第３期八王子市食育推進計画

食を大切にする人々を育むまち

令和3～7 年度（2021～2025 年度）

八王子市

令和3年（2021年）3月

「食を大切にする人々を育むまち」を目指して

「食」は私たちが生涯にわたって心身ともに健康で活き活きと過ごすための基本になるもので、欠くことができない大切なものです。

近年、食に関する価値観やライフスタイルの多様化が進み、利便性、簡便性が求められる一方、欠食や栄養バランスの偏りが課題となっています。さらに、新型コロナウイルス感染症の感染拡大に伴い、会食や外食の機会の減少や外出自粛等による身体活動量の低下から、心身の健康への影響も懸念され、食の重要性が、より一層高まっております。

本市では、食育に関する施策を計画的に推進するため、平成 23 年(2011 年)から八王子市食育推進計画を策定し 10 年が経過いたしました。

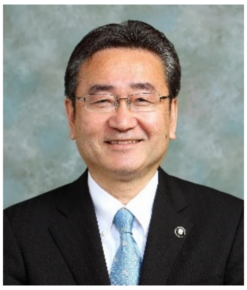
第 1 期八王子市食育推進計画(平成 23 年(2011 年)3 月)は、食育を「知る」「広める」時期、第2期八王子市食育推進計画(平成 28 年(2016 年)3 月)は、市民に食育が「根付く」時期と位置づけ、食育を推進してきました。食育体験や普及啓発活動のほか、地域団体や事業所の取り組みが充実してきた一方で、市民意識調査からは、年代によって食に対する関心や望ましい食生活の実践に差が生じるなど、新たな課題が見えてまいりました。

このような状況を踏まえて、「第 3 期八王子市食育推進計画(令和3年度(2021年度)から令和7年度(2025年度))」を策定いたしました。本計画は、より多くの市民や市民活動団体・民間事業者等が食育を「実践できる」時期とし、ライフステージに応じた重点項目を設定するほか、個人の実践を支える、食に関する環境整備の充実をはかり、将来像である「食を大切にする人々を育むまち」の実現を目指すものです。

計画の推進には、市民、市民活動団体、民間事業者等の皆様とより一層連携・協力し、さまざまな場面で食育にふれる機会を提供することが重要であり、今後も、皆様のさらなる御理解と御協力をお願いいたします。

結びに、本計画の策定にあたり、御尽力をいただきました「八王子市食育推進会議」の委員の皆様、そして、市民意識調査やパブリックコメント等で貴重な御意見をお寄せいただいた皆様に心から感謝申し上げます。

令和 3 年(2021 年)3 月



八王子市長　石森孝志

第３期八王子市食育推進計画

目　次

第1章　計画策定の背景と基本的事項 1
1　食育とは 2
2　食育に関する国・都の取組 2
3　SDGs に関する食の取組 3
4　第3期八王子市食育推進計画の位置付け 4
5　計画策定の経緯 5
6　計画の期間 6
第2章　食をめぐる現状と課題 7
1　八王子市の現状 8
2　八王子市民の食育・健康についての意識 13
3　第２期八王子市食育推進計画の成果 28
4　八王子市の食育推進の課題 30
第3章　計画が目指す姿と施策の方向 33
1　将来像 34
2　基本目標 35
3　施策の柱 36
第4章　食育の取組 39
1　計画の体系 40
2　食育活動の内容 42
第5章　計画の進捗管理と評価 57
1　推進体制 58
2　評価 58
資料編 61
1　八王子市食育推進会議名簿・八王子市食育推進計画庁内連絡会所管課名簿 62
2　計画の策定経過 64
3　はちおうじ食育キャラクター「はっちくん」 65

第１章
計画策定の背景と基本的事項

1 食育とは

食育基本法の前文では、「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。

また、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、行われることが求められています。

2 食育に関する国・都の取組

食育基本法に基づき、国では令和3年(2021 年)3 月に「第4次食育推進計画」を策定、都では令和3年(2021 年)に「東京都食育推進計画」を改定しました。

食育基本法(平成 17 年(2005 年))施行

食育を包括的に、計画的に推進するために食育に関する施策の基本となる法律

国の動向

第4次食育推進基本計画

＜基本的な方針(重点事項)＞

1.生涯を通じた心身の健康を支える食育の推進

2.持続可能な食を支える食育の推進

3.新たな日常やデジタル化に対応した食育の推進

＜食育推進の目標＞

・栄養バランスに配慮した食生活の実践　・学校給食での地場産物を活用した取組等の増加

・産地や生産者への意識　・環境に配慮した農林水産物・食品の選択　等

東京都の動向

第2次東京都食育推進計画

＜食育推進の基本的な考え方(方向性)＞

1.健康長寿を実現するライフスタイルに応じた食育の推進

・若い世代の段階から食に関する意識を高める　等

2.「生産」から「流通」「消費」まで体験を通じた食育の推進

・学校での食育活動を推進する

・新しい日常に対応した体験機会を提供する　・地産地消を推進する　等

3.SDGs の達成に貢献する食育の推進

・食の安全に関する理解を深め、実践に繋げる　・食品ロス削減を実践する　等

3　SDGs に関する食の取組

SDGs（Sustainable Development Goals：持続可能な開発目標）とは、平成 27 年（2015 年）9月の国連サミットで採択された「持続可能な開発のための 2030 アジェンダ」で示された、平成 28 年（2016 年）から令和 12 年（2030 年）までの国際目標です。

SDGs では地球上の「誰一人として取り残さない」社会の実現を目指し、世界中の国が共通して解決しなければいけない経済、社会、環境の課題を 17 の目標と 169 のターゲットを掲げています。

国内実施と国際協力の両面において SDGs を推進していくために「SDGs アクションプラン2020」が策定され、「食育の推進」は、8つの優先課題の一つ「あらゆる人々が活躍する社会の実現」の中に位置付けられています。

SDGsの目指す『「誰一人として取り残さない」社会の実現』は、「食を大切にする人々を育むまち」の実現に向け、生涯にわたり健康で活き活きとした生活を送ることを目指す第3期八王子市食育推進計画の方向性と共通しています。

本計画において、以下の目標が関連する7つの目標であると捉えています。

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

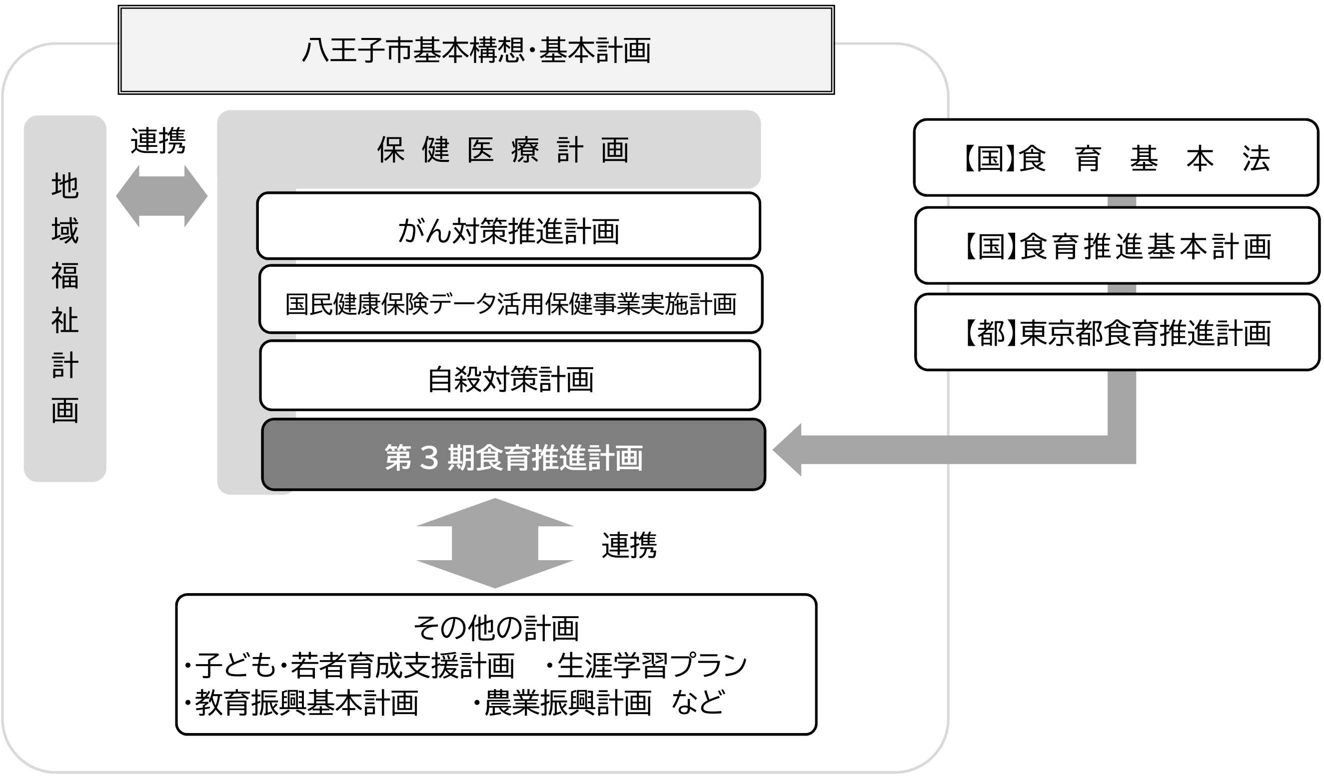
17 の目標のうち、本計画に関連する目標	
「2. 飢餓をゼロに」 飢餓に終止符を打ち、食料の安定確保と栄養状態の改善を達成するとともに、持続可能な農業を推進する	「14. 海の豊かさを守ろう」 海洋と海洋資源を持続可能な開発に向けて保全し、持続可能な形で利用する
「3. すべての人に健康と福祉を」 あらゆる年齢のすべての人々の健康的な生活を確保し、福祉を促進する	「15. 陸の豊かさも守ろう」 陸上生態系の保護、回復および持続可能な利用の推進、森林の持続可能な管理、砂漠化への対処、土地劣化の阻止および逆転、ならびに生物多様性損失の阻止を図る
「4. 質の高い教育をみんなに」 すべての人々に包摂的かつ公平で質の高い教育を提供し、生涯学習の機会を促進する	
「12. つくる責任　つかう責任」 持続可能な消費と生産のパターンを確保する	「17. パートナーシップで目標を達成しよう」 持続可能な開発に向けて実施手段を強化し、グローバル・パートナーシップを活性化する

4 第3期八王子市食育推進計画の位置付け

食育基本法(平成 17 年(2005 年) 7 月施行)に基づく市町村の食育推進計画として位置付け、同時並行で策定している国の第4次食育推進基本計画(令和3年(2021 年)3月)及び都の東京都食育推進計画(令和3年(2021 年)3月)との整合性をはかり、「第3期八王子市食育推進計画」を策定します。

また、本市の基本構想・基本計画である「八王子ビジョン 2022」を上位計画とする「八王子市保健医療計画」に基づく計画として、各分野別計画との調整をはかり、市民の食育活動の推進に向けて、本市の関連する計画と補完・連携し合うものとして位置付けています。

また、「持続可能な開発目標(SDGs)」を視野に入れた取り組みを展開していきます。



5 計画策定の経緯

本計画の策定に当たり、基礎調査として市民及び大学生を対象とした市民意識調査や幼稚園・保育園・小学校・中学校・高等学校に通う子どもを対象とした子ども意識調査のほか、庁内関係所管へのヒアリング調査を実施しました。市民や児童・生徒の食育に対する意識や日頃の活動、生産者の食育にかかわる現状や課題を把握し、本市の食育推進のための課題の整理、取り組みの方向性の検討を行いました。

また、学識経験者や専門家、活動団体等、公募市民を含む「八王子市食育推進会議」及び「八王子市食育推進計画庁内連絡会」を開催し、様々な立場からの意見を基に計画案の検討を重ねてきました。

(1)八王子市食育推進会議

構成員	16名
開催回数	4 回

(2)八王子市食育推進計画庁内連絡会

構成員	27名
開催回数	4 回

(3)八王子市食育推進計画策定に係る市民意識調査

①市民意識調査

調査時期:令和元年(2019 年)10 月 25 日から令和元年(2019 年)11 月 8 日

調査方法:郵送調査及びインターネット回答

回収状況:

	配付数	有効票数	回収率(%)
一般	1,965	792	40.3%
大学生	200	86	43.0%
合計	2,165	878	40.6%

※一般:市内に居住する 18 歳から 74 歳までの男女 2,000 名を無作為抽出(台風 19 号被災地域を除く 1,965 名を対象とした)

※大学生:市内大学の大学生 200 名

②子ども意識調査

調査時期：令和元年（2019 年）10 月 16 日から令和元年（2019 年）11 月 1 日

調査方法：各園、各校にて配付・回収

回収状況

	配付数	有効票数	回収率（%）
幼稚園	351	261	74.4%
保育園	317	185	58.4%
小学校	526	405	77.0%
中学校	419	316	75.4%
高等学校	412	361	87.6%
合計	2,025	1,528	75.5%

※幼稚園、保育園、小学校の対象者については保護者が回答を行っている。

※詳細は「第 3 期八王子市食育推進計画策定に係る市民意識調査報告書」に記載しています。

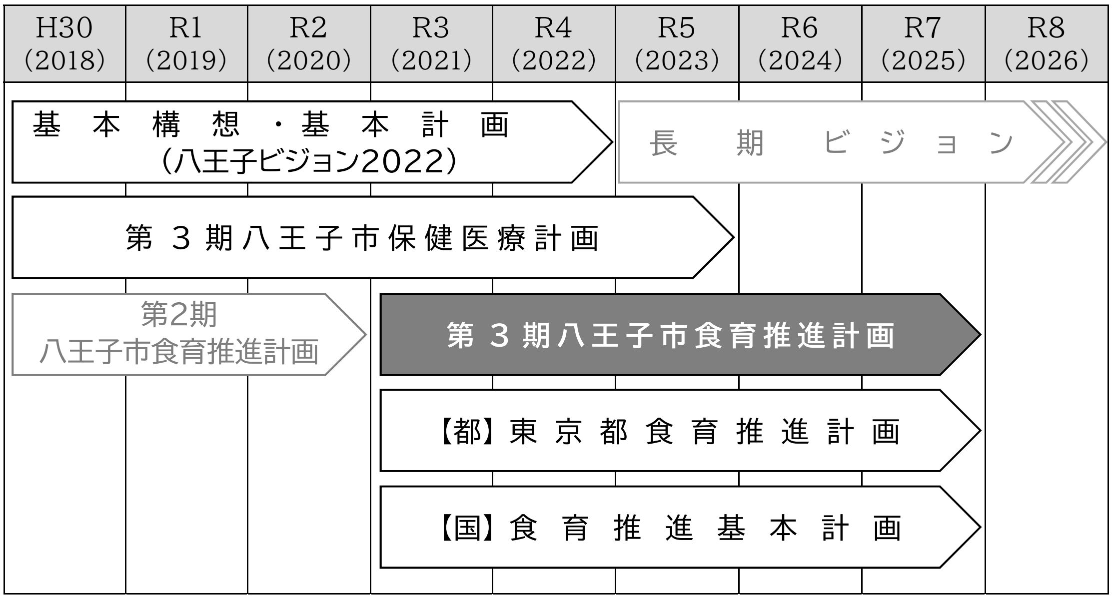
（4）パブリックコメント

期間：令和 2 年（2020 年）12 月 15 日～令和 3 年（2021 年）1 月 15 日

本計画の素案の閲覧場所を市役所本庁舎や各事務所等の窓口に設置するとともに、ホームページ上で公表し、意見を募集しました。寄せられた要望は、計画策定の参考にさせていただきました。

6 計画の期間

国、都の食育に関する計画の期間を考慮し、本計画の期間を以下のとおり令和 3 年度（2021 年）から令和 7 年度（2025 年度）の 5 か年と定めます。



第2章
食をめぐる現状と課題

1 八王子市の現状

(1)八王子市の人口について

○本市の人口は 561,622 人(令和 2 年(2020 年)4 月 1 日現在)であり、令和元年(2019 年)末時点、市内の生産年齢人口の割合は 61.41%、平均年齢は 46.88 歳です。

○年齢分布図から 20 代、50 代と 70 代の人口が多くなっています。(図1)

○21 の大学、短期大学、高等専門学校があり、約 10 万人の学生が学んでいる全国でも有数の学園都市であること等から、15～19 歳の転入超過が顕著となっています。しかしながら、大学等卒業後の 20～29 歳人口は、転出超過となっています。(図2)

○また、世帯全体に占める単身世帯の割合、高齢者の単身世帯の割合は、ともに都の割合を下回るものの、どちらも増加傾向にあります。(図3)

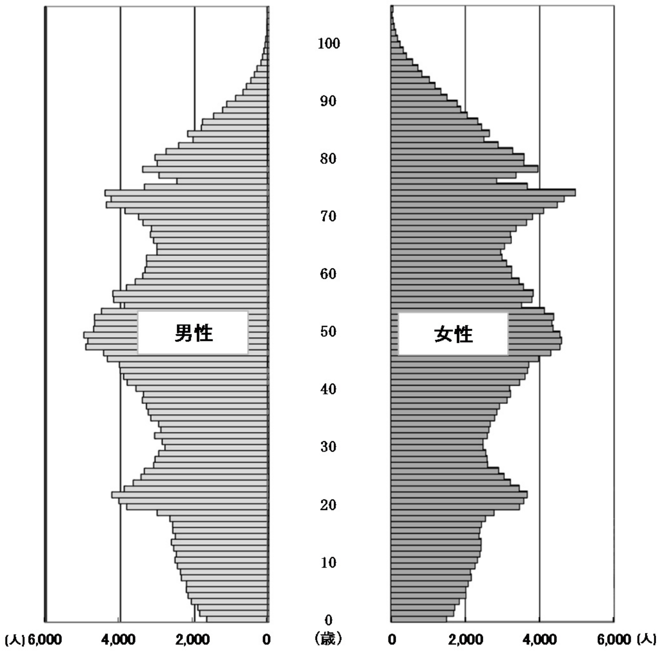


図1 八王子市の人口ピラミッド (令和２年(2020 年)4 月１日現在)
出典:住民基本台帳

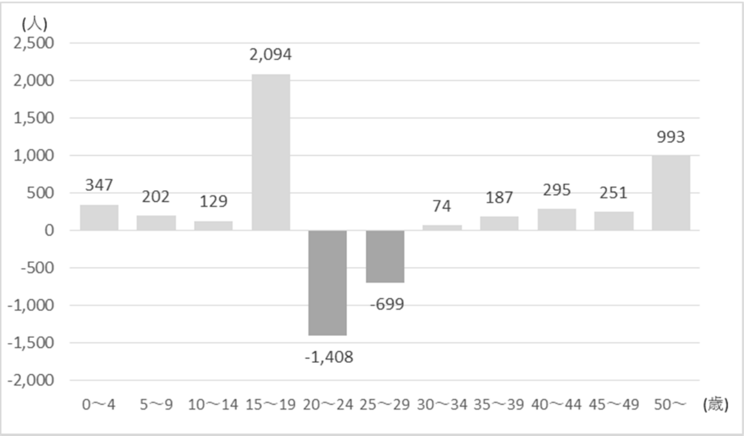


図２ 年齢別転入超過者数(令和元年(2019 年))
出典:住民基本台帳人口移動報告

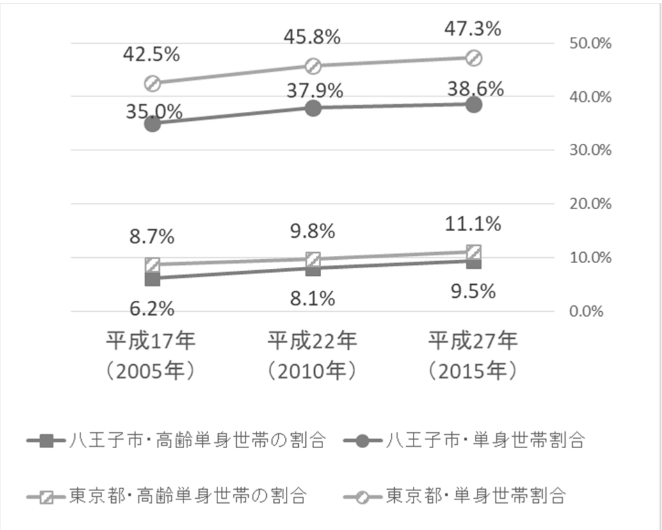


図３ 単身世帯割合・高齢者単身割合
出典:平成17年(2005年)
平成22年(2010年)
平成27年(2015年)国勢調査

(2)市民の健康状況

○本市で実施している特定健康診査※の検査結果のうち、血糖値が特定保健指導判定値を超える人は肥満より非肥満の割合が高い状況にあります。また、非肥満高血糖、血糖・血圧・脂質について、検査値が全国平均を上回っています。

