第1章 計画の策定にあたって

1-1 計画策定の趣旨

平成17年7月の「食育基本法」の制定及び同18年3月の「食育推進基本計画」の策定を受け、本市では、平成18年12月に「佐世保市食育推進計画」を策定しました。本市の基本理念として、「『食』から始まる豊かなくらし、食育実践都市 'させぼ'」を掲げ、食育の推進に努めてきました。

この基本理念を実現するために、7項目の基本方針*を中心に、すべてのライフステージに応じた食育や、歯科保健と連携した事業を展開してきました。

計画策定から5年が経過し、食育やメタボリックシンドロームに関する認知度が向上するとともに、学校給食での地場産の使用などによる地産地消が推進されてきました。また、8020運動*の推進や、それぞれの家庭、教育及び保育機関、地域などで食育における取組が着実に進められてきました。

しょくしかし、社会環境の変化やライフスタイルの多様化などにより、家族との共 食*の機会の減少や、朝食の欠食及び生活習慣病の予防のための食事や運動の実 践においては改善が必要な状況であるとともに、食品の安全性などの食に対す る意識の希薄化が問題としてあります。

さまざまな食に関する情報が溢れる中で、生涯にわたって健康的な食生活を送るために、市民一人ひとりが、各々のライフスタイルに合った正しい情報を適切に選択するための取組を図っていく必要があります。

今後、このような課題の解決に向けて、行政、教育及び保育関係者、保健・医療・福祉関係者、農林漁業関係者、食品関連事業者など、さまざまな関係機関や団体との相互の密接な連携のもと情報の共有を図るとともに、適切な情報を提供することで市民一人ひとりが生活習慣病などを予防し、生涯にわたって生き生きと豊かな暮らしを実現するために、より効果的に食育に取り組むことが重要になります。そのためには、食育の担い手(ボランティアなど)の育成及び活躍の機会の増加などにより、食育の推進における裾野を広げることがより一層求められます。

本市では、このような現状を踏まえ、佐世保市食育推進計画(平成18年度から平成22年度)の基本理念、基本方針、目標など食育推進の基本的な考え方を継承しつつ、これまでの推進状況や目標値の達成度などを考慮し、市民とともに総合的かつ計画的に食育を推進するため、「第2次佐世保市食育推進計画(以下、本計画)」を策定します。

*7項目の基本方針…P27参照

♦◇◆ 食育とは…? ◆◇◆

- ▶ 生きるうえでの基本であり、知育・徳育・体育*の基本となるべきもの
- ▶ さまざまな経験をとおして「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こと

1-2 計画改定の方向性

今回の改定では、国の第2次食育推進基本計画を基本とし、計画の効果的かつ望ましい食育の実現に向けて、7項目の基本方針を推進するために、「さ1・せ2・ほ3*」をキーワードに3つの重点課題を新たに設定しました。

「さ¹・せ²・ぼ³* 」とは…

市民一人ひとりが、健康的な食生活を継続して実践するために、食に関する適切な知識や技術における情報を共有するため、さまざまな関係機関及び団体と行政などがネットワークを広げていきます。

また、長崎県内の20歳以上の男女において、メタボリックシンドロームが強く疑われる者または予備群と考えられる者は全国よりやや多い状況にあるため、すべてのライフステージにおける生活習慣病の予防及び改善につながるような、望ましい食生活や運動の実践のための取組が求められます。

そのため、市民一人ひとりの健康状態や生活環境などに配慮した専門的な支援を行うために、食育の担い手(ボランティアや管理栄養士など)の育成及び資質の向上や活躍の場の提供に努めることで、より効果的に食育を推進します。

- 1…ごまざまな関係機関や団体との食育ネットワークの構築
- 2…生活習慣病予防及び改善につながるための食育の推進
- 3…食育
 「ランティアや管理栄養士などの育成及び活躍の機会の増加
- ▶ 本計画をより実効性のあるものとするために、計画の目標達成状況における 評価や検証結果及び佐世保市食育推進会議の提言などをもとに、基本目標の 整理を行いました。
- ▶ 「佐世保市食育推進実施プラン(以下、実施プラン)」は、行政の取組を推 進するためのプランです。佐世保市食育推進計画と実施プラン(平成19年 3月策定)は分冊となっていますが、本計画では、実施プランを盛り込みー 本化しました。

1-3 計画の位置づけ

本計画は、食育基本法の目的・基本理念を踏まえ、同法第18条に基づく市町村計画として位置づけます。

また、本市として食育に関する基本的な事項について定めるものであり、第 6次佐世保市総合計画の分野別計画に掲げる「健康で安心して暮らせる福祉の まち」を具体的に推進していくためのものでもあります。

そのほか、本市における関連計画などとの整合性を保ちながら、事業の推進を図るものです。

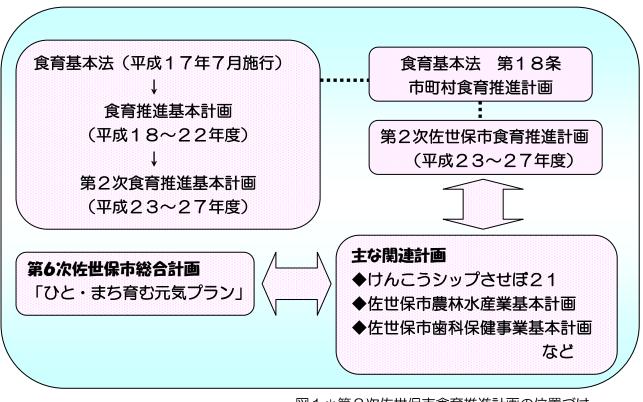


図1*第2次佐世保市食育推進計画の位置づけ

1-4 計画の期間と見直し

本計画の期間は、平成23年度から平成27年度の5年間です。5年後の計画達成を目標として、取組を推進していきます。

なお、本計画の推進にあたっては、社会情勢や計画の進捗状況などを踏まえて必要に応じて見直します。

第2章 佐世保市の食育の現状と課題

2-1 佐世保市の地域性

本市は、九十九島など美しく恵まれた自然環境に加え、基地施設を有する特 有の地域であることから、アメリカの開放的な雰囲気なども感じられます。

その反面、国の重要文化財に指定されている黒島天主堂など多様な歴史や、「焼き物の里」としての風情のある国指定の伝統的工芸品「みかわち焼」もあることから文化資源にも恵まれており、日本の伝統的な文化と明治以降の市民文化が「共存したまち」と言えます。

また、西海パールシーリゾートやハウステンボスなどの観光施設を有するとともに、九十九島かきや佐世保バーガーなどの観光素材においては、全国的に知名度があります。

さらに、管理栄養士や調理師などの養成機関を有することから、地域との連携による食に関する情報の普及啓発が実践されています。

本市では、このような地域性を踏まえた食育を、さまざまな関係機関や団体などと連携し推進していきます。

2-2 佐世保市における豊かな自然の恵みを生かした食育

西海国立公園九十九島の豊かな自然で育まれてきた「九十九島かき」や関東地方で認知度の高い「西海みかん」などがあります。また、その他に、下記のとおりの特産品があります。

- ◆十分な品質・甘味をもつ「メロン、いちご」(吉井町)
- ◆全国でも珍しい製法の「世知原茶」や「板山大根」(世知原町)
- ◆宇久島の豊かな海で育った「アワビ」や 昔ながらの手法で作られる「かんころもち」(宇久町)
- ◆日本一の生産量を誇る「いりこ」(小佐々町)
- ◆ほのかな甘みやコクのある「黒大豆」(江迎町)
- ◆鹿町町の沿岸で大切に育てられた「とらふぐ」(鹿町町) など

本市の各地域にある多彩な食材を使用した地域に根ざした食文化や食生活を 継承していくことで、豊かな自然に恵まれた「**させぼ**」の味覚を育んでいきま す。

2-3 佐世保市の食育の現状

□ 食の簡便化・外部化*の進展

核家族化や単身世帯の増加などの社会環境の変化やライフスタイルの多様化により、昭和50年に比べ、外食や中食*などの消費による食の外部化率は約1.5倍に増え、調理を家庭外に依存する「食の簡便化や外部化」が進んでいます。(図1)

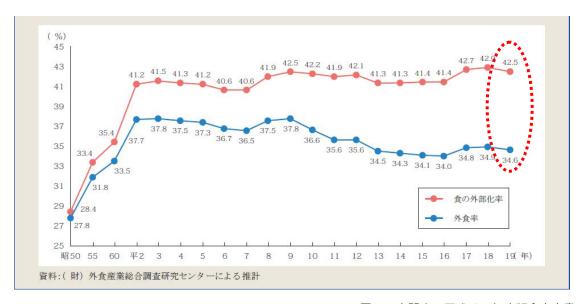


図 1*内閣府 平成 21 年度版食育白書

外食 率*食料消費支出に占める外食の割合食の外部化率*外食率に総菜・調理食品の支出割合を加えたもの

外食や中食などを「週に2~3日以上」利用する市民は、5歳児28.0%、小学2年生61.2%、小学5年生46.9%、中学2年生39.2%であり、小学2年生から中学2年生へと学年が上がるごとに減少する傾向にあります。

また、高校生から成人(16歳~79歳)では、外食や中食などを「週に2~3日以上」利用している市民は43.9%であり、どの年齢層においても、より身近な存在となっていることがわかります。(**図2**)

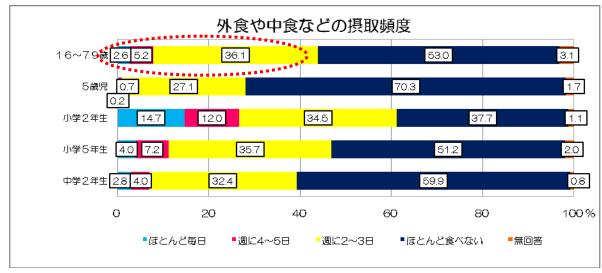


図2*佐世保市食育に関するアンケート調査(平成22年度)

職業等別では、大学生(男性)の33.3%が、「ほとんど毎日」外食や中食などを利用しています。

また、その他の職業別で男女を比較すると男性の方が利用する機会が多い傾向にあります。(**図3**)

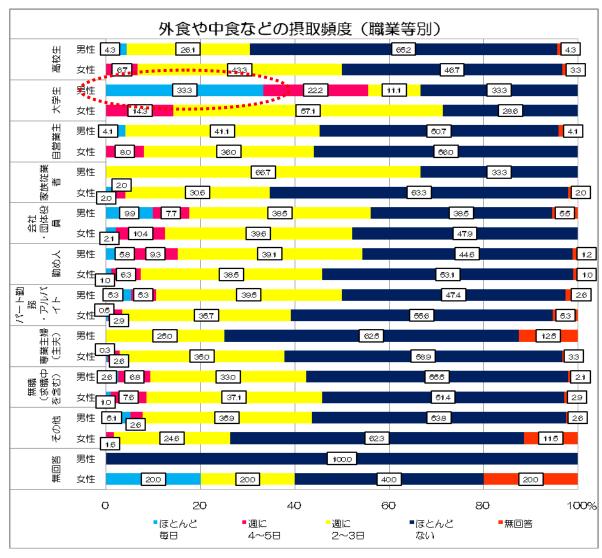


図3*佐世保市食育に関するアンケート調査(平成22年度)

社会環境の変化に対応して、市民一人ひとりが生涯にわたって健康的な食生活を送るために、適切な食の選択に努めることがより一層求められます。その方法として、性別役割分担意識の改善や男性の生活・自活能力を高めることも考えられます。

外食や中食などを「ほとんど毎日」利用する市民の41.7%は、食育に「取り組んでいない(取り組む予定もない)」状況です。

外食や中食などの利用頻度が少なくなるほど、食育に「取り組んでいる」及び「今後取り組みたいと思っている」市民が多い傾向にあり、食育の取組に前向きな市民の割合が増える傾向にあります。(**図4**)

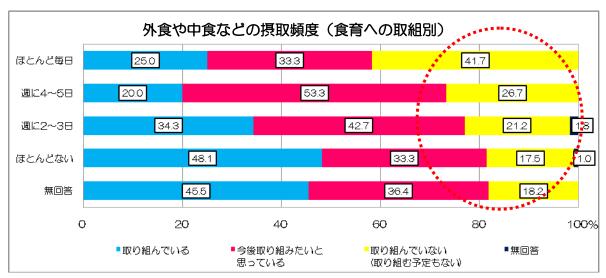


図4*佐世保市食育に関するアンケート調査(平成22年度)

食品関連事業者などと連携し、食や健康に関する情報提供に努めることで、 市民一人ひとりの適切な食の選択の実践に向けた、環境整備の取組が求められ ます。

🔲 食品表示及び内容の確認状況

食品購入の際に、「食品表示を見ている」市民は74.6%となっています。 前回の調査時(対象:20歳~59歳)と比較すると、「食品表示を見ている」 市民は72.8%となっており、有意のある差は認めません。(**図5**)

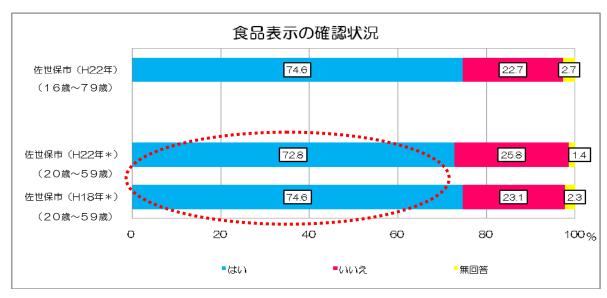


図5*佐世保市(H22年及びH22年*):佐世保市食育に関するアンケート調査(平成22年度) 佐世保市(H18年*):佐世保市食育に関するアンケート調査(平成18年度)

