

第2期八王子市 食育推進計画 平成28～32年度

食を大切にしている人々を**育**むまち



八王子市

本計画では、平成23年度から実施している「八王子市食育推進計画（以下「第1期計画」）の将来像、基本目標、体系等を引き継ぎ、食に関する施策のさらなる充実に取り組んでいきます。

1 将来像

「将来像」は、食育推進計画を通じて実現を目指す、八王子市の姿を指します。

食を大切にしている人々を育むまち

私たちが生涯にわたり健康でいきいきとした生活を送るためには、望ましい食生活を送ることが大切であり、市民全ての年代に応じた食育の取り組みが必要となってきます。

八王子の恵まれた環境を活かしながら、農や伝統的な食文化にふれ、人々のつながりを深め広げていくことにより、食を大切にしている人々を育むまち八王子を目指します。

2 基本目標

基本目標 1：望ましい食生活を送る

生活リズムを整え、身体や日々の活動に見合った食事量を1日3食きちんと食べ、望ましい食生活を送ります。

基本目標 2：食の基本的な知識、マナー、スキルを身につける

食事のバランスやマナー、食の安全に関する知識を身につけ、外食や中食（惣菜や弁当等を購入して家で食べる食事）を利用する時も適切な選択ができる力や料理を作る力等のスキルを養います。

基本目標 3：食を通じて、家族、地域、自然とつながる

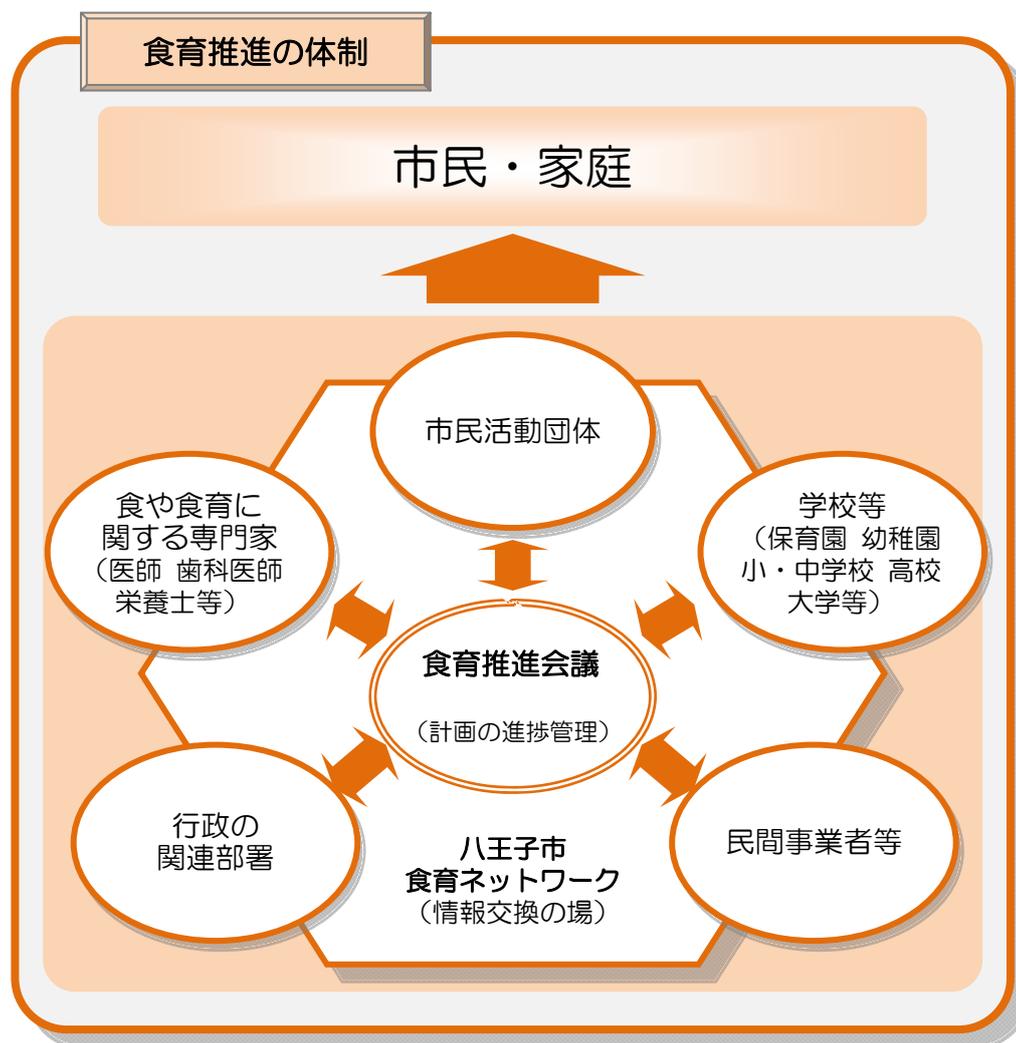
家族と食卓を囲む時間を大切に、地産地消の推進や地域の行事食・伝統料理を知ることを通じて、人々との交流や自然への親しみを深めます。環境に配慮した食の循環を進め、人と自然の調和した豊かなまちづくりを目指します。



