

# 第三次かごしま市食育推進計画 【案】

鹿 児 島 市

# 《 目 次 》

<b>第 1 章</b>	<b>計画の策定にあたって</b> . . . . .	1
1	策定の趣旨 . . . . .	1
2	計画の位置づけ . . . . .	2
3	計画期間 . . . . .	2
<b>第 2 章</b>	<b>市民意識調査の結果からみえる 本市の食育に関する現状</b> . . . . .	3
1	食育に関する市民意識調査の概要 . . . . .	3
2	現状 . . . . .	4
<b>第 3 章</b>	<b>第二次かごしま市食育推進計画における 評価</b> . . . . .	15
1	目標項目に対する評価 . . . . .	15
2	目標値一覧 . . . . .	24
<b>第 4 章</b>	<b>計画の基本理念等</b> . . . . .	25
1	基本理念 . . . . .	25
2	基本目標 . . . . .	25
3	施策の体系 . . . . .	26
<b>第 5 章</b>	<b>施策の展開</b> . . . . .	27
1	基本目標別の取組 . . . . .	27
	基本目標 1	
	「食」について幅広い知識を身に付けよう！ . . . . .	27
	(1) 食育の意識啓発 . . . . .	27
	(2) 健全な食生活の推進 . . . . .	29
	(3) 安全・安心な食生活の推進 . . . . .	30
	基本目標 2	
	ライフスタイルに応じた食育に取り組もう！ . . . . .	32
	(1) 家庭における食育の推進 . . . . .	32
	(2) 学校・地域社会における食育の推進 . . . . .	34
	(3) 健康寿命の延伸につながる食育の推進 . . . . .	35

基本目標 3

食の循環や環境を考えよう！	37
(1) 地産地消及び農林漁業体験の推進	37
(2) 食文化継承に関する取組の推進	38
(3) 環境に配慮した食育の推進	39
2 鹿児島市の主な事業等一覧	41

第6章 計画の数値目標	44
-------------	----

第7章 計画の推進体制	45
-------------	----

(注)本書の元号については、本計画策定時点のものを使用しております。

# 第1章 計画の策定にあたって

## 1. 策定の趣旨

近年のライフスタイルの多様化に伴い、「食」をめぐる環境が変化し、栄養の偏り、肥満や生活習慣病<sup>※①</sup>の増加等の問題が生じている中、国は平成17年7月に「食育基本法」を施行しました。この食育基本法では、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。

本市では、平成21年3月に「かごしま市食育推進計画(平成21年～25年度)」、平成26年3月には「第二次かごしま市食育推進計画(平成26年～30年度)」(以下「第二次計画」という。)を策定し、恵まれた自然環境と豊かな食材を有する特性を生かして、家庭や地域、保育所・幼稚園・小中学校等、また食料の生産者など食に関わる関係機関・団体等と連携して食育の推進に取り組んできました。

この第二次計画の計画期間が終了することから、これまでの進捗状況や本市の食をめぐる現状、課題等を踏まえ、「第三次かごしま市食育推進計画」(以下「第三次計画」という。)を策定するものです。

第三次計画では、「食を通じて、健康で生き生きと生活できる活力あるかごしま市の実現」という第二次計画の基本理念を引き継ぎ、新たに3つの基本目標を掲げました。市民一人ひとりが「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、心身の健康を増進する健全な食生活を実践し、また、「食」について感謝の念や理解が深まることを目指しています。

また、基本方針ごとに市の取組に加え、市民の取組を設定し、食育に関する施策を市民と一体となって推進することとしています。

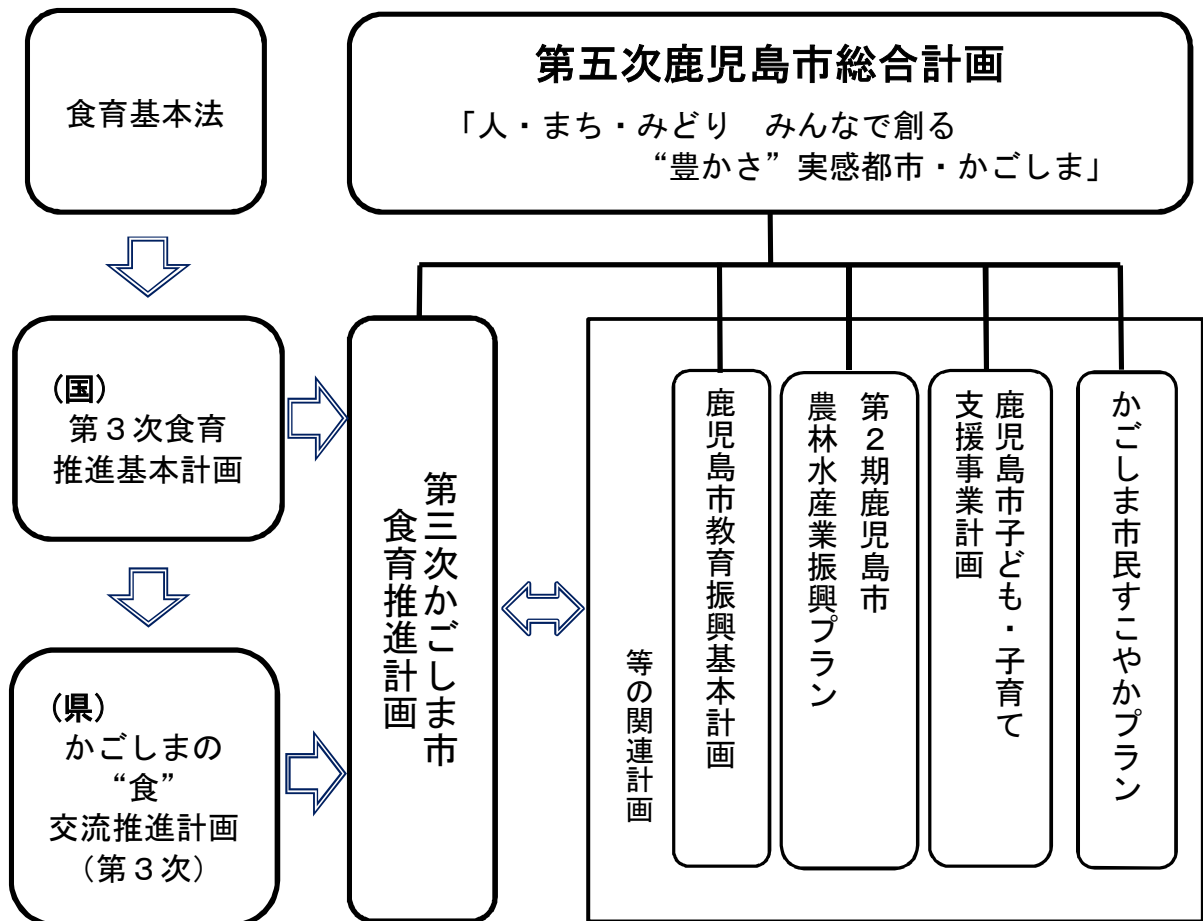
---

※①生活習慣病：食習慣、運動習慣、休養、喫煙、飲酒等の生活習慣によって、引き起こされる病気の総称。主な生活習慣病にはがん、高血圧、糖尿病、メタボリックシンドロームなどがある。

## 2. 計画の位置づけ

本計画は、食育基本法第18条第1項に基づく市町村食育推進計画であり、本市における食育の推進に関する施策について定めるものです。

また、本市の行財政運営を総合的かつ計画的に進めるための最上位計画である「第五次鹿児島市総合計画」の個別計画として位置づけるとともに、本市関連計画との整合性を図ります。



## 3. 計画期間

計画の期間は、平成31年度から平成33年度までの3年間とします。

なお、状況の変化などが生じた場合には、必要に応じて、計画内容を見直すこととします。

## 第2章 市民意識調査の結果からみえる本市の食育に関する現状

### 1. 食育に関する市民意識調査の概要

「第二次かごしま市食育推進計画」の目標値の達成状況や食育に関する現状、課題を把握し評価を行うとともに、次期食育推進計画策定の基礎資料として活用するために、市民意識調査を実施しました。

#### (1) 調査地域

鹿児島市全域

#### (2) 調査方法

郵送調査

#### (3) 調査期間

平成29年7月31日(月)～9月15日(金)

#### (4) 抽出方法

下記の区分ごとに無作為抽出

#### (5) 調査対象者及び回収結果等

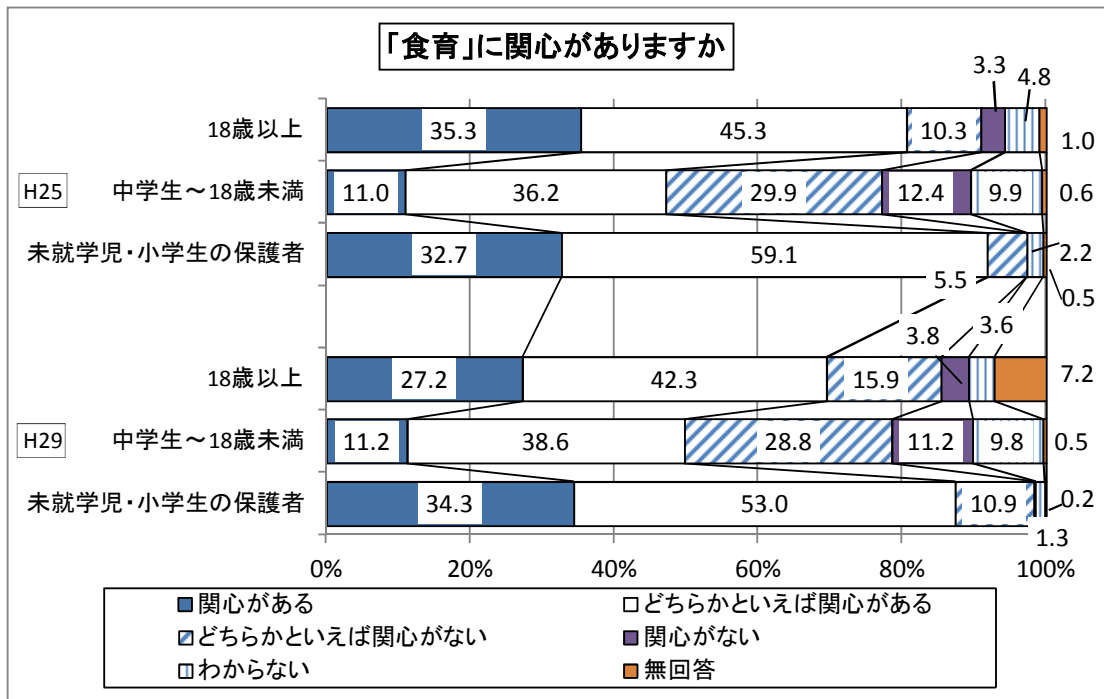
対象者	対象者数	回収数	回収率	記入方法
18歳以上の市民	2,250	1,063	47.2%	自記入式
中学生から18歳未満の市民	500	215	43.0%	自記入式
未就学児・小学生	750	460	61.3%	保護者による回答
合計	3,500	1,738	49.7%	

※市民意識調査結果については、比率はすべて百分比で表し、小数点以下第2位を四捨五入しています。このため、百分比の合計が100%にならないことがあります。また、複数回答の設問は、全ての合計が100%を超えることがあります。

## 2. 現状

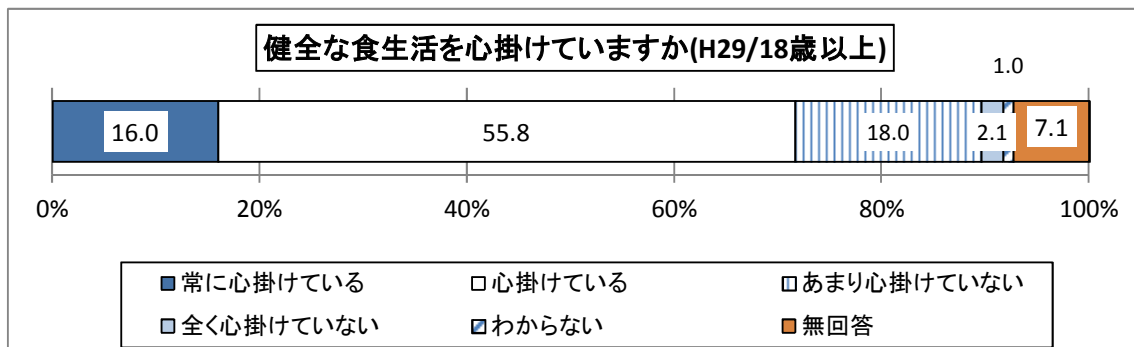
### (1) 食育への関心について

食育に「関心がある」及び「どちらかといえば関心がある」と回答した人の割合は、平成25年度調査(以下「25年度」という。)と比較すると、中学生～18歳未満を除いて減少しています。世代別では、中学生～18歳未満が49.8%と最も低くなっています。



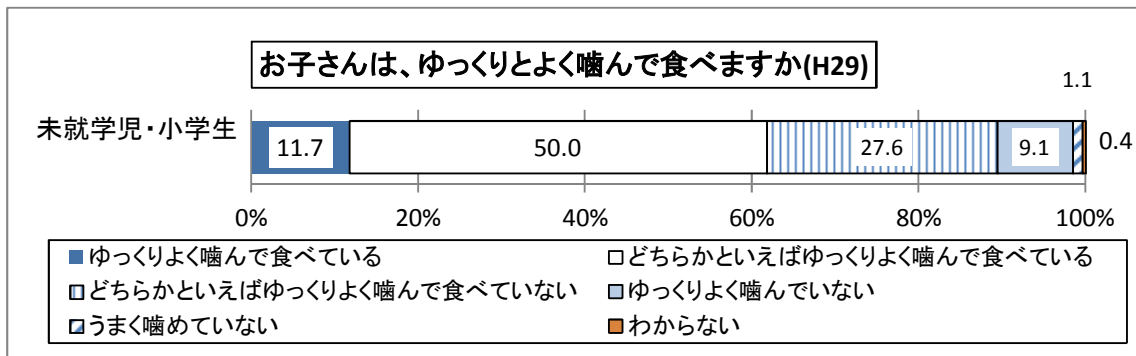
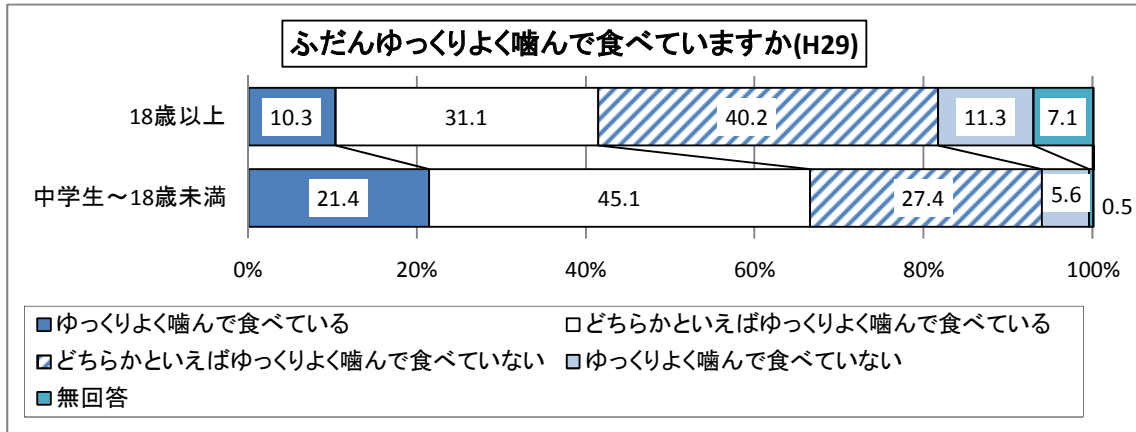
### (2) 健全な食生活の実践について

