

和光市食育推進計画(案)

～ 食が育む元気なところとからだ ～



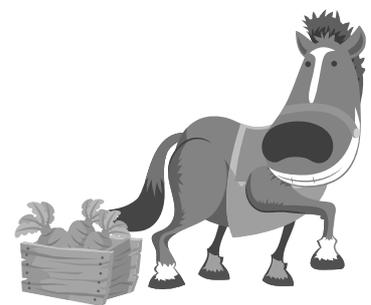
平成 22 年 3 月

和光市



目次

第1章	計画策定の背景と基本的事項.....	1
1	計画策定の背景.....	2
2	計画の基本的事項.....	5
第2章	食育をめぐる現状と課題.....	9
1	本市の食や健康をめぐる現状.....	10
2	今後の課題.....	24
第3章	食育を通じて目指す姿.....	25
1	将来像.....	26
2	基本目標.....	26
3	計画の数値目標.....	28
第4章	施策と事業.....	31
1	施策体系.....	32
2	施策の内容.....	34
第5章	計画の推進と評価.....	55
1	進行管理.....	56
2	計画の評価・見直し.....	56
3	計画の取組指標.....	57



第1章

計画策定の背景と基本的事項



1 計画策定の背景

(1) 食育とは

食育基本法の前文では、「食育を、生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきものと位置付けるとともに、様々な経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てる食育を推進することが求められている。」としています。

また、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、行われること等が求められています。

(2) 食育に関する国・県の取組

① 食育基本法（平成 17 年 7 月施行）

この法では、食育に関し、基本理念を定め、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指しています。

食育基本法の概要

1 目的

国民が健全な心身を培い、豊かな人間性を育む食育を推進するため、施策を総合的かつ計画的に推進すること等を目的とする。

2 関係者の責務

- (1) 食育の推進について、国、地方公共団体、教育関係者、農林漁業関係者、食品関連事業者、国民等の責務を定める。
- (2) 政府は、毎年、食育の推進に関して講じた施策に関し、国会に報告書を提出する。

3 食育推進基本計画の作成

- (1) 食育推進会議は、以下の事項について食育推進基本計画を作成する。
 - ① 食育の推進に関する施策についての基本的な方針
 - ② 食育の推進の目標に関する事項
 - ③ 国民等が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
 - ④ その他必要な事項
- (2) 都道府県は都道府県食育推進計画、市町村は市町村食育推進計画を作成するよう努める。

4 基本的施策

- ① 家庭における食育の推進
- ② 学校、保育所等における食育の推進
- ③ 地域における食生活の改善のための取組の推進
- ④ 食育推進運動の展開
- ⑤ 生産者と消費者との交流の促進、環境と調和のとれた農林漁業の活性化等
- ⑥ 食文化の継承のための活動への支援等
- ⑦ 食品の安全性、栄養その他の食生活に関する調査、研究、情報の提供及び国際交流の推進

5 食育推進会議

- (1) 内閣府に食育推進会議を置き、会長（内閣総理大臣）及び委員（食育担当大臣、関係大臣、有識者）25 名以内で組織する。
- (2) 都道府県に都道府県食育推進会議、市町村に市町村食育推進会議を置くことができる。





② 食育推進基本計画（平成 18 年 3 月策定）

食育基本法に基づき、平成 18 年度から 22 年度までの 5 年間を対象とし、基本計画が策定されています。この計画では、下記のように、食育を推進する施策の基本的な方針、9 つの目標値のほか、促進に関する事項として取り組むべき施策等を示しています。

食育推進基本計画の概要

第 1 食育の推進に関する施策についての基本的な方針

- 1 国民の心身の健康の増進と豊かな人間形成
- 2 食に関する感謝の念と理解
- 3 食育推進運動の展開
- 4 子どもの食育における保護者、教育関係者等の役割
- 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、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
- 7 食品の安全性の確保等における食育の役割

第 2 食育の推進の目標に関する事項

- 1 食育に関心を持っている国民の割合
- 2 朝食を欠食する国民の割合
- 3 学校給食における地場産物を使用する割合
- 4 「食事バランスガイド」等を参考に食生活を送っている国民の割合
- 5 内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)を認知している国民の割合
- 6 食育の推進に関わるボランティアの数
- 7 教育ファームの取組がなされている市町村の割合
- 8 食品の安全性に関する基礎的な知識を持っている国民の割合
- 9 推進計画を作成・実施している自治体の割合

第 3 食育の総合的な促進に関する事項

- 1 家庭における食育の推進
- 2 学校、保育所等における食育の推進
- 3 地域における食生活の改善のための取組の推進
- 4 食育推進運動の展開(食育月間(毎年 6 月)、食育の日(毎月 19 日))
- 5 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
- 6 食文化の継承のための活動への支援等
- 7 食品の安全性、栄養その他の食生活に関する調査、研究、情報の提供及び国際交流の推進

第 4 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

- 都道府県等による推進計画の策定促進、基本計画の見直し等





③ 埼玉県食育推進計画（平成 20 年 2 月策定）

埼玉県では、人口が 700 万人にも及び、農業が盛んであるといった、県の特徴や地域資源を活かし、講座や学校ファーム等の「体験」を通じ、体・心・知識を養うことにつながる取組を実施しています。

埼玉県食育推進計画の概要

1 基本理念

食を通じた県民の心身の健康増進と、豊かな人間形成を目指すとともに、食への感謝の念と理解を深める。

2 主な目標

- (1) 食育に関心を持っている割合の増加
- (2) 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の増加

3 推進の基本的な考え及び取組（例）

- (1) 「健全なからだを育む」食生活の改善、生活リズムの形成
取組（例）メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）を認知してもらえるよう健康教室、健康講座等を開催する。
- (2) 「豊かな心を培う」食を通じたコミュニケーション、生産者・自然への感謝
取組（例）食育ボランティア等の資質向上及び活動を支援する。
- (3) 「正しい知識を養う」食に関する基本的事項、食品の安全性
取組（例）食の安全・安心に関するパンフレットを作成し、食の安全・安心に関する普及啓発を図る。

（3）「健康わこう21計画」

平成 20 年 3 月に策定した「健康わこう21計画」では、各ライフステージ別に、「健康生活」「食生活」「身体活動・運動」「休養・こころの健康」「歯の健康」「たばこ」「アルコール」という7つの領域について具体的な取組を示しています。

この中で、「市として緊急性の高いものについては、特に力を入れて優先的に取り組む必要」があるとして、「30代を対象とした生活習慣病対策の徹底」と「食育の推進」の2点を重点事項として掲げています。

既に本市では、こうした国の動きを先取りした形で、これまでも各保育園や小・中学校において、子どもたちが自ら栽培・収穫した野菜を給食の食材として利用したり、実際に調理体験をしたり機会を設けているほか、公民館における食育講座として伝統食品である味噌作り教室を開催するなど、食育に関する様々な取組が行われてきました。

更に、食生活の乱れが生じている現状を踏まえ、偏った食生活の改善につながるよう、小さな子どもから大人まで、家族ぐるみで食について学習する機会を持つことが重要です。

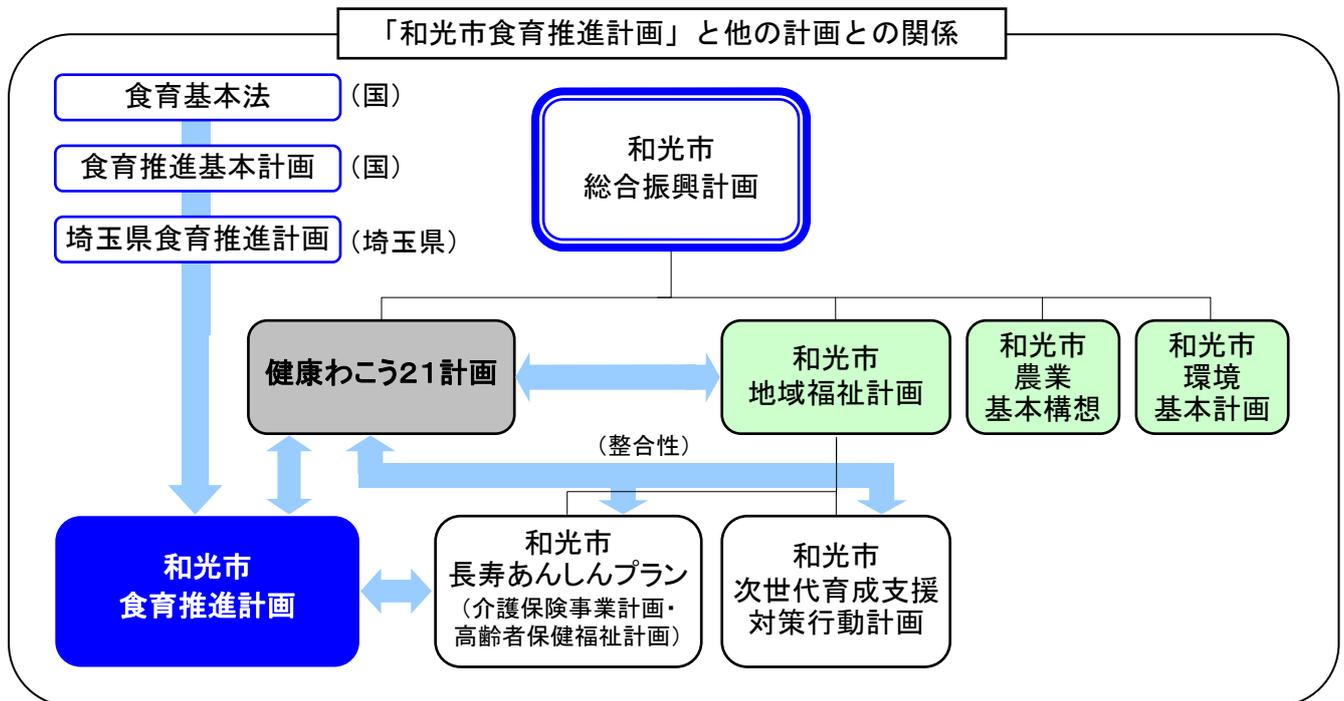




2 計画の基本的事項

(1) 計画の位置づけ

和光市食育推進計画は、食育基本法（平成 17 年 7 月施行）及び食育推進基本計画（平成 18 年 3 月食育推進会議決定）に基づく市町村の食育推進計画として、「埼玉県食育推進計画」（平成 20 年 2 月策定）や市の総合的計画である「和光市総合振興計画」の趣旨に沿うとともに、「健康わこう 21 計画」（平成 20 年 3 月）に基づく食育についての「行動計画」として、各分野別計画との調整を図り、策定しました。



(2) 計画の期間

和光市食育推進計画の計画期間は、平成 22 年 4 月から平成 27 年 3 月までの 5 年間とします。平成 26 年度に計画の見直しを実施します。

(3) 計画で重視すること

① 地域特性を活かしながら、地域ぐるみで食育を推進することを目指す計画とする。

健康支援課と庁内各課、地域の団体が、地域特性を活かし、相互連携を図れるような地域ぐるみの食育の推進を目指す計画としています。

② 生活習慣病対策を重視した計画とする。

栄養の偏りや不規則な食事等、肥満や生活習慣病の原因となるような食生活の改善を重視した計画としています。





(4) 計画の推進

① 市民をはじめ関係団体、事業者、関連する所管部署が連携し、計画を推進します。

本計画は、和光市の地域特性や食育に関連する現状を踏まえ、食育を推進するものです。そのため、市は、市民をはじめ関係団体、事業者、所管部署等に本計画を広く周知し、食育に対する理解と協力を求めています。

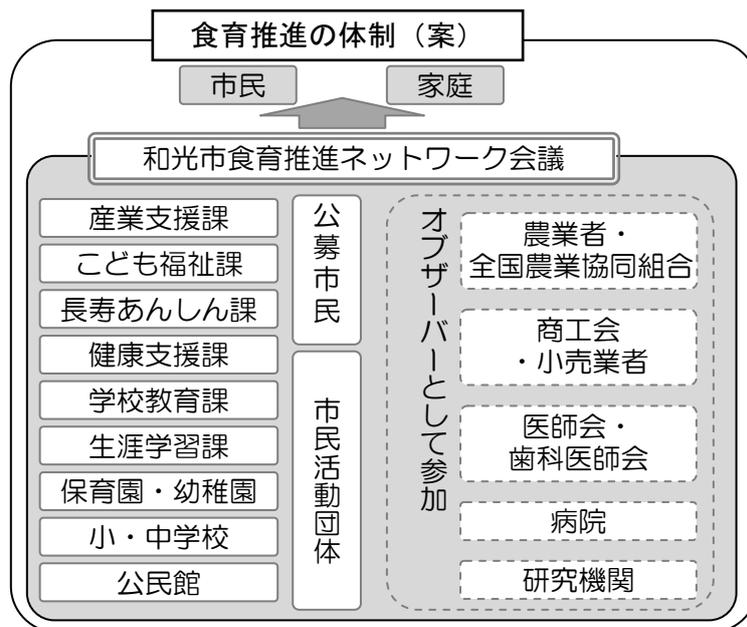
特に食育との関連が深い、健康づくり、産業振興、教育といった分野を所管する各部署との連携があって初めて実現できる施策も含んでおり、互いに施策・事業の実施を進めるとともに、情報の共有を図り、計画の実行性を高めています。

