

Ⅱ 第2期川崎市食育推進計画の 取組と評価

1 第2期川崎市食育推進計画の取組

第2期計画では、基本理念を「心身の健康の増進と豊かな人間形成のために、市民一人ひとりが食に関する知識と食を選択する力を養い、健全な食生活を実践していけるよう、家庭、学校、地域、企業等さまざまな分野との連携のもと、すべての年代の市民に食育を推進し、『健康都市かわさき』の実現をめざす」としました。また、基本方針は、「豊かな人間性を育み健全な食生活を実践していけるよう、関係機関・団体・企業等とのより緊密な連携協力を図りながら食育の取組を推進します」としました。

目標は、「食卓での団らんの機会を増やそう」「朝食にもおかずや野菜を食べよう」「食事バランスガイドを広めよう活用しよう」「伝えよう広めよう食の情報・活動」の4つを掲げ、次の7つの具体的な施策を柱に、食育を推進してきました。

《7つの具体的な施策の柱》

- 「家庭における食育の推進」
- 「学校・幼稚園・保育園における食育の推進」
- 「地域における食生活改善のための取組の推進」
- 「食育推進運動の展開」
- 「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」
- 「日本型食生活や食文化の伝承」
- 「食品の安全性、食糧事情、食に関する調査、研究等の情報提供」

主な取組内容は以下の通りです。

(1) 目標ごとの取組

保育園では、在園児や保護者、地域の親子等の乳幼児から子育て中の市民を対象に、食育推進事業を実施しました。

学校では、各教科や特別活動、給食(食事)の時間等で食に関する指導を行い、平成23年度からの新学習指導要領の実施に伴い、「食に関する指導プラン」を小・中学校向けにそれぞれ策定して食育の推進を図りました。また、小・中・特別支援学校では食育担当者を設置し、学校教育全体で取り組むよう食に関する指導の年間計画を作成し進めました。

区役所保健福祉センターでは、乳幼児から高齢者まで幅広い年代の市民を対象に食育推進事業を実施しました。

関係団体においても、食に関する講座の開催や体験学習を通して地域への食育の推進を図りました。

目標1 食卓での団らんの機会を増やそう

保育園では、園の特色を活かした取組の中で親子で栽培物を収穫したり、親子向けの調理実習を行うなど、家族で食を楽しむ体験をしました。また、子育て支援の中で地域市民の方を対象とした調理実習や講座を行い、家族で食卓を囲むことの大切さを伝えています。

学校では、給食(食事)の時間等を活用し、協力して食事の準備や後片付けを行い、マナーを考え、会話を楽しみながら食事をしています。また、様々な機会をとらえ、家庭への啓発を行いました。

区役所保健福祉センターでは、男性料理教室や高齢者のふれあい会食会など食を通して地域の人との交流を図りました。また、地域の子育てグループや親子料理教室では親子で調理をすることで楽しく食べる体験をしました。離乳食・幼児食講座、マタニティクッキングでは、共食の大切さについて普及啓発を行いました。

関係団体においても、食育講習会や会食会等で調理や会食を通して食事の楽しさを伝えています。(取組事例参照)

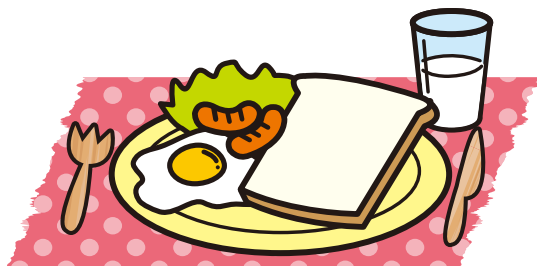
目標2 朝食にもおかずや野菜を食べよう

保育園では、子どもの興味や関心をひきだす工夫をしながら、朝食の大切さを繰り返し伝えています。また、同時に保護者に向けておかずや野菜を取り入れたバランスの良い朝食について掲示したり、朝食向けのレシピを配布したり、保護者会等で朝食の大切さについて伝えるなど、普及啓発しました。

