

第4章 具体的な施策の展開

第4章 具体的な施策の展開

I 家庭における食育の推進

ライフスタイルの変化や食の外部化等「食」をめぐる環境変化の中で、食習慣の乱れが生じており、健全な食生活が失われつつあることから、国の食育推進基本計画では、生活リズムの向上や、子どもの肥満予防の推進をはじめとし、妊産婦や乳幼児に関する栄養指導、青少年及びその保護者に対する食育推進等の取組みを行う必要があるとしています。

望ましい食習慣の確立・知識の習得や信頼関係のある親子関係を築くには、乳幼児期から家族の団らんや家族での楽しい食事を経験することが重要です。

現在、すでに保健福祉センターでの母子保健事業や子育て支援事業等をとおして食育を推進していますが、さらに、生活習慣病予防の視点での食育の推進には、幼児期から生活リズムの基礎を家庭で作り上げることが必要なことから、家庭をつくるためのノウハウや、家族団らんの経験のない若い親世代への支援を「食育」をとおして進めることが必要です。

(1) 「早寝早起き朝ごはん」の推進

子どもの望ましい生活習慣を育成し、生き生きと生活できるように、地域ぐるみで家庭における食育を推進するため、「早寝早起き朝ごはん」運動を展開します。

「早寝早起き朝ごはん」国民運動



早寝早起きや朝食をとるなど、子どもの望ましい基本的生活習慣を育成するため、「子どもの生活リズム向上プロジェクト」において、全国的な普及啓発活動や先進的な実践活動等の調査を行っています。また、幅広い関係団体の参加を得て、「早寝早起き朝ごはん」全国協議会が設立され、民間主導の「早寝早起き朝ごはん」国民運動を推進しています。

※「子どもの生活リズム向上プロジェクト」

文部科学省では、平成18年度から、早寝早起きや朝食をとるなど、子どもの望ましい基本的生活習慣を育成するためにプロジェクトを開催し、全国的な普及啓発活動や、先進的な実践活動等の調査研究を行っています。

(2) 望ましい食習慣や知識の習得

家族で楽しく食卓を囲む機会を増やし、子どものときから望ましい食習慣を身につけます。また、家族一人ひとりが食への関心と理解を深め、家庭における食生活の改善が図られるような働きかけをします。

(3) 妊産婦や乳幼児への栄養指導

両親学級、乳幼児健診、食と健康教室など、保健福祉センターを中心とした事業をととして「妊産婦のための食生活指針」や「食卓のなかの離乳食」（離乳食指導用リーフレット）等により、食育を推進します。

妊産婦のための食生活指針

- ◇妊娠前から、健康なからだづくりを
- ◇「主食」を中心に、エネルギーをしっかりと
- ◇不足しがちなビタミン・ミネラルを、「副菜」でたっぷりと
- ◇からだづくりの基礎となる「主菜」は適量を
- ◇牛乳・乳製品などの多様な食品を組み合わせることでカルシウムを十分に
- ◇妊娠中の体重増加は、お母さんと赤ちゃんにとって望ましい量に
- ◇母乳育児も、バランスのよい食生活のなかで
- ◇たばこやお酒の害から赤ちゃんを守りましょう
- ◇お母さんと赤ちゃんの健やかな毎日は、からだと心にゆとりのある生活から生まれます

(厚生労働省 平成 18 年 2 月公表)

食卓のなかの離乳食

母乳やミルクを自分のペースで飲んでいる赤ちゃんが、家族と一緒に食卓を囲んで食事できるようにしていくのが「離乳食」です。

はじめの目安
食べものに興味を持った、生後5、6か月ころから、1日1回、すりつぶしたおかゆを1さじからはじめましょう。

進め方
こどもの発育に合わせて、離乳食を1日に1回から2回、3回と増やしていきます。早寝早起きの習慣とともに離乳食の時間を決め、生活のリズムを整えていきましょう。離乳の進み具合に合わせて、トロトロ状のものからだんだんと形のある軟らかいものにしていきます。食品の種類や量は少しずつ増やし、「飲み込む」「かみつぶし」ができるようになります。離乳が進むにつれ、家族の食事から取り分けて、一緒に食卓を楽しむようにしましょう。
※ 詳しくは裏面を参考に離乳食を進めていきましょう。

離乳食の完了
形のあるものをかみつぶすことができるようになり、エネルギーや栄養素の大部分が母乳または育児用ミルク以外の食物からとれるようになったころが離乳の完了です。
朝食・昼食・夕食、1日3回規則正しく、家族と一緒に楽しく食べる習慣をつけましょう。

子どもが健やかに育つための家庭の食事はバランスが基本です
「食事バランスガイド」を活用して、家族みんなの食事を整えましょう

【食事バランスガイド】
1日に「何を」「どれだけ」食べたいかが人目でもわかる食事の目安です。主食・副菜・主菜・牛乳・果物の5グループの料理や食品を組み合わせるとなるよう、コップにたとえてそれぞれの量をイラストで示しています。
「おとなの1日の目安量」の料理の組合せ例はおおよそ2,000kcalです。

【食事バランスガイド】の詳細内容はホームページをご覧ください
食事バランスガイドホームページ <http://www.j-balanceguide.com/>
厚生労働省ホームページ http://www3.govt-online.go.jp/go/tvtsuchin_flash/200509/f_food_guide_s_cwtf

