

## 令和5年度第1回平塚市食育推進会議 次第

日 時 令和5年7月20日(木)

午後2時から午後3時30分まで

場 所 平塚市保健センター 2階 健康学習室

### 1 開会

- (1)委員変更に伴う委嘱状の交付
- (2)あいさつ
- (3)委員自己紹介
- (4)会長・副会長の選出

### 2 議題

(1)食育基本法に基づいた国・県・市(第2次食育推進計画)の計画策定状況 資料1

(2)第2次食育推進計画の進捗状況(報告)

ア 食育推進計画の事業に関する調書(令和4年度年次実績・令和5年度展開) 資料2

イ 市民アンケート結果と第2次食育推進計画の最終評価 資料3・資料4

(3)第3次食育推進計画の策定について

ア 第3次計画に向けた検討状況について 資料5

イ 計画策定に向けた令和5年度のスケジュール 資料6

ウ 第1次素案について 資料7

### 3 その他

次回会議(予定) 令和5年9月21日(木)14:00～

※開催通知及び資料を別途送付します。

### 4 閉会

## 平塚市食育推進会議委員名簿

令和5年6月1日 現在

団体名	役職等	氏名(敬称略)
学校法人 鎌倉女子大学	家政学部 管理栄養学科 准教授	長谷川 輝美
湘南農業協同組合	組織農政部 組織指導課 係長	須田 央江
平塚魚商業協同組合	食品衛生指導員	松本 明
村井弦斎の会	メンバー	小林 美和子
神奈川県栄養士会 (第6県民活動事業部会)	地域活動栄養士菜の花会 副会長	松井 陽代
平塚市食生活改善推進団体	会長	江原 洋美
平塚市私立幼稚園協会	園長(湘南桜ヶ丘幼稚園)	久保田 智子
平塚民間保育園連盟	園長(真土すばる保育園)	吉村 美穂
平塚市立小学校長会	校長(岡崎小学校)	井手 祥子
平塚市立中学校長会	校長(江陽中学校)	山崎 幸子
神奈川県立平塚農商高等学校	副校長	間橋 元治
一般社団法人 平塚市医師会	理事	下島 るみ
一般社団法人 平塚歯科医師会	理事	鈴木 基
神奈川県平塚保健福祉事務所	主任技師	有村 優子
市民委員		白藤 千栄
市民委員		鈴木 衣乃里

任期:令和5年6月1日から令和7年5月31日まで

	国	県	平塚市(案)	
計画名	第4次食育推進基本計画	第4次神奈川県食育推進計画	第3次平塚市食育推進計画(予定)	第3次平塚市健康増進計画(予定)
計画期間	令和3年度～7年度(5年)	令和5年度～令和9年度	ひらつか健康・食育プラン2 1 令和6年度～令和17年度	
所管	農林水産省	健康増進課(厚生労働管轄)	健康課(厚生労働管轄)	
基本理念	食育基本法より ○食は命の源。食育は生きる上での基本であり、知育・徳育・体育の基礎となるべきものと位置づけ。 ○「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できる人間を育てる食育を推進。	「食」は命の源であり、私たち人間が生きていくために欠かせないものであることから、未病を改善するための重要な要素としています。・・・「食」を通じて、だれもが元気に笑顔で長生きできる神奈川県を目指します。	<b>(仮) 共に取り組む 生涯を通じた健康づくり・食育推進</b> 平塚ゆかりの文化人 村井弦齋が小説「食道楽」に記した「食育」の考えを継承し、市民や関係団体との協働のもと、豊かで活力のある食環境づくりや、食を通じた健康づくりを推進します。	
重点事項(基本方針)	(1) 生涯を通じた心身の健康を支える食育の推進 (2) 持続可能な食を支える食育の推進 (3) 「新たな日常」やデジタル化に対応した食育の推進	(1) 生涯を通じた心身の健康を支える食育の推進 (2) 持続可能な食を支える食育の推進 【横断的な視点】「新たな日常」やデジタル化に対応した食育の推進	(1) 生涯を通じた心身の健康を支える食育の推進 (2) 地域の特性を活かした食育の推進 【横断的な取組み】 (3) ライフステージ・ライフサイクルに応じた健康づくり・食育の推進 (4) 市民の協働・産学官連携による健康づくり・食育推進 (5) デジタル技術を活用した健康づくり・食育の推進	(1) 生活習慣の改善に向けた取組み (2) 生活習慣病の発症予防・重症化予防の取組み
推進する内容(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) 地域における食育の推進 (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	// // // // //	<b>&lt;栄養・食生活&gt;&lt;歯と口腔の健康&gt;</b> 身体活動・運動 休養・こころの健康 喫煙 飲酒 <b>生活習慣病の発症予防・重症化予防&lt;高血圧対策&gt;</b>	
食育推進の目標	(1) 食育に関心を持っている国民の割合 (2) 朝食又は夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数 (3) 地域等で共食したいと思う人が共食する割合 (4) 朝食を欠食する子供の割合 (5) 朝食を欠食する若い世代の割合 (6) 栄養教諭による地場産物に係る食に関する指導の平均取り組み回数 (7) 学校給食における地場産物を使用する割合(金額ベース) (8) 学校給食における国産食材を使用する割合(金額ベース) (9) 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている国民の割合 (10) 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている若い世代の割合 (11) 1日当たりの食塩摂取量の平均値 (12) 1日当たりの野菜摂取量の平均値 (13) 1日当たりの果物摂取量100g未満の者の割合 (14) 生活習慣病の予防や改善のために、ふだんから適正体重の維持や減塩等に気をつけた食生活を実践する国民を割合 (15) ゆっくりよく噛んで食べる国民の割合 (16) 食育の推進にかかわるボランティアの数 (17) 農林漁業体験を経験した国民(世帯)の割合 (18) 産地や生産者を意識して農林水産物・食品を選ぶ国民の割合 (19) 環境に配慮した農林水産物・食品を選ぶ国民の割合 (20) 食品ロス削減のために何らかの行動をしている国民を増やす (21) 地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承し、伝えている国民の割合 (22) 郷土料理や伝統料理を月1回以上食べている国民の割合 (23) 食品の安全性について基礎的な知識を持ち、自ら判断する国民の割合 (24) 推進計画を作成・実施している市町村の割合	健康を支える食育⑨ 健康を支える食育⑧ // 健康を支える食育③ア、イ 健康を支える食育③ウ 持続可能な食を支える食育② 持続可能な食を支える食育③ 持続可能な食を支える食育④ 健康を支える食育① 健康を支える食育② 健康を支える食育⑤ 健康を支える食育④ 健康を支える食育⑥ 健康を支える食育⑦ 健康を支える食育⑩ 持続可能な食を支える食育⑥農林水産物の体験や伝統ある食文化を伝えていく機会や場があることに満足している県民の割合 持続可能な食を支える食育⑦地元でとれた新鮮な野菜や魚を食べられることに満足している県民の割合 持続可能な食を支える食育⑧ 持続可能な食を支える食育⑨食べ物を無駄にしないよう気を付けている県民の割合 持続可能な食を支える食育⑩いただきますなど食への感謝を表す挨拶や箸の持ち方など、食事のマナーを正しくできていると思う県民の割合 健康を支える食育⑪	(継続) 食育に関心を持っている市民の割合 (継続) 家族と一緒に食べる共食の割合(生涯を通じた心身の健康を支える食育の推進)(幼児健診、子どもの生活習慣病データ)  (継続) 朝食を欠食する子どもの割合(生涯を通じた心身の健康を支える食育の推進)(幼児健診、子どもの生活習慣病データ) (継続) 朝食を欠食する市民の割合(生涯を通じた心身の健康を支える食育の推進)(週3回以上朝食を抜く人の割合 KDB) 栄養教諭等による食に関する指導、学校連携の増加 (新) 学校給食における地場産物給食の実施回数の増加(地域の特性を活かした食育の推進)  (継続)(食育・健康増進計画指標 共通) 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている市民の割合(生涯を通じた心身の健康を支える食育の推進)(幼児健診にて子ども・若い世代 年次アンケート聴取)(高齢者 後期健診質問票)  (新)(食育・健康増進計画指標 共通) 減塩を心がける市民の割合(食改協力・企業連携・関係機関 連携)	(新) 適正体重を維持している者の増加(肥満・若年女性やせ・低栄養傾向の高齢者の減少)  (変更)(食育・健康増進計画指標 共通) 50歳以上。80歳以上 なんでもよく噛んで食べられる市民の割合(健康増進計画指標 再掲) ※KDBデータ  (変更)(食育・健康増進計画指標 共通) 市民の協働・産学官連携による健康づくり・食育推進(食生活改善推進員の生活習慣病予防に関する普及回数)

## 令和4年度平塚市食育推進計画の事業に関する調書・次期(令和5年度)取組概要

## 1 令和4年度 縮小・休止・中止・その他対応のあった事業（感染症対策、台風襲来など）

	内容変更	中止・休止・廃止
件数	2	4

## 2 次期(令和5年度)取組の展開

	継続	拡充・充実	縮小	休止または廃止	統合	その他
件数	51	5	1	0	0	1

## 3 展開項目ごとの概要

## ・ 拡充・充実予定の事業

施策	課名	計画事業名	次期取組概要
(3)-2	保険年金課	特定健診結果説明会	令和4年度は9月から実施したが、結果返却が8月からのため参加者が募集定員に満たなかった。令和5年度は実施期間を11月からとする。参加の89%が60代・70代であり、その要因として、開催がいずれの日程も平日のお昼ごろであったためと考えられる。令和5年度はオンラインでの開催、動画の公開を行い、若年層が参加しやすい環境づくりを心掛ける。
(3)-8	健康課	健康相談	相談希望者が増加したことより、ヘルスアップ相談、高血圧相談を日数を増やし対応。地域公民館開催も実施する
(3)-14	中央公民館	公民館事業での食育推進	新型コロナウイルス感染症対策は緩和されたが、引き続き衛生管理に気をくばりつつ、事業が開催できるよう工夫していく。
(4)-2	健康課	食育に関するボランティアへの育成と活動	地域活動を充実させるための支援、学習の場の提供を行う。新規で会員を対象にした交流会を健康課主催で実施
(6)-4	中央公民館	公民館における食文化継承事業の実施	新型コロナウイルス感染症対策は緩和されたが、引き続き衛生管理に気をくばりつつ、事業が開催できるよう工夫していく。

## ・ 縮小予定の事業

施策	課名	計画事業名	次期取組概要
(1)-9	健康課	祖父母のための食育教室	集団指導を中止し、資料配布等での普及啓発とする。

基本施策(1) 家庭における食育の推進の取組み

課名	取組みの名称	計画事業名	事業内容	令和4年度事業実績	事業の効果(食育推進の視点)	次期取組	次期取組での改善・工夫	備考
1	保育課	子育て支援事業	地域子育て支援拠点で育児講座の実施や相談を行う。	○「食育に関する講座」 ・子育て支援センター(2月に実施) ・つどいの広場「もこもこ」「どれみ」「ここにくらす」 →新型コロナウイルス感染症の影響で実施なし  ○「食事・栄養の相談」 ・子育て支援センター 241件 つどいの広場「もこもこ」 40件 つどいの広場「きりんのおうち」 19件 つどいの広場「どれみ」 16件 つどいの広場「ぼけっと」 3件 つどいの広場「ここにくらす」 0件	子どもの食事や栄養に関する相談対応や情報提供を行うことで、食事に対する不安や悩みの解消を図る。	<継続>		
2	健康課	相談体制の充実	乳幼児健診や育児相談の場で相談、乳幼児健診後の電話相談や、要望に応じて訪問や来所、電話、インターネット相談を行う。	乳幼児健診後の電話による相談 44件 産後ケア事業「ママはぐ」 121件(12回開催/12回中)※食事提供有 7か月児相談 予約以外で 50件 幼児健診での相談 741件(36回開催/36回中) 乳幼児ケア 42件 2歳児歯科健診での相談 211件(24回開催/24回中) 来所相談 育児相談 195件(24回開催 人数制限有)フリー 31件 低出生体重児のつどい「おひさま」 8件 電話相談 257件(乳児183件、幼児70件、思春期2件、妊婦2件) 訪問相談 13件(妊産婦 0件、乳幼児 13件) オンライン育児相談 4件(7件実施したうち) ネウボールームはぐくみ来所相談 378件(妊産婦366件、乳幼児10件、他2件) 電話相談 32件(妊産婦26件、乳幼児6件)	食環境が大きく変化する妊娠期、乳幼児期の食に対する不安を軽減し、健康な身体づくりのための食の基盤を築くことができる。	<継続> <コロナ対応のため> 産後ケア事業、来所育児相談は令和4年度同規模で継続。来所にて相談できない方等へオンライン育児相談を継続。		来所、電話、オンライン、訪問等による相談体制は確保し、子育てにおける不安が解消できるように周知する。
3		就労者への情報提供	企業からの依頼を受け、健康講話の実施や健康相談を受け付ける。	実施なし(依頼なし)	青・壮年期の食生活を見直す機会を作ることで、食を通じた健康づくりを意識づけることができる。	<継続> 職域の食育を管轄する保健福祉事務所と連携、情報共有を図り、働く世代の食育を推進する。		
4		学習の場の充実	食育関連パンフレットの配付	婚姻届を提出する窓口に、新婚家庭向けの情報提供パンフレットを設置する。また、母子手帳を交付する際などに、父親になる方向けに『父子育児手帳』を配付する。『父子育児手帳』には、妊娠中の妊婦の食生活についてや育児に必要な離乳食、幼児食についても掲載している。	父子育児手帳配布数: 1, 270冊	生活が大きく変化するライフイベントにおいて、食生活を見直す機会を提供することができる。	<継続>	

基本施策（1）家庭における食育の推進の取組み

課名	取組みの名称	計画事業名	事業内容	令和4年度事業実績	事業の効果(食育推進の視点)	次期取組	次期取組での改善・工夫	備考
5	健康課	学習の場の充実	母親父親教室	母親父親教室では、助産師・保健師・栄養士・歯科衛生士などの専門職が、安心安全なお産を迎えるための教室を行う。また、栄養士が妊娠中から産後に必要な食生活について、講話や実習など、妊婦やその家族を対象に体験型の教室を行う。	【母親父親教室】 ・快適マタニティライフ編 実施回数 6回 参加者 40名 ・子育て世代包括支援センターにて個別対応 ハローベビー実施回数 44回	食生活が大きく変化する時期に、食に関する情報提供、体験を行うことで、時期に応じた食生活について理解することができる。	〈継続〉〈コロナ対応のため〉 ・母親父親教室は継続、内容を変更する。 ・母子手帳交付時に子育て世代包括支援センター担当栄養士による初産婦への全数栄養指導を継続する	・母親父親教室継続。講義での一方的な情報提供ではなく、Q&A方式にて実施。具体的に妊産婦期の疑問が解決できる場とする。 ・業務内容の見直しを図り、試食は中止とする。
6			離乳食教室	各月齢に合わせ、離乳食の開始から卒乳までの内容を組み込んだ教室を行う。	離乳食教室5～6か月児 実施回数8回 141人(母139人、父2人、祖父母0人) 離乳食教室7～8か月児 実施回数8回 128人(母126人、父2人、祖父母0人) 離乳食教室9か月～1歳6か月児 実施回数 4回 72人(母72人、父0人、祖父母0人)	離乳食期に保護者へ食生活の基礎について情報提供することで、乳幼児期の成長発達のための適切な食生活について普及啓発することができる。	〈継続〉 〈コロナ対応のため〉 コロナウイルス感染防止対策として、定員制は継続するが、上限を一部緩和、父親等家族の参加も可とする。幼児食教室と統合した教室は参加者からの意見を参考に対象月齢を再度見直し、申し込み状況から、教室の実施回数も見直す。	・令和4年度に9か月～1歳6か月児と幼児食教室を統合して実施したが、参加者からのアンケートへの意見を踏まえ、参加月齢を見直したうえで、離乳食から幼児食への進め方に関して情報提供を行う。
7			幼児教育	2歳児歯科健診の会場で、歯科衛生士と栄養士が幼児と保護者に対して噛むことの大切さや生活リズムについての集団指導を行う。	・新型コロナウイルス感染拡大予防のため、集団指導は中止。 ・待ち合いの場に2歳頃の食事の写真やジュースに含まれる糖分が分かるモデルを設置して普及啓発を行う。	「噛む」ことの大切さを専門職から聞くことができる。2歳児とその保護者に対して生活リズムを整えることや朝ごはんを食べる必要性、嗜好品の取り方について伝えることができる。	〈継続〉 待ち合いの場に2歳頃の食事の写真やジュースに含まれる糖分が分かるモデルを設置して普及啓発を行う。	
8			思春期対策事業	思春期に必要な食生活や、将来、健康的な成人期を迎えるにあたっての教室を保健師、助産師、栄養士で行う。	・中学校 5校 556人 ※コロナ対応として体験型から、クイズ形式での講義に内容変更した。	思春期に自分の適正体重や食事内容を知ることで、健康的な成人期を迎えるための食生活について理解することができる。 (プレコンセプションケア)	〈継続〉	
9	健康課	学習の場の充実	祖父母のための食育教室	保育所等で開催される敬老週間事業などへ出向き、祖父母を対象に食育教室を行う。	資料配布園数 13園 配布数 1,256部 ※新型コロナウイルス感染拡大防止対策のため、教室開催を中止。	乳幼児期と高齢期における食育の普及を行うことができる。	〈縮小〉〈コロナ対応〉対象者である祖父母がコロナウイルスの感染リスク者にあたる高齢者に該当するため、感染拡大防止対策により教室開催を中止する。代替として、資料配布による望ましい食生活の啓発を継続する。	

## 基本施策（1）家庭における食育の推進の取組み

	課名	取組みの名称	計画事業名	事業内容	令和4年度事業実績	事業の効果(食育推進の視点)	次期取組	次期取組での改善・工夫	備考
10		学習の場の充実	子どもの生活習慣病予防対策事業	小児期から規則正しい生活習慣を身につけ、生活習慣病を予防するために、5歳児肥満度調査や5歳児生活実態調査、幼児や保護者を対象とした巡回教室、予防相談などを行う。	巡回教室:対象を5歳児に限定し、再開。(31園 941人) 保護者向けのテキストは希望園に配布(31園1,020部) 子どもの生活習慣病予防相談:令和4年7月24日に開催。参加者 3名 3歳児肥満対策強化:通年 5歳児生活実態調査:市内幼稚園、保育所、認定こども園の5歳児に隔年で実施。 令和4年度は未実施。	幼児期における適切な食生活や生活リズムについて、幼児、保護者、関係機関に普及啓発することができる。	<継続> 令和4年度同様、保護者向け巡回教室はテキスト配布による啓発を継続し、園児対象の巡回教室については、対象を5歳児のみ、実施期間を9月～2月の6か月間に限定して実施する。		
11	健康課	情報提供の充実	地域依頼教室の開催	地域で実施されている子育て支援事業に出向いて、食育講話や個別の相談を行う。	子育て支援 5地区 参加者数 110人 他課共催・依頼教育関係 1回 参加者数 29人	地域で食に関する情報提供や技術支援を実施することで、生涯に応じたライフステージへの食育を行うことができる。	<継続> 地域からのニーズに合わせ実施方法を変えている。食に関する情報提供、体験を行うことで、時期に応じた食生活について理解することができる。個別相談に対応することで保護者の子育ての不安解消の一端を担う。		
12		体験の場の充実	食育事業	食生活改善推進団体に委託し、地域住民が健康的な食生活の知識を身につけられるよう、講話や調理実習を取り入れた事業を行う。	4公民館 34人 ※R3より2期(夏・春)にわけて、七タメニュー、春のおもてなしメニューを企画。令和4年度から委託事業回数の見直しを行い、母子保健事業食育事業を4回とした。令和3年度に実施を計画したが、新型コロナウイルス感染症の蔓延防止や大雨特別警報発令のため中止となった5か所の中から4か所を実施。	若い世代に日本の食文化や適切な食生活について伝え、保護者と一緒に調理をすることで家庭で実践するきっかけを作ることができる。	<継続>	テーマ設定について、共催公民館と協議。	
13		親子で朝ごはんクッキング教室		未就学児とその保護者を対象に、バランスの良い朝食を簡単に調理し、試食します。また、食育クイズや生活リズムについての講話を行う。	3回 保護者14人 幼児14人 小学生 7人 合計35人 ※コロナ対応として人数を制限は継続したが、例年開催の夏に戻す形で実施。	子どもが調理に携わることで、食べ物や食べることに興味を持つことができる。保護者が子どもと一緒に家庭で食育を実施できる。	<継続>	食育推進事業の目標とする「朝食摂取率の向上」を普及する事業として継続	

基本施策（2）学校・保育所等における食育の推進の取組み

課名	取組みの名称	計画事業名	事業内容	令和4年度事業実績	事業の効果(食育推進の視点)	次期取組	次期取組での改善工夫	備考
1	教育指導課	食に関する指導の充実	食に関する指導	各小中学校において、食育全体計画を作成し、食教育推進担当教員や栄養教諭及び学校栄養士等が連携して、食に関する指導(食べ物の働き、マナー、献立作成等)を行う。また、米作りや野菜の栽培・収穫体験をし、食材への興味・関心を育てる。	・小中学校の食教育推進担当者、栄養教諭及び学校栄養職員向けに食教育推進担当者会を3年ぶりに対面にて開催することができ、国・県・市の最新の情報提供を行うことができた。 ・グループ協議において栄養教諭や学校栄養職員が学校に対して具体的にどんな支援ができるか(児童生徒に対する個別的な相談指導や保護者への助言、食教育の授業に関する支援、学校便り・保健便り・給食便り等への情報提供、調理実習の支援等)を話しあうことができた。 ・ネットワークの整備等において、学校給食課、栄養教諭と連携して行うことができた。 ・グループ協議で話し合いのテーマがあるとよいというご意見があった。例えば「偏食改善」「黙食の中での楽しい給食の在り方」等。	各小中学校に食教育推進担当者を置き、市内全小中学校が食育全体計画を作成し、必要に応じて栄養教諭や学校栄養職員と連携しながら食に関する指導を行える。	<継続> オンラインまたはハイブリット開催を検討していく。	小中学校の食教育推進担当者、栄養教諭及び学校栄養職員が集まる食教育推進担当者会の内容をより充実するために、グループ協議にテーマを設定し、各校での実践につなげていく。また、栄養教諭や学校栄養職員に、児童生徒に対する個別的相談指導や保護者への助言、食教育の授業に関する支援、学校便り・給食便りへの情報提供、調理実習の支援等、さらに具体的に学校に関わってもらえるよう、連携を強めていきたい。
2	幼稚園において、お弁当の時間に食べることの楽しさを感じられるような指導を行います。また、野菜の栽培・収穫体験をし、食材への興味・関心を育てます。			お弁当の時間を中心に、しっかり噛んでゆっくり味わって食べることの大切さや、みんなで食べるとおいしいという体験を積み重ねていけるよう、食に関する指導を行った。 また、園庭を利用して野菜等を植えたり、愛着をもって育てたりしながら、食べ物への興味・関心を高めた。また、みかん狩り等、自然の恵みを感じられる場を保育に取り入れた。	野菜等を育てることにより、栽培や収穫の喜びを感じ、食べる楽しさにつながる。	<継続>	幼稚園での食育に関する情報交換や情報提供を行う。	
3	学校給食課			各小中学校において、食育全体計画を作成し、食教育推進担当教員や栄養教諭及び学校栄養士等が連携して、食に関する指導(食べ物の働き、マナー、献立作成等)を行う。また、米作りや野菜の栽培・収穫体験をし、食材への興味・関心を育てる。	全校において、各学校の食に関する課題にあったテーマを設定し、給食時間、家庭科、学校保健委員会、その他で計2,076回指導を実施。 小学校 1,835回 中学校 241回	学校栄養職員・学校栄養教諭を通して、児童に望ましい食事のあり方等の食に関する指導を行い、時間、形態は学校の実態、裁量に合わせ、効果的な食教育のあり方を探りながら展開できる。	<継続>	
4	保育課			保育所において、保育士や栄養士が園児に対して野菜の栽培や調理体験、バイキング給食などを行う。	○園の食事や野菜の栽培を通じて、育てる・触れる・収穫する・調理する等の体験をし、みんなで食べる楽しさを味わう。 ○給食の食材を使用して、クッキングをしたり、バイキング給食を計画し実施している。 ☆クッキング保育実施回数(公立8園)・延べ回数 250回 ・延べ参加人数 9,045人 ☆バイキング給食・実施園 公立8園すべて。(頻度・実施年齢は園による) ☆主任保育士による食育(公立8園)・延べ回数 117回 ・延べ参加人数 3,820人 ☆保育課栄養士による食育(公立8園)・延べ回数 16回・延べ参加人数 547人	食育年間計画を活用し、年齢にあった体験等を実施することで、食に関する興味関心を持つ心を育てる。 子ども達が食材に触れることにより、苦手なものも進んで食べられるようになったり、食材に関する話題が増え、食に関する興味関心を導く。	<継続>	



## 基本施策（2）学校・保育所等における食育の推進の取組み

課名	取組みの名称	計画事業名	事業内容	令和4年度事業実績	事業の効果（食育推進の視点）	次期取組	次期取組での改善・工夫	備考	
5	学校給食課	給食を活用した取組みの推進	学校給食における地場産農産物等の積極的な使用に努め、「地産地消」の推進を図る。また、給食の予定献立表や給食時間の放送、平塚産野菜PRキャラクターを用いた給食を実施し、「地産地消」について児童へ啓発を行う。	年間使用品目60品目中平塚産野菜23品目品目ベース使用割合38.3% 重量ベース使用割合18.2% 野菜以外の地場産品については、サバ、カオリ麺、小松菜トマトパン、みかんパン、かおり小麦パン、さといもコロッケ、やまゆりポークを使用した。	給食を生きた教材として、地産地消の推進を行うことができる。 また、教諭との連携により、学校給食における地場産品を題材にした授業を行うことで、児童の地場産農産物や農畜水産業への理解の増進につなげること	<継続>			
6			ふれあい給食授業	小学校に農業や漁業、畜産業の生産者及び関係者を招いて、小学生と一緒に給食を食べながら生産者の話を聞き、地域産業の理解や地産地消の推進につなげる。	市内28校中11校29クラスに生産者等関係者を招いて実施 【食材テーマ】 学校給食で使用している野菜全般……………7校 魚……………2校 豚肉……………1校 加工品……………1校 【関係団体等】JA湘南、JA全農、平塚市漁業協同組合、やまゆりポーク生産者協議会、(株)フリーデンなど	ふれあい給食を通して、地域産業の理解や地産地消の推進につなげることができる。	<継続>		
7			給食試食会	保育所に園児の保護者を招き、園児と一緒に給食を試食する。また、栄養士の食育講話も行う。	新型コロナウイルス感染症まん延防止のため未実施	食事の場がコミュニケーションの重要な場であることを理解し、年齢にあった味・量・盛り付け方等を知る。 食事に対する不安や悩みの解消を図り、食の大切さに対する意識を向上させる。	<継続><コロナ対応のため>		
8	保育課	開放保育	子育て家庭に対して、開放保育の場で献立表や食育だよりを配布し、食に関する情報提供や相談、簡単クッキング等を行う。	・周知方法…園内掲示板、園だより発行、平塚市保育所利用案内、平塚市ホームページでの広報 ・実施回数及び参加人数(公立8園) 各園毎週1回 午前中2時間程度 参加人数 数名程度(1園1回当たり)  ・簡単クッキングの実施はなし	子どもの食事や栄養に関する相談対応や情報提供を行うことで、食事に対する不安や悩みの解消を図る。 献立表や給食写真の掲示・簡単クッキング等により、食に関する興味関心を導く。	<継続><コロナ対応のため>			
9	学務課	相談・情報提供の充実	児童健康教室(子どもの生活習慣病予防対策事業)	健康教室(令和4年12月18日(日)実施) 参加案内配布人数 197人 参加者 25人とその保護者  ・健康教室は、身体計測・運動指導・医師面談・栄養相談を実施 ・運動講師1名・医師2名、栄養士5名が従事 ・健康教室欠席届出者と当日欠席者の66人に対し、運動指導内容の資料、栄養士からの食物摂取アドバイスの冊子、医師作成の生活習慣病対策資料を配布	健康や食事について専門的な指導・助言を受けることができ、日々の食事摂取の大切さへの理解が深まる。	<継続>	参加案内を配布した児童のうち半数以上は返信がないため、養護教諭や担任からの積極的な声掛けが必要である		

基本施策（3）地域における食生活改善のための取組みの推進

	課名	取組みの名称	計画事業名	事業内容	令和4年度事業実績	事業の効果(食育推進の視点)	次期取組	次期取組での改善・工夫	備考
1	保険年金課	生活習慣病の予防・改善のための食育の推進	糖尿病重症化予防のための健康相談	特定健診の結果から血糖高値で腎機能の低下が疑われる方を対象に、糖尿病重症化予防のための食事面等に関する健康相談を実施し検査値の改善を図る。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・令和4年度特定健診受診者の結果より、8月から1回対象者を抽出し通知。通知した数 101人</li> <li>・糖尿病重症化予防のための健康相談 年間33回開催。</li> <li>・保健師、管理栄養士による3回程度の保健指導により検査値の改善を図る。</li> <li>・利用者実人数 32人(延べ面接者数63人)、電話での保健指導60人(延べ120人)</li> <li>・保健指導利用率 31.7%、終了した者(10人)のうち検査値が改善した率 80.0%</li> </ul>	糖尿病重症化リスクがある対象者に健康づくりのための食育を実施できる。	<継続>	事業対象者を見直し、特定健診の結果、高血糖で未治療者を対象とし、栄養指導や生活指導を実施することで糖尿病の発症予防や重症化予防を図る。	
2			特定健診結果説明会	現年度の特定健診の受診者で、内服などの理由により情報提供レベルになった者に対し、健診項目の意味、検査結果と体の機能と関連して起きている状況、すぐにも改善に取り組める生活習慣のアドバイスについて講話形式の教室を行い、栄養等指導が必要な者には管理栄養士による個別相談を実施した。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・健幸教室(健診結果説明会)を9月から2月にかけて月に1回、計6回実施。</li> <li>・参加者合計:92名(男性26名・女性66名)</li> <li>・年代:70代(71%)・60代(18%)・50代(9%)・40代(2%)</li> <li>・教室実施後のアンケートより、「説明会の内容が今後に活かせると思うか」にて、「とても思う」「思う」と回答した方97%。</li> </ul>	食生活指導や食事療法へのアドバイスを行い、効果的に食生活改善を行う。	<拡充・充実>	令和4年度は9月から実施したが、結果返却が8月からのため参加者が募集定員に満たなかった。令和5年度は実施期間を11月からとする。参加の89%が60代・70代であり、その要因として、開催がいずれの日程も平日のお昼ごろであったためと考えられる。令和5年度はオンラインでの開催、動画の公開を行い、若年層が参加しやすい環境づくり	
3			健康教室(ライフステージ別)	ライフステージに応じた教室を実施し、年齢ごとの課題について、知識や技術を提供する。	<ul style="list-style-type: none"> <li>(1) &lt;低栄養及びフレイル予防の周知のための献立作成&gt;リーフレット作成のための1食分の献立と調理過程等の写真撮影を食生活改善推進団体への委託事業として行った。</li> <li>(2) 下記の事業はコロナの影響ですべて中止となった。 <ul style="list-style-type: none"> <li>&lt;男の料理教室&gt;公民館と共催</li> <li>内容:男性対象の高齢者のための健康教室で1日目は低栄養予防など栄養についての講話と調理実習を実施。2日目は口腔の維持を行うための口腔体操を行う。</li> <li>&lt;フレイル予防のための料理講座&gt; 中央公民館と共催</li> <li>内容:高齢者の低栄養予防や口腔体操など介護予防についての講話と調理実習</li> </ul> </li> </ul>	フレイルを栄養から予防するためにはたんぱく質とエネルギー不足に注意が必要であり、その事例として1食分の献立を作成、調理過程の撮影、データ化を行った。作成にあたり日常の食生活・献立への取り入れやすさ、再現のしやすさに考慮した結果、高齢者の低栄養予防により効果的な媒体として活用できると考えている。	<継続>	フレイル予防をテーマとし、低栄養予防を中心に高齢者の食生活について引き続きリーフレット等の媒体作成や講話を行う。また高齢者の食生活改善事業として今年度作成した献立等をもとに調理実習を行う。調理実習に於いては感染状況を鑑みながら、感染症対策や方針に則して行う。	