学校では、各教科や特別活動、給食(食事)の時間等に、朝食の大切さやよりよい食事のとり方等について、食に関する指導を行いました。また、子どもたちが農作物を栽培するなどの体験学習等を通して食べ物に関心を持ち、食べようとする意欲を持てるよう取組を行いました。

区役所保健福祉センターでは、朝食をバランス良くとる習慣を身につけるために、中学校や高等学校への出前食育講座等で、生徒各自が健全な食生活を実践できるよう支援しました。また、生活習慣の基礎ができる乳幼児期での離乳食・幼児食講座の中で、朝食の大切さについて普及啓発を行いました。

関係団体では、健康相談やイベント、食育講座等で朝食の大切さを伝えました。(取組事例参照)



目標3 食事バランスガイドを広めよう活用しよう

保育園では、「食事バランスガイド」を使用して子どもにバランスの良い食べ方を伝えていきます。また地域に向けた子育て支援において、「食事バランスガイド」を活用した講座を行いました。

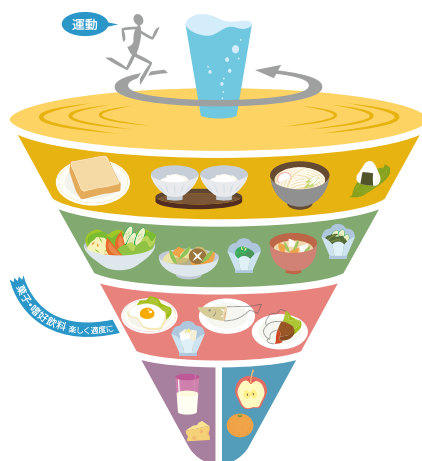
学校では、「食事バランスガイド」について家庭への啓発活動を行いました。

また、中学校と区役所保健福祉センターが連携し「食事バランスガイド」を活用した食に関する指導を行いました。

区役所保健福祉センターでは、食育キャンペーンやイベントでの普及啓発をはじめ、各種食育講座の中で、「食事バランスガイド」を媒体としてバランスの良い食事のとり方の知識を普及しました。

関係団体では、対象に合わせてゲーム等を媒体として周知と活用方法の普及啓発をしました。

(取組事例参照)



目標4 伝えよう広めよう食の情報・活動

保育園では、毎月給食だよりを発行して保護者に向けて食に関する情報を提供しています。また子育て支援の取組として、地域の親子を対象とした離乳食の相談や保育園ならではの講座を実施し、食生活の改善につながる取組を行いました。

学校では、家庭や地域に向けて学校便りや講習会等の様々な機会を通して食に関する情報を発信しました。また、教育委員会では、「ぴったりmy弁当をつくろう(中学校編)」を作成するとともに、市のホームページでも食に関する情報提供を行いました。

区役所保健福祉センターでは、関係団体と連携してイベントや講演会の場面、リーフレットの配布を通して食に関する情報提供を行いました。また、「備蓄のすすめ」のリーフレットを作成・配布し、平常時(平時)からの食の備えの大切さについて普及啓発を行いました。

関係団体では、地域の農産物を普及する活動や、農業体験、野菜の摂取を促す取組をしました。

(取組事例参照)



(2)連携体制づくりに向けた取組

食育を市民運動として推進するためには、食育の実施主体となる関係団体の推進体制作りが重要です。

市の食育推進に関しては、学識経験者、食育に関連する地域団体の代表者、市民等で構成される「川崎市食育推進会議」において、食育推進についての具体的な展開やその進捗状況の把握、重要課題について検討しています。

各区では、食育に関連する地域団体の代表者、市民等で構成される「区食育推進分科会」において、区の特色を活かした食育に取り組み、連携体制を構築しています。

■ 川崎市食育推進会議での取組

<第2期計画の進捗管理>

- ・「川崎市の食育の現状と意識に関する調査」の実施(平成24年度)

<第2期計画の推進>

- ・共通テーマの検討
- ・関係機関が連携した事業の取組

<第3期計画の策定>

- ・第2期計画の評価を踏まえた第3期計画の策定

共通テーマ

第2期計画では、重点的に取り組むテーマを「食を共にすること」(共食)としました。ポスター・カレンダー・のぼり旗を作成し、保育園・幼稚園・学校・区役所保健福祉センター及び関係団体等での普及啓発を図りました。



