

はじめに

皆さんは「食育」について、取り組んでいることや意識していることはありますか。

一言に「食育」といっても様々な切り口があります。例えば私は、家庭菜園で育て、収穫した野菜を、食事に取り入れています。自分で育てた旬の野菜は、収穫までの過程を思い出しながら食べると、形は少し不恰好でもとても美味しく感じます。これも大切な「食育」のひとつと考えています。



「食べることは、生きること」とも言われるように、「食」は日々の生活に密着しており、生きていく上で切り離せないことのひとつです。食事の摂り方次第では、身体が健康になったり、心が元気になったり、また地域や環境へも良い影響を与えたりもします。しかし、実際には、食に対する価値観やライフスタイルの多様化が進み、食に関する情報は氾濫する中で、健全な食生活を実践することが難しくなっているといった現状もあります。

この度、鎌倉市では、「食をとおして豊かな環境、健やかな心身を地域で育むまちづくり」を基本理念として、市民、関係団体、事業者等の皆様と共に食育推進を行うため、「第3期鎌倉食育推進計画」を策定しました。この計画は、できるだけ多くの方の手にとっていただき、食育の取組みについてヒントを得ることで、それぞれの立場でできることから実践していただけるようにという思いを込めて作りました。食育には、“美味しい”“楽しい”というようなわくわくした気持ちがとても大切だと思います。難しく考えずに、ご自身ができそうなことを見つけてみてください。

最後に、計画策定にあたり、ご尽力を賜りました鎌倉市食育推進会議委員の皆様をはじめ、アンケート調査やパブリックコメントを通じて貴重なご意見を賜りました市民の皆様から感謝申し上げます。

平成30年（2018年）3月

鎌倉市長 松尾 崇

目 次

第1章	計画の概要	
1	計画改定の趣旨	1
2	計画の位置づけ	1
3	計画期間	2
4	食育アンケートについて	2
第2章	鎌倉市の食の現状	
1	食育アンケートからわかること	3
2	その他の統計等からわかること	8
第3章	これまでの取組みの成果とその課題	
1	第2期鎌倉食育推進計画の状況	12
2	成果と課題のまとめ	15
第4章	第3期鎌倉食育推進計画について	
1	第3期鎌倉食育推進計画の方向性	16
2	国、県の動向について	16
3	第3期鎌倉食育推進計画の体系	17
4	基本理念、めざす姿、取組みの柱	19
5	基本施策、取組みの提案、主な事業	21
	取組みの柱1 食をとおした健康づくり	21
	取組みの柱2 食をとおした人づくり	24
	取組みの柱3 食でつなぐ地域づくり	27
	取組みの柱4 食からはじめる環境づくり	30
第5章	計画の推進に向けて	
1	計画の推進体制	33
2	計画の評価	34
資料		
	計画策定のための体制と経過	36
	鎌倉市食育推進会議委員名簿	37
	鎌倉市食育連絡協議会委員	38
	食育アンケート質問項目	39
	食育基本法の概要	40
	鎌倉市食育推進会議条例	41

食育とは

食育とは、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、健全な食生活を実現することができる人間を育てる事です。



鎌倉市健康づくりキャラクターささりんです！
よろしくね♪

第1章 計画の概要

1 計画改定の趣旨

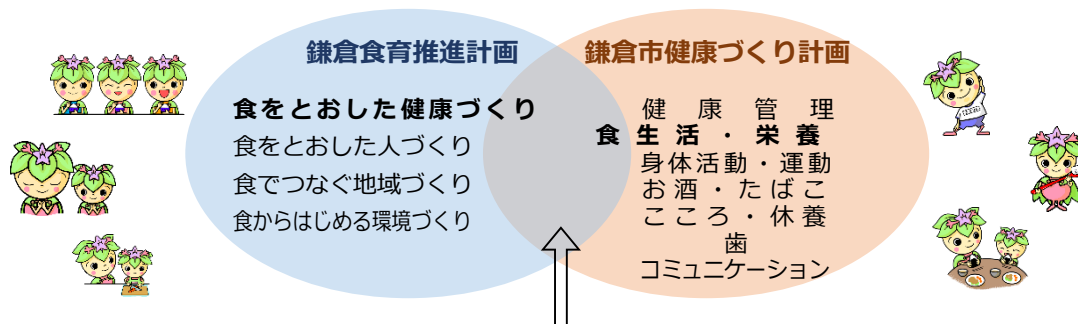
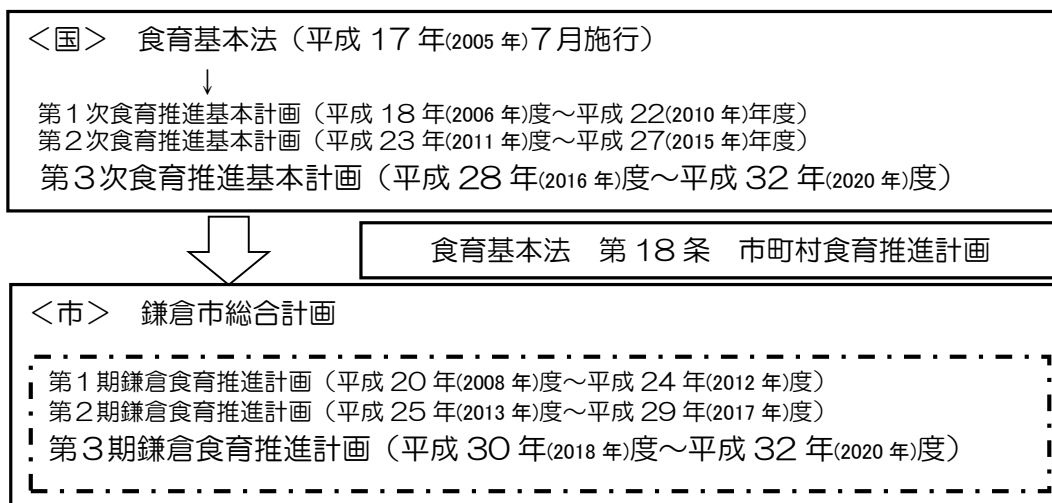
鎌倉市では、平成17年(2005年)の食育基本法の制定を受け、平成20年(2008年)3月に第1期鎌倉食育推進計画を、平成25年(2013年)3月に平成25年(2013年)度から29年(2017年)度までの5年間を計画期間とする第2期鎌倉食育推進計画を策定し、食育に取り組んできました。

