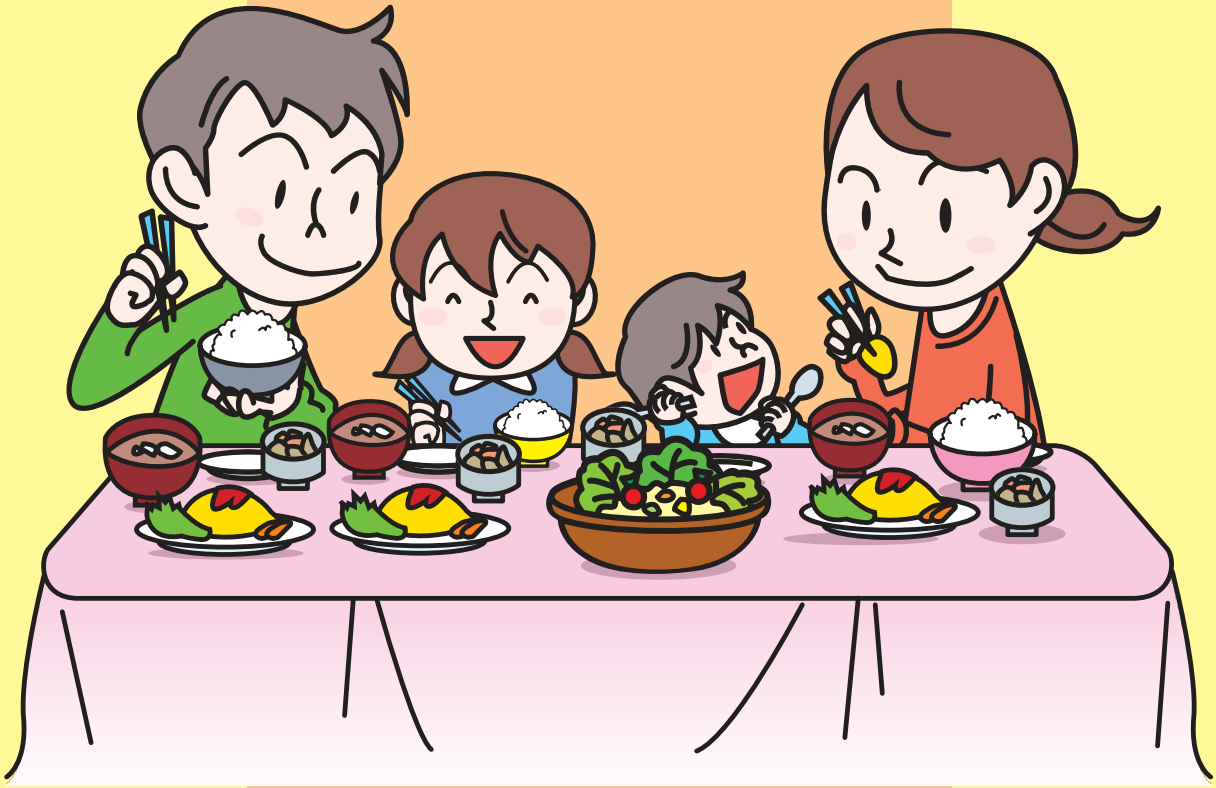
かごしま市食育推進計画



鹿　児　島　市



はじめに

近年、健康志向や食の安心安全に対する関心が高まる一方で、価値観やライフスタイルの多様化などにより食生活が大きく変化し、栄養の偏りや不規則な食事、肥満や生活習慣病の増加などに加え、食を大切にする心や優れた食文化が失われつつあるなど、食に関して様々な問題が生じています。

このような中、「食育」は「生きる上での基本であって、知育、徳育、体育の基礎となるべきもの」と位置づけた食育基本法に基づき、本市では、今年度初めて「かごしま市食育推進計画」を策定しました。

本計画では、豊かな自然や食材に恵まれた本市の特性を活かし、市民が食に関心を持ち、食を味わい、伝え、体験し、食の楽しさを身につけることを通して食育を推進してまいります。

計画の推進にあたりましては、健全な食生活・食習慣、食文化の継承、食の安全などの施策を総合的かつ計画的に実施するために、家庭や地域、学校・保育所等をはじめ、食に関わる関係機関や団体等と連携して取り組んでまいりたいと考えておりますので、ご協力を賜りますようよろしくお願いいたします。

終わりに、本計画の策定にあたり、熱心にご審議いただきました鹿児島市食育推進計画策定委員のみなさまをはじめ、貴重なご意見やご協力をいただきました市民ならびに関係のみなさまに心から感謝申し上げます。

平成21年6月

鹿児島市長　森　　博　幸

目　次

第１章　食育推進計画の基本的な考え方

1　趣旨 ……1
2　位置付け ……1
3　計画期間と進行管理 ……2
4　基本理念 ……2
5　現状と課題 ……2
6　食育の目標 ……5
(1)「食」について知ろう
(2)「食」を伝えよう
(3) 鹿児島の「食」を味わおう
(4)「食」を体験しよう
(5)「食」の楽しさを身につけよう
7　推進体制 ……6
(1) 鹿児島市食育推進委員会
(2) 鹿児島市食育推進連絡会議
(3) 食育推進ネットワーク

第２章　食育推進のための施策の展開

1　「食」への関心の向上・食品の安全性の確保【「食」について知ろう】……7
(1) 食品の安全性
(2) 食品表示
2　郷土料理・食文化の継承【「食」を伝えよう】……10
(1) 鹿児島の郷土料理などの普及
(2) 食文化の継承
3　地産地消の推進【鹿児島の「食」を味わおう】……14
(1) 地産地消の推進
4　農業体験・環境への取組【「食」を体験しよう】……17
(1) 農業体験等
(2) 環境への取組
5　健全な食生活と豊かな人間形成【「食」の楽しさを身につけよう】……20
(1) 家庭・地域における食育推進
(2) 学校等における食育推進

6　食育推進運動の展開……28
(1) 食育月間等の取組
(2) 食育推進ネットワークの構築
(3) 食に関する情報発信
7　ライフステージに応じた食育……31
(1) 幼年期
(2) 少年期
(3) 青年期
(4) 壮年期
(5) 高年期
8　食育推進のための施策の展開における目標値……34

資　料

食育に関する市民意識調査の概要……35
鹿児島市食育推進計画策定委員会設置要綱……36
鹿児島市食育推進計画策定委員名簿……37
食育基本法……38
用語解説……45

本文中「※」の記載のあるものについては、用語解説でその意味を記載しています。

第1章

食育推進計画の基本的な考え方

第１ 章　食育推進計画の基本的な考え方

１．趣旨

近年、国民のライフスタイルや価値観が多様化するとともに、外食産業等の発達に伴い食の外部化が進むなど、食を取り巻く環境は大きく変化しています。

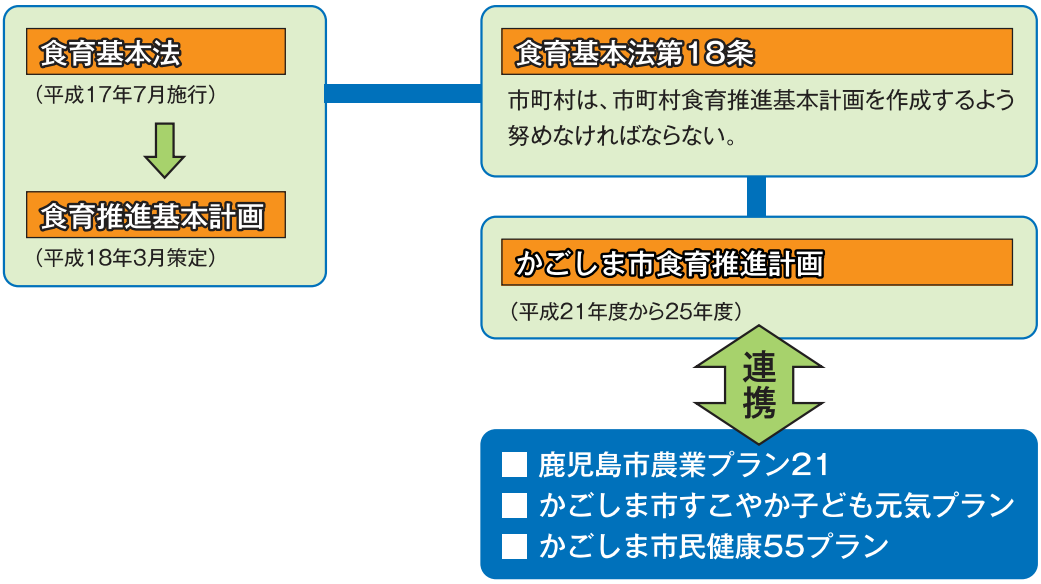
また、栄養の偏りなどの食生活の乱れによる肥満や生活習慣病の増加、※食料自給率低下の一方で食べ残しなどによる食料の無駄、食品の安全性への不安など、食に関わるさまざまな問題が生じています。

このような中、国は、平成17年７月に「食育基本法」を施行し、平成18年３月には「食育推進基本計画」を策定して、心身の健康を増進する健全な食生活を実践するために食育を推進しています。

本市においても、恵まれた自然環境と豊かな食材を有する特性を活かして、家庭や地域、保育所・幼稚園・小中学校等、また食料生産者など食に関わる関係機関・団体等が連携して、健全な食生活・食習慣、食文化の継承、食の安全などの施策を総合的かつ計画的に推進するため、「かごしま市食育推進計画」を策定します。

２．位置付け

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、本市の食育に関する基本的な事項について定めるもので、「鹿児島市農業プラン21」、「かごしま市すこやか子ども元気プラン」、「かごしま市民健康55プラン」などの本市関連計画との整合性を図ります。



3. 計画期間と進行管理

本計画の計画期間は、平成２１年度から２５年度までの５か年とします。

本計画については、鹿児島市食育推進委員会において進行管理を行い、効果的な食育の推進を図ります。

なお、状況の変化によって、計画内容を適切に見直します。

4. 基本理念

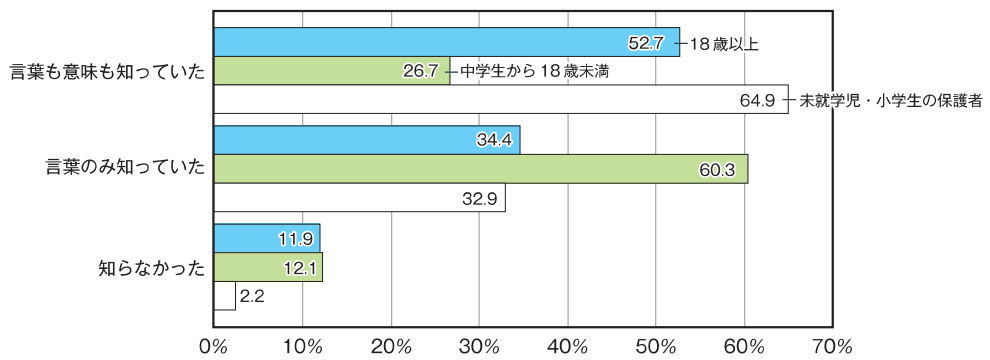
豊かな自然に恵まれた本市の特性を活かし、市民が食に関心を持ち、食を味わい、伝え、体験し、食の楽しさを身につけることを通して食育を推進し、市民一人ひとりが健康で生き生きと生活できる活力のある社会の実現をめざします。

5. 現状と課題

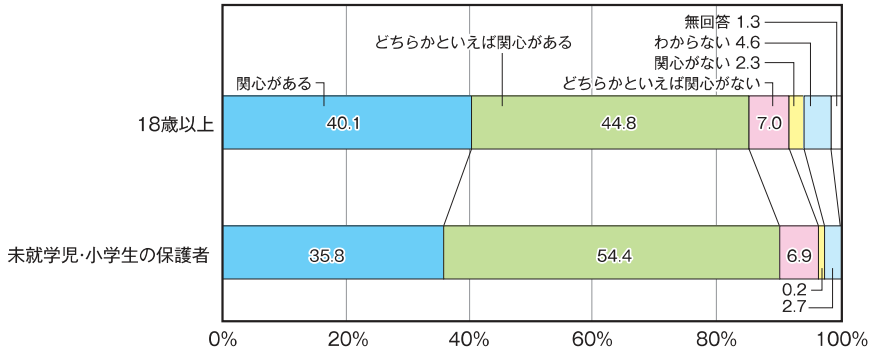
本市が平成20年７月に実施した「食育に関する市民意識調査」（以下「市民意識調査」という。）によると、18歳以上で、「食育という言葉や意味を知っている人」は87.1%、「食育に関心を持っている人」は84.9%と、国が行った調査結果より、いずれも高い結果となっています。