連携による事業例①

「お口の健康フェア」は、歯と口の健康週間に、歯とお口の健康について学ぶ機会として毎年開催されています。お口の健康は食との関連もあることから、栄養相談や野菜計りゲームなどの食育コーナーを出展し、食に関する情報提供をしました。

[連携団体]

川崎市歯科医師会、川崎市栄養士会、川崎市食生活改善推進員連絡協議会 他



連携による事業例②

「ファミリー食育クッキング教室&農業体験」では、農業体験と収穫した野菜の調理を組み合わせて、食への関心を高めました。

[連携団体]

セレサ川崎農業協同組合、東京ガス、神奈川新聞社



連携による事業例③

内閣府主催の「第7回食育推進全国大会」(パシフィコ横浜にて)では、川崎市、栄養士会、食生活改善推進員連絡協議会がブースを出展し、トマトの折り紙や、パネル展示、野菜計りゲームなどで食育の普及啓発を図りました。

[連携団体]

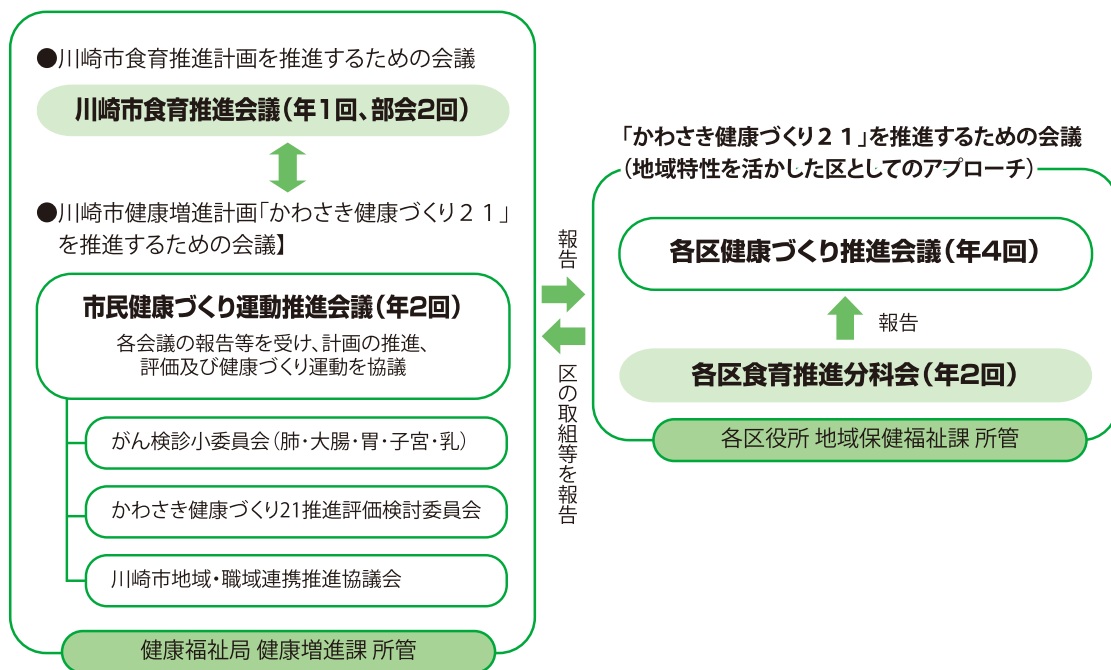
川崎市栄養士会、川崎市食生活改善推進員連絡協議会



■ 食育推進分科会での取組(各区役所保健福祉センター)～食を通したネットワーク作り～

各区で「かわさき健康づくり21」と連動させながら食育を推進していくために、平成20年度から各区の「健康づくり推進会議」の下部組織として食育推進分科会が設置され、区の特徴を活かした食育の推進に取り組んでいます。

