

5 基本施策、指標、主な事業

● 取り組みの柱 1

食をとおした健康づくり

「食と健康に関するアンケート調査」では、全体の 84.4%の人が「食」について大切にしたいこととして「健康的な食生活」と回答しています。

胎児期、乳幼児期から後期高齢期に至るライフステージと個人の状況に応じた理想的な栄養や生活を理解し実践することが、生活習慣病の予防や改善にもつながる健康づくりの基本であり、また豊かな人間形成につながることをふまえて食育を推進します。

基本施策

1-1 望ましい生活リズムの推進

健康的な生活リズムや生活習慣を確立するため、毎日三食とることや早寝早起きを実践することなどの取り組みを推進します。

基本施策

1-2 食と心身の健康づくりの推進

栄養の偏りや食習慣の乱れによって肥満や生活習慣病の増加などの問題がおきていることから、食に関する知識や判断力を培い、健全な食生活の実現に向けた取り組みを推進します。

基本施策

1-3 日本型食生活の推進

米や野菜、果実、きのこ類、魚介類、牛乳・乳製品など食に関する情報提供を通じて、日本の気候風土に適した米を中心に農産物、畜産物、水産物など多様な副食から構成される、栄養バランスが優れた日本型食生活を推進します。



| 指 標 | 現状値 | 目標値 | 国の目標値 |
|---|--|--|---|
| (1) 朝食を毎日摂取する市民の割合の増加 | 幼稚園・保育園 99.2% 中学2年生 91.2% 中学3年生 94.0% 20～30歳代 75.0% 40～60歳代 82.6% 70歳以上 93.7% | 中学生以下：100%に近づける 20・30歳代：90%に近づける 40歳以上：100%に近づける | 朝食を欠食する国民の割合 子ども：0% 20歳代～30歳代男性 ：15%以下 《現状値》 子ども：1.6% 20歳代～30歳代男性 ：28.7% |
| (2) 栄養バランス等に配慮した食生活を送っている市民の割合の増加 | 青年期：65.0% 壮年期：64.3% | 80%に近づける | 60%以上 《現状値》 50.2% |
| (3) 内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）の予防や改善のための適切な食事、運動等を継続的に実践している市民の割合の増加（新規） | 新規 | 50%以上 | 50%以上 《現状値》 41.5% |
| (4) よく噛んで味わって食べるなどの食べ方に関心のある市民の割合の増加（新規） | 新規 | 80%以上 | 80%以上 《現状値》 70.2% |

*市の指標及び目標値は、国の第2次食育推進基本計画に準じて作成。

*市の現状値は、平成23年1月実施の「食と健康に関するアンケート調査」より。

*国の目標値及び現状値は、国の第2次食育推進基本計画より。

【主な事業】

- 学校における食育の推進
- 保育園、幼稚園における食育の推進
- 乳幼児健診・乳幼児健康相談等における食育の啓発
- 地域食育事業、健康づくり事業、母子食育事業等の実施
- 食に関する講座の開催



保育園における食育の推進(調理保育)

● 取り組みの柱 2

食をとおした人づくり

「食と健康に関するアンケート調査」では、「普段夕ごはんを誰といっしょに食べていますか」という問いに対して、「家族みんなで食べる」「家族のだれかと食べる」を合計した割合は、幼児期（保護者回答）で95.6%、学童期で97.8%、思春期で94.5%と9割以上が夕ごはんを家族のだれかと一緒に食べていると回答しています。

しかし、生活様式が多様化している中で、家族揃っての食事の機会は減少しています。家族との「共食」により、正しい食習慣やマナーを身につけ、一緒に食べる楽しさを体験することで、食に対する豊かな感性を育みます。

また、山と海に囲まれた鎌倉は豊かな自然に恵まれており、身近な食に関する体験活動を通じて、より意欲的に食育に関わることができることをふまえ、食育の推進に取り組んでいきます。

基本施策

2-1 食に関する体験の推進

食は、日々の調理や食事などと深く結びついています。より身近に食を感じ、関心を持つ人を増やしていくために、食に関する様々な体験を推進します。また、食に関する体験を活性化させることで、食でつながる地域づくりを進めていきます。

基本施策

2-2 鎌倉の食、日本の食の伝統や文化の推進

山海の幸に恵まれた鎌倉ならではの食を大切にし、日常の食に取り入れ、米を中心とした様々な副食から構成され、栄養バランスに優れた日本型食生活や日本の伝統的な食、文化を継承していくことの大切さを啓発していきます。

基本施策

2-3 家庭、学校等における共食の推進

家族や友達とのコミュニケーションをとりながらの食事の楽しさが、感性を育み、社会性を身につけ、豊かな人間形成につながることを啓発し、共食の推進を図ります。

| 指 標 | 現状値 | 目標値 | 国の目標値 |
|--------------------------------|--|------------|--------------------------------|
| (1) 朝食又は夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数の増加 | 《参考》 小学3年生 : 97.7% 小学6年生 : 97.8% 中学2年生 : 94.2% 中学3年生 : 94.7% *夕食を家族の誰かと一緒に食べるこどもの割合 | 週平均 10 回以上 | 週平均 10 回以上 《現状値》 週平均 9 回 |
| (2) 農水産業体験を経験した市民の割合の増加 | 《参考》 公立保育園 100% (H22 年度) 公立小学校 100% (H21 年度) 公立中学校 67% (H21 年度) *生産体験学習を行う保育園、小・中学校の割合 | 30%以上 | 30%以上 《現状値》 27% |

【主な事業】

- 生産体験学習や食料生産に関する学習の実施
- 農業体験等の開催
- 伝統的な食を取り入れた給食の実施
- 給食等を通じた共食の推進
- 食育・農業体験研修会の実施



