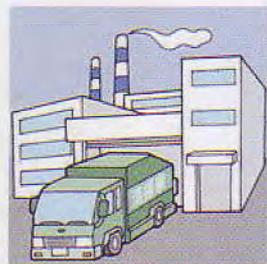


第2次相模原市食育推進計画

概要版



みんなと一緒に、食を通して
“生きる力” “豊かな人間性”
を育もう！

今、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の推進が求められています。

相模原市



相模原市食育推進
マスコットキャラクター
「サガピー」



1 計画の基本理念、推進の視点と目標

(1) 基本理念

生涯にわたって心身ともに健康で、生き生きと過ごすために、「食育」はあらゆる世代に必要です。特に子どもたちへの食育は、心身の成長や豊かな人間性を育てていく上で大きな影響を及ぼし、生涯にわたって健全に過ごすための基礎となるものです。また、子どもたちが、将来、大人になったときに正しい食育を次世代に伝えることで、更に食育が推進されることにもなります。

そのため、前計画に引き続き、「子どもたちから」を主眼に置き、保護者や周囲の大人・地域などが食に関する知識を高め、子どもたちの食育を通じて相互に健全な食生活が実践できるように、食育を推進します。

(2) 推進の視点と目標

食育の取組が日々の生活での実践につながるよう、“仲間づくり”を意識しながら、引き続き、3つの視点から計画を推進していきます。また、3つの視点が相互に関係しあうことで、ライフステージに応じた間断ない食育や、市民と市民を取り巻く食環境の調和が取れた食育を推進していきます。

<概念図>

基本理念

食を通して市民みんなが支えあい人を育むまち さがみはら

食育実践の3つの視点と目標

視点3 「環境」

目標：楽しい食を実践しやすい環境を整えます

食育に関わる人材育成・ボランティアの支援

地域における食育の展開

生産者・食品関連事業者における食育の展開

食育実践内容を活用するためのネットワークづくり

「個人」「仲間」のすべてが連携・協力することで実践します！

視点2 「仲間」

目標：食を通して、家庭や地域におけるコミュニケーションを豊かにします

共食の実践

食を通じた仲間づくり

食に関するグループ活動やイベントなどへの積極的参画

家庭や地域において実践します！

視点1 「個人」

目標：食について興味を持ち、楽しみながら学び実践します

食事の向上

食文化の理解

食品の安全性の理解

一人ひとりが自ら実践します！



2 主な現状と課題

★★★ 全体 ★★★

食育への関心

・「関心がある」、「どちらかといえば関心がある」市民は 79.8%です。 <出典：①>

▼△▼ 個人 ▼△▼

朝食の摂取状況

・「ほとんど毎日食べる」割合は、幼児 93.6%、小学生 94.0%、中学生 81.1%、高校生 70.8%です。 <出典：②>

野菜の摂取状況

・緑黄色野菜が「1日3回以上」、「1日2回程度」の割合は、幼児 59.7%、小学生 62.9%、中学生 61.1%、高校生 49.8%です。
・副菜が「1日3回以上」、「1日2回程度」の割合は、幼児 75.2%、小学生 80.2%、中学生 71.3%、高校生 61.1%です。 <出典：②>

食品の安全性に関する基礎的な知識

・「十分に持っている」、「ある程度持っている」市民は 59.4%です。 <出典：①>



食育に関心がある人は、よい食行動や生活を実践している傾向があるよ。市民一人一人が食育に関心を持つことが大切だね。

1日を活動的に過ごすために、朝食を食べる習慣を身につけること、1日3回の食事ですっきり野菜も食べることが大切だよ。また、健康管理には、適切な食品の選択や衛生的な取扱いを知り、実践することも大切だね。

学童・思春期の共食の推進は、健康状態、栄養素等摂取量などの食習慣の確立につながると考えられているよ。

食事が楽しいと感じることは体の健康や食事の食べ方にも影響するんだね！



◆◇◆ 仲間 ◆◇◆

共食

・1週間の中で朝食又は夕食を家族や友人と一緒に食べている平均回数は、小学生 12.5回、中学生 9.5回、高校生 7.9回です。 <出典：②>

食事の楽しさと共食

・食事が楽しいと「とてもそう思う」中学生は、「まったくそう思わない」中学生と比較し、朝食の共食頻度が「ほとんど毎日」の割合が多くなっています。 <出典：②>

主観的健康感と食事の楽しさ

・「健康である」と感じている中学生は、「健康ではない」と感じている中学生と比較し、食事が楽しいと「とてもそう思う」割合が多い。 <出典：②>

■□■ 環境 ■□■

食育に関する普及啓発

・食に関するボランティア団体や専門職などが、公民館、保育所、学校などの様々な場所で普及啓発をしています。

保育所、幼稚園、学校での取組

・保育所、幼稚園、学校での様々な取組と食を関連付けて、食育を推進しています。

生産者の取組

・地場農産物のPRを実施しています。

食品売り場や飲食店からの食に関する情報などの利用状況

・バランスや栄養面に配慮したメニューや惣菜を「よく利用する」、「たまに利用する」保護者は3歳6か月児 67.6%、5歳児 60.5%です。
・食の情報を「よく利用する」、「たまに利用する」と回答した保護者は、3歳6か月児 74.0%、5歳児 74.4%です。 <出典：③>

