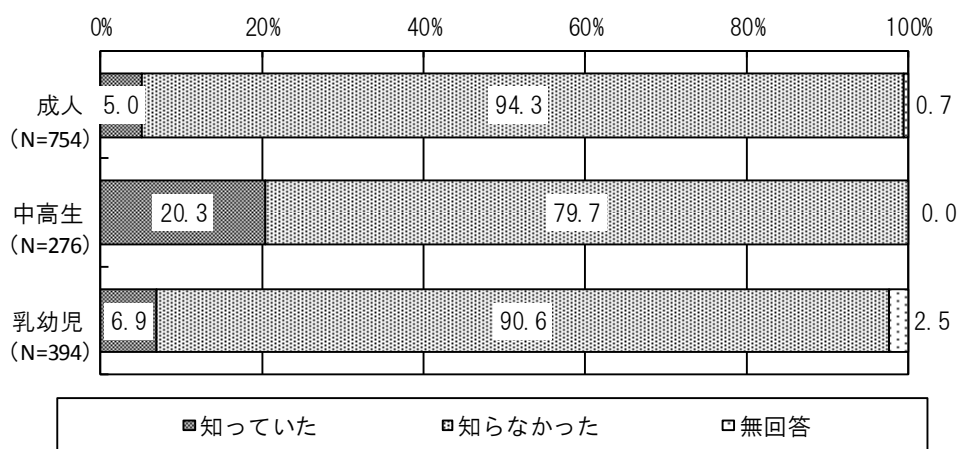
■ 調査結果概要

第2期の計画の数値目標に設定したアンケート調査項目について、平成24年度の「食育に関するアンケート調査結果」と平成29年度調査結果の比較及び第3期の計画で設定した数値目標に関する指標を整理しました。

① 『わ食の日』の認知度、実践状況

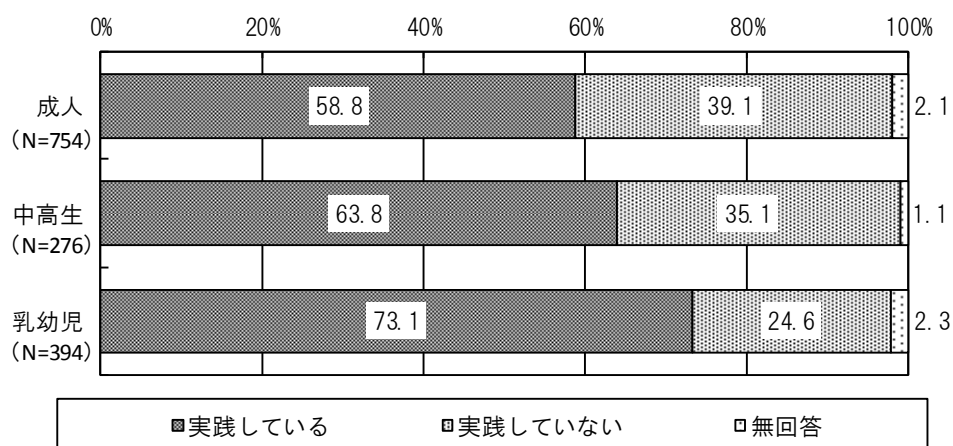
- 『わ食の日』を知っている人は、中高生が20.3%と最も高くなっています。一方、成人は5.0%にとどまっています。

図表10：『わ食の日』の認知度（成人、中高生、乳幼児）



- 『わ食の日』を実践している人は、どの世代でも半数を超えています。なかでも、乳幼児は実践している人が最も多く73.1%となっています。

図表11：『わ食の日』の実践状況（成人、中高生、乳幼児）



「わ食の日」

毎月19日は自分や家族の食生活を見直す、「食育の日」とし、食育推進基本計画で定められています。

生駒市では、「食育の日」を単に食生活を見直すだけでなく、家族や仲間と一緒に食事をして食の楽しさを知ってもらう日として、「わ食の日」を提唱しています。

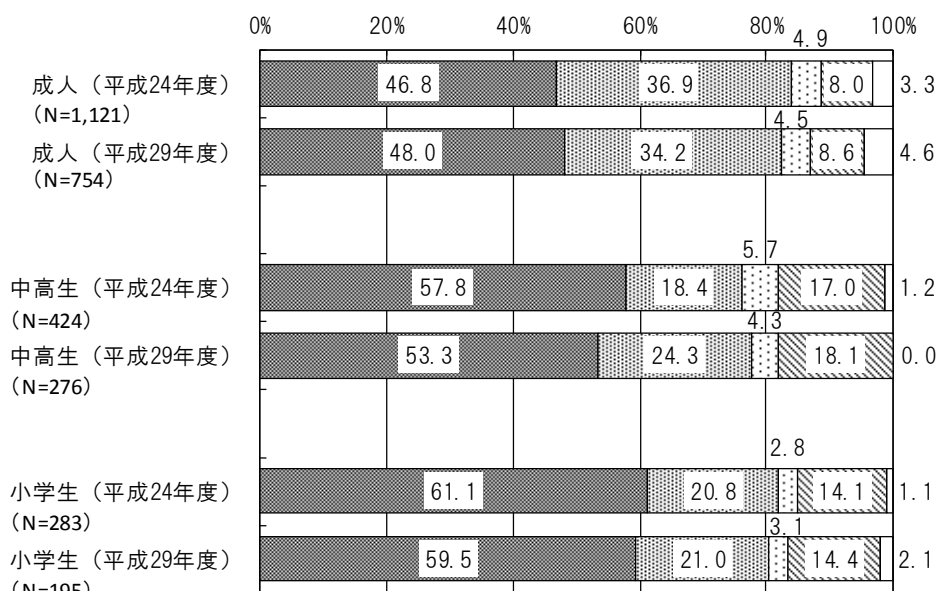
「わ食」とは、和やかな食事、輪になって楽しい食事、身体に○(まる)な食事、和食などのことを意味します。



②食育に関心のある人の割合

- 食育への関心をみると、食育に関心のある人（「食生活には気をつけているので問題ない」「問題があり、改善しようと思う」の合計）はどの世代でも70%を超えています。
- 中高生については、食育に関心のない人（「問題があっても、改善しようと思わない」「食生活にはあまり関心がない」の合計）が20%を超えています。

図表12：食育に関心のある人の割合
(成人、中高生、小学生：平成24年度と平成29年度の比較)

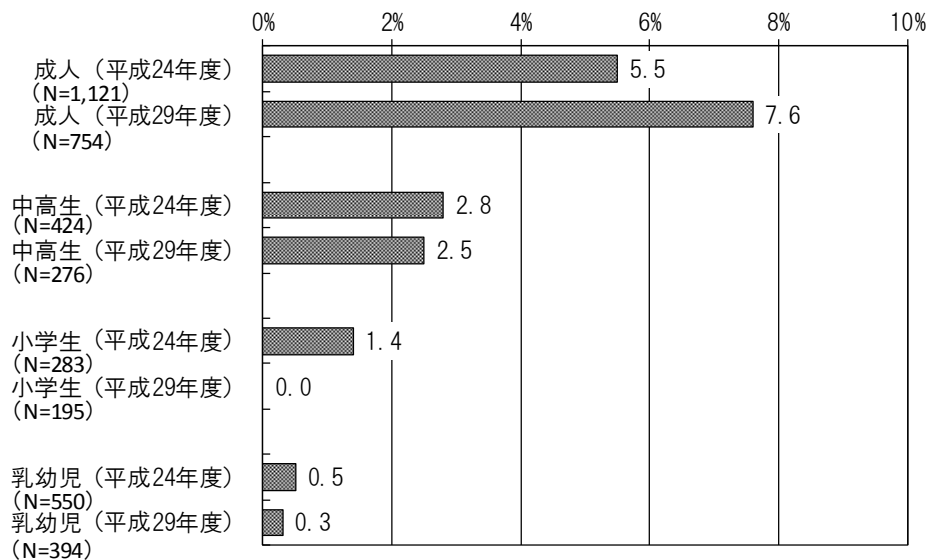


■ 食生活には気をつけているので問題ない □ 問題があり、改善しようと思う
 □ 問題があっても、改善しようと思わない □ 食生活にはあまり関心がない
 □ 無回答

③ 朝食の欠食状況

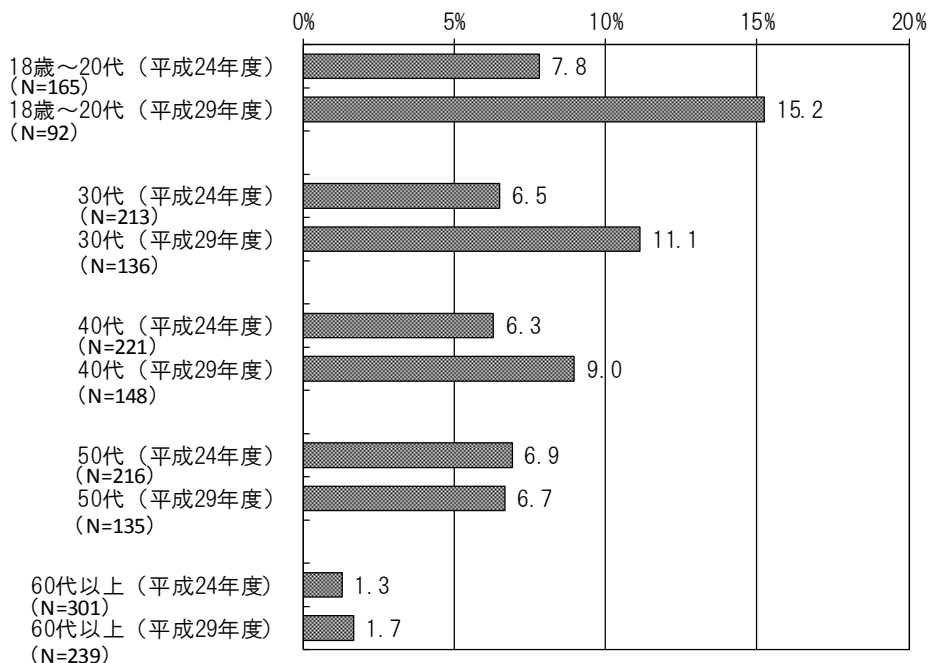
- 朝食を「ほとんど食べていない」という人の割合は、成人で 7.6%、中高生で 2.5%、小学生で 0.0%、乳幼児で 0.3%となっています。成人において平成 24 年度調査と比べ増加しています。

図表 13：朝食を欠食する人の割合（成人、中高生、小学生、乳幼児）



- 成人を年代別にみると、年代が若いほど、朝食を食べていない人が多くっており、平成 24 年度調査に比べ増加しています。

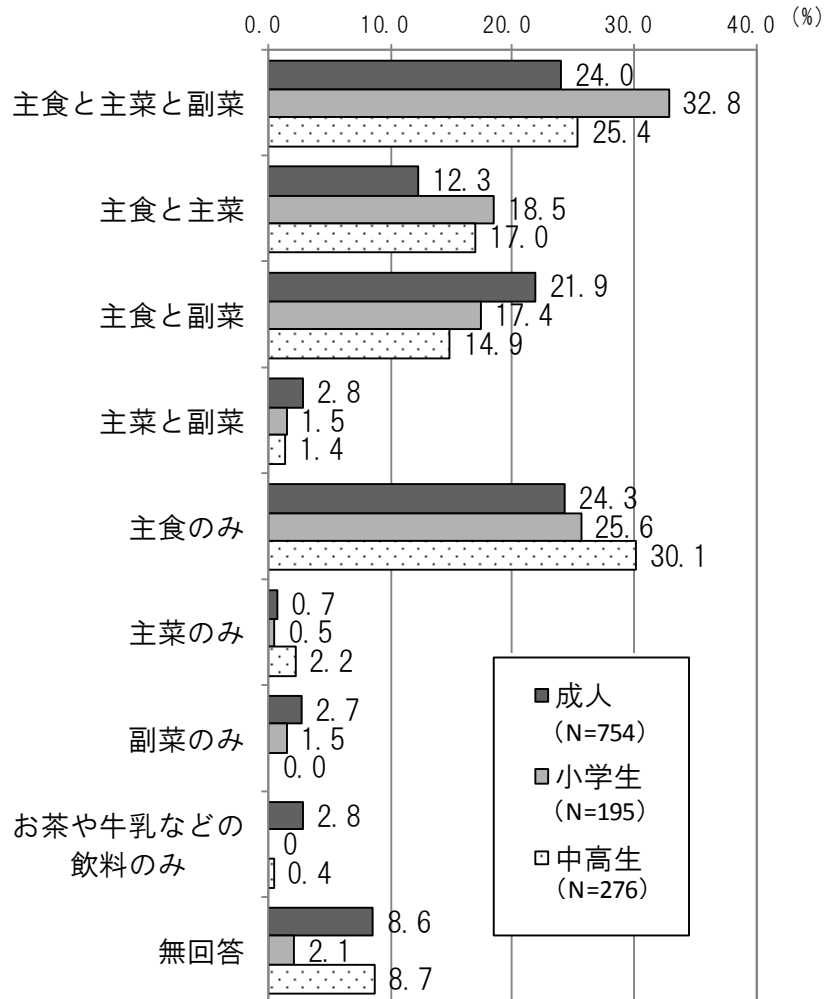
図表 14：成人年代別：朝食を欠食する人の割合



④朝食の内容

- 朝食を摂っている人のその内容をみると、成人と中高生では「主食のみ」が最も多く、次いで「主食と主菜・副菜」となっています。
小学生では「主食・主菜・副菜」が最も多く、次いで「主食のみ」となっています。