「平成18年度食育に関するアンケート調査(以下、平成18年度アンケート調査)」は、5歳児及び小・中学生以外の年齢層においては、20歳~59歳の男女を対象に実施しました。

しかし、「平成22年度食育に関するアンケート調査(以下、平成22年度アンケート 調査)」では、平成18年度に佐世保市食育推進計画が策定された後の5年間における進 捗状況について、より幅広い年代層において把握し、本計画に反映させることを目的とし ました。そのため、5歳児及び小・中学生以外の年齢層においては、16歳~79歳まで を対象に実施しています。

このことにより、前後の調査の比較をする際には、平成22年度アンケート調査の20歳~59歳を再抽出して行っています。グラフ中において括弧書きで(H18年*、H22年*)と表記しています。

食品購入の際に、「食品表示を見ている」市民の中で、具体的に何を見ているのか「食品表示の確認内容」を調査した結果、「賞味期限・消費期限」を確認している市民が95.0%と高く、「栄養成分表示」を確認している市民は21.1%と低い傾向にあります。(図6)

前回の調査時(対象:20歳~59歳)と比較すると、「賞味期限・消費期限」 を確認している市民の割合は横ばいですが、「栄養成分表示」や「原材料名」を 確認している市民の割合については減少傾向にあります。

今後、食品関連事業者などへの食品衛生法*や健康増進法*に基づく原材料名や栄養成分表示に関する情報提供及び指導による食品表示の適正化に努めるとともに、消費者の食品表示の理解や知識を深める取組が求められます。

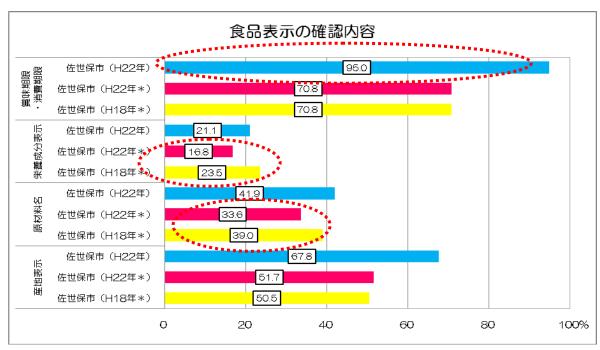


図6*佐世保市(H22年及びH22年*):佐世保市食育に関するアンケート調査(平成22年度) 佐世保市(H18年*):佐世保市食育に関するアンケート調査(平成18年度)

🔲 朝食の摂取状況

高校生から成人(16歳~79歳)では、朝食を「毎日食べる」市民は79. 0%となっています。また、全国では、「ほとんど毎日食べる」と答えた者の割合が85.3%となっています。(**図7**)

前回の調査時(対象:20歳~59歳)と比較すると、朝食を「全く食べない」市民の割合は、5.4%から6.4%と1ポイント増加するとともに、「毎日食べる」市民の割合は、75.7%から73.5%と2.2ポイント減少しています。

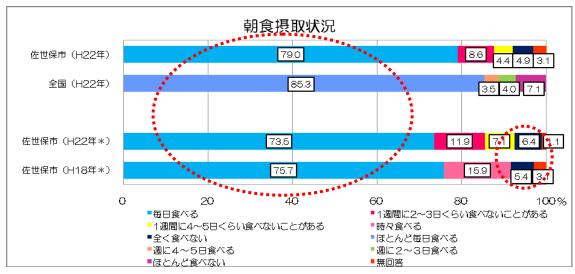


図7*佐世保市(H22年及びH22年*): 佐世保市食育に関するアンケート調査(平成22年度) 佐世保市(H18年*): 佐世保市食育に関するアンケート調査(平成18年度) 全国:内閣府 食育の現状と意識に関する調査報告書(平成23年3月)

朝食を「毎日食べる」子どもは、5歳児91.8%、小学2年生91.6%、 小学5年生92.6%、中学2年生85.6%となっています。(**図8**)

朝食を「全く食べない」子どもは、5歳児O.2%、小学2年生O.8%、小学5年生O.4%、中学2年生2.0%と学年が上がるごとに増加傾向にあります。

しかし、前回の調査時(佐世保市民の食育および健康・食生活に関する実態調査*平成17年3月:5歳児O.3%、小学2年生1.7%、小学5年生2.4%、中学2年生4.9%、成人5.6%)と比較すると全体的に減少しており、目標値(すべての年齢で0%)を達成することはできませんでしたが改善傾向にあります。

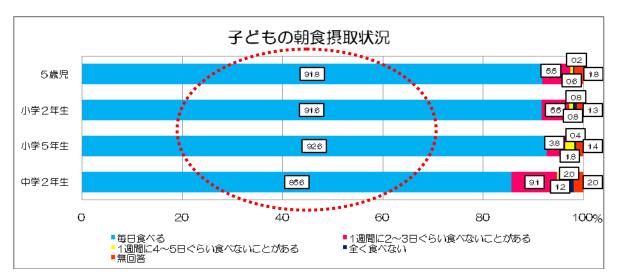


図8*佐世保市食育に関するアンケート調査(平成22年度)

朝食を「毎日食べる」ほど、「食事バランスガイド*」や「食生活指針*」などを「参考にしている」及び「今後、参考にしたいと思っている」市民が多い傾向にあります。(**図9**)

朝食を摂取する機会が多い市民ほど、さまざまな食育(「食育の認識」、「家族 そろっての食事」、「食前食後の挨拶」など)を実践しており、食育の取組に前 向きな市民の割合が多い傾向にあります。

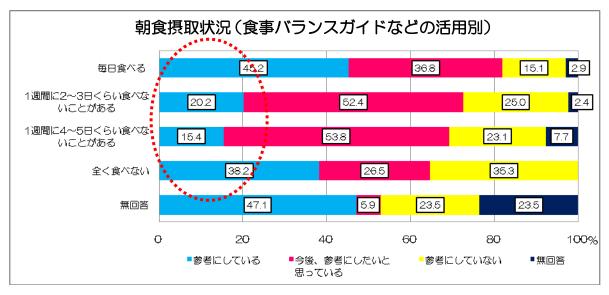


図 9*佐世保市食育に関するアンケート調査(平成 22 年度)

市民一人ひとりが生涯にわたって健康的な食生活を送るために、今後、家庭、教育及び保育機関、地域社会などの場で、「早寝・早起き・朝ごはん*」など、朝食摂取に向けた望ましい食習慣への取組が求められます。

□ 共食の機会の状況(家族そろっての食事)

家族そろって食事をする日数が、1週間のうちに「6~7日」の市民の割合は59.8%となっています。また、全国の家族そろって「ほとんど毎日食べる」と答えた者の割合は、朝食50.1%及び夕食56.5%となっています。(图10)

家族そろって食事をする日数が、「3日以上」の市民の割合は74.9%であり、前回の調査時(佐世保市民の食育および健康・食生活に関する実態調査*平成17年3月:76.0%)と比較すると下回っています。

ライフスタイルの多様化などにより、家族そろっての食事の機会が減っている状況が見受けられます。

今後も、男女共同参画の促進による共食の機会の増加などの食育の取組が求められます。

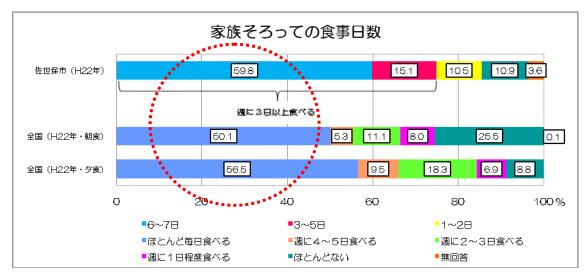


図 10*佐世保市食育に関するアンケート調査(平成 22 年度)

全国:内閣府 食育の現状と意識に関する調査報告書(平成23年3月)

□ 食育の認識及び取組状況

食育という言葉を「意味も含めて知っている」市民の割合は48.7%となっています。全国の「言葉も意味も知っていた」と答えた者の割合の44.0%を上回っています。(図11)

また、食育という言葉を「意味も含めて知っている」及び「聞いたことはあるが、意味は知らない」市民の割合は87.6%となっています。

前回の調査時(対象:20歳~59歳)と比較すると、食育という言葉を「意味も含めて知っている」及び「聞いたことはあるが、意味は知らない」市民の割合は、64.3%から91.4%と大幅に増えており、食育の認識は高くなっています。

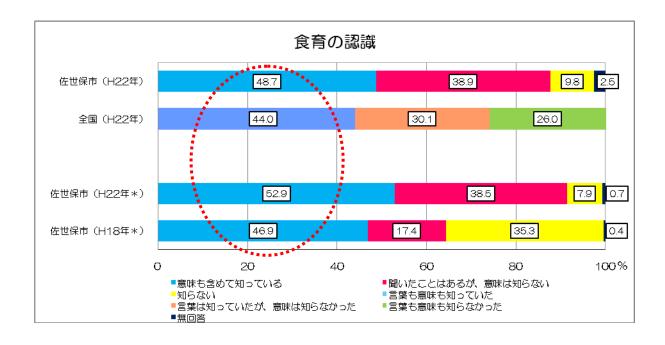


図 11*佐世保市(H22年及びH22年*): 佐世保市食育に関するアンケート調査(平成22年度) 佐世保市(H18年*): 佐世保市食育に関するアンケート調査(平成18年度) 全国:内閣府食育の現状と意識に関する調査報告書(平成23年3月) 食育に「取り組んでいる」市民の割合は、41.6%(市民全体では20.3%)となっており、目標値(60%)を上回ることができませんでしたが、前回の調査時(16%)と比較して改善傾向にあります。

しかし、前回の調査時(対象:20歳~59歳)と比較すると、「取り組んでいない(取り組む予定もない)」市民の割合が9.9%から20.3%に増加しています。(図12)

これらの結果から、食育の認知度は高いものの、実践している市民の割合は 少ない傾向が見受けられます。

市民一人ひとりが生涯にわたって健康的な食生活を送るために、今後、家庭、教育及び保育機関、地域社会などの場で、さまざまな関係機関や団体との連携のもと、食育を実践するための取組が求められます。

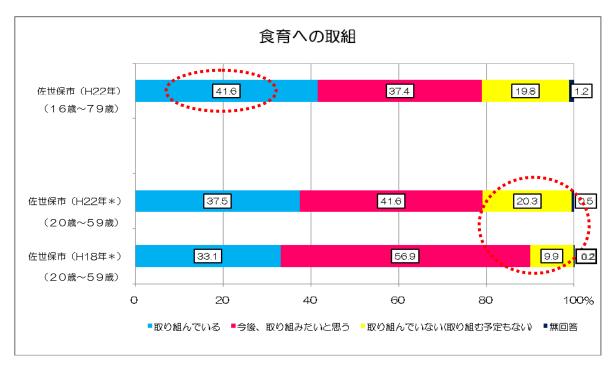


図 12*佐世保市(H22年及びH22年*): 佐世保市食育に関するアンケート調査(平成22年度) 佐世保市(H18年*): 佐世保市食育に関するアンケート調査(平成18年度)

■ 食事バランスガイドなどの認識及び活用状況

「食事バランスガイド」や「食生活指針」について、「両方知っている」及び「どちらか一方を知っている」市民の割合は55.9%であり、目標値(80%)を上回ることができませんでしたが、前回の調査時(33%)と比較すると改善傾向にあります。(**図13**)

前回の調査時(対象:20歳~59歳)と比較すると、「両方知っている」及び「どちらか一方を知っている」市民の割合は、31.7%から54.7%と増加しており、「食事バランスガイド」などの認識は高くなっています。

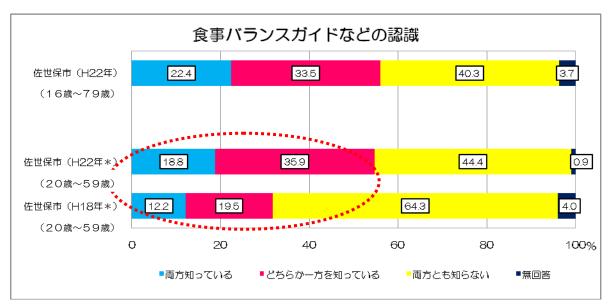


図 13*佐世保市(H22年及びH22年*): 佐世保市食育に関するアンケート調査(平成22年度) 佐世保市(H18年*): 佐世保市食育に関するアンケート調査(平成18年度)

「食事バランスガイド」や「食生活指針」を、「両方知っている」市民ほど、 食育に「取り組んでいる」及び「今後、取り組みたいと思っている」傾向にあ ります。(**図14**)

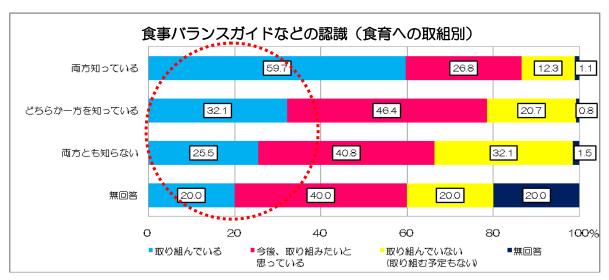


図 14*佐世保市食育に関するアンケート調査(平成 22 年度)

「食事バランスガイド」や「食生活指針」を「両方知っている」及び「どちらか一方を知っている」市民の中で、参考にした食生活を送っている市民の割合は、41.9%(市民全体では23.5%)となっており、目標値(60%)を上回ることはできませんでしたが、前回の調査時(5.6%)と比較すると改善傾向にあります。(図15)

