

# 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	市民意識調査について	2
第2章	鎌倉市の食の現状と課題	
1	現状	3
	「食と健康に関するアンケート調査」からみえる食の現状	3
	統計からみえる健康の現状	8
2	現状と課題のまとめ	13
第3章	第1期鎌倉食育推進計画の状況	
1	これまでの取り組みの成果と課題	14
2	成果と課題のまとめ	17
第4章	第2期鎌倉食育推進計画について	
1	国、県の動向について	18
2	第2期鎌倉食育推進計画の方向性	18
3	基本理念、めざす姿（目標）、取り組みの柱	19
4	第2期鎌倉食育推進計画の体系	21
5	基本施策、指標、主な事業	23
	取り組みの柱1 食をとおした健康づくり	23
	取り組みの柱2 食をとおした人づくり	25
	取り組みの柱3 食でつなぐ地域づくり	27
	取り組みの柱4 食からはじめる環境づくり	29
第5章	計画の進行管理	
1	鎌倉市食育推進会議	31
2	庁内の連携と施策の推進	31
3	行動計画と実績報告	31
4	アンケート調査等	31
	計画策定のための体制と経過	32
	用語解説	36

# 第1章 計画の概要

## 1 計画改定の趣旨

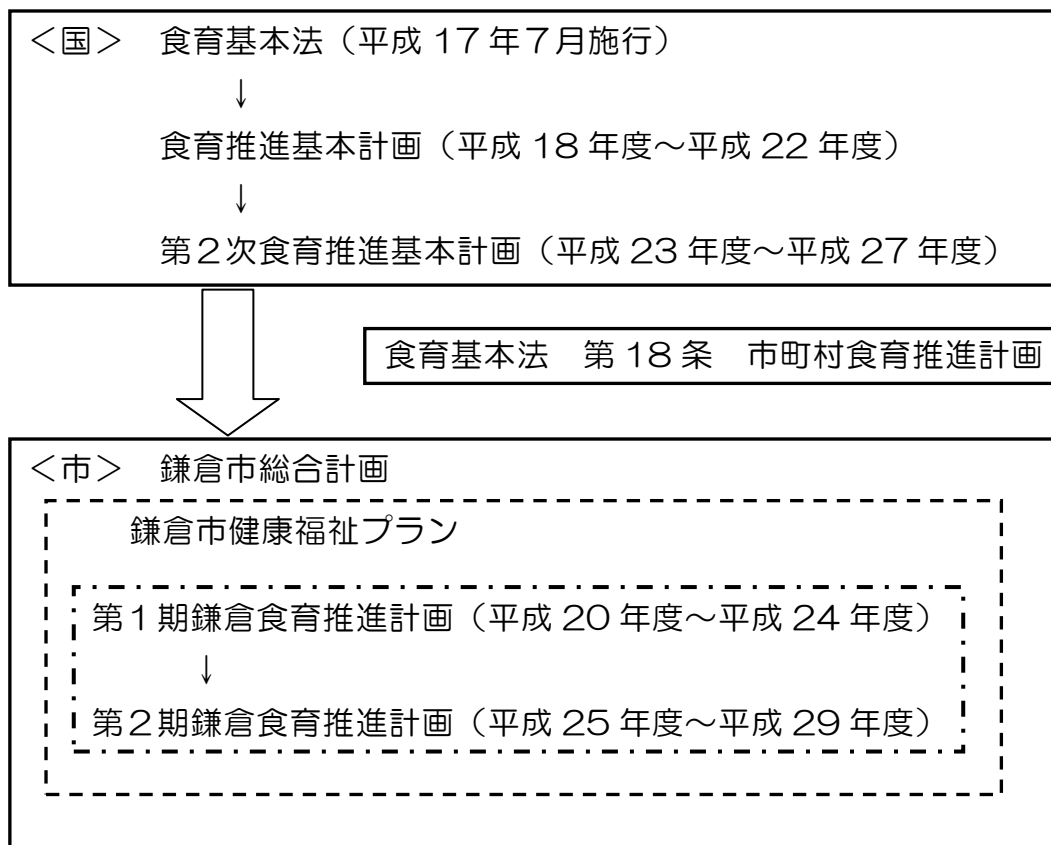
鎌倉市では、平成 17 年の食育基本法の制定をうけ、平成 20 年度から 24 年度までの5年間を計画期間として、食育に関する施策を総合的かつ計画的に推進していくため、平成 20 年 3 月に第 1 期鎌倉食育推進計画を策定し、食育に取り組んできました。

その結果、市民の方の食に関する意識の向上が図られたものと考えています。今年度で計画期間は終了しますが、今後とも一層の食育の推進を図っていくため、第 2 期鎌倉食育推進計画を策定します。

## 2 計画の位置づけ

本計画は、第 1 期鎌倉食育推進計画（平成 20 年 3 月策定）に引き続き、食育基本法（平成 17 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「鎌倉市健康福祉プラン」など他の行政計画と連携するものです。



### 3 計画期間

本計画の期間は、平成 25 年度から平成 29 年度までの 5 年間です。

計画期間の最終年である平成 29 年度には見直しを行い、本市における食育の評価をしながら、その後の計画について考えていくこととします。

なお、社会情勢の変化などによって、計画期間内においても見直しが必要になった場合には、随時見直しを行います。

### 4 市民意識調査について

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得るために「食と健康に関するアンケート調査」を行いました。

アンケートは、未就学児（保護者回答）から 70 歳代までの市民を対象に調査票を 3 種類作成し、基本情報（属性）、食の状況、健康観、身体活動や休養等の生活習慣などの調査を実施しました。

調 査 名	食と健康に関するアンケート調査
対象及び人数	住民基本台帳上での、調査対象年齢区分から無作為に選んだ 3,000 人 ①保育園・幼稚園年長組（5 歳～6 歳）の保護者 600 人 ②小学校 3 年生（8 歳～9 歳） 600 人 ③小学校 6 年生（11 歳～12 歳） 600 人 ④中学校 2 年生（13 歳～14 歳） 300 人 ⑤中学校 3 年生（14 歳～15 歳） 300 人 ⑥20 歳～70 歳代（20 歳～79 歳）*①の対象者を除く 600 人
回 答 人 数	1,208 人（回収率 40.3%）
調 査 方 法	郵送配布・郵送回収
調 査 期 間	平成 23 年 1 月 27 日～平成 23 年 2 月 7 日



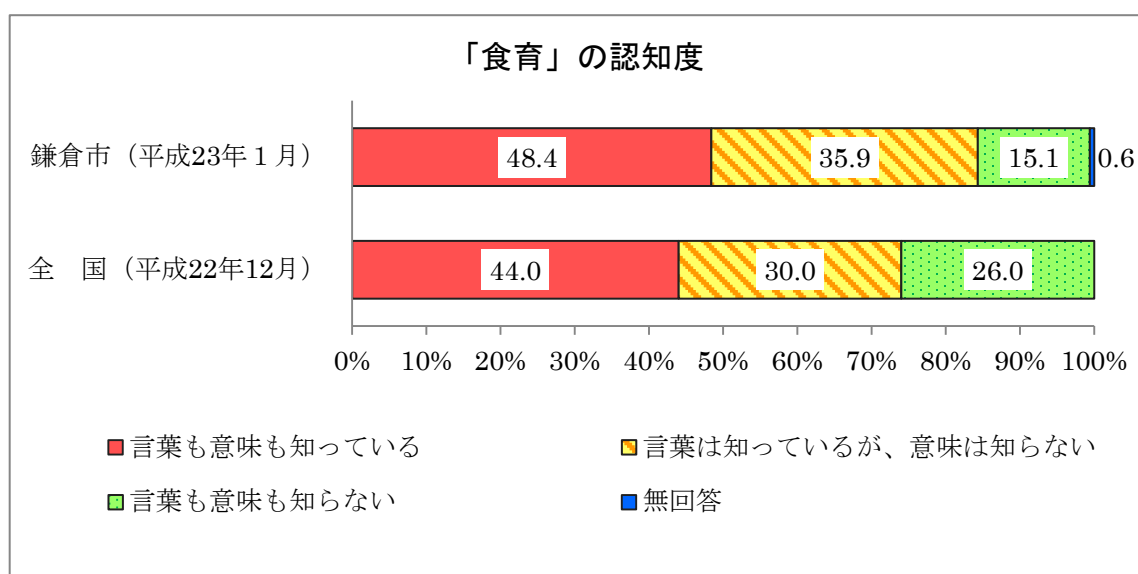
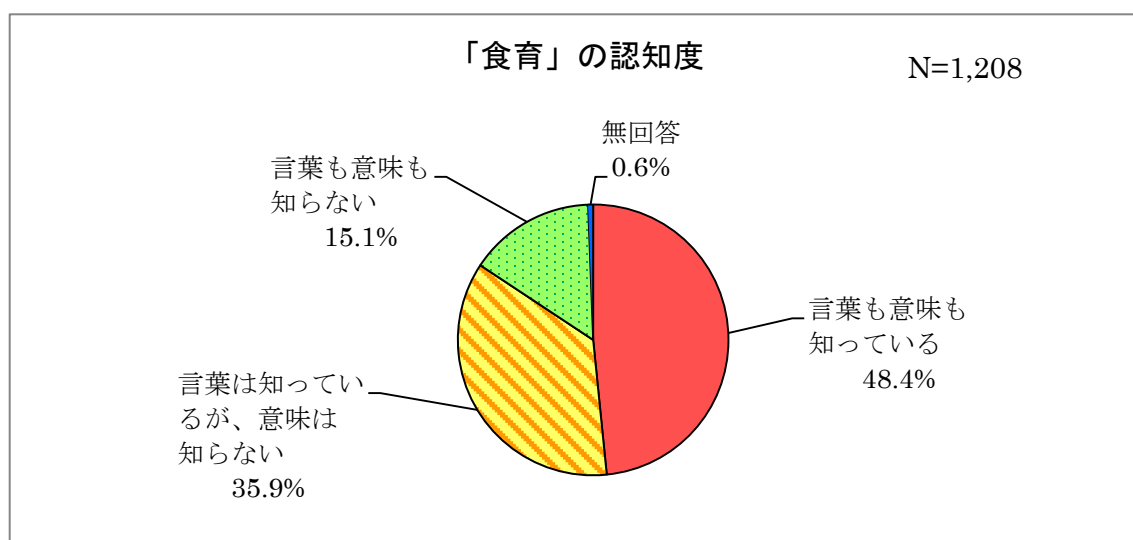
## 第2章 鎌倉市の食の現状と課題

### 1 現状

#### 「食と健康に関するアンケート調査」(平成23年1月実施) からみえる食の現状

##### ① 「食育」の認知度

「食育」という言葉を知っている人(「言葉も意味も知っている」と「言葉は知っているが、意味は知らない」)の割合は84.3%で、全国(74.0%)と比較して高い傾向にあります。

