



資料編

1 策定体制

和光市食育推進計画策定委員会委員

(敬称略)

	氏名	所属団体	選出区分
1	勝海 東一郎	朝霞地区医師会	学識経験者
2	中野 仁史	朝霞地区歯科医師会	学識経験者
3	◎草間 かおる	国立保健医療科学院介護予防保健事業推進評価室	学識経験者
4	木下 金也	和光市食生活改善推進員協議会	地域団体
5	○山口 はるみ	特定非営利活動法人ぽけっとステーション	地域団体
6	加藤 洋子	食文化研究会	地域団体
7	近江 幸子	特定非営利活動法人わこう子育てネットワーク	地域団体
8	浪間 兼三	和光市農業後継者倶楽部	地域団体
9	熊本 安代	公募委員	公募
10	谷 美菜子	公募委員	公募

◎委員長

○副委員長

和光市食育推進計画庁内調整会議委員

	氏名	職名
1	◎田中 義久	保健福祉部長
2	○石川 信夫	健康支援課長
3	金山 豊司	産業支援課長
4	久保 節子	こども福祉課長
5	星野 賢	長寿あんしん課長
6	鈴木 直幸	学校教育課長
7	富岡 敏光	生涯学習課長

◎委員長

○副委員長

2 策定経過

開催日	項目	内容
平成21年8月10日	第1回和光市食育推進計画 庁内調整会議	①計画策定の方向性について ②策定スケジュールについて ③アンケート調査について ④ワークショップについて
平成21年8月28日	第1回和光市食育推進計画 策定委員会	委嘱状交付 市長あいさつ 委員紹介 ①計画策定の方向性について ②策定スケジュールについて ③アンケート調査について ④ワークショップについて ⑤その他
平成21年 9月10日～9月25日	和光市食育推進計画づくりに 関するアンケート調査の実施	10日発送 調査対象者数：1500名 抽出方法：住民基本台帳より無作為抽出 25日最終回収 回収数：539通（回収率35.9%）
平成21年10月16日	和光市食育推進計画づくりに 伴うワークショップの開催 (台風のため8日より延期)	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】
平成21年11月20日	第2回和光市食育推進計画 庁内調整会議	①アンケート調査結果報告 ②ワークショップ実施報告 ③骨子案について ④その他
平成21年12月3日	第2回和光市食育推進計画 策定委員会	①アンケート調査結果報告 ②ワークショップ実施報告 ③骨子案について ④その他
平成21年12月21日	第3回和光市食育推進計画 庁内調整会議	①素案について
平成22年 1月14日～2月3日	パブリックコメント実施	1月14日：パブリックコメント開始 2月3日：パブリックコメント終了
平成22年2月19日	第3回和光市食育推進計画 策定委員会	①計画案、概要版案について
平成22年3月31日	計画書・概要版公表	

3 和光市食育推進計画づくりに関するアンケート結果

(1) 調査概要

①調査の目的

食育推進計画策定にあたり、和光市民の食生活や食育に関する現状やニーズを把握し、施策等の検討に活用します。また、施策の目的達成度を測るための成果指標として活用できる基礎資料を得ることを目的としています。

②調査対象と調査方法

対象	調査対象者数	抽出方法	配付・回収方法
18歳以上の市民	1,500名	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)

③調査内容

調査内容	設問項目
1.食に関する意識の把握	<ul style="list-style-type: none"> ・食育の周知度 ・食育への関心 ・食に関する事項の認知（食事バランスガイド他）
2.食生活の悩みと改善意向の把握	<ul style="list-style-type: none"> ・現在の食生活の評価と今後の改善意向 ・食生活での悩みや不安
3.食の知識と実践の現状の把握	<ul style="list-style-type: none"> ・食習慣等について ・食事のマナー、習慣等の実践について ・今後の食生活で取り組みたいこと
4.地産地消の知識と実践の現状の把握	<ul style="list-style-type: none"> ・地産地消への関心 ・地産地消の実践に必要なこと
5.ボランティア等への参加意向の把握	<ul style="list-style-type: none"> ・参加状況・参加したい活動内容 ・参加促進に必要なこと
6.食に関して求める情報・各主体の取組に期待することの把握	<ul style="list-style-type: none"> ・豊かな食生活のために知りたい情報 ・飲食店等に対して期待する取組 ・行政に期待する取組
7.回答者の属性	<ul style="list-style-type: none"> ・性別/年齢/在住年数/居住地区/職業/家族構成

※ 調査票（設問数20、ページ数8）及び食事バランスガイド（カラー版/83頁参照）送付

④調査期間

○配布：平成21年9月10日（木）

○締切：平成21年9月25日（金）

⑤回収状況

配布数	回収数	回収率	回収数 配布数
1,500 通	539 通	35.9%	

(2) 単純集計結果のポイント

調査内容	ポイント
1. 食に関する意識の把握	<p>■問 1～2 「食育」という言葉やその意味について、5割以上が「言葉も意味も知っていた」、3割が「言葉は知っていたが、意味は知らなかった」と回答している。また約8割の回答者が「関心ある」、「どちらかと言えば関心がある」と回答している。</p> <p>■問 3～4 「食事バランスガイド」の周知について、約5割が「見たことがある」と回答する一方、約4割が「見たことはない」と回答している。その一方で、約65%の回答者が食生活の中に食事バランスガイドを「参考にしている」または「今後、参考にしてみたい」と回答している。</p> <p>■問 5 「日本型食生活」、「食の安全に関する知識」、「内臓脂肪症候群」について、約8割が「よく理解している」、「ある程度理解している」と回答しており、関心が高い。</p>
2. 食生活の悩みと改善意向の把握	<p>■問 6～7 現在の食生活について、「よい食生活を送っている」と回答しているのは約6割、残り約4割は「よい食生活を送っていない」と回答している。現在の食生活の中で、回答者は特に「食品の安全性」、「自分・家族の健康」についての悩みや不安を抱えている。その他にも、「家計や消費」、「将来の食糧供給」について高い関心を示している。</p>
3. 食の知識と実践の現状の把握	<p>■問 8 普段の食生活の中で意識的に取組まれているものとして、回答者約6割がほぼ毎日「家族や友人と一緒に食事をする」、「主食・副菜・主菜をそろえて食べる」、7割が「朝昼夕と規則正しく食事をする」、「家庭で食事を作って食べる」、8割が「朝食を食べる」ようにしている。約4割が毎日の心がけとして「寝る前はものを食べない」ようにしている一方で、ほとんど行っていない回答者が1割以上存在する。「野菜を十分にとる」ことについては、「毎日欠かさず」意識的に行っている回答者は25%程度にとどまっている。「意識的に運動している」回答者は少なく、「週に1,2回」、または「ほとんど行っていない」と回答した割合が全体の55%以上を占める。</p> <p>■問 9 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」ことを挙げている。</p> <p>■問 10 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あいさつをする」、「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</p>

調査内容	ポイント
	<p>を回答したのは、全体の7割を超えており、回答者の中で一般的な習慣として身につけていることが伺える。また「好き嫌いをなく食べる」ことは6割を超えており、意識付けられているものと推測できる。その一方で、「間食をとらないようにしている」「生産から消費までの流れを理解している」は3割に満たない。</p> <p>■問 11 今後取組みたいものとして、「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%)の関心が高い。一方、「料理を正しく並べる」(37%)、「生産から消費までの流れを理解している」(34%)について関心が低い。</p>
4.地産地消の知識と実践の現状の把握	<p>■問 12~14 地産地消について、3割が「既に生活の中に取り入れている」と回答している一方、4割が「知っているが、実践していない」と回答している。</p> <p>市内で生産された農産物の購入について、「同じくらいの価格であれば購入したい」が約75%と突出している。</p> <p>市内で生産された農産物を回答者の方が積極的に購入するためにも、「スーパー等に和光市産のコーナーを設置する」(70%)、「農産物に和光市産のマークをつける」(46%)、「農家の生産物を共同で販売する直売所を増やす」(39%)ことが望まれている。</p>
5.ボランティア等への参加意向の把握	<p>■問 15~17 食育に関する活動を行った経験のある回答者は全体の5%と低く、25%が「今後活動したい」と望んでいる。その一方で、6割以上の回答者が「活動をしたと思わない」と回答している。</p> <p>今後行いたい活動内容として、「郷土料理、伝統料理等の食文化継承」、「食生活の改善」、「生活習慣病予防などのための料理教室」への回答が多い。</p> <p>回答者の7割以上が、活動に参加するためのきっかけとして「何を、いつ、どこでやっているのかわかる情報が欲しい」と要望し、この値は突出している。</p>
6.食に関して求める情報・各主体の取組に期待することの把握	<p>■問 18~20 健全で豊かな食生活を送るために、回答者の6割が「食の安全、食品表示」、4割が「自分に合った栄養バランスやカロリー等の情報」や「健康に配慮した料理の技術と知識」に関する情報を欲している。</p> <p>回答者は、食生活の改善や食育の推進のために、事業者に対して「食品添加物の少ない食材の使用」(63%)、「栄養バランスのとれたメニュー」(57%)、市政に対して「地産地消の推進」(55%)、「食の安全に関する情報提供」(39%)を要望している。</p>

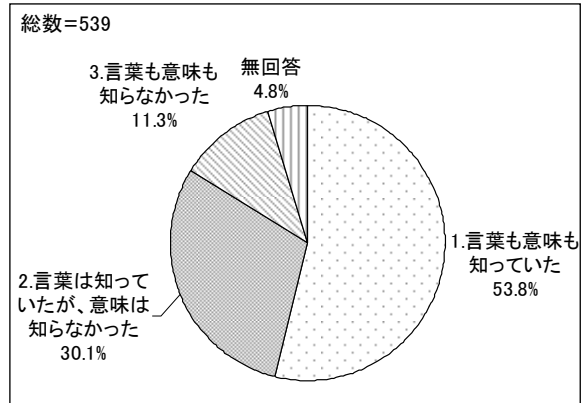
(3) 単純集計結果

①食に関する意識

問1. あなたは、「食育」という言葉やその意味を知っていましたか。(○は1つ)

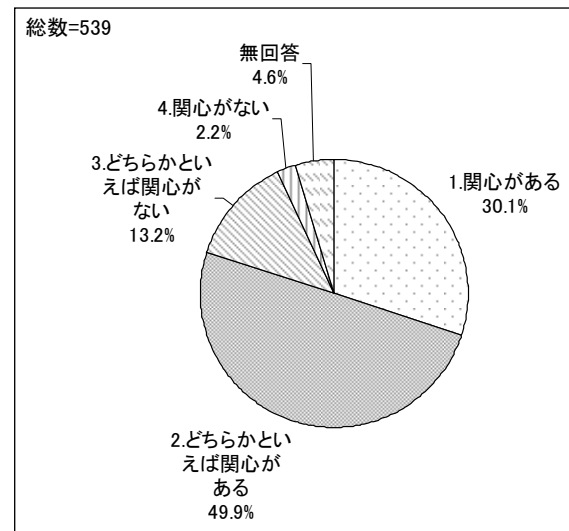
「食育」という言葉の認知は、「言葉も意味も知っていた」(53.8%)が最も多く、次いで「言葉は知っていたが、意味は知らなかった」(30.1%)となっています。

一方、「言葉も意味も知らなかった」(11.3%)という回答は、1割となっています。



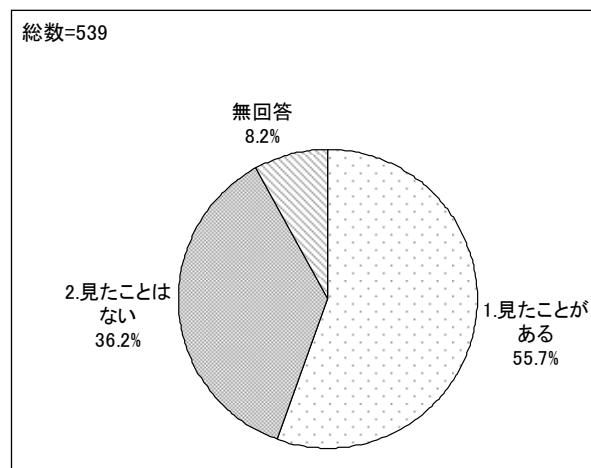
問2. あなたは、「食育」について、どの程度関心がありますか。(○は1つ)

食育への関心は、「どちらかといえば関心がある」(49.9%)が最も多く、次いで「関心がある」(30.1%)となっています。「どちらかといえば関心がない」(13.2%)・「関心がない」(2.2%)は、あわせて約15%にとどまっています。



問3. あなたは、コマ型の「食事バランスガイド」(別紙)を見たことがありますか。(○は1つ)

