

第3次伊勢原市食育推進計画(案)
(2018~2022年度)

目 次

第1章 はじめに

1 計画策定の趣旨と背景	1
2 計画の位置づけ	1
3 計画の期間	2

第2章 伊勢原市の食に関する特色

1 伊勢原市の農業と地産地消	3
(1) 伊勢原市の農業の特色	3
(2) 伊勢原市における地産地消や農業体験の取組	4
2 伊勢原市の食文化	7
3 広がる食育の取組	
(1) 学校における食育の推進	8
(2) 伊勢原市食育料理コンテスト	15
(3) インターネット等を活用した食育情報の発信	16
(4) 各世代に合わせた食育活動	17

第3章 伊勢原市の食を取り巻く状況

1 食に関する意識調査結果から	19
2 食に関連する健康状況	35
3 第2次伊勢原市食育推進計画の評価について	38
4 伊勢原市の食をめぐる現状と課題	42
(1) 意識調査等からみた食をめぐる課題	42
(2) 第2次伊勢原市食育推進計画の評価における課題	42

第4章 伊勢原市がめざす食育の方向と考え方

1 基本理念	43
2 食育目標と基本施策	43
3 計画の体系	46

第5章 食育推進の施策展開

1 施策の具体的な取組	49
2 目標達成のための指標 総括表	62
3 食育の取組事業一覧	64

第6章 ライフステージ別の目標と取組

1 乳幼児期（概ね0～6歳）	71
2 学童期（概ね7～12歳）	72
3 思春期（概ね13～19歳）	72
4 青年期（概ね20～39歳）	73
5 壮年期（概ね40～64歳）	74
6 高齢期（概ね65歳以上）	75
7 ライフステージごとの目標一覧	76

第7章 計画の推進体制

1 推進体制	79
2 進行管理	79
3 計画の普及啓発	80

参考資料

1 計画策定までの経過	82
-------------	----

第1章 はじめに

1 計画策定の趣旨と背景

「食育」とは、『食育を、生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきものと位置付けるとともに、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することができる人間を育てる食育を推進することが求められている(食育基本法 前文)』とされています。

国は「国民が生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性をはぐくむ」ことを目的に、2005年6月に「食育基本法」を制定し、これに基づいて2006年3月に「食育推進基本計画」を、2016年3月には「第3次食育推進基本計画」を策定しました。

また、神奈川県においても、2013年3月に「第2次神奈川県食育推進計画(食みらいかながわプラン2013)」を策定し、「食が変わる 未来が変わる～いのちが輝き、誰もが元気で長生きできる神奈川～」の基本理念の基、食育の取組を進めています。

伊勢原市ではこれらの状況を踏まえ、「第1次伊勢原市食育推進計画(2008年度～2012年度)」「第2次伊勢原市食育推進計画(2013年度～2017年度)」を策定するとともに、「伊勢原市食育推進連絡会議」の中で、各関係機関・団体等の皆様と連携して食育の推進に努めてきました。

また、2013年に策定された第5次伊勢原市総合計画では、「生涯にわたって健康に暮らせるまちをつくります」を、基本政策の一つとして掲げています。「生涯にわたる健康」を市民一人一人の取組により実現するためにも、食生活の改善など食育の推進は重要な施策です。しかし、家族構成や生活スタイル、社会環境の変化により、市民の食を取り巻く環境は変化しており、全ての課題が改善に向かっている状況とはいえません。

そのため、第2次伊勢原市食育推進計画に引き続き『食で育むいのちときずな』を基本理念とし、市民への意識調査の結果や社会状況の変化等を踏まえ前プランを見直し、「第3次伊勢原市食育推進計画」を策定します。そして今後5年間この新プランに基づき、さらに食育の総合的・計画的推進に努めていきます。

2 計画の位置づけ

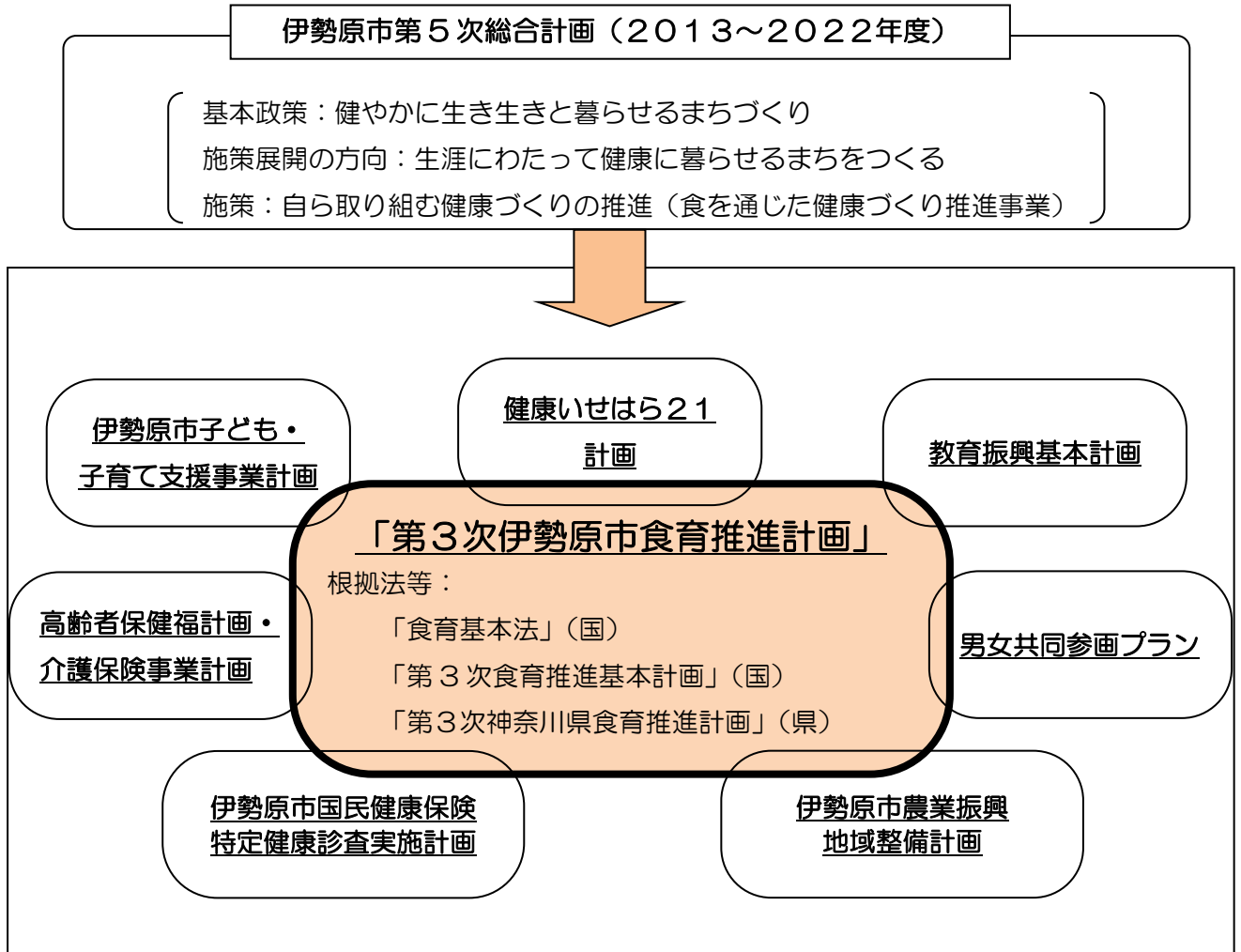
第3次伊勢原市食育推進計画は、食育基本法第18条^(※)及び食育推進基本計画に基づく市町村の食育推進計画として、2013年に作成された「第2次伊勢原市食育推進計画」の次期計画として策定しました。本計画は、「第3次神奈川県食育推進計画」や市の総合計画である「第5次伊勢原市総合計画」及び健康づくり計画である「健康いせはら21計画」を基本とする個別計画として、各分野別計画との整合を図り、伊勢原市民の食育の推進に向けて、市の関連する計画と補完・連携し合うものとして位置づけられています。

(※) 食育基本法第18条第1項

(市町村食育推進計画)

市町村は、食育推進基本計画(都道府県食育推進計画が作成されているときには、食育推進基本計画及び都道府県食育推進計画)を基本として、当該市町村の区域内における食育の推進に関する施策についての計画を作成するよう努めなければならない。

【市における食育推進計画の位置づけ】



3 計画の期間

「第3次伊勢原市食育推進計画」の期間は、国や県の計画が5年間であり、それらの計画と連携を図るため、5年間(2018年度から2022年度まで)とします。ただし、期間内であっても、必要に応じて見直すこととします。

21年度	22年度	23年度	24年度	25年度	26年度	27年度	28年度	29年度	30年度	31年度	32年度	33年度	34年度
2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022
第1次伊勢原市食育推進計画					第2次伊勢原市食育推進計画					第3次伊勢原市食育推進計画			
					中間評価								
←→					←→					←→			

第2章 伊勢原市の食に関する特色

1 伊勢原市の農業と地産地消

(1) 伊勢原市の農業の特色

本市は神奈川県ほぼ中央に位置し、気候は温暖で、県内でも有数な水田地帯です。丹沢大山国定公園の一角を占める標高 1,251.7mの霊峰大山を頂とした丘陵が北西から南西に広がり、大山山系を源とする鈴川、善波川、日向川、歌川及び渋田川が流れ、かんがい用水として利用されています。

また、野菜、果樹、花木等の栽培をはじめ、畜産経営も積極的に展開されており、多種多様な農業生産活動が行われています。

近年は、都市化の進展に伴い農業を取り巻く環境は厳しくなっていますが、昭和40年代から展開されている伊勢原市農業協同組合(以下、JA いせはら)の農産物直売所、また果樹のもぎ取りやみかんの木オーナー制度等の観光農業による「地産地消(※)」も積極的にすすめられています。

※地産地消とは、地域で生産された農産物を地域で消費することです。



伊勢原に広がる田園風景



農産物直売所の店内

【フルーツの郷「いせはら」】

伊勢原市は、「フルーツの郷」とも呼ばれており、果物の生産が盛んです。また、個人で直売所を備えての果樹販売も盛んです。(主力の5種類)



かき



いちご



みかん



ぶどう



なし

(2) 伊勢原市における地産地消や農業体験の取組

近年、生産・流通の仕組みが構築され発展する一方で、農業者と小売事業者・消費者の関係性が薄れ生産者の顔が見えにくく、消費者に地域農産物の良さが十分に伝わりにくい状況にあります。生産者と消費者等の食や農業体験等を通じた交流促進や地域農産物の消費拡大に向けて、市民の地産地消(※)への意識の啓発や地域農産物の利用拡大を推進していく必要があります。生産者の顔が見える、伊勢原産の新鮮で安全・安心な農畜産物の「地産地消」をすすめています。

【JAいせはら直売所（あふりーな）】



あふりーな伊勢原店

JAいせはらの直売所では生産者名がわかるシステムで、新鮮で安全・安心な地場の農産物を提供しよう心がけています。JA いせはらが運営する農産物直売所が市内に6か所あり、平成28年度の直売所利用者数は約56万人です。

地元の消費者だけではなく行楽帰りのグループや行き交う人々などにも利用され、野菜を中心とした豊富な品ぞろえと、季節を彩る果樹類が好評です。

【ケータリングカー（移動販売車）】

JAいせはらは、ケータリングカー(移動販売車)を導入しています。ケータリングカーでは、伊勢原産の四季折々の野菜を使い惣菜類を製造・販売し、旬の味覚をPRしています。平日は市内直売所「あふりーな」伊勢原店・比々多店の2店で移動販売を行い、休日は各イベント(市民朝市等)への出張も行っています。車体には伊勢原産農産物ブランド名「阿夫利の恵」の文字と、市公式イメージキャラクター「クルリン」が描かれています。



ケータリングカーでの販売

【みかんの木オーナー制度】

地産地消や消費者交流を目的としたみかんの木オーナー制度として、平成2年から実施しています。(その年の生育状況によって、募集できない年もあります。)みかん園の農家と契約を結んでみかんの木のオーナーとなり、その木に実ったミカンを収穫できる権利を取得する制度です。日ごろの木の管理は園主が行い、11月下旬～12月上旬の収穫時期に、オーナーがみかんを収穫します。

【谷戸田オーナー制度】

日向地区の耕作されなくなった水田を借り上げ、谷戸田(※)の原風景を保全するとともに、農業への理解、食への感謝を目的に、農業体験事業として行われています。田植えから収穫までをNPO法人「伊勢原森林里山研究会」のメンバーと会員となったオーナーが共に作業することで、「食」と「農」の関係を学ぶことができます。

また、この田んぼで作られるお米は、有機農法・農薬を使用しない栽培を実現しており、収穫された新米は、最終日に行われる収穫祭で谷戸田オーナーに振る舞われます。 ※谷戸田とは、里山に介在する谷あい土地にある水田の呼称です。



谷戸田での田植え

(谷戸田の稲作作業以外のイベント)

ドロリンピック

田植えの前に代掻きの意味を込め5月に行われます。田んぼで障害物競走や宝探し等子どもから大人までが楽しめるイベントを開催し、自然を身近に感じることができます。



ドロリンピック



たいまつの火で虫送り

虫送り

「虫送り」は、江戸時代から途絶えることなく続いてきた農村に伝わる年中行事であり、五穀豊作、悪虫退散、悪病よけの祈願としてのお祭りです。

【平沼営農組合による水田オーナー制度】

大田地区土地改良区内の農業従事者で組織する平沼営農組合は、米作り体験等を通じ農業への理解を深め、地域農業の振興を図るため、水田オーナー制度を行っています。季節を通して田植え・草取り・生き物調査・収穫体験等の多彩な体験や農業指導が受けられ、オーナーへの新米の配布も行われます。



田植え体験



生き物調査

【伊勢原市畜産まつり】

伊勢原市は県内でも有数の酪農地帯です。市内畜産農家と市民が交流し畜産への理解を深めるために、毎年秋に開催しています。牛などの動物たちと触れ合うことができる貴重な機会です。



伊勢原市畜産まつり

【酪農教育ファーム】

酪農家が、学校等と連携しながら、牧場が持つ牛などの資源を活用して行う教育活動を「酪農教育ファーム活動」、その活動を行う牧場等を「酪農教育ファーム」といいます。『酪農を通じて、食や仕事、命の学びを支援する』ことを目的に、市内では2つの牧場が酪農教育ファームの認証を受け、酪農体験の受入や学校等への出前授業などの酪農教育ファーム活動を行っています。

牧場では乳牛との触れ合いを通じて、牛乳が生産される仕組みや牛の迫力を肌で感じ、子どもたちは「食や仕事、命の大切さ」を学んでいきます。



酪農教育ファーム認証マーク

【生産者による食育セミナー】

地元農産物の普及を目的に、農産物の生産者と消費者の交流の場として、JAいせはらと協力し、生産者による食育セミナーを実施しています。栽培への思いやこだわり、調理のポイントなどの生産者の講話と、白菜やトマト、しいたけなど地元食材を使った料理教室を合わせて行っています。



旬の地元野菜を使ったメニュー



生産者の講話



生産者による料理教室

2 伊勢原市の食文化

本市は、都心から約50kmに位置する首都圏の近郊都市でありながら、総面積の約3分の1を山林原野が占める自然に恵まれ、まちのシンボル「霊峰大山」を背景に平野部が広がり、豊かな自然と歴史、多くの文化財があります。

江戸時代の庶民参拝である「大山詣(おおやままいり)」が、2016年度の日本遺産に認定されるなど、豊かな自然とふれあいながら歴史を巡ることができる首都近郊の観光地として、多くの人を集めています。江戸時代の大山詣りの参詣者へ提供していた食文化が、現代にも市の名産品として受け継がれています。

大山地区では、江戸時代から「豆腐」が親しまれていました。先導師たちが拝礼や祈禱を行った謝礼として大豆を受け取り、大山に大豆が多く集まったためと一説では言われています。また、大山の良質な水が製造と保存に適していたこと、修験者や僧侶による精進料理に合っていたことなどが、「大山の豆腐料理」という図式を生み出したようです。その伝統は今でも受け継がれており、大山では、工夫を凝らしたオリジナルの豆腐料理やスイーツを味わうことができます。



大山のとうふ (かながわの名産100選)

「大山のとうふ」「大山のきやらぶき」「おおやま菜漬」はかながわ名産100選に選ばれています。



きやらぶき (かながわの名産100選)

「きやらぶき」は修験者の保存食を起源とし、大山をはじめ関東周辺に自生する野ぶきの佃煮です。



おおやま菜漬 (かながわの名産100選)

「おおやま菜漬け」は江戸時代、大山詣の参詣者たちにも親しまれてきたもので、ピリツとした辛みと歯ごたえのある味が特徴です。

3 広がる食育の取組

(1) 学校における食育の推進

【小学校給食における食育取組】

学校給食は学校給食法に基づき、学校教育の一環として実施されています。「学校給食の7つの目標」(※学校給食法第2条)では、生涯を通じて健康で充実した生活を送るために望ましい食生活の基礎・基本を養い、感謝の心や伝統的な食文化の理解を深めることを目標としています。

市内の小学校では、単独調理場方式で完全給食を実施しています。安全な食材を選定し、栄養バランスのとれた献立を作成しており、自校の調理室で調理した温かい給食は、強化磁器食器を使用して児童に提供されます。

これからも、栄養バランスのよい給食を提供し、学校給食を生きた教材として活用した食育を進めていきます。

「学校給食の7つの目標」

- ① 適切な栄養摂取による健康の保持増進を図ること
- ② 日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。
- ③ 学校生活を豊かにし、明るい社交性を養うこと。
- ④ 食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。
- ⑤ 食生活が食に関する人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。
- ⑥ 我が国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること。
- ⑦ 食糧の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと。

(学校給食法第2条)

学校における地場産食材の使用推進

小学校給食では、地場産食材を積極的に取り入れるよう取り組んでいます。

平成21年から始まった、「学校給食地場野菜使用推進事業」は、市内野菜生産農家から直接、小学校の給食室に新鮮な市内産野菜を届けてもらい、その日の給食に使用するという取組で、現在は市内全10小学校で実施しています。



生産農家から直接給食室へ野菜が届きます

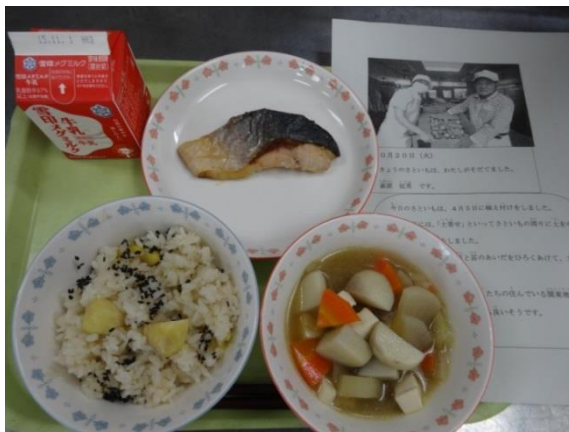


学校給食地場野菜使用推進検討会

また、この取組を進めるために、学校給食地場野菜使用推進検討会を年3回開催し、学校給食会（事務局、学校長、栄養教諭・学校栄養職員）、JAいせはら営農経済部、JAいせはら野菜部会、委員長・副委員長・支部長（4支部・生産者）で、納入野菜品目の検討や情報交換をしています。新鮮でおいしい伊勢原の玉葱、じゃがいも、なす、さつまいも、里芋、大根、白菜、ほうれん草、長葱、キャベツなどの野菜やみかん等を計画的に給食に取り入れています。

月に一度、市内産野菜が給食に出た日は、生産者の方の写真入りプリントや校内放送などでお知らせします。新鮮で美味しい野菜を通じて、野菜や食べ物への関心が高まっています。

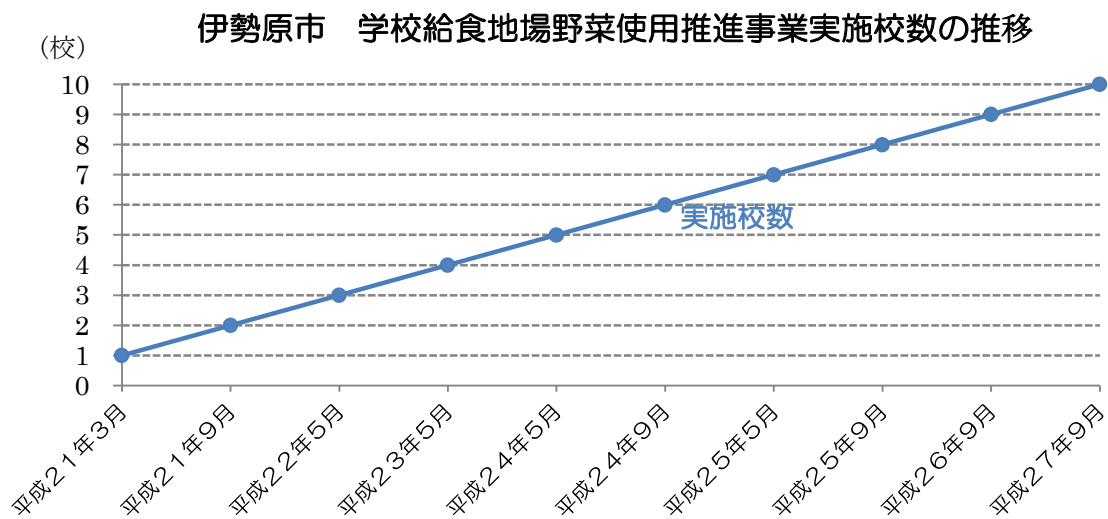
今後もより多くの児童に地場産野菜を食べてもらうために、関係各所と協力して、取組を進めていきます。



生産者の写真入りの説明プリントを見ながら

学校給食地場野菜使用推進事業の実績

JAいせはらと協力して、小学校1校から始まったこの取組は、全小学校に広がりました。



【小・中学校での食育活動】

各学校において「食に関する指導の全体計画」に基づき、教育活動を通じた食育に取り組んでいます。各学年の発達段階に応じた食に関する指導の目標のもと、年間指導計画を作成し、教諭や栄養教諭・学校栄養職員により、各教科・道徳、総合的な学習の時間、学級活動、学校行事等の学校教育活動全体で食育を推進しています。

食育活動の様子



担任・栄養教諭による食育

担任・栄養教諭による小学校食育計画に位置づけられた学級活動

「元気もりもり朝ごはん」

朝ごはんの大切さを知り、自分の食生活を振り返り、改善につなげていきます
(5年生)



特別活動「ランチルーム」

小学校食育計画に位置づけられた特別活動

「ランチルーム」

担任や栄養教諭・学校栄養職員が、給食を通して、栄養バランスや食事のマナーなどの食育をすすめていきます。



家庭との連携「給食試食会」

家庭との連携・給食を通じた情報発信

「給食試食会」

保護者対象に給食の試食会を実施し、子どもに必要な量や味付け、栄養バランスなどへの理解を深め、家庭と連携して子どもの食育をすすめていきます。

地域と連携した食育活動（農業体験）



田植え



稲刈り



ぬか床作り

総合的な学習の時間

「お米を作ろう」

地域の農家の方を講師で招き、田植え、稲刈り、ぬか床作りと1年間かけて稲作を学び、収穫したお米は家庭科の調理実習で炊飯し、味わい、食べ物に対する感謝の気持ちを学びます。（5年生）

地域の企業と連携した食育活動



社会科・工場見学(製麺工場の見学)

社会科（工場見学）

「工場で働く人と仕事」

地域の工場見学を通して、食べ物ができるまでの生産者や流通者の工夫や苦勞について学び、日頃何気なく食べている食べ物への関心と感謝の気持ちを持ちます。（3年生）



食育のネットワーク

食育ネットワークの推進

「食育担当者会議」

教育委員会と栄養教諭、各校の食育担当者等で構成され、食育に関する情報交換や調整・研究、実践内容の共有化等をすすめています。

「学校における食育研修会」

児童生徒が健全な食生活を実践できる力を育成する食育を推進するために、教育委員会主催で各小中学校教諭を対象に食育研修会を実施しています。学校教育全体で取り組む食育の在り方についての研修を通して、教職員の資質の向上を図ります。



学校における食育研修会

伊勢原市食育ホームページでは、「公立保育所・小学校の給食献立」、「簡単料理レシピの紹介」、「食育掲示板」、「伊勢原市の食育事業」など、食育情報を紹介しています。ぜひご利用ください。

定期的に小学校給食の献立を掲載し、紹介しています。

栄養価

- エネルギー 631キロカロリー
- たんぱく質 24.1グラム
- 脂質 16.9グラム
- 塩分 2.2グラム

【献立メモ】

小田原の昔我の梅干を使い、昆布でだしをとり炊きあげた「梅ごはん」に、旬のじゃがいもを使用した「肉じゃが」と、歯と口の衛生週間にちなんで“カルシウム”たっぷりの「小松菜のじゃこの炒め」、牛乳を添えた給食です。

TOP > カテゴリ > 分野 > 健康・福祉 > 食育 > 小学校の給食献立

小学校 平成29年6月給食紹介

【献立名】

梅ごはん 牛乳 肉じゃが 小松菜のじゃこ炒め

昼食



市食育ホームページの小学校給食紹介

食育 伊勢原市

検索



<http://www.city.isehara.kanagawa.jp/>（伊勢原市公式ホームページ）から、「いせはら健康ポータルサイト」の「食育ページ」へアクセスしてください。



思春期栄養改善事業（中学生）

中学校の2年生を対象に骨量測定と栄養教育を行っています。食育の一環として「食に関する指導の全体計画」における教科や特別活動、学校行事として位置づけています。



骨量の増加は20歳前後でピークを迎え、それ以降はゆるやかに減少していくことから、成長期であるこの年代に「骨太に生きよう」をテーマに、栄養バランスの整った食事や規則正しい生活習慣、継続的な運動が大切であることを伝えています。

栄養教育は小学校の栄養教諭・学校栄養職員が担当し、骨の成長に必要な食品を知り、食事のバランスについて学びます。



栄養教諭・学校栄養職員による丈夫な骨づくりについて 食育の授業

教科や総合的な学習の時間における食育（中学生）

中学校における食育は、技術・家庭科や保健体育などの各教科や道徳、総合的な学習の時間といった学校教育活動全体の中で、食育の視点を踏まえて、体系的、継続的に行われています。

特に家庭科の中で食生活について具体的に学んだり、各教科の中でも食に関わる内容を学習しています。



技術・家庭科における夏休みの課題
「オリジナル弁当作り」

【高等学校における食育】

20歳代の朝食欠食や女性のやせの問題などから、食育は小中学生だけではなく、高校生への取組も充実させることが重要です。

市では、市内県立高等学校2校を対象に、家庭科の授業や総合的な学習の時間、文化祭や部活動等と連携しながら、食育事業を行っています。部活動の開始前の時間を使い、栄養教育と骨量測定の実施や、総合的な学習の時間に、朝食と適正体重等の大切さについて栄養教育を行っています。また、文化祭時には、保健委員会の生徒と一緒に、生徒や保護者向けに、骨量測定会と栄養教育を実施しています。



