



# 宜野湾市食育推進計画

『市民一人ひとりの健康は食事から

「楽しい・おいしい・うれしい」を広げよう 食育の環！』

～食を通して、みんながつながる 笑顔のまち・ぎのわん～



## 「食育」とは

食育基本法では、食育とは生きる上での基本であって、食育を知育、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、様々な学習や体験を通じて、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できる人を育てることです。

## 1 計画策定の目的

食の海外依存に伴う食料自給率の低下や食の安全性に対する不安の高まり、食の外部化の進展、生産者と消費者の距離の拡大など、食を取り巻く環境は、近年、大きく変化しています。また、ライフスタイルが多様化するなか、栄養の偏り、肥満や生活習慣病の増加などの問題が生じています。

こうした社会情勢を背景に、国においては平成17年に食育基本法を制定し、国民運動としての食育の推進に取り組むことにしています。

本市における食育を総合的かつ計画的に推進していくため、宜野湾市食育推進会議条例（平成24年3月）に基づき組織された宜野湾市食育推進会議等での審議を踏まえ、「宜野湾市食育推進計画」を策定しました。

## 2 計画の位置づけ

本計画は、食育基本法及び食育推進基本計画に基づく市町村の食育推進計画として、「第2次沖縄県食育推進計画」や市の上位計画である「第三次宜野湾市総合計画」の趣旨に沿うとともに、本市の食育に関する基本的な事項について定めるものです。また、本市の「健康ぎのわん21」に基づく食育についての「行動計画」を担うとともに、各分野別計画と整合性を図りながら総合的に推進するものです。

## 3 計画の期間

本計画の計画期間は、平成26年度から平成35年度までの10年間とします。ただし、計画期間内であっても必要に応じて適宜見直しを行うこととします。

## 4 宜野湾市の食を取り巻く主な課題

### (1) 食と健康（一般市民）

#### 1) 食育に関する理解と普及啓発の拡充

- 食育に対する市民の関心（市民 85.8%）は高いものの、「食育の意味まで知らない」、「どのように取り組めばよいのかわからない」、「情報がない」など、食育に関する理解と普及啓発が不足しています。
- また、親子料理教室、男性料理教室、食改菜園、食育キャンペーン等に取り組んでいる食生活推進員の活動を「知らない」市民が7割強を占め、周知や啓発活動の拡充が必要です。

#### 2) 不規則な食事等

- 食育に対する市民の関心は高いものの、朝食の欠食や栄養バランスへの配慮が不十分であるなど、必ずしも健全な食生活の実践につながっていない状況です。
- 特に、若い世代では、朝食の欠食やファーストフード店の利用頻度が高い等、食生活の改善が求められます。

#### 3) 肥満、生活習慣病の増加等

- 男性は2人に1人、女性は3人に1人に肥満の傾向にあり、男性の肥満は増加傾向となっています。
- 全国に比べて県民は脂肪エネルギーの摂取が多く、脂肪の取りすぎは、肥満や動脈硬化等、生活習慣病の要因となります。
- また、市民アンケート調査では、「肥満体型」であるにも関わらず、「自分の食生活は良い」、「メタボ対策として継続していない」等もみられ、家庭や地域、関係機関等と一緒にした生活習慣の改善が必要となっています。

#### 4) 食を通じたコミュニケーションの充実

- 外食やレトルト食品等による「個食」や共働き世帯における「孤食」が懸念されるなか、食卓を囲んでコミュニケーションをとる機会が少ない状況が伺えます。

## 2) 子どもの食生活の乱れ等

## 1) 朝食の欠食

- ・成長期にある子どもに朝食の欠食があります。

## 2) 栄養バランスの乱れ

- ・子どもの嫌いな食べ物は「野菜」が多く、また、間食（おやつ等）やファーストフード店の利用がみられます。そのため、栄養バランスの乱れが懸念されます。

## 3) 生活リズムの乱れ

- ・中学生の就寝時間が遅いなど、夜型の生活による生活リズムの乱れがみられます。

## 4) 肥満・痩身

- ・全国に比べて沖縄県の小学生の肥満傾向児出現率は上位であり、本市の男子は横ばい、女子は減少傾向で推移しています。特に中学生女子において痩身志向が強くみられます。