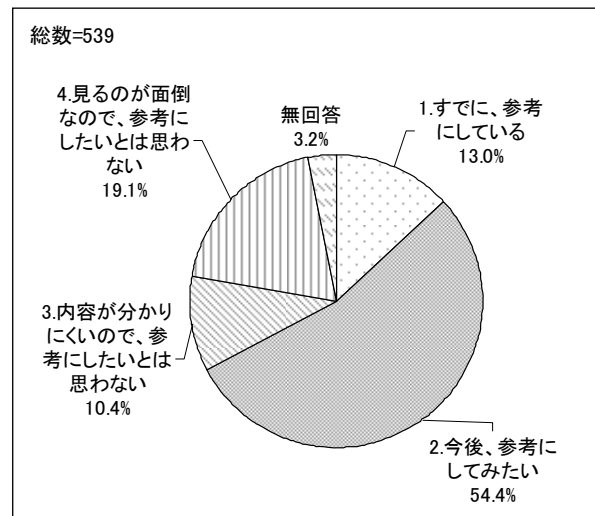
「食事バランスガイド」の認知は、「見たことがある」(55.7%)が、「見たことはない」(36.2%)という回答と比べて多く、全体の半数以上を占めています。



問 4. あなたは、「食事バランスガイド」を参考にしてメニューを考えたり、選んだりしたいと思いますか。(〇は1つ)

「食事バランスガイド」については、「今後、参考にしてみたい」(54.4%)が最も多くなっています。

一方、「見るのが面倒なので、参考にしたいとは思わない」(19.1%)、「内容が分かりにくいので、参考にしたいとは思わない」(10.4%)は、あわせて約3割となっています。

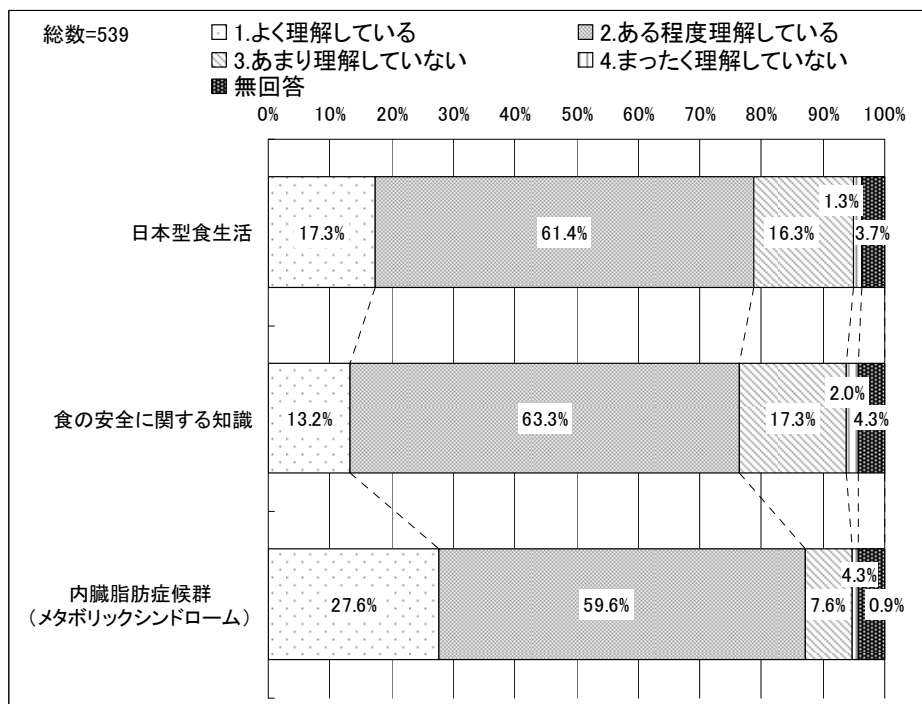


問 5. あなたは、以下のような「食育」に関する事項について、その内容を知っていますか。(〇は1つずつ)

食育に関する事項の認知度は、「日本型食生活」・「食の安全に関する知識」・「内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)」の全ての事項について、「よく理解している」、または「ある程度理解している」という回答があわせて約75%以上となっています。

特に、「内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)」については、「よく理解している」(27.6%)と「ある程度理解している」(59.6%)とあわせて約9割となり、他の事項に比べて認知が高い結果となっています。

一方、「食の安全に関する知識」については、「あまり理解していない」(17.3%)と「まったく理解していない」(2.0%)とあわせて約2割となり、他の事項に比べて認知が低い結果となっています。

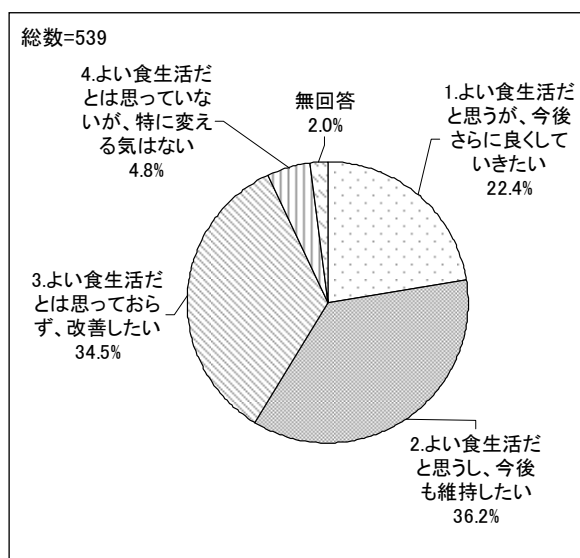


②食生活の悩みと改善意向

問 6. あなたは、よい食生活を送れていると思いますか。また、今後はどのようにしたいと思いますか。(〇は1つ)

食生活については、「よい食生活だと思し、今後も維持したい」(36.2%)が最も多く、

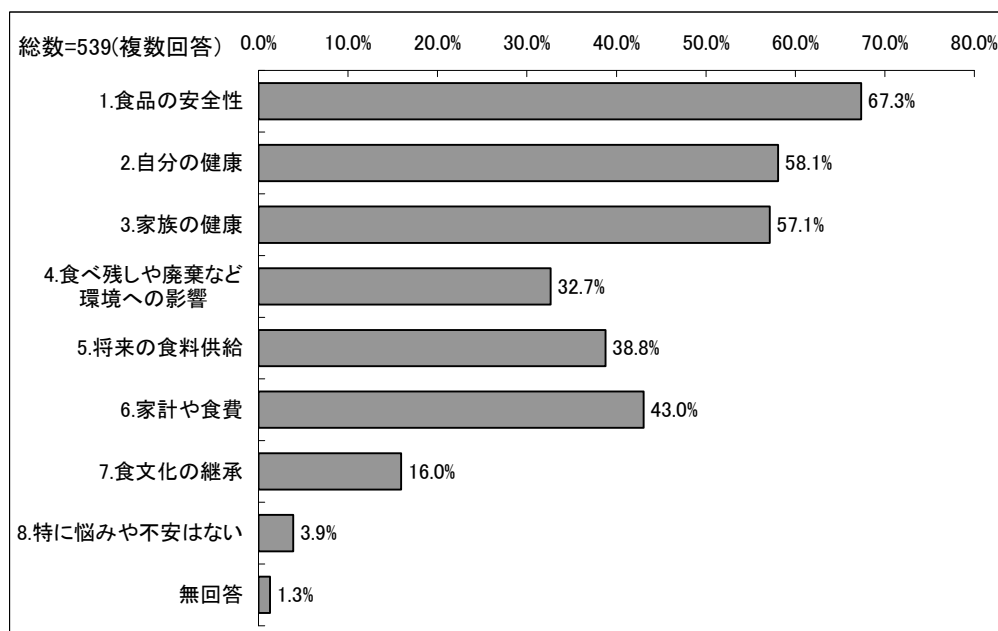
または「よい食生活だと思すが、今後さらに良くしていきたい」(22.4%)と、現在の食生活を評価し、さらに維持または改善していきたいという意向が約6割となっています。



問 7. 日頃の食生活のどのようなことに悩みや不安を感じますか。(〇はいくつでも)

日頃の食生活における悩みや不安は、「食品の安全性」(67.3%)が最も多く、次いで「自分の健康」(58.1%)、「家族の健康」(57.1%)となっています。

一方、「食文化の継承」(16.0%)や「食べ残しや廃棄など環境への影響」(32.7%)については、回答が少なくなっています。

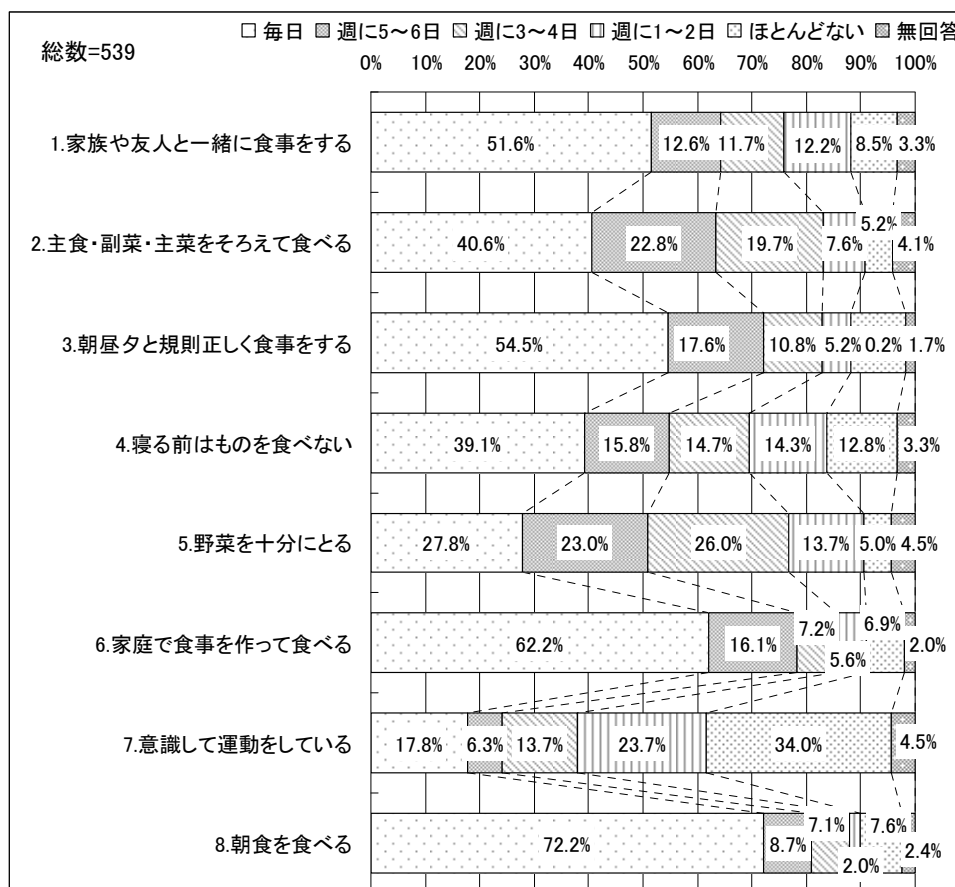


③食の知識と実践の現状

問 8. 普段の生活の中で、現在どれくらい行っているか、お答えください。(〇は1つずつ)

普段の生活における食習慣等は、「毎日」・「週に5～6日」を合わせた回答割合が多かった項目は、「朝食を食べる」(「毎日」72.2%・「週に5～6日」8.7%)、「家庭で食事を作って食べる」(「毎日」62.2%・「週に5～6日」16.1%)、「朝昼夕と規則正しく食事をする」(「毎日」54.5%・「週に5～6日」17.6%)となっています。

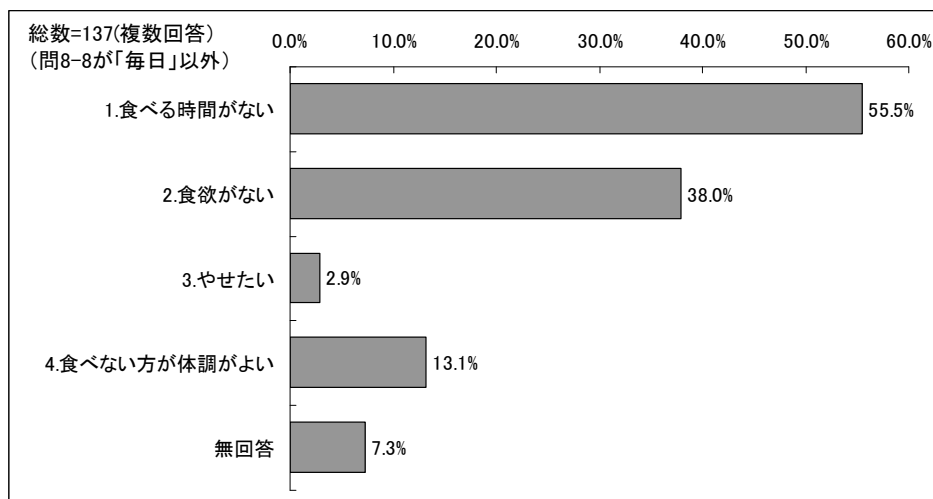
一方、「週1～2回」・「ほとんどない」を合わせた回答割合が多かった項目は、「意識して運動をしている」(「週1～2回」23.7%・「ほとんどない」34.0%)、「寝る前はものを食べない」(「週1～2回」14.3%・「ほとんどない」12.8%)となっています。



