

## 第 3 章

### 計 画 の め ざ す も の

## 第3章 計画のめざすもの

### 1 基本理念

本市は神奈川県のはぼ中央、相模平野の南部に位置し、南は相模湾に面しています。気候が温暖で里山や田園、海、川の豊かな自然に恵まれた本市には、豊かな食の歴史と基盤があります。

そのように食環境に恵まれた本市では、「みんなではぐくもう！食育のまち ひらつかの未来」を基本理念に、食育の普及を目指します。

次世代を担う子どもたちが、食について楽しみ、感謝し、考える力を養うために、望ましい食への考え方や食の文化等を大人が伝えていく環境づくりを重点課題としています。

みんなではぐくもう！食育のまち ひらつかの未来

### 2 基本方針

次世代を担う子どもの健やかな成長や、よりよい食生活環境を継承することを目標に、行政機関や関連団体が連携・協力し、市民自らが食育を実践していくことを推進します。

#### ●家庭ではじめる食育

厚生労働省、文部科学省が進める「早寝早起き朝ごはん」を基本とした乳幼児期からの規則正しい食生活習慣の形成や、食を楽しむ、食べることを大切にする気持ちを育むための取組みを促進し、次世代に受け継がれる食育の推進に努めていきます。

#### ●体験を通じた食育

教育ファームを含む農業体験や料理体験を通じて、食べ物の生産現場を見て、料理をすることの楽しさや食事の大切さを学ぶとともに、食べ物に対する感謝の気持ちを体験し育てます。また、村井弦斎の唱えた食育の考えを継承し、食育関連行事への参加を促進します。

#### ●健康づくりのための食育

食事の基本であるバランスのとれた食事を実践するための食事バランスガイドの活用方法を、各種教室・講座等にて情報提供していきます。

#### ●人とのふれあいを通じた食育

行政間や団体間の連携を図り、互いの活動に積極的に参加・協力することにより、市民一人ひとりが主体となって食育の活動を推進していきます。

## 食育推進のイメージ



### 3 計画指標

計画指標の現状値は主に「平成19年度食育推進のための実態調査」の結果を用い、それ以外の調査結果・データ等を用いるものは指標解説中に\*を示します。計画指標の目標値は、現状値の10～15パーセント改善を基準に、計画期間の平成22年度から平成26年度までの5年間に実現可能な数値を達成目標として挙げています。

#### 【家庭ではじめる食育】

指 標	現 状 値		目 標 値
1 早寝早起き朝ごはんを実践する家庭の割合*	3歳	34.4%	50%
2 バランスのとれた朝食を食べる 子どもと大人の割合	0～5歳	44.8%	60%
	20歳代	40%	55%
	30歳代	35%	50%
	40歳代	45%	60%

#### 《指標解説》

- 1 \*平成17年度乳幼児栄養調査の「子どもの食事で気をつけていること」で『食事のリズム』と回答した割合は3歳児で34.4パーセントです。正しい生活習慣が基礎となり、子どもの健やかな成長発達や望ましい食習慣が確立されることから、厚生労働省・文部科学省が推進する[早寝・早起き・朝ごはん]の普及啓発に努め、規則正しい生活をおくる子どもを増やすことを目標とし設定しました。
- 2 「朝食にどのようなものを食べていますか」について、『主食・主菜・副菜の揃ったバランスのとれた食事をとっている』との回答が、0～5歳で44.8パーセントと半数以下であり、家庭における食習慣の乱れがうかがえます。子どもたちや、20～40歳代の子育てを担う世代を中心に、バランスのとれた朝食を毎日食べることの大切さを普及啓発することを充実させ、正しい食生活習慣を営むことの大切さを理解し、実践する市民を増やすことを目標とし設定しました。

## 【体験を通じた食育】

指 標		現 状 値	目 標 値
1 食に関する 体験活動・情報提供の場 の充実	小中学校*1	29校	全43校
	高校*2	2回	6回
	公民館*2	18公民館	全26公民館
	漁業・加工見学*2	1回	2回以上
	パンフレット作成	未実施	作成・普及
2 食に関する事業を知っている件数 一人当たり		2.3件	3件
3 食育を唱えた村井弦斎の認知率		29%	40%

### 《指標解説》

1 **\*1** 平成21年3月に市内小中学校を対象に行った「実態調査」による実施数

**\*2** 平成20年度の事業実績

学校主管食育事業のほか、思春期における健康教室、魚食普及などを市内小中学校や高校・公民館で実施しています。子どもたちの食に関する体験学習の場の充実や、保護者、地域住民への情報提供を促進することにより、規則正しい食生活の基盤の形成や、食べ物への感謝、食べることの大切さを理解実践する市民が増えることを目標とし設定しました。

2 本市では食に関する様々な事業やイベントを行っています。このような事業やイベントを通して実際に食に触れ合ってもらい、食について考える機会になることを目標として設定しました。(複数回答による件数)

3 本市にゆかりのある人物である村井弦斎は、小説『食道楽』の中で「小児には、徳育よりも、智育よりも食育が先。体育、徳育の根源も食育にある」と記し、食育の大切さを主張しました。村井弦斎の考えを、食体験によって広め、食育の普及につなげることを目標として設定しました。

## 【健康づくりのための食育】

指 標	現 状 値	目 標 値
1 平塚産食材を使った食事バランスガイドの普及	未実施	作成・普及
2 野菜を1日350g食べている人の割合*	20歳以上 45%	60%以上

### 《指標解説》

- 食事バランスガイドを『言葉も内容も知っている』と回答した割合は、16～19歳で42.9パーセントである一方、その他の年代では20パーセント前後でした。平塚産食材等、身近な食材を用いた料理を掲載した「平塚版食事バランスガイド」を作成し、ライフステージに応じた食事のとり方を普及啓発することで、健康を維持増進するための食事を理解する市民を増やすことを目標とし設定しました。
- \*平成20年度健康増進計画実態調査の結果から、野菜を望ましい量摂取する人の割合が少ない現状となっています。食事バランスガイドの普及やメタボリックシンドローム対策を充実することにより、野菜の適正な摂取（食事バランスガイドでは、野菜料理小鉢一皿分を70g程度とし、一日5皿の摂取を目標としています）を心がけ、健康づくりを実践する市民が増加することを目標とし設定しました。

## 【人とのふれあいを通じた食育】

指 標	現 状 値	目 標 値
1 食育ボランティアの人数の増加	289人*	320人以上
2 食育に関心をもっている人の割合	70.3%	90%以上

### 《指標解説》

- 地域に根ざした食育活動を展開する「平塚市食生活改善推進団体」の会員養成・育成事業を充実し、定期的な会員の増加を図ることで、多様な手による食育の普及が促進され、食育を理解する市民が増えることを目標とし設定しました。\*現状値は平成21年度会員数
- 食育への関心度について、『関心がある』『どちらかといえば関心がある』と回答した割合が70.3パーセントと、平成21年度国の割合72.2パーセントとほぼ同様の数値になっています。食育に関心をもち、市民自らによる食育推進運動が促進されることを目指し、国、県の目標値90パーセントと同様の目標を設定しました。