川崎市 保健福祉センター

離乳食のすすめ方の目安

離乳の開始 生後5、6か月 7、8か月 9か月から11か月ころ 12か月から18か月ころ 離乳の完了

＜食べ方の目安＞	＜調理形態の目安＞	＜食事のリズム＞	＜食事の量＞
○子どもの様子を見ながら1日1回1さじずつ始める ○母乳やミルクは飲みだいたいだけ与える	なめらかにすりつぶした状態	○食事のリズムを大切に、1日3回食に進めていく ○家族と一緒に楽しい食事体験を	○1日2回食で食事のリズムをつけていく ○いろいろな味や舌ざわりを楽しむように食品の種類を増やしていく
○1日3回食で食事のリズムを大切に、1日3回食に進めていく ○家族と一緒に楽しい食事体験を	舌でつぶせる固さ	○食事のリズムを大切に、1日3回食に進めていく ○家族と一緒に楽しい食事体験を	○1日3回食で食事のリズムを大切に、1日3回食に進めていく ○家族と一緒に楽しい食事体験を

＜食品の目安＞ お子さんの様子を見ながら進めていきましょう

主 食	穀 類	つぶしがゆ	粗つぶしがゆ	つぶさないままの全粥	軟飯
副 菜	野菜・いも 畑菜・きのこ	すりつぶした野菜・芋⇒海苔・豆類を増やす 野菜・じゃがいも 緑黄色野菜も用いる			
主 菜	魚 または 肉 または 卵	白身魚（つぶして⇒ほくして）⇒赤身魚⇒青皮魚 鶏ささみ⇒鶏肉⇒脂肪の少ない肉 豚肉・牛脂肪の少ない赤身、レバー			
牛乳・乳製品		調理用の牛乳⇒ヨーグルト⇒塩分・脂肪の少ないチーズ ※飲み物としての牛乳は、1歳以降に			

※はちみつは乳児ボツリヌス症予防のため、満1歳まで使いません

＜味つけの目安＞ 調味料は使わない⇒それぞれの食品のもつ味を生かしながら、薄味でおいしく

1さじずつから だんだんと 主食・副菜・主菜を 必要栄養素等の

はじめは ⇒ 主食・副菜・主菜 ⇒ 3:2:1になる ⇒ 大部分を離乳食から

をそろえて増やす ように増やしていく 取れるようになる

※子どもの食欲や成長・発達状況に応じて、食事の量は調節する。

＜成長の目安＞ 成長曲線のグラフに、体重や身長を記入して、成長曲線のカーブに沿っているかどうか確認する。

○ 食物アレルギーが心配なお子さんは、医師と相談しましょう。

「食卓のなかの離乳食」（離乳食指導用リーフレット） 川崎市作成

Ⅱ 学校・幼稚園・保育園における食育の推進

子どもの健全な育成に重要な役割を果たしている、学校、幼稚園、保育園等は、生活習慣の確立を進めていく場として大きな役割を担っており、あらゆる機会、あらゆる場所を利用して、積極的に食育の推進に努めることが求められています。そのためには、指導体制の充実、子どもへの指導内容の充実や学校給食、幼稚園の給食や弁当、保育園での給食の充実等の取組みが重要です。

子どもにとって、家庭とは違う集団の場の役割として、食に関する体験学習の場としての充実や、環境にやさしい安全な給食の充実を図ること等が重要です。

また、学校、幼稚園、保育園等を通じて保護者に対して、食育の重要性についての啓発を進めるとともに、学校、家庭、地域の役割を明確にして食育に取り組むことが重要です。

(1) 学校での食育推進

◇指導体制・指導内容の充実

学校においては、食育推進体制を確立し、関係する教職員が連携・協力しながら推進していきます。

子どもが食に関する正しい知識を身につけ、自らの食生活を考え、望ましい食習慣を実践することができるよう、家庭科担当教諭や栄養教諭等が中心となり、家庭科や体育科をはじめとする各教科、総合的な学習の時間等において食に関する指導の充実を図ります。



小中学校使用教材

(文部科学省)

◇学校給食の充実

学校給食の教育的な意義は、栄養バランスのとれた食事を子どもに提供することにより、子どもの健康を守り、体位の向上を図ること、地元でとれる地場産物を、学校給食に使用することなど、学校給食を「生きた教材」として活用することなどが挙げられます。

子どもたちが、より身近に実感をもって地域の自然や文化、農業についての理解を深めることができます。生産者への理解や感謝の気持ちも持つことができます。

◇体験活動の推進

子どもたちに望ましい食習慣を身につけさせ、食育を効果的に進めていくために、学校内外で取り組む農業体験活動等、様々な体験や実習を通して食育を推進します。

(2) 幼稚園での食育推進

各種行事や日ごろの活動を通じ、生きていく基本である食の大切さについて保護者と認識を共有し、幼稚園と家庭との連携による食育を推進します。各幼稚園の置かれている環境に応じて推進内容の具体化を図ります。

