

第3次市川市食育推進計画

期間：平成30年度～34年度（2018～2022年）



平成30年（2018年）3月

市 川 市

目 次

第 1 章 計画の基本的な考え方

1	計画策定の背景と趣旨	1
2	計画の位置づけ	2
3	計画の期間	3

第 2 章 市川市における食育の現状と課題

1	第 2 次計画の概要	4
2	アンケート調査結果からみた現状	5
3	各種統計結果からみた現状	17
4	第 2 次計画における達成状況と課題	24

第 3 章 基本理念と施策の方向性

1	基本理念	27
2	基本目標	27
3	基本施策	27
4	施策の展開における視点	27
5	計画の体系図	28
6	第 3 次計画の数値目標	30

第 4 章 施策の展開

1	健康な体と豊かな心をつくる食育の推進	32
	(1) 家庭における健全な食生活の実践	32
	(2) 保育園、幼稚園、学校等における食を通じた子どもの健全育成	35
	(3) 地域における食育を通じた交流の促進	40
2	食の流通と食文化の継承を通じた食育の推進	41
3	連携・協力体制を強化した食育の推進	49
4	ライフステージに対応した食育の推進（市民の取り組み）	52

第5章 今後の推進体制と進行管理

1 推進体制	55
2 計画の進行管理	58

【資料編】

1 第2次市川市食育推進計画掲載事業実績	61
2 市川市の主な農水産物生産分布図	71
3 計画の見直し経過と体制	72
(1)市川市食育推進計画（第3次）の策定経過	72
(2)市川市食育推進関係機関連絡会に関する要綱	73
4 食育基本法	75
5 用語解説	79



食育コラム

1. 共食のすすめ (P4)
2. 朝食を食べよう (P34)
3. 適塩生活をはじめましょう (P34)
4. 保育園における食育活動 (P36)
5. ヘルシースクールの取り組み (P37)
6. 学校の取り組み 学校給食週間 (P38)
7. お話給食の提供 (P39)
8. いろいろな「こ食」があるのをご存知ですか？ (P41)
9. 市川とまと (P43)
10. 市川のなし (P44)
11. 市川の水産業 (P45)
12. シェフ先生 (P46)
13. 和食：日本人の伝統的な食文化 (P46)
14. 食品ロスの削減 (P48)
15. 栄養成分表示を見えていますか？ (P48)
16. ゆっくりよく噛んで食べよう（噛みんぐ30） (P48)
17. 市川市公式Webサイト「いちかわの食育」 (P49)
18. 毎年6月は食育月間、毎月19日は食育の日 (P50)

第1章 計画の基本的な考え方

1 計画策定の背景と趣旨

「食」は“人間が生きていく基本”となるもので、生涯にわたり健やかな心身を培うとともに、その地域の自然や文化に育まれた営みを、次世代へ伝える役割も果たしています。

しかしながら、近年、家族形態の多様化、経済的環境の変化、高齢化の進展などに伴い、食を取り巻く環境が大きく変化しており、その結果、食習慣の乱れ、栄養の偏り、食を通じたコミュニケーションの機会の減少、食べ物を大切にする意識の希薄化など、様々な問題が生じています。また、食の安全、安心に対する市民の関心も高まっています。

国は、平成17年6月に「食育基本法」を施行し、国民運動として「食育」を推進することを決め、平成18年3月に「食育推進基本計画」を策定し、平成23年3月には「第2次食育推進基本計画」、平成28年3月には「第3次食育推進基本計画」を策定し、全国的に様々な食育施策が展開されています。

また、千葉県も平成20年11月に第1次千葉県食育推進計画、平成25年1月に第2次計画、平成28年12月に「ちばの恵みでまんてん笑顔」をキャッチフレーズに第3次計画を策定し、目標の達成に向け施策を総合的かつ計画的に推進しています。

市川市では平成20年1月に第1次市川市食育推進計画、平成25年3月に第2次市川市食育推進計画を策定し食育に取り組んでまいりました。

その結果、多くの市民が食に関心を持ち「食育」が広く認知されている一方、依然として、若い世代や働く世代に朝食の欠食や生活習慣病の予防や改善など、健全な食生活の実践まで至っていない人が多いのが現状です。

そこで、第2次計画の「周知から実践」を第3次計画では「食育の実践者の環（わ）を広げよう！～つなぐ・広がる いちかわの食育～」として市民一人ひとりの実践を支え、関係者及び機関のネットワークによるつながりを強化し、さらに新しい連携を生み出すなど、食育の環（わ）を広げ、市民の実践者が増えるよう食育のより一層の推進を図るため、第3次市川市食育推進計画を平成30年3月に策定しました。

2 計画の位置づけ

(1) 根拠法令

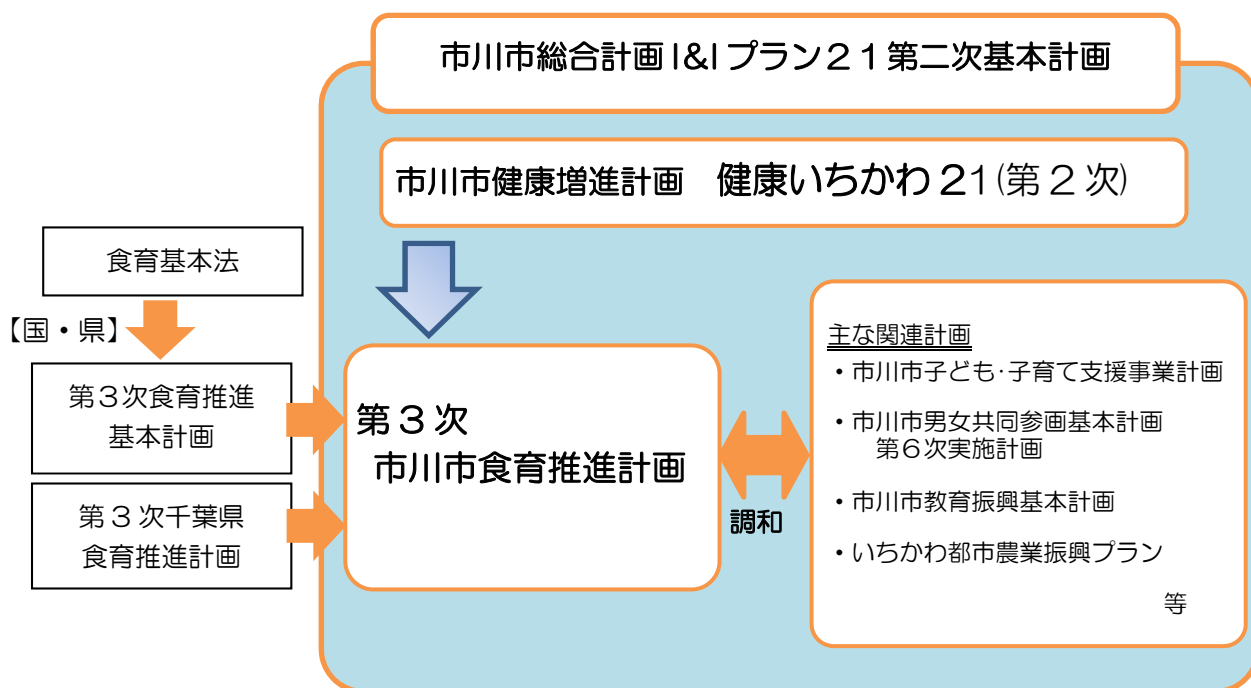
食育基本法第18条第1項に基づく「市町村食育推進計画」として位置づけられるものです。

(2) 市川市の各計画との関係

本計画は総合計画I&Iプランにおける基本理念や基本目標、施策の方向性を踏まえ、関連計画の「市川市健康増進計画（第2次）」に掲げる「栄養・食生活」の分野の内容を具体的に推進していくためのものです。

なお、市川市では、市民が生涯にわたり健やかで心豊かに生活できる「誰もが健康なまち」の実現に向けて市民ぐるみで健康づくりの推進をしており、そのために、「食生活」は重要な要素であると捉えています。

本計画は、前計画同様、本市における食育を総合的に推進するもので、関連諸計画等との調和を保つものとします。



食育基本法（一部抜粋）

（市町村食育推進計画）

第18条 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。

3 計画の期間

本計画は、平成30年度から平成34年度までの5年間を計画期間とします。

なお、社会情勢の変化等を踏まえ、計画期間内であっても必要に応じて見直しを行います。

	年度 計画の名称	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35			
		2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023			
国	食育推進 基本計画	食育基本法(平成 17 年 6 月制定)																				
		第 1 次 (計画期間 平成 18～22 年度)					第 2 次 (計画期間 平成 23～27 年度)					第 3 次 (計画期間 平成 28～32 年度)										
県	千葉県食育 推進計画			第 1 次 (計画期間 平成 20～23 年度)					第 2 次 (計画期間 平成 24～28 年度)					第 3 次 (計画期間 平成 29～33 年度)								
市川市	市川市総合計画 (I&Iプラン 21)	基本構想(平成 13～37 年度)																				
		第 1 次 基本計画 (計画期間 平成 13～22 年度)					第 2 次 基本計画 (計画期間 平成 23～32 年度)															
	健康いちかわ 21 (市川市健康 増進計画)	健康いちかわ 21 (第 1 次) (計画期間 平成 18～27 年度)										健康いちかわ 21 (第 2 次) (計画期間 平成 28～37 年度)										
		市川市食育 推進計画			第 1 次 (平成 20～ 22 年度)			延伸 見直し		第 2 次 (平成 25～29 年度)					第 3 次 (平成 30～34 年度)							

食育とは(「食育基本法」前文より)

「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づけるとともに、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こと」とされています。

第2章 市川市における食育の現状と課題

1 第2次計画の概要

- 《計画期間》 平成25年度～平成29年度
- 《基本理念》 健康で豊かな食生活を営むまち市川市
- 《基本目標》 生涯を通じた健康な食生活を実践による健康寿命の延伸
「周知」から「実践」へ 「知っている」から「やっている」へ
- 《基本施策》 ライフステージに沿った食育の推進
- 重点項目** (1)よく噛んで味わう食生活の推進～生活習慣病予防～
(2)共食の推進
(3)朝食の推進



共食のすすめ

“共食（きょうしょく）”とは、一人で食べるのではなく家族や友人、職場や地域の人など誰かと共に食事をするを言います。

共食は、家族や友人との絆を深めるだけでなく、食事のマナーや食材、食文化など食に関する知識が身につく、また食卓を囲むことでお互いの理解や安心感が生まれるなど大切な時間と場になります。

さらに誰かと一緒に食べると、一人で食べるより一段とおいしく感じられ、低栄養の予防も期待できます。

子どもから高齢者まで、今、改めて共食の大切さが見直されています。

家族や友人との楽しい食事を通して、豊かで健康な食生活を送りましょう。

一緒に食べると良いこといっぱい



2 アンケート調査結果からみた現状

市川市 e モニター制度による調査から

調査目的：市民の食育に対する意識等を調査・分析し、その中から食育に関する課題、今後の施策の方向など食育推進計画の見直しのための基礎資料とする。

調査対象：e モニター制度登録者（全対象者数：6,928 人）

調査期間：2017.6.1～6.14(14 日間) 回答者数：1,454（21%）

年代内訳

	10 歳代	20 歳代	30 歳代	40 歳代	50 歳代	60 歳代	70 歳代	80 歳以上	不明
人数（人）	3	23	195	407	305	212	210	41	58
割合（%）	0	2	13	28	21	15	14	3	4

性別： 男性 716 人(49%) 女性 687 人(47%) 不明 51 人(4%)

※ 10 歳代については回答数が少なく、現状把握が難しいため対象外とする。

※参考資料

◎市川市基礎調査(2015)から

調査目的：市民の健康状態の調査及び国・県との比較を行うことにより、市民の健康の現状を把握し、健康増進計画(第 2 次)策定のための基礎資料とする。

調査期間：2015.2.6～2.23(18 日間)

配布数：2,100 人 回答者数：990 人（47%）

年代内訳

	20 歳代	30 歳代	40 歳代	50 歳代	60 歳代	70 歳代	80 歳以上	不明
人数(人)	76	146	161	151	185	172	79	20
割合(%)	8	15	16	15	19	17	8	2

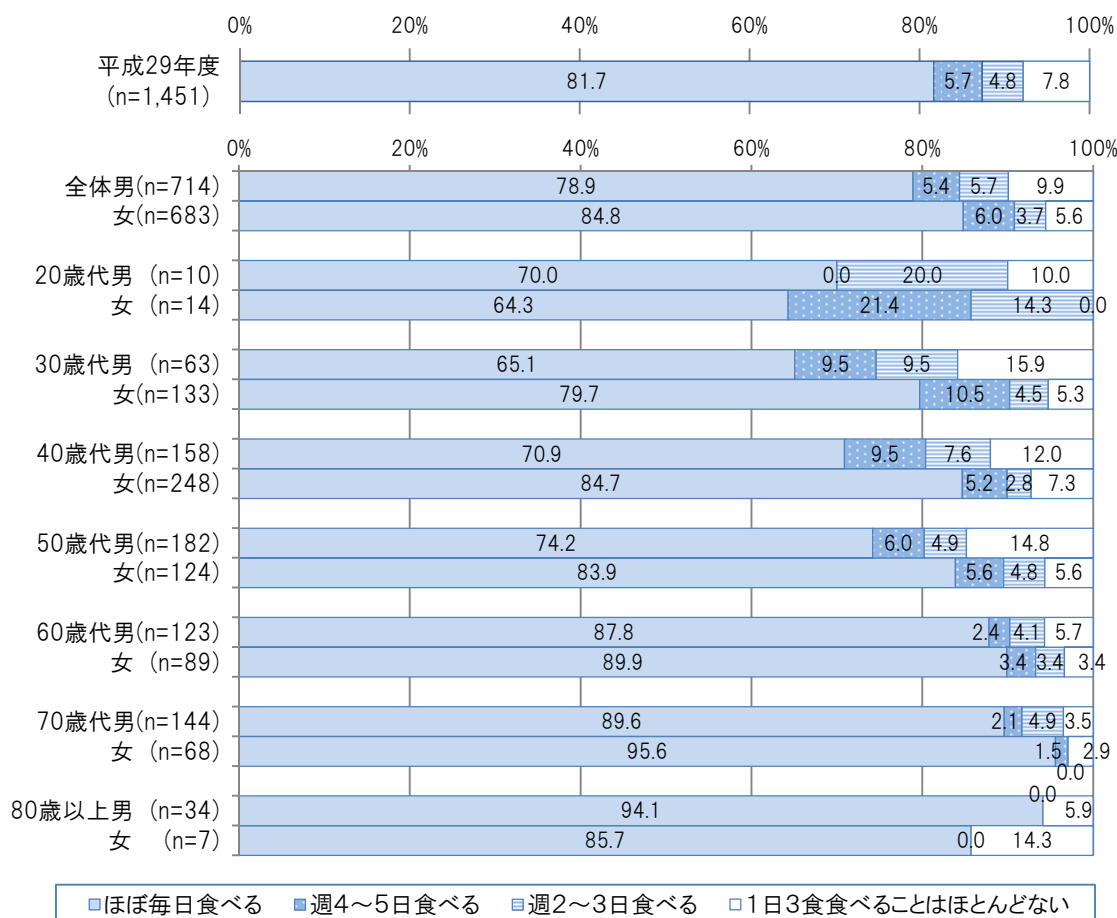
性別： 男性 436 人(44%) 女性 540 人(55%) 不明 14 人(1%)

(1) 1日3食食べる人の割合

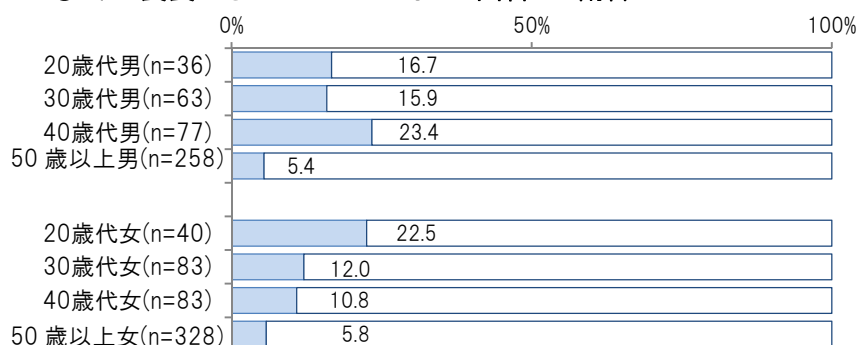
あなたは1日3食食べていますか。

- ・ほぼ毎日食べる人の割合は81.7%で、若い年代ほど、低い傾向です。
- ・30歳代、40歳代、50歳代の働く世代の男性は1日3食食べることはほとんどないと回答した人は1割を超えています。

◎市川市基礎調査(2015年)でも、1日3食食べることはほとんどないと回答した人は20歳代女性(22.5%)、20歳代男性(16.7%)、30歳代男性(15.9%)、40歳代男性(23.4%)と高い割合となっています。



◎1日3食食べることがほとんどないと回答した割合 (市川市基礎調査 2015)



(2)朝食の摂取状況《重点項目》

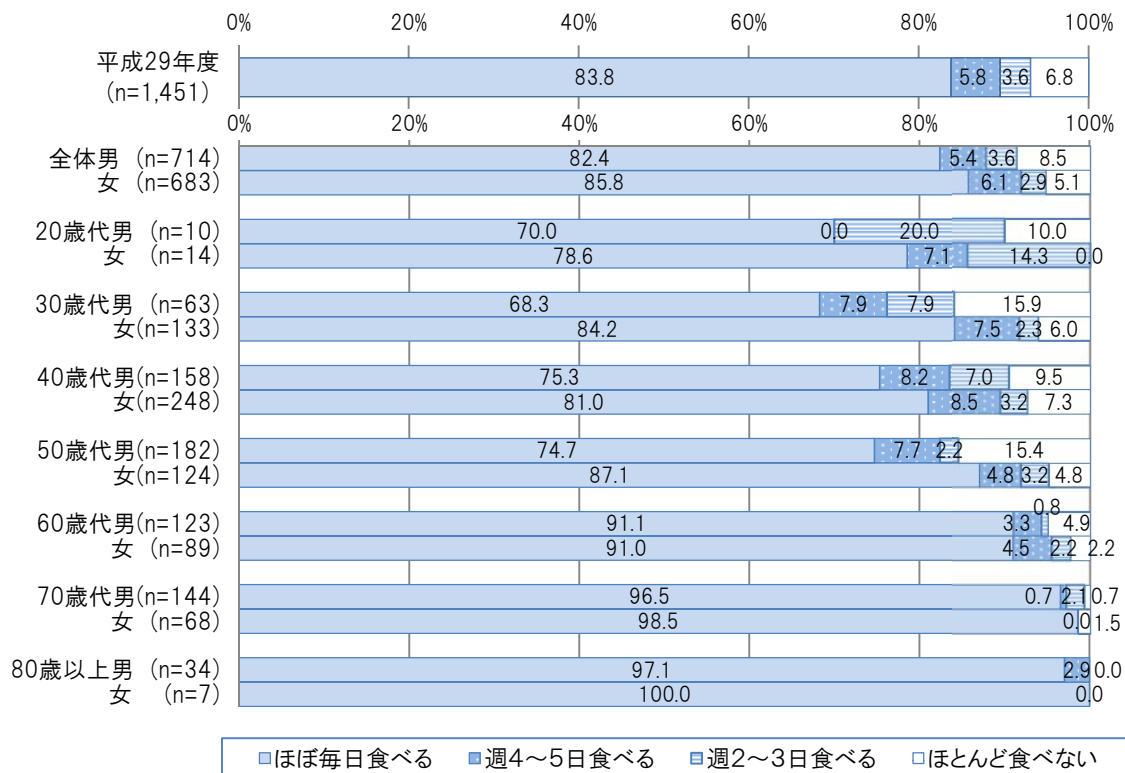
あなたは朝食を週にどの程度食べていますか。

- ・朝食の摂取状況について、全体で83.8%の人が朝食をほぼ毎日食べると回答しており、年代が上がるごとに高い割合になっています。

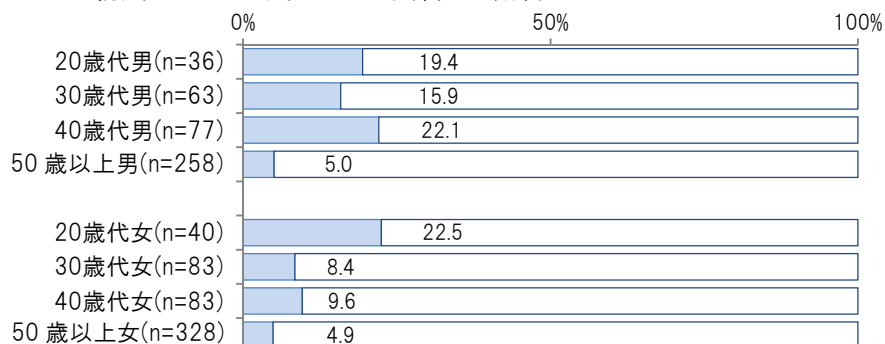
一方、男性では、朝食を食べることはほとんどないと回答した割合が高く、20 歳代(10%)、30 歳代(15.9%)、40 歳代(9.5%)、50 歳代(15.4%)と若い世代、働く世代に目立ちます。

◎市川市の基礎調査(2015 年)でも、朝食をほとんど食べないと回答したのは、20 歳代女性(22.5%)、20 歳代男性(19.4%)、30 歳代男性(15.9%)、40 歳代男性(22.1%)と、若い世代が高い割合になっています。