しかし、食生活については、「自分の食生活に問題があると思う人」は56.4%で、「『※食事バランスガイド』等を参考にした食生活を実践している人」が56.8%と半数程度にとどまっています。また、朝食については、20歳代男性の４人に１人、30歳代男性の３人に１人が欠食をしており、関心度と規則正しい食習慣の実践には差があります。野菜の摂取不足や食塩の過剰摂取なども問題であり、これらに起因する生活習慣病の増加など健康上の問題が危惧されます。

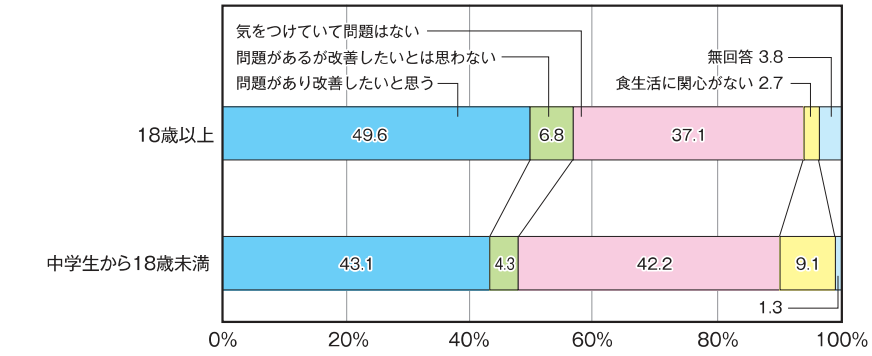
「食育」という言葉やその意味を知っていましたか



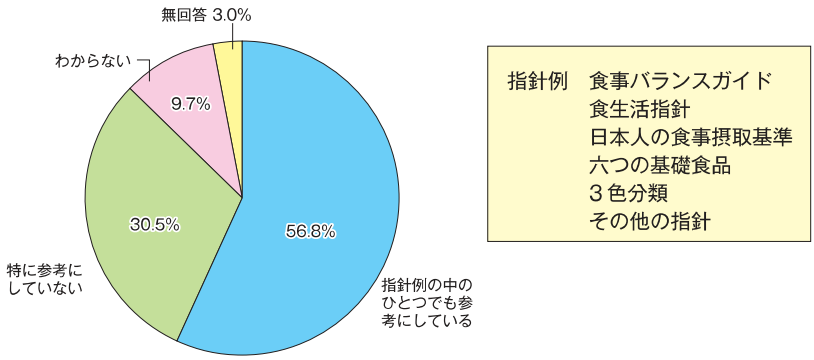
「食育」に関心がありますか



自分の食生活に何か問題があると思いますか



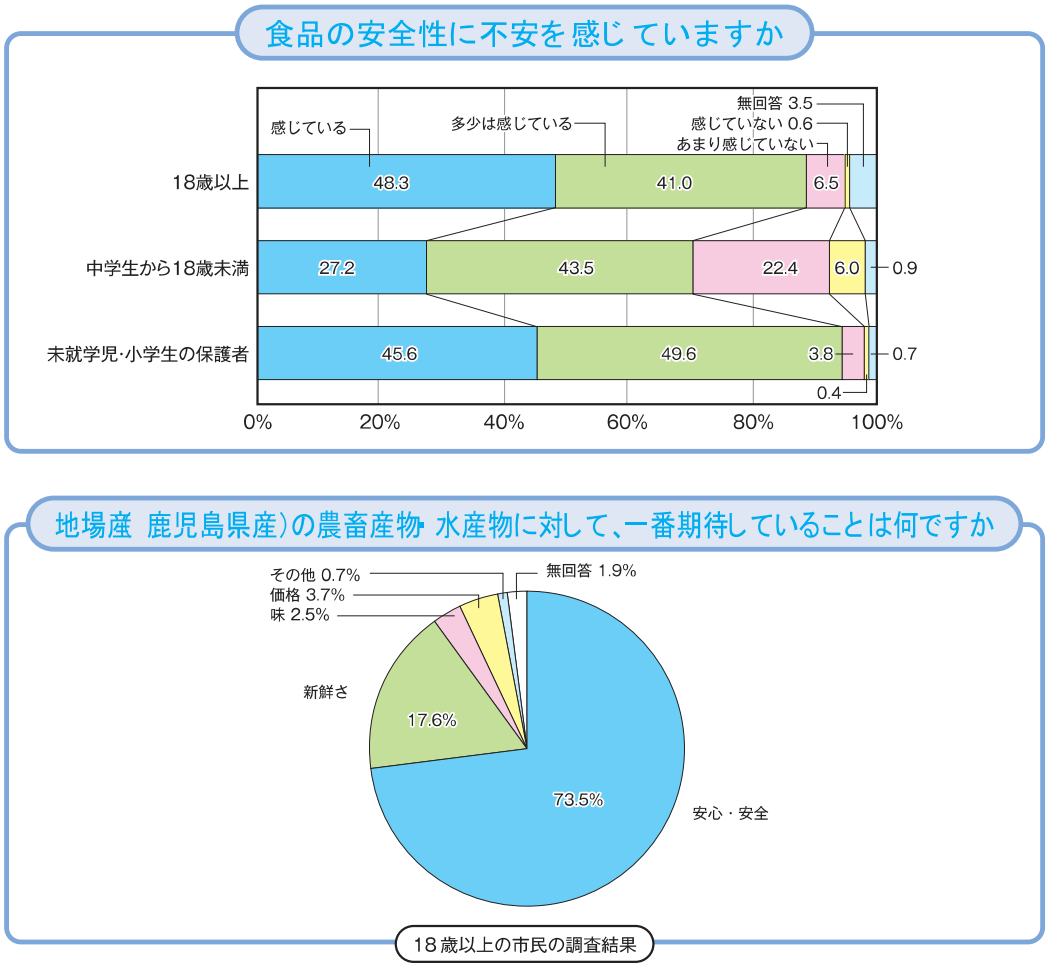
食事バランスガイド 等の指針を参考にした食生活の実践度



18歳以上の市民の調査結果

また、食の安全については、「食品の安全性に不安があると感じている人」は89.3%と高く、中でも「農薬の残留」、「食品添加物」について不安を感じており、食品購入の際に気をつけていることは「賞味（消費）期限」、「産地・生産者」となっています。

これに関連し、地場産物に対して「安心・安全」を期待する人が73.5%と多く、本市の取り組んでいる地産地消の推進を後押しする結果となっています。



地産地消に取り組むことで期待される効果の一つに、伝統的な食文化への認識を深めることがあげられますが、郷土料理はその土地で収穫された材料を使ってその土地の人々が、よりおいしく食べられるように工夫した料理であり、先人たちの知恵が凝縮された料理です。

市民意識調査の結果では、「鹿児島の郷土料理や伝統食などを食べたことのある人」は18歳以上の人で97.1%、「1種類でも作ることのできる人」は78.9%でしたが、「食文化や伝統食について関心のある人」は18歳以上の人で79.9%、中学生から18歳未満の人で49.5%となっています。

鹿児島の伝統ある食文化を継承するために、子どもの頃から食に対する関心をもち、理解を深めることができるように取り組むことが重要です。

多岐にわたる食育への理解を深めるためには、市民一人ひとりが食育に対して関心を持ち、食育の重要性を理解して、実践できるように、全市的な食育推進運動の展開が必要です。

そこで、次の5つの「食育の目標」を掲げ、食育推進運動に取り組むこととします。

6. 食育の目標

（1）「食」について知ろう

食品の安全性や表示について関心を持ち、知識を身に付けることをめざします。

（2）「食」を伝えよう

鹿児島の郷土料理、日本の伝統食、四季の行事食に興味を持ち、実際に調理したり、食べることなどを通して地域の食文化を継承します。

（3）鹿児島の「食」を味わおう

鹿児島で生産された農林水産物を消費する地産地消を推進します。

（4）「食」を体験しよう

農業体験などを通して、自然の恵みや食に感謝する気持ちを育みます。

（5）「食」の楽しさを身につけよう

食に関する正しい知識や判断力を身に付け、健康に生き生きと暮らします。



7. 推進体制

食育を推進するために、関係機関・団体が連携して取り組んでいきます。

(1) 鹿児島市食育推進委員会

消費者団体、農林水産業関係者、食品関係者、教育・福祉関係者、保健医療関係者等、食に関わる団体等で構成する「鹿児島市食育推進委員会」を設置します。

この委員会は、本計画の推進や施策に関する協議を行います。

(2) 鹿児島市食育推進連絡会議

庁内の関係部署で構成する「鹿児島市食育推進連絡会議」において、食育の取組が総合的かつ計画的に推進されるよう、連絡・調整を行います。

(3) 食育推進ネットワーク

消費者団体、農林水産業関係者、食品関係者、教育・福祉関係者、保健医療関係者、地域団体、ボランティア等の食に関わる各種関係機関・団体等で食育推進のためのネットワークを構築します。

第2章

食育推進のための施策の展開

第2章　食育推進のための施策の展開

1．「食」への関心の向上・食品の安全性の確保

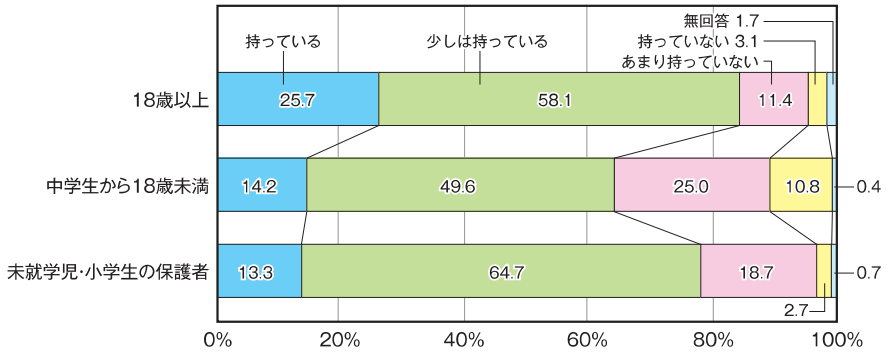
【「食」について知ろう】

近年、農薬などの混入や食品の不正表示の問題が発生するなど、食品の安全性についての信頼が揺らいでおり、市民の関心も高まっています。市民意識調査の結果では、89.3%の市民が食品の安全性に不安を感じており、その不安の内容は、「農薬の残留」「食品添加物」「輸入食品」などです。

また、「食品の選択・調理方法についての知識がある人」は83.8%となっています。

健康づくりの基本である食品が、誰によって、どこでどのように作られているのか、どこでどのような材料を使って加工されているのかが、分かりづらい状況になっており、市民に不安を与えています。

健康のために、どのような食品を選んだら良いかや、どのような調理が必要かについての知識を持っていると思いますか



(1) 食品の安全性

食品を提供する側が安全性の確保に万全を期し、適正な表示や消費者へ正確な情報提供を行うことはもちろん、消費する側も食品の安全性や食品表示について正しい知識を持ち、自らの食を自らの判断で正しく選択できるよう理解を深めていくことが必要です。

食品の監視指導を強化するとともに、積極的に情報の提供を行う必要があります。

① 食品検査などの実施

「鹿児島市食品衛生監視指導計画」に基づき、食品事業者に対する監視指導や市内で製造・販売される食品の検査などを実施することにより、食品の安全性の確保に努めます。

② 安全性に関する知識の普及啓発

食品事業者や市民の食品の安全性に関する理解を推進するために、最新の科学的知見に基づく情報の収集を行うとともに、市民のひろば・ホームページ・出前講座などを通じて、食品の安全性に関する知識の普及啓発を行います。

③ 安全性に関する相互理解の推進

食品の安全性に関して、消費者、食品事業者及び行政の相互理解を推進するために、市民や食品事業者との施策に対する意見交換や食品衛生に関する相談・衛生講習会などの機会を通じて、情報の共有を図っていきます。

(2) 食品表示

食品表示は、消費者や食品事業者がその食品の特性を正しく理解し、適正に選択したり使用したりするために欠かせない重要な情報源です。特に、期限表示は食品の安全性の確保のために大切なものです。