◇幼稚園での食育への具体的な取組み◇

1 職員

*学習会等の開催

食の知識の勉強会など、食育の意義を学習し、意識の向上を図る。

2 園児

*食事のマナーを学ぶ

食前、食後のあいさつ。よく噛んで食べる。食べる姿勢、箸の持ち方・使い方など。

*園内外での栽培、収穫、調理の体験学習

野菜や果物、米作りの体験。種子等から育て、収穫し調理することで、食物の成り立ちを理解し、感謝の念を育てる。

3 保護者

*講演会・学習会の実施

テーマ「家族のための朝食」、「子育てセミナー」など

*機関紙等を利用した啓蒙活動

食育特集記事“お母さんが作る「食育」”などの掲載。

4 その他

*伝統的な食物についての学習

茶道教室、節分ののり巻きなど食文化のならわしにも触れる機会をつくる。

(3) 保育園での食育推進

本市では、「川崎市保育園食育推進委員会」において、ライフステージを見据えた上で就学前までの「めざす子ども像」を設定し、発達区分別食育ガイドライン「**楽しく食べる子どもに「おなか**がすいた〜」

を

保育園においては、このガイドラインをもとに、それぞれの保育園の特性を考慮した、柔軟で発展的な独自の食育計画を作成し、現代社会特有の食環境の変化に適応した食育を推進していきます。

◇保育園給食の充実と体験活動

保育園における食育は、0歳児から始まります。乳幼児期は、母乳栄養またはミルクだけの栄養からスタートし、味覚の形成、咀嚼・嚥下の習得、食の自立、望ましい食習慣の形成等、著しい成長を遂げていく時期です。食事の面での成長は独立しているものではなく、子どもの心身の発達や生活のすべてと相互に関連し合っています。年齢が小さいほど個人差が大きく、保育園では、一人ひとりの発達・発達状態に合わせた授乳や離乳食～幼児食の提供を適切に行ったり、食事環境を整えることにより、子ども自身が本来持っている「お腹がすくりズム」や、おいしく、楽しく食べるための機能を引き出していきます。

また、栄養士を中心に全職員が連携を図り、子どもが給食の食材に触れたり、子どもが栽培・収穫した食材を調理して食べたりする機会を計画的に持ち、子どもたちが五感を使って「食」をより身近に感じ、関心を持ち、積極的にいかかわろうとする気持ちを育みます。

年齢が大きくなるに従って、子どもは身体と食べものの関係や、食にかかわる人、自然の恵み、行事にちなんだ料理の文化的背景にも目を向け、理解できるようになっていきます。保育園給食の献立は、日常的には旬の食材を使って「主食＋汁二菜」を基本とし、栄養バランスのよい食事を子どもが自然に受け入れ、自然にイメージできるように配慮するほか、季節の行事にちなんだ料理や伝統的な料理も取り入れ、子どもたちの豊かな食体験につながるよう配慮しています。

◇家庭との連携による食育推進

家庭からの食に関する相談に応じたり、保育園での食事の様子や食に関する取り組みについて伝えながら、子どもの成長を確認し共感し合うことは、家庭での食育への関心を高め、意識の向上につながります。また、子どもが保育園での楽しい食体験を家庭で話題にすることで、子どもから家庭への食育の発信も期待できます。

保育園では、おたよりや連絡帳、掲示物による家庭への情報提供や、保育参観、懇談会、試食会などを通して、家庭における食育の実践が広がるように努めています。

◇地域の子育て家庭への食育支援

子育てにおいて、食に関する不安やつまずきは決して少なくありません。保育園では、在宅の子育て家庭に対しても、保育を通じて多くの子どもの様々なケースにかかわることによって蓄積された子育ての知識、経験、技術を活かし、相談・支援する機会を積極的につくることが求められています。

保育園内や地域の子育てセンターにおいて、保育園の栄養士が中心となり、食に関する相談や食育講座をとおして適切な助言を行い、保護者の子育てにおける食に関する不安を軽減し、自信が持てるように支援するとともに、家庭や地域の子育て力の向上を図ります。

Ⅲ 地域における食生活改善のための取組みの推進

食に関する情報や知識、伝統や食文化等について、食習慣の乱れが生じてきており、家庭や地域において、健全な食生活を実践できるよう、適切な取組みが必要です。

栄養バランスが優れた「日本型食生活」の実践や「食生活指針」や「食事バランスガイド」の活用促進をととして、食生活の改善を推進するとともに、生活習慣病の予防を図るためには、健康づくりや医学教育等における食育推進や食品関連事業等による食育推進をととして、消費者への正しい情報提供に努めることも必要です。

地域における食生活の改善のための取組みを推進するためには、食育に関連する専門知識を有する人材の養成及び活用を図ることが重要となります。

すべてのライフステージに応じた食育推進のためには、食に関連する専門職（知識人・経験者等）による正しい情報の提供と指導者教育が必要なことから、さまざまな領域からより多くの人材の発掘を行うとともに、食育リーダー等の人材育成を進め、地域における食育の取組みを進めることが重要です。

（１）生活習慣病予防と食育推進

生活習慣病予防を図るには、食生活改善と密接な関係があることから、「かわさき健康づくり 21」と調和を図りながら、食育を推進します。

かわさき健康づくり 21

川崎市では、21世紀における健康づくり運動の地方計画として、健康づくり計画「かわさき健康づくり 21」を平成13年3月に策定しました。この計画は、「かわさき健康都市宣言」の具体的な行動計画としての性格を持つものです。