3 計画の推進にあたって

本計画は、八王子市の地域特性や食をめぐる現状と課題を踏まえ、食育を推進するものです。そのため、市は、市民活動団体、事業者等に本計画を広く周知し、食育に対する理解と協力を求めています。

また、食育と関連が深い行政の関連部署との連携を図るとともに、地域に広く食育を浸透させていくことを目指し、市民活動団体、事業者、行政等の食育に関わる様々な主体が情報交換・情報共有を行う場として『八王子市食育ネットワーク』を立ち上げます。



はちおうじ食育キャラクター
はっちくん



4 これまでの取組みから見る食育推進の課題

本計画の策定にあたり実施した食育推進計画づくりに関する意識調査、関係団体へのヒアリング調査の結果、第1期計画に掲げられた計画の事業に基づく食育や健康をめぐる現状から課題を以下の3点に整理しました。

現 状	課 題	
(児童・生徒) ・朝食はほぼ毎日食べているが、中高生になると食べない人が増える ・中高生は食に対する関心が低い ・野菜が嫌いな人が多い ・親は子どもに食事のマナーを教えたいが、子どものマナーへの関心は低い ・料理に対する関心は高いが、料理の手伝いはあまりしていない	・食への関心を向上させる取組みが必要です。 ・野菜嫌いに対する取組みが必要です。 ・食事のマナーや伝統食についての取組みが必要です。 ・体験を通じて食を選ぶ力を高め、バランスのとれた食生活の習慣化につながる取組みが必要です。	【課題1】 全てのライフステージに応じた食育の取組みが必要です。
(青年) ・食の乱れが気になっている人が多い ・朝食は一人で食べている人が多い ・健康や食の安全など幅広い関心がある	・食への関心を向上させる取組みが必要です。 ・自立した食生活を送るための取組みが必要です。 ・調理方法等食に関する情報提供が必要です。	
(成人) ・朝食を食べない人に 30~40代の男性が目立つ ・30~40代の女性は食品の安全性に関心が高い ・学校・保育園での食育を望んでいる ・農業体験への関心が高い	・男性の朝食欠食など食の乱れへの対策が必要です。 ・働き盛りの男性への対策として、職域との連携が必要です。 ・農業にふれる機会を作ることが必要です。	
(高齢者) ・60代以上は、地産地消への関心が高い	・健康づくりに関わる食育の取組みの充実が必要です。 ・伝統食の伝承など、食育の担い手となるための取組みが必要です。	【課題2】 食に関わる様々な場面をとらえた、地域の特性を活かした取組みが必要です。
・食育の中でも、市民の関心事項は多岐に及んでいる	・地域・団体・行政が連携し、体験型の食に関する取組みが必要です。 ・市民が食育を実践するための支援が必要です。	
・農業体験への関心が高い ・市に求めることとして、「地産地消の取組み」が第2位となっている ・地域全体での意思疎通を図る仕組み・体制が十分でない	・体験を通じて食と農業への理解を深める取組みが必要です。 ・関係者間の意思疎通を図り、地域全体で食育に取り組むことが必要です。	
・市で行っている食育の取組みの認知度が低い ・八王子の農産物を「買う場所がわからない」という回答が第2位となっている	・世代に応じた手段による情報発信が必要です。 ・市民一人ひとりが食に関する正しい知識・情報を適切に得られる環境の整備が必要です。	【課題3】 食育に関心を持つきっかけづくりが求められています。