### 基本施策（3）地域における食生活改善のための取組みの推進

	課名	取組みの名称	計画事業名	事業内容	令和4年度事業実績	事業の効果(食育推進の視点)	次期取組	次期取組での改善・工夫	備考
4	健康課	生活習慣病の予防・改善のための食育の推進	健康教室(疾病別)	慢性腎臓病の予防・改善のための知識の習得ができるように講座を実施する。	慢性腎臓病予防講座(講話) 実施日:令和4年11月17日(木) 参加者数:35人 内容:医師による講話と管理栄養士の話 管理栄養士からは腎臓病を予防するための食事について講話を実施した。また、参加者に味噌汁を試飲してもらい、塩分の感性について確認をした。 周知方法:広報ひらつか、市ウェブ、周知チラシ、ほっと	適切な食分量、食事内容、塩分摂取量について情報提供ができる	<継続>	他職種と連携した講座での普及啓発を行う。	
5			健康教室(ライフステージ別)	更年期世代の女性に対して、課題や対処法について情報提供する。	骨密度測定に参加した女性に対し、更年期について情報提供するための資料を配布した。(自由配布)  実施回数:2回(令和4年8月18日市役所、9月5日保健センター)	健康増進事業に参加した方に対し、ライフステージに合わせた情報提供や普及啓発が実施できる。	<継続>	情報提供のための媒体の充実	
6			運動教室	生活習慣病予防において大切な運動の実践(健康運動指導士による)とともに、適正な食生活について情報提供を行う。	運動教室「すっきりボディを手に入れたいあなたへ」の実施(保健師と連携) 周知方法:広報ひらつか、市ウェブ、チラシ、ライン 実施内容:6日間コースの2日目、5日目に食事に関する講話を実施 (火曜日コース、日曜日コースの2クール) 教室の中で、運動の部分は民間に委託して実施 参加者数:火曜日コース2日目 令和4年10月 4日 23人・5日目 11月 29日 17人 日曜日コース2日目 令和5年 1月29日 20人・3月5日 17人・3月19日 13人	適正体重、適正な食分量、減塩など生活習慣病予防につながる健康づくりのための食生活に関する情報提供ができる。	<継続>	食事に関する講話の内容や媒体の充実	
7			生活習慣病予防料理教室	地域で活動している食生活改善推進団体に委託して、地区公民館で高血圧予防の料理教室、普及事業を実施する。	「高血圧予防クッキング教室」の実施 6地区(旭南、岡崎、吉沢、大野、城島、富士見)の公民館で実施 参加者数:89人 「減塩普及事業」の実施 6地区(花水・神田・旭南・旭北・土屋・中央)公民館で実施 85人	地域住民に近い存在である食生活改善推進員による調理指導と管理栄養士による高血圧予防の講話により、減塩等についての普及啓発ができる。 減塩普及事業は、健診結果説明会において塩分チェックシートにおいて減塩の意識付けを行うことができた。	<継続> 社会情勢の変化と食材高騰のため、実施回数の見直しを行う。	実習献立と講話の内容を充実させて実施する	

基本施策(3) 地域における食生活改善のための取組みの推進

	課名	取組みの名称	計画事業名	事業内容	令和4年度事業実績	事業の効果(食育推進の視点)	次期取組	次期取組での改善・工夫	備考
8	健康課	生活習慣病の予防・改善のための食育の推進	健康相談	生活習慣病の予防・改善のため、生活環境に即した食事についてや介護予防につながる食事についての個別相談を実施します。	(健康相談) ヘルスアップ相談・高血圧相談を38回実施 延べ相談者数 157人 相談者の希望日時での健康相談 延べ相談者数 10人 上記以外での来所相談(所内指導日計表より) 延べ相談者数 2人 生活習慣病を主訴とした電話相談(所内指導日計表より) 延べ相談者数 49人 家庭訪問 延べ相談者数 0人	生涯におけるライフステージに応じた食育、生活習慣病予防につながる健康づくりのための食育を実施することができる。	(拡充・充実)	相談希望者が増加したことより、ヘルスアップ相談、高血圧相談を日数を増やし対応。地域公民館開催も実施する。	
9	保険年金課		健康相談	生活習慣病の予防・改善のため、生活環境に即した食事についてや介護予防につながる食事についての個別相談を実施する。	内容:食生活に関する相談 <訪問> 件数:2件 延人数:2人 <来所> 件数:1件 延人数:1人	個々の状況に合った食生活指導や食事療法へのアドバイスを行い、効果的に食生活改善を行う方法を伝達した。	<継続>	高齢者の低栄養に関する相談は、よろず相談センター等と情報共有・助言しているケースも多い。個別の健康相談についても現状の方法を実施する。	
10		生活習慣病の予防・改善のための食育の推進	歯科健康教室	生活習慣病と歯科疾患との関係についての知識や、予防方法についての教室を開催する。	○歯科医からきく 健康の秘訣講座 新型コロナウイルス感染症蔓延防止のため、中止。 ○歯科健康教室 大人のためのむし歯予防講座:開催回数:1回 参加者数 9人 * 大人のためのオーラルケア講座、お口の体操、口臭予防については、新型コロナウイルス 感染拡大防止策のため中止。 ○糖尿病予防教室や地域からの依頼での歯周病予防等について普及啓発。地域からの依頼については、受付せず。 回数:1回 参加者数:19人	生活習慣病予防につながる健康づくりのために情報提供を行い、日頃から実践できることを提案した。	<継続><コロナ対応> 内容を一部変更し、縮小して実施	新型コロナウイルス感染症予防対策を講じながら、健康づくりのための情報提供を行っていく。また、状況にあわせて臨機応変に対応することとする。	
11	健康課		食事バランスガイドなどの活用	健康づくりのための食生活の実現に向けた教育の際、食育ガイドや食事バランスガイドなど、栄養バランスなどに配慮した食生活を送るための指針を活用する。	【活用状況】 食事バランスガイド:食生活改善推進員養成講座など	生活習慣病予防につながる健康づくりのための食育を実施することができる。	<継続>		
12		食に関する普及・啓発	健康づくり情報の発信事業	食を通じた健康増進に関する知識をFM放送(FMナバサ)やほっとメールひらつか(ひらつか子育て応援メール)等で発信する。	FM湘南ナバサ放送:2回(電話出演) ほっとメールひらつか発信:2回 広報ひらつか掲載:3回(高血圧予防について普及啓発)	生活習慣病予防につながる健康づくりのための食育を実施することができる。	<その他>広報ひらつかでの高血圧予防普及啓発は今年度のみの実施となる。令和5年度の普及啓発については、媒体や内容等を検討する。		
13			野菜プロジェクト	6月の食育月間に幼児健診を受診される保護者を対象として、「野菜を1日350g以上食べる」ためのPRや体験事業を実施する。また、ポスター等の掲示により普及啓発を行う。	6回 256人 ※掲示による普及啓発 ※農水産課の協力を得て、地場産農産物に関する普及啓発も同時実施。	多様な場で生活習慣病予防につながる健康づくりのための食育を実施することができる。	<継続> 対面ではなく掲示物での普及啓発とする。	壮年期の生活習慣病発症予防を目的とし、野菜摂取総量の少ない若い世代への普及啓発を継続。	

### 基本施策（3）地域における食生活改善のための取組みの推進

課名	取組みの名称	計画事業名	事業内容	令和4年度事業実績	事業の効果(食育推進の視点)	次期取組	次期取組での改善・工夫	備考
14	中央公民館	公民館事業での食育の推進	公民館事業において、料理教室などを通じた食育の機会を提供する。	タネイモの苗植えから収穫を体験する「ふれあいファーム」や、食と健康を結ぶ「高血圧予防事業」など、幅広い世代が食育を学べるように事業を展開した。今年度は対面形式の事業実施が前年度より実施しやすくなった影響もあり、事業数を大幅に増やすことが可能になった。  26事業 延べ392人	幅広い世代の方が参加できる食育の学習機会を提供することで、食への関心を高めることができる。 地場産の食材を取り入れた料理教室を実施することで、農作物や生産者へ感謝の心を育むことができる。	<継続><拡充・充実>	新型コロナウイルス感染症対策は緩和されたが、引き続き衛生管理に気をくばりつつ、事業が開催できるよう工夫していく。	
15	保険年金課	地域における食育に関する情報提供の充実	高齢者よろず相談センター・公民館・自治会・地区社会福祉協議会などと協働し、地域に向いて食に関する健康講話や健康相談を行う。	<栄養講話> 開催回数: 15回 参加者数: 222人	地域住民へ高齢期の栄養に関する情報や食生活のポイント(効果的にたんぱく質を摂取すること、エネルギー不足に注意すること)の周知に努めた。	<継続>	見てわかる媒体を使い、食事のポイントをわかりやすく伝えるような工夫を行う	
16	健康課	地域依頼教育	公民館や自治会、地区社会福祉協議会などと協働し、地域に向いて食に関する健康講話や健康相談を行う。	健診結果説明会(保険年金課主催) 6地区 講話 92名 相談 37名	高血圧症等の生活習慣病予防、重症化予防のための食育が実施できる。	<継続>		

## 基本施策（4）食育推進運動の展開

	課名	取組みの名称	計画事業名	事業内容	令和4年度事業実績	事業の効果(食育推進の視点)	次期取組	次期取組での改善・工夫	備考
1	健康課	マンパワーの育成や活動支援への取組み	食生活改善推進員の養成	地域での食生活改善活動に必要な知識と実践のための技術を習得するための講座を開催する。	平塚市食生活改善推進員養成講座の実施(7月～12月) 実施回数:8回(うち、調理実習4回実施) 参加者数:延103人	人とのふれあいを通じた食育が実施できる。(講座の中で、受講者と現役会員が交流する機会あり)	<継続>		
2			食育に関するボランティアへの育成と活動への支援	・食生活改善推進員が各地域の特色を活かした活動が実施できるよう支援する。 ・班長会等において、会員の育成や活動していくにあたっての支援をする。	役員会、定例会、班長会、離乳食教室リハーサル、レシピ作成の際の助言・指導  実施回数:24回 延べ人数:407人  その他 会員の高齢化、役員・班長のなり手不足など、全体が抱える課題について、健康課発案で班長会の場を活用した情報交換会を1回実施した。	人とのふれあいを通じた食育が実施できる。	<拡充・充実>	地域活動を充実させるための支援、学習の場の提供を行う。新規で会員を対象にした交流会を健康課主催で実施する。	
3		食育推進に関する情報提供の推進	食育活動の情報の共有化	地域で食育活動を実施している団体(食育推進会議委員)の活動状況を把握し、行政と市民の協働による食育の推進を図る。	食育推進会議開催 開催回数:2回(うち書面会議1回) 令和3年度食育推進の進捗状況について 令和4年度食育推進事業の展開について 次期食育推進計画改定作業について	生涯におけるライフステージに応じた食育、人とのふれあいを通じた食育が実施できる。	<継続>		

基本施策（5）生産者と消費者の交流の促進及び環境との調和のとれた農水産業の活性化

課名	取組みの名称	計画事業名	事業内容	令和4年度事業実績	事業の効果(食育推進の視点)	次期取組	次期取組での改善・工夫	備考
1	農水産課	地産地消の推進	市内直売所	平塚市公式ホームページで市内の野菜、果樹、花きを販売する直売所を紹介する。	農家情報等を確認し、直売所5件の情報を最新の内容に更新した。	市内生産者の情報を広く発信することにより、地産地消や食育の推進を図る	<継続>	適時ホームページ以外でも紹介の機会を捉え、振興に努めていきたい。
2			地場産品PRイベント	「軽トラ・ファーマーズ」や「地どれ魚直売会」などを通じて、生産者と消費者の相互理解と地産地消を推進する。また、農水産物と調理方法、生産者を紹介するテレビ番組を制作・放送するとともに、YouTubeで情報の一部を配信するなど、農水産物PR事業を実施する。	【軽トラ・ファーマーズ】 実施日 12月3日 高村まつり 実施日 3月5日 第29回なでしこ公民館まつり 【地どれ魚直売会】 実施日 4月22日、5月27日、6月24日、7月22日、8月19日、9月16日、10月28日、12月2日、12月16日 計9回 【農業PR】 平塚産農水産物PR番組「ひらつか食べCIAO!!」 回数:2回 内容:YouTube配信	各イベントで、平塚産農水産物の販売やPRを行い、地産地消の推進を図る。	<継続>	イベント開催によるPRに加え、SNSを適宜活用し、幅広く周知していく。
3			ふれあい給食授業	小学校に農業や漁業、畜産業の生産者及び関係者を招いて、小学生と一緒に給食を食べながら生産者の話を聞き、地域産業の理解や地産地消の推進につなげる。	・勝原小学校において、やまゆりポーク生産者協議会からの豚肉の寄贈に伴うふれあい給食を実施した。	農業、漁業、畜産業の生産者の話を直接聞くことで、食への興味をもってもらい理解を深める。	<継続>	学校給食課が主体となり、全農の担当者と連携して事業を行うことができた。来年以降もこの形で協力が続けられると良いと思う。
4	産業振興課	湘南ひらつかふれあいマーケット	生産者と市民によるふれあいの場の創出や地場産業の振興を図るため、地場産品の販売拠点として毎月1回開催する。	開催回数 12回(毎月第4日曜日開催) 来場者数 約7,000人 内容 感染防止対策を講じたうえで安全に開催できるよう出店者会を支援し、生産者と消費者によりふれあいの場の創出を図りました。 周知方法は、広報ひらつか、市ホームページ、市SNS等。	生産者が市民と直接ふれあいながら平塚産の野菜や干物、湘南ひらつか名産品等を販売することで地場産品の周知や理解が進み、地産地消の推進が図られる。	<継続>	イベント等の開催やポイントカードの周知等で来場者の定着を図ります。また、出店店舗の募集を強化し、新規の来場者を増やすことで、更なる生産者と消費者とのふれあいの場の創出を目指します。	
5	農水産課	農水産業に関する理解を深める	親子ふれあい体験(農業)	ひらつか花アグリ内で、農産物の栽培管理や収穫を体験する親子野菜づくり教室、採れたて野菜で試食会を開催する。	春・秋、各全2回の教室を開催した。 春①種・苗植付け体験 … 7組18人(大人10人・子供8人) 春②収穫・試食体験 … 9組24人(大人11人・子供13人) 秋①種・苗植付け体験 … 12組35人(大人19人・子供16人) 秋②収穫・試食体験 … 11組31人(大人18人・子供13人)	親子そろって野菜づくりの過程を体験し、収穫直後の野菜を食べることで旬で新鮮な農産物のおいしさや農業の大切さについて理解を深める。	<継続>	
6			ヒラメの稚魚放流	小学生を対象に遊漁船に乗船し、ヒラメの稚魚を放流する体験を船上から行う。	※ヒラメの稚魚放流は実施したが、日程(R4.8.2実施)等の都合により、小学生による放流体験はなかった。	稚魚の放流や環境面から海を直接見ること、水産業に親しみと理解を深めてもらう。	<継続>	

基本施策（5）生産者と消費者の交流の促進及び環境との調和のとれた農水産業の活性化

課名	取組みの名称	計画事業名	事業内容	令和4年度事業実績	事業の効果(食育推進の視点)	次期取組	次期取組での改善・工夫	備考
7	農水産課	市民農園の利用区画数の増加	市民農園	農業委員会等関係団体と連携しつつ、毎年1園程度開設する。	市民農園の開設についてはホームページでの周知を行ったが、開設に適した候補地が現れなかったため開設の支援は行っていない。 広報ひらつかで農園の利用者募集等周知を行うとともに、ホームページが見やすくなるようレイアウト等を修正した。	市民農園で農作業をすることで、農業の難しさ、収穫の喜びを家族で実感することにより、食べ物の大切さを認識できる。様々な農作物を栽培することで、食べ物に興味を持ち、食事の大切さを再確認できる。	<継続>	市内市民農園は現在23園開設しており、一部の農園では空き区画が出ている。感染症拡大の影響により利用者ニーズが高まり空き区画が減少しているが、埋まるよう利用者募集に努めていく。あわせて既存農園の配置を考慮しながら、適地があれば開園の周知についても検討する。
8		水産業を体験する機会の充実	体験乗船	小学生を対象に遊漁船に乗船し、沖に張られた定置網や潮目を観察した後、相模湾を遊覧する。	令和4年7月4日実施。港小学校5年生3クラス	地元漁業者が働く海を直接見ることで、水産業に親しみと理解を深めてもらう。	<継続>	
9	農水産課		魚食普及事業	湘南ひらつか魚まつり朝市、魚のさばき方教室などを通して、魚食の普及を図ります(湘南ひらつか魚食普及協議会主催)。	・湘南ひらつか魚まつり 令和4年11月6日に開催 ※魚のさばき方教室は開催実績なし	平塚漁港に水揚げされた水産物等の購入やさばく機会を増やし、地産地消や魚食の推進を図ることができる。	<継続>	
10	産業振興課	魚食の普及活動	シイラの普及促進(情報提供)	当課が実施している、異業種の事業者同士の新商品の開発や新事業の創出、販路拡大等への取組みに対し、専門家派遣や出店費補助、開発費補助等の支援を行う産業界連携ネットワーク制度を活用し、市内事業者(平塚市漁協、(有)鳥仲商店、進和学園)がプロジェクトを組み平塚のプライドフィッシュ「シイラ」を使ったお惣菜やバーガーを開発。プロジェクトは、平塚市漁協が中心となり、現在は、鳥仲商店でシイラを使ったお惣菜等を販売しているほか、平塚市漁協が開催する地どれ魚直売会等のイベントで、プロジェクトで開発した商品やロゴマークを使って、継続的に普及促進を図っている。	<a href="http://www.jf-hiratsuka.org/hiratsuka-shiira-pjt">http://www.jf-hiratsuka.org/hiratsuka-shiira-pjt</a> (URL: 平塚市漁協ホームページ シイラプロジェクト) <a href="http://www.jf-hiratsuka.org/tag/hiratsuka-shiira">http://www.jf-hiratsuka.org/tag/hiratsuka-shiira</a> (URL: 平塚市漁協ホームページ シイラプロジェクトブログ)	地産地消が図られる		



基本施策(6) 食文化の継承、展開のための活動の支援

課名	取組みの名称	計画事業名	事業内容	令和4年度事業実績	事業の効果(食育推進の視点)	次期取組	次期取組での改善・工夫	備考
1	社会教育課	村井弦齋による食育の思想の継承	村井弦齋まつり	「ふるさと歴史再発見事業」の一環として、村井弦齋公園において年に1回、市民との協働により開催する。明治時代の料理を現代風にアレンジした料理の展示、販売などにより、当時の食文化を偲ぶことができる。	3年ぶりの開催を予定し、準備を進めていたが、台風14号による荒天のため中止(9/16(金)実行委員長判断)	村井弦齋まつりにおいて、小説『食道楽』の内容紹介や食道楽レシピーの再現料理により、食育の大切さを周知することができる。	<継続>	弦齋まつり開催時には、食育の内容が記載してある小冊子を配布していた。令和4年度は食道楽弦齋食育かるたを用いた「釣りがかるた」を実施する予定だった。
2	健康課	食文化を継承する活動に対する支援	食育ボランティアの活動に対する支援	地域で食文化を継承する教室を始め、様々な活動を展開している食育ボランティアに対し、支援を行う。	食生活改善推進団体への委託事業として実施。献立作成や実施に関する支援を行った。 <地域親子食育クッキング> ・6、7月 3公民館で予定するが、蔓延防止重点措置期間、台風の影響により1地区のみ実施。(松原公民館 七夕料理 3組7名) ・2、3月 3公民館で予定するが、蔓延防止重点措置期間により3地区中止(春のおもてなし料理)	人とのふれあいを通じた食育が実施できる。	<継続>	日本の伝統行事にあわせた食育を実施しているよう、支援していく。
3	学校給食課	食文化の継承事業の充実	学校給食における食文化の継承	学校給食での行事食を通じて、食文化や食習慣を伝える取り組みを行う。	4月:入学・進級祝い(お祝いデザート) 5月:端午の節句(ちまき) 6月:歯の衛生週間(凍り豆腐のみそ炒め、大豆と豚肉の中華煮、大豆とまぐろのかりんとうがらめ、昆布と豚肉の炒り煮) 7月:七夕(星形メンチカツ、七夕汁、七夕水まんじゅう) 9月:十五夜(月見団子) 10月:ハロウィン(かぼちゃグラタン) 11月:紅葉(ふきよせごはん) 12月:冬至(とり肉のゆず風味焼き、かぼちゃほうとう) 12月:クリスマス(クリスマスデザート) 1月:正月(松風焼き風ハンバーグ、なます風サラダ、白玉雑煮) 1月:鏡開き(おしるこ) 2月:節分(いわしの中華ソース、福豆) 3月:ひなまつり(五目ずし、ひなあられ)	行事食を通して食文化の啓発ができる。	<継続>	
4	中央公民館	食文化の継承事業の充実	公民館における食文化継承事業の実施	地域の協力を得て、家庭で作られる機会が少なくなった季節の料理(おせち料理など)や、伝統行事(だんご焼きなど)の食文化を継承する講座を実施する。	新型コロナウイルス感染症対策が緩和されたため様々な事業を実施した。 姉妹都市のリトアニアの食文化をテーマとした事業など、例年とは違った知識や体験を学ぶことができた。  4事業 延べ226人	昔から受け継がれてきた料理や伝統行事の食文化を理解し、食の大切さを再認識することができる。また、食文化を通して海外のことを知るきっかけにもなった。食を通して家族や地域のつながりを深めることができる。	<継続><拡充・充実>	新型コロナウイルス感染症対策は緩和されたが、引き続き衛生管理に気をくばりつつ、事業が開催できるよう工夫していく。

基本施策（7）食の安全性、栄養・その他食に関する調査、情報提供

	課名	取組みの名称	計画事業名	事業内容	令和4年度事業実績	事業の効果(食育推進の視点)	次期取組	次期取組での改善・工夫	備考
1	市民情報・相談課	食の安全・安心に関する講座の開催	消費生活展	消費者団体の協力のもと、市民が食・環境・日常生活における幅広い消費生活に関心を持って行動してもらえるような情報提供を中心に開催する。	【消費生活展】 参加予定の浅間祭が新型コロナウイルス感染症の影響で中止のため、多目的スペースでパネル展として実施。 令和4年10月3日(月)～20日(木)  5消費者団体が出展、行政から当課を含め3課が出展。期間中、各団体のパネルを見て解答するクイズを実施。クイズ参加者には、エコバックとエシカル消費に通じるグッズ、消費者被害未然防止チラシやパンフレットを配布した。クイズの参加者94人。	食品添加物、たんぱく質を取る大切さ、エシカル消費など食に関する展示しており、食育の情報提供・普及啓発活動の周知を行うことができた。また、市役所の多目的スペースでの開催となったので、消費生活や市民活動に関わりのうすい市民にも情報提供ができた。	〈継続〉〈コロナ対応〉 浅間祭が開催されれば参加し、各団体のブースで展示の説明を聞いて回るスタンブラリーを実施、開催されない場合は4年度と同様にパネル展として実施となるが、パネル展を原則の開催方法とするかも検討中。		
2	学校給食課	学校給食での取組の推進	学校給食での食の安全	残留農薬検査、O-157細菌検査、一般細菌検査を実施する。	物資選定委員会を開催し、各食材が食品衛生法の基準にあったものであるか、産地、加工地、成分表、各検査証明書等で安全性の確保に努めた。 市物資選定委員会2回開催 生鮮物資選定委員会11回開催 食材や提供食について、残留農薬検査、O-157細菌検査、一般細菌検査を実施した。 残留農薬検査2回実施 O-157細菌検査3回実施 一般細菌検査4回実施	各検査を実施することで、食の安全を実証できる。	〈継続〉		

令和4年度  
平塚市民の健康意識及び食育推進のための  
アンケート調査結果報告書

平塚市



## はじめに

この冊子は、令和5年1月に実施した「平塚市民の健康意識及び食育推進のためのアンケート調査」の結果を取りまとめたものです。

平成27年3月に策定した「第2期平塚市健康増進計画」及び「第2次食育推進計画」は、令和6年度までの10年間を計画期間としておりましたが、国の「健康日本21（第三次）」に合わせ、現行の計画期間を1年間短縮し、第3次計画（令和6年～令和17年）を策定することにいたしました。

今回実施したアンケート調査では、その基礎資料として、市民の皆様の健康に関する意識や生活習慣等を把握しました。この結果を、これからの保健事業及び計画策定の参考にしていくとともに、市民の皆様の健康づくりや食育の推進にも御活用いただければ幸いです。

最後に、この調査に御協力いただいた市民の方々、関係機関の方々に厚く御礼を申し上げます。

令和5年6月

平塚市

# 目次

## はじめに

第1章 調査の概要	1
1 調査の目的	2
2 調査方法	2
3 調査票の配布及び回収結果	2
4 回答者の属性	3
第2章 結果の概要	5
1 あなた自身のことについて (問6)	6
2 運動習慣について (問7・問8)	6
3 睡眠と休養について (問9・問10)	7
4 飲酒と喫煙について (問11～問16)	8
5 歯の健康状態や衛生習慣について (問17～問19)	11
6 生活習慣病予防・介護予防について (問20～問24)	13
7 食育や食生活について (問25～問36)	15
8 自由意見	23
第3章 資料編	24
調査票等	25

# 第1章 調査の概要

## 1 調査の目的

本市の保健事業及び食育を推進していくための基礎資料として活用するとともに、平塚市健康増進計画と平塚市食育推進計画の達成状況を確認する。

## 2 調査方法

- (1) 調査対象 2022年12月1日現在で住民基本台帳に登録された18歳以上の男女
- (2) 調査人数 3,000人
- (3) 抽出方法 住民基本台帳に基づき無作為抽出
- (4) 調査区域 平塚市全域
- (5) 調査方法
  - ・郵送配布
  - ・郵送回収（料金受取人払いの返信用封筒を添えて郵送）  
又はe-kanagawa電子申請システムでの回答
- (6) 調査期間 2023年1月16日～2月10日

## 3 調査票の配付及び回収結果

- (1) 調査票配付数 発送 3,000件  
戻り 5件  
実質標本数 2,995件
- (2) 有効回収数 1,060件
- (3) 有効回収率 35.4%
- (4) 地区別状況

区分 地区	実質標本数 A	有効回収数 B	未回収数 C = A - B	有効回収率 (%) B / A
総数	2,995	1,060	1,935	35.4
海岸	469	177	292	37.7
平塚	480	171	309	35.6
大野	661	232	429	35.1
豊田	54	19	35	35.2
城島	42	10	32	23.8
岡崎	121	39	82	32.2
金田	132	47	85	35.6
神田	260	87	173	33.5
金目	219	82	137	37.4
土沢	76	32	44	42.1
旭	486	157	329	32.3
戻り/地区不詳	-5	7	—	—



#### 4 回答者の属性

属性		年齢									総数
		10代	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代以上	未回答	
1 性別	①男性	6	29	37	65	70	90	109	47	0	453
	②女性	12	52	57	109	103	84	141	45	0	603
	③その他	0	1	1	0	0	0	0	0	1	3
	④未回答	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1
	合計	18	82	95	174	173	174	251	92	1	1060
2 職業	①学生	16	18	1	1	0	0	0	0	0	36
	②自営業	0	0	2	9	7	14	16	4	0	52
	③会社員・公務員・団体職員	0	49	56	84	86	48	9	1	0	333
	④パート・アルバイト	1	8	15	41	41	29	35	1	0	171
	⑤主夫・主婦ほか家事専業	0	4	16	28	22	42	70	9	0	191
	⑥無職	0	2	2	9	8	34	117	73	0	245
	⑦その他	1	1	3	2	9	6	3	3	0	28
	⑧未回答	0	0	0	0	0	1	1	1	1	4
	合計	18	82	95	174	173	174	251	92	1	1060
3 世帯構成	①1人暮らし	0	16	5	11	13	22	32	13	0	112
	②夫婦のみ(1世代)	0	6	11	21	44	78	120	38	0	318
	③親と子(2世代)	13	47	65	123	94	55	74	33	0	504
	④祖父母と親と子(3世代)	5	7	12	11	17	12	13	2	0	79
	⑤その他	0	6	2	8	5	7	12	6	0	46
	⑥未回答	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1
	合計	18	82	95	174	173	174	251	92	1	1060

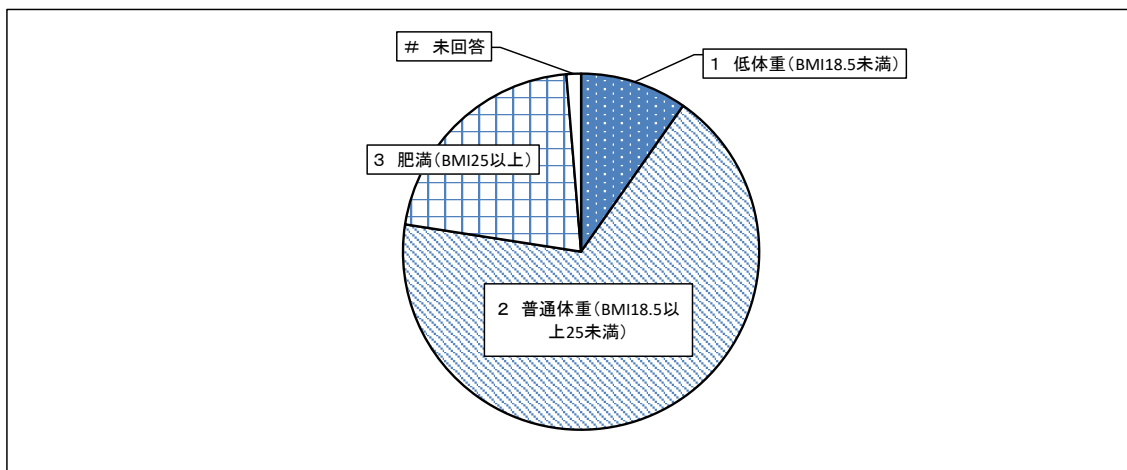


## 第2章 結果の概要

## 1 あなた自身のことについて

問6 あなたの身長と体重を数字で記入してください。(身長と体重から換算した体格指数(BMI)で区分)

1 低体重(BMI18.5未満)	103	(9.7%)
2 普通体重(BMI18.5以上25未満)	718	(67.7%)
3 肥満(BMI25以上)	225	(21.2%)
# 未回答	14	(1.3%)



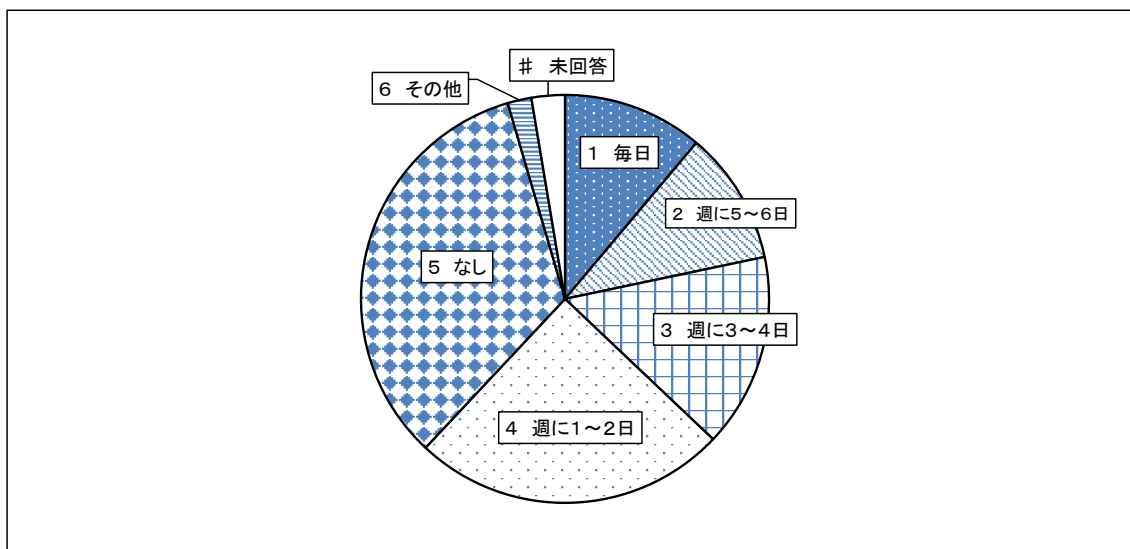
《結果の要約》

『身長と体重』について聞いたところ、「普通体重(BMI18.5以上25未満)」が67.7%で最も多く、次いで「肥満(BMI25以上)」が21.2%と続いている。

## 2 運動習慣について

問7 体を動かすなどの運動を30分以上している日はどのくらいありますか。

1 毎日	118	(11.1%)
2 週に5~6日	112	(10.6%)
3 週に3~4日	163	(15.4%)
4 週に1~2日	264	(24.9%)
5 なし	355	(33.5%)
6 その他	20	(1.9%)
# 未回答	28	(2.6%)