健全な食生活を「常に心掛けている」及び「心掛けている」と回答した人の割合を合わせると、71.8%となっています。



### (3) 噛むことについて

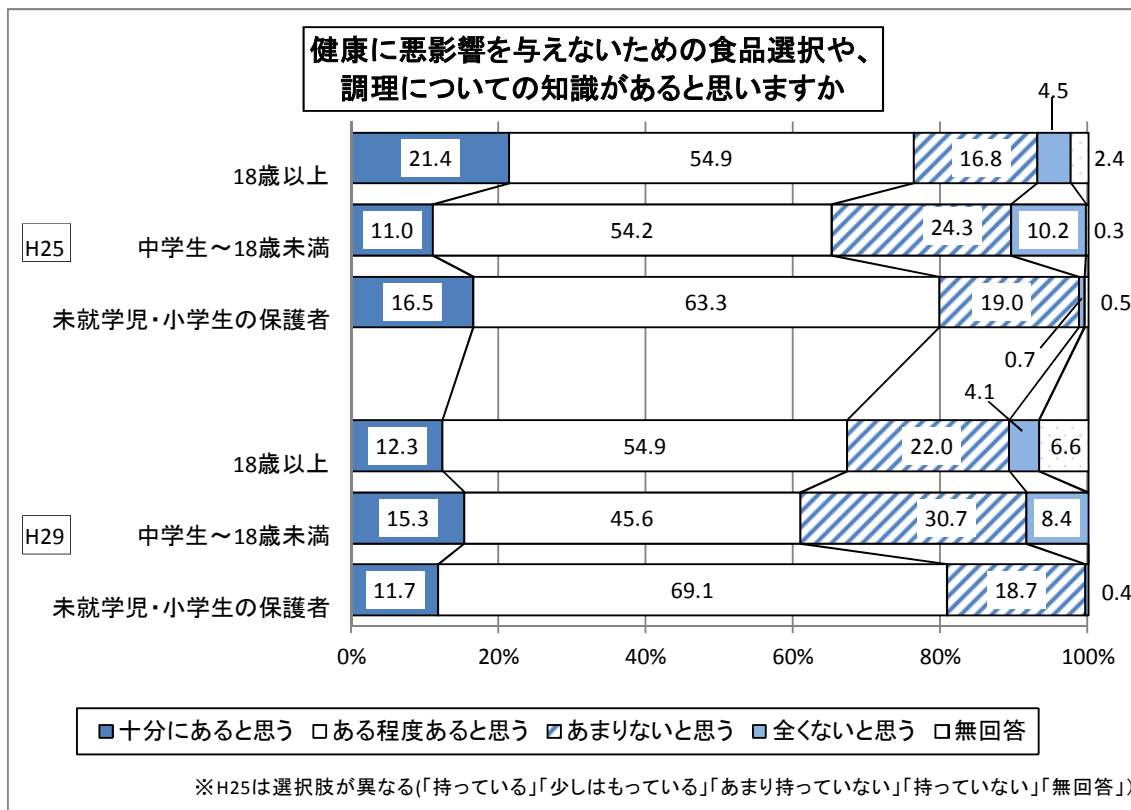
「ゆっくりよく噛んで食べている」及び「どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べている」と回答した人の割合は、18歳以上で41.4%、中学生～18歳未満で66.5%となっており、未就学児・小学生では61.7%となっています。





#### (4) 食品の選択・調理方法についての知識の有無について

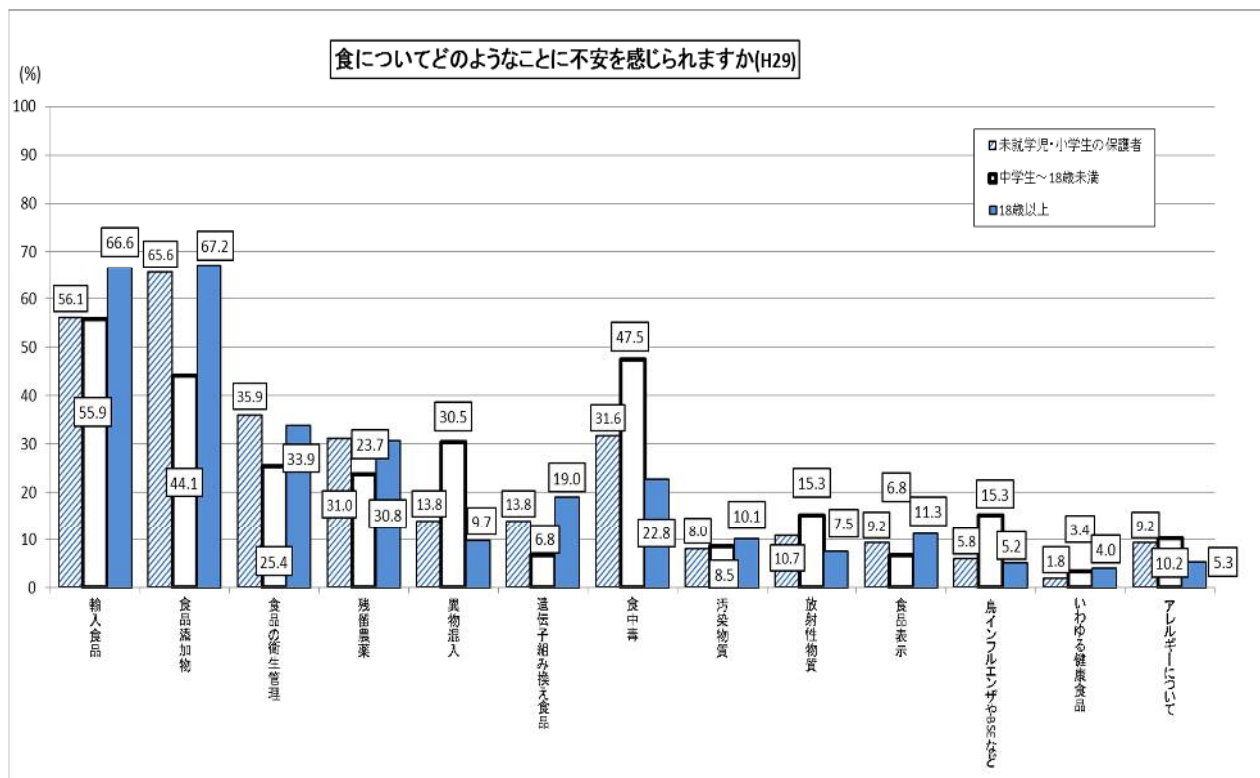
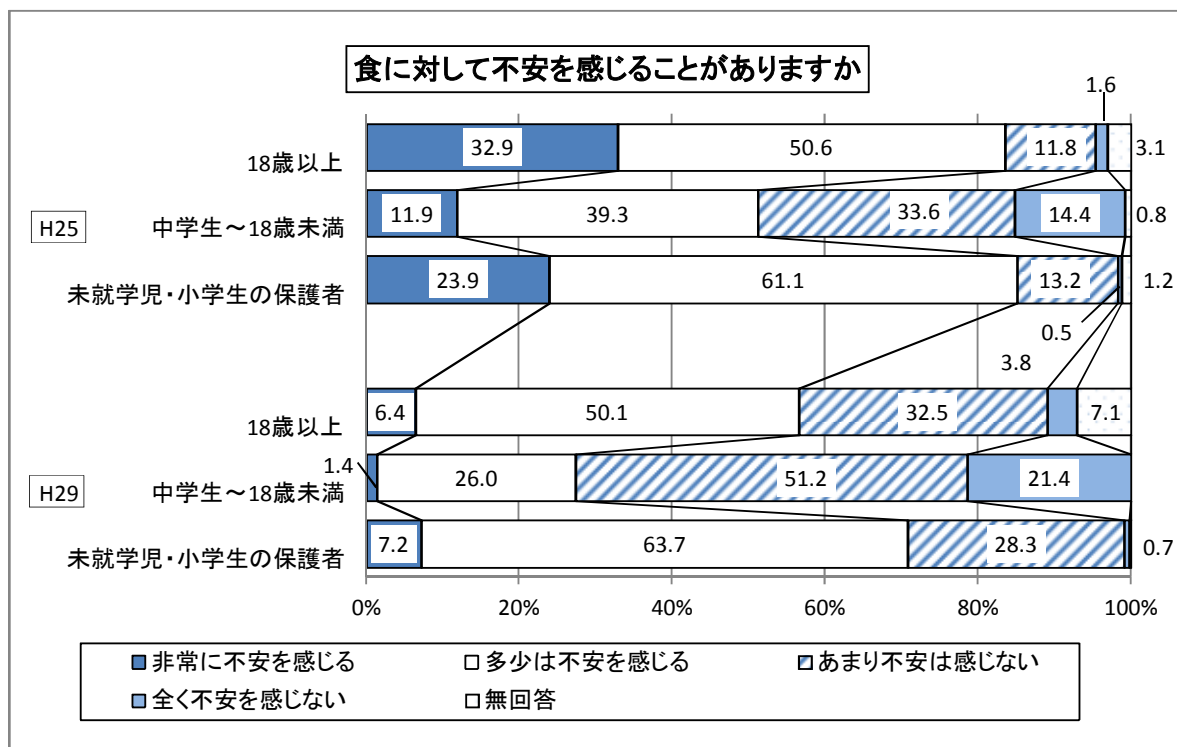
食品の選択・調理方法についての知識が「十分にあると思う」及び「ある程度あると思う」と回答した人の割合は、25年度と比較すると未就学児・小学生の保護者を除いて減少しています。



### (5) 食に対する不安について

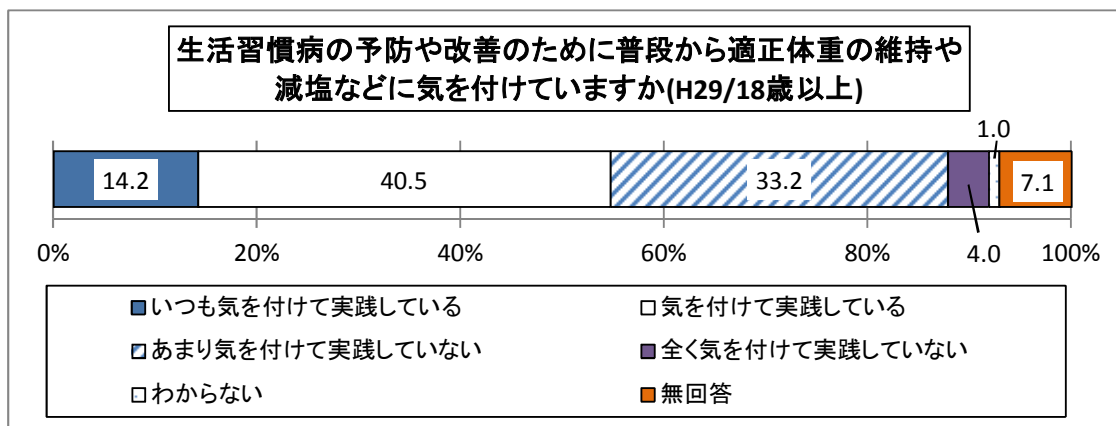
食に対して「非常に不安を感じる」と回答した人の割合は、25年度と比較すると、全世代で減少しています。