健康づくり会議の体系図



<食育推進分科会の取組の流れ>

- 川崎市食育推進計画の確認
- ↓
- 食の課題の共有
- ↓
- 関係団体の連携による食育活動
- ↓
- 活動の評価
- ↓
- 次年度の計画

<開催回数>

会議（年2回）・食育交流会

<食育推進分科会の成果>

- ・管内の食育を推進している関係団体等が市の食育推進計画について理解し、共通認識を持つことができました。
- ・それぞれの団体から日頃の活動を通してみえた地域の食の課題を出し合い、ライフステージごと、職域ごとに異なる課題を共有することができました。
- ・複数の参加団体が食をテーマとしたイベントや講座に参画することで、より幅の広い内容で実施できました。

<食育推進分科会構成メンバー>

保育園・幼稚園・小学校・中学校・高等学校・大学
・栄養士会・食品衛生協会・食生活改善推進員・
運動普及推進員・企業・NPO法人・病院・PTA・
地域生産者・一般市民（食育を推進している
関係団体）・地域子育て支援センター等（区によ
って構成員は異なります）

【川崎区の取組】こども文化センターでの食育出前講座

テーマを「小学生への食育」とし、分科会の企画、運営でこども文化センターでの出前講座を開催しました。

分科会委員が「味覚体験」、「うまみの話」、「ジュースの糖分摂り過ぎ注意」、「夏野菜実験」等の講話をし、その後、調理実習をしました。

高校生生徒の手作りによる「うさぎのみみちゃん食育講話」や紙芝居もありました。

委員の協働により、高校生や企業など多様な分野からの働きかけができました。高校生が伝えることで、参加した子どもは親近感を持ち理解が深まり、高校生も教える立場となることで学びが深まりました。



【幸区の取組】食育フェア（食育交流会）

テーマを「未就学児とその親への食育」とし、分科会の企画、運営でこども文化センターを会場に食育フェアを開催しました。

「家族と一緒に食を楽しもう」をテーマに試食やゲームなどを楽しみながら食生活を通じた健康づくりについて考えるイベントです。

味覚体験ゲーム、野菜あてクイズ、幸区で採れた野菜を使った手作りおやつなどいろいろなコーナーがあり、150名近い親子が楽しみました。

地元でとれた野菜を知ったり、地域で活動するボランティア団体との交流など、食を通して地域とのつながりをつくることができました。



味覚体験の様子



幸区で採れた野菜

[中原区の取組]食育交流会

なかはら子ども未来フェスタの中で食育交流会を実施しました。

中原区食育推進分科会の紹介(パネル展示)、中原区で実施している食育活動の紹介(パネル展示・レシピ・健康情報等)、食材あてクイズ(野菜のおなか・魚の漢字クイズ)、マグロ等身大写真展示を行いました。

今後は食育推進分科会委員とともに紙芝居やエプロンシアターなども取り入れ、より食の情報発信を充実させていく予定です。



活動紹介



マグロ等身大写真

[高津区の取組]食育月間の取組

●パネル展示「こんな食育やっています」

平成23年6月13日～17日

区役所1階で各団体の食育事例の紹介をしました。

●食育交流会

平成23年6月17日：取組発表、情報交換

平成25年6月24日：講話、事例発表、
試食、食育のゲーム、
グループワーク、
朝食レシピ集配布

●食育事例集

高津区の食育活動をまとめ、
平成24年2月に発行しました。



パネル展示

地域から家庭へ
子どもへとつなげ
ていきたい

これからも連携し
て食育をすすめて
いきたい

楽しい内容で
交流になった



食育交流会

食育ゲームや
朝食レシピ、活動
に取り入れたい



食育事例集



朝食レシピ集

[宮前区の実践]食育交流会

食育推進分科会所属団体の主催で、団体メンバーや区民を対象とした交流会を開催しました。

①講演会

神奈川工科大学の饗場直美先生に、それぞれの立場からの活動がすべてのライフステージへの食育につながるというお話で、活動に対する自信やより一層のやる気につながりました。

②食育の取組紹介

各団体が様々なライフステージを対象にどのような取組をしているのかを知るよい機会となりました。

③試食・グループワーク

宮前区産の野菜を使った「せんべい汁」と「わが家の手作りにこにこまんじゅう」を食べながら話し合いました。とても盛り上がり、時間の都合で終了するのが残念でした。食育に対する熱い思いの共有や情報交換ができ、区内の食育がますます発展していくことが期待されます。