食育は日々の生活の中で実践することで、生活習慣として身に付くんだよ！

地域の状況を把握しているボランティア団体などの支援を充実させ、地域で食育を推進する市民を増やすことが大切だよ。

地域、保育所、幼稚園、学校、生産者・販売業者、行政が様々な機会に食育に取組み、食環境を整えよう！！





3 視点ごとの取組例・計画の成果指標



成果指標 全体

食育への関心がある人の割合

現状値(基準値) 79.8%

目標値 90%

基本理念：食を通して市民みんなが支えあい人を育むまち さがみはら

視点1【個人】 目標：食について興味を持ち、楽しみながら学び実践します

項目	区分	主な取組	成果指標	現状値(基準値)	目標値
食事の向上	食べる楽しさの実感とマナーの向上	親子食育講座、幼児の良い生活習慣普及啓発事業、食育フェア 乳幼児健康診査 保育所及び幼稚園における調理活動や保護者への食に関する普及啓発 給食のサンプル提示とレシピの配布、給食試食会の実施 授業を通じた食指導の充実	朝食をほとんど毎日食べる小学生の割合 副菜の摂取頻度 	94.0%	増加
	食事内容の向上				
	食事と健康生活リズムとの関わりの向上				
食文化の理解	行事食や郷土料理の理解と伝承	地域指導者を活用した総合的な学習や生活科、学級活動などの実施 地域における食文化の伝承、農業体験学習事業(教育ファーム) 保育所及び幼稚園におけるふるさとの生活技術指導士との交流を通じた食育の実施 津久井在来大豆やさがみグリーンなどの地場農産物の普及啓発	生産体験学習を行う小学校の割合 学校給食における地場農産物を使用する割合	72.2%	75%
	栽培・収穫体験を通じた食への感謝と理解の向上				
食品の安全性の理解	食の安心・安全に関する理解と適切な選択	みんなの消費生活展、くらしの講座 慢性疾患児講演会(食物アレルギー)絵 食中毒予防キャンペーン、食品衛生に関する普及啓発	食品の安全性に関する基礎的な知識を持っている市民の割合	59.4%	90%
	食品の衛生管理などへの理解				

視点2【仲間】 目標：食を通して、家庭や地域におけるコミュニケーションを豊かにします

項目	区分	主な取組	成果指標	現状値(基準値)	目標値
共食の実践	家庭・保育所・幼稚園・学校・地域における共食	地域の高齢者などとの調理活動 保育所における小学1年生との給食試食会での交流 学校における給食試食会での保護者間の交流 働く人の健康づくり地域・職域連携事業を活用した普及啓発	朝食や夕食を家族や友人と一緒に食べる「共食」の回数	週9.5回	週10.5回
食を通じた仲間づくり	食を通じた新たな仲間づくり 食を通じた仲間との親睦の推進	健康教育事業を通しての交流 公民館における食を通しての交流	公民館、保育所・幼稚園などでの料理教室や講習会に参加している子どもと保護者の割合	27.0%	30%
食に関するグループ活動やイベント等への積極的参加	食に関する活動の企画運営 食に関するグループ活動への参加	P T A自主活動における食育の推進 地域における食生活改善のボランティア養成講座	地域で行っている自主グループ活動やサークル活動に参加している市民の割合	17.6%	21%

視点3【環境】 目標：楽しい食を実践しやすい環境を整えます

項目	区分	主な取組	成果指標	現状値(基準値)	目標値
食育に関わる人材育成・ボランティアの支援	食育活動グループの支援 食育の推進体制の充実	教職員に対する食に関する研修 食生活改善推進団体やふるさとの生活技術指導士の育成支援	食生活改善推進員養成講座の定員の充足割合	53.8%	80%
地域における食育の展開	情報の提供	給食のサンプル提示とレシピの配布、給食試食会の実施 学校における家庭への食に関する普及啓発、学校保健委員会の実施 みんなの学校給食展、給食を活用した食育指導	食育の視点を加えた事業の年平均実施回数	4.3回	5回
	食物の提供				
	イベントの開催				
生産者・食品関連事業者における食育の展開	生産者における食育の推進	地産地消推進事業 食品の安全に関するリスクコミュニケーションの推進 イベントを通じた食の意識啓発、健康づくり応援店事業	「健康づくり応援店」の数	44店	66店
	食品関連事業者における食育の推進				
食育実践内容を活用するためのネットワークづくり	同一分野における連携と活用のしくみづくり 様々な分野間における連携と活用のしくみづくり	相模原市小・中学校食育担当者会 相模原市小・中学校食育担当者ネットワークグループ協議会 学校給食における地場農産物活用の向上 保育所給食の食物アレルギーへの対応、災害時の食生活への対応マニュアルの整備			

しょくいくじっせんと
あなたの食育実践度は
どれくらい??

いつも実践していることは「○」、
家族や友だちに教えたいことは「◎」を
つけてみよう!



私たちは、食べ物を食べて健康を維持
しています。

私たちは自然の中で育った食べ物を、
収穫や加工、食料品店などで購入し、
調理することで、食事として食べていま
す。そして、残った食べ物は廃棄・再利
用しています。

また、家族などと一緒に食に関わるこ
とで、食事のマナー、食文化、衛生的な
食品の取扱い方など、食に関することを
学び、伝えていくことができるのです!

相模原でよく採れる
食べ物を知っている

食べ物の旬を
知っている

地元の農水産物を
買うようにしている

給食で使っている
食材や産地を知っている

外食、
お弁当や加工食品などを
買う時に『食品表示』を見る

消費・賞味期限 栄養成分 産地・
原材料など

食中毒予防のための
食べ物の取扱い方を知っている

手洗い 調理温度
保管方法・温度 など

農業体験などの生産
体験をしたことがある

行事食や郷土料理を
知っている

食事の手伝いをする

朝ごはんを食べる

家族や友だちと
食事をする

食事のあいさつをする

いただきます ごちそうさま

このほかに
どんな食育があるか
みんなで考えてみよう!



主食・主菜・副菜を
そろえて食べる

よく噛んで
味わって食べる

災害に備えて
食品や飲料水を
備蓄している