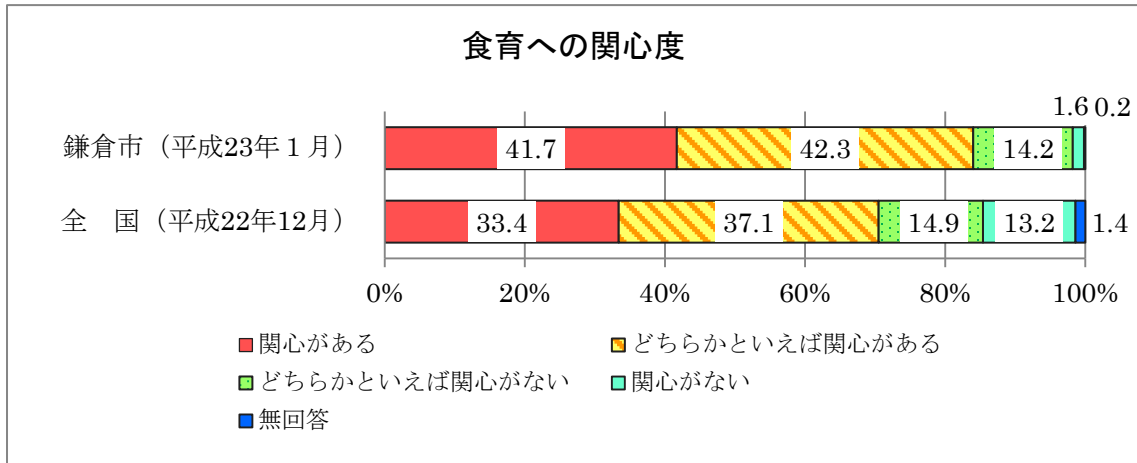
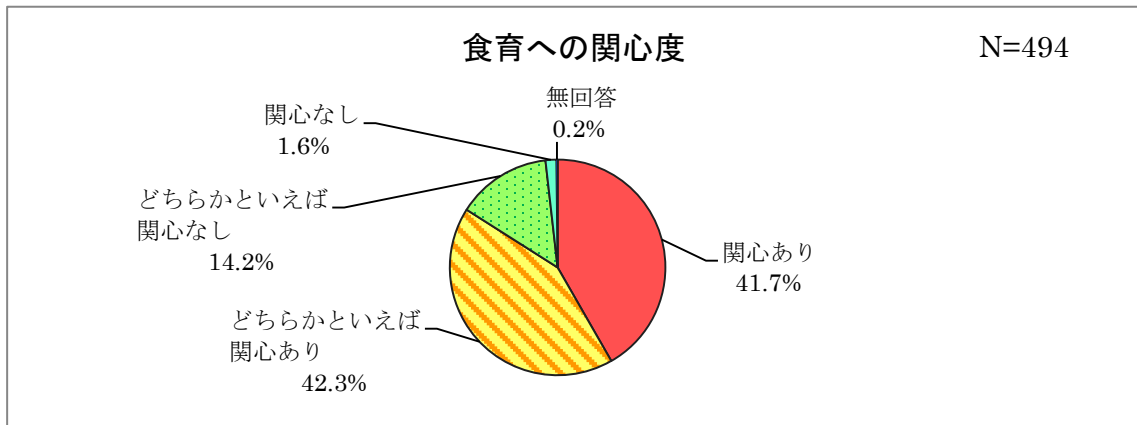


※全国 (平成22年12月) : 内閣府 食育の現状と意識に関する調査より (N=1,853)

## ② 「食育」への関心度

「食育」に関心がある人（「関心がある」と「どちらかといえば関心がある」）の割合は 84.0% で、全国（70.5%）と比較して高い傾向にあります。

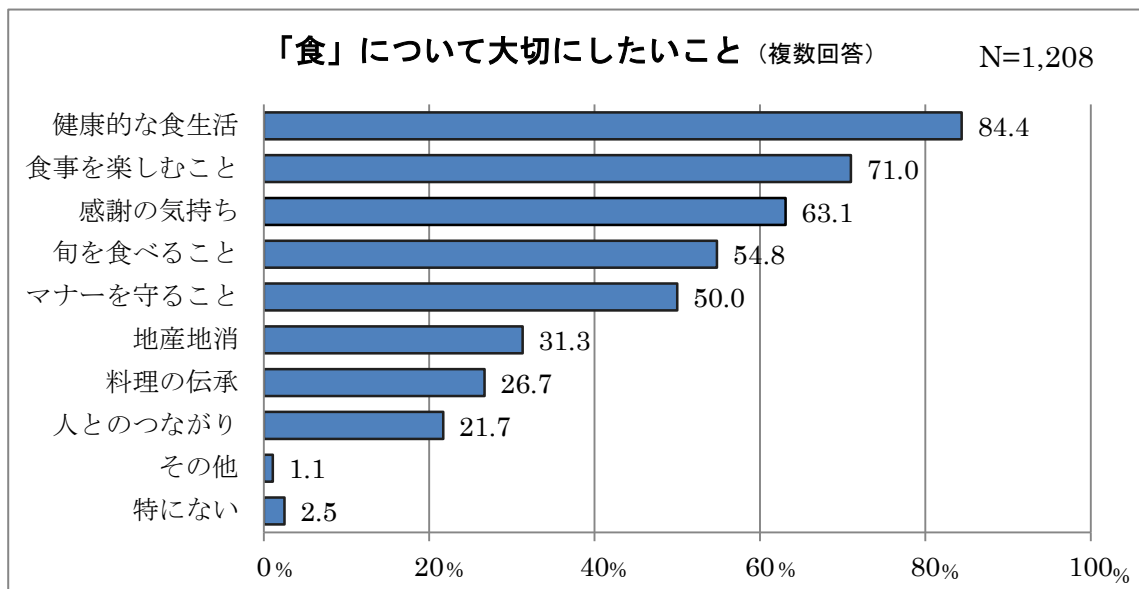
（保育園・幼稚園年長組（5歳～6歳）の保護者と20歳～70歳代への設問）



※全国（平成22年12月）：内閣府 食育の現状と意識に関する調査より（N=1,853）

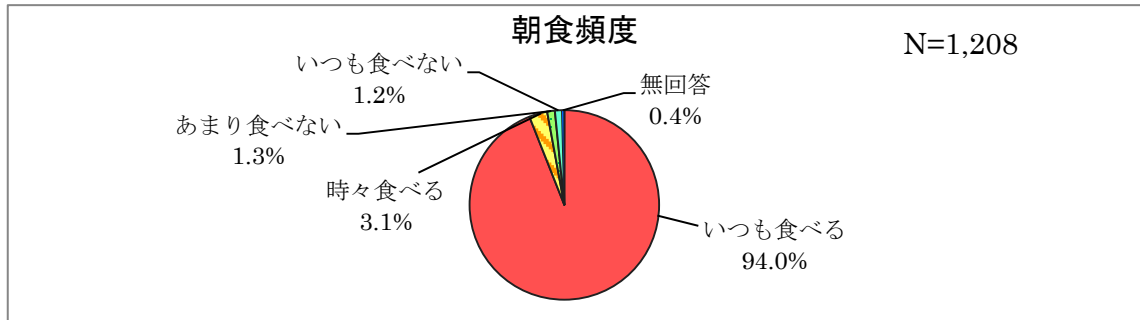
## ③ 「食」について大切にしたいこと

「食」について大切にしたいことは、「健康的な食生活」、「食事を楽しむこと」、「感謝の気持ち」の順となっています。

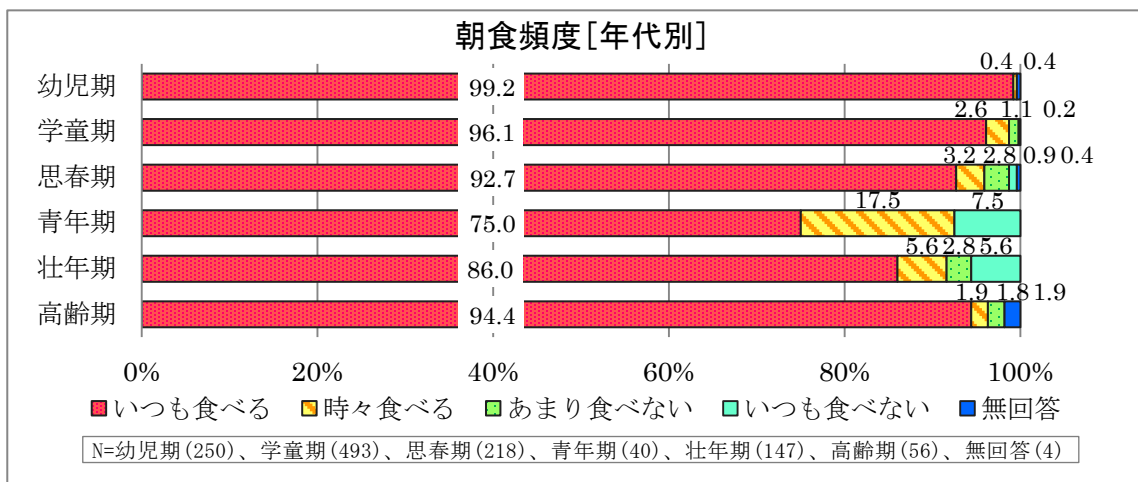


#### ④ 朝食頻度

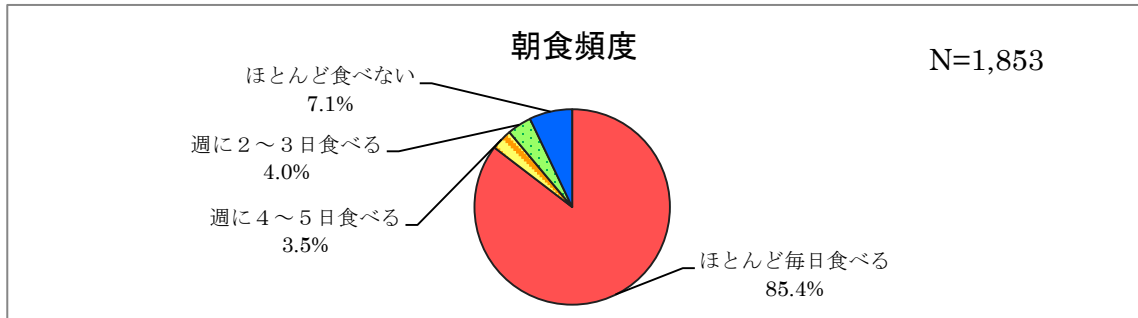
朝ごはんをいつも食べている人の割合は 94.0%です。世代別にみると、青年期が 75.0%、壮年期が 86.0%と、他の年代に比べて低い結果となっています。



<年代別>



<参考：全国>

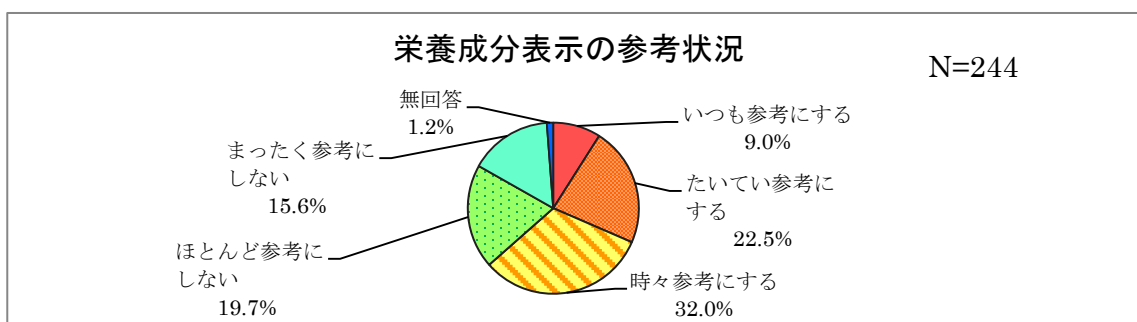


出典：(平成 22 年 12 月) 内閣府 食育の現状と意識に関する調査

#### ⑤ 栄養成分表示の参考状況

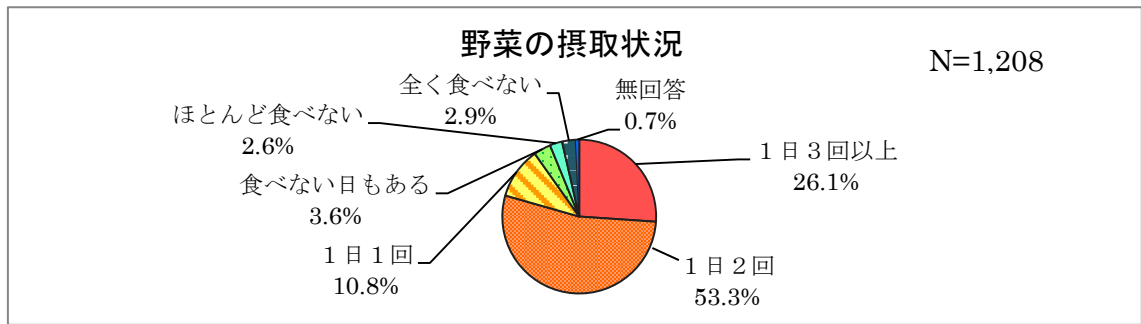
外食でメニューを選ぶ際などに、栄養成分表示を参考にしている人(「いつも参考にする」と「たいてい参考にする」)の割合は、31.5%です。