これからの少子・超高齢社会を健康で活力あるものとしていくために、健康を保持増進し、疾病を予防する「一次予防」を重視した取組みが重要になっています。

主要目標

1. 栄養・食生活

2. 身体活動・運動
3. 休養・こころの健康づくり
4. たばこ
5. アルコール
6. 歯と口の健康
7. 糖尿病
8. 循環器疾患
9. がん
10. 健康都市かわさきの実現

◇朝食で元気な 1 日のスタート

朝食を毎日食べる人を増やす

◇適正体重を維持して健康づくり

適正体重を維持している人を増やす

メタボリックシンドロームの内容を知っている人を増やす

◇質・量ともにきちんとした食事をする人を増やす

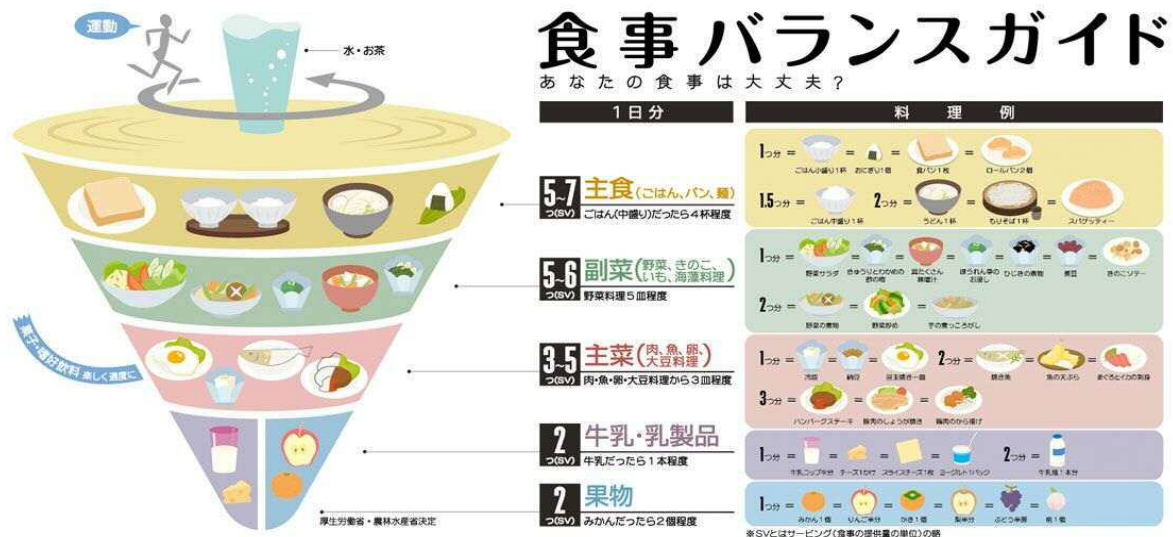
1 日 1 回以上、家族や友人と食事をする人を増やす

自分の適切な食事量を理解している人を増やす

(2)「食事バランスガイド」等の普及啓発

栄養バランスが優れた「日本型食生活」を実践することは、食料自給率の向上や、食文化の継承にもつながることが期待されます。

心身ともに健康で、生活の質の向上を目指して策定された「食生活指針」を具体的な行動に結びつけられるために、食事の望ましい組み合わせやおおよその量をイラストでわかりやすく示した「食事バランスガイド」の活用促進をとおして食育を推進します。



食事バランスガイド



食事バランスガイド
普及用リーフレット

財団法人食品産業センター提供 川崎市作成



食事バランスガイドポスター

財団法人食品産業センター提供 川崎市作成



（３）食育を実践するための人材育成

地域における食生活改善のための取組みを推進するために、地域でより質の高い活動ができるよう、食生活改善の実践方法、食育の普及活動について「食育リーダー研修会」を開催し、支援します。

◇食育リーダー研修会

目的 「食育」を地域に密着した取り組みとして推進していくことが重要であることから、食生活改善推進員を中心として、地域に根ざした食育活動の推進のために、食育リーダー研修会を実施します。

内 容（案）

- ① 食育の意義、川崎市の食育推進の取組み
- ② 食事バランスガイドの活用について
- ③ 農産物の生産について
- ④ 食の流通について
- ⑤ 食品の販売について
- ⑥ 食の安全性と食文化の継承



Ⅳ 食育推進運動の推進

国は、食育推進運動の全国的な展開とボランティアを含めた食育関係者等の連携・協力を図り、国民運動として食育を推進するため、毎年6月を「食育月間」と定めるとともに、毎月19日を「食育の日」と定め、イベント等を活用し、継続的な食育推進運動を展開しています。

また、食育に関する国民の理解を増進するために、食をめぐる諸課題や食育の意義・必要性等について広く国民の理解を深め、一人でも多くの国民が自ら食育に関する活動を実践できるよう、きめ細かな広報啓発活動を展開することとしています。

食育推進運動は、各種団体等との連携・協力体制を確立することで、大きな成果が期待できることから、川崎市の食育を推進するために、「食育」をわかりやすく、川崎らしさをもり込んで表現するとともに、市民の一人ひとりが食育に取り組めるように、食育推進月間等を定め、行政はもとより、食育に関連する各種団体やボランティア等が連携・協力して一体となって食育を推進することができるよう協力体制の構築をしていくことが重要です。

(1) 「食育」の普及啓発

食育推進運動を継続的に展開し、食育の定着を図るため、国が定める「食育の日（毎月19日）」に合わせて、食生活改善推進員を中心に市内の駅周辺で、キャンペーンを実施しています。

