

徳島市食育推進計画（第3期）

令和3年6月
徳島市

目 次

第1章 計画の策定にあたって	1
1 計画策定の趣旨	2
2 計画の位置づけ	4
3 計画の期間	4
4 計画の策定体制	5
第2章 計画の基本的な考え方	7
1 基本理念	8
2 基本目標	8
3 重点プロジェクト	
(1) 豊かな人間形成（知育・徳育・体育）のための保育所・認定こども園、幼稚園、学校における食育の推進	12
(2) 健康寿命の延伸のためのライフステージに応じた食育の推進	12
4 施策の体系	13
第3章 施策の展開	15
1 家庭における食育の推進	16
2 保育所・認定こども園、幼稚園、学校における食育の推進	22
3 地域における食育の推進	27
4 生産者と消費者との交流の促進	30
5 環境との調和による食育の推進	31
第4章 計画の推進にあたって	33
1 計画の推進体制	34
2 取組内容にかかる庁内の担当課及び推進方針	35

第 1 章

計画の策定にあたって

第1章 計画の策定にあたって

1 計画策定の趣旨

食は生きる上での基本であり、健康で豊かな生活を送るために欠かせないものです。

しかし、近年、ライフスタイルの変化や価値観の多様化により、食を取り巻く環境は大きく変化しており、栄養バランスの偏った食事や不規則な食事の増加、肥満や生活習慣病の増加、伝統的食文化の危機、多量の食品ロスなど、様々な問題が生じています。

国においては、平成17年7月に施行された食育基本法に基づき、平成18年3月に「第1次食育推進基本計画」を策定し、国民運動として食育の取組みを推進しています。令和3年3月に策定された「第4次食育推進基本計画」では、重点事項として「生涯を通じた心身の健康を支える食育の推進」、「持続可能な食を支える食育の推進」、「新たな日常やデジタル化に対応した食育の推進」を掲げ、食育の取組みにおいてもSDGs※の考え方を踏まえて推進することや、ICT等のデジタル技術を有効活用するなどによる食育推進の必要性を示しています。

また、食育基本法では、地方公共団体においては、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特性を生かした自主的な施策を策定し、実施することとされており、本市では、平成22年1月に「徳島市食育推進計画」を策定し、本市の特性を生かした食育の推進を通して、市民一人ひとりが生涯にわたって健全な心身を培うとともに、豊かな人間性を育み、いきいきと暮らせることを目的に、食育に関する施策を総合的かつ計画的に推進してきました。

こうした取組みにより、食育の理解が進み、食育に関する活動が活発に行われたことから一定の成果が見られるものもありますが、若い世代の食生活の改善や健康寿命※の延伸などの課題もあります。また、近年の地球規模の気候変動の顕在化や新型コロナウイルスの感染拡大などの社会環境の変化に対応する食育推進の方向性として、持続可能な食を支える意識啓発やデジタル技術を活用した効果的な情報発信などが求められています。

この計画は、「徳島市食育推進計画（第2期）」を継承しながらもこれらの課題や方向性を踏まえ、今後も多様な関係者が継続して食育に関する施策を総合的かつ計画的に着実な推進を図るため、令和3年度から令和7年度までの5年間を計画期間とする「徳島市食育推進計画（第3期）」を策定するものです。

―食育とは―

- ① 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
- ② 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こと

～食育基本法より～

<食育基本法より抜粋>

（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。

※SDGs

「持続可能な開発のための2030アジェンダ」は、平成27年9月の国連サミットで採択された国際開発目標である。17の目標と169のターゲットから成る「SDGs(持続可能な開発目標)」を掲げ、「誰一人取り残さない」社会の実現を目指すものである。

17の目標には、「2 飢餓を終わらせ、食料安全保障及び栄養改善を実現し、持続可能な農業を促進する」、「4 すべての人々への包摂的かつ公正な質の高い教育を提供し、生涯学習の機会を促進する」、「12 持続可能な生産消費形態を確保する」などの食育と関係が深い目標がある。

食育の推進は、「SDGsアクションプラン2021」の中に位置付けられており、SDGs達成に寄与するものである。

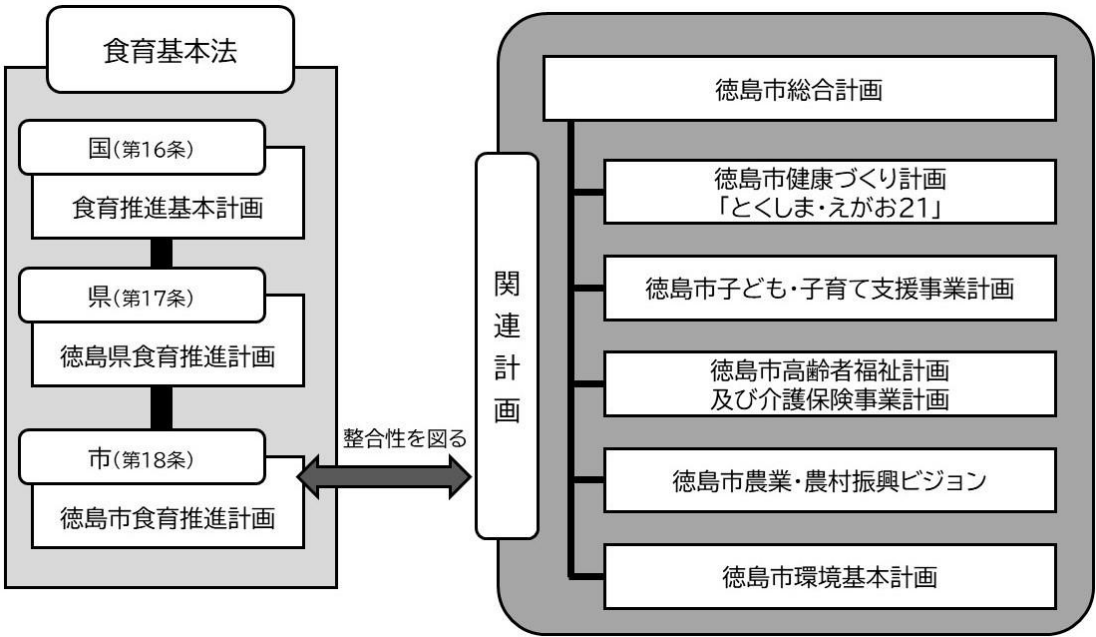


※健康寿命

健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間。平均寿命と健康寿命の差を短縮できれば、個人の生活の質の低下を防ぐとともに、社会保障負担の軽減も期待できる。

2 計画の位置づけ

この計画は、食育基本法第18条の規定に基づく「市町村食育推進計画」として位置づけるとともに、徳島市総合計画をはじめとした関連計画と整合性を図りつつ、本市の食育を総合的かつ計画的に推進するための計画とします。



3 計画の期間

計画の期間は、令和3年度から令和7年度までの5年間とします。
また、計画期間中に国の動向等により状況の変化などが生じた場合には、必要に応じて、計画の見直しを行うこととします。

	H	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	R	1	2	3	4	5	6	7
国	第1次食育推進基本計画 H18～22	第2次食育推進基本計画 H23～27	第3次食育推進基本計画 H28～R2	第4次食育推進基本計画 R3～R7															
県	徳島県食育推進計画 H18～22	徳島県食育推進計画 (第2次) H23～27	徳島県食育推進計画 (第3次) H28～R2	徳島県食育推進計画 (第4次) R3～R7															
市		徳島市食育推進計画 (第1期) H21～27	徳島市食育推進計画 (第2期) H28～R2	徳島市食育推進計画 (第3期) R3～R7															

4 計画の策定体制

次の組織において検討し、計画づくりを行いました。

(1) 徳島市食育推進計画策定市民会議

この計画を策定するにあたり、学識経験者や公募による市民、関係団体の代表者からなる徳島市食育推進計画策定市民会議を設置し、計画の策定及び食育に関する施策の推進について審議し、幅広い意見を反映しています。

(2) 徳島市食育推進連絡会

この計画を策定し、食育に関する施策を総合的かつ計画的に推進するための庁内組織として、「徳島市食育推進連絡会」及び下部組織である「徳島市食育推進幹事会」を設置し、計画案を作成しました。