前回の調査時(対象:20歳~59歳)と比較すると、「参考にしている」市 民の割合は16.7%から33.9%に増えています。

また、「参考にしていない」市民の割合も18.7%から21.0%と増えています。

このことから、「参考にしている」市民と「参考にしていない」市民がともに増えており、食育の実践に対する市民の認識については、2極化している傾向が見受けられます。

市民一人ひとりが生涯にわたって健康的な食生活を送るために、今後、家庭、教育及び保育機関、地域社会などの場で、さまざまな関係機関や団体との連携のもと、「食事バランスガイド」などの周知に努めるとともに、食育を実践するための取組が求められます。

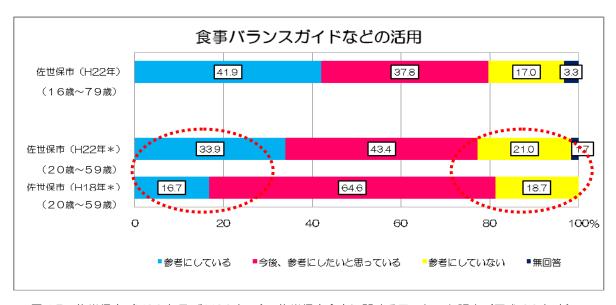


図 15*佐世保市(H22年及びH22年*): 佐世保市食育に関するアンケート調査(平成22年度) 佐世保市(H18年*): 佐世保市食育に関するアンケート調査(平成18年度)

◯ メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)の

認識、判断及び予防方法の知識

「メタボリックシンドローム」という言葉を、「意味も含めて知っている」市民の割合は、81.4%となっており、目標値(80%)を上回っています。(**図** 16)

「メタボリックシンドローム」という言葉を「意味も含めて知っている」市民の中で、「メタボリックシンドローム」を「判断できる」市民の割合は80.2%(市民全体では65.2%)であり、目標値(50%)を上回っています。

「メタボリックシンドローム」という言葉を「意味も含めて知っている」市民の中で、「メタボリックシンドローム」の「予防方法を知っている」市民の割合は81.2%(市民全体では66.1%)であり、目標値(50%)を上回っています。

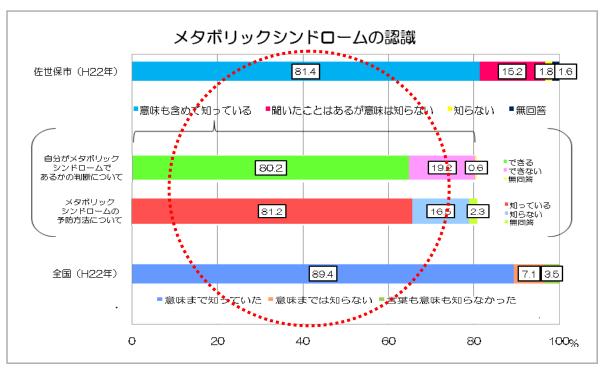


図 16*佐世保市食育に関するアンケート調査(平成 22 年度) 全国:内閣府 食育の現状と意識に関する調査報告書(平成 23 年 3 月)

長崎県内の20歳以上の男女において、「メタボリックシンドロームが強く疑われる者または予備群と考えられる者」は、全国よりやや多い状況です。

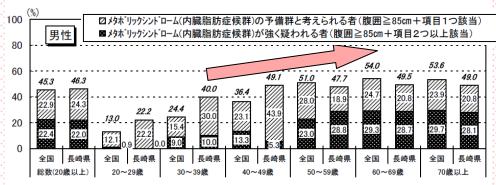
(図17)

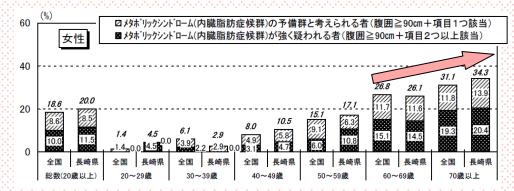
また、男性では全国よりも若い年齢である30歳代から「メタボリックシンドローム」が増えており、40歳代以降はほぼ横ばいの状況です。女性では、年齢を経るごとに増えており、60歳代では4人に1人、70歳代では3人に1人が、「メタボリックシンドロームが強く疑われる者または予備群と考えられる者」となっています。

しかし、平成21年国民健康・栄養調査の結果の概要では、20歳代の女性において低体重(やせ)の者(BMI*18.5未満)の割合は22.3%、40~60歳代女性の肥満者の割合は21.8%となっています。(**図18**)

「メタボリックシンドローム」の認識、判断及び予防方法を知っている市民は多いものの、適正体重などの維持を含めた望ましい食習慣の実践については、 今後もより一層の食育の取組が必要です。







◆◇◆参考*メタボリックシンドロームの診断基準◆◇◆

●メタボリックシンドロームが強く疑われる者

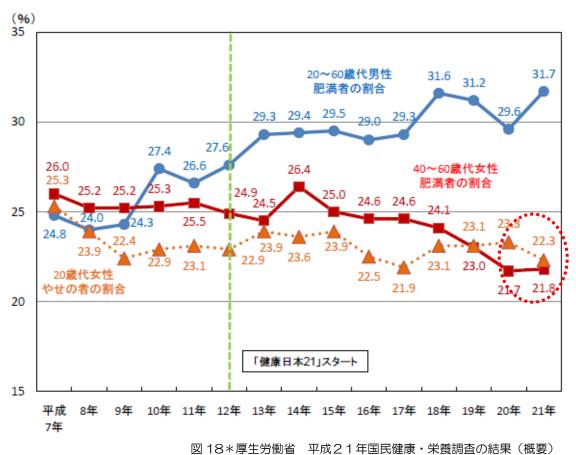
ウエスト周囲径(男性85cm、女性90cm以上)で、下記の3項目(血中脂質、血圧、血糖)のうち2つ以上の項目に該当

●メタボリックシンドロームの予備群と考えられる者

ウエスト周囲径(男性 $85\,\mathrm{cm}$ 、女性 $90\,\mathrm{cm}$ 以上)で、下記の3項目(血中脂質、血圧、血糖)のうち1つに該当

◆◇◆3項目※血中脂質、血圧、血糖◆◇◆

- ① HDL コレステロール40m1/d1未満、または、コレステロールを下げる薬の服用
- ② 収縮期血圧130mmHg以上かつ・または、拡張期血圧85mmHg以上、または 血圧を下げる薬の服用
- ③ HbA1c5. 5%以上、または、インスリン注射または血糖値を下げる薬の服用



◯ 食育に関わるボランティアへの参加状況

食育に関するイベントにボランティアとして参加したことのある市民の割合は4.1%となっています。(**図19**)

また、体験活動(野菜栽培体験、牧場体験、乳製品加工体験など)に参加したことのある市民の割合は、男性9.9%、女性14.1%となっており、男性への食育の実践への意識づけが求められます。(図20)

今後、食育に関するイベントなどについて、より効果の高い周知方法を検討するとともに、さまざまな関係機関や団体などと連携し、一人ひとりの主体的な食育活動の充実と定着に向けた取組が求められます。

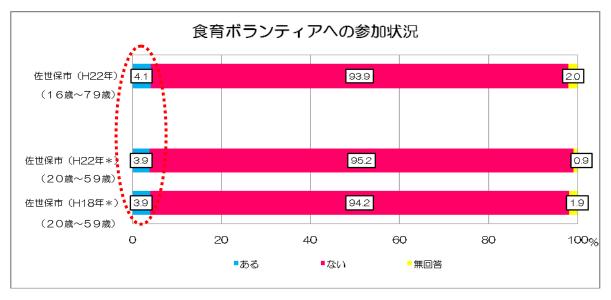


図 19*佐世保市食育に関するアンケート調査(平成 22 年度)

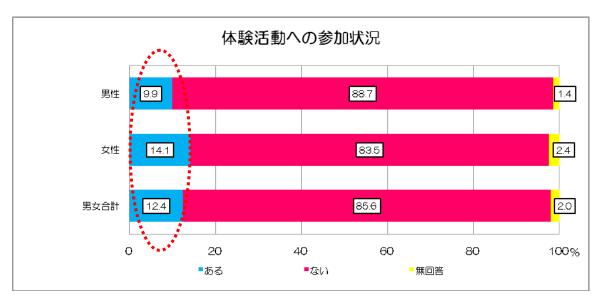


図 20*佐世保市食育に関するアンケート調査(平成 22 年度)

🔲 食文化の継承(正しい箸の持ち方)

正しい箸の持ち方を理解している子どもは、5歳児28.5%、小学2年生31.6%、小学5年生47.7%、中学2年生52.0%となっています。

目標値(小学2年生60%、小学5年生70%、中学2年生80%)を上回ることはできませんでしたが、学年が上がるごとに正しい箸の持ち方を理解している子どもは増えています。(**図21**)

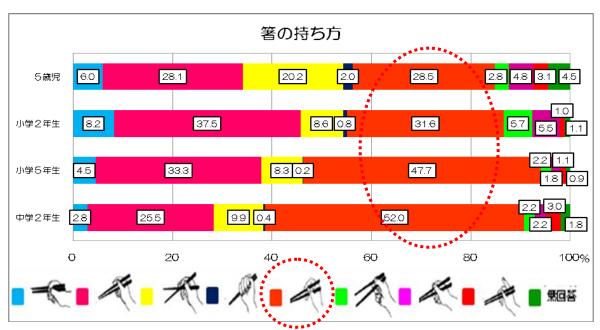


図 21*佐世保市食育に関するアンケート調査(平成 22 年度)

□ 健康診断の受診状況

定期的に健康診断を受診している市民の割合は、男性67.1%、女性56.1%となっており、男性の方が労働安全衛生法及び労働安全衛生規則により定められている労働者の職場における健康診断などの徹底により、定期的に受診する機会が多い状況が見受けられます。(**図22**)

医療機関との連携のもと、定期的な健診の必要性などの情報提供に努めることで、今後もより一層の食育の推進が求められます。

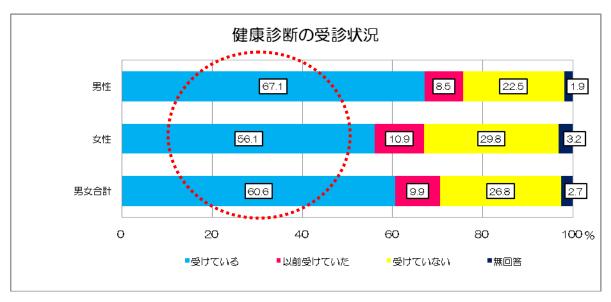


図 22*佐世保市食育に関するアンケート調査(平成 22 年度)

■ 8020運動などの推進状況

(歯科健診の受診状況や子どものむし歯の状況など)

定期的に歯科健診を受診している市民の割合は、男性28.0%、女性28.6%となっています。(**図23**)

前回の調査時の現状値(25%)を上回っており改善傾向にありますが、目標値(50%)を下回っており、医療機関との連携のもと、今後も継続した8020運動などの推進への取組が求められます。

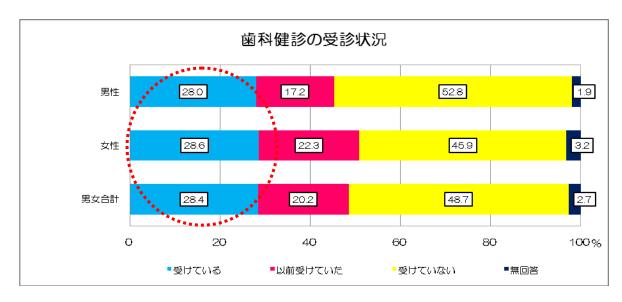


図 23*佐世保市食育に関するアンケート調査(平成 22 年度)

3歳児のむし歯の有病者率は全国平均よりやや多くなっています。また、一人平均むし歯本数についても、全国平均よりやや多い状況です。(**図24**)

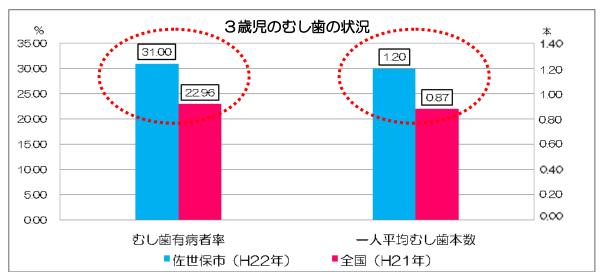


図 24*厚生労働省 歯科健康診査に係る実施状況(平成 21 年度)

子ども(6歳~11歳)のむし歯の割合は、年々、減少傾向にあります。(**図 25**)

また、12歳児の一人当たり平均むし歯本数は、全国1.40本、本市では1.31本となっており、全国に比べて少ない状況です。(**図26**)

学齢期におけるむし歯の予防状況は、全国に比べて良好ですが、幼児期におけるむし歯の有病者率などにおいては、今後も、家庭や教育及び保育機関、地域社会などとの連携のもと、取り組んでいくことが重要です。

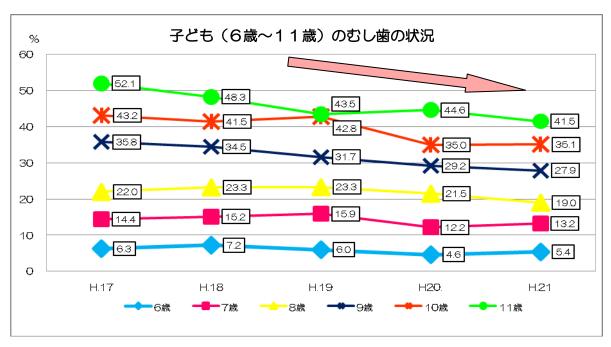


図 25*佐世保市学校歯科健診における永久歯の実態調査(平成 21 年度)