② 「和光市食育推進ネットワーク会議」を立ち上げます。

市民、関係団体、事業者、行政の関連部署の実務者を主体とする「和光市食育推進ネットワーク会議」を設置します。これまで、各主体が個々に行っていた食育の取組を、一体となって協力、連携して行うことにより、地域に広く食育を浸透していくことを目指します。

③ 「和光市食育推進ネットワーク会議」により計画の進行管理を行います。

「和光市食育推進ネットワーク会議」を、毎年度、開催し、進行管理の状況を報告するとともに、各主体の活動の状況などの情報について共有を図り、事業計画の見直しを行います。また、見直しの内容などを踏まえてオブザーバーを招くなど、必要に応じ「和光市食育推進ネットワーク会議」を開催します。





(5) 計画の策定経緯

本計画の策定は、策定経緯そのものが食育の推進につながるよう、市民参加による計画づくりを進めました。

基礎調査として、市民意識調査や各種活動団体等対象のワークショップを実施し、その結果から、市民や活動団体等の意識やニーズ、課題等を把握しました。

また、学識経験者や専門家、各種活動団体等、公募市民を含む「和光市食育推進計画策定委員会」を開催し、様々な立場の意見に耳を傾けながら計画づくりを進めました。

行政内部では、関係各課が参加する「和光市食育推進計画庁内調整会議」による議論を行っており、策定後の推進についても各課が連携して進めていきます。

市民意識調査

- 配布数 1,500 通（住民基本台帳より無作為抽出）
- メール便による配布、郵送回収（無記名）
- 回収数 539 通
- 回収率（回収数 ÷ 配布数）35.9%

和光市食育推進計画庁内調整会議

≪開催数≫3 回
（及び各課ヒアリング 1 回）

≪メンバー≫

- 保健福祉部長
- 産業支援課長
- こども福祉課長
- 長寿あんしん課長
- 健康支援課長
- 学校教育課長
- 生涯学習課長

活動団体等対象のワークショップ

- 平成21年10月16日（金）
午前10時～12時
- 和光市総合福祉会館（ゆめあい和光）3階 共同利用室
- 検討内容
 - ①食や食育に関する取組・活動の【現状】
 - ②取組・活動を進める上での【課題】
 - ③取組・活動を通じて【目指すもの】
 - ④目指すものを実現するための【取組方法】

和光市食育推進計画策定委員会

≪開催数≫3 回

≪メンバー≫

- 学識経験者
 - ・ 朝霞地区医師会
 - ・ 朝霞地区歯科医師会
 - ・ 国立保健医療科学院介護予防保険事業推進評価室
- 地域団体
 - ・ 和光市食生活改善推進員協議会
 - ・ 特定非営利活動法人ぼけっとステーション
 - ・ 食文化研究会
 - ・ 特定非営利活動法人わこう子育てネットワーク
 - ・ 和光市農業後継者倶楽部
- 公募市民（2名）



第2章

食育をめぐる現状と課題



1 本市の食や健康をめぐる現状

(1) 和光市の地域特性

利便性が高い住宅都市であり、著しい人口流入と比較的若い世代が多いことが特徴です。

和光市は、都心への交通条件に恵まれた利便性が高く、緑豊かな住宅都市です。

和光市の人口増加率は、昭和 63 年から平成 20 年までに 39%、特に平成 7 年から平成 17 年までの 10 年間で 21%増加しています。この値は、埼玉県内の市町村で 1 位、全国でもトップ 10 に入ります。このように、著しい人口流入が特徴です。

人口構成の特徴は、20 代から 40 代までの世代が中心であること、全国平均に比べ児童数の割合が高いことです。また、世帯数は増加していますが、世帯当たりの人数は減っており、核家族や単身世帯が増加しています。

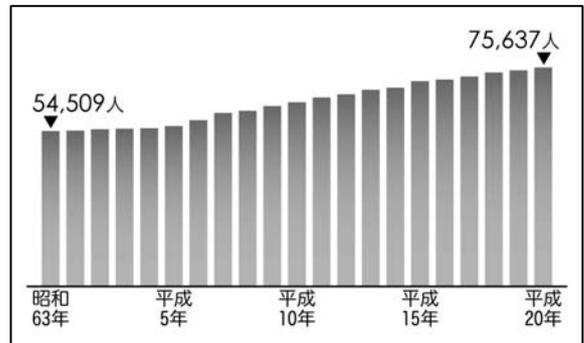
このように著しい人口流入と比較的若い世代の多い人口構成から、地域とのつながりが希薄で、地域の情報を得られる機会が少ない市民が多いと言えます。

市域の北部では宅地の間に農地が広がり、南部では研究施設や商業施設が立地します。

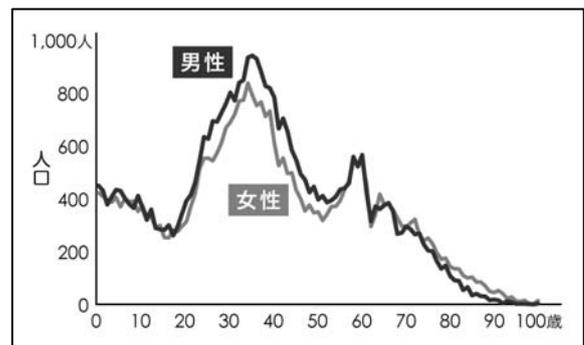
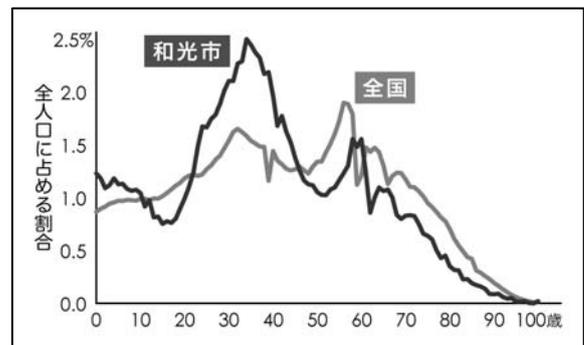
和光市は和光市駅の北部と南部とで大きくまちの雰囲気は異なります。

南部は、江戸時代から川越街道などを中心に商業地として人の行き来が多い地域でした。現在も宅地化が進むとともに、ホンダ技術研究所、独立行政法人国立病院機構埼玉病院、司法研修所など民間や国の研究・研修施設が立地しています。更に近年、和光市駅南口周辺の区画整理が完了したことに伴い、駅を中心に、商業施設や飲食店などが立地し、これまで都内で買い物や食事に行っていた市民が徐々に駅周辺で買い物をするようになってきています。

一方北部は、昔から田畑として利用されてきた地域です。現在、一戸建てを中心に宅地化が進



●和光市の人口推移
出典：統計わこう（平成 20 年度）



●和光市の人口年齢分布図
上図／和光市と全国の人口分布
下図／和光市の男性・女性の人口分布
出典：統計わこう（平成 19 年度）・
国勢調査（平成 17 年）



んでいますが、宅地の間に畑が存在し、またアグリパーク農業体験センター、アグリパーク市民農園が立地するなど、市民が農業に接する機会に恵まれています。東京区部とは異なる、ゆったりとした雰囲気が残る地域です。

このように、研究・商業施設の多い南部と生産の場が残る北部、南北で異なる地域特性を活用し、地域内での食に関する交流につなげていくことが重要です。



●アグリパーク農業体験センター

「水と農」に関わりをもつ地域です。

和光市は古い時代から「水と農」に強い関わりがあり、弥生時代に既に稲作が行われていました。また、特に白子地域では良質の水が各所に豊富に湧きだし、江戸時代から水の豊富な白子宿として栄え、昭和の初めまでその面影を残していたと伝えられています。

明治時代には湧き水を利用した養漁場が熊野神社の境内に作られたこともありました。湧水は精米、製粉を行うために白子川の水とともに水車に利用されたり、製紙工場の工場用水として利用されたりしました。

湧き水と食を通した人と人との交流や生活様式が息づいており、かつてに比べ湧水は減少していますが、現在も湧水の利用がみられます。

このような地域の食に関連する歴史や文化を、後世にも伝えながら、現在の暮らしを豊かにすることにつなげていくことが重要です。



●熊野神社の湧き水

昔から「にんじん」が生産されてきました。

和光市を含む埼玉県南部は県内有数のにんじんの生産地です。にんじんの生産が盛んな理由は、和光市周辺には、根菜類に適した土壌構造をもつ関東ローム層が広がっていること、また、栽培に手間がかかりにくく兼業農家でも育てやすい、といった点が挙げられます。

和光市駅前もかつてはにんじん畑が広がっていました。現在は、にんじんの生産額を、ほうれんそう、キャベツがともに上回っていますが、市内の菓子店では、にんじんを使ったサブレやマドレーヌを販売するところもあるなど、地域で親しまれている食材です。





(2) 和光市の食生活や健康の現状

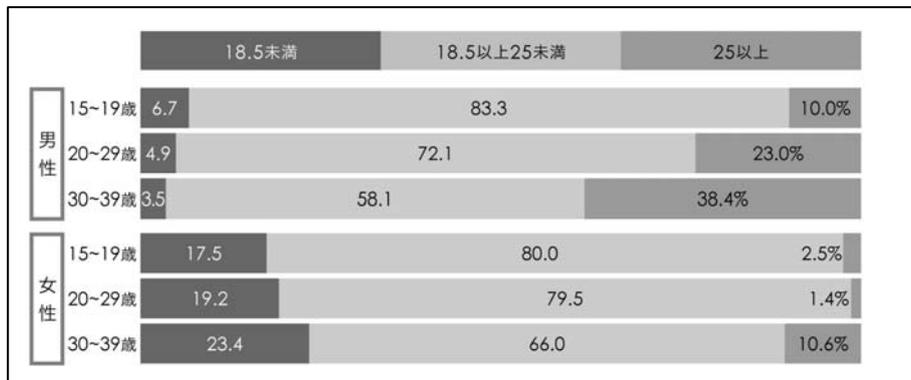
「成人の肥満」と「女性若年層の痩せ」の傾向があります。

「健康わこう21計画」によれば、成人の場合、和光市市民の肥満割合は全般的に全国平均と比べると低くなっています。ただし、30代の男性、60代の女性で肥満の割合が高くなっています。

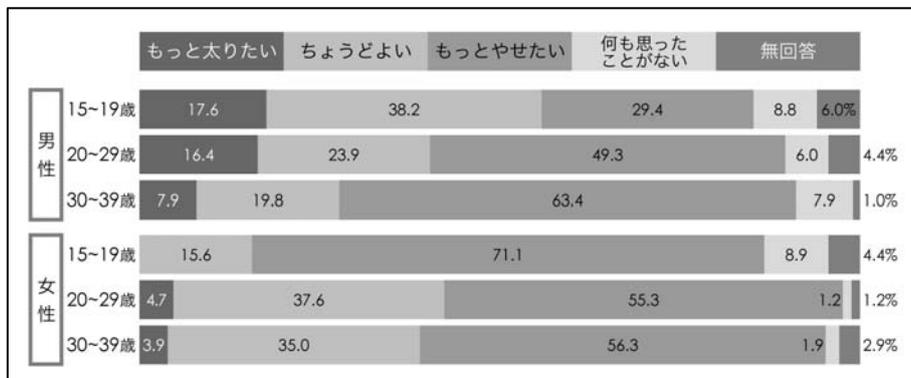
肥満をはじめとする生活習慣病については、40歳以上を対象に「特定健康診査・特定保健指導」が導入され、発症や重症化を防ぐ取組が始まっていますが、40歳未満のうちから、予防を意識して生活することが重要です。

一方、埼玉県民栄養調査(平成19年度)によれば、男性に比べ女性は痩せ(BMI 18.5未満)の割合が多く、2割前後となっています。特に10代では、80.0%が標準(BMI 18.5以上25未満)であるにもかかわらず、71.1%が「もっとやせたい」と考えており、痩せたい願望が顕著です。痩せたい願望が高じて、拒食更には過食といった誤った食行動が増えているとも言われています。また、過度の痩せは、将来のお産などに多大な影響を及ぼすことが懸念されています。

20代から40代までが占める割合が高いことが本市の特徴であり、食育を通じて日頃の習慣を見直すことにより、過度の痩せや肥満の予防を促すことが重要です。



●身体状況 (BMI) 出典：埼玉県民栄養調査(平成19年度)



●自分の体重に対する意識 出典：埼玉県民栄養調査(平成19年度)

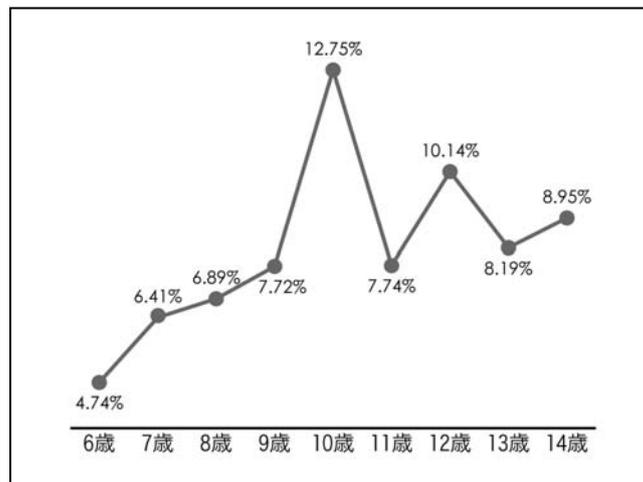


子どもの生活習慣病の増加が問題になっています。

近年、食生活の乱れに伴い、子どもの生活習慣病の増加が問題視されています。実際、子どもの肥満児は増えており、中には既に肥満に起因する生活習慣病（内臓肥満や動脈硬化）を発症、又はその危険性が高い児童も少なくありません。また将来発病する確率も、子どもの頃「非肥満児」に比べ高い値を示しています。