第 2 章

計画の基本的な考え方

第2章 計画の基本的な考え方

1 基本理念

本市では、食育推進にあたっての基本理念を次のとおり定め、取組みを進めます。

【基本理念】

食を通じて元気な「からだ」と豊かな「こころ」を育みます。

2 基本目標

基本理念の実現に向け、基本目標を次のとおり定めます。

市民一人ひとりがあらゆる場面において基本目標を心がけ、食育を実践しましょう。

【基本目標】

(1) **寝る時間と起きる時間を決めて、毎日きちんと朝ごはんを食べましょう。**

一日3食の朝・昼・夕ごはんをできるだけ決まった時間に食べることは、毎日を元気に暮らす基本であり、栄養バランスの崩れを防止することにつながります。特に、朝ごはんを欠食する子どもの学力や体力の低下などが問題となっており、一日の活動エネルギーの源となる朝ごはんを食べることが大切です。また、肥満予防にもつながります。寝る時間や起きる時間を決めるなど生活リズムを整え、規則正しい生活習慣を身につけることにより、毎日きちんと朝ごはんを食べましょう。

(2) **家族と一緒に、主食・主菜・副菜をそろえた食事をとりましょう。**

現在の社会環境においては、家族がそろって食事をする機会が減っている現状がありますが、家族と一緒に食事をするのが、主食（ごはん、パン、めんなど）・主菜（魚、肉、卵料理など）・副菜（野菜類）をそろえた食事につながる例が多いことから、できるだけ家族が一緒に食卓を囲む機会を持ち、主食・主菜・副菜をそろえた栄養バランスのとれた食事をとることにより、肥満予防に努めましょう。

(3) **適切な食生活と定期的な運動により健康を維持増進しましょう。**

乳幼児期など早い時期から食生活と食習慣を確立していくことが大切です。また、生活習慣病につながる危険性の高い肥満やメタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）※の予防のため、適切な食生活と定期的な運動を併せて実践しましょう。さらに、歯が健康でなければ食べ物が十分に食べられないため、歯や口の中の環境を整えましょう。

(4) **自然の恵みや勤労への感謝の気持ちを育み、食事のマナーを身につけましょう。**

飽食の時代といわれる今日、食べられることが当たり前と思うようになり、食べ物を大切にする気持ちを忘れがちになっています。食べ物が私たちの口に入るまでには、自然の恵みや生産者をはじめとする食に関わる多くの人の苦労や努力があることを理解し、食べ物への

感謝の気持ちを育み、好き嫌いをなくし、食べ物を無駄にしないことや食べ残しをしない習慣を身につけましょう。また、「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつの励行や上手な箸の持ち方などの食事のマナーを身につけましょう。

(5) 新しい生活様式※に対応しながら、楽しく食べる習慣を身につけましょう。

食事は、空腹を満たしたり栄養をとることだけが目的ではなく、家族や仲間との大事なコミュニケーションの場でもあります。一緒に料理をしたり、会話をしながら笑顔で楽しく食事することにより、豊かな心を育むとともに、食への興味・関心を高めることにつながり、効果的に食育を進めていくことができます。おいしいと思って食べるのとそうでないのでは心身への影響も違ってきます。食事の場面での新しい生活様式を実践しつつ、誰かと一緒に料理をする、食べる、会話をするなど、食を通じたコミュニケーションを図ることにより、楽しく食べる習慣を身につけましょう。

(6) 徳島産食材を使った豊かな食生活を実践しましょう。

徳島市は、四国一の大河・吉野川とその支流がつくり育てた肥沃な土地に恵まれた全国有数の農業生産地であり、豊富な食材があります。近年は日本全国をはじめ、海外からの輸入も増え、一年中さまざまな食材が手に入るようになりましたが、その土地で採れたものを旬の時期に食べることは、心身の健康や環境への負荷軽減のために望ましいといわれています。徳島の農林水産物を使用した食材を家庭の食卓や給食などに積極的に導入し、地域で生産されたものを地域で消費する「地産地消※」を進めましょう。

(7) 伝統的な食文化を継承しましょう。

地域や家庭には、四季折々の伝統行事などにおいて、その風土に根ざした郷土料理や伝統料理などの伝統的な食文化があります。しかし、核家族化や食の外部化、地域のコミュニティ※の希薄化の進行とともに、食文化に対する関心は低くなり、食文化が次世代に継承されなくなることが懸念されています。いま一度、地域や家庭において、受け継がれてきた料理や味などの伝統的な食文化を積極的に継承しましょう。

(8) 食に関する正しい知識を習得し、判断する力を身に付けましょう。

健全な食生活の実践のために、賞味期限※、消費期限※、産地表示、品質表示などの食品表示の見方についての知識を習得しましょう。そして、食に関する様々な情報の中から、正しい情報を選択し、実践する力を身につけましょう。

(9) 食を通して環境について考えましょう。

「もったいない」の気持ちを大切にし、必要以上に料理を作りすぎない、食べ残しを減らすなどを実践し、ごみの排出を減らしましょう。また、リサイクルなどに取り組み、ごみの減量化を心がけ、環境への負荷※を軽減できるよう、食を通して持続可能な環境について考えましょう。

(10) 食育への関心を高めましょう。

食育への理解を深め、家庭、保育所・認定こども園、幼稚園、学校、地域、生産者、事業者、大学などの様々な関係機関が協力しあい、毎年6月の「食育月間」、毎月19日の「食育の日」などに合わせて、市民運動として食育を推進していきましょう。

※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、血糖値が高くなったり、血中の脂質異常を起こしたりして、食事や運動などの生活習慣を改善しなければ、心筋梗塞や脳卒中が起こりやすくなる状態のこと。

＜メタボリックシンドロームの診断基準＞

ウエスト周囲径（立位へそまわりで測定）

男性 85 cm以上

女性 90 cm以上



上記に加え下記の①～③のうち2項目以上該当した場合、メタボリックシンドロームと診断（男女共）。1項目該当の人は予備群。



- ① 中性脂肪値 150 mg/dl 以上 かつ／または HDL コレステロール値 40 mg/dl 未満
- ② 収縮期(最高)血圧 130 mmHg 以上かつ／または 拡張期(最低)血圧 85 mmHg 以上
- ③ 空腹時血糖値 110 mg/dl 以上

※新しい生活様式

新型コロナウイルスの感染拡大を防ぐために、一人ひとりが感染防止の3つの基本である「①身体的距離の確保」、「②マスクの着用」、「③手洗い」や「3密(密集、密接、密閉)の回避」などの対策を取り入れた生活様式を実践することが求められている。

新しい生活様式の実践例

日常生活を営む上での基本的な生活様式

- ☐ まめに手洗い・手指消毒 ☐ 咳エチケットの徹底
- ☐ こまめに換気（エアコン併用で室温を28℃以下に） ☐ 身体的距離の確保
- ☐ 「3密」の回避（密集、密接、密閉）
- ☐ 一人ひとりの健康状態に応じた運動や食事、禁煙等、適切な生活習慣の理解・実行
- ☐ 毎朝の体温測定、健康チェック。発熱又は風邪の症状がある場合はムリせず自宅で療養



密集回避



密接回避



密閉回避



換気



咳エチケット



手洗い

食事の場面での生活様式

食事

- ☐ 持ち帰りや出前、デリバリーも
- ☐ 屋外空間で気持ちよく
- ☐ 大皿は避けて、料理は個々に
- ☐ 対面ではなく横並びで座ろう
- ☐ 料理に集中、おしゃべりは控えめに
- ☐ お酌、グラスやお猪口の回し飲みは避けて

※地産地消

地域生産地域消費の略語で、地域で生産された農産物や水産物をその地域で消費すること。

※コミュニティ

住まいを中心として生活環境を同じくする人々が、地区、地域の共通の問題に積極的に取り組み、お互いに共同して住みよい社会を作っていくための場。

※賞味期限

おいしく食べられる期間の目安として、缶詰などの劣化の遅い食品に表示されている。このことから、この期限が過ぎたらすぐに食べられなくなるわけではない。

※消費期限

弁当など劣化の早い商品(概ね5日以内)に表示され、腐るなどにより安全性を欠く恐れがないと認められる期限で、この期限を過ぎたものは食べないよう注意することが必要である。また、この期限は、開封せずに、記載された「保存方法」により保存した場合の期限であることにも注意することが大切である。