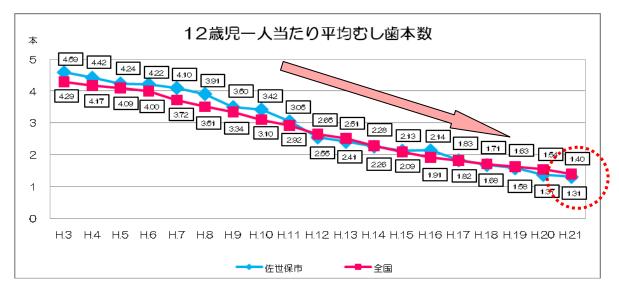


図 26*佐世保市学校歯科健診における永久歯の実態調査(平成 21 年度)

また、文部科学省学校保健統計(平成22年度)では、中学3年生の歯列・咬合の異常の割合は、全国5.54%、本市では6.03%となっています。今後も、すべてのライフステージにおいて、噛ぎング30*などによる歯科保健と連携した食育の推進が重要です。

◯ かむことへの意識

高校生から成人(16歳~79歳)では、食べるときに「一口30回以上、かむことを意識している」及び「特にかむ回数は意識していないが、よくかむように意識している」市民の割合は60.2%となっています。(**図27**)

全国における噛み方、味わい方といった食べ方に「関心がある」及び「どちらかといえば関心がある」と答えた者の割合は70、2%となっています。

食べるときに「一口30回以上、かむことを意識している」及び「特にかむ回数は意識していないが、よくかむように意識している」子どもは、5歳児59.6%、小学2年生81.0%、小学5年生71.8%、中学2年生50.0%となっています。

低学年において意識が高いものの、学年が上がるごとに減少する傾向にあります。

市民一人ひとりが生涯にわたって健康的な食生活を送るために、「食べもの」をおいしく味わうことは重要です。「食べもの」の入口である、歯と口の健康維持に努めるとともに、すべてのライフステージにおいて、噛ミング30などによる歯科保健と連携した食育の取組が求められます。

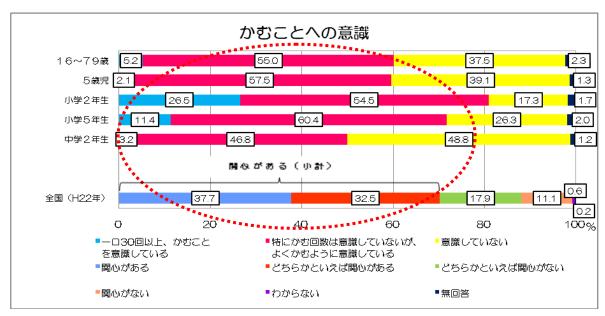


図27*佐世保市食育に関するアンケート調査(平成22年度)

全国: 内閣府 食育の現状と意識に関する調査報告書(平成23年3月)

2-4 佐世保市の食育の課題と施策展開の視点

🦳 佐世保市の食育の現状(まとめ)

本市におけるこれまでの食育推進状況や目標値の達成度などから、次のような特徴が挙げられます。

- 食育を(意味も含めて)知っている人の割合は、全国44.0%、本市48. 7%であり、食育に関する認識は全国に比べて高い状況です。
- ▶ 朝食を欠食する人の割合については、20代から50代で比較すると、表1の とおり、本市の方がすべての年齢層で低く、朝食を摂取する機会が多い状況で す。
- 学校給食での地場産を使用する割合については、全国26.1%、本市48. 3%であり、本市における地産地消の状況は全国に比べて高い状況です。
- ▶ 食事バランスガイドなど栄養に配慮した食生活を送っている人の割合は、全国 50.2%、本市23.4%であり、望ましい食生活など食育を実践している 人の割合は全国に比べて低い状況です。

◆◇◆全国と比較した本市における食育推進状況(表1)◆◇◆

基本目標			佐世保	沛	全 国	
食育を(意味も含めて)知っている人の割合			48.	7%*1	44. 09	6 ^{*2}
朝食を欠食する人の	20代	男	7.	9%*1	33. 09	6 ^{*3}
割合		女	4.	3%*1	23. 29	6 ^{*3}
	30代	男	11.	7%*1	29. 29	6 ^{%3}
		女	2.	7%*1	18. 19	6 ^{*3}
	40代	男	12.	0%*1	19. 39	6 ^{*3}
		女	4.	1 %*1	12. 19	6 ^{%3}
	50代	男	8.	2%*1	12. 49	6 ^{*3}
		女	5.	8%*1	10. 69	%³
学校給食での地場産を使用する割合(重量比)			48.	3%*1	26. 19	6*4
食事バランスガイドなど栄養バランスに配慮			23.	4%*1	50. 29	6 ^{**5}
した食生活を送っている人の割合						

(現状値の出典)

- ※1 佐世保市食育に関するアンケート調査(平成22年度)
- ※2 内閣府 食育の現状と意識に関する調査報告書(平成23年3月)
- ※3 厚生労働省 平成21年国民健康・栄養調査の結果(概要)
- ※4 文部科学省 学校健康教育課調べ(平成21年度)
- ※5 内閣府 食育の現状と意識に関する調査(平成21年12月)

□ 佐世保市の食育の課題

本市における食育に関するアンケート調査の結果から、次のような課題が挙げられます。

▶ 食品表示の確認内容における「原材料名」や「栄養成分表示」を見ている市民(対象:20代~50代)の割合は、前回の調査時に比べ減少しています。(図6)

(平成18年度) (平成22年度)

- ◆◇◆ 栄養成分表示 23.5% → 16.8% ◆◇◆
- ◆◇◆ 原材料名 39.0% → 33.6% ◆◇◆

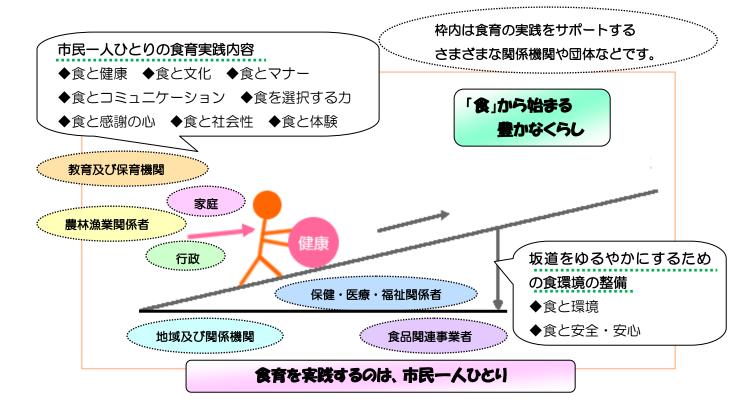
このことから、食の安全性に関する関心が低くなる傾向にあり、食に関する 適切な情報提供が不足している状況が考えられます。

- ▶ 「食事バランスガイド」などについて「両方知っている」及び「どちらかー方を知っている」市民の割合は55.9%で、前回の調査時(33.0%)に比べて高い傾向にありますが、生活習慣病予防のために、「食事バランスガイドなどを参考にした食生活を送っている市民」の割合は、市民全体の約4人に1人(23.5%)という状況であり、知識と行動が伴わない傾向にあります。(図13、図15)
- ▶ 「家族そろっての食事をする日数が3日以上」の市民の割合は、74.9%であり前回調査時(76.0%)よりも下回っています。また、食育に関する「ボランティア活動」に参加したことのある市民の割合は2.5%増にとどまっており、目標値(現状値の20%以上の増加)に比べて少ない状況です。(図10、図19)

このことから、ライフスタイルの多様化などにより、共食などをとおした食の体験活動の機会やボランティアなどの食の担い手が不足していることが考えられます。

□ 佐世保市の施策展開の視点

本市では、下図のとおり地域に根ざした食育を推進します。



そのため、次のような施策展開の視点が挙げられます。

- さまざまな関係機関や団体との食育ネットワークの構築による、食に関する適切な情報提供の推進
- ▶ 継続した望ましい食生活の実践による健やかな生活の充実
- 共食などをとおした食に関する体験の機会を増やすために、地域に密着した食の担い手などによる食育の取組の促進

本市では、上記の施策展開の視点から、『「食」から始まる豊かなくらし』の 実践に向けて、7項目の基本方針を推進するために、「さ1・せ2・ぼ3*」をキー ワードに3つの重点課題(P2及びP34~P36)を新たに設定しています。

第3章 食育推進の基本的な考え方

3-1 基本理念

本市では、国の基本方針をもとに地域性を踏まえ、「『食』から始まる豊かな くらし、食育実践都市 'させぼ'」を基本理念とし、食育を展開していきます。

◆基本理念◆

『食』から始まる豊かなくらし、食育実践都市'させぼ'

共食などをとおして、食に関する理解や関心を深めることで、食育を推進する市民一人ひとりが、適切な食の選択による望ましい食生活を**実践する**ことにより、生涯にわたって心身ともに健やかに**豊かなくらし**を送ることを目指します。

3-2 基本方針

基本理念の実現に向け、本市の食育の展開を示した食育の基本方針を了項目設定します。

◆◆◆ 基 本 方 針 ◆◆◆

- 1 市民の心身の健康増進と豊かな人間形成
- 2 保護者、教育関係者などによる子どもの食育推進
- 3 食育推進運動の展開
- 4 食に関する感謝の念と理解
- 5 食に関する体験活動と食育推進活動の実践
- 6 伝統的な食文化、自然や環境と調和した生産などへの配慮と農林漁業の活性化
- 7 食品の安全性の確保などにおける食育の推進

1 市民の心身の健康増進と豊かな人間形成

生涯にわたって健康的な食生活を送ることは、健康の保持増進や豊かな人間性を育むうえで重要です。一人ひとりが食育を自らの問題として認識し、食に関する適切な知識や判断力を身につけ、健康的な食生活を継続して実践できるように取り組む必要があります。

そのため、ライフステージや健康状態、生活環境などに配慮した体験活動、健康や栄養及び地域の食材に関する旬や調理方法に関する情報提供に取り組んでいきます。

2 保護者、教育関係者などによる子どもの食育推進

子どもの食育の推進は、健全な心身と豊かな人間性を育んでいく基礎となる ものであり、子どもの成長や発達に合わせた継続性のある推進が必要です。

そのため、保護者、教育及び保育関係者などの食育についての意識の向上を 図るとともに、相互の密接な連携のもと、家庭、教育及び保育機関、地域社会 などの場で、子どもが食に関する感謝の念や理解を深め、食品の安全性や食事 のマナーなど、食に関する基礎知識について、楽しく学ぶことができるように 成長や発達に合わせた取組を推進します。

3 食育推進運動の展開

生涯にわたって健康的な食生活を送るためには、一人ひとりが主体的に食育の意義や必要性などを理解し共感するとともに、継続して実践することが重要です。

そのため、関係機関や団体、行政などが相互の密接な連携のもと、食をめぐるさまざまな情報を共有するとともに、家庭、教育及び保育機関、地域社会など多様な場での主体的な参加と連携、協力による取組を推進します。

4 食に関する感謝の念と理解

日々の食生活は、自然の恩恵のうえに成り立ち、食べることが貴重な動植物の命を受け継ぐことであるとともに、食事に至るまでに生産者をはじめ多くの人々の苦労や努力に支えられています。

また、日本には、世界が注目する「もったいない」という言葉があります。 日常の食の現状を見つめ直し、食の大切さを再認識することが重要です。

そのため、動植物の命を尊ぶ機会となるように、さまざまな体験活動や適切な情報提供などをとおして、食に関する感謝の念や理解が深まるような取組を推進します。

5 食に関する体験活動と食育推進活動の実践

食は観念的なものではなく、日常の調理や食事などの食生活と深く結びついた体験的なものです。

そのため、家庭、教育及び保育機関、地域社会などの場で、食に関する体験活動を推進する農林漁業関係者、食品関連事業者、教育及び保育関係者など、多様な主体によって、市民の体験活動の機会が提供されるとともに、食の多面的な姿を学び、主体的に食育活動を実践することができるような取組を推進します。

6 伝統的な食文化、自然や環境と調和した生産などへの 配慮と農林漁業の活性化

佐世保市は、九十九島などを有する美しい海と烏帽子岳、国見山及び白岳高原など緑豊かな山々に囲まれ、一年を通して温暖な気候と豊かな自然に恵まれています。「海の幸」や「山の幸」をともに有する素晴らしい食環境によって、各地域には多彩な食材が存在しています。

地域に根ざした伝統的な食文化や食生活は、心身の健康や精神的な豊かさと 密接な関係があります。また、食料の生産が自然の恩恵のうえで成り立ってい ることから、自然や環境と調和のとれた農林水産業の推進が求められます。

そのため、各地域の多彩な食材を生かした食文化や食生活の継承及び発展に努めるとともに、市街地と農山漁村の共生や生産者と消費者との交流を深め、 農林水産業の活性化につながるような取組を推進します。

7 食品の安全性の確保などにおける食育の推進

食品の安全性の確保は、食生活における基本的な問題です。

食品関連事業者が食品の安全性を確保することは責務ですが、消費者においても、食に関する知識と理解を深め、適切な食の選択の実践に努めていくことが重要です。

そのため、食品の安全性や栄養成分など食品の特徴をはじめとする食に関する情報を、多様な手段で提供するとともに、消費者、食品関連事業者及び行政などによる積極的な情報や意見の交換を行うことで、食品の安全性の確保などにおける取組を推進します。