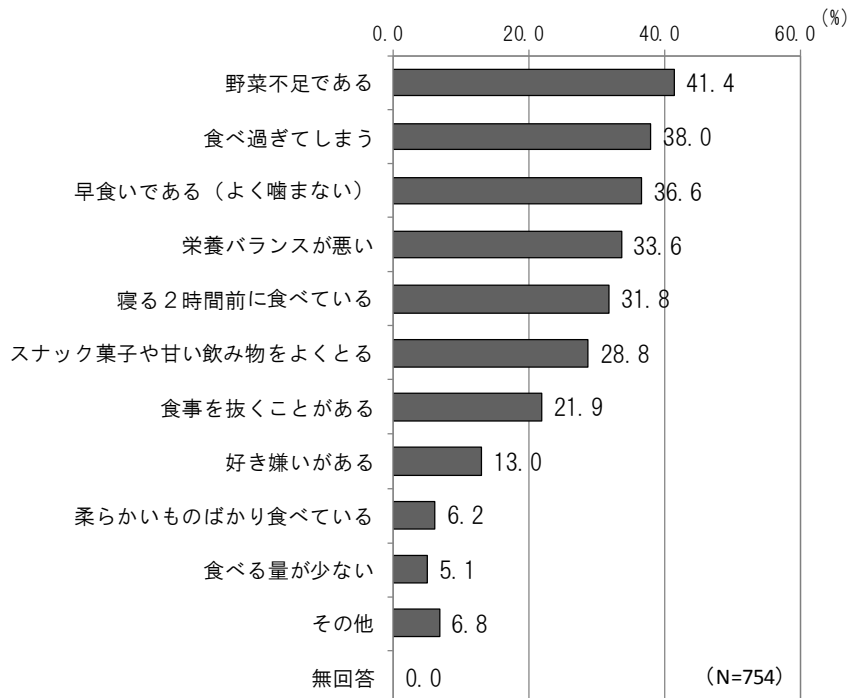
図表 15：朝食の内容（成人、中高生、小学生）



⑤自分の食生活の問題点について

○ 「栄養バランスが悪い」と感じている成人の割合は、33.6%となっています。

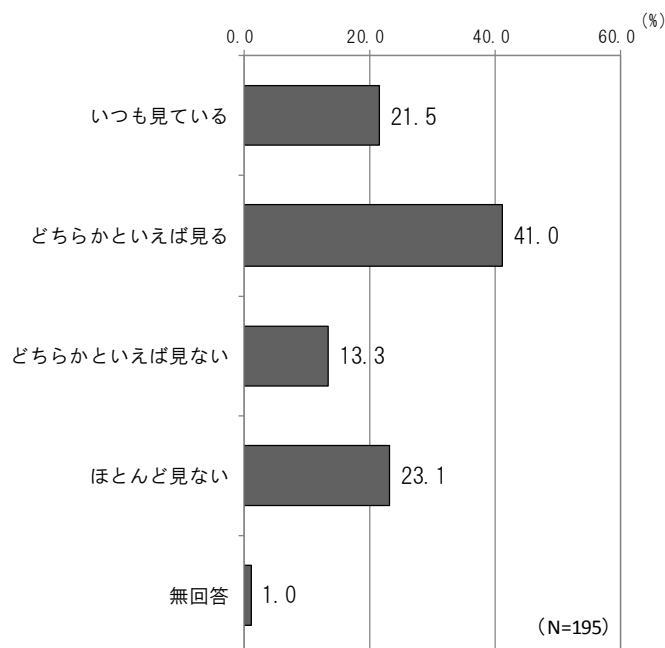
図表 16：自分の食生活の問題点（成人）



⑥購入時に食品の消費期限やカロリー、原産地などを見る小学生の割合

○ 購入時に食品の消費期限やカロリー、原産地などを見る小学生の割合（「いつも見ている」と「どちらかといえば見る」の合計）は、62.5%となっています。

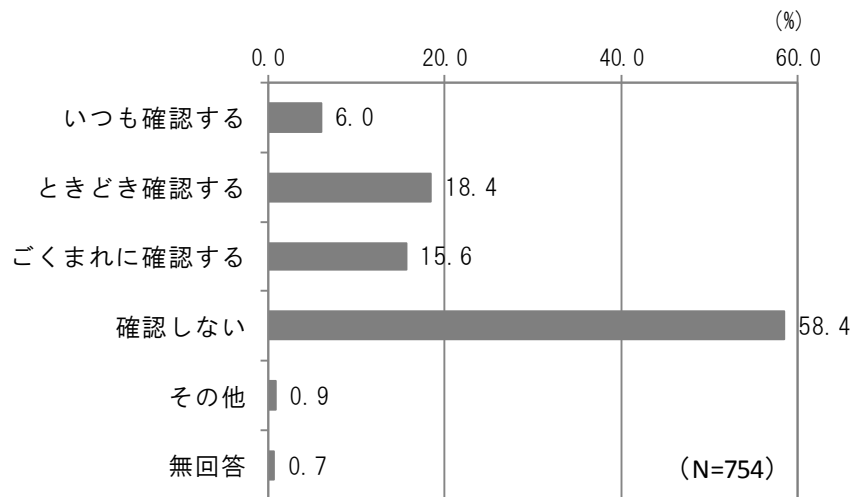
図表 17：購入時に食品の消費期限やカロリー、原産地などを見る小学生の割合



⑦減塩を実践する人の割合

- 食品を購入するときや食べるときに、食塩、ナトリウムの表示を確認している人は「いつも確認する」と「ときどき確認する」を合わせると 24.4%となっています。一方で「確認しない」が 58.4%となっています。**減塩を実践する行動がまだあまり定着していないことが推測されます。**

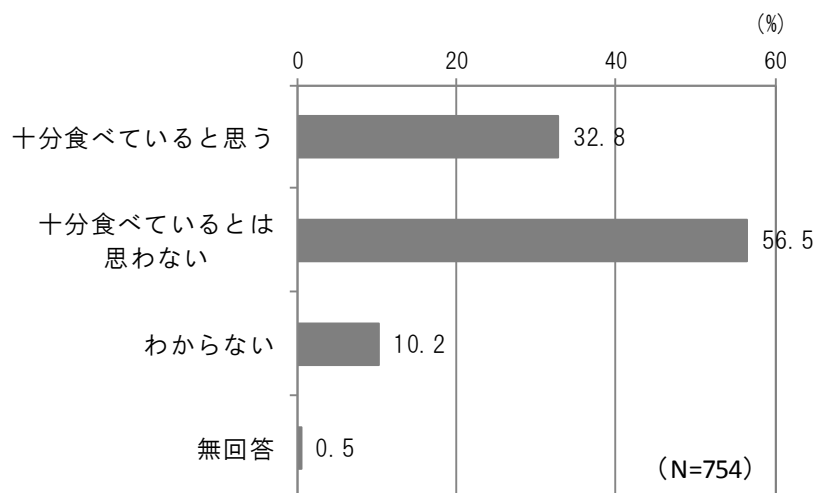
図表 18：食塩、ナトリウムの表示を確認している人（成人）



⑧日頃の食事で野菜を十分食べていると思うか

- 「十分に食べているとは思わない」が最も多く 56.5%、次いで「十分に食べていると思う」が 32.8%となっています。**野菜を十分に食べているかどうかの評価は個人では難しいが、野菜を食べることの必要性を感じている人が多いことが伺えます。**

図表 19：日頃の食事で野菜を十分食べていると思うか（成人）



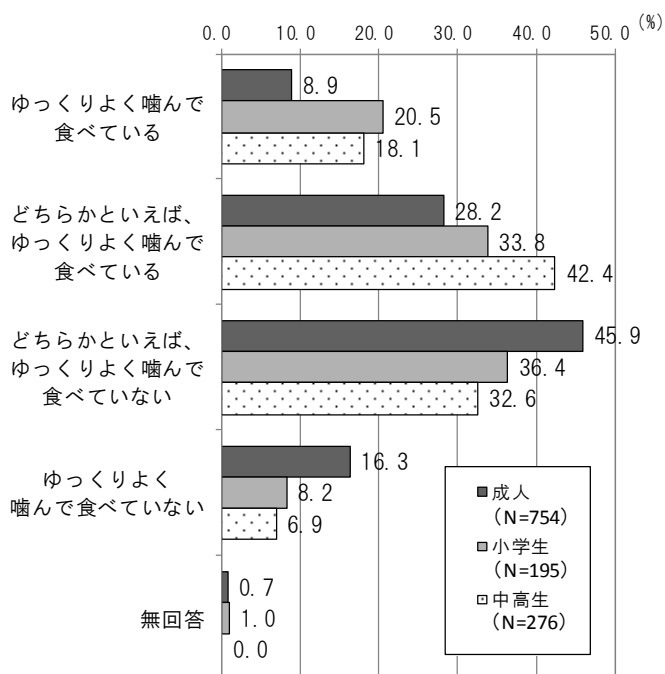
⑨ ゆっくりよく噛んで食べている人の割合

○ 成人、小学生では「どちらかといえば、ゆっくりよく噛んで食べていない」が最も多く、次いで「どちらかといえば、ゆっくりよく噛んで食べている」となっています。

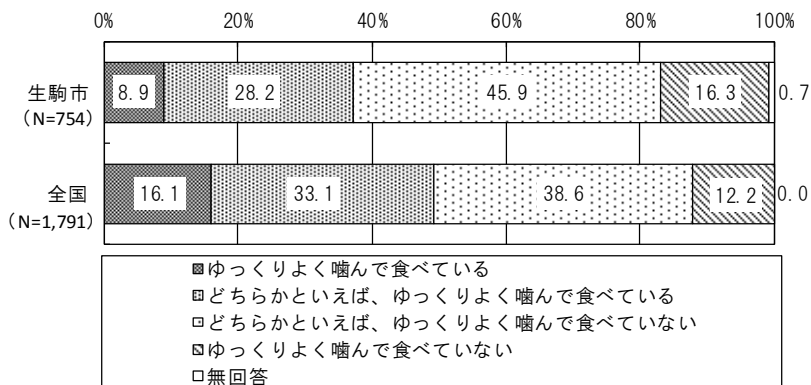
中高生では、「どちらかといえば、ゆっくりよく噛んで食べている」が最も多く、次いで「どちらかといえば、ゆっくりよく噛んで食べていない」となっています。

○ 全国と比較し、「ゆっくり噛んで食べる」（「ゆっくりよく噛んで食べている」と「どちらかといえば、ゆっくりよく噛んで食べている」の合計）は少なくなっています。

図表 20：ゆっくりよく噛んで食べている人の割合（成人、中高生、小学生）



図表 21 ゆっくりとよく噛んで食べている人の割合 全国との比較



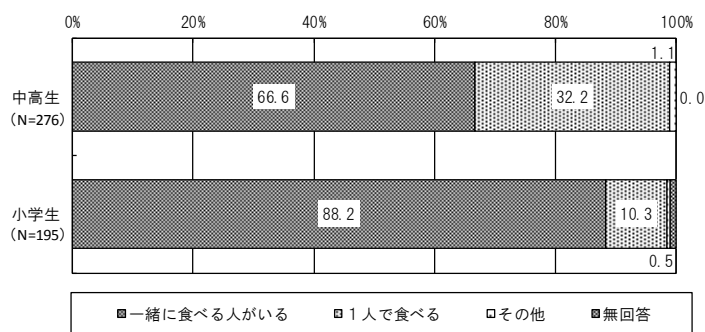
資料：食育に関する意識調査（平成 28 年 内閣府）

⑩朝食や夕食を一緒に食べる人がいる人の割合

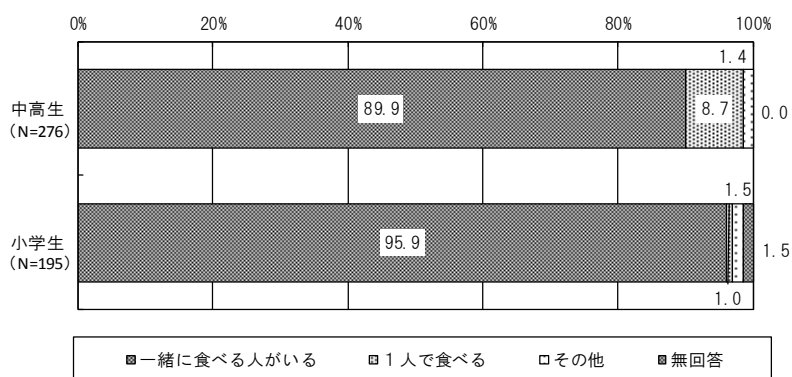
○ 朝食を一緒に食べる人がいる人の割合は、小学生で 88.2%と最も高く、年齢が上がるほど割合は低くなっています。

○ 夕食を一緒に食べる人がいる人の割合は、小学生で 95.9%と最も高く、年齢が上がるほど割合は低くなっています。

図表 22：朝食を一緒に食べる人がいる人の割合



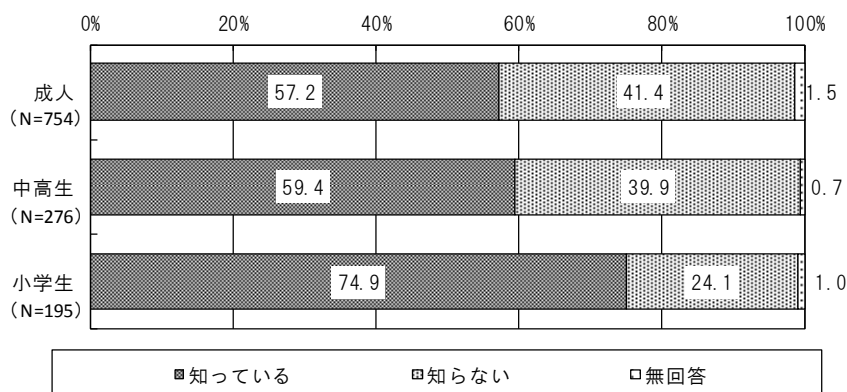
図表 23：夕食を一緒に食べる人がいる人の割合



⑪奈良県内の農産物を知っている人の割合

○ 奈良県内の農産物を知っている人の割合は、小学生で 74.9%と最も高く、年齢が上がるほど割合は低くなっています。

図表 24：奈良県内の農産物を知っている人の割合

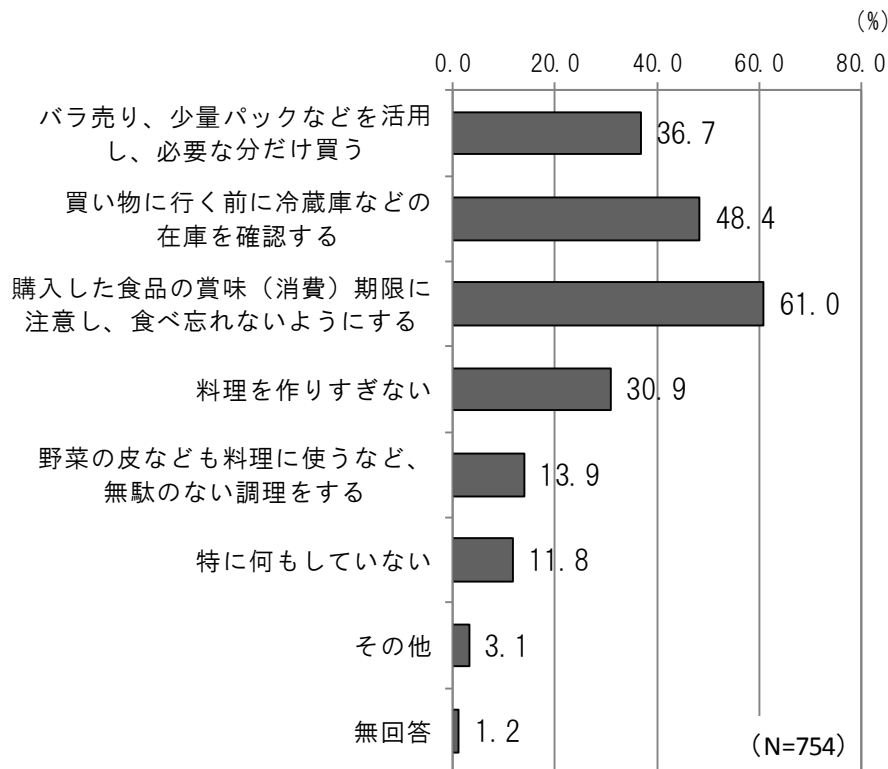


⑫食品ロスの削減に向けた行動

○ 「購入した食品の賞味（消費）期限に注意し、食べ忘れないようにする」が最も多く61.0%、次いで「買い物に行く前に冷蔵庫などの在庫を確認する」が48.4%、「バラ売り、少量パックなどを活用し、必要な分だけ買う」が36.7%となっています。