その結果、市民の方の食に関する意識の向上が図られ、着実に行動変容へとつながってきている(3~7ページ参照)と考えています。平成29年(2017年)度で第2期鎌倉食育推進計画の計画期間は終了しますが、食育は継続した啓発が必要であり、今後もより一層推進を図っていくため、第3期鎌倉食育推進計画を策定しました。

2 計画の位置づけ

本計画は、第1期鎌倉食育推進計画及び第2期鎌倉食育推進計画に引き続き、食育基本法(平成17年(2005年)7月15日施行)第18条第1項に基づく市町村食育推進計画として位置づけます。

また、本市「第3次鎌倉市総合計画」の個別計画として策定した「鎌倉市健康づくり計画」等、他の行政計画と連携して取り組んでいきます。



鎌倉食育推進計画と鎌倉市健康づくり計画とは、重なる部分があります。整合性を図りながら両輪で推進していきます。

3 計画期間

平成 28 年(2016 年)3月に鎌倉市健康づくり計画を策定したことを受け、現在は鎌倉市健康づくり計画と鎌倉食育推進計画をそれぞれ推進しています。しかし、食と健康は密接な関わりがあり、内容も一部重なる部分があることから、その部分は同じ目標で両計画を推進していきたいと考えているため、今後の推進方法を検討しています。よって本計画は鎌倉市健康づくり計画の中間評価を行う平成 32 年(2020 年)度に同時に見直しができるよう、平成 30 年(2018 年)度から平成 32 年(2020 年)度までの3年間とします。なお、社会情勢の変化等によって、計画期間内においても見直しが必要となった場合には、随時見直しを行います。

4 食育アンケートについて

本計画を策定するにあたり、食育に対する根本的な意識・関心度も含めた基礎データを取得するために「食育アンケート」を行いました。

アンケートは、未就学児（保護者回答）から 80 歳以上までの市民を対象に調査票を作成し、食の状況等の調査を実施しました。

調 査 名	食育アンケート	
対象及び人数	① 幼稚園・保育園児の保護者	279 人
	② 小学生	786 人
	③ 中学生	215 人
	④ 16 歳～19 歳	67 人
	⑤ 20 歳代	73 人
	⑥ 30 歳代	332 人
	⑦ 40 歳代	598 人
	⑧ 50 歳代	84 人
	⑨ 60 歳代	58 人
	⑩ 70 歳代	54 人
	⑪ 80 歳代以上	35 人
回 答 人 数	2,583 人（年代未回答 2 人含む）	
調 査 方 法	市内イベントの参加者、市内保育園、子どもの家、中学校、高校、大学等においてアンケート方式により実施。	
調 査 期 間	平成 28 年(2016 年)9 月～平成 29 年(2017 年)5 月	
調 査 結 果 詳 細	市のホームページに掲載しています。 https://www.city.kamakura.kanagawa.jp/skenkou/sho-keikaku.html	

ご協力いただき
ありがとうございました



第2章 鎌倉市の食の現状

1 食育アンケートからわかること

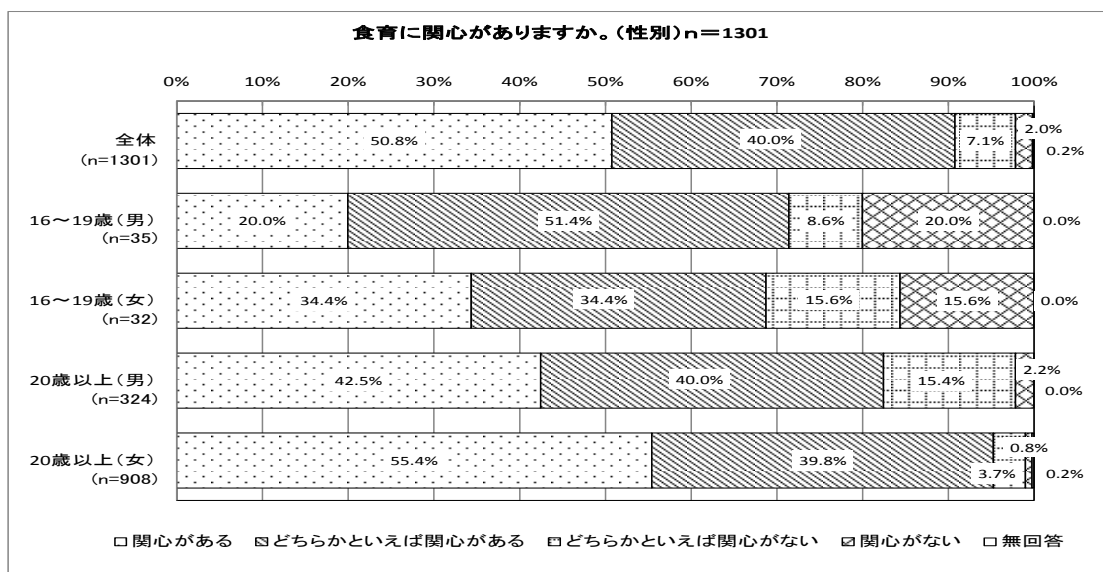
「食育アンケート」(平成28年(2016年)9月～平成29年(2017年)5月実施) からみえる食の現状