(20歳~70歳代への設問)



⑥ 野菜の摂取状況

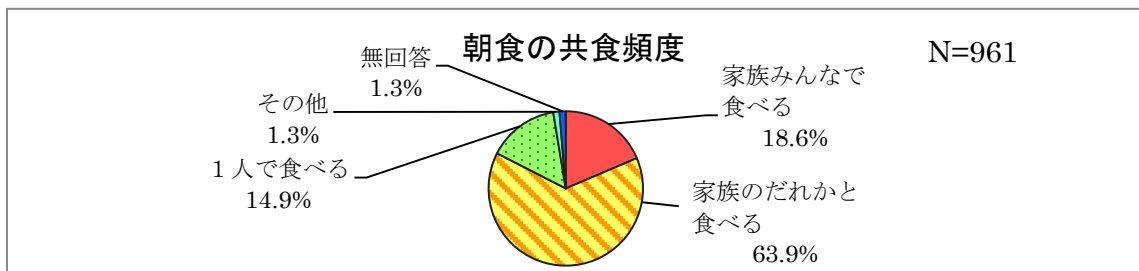
1日3回以上野菜を食べている人の割合は、26.1%です。



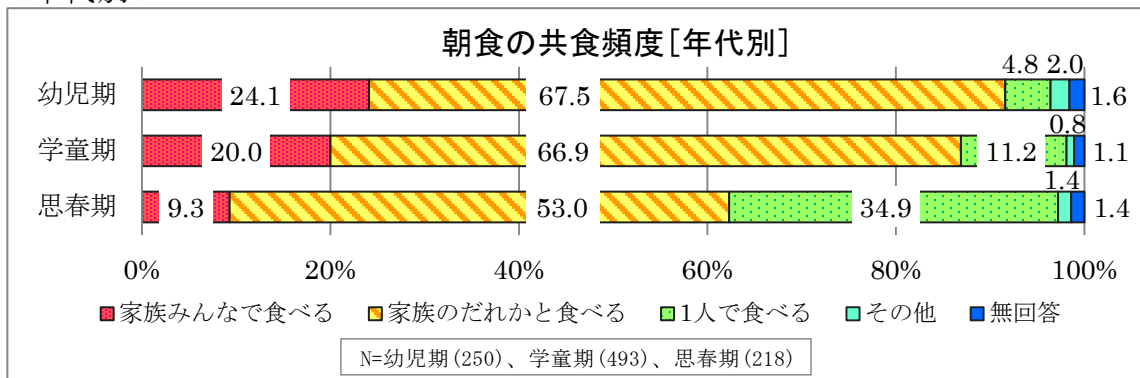
⑦ 朝食の共食頻度

朝ごはんをだれかと一緒に食べる子（「家族みんなで食べる」と「家族のだれかと食べる」）の割合は82.5%です。年代別にみると、思春期が62.3%で、他の世代に比べて低い結果となっています。

（保育園・幼稚園年長組（5歳～6歳）の保護者と小学校3・6年生と中学2・3年生への設問）



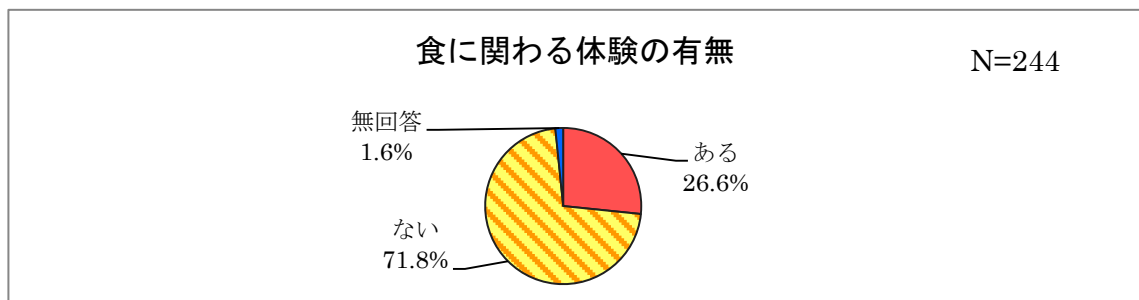
<年代別>



⑧ 食に関わる体験の有無

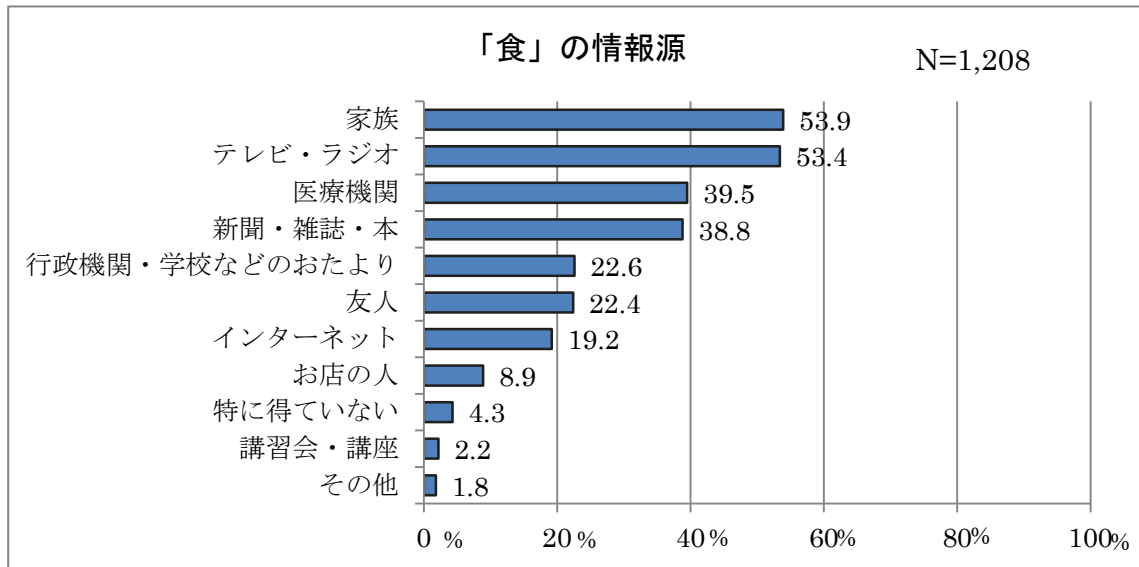
自宅や市民農園等で野菜などを育てている人の割合は、26.6%です。

（20歳～70歳代への設問）



⑨ 「食」の情報源

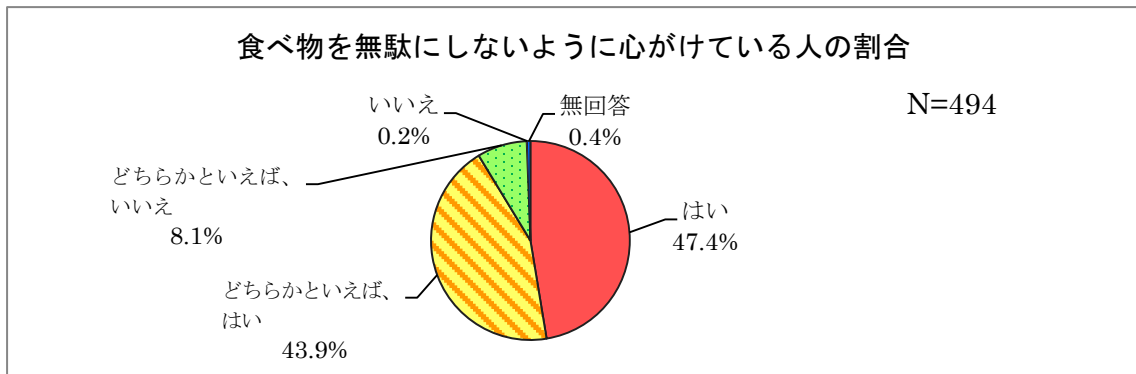
「食」についての情報源は、「家族」「テレビ・ラジオ」「医療機関」の順となっています。



⑩ 食べ物を無駄にしないように心がけている人の割合

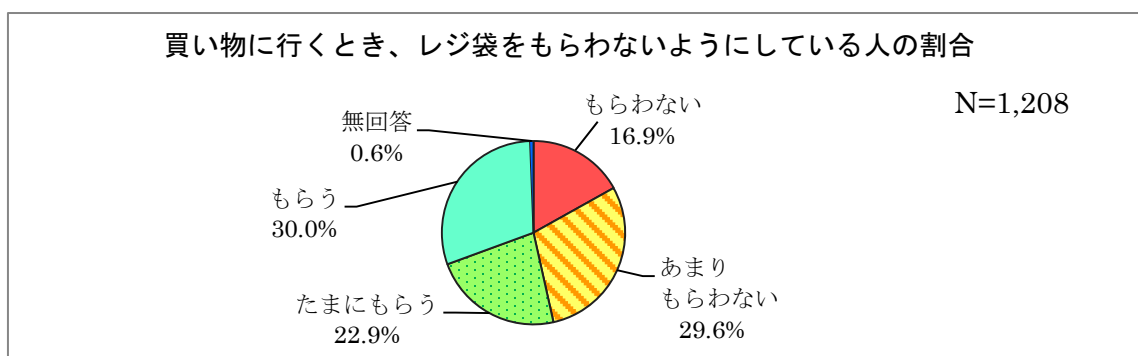
食べ物を無駄にしないように心がけている人(「はい」と「どちらかといえば、はい」)の割合は、全体で91.3%です。

(保育園・幼稚園年長組(5歳~6歳)の保護者と20歳~70歳代への設問)



⑪ ゴミ削減への意識

買い物に行くとき、レジ袋をもらわないようにしている人(「もらわない」と「あまりもらわない」)の割合は、46.5%です。



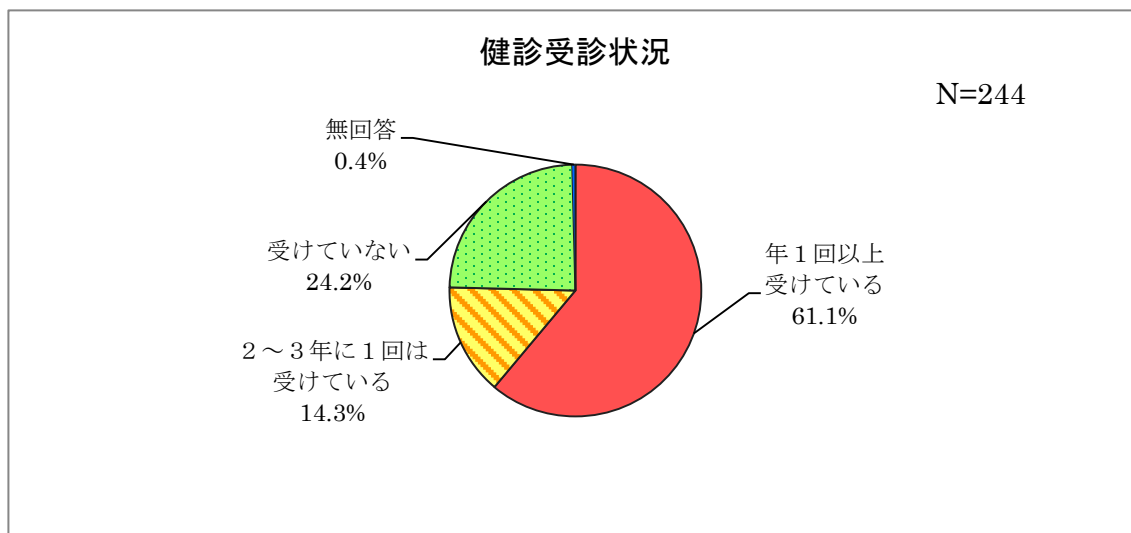


★ 健康への意識について

① 健診を受けているか

職場や市の健診を「年1回以上受けている」人の割合は、6割以上です。

(20歳～70歳代への設問)