5 計画の展開方法と重点項目の設定

計画の展開方法1

全てのライフステージに応じた食育を進める

多様化する市民の生活状況や、年代によって食育に関する課題は異なっています。そのために、市民がそれぞれの年代の特性に応じた正しい食生活習慣を身につけ実践するための食育の取組みを推進します。

重点1 児童・生徒の食育の推進

体験を通じて関心・選ぶ力を高め、バランスのとれた食生活の習慣化につながる取組みを推進します。

重点2 青年の食育の推進

食習慣の乱れが生じないよう、食の大切さの普及、自立して健全な食生活を送るための取組みを推進します。

重点3 成人の食育の推進

食生活の乱れの改善に向けた取組みを重点的に推進します。

計画の展開方法2

食育に関わる様々な場面をとらえた、地域の特性を活かした取組みを進める

地域の特色ある食育活動を進めるためには、農産物の栽培・収穫、調理、食品の購入、生ゴミの処理等、食育に関わる様々な場面での体験を通して、食の安全・安心、地域の伝統的な食文化、食の循環等への理解を深めることが課題となっています。

そのために、食育への関心を高めるきっかけづくりとして、親子の食に関する共通体験や農業体験による生産者と市民同士の交流の場を設けるといった取組みを推進します。また、関係者間で密に情報交換・共有を行い、地域全体で食育に関わる様々な場面を支援していきます。

重点4 地元の農産物を活用した交流・体験

食育への関心を高めるきっかけづくりや、親子での食育に関する共通体験を増やすなど、市民が農業を体験し、生産者や市民同士が交流する取組みを重点的に推進します。

計画の展開方法3

食育に関わる個人や団体を支援し元気づける

市民一人ひとりが食育に関する正しい知識・情報を適切に得られるきっかけづくり、環境の整備が課題となっています。

そのために、様々な食へのアプローチを取り込み、地域全体での食育推進につながるよう、食育に関わる個人や団体を支援します。情報発信、人材育成、活動のネットワーク強化を図り、生産者、消費者、行政、事業者・団体など、食育に関わる主体の協働・連携によって個々の取組みをつなぎ、市全体で食育を推進します。

重点5 食育ネットワークの強化

食育に関わる様々な主体が連携することを目的とした「八王子市食育ネットワーク」を立ち上げます。各団体の情報交換・情報共有を通して、互いに連携し活動の強化に取り組みます。