3-3 重点課題

「『食』から始まる豊かなくらし、食育実践都市'させぼ'」を基本理念とし、以下の3つの重点課題「さ1・せ2・ぼ3*」を踏まえて、食育を推進していきます。

◆◆◆ 重 点 課 題 ◆◆◆

- 1 さまざまな関係機関や団体との食育ネットワークの構築
- 2 生活習慣病予防及び改善につながるための食育の推進
- 3 食育ボランティアや管理栄養士などの育成及び活躍の機会の増加

1 さまざまな関係機関や団体との食育ネットワークの構築

食育は、健康・栄養及び食品の安全性など、食に関する適切な知識や技術の情報を正しく得ることから始まります。

さまざまな関係機関及び団体と行政などが相互の密接な連携のもと、情報の 共有を図り、食育におけるネットワークを広げることで、市民一人ひとりが、 健康的な食生活を継続して実践することが重要です。

そのため、食育に関するイベントや料理教室の開催情報をホームページなど で掲載するなど、さまざまな媒体や機会をとおして食育の取組を推進します。

主な取組

- ▶ 広報させぼや公民館だより、ホームページなどで、さまざまな関係機関や団体、行政などが行う食育に関する情報(イベントや料理教室、食の安全性など)についての共有化を図ります。
- ▶ 市民一人ひとりの健康状態や生活環境に配慮し、継続性のある食生活支援を行うために、栄養指導や食形態を含めた食事の提供のあり方などについての情報共有及び資質の向上を目的とした、市内の管理栄養士・栄養士における職域(保健・医療・福祉・介護など)を超えたネットワークを構築し、食育を推進するための環境整備を行います。
- ▶ 子どもを育んでいく次世代の育成の観点から、青年期以降に利用する機会が増える外食や中食においては、食品関連事業者や外食産業などとの連携による健康に配慮したメニューの提供や健康に関する情報提供などをとおして、市民一人ひとりの適切な食の選択を支援します。

2 生活習慣病予防及び改善につながるための食育の推進

生涯にわたって健康的な食生活を送ることは、生活習慣病の予防及び改善につながります。

食育やメタボリックシンドロームに関する認知度は、年々、向上していますが、実践する市民の割合の増加については、特定健康診査・特定保健指導*の実施率の向上も含めて、今後も継続した支援が必要です。

そのため、すべてのライフステージで、望ましい食生活や運動によって、健 やかな生活習慣を実践していけるよう、家庭、教育及び保育機関、地域社会な どの場で、食育の取組を推進します。

主な取組

- ▶ 保健・医療・福祉・介護・在宅などにおいて、管理栄養士・栄養士などによる継続性のある食生活及び運動における支援・指導を実施することで、市民一人ひとりの生活習慣病の予防及び改善に努めます。
- ▶ 健康診断受診の必要性や望ましい食生活や運動における情報提供の 充実により、市民一人ひとりの望ましい食生活の実践を推進します。
- ▶ 食事バランスガイドや食育ガイド(仮称)などによる望ましい食生活における知識の普及に努め、すべてのライフステージに応じた食育を推進します。

3 食育ボランティアや管理栄養士などの

育成及び活躍の機会の増加

すべてのライフステージにおいて、食育をとおして生活習慣病などの予防及び改善を図るためには、一人ひとりの健康状態や生活環境などに配慮した専門的な支援が必要です。

家庭、教育及び保育機関、地域社会などの場で、食育をより身近に捉えるための体験活動や、専門的な支援を継続して行うために、食育の担い手(ボランティアや管理栄養士など)の育成及び資質の向上や活躍の機会の増加に努めることで、地域に密着した食育の取組を推進します。

主な取組

- ▶ 市民一人ひとりの体験活動の充実を目的として、ボランティアや管理栄養士・栄養士などを対象とした研修会や講習会などをとおして、地域における食育の担い手の育成及び活躍の機会の増加に努めることで、より効果的に食育を推進します。
- ▶ 食育の担い手(ボランティアや管理栄養士など)などが、地域における望ましい食生活について普及啓発することで、市民一人ひとりの共食の機会や体験活動の増加に努めるとともに、食育の実践を支援します。

3-4 基本目標

基本理念及び基本方針の推進に向けて、本市の現状を踏まえ、基本目標を14項目、それに基づく数値目標を掲げた推進項目を30項目設定します。

	基本目標	推進項目	現 状 値 平成 22 年度	目標値 平成27年度
1	「食育」の関心について	「食育を(意味も含めて)知っている人の割合の増加	48. 7%	90%
		「食育」の取組を行っている人の増加	20. 3%	60%
2	朝食の欠食について	未就学児	0. 2%	0%
	(欠食する市民の割合	小学2年生	0.8%	0%
	の減少)	小学 5 年生	0. 4%	0%
		中学2年生	2. 0%	0%
		成人	4. 9%	2%
3	学校給食について	地場産を使用する割合の増加	佐世保産品	
		(重量比)	48. 3%	55. 0%
			(平成21年度)	
4	「食事バランスガイド」	知っている市民の割合の増加		
	など栄養バランスに配	(両方・どちらか一方を知って	55. 9%	80%
	慮した食生活について	いる)		
		参考にした生活を送っている 市民の割合	23. 4%	60%
5	メタボリックシンドロ	メタボリックシンドローム(内	佐世保市民	佐世保市民
	ーム(内臓脂肪症候群)	臓脂肪症候群)の予防や改善の	の健康に関	の健康に関
	について	ための適切な食事や運動など	する実態調	する実態調
		を継続的に実践している市民	查後決定	查後決定
		の割合の増加		
6	食育の推進にかかわる	食育にかかわるボランティア		現状値の
	ボランティアについて	やイベントに参加した市民の	4. 1%	20%以上
		割合の増加		の増加
7	食品の安全性に関する	賞味期限・消費期限を確認する	74. 6%	80%
	基礎的な知識を持って	市民の割合の増加	070	3 0 70
	いる市民の割合の増加	原材料名を確認する市民の割	31. 3%	60%
		合の増加	01.070	3 0 70

	基本目標	推進項目	現 状 値 平成 22 年度	目標値 平成27年度
8	8020運動の推進に	むし歯のない児童の割合の増	58. 8%	次期佐世保
	ついて	加(小学6年生)	(平成21年度)	市歯科保健
		むし歯のない生徒の割合の増	48. 2%	事業基本計
		加(中学3年生)	(平成21年度)	画策定後
		歯科健診を定期的に受診する	28. 4%	決定(平成
		市民の割合の増加(成人)	20, 4/0	25年度)
9	噛ミング30の推進に	未就学児	59. 6%	70%
	ついて(よく噛んで味	小学2年生	81.0%	90%
	わって食べるなど食べ	小学5年生	71.8%	80%
	方に関心のある市民の	中学2年生	50.0%	60%
	割合の増加)	成人	60. 2%	70%
10	健康診断について	定期的に健康診断を受診する	60. 6%	80%
		市民の割合の増加	00.0%	80%
11	地産地消の推進につい	主要直壳所壳上額	6. 4億円	6.4億円
	て		(平成21年度)	0. 4個月
12	市街地と農山漁村の交	農林業体験利用者数の増加	935人	
	流促進について		(平成21年度)	1,800人
		漁業体験者数の増加	5,636人	8,000人
			(平成21年度)	
13	家族そろっての食事の	1週間のうち家族そろって食		
	機会向上について	事をする日が3日以上ある市	74. 9%	90%
		民の割合の増加		
14	食文化の継承について	小学2年生	31. 6%	60%
	(正しい箸の持ち方がで	小学5年生	47. 7%	70%
	きる子どもの増加)	中学2年生	52. 0%	80%

※現状値の出典

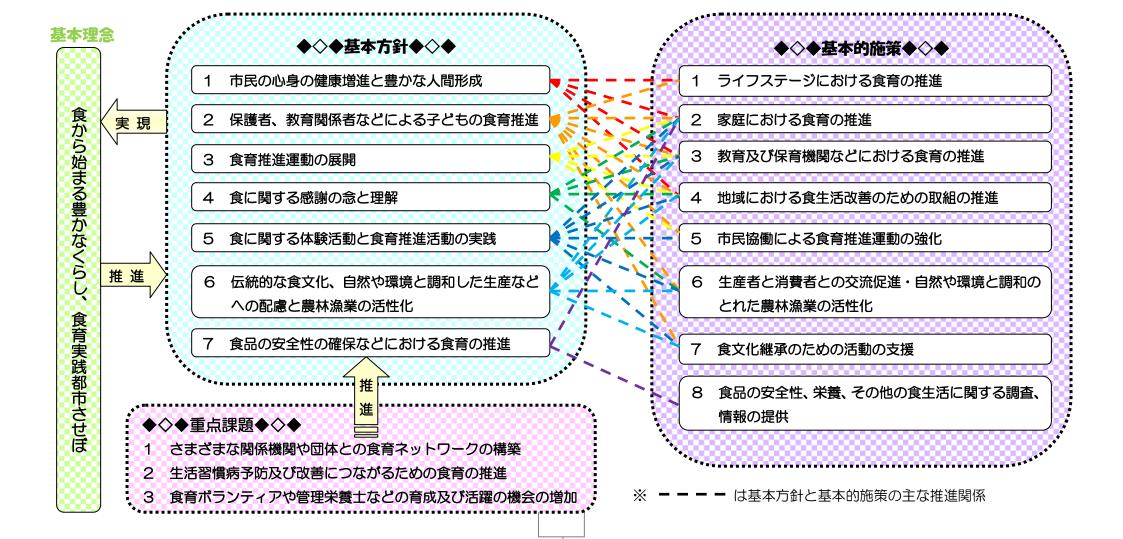
1,2,4,6,7,8,9,10,13,14*佐世保市食育に関するアンケート調査(平成22年度)

- 3,11,12*佐世保市農林水産業基本計画(現状値は平成21年度)
- 5*佐世保市民の健康に関する実態調査(現状値は平成23年度)
- 8*佐世保市歯科保健事業基本計画(現状値は平成21年度)

3-5 計画の体系

基本理念の実現を目指し、基本目標を着実に達成するために、行政、教育及び保育関係者、保健・医療・福祉関係者、農林漁業関係者、食品関連事業者など、さまざまな関係機関や団体との連携のもとに、食育を展開していくことが求められます。

本市の食をめぐる現状や地域特性などを踏まえ、基本理念を軸に基本方針了項目、特に取り組むべき重要な施策として基本的施策8項目を設定し、食育を推進します。



第4章 リーティングプラン

4-1 リーティングプランの体系

基本的施策(8項目)

施 策(37項目)

- 1 ライフステージにおける食育の 推進
- ◆乳児期における食育
- ◆幼児期における食育
- ◆学齢期における食育
- ◆青年期における食育
- ◆壮年期における食育
- ◆高齢期における食育
- ◆妊娠期における食育

2 家庭における食育の推進

- ◆生活リズムの向上
- ◆望ましい食習慣や知識の習得
- ◆適切な栄養管理に関する知識の普及と情報の提供
- ◆食品廃棄物の発生抑制・再生利用

- 3 教育及び保育機関などにおける 食育の推進
- ◆学校における食に関する指導の充実
- ◆生きた教材としての食事の提供及び給食の充実
- ◆幼稚園・保育所(園)などにおける推進
- ◆体験活動を通じた食への理解の促進
- ◆子ども・保護者への普及啓発
- ◆食のリサイクルの推進
- 4 地域における食生活改善のための 取組の推進
- ◆栄養バランスが優れた「日本型食生活」の実践
- ◆「食事バランスガイド」・「食育ガイド(仮称)*」などの普及
- ◆専門的知識を有する人材の育成・活用
- ◆地域や医療機関などにおける健康づくり
- ◆食品関連事業者などによる食育の推進
- ◆ボランティア活動などによる取組の推進
- 5 市民協働による食育推進運動の 強化
- ◆継続的な食育推進運動における情報提供及び取組の促進
- ◆各種団体などとの連携と協力体制の確立
- ◆食育に関する市民の理解の増進
- 6 生産者と消費者との交流促進・自 然や環境と調和のとれた農林漁業 の活性化
- ◆子どもを中心とした農林漁業体験活動の促進と消費者への情報提供
- ◆農林漁業者などによる食育の推進
- ◆地産地消の推進
- ◆市街地と農山漁村の共生と対流の促進
- 7 食文化継承のための活動の支援
- ◆食文化に関する知識の普及と情報の提供
- ◆学校の教科などにおける行事食及び郷土料理の活用
- 8 食品の安全性、栄養、その他の食生活に関する調査、情報の提供
- ◆リスクコミュニケーション*の促進
- ◆食品の安全性や栄養に関する情報の提供
- ◆食品関連事業者などによる自主衛生管理の推進
- ◆食品表示の適正化の推進
- ◆食生活に関する調査

リーディングプランは、特に重点的、優先的に取り組むべき施策、事業の総称です。全体の計画を効率的に先導し、各分野に広く横断的にわたるものであり、行政、教育及び保育関係者、保健・医療・福祉関係者、農林漁業関係者、食品関連事業者など、さまざまな関係機関や団体との連携のもと、分野別の相乗的な効果を発揮させるものです。

