第2章

日野市における食育の現状

ここでは、食育基本法の７つの基本的施策に沿って、本市における現状と課題について説明します。なお、食育基本法の７つの基本的施策とは以下のとおりです。

①家庭における食育の推進
②学校、保育所など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生産者と消費者の交流の促進、環境と調和のとれた農林漁業の活性化など
⑥食文化の継承のための活動への支援など
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

（「食育基本法」より）

1　家庭における食育の現状

■現状と課題

食育を推進する上で、家庭は最も重要な場の一つです。しかし、近年、家庭を取り巻く状況は、大きく変化し、様々な問題が生じています。例えば、都市化や核家族化、共働き世帯の増加により、家族そろった食事の機会が減少し、一人で食事をとるケースが増え、「孤食」という言葉が生まれました。また、たとえ家族がそろって食事をしていても、それぞれが別々の食事をとる家庭も増え、「個食」という言葉も生まれました。「孤食」や「個食」により、食事マナーを円滑に伝達できなかったり、栄養バランスのとれた食事を実践していなかったりすることが危惧されています。

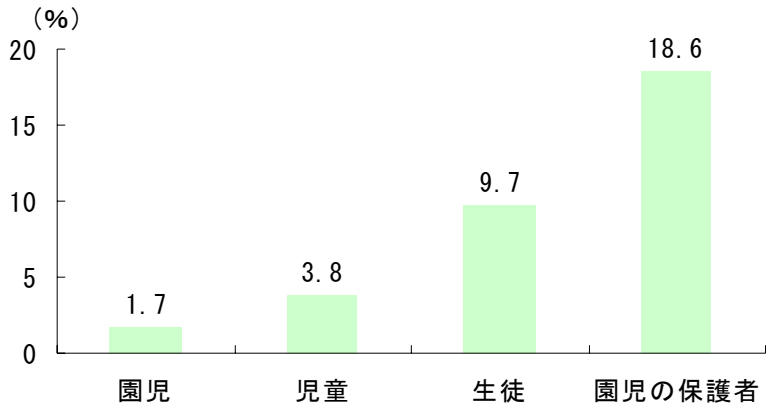
また、本市の朝食の欠食率は、年齢が上がるにつれ高くなっています。中学生の朝食欠食率は 9.7%となっており、10 人に１人が朝食を食べていない状況です。

こうした朝食の欠食に代表されるような、不規則な食生活が問題となっています。

このような状況の中、本市では、妊婦対象に、健全な食生活の実習や試食で体験する講座を実施しています。また、妊婦と保護者を対象に、乳幼児の食事はどういったものかを理解してもらうため、離乳食や幼児食の教室、朝ごはんの大切さや簡単に朝ごはんを作るための知識と技術を実習により伝達する教室などを実施しています。そのほか、就学前の４歳から６歳児を対象とした調理体験をする教室を実施しています。

しかし、こうした事業の情報が、すべての家庭に行き届いているとはいえない状況です。そのため、市民一人ひとりが家庭での食生活を大切にし、健全な食習慣を身につけるよう、さまざまな事業を充実するとともに、各家庭が食に関する事業へ積極的にかかわっていくことが望まれています。

①保育園、幼稚園、児童（小学生）、生徒（中学生）の朝食欠食率に関する調査結果



※　調査時期はそれぞれ別の時期（下記：園児・保護者※1、：児童※2、：生徒※3　参照）

※１　保育園児、幼稚園児およびその保護者

日野市庁内食育推進作業部会による保育園児、幼稚園児の保護者対象「朝食についてのアンケート」

平成 18 年 12 月､日野市庁内食育推進作業部会が実施したアンケート調査です。対象は、市内公立保育園（12 園)、公立幼稚園（５園)、私立保育園（10 園)、私立幼稚園（３園）に通う４歳児とその保護者です。配布数は 890 件で、回収数 591 件、回収率 66.4%となっています。

※２　児童（小学生）

日野市公立小学校教育研究会による小学５年生対象アンケート

平成 18 年７月、日野市公立小学校教育研究会が実施したアンケート調査です。対象は、日野市内の小学校に通う５年生児童です。配布数は 1,340 件で、回収数 1,340 件、回収率 100.0%となっています。