また、不安の事由については、「輸入食品」「食品添加物」と回答した人の割合が多くなっています。



## (6) 生活習慣病予防・改善のための実践について

生活習慣病の予防・改善のための実践を「いつも気をつけて実践している」及び「気をつけて実践している」と回答した人の割合は54.7%となっています。

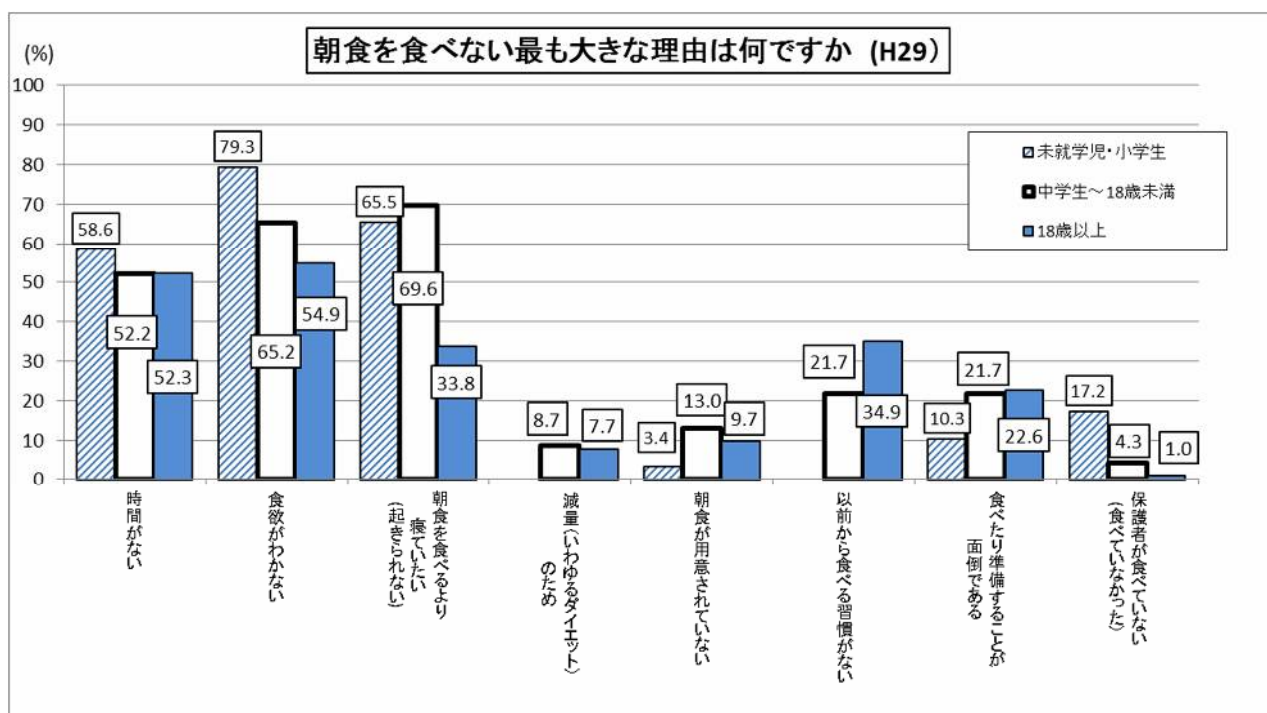
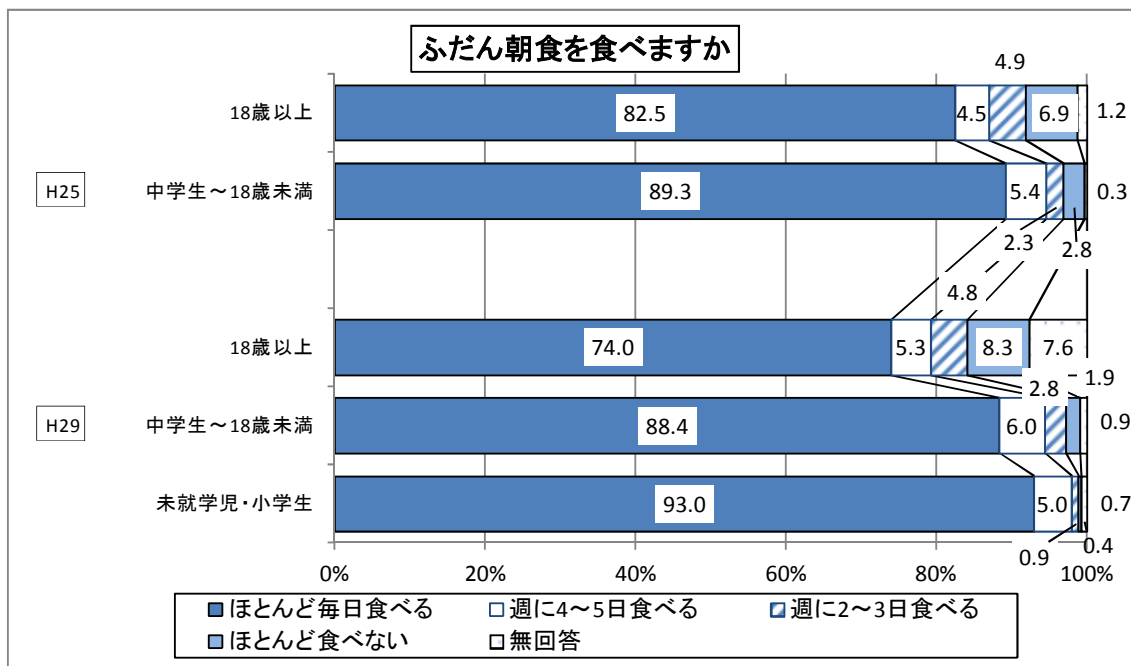


## (7) 朝食の欠食について

朝食を「ほとんど食べない」と回答した人の割合は、世代が上がるにつれて増加しています。

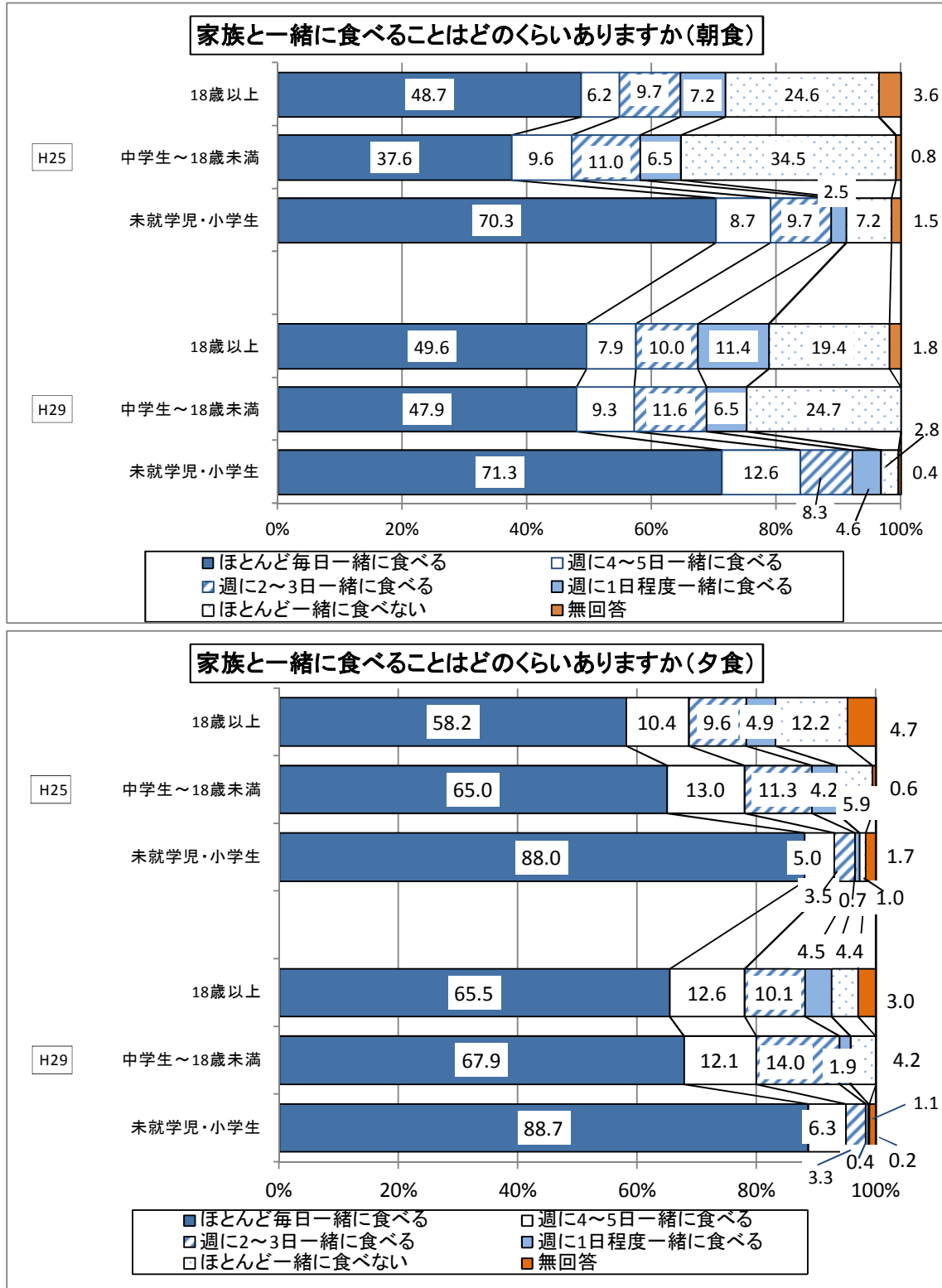
また、欠食理由については「時間がない」「食欲がわからない」「朝食を食べるより寝ていたい(起きられない)」と回答した人の割合が多くなっています。

なお、「食欲がわからない」と回答した人の割合は、年代が上がるにつれ、減少しています。



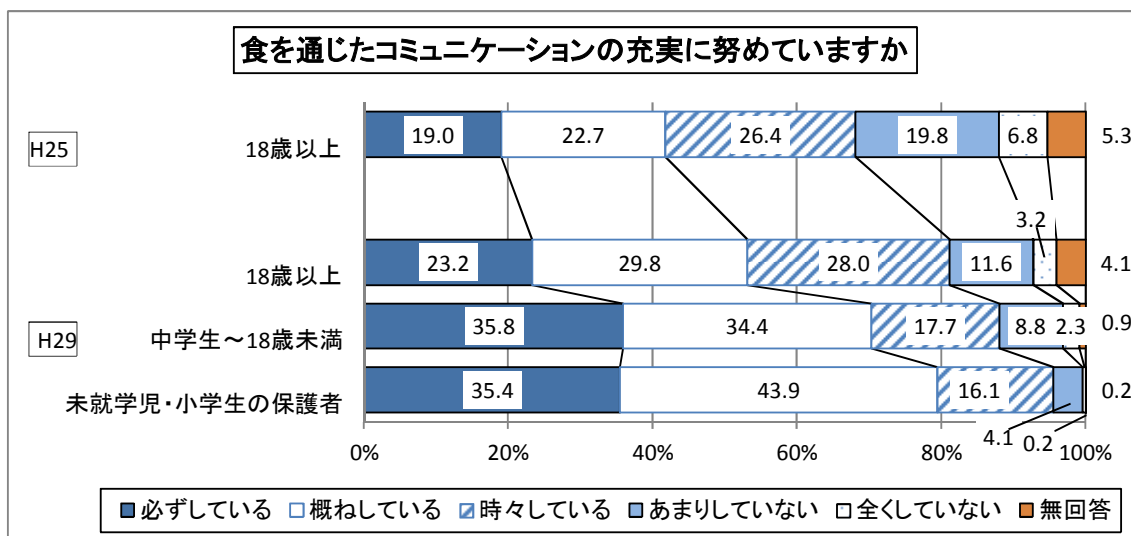
(8) 共食※①について

家族と食事を「ほとんど毎日一緒に食べる」と回答した人の割合は、朝食に比べ、夕食で多くなっています。また、25年度と比較すると、朝食・夕食ともに全世代で増加しています。



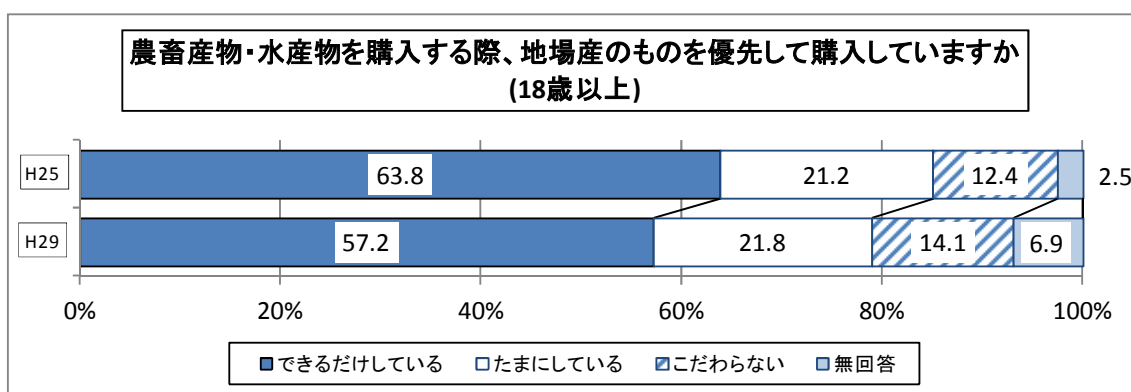
※①共食：誰かと共に食事をし、コミュニケーションを図ること。

食を通じたコミュニケーションの充実についても、25年度と比較すると「必ずしている」、「概ねしている」及び「時々している」と回答した人の割合は増加しており、8割を超えています。



### (9) 地場産物<sup>※②</sup>について

地場産物の購入を「できるだけしている」と回答した人の割合は、25年度と比較すると減少しています。

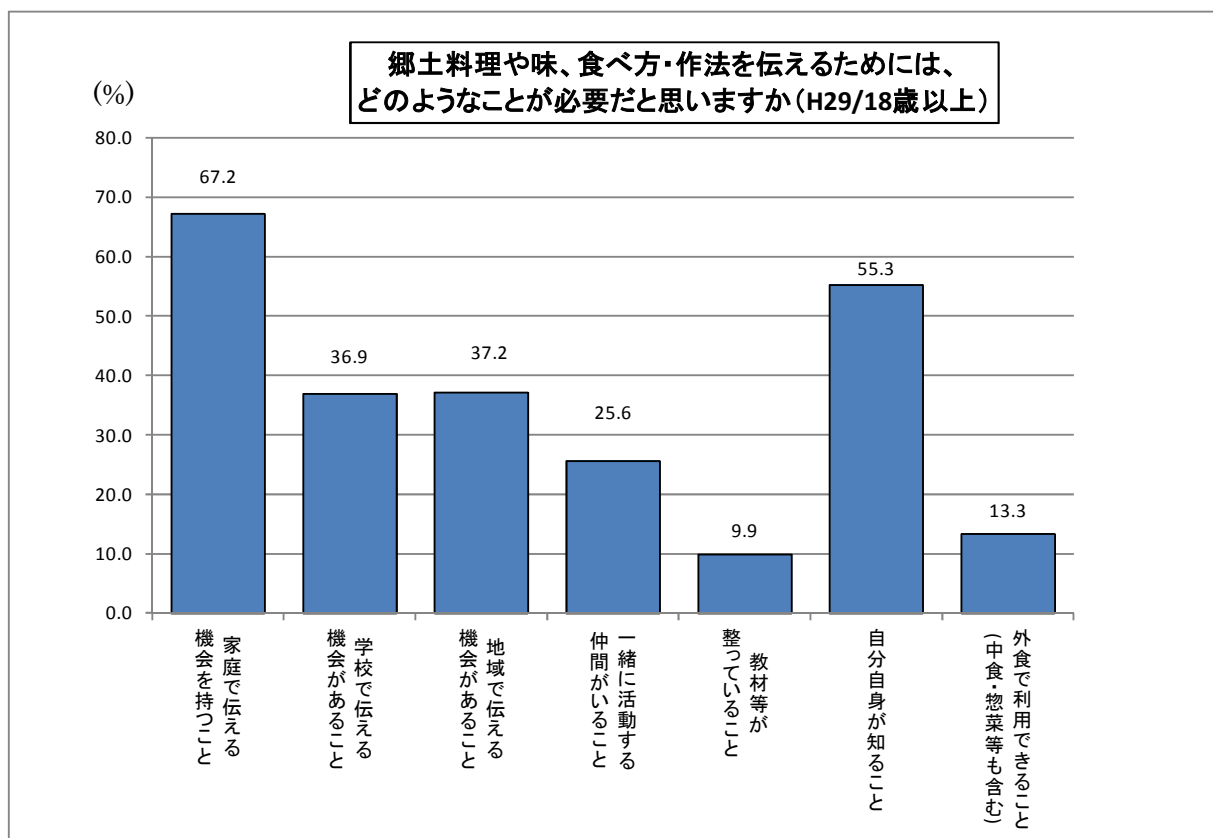
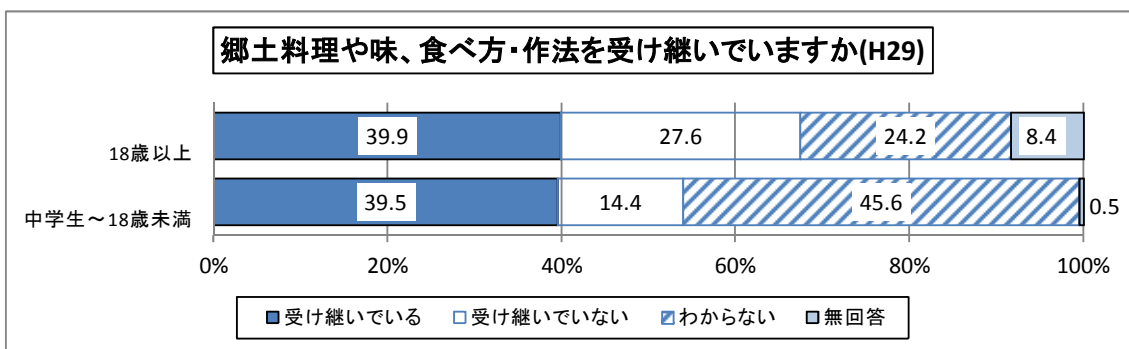