※小数点第2位を四捨五入しています。

※青年期は20～30歳代、壮年期は40～50歳代、高年期は60歳以上として集計しています。

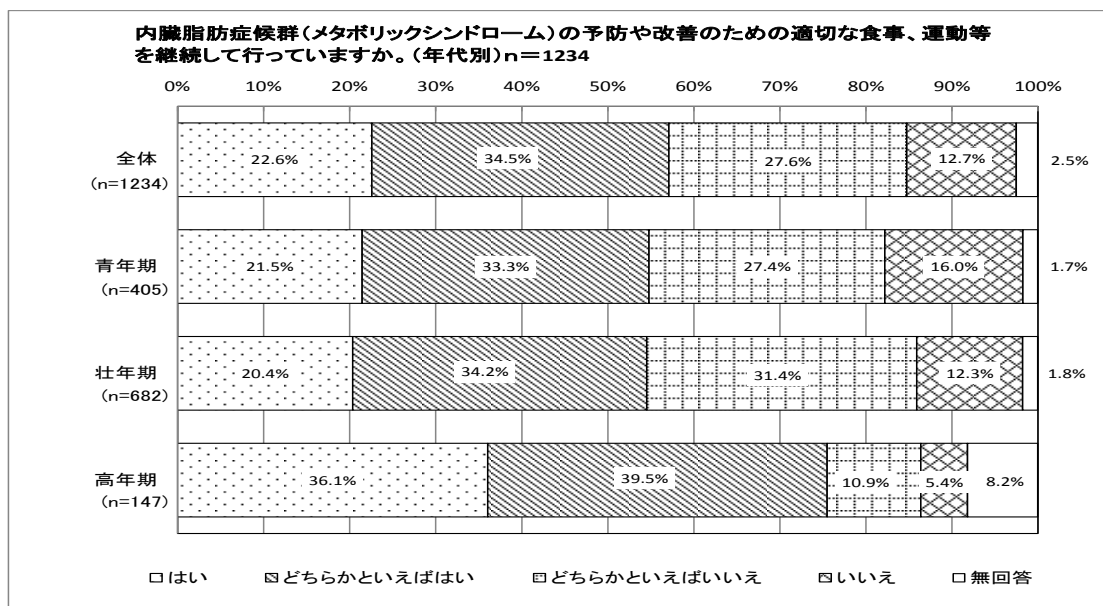
① 「食育」への関心度

「関心がある」と答えた人は、男性より女性が多く、また16～19歳より20歳以上のほうが高くなっています。



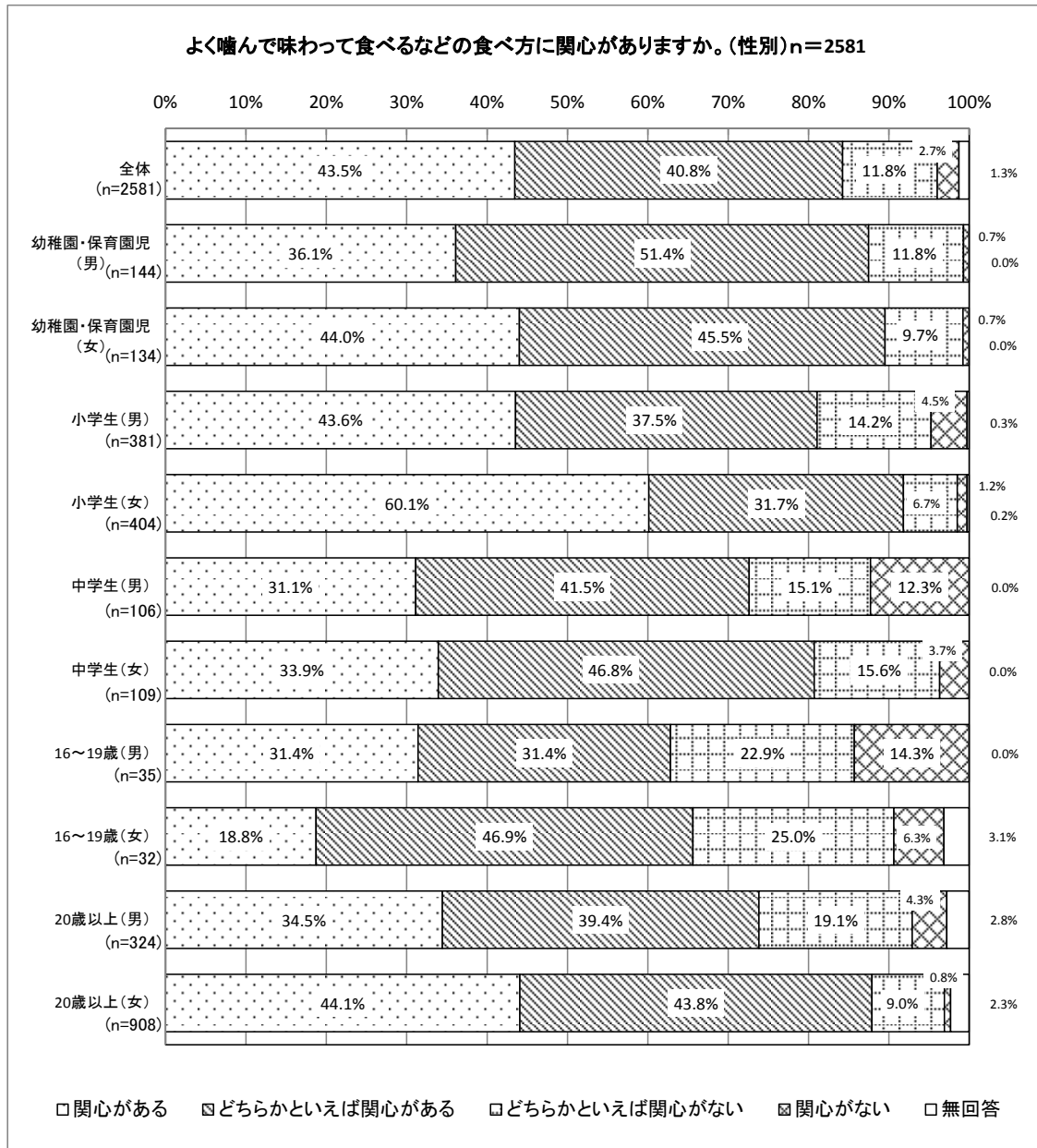
② 内臓脂肪症候群予防のための食事や運動を実践している状況

「はい」と答えた人は、青年期21.5%、壮年期20.4%に比べて、高年期が36.1%と高くなっています。