○死亡状況について、悪性新生物、心疾患、脳血管疾患で死亡する割合は都の死亡率を上回っています。このような疾患は食生活と関連のある生活習慣病です。(図4)

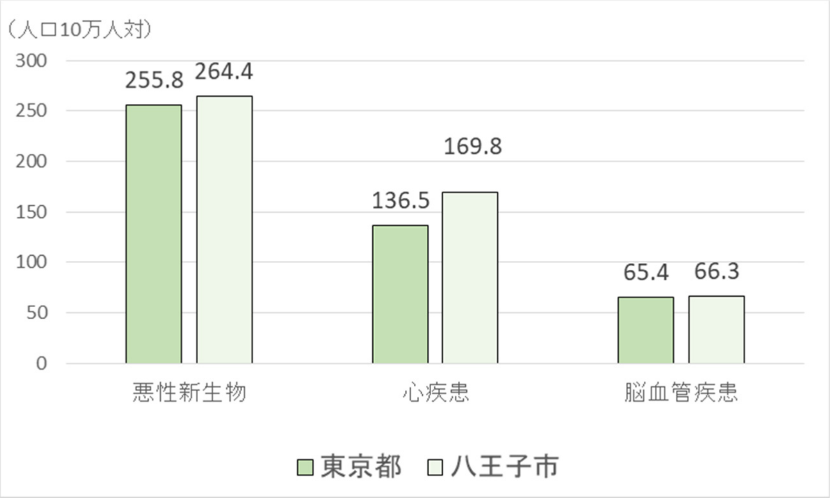


図4 令和元年度(2019 年度) 三大死因別死亡率(人口 10 万人対)
出典:令和元年度(2019 年度)八王子市保健所年報

※特定健康診査・・・40 歳から 74 歳までの方を対象に、生活習慣病予防に着目した健康診査です。

(3)農業について

○本市は、中央道、国道 20 号線(甲州街道)が通る交通の要衝の地で、都心から西へ約 40km に位置し、都心方向の東部地域以外は丘陵地帯に囲まれ、中でも西側は山間地となっています。

○耕地面積は、右図のように平成 27 年(2015 年)からの 5 年間で約 40ha 減少し、令和元年(2019 年)で 732ha となっています。(図5)

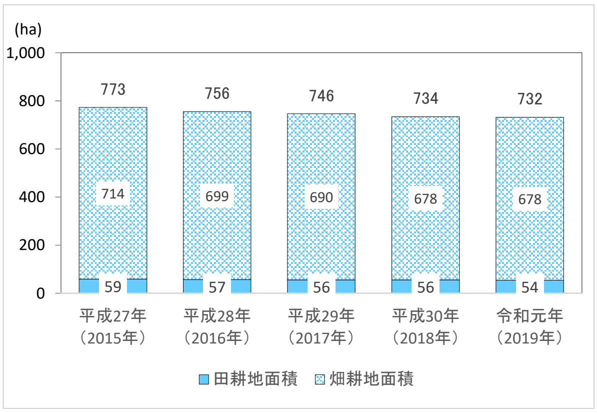


図5 耕地面積
出典:農林水産関係市町村別統計

○品目別の産出額はトマト(18%)、ナス(7%)、コマツナ(5%)、ホウレンソウ(5%)の順となっています。(平成 30 年(2018 年)東京都農作物生産状況調査結果報告書)

○販売農家人口(農業従事者数)については、右図のように平成 22 年(2010 年)の 1,229 人から平成 27 年(2015 年)の 955 人に減少しており、特に 60 歳以降の割合が増加しています。(図6)

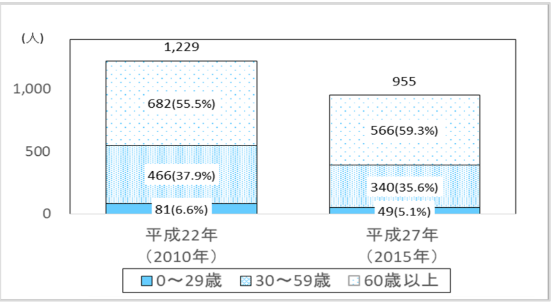


図 6　販売農家人口(農業従事者数)(年齢別)
出典:2010･2015 年農林業センサス

コラム

【都内初の道の駅「都市型道の駅」】

「地産地消」の場として定着

　一般道路利用者に対し、良好な休憩の場及び地域情報を提供する場所として平成 19 年(2007 年)4月1日に都内初となる「道の駅　八王子滝山」をオープンしました。

　同施設では地産地消を推進するため、農産物直売所「ファーム滝山」を併設し、農家自身が出荷組合を立ち上げ、値付けや野菜等の陳列を行っています。

　「道の駅　八王子滝山」では、新鮮な地場産野菜の販売のほか、地場産の食材を使ったお惣菜、乳製品、アイス等を販売しており、毎年約 90 万人の来場者を迎え、八王子の新名所の一つとして、着実に定着しているところです。

道の駅　八王子滝山
八王子野菜を味わえるメニューを揃えた飲食コーナーや地域のにぎわいを創出するために各種イベントを開催しています。

コラム

【はちおうじ農産物直売所マップ】

八王子の生産者が精魂込めて作った新鮮野菜・加工品が購入できます♪

　JA 八王子と八王子市では「はちおうじ農産物直売所マップ」を作成し、直売が行われている場所を紹介しています。

（4）郷土料理や食文化について

○八王子には、農家の暮らしにかかわりが深い郷土料理があります。初午行事のときのごちそうとして食べられていた、季節の食材を使った炊き込みご飯「糅飯（かてめし）」や大豆が入った「やきごめ」、普段の生活の中で食べられていた小麦粉の団子を入れた「煮だんご」や「煮込みうどん」、おやつとして食べられていた甘くしたうどん粉にサツマイモを混ぜた「石垣だんご」、小麦粉を水で溶いて焼いた「たらし焼き」等があります。

行事食	**★糅飯（かてめし）★** 「かてめし」は米ににんじんや油揚げ、鶏肉などを混ぜ、しょうゆや砂糖などで味付けした混ぜご飯です。奈良時代には雑穀に野菜や芋などで量を増やし、江戸時代には季節の食材（春…筍　秋…きのこなど）を入れて炊いていました。 現在、八王子では『五目寿司』として伝承されており、八王子の郷土料理として全小学校でかてめしを提供しています。 八王子の郷土料理「かてめし」 **★やきごめ★**　大豆が入った『おこわ』 ◆歴史1…山梨県を中心に、水田地方に伝わった。 ◆歴史2…山梨県では『やこめ』という。 ◆歴史3…八王子では縁日や祭礼で食べられた。 ◆歴史4…昔は、『疱瘡』にかからないようにと、願いを込めて作っていた。
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
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 ◆説1…サイコロ状のさつま芋が石垣のように見えるから… ◆説2…時間が経つと固くなる… **★たらし焼き★**　小麦粉を水で溶いて焼いたもの　※醤油をつけて食べる ◆説1…鉄板にたらして焼いたことからこの名前がついた…

○郷土料理以外にも、醤油ベースのタレにきざみ玉ねぎを具として用いられている「八王子ラーメン」をはじめとする、数多くのご当地グルメがあります。

コラム

【八王子ラーメン以外の「アレ」もご当地グルメ？　八王子市グルメ事情】

●八王子ナポリタン：たっぷりのきざみ玉ねぎに八王子産の食材をプラスしているオリジナルナポリタンです。

●パンカツ：B 級グルメならぬ C 級グルメ。その歴史は戦後の食糧難の頃までさかのぼります。豚肉の入手が困難で「とんかつ」を子どもたちに食べさせることができなかったため、食パンに水で溶いた小麦粉とパン粉をつけて鉄板で焼き、ウスターソースをかけて仕上げたものを「とんかつ」の代わりに見立てたのが始まりといわれています。

(5)食品ロス量について

○まだ食べられるのに捨ててしまう食品(食品ロス)については、日本全体だと年間約 612 万トン(平成 29 年度(2017 年度)推計値)であり、本市では年間約 17,400 トン(家庭系約 14,600 トン、事業系約 2,800 トン)発生していると推計しています。これは、市民1人当たりナス約1個分(約 85 グラム)を毎日捨てていることを意味します。(令和元年度(2019 年度)組成分析調査より)

コラム

【ごみ量の少なさ 2年連続全国1位!】

環境省は令和 2 年(2020 年)3 月 30 日に、平成 30 年度(2018 年度)実績における全国の一般廃棄物の排出及び処理状況等の調査結果を発表しました。

その中で、本市はごみ排出量の少ない自治体ランキング「人口 50 万人以上の都市」で 2 年連続全国 1 位となりました。

これは市民・事業者の皆様にご協力をいただいた結果であり、ごみ・資源物の総量は、前年度比で約 2,800 トン(約 1.8%)の減少となりました。今後も食品ロスをはじめとした生ごみの減量・資源化等の施策を推進し、さらなるごみ排出量の削減に取り組んでまいります。

出前講座で児童にもごみ減量の大切さを伝えています。

2　八王子市民の食育・健康についての意識

～市民意識調査の結果～

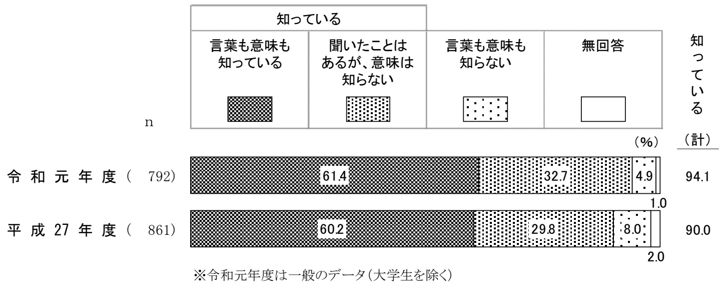
(1)食育への関心について

①「食育」についての関心度

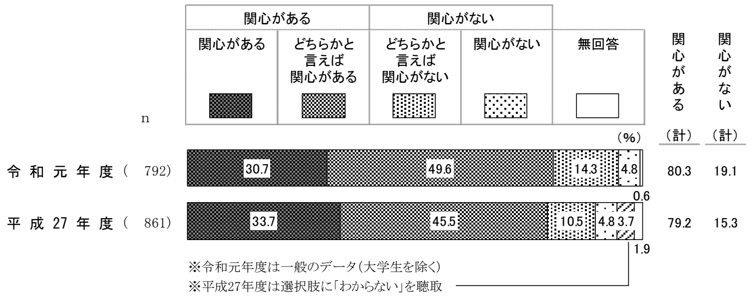
言葉・意味の認知度については前回調査と比べると、『知っている(計)』は 4.1 ポイント増加していますが、関心の有無については大きな変化はみられません。

性・年代別にみると、いずれの年代も女性は男性より『関心がある(計)』が多くなっています。特に男性 10・20 代、30 代は約 60%と少なくなっています。

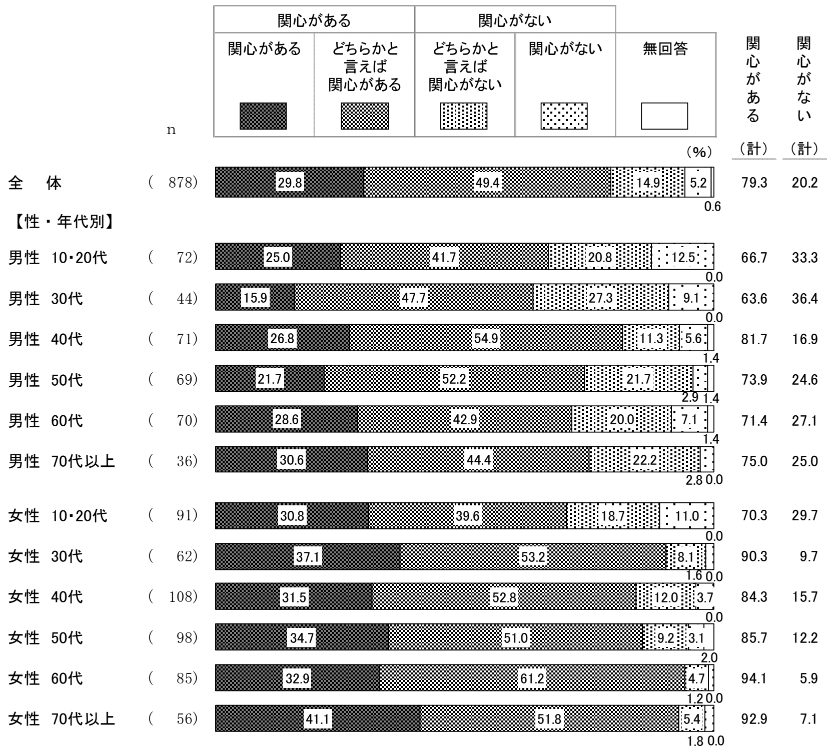
《『食育』についての認知度-過年度比較》



《『食育』についての関心度-過年度比較》



《『食育』についての関心度-性・年代別》

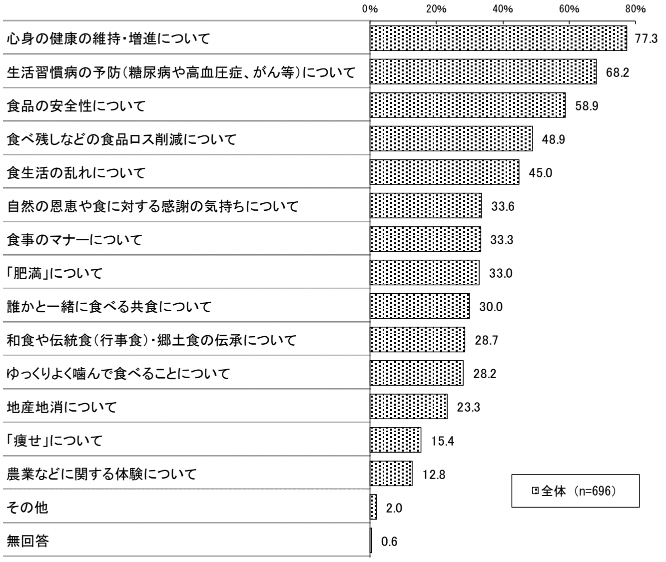


②『食育』について関心のある内容

食育について関心のある内容は、全体で「心身の健康の維持・増進について」、「生活習慣病の予防（糖尿病や高血圧症、がん等）について」、「食品の安全性について」の順になっています。

性・年代別にみると、男女ともに 70 代以上を除く年代で「心身の健康の維持・増進について」が最も多くなっています。「生活習慣病の予防（糖尿病や高血圧症、がん等）について」は男女ともにおおむね年代が高いほど回答が多い傾向となっています。男性 10・20 代、30 代、女性 30 代が「食生活の乱れについて」、女性の 10・20 代が「食事のマナーについて」、「「痩せ」について」が上位となっています。

《『食育』について関心のある内容》



《『食育』について関心のある内容−性・年代別》

（%）

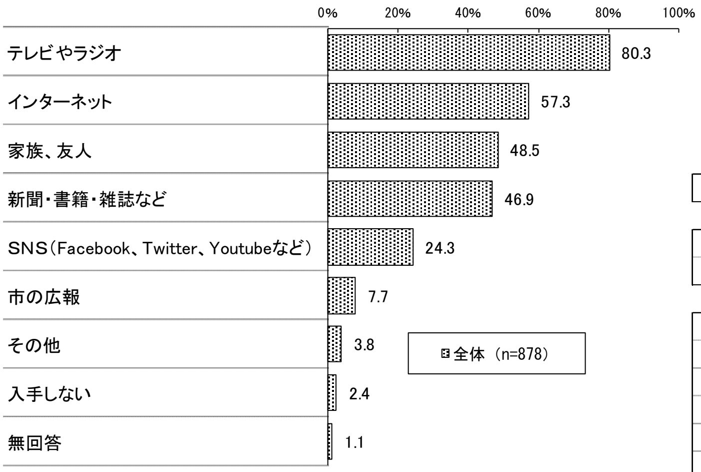
	n	心身の健康の維持・増進について	生活習慣病の予防（糖尿病や高血圧症、がん等）について	食品の安全性について	食べ残しなどの食品ロス削減について	食生活の乱れについて	自然の恩恵や食に対する感謝の気持ちについて	食事のマナーについて	「肥満」について	誰かと一緒に食べる共食について	和食や伝統食（行事食）・郷土食の伝承について	ゆっくりよく噛んで食べることについて	地産地消について	「痩せ」について	農業などに関する体験について	その他	無回答
全　体	（696）	77.3	68.2	58.9	48.9	45.0	33.6	33.3	33.0	30.0	28.7	28.2	23.3	15.4	12.8	2.0	0.6
【性・年代別】																	
男性　10・20代	（48）	70.8	58.3	43.8	41.7	50.0	14.6	37.5	39.6	22.9	20.8	22.9	18.8	14.6	12.5	2.1	－
男性　30代	（28）	85.7	78.6	46.4	50.0	60.7	28.6	32.1	35.7	25.0	10.7	25.0	14.3	10.7	7.1	－	－
男性　40代	（58）	72.4	69.0	63.8	43.1	46.6	39.7	44.8	25.9	25.9	37.9	20.7	25.9	10.3	17.2	－	－
男性　50代	（51）	74.5	68.6	64.7	54.9	56.9	39.2	39.2	31.4	25.5	41.2	29.4	31.4	19.6	11.8	－	－
男性　60代	（50）	88.0	86.0	64.0	56.0	38.0	34.0	26.0	38.0	18.0	24.0	28.0	26.0	6.0	12.0	4.0	－
男性　70代以上	（27）	85.2	88.9	59.3	44.4	33.3	22.2	22.2	29.6	7.4	22.2	33.3	18.5	18.5	－	3.7	3.7
女性　10・20代	（64）	60.9	40.6	32.8	29.7	45.3	21.9	46.9	34.4	34.4	25.0	21.9	9.4	51.6	9.4	－	－
女性　30代	（56）	69.6	50.0	39.3	42.9	50.0	39.3	42.9	26.8	50.0	35.7	26.8	23.2	7.1	16.1	1.8	1.8
女性　40代	（91）	80.2	64.8	68.1	49.5	35.2	41.8	39.6	24.2	36.3	33.0	29.7	23.1	13.2	18.7	3.3	－
女性　50代	（84）	75.0	69.0	66.7	58.3	47.6	35.7	21.4	38.1	39.3	28.6	19.0	25.0	15.5	10.7	1.2	－
女性　60代	（80）	86.3	76.3	68.8	60.0	41.3	31.3	23.8	38.8	22.5	27.5	35.0	26.3	7.5	15.0	2.5	－
女性　70代以上	（52）	86.5	88.5	73.1	48.1	46.2	42.3	23.1	32.7	30.8	25.0	50.0	32.7	9.6	9.6	5.8	3.8