学校保健統計調査結果報告（埼玉県）（平成20年度）によれば、肥満傾向児は6歳で約5%、13歳で約8%と、年齢が上がるにつれ割合が高くなる傾向にあります。国の調査でも、かつてに比べ肥満傾向児の割合は高くなっており、その原因として、朝食の欠食や孤食、睡眠時間の不足などが挙げられています。

子どもの頃から適切な食生活習慣を身につけるとともに、子どもだけでなく保護者に対してもその重要性を周知する必要があります。



●肥満傾向児の割合（男女計）

出典：学校保健統計調査結果報告（埼玉県）
（平成20年度）



(3) 和光市の食生活の現状

市民の多くが「食品の安全性」「自分・家族の健康」の悩み・不安を抱えています。

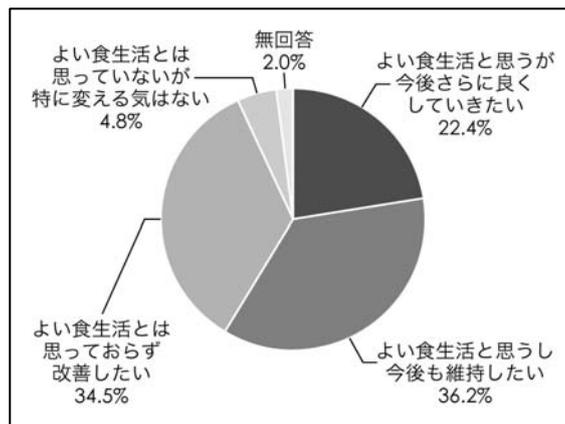
和光市市民を対象に行ったアンケートによれば、現在の食生活について、約6割の市民が「よい食生活」を送っていると回答しています。

その一方で、市民の多くが、普段の食生活の中で「食品の安全性」、「自分・家族の健康」について悩みや不安を感じていることが明らかになりました。

特に「食品の安全性」については、近年の食品偽造や消費・賞味期限の問題など食品の安全性に関する問題の発生と報道が影響し、市民が高い関心を持っていることが分かります。

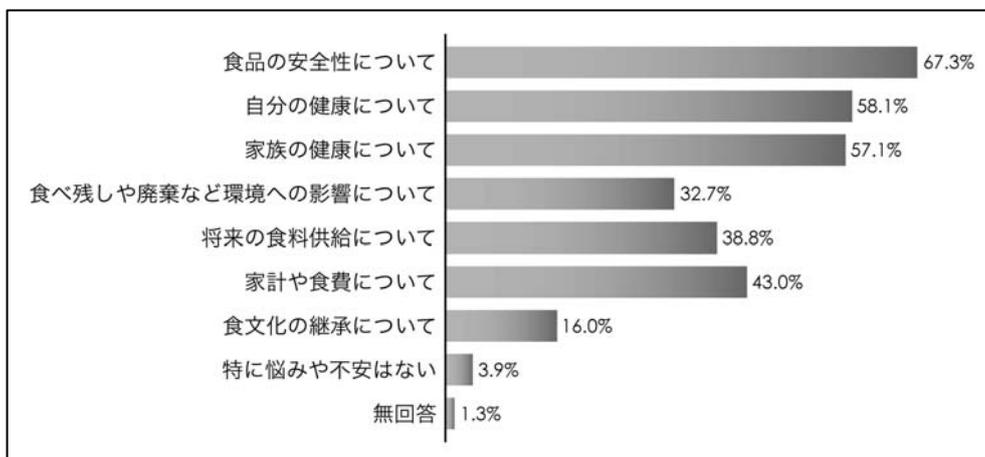
また「自分・家族の健康」についても同様に、子どもの肥満やメタボリックシンドロームなどが、マスメディアから頻繁に情報提供されていることで高い関心につながっていると考えられます。

その他にも、不景気の世情を反映して「家計や消費」、また一昨年一時的に国内自給率が4割を下回ったことで「将来の食糧供給」についてそれぞれ関心が比較的高くなっています。



●よい食生活を送れているか (n=539)

出典：和光市食育推進計画策定に係るアンケート結果（平成21年度）



●日頃の食生活の中での悩みや不安 (n=539)

出典：和光市食育推進計画策定に係るアンケート結果（平成21年度）

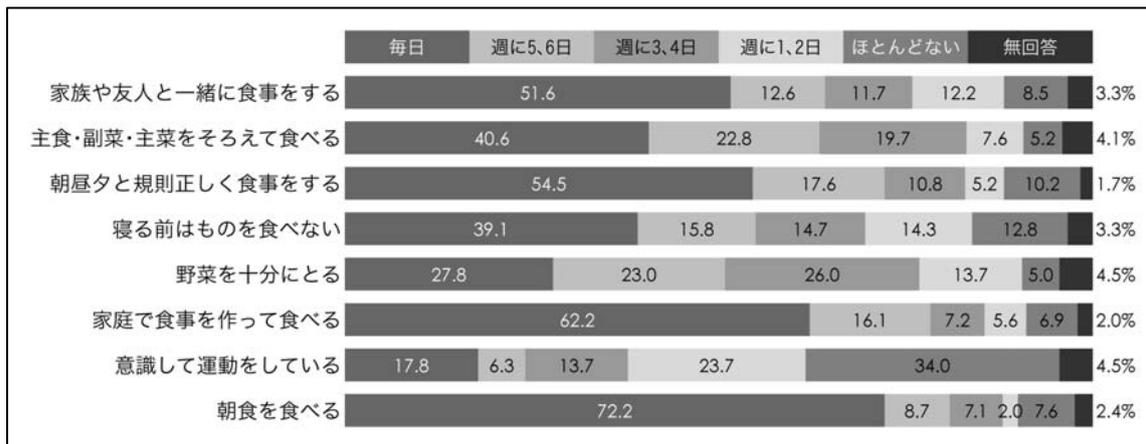


朝昼夕の食事は規則正しくとっている市民が多いものの、寝る前の食事や間食といった食生活の乱れもみられます。

7割以上の市民が週に5、6日以上、「朝昼夕を規則正しく食事をする」と回答しています。

また、市民の約4割が毎日の心がけとして「寝る前はものを食べない」ようにしています。その一方で、「ほとんど行っていない」と回答した市民が12.8%と、他の項目に比べ多くなっています。このほか、「間食をとらないようにしている」割合は3割に満たない状況です。

アンケート結果から、朝昼夕の食事は規則正しくとっているものの、寝る前の食事や間食といった、食生活の乱れがみられます。



●現在行っている食生活の習慣 (n=539)

出典：和光市食育推進計画策定に係るアンケート結果（平成21年度）

若い世代で朝食の「欠食」が目立ちます。

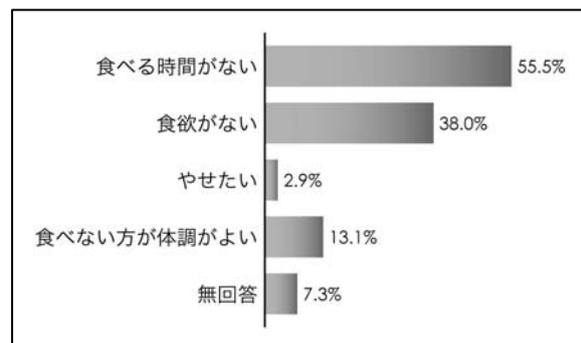
朝食の欠食など、食生活の乱れが近年目立つようになってきていると言われています。

和光市のアンケート結果から、20代の約2割が、ほとんど朝食をとらないと回答しました。一方、その他の世代では7割以上が毎日朝食をとっており、ほとんどとらない割合は7.6%にとどまっています。

朝食を毎日食べない理由として、半数以上が「食べる時間がない」、4割が「食欲がない」ことを挙げています。

世代別にみると、20代では75%以上が「食べる時間がない」ことを挙げ、その他の世代では、「時間がない」と「食欲がない」が同程度となっています。

朝食をとることの重要性を伝えるとともに、短時間でとれる朝食メニューの紹介や、起きたときに食欲を感じるよう「寝る前にはものを食べない」生活リズムへの見直しを働きかけることが重要です。



出典：和光市食育推進計画策定に係るアンケート結果（平成21年度）



食を通じたコミュニケーションである、「誰かと食事をする」機会が減っています。

近年、独りだけで食事をする「孤食」や別々の料理を食べる「個食」といった単語が、食育の考え方の広がりとともに、シンポジウムなどで取り上げられるケースは増加しています。生活時間の多様化、核家族化などの理由から家族や友人と食卓を囲む時間が少なくなっています。

和光市のアンケートでも、「夫婦のみ」、「二世帯家族」、「三世帯家族」の家庭の中で、約 4 割が「誰かと食事をする」機会が週の半分以下に限られるという結果が出ています。つまり単身世帯であるかに関係なく、和光市でも「孤食」「個食」の傾向がみられます。

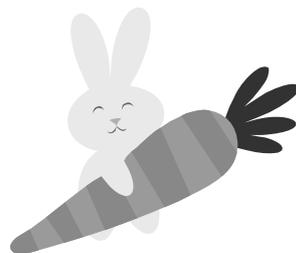
食生活・栄養のバランスについては、野菜の摂取が課題です。

「主食・副菜・主菜をそろえて食べる」について、約 6 割の市民が意識的に行っています。特に、「夫婦」、「二世帯家族」、「三世帯家族」で約 7 割が意識的に取り入れています。

「野菜を十分にとる」ことを毎日欠かさず意識的に行っている市民は 25%程度と少なくなっています。しかし、全体の 75%以上の市民が、週の半分以上この点を意識的に行っていると回答しています。年代別の傾向として、若い世代で野菜をとることに消極的であることが分かりました。

「家庭で食事を作っている」ことについては、世代間に関係なく 8 割の市民が実行しています。単身世帯でも約 5 割がほぼ毎日食事を作っています。ただし、「まったく調理しない」と回答した単身世帯が 25%存在します。この原因として、単純に「調理ができない」ことも考えられますが、「ひとり分の食事を作るのが面倒臭い」という理由も大きいと考えられます。

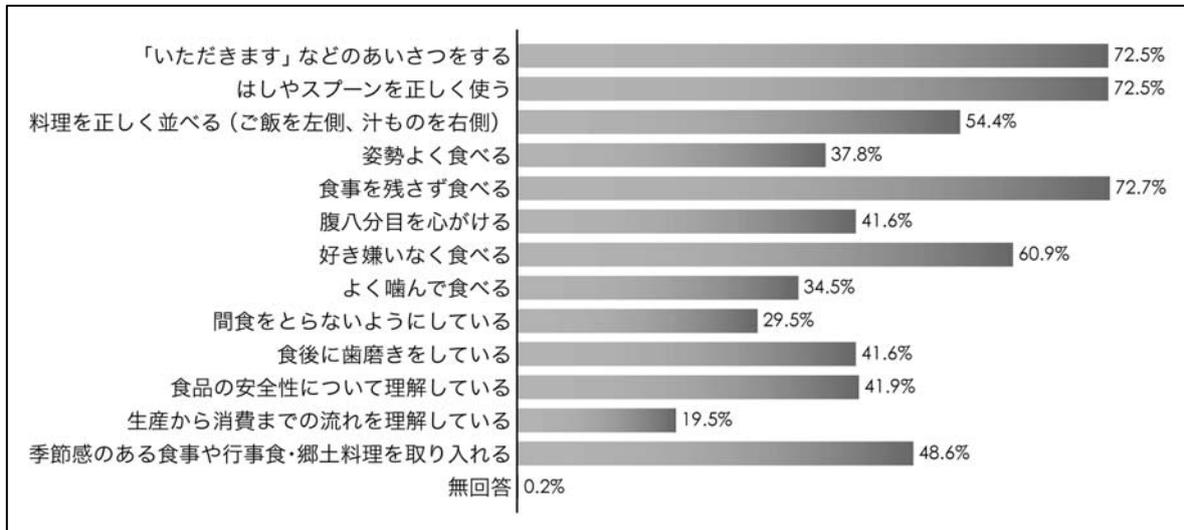
野菜の摂取について、若い世代、特に外食や中食（惣菜・弁当などを買って帰り、家でする食事）を活用する割合が高い単身世帯に対し、働きかけが必要です。





食事のマナー等を多くの市民が守っています。

食事の際に実行しているマナーや習慣として、「いただきますなどの挨拶をする」、「はしやスプーンなどを正しく使う」、「食事を残さず食べる」ことを回答した人は、全体の7割を超えており、市民の中で一般的な習慣として身につけていることがうかがえます。また「好き嫌いなく食べる」ことは6割を超えており、前期の項目同様意識づけられているものと推測できます。



- 現在行っている食事の際のマナーや習慣 (n=539)
出典：和光市食育推進計画策定に係るアンケート結果（平成21年度）

「意識的に運動」を取り入れていない市民が、3割以上を占めます。

「意識的に運動している」市民は少なく、「ほとんど行っていない」と回答した割合が全体の34.0%を占めています。特に若い世代で運動をしていない傾向が強くみられました。その一方で、定年を迎えた60代以上の世代では約3割が毎日運動をしており、意識の高さがうかがえます。