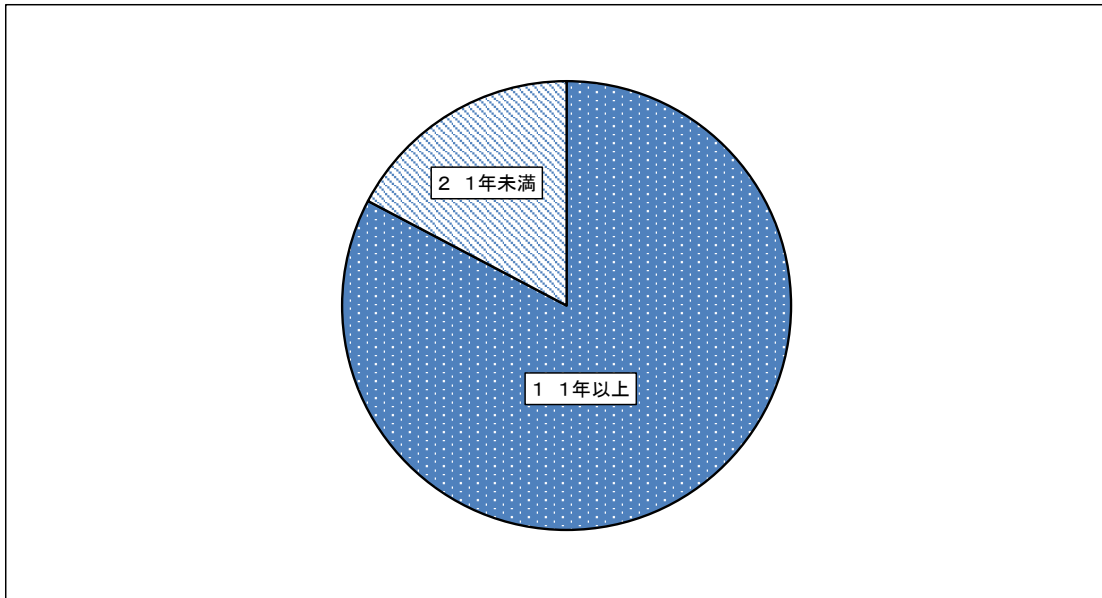
《結果の要約》

『体を動かすなどの運動を30分以上している日はどのくらいありますか』と聞いたところ、「なし」が33.5%で最も多く、次いで「週に1~2日」が24.9%、「週に3~4日」が15.4%と続いている。

問8 その運動はどれくらいつづいていますか。(問7で運動をしていると回答した方で集計)

1 1年以上	536	(82.7%)
2 1年未満	112	(17.3%)

※回答者のみ集計(割合は回答者に占める数値)



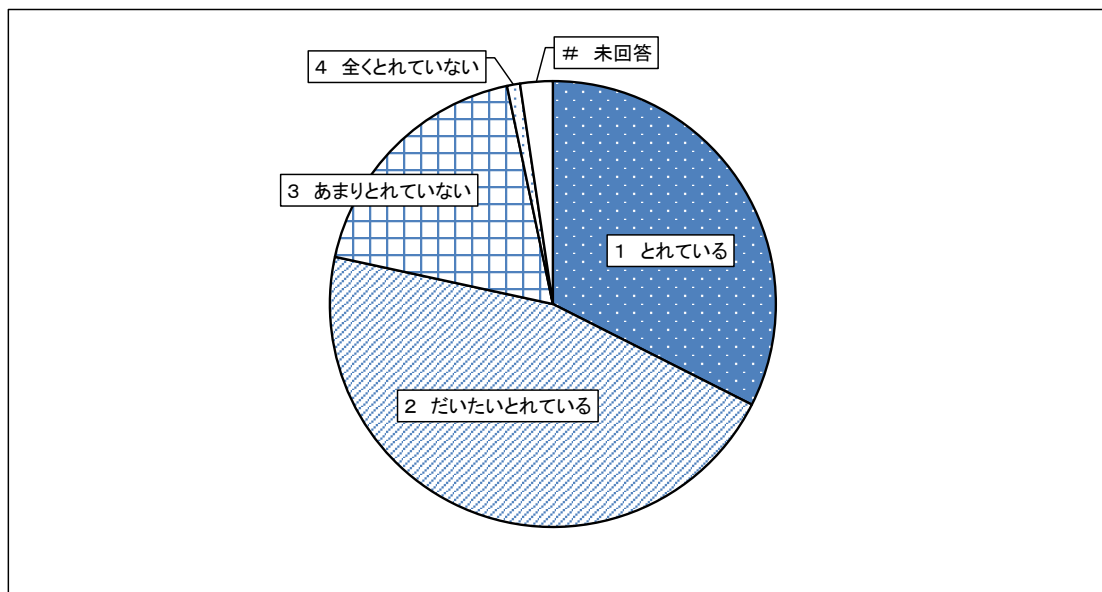
《結果の要約》

『その運動はどれくらいつづいていますか』と聞いたところ、「1年以上」が82.7%と「1年未満」を上回っている。

### 3 睡眠と休養について

問9 ここ1か月間、睡眠による休養が十分にとれていますか。

1 とれている	344	(32.5%)
2 だいたいとれている	487	(45.9%)
3 あまりとれていない	194	(18.3%)
4 全くとれていない	10	(0.9%)
# 未回答	25	(2.4%)

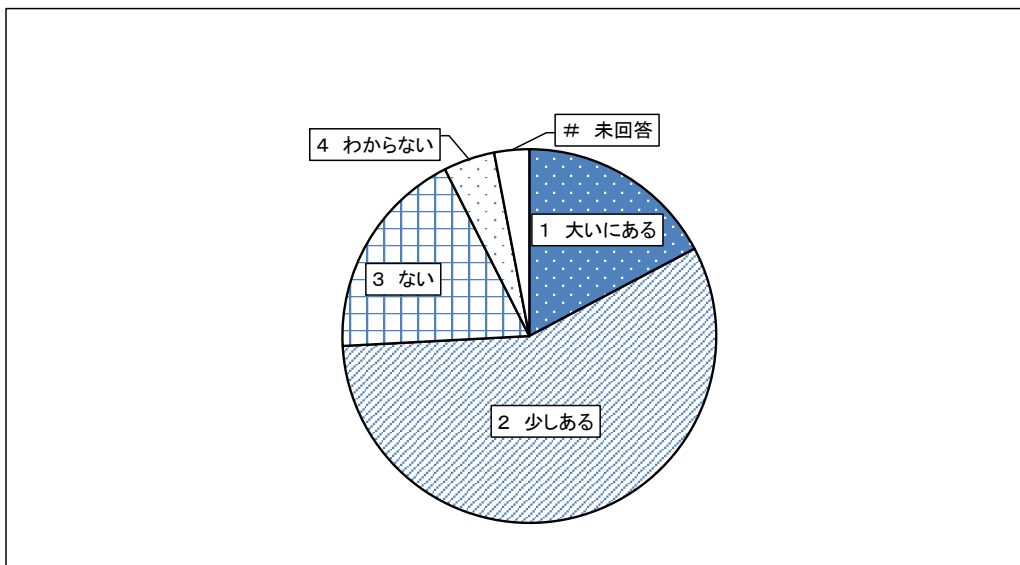


《結果の要約》

『ここ1か月間、睡眠による休養が十分にとれていますか』と聞いたところ、「だいたいとれている」が45.9%で最も多く、次いで「とれている」が32.5%、「あまりとれていない」が18.3%と続いている。

問10 現在、ストレスがありますか。

1 大いにある	183	(17.3%)
2 少しある	603	(56.9%)
3 ない	195	(18.4%)
4 わからない	47	(4.4%)
# 未回答	32	(3.0%)



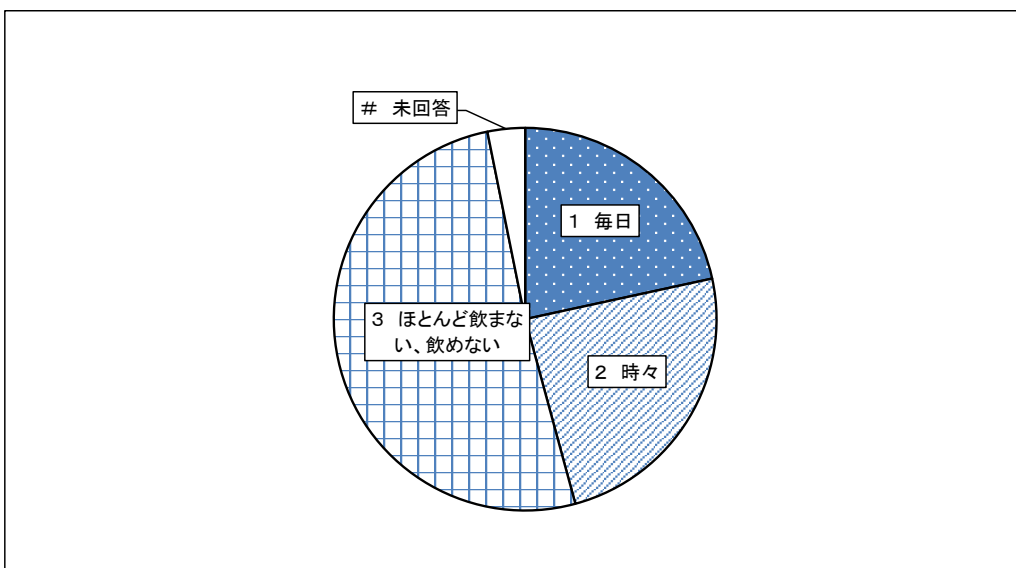
《結果の要約》

『現在、ストレスがありますか』と聞いたところ、「少しある」が56.9%で最も多く、次いで「ない」が18.4%、「大いにある」が17.3%と続いている。

#### 4 飲酒と喫煙について

問11 お酒を飲む頻度はどれくらいですか。(20歳以上回答)

1 毎日	225	(21.6%)
2 時々	252	(24.2%)
3 ほとんど飲まない、飲めない	532	(51.1%)
# 未回答	33	(3.2%)



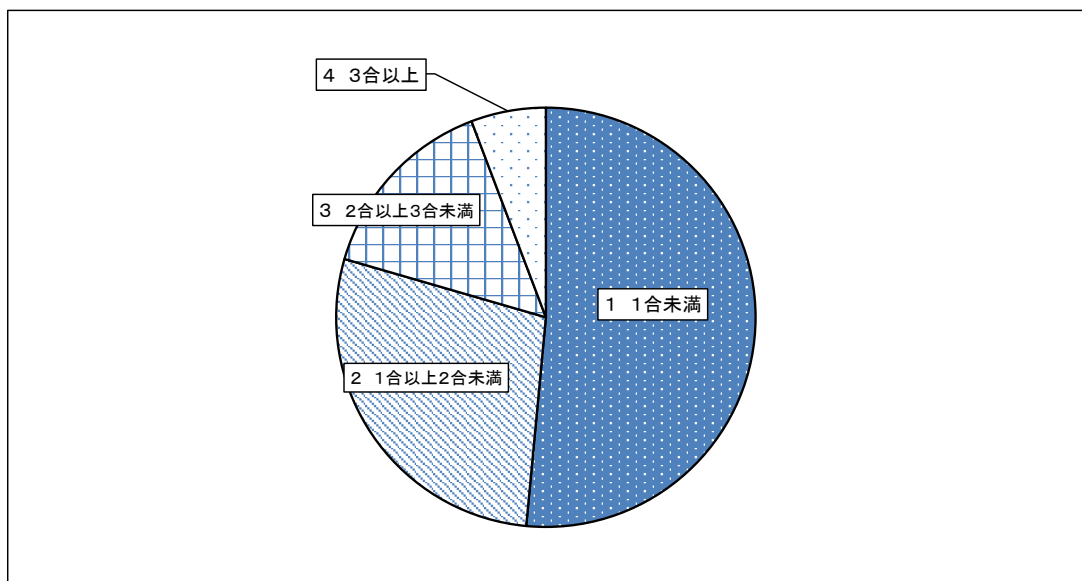
《結果の要約》

『お酒を飲む頻度はどれくらいですか』と聞いたところ、「ほとんど飲まない、飲めない」が51.1%で最も多く、次いで「時々」が24.2%と続いている。

問12 1日に飲むお酒の量はどれくらいですか。(問11で「毎日」又は「時々」飲酒すると回答した方で集計)

1 1合未満	241	(51.5%)
2 1合以上2合未満	131	(28.0%)
3 2合以上3合未満	69	(14.7%)
4 3合以上	27	(5.8%)

※回答者のみ集計(割合は回答者に占める数値)

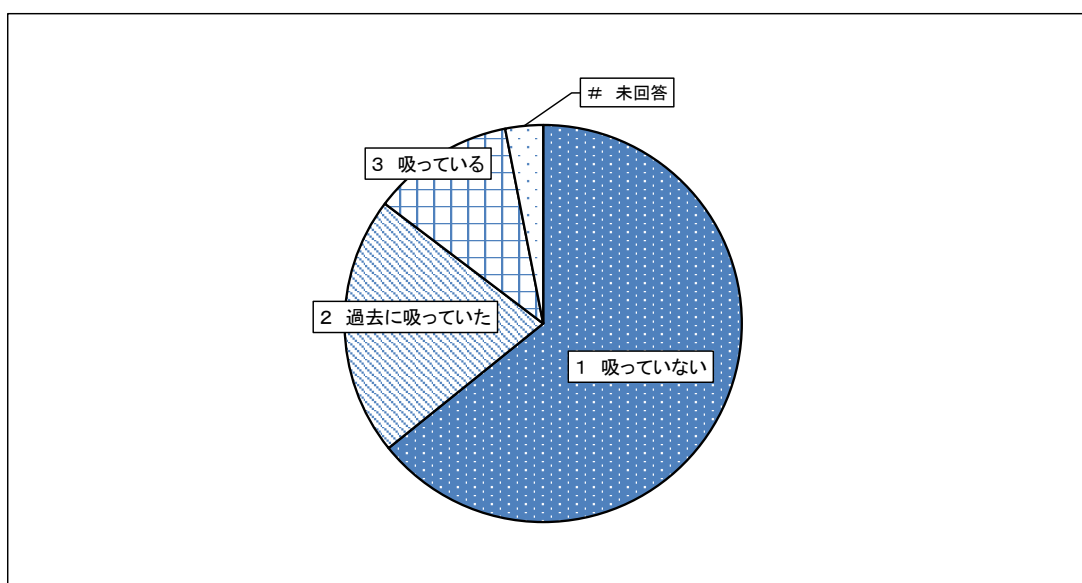


《結果の要約》

『1日に飲むお酒の量はどれくらいですか』と聞いたところ、「1合未満」が51.5%で最も多く、次いで「1合以上2合未満」が28.0%、「2合以上3合未満」が14.7%と続いている。

問13 現在の喫煙状況をお答えください。(20歳以上回答)

1 吸っていない	669	(64.2%)
2 過去に吸っていた	220	(21.1%)
3 吸っている	121	(11.6%)
# 未回答	32	(3.1%)



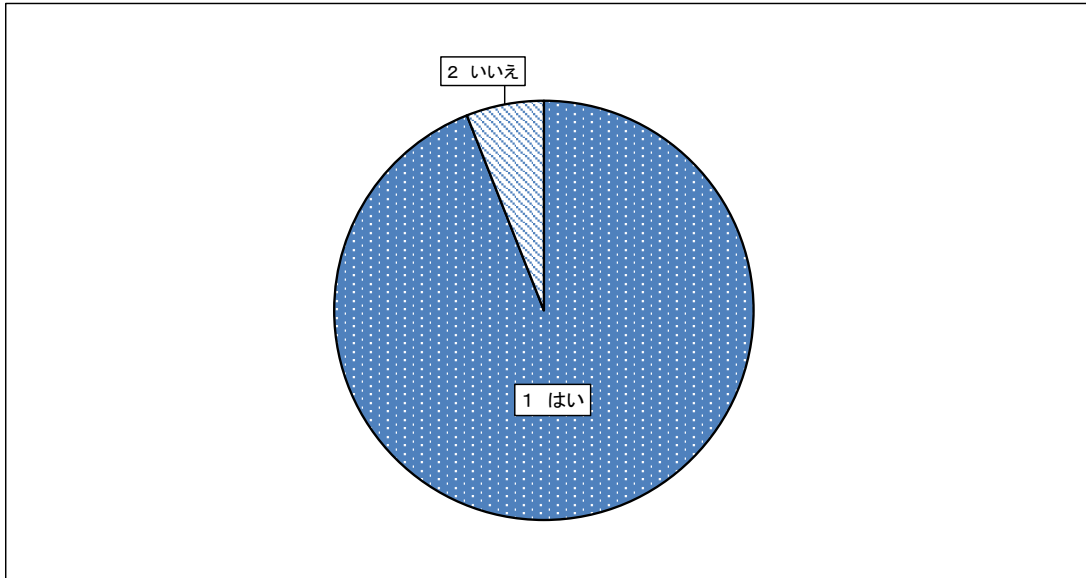
《結果の要約》

『現在の喫煙状況をお答えください』と聞いたところ、「吸っていない」が64.2%で最も多く、次いで「過去に吸っていた」が21.1%と続いている。

問14 タバコを吸わない人のことを考えて分煙を心がけていますか。  
 (問13で「吸っている」と回答した方で集計)

1 はい	110	(94.0%)
2 いいえ	7	(6.0%)

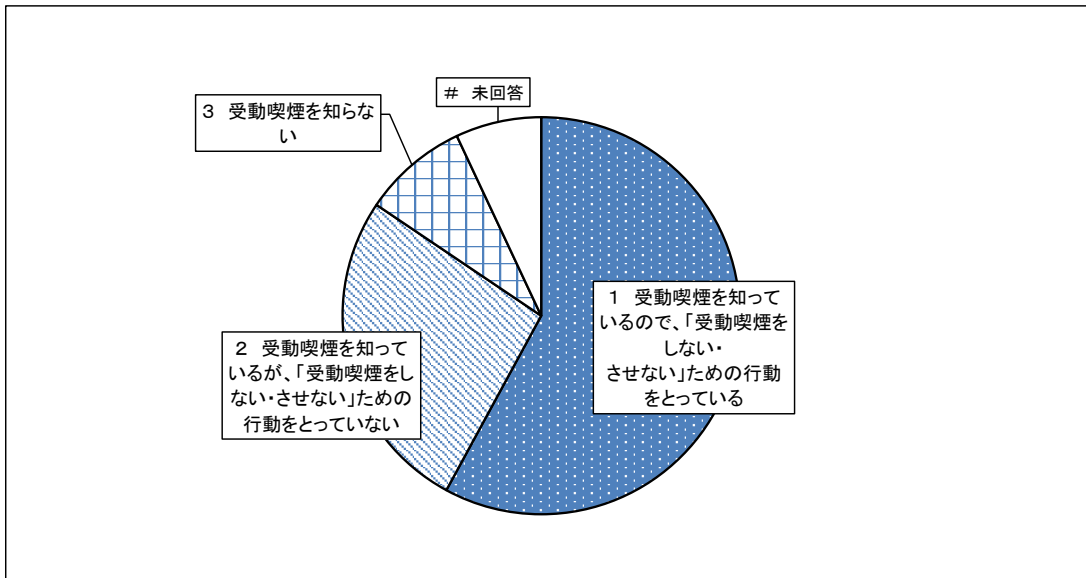
※回答者のみ集計(割合は回答者に占める数値)



《結果の要約》  
 『タバコを吸わない人のことを考えて分煙を心がけていますか』と聞いたところ、「はい」が94.0%と「いいえ」を上回っている。

問15 受動喫煙についてうかがいます。

1 受動喫煙を知っているので、「受動喫煙をしない・させない」ための行動をとっている	614	(57.9%)
2 受動喫煙を知っているが、「受動喫煙をしない・させない」ための行動をとっていない	281	(26.5%)
3 受動喫煙を知らない	91	(8.6%)
# 未回答	74	(7.0%)

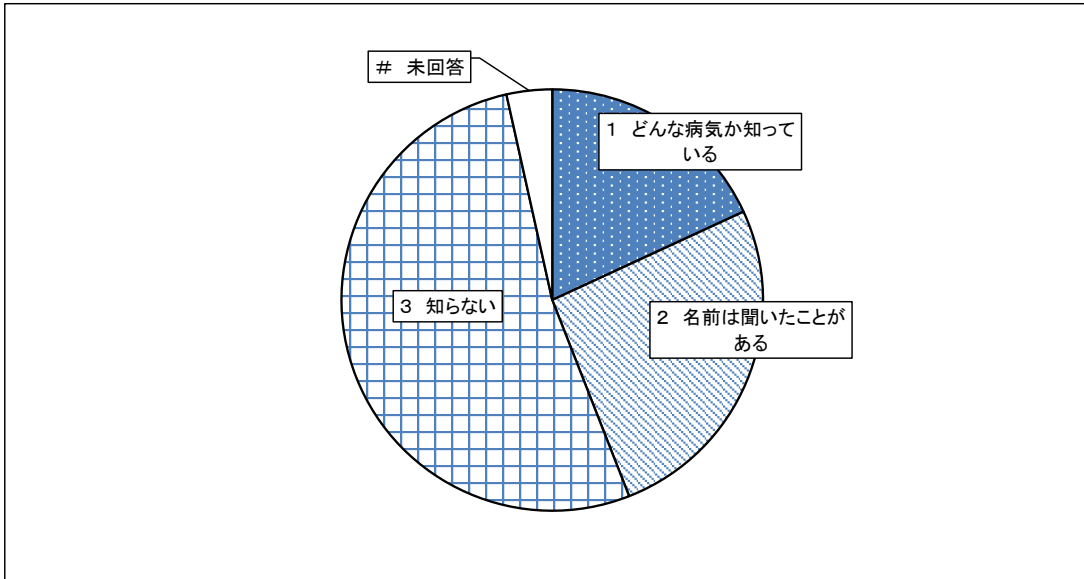


《結果の要約》  
 『受動喫煙について』聞いたところ、「受動喫煙を知っているので、「受動喫煙をしない・させない」ための行動をとっている」が57.9%で最も多く、次いで「受動喫煙を知っているが、「受動喫煙をしない・させない」ための行動をとっていない」が26.5%と続いている。



問16 COPD(慢性閉塞性肺疾患)という病気を知っていますか。

1 どんな病気が知っている	192	(18.1%)
2 名前は聞いたことがある	275	(25.9%)
3 知らない	556	(52.5%)
# 未回答	37	(3.5%)

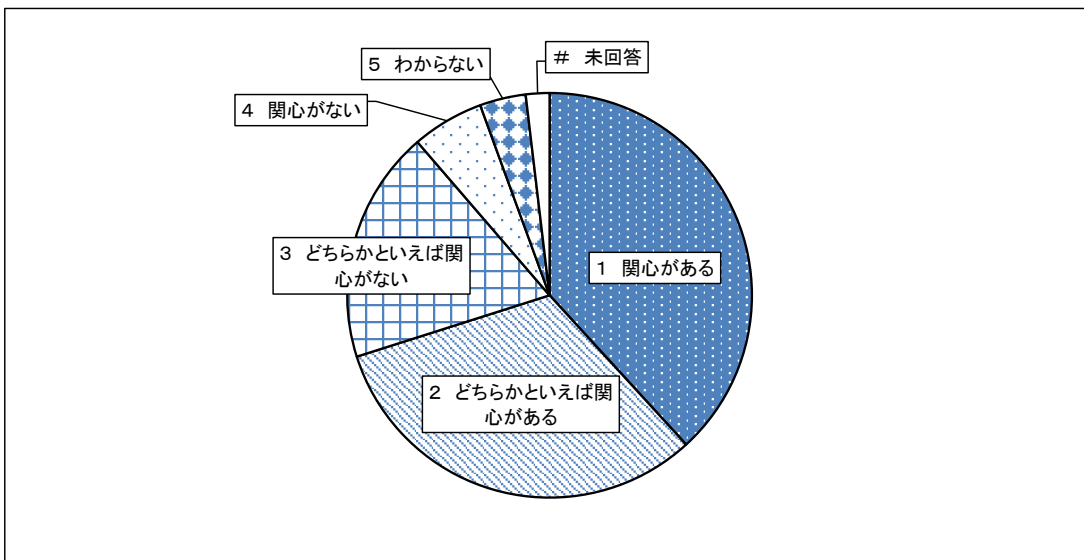


《結果の要約》  
『COPD(慢性閉塞性肺疾患)という病気を知っていますか』と聞いたところ、「知らない」が52.5%で最も多く、次いで「名前は聞いたことがある」が25.9%と続いている。

5 歯の健康状態や衛生習慣について

問17 あなたは噛み方、味わい方といった食べ方に関心がありますか。

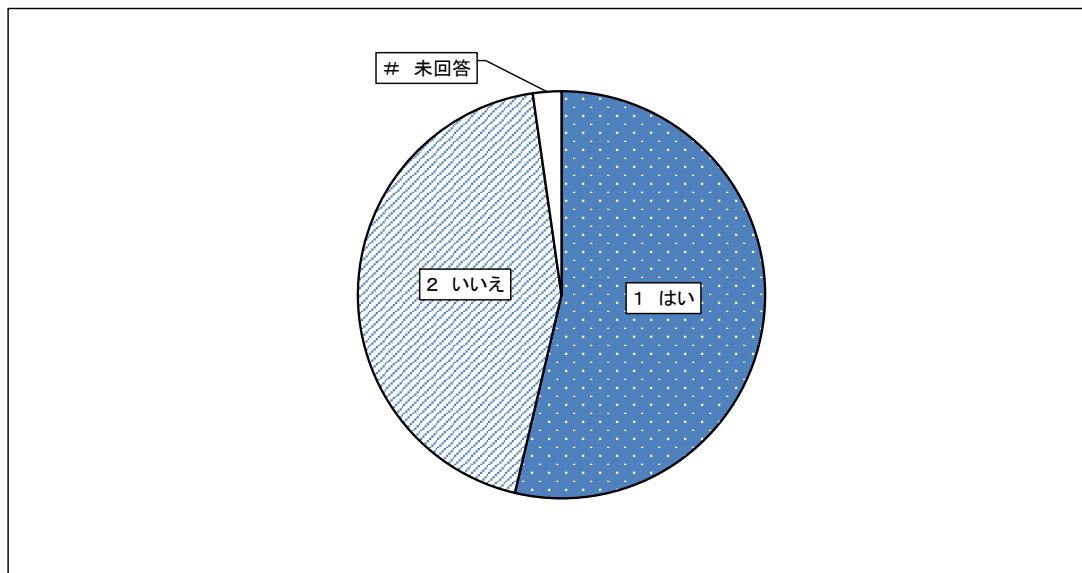
1 関心がある	405	(38.2%)
2 どちらかといえば関心がある	338	(31.9%)
3 どちらかといえば関心がない	197	(18.6%)
4 関心がない	61	(5.8%)
5 わからない	39	(3.7%)
# 未回答	20	(1.9%)



《結果の要約》  
『あなたは噛み方、味わい方といった食べ方に関心がありますか』と聞いたところ、「関心がある」が38.2%で最も多く、次いで「どちらかといえば関心がある」が31.9%、「どちらかといえば関心がない」が18.6%と続いている。

問18 定期的に歯科検診受けていますか。

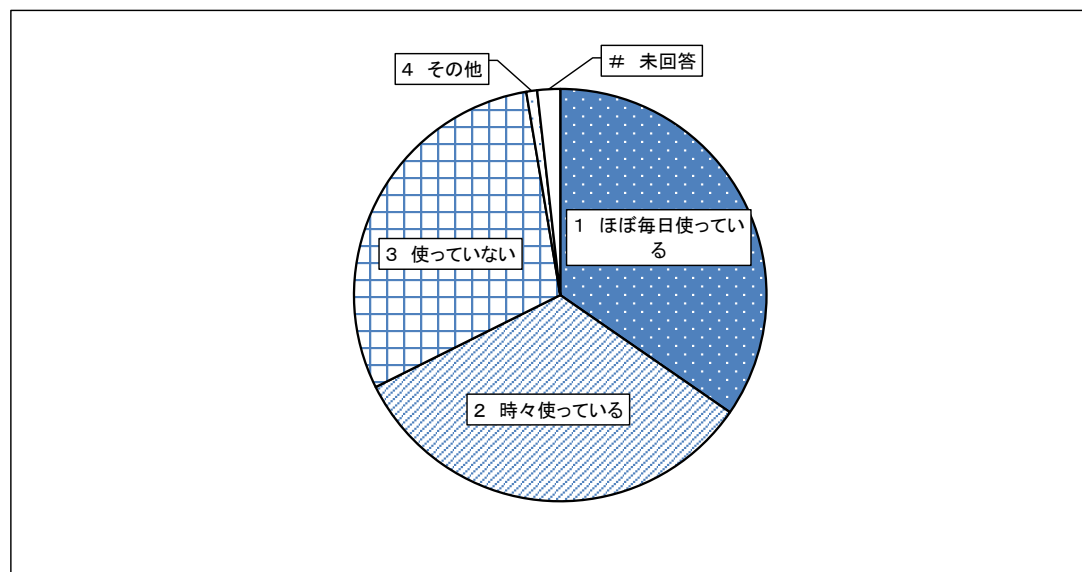
1 はい	569	(53.7%)
2 いいえ	467	(44.1%)
# 未回答	24	(2.3%)



《結果の要約》  
『定期的に歯科検診受けていますか』と聞いたところ、「はい」が53.7%と「いいえ」を上回っている。

問19 歯と歯の間を清掃するための器具(デンタルフロス、歯間ブラシなど)を使っていますか。

1 ほぼ毎日使っている	367	(34.6%)
2 時々使っている	350	(33.0%)
3 使っていない	315	(29.7%)
4 その他	9	(0.8%)
# 未回答	19	(1.8%)

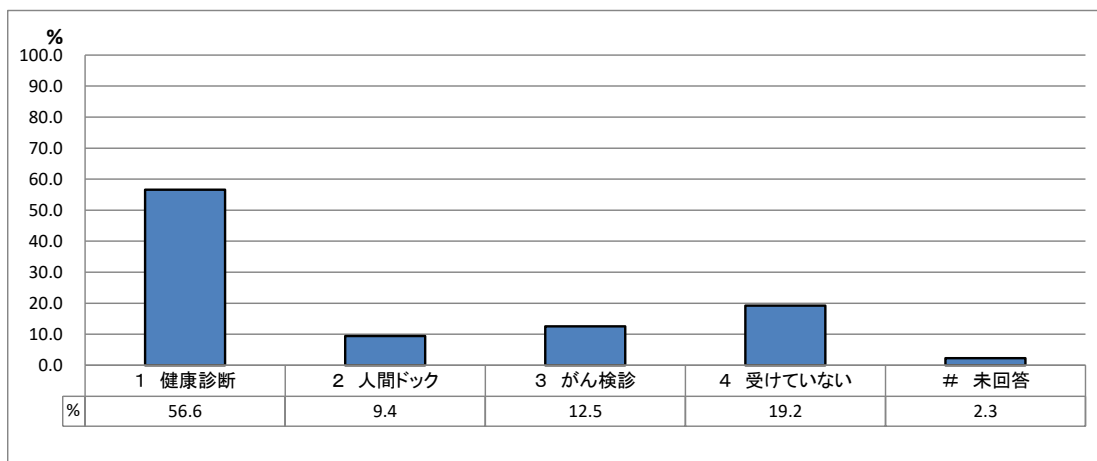


《結果の要約》  
『歯と歯の間を清掃するための器具を使っていますか』と聞いたところ、「ほぼ毎日使っている」が34.6%で最も多く、次いで「時々使っている」が33.0%、「使っていない」が29.7%と続いている。

## 6 生活習慣病予防・介護予防について

問20 年に一度は健康診断を受けていますか。(あてはまるもの全て回答)

1 健康診断	700	(56.6%)
2 人間ドック	116	(9.4%)
3 がん検診	155	(12.5%)
4 受けていない	237	(19.2%)
# 未回答	29	(2.3%)

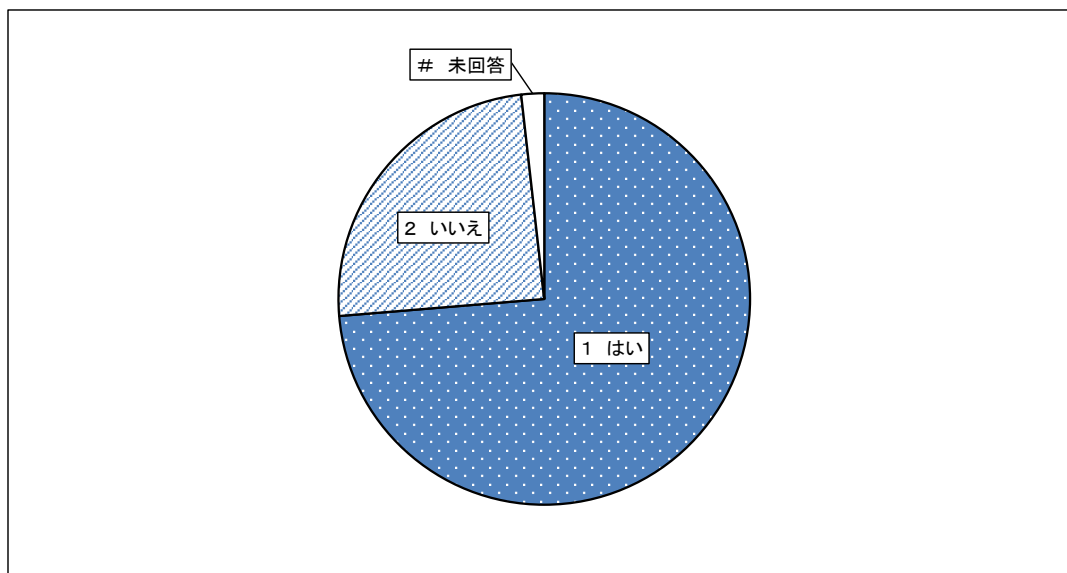


《結果の要約》

『年に一度は健康診断を受けていますか』と聞いたところ、「健康診断」が56.6%で最も多く、次いで「受けていない」が19.2%、「がん検診」が12.5%と続いている。