※環境負荷

環境に与える悪影響のこと。環境負荷には、人的に発生するもの(廃棄物・公害・土地開発など)と自然的に発生するもの(気象・地震など)がある。

3 重点プロジェクト

基本理念の実現に向け、本市の特性に応じた重点プロジェクトを次のとおり定め、重点的に推進することとします。

【重点プロジェクト】

食から始める「子どもの豊かな人間形成」と「健康寿命の延伸」

(1) 豊かな人間形成（知育・徳育・体育）のための保育所・認定こども園、幼稚園、学校における食育の推進

健全な食生活は健康で豊かな人間性の基礎をなすものであり、特に、子どもの頃に身についた食習慣を大人になって改めることは困難であることを考えると、子どもの食育が重要です。このため、家庭での健全な食習慣や学校での農林漁業体験をはじめとする適切な食生活の実践や食に関する体験活動の促進、適切な知識の啓発等に積極的に取り組むことによって、子どもの成長に合わせた切れ目のない食育を推進し、運動習慣を含めた適切な生活習慣を身につけることが重要です。

また、子どもの時期は、食に対する考え方を形成する途上にあることから、適切な食育が行われることにより、日々の食生活に必要な知識や判断力を習得し、これを主体的に実践する意欲の向上を図ることができるとともに、食を大切にし、これを楽しむ心や持続可能な社会の構築に向けた意識など、広い社会的視野を育てていく上でも大きな効果が期待できます。

こうしたことから、子どもにとって日常生活の大部分を過ごす保育所・認定こども園、幼稚園、学校における食育は特に重要であり、子どもの豊かな人間形成（知育・徳育・体育）のための保育所・認定こども園、幼稚園、学校における食育を重点的に推進します。

(2) 健康寿命の延伸のためのライフステージに応じた食育の推進

本市では、「健康日本21」の徳島市版である健康づくり計画「とくしま・えがお21」を策定し、市民主体の健康づくりを進めるとともに、「徳島市子ども・子育て支援事業計画」や「徳島市高齢者福祉計画及び介護保険事業計画」に基づき、子どもの健全な育成に向けた健康づくりや高齢者の介護予防の推進に取り組んでいます。

しかし、その一方で20歳代、30歳代を中心にした若い世代では、健康や栄養に配慮した食生活に関する意識や実践する割合が低くなっており、40歳以上の世代と比べるとその取組状況も十分ではありません。

また、徳島県の糖尿病死亡率は、全国平均を大きく上回る状況が続いており、本市においても、引き続き糖尿病をはじめとする生活習慣病の予防に向けた健康づくりに取り組んでいく必要があります。さらに、今後は急速な高齢化の進展による要介護者や認知症高齢者の増加が社会的課題となってくることから、健康寿命の延伸が求められています。

こうしたことから、市民一人ひとりが生涯にわたって健康で生きがいをもった生活を営めるよう、子どもから成人、高齢者に至るまでライフステージに応じた健康的な生活習慣の確立と健康増進を目指した食育を重点的に推進します。

4 施策の体系

施策の展開	取 組 内 容	
1 家庭における食育の推進	(1) 規則正しい生活習慣や望ましい食習慣の定着	① 食育に関する情報の発信
	(2) 妊産婦や子どもを対象とした取組み	① 妊娠期の栄養教室の開催 ② 乳幼児期の栄養指導 ③ 幼児期の栄養教育
	(3) 若い世代からの生活習慣病予防への取組み	① 「糖尿病予防大作戦」ポピュレーションアプローチ ② 適切な栄養・食生活の推進のための栄養教室 ③ 生活習慣病予防のための個別相談
	(4) 高齢者を対象とした健康寿命の延伸に向けた取組み	① 高齢者の健康づくりの推進 ② 高齢者配食サービスの実施
	(5) 歯・口腔の健康増進に向けた取組み	① 口腔機能の保持増進
2 保育所・認定こども園、幼稚園、学校における食育の推進	(1) 市立保育所・認定こども園における食育の推進	① 保育指針、幼保連携型認定こども園教育・保育要領に基づく年齢や発達段階に応じた食育の推進 ② 食育に関する継続した取組み ③ 保育所・認定こども園給食を通じた食育の推進 ④ 家庭や地域・関係機関と連携した食育の推進
	(2) 幼稚園及び学校における食育の推進	① 幼稚園教育要領に基づく幼稚園での食育の推進 ア 幼稚園における基本的な取組み イ 指導体制の確立 ウ 昼食のあり方の研究 ② 学習指導要領に基づく小・中学校での食育の推進 ア 学校における基本的な取組み イ 指導体制の確立 ウ 学校給食を通じた食育の推進 ③ 学習指導要領に基づく高等学校での食育の推進 ア 学校における基本的な取組み イ 指導体制の確立 ④ 家庭や地域・関係機関と連携した食育の推進 ⑤ 地域における農林漁業体験の効果的活用

施策の展開	取 組 内 容	
3 地域における食育の推進	(1) 地区コミュニティセンター等における食育の推進	① 地区コミュニティセンター食育講座開催の促進 ② 児童館における食育の推進 ③ ふれあい健康館における食育ボランティア活動への支援
	(2) 社会教育における食育の推進	① 公民館における食に関する学習機会の提供 ② 青少年事業での学習機会の提供
	(3) 関係団体等との連携による食育の推進	① NPO等との協働の推進 ② 多様な関係者との連携 ③ 事業者等に対する食育推進事業の周知等
4 生産者と消費者との交流の促進	(1) 農業体験活動の推進	① 市民農園の推進
	(2) 地産地消の推進	① 農産物のブランド品目の育成 ② 地産地消事業の推進
5 環境との調和による食育の推進	(1) 環境から考える食生活	① 出前環境教室による環境保全啓発 ② 生ごみ減量化の推進 ③ ごみ減量徳島市民大作戦の展開 ④ 食品ロス削減の啓発

第 3 章

施 策 の 展 開

第3章 施策の展開

1 家庭における食育の推進

【現状・課題と取組みの方向性】

家庭は子どもが最初に関わる食育の場ですが、ライフスタイルの変化や価値観の多様化に伴い、「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつ、箸の使い方などのマナー等の子どもの基本的な生活習慣の形成といった、これまで家庭の食卓が担ってきた機能が低下してきています。また、忙しい生活の中で調理にかける時間が少なくなり、食の外部化が進み、伝統的な家庭の味を伝える機会が減ってきています。

さらに、食を大切にする意識の欠如、栄養バランスの偏った食事や不規則な食事の増加、とりわけ朝ごはんの欠食といった食習慣の乱れにより、肥満や糖尿病などの生活習慣病が増えています。

一方で、新型コロナウイルス感染症の影響等により、自宅で料理や食事をする機会も増えており、家庭での食育の重要性も高まってきています。

本市においては、市民の「食育」の言葉や意味の認知度、関心度、実践度は約半数であり、食育を推進する上では、まず食育の認知度を向上させることが必要であるとともに、その実践力も向上させることが重要です。また、多くの市民が食育を効果的に行う場所は「家庭」と考えており、「広報紙やホームページなどによる食育情報の提供」による食育の推進を期待しています。特に、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止対策を踏まえた「新たな日常」下では、デジタル技術等を活用し、栄養のバランスなどの食に関する情報発信が求められています。

次に、「健康である」と感じている市民の割合は年齢とともに減少し、健康状態で困っている市民の割合が年齢とともに増加しています。このことは、年齢とともに疾病へのリスクが高くなることから免れないことですが、少しでも疾病へのリスクを減らすためには、肥満にならないように気をつけることが重要です。全国的な傾向と同様に、本市でも30歳代から肥満者が増え始め、40歳代～60歳代の男性の肥満者の割合が高く、特に問題があります。同時に、60歳代以降は男女ともにやせの割合が増えており、高齢者には低栄養の問題があることも見て取れます。

また、歯や口の中の健康状態では、年齢が高くなるにしたがって、「困っていることはない」市民の割合は減少し、高齢者になるほど「固いものがかみにくい」など歯に関するトラブルが見られます。

こうしたことから、家庭での食育に関する問題を解決するため、市民一人ひとりが食に対する関心と理解を深め、健全な食習慣を確立するとともに、生活習慣病予防など健康の増進のための食育を実践できるよう取り組みます。

【取組内容】

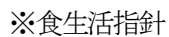
(1) 規則正しい生活習慣や望ましい食習慣の定着

① 食育に関する情報の発信

ホームページなどのインターネットや広報紙、イベントなどの活用により、生活のリズムを整え、寝る時間や起きる時間を決めた規則正しい生活習慣を身につけることや、朝ごはんの大切さを周知します。さらに、食事バランスガイド※、食生活指針※、食育の環※などの食育に関する情報を発信し、食の大切さや望ましい食生活の普及に努めます。