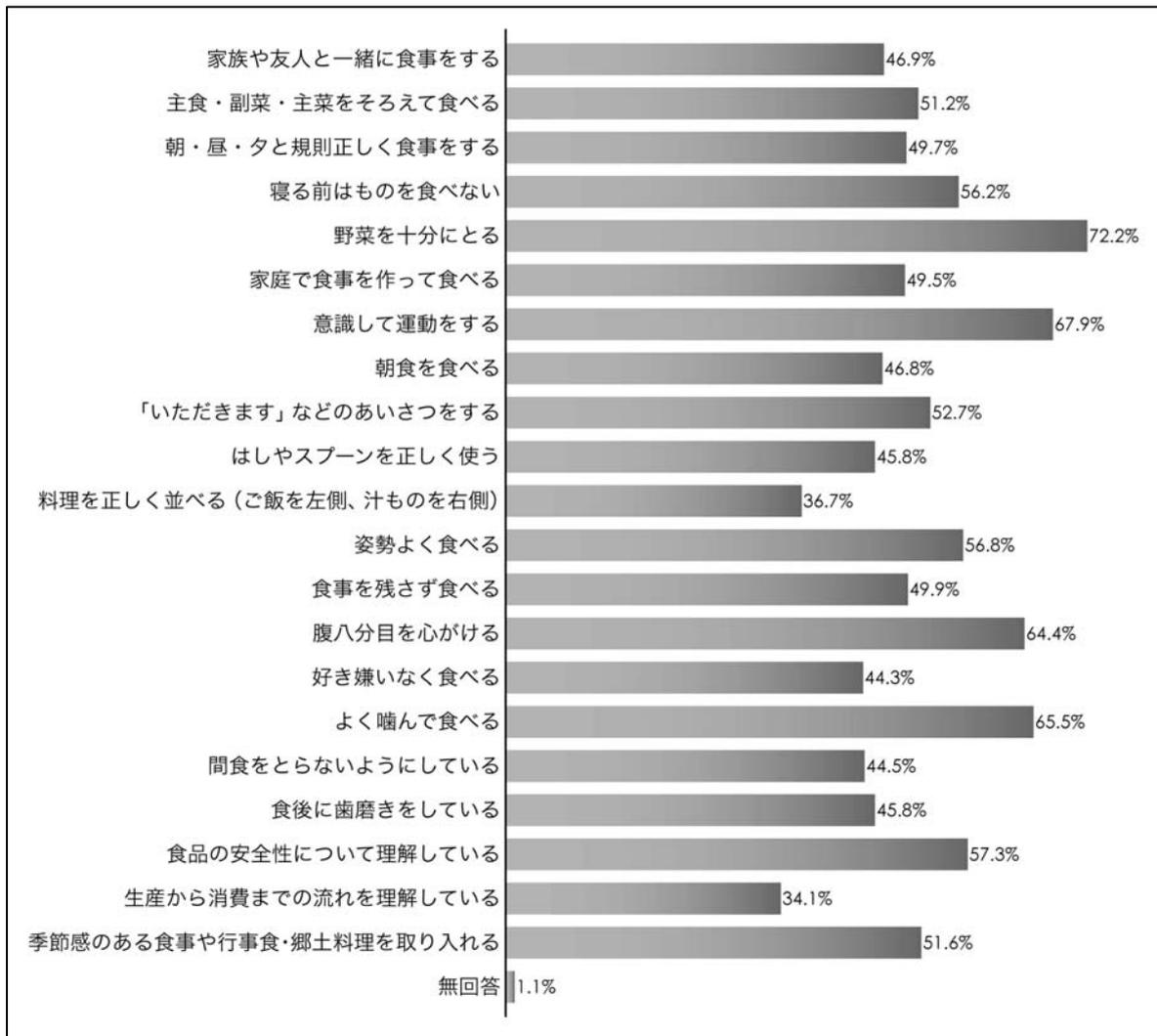




今後取り組みたいこととして、生活習慣病等の予防につながる行動に関心が高くなっています。

市民が、今後食生活の中で取り組みたいと思っていることをみると、「野菜を十分にとる」(72%)、「意識して運動をする」(68%)、「よく噛んで食べる」(66%)、「腹八分目を心がける」(64%)といった、生活習慣病等の予防につながる行動に関心が高くなっています。

毎日の生活の中の心がけが、食育実践を進めるために重要であると考えられます。



●今後取り組みたいと思うこと (n=539)

出典：和光市食育推進計画策定に係るアンケート結果(平成21年度)



(4) 和光市の農の現状

宅地化が進むものの、農地が市域の約 12%を占めています。

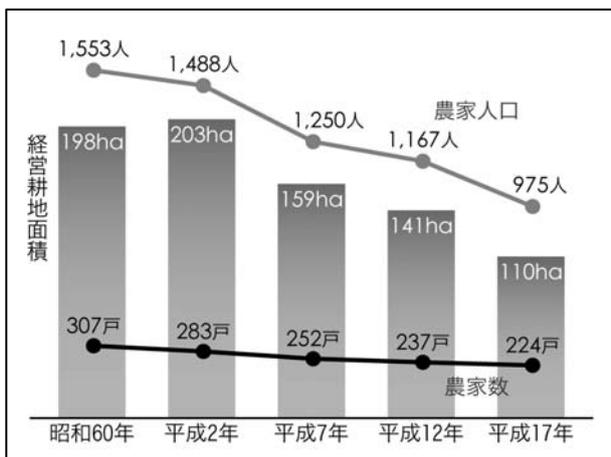
和光市では宅地化が進んでいます。総面積のうち、約 45%が宅地として利用されている一方、約 12%が農地として利用されており（平成 21 年 1 月 1 日現在）、隣接する周辺市区の中でも高い割合です。農地はその大半が市内北部に広がっています。

農地は、食の生産現場を身近で学ぶ貴重な場です。

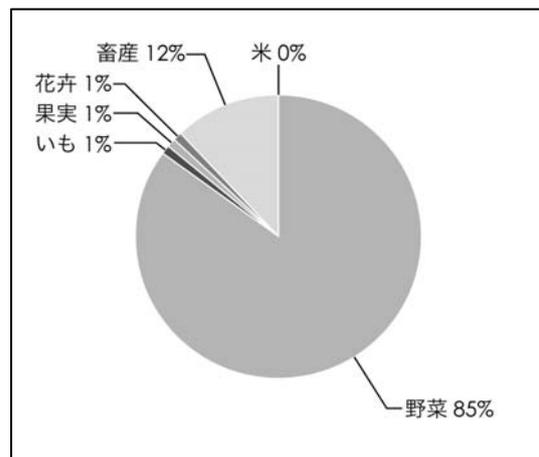
農地は、安全で新鮮な農作物を市民の食卓に届けるだけではなく、景観の維持・保全やヒートアイランド現象の緩和に役立っています。更に農地は市民が農業に親しんでもらう場、季節感を肌で感じることもできる場、更に食について生産の現場を通して学ぶ場として、市民にとって身近な存在である必要があります。

野菜栽培を行う都市近郊農業が主ですが、農地面積、農家数・人口は減少しています。

和光市は、大消費地の東京向けの野菜栽培を行う都市近郊農業の農家が大半です。農家人口及び農家数は減少の傾向にあり、特に農家人口は昭和 60 年の 1,553 人から平成 17 年には 975 人に減少しています。



●農家数・農家人口・経営耕地面積
出典：農業センサス



●農業産出額
出典：埼玉農林水産統計年報（平成18年度）



庭先販売を行う農家が増え、消費者に様々な農産物を提供しています。

現在、和光市内では、農家が自宅の庭先等で農産物を販売する「庭先販売」が増えており、21か所あります。このほか和光農産物直売センターもあります。和光市のホームページでは「庭先販売マップ」を公表し、情報提供を行っています。



●庭先販売の例



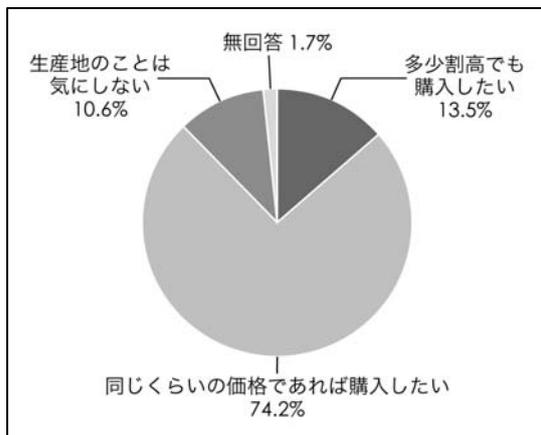
●和光農産物直売センター



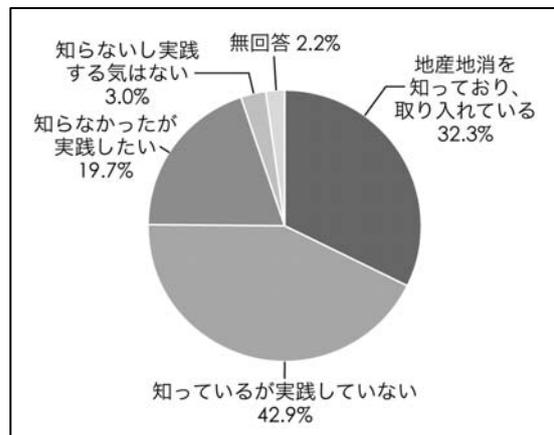
市民の地産地消への関心は高く、身近な販売場所と分かりやすい情報提供が求められています。

和光市市民に対して実施した食育についての意識調査では、下図に示すように和光市の約9割の市民が、和光市産の農産物購入に関心を示していますが、実際に購入しているのは約3割に留まっています。特に20代、30代の中で、地産地消を知っている一方で、取り入れていない傾向が、他の年代に比べ強くなっています。

和光市産の農産物の購入については、9割近くが「他の地域で生産されたものと値段が変わらないのであれば購入したい」あるいは「多少割高であっても購入したい」と考えています。このことから、地産地消への市民の関心が高いことがうかがえます。

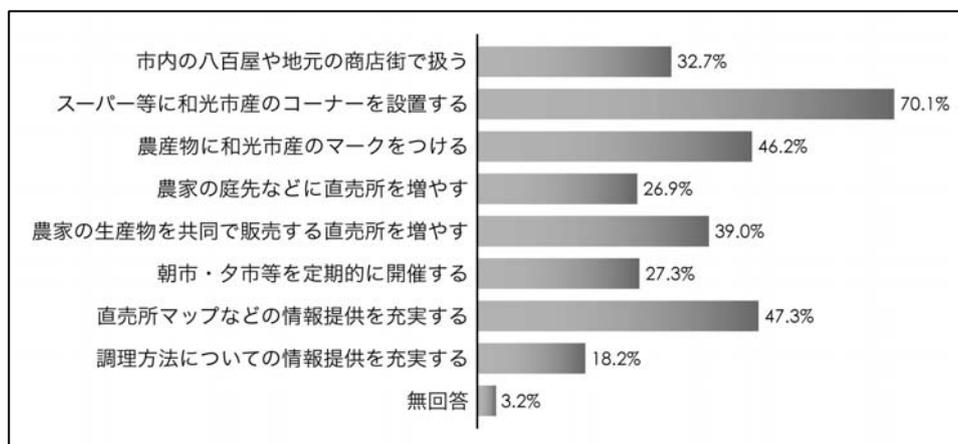


●和光市産の農産物を購入したいか (n=539) 出典：和光市食育推進計画策定に係るアンケート結果（平成21年度）



●地産地消という言葉やその意味について (n=539) 出典：和光市食育推進計画策定に係るアンケート結果（平成21年度）

和光市産の農産物を購入しやすくなるよう、「スーパー等への和光市産コーナー設置」を希望する割合が約7割に達するほか、買える場所についての情報提供や和光市産のマークについても希望する割合が高く、市民にとって分かりやすい場所・方法で和光市産の農産物を購入できることが求められています。



●市内で作られた農産物を手に入れやすくするために必要なこと (n=539) 出典：和光市食育推進計画策定に係るアンケート結果（平成21年度）



(5) 和光市内の食育に関する活動の状況

食を使ったまちおこしや、子育て・介護の支援など、様々な分野で多様な主体が食育に取り組んでいます。

栄養バランスなどの健康に関する分野、農業体験などの農に関する分野、また多くの人と一緒に食べる楽しみを味わう場や、食文化を学ぶ場など、様々な分野・場がもたれています。

特に就学前の児童とその保護者を対象とする食の知識・体験を提供する活動や、高齢者向けに食の楽しみを改めて伝える活動などが行われています。その一方、中学生から中年期を対象とする活動が少なく、小売の現場や消費者団体による情報提供や農業体験がある程度です。

