

第5章

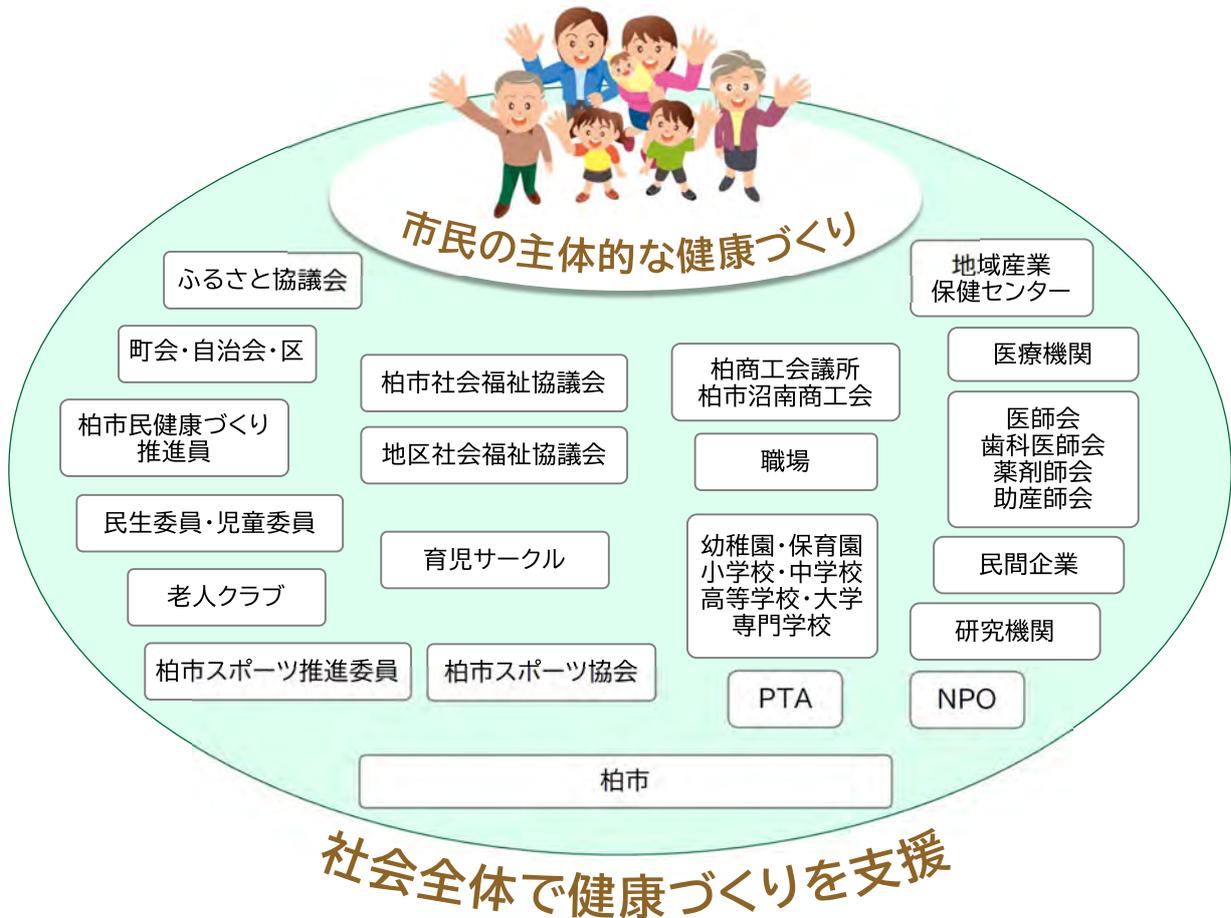
計画の推進に向けて

第5章 計画の推進に向けて

1 計画の推進体制

本計画の推進には、市民一人ひとりが自身の健康づくりに取り組むことに加えて、家庭内や住んでいる地域、学校や職場の中で、健康づくりの輪を広げていくことが大切です。

行政や関係機関はこの取組を応援し、「オール柏」体制で、柏にかかわるすべての人が、その人らしく健やかで心豊かに暮らせるまちを目指します。



2 計画の点検・評価・見直し

本計画をより実効性のあるものとして推進していくために、分野ごとに指標と目標値を設定し、達成状況を定期的に把握していきます。

また、令和12(2030)年には、中間評価のために「柏市民健康意識・生活実態調査」を実施し、必要に応じて計画の見直しを行います。

第6章

食育推進計画

第6章 食育推進計画

1 計画の策定にあたって

(1) 計画の趣旨

食育基本法では、食育を、「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」と位置付けるとともに、「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」としています。

近年では、国民のライフスタイルの多様化により、バランスのとれた食の機会の減少と、それに伴う肥満や、若い世代や高齢者にみられる痩せの増加、加えて伝統的な食文化の継承や、持続可能な食に向けた取組(食品ロス削減、地産地消の推進)の必要性など、食に関するさまざまな課題が見られます。さらに近年では、新型コロナウイルス感染症の流行を受けて国民の生活習慣と価値観が大きく変容しており、外出機会の減少や在宅での食の機会の増加など、食育推進の分野においても、これらの変化に対応できるような取組を検討していく必要があります。

このような状況に対応し、国は「国民が生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性を育む」ことを目的として、2005(平成17)年に食育基本法を制定し、2006(平成18)年に同法律に基づく「食育推進基本計画」を策定しました。2021(令和3)年には「第4次食育推進基本計画」を策定し、心身ともに健やかな生活を送るための食育の推進とともに、SDGsの観点も踏まえた持続可能な食や、新型コロナウイルス感染症流行後の「新たな日常」と「デジタル技術の活用」に対応した食育の推進に重点を置いて、取組を推進しています。

千葉県においても、『ちばの恵み』を取り入れたバランスのよい食生活の実践による生涯健康で心豊かな人づくり』を基本目標として、2022(令和4)年度から2026(令和8)年度までを計画期間とする「第4次千葉県食育推進計画」を策定しています。

本市では、食育という言葉が世に浸透する以前から、すでに子どもの保護者や高齢者向けの栄養指導・健康相談、給食や授業を通じた食に関する学校教育、農業イベントや市民農園への支援等、さまざまな取組をしてきました。

また、国民の平均寿命は毎年延長する一方で、社会環境や生活様式の変化により生活習慣病や認知症等が増加しており、これらの疾病等の予防と健康寿命の延長には、普段の食生活が大きな関わりを持っています。食生活を中心とした望ましい生活習慣を身につけることが生活習慣病の発症を予防し、さらには高齢になっても生活の質を維持し、健康で豊かな生活を送ることができるものと考えられます。

本市の地域特性を踏まえるとともに、市民の健康長寿や新たに取り組むべき課題等への対応に配慮しながら、引き続き本市の食育を総合的に推進するため、「柏市食育推進計画」を策定します。