このことから引き続き、20 歳代の男女、30 歳～50 歳代の男性の朝食摂取に向けた啓発活動が必要です。



◎朝食をほとんど食べないと回答した割合（市川市基礎調査 2015）

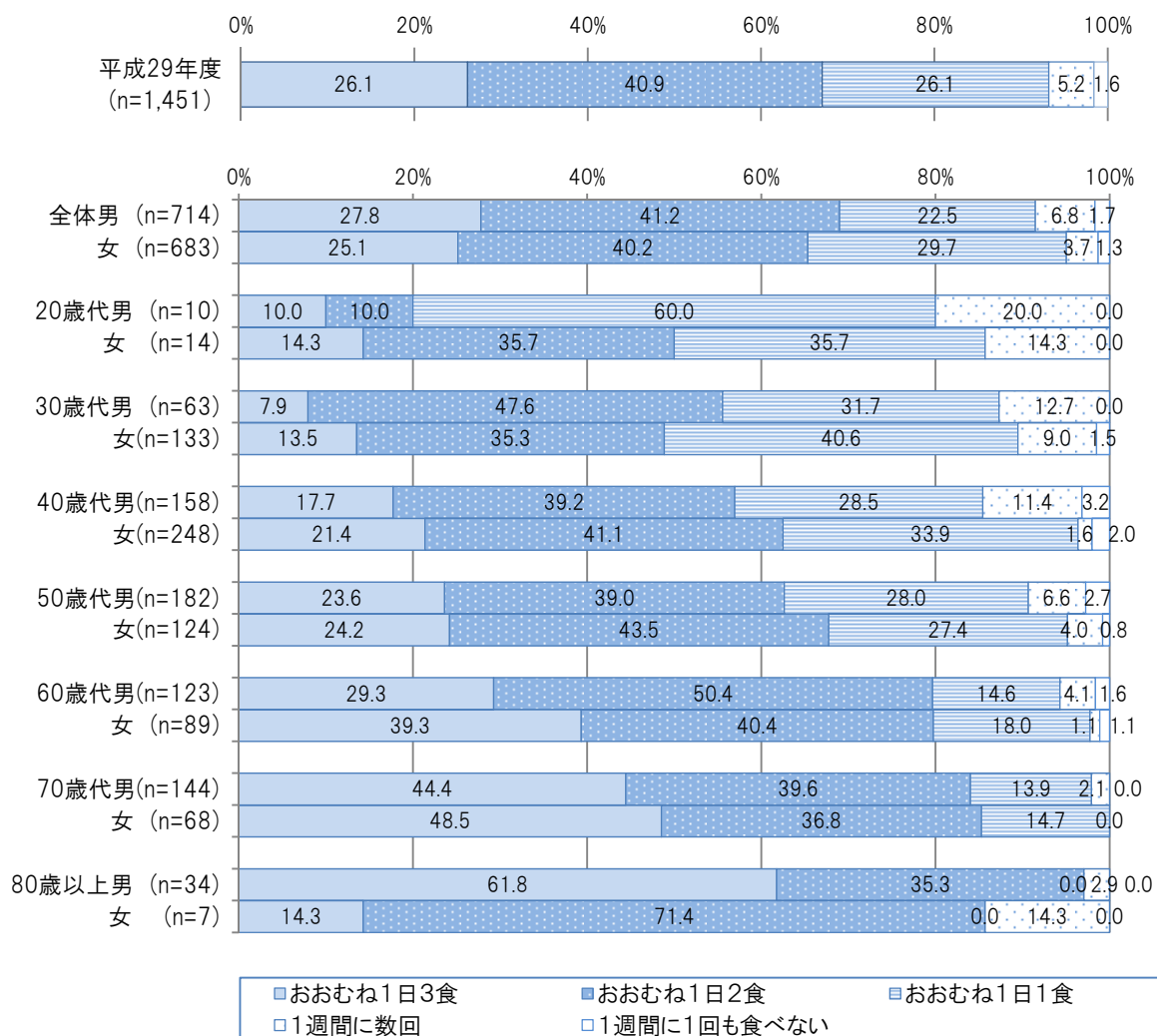


(3)主食・主菜・副菜のそろった食事の回数

主食・主菜・副菜をそろえたバランスのよい食事の頻度はどのくらいですか。

- ・全体では、67.0%の人が、1日2食以上バランスのよい食事をとっています。
- ・年代が上がるほど、主食・主菜・副菜をそろえたバランスのよい食事を1日3食食べている割合が高くなります。一方で、1週間に数回、あるいは1回も食べない人が男性で30歳代（12.7%）、40歳代（14.6%）と高い割合になっています。
- ・若い世代では、1日1食であれば主食・主菜・副菜をそろえたバランスのよい食事を食べている割合が8割を超えますが、1日2食となると2割から5割程度とその割合は大幅に減少しています。

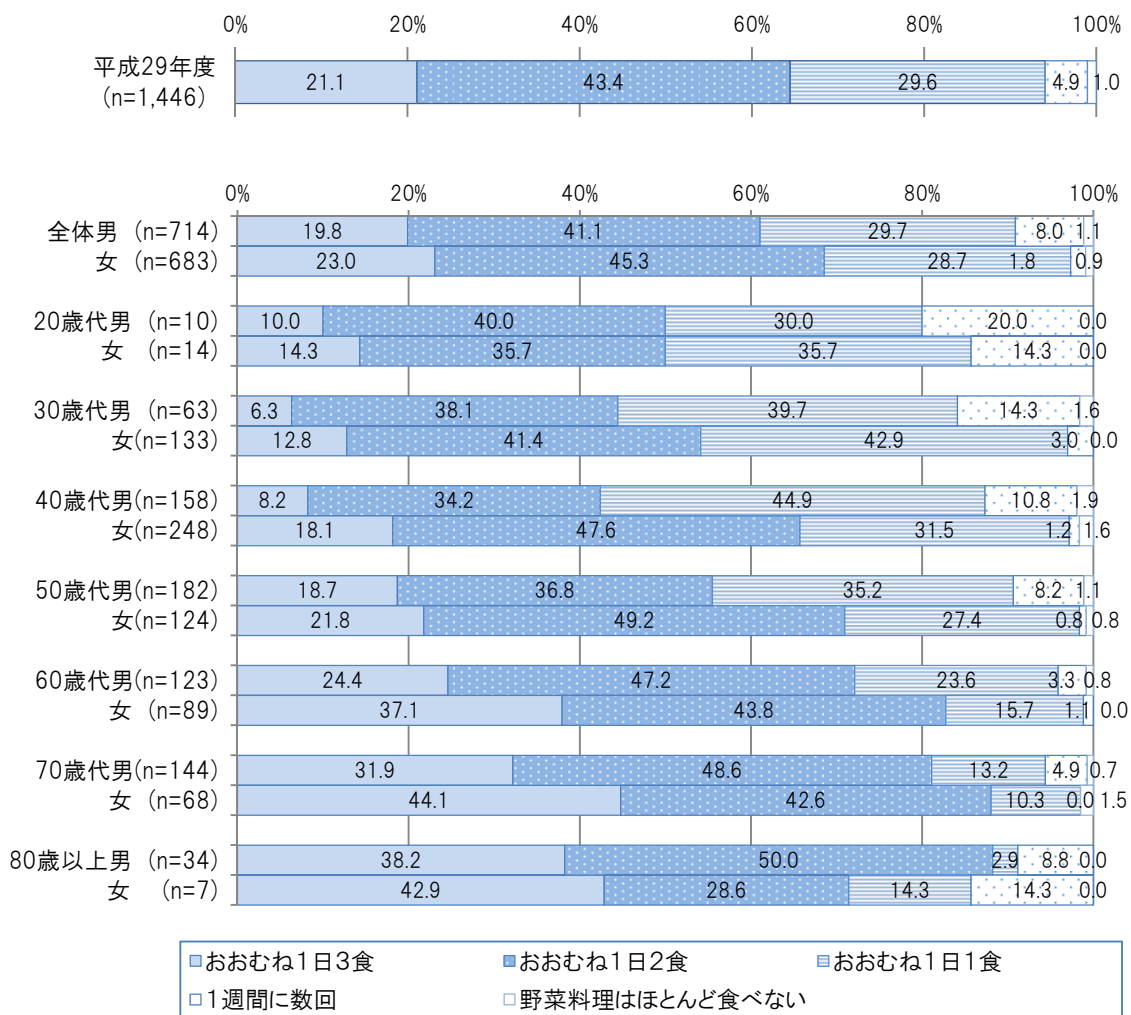
若い世代では、栄養バランスのよい食事の実践度が低い傾向が見られました。



(4)野菜の摂取状況

あなたは野菜料理をどの程度食べていますか。

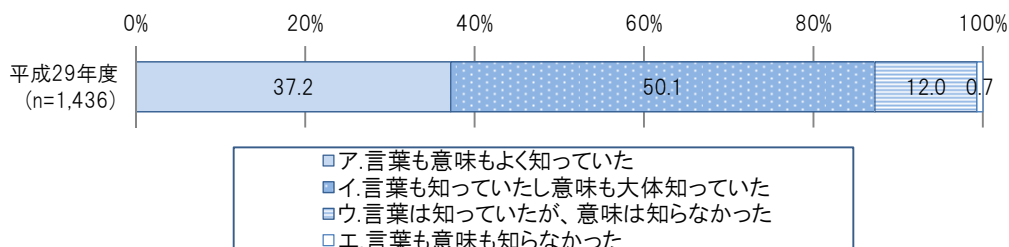
- 全体では、64.5%の人が1日2食野菜料理を摂取しており、いずれの年代においても、男性より女性の方が野菜料理を食べている頻度は高い傾向にあります。
- 1週間に数回あるいは、野菜料理はほとんど食べないと回答した人は、20歳代男性で(20.0%)、20歳代女性で(14.3%)、30歳代男性(15.9%)、40歳代男性(12.7%)といずれも1割を超えています。



(5) メタボリックシンドロームの認知状況

あなたはメタボリックシンドロームを知っていますか。

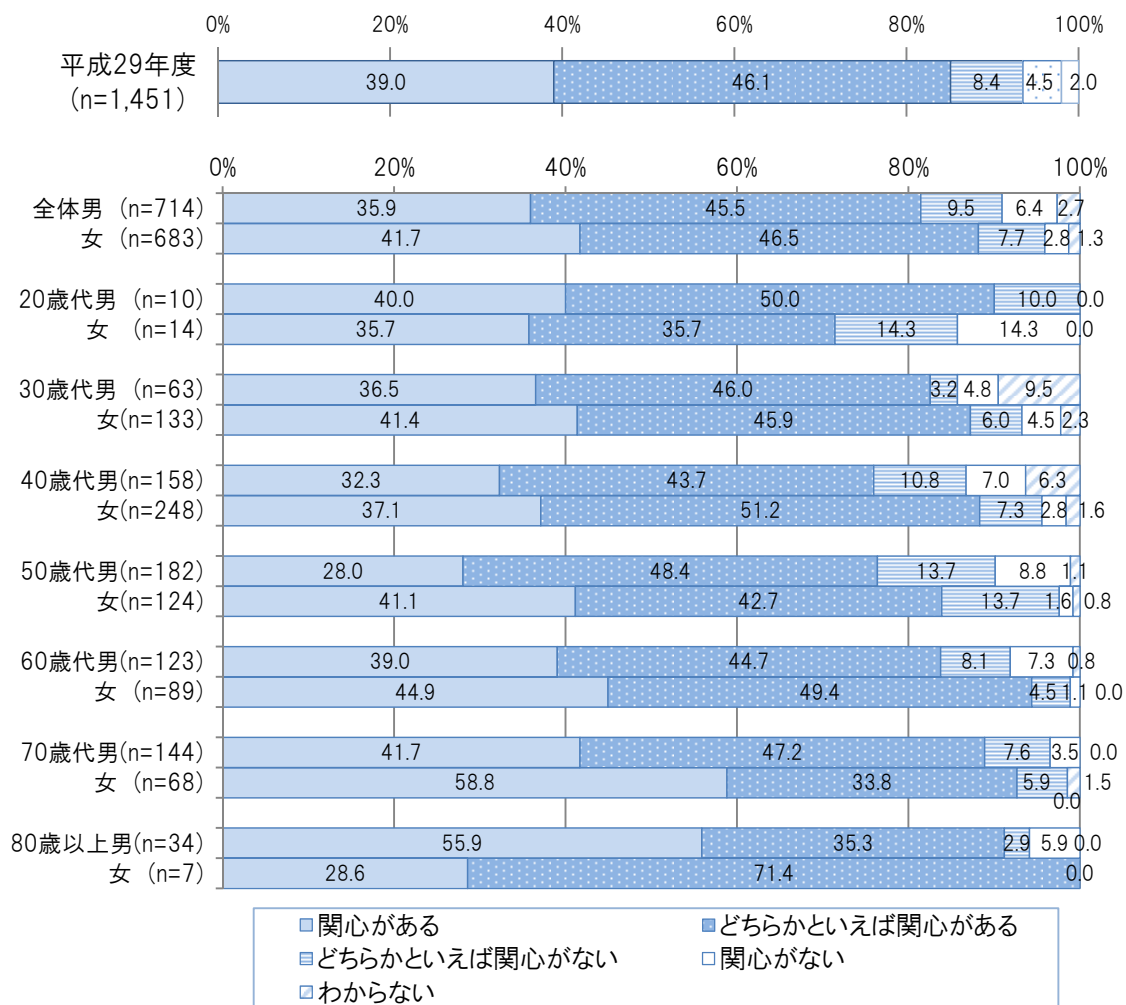
- ・メタボリックシンドロームの認知状況は、言葉も知っていたし内容も大体知っていたと回答した人が87.3%でした。



(6) 食育への関心

あなたは食育に関心がありますか。

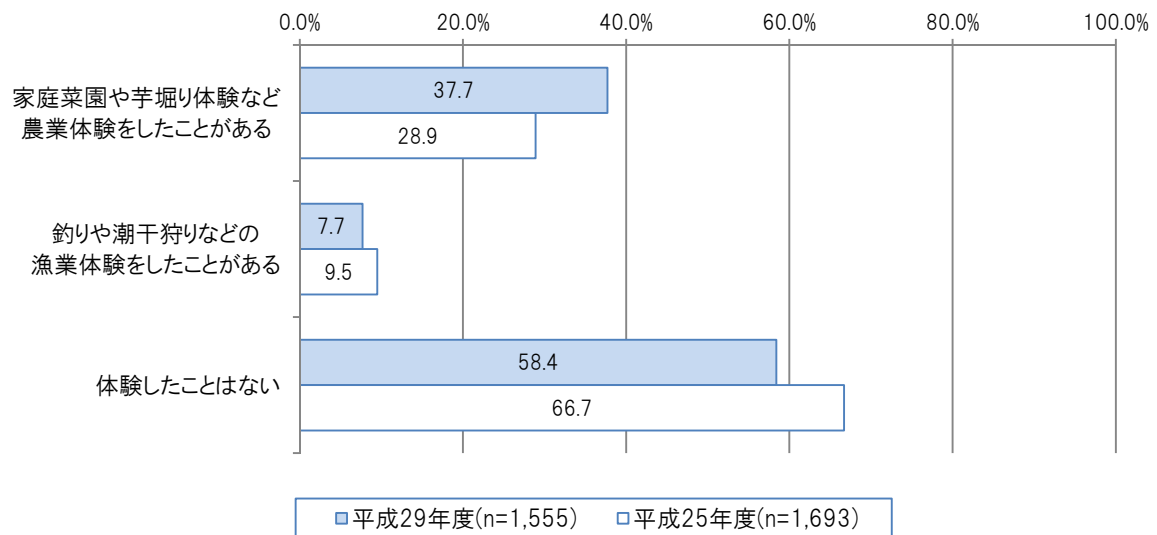
- ・食育への関心は、どちらかといえば関心があるを含めると全体では85.1%となりました。男女別に見ると、女性の方が男性よりも関心が高い傾向がみられました。



(7) 農林漁業体験への参加状況

あなたは、この1年間で野菜づくりや水産に親しむ体験をしましたか。

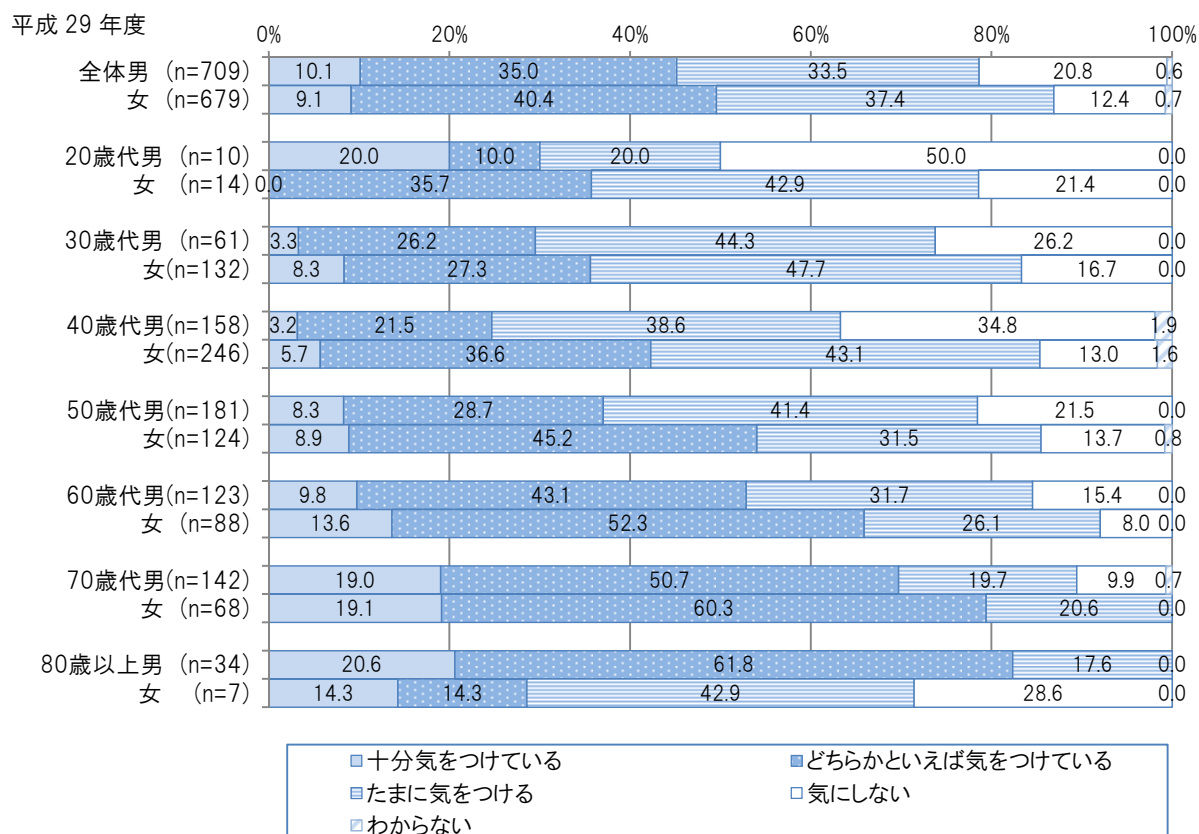
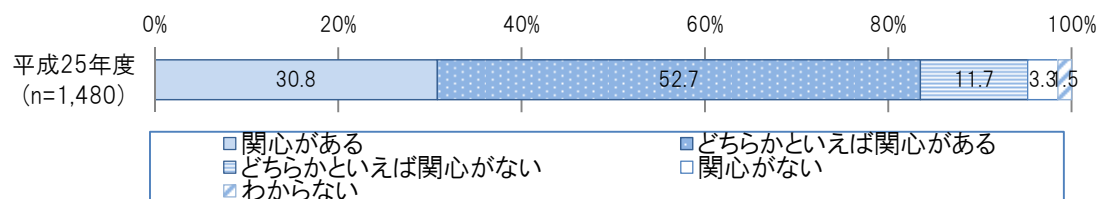
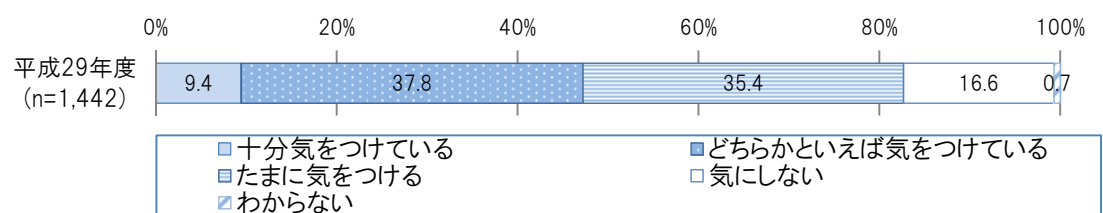
- ・ 農業体験は37.7%でしたが、漁業体験は7.7%にとどまりました。また、期間を1年間に限定すると、どちらも体験していないと回答した人は半数以上となっています。



(8)よく噛んで味わって食べる人の状況《重点項目》

よく噛んで味わって食べるよう気をつけていますか。

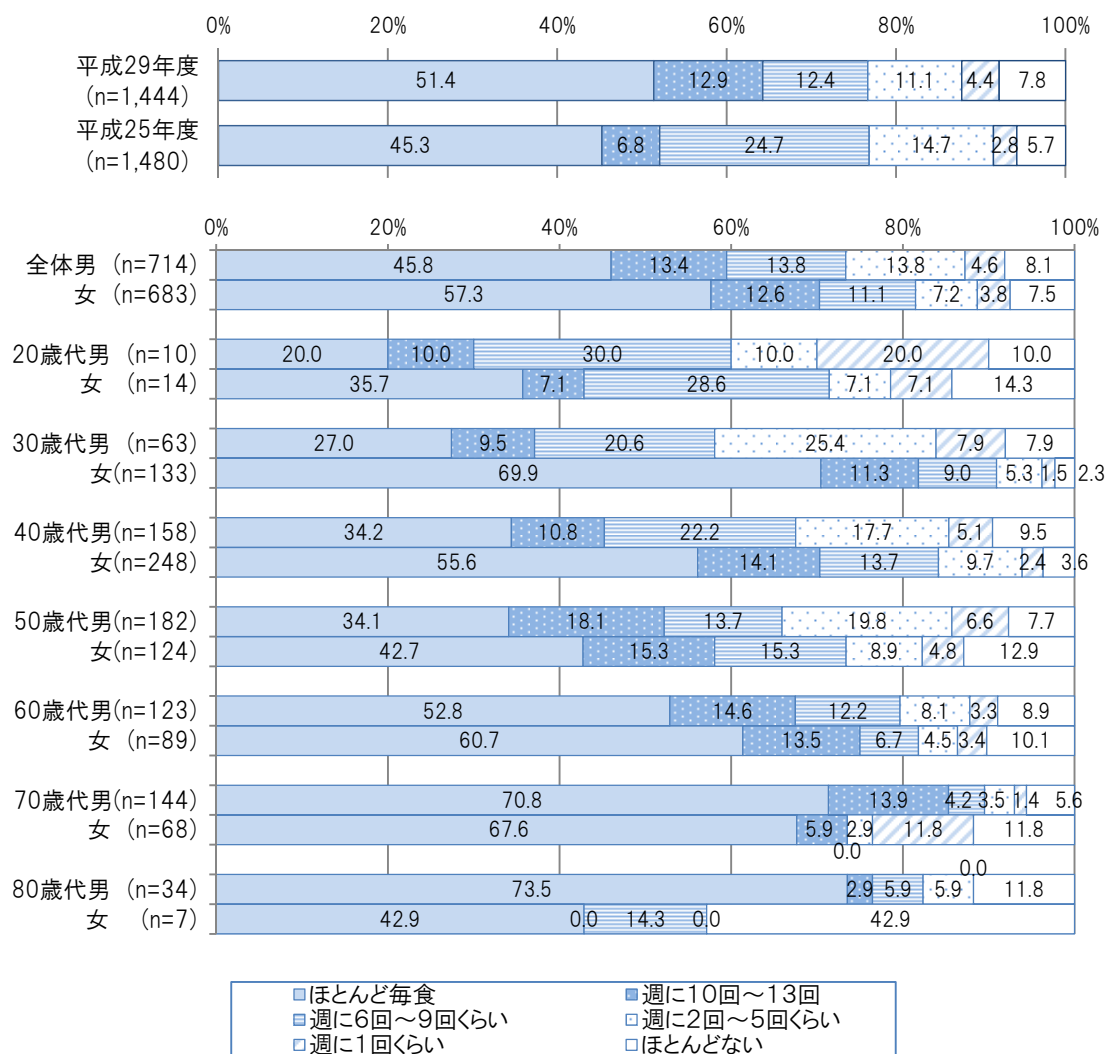
- 平成25年度は、よく噛んで味わって食べることへの関心度に関する設問をしたところ、関心がある・どちらかといえば関心があると回答した人は全体の8割強でした。平成29年度は次の段階として実践度に関する設問に変更したところ、十分気をつけている9.4%、どちらかといえば気をつけている37.8%、たまに気をつけている35.4%であり、関心はあっても実践につなげるのは難しいことが伺えます。
- 年代別にみると、30歳代、40歳の男性では気にしないという回答の割合も高く、また同じ年代の男性に肥満傾向があるため、早食いなどの食習慣を改善するために、引き続きよく噛む食べ方の普及、啓発をする必要があります。