一方、「特に何もしていない」は11.8%となっています。

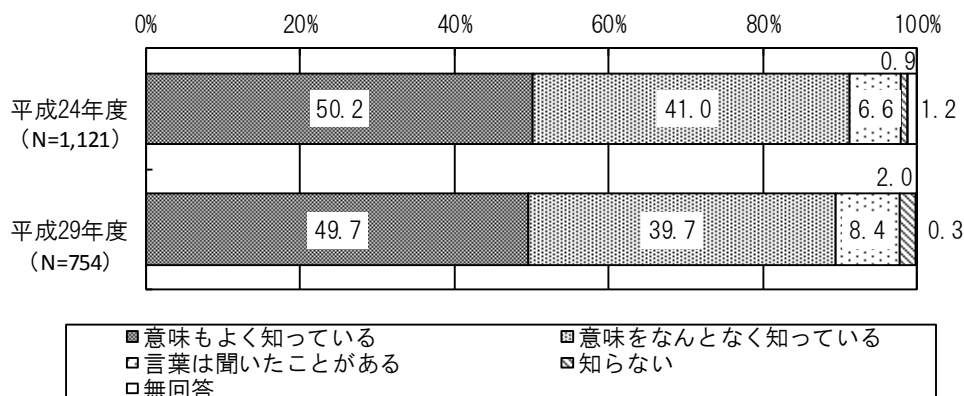
図表 25：食品ロスの削減に向けた行動（成人）



⑬メタボリックシンドロームの認知度

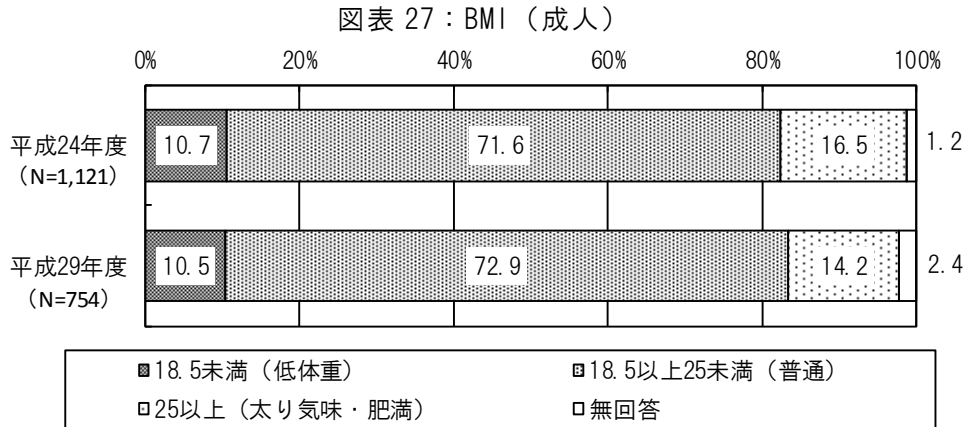
○ メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の認知は、「意味もよく知っている」と「意味をなんとなく知っている」を合わせると89.4%となっています。

図表 26：メタボリックシンドロームの認知度（成人）

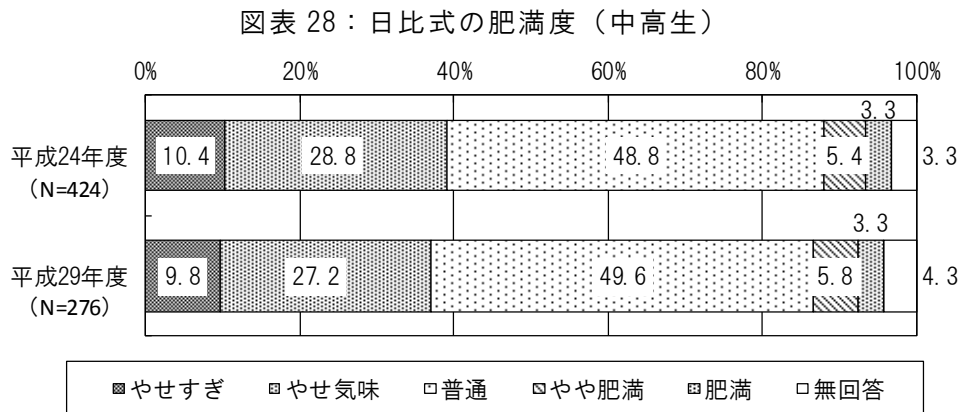


⑭ BMI や日比式肥満度、カウプ指数

○ 成人では「太り気味・肥満」が14.2%となっています。平成24年度調査比べ「太り気味・肥満」が減少しています。



○ 中高生では「肥満」が3.3%となっています。一方、「やせすぎ」が9.8%、「やせ気味」が27.2%とあわせて30%を超えており、中高生における痩身嗜好がうかがえます。



※カウプ指数：乳幼児の発育状態を知るための目安として参考にする数値。

(算定方法：体重[g]÷身長[cm]÷身長×[cm]×10)

※BMI：成人の肥満度を表す指標のひとつ(算定方法：体重[kg]÷身長[m]÷身長×[m])

※日比式肥満度：中高生における肥満度は、実測体重と日比式から求められる標準体重とを比較して判定するものです。

判定＝やせすぎ-20%未満、やせ気味-20%以上～10%未満、普通-10%以上10%未満、

太り気味10%以上20%未満、肥満20%以上

肥満度(%)=(実測体重(kg)÷標準体重(kg))×100

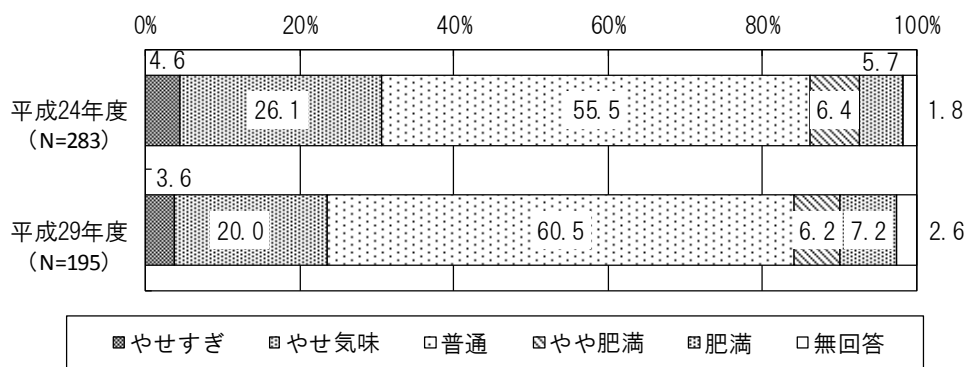
標準体重(kg)=係数1×身長(cm)³+係数2×身長(cm)²+係数3×身長(cm)+係数4

男子：係数1(0.0000641424) 係数2(-0.0182083) 係数3(2.01339) 係数4(-67.9488)

女子：係数1(0.0000312278) 係数2(-0.00517476) 係数3(0.34215) 係数4(1.66406)

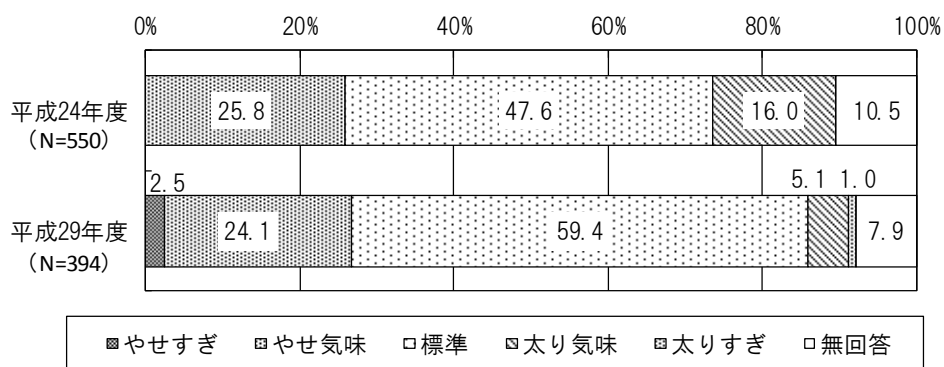
- 小学生では「肥満」が7.2%となっています。「やせすぎ」が3.6%、「やせ気味」が20.0%となっており、平成24年度調査に比べ痩身傾向の児童は減少しています。

図表 29：日比式の肥満度（小学生）



- 乳幼児では「普通」に次いで多いのが「やせ気味」で24.1%となっています。一方、「太り気味」は平成24年度調査に比べ減少しています。

図表 30：カウプ指数（乳幼児）



3 第2期の計画における数値目標に対する評価

第2期の計画で設定した数値目標に対する達成状況は以下のとおりです。

平成24年度の現状値と平成29年度の実績値を比較した場合、食育への関心の高さ（中高生）、朝食の欠食（小学生）、肥満（中高生）への取り組みは一定の成果が得られました。一方、引き続き積極的に取り組む必要がある課題は、朝食の欠食（成人）、肥満（小学生、乳幼児）、やせ（乳幼児）等です。

達成できていない項目については、計画や施策についての周知、情報発信が十分でなかったことが原因のひとつと考えられます。

項目	対象	現状値 (平成24年度)	目標値 (平成29年度)	実績値 (平成29年度)	達成度	
『わ食の日』の認知	成人	6.9%	80%	5.0%	×	
	中高生	12.7%		20.3%	△	
	乳幼児(0~5歳)	16.4%		6.9%	×	
『わ食の日』の実践	成人	53.9%	80%	58.8%	△	
	中高生	57.3%		63.8%	△	
	乳幼児(0~5歳)	72.7%		73.1%	→	
食育に関心のある市民の割合 ※「食生活には気をつけているので問題ない」+「問題があり、良くしようと思う」と回答した人の割合	成人	83.7%	増加	82.2%	→	
	中高生	76.2%		77.6%	○	
	小学生	81.9%		80.5%	→	
朝食を欠食する市民の割合	成人	19歳・20代	7.8%	半減	15.2%	×
		30代	6.5%		11.0%	×
		40代	6.3%		9.5%	×
		50代	6.9%		6.7%	→
		60代以上	1.3%		1.7%	→
	中高生	2.8%	0%	2.5%	→	
	小学生	1.4%		0.0%	○	
	乳幼児(0~5歳)	0.5%		0.3%	△	
内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)を認知している市民の割合	成人	50.2%	85%	49.7%	→	
食育ボランティアの団体数		1団体	10団体	6団体	△	
肥満の割合	成人	16.5%	半減	14.2%	△	
	中高生	4.4%	減少	3.3%	○	
	小学生	5.7%	半減	7.2%	×	
	乳幼児(0~5歳)	0.4%	減少	1.0%	×	
やせの割合	成人	10.7%	半減	10.5%	→	
	中高生	12.2%	半減	9.8%	△	
	小学生	4.6%	半減	3.6%	△	
	乳幼児(0~5歳)	0.7%	減少	2.5%	×	

達成度：目標値を達成○、達成していないが改善傾向△、悪化傾向×、変化なし→

第3章 生駒市の食育をめぐる課題

市民アンケート調査結果、庁内ヒアリング調査結果等を踏まえ、生駒市の食育をめぐる課題は以下のとおりです。

課題1：「子どもの健やかな育ち」を守る

課題2：各世代や多様な暮らしへの対応

課題3：健康寿命の延伸

課題4：みんなで食を楽しむ環境づくり

課題5：関係団体等との連携・協働

課題6：食の循環や環境への意識啓発

課題7：情報提供の工夫

課題1:「子どもの健やかな育ち」を守る

幼いころの食生活や生活習慣は、青年期や成人期の食に大きく影響を与えるため、幼いころから正しい食習慣を身に付けることが重要です。そのためには、子育て世代へのさらなる意識啓発、情報提供を行うことが求められます。

■国や社会を取り巻く動向から

- ・若い世代は他の世代と比べて、食に関する知識や意識の低さ、朝食の欠食や栄養バランスの偏りなどが課題となっています。
- ・若い世代に食に関する知識、情報を届けるためには、SNSの積極的な活用、学校、飲食店等での啓発など、若い世代に合った方法、内容での情報発信が求められます。

■食育に関する市民アンケート調査結果（平成29年度）から

- ・小学生、中高生の朝食の欠食率は、平成24年度と比べて減少していますが、中高生の朝食内容が「主食のみ」が最も多く、栄養バランスに偏りがみられます（図表13、15）。
- ・乳幼児と小学生の発育状況は、平成24年度と比べて乳幼児はやせ、太り気味ともに増加しており、小学生は肥満が増加しています。また、中高生は痩身の傾向が伺えます（図表28、29、30）。

■市内関係団体、行政の取り組みから

- ・また、各保育園、幼稚園の担当者が集まるアイデア会議を開催するなどにより、各園での食育の推進が必要です。例えば、絵本に出てくる食べ物を給食で提供する「図書給食」、食育をテーマにした運動会での種目、劇の開催等が考えられます（資料編8ページ）。
- ・各幼稚園での家庭教育学級では、各園との連携を図り、講師紹介や派遣を行うなど、より充実したプログラムの企画が求められます（資料編8ページ）。

課題2:各世代や多様な暮らしへの対応

生活習慣、ライフスタイルが多様化しており、健全で充実した食生活を定着させるためにも、食に対する正しい知識と判断力を育むことが大切です。

■国や社会を取り巻く動向から

- ・ 家族形態やライフスタイルの多様化、社会環境の変化などを踏まえ、子どもや高齢者すべてが健全で充実した食生活を實現できる食育の推進が必要です。

■統計データから

- ・ 本市の人口は減少傾向である一方、高齢化は進んでおり、今後もさらに進むと予想されます（図表1、2）。

■食育に関する市民アンケート調査結果（平成29年度）から

- ・ 成人の朝食の欠食状況は、平成24年度と比べて増加しており、若い年代ほど朝食の欠食が多くなっています（図表13、14）。
- ・ また、朝食の内容は「主食」のみが最も多く、栄養バランスに偏りがみられます（図表15）。

