

# 新居浜市食育推進計画

笑顔輝く! あかがねのまち

\* 元気つくろう! 食力 \*



新居浜市

## はじめに

近年、急激な社会情勢の変化に伴い、ライフスタイルや価値観が多様化する中で、「食」においては、朝食の欠食、脂質の過剰摂取、野菜の摂取不足など、食習慣の乱れや栄養の偏りが、生活習慣病やがんなどの深刻な健康問題を引き起こしています。

また、「食」に対する感謝の気持ちの希薄化や家族で食卓を囲んで共に食事をする共食の機会の減少など様々な問題が生じています。

しかし、「食」は、私たちが未来に向かって生涯を健やかに過ごすための基本であると同時に、次代を担う子どもたちが、豊かな人間性を育み、生きる力を身につけていくために、欠かすことのできないものであります。

新居浜市では、このような「食」の現状を解決し、市民一人ひとりが生涯にわたって健康で豊かな生活を送ることができるように、食育推進の方向性を示す「新居浜市食育推進計画」を策定しました。

本計画は、スローガン「元気つくろう!食力(食事から)」しょくちから しょくじを合言葉に、市民の皆様方と食育関係者が協働して「わたしたちのまち新居浜」をより一層元気にすることを目指すものです。重点目標として「食のバランスを整える」、「正しい生活習慣を身につける」、「食文化を継承し、食環境を整備する」の3つを掲げています。

また、より具体的に市民の皆様方に計画を推進していただけるよう、妊娠期から高齢期までのライフステージに応じて実践目標を設定しておりますので、皆様方にご理解をいただくとともに、積極的な食育推進をお願いいたします。

最後に本計画の策定にあたり、多大なご尽力をいただきました、新居浜市健康都市づくり推進協議会委員の皆様をはじめ、貴重なご意見・ご提言をいただきました多くの市民の皆様方に心から感謝を申し上げます。

平成24年1月

新居浜市長 佐々木 龍



## 目 次

第1章 計画の基本的な考え方	2
第2章 食育の推進目標	5
第3章 ライフステージに応じた食育の推進	
1 ライフステージの特徴	7
2 ライフステージ別の現状と課題	8
3 食育推進の具体的な取組	
(1) 一人ひとりの取組	10
(2) 行政の取組	12
(3) 地域の取組	13
(4) 保育園・幼稚園・学校の取組	14
(5) 団体・生産者・事業者・企業の取組	15
参考資料	
1 食をめぐる現状	
(1) 保健統計、各種アンケート調査	16
(2) 聞き取り調査	24
2 新居浜市の食をめぐる取組	26
3 策定の経緯	27
4 新居浜市健康都市づくり推進協議会委員名簿	28
5 用語解説	29
本文中に※を付した用語について五十音順で解説しています。	
6 生活習慣病やがんを予防する生活チェック	33
7 新居浜市の郷土料理	34

# 第1章 計画の基本的な考え方 .....

## 1 計画の趣旨

近年、少子高齢化・情報化の進展などで、社会情勢が目まぐるしく変化し、家庭環境やライフスタイル※、価値観等が多様化・複雑化しています。それに伴い、健全な食生活が維持されず、食事バランスの偏りや食習慣の乱れなど、肥満や生活習慣病※の増加等の問題が生じています。

さらに、家族で食卓を囲んで共に食事をする機会（共食※）の減少に伴うコミュニケーション不足や食事マナーの問題、日本型食生活※や食文化の継承問題など食にまつわる多数の問題が顕在化しています。

そのような食環境の中、市民一人ひとりが食の大切さを認識し、食育※の意義や必要性を理解し、心身の健康と豊かな人間性、自然への感謝の気持ちを育み、次世代へつないでいくために食育の推進が必要となっています。

新居浜市では、市民一人ひとりが食に関する知識と選択する力を養い、正しい生活習慣を身につけられるよう、市民の皆様と協働で、総合的、効果的に食育を進める「新居浜市食育推進計画」を策定します。

## 2 計画の基本理念

市民一人ひとりが食に関する知識と選択する力を養い、食べることの大切さを理解することで食力が身につきます。

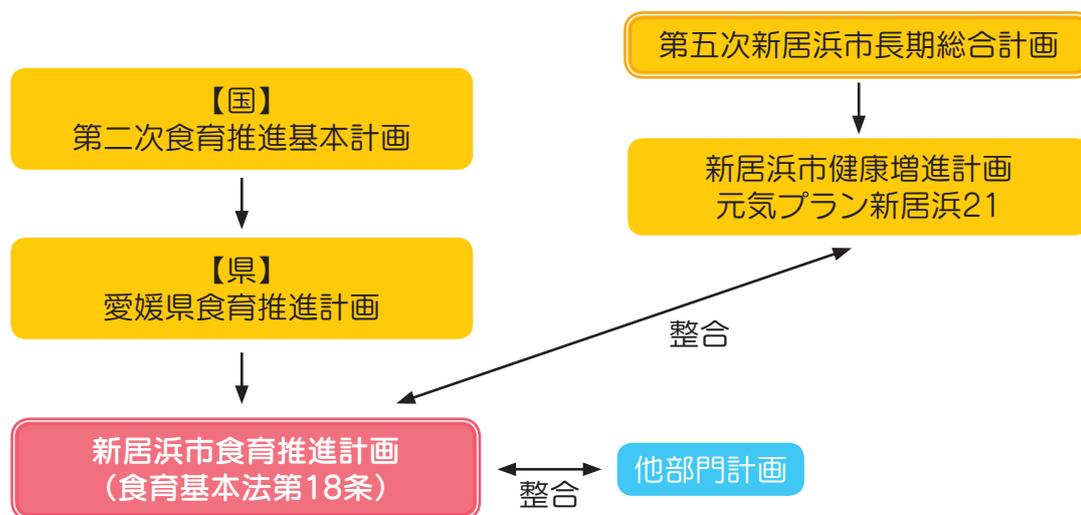
望ましい食生活を実践し、誰もが健康で、生きがいと安心感のある暮らしを実現することにより「わたしたちのまち新居浜」をより一層元気にすることを目指します。