※３　生徒（中学生）

健康課による平成 16 年度「食を通じた中学生健康づくりアンケート調査」

食生活を通じた健康づくりの充実を図るため、生徒の日常生活、食に関する意識・行動並びに身体状況の現状を把握することを目的に実施したアンケート調査です。対象は、市内全中学校（８校）の１年生から３年生全員（計 3,509 名）です。無記名、自記式方式で実施しました。回答率は 91.1％（回答数　3,196 件、有効回答率　85.1％、有効回答数　2,720 件）となっています。

生徒の食生活などの全体像として、以下の諸点が明らかになりました。

・朝食を欠食することがある生徒は、9.7％であった。
・朝食を欠食することがある生徒の方が、朝食を毎日食べる生徒よりも、夜食を摂取することが多かった。
・２人に１人の生徒が、コンビニエンスストアの食品を週に数回利用していた。
・女子の 68.2％が痩身願望をもっており、学年があがるにつれて増加していた。
・朝食を毎日食べる生徒は朝食を欠食することがある生徒よりも、排便が毎日定期的にあった。

など。

（詳細は「平成 16 年度食を通じた中学生健康づくりアンケート調査報告書」・日野市立図書館所蔵）

※資料編Ｐ66「平成 18 年度小・中学生の肥満傾向状況」参照

2　学校、児童館、保育所などにおける食育の現状

■現状と課題

現代社会においては、少子化や通塾・習い事の隆盛、遊び場の減少などにより、外で元気良く遊ぶ子どもよりも、室内でゲームをしながらお菓子を食べるといった子どもが増えています。こうした生活スタイルは、体力の低下や肥満を助長し、生活習慣病の発症やその予備群へとつながっています。また、過度の痩身志向も根付いており、適正体重であっても自分は太っていると思い、ダイエットをしているケースも多く見受けられます。

このような子どもの食生活をめぐる問題の改善については、家庭とともに学校や児童館、保育所などが大きな役割を担っています。

本市では、小・中学校全校において地元の農産物を学校給食に利用し、地元で収穫された農産物を地元で消費する「地産地消」を実践しているほか、小学校全校において学童農園での農業体験を推進し、食の生産現場への理解を深めています。また、保護者に対して、給食献立表や給食だよりなどによる給食の情報の提供や給食試食会などを行い、家庭における食育を呼びかけています。公・私立保育園では、給食時の食事マナー指導のほか、収穫体験や園児によるおやつ作りなどを行い、生産の苦労や喜びを体得しています。そのほか、児童館では体験という切り口から、健康課では健康面の切り口から、産業振興課では農業面の切り口から、学校・児童館・保育所などへ向けた食育事業を行っています。

引き続き、学校、児童館、保育所などにおける食育に関する取り組みをより一層充実する必要があります。

■地元野菜の学校給食活用状況

■学校給食での日野産野菜利用率

本市内の地産地消をより推進するため、「学校給食での日野産野菜利用率＝平成23年度 25%」を数値目標として設定します。

日野産野菜利用率（野菜全仕入れ分のうち、日野産野菜の割合を出したもの）

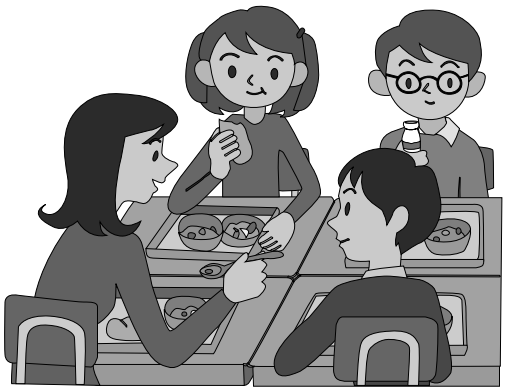
平成17年度 11.3%　→　平成23年度 25%

※国における「学校給食における地場産物を使用する割合」の数値目標では「都道府県産」の野菜も含みますが、本市の数値目標においては、「日野産」に限定しています。また、国の数値目標の対象期間は、６月と 11 月の１週間ずつですが、本市の数値目標においては、６月と 11 月の全日とします。

また、小・中学校全校の学校給食における「自校調理方式」、「年間を通して地元産農産物を活用」というキーワードで多摩 26 市の取り組み状況を見ると、以下のようになります。本市のようにⅠ・Ⅱの２つの条件を満たし、ほぼ毎日、供給しているケースは多摩 26 市では少数です。