また、市が作成した料理レシピの広報など、食に関する意識を高めることにつながる情報の発信を行います。

望ましい食生活についてのメッセージを示した「食生活指針」を具体的な行動に結びつけるものとして、1日に「何を」「どれだけ」食べたらよいかの目安を分かりやすくイラストで示したもの。厚生労働省と農林水産省により平成17年6月に決定された。

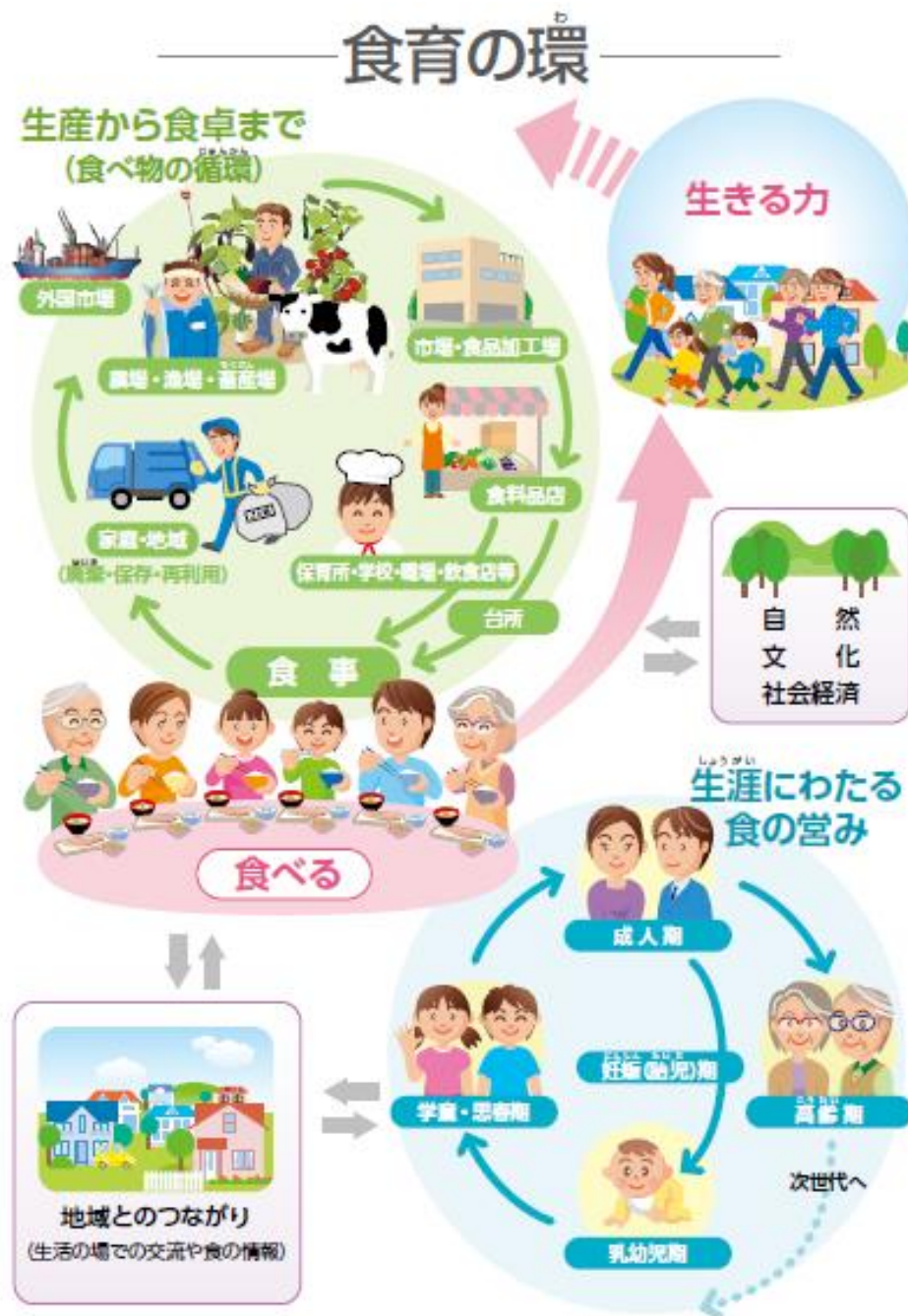


10項目から構成される望ましい食生活を実践するための指針。国民の健康の増進、生活の質の向上及び食料の安定供給の確保を図るために、平成12年3月、当時の文部省、厚生省、農林水産省により策定された。

- 1 食事を楽しみましょう。
- 2 1日の食事のリズムから、健やかな生活リズムを。
- 3 主食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスを。
- 4 ごはんなどの穀類をしっかりと。
- 5 野菜・果物、牛乳・乳製品、豆類、魚なども組み合わせて。
- 6 食塩や脂肪は控えめに。
- 7 適正体重を知り、日々の活動に見合った食事量を。
- 8 食文化や地域の産物を活かし、ときには新しい料理も。
- 9 調理や保存を上手にして無駄や廃棄を少なく。
- 10 自分の食生活を見直してみましょう。

※食育の環

「生産から食卓まで」の食べ物の循環、「子どもから高齢者、そして次世代へ」といった生涯にわたる食の営みの循環や食育が豊かな自然、先人から受け継がれてきた文化、社会経済といった環境と密接な関係を持ち、生活の場としての地域とのつながりを食育の全体像を俯瞰する図として、内閣府が、平成24年に作成した「食育ガイド」に示した。



(「食育ガイド」(平成24年5月内閣府)より)

(2) 妊産婦や子どもを対象とした取組み

① 妊娠期の栄養教室の開催

妊娠中の基本的な食生活について学ぶプレママ栄養教室及び妊娠中に起こり得る疾病を予防し、健康的な妊娠期の過ごし方について配偶者とともに学ぶパパママクラスを開催します。

② 乳幼児期の栄養指導

健康的な食習慣の基礎づくりを行うため、発達段階に応じた離乳食形態が学習できる離乳食講習会を開催するとともに、離乳食のすすめ方をわかりやすく解説した冊子「まんま、おいしいな（離乳食のすすめ方）」を作成し、全ての乳児に配付します。

また、赤ちゃん・子ども栄養相談を行い、食事や栄養について管理栄養士が個別相談に応じます。

③ 幼児期の栄養教育

1歳6か月児健診時の保護者や3歳児健康診査時の幼児を対象に、幼児期から食べ物に興味を持ち、規則正しい食習慣を身につけるための集団教育を行います。

(3) 若い世代からの生活習慣病予防への取組み

① 「糖尿病予防大作戦」ポピュレーションアプローチ※

「糖尿病予防大作戦」の一環として、健診の受診勧奨と若い時期からの疾病予防・健康づくりを目的とし、小・中学校の保護者や各種団体等を対象に健康教育・健康相談を実施していきます。

② 適切な栄養・食生活の推進のための栄養教室

適切な栄養バランスや野菜摂取の必要性について啓発し、若い世代からの望ましい食習慣形成のために栄養教室を実施していきます。特に野菜摂取量増加への取組みとして「野菜 de 生活習慣病予防教室」を定期的で開催し、家庭において簡単に野菜を取り入れられるよう、「ヘルシーレシピ集」としてホームページ等に掲載します。

③ 生活習慣病予防のための個別相談

生活習慣病予防には食生活が深く関わっており、生活習慣病予防の相談の際に、食生活を含む個別相談を行います。

※ポピュレーションアプローチ

多くの人が少しづつリスクを軽減することで、集団全体としては多大な恩恵をもらたすことに注目し、集団全体をよい方向にシフトさせることをいう。

厚生労働省では野菜摂取の目安として、健康増進の観点から1日350g(70g×5皿)以上の野菜を食べることを目標としている。

<70g(1皿)の目安>

小皿(小鉢)の野菜料理を1皿分(約70g)、大皿の野菜料理1人分を2皿分と数える。

(例) お浸しや酢の物	・ ・ ・ ・ ・ 1皿	野菜の煮物	・ ・ ・ ・ ・ 1皿
生野菜のサラダ	・ ・ ・ ・ ・ 1皿	野菜炒め(1人分)	・ ・ ・ ・ ・ 2皿



(4) 高齢者を対象とした健康寿命の延伸に向けた取組み

① 高齢者の健康づくりの推進

高齢者が健康で自立した生活が送れるよう、各地区で開催している運動教室において、健康相談及び体力測定を実施するほか、指導者の養成講座を実施することにより、運動指導者や教室の補助的役割を担う人材を養成します。また、高齢者が自宅において食事による健康づくりが行えるよう魅力あるプログラムの充実に努めます。

市民一人ひとりが生涯にわたって健康で生きがいをもった生活ができることを目的に「のぼそう!!健康寿命教室」等の開催や様々な健康教室と合わせて、栄養や食生活についての正しい知識の普及を図り、健康寿命の延伸を図ります。

② 高齢者配食サービスの実施

自分で調理することが困難な高齢者に対し、居宅を訪問して、栄養バランスのとれた食事を提供するとともに、利用者の安否確認等を実施することにより、在宅生活の維持継続を支援します。

(5) 歯・口腔の健康増進に向けた取り組み

① 口腔機能の保持増進

生涯を通じて歯周疾患を予防し、高齢になっても歯の喪失を抑制することができるように、歯や口腔の健康づくりを推進します。そのために乳幼児期には、幼児フッ素塗布推進事業や乳幼児歯みがき教室を実施し、むし歯予防に努めます。成人期には、歯周病予防が不可欠であることから歯科医師による個別相談や歯科衛生士による健康教育・健康相談を実施します。

<よくかむ8大効用>

ひ み こ は
卑 弥 呼 の 歯 が い ー ぜ !