また、加工された食品は、その製造工程や成分などの違いによって保存性が異なり、消費者がそれを判断するのは難しい場合があります。

このため、加工食品には、一部の食品を除いて、※消費期限又は※賞味期限のどちらかの期限表示が表示されています。

食品表示は、いくつかの法律により規定されています。

例えば、ＪＡＳ法では消費者向けのすべての食品について品質表示基準が定められており、生鮮食品は名称や原産地、加工食品は名称、原材料名（食品添加物を含む。）、内容量、消費期限又は賞味期限、保存方法、製造者の氏名及び住所などを表示することが義務付けられています。

また、食品衛生法ではアレルギー物質を含む食品や保健機能食品の表示、健康増進法では栄養成分表示、計量法では内容量表示など、表示すべき事項が定められており、これらについて、市民がよく理解することが大切です。

① 農林水産物・食品の原産地などの表示

市民の食品への関心を呼び起こし、食育行動に繋げるために、分かりやすく正確な原産地表示などを促進します。

② 食に関する情報提供

栽培時の農薬・肥料などの使用時期や使用回数、栽培方法などの生産履歴の記帳の徹底を図るとともに、消費者が生産状況を把握するための産地見学会の開催など、食に関する情報の提供に努めます。

③ 適正な表示の徹底

食品事業者に対し、表示制度の周知を図り、適正な表示を要請するとともに、国・県と連携して食品表示の監視を強化し、表示違反食品の発見及び排除に努めます。

2. 郷土料理・食文化の継承

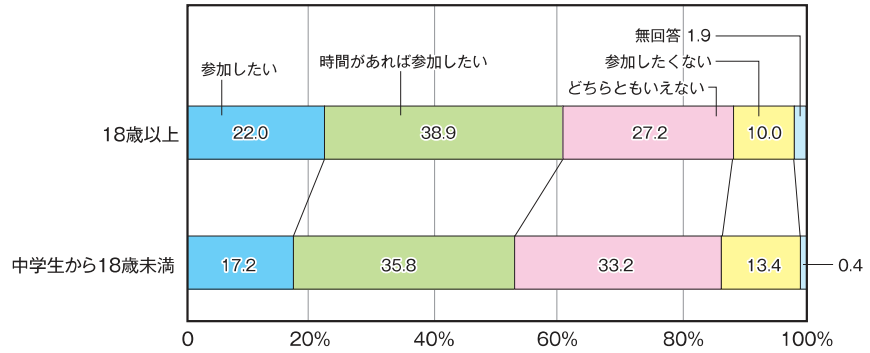
【「食」を伝えよう】

鹿児島には温暖な気候を利用した特産品、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。その中で、焼酎、黒豚、地鶏、さつま揚げなどは、すぐに鹿児島を想起させる全国的に有名な特産物となっています。

一方、ライフスタイルの変化等に伴い、食の外部化などが進むとともに、輸入食材の増加により、家庭の食事には季節感のないものが増え、また、箸やお茶碗の持ち方など基本的な食事マナーも家庭で教えられることが少なくなり、これまで家庭や地域において継承されてきた日本型食生活や、地域の特色ある郷土料理、日本の伝統食、四季の行事食などの食文化や個々の家庭の味が失われつつあります。

こうした中、食を大切にする心を育て、地域の食材を利用することで、鹿児島ならではの食文化を次世代に伝えていくことが重要となっています。

郷土料理や伝統食を習う機会があれば参加してみたいと思いますか



(1) 鹿児島の郷土料理などの普及

市民意識調査の結果では、18歳以上の人で、「鹿児島の郷土料理や伝統食について1種類でも知っている人」は96.2%、「1種類でも作ることができる人」は78.9%となっています。

年代別でみると、10歳代・20歳代では、知っている鹿児島の郷土料理や伝統食の数が、他の年代より少なく、また、2人に1人が作ることができないという結果となっており、「郷土料理や伝統食を習う機会があれば参加したい人」は60.9%となっています。

子どもの頃から食に対する関心をもち、郷土料理などに理解を深めることができるように働きかけることが求められています。

① 鹿児島の郷土料理などを知る取組

ア 給食に、鹿児島の郷土料理、日本の伝統食、四季の行事食、旬の素材を使った季節料理を取り入れ、食べ物を育む風土や食文化を学び、理解を深める食育を行います。

イ 郷土料理を取り入れた給食の内容などについて、「保護者だより」などを利用して、情報提供していきます。

ウ 小中学校では、家庭科で郷土料理などを取り上げます。

エ 公民館や保健センター等で、郷土料理を学ぶ機会を設けます。また、郷土料理の展示やレシピ紹介などを積極的に進めます。

② 手作り・家庭の味を伝える取組

保健センター、保育所・幼稚園・小中学校等、食生活改善推進員、食料生産者等が、手作りの料理、家庭の味の紹介を行います。

また、調理実習では、調理法の習得とともに、手作りの良さとできたてのおいしさを体験してもらいます。

郷土料理の一例

さつますもじ



すし飯に季節の具材を混ぜ合わせる。
地酒を使用するのが特徴。

呉　汁



すり潰した大豆といろいろな野菜が
入っているみそ汁。

地鶏の煮物



材料を油で妙めてからだし汁で煮る。
今でも家庭料理として親しまれている。

ふくれ菓子



小麦粉、黒砂糖、重曹をまぜて蒸す菓子。
よもぎなどを入れたりすることもある。

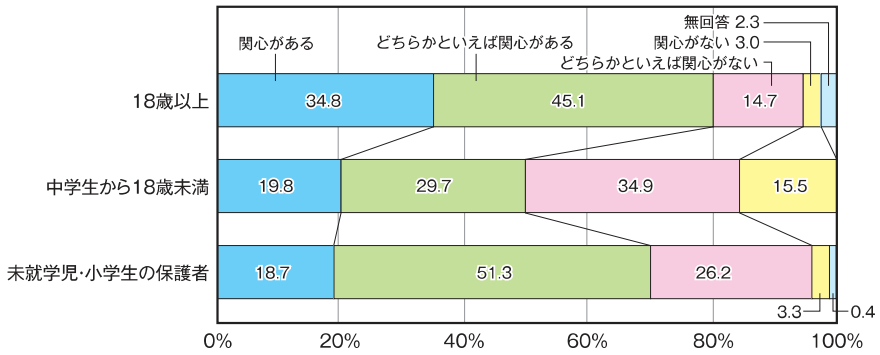
出典：鹿児島県食生活改善推進員連絡協議会発行「郷土の味」

(2) 食文化の継承

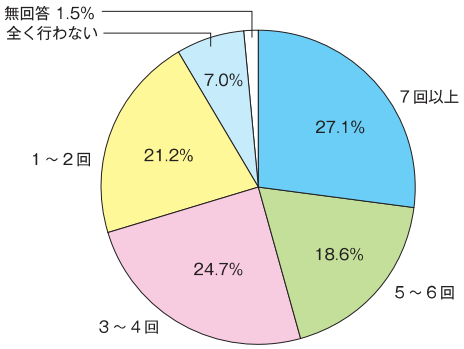
市民意識調査の結果では「食文化や古くから伝わる伝統食について関心のある人」は、18歳以上の人で79.9%、中学生から18歳未満の人で49.5%となっています。

一方、「行事食を伴う伝統的な行事を1年間に行う頻度」は7回以上が27.1%となっています。年齢別では、20歳代、30歳代が少なくなっています。

食文化や古くから各地に伝わる伝統食について関心がありますか



自宅で行事食を伴う伝統的な行事を年間にどの程度行っていますか



18歳以上の市民の調査結果

また、「食事の際に『いただきます』『ごちそうさま』のあいさつを必ずしている人」は、18歳以上の人で54.3%、中学生から18歳未満の人で53.4%、未就学児・小学生で71.3%となっています。

食べ残しや食品の廃棄に対する意識について、「『もったいない』といつも感じている」18歳以上の人の割合は67.9%、中学生から18歳未満の人では42.2%となっています。

日常生活において食料が豊富に存在することを当たり前のように受け止め、食べ残しや食品の廃棄を大量に発生させており、日本の文化である「もったいない」という物を大切にする精神が薄れがちです。

食事のマナー、自然の恵みや食に感謝する気持ち等の日本の食文化を継承していくことが大切です。

① 食育活動における食文化継承の推進

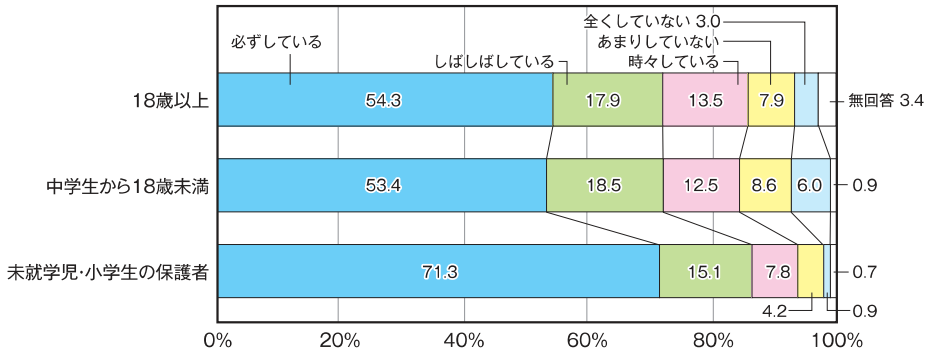
食を楽しむ体験をし、郷土の伝統的な食材や食文化について学び、理解を深めるために、食に関わる関係機関・団体等による食育活動を促進します。

② 食事のマナー、「感謝」と「もったいない」の気持ちを育む取組

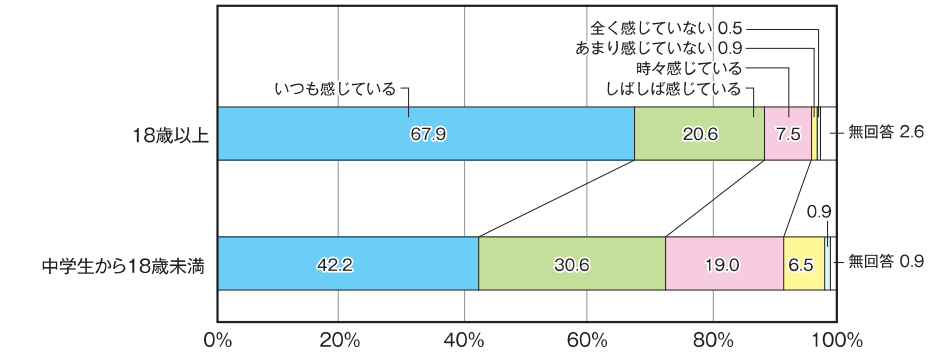
ア 毎日の食事において、食事の準備・配膳・後片付けを手伝い、食事のあいさつや箸の使い方などの食事マナーを身に付け、食が楽しいと感じる子どもを増やします。

イ 自然の恵みや生産者及び食事を作る人への感謝の気持ちを育て、よく噛んで、食べ物を残さず食べる習慣を身に付け、世界に通じる「もったいない」という物を大切にする精神を育てます。