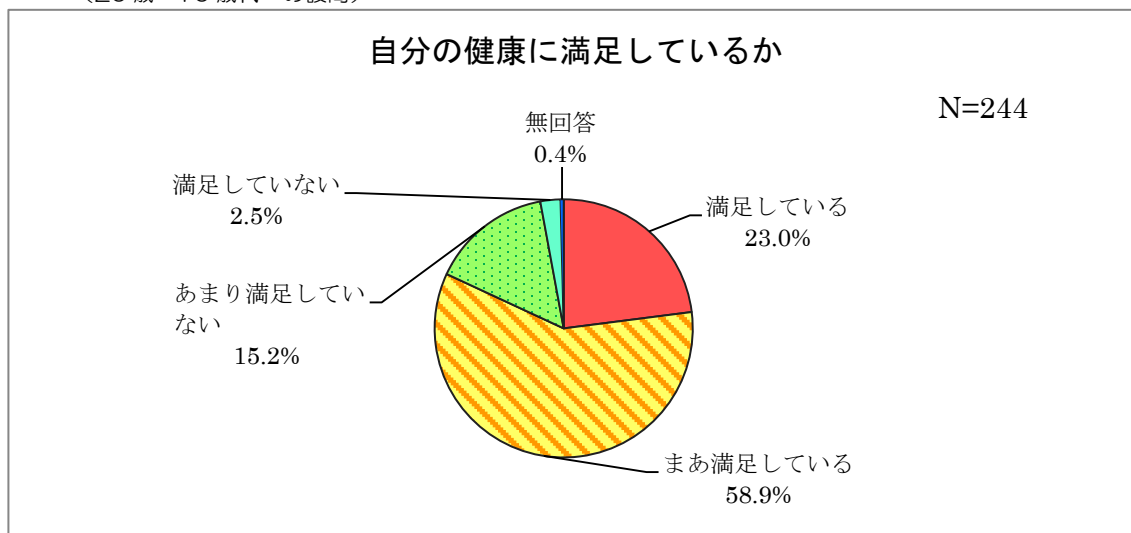


出典：「食と健康に関するアンケート調査」(平成23年1月実施)

② 自分の健康状態に満足しているか

「満足している」「まあ満足している」人の割合は、8割以上です。

(20歳～70歳代への設問)



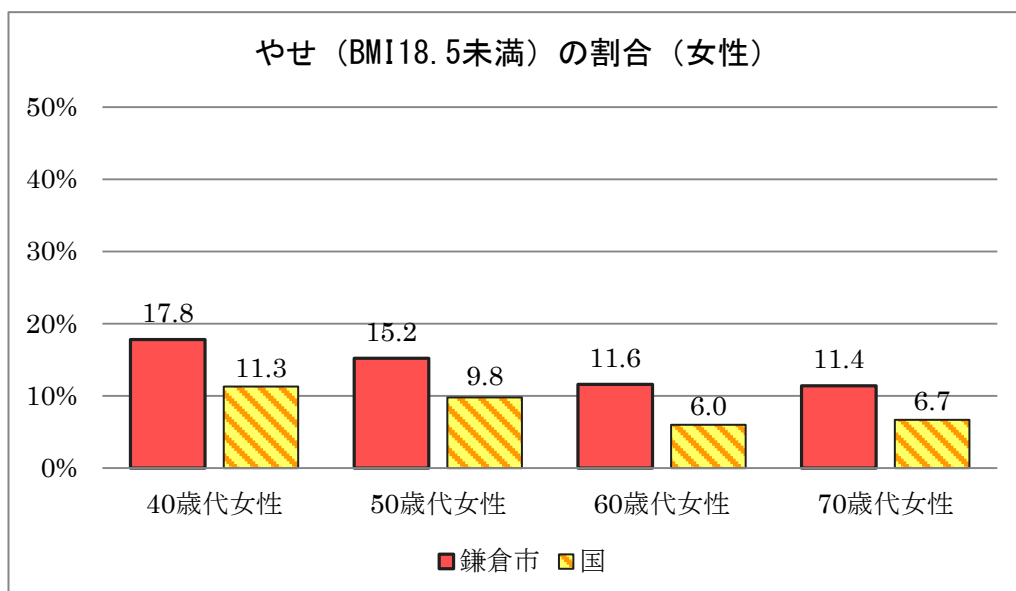
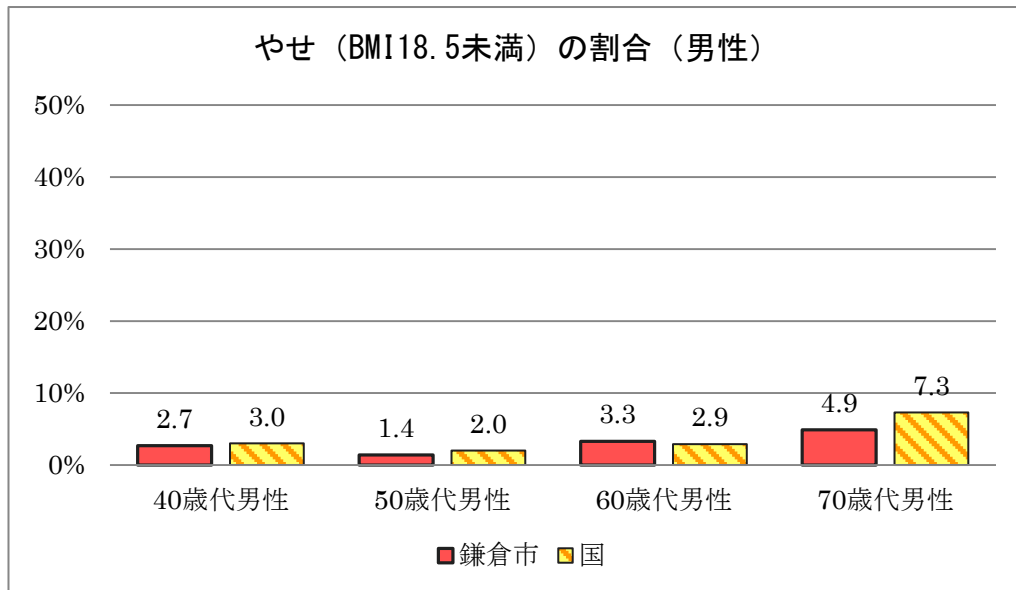
出典：「食と健康に関するアンケート調査」(平成23年1月実施)

## ★健康診査結果からみた体型

鎌倉市で実施した「平成 22 年度の国保特定健診及びキット健診」と厚生労働省が実施した「平成 22 年国民健康・栄養調査」の結果から、体型を比較しています。

### ① やせの割合（男・女）

「やせ（BMI が 18.5 未満）」の割合は、男性は市も国も 3% 前後です。女性は市の方がやせの比率が高く、全国の 1.5 倍になっています。

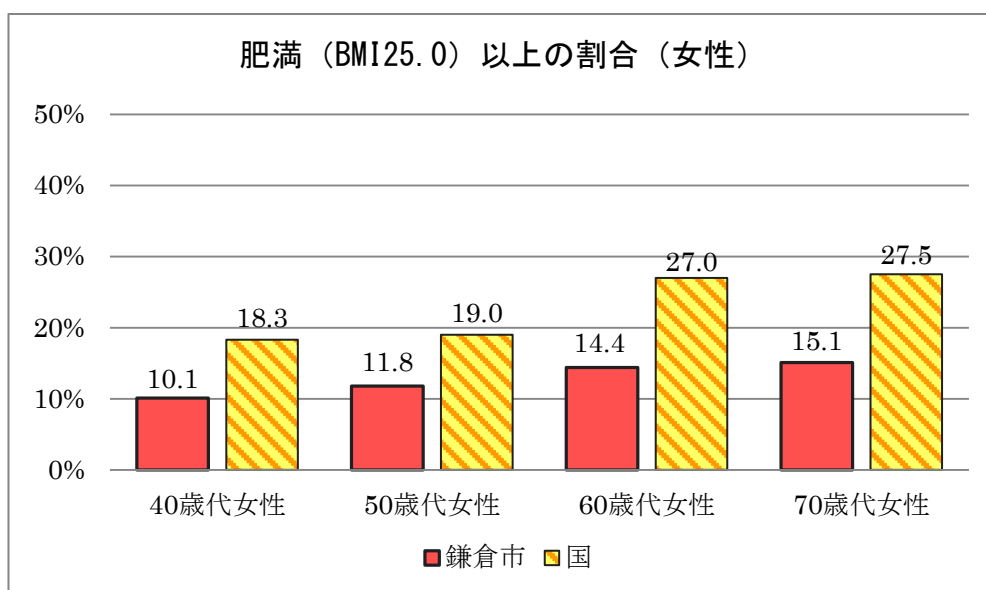
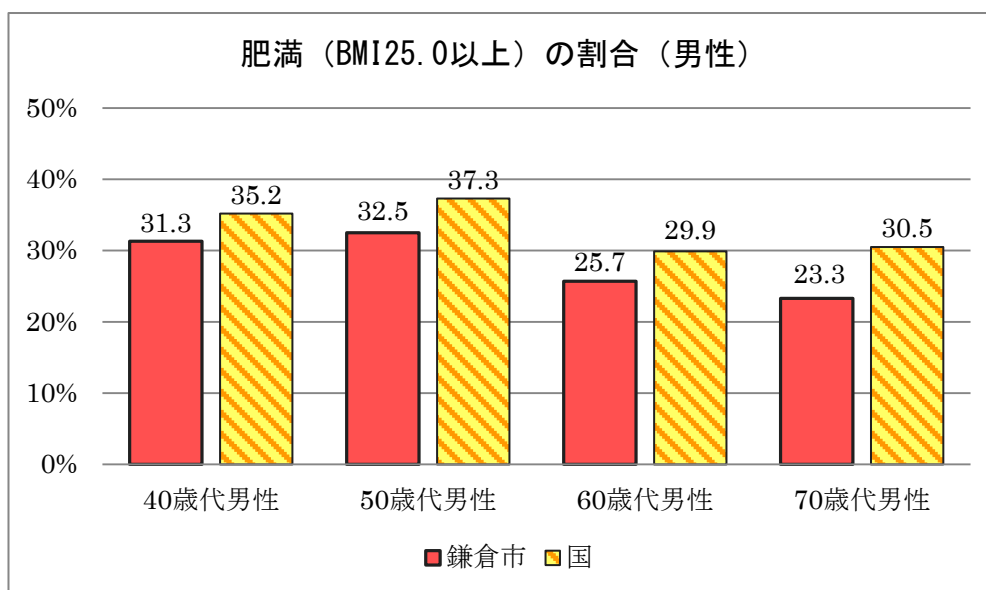