多摩 26 市の小・中学校全校の学校給食の状況（平成 18 年度調べ）

Ⅰ．	自校調理方式	12 市／26 市
Ⅱ．	年間を通して地元産農産物を活用	14 市／26 市



3　地域における食育の現状

■現状と課題

食生活には、人生の各段階に応じた課題や問題があるといわれています。例えば、青年期には朝食を食べない習慣の是正、成・壮年期には生活習慣病を予防する対策が重要です。また、高齢期においては、地域で元気に生活できるように、介護予防のための食生活対策の取り組みが必要となっていきます。これらの課題や問題を解決するためには、家庭や学校、児童館、保育所などや地域の団体などと連携した地域における健康づくりのための食育の推進に取り組む必要があります。

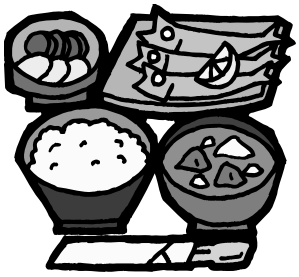
今、共働き世帯の増加に伴い、手軽なファーストフード店やファミリーレストランなどで外食する機会が増え、レトルト食品や冷凍食品の利用も一般的となりました。さらに、中食産業の隆盛もあり、「空腹」を感じる前にコンビニエンスストアなどで簡単に食事を調達することもできてしまいます。このような食事や食品は、上手に活用すれば便利である一方、嗜好に流れ過ぎるとバランスの崩れた食生活に陥るため、食の大切さに関心を持ち、食を選択する力を身につける必要があります。

本市では、「日野人げんき！プラン」に基づき、すべての世代を対象とした食の健康支援施策を実施しています。高血圧、脂質異常症、肥満、骨粗しょう症予防改善のためのクッキング教室や生活習慣病健診後の栄養相談など、各種食生活改善事業を行っています。さらに、平成 18 年度からは、食育講演会を開催し、食育の推進に努めています。そのほか福祉施策として、昼食と夕食の高齢者への配食サービスを行っています。農業面からは、産業まつりや都市農業シンポジウムの開催、援農ボランティアの養成及び派遣、市民農園の開園に取り組んでいます。

あらゆる世代に対し、食育を推進するため、社会全体で食育に取り組んでいく必要があります。

■高齢者対象配食サービス

おおむね 65 歳以上で、原則として一人暮らしの高齢者、又は高齢者のみの世帯で、心身の衰えなどにより日常生活において支障をきたし、食事作りが困難な方にサービスを提供しています。昼食又は夕食を提供することにより、不規則になりがちな高齢者の食生活を改善し、十分な栄養管理や食事を渡す際、利用者の健康状態の把握・安否確認を同時に行うことに取り組んでいます。平成 18 年度の昼食利用者数 3,619 人、配食数 49,061 食、夕食利用者数 995 人、12,000 食の配食サービスの提供を行っています。



■食育推進を実施する店舗の数

商工会に登録している食品関係事業者 440 店舗を 28 業態に分け、１業態につき１店舗ランダムに抽出しアンケートを実施しました。アンケート実施数は少ないですが、当調査の回答率が 50.0%ということから食品関係事業者の食育に対する関心の低さが伺えます。