食事の際に「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしていますか



食べ残しや食品の廃棄に対してもったいないと感じることがありますか



3. 地産地消の推進

【鹿児島の「食」を味わおう】

本市は、60万余市民を擁する大消費地であるとともに、近郊では農業や漁業が営まれています。

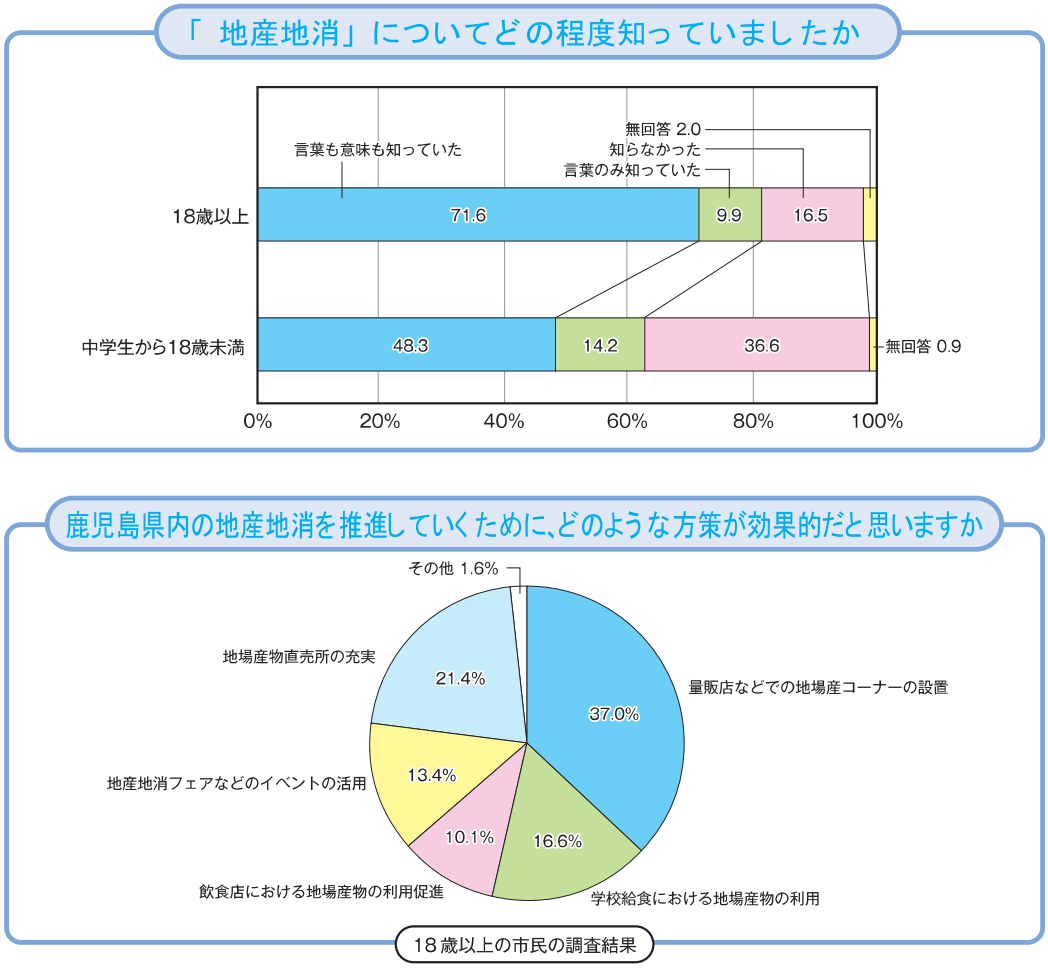
しかし、市民が食材生産の現場を見る機会は少なくなっており、食について意識することが少なくなっています。

こうした中、生産体験や生産者との交流を通じて、市民が食を知り、関心を高めることは、食育推進にとって重要です。

(1) 地産地消の推進

市民意識調査の結果では、「地産地消について言葉や意味を知っていた人」は18歳以上の人で81.5%、中学生から18歳未満の人で62.5%となっています。

また、「鹿児島県産の農畜産物・水産物に対して期待していること」は「安心・安全」が一番多く、73.5%となっています。また、「地産地消を推進していくための効果的な方



策」として、「量販店などでの地場産コーナーの設置」「地場産物直売所の充実」「学校給食における地場産物の利用」などがあがっています。

地産地消とは、地域で生産された農林水産物を、その地域で消費することです。

地産地消を進めることは、地元産食材を地元で消費することから、地域農業などの生産振興につながり、食料自給率の向上に寄与し、また、※フードマイレージの改善にも有効です。

① 市民と生産者との交流

ア 豊富な市内産農産物を紹介するために、百貨店などで旬の農産物など試食宣伝販売を行います。

安全な農産物生産に取り組むパネル展示や生産者による対面販売を行い、市民に豊富な市内産特産農産物を知ってもらいます。

イ 農産物直売所や公共の場所、電車・バス内でのポスターなどによる特産農産物ＰＲを行います。

ウ 鹿児島市農林水産まつり（春・秋）では、市民と農林水産業者とのふれあいを促進し、農林水産物の消費拡大と農業等への理解を深めます。

また、農協生活指導員等による地域特産食材などを使った料理試食や、地域生産者団体等による農産物直売を実施します。

エ 旬の魚・野菜などへの関心を高めるため、料理方法の紹介や、料理教室を開催し、地場産物の消費拡大を図ります。

オ 生産ほ場での収穫体験及び生産農家との意見交換会などを行い、市民に特産農産物の産地を知ってもらいます。

また、新鮮で安全な農産物を供給する農家の取組を知ってもらい、市民と生産農家との交流を促進します。

② 給食での地場産物の活用

ア 学校給食では、１月 24 日から１週間の「全国学校給食週間」に合わせ「かごしまをまるごと味わう学校給食」週間を設定し、市内産の食材についての知識を深め、郷土食への興味・関心を高めます。

イ 生産者の顔が見える安全な食材活用のために、地元の生産者グループ等を栄養教諭等研修会などで紹介し、学校給食への活用を促進します。

③　市場と小中学校との連携

ア　青果市場からの野菜の産地・収穫情報や、魚類市場からの旬の魚の情報などを小中学校に適宜紹介し、地場産物を学校給食に取り入れやすいようにします。

イ　市場関係者と給食業務に関わる職員との情報交換会を開催し、価格安定・加工方法・産物情報などの協議を行い、学校給食に地元の野菜や魚などの地場産物をより多く取り入れます。

④　食料自給率の向上

人々のライフスタイルが多様化し、食生活も豊かになっている中で、我が国の食料自給率は、平成18年度にはカロリーベースで39%という低水準であり、このままでは食生活に影響を与えかねません。

食料自給率の向上に有効といわれている地産地消を推進し、国・県内産の食材活用を推進します。

4. 農業体験・環境への取組

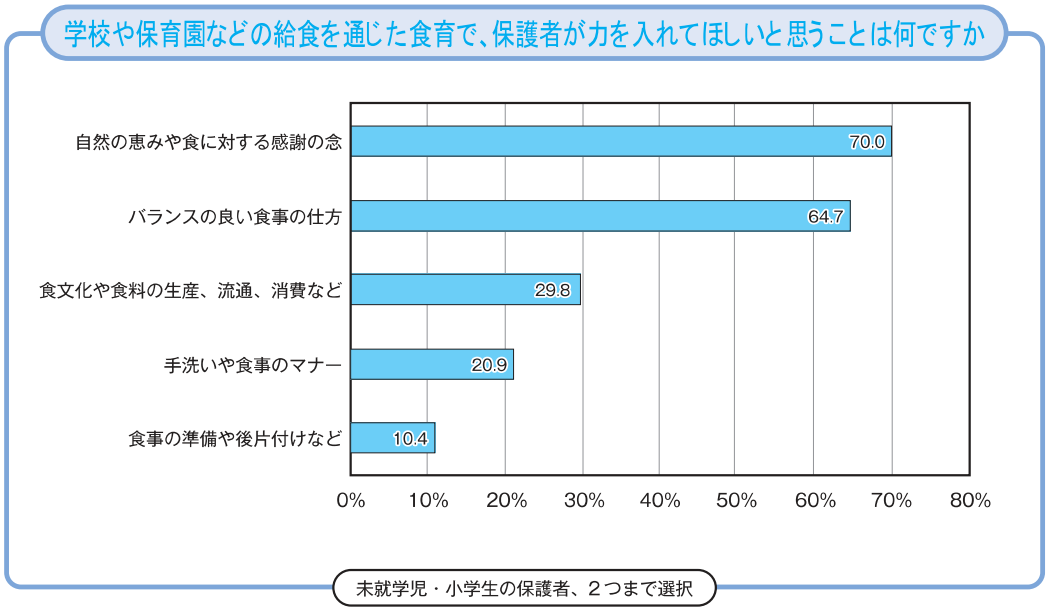
【「食」を体験しよう】

本市は、第三次産業人口が全体の約８割を占め、卸小売業、金融、サービス業など商業・業務機能の集積が高くなっています。食の外部化などが進んでいく中、食料の生産や加工などの現場に直接ふれることができる機会が減少し、生産者と消費者との物理的な距離が広がってきました。

その結果、自然の恩恵の上に食料生産が成り立っていることや、食生活が生産者をはじめ多くの人々の苦労や努力に支えられていることを実感しにくくなっています。

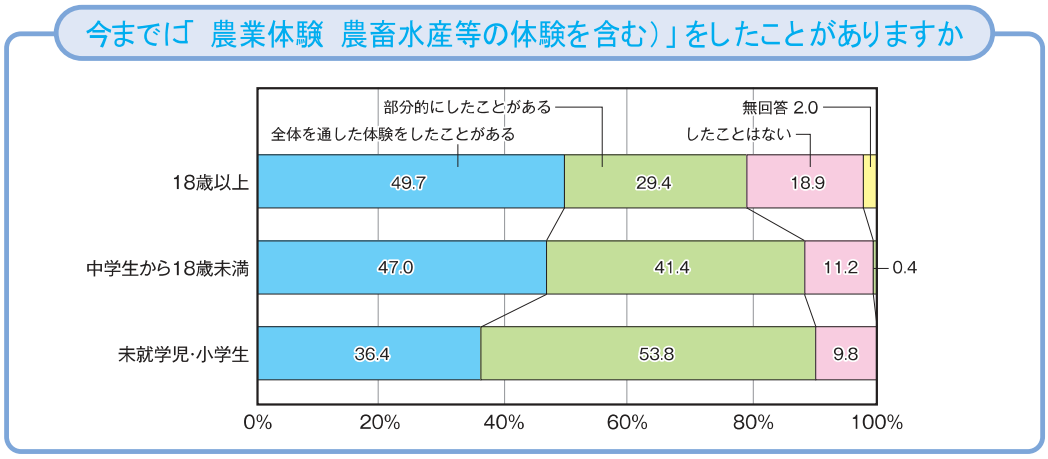
(1) 農業体験等

市民意識調査の結果では、「学校や保育園などの給食を通じた食育で力を入れてほしいと思うこと」について、未就学児・小学生の保護者の７割が「自然の恵みや食に対する感謝の念」をあげています。



一方、「種まきから収穫までなどの一連の農林畜水産等の体験をしたことがある人」の割合は、18歳以上の市民では49.7%、中学生から18歳未満の市民では47.0%、未就学児・小学生では36.4%となっています。

地域や小中学校等での農業体験や市場見学会、※教育ファームなどを通じて、自然の恵みや食に感謝する気持ちを育むことが大切です。



① 農林水産業者等による食育の促進

農林水産業者等が運営する市民農園や観光農園、家畜とのふれあい体験のほか、ＮＰＯ等が主催する農業体験や、椎茸などの林産物の収穫体験などの食育体験機会の拡大を促進します。

② 農村地域交流拠点施設での食へのふれあいの推進

市内の農村地域にある農産物直売所などで、農産加工品や伝統食などにふれる機会拡大を推進します。

③ 市場見学会の実施

市民や小学生が青果物などの市場流通の理解を深めるため、「青果市場探検隊」「市民青果市場見学ツアー」を実施します。

④ 教育ファームの取組

ア 農林水産業者の指導を受けて、同一人物が同一作物について、２つ以上の作業を年間２回以上行う「教育ファーム」に取り組み、多くの市民が自然の恩恵や食に関わる人々の活動についての理解を深めていくようにします。

教育ファームが十分に効果を発揮し、地域に根付くため、市、小中学校、農林水産業者、食育推進団体等が連携する体制づくりを行います。

イ 喜入一倉地区に計画している鹿児島市観光農業公園（仮称）において、農業生産体験や、鹿児島の優れた農産物の素材を活かした加工体験ができるようにします。

また、施設内で排出される食品残渣などを家畜の飼料や堆肥に再資源化し、それを農業生産に活用するなど資源循環型の仕組みをつくります。

農と食をつなげて考えることのできる体験の場を創出します。

⑤　食の体験

ア　保育所・幼稚園・小中学校等で、野菜づくり・収穫などを体験し、新鮮な野菜を活かした調理実習を実施する場を設け、素材の味を知ります。

イ　給食を通して、食材に触れ、調理を見、聞き、匂い、味わうといった五感を使った体験を取り入れ、食べることが好きで、楽しく感じる子どもを育てます。

ウ　本市の地場農林水産物を給食に積極的に取り入れ、郷土の食材への理解を深め、生産する人々への感謝の気持ちを育みます。

(2) 環境への取組

今日の地球温暖化をはじめとする環境問題は、人類の生存基盤に関わる深刻な課題となっており、その解決のためには、現在の私たちの生活様式を根本から早急に見直していくことが必要です。

食に関しても、食べ残しなどによる食品の大量廃棄やフードマイレージの増大などを防ぐことが急務となっています。

食を通じて、これらの問題に対する市民一人ひとりの意識を醸成し、環境に配慮した取組に結びつけていくことが大切です。

①　緑のカーテンによる植物の栽培、調理体験等

かごしま市地球温暖化対策地域協議会と連携して、ゴーヤやヘチマなどで窓などを覆うことによって室内の温度を下げる「緑のカーテン」を家庭などに普及させ、温暖化対策を図るとともに、植物の栽培、収穫、調理体験に繋げます。