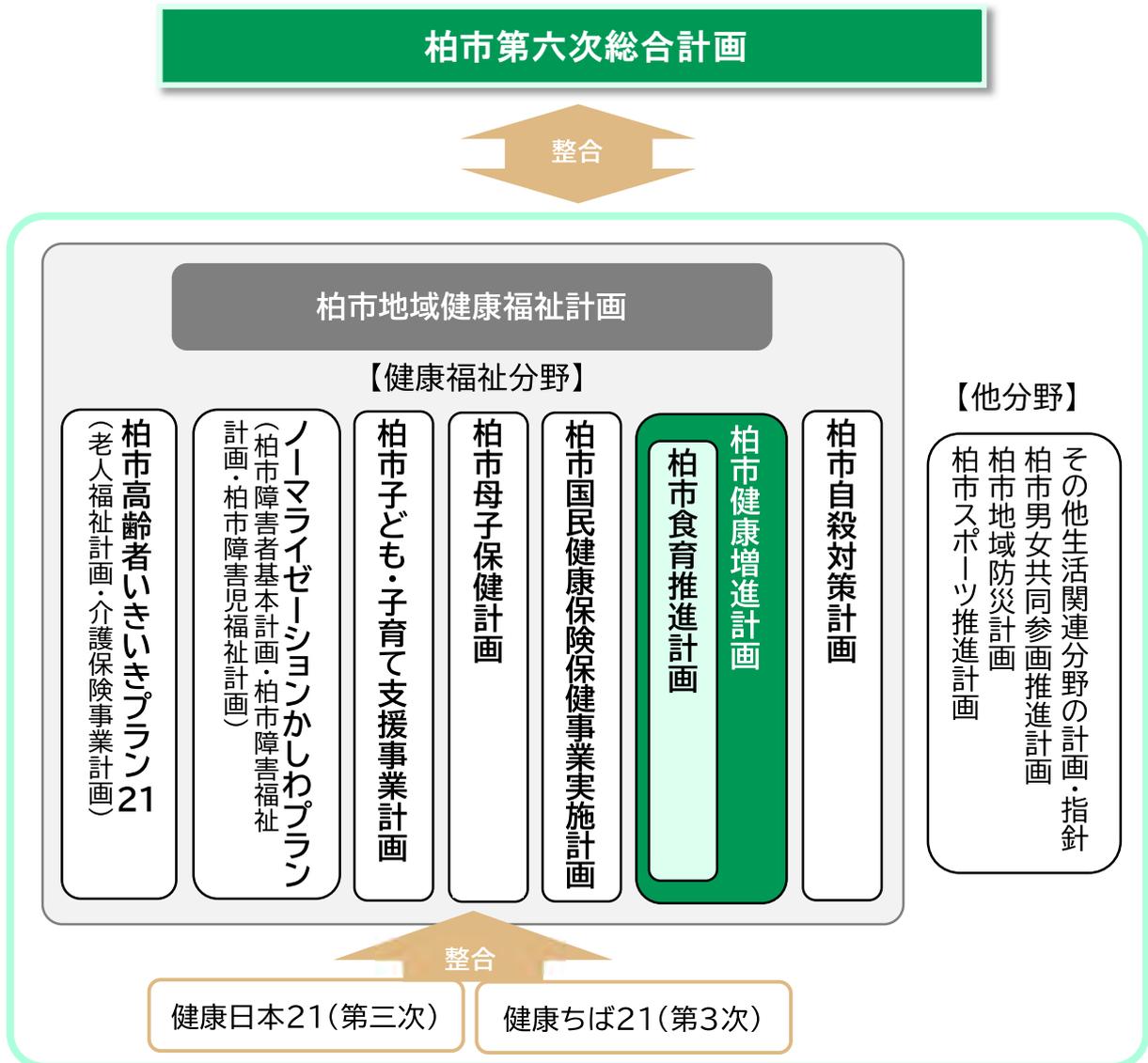
(2) 食育推進計画の位置付け

本計画は、食育基本法第18条に基づく「市町村食育推進計画」として策定し、健康増進法第8条第2項に基づく「第2次柏市健康増進計画」との関係において「栄養・食生活」という共通する内容があり、課題認識や目標設定等に対して効果的な事業推進が期待できるものとして一体的に策定しました。

本計画は、国が示す「第4次食育推進基本計画」及び千葉県が示す「第4次千葉県食育推進計画」との整合を図ります。

なお、「第2次柏市健康増進計画」は、「柏市第六次総合計画」を上位計画として、「柏市地域健康福祉計画」が内包する高齢者、障害者、児童(子育て支援)等の分野別計画と位置付けられるものであり、他の関連計画・指針とも整合を図ります。

図表6-1 計画の位置付け【再掲】

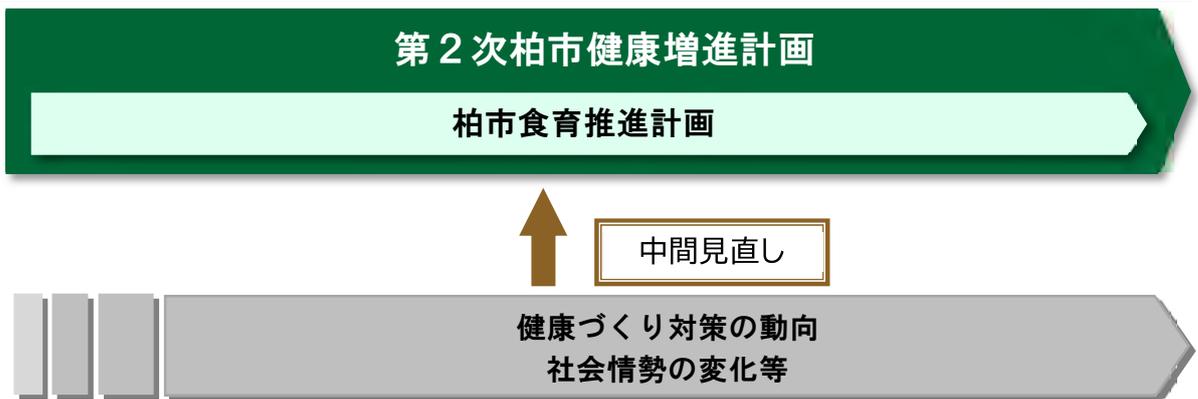


(3) 計画期間

本計画の計画期間は、2025(令和7)年度から2036(令和18)年度までの12年間とします。なお、6年目となる2030(令和12)年度に、中間見直しを行うこととします。

図表6-2 計画期間

2025 (令和7) 年度	2026 (令和8) 年度	2027 (令和9) 年度	2028 (令和10) 年度	2029 (令和11) 年度	2030 (令和12) 年度	2031 (令和13) 年度	2032 (令和14) 年度	2033 (令和15) 年度	2034 (令和16) 年度	2035 (令和17) 年度	2036 (令和18) 年度
---------------------	---------------------	---------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------



(4) 計画の策定体制

本計画の策定にあたっては、学識経験者、各種関係機関団体代表、行政関係部署等の代表者で構成される「柏市農業振興審議会」においても、計画内容の審議・検討を行いました。また、「アグリ・コミュニケーションかしわ委員会」にも意見を伺い、検討を行いました。

2023(令和5)年度には「柏市食育に関するアンケート調査」を実施し、市民の食の現状や食育の推進に関する課題を整理・把握し、計画内容に反映しました。

コラム

「アグリ・コミュニケーションかしわ委員会」とは



アグリコかしわ
Agrico Kashiwa

アグリ・コミュニケーションかしわ委員会は、柏市内の「農」と「食」に関する機関及び団体が協働で、柏産農産物を積極的にPRし、都市近郊型農業としての柏ブランド構築に努め、地産地消化を推進することを目的とした団体です。

2 柏市の食を取り巻く状況

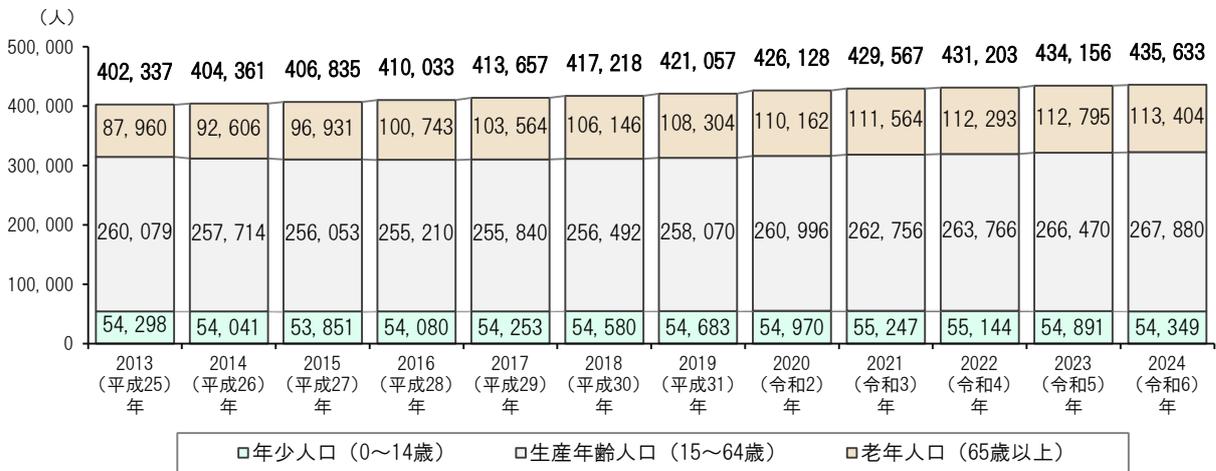
(1) 人口推移及び世帯の状況

① 人口推移

過去12年の総人口は増加が続いており、2024(令和6)年4月1日現在で435,633人となっています。年齢3区分別にみると、65歳以上の老年人口は増加、15～64歳の生産年齢人口は2016(平成28)年以降はわずかに増加している一方、14歳以下の年少人口は2022(令和4)年から減少に転じています(図表6-3)。