出典：平成 22 年度国保特定健診結果（鎌倉市）

平成 22 年国民健康・栄養調査（全国）

## ② 肥満の割合（男・女）

「肥満（BMIが25.0以上）」については、40歳代・50歳代の男性の3人に1人は「肥満」です。男性女性ともに、全年代で全国より割合が低い状況です。



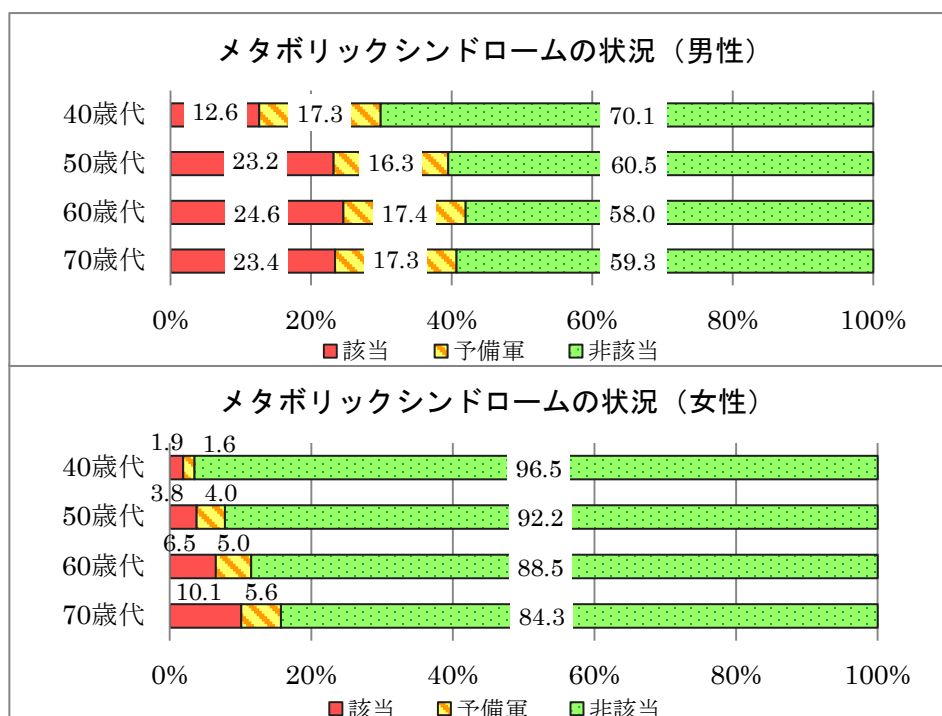
出典：平成22年度国保特定健診結果（鎌倉市）

平成22年国民健康・栄養調査（全国）

※男性は、全国と比べると、やせも肥満も少ない状況です。女性は、全国と比べると、やせは多く肥満は少ない状況です。ただし、男性は3割前後の方が肥満の状況で、女性は1割（40歳代は2割弱）の方がやせの状況です。