②　かごしま環境未来館などでの取組

食生活と環境問題とのかかわりあいを正しく理解し、廃棄を少なくする気持ち、「もったいない」と感じる気持ちを育むため、環境に配慮した料理教室や料理体験講座に取り組みます。

かごしま環境未来館の「食工房」では、環境に配慮した料理体験講座を通して、食の安全や地産地消などを学べるようにします。

③　※ダンボールコンポスター普及の推進

家庭へのダンボールコンポスターの普及を推進し、ごみの減量化や資源化に対する意識の向上を図ります。

5. 健全な食生活と豊かな人間形成

【「食」の楽しさを身につけよう】

安心して健やかな生活を送るためには、正しい食習慣の確立が基本となりますが、朝食を食べない人の増加や野菜の摂取不足など、栄養の偏りや生活習慣病の増加などの様々な問題が指摘されています。

食の重要性について認識し、バランスのとれた食事や正しい食習慣を習得し、食を楽しむことが大切です。

しかし、食習慣の問題は個人が努力するだけで解決できることではありません。

市民自らが食について考え、食に関する知識や判断力を身に付け、健康的な食習慣を実践につなげていくために家庭・地域・学校等での取組が必要です。

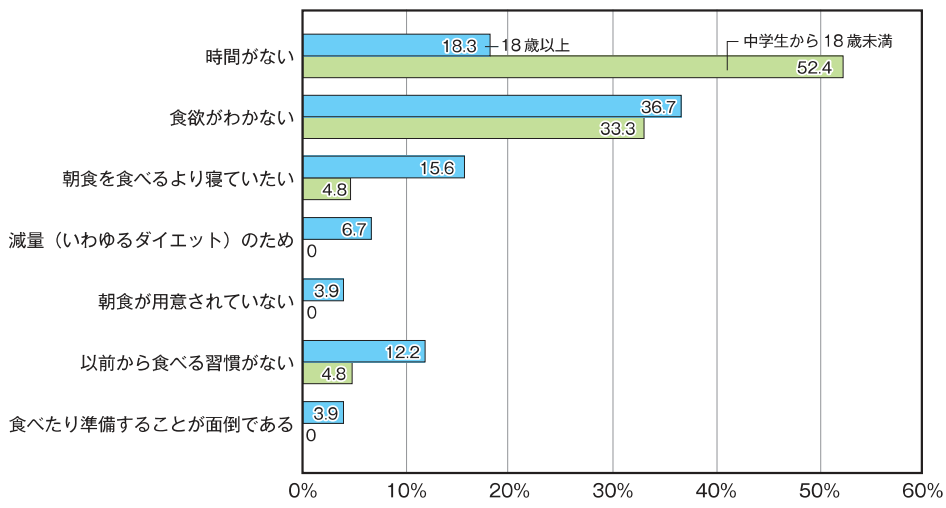
(1) 家庭・地域における食育推進

食に触れ、食についての正しい知識と食を選択していくことを学び、食品の廃棄を減らす知恵を身に付けるのは、家庭における食育の力が大きいと考えられます。

しかし、一方で、ライフスタイルが多様化する中で、食の外部化が進み、ファストフードや中食などが溢れ、また、家族が一緒に食卓を囲まない日が多くなり、個食や孤食が増えている現状があります。その中で、栄養の偏りなど食生活の乱れによって、肥満や痩せ、生活習慣病などが増加しています。

市民意識調査の結果では、中・高校生の約１割が、「朝ごはんを食べないことがある」と答え、20歳代男性の４人に１人、30歳代男性の３人に１人が、「ほとんど食べない」

朝食を食べない理由

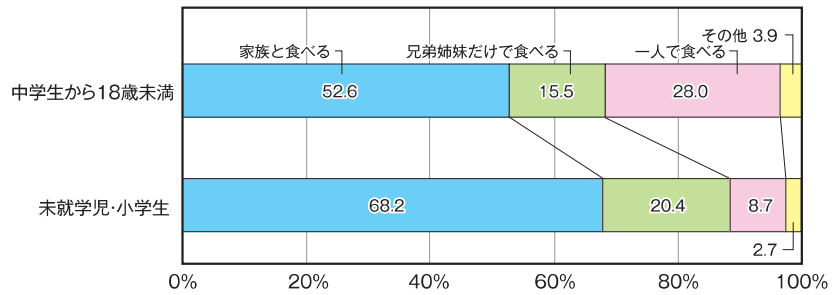


という結果となっています。朝ごはんを食べない主な理由は「時間がない」「食欲がわかない」となっています。

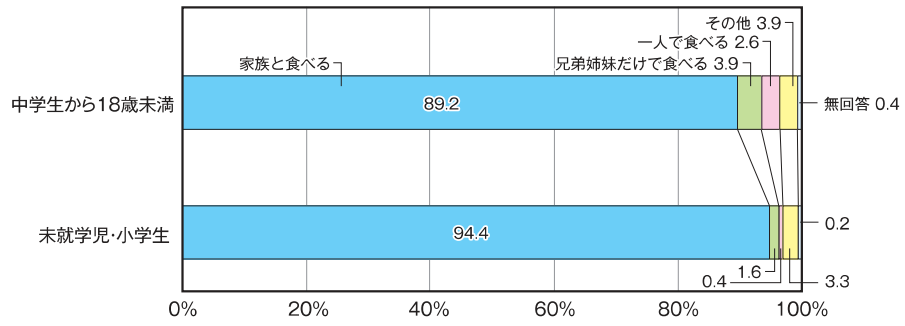
孤食について、中学生から18歳未満で、「朝食を一人で食べる人」は28.0%、「夕食を一人で食べる人」は2.6%となっています。未就学児・小学生では「朝食を一人で食べる子ども」は8.7%となっています。

また、未就学児・小学生では、「食事の際よくかまずに食べている子ども」が44.8%であり、未就学児より小学生の方がかまずに食べている子どもが多い傾向にあります。

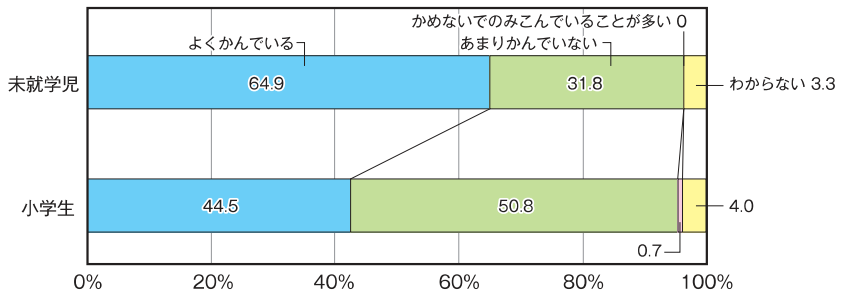
ふだん朝食は主に誰と一緒に食べますか



ふだん夕食は主に誰と一緒に食べますか



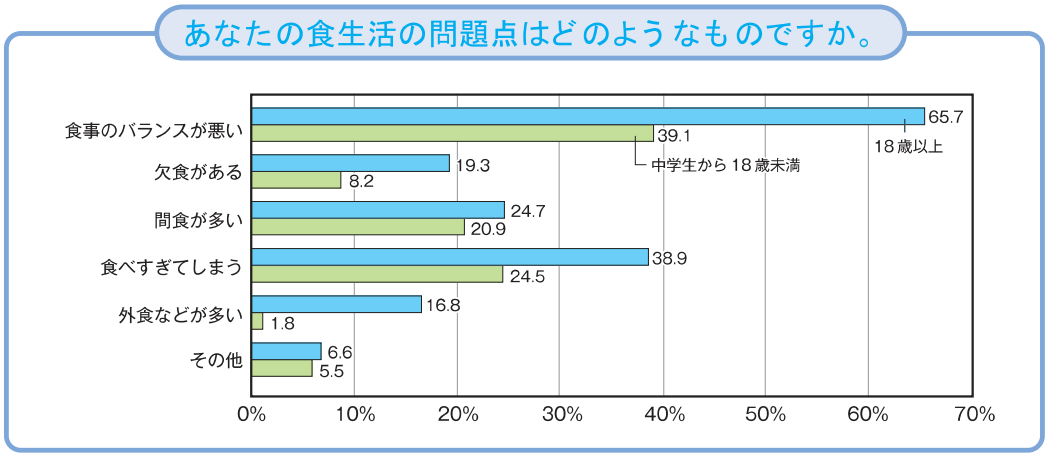
お子さんは、ゆっくりとよくかんで食べますか



18歳以上の人では、2人に1人が「自分の食生活に問題がある」と思っており、食生活上の問題点は「栄養バランスが悪い」「食べすぎてしまうこと」をあげていました。野菜の摂取不足や食塩の過剰摂取などの問題もあります。

これらは、肥満、生活習慣病などにもつながる恐れがあり、気をつけなくてはならない問題です。しかし、「『食事バランスガイド』などを参考にした食生活を実践している人」は、56.8%と半数程度にとどまっています。

乳幼児から高齢者までのあらゆる年代を通じ、世代間の交流や体験の共有化を図るなど、それぞれの家庭・地域・生活様式などを尊重しながら、生涯を通じた継続的な取組が必要です。



① バランスのとれた食事の普及

ア 「食事バランスガイド」の普及啓発を通じ、栄養バランスが優れた「日本型食生活」などの健全な食生活の実践を推進します。

イ ※体にやさしいかごしまメニューの推進

市民の健康づくりを応援するために、「体にやさしいかごしまメニュー」を設け、市内の飲食店、社員食堂などでバランスのとれたメニューの提供などを図っています。

今後も、登録店舗数を増やし、「体にやさしいかごしまメニュー」を推進します。

② 食習慣などの習得

ア 食を楽しみながら食事の作法・マナー、食文化を含む望ましい食習慣や知識の習得が図られるよう、食事の場における食を通じたコミュニケーションを促進するよう啓発します。

イ　食に関する様々な体験活動、食前食後の挨拶の習慣化、豊かな味覚の形成などを促し、自然の恵みや生産者及び食事を作る人への感謝の念を育むとともに、理解を深めるよう啓発します。

ウ　妊婦や乳幼児に対する各種健診や相談及び子育て支援活動などを通して、食育の重要性を認識できるよう働きかけます。

エ　朝食を摂ることや早寝早起きを実践することなど、子どもの基本的な生活習慣を育成し、生活リズムを向上させるよう啓発します。

③　※メタボリックシンドローム予防のための取組

ア　メタボリックシンドローム予防のための教室を各保健センター等で開催します。

イ　市民の自主的なメタボリックシンドローム予防の取組のために、各種イベントでのポスター掲示・リーフレットの配布、ホームページなどを利用して、ウォーキングなどの運動メニュー・栄養の知識・食事メニューなどの情報を発信します。

④　肥満などの影響についての理解の推進

中学・高校時代の食生活の重要性や、低体重や肥満が心身に及ぼす影響などについて、理解を促進する取組を行います。

⑤　「野菜の日」のＰＲなど

ア　野菜・果物の１日の目標量（野菜 350g 以上、果物 200g）を毎日摂取するために、８月 31 日の「野菜の日」のＰＲを実施します。

※１日の市民の青果物摂取量の現状は、野菜 250.8g、果物 172.6g

イ　魚類市場関係者で組織する魚食普及協議会では、市場経由の水産物を知ってもらうため、ホームページによる旬の魚などの情報提供や料理コンクール、料理教室を実施します。

⑥　料理教室等各種講座の実施

ア　社会学級（家庭教育学級、父親セミナー、成人学級、女性学級など）で、「食育」について学ぶ機会を設けます。

イ　消費生活教室等で、食の安全性、食料自給率、食育、料理講習、食品リサイクル、環境問題など様々なテーマを通じて総合的に食について考えます。

ウ　公民館や地域福祉館等で、調理室などを利用したメンズキッチン、ヤングキッチン等を開催し、料理の基本や望ましい食習慣の知識について学びます。

エ　新米（ヤング）ママが、食事の基本を学ぶ機会を設けます。

⑦　子育て世代への取組

ア　妊娠期及び乳児期や１歳６ヶ月児健診や３歳児健診受診時に、食生活に関する資料を受診者等に配布し、家庭における食育の重要性や１日にとりたい食品の目安量の紹介を行います。また、食生活や栄養についての個別相談も行います。

イ　保育所・幼稚園等の子育て支援活動の中で、地域の子どもを対象に、餅つき会、みかん狩り、芋掘り、クッキングやお手伝い活動など、楽しく食体験ができる場を提供します。