■市内関係団体、行政の取り組みから

- ・ 食事を1日3食しっかり食べているが、身体のもととなるたんぱく質等の栄養が足りない低栄養になる高齢者が増えており、高齢者への正しい栄養指導が求められています（資料編11ページ）。

課題3:健康寿命の延伸

健康寿命とは、健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間のことです。

健康寿命を延ばすことで、一人ひとりが生涯を通して健康で健やかな生活を送ることができます。そのためには、自分自身の生活習慣を振り返るとともに、生活習慣病の予防、栄養バランスに配慮した食事、口腔機能の維持等への取り組みが必要です。

■国や社会を取り巻く動向から

- ・ 世界有数の長寿国である日本は、今後平均寿命がさらに延びることが予想され、一人ひとりが健康寿命の延伸に取り組むことが重要です。

■統計データから

- ・ 本市の健康寿命は、男性は18.77年、女性は20.67年であり、男性は奈良県や全国と比べて高くなっています。介護を要する期間は、男性は1.83年、女性は3.68年であり、男女ともに県平均より高くなっています（図表4、5）。
- ・ 死因別死亡者数は、「悪性新生物」、「心疾患」、「脳血管疾患」といった生活習慣に起因する疾病が上位を占めており、生活習慣病の予防が必要です（図表6）。

■食育に関する市民アンケート調査結果（平成29年度）から

- ・ 市民の食生活の問題点として、「野菜不足」、「食べ過ぎ」、「早食い」、「栄養バランスが悪い」が多くあげられています（図表16）。

- ・減塩が血圧を低下させ、結果的に循環器疾患を減少させること、また、食塩・高塩分食品摂取が胃がんのリスクを上げることがわかっています。また、野菜・果物の摂取量の増加は、体重コントロールに重要な役割があることや、循環器疾患、2型糖尿病の一次予防に効果があるなどの期待がもたれ、野菜が不足しないことが推奨されています（健康日本21（第二次）より）。
- ・食品を購入する際に、食塩・ナトリウムの表示を確認しない成人は約58%であり、減塩を積極的に行っている人は多くはないことがうかがえます（図表18）。
- ・食事の際に、野菜を十分に食べていないと感じる成人は約57%であり、野菜不足がうかがえます（図表19）。
- ・食事の際に、ゆっくりよく噛んで食べている成人は約37%であり、全国平均（約49%）より低い割合です。噛み方、食べる速さを意識し、口腔の健康に向けた取り組みが必要です（図表20、21）。
- ・メタボリックシンドロームの認知度は約89%と高くなっていますが、平成24年度と比べて減少しており、引き続き、普及啓発が必要です（図表26）。

課題4:みんなで食を楽しむ環境づくり

核家族化の進行などにより、一人で食事をする「孤食」が増えていくことが考えられます。家族や仲間、様々な世代等と食を通じて交流を図り、食を楽しむこと、また、世代間交流により、地域の伝統的な料理や食文化を次世代に伝えることが重要です。そのためには、共食の機会の拡大等の取り組みが必要です。

■国や社会を取り巻く動向から

- ・世帯構造、生活スタイルの多様化にともない、単独世帯やひとり親世帯が増加し、高齢者の孤食等が課題となっています。
- ・内閣府「食育に関する意識調査（2015年（平成27年））」では、国民の3人に1人が郷土料理や食べ方、作法など、日本の食文化を継承していないという結果が出ています。

■統計データから

- ・家族類型別世帯数は、核家族世帯、単独世帯（特に高齢単身者数）が増加しており、今後さらに増加が見込まれます（図表3）。

■食育に関する市民アンケート調査結果（平成29年度）から

- ・朝食を一人で食べる人の割合は、小学生は約10%、中高生は約32%であり、年齢が上がるほど高くなっています（図表22）。

課題5:関係団体等との連携・協働

食育の推進は、市民一人ひとりの意識、実践はもちろん、関係団体・事業者・地域・行政が一体となり取り組むことが重要です。

■国や社会を取り巻く動向から

- ・一人ひとりが健全な食生活を実践できるよう、個人での食育の取り組みだけでなく、関係団体、事業者等のサポートが必要です。

■市内関係団体、行政の取り組みから

- ・市内の栄養士間での食育のテーマや課題の共有を行い、連携した取り組みのさらなる推進が必要です（資料編5ページ）。
- ・地域で健康づくりや子育て支援などの活動を行う「健康づくりリーダー」は、養成講座修了後の活躍・実践の場が十分でなく、今後「健康づくりリーダー」と連携した取り組みの推進が必要です（資料編9ページ）。
- ・食育のさらなる普及啓発に向けて、より集客のある場での啓発、他のイベントや取り組み、他部署、生産者、民間事業者等との連携強化が求められます。

課題6:食の循環や環境への意識啓発

普段、自分が食べている食べ物の生産から消費までの一連の流れを意識することで、食べ物への感謝、食への理解を深めることが重要です。そのためには、地産地消の推進、食品ロスの削減、生産者との交流、農業体験の充実等の取り組みが必要です。

■国や社会を取り巻く動向から

- ・日本では、本来食べられるが、廃棄されている「食品ロス」が年間 642 万トン（H24 年度推計）あり、食べ残しなど一般家庭からの廃棄と食品の製造・流通・販売の過程で生じる事業者等からの廃棄が課題となっています。
- ・食に関する関心や理解の増進を図るためには、幅広い世代への農林漁業体験の機会提供に向けた取り組みの拡大が必要です。

■食育に関する市民アンケート調査結果（平成 29 年度）から

- ・奈良県内の農産物を知らない人の割合は、小学生は約 24%、中高生は約 40%、成人は約 41%であり、年齢が上がるほど認知度は低くなっています（図表 24）。
- ・食品ロスの削減に向けては、「購入した食品の賞味（消費）期限に注意し、食べ忘れないようにする」、「買い物に行く前に冷蔵庫などの在庫を確認する」等はよく取り組まれています。今後、「食材を無駄にしない調理方法」、「料理を作りすぎない」ことなど、食品ロスの削減に向けた取り組みの普及啓発が必要です（図表 25）。

課題7:情報提供の工夫

乳幼児のアンケート結果では、食生活に関する情報の入手先は「インターネット」が約62%と半数以上となっています。また、成人のアンケート結果では、ほしいと思う食育に関する情報は、「栄養バランスの良い食事のとり方」が約55%、「安全・安心な食選びの方法」が約49%となっています。ライフステージ別に様々な媒体を活用しながら、効果的な情報発信を行うとともに、求める情報を届けることが重要です。

■食育に関する市民アンケート調査結果（平成29年度）から

・『わ食の日』の認知度は、成人が約5%であり、認知度は低くなっています（図表10）。

■市内関係団体、行政の取り組みから

- ・食育に関する情報の発信・充実は、庁内関係課と連携し、twitter、Facebook等のSNSでの発信強化、関係団体等と連携した情報発信が求められます（資料編4ページ）。
- ・食育パネルの展示等をより多くの人に見てもらうために、効果的な方法での実施が必要です。例えば、食育月間に加えて、健康増進普及月間（9月）等での啓発の拡大、集客がある駅前やスーパーなど、公共施設以外での実施が考えられます（資料編4ページ）。

第4章 第3期生駒市食育推進計画の基本理念・目標・施策の柱

生駒市の食育をめぐる現状と課題、第2期の計画の数値目標における評価等を踏まえ、第3期の計画の基本理念、目標は以下のとおりです。

1 基本理念

食育は、これまでの10年間にわたり、様々な取り組みが行われてきました。しかし、食を取り巻く社会環境が変化している中、今後は関係者が多様に連携・協働して、これまでの個々の取組をより一層広げていく必要があります。

健康につながる毎日の食事、食から生まれるコミュニケーションがつなぐ人と人・人と地域、また生産者と消費者の交流、次世代への食文化の継承など、食でつながることで、市民が笑顔で健康になることを目指します。

以上のような考えに基づき、本市の食育推進計画の「基本理念」を次のように設定しました。

「食」でつながり、笑顔あふれるまち“いこま”

2 目標

基本理念の実現に向けた食育を推進するにあたり、次の3つの目標を掲げ食育を推進していきます。

■食生活を見直し健康づくりにつながる食育の実践

市民一人ひとりの食への関心を高め、自分自身の食生活を見直し、自分に必要な栄養、食事の適量等を知るための正しい知識、判断力を身に付け、食育の実践につなげましょう。また、自分に必要な情報を取捨選択する力を身に付けましょう。

■生涯を通して自分に合った食生活・生活習慣の定着の推進

乳幼児から成人までライフステージごとの特徴に合わせた食育を推進し、規則正しい生活習慣の定着を目指しましょう。また、健康に配慮したバランスのよい食事を心がけましょう。

■食に関する環境づくりの推進

家族や仲間、様々な世代が集まり、交流を深め、それぞれが食を楽しむ機会を増やしましょう。また、生産者、民間事業者等との連携・協働により、食育に関する活動の広がりなど、食に関する環境づくりを進めましょう。

3 施策の柱

目標を達成するために、6つの施策により計画的な食育の推進を行います。

施策1 「子どもの健やかな育ち」を守る食育の推進

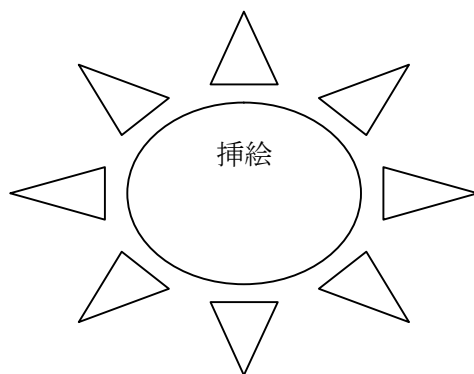
施策2 各世代や多様な暮らしに対応した食育の推進

施策3 健康寿命の延伸につながる食育の推進

施策4 みんなで食を楽しむ環境づくりの推進

施策5 関係団体等との連携・協働による食育の推進

施策6 食の循環や環境を意識した食育の推進



4 ライフステージごとの特徴・めざす姿

食育の推進にあたっては、市民一人ひとりのライフステージに応じて、継続的に実施することが重要です。ライフステージごとの特徴・めざす姿を整理し、各施策に取り組むこととします。

※ライフステージの区分は、第2期健康いこま21の「ライフステージ別の実践目標」に準じています。

【乳幼児期】

乳幼児期は、身体機能の発育、味覚や噛む力といった咀嚼機能の形成など心身が著しく発達するとともに、食事、睡眠といった生活習慣の基礎の形成が始まる重要な時期です。また、この時期に形成された生活習慣がその後の成長や生活に大きく影響します。家庭を中心に、家族そろった食事や会話などを通して、食べることの大切さ、楽しさを伝えることが重要です。

多くの乳幼児が保育園・幼稚園に通うことから、保育園・幼稚園での紙芝居等の媒体を使用した食育に関する話、農産物の収穫など、楽しみながら食育を学べる取り組みが必要です。

■めざす姿

- 好ききらいなく、栄養バランスのとれた食事をとる
- 早寝早起きや、基本的な食事のマナーを身に付ける
- 家族との食事を通して、食べる楽しさを感じる
- 様々な食材を食べることで、いろいろな食べものに親しむ
- 歯磨きの習慣をつける

【学童期(小学生)】

学童期は、家庭・学校を中心とした生活であり、生活習慣が定着するとともに、基礎体力、言語力、判断力等が身に付き、こころと身体が成長する時期です。

食への理解をさらに深めるために、学校では、学校給食、農産物の収穫等の体験を通じた食を考える機会の提供が必要です。また、家庭では、子どもと一緒に簡単な調理をするなど、保護者自身が直接子どもに食育を行うことが重要です。

■めざす姿

- 望ましい食生活を判断・選択する力を身に付ける
- 早寝早起きと、朝食を食べる習慣を身に付ける
- 家族や仲間と楽しく食事をする
- 郷土料理、行事食など、地域の食文化や食べ物の大切さ、感謝の気持ちを育む
- 歯の大切さを理解し、虫歯予防をする

【思春期(中高生)】

思春期は、家庭・学校を中心とした生活の中で生活習慣がほぼ定着し、これまで身に付けてきた食習慣を実践し、自立した大人になるための移行時期です。

進学や受験等による生活習慣の変化によって、食生活の乱れが起こりやすくなります。過剰なやせ・肥満に注意が必要であり、自分の適正体重を知り、規則正しい食習慣、生活リズムで過ごすことが重要です。

■めざす姿

- 正しい食に関する知識を身に付け、判断・選択する
- 早寝早起きと、朝食を食べる習慣の定着
- 家族や友人との食事の機会を増やす
- 基本的な調理方法を学ぶ
- 歯の大切さを理解し、虫歯予防をする

【青年期(18~39歳)】

青年期は、進学や就職、結婚・出産・育児など、生活環境が大きく変わるとともに、生活習慣・食習慣が乱れやすい時期です。自分の身体の状態を把握し、規則正しい生活習慣を実践するとともに、子育て期にあたることから次の世代に正しい健康管理の方法を伝えることが重要です。

■めざす姿

- 正しい食に関する知識を深め、判断・実行する
- 早寝早起きと、朝食を食べる習慣の定着
- 家族、仲間との食事を大切にする
- 子どもに対しての食育に取り組む
- 定期的な歯科検診を受け、歯や口の健康に取り組む

【壮年期(40~64歳)】

壮年期は、仕事、家庭の問題等からストレスが生じやすく、生活習慣病の発症リスクが上がる時期です。改めて今までの生活習慣を振り返り、偏った食事は意識的に栄養バランスを心がけるなど、健康な食生活を実践することが重要です。

■めざす姿

- 食塩や脂肪分の摂りすぎに注意し、栄養バランスのとれた食事を楽しむ
- 正しい食習慣を身に付け、生活習慣病の予防に努める
- 家族、仲間との食事を大切にする
- 郷土料理や行事食等の食文化を次世代へ伝える
- 定期的な歯科検診を受け、歯や口の健康に取り組む

【高齢期(65歳以上)】

高齢期は、加齢により、歯や口腔機能の低下や低栄養などにより、身体面だけでなく、精神的に不調が現れやすい時期です。心身ともに無理のない生活を心がけるとともに、家族、仲間との食事を通して会話を楽しむなど、元気でいきいきと生活することが重要です。

■めざす姿

- 栄養バランスのとれた食事をし、「低栄養」を予防する
- 正しい食習慣を実践し、心身を健康に保つ
- 地域や家族、仲間との食事を大切にする
- 郷土料理や行事食等の食文化を次世代へ伝える
- ゆっくりよく噛んで食べ、歯の健康を保つ