### ③ メタボリックシンドローム該当者・予備軍の状況

男性では3割以上、女性では1割前後の方が、メタボリックシンドローム該当者または予備軍に該当しています。

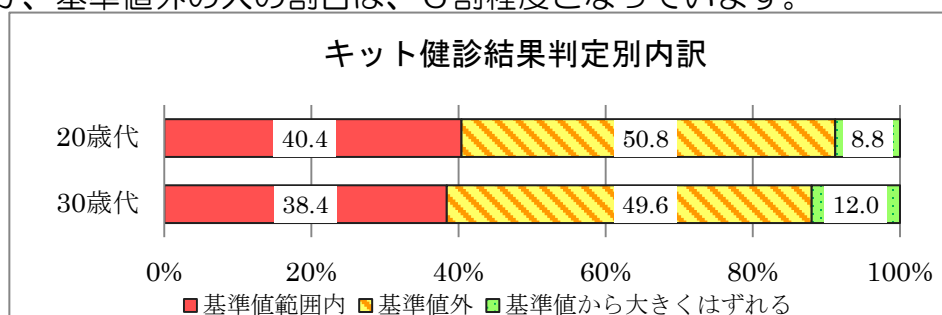


出典：平成22年度国保特定健診結果（鎌倉市）

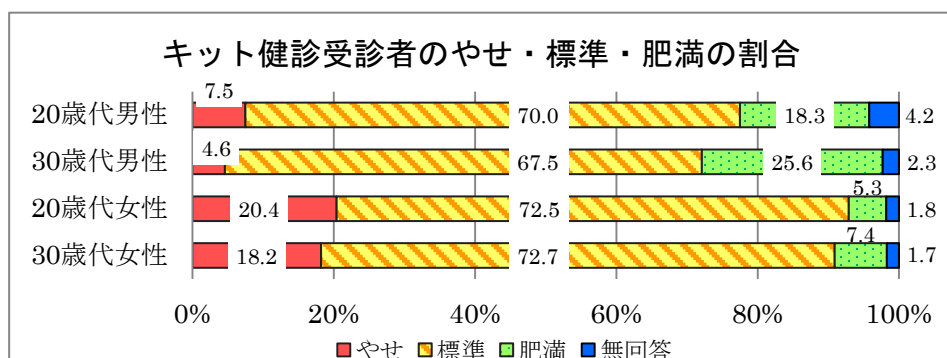
### ④ キット健診結果の内訳

鎌倉市では、20歳からの成人健診事業の一つとして、20歳以上40歳未満の方を対象としたキット健診を実施しています。

平成22年度キット健診の検査項目（身長・体重・腹囲、血圧、血液検査）が、基準値外の方の割合は、6割程度となっています。



キット健診受診者のうち、男性では肥満の割合が2割前後、女性ではやせの割合が2割前後となっています。

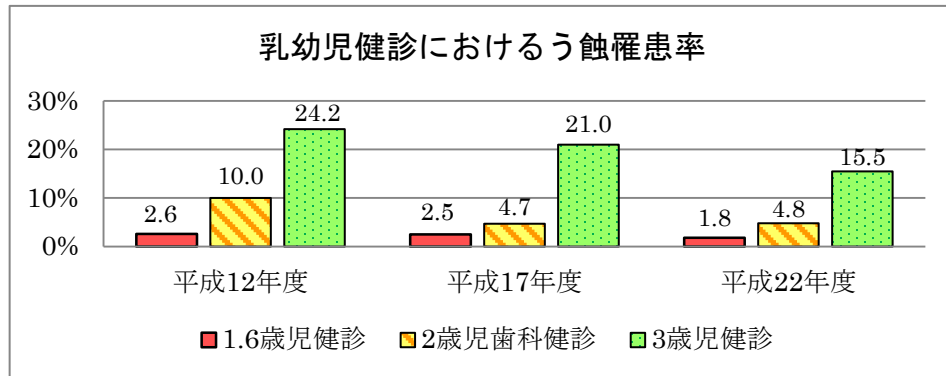


※やせ・標準・肥満の割合は、キット健診受診時に、本人が申告した身長・体重の値から算出しています。

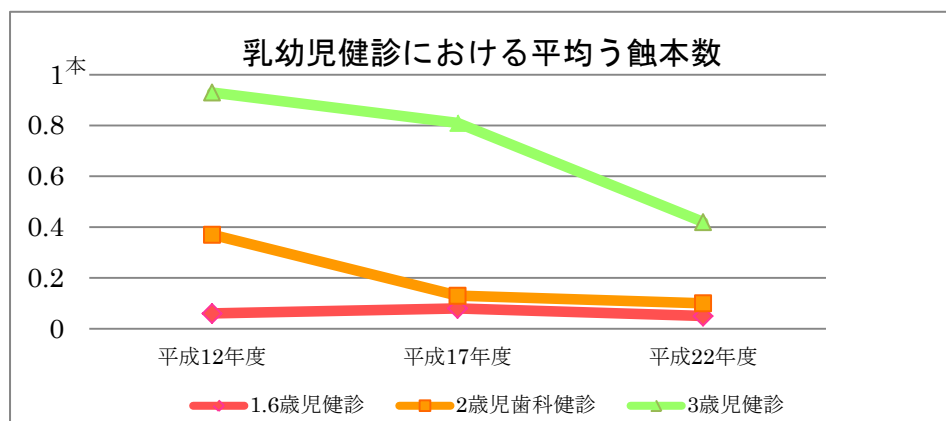
## ★ 歯の健康

### ① 乳幼児健康診査におけるう蝕の状況について

う蝕罹患率（むし歯にかかっている子どもの割合）及び1人あたりの平均う蝕（虫歯）本数は、平成17年度に比べて減少しています。



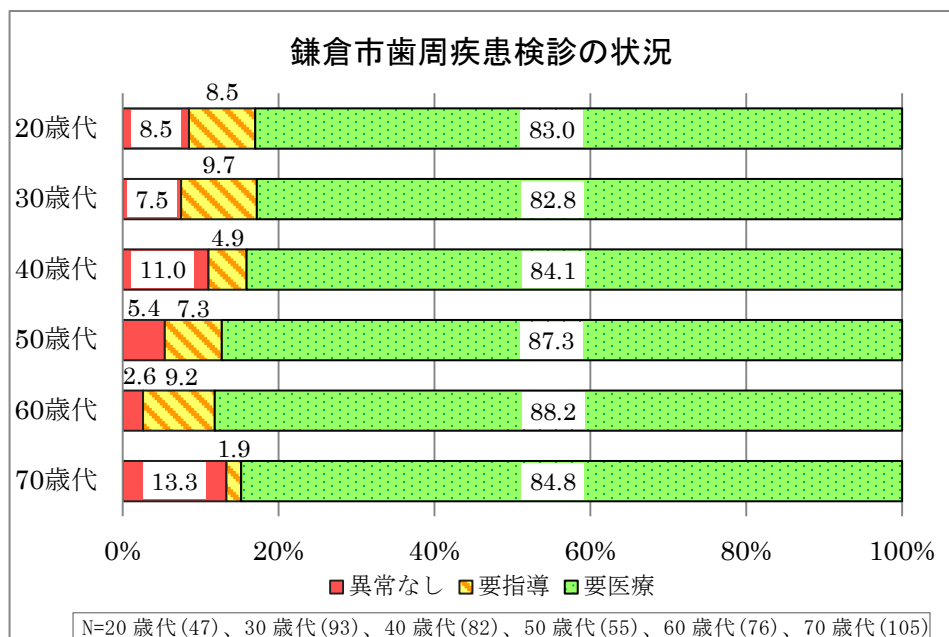
出典：市町村母子保健報告（平成12・17・22年度）



出典：市町村母子保健報告（平成12・17・22年度）

### ② 鎌倉市歯周疾患検診の状況

平成22年に実施した歯周疾患検診の結果から、どの年代も8割以上の方が、要医療の判定を受けています。

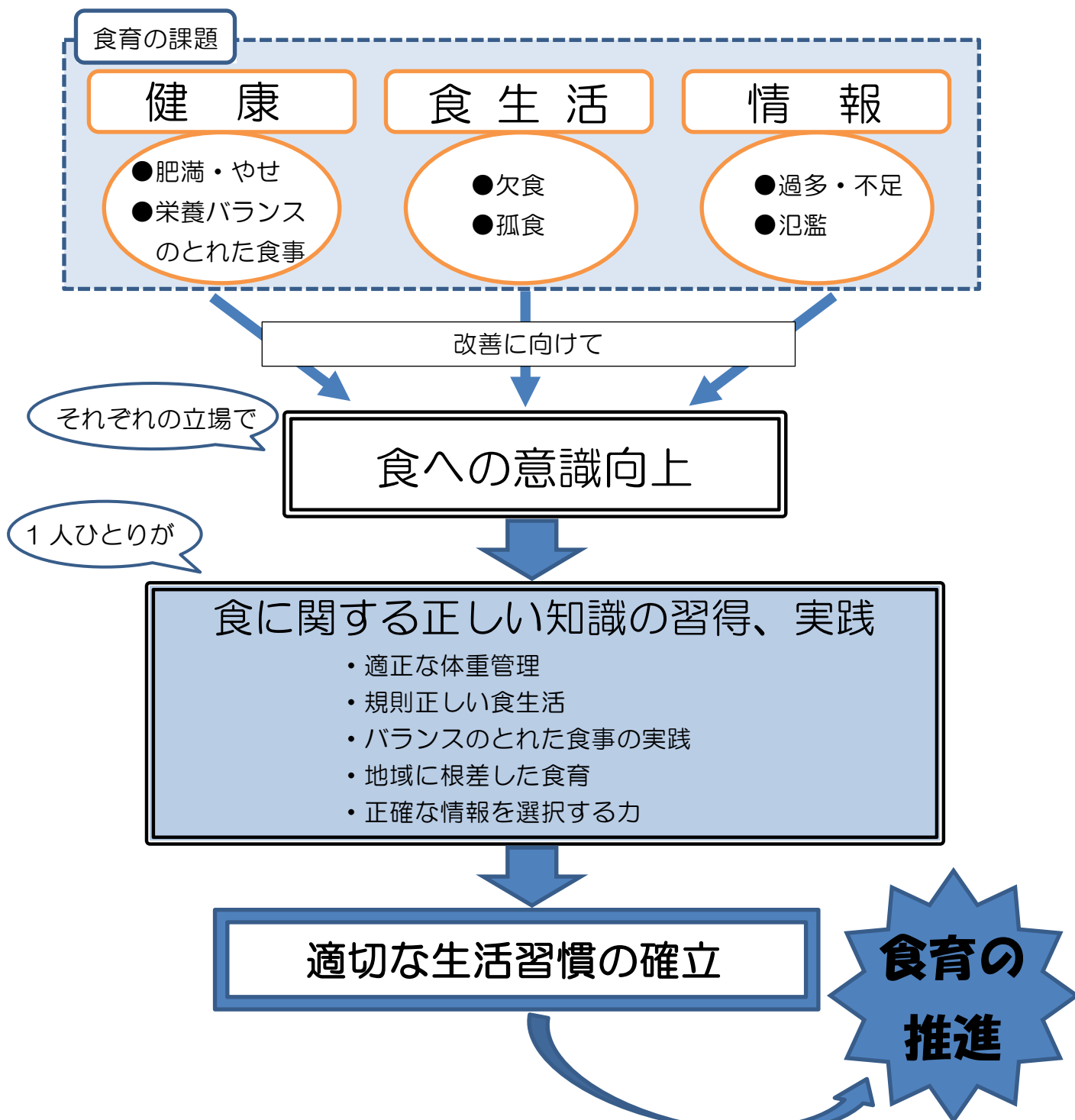


出典：歯周疾患検診結果集計（平成22年）

## 2 現状と課題のまとめ

食と健康に関するアンケート調査の結果からは、孤食や欠食の状況は改善傾向にあることがわかります。しかし、20歳代・30歳代男性の朝食欠食率は高く、改善に向けての取り組みや支援が必要と考えられます。また、食についての情報は、様々な媒体から発信されているため、1人ひとりが正確な情報を選択する力が求められています。

次に、健康診査結果からは、男性は3割前後の人が肥満の状況で、女性は1割(40歳代は2割弱)の人がやせの状況であることがわかります。カロリー摂取や栄養バランスについて実生活に即した取り組みなど、標準体型をめざすための支援が必要と考えられます。



## 第3章 第1期鎌倉食育推進計画の状況

### 1 これまでの取り組みの成果と課題

#### ● 取り組みの柱

##### I 食をとおした健康づくり

##### 基本施策

- ・ 望ましい生活リズムを身につける
- ・ 食と心身の健康との関係を正しく理解する
- ・ 生まれるまえからの食を大切にする
- ・ 日本型食生活の良さを見直す
- ・ 若年層からの生活習慣病予防に取り組む
- ・ 高齢者の低栄養を予防、また摂取過剰を予防する

##### 行動目標

- 1 生活リズムをととのえる
  - “早寝・早起き・朝ごはん”の中で自分ができるところから取り組みをする
  - 学校・保育所等で“早寝・早起き・朝ごはん”を楽しんで実践できる取り組みをする
- 2 中食・外食とうまくつきあう
  - 食品表示を確認し、一日1食以上、主食・主菜・副菜のそろった食事を選ぶ
  - 学校・職場等で食品表示の活用や“バランスのとれた食事”について学ぶ場をつくる

##### 成 果

行動目標	指 標	計画策定時	直近値	目標値	改善状況
生活リズムをととのえる	夜9時までに布団に入るこどもの割合	年長男児：42.7% 年長女児：37.4%	年長男児：49.0% 年長女児：50.0% <sup>(※1)</sup>	80%以上	➔
	朝7時までに起きるこどもの割合	小6男児：55.4% 小6女児：67.9%	☆	80%以上	—
	朝食を毎日摂取する者の割合	中学3年生 79.1% 20歳代 52.3% 30歳代 64.2% 40～60歳代 79.8% 70歳以上 84.4%	幼稚園・保育園 99.2% 中学2年 91.2% 中学3年 94.0% 20～30歳代 75.0% 40～60歳代 82.6% 70歳以上 93.7%	中学生：100%に近づける 20・30歳代：80%に近づける 40歳以上：80%以上を維持	➔
中食・外食と うまくつきあう	食品栄養成分表示等を参考にする者の割合	青年期：60.2% 壮年期：59.4%	青年期：65.0% 壮年期：64.3%	80%に近づける	➔
	利用者が量や内容を選べる「食」を提供する場の数	☆	☆	目標値なし	—

☆ 市が把握しているデータはありません。

(※1)平成21年6月 かまくらっ子の意識と実態調査研究第9集より。

##### 課 題

- 青年期（特に義務教育以外の学生や社会人）へのアプローチが十分ではない
- カロリーや栄養バランスは気にしている人が多いので、この傾向を生かした取り組みや支援が必要

## 取り組みの柱

- Ⅱ 食をとおした人づくり
- Ⅲ 食の“わ”でつなぐ地域づくり



### 基本施策

- ・体験をとおして感性をはぐくむ  
～幼児期から食に関する体験を推進する～
- ・「鎌倉の食」への関心を高める  
～市内生産者等による体験学習を推進する～
- ・給食等をとおして一緒に食べる楽しさと食のマナー、日本の食の伝統・文化等について学ぶ
- ・生産から体の中まで、食の過程を知る
- ・安全な食を提供する
- ・市内生産者等による体験学習カリキュラムを作成する
- ・飲食店等による地場食材の活用～新しい鎌倉料理など～を支える
- ・生産者等との交流による地域づくりを推進する

### 行動目標

- 1 一緒に食べることを楽しむ
  - 家族や友人、地域の人と一緒に食事をする機会を増やす
  - 給食等をとおして一緒に食事することの楽しさを伝える
- 2 「鎌倉の食」を大切にす
  - 食材を手に入れる、調理や片づけに携わる、自分で育てるなど食物に触れる体験をする
  - 「鎌倉の食」、地場の「食」が体験できる場をつくる

### 成 果

行動目標	指 標	計画策定時	直近値	目標値	改善状況
一緒に食べることを楽しむ	夕食を家族の誰かと一緒に食べるこどもの割合	小学3年生：96.4% 小学6年生：93.5% 中学2年生：93.0%	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%	100%に近づける	
「鎌倉の食」を大切にす	自宅等の“プチ農園”(*2)で野菜を育てる市民の数または割合	☆	青年期：16.6% 壮年期：25.8%	目標値なし	—
	生産体験学習を行う保育園、小・中学校の割合	公立保育園 100% 公立小学校 75.0% 公立中学校 55.6%	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)	保育園 現状維持 小・中学校 100%に近づける	

☆ 市が把握しているデータはありません。

(\*2) 鎌倉の地域性を活かして市民が自分のために庭やプランター等で野菜を育てることを含めます。

### 課 題

- 伝統食を食べる機会は、学童期・壮年期・高齢期は多いが幼児期・思春期・青年期では少なく、若い世代での取り組みの普及が必要
- 青年期・壮年期にある市民の4分の1の人が、野菜作りの体験をしている。今後は、生産者等と交流しながら生産体験を行う機会を増やしていくことが必要



## ❶ 取り組みの柱

### Ⅳ 食からはじめる環境づくり


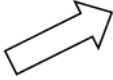

#### 基本施策

- ・地域で共食をすることができる場づくり
- ・シルバーエイジを中心とした食の伝承の場づくり
- ・商店街等における食育情報発信の場づくり
- ・友人や観光客と情報共有ができる場づくり
- ・食の3Rを推進する
- ・食料自給率の問題等、日本、鎌倉をとりまく食環境を学ぶ  
～フードマイレージ等について学ぶ・知る～
- ・食の情報について正しい知識を取得する
- ・海からの恵みを学ぶ

#### 行動目標

- 1 「食」に関する情報を多くの人と共有する
  - 身近な人と食について情報を共有する
  - 市民・団体等と協力し、身近な地域で情報共有ができる場をつくる
- 2 「食」をとりまく環境づくりに参加する
  - “ごみ”の少ない食生活を実行する
  - 鎌倉の地域性を活かした「食」をとりまく循環型社会を構築する

#### 成 果

行動目標	指 標	計画策定時	直近値	目標値	改善状況
人 情 報 を 多 く の 「食」に関する	かまくら食育クラブ(*3)ステーションの箇所数	0箇所	3箇所 鎌倉地区1箇所 大船地区2箇所	8小学校区に設置	
	「かまくら育ち」を発信する	☆	☆	目標値なし	—
「食」をとりまく環境づくりに参加する	日常生活の中で、ごみの発生抑制に取り組んでいる市民の割合	75.7%	82.6% (*4)	85%以上	
	食とおして“3Rを推進”する店舗の数	☆	☆	目標値なし	—
	鎌倉ブランド野菜の育成に使用する植木剪定材等による堆肥の利用量	162 t /年	平成22年度 135 t /年	200 t /年	

☆ 市が把握しているデータはありません。

(\*3)「かまくら食育クラブ」とは、鎌倉市の食育を地域で推進する個人または市民グループのネットワークです。

(\*4)平成22年度 市民意識調査より。

#### 課 題

- 食に関する情報発信について、事業者等と連携した取り組みが必要
- 一層の循環型社会をめざした取り組みが必要

## 取り組みの柱

### V 食でつなぐネットワークづくり

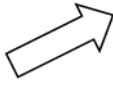
#### 基本施策

- ・地域で食育を推進するリーダーを育成する
- ・生産から食卓まで、顔が見え、想いが通じる交流会を実施する

#### 行動目標

- 1 地域の“わ”をつなぎ、地域の“わ”を広げる
  - 地域の中で「鎌倉の食」を育てる活動に参加する
  - 地域の力をつなぐ、「かまくら育ち」のネットワークを構築し、育てる

#### 成果

行動目標	指標	計画策定時	直近値	目標値	改善状況
広域の“わ”を	「鎌倉の食」に関わる組織の拡充及びボランティア参加者数の増加	かまくら食育クラブ登録数 個人会員 10名 団体会員 7団体 (1,390名)	個人会員 69名 団体・賛助 11団体	かまくら食育クラブ員登録数 個人会員 60名 ※クラブ員をとおり、食育に関わる組織の拡充を推進します	

#### 課題

- 健康づくり、人づくり、地域づくり、環境づくりを食でつなぐネットワークづくりを進めていくことが必要

## 2 成果と課題のまとめ

平成20年3月から5年間の食育推進への取り組みの成果をみると、行動目標については目標値には達成していませんが、ほとんどの項目で計画策定時より上向していることから、一定の効果があつたと認識しています。また、食と健康に関するアンケート調査からも、食育の認知度や関心度が全国と比べて高い傾向にあることが分かりました。