また、若い世代が多い本市の特徴を生かし、食を通して子どもたちが健全なところとからだを培う「こころ育ち」を目指して、キャッチフレーズ「**こころもあったか！おいしいごはん**」の活用等、様々な機会に広報普及活動を実施します。



食育の日キャンペーン（鷺沼駅周辺）

（川崎市食生活改善推進員連絡協議会提供）



食育月間ポスター（平成19年度）

（食育白書より）

(2) 各種団体等との連携・協力体制の確立

食育推進運動は、各種団体との連携との連携・協力体制を確立することで大きな成果が期待できることから、食育を総合的かつ計画的に推進する体制として、「川崎市食育推進会議条例」により、川崎市食育推進会議を設置し、関係団体等と連携を図りながら食育を推進します。

(3) ボランティア活動への支援

地域に密着した食育への取組みが重要なことから、健康づくりのためのボランティア活動を進めてきている食生活改善推進員等を支援し、地域に根ざした食育の活動を推進します。

◇食生活改善推進員の活動◇

食生活改善推進員は、「私たちの健康は私たちの手で」を合言葉に、各区を中心として、全市的に活動をしています。

全国食生活改善推進員団体連絡協議会は、平成 16 年 4 月に「食育宣言」をし、いち早く食育の活動に取り組んでいます。

川崎市の食生活改善推進員の養成は、昭和 59 年度から始まり、全市で 3,075 人（平成 19 年 4 月 1 日現在）の方が養成教室を受講しました。

食生活改善推進員の主な活動は・・・

- 「食育の日」の普及啓発活動
- かわさき健康づくり 21 「わが家の食卓コンクール」
- おやこの食育教室
- ヘルスサポーター 21 事業
- スポーツ少年と食育
- 在宅介護食ボランティア講座
- よい食生活をすすめるためのグループ講習会
- 生活習慣病予防のための事業
- 男性の料理教室



「おやこの食育教室」資料

(日本食生活協会)

食育宣言（平成 16 年 4 月 21 日 全国食生活改善推進員団体連絡協議会会長）

21 世紀における我が国の発展のために、子ども達が健全な心と身体を培い、未来の国際社会に向かって羽ばたくことができるようにするとともに、すべての国民が心身の健康を確保し、生涯にわたって生きいきとくらすことができることが大切である。

子どもたちが豊かな人間性をはぐくみ、生きる力を身に付けていくためには、何より「食育」が基本である。

また、食育は予防医学に最たるものであり、食生活の改善が糖尿病などの生活習慣病の改善につながるものである。

このことから、様々な経験を重ねて得られる食に関する知識や食べ物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活動を食生活改善推進員が広く推進することを宣言する。

(食育白書より)

食育関連団体との連携・・・

◇環境に配慮する食生活「エコ・クッキング」(企業と市民との連携)

環境問題への気付きの場として、調理実習(炭の調理)をとおして提案。対象は、小中学生、保護者、一般市民、団体など。市民ボランティアの協力を得て、食育の普及啓発を進めています。(35 ページ参照)

◇指導者向け食育セミナー(企業と市民との連携)

地域で料理教室等を開催して、食育を推進していく指導者の研修の場。
今後も内容の充実を図り推進していきます。



指導者向け食育セミナー 東京ガス㈱提供

◇味覚教室(企業と市民との連携)

「味」「おいしさ」に興味を持ち、体験を併せて楽しい講座を開催。小中学生や保護者を対象として実施しています。



味覚教室(市内小学校)味の素株式会社提供

◇年代別セミナー(企業の従業員向け)

生活習慣病の知識を、健康診断結果を見ながら指導。
食生活のチェック、運動実践、家族への働きかけも行っています。

◇ビギナース・クッキングスクール(企業と市民との連携)

代表的な家庭料理を「楽しく、簡単に、おいしく、失敗なく」実習し、料理に興味を持つきっかけとなるような教室。移動式調理台で全国をまわっています。



ビギナース・クッキングスクール 味の素株式会社提供

◇体験型農園(農業者と行政と市民)

農地の所有者が開設する市民農園。利用者は利用料を払って農業者から直接栽培指導を受けて農作業をします。

◇かわさきFM(79.1MHz かわさき市民放送)

毎月1回、健康づくり等をテーマにした番組「アクセスかわさき930」で、市民に広く情報発信をしています。

◇体験農業一親子で米づくりー

市内の田んぼでの米づくりを通じ、子どもたちが都市と農業の共生について考える機会となっています。

V 生産者と消費者との交流の促進、環境と調和のとれた農業の活性化等

食に対する感謝の念を深めていく上で、食を生み出す場として、農産物の生産、製造、加工や流通等の現場は、地域で食育を進めていくための貴重な場となります。

こうした場を活用して、農業体験や生産者と消費者が交流体験の機会を拡大し、食への関心と理解を深めるため、情報提供の強化、受入体制整備等を進めることは食育推進の上で有効です。

また、地域で生産された農産物をその地域で消費する地産地消の推進は、顔が見える農業ということから、生産者と消費者の交流の促進につながるとともに、「かわさきそだち」の農産物を知ること、環境に優しい食事づくりや無駄なく食べ残しのない食事等の推進につながります。