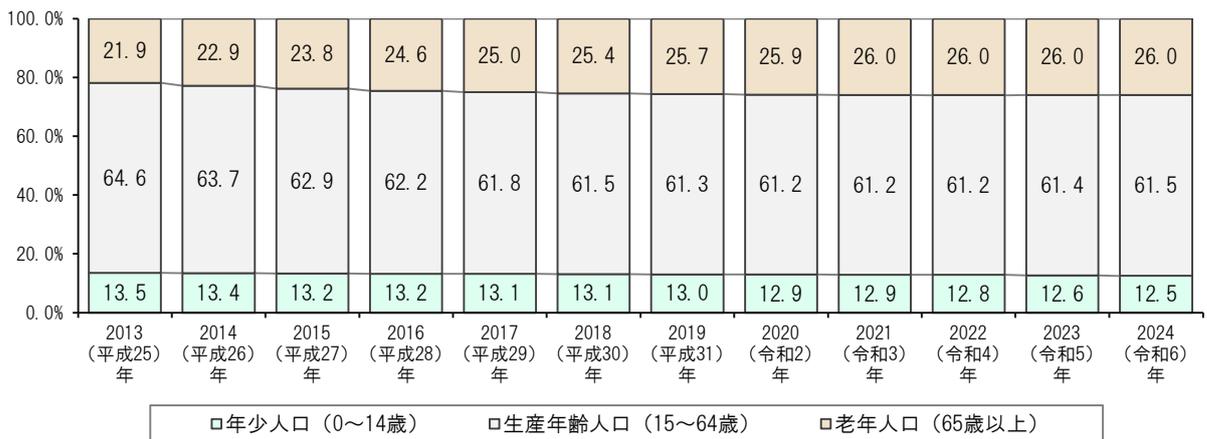
総人口に占める年齢3区分別人口の割合をみると、年少人口割合は低下が続いています(図表6-4)。

図表6-3 総人口及び年齢3区分別人口の推移(再掲)



資料：住民基本台帳人口（各年4月1日現在）

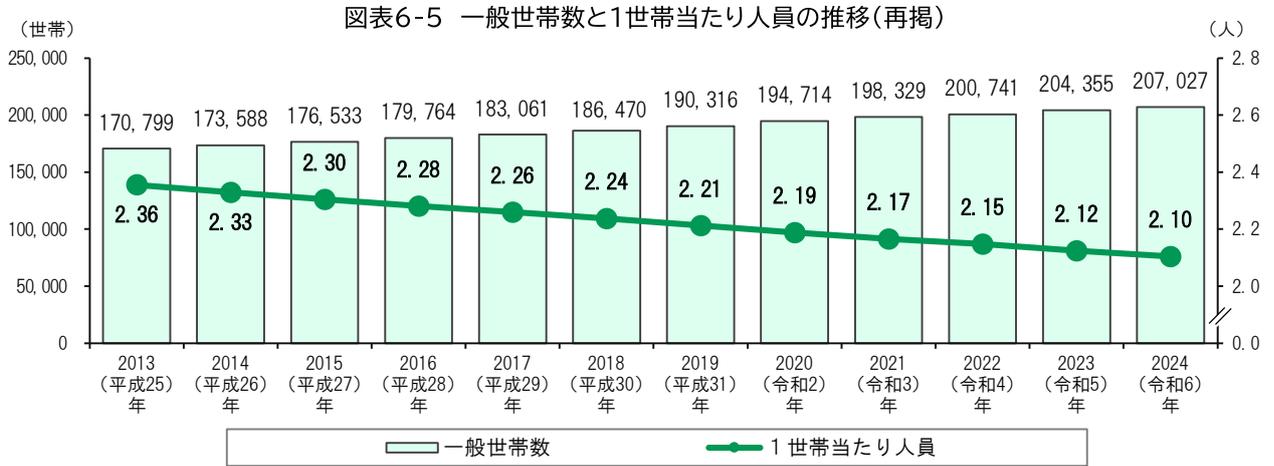
図表6-4 年齢3区分別人口割合の推移(再掲)



資料：住民基本台帳人口（各年4月1日現在）

② 世帯数

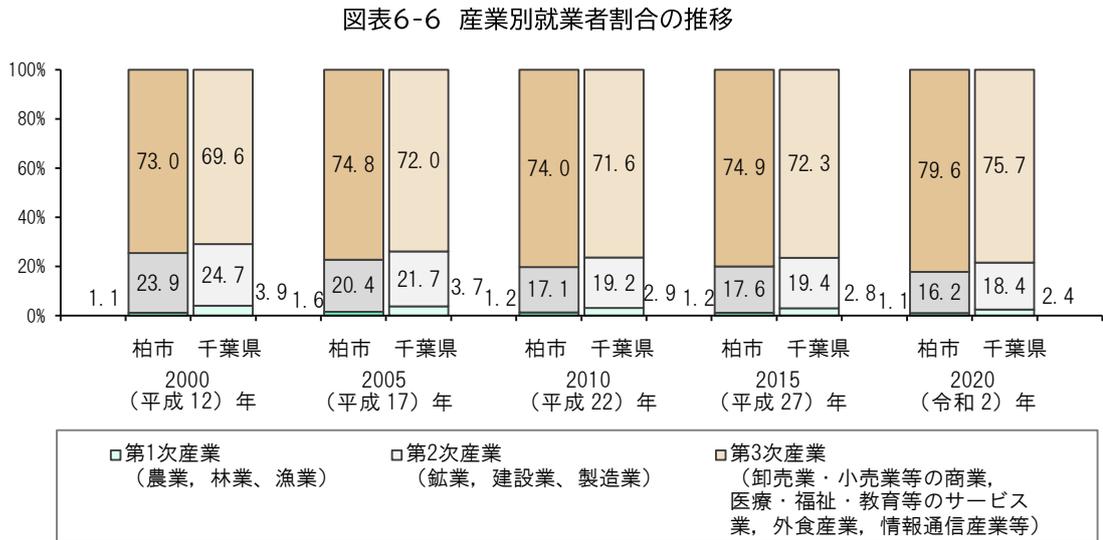
一般世帯数は増加傾向にあり、2024(令和6)年3月末日現在で207,027世帯となっています。一方、1世帯当たり人員は減少傾向にあり、2024(令和6)年3月末日現在で2.10人となっています(図表6-5)。



資料：柏市住民基本台帳人口（各年3月末日現在）

(2) 柏市経済の構造

過去20年の産業別就業者割合は、第2次産業で低下が続いている一方、第3次産業では上昇傾向となっています。県と比較すると、第1次産業、第2次産業は県を下回り、第3次産業は県を上回る傾向がみられます(図表6-6)。



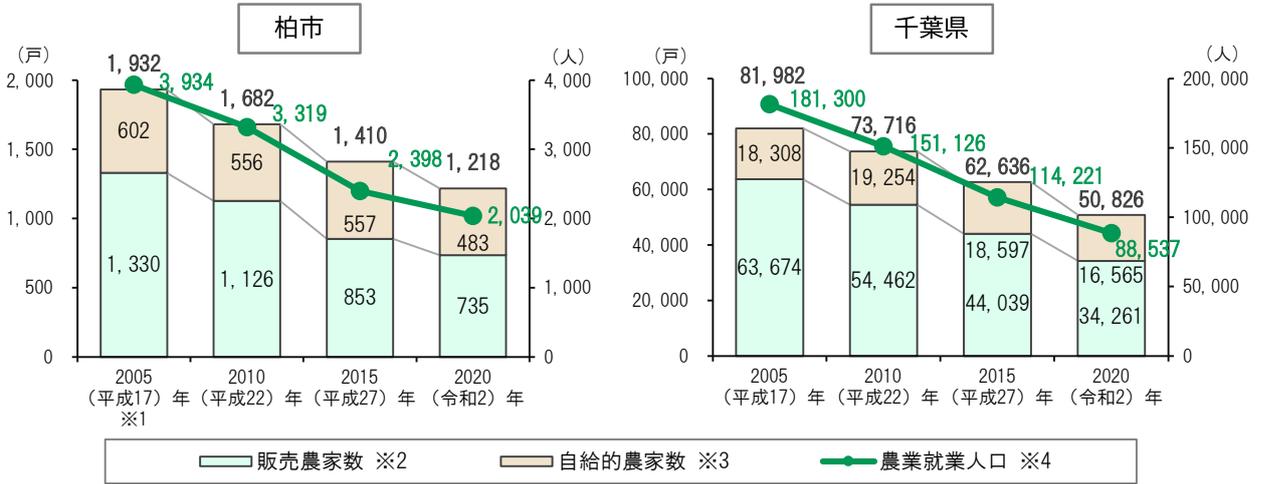
資料：国勢調査（各年10月1日現在）

(3) 柏市の農業の特徴

① 柏市の総農家数及び農業就業人口

柏市の総農家数は、特に販売農家数が大きく減少しており、2020(令和2)年2月1日現在で1,218戸となっています。農業就業人口も減少傾向が続いており、2020(令和2)年2月1日現在で2,039人となっています(図表6-7)。