問21 自分の適正体重を知っていますか。

1 はい	781	(73.7%)
2 いいえ	260	(24.5%)
# 未回答	19	(1.8%)

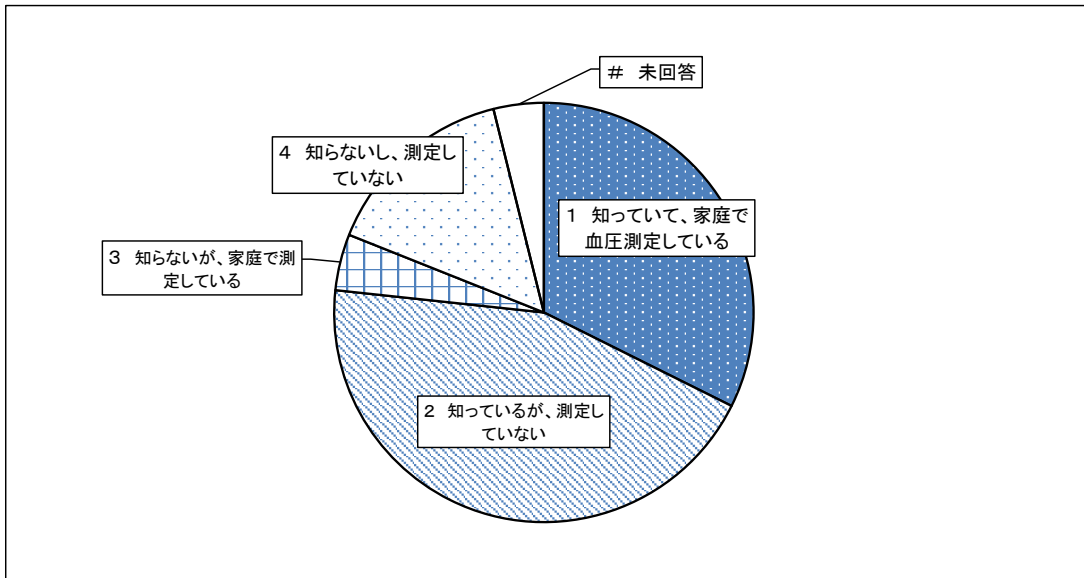


《結果の要約》

『自分の適正体重を知っていますか』と聞いたところ、「はい」が73.7%と「いいえ」を上回っている。

問22 家庭での血圧測定が大切であることを知っていて、家庭での血圧を測定していますか。

1 知っていて、家庭で血圧測定している	343	(32.4%)
2 知っているが、測定していない	470	(44.3%)
3 知らないが、家庭で測定している	46	(4.3%)
4 知らないし、測定していない	160	(15.1%)
# 未回答	41	(3.9%)

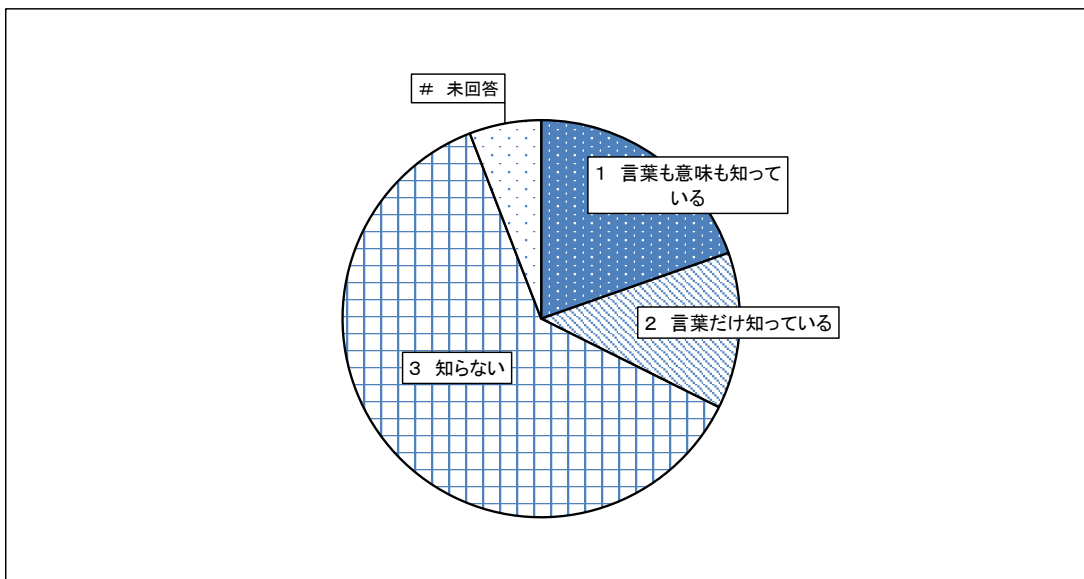


《結果の要約》

『家庭での血圧測定が大切であることを知っていて、家庭での血圧を測定していますか』と聞いたところ、「知っているが、測定していない」が44.3%で最も多く、次いで「知っていて、家庭で血圧測定している」が32.4%、「知らないし、測定していない」が15.1%と続いている。

問23 「フレイル」を知っていますか。

1 言葉も意味も知っている	208	(19.6%)
2 言葉だけ知っている	135	(12.7%)
3 知らない	655	(61.8%)
# 未回答	62	(5.8%)

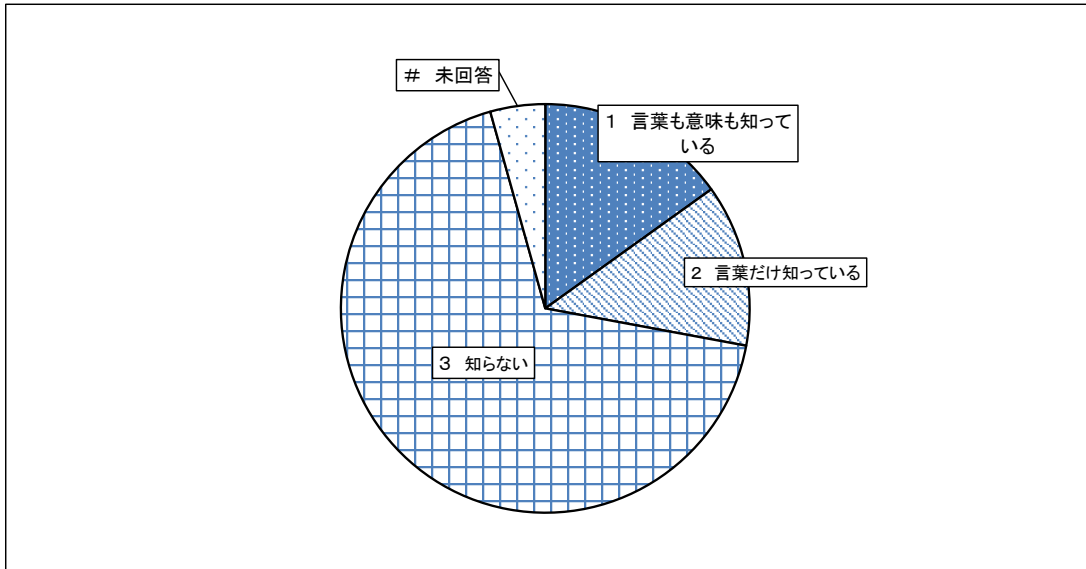


《結果の要約》

『「フレイル」を知っていますか』と聞いたところ、「知らない」が61.8%で最も多く、次いで「言葉も意味も知っている」が19.6%と続いている。

問24 「オーラルフレイル」を知っていますか。

1 言葉も意味も知っている	160	(15.1%)
2 言葉だけ知っている	136	(12.8%)
3 知らない	718	(67.7%)
# 未回答	46	(4.3%)



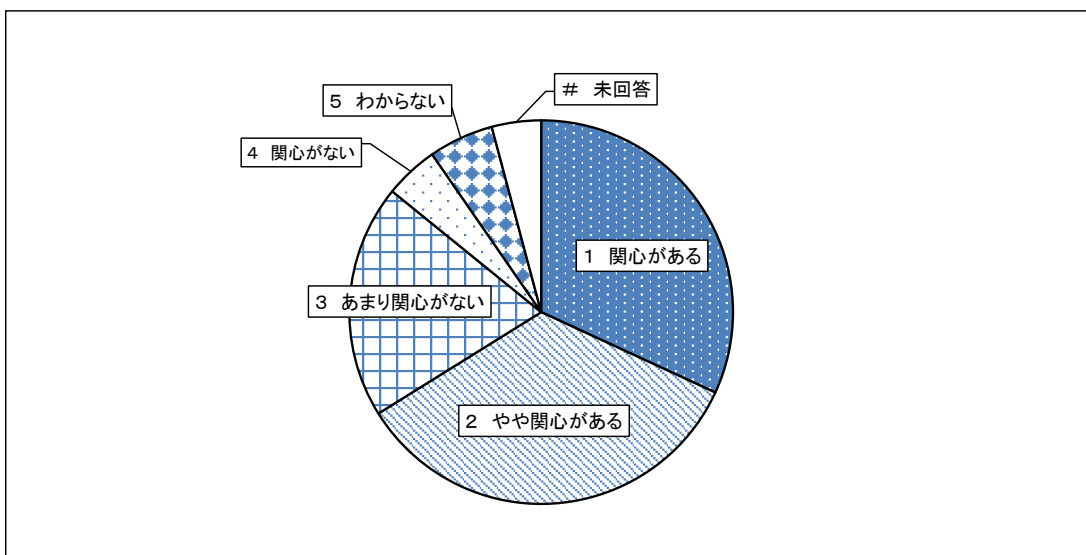
《結果の要約》

『「オーラルフレイル」を知っていますか』と聞いたところ、「知らない」が67.7%で最も多く、次いで「言葉も意味も知っている」が15.1%と続いている。

## 7 食育や食生活について

問25 「食育」について関心がありますか。

1 関心がある	338	(31.9%)
2 やや関心がある	363	(34.2%)
3 あまり関心がない	209	(19.7%)
4 関心がない	48	(4.5%)
5 わからない	58	(5.5%)
# 未回答	44	(4.2%)

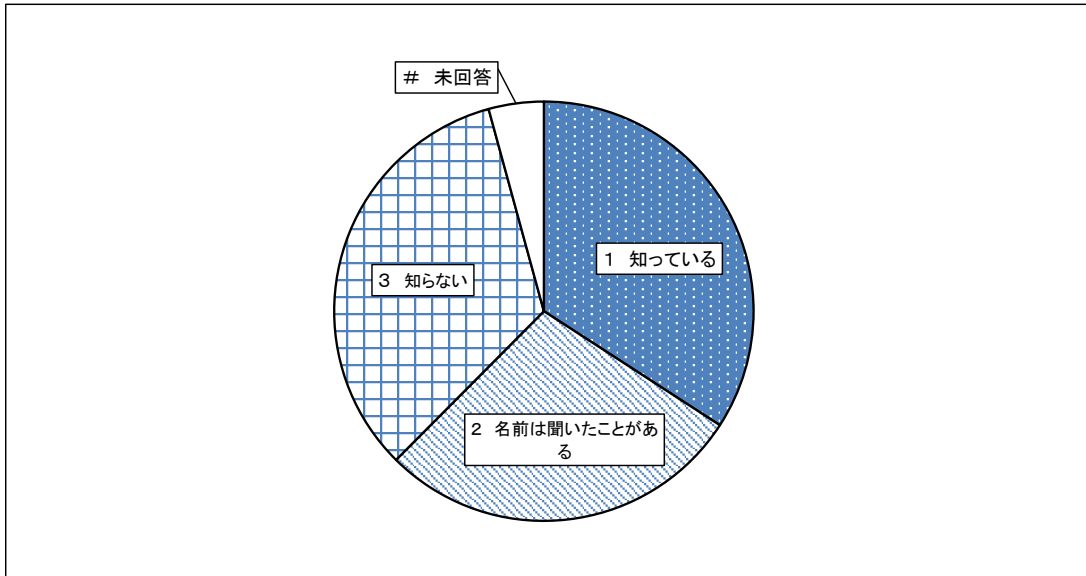


《結果の要約》

『「食育」について関心がありますか』と聞いたところ、「やや関心がある」が34.2%で最も多く、次いで「関心がある」が31.9%、「あまり関心がない」が19.7%と続いている。

問26 「村井弦齋」という人を知っていますか。

1 知っている	362	(34.2%)
2 名前は聞いたことがある	300	(28.3%)
3 知らない	353	(33.3%)
# 未回答	45	(4.2%)

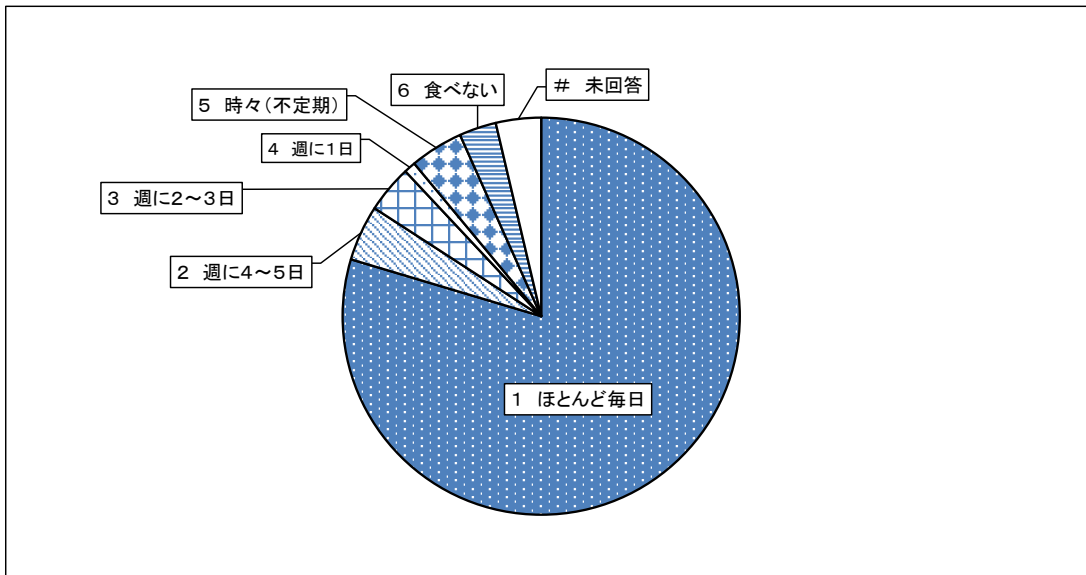


《結果の要約》

『「村井弦齋」という人を知っていますか』と聞いたところ、「知っている」が34.2%で最も多く、次いで「知らない」が33.3%と続いている。

問27 あなたが朝食を食べる頻度はどのくらいですか。

1 ほとんど毎日	844	(79.6%)
2 週に4~5日	48	(4.5%)
3 週に2~3日	41	(3.9%)
4 週に1日	10	(0.9%)
5 時々(不定期)	46	(4.3%)
6 食べない	32	(3.0%)
# 未回答	39	(3.7%)

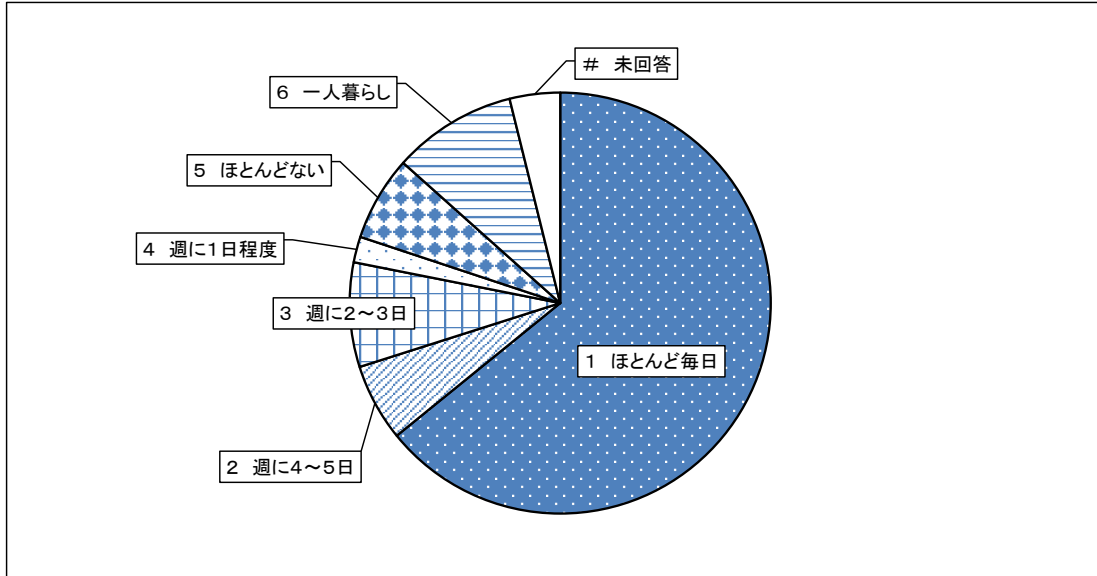


《結果の要約》

『あなたが朝食を食べる頻度はどのくらいですか』と聞いたところ、「ほとんど毎日」が79.6%で最も多く、次いで「週に4~5日」が4.5%、「時々(不定期)」が4.3%と続いている。

問28 あなたは朝食または夕食を同居の方と食べることはどのくらいありますか。

1 ほとんど毎日	680	(64.2%)
2 週に4~5日	63	(5.9%)
3 週に2~3日	85	(8.0%)
4 週に1日程度	21	(2.0%)
5 ほとんどない	69	(6.5%)
6 一人暮らし	101	(9.5%)
# 未回答	41	(3.9%)

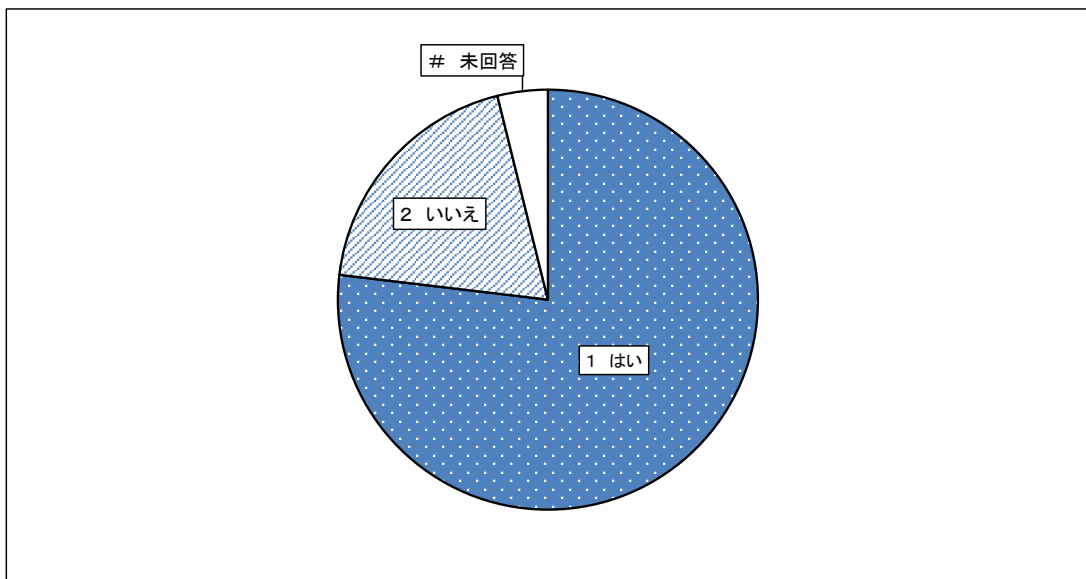


《結果の要約》

『あなたは朝食または夕食を同居の方と食べることはどのくらいありますか』と聞いたところ、「ほとんど毎日」が64.2%で最も多く、次いで「一人暮らし」が9.5%、「週に2~3日」が8.0%と続いている。

問29 毎日の食生活で、健康的な食事内容を心がけていますか。

1 はい	815	(76.9%)
2 いいえ	204	(19.2%)
# 未回答	41	(3.9%)

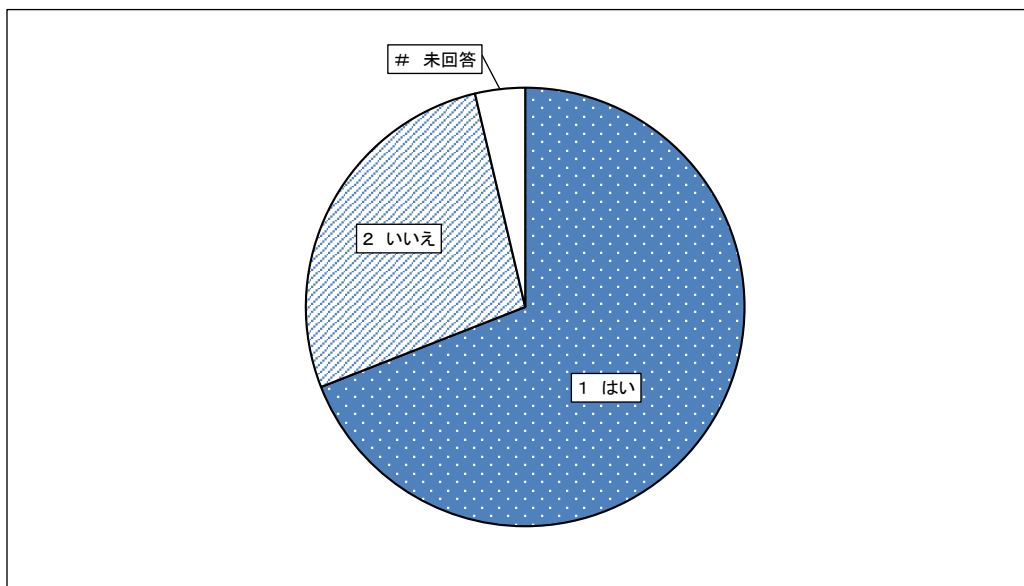


《結果の要約》

『毎日の食生活で、健康的な食事内容を心がけていますか』と聞いたところ、「はい」が76.9%と「いいえ」を上回っている。

問30 1日2食以上、かつ週に5日以上、主食・主菜・副菜をそろえて食べていますか。

1 はい	732	(69.1%)
2 いいえ	289	(27.3%)
# 未回答	39	(3.7%)



《結果の要約》

『1日2食以上、かつ週に5日以上、主食・主菜・副菜をそろえて食べていますか』と聞いたところ、「はい」が69.1%と「いいえ」を上回っている。

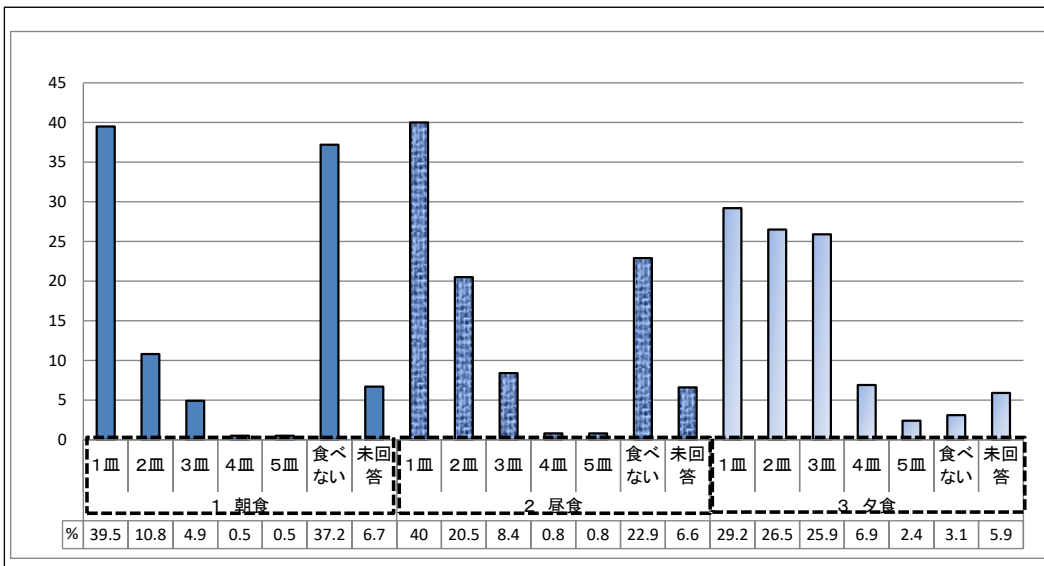
問31 朝・昼・夕食で「野菜やいも、海藻、きのこなどが主に入る料理」をどのくらい食べますか。

食	回数	人数	割合
1 朝食	1皿	419	(39.5%)
	2皿	114	(10.8%)
	3皿	52	(4.9%)
	4皿	5	(0.5%)
	5皿	5	(0.5%)
	食べない	394	(37.2%)
	未回答	71	(6.7%)
2 昼食	1皿	424	(40.0%)
	2皿	217	(20.5%)
	3皿	89	(8.4%)
	4皿	8	(0.8%)
	5皿	9	(0.8%)
	食べない	243	(22.9%)
	未回答	70	(6.6%)
3 夕食	1皿	310	(29.2%)
	2皿	281	(26.5%)
	3皿	275	(25.9%)
	4皿	73	(6.9%)
	5皿	25	(2.4%)
	食べない	33	(3.1%)
	未回答	63	(5.9%)
4 1日	1皿	86	(8.1%)
	2皿	147	(13.9%)
	3皿	230	(21.7%)
	4皿	133	(12.5%)
	5皿	386	(36.4%)
	食べない	0	(0.0%)
	未回答	78	(7.4%)



問31 朝・昼・夕食で「野菜やいも、海藻、きのこなどが主に入る料理」をどのくらい食べますか。

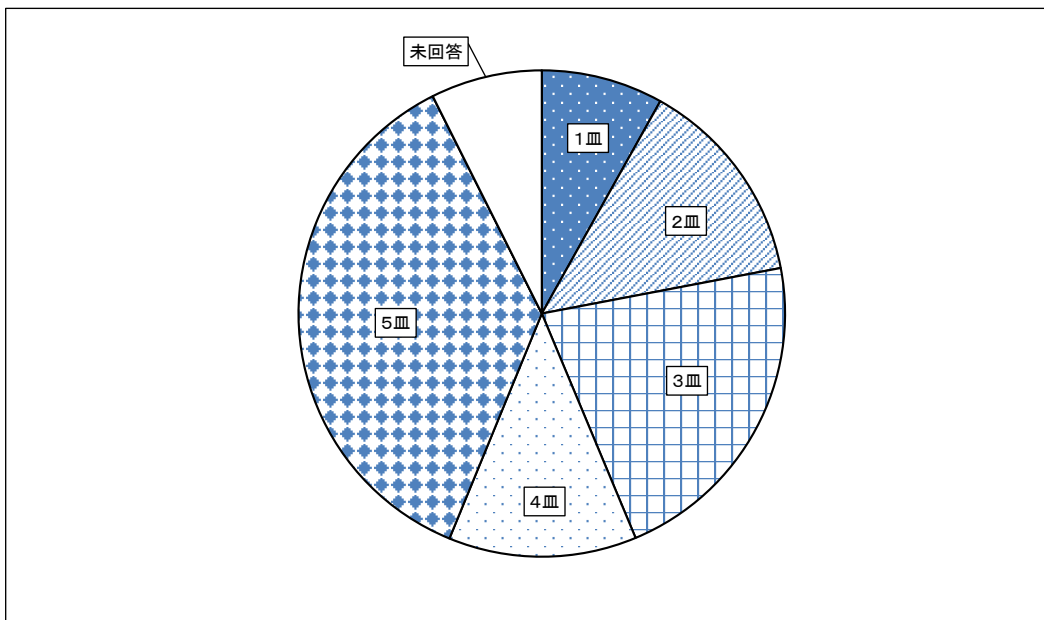
①朝食・昼食・夕食



《結果の要約》

『朝・昼・夕食で「野菜やいも、海藻、きのこなどが主に入る料理」をどのくらい食べますか』と聞いたところ、朝食39.5%、昼食40.0%、夕食29.2%といずれも「1皿」が最も多い。

②1日

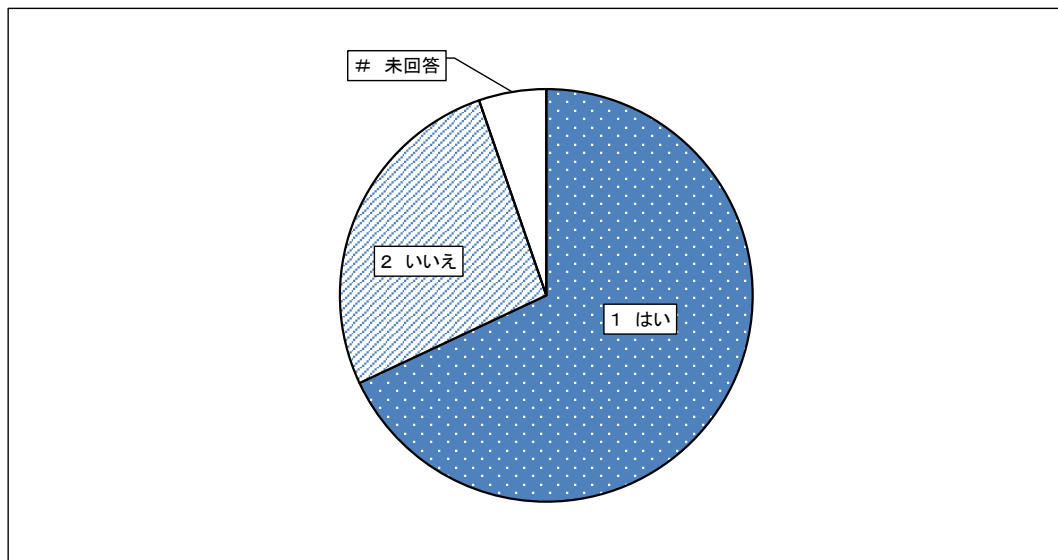


《結果の要約》

『「野菜やいも、海藻、きのこなどが主に入る料理」をどのくらい食べますか』と聞いたところ、1日では「5皿」が36.4%で最も多く、次いで「3皿」で21.7%、「2皿」で13.9%と続いている。

問32 食塩の摂取量が多くならないように、気を付けていることはありますか。

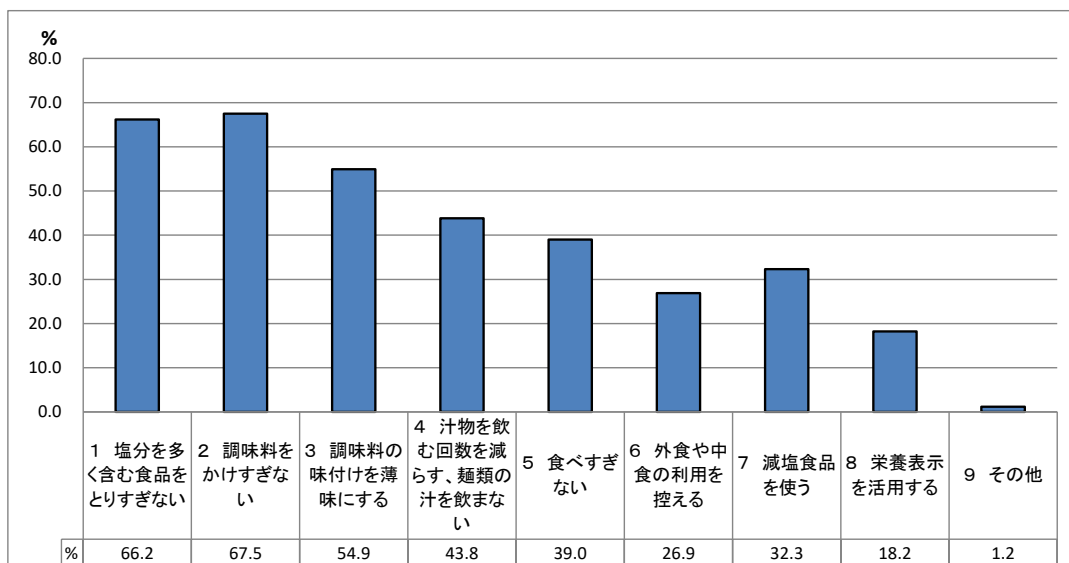
1 はい	721	(68.0%)
2 いいえ	283	(26.7%)
# 未回答	56	(5.3%)



《結果の要約》  
『食塩の摂取量が多くならないように、気を付けていることはありますか』と聞いたところ、「はい」が68.0%と「いいえ」を上回っている。

問33 どのようなことに気を付けていますか。(問32で「はい」と回答した方で集計。複数回答可)