よくかむことによって得られる「8大効用」を咀しゃく回数の多かった弥生時代の卑弥呼にかけて表したものです。

1 卑 ひ	ひまん防止	よくかんでゆっくり食たべることで脳が満腹感を感じ、食べ過ぎを防ぐことができる
2 弥 み	味覚の発達	よくかむことで食べ物本来のおいしさを感じることができ味覚が発達する
3 呼 こ	言葉の発達	かむことにより顔の筋肉が発達すると、言葉を正しく発音できるようになり、顔の表情も豊かになる
4 の	脳の発達	かむことでコメカミ付近がよく動き、脳への血流が良くなり、脳の活性化に役立つ
5 歯 は	歯の病気予防	かむことで歯の表面がみがかれ、唾液も良く出るようになりむし歯や歯肉炎の予防につながる
6 が	がん予防	唾液の成分であるペルオキシターゼには食品中の発がん性をおさえる働きがある
7 い ー	胃腸の働きをよくする	食品をかみくだいてから飲み込むことで胃腸への負担が軽くなり胃腸の働きを正常に保つ
8 ぜ	全身の体力向上、全力投球	しっかりかむことで歯やあごがきたえられ、歯を食いしばったり、全身に力が入るようになる

(出典：徳島県歯科医師会「楽しく学ぶ 児童生徒の食育」)

2 保育所・認定こども園、幼稚園、学校における食育の推進

【現状・課題と取組みの方向性】

子どもの豊かな人間形成のための基礎となる健全な食生活の実現と心身の成長を育むためには、乳幼児期からの豊かな食に関する経験が重要になります。しかし、近年の社会環境の変化に伴い、欠食や過食、偏った栄養摂取など食生活の乱れ、肥満や過度の痩身が見られるなど、生活習慣病と食生活が深く関わっていることが指摘されています。さらに、子どもの体力低下も続いており、食に関する指導、生活習慣の改善などが求められています。

このような中で、子どもたちの体力向上を図るとともに、子どもたちが正しい食事の取り方や望ましい食習慣を身につけ、自らの健康管理ができるようにすることが極めて重要であることから、保育所保育指針、幼保連携型認定こども園教育・保育要領、幼稚園教育要領、学習指導要領では、各成長段階における食育の取組みの目標や方法の基本が示されています。

特に、本市においては、糖尿病の罹患率は高く、子どもの肥満度も全国平均より高い傾向となっているほか、朝ごはんを欠食する小学生や中学生の割合は全国平均よりも高くなっています。

このため、「学校の授業や幼稚園・保育所・認定こども園での教育及び保育」「給食における食育」による食育を推進するとともに、その中で「バランスのとれた食事の取り方を学ぶこと」「自然の恵みや勤労への感謝の気持ちを育てること」「手洗いや食事のマナーを学ぶこと」「給食への地場産物の利用促進」などの取組みが必要とされています。

こうしたことから、保育所・認定こども園においては、乳幼児が楽しく食べる体験を通して食への関心を育み、生涯にわたって健康で質の高い生活を送る基本としての「食を営む力」の基礎を培うために、年齢や発達段階に応じて食育に関する指導や保育及び教育を進めます。

なお、本市には、市立保育所・認定こども園と私立認可保育園（所）・認定こども園等があり、私立認可保育園（所）・認定こども園等はそれぞれの計画に基づき保育及び教育を実施していることから、食育についてもそれぞれの考え方にに基づき推進していきます。市立保育所・認定こども園については、均質な保育サービスを提供する責務があることから、全市的に食育を推進していきます。

また、幼稚園、学校においては、幼児・児童・生徒が食に関して主体的に考え行動できる知識や能力を身につけるために、年齢や発達段階に応じて食育に関する指導や教育を進めます。

さらに、保育所・認定こども園、幼稚園、学校におけるこれらの取組みは、家庭において望ましい生活習慣や食習慣を身につけること等によって、一層の効果が期待できることから、家庭や地域との連携を図りながら推進します。

【取組内容】

(1) 市立保育所・認定こども園における食育の推進

① 保育指針、幼保連携型認定こども園教育・保育要領に基づく年齢や発達段階に応じた食育の推進

- ・一人ひとりの発達段階に応じ、授乳期には愛情豊かな特定の大人との関わりによって人への信頼、愛情の基盤を育み、乳幼児期には給食を通して人と一緒に「食べること」の心地よさ・楽しさを伝えます。
- ・栽培活動の経験を通し、食材への関心を高め、いのちの大切さや食べることに感謝する心を育てます。
- ・食に関する教材等を利用した遊びや作品制作など、食をテーマにした保育及び教育を実

践し、食に関する意識づけを図ります。また、楽しく食事をするために環境の工夫を行います。

- ・からだづくりや基本的な生活リズムの確立を図ることを通して、子ども自身が空腹感や食欲を感じ、それを満たす心地よさを体験できるようにします。

② 食育に関する継続した取組み

- ・保育所・認定こども園での食育の計画に基づく保育及び教育の実践について研究を進めます。そのために、食育に関する研修会を実施し、保育士・保育教諭及び調理員の食に関する知識や理解を深め、一層の資質向上を図ります。
- ・食育についての検討会において、衛生関連のマニュアルについての検討や保育所・認定こども園における食育の充実に向けた検討を行います。

③ 保育所・認定こども園給食を通じた食育の推進

- ・より安全でおいしく温かい給食が提供できるよう、主食を含めた給食の実施に向けた研究を進めます。
- ・食物アレルギーを持つ子どもへの給食の充実を図りながら、保護者への支援を行います。
- ・安全・安心な食材の調達を図るとともに、地産地消の考え方に基づいた献立の検討や食材の調達を図ります。
- ・栽培活動における収穫物を食材として使用したり、子どもたちが自ら調理に携わった給食を食べる経験ができたりするよう、実践的な研究を進めます。
- ・行事食を通して季節の趣や食文化を伝えます。また、日本人の伝統的な食文化である和食の保護・継承のため和食の提供、魅力発信に努めます。

④ 家庭や地域・関係機関と連携した食育の推進

- ・保護者試食会を通して、保育所・認定こども園で子どもが食べている給食を実際に食べてもらうことで、保護者の食への関心を高め、家庭での食育推進を図ります。
- ・保育所・認定こども園で子どもに人気のメニューや季節の野菜を使っている給食のレシピを保育所（園）だよりや市ホームページに掲載する等、創意工夫に努めながら提供します。
- ・献立表や給食だよりを通じて、生活習慣や食品ロス削減など食育への意識啓発を推進します。
- ・地域子育て支援拠点施設において、子育て家庭からの乳幼児の食に関する相談に応じ、食育推進の充実を図ります。
- ・専門知識を有する職員を含め、食育に関わる職員すべてが、食育に関して共通した認識を持つとともに、家庭や地域、私立認可保育園（所）・認定こども園等と連携しながら、食育の推進を図ります。

(2) 幼稚園及び学校における食育の推進

① 幼稚園教育要領に基づく幼稚園での食育の推進

ア 幼稚園における基本的な取組み

- ・幼児期の発達の特性や生活に即した食育指導に取り組みます。
- ・先生や友だちと、食べる楽しさや喜びを味わうことができるようにするとともに、食

事の際に必要なマナーを身に付けられるようにします。

- ・野菜や果物などを育てる教育活動の中で、これらを食材として食べる体験を通して食べ物への関心や興味を高めたり、味覚の幅を広げたり、食べることや食に関わる様々な人々に感謝する心を育てます。
- ・自分の体に関心をもち、バランスのとれた食事や望ましい食習慣について学ぶ機会を設けます。