●市内の食や食育に関する活動の分野別・ライフステージ別の状況

分野	活動例	ライフステージ					
		幼年期 0~4歳	少年期 5~14歳	青年期 15~29歳	壮年期 30~44歳	中年期 45~64歳	高年期 65歳~
食生活リズム	—						
食生活・栄養のバランス	<ul style="list-style-type: none"> ○ 食育だよりやレシピ集などの発行（保育園） ○ 食材マグネットを使った学習（保育園） ○ 食育の集い（DVDで学習）（保育園） ○ 調理保育（保育園） ○ 幼稚園・保育園に出張してのエプロンシアター（NPO） ○ 親子クッキング、子ども料理教室（保健センター、公民館） ○ ヤングママクッキング（保健センター） ○ 食育講座（公民館） 	◆					
	<ul style="list-style-type: none"> ○ 食育だよりの発行（保育園） ○ 児童館等での栄養相談（NPO） 			◆	◆		
	<ul style="list-style-type: none"> ○ 健康まつりへの出展（NPO） 	◆	◆	◆	◆	◆	◆
	<ul style="list-style-type: none"> ○ 高齢者向けの栄養改善事業（訪問指導・集団指導）（NPO） ○ 男の料理教室（NPO、保健センター、公民館） ○ ヘルパー向け栄養教室（NPO） ○ 健診結果説明会試食会（保健センター） ○ 配食サービス（事業者、NPO） 						◆
自然の恩恵等への感謝、環境との調和、食料事情	<ul style="list-style-type: none"> ○ 和光市産の食材を使った親子料理教室（NPO） ○ 地場産の野菜を使った調理体験（保育クラブ） ○ 食農体験食育事業（NPO） ○ じゃがいも掘りなど農業体験（保育クラブ／保育園） ○ 旬の果物のおやつへの取り入れ、おやつづくり（保育クラブ／児童館） ○ 地場農産物の給食への取り入れ（保育園、小学校） 	◆	◆				
	<ul style="list-style-type: none"> ○ 農作業を通じた児童と大人のコミュニケーション（小学校おやじの会） ○ 親子米づくり体験（市民活動団体） 		◆		◆		



分野	活動例	ライフステージ					
		幼年期 0~4歳	少年期 5~14歳	青年期 15~29歳	壮年期 30~44歳	中年期 45~64歳	高年期 65歳~
	<ul style="list-style-type: none"> ○ 野菜を選ぶコツ・保存方法・自然農法など食品に関する講座（小売業者） ○ 和光市産農産物の販売（庭先販売、店舗への和光市産コーナーの設置）（農業者、小売業者） ○ 野菜の収穫体験（農業者） ○ 休耕地を利用した農産物栽培（ダイズ・ソバ・ゴマ）（市民活動団体） 			◆	◆	◆	◆
	○ 市民まつり農産物共進会（農業者）	◆	◆	◆	◆	◆	◆
食を通じたコミュニケーション	○ 焼き芋、バーバキューの開催（NPO）						
	○ 4歳から5歳児まで対象のランチルームの設定（保育園）	◆					
	○ 孤独感の緩和と相互交流を深めるための、一人暮らし高齢者会食サービス（社協）						◆
	○ 鍋料理コンテスト「彩の国鍋合戦」（商工会）	◆	◆	◆	◆	◆	◆
食に関する基本所作	—						
食文化	○ 伝統の食文化の講座（NPO、公民館）						
	○ 恵方巻など季節にちなんだおやつづくり（児童館）						
	○ 郷土の食文化の講座（市民活動団体）	◆					
	○ 市民まつりでの伝統食の紹介（市民活動団体）						
	○ 幼稚園、保育園、小・中学校での食文化を伝える活動（市民活動団体）						
食品の安全性	○ 消費生活展（消費者団体）	◆	◆	◆	◆	◆	◆

活動を進める上で、多くの団体が、情報提供や活動場所の確保に悩んでいます。

市内の食育に関する活動をしている団体等を対象に行ったワークショップでは、市民への情報伝達、活動団体同士の情報共有、活動の場の確保についての悩みが寄せられました。

より多くの市民に情報を伝えたい

- 参加者を増やしたいが、多くの人に目にてもらえるような情報提供の方法が限られている（今は広報に掲載を依頼している）。

他の活動団体の情報を知りたい

- 他の活動団体がどのような活動をしているかわからない。
- 自分たちの活動で困っている部分に知恵を借りたい。

活動の場を確保したい

- 食育の活動について理解が広まっていないため、公民館などを借りにくい。
- 農業体験できる場が近くにない。



2 今後の課題

和光市内の食や健康をめぐる現状から、次のような課題が浮かび上がります。

- 全てのライフステージに応じた食育の取組が必要です。

現在、食育の取組は、子どもを対象とするものが中心となっています。
しかし、その他の世代でも、食生活習慣の乱れなどの課題があります。

市内の食育の取組は、就学前の子どもとその保護者を対象とするものが中心となっています。
しかし、市民の食生活習慣は、意識調査の結果から20代から30代までを中心に乱れる傾向にあり、生活習慣病を予防するためにも、若いうちから見直す必要があります。
このため、あらゆるライフステージを対象に、正しい食生活習慣を身につけ実践していくよう働きかける必要があります。

- 学び・体験が日常生活に活かされるような取組が必要です。

食育に関連する様々な講座・体験の場があります。
個別に行っている取組をつなげることで、より日常生活に活かしやすくなります。

現在、農作物の収穫体験のみ、あるいは調理体験のみ、というように個別に行われている食育の取組を、今後は講座と体験を組み合わせる実施することが考えられます。
例えば農業体験を、旬の野菜の栄養や地産地消の良さといった知識を得られる講座と組み合わせる、更に、収穫した野菜を使った料理教室とつなげることによって、日常生活に一層活かされやすくなります。

- 食育に関する情報が求められています。

食育に関する情報は、市民の暮らしに役立つことはもちろん、
団体などの活動を更に活発にするきっかけになります。

市内の食育の情報は、広報やインターネット等で紹介されているものもありますが、まだ少なく、市民意識調査でも情報提供を求める意見が多くありました。NPO等の活動団体からも、他の活動団体の情報を知りたいという声が寄せられています。
食育に関する情報を市民に発信することで、食生活の改善が期待されます。また、食育に取り組む団体等の情報を提供することで、団体同士の連携が生まれ、活動に関心を示す市民が増えることも期待されます。

第3章

食育を通じて目指す姿



1 将来像

食育基本法、食育基本計画及び和光市の地域特性を考慮し、本計画の将来像を定めます。

和光市食育推進計画の将来像 食が育む元気なところとからだ

食は、健康で元気に生きるための基本となるものです。からだの健康だけでなく、暮らしの質や生きがいといったところの健康にも関わるものであり、私たちの暮らしを豊かにする大切なものです。

未来を担う子どもたちを含む、一人一人の市民が、からだに良い食事や正しい食生活習慣を身につけ、生涯にわたり元気に暮らせる和光市を目指します。

2 基本目標

将来像をもとに、3つの基本目標を設定し、これに沿って施策を展開します。

基本目標 1 健康的な食生活習慣をみんなで実践しているまち

健康的な食生活についての知識と選ぶ力をつけ、日々実践できる環境づくりや情報提供を進めます。

基本目標 2 生産から食卓までのつながりを感じられるまち

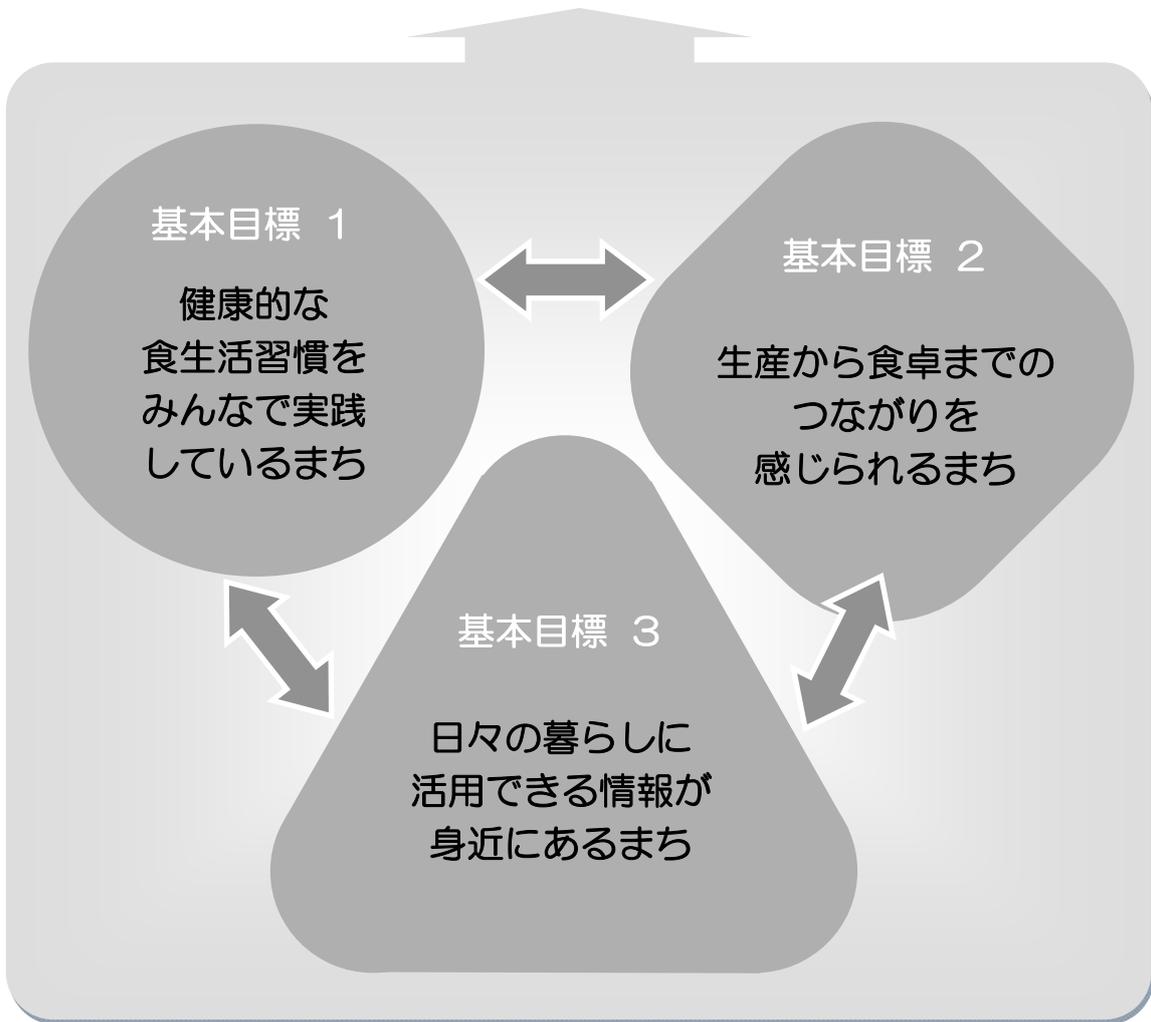
栽培・収穫・調理等の体験を推進し、自然の恵みやいのちの尊さ、地場産の農産物を消費する地産地消など、生産から食卓までのつながりに対する理解を深めます。

基本目標 3 日々の暮らしに活用できる情報が身近にあるまち

食や食育に関する情報を、誰もが日々の暮らしに役立てることができるよう、様々な機会を通じた情報提供を進めます。



和光市食育推進計画の将来像
食が育む元気なところとからだ





3 計画の数値目標

「計画の数値目標」は、3つの基本目標の具体像を数値的に表すものです。計画の見直しの際に、計画に基づく効果を代表的に表すものとして活用します。

計画の数値目標	目標設定の理由	平成21年度 現状値	平成26年度 目標値※ ¹	計画の数値目標の 解説、出典	基本 目標
よい食生活を送れていると思う割合	●よい食生活を送れていると思うようになることが、食育の取組の第一歩です。	18歳以上の 市民 58.6%	80.0%以上	●18歳以上の市民：平成21年度アンケート※ ¹ より、「よい食生活と思うが今後更によくしていきたい」又は「よい食生活と思うし今後も維持したい」人の割合。	全体
食育に関心がある割合	●食育推進には、まず食育に関心をもってもらうことが必要です。	18歳以上の 市民 80.0%	90.0%以上	●18歳以上の市民：平成21年度アンケート※ ¹ より、「関心がある」又は「どちらかといえば関心がある」人の割合。	全体
朝・昼・夕と規則正しく食事をする割合	●規則的な食習慣は、健康づくりに欠かせない取組です。	18歳以上の 市民 72.1%	85.0%以上	●18歳以上の市民：平成21年度アンケート※ ¹ より、週に5、6日以上行っている人の割合。	1
朝食をほとんど食べない割合	●朝食は、体と脳にエネルギーを供給し、目覚めさせるはたらきがあります。	小学生 1.2%	1.0%未満	●小学生、中学生：市内全小・中学校生徒への調査より。	1
		中学生 2.8%	1.0%未満		
朝食を食べている割合		18歳以上の 市民 80.9%	90.0%以上	●18歳以上の市民、及び20代の市民：平成21年度アンケート※ ¹ より、「週に5、6日以上」行っている人の割合。	1
		※20代の 市民 64.3%	75.0%以上		
主食・副菜・主菜をそろえて食べている割合	●栄養のバランスがとれ、健康を保つことや、生活習慣病の予防につながります。	18歳以上の 市民 63.4%	85.0%以上	●18歳以上の市民：平成21年度アンケート※ ¹ より、「週に5、6日以上」行っている人の割合。	1