(9) 共食の状況《重点項目》

あなたは朝食または夕食を家族や知人などと一緒に食べることが週に何回ありますか。

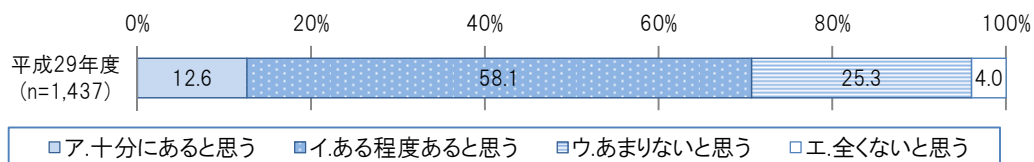
- ・朝食または夕食を家族や知人などと一緒に食べる回数は平成25年度調査は週平均9.2回、平成29年度は10.0回でした。
- ・女性は、30歳代、40歳代などの子育て世代は共食の回数が多いですが、男性は年代を問わず、共食はほとんどないとの回答が多くありました。
- ・高齢者でも共食はほとんどないという回答があり、世帯構造の変化（単独世帯の増加）などの背景も関係しており、引き続き共食の大切さを伝え、理解者、実践者が増えるよう啓発していく必要があります。



(10) 食品の安全性の知識

あなたは健康に悪影響を与えないようにするためにどのような食品を選択すると良いか、どのような調理が必要かについて知識があると思いますか？

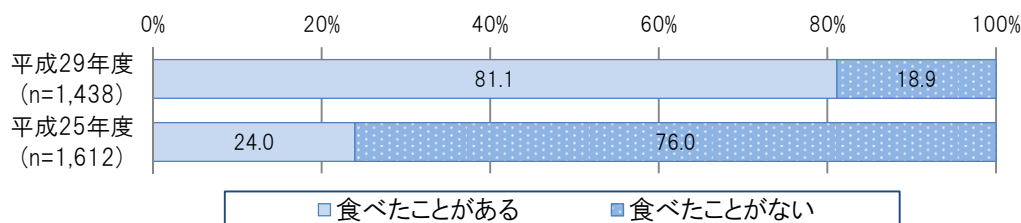
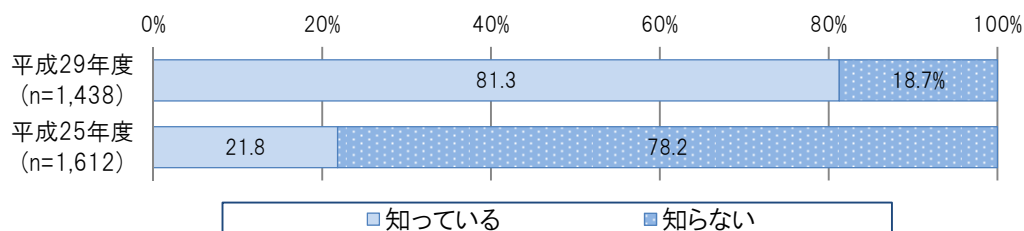
- ・知識があると回答した方(十分にあると思う・ある程度あると思う)は70%を超えました。



(11) 食文化の継承

あなたは郷土料理や伝統食、行事食について知っていますか。また、食べたことはありますか。

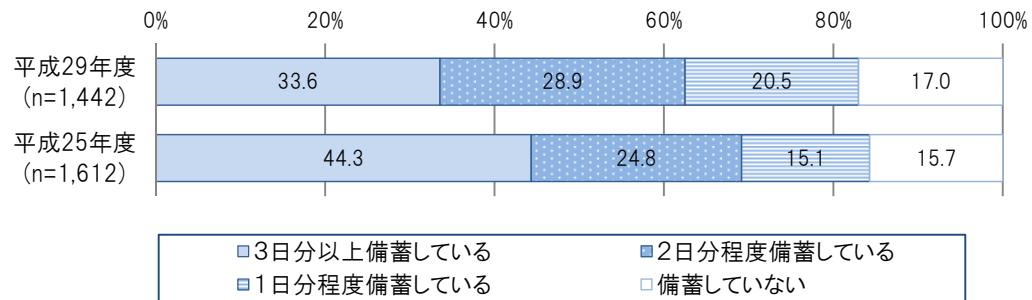
- ・郷土料理や伝統食の認知度は、平成25年度と比較して増加しており、81.3%が郷土料理や伝統食、行事食を知っているという回答となりました。
- ・平成29年度は、設問をよりわかりやすくするために、「行事食」も加えたため、知っている・食べたことがあると回答した割合が高くなったと思われます。



(12) 災害時の備え

あなたは災害時の備えとして、飲料水・食糧をどの程度備蓄していますか。

- 災害時の備えとして、3日分以上の飲料水・食料を備蓄していると回答したのは 33.6% にとどまりました。

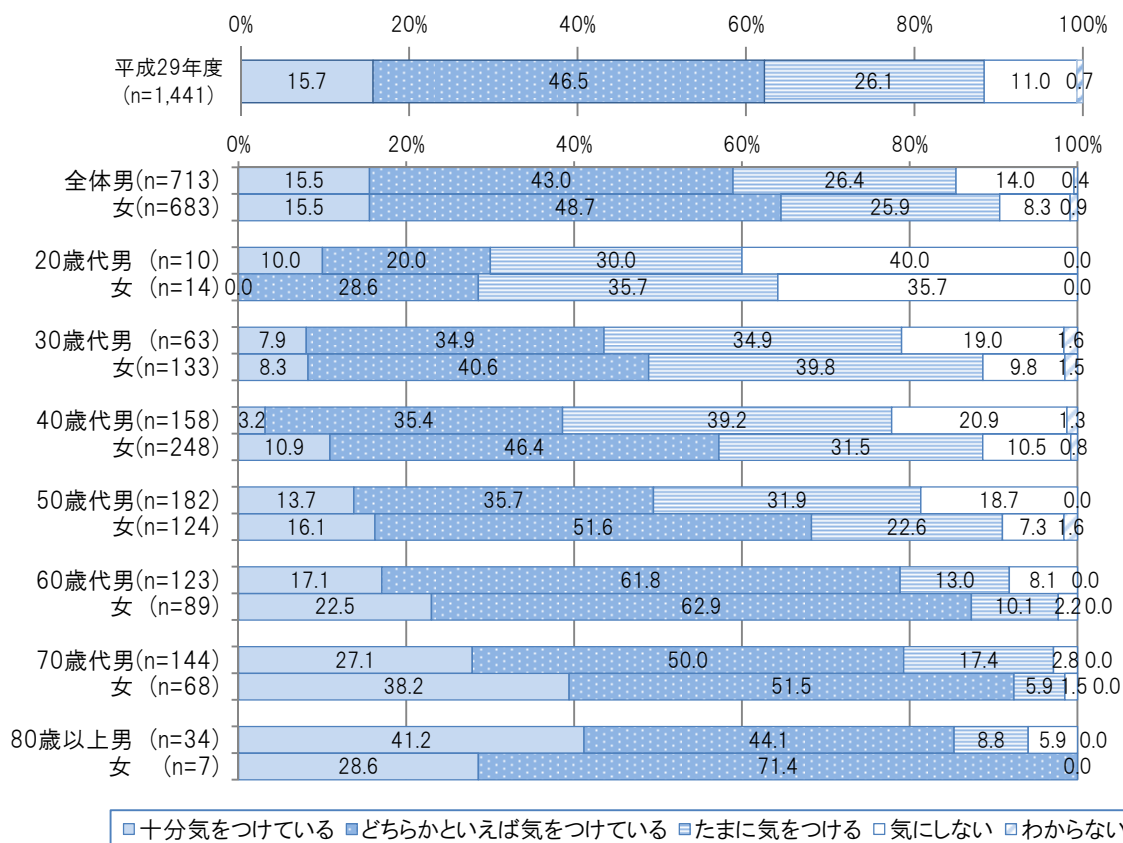


(13) 塩分摂取の意識

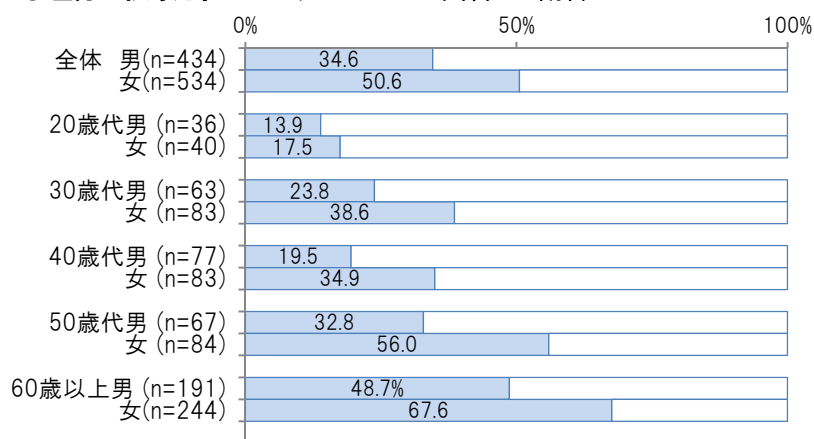
あなたは塩分をとり過ぎないように気をつけていますか。

- ・全体では、気をつけている割合(十分気をつけている・どちらかといえば気をつけている)は62.2%であり、年代が上がるほど塩分摂取の意識が高くなります。しかし、働く世代の男性(30歳～50歳代)では、気にしないという回答も目立ちました。

◎市川市基礎調査(2015年)においても、塩分の摂取を抑えるようにしていると回答した人は男性で34.6%、女性で50.6%であったのに対し、若い年代ほどその割合は低く、塩分摂取に対する意識の低さが伺えます。



◎塩分の摂取を抑えるようにしていると回答した割合 (市川市基礎調査 2015 年より)



3 各種統計結果からみた現状

(1) 小学生・中学生・高校生の状況

a. 市川市基礎調査(2015)から

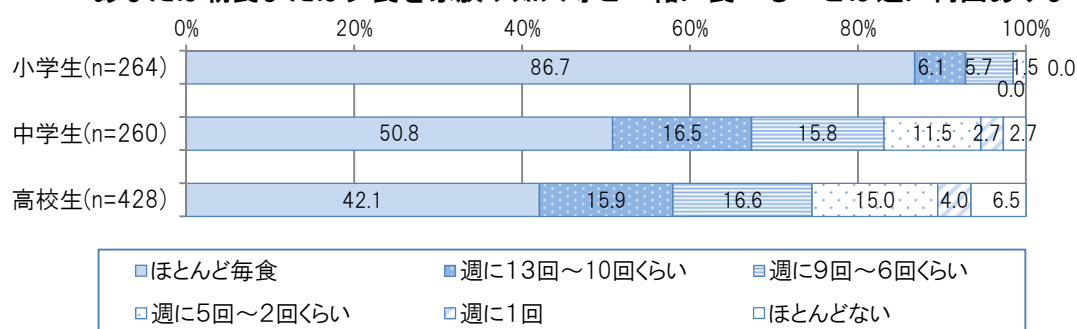
調査期間：【小学生】2015.2.3～2.23（21 日間）

【中高生】2015.2.3～2.26（24 日間）

回答数：小学生 267 人、中学生 266 人、高校生 432 人

《共食の状況》

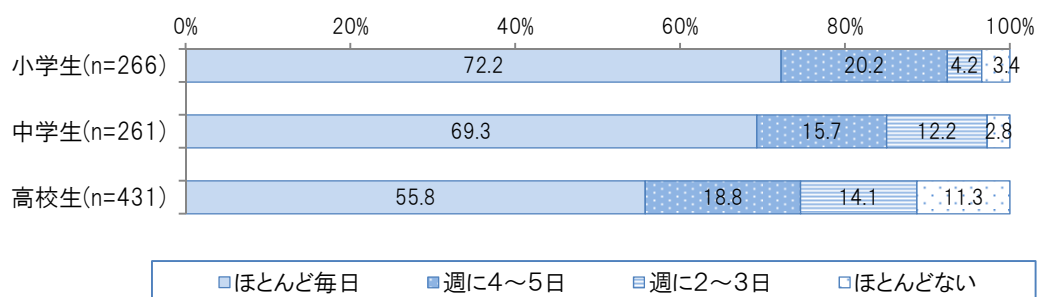
あなたは朝食または夕食を家族や知人等と一緒に食べることは週に何回ありますか。



- 朝食または夕食を家族や知人等と一緒に食べる回数について、ほとんど毎食と回答しているのは、小学生で 86.7%ですが、中学生になると 50.8%、高校生では 42.1%と大幅に減少し、特に高校生では、週に 1 回あるいは、ほとんどないという回答が 1 割を超え、生活習慣が変化する時期であることが伺えます。

《バランスのよい食事の摂取状況》

主食・主菜・副菜を 3 つそろえて食べることが 1 日に 2 回以上あるのは、週に何日ありますか。



- バランスのよい食事を 1 日 2 回以上毎日とると回答したのは、小学生 72.2%、中学生 69.3%、高校生 55.8%と年齢が上がるほど減少しています。

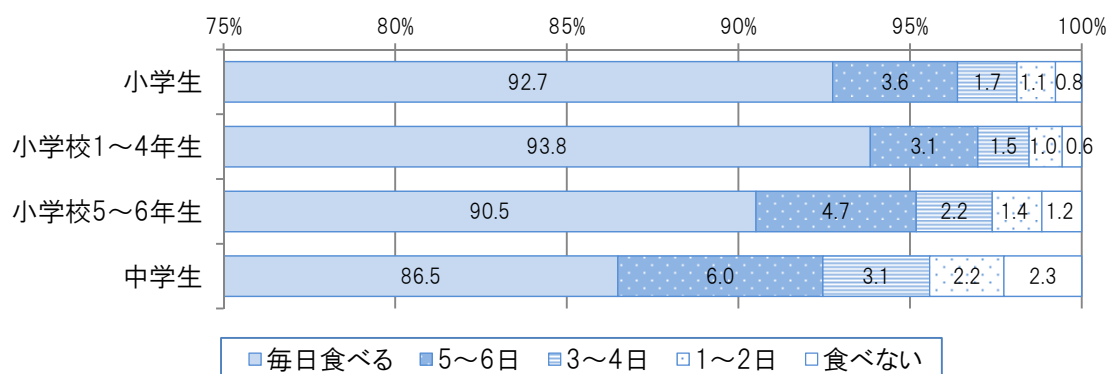
b. 平成 29 年度児童生徒のライフスタイル実態調査報告から

調査期間：平成 29 年 4～6 月

回答数：小学生 21,799 人 中学生 9,324 人

《朝食の摂取状況》

あなたは普段、週に何日朝食をとりますか。



- ・朝食を毎日食べている割合は小学生全体では 92.7%と高いですが、学年が上がるほど割合は減少し、中学生では 86.5%となっています。
- また、週に 3 日以上朝食の欠食がある割合は、小学生で 3.6%、中学生では 7.6%であり、平成 23 年度の小学生 5.7%、中学生 11.7%よりも減少しています。
- ・朝食の内容は、小・中学生の約 3 割が「主食のみ食べる」との回答で、「主食・主菜・副菜のそろった食事」を食べている割合は、小学生で 34.5%、中学生で 39.5%となっています。

c. 児童のすこやか検診から

市内公立小学校 5 年生の希望者を対象に生活習慣病予防検診を実施し、結果を通知し指導する。

平成 29 年度(2017 年度)の小学 5 年生の結果は、生活習慣病の因子を持たない(※)児童(正常範囲者)の割合が 80.6%となっています。

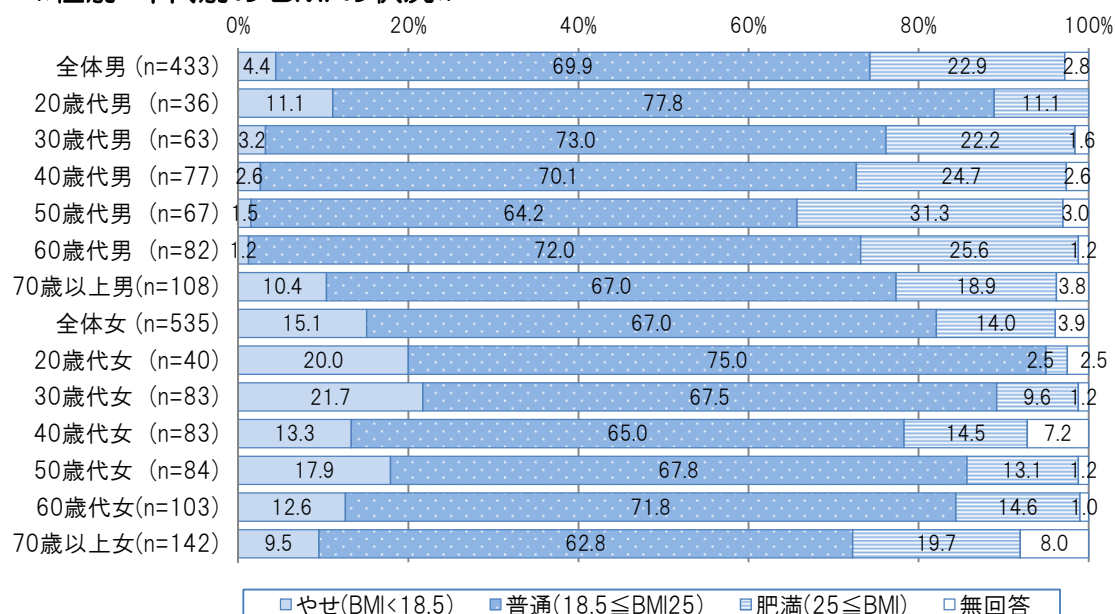
平成 23 年度(2011 年度)以降、80%前後で推移しており、引き続き小学生においても生活習慣病予防に向けた取り組みが重要となっています。

※生活習慣病の因子を持たない…肥満度・腹囲・血圧・血糖・コレステロール・中性脂肪において所見なし。

(2) 市民の体格と健康状態（成人）

a. 市川市基礎調査（2015）から（調査の概要P5 参照）

＜性別・年代別の BMI の状況＞



〈男性の状況〉

- ・女性と比較して肥満の割合が目立ちます。
- ・30 歳代から肥満の割合が増えはじめ、50 歳代では約 30%以上に増加します。
- ・70 歳以降、やせの割合が増加しています。

〈女性の状況〉

- ・全体的にやせの割合が目立ちます。
- ・20 歳代、30 歳代のやせの割合が 20%を超えています。
- ・40 歳以降、肥満の割合が増加しています。

BMI について

BMI は成人の肥満度の判定に用いる指標です。

[体重(kg)]÷[身長(m)]÷[身長(m)]で算出します。

BMI(数値の範囲)	(肥満度) 判定
BMI<18.5	低体重(やせ)
18.5≤BMI<25.0	普通体重
25.0≤BMI<30.0	肥満(1 度)
30.0≤BMI<35.0	肥満(2 度)
35.0≤BMI<40.0	肥満(3 度)
40.0≤BMI	肥満(4 度)

(参考)BMI の目標値について

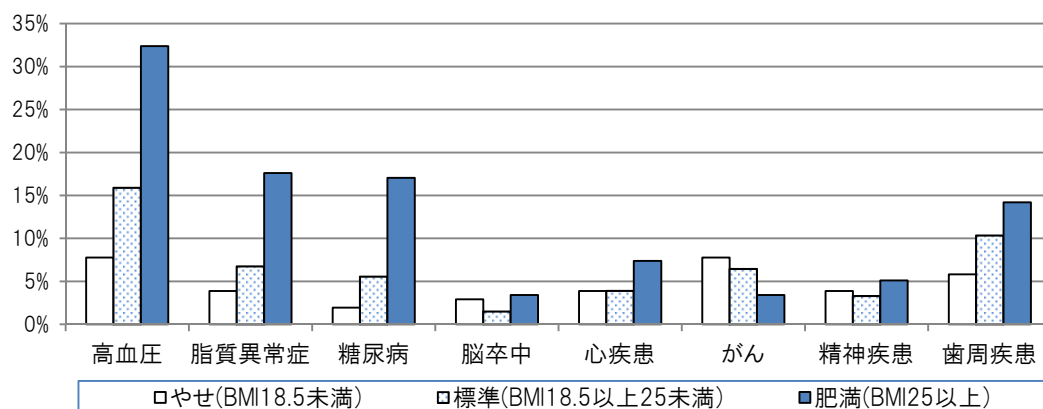
高齢者がいきいきと元気に暮らすためには、低栄養や栄養欠乏による筋肉量の減少を防ぎ、転倒や要介護状態となることを予防することがとても重要です。

50 歳以上が目標とする BMI の下限を引き上げました。

年齢	目標値
20～49 歳	18.5 ≤ BMI < 25.0
50～69 歳	20.0 ≤ BMI < 25.0
70 歳以上	21.5 ≤ BMI < 25.0

参考:厚生労働省「日本人の食事摂取基準(2015 版)」

《BMI と疾患の関係》



- BMI と疾患の関係をみると、肥満の人は、がんを除くすべての疾患を発症しやすく、特に高血圧・脂質異常症・糖尿病ではその割合が高いことがわかります。
- 食生活の中で意識して行っていることについての設問では、肥満の人は他と比較すると、よく噛み味わう、食べ過ぎない、塩分を控える等全ての項目において、意識が低い結果となりました。

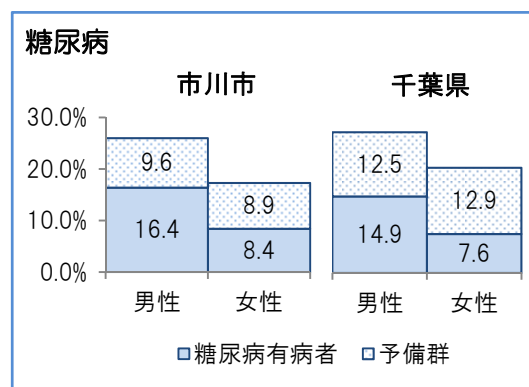
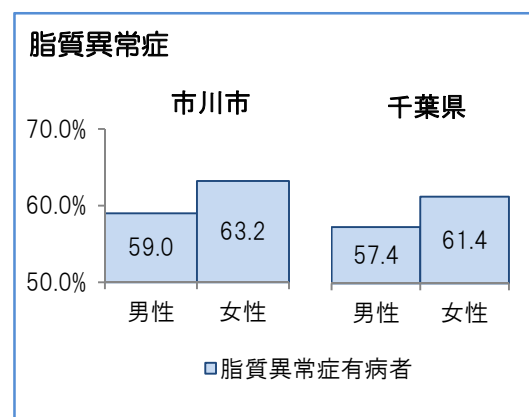
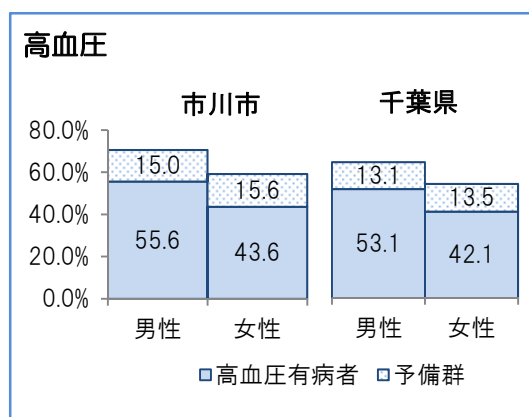
b. 平成 27 年千葉県特定健診・特定保健指導データ結果から 《生活習慣病の状況》