問9. 問8の8で「毎日」以外を選んだ方におたずねします。食べない日がある理由は何ですか。(〇はいくつでも)

食べない日がある理由は、「食べる時間がない」(55.5%)という回答が最も多く、次いで「食欲がない」(38.0%)となっています。

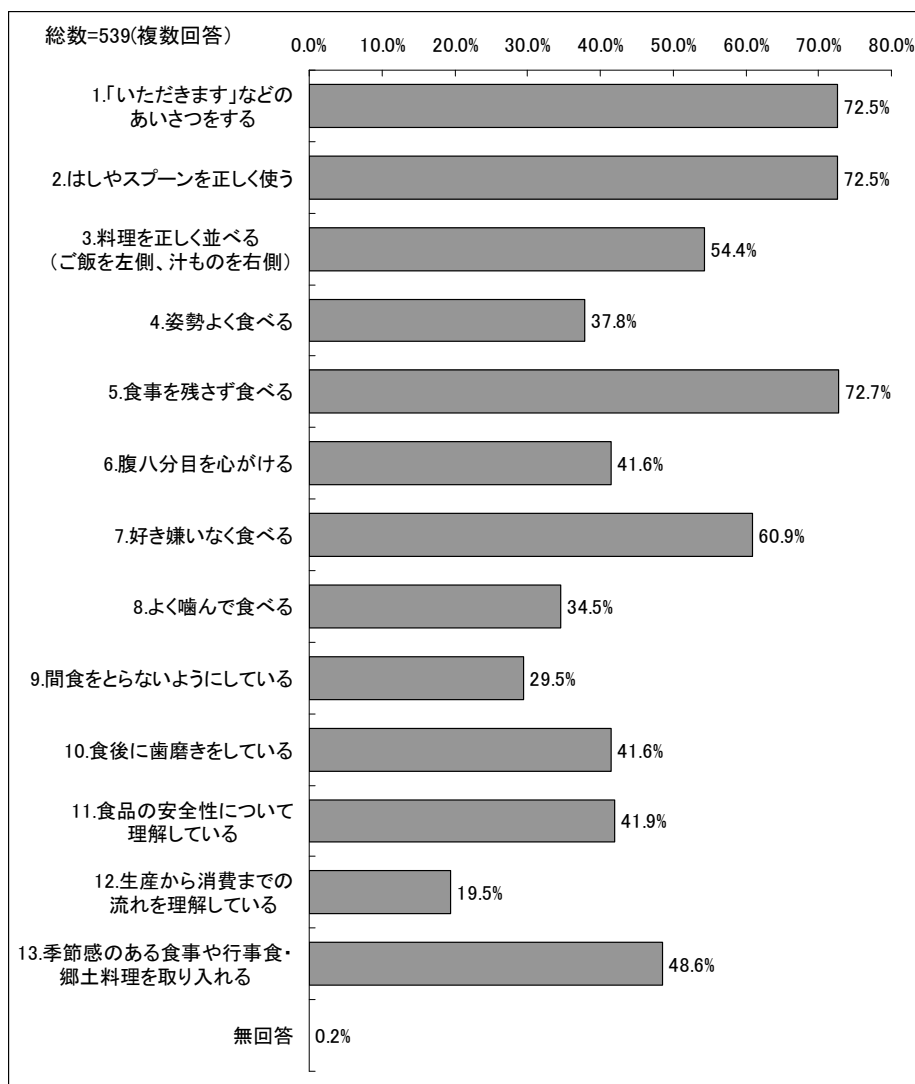
一方、「やせたい」(2.9%)という回答は、約3%にとどまっています。



問 10. 食事の際のマナーや習慣等について、現在行っている（できている）ことを選びください。（〇はいくつでも）

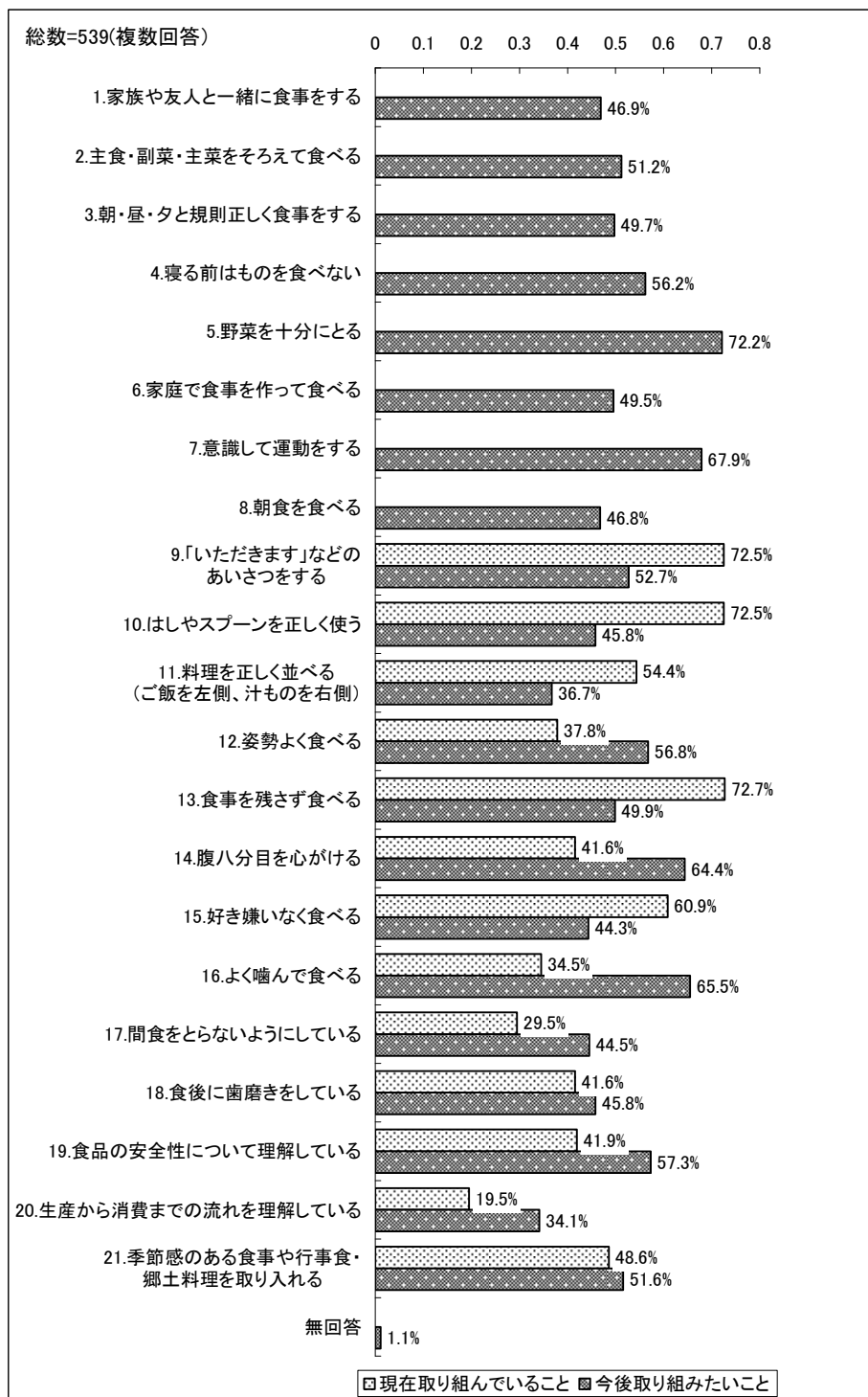
現在の食事の際のマナーや習慣等は、「食事を残さず食べる」（72.7%）、「『いただきます』などのあいさつをする」（72.5%）、「はしやスプーンを正しく使う」（72.5%）などが多くなっています。

一方、「生産から消費までの流れを理解している」（19.5%）、「間食をとらないようにしている」（29.5%）、「よく噛んで食べる」（34.5%）などは回答が少なくなっています。



問 11. (問 8 や問 10 では現在の状況をお伺いしましたが) 今後、取り組みたいと思うことを選びください。すでに行っていることでも、まだ行っていないことでも構いません。(〇はいくつでも)

今後、取り組みたいと思うことは、「野菜を十分にとる」(72.2%)、「意識して運動をする」(67.9%) (※問 8 で現在の生活においてほとんどできていない傾向が見られた項目)、「よく噛んで食べる」(65.5%) (※問 10 で現在の食事の際のマナーや習慣等になっているという回答が少なかった項目) などが多くなっています。

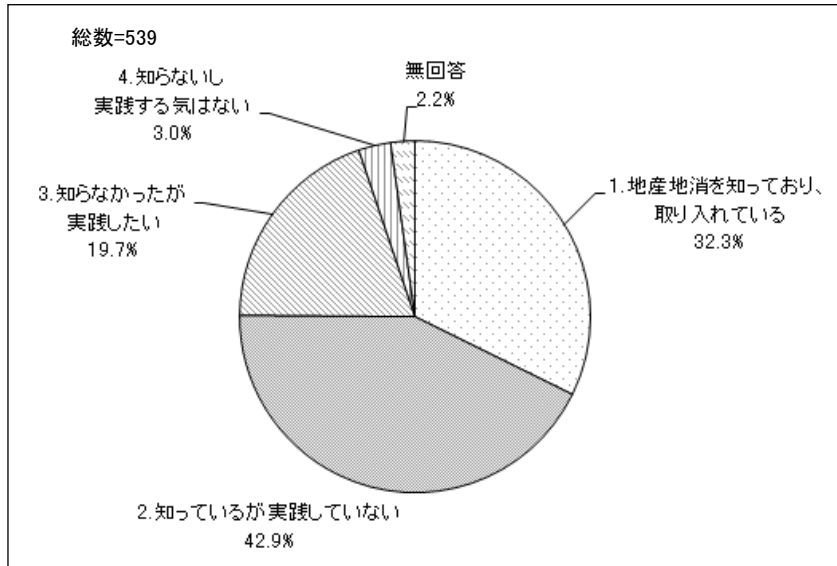


④地産地消の知識と実践の現状

問 12. あなたは、「地産地消」という言葉やその意味を知っていましたか。また、実践していますか。(〇は1つ)

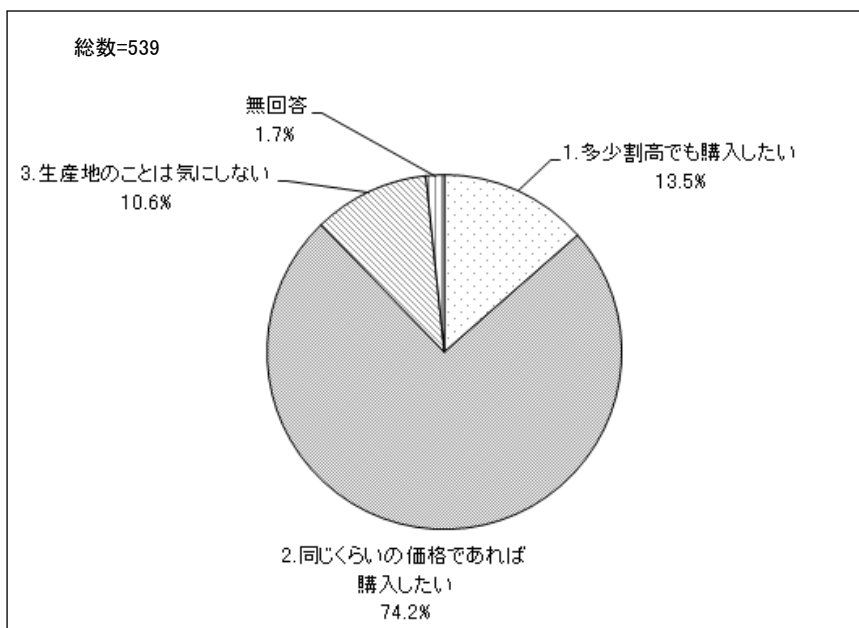
地産地消については「知っているが実践していない」(42.9%)という回答が最も多くなっています。

一方で、「地産地消を知っており、取り入れている」(32.3%)、「知らなかったが実践したい」(19.7%)となっており、現在実践している、または今後実践したいという回答はあわせて約5割となっています。