③食に関する情報入手経路

食に関する情報入手経路は「テレビやラジオ」に次いで「インターネット」、「家族、友人」となっています。

年代別にみると、20 代、30代では「インターネット」が最も多くなっています。年代が低いほど「インターネット」「SNS（Facebook、Twitter、YouTube など）」という回答が多くなっています。

《食に関する情報入手経路》



《食に関する情報入手経路-性別／年代別》

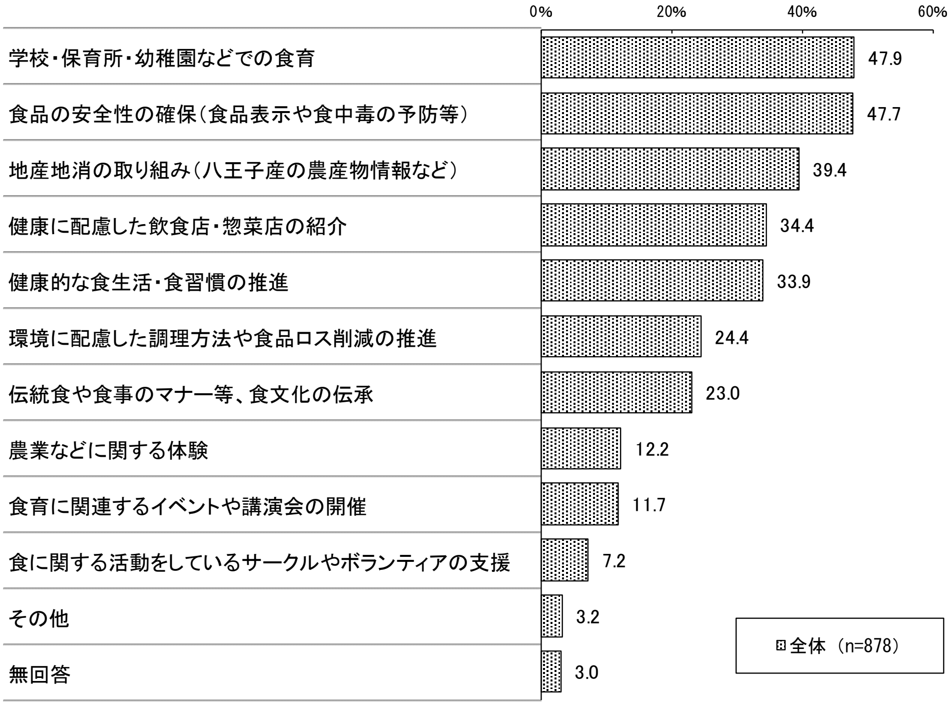
（%）

	n	テレビやラジオ	インターネット	家族、友人	新聞・書籍・雑誌など	SNS（Facebook、Twitter、Youtubeなど）	市の広報	その他	入手しない	無回答
全　体	（878）	80.3	57.3	48.5	46.9	24.3	7.7	3.8	2.4	1.1
【性別】										
男　性	（363）	80.2	65.8	42.7	43.8	22.3	7.2	1.4	3.3	0.8
女　性	（500）	80.4	51.8	53.0	49.2	25.6	8.2	5.6	1.8	1.4
【年代別】										
10代	（　63）	71.4	58.7	42.9	11.1	65.1	1.6	−	3.2	1.6
20代	（100）	61.0	68.0	40.0	18.0	64.0	−	3.0	4.0	2.0
30代	（106）	75.5	79.2	54.7	36.8	35.8	8.5	4.7	1.9	−
40代	（179）	81.0	72.6	48.0	41.9	20.7	11.2	5.0	1.7	−
50代	（169）	84.6	60.9	48.5	56.8	11.2	9.5	4.1	3.6	2.4
60代	（156）	87.2	36.5	50.6	67.3	5.1	5.8	2.6	1.9	1.3
70代以上	（　92）	92.4	20.7	51.1	72.8	2.2	13.0	5.4	1.1	1.1

④市に重点的に取り組んでほしい食育の取組

「学校・保育所・幼稚園などでの食育」が最も多く、次いで「食品の安全性の確保（食品表示や食中毒の予防等）」、「地産地消の取り組み（八王子産の農産物情報など）」、「健康に配慮した飲食店・惣菜店の紹介」の順となっています。

《市に重点的に取り組んでほしい食育の取組》



(2)食生活について

①朝食の摂取状況

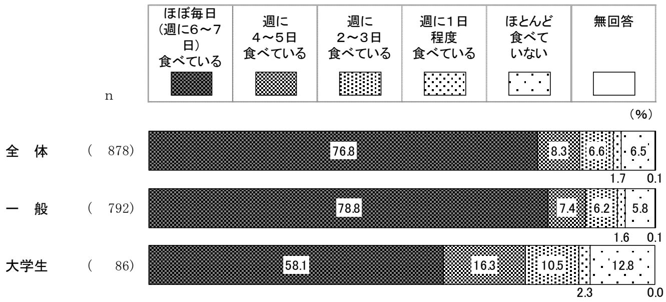
全体は 76.8%が「ほぼ毎日食べている」と回答していますが、大学生では 58.1%にとどまっています。また、前回調査と比較すると「ほぼ毎日食べている」は 5.9 ポイント減少しています。

性・年代別にみると、男女ともにおおむね年代が低いほど「ほぼ毎日(週6～7日)食べている」の回答が少ない傾向となっており、男女ともに 10・20 代は 60%を下回っています。

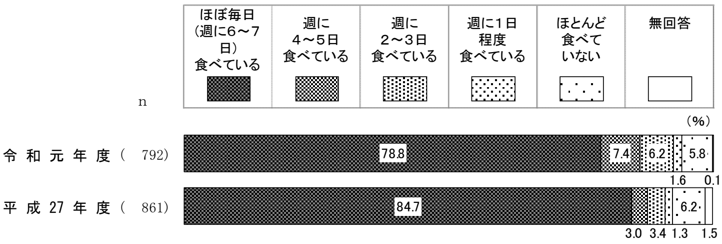
昨日摂取した朝食の内容の組み合わせを見ると、全体で「主食＋主菜＋副菜」が最も多くなっています。

性別でみると、男女間で大きな差はみられませんが、年代別にみると、20 代、30 代を除く年代で「主食＋主菜＋副菜」が最も多く、70 代以上で 56.5%とほかの年代より多くなっています。「主食のみ」はおおむね年代が低いほど多くなっています。

《朝食の摂取状況》

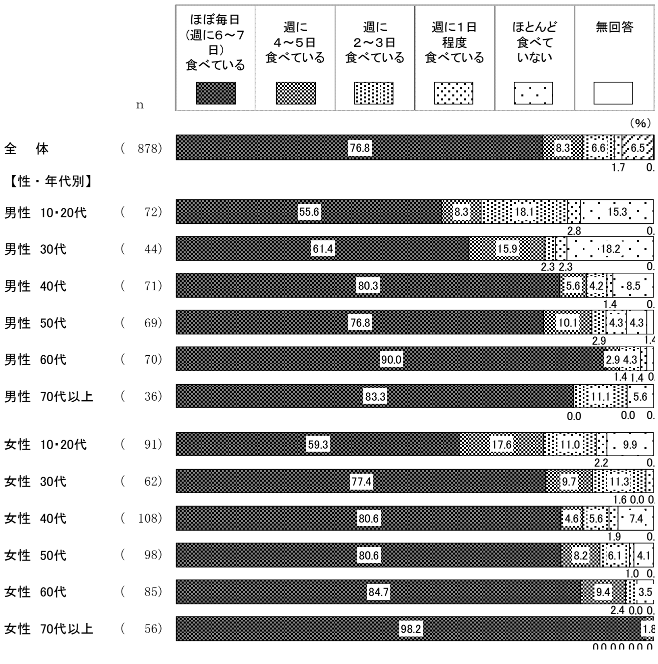


《朝食の摂取状況-過年度比較》



※令和元年度は一般のデータ(大学生を除く)

《朝食の摂取状況-性・年代別》



《昨日摂取した朝食の内容【組み合わせ】-性別・年代別》

主食･･･ごはん・おにぎり・食パン・麺類・シリアルなど
主菜･･･肉・魚・卵・豆腐料理など
副菜･･･野菜・きのこ・海藻料理など

(%)

	n	主食＋主菜＋副菜	主食＋主菜	主食＋副菜	主菜＋副菜	主食＋果物類	主食＋牛乳・乳製品	主食＋ジュース・コーヒー類	主食＋果物類＋牛乳・乳製品	主食＋果物類＋ジュース・コーヒー類	主食＋牛乳・乳製品＋ジュース・コーヒー類	主食のみ	その他の組み合わせ	食べていない	無回答
全　体	(878)	29.6	8.8	10.1	0.8	1.0	5.5	4.0	2.4	1.1	3.1	8.5	16.7	7.7	0.6
【性別】															
男　性	(363)	30.0	7.7	8.8	0.8	1.4	6.3	3.6	1.1	1.7	2.2	10.2	15.7	10.2	0.3
女　性	(500)	30.0	9.4	11.4	0.8	0.8	4.8	4.0	3.4	0.8	3.6	7.4	17.2	5.6	0.8
【年代別】															
10　代	(63)	22.2	6.3	4.8	1.6	1.6	11.1	－	1.6	－	1.6	17.5	17.5	14.3	－
20　代	(100)	15.0	7.0	14.0	1.0	1.0	3.0	1.0	－	1.0	－	18.0	21.0	18.0	－
30　代	(106)	21.7	11.3	10.4	－	－	5.7	4.7	0.9	0.9	3.8	9.4	22.6	8.5	－
40　代	(179)	28.5	7.8	12.3	－	1.1	5.6	6.7	2.8	0.6	2.8	9.5	14.0	7.3	1.1
50　代	(169)	24.9	7.7	9.5	1.8	1.2	7.7	5.3	3.6	1.2	4.7	7.7	17.2	7.1	0.6
60　代	(156)	39.1	11.5	9.0	1.3	1.9	4.5	3.2	2.6	3.2	3.2	3.2	16.0	1.3	－
70代以上	(92)	56.5	7.6	9.8	－	－	1.1	1.1	4.3	－	4.3	1.1	9.8	2.2	2.2

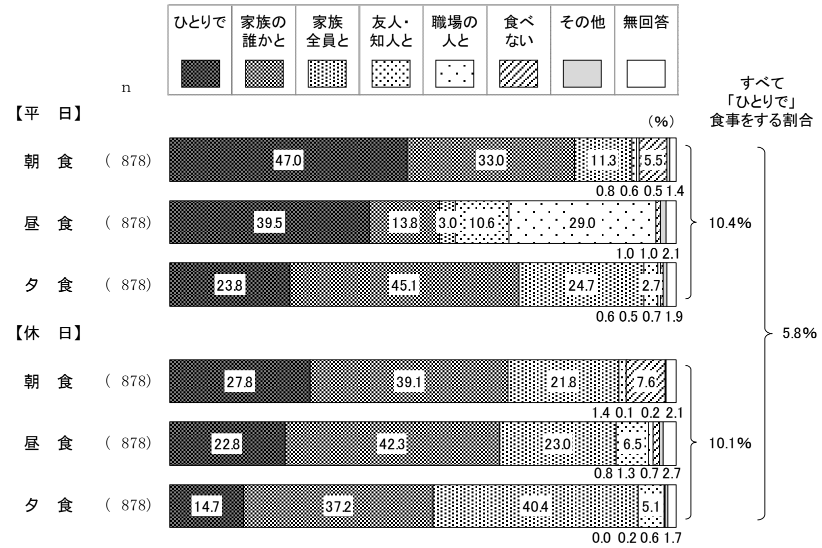
②食事をともにする人

平日の朝食は「ひとりで」が最も多く、平日の昼食は「ひとりで」に次いで「職場の人と」、平日の夕食は「家族の誰かと」が 45.1%と最も多くなっています。

平日3食をすべて「ひとりで」、休日3食をすべて「ひとりで」食べている割合はそれぞれ約 10%となっています。

性・年代別にみると、平日3食をすべて「ひとりで」、休日3食すべてを「ひとりで」食べている割合は各年代いずれも男性は女性より多い傾向となっています。また、平日と休日の3食すべてを「ひとりで」食べている割合は、全体で 5.8%となっていますが、男性 10・20 代、30 代、50 代以上の年代で 10%を超えています。

《食事をともにする人》



《3食を「ひとりで」食べている割合-性・年代別》

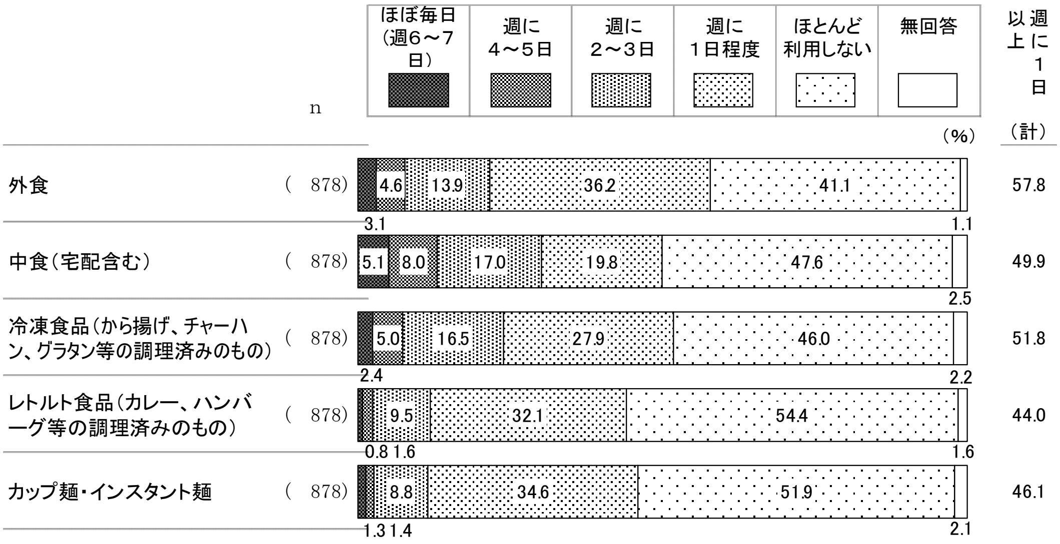
(%)

	n	平日3食すべて「ひとりで」	休日3食すべて「ひとりで」	平日3食＋休日3食すべて「ひとりで」
全　体	(878)	10.4	10.1	5.8
【性・年代別】				
男性　10・20代	(72)	16.7	22.2	11.1
男性　30代	(44)	15.9	15.9	9.1
男性　40代	(71)	8.5	4.2	2.8
男性　50代	(69)	14.5	15.9	11.6
男性　60代	(70)	12.9	14.3	10.0
男性　70代以上	(36)	16.7	16.7	13.9
女性　10・20代	(91)	8.8	17.6	5.5
女性　30代	(62)	8.1	－	－
女性　40代	(108)	7.4	4.6	3.7
女性　50代	(98)	9.2	8.2	2.0
女性　60代	(85)	1.2	－	－
女性　70代以上	(56)	14.3	7.1	7.1

③外食・中食・加工食品等の利用頻度について

いずれの項目も半数以上が少なくとも「週に1日程度」もしくはそれ以上と回答しており、「外食」、「冷凍食品（から揚げ、チャーハン、グラタン等の調理済みのもの）」、「中食（宅配含む）」の順に『週に１日以上利用している（計）』の割合が多くなっています。