③ 食べ方への関心度

「関心がある」と答えた人は、16～19歳以外の年代で、女性の方が多くなっています。

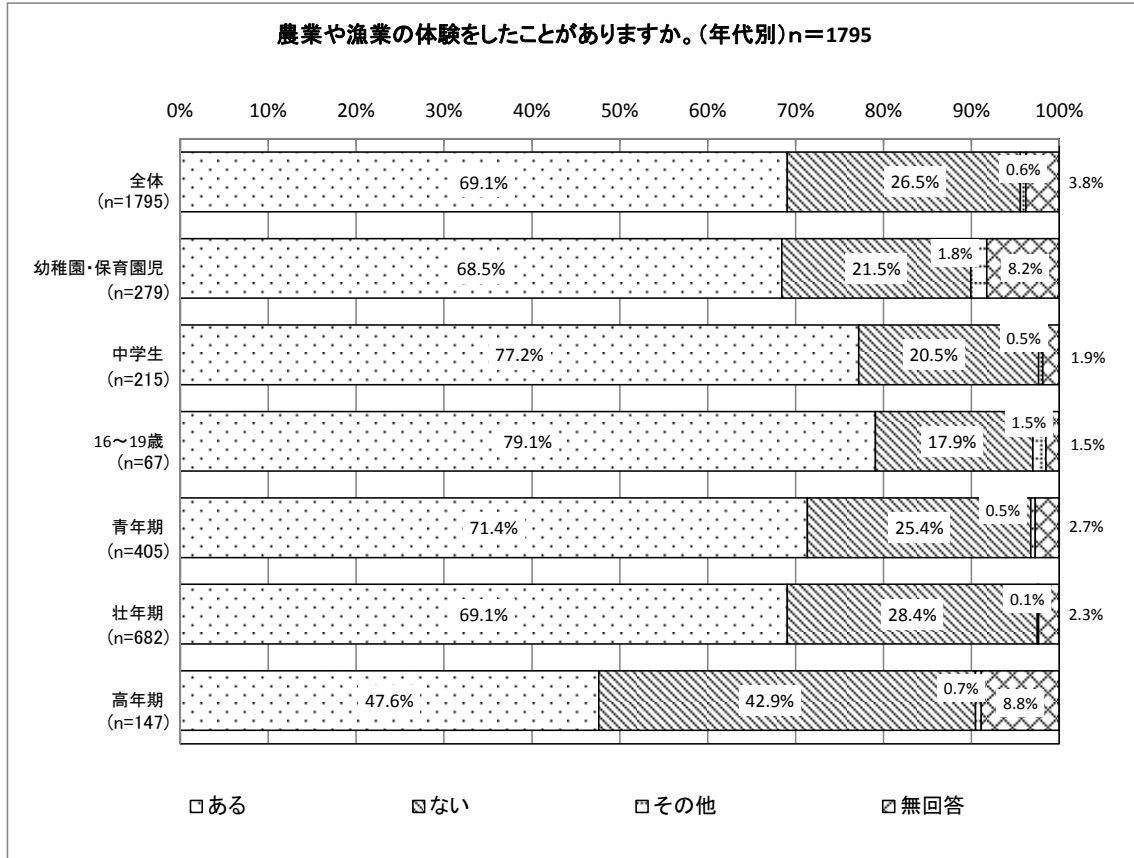


※幼稚園・保育園児と表記があるものは、保護者に質問をし、回答を受けています。

④ 食に関わる体験の有無

「ある」と答えた人は、幼稚園・保育園児で68.5%、中学生77.2%、16~19歳79.1%、青年期71.4%、壮年期69.1%、高年期47.6%です。

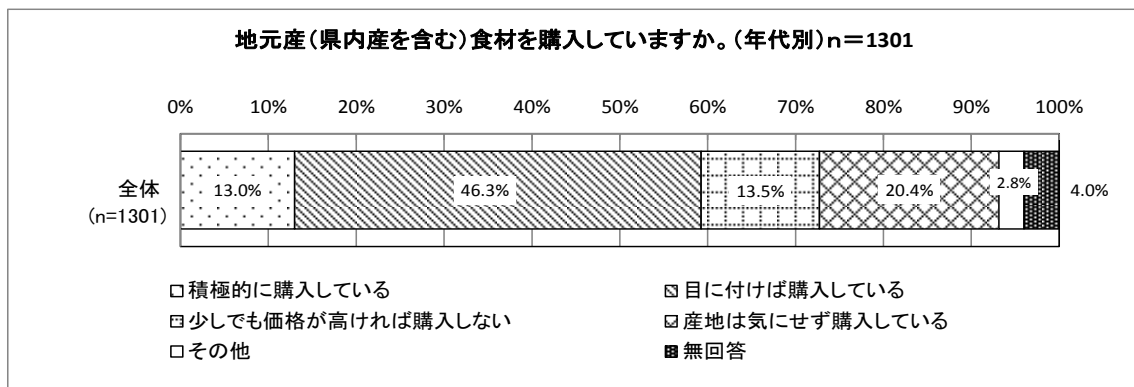
(小学生は学校でのカリキュラムに入っていることから設問なし)