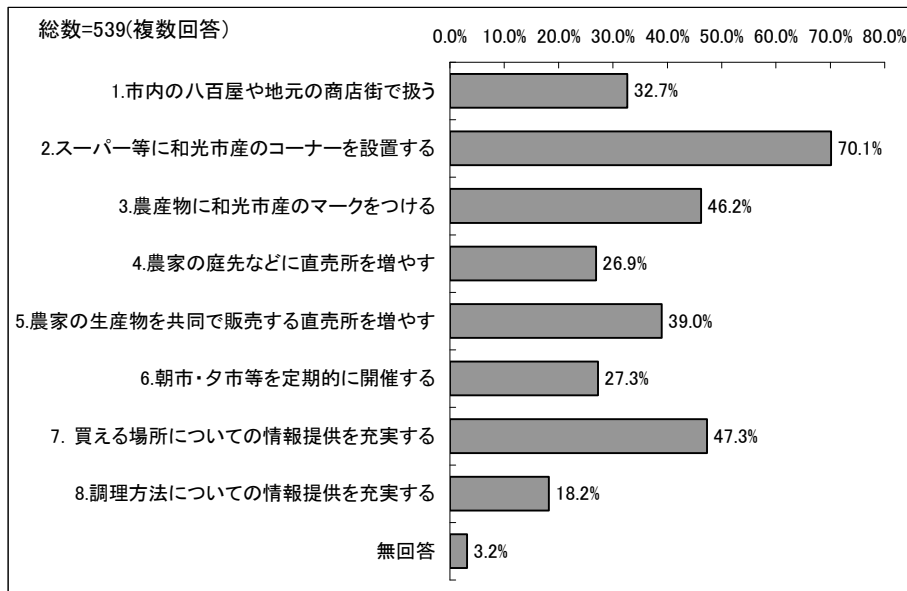
問 13. 和光市内でつくられた農産物を購入したいと思いますか。(〇は1つ)

和光市内でつくられた農産物の購入については「同じくらいの価格であれば購入したい」(74.2%)、「多少割高でも購入したい」(13.5%)となっており、多少割高または同価格であれば購入したいという回答が、あわせて約9割となっています。



問 14. 和光市内でつくられた農産物を手に入れやすくするために何が必要だと思いますか。(〇はいくつでも)

和光市内でつくられた農産物を手に入れやすくするために必要なことは、「スーパー等に和光市産のコーナーを設置する」(70.1%)が最も多く、次いで「買える場所についての情報提供を充実する」(47.3%)、「農産物に和光市産のマークをつける」(46.2%)となっています。

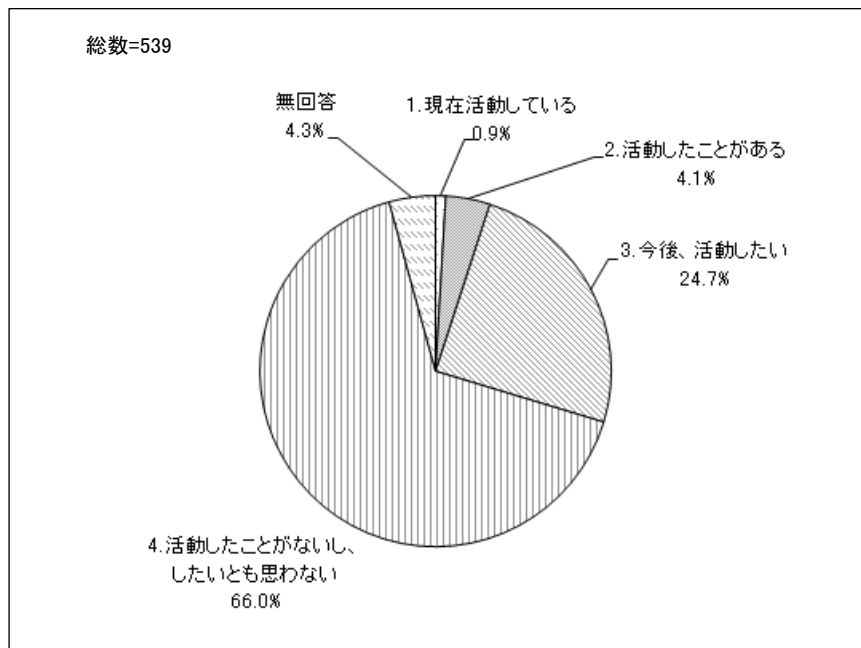


⑤ボランティア等への参加意向

問 15. 今までにボランティアなど自主的な活動として、「食育に関する活動」(※)をしたことがありますか。(〇は1つ)

食育に関する活動経験は、「活動したことがないし、したいとも思わない」(66.0%)が最も高く、次いで「今後、活動したい」(24.7%)となっています。

一方で、過去あるいは現在活動したことがある、または今後活動したいという回答は、「活動したことがある」(4.1%)及び「現在活動している」(0.9%)をあわせて約5%となっています。

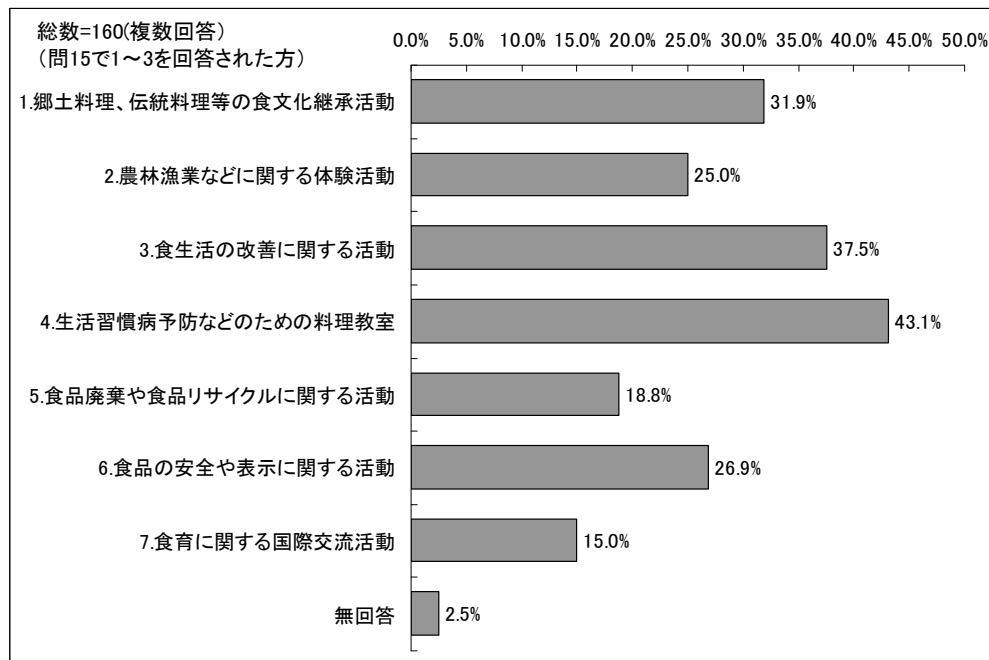


※この調査における「食育に関する活動」とは、以下のような内容を指します。

- ・ 公民館や学校、地域のサークル活動等において、食べ物や食事、食文化等に関わる様々な知識や技術について伝えたり教えたりする活動
- ・ 食生活改善推進員としての活動
- ・ さいたま食育ボランティア（県の登録制度）としての活動

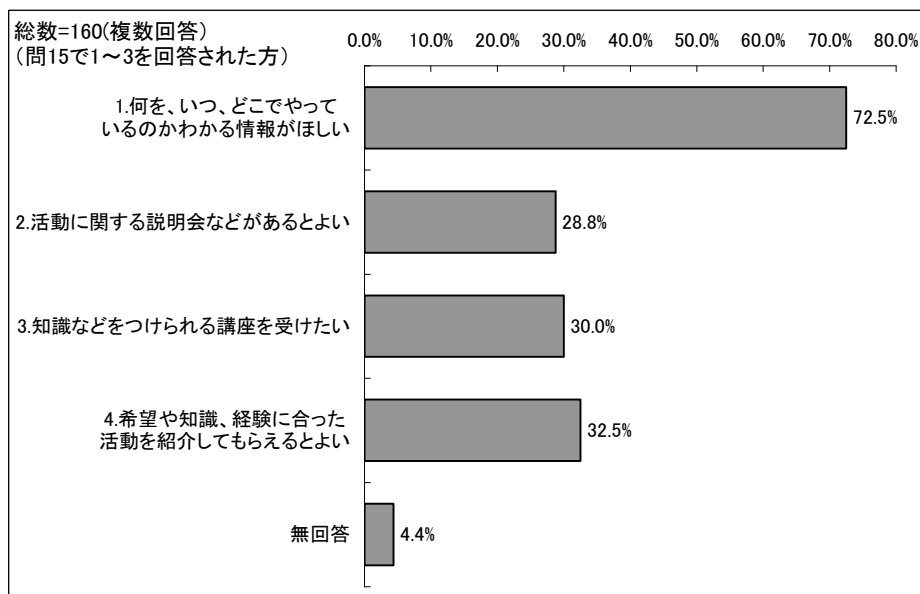
問 16. 問 15 で 1～3 と答えた方におたずねします。今後、どのような食育に関するボランティア活動に参加してみたいと思いますか。(〇は3つまで)

食育に関して参加したいボランティア活動は、「生活習慣病予防などのための料理教室」(43.1%)が最も多く、次いで「食生活の改善に関する活動」(37.5%)となっています。



問 17. 問 15 で 1～3 と答えた方におたずねします。食育に関するボランティア活動などに、どのようにすればより参加しやすくなると思いますか。(〇はいくつでも)

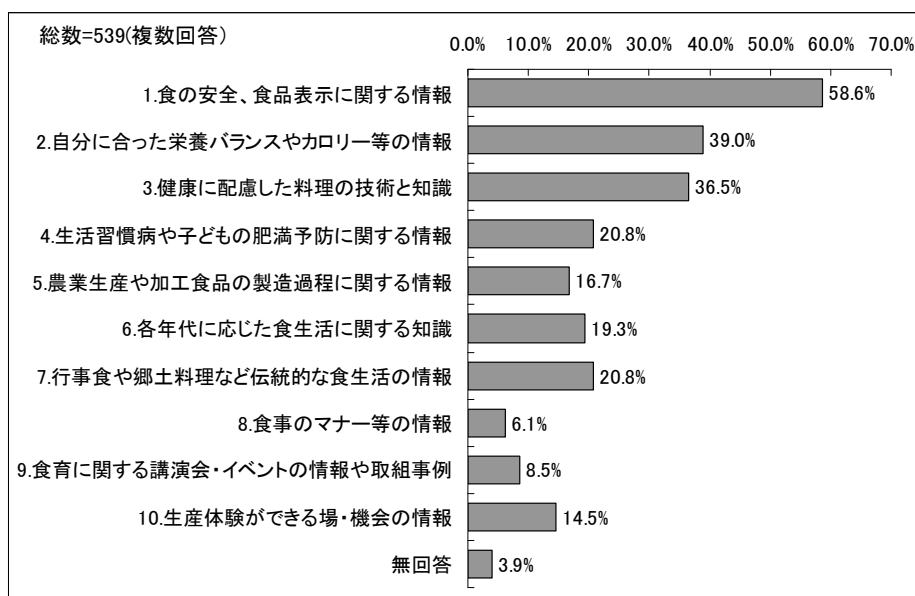
食育に関するボランティア活動に参加しやすくなるためには、「何を、いつ、どこでやっているのかわかる情報がほしい」(72.5%)という回答が最も多く、次いで「希望や知識、経験に合った活動を紹介してもらえるとよい」(32.5%)、「知識などをつけられる講座を受けたい」(30.0%)となっています。



⑥食に関して求める情報・各主体の取組に期待すること

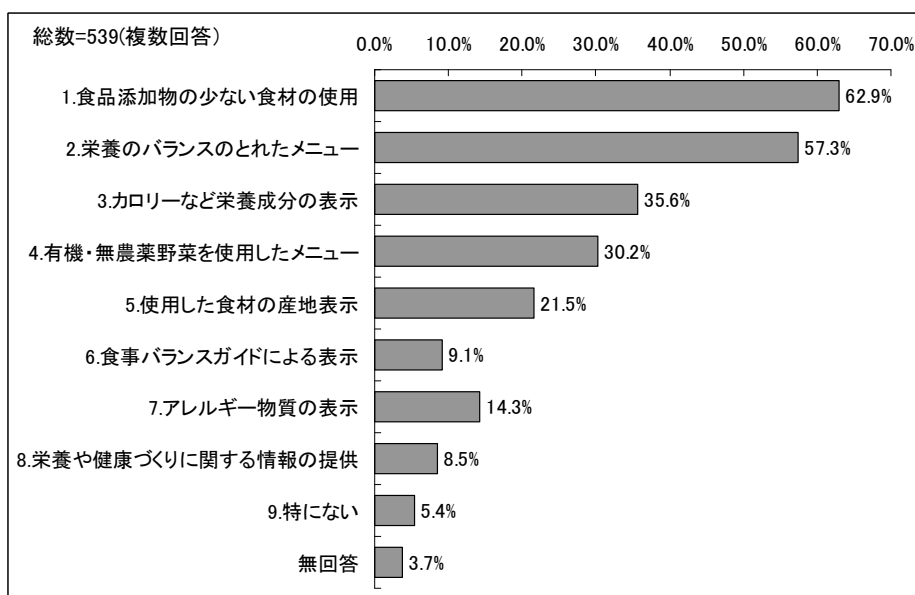
問 18. 健全で豊かな食生活を送るために、今後、どういう情報を知りたいですか。(〇は3つまで)