運動部生徒への栄養教育



運動部生徒への骨量測定



総合的な学習の時間の食育



文化祭時の栄養教育や骨量測定

(2) 伊勢原市食育料理コンテスト

より多くの市民に食育への関心をもっていただくために、小・中・高等学校を対象にそれぞれの夏休みの自由課題や宿題と連携して、「食育料理コンテスト」を実施しています。

小学生は朝食の一品料理、中学生はお弁当の献立作成、高等学校は朝食の1食献立など、それぞれの世代ごとに授業で学んだことと連動させたテーマを設定しています。また、使用する食材に伊勢原産の食材を含めるなど、地産地消の推進も目的としています。



小学生部門は親子で参加



中学生部門



高校生部門



受賞したメニュー



受賞作品はレシピ集になります。



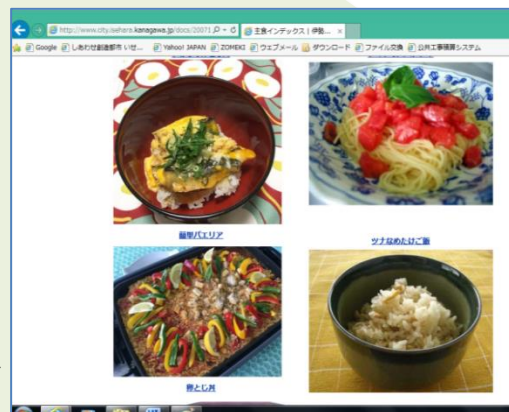
表彰式

(3) インターネット等を活用した食育情報の発信

【インターネットや SNS 等による食育情報の発信】

特に若い世代が食育に関心を持てるように、インターネットやSNS (facebookや Twitter) を利用し食育情報を発信しています。

市公式ホームページ内の「食育のページ」に、定期的に「簡単料理レシピ」や「食育掲示板」を掲載し、食育について普及啓発しています。また、その内容をSNSとリンクさせ更新することで、より効果的な食育情報の発信をめざしています。



食育ホームページの簡単料理レシピ

毎月19日(食育の日)に更新

伊勢原市 Facebook QRコード⇒⇒⇒



【庁内ネットワークでの情報提供】

毎月19日(食育の日)に、庁内ネットワークシステムを利用し、市職員向けの食育情報の発信を行っています。内容は、「働き盛り世代の男性の肥満」や、「若い女性のやせ」の予防と対策や、それに伴う朝食や共食、食事づくりの大切さ等に関する食育情報を提供しています。

【保育所等における食育情報の発信】

伊勢原市食育推進連絡会議での連携をきっかけに、公立保育所で保護者向けに毎月配布している「給食だより」を、「食育だより」として認定こども園など市内の教育・保育施設にも情報提供できるようになり、より幅広い食育情報の発信をしています。

また、市公式ホームページ内の食育のページに、定期的に保育所給食の献立を掲載し紹介しています。

食育だより6月号

元気に楽しく朝ごはん
～一緒にたのしみ、作れどと楽しい～

6月4日は、「虫歯予防デー」です。歯と歯茎(歯肉)が丈夫であることは、健康・長寿のための大切な条件の一つです。虫歯は歯磨きをしないだけではなく、食事の内容や食べ方、食べる時間帯など、毎日の食習慣のよくないところが積み重なって起こります。乳歯は永久歯に生え変わる前から関心を持ちます。乳歯が虫歯になってしまうと、食習慣を改めない限り、永久歯も虫歯になってしまいます。乳歯の頃から歯によい食習慣を身につけることが大切です。

歯によい食習慣

①よく噛んで食べましょう
よく噛むことにより、唾液の分泌が促進されます。唾液は食物の消化を助け、口の中をきれいにして、歯の再石灰化を進ませます。歯の再石灰化を促します。

②お粥から食べない
口の中に食べ物が長い時間あると、口の中は酸性の状態が続く。歯の再石灰化が進まなくなるため、虫歯になりやすくなります。食事やおやつの際から食べに注意しましょう。

③水分補給は水や薄茶で
ジュースや清涼飲料水は糖が含まれています。水分補給は水や薄茶にしましょう。緑茶にはフッ素が含まれているので、少しずつあげるのもおすすめです。

④食後に歯磨きをしましょう
フッ素入りの歯磨き粉を使うのも虫歯予防になります。歯磨き粉は歯磨き後、仕上げ磨きも忘れずに!

楽しい食育

6月は食育月間です。また毎月19日は食育の日です。ご家庭でもこの機会に、子どもたちが食について興味、関心を持てるようなきっかけを作れるといいですね。

★一緒に食べましょう!
親や友達と一緒に食べることで、「食べてみようかな」と興味を持ち始めます。「おいしい」と食べる姿を見せることも大切です。

★食事の準備、盛り付けなどお手伝いをさせましょう!
テーブルを拭く、箸や食器を整える。食べた後の食器を片付けるなど、出来ることから始めましょう。お手伝いができたら、「ありがとう」「助かった」等の感謝の言葉を添えてあげてください。

★「いただきます」「ごちそうさま」をしましょう!
家族みんなが「いただきます」「ごちそうさま」をしていますか? 食べ物や食事を作った人へ感謝の気持ちを言葉で表すのも大切です。

★台所で「子」コミュニケーションを!
料理が出来るまでを見せる、野菜を洗う、キャベツを手でちぎるなどの小さな子どもでも出来ることから、目や火を扱うなどは注意や約束事を守れる年齢になってからなど、子どもの成長に合わせて、家族でサポートしながら、食事作りに興味を持たせましょう。

食育だより

公立保育所 平成29年3月給食紹介

【献立名】
昼食：にんじんご飯 鮭フライ 菜の花の和え物 すまし汁
おやつ：牛乳 ミニたい焼き お菓子

昼食

市食育ホームページの公立保育所献立紹介

(4) 各世代に合わせた食育活動

【保育所等における食育】

保育所は、乳幼児が1日の生活時間の大半を過ごすところであり、保育所における食事の意義は大きいです。食事は空腹を満たすだけでなく、人間的な信頼関係の基礎を作る営みでもあります。

保育所の特性を生かした食育として、健康な生活の基本としての「食を営む力」の育成に向け、その基礎を培うことを目標としています。そして、子どもが生活と遊びの中で、意欲をもって食に関わる体験を積み重ね、楽しく食べる子どもに成長していくことを期待しつつ、次に掲げる子ども像の実現をめざしています。

- | | |
|-----------------------|-------------------|
| ① お腹がすくりズムのもてる子ども | ④ 食事づくり、準備に関わる子ども |
| ② 食べたいもの、好きなものが増える子ども | ⑤ 食べたものを話題にする子ども |
| ③ 一緒に食べたい人がいる子ども | |

(楽しく食べる子どもに～保育所における食育に関する指針～)



保育所給食における離乳食

最初は保育士が介助し、自分で食べたい気持ちを大事にしながら発育に合わせて、手づかみ食べやスプーン等を使って食べます。



バイキング給食

自分が食べられる量や食品が偏らないように考えながら、お皿に盛り付け、友達や保育士と一緒に食事を楽しみます。



園内菜園での栽培

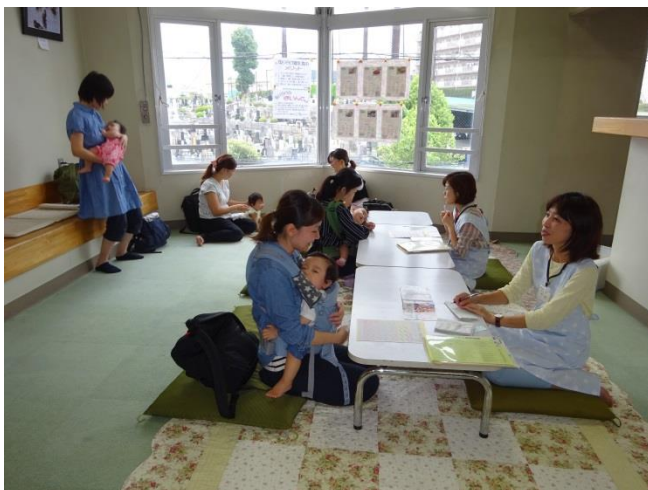


クッキング保育

【母子保健事業における食育】

乳幼児期は、食べることの基礎をつくる大切な時期であるとともに、妊娠期を含め、保護者への食育は子どもの健康づくりのためにも重要です。

母親・父親学級や乳幼児健康診査・健康相談、離乳食教室などを通して、妊婦及び乳幼児期の発達段階に応じた食育の取組を推進しています。



乳幼児健康相談での離乳食相談



母親・父親学級での妊婦への食育講座

【介護予防事業における食育】

高齢者がいつまでも「食」を楽しみ、自立した生活を送るためには、低栄養の予防や改善などが重要です。個々の健康状態や食生活の状況等に対応しながら、介護予防事業の中で高齢者への食育の取組を推進しています。高齢者の集いの場等(老人会、ミニサロン等)に管理栄養士・栄養士が出向き、食育出前講座を実施したり、各地域包括支援センターと連携し、介護予防教室や訪問栄養食事相談を実施しています。また、食育推進ボランティアでもある伊勢原市ヘルスマイト[※]による介護予防料理講習会を、各地域公民館等で実施しています。

※ 伊勢原市ヘルスマイトとは、伊勢原市食生活改善推進団体の愛称で、「私達の健康は私達の手で」「おいしく楽しく健康に」をスローガンに食を通じた健康づくりのボランティアとして、市内や地域で活躍しているメンバーです。



高齢者の集いの場での食育出前講座



ヘルスマイトによる介護予防料理講習会

第3章 伊勢原市の食を取り巻く状況

1 食に関する意識調査結果から

伊勢原市の食の現状を把握するため、各種意識調査を実施しました。調査結果の概要は、以下のとおりです。

「平成28年度伊勢原市民の健康づくりに関する意識調査」：平成28年度に18歳以上の市民3000人に対し、無作為抽出のアンケート調査を実施。（回収率57.5%）

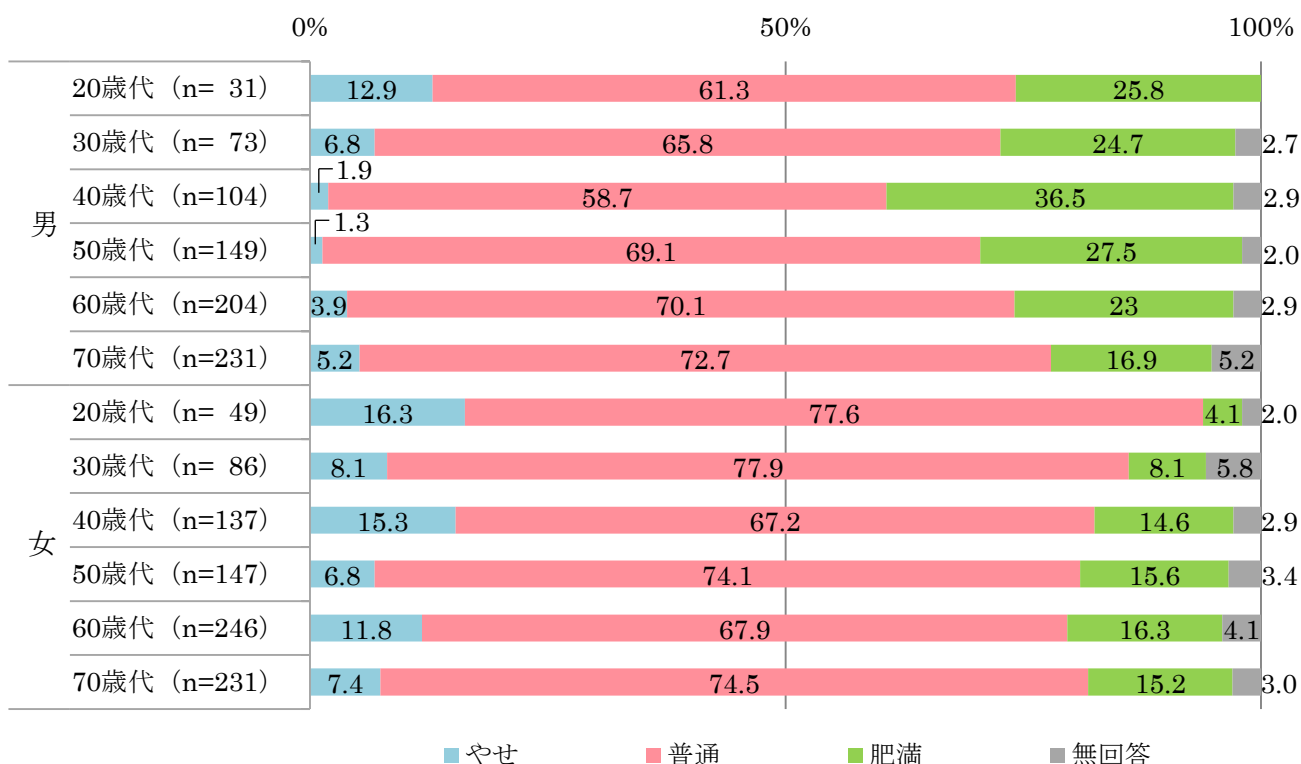
※「平成23年度伊勢原市民の健康づくりに関する意識調査」：（平成23年度に18歳以上の市民3000人に対し実施した無作為抽出のアンケート調査・回収率52.0%）の結果を、比較のため使用しています。

【身体状況について】

男性は40歳代の肥満の割合が最も高く、女性は20歳代のやせの割合が高くなっています。

男女で比較をすると、男性に肥満の割合が高いです。特に40歳代男性が36.5%と最も高く、次いで50歳代が27.5%です。女性はやせの割合が20歳代で16.3%と最も高く、次いで40歳代が15.3%となっています。20歳代と40歳代の女性は、肥満よりもやせの割合の方が多くなっています。

図1：H28年度 性別・年齢別体格（n=1688）



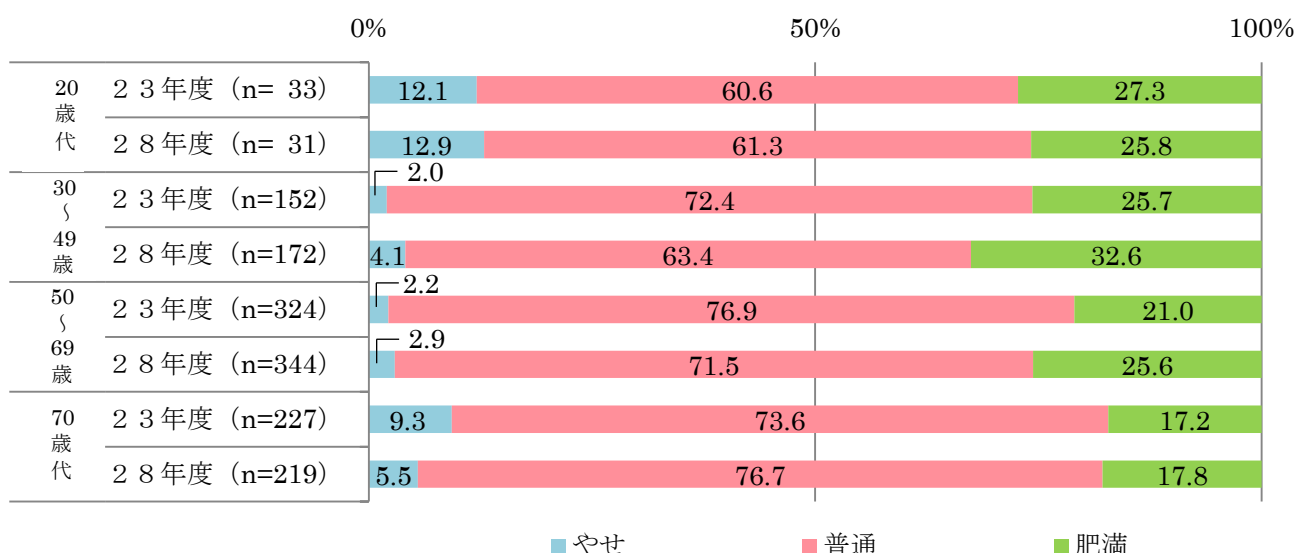
※体格については、体格指数（BMI：Body Mass Index）で判定しました。

（やせ 18.5未満、普通 18.5以上25未満、肥満 25以上）

平成23年度の調査と比較し、男性は30歳代以降のすべての年代で肥満の割合が増加しています。

5年前の調査と比較すると、20歳代を除くすべての年代で男性の肥満の割合が増えており、特に30～49歳が最も増えています。また、30～69歳においては、やせと肥満の割合が増え、普通体重の割合が減少しています。

図2：H23・28年度 男性 H23年度とH28年度の年代別BMI比較

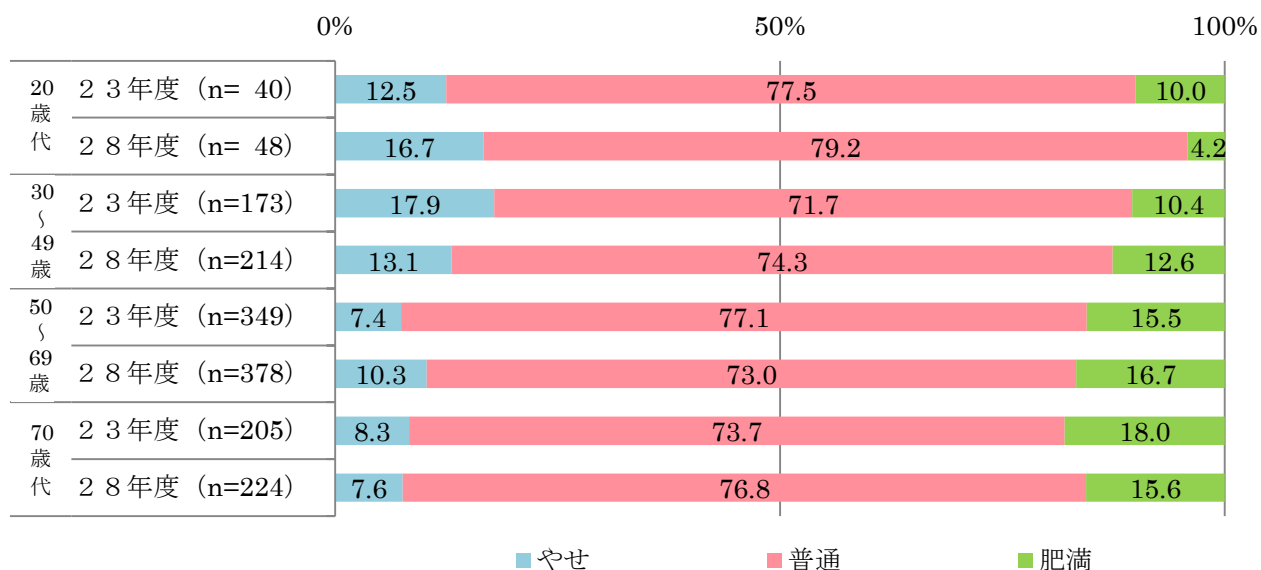


(「平成23・28年度伊勢原市民の健康づくりに関する意識調査」より ※無回答者を除いた割合です)

平成23年度の調査と比較し、女性は20歳代でやせが増加しています。

5年前の調査と比較すると、女性は20歳代でやせの割合が増えていました。また50～69歳では、やせと肥満の割合が増え、普通体重の割合が減少しています。

図3：H23・28年度 女性 H23年度とH28年度の年代別BMI比較

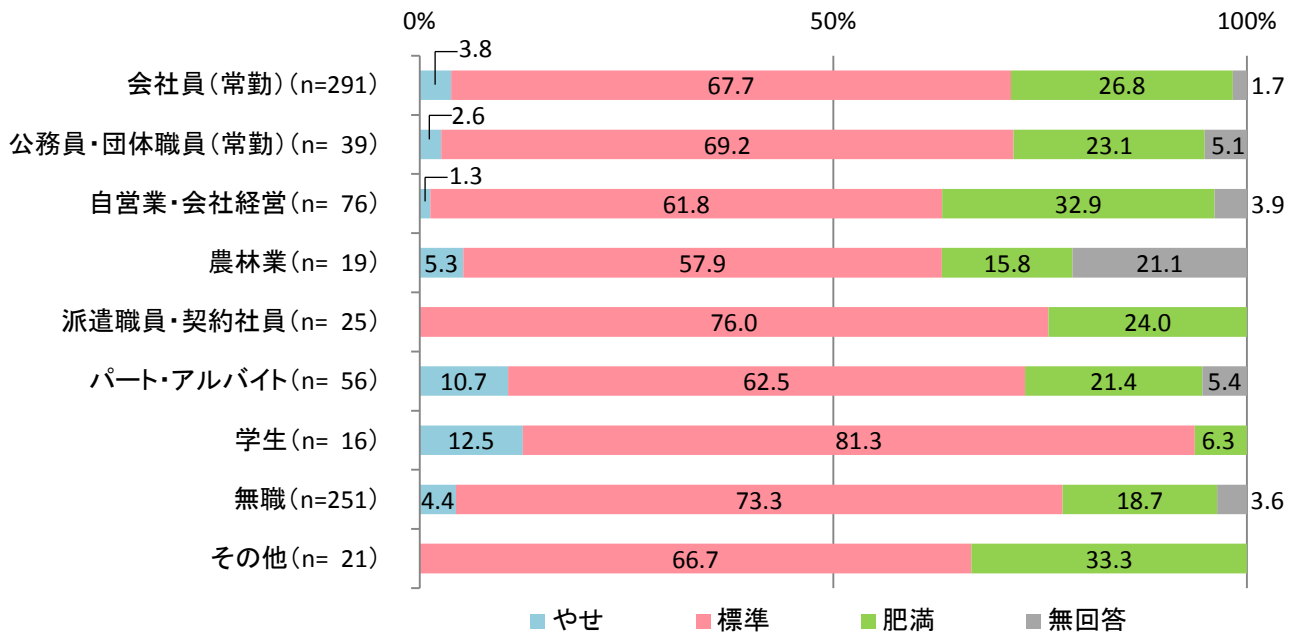


(「平成23・28年度伊勢原市民の健康づくりに関する意識調査」より ※無回答者を除いた割合です)

男性の体格を職業別でみると、「自営業・会社経営」の人に肥満の割合が最も多くなっています。

男性の体格を職業別でみると、「その他」を除いて「自営業・会社経営」の人に、肥満の割合が最も高く、次いで「会社員(常勤)」が高くなっています。

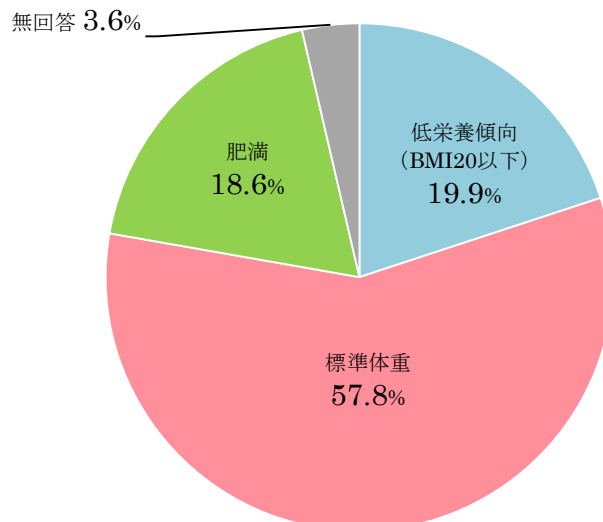
図4：H28年度 男性の職業別体格 (n=794)



高齢者の体格をみると、「低栄養傾向」にある高齢者が、約2割います。

国の「健康日本21(第2次)」の指標から、高齢者の低栄養傾向をBMI20以下とし、高齢者の体格をみると、低栄養傾向の割合が肥満の割合より高く、約2割となっています。

図5：H28年度 高齢者(65~79歳)のBMI (n=742)



【食生活について】

朝食を毎日食べている人の割合は、男女ともに20歳代において最も低くなっています。

男女で比較をすると、朝食をほとんど食べない人の割合は、20～60歳代のすべての年代で、男性の方が高くなっています。

朝食を毎日(週6～7日)食べている人の割合は、男女ともに20歳代において最も低くなっています。特に20歳代の男性は51.6%と最も低く、次に40歳代男性が55.8%です。また、朝食をほとんど食べない人の割合は、男女で比較をすると、20～60歳代のすべての年代で、男性の方が高くなっています。

図6：H28年度 男性・年齢別 朝食摂取頻度 (n=792)

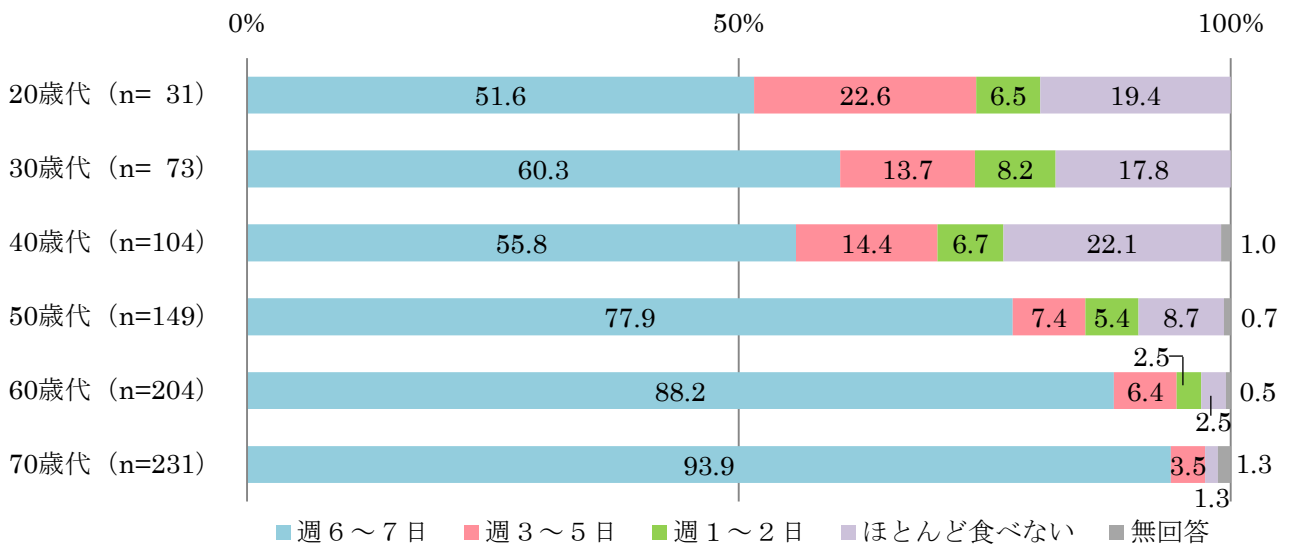
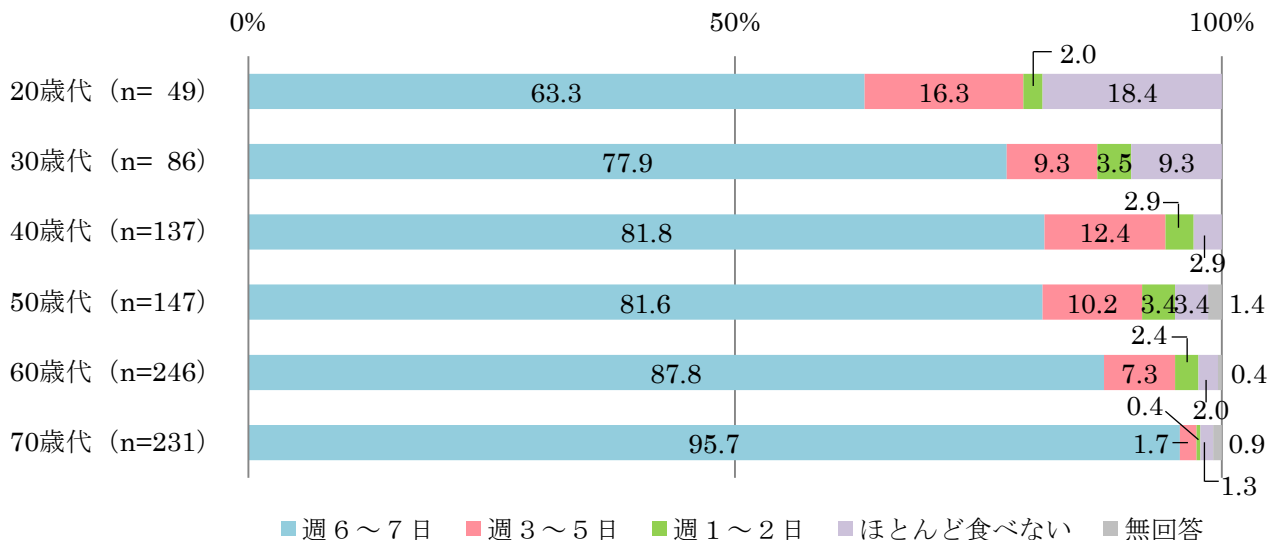