※幼稚園・保育園児と表記があるものは、保護者に質問をし、回答を受けています。

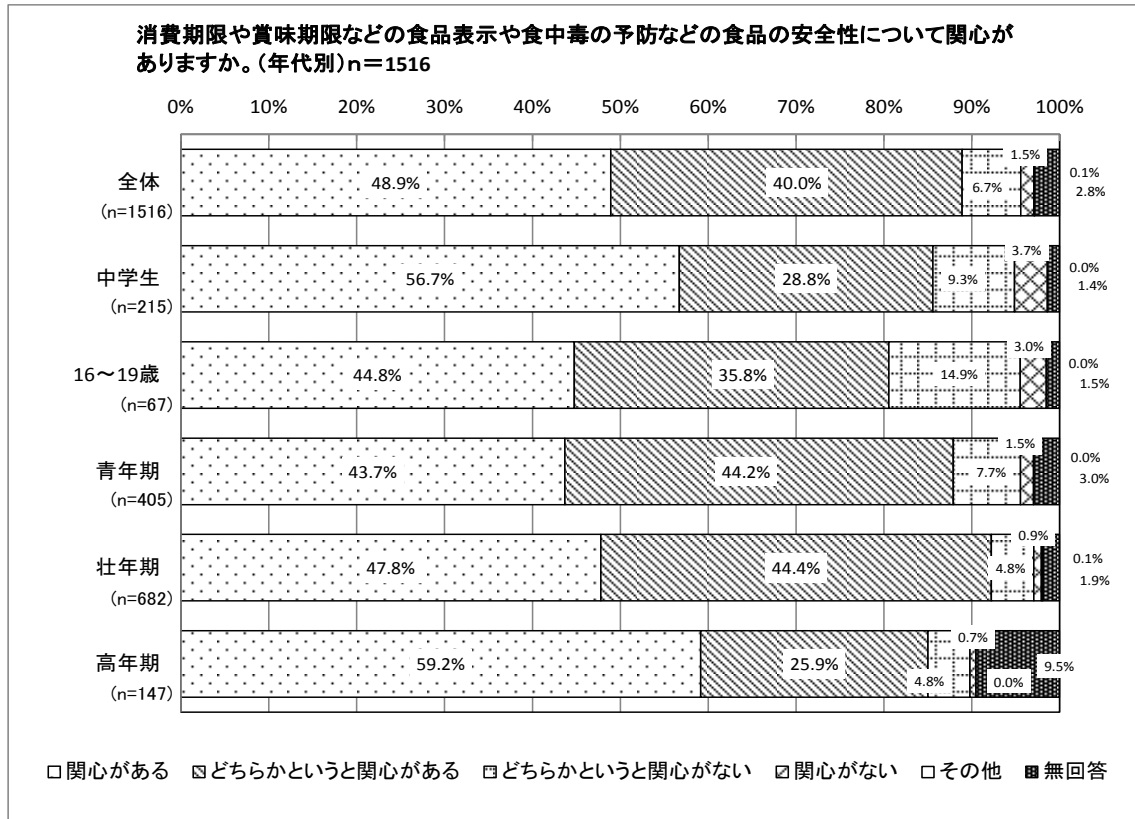
⑤ 地元産食材の使用頻度

「目に付けば購入している」が、最も高く(46.3%)、次いで「産地は気にせず購入している」(20.4%)となっています。



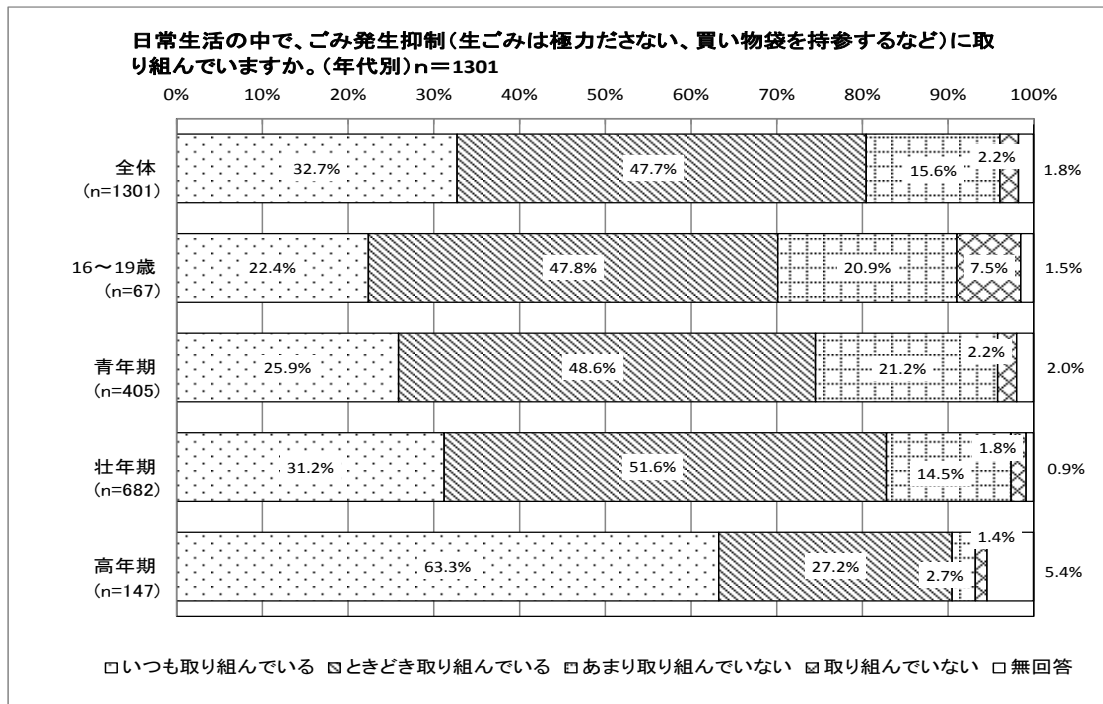
⑥ 食品の安全性についての関心度

「関心がある」と答えた人、高年期(59.2%)で最も高く、次いで中学生(56.7%)となっています。



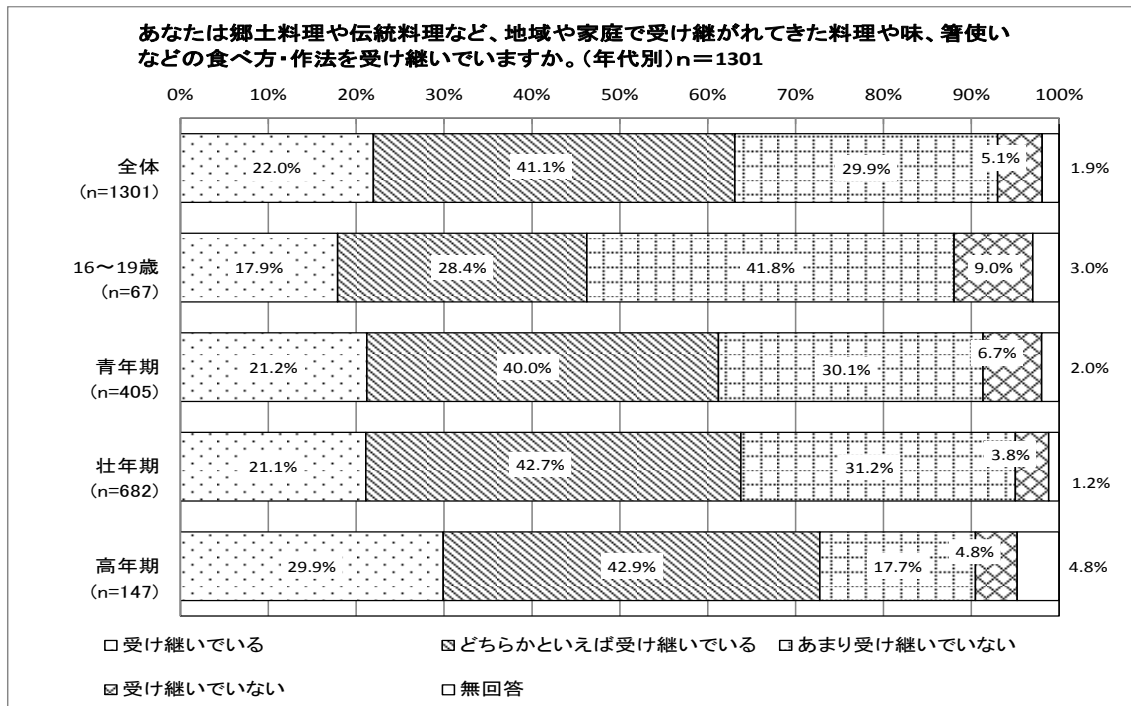
⑦ ごみ発生抑制への意識

年代が上がるにつれて、ごみ発生抑制への意識が高くなっています。