特定健康診査対象者：40 歳～74 歳の国民健康保険加入者

分析対象者とした受診者数：市川市 31,428 人(男性 13,181 人 女性 18,247 人)

千葉県 435,905 人(男性 183,040 人 女性 252,865 人)

高血圧・脂質異常症・糖尿病の有病者・予備群該当者の割合



判定基準(都道府県健康増進計画参酌標準より)

高血圧有病者 :収縮期血圧 140mmHg 以上または拡張期血圧 90mmHg 以上
または降圧剤服用

高血圧予備群 :収縮期血圧 130～139mmHg かつ拡張期血圧 90mmHg 未満、
または収縮期血圧 140mmHg 未満かつ拡張期血圧 85～89mmHg

脂質異常症有病者 :中性脂肪 150mg/dl 以上、HDL コレステロール 40mg/dl 未満、
LDL コレステロール 140 mg/dl 以上、
コレステロールを下げる薬の服用のいずれかに該当

糖尿病有病者 :空腹時血糖 126 mg/dl 以上、HbA1c6.5%以上、
血糖を下げる薬の服用のいずれかに該当

糖尿病予備群 :空腹時血糖 110～125 mg/dl 以上または HbA1c6.0%～6.5%未満、
血糖を下げる薬を飲んでいないもの

- ・高血圧は、有病者・予備群とも千葉県と比較して割合が高く、特に男性では受診者の約 7 割が高血圧有病者・予備群となっています。
- ・脂質異常症有病者は、男性よりも女性の割合が高く、いずれも千葉県と比較して有意に高い状況です。
- ・糖尿病では、予備群の割合は千葉県と比較して低いものの、有病者の割合は男女とも高く、特に男性に多くなっています。

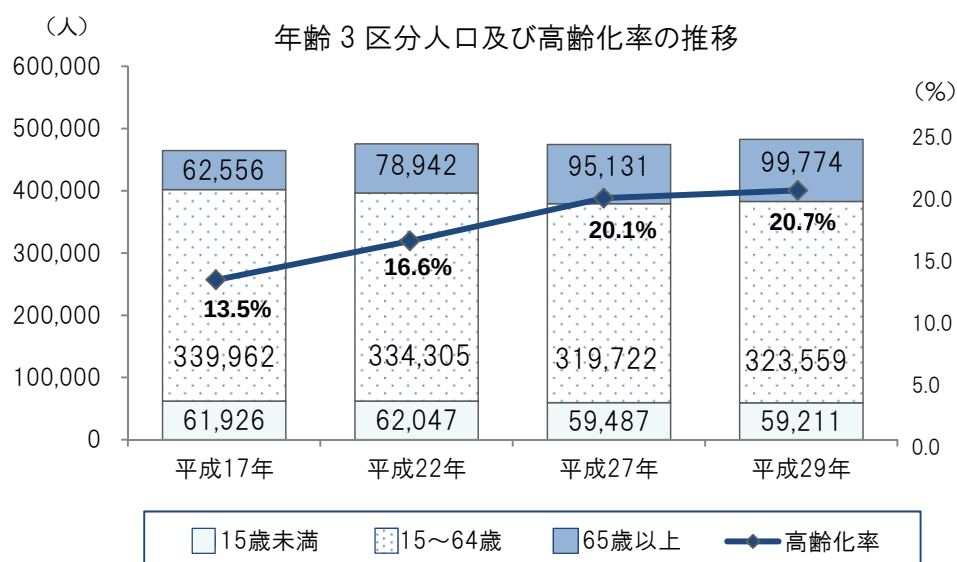
(3)食育をめぐる本市の状況

・市川市の人口、少子高齢化の進行（年齢3区分人口割合）

各年3月31日現在

項目	市川市				県（4月1日現在）	国
	平成17年	平成22年	平成27年	平成29年	平成29年	平成29年
総人口	464,444人	475,294人	474,340人	484,544人	6,285,160人	127,094,745人
15歳未満割合	13.3%	13.1%	12.5%	12.3%	12.4%	12.6%
15～64歳割合	73.2%	70.3%	67.4%	67.1%	61.6%	60.7%
65歳以上割合	13.5%	16.6%	20.1%	20.7%	26.0%	26.6%

「人口推計」（総務省統計局）・千葉県年齢別・町字別人口調査・市川市住民基本台帳人口より



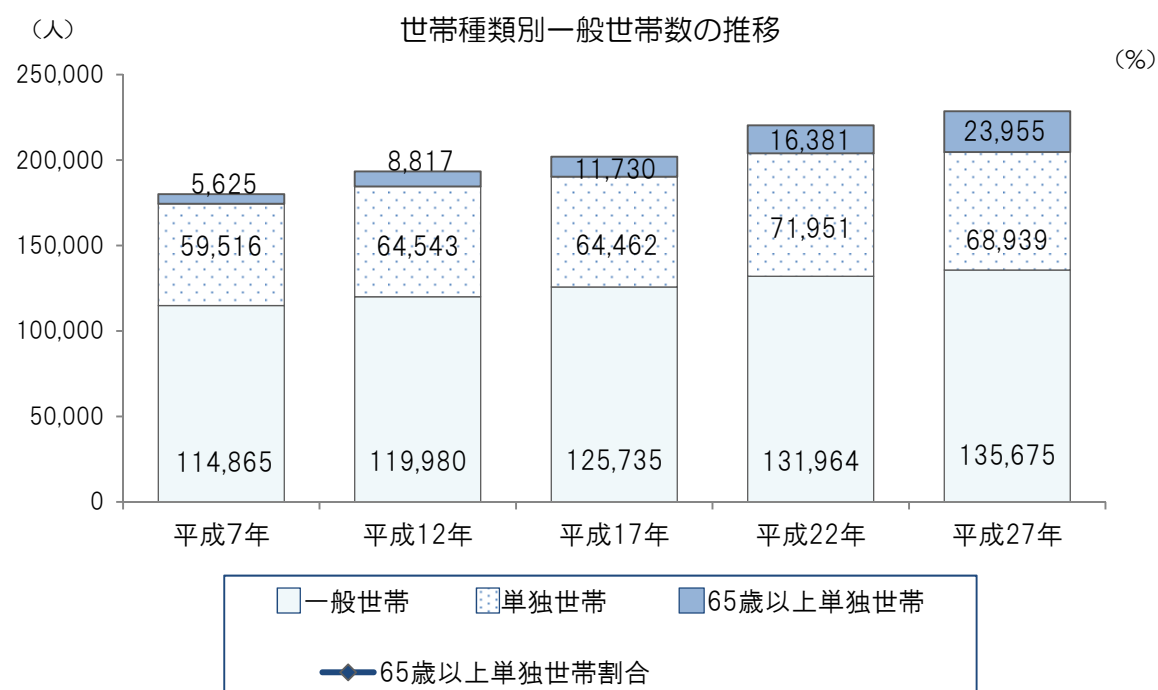
- ・市川市の高齢化率は、国や千葉県と比較すると低くなっていますが、65歳以上の人口の割合が年々増加し、15歳未満の人口の割合は減少傾向にあります。

・単独世帯の割合

各年 10 月 1 日現在

項目	市川市					県	国
	平成 7 年	平成 12 年	平成 17 年	平成 22 年	平成 27 年	平成 27 年	平成 27 年
単独世帯	36.2%	37.9%	37.7%	40.1%	40.6%	32.4%	34.5%
65 歳以上単独世帯	3.1%	4.6%	5.8%	7.4%	10.5%	9.9%	11.1%

「平成 27 年国勢調査結果」(総務省統計局)



- ・単独世帯の割合が増加傾向にあり、とくに 65 歳以上の単独世帯の割合の増加率が 10%を超え、急激に高くなっています。

4 第2次計画における達成状況と課題

(1) 第2次計画の数値目標と達成状況

第2次計画では計画の進捗と評価を行うため、No.1～No.14 までの14項目、19指標を目標指標として掲げました。19指標のうち目標達成した指標項目(◎)は5指標にとどまっています。目標値には達成しなかったが目標に向かって改善している指標項目(○)が6指標で、変化なし(△)あるいは下降している(×)は8指標となっています。

No.1～No.5、13、14 直近実績値(H23年度)とH29年度現状値と比較

No.6～No.12 計画策定直後の実績値(H25年度)とH29年度現状値と比較

【第2次食育推進計画数値目標】									
No.	指標項目	対象	第2次策定時		目標値 ※2 市川市(2次)	H29年度現状値			評価
			H23年度 直近実績 値	※1 H25年 度eモ ニ		※3 ライフス タイル 調査	※4健康 いちかわ 21	※1eモニ ター 調査	
1	ほぼ毎日、1日3食 食べる人の割合	20歳以上	84%	—	100%に近づける			81.7%	△
2	朝食を欠食する市民の割合の減少	小学生	5.7%	—	0%に近づける	3.6%			○
		中学生	11.7%	—	0%に近づける	7.6%			○
		20歳代女性	13%	—	0%に近づける		22.5%		×
		20歳代男性	26%	—	0%に近づける		19.4%		○
		30歳代男性	13%	—	0%に近づける		15.9%		×
3	1日1食主食・副菜・主菜をそろえた パランスのよい食事を食べる人の割合	全体	94%	—	100%に近づける			93.1%	△
4	1日2食以上野菜料理を食べる人の割合	全体	59%	—	80%			64.5%	○
5	メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)を認知している割合	全体	93%		100%に近づける			87.3%	×
6	食育に関心のある人の割合	20歳以上	87%	85%	90%以上			85.1%	△
7	直近1年以内に農林漁業体験に参加したことがある市民の割合の増加	全体	—	農29% 漁9%	30%以上			農37.7% 漁7.7%	○
8	よく噛んで味わって食べるなどの食べ方に関心のある市民の割合の増加	全体	—	85%	80%以上			82.6%	◎
9	朝食又は夕食を家族や知人等と一緒に食べる「共食」の回数の増加	全体	—	週平均 10回以上 52.1%	週平均10回			週平均 10回以上 64.3%	◎
10	食品の安全性に関する基礎的な知識を持っている市民の割合の増加	全体	—	69%	70%以上			70.7%	◎
11	郷土料理や伝統食について「知っているものがある」、「食べたことがある」市民の割合の増加	全体	—	知22% 食24%	H25年度からの増加 **			知81.3% 食81.1%	◎
12	災害時の備えとして、3日間の飲料水・食料を備蓄している市民の割合	全体	—	44%	H25年度からの増加 **			33.6%	×
13	20歳～30歳代女性のやせ(痩身)の割合	20歳代女性	24%	—	啓発に努める		20.0%		○
		30歳代女性	14%	—	啓発に努める		21.7%		×
14	学校給食における地場産物を使用する学校の割合	—	100%	—	100%を持続	100%			◎

出典：

※1 現況：eモニター制度による食育アンケート調査

※2 目標値：策定時設定数値目標

※3 現況：市川市児童生徒のライフスタイル実態調査

※4 現況：健康いちかわ21 市川市基礎調査(2015)

《評価》◎：現状値が目標を達成している指標

○：現状値が目標に向かって改善している指標

△：現状値が変化していない指標

×

(2)食に関する現状と課題

市川市における食育の現状や、各種調査の結果等を踏まえ、以下のとおり現状と課題を整理しました。

各種調査結果より、第2次計画の数値目標を達成していない指標は、基本的には継続して取り組む必要があり、特に数値が下降した指標に関しては、より一層、推進啓発していく必要があります。

<その1>

食育に関するアンケート調査結果から「食育」に関心がある方は85%と高い割合でしたが、40歳～50歳の男性は他の年代に比べて関心が低くなっています。

また、働く世代（30歳～50歳代）の男性は、肥満の割合も高く、「朝食の欠食」や「主食・副菜・主菜をそろえたバランスのよい食事を食べる回数が少ない」などの割合が他の年代より高くなっています。さらに食べ方に関して、よく噛んで食べる、塩分を控えるよう気をつける、などの意識が低くなっています。

食に関する意識の向上と健全な食習慣を実践しやすい環境づくりが必要となります。

<その2>

20歳～30歳の若い世代は男女とも他の年代と比べて、「朝食の欠食」や「主食・副菜・主菜をそろえたバランスのよい食事を食べる回数が少ない」などの割合が高く、塩分の摂取に関しても、気にしないなどの回答が多く、食に関する意識や関心の低さが目立ちます。

また、若い女性のやせの割合も依然として高い状況にあります。

これから親になる、あるいは現在すでに子育てをしている20歳～30歳代が食育を実践し、次世代につなげていく必要があります。

若い世代の多くは食育への関心が低いため、食育情報の普及啓発の方法や内容等を工夫し、食育に関心が持てるきっかけづくりを進めていくことが必要です。

また、既に関心がある方でも様々な事業や取り組みに関して情報不足であるため参加につながらない状況もあり、若い世代が正しく食育情報を選択できるよう整え、食育の取り組みに参加しやすい環境づくりも必要です。

<その3>

共食については、小学生の約9割以上が週10回以上（朝食または夕食）共食できている一方で中学生になるとその割合は約7割と減少しています。

家族と共に食卓を囲むことで、食事のマナーや料理についての関心も高くなり、何より楽しくおいしく食べることができます。

成人期の「孤食」は心の面の問題の他に、外食や簡単な食事が多くなりやすいこと

第2章 市川市における食育の現状と課題

から栄養面の問題が発生することもあります。少子高齢化の進展、世帯構造や社会環境の変化による高齢者の単独世帯等の増加など、多様化していくライフスタイルに対応した食育の実践は個人や家庭単位では難しく、家庭を中心に食に関わる様々な関係者の連携をもって実践を支援していくことが必要になります。

(3) 今後の方向性

食に関する現状と課題から次の3つの点について、今後取り組む方向性が見えてきました。

①若い世代（20歳～30歳代）を中心とした食育の推進

子どもの頃からの健全な食生活の確立とともに、若い世代が健康を意識し、食育に関する知識の習得や食育の実践に取り組めるよう支援することが必要です。

②働く世代（30歳～50歳代男性）を中心とした食育の推進

メタボリックシンドロームなどの生活習慣病の予防や改善等、健康寿命の延伸につながる健全な食生活の実現など食育の実践が必要です。

③多様な暮らしに対応した食育の推進

少子高齢化の進展、世帯構造や社会環境の変化に対応した食育の推進が必要です。

第3章 基本理念と施策の方向性

1 基本理念

「健康で豊かな食生活を営むまち市川市」

2 基本目標

「生涯を通した健康な食生活の実践による健康寿命の延伸」

3 基本施策

食育の実践者の環(わ)を広げよう！
～つなぐ・広がる いちかわの食育～

第3次計画では、第1次、第2次で掲げた基本理念及び基本目標を継承するとともに、第2次計画の「周知から実践」を、第3次計画では「食育の実践者の環(わ)を広げよう！～つなぐ・広がる いちかわの食育～」を基本施策として、市民一人ひとりの実践を支えるため、関係者及び機関のネットワークによるつながりを強化し、さらに新しい連携を生み出すなど、食育の環(わ)を広げ、市民の実践者が増えるよう支援していきます。

4 施策の展開における視点

第3次計画では、食育推進のための視点として「食で健康をつくる」「食を楽しむ」「食を大切にする」の3つを横断的にとらえていきます。

①食で健康をつくる（望ましい食習慣の実践）

栄養バランスのよい食事や朝食の大切さなどを知り、望ましい食習慣を身につける、適切な食事を選択することができるなど、健康的な食生活を営む力を育みます。

②食を楽しむ（共食、食文化継承、マナー）

家族や友人と一緒に食事をする、食事のマナーを身につける、地域の食文化を知り、継承していく、料理や季節の食材に関心を持つなど、食を楽しむことを育みます。

③食を大切にする（農水産業、流通、食品ロスの削減、感謝の気持ち）

食材、食品の生産、流通過程、食の安全性など、食べ物が食卓に並ぶまでの過程を学び、食べ物の大切さや食を支える人への理解を深めます。

また、「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつや、食べ物を無駄にすることをもったいないと思うなど、食べ物を大切にする感謝の気持ちを育みます。

5 計画の体系図

第3次市川市食育推進計画の体系図

基本施策

食育の実践者の環（わ）を広げよう！

～つなぐ・広がる いちかわの食育～

基本
理念

健康で豊かな食生活を営むまち市川市

基本
目標

生涯を通じた健康な食生活の実践による健康寿命の延伸

指標

食育の実践者の増加

取り組みの視点

①食で健康をつくる

②食を楽しむ

③食を大切にする

市民の取組

施策の柱

4 ライフステージに
対応した食育の推進

妊 娠 期
乳 児 期
学 童 期
思 春 期
青 年 期
壮 年 期
高 齢 期

1 健康な体と豊かな心をつくる食育の推進

- (1)家庭における健全な食生活の実践
- (2)保育園、幼稚園、学校等における食を通じた子どもの健全育成
- (3)地域における食育を通じた交流の促進

2 食の流通と食文化継承を通じた食育の推進

- (1)地産地消の推進
- (2)生産者と消費者の交流促進
- (3)食文化継承の促進
- (4)食の安全性の確保
- (5)食の安全・安心に関する情報提供
- (6)環境に配慮した食育の推進
- (7)食事を共に楽しむ機会の促進

3 連携・協力体制を強化した食育の推進

- (1)多様な関係者の連携強化
- (2)食育の効果的な普及啓発
- (3)保護者との連携による食育の推進
- (4)事業者との連携による食育の推進
- (5)関係機関、団体、行政のネットワークの充実

第3次計画

食育の実践者の環(わ)を広げよう！
～ つなぐ・広がる いちかわの食育 ～

課題に対する方向性

第1、2次計画

食育の「周知」から「実践」へ

【成果】

- ・「食育」への関心、認知度は高値を維持
- ・よく噛んで食べる市民、野菜料理を食べる市民の割合の増加
- ・食育関係機関の連携の強化

- 1. 若い世代を中心とした食育の推進
- 2. 働く世代を中心とした食育の推進
- 3. 多様な暮らしに対応した食育の推進

↓
個人や家庭における食育の実践だけでなく、その実践を支えていく関係機関の連携や環境づくりの構築が必要である

基本施策 食育の実践者の環(わ)を広げよう！
～つなぐ・広がる いちかわの食育～

【今後の方向性】 ①若い世代の食育の推進 ②働く世代の食育の推進
 ③多様な暮らしに対応した食育の推進

施策の柱	取組項目
1 健康な体と豊かな心をつくる食育の推進	(1)家庭における健全な食生活の実践 ・ 基本的な生活習慣づくり ・ 望ましい食習慣の実践に向けた食育の充実 ・ 妊産婦や乳幼児に関する栄養指導の充実 ・ 健康づくりのための食育の推進 ・ 次世代を育む食育の推進
	(2)保育園、幼稚園、学校等における食を通じた子どもの健全育成 ・ 保育活動を通じた食育の推進 ・ 学校における食育の指導体制と指導内容の充実 ・ 学校給食を活用した食育の充実 ・ 食文化継承に向けた食育の推進 ・ 家庭、地域と連携した食育の推進
	(3)地域における食育を通じた交流の促進 ・ 地域活動を通じた食育の推進 ・ 食を通じたコミュニケーションの推進
2 食の流通と食文化の継承を通じた食育の推進	(1)地産地消の推進 (2)生産者と消費者の交流促進 (3)食文化継承の促進 (4)食の安全性の確保 (5)食の安全・安心に関する情報提供 (6)環境に配慮した食育の推進 (7)食事を共に楽しむ機会の促進
3 連携・協力体制を強化した食育の推進	(1)多様な関係者の連携強化 (2)食育の効果的な普及啓発 (3)保護者との連携による食育の推進 (4)事業者との連携による食育の推進 (5)関係機関、団体、行政のネットワークの充実

取組の視点

 ① 食で健康をつくる
 ② 食を楽しむ
 ③ 食を大切にする

4 ライフステージに対応した食育の推進（市民の取組）

6 第3次計画の数値目標

第3次計画の数値目標は、第2次計画の検証を踏まえて整理するとともに、第3次計画における取り組みの成果を評価、検証するために設定するものです。

第2次市川市食育推進計画数値目標 14項目（参照 p24）



第2次計画の検証により、変更、削除等整理した項目 5項目

No.3、No.9 ……国と同様に項目を変更

No.5 ……メタボリックシンドロームを含めた生活習慣病予防・改善のため、また若い女性のやせ（痩身）予防の指標として項目を変更

No.11 ……食品の安全性に関する知識を有する割合は高く、自ら判断する項目に移行

No.12 ……郷土料理や伝統食（行事食）についての認知は高く、それらを含めた伝統的な食文化や作法等を次世代へ継承する項目へ変更

第3次計画に継承する項目 7項目

No.1、No.2、No.4、No.6、No.7、No.8、No.10

新たに選定した項目 1項目

No.13 ……第2次計画の課題として選定した項目

削除した項目 1項目

災害時の対応は総合的にとらえる必要があるため数値目標としては削除。
ただし、災害時の食の備えは食育の範囲で引き続き啓発を行う。



第3次市川市食育推進計画数値目標 13項目

【第3次食育推進計画数値目標】

No.	指標項目	対象	現状値 H29年度	目標値		
				市川市 (3次)	国3次	県3次
1	ほぼ毎日、1日3食 食べる人の割合	20歳以上	81.7% ※1	90%以上	—	—
2	朝食を欠食する市民の割合	小学生	3.6% ※2	0%を目指す	子ども0%	子ども0%を目指す
		中学生	7.6% ※2			
		20歳代女性	22.5% ※3	若い世代 15%以下	若い世代 15%以下	若い世代 15%以下
		20歳代男性	19.4% ※3			
		30歳代男性	15.9% ※3			
3	主食・主菜・副菜をそろえた食事を1日2回以上、ほとんど毎日食べている市民の割合	全体	67.0% ※1	70%以上	70%以上	70%以上
	主食・主菜・副菜をそろえた食事を1日2回以上、ほとんど毎日食べている若い世代の割合	20歳～30歳代	49.5% ※1	55%以上	55%以上	55%以上
	主食・主菜・副菜をそろえた食事を1日2回以上、ほとんど毎日食べている働く世代の割合	40歳～50歳代 男性	60.0% ※1	70%以上	—	—
4	1日2食以上野菜料理を食べる人の割合	全体	64.5% ※1	70%	—	—
5	普段から適正体重を維持している市民の割合 (生活習慣病の予防や改善のために)	30歳～50歳代 男性	普通 69.1% ※3	75%	—	—
		20歳～30歳代 女性	やせ 20.9% ※3	15%以下	—	—
6	学校給食における地場産物を使用する学校の割合	全体	100%	100%を 持続	—	—
7	食育に関心のある人の割合	全体	85.1% ※1	90%以上	90%以上	90%以上
8	直近1年以内に農林漁業体験に参加したことがある市民の割合	全体	農37.7% 漁7.7% ※1	40%以上	40%以上	40%以上
9	ゆっくりよく噛んで食べる市民の割合	全体	47.2% ※1	55%以上	55%以上	55%以上
10	朝食又は夕食を家族や知人等と一緒に食べる「共食」の回数	全体	64.3% ※1	週11回 以上	週11回 以上	—
11	食品の安全性について基礎的な知識を持ち、自ら判断する市民の割合	全体	—	80%以上	80%以上	80%以上
12	地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法(箸づかいなどの食べ方)等を継承し、伝えている市民の割合	全体	—	50%以上	50%以上	50%以上
13	塩分のとりすぎに気をつけている市民の割合	全体	62.2% ※1	70%以上	—	—