計画の数値目標	目標設定の理由	平成21年度 現状値	平成26年度 目標値 ^{※1}	計画の数値目標の 解説、出典	基本 目標
野菜を十分にと っている割合	●野菜摂取は栄養 バランスの向上 につながります。	18歳以上の 市民 50.8%	80.0%以上	●18歳以上の市民：平成 21年度アンケート ^{※1} よ り、週に5、6日以上行 っている人の割合。	1
意識的に運動を している割合	●健康づくりには、 栄養バランスのとれた食 事と、適度な運動が必 要です。	18歳以上の 市民 37.8%	60.0%以上	●18歳以上の市民：平成 21年度アンケート ^{※1} よ り、「週に3、4日」以上、 意識して運動をしている 人の割合。	1
地産地消を取り 入れている割合	●地産地消によ り、生産から食 卓までの流れを 実感できます。	18歳以上の 市民 32.3%	50.0%以上	●18歳以上の市民：平成 21年度アンケート ^{※1} よ り、「地産地消を知って おり、取り入れている」 人の割合。	2
生産から消費ま での流れを理解 している割合	●生産から消費ま での仕組みを知 り、大切にいた だく心を養うこ とが重要です。	18歳以上の 市民 19.5%	35.0%以上	●18歳以上の市民：平成 21年度アンケート ^{※1} よ り、現在できている人の 割合。	2
食品の安全性に ついて理解して いる割合	●消費者が正確な 情報を理解・選 択できるように することが必要 です。	18歳以上の 市民 41.9%	60.0%以上	●18歳以上の市民：平成 21年度アンケート ^{※1} よ り、現在できている人の 割合。	3
食育に関する自 主的な活動に参 加している・参 加したことがあ る割合	●食育は、地域ぐ るみで活動を進 めることが重要 です。	18歳以上の 市民 5.0%	10.0%以上	●18歳以上の市民：平成 21年度アンケート ^{※1} よ り、「参加している」又は 「参加したことがある」 人の割合。	3

平成21年度アンケート^{※1}

：和光市食育推進計画策定に係るアンケート（平成21年度）を指します。
平成25年度又は平成26年度に同じ項目で調査の予定です。

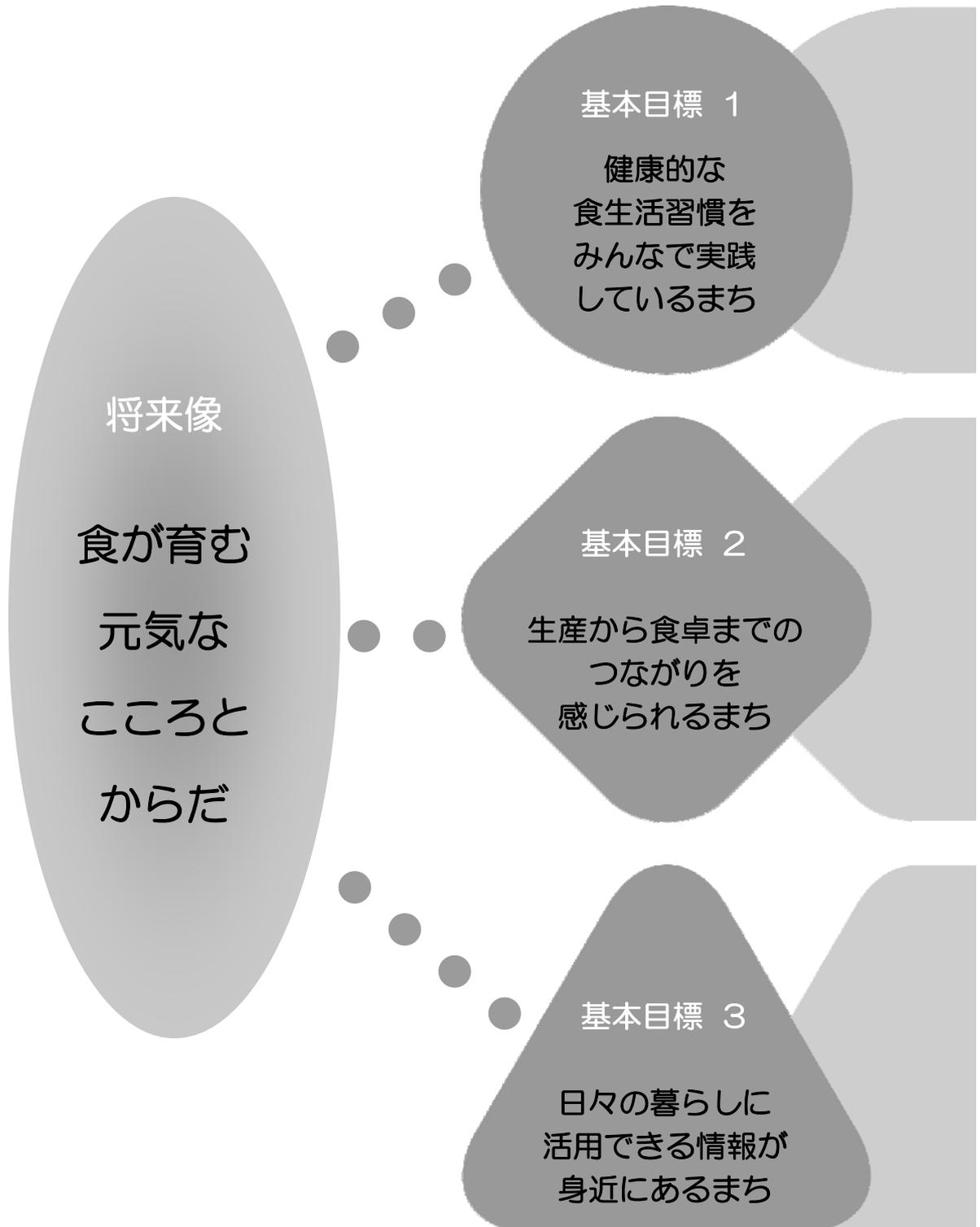
第4章

施策と事業



1 施策体系

将来像や基本目標を実現するための施策と、施策を支える基本事業を示します。





施策

基本事業

1 乳幼児と保護者の食育の推進

- ・ 妊娠期、乳幼児期の栄養相談、栄養指導の実施
- ・ 保育園での食育の充実
- ・ 保護者の意識啓発

2 児童・生徒の食育の推進

- ・ 子どもと保護者の調理体験の実施
- ・ 保護者向け食育講座の実施
- ・ 給食を活用した食育の実施
- ・ 健康的な食生活に関する学習の充実

3 成人の食育の推進

- ・ 男性向けの料理教室の実施
- ・ 食を通じた生活習慣病予防対策の実施
- ・ 食への関心を高める料理教室の実施

4 高齢者の食育の推進

- ・ 高齢者の食の自立・栄養改善の支援

1 地産地消の推進

- ・ 地場農産物の購入機会の提供
- ・ 地場農産物の活用

2 農環境の保全

- ・ 農地の保全
- ・ 食の資源循環の推進
- ・ 安心できる農業の推進

3 ふれあい農業の推進

- ・ 保育園、小・中学校における農業体験の推進
- ・ 農業体験の推進
- ・ 市民農園等の推進
- ・ 農業への関心・知識を高める仕組みの推進

1 食文化の伝承

- ・ 保育園、小・中学校における日本型の食事の取り入れ

2 食の安全に関する情報提供

- ・ 食品の安全性に関する情報の提供

3 食や食育に関する情報や体験の機会の提供

- ・ 食育の知識の普及啓発
- ・ 食育バランスガイドの普及
- ・ 食や食育に関する体験の機会の提供

4 食育の担い手の支援

- ・ 食育の地域活動の促進
- ・ 食育推進ネットワーク会議による食育の推進



2 施策の内容

施策を支える基本事業（◆）と、基本事業を構成する既存事業及び新規事業（表）を示します。

なお、表中の「指標」欄に示した★は、計画の進行管理で使用する、第5章の「計画の取組指標」の対象事業であることを示します。

基本目標 1 健康的な食生活習慣をみんなで実践しているまち

施策1：乳幼児と保護者の食育の推進

子どもの発達段階に応じた情報提供、相談、指導を行います。

◆ 妊娠期、乳幼児期の栄養相談、栄養指導の実施

妊婦健診、乳幼児健診などの機会を活用し、食の大切さを学び、子どもの発達に応じた食を理解・実践できるよう、栄養相談や栄養指導を充実します。

また、歯科検診等の機会を通じ、虫歯の予防・治療に加え、誤えんや窒息を防ぐよう、子どもの口腔の発達に応じた食べ物・食べ方について情報提供等の支援を行います。

事業名	事業内容	担当課	指標
プレパパママ教室	第一子出産予定の妊娠6ヶ月から8ヶ月頃の方を対象に妊娠中の栄養について学び、調理実習を行う。妊婦歯科保健としてブラッシング指導や妊娠中からの食事栄養の大切さを学ぶ。	健康支援課	
ヤングママクッキング	1歳から3歳までの子どもをもつ保護者が、保育者にお子さんを預けて調理実習をしながら食の大切さを学習する。	健康支援課	★
親子クッキング (幼児とその保護者を対象)	幼児とその保護者が調理をしながら、親子の会話や食の大切さを学習し、健康に対する意識を高める。	健康支援課	
乳幼児健診などの栄養相談	育児相談、離乳食教室、ヨチヨチ赤ちゃん歯みがき教室、虫歯予防教室、おやつ教室、食事相談等を行う。	健康支援課	
親子歯みがき教室	親子に歯磨きを指導し、フッ素塗布を行う。	健康支援課	



事業名	事業内容	担当課	指標
育児学級（赤ちゃん学級）	子育ての不安が大きいと思われる主に第1子の親子を対象に仲間づくりに配慮した育児学級を開催する。離乳食に対する悩みが多く、試食を実施するなど、参加者のニーズに応えながら教室内容の充実に努める。	健康支援課	★
栄養指導	おやつ教室や栄養相談の開催や訪問・電話による相談を行い、食生活を通じた母子の栄養指導を充実する。（離乳食教室、離乳食の話と相談、食事の悩み事相談、おやつ教室、乳児相談、栄養相談）	健康支援課	

◆ 保育園での食育の充実

子どもの健康づくりを第一にした給食の充実を図るとともに、発達段階に応じた栄養指導、食事のマナーの指導を行います。また、食べ物を身近にとらえ、偏食をなくすよう、調理体験を取り入れます。

なお、栄養士と保育士が連携して取組を進めるとともに、保育園同士で互いの食育の取組について情報を共有し、更なる推進に役立てます。

事業名	事業内容	担当課	指標
完全給食事業（保育サービス）	伝統食の体験や日本型の食事を取り入れた献立、素材選び、子どもの健康づくりを第一にした給食の充実を図る。	こども福祉課	
保育園栄養士会議による食育の情報共有	保育園全園の栄養士が調理保育等の食育に関する情報交換を行い、各園での食育推進に努める。	こども福祉課	
保育園食育計画の推進	保育園全体の取組として策定した食育計画に基づき、食材の栽培・収穫等の体験や調理保育、食に関する情報提供に取り組む。	こども福祉課	
調理保育の実施	収穫した野菜等を利用した調理保育を実施する。調理保育では各年齢に合わせた作業を考慮し、様々な調理を体験する。	こども福祉課	★



事業名	事業内容	担当課	指標
公設公営保育園における食育委員会を通じた食育の推進	公設公営保育園において、食育委員会を設置し、全職員に対する食育の園内研修や、食育の集い等行事の実施、食育だよりの発行、食材のマグネットを掲示する食育ボードを実施する。またこども福祉課の栄養士と給食室調理員が給食・おやつ会食を行い、子どもの喫食状況を確認する。	こども福祉課	★

◆ 保護者の意識啓発

保護者に対して食に関する意識啓発を行い、自宅で行う食事づくりを支援します。更に、地域の子育て家庭を対象に、食育に関する講習会や体験の機会を充実します。

事業名	事業内容	担当課	指標
保育園での食育に関する事業の実施	年2回の「食育・健康だより」の発行や、レシピの提供、給食サンプルの展示、給食参観・試食会を実施し、保護者に対する意識啓発を行う。	こども福祉課	
地域の子育て家庭に対する食育の推進	子育て支援センターを中心に、地域の子育て家庭に対し、管理栄養士による食育講座や離乳食相談の実施など、食に関する支援を行う。	こども福祉課	





施策2：児童・生徒の食育の推進

学習や体験を通じて、児童・生徒が自らの食習慣について考える機会を提供します。

◆ 子どもと保護者の調理体験の実施

子どもに料理の楽しさを学んでもらうとともに、食と健康との関係も学べるような講座等を実施します。また、親子で協力して調理しながら、親子の会話や食の大切さを学習し健康に対する意識を高めるような講座等を実施します。

事業名	事業内容	担当課	指標
キッズクッキング	小学4年生から6年生までと他の学校の子どもと調理実習をしながら食の大切さを学ぶ。	健康支援課	
親子クッキング (小学生とその保護者を対象)	小学1年生から3年生までとその保護者が調理をしながら、親子の会話や食の大切さを学習し、健康に対する意識を高める。	健康支援課	
児童センター (館)での調理体験	児童センター(館)において、主に小学生低学年を対象には、おにぎり作りなど比較的簡単な調理体験をすることで、食と調理への興味を育て、高学年には、お菓子作りなどのより発展的な調理体験をすることで、食に対する知識を深める。	こども福祉課	