※②地場産物：鹿児島県で生産、収穫、水揚げされた食材。

## (10) 郷土料理・伝統食について

郷土料理や伝統食を「受け継いでいる」と回答した人の割合は、世代に関わらず、4割程度となっています。

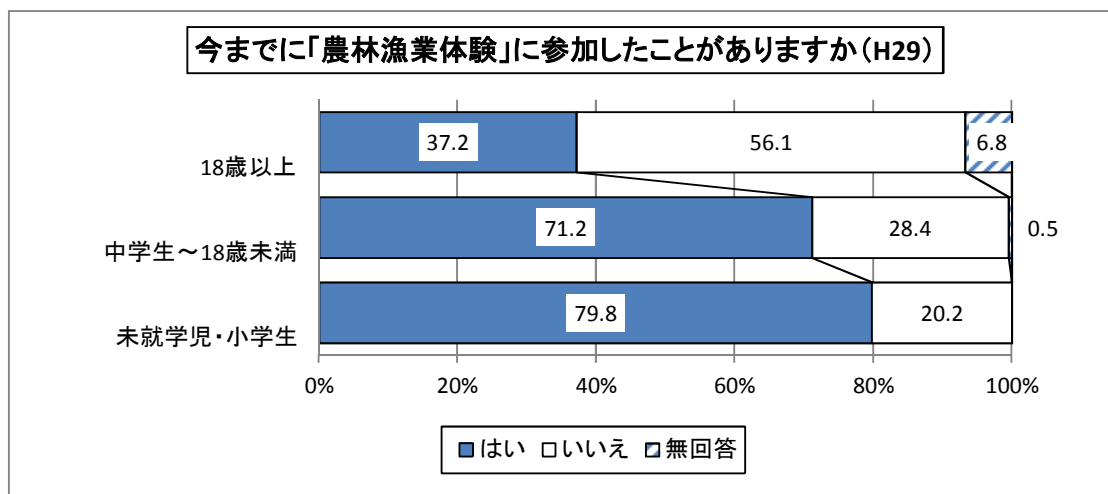
また、食文化を伝えるために必要なこととしては、「家庭で伝える機会を持つこと」と回答した人の割合が67.2%と最も多く、次いで「自分自身が知ること」が55.3%となっています。



### (11) 農林漁業体験について

農林漁業体験の参加が「ある（はい）」と回答した人の割合は18歳以上では37.2%となっています。

また、世代別で見ると、世代が上がるにつれて、体験をした人は減少しています。

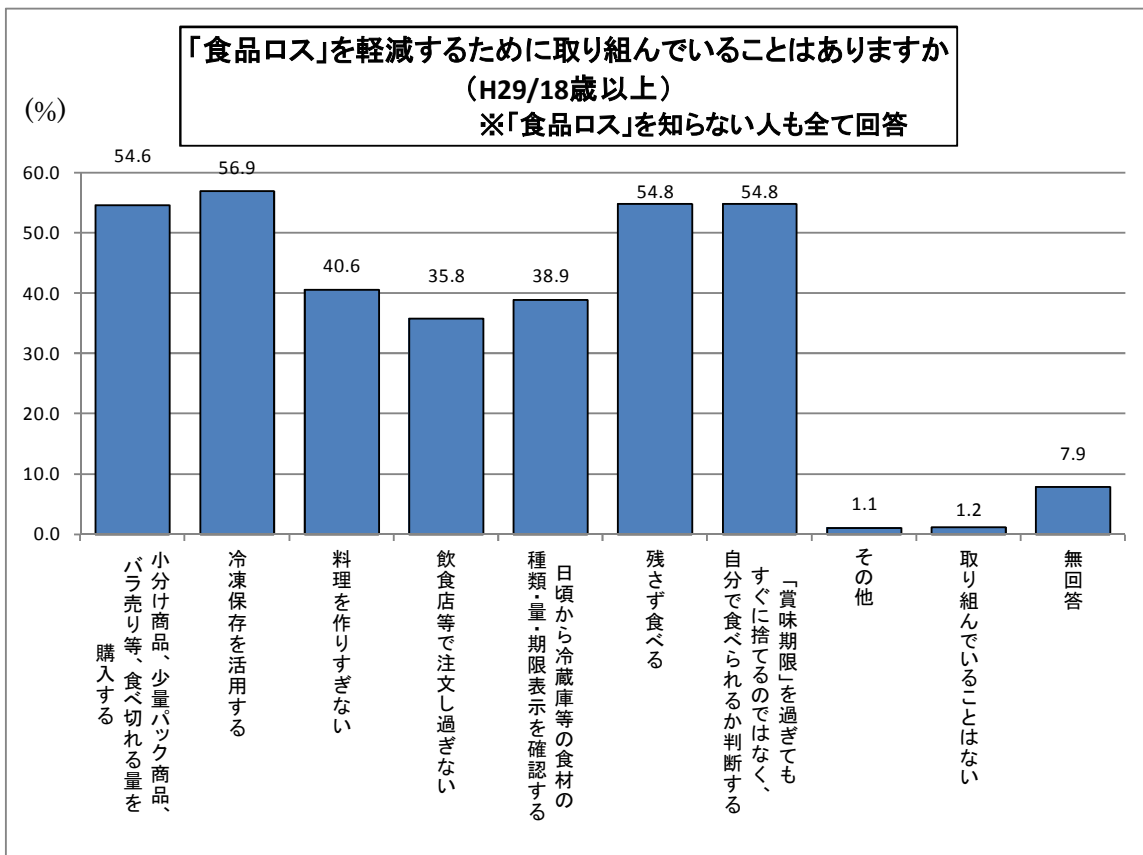
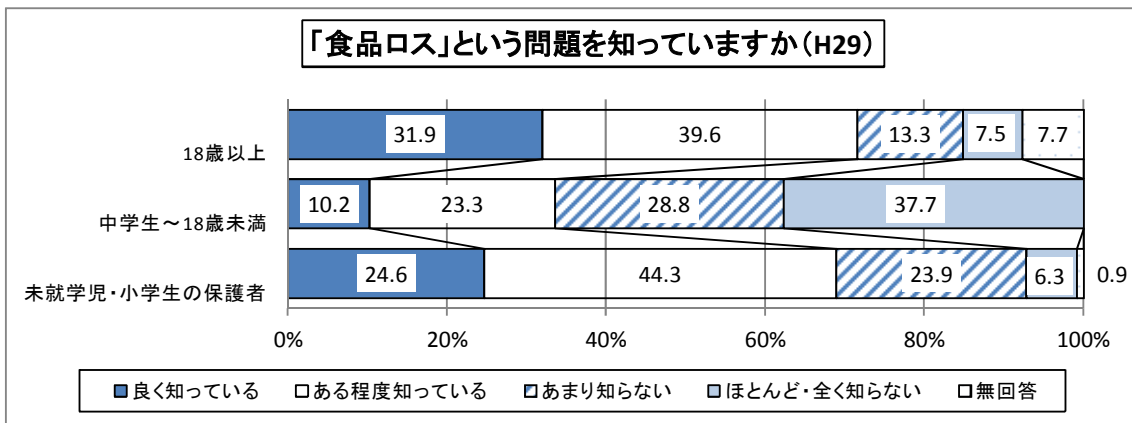




## (12) 食品ロス※③について

食品ロスを「よく知っている」及び「ある程度知っている」と回答した人の割合は、18歳以上では7割を超えています。中学生～18歳未満では「あまり知らない」及び「ほとんど・全く知らない」と回答した割合が6割を超えています。

また、食品ロス軽減のための取組については、「取り組んでいることはない」の1.2%と「無回答」の7.9%を除いた90.9%が何らかの取組を行っているという回答をしています。



※③食品ロス：食べられるのに捨てられてしまう食品のこと。

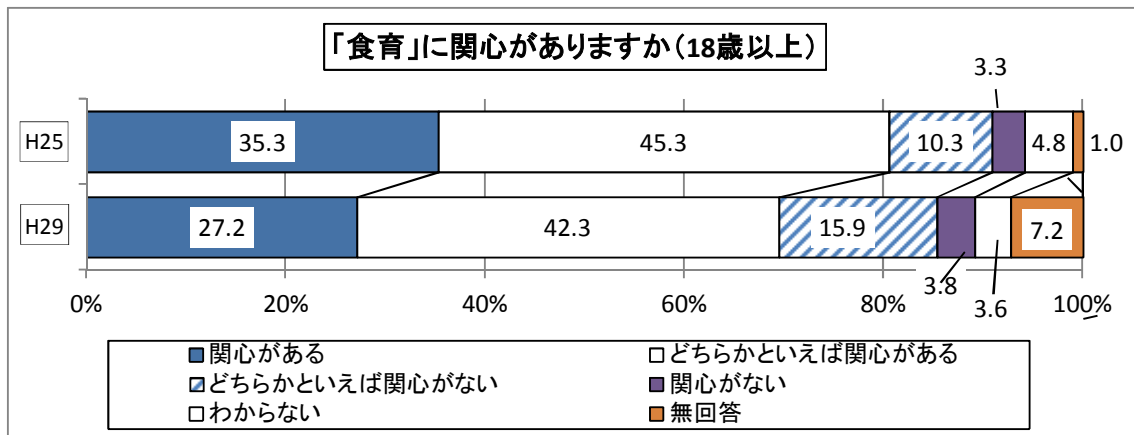
### 第3章 第二次かごしま市食育推進計画における評価

第二次計画では、基本理念「食を通じて、健康で生き生きと生活できる活力あるかごしま市の実現」を達成するために、5つの基本目標を掲げ食育の推進に取り組んできました。

#### 1. 目標項目に対する評価

##### (1) 基本目標1:「食」で健康な心身をつくろう

###### ①食育に関心を持っている人の割合の増加

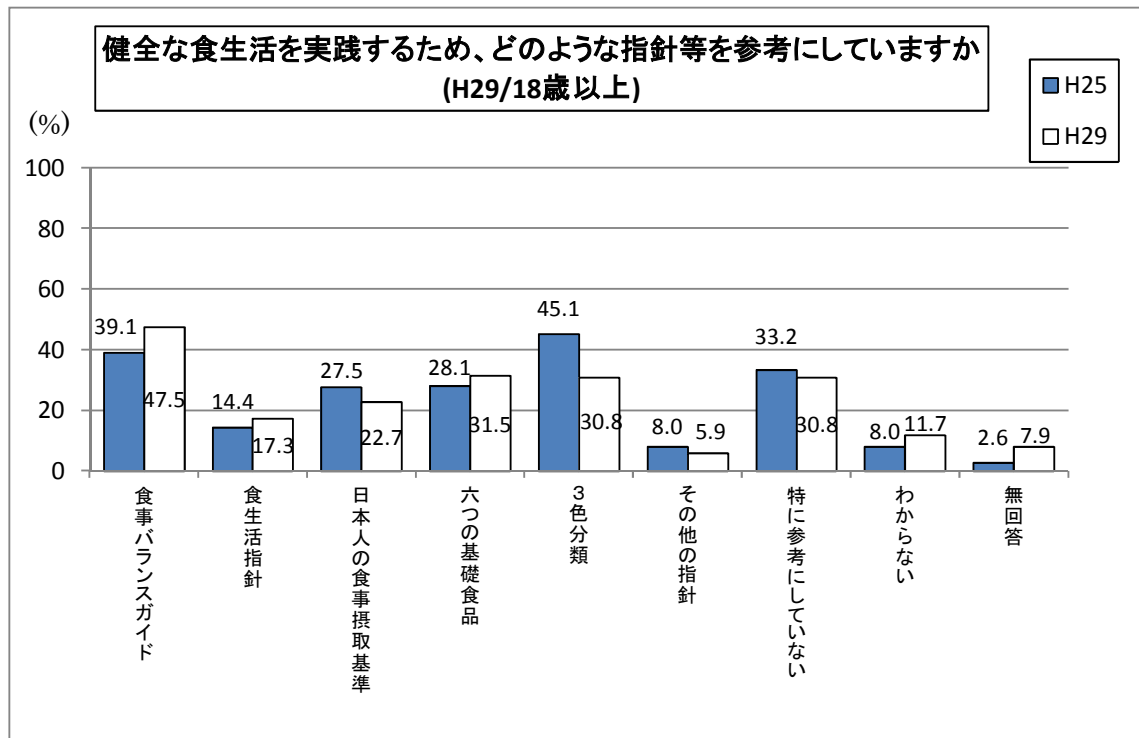


平成29年度調査(以下「29年度」という。)は69.5%で、25年度の80.6%と比較すると減少しています。

「食育」とは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であり、あらゆる世代の国民に必要なものであると位置づけられています。

今後は、幅広い世代が関心を持てるように、あらためて言葉や概念の普及に努めていく必要があります。

②「食事バランスガイド※①」等を参考に食生活を送っている人の割合の増加



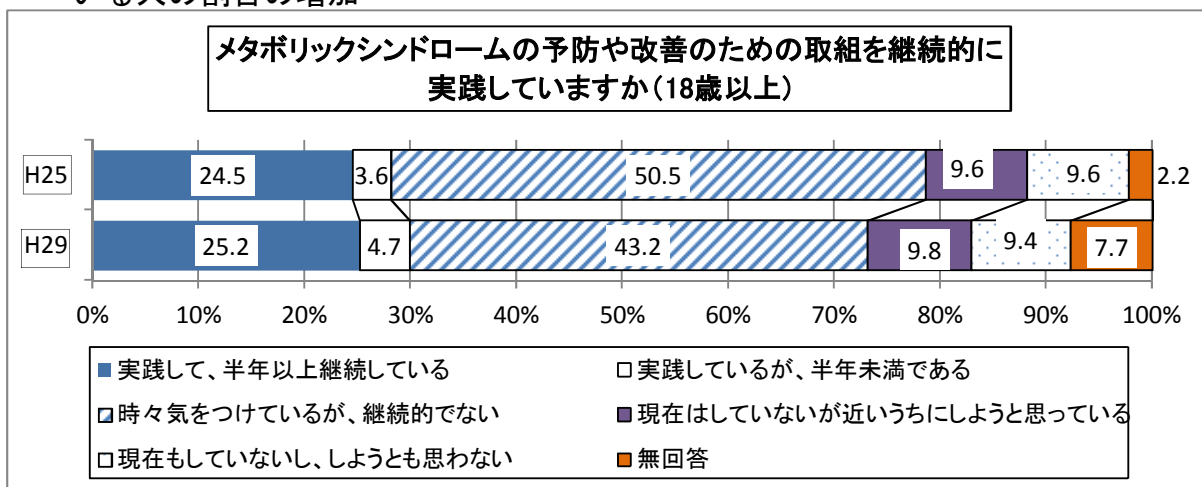
29年度は49.6%で、25年度の56.2%と比較すると減少しています。※②

バランスガイドをはじめとする様々な指針がありますが、今後は、これらの指針等を広めるとともに、さらに、実生活に取り入れやすく分かりやすい方法を広めていく必要があります。