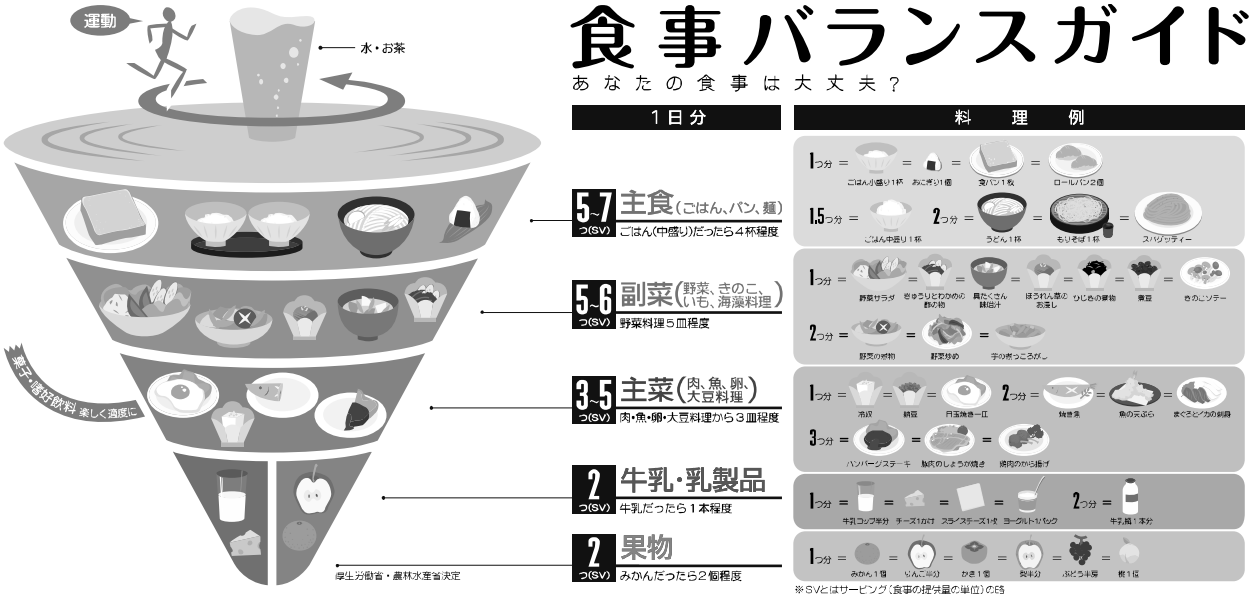
「食事バランスガイド」※1をはじめとする各種食育推進ＰＲポスターの掲示など、食育推進の第一歩の導入を支援し、各種食育推進ＰＲチラシやリーフレットの常設や栄養成分表示、地元野菜を使った料理提供などへつなげていく必要があります。

・送　付　28 店舗／回　答　14 店舗／回答率　50.0%
・うち食育推進活動について「実施している」と答えた店舗　３店舗
・３（実施店舗）／14（回答店舗）×100＝21.4%

食育推進実施店舗※2数算出根拠－食品関係事業者店舗対象　食育推進実施状況アンケートより
（平成 18 年度実施）

※１　食事バランスガイド

「食生活指針」（平成 12 年３月文部省・厚生省・農林水産省）を具体的に行動に結びつけるものとして、平成 17 年６月に農林水産省と厚生労働省が作成したものです。「食事の基本」を身につけるための望ましい食事のとり方やおおよその量をわかりやすく示しています。また、コマのイラストにより、１日分の食事を表現し、これらの食事のバランスが悪いとコマが倒れてしまうことを表現しています。