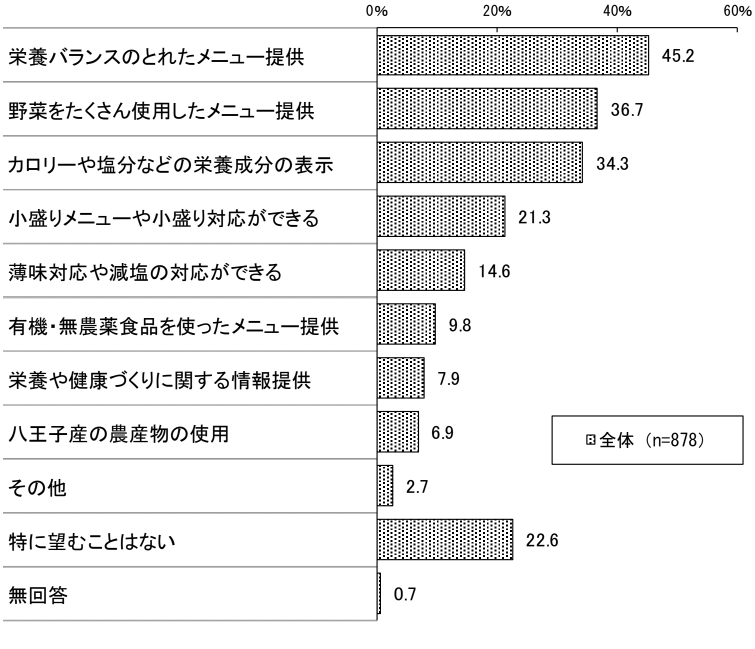
《1 週間の外食・中食・加工食品等の利用頻度》



④外食時に飲食店やレストランに望む配慮

「栄養バランスのとれたメニュー提供」、「野菜をたくさん使用したメニュー提供」、「カロリーや塩分などの栄養成分の表示」の順に多くなっています。

《外食時に飲食店やレストランに望む配慮》

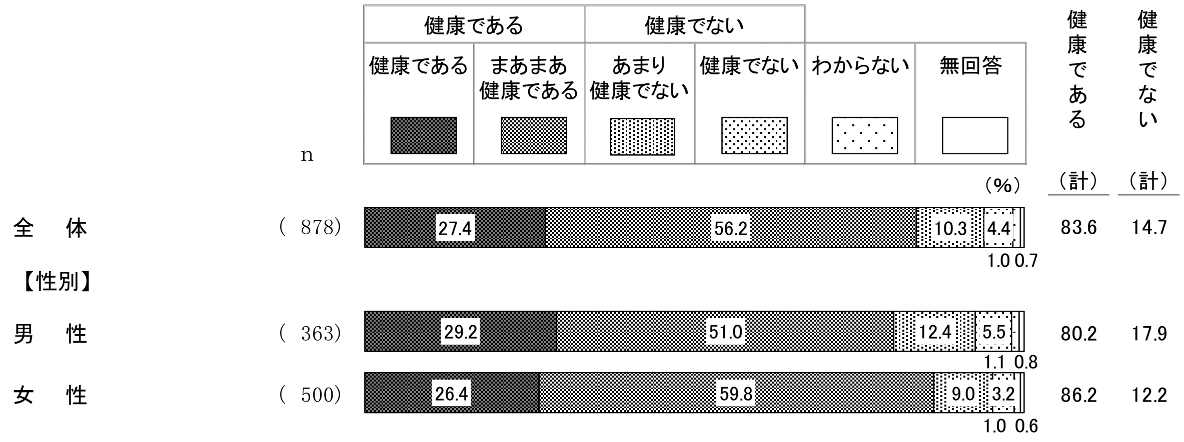


(3)健康の状況について

①自身の健康度

『健康である(計)』は 83.6%となっています。性別でみると女性が男性より『健康である(計)』が多くなっています。

《自身の健康度-性別》

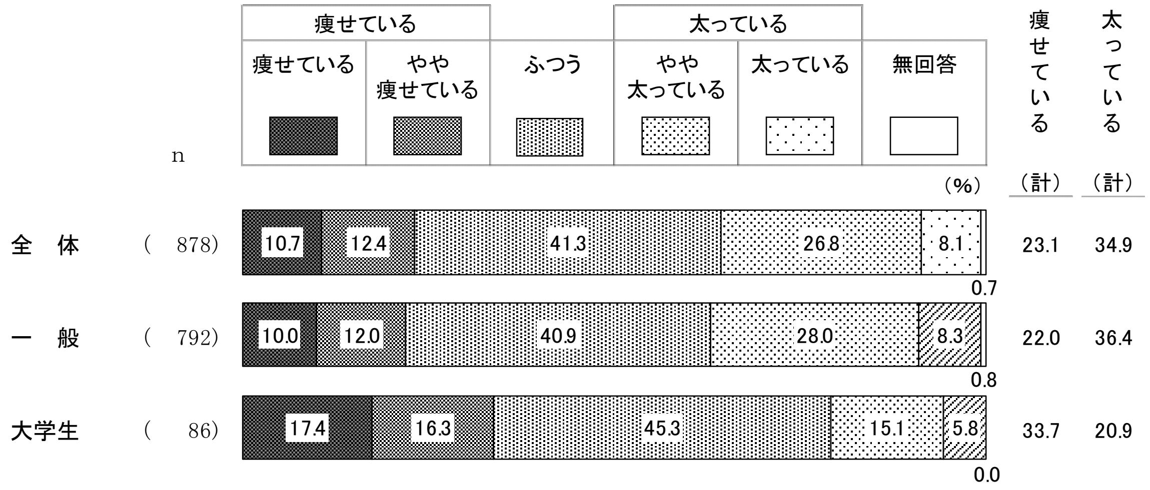


②自身の体型

全体・一般は「ふつう」が約 40%、『太っている(計)』が約 30%、『痩せている(計)』が約 20%となっています。

大学生は「ふつう」が約 45%、『太っている(計)』が約 20%、『痩せている(計)』が約 30%となっています。

《自身の体型》

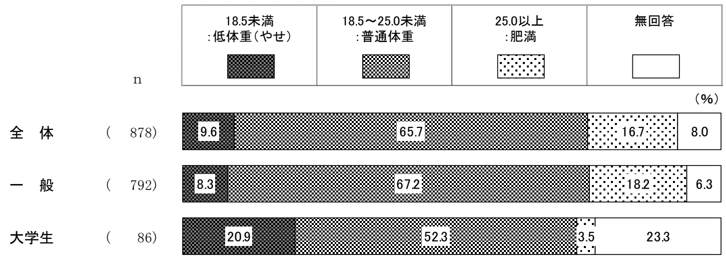


③BMI について

BMI 値については、全体で「18.5～25.0 未満：普通体重」が最も多く 65.7%となっています。一般と大学生を比較すると、「25.0 以上：肥満」は一般が大学生よりも 14.7 ポイント多く、「18.5 未満：低体重（やせ）」は大学生が一般よりも 12.6 ポイント多くなっています。

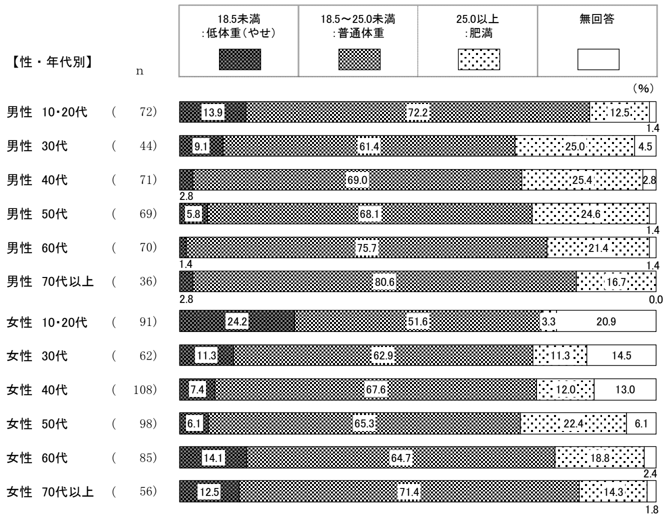
性・年代別にみると、いずれの性・年代も「18.5～25.0 未満」が最も多くなっています。また、男女ともに 10・20 代で「18.5 未満：低体重（やせ）」がほかの年代より多くなっています。「25.0 以上：肥満」は男性 30 代、40 代、50 代で約 25%、女性 50 代で 20%を超えています。

《BMI》



※BMI とは･･･「体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)」で算出される数値のことで、肥満度を評価するための指数とされています。

《BMI-性・年代別》

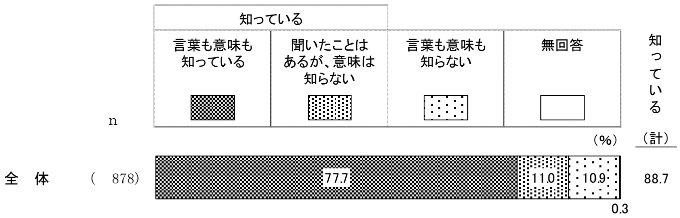


（4）食の循環について

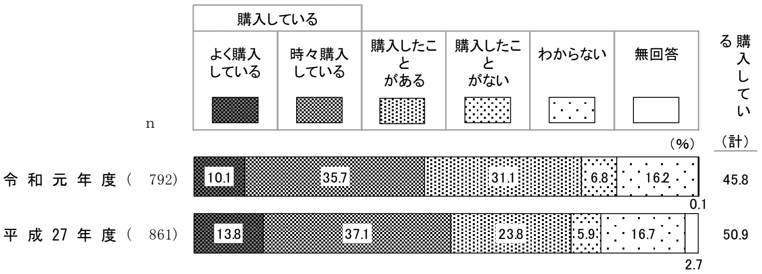
①地産地消について

『地産地消』の言葉・意味の認知度について、『知っている（計）』が 88.7%となっています。八王子産の農産物の購入状況について、『購入している（計）』は 45.8%となっていますが、前回調査と比較すると 5.1 ポイント減少しています。八王子産の農産物を購入したことがない・わからない理由として「関心がない」が最も多くなっています。

《『地産地消』の言葉・意味の認知度》

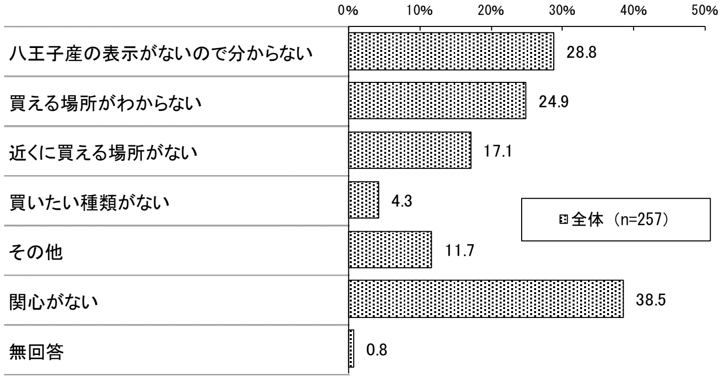


《八王子産の農産物の購入状況-過年度比較》



※令和元年度は一般のデータ（大学生を除く）

《八王子産の農産物を購入したことがない・わからない理由》

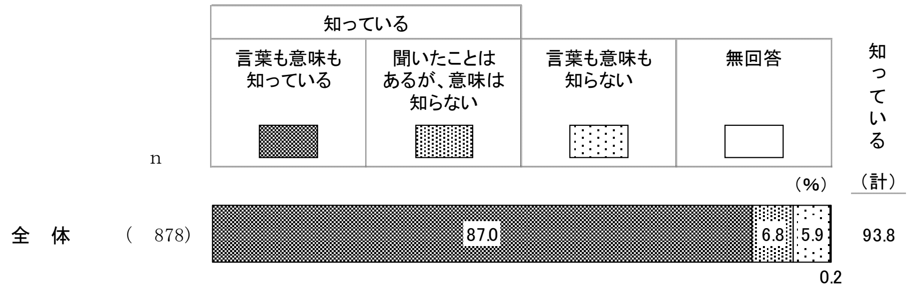


②食品ロスについて

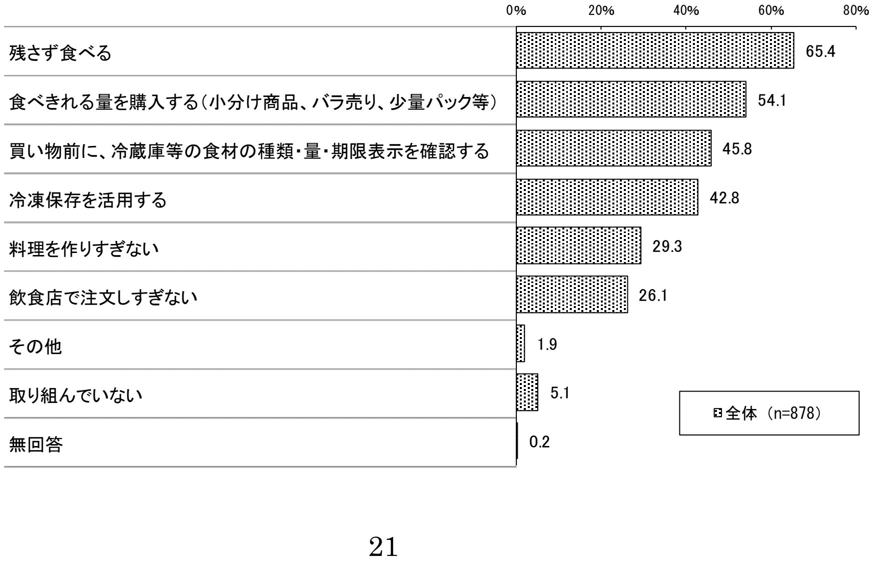
『食品ロス』言葉・意味の認知度については『知っている（計）』が 93.8%となっています。

『食品ロス』削減のために取り組んでいることについては、「残さず食べる」、「食べきれる量を購入する（小分け商品、バラ売り、少量パック等）」、「買い物前に、冷蔵庫等の食材の種類・量・期限表示を確認する」の順に多くなっています。「取り組んでいない」は 5.1%となっています。

《『食品ロス』言葉・意味の認知度》



《『食品ロス』削減のために取り組んでいること》



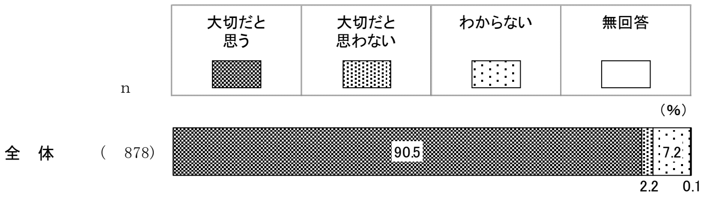
(5)食文化の継承について

食文化を次世代へ伝えていくことは大切だと思うか

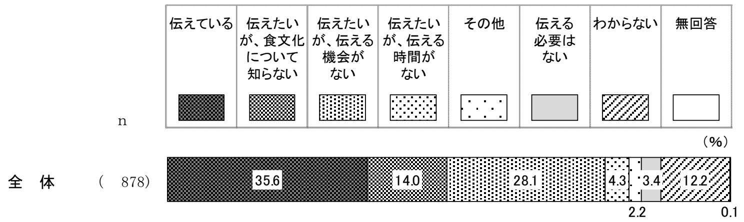
食文化を次世代に伝えていくことは大切だと思うかについては「大切だと思う」が 90.5%となっています。食文化を次世代に伝えているかについては全体で「伝えている」が 35.6%と最も多くなっています。

性別でみると、男性より女性が「伝えている」の回答が多くなっています。年代別にみると、40 代以上の年代は「伝えている」が最も多く、年代が高いほど「伝えている」の回答が多くなっています。10 代は「わからない」の回答が多く、20 代、30 代は「伝えたいが、伝える機会がない」の回答が多くなっています。

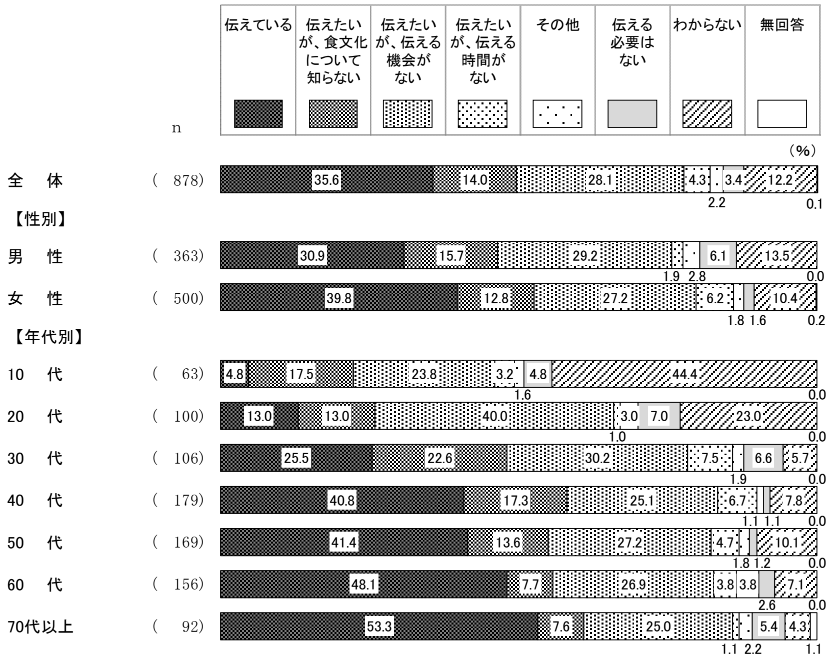
《食文化を次世代に伝えていくことは大切だと思うか》



《食文化を次世代に伝えているか》



《食文化を次世代に伝えているか-性別/年代別》



～子ども意識調査の結果～

(1)食生活について

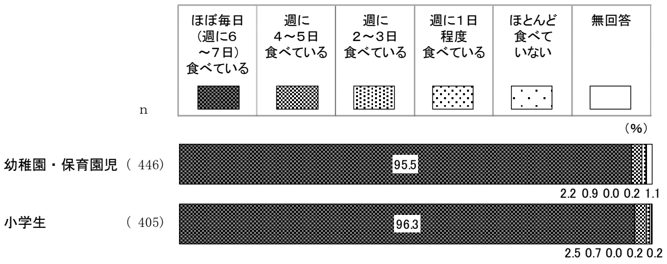
①朝食の摂取状況(幼稚園･保育園児、小学生)

幼稚園･保育園児、小学生ともに「ほぼ毎日食べている」が最も多くなっています。

朝食の組み合わせをみると、幼稚園･保育園児、小学生ともに「主食＋主菜＋副菜」が最も多くなっています。保護者の食育への関心度別にみると、幼稚園･保育園児、小学生ともに食育に関心があると回答した保護者は関心がない･わからないと回答した保護者より「主食＋主菜＋副菜」、「主食＋主菜」、「主食＋副菜」の回答が多くなっています。

子どもの朝食摂取状況を保護者の朝食の摂取状況別にみると、「週に4日以上食べている」と回答した保護者の、子どもには「週に 4 日以上食べている」という回答が多くなっている。