ウ　公民館での親子料理教室で、食育について学ぶ機会を設けます。

エ　夏休みに子どもの食をテーマにした「親子一日セミナー」を実施します。

オ　児童館や親子つどいの広場など、地域において食育活動を展開します。

カ　すこやか子育て交流館（仮称）で親子クッキング教室を開催します。

⑧　噛むことなどへの支援

ア　歯列不正や味覚の低下している子どもが増加していることから、健診時などに、乳幼児期からの咀しゃくの発達や、望ましい味覚の形成について、受診者の保護者が学べる取組を実施します。

イ　五感を意識した食べ方を勧め、子どもが健全な食欲や食べる機能を獲得するように支援します。

⑨　高齢者への取組

ア　お達者クラブや高齢者クラブ等で、低栄養の予防やバランスのとれた食事、望ましい食習慣について学ぶ機会を設けます。

イ　介護予防のために、咀しゃく、飲み込みなどに関する知識を習得する取組を実施します。



(2) 学校等における食育推進

食育推進のためには、子どもを中心にした食育が大切です。

保育所・幼稚園・小中学校等の全職員が子どもの食育に取り組むとともに、保護者や地域への食育の取組の浸透を図ることが必要です。

【保育所・幼稚園等】

① 給食の充実

ア 保育所・幼稚園等が年間計画に食育を位置づけ、子どもが食事の準備、配膳、後片付けを手伝い、食事のあいさつやマナーを学びながら、給食等を友達と一緒に食べることで、食事の楽しさ、朝食の大切さ、噛むことの大切さ、野菜の効用、感謝の気持ちをもって食事を味わうことなど、毎月の目標を決めて取り組むことを促進します。

イ 鹿児島の郷土料理、日本の伝統食、四季の行事食、旬の素材を使った季節料理を取り入れ、食の楽しさを味わうことができるように支援します。

② 「かみかみ献立」の実施

子どもが噛むことの大切さを認識できるように、保育所・幼稚園等の給食において、「かみかみ献立」を取り入れるなど、食材の選択や料理を工夫する取組を促進します。



かみかみ献立の一例
大豆と枝豆の兄弟豆カレー

③ 保護者への啓発

ア 朝食の欠食を減らすため、保育所・幼稚園等が発行する保護者だより・献立表等にバランスよく簡単にできる朝食メニューの紹介、朝食抜きが身体に及ぼす影響などの掲載を行い、保護者会などの機会に保護者に啓発を行うことを促進します。

イ 保育所・幼稚園等での食育の取組などを保護者や地域の子育て家庭へ情報提供し、食への関心を高め、食育の実践を広げていくことを促進します。

【小学校・中学校】

① 食への理解の推進

ア 子どもが食について理解し、自分自身で考え行動できる知識や能力を身につけるために、年齢・発達段階に応じて食育に関する指導や教育を進めます。

イ 低学年において、食事の準備、配膳、後片付けを手伝い、食事のあいさつや箸の持ち方、姿勢など食事のマナーを学びながら、給食を友達と一緒に食べる楽しさを知り、食べることを好きになり、食の大切さと食文化を学ぶように指導します。

ウ 中・高学年には、食や栄養、生産などの知識を身に付けるように指導します。

また、食への感謝の心と、よく噛んで、食べ物を残さずに食べる習慣を身に付けることができるように指導します。

② 「早寝・早起き・朝ごはん」運動の推進

基本的生活習慣の確立のために、「早寝・早起き・朝ごはん」運動の推進・定着を図ります。

また、地区学校保健研究協議会や市学校保健フォーラム（市学校保健会）において、「食」や「基本的生活習慣」について取り上げ、家庭・地域と連携して取り組みます。

③ 給食の充実

ア 鹿児島の郷土料理、日本の伝統食、四季の行事食、旬の素材を使った季節料理などを取り入れ、食べ物を育む風土や食文化を学び、理解を深める食育を行います。

イ 「地域が育む『かごしまの教育』県民週間」を利用し、給食試食会・交流給食・バイキング給食、農作物の収穫祭などを行い、社交性やマナー向上、食への興味・関心を高め、食に対する知識・理解を深めます。

ウ 兄弟都市盟約を結んでいる山形県鶴岡市とお互いの郷土食の献立を交換して、歴史を踏まえ、四季折々の特産物を活用した交流給食を実施します。鶴岡市との歴史的な繋がりを学び、お互いの特産物を食べることで、食の知識を広め、交流の機会とします。



④　「かみかみ献立」の実施

噛むことの大切さを認識し、噛むことを実感し、噛む力が向上するように、６月の歯の衛生週間に合わせて、学校給食に「かみかみ献立」を取り入れるなど、食材の選択や料理を工夫します。

⑤　保護者への啓発

ア　小中学校が発行する保護者だよりなどに、バランスよく簡単にできる朝食メニューの紹介、朝食抜きが身体に及ぼす影響などを掲載し、保護者会などの機会に保護者にも啓発を行います。

イ　保護者などを対象に給食試食会を実施し、学校給食への理解を深めます。

⑥　食に関する指導の研究協力校

毎年１校を「食に関する指導の研究協力校」として選び、小中学校や地域の特色を生かし、家庭の協力も得ながら、子どもたちの実態に即した取組を行い、成果などについて他校に紹介します。

【高等学校等】

①　食生活についての理解の推進

現代社会に生きる生徒たちが、より自主的で実践的な力を身につけることを目標とし、自分の食生活に関して問題意識をもち、問題解決するための目的行動へ結びつけるよう食生活への理解を促進します。

ア　食への感謝に加え、栄養や健康などの知識を持って、よりよい食生活ができるように情報発信します。

イ　食の重要性や低体重・肥満が心身に及ぼす影響などについて、情報発信します。

ウ　季節・郷土の食材を利用して、短時間でバランスよく朝食が作れる「朝食レシピ」を作成して、ホームページなどで公開します。

②　成長期における正しい食生活の啓発

栄養の偏り、不足、極端な痩せや成長期における無理なダイエット等の弊害を予防するため、正しい食生活について啓発します。



6. 食育推進運動の展開

食育推進のためには、教育・保育の関係団体、生産者や市民の団体、ボランティア、市民が連携した取組が必要になります。

全市的な食育推進運動を展開していくことで、市民自らが食生活を見直すことを促進します。

(1) 食育月間等の取組

食育月間や食育の日を制定し、市民への食育の浸透を図り、関心を高めるとともに、イベントの開催や情報提供などによる継続的な普及啓発活動を行い、食育推進運動を定着させる必要があります。

家庭における食育の重要性の啓発、食育活動への積極的な参加を促進するため、市内の食育を推進する関係機関・団体等と連携し、さまざまな食育活動を体験・紹介することが大切です。

① 食育月間

ア 食育月間である６月に、様々な取組を通して、市民への食育の周知を図ります。

イ 食育推進運動を重点的かつ効果的に実施するため、関係機関・団体や施設等に啓発ポスターを配布するなど市民への食育の周知と定着を図ります。

ウ 食育レシピコンテストや食に関するエッセイなどの作文コンテストを実施し、その優秀作品や保育所・幼稚園・小中学校等での取組を広く紹介します。

② 食育の日

食育の日である毎月19日に、バランスのいい食事に心掛けたり、地場産物の料理や郷土食を楽しんだり、家族揃って食卓を囲むなどの取組を行います。

③ イベント時の食育推進

ア 食生活について見直す機会として、消費生活フェアなどにおいて、食事バランスガイドや食育に関する展示や子ども向けの食育イベントを実施します。

イ 農林水産まつりなどにおいて、食育イベントやパンフレット配布などを行います。

ウ 各種イベントにおいて、子どもたちに身近な物（ペットボトルなど）を利用して、植物をベランダなどで栽培できる方法を教え、苗などを配布します。

④ 食育推進アドバイザーの設置

専門家として幅広い視野からの指導・アドバイスを行います。

ア　地産地消、地元の食材の活用についての助言・実技を行います。

イ　食と「歴史・文化・自然・温泉」等の観光資源などを結びつける施策についての助言などを行います。

ウ　鹿児島の魅力ある食文化と郷土料理の継承に関する指導・助言を行います。

エ　本市の多彩な農林水産物を生かしたメニューの普及と地産地消の推進を行います。

⑤　市民ボランティアによる食育推進

市民ボランティアは、鹿児島の郷土料理などの推進、地産地消の推進、環境問題や食の安全、健康増進などそれぞれの立場から、食育を推進します。

ア　食生活改善推進員

健康づくりのための料理教室（メンズ・ヤングキッチン、エプロン・サンサンヘルス教室、おやこの食育教室など）の開催、健康まつりや消費生活フェアなどでの料理展示、「対話訪問」による活動などを通じて食育推進に努めます。

イ　食品衛生指導員

食品に起因する危害の発生を防止し、食品の質の向上を図り、食品関係営業者及び消費者に食品衛生知識の普及啓発を行います。

食品衛生講習会の開催、食品衛生月間におけるパネルの展示及び啓発用資材の配布を行います。

食の安全の確保のため、食品衛生指導員による食品関係営業施設の巡回指導などを行います。

⑥　各種ボランティアの登録と活動支援

市民ボランティアが、より充実した食育活動を展開できる体制整備を行うために、食育を推進する市民、生産者、生産者組織をボランティアとして募集登録します。

(2) 食育推進ネットワークの構築

「かごしま市食育推進計画」に基づいた「食育」を推進するため、学識経験者、消費者団体、教育・福祉関係者、保健医療関係者、農林水産業関係者、食品関係者、地域団体、ボランティアなどの各種関係機関・団体等が、連携・協力する食育推進ネットワークを構築します。

(3) 食に関する情報発信

食育については、これまで、各関係機関・団体等が、それぞれの立場で食育を啓発し、その活動内容を紹介してきましたが、今後さらに様々な分野での取組が求められるため、問題意識を共有し、連携・協力することが必要です。

① ホームページなどによる食育情報提供

ア 市ホームページに、食育情報コーナーを設置し、市民がいつでも参加できるように、各団体等が実施している食育活動情報を集約して掲載します。

イ 食の安全性や栄養、農作業体験に関することなど、食育に関する情報を発信します。

ウ 地域や生産者組織の特徴ある自主的な活動について、市民に情報発信します。

② 食育レシピ集などの作成・公開

食育レシピコンテストなどの結果をまとめ、小冊子にして配布したり、ホームページ上で公開します。

ア 地産地消レシピ集の作成

イ 郷土料理レシピ集の作成

ウ 子育て世代向けレシピ集の作成

エ 高齢者向けレシピ集の作成

オ 食に関するエッセイ・作文集の作成

7. ライフステージに応じた食育

生涯にわたって、健全な食生活を実践していくことが大切です。生活が多様化している現代においては、ライフスタイルは個人で違いますが、ライフステージに応じた共通の取り組むべき課題があります。

市民一人ひとりの取組で、食育を推進していきましょう。

(1) 幼年期　0歳から5歳までの時期

こころと身体の健やかな成長をめざし、食習慣の基本を身につけましょう

幼年期は、食習慣の基本を身に付ける時期です。

授乳期・離乳期には、安心と安らぎの中で母乳（ミルク）を飲み、離乳食を食べる経験を通して、食欲や食べる意欲という食の基礎を作ります。

また、咀しゃくの開始や味覚の形成期としても重要で、特に保護者や周囲の人々からの声かけ、働きかけが大切です。

幼児期には、睡眠、食事、遊びといった活動にメリハリが出てくるので、生涯にわたる食事リズムの基礎を作る重要な時期になります。また、活動範囲が少しずつ広がり、好奇心も強くなってくるので、食への興味や関心がもてるように、食べる意欲を大切にして、食の体験を広げていきます。

咀しゃく、食べ方、食事のマナーなどを身に付け、「食」を好きになり、食べることを楽しく感じるようにすることが大切です。

この時期に習得した食習慣が、その子どもの食生活の基礎となることを考えると、保育所・幼稚園等で食育を推進することは、非常に重要です。

また、保育所・幼稚園等での取組は、保護者への食育の啓発にもつながります。

保護者への指導や、野菜等の栽培・収穫・クッキングを通して、幼児が食べ物への親しみや自然の恵に対する感謝の気持ちを育むように食指導の充実を図ります。

(2) 少年期　6歳から15歳までの時期

食を大切にする心や食に関する幅広い知識、望ましい食習慣を身につけましょう

少年期は、食を大切にする心を育み、健全な心身を育むと同時に、食に関する知識や技術を身に付ける時期でもあります。生涯にわたる健康づくりの源となる食習慣の形成のために、発育・発達に合わせて食事をとることが重要です。