※1 現況：eモニター制度による食育アンケート調査(20歳以上集計結果)

※2 現況：市川市児童生徒のライフスタイル実態調査(No2 朝食欠食：週3日以上欠食者集計結果)

※3 現況：健康いちかわ21 市川市基礎調査(2015)

※4 目標値：策定時設定数値目標

第4章 施策の展開

基本施策

食育の実践者の環(わ)を広げよう！
～つなぐ・広がる いちかわの食育～

施策の柱 1 健康な体と豊かな心をつくる食育の推進

(1) 家庭における健全な食生活の実践

食育を進めていく中で家庭の役割は非常に大きく、実践の基本となります。

家庭では、子どもの発達段階に応じて、食に関する基本作法の理解、健全な食習慣等を身につけさせる役割が期待されるとともに、大人自ら食について意識を高め、家庭生活を通じて継続的な食育の実践をしていくことが求められます。

第2次計画からの方向性として、特に若い世代(20歳～30歳代)が健康を意識し食育に関する知識の習得や食育の実践に取り組めるよう支援することが必要とされています。

また、働く世代(30歳～50歳代)、特に男性の食習慣の乱れや栄養バランスの偏りなどに起因する肥満など生活習慣病につながる課題を改善するため、望ましい食習慣が実践できるよう支援することが必要とされています。

《課題と取り組み》

近年のライフスタイルの変化や少子高齢化等の影響で、食習慣の乱れに起因する生活習慣病や低栄養など、食に関わる様々な健康問題が引き起こされています。

「早寝・早起き・朝ごはん」で規則正しい生活リズムと望ましい食習慣は、子どもの頃に身につけられるため、基本的な生活習慣づくりの推進を行います。

次代の親になる世代に対しては、妊娠を機に家族の食生活を見直し、健康づくりに関心を持つきっかけづくりを行うなど、若い世代や働く世代を中心とした食育の推進を行います。

また、ライフステージに沿って継続的な食育の実践の支援を行います。

さらに、家族が食卓を囲んで共に食事をとりながらコミュニケーションを図ること(共食)は、食に関するマナー、食文化などを伝える機会となるため、市民一人ひとりに共食の大切さについて広く啓発していきます。

- 基本的な生活習慣づくり
- 望ましい食習慣の実践に向けた食育の充実
- 妊産婦や乳幼児に関する栄養指導の充実
- 健康づくりのための食育の推進
- 次世代を育む食育の推進



主な取り組み	内 容		所管課
健康教育事業 「生活習慣改善講座」	メタボリックシンドロームで危険因子とされる「高血圧」「脂質異常症」「糖尿病」について知識を深めるとともに、改善のための生活習慣改善講座を実施する。		保健センター 健康支援課
	方向性	継続	
健康教育事業 (栄養関係)	ライフステージに沿った妊産婦、乳幼児、成人、高齢者等に関する食育を推進するため、パパママ栄養クラス、離乳食教室（1回食、2回食）栄養講座等を開催する。 若い世代、働く世代に対して課題解決のため重点的に取り組みを行う。		保健センター 健康支援課
	方向性	強化継続	
市川市勤務栄養士 ネットワーク	健康都市プログラムによる食のネットワークの形成として開始した。正しい食習慣を普及し、生活習慣病予防事業として位置づけ、福祉・教育・保健等の分野に勤務する栄養士が連携し、食に関する情報発信を行う。 朝食摂取の推進をはじめ食育推進のための広報活動、イベント時における啓発活動を実施する。		保健センター 健康支援課
	方向性	継続	
アレルギー相談、 保護者試食会	家庭への啓発を行う。		保健体育課
	方向性	継続	



パパママ栄養クラス



離乳食教室

《食育関連課の主な取り組み》

事業名	所管課
明松園における給食管理、栄養相談	障害者施設課
健康都市推進講座	保健医療課
すこやか応援隊・すこやかひろば事業	子育て支援課
講座事業 親子DEクッキング	男女共同参画課
講座事業 男性の料理教室	男女共同参画課



朝食を食べよう

毎日、朝食を食べていますか？

朝食は、体・脳・心のスイッチであり、1日のパワーの源です。

朝食を食べないと、脳の働きが鈍り、イライラし、勉強や仕事に集中できなくなります。

まずはひと口から。食べている人はステップアップしましょう。毎日朝食を食べる市民が増えるように、市川市に勤務する栄養士が連携し、リーフレット「朝食を食べよう」を作成し、啓発に取り組んでいます。

朝食ステップアップ

ステップ 1	何も食べない人	果物・乳製品・主食のどれか食べやすいものから始めましょう。 または
ステップ 2	何か1品食べる人	今食べているものが、果物・乳製品・菓子などの場合は、主食に変えていきましょう。 または
ステップ 3	主食を食べている人	おかずを1品つけましょう。 奥だくさんの味噌汁、スープはおすすめ。パンの場合は、乳製品でもいいですね。 または
ステップ 4	主食+1品食べる人	主食・主菜・副菜をそろえることをめざしましょう。
ステップ 5	主食・主菜・副菜がそろっている人	すばらしい朝食です。乳製品や野菜・果物をプラスしてバランスアップしましょう。



適塩生活をはじめましょう

塩分をとりすぎると、血圧が上昇し、高血圧や脳卒中など様々な生活習慣病につながります。市では、多くの方が適塩に取り組めるように、市公式 Web サイトで、おいしく効果的に塩分を控える工夫や毎月19日の食育の日に合わせて、適塩ヘルシーレシピを公開しています。

まだ高血圧でなくても、若い頃から適塩に取り組むことで、将来の生活習慣病発症を防ぐことができます。大人も子どもも、おいしく健康に適塩生活を始めましょう。



市川市公式 Web サイトで検索

適塩レシピ

検索

(2) 保育園、幼稚園、学校等における食を通じた子どもの健全育成

乳幼児期は食習慣の基礎を培い、青少年期は望ましい食生活が確立する大切な時期です。保育園、幼稚園、学校は、子ども達が多くの時間を過ごす場であるため、食育を進める上で、大切な役割を担います。

《課題と取り組み》

近年、子どもの生活リズムは、保護者の就労状況の多様化など、ライフスタイルの変化の影響で乱れやすくなっています。

子ども達が、成長段階に応じた給食や料理、農作業などの体験や学習を通し、自ら食を考える習慣を身につけ、健康でいきいきした生活を送ることを目指します。

食育に関する情報を広く保護者に発信し、家庭や地域と連携した食育の推進を図ります。保育園や学校給食に郷土料理や行事食を取り入れ、伝統的な食文化継承に向けた食育の推進を図ります。

また、幼稚園・小・中・特別支援学校では、学校教育目標に食育指導の必要性を明確化するため各学校で「食に関する全体計画」を作成し、食育指導の充実を目指し目標を決めて取り組んでいきます。

- ・ 保育活動を通じた食育の推進
- ・ 学校における食育の指導体制と指導内容の充実
- ・ 学校給食を活用した食育の充実
- ・ 食文化継承に向けた食育の推進
- ・ 家庭、地域と連携した食育の推進



主な取り組み	内 容	所管課
公立保育園管理運営	保育園においては年齢にあった給食の提供を含め、食事そのものが食育であると言えるが、野菜の栽培や収穫・年齢別クッキング保育・給食素材の利用・食材の展示・皮むき体験・伝承行事食・バイキング給食・ごっこ遊び・パネルシアター等を通じて様々な「食」に触れ、関わることで子ども達の望ましい食習慣の育成を育む。また、給食展示、給食だよりや栄養・アレルギー相談、保護者試食会、地域交流等で啓発を図り、家庭・地域と連携し、若い世代や働く世代に対して子育ての悩みや負担を軽減するためにマイ保育園登録事業や子育てサロン、地域交流等で個別に丁寧な支援を行う。	こども施設運営課
	方向性	強化継続



太巻きまつり寿司



とうもろこしの皮むき



バイキング



保育園における食育活動

保育園では、保育所における食育に関する指針の「食育の目標」5項目をもとに健康な生活の基本としての「食を営む力」の基礎を培う様々な食育活動を行っています。

市内公立保育園では、全園統一献立で完全給食（主食・副食・おやつ）を実施し、乳幼児期の個々の発育・発達に考慮した食べやすい形態で提供しています。

また、友だちと一緒に食事をすることで、楽しい雰囲気の中、食事のマナーや豊かな心を育むようにしています。

一年を通じて、旬の野菜、果物、魚等の食材を使用し季節感のある献立を心掛けながら行事食、お誕生日メニュー等を取り入れ、食文化に触れる機会や食事の楽しみを加えています。

園庭のミニ菜園では、じゃがいも・トマト・絹さや・とうもろこし・オクラ等を子ども達と一緒に土を耕し育て、グリーンカーテンではゴーヤ等を育てています。

園児は植物の成長過程を観察し、収穫の喜び等を通して食べものや食べることへの興味を持てるようにしています。更に、年齢に応じたクッキング保育や給食のお手伝い（野菜の皮むき・枝豆のさやとり・絹さやの筋とり）等、料理に楽しく参加することにより、食べる意欲や家庭でのお手伝いの動機付けにも繋がっています。

参考：保育所における食育に関する指針 厚生労働省

【食育の目標】

現在を最もよく生き、かつ、生涯にわたって健康で質の高い生活を送る基本として「食を営む力」の育成に向け、その基礎を培うことが保育所における食育目標である。

このため、保育所における食育は、楽しく食べる子どもに成長していく事を期待しつつ、次に掲げる子ども像の実現を目指して行う。

- ① おなかがすくリズムがもてる子ども
- ② 食べたいもの、好きなものが増える子ども
- ③ 一緒に食べたい人がいる子ども
- ④ 食事作り、準備にかかわる子ども
- ⑤ 食べものを話題にする子ども

上に掲げた子ども像は、保育所保育指針で述べられている保育の目標を、食育の観点から、具体的な子どもの姿として表したものである。

主な取り組み	内 容	所管課
給食管理・給食指導	学校給食（幼稚園を含む）において、できる限り手づくりを取り入れ、旬の素材を活かし、地場産物の活用、行事食、郷土料理、バイキング給食等、魅力あふれる季節感のある献立を考える。給食だよりや保護者試食会、栄養相談を実施し家庭への啓発を図り、家庭・地域と連携し、若い世代や働く世代に対して課題解決のため重点的な取り組みを行う。 また、一汁二菜の栄養バランスの取れた日本型食生活の良さを見直し、その導入を推進する。	保健体育課
	方向性 強化継続	
食に関する指導体制の充実（栄養教諭・特別非常勤講師等）	食育に関する指導の充実を図るため、栄養教諭及び専門的知識と経験を持つ学校栄養職員を特別非常勤講師として活用し、食育に関する授業の推進をする。	保健体育課
	方向性 継続	
ヘルシースクール推進事業	市全体の取り組みを統括するヘルシースクール推進協議会や各学校における取り組みの充実を図るヘルシースクール推進委員会を開催する。	保健体育課
	方向性 継続	



ヘルシースクールの取り組み

ヘルシースクールの取り組みとして、「早寝・早起き・朝ごはん」に取り組んでいる学校があります。一例として、日本成人病予防協会より講師の先生をお招きし、講演会を開催した例を紹介します。

「バナナうんちで元気な子！」～生活リズムを整えよう～という演題で、1・2年生児童を対象に行いました。クイズやエプロンシアターによる説明、生活リズムの作り方、腸を刺激するダンスと、低学年児童にも分かりやすく教えていただきました。

「早寝・早起き・朝ごはん、理想のバナナうんち

（におい：あまり臭くない。色：黄色か黄土色。形：バナナ型）を！」

そのためには、① 夜の10時までには寝よう。（小学1・2年生は9時まで）② 朝の太陽をいっぱい浴びよう。③ 朝ご飯をしっかりと食べよう。といった呼びかけがありました。



エプロンシアター

主な取り組み	内 容		所管課
学校給食の広報活動 (給食紹介、食育体験等)	広く一般市民並びに関係者に対し、親子で体験、学校給食の献立紹介、調理器具の展示紹介、給食調理の疑似体験など、学校給食の意義とその重要性の周知を図ることを目的に実施する。		保健体育課
	方向性	継続	



学校の取り組み 学校給食週間



毎年1月24日から30日は学校給食週間となっています。

学校給食は、昭和22年、山形県鶴岡町（現在の鶴岡市）の私立忠愛小学校で、家が貧しい子ども達へと、無償で昼食を出したのが始まりとされています。当時の献立は、塩さけ、おにぎり、漬物などが出されたそうです。

その後、各地に広がりましたが、戦争の影響などによって中断されました。

戦後、食糧難による児童の栄養状態の悪化を背景に学校給食の再開を求める国民の声が高まるようになり、昭和21年6月に米国のLARA（アジア救済公認団体）から、給食用物資の寄贈を受けて、昭和22年1月から学校給食が再開されました。

同年12月24日に、東京都内の小学校でLARAからの給食用物資の贈呈式が行われ、それ以来、この日を学校給食感謝の日と決めました。昭和25年度から、学校給食による教育効果を促進する観点から、冬季休業と重ならない1月24日から1月30日までの1週間を「学校給食週間」としました。

子ども達の食生活を取り巻く環境が大きく変化し、偏った栄養摂取、肥満傾向など、健康状態について懸念される点が多くみられる今日、学校給食は子ども達が食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身に付けるために重要な役割を果たしています。

市川市の小・中学校、義務教育学校、特別支援学校では、学校給食週間に伝統食や地場産物等を活用した献立を提供したり、給食だより等を通して、食への関心を高めるよう働きかけたりしています。

平成29年の学校給食週間では、文部科学省の食堂で市川市立大町小学校で実際に提供された献立をもとにした千葉汁が提供されました。



千葉汁(右手前)

主な取り組み	内 容		所管課
市川市学校保健会 (健康教育講演会、 学校保健講演会等の 開催)	学校保健の向上と保健教育の徹底を期し、児童・生徒・教職員が健康の3要素「運動・栄養・休養」の必要性を知り、バランスよく取り組み健康増進に寄与する。		保健体育課
	方向性	継続	
小児生活習慣病予防 検診事業 すこやか検診身体測 定・血液検査、すこや か口腔検診咬合力・唾 液検査、味覚検査等の 実施	望ましい生活習慣を確立するため、小児生活習慣病予防検診を実施する。		保健体育課
	方向性	継続	

《食育関連課の主な取り組み》

事業名	所管課
あおぞらキッズ・おひさまキッズ給食管理	発達支援課



すこやか健診



お話給食の提供



市内の各学校では、図書室にある絵本等に出てくる料理を、「お話給食」として実際に提供しています。当日、図書室では絵本を展示したりすることで、昼休みに子ども達が本を読む姿も見られます。

こうした取り組みを通して、子ども達の食に対する関心を高めています。



栄養士による食育授業



学校給食の紹介（市民まつり）

(3) 地域における食育を通じた交流の促進

地域においては、行事やイベントなどを展開し、食に対する関心と理解を深め、地域の食文化や食に関する活動を次の世代に伝えていくことが大切です。

《課題と取り組み》

世帯構造の変化やライフスタイルの多様化に伴い、単独世帯や共働き世帯などが増える中、家族や仲間と食事をとりながらコミュニケーションを図る「共食」の機会もとりにづらくなっています。

共食は、食の楽しさを実感するだけでなく、食事のマナーや正しい食習慣などを習得する機会にもなります。地域においては、関連諸団体と連携し、活動の場の提供を図るとともに、行事やイベントなどを展開し、食を通じたコミュニケーションを図ることで、希薄になった地域間交流を図ります。

- ・地域活動を通じた食育の推進
- ・食を通じたコミュニケーションの推進

主な取り組み	内 容	所管課
食生活改善推進員	市民の食生活改善に関する普及啓発と健康に対する意識を高めるための活動を推進するため、食生活の相談窓口、おとなの食育講習会～ヘルスマイトとクッキング～、おやこの食育講習会等を開催する。市のイベント、行事に参加し、食育の啓発活動を行う。 また、地域活動を通して多様な暮らしに対応した共食の推進に関する取り組みを行う。	保健センター 健康支援課
	方向性	強化継続



おとなの食育講習会
～ヘルスマイトとクッキング～



おやこの食育講習会
～親子クッキング～



市民まつりでの普及活動



いろいろな「こ食」があるのをご存知ですか？

「孤食」＝ 独りで食べること

「個食」＝ 複数でいても、それぞれがバラバラなものを食べること

「固食」＝ 決まったものばかり食べること

「小（少）食」＝ 過剰なダイエット意識でほんの少ししか食べないこと



他にも「粉食：パンやパスタなど粉製品を好んで食べること」、「濃食：味の濃いものを好んで食べること」など様々な「こ食」があります。栄養バランスが整わない、社会性や協調性の育成がなされないなど、心や体の健康をおびやかす問題もあります。

「こ食」の対策の1つとして、家族や友人が食卓を囲んで一緒に食事をとりながらコミュニケーションを図る「共食」がおすすめです。（「共食」のすすめP4）

施策の柱 2 食の流通と食文化の継承を通じた食育の推進

・地産地消の推進

地産地消の取り組みは地域の食文化や農水産業に関する理解を深め、食べ物への感謝の気持ちを育むことにつながります。

・食文化継承の促進

伝統的な食文化や食生活は人々の心の豊かさと密接な関係があり、先人によって培われてきた多様な食文化を次世代に伝えていくことは重要です。

・食の安全性などの情報提供や環境に配慮した食育の推進

市民が健康的な食生活を送る上で食の安全性の確保は欠かせません。

また、地域の食生活を守り育てるためにも生産から消費に至るまでの食の循環を意識し、食品ロスの削減等、環境に配慮する必要があります。

《課題と取り組み》

市民の安心・安全な地場産物への関心は高まる一方で、流通形態の多様化、食の外部化が進み、食事に家庭の味や季節感、伝統食や行事食等の食文化が失われつつあります。

○地産地消における取り組み

市川市では、都市農業や漁業が行われており、学校給食に地場産物を使用するなど、身近な農水産物の生育や生産過程に触れることで、食品や環境を大切にする意識を育んでいきます。また、広報やイベント等を通して市民に地場産物のPRを行

第4章 施策の展開

っていきます。

○食文化継承のための取り組み

保育園、幼稚園、小・中学校では、行事食や「房総太巻き祭りずし」など食文化を伝える献立や、特産の梨や生海苔などの地場産物を使った給食を実施することで食への関心を高めます。

○食の安全性などの情報提供や環境に配慮した食育の推進

市民が安心できる食を選べるよう、また環境に配慮した食生活の実践ができるよう広報紙やホームページなどの媒体の活用や講習会等において、情報提供に努めます。

(1)地産地消の推進

(2)生産者と消費者の交流促進

(3)食文化継承の促進

(4)食の安全性の確保

(5)食の安全・安心に関する情報提供

(6)環境に配慮した食育の推進

(7)食事を共に楽しむ機会の促進

○地産地消における取り組み

主な取り組み	内 容		所管課
学校給食における農水産物供給のための仕組みづくり（学校・生産者・農協・漁協等との連携）	学校給食会を通して市川産の農水産物の普及を図り、地産地消を進める。		農政課 地域整備課 保健体育課
	方向性	継続	
体験農園事業（市民農園、ふれあい農園）	土に触れる機会が少なくなった市民に農作業体験をしてもらい、農業への楽しさや難しさ、収穫の喜びや食品の大切さを知ってもらい都市農業への理解を深める。		農政課
	方向性	継続	
魚食文化フォーラム実行委員会	生産者・消費者・小売業者等からなる魚食文化フォーラム実行委員会を組織し、イベント等を開催し、市民の参加を得ながら、市内水産業の振興と水産物の消費拡大を図る。小学校でのノリすき体験学習、公民館での魚のさばき方教室、漁場見学会を開催する。		地域整備課
	方向性	継続	

《食育関連課の主な取り組み》

事業名	所管課
市川商工会議所等補助金 いちかわ産フェスタ	商工振興課
地域ブランド活性化事業 地域資源を活用した商品のPR	商工振興課
体験学習事業（農業・稲作体験）	青少年育成課



市民農園



ノリすき体験(小学校)



魚のさばき方



市川とまと

約 50 年の歴史がある「市川とまと」は市内約 20 軒の農家によって主に柏井町などで栽培されています。特に 3 月～6 月に収穫され、桃太郎トマトやファーストトマトなどの品種があり、市内直売所だけでなく、スーパーや小売店などでも販売されています。

東京などの大消費地に近く、他産地と比べ、樹上でより赤く熟した状態で収穫される「市川とまと」は、味が濃厚で美味しいと評判のトマトです。

地域ブランド「市川のなし」と同様に「市川とまと」も農商工連携の一環として、スイーツやラーメンなどに加工されており、平成 27 年度から取り組まれています。





市川のなし

市川市における梨栽培は、約 250 年前に当時八幡にいた川上善六氏が美濃国大垣（現在の岐阜県大垣市）から梨の枝を持ち帰り、葛飾八幡宮の境内にて始められたのが最初とされています。

当時、江戸を中心とする関東では梨栽培を行っているところは少なく、特に八幡で栽培される梨は「八幡梨」と呼ばれ高級品として江戸などで食されていました。

市川市で始まった梨栽培は、それ以降有望な栽培作物として、松戸や船橋、八千代など千葉県内に広がっていきました。

文献によると、1853 年には当時の将軍に鬼高で栽培された梨が献上されており、当時から知名度や品質の高い梨であったと推察されます。その長い歴史と知名度、品質などが総合的に評価され、平成 19 年 8 月には特許庁の地域団体商標制度に登録され、地域ブランド「市川のなし」が誕生しました。

現在では、市北部を横断する国道 464 号、通称大町梨街道を中心に市内での直売などが行われており、地元だけでなく全国各地やドバイなどの海外でも食べられています。

「市川のなし」は、①市川市は梨栽培に適した風土である、②長い歴史に裏打ちされた高い栽培技術、③新鮮で熟した状態で収穫できる立地性、という3つの要因により、美味しく高品質なものが栽培されています。

また、住宅都市として発展している市川市では、地方とは異なり菓子店やパン屋など飲食店が多く、その特徴を生かした「農商工連携」が平成 20 年度より行われています。そのままだも美味しい「市川のなし」ですが、ゼリーやパン、ドレッシングなどに加工され、広く市民などに親しまれています。



「市川のなし」ロゴマーク



地域ブランド「市川のなし」



市川の水産業

市川市は東京湾の奥部に位置しており、都心近くにありながら水産業が営まれています。

江戸時代には塩作りが盛んな地域であった行徳地区で、明治時代に浅瀬である三番瀬を活かしたノリ養殖が始まり、今でも盛んにノリの養殖が行われています。11月中旬頃から始まるノリの収穫は、漁師が夜明けとともに船を出して収穫をし、それをすぐに自宅近くの工場で乾かし、ノリに加工され、ノリ共販事業所で競りにかけられます。ノリ漁期の初摘み時期のノリを一番ノリと呼び、高値で取引されており、お歳暮や贈答用として使われるようです。

しかし、高度経済成長期に行われた埋立事業の影響による三番瀬の漁場環境の悪化に伴い、ノリ養殖やアサリ漁などは年々減少しています。それに代わって、スズキ、カレイ、コノシロ等、船を使った東京湾漁業が増えてきています。