また、農業体験の行える畑や農業者のネットワークづくり、減農薬によって生産された農産物等の環境にやさしい食材の選択をとおして、農業への理解等を深めることが農業等活性化につながります。

さらには、地域で発生・排出されるバイオマス資源の循環利用するためのシステムの構築や、食品リサイクルの必要性の普及啓発等、地球に優しい環境づくりを含めた食育の推進をめざします。

(1) 地産地消の推進

川崎市では、平成17年3月“かわさき「農」の新生プラン”(川崎市農業振興計画)を作成し、その主要基本施策項目として、「地産地消の推進」を取り上げています。

その具体的な推進に向けて、農業者、農協、市場関係者、消費者及び行政で構成する「かわさき地産地消推進協議会」を立ち上げました。

「かわさきそだち」は、川崎市内で
生産された農産物の総称です。



（２）農業体験や環境を考えた食育の推進

川崎市においては、昭和３０年代前半までは、多くの農地や山林が存在していました。その後、都市化の圧力に押されながら、農地や山林の減少は続いています。農家の営農活動によって、市内北西部を中心に、農地や山林が残っています。

都市農地は、農家から見れば、農産物を生産する場ですが、市民全体の視点から見れば、土・緑の空間、防災などの環境保全機能、農作業体験などを通じてのレクリエーション機能、健康・福祉・教育に有効な役割を果たす休養・学習機能など、多面的な機能を発揮しています。

市民農園や体験型農園などを通して、多くの市民が川崎の「食」と「農」を理解し、食に対する感謝の念を深めていくことは、食育推進の上でも有効です。

市民農園

市民農園は、市民が農作業を通じて、都市農業への理解と関心を深めるために設置されています。

本市では、現在７か所の農園を開設、運営しています。

開設主体は、川崎市です。

◇農園一覧◇

小倉市民農園、南加瀬市民農園
下小田中市民農園、上作延市民農園
野川市民農園、南生田市民農園
千代ヶ丘市民農園



体験型農園

体験型農園は、農地所有者が開設する市民農園のことで、利用者は、レクリエーションその他の営利以外の目的で、農業者の指導を受けながら、その農地で複数段階の農作業（植付け、収穫等）をする方式のものを言います。市内では、現在６か所あります。

開設主体は、農業者です。

◇体験型農園の場所◇

中原区井田杉山町、高津区末長
宮前区小台、麻生区黒川
麻生区早野、麻生区古沢

（３）地球にやさしい環境づくり

近年、環境問題への関心が高まる中で、市民が人間と環境のかかわりについて理解と認識を深めるため、系統的な環境教育等の推進に努め、「人と環境が共生する都市・かわさき」の実現をめざす取り組みをします。



◇かわさきチャレンジ3R（一般廃棄物処理基本計画）

「地球環境にやさしい持続可能な循環型のまちを目指して」、市民・事業者・行政の協働のもと、3R（リデュース（発生・排出抑制）・リユース（再使用）・リサイクル（再生利用））を基本として、ごみの減量、リサイクルを推進します。

平成15年度に行った調査では、家庭から出るごみのうちの35.7%が生ごみであることから、好き嫌い等による食べ残しをせず、バランスのよい食事を心がけることで、生ごみの発生・排出抑制につながるとともに、健康づくりにもつながることとなります。

◇グリーンコンシューマーの「エコショッピング・クッキング」

グリーンコンシューマーとは、生活全般における行動基準に環境配慮を持つ消費者のことです。グリーンコンシューマーの視点で、エコショッピングやエコ・クッキングを普及することで、地産地消の推進につながります。

今後は、商店街との共同で、川崎市をエコショッピングタウンにすることを目指しています。

グリーンコンシューマー10原則

1. 必要なものを必要なだけ買う
2. 使い捨て商品ではなく、長く使えるものを選ぶ
3. 包装はないものを優先し、次に最小限のもの、容器は再使用できるものを選ぶ
4. 作るとき、使うとき、捨てるとき、資源とエネルギー消費の少ないものを選ぶ
5. 化学物質による環境汚染と健康への影響の少ないものを選ぶ
6. 自然と生物多様性を損なわないものを選ぶ
7. 近くで生産・製造されたものを選ぶ
8. 作る人に公正な分配が保証されるものを選ぶ
9. リサイクルされたもの、リサイクルシステムのあるものを選ぶ
10. 環境問題に熱心に取り組み、環境情報を公開しているメーカーや店を選ぶ

◇地球にうれしい「エコ・クッキング」事業

市民が「食」を通じ「身近な題材で体験的に楽しく環境の大切さを考える」というコンセプトのもと、買い物から料理、片付けにいたるまでの一連の流れを通して、環境に配慮した食生活の大切さを学ぶ「エコ・クッキング」事業を推進し、環境にやさしいライフスタイルの促進を図ります。

この事業は、市民ボランティア・事業者・行政の協働による環境教育の普及啓発活動です。



エコ・クッキング実施風景

Ⅵ 食文化の伝承のための活動への支援と国際交流の推進

日本の優れた食文化は、世界に誇ることができるものですが、食の欧米化や食の外部化等が進展する中で、栄養バランスに優れた「日本型食生活」や地域において継続されてきた特色ある食文化や豊かな味覚が失われつつあります。