第5章 食育推進への具体的な取り組み

1 施策体系図

施策の柱	施策の方向
1 「子どもの健やかな育ち」を守る食育の推進	①妊産婦、乳幼児期からの正しい食習慣や生活習慣の確立
	②朝食の摂取及び朝食の質の向上の促進
	③子育て世代への食育の推進
2 各世代や多様な暮らしに対応した食育の推進	①家族形態、生活リズムに配慮した、健全で充実した食生活の定着
	②食の安全の推進
3 健康寿命の延伸につながる食育の推進	①食塩摂取量の減少(減塩)と野菜摂取量の増加
	②歯や口の健康維持
	③食に対する正しい知識の普及
4 みんなで食を楽しむ環境づくりの推進	①市民団体や地域と連携した「孤食」の増加を防ぐ取り組みの推進
	②民間事業者と連携した「食を楽しむ」機会の創出(体験や交流の機会の増加)
	③世代間交流を通じた食文化継承の促進
	④地域や家庭等における食育の推進
	⑤学校、幼稚園、保育園等における食育の推進
5 関係団体等との連携・協働による食育の推進	①関係機関・団体相互の連携・協力体制の強化による取り組みの創出(実践の環(わ)の拡大)
6 食の循環や環境を意識した食育の推進	①生産から消費までの「食の循環」を重視した食育の推進
	②食材の有効利用など、環境に配慮した食生活の実践

主な取り組み例(行政主体)	ライフステージ					
	乳幼児期	学童期	思春期	青年期	壮年期	高齢期
○妊産婦等への適切な食事指導の推進				○	○	
○乳幼児期の適切な食事指導の推進	○			○	○	
○小学生メニューコンテストの実施		○				
○学校での栄養教諭による授業		○	○			
○子育て支援の場を活用した食育の推進	○			○	○	
○献立表や給食だよりの活用	○	○	○	○	○	
○幼稚園・保育園・学校での参観等での保護者への啓発	○	○	○	○	○	
○食事バランスガイドを活用した啓発	○	○	○	○	○	○
○健康づくり推進事業の展開				○	○	○
○食品表示の見方の普及啓発		○	○	○	○	○
○保育園・幼稚園・学校でのアレルギー対応の推進		○	○			
○食の安全等の正しい知識の普及と理解の促進	○	○	○	○	○	○
○食に関する講習会、健康教室の充実	○	○	○	○	○	○
○イベントやキャンペーンでの啓発	○	○	○	○	○	○
○歯や口の健康維持のための歯科検診等受診の促進	○	○	○	○	○	○
○高齢者への栄養指導の機会促進						○
○広報、HP等での食育情報の発信・充実	○	○	○	○	○	○
○個別栄養相談	○	○	○	○	○	○
○「食育月間」(毎年6月)での啓発	○	○	○	○	○	○
○高齢者の孤食への対策						○
○共食の機会の促進	○	○	○	○	○	○
○民間事業者による出前授業の拡大		○	○			
○学校創造推進事業の活用	○	○	○			
○伝統的な料理や作法の継承		○	○	○	○	○
○親子で調理できる機会の促進	○	○		○	○	
○「わ食の日」の啓発	○	○	○	○	○	○
○地場野菜の使用や食文化を取り入れた献立の促進	○	○	○	○	○	○
○給食を活用した食育の推進	○	○	○			
○給食だよりの活用	○	○	○	○	○	
○食育推進体制の強化	○	○	○	○	○	
○食育の指導体制の充実		○	○			
○市民や商工会・大学などが協働した食育の推進		○	○	○	○	○
○企業に対する食育の普及啓発				○	○	○
○食育に配慮した飲食店等と協働した取り組みの推進				○	○	○
○食育推進リーダーの育成				○	○	○
○民間団体等が主催するイベントとの連携・協働による食育の推進				○	○	○
○コンビニエンスストアやスーパーなどの弁当や惣菜の活用等の周知			○	○	○	○
○新たな情報提供媒体などを活用した情報発信の促進			○	○	○	○
○幼稚園・保育園や小中学校における農業体験機会の充実	○	○	○			
○消費者と生産者との交流の促進	○	○	○	○	○	○
○食品ロスの削減	○	○	○	○	○	○
○賞味期限や消費期限等の正しい情報の普及	○	○	○	○	○	○

2 施策の方向性

施策1 「子どもの健やかな育ち」を守る食育の推進

子どもたちが健やかに成長するために、妊産婦などへの適切な食事指導、朝食の推進、幼稚園・保育園、学校を通した子どもと子育て世代へのさらなる意識啓発、情報発信を進めます。

①:妊産婦、乳幼児期からの正しい食習慣や生活習慣の確立

家庭を中心として、乳幼児期から正しい生活習慣や食事のあいさつ、マナーなど身につけることができるよう支援します。さらに、妊婦教室や乳幼児相談などを通して、子どもの発育に応じた食についての学ぶ機会を提供します。

【主な取り組み例】

- 妊産婦等への適切な食事指導の推進
 - ・妊娠届時での食事指導
 - ・パパママ教室、パパ講座の実施 等
- 乳幼児期の適切な食事指導の推進
 - ・離乳食講習会の実施、離乳食相談・育児相談での栄養指導
 - ・給食センターの栄養教諭による出前授業の実施
 - ・栄養士による食育出前講座の実施
 - ・子育て支援の場での講演及び個別相談の実施 等

②:朝食の摂取及び朝食の質の向上の促進

朝食の重要性や正しい食習慣について、引き続き正しい知識の普及に取り組みます。生活のリズムを整え、早寝・早起きを習慣にして、朝ごはんを必ず食べるように啓発します。

【主な取り組み例】

- 小学生メニューコンテストの実施
 - ・小学校メニューコンテスト(朝食テーマ)の実施 等
- 学校での栄養教諭による授業の実施
 - ・学校訪問時の栄養教諭による朝食喫食の啓発 等

③:子育て世代への食育の推進

子どもの年齢にあった発育・発達や栄養について、保護者が正しく理解し実践してもらえるような機会を提供し、就学前の親子や小学生が食や食習慣に関する正しい情報を学び、家庭で実践できるように支援します。また、各学校・幼稚園・保育園で配布しているお便りを活用し、食生活や郷土料理、地域の食材等の情報提供を行います。さらに、弁当参観等を通じて、弁当や食事について話し合う機会を提供し、食育への関心を高めてもらうように、今後も継続していきます。

【主な取り組み例】

- 子育て支援の場を活用した食育の推進
 - ・親子クッキングの実施
 - ・学校保健食育委員会での啓発
 - ・3歳児育児相談時における手作りおやつを紹介 等
- 献立表や給食だよりの活用促進
 - ・正しい食習慣に向けての啓発
 - ・学校給食での郷土料理や海外の料理の紹介 等
- 幼稚園・保育園・学校での参観等での保護者への啓発
 - ・弁当参観と食育講座の実施
 - ・幼稚園での食育講習
 - ・家庭教育学級の実施 等

■数値目標

施策の柱	項目	対象	現状値 (2017年度 (平成29年度))	目標 (2022年 (平成34年度))	
1 「子どもの健やかな育ち」を守る食育の推進	食育に関心のある人の割合 ※「食生活には気をつけているので問題ない」+「問題があり、良くしようと思う」と回答した人の割合	成人	82.2%	※1 90%	
		中高生	77.6%		
		小学生	80.5%		
	朝食を欠食する人の割合	成人	19歳～30歳代	12.7%	半減
			40歳～50歳代	8.1%	
		中高生	2.5%	※1 0%	
	朝食をきちんと食べている人の割合 ※主食・主菜・副菜がそろった朝食を食べている人の割合	成人	24.0%	増加	
		中高生	25.4%		
		小学生	32.8%		

※1 第3次食育推進基本計画の目標に準じています

施策2 各世代や多様な暮らしに対応した食育の推進

市民一人ひとりが自分に合った食育を推進するために、家庭の状況、生活リズム等に合った食に関する知識の普及・啓発を進めます。

①:家族形態、生活リズムに配慮した、健全で充実した食生活の定着

食への関心を高めたり、食の正しい知識を得てもらうため、食事バランスガイドを活用した啓発を行います。また、市民一人ひとりが食育を推進する担い手となり、自主的・自発的に活動ができるよう支援していきます。

【主な取り組み例】

- 食事バランスガイドを活用した啓発
 - ・食育講演会の実施
 - ・市立幼稚園での家庭教育学級の開設、食育講座の実施
 - ・寿大学クッキングクラブの開催 等
- 健康づくり推進事業の展開
 - ・健康づくりリーダー養成講座の実施
 - ・介護予防教室の実施 等

②:食の安全の推進

食の安全を確保できるよう、食品表示の見方の普及啓発を行います。また、近年多くなってきている食物アレルギーに対して、正しい知識の普及や理解の促進を行うと共に、相談体制の充実を図っていきます。

【主な取り組み例】

- 食品表示の見方の普及啓発
 - ・広報いこまちでの啓発 等
- 保育園・幼稚園・学校でのアレルギー対応の推進
 - ・保育所給食での除去食の提供
 - ・アレルギー対象家庭への個別面談の実施 等
- 食の安全等の正しい知識の普及と理解の促進
 - ・食中毒予防講習会の実施 等

■数値目標

施策の柱	項目	対象	現状値 (2017年度 (平成29年度))	目標 (2022年 (平成34年度))
2 各世代や多様な暮らしに対応した食育の推進	栄養バランスが悪いと感じている人の割合	成人	33.6%	減少
	購入時に食品の消費期限やカロリー、原産地などを見る小学生の割合	小学生	62.5%	増加

施策3 健康寿命の延伸につながる食育の推進

健康寿命の延伸のために、食塩摂取量の減少（減塩）、野菜摂取量の増加等の栄養バランスに配慮した食習慣の啓発、歯や口の健康維持、食の正しい知識の普及など、市民一人ひとりの健全な食生活の実践を目指します。

①:食塩摂取量の減少(減塩)と野菜摂取量の増加

健康寿命の延伸には、生活習慣病の予防は不可欠です。一人ひとりが必要な知識を習得し、健全な食生活を実践できるよう支援していきます。

【主な取り組み例】

- 食に関する講習会、健康教室の充実
 - ・パパママ教室や離乳食講習会での啓発
 - ・生活習慣病教室での啓発
 - ・出前講座や寿大学での啓発 等
- イベントやキャンペーンでの啓発
 - ・減塩キャラクター「げんえもん」紙芝居、リーフ配布 等

②:歯や口の健康維持

歯や口の健康を維持・増進し、おいしく食べられるよう、定期的に歯科検診等の受診を促します。また、よく噛んで食べる習慣をつけてもらうため、噛むことの重要性を啓発します。

【主な取り組み例】

- 歯や口の健康維持のための歯科検診等受診の促進
 - ・歯科検診、歯科相談の実施(虫歯予防、歯磨き指導)
 - ・一般を対象にした、歯周病検診等の実施 等

③:食に対する正しい知識の普及

自分に必要な食事量やバランスのとれた食事について積極的に学び実践することで、肥満や生活習慣病の予防など健康の保持増進に努めることができます。市民が適正な食事量や食事バランスなどを学ぶ機会や相談する場の提供を行い、市民の健康保持を支援します。

【主な取り組み例】

- 高齢者への栄養指導の機会促進
 - ・生活習慣病予防教室の開催
 - ・出前講座や寿大学でのヘルシー講座の開催
 - ・まちかど保健室の開設 等
- 広報、HP等での食育情報の発信・充実
 - ・ホームページ、広報いこまちでの啓発 等
- 個別栄養相談の実施
 - ・育児相談、離乳食相談での実施
 - ・個別栄養相談の実施 等
- 「食育月間」(毎年6月)での啓発
 - ・食育パネルの展示による啓発 等

■数値目標

施策の柱	項目	対象	現状値 (2017年度 (平成29年度))	目標 (2022年 (平成34年度))
3 健康寿命の延伸につながる 食育の推進	減塩を実践する人の割合 ※「食塩・ナトリウムの表示をいつも確認する」 +「食塩・ナトリウムの表示をときどき確認する」 と回答した人の割合	成人	24.4%	増加
	野菜不足と感じている人の割合	成人	56.5%	減少
	ゆっくりよく噛んで食べる人の割合 ※「よくしている」+「たまにしている」と 回答した人の割合	成人	37.1%	※1 55%
	虫歯の保有率	3歳児	※2 3.4%	減少

※1 第3次食育推進基本計画の目標に準じています

※2 2016年度(平成28年度)実績

施策4 みんなで食を楽しむ環境づくりの推進

みんなで楽しく食育を推進するために、幼稚園・保育園、学校での給食の活用促進、親子で調理できる機会の促進、民間事業者との連携等を進めます。

①:市民団体や地域と連携した「孤食」の増加を防ぐ取り組みの推進

介護予防の観点から、栄養改善により高齢者の健康維持・増進を図ります。さらに、高齢者の孤食に対応するため、他の世代との交流を含めた地域ぐるみでの取り組みを促進します。

【主な取り組み例】

- 高齢者の孤食への対策
 - ・ひまわりの集い、会食サロンの実施 等
- 共食の機会の促進
 - ・食の自立や共食を目的とした料理教室の実施

②:民間事業者と連携した「食を楽しむ」機会の創出(体験や交流の機会の増加)

市民や飲食店・商店街などが協働し、幅広い世代に食育への関心を高める働きかけができるように、食育に関する多様な取り組みを検討・実行できるように支援します。

【主な取り組み例】

- 民間事業者による出前授業の拡大
 - ・商工会議所や生産者との協働

③:世代間交流を通じた食文化継承の促進

地域の人などから歴史や伝統を学んだり、様々な場面において異世代が交流することは、自分たちが住んでいる地域について関心をもつことにつながります。食文化・食に関する伝統的な風習などについて、楽しく学ぶ機会の充実を図ります。

【主な取り組み例】

- 学校創造推進事業の活用
 - ・給食を通じた交流会の実施 等
- 伝統的な料理や作法の継承
 - ・サマーセミナーでの給食の提供
 - ・市内幼稚園での魚料理体験の実施
 - ・ユニバーサルキャンプin生駒での「ダッチオープンクッキングコンテスト」の実施 等

④:地域や家庭等における食育の推進

親子で調理する機会は、調理の楽しさを実感したり、食について関心を高めるきっかけ作りになります。また、家族や仲間などと一緒に食事をする中で、食べることの楽しさや大切さを理解することができます。しかし、ライフスタイルの多様化などにより、家庭だけで食育を行うことが難しくなっています。学校、幼稚園、保育園、地域などが連携しながら食育を進めていきます。

【主な取り組み例】

- 親子で調理できる機会の促進
 - ・親子クッキング教室の実施 等
- 「わ食の日」の啓発
 - ・広報いこまちでの啓発
 - ・市食堂での「わ食の日」定食の提供
 - ・学校給食での「わ食の日献立」の実施及び献立表における啓発記事の記載 等
- 地場野菜の使用や食文化を取り入れた献立の促進
 - ・学校給食での実施
 - ・自主学习グループ自主活動 等