本市では、食をめぐる現状と課題を踏まえ、基本理念の実現を図るために、 8項目の基本的施策を軸に取組を展開します。

4-2 リーディングプランの展開

1 ライフステージ(年代別)における食育の推進

生涯にわたって健康的な食生活を送るために、すべてのライフステージにおいて成長や発達、健康状態及び生活環境などに配慮した食育を推進します。

本市では、ライフステージを乳児期・幼児期・学齢期・青年期・壮年期・高齢期・妊娠期の7つの段階で捉え、市民一人ひとりが健康的な食生活を継続して実践できるよう、支援体制などの環境の整備に努め、取組を展開します。

3 望ましい食に関する知識や技術の習得及び実践

ライフステージに合わせた適切な食に関する知識や技術を習得し実践すると ともに、歯科保健と連携した食育に取り組みます。

◆乳児期◆

健やかな母子・親子関係などの中で、食事のリズムを身につけ、食べる 楽しさを体験することで、一人ひとりの子どもの「食べる力」を育むこと が大切です。

味覚の形成や生活習慣病予防の観点から、健康的な食習慣の基礎を培う 重要な時期です。

授乳・離乳の支援ガイド*を参考にした食育を推進するとともに、食後の 歯磨きを習慣にしましょう。

◆幼児期◆

一人ひとりの子どもの成長や発達、咀嚼や摂食行動及び健康や栄養状態 などを踏まえた対応や支援が大切な時期です。

子どもの食に関する嗜好や体験を広げ深めることで、家族や仲間と食べることを楽しむ気持ちを育み、「食べもの」のことを話題にする機会を増やしましょう。

1日3回の食事以外で栄養素を補うための間食は、適切な量や時間に配慮し生活リズムを整えましょう。また、食後の歯磨きを習慣にしましょう。

◆学齢期◆

栄養バランスや食材から調理及び食卓までの過程などについて、家族や仲間との共食の中で、食に関する幅広い知識や技術を段階的に習得することが大切な時期です。

「早寝・早起き・朝ごはん」を心がけることで、自分の食生活を振り返り、改善できる力を育むとともに、食事のマナーや、季節及び行事に合わせた食事など、食文化などについて体験する機会を増やしましょう。

乳歯から永久歯に生え変わる時期です。噛ミング30を実践し、食べもの本来の味を味わうとともに、歯と口の健康に努めましょう。

◆青年期◆

家庭から自立する時期には、体の成長や体調の変化に合わせて、これまでに習得した知識や技術を応用することにより、自分らしい食生活を実現することが大切です。

健診や歯科健診などの受診による自己管理や、適切な食事や運動による 望ましい食生活や生活リズムを身につけましょう。

また、ライフスタイルの変化に伴い、外食や中食を利用する機会が増える傾向にあるため、健康づくり応援の店*などでの健康情報を参考に、適切な食の選択に努めましょう。

◆壮年期◆

社会や家庭的立場において充実した時期ですが、食事の偏りや運動不足などによる生活習慣病の予防に努める大切な時期でもあります。

社会環境の変化に伴い、男女共同参画の促進や男性の生活・自活能力を高めることも大切です。

生涯にわたって心身ともに健康であるために、健診や歯科健診などの受診による自己管理や、適切な食事や運動及び休養などにより、メタボリックシンドロームやロコモティブシンドローム*の予防に努めましょう。

◆高齢期◆

加齢に伴う身体機能、生活機能などの変化により、さまざまな症状が心身ともに表れやすい時期です。

生活習慣病や低栄養*などを予防することで、一人ひとりの QOL*の維持・向上及び健康寿命*の延伸に努めることが大切です。

健康状態や体調に合わせて食事内容を工夫するとともに、共食による適切な食事や運動などを実践しましょう。

咀嚼や嚥下機能の維持のため、8020運動や噛ミング30に取り組むとともに、定期的な健診や歯科健診などの受診による自己管理に努めましょう。

◆妊娠期◆

近年、食事バランスの偏りや低体重者の増加が、健康上の問題として取り上げられています。

健康な子どもを産み育てるために、妊娠前からの食事や運動などによる 一人ひとりに合った適切な体重管理や、心身の安定を含めた健康管理が大 切です。

妊産婦のための食生活指針*を参考にした食育を推進するとともに、つわりなどの体調の変化が表れやすいため、食後の歯磨きや歯科健診の受診による歯と口の健康維持に努めましょう。

- ◆乳児期◆ おおむね0~1歳未満
- ◆幼児期◆ おおむね1歳~就学前まで
- ◆学齢期◆ 小·中学生
- ◆青年期◆ 高校生~おおむね24歳
- ◆壮年期◆ おおむね25~64歳
- **◆高齢期◆ おおむね65歳~**

ここでは、ライフステージの年齢などを上記のように区分しました。 なお、ここに示した年齢はあくまで目安ですので、自分自身の健康状態 を知り、自分にあった食育を実践することが大切です。

2 家庭における食育の推進

家庭での健康的な食生活の実践は、生涯にわたって生き生きと豊かな暮らしを実現するための基本です。

家族そろっての食事は、食べることの楽しさやおいしさを共感し、体験をとおした家庭での食文化の継承や食事のマナーなどを含め、望ましい食生活における知識や技術を習得するとともに、さまざまな食に関する感謝の念を育む、食育の原点でもあります。

しかし、社会環境の変化やライフスタイルの多様化などにより、家族との共 食の機会の減少や、食品の安全性など食に対する意識の希薄化が問題として取 り上げられています。

今後、家庭でのより一層の食育が推進できるように、行政、教育及び保育関係者、保健・医療・福祉関係者、農林漁業関係者、食品関連事業者など、さまざまな関係機関及び団体との連携のもと、情報の共有や支援体制の整備に努め、取組を展開します。

生活リズムの向上

家族との食事によるコミュニケーションをとおして、子どもを含めて家族ー人ひとりが食に関する関心と理解を深めながら、健全な生活リズムを定着させるために「早寝・早起き・朝ごはん」を実践します。

望ましい食習慣や知識の習得

食品の購入やお手伝いを含めた調理体験や、地元の旬の食材を利用した日々の家庭料理や地域の行事食などをとおして、望ましい食習慣や知識の習得による健康的な食生活の実践に取り組みます。

また、家庭でのさまざまな体験をとおして、正しい箸の持ち方や食事のマナーなどの食文化の継承や、「いただきます」や「ごちそうさま」などの挨拶を心がけることで、一緒に食べることの楽しさや食に関する感謝の心を育みます。

適切な栄養管理に関する知識の普及と情報の提供

生活習慣病の予防や食品表示など、食品の安全性を含めた食育の重要性や、適切な栄養管理に関する知識の普及に努め、家庭における取組を推進します。

また、市民一人ひとりが健康的な食生活を実践するために、ホームページなどさまざまな媒体や機会をとおして情報提供に取り組みます。

食品廃棄物の発生抑制・再生利用

一人ひとりに合った適切な食事量を理解し、日々の食品の購入や調理に努めることは、食品の食べ残しや廃棄を少なくするとともに、「もったいない」など、食べものを大切にする気持ちや、食に関わる人々への感謝の気持ちを育むことにつながります。

食をとおした身近な環境保護活動として、生ごみ処理機器などを活用して生ごみを堆肥化し、家庭菜園で使用するなど食材の有効活用に取り組みます。

3 教育及び保育機関などにおける食育の推進

乳幼児期では健康的な食習慣の基礎を培い、学齢期から青年期にかけては望ましい食習慣が確立するとともに、家庭から自立する時期になります。

社会環境の変化やライフスタイルの多様化などにより、食育への関心や朝食 摂取などの望ましい食生活については、乳幼児期及び学齢期における子どもの 成長や発達、健康や栄養状態などを踏まえるとともに、青年期においては、子 どもを育んでいく次世代の育成の観点から、継続的な対応や支援が必要です。

乳幼児期から青年期のおける一人ひとりの子どもたちが食への関心を高め、 望ましい食生活における知識や技術を習得し実践することで、生涯にわたって 心身ともに健康であるためには、教育及び保育機関などでの食育の取組は重要 です。

また、乳幼児期から青年期における食育の推進は、保護者などを含めた家庭や地域への波及効果が期待されることから、行政、保健・医療・福祉関係者、農林漁業関係者、食品関連事業者など、さまざまな関係機関や団体との連携のもと食育を展開します。

学校における食に関する指導の充実

「学習指導要領*」に基づき、食に関する指導の全体計画を作成することで、 学校教育活動全体をとおして指導の充実を図り、組織的及び計画的に食育を推 進します。

学校長のリーダーシップのもと、栄養教諭及び学校栄養職員などを中心に、 教職員間の情報の共有を図り、効果的な食育を推進するため、全教職員の連携・ 協力による充実した研修会などに取り組みます。

内科健診や歯科健診などをとおして、食や健康及び食後の歯磨きの習慣など の指導による健康管理の充実に取り組みます。

保護者の理解や協力のもと、学校医、学校歯科医、学校薬剤師、養護教諭などの学校関係者の連携・協力体制の整備により、食に関する健康課題をかかえている子どもに対し個別相談や支援を行うなど、望ましい食習慣に向けた取組を推進します。

障がいのある児童や生徒にとって「食べること」は、五感を刺激するとともに、集団生活における食事をとおして、心身の機能や情緒及びコミュニケーション能力などの発達や安定につながります。保護者や専門機関との連携を図りながら、多職種連携のもと、適切な相談及び支援などの体制の充実を図ります。

大学や専門学校などへの特定給食施設指導などをとおして、食堂利用時における栄養成分表示や食に関する情報提供を行うなど食環境の整備に努めることで、学生への食育を推進します。

___ 生きた教材としての食事の提供及び給食の充実

保育機関などにおいては、「児童福祉施設における食事の提供ガイド*」及び 「食事の提供に係る業務実施要領*」に基づき、乳幼児の発育や発達に合わせ、 多職種連携のもと、計画的かつ効果的な食事の提供に努めます。

また、特定給食施設指導*などをとおした、保育機関などへの支援による食事の提供における充実を図ります。

地域、農林漁業関係者、食品関連事業者などとの連携のもと、地場産を使用した栄養バランスの取れた学校給食を、「生きた教材」として活用することで、食に関する知識を習得し望ましい食生活の実践につなげるために、献立内容を充実させ食育を推進します。

日々の給食などの中で、食事の環境を整え、共食による食べることの楽しさ や、食事のマナー及び地元の旬の食材などをとおした生産者などへの感謝の気 持ちなどを育みます。

□ 幼稚園・保育所(園)などにおける推進

「幼稚園教育要領*」及び「保育所保育指針*」に基づき、多職種連携のもと、 食育に関する目標及び計画を作成するとともに、教育及び保育課程全体をとお して指導及び支援の充実を図り、組織的及び計画的に食育を推進します。

一人ひとりの子どもの成長や発達、咀嚼や摂食行動及び健康や栄養状態など を踏まえ、集団生活において、よく噛むことで味覚の体験を広げるとともに、 地元の旬の食材を使用した行事食や郷土料理による食文化の継承や、自然の恵 みに感謝する気持ちを育みます。

保護者の理解や協力のもと、「食べること」への意欲や関心を高め、生活習慣病などの予防を含めた、将来につながる望ましい食習慣の実践に向けて、食育や噛ミング30の推進に取り組みます。

一人ひとりの子どもの成長や発達などに合わせた保護者からの食に関する相談に、専門機関や多職種との連携のもと支援を行い、望ましい食習慣に向けた 取組を推進します。

食育の重要性について、学校を含めた教育及び保育機関における教職員や保育士などの多職種が理解を深め、それぞれの専門性を生かした食育の推進ができるよう、相互の情報の共有及び交換による連携を深めるとともに、研修会などの機会をとおして資質の向上を図ります。

■ 体験活動を通じた食への理解の促進

地域、農業漁業関係者、食品関連事業者など、さまざまな関係機関や団体との連携のもと、野菜の栽培や収穫などの農林漁業体験、調理実習などの体験活動を効果的に行い、食料の生産・流通・加工・消費などにおける関心や理解を深めることで食育を推進します。

また、管理栄養士や調理師などの養成機関が開催する地域に対しての食に関する講演会や公開講座などをとおして食育を推進します。

___ 子ども・保護者への普及啓発

食育は、教育及び保育機関での集団生活の中での取組とともに、家庭での一人ひとりの子どもの成長や発達及び体調の変化などに合わせた支援が必要であることから、相互の連携・協力により食育を推進していくことが重要です。

正しい箸の使い方や、「いただきます」や「ごちそうさま」などの挨拶を心がけるなど食事のマナーについて、家庭と連携して指導及び支援を行います。

教育及び保育機関で取り組んでいる食育の推進内容について、献立表、園だより及び学級通信などをとおして情報提供します。

試食会や保護者会、授業及び保育参観などをとおして、保護者などが食育に参加する機会を設けるとともに、生活習慣病の予防や歯と口の健康など、食に関する情報を提供することで、家庭における食への関心を高めるとともに望ましい食生活の実践につながる食育を推進します。

___ 食のリサイクルの推進

食をとおした身近な環境保護活動として、生ごみ処理機器などを活用して生ごみを堆肥化し、教育及び保育機関で使用するなど食材の有効利用や、食のリサイクルに関わる活動の支援に取り組みます。

4 地域における食生活改善のための取組の推進

生涯にわたって健康的な食生活を送るために、一人ひとりの健康状態や生活環境などに配慮した食育を推進することが大切です。

社会環境の変化やライフスタイルの多様化などにより、家族との共食の機会の減少や外食・中食の利用、高齢者の孤食及び栄養バランスの偏りの増加が問題として取り上げられています。