川崎の歴史を見ますと、江戸時代には、砂糖、製塩、果実、万福寺にんじん栽培、養魚（のり、あさり）等の殖産興業が盛んなほか、そうめん、干菓子、禅寺丸柿、多摩川梨などが生産されていました。

現在も生産されている禅寺丸柿、多摩川梨や万福寺にんじん等を地場産物として伝承することや、日本の食文化を学び、郷土料理や伝統料理を取り入れた講習会等をとおして食文化の普及や伝承は次世代への大切な役割といえます。

また、様々な国の料理や食文化をとおして異文化を経験することで、国際都市川崎における国際交流の大切さを学ぶとともに、日本の食文化の再発見にもつながり、国際的な理解の増進を図ることができます。

（１）ボランティア活動等における取組み

核家族化が進む中、家庭における伝統的な郷土料理や日本の食文化、さらに食事のマナー等の継承が難しくなっていることから、地域の食生活改善推進員等のボランティアを中心として、日本型食生活の継承を体験活動等をとおして行っています。

（２）食文化の継承活動や情報提供

< 「にっぽん食育推進事業」（農林水産省補助事業） >

「にっぽん食育推進事業」とは、「食育基本法」及び「食育推進基本計画」に基づき、食育を推進するため、食の生産・流通・消費の各段階において、「食事バランスガイド」を活用した「日本型食生活」の普及・啓発などを行うものです。

平成18年度の「にっぽん食育推進事業」の一環として行われた「食事バランスガイド」キャンペーンでは、川崎市中原区・高津区が重点地区として選ばれ、事業所社員食堂と連携し、主に中年男性を対象にキャンペーンを行いました。

また、ＪＲ南武線では、「食事バランスガイド」のラッピング電車が走り、駅構内には横断幕やポスターで普及・啓発を行いました。



「かわさきそだち」の
↓
野菜の展示



武蔵小杉駅校内の横断幕

< 事業所社員食堂での
「食事バランスガイド」キャンペーン >

(3) 食をととした国際交流

川崎市は、外国人の登録者数が多く、国籍数も112カ国に及び、地域の国際化が進んでいます。

<国際交流推進事業>

(財)川崎市国際交流協会との連携により、イベント等を行っています。

◇インターナショナル・フェスティバル in カワサキ

川崎市内の民間レベルの国際交流に取り組んでいる団体等が、日ごろの活動の成果を発表し、各種イベントの開催を通じて、地球市民として様々な立場の人がふれあいを深めることにより、相互理解と友好親善を促進するために開催しています。(年1回)

《イベント内容》

外国文化とのコラボレーション
展示による活動紹介
展示と販売による世界の物産、世界の料理
外国人とのふれあい
フリーマーケット ほか



◇世界の料理を作って話そう! ~○○料理編~

外国料理の専門家からその国の伝統料理や家庭料理を学ぶとともに、併せて、その国の文化や各国の事情についての話を聞くことにより、国際理解を深めます。

多文化共生

通称「セメント通り」を中心とした川崎区浜町・桜本の一帯を「コリアタウン」と言います。

大正時代から戦時中にかけて朝鮮半島から川崎に移り住んだ人々が多く居住し、発展してきた地域で、本場の焼肉や韓国料理を味わえる店、食材を販売する店が多く集まり、多文化共生の街として、日韓友好の架け橋になっています。ホルモンなどの内臓肉は、朝鮮半島の食肉文化で、安く栄養があり、労働者にとってのエネルギー源として親しまれていました。

産業の変化に伴い人口が減少しましたが、栄養もあっておいしい焼肉文化を伝え、街の活性化を図るため、平成4年には地元商店主によって「コリアタウン実現を目指す川崎焼肉料飲業者の会」が発足しました。

コリアタウンの通りの両端には、異国情緒あふれる門が建っていますし、通りにはハングルの看板なども点在しているので、異国の雰囲気を楽しめます。

Ⅶ 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

食に関する情報が氾濫している中で、市民が食生活や健康に関する正しい知識を持ち、自らの判断で食を選択していくことが必要です。

消費者、食品関連事業者、専門家などの関係者相互間において、食品の安全情報及び意見交換を行うリスクコミュニケーションの実施や、食品の安全性や栄養等に関する情報の提供等が有効です。

しかし、食品の安全性に対する市民ニーズは多種多様で、日々変化する情報の中で、食品だけに注目するのではなく、「食」として大きくとらえ、年代に応じたよりよい食生活のための情報を発信することが重要となります。

（１）関係者相互間の情報及び意見の交換（リスクコミュニケーション）の実施

学識経験者、消費者代表、食品関係等事業者代表の三者で構成されている「川崎市食の安全確保対策協議会」において、食の安全性に関する情報提供及び情報交換を行い、施策体系の充実を図ります。

また、「食品衛生監視指導計画」策定の際には、「川崎市食の安全確保対策協議会」に意見を求めるほか、市民・関係団体・営業者に対する講習会等の機会をとらえた意見交換についても推進し、得られた意見を効率的かつ効果的な監視指導に反映させていきます。