⑤:学校、幼稚園、保育園等における食育の推進

子どもの望ましい食習慣の形成や食に関する理解の促進のため、給食の献立内容の充実に引き続き努めます。また、給食を活用し適正な食事量やバランスの取れた食事について学べる機会の提供を引き続き行います。

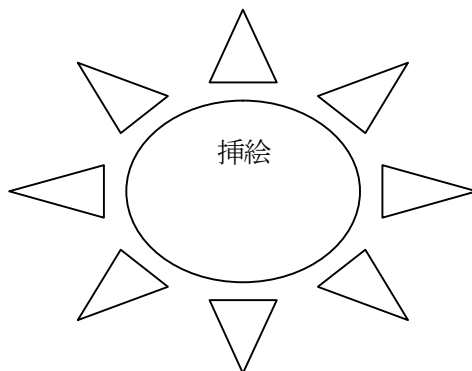
【主な取り組み例】

- 給食を活用した食育の推進
 - ・市内保育園、小中学校での実施 等
- 給食だより等の活用促進
 - ・保育園、学校の給食献立表での食育啓発
 - ・市内保育園、小中学校での実施 等
- 食育推進体制の強化
 - ・学校保健・食育委員会等の設置
 - ・幼稚園における弁当参観の充実
 - ・中学校文化祭等でのパネル展示 等
- 食育の指導體制の充実
 - ・学校での出前授業の実施 等

■数値目標

施策の柱	項目	対象	現状値 (2017年度 (平成29年度))	目標 (2022年 (平成34年度))
4 みんなで食を楽しむ環境づくりの推進	朝食と一緒に食べる人がいる人の割合	中高生	66.6%	増加
		小学生	88.2%	
	夕食と一緒に食べる人がいる人の割合	中高生	89.9%	
		小学生	95.9%	
	ひまわりの集い参加者数(教室型・地域型)		※2 (延べ) 1,931人	増加

※2 2016年度(平成28年度)実績



施策5 関係団体等との連携・協働による食育の推進

市全体にさらに「食育」を拡大するために、商工会議所、大学、市内飲食店等との連携強化、市内の食育活動に関わる団体と個人とのマッチング、食育推進リーダーの育成等を進めます。

①:関係機関・団体相互の連携・協力体制の強化による取り組みの創出(実践の環(わ)の拡大)

若年や中高年層の食の関心を高め、関連する情報を伝え、行動につなげられるよう、SNS等での発信を強化し、関係団体等との連携した情報提供を行います。また、関係団体・事業者・地域・行政が一体となり、食育推進を積極的に行っていきます。

【主な取り組み例】

- 市民や商工会・大学などが協働した食育の推進
 - ・各種イベントとコラボした食育啓発
 - ・商工会議所健康診断の機会を利用した食育啓発 等
- 企業に対する食育の普及啓発
 - ・商工会議所への情報提供
 - ・食品衛生協会への情報提供 等
- 食育に積極的な飲食店等と協働した取り組みの推進
 - ・健康なら協力店との協働
 - ・小学生メニューコンテスト受賞作品のメニュー化 等
- 食育推進リーダーの育成
 - ・ファミリーサポートスキルアップ研修の会員への食育講習の実施 等
- 民間団体等が主催するイベントとの連携・協働による食育の推進
 - ・食育ネットワークの創設 等
- コンビニエンスストアやスーパーなどの弁当や惣菜の活用法等の周知
 - ・市内スーパーと協働した食育推進の取り組みの実施 等
- 新たな情報提供媒体などを活用した情報発信の促進
 - ・SNSの活用 等

■数値目標

施策の柱	項目	対象	現状値 (2017年度 (平成29年度))	目標 (2022年 (平成34年度))
5 関係団体等との連携・協働による食育の推進	食育ネットワーク登録者(団体)数		—	10
	新たな食育に関するプロジェクト創出数		—	5

施策6 食の循環や環境を意識した食育の推進

食べ物への感謝、食への理解をさらに深めるために、農産物の生産から収穫までの一連の流れを体験する農業体験の充実、生産者との交流促進、賞味期限等の正しい知識の普及等を進めます。

①:生産から消費までの「食の循環」を重視した食育の推進

市内や県内で取れた農産物を学校や保育園で給食の食材として使用すること促進し、地場産物の活用や生産者との交流、生産地や生産過程について学ぶ機会を充実させます。また、学校や保育園、幼稚園において、農産物を育て、収穫体験を行うことで、食に関心を持てるように取り組んでいきます。農業体験の機会や、生産者との交流促進などの支援を行います。

【主な取り組み例】

- 幼稚園・保育園や小中学校における農業体験の充実
 - ・保育園、幼稚園、小中学校での収穫体験や調理実習の実施
 - ・年間を通した野菜の栽培、収穫、クッキングの実施
 - ・園内菜園での栽培体験の実施 等
- 消費者と生産者との交流の促進
 - ・生駒産玉ねぎ、大根や黒大豆等、学校給食への食材提供
 - ・菜園活動とクッキングの実施
 - ・親子ふれあい農業体験学習の実施
 - ・農業祭での農作物収穫体験の実施
 - ・農業祭での農作物即売会の実施
 - ・市内農業団体による青空市場の実施 等

②:食材の有効利用など、環境に配慮した食生活の実践

食べ物に対する「もったいない」という気持ちと「残さず食べる」という気持ちをはぐくむように取り組みます。エコクッキングなど、食材を大切に作る調理方法や、食品の賞味期限・消費期限の情報を活用して計画的に食品を購入することなどを啓発していきます。

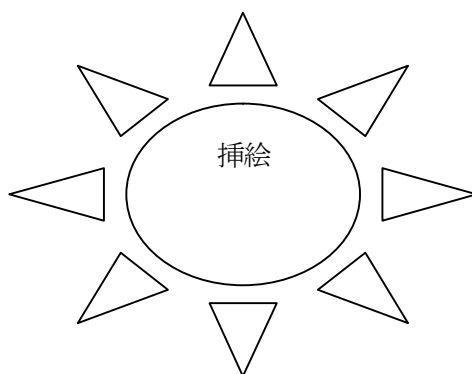
【主な取り組み例】

- 食品ロスの削減
 - ・エコクッキングでの啓発
 - ・環境食育フェアの実施
 - ・環境月間における啓発
 - ・食品ロスの削減(スーパー等での少量パックや量り売り) 等
- 賞味期限や消費期限等の正しい情報の普及
 - ・食育講座の実施
 - ・ホームページや広報いこまちでの啓発 等

■数値目標

施策の柱	項目	対象	現状値 (2017年度 (平成29年度))	目標 (2022年 (平成34年度))
6 食の循環や環境を意識した 食育の推進	奈良県内の農産物を知っている人の割合	成人	57.2%	増加
		中高生	59.4%	
		小学生	74.9%	
	食品ロス削減のために何らかの行動をしている人 ※「食品ロスを減らすために特に何もしていない」と回答した人以外の割合	成人	※3 88.2%	増加

※3 第3次食育推進基本計画の目標（80%以上）を達成しています



3 数値目標 (再掲)

施策の柱	項目	対象	現状値 (平成29年度)	目標 (平成34年度)	
1 「子どもの健やかな育ち」を守る食育の推進	食育に関心のある人の割合 ※「食生活には気をつけているので問題ない」+「問題があり、良くしようと思う」と回答した人の割合	成人	82.2%	※1 90%	
		中高生	77.6%		
		小学生	80.5%		
	朝食を欠食する人の割合	成人	19歳～30歳代	12.7%	半減
			40歳～50歳代	8.1%	
		中高生	2.5%	※1 0%	
	朝食をきちんと食べている人の割合 ※主食・主菜・副菜がそろった朝食を食べている人の割合	成人	24.0%	増加	
		中高生	25.4%		
		小学生	32.8%		
2 各世代や多様な暮らしに対応した食育の推進	栄養バランスが悪いと感じている人の割合	成人	33.6%	減少	
	購入時に食品の消費期限やカロリー、原産地などを見る小学生の割合	小学生	62.5%	増加	
3 健康寿命の延伸につながる食育の推進	減塩を実践する人の割合 ※「食塩・ナトリウムの表示をいつも確認する」+「食塩・ナトリウムの表示をときどき確認する」と回答した人の割合	成人	24.4%	増加	
	野菜不足と感じている人の割合	成人	56.5%	減少	
	ゆっくりよく噛んで食べる人の割合 ※「よくしている」+「たまにしている」と回答した人の割合	成人	37.1%	※1 55%	
	虫歯の保有率	3歳児	※2 3.4%	減少	
4 みんなで食を楽しむ環境づくりの推進	朝食を一緒に食べる人がいる人の割合	中高生	66.6%	増加	
		小学生	88.2%		
	夕食を一緒に食べる人がいる人の割合	中高生	89.9%		
		小学生	95.9%		
	ひまわりの集い参加者数(教室型・地域型)		※2 (延べ) 1,931人	増加	
5 関係団体等との連携・協働による食育の推進	食育ネットワーク登録者(団体)数		—	10	
	新たな食育に関するプロジェクト創出数		—	5	
6 食の循環や環境を意識した食育の推進	奈良県内の農産物を知っている人の割合	成人	57.2%	増加	
		中高生	59.4%		
		小学生	74.9%		
	食品ロス削減のために何らかの行動をしている人 ※「食品ロスを減らすために特に何もしていない」と回答した人以外の割合	成人	※3 88.2%	増加	

※1 第3次食育推進基本計画の目標に準じています

※2 平成28年度実績

※3 第3次食育推進基本計画の目標(80%以上)を達成しています

第6章 計画の推進に向けて

1 ネットワークによる計画の推進

第3期の計画を効果的・効率的に推進するためには、行政だけでなく、食育の担い手である関係団体等と一体となった体制づくりが重要です。

市は市民団体、事業者、学校など、それぞれの主体と連携し、着実に計画を推進します。

また、各団体の連携をより深めるために、市がコーディネート役を担い、情報交換を行うとともに、市ホームページを活用した情報発信を行います。

食育に関する活動を行う団体や個人、事業者等と食育情報を必要としている団体や個人の情報交換や連携を図り、食育に関する啓発、情報提供及び食育活動への支援等を行うことにより、家庭、地域、事業者等における食育の普及、推進に寄与することを目的とし、「いこま食育ネットワーク（仮称）」のしくみをつくります。

具体的には、市ホームページで食育に関する活動を行う団体、個人の参加を募り、参加団体、個人の紹介や活動内容を掲載します。また、「食育活動を行いたい」、「食育の情報を知りたい」等の食育情報を必要としている団体や個人に対して、市がコーディネート役となります。

2 「いこま食育ラウンドテーブル」における進捗管理・新たなプロジェクトの創出

「いこま食育ラウンドテーブル」は食育に関わる市民団体、関係団体、生産・流通事業者、行政職員等で構成された組織で、食育推進の取り組みを具体化するとともに、食育推進計画の進捗管理を行っています。この「いこま食育ラウンドテーブル」において、今後、さらに積極的な計画の進捗状況の把握・検証、食育の実践に向けた具体的な取り組みについて検討・調整を行います。そのために、担当部署の取り組み状況を確認するための評価シート（資料-12）を作成し、これに基づいて年度ごとの進捗確認を行うものとします。

さらに、「いこま食育ラウンドテーブル」では、食育に関する新しいプロジェクトを生み出し、推進するために、各団体の取り組み状況等の情報共有、アイデア出しや検討を行います。必要に応じて、プロジェクトごとにチームを編成するなど、新しいプロジェクトの実現に向けて具体的な検討・実施を行います（5年間の計画期間内に、5つの新たなプロジェクトの実現を目指します）。

なお、第3期生駒市食育推進計画の策定にあたり、懇話会メンバーから下記のアイデアを提案いただいております。具体的な実施に向け、今後検討を進めます。

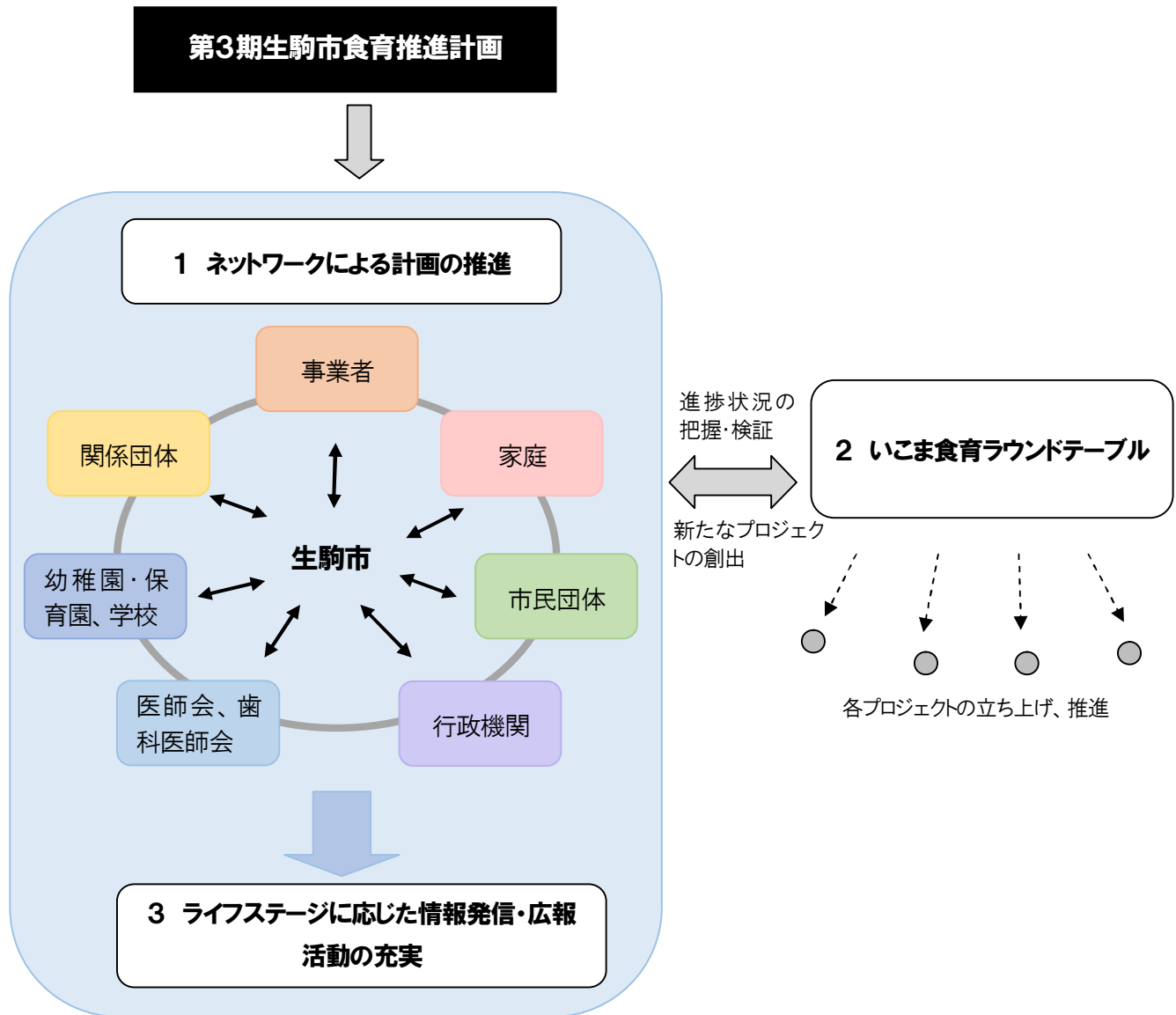
■アイデア例

- ・カードゲームを活用した食に関する知識の普及
市内小学校等で食育に関するカードゲームを活用し、高校生が中学生、中学生が小学生などを教えることで、楽しみながら、食に関する知識を深める
- ・PTAと連携した食育に関する情報の発信
生駒市PTA協議会と連携し、保護者向けの食育に関する啓発物を配布
- ・商工業者と連携した食育講座の開講
商工業者と連携し、商店街等の各店舗のプロの技を学ぶ「生駒まちゼミ」での食育をテーマにした講座を開講する 等