第1回みやまえて級グルメコンテストグランプリ作品
『わが家の手作りにこにこまんじゅう』

[多摩区の実践]食育の秋inよみうりランド～里芋掘りと芋煮会～

食育推進分科会において、「『流通・生産・消費』を絡めた食育体験イベントができないか」との意見で、企画された収穫体験イベント。

よみうりランド、地域農家さん、セレサ川崎農業協同組合管支店、菅町会と協働で企画をし、当日は、食生活改善推進員、セレサ川崎農業協同組合女性部管支部、明治大学農学部がボランティアとして加わり、地域の人材・資源を活用し、他団体と連携した食育を行っています。

収穫体験を通して、生産者とふれ合い、食卓に並ぶまでの一つの過程を知ることができました。また、芋煮を皆で食べることにより、「食を通して、コミュニケーションを図る」という場を提供でき、体験していただくことができました。



[麻生区の取組]麻生区の地場野菜を通して食文化を伝える取組

平成23、24年度は行政からの食育に関する情報の提供や分科会委員の所属する団体の活動の報告等、委員同士の情報交換及び交流を中心に会議を行ってきました。

会議を重ねる中で、委員同士お互いの活動への理解が深まり、「次は区民に食育を推進していこう!」という気持ちが高まりました。

平成25年度は「麻生区の食文化」をテーマに食育交流会と小冊子の作成を実施しました。

食育交流会では、委員による「麻生区の食文化に関する講話」と「麻生区の地場野菜を使った調理実習」を行いました。

小冊子は、麻生区の食文化に関するコラムや、地場野菜を使用したレシピ等、麻生区の食文化について広く普及啓発できる内容としています。

食育交流会や小冊子を通して、若い世代にも麻生区の食文化について興味を持つきっかけになるよう委員と共に取り組んでいます。



2 第2期計画の期間における取組の評価

(1) 目標の達成状況

目標1 「食卓での団らんの機会を増やそう」

家族と一緒に食事をする人を増やす

現状：毎日家族と一緒に食事をしている人

[H21] 39.8% → [H24] 48.2%*

「毎日家族と一緒に食事をしている人」の割合は、増加していました。

目標2 「朝食にもおかずや野菜を食べよう」

朝食で主食・副菜・主菜をそろえて食べる人を増やす

現状：朝食で主食・副菜・主菜を食べている人

[H21] 47.5% → [H24] 45.4%*

「朝食で主食・副菜・主菜をそろえて食べている人」の割合は、減少していました。

目標3 「食事バランスガイドを広めよう 活用しよう」

食事バランスガイドを参考にする人を増やす

現状：食事バランスガイドを参考にしている人

[H18] 16.5% → [H24] 24.1%*

「食事バランスガイドを参考にしている人」の割合は、増加していました。

目標4 「伝えよう 広めよう 食の情報・活動」

食育に関する活動や行動を行う人を増やす

現状：食育に関する活動や行動を行っている人

[H18] 42.9% → [H24] 38.3%*

「食育に関する活動や行動を行う人」の割合は減少していました。

* 出典「平成24年川崎市の食育の現状と意識に関する調査」

(2) 第2期計画の成果

- 関係機関・団体・企業等との連携協力により、様々な機会をとらえて普及啓発活動を実施し、食育に取り組んだ結果、4つの目標のうち2項目で改善がみられました。
- また、関係機関・団体・企業等との連携体制づくりにより、食育に取り組む団体が活動範囲を拡大するなど、地域の中で食育が活発に行われるようになりました。

＜食生活と健康＞

- ・朝食の摂取について、全体で「毎日食べる」と答えた人は約8割でしたが、「毎日食べない」と答えた人の割合は、20歳代～30歳代男性で他の年代に比べて割合が高く、約2割でした。
- ・朝食で主食・副菜・主菜をそろえている人の割合は、20歳代男性で2割弱、20歳代女性で3割弱と若い世代ほど割合が低い現状にあります。
- ・肥満とやせについては、男性の肥満（BMI 25.0以上）は40歳代、50歳代で他の年代よりも割合が高く、3割を超えています。
- ・女性のやせ（BMI 18.5未満）は20歳代、30歳代で約2割で、40歳代以降と比較して割合が高くなっています。