※①食事バランスガイド：1日に、「何を」、「どれだけ」食べたらよいか、食事の望ましい組み合わせとおおよその量をイラストでわかりやすく示したもの。平成17年6月に厚生労働省と農林水産省が決定した。

※②数値について：食生活を送る上で、指針等をひとつでも参考にしていると回答した人の割合。

③メタボリックシンドローム※③の予防や改善のための取組を継続して行っている人の割合の増加



29年度は25.2%で、25年度の24.5%と比較すると微増しています。

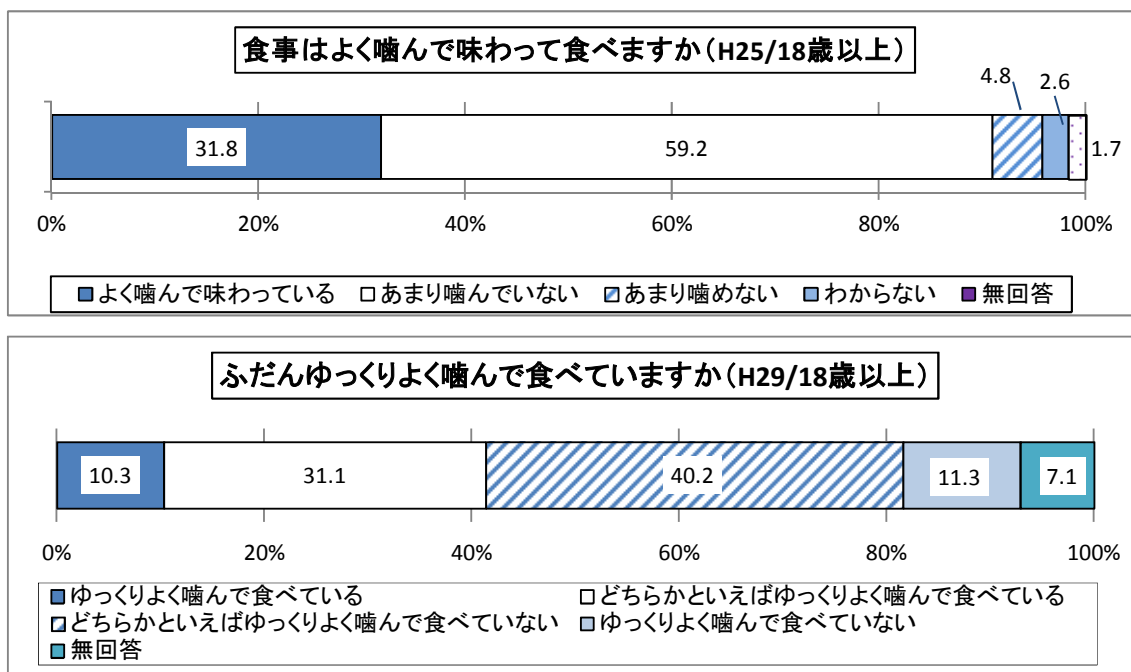
一方、女性及び若い世代では「やせ」の人の割合が「肥満」の人の割合を上回っている状況です。(「かごしま市民すこやかプラン※④中間評価のためのアンケート調査集計分析報告書」より)

今後は、メタボリックシンドロームだけでなく、やせを含め、世代に応じた生活習慣病全般の予防・改善に向けた取組を啓発していく必要があります。

※③メタボリックシンドローム：おなかの内臓まわりに脂肪が蓄積した内臓脂肪型肥満に加えて、高血糖、高血圧、脂質異常のうちいずれか2つ以上をあわせ持った状態。

※④かごしま市民すこやかプラン：平成25年～34年度を計画期間とする、本市の健康増進計画。  
平成28年度に実施した中間評価のためのアンケート調査によると、20～59歳の女性では肥満14.1%に対し、やせ14.7%となっており、また、20～24歳の男女では肥満5.8%に対し、やせ21.2%となっている。

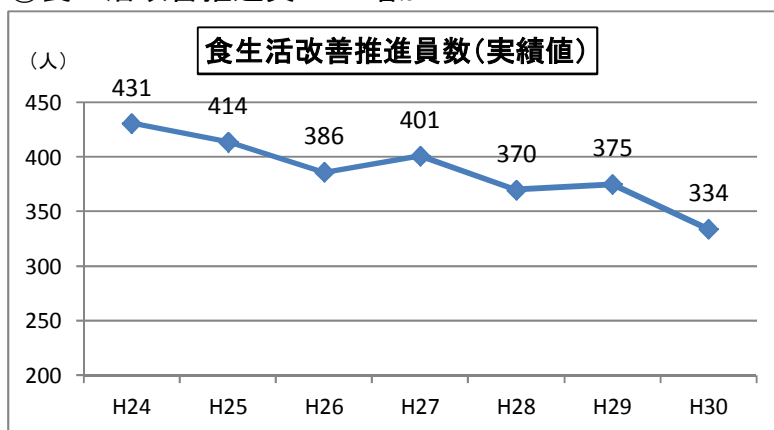
#### ④食事をよく噛んで味わって食べる人の割合の増加



29年度は41.4%で、25年度の31.8%と比較すると、増加し、目標を達成しています。

「口」からとり込まれた食物を十分に咀嚼して食べることは快適な食生活を送る上での基本である（「歯科保健と食育のあり方に関する検討会報告書※⑤」より）ため、今後も引き続き、よく噛んで味わって食べることを勧める働きかけが必要です。

#### ⑤食生活改善推進員※⑥の増加



24年度と比較すると、減少しています。

今後は、推進員の活動の充実を図るために、研修会等の内容を見直すとともに、活動の場を見直します。

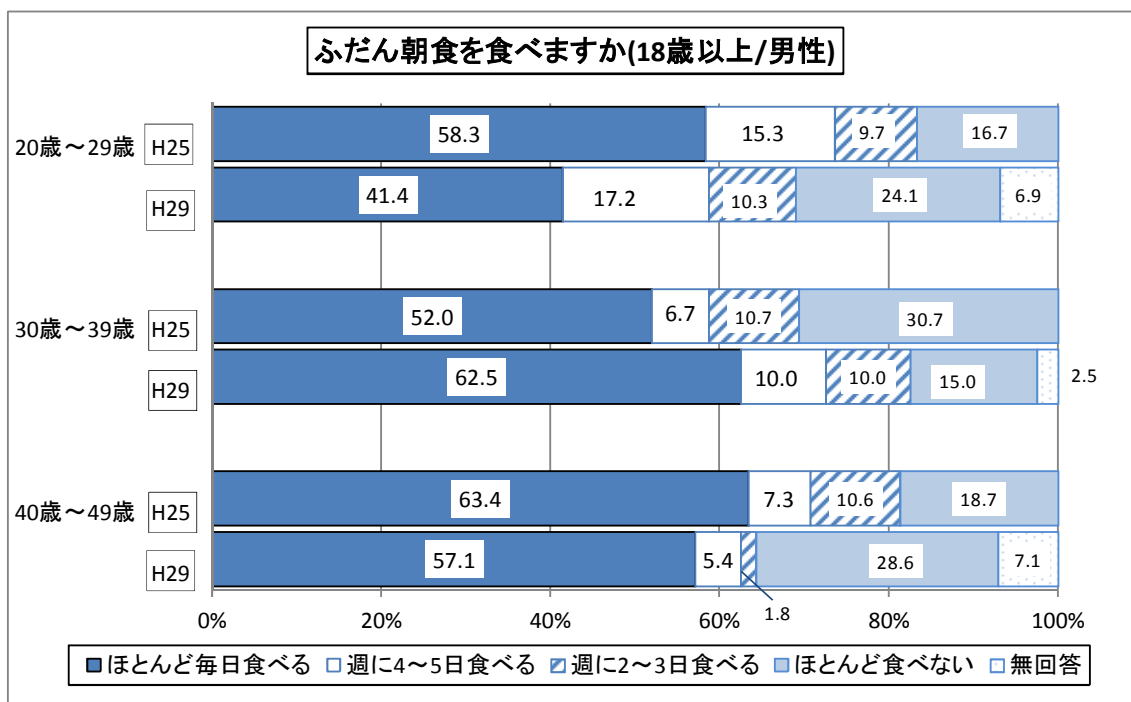
また、市民が若い世代から食に関心を持ち、食に関するボランティアを通じた仲間づくりができるような働きかけをしていく必要があります。

※⑤歯科保健と食育のあり方に関する検討会報告書：平成21年7月に厚生労働省より公表。

※⑥食生活改善推進員：食を通じた健康づくりのボランティア。本市では、「養成講座」を修了後に入会し、地域で様々な活動を行っている。

## (2) 基本目標2:「食」の楽しさを身に付けよう

### ⑥朝食を食べない人の割合の減少

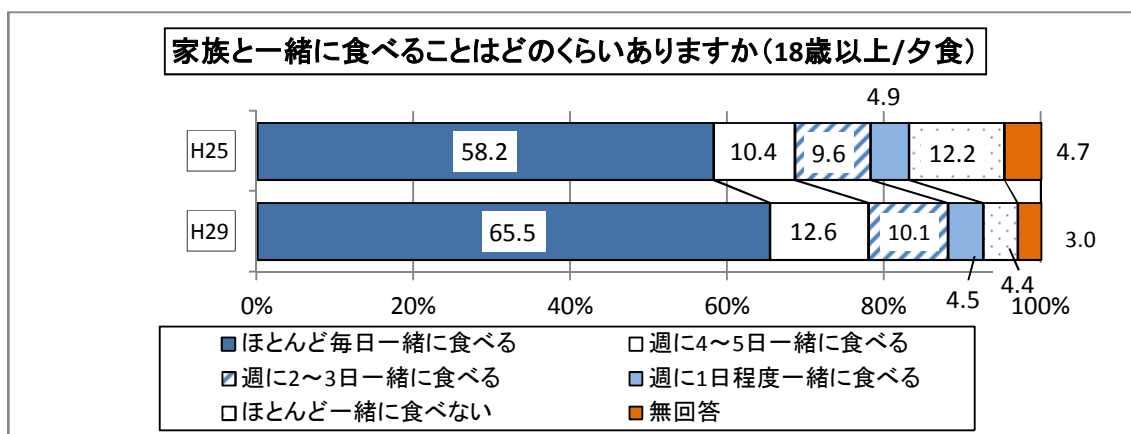
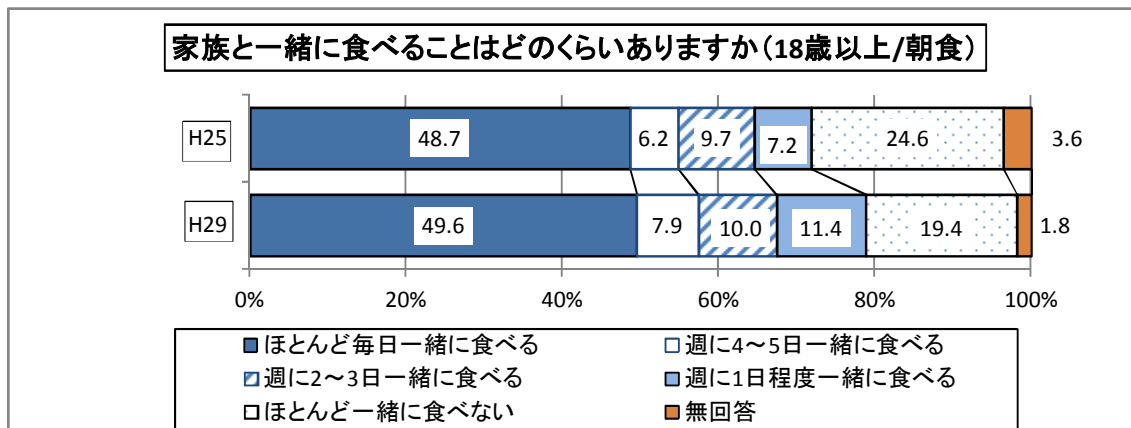


29年度は、20歳代が24.1%、30歳代が15.0%、40歳代が28.6%となっており、25年度と比較すると、30歳代を除いて増加しています。

朝食を食べない理由として、20~40歳代は働き盛りの世代であるために忙しく、朝食を食べる時間がない、夕食が遅くなるため朝食が食べられないということが多い傾向にあります。今後は、朝食の重要性や簡単な朝食の摂り方の工夫、夜遅い時間の食事の摂り方の注意点等、正しい知識の普及に努めていく必要があります。

⑦朝食又は夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数の増加

(朝食+夕食の週平均)

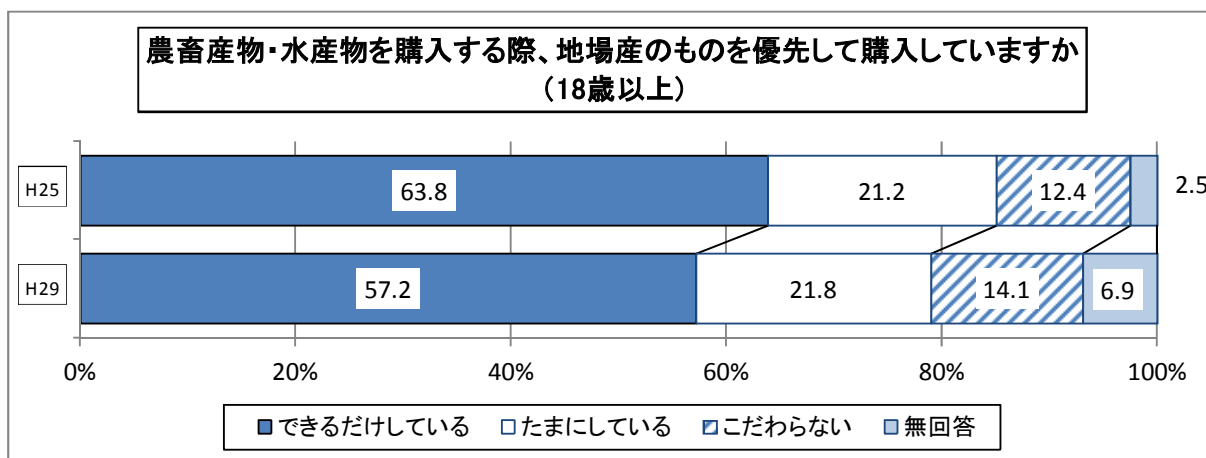


25年度と比較すると、増加しています。

しかし、近年のライフスタイルの変化により、家族内でも生活時間が異なる家庭が増加しており、食事時間が合わず、「共食」ということが難しくなっている現状にあります。引き続き、「共食」の大切さについて啓発していく必要があります。