※２　食育推進実施店舗

以下に示す実践例に取り組んでいる店舗を言います。

＜実践例＞

①食育ＰＲポスター（食事バランスガイドなど）を店頭または店内に掲示している

②食育ＰＲ資料を店内に常設している

③日野産農産物を積極的に利用している

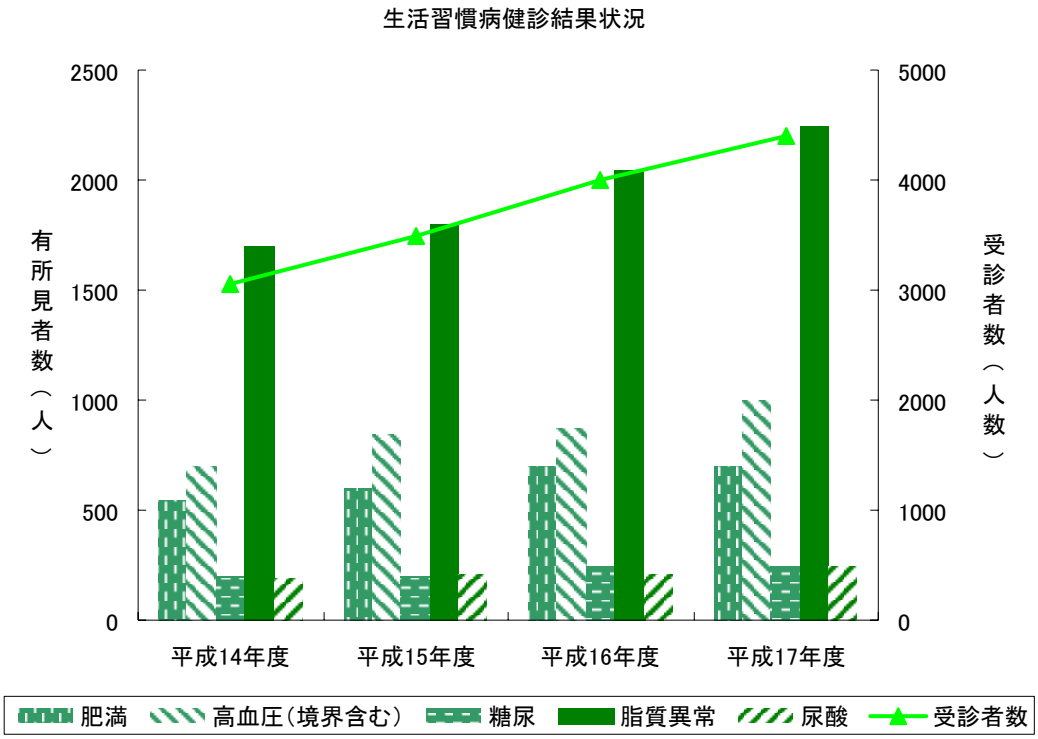
④メニューなどに栄養成分表示を取り入れている

⑤食事バランスガイドを活用したメニューを用意している

⑥野菜一品メニューを多数用意している　　ほか

■生活習慣病健診結果の状況

平成 14 年度から平成 17 年度に実施した生活習慣病健診の結果からみた生活習慣病に関する疾病の有所見者数推移は下図のとおりです。各疾病の割合に大きな変化はないものの、受診者数の増加に伴って実数が増加していることがわかります。



■メタボリックシンドロームの認知度

生活習慣病を引き起こす大きな要因が、おなかの中につく脂肪、内臓脂肪の蓄積にあることが分かってきました。「内臓脂肪型肥満」を基盤に、「高血圧、脂質異常、高血糖」が重複している状態を「メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）」といいます。（資料編Ｐ68「メタボリックシンドロームについて」参照）

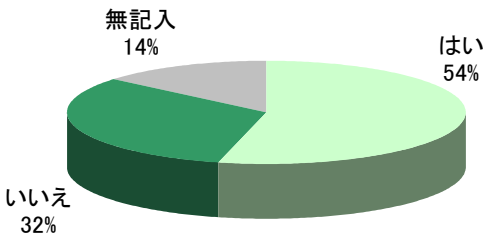
平成 18 年度に実施した生活習慣病健診において、受診者対象に「メタボリックシンドローム」の認知状況を調べたところ、「メタボリックシンドローム」を知っている人の割合が 54％にとどまっており、その意味と対処方法を理解し、実践する市民を増やしていく必要があります。

『メタボリックシンドロームを知っていますか』

はい	2,540 人
いいえ	1,522 人
無記入	641 人
受診者計	4,703 人

$$\frac{\text{2,540 人（メタボリックシンドロームを知っていると答えた人）}}{\text{4,703 人（平成 18 年度日野市生活習慣病健診受診者）}} \times 100 = 54\%$$

メタボリックシンドロームを知っていますか



平成 18 年度日野市生活習慣病健診受診者対象アンケートより

4　食育推進運動の展開

■現状と課題

食育は、家庭や学校、児童館、保育所など、行政、各種団体など、地域において、それぞれの立場の人々が共通認識を持ち、市民運動として取り組んでいくことが重要です。そのため、全市的に食育推進運動が展開されるような取り組みが求められています。

今後、国が定めた「食育月間」、「食育の日」に加え、家庭における朝食欠食率を低下させるための運動や給食を充実させるための強化月間などを設けるなど、市民運動として食育を進める必要があります。

また、市民活動として行われているさまざまな食育推進運動を、さらに全市的な取り組みとして展開するため、活動の情報を収集・発信する必要があります。

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業の活性化など

■現状と課題

食への感謝の気持ちを深めるうえでは、食料を生み出す農業への理解を高める必要があります。また、生産地と消費地が遠くなると輸送にかかわるエネルギーがより多く必要になり、CO_2の排出など、地球環境に大きな負荷をかけることになります。

本市では、消費者が近くにいるというメリットを生かした庭先販売や直売所が主体となった農業が行われているため、生産者と消費者が交流する土台は概ねできています。また、生産者と消費者が身近にいるため、環境にもやさしい状況となっています。さらに、本市の女性農業者により組織された「みちくさ会」などでは、日野産の野菜を使った料理教室を開催するなど、消費者である市民の農業理解を深める取り組みを行っています。また、日野産農産物を学校給食や保育園給食に利用している点も、生産者と消費者が交流する一つの大きなきっかけとなっています。

食への感謝の気持ちを深めるうえでは、食料を生み出す農業への理解を高めることが重要であり、今後は、関係団体などとの連携や学校給食を通じて、生産者と消費者の交流をより一層充実する必要があります。また、生産者において、より市民の要望に合った農産物の生産や直売所の運営が必要となり、市民や市民団体については、積極的な農業活動への参加や、日野産農産物を購入することが必要となります。