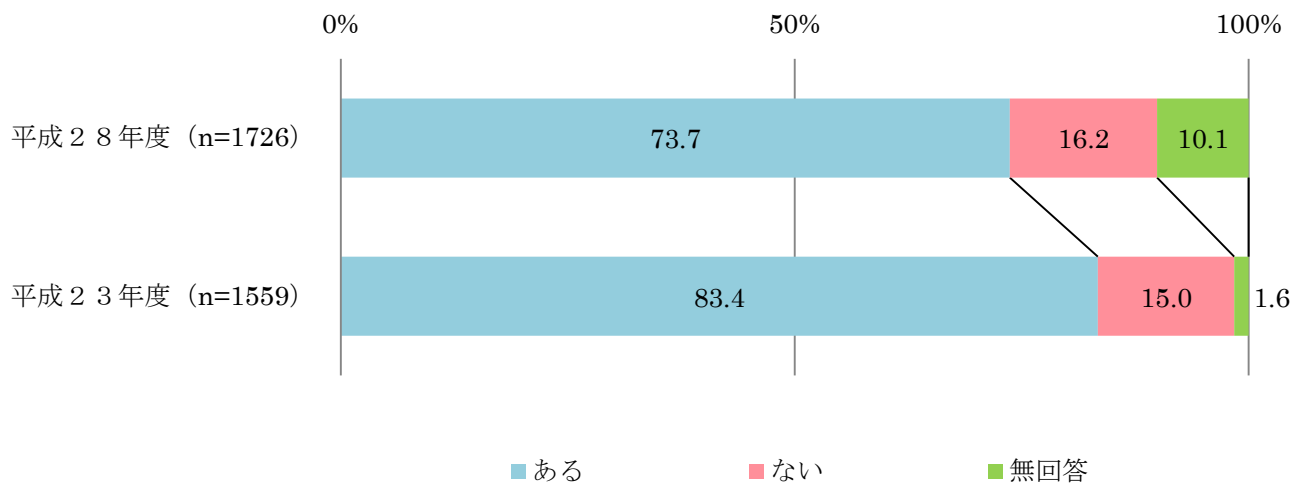
図7：H28年度 女性・年齢別 朝食摂取頻度 (n=896)



平成23年度の調査と比較し、1日1回以上共食する人の割合が減っています。

5年前の調査と比較すると、1日1回以上共食をする人の割合が減っています。
 ※共食とは、家族や友人、職場や地域の人など、誰かと共に食事をする事です。

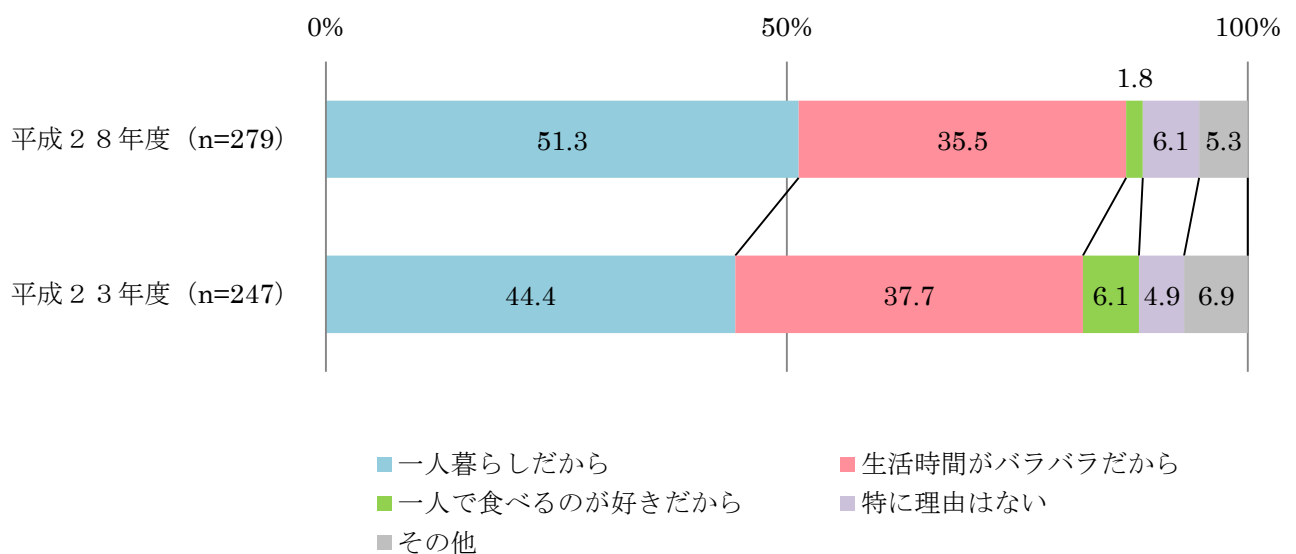
図8：H23年度・H28年度 共食の比較



一人で食事をする理由は、「一人暮らしだから」が最も高く、平成23年度の調査と比較すると、その割合は増加しています。

5年前の調査と比較すると、一人で食事をする理由は「一人暮らしだから」の割合が、増加しています。

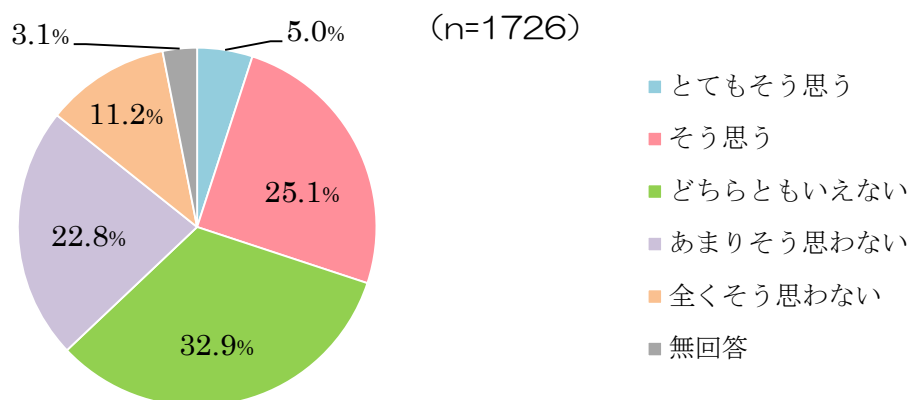
図9：H23年度・H28年度 一人で食事をする理由の比較



約3割の人が、地域や所属コミュニティ（職場等を含む）で、食事会の機会があれば参加したいと思っています。

食事会の機会があれば参加したいかどうかについて、約3割の人が「とてもそう思う」「そう思う」と回答しています。一方、「全くそう思わない」「あまりそう思わない」との回答も約3割ありました。

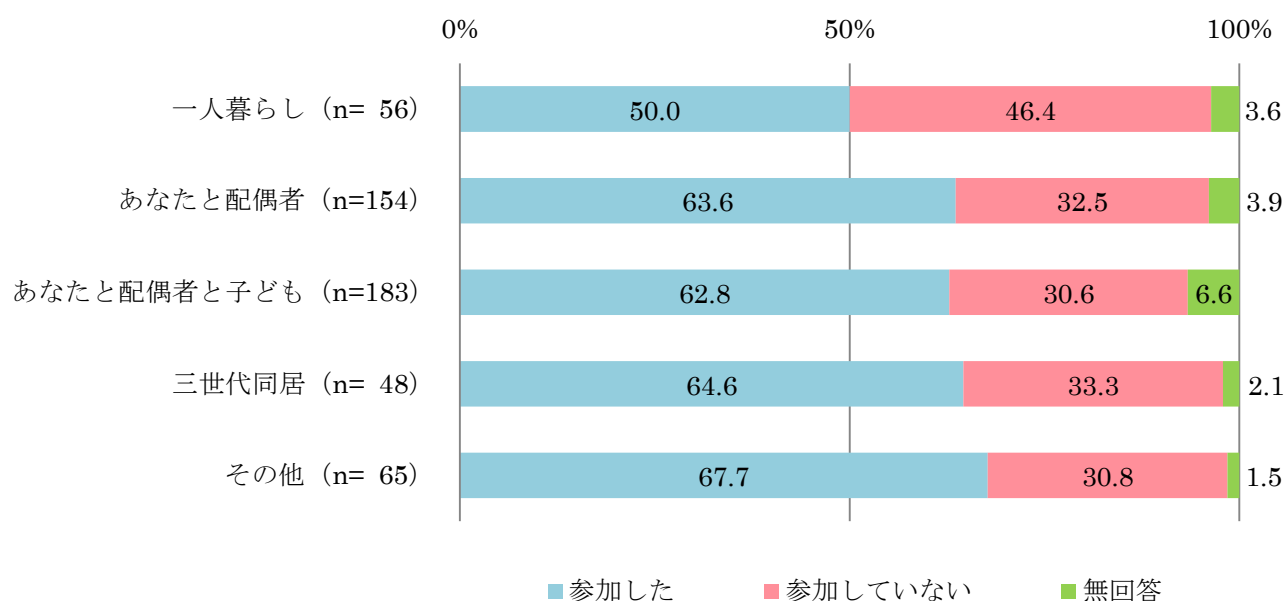
図10：H28年度 地域や所属コミュニティでの食事会参加希望の有無 (n=1726)



食事会に参加したいと思っている人で、過去1年間に実際に参加した人の割合は、一人暮らしの人が低くなっています。

地域や所属コミュニティ（職場等を含む）で、食事会の機会があれば参加したいと思いませんかについて「とてもそう思う」「そう思う」と回答した人のうち、実際に過去1年間に参加した人は全体の62.8%でした。世帯別でみると、一人暮らしの人が最も割合が低くなっています。

図11：H28年度 参加希望のある人が実際に食事会に参加している割合 世帯別 (n=506)



食事づくりまたは食事づくりの手伝いについて、「全くしない人」の割合が男性は40歳代が最も多く、約5割です。
 女性は20歳代が最も多く、約3割が全くしていません。

食事づくりまたは食事づくりの手伝いについて、全くしない人の割合が、男性は40歳代が最も多く、約5割です。女性では20歳代の約3割が全くしていませんでした。これは、20歳代の男性の全くしない人の割合とほぼ同じでした。一方、毎日つくる、または手伝う人の割合は、男女共に60歳代が最も高いですが、70歳代になると減っています。特に70歳代男性の36.4%が全くしていませんでした。

図12：H28年度 男性・年齢別 食事づくりまたは食事づくりの手伝いをしている人 (n=792)

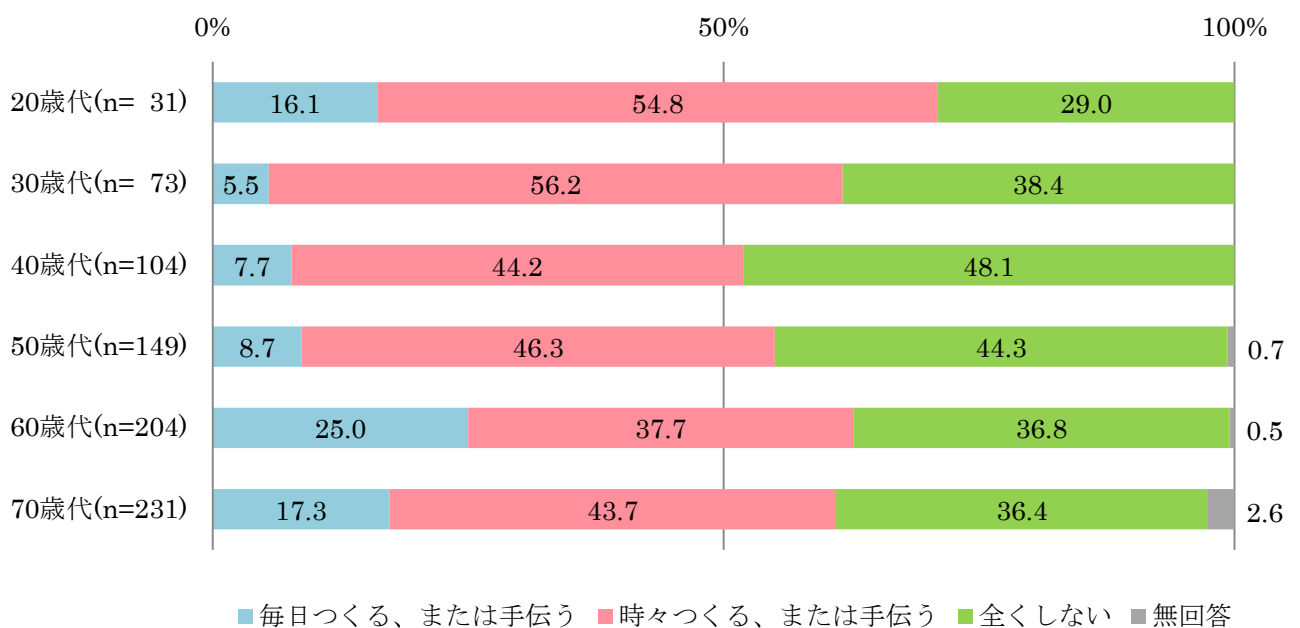
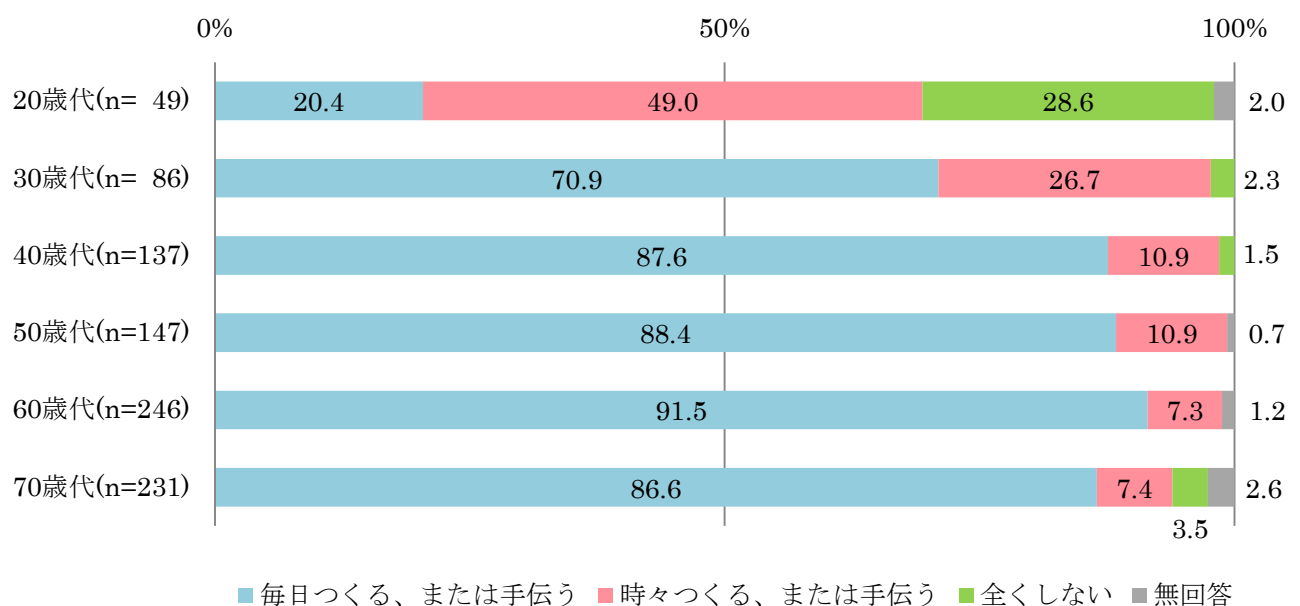


図13：H28年度 女性・年齢別 食事づくりまたは食事づくりの手伝いをしている人 (n=896)



平成23年度の調査と比較し、1日に2～3食は主食・主菜・副菜（※）がそろった食事をとっている人の割合が減っています。

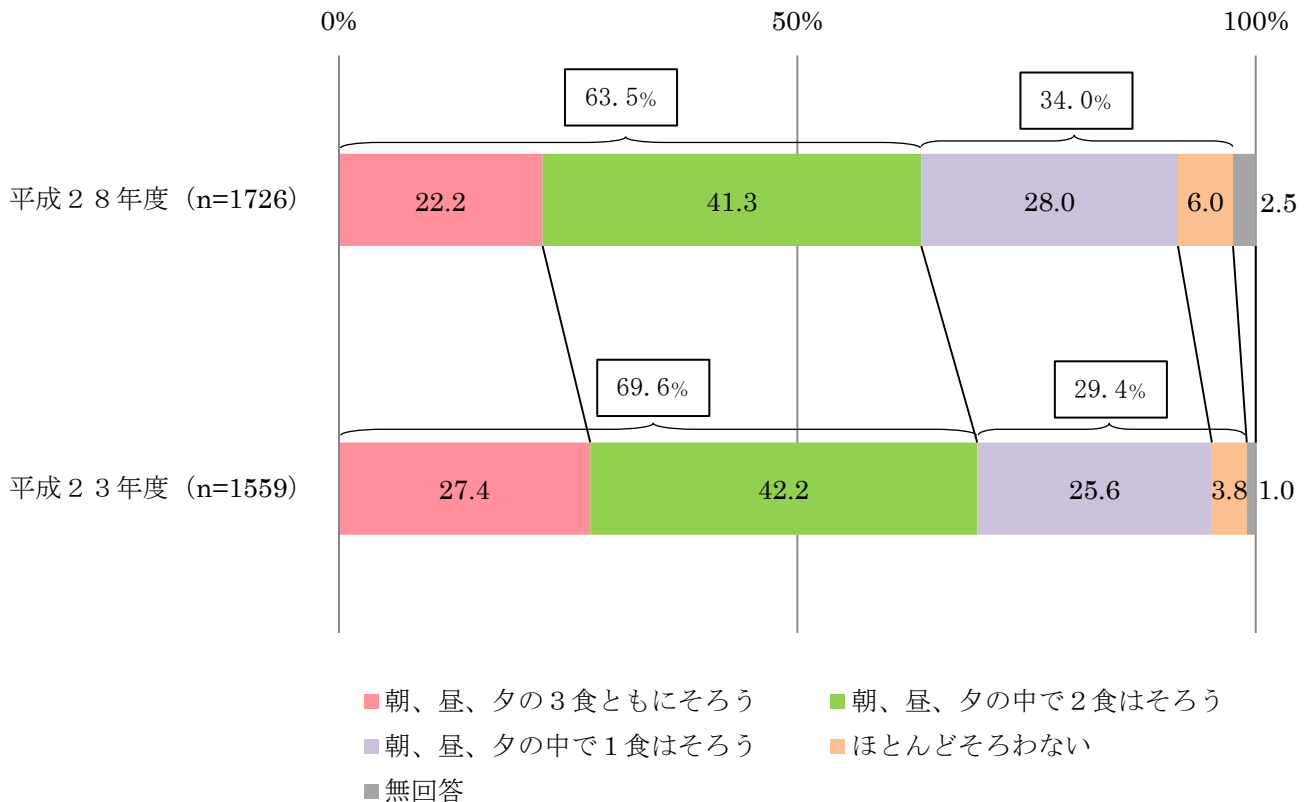
5年前の調査と比較すると、1日に2～3食は主食・主菜・副菜がそろった食事をとっている人の割合が69.6%から63.5%と減っており、一方、毎食ほとんどそろわない又は1食はそろうという人の割合が29.4%から34.0%と増加しています。

（※） 主食・主菜・副菜について

主食とは、米、パン、めん類などの穀類で、主として炭水化物エネルギーの供給源となり、主菜とは、魚や肉、卵、大豆製品などを使った副食の中心となる料理で、主としてたんぱく質や脂質の供給源となるものです。

副菜とは、野菜などを使った料理で、主食と主菜に不足するビタミン、ミネラル、食物繊維などを補う役割を果たすものをいいます。（農林水産省ホームページより）

図14：H23年度・H28年度 主食・主菜・副菜がそろった食事をとっている人 比較



1日に2～3食、主食・主菜・副菜がそろった食事をとっている人の割合は、男女ともに20歳代において最も低くなっており、年齢とともに割合が高くなっています。

男女ともに、1日に2～3食主食・主菜・副菜がそろった食事をとっている人の割合は年代が若いほど少なく、特に男性の20歳代が最も少なく約3割です。一方70歳代は男女ともに最も多く、約8割となっています。

図15：H28年度 男性・年齢別 主食・主菜・副菜がそろった食事をとっている人(n=792)

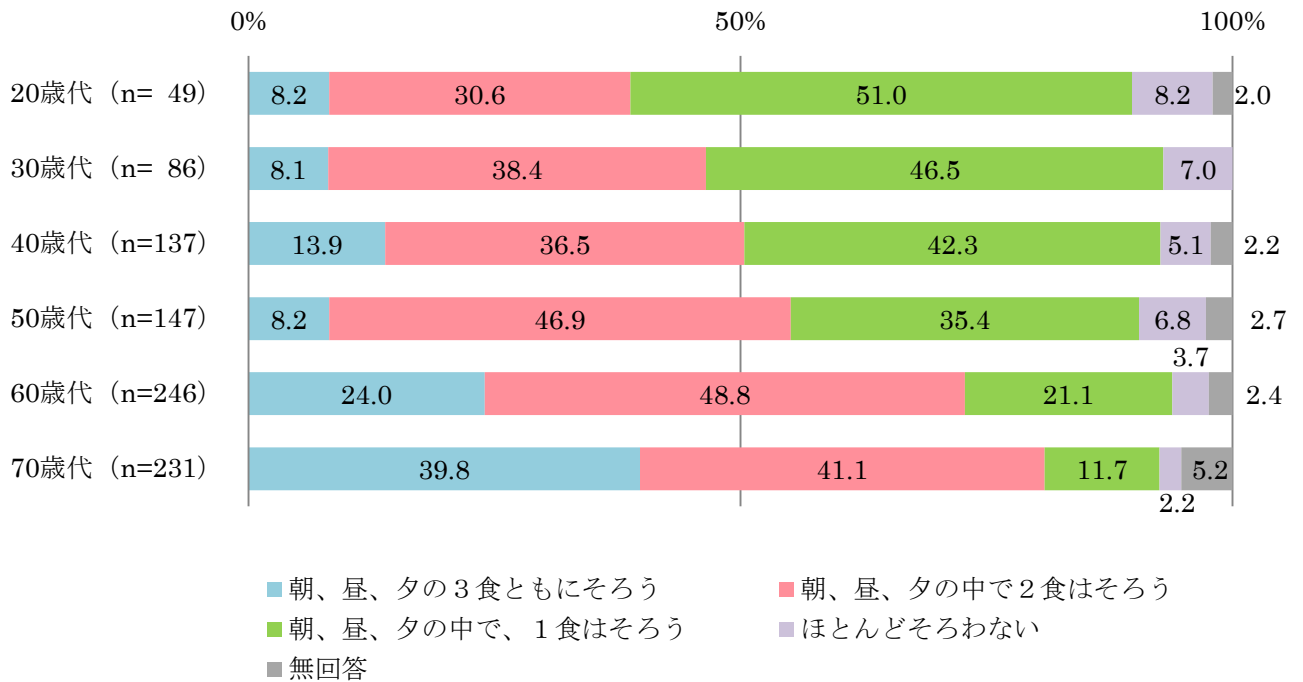
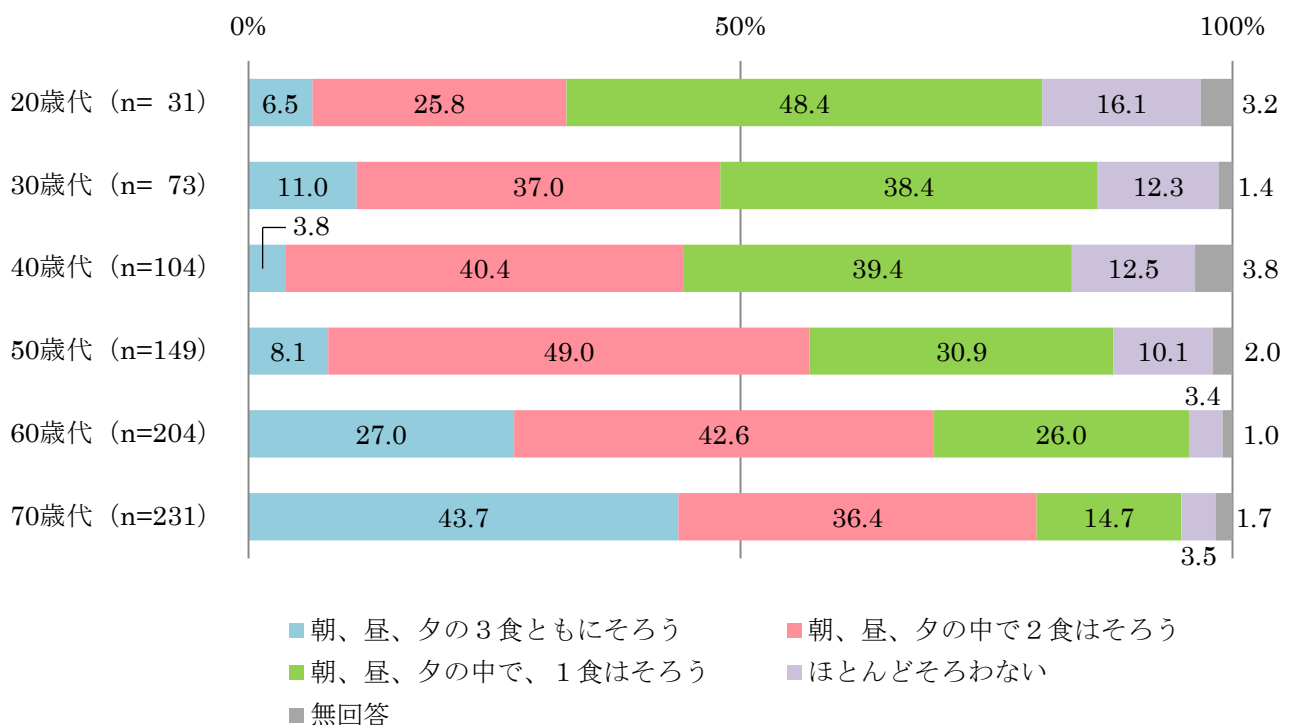