《子どもの朝食の摂取状況》



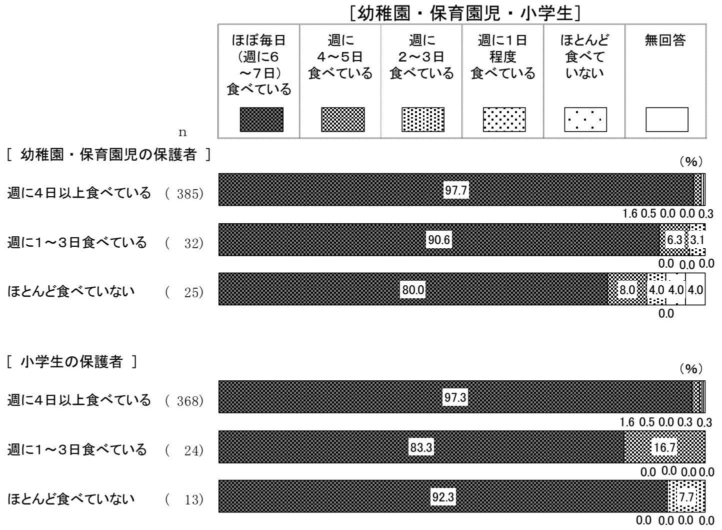
《子どもが昨日摂取した朝食の内容【組み合わせ】-保護者の食育への関心度別》

主食･･･ごはん・おにぎり・食パン・麺類・シリアルなど
主菜･･･肉・魚・卵・豆腐料理など
副菜･･･野菜・きのこ・海藻料理など

［幼稚園・保育園児・小学生］ (%)

	n	主食＋主菜＋副菜	主食＋主菜	主食＋副菜	主菜＋副菜	主食＋果物類	主食＋牛乳・乳製品	主食＋ジュース・コーヒー類	主食＋果物類＋牛乳・乳製品	主食＋果物類＋ジュース・コーヒー類	主食＋牛乳・乳製品＋ジュース・コーヒー類	主食のみ	その他の組み合わせ	食べていない	無回答
幼稚園・保育園児	(446)	26.7	18.8	12.8	0.2	2.2	13.2	1.1	7.6	0.9	0.2	6.3	9.9	－	－
小学生	(405)	33.8	14.6	17.0	－	1.5	8.4	2.5	4.9	－	0.7	6.9	9.4	0.2	－
［幼稚園・保育園児の保護者］															
関心がある	(380)	27.4	19.7	13.2	0.3	2.4	13.4	1.1	7.6	0.8	0.3	6.3	7.6	－	－
関心がない・わからない	(60)	20.0	13.3	10.0	－	1.7	11.7	1.7	8.3	1.7	－	6.7	25.0	－	－
［小学生の保護者］															
関心がある	(354)	34.2	15.5	17.2	－	1.7	8.8	2.8	5.1	－	0.8	5.6	8.2	－	－
関心がない・わからない	(46)	32.6	8.7	13.0	－	－	6.5	－	4.3	－	－	15.2	17.4	2.2	－

《子どもの朝食の摂取状況-保護者の朝食摂取状況別》

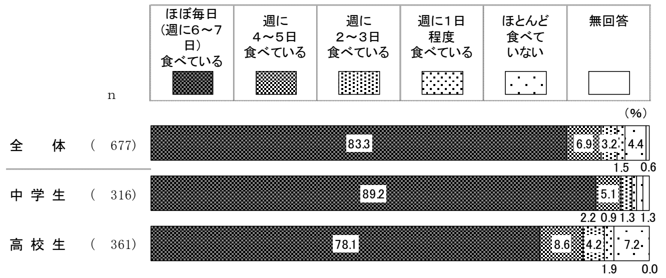


②朝食の摂取状況（中学生、高校生）

「ほぼ毎日食べている」が中学生は 89.2%、高校生は 78.1%となっており、中学生のほうが高校生より朝食を毎日食べる割合が多くなっています。

朝食の内容の組み合わせをみると、中学生は高校生より「主食＋主菜＋副菜」の回答が多くなっています。一方、高校生は中学生より「主食のみ」が多くなっています。

《朝食の摂取状況》



《昨日摂取した朝食の内容【組み合わせ】》

主食･･･ごはん・おにぎり・食パン・麺類・シリアルなど
主菜･･･肉・魚・卵・豆腐料理など
副菜･･･野菜・きのこ・海藻料理など

（%）

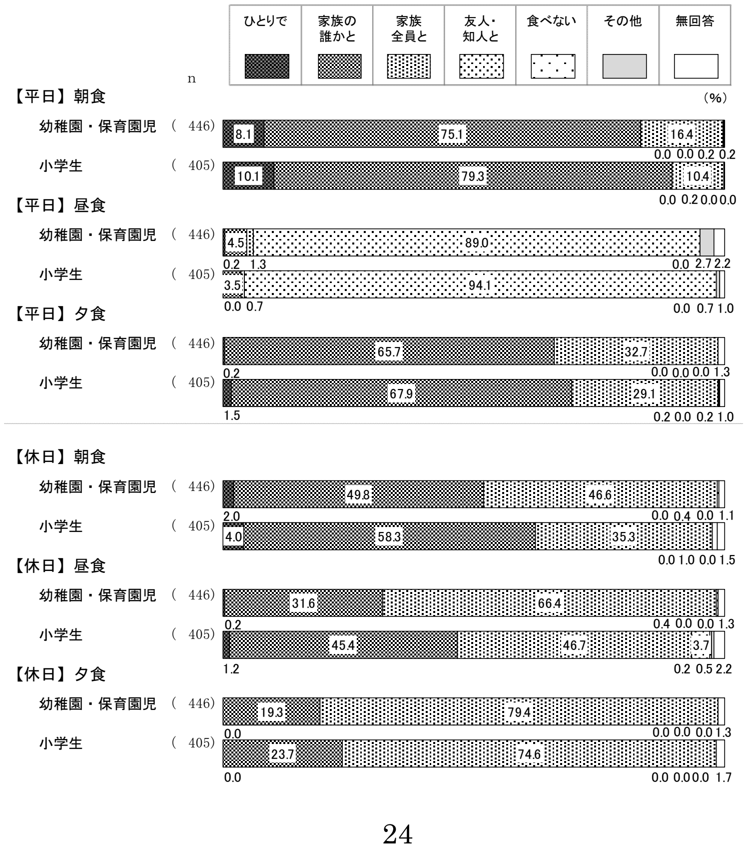
	n	主食＋主菜＋副菜	主食＋主菜	主食＋副菜	主菜＋副菜	主食＋果物類	主食＋牛乳・乳製品	主食＋ジュース・コーヒー類	主食＋果物類＋牛乳・乳製品	主食＋果物類＋ジュース・コーヒー類	主食＋牛乳・乳製品＋ジュース・コーヒー類	主食のみ	その他の組み合わせ	食べていない	無回答
全　体	(677)	18.6	10.0	16.1	−	1.8	4.7	2.4	1.6	0.1	1.6	18.6	15.5	8.6	0.3
中学生	(316)	22.2	11.4	19.3	−	2.8	6.0	2.2	2.8	0.3	2.2	13.9	13.9	2.5	0.3
高校生	(361)	15.5	8.9	13.3	−	0.8	3.6	2.5	0.6	−	1.1	22.7	16.9	13.9	0.3

③食事をともにする人（幼稚園･保育園児、小学生）

平日の朝食と夕食は幼稚園･保育園児、小学生ともに「家族の誰かと」が最も多くなっています。

休日の朝食は幼稚園･保育園児、小学生ともに「家族の誰かと」が最も多く、休日の昼食、休日の夕食は「家族全員と」が最も多くなっています。また、休日の夕食は「ひとりで」が 0.0%となっています。

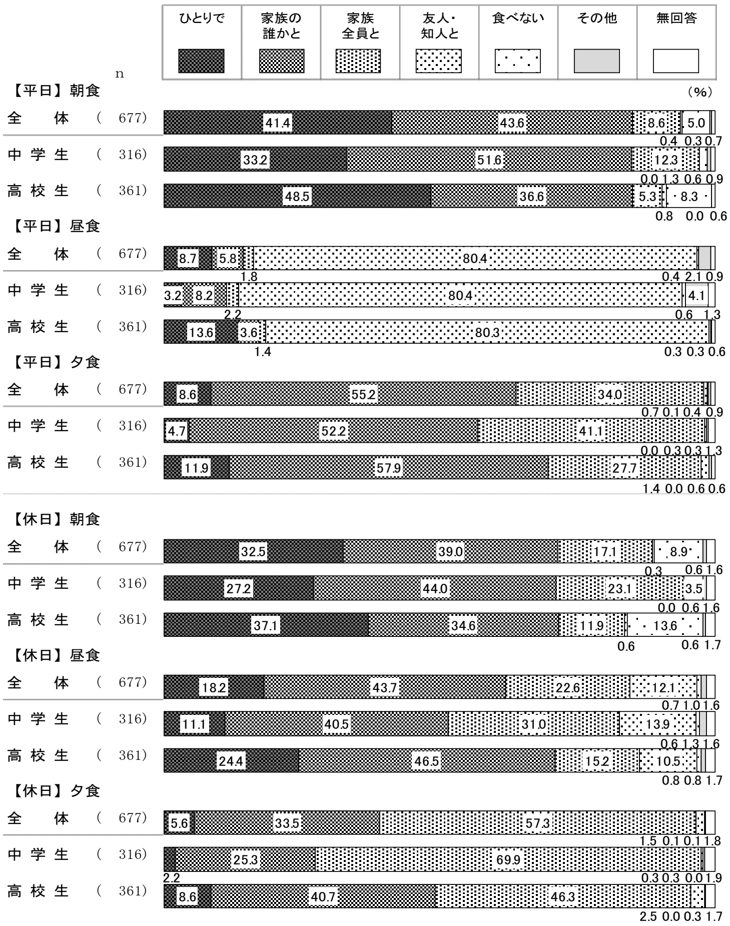
《食事をともにする人》



④食事をともにする人（中学生、高校生）

平日の朝食、休日の朝食ともに、中学生は「家族の誰かと」、高校生は「ひとりで」が最も多くなっています。平日の夕食は中学生、高校生ともに「家族の誰かと」が最も多くなっています。平日、休日ともにいずれの食事も中学生は高校生より「家族全員と」の回答が多く、高校生は中学生より「ひとりで」の回答が多くなっています。

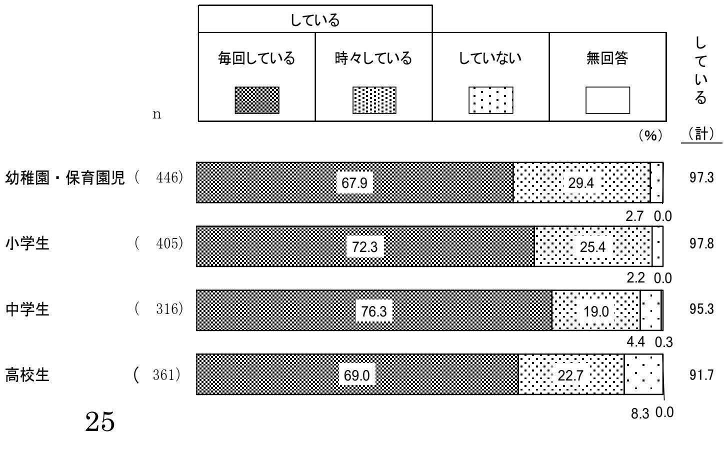
《食事をともにする人》



⑤子どもの食事時の「いただきます」「ごちそうさま」等の挨拶の実施

《子どもの食事時の「いただきます」「ごちそうさま」等の挨拶の実施》

「いただきます」「ごちそうさま」等の挨拶をしている（計）はどの年代も 90％を超えています。

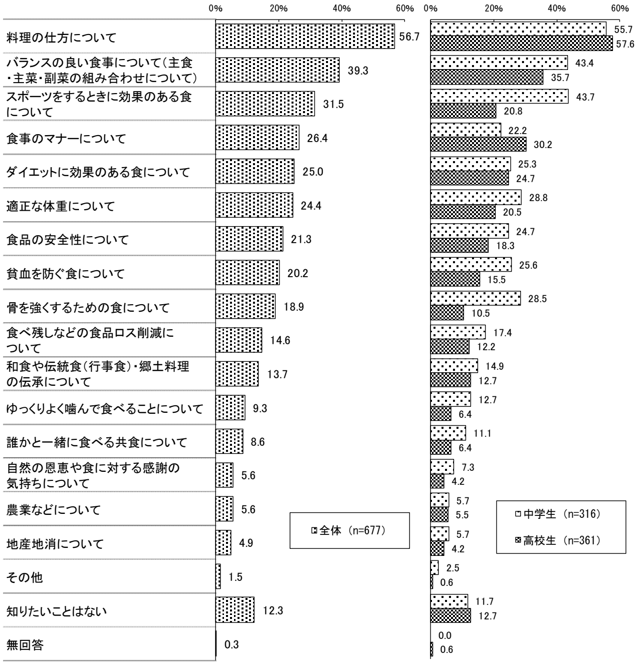


(2)食育の関心について

①「食育」や「食」に関することで知りたいこと(中学生・高校生)

中学生、高校生ともに「料理の仕方について」が最も多くなっています。次いで中学生は「スポーツをするときに効果のある食事について」、「バランスの良い食事について(主食・主菜・副菜の組み合わせについて)」となっています。次いで高校生は「バランスの良い食事について(主食・主菜・副菜の組み合わせについて)」、「食事のマナーについて」となっています。

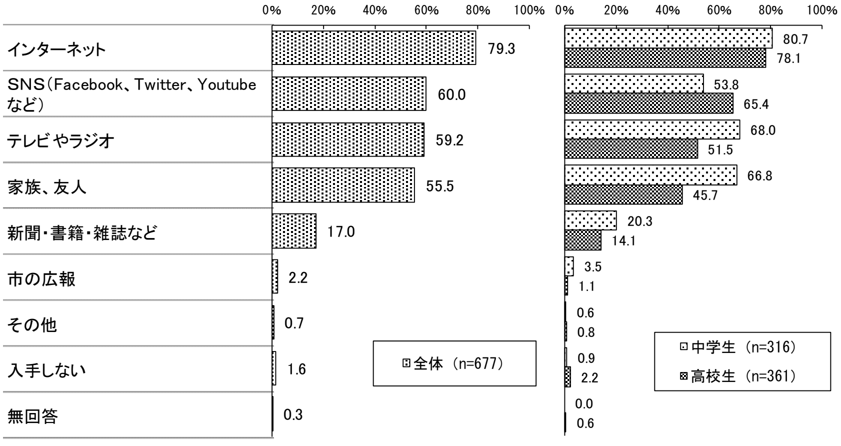
《『食育』や『食』に関することで知りたいこと》



②食に関する情報入手経路(中学生・高校生)

自身が必要な情報の入手経路は中学生、高校生ともに「インターネット」に次いで「SNS(Facebook、Twitter、YouTube など)」、「テレビやラジオ」となっています。

《自身が必要な情報の入手経路》



(3)健康の状況について

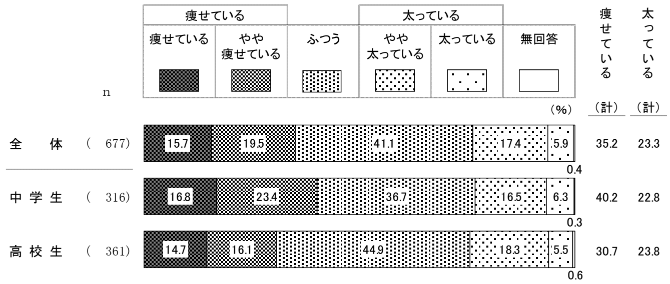
自身の体型(中学生・高校生)

「ふつう」は中学生が 36.7%、高校生が 44.9%と高校生のほうが多く、「痩せている」と「やや痩せている」をあわせた『痩せている(計)』は中学生が 40.2%、高校生が 30.7%と中学生のほうが多くなっています。

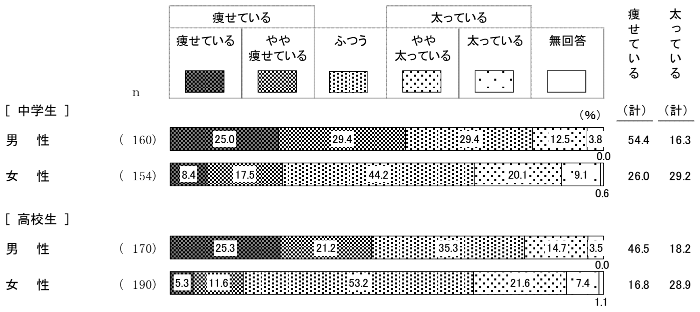
性別でみると、中学生、高校生ともに男性は女性より「痩せている」と回答する割合が多く、女性は男性より「ふつう」と回答する割合が多くなっています。

中学生、高校生それぞれローレル指数別・BMI 別にみると、「普通」または「普通体重」は「ふつう」の回答が最も多くなっていますが、『痩せている(計)』と『太っている(計)』では『太っている(計)』と回答する生徒の方が多くなっています。また、中学生、高校生ともに「やせすぎ」または「低体重(やせ)」でも自身を『太っている(計)』と回答する生徒がみられます。

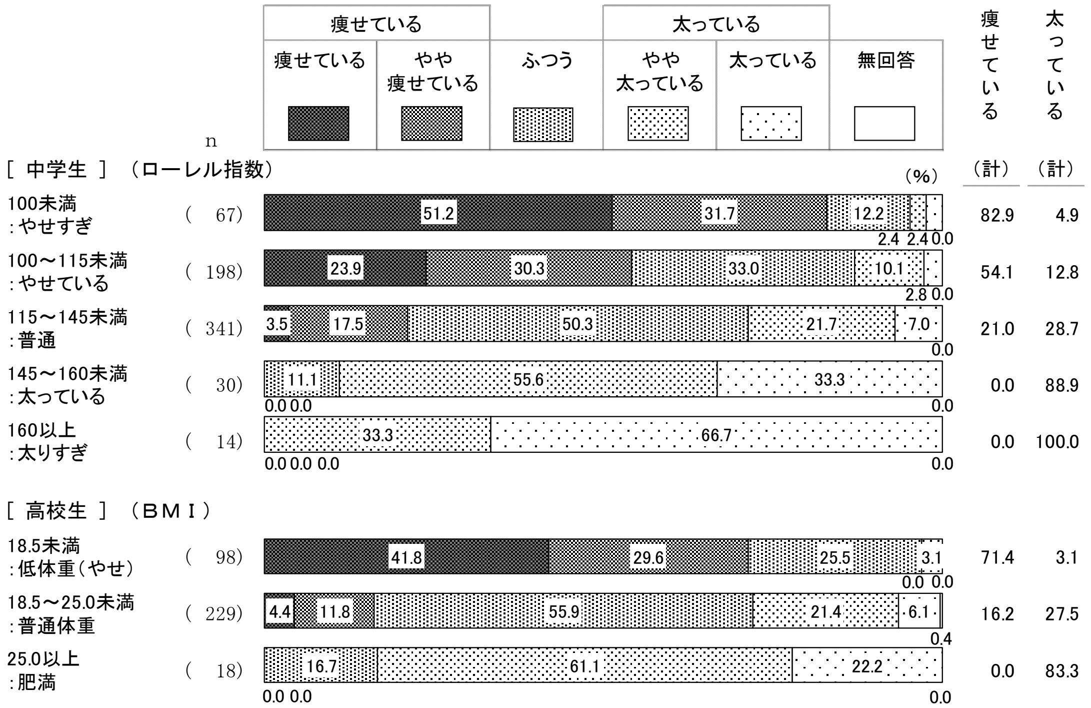
《自身の体型》



《自身の体型-性別》



《自身の体型-ローレル指数別/BMI 別》



※ローレル指数とは･･･「体重(kg)÷身長(m)3 乗×10」で算出される数値のことで、児童・生徒の肥満度を評価するための指標とされています。

※BMI については 20 ページを参照。

3 第2期八王子市食育推進計画の成果

第2期八王子市食育推進計画では、13 の施策に基づく 32 の活動、83 の取り組みを行ってきました。

食育活動の内容			取組数
全てのライフステージに応じた食育をすすめる	1-1 妊婦及び乳幼児と保護者の食育の推進	妊娠期の健康・食生活の支援	2
		乳幼児期の望ましい食生活の推進	2
		地域・家庭への食育の推進	4
		保育園・幼稚園における食育の推進	7
	1-2 児童・生徒の食育の推進 【重点1】	小学校・中学校における食育の推進	7
		地域・家庭への食育の推進	1
		歯科の観点からの食育の推進	1
		子どもを中心とした食育の推進	5
	1-3 青年の食育の推進 【重点2】	若者における食育の推進	4
	1-4 成人の食育の推進 【重点3】	生活習慣病等の疾病予防の推進	5
		地域・家庭への食育の推進	1
		望ましい食生活を実践できるための支援	1
	1-5 高齢者の食育の推進	生活習慣病等の疾病予防の推進	1
		歯科口腔保健の普及活動	1
		望ましい食生活を実践できるための支援	2
	1-6 障害者の食育の推進	障害者における食育の推進	5
食育にかかわる様々な場面をとらえた、地域の特性を活かした取り組みをすすめる	2-1 食の安全・安心の確保	食の安全に関する知識と理解の推進	2
		食の安心の確保	2
	2-2 食文化の伝承	郷土料理や食文化の伝承	4
	2-3 地元の農産物を活用した交流・体験 【重点4】	「ふれる」よろこびを味わう場の提供	1
		直売所や販売店での地産地消の推進	3
		商品の企画・販売	1
		学校における地産地消の推進	4
	2-4 食の循環の理解・促進	食の循環システムの実施	2
		自然が育む食材への感謝	1
食育にかかわる個人や団体を支援し元気づける	3-1 食に関する環境の整備	食に関する情報の提供	5
		人が集まる場での情報の提供	3
		飲食店・外食事業者へのヘルシーメニューの推進支援	1
		飲食店・外食事業者と連携した食品ロス削減	1
		給食施設の栄養管理の質の向上	1
	3-2 食育を推進する人材の育成	食育推進の担い手の育成・支援	2
	3-3 食育ネットワークの強化 【重点5】	関係団体との連携・協働	1