## 5) 食を通したコミュニケーションの充実

- ・一人だけで食事をする子どもの「孤食」がみられます。その保護者が食育について学ぶ機会を増やす等、家庭における食を通したコミュニケーションの充実を促すことが必要です。

## (3) 食の安全安及び地産地消の推進、食文化の継承

## 1) 食の安全・安心の確保

- ・市民は食品を選ぶ際に重要視していることは、「原産国や産地」、「賞味（消費）期限」が高くなっており、産地偽装事件等もあることから、食品表示の正しい理解を促し、食についての適切な判断をする市民を育てることが求められます。
- ・また、食中毒予防に関する正しい情報と啓発が重要です。

## 2) 広域的な地産地消の推進

- ・都市化が進む本市において、農漁業は小規模・少量生産の状況であり、広域的な視点での地産地消が必要です。
- ・市で取り組んでほしいことで「地産地消の推進」が最も多く、市民は地産地消の考えは知っているものの、実践している市民は5割に留まっており、海産物・農産物直場所（ぎのわん ゆいマルシェ）の利用頻度は高くない状況です。
- ・一方、学校給食では市内及び近隣町村の農家等と契約して、新鮮な食材を学校給食として子どもたちに提供しています。
- ・農業体験等の市民や子ども（児童生徒）等のニーズは高い状況です。

## 3) 地域の食文化の継承

- ・沖縄の食文化は、医食同源思想の発祥地である中国と「和食」が世界遺産となった日本の文化的交流からもたらされたものであり、長寿県の沖縄を支えてきました。しかし、戦後、欧米化された生活様式が外食や加工食品の利用を一般的なものとし、地域の食文化に親しむ機会が少なくなっています。そのため、地域の食文化に親しむ機会が求められています。



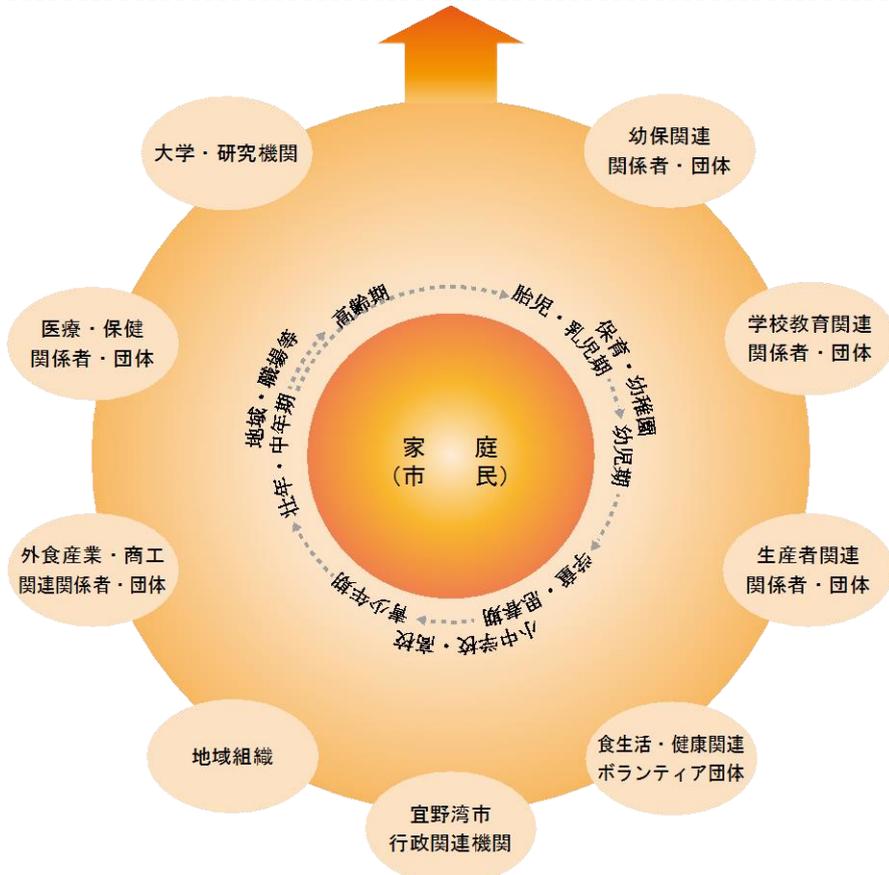
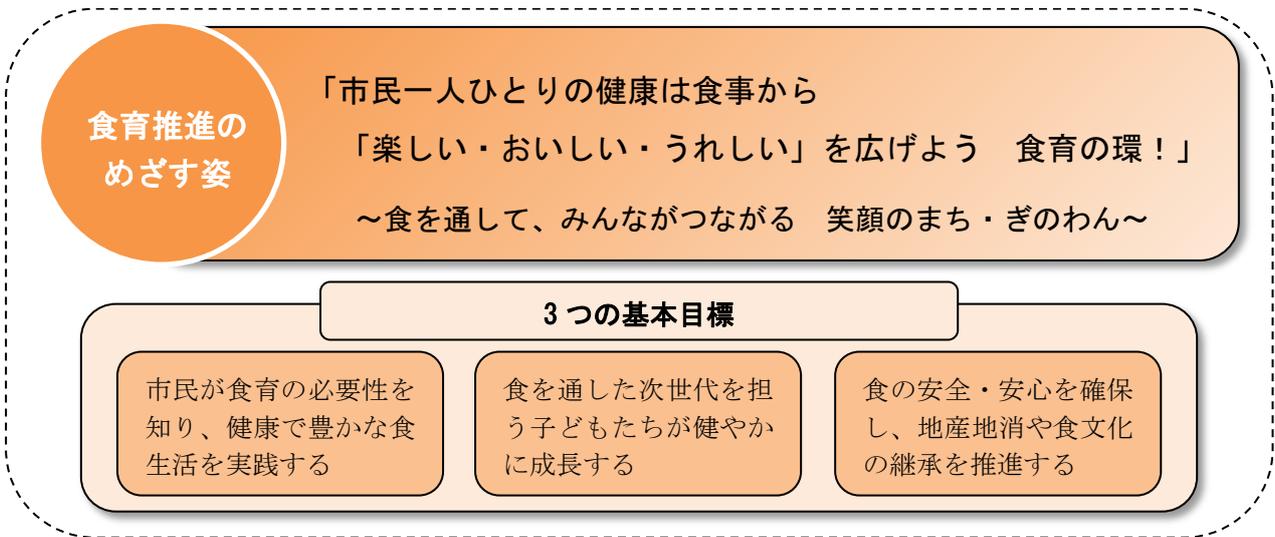
## 5 食育推進の基本的な考え方