図16：H28年度 女性・年齢別 主食・主菜・副菜がそろった食事をとっている人(n=896)



【咀嚼について】

ゆっくりよく噛んで食べる意識がない人の割合は、男性が高く、20～50歳代の男性では、約7割をこえています。

ゆっくりよく噛んで食べる意識がない人の割合は全体では52.5%ですが、特に男性の割合が高く、20～50歳代の男性は約7割を超えています。女性は30歳代が最も高く、約7割です。

一方、よく噛んで食べる意識がある人は、男性は70歳代、女性は60歳代以降で、半数を超えています。

図17：H28年度 男性・年齢別 ゆっくりよく噛んで食べる意識があるか (n=792)

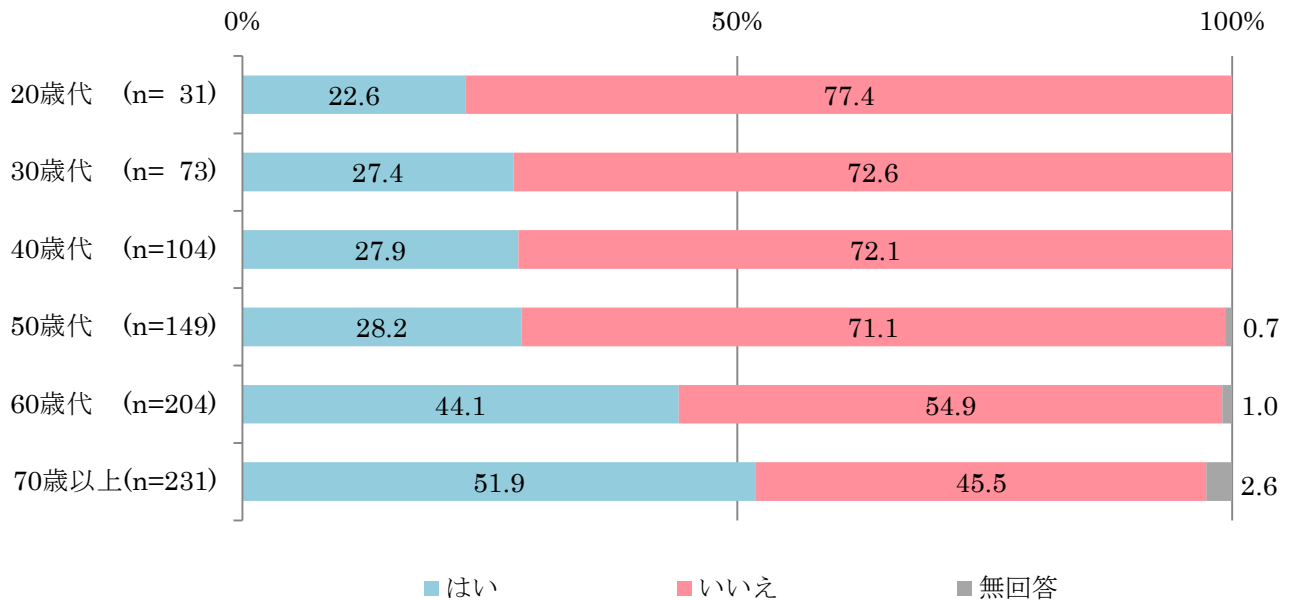
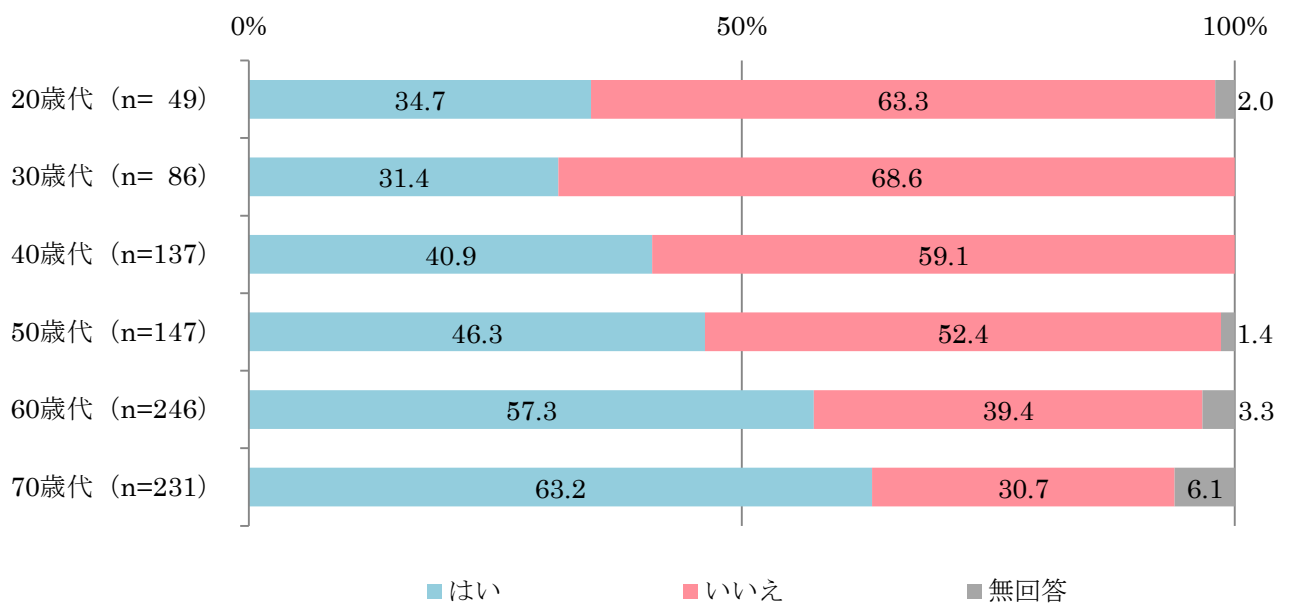


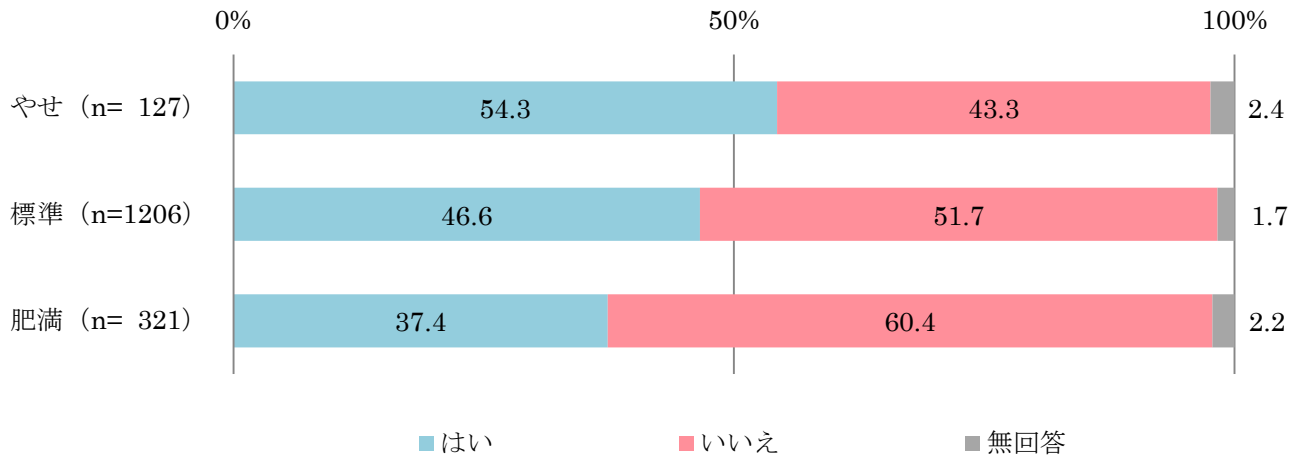
図18：H28年度 女性・年齢別 ゆっくりよく噛んで食べる意識があるか (n=896)



体格別では、肥満の人はよく噛んで食べる意識がない人の割合が高く、約6割がゆっくりよく噛んで食べる意識がありませんでした。

体格別にゆっくりよく噛んで食べる意識について確認すると、やせの人がよく噛む意識が高く約5割を超えています。一方、肥満の人はよく噛む意識が低く約4割となっています。

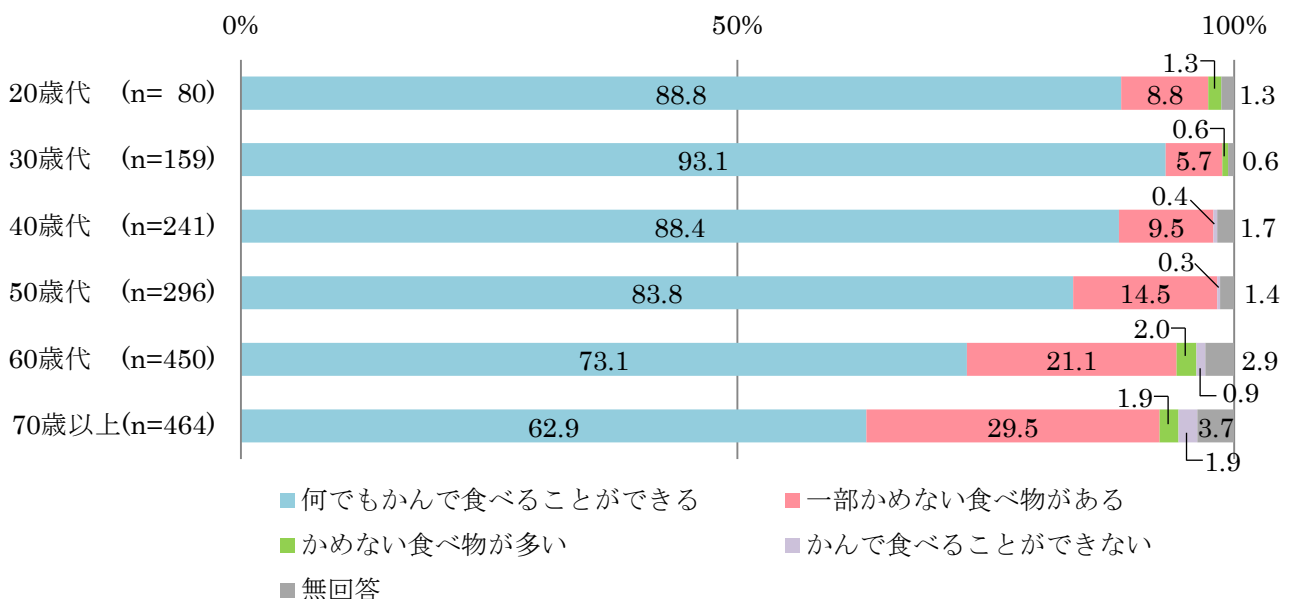
図19：H28年度 BMI別 ゆっくりよく噛んで食べる意識があるか (n=1654)



噛んで食べる時の状態では、年齢が高くなるにしたがい、何でも噛んで食べることができる人の割合が低くなり、70歳代の約4割が噛めない食べ物がありました。

年齢が高くなるにしたがい、何でも噛んで食べることができる割合が低くなり、60歳代の約3割、70歳代の約4割が噛めない食べ物がある現状です。

図20：H28年度 年齢別 噛んで食べる時の状態について (n=1690)

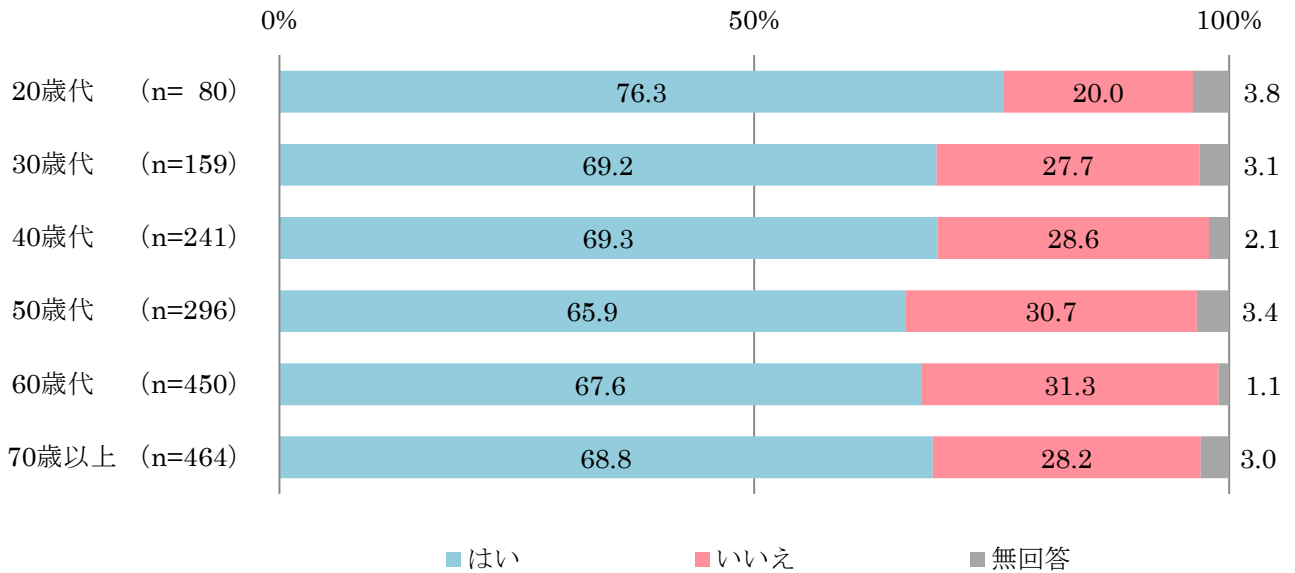


【地産地消と食の安全について】

食物の栽培・収穫体験の有無について、体験のある人は20歳代が最も多く、約8割でした。

食物の栽培・収穫体験の有無について、体験のある人は全体では68.3%です。年代別に比較をすると、20歳代が最も多く、約8割となっています。

図 21：年齢別 食物(米や野菜、果物など)の栽培や収穫の体験をしたことがあるか (n=1690)



食育コラム

伊勢原市公式イメージキャラクター
クルリン

地産地消による農業振興を通じて地域の活性化を図り、県内酪農の発展に寄与することを目的に、市内酪農家や消費者、県などとともに、平成26年から「伊勢原産牛乳プロジェクト」に取り組み、伊勢原産牛乳の商品化に向けて様々な活動を進めてきました。

平成29年11月から生乳本来の味わいを大切に伊勢原の酪農家限定牛乳が「いせはら地ミルク」として、発売されています。パッケージには、伊勢原市を代表する大山や酪農、湘南小麦をモチーフにしたシンボルマークをデザインし、さらに、市内酪農家の写真と想いを載せたリーフレットを添えることで、「生産者の顔の見えるミルク」となっています。



いせはら地ミルク

食品の安全性に関する知識が「あまりない」と「全くない」を合わせた割合は、男性は30歳代、女性は20歳代が最も多く、どちらも約6割でした。

食品表示の見方や食中毒について等食品の安全性に関する知識があまりない又は全くない人は、男性は30歳代、女性は20歳代が最も多く、どちらも約6割です。しかし、年齢と共に知識が十分ある又はけっこうある人が増え、男女ともに70歳代が最も知識がある人が多くなっています。

図22：H28年度 男性・年齢別 食品の安全性に関する知識（食品の表示の見方や食中毒について等）があるか 男性（n=792）

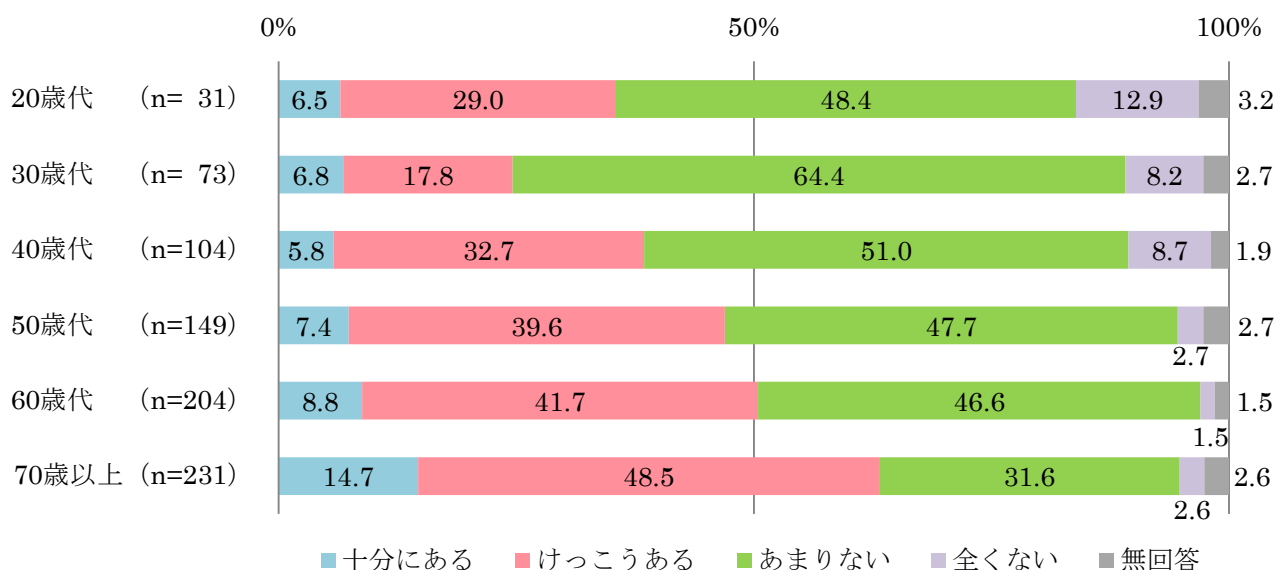
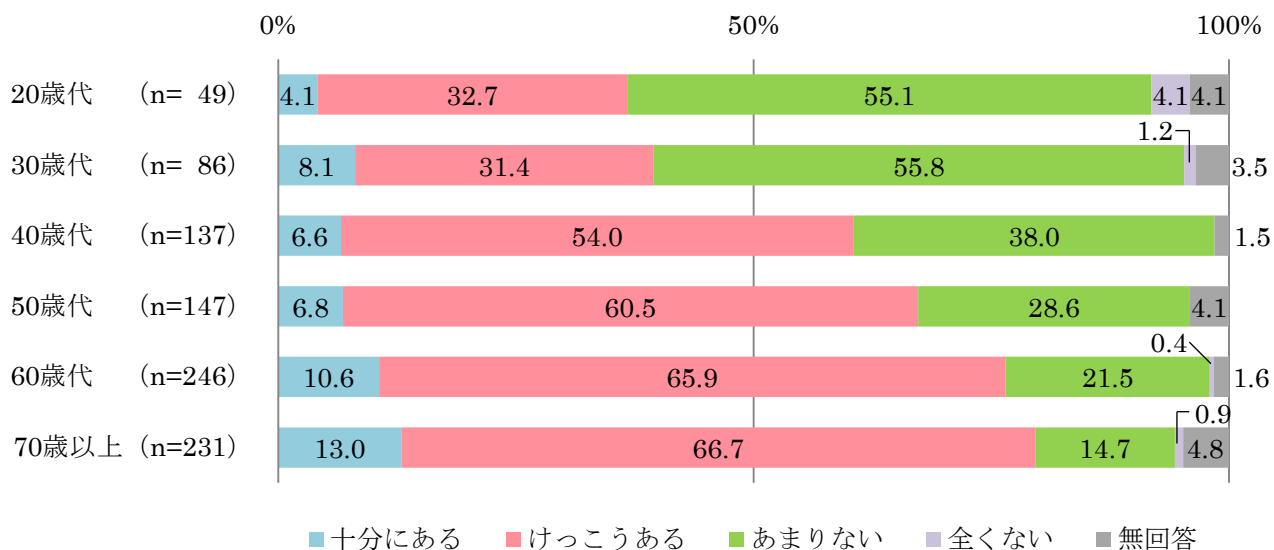


図23：H28年度 女性・年齢別 食品の安全性に関する知識（食品の表示の見方や食中毒について等）があるか 女性（n=896）



【食育への意識について】

食育への関心について、「どちらかといえば関心がない」と「関心がない」を合わせた割合は、男性は40～50歳代が最も高く、約4割です。女性は20歳代が最も多く、約2割です。

食育への関心が「ある」と「どちらかといえばある」を合わせた割合は、男女共に70歳代が最も高く、男性は約7割、女性は約9割です。一方、「どちらかといえば関心がない」と「関心がない」を合わせた割合は、男性は40～50歳代が最も高く、約4割で、女性は20歳代が最も多く、約2割となっています。

図24：H28年度 男性・年齢別 食育に関心があるか (n=792)

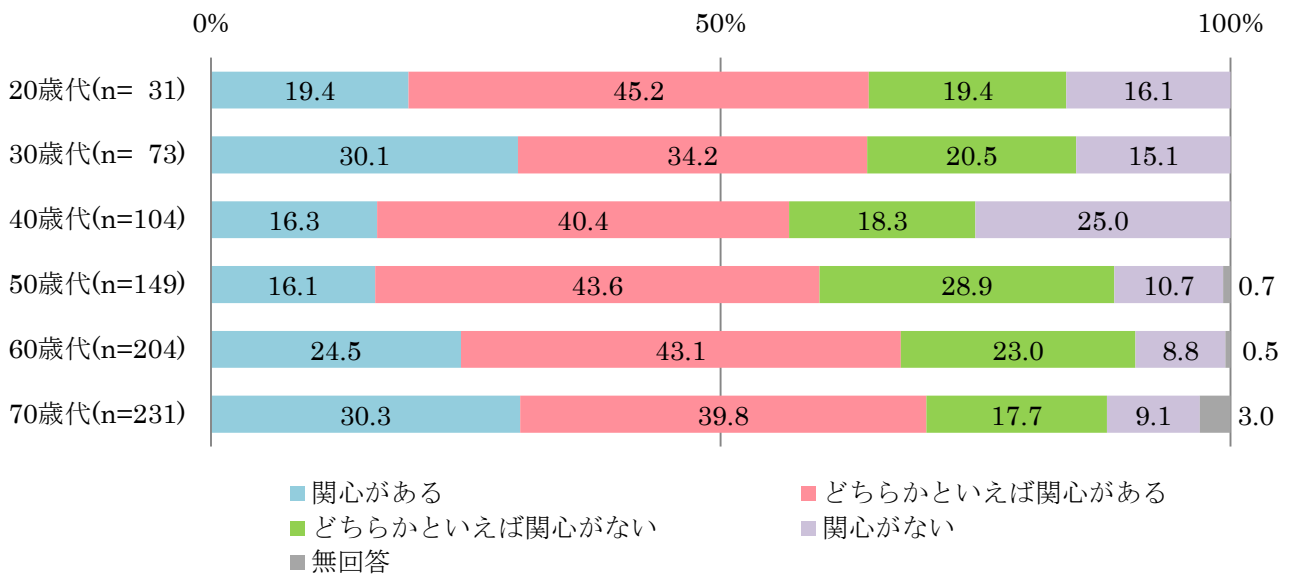
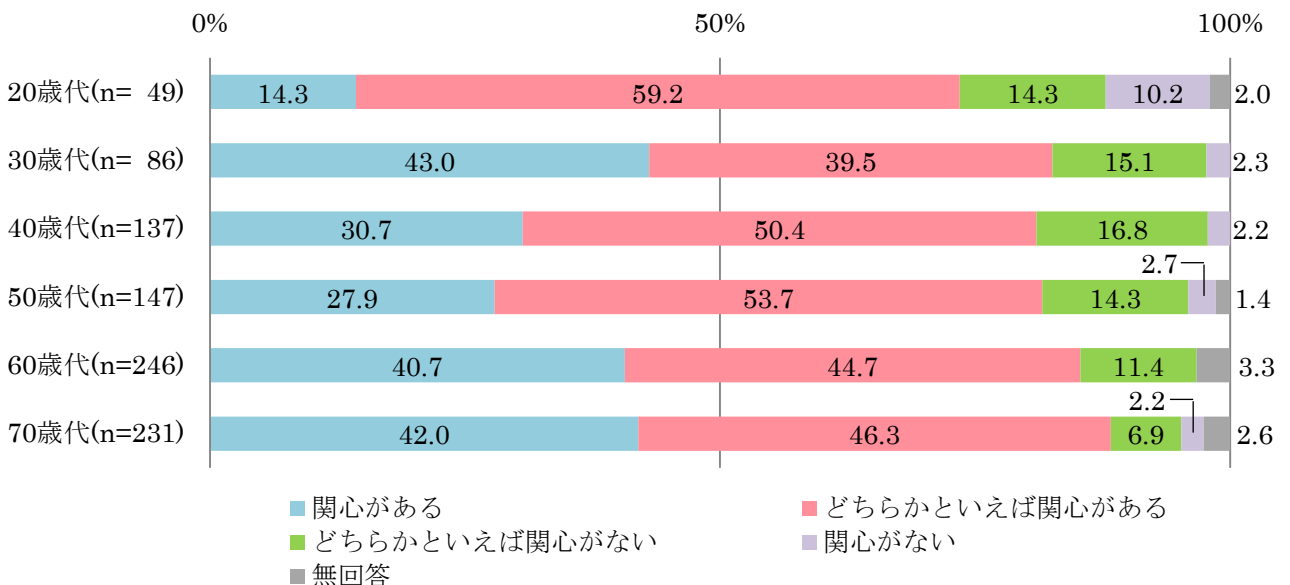


図25：H28年度 女性・年齢別食育に関心があるか (n=896)