現在は、家庭・社会の食生活の状況を背景に、食事内容や孤食などの食事のとり方などの問題、肥満、一方ではやせ願望や低体重児の増加などの栄養や健康の問題、生活リズムの乱れによる朝食の欠食などの問題が指摘されています。

将来を担う子どもたち自身が健全な食生活を営むことができるよう、さまざまな学習を通して、栄養バランスや食料の生産・流通から食卓までのプロセスなど、食に関する幅広い知識や食を大切にする気持ちを習得していくことを支援します。

(3) 青年期　16歳から24歳までの食育

望ましい食習慣や生活リズムを自己管理できる力を身につけましょう

青年期は、自己管理のもと、自立した食生活を実践していく時期です。

しかし、若い女性のやせ志向や、２０歳代男性の朝食の欠食など、不規則な食習慣の問題も生じています。

また、一人暮らしを始めることなどにより、それまでの食生活が乱れる時期でもあります。これまでに得た知識を再確認し、望ましい食生活が維持できることを目標にします。

(4) 壮年期　25歳から64歳までの食育

食を楽しみ、自ら健康的な食生活を実践し、次世代に伝えましょう

この時期は、心身ともに成熟し、社会・経済的にも自立した時期です。

しかし、職場・地域・家庭の中心となるためストレスが溜まりやすく、多忙なこともあり、健康管理がおろそかになりがちです。

30～60歳代の男性は、社会における中核をなす世代でもあるため、生活のペースが仕事中心となりやすく、食生活をはじめとする生活習慣の乱れが生じやすい傾向があります。30歳代から肥満者の割合が増加しており、肥満は生活習慣病の発病・重症化につながりやすいので気をつける必要があります。

また、最近の若い女性の「やせ志向」の高まりとともに、子育てを担う世代である20～30歳代の若い女性に低体重の人が増えています。若い女性の食生活が次世代に与える影響は大きいので、健康的な食生活の実践が大切です。

壮年期には、子どもや家族の食生活を見直し、適切な自己管理のもと、健全な食生活を実践できることを目標にします。

（5）高年期　65 歳以上の時期

いつまでも元気に暮らすために、食生活を見直し、食を通した心豊かな生活を送りましょう

高年期は、退職や子どもの自立など生活環境の変化に伴い、社会的、精神的に大きな変化が生じる時期です。

この時期の身体状況、栄養状態は、個人差が大きいことが特徴です。

高齢者は、咀しゃく力、唾液分泌、味覚、飲み込む機能、消化吸収、感覚・運動機能などの低下や、加齢に伴う生理的要因、一人暮らしで食事を簡単にすませてしまうなど、低栄養状態に陥りやすいので注意が必要です。

一方では、70 歳以上でも肥満者の割合が 20%以上と高率であり、生活習慣病にも気をつけなければなりません。

また、嗜好の変化、あるいは少食、下痢、便秘なども起こりがちになります。

豊かな人生経験と、これまでに得た知識などを地域社会で活かすことや、郷土料理などを家庭や地域で次世代に伝える取組が求められます。

望ましい食習慣や生活習慣を守り、自分の健康管理に努め、年齢に応じて食生活を見直しながら、食を楽しみ、元気に暮らすことを目標にします。

8. 食育推進のための施策の展開における目標値

目標項目			現状値 平成20年度	目標値 平成25年度
①	食育への関心度		84.9%	90%以上
②	食品の選択・調理方法について知識のある市民の割合		83.8%	90%以上
③	鹿児島の郷土料理・伝統食を1種類でも作ることのできる市民の割合		78.9%	85%以上
4	給食への郷土料理の導入回数（市立小中学校）		年22回	年30回以上
⑤	日本の食料自給率の周知度		88.1%	90%以上
⑥	地産地消の周知度		81.5%	90%以上
⑦	食品を購入する際、「※かごしまの農林水産物認証マーク」を判断材料にする市民の割合		5.2%	10%以上
⑧	フードマイレージの周知度		37.4%	45%以上
9	小中学校の給食における鹿児島県産食材の使用率（重量ベース）		60.9%	65%以上
⑩	農業体験等の経験の有無	18歳以上	79.1%	85%以上
		中学生から18歳未満	88.4%	95%以上
		未就学児・小学生	90.2%	95%以上
⑪	環境保全型農業に積極的に取り組む※エコファーマーの認定者の数		96人	120人以上
12	教育ファームの実施校数		0校	10校以上
⑬	「食事バランスガイド」等を参考に食生活を送っている市民の割合		56.8%	65%以上
⑭	メタボリックシンドロームの認知度		89.5%	95%以上
⑮	朝食を欠食する市民の割合	20歳代の男性	25.7%	15%以下
		30歳代の男性	32.2%	15%以下
16	体にやさしいかごしまメニューの登録店数		69店	130店以上
17	食生活改善推進員の数		390人	500人以上

○　食育に関する市民意識調査結果（平成20年7月実施）

資　料

食育に関する市民意識調査の概要

1　調査の目的

この調査は、市民の食育に関する認知度や食生活の状況、また地産地消や食文化に対する意識などを把握し、「鹿児島市食育推進計画（仮称）」の策定のために現状・課題を把握し、数値目標を設定するための基礎資料として活用するために実施した。

2　調査地域

鹿児島市全域

3　調査方法

（1）調査対象

市民3,500人（6月30日現在の住民基本台帳から抽出）

内訳①未就学児・小学生　750人

②中学生から18歳未満の市民　500人

③18歳以上の市民　2,250人

（2）抽出方法

上記①～③の区分ごとに無作為抽出

（3）調査方法

郵送法（調査票の配付・回収とも）

4　調査期間

平成20年7月10日～28日

5　回収結果

調査対象	記入方法	調査対象者数	回収数	回収率
未就学児・小学生	保護者による回答	750人	450	60.0%
中学生から18歳未満の市民	自記入式	500人	232	46.4%
18歳以上の市民	自記入式	2,250人	1,148	51.0%
合計		3,500人	1,830	52.3%

鹿児島市食育推進計画策定委員会設置要綱

（設　置）

第１条　鹿児島市食育推進計画（以下「計画」という。）を策定するに当たり、学識経験者等の意見を反映させるため、鹿児島市食育推進計画策定委員会（以下「策定委員会」という。）を設置する。

（所掌事項）

第２条　策定委員会は、計画の素案の策定に関する事項について審議し、その結果を市長に報告する。

（組　織）

第３条　策定委員会は、委員18人以内をもって組織する。

２　委員は、次の各号に掲げる選任区分ごとに当該各号に定める人数を市長が委嘱する。

(1) 市内に居住する者で公募に応じたもの　３人以内

(2) 学識経験者　１人以内

(3) 消費者団体等の代表者　２人以内

(4) 教育福祉関係団体の代表者　４人以内

(5) 保健医療関係団体の代表者　３人以内

(6) 農林水産業関係団体の代表者　２人以内

(7) 食品関係団体の代表者　３人以内

（会長等の職務）

第４条　策定委員会に会長及び副会長を置き、委員の互選によりこれらを定める。

２　会長は、策定委員会を代表し、会務を総理し、策定委員会の会議（次条において「会議」という。）の議長を務める。

３　副会長は、会長を補佐し、会長に事故があるとき、又は会長が欠けたときは、その職務を代理する。

（会　議）

第５条　会議は、会長が必要に応じて招集する。

２　会長は、必要があると認めるときは、委員以外の者に会議への出席を求め、意見を聴くことができる。

（庶　務）

第６条　策定委員会の庶務は、健康福祉局健康福祉部健康づくり推進課において処理する。

（その他）

第７条　この要綱に定めるもののほか、策定委員会の運営に関し必要な事項は、会長が別に定める。

付　則

この要綱は、平成20年４月23日から施行する。

鹿児島市食育推進計画策定委員名簿

区　分	氏　名	役　職　等
会　長	福司山　エツ子	鹿児島女子短期大学　教授
副会長	徳　永　伸　一	鹿児島市小学校長会副会長
委　員	小坂元　憂　子	公募委員
	山　中　富由美	公募委員
	山　本　敬　生	公募委員
	園　田　裕　子	鹿児島市ＰＴＡ連合会副会長
	田　淵　信　江	鹿児島市食生活改善推進員連絡協議会副会長
	柳　野　祥　子	鹿児島市保育園協会理事
	上　園　征　彦	鹿児島市私立幼稚園協会教育研究副委員長
	中川路　博　美	鹿児島地区学校給食関係栄養職員連絡協議会会長
	昇　　卓　夫	鹿児島市医師会理事
	吉　元　辰　二	鹿児島市歯科医師会理事
	北　井　悦　子	鹿児島県栄養士会理事
	吉　餇　清　吾	鹿児島市農産物等流通促進協議会会長
	髙　橋　良　幸	鹿児島市魚食普及協議会運営委員
	肥　後　辰　彦	鹿児島市食品衛生協会会長
	堀之内　充　弐	鹿児島県調理師連合会理事長
	成　沢　光　雄	鹿児島県スーパーマーケット協会会長

食 育 基 本 法

前文
第一章　総則（第一条 － 第十五条）
第二章　食育推進基本計画等（第十六条 － 第十八条）
第三章　基本的施策（第十九条 － 第二十五条）
第四章　食育推進会議等（第二十六条 － 第三十三条）
附則

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

子どもたちが豊かな人間性をはぐくみ、生きる力を身に付けていくためには、何よりも「食」が重要である。

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

もとより、食育はあらゆる世代の国民に必要なものであるが、子どもたちに対する食育は、心身の成長及び人格の形成に大きな影響を及ぼし、生涯にわたって健全な心と身体を培い豊かな人間性をはぐくんでいく基礎となるものである。

一方、社会経済情勢がめまぐるしく変化し、日々忙しい生活を送る中で、人々は、毎日の「食」の大切さを忘れがちである。

国民の食生活においては、栄養の偏り、不規則な食事、肥満や生活習慣病の増加、過度の痩(そう)身志向などの問題に加え、新たな「食」の安全上の問題や、「食」の海外への依存の問題が生じており、「食」に関する情報が社会に氾(はん)濫する中で、人々は、食生活の改善の面からも、「食」の安全の確保の面からも、自ら「食」のあり方を学ぶことが求められている。

また、豊かな緑と水に恵まれた自然の下で先人からはぐくまれてきた、地域の多様性と豊かな味覚や文化の香りあふれる日本の「食」が失われる危機にある。

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

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

さらに、食育の推進に関する我が国の取組が、海外との交流等を通じて食育に関して国際的に貢献することにつながることも期待される。

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

第一章　総則

（目的）

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

（国民の心身の健康の増進と豊かな人間形成）

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

（食に関する感謝の念と理解）

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

（食育推進運動の展開）

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

（子どもの食育における保護者、教育関係者等の役割）

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

（食に関する体験活動と食育推進活動の実践）

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

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

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

（食品の安全性の確保等における食育の役割）

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

（国の責務）

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

（地方公共団体の責務）

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

（教育関係者等及び農林漁業者等の責務）

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

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

（食品関連事業者等の責務）

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

（国民の責務）

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

（法制上の措置等）

第十四条　政府は、食育の推進に関する施策を実施するため必要な法制上又は財政上の措置その

他の措置を講じなければならない。

（年次報告）

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

第二章　食育推進基本計画等

（食育推進基本計画）

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

2　食育推進基本計画は、次に掲げる事項について定めるものとする。

一　食育の推進に関する施策についての基本的な方針

二　食育の推進の目標に関する事項

三　国民等の行う自発的な食育推進活動等の総合的な促進に関する事項

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

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

4　前項の規定は、食育推進基本計画の変更について準用する。

（都道府県食育推進計画）

第十七条　都道府県は、食育推進基本計画を基本として、当該都道府県の区域内における食育の推進に関する施策についての計画（以下「都道府県食育推進計画」という。）を作成するよう努めなければならない。

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

（市町村食育推進計画）

第十八条　市町村は、食育推進基本計画（都道府県食育推進計画が作成されているときは、食育推進基本計画及び都道府県食育推進計画）を基本として、当該市町村の区域内における食育の推進に関する施策についての計画（以下「市町村食育推進計画」という。）を作成するよう努めなければならない。