第2期八王子市食育推進計画の「施策の柱」ごとに成果を整理しました。

施策の柱1：全てのライフステージに応じた食育をすすめる

本項目には、6つの施策と、16 の活動、49 の取り組みがあります。

様々なライフスタイルや、ライフステージに応じて食育に関する課題は異なっているため、料理教室やイベントなど、ライフステージに応じた多様な食育の取り組みを行ってきました。特に、子どもに対して楽しみながら食育の知識が高められるような体験型のイベントを多く開催しましたが、青年期以降の取り組みが少なく、ライフステージによる取組数に偏りがありました。

施策の柱2：食育にかかわる様々な場面をとらえた、地域の特性を活かした取り組みをすすめる

本項目には、4つの施策と、9つの活動、20 の取り組みがあります。

地域の特色ある食育活動をすすめるために、農産物の栽培・収穫、調理、食品の購入、生ごみの処理等、食育にかか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ました。

また、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り組みを推進しました。

施策の柱3：食育にかかわる個人や団体を支援し元気づける

本項目には、3つの施策と、7つの活動、14 の取り組みがあります。

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を行うために、食育にかかわる個人や団体を支援するとともに連携・協働しました。

この5年間（2015～2020 年度）で食育にかかわる団体が増えて、徐々に地域全体での食育推進ができ始めました。

4 八王子市の食育推進の課題

市民意識調査(令和元年度(2019 年度)実施)、第2期八王子市食育推進計画の成果や本市の食育・健康についての現状から解決すべき課題を以下の3つの論点に整理しました。

【論点1】全ての年代の市民へ働きかける

食や健康に関する課題は年代によって異なります。全ての市民が食育とかかわれるような「土壌」をつくるために、それぞれの年代や多様なライフスタイル、経済状況や食育への関心度に合った取り組みの推進が求められます。

・妊婦及び乳幼児と保護者に関しては、保護者の食育への関心が高まるとともに、生涯にわたる健全な食生活の基礎を固める大切な時期であり、市民意識調査では、本市に対して学校等での食育の推進を重点的に取り組んで欲しいことがわかりました。様々な講座や教室を開催し食育の知識を高めるほか、乳幼児健診等を通じて広く対象者の方に対して食育の普及啓発を行うことが必要です。

・児童・生徒に関しては、家庭や学校を中心とした生活を送る中で生活習慣が定着していく時期であり、食を選択する力を身につけるための支援が必要です。

そのために学校から児童・生徒に加え、保護者の方にも情報発信を積極的に行い、家庭での食育を促進するほか、食育イベントの開催や子ども食堂、食育の情報発信等、地域での食育の促進をはかることが必要です。

・青年期に関しては、家庭や学校からの集団生活から離れて生活環境が大きく変化し、自ら食を選択する機会が増える時期である一方、食育への関心や朝食摂取率がほかの年代と比較すると低いことが市民意識調査からわかります。自立して健全な食生活を送ることができるよう、この年代にあわせた支援を行うことが必要です。

・成人に関しては、特に働き盛りの方への生活習慣病等の発症予防の取り組みが必要です。この年代は特に多様なライフスタイルであることを考慮し、それぞれの活動場所等にあわせて、飲食店や民間事業者等と連携することが重要です。

・高齢者に関しては、個人差はあるものの、身体的・精神的な機能が徐々に低下するとともに、退職等により生活環境が大きく変化する時期です。市民意識調査では、食育への関心や食生活に気をつける方の割合がほかの年代と比較すると高いことがわかりました。様々な教室や講座を開催して食育の知識を高める支援を行うほか、地域での食育の推進をはかるため、市民が主体的に活動できるよう支援することも必要です。

【論点2】食の「今」と「未来」を守る

現在と未来のための食の環境を「育て」食を「守る」ために、生活のあらゆる場面において食に接する機会や意識を向上させるような取り組みの推進が求められます。

・食の安心・安全の確保に関して、市民意識調査では、食品の安全性の確保を重点的に取り組んで欲しいことがわかりました。今後も食の安心・安全の確保を徹底するとともに、市民への情報発信や知識を高める支援が必要です。
・食文化の伝承に関して、市民意識調査では、「食文化を伝承することは大切であると思う」が、伝えていない方が多いことがわかりました。様々な場面で食文化にふれる機会をつくることと、日常の中でも箸の使い方などが食文化の伝承につながるというような理解を広める啓発が必要です。
・地元の農産物を活用した体験・交流に関しては、農業体験等を行うことで、食育への関心を持つきっかけになることから、今後も継続していくことが必要です。
・食の循環の理解・促進の削減に関して、市民意識調査では、食品ロスの削減について認知度も高く、実践をしている方も多いことがわかりました。今後もスーパーマーケットや飲食店等と連携してより一層の普及啓発が必要です。

【論点3】市内全域に「食のネットワーク」を構築する

市内における食育推進活動を広げていくために、それぞれの活動を「つなげる」、「むすぶ」取り組みの推進が求められます。

・食育への関心が高い方への支援も大切ですが、一方で関心が高くない方に対するきっかけ作りや働きかけが重要です。関心が高くない方に対して意識せず、望ましい食行動がとれるような仕組みづくりが必要です。
・市民意識調査では、特に若い世代の情報収集手段としてインターネット、SNS 等を挙げる方が多いことがわかりました。インターネットや SNS 等を用いた情報提供の充実も必要です。また、コロナ禍における食育の推進の視点や情報収集手段の多様化からもデジタル化の推進が重要です。
・市内で食育推進活動を広げるために、行政と食育関連団体(栄養士会等)や飲食店等との連携した取り組みが必要です。
・単独世帯や共働き世帯が増加していることから、地域における食育の推進が必要です。
・令和2年度(2020 年度)より給食センターが開所され、中学生への給食の提供だけではなく、食育スペースを活用した地域における食育を推進する役割が期待されます。

第3章
計画が目指す姿と
施策の方向

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。

本計画では、国・都の動向、食育推進の課題等を踏まえつつ、第2期八王子市食育推進計画で掲げた将来像を引き継ぐこととします。

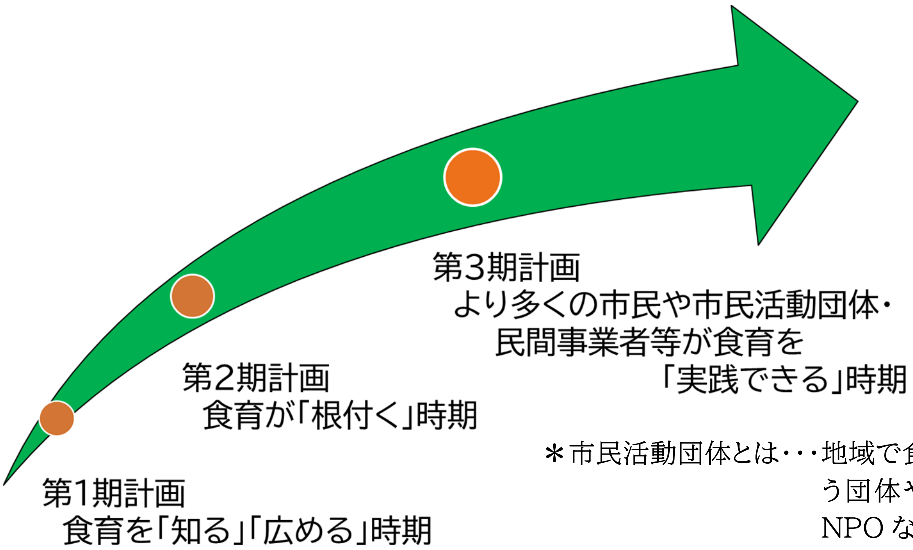
食を大切にする人々を育むまち

私たちが生涯にわたり健康で活き活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す。

八王子の恵まれた環境を活かしながら、農業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、食を大切にする人々を育むまちを将来像とします。

第3期計画の特徴

第1期八王子市食育推進計画では食育を知り、広めること、第2期八王子市食育推進計画では食育が根付くことを到達点とし、計画を推進しました。第3期八王子市食育推進計画では、より多くの市民や民間事業者等、誰もが食育を実践できることを目指します。



＊市民活動団体とは・・・地域で食育に関する普及啓発を行う団体や地域食堂・子ども食堂、NPO など

＊民間事業者等とは・・・飲食店、スーパーマーケット、弁当・惣菜屋、企業など

2 基本目標

将来像の実現に向けて、3つの視点から基本目標を整理します。

基本目標 1:望ましい食習慣を身につける

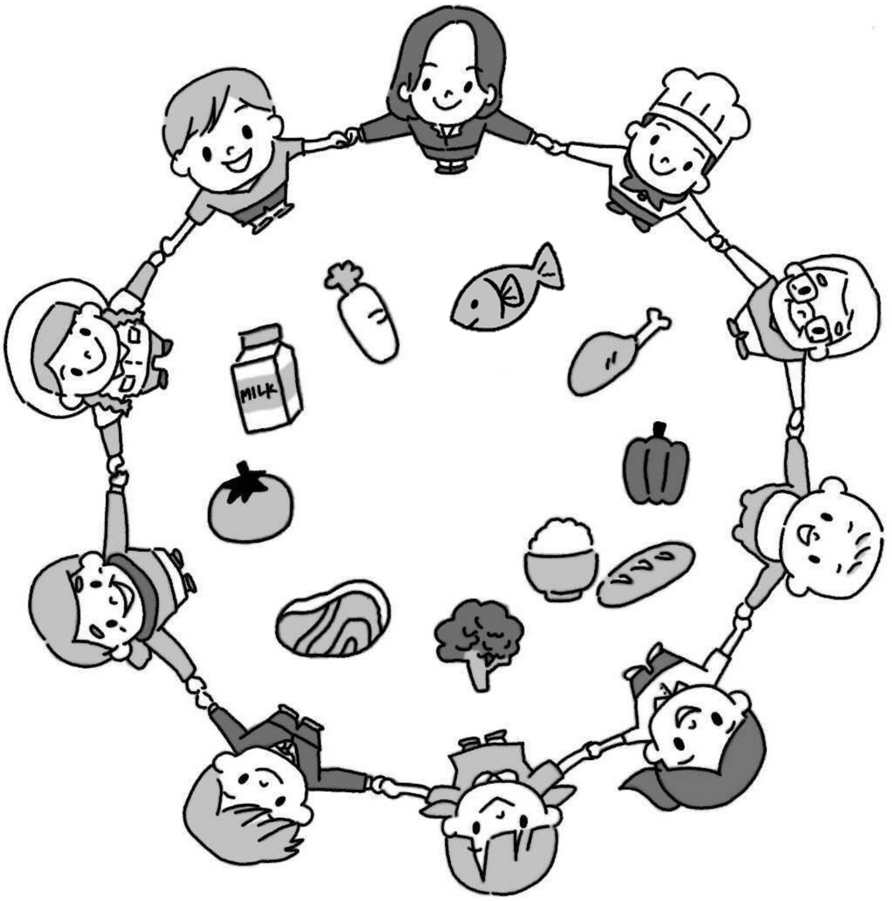
健康寿命の延伸に向け、生活リズムを整え、自身の身体や日々の活動に見合った食事量を把握して、規則正しい食習慣を身につけます。

基本目標 2:食の基本的な知識、スキルを養う

食事のバランスやマナー、食の安心・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)を利用するときも適切な食を選択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

家庭や地域で食卓を囲む時間を大切にし、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すすめ、人と自然の調和した豊かなまちづくりを目指します。



3 施策の柱

「将来像」「基本目標」の実現に向け、食育推進の課題を踏まえながら、以下の3つの「施策の柱」を設定し、行政、市民、市民活動団体、民間事業者等が協働して食育活動を展開していきます。

【論点1】全ての年代の市民へ働きかける

施策の柱1:すべてのライフステージに応じた食育の「更なる土壌づくり」

多様化するライフスタイルによって食育及び健康づくりに関する課題は年代によって異なっています。

そのために、全ての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、生涯を通じて「食」と上手につきあえるような食育の取り組みを推進します。

第2期計画ではライフステージを5区分にしましたが、よりきめ細かに、かつ効果的に食育を推進するために、「幼年期(0歳～4歳)とその保護者及び妊婦、少年期(5歳～14 歳)、青年期(15 歳～24 歳)、壮年期(25 歳～44 歳)、中年期(45 歳～64 歳)、高年期(65 歳以上)」の6つのライフステージとします。

幼年期、少年期は生活習慣及び食生活の基礎をつくる大切な時期です。引き続き「保育園・幼稚園における食育の推進」、「小学校・中学校における食育の推進」について重点的に取り組みます。

自立の時期にあたる青年期は、活動範囲が広がり、一人暮らしを始めるなどライフスタイルの変化がある時期です。自分で食を選択する機会が増える中で、食育への関心が薄くなる、食生活が乱れるなどの課題が挙がっています。また、本市は学園都市でもあり、多くの学生が生活していることから、重点的な取り組みとして「大学等における食育の推進」を設定します。

壮年期の多くの方は、働きざかりの年代で、結婚や子育てなどライフイベントもあり、生活リズムに変化が生じます。多忙な生活の中でも食を大切にできるよう、「多様なライフスタイルにあわせた支援」を重点に行い、自然に健康になれる仕組みをつくります。

特に、青年期などの若い世代や食育への関心が高くない人に向けて、個人に対する支援だけではなく、学校や大学、職場など、その人を取り巻く食に関する環境整備を重点的に取り組みます。

中年期は、自身の健康への関心も高まってくる時期であり、引き続き、生活習慣病の発症予防、重症化予防を重点に取り組みます。

高年期においては、食を通していつまでも活き活きと心身ともに健康で過ごせるよう、「望ましい食生活を実践できるための支援」を重点的な取り組みとします。

【論点2】食の「今」と「未来」を守る

施策の柱2：食を「育てる」「まもる」

食育は、食べることだけではなく、生産から消費までの食の循環への理解を高めることが必要です。食への感謝の気持ちを育て、地域の特色ある食文化を次世代に伝え、まもっていくためには、農産物の栽培・収穫、調理、食品の購入、生ごみの処理等、食育にかかわる様々な場面での体験が重要です。

特に、本市は人口 50 万人以上の都市の中でごみ排出量が少ない現状があり、これにあわせて食品ロスの削減についても、飲食店と協力して完食応援店事業を実施するなど、力を入れて取り組んでいます。このことから、「食品ロスの削減」を重点的な取り組みとして設定します。

また、国で掲げている「持続可能な食育の推進」において、「食品ロス削減」がキーワードとして挙がっています。

【論点3】市内全域に「食のネットワーク」を構築する

施策の柱3：オール八王子で食育を「つなげる」「むすぶ」

全ての市民が食育に関心を持ち、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、基盤の構築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、食育にかかわる個人や市民活動団体を支援します。さらに、情報発信、人材育成、食育の拠点づくり、活動のネットワーク強化をはかり、生産者、消費者、行政、民間事業者等、食育にかかわる主体の協働・連携によって個々の取り組みをつなぎ、市民が意識せずに自然に健康になれるような食育を本市全体で推進します。

特に、市内における食育推進活動を広げていくために、担い手となる個人、市民活動団体の育成や支援を重点的に行い、食育を推進する体制を整えます。また、関係者間で密に情報交換・共有を行い、地域全体で食育にかかわる様々な場面を支援していきます

第4章
食育の取組

各ページの「食育活動の主な指標」については、市民意識調査や第2期計画の実績と評価等からみる課題に対し、それぞれの取組における達成度や効果を測ることのできる主な指標を掲載しています。

令和元年度（2019 年度）の値を現状値とし、計画最終年度（令和7年度（2025 年度））までに達成を目指す目標について、数値及び「拡充」、「現状維持」を矢印で示しています。

「拡充」… ↗　　「現状維持」… ➡

1 計画の体系

将来像	基本目標	施策の柱
食を大切にする人々を育むまち	1 望ましい食習慣を身につける	すべてのライフステージに応じた食育の「更なる土壌づくり」
	2 食の基本的な知識、スキルを養う	食を「育てる」「まもる」
	3 食を通じて、家族、地域、自然とつながる	オール八王子で食育を「つなげる」「むすぶ」