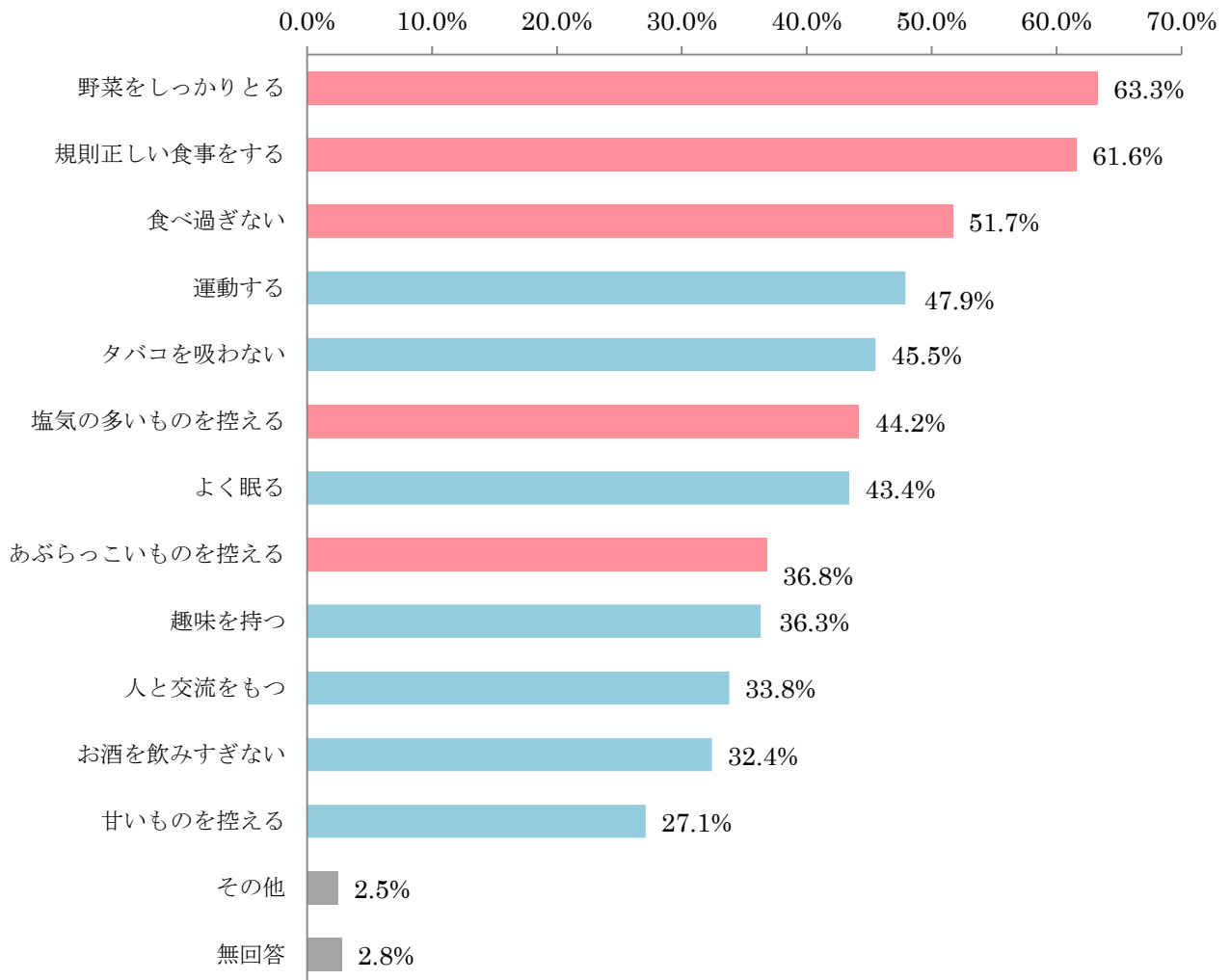


健康のために食事に関して日頃から心がけていることのうち、多い項目は、「野菜をしっかりとる」、「規則正しい食事をする」、「食べ過ぎない」で、それぞれ半数を超えています。一方、「塩気の多いものを控える」や「あぶらっこいものを控える」は、割合が半数以下です。

意識調査において、「健康によく気を配っている」「ある程度気を配っている」と回答した人のうち、健康のために日頃から心がけていることで食事に関して多かった割合は、「野菜をしっかりとる」、「規則正しい食事」、「食べ過ぎない」でそれぞれ半数を超えています。

一方、「塩気の多いものを控える」や「あぶらっこいものを控える」等は、半数以下となっています。

図 26：H28年度 健康のために日頃から心がけていること（複数回答）（n=1430）



健康に関する情報の入手先は、男性は50歳代、女性は40歳代まではインターネット・携帯電話が最も高いです。また、男性は60歳代以上、女性は50歳代以上でテレビ、ラジオが最も高いです。

市の広報誌やホームページから健康情報を入手している割合は、女性が高く、30歳代以上は約2～3割でした。また女性は友人・知人から入手している割合も高いです。

健康に関する情報の入手先は、男性は50歳代、女性は40歳代までは、インターネット・携帯電話が最も割合が高く、男性は60歳代以上、女性は50歳代以上になるとテレビ、ラジオが最も高くなっています。

図27：H28年度 年齢別 健康に関する情報をどこから得ているか（複数回答）
（男性 n=792 女性 n=896）

	第1位		第2位		第3位		第4位		第5位	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
20歳代	インターネット・携帯電話 (61.3%)	インターネット・携帯電話 (71.4%)	テレビ・ラジオ (29.0%)	テレビ・ラジオ (46.9%)	特になし (19.4%)	家族 (26.5%)	学校・職場 (16.1%)	友人・知人 (22.4%)	(4位) 友人・知人 (16.1%)	学校・職場 (16.3%)
30歳代	インターネット・携帯電話 (57.5%)	インターネット・携帯電話 (64.0%)	テレビ・ラジオ (41.1%)	テレビ・ラジオ (47.7%)	学校・職場 (28.8%)	広報いせはら・市のホームページ (20.9%)	家族 (19.2%)	健康に関する雑誌や本 (18.6%)	(4位) 友人・知人 (19.2%)	友人・知人 (12.8%)、 家族 (12.8%)
40歳代	インターネット・携帯電話 (51.9%)	インターネット・携帯電話 (51.1%)	テレビ・ラジオ (37.5%)	テレビ・ラジオ (47.4%)	学校・職場 (26.9%)	広報いせはら・市のホームページ (31.4%)	新聞 (16.3%)	友人・知人 (26.3%)	家族(14.4%)、 健康に関する雑誌や本 (14.4%)	家族 (19.0%)、 新聞 (19.0%)
50歳代	インターネット・携帯電話 (50.3%)	テレビ・ラジオ (68.0%)	テレビ・ラジオ (47.7%)	新聞 (31.3%)	学校・職場 (33.6%)	インターネット・携帯電話 (29.3%)	病院・診療所 (21.5%)	広報いせはら・市のホームページ (28.6%)	新聞 (19.5%)	友人・知人 (25.2%)
60歳代	テレビ・ラジオ (55.9%)	テレビ・ラジオ (69.5%)	新聞 (34.3%)	新聞 (48.8%)	病院・診療所 (32.8%)	広報いせはら・市のホームページ (32.5%)	インターネット・携帯電話 (21.6%)	友人・知人 (28.5%)	広報いせはら・市のホームページ (19.6%)	健康に関する雑誌や本 (22.0%)
70歳代	テレビ・ラジオ (52.4%)	テレビ・ラジオ (64.1%)	新聞 (37.7%)	新聞 (44.6%)	病院・診療所 (34.2%)	広報いせはら・市のホームページ (32.0%)	広報いせはら・市のホームページ (26.0%)	友人・知人 (30.3%)	家族 (21.6%)	健康に関する雑誌や本 (25.5%)

2 食に関連する健康状況

伊勢原市民の死因や医療費の内訳、血圧の状況は次のようになっています。

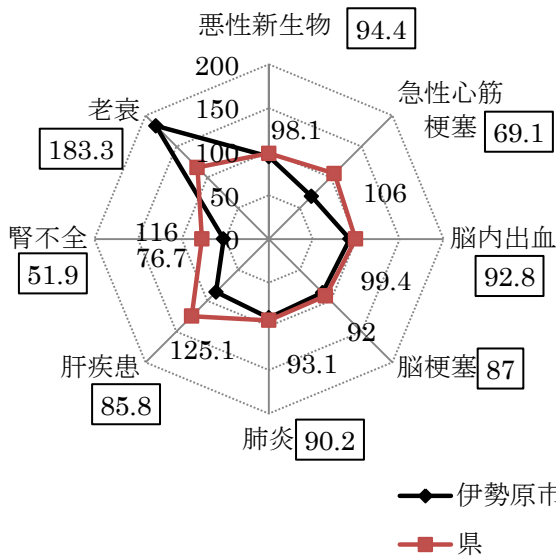
伊勢原市における主要死因別標準化死亡比を国や県と比較すると、**男性は老衰、女性は脳内出血が高くなっています。**

平成20～24年伊勢原市における主要死因別標準化死亡比(※)を国と比較すると、男性は老衰、女性は脳内出血が高くなっています。いずれも県と比較しても高くなっています。

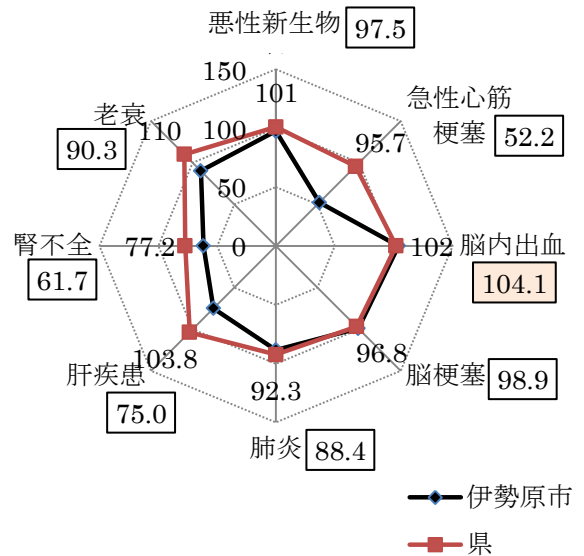
(※) 標準化死亡比とは、人口構成の違いを除去して死亡率を比較するための指標のことで。

図28：(H20年～H24年) 主要死因別標準化死亡比
全国を100とした、神奈川県と伊勢原市の比較

男性



女性



(「人口動態保健所・市町村別統計」より)



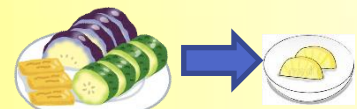
高血圧予防は食事から～おいしく減塩～

脳出血の原因の1つは「高血圧」です。脳の血管に負担がかかり続けるため、血管がやぶれてしまいます。脳出血の予防のためには、血圧を管理することが重要です。

高血圧予防のためには、塩分を取り過ぎない工夫を心がけましょう

「今すぐできる減塩の技」

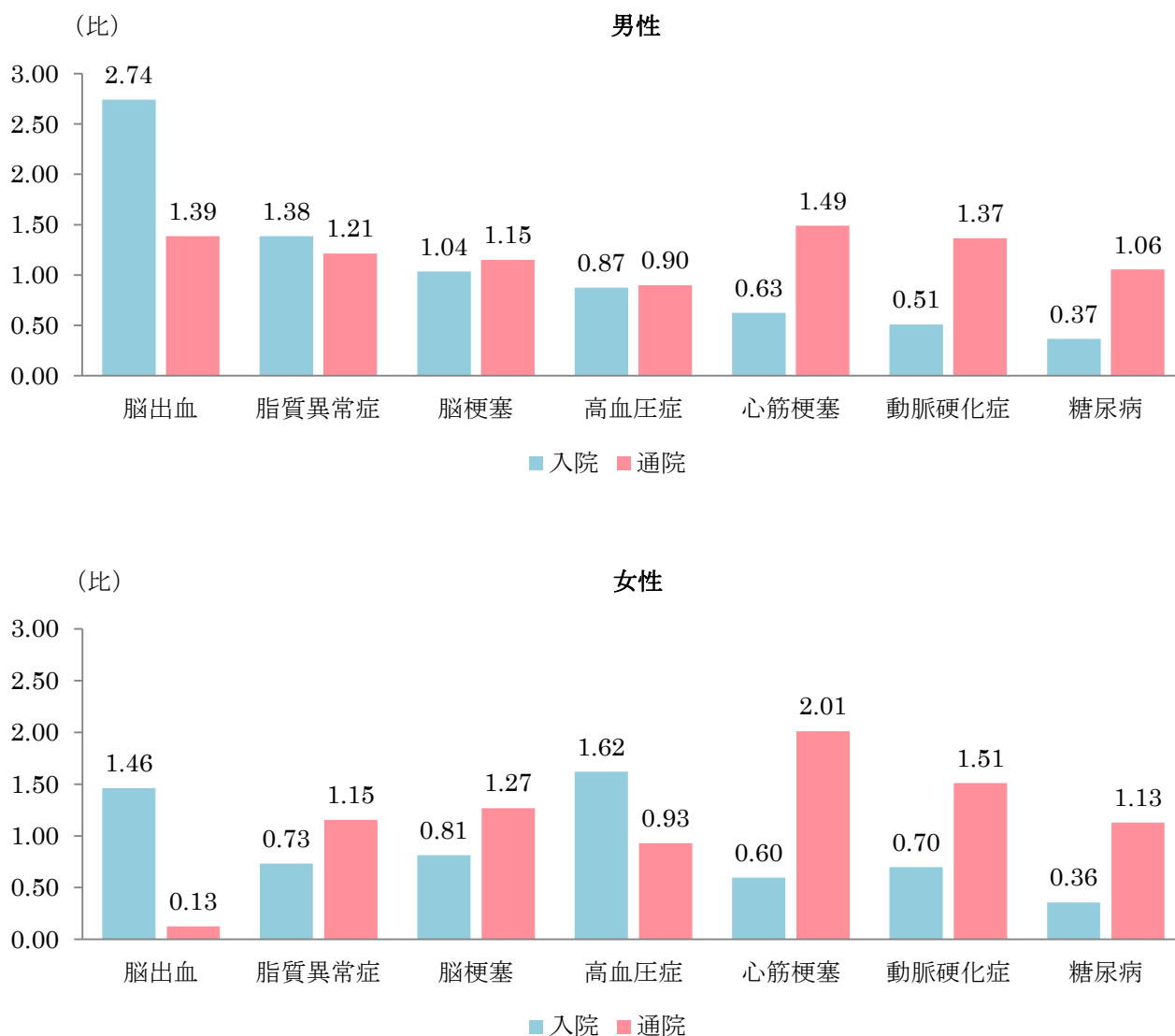
- 麺類の汁は残す
- 漬けものは少なめにする
- 味の確認をしてから、醤油やソースなどをかける
- 酢や七味唐辛子などの酸味や香味などを上手に使う



国民健康保険における生活習慣病の医療費の内訳を、県平均と比較すると、入院については男性の脳内出血が最も高く、女性は高血圧と脳内出血が高いです。

平成27年度 KDB システムによる疾病別医療費分析によると、伊勢原市の国保の医療費と年齢調整後の神奈川県内の国保を比較すると、入院について男女共に脳内出血が高く、男性は約2.7倍、女性は約1.5倍です。また女性は高血圧の割合も高くなっています。

図29：H27年度 標準化医療費（入院・通院）を県内国保（間接年齢調整）と比較
※神奈川県を1.00とした場合の伊勢原市の数値



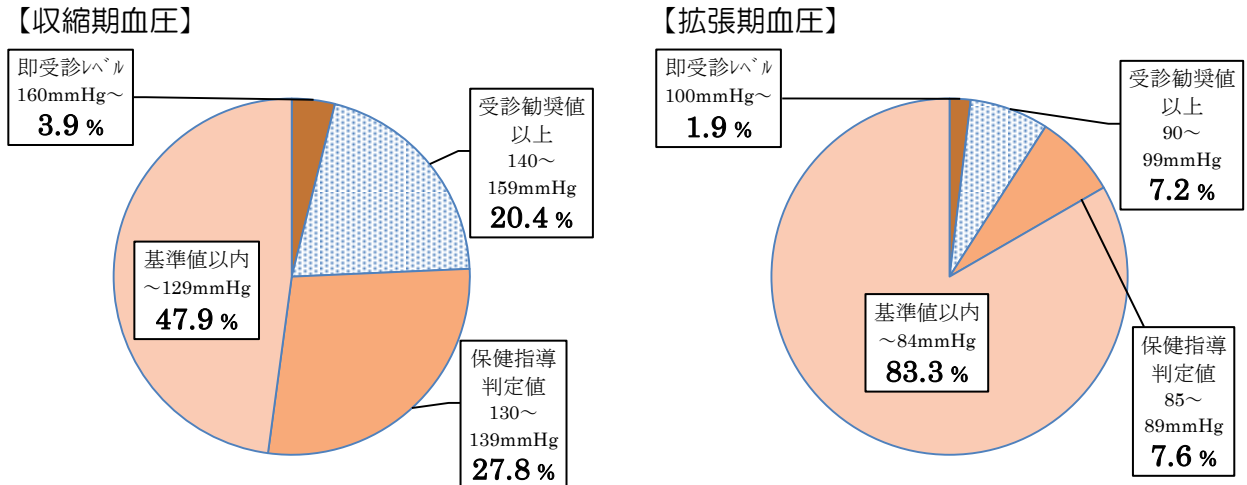
※標準化医療費とは、県平均と比較する上で、人口の構成比を仮定上同一としたものです

(伊勢原市国民健康保険データベース(KDB)の CSV ファイル(疾病別医療費分析(生活習慣病)より計算。Ver.0.8(2016.2.29)
平成26年度厚生労働科学研究費補助金(循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業)健診・医療・介護等データベースの活用による地区診断と保健事業の立案を含む生活習慣病対策事業を担う地域保健人材の育成に関する研究(H25-循環器等(生習)-一般-014)(研究代表:横山徹彌))

特定健康診査結果の血圧に関する検査結果から、収縮期血圧では半数以上の方が基準値を超えています。

平成27年度国民健康保険における特定健康診査結果によると、血圧に関する検査結果から、特定保健指導や受診勧奨となった人が、収縮期血圧では半数以上でした。

図30：H27年度 特定健康診査における血圧有所見の割合（n=6309）

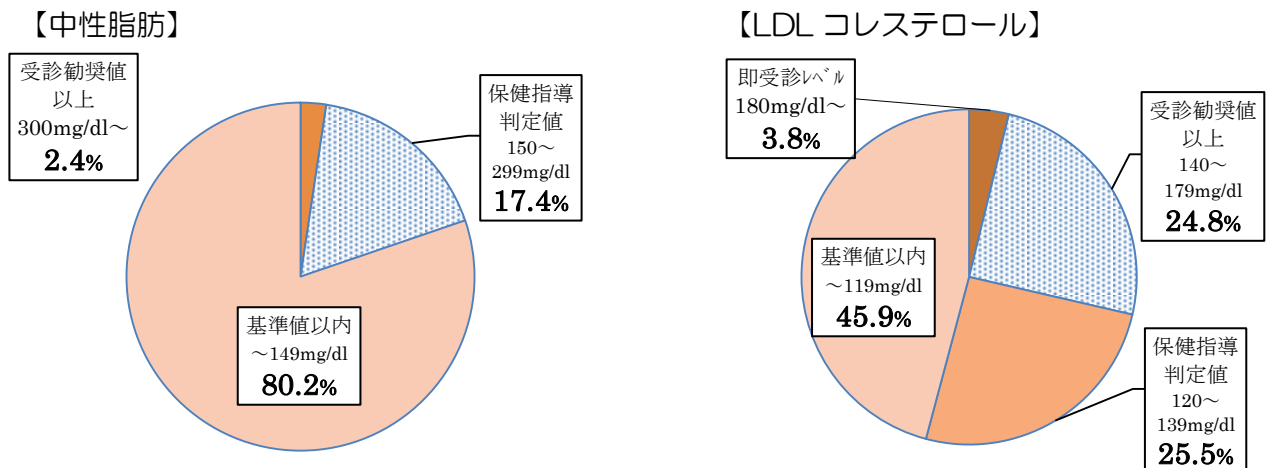


（「伊勢原市国民健康保険データベース(KDB システム)」より）

特定健康診査結果におけるLDL コレステロールでは、半数以上の方が基準値を超えています。

平成27年度国民健康保険における特定健康診査結果によると、脂質で特定保健指導や受診勧奨となった人が、中性脂肪では約2割、LDL コレステロールでは半数以上でした。

図31：H27年度 特定健康診査における脂質所見の割合（n=6309）



（「伊勢原市国民健康保険データベース(KDB システム)」より）

3 第2次伊勢原市食育推進計画の評価について

前プランの第2次伊勢原市食育推進計画では、5つの食育目標と10のめざす姿に基づき食育の推進を図ってきました。食育目標ごとの事業評価や成果指標の達成状況を比較・評価し、第3次計画の推進に役立てます。

【前プラン「第2次伊勢原市食育推進計画」の概要】

＜計画期間＞ 平成25年度～平成29年度

＜基本理念＞ 「食で育むいのちときずな」

＜食育目標とめざす姿＞

- ◆食育目標1 「食を通してからだに関心を持とう」
めざす姿
 - ・朝食をきちんと食べます。（健やかなリズムは朝食から）
 - ・自分に必要な食事量を知り、3食バランスよく食べます。
 - ・適正な体重の維持に努め、生活習慣病を予防します。

- ◆食育目標2 「共食を通して食育を充実させよう」
めざす姿
 - ・家族の団らんや人との交流を大切に、3食の食事を楽しみます。

- ◆食育目標3 「食について自分の役割を果たそう」
めざす姿
 - ・自分や家族、仲間のために、食事づくりをします。
 - ・栽培・収穫・調理を通して、食に対する関心や理解を深めます。

- ◆食育目標4 「食を通して文化を伝承しよう」
めざす姿
 - ・日本の食文化「主食・主菜・副菜」をそろえて食べます。
 - ・伊勢原の食文化を伝えていきます。

- ◆食育目標5 「食を通して食材に興味を持とう」
めざす姿
 - ・農業体験（教育ファーム）に積極的に参加します。
 - ・食品の安全について知識と理解を深めます。

【第2次伊勢原市食育推進計画における事業評価と成果指標の比較】

＜食育事業の評価について＞

第2次計画の5つの食育目標に基づく、食育の取組及び事業について、平成25年度分より各担当課等での評価を行い、食育推進連絡会議において、進捗状況を確認しています。

なお、第2次計画における各食育目標に関する取組事業数は次のとおりです。（重複あり）

目標名	食育目標1 食を通してからだ に関心を持とう	食育目標2 共食を通して食育 を充実させよう	食育目標3 食について自分の 役割を果たそう	食育目標4 食を通して文化を 伝承しよう	食育目標5 食を通して食材 に興味を持とう
事業数	37事業	28事業	37事業	31事業	35事業

＜成果指標の調査概要について＞

「伊勢原市民の健康づくりに関する意識調査（以下、「市民健康意識調査」）」や「中学2年生骨量測定アンケート調査」の、平成23年度と平成28年度の結果等を比較しました。

- ・H23： 平成23年度 伊勢原市「市民健康意識調査」より（n=1559）
平成23年度 伊勢原市中学2年生骨量測定アンケート調査結果より（n=810）
- ・H28： 平成28年度 伊勢原市「市民健康意識調査」より（n=1726）
平成28年度 伊勢原市中学2年生骨量測定アンケート調査結果より（n=803）

◆ 食育目標1. 食を通してからだに関心を持とう

めざす姿

- ・朝食をきちんと食べます。（健やかなリズムは朝食から）
- ・自分に必要な食事量を知り、3食バランスよく食べます。
- ・適正な体重の維持に努め、生活習慣病を予防します。

食育目標1の事業評価（事業数 37事業）	H25	H28
計画どおり進捗した事業の割合	89.0%	92.0%

食育目標1の成果指標	H23	H28
朝食を毎日、食べる人の割合（成人） （伊勢原市「市民健康意識調査」）	84.6%	82.7%
朝食を毎日、食べる人の割合（中学生） （伊勢原市中学2年生骨量測定アンケート）	83.8%	89.0%

食育目標1の評価

- ・計画どおり進捗した事業の割合は増加しました。
- ・朝食を毎日食べる成人の割合が減少し、特に30～40歳代の男性が減少しています。
- ・中学生の朝食を毎日食べる人の割合は、改善の傾向がみられます。

◆ 食育目標2. 共食を通して食育を充実させよう

めざす姿 ・家族の団らんや人との交流を大切に、3食の食事を楽します。

食育目標2の事業評価（事業数 28事業）	H25	H28
計画どおり進捗した事業の割合	82.0%	90.0%

食育目標2の成果指標	H23	H28
1日に1回も共食をしていない人の割合（成人） （伊勢原市「市民健康意識調査」）	15.0%	16.2%
朝食を一人で食べる人（中学生）の割合 （伊勢原市中学2年生骨量測定アンケート）	49.0%	53.3%

食育目標2の評価

- ・計画どおり進捗した事業の割合は増加しました。
- ・1日に1回も共食していない成人の割合は、増加しています。
- ・朝食を一人で食べる中学生の割合が、増加しています。

◆ 食育目標3. 食について自分の役割を果たそう

めざす姿 ・自分や家族、仲間のために、食事づくりをします。
・栽培・収穫・調理を通して、食に対する関心や理解を深めます。

食育目標3の事業評価（事業数 37事業）	H25	H28
計画どおり進捗した事業の割合	84.0%	92.0%

食育目標3の成果指標	H23	H28
食事を毎日つくる又は手伝う人の割合（成人） （伊勢原市「市民健康意識調査」）	49.0%	51.0%
自分だけで食事を作ることができる人の割合（中学生） （伊勢原市中学2年生骨量測定アンケート）	69.8%	65.6%

食育目標3の評価

- ・計画どおり進捗した事業の割合は増加しました。
- ・成人において、食事を毎日つくる又は手伝う人の割合は増加しています。
- ・中学生においては、自分だけで食事を作ることができる人の割合は減少しています。

◆ 食育目標4. 食を通して文化を傳承しよう

- めざす姿
- ・日本の食文化「主食・主菜・副菜」をそろえて食べます。
 - ・伊勢原の食文化を伝えていきます。

食育目標4の事業評価（事業数 31事業）	H25	H28
計画どおり進捗した事業の割合	97.0%	97.0%

食育目標4の成果指標	H23	H28
「主食・主菜・副菜」をそろえて1日2食以上食べる人の割合（成人） （伊勢原市「市民健康意識調査」）	69.6%	63.5%

食育目標4の評価

- ・計画どおり進捗した事業の割合は同率でした。
- ・主食・主菜・副菜をそろえて1日2食以上食べる人の割合が、減少しています。
- ・特に20歳代の人でそろわない人が増加しています。

◆ 食育目標5. 食を通して食材に興味を持とう

- めざす姿
- ・農業体験(教育ファーム)に積極的に参加します。
 - ・食品の安全について知識と理解を深めます。

食育目標5の事業評価（事業数 35事業）	H25	H28
計画どおり進捗した事業の割合	91.0%	97.0%

食育目標5の成果指標	H23	H28
農業体験事業（教育ファーム）参加者数	31組	21組

食育目標5の評価

- ・計画どおり進捗した事業の割合は増加しました。
- ・農業体験事業参加者数が減少しました。しかし、年度によって参加者数に増減があります。

4 伊勢原市の食をめぐる現状と課題

(1) 意識調査等からみた食をめぐる課題

● 生活習慣病予防をめざした壮年期男性の食育

40～50歳代を中心とした壮年期男性において、肥満の増加や朝食欠食等がみられ、肥満の方はよく噛む意識がない人が多くみられました。十分に咀嚼するなど食べ方も含めた肥満の予防・改善や生活習慣病予防対策と連動した取組が必要です。