今後、朝食摂取などを含めた望ましい食生活や運動の実践により、生活習慣病などの予防及び改善につなげるとともに、家庭、教育及び保育関係者、保健・医療・福祉関係者、農林漁業関係者、食品関連事業者など、さまざまな関係機関や団体との連携による、地域における食育をより一層推進します。

□ 栄養バランスが優れた「日本型食生活」の実践

米や野菜、魚、大豆を中心とした食生活パターンに、肉類、牛乳・乳製品、卵、油脂、果物が加わった多様かつ炭水化物、タンパク質、脂質などの栄養バランスに優れた日本型食生活を実践するために、さまざまな関係機関や団体などとの連携のもと、普及や啓発に努めることで、地域での食生活改善のための取組を推進します。

🔃 「食事バランスガイド」・「食育ガイド(仮称)」などの普及

生涯にわたって健康的な食生活を送るためには、一人ひとりに合わせた食品の栄養や調理方法などを含めた、適切な食事や運動の実践が重要になります。

日々の生活において、主食・副菜・主菜がそろった食事や適切な野菜の摂取などを目指した「食事バランスガイド」や、世代区分などに対応し具体的な取組を提示した「食育ガイド(仮称)」の活用の機会を増やすために、さまざまな関係機関や団体などとの連携のもと、地域への普及や啓発に取り組みます。

| 専門的知識を有する人材の育成・活用

地域における食生活改善の取組を多面的に推進するために、すべてのライフステージにおいて、一人ひとりの健康状態や生活環境などに配慮した専門的な支援が必要です。

さまざまな関係機関や団体などとの連携のもと、一人ひとりが主体的に食育活動を実践するために、体験活動や専門的な支援を継続して行うことが必要です。

専門的知識を有する管理栄養士などの人材の育成及び資質の向上のための研修会などの開催や、活躍の機会の増加に努めることで、地域に密着した食育の取組を推進します。

□ 地域や医療機関などにおける健康づくり

一人ひとりのライフスタイルに合わせた適切な食事や運動及び休養などによる生活習慣病や低栄養の予防、8020運動及び噛ミング30を推進することは、健康の保持増進及び健康寿命の延伸を図るために重要です。

医療機関との連携のもと、定期的な健診や歯科健診などの受診による自己管理や、研修会や講演会などの開催による、食や歯と口の健康について学ぶ機会の提供により地域における食育を推進します。

□ 食品関連事業者などによる食育の推進

食の簡便化や外部化などにより外食や中食を利用する際には、一人ひとりの適切な食の選択の実践が大切になります。

外食や中食を利用の際に、健康づくり応援の店などでの「食事バランスガイド」や栄養成分表示及び地元の旬の食材を活用したレシピなどの健康に関する情報提供に取り組みます。

さまざまな関係機関や団体などとの連携のもと、社員食堂などでの健康に配慮したメニューや情報提供に取り組み、幅広い地域や年齢層での食育を推進します。

ボランティア活動などによる取組の推進

食生活改善の取組を多面的に推進するためのボランティア団体などによる活動は、地域での交流の機会をもたらすとともに、食育の裾野を広げ推進することにつながります。

地域での食育推進の中核的役割を担う食生活改善推進員*などボランティア 団体の取組を、教育及び保育機関など、さまざまな関係機関や団体などと連携 し行うことで、一人ひとりの主体的な食育活動の充実と定着を推進します。

また、管理栄養士や調理師などの養成機関と地域との連携による食育の取組は、専門的な食の知識や技術を市民一人ひとりに提供することにつながります。

そのため、ボランティアの養成及び資質の向上や活躍の機会の増加、学生ボランティアなどによる地域貢献をとおした食育活動など、支援体制の整備に努めます。

5 市民協働による食育推進運動の強化

食育やメタボリックシンドロームに関する認知度が向上するとともに、80 20運動の推進などにより、食育の取組が着実に進められています。

しかし、社会環境の変化やライフスタイルの多様化などにより、一人ひとりの食育への関心を高め、望ましい食生活における知識や技術を習得し実践するためには、今後も、さまざまな関係機関や団体などと連携した、より一層の食育推進運動の展開が必要です。

継続的な食育推進運動における情報提供及び取組の促進

年間をとおして、継続的に食育推進運動を展開するため、毎月19日を「食育の日」と定め、さまざまな関係機関や団体などと連携するとともに、相互の情報の共有及び交換に努めます。

また、食育に関するイベントや料理教室の開催情報をホームページなどで掲載するなど、さまざまな媒体や機会をとおして食育の取組を推進します。

■ 各種団体などとの連携と協力体制の確立

教育及び保育機関をはじめ、さまざまな関係機関及び団体などと連携・協力し、それぞれの社会的役割を踏まえて食育の推進に取り組みます。

また、この取組により、市民の食育に対する理解を深め、食育推進活動への 積極的な参加を促すことで、より一層の充実と定着を図ります。

| 食育に関する市民の理解の増進

食育に関する一人ひとりの理解を深め、生涯にわたって健康的な食生活を送るために、ライフステージに合わせた具体的な実践や活動の提示による継続的な食育推進運動を多面的に展開します。

栄養成分表示や食品の安全性などのさまざまな情報について、科学的な根拠 に基づき的確な判断ができるよう理解の増進に努めます。

6 生産者と消費者との交流促進・自然や環境と調和のとれた 農林漁業の活性化

地域の多彩な農林水産物は、自然の恩恵のうえで成り立っています。また、 地元の旬の食材を使うことは栄養価が高く、身近に手に入りやすいという利点 のほかに、地域に根ざした伝統的な食文化の継承につながります。

さまざまな農林漁業体験をとおしての生産者と消費者との交流は、食と農について学ぶとともに、動植物の命の尊さや人の営みについて学ぶ機会になることから、自然や環境と調和のとれた農林水産業の活性化に向けた取組を推進します。

子どもを中心とした農林漁業体験活動の促進と

消費者への情報提供

家庭、教育及び保育機関、地域社会などの場で、農林漁業関係者やさまざまな関係機関及び団体との連携・協力のもと、農林漁業体験をとおして、食の楽しさや関心を深め、感謝の気持ちを育みます。

食に関する体験型イベントや料理教室の開催情報をホームページで掲載するなど、さまざまな媒体や機会をとおして情報の提供に取り組みます。

農林漁業者などによる食育の推進

農林水産物の生産・加工・流通などのさまざまな体験をとおして、食の安全・安心に関する知識や、農林漁業への関心や理解を深めることは、日々の食生活が自然の恩恵のうえに成り立っており、食に関わるさまざまな人々の活動に支えられていることを理解することにつながります。

さまざまな関係機関や団体との連携のもと、家庭や教育及び保育機関、地域 社会などの場で、食に関する体験活動での農林漁業者などによる食育を推進し ます。

地産地消の推進

多彩な食材を生かした食文化や食生活の継承及び発展のために、さまざまな 関係機関や団体と連携し、家庭や教育及び保育機関、地域社会などの場で、地 元の農林水産物を利用することは、心身の健康や精神的な豊かさにつながりま す。

地元の農林水産物の旬や活用レシピ、直売所やインショップ*の情報を、ホームページで掲載するなど、さまざまな媒体や機会をとおして、地産地消を推進します。

市街地と農山漁村の共生と対流の促進

市街地と農山漁村の共生や、生産者と消費者との交流を深めることは、食に関する感謝の念や理解を深めるとともに、地域の活性化につながります。

農林水産物などを活用した体験型施設の拡充や、グリーンツーリズム*の発展による受け入れ体制の整備や情報提供による食育の取組を推進します。

また、この取組により、生産者と消費者の信頼関係を構築することで、地域資源の活用や環境保全などを含めた地域主体の取組を推進します。

7 食文化継承のための活動の支援

社会環境の変化やライフスタイルの多様化などにより、地元の旬の食材を活用した日々の家庭料理や地域の行事食や作法などについて、次世代へ伝えていくことは、心身の健康や精神的な豊かさを育むうえで重要です。

さまざまな関係機関や団体との連携のもと、家庭や教育及び保育機関、地域 社会などの場で、栄養バランスの優れた日本型食生活や、地域において継承さ れてきた特色ある食文化の継承における取組を推進します。

| 食文化に関する知識の普及と情報の提供

地域に根ざした伝統的な食文化や食生活について、さまざまな関係機関や団体との連携のもと、家庭や教育及び保育機関、地域社会などの場で、地元の旬の食材を使用した日々の家庭料理や行事食、イベントや料理教室などをとおして知識の普及に努めます。

また、行事食や地域の郷土料理、旬の食材など食文化に関する情報をホームページで掲載するなど、さまざまな媒体や機会をとおして、情報の提供に取り組みます。

学校の教科などにおける行事食及び郷土料理の活用

教育及び保育機関などにおける食事の提供及び給食や学校の教科などにおいて、地元の旬の食材を使用した行事食や郷土料理を活用し、食文化の継承に取り組みます。

8 食品の安全性、栄養、その他の食生活に関する調査、 情報の提供

一人ひとりが生涯にわたって健康的な食生活を送るためには、食の安全性などに関する知識を習得するとともに、正しく理解し適切な食の選択の実践に努めていくことが重要です。

また、食品関連事業者においては、事業者の責務において、食品の安全性を確保することが必要です。

食品の安全性などを含めた食育を効果的に推進するために、科学的知見に基づく客観的な情報提供に努めます。

また、消費者、食品関連事業者及び行政などによる積極的な情報や意見の交換を行うことで、食品の安全性の確保などにおける取組を推進します。

リスクコミュニケーションの促進

食品の安全性に関する知識や理解を深めるために、消費者、食品関連事業者、 専門家及び行政などが、情報や意見の交換を行うリスクコミュニケーションを 図ることで、安全・安心な食環境の整備に努めます。

■ 食品の安全性や栄養に関する情報の提供

科学的知見に基づく食の安全性などに関する情報をホームページで掲載するなど、さまざまな媒体や機会をとおして情報提供に努めるとともに、適切な食の選択につながる取組を推進します。

また、市民一人ひとりの望ましい食育の実践に向けて、世代区分などに対応し具体的な取組を提示した「食育ガイド(仮称)」の普及や啓発に努めます。

| 食品関連事業者などによる自主衛生管理の推進

食品関連事業者の責務において、食品の安全性を確保するため、研修会などを利用し、積極的な衛生管理における知識や技術の習得に努めます。

また、特定給食施設などの設置者及び管理者に対し、衛生管理のための指導及び助言や、食品関連事業者などの自主衛生管理を徹底し、食品の安全性を高める取組を推進します。

| 食品表示の適正化の推進

食品の安全性やトランス脂肪酸*などを含めた栄養成分など、食品の特徴をは じめとする食に関する情報を、消費者に多様な手段で提供することで、食品表 示の理解や知識を深め、適切な食の選択につながる取組を推進します。

また、食品関連事業者へ食品衛生法及び健康増進法などに基づく正確な情報をわかりやすく提供及び指導を行うことで、食品表示の適正化を推進します。

食生活に関する調査

市民の食や健康などに関する実態を把握し、計画的かつ効果的に食育を展開するために、調査を定期的に実施するとともに、わかりやすい情報として市民に提供します。

第5章 佐世保市食育推進実施プラン

5-1 本計画における行政の取組

行政は、市民、教育及び保育関係者、保健・医療・福祉関係者、農林漁業関係者、食品関連事業者など、さまざまな関係機関や団体との連携のもと、それぞれの役割を効果的に果たすことができるように、次の5項目を軸に施策や事業を推進します。

◆◇◆佐世保市食育推進実施プラン◆◇◆

- 1…健康増進と健康管理に関する取組
- 2…食育への意識高揚
- 3…食育の取組支援
- 4…農林漁業を中心とした各種体験活動の促進
- 5…食の安全・安心や食生活に関する調査の取組推進

5-2 実施プランの期間と見直し

実施プランの期間

実施プランの期間は、本計画に基づき平成23年度から平成27年度の5年間です。

実施プランの見直し

実施プランに定める事業や目標値については、適時・適切に内容を検証し、 必要に応じて見直していきます。

5-3 行政の取組

1 健康増進と健康管理に関する取組

保健福祉部を中心に他の部局と連携し、料理教室、食育及び健康講話、研修会、各種乳幼児健診及び健康相談などを実施します。

市民一人ひとりが、食について関心を深めるとともに、生涯にわたって健康的な食生活を送るために、すべてのライフステージにおいて健康増進や健康管理に取り組みます。

乳児期

- ▶ 月齢や発育・発達状況に合わせた離乳食の進め方や調理方法などの 支援及び指導を行う際に、食育ボランティアなどの主体的な活動の 充実を図るため、乳幼児部門食育アドバイザー講座をとおして、資 質向上のための支援に努めます。
- ▶ 乳児健診や育児学級などの機会をとおして、母乳及び混合栄養、月齢に合わせた離乳食の内容及び授乳期の母親の食事内容などの相談及び支援を行い、心身ともに安定した食生活の充実を図ります。
- ▶ 歯科育児相談などの機会をとおして、離乳食後期からの生歯の本数 や口腔内の状況把握及び歯磨きの指導を行います。