図表6-7 総農家数及び農業就業人口の推移

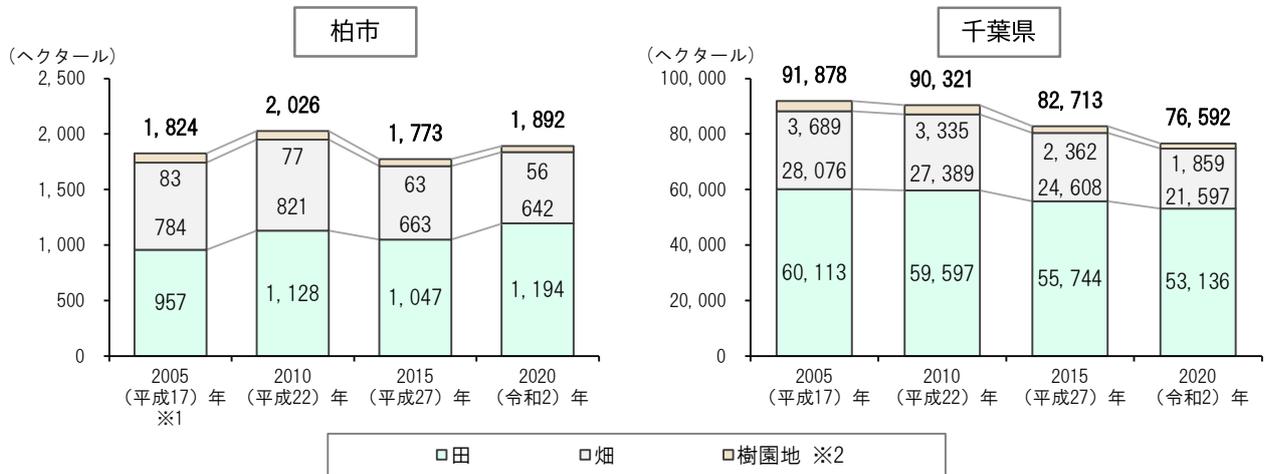


資料：農林業センサス（各年2月1日現在）
 ※1：2005（平成17）年は、この年の3月28日に編入合併された旧沼南町の数値を含めている。
 ※2：販売農家とは、経営耕地面積が30a以上又は調査期日前1年間における農産物販売金額が50万円以上の農家をいう。
 ※3：自給的農家とは、経営耕地面積が30a未満かつ調査期日前1年間における農産物販売金額が50万円未満の農家をいう。
 ※4：農業就業人口とは、調査期日前1年間に自営農業に従事した者、又は農業とそれ以外の仕事の両方に従事した者のうち自営農業が主の者をいう。

② 柏市の経営耕地面積

柏市の経営耕地面積は、樹園地は2005(平成17)年以降、畑は2010(平成22)年以降、縮小が続いている一方、田は拡大している年もみられ、2020(令和2)年は1,194ヘクタールと、過去15年で最も大きくなっています(図表6-8)。

図表6-8 経営耕地面積の推移



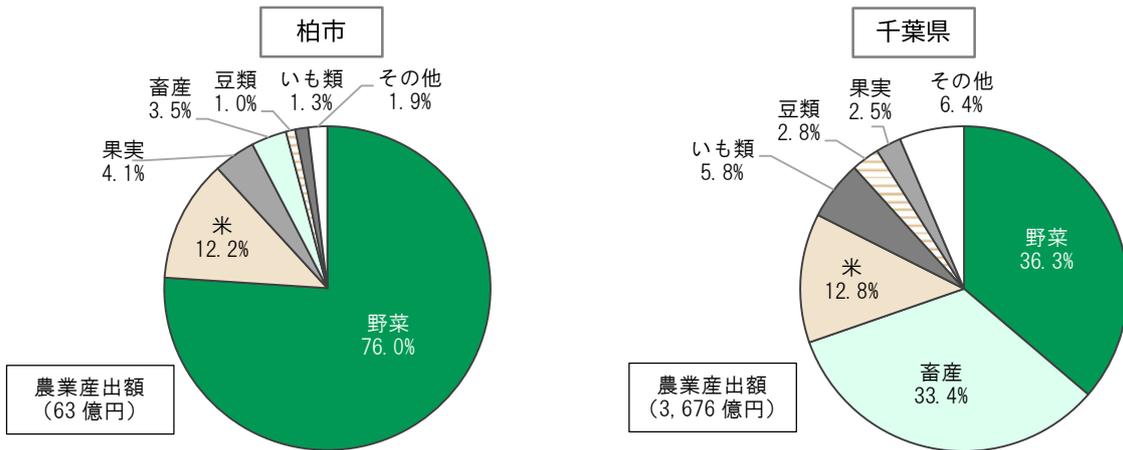
資料：農林業センサス（各年2月1日現在）
 ※1：2005（平成17）年は、この年の3月28日に編入合併された旧沼南町の数値を含めている。
 ※2：樹園地とは、畑のうち、果樹、茶等の木本性作物を1アール以上集団的に栽培するものをいう。

③ 柏市の農業産出額

柏市の農業産出額の割合が最も高いのは野菜(76.0%)で、次いで米(12.2%)、果実(4.1%)となっています。

なお、千葉県の農業産出額は令和4年には全国4位となっており、特に耕種(米、野菜など土地を耕して作られる作物)は全国3位、畜産(乳製品や肉、卵などの生産物)は全国8位となっています(図表6-9)。

図表6-9 農業産出額割合(2022(令和4)年)



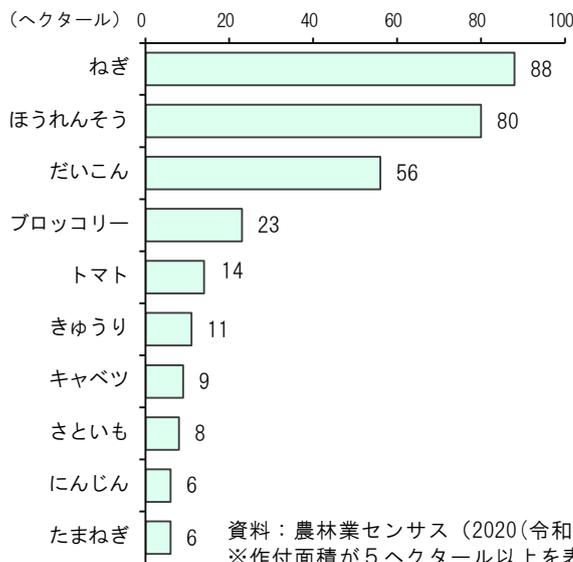
資料：令和4年生産農業所得統計

④ 柏市の野菜類の作付面積

指定野菜※1のうち、柏市で作付面積が最も大きいのは「ねぎ」で、次いで「ほうれんそう」、「だいこん」となっています(図表6-10)。

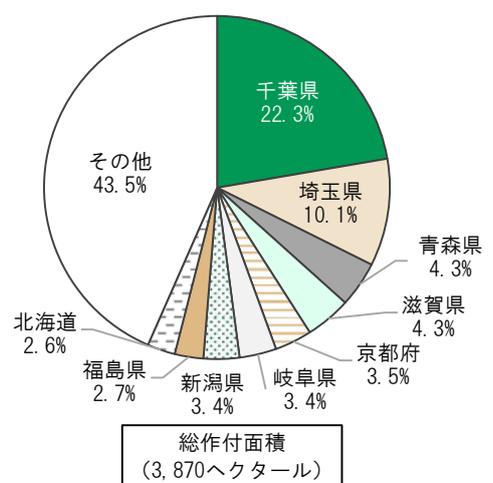
また、柏市で盛んに生産されている「かぶ」について、都道府県別の作付面積では千葉県が863ヘクタールで全国1位となっています(図表6-11)。

図表6-10 柏市の販売目的の指定野菜の作付(栽培)面積(2020(令和2)年)



資料：農林業センサス(2020(令和2)年)
※作付面積が5ヘクタール以上を表示

図表6-11 かぶの都道府県別作付(栽培)面積(2022(令和4)年産)



資料：作物統計調査
令和4年産野菜生産出荷統計

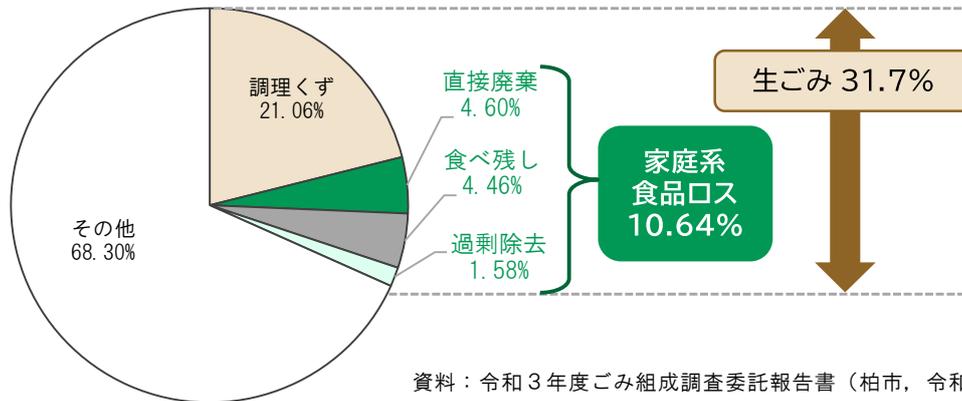
※1 指定野菜：消費量が多い野菜や多くなることを見込まれる野菜。農林水産省が14品目を指定している(キャベツ、きゅうり、さといも、だいこん、トマト、なす、にんじん、ねぎ、はくさい、ピーマン、レタス、たまねぎ、ジャガイモ、ほうれんそう)。ブロッコリーは2026(令和8)年度より追加される予定。