しかし、「朝食を毎日摂取する者の割合」（食と健康に関するアンケート調査）を見ると、20歳～30歳代の数値が低いことから、青年期へのアプローチが不足していることが分かります。また、この年代は食への関心が薄いのではと感じられます。

また、生産者や事業者との連携があまり進んでいないことから、これからは共に食育を推進し、市民の取り組みを支援していくことが必要と考えられます。

これらの課題や国・県の食育推進計画も踏まえて、第2期鎌倉食育推進計画を策定し、引き続き食の大切さを周知していきながら、市民・事業者等と連携した取り組みを行う中で、本市の食育を推進していきます。

## 第4章 第2期鎌倉食育推進計画について

### 1 国、県の動向について

#### 国

- 平成 23 年 3 月に第 2 次食育推進基本計画を策定
- コンセプトは、「周知」から「実践」へ
- 食育の推進に関する施策についての基本的な方針に 3 つの重点課題を掲げた
  - ① 生涯にわたるライフステージに応じた間断ない食育の推進
  - ② 生活習慣病の予防及び改善につながる食育の推進
  - ③ 家庭における共食を通じた子どもへの食育の推進

#### 県

- 平成 25 年 3 月に第 2 次神奈川県食育推進計画を策定予定
- 3 つの重点目標を掲げる
  - ① 家庭における共食及び学校給食を通じた子どもへの食育の推進
  - ② 若い世代に向けた食育の推進
  - ③ 生活習慣病の予防につながる取組（未病を治す取組）の推進

※ 「未病を治す」とは、食の改善により、病気を発症前の段階でくいとめることを目指すものです。

### 2 第2期鎌倉食育推進計画の方向性

第2期鎌倉食育推進計画では、平成 24 年度までの取り組みの成果や課題を踏まえ、基本的には現行の取り組みの柱と基本施策を継続して実施しながら、指標の達成に向けて全体の底上げをはかっていきます。

また、平成 23 年 3 月に策定された国の第 2 次食育推進基本計画では、「周知から実践へ」をコンセプトとし、食育の推進に関する施策についての基本的な方針として 3 つの重点課題を掲げていることから、第 2 期鎌倉食育推進計画においても、内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）の予防や改善につながる食育の推進や口腔機能の発達・維持に関する取り組みについて、今後は食育としても取り組んでいきます。さらに周知・啓発を進めることで、意識付け、動機付けを行い、実践に結びつけていくことを目指します。具体的な取り組みについては、別途、行動計画を作成して進めていきます。

### 3 基本理念、めざす姿（目標）、取り組みの柱

#### 基本理念

★ 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

#### めざす姿（目標）

★ 自分の食を責任をもって選ぶことができる（自立）

市民1人ひとりが、自分が口にするものを自分で選ぶことができることをめざします。

★ 食をとおして人とつながることができる（共食・共育）

人が生きていくうえで大切な人との関わり、人とのつながりを生きるうえでの基本である食をとおして実現することをめざします。

★ 豊かな環境づくりに参加することができる（共生・共存）

食をとりまく諸事情を学び、食に関わる体験から自分と他者、自然、命とのつながりを感じることをめざします。



## ★ 取り組みの柱

現状や課題をふまえ、めざす姿を達成するため、食をとおした健康づくりなど4本の取り組みの柱とそれを包括する取り組みの柱として食でつなぐネットワークづくりを位置づけます。

### ◆食をとおした健康づくり

日々の食事が心と体を育むことから、市民1人ひとりが食と健康、心の関係について理解を深め、健康的な食習慣、栄養バランスのよい食生活を実践できるよう取り組みをすすめます。

### ◆食をとおした人づくり

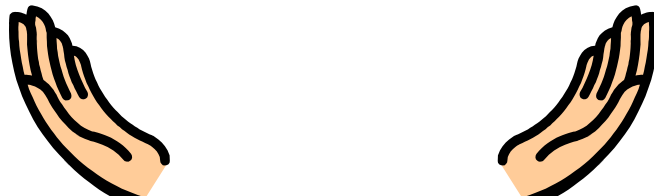
食にかかわるさまざまな体験をとおして個々の感性を育み、家族や友人とのつながり、自然とのつながり、命とのつながりを感じることから食への関心を高め、食への感謝の気持ちを育みます。

### ◆食でつなぐ地域づくり

地域の人や生産者、事業者等とのつながりをとおして、地産地消の意義を学び、地域づくりをすすめます。

### ◆食からはじめる環境づくり

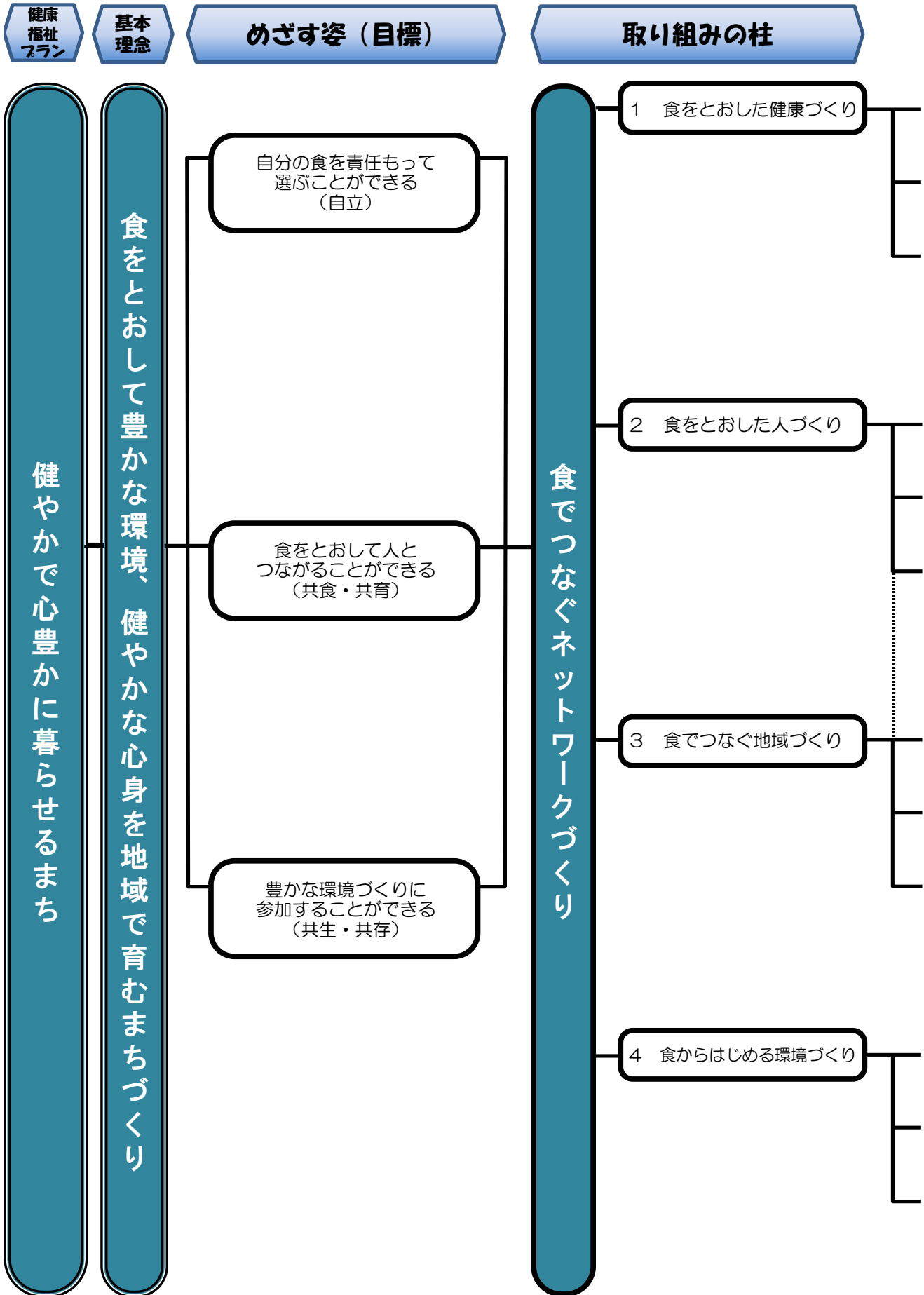
食育への関心と理解、食品の安全性などに関する知識を深めるため、食について正しい情報を取得できるような環境を整え、食をとりまく自然環境、地球環境についても目をむけて環境づくりをすすめます。



### ◆食でつなぐネットワークづくり

「健康づくり」「人づくり」「地域づくり」「環境づくり」の4つの取り組みの柱をつなぐネットワークをつくるため、食にかかわる市民、事業者、行政等が連携・協力する体制や人材育成、情報提供などの環境整備をすすめます。

## 4 第2期鎌倉食育推進計画の体系



## 基本施策

## 指標

1-1 望ましい生活リズムの推進

1-2 食と心身の健康づくりの推進

1-3 日本型食生活の推進

- (1) 朝食を毎日摂取する市民の割合の増加
- (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
- (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）
- (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）

2-1 食に関する体験の推進

2-2 鎌倉の食、日本の食の伝統や文化の推進

2-3 家庭、学校等における共食の推進

- (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
- (2) 農水産業体験を経験した市民の割合の増加

3-1 生産から体の中まで、食の過程を知る体験の推進

3-2 地場産物の使用の推進

3-3 食をとおした地域づくりの推進

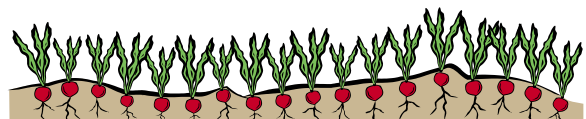
- (1) 地元産（県内産を含む）食材の使用割合の増加
- (2) 食育の推進に関わるボランティアの数の増加

4-1 食に関する場づくりの推進

4-2 食育情報の発信体制の充実

4-3 食の3Rの推進

- (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もっている市民の割合の増加
- (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



## 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

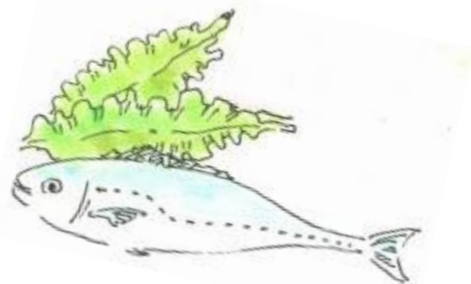
##### 3-2 地場産物の使用の推進

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

## 第5章 計画の進行管理

### 1 鎌倉市食育推進会議



市民、学識経験者、関係行政機関の職員、関係団体等で構成する「鎌倉市食育推進会議」を設置・運営し、鎌倉食育推進計画の進行管理、次期計画改定に向けた調査・審議等、食育推進施策の推進を図ります。

### 2 庁内の連携と施策の推進



庁内関係各課による「鎌倉市食育連絡協議会」を設置・運営し、鎌倉食育推進計画に基づく施策を推進します。

### 3 行動計画と実績報告



鎌倉食育推進計画行動計画を策定し、毎年半期ごとに鎌倉市食育推進会議で実績報告及び進行管理を行います。鎌倉食育推進計画行動計画の実績は、鎌倉市ホームページに掲載し報告していきます。

### 4 アンケート調査等



アンケート調査等を行い、鎌倉食育推進計画の目標値の達成状況を把握していきます。





## 計画策定のための体制と経過

### 計画策定のための体制

第1期鎌倉食育推進計画を策定するため、庁内関係各課との「鎌倉市食育連絡協議会」で検討を進めるとともに、市民、学識経験者、関係行政機関の職員、関係団体等で構成される「鎌倉市食育推進会議」において、計画の内容について意見や提言をいただきながら検討を進め、第2期鎌倉食育推進計画を策定しました。