●親子クッキングの調理風景



●親子クッキングの試食風景



事業名	事業内容	担当課	指標
親子そば打ち体験教室	そば粉からそばができるまでを、親子で協力しながら学ぶ。	生涯学習課	
子ども料理教室	子どもに料理の楽しさを学んでもらう。	生涯学習課	
親子料理教室	市内の小学生とその保護者を対象に「親子で作ろう、朝ごはん」をテーマに夏休みに実施。朝食の大切さと親子で料理の楽しさを体験する機会を提供する。	学校教育課	★
	小学生とその保護者を対象に、年に3回開催し、親子で料理の楽しさを体験する機会を提供する。	生涯学習課	★



●親子料理教室の調理風景



●親子料理教室の試食風景

◆ 保護者向け食育講座の実施

子どもを持つ親を対象に、子どもの成長に応じた食の知識や、自らの健康にもつながるような、食の基礎を学習する講座を実施します。

事業名	事業内容	担当課	指標
食育講座	子どもを持つ親を対象に食の基礎を学習する。	生涯学習課	★



◆ 給食を活用した食育の実施

一日三食のうち一食を担う学校給食を通じ、栄養面の配慮はもちろん、食に関する正しい知識と望ましい食習慣が身につくように食に関する指導を充実します。なお、栄養教諭や栄養士、調理士等、食の専門家を活用した指導により、食育を進めます。

事業名	事業内容	担当課	指標
給食指導	学校給食を通じ、食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身につける。	学校教育課	
学校給食強化磁器導入	耐熱、強度にも優れた強化磁器に、市の花サツキ、市の木イチョウをデザインした温かみのある食器を使用し、児童・生徒が楽しく食事ができる環境を整える。	学校教育課	

◆ 健康的な食生活に関する学習の充実

子どもと家庭に対して、正しい生活習慣が身につけられるように指導するとともに、正しい食生活や運動も含めた健康づくりを啓発します。

事業名	事業内容	担当課	指標
小児生活習慣病対策	小児期における生活習慣病、小児肥満、アレルギー性疾患等や予防に関して、子どもと家庭に対して、朝食をきちんととる等、正しい生活習慣が身につけられるように指導するとともに、食生活を通じた健康づくりを啓発する。幼児健診時に開催しているおやつ教室や「食事の悩み事」相談などにより食生活を通じた健康づくりの啓発を継続する。	学校教育課	
健康教育の充実	心身の健康を保つため、「早寝・早起き・朝ごはん」など生活習慣を見直す働きかけや、運動に親しみ、正しい健康知識を身につける学習を進める。また、学校保健を通して、正しい食生活などの教育を進める。	学校教育課	



施策3：成人の食育の推進

家族ぐるみで適切な食習慣を実践し、生活習慣病予防に取り組むような支援を行います。

◆ 男性向けの料理教室の実施

男性を対象に料理の基礎を習得するとともに、健康についても学習するような教室を実施します。特に、何をどれだけ食べたらよいかという食事の基本が身につく、自ら調理するときだけではなく、外食や中食を選ぶ際にも役立つような内容とします。

事業名	事業内容	担当課	指標
男の料理教室	男性を対象に料理の基礎を習得する機会を提供する。	生涯学習課	★

◆ 食を通じた生活習慣病予防対策の実施

メタボリックシンドロームの該当者や予備軍を抽出し、早い段階で生活習慣病を予防するよう、特定健康診査の制度の周知、受診率の向上を図ります。また、自らの食事や運動などの生活習慣を改善・維持できるよう促す制度として、特定保健指導の実施率を高めます。

歯周疾患健診の受診を促し、特に高齢者は口腔機能が低下し飲み込みにくくなる傾向にあることから、口腔の健康保持を図ることを支援します。

健診結果の見方や、生活習慣の改善（運動・栄養）について学び、生活習慣病になりにくい食事を試食するなど、生活習慣病予防につながる講座を実施します。

事業名	事業内容	担当課	指標
特定健康診査・特定保健指導	40歳から74歳までの医療保険加入者を対象にメタボリックシンドロームの観点から各種検査を行い、必要度（積極的支援・動機づけ支援）に応じて保健指導を行う。	健康支援課	★
成人歯科検診・相談	歯の状況、歯周疾患、ブラッシング指導を行う。	健康支援課	
健康食試食会	健診を機に、簡単に作れるバランスのとれた献立を試食することにより、生活習慣病予防について学ぶ。	健康支援課	
メタボ対策一日集中講座、メタボ対策実践講座、男性のための料理教室	生活習慣の改善（運動・栄養）について学び、メタボリックシンドロームの改善と予防について学ぶ。	健康支援課	★



◆ 食への関心を高める料理教室の実施

料理教室を通じて食への関心が高まるよう、乾物や海草などふだんあまり利用されないことが多いが体によいものを取り入れた料理講座や、手打ちうどん・そば作りを学ぶ講座などを、地域のボランティア等と連携し、実施します。

事業名	事業内容	担当課	指標
料理講座	35歳以下の勤労者を中心に、「季節のテーブル」として簡単に季節感のある料理づくりを行う。	産業支援課	
手打ちうどん教室	手打ちうどん作りを学習する。	生涯学習課	
手打ちそば教室	そばの打ち方を基礎から学習する。	生涯学習課	

施策4：高齢者の食育の推進

より健康的で、自立した生活ができるよう支援を行います。

◆ 高齢者の食の自立・栄養改善の支援

心身の機能低下により自ら食事をとることが困難な高齢者に、バランスのとれた食事を提供し、栄養指導を受ける費用を補助する配食サービスを、事業者と連携し実施します。

事業名	事業内容	担当課	指標
高齢者の食の自立支援事業	栄養士が自宅訪問して行う栄養指導や、男の料理教室、ヘルパー対象の調理教室を通じた、地域型の食に関する生活習慣支援を行う。	長寿あんしん課	★
配食サービス	心身の機能低下により自ら食事をとることが困難な高齢者にバランスのとれた食事を提供し、栄養指導を受ける費用を補助する。	長寿あんしん課	



基本目標 2 生産から食卓までのつながりを感じられるまち

施策1：地産地消の推進

「顔の見える農業」を進め、地場消費の拡大と食育の推進を図ります。

◆ 地場農産物の購入機会の提供

地産地消を合言葉に、地域の人たちに新鮮で安く、おいしい、安全な農産物を購入できるよう、庭先販売所の設置を促進し情報を提供します。また「JA（全国農業協同組合）（以下「JA」と表記）あさか野・和光農産物直売センター」の周知、和光市民まつり農産物共進会の実施などを通じ、農家・JA・市が連携して和光市産の農産物の周知を行って地産地消を進めます。

事業名	事業内容	担当課	指標
農産物直売センター、庭先販売の促進	農業者が行う直売、庭先販売の施設設置を支援する。	産業支援課	★
直売所情報の提供	直売所の情報（マップや外観写真）をWEBや紙媒体（和光市みどころマップ）で提供する。	産業支援課	
和光市民まつり農産物共進会の実施	農産物が一堂に集められ、農業者と市民がふれあう場所とする。	産業支援課	



●和光農産物直売センターでの販売の様子

◆出典：あさか野農業協同組合ホームページ
<http://www.ja-asakano.or.jp/farmstand/wako.html>



◆ 地場農産物の活用

小・中学校と連携し、学校給食への和光市産農産物の取り入れを、更に充実します。また、地場農産物を使った料理教室を更に推進します。

事業名	事業内容	担当課	指標
学校給食への地場農産物の取り入れ	学校給食への地場農産物の取り入れを進める。	学校教育課	★
地場農産物を使った料理教室の実施	和光市産の農産物を活かした料理を教える教室等を開催する。	産業支援課	

施策2：農環境の保全

優良農地の保全や環境保全型農業の取組を進め、消費者が安全・安心できる食料の供給を図ります。

◆ 農地の保全

市内の農地は食の身近な生産現場であることから、農業就労者の高齢化や後継者不足により発生している遊休農地について、担い手への利用集積を進めるほか、緑肥作物や景観作物の栽培を推進し、農地の環境保全を図ります。

事業名	事業内容	担当課	指標
優良農地の保全	担い手への農用地利用集積を進めるほか、土壌改善を目的とした緑肥作物の栽培や、市民の目を楽しませるような景観作物の栽培を行い、保全を図る。	産業支援課	



● 景観作物の例（コスモス）

◆ 出典：<http://www.city.wako.lg.jp/home/busho/5916/5920/5921.html>



◆ 食の資源循環の推進

環境負荷の軽減に向け循環型農業を支援するとともに、農業用廃プラスチックを収集処理について引き続き農家への働きかけを行います。

事業名	事業内容	担当課	指標
循環型農業の推進	環境負荷の軽減に向けた循環型農業を支援する。	産業支援課	
農業廃棄物の再資源化の推進	環境負荷軽減のための農業用廃プラスチックを収集処理する。	産業支援課	
生ごみたい肥化に取り組む活動の支援	生ごみをたい肥化し、市民農園等で活用するなど、食に関する資源循環に取り組む活動を支援する。	資源リサイクル課	
給食残菜等のたい肥化の推進	市内の小・中学校で発生する給食残菜等をたい肥化する資源循環の取組を進める。	資源リサイクル課 ・学校教育課	



●生ごみたい肥化に取り組む活動の例

◆ 安心できる農業の推進

市民および農家に対し、エコファーマー制度及び埼玉県特別栽培農産物認証制度の周知、認証の拡大を図ります。

事業名	事業内容	担当課	指標
エコファーマーの促進	エコファーマー制度の周知、認証の拡大を図る。	産業支援課	★
低農薬、低化学肥料を利用する環境保全型農業の促進	特別栽培農産物認証制度等の周知、生産拡大、推進を図る。	産業支援課	



●全国共通エコファーマーマーク



●埼玉県特別栽培農産物の認証マーク



施策3：ふれあい農業の推進

市民が直接農業にふれられる機会を提供し、農地の持つ多面的な役割への理解を広めます。

◆ 保育園、小・中学校における農業体験の推進

保育園や児童センター（館）及び小・中学校において、食べ物の育っていく過程や、食べ物に関する興味と知識を深める農業体験を引き続き実施します。

事業名	事業内容	担当課	指標
保育園での農業体験の推進	野菜等の栽培・収穫を通じて食材に親しむ、農業体験を実施する。	こども福祉課	★
児童センター（館）での農業体験の推進	児童センター（館）において、幼児親子又は小学生を対象に地域の農家の協力のもと、さつまいも掘り、じゃが芋掘り等の体験を通じ、食べ物の育っていく過程や、食べ物に関する興味と知識を深める。	こども福祉課	
農業後継者倶楽部による保育園・幼稚園児の収穫体験の開催	保育園・幼稚園児が農業者との交流を図りながら、収穫体験できる機会を提供する。	産業支援課	



●たくあんづくりの説明に聞きいる園児たち



●たくあん用の大根干し



事業名	事業内容	担当課	指標
学校教育における農業体験の推進	小・中学校の敷地内や、郊外の農地などを活用したり、埼玉県が推進する学校ファーム（農場）を整備するといった、農業体験の取組を進める。	学校教育課	★



●学校ファーム

◆ 農業体験の推進

農業者と交流しながら、種まき・除草・収穫などの農作業を体験する機会を提供します。

事業名	事業内容	担当課	指標
駅前農業体験教室の開催	農業に対する理解を深めるため親子で農業を学ぶ機会を提供する。	産業支援課	
農業後継者倶楽部による収穫体験の開催	市民が農業者との交流を図りながら、収穫体験できる機会を提供する。	産業支援課	★
観光農園の推進	農業者が生産した農産物を、利用者自ら収穫する機会として「観光農園」を実施する。	産業支援課	★

◆ 市民農園等の推進

市民が年間を通じ、土とふれあい、農作物を育てる楽しみを体験できるよう、市民農園の貸し出しを充実するとともに、農業者が運営する体験型農園の立ち上げを支援します。

事業名	事業内容	担当課	指標
市民農園の活性化	土とふれあい、農作業を体験する場として市民農園を運営する。	産業支援課	★
農業体験型農園の推進	農業者自らが運営する体験型農園実施を支援する。	産業支援課	



◆ 農業への関心・知識を高める仕組みの推進

農や食への関心を高めるよう農業知識・技術の習得の場として、農業関連講座を引き続き実施します。

また、農作業における人手不足解消、市民の余暇の充実のために、援農ボランティア制度を、基本的な実技講習を行う農業研修講座を含め引き続き実施します。

事業名	事業内容	担当課	指標
農業関連講座の実施	農や食への関心を高めるよう農業知識・技術の習得の場を提供する。	産業支援課	
援農ボランティア制度の推進	農作業における人手不足の解消、市民の余暇の充実のためのボランティア制度を推進する。	産業支援課	



● 作物の種まきの時期や収穫までの作業を勉強



● ジャガイモ収穫、除草作業の様子



基本目標 3 日々の暮らしに活用できる情報が身近にあるまち

施策1：食文化の伝承

日本型の食事や季節に応じた行事食などの伝統食について、理解が深まるよう支援します。

◆ 保育園、小・中学校における日本型の食事の取り入れ

保育園、小・中学校及び学童保育で、お月見などの伝統行事と結びついた食文化の体験や、野菜や魚、海藻などを積極的に取り入れた日本型の食事に基づく献立を積極的に取り入れます。

事業名	事業内容	担当課	指標
日本型の食事の給食への取り入れや体験の推進	行事食・伝統料理を取り入れた季節感のある献立や、米飯を主食とする日本古来の食文化を大切にした献立を実施する。	こども福祉課 ・学校教育課	★