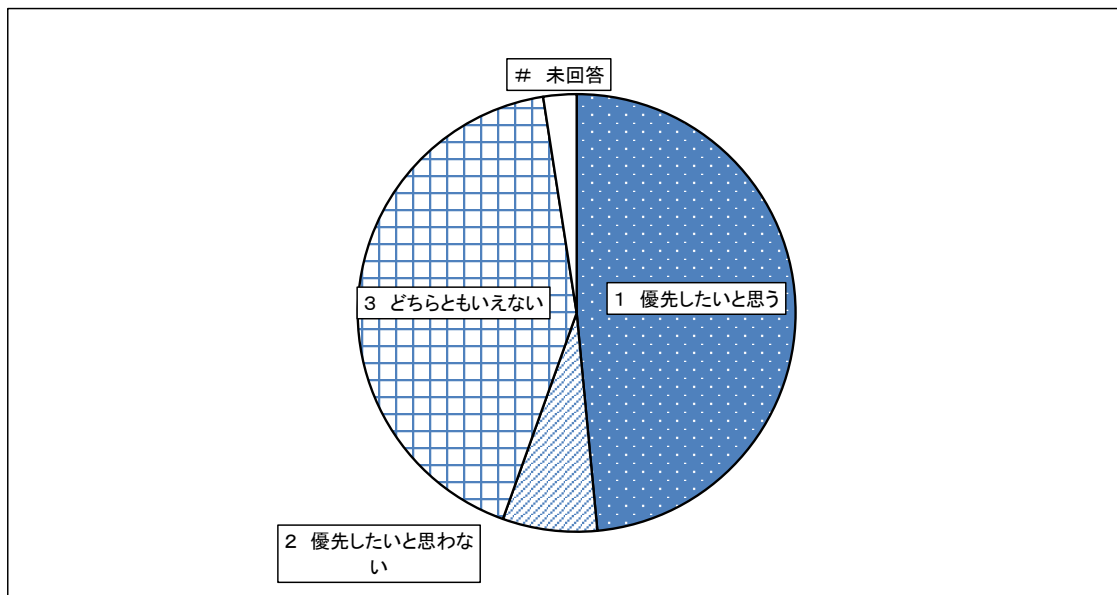
1 塩分を多く含む食品をとりすぎない	477	(66.2%)
2 調味料をかけすぎない	487	(67.5%)
3 調味料の味付けを薄味にする	396	(54.9%)
4 汁物を飲む回数を減らす、麺類の汁を飲まない	316	(43.8%)
5 食べすぎない	281	(39.0%)
6 外食や中食の利用を控える	194	(26.9%)
7 減塩食品を使う	233	(32.3%)
8 栄養表示を活用する	131	(18.2%)
9 その他	9	(1.2%)



《結果の要約》  
問32で「はい」と回答した人(721人)に『どのようなことに気を付けていますか』と聞いたところ、「調味料をかけすぎない」が67.5%で最も多く、次いで「塩分を多く含む食品を取りすぎない」が66.2%、「調味料の味付けを薄味にする」が54.9%と続いている。

問34 農水産物を購入する際、地元産の物を優先したいと思いますか。

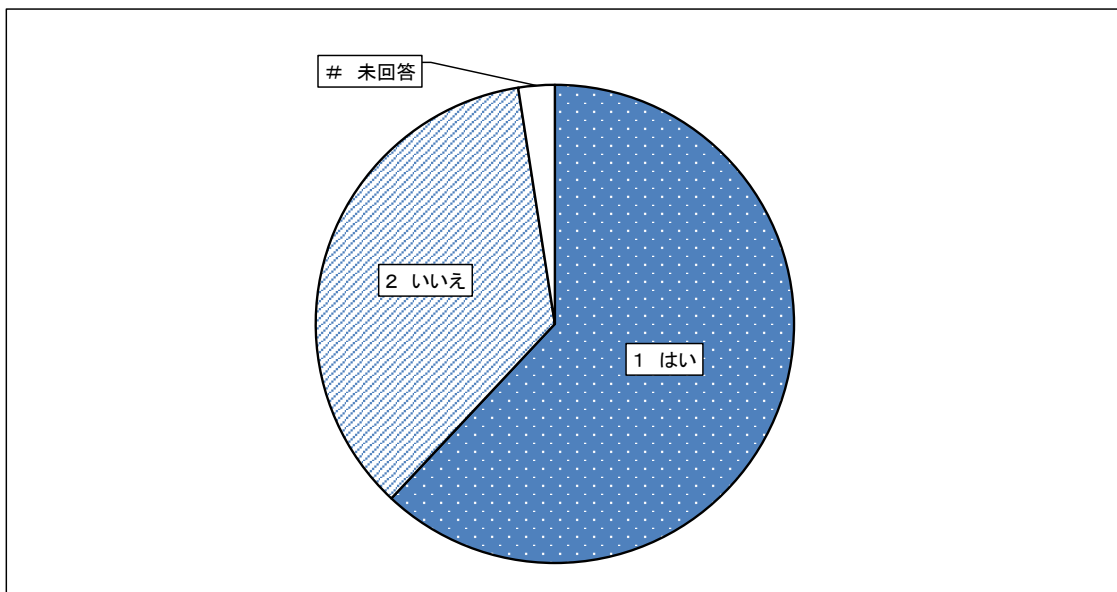
1 優先したいと思う	514	(48.5%)
2 優先したいと思わない	74	(7.0%)
3 どちらともいえない	446	(42.1%)
# 未回答	26	(2.5%)



《結果の要約》  
『農水産物を購入する際、地元産の物を優先したいと思いますか』と聞いたところ、「優先したいと思う」が48.5%で最も多く、次いで「どちらともいえない」が42.1%と続いている。

問35 農林水産業の作業などを体験(仕事は除く)したことがありますか。

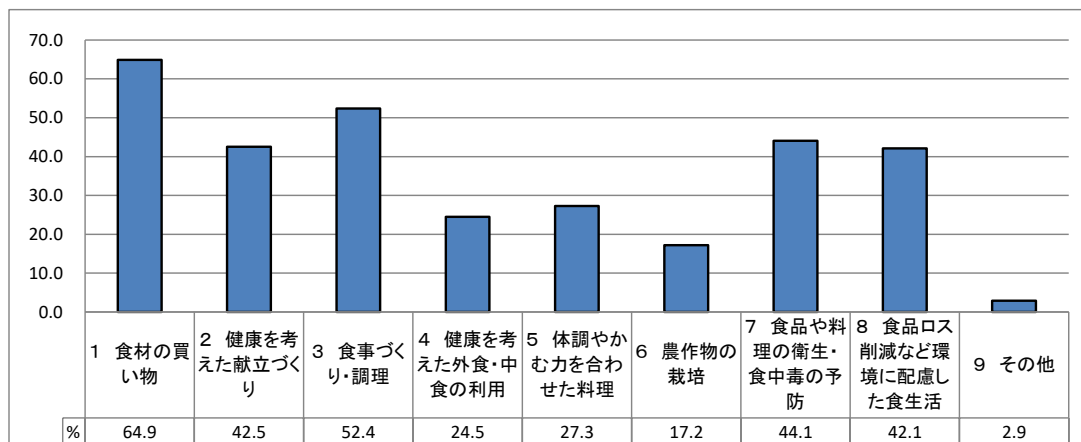
1 はい	657	(62.0%)
2 いいえ	377	(35.6%)
# 未回答	26	(2.5%)



《結果の要約》  
『農林水産業の作業などを体験したことがありますか』と聞いたところ、「はい」が62.0%と「いいえ」を上回っている。

問36-1 食生活について、あなたが「日常的に取り組んでいること」の内容を回答してください。(複数回答可)

1 食材の買い物	688	(64.9%)
2 健康を考えた献立づくり	451	(42.5%)
3 食事づくり・調理	555	(52.4%)
4 健康を考えた外食・中食の利用	260	(24.5%)
5 体調やかむ力を合わせた料理	289	(27.3%)
6 農作物の栽培	182	(17.2%)
7 食品や料理の衛生・食中毒の予防	467	(44.1%)
8 食品ロス削減など環境に配慮した食生活	446	(42.1%)
9 その他	31	(2.9%)

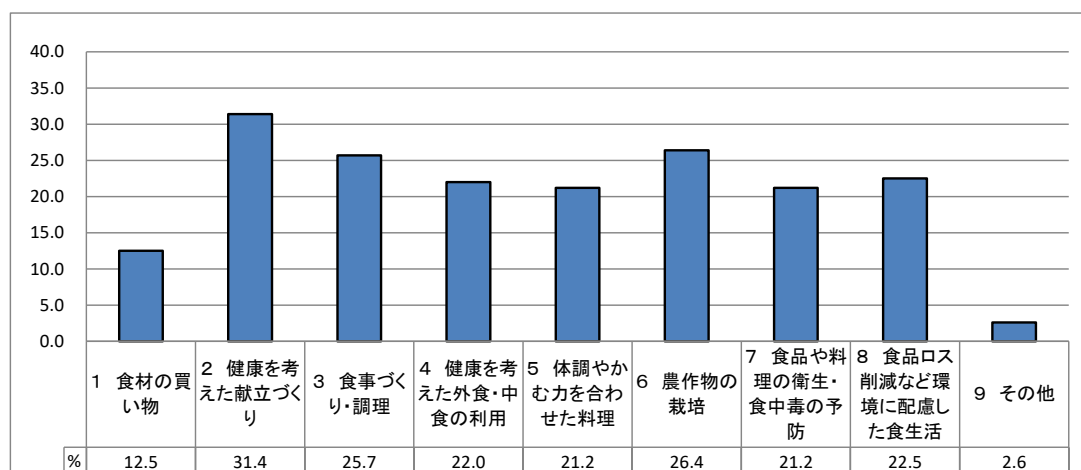


《結果の要約》

『食生活について、あなたが「日常的に取り組んでいること」』を聞いたところ、「食材の買い物」が64.9%で最も多く、次いで「食事づくり・調理」が52.4%、「食品や料理の衛生・食中毒の予防」が44.1%と続いている。

問36-2 食生活について、あなたが「知りたい・体験したいこと」の内容を回答してください。(複数回答可)

1 食材の買い物	132	(12.5%)
2 健康を考えた献立づくり	333	(31.4%)
3 食事づくり・調理	272	(25.7%)
4 健康を考えた外食・中食の利用	233	(22.0%)
5 体調やかむ力を合わせた料理	225	(21.2%)
6 農作物の栽培	280	(26.4%)
7 食品や料理の衛生・食中毒の予防	225	(21.2%)
8 食品ロス削減など環境に配慮した食生活	238	(22.5%)
9 その他	28	(2.6%)



《結果の要約》

『食生活について、あなたが「知りたい・体験したいこと」』を聞いたところ、「健康を考えた献立づくり」が31.4%で最も多く、次いで「農作物の栽培」が26.4%、「食事づくり・調理」が25.7%と続いている。

## 8 自由意見

本市の「健康づくり事業」や「食育」について、御意見・御要望の件数

※自由記載人数 149人 、 意見数 259件

分類	意見の内容	意見数
健康づくり事業 (健康増進)	1 栄養・食生活	20
	2 身体活動・運動	5
	3 休養・こころの健康	1
	4 喫煙	5
	5 飲酒	1
	6 歯・口腔の健康	0
	7 がん・生活習慣病の発症、重症化予防	5
食育	1 家庭の食育推進	20
	2 学校・保育所の食育推進	23
	3 地域における食育推進	32
	4 食育に関する活動支援	7
	5 地産地消・農水産業活性化	49
	6 食文化の継承	10
	7 食の安全安心・情報提供	15
その他	1 広報・普及	24
	2 行政	13
	3 アンケート	9
	4 回答者の健康観	20

## 第3章 資料編

ちょうさひょう  
**調査票**

れいわ ねん がつ にちげんざい じょうきょう かいとう ちょうさひょうない しるし つ  
令和5年1月1日現在の状況でご回答ください。なお、調査票内の※印が付いている  
ごく べつし さんこうしりょう ち く べつちやうめいひょう ようごかいせつ てんぶ  
語句について、別紙の【参考資料】地区別町名表、用語解説を添付しています。

1 あなた自身のことについて、当てはまる数字に○をつけてください。

【問1】 お住まいの地区※をお答えください。(○は1つ)

1. 花水	6. 富士見	11. 八幡	16. 岡崎	21. 吉沢
2. なでしこ	7. 南原	12. 四之宮	17. 城島	22. 金目
3. 港	8. 中原	13. 真土	18. 旭北	23. 横内
4. 崇善	9. 中原下宿	14. 豊田	19. 旭南	24. 田村
5. 松原	10. 松が丘	15. 金田	20. 土屋	25. 大神

【問2】 あなたの性別をお答えください。(○は1つ)

1. 男性	2. 女性	3. その他 (注)
-------	-------	------------

(注) 「その他」とは、セクシュアルマイノリティ※を考慮した選択肢です。戸籍上の区分とは別に、ご自身の主観によりご記入ください。

【問3】 あなたの年齢をお答えください。(○は1つ)

1. 19歳以下	4. 40～49歳	7. 70～79歳
2. 20～29歳	5. 50～59歳	8. 80歳以上
3. 30～39歳	6. 60～69歳	

【問4】 あなたのお仕事等をお答えください。(○は1つ)

1. 学生	4. パート・アルバイト	7. その他
2. 自営業	5. 主夫・主婦ほか家事専業	具体的に( )
3. 会社員・公務員・団体職員	6. 無職	

【問5】 あなたの家族構成をお答えください。(○は1つ)

1. 一人暮らし	3. 親と子(2世代)	5. その他
2. 夫婦のみ (1世代)	4. 祖父母と親と子(3世代)	具体的に( )

【問6】 あなたの身長と体重を数字で記入してください。

(例) 身長 ( 160 . 0 )cm	(例) 体重 ( 55 . 5 )kg
記入欄 身長 ( . )cm	記入欄 体重 ( . )kg

2 あなたの運動習慣について、当てはまる数字に○をつけてください。

【問7】 体を動かすなどの運動を30分以上している日はどのくらいありますか。(○は1つ)

1. 毎日	4. 週に1～2日
2. 週に5～6日	5. なし →【問9】へ
3. 週に3～4日	6. その他(具体的に )

【問8】 その運動は、どれくらいの期間つづけて行っていますか。(○は1つ)

1. 1年以上	2. 1年未満
---------	---------

3 あなたの睡眠と休養について、当てはまる数字に○をつけてください。

【問9】 ここ1か月間、睡眠による休養が十分にとれていますか。(○は1つ)

1. とれている	3. あまりとれていない
2. だいたいとれている	4. 全くとれていない

【問10】 現在、ストレスがありますか。(○は1つ)

1. 大いにある	3. ない
2. 少しある	4. わからない

4 20歳以上の方は、飲酒と喫煙について、あてはまる数字に○をつけてください。

→19歳以下の方は【問15】へ

【問11】 お酒を飲む頻度はどれくらいですか。(○は1つ)

1. 毎日	2. 時々	3. ほとんど飲まない、飲めない→【問13】へ
-------	-------	-------------------------

【問12】 1日に飲むお酒の量はどれくらいですか。下の(注:一合の目安量)を参考に、選択肢の番号に○をつけてください。(○は1つ)

1. 1合未満	3. 2合以上～3合未満
2. 1合以上～2合未満	4. 3合以上

(注:1合の目安量)

清酒(日本酒) 180ml、焼酎25度120ml、ワイン240ml、ビール500ml、ウイスキー60ml
--



【問13】喫煙状況をお答えください。(○は1つ)

1. 吸っていない→【問15】へ	2. 過去に吸っていた→【問15】へ	3. 吸っている
------------------	--------------------	----------

【問14】タバコを吸わない人のことを考えて分煙※を心がけていますか。(○は1つ)

1. はい	2. いいえ
-------	--------

【問15】受動喫煙※についてうかがいます。(○は1つ)

1. 受動喫煙を知っているので、「受動喫煙をしない・させない」ための行動をとっている
2. 受動喫煙を知っているが、「受動喫煙をしない・させない」ための行動はとっていない
3. 受動喫煙を知らない

【問16】COPD(慢性閉塞性肺疾患)※という病気を知っていますか。(○は1つ)

1. どんな病気か知っている	2. 名前は聞いたことがある	3. 知らない
----------------	----------------	---------

5 歯の健康状態や衛生習慣について、当てはまる数字に○をつけてください。

【問17】あなたは噛み方、味わい方といった食べ方に関心がありますか。(○は1つ)

1. 関心がある	3. あまり関心がない	5. わからない
2. やや関心がある	4. 関心がない	

【問18】定期的に歯科検診を受けていますか。(○は1つ)

1. はい	2. いいえ
-------	--------

【問19】歯と歯の間を清掃するための器具(デンタルフロス、歯間ブラシなど)を使っていますか。(○は1つ)

1. ほぼ毎日使っている	3. 使っていない
2. 時々使っている	4. その他(具体的に )

6 生活習慣病予防・介護予防について、当てはまる数字に○をつけてください。

【問20】年に一度は健康診断等を受けていますか。(あてはまるもの全てに○をつけてください)

1. 健康診断(健康診査)	3. がん検診
2. 人間ドック	4. 受けていない

【問21】自分の適正体重※を知っていますか。(○は1つ)

1. はい	2. いいえ
-------	--------

【問22】 家庭での血圧測定が大切であることを知っていて、家庭で血圧を測定していますか。(○は1つ)

1. 知っていて、家庭で測定している	3. 知らないが、家庭で測定している
2. 知っているが測定していない	4. 知らないし、測定していない

【問23】 「フレイル※」を知っていますか。(○は1つ)

1. 言葉も意味も知っている	2. 言葉だけ知っている	3. 知らない
----------------	--------------	---------

【問24】 「オーラルフレイル※」を知っていますか。(○は1つ)

1. 言葉も意味も知っている	2. 言葉だけ知っている	3. 知らない
----------------	--------------	---------

7 食育や食生活について、当てはまる数字に○をつけてください。

【問25】 食育※について関心がありますか。(○は1つ)

1. 関心がある	3. あまり関心がない	5. わからない
2. やや関心がある	4. 関心がない	

【問26】 「村井弦斎※」という人を知っていますか。(○は1つ)

1. 知っている	2. 名前は聞いたことがある	3. 知らない
----------	----------------	---------

【問27】 あなたが朝食を食べる頻度はどのくらいですか。(○は1つ)

1. ほとんど毎日	3. 週に2～3日	5. ときどき食べる(不定期)
2. 週に4～5日	4. 週に1日	6. 食べない

【問28】 あなたは朝食または夕食を同居の方と食べることはどのくらいありますか。(○は1つ)

1. ほとんど毎日	3. 週に2～3日	5. ほとんどない
2. 週に4～5日	4. 週に1日程度	6. 一人暮らし

【問29】 毎日の食生活で、健康的な食事内容を心がけていますか。(○は1つ)

1. はい	2. いいえ
-------	--------

【問30】 1日2食以上、かつ週に5日以上、主食・主菜・副菜※をそろえて食べていますか。(○は1つ)

1. はい	2. いいえ
-------	--------

【問31】朝・昼・夕食で、「野菜や芋、海藻、きのこなどが主に入る料理」をどのくらい食べますか。

下記の(参考)を読み、選択肢の番号に○をつけてください。

朝食	1. 1皿分	2. 2皿分	3. 3皿分	4. 4皿分	5. 5皿分	6. 食べない
昼食	1. 1皿分	2. 2皿分	3. 3皿分	4. 4皿分	5. 5皿分	6. 食べない
夕食	1. 1皿分	2. 2皿分	3. 3皿分	4. 4皿分	5. 5皿分	6. 食べない

(参考)

1皿分は「野菜や芋、海藻、きのこなどが70g程度が入る料理」を指します。

1皿分の量のイメージ



(野菜サラダ)



(お浸し)



(具だくさん味噌汁)

料理例を参考に1皿分、2皿分と数えてください。料理例の2皿分は、1人前食べると野菜料理2皿分と数えます。

料理例 『1皿分』	野菜サラダ、ポテトサラダ、酢の物、お浸し、ごまあえ、煮豆、具だくさんみそ汁、野菜スープ、コンソープ、きのこソテー、ひじきの煮物、きんぴらごぼう、切干大根煮物、チャーハン、ミックスサンドイッチ、お好み焼き、ギョーザ、付合せ野菜 など
料理例 『2皿分』	野菜の煮物、野菜炒め、芋の煮ころがし、コロッケ、カレーライス、焼きそば、肉じゃが、酢豚、すき焼き、おでん、寄せ鍋 など

(回答例) 昼食に『2皿分』カレーライスと『1皿分』野菜サラダを食べた場合

昼食	1. 1皿分	2. 2皿分	3. 3皿分	4. 4皿分	5. 5皿分	6. 食べない
----	--------	--------	--------	--------	--------	---------

【問32】食塩の摂取量が多くならないように、気を付けていることはありますか。(○は1つ)

1. はい →【問33】へ	2. いいえ →【問34】へ
---------------	----------------

【問33】どのようなことに気を付けていますか(あてはまるものにすべて○)

1. 塩分を多く含む食品をとりすぎない	6. 外食や中食※の利用を控える
2. 調味料をかけすぎない	7. 減塩食品を使う
3. 料理の味付けを薄味にする	8. 栄養成分表示を見比べて塩分の少ない食品や料理を選ぶようにしている
4. 汁物を飲む回数を減らす、麺類の汁を飲まない	9. その他(具体的に )
5. 食べ過ぎない	

【問34】<sup>とい</sup>農水産物(野菜・果物・魚・肉など)<sup>のうすいさんぶつ やさいくだもの さかなにく</sup>を購入する際、<sup>こうにゆう</sup>地元産のものを優先したいと思いませんか。<sup>さい じもとさん ゆうせん おも</sup>  
(○は1つ)

1. <sup>ゆうせん おも</sup> 優先したいと思う	2. <sup>ゆうせん おも</sup> 優先したいと思わない	3. どちらともいえない
--------------------------------	----------------------------------	--------------

【問35】<sup>とい</sup>農林水産業の作業などを体験(仕事は除く)<sup>のうりんすいさんぎょう さぎょう たいけん しごと のぞ</sup>したことがありますか。いちご狩り、<sup>が</sup>地引網、<sup>じびきあみ</sup>家庭菜園など<sup>かていさいえん</sup>の体験も<sup>たいけん ふく</sup>含みます。(○は1つ)

1. はい	2. いいえ
-------	--------

【問36】<sup>とい</sup>食生活について、あなたが「<sup>しょくせいかつ</sup>日常的に取組んでいること」、「<sup>し</sup>知りたい・<sup>たいけん</sup>体験をしたい」内容にそれぞれ○をつけてください。(あてはまるものにすべて○)

	内 容	取組んでいること	知りたい・体験したいこと
(例)	健康を考えた献立づくり	○	○
1.	食材の買い物		
2.	健康を考えた献立づくり		
3.	食事づくり・調理		
4.	健康を考えた外食・中食※の利用		
5.	体調やかむ力に合わせた料理		
6.	農作物の栽培		
7.	食品や料理の衛生・食中毒の予防		
8.	食品ロス削減※など環境に配慮した食生活		
9.	その他(具体的に )		

8 本市の「健康づくり事業」や「食育事業」について、ご意見・ご要望があれば、お聞かせください。


ご協力ありがとうございました。

平塚市健康課

○用語解説表

アンケート調査で使用している主な用語についての説明(50音順)

用語	説明
<p><b>オーラルフレイル</b></p>	<p>ろうか どもな さまざま こうくう じょうたい ししう こうくうえいせい こうくうきのう へんか こうくうけんこう                      老化に伴う様々な口腔の状態(歯数・口腔衛生・口腔機能など)の変化に、口腔健康                      への関心の低下や心身の予備能力低下も重なり、口腔の脆弱性が増加し、食べる                      機能障害へ 陥り、さらにはフレイルに影響を与え、心身の機能低下にまで繋がる                      一連の現象及び過程。</p>
<p>しーおーびーでーいー  <b>COPD</b>                      (慢性閉塞性肺疾患)</p>	<p>だいひょうてき まんせいこきゅうきしつかん ひと とく きつえん                      代表的な慢性呼吸器疾患の一つ。特に喫煙などがきっかけで、肺の細胞の破壊や                      気道の炎症がおき、息切れが生じる病気。重症化すると、通常の呼吸が困難になり、                      酸素吸入療法が必要になる。</p>
<p><b>主食・主菜・副菜を                      そろえた食事</b></p>	<p>めんるい りょうり しゅしよく                      ・ごはん、パン、麺類などの料理(主食)                      さかな にく たまご だいずりょうり しゅさい                      ・魚、肉、卵、大豆料理(主菜)                      やさい いも かいそうりょうり ふくさい                      ・野菜、きのこ、芋、海藻料理(副菜)を                      そろえたバランスのとれた食事。</p> <div data-bbox="957 604 1244 817" style="text-align: center;"> </div>
<p><b>受動喫煙</b></p>	<p>喫煙をしなくても他人のたばこから出てくる煙や吐き出された煙を吸わされること。                      受動喫煙により、肺がんや虚血性心疾患などの死亡率が上昇する、喫煙をしていな                      い妊婦でも低出生体重児の出産の発生率が高くなるといった研究結果がある。</p>
<p><b>食育</b></p>	<p>食育基本法では、食育を「生きるうえでの基本であって、知育、徳育及び体育の基礎と                      なるもの」「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                      食生活を実践できる人間を育てること」と位置づけている。</p>
<p><b>食品ロスの削減</b></p>	<p>食べ残しが発生しないよう、料理の食べきりや、食品の廃棄が生じないような計画的                      な食品購入などの取組み。</p>
<p><b>セクシャルマイノリティ</b></p>	<p>生物学的な性(からだの性)と性の自己意識(こころの性)が一致しない人、性的指向                      (人の恋愛・性愛がどうい対象に向かうのかを示す概念)が、同性や両性(男女                      両方)に向いている人などのこと。</p>
<p><b>適正体重</b></p>	<p>身長(m)×身長(m)×22を標準とした体重。22は最も生活習慣病になりにくい                      BMI値(肥満度を表す体格指数)を表し、国が進める健康づくり運動「健康日本21(第                      2次)」でも、「適正体重を維持する者の増加」を健康づくりの目標としている。</p>
<p><b>中食</b></p>	<p>持ち帰り弁当や市販の総菜を家庭で食べること。</p>
<p><b>フレイル</b></p>	<p>「加齢とともに心身の活力(運動機能や認知機能等)が低下し、複数の慢性疾患の                      併存などの影響もあり、生活機能が障害され、心身の脆弱性が出現した状態である                      が、一方で適切な介入・支援により、生活機能の維持向上が可能な状態像」とされて                      おり、健康な状態と日常生活でサポートが必要な介護状態の中間を意味するもの。</p>
<p><b>分煙</b></p>	<p>受動喫煙を防ぐために、喫煙する場所と喫煙しない場所を分けること。</p>
<p><b>村井 弦斎</b></p>	<p>明治時代から昭和時代にかけて平塚に住み、食育の重要性を説いた小説家。</p>

## 第2次食育推進計画の基本施策ごとの成果と課題（最終評価）

第2次計画においては、市民の食育への理解と実践につなげるため、食育の重要な要素を基本施策として展開しました。食育の目標を達成するための目安として、国の第3次食育推進計画や県の第2次食育推進計画に掲げる目標を参考にしながら、平塚市ならではの食育指標も設けています。これらの進捗率の算定は方法は次のとおりです。

### ◇進捗率（％）の算出方法

$$\frac{\text{現状値}-\text{策提示の値}}{\text{目標値}-\text{策定時の値}} \times 100 (\%)$$

### ◇評価区分について

- ：進捗率100%以上
- △：進捗率0～100%未満
- ×：進捗率マイナス

### 基本施策（1）家庭における食育の推進

指 標		ベースライン (平成26年度)	中間評価結果 (令和1年度)	最終評価結果 (令和4年度)	目標値 (令和4年度)	進捗率	評価区分
朝食を欠食する市民の割合の減少	子ども* (小学生)	男子 0.9%	男子 0.7%	男子 1.3%	0%	-44.4%	×
		女子 1.2%	女子 0.5%	女子 1.3%		-8.3%	×
	20歳代～30歳代男性	22.8%	24.5%	5.0%	15%以下	228.2%	○
朝食又は夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数(一週間)の増加		9.5回	9.7回	9.8回	11回以上	20.0%	△

### 基本施策（2）学校・保育所等における食育の推進

指 標	ベースライン (平成26年度)	中間評価結果 (令和1年度)	最終評価結果 (令和4年度)	目標値 (令和4年度)	進捗率	評価区分
食に関する年間指導計画を策定している小中学校の割合	100%	100%	100%	100%	100%※1	○

※1 進捗率算出式をもちいないで評価

### 基本施策（3）地域における食生活改善のための取組みの推進

指 標	ベースライン (平成26年度)	中間評価結果 (令和1年度)	最終評価結果 (令和4年度)	目標値 (令和4年度)	進捗率	評価区分
野菜を1日350g食べている人の割合の増加	21.0%	36.9%	36.4%	50%	53.1%	△
よく噛んで味わって食べるなどの食べ方に関心のある人の割合の増加	64.6%	64.7%	70.1%	80%	35.7%	△
健康的な食事内容を心がけている人の割合の増加	83.5%	77.0%	76.9%	90%以上	-101.5%	×

#### 基本施策（4）食育推進運動の展開

指 標	ベースライン (平成26年度)	中間評価結果 (令和1年度)	最終評価結果 (令和4年度)	目標値 (令和4年度)	進捗率	評価区分
食育ボランティアの活動 の充実※2	586回	301回	100回	350回以上	-410.2%	×

※2 中間評価時に目標値の見直しをおこなったため、中間評価値をベースライン値とする

#### 基本施策（5）生産者と消費者の交流の促進及び環境との調和のとれた農水産業の活性化

指 標	ベースライン (平成26年度)	中間評価結果 (令和1年度)	最終評価結果 (令和4年度)	目標値 (令和4年度)	進捗率	評価区分
地元産の農産物の優先的 な購入・使用の増加	53.1%	50.1%	48.5%	80%	-17.1%	×
農林漁業体験をしたこと がある人の割合の増加	52.5%	66.7%	62.0%	75%	42.2%	△

#### 基本施策（6）食文化の継承、発展のための活動の支援

指 標	ベースライン (平成26年度)	中間評価結果 (令和1年度)	最終評価結果 (令和4年度)	目標値 (令和4年度)	進捗率	評価区分
食育を唱えた村井弦斎の 認知率の増加	31.7%	35.3%	34.2%	40%	30.1%	△

#### 基本施策（7）食の安全性、栄養・その他食に関する調査、情報提供

指 標	ベースライン (平成26年度)	中間評価結果 (令和1年度)	最終評価結果 (令和4年度)	目標値 (令和4年度)	進捗率	評価区分
食育に関心をもっている 人の割合の増加	68.6%	67.5%	66.1%	90%	-11.7%	×

# 基本施策（1）家庭における食育の推進

## 1. 最終評価結果

指標		ベースライン：策定時の値(%) H26年度	中間評価値(%) R1年度	最終値(%) R4年度	目標値(最終)(%) R4年度	進捗率(%)	区分	策定時の出典	中間評価の出典	最終評価の出典
(1) 朝食を欠食する市民の割合の減少	小学生男子	0.9	0.7	1.3	0	-44.4	×	平塚市食育推進のための実態調査	全国体力・運動能力、運動習慣等調査	
(2) 朝食を欠食する市民の割合の減少	小学生女子	1.2	0.5	1.3	0	-8.3	×	平塚市食育推進のための実態調査	全国体力・運動能力、運動習慣等調査	
(3) 朝食を欠食する市民の割合の減少	20歳代～30歳代男性	22.8	24.5	5.0	15	228.2	○	平塚市食育推進のための実態調査	平塚市民の健康意識及び食育推進のためのアンケート調査	
(4) 朝食又は夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数（一週間）の増加		9.5回	9.7回	9.8回	11回	20.0	△	平塚市食育推進のための実態調査	平塚市民の健康意識及び食育推進のためのアンケート調査	

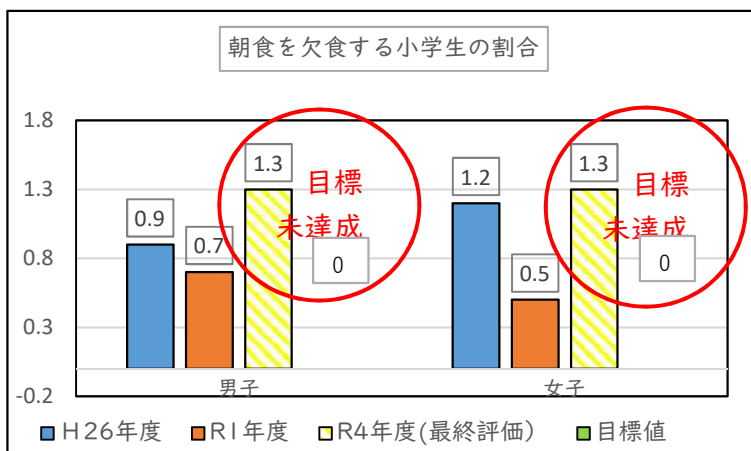
### 第2次計画の評価

・朝食を欠食する小学生の割合は増加しました。20歳～30歳代男性の割合は、ベースラインと比較して大きく改善しました。朝食又は夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数（一週間）については、目標値には到達しませんでした。少しずつ目標値に近づいています。