また、近年急速に漁獲量が増加し、流通量も拡大しているホンビノス貝をご存じでしょうか。ホンビノス貝とは、国外貿易船のバラスト水に混ざって東京湾にやってきた北米産の貝です。日本での繁殖が確認されたのが比較的近年で、東京湾北部に多く生息しています。食味の良さが注目され、2007年ごろから首都圏の鮮魚店やスーパーなど販売経路が徐々に拡大され、水産物として採貝される機会が増えたため、2013年には漁業権が設定されるまでになりました。そして、2017年には千葉ブランド水産物にホンビノス貝が認定されました。今後は漁業者、小売業者、消費者団体等が連携し、その付加価値を向上させ、市内外に向けてさらなる流通拡大を図ろうとしています。

そうした水産業の実態や採れた海の幸を市民に提供し、水産業への理解を深めていただくために、生産者、消費者、小売業者等による魚食文化フォーラム実行委員会を組織して活動をしています。産地ならではの生ノリ販売、学校給食への食材供給、小学校を回ってのノリすき体験、魚のさばき方教室などの行事を通じて、市民と水産業との橋渡しを行っています。



ノリの養殖



あさりとホンビノス貝



千葉ブランド水産物認定式

○食文化継承のための取り組み

主な取り組み	内 容	所管課
行事食、バイキング給食、郷土料理（太巻き祭りすし）	学校給食（幼稚園を含む）において、できる限り手作りを取り入れ、旬の素材を活かした季節感あふれる献立を考える。	保健体育課
	方向性 継続	

《食育関連課の主な取り組み》

事業名	所管課
多文化共生推進事業 シェフ先生（平成 28 年度～31 年度）	国際交流課



シェフ先生

市川市では、平成 28 年度より 2020 年東京オリンピック・パラリンピック関連事業として、多文化共生推進事業「シェフ先生」を実施しております。

本事業は、2020 年に向けて、子どもたちの異文化に対する理解の促進をめざし、市川市内小学校 6 学年児童が調理実習等を通して異国の食文化を学ぶ機会を与えるとともに、調理実習の前後にその国や地域について学ぶ場を提供するものです。

シェフ先生



和食：日本人の伝統的な食文化

日本は、南北に長く、四季が明確で多様で豊かな自然もあり、そこで生まれた食文化も、これに寄り添うように育まれてきました。このような、「自然を尊ぶ」という日本人の気質に基づいた「食」に関する「習わし」を、「和食；日本人の伝統的な食文化」と題して、平成 25 年 12 月ユネスコ無形文化遺産に登録されました。

- 「和食」特徴
- ① 多様で新鮮な食材とその持ち味の尊重
 - ② 健康的な食生活を支える栄養バランス
 - ③ 自然の美しさや季節の移ろいの表現
 - ④ 正月などの年中行事との密接な関わり

♪11 月 24 日は「和食の日」♪

日本の食文化にとって大変重要な時期である秋の日に毎年、一人ひとりが「和食」文化について認識を深め、和食文化の大切さを再認識するきっかけの日となるよう 11 月 24 日を“いい和食の日”と制定しています。

○食の安全性などの情報提供や環境に配慮した食育の推進

主な取り組み	内 容	所管課
減農薬栽培推進事業	環境にやさしい農業の推進事業として、梨栽培における農薬散布回数を削減し、環境負荷や生産者の作業負担を軽減すると共に、消費者が求める安全・安心な農産物を生産するための事業を支援する。	農政課
	方向性 継続	
市による農産物の放射性物質検査	市内産農産物の安全性の確保と、生産者や消費者の不安解消のため、放射性物質検査を実施する。また、ホームページにおいても結果を公表していく。	農政課
	方向性 継続	
学校給食における安全確保	実際に提供した1週間分（5日間分）の学校給食について、ミキシングによる放射性物質検査を実施する。	保健体育課
	方向性 継続	
保育園給食等における安全確保	保育園給食等の放射性物質検査結果について、ホームページにおいても結果を公表していく。	こども施設運営課
	方向性 継続	
あおぞらキッズ・おひさまキッズ給食等における安全確保	あおぞらキッズ、おひさまキッズ給食等の放射性物質検査結果についてホームページにおいても結果を公表していく。	発達支援課
	方向性 継続	

《食育関連課の主な取り組み》

事業名	所管課
地球温暖化対策事業、環境活動推進員制度の運用	環境政策課
市民情報提供・消費者啓発事業 消費生活講座	総合市民相談課 消費生活センター
食品衛生啓発事業、食品衛生に関する広報発行事業 （市川保健所管内食品衛生協会が行う食品衛生啓発事業に対する補助金の交付）	保健医療課
ごみ発生抑制等啓発事業 家庭でできる食品ロス削減	循環型社会推進課



食品ロスの削減

「もうお腹いっぱいだから」、「多く作りすぎて食べきれないから」、「賞味期限が切れたから」などの理由でまだ食べられる食品を捨ててしまうことを食品ロスと言います。このようにして捨てられた食品ロスの量は全国で年間約621万トン(平成26年度推計)と推計されます。

食品ロスを削減するために

例えば①買い物は使う分だけ購入 ②消費期限、賞味期限の正しい理解

③調理の際は食べきれ分だけ など

私たち一人ひとりが「食への感謝」と「もったいない」の意識を持つことが食品ロスの削減につながります。皆さんもできることから始めましょう♪



栄養成分表示を見えていますか

平成27年4月から、食品表示法が施行され、容器包装に入れられた加工食品には、熱量、たんぱく質、脂質、炭水化物、食塩相当量（ナトリウム量を換算）の栄養成分表示が義務化されました。

また、特定の保健の目的が期待できる（健康の維持及び増進に役立つ）という食品の機能性を表示することができる「機能性表示食品」の制度ができました。この機能性表示食品は消費者庁長官に届け出た安全性や機能性に関する一定の科学的根拠に基づき、事業者の責任において表示を行うもので、特定保健用食品（トクホ）とは異なり、個別の許可を受けたものではありません。

表示事項をよく確認して、自分に必要な情報を選択し、健康的な食事の摂取に役立てましょう。



ゆっくりよく噛んで食べよう（噛みんぐ30）

ゆっくりよく噛んで食べることは、味覚の発達や消化吸収を助けるだけでなく、脳の働きを活性化し、肥満防止やむし歯・歯周病の予防、がん予防にも効果があります。

健やかな食生活のため、1口30回程度を目安によく噛んで食べましょう♪



施策の柱 3 連携・協力体制を強化した食育の推進

市民が実践する食育の取り組みを支援し、本市の食育を推進するためには、食に関わる関係者が、それぞれの分野で主体的に役割を果たすことや、相互に連携することが大切です。

《課題と取り組み》

食育に関わる関係者が連携・協力し、効果的かつ包括的に食育を推進してきましたが、近年では、世帯構造やライフスタイルの多様化が進む中、すべての市民が健全な食生活を実践するため、様々な家族の状況や暮らし、ライフステージに応じ、きめ細かな食育の取り組みが必要となります。

市民一人ひとりが食育を理解し、自らが主体的に取り組むことができるよう、市民が実践する食育の取り組みを支援します。

食に関する情報が氾濫する中、市民が正しい情報を選択し、健全な食生活が実践できるよう、正しい知識の普及啓発や食育の取り組みに関する情報提供を行います。

- (1)多様な関係者の連携強化
- (2)食育の効果的な普及啓発
- (3)保護者との連携による食育の推進
- (4)事業者との連携による食育の推進
- (5)関係機関、団体、行政のネットワークの充実

主な取り組み	内 容		所管課
市川市食育推進関係機関連絡会	各関係機関、団体がそれぞれの立場から食育の取り組みを進めるとともに、連携を強化し、総合的かつ効果的な食育を推進する。		食育関係課
	方向性	継続	
庁内食育関係課会議	国や県の取り組みと連動した効果的な食育の普及啓発や、継続的な本市の食育推進を図るため、市川市食育推進関係機関連絡会や部署間の連携を強化し、取り組みを推進する。		食育関係課
	方向性	継続	

主な取り組み	内 容	所管課
市公式 Web サイト 「いちかわの食育」	庁内食育関係課（農政課、地域整備課、こども施設運営課、健康支援課、保健体育課）の協働により Web サイトへ食育情報を掲載する。	食育関係課
	方向性	継続



市川市公式 Web サイト「いちかわの食育」

市では、庁内の5つの食育関係課が協働で運営するサイトに、保育園や小学校での食育や、農水産関係のイベント、それぞれのライフステージに応じた講座等の情報を掲載しています。「いちかわの食育」をぜひご覧ください。

市川市公式 Web サイトで検索♪





主な取り組み	内 容	所管課
食育月間及び食育の日による普及啓発	食育基本法で定められる 食育月間（6 月）及び「毎月 19 日は食育の日」を広く周知啓発するとともに、食育を意識し行動につなげる普及啓発を実施する。	食育関係課
	方向性	継続



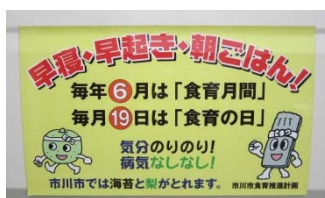
毎年 6 月は食育月間、毎月 19 日は食育の日

国は毎年 6 月を「食育月間」、毎月 19 日を「食育の日」と定めています。

市川市では毎年 6 月食育月間には 市役所本庁舎に啓発用の懸垂幕の掲示や公用車に啓発シートを貼付走行しています。また「食育の日シール」を作成し、12 枚のシールをカレンダーの 19 日に貼って食育に関心を持ち、食育の具体的な取り組みにつながるよう啓発しています。



懸垂幕の掲示



食育啓発シート



食育の日シール

主な取り組み	内 容		所管課
市民まつり等イベントにおける食育活動	食と健康に関する産民官学の関係部署、関係機関、関係団体の協働により、市民に対し、体験を通した食育を総合的に推進する。		食育関係課
	方向性	継続	
保育園、幼稚園、学校等での普及啓発	保育園、学校では献立表や給食だよりを利用し、給食内容や行事食など給食を中心とした食情報の発信を実施。ホームページにも情報提供し、家庭だけでなく地域においても、園児、児童、生徒の食生活に関心が高まるように努める。		食育関係課
	方向性	継続	
食育講演会	食育推進の実践につなげるため、市民を対象に食の専門家を招き講演会を実施する。併せて、「いちかわの食育」に関する展示などを通して食育の普及・啓発を図る。		健康支援課・食育関係課
	方向性	継続	

4 ライフステージに対応した食育の推進（市民の取り組み）

生涯にわたり健康で心豊かに過ごすためには、ライフステージに応じた生活習慣や食習慣を市民一人ひとりが実践することが大切です。

食育の取り組みは、ライフステージに応じて異なる部分があります。

妊娠期、乳幼児期、学童期、思春期、青年期、壮年期、高齢期といったライフステージに沿って市民が自ら取り組む食育について普及啓発を図ります。

対象	ライフステージごとの特徴と目標
妊娠期 	子どもを生み育てるため、バランスのよい食事をとり、正しい食習慣を身につける。 【特徴】 20 歳代、30 歳代の女性の「やせ」が課題となっています。母体の栄養状態は母体の健康状態だけでなく、胎児の健やかな発育のためにとっても大切です。妊娠をきっかけに、妊婦自身や家族も含め、望ましい食生活の基礎づくりを始めることが大切です。 【目標】 ・望ましい体重増加を理解し、間食に注意して、適正なエネルギー量を取り、体重管理をしましょう。 ・1 日 3 食、規則正しい食事をしましょう。 ・主食、主菜、副菜の栄養バランスのよい食事を作りましょう。 ・塩分をとり過ぎないように気をつけましょう。 ・ていねいな歯みがきで歯の健康管理に努め、健診を受けましょう。 ・食と健康に関して意識を高め、食の安全性に関する情報に注目し、自ら判断しましょう。
乳幼児期 (0～5 歳) 	食習慣の基礎を身につけ、食べる意欲や興味を育てる。 【特徴】 心身の発育、味覚の形成、咀嚼機能の発達が著しい時期です。発育に応じて、食べ物の選び方や調理法に配慮し、様々な食体験を通じて健やかな心身の成長を促します。食育の基本は家庭ですが、保育園や地域等と連携して規則正しい食事やマナー、あいさつなど、生涯にわたる望ましい食習慣の基礎を身につけることが大切です。 【目標】 ・規則正しい食事から生活リズムを作りましょう。 ・早寝、早起き、朝ごはんの習慣をつけましょう。 ・薄味に慣れさせるようにしましょう。 ・家族や身近な方と一緒に楽しく食事をする環境を作り、食事のあいさつやマナーを身につけましょう。 ・いろいろな食べ物に親しみ、見る、触れる、味わうなどの経験を通し、食事に興味を持たせましょう。 ・硬いものや軟らかいものなど、成長に合わせたものを与え、噛む力を育てましょう。 ・歯みがきの習慣を身につけましょう。

対象	ライフステージごとの特徴と目標
学童期 (6～12歳) 	食を大切にする心を育み、体験を広げ、選択する力を身につける。 【特徴】 乳幼児期からの望ましい食習慣や生活習慣を確立する時期です。健全な食生活は健康な心身を育むために欠かせないものであり、家庭や学校、地域と連携し、調理実習や農作業体験などの体験的な活動を通して、食と健康に関する興味関心を高め、食に関する自己管理能力を育み、望ましい食習慣を身につけます。 【目標】 ・早寝、早起き、朝ごはんの習慣をつけましょう。 ・主食、主菜、副菜の栄養バランスのよい食事を作りましょう。 ・薄味に慣れさせるようにしましょう。 ・家族や身近な方と一緒に楽しく食事をし、食事のあいさつやマナーを身につけましょう。 ・家庭や学校・地域等で、行事食や伝統的な食文化、作法等を継承しましょう。 ・野菜等を育て、収穫するなどを通じて、食べ物の大切さを知り、感謝の気持ちを育みましょう。 ・地場産物や旬の食材に関心を持ちましょう。 ・食事作りや準備を通して、食べ物を大切に、食べ残しを減らしましょう。 ・ゆっくりとよく噛んで食べましょう。 ・ていねいな歯みがきで、むし歯を予防しましょう。
思春期 (13～19歳) 	食に関する正しい知識や技術を活かし、自己管理する力を高める。 【特徴】 生活環境の変化によって、孤食が増える時期です。また、自ら選んで食事をする機会も増えるため、健康について自ら考え、正しい食に関する知識や技術を身につけ、自分に合った食生活の自立を確立します。 【目標】 ・朝食を毎日食べましょう。 ・1日3食、規則正しい食事をしましょう。 ・主食、主菜、副菜の栄養バランスのよい食事を作りましょう。 ・適正体重を理解し、食事を抜くなどの無理なダイエットはやめましょう。 ・家族や身近な方と一緒に楽しみながら食事をしましょう。 ・食べ残しや食材のムダをなくし食べ物を大切にする感謝の気持ちを持ちましょう。 ・ゆっくりとよく噛んで食べましょう。 ・ていねいな歯みがきで、むし歯を予防しましょう。

対象	ライフステージごとの特徴と目標
青年期 (20～39歳) 	自ら健康的な食生活を実践し、次の世代にも伝える。 【特徴】 生活環境が大きく変化し、食生活に影響を与える時期です。これまで身につけてきた食習慣の知識を用いながら、健全な食生活を実践する必要があります。結婚、妊娠、出産を経て、子育てを通して、自らの食生活を見直すとともに、望ましい食習慣や生活習慣について、次世代へ伝えることも必要となります。 【目標】 ・朝食を毎日食べましょう。 ・1日3食、規則正しい食事をしましょう。 ・主食、主菜、副菜の栄養バランスのよい食事を作りましょう。 ・野菜摂取不足にならないようにしましょう。 ・塩分や脂質をとり過ぎないように気をつけましょう。 ・適正体重を維持するために食事量を理解し、取り組みましょう。 ・家族や身近な方と一緒に楽しみながら食事をしましょう。 ・地域の食文化や行事食、郷土食・伝統食等に関心を持ち、次世代へ伝えましょう。 ・ゆっくりとよく噛んで食べましょう。 ・ていねいな歯みがきで、歯の健康管理に努めましょう。
壮年期 (40～64歳) 	自ら健康的な食生活を実践し、次の世代にも伝える。 【特徴】 仕事や家庭、地域活動等の忙しさから、朝食の欠食や野菜摂取の不足、不規則な食習慣など健康管理がおろそかになる時期です。特に50歳代までの男性にその傾向が見られます。日頃から生活習慣病予防のために望ましい食習慣と生活習慣を実践し、自身の健康管理に努めることが必要です。また、食に関する豊かな知識や経験を次世代に伝えていくことも大切です。 【目標】 ・1日3食、規則正しい食事をしましょう。 ・主食、主菜、副菜の栄養バランスのよい食事を作りましょう。 ・食習慣と生活習慣病のつながりに知識と関心を持ち、生活に取り入れましょう。 ・野菜摂取不足や塩分・脂質のとり過ぎに注意しましょう。 ・適正体重を維持するために食事量を理解し、取り組みましょう。 ・家族や身近な方と一緒に楽しみながら食事をしましょう。 ・地域の食文化や行事食、郷土食・伝統食等に関心を持ち、次世代へ伝えましょう。 ・ゆっくりとよく噛んで食べましょう。 ・ていねいな歯みがきで、口腔の健康管理に努めましょう。

対象	ライフステージごとの特徴と目標
高齢期 (65歳以上) 	元気に暮らすために食生活を見直し、食事を楽しみ、次の世代にも伝える。 【特徴】 生活習慣の変化や、加齢による身体変化がみられる時期です。また、高齢者の単独世帯は増加していく傾向にあります。個人の健康状態に合った望ましい食習慣を意識して、介護予防など、健康の維持が必要となります。 家庭や地域の交流で、食に関する豊かな知識や経験を次世代に伝えていくことも大切です。 【目標】 ・ 1日3食、規則正しい食事から生活リズムを崩さないようにしましょう。 ・ 低栄養や偏った食事にならないように、主食、主菜、副菜の栄養バランスのよい食事を食べましょう。 ・ 塩分を控えめにしましょう。 ・ 適正体重を維持するために食事量を理解し、取り組みましょう。 ・ 地域の食文化や行事食、郷土食・伝統食等に関心を持ち、次世代へ伝えましょう。 ・ 家族や身近な方と一緒に楽しみながら食事をしましょう。 ・ ゆっくりとよく噛んで食べましょう。 ・ ていねいな歯みがきで、口腔の健康管理に努めましょう。

第5章 今後の推進体制と進行管理

1 推進体制

(1) 計画の推進体制

本計画では、本市の関係部署との連携を強化していくとともに、市民、地域、各団体などと連携を図りながら総合的に推進していきます。

【推進体制のイメージ図】

基本施策 食育の実践者の環（わ）を広げよう！

～ つなぐ・広がる・いちかわの食育 ～

食育推進の担い手による連携強化（つなぐ・広がる）により、点から線、線から面へと食育の環（わ）が拡大していきます。



(2)食育推進の役割

本市の食育を総合的かつ計画的に推進するためには、行政をはじめ、様々な分野の関係機関、団体等がそれぞれ役割を果たすとともに、市民（個人・家庭）が主体的に取り組んでいくことが大切です。

担い手	期待される役割
①市民 家庭	食育の推進には、市民一人ひとりが食への関心を高め、自ら食に関する正しい知識や情報を選択する力を身につけ、健全な食生活を実践することが重要です。 家庭は基本的な生活習慣を身につける上で大きな役割を担っています。家族で食卓を囲むことを基本に、食に関する正しい知識を身につける、食の楽しさを実感することなど日常生活の中で食育を実践することが期待されます。
②地域	地域においては、行事やイベントなどを展開し、食に対する関心と理解を深め、それぞれの地域の食文化や食に関する活動を次世代に伝えていくことが大切です。 地域活動の場においてコミュニケーションを図ることで希薄になった地域交流を図り、食を楽しむことを通して子どもから高齢者に至るまで食育を進めていくことが期待されます。
③保育園 幼稚園 学校	保育園、幼稚園、学校では、子どもの健全な食生活の形成と豊かな人間性を育む上で重要な役割を果たしています。子ども達が体験や学習を通して食の大切さや楽しさを学び、健康でいきいきとした生活を送ることを目指し、成長段階に応じて給食や料理、農作業などさまざまな体験を積み重ねていくことが期待されます。
④生産者 食品関連 事業者	生産者、食品関連事業者等においては、「食育」の主旨を十分理解し、食べ物の安全・安心や地元食材の提供とともに、各関係者が学校や地域、行政等の取り組みへの積極的な協力や参加、また食品の生産、流通、消費の仕組みを理解するための場や体験学習ができる場の提供などが期待されます。
⑤NPO ボラ ンティア 団体等	NPO やボランティア等は、それぞれの課題設定や活動領域により、食育をはじめとする活動に取り組んでいます。食育の視点を持つことで関係諸団体や学校、行政と連携を図っていくことが期待されます。
⑥医療機関	医療機関においては、食と健康に関連する自主的な食育の取り組みを進めていくことが期待されます。
⑦行政（市）	行政は、市民と一体となった食育活動を推進するため、教育、福祉、保健、農水産、環境等のそれぞれの分野における取り組みを総合的かつ計画的に推進していきます。

2 計画の進行管理

計画の進行管理については、「市川市食育推進関係機関連絡会」や「庁内食育関係課会議」において、毎年、全体の実施状況の確認や改善に向けた検討を行い、進行管理を行っています。

○市川市食育推進関係機関連絡会

市川市食育推進関係機関連絡会を開催し、各関係機関・団体がそれぞれの立場から取り組みを進めるとともに、連携を強化し、総合的かつ効果的な食育を推進していきます。

計画の見直しや本市と関係機関との連携、食育の具体的な事例の紹介をはじめとする食育の推進に関し、各分野からの視点に基づくご意見をいただき、様々な検討を行い、施策や取り組みに反映していきます。

医師会、歯科医師会、学識経験者、教育関係、福祉関係、
農水産関係、経済関係、消費者関係、食文化関係、NPO 関係、
ボランティア関係、千葉県市川健康福祉センター

○庁内食育関係課会議

庁内食育関係課会議では、国や県の取り組みと連動した効果的な普及啓発や、継続的な本市の食育推進を図るため、市川市食育推進関係機関連絡会や部署間の連携を強化し取り組みを推進します。

食育関係課

農政課、こども施設運営課、地域整備課、
保健体育課、保健センター健康支援課

資料編

1. 第2次市川市食育推進計画掲載事業実績

第2次食育推進計画書に掲載している庁内関係部署の事業進捗状況調査を実施しました。

《食育関係課》農政課、こども施設運営課、地域整備課、保健体育課、保健センター健康支援課

《食育関連課》男女共同参画課、国際交流課、総合市民相談課、商工振興課、障害者施設課、子育て支援課、保健医療課、環境政策課、青少年育成課、発達支援課

※評価について（各事業ごと評価）

A：すべて達成できた B：概ね達成できた C：一部達成できた D：まったく達成できなかった

（1）家庭における取組《食育関係課》

事業名	健康教育事業「生活習慣改善講座」【保健センター健康支援課】	
事業概要	メタボリックシンドロームで危険因子とされる「高血圧」「脂質異常症」「糖尿病」について知識を深めるとともに、改善のための生活習慣改善講座（食事・運動）を実施する。	
成果	講座のアンケート結果から食事に気をつけることが書かれており、改善すべき課題が理解された。	【評価】A
課題	予防の観点から若年層にも周知に力を入れていく必要がある。	
事業名	健康教育事業（栄養関係）【保健センター健康支援課】	
事業概要	ライフステージに沿った妊産婦、乳幼児、成人、高齢者等に対し食育を推進するため、妊婦食事教室、離乳食教室（1回食・2回食）、栄養講座等を開催する。	
成果	妊婦から高齢者まで対象に合わせた食事や栄養についての啓発を行うことができた。	【評価】B
課題	食育について関心が低い市民への啓発や情報発信が必要である。	
事業名	地域グループ支援事業【保健センター健康支援課】	
事業概要	市民の健康水準を向上させるために、健康上の課題の解決に向けた健康づくりに取り組みたい市民グループや団体の活動を、食生活改善推進員、保健推進員が支援する。	
成果	食生活改善推進員・保健推進員と共に継続的に健康や食事について啓発することで、参加者の意識を高め、実践につなげることができた。	【評価】B
課題	平成27年度に終了し、28年度以降依頼事業として引き続き継続しているが、新たな参加者の増加が望まれる。	
事業名	健康増進指導事業【保健センター健康支援課】	
事業概要	積極的な体力づくりと健康の保持増進対策の一環として骨粗しょう症の予防事業のための骨の健康度測定を実施する。	
成果	平成26年8月から保健センターで実施。測定後の保健指導で参加者の意識づくりが図られた。	【評価】A
課題	平成30年度からは依頼の健康教育での実施となるため、地域での周知が必要になる。	