豊かな食生活のために知りたい情報としては、「食の安全、食品表示に関する情報」(58.6%)が最も多く、次いで「自分に合った栄養バランスやカロリー等の情報」(39.0%)、「健康に配慮した料理の技術と知識」(36.5%)となっています。



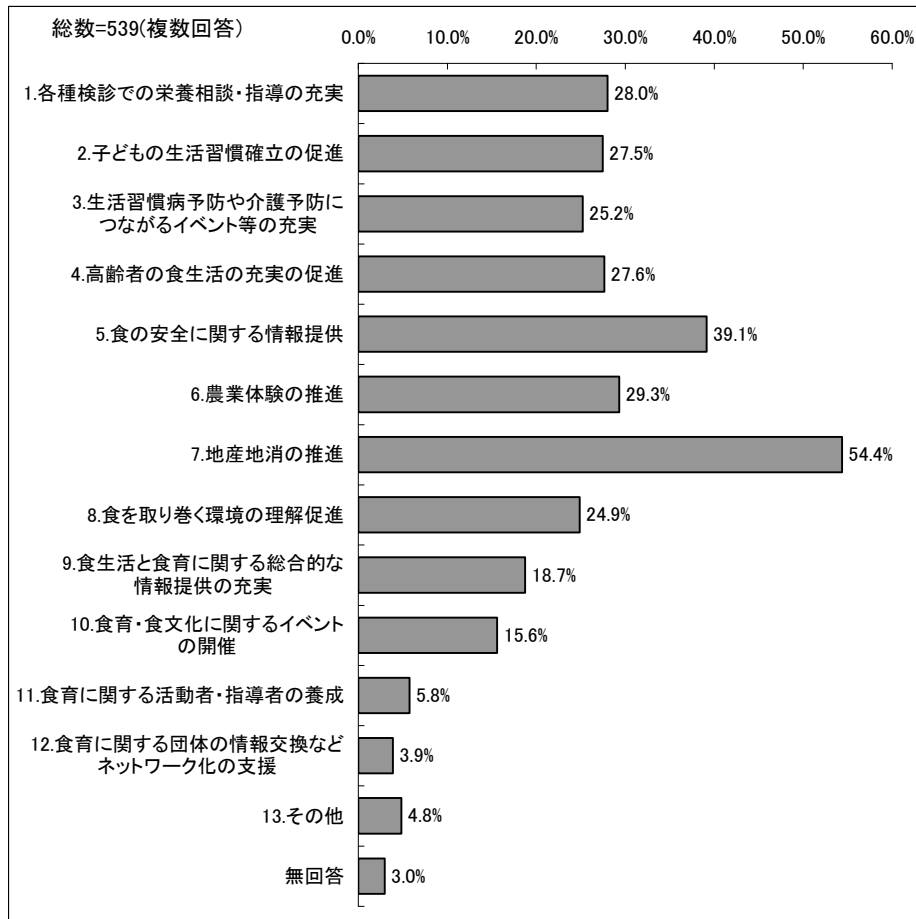
問 19. 飲食店やレストラン、職場の給食施設や食堂などに、食生活の改善や食育推進のため、どのようなことを望みますか。(〇は3つまで)

飲食店等に対して期待する取組としては、「食品添加物の少ない食材の使用」(62.9%)が最も多く、次いで「栄養のバランスのとれたメニュー」(57.3%)、「カロリーなど栄養成分の表示」(35.6%)となっています。



問 20. 健全で豊かな食生活の実現に向けて、食育を推進するために、市にどのようなことに重点的に取り組んでほしいですか。（〇は5つまで）

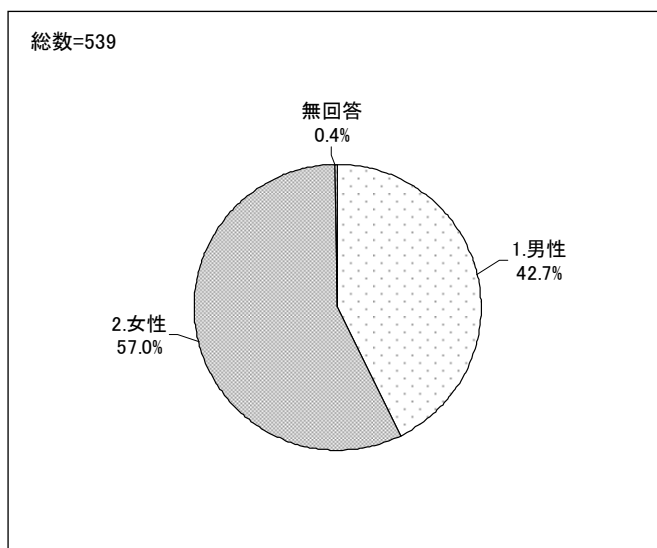
市に重点的に取り組んでほしいこととしては、「地産地消の推進」(54.4%)が最も多く、次いで「食の安全に関する情報提供」(39.1%)、「農業体験の推進」(29.3%)となっています。



⑦回答者の属性

属性1. あなたの性別をお答えください。

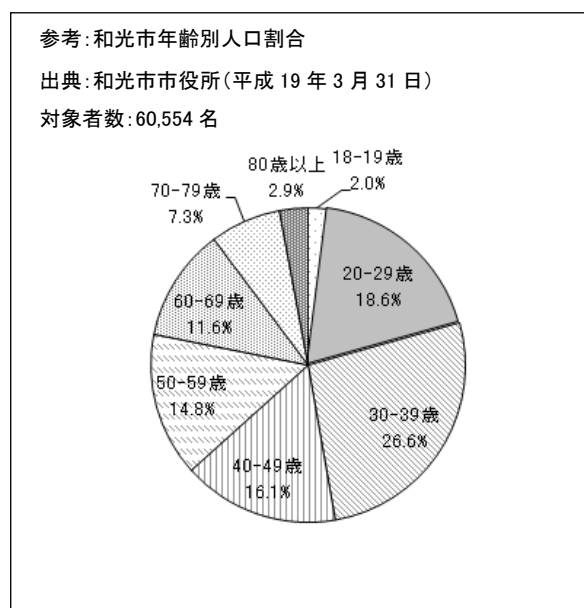
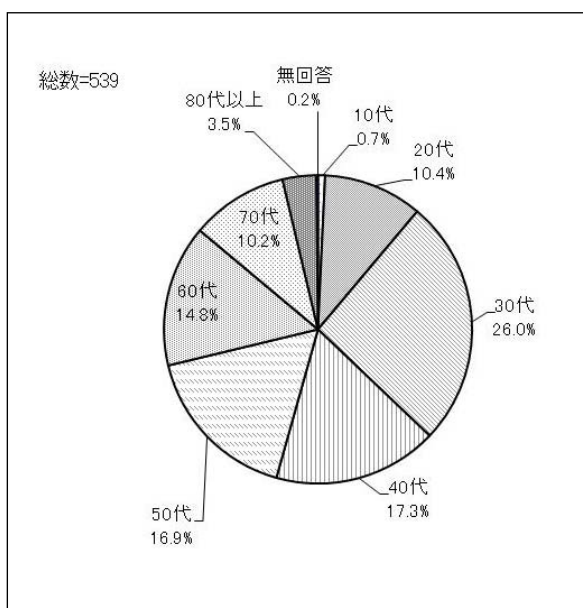
回答者の性別は、男性が42.7%、女性が57.0%となっています。



属性2. あなたの年齢をお答えください。

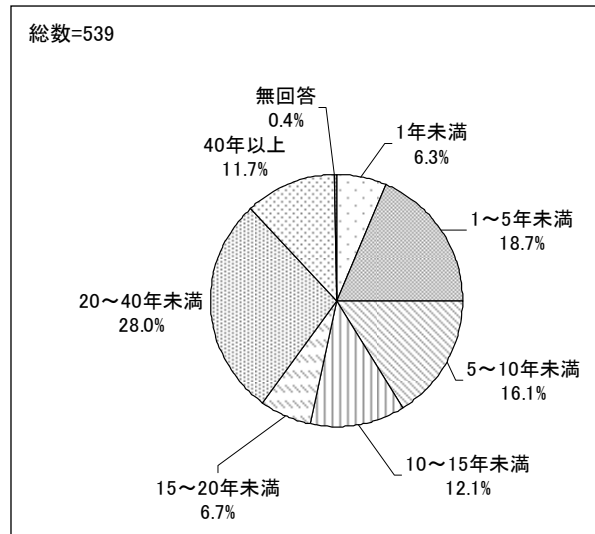
年齢は、30代(26.0%)が最も多く、次いで40代(17.3%)、50代(16.9%)、60代(14.8%)となっています。

なお、アンケート回答者の構成をみると、和光市年齢別人口割合とほぼ同じ割合となっています。



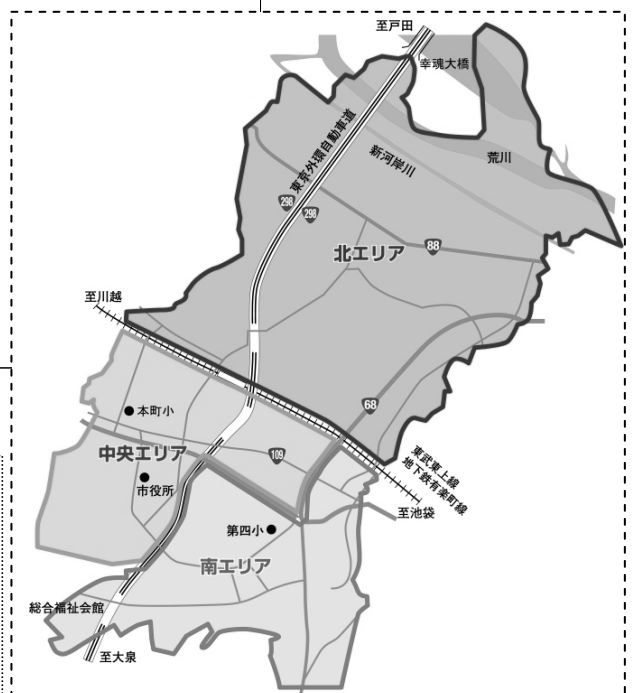
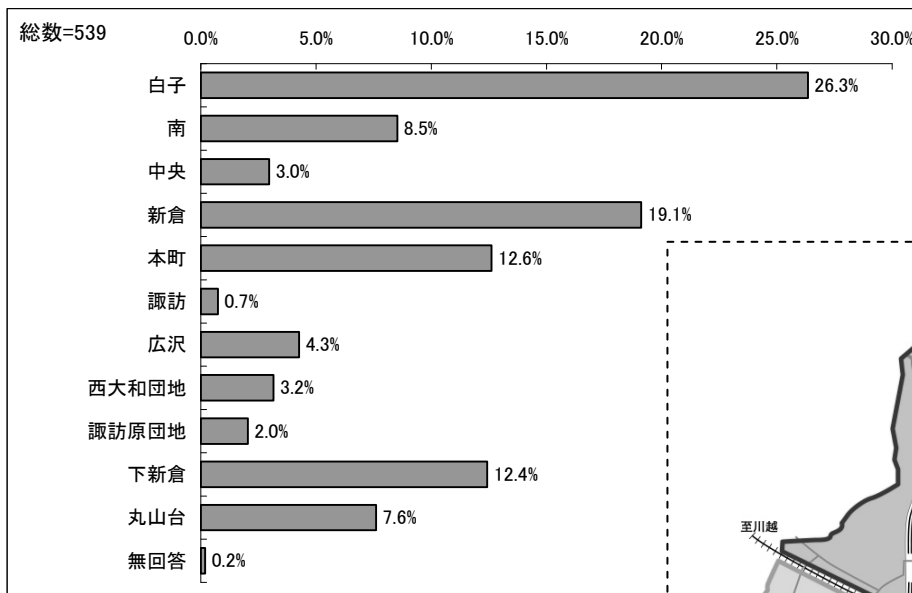
属性3. 和光市内における在住年数をお答えください。