3 ライフステージに応じた情報発信・広報活動の充実

市民に日常生活の中で食育の実践を促すには、食に関する情報や体験の増加が重要です。そこで、期間とテーマを定めたキャンペーン型の意識啓発を計画的に実施します。

あわせて、市広報紙での周知、ツイッター等の SNS の活用、地域での回覧等のほか、集客力のあるイベント、保護者が集まる場での効果的な情報発信を行います。



資料編

1 生駒市の食育に関する主な取り組み

①小学生メニューコンテスト

市内の子どもたちに食事を作ることや食べることの楽しさを実感してもらい、野菜摂取、栄養バランスのとれた食品の選び方や組み合わせ等を学んでもらうことを目的に、小学生メニューコンテストを毎年開催しています。

小学4～6年生を対象に野菜を使った朝食メニューを応募してもらい、応募作品の中から6作品が最優秀賞等を受賞しています。受賞作品は市役所食堂、市内飲食店等でメニュー化されるなど、市内で広がりを見せています。



②農業体験

市内の田畑を借りて、野菜やお米の収穫体験を行っています。生産者と交流しながら野菜を育てることの大変さや、収穫の喜びなど体験を通して得ると共に、食べることの大切さや、食事の楽しさを知る機会となっています。



③高齢者の孤食への対策

高齢者の体力・気力の向上を目指し、食事やレクリエーション等の提供を行う「ひまわりの集い」や会食サロン等を行っています。



④クッキング教室の開催

自分で食事を作ることを学び、食事の楽しさや大切さを考える機会として「学童料理教室」や、親と子が一緒に調理して食育を学ぶ「父と子の仲よクッキング」や「親子料理教室」、幼稚園児の親子対象の「魚料理体験」等、料理教室を通じて食に関する知識の普及を行っています。



⑤厚生労働省作成「食事をおいしく、バランスよく」の啓発ツールを利用した取り組み

市内スーパーで野菜の摂取量増加に向けた普及啓発として「野菜プラス1皿」のPOPを青果、惣菜売り場に設置しています。また、減塩の普及啓発として「食塩マイナス2g」のPOPを減塩商品売り場に設置しています。



⑥広報活動

広報紙「いこまち」において、6月の食育月間に食育特集を掲載し、広く食育推進を行いました。年間を通して、小学生メニューコンテストの受賞作品のレシピを紹介する「いこまっコレシピ」、生駒で食べられている料理を紹介する「いこまのうまいもん」の連載、生駒市ホームページでは、食育活動の報告を行っています。



⑦「いこま食育ラウンドテーブル」設置要綱

(設置の目的)

第1条 生駒市食育推進計画に基づく食育の取組について、食育推進事業の効果を高めるために、市民や関係者が同じテーブルにつきアイデアを出し合い、取組を具体化する場として「いこま食育ラウンドテーブル」(以下「ラウンドテーブル」という。)を設置する。

(事業)

第2条 ラウンドテーブルは、前条の目的を達成するため、次の事業を行う。

- (1) 食育推進の総合的企画に関すること
- (2) 食育の普及啓発に関すること
- (3) 構成員間の情報共有に関すること
- (4) 前号に掲げるもののほか、目的達成に必要な事業

(組織)

第3条 ラウンドテーブルは15人以内の構成員をもって構成し、生産者・流通業者・小売店・農業協同組合・地域・職場としての企業・ボランティア団体・NPO等食に関係する者のうちから市長が構成員を任命する。

- 2 ラウンドテーブルに会長及び副会長を置き、構成員の互選によって定める。
- 3 会長は、ラウンドテーブルを代表し、会務を総理する。
- 4 副会長は、会長を補佐し、会長に事故があるときは、その職務を代理する。

(会議)

第4条 会議は、必要に応じて会長が招集し、その議長となる。

(任期)

第5条 構成員の任期は、2年とする。ただし、構成員は、再任を妨げない。
2 前任者が欠けた場合における後任者の任期は、前任者の残任期間とする。

(庶務)

第6条 ラウンドテーブルの庶務は、健康課において処理する。

(委任)

第7条 この要綱に定めるもののほか、運営に関し必要な事項は、会長が定める。

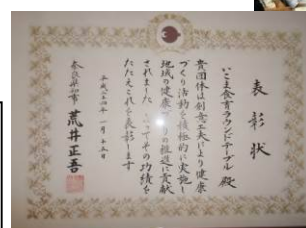
附 則

この要綱は、平成20年10月1日から施行する。

附 則

この要綱は、平成24年5月18日から施行する。

地域の健康づくりに貢献したことで、奈良県より表彰されました。



会議の様子

2 第2期生駒市食育推進計画 進捗状況

(1) 市民一人ひとりが食生活を見直し食育を実践しましょう

■自分の食について振り返り、もっと関心を持ちましょう

主な取り組み	乳幼児期	学童期	思春期	青年期	壮年期	高齢期	第2期計画での主な取組	担当	今後の展開(課題など)
健康づくり推進事業の展開							・市内スーパー、コンビニ店へのポスター配布[H25] ・「福祉と健康のつどい」の実施[H25、H26、H27、H28] * 食育パネルやポスターの掲示、パソコンソフトでの食事バランスチェックの実施 ・食育パネルの展示[H25、H26、H27、H28] * 食育月間の(6月)にコミュニティーセンター、図書館、市役所等を巡回 ・「栄養のことを知ろう」講話[H25、H26、H27、H28] * 園児を対象に年1回開催 ・ホームページでの発信[H25、H26、H27、H28] * 「生駒市の食育」 ・ホームページでの発信[H25、H26、H27、H28] * 「学校給食の献立表」 ・広報いこまちでの発信[H26] * 「朝食特集」 ・広報いこまちでの発信[H26] * 「わ食の日」 ・広報いこまちでの発信[H26、H27、H28] * 「小学生メニューコンテスト」のレジビ紹介 ・保育園、幼稚園での収穫体験や調理実習の実施[H25、H26、H27、H28]	健康課 健康課 健康課 こども課 健康課 学校給食センター 健康課 健康課 健康課 こども課	○食育パネルの展示による啓発は、より効果的な方法で実施したい。例えば、食育月間に加えて、健康増進普及月間(9月)など啓発機会を増やす、集客がある駅前やスーパーなど、公共施設以外での実施が考えられる。 ○学校給食の献立をアレレギーや栄養バランスなどの情報とともに、スマートフォン等で確認できるアプリ「4919 for ikoma」を開発中であり、今後、保護者を中心に周知予定である。 ※奈良先端科学技術大学院大学の学生と連携 ○食育情報の発信・充実については、いこまの魅力創造課などと連携し、twitter、Facebook等のSNSでの発信を強化したい。
イラストやマンガなどを活用した食育啓発の推進							・減塩キャラクター「げんえもん」紙芝居、リーフ配布[H27、H28] * ベルテラスでの食育キャンペーン、父と子仲よくッキング、福祉と健康のつどい ・市内スーパー、コンビニ店へのポスター配布[H25] ・食育パネルの展示[H25、H26、H27、H28] ・青空市場での食育の啓発[H25、H26、H27] ・父と子仲よくッキングの実施[H25、H26、H27、H28] ・ぱくぱくどより(保育園献立表)での発信[H25、H26、H27、H28] ・児童生徒向け掲示資料を各学校に配布[H25、H26、H27、H28] ・学校給食献立表での発信[H25、H26、H27、H28] ・「福祉と健康のつどい」での啓発(食事バランスガイドを用いた食事チェック)[H25、H26、H27、H28] ・生駒高校での啓発(食育啓発チラシの配布)[H25] ・農業祭での発信[H25、H26、H27]	健康課 健康課 健康課 健康課 こども課 学校給食センター 学校給食センター 健康課 健康課 健康課	
「食育月間」(毎年6月)の啓発									
生活指針や食事バランスガイドの普及啓発									

主な取り組み	第2期計画での主な取組					今後の展開(課題など)	
	乳幼児期	学童期	思春期	青年期	壮年期		高齢期
食に関する講習機会の充実						健康課	○市主催の料理教室などの食育イベントでは、企画・準備・運営と職員負担が多い一方で、リポーターが多いなど参加者が限定的である。より多くの人に参加や啓発が実施できるよう、他者との連携も含めた効果的な方法での実施が必要である。 ○保育所では、保護者が働いているため、集まる機会を利用した啓発が難しいことが課題である。 ○子ども課では、今年度から私立幼稚園と献立表の共有や意見交換、施設の視察等を実施している。今後、さらに連携を深める予定である。 ○2年前に、幼稚園と保育園が同じ担当課(子ども課)になり、連携が図りやすくなった。今後は、現在の取組を継続し、拡充を図る予定である。 ○庁内の栄養士間での、食育のテーマや課題の共通認識を図る。
						健康課	
						生涯学習課	
						生涯学習課	
						子ども課	
						子ども課	
						学校	
						子ども課	
						子ども課	
						子ども課	

■食を通して自分で健康の保持増進を心がけましょう

主な取り組み	第2期計画での主な取組					今後の展開(課題など)	
	乳幼児期	学童期	思春期	青年期	壮年期		高齢期
生活習慣病に関する健康教室の充実						健康課	○健康教室、講座等は、より効果的な方法を検討し、引き続き実施予定。 ○給食センターは、2年後に小学校給食センターと中学校給食センターに分割予定である。あわせて、栄養教諭を増員予定であり、出前授業等の充実を図りたい。
						生涯学習課	

主な取り組み	乳幼児期	学童期	思春期	青年期	壮年期	高齢期	第2期計画での主な取組	担当	今後の展開(課題など)
食育の指導体制の充実		○	○				・給食センターの栄養教諭による出前授業[H25、H26、H27、H28] *小学1年生、4年生を対象に、年1回実施 ・各学校において食育推進計画を作成[H28]	学校給食センター 学校	
新たな情報提供媒体などを活用した情報発信の促進			○	○	○	○	・パソコンソフト「回れ！ バランスゴマ君」の活用[H26、H27、H28] *福祉と健康のつどい、農業祭で実施	健康課	
朝食欠食をなくすための啓発の推進	○	○	○	○	○		・小学生メニューコンテスト[H26、H27、H28] *H28の応募数は225作品 *受賞作品は市内飲食店や学校給食でのメニュー化、広報誌での掲載によるメニュー紹介 ・広報いこまちでの啓発[H26] *「朝食特集」 ・父と子仲よけクッキング[H25、H26、H27、H28] ・小学校での啓発(生駒市健康づくり推進員連絡協議会)[H25、H26、H27] ・学校訪問時での栄養教諭による朝食喫食の啓発[H25、H26、H27、H28] ・学校保健食育委員会時での啓発[H25、H26、H27、H28] *保護者を対象に実施 ・けんこうだよりでの啓発[H25、H26、H27、H28] ・ぱくぱくだより(保育園献立表)での啓発[H25、H26、H27、H28]	健康課 健康課 健康課 健康課 学校給食センター 学校 こども課 こども課	○小学生メニューコンテストについては、受賞作品が食堂、市内飲食店でメニュー化されるなど、広がりを見せており、他部署や民間事業者等との連携をさらに深め、実施したい。
幼稚園における弁当参観の充実	○				○		・弁当参観と食育講座[H25、H26、H27、H28]	こども課	
企業に対する食育の普及啓発				○	○		・商工会議所健康診断の機会を利用した食育啓発[H25、H26、H27、H28] ・働きざかり世代の健康管理・講演会の実施(郡山保健所)[H25、H26、H27、H28] ・歯科検診、歯科相談の実施 (1才6か月、2才6か月、3才の育児相談時)[H25、H26、H27、H28]	健康課 健康課 健康課	
歯や口の健康維持のための歯科検診受診の促進と指導の充実	○	○	○	○	○		・一般を対象にした、歯周病検診等での実施 *福祉と健康のつどい[H25、H26、H27、H28] ・歯科検診、虫歯予防、歯磨き指導[H25、H26、H27、H28] *幼稚園、保育園で年1回実施 ・けんこうだより(保育園)での啓発[H25、H26、H27、H28]	健康課 こども課 こども課	

■食べ物の安全性に関心をもちましょう

主な取り組み	乳幼児期	学童期	思春期	青年期	壮年期	高齢期
	食品表示の見方 の普及啓発		○	○	○	○
食物アレルギー等 の正しい知識の普及 と理解の促進						

第2期計画での主な取組

担当	今後の展開(課題など)
健康課	○講習会、栄養相談等は、より効果的な方法を検討し、引き続き実施予定。
健康課	○2年後の小学校給食センターの整備に伴い、児童別にアレルギーに対応した給食を提供開始予定である。
健康課	
健康課	
健康課	
健康課	
健康課	
学校給食センター	
こども課	
こども課	
こども課	

(2)幼少期から正しい食習慣や生活習慣を身につけよう

■家族で食事を楽しみましょう

主な取り組み	乳幼児期	学童期	思春期	青年期	壮年期	高齢期
	親子で調理できる 機会の促進	○	○	○	○	○
「わ食の日」の啓発						

第2期計画での主な取組

担当	今後の展開(課題など)
健康課	○より幅広く、多くの方に啓発していくため、他部署や民間事業者等との連携による啓発が必要である。
健康課	
生涯学習課	
学校給食センター	
こども課	
健康課	
健康課	
健康課	
健康課	
学校給食センター	