農業体験「鎌倉野菜で漬物づくり」



● 取り組みの柱 3

食でつなぐ地域づくり

「食と健康に関するアンケート調査」では、「食べ物の生産などに関わる体験」について、幼児期（保護者回答）ではほぼ100%「体験したことがある」との回答結果となっています。学童期、思春期でもほぼ9割の児童・生徒が食に関する何らかの体験をしていると回答しています。

地場産物を活用した給食の提供や季節の食材の紹介を積極的に行うことで、鎌倉産の食材や旬の食材について学び、親子農業体験や秋の収穫まつりなどをおして鎌倉の食を守り育てる心を育むとともに、食でつながる地域づくりを推進していきます。

基本施策

3-1 生産から体の中まで、食の過程を知る体験の推進

食は、日々の調理や食事などと深く結びついています。より身近に食を感じ、関心を持つ人を増やしていくために、食に関する様々な体験を推進します。また、食に関する体験を活性化させることで、食でつながる地域づくりを進めていきます。（2-1の再掲）

基本施策

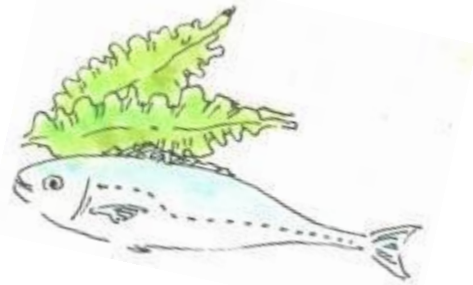
3-2 地場産物の使用の推進

家庭や飲食店等において地場産物を使用することにより、生産者の努力や食に対する感謝の念が育まれるとともに、地元の産業への理解なども深まることから、地産地消の推進を図ります。

基本施策

3-3 食をとおした地域づくりの推進

様々なライフステージに応じた地域ぐるみでの食育を推進するとともに、地域で食育活動に参加する人の増加を図り、食をとおして地域のつながりを深めていきます。



| 指 標 | 現状値 | 目標値 | 国の目標値 |
|---------------------------|---------------------------------------|---------|---|
| (1) 地元産（県内産を含む）食材の使用割合の増加 | 25.8% *地元産の（県内産を含む）食材をよく購入している人の割合 | 30%以上 | 《参考》 *学校給食における地場産物を使用する割合の増加 ：30%以上 《現状値》 26.1% |
| (2) 食育の推進に関わるボランティアの数の増加 | 9 団体（612 人） | 700 人以上 | 37 万人以上 《現状値》 34.5 万人 |

*② 食育の推進に関わるボランティアは、内閣府食育推進室の調査項目に食生活改善推進員をあわせた総数です。
現状値は、各団体のボランティア稼働人数を集計しています（平成 24 年 11 月現在）。

【主な事業】

- 食育体験学習の実施
- 地場産物を活用した給食の実施
- 一人暮らし高齢者の会食会等の支援
- 「食」に携わる人や団体等との交流の推進

1人暮らし高齢者の会食会



「食」に携わる人や団体等との交流の推進「食育交流会」

● 取り組みの柱 4

食からはじめる環境づくり

「食と健康に関するアンケート調査」では、『食』について、どこから情報を得ていますか」という問いに対して、「テレビ・ラジオ」が青年期で62.5%、壮年期で55.2%、高齢期で63.0%と高く、「新聞・雑誌・本」も青年期で52.5%、壮年期で58.0%、高齢期で57.4%と高い結果となっています。インターネットなどでも簡単に情報が手に入る時代だからこそ、様々な情報に振り回されることのないよう、食について正しく判断するための知識を習得できる環境づくりを進めていきます。

また、「食べ物を無駄にしないように心がけているかどうか」という問いに対して、「はい」「どちらかといえばはい」の合計は、幼児期（保護者回答）で91.2%、青年期で87.5%、壮年期で91.6%、高齢期で94.4%と高い結果になっています。今後も食に対して感謝の念を持ち、理解を深めることができるような取り組みをとおして、生活環境改善などに取り組んでいきます。

基本施策

4-1 食に関する場づくりの推進

食の安全など食情報の発信や提供を行うとともに、そのための場づくりを推進していきます。

基本施策

4-2 食育情報の発信体制の充実

食育に関する関心と理解を深め、必要な情報を入手できるようにホームページや広報紙などを通じて情報提供を行います。

基本施策

4-3 食の3Rの推進

環境にやさしい「食」生活の実践にむけて、エコを考える機会を提供し、食品廃棄物の発生抑制や再生利用などへの取り組みを推進します。

| 指 標 | 現状値 | 目標値 | 国の目標値 |
|---|------------|-------|--|
| (1) 消費期限や賞味期限などの食品表示や、食中毒の予防などの食品の安全性について関心を持っている市民の割合の増加 | 65.8% | 90%以上 | 《参考》 食品の安全性に関する基礎的な知識を持っている国民の割合の増加 ：90%以上 《現状値》 37.4% |
| (2) 日常生活の中で、ごみの発生抑制に取り組む市民の割合の増加 | 82.6% (*1) | 85%以上 | — |

(*1) 平成 22 年度 市民意識調査より。

【主な事業】

- 環境に配慮した生活の実践に向けた食育講座の開催
- 環境教育の実施
- 「鎌倉市地球温暖化対策地域推進計画」及び「鎌倉市環境教育推進計画」の施策の推進
- 食に携わる人や団体の交流を図り、鎌倉の食育を推進する体制づくりの推進

環境教育



環境に配慮した生活の実践に向けた食育講座