和光市における在住年数は、「20~40年未満」(28.0%)が最も多く、次いで「1~5年未満」(18.7%)、「5~10年未満」(16.1%)となっています。



属性4. お住まいの地区はどこですか。

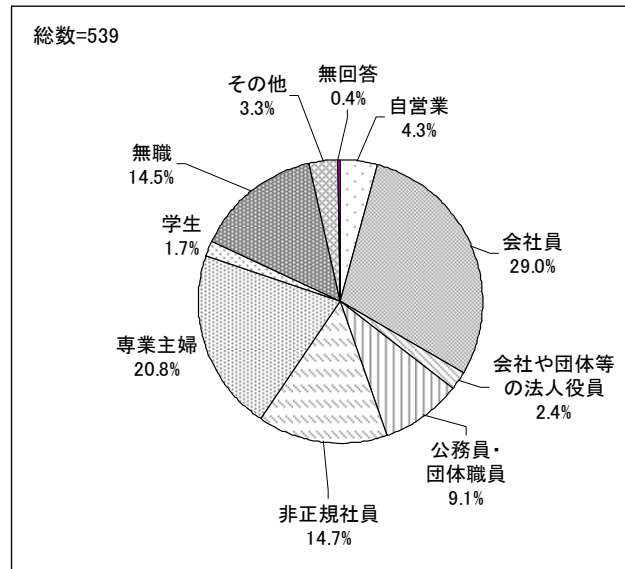
住んでいる地区は、「白子」(26.3%)、「新倉」(19.1%)が特に多く、次いで「本町」(12.6%)、「下新倉」(12.4%)、となっています。



参考:長寿あんしんプラン グランドデザイン エリア図
 北:白子、新倉、下新倉
 中央:中央、本町、広沢、丸山台
 南:南、諏訪、西大和団地、諏訪原団地

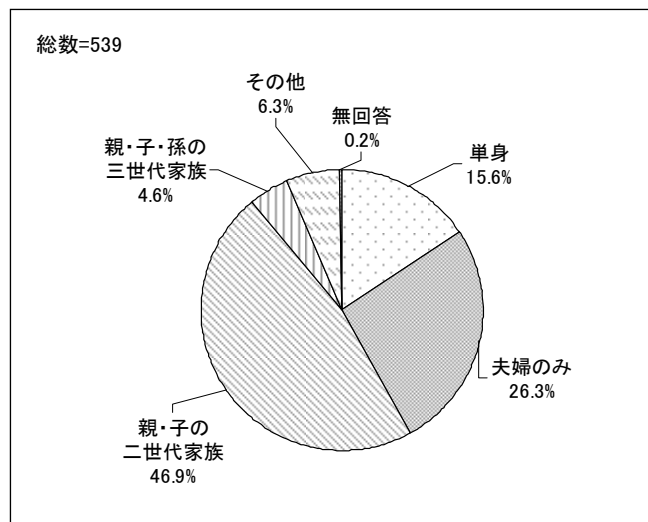
属性5. ご職業は何ですか。

職業は、「会社員」(29.0%)が最も多く、次いで「専業主婦」(20.8%)、「非正規社員」(14.7%)となっています。



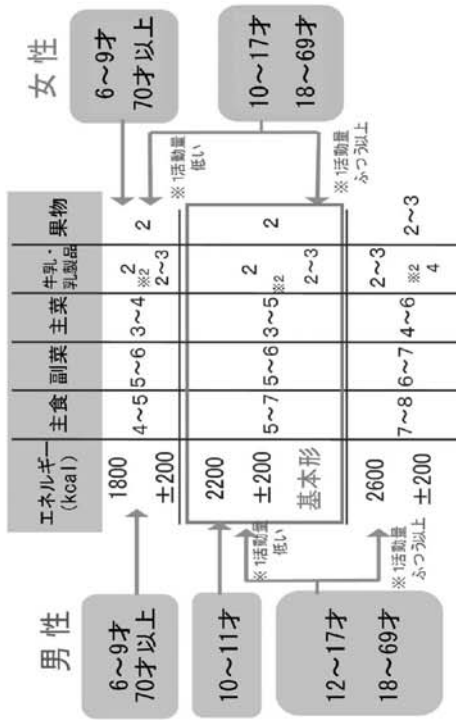
属性6. ご家族の構成についてお答えください。

家族構成は、「親・子の二世世代家族」(46.9%)が最も多くほぼ半数を占め、次いで「夫婦のみ」(26.3%)、「単身」(15.6%)となっています。



あなたの適量をチェック!

何をどれだけ食べたらかいはいかは性別や年齢によって違います。まずはあなたの「適量」をチェック!



※1 活動量の見方

「低い」：1日中座っていることがほとんど
「ふつう」：座り仕事を中心だが、歩行・軽いスポーツ等を5時間程度は行う

さらに強い運動や労働を行っている人は、適宜調整が必要です。

※2 学校給食を含めた子ども向け摂取目安について

成長期に特に必要なカルシウムを十分にとるためにも、牛乳・乳製品の適量は少し幅を持たせて1日2~3つ(SV)、「基本形」よりもエネルギー量が大きい場合は、4つ(SV)程度までを目安にするのが適当です。

上のチャートで調べたあなたの適量を記入してみましょう!

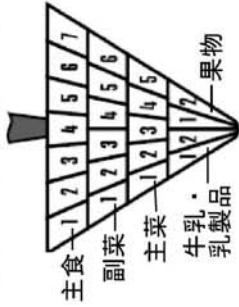
エネルギー	主食	副菜	主菜	牛乳・乳製品	果物
kcal	つ (SV)	つ (SV)	つ (SV)	つ (SV)	つ (SV)

「食事バランスガイド」であなたの食生活をチェック!

あなたが食べた食事が「いくつ」になるか記入してみてください。自分の食生活の過不足が診断できます。

	食べたものを書き出してみよう	主食	副菜	主菜	牛乳・乳製品	果物
朝食						
昼食						
夕食						
間食と夜食						
今日の合計						
今日の合計は「適量」に比べてどうでしたか?		多かった ちょうどよかった 少なかった	多かった ちょうどよかった 少なかった	多かった ちょうどよかった 少なかった	多かった ちょうどよかった 少なかった	多かった ちょうどよかった 少なかった
今日の菓子・嗜好飲料は200kcal以内でしたか?		はい・いいえ				

※各料理グループごとに左からコマをめぐりつぶしてみましょう。



※食べ過ぎたグループは次の日控えめにするなどして、複数の日でバランスをとってみましょう!
※定期的に体重や腹囲をチェックしてみてください!

4 活動団体対象のワークショップ結果

(1) 目的

食育に関連する様々な活動・事業等の取組を行っている団体・事業者を対象に、市民の抱えている課題や、活動・事業による成果と進める上での課題等について、グループで話し合いを行い、今後の取組アイディアを検討した結果を、計画策定に反映することを目的とした。

(2) 実施概要

①日 時 平成21年10月16日(金) 午前10時~12時

②場 所 和光市総合福祉会館(ゆめあい和光) 3階 共同利用室

③実施方法と内容

事前に「食と食育についてのご意見シート」を配布し、下記の項目について意見を提出いただいた。

当日はシートを共有しつつ、3グループに分かれて検討を行った。

- 食や食育に関する取組・活動の【現状】
- 取組・活動を進める上での【課題】
- 取組・活動を通じて【目指すもの】
- 目指すものを実現するための【取組方法】

④参加団体・事業者

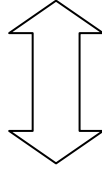
	所属	グループ
ワークショップ当日にご参加いただいた団体・事業者	学校教育課	①
	学校教育課	②
	青少年育成推進員会	③
	和光市みなみ保育園	①
	NPO法人わこう子育てネットワーク	②
	社会福祉協議会(広沢保育クラブ)	②
	社会福祉協議会(新倉児童館)	③
	NPO法人ポケットステーション	①
	NPO法人ポケットステーション	②
	NPO法人ポケットステーション	③
	和光市農業後継者倶楽部	③
	食文化研究会	①
	社団法人埼玉県歯科衛生士会朝霞支部	②
	社団法人埼玉県歯科衛生士会朝霞支部	③
	こども福祉課保育担当	③
ご意見シートをご提出いただいた団体・事業者	マート城山	—
	独立行政法人国立病院埼玉病院	—

※参加団体・事業者からいただいた「食と食育についてのご意見シート」をもとに、活動に関する情報を資料5に掲載しています。

1 班の検討結果

【目ざす姿】

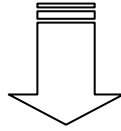
「健康で元気に生きる」ために、自ら判断できる力を育む体験をする



【現状・課題】

- 食育に関する理解～理解ある人が少ない～
 - ・食への理解がないため、公的な予算が得にくい
 - ・親の食に対する関心が低い（添加物を気にしない・十分に朝食を食べさせない・学校で資料をもらっても読まない等）
- 食育に関する活動～場所や情報・マンパワーが不足している～
 - ・活動場所がない
 - ・活動内容を伝える機会がない（学校に打診しても授業時間内で時間を確保できない等）
 - ・広報の機会が少ない
 - ・活動に関する情報（手法や人材等）がない
 - ・活動には労力を要する（学校で畑を作ると、担任に耕作・水やりの負担がかかる等）
- 食育に関する活動支援～活動する人の熱意を支える支援が不十分である～
 - ・経済的支援（予算がつく等）がないと活動が厳しくなる
 - ・活動する人が自ら費用を負担すると、活動が長続きしなくなる
- 食育の推進～まとめ役が不在である～
 - ・色々な情報や人材があっても、有機的につながっていない。
 - ・単独の活動ではなく、地域内で各組織が連携して活動していくべきだ



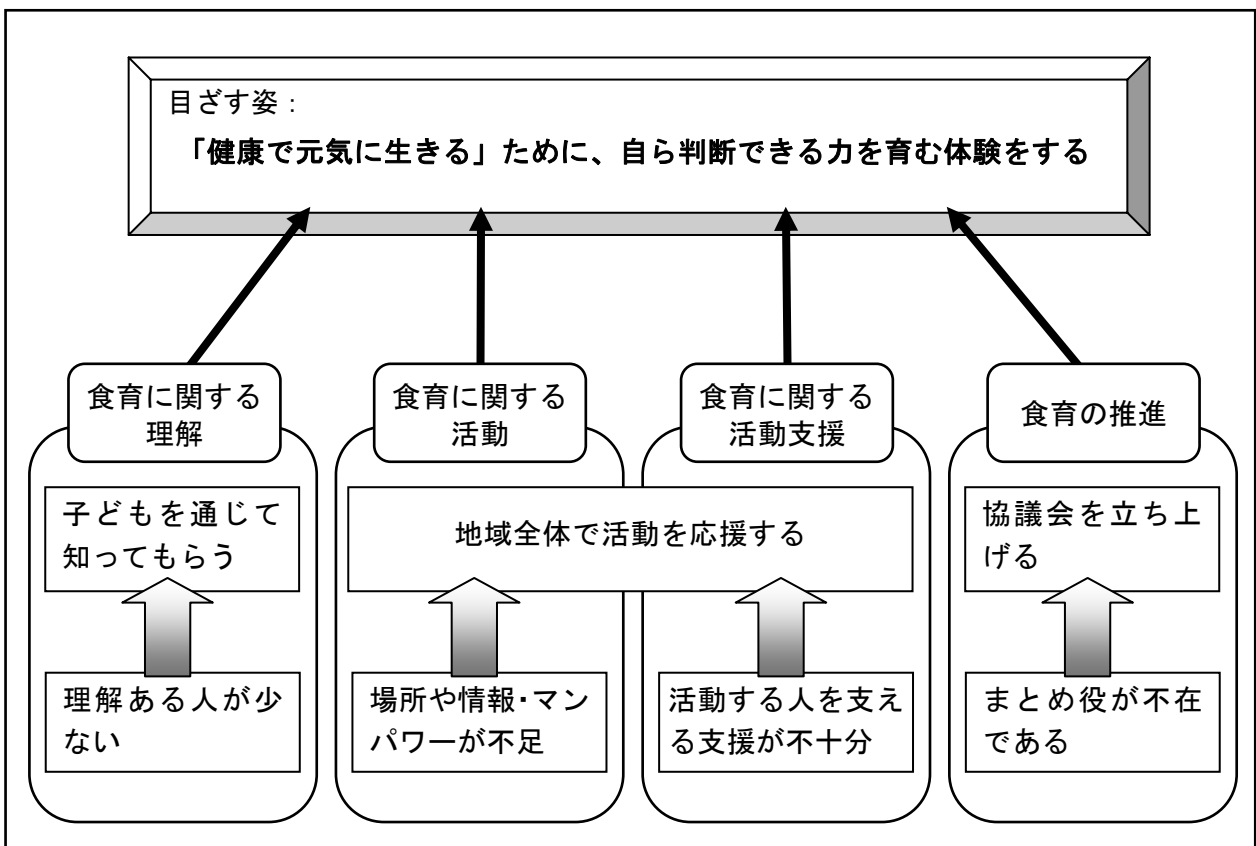


【実現のための取組アイデア】

- 食育に関する理解～子どもを通じて知ってもらう～
 - ・子どもへの食育を通じて、親や健康な人にも食育を知ってもらう
 - ・自らつくり自ら食べるような体験を通じて、食べ物の安全性を自ら判断できるような学びの機会を設ける
 - ・安心な食材を自分たちの手でつくる活動を通じて、子どもに本物を経験させる