■ 幼い頃から正しい生活習慣を身につけよう

主な取り組み	乳幼児期	学童期	思春期	青年期	壮年期	高齢期	第2期計画での主な取組	担当	今後の展開(課題など)
妊婦等への適切な食事指導の取り組みの推進				○	○		・パパママ教室、パパ講座の実施[H25、H26、H27、H28] ・妊娠届時での食事指導[H25、H26、H27、H28] ・個別栄養相談の実施[H25、H26、H27、H28]	健康課 健康課 健康課	○保育園では、調理員と園児が交流できる機会を増やし、日々の給食を通じた食育の充実を図りたい(調理員の確保や体制づくりが課題)。 ○各学校での食育をより推進するため、市内の生産者、民間事業者等との連携を強化し、出前授業等の充実を図りたい。
	乳幼児期の適切な食事指導の取り組みの推進	○		○			・離乳食講習会の実施[H25、H26、H27、H28] ・離乳食相談、育児相談での栄養指導[H25、H26、H27、H28] ・個別栄養相談の実施[H25、H26、H27、H28] ・かがるのひろばでの講演及び個別相談の実施[H25、H26、H27、H28] ・3歳児育児相談時における手作りおやつ提供[H25、H26、H27、H28] ・父と子仲よろキング[H25、H26、H27、H28] ・生駒市健康づくり推進員連絡協議会による教室の実施 * 親子クッキング[H25、H26、H27、H28] * 学童料理教室[H25、H26、H27、H28] ・かがるのひろばでの講演[H25、H26、H27、H28] * 年1回開催	こども課 健康課 健康課 健康課 健康課 健康課 こども課 こども課	
子育て支援の場を活用した食育の推進				○			・市内保育園、小学校、中学校でそれぞれ実施[H25、H26、H27、H28] ・市内保育園、小学校、中学校でそれぞれ実施[H25、H26、H27、H28]	こども課 こども課	○各保育園、幼稚園の担当者が集まるアイデア会議を開催するなどにより、各園での食育推進を図る。 例えば、絵本に出てくる食べ物を給食で提供する「図書給食」、食育をテーマにした運動会での種目、劇の開催等が考えられる。 ○各幼稚園での家庭教育学級では、各園との連携を図り、講師紹介や派遣を行うなど、より充実したプログラムの企画が求められる。
給食を活用した食育の推進	○	○	○	○			・市内保育園、小学校、中学校でそれぞれ実施[H25、H26、H27、H28] ・市内幼稚園での魚料理体験の実施(生駒市健康づくり推進員連絡協議会)[H25、H26、H27、H28] ・小学生メニューコンテスト[H26、H27、H28] ・各保育園：食育の実施[H25、H26、H27、H28] * 園児を対象に年1回実施 * 小平屋保育園のみ保護者対象に年1回実施 ・幼稚園：公立5園での講演[H28] * 保護者を対象に実施 ・年間を通じた野菜の栽培、収穫、クッキングの実施(保育園、幼稚園)[H25、H26、H27、H28] ・もちつき、焼き芋、カレーパーティー、おにぎりパーティーなどの行事[H25、H26、H27、H28] ・小学校でのみそ作り[H25、H26、H27](生駒市健康づくり推進員連絡協議会) ・市立幼稚園9園での家庭教育学級の開設、食育講座の実施[H25、H26、H27、H28] * 「子育て、食育、人権」のテーマで各園が企画・実施	健康課 健康課 こども課 こども課 こども課 こども課 こども課 健康課 生涯学習課	
給食だより等の活用の推進	○	○	○	○				健康課 健康課 こども課 こども課 こども課 こども課	

主な取り組み	乳幼児期	学童期	思春期	青年期	壮年期	高齢期	第2期計画での主な取組		今後の展開(課題など)
							担当		
学校等における食育推進体制の強化	○	○	○	○			・鹿ノ台中学校での啓発[H25、H26、H27、H28] *文化祭等でのパネル展示	健康課	○中学校文化祭での食育パネル展示の協力校の拡大を図る。
		○	○	○			・小学校での啓発[H25、H26、H27](生駒市健康づくり推進員連絡協議会)	健康課	
							・小学生メニューコンテスト[H26、H27、H28]	健康課	
							・学校給食主任者会[H25、H26、H27、H28]	学校給食センター	
環境にやさしい食生活の推進	○	○	○	○	○		・「福祉と健康のつどい」の実施(エコクッキング啓発)[H27、H28]	健康課	
		○	○	○	○		・学校給食での指導[H25、H26、H27、H28]	学校給食センター	
							・環境食育フェアの実施[H25、H26] *コープいこま	健康課	

(3) みんなで食を楽しむ機会を増やしましょう

■「食育」をみんなで応援するといった雰囲気盛り上げましょう

主な取り組み	乳幼児期	学童期	思春期	青年期	壮年期	高齢期	第2期計画での主な取組		今後の展開(課題など)
							担当		
食育推進リーダーの養成				○	○	○	・健康づくりリーダー養成講座[H26、H28]	健康課	○健康づくりリーダー養成講座修了後の活躍・実践の場が十分でなく、今後は、健康づくりリーダーと連携した取組の推進が必要である。
食に関する地域活動の促進				○	○		・男・女の料理教室[H25、H26、H27、H28]	健康課	
							・自主学習グループ自主活動[H25、H26、H27、H28] 「手間いらずの簡単おせち」「手作り無添加ハム」等	生涯学習課	
市民や商工会・大学などが協働した食育の推進	○	○	○	○	○		・商工会議所への食育啓発[H25、H26、H27、H28] ・環境食育フェスの実施[H25、H26] *コープいこま	健康課	
							・ペルテラスでの食育キャンペーン[H27、H28]	健康課	

■他の世代や生産・流通業者との交流を通じ、地域の歴史や伝統や、「食」への関心を深めよう

主な取り組み	乳幼児期	学童期	思春期	青年期	壮年期	高齢期	第2期計画での主な取組	担当	今後の展開(課題など)
	学校創造推進事業の活用	○	○						
幼稚園・保育園や小学校における農作業体験機会の充実	○	○	○	○	○		・公立幼稚園じゃがいも掘り[H25、H26、H27、H28] ・さつまいも掘り体験学習[H25] ・農業祭でのサツマイモ掘り体験[H28] *親子を対象に実施 ・親子ふれあい農業体験学習(水稻)[H26、H27、H28] ・各園・園内菜園での栽培体験[H25、H26、H27、H28] 幼:園外の田畑での栽培体験(菜畑・高山) 保:園外での収穫体験(みなみ・小平尾) ・学校給食での使用[H25、H26、H27、H28] ・生駒産野菜等の食材提供[H28] ・保育園での「大和まな」を使用した献立の提供[H28] ・農業祭[H25、H26、H27]	健康課 経済振興課 経済振興課 経済振興課 こども課 学校給食センター 経済振興課 こども課	○今後の展開として、例えば、近畿大学との包括協定を活用した特産品開発、市民、市内NPO等が自分の特技、専門分野を活かし授業を行う「KOMASAMAサマーセミナー」での食育授業、生産者や食育ボランティア団体との連携等が考えられる。
地場産野菜の学校給食への提供	○	○	○	○	○		・農業祭[H25、H26、H27] ・公立幼稚園じゃがいも掘り[H25、H26、H27、H28] ・青空市場での啓発[H25、H26、H27]	健康課 健康課	
消費者と生産者との交流の促進	○	○	○	○	○		・健康なら協力店(郡山保健所)[H25、H26、H27、H28] *第3日曜日に実施 *今年度から試験的に毎月第3木曜日に軽トラ市を実施 ・さつまいも掘り体験学習[H25] ・親子ふれあい農業体験学習(水稻)[H26、H27、H28]	健康課 経済振興課 経済振興課	

■スーパーやコンビニエンスストア、飲食店などをうまく活用し食育を推進しよう

主な取り組み	乳幼児期	学童期	思春期	青年期	壮年期	高齢期	第2期計画での主な取組	担当	今後の展開(課題など)
	食育に配慮した飲食店と協働した取り組みの推進	○	○	○	○	○			
コンビニエンスストアやスーパーなどの弁当や惣菜の活用方法等の周知	○	○	○	○	○		・コープいこまと協働した食育推進の取り組み[H26、H27、H28]	健康課	

※第2期計画に関連する取り組み

	乳幼児期	学童期	思春期	青年期	壮年期	高齢期	第2期計画での主な取組	担当	今後の展開(課題など)
		○	○	○	○	○			

3 事業計画シート(例)

施策1「子どもの健やかな育ち」を守る食育の推進

①:妊産婦、乳幼児期からの正しい食習慣や生活習慣の確立

事業名等	担当課	事業内容	前年度 事業実績	現年度 事業実績	評価コメント (増減理由)	次年度 事業計画	乳 幼 児 期	学 童 期	思 春 期	青 年 期	壮 年 期	高 齢 期	新 継
妊産婦時での食事指導	健康課	妊産婦時に妊産婦に対して食事指導を行う	妊産婦出席状況:950名	妊産婦出席状況:900名		妊産婦のための食事パランスガイドのリーフ配布	○			○	○		継
パパママ教室・パパ講座	健康課	パパママ教室:妊産婦5か月以降の初産婦とそのパートナーに対し、産科・栄養指導を行う。パパ講座:妊産婦7か月の初産婦とそのパートナーに対し講義と交流会を行う。	パパママ教室参加者数:150名 パパ講座参加者数:130名	パパママ教室参加者数:140名 パパ講座参加者数:120名	パパママ教室では、減塩のコツやだし汁の取り方を説明している。体重管理についても妊産婦からの相談がある。	前年と同じ事業回数で行う予定。	○			○	○		継
離乳食講習会の実施	健康課	生後4～5か月の乳児とその保護者に対して、離乳食についての講義と調理実習を行う。	参加者:240名 年12回行った。	参加者:200名 年12回行った。	離乳食を始めるに当って、適切な指導や不安の解消、保護者同士の交流の機会としている。	年12回行う予定	○			○	○		継
離乳食相談・育児相談での栄養指導	健康課	離乳食相談、育児相談の場を利用し栄養指導を行う	10か月児すくすく子育て相談:300名 2歳6か月児歯の相談・子育て相談:440名 3歳児歯科検診・子育て相談:300名	10か月児すくすく子育て相談:300名 2歳6か月児歯の相談・子育て相談:200名 3歳児歯科検診・子育て相談:250名	乳幼児期の離乳食や好き嫌い等の相談や助言を行った。2歳6か月児の相談については、2ヶ月に1回の事業となったため、参加者の減少となった。	前年と同じ事業回数で行う予定。	○			○	○		継
給食センターの栄養教諭による給食指導の実施	学校給食センター	給食の時間に小学校、中学校を訪問し栄養教諭による食の指導を行う。	小学2、3、6年生・中学1、2年生に対し各学校を巡回し行った。	小学2、3、6年生・中学1、2年生に対し各学校を巡回し行った。	毎年各学校で行っているため、回数の増減はなし。	昨年と同様に行う予定	○						継
給食センターの栄養教諭による出前授業の実施	学校給食センター	総合的な学習の時間帯に小学校を訪問し、栄養教諭による授業を行う。	小学1、4年生を対象に、授業を行った。	小学1、4年生を対象に、授業を行った。	毎年各学校で行っているため、回数の増減はなし。	昨年と同様に行う予定	○						継
栄養士による食育出前講座の実施	こども課	保育園・幼稚園の保護者に対し食育に関する講座を実施	保育園:3園、幼稚園:4園で行った。	保育園:2園、幼稚園:3園で行った。	外部に依頼した講習会が増えたため、減少となった。	保護者のニーズに合わせて行う予定	○			○			継
子育て支援の場での講演、個別相談の実施	こども課	0歳～就園前の子とその保護者に対し、サロンの場で食に関する相談を実施	市内3ヶ所所定2回/月参加者210名	市内3ヶ所所定2回/月参加者250名	参加者は毎年増加している。	昨年と同様に行う予定	○			○			継

4 第3期生駒市食育推進計画策定懇話会開催要綱

(趣旨)

第1条 本市における第3期生駒市食育推進計画の策定に当たり、外部の視点からの意見又は助言を求めるため、第3期生駒市食育推進計画策定懇話会（以下「懇話会」という。）を開催することに関し必要な事項を定めるものとする。

(意見等を求める事項)

第2条 懇話会において意見又は助言を求める事項は、次のとおりとする。

- (1) 第3期生駒市食育推進計画の策定に関すること。
- (2) その他目的達成に必要な事項に関すること。

(参加者)

第3条 市長は、次に掲げる者のうちから、懇話会への参加を求めるものとする。

- (1) 学識経験のある者
- (2) 関係団体等の推薦する者
- (3) 郡山保健所職員
- (4) 公募市民
- (5) その他市長が必要と認める者

2 前項の場合において、市長は、原則として、同一の者に継続して懇話会への参加を求めるものとする。

(運営)

第4条 懇話会の参加者は、その互選により懇話会を進行する座長を定めるものとする。

2 市長は、必要があると認めるときは、懇話会に関係者の出席を求め、その意見若しくは説明を聴き、又は資料の提出を求めることができる。

(開催期間)

第5条 懇話会の開催期間は、1年間を目途とする。

(庶務)

第6条 懇話会の庶務は、健康課において処理する。

(施行の細目)

第7条 この要綱に定めるもののほか、懇話会に関し必要な事項は、市長が定める。

附 則

この要綱は、平成29年6月30日から施行する。

5 第3期生駒市食育推進計画策定懇話会 参加者名簿

所属	氏名
甲南女子大学	天野 信子（座長）
（一社）生駒市医師会	松井 英人
生駒市歯科医師会	佐々木 昇
奈良県郡山保健所	吉川 萌
生駒市健康づくり推進員連絡協議会	藤尾 庸子
生駒市PTA協議会	岡島 保弘
生駒商工会議所	荻原 佐久雄
奈良県農業協同組合（生駒支店）	井上 良作
いこま育児ネット	清水 綾
生駒市校長会	山中 治郎
生駒市保育会	桑田 恵美子
生駒市環境基本計画推進会議	諸熊 えい子
市民	牧 香奈子
市民	溝口 雅代
市民	蒔崎 忠雄

6 第3期生駒市食育推進計画の策定経過

月日	内容
平成29年 8月10日～9月6日	●食育に関するアンケート調査の実施
平成29年 9月28日	●第1回策定懇話会 ・生駒市食育に関する現況報告 ・現在の取組、今後の取組アイディアに関する意見交換
平成29年 10月26日	●第2回策定懇話会 ・計画骨子案の検討 ・市民アンケート調査結果の報告
平成29年 11月30日	●第3回策定懇話会 ・計画素案の検討
平成29年 12月16日～1月15日	●パブリックコメントの実施
平成30年 3月31日	●第3期生駒市食育推進計画の策定