スローガン

しよくぢから しよくじ  
元気つくろう! 食力 (食事から)

「食力」とは、「食事から」という意味と「食に関するあらゆる力」という意味を含んだ造語です。

### ③ 計画の位置づけ



### ④ 計画の期間



計画期間は、平成23年度を初年度とし、目標年次を平成29年度としますが、この計画期間内であっても、国や県の上位計画や社会情勢の変化を踏まえ、必要に応じて見直しを行うこととします。

### ⑤ 計画の推進体制

健全で豊かな食生活を実現するためには、子どもの頃から心身の発達に資する望ましい食習慣を形成していくことが重要となります。成人や高齢者においては、健康に生活するために、食生活を改善して生活習慣病の予防を図ることが更に重要になるとともに地域の伝統的な食文化を継承するなど社会的な役割も期待されます。

このように、それぞれのライフステージ※に応じて食育として取り組むべき内容は変化していくものであるため、妊娠期から高齢期まで間断なく、それぞれの食に関わる生活上の場面を通じて食育を推進していきます。

また、ライフステージごとの取り組みとともに、市民が主役となり、市民自らが家庭で食育に取り組むことが重要で、より効果的に推進するために、地域(各種団体)、学校・保育園・幼稚園、生産者・事業者・企業、行政が様々な分野において、協働してその取り組みを支えることが必要です。

この計画は、市の関係部局が連携して食育に取り組むため、本計画の進捗状況、目標の達成状況等について、新居浜市健康都市づくり推進協議会※に報告します。

## ⑥ 食育推進体制図



## 第2章 食育の推進目標 .....

### 1 食育推進の重点目標

新居浜市における食の現状と課題を踏まえ、市民と行政が一体となった食育を推進していくためには、共通の目標を掲げて取り組む必要があります。生涯にわたって健康で楽しい食生活が送れるよう、重点目標と具体的な実践目標を設定し推進します。

#### 重点目標1 食のバランスを整える

##### 実践目標

- 乳幼児期からいろいろな食べ物を通して、味覚を育てる
- 主食※・主菜※・副菜※をそろえた日本型食生活を実践する
- 間食・夜食を控える

#### 重点目標2 正しい生活習慣を身につける

##### 実践目標

- 早寝・早起き・朝ごはんを実践する
- 子どもの頃から、正しい生活習慣を身につける
- 健康診査(以下健診という)を受け、安全・安心な妊娠を継続し、出産を迎える

#### 重点目標3 食文化を継承し、食環境を整備する

##### 実践目標

- 共食を通して、行事食や郷土料理の伝承を図る
- 食事のマナーを身につけ、食に感謝する心を育む
- 共食の機会を増やし、楽しい食事ができるようにする

## ② 食育推進の目標値

食育の取り組みについて、その成果や達成度を客観的に把握するために、具体的な目標を設定して取り組みます。

指 標	現 状 値	目 標 値	出典
「食育」という言葉を知っている人の割合	男性 25.3%	男性 30.0%	①
	女性 51.4%	女性 70.0%	
30歳代男性が朝食を毎日食べる割合	51.4%	70.0%	①
保育園児を持つ養育者が朝食を毎日食べる割合	75.0%	85.0%	②
小学4年生が朝食を毎日食べる割合	89.0%	100%	③
栄養バランスのとれた食事（主食+主菜+副菜）をしている人の割合	男性 67.3%	男性 75.0%	①
	女性 67.7%	女性 75.0%	
自分の適正体重を認識して体重コントロールを実践する人の割合	男性 54.8%	男性 65.0%	①
	女性 72.9%	女性 85.0%	
食事をゆっくりよくかんで食べている人の割合	男性 20歳代 20.8%	男性 20歳代 30.0%	①
	男性 30歳代 42.9%	男性 30歳代 50.0%	
一日一食以上家族と食事を食べる人の割合	84.2%	100%	③
食品を選ぶ際に、愛媛県産を意識する人の割合	58.7%	70.0%	②
学校給食における地元産野菜等を使用する割合	24.0%	40.0%	④

【出典】① 市民アンケート調査 (H19年度健康増進計画中間評価)

② 食生活に関するアンケート調査 (H21年東予地方局地域重点化プログラム：げんき満点食育実践事業)

③ 食生活調査 (H21年愛媛県学校栄養士協議会)

④ 愛媛県教育委員会事務局学校給食課まとめ (H22年)