### (1) 宜野湾市における食育推進のめざす姿と3つの基本目標

本市の食育推進にあたっては、家庭だけでなく、地域や学校、食育関係団体、事業所、関係機関などの取組と本市の施策を総合的に捉え、食を通して人や地域がつながることが重要です。また、様々な食育の主体とのつながりによる食育を通じて、市民一人ひとりが健康や食育に気づき・学び、市民一人ひとりが自ら実践し、健康で笑顔のまち・ぎのわんの実現を目指して、手間をかけて地域に根づいた取り組みを育み・続けることが大切となります。

また、平成25年12月に「和食」が無形文化遺産に登録決定されるなど、市民一人ひとりが健康的な食生活を営むうえで大切なことは“健康はバランスのよい食事から”ということに気づかされます。さらに、食の大切さや食の乱れから生じる様々な問題に対して、“家族みんながそろった「楽しい」食卓で”“心身ともに「おいしい」食事を通して”“みんなが元気で「うれしい」”を実感する食育が求められています。

こうした観点から、本市の食育推進のめざす姿を下記に示します。



食育推進のネットワークの概念図

## (2) 食育推進にあたっての目標指標

めざす姿を具体化する3つの基本目標を踏まえ、本市における取組の成果を客観的に把握するため、以下の指標を設定します。

項目	指標	対象	市の現状 (基準値 H25)	目標値		把握方法
				中間目標値 (H30)	最終目標値 (H35)	
目標 1: 食育の 周知と 実践	①食育に関心を持って いる市民の割合	市民	85.8%	90%以上	90%以上	食育に関するアンケート調査(市民)
	②朝食を「ほぼ毎日食 べる」市民の割合	市民 (男性、女性)	男性 69.9% 女性 77.0%	75%以上 84%以上	80%以上 90%以上	食育に関するアンケート調査(市民)
	③朝食を「ほとんど毎 日」家族と一緒に食 べる市民の割合	市民	41.1%	45%以上	50%以上	食育に関するアンケート調査(市民)
	④食生活改善推進員 の人数	食生活改善 推進員	51人 (H24)	60人	75人	食生活改善推進協議会
	⑤ヘルシーメニュー提 供店の認証店舗数	認定店舗数 (飲食店)	なし	10店舗	20店舗	宜野湾市がヘルシーメニュー協力店が認定・登録(新認定制度)する店舗
	⑥肥満者の割合	市民 (※40～60歳 代の男女別)	男性 40～60歳 43.1% 女性 40～60歳 30.1% (H24)	36% 25%	25% 19%	特定健診データ (国保)
目標 2: 未来を 担う子 どもた ちの健 やかな 成長	⑦食育に関する計画を 策定している保育所 の割合	公立保育所 及び認可保 育施設	100% (平成23年度) (公立3、私立15)	100%	100%	保育課資料
	⑧22時以降に就寝する 子ども(児童)の割合	小学5年生	41.7%	30%	20%	食育に関するアンケート調査(児童)
	⑨7時以降に起床する 子ども(児童)の割合	小学5年生	15.2%	10%	5%	食育に関するアンケート調査(児童)
	⑩朝食を「ほとんど毎 日食べる」子ども(児 童)の割合	小学5年生	89.8%	94%以上	99%以上	食育に関するアンケート調査(児童)
	⑪朝食を「ほとんど毎日、 家族と一緒に食べる」 子ども(児童)の割合	小学5年生	41.7%	46%以上	51%以上	食育に関するアンケート調査(児童)
	⑫保護者が食育につい て学ぶ機会(親子食 育講話の開催等)	就学前児 童の保護 者の保護 者	現状値なし (未把握)	増加	増加	—
	⑬乳児健診後期の貧 血の割合	乳児後 期の貧 血の割 合	4.8% (平成24年度)	4.2%	3.5%	健康増進課(平成24年度 乳幼児健康診査報告書 沖縄県)
	⑭肥満傾向児の出現 率(ローレル指数)	小学5年生 男性 小学5年生 女性	7.1% 3.5%	6.0%以下 2.5%以下	5%以下 1.5%以下	教育委員会学務課資料
目標 3: 食の安 全・安 心の確 保、地 産地 消や食 文化の 継承	⑮市内での食中毒発生 件数	食中毒発 生件数	1件 (平成21～25年度平均)	減少	減少	中部福祉保健所 (生活衛生班)調べ
	⑯宜野湾市学校給食 (4センター全体)用 で使用している沖縄 県産の食材品目	学校給食 で使用 している 県産食 材品目	66品	71品	76品	学校給食センター
	⑰行事食や郷土料理 体験の取り組み回数	市民	現状値なし (未把握)	年1回以上	年1回以上	健康増進課、健康支援課、介護長寿課、生涯学習課、指導課、学校給食センター、商工農水課 など

## (1) 施策の体系

## 施策1 食への理解と知識の普及啓発

- (1) 多様な媒体や様々な機会を通じた「食育」の周知・啓発や情報提供
- (2) 市民挙げての食育推進運動の展開

## 施策2 家庭・保育所・学校・地域等での食育の推進

- (1) 家庭における食育の推進
  - 1) 食育に関する普及啓発と情報発信の充実
  - 2) 食育の実践
- (2) 保育所・幼稚園における食育の推進
  - 1) 食育に関する普及啓発と情報発信の充実
    - ア) 保護者への普及啓発と情報発信の充実
    - イ) 子どもたちへの食育意識の普及啓発
  - 2) 食育の実践
    - ア) 栽培・収穫体験等を通じた食育の推進
    - イ) アレルギー児への対応充実
- (3) 小中学校・高校における食育の推進
  - 1) 小中学校の教科教育等での意識啓発の推進
  - 2) 児童、生徒の適切な食の実践に向けた指導等の推進
  - 3) 高校での食育の推進
- (4) 地域・職場等における食育の推進
  - 1) 地域・職場等での食育の普及啓発及び実践活動への支援
  - 2) 事業所等との連携による食育活動の推進