6　文化継承のための活動への支援など

■現状と課題

国内の食料自給率低下が叫ばれる中、海外の食材や料理の普及、外食産業の活発化などにより、栄養バランスが良いことで知られた「日本型食生活」は崩れつつあります。また、核家族化が進んだことにより、行事食や伝統食といった食文化も失われつつあります。

かつて農村だった本市では、四季折々の食べ物や祭り、お祝い行事の際の「ハレの食事」がありました。都市化と核家族化により、多くの行事食、郷土食が忘れ去られてしまいました。

今から約 20 年前の昭和 62、63 年度に、日野市公立小学校教育研究会学校給食部会では、市内各地の郷土食を調査し、報告書「郷土食について」をまとめており、こうした報告書を活用していく必要があります。

また、一部の学校では、授業の中で味噌作りや、東光寺大根を使った漬物作りをしています。このほか、日野市商工会では、日野ブランドとして実践女子短期大学の協力により、新しいスタイルの「たらしやき」※1を考案し、産業まつりなどの催しの際に販売しています。

学校や保育園の給食においては、一昔前はパン食が主でしたが、今では週におおむね３日は米飯給食になり、さらには、行事食や伝統食も積極的に献立に取り入れられています。

こうした学校や保育園における食文化継承の取り組みにならい、家庭や地域においても同様の取り組みがなされるような支援が必要です。

※１　たらしやき

日野市平山に伝わる郷土料理。農繁期の労働の忙しい時期に、３度の食事では足りなかったため小昼飯（おこじゅう）として食べていたもの。

材　料：小麦粉（おおよそ 200g）、重曹、塩、水、油脂、醤油、砂糖

作り方

①小麦粉、重曹、塩をボールに入れて混ぜる。

②水でやわらかくこねる。

③熱くしたほうろく鍋（フライパン）に油をひく。

④こねた粉を一寸（３㎝位）の厚さに流し入れる。

⑤焦げ目がつくくらいまで焼いたら、裏返す。（重曹でちょっと黄色く色がつく。）

⑥砂糖と醤油をまぜる。（タレ作り）

⑦ちぎって、砂糖じょうゆをつけて食べる。

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

■現状と課題

テレビやインターネットなどにより、食に関する情報が氾濫しており、多くの情報から正しい情報を選び、そして正しい知識を身に付けることが必要になってきています。

本市では、教育委員会が学校給食に使用する食品の安全性について、平成 14 年度に「日野市学校給食食品安全指針」をまとめました。これは、当時、牛海綿脳症（BSE）の発生や食品の偽装表示問題など、食の安全にかかわる事件が社会問題化したため策定したものです。食品添加物を使用していない食材の使用や国産品、特に日野産野菜などの使用など、14 の柱を立て、より信頼される学校給食を目指すこととしています。また、第２次農業振興計画・アクションプランでは、無（減）農薬、無（減）化学肥料栽培を推進することとし、特別栽培農産物認証制度を設けています。また、トレーサビリティシステム（生産履歴情報開示）については、農協などが取り組みを進めています。

また、市内小・中学校では、「安全指針」に基づいた「安全で、安心な給食」を引き続き行っていく必要があります。農業面では、エコファーマー※1 や特別栽培農産物認証農業者※2 の創出に向けた支援が求められています。農薬の正しい知識のＰＲは、農業者だけでなく市民にも必要です。

さらに、市内では、外国人が経営する各国料理のレストランが増えてきています。その中には、日野産野菜を活用した各種料理教室などが開催されており、食を通じた交流が行われています。（例：キムチ作り教室など）

こうした食に関する正しい情報を集約するとともに、さまざまな媒体を通じた情報提供の充実を図る必要があります。

本市には、栄養士・管理栄養士養成施設、また学術機関として、実践女子大学・短期大学があり、今後はこれらの機関のほか、産業を取り込んだ産学官の連携を強めていく必要があります。

※１　エコファーマー

化学肥料や化学合成農薬の使用量を、地域の慣行栽培における使用量に対し２割以上削減した栽培に取り組む農業者

※２　特別栽培農産物認証農業者

節減対象の農薬使用回数が 50%以下、かつ化学肥料の窒素成分量が 50%以下で農産物を栽培している農業者