事業名	市川市勤務栄養士ネットワーク【保健センター健康支援課】	
事業概要	健康都市プログラムによる食のネットワークの形成として開始した。正しい食習慣を普及し、生活習慣病予防事業として位置づけ、福祉・教育・保健等の分野に勤務する栄養士が連携し、食に関する情報発信を行う。推進目標は「朝食を食べよう！」等の推進・広報活動、イベント時における啓発活動である。	
成果	市民まつりや講座等で朝食摂取啓発のリーフレットを配布し、朝食の大切さを啓発することで、市民へ朝食の摂取率向上につなげた。	【評価】 B
課題	若い世代へ啓発するため、情報発信の方法等検討が必要。	
事業名	アレルギー相談、保護者試食会【保健体育課】	
事業概要	家族への啓発を行う。	
成果	全校で実施することができた。試食会通して、学校給食への理解を深める働きかけができた。	【評価】 A
課題	参加者以外の保護者への啓発。	

《食育関連課》

事業名	成果	課題	評価	所管課
明松園における給食管理、栄養相談	給食での「リクエストメニュー」の取り入れ、喫食時の声かけを行った。	「食に関心を持つこと」と「健康」がつながり難い。	B	障害者施設課
健康都市推進講座	和洋女子大学の先生による健康に役立つ食の知識の普及、情報提供ができた。 H25 年度：9 回、45 人、 H26 年度：9 回、120 人、 H27 年度：9 回、72 人、 H28 年度：7 回、85 人、 H29 年度：7 回、67 人、	講座で学んだ知識や情報を受講者のみだけでなく、家族や地域へ広く普及させていく。	B	保健医療課
すこやか応援隊・すこやかひろば事業	離乳食や遊び食べ・偏食等、親の悩みに応じてミニ講座を計画したり、1 歳半～3 歳未満の親子対象に野菜をテーマに簡単クッキングを開催した。父親対象のひろばは、他機関で開催しているため実施していない。	すこやか応援隊が受ける子育て相談において、食に関する相談は半数以上を占めている。食に関する興味を引き出しながら、楽しく子育てできる環境を提供する。父親対象のひろばは、今後、見直しをする必要がある。	B	子育て支援課

事業名	成果	課題	評価	所管課
チャレンジCOOK	事業規模に対する初期の目的は達成された。	事業参加者枠に限りがあるので単独事業としては効果が薄い。	A	子育て支援課
講座事業 親子DEクッキング	父子での料理作りを通して、父子の家事・育児参加のきっかけとなる機会を提供することで、家庭生活で協力し支えあう意識の醸成が図られた。	より多くの親子に共同作業をしながら楽しめる講座など内容を工夫していく。	B	男女共同参画課
講座事業 男性の料理教室	生活の場での自立に向けた技術を習得することで、家庭内の性別役割分担意識の解消が図られた。	地域との関わりの少ない男性が、周囲の人たちと協力し合える関係性を構築するためのきっかけ作りとなる講座を検討していく。	B	男女共同参画課
地球温暖化対策事業、 環境活動推進員制度の運用 「家庭でできるエコライフ」「環境と財布にやさしいエコショッピング」「地球にやさしいエコクッキング」などの講座	町内会、公民館講座、小学校、サークルで啓発を実施した。 平成 25 年度 50 回 延べ 3,460 人 平成 26 年度 51 回 延べ 3,150 人 平成 27 年度 23 回 延べ 1,695 人 平成 28 年度 18 回 延べ 1,274 人	準備等に時間を多く要する。関心が高い内容にしながら、合わせて啓発効果を高める工夫が必要。	B	環境政策課
生活排水対策推進事業 みずアドバイザー制度の運用 家庭で取り組む生活排水対策の講座	平成 25 年 9 月に環境活動推進員制度と統合	—	—	環境政策課

(2) 保育園、幼稚園、学校における取組

事業名	公立保育園管理運営【こども施設運営課】	
事業概要	保育園における食育を実施し、日頃の野菜栽培体験、調理体験（給食管理、栄養・アレルギー相談、給食だより、園庭野菜栽培・給食素材の利用、野菜の給食前展示、皮むき体験、年齢別調理保育、伝承行事食、バイキング給食、ごっこ遊び、保護者試食会、パネルシアター）などを通じてさまざまな食品に触れ、料理作りへの関心を育てることで子ども達の望ましい食習慣を育成する。	
成果	減塩に対する取り組みを重点的に行ったため、食育を通じて家庭でも薄味の大切さを知る機会が増えた。クッキング保育の計画が確立され、内容も充実してきたことにより食育への関心が一層深まった。	【評価】 A
課題	家庭での食生活に関する実態調査を行う。咀嚼力の低い子どもが増えているので、咀嚼力の食育も含めて家庭に繋がられる様な食育に関する啓発をしていく。	
事業名	給食管理【保健体育課】	
事業概要	学校給食（幼稚園を含む）において、できる限り手づくりを取り入れ、旬の素材を活かし、地場産物の活用、行事食、郷土料理、バイキング給食等、魅力あふれる季節感のある献立を考える。給食だよりや保護者試食会、栄養相談を実施し家庭への啓発を図る。また、一汁二菜の栄養バランスのとれた日本型食生活の良さを見直し、その導入を推進する。	
成果	毎日の学校給食運営の中で、各校の栄養教諭・学校栄養職員が創意工夫し、地場産物、行事食等を取り入れ、魅力ある献立作りに努めている。	【評価】 A
課題	調理場のない学校においても、給食だよりや保護者試食会を通して、児童生徒や家庭への啓発を図っていく。	
事業名	食に関する指導体制の充実（栄養教諭・特別非常勤講師等）【保健体育課】	
事業概要	食育に関する指導の充実を図るため、専門的知識と経験を持つ学校栄養職員を特別非常勤講師として活用し、食育に関する授業の推進をする。	
成果	栄養教諭が配置されていない学校においても、特別非常勤講師の制度を活用することで、各校における食育を推進することができた。	【評価】 B
課題	栄養教諭、特別非常勤講師が配置されていない学校、特に調理場がない学校について、「食に関する指導計画」に基づいた指導を推進するように、研修会等を通して働きかけをしていく必要がある。	

事業名	ヘルシースクール推進事業【保健体育課】	
事業概要	市全体の取組を統括するヘルシースクール推進協議会や各学校における取り組みの充実を図るヘルシースクール推進委員会を開催する。	
成果	ヘルシースクール推進協議会や各園・学校のヘルシースクール推進委員会で「食」に関するテーマの講演会も開催されている。また、食生活の改善により望ましいライフスタイルの確立に迫っていけるよう、様々な実践が行われている。	【評価】 A
課題	さらに充実を図るためには、校（園）内での共通理解と家庭との連携を深めていく必要がある。	
事業名	小児生活習慣病予防検診事業（すこやか検診身体測定・血液検査、すこやか歯科検診咬合力・唾液検査、食事調査等の実施）【保健体育課】	
事業概要	望ましい生活習慣を確立するため、小児生活習慣病予防検診を実施する。	
成果	初年度に比べて、すこやか検診での正常である子どもの割合は、大幅に上昇し（８０％前後）ヘルシースクールの取り組みの成果が表れていると考えられる。	【評価】 A
課題	自分の身体を知る良い機会のため、すこやか検診の受診率を上げていく必要がある。	
事業名	市川市学校給食展（栄養相談、自由研究、給食紹介、栄養指導、市川の産物紹介、親子祭り寿司、給食試食、生活習慣病資料展示、児童図画、調理研究発表会）【保健体育課】	
事業概要	広く一般市民並びに関係者に対し、親子で体験、学校給食の献立紹介、調理器具の展示紹介、給食調理の疑似体験など、学校給食の意義とその重要性の周知を図ることを目的に実施する。	
成果	学校給食会の協力を得て、当日までの準備、当日の運営を行うことができた。参加した市民に学校給食の意義や重要性について伝えることができた。	【評価】 A
課題	平成 28 年度からテント数が減少したこと。年度により市民まつり当日に、勤務の関係で学校給食会の栄養職員の協力を得られず、保健体育課職員のみで運営をしなくてはならないこと。	
事業名	市川市学校保健会（健康教育講演会、学校保健講演会等の開催）【保健体育課】	
事業概要	学校保健の向上と保健教育の徹底を期し、児童・生徒・教職員が健康の３要素「運動・栄養・休養」の必要性を知り、バランスよく取り組み健康増進に寄与する。	
成果	年々、学校保健講演会の実施校が増加し、各校とも学校教育活動全体を通して健康教育推進に向けて取り組みを進めている。	【評価】 A
課題	予算の確保と保護者への啓発の工夫を検討していきたい。	

(3) 地域における取組

事業名	食生活改善推進員【保健センター健康支援課】	
事業概要	市民の食生活改善に関する普及啓発と健康に対する意識を高めるための活動を推進するため、食生活の相談窓口、おとなの食育講習会、おやこの食育講習会等を開催する。また、市保健事業協力及び食生活改善のPRを行う。	
成果	第2次計画の数値目標にある、野菜摂取の向上や災害時の食についての啓発を行い、実践する市民の増加を図った。	【評価】 B
課題	講習会参加者は60歳～70歳代が多く、若い世代への啓発が必要。	

(4) 地産地消における取組

事業名	学校給食における農水産物供給のための仕組みづくり（学校・生産者・農協・漁協等との連携）【農政課・地域整備課】	
事業概要	学校給食会への市川産の農水産物の普及を図り、地産地消を進める。	
成果	【農政課】地域ブランド「市川のなし」をはじめとする農産物を学校給食で、より使用しやすいよう仕組みづくりを行った。 【地域整備課】地場産のノリを給食の食材として提供し、市内保育園及び小中学生の生徒に地場産の水産物に対する理解を促進することができた。	【評価】 A
課題	【農政課】より多くの農産物について、学校給食で使えるよう、学校給食会等において、情報提供等を推進していく必要がある。 【地域整備課】平成29年6月に改正された「大量調理施設衛生管理マニュアル」を受け、加熱処理をせずに提供する焼きノリに関して、マニュアルに定められた条件を満たす事が必要。	
事業名	体験農園事業（市民農園、ふれあい農園、体験農園）【農政課】	
事業概要	土に触れる機会が少なくなった市民に農作業体験をしてもらい、農業への楽しさや難しさ、収穫の喜びや食品の大切さを知ってもらい都市農業への理解を深める。	
成果	市民農園をはじめとした体験農園事業を実施することで、市民の農業理解を促進することができた。	【評価】 A
課題	応募が募集定員を上回る状況が続いているため、市民農園を利用できない市民もいることから、今後は農地所有者から自ら開設する民設市民農園の開設について推進することとする。	

事業名	魚食文化フォーラム実行委員会【地域整備課】	
事業概要	生産者・消費者・小売業者等からなる魚食文化フォーラム実行委員会を組織し、イベント等を開催し、市民の参加を得ながら、市内水産業の振興と水産物の消費拡大を図る。小学校でのノリすき体験学習、公民館での魚のさばき方教室、漁場見学会を開催する。	
成果	各事業を実施したことで、水産業への理解や地場産水産物の消費拡大など促進することができた。	【評価】 A
課題	平成 29 年 11 月に千葉県ブランド水産物に認定されたホンビノス貝について、漁業者等と行政が連携し、その付加価値を向上させ、市内外に向けてさらなる流通拡大が必要。	

《食育関連課》

事業名	成果	課題	評価	所管課
市川産業まつり支援事業 いちかわ産フェスタ	産フェスタの地産地消モールには毎年 20 近くの事業所や団体が出展しており、JA いちかわや漁協組合による野菜や魚類の販売など、幅広く地場産品の紹介、PR ができた。	市川商工会議所を中心とする運営委員会の主催であり、市は補助金の交付のみで企画運営には参加していない。	B	商工振興課
地域ブランド活性化事業 地産地消 市川バル	平成 25 年度 参加店 69 店 平成 26 年度以降未実施	主催である市川地域ブランド協議会の事業計画により、平成 26 年度以降は実施していない。	B	商工振興課
地域ブランド活性化事業 いちかわバラ物語	平成 28 年度 参加店 23 店 各参加店の協力による、店舗およびイベント出店における販売にて、多くの市民に PR できた。	参加店の拡大	B	商工振興課
稲作体験事業	平成 29 年度：171 人が参加。事後アンケートでは米作りの大変さ、自然との触れ合いによる新たな発見等の回答があり、米作りを通じて、子どもたちに勤労と収穫の喜びという貴重な体験の場を提供することができた。	特になし	B	青少年育成課

(5) 食文化継承のための活動

事業名	行事食、バイキング給食、郷土料理（太巻き寿司）【保健体育課】		
事業概要	学校給食（幼稚園を含む）において、できる限り手作りを取り入れ、旬の素材を活かした季節感あふれる献立を考える。		
成果	行事食や郷土料理等を取り入れるよう、各校の栄養士が創意工夫し、給食を提供することができた。その際、献立の意味等を校内放送等で知らせることにより、児童生徒への啓発を行った。	【評価】 A	
課題	食生活の変容に伴い、家庭で食べたことのないものに対する児童生徒の食べようとする意欲を向上させること。		

《食育関連課》

事業名	成果	課題	評価	所管課
パートナーシティ 交流事業 いちかわドイツデー	毎年秋に「いちかわドイツデー」を開催。両市の交流やローゼンハイム市、ドイツの文化について、広く市民に紹介することができた。	特になし	B	国際交流課
国際交流協会補助金 インターナショナルデー インいちかわ	外国の踊り披露やフリーマーケットなどを行い、市内在住外国人との交流の場を設けた。	特になし	B	国際交流課

(6) 食の安全性等に関する情報の提供

事業名	減農薬栽培推進事業【農政課】		
事業概要	環境にやさしい農業の推進事業として、梨栽培における農薬散布回数を削減し、環境負荷や生産者の作業負担を軽減すると共に、消費者が求める安心・安全な農作物を生産するための事業を支援する。		
成果	減農薬資材の導入に対する支援を実施したことにより、減農薬化による環境にやさしい農業を実現した。	【評価】 A	
課題	今後、効果のある減農薬資材の導入を検討し、より減農薬化を推進する必要がある。		
事業名	トレーサビリティの推進【農政課】		
事業概要	農産物の生産履歴の明確化を推進する。（JAいちかわ）		
成果	JAいちかわによる生産者の生産履歴管理が行われたことにより、安全な農産物の生産が実現できた。	【評価】 A	
課題	特になし		

《食育関連課》

事業名	成果	課題	評価	所管課
市民情報提供・消費者啓発事業 消費生活講座	広報紙やホームページなどの活用、講習会を通じて食の消費生活情報を提供できた。	食に関する消費生活情報提供のあり方。	B	総合市民相談課 消費生活センター
食品衛生啓発事業 食品衛生に関する広報発行事業（市川保健所管内食品衛生協会が行う食品衛生啓発事業に対する補助金の交付）	食品等事業者に配布される広報誌「いちかわ食協だより」2,500部の発行費用に対して補助金を交付し、食品衛生に関する知識の一層の普及・啓発を図った。	市民向けの啓発事業の充実が望まれる。	A	保健医療課
あおぞらキッズ・おひさまキッズ給食等における安全確保	年に2回、放射性物質検査結果をホームページにおいて公表している。	今後も引き続き実施していくか。	A	発達支援課

(7) 災害時における食の対応の周知

事業名	災害時における食の対応の周知 【勤務栄養士ネットワーク・保健センター健康支援課】		
事業概要	災害時における食の対応について、パンフレット等を作成し、また、ホームページに掲載するなどして、日頃からの自助の備えを周知する。		
成果	「いざという時の食の備え」というテーマで食生活改善推進員と共催で料理講習会を実施、また市内イベント会場にて「食の備え」のポイントなどを示し、普及啓発を行うことができた。	【評価】 B	
課題	あらゆる年代、家族構成に対して、日頃からの自助の備えが実践しやすいような啓発が必要である。		

(8) その他

食育関連団体と連携、協働により実施した取組実績

ア. 市制施行 80 周年記念「みんなで食育・健口（けんこう）フェア」

平成 26 年 6 月 26 日（木）市川市文化会館にて、市制施行 80 周年の記念事業とし、6 月の食育月間及び歯と口の健康週間を含む啓発月間に食育と口腔部門が合体したイベントを実施した。

内容は講演会、健口落語、ドキュメンタリー映画の上映など。

その他、市川の食育のパネル展示や地元野菜、ホンビノス貝の販売、太巻きまつり寿司の実演、販売など趣向を凝らした内容で、多くの方に市川の食育を PR し、さらに関係団体の結束力が高まり、連携することにより効果的に食育を推進することができた。

実績：来場者数 600 人

関係団体：市川市歯科医師会、市川市食生活改善推進協議会、市川市魚食文化フォーラム実行委員会、和洋女子大学、千葉伝統郷土料理研究会、JAいちかわ直売組合、長印市川青果株式会社



イ. 第 40 回いちかわ市民まつり～わくわく♪みんなの食と健康の広場

平成 27 年 11 月 7 日（土）市川市大洲防災公園にて「わくわく♪みんなの食と健康の広場」というテーマで産民官学 11 団体が集結し、多くの市民に体験型食育啓発活動を実施することができた。



実績：7,554 名（体験）5,747 名（ちらし配布）他、アンケート、販売等

参加：庁内 4 課（保健体育課、国民健康保険課、疾病予防課、保健センター健康支援課）

5 団体（市川市学校給食会、和洋女子大学、市川市食生活改善推進協議会、千葉伝統郷土料理研究会、JAいちかわ直売組合）

※食育パネル展示：農政課、こども施設運営課、地域整備課、魚食文化フォーラム実行委員会等）

2. 市川市の主な農水産物生産分布図

国分・北国分・堀之内は野菜生産の中心地。多品目の野菜が栽培されている。



★主要農産物：梨・ネギ・ホウレンソウ・ダイコン・ナス・コマツナ等の露地栽培ものやトマト・キュウリ等の施設栽培もの。

★水産物：三番瀬でとれた生海苔・アサリなど。

3 計画の見直し経過と体制

(1) 市川市食育推進計画（第3次）の策定経過

庁内食育関係課会議、市川市食育推進関係機関連絡会

（第3次市川市食育推進計画関連分）

年 月 日	会議・連絡会	内 容
平成28年 5月26日	第1回食育関係課会議	○市川市食育推進計画の背景 ○計画見直しに向けての作業の流れ
平成28年 7月21日	第2回食育関係課会議	○計画の見直し
	第1回食育推進関係機関連絡会	○市川市食育推進計画の概要
平成28年 11月、12月		○イベント会場（3ヵ所）にて、食育アンケート調査を実施
平成28年 12月5日	第3回食育関係課会議	○アンケート調査結果の報告 ○第3次計画スケジュール等について
平成29年 1月19日	第2回食育推進関係機関連絡会	○第3次計画のスケジュール等について
平成29年 3月24日	第4回食育関係課会議	○第3次計画策定の考え方
平成29年 5月25日	第1回食育関係課会議	○第3次計画の策定の考え方、推進(案) ○今後の進め方、他
平成29年 6月1日～ 6月14日		○eモニター対象「食育に関するアンケート」実施
平成29年 7月 6日	第2回食育関係課会議	○第3次計画の素案について
平成29年10月25日	第3回食育関係課会議	○第3次計画の素案、修正について
平成29年11月16日	第2回食育推進関係機関連絡会	○第3次計画の概要確認
平成29年12月22日	第4回食育関係課会議	○第3次計画書の見直し、最終調整他
平成30年 2月17日 ～ 3月18日		○パブリックコメントの実施
平成30年 3月23日	第5回食育関係課会議	○パブリックコメント実施報告 計画書報告、意見交換

(2) 市川市食育推進関係機関連絡会に関する要綱

(趣旨)

第1条 この要綱は、本市において総合的かつ効果的な食育を推進するため、本市が関係機関と調整を図ることを目的として開催する市川市食育推進関係機関連絡会（以下「連絡会」という。）の運営に関し必要な事項を定めるものとする。

(調整事項)

第2条 市長は、連絡会を開催し、関係機関と、次に掲げる事項について調整を図るとともに、食育の推進に関し情報を共有するものとする。

- (1) 本市が定める食育の推進に関する計画に関すること。
- (2) 食育の推進に係る連携に関すること。
- (3) 食育の具体的な事例の紹介に関すること。
- (4) その他食育の推進に関し市長が必要と認める事項

(出席依頼)

第3条 市長は、連絡会を開催するに当たっては、次に掲げる関係機関に対し、当該関係機関に所属する者それぞれ1人の出席を依頼するものとする。

- (1) 一般社団法人市川市医師会
- (2) 一般社団法人市川市歯科医師会
- (3) 市川市PTA連絡協議会
- (4) 市川市私立幼稚園協会
- (5) 市川市食生活改善推進協議会
- (6) 市川市行徳漁業協同組合
- (7) 千葉伝統郷土料理研究会
- (8) 市川市農業協同組合
- (9) 市川商工会議所
- (10) 市川市消費者モニター友の会
- (11) NPO法人日本食育ランドスケープ協会
- (12) 千葉縣市川健康福祉センター

2 前項に定めるもののほか、市長は、必要に応じて学識経験者1人及び生産者1人に対し、連絡会への出席を依頼することができる。

3 市長は、第1項各号に掲げる関係機関について、本市における食育の推進状況を踏まえ、おおむね2年ごとに見直しを行うものとする。

(連絡会の進行)

第4条 連絡会は、保健部保健センター健康支援課長が進行するものとする。

(報償金)

第5条 市長は、連絡会に出席した者（第3条第1項第7号に掲げる千葉伝統郷土料理研究会及び同項第12号に掲げる千葉縣市川健康福祉センターに所属する者を除く。）に報償金として日額9,100円を支給する。

資料編

(事務)

第6条 連絡会の運営に係る事務は、保健部保健センター健康支援課において処理する。

(補則)

第7条 (略)

附 則

この要綱は、平成27年10月26日から施行する。

4 食育基本法(平成17年 法律第63号)

食育基本法(平成十七年六月十七日法律第六十三号) 最終改正:平成二十七年九月一日法律第六十六号

前文

第一章 総則(第一条—第十五条)

第二章 食育推進基本計画等(第十六条—第十八条)(抜粋)

第三章 基本的施策(第十九条—第二十五条)