#### 鎌倉市食育推進会議の開催状況

平成23年7月5日	平成23年度 第1回鎌倉食育推進会議 ・鎌倉食育推進計画 行動計画 平成22年度まとめについて ・食と健康に関するアンケート調査の結果について ・次期「鎌倉食育推進計画」の策定スケジュールについて
平成24年1月31日	平成23年度 第2回鎌倉食育推進会議 ・鎌倉食育推進計画 行動計画 平成23年度の実績報告（平成23年4月から9月まで）と平成24年度取り組み予定について ・次期「鎌倉食育推進計画」の方針とスケジュールについて
平成24年7月5日	平成24年度 第1回鎌倉市食育推進会議 ・鎌倉食育推進計画 行動計画 平成23年度の実績報告（平成23年度4月から3月まで）と平成24年度取り組み予定について ・次期「鎌倉食育推進計画」の策定について
平成24年10月25日	平成24年度 第2回鎌倉市食育推進会議 ・鎌倉食育推進計画 行動計画 平成24年度の実績報告（平成24年度4月から8月まで）について ・次期「鎌倉食育推進計画」の素案について
平成25年3月6日	平成24年度 第3回鎌倉市食育推進会議 ・パブリックコメントの集計結果について ・次期「鎌倉食育推進計画」（案）について

## 鎌倉市食育推進会議 委員名簿

平成24年4月現在 五十音順 (敬称略)

氏 名	所 属 等
安齊 勘一郎	JAさがみ農業協同組合（農業者）
落合 恵子	市民委員
柿澤 昭治	鎌倉料理飲食業組合
佐々木 つぐ巳	神奈川県鎌倉保健福祉事務所
高木 泰子	市民委員
高橋 尚子	かまくら食育クラブ
田伏 浩二	株式会社イトーヨーカ堂大船店
富田 弘美	鎌倉市保育会
○ 中谷 弥栄子	鎌倉女子大学
◎ 中村 丁次	神奈川県立保健福祉大学
牧田 知江子	鎌倉商工会議所

◎ 会長      ○ 副会長

## 鎌倉市食育連絡協議会・検討会（庁内体制）

平成24年4月現在

課 名 等
経営企画部市民相談課
市民活動部産業振興課
こどもみらい部こどもみらい課
こどもみらい部保育課
こどもみらい部青少年課
健康福祉部福祉総務課
健康福祉部高齢者いきいき課
健康福祉部市民健康課
環境部環境政策課
環境部資源循環課
教育部教育総務課
教育部学務課
教育部教育指導課
教育部教育センター
小学校・中学校

## 食育基本法の概要

### 1. 目的

国民が健全な心身を培い、豊かな人間性をはぐくむ食育を推進するため、施策を総合的かつ計画的に推進すること等を目的とする。

### 2. 関係者の責務

(1) 食育の推進について、国、地方公共団体、教育関係者、農林漁業関係者、食品関連事業者、国民等の責務を定める。

(2) 政府は、毎年、食育の推進に関して講じた施策に関し、国会に報告書を提出する。

### 3. 食育推進基本計画の作成

(1) 食育推進会議は、次の事項について食育推進基本計画を作成する。

- ①食育の推進に関する施策についての基本的な方針
- ②食育の推進の目標に関する事項
- ③国民等の行う自発的な食育推進活動等の総合的な促進に関する事項
- ④その他必要な事項

(2) 都道府県は都道府県食育推進計画、市町村は市町村食育推進計画を作成するよう努める。

### 4. 基本的施策

- ①家庭における食育の推進
- ②学校、保育所等における食育の推進
- ③地域における食生活の改善のための取組の推進
- ④食育推進運動の展開
- ⑤生産者と消費者との交流の促進、環境と調和のとれた農林漁業の活性化等
- ⑥食文化の継承のための活動への支援等
- ⑦食品の安全性、栄養その他の食生活に関する調査、研究、情報の提供及び国際交流の推進

### 5. 食育推進会議

(1) 内閣府に食育推進会議を置き、会長（内閣総理大臣）及び委員（食育担当大臣、関係大臣、有識者）25名以内で組織する。

(2) 都道府県に都道府県食育推進会議、市町村に市町村食育推進会議を置くことができる。

鎌倉市食育推進会議条例

(趣旨及び設置)

第1条 この条例は、食育基本法（平成17年法律第63号）第33条第1項の規定に基づき、鎌倉市食育推進会議（以下「推進会議」という。）を設置し、その組織及び運営に関し必要な事項を定めるものとする。

(所掌事務)

第2条 推進会議の所掌事務は、次に掲げるとおりとする。

- (1) 鎌倉食育推進計画の作成及び進行について調査審議し、並びにその実施を推進すること。
- (2) その他食育の推進に関して、重要事項を調査審議し、及び施策の実施を推進すること。

(組織)

第3条 推進会議は、委員11人以内をもって組織する。

2 委員は、次に掲げる者のうちから市長が委嘱する。

- (1) 学識経験を有する者
- (2) 関係行政機関の職員
- (3) 食育の推進に関係を有する団体に属する者
- (4) 食育の推進に関係を有する事業者の代表者又は従業員
- (5) 市民

(任期)

第4条 委員の任期は、2年とする。ただし、委員が欠けた場合の補欠委員の任期は、前任者の残任期間とする。

2 委員は、再任されることができる。

3 前条第2項の規定による身分又は資格に基づいて委員に委嘱された者がその身分又は資格を失ったときは、委員を辞したものとみなす。

(委任)

第5条 この条例に定めるもののほか、推進会議の組織及び運営に関し必要な事項は、規則で定める。

付 則

この条例は、平成24年4月1日から施行する。

## 用語解説

### ○ えいようせいぶんひょうじ 栄養成分表示

市販の食品や外食の料理について、エネルギー、たんぱく質、脂質、炭水化物、ナトリウム等の栄養成分を、包装材、料理メニュー表、飲食店内などに表示を行うこと。

市販の食品は、健康増進法の栄養表示基準制度により栄養成分の表示方法が定められている。

### ○ けんしん キット健診

自分で採血し、自宅のできる郵送健診のこと。

### ○ きょうじよく 共食

家族や仲間などと一緒に食事をとること。

### ○ けっじよく 欠食

食事（菓子や果物、錠剤のみは食事としない）を抜く（欠する）こと。

### ○ こじよく 孤食

一人で食べること。

### ○ しゅさい 主菜

肉、魚、卵、大豆製品などを使ったおかずのこと。主としてたんぱく質と脂肪の供給源になる。

### ○ しゅじよく 主食

ご飯、パン、めん類などの穀類のこと。主として糖質エネルギーの供給源になる。

## ○ <sup>しょく</sup>食の3R

買い物、料理、片付けといった一連の流れをとおして環境に配慮した食生活のこと。

<例>

- Reduce (リデュース)：食材は必要な量だけを買うことや買い物にはマイバックを持参するなど。
- Reuse (リユース)：食材や惣菜の再利用や出汁をとった昆布で佃煮をつくるなど。
- Recycle (リサイクル)：生ゴミの堆肥化・飼料化や廃棄食用油の有効活用など。

## ○ <sup>しょくひんひょうじ</sup>食品表示

関連する主な法律としては、食品衛生法、JAS法などがある。

食品衛生法は、健康の保護を目的として添加物やアレルギー等の表示を定めている。

JAS法は、農林物質の企画や品質の適正化を目的として原産地等の表示を定めている。

## ○ <sup>しょくりょうじきゅうりつ</sup>食料自給率

国内の食料消費が、国内生産によってどの程度賄われているかを示した指標のこと。

食料の重さそのものを用いて計算する「重量ベース自給率」、食料に含まれるカロリーを用いて計算する「カロリーベース自給率」、価格を用いて計算する「生産額ベース自給率」の3種類の計算方法がある。

## ○ <sup>せいかつしゅうかんびょう</sup>生活習慣病

食習慣、運動習慣、休養、喫煙、飲酒などの生活習慣が、その発症・進行に關与する病気をいう。肥満、糖尿病、骨粗しょう症、がんなどがある。

## ○ <sup>ちさんちしょう</sup>地産地消

「地元で生産されたものを地元で消費する」という意味で、特に農林水産業の分野で使われる。地場生産、地場消費を略した言葉。

## ○ <sup>とくていけんこうしんさ</sup>特定健康診査

平成20年4月から始まった、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）に着目した、医療保険者に義務づけられた健診のこと。

○ <sup>なかしょく</sup>中食

市販のお惣菜や弁当などそのまま食べられる状態に調理されたものを、家などに持ち帰って食べる食事やその食品のこと。

○ <sup>にほんがたしょくせいかつ</sup>日本型食生活

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に優れた食生活のこと。

○ フードマイレージ

「食料 (food) の輸送距離 (mileage)」という意味で、重量×距離であらわす。食品の生産地と消費地が近ければ値は小さく、遠いと大きくなり、輸送にかかるエネルギーがより多く必要となって地球環境に大きな負荷をかけることになる。

○ <sup>ふくさい</sup>副菜

野菜を主材料としたおかずのこと。ビタミンやミネラルなどを補う。

○ BMI

ボディ・マス・インデックス (Body Mass Index) の略。

「BMI = 体重 (kg) ÷ 身長 (m) × 身長 (m)」で求める体格指数のこと。

BMI 値 18.5 未満は痩せ、18.5 以上～25 未満が標準、25 以上は肥満と判断される。

○ メタボリックシンドローム (<sup>ないぞうしほうしょうこうぐん</sup>内臓脂肪症候群)

内臓脂肪型肥満に加えて、高血圧、脂質異常、高血糖のうち2つ以上該当する状態のこと。

## 平和都市宣言

われわれは、  
日本国憲法を貫く平和精神に基づいて、  
核兵器の禁止と世界恒久平和の確立のために、  
全世界の人々と相協力してその実現を期する。  
多くの歴史的遺跡と文化的遺産を持つ鎌倉市は、  
ここに永久に平和都市であることを宣言する。

昭和33年8月10日

鎌倉市

## 鎌倉市民憲章

制定 昭和48年11月3日

### 前 文

鎌倉は、海と山の美しい自然環境とゆたかな歴史的遺産をもつ古都であり、  
わたくしたち市民のふるさとです。すでに平和都市であることを宣言したわたくしたちは、  
平和を信条とし、世界の国々との友好に努めるとともに、わたくしたちの鎌倉がその風格  
を保ち、さらに高度の文化都市として発展することを願い、ここに市民憲章を定めます。

### 本 文

- 1 わたくしたちは、お互いの友愛と連帯意識を深め、すすんで市政に参加し、住民自治を確立します。
- 1 わたくしたちは、健康でゆたかな市民生活をより向上させるため、教育・文化・福祉の充実に努めます。
- 1 わたくしたちは、鎌倉の歴史的遺産と自然及び生活環境を破壊から守り、責任をもってこれを後世に伝えます。
- 1 わたくしたちは、各地域それぞれの特性を生かし、調和と活力のあるまちづくりに努めます。
- 1 わたくしたちは、鎌倉が世界の鎌倉であることを誇りとし、訪れる人々に良識と善意をもって接します。



## 第2期 鎌倉食育推進計画

発行 神奈川県鎌倉市

編集 健康福祉部市民健康課

〒248-8686 鎌倉市御成町 18-10

TEL 0467 (23) 3000

FAX 0467 (23) 7505

E-mail [shokuiku@city.kamakura.kanagawa.jp](mailto:shokuiku@city.kamakura.kanagawa.jp)