イ 指導体制の確立

- ・幼稚園における食育を推進するため、各幼稚園に中核的役割を担う「幼稚園食育リーダー」を置き、食に関する専門性の高い食育コーディネーター等と連携して、食育全体計画等を策定し、全教職員の共通理解のもとに指導を展開します。
- ・幼稚園食育リーダー研修会を開催し、食に関する知識や理解を深め、食育リーダーとしての資質を高めます。
- ・これまで実践し蓄積してきた食育指導のノウハウを共有し、指導レベルのさらなる充実・向上に資するため、実践事例集や食育タイム等の有効活用を図ります。

ウ 昼食のあり方の研究

- ・外部委託等を活用した昼食のあり方について研究を進めます。

② 学習指導要領に基づく小・中学校での食育の推進

ア 学校における基本的な取組み

- ・給食の時間、家庭科や技術・家庭科、体育科や保健体育科をはじめとする各教科、特別活動、総合的な学習の時間等において、食に関する指導の充実を促進し、学校の教育活動全体で組織的・計画的に推進します。
- ・給食の時間や授業を通して、食事に興味・関心をもち、食事の重要性や食事の喜び、楽しさを理解できるようにします。
- ・将来において健康に過ごすために、学校給食を活用し、小・中学生のそれぞれの発達段階に応じた望ましい栄養や食事のとり方について理解できるようにします。また、食事を規則正しく3食とるなど望ましい生活習慣を形成し、自ら管理していく能力を身に付けられるようにします。
- ・正しい知識・情報に基づいて、食品の品質や安全性、栄養素や衛生面等について理解し、食品の適切な選択ができる能力を身に付けられるようにします。
- ・給食の時間や授業を通して、食生活が自然の恩恵の上に成り立っていることや、生産者を始め多くの人々の苦労や努力に支えられていることを理解し、環境保全や食品ロスの視点を含めて、感謝の気持ちや食べ物を大事にする心を育てます。
- ・給食等の準備や片付け、また、楽しい共食やマナーの習得を通してコミュニケーションを図ろうとする態度を養い、人間関係形成能力を身に付けられるようにします。
- ・自分たちの住む地域には、昔から伝わる料理や季節・行事にちなんだ料理があることや、日常の食事は、地域の農林水産物と関連していることを理解できるようにします。また、日本や諸外国の伝統や食文化について理解し、多様な食文化を尊重する態度を養います。
- ・学校給食を通して、食に対する児童・生徒の関心を高め、理解を深めるとともに、そ

の情報を児童・生徒、また、広く市民に伝達する取組みを進めます。

イ 指導体制の確立

- ・学校における食育を積極的に推進するため、中核的役割を担う「学校食育リーダー」を各学校に置き、食に関する専門性の高い食育コーディネーターや栄養教諭、学校栄養職員等をはじめとする教職員と連携して食育全体計画等を策定し、全教職員の共通理解のもとに指導を展開します。
- ・これまで実践し蓄積してきた食育指導のノウハウを共有し、教職員の指導レベルのさらなる向上に資するため、実践事例集や食育タイム等の有効活用を図ります。

ウ 学校給食を通じた食育の推進

- ・学校給食において、徳島の郷土料理や行事食、徳島の特産品を使った献立の積極的な導入を行い、ユネスコ無形文化遺産である「和食」や地域の食文化を、次の世代に継承するように努めます。
- ・野菜や噛み応えのある献立を取り入れることにより、噛む事の大切さを伝えます。
- ・地産地消の推進はもとより、国産の食材の調達に努めます。また、校内体験栽培活動により収穫された食材を給食へ活用します。
- ・食物アレルギーを持つ児童・生徒への給食の充実を図ります。
- ・給食フェア、給食だより、食育コンテスト、料理教室等様々な情報伝達媒体を活用し、学校給食に関わる情報の発信を行います。
- ・生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性を育むことができるよう、安全・安心な食品やバランスのよい給食を提供するとともに、食品の選択について自ら判断できる能力を育てます。
- ・食品ロス削減に資する取組みや、廃食用油のリサイクルを推進するなど、食生活が自然の恩恵や食に関わる人々の様々な活動に支えられていることへの感謝の念を深め、環境に関する負荷の軽減に努めます。

③ 学習指導要領に基づく高等学校での食育の推進

ア 学校における基本的な取組み

- ・欠食や偏食、生活リズムの乱れによる体調の変化を知り、心身の成長や健康の保持増進の上で望ましい栄養や食事のとり方を理解し、自ら管理していく能力を身に付けられるようにします。
- ・正しい知識・情報に基づいて、食品の品質や安全性、栄養素や衛生面等について理解し、食品の適切な選択ができる能力を身に付けられるようにします。
- ・食事が大切なコミュニケーションの場であるということを理解し、楽しい共食のために必要なことを考え、人間関係形成能力を身に付けられるようにします。
- ・自分たちの住む地域には、昔から伝わる料理や季節・行事にちなんだ料理があること、また、日常の食事は、地域の農林水産物との関連をはじめ、他の地域や諸外国とも深い関わりがあることを理解できるようにします。
- ・日本や諸外国の伝統や食文化について理解し、多様な食文化を尊重する態度を養い、国際理解への意識を高めます。
- ・食生活が自然の恩恵の上に成り立っていることや、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理解し、環境保全や食品ロスの視点も含めて、感謝の気持ちや食べ物を大事にする心を育てます。

イ 指導体制の確立

- ・学校における食育を推進するため、中核的役割を担う「学校食育リーダー」を置き、食に関する専門性の高い食育コーディネーターと連携して食育全体計画等を策定し、全教職員の共通理解のもと指導を展開します。
- ・これまでに実践し蓄積してきた食育指導レベルのさらなる向上に資するため、実践事例集や食育タイム等の有効活用を図ります。

④ 家庭や地域・関係機関と連携した食育の推進

- ・幼児・児童・生徒の食は、家庭が最も重要な役割を担っているとの認識のもと、幼稚園及び学校では、食に関する取組状況をホームページや広報紙等により積極的に情報提供し、広報・啓発に努めるとともに、家庭、地域の連携・協力体制の整備に努めます。
- ・幼稚園及び学校の食育を様々な視点から幅広く進めていくため、社会教育活動に取り組む者、生産者や食生活の改善のために活躍している者、食に関する関係機関等とのネットワークの構築に取り組みます。

⑤ 地域における農林漁業体験の効果的活用

- ・食に関する考え方が形成される学齢期に、農林漁業の体験を通して食への関心と理解を深めます。
- ・農家との交流を通し、農作物を作り育てる苦勞と喜びを体感し、食の生産の意義を深く理解する機会として、米や野菜等を栽培し収穫する体験学習に取り組みます。
- ・地域の実状に応じて漁協や漁業者との連携により、漁業体験学習等を通じて、海の恵みへの理解を深めるとともに、環境問題への意識の高揚を図ります。

3 地域における食育の推進

【現状・課題と取組みの方向性】

地域における世帯構成や各世帯のライフスタイルが多様化している今日、地域のコミュニティにおける人と人との係わり方も変化してきています。各地域では食に関わる多くの関係機関や関係団体が、食育を推進するための様々な取組みを展開しています。

本市においては、市民の食文化に対する関心は決して高いとは言えない状況であり、郷土料理などの伝統的な食文化を積極的に継承していくことが必要です。

地域における食育の推進は、地域における伝統料理などの食文化を伝えるなどの重要な役割を担っていることから、地域のコミュニティにおける自主的な食育活動を促進していきます。また、中央公民館や地区公民館において、生涯学習の場として広く市民を対象とした講座やイベントなどを開催し、様々な学習の機会を提供することにより、食に関する正しい理解と知識の普及に努めます。さらに、関係団体等との連携により、食育の推進に努めます。

【取組内容】

(1) 地区コミュニティセンター等における食育の推進

① 地区コミュニティセンター食育講座開催の促進

地区コミュニティセンターにおける食育に関する講座やイベントの実施を「コミュニティだより」等で取り上げることで、地域住民の食育への関心を高め、食育に関する講座の継続や拡大を促進します。