食育活動の内容

施策	取組
1-1　幼年期（0 歳～4 歳）とその保護者及び妊婦	●妊娠期の健康・食生活支援 ●乳幼児期の望ましい食生活の推進 ●保育園・幼稚園における食育の推進 重点 ●地域・家庭への食育の推進
1-2　少年期（5 歳～14 歳）	●小学校・中学校における食育の推進 重点 ●子どもを中心とした食育の推進 ●歯科の観点からの食育の推進 ●地域・家庭への食育の推進
1-3　青年期（15 歳～24 歳）	●大学等における食育の推進 重点 ●若い世代における食育の推進
1-4　壮年期（25 歳～44 歳）	●生活習慣病等の疾病予防の推進 ●多様なライフスタイルに合わせた支援 重点 ●望ましい食生活を実践できるための支援 ●次世代の食育の担い手となるための支援
1-5　中年期（45 歳～64 歳）	●生活習慣病等の疾病予防の推進 重点 ●多様なライフスタイルに合わせた支援 ●望ましい食生活を実践できるための支援
1-6　高年期（65 歳以上）	●生活習慣病等の疾病予防の推進 ●望ましい食生活を実践できるための支援 重点
1-7　障害者の食育の推進	●障害者における食育の推進
2-1　食品の安全・安心の確保	●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	●郷土料理・家庭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	●「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 ●学校等における地産地消の推進
2-4　食の循環の理解・促進	●食品ロスの削減 重点 ●食の循環システムの実施 ●食による支援の実施
3-1　食に関する普及・啓発	●食に関する情報の提供 ●人が集まる場での情報の提供
3-2　食に関する環境整備	●食育推進の担い手の育成・支援 重点 ●関係団体との連携・協働 ●食環境整備の推進 ●給食施設の栄養管理の質の向上

2 食育活動の内容

市民と行政との協働により食育を推進し、「将来像」と「基本目標」を実現するため、以下の活動に取り組んでいきます。「具体的な活動」については、現在、地域(市民活動団体や民間事業者等)が行っている活動例と、行政が行っている活動について、主な内容を記載しています。

また、将来像の実現に向けて重点的に取り組む項目、ライフステージに応じて取り組むべき重点項目について、「重点的な取り組み」として設定しています。

◆施策の柱1:すべてのライフステージに応じた食育の「更なる土壌づくり」

(1-1)幼年期(0歳～4歳)とその保護者及び妊婦

1-1 幼年期(0歳~4歳)とその保護者及び妊婦 ＞ 1-2 少年期(5歳~14歳) ＞ 1-3 青年期(15歳~24歳) ＞ 1-4 壮年期(25歳~44歳) ＞ 1-5 中年期(45歳~64歳) ＞ 1-6 高年期(65歳以上)

乳幼児期は、生活リズムを形成する上で重要な時期であり、食べることの基礎をつくる大切な時期でもあります。また、妊娠期は自分自身の食生活を振り返るきっかけや生活習慣を見直す良い機会といえます。子どもは親の生活習慣に影響を受けやすいため、親子が一緒になった生活習慣づくりの意識向上が必要です。さらに、日々の食事を通して、親子のコミュニケーションをはかることで、食育への関心や感謝の心を育みます。子どもの健やかな成長のため、保育所等から子どもを通して親子を支援する食育の取り組みも推進します。

取組	具体的な活動	活動主体
妊娠期の健康・食生活支援	健康や食生活に関する講座、教室等の実施	保健福祉センター(大横・東浅川・南大沢)
乳幼児期の望ましい食生活の推進	望ましい食生活を確立するための講座、教室、相談等の実施	保健福祉センター(大横・東浅川・南大沢)
	乳幼児健診(健康状態や発育・発達状態を確認)時個別栄養相談、資料配布等の実施	保健福祉センター(大横・東浅川・南大沢)
保育園・幼稚園における食育の推進 重点	食事を通じたコミュニケーションの推進	保育幼稚園課
	望ましい食習慣の推進に向けた栄養教育の実施	保育幼稚園課
	食事のマナー等を身につけるための取り組み	保育幼稚園課
	体験を通して料理の楽しさ等を身につけるための取り組み	保育幼稚園課
	食文化、体験学習の推進	保育幼稚園課
	保幼小連携による食育の充実	保健給食課 保育幼稚園課

取組	具体的な活動	活動主体
地域・家庭への食育の推進	地域の子育て家庭への食育講習会や出前講座の実施	保育幼稚園課 保健福祉センター （大横・東浅川・南大沢）
	子どもの歯・口の機能発達と生活習慣病予防の支援	保健福祉センター （大横・東浅川・南大沢）

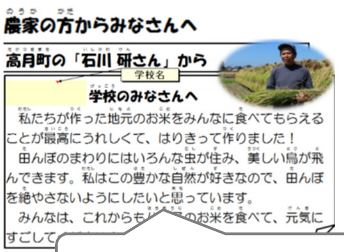
●食育活動の主な指標●

取組	指標	現状（R1）	目標（R7）
妊娠期の健康・食生活支援	妊娠期の望ましい食習慣に対する理解度（プレパパママ栄養教室）	–	↗
乳幼児期の望ましい食生活の推進	３歳児健診アンケートでの朝食摂取率	96.1%	↗
保育園・幼稚園における食育の推進	公立保育園（公設公営）での栄養教育の実施回数	年1回以上	↗
地域・家庭への食育の推進	出前講座実施回数	6回	→

コラム

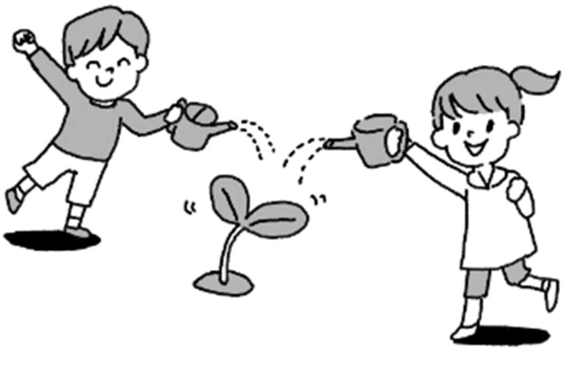
【八王子産米を食べる日】

毎日の食を大切にする心を育み、基本となる食生活習慣と食に関する正しい知識を身につけられるように、市内の米どころである高月町などで収穫された八王子産の新米を、子どもたちが給食で一斉に食べる日を設定しています。



当日クラス配付する食育メモ

保育園、幼稚園、小学校、中学校、都立学校の給食で、八王子産の新米を炊いた「八王子産の白いごはん」を食べます。



(1-2)少年期(5歳～14 歳)

1-1 幼年期 (0 歳~4 歳) とその保護者及び妊婦 ＞ **1-2 少年期 (5 歳~14 歳)** ＞ 1-3 青年期 (15 歳~24 歳) ＞ 1-4 壮年期 (25 歳~44 歳) ＞ 1-5 中年期 (45 歳~64 歳) ＞ 1-6 高年期 (65 歳以上)

児童・生徒の食育は、生涯を通じて自立した食生活を送る上で特に重要といえます。

子どもたちの生活の状況や、関心を踏まえ、食に関する知識やマナーの習得に取り組むとともに、体験を通じて食育への関心や食を選択する力を高め、子どもだけでなく保護者も含めてバランスのとれた食生活の習慣化につなげる取り組みを重点的に推進します。

取組	具体的な活動	活動主体
小学校・中学校における食育の推進 重点	食育リーダー研修の実施	指導課
	食に関する指導体制の整備	指導課 保健給食課
	「食育の日」における望ましい食生活を送るための啓発・指導	指導課 保健給食課
	食事のマナー等を身につけるための取り組み	保健給食課
	地場産物の活用や給食センターの整備などによる学校給食の充実	保健給食課
	「食に関する中学校出前授業」の実施	保健給食課
子どもを中心とした食育の推進	保護者を対象とした食育に関するイベントを実施	健康政策課
	児童・生徒考案「給食バランス献立」の実施	保健給食課
	児童館との食育連携事業の実施	保健給食課 児童青少年課
歯科の観点からの食育の推進	歯科保健活動の実施	保健給食課
地域・家庭への食育の推進	親子料理教室の実施	保健給食課
	学校から家庭へ食育情報の発信	保健給食課
	子ども食堂の推進	子どものしあわせ課 市民活動団体
	学童保育所での昼食の提供	保健給食課 児童青少年課

コラム

【子ども食堂をご存じですか？】

地域の子どもを支える市民活動のひとつ、「子ども食堂」。

あたたかい雰囲気と会話の中で、無料または手ごろな値段で子どもが食事をすることができます。

料理を作るボランティアの方々は、おいしそうに食べる子どもたちの姿を楽しみに、栄養満点な温かいごはんを作って待っています。

コロナ禍で食堂開催が難しいときも、食品やお弁当の提供などをとおして、地域の皆さんとのつながりを継続しました。

市内には 20 か所の子ども食堂があります。
(令和 2 年(2020 年)11 月現在)

●食育活動の主な指標●

取組	指標	現状(R1)	目標(R7)
小学校・中学校における食育の推進	食育の日の普及啓発頻度	月1回	→
子どもを中心とした食育の推進	生徒考案「給食バランス献立」の実施回数	11 回	→
歯科の観点からの食育の推進	かみかみ献立の実施校数	全校	→
地域・家庭への食育の推進	家庭への情報発信頻度	月1回程度	↗

コラム

【令和2年度(2020 年度)より、給食センター「はちっこキッチン」の給食提供がスタート】

給食センターで何が変わるの？

全中学校に、成長に必要な栄養バランスに配慮した、あたたかい給食を提供できる環境が整います。

給食センター内に食育スペースが登場！

食育をすすめていくための重要な拠点として、給食センター内に調理設備のある食育スペースを設けました。食育スペースは、食や健康にかかわる団体だけではなく、個人も利用が可能で、食育を学ぶきっかけをつくる場として活用される予定です。また、試食や見学ができるため、保護者や地域の方などの食育にもつながります。

八王子市学校給食センターのロゴ。上の丸はオレンジ色で太陽／外側ラインは緑で自然の恵み／真ん中ラインは水色で水／内側ラインは茶色で大地を表しています。

コラム

【もう聴いた？八王子オリジナル食育ソング「いただきます」】

次代を担う「はちおうじっ子」が食べることの大切さと感謝の気持ちを持ちながら成長できるように、「八王子の大地の恵み」や「食にかかわる人の思い」「一緒に食べるしあわせ」「食への感謝」をつめ込んだ食育ソングを制作しました。「食べることの尊さ」を歌詞に込めたこの楽曲の願いが子どもたちに伝わるよう、小中学校の給食時間等で活用しています。

二次元コードからも視聴できます。

八王子市観光 PR 特使を務める「フラチナリズム」が提供♪

(1-3)青年期(15 歳～24 歳)

1-1 幼年期（0 歳~4 歳）とその保護者及び妊婦 ＞ 1-2 少年期（5 歳~14 歳） ＞ **1-3 青年期（15 歳~24 歳）** ＞ 1-4 壮年期（25 歳~44 歳） ＞ 1-5 中年期（45 歳~64 歳） ＞ 1-6 高年期（65 歳以上）

青年期は、一人暮らしを行うようになるなど、ライフスタイルに変化が生じ、生活リズムが崩れやすい時期です。この時期に朝食の欠食、食習慣の乱れ等が生じないよう、食の大切さや適切な食を選択する力を身につけるための支援や自立して健全な食生活を送ることができるような取り組みを重点的に推進します。

取組	具体的な活動	活動主体
大学等における食育の推進 重点	学生から子どもたちへの食育の指導等	保健給食課
	学生に対する食育事業の周知・啓発	学園都市文化課 健康政策課
	学生による同世代への食生活等に関する食育の推進	健康政策課
	学生を対象にホームページ、SNS 等を用いて食育に関する情報を提供	健康政策課
若い世代における食育の推進	若い世代(15～24 歳)を対象に SNS 等を用いて食育に関する情報を提供	健康政策課

●食育活動の主な指標●

取組	指標	現状(R1)	目標(R7)
大学等における食育の推進	大学等と市との食育に関する連携事業総数	4 件	↗
若い世代における食育の推進	ホームページ閲覧数	—	↗

コラム

【学生に向けた情報発信「あなたは今日、野菜を食べましたか？」】

1 日の野菜摂取量の目標は成人で 350g以上です。

特に若い世代の野菜摂取不足や食育への関心が薄いなどの課題がある中、若い世代へのアプローチや情報発信方法についてより効果的な手法を見いだすために市内大学生と連携をとり、野菜摂取を促すポスターを作成しました。大学コンソーシアム八王子加盟校に配付するとともに SNS を用いて野菜摂取について呼びかけています。引き続き、当事者同士が連携しながら情報発信に取り組みます。

(1-4)壮年期(25 歳～44 歳)

1-1 幼年期（0 歳～4 歳）とその保護者及び妊婦 ＞ 1-2 少年期（5 歳～14 歳） ＞ 1-3 青年期（15 歳～24 歳） ＞ **1-4 壮年期（25 歳～44 歳）** ＞ 1-5 中年期（45 歳～64 歳） ＞ 1-6 高年期（65歳以上）

働き盛りの世代の壮年期では、多忙で生活リズムが乱れがちになり、生活習慣病の原因になることもあるため、朝食の欠食、食習慣の乱れを見直すためのきっかけづくりや自身の健康について意識するような働きかけなど、生活習慣の改善に向けた取り組みを重点的に推進します。

また、子育て家庭に対しては、親の意識や行動が子どもへの食育とかかわりがあることから、料理教室の開催や親子での農業体験など、共通体験を通じた食育の取り組みを特に重視します。

取組	具体的な活動	活動主体
生活習慣病等の疾病予防の推進	健康相談、健康教室、血管年齢測定会等の実施	保健福祉センター（大横・東浅川・南大沢）
	一般健康診査、一般保健指導の実施	成人健診課
	生活習慣病予防のための情報提供	成人健診課
多様なライフスタイルにあわせた支援 重点	職場等における食育の推進	健康政策課 民間事業者
	外食産業等への健康に配慮した取り組みの働きかけ	健康政策課 市民活動団体 民間事業者
望ましい食生活を実践できるための支援	各種栄養教室の実施	保健福祉センター（大横・東浅川・南大沢）
	望ましい食生活を実践するためのイベント等の実施	健康政策課
	栄養バランスのとれた食事の組み合わせ等に関する情報発信	健康政策課
次世代の食育の担い手となるための支援	親子での食育推進（親子クッキング等）の支援	保育幼稚園課

●食育活動の主な指標●

取組	指標	現状（R1）	目標（R7）
生活習慣病等の疾病予防の推進	健康相談、健康教育、各種測定会における食生活の重要性の理解度	―	
多様なライフスタイルにあわせた支援	はちおうじ健康応援店登録店舗数	82 店舗	
望ましい食生活を実践できるための支援	イベントに参加して食の大切さについて知ることができたと回答した割合	97%	
次世代の食育の担い手となるための支援	親子クッキングの参加満足度	―	

(1-5)中年期(45 歳～64 歳)

1-1 幼年期（0 歳~4 歳）とその保護者及び妊婦 ＞ 1-2 少年期（5 歳~14 歳） ＞ 1-3 青年期（15 歳~24 歳） ＞ 1-4 壮年期（25 歳~44 歳） ＞ **1-5 中年期（45 歳~64 歳）** ＞ 1-6 高年期（65 歳以上）

中年期は、これまでの生活習慣が体調に現れるなど、身体的、精神的に変化を迎える時期です。

健康づくりや生活習慣病予防のために、食習慣や生活習慣、運動習慣等を見直すとともに、定期的に健康診断を受けるなど、自ら健康管理を行うなどの取り組みを推進します。

取組	具体的な活動	活動主体
生活習慣病等の疾病予防の推進 重点	健康相談、健康教室、血管年齢測定会等の実施	保健福祉センター（大横・東浅川・南大沢）
	特定健康診査、特定保健指導の実施	成人健診課
	一般健康診査、一般保健指導の実施	成人健診課
	生活習慣病予防のためのパンフレット等による情報提供	成人健診課
多様なライフスタイルにあわせた支援	社員食堂等を介した職場における食育の推進	健康政策課 民間事業者
	外食産業等への健康に配慮した取り組みの働きかけ	健康政策課 市民活動団体 民間事業者
望ましい食生活を実践できるための支援	各種栄養教室の実施	保健福祉センター（大横・東浅川・南大沢）

●食育活動の主な指標●

取組	指標	現状(R1)	目標(R7)
生活習慣病等の疾病予防の推進	・特定健康診査の受診率 ・特定保健指導の実施率	受診率 44.7% 実施率 18.5%	↗
多様なライフスタイルにあわせた支援	はちおうじ健康応援店登録店舗数	82 店舗	↗
望ましい食生活を実践できるための支援	中年期の望ましい食習慣に対する理解度	—	→

(1-6)高年期(65 歳以上)

1-1 幼年期(0 歳~4 歳)とその保護者及び妊婦 ＞ 1-2 少年期(5 歳~14 歳) ＞ 1-3 青年期(15 歳~24 歳) ＞ 1-4 壮年期(25 歳~44 歳) ＞ 1-5 中年期(45 歳~64 歳) ＞ **1-6 高年期(65 歳以上)**

高年期は、低栄養や誤えんの予防など、健康で規則正しい食生活の維持に注意を要する時期です。高齢者の体力や生活の状況に対応し、それぞれの高齢者が豊かな食環境により健康で自立した生活を送るための取り組みを推進します。

また、食を豊かにするために、食によるコミュニケーションの促進を目的とした地域での共食等の取り組みを通して、健康寿命の延伸と食への意識向上をはかります。

取組	具体的な活動	活動主体
生活習慣病等の疾病予防の推進	健康相談、健康教室、血管年齢測定会等の実施	保健福祉センター(大横・東浅川・南大沢)
	フレイル予防教室の実施	保健福祉センター(大横・東浅川・南大沢)
	後期高齢者口腔検診	高齢者いきいき課
望ましい食生活を実践できるための支援 重点	生活環境(食環境を含む)の改善に向けたリハビリテーション専門職による自立支援	高齢者いきいき課
	訪問型短期集中予防サービス「食楽訪問」の実施	高齢者いきいき課

●食育活動の主な指標●

取組	指標	現状(R1)	目標(R7)
生活習慣病等の疾病予防の推進	高年期の望ましい食習慣に対する理解度	—	➡
望ましい食生活を実践できるための支援	訪問支援の利用件数	20 件	40 件

コラム

【楽しく食べて健康に!「食楽訪問」】

要支援認定または事業対象者の認定をお持ちの方に、①食欲が落ちてきている、②飲み込むとむせる、③口臭が気になる、などの「食べること」に関する困りごとや、偏った食事をしているなどの「栄養」に関する心配ごとに対して、言語聴覚士・管理栄養士・歯科衛生士の専門職がご自宅を訪問し、助言を行います。

(1-7)障害者の食育の推進

障害がある方に対して、調理実習や農業体験など多様な機会を通じた食育の取り組みを推進します。

取組	具体的な活動	活動主体
障害者における食育の推進	多様な機会を通じた歯と口の健康や食生活への関心を高める取り組み	保健対策課 障害者福祉課 健康政策課
	施設等に対する食育研修の実施	障害者福祉課

●食育活動の主な指標●

取組	指標	現状(R1)	目標(R7)
障害者における食育の推進	食育に関する講座の実施回数	年２回	➡

◆施策の柱2：食を「育てる」「まもる」

(2-1)食品の安全・安心の確保

食の安全・安心を確保するには、食品表示や食品衛生に関する知識を普及する必要があります。食に関する講習会の開催や事業者・生産者と消費者双方による情報交換を推進するほか、災害や感染症の拡大等有事の際の対策、「新しい生活様式」における食の大切さや知識を習得することで、食を通じて安心して暮らせる食環境づくりの取り組みを推進します。