● 若い世代へのさらなる食育の強化

20歳代を中心とした若い世代において、女性のやせの増加や朝食摂取頻度の低下、食事バランス悪化等の課題がみられ、食品の安全性に関する知識もない人が多い状況でした。次世代を担っていくという観点からも、20歳代になる前からの若い世代への取組の強化が必要です。

● 子どもの頃からの食の自立をめざした食育

朝食を共食している中学生や自分で食事を作ることができる中学生が減少し、食事づくりや手伝いを全くないという女性も、20歳代で多くみられました。一方、食物の栽培・収穫体験が20歳代に最も多いなど、体験型の食育が普及してきています。

市の農業・畜産・食文化等を生かし、食育に携わる多くの関係者が連携・協働し、調理技術の伝達等も含めた豊かな食育の体験の場を提供していく必要があります。

● 地域ぐるみの高齢者の食育

高齢期における咀嚼機能の低下や低栄養傾向者の問題、独居者の孤食の増加などがみられ、歯科保健との連携等個々の高齢者の特性に合わせた食育をすすめるとともに、低栄養の予防・改善や共食の機会の提供など、地域ぐるみの取組が必要です。

● 健康寿命の延伸をめざした食育

特定健康診査において、血圧で特定保健指導判定値以上の有所見者が半数以上おり、脳内出血や心筋梗塞などの問題も見られています。これらの要因としては、高血圧や脂質異常症・糖尿病等の生活習慣病があげられます。一方、日頃から食事に関して心がけていることは、野菜をしっかりとることや規則正しい食事等と比較すると、塩分や脂肪を減らす意識が少ない状況でした。減塩や適正体重の維持をすすめるなど健康寿命の延伸をめざした、取組の推進が必要です。

(2) 第2次伊勢原市食育推進計画の評価における課題

● 全てのライフステージに応じた食育の推進

若い世代や壮年期男性等、なかなか事業に参加しにくい世代など、多様化する生活環境や年代に合わせた食育の展開が必要です。

● 食育に関わる様々な場面をとらえた食育の推進

食育の事業や取組は目標どおり実施され、それぞれの評価は高いが全体の結果につながらない状況から、様々な食に関わる機会を活用し、食育を展開していくことが必要です。

● 食育に関わる団体の支援やネットワークづくり、環境整備の推進

多様な対象者に様々な機会を活用し、市全体で食育を展開していくためには、食育に関わっている様々な主体が情報交換や協力をし、互いに連携することが必要です。

第4章 伊勢原市がめざす食育の方向と考え方

1 基本理念

伊勢原市の地域特性や食をめぐる現状を踏まえ、第2次伊勢原市食育推進計画の基本理念を引き継ぎ、第3次の計画においても食育の基本理念を次のとおりとします。

「食で育むいのちときずな」

～健康寿命の延伸につながる食育をめざそう～

「健やかに生き生きと暮らせるまちづくり」をめざしていくには、望ましい食生活を送ることが大切であり、健康寿命の延伸をめざし、あらゆる年代に応じた食育の取組が必要になってきます。伊勢原市の恵まれた環境や今までの食育の取組も生かしながら、さらなる課題に対応した食育を推進していく必要があります。

食で、人の心身の健康である「いのち」を育み、それを実現するための家族や地域・環境づくりの基礎となる「きずな」を育てていきます。「食でいのちときずなを育む」伊勢原市をめざし取り組んでいきます。

2 食育目標と基本施策

食育の基本理念に基づき具体的に食育を推進していくため、第3次計画への改定にあたり、新たに5つの食育目標とそれぞれの基本施策を設定しました。そして、より効果的に課題に対応していくために、意識調査結果や前計画の評価等による食育の課題をふまえて、食育目標のうち、2つの重点目標を設定し、取り組んでいきます。

重点目標

● 重点 食育目標1 食を通じて適正体重を維持しよう

食育目標2 若い世代も食への意識を高めよう

食育目標3 食の自立をめざし、様々な食の体験をしよう

食育目標4 共食を通して食事を楽しもう

● 重点 食育目標5 食育で生活習慣病の予防をめざそう

重点目標

食育目標1 食を通じて適正体重を維持しよう

若い女性のやせや壮年期男性の肥満、高齢者の低栄養傾向などについて、適正体重の維持につながるような食育をめざします。また、肥満予防のため食べ方や咀嚼など歯科保健と連携した食育をすすめていきます。

食をめぐる現状

- (1) 20歳代女性のやせの増加
- (2) 30～60歳代男性の肥満の増加
- (3) 高齢者の低栄養傾向と咀嚼機能の低下

基本施策

- (1) 思春期から青年期世代の適正体重の維持に向けた食育の推進
- (2) 壮年期世代の適正体重の維持と生活習慣病の発症・重症化の予防のための食育の推進
- (3) 高齢者の低栄養予防に向けた食育の推進

食育目標2 若い世代も食への意識を高めよう

若い世代の朝食欠食や食事のアンバランス、食品の安全性に関する知識の低さなどについて、まずは食や食文化に関心を持てるような若い世代に合った食育の取組をめざします。

食をめぐる現状

- (4) 20歳代の朝食欠食者や栄養バランスが悪化した者の増加
- (5) 青年期頃が、食育への関心や知識が最も低い

基本施策

- (4) 思春期から青年期世代の朝食欠食や栄養バランス等の改善に向けた食育の推進
- (5) 思春期から青年期世代が食に関する関心を高め、知識を得られる食育の推進

食育目標3 食の自立をめざし、様々な食の体験をしよう

自分で食事が作れない中学生や食事づくりをしない若い世代などについて、伊勢原市の豊かな自然環境や食文化を生かした地産地消や農業体験、また調理技術の習得など体験型の食育をめざします。

食をめぐる現状

- (6) 栽培・収穫・農業体験事業が実施されているが、体験したことがない人がいる
- (7) 地場産食材が給食へ活用されており、継続した実施が必要
- (8) 自分だけで食事を作ることができない中学生の割合の増加

基本施策

- (6) 学校や地域などと連携した地産地消や体験型農業の推進
- (7) 学校給食や各食育事業における地場産物等導入の継続
- (8) 子どもの頃からの食育体験の推進

食育目標4 共食を通して食事を楽しもう

中学生の朝食の孤食(※)や独居者の孤食などについて、家庭や学校、地域コミュニティ等における、連携した共食の機会につながる食育をすすめていきます。

(※) 孤食とは、一人で食事を取ることです。核家族化やライフスタイルの多様化により、家族がそろって食事をする「団らん」の機会が減り、一人で食事をする人が増えています。

食をめぐる現状

- (9) 共食をしていない人の増加
- (10) 地域で共食をしたいと思っているが、その機会がない人がいる

基本施策

- (9) 家庭や学校、職場等を通じた共食によるコミュニケーションの推進
- (10) 地域における共食の機会の推進

重点目標

食育目標5 食育で生活習慣病の予防をめざそう

高血圧や脳内出血、心筋梗塞等の健康課題について、生活習慣病の発症・重症化の予防のための食育をすすめていきます。

食をめぐる現状

- (11) 食事に主食・主菜・副菜がそろわない人の増加
- (12) 高血圧や脂質異常症等で要指導・要医療になる人が半数以上いる

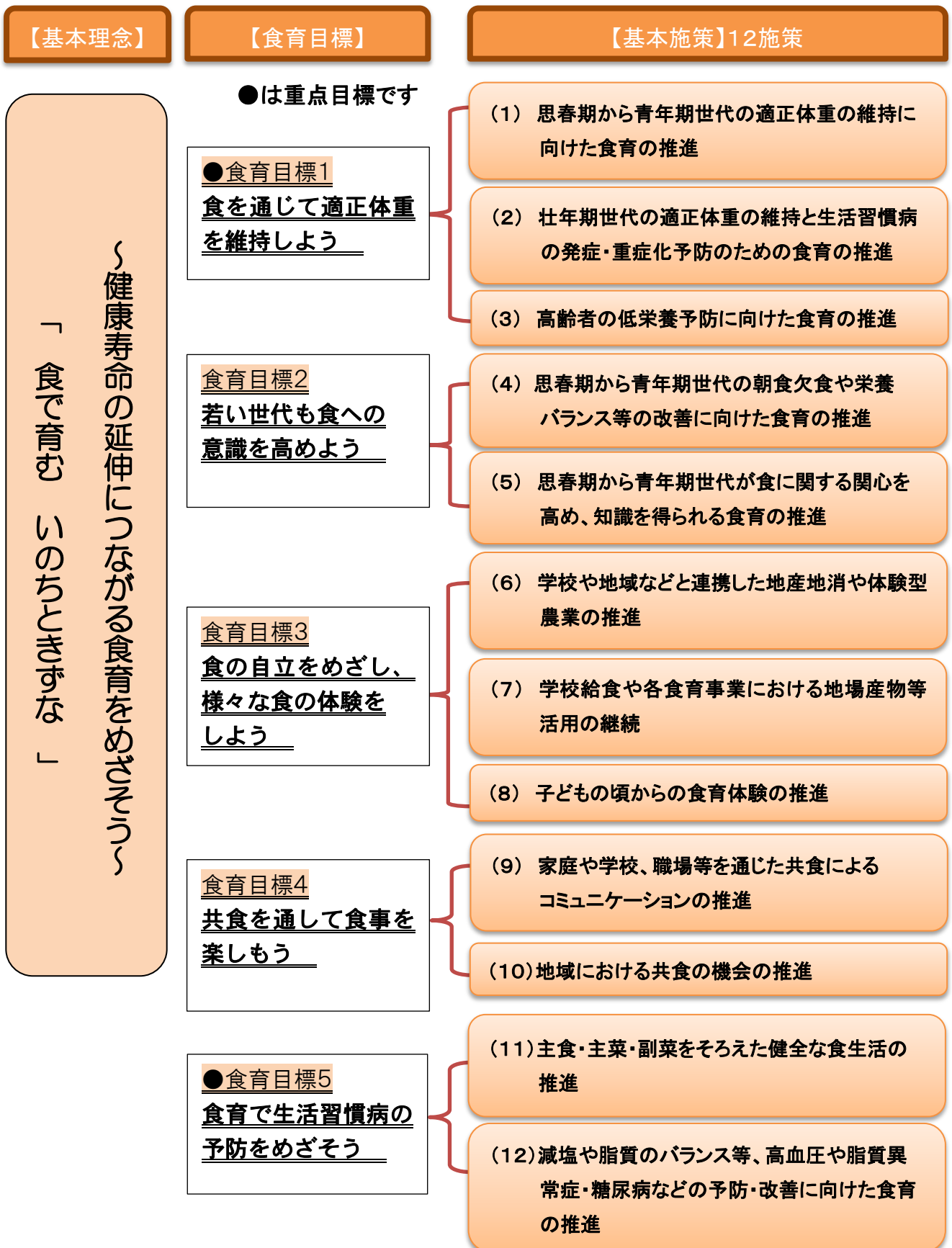
基本施策

- (11) 主食・主菜・副菜をそろえた健全な食生活の推進
- (12) 減塩や脂質のバランス等、高血圧や脂質異常症・糖尿病などの予防・改善に向けた食育の推進

3 計画の体系

伊勢原市の食育の基本理念や食育目標、これらを実現するための基本施策と評価指標を体系化すると下図のようになります。

【第3次伊勢原市食育推進計画】



【主な取組内容(一部抜粋)】

【評価指標と2022年度目標】16指標

(1) ◆高校生のための食育推進事業 ◆就業者への食育事業	(1) ①20歳代女性のやせの人の割合減少 13%以下
(2) ◆肥満予防のための歯科保健と連携した食育事業 ◆特定保健指導	(2) ②男性の肥満の人の割合減少 30~49歳 26%以下、50~69歳 20%以下 ③ゆっくりよくかんで食べる意識がある人の割合増加 50%以上
(3) ◆生き生き健康教室(短期集中予防サービス事業) ◆歯科保健と連携した栄養改善サービス (短期集中予防サービス事業等)	(3) ④高齢者の低栄養傾向の人の割合減少 17%以下
(4) ◆思春期栄養改善事業(中学生向け食育) ◆妊婦等への食育普及啓発事業(母親・父親学級等) ◆39歳以下健診	(4) ⑤20歳代の朝食欠食する人の割合減少 男女共に15%以下 ⑥朝食を毎日食べる中学生割合増加93%以上
(5) ◆大学生に向けた食育事業 ◆インターネット等による食育情報発信事業	(5) ⑦食育への関心がある20歳代の割合増加 男性70%以上 女性 80%以上
(6) ◆保育所や学校等での栽培・農業体験 ◆農業体験事業	(6) ⑧栽培・収穫・農業体験をしたことがある人の割合増加 75%以上
(7) ◆保育所や小学校給食等での地場産物使用推進 ◆伊勢原市の農畜産物を用いたメニューの紹介	(7) ⑨地場食材を市内生産者から直接納入して、給食に使用する学校数維持 10校の継続実施
(8) ◆保育活動における食育(クッキング保育等) ◆食育料理コンテスト	(8) ⑩自分だけで食事を作ることができる中学生割合増加 70%以上
(9) ◆乳幼児の食育について普及・啓発 ◆小学校給食でのランチルーム ◆小中学校等での家庭への食育普及・啓発 (給食だより、保健だより、給食試食会等)	(9) ⑪1日に1回も共食をしていない人の割合減少 15%以下 ⑫朝食を一人で食べる中学生割合減少50%以下 ⑬夕食を一人で食べる中学生割合減少8%以下
(10) ◆介護予防料理講習会 ◆高齢者向け食育出前講座	(10) ⑭地域等で共食したいと思う人が共食する割合増加 70%以上
(11) ◆乳幼児健診や相談会での食事相談 ◆学校の教育活動における食育	(11) ⑮1日に2~3食は主食・主菜・副菜がそろった食事をとっている人の割合増加 70%以上
(12) ◆生活習慣病予防教室 ◆ヘルスアップ相談会 ◆糖尿病重症化予防事業	(12) ⑯健康のために、「塩気の多いものを控える」と「あぶらっこいものを控える」を心がけている人の割合増加 共に50%以上



食育コラム

伊勢原市公式イメージキャラクター
フルリン

自分の適正体重を知ろう(青年期～高齢期世代向け)

自分の適正体重をご存知ですか？肥満もやせも病気のリスクを高めます。
まずは自分の体重を測って、適正体重かどうか計算してみましょう。

①BMI(ビーエムアイ)を計算してみよう

BMIとは体格を表す指数で、右の表のような肥満の判定基準です。

※70歳以上の方の目標とするBMIは21.5～25未満です。

BMI の基準	18.5未満	やせ
	18.5～25未満	標準
	25以上	肥満

$$\boxed{\text{体重(kg)}} \div \boxed{\text{身長(m)}} \div \boxed{\text{身長(m)}} = \boxed{\text{私のBMI}}$$

②自分の適正体重(標準体重)を計算してみよう

$$\boxed{\text{身長(m)}} \times \boxed{\text{身長(m)}} \times 22 = \boxed{\text{私の標準体重}} \text{ Kg}$$

「BMI25以上のお腹周りが気になる方へ ～肥満予防について～」

- 主菜の品数が多くなると、カロリーや脂質、塩分のとり過ぎにつながります。
主菜は1食1品程度にしましょう。
- 脂質のとり過ぎを防ぐには調理法や肉の部位にも注意が必要です。
揚げ物など油を多く使う料理は1日1品以下に控えましょう。
お肉は脂肪の少ない部位(赤身の肉や皮なし鶏肉)を選ぶようにしましょう。
- エネルギーの低い野菜などを使った副菜を中心に組み合わせると、食事量を減らさずにエネルギーを抑えることができます。
毎食、野菜をたっぷりとりましょう。(1日350gが目安量です)
- 健康なからだづくりや肥満の解消には、身体活動量を増やすことが大切です。
毎日の生活の中で運動や、こまめにからだを動かすことを心がけると良いでしょう。



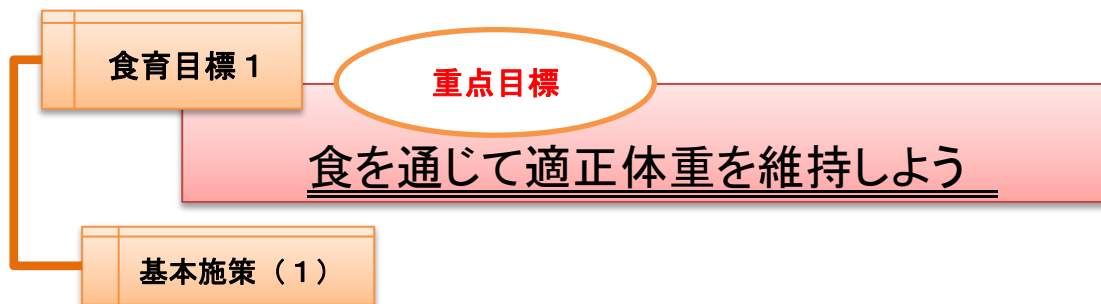
脱！メタボ

第5章 食育推進の施策展開

5つの食育目標とそれぞれの基本施策を実現していくために、そしてより効果的に課題に対応していくために、食育目標別に様々な活動に取り組んでいきます。また、各関係部署で連携し、ライフステージに応じた間断ない施策を展開します。

- ◆ ライフステージは概ね次の年齢で設定しました：1.乳幼児（0～6歳）、2.学童期（7～12歳）、3.思春期（13～19歳）、4.青年期（20～39歳）、5.壮年期（40～64歳）、6.高齢期（65歳以上）

1 施策の具体的な取組



◆ 思春期から青年期世代の適正体重の維持に向けた食育の推進

施策の展開方針

- ◆ やせや肥満予防のために、まずは自分の適正体重を知り、それを維持・改善できるような、食生活の実践に向けた食育の推進を図ります。

個別の目標像

- ◆ 20～30歳代やその前の若い世代が、自分の適正体重を意識し、それを維持できるような健康的な食生活を実践します。

目標達成のための指標

指標	現状値(2016年度)【出典】	2022年度の目標値
●20歳代(女性)のやせ (BMI18.5未満)の人の割合減少	20歳代(女性)のやせ (BMI18.5未満)の人の割合 16.3%【市民健康意識調査】	13%以下

主な取組

取組・事業名	内容	対象世代
高校生のための食育推進事業	市内高校生に、骨量測定や食育授業の実施時に、適正体重やそのための食生活について情報提供や指導等を実施	3. 思春期
就業者への食育事業	就業者に向け適正体重維持のための、食生活について情報提供や事業を実施	4. 青年期 5. 壮年期

食育目標 1

重点目標

食を通じて適正体重を維持しよう

基本施策（2）

◆ 壮年期世代の適正体重の維持と生活習慣病の発症・重症化の予防のための食育の推進

施策の展開方針

- ◆ 肥満やそれにとまなう生活習慣病の予防・改善のために、まずは自分の食生活を見直し、健康に配慮した食品や料理を選ぶ力を身につけられるような食育の推進を図ります。さらに、肥満予防のための食べ方や咀嚼など、噛ミン30運動やよくかめるメニューの普及啓発等、歯科保健と連携した食育を、食習慣の基礎をつくる幼児期から推進します。

個別の目標像

- ◆ 働き盛り世代が自分の適正体重を維持でき、生活習慣病の予防・改善のための健康的な食生活を実践します。

目標達成のための指標

指標	現状値(2016年度)【出典】	2022年度の目標値
●30～60歳代(男性)の肥満(BMI25以上)の人の割合減少	30～60歳代(男性)肥満の人の割合 30～49歳 32.6% 50～69歳 25.6% 【市民健康意識調査】	30～49歳 26%以下 50～69歳 20%以下
●ゆっくりよくかんで食べる意識がある人の割合増加	ゆっくりよくかんで食べる意識がある人(男女共)の割合 45.4% 【市民健康意識調査】	50%以上

主な取組

取組・事業名	内容	対象世代
幼児期からの歯科保健と連携した食育事業	よく噛む食習慣を身につけるため、噛ミン30運動など歯科保健と連携し、各種事業等で普及を図る	1. 乳幼児期 2. 学童期 3. 思春期
肥満予防のための歯科保健と連携した食育事業	噛ミン30運動や8020運動などを歯科保健と連携し、各種事業やイベント等で普及を図る	4. 青年期 5. 壮年期
市職員への食育情報発信	庁内ネットワークシステムによる食育の情報発信を図る	4. 青年期 5. 壮年期
特定保健指導	40歳～74歳で伊勢原市国民健康保険加入の人を対象に特定健診を実施後、指導該当者へ管理栄養士による特定保健指導を実施	5. 壮年期 6. 高齢期

食育目標 1

重点目標

食を通じて適正体重を維持しよう

基本施策（3）

◆ 高齢者の低栄養予防に向けた食育の推進

施策の展開方針

- ◆ 簡単に作れる料理の習得や共食などによる交流の機会等、高齢者の低栄養予防につながる食育の推進を図ります。

個別の目標像

- ◆ 高齢者が自分の適正体重を維持でき、毎日の生活を維持し楽しむための、介護予防に向けた食生活が実践します。

目標達成のための指標

指標	現状値(2016年度)【出典】	2022年度の目標値
●高齢者の低栄養傾向(BMI20以下)の人の割合減少	65～79歳の高齢者(男女共)の低栄養傾向(BMI20以下)の人の割合 19.9% 【市民健康意識調査】	17%以下

主な取組

取組・事業名	内容	対象世代
生き生き健康教室 (短期集中予防サービス事業)	低栄養等に該当する高齢者の生活機能改善のための、栄養や運動・口腔機能向上についての教室を実施	6. 高齢期
訪問栄養食事相談 (短期集中予防サービス事業等)	低栄養等に該当する高齢者の栄養改善を目的に、管理栄養士が訪問し、栄養食事相談を実施	6. 高齢期
歯科保健と連携した栄養改善サービス (短期集中予防サービス事業等)	低栄養等に該当する高齢者の栄養改善を目的に、歯科保健と連携しながら口腔機能の向上についての普及啓発を図る	6. 高齢期
まごころ配食サービス事業	家庭での食の確保が困難な低栄養状態等の高齢者に対して夕食などの宅配事業を実施	6. 高齢期

食育目標 2

若い世代も食への意識を高めよう

基本施策（4）

◆ 思春期から青年期世代の朝食欠食や栄養バランス等の改善に向けた食育の推進

施策の展開方針

- ◆ 若い世代が簡単に準備できる朝食の工夫や、栄養バランスのとれた食事の取り方など、朝食欠食や栄養バランスの改善につながる食育の推進を図ります。

個別の目標像

- ◆ 20～30歳代やその前の若い世代が、朝食を毎日食べ、3食栄養バランスのとれた食生活を実践します。

目標達成のための指標

指標	現状値(2016年度)【出典】	2022年度の目標値
●若い世代の朝食欠食する人の割合減少	若い世代(20歳代)の朝食欠食する人の割合 男性 19.4% 女性 18.4% 【市民健康意識調査】	男女共に15%以下
●朝食を毎日食べる中学生の割合増加	朝食を毎日食べる中学生の割合 89.0% 【中学2年生骨量測定アンケート調査】	93%以上

主な取組

取組・事業名	内容	対象世代
思春期栄養改善事業	中学生に対し、望ましい食習慣を身に付けるよう、骨量測定と栄養教育を実施	3. 思春期
妊婦等への食育普及啓発事業	母子手帳交付時や母親・父親学級等において、望ましい食生活についての情報提供や指導等を実施	4. 青年期
39歳以下健診	39歳以下の方を対象とした健康診査時に、望ましい食生活の普及啓発や食事相談等を実施	4. 青年期

食育目標 2

若い世代も食への意識を高めよう

基本施策（5）

◆ 思春期から青年期世代が食に関する関心を高め、知識を得られる食育の推進

施策の展開方針

- ◆ 次世代を担う若い世代が、まず食や食文化に関心を持てるような食育の推進を図ります。

個別の目標像

- ◆ 20～30歳代やその前の若い世代が、食に関する関心を持ち理解します。

目標達成のための指標

指標	現状値(2016年度)【出典】	2022年度の目標値
● 食育への関心がある若い世代の割合増加	食育への関心がある若い世代(20歳代)の割合 男性 64.6% 女性 73.5% 【市民健康意識調査】	男性 70%以上 女性 80%以上

主な取組

取組・事業名	内容	対象世代
総合的な学習時間等での食育の取組	学級担任や地域等と連携して、望ましい栄養や食事のとり方、食文化等を学んだり、体験して、自分の食生活全般を振り返り、よりよい生活習慣や食習慣を考える機会を持つ取組の実施	2. 学童期 3. 思春期
各教科等での食に関する指導	各教科(社会、理科、生活、家庭、技術・家庭、体育、保健体育等)で、それぞれの学校や生徒の実態に合わせて創意工夫に努め、食に関する指導の学習を展開を図る	3. 思春期
大学生への食育事業	大学生に向けた食育の普及啓発や食育講座の実施	4. 青年期
保育所等の保護者への食育普及・啓発	保育所や認定子ども園等の保護者への食育の普及・啓発を目的に、子どもの食事の様子や食育の取り組みを伝える。食育だより、給食試食会、食育・食事相談等を実施	1. 乳幼児期 4. 青年期 5. 壮年期
インターネット等による食育情報発信	インターネットや SNS などによる食育情報の発信を図る	全世代

食育目標 3

食の自立をめざし、様々な食の体験をしよう

基本施策（6）

◆ 学校や地域などと連携した地産地消や体験型農業の推進

施策の展開方針

- ◆ 地元の旬の食材の活用や、栽培・農業体験等、地産地消や農業体験を通じた食育の推進を図ります。

個別の目標像

- ◆ 市民が身近に農業を体験でき、地産地消を実践します。

目標達成のための指標

指標	現状値(2016年度)【出典】	2022年度の目標値
●栽培・収穫・農業体験をしたことがある人の割合増加	栽培・収穫・農業体験をしたことがある人(男女共)の割合 68.3% 【市民健康意識調査】	75%以上

主な取組

取組・事業名	内容	対象世代
保育所や学校等での栽培・農業体験	保育所や幼稚園等における園内菜園。また、学校の教科の中での野菜などの栽培体験や、総合的な学習時間における地域と連携した栽培・農業体験を実施	1. 乳幼児期 2. 学童期 3. 思春期
農業に関するイベント	畜産まつり等で地産地消や農業への理解と関心をすすめる	全世代
農業体験事業	みかんの木オーナー制度や米作り、野菜づくり等の農業体験を実施	全世代
市民農園	野菜の栽培を通じ農業に対する理解を深めるため、休農地等を利用した市民農園の活用をすすめる	全世代

食育目標 3

食の自立をめざし、様々な食の体験をしよう

基本施策（7）

◆ 学校給食や各食育事業における地場産物等活用の継続

施策の展開方針

- ◆ 給食や市の食育事業等を通じて、地元の旬の食材を理解し、地産地消による食育の推進を図ります。

個別の目標像

- ◆ 子どもの頃から給食などを通して地場産物を理解し、地産地消を実践します。

目標達成のための指標

指標	現状値(2016年度)【出典】	2022年度の目標値
●地場食材を市内生産者から直接納入して、給食に使用する学校数維持	地場食材を市内生産者から直接納入して、給食に使用する学校数 10校(市内全校) 【学校給食地場野菜使用推進事業実施校数実績】	10校の継続実施