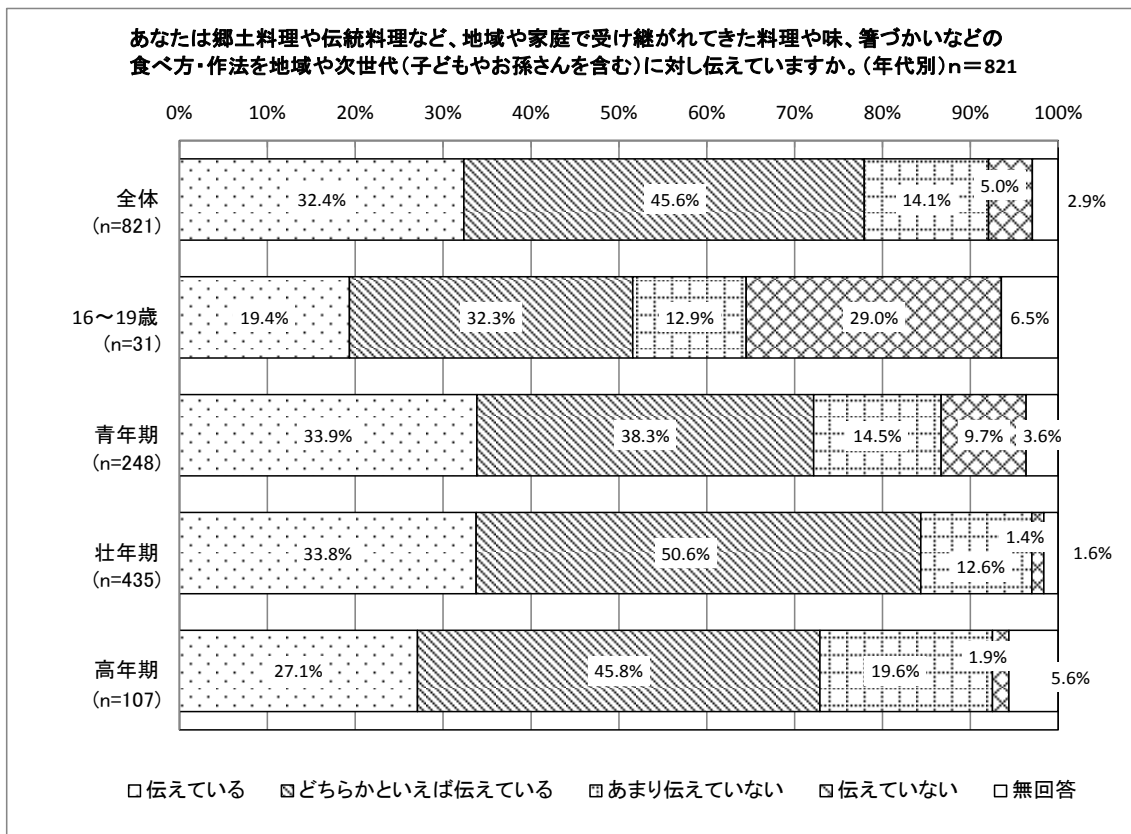
⑧ 伝統的な料理や作法の継承状況

「受け継いでいる」と答えた人は、16～19歳 17.9%、青年期 21.2%、壮年期 21.1%、高年期 29.9%となっています。



※次の質問は、⑧の質問において、「受け継いでいる」「どちらかといえば受け継いでいる」と答えた人に質問しています。

「伝えている」と答えた人は、青年期 33.9%、壮年期 33.8%、高年期 27.1%となっています。

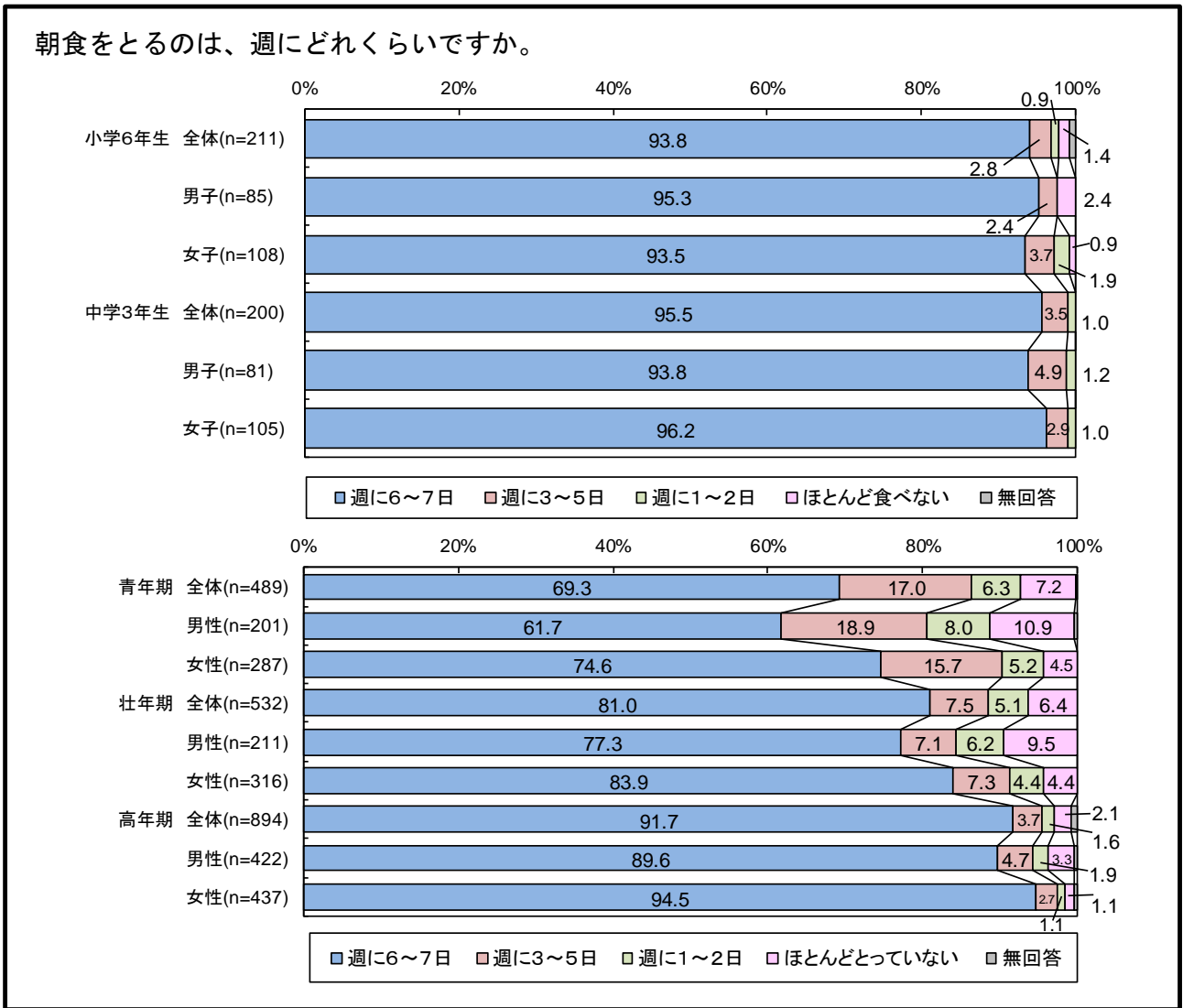


2 その他の統計等からわかること

「鎌倉市健康づくりについての意識調査」(平成27年(2015年)3月実施)からみえること