### 主な実施事業

- ・子どもの生活習慣病予防対策事業による巡回教室や予防相談
- ・食生活改善推進団体への委託による親子料理教室
- ・未就学児とその保護者を対象とした親子で朝ごはんクッキング教室
- ・思春期対策事業による食生活に関する健康講話
- ・食育関連パンフレットの配布（新婚家庭向けパンフレットや父子手帳等）
- ・学校便り・保健便り・食育（給食）便り、学校給食試食会、PTA活動等による情報提供

### (1) (2) 朝食を欠食する小学生の割合の減少

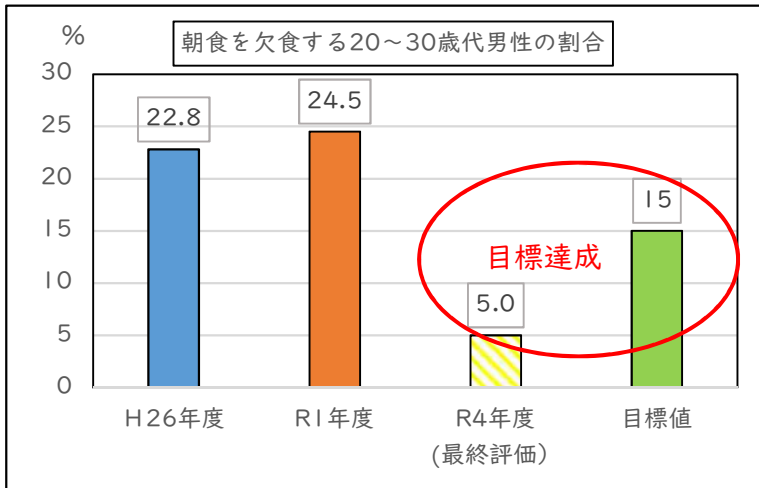


### 考察

朝食を欠食する小学生の割合は増加しました。欠食の理由は本人や家庭的背景などさまざまですが、朝食の時間を確保することが難しかったり、子ども自身が食欲不振の状態であったりすること等が考えられます。食習慣とともに生活習慣の改善について指導していくことが大切と考えます。



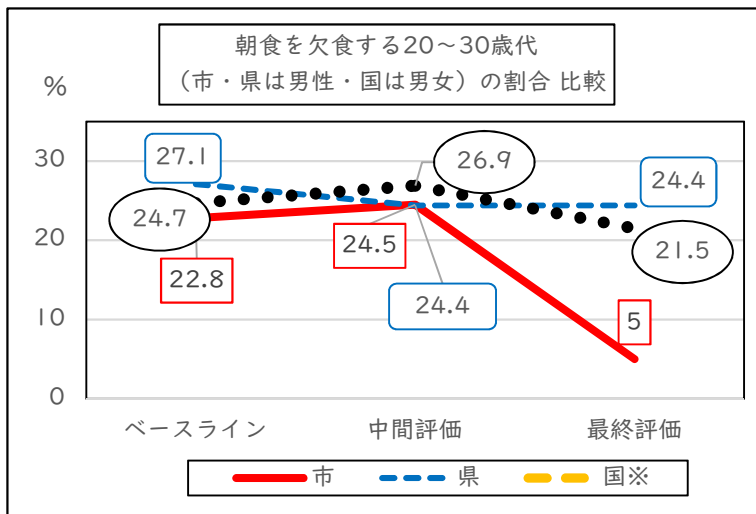
(3) 朝食を欠食する20～30歳代男性の割合の減少



調査結果 (%)

	ベースライン	中間評価	最終評価	目標値
市	22.8	24.5	5.0	15%以下
県	27.1	24.4	24.4	15%以下
国※	24.7	26.9	21.5	15%以下

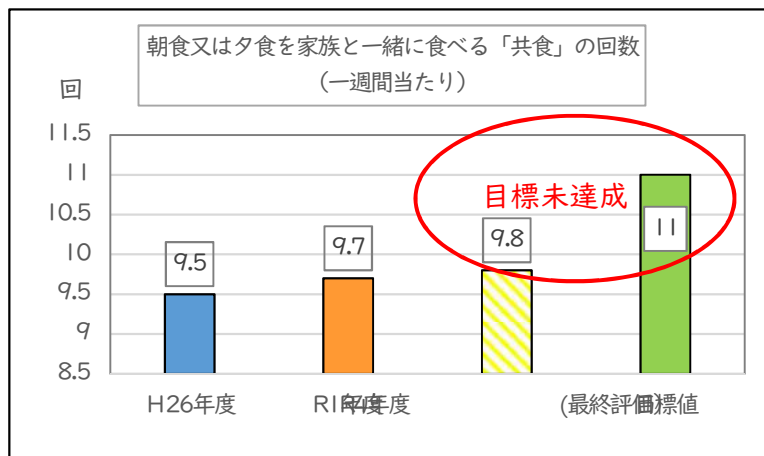
※20～30歳代男女



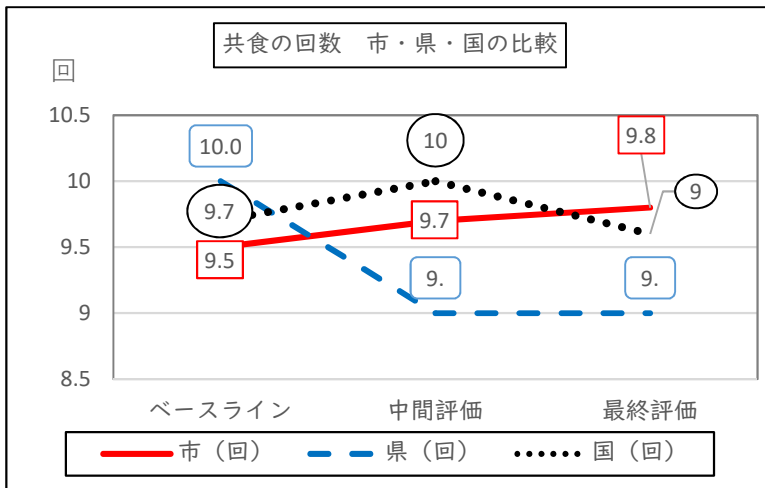
考察

20歳代～30歳代男性の朝食を欠食する割合は、中間評価時と比較して大きく改善された。コロナ禍でテレワーク等の増加により朝食を家で食べる機会が増加したのではないかと推測される。コロナウイルス感染症が5類に変更されたことに伴い、通常出社も増える傾向にあることから、根本的な改善につなげるために、乳幼児期及び学童期から朝食の大切さについて継続的に啓発していくことでその保護者でもある20歳代～30歳代男性への働きかけにも繋がるのではないかと考えられる。

(4) 朝食又は夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数 (一週間)



	ベースライン	中間評価	最終評価	目標値
市 (回)	9.5	9.7	9.8	11
県 (回)	10.0	9.0	9.0	11
国 (回)	9.7	10	9.6	11



## 考察

目標値には達していないが、わずかず目標値に近づいている。全世代を通じて家族や仲間、地域の方と共に食事をする機会は、食事のマナーや食文化を大切にする気持ちを育み、心身の健康にも繋がります。ワークライフバランスの見直しによる家庭での共食回数の増加、新型コロナウイルス感染症が5類に変更となったことを受け、感染リスクを引き下げる対策を取りながらの仲間や地域の方と共食する機会を充実させるための対策を検討していく必要がある。

## 2. 今後の課題・実施方針

一日3食の規則正しい食習慣は、豊かで健全な食生活を送るための基本であり、特に朝食は一日の始まりの食事として欠かさず食べる必要があります。全年齢において自らが健康な体作りのための食習慣について学び、取り組めるよう引き続き学校・企業・地域と連携しながら健康教育に取り組めます。第2次計画で未達成となった共食の回数増については、新型コロナウイルス感染リスクを引き下げる対策を取りながら家庭のみならず仲間や地域の方と共食する機会を充実させるため食生活改善推進団体との連携や普及啓発に取り組めます。朝食を欠食する小学生の割合が増加していることから、引き続き欠食率0%を目標に、学校・家庭・地域と協力して取り組めます。

## 基本施策（２）学校・保育所等における食育の推進

### Ⅰ. 最終評価結果

指標	ベースライン：策定時の値(%)	中間評価値(%)	最終値(%)	目標値(最終)(%)	進捗率(%)	区分	策定時の出典	中間評価の出典	最終評価の出典
	H26年度	R1年度	R4年度	目標値					
食に関する年間指導計画を策定している小中学校の割合	100	100	100	100	100	○	平塚市教育委員会 実績		

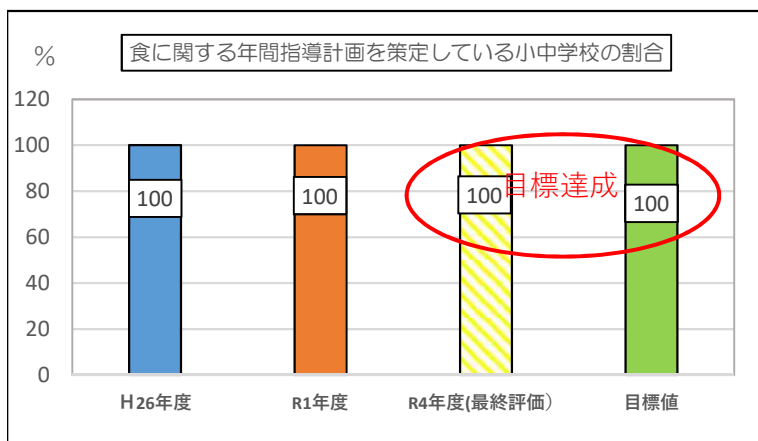
#### 第2次計画の評価

・各小中学校に食教育推進担当者を置き、食育全体計画を作成。栄養教諭及び学校栄養職員と食教育推進担当者会を開催し、国・県・市の最新の情報を共有すると共に、食に関する指導を実施できました。

#### 主な実施事業

- ・食に関する指導（食教育推進担当者会）
- ・学校給食地場産野菜野菜等推進事業
- ・ふれあい給食・給食試食会
- ・児童健康教室（子どもの生活習慣病予防事業）
- ・開放保育

#### 食に関する年間指導計画を策定している小中学校の割合



#### 調査結果 (%)

	H26年度	R1年度	R4年度(最終評価)	目標値
市	100	100	100	100

#### 考察

食育全体計画にそって、栄養教諭や学校栄養職員が児童生徒に対する相談指導や保護者への助言、学校便り・保健便り・給食便り等への情報提供などを食教育推進担当者会のグループ協議で話し合うことができた。食教育推進担当者会において、テーマを設定して話し合うことで、各校での実践につなげることができた。

### 2. 今後の課題・実施方針

健康寿命の延伸のためには、普段から栄養バランスに配慮した食事をとり、適正体重を維持するよう心掛ける必要があります。子供の頃から「朝ごはんを食べる」「よくかんで食べる」など正しい食習慣を身につけることは生涯にわたり健全な食生活を送るための基礎となることから、栄養教諭及び学校栄養職員と各小中学校が連携し、食に関する指導に取り組みます。

# 基本施策（3）地域における食生活改善のための取組の推進

## 1. 最終評価結果

指標	ベースライン：策定時の値(%)	中間評価値(%)	最終値(%)	目標値(最終)(%)	進捗率(%)	区分	策定時の出典	中間評価の出典	最終評価の出典
	H26年度	R1年度	R4年度	目標値					
(1) 1日の野菜摂取量が350g以上の者の割合の増加	21.0	36.9	36.4	50	53.1	△	平塚市食育推進の実態調査	平塚市民の健康意識及び食育推進のためのアンケート調査	
(2) よく噛んで味わって食べるなどの食べ方に関心のある人の割合の増加	64.6	64.7	70.1	80	35.7	△	平塚市食育推進の実態調査	平塚市民の健康意識及び食育推進のためのアンケート調査	
(3) 健康的な食事内容を心がけている人の割合の増加	83.5	77.0	76.9	90	-101.5	×	平塚市食育推進の実態調査	平塚市民の健康意識及び食育推進のためのアンケート調査	

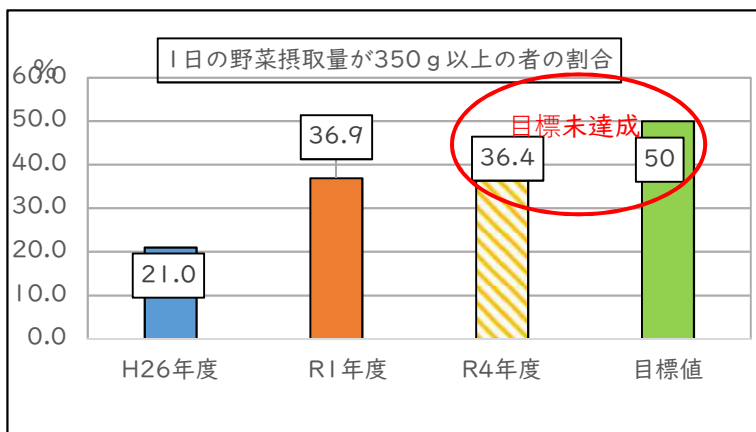
### 第2次計画の評価

「1日の野菜の摂取量が350g以上の者の割合」「よく噛んで味わって食べるなどの食べ方に関心のある人の割合」は、ベースライン値から増加したものの、目標値に届きませんでした。「健康的な食事内容を心がけている人の割合」はベースライン値より減少し、目標値にも届きませんでした。

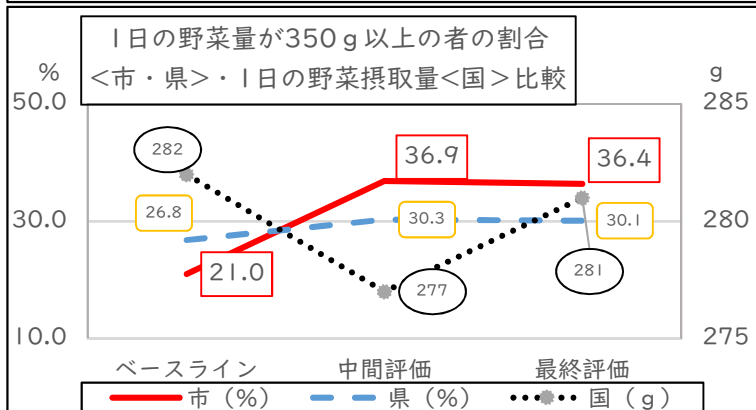
### 主な実施事業

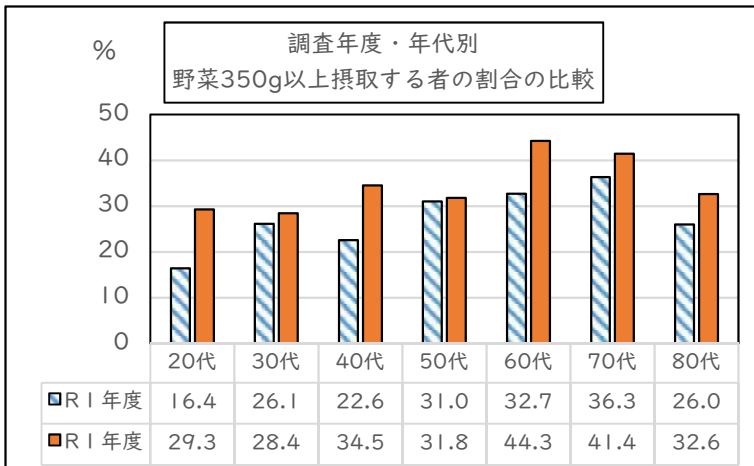
- ・母子保健事業（幼児健診・離乳食教室等）
- ・健康増進事業（生活習慣病予防の食事、口腔保健についての健康教育・健康相談）
- ・食育推進事業（野菜普及事業・地域との連携事業等）
- ・地域における食生活の普及啓発に関する担い手の養成・育成
- ・介護予防事業（高齢者の食生活改善・口腔保健のための訪問指導・健康教育・健康相談）
- ・介護予防事業（高齢者の低栄養予防・オーラルフレイル予防についての健康教育）

### (1) 1日の野菜摂取量が350g以上の者の割合



	ベースライン	中間評価	最終評価	目標値
市 (%)	21.0	36.9	36.4	50
県 (%)	26.8	30.3	30.1	45
国 (g)	282	277	281	350

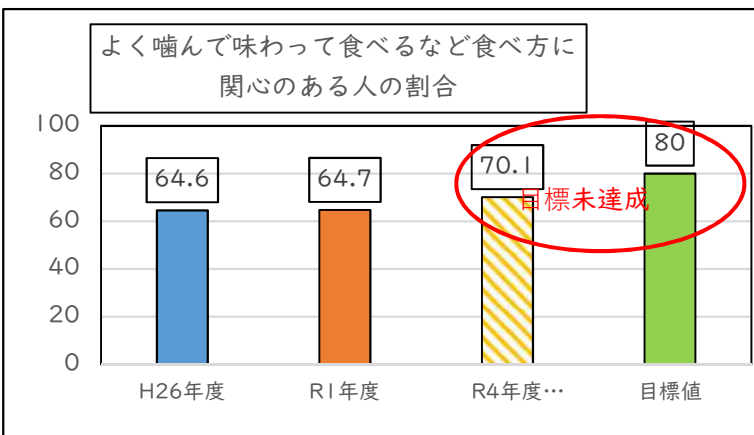




考察

中間評価では、中間評価目標値である35%を上回る結果であったが、最終評価はほぼ横ばいの36.4%という結果であり、最終目標値の50%に届かなかった。ベースラインとの比較では、国、県がほぼ横ばいのところ、15%増加であった。最終評価では、20歳代の野菜摂取が増加しており、学校教育を通じた食育の推進の効果と推測される。

(2) よく噛んで味わって食べるなどの食べ方に関心のある人の割合

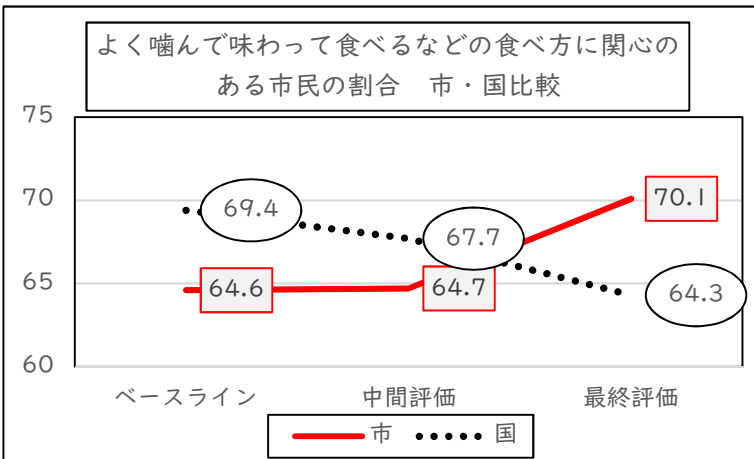


調査結果 (%)

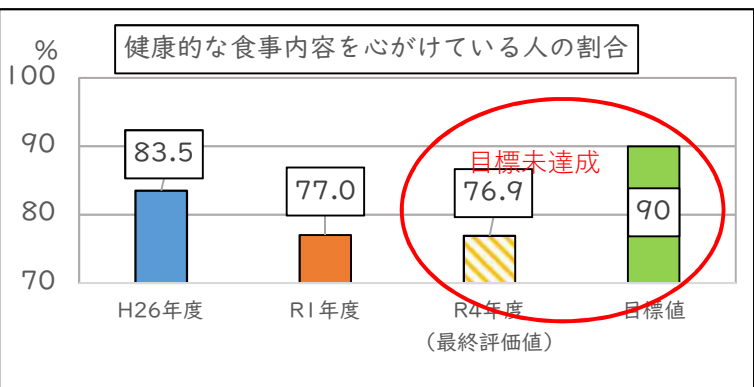
	ベースライン	中間評価	最終評価	目標値
市	64.6	64.7	70.1	80
県	指標設定なし			
国	69.4	67.7	64.3	75

考察

中間評価から最終評価では、増加しましたが、目標達成しませんでした。健康増進計画の指標である60代のそしゃく満足度は、40代から70代までの方が「なんでもよくかんで食べられる」と80%以上の方が回答。60代においては82.5%でした。歯の健康を保つだけでなく、味わって食べるなど食べ方に興味を持つことが早期からオーラルフレイルを予防することにつながると考えられます。



(3) 健康的な食事内容を心がけている人の割合

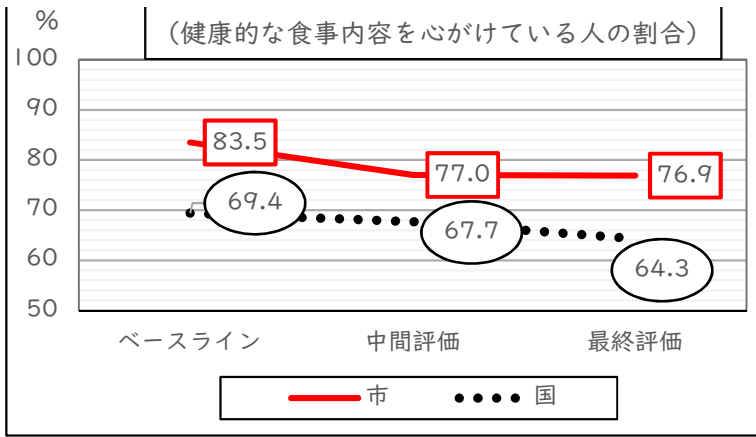


調査結果 (%)

	ベースライン	中間評価	最終評価	目標値
市	83.5	77	76.9	90
県	指標設定なし			
国	69.4	67.7	64.3	75

平塚市・国の年次推移

考察



中間評価結果では、ベースラインを下回る結果であったが、新型コロナウイルス感染症の社会的要因もあり、家庭で食事をする人、健康に配慮した食生活を送る人が増加したと推測される。市事業では、市ホームページや広報誌での普及啓発の充実を図るとともに、感染症予防に配慮した個別による相談、教室を実施した。最終目標値である65%を超え、県、国の同調査内容回答率が悪化または横ばいのなか、130%を超える増加率であった。

## 2. 今後の課題・実施方針

平塚市の課題である脳血管疾患の原疾患となる高血圧症を予防、重症化予防するためには、若い年代の男性への肥満予防や全年代での減塩の取り組みを進める必要があります。そのために、第2次計画で未達成となった「健康的な食事内容を心がけている人の割合」を、さらに具体的な食事内容として普及啓発を継続します。また、新たに「減塩行動」につながる普及啓発や食環境整備を実施していくことが重要です。

「食べる」ことを生涯にわたり楽しむことは、QOL(クオリティオブライフ=生活の質)に深く関わり、高齢者の低栄養を予防する因子として重要です。このことより、壮年期からの「口腔の健康と食育の推進」をさらに充実させていきます。ライフステージ別行動目標は、健康増進計画と連動し、「バランスの取れた食事を摂取する」「早期からのオーラルフレイル予防」のためのデジタル技術を活用した普及啓発や民間企業等と連携した食環境整備を行っていきます。高齢期ではオーラルフレイル・フレイルとそれに起因する低栄養の改善のために産官学民連携による取り組みを継続します。

## 基本施策（４）食育推進運動の展開

### Ⅰ. 最終評価結果

指標	ベースライン：策定時の値(回)	中間評価値(回)	最終値(回)	目標値(最終)(回)	進捗率(%)	区分	策定時の出典	中間評価の出典	最終評価の出典
	H26年度	R1年度	R4年度	目標値					
食育ボランティアの活動の充実 (平塚市食生活改善推進員の年間活動回数)	586	301	100	350	-410	×	平塚市食生活改善推進団体総会資料		

※2 中間評価時に目標値の見直しをおこなったため、中間評価値をベースライン値とする

### 第2次計画の評価

地域での食改善活動に必要な知識や技術を習得するための養成講座を毎年実施しました。令和元年度から4年度までで見ると、講座修了者の団体への入会率は100%でした。ここ2年ほどは、地域での活動が中止となるなど、活動回数は減少しましたが、感染症対策をしながら普及啓発をするなど、地道な活動は継続していました。

### 主な実施事業

- ・食生活改善推進員養成講座
- ・会員に対する育成事業（役員会、定例会等）
- ・会員による地域活動（高血圧予防料理教室、減塩普及事業等）
- ・食育推進会議の開催

### 食育推進活動の実施例



市のイベントなどに参加して、食育について普及啓発をしています。



公民館共催事業「親子クッキング教室」では、「春のおもてなし料理」などの行事食を若い世代に伝えています。

### 2. 今後の課題・実施方針

平塚市の課題である脳血管疾患の原因となる高血圧症の予防や、重症化の予防のために、肥満予防と減塩の取組を推進する必要があります。そのために、食生活改善推進団体による、地域に密着した食改善の活動の充実に向け、支援をしていきます。また、活動を担う会員を養成するための講座の実施や、会員を対象とした育成事業について、さらなる支援を行います。

食育推進会議を定期的開催し、関係団体との情報交換、学識経験者からの助言により、本市の食育推進を充実を図ります。

## 基本施策（５）生産者と消費者の交流の促進及び環境との調和のとれた農水産業の活性化

### Ⅰ. 最終評価結果

指標	ベースライン：策定時の値(%)	中間評価値(%)	最終値(%)	目標値(最終)(%)	進捗率(%)	区分	策定時の出典	中間評価の出典	最終評価の出典
	H26年度	R1年度	R4年度	目標値					
(1) 地元産の農産物の優先的な購入・使用の増加	53.1	50.1	48.5	80	-17.1	×	平塚市食育推進のための実態調査	平塚市民の健康意識及び食育推進のためのアンケート調査	
(2) 農林漁業体験をしたことがある人の割合の増加	52.5	66.7	62.0	75	42.2	△	平塚市食育推進のための実態調査	平塚市民の健康意識及び食育推進のためのアンケート調査	

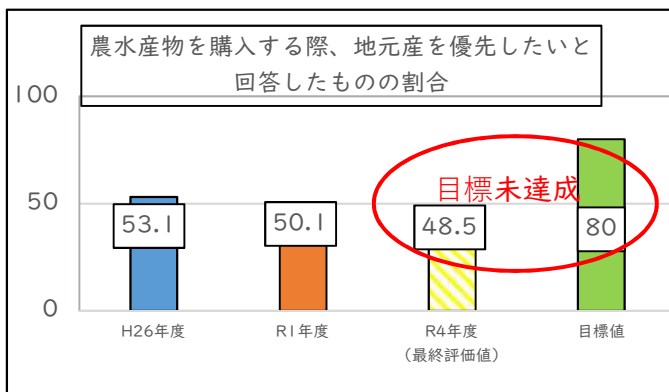
#### 第2次計画の評価

「地元産の農産物の優先的な購入・使用の増加」は、ベースライン値よりも減少し、目標値に届きませんでした。  
 「農林漁業体験をしたことのある人の割合の増加」は、ベースライン値より増加しましたが、目標値に届きませんでした。

#### 主な実施事業

- ・地産地消の推進 ・農水産業に関する理解を深める体験事業
- ・市民農園の利用区画数の増加に関する取組
- ・水産業を体験する機会の充実
- ・魚食の普及活動

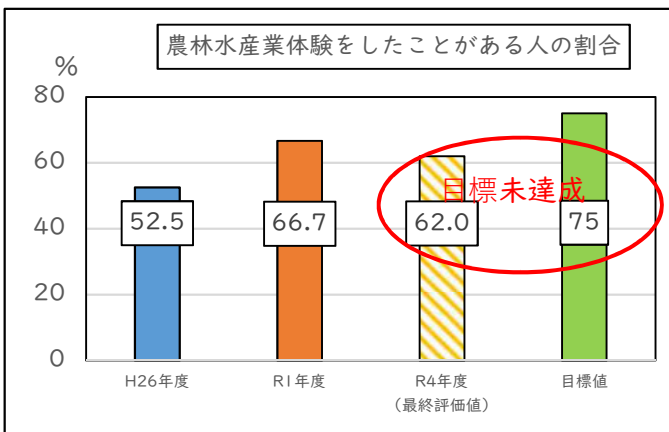
#### (1) 地元産の農作物の優先的な購入・使用の増加



	ベースライン	中間評価	最終評価	目標値
市 (%)	53.1	50.1	48.5	80

※県・国では同一の目標設定なし

#### (2) 農林水産業体験をしたことがある人の割合



	ベースライン	中間評価	最終評価	目標値
市	52.5	66.7	62.0	75
国	36.2	37.3	65.7	40

※県では同一の目標設定なし



## 考察

「地元産の農産物の優先的な購入・使用の増加」及び「農林水産業体験をしたことがある人の割合の増加」の指標について、コロナ禍で地元産農水産物のPRの機会や、農水産業への体験の機会が減少した影響もあり、目標に達することはできなかったが、幼稚園等の子どもを対象に平塚産農産物キャラクター「ベジ太」デザインのマスク及び小松菜の種を配布し食育の推進を図るとともに、地元産農水産物のPR番組を地元ケーブルテレビ会社と制作し、YouTube等SNSでの展開を通じて農水産業の認知度向上を図った。

## 2. 今後の課題・実施方針

「令和4年度平塚市市民意識調査」の結果から、市民の農業振興に対する重要度が高くなっており、「平塚市民の健康意識及び食育推進のためのアンケート調査」結果からも地元産農水産物を優先したいと思わない人が少なくなっていることから、地元産農水産物へのニーズが高くなっていると考えられる。

今後については、新型コロナウイルスの影響により休止又は縮小したイベント等を展開してしていくとともに、農水産物の販路拡大や付加価値の向上、新商品の開発を促進し地産地消を推進します。

## 基本施策 (6) 食文化の継承、展開のための活動の支援

### 1. 最終評価結果

指標	ベースライン：策定時の値(%)	中間評価値(%)	最終値(%)	目標値(最終)(%)	進捗率(%)	区分	策定時の出典	中間評価の出典	最終評価の出典
	H26年度	R1年度	R4年度	目標値					
食育を唱えた村井弦齋の認知率の増加	31.7	35.3	34.2	40	30.1	△	平塚市食育推進のための実態調査	平塚市民の健康意識及び食育推進のためのアンケート調査	

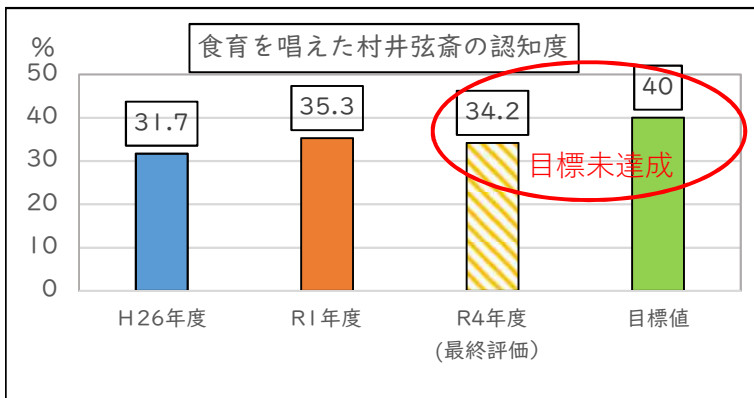
#### 第2次計画の評価

「ふるさと歴史再発見事業」の一環として、「村井弦齋まつり」を村井弦齋公園において年に1回、市民との協働により開催。村井弦齋の認知率は目標値に達しませんでした。

#### 主な実施事業

- ・村井弦齋まつり（村井弦齋公園にて年1回）
- ・食生活改善推進団体による食育講座等の支援
- ・地区公民館における食文化継承事業の実施
- ・学校・保育所等による給食を通じた食文化の伝承

#### 食育を唱えた村井弦齋の認知率



#### 調査結果 (%)

	H26年度	R1年度	R4年度 (最終評価)	目標値
市	31.7	35.3	34.2	40

#### 考察

・村井弦齋まつりにおいて、小説『食道楽』の内容紹介や明治時代の料理を現代風にアレンジした料理の展示、販売、「食道楽弦齋食育かるた」など市民と協働で開催。令和4年度は準備を進めていたが、台風の影響により「村井弦齋まつり」が中止となった。一方で、3月に八幡山の洋館で歴史文化講座「- 食べること、育むこと - 村井弦齋が夢見た未来 明治時代に一番売れた小説『食道楽』」を開催し、食育を唱えた村井弦齋の認知度アップに貢献できた。

### 2. 今後の課題・実施方針

和食文化を守り、伝えることは、食生活の文化的な豊かさを将来にわたって支えるうえで重要であり、豊かな自然に恵まれ、農業及び漁業共に盛んな平塚市では、公民館や学校給食等で「行事食」の伝承事業に取り組んでいます。一方でライフスタイルや価値観等様々な理由から、家庭や地域において継承されていた特色ある食文化が失われつつあります。今後も地域ボランティア団体や各種団体と協力しながら、栄養バランスに優れた健康的な食生活をおくることができるよう、食文化の継承・展開のための活動を推進します。

# 基本施策 (7) 食の安全性、栄養・その他食に関する調査、情報提供

## 1. 最終評価結果

指標	ベースライン：策定時の値(%)	中間評価値(%)	最終値(%)	目標値(最終)(%)	進捗率(%)	区分	策定時の出典	中間評価の出典	最終評価の出典
	H26年度	R1年度	R4年度	目標値					
食育に関心をもっている人の割合の増加	68.6	67.5	66.1	90	-11.7	×	平塚市食育推進の実態調査	平塚市民の健康意識及び食育推進のためのアンケート調査	