### (3) 基本目標3：鹿児島県の「食」を味わい伝えよう

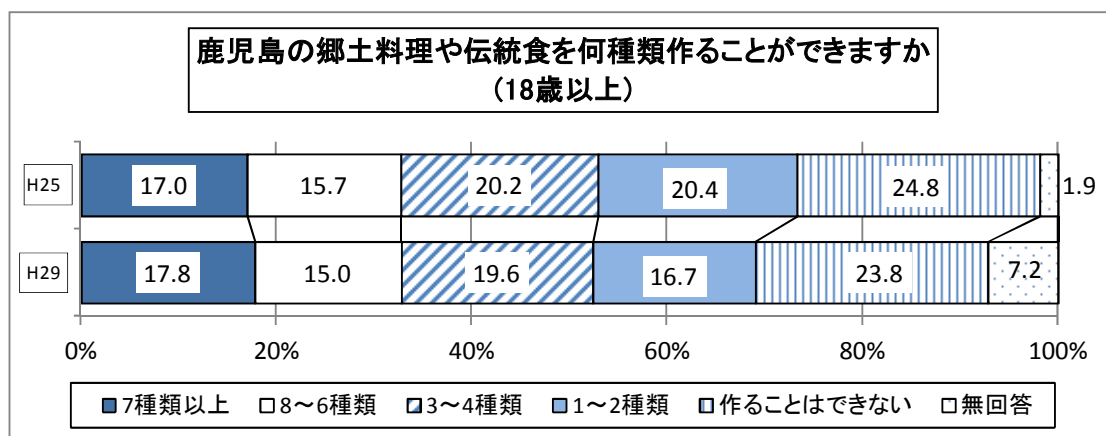
#### ⑧地場産(鹿児島県産)の農畜産物・水産物を意識して購入する人の割合の増加



29年度は79.0%で、25年度の85.0%と比較すると、減少しています。

減少の原因として、農家の高齢化により生産量が減少し、身近に購入する機会が減っていることや、流通手段の発達により、遠方から運んできた農林水産物も鮮度が保たれており、おいしく食べられるということが考えられます。少しでも地場産のものを食べてもらえるように、目立つところに商品を陳列したり、直売所のPRなどを推進していく必要があります。

#### ⑨鹿児島県の郷土料理・伝統食を1種類でも作ることでできる人の割合の増加



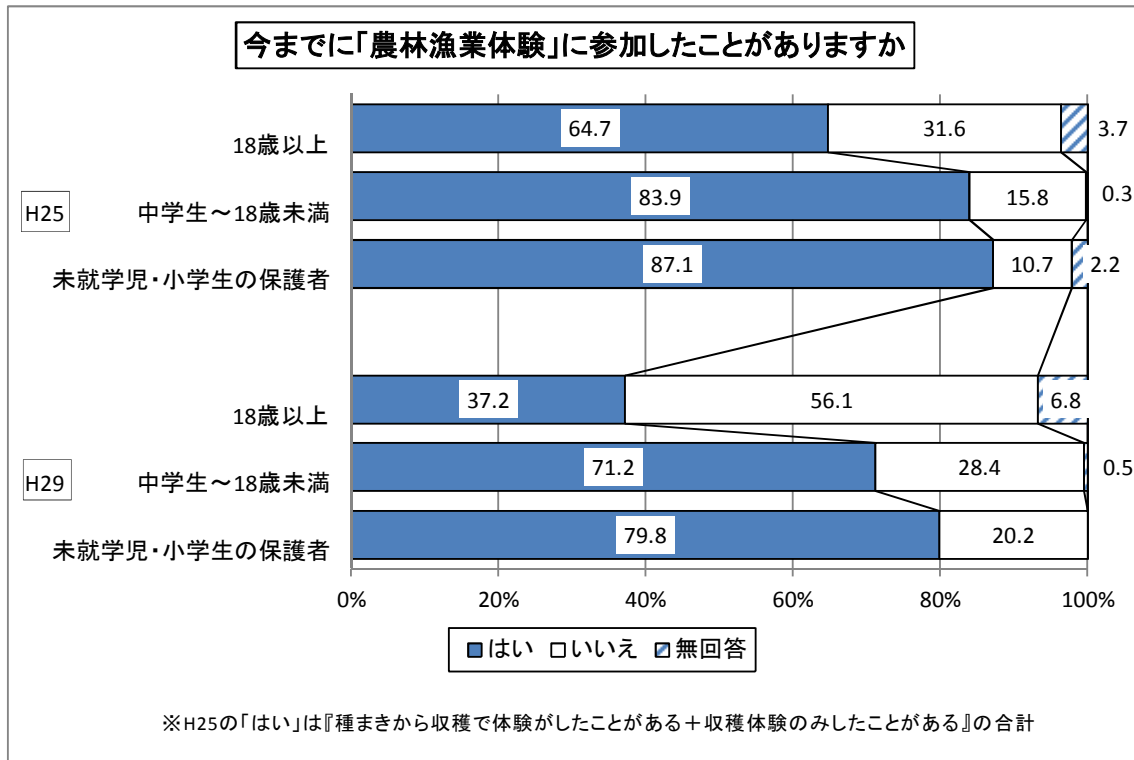
29年度は69.0%で、25年度の73.3%と比較すると、減少しています。

核家族化が進み、郷土料理の作り方を家庭で引き継ぐということが、難しい現状にあります。今後も継続して郷土料理教室等を開催し、作る機会を増やす取組を推進していく必要があります。



#### (4) 基本目標4：「食」を体験しよう

##### ⑩農林漁業体験を経験した人の割合の増加

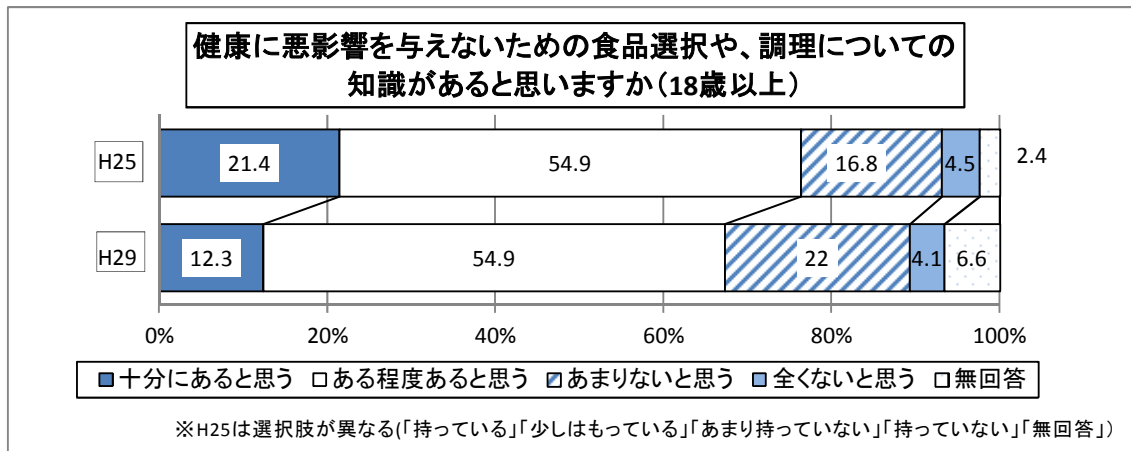


25年度（上記※）と比較すると、全世代で減少しています。

今後は、多くの人に参加できるような農林漁業体験活動の場を設けるとともに、簡単、手軽にできるような情報を提供する等、体験するきっかけ作りをしていく必要があります。

## (5) 基本目標5 : 「食」について知ろう

### ⑪食品の選択・調理方法について知識のある人の割合の増加



29年度は67.2%で、25年度の76.3%と比較すると、減少しています。

今後も引き続き、食品の選び方や調理法等の正しい知識を普及させ、自らの食を自らの判断で正しく選択できる力を身に付けるための働きかけが必要です。

## 2. 目標値一覧

目標項目		現状値 25年度	評価 29年度	目標値 30年度	
1	食育に関心を持っている人の割合の増加	80.6%	69.5%	90%以上	
2	「食事バランスガイド」等を参考に食生活を送っている人の割合の増加	56.2%	49.6%	65%以上	
3	メタボリックシンドロームの予防や改善のための取組を継続して行っている人の割合の増加	24.5%	25.2%	30%以上	
4	食事をよく噛んで味わって食べる人の割合の増加	31.8%	41.4%	40%以上	
5	食生活改善推進員の数の増加	431人 ※Ⅰ	334人 ※Ⅱ	500人以上	
6	朝食を食べない人の割合の減少	20歳代の男性	16.7%	24.1%	15%以下
		30歳代の男性	30.7%	15.0%	15%以下
		40歳代の男性	18.7%	28.6%	15%以下
7	朝食又は夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数の増加(朝食+夕食の週平均) ※Ⅲ	週8.8回	週9.6回	週10回以上	
8	地場産の農畜産物・水産物を意識して購入する人の割合の増加	85.0%	79.0%	90%以上	
9	鹿児島の郷土料理・伝統食を1種類でも作ることできる人の割合の増加	73.3%	69.0%	85%以上	
10	農林漁業体験を経験した人の割合の増加	18歳以上	64.7%	37.2%	85%以上
		中学生から18歳未満	83.9%	71.2%	95%以上
		未就学児・小学生	87.1%	79.8%	95%以上
11	食品の選択・調理方法について知識のある人の割合の増加	76.3%	67.2%	90%以上	

※Ⅰ 24年度実績値

※Ⅱ 30年度実績値

※Ⅲ 「ほとんど毎日」を週7回、「週に4~5日」を4.5回、「週に2~3日」を2.5回、「週に1日程度」を1回として、朝食・夕食ごと(設問ごと)に、当該人数を掛け、合計したものを全体数で割り、朝食と夕食の回数を足して週当たりの回数を算出する。

## 第4章 計画の基本理念等

第三次計画では、第二次計画の基本理念を引き継ぎ、新たに3つの基本目標を掲げました。

### 1. 基本理念

**「食を通じて、健康で生き生きと生活できる  
活力あるかごしま市の実現」**

### 2. 基本目標

#### (1) 「食」について幅広い知識を身に付けよう！

健全な食生活を送るために、食に関する様々な知識の向上を図ります。

また、食の安心・安全についても関心を持ち、理解を深められるよう取り組みます。

#### (2) ライフスタイルに応じた食育に取り組もう！

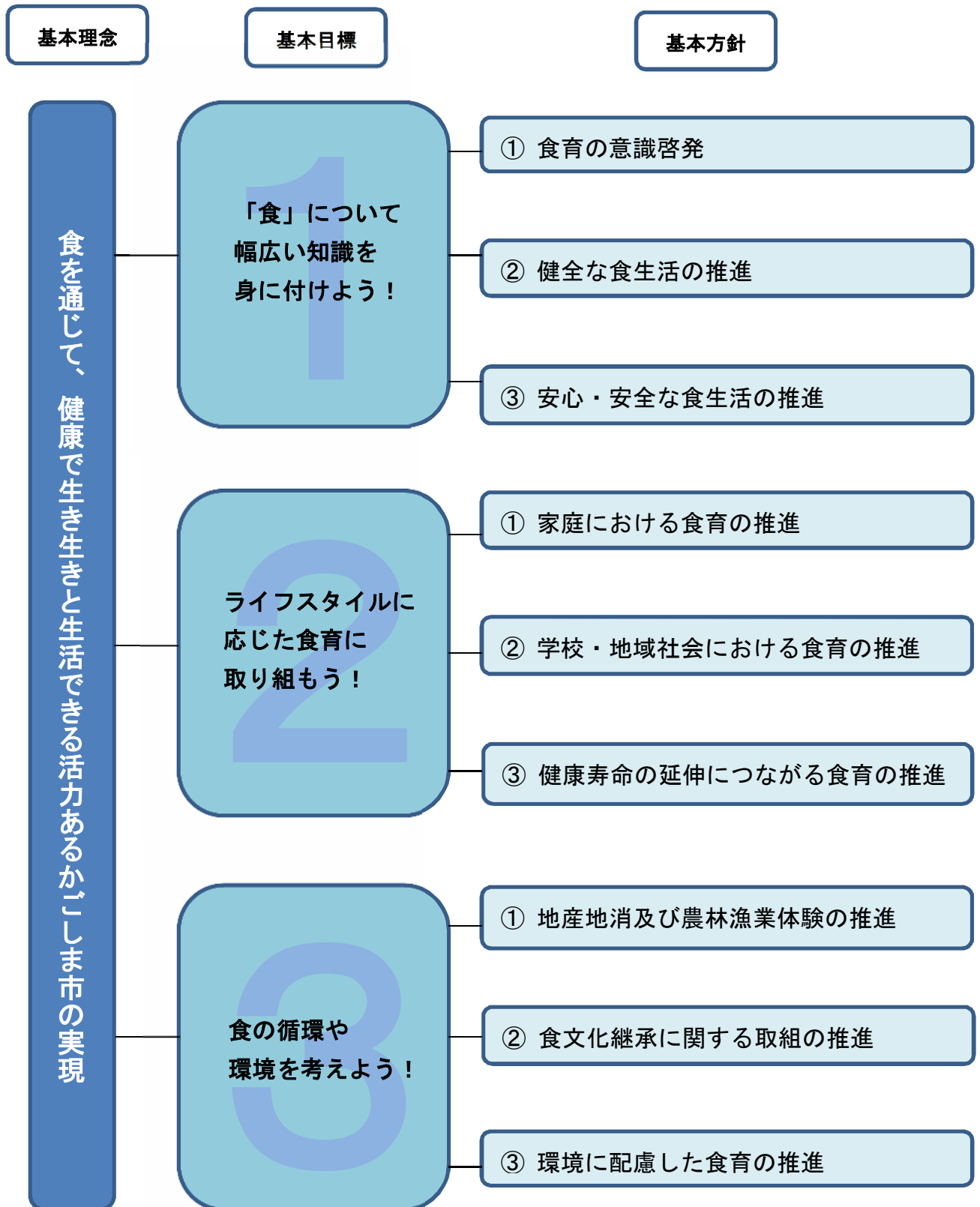
健全な食生活を送るために、家庭や地域、学校等、ライフスタイルに応じた食育の実践に取り組みます。