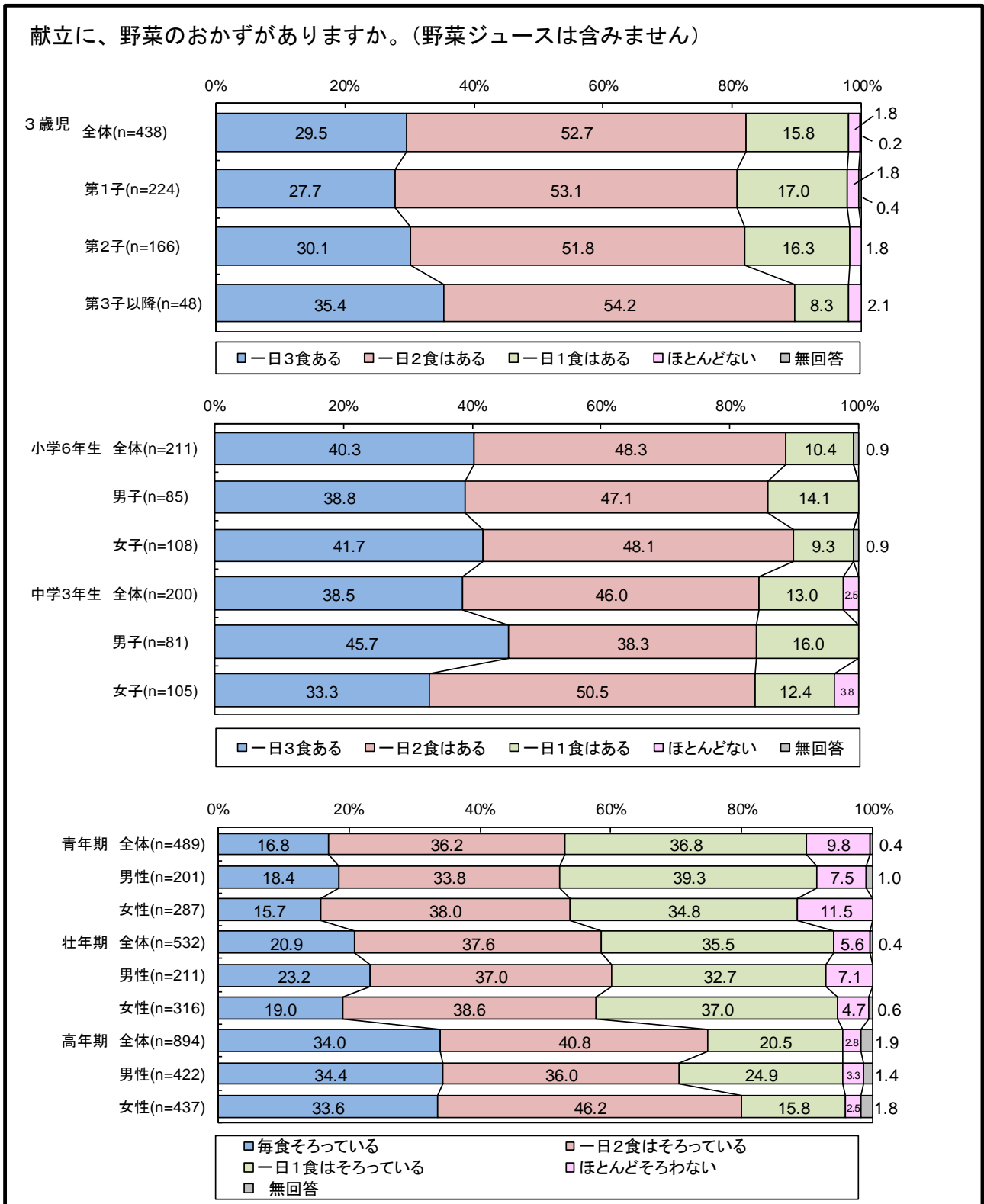
★朝食頻度

小学6年生、中学3年生及び高年期では、「週に6~7日」の人が90%を超えています。青年期・壮年期の男性は「ほとんどとっていない」人が約10%います。



★ 栄養バランスを意識した食生活の状況

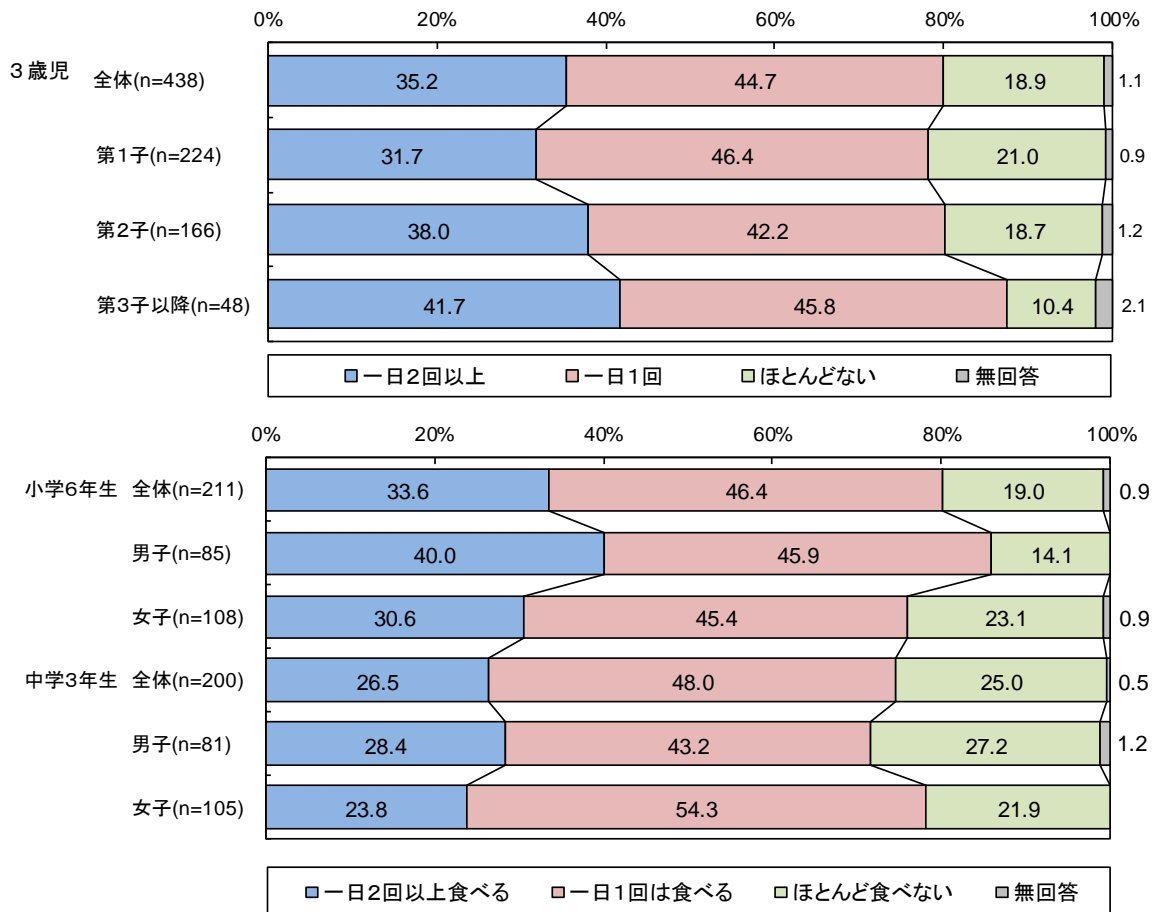
「一日3食ある」及び「一日2食はある」人は、3歳児で82.2%、小学6年生88.6%、中学3年生で84.5%、青年期で53.0%、壮年期で58.5%、高年期で74.8%です。



★ 朝食又は夕食の共食頻度

「一日2回以上」及び「一日1回」の人は、3歳児で79.9%、小学6年生で80.0%、中学3年生で74.5%となっています。