●新倉ふるさと民家園の大根干し



●新倉ふるさと民家園の餅つき



施策2：食の安全に関する情報提供

健康的な生活を送れるよう、食品の安全に関する情報を提供します。

◆ 食品の安全性に関する情報の提供

食品の安全性に関する情報を、広報やインターネットを通じて提供します。また食品衛生月間（8月）や健康まつり、消費生活展等の機会を活用して情報提供・意見交換を行います。

事業名	事業内容	担当課	指標
食品の安全性に関する情報の発信	市民にとって分かりやすいように、食品の安全性に関する情報を、広報やインターネットを通じて提供する。	健康支援課	★
健康まつり	健康相談コーナーのほか、高齢者体験、血管推定年齢測定、脳年齢測定、模擬店等を実施する。	健康支援課	
消費生活展	市民活動推進課と市内消費者団体が連携し、実施する。	市民活動推進課	



●消費生活展



施策3：食や食育に関する情報や体験の機会の提供

日頃の食生活に活用してもらえるよう、食や食育に関する情報を提供し、また体験の機会を提供します。

◆ 食育の知識の普及啓発

食や食育に関する情報を、広報やインターネットを通じて提供します。また健康まつりなどのイベントで相談を行うほか、事業者による取組や情報発信を支援します。

事業名	事業内容	担当課	指標
食や食育に関する情報提供の推進	市民が食べることを通して健康で豊かな生活が営めるよう広報・市のホームページに栄養やしじびなどの食育の記事を掲載する。 食育に関する取組・活動を行う主体について、活動の情報を取りまとめて公表し、市民の活動参加を促すとともに、活動主体同士の協力・連携を促進し、市内の食育の取組を活性化する。	健康支援課・ その他関係各課	★

「ホクホク根菜のカaramel煮」

【材料】(2人分)

大根	輪切り幅4cm	バター	大さじ1杯
にんじん	1/2本	砂糖	大さじ2杯
カボチャ	1/8個	しょう油	大さじ1杯
エリンギ	2本	顆粒だし	小さじ1杯
大根の葉	適量	かつお節	1パック
		水	100cc
		塩	適量



※水気を飛ばして作る煮物です。洋風筑前煮とも言えるでしょうか。ゴボウやレンコンなどの根菜類が良く合います。お試しを。

【作り方】

- その1 大根・にんじんは乱切り、カボチャは小さめの乱切りに。
エリンギは縦2等分にさく。
大根の葉は細かく刻んでおく。(仕上げの飾り用に使う)
- その2 鍋に砂糖(大さじ2)と大さじ1杯ほどの水を入れ弱火でじっくり加熱し、カaramelを作る。(加熱していくと砂糖水が茶色くなり、見た目にも粘りが出てくるのがわかります。さらに加熱すると細かく泡立つのでそこで火を止めてください)
- その3 カaramelの温度がある程度下がったら、バター・大根・にんじん・カボチャを入れる。軽く炒めたら、水・しょう油・かつお節を入れて煮込む。
- その4 水気が無くなってきたら、一度火を止めて味を染み込ませる。
熱が取れたら、エリンギを入れてさらに煮詰める。
- その5 仕上げに塩で味を整える。皿に盛ったら上に大根の葉を散らして完成。

●和光市ホームページ「和光の”旬”野菜」の掲載内容(例:「今月の料理」)



◆ 食育バランスガイドの普及

市内の公共施設等の拠点に食事バランスガイドのポスターやパンフレットなどを掲示し、市民の食育への関心を喚起します。

事業名	事業内容	担当課	指標
食育バランスガイドの普及	市内の公共施設等の拠点で、食事バランスガイドのポスターやパンフレットなどの掲示を進め、市民の食育への関心を喚起する。 また、市内の飲食店や食品小売業者に対し、食事バランスガイドのポスターやパンフレットなどの掲示に協力する事業者を増やす。	健康支援課	

食事バランスガイド
あなたの食事は大丈夫？

1日分

- 5.7 主食(ごはん、パン、麺)**
ごはん(中盛り)だったら4杯程度
- 5.6 副菜(野菜、きのこ、海藻)**
野菜料理5回程度
- 3.5 主菜(肉、魚、卵、大豆料理)**
肉・魚・卵・大豆料理から3回程度
- 2 牛乳・乳製品**
牛乳だったら1本程度
- 2 果物**
みかんだったら2個程度

料理例

- 1.5水分**: ごはん(中盛り)1杯、おにぎり1個、うどん1杯、ローソクうどん
- 1.5水分**: ごはん(中盛り)1杯、うどん1杯、もじもじ1杯、スープカレー
- 1.5水分**: 野菜サラダ、おやきなどの揚げ物、高たんぱく揚げ物、ほうろく湯のひじき味噌汁、煮豆、お好み焼き
- 2水分**: 野菜炒め、芋の焼くころし
- 1.5水分**: 肉、卵、豆、豆乳、豆乳、豆乳、豆乳、豆乳、豆乳
- 3水分**: パン・フランスパン、揚げ物、揚げ物、揚げ物、揚げ物、揚げ物
- 1.5水分**: 牛乳、ヨーグルト、チーズ、ヨーグルト、ヨーグルト、ヨーグルト、ヨーグルト
- 1.5水分**: みかん1個、りんご1個、バナナ1本、いちご1パック、葡萄1パック

※SVとはサービング(容器の標準量の単位)の略

● 食事バランスガイド

◆ 出典：農林水産省ホームページ http://www.maff.go.jp/j/balance_guide/b_about/index.html#a1

◆ 食や食育に関する体験の機会の提供

食や食育に関する体験を通じて、自立的な食生活習慣の習得や、食を通じたコミュニケーションの楽しさの理解を図ります。

事業名	事業内容	担当課	指標
通学合宿を通じた食の体験の機会の提供	公民館で小学4年生から6年生までが異年齢の交流を行う、2泊3日の通学合宿を通じて、自立的な食生活習慣を身につけるとともに、食を通じたコミュニケーションの楽しさを理解する機会を提供する。	生涯学習課	



施策4：食育の担い手の支援

地域ぐるみの食育につながるよう、担い手の支援を行います。

◆ 食育の地域活動の促進

食育に関心ある市民活動団体等が行う活動について、団体から市民への情報提供の支援や、活動場所の確保のための情報の提供を行います。このことにより、食育に取り組む市民を増やすとともに、活動する人同士がつながり、協力しあうなど活動の活性化につなげることを目指します。

事業名	事業内容	担当課	指標
地域で活動する団体等への支援	家庭や地域での市民主体の健康づくりを推進するために、地域で食育を推進していく核となる人材の育成や、活動に関する各種情報提供を行う。地域の人材が小・中学校の総合学習の時間や公民館活動に協力するなど、連携した取組を進める。	健康支援課・ その他関係各課	

和光市内を中心に活動する「食文化研究会」が、食育と伝統食の取組で、財団法人あしたの日本を創る協会の「あしたのまち・くらしづくり活動賞」の主催者賞（平成21年度）を受賞しました！



●小学校の総合学習で味噌づくり



●たくあん漬けで地域ぐるみで食育

●食育に関する活動情報のイメージ（食文化研究会の取組）

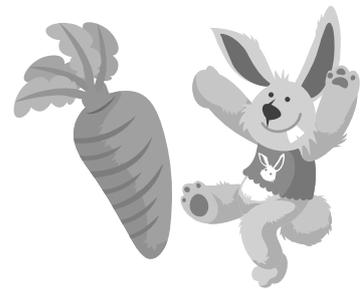
- ◆出典：財団法人あしたの日本を創る協会ホームページ
<http://www.ashita.or.jp/prize/21/21summary.htm>



◆ 食育推進ネットワーク会議による食育の推進

食育推進ネットワーク会議を開催し、食育の活動を連携して効果的に進めます。

事業名	事業内容	担当課	指標
食育推進ネットワーク会議による食育の推進	市民・市民活動団体・事業者・学校・保育園・関係団体などが構成する食育推進協議会を開催して、食育活動を連携して効果的に推進する取組を行う。	健康支援課・ その他関係各課	★



第5章

計画の推進と評価



1 進行管理

本計画を推進していくため、事業計画を「PLAN（計画）」とし、毎年、「DO（実行）」「CHECK（分析・評価）」「ACTION（改善・見直し）」を繰り返す、PDCAサイクルによる進行管理を行います。

2 計画の評価・見直し

5年間で「計画の数値目標」を達成するため、「計画の取組指標」の値を用いて、毎年度の事業進行状況をCHECKします。

① 「計画の取組指標」で毎年度の進行状況をCHECKする

「計画の取組指標」は、進行管理で使用する事業の実施状況です。

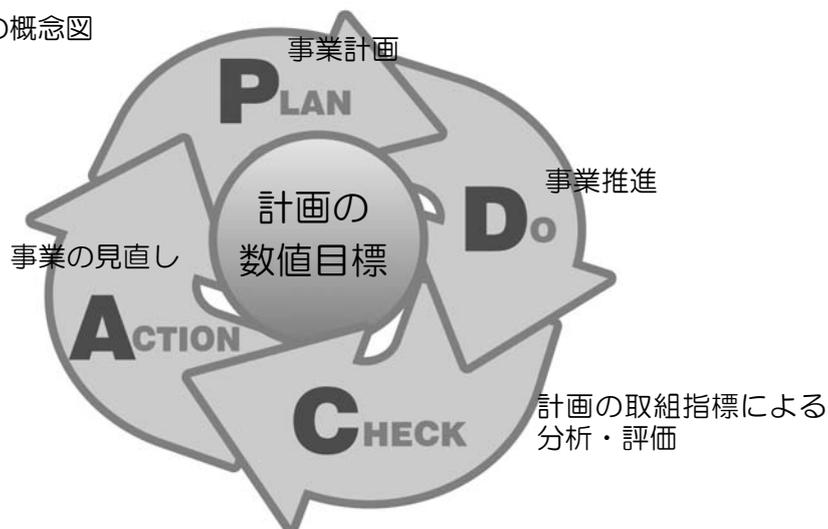
「計画の取組指標」の値を毎年「和光市食育推進ネットワーク会議」（6頁参照）で分析・評価し、必要に応じて事業計画の見直しにつなげます。

② 「計画の数値目標」で計画見直し時の推進状況をCHECKする

「計画の数値目標」は、基本目標の達成度を数値的に示すものです。

本計画全体の見直し時、「計画の数値目標」の値で計画の推進状況を分析・評価し、次期計画の策定に役立てます。

●PDCA サイクルの概念図





3 計画の取組指標

「計画の取組指標」は、進行管理で使用する事業の実施状況を示します。毎年度の事業計画の見直しに役立てていきます。

基本目標 1 健康的な食生活習慣をみんなで実践しているまち

施策	事業名	指標項目	現況値 (平成20年度)	担当課
施策1：乳幼児と保護者の食育の推進	ヤングママクッキング	参加者数	28人	健康支援課
	育児学級(赤ちゃん学級)	参加者数	320人	健康支援課
	調理保育の実施	実施園数	11園	こども福祉課
	公設公営保育園における食育委員会を通じた食育の推進	「食育・健康だより」の発行回数	2回	こども福祉課
施策2：児童・生徒の食育の推進	親子料理教室	参加者数	38組	学校教育課
	親子料理教室	参加者数	100人	生涯学習課
	食育講座	参加者数	59人	生涯学習課
施策3：成人の食育の推進	男の料理教室	参加者数	31人	生涯学習課
	特定健康診査・特定保健指導	特定健康診査受診率	37.8%	健康支援課
		特定保健指導実施率	23.1%	健康支援課
	メタボ対策一日集中講座、メタボ対策実践講座、男性のための料理教室	参加者数	283人	健康支援課
施策4：高齢者の食育の推進	高齢者の食の自立支援事業	男の料理教室への参加者数	35人	長寿あんしん課



基本目標 2 生産から食卓までのつながりを感じられるまち

施策	事業名	指標項目	現況値 (平成20年度)	担当課
施策1：地産地消の推進	農産物直売センター、 庭先販売の促進	直売センター及び 庭先販売の拠点数	22ヶ所	産業支援課
	学校給食への地場農 産物の取り入れ	使用率（金額ベー ス）	29.6%	学校教育課
施策2：農環境の 保全	エコファーマーの促 進	認定農家数	10件	産業支援課
施策3：ふれあい 農業の推進	保育園での農業体験 の推進	実施園数	11園	こども福祉課
	学校教育における農 業体験の推進	実施校数	8校	学校教育課
	農業後継者倶楽部に よる収穫体験の開催 （保育園・幼稚園児及 び市民向け）	開催数	5回	産業支援課
	観光農園の推進	実施回数	5回	産業支援課
	市民農園の活性化	区画数	372区画	産業支援課



基本目標 3 日々の暮らしに活用できる情報が身近にあるまち

施策	事業名	指標項目	現況値 (平成20年度)	担当課
施策1：食文化の 伝承	日本型の食事の給食 への取り入れや体験 の推進	実施園	11 園	こども福祉課
施策2：食の安全 に関する情報提 供	食品の安全性に関す る情報の発信	提供回数	0 回	健康支援課
施策3：食や食育 に関する情報や 体験の機会の提 供	食や食育に関する情 報提供の推進	食育ホームペー ジへのアクセス 数	—	健康支援課
施策4：食育の担 い手の支援	食育推進ネットワー ク会議による食育の 推進	実施回数	—	健康支援課