(4) 環境への配慮の状況

家庭から排出される食品ロスの主な原因は、賞味期限切れ等による直接廃棄(手付かずの食品)、食べ残し、調理時に皮をむき過ぎるなどの過剰除去です。

家庭系可燃ごみのうち31.7%が生ごみで、そのうち10.64%が家庭系食品ロスとなっています(図表6-12)。

図表6-12 家庭系可燃ごみ中の食品ロスの割合(2021(令和3)年度)



資料：令和3年度ごみ組成調査委託報告書（柏市，令和4年2月）

3 柏市食育に関するアンケート調査

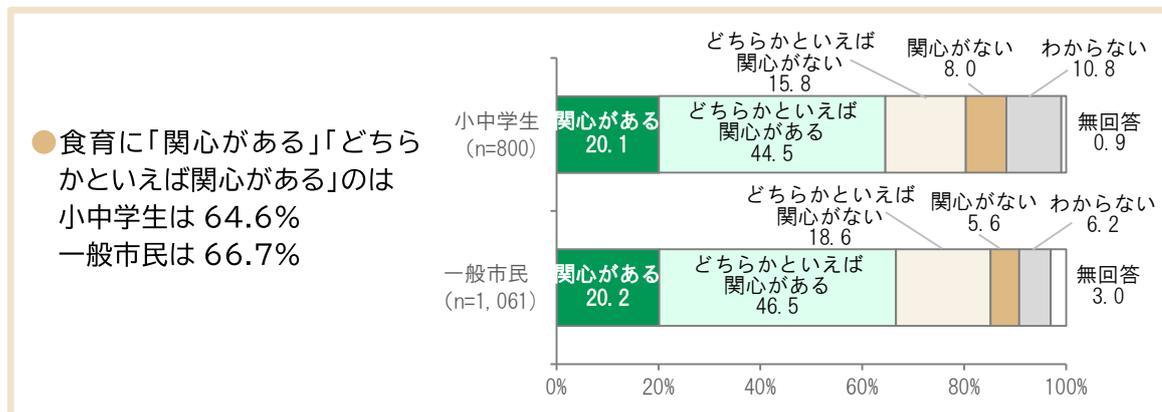
柏市食育推進計画策定にあたり、市民の食の現状や食育の推進に関する状況を把握し、2024(令和6)年度の同計画策定に資することを目的として、以下の調査を実施しました。

(1) 調査の概要

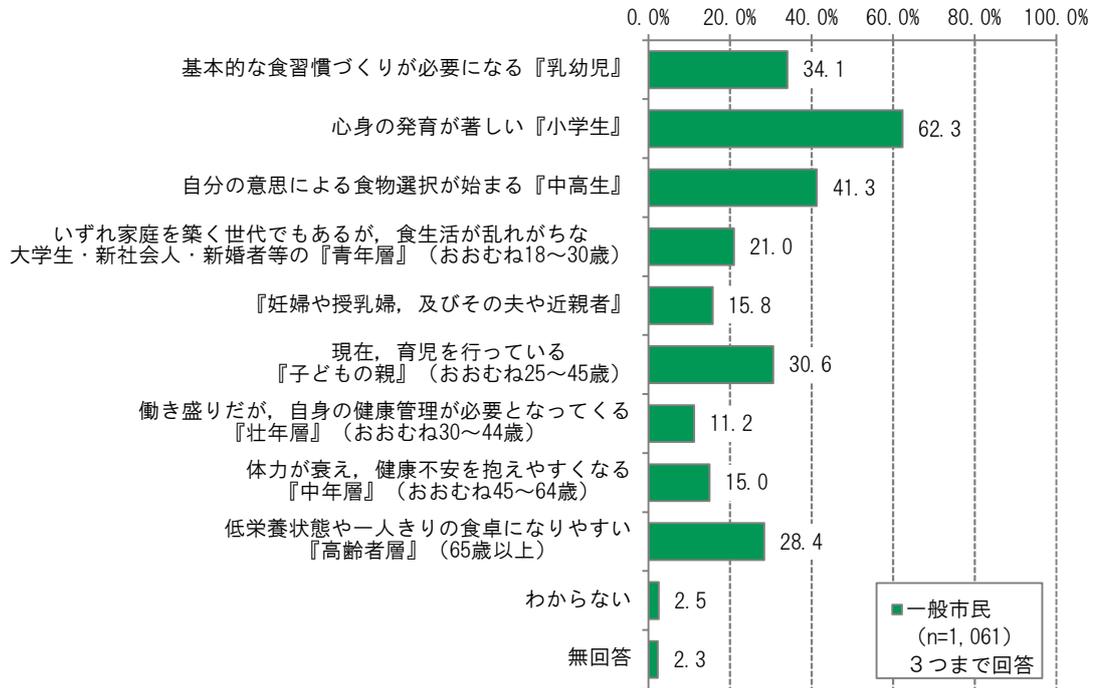
調査対象	○小学生と保護者(小5): 柏市内にお住まいの小学5年生(平成24年4月2日～平成25年4月1日生まれ)の方から無作為抽出 ○中学生と保護者(中2): 柏市内にお住まいの中学2年生(平成21年4月2日～平成22年4月1日生まれ)の方から無作為抽出 ○一般市民:柏市内にお住まいの18歳以上の方から無作為抽出			
調査方法	郵送による配布・回収			
実施期間	2023(令和5)年12月～2024(令和6)年1月			
回収状況	区分	配布数	有効回答数	有効回答率
	小学生と保護者(小5)	700件	428件	61.1%
	中学生と保護者(中2)	700件	372件	53.1%
	一般市民	2,000件	1,061件	53.1%

(2) 主な調査結果

※小学生と保護者及び中学生と保護者は「小中学生」として、結果を記載しています。

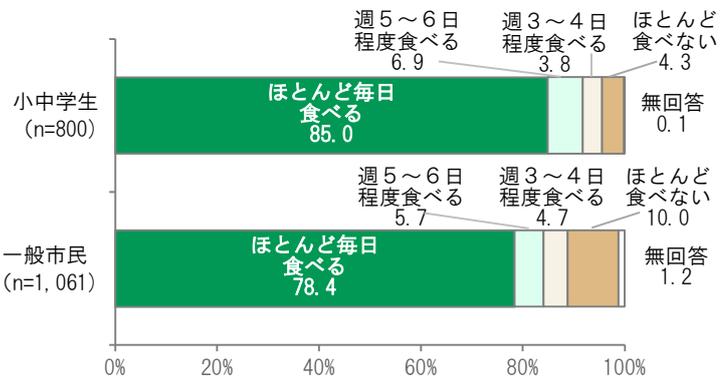


- 食育が特に大切だと思う世代は「心身の発育が著しい『小学生』」が62.3%、「自分の意思による食物選択が始まる『中学生』」が41.3%、「基本的な食習慣づくりが必要になる『乳幼児』」が34.1%



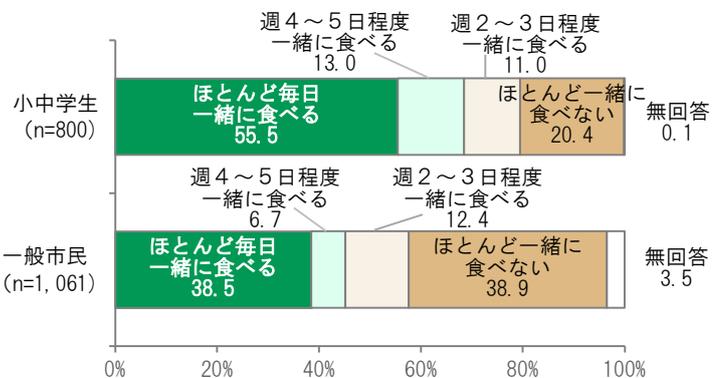
- 朝食を「ほとんど毎日食べている」のは
小中学生は85.0%
一般市民は78.4%