主な取組

取組・事業名	内容	対象世代
保育所や小学校給食等での地場産物使用推進	食べ物の感謝の気持ちを育て、農業への理解を深めるために、保育所給食や学校給食における地場野菜等地場産物の使用推進を図る	1. 乳幼児期 2. 学童期
いせはら食育セミナー	地場産の食材を使った料理教室。ヘルスマイトや栄養士、地元の生産者の調理実習および試食等を実施	4. 青年期 5. 壮年期 6. 高齢期
伊勢原市の農畜産物を用いたメニューの紹介	食育に関する取組や伊勢原の農畜産物を用いたメニューの紹介等により、食育の重要性に対する認識を醸成し、健康づくりへアプローチを図る	全世代
「簡単！地場産料理レシピ集」の普及	市の各課栄養士で作成した地場産食材レシピ集の普及を図る	全世代

食育目標 3

食の自立をめざし、様々な食の体験をしよう

基本施策（8）

◆ 子どもの頃からの食育体験の推進

施策の展開方針

- ◆ 家庭・学校・地域等で連携し、様々な場面での調理体験や食に関する学習の機会を増やし、食の自立にむけた食育の推進を図ります。

個別の目標像

- ◆ 乳児期の離乳食による食体験からスタートし、お手伝いや調理体験、食に関する学習活動等成長に合わせた食文化や食育の体験をします。

目標達成のための指標

指標	現状値(2016年度)【出典】	2022年度の目標値
●自分だけで食事を作ることができる中学生の割合増加	自分だけで食事を作ることができる中学生(中学2年生)の割合 65.6% 【中学2年生骨量測定アンケート調査】	70%以上

主な取組

取組・事業名	内容	対象世代
保育活動を通じた食育	クッキング保育など、調理やお手伝い体験を通じた食育の実施	1. 乳幼児期
学校の教育活動における食育	各教科や総合的な学習時間等における、調理実習や食品工場の見学、職業体験等体験型の食育	2. 学童期 3. 思春期
食育料理コンテスト	小中高校生対象の食育料理コンテスト。小学生と高校生は朝食、中学生は昼のお弁当をテーマで行い、実技審査も実施	2. 学童期 3. 思春期
公民館における食育事業	幼児家庭教育学級や夏休み親子料理教室等、各ライフステージに応じた料理講習会などを実施	全世代

食育目標 4

共食を通して食事を楽しもう

基本施策（9）

◆ 家庭や学校、職場等を通じた共食によるコミュニケーションの推進

施策の展開方針

- ◆ 家庭での楽しい食卓や所属のコミュニティ等での共食を通じた食育の推進を図ります。

個別の目標像

- ◆ 家庭や学校、職場や地域等で家族や友人、知人等と一緒に食事をする機会（共食）等を通じて、食事の楽しさを実感します。

目標達成のための指標

指標	現状値(2016年度)【出典】	2022年度の目標値
●1日に1回も共食をしていない人の割合減	1日に1回も共食をしていない人(男女共)の割合 16.2% 【市民健康意識調査】	15%以下
●朝食を一人で食べる中学生の割合減少	朝食を一人で食べる中学生の割合 53.3%【中学2年生骨量測定アンケート調査】	50%以下
●夕食を一人で食べる中学生の割合減少	夕食を一人で食べる中学生の割合 10.7%【中学2年生骨量測定アンケート調査】	8%以下

主な取組

取組・事業名	内容	対象世代
乳幼児の食育について普及・啓発	子育て支援センターや各公民館主催乳幼児教室での共食についての普及啓発や、健診会場や各公民館でのポスター・レシंप等の掲示	1. 乳幼児期 4. 青年期 5. 壮年期
保育所給食を活用した食育	給食時間に友達や先生と一緒に食事をする共食を通じて、食事の楽しさやマナーなどを身に付ける	1. 乳幼児期
給食時間の充実	「ランチルーム」という特別教室で給食を食べ、異学年の児童や担任以外の職員と一緒に食事することにより、楽しく会食することや、食事のマナーを身に付ける	2. 学童期
小中学校等での家庭への食育普及・啓発	小学校での給食だよりや小中学校での保健だより等での共食の重要性について、家庭に向けた食育の普及啓発を図る	1. 乳幼児期 2. 学童期 4. 青年期 5. 壮年期

食育目標 4

共食を通して食事を楽しもう

基本施策 (10)

◆ 地域における共食の機会の推進

施策の展開方針

- ◆ 介護予防事業等と連携し、地域やコミュニティなどでの共食を通じた食育の推進を図ります。

個別の目標像

- ◆ 共食をしたくても一人暮らしなどで共食の機会が持ちにくい方が、地域等で誰かと一緒に食事をする機会(共食)等を通じて、食事の楽しさを実感し、役割を持ちます。

目標達成のための指標

指標	現状値(2016年度)【出典】	2022年度の目標値
● 地域等で共食したいと思う人が共食する割合増加	地域等で共食したいと思う人が過去1年間に共食した割合 62.8% 【市民健康意識調査】	70%以上

主な取組

取組・事業名	内容	対象世代
ヘルスマイト養成講座	各地域で料理講習会などを実施し、食を通じた健康づくりのためのボランティア養成講座	4. 青年期 5. 壮年期 6. 高齢期
ヘルスマイト新任者研修	ヘルスマイト養成講座修了後1～2年目の方のサポート研修。食育セミナー等の運営を通して実施	4. 青年期 5. 壮年期 6. 高齢期
介護予防料理講習会	各地域で伊勢原市ヘルスマイトにより実施されている介護予防のための料理講習会。低栄養予防などのメニューを中心に実施	6. 高齢期
高齢者向け食育出前講座	ミニサロンや老人クラブ、各団体、ボランティア等へ高齢期の望ましい食生活について普及・啓発し、簡単メニューの紹介や試食等も依頼に応じ実施	6. 高齢期
伊勢原市ヘルスマイトによる料理講習会	市内6地区公民館を拠点に、全てのライフステージを対象に料理講習会を実施 ジュニアクッキング、男の料理教室、生活習慣病予防料理教室、介護予防料理教室、そばづくり、おもてなし料理など	全世代

食育目標 5

重点目標

食育で生活習慣病の予防をめざそう

基本施策 (11)

◆ 主食・主菜・副菜をそろえた健全な食生活の推進

施策の展開方針

- ◆ 主食、主菜、副菜で構成された栄養バランスの良い食事を、理解し実践できる食育の推進を図ります。

個別の目標像

- ◆ 1日3食バランス良く食べるなど、健康的な食生活を実践します。

目標達成のための指標

指標	現状値(2016年度)【出典】	2022年度の目標値
●1日に2～3食は主食・主菜・副菜がそろった食事をとっている人の割合増加	1日に2～3食は主食・主菜・副菜がそろった食事をとっている人の割合 63.5% 【市民健康意識調査】	70%以上

主な取組

取組・事業名	内容	対象世代
離乳食教室	離乳食の基本と乳幼児期の食生活について学ぶ教室	1. 乳幼児期
乳幼児健診や相談会での食育および食事相談	各健診や健康相談において食事相談と集団での食教育を実施	1. 乳幼児期
教育活動における食育	栄養教諭及び栄養職員、学級担任等の教諭が連携し、食育を実施	3. 思春期 4. 青年期
学校の教育活動における食育	各教科や総合的な学習時間等における、調理実習や食品工場の見学、職業体験等体験型の食育	2. 学童期 3. 思春期
骨量測定相談会時の食事相談	各種検診やイベント等での骨量測定実施後、食事相談を実施	4. 青年期 5. 壮年期 6. 高齢期

食育目標 5

重点目標

食育で生活習慣病の予防をめざそう

基本施策 (12)

◆ 減塩や脂質のバランス等、高血圧や脂質異常症・糖尿病などの予防・改善に向けた食育の推進

施策の展開方針

- ◆ 減塩や適正な脂質バランスやエネルギーを理解し、実践できる食育の推進を図ります。

個別の目標像

- ◆ 塩分摂取量や脂質やエネルギー量やバランスに配慮するなど、食事を通して生活習慣病予防を実践します。

目標達成のための指標

指標	現状値(2016年度)【出典】	2022年度の目標値
●健康のために、「塩気の多いものを控える」と「あぶらっこいものを控える」を心がけている人の割合増加	健康のために日頃から心がけている項目の割合(男女共) 「塩気の多いものを控える」 44.2% 「あぶらっこいものを控える」 36.8% 【市民健康意識調査】	共に50%以上

主な取組

取組・事業名	内容	対象世代
生活習慣病予防教室	肥満や糖尿病、脂質異常症等の予防のための各種教室や生活習慣病予防・改善のための相談会の実施	4. 青年期 5. 壮年期 6. 高齢期
ヘルスアップ相談会(食事・運動相談)	生活習慣病が気になる方(希望者および通知した方)への食事相談等の相談会の実施	4. 青年期 5. 壮年期
糖尿病重症化予防事業	40歳～74歳で伊勢原市国民健康保険加入の人を対象に健診を実施後、糖尿病の悪化防止のための予防事業を実施	5. 壮年期 6. 高齢期
栄養表示等普及啓発及び活用推進事業	エネルギーや塩分表示も含めた栄養表示等の普及啓発及び活用事業を実施	全世代



伊勢原市の公式イメージキャラクター 「クルリン」を活用して、食育目標をPRします

たのしく食育
いせはらし



食で育むいのちと
きずな



食育目標4 共食を通して食事を楽しもう



食育目標5 食育で生活習慣病の予防をめざそう



伊勢原市公式イメージキャラクター
クルリン

食育目標1 食を通じて適正体重を維持しよう



伊勢原市公式イメージキャラクター
クルリン

食育目標2 若い世代も食への意識を高めよう



伊勢原市公式イメージキャラクター
クルリン

食育目標3 食の自立をめざして様々な
食の体験をしよう

2 目標達成のための指標 総括表

食育目標と基本施策ごとの成果や達成状況を分かりやすい形でお示すために、基本施策ごとに指標を設けました。5年前に実施した伊勢原市民の健康づくりに関する意識調査と今回の調査との結果の比較や、第2次計画の目標値の達成状況、国の意識調査等の結果や目標値などを総合的に勘案し、2022年度の目標値を設定しました。

【基本施策】12 施策	【指標】16指標	【現状値(2016年度)】	【2022年度目標値】
(1) 思春期から青年期世代の適正体重の維持に向けた食育の推進	①20歳代女性のやせ(BMI18.5未満)の人の割合減少	①20歳代(女性)のやせ(BMI18.5未満)の人の割合 16.3%	① 13%以下
(2) 壮年期世代の適正体重の維持と生活習慣病の発症・重症化の予防のための食育の推進	②30～60歳代男性の肥満(BMI25以上)の人の割合減少 ③ゆっくりよくかんで食べる意識がある人の割合増加	②30～60歳代(男性)肥満の人の割合 30～49歳 32.6% 50～69歳 25.6% ③ゆっくりよくかんで食べる意識がある人(男女共)の割合 45.4%	② 30～49歳は26%以下、50～69歳は20%以下 ③ 50%以上
(3) 高齢者の低栄養予防に向けた食育の推進	④高齢者の低栄養傾向(BMI20以下)の人の割合減少	④65～79歳の高齢者(男女共)の低栄養傾向(BMI20以下)の割合 19.9%	④ 17%以下
(4) 思春期から青年期世代の朝食欠食や栄養バランス等の改善に向けた食育の推進	⑤20歳代の朝食欠食する人の割合減少 ⑥朝食を毎日食べる中学生割合増加	⑤若い世代(20歳代)の朝食欠食する人の割合 男性 19.4% 女性 18.4% ⑥朝食を毎日食べる中学生の割合 89.0%	⑤ 男女共に15%以下 ⑥ 93%以上
(5) 思春期から青年期世代が食に関する関心や知識を得られるような食育の推進	⑦食育への関心がある20歳代の割合増加	⑦食育への関心がある若い世代(20歳代)の割合 男性 64.6% 女性 73.5%	⑦ 男性70%以上 女性80%以上
(6) 学校や地域などと連携した地産地消や体験型農業の推進	⑧栽培・収穫・農業体験をしたことがある人の割合増加	⑧栽培・収穫・農業体験をしたことがある人(男女共)の割合 68.3%	⑧ 75%以上

(現状値の出典)

- ①～⑤、⑦、⑧、⑪、⑭～⑯ : 「平成28年度 市民健康意識調査」
- ⑥、⑩、⑫、⑬ : 「平成28年度 中学校2年生骨量測定・アンケート」
- ⑨ : 「平成28年度 学校給食地場野菜使用推進事業 実施校数実績」

【基本施策】12 施策	【指標】16指標	【現状値(2016 年度)】	【2022 年度 目標値】
(7) 学校給食や各食育事業における地場産物等導入の継続	⑨地場食材を市内生産者から直接納入して、給食に使用する学校数維持	⑨地場食材を市内生産者から直接納入して、給食に使用する学校数 10校 (市内全校)	⑨ 10校の継続実施
(8) 子どもの頃から の食育体験の推進	⑩自分だけで食事を作ることができる中学生割合増加	⑩自分だけで食事を作ることができる中学生 65.6%	⑩ 70%以上
(9) 家庭や学校、職場等を通じた共食によるコミュニケーションの推進	⑪1日に1回も共食をしていない人の割合減少 ⑫朝食を一人で食べる中学生の割合減少 ⑬夕食を一人で食べる中学生の割合減少	⑪1日に1回も共食をしていない人(男女共)の割合 16.2% ⑫朝食を一人で食べる中学生の割合 53.3% ⑬夕食を一人で食べる中学生の割合 10.7%	⑪ 15%以下 ⑫ 50%以下 ⑬ 8%以下
(10) 地域における共食の機会の推進	⑭地域等で共食したいと思う人が共食する割合増加	⑭地域等で共食したいと思う人が過去1年間に共食した割合 62.8%	⑭ 70%以上
(11) 主食・主菜・副菜をそろえた健全な食生活の推進	⑮1日に2～3食は主食・主菜・副菜がそろった食事をとっている人の割合増加	⑮1日に2～3食は主食・主菜・副菜がそろった食事をとっている人の割合 63.5%	⑮ 70%以上
(12) 減塩や脂質のバランス等、高血圧や脂質異常症・糖尿病などの予防・改善に向けた食育の推進	⑯健康のために、「塩気の多いものを控える」と「あぶらっこいものを控える」を心がけている人の割合増加	⑯健康のために日頃から心がけている項目の割合(男女共) 「塩気の多いものを控える」 44.2% 「あぶらっこいものを控える」 36.8%	⑯ 共に50%以上

3 食育の取組事業一覧

第3次伊勢原市食育推進計画における5つの食育目標に沿って、伊勢原市が主体で行っている主な取組の内容や対象世代等を示しています。また、人材養成・育成に関する事業は、【人材養成・育成】の表示を入れています。なお、事業内容や対象世代については、実情に応じて随時見直していきます。

取組・事業名	事業内容とその目的	主な対象者や参加者のライフステージ	担当課
妊婦等への食育普及啓発 (母親・父親学級等)	妊娠期から出産後の家族の食生活に必要な栄養について教室等で学ぶ。 食事栄養調査・栄養士講話・試食を行う。	4. 青年期	子育て支援課
離乳食教室乳	離乳食の基本と乳児期の食生活について学ぶ教室。 離乳食の実演、試食を交えた栄養士講話を行う。	1. 乳幼児期	
幼児健診での食育および食事相談	各健診において食事相談と集団での食教育を行う。		
すくすく健康相談等での食育および食事相談	各公民館で乳幼児の食事相談を行う。 中央公民館にて栄養士講話・実演・試食を実施。		
乳幼児の食育について普及・啓発	子育て支援センターや各公民館主催乳幼児教室での食育講座。 健診会場や各公民館において食育ポスターやレシピ等の掲示。		
保育所給食を活用した食育	給食時間における食育（保育所） 給食の準備から片付けまでの一連の指導の中で、正しい手洗い、食器の並べ方、スプーンやはしの使い方、食事のマナーなどを身につける。 園児が友達や先生と一緒に食事をする共食を通じて、食事の楽しさを得られる。 紙芝居等の媒体を使い、食育を実施する。	1. 乳幼児期	子ども育成課
	バイキング給食 配膳方法や自分の食事の量や食品の組み合わせを考えることを学ぶ。		

取組・事業名	事業内容とその目的	主な対象者や参加者のライフステージ	担当課
保育所給食を活用した食育	<p>保育所給食における地場産物の使用推進</p> <p>年間を通して給食食材に地場産物を積極的に使用することにより、食べ物への感謝の気持ちを育てる。</p>	1. 乳幼児期	子ども育成課
保育活動を通じた食育	<p>クッキング保育</p> <p>調理する楽しさを育て、積極的に食事づくりにかかわれるようにする。</p> <p>園内菜園</p> <p>食材を育てることを通して食材への興味・関心を促し、自然の恵み、人への感謝の気持ち、命を大切にすることを育む。</p>		
保育所等の保護者への食育普及・啓発	食育だより、給食試食会、食育・食事相談等により、保護者への食育の普及・啓発を目的に子どもの食事の様子や食育の取り組みを伝える。	1. 乳幼児期 4. 青年期 5. 壮年期	
学校給食を活用した食育	<p>給食時間における食育（小学校）</p> <p>給食の準備から片付けまでの一連の指導の中で、正しい手洗い、配膳方法、食器の並べ方、はしの使い方、食事のマナーなどを習得する。</p> <p>教科等で取り上げられた食品や学習したことを学校給食を通して確認する。</p> <p>献立を通して、食品の産地や栄養的な特徴等を学習する。</p> <p>栄養教諭及び栄養職員、学級担任等の教諭が連携し、給食の時間における食育を行う。</p> <p>行事食、郷土料理、特別献立の実施。</p> <p>日本及び外国に伝わる行事食や郷土料理、学校行事等に関係した特別献立を学校給食で実施することにより、食文化や伝統に対する理解を深め、食への関心を高める。</p> <p>ランチルーム</p> <p>学級単位で年に数回、「ランチルーム」という特別教室で給食を食べ、栄養教諭及び栄養職員による食育等を重点的に行う。</p> <p>異学年の児童や担任以外の職員と一緒に食事をする事により、楽しく会食することや、食事のマナーを身に付ける。</p>	2. 学童期	学校教育課 各小学校

取組・事業名	事業内容とその目的	主な対象者や参加者のライフステージ	担当課
学校給食を活用した食育	学校給食における地場産物の使用推進 「かながわ産品学校給食デー」や、「学校給食地場野菜使用推進事業」のほか、年間を通して給食食材に地場産物を積極的に使用することにより、地域の自然、食文化、産業等について理解を深める。 地場産物の生産者や生産過程等を理解することにより、食べ物やそれにかかわる人への感謝の気持ちを育てる。 地域の生産者等と連携した食育を行う。	2. 学童期	学校教育課 各小学校
	家庭地域との連携 給食だより、学校だより、保健だより、給食試食会、給食衛生委員会等により、学校における食に関する指導の目標や方法、学校給食の意義、役割等について共通理解を図り、家庭や地域と学校が連携した食育に取り組む。	2. 学童期 3. 思春期 4. 青年期 5. 壮年期	
	給食時間における食育（中学校） ミルク給食、昼食時間を通して、楽しく会食すること、健康によい食事のとり方、安全・衛生に留意した食事の準備や後片付け、食事環境の整備、勤労と感謝について学習する。	3. 思春期	学校教育課 各中学校
思春期栄養改善事業	青年・壮年期以降の生活習慣の出発点である中学生に対し、望ましい食習慣を身に付けるよう促すため、骨量測定と栄養教育を行う。 効果的な食育を行うため、食生活に関するアンケートを行い、中学生の現状を把握する。		
各教科等での食に関する指導	各教科（社会、理科、生活、家庭、技術・家庭、体育、保健体育）や特別な教科 道徳で、それぞれの学校や児童生徒の実態に合わせて創意工夫に努め、食に関する指導の学習を展開する。	2. 学童期 3. 思春期	教育指導課
	「総合的な学習の時間」等での食育の取組 地域や学校、児童生徒の実態等にに応じて、心身の成長や健康の保持増進の上で望ましい栄養や食事のとり方について追究を深めたり、農業体験等を通して自分の食生活全般を振り返り、よりよい生活習慣や食習慣を考える。		

取組・事業名	事業内容とその目的	主な対象者や参加者のライフステージ	担当課
食育料理コンテスト	小中高校生対象の食育料理コンテスト。朝食やお弁当作りなどをテーマに実施している。	2. 学童期 3. 思春期	健康づくり課
高校生のための食育推進事業	高校生への骨量測定や食教育を実施している。また、保護者向けの食育普及も行う。	3. 思春期 4. 青年期 5. 壮年期	
大学生や就業者への食育事業	大学生や就業者に対して、食育の普及啓発や食育講座を実施している。	4. 青年期 5. 壮年期	
39歳以下健診	39歳以下の方を対象とした健康診査時に食事相談等を実施する。	4. 青年期	
いせはら食育セミナー	地場産の食材を使った料理教室など。ヘルスマイトや栄養士の調理実習および試食等を実施している。	4. 青年期 5. 壮年期 6. 高齢期	
生活習慣病予防教室	生活習慣病やメタボリックシンドロームの予防が目的の教室。運動、栄養士講話や試食などを実施している。	4. 青年期 5. 壮年期 6. 高齢期	
ヘルスアップ相談会（食事・運動相談）	生活習慣病予防が気になる方（希望者および通知した方）への食事相談等の相談会。	4. 青年期 5. 壮年期	
骨量測定相談会時の食事相談	各種検診やイベント等での骨量測定実施後、食事相談を実施している。	4. 青年期 5. 壮年期 6. 高齢期	
ヘルスマイト養成講座	食を通じた健康づくりをするボランティアの養成講座を実施。終了後は伊勢原市ヘルスマイトとして食育の普及啓発を担っていく。	【人材養成・育成】 4. 青年期 5. 壮年期 6. 高齢期	
ヘルスマイト新任者研修	ヘルスマイト養成講座修了後1～2年目の方のサポート研修。食育セミナー等の運営を通して実施している。	【人材養成・育成】 4. 青年期 5. 壮年期 6. 高齢期	
「簡単！地場産料理レシピ集」の普及	市の各課栄養士で作成した地場産料理レシピ集の普及をする。	全世代	
歯科保健と連携した食育事業	肥満予防の普及啓発ために、噛ミング30運動など歯科保健と連携した食育事業を実施する。		

取組・事業名	事業内容とその目的	主な対象者や参加者のライフステージ	担当課
インターネット等による食育情報発信	インターネット（市食育ホームページ）や SNS、広報等により食育情報（簡単料理レシピや食育掲示板等）の発信をしている。	全世代	健康づくり課
市職員への食育情報発信	庁内ネットワークシステム等により食育情報を発信している。	4. 青年期 5. 壮年期	
特定保健指導	40 歳～74 歳で伊勢原市国民健康保険加入の人を対象に健診を実施後、特定保健指導を実施している。	5. 壮年期 6. 高齢期	保険年金課
糖尿病重症化予防事業	40 歳～74 歳で伊勢原市国民健康保険加入の人を対象に健診を実施後、糖尿病の悪化防止のための予防事業を実施する。		
生き生き健康教室 （介護予防通所型サービス事業）	生活機能改善のための栄養改善と運動・口腔機能向上をめざした教室を実施している。	6. 高齢期	介護高齢課
介護予防料理講習会	高齢者向け料理講習会。伊勢原市ヘルスマイトなどが各地域公民館等で実施している。		
訪問栄養食事相談	低栄養のおそれのある高齢者等の栄養改善を目的に、管理栄養士が訪問栄養食事相談を実施している。		
高齢者向け食育出前講座	ミニサロンや老人クラブ、各団体、ボランティア等へ高齢期の望ましい食生活について普及・啓発している。簡単メニューの紹介や試食等も実施している。		
歯科保健と連携した栄養改善サービス	低栄養のおそれのある高齢者等の栄養改善を目的に、歯科保健と連携しながら口腔機能向上について訪問等で普及啓発する。		
まごころ配食サービス	家庭での食の確保が困難な低栄養状態の高齢者等に対して、管理栄養士が栄養アセスメントを実施し、夕食等の宅配事業を実施している。		

取組・事業名	事業内容とその目的	主な対象者や参加者のライフステージ	担当課
農業に関するイベント	<p>畜産まつり</p> <p>動物とのふれあいや農畜産物の販売を通じ、農畜産業への理解と関心を深めるために開催される。</p>	全世代	農業振興課
農業体験事業	<p>みかんの木オーナー制度</p> <p>消費者がみかんを収穫できる権利を買い、収穫を楽しむことができる制度であり、地元農産物の消費拡大を図る。（その年の生育状況によって、募集できない年も有る）</p> <p>米作り（谷戸田オーナー制度）や野菜づくりなど栽培から収穫までの農業体験を通じ、谷戸田の原風景保全や食育の推進を図る。</p>	全世代	農業振興課
市民農園	<p>市民ニーズの高まりに応じ、遊休農地等を利用した「八幡谷戸ふれあいガーデン（市民農園）」が平成 23 年 4 月に高部屋地区西富岡地内に開設され、指定管理者による運営がされている。</p> <p>野菜や花の栽培を通じて自然と触れ合うとともに市民相互の交流を促進し、地域の活性化及び農業に対する理解を深めることを目的としている。</p> <p>（株）アグリメディアが管理運営する市民農園「八幡谷戸ふれあいガーデン」218区画、NPO法人ファームパーク湘南が管理・運営する市民農園「ファームパーク上平間」52区画、「ファームパーク八幡台」54区画。</p>	全世代	農業振興課
環境保全型農業の推進	<p>低農薬で化学合成肥料をなるべく使用しない環境にやさしい農業を推進し、安全かつ安心な農畜産物を消費者に提供するとともに都市型農業の振興を図る。</p>	全世代	農業振興課

取組・事業名	事業内容とその目的	主な対象者や参加者のライフステージ	担当課
公民館における食育事業	「幼児家庭教育学級」「男性の料理教室」「高齢者学級」や夏休みにおける親子を対象とした講座など。幅広い年代に応じた食事の作り方・与え方や、食生活のあり方等を学ぶ。	2. 学童期 4. 青年期 5. 壮年期 6. 高齢期	社会教育課
父子料理教室	男性を対象にした日常生活支援及び子育てへの関わりの支援として、父子料理教室を公民館事業として実施する。	2. 学童期 4. 青年期 5. 壮年期	社会教育課 人権・広聴相談課
伊勢原市ヘルスマイトによる料理講習会	市内6地区公民館を拠点に全てのライフステージを対象に料理講習会を実施。 ジュニアクッキング、男の料理教室、生活習慣病予防料理教室、介護予防料理教室、そばづくり、おもてなし料理など。	全世代	伊勢原市ヘルスマイト
食の安全安心に関する情報提供	神奈川県、平塚保健福祉事務所秦野センター及び市のホームページ等により食の安全安心に関する情報提供の充実。食の安全安心に関する情報誌、資料等の積極的な提供。	全世代	平塚保健福祉事務所秦野センター
栄養表示等普及啓発及び活用推進事業	食品表示法に基づく食品表示制度の普及並びに健康増進法に基づく、特別用途食品制度の運用、さらに食品の健康保持増進効果等に関する誇大表示等の禁止に係る普及啓発を行う。 ・食品製造・販売等関連業者に対する相談・指導及び消費者相談	全世代	平塚保健福祉事務所秦野センター