＜「食を共にすること」に関する現状＞

- ・毎日家族と一緒に食事をする人は5割弱でした。
- ・家族以外との食事は、「ほとんどない」が全体の5割を超えていました。
- ・家族や友人、職場の人等と一緒に食べる利点については、「楽しく食べることができる」が8割弱、「家族とのコミュニケーションを図ることができる」7割弱、「栄養バランスの良い食事を食べることができる」3割強、「規則正しい時間に食べることができる」が3割でした。
- ・主食・副菜・主菜がそろった食事の回数が多い人は、少ない人に比べて家族とほとんど毎日一緒に食べる割合が高い傾向にありました。

＜食をめぐる意識と実践＞

- ・健康のためにできることでは、「よくかんでゆっくり食べる」・「減塩をする」・「脂っこい食事を避ける」・「食べすぎを避ける」・「運動、体を動かす」について、「既にできている」が2～3割、「するつもりがあり、頑張ればできる」「するつもりがあるが自信がない」を合わせて6～7割であり、するつもりがあるがまだ実行に移していない人の割合が多い結果となっています。
- ・食育に関する活動・行動を「積極的にしている」「できるだけするようにしている」を合わせて4割弱でした。一方で、「したいと思っているが実際にはしていない」が2割強となっています。

- ・食の安全・安心への関心度については、食中毒について関心をもつ人が最も多く約6割、次いで食品添加物5割強、放射性物質5割強でした。
- ・食育をテーマに活動する団体(地域住民で組織する団体、NPO法人、社会福祉協議会加盟団体等)を対象に、ここ2～3年で活動の回数や参加人数及び活動範囲の広がりについて聞いたところ、「活動回数が増加した」約3割、「参加人数が増加した」4割強、「活動の場が増加した」約3割、「対象とする活動内容・テーマの範囲が増加した」は4割強でした。
- ・食育活動に取り組むことによる対象者(参加者)の意識や行動の変化については、対象者(参加者)の意識や行動に「変化があった」約5割、「変化なし」2割弱でした。

■「食育に関する活動・行動」についてのアンケート結果

- ・イベントや講座等の参加者255人を対象に、「市民の食への関心を高めるためには、どんなきっかけがあるとよいと思うか」を複数回答でたずねたところ、「イベントの開催」6割強、「食に関する情報提供」5割強、「川崎産農産物のPR」3割強、「店舗でのポスター掲示やパンフレットの配布」約2割でした。

(食に関する情報提供の内容は、おすすめレシピの配布7割弱、講座の案内4割強、食育の取組をしている団体の情報提供約3割でした。)



3 第3期計画に向けての課題

<課題1 食を共にすることについて>

- ・市民の実態調査からは、家族や友人と一緒に食事をしている人は、食事を楽しく感じ、食事内容のバランスが良く、体調も良い傾向がみられました。また、ひとりで食べる子どもでは、心やからだの不調を感じる割合が高いという報告があります。これらのことから、今後も引き続き、「共食(きょうしょく)」「食を共にすること」を推進していくことが必要です。

<課題2 生活習慣病の予防につながる食育について>

- ・肥満や生活習慣病の多くは脂質の過剰摂取や野菜の摂取不足等の栄養の偏り、朝食の欠食などの食習慣の乱れに起因していますが、市民の実態調査からは、特に20歳代～30歳代の若い世代に栄養の偏りが多い傾向がみられました。子どもの頃に身についた食習慣を大人になって改めることは困難であることから、子どもの頃からの健全な食生活を確立するための食育が大切です。
- ・「食べ過ぎないようにする」「減塩をする」などの健康づくりの実践について、意識は高いが行動には結びつきにくい傾向がみられたことから、意識を行動に結びけられるようなきっかけ作りが必要です。

<課題3 食育に関する活動・行動について>

- ・食育を市民運動として推進し、成果をあげるためには市民一人ひとりが自ら実践を心がけることが必要です。食育に関する活動・行動について、「したいと思っているが実際にはしていない」と回答した人が2割強いることから、情報提供の方法を検討する必要があります。