- 朝食を「ほとんど食べない」のは
小中学生は4.3%
一般市民は10.0%



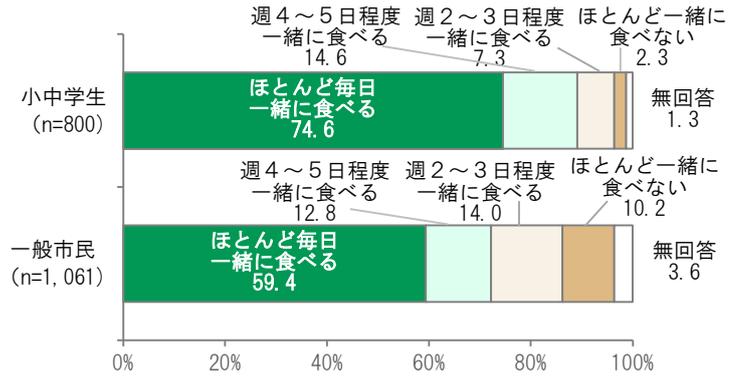
- 朝食を家族等と「ほとんど毎日一緒に食べている」のは
小中学生は55.5%
一般市民は38.5%

- 朝食を家族等と「ほとんど一緒に食べない」のは
小中学生は20.4%
一般市民は38.9%

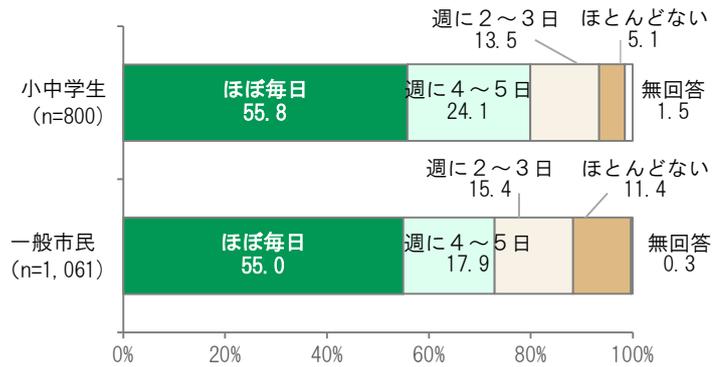


●夕食を「ほとんど毎日一緒に食べている」のは
小中学生は74.6%
一般市民は59.4%

●夕食を「ほとんど一緒に食べない」のは
小中学生は2.3%
一般市民は10.2%

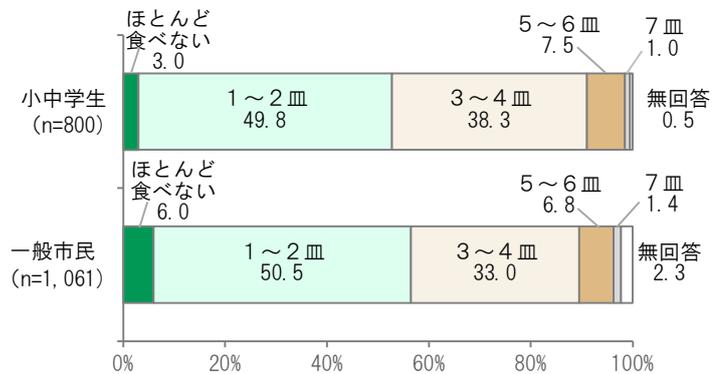


●主食・主菜・副菜を3つそろえて食べることが1日に2回以上あるのは
小中学生は55.8%
一般市民は55.0%

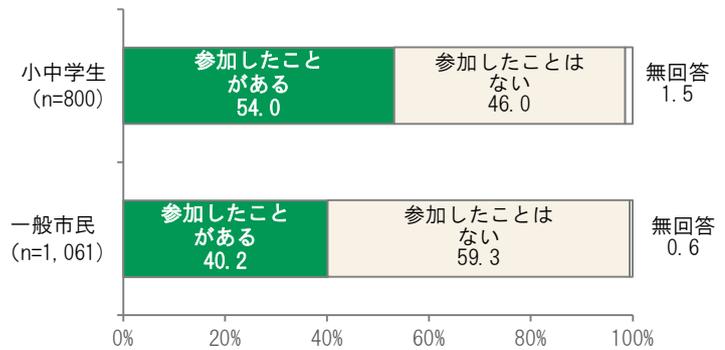


●1日に野菜料理を食べる量(小皿(小鉢)程度を1皿分)が1～2皿は
小中学生は49.8%
一般市民は50.5%

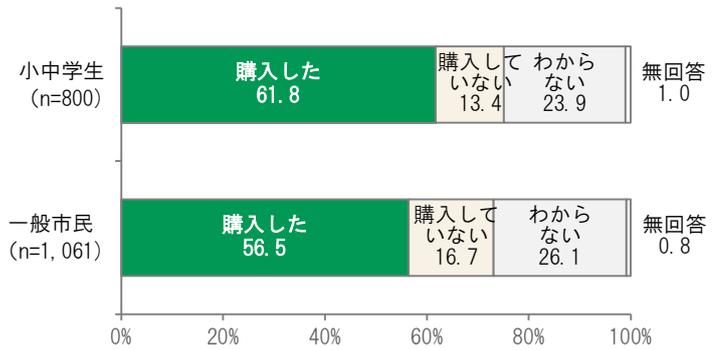
3～4皿は
小中学生は38.3%
一般市民は33.0%



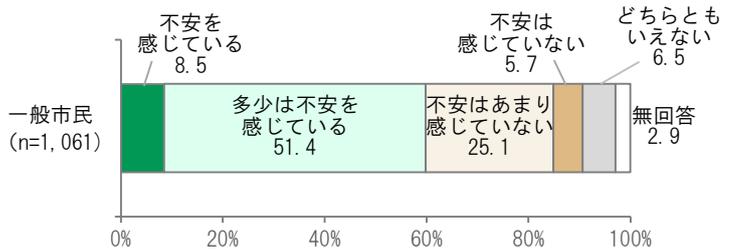
●農林漁業体験(野菜の収穫・田植え(種まき)・稲刈りなど)に参加したことがあるのは
小中学生は54.0%
一般市民は40.2%



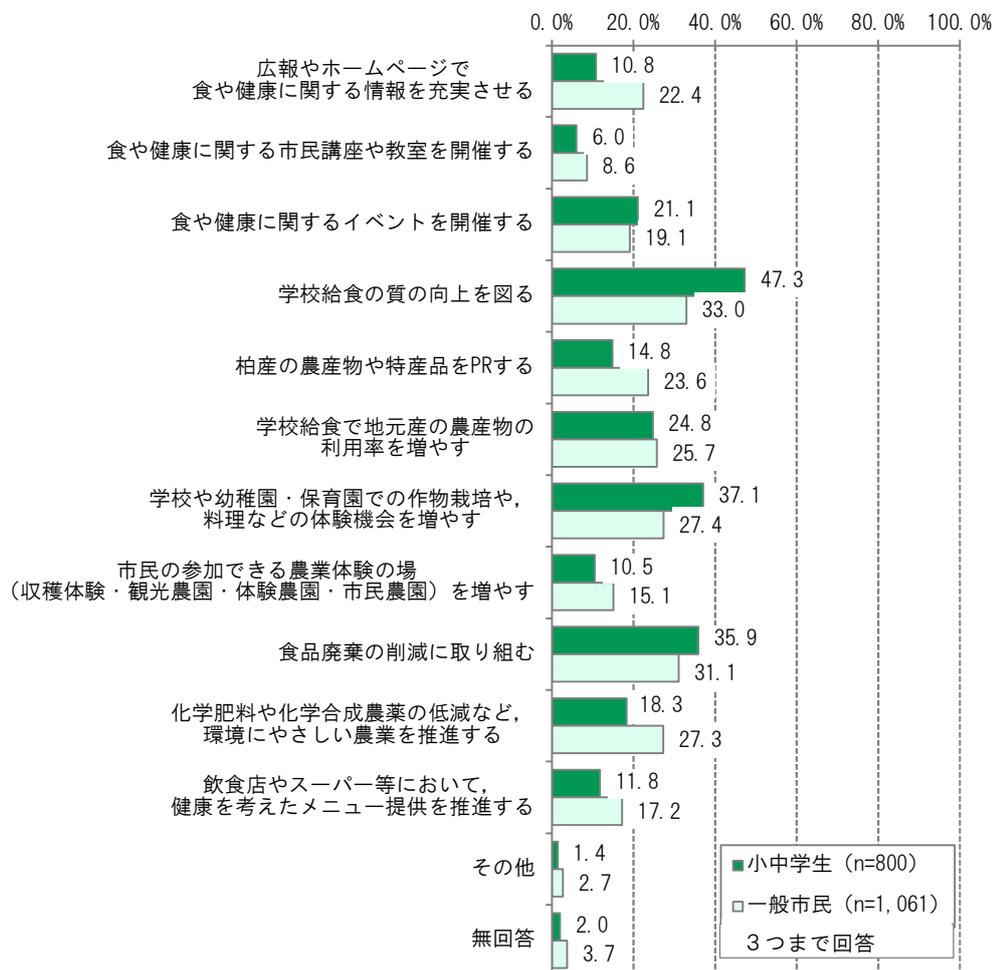
- 2か月以内に柏市産農産物を購入したことがあるのは
小中学生は61.8%
一般市民は56.5%