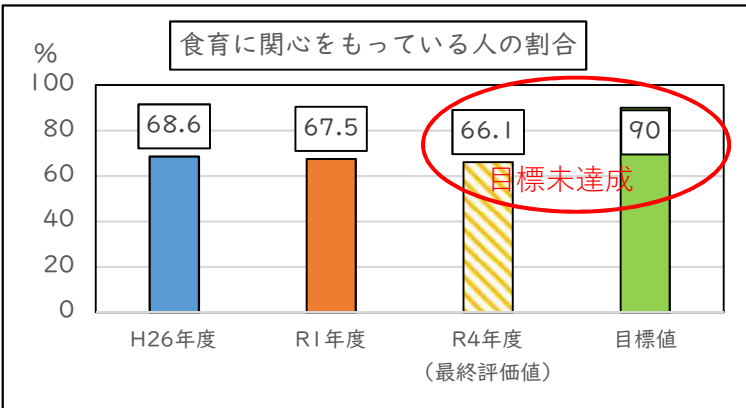
### 第2次計画の評価

「食育に関心をもっている人の割合の増加」は、ベースライン値よりも減少し、目標値に届きませんでした。

### 主な実施事業

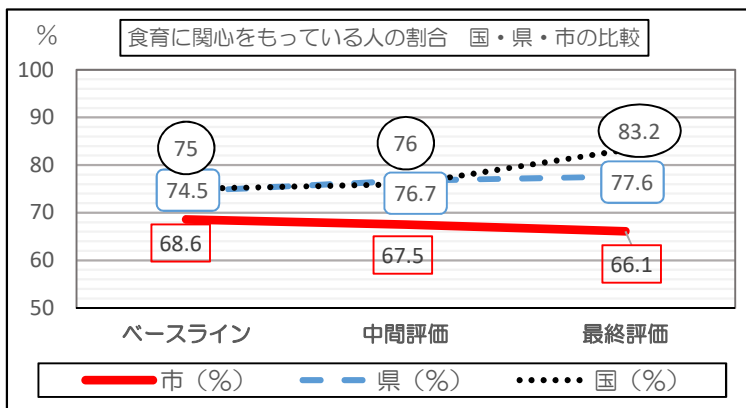
- ・ 食の安全・安心に関する講座
- ・ 学校給食での食の安全
- ・ 広報媒体やデジタル技術を活用した食育推進事業

### 食育に関心をもっている人の割合



### 調査結果 (%)

	ベースライン	中間評価	最終評価	目標値
市 (%)	68.6	67.5	66.1	90
県 (%)	74.5	76.7	77.6	90
国 (%)	75	76	83.2	90



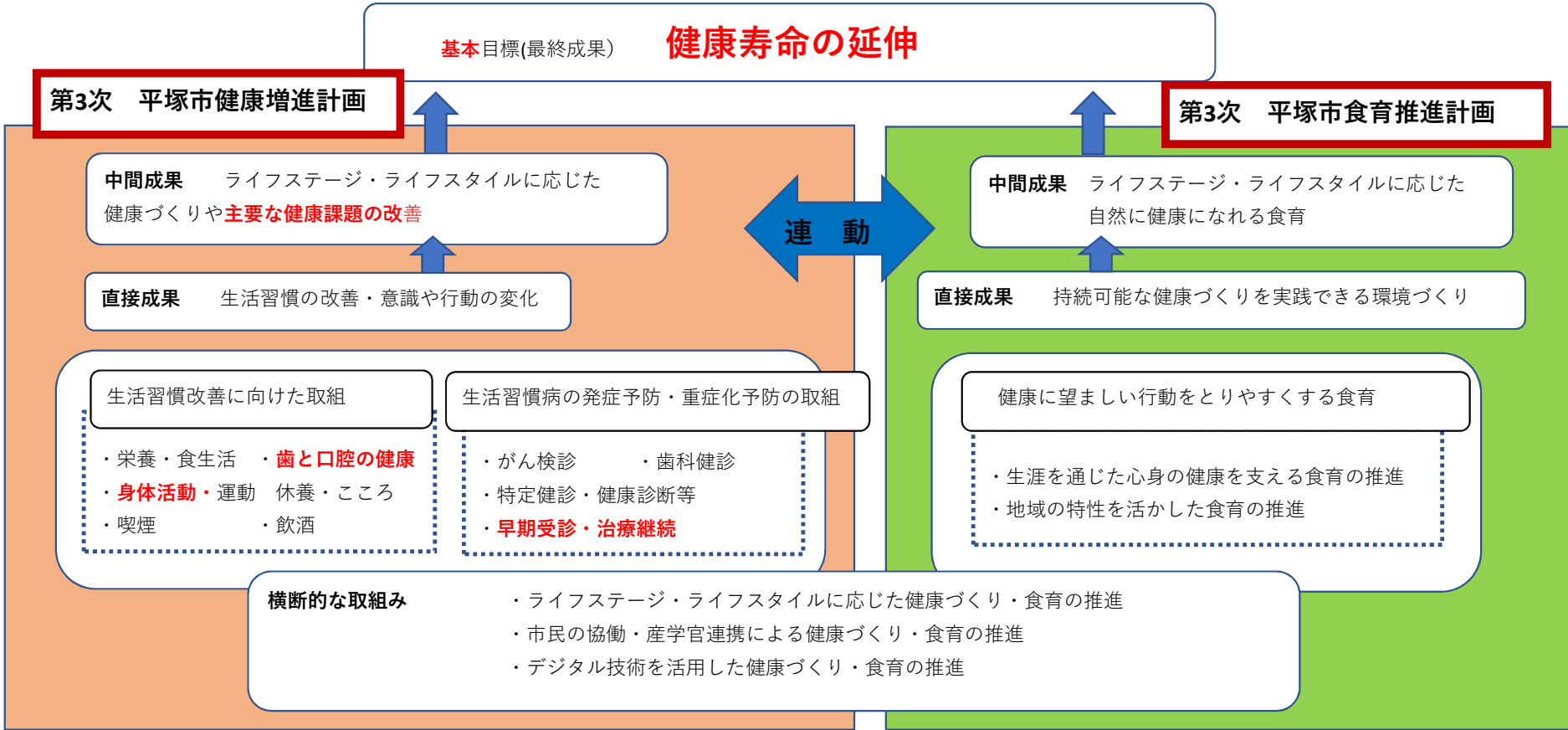
### 考察

食育に関する情報提供や普及啓発を展開してきましたが、第2次計画策定当初の平成26年度と比較し、食育に関する市民の関心を高めることはできませんでした。令和2年から4年度は新型コロナウイルス感染症の影響により、共食の機会の制限等、食環境に大きな変化をもたらしました。一方で、生活習慣病等基礎疾患保有者において感染時の重症化リスクが高まることが周知され、生活習慣病予防の重要性や感染リスクを低減するための衛生管理が普及されました。SNSやホームページなどのデジタル媒体を利用した食に関する普及啓発促進にもつながりました。

## 2. 今後の課題・実施方針

「食」は全ての市民の心身の健康を確保し、生涯にわたって生き生きを暮らすために欠くことができないものです。このことより、多くの市民が「食育」に関心を持ち自らの生活において実践していくための情報提供や普及啓発を、さらに進めていく必要があります。今後は、デジタル技術の活用や多様な場面での「市民に届く」食育推進を実践していきます。また、食育に無関心な層が、自然に食生活の改善につながる「自然に健康になる食環境整備」を関係機関と連携し進めていきます。

(仮) 基本理念：共に取り組む生涯を通じた健康づくり・食育推進



第3次食育推進計画スケジュール（令和5年度）

資料6

時期		作業・会議等	内容
6月	28日	市民アンケートHP公開	1次素案作成
7月	11日	食育推進計画進行会議①	10:00～11:30 本庁舎 218会議室
	20日	食育推進会議①	14:00～15:30 保健センター健康学習室
8月	下旬	第1次素案	会議意見より加除修正
9月	下旬	食育推進計画進行会議②（書面）	
	21日	食育推進会議②	
10月	上旬	両副市長面談	素案及び今後の予定について説明。 パブコメにかける素案及び庁議に報告するための了承を得る。
11月	7日	庁議（報告事項）	パブコメの実施について報告する（素案の承認を受ける）
	中旬	定例行政報告会	パブコメ実施について議員へ情報提供する
	下旬	広報掲載（11月第3金曜日号）	パブコメ募集記事掲載、ホームページ掲載
	21日	パブコメ実施	1次素案に対するパブコメ実施 11月21日（火）～12月25日（月）
12月	25日		
1月	中旬	食育推進計画進行会議③	
	18日	食育推進会議③	最終案について承認を得る
	下旬	両副市長（市長）面談	パブコメへの市の考えと計画（案）について説明する 最終案確定
2月	6日	庁議（報告事項）	
	下旬	定例行政報告会	
3月	中旬	パブコメ実施結果公表	報道発表、ホームページ作成・修正
令和6年 4月	上旬	計画施行	第3次食育推進計画の実施と進行管理

「食育基本法」第18条に規定する市町村食育推進計画として「第4次食育推進基本計画」及び「第4次神奈川県食育推進計画」を踏まえ、市民一人一人が実践できる食育を推進するための計画です。

食育の基本理念は、平塚市ゆかりの食育を唱えた文化人 村井弦斎の言葉と同様に「生きる上での基本であり、知育・徳育・体育の基礎となるべきもの」と位置付けています。食育推進計画により、市民の「健康寿命の延伸」を目指すべき最終目標に掲げ、市民一人一人が生涯にわたっていきいきと過ごすための健康増進、市民・地域・企業・行政が連携し豊かで活力ある社会の実現に取り組みます。

## 1 目指す姿

「食」は命の源であり、生きるために欠かすことはできません。市民一人一人が健康で心豊かな生活を送るためには、健全な食生活を日々実践し、おいしく楽しく食べることが重要です。

また、平塚市においても少子高齢化が進む中、健康寿命の延伸や市の健康課題である「高血圧症」をはじめとする生活習慣病の予防や重症化予防に取り組むことは国民的課題であり、栄養バランスに配慮した食生活の重要性も増しています。

第2次食育推進計画の中間評価以降に流行した、新型コロナウイルス感染症は食にも影響を与えており、食事での感染対策のための黙食や孤食の推奨により食事のマナーや、様々な伝統行事に関する行事食など食文化を体験する機会も減少してしまいました。

食育は、食をめぐる様々な環境変化の中で、家庭・学校・地域等様々な場において、心身の健康を増進する健全な食生活の実践、豊かな食文化の継承、食料の生産から消費に至るまでの様々な体験活動等に寄与しています。

第3次食育推進計画では、市民一人一人がいきいきと心身ともに豊かな生活をおくることを目指して、次のように目指す姿を設定し、計画を推進します。

市民一人一人がライフスタイルにあった食育に取り組み、心身ともに健康で豊かな生活を送っている

市民・地域・企業・行政が連携し、自然に健康になれる食環境づくりを実践している

## 2 食育の推進における行動目標と取組内容

第3次平塚市食育推進計画では、国及び神奈川県策定の食育推進基本計画を踏まえつつ、平塚市の特徴として『健康づくりと食育』を主な課題とし、心身の健康を増進する健全な食育の推進と持続可能な食環境整備や地産地消にも継続的に取り組むための目標を設定します。目標値は、計画期間における達成状況の評価を目的として設定します。

行動目標	望ましい食習慣や生活習慣病の発症予防・重症化を予防するために、特に市民の取組が必要な生活習慣や行動
指 標	施策分野を評価するための目標値を設定した項目

## (1) 生涯を通じた心身の健康を支える食育の推進

### ① 基本的な考え方

「食」は命の源であり、私たち人間が生きるために欠かせないものであり、心身ともに健康で豊かな生活を送るうえでの重要な要素としています。市民一人一人が食に関する理解を深め、健全な食生活を実践することが生涯にわたっていきいきと過ごすことができる健康につながることから、栄養バランスに配慮した食事など、正しい食習慣を身につけていかれるよう取組を推進します。

- ・ライフステージやライフスタイル、多様な暮らしに対応し、切れ目のない生涯を通じた食育を推進します。

### ② 現状と課題

現状	課題
平塚市の健康課題は脳血管疾患であり原因となる高血圧症の予防・重症化予防に取り組む必要がある	・30代以降の男性で肥満が増加する傾向がみられる ・塩分摂取量について意識するのは40代以降との傾向がみられる

- 平塚市の健康課題である「高血圧症」をはじめとしたあらゆる生活習慣病の起因となる『肥満』を予防するため、栄養バランスや減塩に配慮した食事など正しい食習慣を身につけられるような取組を推進します。

現状	課題
「食べること」の基礎となる「歯と口腔の健康」に取り組む必要がある	むし歯のない人と一人でむし歯が複数ある人で二極化の傾向がみられる

- 「食べること」の基礎となる「噛む力」を育み、生涯にわたって食べることを楽しむことができるよう、歯科保健における食育を推進します。



### ③ 行動目標と指標

行動目標	指 標	目標値			
		現状値 (R4)	中間値 (R8)	中間値 (R12)	目標値 (R16)
食に関心を 持とう	食育に関心を持っている人の割合	66.1	74.0	82.0	90 % 以上
楽しくおい しく食事を しよう	朝食又は夕食を家族と一緒に食べる「共食」の割合 3 歳児	R5.7~8 3歳児健診アンケートにて把握予定			
	朝食又は夕食を家族と一緒に食べる「共食」の割合 5 歳児	91.8			
朝ごはんを 食べよう	朝食を毎日食べる3歳児の割合	R5.7~8 3歳児健診アンケートにて把握予定			
	朝食を毎日食べる5歳児の割合	95.4			
	朝食を毎日食べる小学5年生の割合	教育指導課 確認			
	朝食を毎日食べる20歳~30歳代の割合	65.5	72.0	79.0	85.0
	朝食を毎日食べる40歳代以上の割合				
主食・主菜・ 副菜を揃え た食事をと ることを心 がけよう	主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上 ほぼ毎日食べている3歳児の割合	R5.7~8 3歳児健診アンケートにて把握予定			
	主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上 ほぼ毎日食べている20歳~30歳代の割合				
	主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上 ほぼ毎日食べている40歳代以上の割合				
減塩に取り 組もう	減塩を心掛けている3歳児の割合	R5.7~8 3歳児健診アンケートにて把握予定			
	減塩を心掛けている20歳~30歳代の割合				
	減塩を心掛けている40歳代以上の割合				
よく噛んで 食べよう	よく噛んで味わって食べるなどの食べ方に関心のある 3歳児の割合				
	よく噛んで味わって食べるなどの食べ方に関心のある 5歳児の割合				
	なんでもよく噛んで食べられる40歳代以上の割合				

#### <ライフステージ別 市の主な取組>

妊産婦	<ul style="list-style-type: none"> <li>・母子手帳発行時の栄養相談</li> <li>・妊娠、出産時アンケート調査からの支援</li> <li>・妊娠期、産後における健康（支援）教室（教育）</li> </ul>
乳幼児期	<ul style="list-style-type: none"> <li>・乳幼児健康診査</li> <li>・乳幼児の食生活についての健康教育・栄養相談</li> <li>・乳幼児の食に関する啓発・普及</li> <li>・保育所、幼児教育施設による食育・給食等の提供</li> </ul>
学童期	<ul style="list-style-type: none"> <li>・学校における食に関する指導及び給食の提供</li> </ul>

青年期（女性）	<ul style="list-style-type: none"> <li>・教育指導要領に基づいた食教育</li> <li>・家庭への食育</li> <li>・地域とのつながりによる食育</li> <li>・朝食欠食減少に関する取組</li> <li>・女性のやせに関する対策</li> </ul>
成人期・壮年期	<ul style="list-style-type: none"> <li>・生活習慣病予防・健康づくりの食生活に関する健康教育・栄養相談</li> <li>・適正体重維持するための食生活・食習慣の普及・啓発</li> </ul>
高齢期	<ul style="list-style-type: none"> <li>・口腔ケアに関する健康教育・健康相談</li> <li>・低栄養を予防するための健康教育・栄養相談</li> <li>・生活習慣病予防・健康づくりの食生活に関する健康教育・栄養相談</li> <li>・オーラルフレイルを予防するための健康教育・栄養相談</li> <li>・健康診断・歯科健康診断の定期受診勧奨</li> </ul>

### <ライフステージ別 市民の主な取組>

妊産婦	<ul style="list-style-type: none"> <li>・妊婦健診を受診し、適正体重増加・減塩など望ましい食習慣の維持に努める</li> <li>・家族が妊産婦の体の変化について理解を深める</li> </ul>
乳幼児期	<ul style="list-style-type: none"> <li>・保護者は成長発達のための適正な栄養摂取と、望ましい食習慣の形成について理解を深める。</li> </ul>
学童期	<ul style="list-style-type: none"> <li>・成長発達のための適正な栄養摂取と望ましい食習慣の形成について理解を深める</li> <li>・家庭における食育の実践</li> </ul>
青年期（女性）	<ul style="list-style-type: none"> <li>・将来の生活設計に向けた体づくりについて理解を深める</li> <li>・適正な情報を収集するリテラシーを高める</li> </ul>
成人期・壮年期	<ul style="list-style-type: none"> <li>・個々の生活様式に応じた望ましい食習慣の維持</li> <li>・早期からの生活習慣病予防</li> <li>・健康診査の受診</li> </ul>
高齢期	<ul style="list-style-type: none"> <li>・個々の生活様式に応じた望ましい食習慣の維持</li> <li>・フレイル予防教室等への社会活動参加</li> </ul>

## （２）地域の特性を活かした食育の推進

### ① 基本的な考え方

「食」は、自然の恩恵や、食に関わる人々の様々な行動の上に成り立っており、農林水産物の地産地消や地域の食文化を理解していくことが、持続可能な「食」につながるため、食に対する感謝の気持ちや環境へ配慮する気持ちを培うとともに、地域に根差した「食」に触れ合う取組を推進します。

## ② 現状と課題

現状	課題
市民の農業振興に対する重要度が高まり、地元産農水産物へのニーズが高まっている	コロナ禍で地元産農水産物のPR機会の減少と農水産業への体験の機会が減少している

- 地域の農水産業における食の循環を理解し、「地場産物を優先的に選ぶ・楽しむ・おいしくいただく」ことにより、新鮮で野菜や果物を取り入れた、バランスの良い食生活の実践を推進します。
- 学校や保育所等の給食を通して、地域のめぐみや環境に配慮した食生活の重要性を食教育として伝えます。

## ③ 行動目標と指標

行動目標	指標	目標値			
		現状値 (R4)	中間値 (R8)	中間値 (R12)	目標値 (R16)
地元産農水産物を活用しよう	地元産の農水産物を優先的に使用する人の割合	48.5	53.0	58.0	64.0
	学校給食における地場産給食の実施回数				
食育に関心を持つ	学校給食における行事食等の普及啓発の実施回数				
	学校における食教育の実施回数				
ボランティアと食育に取り組もう	食生活改善推進員の健康づくりに関する活動回数	100回	増加	増加	増加

### <全ライフステージを対象とした市の主な取組>

<ul style="list-style-type: none"> <li>・地産地消の推進</li> <li>・農水産業に理解を深める体験事業</li> <li>・水産業を体験する機会の充実</li> <li>・栄養教諭及び学校栄養職員による食に関する指導の充実</li> <li>・学校・保育所等による給食を通じた食文化の伝承</li> <li>・食生活改善推進員による生活習慣病予防の啓発事業</li> </ul>
---

<全ライフステージを対象とした市民の主な取組>

- ・地元で開催する農水産業体験に参加する
- ・食材の生産から消費等に至る食の循環を理解し、地産地消に努める

# ひらつか健康・食育プラン21

## 目次(案)

R5.7.20時点

### 第1章 ひらつか健康・食育プラン21が目指す健康づくり

- 1 策定の趣旨
- 2 第3次計画の特徴…平塚市の健康課題（高血圧対策）データに基づいた成果等
- 3 基本理念、体系図
- 4 計画の位置付
- 5 計画期間

### 第2章 平塚市の健康づくりと食育を取り巻く現状

- 1 統計からみる平塚市の現状
- 2 生活習慣に関する現状
- 3 平塚市の現状から見た課題
- 4 第2期健康増進計画・第2次食育推進計画における主な取組の実績と課題

### 第3章 健康づくり運動の推進【第3次健康増進計画】

- 1 目指す姿
- 2 生活習慣の改善に向けた健康行動と取組み内容
  - (1) 栄養・食生活
  - (2) 歯と口腔の健康
  - (3) 身体活動・運動
  - (4) 休養・こころの健康
  - (5) 飲酒
  - (6) 喫煙
- 3 生活習慣病の発症予防・重症化予防に向けた健康行動と取組内容
  - (1) がん
  - (2) 生活習慣病（高血圧等）
- 4 生活機能の維持・向上に向けた取組（検討中）

（内容：フレイル予防、骨粗しょう症予防を記載）

骨密度測定の実績→生活・栄養指導及び要医療者には受診勧奨

### 第4章 食育の推進【第3次食育推進計画】

- 1 目指す姿
- 2 食育の推進における健康行動と取組み内容
  - (1) 生涯を通じた心身の健康を支える食育
  - (2) 地域の特性を活かした食育の推進

## 第5章 新たな日常や個々の生活様式にマッチした健康づくり・食育推進

【横断的な取組み】

- 1 ライフステージ・ライフスタイルに応じた健康づくり・食育の推進
- 2 市民の協働・産学官連携による健康づくり・食育の推進
- 3 デジタル技術を活用した健康づくり・食育の推進

## 第6章 計画の推進と評価

- 1 推進体制について
- 2 進捗管理、評価

## 資料編

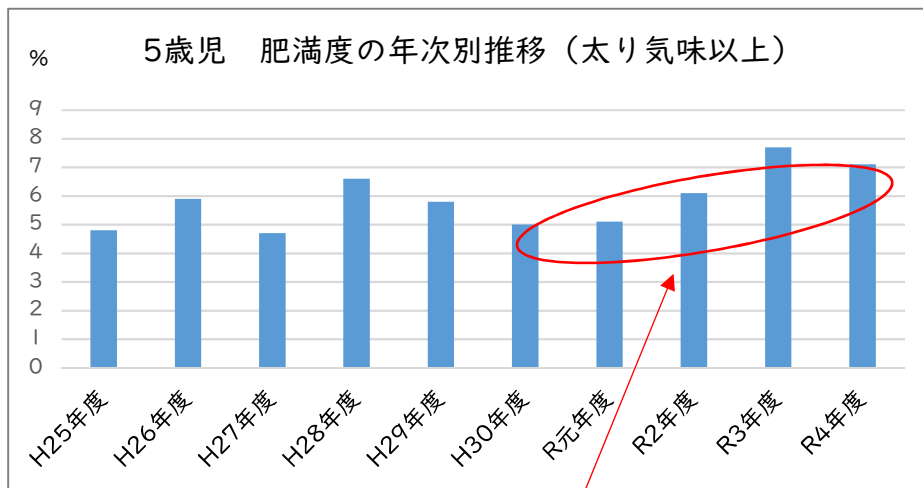
- 1 第2期健康増進計画及び第2次食育推進計画の指標に関するデータ一覧 .....
- 2 ひらつか健康・食育プラン21 ライフステージ別健康行動一覧 .....
- 3 ひらつか健康・食育プラン21 指標及び参考データ一覧 .....
- 4 計画の策定経過 .....
- 5 平塚市市民健康づくり推進協議会及び食育推進計画委員名簿 .....
- 6 市民の健康意識アンケート結果の概要 .....
- 7 パブリックコメント結果の概要 .....
- 8 用語解説 .....

【指標根拠 資料】

・健康増進計画 適正体重を維持する

5歳児 肥満度 15%以上の割合

R4年度	令和8年度	令和12年度	令和16年度
(ベースライン)	中間値	中間値	最終値
7.1	6.8	6.5	6.2



出典：平塚市子どもの生活習慣病予防対策事業 5歳児肥満度調査

改善傾向がみられていたが、コロナ禍で7%台まで悪化してしまった。

1歳6か月児健診、3歳児健診等5歳に至る前の年齢から肥満予防を図り改善を目指す。



- ・3歳児健診にて「栄養・食生活に関するアンケート」実施。
- ・子どもの生活習慣病予防対策事業として5歳児を対象に肥満度調査及び隔年で生活実態調査を実施。
- ★適正体重を目指すための食行動について、食育推進計画の指標として取り組む。
  - ・朝食を毎日食べる3歳児及び5歳児の割合
  - ・主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている3歳児の割合

・第3次食育推進計画

朝食を毎日食べる5歳児の割合

R3年度	令和8年度	令和12年度	令和16年度
(ベースライン)	中間値	中間値	最終値
95.4	97	98.5	100%に近づける

# 青壮年期に関する栄養分析（R4計画アンケート調査より）

## 1 性・年齢別 回答数（人）

	20代	30代	40代	50代
男性	29	37	65	70
女性	52	57	109	103
その他	1	1	0	0
未回答	0	0	0	0
合計	82	95	174	173

やせ : BMI18.5未満

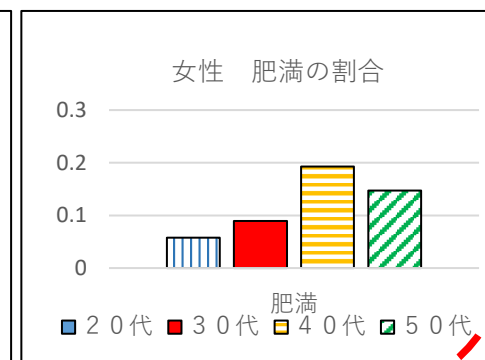
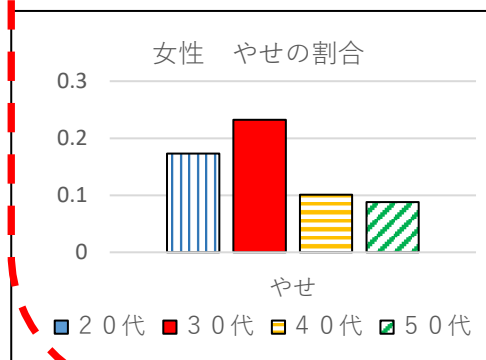
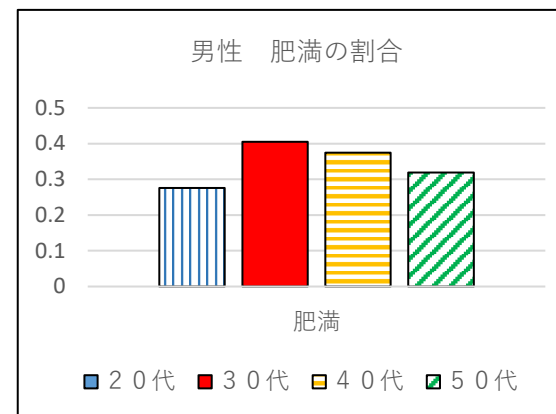
普通体重 : BMI18.5以上24.9以下

肥満 : BMI25以上

## 2 体格 男女別割合

男性	20代	30代	40代	50代
やせ	10.3%	5.4%	3.1%	2.9%
普通体重	62.1%	54.1%	59.4%	65.2%
肥満	27.6%	40.5%	37.5%	31.9%

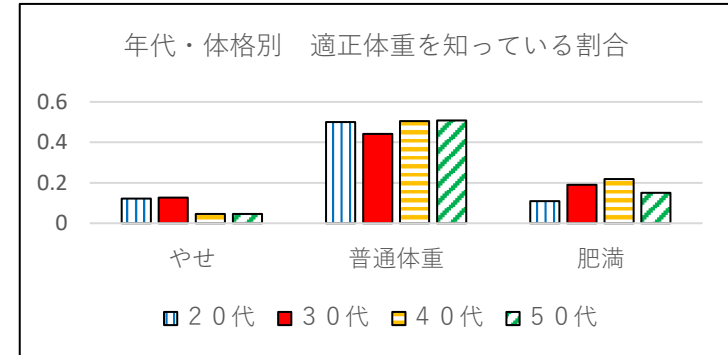
女性	20代	30代	40代	50代
やせ	17.3%	23.2%	10.1%	8.8%
普通体重	76.9%	67.9%	70.6%	76.5%
肥満	5.8%	8.9%	19.3%	14.7%





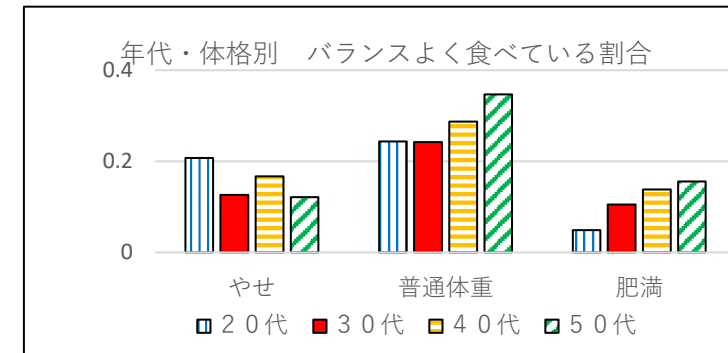
3 体格別 「適正体重を知っている」と回答した割合

割合	20代	30代	40代	50代
やせ	12.2%	12.6%	4.6%	4.6%
普通体重	50.0%	44.2%	50.6%	50.9%
肥満	11.0%	18.9%	21.8%	15.0%



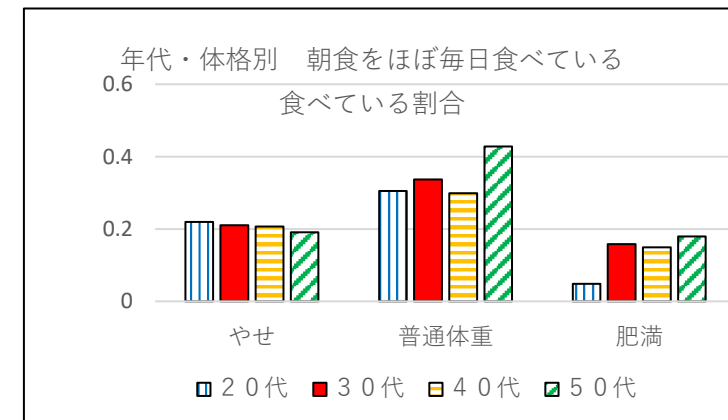
6 1日2食以上、かつ週に5日以上、主食主菜副菜をそろえて食べている割合

割合	20代	30代	40代	50代
やせ	20.7%	12.6%	16.7%	12.1%
普通体重	24.4%	24.2%	28.7%	34.7%
肥満	4.9%	10.5%	13.8%	15.6%



7 朝食をほぼ毎日食べていると回答した割合

割合	20代	30代	40代	50代
やせ	22.0%	21.1%	20.7%	19.1%
普通体重	30.5%	33.7%	29.9%	42.8%
肥満	4.9%	15.8%	14.9%	17.9%



8 食塩の摂取量が多くなならないよう「気を付けている」と回答した割合

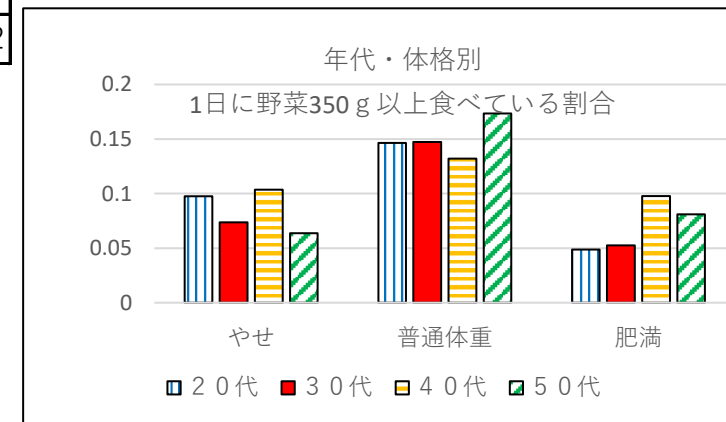
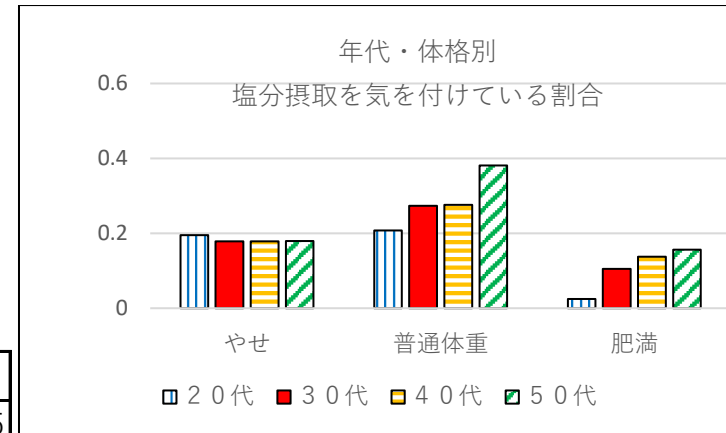
割合	20代	30代	40代	50代
やせ	19.5%	17.9%	17.8%	17.9%
普通体重	20.7%	27.4%	27.6%	38.2%
肥満	2.4%	10.5%	13.8%	15.6%