6 計画の体系

この計画の「将来像」や「基本目標」を実現するための展開方法と食育活動の内容を示します。

将来像

食を大切に
する人々を
育むまち

基本目標

1

望ましい
食生活を送る

2

食の基本的な
知識、マナー、
スキルを身に
つける

3

食を通じて、
家族、地域、
自然とつながる

展開方法

1

全てのライフ
ステージに応じた
食育を進める

2

食育に関わる
様々な場面をとらえた、
地域の特性を活かした
取組みを進める

3

食育に関わる
個人や団体を
支援し元気づける



食育活動の内容

1-1 妊婦及び乳幼児と保護者の食育の推進	<ul style="list-style-type: none"> ○妊娠期の健康・食生活の支援 ○乳幼児期の望ましい食生活の推進 ○地域・家庭への食育の推進 ○保育園・幼稚園における食育の推進
1-2 児童・生徒の食育の推進 重点1	<ul style="list-style-type: none"> ○小学校・中学校における食育の推進 ○地域・家庭への食育の推進 ○歯科の観点からの食育の推進 ○子どもを中心とした食育の推進
1-3 青年の食育の推進 重点2	<ul style="list-style-type: none"> ○若者における食育の推進
1-4 成人の食育の推進 重点3	<ul style="list-style-type: none"> ○生活習慣病等の疾病予防の推進 ○地域・家庭への食育の推進 ○望ましい食生活を実践できるための支援
1-5 高齢者の食育の推進	<ul style="list-style-type: none"> ○生活習慣病等の疾病予防の推進 ○歯科口腔保健の普及活動 ○高齢者への食事サービスの実施 ○望ましい食生活を実践できるための支援
1-6 障害者の食育の推進	<ul style="list-style-type: none"> ○障害者における食育の推進
2-1 食の安全・安心の確保	<ul style="list-style-type: none"> ○食の安全に関する知識と理解の推進 ○食の安心の確保
2-2 食文化の伝承	<ul style="list-style-type: none"> ○郷土料理や食文化の伝承
2-3 地元の農産物を活用した交流・体験 重点4	<ul style="list-style-type: none"> ○「ふれる」よろこびを味わう場の提供 ○直売所や販売店での地産地消の推進 ○商品の企画・販売 ○市民活動における地産地消の推進 ○学校における地産地消の推進
2-4 食の循環の理解・促進	<ul style="list-style-type: none"> ○食の循環システムの実施 ○自然が育む食材への感謝
3-1 食に関する環境の整備	<ul style="list-style-type: none"> ○食に関する情報の提供 ○人が集まる場での情報の提供 ○市民の関心を盛り上げる食育の普及活動 ○飲食店・外食事業者へのヘルシーメニューの推進支援 ○給食施設の栄養管理の質の向上
3-2 食育を推進する人材の育成	<ul style="list-style-type: none"> ○食育推進の担い手の育成・支援
3-3 食育ネットワークの強化 重点5	<ul style="list-style-type: none"> ○関係団体との連携・協働



7 計画の管理と評価

本計画に実効性を持たせるために、取組みの進捗状況の確認・評価を行い、さらに効果的な食育の推進を検討します。評価にあたり、食育に関わる事業の進捗状況の管理を毎年度実施します。また、一定の期間を見据えて目標の達成状況を把握し、計画を進捗管理していくために、下記の評価指標を設定し、食育活動の拡大の度合い等を評価します。

	基本目標	指標（案）	現状値（%）	目標値（%）	
1	望ましい食生活を送る	朝食を「ほぼ毎日（週に6～7日）食べている」人の割合	保育園	96.8 ※1	100
			小学生	98.4 ※1	
			中学生	84.2 ※1	90
			高校生	82.7 ※1	
			市民	84.7 ※1	90
2	食の基本的な知識、マナー、スキルを身につける	食事の際に「いただきます」「ごちそうさま」の挨拶をする子どもの割合	93.2 ※1	100	
3	食を通じて、家族、地域、自然とつながる	八王子産の農産物を意識して購入している人の割合	59.2 ※2	80	

※1：第2期 八王子市食育推進計画づくりに関する意識調査より

※2：第47回（平成27年）市政世論調査より

コラム

八王子の郷土料理 ～農家の暮らしに関わりが深い郷土料理があります

行事食

- ★**糀飯（かてめし）**★ 大勢の人が集まった時に振る舞われた料理（ませご飯）
- ★**やきごめ**★ 大豆が入った『おこわ』



かて飯
（大根）

普段の生活で食べていたもの

- ★**煮だんご**★ 小麦粉を水でこねた団子を入れた『すいとん』のようなもの
- ★**煮こみ**★ 『煮込みうどん』のこと



かて飯
（さつま芋）

おやつで食べていたもの

- ★**石垣だんご**★ 甘くしたうどん粉の生地にサイコロ状に切ったさつま芋を混ぜ蒸した団子
- ★**たらし焼き**★ 小麦粉を水で溶いて焼いたもの

第2期 八王子市食育推進計画【概要版】平成28年3月

発行 八王子市

編集 健康部 健康政策課

192-0083 東京都八王子市旭町13番18号

電話：042(645)5111（代表） FAX：042(644)9100

E-mail：b460100@city.hachioji.tokyo.jp



はちおうじ食育キャラクター
はっちくん