② 児童館における食育の推進

児童館における児童健全育成事業の取組みとして、食育の大切さを学ぶイベントや地域住民を交えての文化行事などを実施し、親子間及び世代間の交流する機会を提供します。

③ ふれあい健康館における食育ボランティア活動への支援

ふれあい健康館ボランティアグループで食育ボランティア活動を行っている「ふれあい食育活動クラブ」を支援し、定期的に行っている親子クッキングをはじめ、男性料理講座、米粉料理講座、一般料理講座などの料理教室等の体験活動や季節行事食イベントなどの食に関する情報提供等により、健全な食生活の実践を促進します。

(2) 社会教育における食育の推進

① 公民館における食に関する学習機会の提供

中央公民館で開催する市民講座・成人大学講座や地区公民館で開催するすくらむ学級・ふれあい教室などにおいて、市民がそれぞれのライフステージに応じた食事の取り方について学ぶ機会を提供します。

特に、食事による肥満や生活習慣病の防止、孤食防止の工夫、伝統料理の見直しなどを学習内容に位置づけ、食に関する正しい知識と理解の普及を図ります。

② 青少年事業での学習機会の提供

各地区公民館・教育集会所などで実施する地域学遊塾や子どもまつり等のイベントなどにおいて、栄養バランスのとれた望ましい食事のあり方や、欠食や間食による問題などについて学ぶ機会を提供します。

また、食事に関するマナーをはじめ、自然の恩恵と生産者への感謝など、食育に関する幅広い学習を推進します。

(3) 関係団体等との連携による食育の推進

① NPO※等との協働※の推進

とくしま協働制度※において、行政側からのテーマとして「食育に関する協働事業」を提示し、NPO等が市と協働して事業を実施することにより、市民の食育への関わりや活動への参加を図ります。

また、「食育」に関する活動を行うNPO等との協働により、市民サービスの拡充を図ります。

② 多様な関係者との連携

食育に関する市民の現状や課題に応じた効果的・効率的な食育を推進していくため、大学や企業等の多様な食育の関係者と連携します。

③ 事業者等に対する食育推進事業の周知等

食育に関する正しい情報等について、商工会議所等の経済団体と連携し、事業者等に対する周知を行うことにより、事業者等及び従業員の食への意識を高めるとともに、食品の製造、流通、販売などを行う事業者や外食産業における食育に関連する事業展開を促進します。

※NPO

Non-Profit-Organization(民間非営利組織)の略。利益の分配を目的とせず、社会的課題に対し、自らの手で解決しようとする団体のこと。

また、NPOの中でも特定非営利活動促進法(NPO法)に基づく法人格を取得した団体は、特定非営利活動法人(NPO法人)と呼ばれる。

※協働

地域に関わる様々な主体が、社会的課題を解決するため、対等な立場で自主性・主体性を持ち、目的意識を共有し、互いの特性を生かしながら活動することで、相乗効果を発揮する手法のこと。

※とくしま協働制度

行政と市民との協働を促進する制度として平成26年度に創設した。従来のNPOとの協働から、さらに企業・学校・地域団体等の幅広い主体を対象とし、情報交流や補助等の支援により、市民ニーズに即した公共サービスの実現と、市民による自発的なまちづくりを推進する。

食事のバランスの“手”！

1日に何を食べたらよいのかを小さな子どもでもわかりやすいように、5本の指でたしかめられるように考案されたもの。

摂取量の目安(1日分)



* ごはんの量は
自分の摂取量に
合う

管理栄養士 野間智子考案
(とくしま食育推進研究会)

～何を食べたらいいのかな～

5本の指でたしかめよう！

お父さんの指は…ご飯・パンの指！

一番力持ちの指。
食べるとエネルギーになる、
炭水化物(うどん、もち、パスタなど)が入ります。

お母さん指は…野菜の指！

お母さん指は、いつも他の指の調子を気にしてくれる指。
食べると体の調子を整え、病気から体を守る野菜、
海藻、きのこなどが入ります。

お兄さん指は…肉・魚・卵・大豆の指！

一番背高のつばの指は、体を大きくしてくれる指。
体を作るたんぱく質の食べ物が入ります。

お姉さん指は…果物の指！

お姉さんのように、お肌をすべすべにしてくれる指。
ビタミンCやカリウムが豊富な果物が入ります。

赤ちゃん指は…牛乳・ヨーグルト・チーズの指！

赤ちゃんの好きなミルクには、
骨や歯を丈夫にしてくれるカルシウムがたっぷり入っています。
骨や歯を丈夫にする乳製品が入ります。

**健康で長生きするために、
バランスよく食べることが大切です！**

4 生産者と消費者との交流の促進

【現状・課題と取組みの方向性】

徳島市は、吉野川とその支流がつくり育てた肥沃な土地に恵まれた全国有数の農業生産地であり、その農産物は主な出荷先である京阪神市場から品質において高い評価を得ています。しかしながら、地元での認知度は決して高くないのが現状です。また、市民は、新鮮で安全・安心な農林水産物を望んでおり、生産者の顔が見える地場産物を手に入れやすくするために、地産地消を進める必要があります。さらに、農業体験等をしたことがある市民は比較的多いという状況はありますが、様々な体験を通じて食に対する関心を持ち、食に対する感謝の気持ちを育てることが大切です。

こうしたことから、本市の新鮮で安全・安心な農林水産物を、地元で、より多く消費してもらえる活動を通じて、生産者と消費者の距離を縮め、地元産農林水産物の消費拡大を図るとともに、流通までの過程における交流の促進を図ります。

【取組内容】

(1) 農業体験活動の推進

① 市民農園の推進

農作物を育て、収穫する喜びを味わう農業体験を推進し、農業と食に関する理解を深めるとともに、農業のイメージアップを図ります。

(2) 地産地消の推進

① 農産物のブランド品目の育成

産地間競争に打ち勝つ販売体制を整備するため、消費ニーズに応じた生産物・生産方式の普及推進、本市農産物の販売店や直売所等での消費PRを行い、農産物のブランド品目の育成を進め、ブランド力の向上を図ります。

また、地域の特産物を生かした製品の開発・生産・販路開拓を行い、地域の活力の維持向上に努めます。

② 地産地消事業の推進

本市で生産された食材をふんだんに使用した徳島ならではのランチや弁当に使える一品メニューの周知や「とくしまIPPIN店」登録を拡大することにより、地場産食材に対する愛着を深めるとともに、生産者と消費者の距離を縮め、地産地消の推進を図ります。

5 環境との調和による食育の推進

【現状・課題と取組みの方向性】

飽食の時代である現代は、好きな時に好きなだけ食べられる便利な社会になっていることから、食糧の生産が自然の恩恵の上に成り立っていることや、食生活が食に関わる人の労力によって培われているという意識が薄れています。また、食品の食べ残しや廃棄などが環境に大きな影響を与えることを知ることが重要であり、令和元年10月1日には、「食品ロスの削減に関する法律」が施行されました。

こうした中、同年10月30日・31日に徳島県と共催で開催した「食品ロス削減全国大会」を基に、市民の食品ロスに対する関心度は高くなっており、食べ残しを減らす努力や料理を作り過ぎないように心がけている方も多くなっています。また、生ごみの減量に努めている状況も伺えます。

環境保全やごみ減量・再資源化を推進するには、市民一人ひとりが環境への負荷を軽減する取組みが必要であることから、その一つの要因である各家庭での食生活の見直しを推進します。

【取組内容】

(1) 環境から考える食生活

① 出前環境教室による環境保全啓発

環境問題に関心のある市民からの申し込みに応じて、講師を派遣し、一緒に環境問題について考える出前環境教室を実施し、フードマイレージ*、エコクッキング*などの環境と食とのつながりを意識する学習の機会を提供することにより、食生活から環境保全を考える取組みを推進します。

② 生ごみ減量化の推進

市民に対して、電気式生ごみ処理機の購入費補助や密閉式処理容器の無料配付を行うとともに、電気式生ごみ処理機の残さ物の回収や再利用、密閉式処理容器に使用するEMIぼかし*を作る市民団体に、資材の購入補助を行うことにより、各家庭から排出される生ごみの減量化を図り、環境に負荷がかからない食生活を推進します。

③ ごみ減量徳島市民大作戦の展開

市民一人ひとりが各家庭で簡単に取り組むことができるごみ減量策（27の実践項目）と、これによるごみの減量及び処理費用の削減効果についてPRすることにより、生ごみ等の減量を通じて食育の推進を図ります。