#### (3) 食の循環や環境を考えよう！

鹿児島県の食材や郷土料理、食文化などを取り入れた食生活を通じて、食の循環を考えます。また、環境にも配慮し、食品ロスなどの問題にも取り組みます。

### 3. 施策の体系

基本理念に基づき、基本目標ごとに関連する基本方針を体系づけ、取組を進めます。



## 第5章 施策の展開

### 1. 基本目標別の取組

#### 基本目標 1

「食」について幅広い知識を身に付けよう！

##### 《現状と課題》

「食」は生きる上で欠かすことのできない大切なものです。しかし、近年「食」をめぐる環境が変化し、不規則な食習慣や生活習慣病の増加、栄養の偏り、食の安全性等、様々な問題が出てきています。このような中、連日新聞や雑誌、メディア等で様々な食に関する情報が取り上げられ、情報が氾濫している現状にあります。

食に関する様々な情報から、正しい情報を自らの判断で適切に選別し、活用できる力を身に付けることが必要です。市民一人ひとりが、食について関心を高め、正しい知識を習得し、健全な食生活を実践することが大切です。

#### 基本方針（1）食育の意識啓発

食育を推進するためには、市民一人ひとりが自ら実践を心掛けることが必要です。そのためには、まず、より多くの市民に食育に関心を持ってもらうことが欠かせません。しかし、本市では食育の周知度は向上していますが、関心度は低下しています。

今後は、関係機関・団体との連携を一層強化し、協力して食育の意識啓発を行います。

#### ◆数値目標

目標項目		現状値	目標値
		平成 29 年度	平成 33 年度
食育に関心を持っている人の割合の増加	18 歳以上	69.5%	90%以上
	中学生から 18 歳未満	49.8%	55%以上
食に関するボランティア数の増加		2,805 人	10%以上増加

#### ◆主な取組

##### ① 市の取組

ア. 食育啓発ポスターや食育情報誌を作成し、「食育」の周知を図るとともに、食に関する情報を発信します。

- イ. 関係機関や団体と協力してイベントを開催する等、食育を身近に感じられるような取組を行います。
- ウ. 講演会や講座の開催、食育推進支援員※①の派遣等を行い、食に関する知識の向上を図ります。
- エ. 食に関するボランティアの養成や活動に対する支援を行い、食に関心を持つ市民の増加を図ります。
- オ. 「体にやさしいかごしまメニューのお店※②」の登録店数を増やすとともに、市民への周知広報を行います。

## ② 市民の取組（ライフステージ別）※③

- ア. 乳幼児期
  - ・ 様々な食材に触れさせましょう。
  - ・ 食べる意欲を育てましょう。
- イ. 学童、思春期
  - ・ 学校等での学習を通して、食に関する知識を身に付けましょう。
  - ・ 食に関する様々な体験やイベントに進んで参加するなど、食に関心を持ちましょう。
- ウ. 青年期及び壮年期
  - ・ 様々なところから食に関する情報を取り入れ、正しい情報を選択するようにしましょう。
  - ・ 食に関する知識を家族や周囲の人に伝えましょう。
- エ. 高齢期
  - ・ これまでに得た食に関する知識や経験などを、地域社会で生かしましょう。
  - ・ 新しい情報も積極的に取り入れるようにしましょう。

---

※①食育推進支援員派遣制度：食育実践活動を行う際の諸問題や課題について、食育に関する専門的な知識や経験を有する者を派遣し、必要な支援、情報提供などを行う本市の事業。

※②体にやさしいかごしまメニューのお店：1食分の材料の基準を満たしたメニューを提供するお店として登録された市内の飲食店等。

※③ライフステージ：「乳幼児期」を概ね0歳～5歳、「学童・思春期」を概ね6歳～19歳、「青年期」を概ね20～39歳、「壮年期」を概ね40歳～64歳、「高齢期」を概ね65歳以上とする。

## 基本方針（２）健全な食生活の推進

心身の健康を保ち、生涯にわたって生き生きと暮らすためには、健全な食生活を実践することが大切です。また、食べ物の入り口となっている「口腔」の機能を維持することは、食生活を送る上で必要不可欠です。

健全な食生活を実践できるように、正しい知識の普及に努めるとともに、指導及び助言を行います。

### ◆数値目標

目標項目	現状値	目標値
	平成 29 年度	平成 33 年度
栄養バランス等を意識した食生活を送っている人の割合の増加	71.8%	80%以上
食事をよく噛んで味わって食べる人の割合の増加	41.4%	55%以上

### ◆主な取組

#### ① 市の取組

- ア. 各種健診等で、栄養バランスに配慮した食事について、管理栄養士・栄養士等の専門職による知識の普及・啓発に努めます。
- イ. 健全な食生活について学ぶための、各種料理教室等を開催します。
- ウ. 健康教育や保健指導を実施し、歯科保健に関する正しい知識の普及に努めます。
- エ. 「カミング30（カミングサンマル）※④」を目指した食べ方の指導を行います。
- オ. 食品表示から必要な情報を知り、適切な選択ができるよう、知識の普及に努めます。

#### ② 市民の取組（ライフステージ別）

- ア. 乳幼児期
  - ・食事を規則的にとる習慣を身に付けさせましょう。
  - ・噛む力や咀嚼機能を育てましょう。
  - ・定期的に歯科健診を受診させ、口の健康を保ちましょう。
- イ. 学童、思春期
  - ・1日3回、規則正しく食事をするようにしましょう。
  - ・自分の食事の適量を知りましょう。
  - ・調理の基礎を身に付けましょう。
  - ・しっかりと噛む習慣を身に付けましょう。
  - ・定期的に歯科健診を受診し、口の健康を保ちましょう。

※④カミング30：より健康な生活を目指すという観点から、ひと口30回以上噛むことを目標として厚生労働省が提唱した運動。



ウ. 青年期及び壮年期

- ・栄養バランスや自分の適量を判断し、自ら選択するようにしましょう。
- ・自分の食事だけではなく、家族や周りの人の食生活も意識しましょう。
- ・定期的に歯科健診を受診し、口の健康を保ちましょう。

エ. 高齢期

- ・食事を楽しみ、健全な食生活を実践しましょう。
- ・栄養バランスに配慮した食事をとるなど、自分の健康状態に合った食生活を心掛けましょう。
- ・定期的に歯科健診を受診し、口の健康を保ちましょう。
- ・口腔機能を維持するために、口の周りの筋肉を動かす体操などをしましょう。

基本方針（3）安全・安心な食生活の推進

食の安全については、残留農薬や、食中毒、輸入食品、食物アレルギーなど、様々な問題があります。食品を提供する側が安全性の確保に万全を期すのはもちろん、消費する側も自らの判断で食を選択できる力を習得することが必要です。

安全・安心な食生活を送るために、食品等事業者に対し、監視・指導を実施するとともに、市民への正しい知識の提供に努めていきます。

◆数値目標

目標項目	現状値	目標値
	平成 29 年度	平成 33 年度
食品の選択・調理方法について知識のある人の割合の増加	67.2%	90%以上

◆主な取組

① 市の取組

- ア. 食品等事業者に対して、定期的な監視、指導を行い、安全性を確保します。
- イ. 食品の安全性について、市民や関係団体等と情報交換を行い、情報の共有に努めます。
- ウ. 食中毒予防についての情報提供や指導及び助言を行います。
- エ. 食生活において、市民一人ひとりが自分の身を自分で守るための知識の普及・啓発に努めます。
- オ. 食品表示について、監視指導計画に基づき、定期的な監視、指導を行います。

## ② 市民の取組（ライフステージ別）

### ア. 乳幼児期

- ・食具<sup>※⑤</sup>の消毒をしっかりと行い、食中毒を予防しましょう。

### イ. 学童、思春期

- ・手洗いをしっかり行うなど、衛生管理の基礎を身に付けましょう。
- ・食品の品質や安全性に関心を持ちましょう。
- ・食品の安全性を判断できる力を身に付けましょう。

### ウ. 青年期及び壮年期

- ・食品の品質や安全性に関する正しい知識を持ち、食品を選択・管理しましょう。

### エ. 高齢期

- ・食品の品質や安全性に関する正しい知識を持ち、食品を選択・管理しましょう。
- ・会食等での料理の持ち帰りには注意しましょう。

---

※⑤食具：食事のときに使う道具のこと。

## 基本目標 2

### ライフスタイルに応じた食育に取り組もう！

#### 《現状と課題》

ライフスタイルや価値観の多様化に伴い、1人だけで食べる「孤食」や、家族それぞれが別々のものを食べる「個食」など、様々な「こしょく」が問題になっています。

誰かと食事を共にする頻度が高い人は、心の健康状態や食生活が良好な傾向にあるという調査結果もあります。

また、肥満や生活習慣病に加え、若い女性のやせや、高齢者の低栄養、フレイル※⑥などが問題になっています。

これらの諸問題を、家庭や地域、学校等と連携して解決していくことが必要です。

#### 基本方針（1）家庭における食育の推進

食育の推進において、家庭は中心となる場です。

食事の作法や知識、調理の基礎や味付けなどは家庭で受け継がれてきましたが、社会環境の変化や生活習慣が多様化する中で、家庭での食育の実践が十分ではない現状にあります。

学校や地域等で学んだことを共有し、家庭でも食育に関心を持ってもらえるような取組を行います。

#### ◆数値目標

目標項目	現状値	目標値
	平成 29 年度	平成 33 年度
朝食又は夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数の増加 (朝食+夕食の週平均)	週 9.6 回	週 10 回以上

「ほとんど毎日」を週 7 回、「週に 4~5 日」を 4.5 回、「週に 2~3 日」を 2.5 回、「週に 1 日程度」を 1 回として、朝食・夕食ごと（設問ごと）に、当該人数を掛け、合計したものを全体数で割り、朝食と夕食の回数を足して週当たりの回数を算出する。

※⑥フレイル：加齢とともに、心身の活力（例えば筋力や認知機能等）が低下し、生活機能障害、要介護状態、そして死亡などの危険性が高くなった状態。

## ◆主な取組

### ① 市の取組

- ア. 各種健診等で、共食の大切さについて啓発に努めます。
- イ. 保育所、幼稚園、学校等で家庭教育セミナー等を実施する際、食に関する内容を取り入れます。
- ウ. 保育所、幼稚園、学校等で献立表や保護者だよりを発行し、食に関する情報提供を行います。

### ② 市民の取組（ライフステージ別）

- ア. 乳幼児期
  - ・ 様々な味や食品に触れ、味覚の形成を促しましょう。
  - ・ 食具の使い方を身に付けさせましょう。
- イ. 学童、思春期
  - ・ 給食だよりや献立表に目を通すようにしましょう。
  - ・ 様々な料理に触れ、食事マナーや礼儀作法を身に付けましょう。
  - ・ 食事の準備や片付けなど食に関わるようにしましょう。
- ウ. 青年期及び壮年期
  - ・ 家族と一緒に食事を楽しみましょう。
  - ・ 食事マナーや礼儀作法を家族に伝えましょう。
  - ・ 健診等で、日頃の自分自身の食習慣を振り返り、改善に取り組みましょう。
- エ. 高齢期
  - ・ 家族や仲間と一緒に食事を楽しみましょう。
  - ・ 食事マナーや礼儀作法を家族に伝えましょう。
  - ・ 健診等で、日頃の自分自身の食習慣を振り返り、改善に取り組みましょう。

## 基本方針（２）学校・地域社会における食育の推進

保育所や学校等は、子どもとの関わりがとて深く、生活の中心となる場でもあります。様々な体験や授業、給食を通して、子どもたちの食への関心を高める取組を行います。

また、今後、高齢化や未婚率の増加により、一人暮らしの割合が増加すると予想されています。誰かと食事を共にすることにより、食事を楽しく食べることができます。そこへ地域が関わることで、地域が連携するきっかけにもなり、食育の輪が広がっていきます。

保育所や学校等が連携し、地域社会全体で一体となった取組を推進していきます。

### ◆数値目標

目標項目	現状値	目標値
	平成 29 年度	平成 33 年度
一人暮らしの人が共食する割合の増加	44.6%	50%以上

### ◆主な取組

#### ① 市の取組

- ア. イベントや各種講座等を開催し、食への理解を深めます。
- イ. 保育所、学校等での給食における食育の充実を図ります。
- ウ. 各施設等で、料理教室を開催します。
- エ. 各種健診や子育て支援施設等で、食に関する相談や指導を行います。
- オ. 保育所等では、発達段階に応じた食に関する指導や教育を行います。

#### ② 市民の取組（ライフステージ別）

##### ア. 乳幼児期

- ・保育所等でみんな食事をとる機会を経験させましょう。
- ・食への興味、関心を高める働きかけをしましょう。

##### イ. 学童、思春期

- ・社交性やマナーの向上を図りましょう。
- ・食への興味、関心を深めましょう。
- ・学校等でみんなで食事をとる楽しみを味わいましょう。

##### ウ. 青年及び壮年期

- ・地域のイベント等に積極的に参加し、地域とのつながりを持ちましょう。
- ・男性も積極的に調理に参加しましょう。

## エ. 高齢期

- ・地域のイベント等に積極的に参加し、地域とのつながりを持ちましょう。
- ・ふれあい会食<sup>※⑦</sup>等を利用しましょう。
- ・男性も積極的に調理に参加しましょう。

### 基本方針（3）健康寿命の延伸につながる食育の推進

我が国の平均寿命<sup>※⑧</sup>と健康寿命<sup>※⑨</sup>の差は約10年あります。健康寿命を延伸することで、個人の生活の質の向上や医療費の適正化が期待されています。

また、我が国の最大の死亡原因となっている生活習慣病を予防することは、健康寿命の延伸にもつながります。

生活習慣病を予防する上で、規則正しい食生活は基本となります。生活習慣病の予防及び改善につながる食育の推進を行います。

#### ◆数値目標

目標項目		現状値 平成29年度	目標値 平成33年度
生活習慣病予防や改善のために、普段から食生活に気をつけている人の割合の増加		71.8%	80%以上
朝食を食べない人の割合の減少	20～30歳代の男性	18.8%	15%以下
	20～30歳代の女性	10.1%	10%以下
	40歳代の男性	28.6%	25%以下

#### ◆主な取組

##### ① 市の取組

- ア. 早寝、早起き、朝ごはんの定着を図ります。
- イ. 各種健診や教室等で、生活習慣病の予防や改善のための指導及び助言を行います。
- ウ. イベントやホームページ、保護者だより等で、規則正しい食生活について啓発に努めます。
- エ. 生活習慣病の予防のための料理教室等を開催します。

※⑦ふれあい会食：ボランティア団体等が集会所等で、家に閉じこもりがちな高齢者と会食をするとき、デイサービスセンター等で調理した食事を届ける、本市の事業。

※⑧平均寿命：0歳児が平均で何年生きられるのかを表した値のこと。

※⑨健康寿命：世界保健機関（WHO）が2000年に提唱した指標であり、日常的に介護を必要としない健康的で自立した生活ができる平均期間のこと。

## ② 市民の取組（ライフステージ別）

### ア. 乳幼児期

- ・規則正しい食習慣を身に付けさせましょう。
- ・おやつのとりに方に気を付けましょう。

### イ. 学童、思春期

- ・早寝、早起きをして朝ごはんをしっかり食べましょう。
- ・毎食、主食、主菜、副菜をとりましょう。
- ・おやつのとりに方に気を付けましょう。
- ・過度なやせ指向に注意しましょう。