- 食品の安全性に対して「不安を感じている」「多少は不安を感じている」のは59.9%



- 食育を推進するにあたって、行政や地域社会で重点的に取り組んでほしいことは、小中学生、一般市民ともに「学校給食の質の向上を図る」「学校や幼稚園・保育園での作物栽培や、料理などの体験機会を増やす」「食品廃棄の削減に取り組む」の回答が多い



4 柏市の課題整理

柏市の現状や2023(令和5)年度に実施した各種調査等から、計画の策定にあたり柏市の課題を以下のように整理しました。

(1) 市民の食と健康への関心の醸成

健康な体づくりには、栄養、運動、休息などバランスのとれた生活を日常化していくことが必要であり、本市ではこれまで「柏市健康増進計画」などを基本に市民の健康づくりを総合的に進めてきたところです。しかし、本市の食をめぐる現状をみると、「食育」という言葉は多くが周知しているものの、一般市民のみならず子どものいる家庭においても関心度は決して高いとはいえないのが実情です。

また、成人の朝食の欠食率は、40歳代の男性が全国平均を大きく上回り、20歳代の男性も高い状況にあります。このような傾向は、栄養バランスのとれた食事や野菜の摂取状況においても同様であり、低位な結果となっています。

こうしたことから、生涯にわたる健康づくりを支援するためには、改めて「食」に重点を置き、市民各層に対する情報提供や啓発活動の拡充を図り、各個人・家庭・組織における主体的な取組を支援・促進していく必要があります。

(2) 食の安全・安心のための正しい情報の理解

インターネットやSNSの普及により、食に関する情報を目にする機会が多くなっているものの、科学的根拠に乏しいものや誤った情報も多く含まれており、正しい知識を得ることが困難になっています。

また、健康被害を及ぼす材料の混入や偽装表示の問題や、食品流通の広域化・国際化の進展などによる輸入食品の増加・多様化、科学技術の発展による遺伝子組換え食品等の流通など、食生活を取り巻く状況も大きく変化しています。

市民の食の安全性に関する不安に対して、食品の安全性に関する正しい知識を提供し、適切な食品選択や取り扱いができるよう啓発活動を行う必要があります。あわせて、食品を提供する事業者との相互理解を深め、事業者と消費者の信頼関係を構築し、より安全で安心な食環境を作り出すことが求められます。

(3) 食を通じた地域産業とのつながりと環境への配慮

本市は消費の地と生産の地が近接し、食育を推進する場が豊かにあり、市内で生産された農畜産物の一部は、直売所や量販店の産直コーナーなどで販売され、新鮮で安全・安心な農畜産物の提供を可能にしています。また、ベッドタウンとして発展してきたことから、スーパーやコンビニエンス・ストア等の商業や飲食店に代表されるサービス業などの生活産業が盛んで、好きな時に好きなものを食べられる生活利便性に恵まれています。一方、食料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ことへの意識が希薄となっています。

市民が柏でとれる農畜産物や食品が作られる過程や方法等を知り、食べることへの感謝の気持ちを養い深めることが重要であり、食の提供者などとの一層の交わりが求められます。あわせて、生活産業をはじめとする食の提供者とのつながりを広めることにより、地域産業の活性化を促していく必要があります。

5 基本理念と基本目標

(1) 基本理念

食卓から始まる, 健やかで心豊かなまち

「食」は、個々の健康の維持・増進という“目的”と同時に、コミュニケーションの“手段”という側面を持っており、市民や地域の精神的、社会的な豊かさを高める有効な媒体となり得るものです。

そして、その場となるのが「食卓」であり、食を作る人と食べる人、あるいはその食卓を囲む者同士のさまざまな思いを受け止める役割を担うところといえます。

この計画では、こうした認識のもと、家庭などの食卓を通して家族同士はもとより、広く地域の人々のつながりや絆を深め、育んでいく願いを込め、基本理念を「食卓から始まる, 健やかで心豊かなまち」とします。

(2) 基本目標

基本理念に基づき、食育を進める上で必要な要素を市民に広め、覚えやすく心に留められるものを基本目標として、以下のように定めます。

野菜, 朝食, 柏産!!

野菜

を意識すれば、理想的な栄養バランスに近づいてきます。

朝食

を意識すれば、早寝早起きを含めた規則正しい生活リズムの改善や、家族で食卓を囲む機会の増加も期待できます。

柏産

を意識すれば、地元産・国産品の利用、自給率や食の安全性の高まりも期待できます。

(3) 基本施策

本市における食育の基本理念に加え、市民を対象に行ったアンケート調査の結果や社会環境の変化、食の安全確保に関する要望の高まりを踏まえ、以下の3つを基本施策として推進していきます。

野菜

施策① 食育を通じた健康維持・改善

食は健康づくりに不可欠な要素であり、子どもの心身の健全な発達や成人の生活習慣病の予防、健康寿命の延伸などにつながります。健康的な食生活や歯や口の健康管理、食の安心・安全に関する情報提供を含めた様々な取組を進め、健康維持・改善につながる食育の推進を図ります。

朝食

施策② 望ましい食習慣の普及啓発の推進

単身世帯や共働き世帯の増加、経済的格差の拡大などの生活の多様化が、個人の食習慣や家庭の食生活に大きな影響を与えています。情勢の変化に対応しつつ、生涯を通じて豊かな食生活を送るため、子どもや若者に対する正しい食習慣の基礎づくりや、学校や職場など家庭以外での食育に関する取組の推進を図ります。

柏産

施策③ 地産地消や生活環境を守る食生活の推進

食への感謝の心を持ち理解を深めるため、生産から消費のプロセスを知ることや地域の食を知ることは重要です。食に関わる生産・流通や地域の食文化などの理解を深めることや、地域の生産者と消費者との関わり、食品ロス削減による環境への配慮、災害発生時の健全な食生活についての取組を推進します。

6 施策の展開

施策① 食育を通じた健康維持・改善

現状と課題

BMI^{※1}について、20歳代男性で25.0以上(肥満)が16.3%、20～29歳女性で18.5未満(やせ)が18.9%となっています。一方、30～49歳男性の33.6%、30～49歳女性の20.4%が25.0以上(肥満)となっています(図表6-13)。高齢者では、男性では25.0以上(肥満)が23.1%、女性では21.5未満(やせ)が43.9%となっています(図表6-14)。

1日当たりの野菜料理の摂取量について、男女3階層別のいずれも「1～2皿」が最も少なくなっています。特に、「ほとんど食べない」が男性10歳代～20歳代では13.2%、女性10歳代～20歳代では19.6%となっています(図表6-15)。

減塩について、「いつも意識している」「ときどき意識している」は男性65歳以上で76.2%、女性65歳以上で85.5%となっている一方、「意識していない」は男性20～39歳で51.9%、女性20～39歳で41.3%、男性40～64歳で40.4%となっています(図表6-16)。

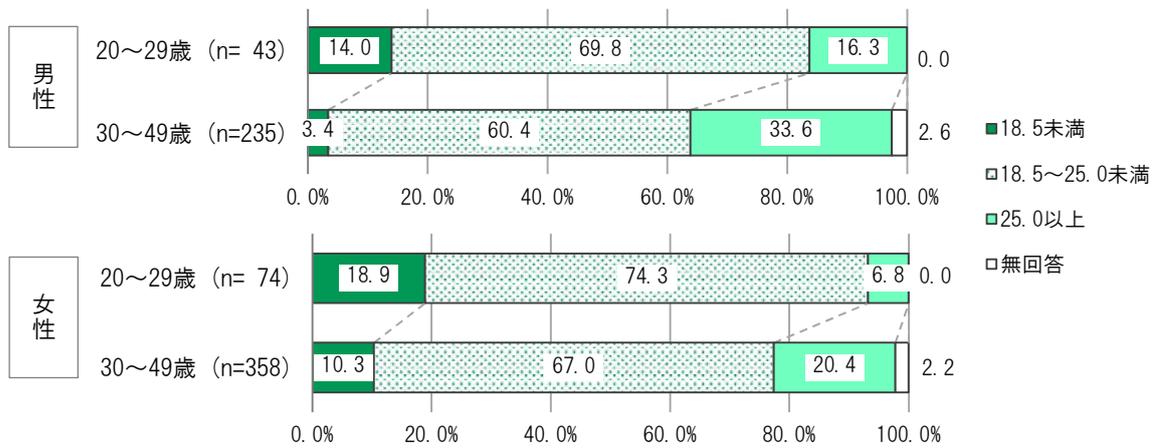
50歳代で「何でもかんで食べることができる」のは81.0%、「一部かめない食べ物がある」「かめない食べ物が多い」「かんで食べることができない」のは合わせて15.7%となっています(図表6-17)。