- 食育に関する活動/食育に関する活動の支援～地域全体で活動を応援する～
 - ・活動に対して、地域が無理のない範囲で応援する。地域の活性化にもつながる
 - ・栽培や栄養に関して知識を持った人が、支援できるようにする
 - ・支援者には、感謝（交通費とお昼代を出す等）をする
 - ・家にひきこもりがちな男性や高齢者が、力を発揮し役に立つことで、いきいきできる場になるように工夫する

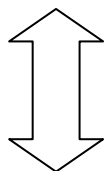
- 食育の推進～協議会を立ち上げる～
 - ・色々な情報や人材を有機的につなぐための協議会を立ち上げる



2 班の検討結果

【目ざす姿】

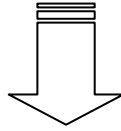
正しい食生活の浸透と親の意識づくり



【現状・課題】

- 食のあり方～内容や食べ方に問題がある～
 - ・ 三食きちんと食べていない
 - ・ 食事をとっていても、内容に問題がある
 - ・ 朝食の内容に問題がある
 - ・ 夕食時間が遅くなってしまふ
 - ・ 五感を使い、ゆっくりかんで食べることが大切だ
 - ・ 好き嫌が多い
 - ・ 嫌いなものを食べてみる工夫が足りない
 - ・ 一人暮らしの人の食生活に、特に問題がある
- 食に関する情報～正しい情報が十分に伝わっていない～
 - ・ 情報が溢れている一方で、どれが正しい情報が分かりにくい
 - ・ テレビの影響力が大きいですが、本来の正しい食のありかたが伝わっていない
 - ・ 外食の食事には、塩分やカロリーの少ないメニューが充実していない
 - ・ 食品添加物の害について十分な情報提供がほしい
 - ・ 噛みごたえのある食品や、その調理方法について知られていない
 - ・ 忙しく働く人を対象にした、食育・栄養に関する情報がほしい
- 子どもの食生活～食がおろそかになっている～
 - ・ 現代の子どもは忙しい生活をしており、食がおろそかになる
 - ・ 子どもの食習慣は家庭環境で決まってしまうため、親の意識づくりが重要となる
 - ・ 体に良い手づくりのおやつが大切である
 - ・ 学校の調理設備や調理器具が不足している
- 食を取り巻く状況～コンビニやファーストフードの影響が大きい～
 - ・ コンビニやスーパーなどで、いつでもどこでも簡単に食べ物が手に入る状態にある
 - ・ 手軽で安いファーストフードが、食生活に影響を及ぼしている





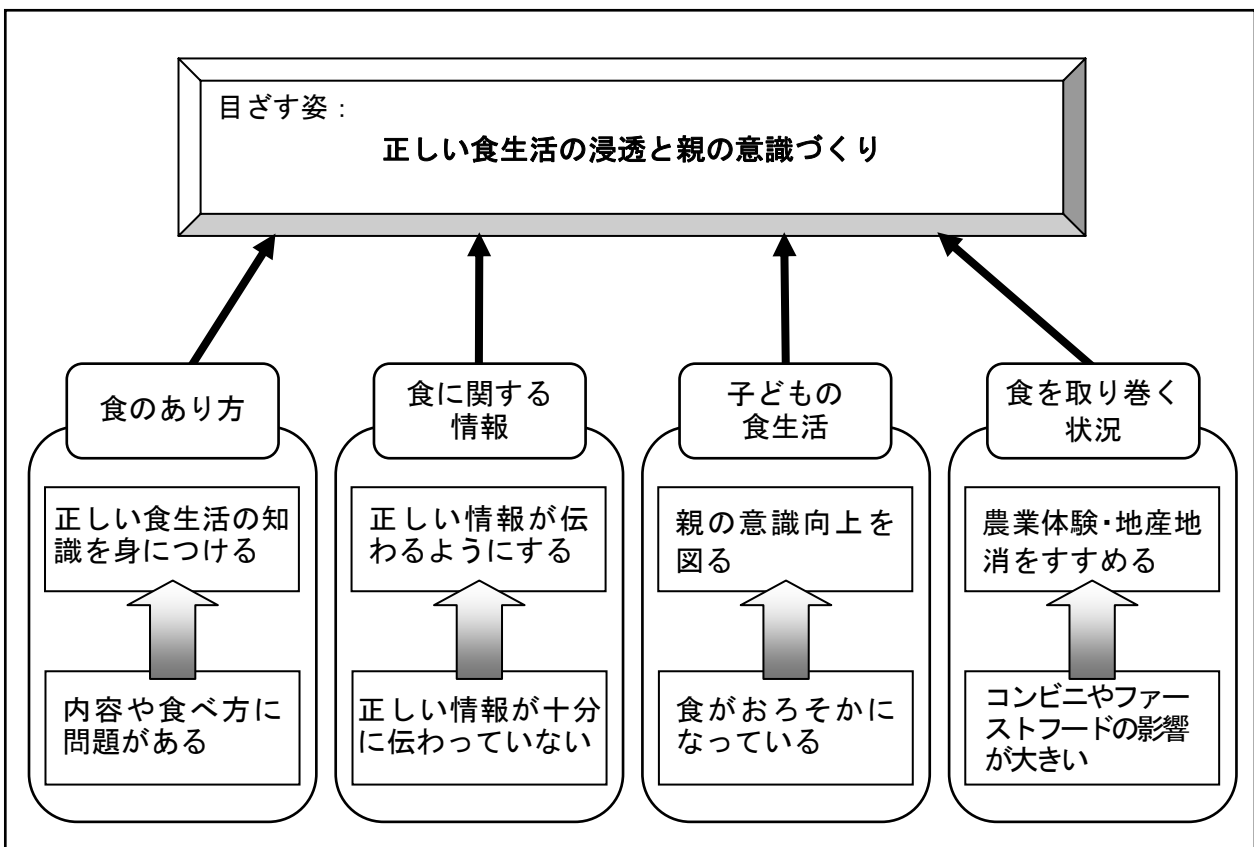
【実現のための取組アイデア】

- 食のあり方～正しい食生活のための知識を身につける～
 - ・子どものころから正しい知識を学び、食の基本的な知識が身につくようにする
 - ・「安心安全な食材を使った料理」・「気軽につくれる簡単な料理」・「地域の人と交流しながらの調理」など、楽しくてためになる学びの機会を設ける

- 食に関する情報～正しい情報が十分に伝わるようにする～
 - ・外食や弁当等のカロリーや塩分等の表示をすすめる

- 子どもの食生活～親の意識向上を図る～
 - ・「食育」というと敷居が高くなるので、「普段の生活の中から少しずつできること」を念頭に、無理なく意識向上を図る
 - ・親子で調理実習ができる機会を設ける
 - ・学校で、親を対象にした食の意識啓発を行う

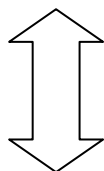
- 食を取り巻く状況～農業体験・地産地消をすすめる～
 - ・農業体験を通じて、食への関心を高める
 - ・その地域で旬の時期に取れる食材を使い、地産地消をすすめる



3 班の検討結果

【目ざす姿】

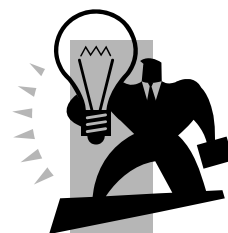
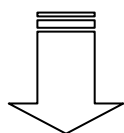
家庭・学校・地域などの枠を超えた連携による食育推進の実現



【現状・課題】

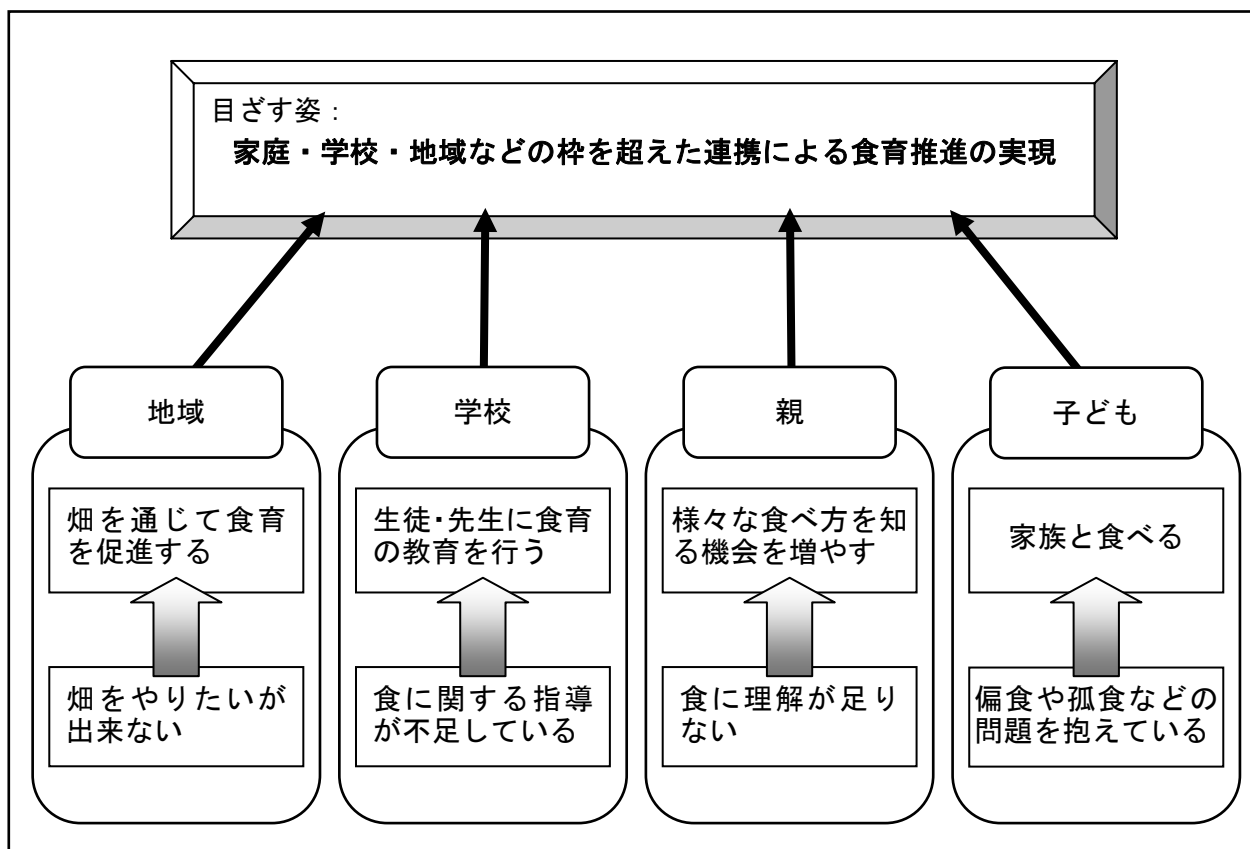
- 子ども～偏食や孤食などの問題を抱えている～
 - ・食べ残しが多い
 - ・好きなものだけ食べる
 - ・一人で食べる（家族と食べることができない）
 - ・食事の時間が不規則になる
 - ・色々なおかずを食べることができない
- 親～食に理解が足りない～
 - ・子どもの食に関心がない
 - ・正しい食生活に対する知識・理解が足りない
 - ・野菜に関する知識が足りない（旬・野菜の育ち方・種類の見分け方・調理方法等）
 - ・栄養の偏りを補うためにサプリメントを使うという発想がみられる
 - ・子どもよりも、親に対して食に対する理解を深めさせることが難しい
- 学校～食に関する指導が不足している～
 - ・先生に、食育や食事に関する知識が不足している
 - ・サプリメントを摂る習慣が広がっている
 - ・先生の指導次第で、生徒の食事（食べ残しの量など）が左右される
- 地域～畑をやりたいが出来ない～
 - ・畑で菜園をつくりたいが、土地を借りることができない。また、菜園をする場合は鳥害が問題になる
 - ・栽培の指導者がほしい
 - ・市内でとれた野菜をより多様な場（農協以外）でも購入できるようになりたい
- 情報発信～関心のない人にも伝わる工夫が必要～
 - ・一方的な情報発信では伝わりにくい（特に、食に関心のない人に対して）
- 食による健康づくり～予防としての食が実現できていない～
 - ・現在の中高年の食生活が乱れている
 - ・本来は病気になる前の予防として食生活の改善が重要となるが、実際には病気になるまで気がつかない高齢者が多い