### ウ. 青年期及び壮年期

- ・朝食をしっかり取るなど、生活リズムを見直しましょう。
- ・適正体重を維持しましょう。
- ・夜遅い食事のとりに方に注意しましょう。
- ・毎食、主食、主菜、副菜をとりましょう。

### エ. 高齢期

- ・適正体重を維持しましょう。
- ・1日3食とる習慣を継続しましょう。
- ・毎食、主食、主菜、副菜をとりましょう。
- ・低栄養に注意しましょう。

## 基本目標 3

### 食の循環や環境を考えよう！

#### 《現状と課題》

鹿児島には温暖な気候を利用した特産物、そして、先人の知恵と結び付いた食文化があり、豊かな暮らしを生み出してきました。収穫した食物を、収穫した地域独自の調理方法や味付けで食すことは、その地域の伝統的な食文化を守るだけでなく、地域の活性化や、その地域の環境を保つことなどにもつながります。

しかし、近年、核家族化の進展や地域のつながりの希薄化、食の多様化により、これまで受け継がれてきた特色ある食文化や豊かな味覚が失われつつあります。

鹿児島の食を家庭、地域と一体になって、今一度、考えていく必要があります。

#### 基本方針（1）地産地消及び農林漁業体験の推進

鹿児島は農林水産物が豊富です。地産地消<sup>※⑩</sup>や農林漁業体験を通して食べ物の大切さを知ること、食や地域環境への関心が高まり、また、農山漁村の活性化にもつながります。さらに、生産者の顔が見えることで、安全・安心な食生活へもつながります。

食への意識、関心を高めるためにも、地産地消及び農林漁業体験への取組を推進していきます。

#### ◆数値目標

目標項目		現状値	目標値
		平成 29 年度	平成 33 年度
地場産の農林水産物を意識して購入する人の割合の増加		79.0%	90%以上
農林漁業体験を経験した人の割合の増加	18 歳以上	37.2%	85%以上
	中学生から 18 歳未満	71.2%	95%以上
	未就学児・小学生	79.8%	95%以上

#### ◆主な取組

##### ① 市の取組

ア. 各種イベント等で、豊富な市内産農林水産物のPRを行います。

※⑩地産地消：その地域でとれた農林水産物をその地域で消費すること。



- イ. 保育所、学校等の給食に、地場産物を積極的に取り入れます。
- ウ. 産地見学や収穫体験等を通じて、地場産物への関心を高めます。
- エ. 学校等で出前授業を行い、地場産物への理解を深めます。
- オ. 保育所、学校等で野菜作りや収穫等の体験活動に取り組みます。
- カ. 農林漁業等に対する理解を深めるため、農林漁業体験等を支援します。
- キ. 観光農業公園において、農業や調理等の体験の場を設けます。

## ② 市民の取組（ライフステージ別）

### ア. 乳幼児期

- ・身近な食材に触れさせ、食の体験を広げましょう。
- ・栽培、収穫などを体験する機会を持ち、食への関心や感謝の気持ちを育てましょう。

### イ. 学童、思春期

- ・栽培、収穫などを体験する機会を持ち、食への関心や感謝の気持ちを育てましょう。
- ・地場産物や旬の食材を知りましょう。

### ウ. 青年期及び壮年期

- ・地域や旬の食材を生かした食事を楽しみましょう。
- ・家族や周りの人と、栽培、収穫などを体験する機会を持ちましょう。

### エ. 高齢期

- ・地域や旬の食材を生かした食事を楽しみましょう。
- ・家族や地域の人と、栽培、収穫などを体験する機会を持ちましょう。

## 基本方針（2）食文化継承に関する取組の推進

鹿児島には多くの郷土料理や伝統的な食材があります。しかし、郷土料理や伝統的な食材を食す機会があっても、作る機会が少ない現状にあります。作れずとも、先人たちが築いてきたその味や文化を知り、次の世代へ継承することは大切です。

鹿児島の郷土料理や伝統的な食材を風化させないためにも、食文化継承に関する取組を推進していきます。

### ◆数値目標

目標項目	現状値	目標値
	平成 29 年度	平成 33 年度
郷土料理や家庭料理、作法などを受け継いでいる人の割合の増加	39.9%	45%以上

## ◆主な取組

### ① 市の取組

- ア. 保育所、学校等での給食に郷土料理を取り入れるとともに、給食だよりを活用し、保護者へも情報提供していきます。
- イ. 郷土料理教室を開催し、郷土料理に触れる機会を設けます。
- ウ. 各種健診やイベント等で食事マナーや礼儀作法等について啓発に努めます。

### ② 市民の取組（ライフステージ別）

- ア. 乳幼児期
  - ・ 様々な味に触れさせましょう。
  - ・ 食具の使い方を身に付けさせましょう。
- イ. 学童、思春期
  - ・ 郷土料理や伝統食に関心を持ちましょう。
  - ・ 自分の地域の食文化について学びましょう。
  - ・ 様々な料理に触れ、食事マナーや礼儀作法を身に付けましょう。
- ウ. 青年期及び壮年期
  - ・ 郷土料理や伝統食などを味わい、作る経験をしましょう。
  - ・ 家庭の味、郷土料理などを食生活に取り入れるとともに、家族や周りの人に伝えましょう。
  - ・ 食事マナーや礼儀作法を家族に伝えましょう。
- エ. 高齢期
  - ・ 家庭の味、郷土料理などを食生活に取り入れるとともに、家族や地域の人に伝えましょう。
  - ・ 食事マナーや礼儀作法を家族に伝えましょう。

### 基本方針（3）環境に配慮した食育の推進

現在、我が国では、年間2,842万トン（平成27年度環境省公表）の食品廃棄物等が出されています。このうち、まだ食べられるのに廃棄される食品（「食品ロス」）は646万トン（平成27年度環境省公表）も含まれます。

生活が豊かになり、食品が豊富に手に入るようになりましたが、その一方でこのような食品廃棄物が問題になってきています。食品廃棄物を減らすことは、温室効果ガスの削減等の環境の整備につながるだけでなく、食料自給率向上に向けた取組の一つでもあります。

食べ残しや食品廃棄を減らし、環境に配慮した取組を推進していきます。

◆数値目標

目標項目	現状値	目標値
	平成 29 年度	平成 33 年度
食品ロスを知っている人の割合の増加	71.5%	80%以上

◆主な取組

① 市の取組

- ア. 環境について学ぶための講座等を実施します。
- イ. ごみの減量化、資源化への意識向上を図る取組を行います。
- ウ. 食品ロスについて、ホームページやポスター等を使って啓発に努めます。
- エ. 出前講座を行い、リサイクルについて理解を深めます。
- オ. 保育所等で、ごみの分別について指導します。
- カ. 30・10運動<sup>※⑩</sup>を推進します。

② 市民の取組（ライフステージ別）

- ア. 乳幼児期
  - ・「食べ物を大切にする」という感覚を身に付けさせましょう。
  - ・食べたいもの、好きなものを増やすようにしましょう。
- イ. 学童、思春期
  - ・自分の食べ切れる量を知り、食べ残しを減らしましょう。
  - ・好き嫌いを減らしましょう。
  - ・食品ロスの問題について学びましょう。
  - ・「もったいない」という感覚を身に付けましょう。
- ウ. 青年期及び壮年期
  - ・会食、宴会等での食べ残しを無くすために、30・10運動に取り組みましょう。
  - ・食べ切れる量を購入しましょう。
  - ・食材の在庫管理を定期的にしましょう。
  - ・食品ロスの問題について学びましょう。
- エ. 高齢期
  - ・食べ切れる量を購入しましょう。
  - ・食材の在庫管理を定期的にしましょう。

※⑩30・10運動：会食、宴会席での食べ残しを減らす運動。

乾杯後の30分間、お開き前の10分間は自分の席について料理を楽しむことを勧める。

## 2. 鹿児島市の主な事業等一覧

●：主な目標 ○：関連目標

担当課	事業等名	基本目標1			基本目標2			基本目標3		
		方針1	方針2	方針3	方針1	方針2	方針3	方針1	方針2	方針3
消費生活センター	消費生活教室 (消費者啓発事業)	●								
環境政策課	環境未来館講座							○	○	●
資源政策課	3R(リデュース・リユース・リサイクル)推進事業									●
	ホームフードリサイクル グリーン事業									●
	親子で取り組む「もやせるごみ」減量実践モニター事業									●
長寿支援課	愛のふれあい会食事業		○			●	○			
	心をつなぐ訪問給食事業		○			●				
こども政策課	親子料理教室 (すこやか子育て交流館)		○		○	●				
保育 幼稚園課	「食育だより」の発行	●	○	○	○	○	○			
	公立保育園の保育計画及び食育計画	○				●			○	
	児童福祉施設等給食関係者研修会	●	○			○				
	公立保育園の野菜作り収穫体験					○		●		
母子保健課 保健センター 保健福祉課	育児支援事業		○		○	●	○			
	乳幼児健康診査事業		○		○	●	○			
	母と子の健康教室事業		○		○	●				
地域福祉課 小野市民館	市民館料理講座		●			○	○			
	市民館男性料理教室		○			●	○			
	市民館健康料理教室		●			○	○			
	小野市民館 「高齢者会食交流会」		○			●	○			
地域福祉課 小松原市民館	市民館料理講座		●			○	○			
	市民館 「夏休み親子クッキング」		○			●	○			
	市民館 「夏休み親子パン作り教室」		○			●	○			
	小松原市民館 「高齢者会食交流会」		○			●	○			
保健政策課	食育推進事業	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	食育フェスタ開催事業	●	○			○	○	○		
	健康増進計画推進事業	●	○				○			
生活衛生課	食品・環境衛生監視指導事業			●						

担当課	事業等名	基本目標1			基本目標2			基本目標3		
		方針1	方針2	方針3	方針1	方針2	方針3	方針1	方針2	方針3
保健予防課	乳幼児歯の健康づくり事業		●	○						
	栄養改善対策事業		●		○		○			
	通所型 短期集中予防サービス事業		○				●			
保健予防課 保健センター	食生活改善推進事業	●	●			○	○			
	地域食育推進事業		●		○	○	○		●	
	一般介護予防（口腔・栄養・ 運動）複合教室事業		○				●			
保健予防課 保健センター 保健福祉課	生活習慣改善支援事業		○			○	●			
	個別保健指導事業		○		○		●			
	歯科保健事業		●				○			
	シニア世代の ヘルスプロモーション事業		○			○	●			
保健環境 試験所	食品試験検査			●						
生産流通課	農林水産物PR事業							●		
生産流通課 農政総務課	鹿児島市農林水産まつり							●		
	地域農業まつりの開催							●		
	市民参加型農業支援事業							●		
青果市場	青果物残留農薬検査			●						
青果市場 魚類市場	青果市場活性化推進事業					○		●		
	魚類市場活性化推進事業					○		●		
青果市場 魚類市場	消費拡大を目指した 情報発信	○						●		
学校教育課	個性あふれる 学校づくり推進事業					○		●		
保健体育課	小学校・中学校における 食に関する指導				○	●				
保健体育課	地区学校保健研究協議会				○	●				
	保護者への啓発				○	●				
	食に関する指導研究協力校					●				
	学校給食標準献立作成委員会		○			●		○	○	
	地域が育む 「鹿児島の教育」県民週間					●		○	○	
	鹿児島をまるごと味わう 学校給食週間					○		●		
	市立幼稚園				○	●				

担当課	事業等名	基本目標1			基本目標2			基本目標3		
		方針1	方針2	方針3	方針1	方針2	方針3	方針1	方針2	方針3
学校教育課 保健体育課	食生活についての理解の 推進	○	○		○	●	○			
	成長期における正しい 食生活の啓発	○	○		○	●	○			
青少年課	青年会館講座		●			○				
	勤労青少年ホーム料理講座		○			●			○	
生涯学習課	生涯学習プラザ講座		○			●				
	勤労女性センター講座		○			●				
	勤労女性センター短期講座		○			●				
各地域 公民館	公民館講座		○			●				
グリーン ツーリズム 推進課	観光農業公園交流体験事業							●		
	グリーン・ツーリズム 推進事業							●		

## 第6章 計画の数値目標

目標項目		現状値 平成 29 年度	目標値 平成 33 年度	
1	食育に関心を持っている人の割合の増加	18 歳以上	69.5%	90%以上
		中学生から 18 歳未満	49.8%	55%以上
2	食に関するボランティア数の増加	2,805 人	10%以上増加	
3	栄養バランス等を意識した食生活を送っている人の割合の増加	71.8%	80%以上	
4	食事をよく噛んで味わって食べる人の割合の増加	41.4%	55%以上	
5	食品の選択・調理方法について知識のある人の割合の増加	67.2%	90%以上	
6	朝食又は夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数の増加(朝食+夕食の週平均) ※下記参照	週 9.6 回	週 10 回以上	
7	一人暮らしの人が共食する割合の増加	44.6%	50%以上	
8	生活習慣病予防や改善のために、普段から食生活に気をつけている人の割合の増加	71.8%	80%以上	
9	朝食を食べない人の割合の減少	20～30 歳代の男性	18.8%	15%以下
		20～30 歳代の女性	10.1%	10%以下
		40 歳代の男性	28.6%	25%以下
10	地場産の農林水産物を意識して購入する人の割合の増加	79.0%	90%以上	
11	農林漁業体験を経験した人の割合の増加	18 歳以上	37.2%	85%以上
		中学生から 18 歳未満	71.2%	95%以上
		未就学児・小学生	79.8%	95%以上
12	郷土料理や家庭料理、作法などを受け継いでいる人の割合の増加	39.9%	45%以上	
13	食品ロスを知っている人の割合の増加	71.5%	80%以上	

※「ほとんど毎日」を週7回、「週に4～5日」を4.5回、「週に2～3日」を2.5回、「週に1日程度」を1回として、朝食・夕食ごと（設問ごと）に、当該人数を掛け、合計したものを全体数で割り、朝食と夕食の回数を足して週当たりの回数を算出する。

## **第7章 計画の推進体制**

食育を推進するために、関係機関・団体と連携して取り組んでいきます。

### **【鹿児島市食育推進委員会】**

市民や、学識経験者、消費者団体、教育福祉関係団体、保健医療関係団体、農林水産業関係団体、食品関係団体の代表者で構成する組織で、本計画の推進や計画に基づく施策に関する協議を行います。

### **【鹿児島市食育推進連絡会議】**

市役所内の関係部署で構成する組織で、本市の食育に係る事業施策が円滑に推進されるよう進行管理や情報交換などを行います。

### **【鹿児島市食育推進ネットワーク】**

食に関わる各種関係機関・団体等が、お互いの情報交換・交流を進めるとともに、活動の協力等を行い、本市の食育の推進を図ります。