（２）食品の安全性に関する情報提供

川崎市では、食の安全性を確保するための取組みや食品等の安全性に関する情報発信を積極的に行っています。

<食生活と安全～みんなで考えよう食環境>

食の安全に関する知識の普及及び情報提供等の施策を推進するため、情報誌「食生活と安全」を発行しています。

「食生活と安全」では、市民局、経済局、環境局、健康福祉局、水道局、教育委員会がそれぞれに担っている具体的な施策をとりまとめ体系化しているほか、市民の関心が高い情報等を特集しています。平成１９年３月発行号では、「川崎市における食育の推進について」「学校給食における食の安全と食育」として、川崎市の食育の取組みについて紹介しています。

また、内容については、毎年見直し、拡充を図っています。

<川崎市消費者行政推進基本計画>

消費者を取り巻く現状とこれまでの消費者行政の動き、川崎市の現状と取り組むべき課題についての基本的な考え方・方向性について示したものです。

計画項目の、「消費者啓発及び組織化の推進に関する事項」に、食育の推進を位置づけ、すべての世代への情報提供、地産地消等の推進による消費者と生産者の連携、食育リーダーの養成、継続的な食育推進運動の展開について掲げています。

知っていますか？かわさきの農産物ブランド

野菜

キャベツ

久末のキャベツ

4～7月、10～2月

減農薬の栽培に取り組んでいます。
主に市場に出荷されています。



ブロッコリー

久末・宮前のブロッコリー

4～6月、10～2月

減農薬の栽培に取り組んでいます。久末では、主に市場に出荷、宮前では、市場出荷、契約栽培、直売されています。



トマト

久末・宮前のトマト

10～5月、6～8月

岡上・黒川のトマト

3～6月

施設では桃太郎系、露地では様々な品種が栽培されています。完熟で収穫するので食味は良好です。

主に市場出荷、契約栽培されています。



だいこん

宮前のだいこん

10～5月

市場出荷、契約栽培、直売されています。

葉つきで買うことができるのは、直売ならではの楽しみです。



カリフラワー

久末のカリフラワー

4～6月、11～1月

減農薬の栽培に取り組んでいます。主に市場に出荷されています。



ほうれんそう・こまつな

市内全域

通年

朝採りが特徴です。冬の限られた時期を除き、朝採りされます。

直売のものは、採れたその日に食べることができます。



川崎市農政情報誌「かわさきそだち」

～「農」のあるライフスタイルをめざして～

「農」のイベントやお知らせや各種講座の募集案内、「かわさきそだち」を使った料理レシピなど、盛りだくさんの「農」に関する情報誌です。

4月、8月、12月の各月20日、年3回発行されます。

のらぼう菜

菅ののらぼう菜

2月下～4月下

多摩区菅地区の農家が江戸時代から代々受け継いできた、あぶらな科の野菜で、花茎の部分を食します。甘味と風味に富み、ナバナに比べて苦味が少ないのが特徴です。



たまねぎ

橘の湘南レッド

6月上～7月中

湘南レッドは神奈川県園芸試験場で育成された生食用のたまねぎです。鮮やかな赤色と、普通のたまねぎに比べて辛味、刺激臭が少なく、甘味と水分に富んでいるのが特徴です。



きゅうり

岡上のきゅうり 9～12月

黒川のきゅうり 7～12月

主に市場出荷されますが、一部直売所でも買うことができます。

きゅうりは特に「採れたて」がおいしい野菜です。



果 物

な し

多摩川なし

8～10月

多摩川沿岸で栽培されている梨のことをいいます。栽培は歴史が古く、江戸時代の初期から栽培されていたとの記録があります。

昔は長十郎の産地として有名でした。



う め

生田の梅

5～6月

白加賀などの実の大きい品種が主に栽培されています。

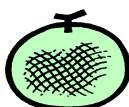
市場出荷や直売でも買うことができます。

メロン

宮前メロン

6月下旬～7月上旬

宮前メロンは、アールスメロン系の品種です。アールスメロンは、マスクメロンと呼ばれており、網目の美しい外観と上品な香り、ねっとりとした食感と甘さが特徴で、贈答用として人気があります。



か き

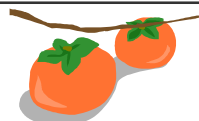
柿生禅寺丸柿

10～11月

鎌倉時代に、麻生区王禅寺の山中で偶然発見された禅寺丸は、日本で最初の甘柿とされています。

小粒ながら甘味が強いのが特徴です。

1月ごろから、柿生禅寺丸柿ワインも販売されます。



花 き

パンジー

中原区のパンジ

11月～3月

中原区では、地掘り栽培という方法でパンジーが栽培されてきました。今では、ポット栽培が主流となっています。地掘り栽培の苗は花壇に移したあとと生育がいいこと、移動が楽なことが特徴です。



はなもも

馬絹の花桃

1月下旬～2月下旬

宮前区馬絹での花栽培の歴史は古く江戸時代中期にさかのぼります。

枝物の荷造り「枝折（しおり）技術」は関東屈指とされており、枝折（しお）った枝物の荷姿は非常に美しい芸術品といえます。

こぎく

馬絹の小菊

6月～7月、10～11月

馬絹の花き栽培は江戸時代末期とされています。

現在は、古い伝統と篤農家の研究により、品質のよい露地物の小菊が栽培されており、高く評価されています。



シクラメン

全域のシクラメン

11月中旬～1月上旬

種播きから約1年をかけて栽培されます。主に直売されますが、栽培した生産者から買ったあとの管理まで丁寧に教えてもらえます。お気に入りの鉢を探せるのも直売ならではのことです。