第6章 ライフステージ別の目標と取組

生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性を育む食育を推進するためには、子どもから成人、高齢者に至るまで、そのライフステージ(世代)に応じた継続的な取組を行うことが必要です。市民一人ひとりが、食育への関心を高め、みんなで健康的な食習慣を実践していくことが求められています。また、それぞれのライフステージおよび様々な主体ごとにと組を行い、お互いに連携しながら横断的に食育をすすめていきます。

ライフステージ別の目標や取組を「食育実践ポイント」として、次のとおり世代ごとにあげました。

1 乳幼児期(概ね0～6歳)

成長が著しいこの時期は、食事のリズムや食べ方などの望ましい食習慣を家族と一緒に身につけることが大切です。また、いろいろな食材を通じて、食に対する興味や関心を高めることも必要になります。

乳幼児期からバランスのとれた望ましい食生活を送ることは、将来にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性をはぐむ基礎となります。

【乳幼児期の食育実践ポイント】

- 食べる力の土台をつくるために、成長に合わせた食事をすすめましょう
- 1日3回食事をとり、生活のリズムを作りましょう
- 噛む力、飲み込む力を育てるために、よく噛んで食べる習慣を身につけましょう
- 食事の準備や調理のお手伝いをしましょう
- 栽培・収穫体験などを通して、食への関心を高めましょう
- 家族やお友だちと一緒に楽しく食事をしましょう
- 味付けは薄味にして、食物本来の味を覚えましょう



食育コラム

伊勢原市公式イメージキャラクター
クルリン

食事で噛む力を育てましょう



3歳すぎた頃になると乳歯も生えそろう、大人と同じ食事を食べられるようになってきます。トウモロコシや骨付きの肉にかぶりついて食べる体験は、良く噛んで食べる練習になります。早食いや丸のみを防ぐためにも、急がせずゆったりとした雰囲気ですべてを楽しみましょう。

2 学童期（概ね7～12歳）

小学校に通うこの時期は、基本的な生活習慣を身につけ、様々な学習と体験をとおして食に関する知識やマナーを学び、食の大切さを実感する重要な時期です。また、家族や教師、友人と楽しく会食することは、食物の栄養などの社会性を身に付けるとともに、コミュニケーションの場として重要です。

【学童期の食育実践ポイント】

- よく噛んで食べる習慣を身につけましょう
- 家族そろって、早寝・早起き・朝ごはんで生活リズムを整えましょう
- 食事づくりに参加し、食への関心を高めましょう
- 農業体験などを通して、食べ物の成り立ちを学び、食べ物や生産者に感謝して食事をいただきます
- 家族などと一緒に楽しく食卓を囲みましょう
- 家庭や給食で薄味を身につけましょう

3 思春期（概ね13～19歳）

心身ともに大きく成長するこの時期は、生活が不規則になりがちであり、食事の時間や内容を自分で選択する機会が増えることで、偏食や欠食の問題なども出てきます。また一方で女子はやせ志向が強くなり、極度に食事をとらなくなるなどの問題があります。学校や家庭・地域で連携し、食の自立につながるような食事について教えていくことが大切です。

【思春期の食育実践ポイント】

- 自分の適正体重を把握し、自分に合った食事を理解しましょう
- よく噛んで食べる習慣を続けましょう
- 生活リズムを整え、朝食をきちんと食べましょう
- 栄養成分等表示の読み方や活用方法を知り、自分に合ったメニューの選び方ができるようにしましょう
- 自分で調理する力を身につけましょう
- 農業体験などを通して、食べ物の成り立ちを学び、食べ物や生産者に感謝して食事をいただきます
- 家族や友人などと一緒に楽しく食卓を囲みましょう
- バランスの良い食事を心がけ、食品を選ぶ力を身につけましょう
- 塩分や脂肪分の多い間食やファストフードの取り方に注意しましょう

4 青年期（概ね20～39歳）

就職や結婚、出産、子育てなどにより生活が大きく変化し、仕事や家庭での役割や責任を自覚するようになる一方で、生活リズムも不規則になりがちです。

この時期に定着する多くの生活習慣が、肥満やメタボリックシンドロームなどの健康問題にも影響していくと考えられることから、一人ひとりが食に関する意識を高め、望ましい食習慣を身につける必要があります。

【青年期の食育実践ポイント】

- 自分の適正体重を把握し、適量の食事をバランスよくとりましょう
- 食事はよく噛んで、ゆっくりと味わって食べましょう
- 生活リズムを整え、朝食をきちんと食べましょう
- 栄養成分等表示の読み方や、健康に配慮したメニューの選び方の知識を深めましょう
- 地元の旬の食材の活用や、農業体験事業などに参加してみましょう
- 家族や友人、職場等で食事を楽しみ、コミュニケーションをとりましょう
- 主食、主菜、副菜をそろえ、バランスの良い食事を意識しましょう
- 塩分や脂肪分の多い食事のとりすぎに注意しましょう

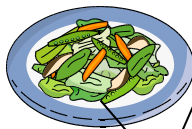


食育コラム

伊勢原市公式イメージキャラクター
クルリン

主食、主菜、副菜をそろえるって？

食事を作ったり、選んだりするときに、主食、主菜、副菜を組み合わせることを意識すると、バランスの良い食事になります。



主食：ごはん・パン・麺類などの穀類を主な材料にした料理

主菜：魚・肉・たまご・大豆製品を主な材料にした料理



副菜：野菜・海草・きのこなどを主な材料にした料理
具たくさんの汁物にすると、野菜などがとれます。

副菜しっかり食べていますか？

目標値＝350g

350gの野菜を食べるためには？ → 1日で副菜を5皿食べるように意識しましょう



一皿で約70gの野菜がとれると言われています

5 壮年期（概ね40～64歳）

働き盛りを迎え、家庭や地域、仕事における役割に応じたライフスタイルを構築するなど社会的に充実した時期ですが、過労やストレスが重なる時期でもあります。また、それらにより体重も増加しやすくなり、生活習慣病が発症・悪化することがあります。これまでの生活習慣を見直し、食生活の改善に取り組むことが重要です。

【壮年期の食育実践ポイント】

- 食事は腹八分目を心がけ、適正体重を維持しましょう
- 食事はよく噛んで、ゆっくりと味わって食べましょう
- 生活リズムを整え、朝食をきちんと食べましょう
- 地元の旬の食材の活用や、農業体験事業などに参加してみましょう
- 家族や友人、職場等で食事を楽しみ、コミュニケーションをとりましょう
- 主食、主菜、副菜をそろえ、バランスの良い食事を意識しましょう
- 脂質や塩分のとりすぎに注意し、生活習慣病を予防しましょう
- 栄養成分等表示の読み方や、健康に配慮したメニューの選び方の知識を深めましょう



食育コラム

伊勢原市公式イメージキャラクター
クルリン

よく噛んで おいしく食べて 肥満予防

～噛ミング（かみんぐ）30～

噛ミング30とは、「一口30回以上噛む」ことを目標にしたキャッチフレーズです。よく噛むことで、虫歯や肥満、窒息の予防になります。また、ゆっくりよく味わって食べられるので、薄味でも食材の風味を楽しむことができます。



ちょっと意識してみませんか？

「噛ミング30」の効用は、

「ひみこの歯がい～ぜ」

※8020 推進財団ホームページより参考

- | | |
|---|---------------|
| ひ | ・・・肥満予防 |
| み | ・・・味覚の発達 |
| こ | ・・・言葉の発音がはっきり |
| の | ・・・脳の発達 |
| は | ・・・歯の病気を防ぐ |
| が | ・・・がんの予防 |
| い | ・・・胃腸の働きを促進 |
| ぜ | ・・・全力投球 |

「噛む回数を増やすためには・・・」

- 食材を大きめに切ると、噛み応えがアップします（野菜など）
- 噛みごたえのある食材を使うのもおすすめ！
（人参やセロリ・キャベツなどを、スティック野菜にして、生で食べるのもお勧めです。）

6 高齢期（概ね65歳以上）

年齢とともに、様々な身体的な変化が現れます。食べ物をかんだり消化する力が低下し、低栄養になったり、生活習慣病が悪化し介護が必要な状態になる場合もあります。毎日の生活を楽しむために、日常生活の機能を維持していく食事が必要です。また、家族構成が変わったりと孤食になりやすいため、地域での食を通じた交流の機会が必要です。

【高齢期の食育実践ポイント】

- 適正体重を維持できるように、1日3食バランスよく食べましょう
- 生活リズムを整え、朝食をきちんと食べましょう
- 定期的な歯科健診で歯と口腔の健康を保ち、おいしく安全に食事をしましょう
- 地元の旬の食材の活用や、農業体験事業などに参加してみましょう
- 家族や友人、地域の人などとの調理や食事を楽しみましょう
- 主食、主菜、副菜をそろえ、バランスの良い食事を意識しましょう
- 栄養成分等表示の読み方や、自分に合ったメニューの選び方の知識を深めましょう



食育コラム

伊勢原市公式イメージキャラクター
クルリン

健康のことを考えて毎日の食事にも色々とお気を使っている方が多い反面、1人暮らしや高齢者だけの生活では、偏食や欠食などで体力が落ちてしまいがちです。生き生きとした暮らしのため、ぜひ毎日の食事バランスを見直しましょう。

介護予防は食事から～低栄養を予防しよう～

低栄養予防には、たんぱく質が豊富な**主菜**が大切です。また、**主食**や**副菜**にもたんぱく質が豊富な食材の活用がおすすめです。



白いごはんを「納豆ごはん」や、鶏やツナを入れた「炊き込みご飯」にしてたんぱく質アップ！



みそ汁を作る時に、卵をポンっとおとしてたんぱく質アップ！



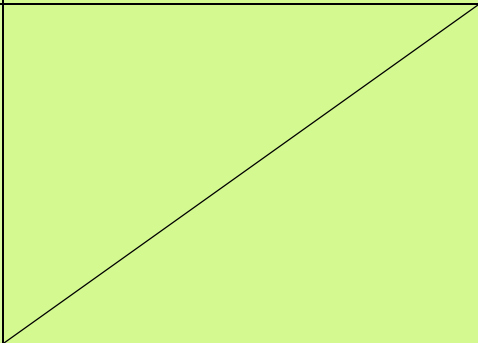
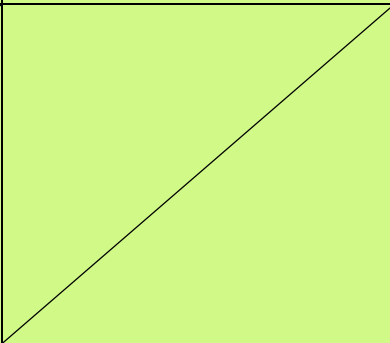
ほうれん草のおひたしに「カニカマ」を混ぜ込んだり、豆腐を使って「白和え」にするとたんぱく質アップ！



「牛乳」や「ヨーグルト」「チーズ」などの乳製品も忘れずにとりましょう！

7 ライフステージごとの目標一覧

	1. 乳幼児期 (概ね0～6歳)	2. 学童期 (概ね7～12歳)	3. 思春期 (概ね13～19歳)
食育目標1 食を通じて 適正体重を 維持しよう	<ul style="list-style-type: none"> ・食べる力の土台をつくるために、成長に合わせた食事をすすめましょう ・噛む力、飲み込む力を育てるために、よく噛んで食べる習慣を身につけましょう 	<ul style="list-style-type: none"> ・よくかんで食べる習慣を身につけましょう 	<ul style="list-style-type: none"> ・自分の適正体重を把握し自分に合った食事を理解しましょう。 ・よくかんで食べる習慣を続けましょう
食育目標2 若い世代も 食への意識を 高めよう	<ul style="list-style-type: none"> ・1日3回食事をとり、生活のリズムを作りましょう 	<ul style="list-style-type: none"> ・家族そろって、早寝・早起き・朝ごはんで生活リズムを整えましょう 	<ul style="list-style-type: none"> ・生活リズムを整え、朝食をきちんと食べましょう ・栄養成分等表示の読み方や活用方法を知り、自分に合ったメニューの選び方ができるようにしましょう
食育目標3 食の自立をめ ざし、様々な 食育を体験 しよう	<ul style="list-style-type: none"> ・食事の準備や調理のお手伝いをしましょう ・栽培・収穫体験などを通して、食への関心を高めましょう 	<ul style="list-style-type: none"> ・食事づくりに参加し、食への関心を高めましょう ・農業体験などを通して、食べ物の成り立ちを学び、食べ物や生産者に感謝して食事をいただきます 	<ul style="list-style-type: none"> ・自分で調理する力を身につけましょう ・農業体験などを通して、食べ物の成り立ちを学び、食べ物や生産者に感謝して食事をいただきます
食育目標4 共食を通して 食事を 楽しもう	<ul style="list-style-type: none"> ・家族やお友だちと一緒に楽しく食事をしましょう 	<ul style="list-style-type: none"> ・家族などと一緒に楽しく食卓を囲みましょう 	<ul style="list-style-type: none"> ・家族や友人などと一緒に楽しく食卓を囲みましょう
食育目標5 食育で 生活習慣病の 予防を めざそう	<ul style="list-style-type: none"> ・味付けは薄味にして、食物本来の味を覚えましょう 	<ul style="list-style-type: none"> ・家庭や給食で薄味を身につけましょう 	<ul style="list-style-type: none"> ・バランスの良い食事を心がけ、食品を選ぶ力を身につけましょう ・塩分や脂肪分の多い間食やファストフードの取り方に注意しましょう

4. 青年期 (概ね 20～39 歳)	5. 壮年期 (概ね 40～64 歳)	6. 高齢期 (概ね 65 歳以上)
<ul style="list-style-type: none"> ・自分の適正体重を把握し適量の食事をバランスよくとりましょう ・食事はよくかんでゆっくりと味わって食べましょう 	<ul style="list-style-type: none"> ・食事は腹八分目を心がけ適正体重を維持しましょう ・食事はよくかんでゆっくりと味わって食べましょう ・生活リズムを整え、朝食をきちんと食べましょう 	<ul style="list-style-type: none"> ・適正体重を維持できるように、1日3食バランスよく食べましょう ・生活リズムを整え、朝食をきちんと食べましょう ・定期的な歯科健診で歯と口腔の健康を保ち、おいしく安全に食事をしましょう
<ul style="list-style-type: none"> ・生活リズムを整え、朝食をきちんと食べましょう ・栄養成分等表示の読み方や、健康に配慮したメニューの選び方の知識を深めましょう 		
<ul style="list-style-type: none"> ・地元の旬の食材の活用や農業体験事業などに参加してみましょ 	<ul style="list-style-type: none"> ・地元の旬の食材の活用や、農業体験事業などに参加してみましょ 	<ul style="list-style-type: none"> ・地元の旬の食材の活用や農業体験事業などに参加してみましょ
<ul style="list-style-type: none"> ・家族や友人、職場等で食事を楽しみ、コミュニケーションをとりましょ 	<ul style="list-style-type: none"> ・家族や友人、職場等で食事を楽しみ、コミュニケーションをとりましょ 	<ul style="list-style-type: none"> ・家族や友人、地域の人などの調理や食事を楽しみましょ
<ul style="list-style-type: none"> ・主食、主菜、副菜をそろえ、バランスの良い食事を意識ましょ ・塩分や脂肪分の多い食事のとりすぎに注意ましょ 	<ul style="list-style-type: none"> ・主食、主菜、副菜をそろえ、バランスの良い食事を意識ましょ ・脂質や塩分のとりすぎに注意し、生活習慣病を予防ましょ ・栄養成分等表示の読み方や健康に配慮したメニューの選び方の知識を深めましょ 	<ul style="list-style-type: none"> ・主食、主菜、副菜をそろえ、バランスの良い食事を意識ましょ ・栄養成分等表示の読み方や、自分に合ったメニューの選び方の知識を深めましょ

第7章 計画の推進体制

1 推進体制

本計画の推進にあたっては、市民をはじめ家庭や職場、地域と保育、教育、保健、医療、福祉関係者、民間企業などの多様な食育に関わる関係機関・団体等が、情報交換を行い連携・協働することが必要です。「伊勢原市食育推進連絡会議」や「伊勢原市庁内食育推進会」等を通じて一体的に推進していきます。

● 伊勢原市食育推進連絡会議

幼稚園・保育園関係者や医療・教育機関関係者や保護者代表、農業関係者や食育推進ボランティア等食育関係機関による会議。食育活動に関することや連携に関すること、計画の評価等を協議しています。

● 伊勢原市庁内食育推進会

庁内の食育関係部署が、食育に関する情報を共有し、連携を強めるとともに、それぞれの役割分担に応じて、各分野の具体的な取組を推進していきます。

● 庁内栄養士連絡調整会議

庁内の各所属栄養士が、食育の取組方針や具体的な実施内容等の情報交換・調整、連携を行い、それぞれの担当分野に応じて、より効果的な食育を推進していきます。

2 進行管理

食育の取組の評価や本計画の進行管理については、事業計画を「PLAN(計画)」とし、毎年「DO(実行)」「CHECK(分析・評価)」「ACTION(見直し・改善)」を繰り返す PDCA サイクル[※]による進行管理を行います。

具体的には計画(PLAN)に基づいた取組の実施(DO)後、事業報告等を通じて「庁内食育推進会」で進捗状況等を確認し、これらを基に「伊勢原市食育推進連絡会議」において総合的に評価(CHECK)し、報告するとともに、意見を聴取し、見直しと改善(ACTION)を図ります。

「第3次伊勢原市食育推進計画」の期間は、2018年度から2022年度までですが、本計画の評価指標を基に、計画の中間年度である2020年度に中間評価、2022年度に最終評価を実施します。

(※) PDCA サイクルとは、事業活動等における管理業務を円滑に進める手法の一つです。PDCA は、サイクルを構成する頭文字をつなげたもので、PLAN(計画)→DO(実行)→CHECK(分析・評価)→ACTION(見直し・改善)の4段階を繰り返すことによって、業務を継続的に改善するという考え方です。

3 計画の普及啓発

市民一人一人が自ら望ましい食生活を実践していけるように、幅広い関係機関・団体等と本市が連携し、それぞれの特徴をいかして計画の普及・啓発を行い、浸透を図り、食育を展開していきます。

【計画の展開方法】

(1) 全てのライフステージに応じた食育を進めます

多様化する市民の生活状況や、年代によって食育に関する課題が異なっています。それぞれのライフステージの特性に応じた、正しい食習慣を身につけ、実践するための食育を推進していきます。

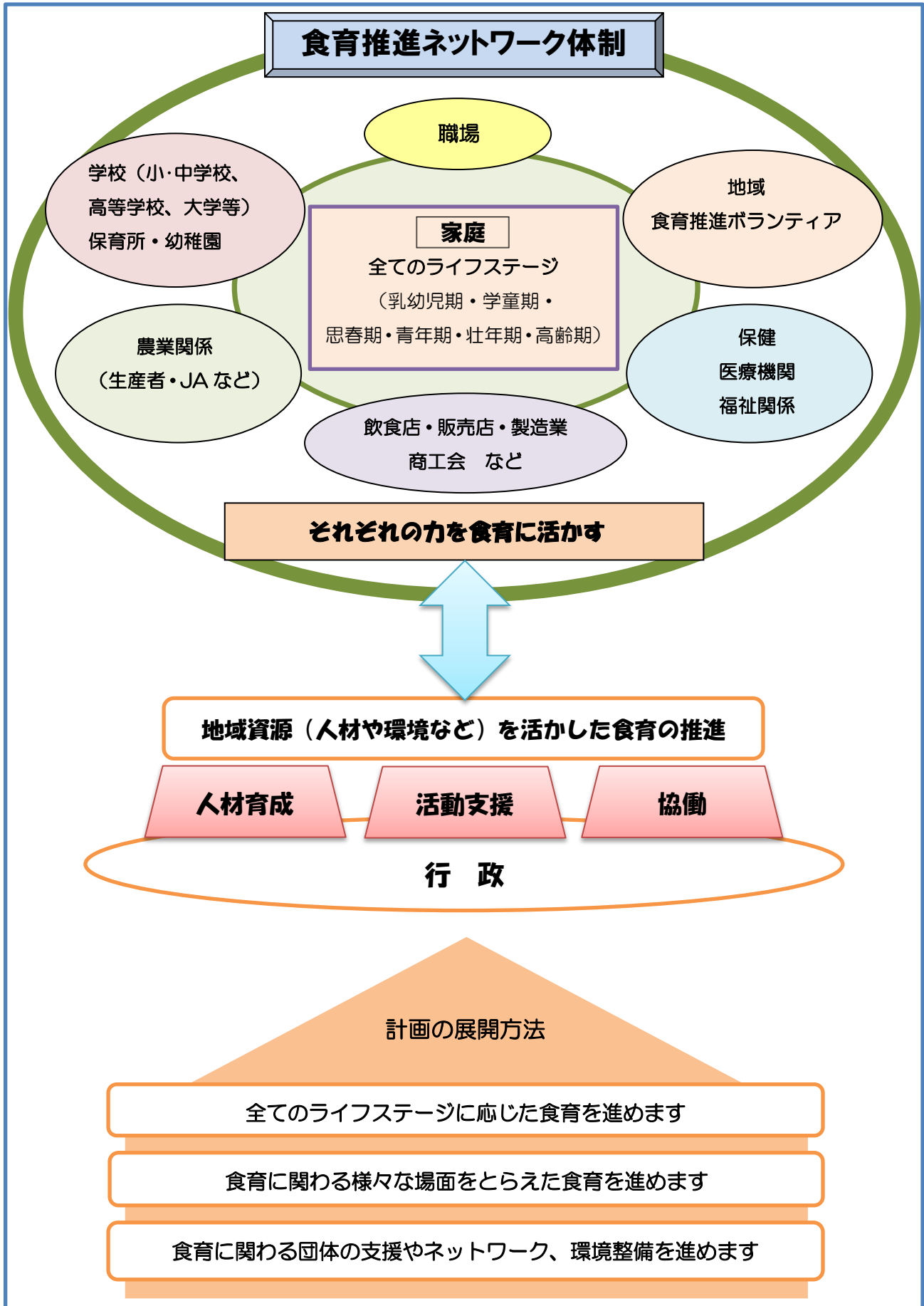
(2) 食育に関わる様々な場面をとらえた食育を進めます

地域の身近で特色ある食育活動を推進していくためには、農産物の栽培・収穫や食の生産・流通、また食の安全・安心や地域の食文化など、様々な場面での食育のきっかけが必要です。これらを通して家族や地域で共通の食育体験ができるような、食育の場面づくりを進めます。

(3) 食育に関わる団体の支援やネットワーク、環境整備を進めます

地域全体で効果的に食育をすすめていくためには、より多くの主体が共通の食育に関する認識を持ち、取り組んでいく必要があります。関係者間で密に情報交換・共有を行い、地域全体で食育に関わる様々な取組をつなぎ、市全体で食育を推進していきます。

【地域の中での食育推進ネットワーク体制 イメージ図】



参考資料

1 計画策定までの経過

(1) 「伊勢原市食育推進計画策定委員会」の開催

食育基本法第18条の規定に基づく市町村食育推進計画を策定するために、伊勢原市食育推進計画策定委員会を設置し、「第3次伊勢原市食育推進計画策定委員会」を3回開催しました。

日程		内容
第1回	平成29年 5月18日	・計画策定の概要について ・策定スケジュールについて ・国・県の動向について ・第3次伊勢原市食育推進計画骨子(案)について
第2回	平成29年 7月20日	・第3次伊勢原市食育推進計画(素案)について
第3回	平成29年 10月23日	・第3次伊勢原市食育推進計画(最終案)について

(2) 伊勢原市食育推進計画策定委員会 委員名簿

区分	所属	職種等	氏名
食育に関し学識を有する者	神奈川工科大学 応用バイオ科学部 栄養生命科学科	教授	◎ 饗場 直美
教育機関関係者	伊勢原市立石田小学校	栄養教諭	神崎 福代
神奈川県平塚保健福祉事務所秦野センターに在職する職員	平塚保健福祉事務所 秦野センター	保健福祉課長	山田 典子
農林水産業及び食品産業関係者	伊勢原市農業協同組合 総務部企画課	課長	鍛代 孝久
伊勢原市食生活改善推進員	伊勢原市 食生活改善推進団体	会長	○ 大箭 みよ子
公募に応じた者	市民代表	一般市民	阿川 麻実

◎委員 ○副委員長

(3) 伊勢原市食育推進計画策定委員会設置要綱

(設置)

第1条 食育基本法(平成17年法律第63号)第18条の規定に基づく市町村食育推進計画(以下「計画」という。)の原案を策定するために、伊勢原市食育推進計画策定委員会(以下「委員会」という。)を設置する。

(所掌事項)

第2条 委員会は、次に掲げる事項を所掌する。

- (1) 計画の方針に関すること。
- (2) 計画の原案の策定に必要な事項

(組織)

第3条 委員会は、次に掲げる者のうちから7人以内の委員をもって組織する。

- (1) 食育に関し学識を有する者
- (2) 教育関係機関関係者
- (3) 神奈川県平塚保健福祉事務所秦野センターに在籍する職員
- (4) 農林水産業及び食品産業関係者
- (5) 伊勢原市食生活改善推進員
- (6) 公募に応じた者
- (7) その他市長が必要と認めるもの

(任期)

第4条 委員の任期は、計画の原案の策定作業が終了するまでとする。

(委員長及び副委員長)

第5条 委員会に委員長及び副委員長をそれぞれ1人置き、委員の互選によって定める。

2 委員長は、会務を総理し、委員会を代表する。

3 副委員長は、委員長を補佐し、委員長に事故があるとき又は委員長が欠けたときは、その職務を代理する。

(会議)

第6条 委員会の会議は、委員長が招集し、その議長となる。

(意見の聴取等)

第7条 委員長は、必要があると認めるときは、委員以外の者に出席を求め、説明又は意見を聴くことができる。

(庶務)

第8条 委員会の庶務は、健康づくり主管課において処理する。

(委任)

第9条 この要綱に定めるもののほか、委員会の運営に関し必要な事項は、委員長が会議に諮って定める。

附 則

この告示は、平成24年4月1日から施行する。

附 則 (平成29年3月13日告示第25号)

この告示は、公表の日から施行する。

伊勢原市食育推進計画策定委員会 事務局名簿

所属	役職	氏名
保健福祉部	健康づくり担当部長	井上 稔
健康づくり課	参事(兼)課長	辻 雅弘
	主査(栄養士)	市川 祐子
	主任栄養士	三奈木 麻弓
	栄養士	腰塚 愛
	専門員	坂間 敦

第3次伊勢原市食育推進計画 (2018～2022年度)

2018年3月発行

編集発行 伊勢原市 保健福祉部 健康づくり課 健康づくり係

〒259-1188 神奈川県伊勢原市田中348番地

電話 0463-94-4711

FAX 0463-93-8389

E-mail kenkou@isehara-city.jp