- ●乳幼児部門食育アドバイザー講座
- ●4カ月児健診
- ●10力月児歯科育児相談
- ●離乳食講座と実習
- ●育児学級
- ●食に関する講演会 など

幼児期

- → 子どもの食に関する嗜好や体験を広げるために、親子クッキン グ、幼児食調理講習会、魚のさばき方教室などを実施し、保護者 などを含めた食育への関心を高めるとともに、望ましい食生活の 実践に努めます。
- ごみ減量アドバイザーの指導などでの、生ごみの堆肥化による食 のリサイクルを含めた野菜の栽培などをとおして、限りある資源 を大切にする心や、感謝の気持ちを育みます。
- ▶ 食育やむし歯予防など歯と口の健康に関する講話や講演会など の機会をとおして、子どもや保護者に対して、日々の食生活の重 要性についての認識を深めます。
- → 子どもや保護者に、親子教室や幼児健診などの機会をとおして、 幼児の食事や間食及び歯磨き指導などの相談及び支援を行うこ とで、望ましい食習慣や歯と口の健康に関する意識を高め、生活 リズムの確立を目指します。
- ▶ 特定給食施設指導の際に、幼児への健康講話をとおして、教育及 び保育関係者などを含めた食育を推進します。

業事な主

- ●親子教室
- ●親子クッキング●幼児食調理講習会●魚のさばき方教室
- ●食のリサイクル
 ●食に関する育児講座
 - 1歳6カ月児健診
- ●3歳児健診

●食に関する講演会

●2歳児経過歯科健診 ●幼児期における食育推進事業 など

学輪期

- ➣ 家族や仲間との調理や共食の中で、食に関する嗜好や体験を広げる ために、親子クッキングや研修会などの機会をとおして、保護者な どとともに食育への関心を高め、望ましい食生活の実践に努めま す。また、家庭生活での男女共同参画の促進に努めます。
- ▶ 食品の生産・加工・流通・消費に至るまでのさまざまな過程につい て知識を深めるために、食肉品質向上事業などの機会をとおして、 食に関する感謝の念や理解を深めます。
- ごみ減量アドバイザーの指導などでの、生ごみの堆肥化による食の リサイクルを含めた野菜の栽培などをとおして、限りある資源を大 切にする心や、感謝の気持ちを育みます。
- ▶ 乳歯から永久歯に生え変わる時期に、歯科健診などをとおして、歯 と口の健康や歯磨きの指導を行うことで、学齢期における健康の保 持・増進に取り組みます。

業事な主

- ●親子クッキング
 ●食肉品質向上事業
 ●食のリサイクル

- ●学校における歯科健診 ●子育て講座・研修会 など

青年期・壮年期

- ▶ 成人歯科健診、骨粗しょう症検診、特定健康診査・特定保健指導な どの機会をとおして、各種健(検)診などの受診者に対し、適切な 食事や運動及び歯と口の健康に関する個別及び集団指導や支援を 行うことで、生活習慣病の予防及び改善に努めます。
- ▶ 健康相談などの機会をとおして、一人ひとりの健康状態や生活環境 に配慮した具体的な相談及び支援を行います。
- ≫ 家庭から自立する前の高校生や、働く男性及び女性に対する健康講 話や料理教室などの機会をとおして、食育への関心を高めるととも に、望ましい食生活の実践に努めます。
- ▶ 各種料理教室などをとおして、男女共同参画の促進や男性の生活・ 自活能力の向上に努めます。

主な事業

●男性のための料理教室

●食習慣改善教室

- ●いきいき元気食事づくり教室 ●青年期における食育推進事業

●働くあなたの料理教室

- ●特定健康診査
 - ●特定保健指導
 - ●健康手帳交付
- ●健康教育
- ●成人歯科健診●各種がん検診
- ●国保精密歯科健診
- ●健康相談

●骨粗しょう症検診 など

高輪期

- ▶ 生涯にわたって健康的な食生活を送るために、各種料理教室などの 機会をとおして、生活習慣病や低栄養などの予防に関する講話や料 理を体験することで、一人ひとりの食の自立による QOL の維持・ 向上や健康寿命の延伸に努めます。
- ▶ 骨粗しょう症検診や成人歯科健診などの機会をとおして、各種健 (検)診などの受診者に対し、適切な食事や運動及び歯と口の健康 に関する個別及び集団指導や支援を行うことで、生活習慣病などの 予防及び改善に努めます。

- ◆特定健康診査(74歳まで)
 ◆特定保健指導(74歳まで)
- ●国保精密歯科健診(74歳まで)
- ●健康手帳交付 ●骨粗しょう症検診
- ●歯の健康優良高齢者コンテスト など
- ●男性のための料理教室●いきいき元気食事づくり教室
 - - ●介護予防の栄養改善
 - ●成人歯科健診

妊娠期

- ▶ 母子健康手帳交付時に、胎児の成長や母子の心身の健康維持のための妊婦相談の機会をとおして、食事や間食及び歯と口の健康などの相談及び支援を行います。
- ➤ マタニティ学級やマタニティクッキングなどの機会をとおして、妊娠中や産後の望ましい食生活などについて理解を深めます。また、妊婦同士の交流を図ることで、心身ともに安心した出産や育児に向けた支援を行います。
- プレパパママクッキングなどの機会をとおして、家族そろって生涯 にわたって健康的な食生活を送るための支援を行うとともに、男女 共同参画の促進や男性の生活・自活能力の向上に努めます。

- ●母子健康手帳交付●マタニティ学級●マタニティクッキング
- ●プレパパママクッキング ●成人歯科健診(妊婦歯科健診) など

2 食育への意識高揚

保健福祉部が中心となり各部局と連携し、食育推進運動の展開に取り組みま す。

継続的な食育推進運動における情報提供

及び健康づくりへの意識の普及や啓発事業

- ➤ 年間をとおして、継続的に食育推進運動を展開するため、毎月19 日を「食育の日」と定め、さまざまな関係機関や団体などと連携し 食育を推進します。
- ▶ 市民一人ひとりの食育への知識や関心を深めるとともに、望ましい。 食生活の実践に向けて、各種イベントや講演会及び講座、「広報させ ぼ」及びホームページなど、さまざまな媒体や機会をとおして、食 育に関する情報提供に取り組み、食育の普及や啓発に努めます。

- ●食育意識啓発、普及
- ●ヘルシークッキングコンテスト
- ●朝ごはんポスターコンクール ●デンタルフェスティバル

- ●まちづくり出前講座●食に関した講座による情報提供 など

3 食育の取組支援

市民、教育及び保育関係者、保健・医療・福祉関係者、農林漁業関係者、食品関連事業者、市民団体など、各主体における食育の取組に対し、各部局において積極的な支援を図ります。

教育及び保育機関などの取組支援

- ▶ 調理師研修会などの機会をとおして、調理師及び調理員などにおける栄養管理・給食管理・衛生管理に関する知識や技術の向上を図ります。
- ▶ 教育及び保育機関などにおけるブラッシング指導や講話などをとおして、乳幼児における歯と□の健康に関する知識や関心を高めるとともに、教育及び保育関係者などを含めた食育を推進します。
- ➢ 栄養教諭や学校栄養職員の研修会などの機会をとおして、食育指導体制及び指導内容の充実を図るための支援を行います。
- ▶ 学習指導要領に基づき、各教科や学級活動、給食時間などを活用 し児童生徒が健康的な食生活のあり方や望ましい食習慣を身につ けるために、学校教育活動全体をとおして総合的に推進します。
- ▶ 子ども期歯科保健研修会をとおして、乳幼児及び児童生徒の食生活に関して、成長や発達に合わせた歯と口の健康における知識の習得による望ましい食生活の実践を支援します。

- ●調理師研修会
- ●児童生徒の食育指導
- ●子ども期歯科保健研修会
- ●歯科育児健康教室
- ●放課後子ども教室
- など

教育及び保育機関などにおける食事の提供及び給食の質の向上

- ▶ 保育機関などを対象にした実技研修会をとおして、不足しがちな栄 養素を取り入れた食事の提供や給食などにより、子どもへの適切な 栄養管理による食生活を支援します。また、成長や発達に合わせた 食習慣やしつけなどについて、指導及び支援できる人材育成を支援 します。
- ▶ 特定給食施設などの設置者及び管理者に対し、栄養管理のための指 導及び助言などによる、適切な栄養管理や食育の推進に関する支援 を行います。

主な事業

- ●調理担当者の実技研修●保育所給食施設指導 など

食育の担い手(ボランティア)などの資質の向上

- ▶ 月齢や発育・発達状況に合わせた離乳食の進め方や調理方法などの 支援及び指導を行う際に、食育ボランティアなどの主体的な活動の 充実を図るため、乳幼児部門食育アドバイザー講座をとおして、資 質向上のための支援に努めます。
- ▶ 食生活改善の取組を多面的に推進するために、養成講座や研修会を とおして、食育の担い手(食生活改善推進員及び男性の食生活ボラ ンティアなど)の人材の養成及び資質向上のための支援を行います。

- ●乳幼児部門食育アドバイザー講座 ●食生活改善推進員養成講座
- ●食生活改善推進員研修会●男性の食生活ボランティア研修会
- ●男性の食生活ボランティア養成講座 など

学校給食の充実

- ▶ 新メニューの調理実習などをとおして、地場産を活用した栄養バラ ンスの取れた学校給食を「生きた教材」として活用するために、学 校給食の充実に努めます。
- ▶ 衛生管理研修会、学校給食の試食会、ふれあい給食及び食育講話な どをとおして、児童生徒及び保護者に対して、食に関する知識を高 めるとともに、望ましい食生活の実践に努めます。
- ▶ 児童生徒の豊かな心を育む教育による食育の充実のため、中学校給 食の実施について取り組みます。

主な事業

- ●学校給食を活用した食育指導
 ●中学校給食の実施 など

農林漁業を中心とした各種体験活動の促進と支援 4

農水商工部、企業立地・観光物産振興局を中心に各部局が連携し、生産者と 消費者との交流を深め、自然や環境と調和のとれた農林水産業の活性化に取り 組みます。

子どもと保護者を対象とした体験活動

家庭や地域で、作物の植え付けから収穫までを体験する農林業体験や 市民農園の提供及び卸売市場の見学などの機会をとおして、農林水産 物の生産・加工・流通・消費などにおける理解や関心を深め、感謝の 念を育みます。

業事な主

- ●農業体験●市民農園●卸売市場の見学と体験学習をど

地産地消の推進

- ▶ 市独自の農水産物認証制度による佐世保産農水産物の認知度を高 め、地産地消を推進します。
- ▶ 交流施設や直売所などでの地元の農林水産物及びその加工品の販 売、展示及び各種イベントなどをとおして、地場産品の発信を行い ます。
- ▶ 水産教室やお魚まつりなどのイベントの機会をとおして、ブルーツ ーリズム*や水産物の消費拡大による、地産地消を推進します。

- ●佐世保産農水産物認証品目●水産教室●水産物消費拡大
- ●交流施設*などによる地産地消の推進・地場産品(農林水産物及びその 加工品など)の発信及び展示や販売 ●お魚まつり など

共生と対流の促進

- ▶ 交流施設や直売所などでの地元の農林水産物及びその加工品の販売、展示及び各種イベントなどをとおして、生産者と消費者の交流促進を図り、農林水産業の活性化に向けた取組を推進します。
- ▶ 漁業団体の創意工夫を生かした取組による漁村の活性化や、観光資源の増加などによるブルーツーリズムを推進します。
- ▶ 農林業体験や市民農園の提供などの機会をとおして、生産者と消費 者の交流を図り、グリーンツーリズムを推進します。
- ▶ 都市住民や来訪者を対象とした体験ツアーやエコツアーメニューなどの情報提供の充実により、エコツーリズム*を推進します。

主な事業

- ●生産者と消費者の交流促進 ●農業体験 ●市民農園
- ●交流施設などによる地産地消の推進・地場産品(農林水産物及びその 加工品など)の発信及び展示や販売
- ●ブルーツーリズムの推進など

交流施設*…国見の郷、吉井活性化センター(ソレイユ)、冷水岳ふるさと物産館、えむかえ農村交流施設、しかまち活性化施設 など

5 食の安全・安心や食生活に関する調査の取組推進

保健福祉部を中心に各部局と連携し、食品の安全性、栄養、その他の食生活 に関する調査及び情報提供の推進に取り組みます。

食品の安全性に関する情報提供・意見交換

- ▶ 調理師研修会などの機会をとおして、調理師及び調理員などにおける 衛生管理に関する知識や技術の向上を図るとともに、安全・安心な食 事の提供の推進に努めます。
- ▶ 食品の安全性に関する知識や理解を深めるために、消費者、食品関連 事業者、専門家及び行政などによるリスクコミュニケーション(情報 提供及び意見交換)を行います。

- ●食のリスクコミュニケーション事業
 ●調理師研修会 など

食品の衛生管理

- ▶ 調理師研修会などの機会をとおして、調理師及び調理員などにおける衛生管理に関する知識や技術の向上を図るとともに、安全・安心な食事の提供の推進に努めます。
- ▶ 家畜の疾病や事故の減少を目的として、家畜保健衛生対策として農業団体への支援を行います。
- ▶ 食品関連事業者や消費者に対し、衛生講習会やパンフレットの配布などの機会をとおして、科学的知見に基づく食品の安全性に関する情報提供に努めるとともに、相談窓口の設置による個別の支援の充実を図ります。
- ▶ 食肉検査の実施による衛生的で安全な食環境を目指します。また、 消費者に対し、食肉検査の見学やセリ体験などの機会をとおして、 食肉における衛生管理の知識を深めるとともに、安全で衛生的な食 環境づくりを推進します。

主な事業

- ●調理師研修会●家畜保健衛生対策●衛生講習会
- ●食肉品質向上事業 など

食生活に関する調査

▶ 市民の食や健康に関する実態を把握し、計画的かつ効率的に食育の目標を達成するために、定期的に調査やアンケートを実施するとともに、わかりやすい情報として提供します。

主な事業

●食生活に関する調査 など