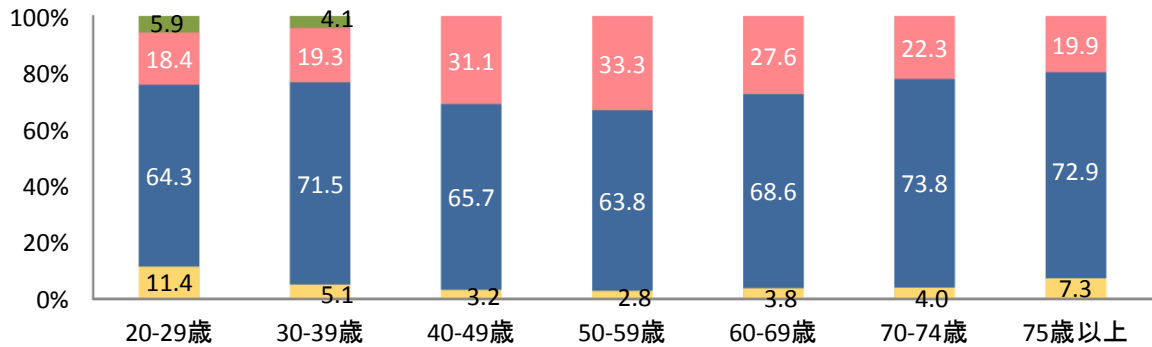
家族そろって、一日に何回食事をしますか。



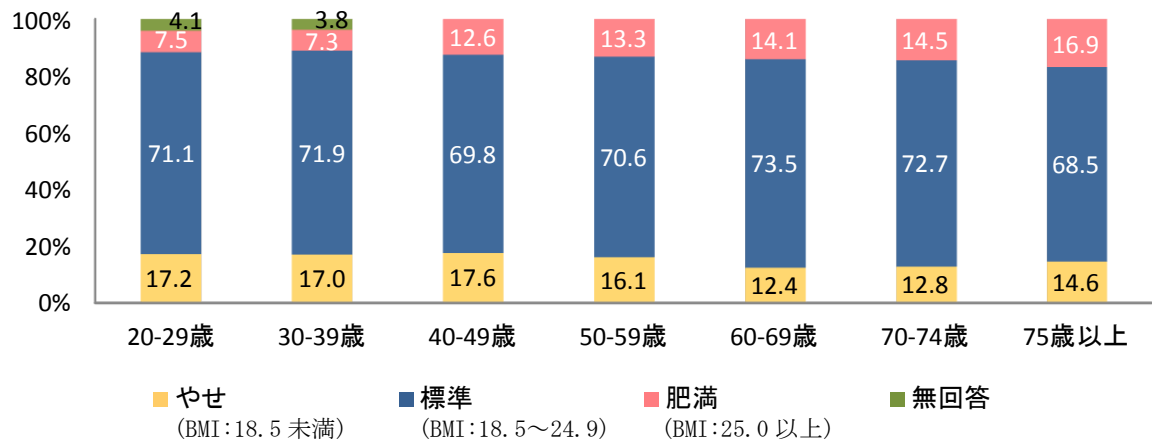
健診結果からみえること



<男性>



<女性>



BMI : Body Mass Index. 身長と体重のバランスを表す体格指数。体重 (kg) を身長 (m) の2乗で割ったもの。
 キット健診 (20~38歳の偶数年齢の女性及び鎌倉市国民健康保険加入の男性を対象とした郵送による健診)、鎌倉市
 国保特定健診 (40~74歳の鎌倉市国民健康保険加入者を対象とした健診)、後期高齢者健診 (75歳以上を対象とした
 健診) の結果から算出。
 ※データは全て、市民健康課・保険年金課 (平成24年(2012年)~28年(2016年))