## 施策3 地産地消の推進と伝統的な食文化の継承

- (1) 地域特性に合った地産地消の推進
  - 1) 地場農産物の購入機会の提供
  - 2) 地場農水産物の活用
  - 3) 農漁業体験等の推進
- (2) 食文化の継承
  - 1) 保育所・幼稚園・学校等の給食を通じた食文化の普及啓発
  - 2) 家庭や地域等における食文化の周知・啓発

## 施策4 食の安全安心の確保

- (1) 食の安全・安心に関する理解と正しい知識普及啓発
  - 1) 保育所・幼稚園・学校等における食の安全教育の推進
  - 2) 市民への食の安全・安心に関する情報提供や普及啓発
  - 3) 地場農水産物の安全・安心確保対策の促進
  - 4) 食品関連事業者等への衛生啓発

## 6 施策の展開

### (2) 施策の展開

※施策の展開における取組の内容の一部を紹介します。

#### 施策 1 食への理解と知識の普及啓発

#### 取組の内容（一部）

- (1) 多様な媒体や様々な機会を通じた「食育」の周知・啓発や情報提供
- 食事バランスガイドの活用
  - 食育推進家庭カレンダーの作成検討 など
- (2) 市民挙げての食育推進運動の展開
- 食育講演会の開催検討 など

#### 施策 2 家庭・保育所・学校・地域等での食育の推進

#### 取組の内容（一部）

- (1) 家庭における食育の推進
- ＜食育に関する普及啓発と情報発信の充実＞
- 「早寝、早起き、朝ごはん」運動の推進等の市民が規則正しい生活習慣の意識啓発
- ＜食育の実践＞
- 男性料理教室やヘルシー料理教室の開催等による食を選択する力の習得の促進 など
- (2) 保育所・幼稚園における食育の推進
- ＜食育に関する普及啓発と情報発信の充実＞
- ・保護者への普及啓発と情報発信の充実
  - 保育所における「お弁当会」の継続実施
  - 保護者を対象とした講演会の開催
- ＜食育の実践＞
- ・栽培・収穫体験等を通じた食育の推進
  - 保育所における栽培・収穫・調理体験の実施
  - 幼稚園における栽培・収穫・調理体験の実施
  - ・アレルギー児への対応充実
  - アレルギー発作等の緊急時等の対処方法の研修機会、アレルギー対応マニュアルの作成 など



- (3) 小中学校・高校における食育の推進
- ＜小中学校の教科教育等での意識啓発の推進＞
- 保健体育、家庭科、社会科等教科での食育授業の充実
  - 「早寝、早起き、朝ごはん」の図画コンクールや標語コンクールの実施
- ＜児童、生徒の適切な食の実践に向けた指導等の推進＞
- 学校給食を通しての食育の推進
  - 保護者に対する食の実践支援の充実（ひと手間中食レシピ集の作成、「弁当の日」の設定、PTAとの連携による食育講話等の検討）
- ＜高校での食育の推進＞
- 各校での食育講演会の開催、ヘルシー弁当コンテストの実施等の検討 など

- (4) 地域・職場等における食育の推進
- ＜地域・職場等での食育の普及啓発及び実践活動への支援＞
- 琉球大学等と連携した公民館講座を開設、講座終了後のサークル化の支援
  - 働き盛り世代を対象とした食育講演会の開催検討
- ＜事業所等との連携による食育活動の推進＞
- 外食産業向け講習会の開催検討、「ヘルシーメニュー提供店」として市ホームページ等を通じた情報発信

など

## 6 施策の展開 (※前頁の続き)

### (2) 施策の展開

※施策の展開における取組の内容の一部を紹介します。

#### 施策3 地産地消の推進と伝統的な食文化の継承

取組の内容 (一部)

##### (1) 地域特性に合った地産地消の推進

＜地場農産物の購入機会の提供＞

- 生産者がわかる表示等、農協、小売業、スーパー等への働きかけ

＜地場農水産物の活用＞

- 地場農水産物を活用したヘルシー料理教室やヘルシー料理レシピ集の作成検討

＜農漁業体験等の推進＞

- JA おきなわや農家との連携・協力による市内及び近隣市町村での田芋・稲づくり体験の推進など

##### (2) 食文化の継承

- ＜保育所・幼稚園・学校等の給食を通じた食文化の普及啓発＞
- 学校給食を通じた郷土料理や行事食の提供 など

#### 施策4 食の安全・安心の確保

取組の内容 (一部)