第四章 食育推進会議等(第二十六条—第三十三条)(省略)

附則(省略)

二十一世紀における我が国の発展のためには、子どもたちが健全な心と身体を培い、未来や国際社会に向かって羽ばたくことができるようにするとともに、すべての国民が心身の健康を確保し、生涯にわたって生き生きと暮らすことができるようにすることが大切である。

子どもたちが豊かな人間性をはぐくみ、生きる力を身に付けていくためには、何よりも「食」が重要である。今、改めて、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。もとより、食育はあらゆる世代の国民に必要なものであるが、子どもたちに対する食育は、心身の成長及び人格の形成に大きな影響を及ぼし、生涯にわたって健全な心と身体を培い豊かな人間性をはぐくんでいく基礎となるものである。

一方、社会経済情勢がめまぐるしく変化し、日々忙しい生活を送る中で、人々は、毎日の「食」の大切さを忘れがちである。国民の食生活においては、栄養の偏り、不規則な食事、肥満や生活習慣病の増加、過度の痩身志向などの問題に加え、新たな「食」の安全上の問題や、「食」の海外への依存の問題が生じており、「食」に関する情報が社会に氾濫する中で、人々は、食生活の改善の面からも、「食」の安全の確保の面からも、自ら「食」のあり方を学ぶことが求められている。また、豊かな緑と水に恵まれた自然の下で先人からはぐくまれてきた、地域の多様性と豊かな味覚や文化の香りあふれる日本の「食」が失われる危機にある。

こうした「食」をめぐる環境の変化の中で、国民の「食」に関する考え方を育て、健全な食生活を実現することが求められるとともに、都市と農山漁村の共生・対流を進め、「食」に関する消費者と生産者との信頼関係を構築して、地域社会の活性化、豊かな食文化の継承及び発展、環境と調和のとれた食料の生産及び消費の推進並びに食料自給率の向上に寄与することが期待されている。

国民一人一人が「食」について改めて意識を高め、自然の恩恵や「食」に関わる人々の様々な活動への感謝の念や理解を深めつつ、「食」に関して信頼できる情報に基づく適切な判断を行う能力を身に付けることによって、心身の健康を増進する健全な食生活を実践するために、今こそ、家庭、学校、保育所、地域等を中心に、国民運動として、食育の推進に取り組んでいくことが、我々に課せられている課題である。さらに、食育の推進に関する我が国の取組が、海外との交流等を通じて食育に関して国際的に貢献することにつながることも期待される。

ここに、食育について、基本理念を明らかにしてその方向性を示し、国、地方公共団体及び国民の食育の推進に関する取組を総合的かつ計画的に推進するため、この法律を制定する。

第一章 総則

(目的)

第一条 この法律は、近年における国民の食生活をめぐる環境の変化に伴い、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ための食育を推進することが緊要な課題となっていることにかんがみ、食育に関し、基本理念を定め、及び国、地方公共団体等の責務を明らかにするとともに、食育に関する施策の基本となる事項を定めることにより、食育に関する施策を総合的かつ計画的に推進し、もって現在及び将来にわたる健康で文化的な国民の生活と豊かで活力ある社会の実現に寄与することを目的とする。

(国民の心身の健康の増進と豊かな人間形成)

第二条 食育は、食に関する適切な判断力を養い、生涯にわたって健全な食生活を実現することにより、国民の心身の健康の増進と豊かな人間形成に資することを旨として、行われなければならない。

(食に関する感謝の念と理解)

第三条 食育の推進に当たっては、国民の食生活が、自然の恩恵の上に成り立っており、また、食に関わる人々の様々な活動に支えられていることについて、感謝の念や理解が深まるよう配慮されなければならない。

（食育推進運動の展開）

第四条 食育を推進するための活動は、国民、民間団体等の自発的意思を尊重し、地域の特性に配慮し、地域住民その他の社会を構成する多様な主体の参加と協力を得るものとともに、その連携を図りつつ、あまねく全国において展開されなければならない。

（子どもの食育における保護者、教育関係者等の役割）

第五条 食育は、父母その他の保護者にあつては、家庭が食育において重要な役割を有していることを認識するとともに、子どもの教育、保育等を行う者にあつては、教育、保育等における食育の重要性を十分自覚し、積極的に子どもの食育の推進に関する活動に取り組むこととなるよう、行われなければならない。

（食に関する体験活動と食育推進活動の実践）

第六条 食育は、広く国民が家庭、学校、保育所、地域その他のあらゆる機会とあらゆる場所を利用して、食料の生産から消費等に至るまでの食に関する様々な体験活動を行うとともに、自ら食育の推進のための活動を実践することにより、食に関する理解を深めることを旨として、行われなければならない。

（伝統的な食文化、環境と調和した生産等への配慮及び農山漁村の活性化と食料自給率の向上への貢献）

第七条 食育は、我が国の伝統のある優れた食文化、地域の特性を生かした食生活、環境と調和のとれた食料の生産とその消費等に配慮し、我が国の食料の需要及び供給の状況についての国民の理解を深めるとともに、食料の生産者と消費者との交流等を図ることにより、農山漁村の活性化と我が国の食料自給率の向上に資するよう、推進されなければならない。

（食品の安全性の確保等における食育の役割）

第八条 食育は、食品の安全性が確保され安心して消費できることが健全な食生活の基礎であることにかんがみ、食品の安全性をはじめとする食に関する幅広い情報の提供及びこれについての意見交換が、食に関する知識と理解を深め、国民の適切な食生活の実践に資することを旨として、国際的な連携を図りつつ積極的に行われなければならない。

（国の責務）

第九条 国は、第二条から前条までに定める食育に関する基本理念（以下「基本理念」という。）にのっとり、食育の推進に関する施策を総合的かつ計画的に策定し、及び実施する責務を有する。

（地方公共団体の責務）

第十条 地方公共団体は、基本理念にのっとり、食育の推進に関し、国との連携を図りつつ、その地方公共団体の区域の特性を生かした自主的な施策を策定し、及び実施する責務を有する。

（教育関係者等及び農林漁業者等の責務）

第十一条 教育並びに保育、介護その他の社会福祉、医療及び保健（以下「教育等」という。）に関する職務に従事する者並びに教育等に関する関係機関及び関係団体（以下「教育関係者等」という。）は、食に関する関心及び理解の増進に果たすべき重要な役割にかんがみ、基本理念にのっとり、あらゆる機会とあらゆる場所を利用して、積極的に食育を推進するよう努めるとともに、他の者の行う食育の推進に関する活動に協力するよう努めるものとする。

2 農林漁業者及び農林漁業に関する団体（以下「農林漁業者等」という。）は、農林漁業に関する体験活動等が食に関する国民の関心及び理解を増進する上で重要な意義を有することにかんがみ、基本理念にのっとり、農林漁業に関する多様な体験の機会を積極的に提供し、自然の恩恵と食に関わる人々の活動の重要性について、国民の理解が深まるよう努めるとともに、教育関係者等と相互に連携して食育の推進に関する活動を行うよう努めるものとする。

（食品関連事業者等の責務）

第十二条 食品の製造、加工、流通、販売又は食事の提供を行う事業者及びその組織する団体（以下「食品関連事業者等」という。）は、基本理念にのっとり、その事業活動に関し、自主的かつ積極的に食育の推進に自ら努めるとともに、国又は地方公共団体が実施する食育の推進に関する施策その他の食育の推進に関する活動に協力するよう努めるものとする。

（国民の責務）

第十三条 国民は、家庭、学校、保育所、地域その他の社会のあらゆる分野において、基本理念にのっとり、生涯にわたり健全な食生活の実現に自ら努めるとともに、食育の推進に寄与するよう努めるものとする。

(法制上の措置等)

第十四条 政府は、食育の推進に関する施策を実施するため必要な法制上又は財政上の措置その他の措置を講じなければならない。

(年次報告)

第十五条 政府は、毎年、国会に、政府が食育の推進に関して講じた施策に関する報告書を提出しなければならない。

第二章 食育推進基本計画等

(食育推進基本計画)

第十六条 食育推進会議は、食育の推進に関する施策の総合的かつ計画的な推進を図るため、食育推進基本計画を作成するものとする。

2 食育推進基本計画は、次に掲げる事項について定めるものとする。

一 食育の推進に関する施策についての基本的な方針

二 食育の推進の目標に関する事項

三 国民等の行う自発的な食育推進活動等の総合的な促進に関する事項

四 前三号に掲げるもののほか、食育の推進に関する施策を総合的かつ計画的に推進するために必要な事項

3 食育推進会議は、第一項の規定により食育推進基本計画を作成したときは、速やかにこれを農林水産大臣に報告し、及び関係行政機関の長に通知するとともに、その要旨を公表しなければならない。

4 前項の規定は、食育推進基本計画の変更について準用する。

(市町村食育推進計画)

第十八条 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(以下「市町村食育推進計画」という。)を作成するよう努めなければならない。

2 市町村(市町村食育推進会議が置かれている市町村にあっては、市町村食育推進会議)は、市町村食育推進計画を作成し、又は変更したときは、速やかに、その要旨を公表しなければならない。

第三章 基本的施策

(家庭における食育の推進)

第十九条 国及び地方公共団体は、父母その他の保護者及び子どもの食に対する関心及び理解を深め、健全な食習慣の確立に資するよう、親子で参加する料理教室その他の食事についての望ましい習慣を学びながら食を楽しむ機会の提供、健康美に関する知識の啓発その他の適切な栄養管理に関する知識の普及及び情報の提供、妊産婦に対する栄養指導又は乳幼児をはじめとする子どもを対象とする発達段階に応じた栄養指導その他の家庭における食育の推進を支援するために必要な施策を講ずるものとする。

(学校、保育所等における食育の推進)

第二十条 国及び地方公共団体は、学校、保育所等において魅力ある食育の推進に関する活動を効果的に促進することにより子どもの健全な食生活の実現及び健全な心身の成長が図られるよう、学校、保育所等における食育の推進のための指針の作成に関する支援、食育の指導にふさわしい教職員の設置及び指導的立場にある者の食育の推進において果たすべき役割についての意識の啓発その他の食育に関する指導体制の整備、学校、保育所等又は地域の特色を生かした学校給食等の実施、教育の一環として行われる農場等における実習、食品の調理、食品廃棄物の再生利用等様々な体験活動を通じた子どもの食に関する理解の促進、過度の痩身又は肥満の心身の健康に及ぼす影響等についての知識の啓発その他必要な施策を講ずるものとする。

(地域における食生活の改善のための取組の推進)

第二十一条 国及び地方公共団体は、地域において、栄養、食習慣、食料の消費等に関する食生活の改善を推進し、生活習慣病を予防して健康を増進するため、健全な食生活に関する指針の策定及び普及啓発、地域における食育の推進に関する専門的知識を有する者の養成及び資質の向上並びにその活用、保健所、市町村保健センター、医療機関等における食育に関する普及及び啓発活動の推進、医学教育等における食育に関する指導の充実、食品関連事業者等が行う食育の推進のための活動への支援等必要な施策を講ずるものとする。

（食育推進運動の展開）

第二十二条 国及び地方公共団体は、国民、教育関係者等、農林漁業者等、食品関連事業者等その他の事業者若しくはその組織する団体又は消費生活の安定及び向上等のための活動を行う民間の団体が自発的に行う食育の推進に関する活動が、地域の特性を生かしつつ、相互に緊密な連携協力を図りながらあまねく全国において展開されるようにするとともに、関係者相互間の情報及び意見の交換が促進されるよう、食育の推進に関する普及啓発を図るための行事の実施、重点的かつ効果的に食育の推進に関する活動を推進するための期間の指定その他必要な施策を講ずるものとする。

2 国及び地方公共団体は、食育の推進に当たっては、食生活の改善のための活動その他の食育の推進に関する活動に携わるボランティアが果たしている役割の重要性にかんがみ、これらのボランティアとの連携協力を図りながら、その活動の充実が図られるよう必要な施策を講ずるものとする。

（生産者と消費者との交流の促進、環境と調和のとれた農林漁業の活性化等）

第二十三条 国及び地方公共団体は、生産者と消費者との間の交流の促進等により、生産者と消費者との信頼関係を構築し、食品の安全性の確保、食料資源の有効な利用の促進及び国民の食に対する理解と関心の増進を図るとともに、環境と調和のとれた農林漁業の活性化に資するため、農林水産物の生産、食品の製造、流通等における体験活動の促進、農林水産物の生産された地域内の学校給食等における利用その他のその地域内における消費の促進、創意工夫を生かした食品廃棄物の発生の抑制及び再生利用等必要な施策を講ずるものとする。

（食文化の継承のための活動への支援等）

第二十四条 国及び地方公共団体は、伝統的な行事や作法と結びついた食文化、地域の特色ある食文化等我が国の伝統のある優れた食文化の継承を推進するため、これらに関する啓発及び知識の普及その他の必要な施策を講ずるものとする。

（食品の安全性、栄養その他の食生活に関する調査、研究、情報の提供及び国際交流の推進）

第二十五条 国及び地方公共団体は、すべての世代の国民の適切な食生活の選択に資するよう、国民の食生活に関し、食品の安全性、栄養、食習慣、食料の生産、流通及び消費並びに食品廃棄物の発生及びその再生利用の状況等について調査及び研究を行うとともに、必要な各種の情報の収集、整理及び提供、データベースの整備その他食に関する正確な情報を迅速に提供するために必要な施策を講ずるものとする。

2 国及び地方公共団体は、食育の推進に資するため、海外における食品の安全性、栄養、食習慣等の食生活に関する情報の収集、食育に関する研究者等の国際的交流、食育の推進に関する活動についての情報交換その他国際交流の推進のために必要な施策を講ずるものとする。

5 用語解説

《アルファベット順》

【B】

BMI

“Body Mass Index”の略称で、「体重（kg）÷身長（m）÷身長（m）」で算出される体格指数のことで、肥満度を測るための国際的な指標。医学的に最も病気が少ない数値として 22 を「標準」とし、18.5 未満なら「やせ」、25 以上を「肥満」としている。

→参照：適正体重

【E】

e モニター制度

市川市 e モニター制度（愛称：e モニ）とは、市川市が運営する登録制のアンケート制度。モニター登録者が、インターネットを活用し、パソコンや携帯電話へ電子メールで市から送られたアンケート情報に回答する。市政に関する情報提供及び市民の行政ニーズを的確に把握・分析し、行政運営に広く且つ迅速に反映させ、行政事務の効率化を図り、開かれた市政を実現することを目的としている。

【N】

NPO

“Non-Profit Organization”の略称で、営利を目的としない民間の組織や団体のこと。

平成 10 年 12 月、特定非営利活動を行う団体への法人格付与等により、市民の社会貢献活動の発展を目指す特定非営利活動促進法が施行された。

【W】

Web サイト(ウェブサイト)

インターネット上のサービスのひとつである WWW（World Wide Web・・・ワールド・ワイド・ウェブ）を用いて提供される、一連の情報の集合体

《五十音順》

【え】

栄養教諭

教育に関する資質と栄養に関する専門性を併せ持つ職員として、「食に関する指導」と「学校給食の管理」を一体のものとして行う。学校給食を生きた教材として活用した効果的な指導を行い、学校における食育の推進の中核的な役割を担う。平成 17 年 4 月に施行された。

栄養成分表示

エネルギー及び栄養成分量を、メニューやパンフレット等の見やすいところに、できるだけ分かりやすく表示したもの。「食品表示法」が平成 27 年 4 月 1 日に施行され、栄養成分表示が義務化された。

【き】

共食

一人で食べるのではなく家族や友人、職場や地域の人など誰かと共に食事をするを言う。

→参照：「共食のすすめ」p 4

魚食文化フォーラム実行委員会

市内水産業への理解と水産業の消費拡大を促進するため、平成 4 年 9 月に生産者・消費者・小売業者・行政から組織された魚食文化フォーラム実行委員会を設立し、市民が参加できる料理教室、水産物販売イベントや小学校でのノリ漉き体験授業の支援等を行っている。

勤務栄養士ネットワーク

市川市に勤務する栄養士（こども政策部・福祉部・学校教育部・保健部等）が、食にかかわる栄養士として連携を図り、関係を強化することで市民の健康づくり、食育につながる情報発信するために平成 20 年 2 月に市川市勤務栄養士ネットワーク）を立ち上げたもの。

【け】

健康寿命

一生のうち、健康で支障なく日常の生活を送れる期間

健康都市プログラム

幅広い視野から市民の健康増進を支援するとともに、健康都市にふさわしいまちづくりを計画的かつ体系的に進めていくために、市川市総合計画の「基本構想」の理念に基づき、今後の市川市の健康都市施策の基本的な考え方及び施策の方向を示すプログラム。

【こ】

こしょく

孤食（独りで食べる）・個食（複数いても、それぞれがばらばらに食べる）・固食（同じものばかり食べる）・小（少）食（過激なダイエット意識などでほんの少ししか食べない）など食べ方を示します。→参照：「いろいろな「こ食」があるのをご存じですか？」p 41

【し】

食育

さまざま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こと。（出典：内閣府「みんなの食育ガイド」）

食育基本法

食育を国民運動として推進するため、食育の基本理念と方向性を明らかにし、食育に関する施策を総合的かつ計画的に推進することを目的として、平成 17 年 6 月に成立し、同年 7 月 15 日から施行されている。（出典：内閣府「みんなの食育ガイド」）

食育推進基本計画

食育基本法に基づき平成 18 年 3 月に策定された。5 年間（平成 18 年度から 22 年度）の計画である。食育についての施策を総合的かつ計画的に推進し、食育を国民運動として展開するための基本的な方針、具体的な目標値、食育月間（毎年 6 月）、食育の日（毎月 19 日）などを盛り込んでいる。（出典：内閣府「みんなの食育ガイド」）

食生活改善推進員（愛称：ヘルスメイト）

「私達の健康は私達の手で」をスローガンに、地域における食を通じた健康づくりの推進活動をしている人。

【す】

すこやか検診

未来をになう子ども一人ひとりが健やかに暮らし、心豊かに成長できる「健康なこども市川市」の実現のために、市川市の小学校 5 年生の健康状態、食生活の実態を把握し、その現状と問題点を明らかにし、今後の健康づくり、生活習慣病対策を推進するための基礎資料とすることを目的に実施する検診。（学校教育部 保健体育課）

【せ】

生活習慣病

「食習慣、運動習慣、休養、喫煙、飲酒等の生活習慣が、その発症・進行に関与する疾病群」のこと。高脂血症、高血圧、糖尿病を含めた代表的な生活習慣病としては、肥満、痛風（高尿酸血症）、循環器疾患、肝臓疾患、がん、骨粗しょう症、歯周病等がある。生活習慣の積み重ねに加え、外部環境や遺伝的素因、加齢の要因が重なり合って起こる病気だが、生活習慣の改善によりさまざまな病気の発症や進行を予防することができる。

【そ】

咀嚼く（そしゃく）

口の中で食べものをよく噛み砕き、唾液を分泌させて食物とよく混ぜ合わせ、飲みこみやすい大きさ・かたさにし、嚥下（飲み込む）するまでの一連の動作。

【ち】

地域ブランド

ある製品について、その地域の事業者が協力して「地域名」と「産品名」を組み合わせた商標を登録して用いること。その地域にある商品やサービスなどが、地域外の消費者からの評価を高めて、地域全体のイメージ向上と地域活性化に結び付くとされる。JAいちかわでは、250年前から栽培が始まったとされる梨を「市川のなし」、「市川の梨」の2商標とし、平成19年8月に特許庁の地域団体商標制度に登録された。

地産地消

その地域で生産された農林水産物（食用に供されるものに限る。）を、その生産された地域内において消費する取り組みのこと。流通コストが削減されるだけでなく、消費者と生産者の交流が図られることで、食育の推進につながる。

【て】

適正体重

「身長（m）×身長（m）×22」で算出される標準体重のこと。丈夫で長生きできる理想の体重とされている。

【と】

特定保健用食品

保健機能食品の一つ。保健に役立つある種の効能が認められるとして厚生労働省がその表示を許可した食品。含有成分や摂取方法・量などの表示が義務づけられている。

トレーサビリティ (traceability)

トレーサビリティとは、「生産、処理、加工、流通、販売のフードチェーンの各段階で食品とその情報を追求し、遡及できること」と定義されており、識別番号の付加等によりロットを特定した上で、生産から加工・流通・販売の各段階でそれぞれの情報を付加しながら食品とともに消費者に届け、情報の追跡・遡及が出来るシステムをいいます。食品（野菜や肉など）の生産・加工・流通経路の履歴がどのようにされたかを証明できる仕組み。

【に】

日本型食生活

主食である米を中心とし、野菜、魚、肉、大豆等多様な副食から構成され、栄養バランスに優れ健康的で豊かな日本独自の食生活のことを言う。

【は】

パートナーシティ

パートナーシティとは、市民や市民団体を主体とする交流を基本として、姉妹都市や友好都市のようなあらゆる分野の交流ではなく、特定分野に限定した交流を推進する都市締結を言う。

「早寝・早起き・朝ごはん」

夜更かし朝寝坊からおこる睡眠時間の減少は、生活習慣病の関連の危険が高まり、免疫力が衰え、気持ちも不安定になるという乱れにつながる。予防には、まず、朝きちんと起きて光を浴びて、朝ごはんをしっかり食べ、昼間はたっぷり身体を動かし、早寝をし生体リズムを整えることが、身体にも心にも大切な生活習慣であるということを言う。

（引用：神山潤『子どもの睡眠』）

【へ】

ヘルシースクール

子どもたちが健康について自分で考え行動することを目標に、各市立幼稚園・小・中・特別支援学校で健康に関する取り組みを行うもので、健康都市推進のためのモデルプロジェクト。

ヘルスメイト

→参照：食生活改善推進員

【ほ】

保育所における食育に関する指針

子どもの栄養改善と食を通じた心の健全育成のために、保育所における食育の内容、配慮事項、食育の計画作成・評価方法等、保育所における食育のあり方に関する検討内容が「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～」報告書としてとりまとめられた（平成 15 年度児童環境づくり等総合調査研究事業）。平成 16 年 3 月に厚生労働省より公表。

【め】

メタボリックシンドローム (Metabolic Syndrome)

内臓脂肪症候群。内臓に脂肪が蓄積した肥満（内臓脂肪型肥満）により、肥満症や高血圧、高脂血症、糖尿病等の生活習慣病が引き起こされやすくなった状態のこと。

【ゆ】

ユネスコ無形文化遺産

ユネスコ : 諸国民の教育、科学、文化の協力と交流を通じて、国際平和と人類の福祉の促進を目的とした国際連合の専門機関

無形文化遺産 : 芸能や伝統工芸技術などの形のない文化であって、土地の歴史や生活風習などと密接に関わっているもののこと。

【ら】

ライフスタイル

生活様式のこと、衣食住などの日常の暮らしから、娯楽、職業、居住地の選択、社会の関わり方まで含む広い意味での生き方をあらわします。

ライフステージ

人間の一生を乳児期、幼児期、学童期、青年期、壮年期、高齢期などと分けた各段階です。



第3次市川市食育推進計画



平成30年（2018年）3月

編集・発行 市川市 保健部 保健センター健康支援課

〒272-0023 千葉県市川市南八幡4丁目18番8号

電話：047-377-4511 FAX：047-316-1568

市川市ホームページ：[いちかわの食育](#) [検索](#)



本書に掲載している写真・図版等の無断転載はお断りします。
詳しくは保健センター健康支援課までお問い合わせください。