（主な実践項目：エコクッキング、マイ箸の使用など）

④ 食品ロス削減の啓発

各家庭に対して、食品を買いすぎず、食べきり、余った食品は工夫して消費するといった、食品ロス削減に関する啓発を行うとともに、会食や宴会時の食べ残しを削減するため、市民に対し「30・10（さんまる いちまる）運動*」の普及に努め、無理なく無駄なく食べきることに取り組むことで、環境に負荷がかからない食生活を推進します。

※フードマイレージ

食料が生産地から食卓まで運ばれるときに、環境に負担をかける大きさ。

※エコクッキング

買い物から調理・食事・後片づけまで環境に配慮する料理づくり。

※EMぼかし

Effective-Microorganisms の略。人間にとってよい働きをする乳酸菌や酵母、光合成細菌など、自然界に存在する微生物を複合培養したものをEM菌という。EMぼかしは、EM菌を米ヌカなどに入れて発酵させ、EM菌を大量に増殖させたもの。

※30・10（さんまる いちまる）運動

宴会時などで、開始後30分、終了前10分を離席せず、食事を楽しみ、食べ残しを減らす運動のこと。

第 4 章

計 画 の 推 進 に あ た っ て

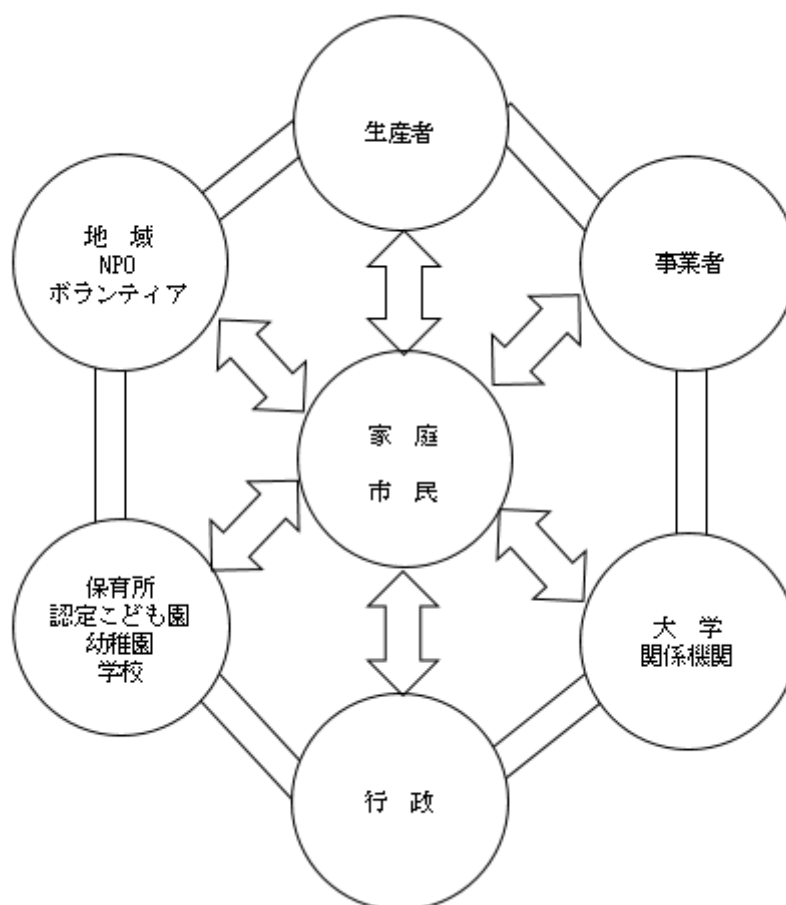
第4章 計画の推進にあたって

1 計画の推進体制

本市では、計画を策定し、食育に関する施策を総合的かつ計画的に推進するための庁内組織としての「徳島市食育推進連絡会」及び下部組織である「徳島市食育推進幹事会」が中心となり、計画を推進するとともに、計画の進行管理などを行います。

推進にあたっては、家庭を中心として食育が進められるよう、家庭を取り巻く関係機関の連携が必要であり、保育所・認定こども園、幼稚園、学校、地域、生産者、事業者、大学などの様々な関係機関との連携をとりながら、計画の周知を図り、計画に基づく取組みを行います。

【食育推進の連携】



2 取組内容にかかる庁内の担当課及び推進方針

施策の展開 ・ 取組内容	担当課	推進方針
1 家庭における食育の推進		
(1) 規則正しい生活習慣や望ましい食習慣の定着		
① 食育に関する情報の発信	健康長寿課	継続
(2) 妊産婦や子どもを対象とした取組み		
① 妊娠期の栄養教室の開催	子ども健康課	継続
② 乳幼児期の栄養指導	子ども健康課	継続
③ 幼児期の栄養教育	子ども健康課	継続
(3) 若い世代からの生活習慣病予防への取組み		
① 「糖尿病予防大作戦」ポピュレーションアプローチ	健康長寿課	継続
② 適切な栄養・食生活の推進のための栄養教室	健康長寿課	継続
③ 生活習慣病予防のための個別相談	健康長寿課	継続
(4) 高齢者を対象とした健康寿命の延伸に向けた取組み		
① 高齢者の健康づくりの推進	健康長寿課	継続
② 高齢者配食サービスの実施	健康長寿課	継続
(5) 歯・口腔の健康増進に向けた取組み		
① 口腔機能の保持増進	健康長寿課 子ども健康課 教育委員会 体育保健給食課	継続 継続 新規
2 保育所・認定こども園、幼稚園、学校における食育の推進		
(1) 市立保育所・認定こども園における食育の推進		
① 保育指針、幼保連携型認定こども園教育・保育要領に基づく年齢や発達段階に応じた食育の推進	子ども保育課	継続
② 食育に関する継続した取組み	子ども保育課	継続
③ 保育所・認定こども園給食を通じた食育の推進	子ども保育課	継続
④ 家庭や地域・関係機関と連携した食育の推進	子ども保育課	継続
(2) 幼稚園及び学校における食育の推進		
① 幼稚園教育要領に基づく幼稚園での食育の推進		
ア 幼稚園における基本的な取組み	教育委員会 学校教育課	継続
イ 指導体制の確立	教育委員会 学校教育課	継続
ウ 昼食のあり方の研究	教育委員会 学校教育課	継続
② 学習指導要領に基づく小・中学校での食育の推進		
ア 学校における基本的な取組み	教育委員会 学校教育課	継続
イ 指導体制の確立	教育委員会 学校教育課	継続
ウ 学校給食を通じた食育の推進	教育委員会 体育保健給食課	継続
③ 学習指導要領に基づく高等学校での食育の推進		
ア 学校における基本的な取組み	教育委員会 学校教育課	継続
イ 指導体制の確立	教育委員会 学校教育課	継続

④ 家庭や地域・関係機関と連携した食育の推進	教育委員会 学校教育課	継続
⑤ 地域における農林漁業体験の効果的活用	教育委員会 学校教育課	継続
3 地域における食育の推進		
(1) 地区コミュニティセンター等における食育の推進		
① 地区コミュニティセンター食育講座開催の促進	市民協働課	継続
② 児童館における食育の推進	子育て支援課	継続
③ ふれあい健康館における食育ボランティア活動への支援	健康福祉政策課	継続
(2) 社会教育における食育の推進		
① 公民館における食に関する学習機会の提供	教育委員会 社会教育課	継続
② 青少年事業での学習機会の提供	教育委員会 社会教育課	継続
(3) 関係団体等との連携による食育の推進		
① NPO等との協働の推進	市民協働課	継続
② 多様な関係者との連携	健康長寿課	継続
③ 事業者等に対する食育推進事業の周知等	経済政策課・関係課	継続
4 生産者と消費者との交流の促進		
(1) 農業体験活動の推進		
① 市民農園の推進	農林水産課	継続
(2) 地産地消の推進		
① 農産物のブランド品目の育成	農林水産課	継続
② 地産地消事業の推進	農林水産課	継続
5 環境との調和による食育の推進		
(1) 環境から考える食生活		
① 出前環境教室による環境保全啓発	環境保全課	継続
② 生ごみ減量化の推進	環境政策課	継続
③ ごみ減量徳島市民大作戦の展開	環境政策課	継続
④ 食品ロス削減の啓発	環境政策課	新規

徳島市食育推進計画 (第 3 期)

発行日 令和3年6月
発 行 徳 島 市
〒770-8571 徳島市幸町2丁目5番地
<http://www.city.tokushima.tokushima.jp/>
編 集 健康福祉部 健康長寿課
TEL 088-621-5517 FAX 088-655-6560