○減塩行動の内容

%	20代	30代	40代	50代
塩分を多く含む食品をとりすぎない	22.0	28.4	42.0	40.5
調味料をかけすぎない	35.4	41.1	43.1	52.6
料理の味付けを薄味にする	13.4	30.5	32.8	37.0
汁物を飲む回数を減らす、麺類の汁を飲まない	14.6	24.2	25.9	26.6
食べ過ぎない	20.7	17.9	25.3	28.3
外食や中食の利用を控える	7.3	15.8	16.1	14.5
減塩食品を使う	14.6	20.0	24.1	23.1
栄養表示を活用する	4.9	9.5	9.8	8.7
その他	0.0	0.0	0.6	1.2

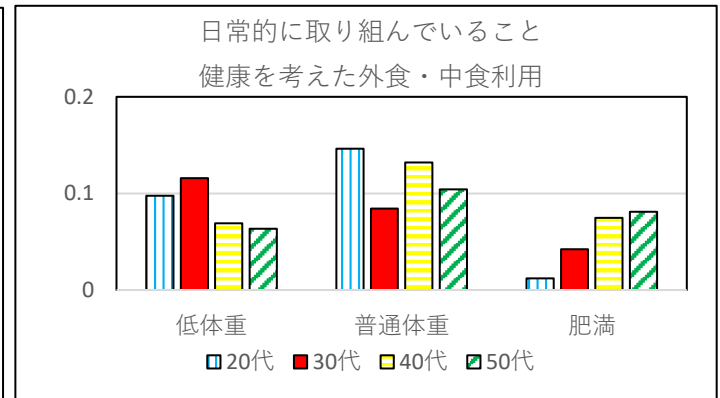
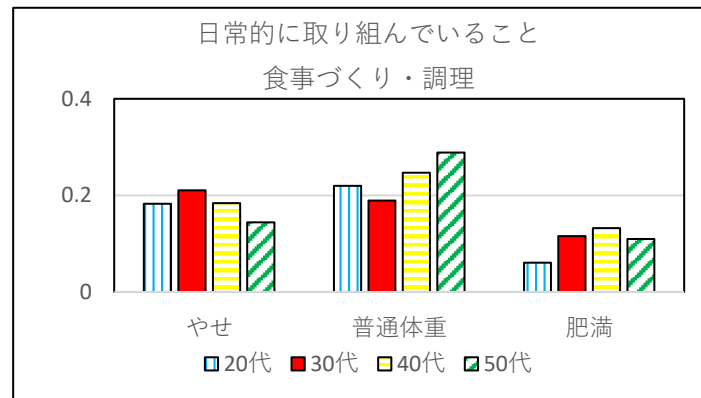
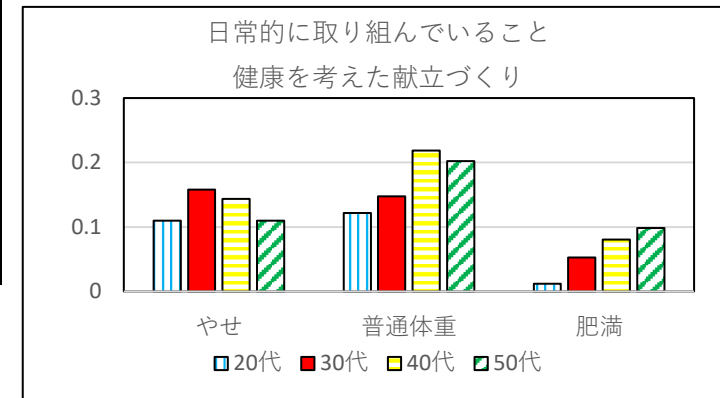
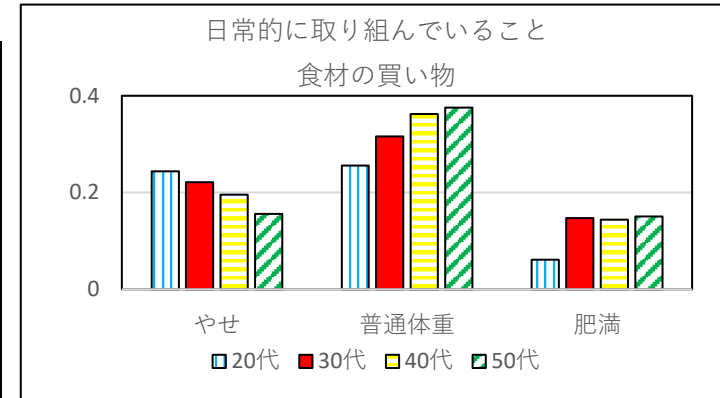
9 野菜を1日350g以上食べていると回答した割合

割合	20代	30代	40代	50代
やせ	9.8%	7.4%	10.3%	6.4%
普通体重	14.6%	14.7%	13.2%	17.3%
肥満	4.9%	5.3%	9.8%	8.1%



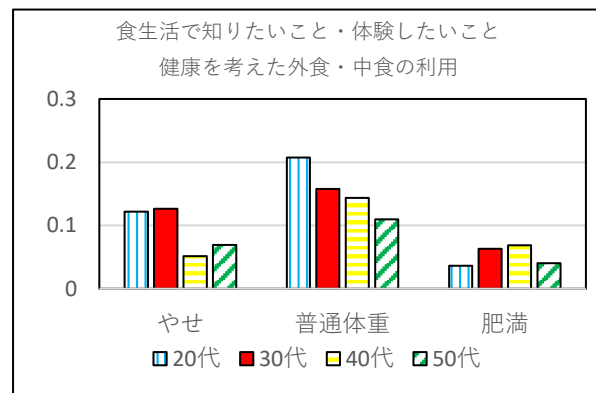
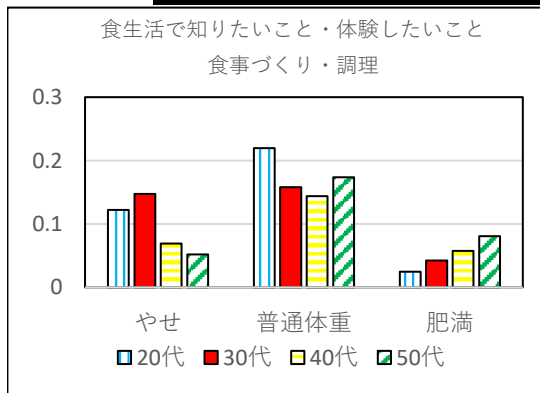
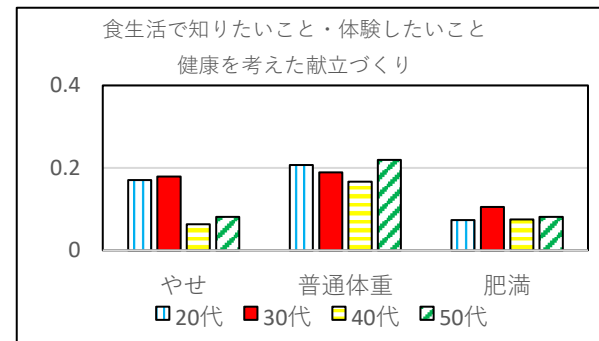
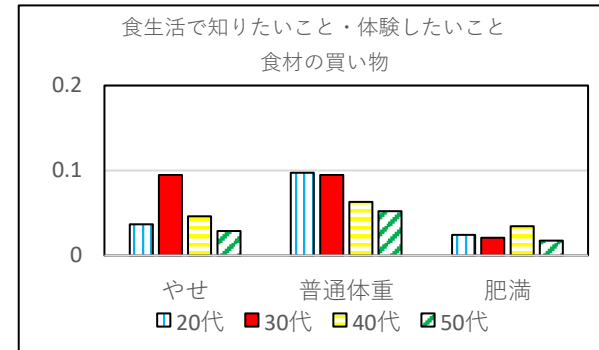
10 (1) 食生活で日常的に取り組んでいること

行動	割合	20代	30代	40代	50代
食材の買い物	やせ	24.4%	22.1%	19.5%	15.6%
	普通体重	25.6%	31.6%	36.2%	37.6%
	肥満	6.1%	14.7%	14.4%	15.0%
健康を考えた献立づくり	やせ	11.0%	15.8%	14.4%	11.0%
	普通体重	12.2%	14.7%	21.8%	20.2%
	肥満	1.2%	5.3%	8.0%	9.8%
食事づくり・調理	やせ	18.3%	21.1%	18.4%	14.5%
	普通体重	22.0%	18.9%	24.7%	28.9%
	肥満	6.1%	11.6%	13.2%	11.0%
健康を考えた外食・中食の利用	低体重	9.8%	11.6%	6.9%	6.4%
	普通体重	14.6%	8.4%	13.2%	10.4%
	肥満	1.2%	4.2%	7.5%	8.1%



10 (2) 食生活で知りたいこと・体験したいこと

行動	割合	20代	30代	40代	50代
食材の買い物	やせ	3.7%	9.5%	4.6%	2.9%
	普通体重	9.8%	9.5%	6.3%	5.2%
	肥満	2.4%	2.1%	3.4%	1.7%
健康を考えた献立づくり	やせ	17.1%	17.9%	6.3%	8.1%
	普通体重	20.7%	18.9%	16.7%	22.0%
	肥満	7.3%	10.5%	7.5%	8.1%
食事づくり・調理	やせ	12.2%	14.7%	6.9%	5.2%
	普通体重	22.0%	15.8%	14.4%	17.3%
	肥満	2.4%	4.2%	5.7%	8.1%
健康を考えた外食・中食の利用	やせ	12.2%	12.6%	5.2%	6.9%
	普通体重	20.7%	15.8%	14.4%	11.0%
	肥満	3.7%	6.3%	6.9%	4.0%



課題

○男性では30代からの肥満対策、女性では20～30代やせ、40～50代の肥満対策が必要である。40歳で特定健診を受診した時点で適正体重が維持できている割合を増やす対策が必要である。

○幼児期、学校教育にて食育を受けてきた世代（20代）での食育に関する意欲がみられ、継続して体験する場を設け、健康増進につなげることが必要である。

# 高齢期に関する栄養分析 (R4計画アンケート調査より)

## 1 性別、高齢者の回答数(人)

	60代	70代	80代
男性	90	109	47
女性	84	141	45
その他	0	0	0
未回答	0	1	0
合計	174	251	92

## 2 各年代の体格 割合

	60代	70代	80代
低栄養傾向	18.4%	21.9%	23.7%
普通体重	56.3%	58.6%	52.7%
肥満	23.0%	18.7%	21.5%
未回答	2.3%	0.8%	2.2%
	100.0%	100.0%	100.0%

低栄養傾向：BMI20未満

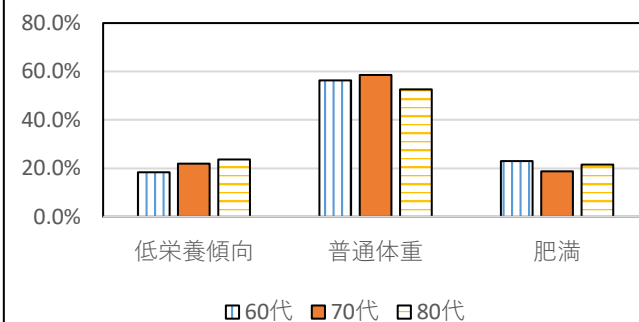
普通体重：BMI20以上24.9以下

肥満：BMI25以上

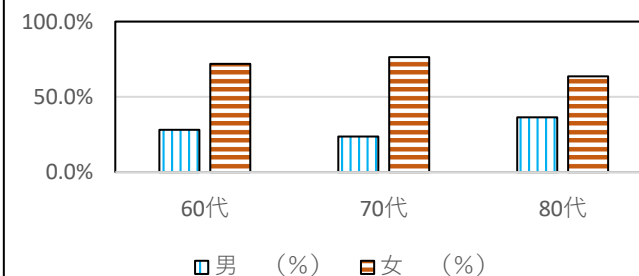
## 3 低栄養傾向 男女別割合

	60代	70代	80代
男 (%)	28.1%	23.6%	36.4%
女 (%)	71.9%	76.4%	63.6%

(高齢者) 年代別体格の割合



低栄養傾向 男女別割合



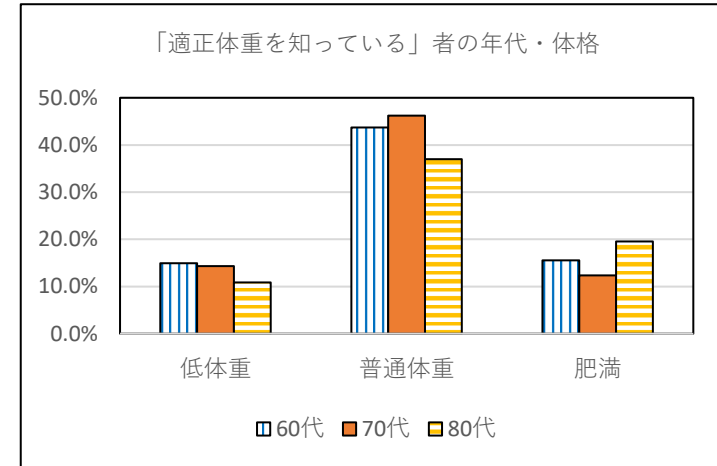
#### 4 適正体重の認知率

(1) 自分の適正体重をしっていますか。

	60代	70代	80代
はい	75.9%	73.3%	68.5%
いいえ	22.4%	25.5%	21.7%
未回答	1.7%	1.2%	9.8%

(2) 「はい」と回答した者の体格の内訳

	60代	70代	80代
低体重	14.9%	14.3%	10.9%
普通体重	43.7%	46.2%	37.0%
肥満	15.5%	12.4%	19.6%



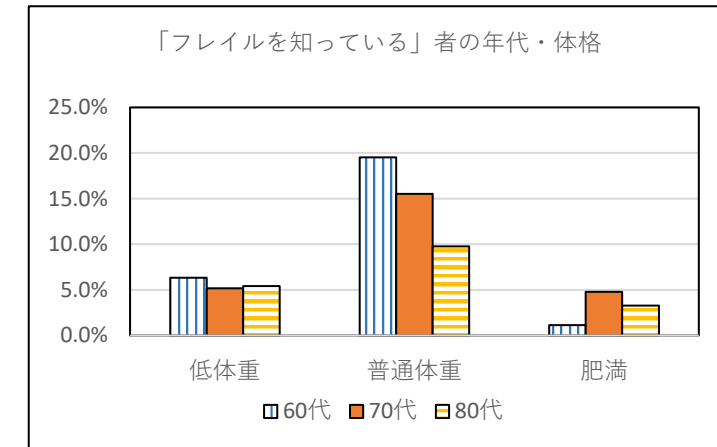
#### 5 「フレイル」の認知率

(1) フレイルをしっていますか。

	60代	70代	80代
言葉も意味も知っている	27.0%	25.5%	19.6%
言葉だけ知っている	16.1%	17.1%	9.8%
知らない	51.7%	48.6%	57.6%
未回答	5.2%	8.8%	13.0%

(2) 「言葉も意味も知っている」と回答した者の体系の内訳

	60代	70代	80代
低体重	6.3%	5.2%	5.4%
普通体重	19.5%	15.5%	9.8%
肥満	1.1%	4.8%	3.3%



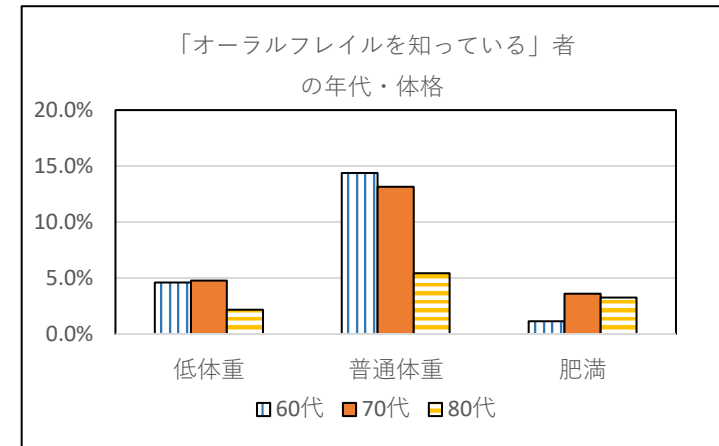
## 6 「オーラルフレイル」の認知率

(1) オーラルフレイルをしていますか。

	60代	70代	80代
言葉も意味も知っている	20.1%	21.5%	12.0%
言葉だけ知っている	16.1%	17.9%	18.5%
知らない	59.2%	53.4%	59.8%
未回答	4.6%	7.2%	9.8%

(2) 「言葉も意味も知っている」と回答した者の体系の内訳

	60代	70代	80代
低体重	4.6%	4.8%	2.2%
普通体重	14.4%	13.1%	5.4%
肥満	1.1%	3.6%	3.3%



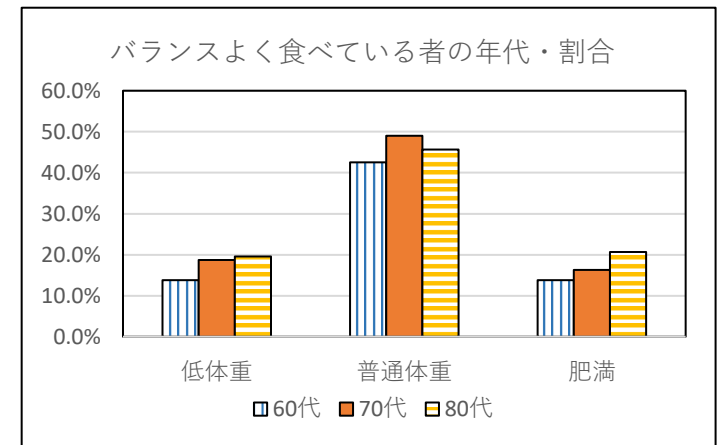
## 7 バランスのとれた食事の摂取状況

(1) 1日2食以上、かつ週に5日以上、主食主菜副菜をそろえて食べていますか

	60代	70代	80代
はい	72.4%	84.9%	87.0%
いいえ	23.6%	9.6%	5.4%
未回答	4.0%	5.6%	7.6%

(2) 「はい」と回答した者の年代・体格の内訳

割合	60代	70代	80代
低体重	13.8%	18.7%	19.6%
普通体重	42.5%	49.0%	45.7%
肥満	13.8%	16.3%	20.7%



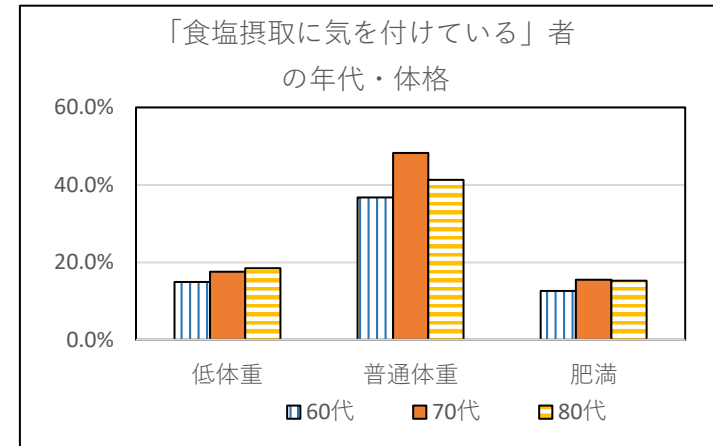
## 8 減塩を心がける者の状況

(1) 食塩の摂取量が多くならないように気を付けていることはありますか

	60代	70代	80代
はい	66.1%	82.1%	76.1%
いいえ	27.6%	11.6%	10.9%
未回答	6.3%	4.4%	13.0%

(2) 「はい」と回答した者の年代・体格の内訳

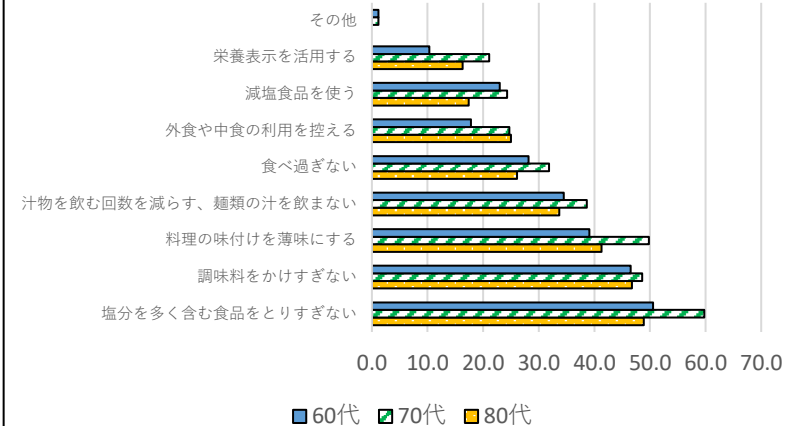
割合	60代	70代	80代
低体重	14.9%	17.5%	18.5%
普通体重	36.8%	48.2%	41.3%
肥満	12.6%	15.5%	15.2%



### ○減塩行動の内容

%	60代	70代	80代
塩分を多く含む食品をとりすぎない	50.6	59.8	48.9
調味料をかけすぎない	46.6	48.6	46.7
料理の味付けを薄味にする	39.1	49.8	41.3
汁物を飲む回数を減らす、麺類の汁を飲まない	34.5	38.6	33.7
食べ過ぎない	28.2	31.9	26.1
外食や中食の利用を控える	17.8	24.7	25.0
減塩食品を使う	23.0	24.3	17.4
栄養表示を活用する	10.3	21.1	16.3
その他	1.1	1.2	0.0

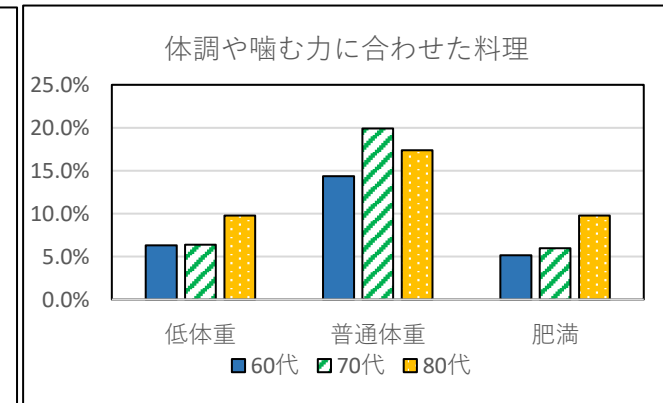
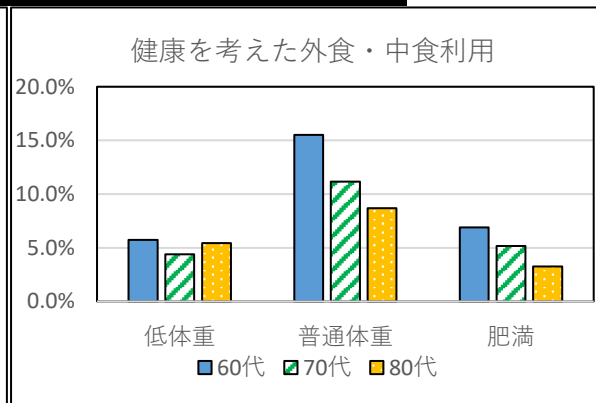
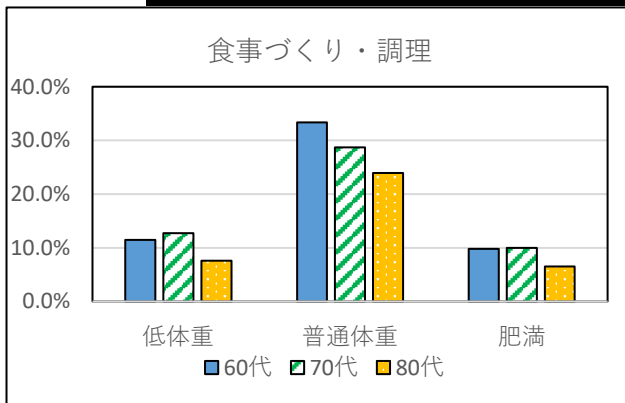
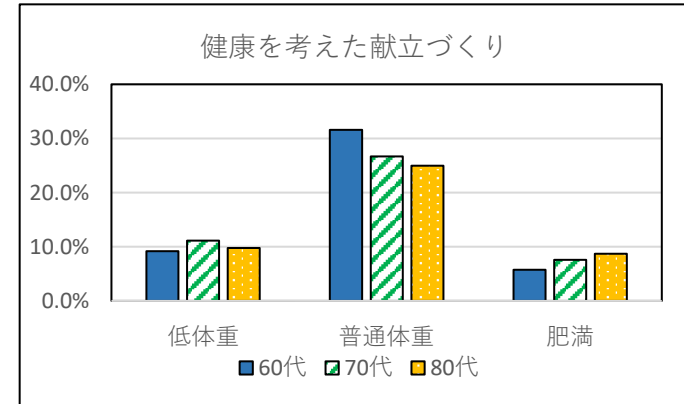
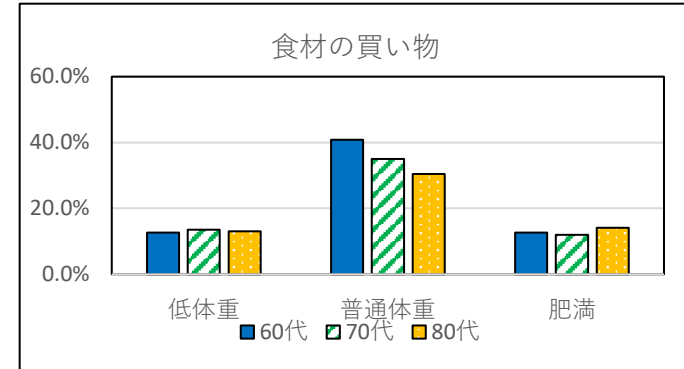
### 年代別 減塩で気を付けていること





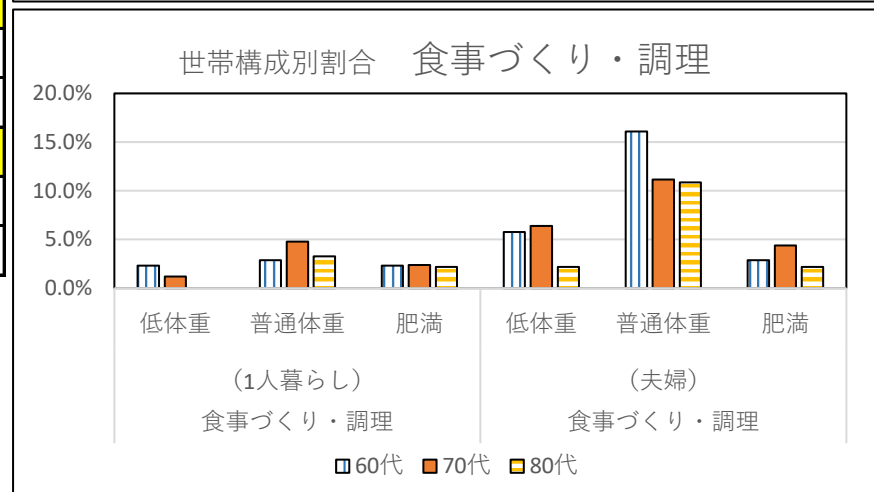
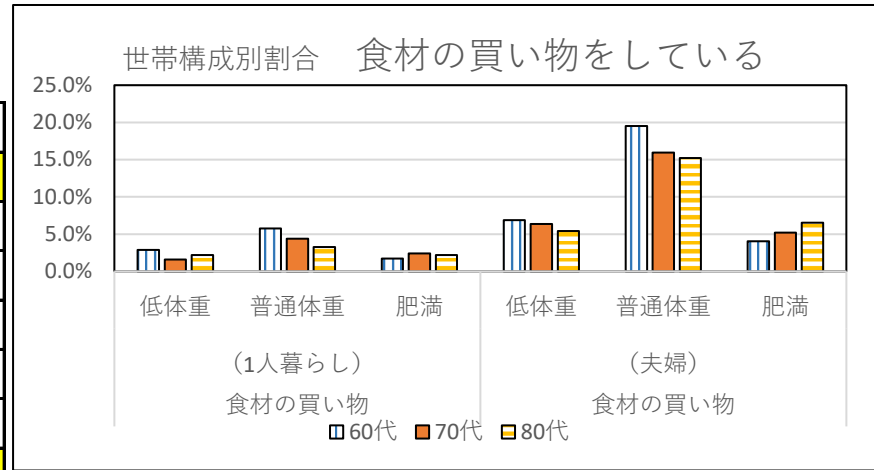
9 (1) 食生活で日常的に取り組んでいること（複数回答）

行動	割合	60代	70代	80代
食材の買い物	低体重	12.6%	13.5%	13.0%
	普通体重	40.8%	35.1%	30.4%
	肥満	12.6%	12.0%	14.1%
健康を考えた献立づくり	低体重	9.2%	11.2%	9.8%
	普通体重	31.6%	26.7%	25.0%
	肥満	5.7%	7.6%	8.7%
食事づくり・調理	低体重	11.5%	12.7%	7.6%
	普通体重	33.3%	28.7%	23.9%
	肥満	9.8%	10.0%	6.5%
健康を考えた外食・中食の利用	低体重	5.7%	4.4%	5.4%
	普通体重	15.5%	11.2%	8.7%
	肥満	6.9%	5.2%	3.3%
体調やかむ力を合わせた料理	低体重	6.3%	6.4%	9.8%
	普通体重	14.4%	19.9%	17.4%
	肥満	5.2%	6.0%	9.8%



9 (2) 世帯構成による違い

行動	割合	60代	70代	80代
(1人暮らし) 食材の買い物	低体重	2.9%	1.6%	2.2%
	普通体重	5.7%	4.4%	3.3%
	肥満	1.7%	2.4%	2.2%
(夫婦) 食材の買い物	低体重	6.9%	6.4%	5.4%
	普通体重	19.5%	15.9%	15.2%
	肥満	4.0%	5.2%	6.5%
(1人暮らし) 食事づくり・調理	低体重	2.3%	1.2%	0.0%
	普通体重	2.9%	4.8%	3.3%
	肥満	2.3%	2.4%	2.2%
(夫婦) 食事づくり・調理	低体重	5.7%	6.4%	2.2%
	普通体重	16.1%	11.2%	10.9%
	肥満	2.9%	4.4%	2.2%



課題

○女性では60代においてすでに低栄養傾向が発生しており、壮年期の特定健診（肥満指導）とあわせ、早期から低栄養に関する普及啓発も必要である。

○体格が適正体重の者は、買い物などの日常生活の維持率が高い。

○主治医（医科・歯科）や地域福祉と連携し、個人の疾患や世帯構成等の生活状況に考慮した低栄養対策が必要である。

生活習慣の改善等に向けた市民の健康行動（案）

ライフステージ	育ち・学び 世代			ワークライフバランス・子育て 世代		成熟 世代	
取組みの対象とする年齢の目安	乳幼児期 (0~6歳)	学齢期 (7~15歳)	青年期 (16~22歳)	成人期 (18~39歳)	壮年期 (40~64歳)	高齢前期 (65~74歳)	高齢後期 (75歳~)
食育	<input type="checkbox"/> 朝ごはんをたべよう <input type="checkbox"/> 主食・主菜・副菜をそろえた食事をとることを心がけよう <input type="checkbox"/> 減塩を心がけよう <input type="checkbox"/> 地域のめぐみ（地場産農水産物や食文化）を活かした食生活をおくろう						
栄養・食生活	<input type="checkbox"/> 健やかな成長 <input type="checkbox"/> 適正体重を目指そう		<input type="checkbox"/> 適正体重を目指そう				
歯と口腔の健康	<input type="checkbox"/> むし歯を予防しよう	<input type="checkbox"/> むし歯や歯周病を予防しよう	<input type="checkbox"/> 年1回は歯科健診を受けよう <input type="checkbox"/> むし歯や歯周病を予防しよう		<input type="checkbox"/> よく噛んで食べよう		
身体活動・運動	<input type="checkbox"/> 元気に楽しく身体を動かそう		<input type="checkbox"/> 定期的に運動しよう			<input type="checkbox"/> 身近な地域活動（通いの場など）に参加しよう	
休養・こころの健康	<input type="checkbox"/> 早寝・早起きをしよう		<input type="checkbox"/> 睡眠で十分な休養をとろう <input type="checkbox"/> ストレスに気づき適切に対処しよう				
飲酒	<input type="checkbox"/> 妊娠中の飲酒はやめよう		<input type="checkbox"/> 適度な飲酒量を守ろう				
喫煙	<input type="checkbox"/> 妊娠中の喫煙はやめよう（受動喫煙をしない・させない行動をとる） <input type="checkbox"/> やめたい喫煙者は禁煙にチャレンジしよう <input type="checkbox"/> COPDについて知ろう						
がん	<input type="checkbox"/> 定期的にがん検診を受けよう						
高血圧症等の生活習慣病の発症予防・重症化予防	<input type="checkbox"/> 年に1回は健康診査を受けよう <input type="checkbox"/> 検査結果に応じた生活習慣の改善・早期受診・治療を継続しよう						