【実現のための取組アイディア】

- 子ども～家族と食べる～
 - ・家族で食べる機会を増やす
- 親～様々な食べ方を知る機会を増やす～
 - ・農家から親に、野菜の食べ方（レシピ等）を発信する
 - ・料理教室の参加層を広げる
 - ・多様な食材・調理方法を学ぶ機会を増やす
- 学校～生徒・先生に食育の教育を行う～
 - ・子どものうちから食に関する教育を行う
 - ・先生に食育に関する研修を行う
 - ・学校から子どもに教育し、子どもから親に伝えてもらうことで、食に関心のない親世代も巻き込めるようにする
- 地域～畑を通じて食育を促進する～
 - ・地域の人が、畑で野菜を栽培できる様にする
 - ・市民が農業の知識を持った人材から栽培指導を学べるようなボランティア制度をつくる。また、畑だけでなくプランター栽培の方法なども学べるようにする

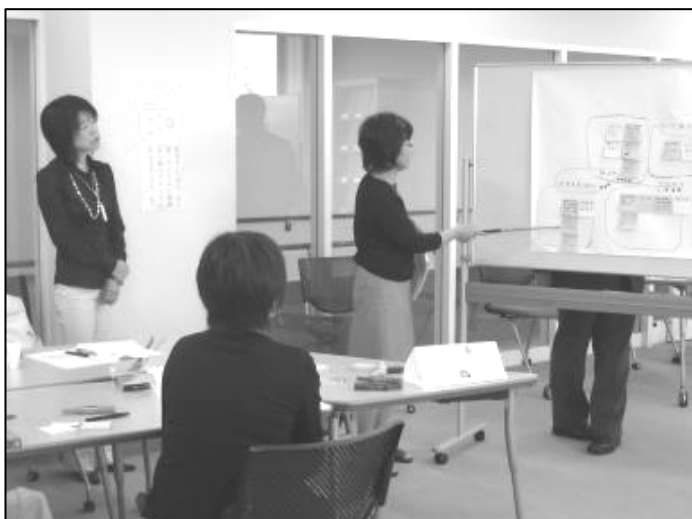


■ワークショップの風景

◇1班



◇2班

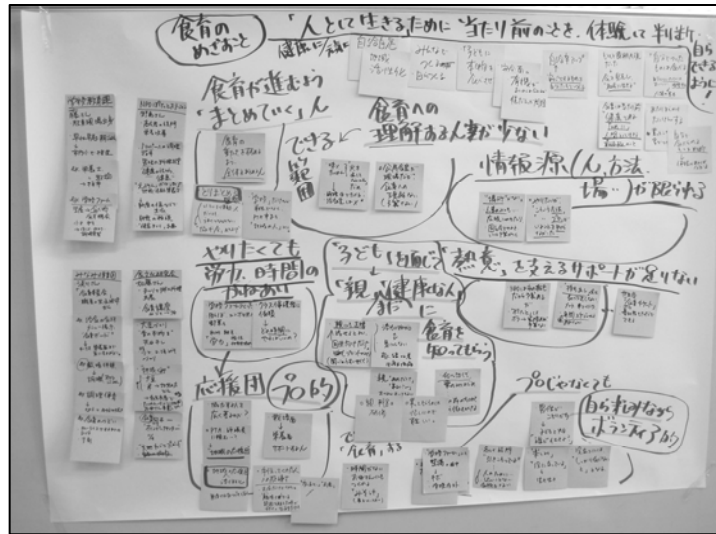


◇3班



■話し合った結果（現状・課題、解決策）

◇1班

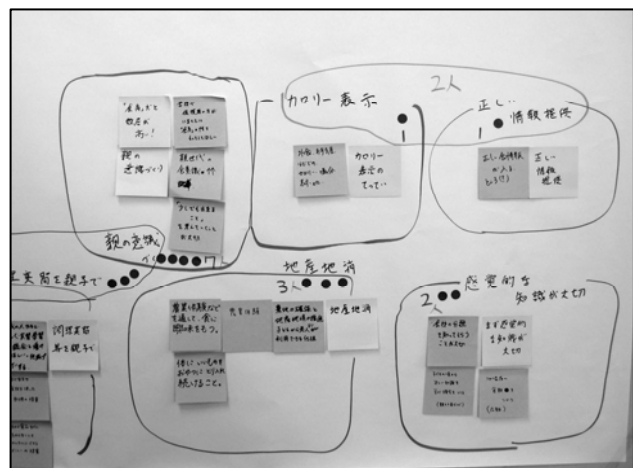


◇2班

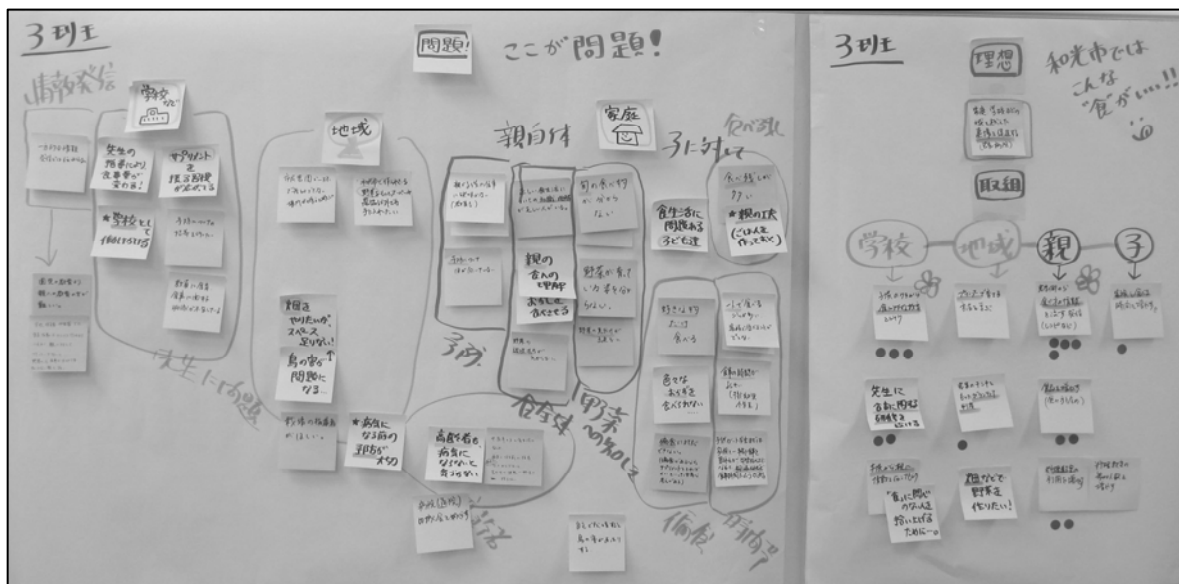
1) 現状・課題



2) 解決策



◇3班



5 和光市内の食育に関連する活動の紹介（例）

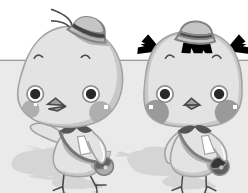
和光市内では様々な食育に関連する活動が行われています。

ここでは、資料4に掲載した、活動団体を対象とするワークショップの開催にあたり「食と食育についてのご意見シート」をご提供いただいた団体について、シートにご記入いただいた活動に関する情報をご紹介します。

和光市みなみ保育園

野菜の栽培や食べることを通して、豊かな心を育むことを目指している。

- ・食育委員の立ち上げ（3年目）。
- ・その日のメニューでどんな食材が使われているか、食育ボード（食材一つ一つを分かりやすいようマグネットでつける）を通して伝える。
- ・野菜等の栽培、収穫をし、野菜が育つ過程を見て、収穫の喜びを知る。
- ・調理保育（段階を踏み、成長をみて行っている）。
- ・食育の集いとして、年1回、食について伝えている（カレーライスができるまでのDVD上映、嫌いなものも食べたら元気になる等）。
- ・ランチルームの設定（4、5歳）。
- ・食育だよりの発行、年3回位（保護者への食に関しての関心を深める）。



NPO法人わこう子育てネットワーク

地産地消や安心で美味しい食を通して、健康に暮らせる環境を自ら考えるきっかけを提供している。また、子育てママを先生に、体にやさしい素材を使ったおやつやパン作りの講座も実施している。

- ・食文化研究会に講師を依頼し、和光市伝統の食文化を教えてもらうとともに、和光市でとれた食材を中心に使って、親子で料理を学ぶ講座を開催している。

社会福祉協議会（広沢保育クラブ）

活動の中で、食の大切さを学ぶ機会を提供している。

- ・地場産の野菜を使った調理を通じて、手作りの喜びを味わう機会を設けている（カレーなど）。
- ・季節感のある体験（じゃがいも掘り）。
- ・旬の果物をふだんのおやつに取り入れている。



社会福祉協議会（新倉児童館）

自分の手で育てた野菜を調理できる、食材について知っている、足りないものを自ら補うことのできるような人を育てることを目指している。

- ・季節の果物を使ったおやつ作り。
- ・行事にちなんだおやつ作り（恵方巻き、団子）。
- ・お弁当作り。



NPO法人ぽけっとステーション

子どもから高齢者まで、健康で過ごしていくために多様な食生活の基本を伝える活動をしている。

- ・高齢者に対する栄養改善事業（訪問指導、集団指導）
- ・ヘルパーさんに対する栄養教室や、男の料理教室等。
- ・健康まつりへの出展。
- ・なお「えびろん（朝霞保健所管内地域活動栄養士会）」の栄養士・管理栄養士の十数名が参加している。えびろんとしての活動は、エプロンシアター（幼稚園・保育園）、栄養相談（児童館等）、朝霞市・志木市・新座市の健康まつりへの出展がある。

和光市農業後継者倶楽部

地元で取れる野菜への理解を広げるため、野菜を育てることへの興味や、地元でとれる野菜を知ってもらい、収穫体験等で野菜に触れてもらう機会を提供している。

- ・市内の農業後継者によって育てられた季節野菜の収穫体験を実施している。(幼稚園・保育園向け)

マート城山

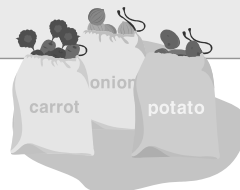
食や農を通じた人間教育・異文化交流を目指している。

- ・和光市産の農産物の販売に力を入れているほか、食育に関する講演・共同研究・試食会・調査等にも取り組んでいる。

食文化研究会

子どもや若い世代に、食文化について興味をもってもらうよう活動をしている。

- ・食育講座を通して、郷土の食文化を次の世代に伝える活動をしている。
- ・幼稚園、保育園、小学校等で食育の実践活動をしている。
- ・市民まつりで、伝統食を紹介している。
- ・休耕地を利用して、大豆、ソバ、ゴマ等を栽培している。



独立行政法人国立病院埼玉病院

疾病の予防と医療費の削減を目指した取組を行っている。

- ・個人指導、集団指導。
- ・地域の診療所からの依頼による個人指導。
- ・健康相談(和光市民まつり)。



社団法人埼玉県歯科衛生士会朝霞支部

食を通して健康で長生きするために、口腔の健康と関連させて「食べ方」からの支援で「噛ミング30(カミングサンマル)」運動や「8020(ハチマルニイマル)」運動を推進している。

- ・学校歯科、幼稚園、保育園、母子保健事業において、食事をよく噛んで食べることの大切さ、おやつを選び方を通し「歯を大切に作る習慣をつけること」を指導している。
- ・成人歯科では、いつまでも自分の歯で美味しく味わってよく噛んで食べられるように「歯を健康に保つ事の大切さ」を指導している。

和光市青少年育成推進会

食べるだけではなく、一緒に調理をする、調理や食事の際に会話を楽しむ環境を作り出すことが重要だと考えている。

- ・和光市青少年育成推進会では、次代を担う青少年が健康で心豊かに成長することを願い、地域に青少年育成運動の趣旨を普及するとともに、望ましい環境づくりを推進するための活動を行っている。青少年をまもる店協力店の拡大、優良図書などの利用宣伝及び有害図書などの追放、地域における青少年健全育成の環境整備、研修会・情報交換会の開催、広報「あひる」発行など。
- ・日頃青少年を取り巻く環境づくりを行う立場から、食事を青少年と一緒にとるようにし、時間の合わない時も一人では食事をさせないようにすることや、日中は仕事などで食事を一緒にすることは難しいが夜の食事の時間だけでも一緒にいるようにすることが、大切であると考えている。