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

第三章　基本的施策

（家庭における食育の推進）

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

（学校、保育所等における食育の推進）

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

（地域における食生活の改善のための取組の推進）

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

（食育推進運動の展開）

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

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

（生産者と消費者との交流の促進、環境と調和のとれた農林漁業の活性化等）

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

（食文化の継承のための活動への支援等）

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

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

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

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

第四章　食育推進会議等

（食育推進会議の設置及び所掌事務）

第二十六条　内閣府に、食育推進会議を置く。

2　食育推進会議は、次に掲げる事務をつかさどる。

一　食育推進基本計画を作成し、及びその実施を推進すること。

二　前号に掲げるもののほか、食育の推進に関する重要事項について審議し、及び食育の推進に関する施策の実施を推進すること。

（組織）

第二十七条　食育推進会議は、会長及び委員二十五人以内をもって組織する。

（会長）

第二十八条　会長は、内閣総理大臣をもって充てる。

2　会長は、会務を総理する。

3　会長に事故があるときは、あらかじめその指名する委員がその職務を代理する。

(委員)

第二十九条　委員は、次に掲げる者をもって充てる。

一　内閣府設置法（平成十一年法律第八十九号）第九条第一項に規定する特命担当大臣であって、

同項の規定により命を受けて同法第四条第一項第十七号に掲げる事項に関する事務及び同条第三項第二十七号の三に掲げる事務を掌理するもの（次号において「食育担当大臣」という。）

二　食育担当大臣以外の国務大臣のうちから、内閣総理大臣が指定する者

三　食育に関して十分な知識と経験を有する者のうちから、内閣総理大臣が任命する者

2　前項第三号の委員は、非常勤とする。

（委員の任期）

第三十条　前条第一項第三号の委員の任期は、二年とする。ただし、補欠の委員の任期は、前任者の残任期間とする。

2　前条第一項第三号の委員は、再任されることができる。

（政令への委任）

第三十一条　この章に定めるもののほか、食育推進会議の組織及び運営に関し必要な事項は、政令で定める。

（都道府県食育推進会議）

第三十二条　都道府県は、その都道府県の区域における食育の推進に関して、都道府県食育推進計画の作成及びその実施の推進のため、条例で定めるところにより、都道府県食育推進会議を置くことができる。

2　都道府県食育推進会議の組織及び運営に関し必要な事項は、都道府県の条例で定める。

（市町村食育推進会議）

第三十三条　市町村は、その市町村の区域における食育の推進に関して、市町村食育推進計画の作成及びその実施の推進のため、条例で定めるところにより、市町村食育推進会議を置くことができる。

2　市町村食育推進会議の組織及び運営に関し必要な事項は、市町村の条例で定める。

附　則　抄

（施行期日）

第一条　この法律は、公布の日から起算して一月を超えない範囲内において政令で定める日から施行する。

《 用　語　解　説》　50 音順

エコファーマー

持続性の高い農業生産方式の導入の促進に関する法律に基づき、土づくり技術、化学肥料使用低減技術、化学合成農薬使用低減技術を一体的に導入する計画を立て、都道府県知事の認定を受けた農業者。

かごしまの農林水産物認証マーク

鹿児島県では、安心と安全を考えた基準に沿って、生産履歴等を記録していくなど生産工程管理を行う生産者の取組を認証する「かごしまの農林水産物認証制度」に取り組んでいます。平成20年11月18日現在、県内で39品目71団体（85件）が認証されており、市内の生産者団体も8団体が認証を受けています。

認証を受けた生産者は、認証マークを出荷物等に表示することができます。

体にやさしいかごしまメニュー

かごしま市民健康55プランの一環として健康づくりや生活習慣病の予防を推進するために、市内の飲食店等の協力により、「体にやさしいかごしまメニュー」を市民に提供してもらっています。

「体にやさしいかごしまメニュー」とは、１食分のバランス、組み合わせ、野菜の量などを、実際に食べることを通して理解し、バランスのとれた食生活を送ることができるように支援する健康食です。

登録店では、４つのメニューのいずれかが提供されています。

バランスばっちり メニュー	主食・主菜・副菜のバランスのとれた献立（１食500～700kcal）
55（ゴーゴー） メニュー	主食・主菜・副菜のバランスのとれた献立（１食550 kcal）
野菜たっぷり メニュー	野菜を120ｇ以上使用したメニュー
食塩控えめ メニュー	１食　食塩３ｇ以下

登録証



鹿児島市健康づくり推進市民会議のホームページで店名などを紹介しています。
http://www.city.kagoshima.lg.jp/health.nsf/alldoc/m-omise

環境保全型農業

農業の持つ物質循環機能を生かし、生産性との調和などに留意しつつ、土づくり等を通じて、化学肥料、農薬の使用等による環境負荷の軽減に配慮した持続的な農業。

教育ファーム

子どもから大人まで、生産者の指導の下、「種まきから収穫まで」の一連の農作業を体験します。その中で、体験者が自然の恩恵に感謝し、食に関る活動への理解を深めることを目的としています。

具体的には、「体験者が、実際に農林水産業を営んでいる方の指導を受け、同一作物について２つ以上の作業を、年間２日以上行うこと」と、定義しています。

詳しくは、農林水産省ホームページ「なぜ？なに？食育!!」

http://www.maff.go.jp/j/syokuiku/index.html

消費期限

期限を過ぎたら食べない方が良いという期限。

定められた方法により保存した場合において、腐敗、変敗その他の品質の劣化に伴い安全性を欠くこととなるおそれがないと認められる期限を示す年月日をいいます。

賞味期限

おいしく食べることができる期限。

この期限を過ぎても、すぐ食べられないということではありません。

定められた方法により保存した場合において、期待されるすべての品質の保持が十分に可能であると認められる期限を示す年月日をいいます。

ただし、当該期限を超えた場合であっても、これらの品質が保持されていることもあります。

食事バランスガイド

「食生活指針」を具体的な行動に結びつけるものとして、厚生労働省と農林水産省の共同により平成17年6月に策定されました。

望ましい食事のとり方やおおよその量をコマのイラストで示したもので、料理・食品を5グループに分類しています。

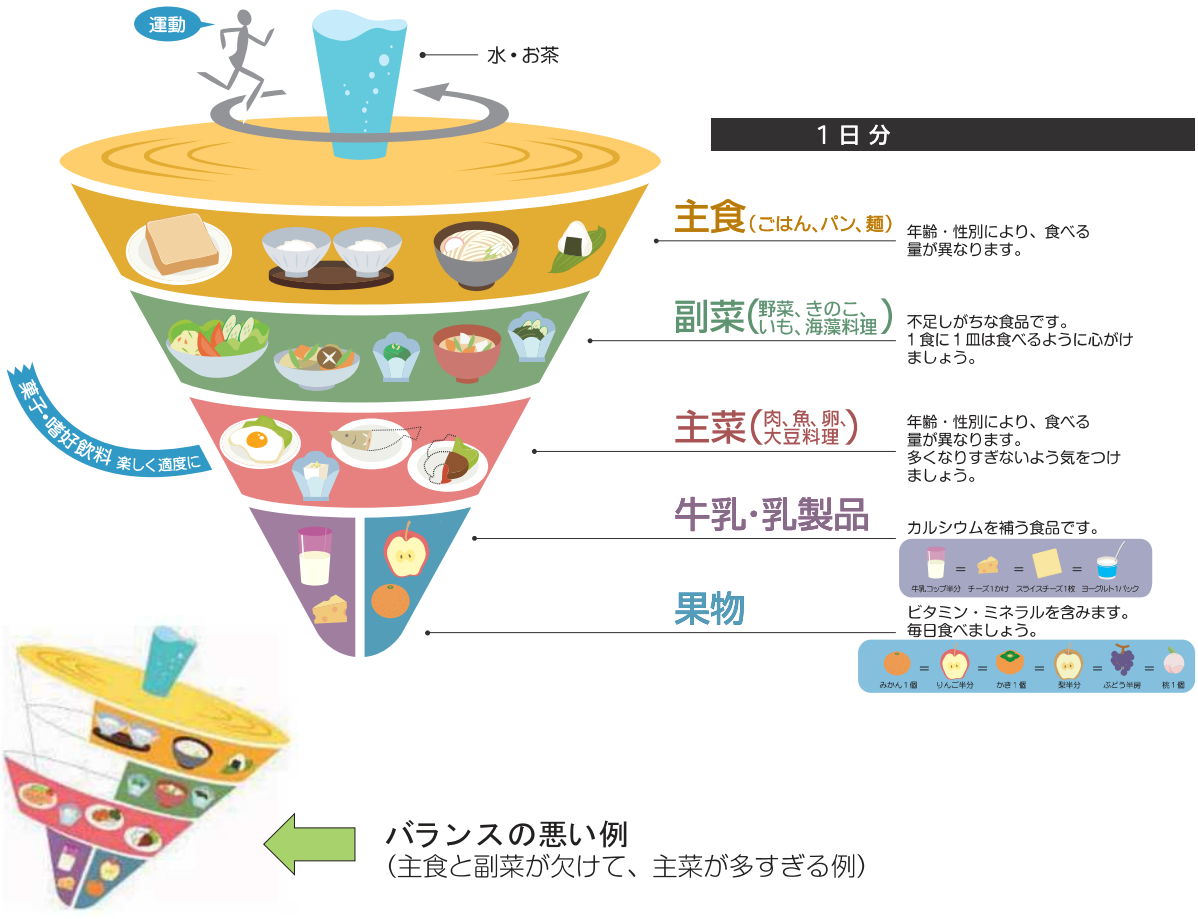
コマのイラストは、食事の中で欠かせない存在である水・お茶を軸に、イラストの一番上から、十分な摂取が望まれる主食（ごはん、パン、麺）、副菜（野菜、きのこ、いも、海藻料理）主菜（肉、魚、卵、大豆料理）の順に並べ、更に牛乳・乳製品、果物は同程度の摂取と考え並列に表しています。

食事のバランスが悪くなるとコマは倒れてしまいます。バランスのよい食事を心がけましょう。また、コマは回転（運動）することで安定するように、日々の生活に運動を取り入れることが大切です。

菓子・嗜好飲料は、食生活の中で楽しみとしてとらえられ、食事全体の中での量的なバランスを考え、適度に摂取する必要があることから、コマを回すための「ヒモ」として表現しています。

詳しい内容については、厚生労働省のホームページでご覧いただけます。

http://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/eiyou-syokuji.html



バランスの悪い例
（主食と副菜が欠けて、主菜が多すぎる例）

食料自給率

食料自給率とは、国内で消費される食料のうち、どの程度が国内産でまかなわれているかを表す指標です。

食料は生命維持に欠かせないもののため、国民に供給されている食料のうち、国産のものがどれぐらい占めているかを数値で表したもので、カロリーベースと生産額ベースのものがあります。食料自給率の向上は大きな課題の１つです。

平成19年度はカロリーベースの数値で40%であり、品目別では、米94%、小麦14%、大豆５%、野菜81%、牛肉43%、豚肉52%、鶏肉69%、鶏卵96%、牛乳及び乳製品66%、食用の魚介類62%となっています。

カロリーベースの食料自給率は、国民に供給されている食料の全熱量合計のうち、国産で賄われた熱量の割合を示したものです。その計算方法は次のとおりです。

〈食料自給率の計算式〉カロリーベースの食料自給率

＝国民１人１日当たり国産熱量／国民１人１日当たり供給熱量

※国内の畜産物については、飼料自給率を乗じ、輸入飼料による供給熱量分を控除。

ダンボールコンポスター

ダンボールコンポスターとは、ダンボール箱に、腐葉土やおがくずなどを入れ、土壌微生物の力によって生ごみを分解し、堆肥を作るものです。

フード マイレージ

フードマイレージとは、「食料の重量」と「輸送距離」を掛けたものです。

例えば、輸入食材については、「輸入相手国別の食料輸入量」に「輸入相手国から日本までの輸送距離」を乗じることで、フードマイレージを算出します。

フードマイレージが大きいほど輸送燃料を多く使うことから、食料の消費が環境に対して大きな負荷を与えていることになります。国産の食材を利用することや地産地消に取り組むことで、輸送距離を抑え、食料の生産地から消費地までの輸送燃料が減り、環境への負荷が軽減されると考えられます。

また、生産者と消費者の距離が近くなることから、市民の食に関する意識向上や伝統的な食文化などについての認識を深める機会の提供、地域農業と関連産業の活性化などの効果が期待されます。

メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）

内臓脂肪が蓄積することによって、血圧、血糖が高くなったり、血中の脂質異常をおこしたりして、食事や運動などの生活習慣を改善しなければ、心筋梗塞や脳卒中などが起こりやすい状態のことをいいます。

かごしま市食育推進計画

平成21年6月発行

鹿児島市健康福祉総務課
TEL　099―216―1492
FAX　099―216―1242

広島市食育推進計画