取組	具体的な活動	活動主体
食の安全に関する知識と理解の推進	出前講座やホームページの掲載等による市民に対する普及啓発の実施	生活衛生課
	食品事業者の自主管理の推進のための講習会の実施	生活衛生課
	学校の教科・領域における安全に関する学習の実施	指導課
食の安心の確保	災害用食糧備蓄の推進	防災課 健康政策課 はちおうじ健康づくり推進協議会
	感染症の拡大や災害等有事の際の食育のすすめ方やあり方検討	健康政策課 （各栄養業務関係所管課）

●食育活動の主な指標●

取組	指標	現状(R1)	目標(R7)
食の安全に関する知識と理解の推進	出前講座実施回数	5回	年1回以上
食の安心の確保	災害時における食に関する展示回数	1回	→

コラム

【新型コロナウイルス感染症の感染拡大に伴う「食」への影響について】

新型コロナウイルス感染症の感染拡大により、対面でコミュニケーションをとりながらの食事機会の減少や、外出自粛に伴い自宅での食事の増加、テイクアウトやデリバリーなどの中食の利用の増加など食生活に変化が生じました。さらに、「免疫力」「健康維持」への意識の高まりや、「時短・簡単料理」などのニーズが増えています。

これらにあわせ、下記のような取り組みをしています。

新型コロナウイルス感染症の感染拡大の状況下での本市の食育に関する取り組み

・新しい生活様式での食事や運動等に関する対策について、市ホームページやSNS等で発信
・学校等の休校や在宅勤務等に伴い、毎日の食事を準備するのが負担となっている家庭向けに、簡単に食事の準備ができるようなアイディアをまとめた、「おうちごはんのちょっとしたコツ」を市ホームページに掲載

(2-2)食文化の伝承

食を通して季節感や伝統行事を知り、体験することで、日本の食事や季節に応じた行事食、伝統料理、本市及び周辺地域の郷土料理といった食文化への理解と食への感謝の心が深まります。その中で、食文化を伝えるための機会を創出することも期待されています。

取組	具体的な活動	活動主体
郷土料理・家庭料理や食文化の伝承	教科の中での郷土料理、行事食の体験、伝承の実施	指導課
	給食における食文化体験の取り組み	保育幼稚園課 保健給食課
	調理活動を通じて季節の食材や行事食を学ぶ取り組み	保育幼稚園課 保健給食課

●食育活動の主な指標●

取組	指標	現状(R1)	目標(R7)
郷土料理・家庭料理や食文化の伝承	行事食や伝統食の学習にかかわる教科や授業数	学期に1回程度	➡

(2-3)地元の農産物を活用した交流・体験

新鮮で安全な地場農産物の利用拡大に向けて、地産地消への関心を高めるきっかけづくりや、親子での食に関する共通体験を充実させるなど、農業や地場産野菜にふれる機会が増えるよう普及啓発をします。

取組	具体的な活動	活動主体
「ふれる」よろこびを味わう場の提供	「ふれあい農業」の実施	農林課
直売所や販売店での地産地消の推進	道の駅八王子滝山における地場農産物の直売	農林課
	地場農産物のPR	農林課 JA八王子
	「はちおうじ農産物直売所マップ」の配布	農林課 JA八王子
学校等における地産地消の推進	保育園・幼稚園、小・中学校の給食における地場産物の推進	保健給食課 保育幼稚園課
	「地産地消推進意見交換会」による食育推進	保健給食課
	「地産地消月間」や「学校農園等の体験活動」の取り組み	保健給食課 指導課

●食育活動の主な指標●

取組	指標	現状(R1)	目標(R7)
「ふれる」よろこびを味わう場の提供	農業体験の実施回数	3回	➡
直売所や販売店での地産地消の推進	「はちおうじ農産物直売所マップ」の配布	JA 八王子と連携し、「はちおうじ農産物直売所マップ」を隔年で改訂	➡
学校における地産地消の推進	給食への八王子産野菜の使用率	26.3%	30%以上

コラム

【八王子産農産物を使った絶品加工品】

八王子市では、農業支援を行うとともに、新たな特産物を創出するために、6次産業化の推進と商品の普及活動をしています。

南国の果実が東京で味わえる！八王子産のパッションフルーツを使ったサイダー

(2-4)食の循環の理解・促進

持続可能な食料生産から消費に至るまで、食と農の連携による「食の循環」の理解を育む取り組みを推進します。また、飼育・栽培、調理等を通じて食の循環のサイクルを子どものころから学び、食を通して食材への感謝といった豊かな心を育む取り組みを推進します。

生産から消費までの環境負荷を低減するために、食品ロス削減等、家庭や事業者等の協力を促す取り組みを推進します。

取組	具体的な活動	活動主体
食品ロスの削減 重点	八王子市完食応援店事業の推進	ごみ減量対策課 市民活動団体 民間事業者
	「食品ロス削減月間」におけるイベント等で啓発活動	ごみ減量対策課
	フードバンクの活動支援	ごみ減量対策課
食の循環システムの実施	食の循環モデル事業の実施	ごみ減量対策課
	ダンボールコンポストの普及	ごみ減量対策課
	給食時間等を活用した食の大切さの指導	指導課
	体験を通じた自然への理解促進の取り組み	保育幼稚園課
食による支援の実施	フードバンク団体との連携や事業への支援	生活自立支援課

●食育活動の主な指標●

取組	指標	現状(R1)	目標(R7)
食品ロスの削減	八王子市完食応援店登録店舗数	168 店舗	↗
食の循環システムの実施	ダンボールコンポスト講習会参加者数	446 人	↗
食による支援の実施	市からフードバンク団体への支援依頼件数	501 件	↗

コラム

【フードバンクってなに？】

フードバンクとは、家庭や企業、農家などから食品の寄贈を受け、生活に困っている家庭や、福祉施設などに無償で配布する活動です。

また、安全に食べられるのに包装の破損や活字ミスなどの理由で流通にのらなかったものや過剰在庫等の有効活用方法として、食品ロスの観点からも注目されています。

八王子市内では、全国的にもめずらしく複数のフードバンク団体が活動しており、それぞれの団体が特色のある支援を行っています。

◆施策の柱3：オール八王子で食育を「つなげる」「むすぶ」

(3-1)食に関する普及・啓発

食や栄養に関する情報、健康な食生活を実践するために、保育園・幼稚園・小学校・中学校等、様々な場面における情報提供や啓発を行います。また、講座やイベント、体験等様々な方法での情報発信を通して、より広く市民が食育に対する関心を高め、正しい知識を得る取り組みを推進します。

取組	具体的な活動	活動主体
食に関する情報の提供	ホームページ、SNS 等を活用した情報提供	健康政策課
	市民食育イベントの開催	健康政策課
	食に関する講習会、お便り等による情報提供	保育幼稚園課 保健給食課
人が集まる場での情報の提供	市民健康の日「健康フェスタ・食育フェスタ」での情報提供	健康政策課 はちおうじ健康づくり推進協議会
	各種イベントにおいて食育に関する情報提供	健康政策課 はちおうじ健康づくり推進協議会

●食育活動の主な指標●

取組	指標	現状(R1)	目標(R7)
食に関する情報の提供	ホームページ閲覧数	―	↗
人が集まる場での情報の提供	健康フェスタ・食育フェスタが食育に関するきっかけづくりになった割合	86%	↗

(3-2)食に関する環境整備

食育への関心が高くない方も含め、全ての市民が意識せず自然に健康になれるような食環境整備が重要となっています。そのために、職種や世代を越えて食育を推進するための人材育成の取り組みを推進します。

また、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ように生産者と消費者、行政関連部署と民間事業者・市民活動団体等、様々な団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」を通して、互いに連携し活動の強化に取り組みます。

さらに、学校や給食センター内の食育スペースを活用した家庭・地域への食育の啓発、生産者や飲食店等の外食事業者との連携による生活習慣病予防に関する普及啓発を推進します。

取組	具体的な活動	活動主体
食育推進の担い手の育成・支援 重点	健康づくりサポーターの養成・活動支援	健康政策課
	在宅栄養士会の活動支援	健康政策課

取組	具体的な活動	活動主体
関係団体との連携・協働	給食センターを活用した地域・家庭における食育活動の推進	保健給食課
	食育や共食の場を提供する子ども食堂・地域食堂の活動を支援	子どものしあわせ課 市民活動団体
	八王子市食育ネットワークの開催	健康政策課 市民活動団体
食環境整備の推進	市民活動団体、民間事業者、関係所管課と連携した食育活動の推進	健康政策課 市民活動団体 民間事業者
給食施設の栄養管理の質の向上	栄養管理に関する個別指導・講習会等の実施	生活衛生課

●食育活動の主な指標●

取組	指標	現状(R1)	目標(R7)
食育推進の担い手の育成・支援	食育に関する講座の実施回数	2回	→
関係団体との連携・協働	給食センターを活用した食育の取組数	新規	定期的に実施
食環境整備の推進	はちおうじ健康応援店への登録店舗数	82 店舗	↗
給食施設の栄養管理の質の向上	個別指導(巡回)施設数	36 施設	→

コラム

【健康と環境に配慮した事業の連携「はちおうじ健康応援店」と「八王子市完食応援店」】

本市では、飲食店、スーパーマーケット等と協働して「はちおうじ健康応援店」事業と「八王子市完食応援店」事業を実施しています。

「はちおうじ健康応援店」では、生活習慣病予防として、野菜を多く使った料理の提供や、減塩対策、小盛サービス等を行っている店舗が登録しています。

「八王子市完食応援店」では、食品ロス削減のため、飲食店等において啓発物(ポスター・ステッカー)の店内掲示や、小盛対応・小盛メニューの導入などに取り組んでいる店舗が登録しています。

２つの事業で健康と環境の両面から食育を推進しています。

登録店舗については二次元コードからもご覧いただけます。

(左)「はちおうじ健康応援店」登録ステッカー
(右)完食応援店と共同ステッカー

第5章
計画の進捗管理と評価

1 推進体制

本計画の「将来像」「基本目標」を実現させるために、家庭、保育園、幼稚園、小・中学校、大学、生産者、事業者など、食育にかかわる全ての団体がそれぞれの立場を活かして連携・協働して取り組みます。主体的な食育活動と市民の健康づくりに向けて、実効性のある推進体制を構築します。

また、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。

2 評価

本計画の評価に当たり、「具体的な活動」ごとに計画最終年度（令和7年度（2025 年度））までの指標と目標を設け、各取り組みの達成度を測ります。さらに、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、基本目標ごとに右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。

評価の時期について、取り組みごとの進捗状況の管理を毎年度実施するとともに、本計画の中間年度である令和4年度（2022 年度）を目途に中間評価、令和7年度（2025 年度）に最終評価を実施します。

<table>
<tr><th colspan="2">基本目標</th><th colspan="2">評価指標</th><th>現状値（%）</th><th>目標値（%）</th></tr>
<tr><td rowspan="7">1</td><td rowspan="7">望ましい食習慣を身につける</td><td rowspan="6">朝食を食べていない人の割合※1</td><td>幼稚園・保育園</td><td>1.1</td><td rowspan="3">0%に近づける</td></tr>
<tr><td>小学生</td><td>0.9</td></tr>
<tr><td>中学生</td><td>4.4</td></tr>
<tr><td>高校生</td><td>13.3</td><td>5</td></tr>
<tr><td>大学生</td><td>25.6</td><td>15</td></tr>
<tr><td>一般</td><td>13.6</td><td>5</td></tr>
<tr><td colspan="2">健康のために「食生活に気をつける」ことを心がけている人の割合※2</td><td>63.6</td><td>90</td></tr>
<tr><td rowspan="7">2</td><td rowspan="7">食の基本的な知識、スキルを養う</td><td rowspan="6">食事の際に「いただきます」「ごちそうさま」の挨拶をする人の割合</td><td>幼稚園・保育園</td><td>97.3</td><td rowspan="6">100</td></tr>
<tr><td>小学生</td><td>97.8</td></tr>
<tr><td>中学生</td><td>95.3</td></tr>
<tr><td>高校生</td><td>91.7</td></tr>
<tr><td>大学生</td><td>91.9</td></tr>
<tr><td>一般</td><td>83.8</td></tr>
<tr><td colspan="2">「食品ロス」削減のために意識して実践している人の割合※3</td><td>94.7</td><td>100</td></tr>
<tr><td rowspan="5">3</td><td rowspan="5">食を通じて、家族、地域、自然とつながる</td><td rowspan="4">平日の夕食に「ひとりで」食事をする子どもの割合</td><td>幼稚園・保育園</td><td>0.2</td><td rowspan="2">0</td></tr>
<tr><td>小学生</td><td>1.5</td></tr>
<tr><td>中学生</td><td>4.7</td><td rowspan="2">0%に近づける</td></tr>
<tr><td>高校生</td><td>11.9</td></tr>
<tr><td colspan="2">八王子産の農産物を購入している人の割合※4</td><td>42.1</td><td>60</td></tr>
</table>

指標は第3期八王子市食育推進計画策定に係る市民意識調査より

※1「朝食を食べていますか？」の設問に「週に2～3日食べている」「週に1日程度食べている」「ほとんど食べていない」と回答した人の割合

※2「健康のために何か心がけていることはありますか？（複数回答可）」の設問に「食生活に気をつける」と回答した人の割合

※3「『食品ロス』を削減するために取り組んでいることはありますか？（複数回答可）」の設問に1つ以上あてはまる人の割合

※4「八王子産の農産物を購入している人の割合」について、大学生を含めた数値としている。（20 ページの「八王子産の農産物の購入状況」は平成 27 年度と比較をするため、大学生を除いた数値である。）

資料編

1 八王子市食育推進会議名簿・八王子市食育推進計画庁内連絡会所管課名簿

(1)八王子市食育推進会議名簿　　（敬称略・五十音順）

	所属団体等	氏　名
1	八王子市私立幼稚園協会	浦野　慎一
2	帝京大学　スポーツ医科学センター	大村　香織
3	八王子市公立小学校長会	小川　賀世子
4	八王子市健康づくりサポーター	河村　智里
5	八王子市立中学校 PTA連合会	小池　さとみ
6	市民委員	佐藤　咲
7	市民委員	土門　陽子
8	八王子市私立保育園協会	内藤　里美
9	公益社団法人 東京都八南歯科医師会	橋本　直樹
10	NPO法人 ふるさとの食を拓く会	星野　厚子
11	八王子集団給食協議会	桝田　明信
12	八王子地域活動栄養士会	松岡　誠子
13	一般社団法人 八王子市医師会	松本　勉
14	東京都八王子食品衛生協会	峯尾　誠
15	永生会 リハビリ統括管理部	山本　徹
16	八王子市農業委員会	米津　元一

(2)八王子市食育推進計画庁内連絡会所管課名簿

	部	課
1	市民活動推進部	学園都市文化課
2	生活安全部	防災課
3	福祉部	高齢者いきいき課
4		高齢者福祉課
5		障害者福祉課
6		生活自立支援課
7	医療保険部	成人健診課
8		大横保健福祉センター
9		東浅川保健福祉センター
10		南大沢保健福祉センター
11	健康部	生活衛生課
12		保健対策課
13	子ども家庭部	子どものしあわせ課
14		保育幼稚園課
15		児童青少年課
16	産業振興部	農林課
17	資源循環部	ごみ減量対策課
18	学校教育部	保健給食課
19		指導課

2 計画の策定経過

年	月	項目	主な内容
令和元年（2019年）	10月25日（金）～11月8日（金）	市民意識調査	・市内に居住する18歳から74歳までの男女2,000名及び市内大学の大学生200名を対象に第3期八王子市食育推進計画に係る市民意識調査を実施
令和元年（2019年）	10月16日（水）～11月1日（金）	子ども意識調査	・幼稚園・保育園児、小学生、中学生、高校生を対象とした子ども意識調査を実施
令和2年（2020年）	6月3日（水） （書面開催）	第1回 庁内連絡会	・第2期八王子市食育推進計画における令和元年度評価 ・市民意識調査結果について（令和元年度実施） ・第3期八王子市食育推進計画の基本的な考え方及び今後のスケジュール
令和2年（2020年）	6月11日（木） （書面開催）	第1回 食育推進会議	・第2期八王子市食育推進計画における令和元年度評価 ・市民意識調査結果について（令和元年度実施） ・第3期八王子市食育推進計画の基本的な考え方及び今後のスケジュール
令和2年（2020年）	7月15日（水） （書面開催）	第2回 庁内連絡会	・第1回庁内連絡会、食育推進会議での意見 ・食育に係る現状及び課題 ・第3期八王子市食育推進計画の体系図（案） ・今後のスケジュール
令和2年（2020年）	7月22日（水） （書面開催）	第2回 食育推進会議	・第1回庁内連絡会、食育推進会議での意見 ・食育に係る現状及び課題 ・第3期八王子市食育推進計画の体系図（案） ・今後のスケジュール
令和2年（2020年）	6月～7月	庁内ヒアリング調査	・第3期八王子市食育推進計画新規取組項目等のヒアリング調査を実施
令和2年（2020年）	10月13日（火）	第3回 庁内連絡会	・第3期八王子市食育推進計画素案 ・今後のスケジュール
令和2年（2020年）	10月15日（木）	第3回 食育推進会議	・第3期八王子市食育推進計画素案 ・今後のスケジュール
令和2年（2020年）～令和3年（2021年）	12月15日（火）～1月15日（金）	パブリックコメントを実施	意見提出者：1名　意見件数：2件
令和3年（2021年）	2月4日（木）	第4回 庁内連絡会	・パブリックコメントの結果 ・第3期八王子市食育推進計画原案
令和3年（2021年）	2月4日（木）	第4回 食育推進会議	・パブリックコメント結果 ・第3期八王子市食育推進計画原案

3 はちおうじ食育キャラクター「はっちくん」

うえきばちがコンセプトのキャラクターです。鉢に植えてある野菜で「育てる」をイメージし、スプーンとフォークで「食べる」をイメージしています。八王子のマークのついた鉢に植えてある野菜は、八王子で育った野菜を表しています。八王子の野菜を食べよう！！という思いを込め、三原色を入れたことで栄養バランスの大切さも表現しています。

「はっちくん」は平成 22 年(2010 年)6 月に、八王子市在住または在勤、在学(園)者による約 2,400 の応募作品の中から選考を実施し、最優秀賞の作品を図案化したキャラクターです。作者は八王子市立楢原中学校 2 年(当時)星野莉沙さんです。

第３期八王子市食育推進計画

令和３年(2021年)3月発行

あなたのみちを、あるけるまち。八王子

発行：八王子市

編集：八王子市健康部(八王子市保健所)健康政策課

〒192- 0083

東京都八王子市旭町13番18号

Tel：042-645-5112　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