##### (1) 食の安全・安心に関する理解と正しい知識普及啓発

＜保育所・幼稚園・学校等における食の安全教育の推進＞

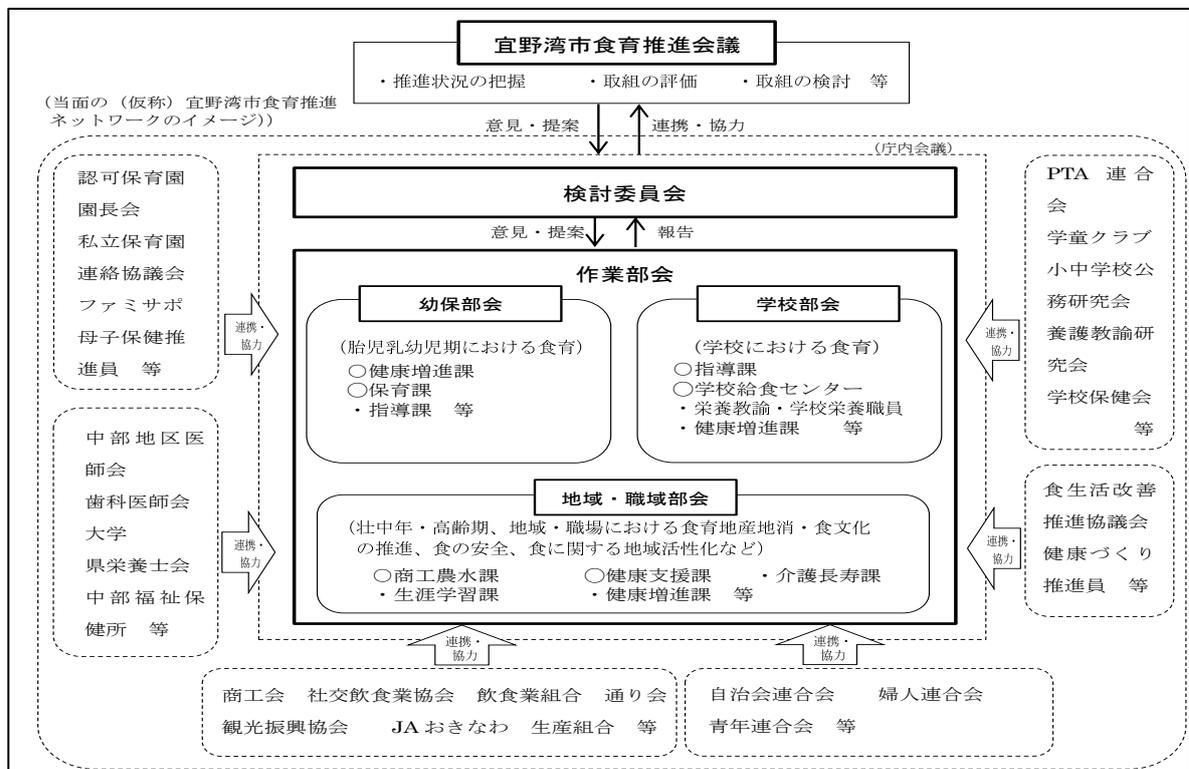
- 学校等における教科や給食の際の手洗い指導や給食当番の衛生指導等の機会を通じた食の安全教育の推進

＜市民への食の安全・安心に関する情報提供や普及啓発＞

- 市ホームページや各種イベントの機会を活用した食品表示の見方や食材・食品の取り扱い方法（食中毒予防等）等の情報提供 など

## 7 計画の推進にむけて

本市の食育推進をするためには、それぞれの役割を果たすとともに、しっかりとした連携体制を構築していくことが必要です。当面の進行管理の体制のイメージを下図に示します。



お問い合わせ先



宜野湾市

健康推進部 健康増進課

TEL : 098-898-5583

FAX : 098-898-5585

宜野湾市役所公式ホームページ <http://www.city.ginowan.okinawa.jp/>

※詳細な「宜野湾市食育推進計画」(本編)は本市のホームページに掲載しています。