栄養バランスのよい食事は、適正体重の維持や生活習慣病の予防に大きな効果をもたらします。また、食事をよくかんで食べることによって消化や栄養の吸収がよくなることから、歯や口の状況は全身の健康に大きく関連していることが注目されるようになっていきます。

核家族化や高齢化、ライフスタイルの多様化などによる食生活の多様化を考慮しながら、健康的な食事のとり方や歯や口の健康維持に取り組むことが必要です。

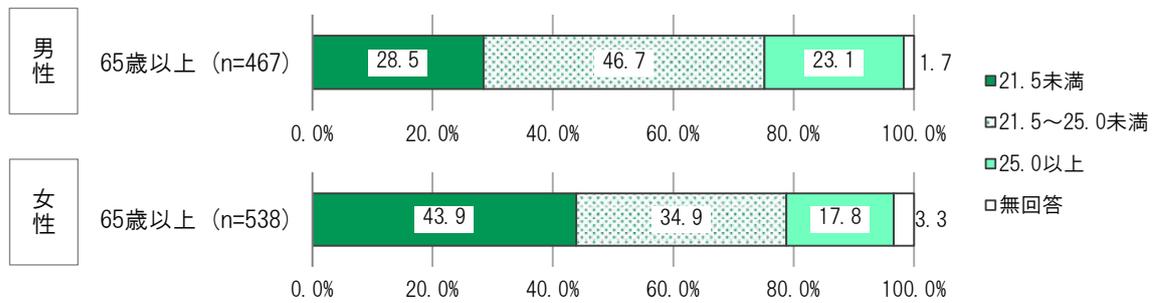
※1 BMI(Body Mass Index):53ページ参照。

図表6-13 BMI(青壮年期)



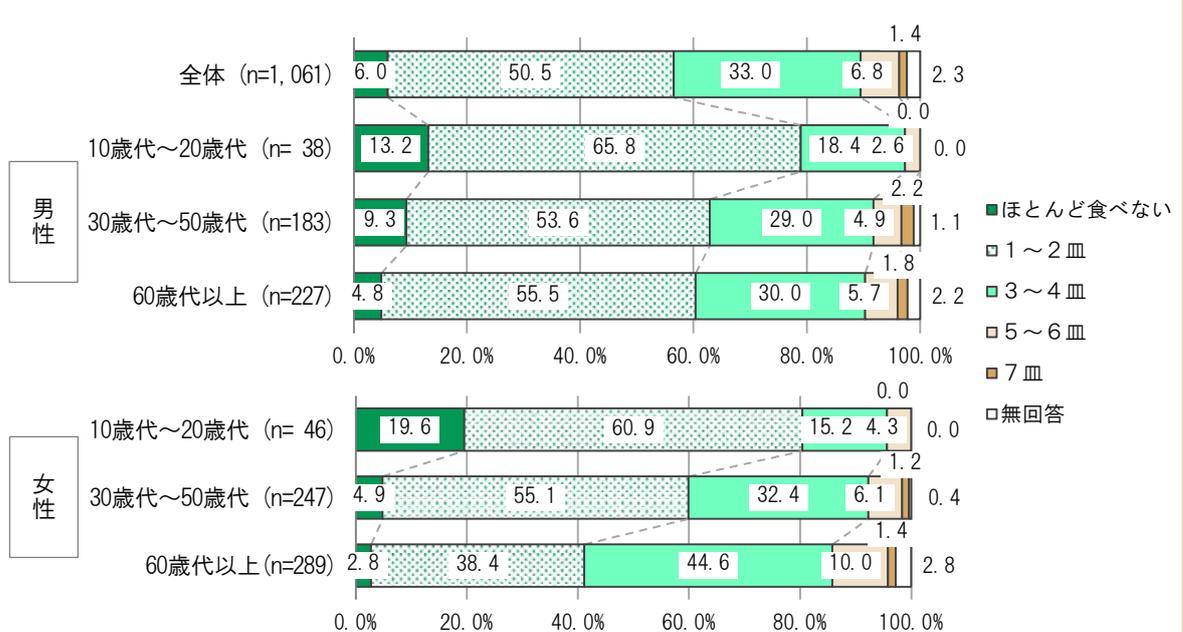
出典：柏市民健康意識・生活実態調査

図表6-14 BMI(高齢者)



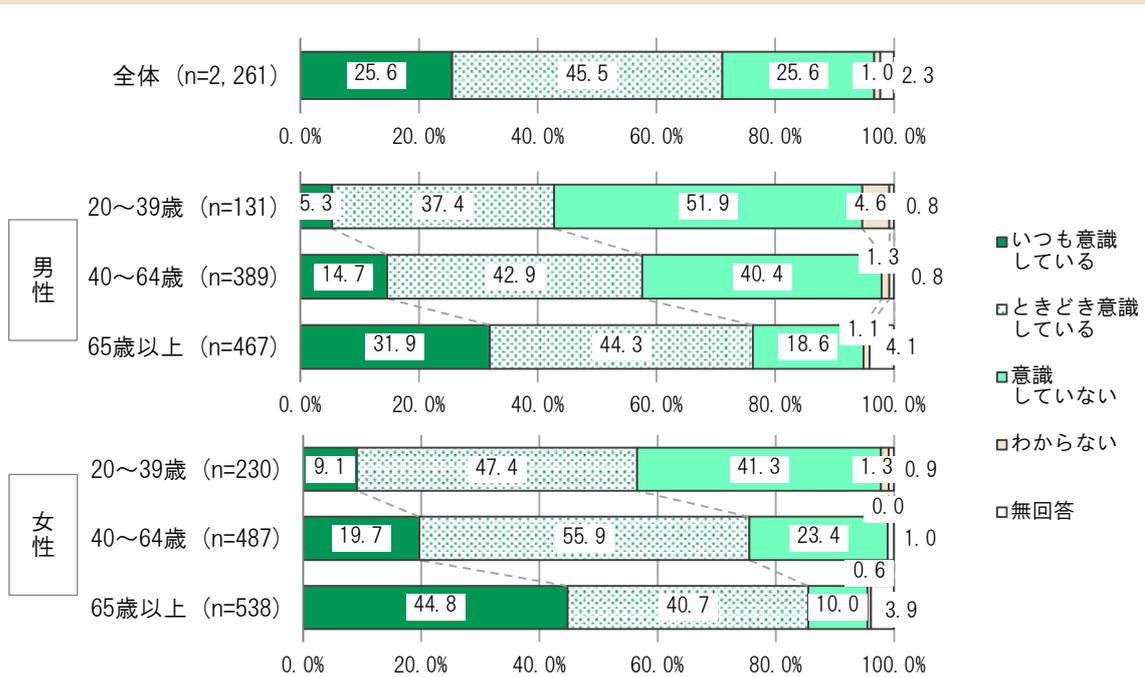
出典：柏市民健康意識・生活実態調査

図表6-15 1日当たりの野菜料理の摂取量



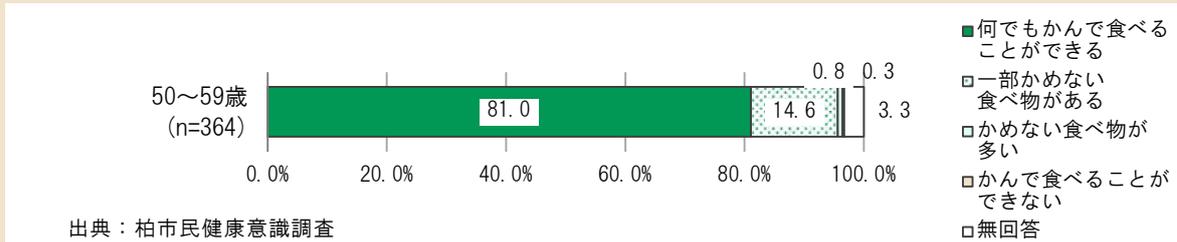
出典：柏市食育に関するアンケート調査

図表6-16 減塩についての意識



出典：柏市民健康意識・生活実態調査

図表6-17 ものをかんで食べる時の状態(50歳代)



出典：柏市民健康意識調査

目標

指標		現状値 (2024(令和6)年)	目標値 (2034(令和16)年)
主食・主菜・副菜を組み合わせた 食事が1日2回以上の日がほぼ 毎日の人の割合※ ¹	男性	20～39歳	39.1%
		40～59歳	43.1%
		60歳以上	61.2%
	女性	20～39歳	42.2%
		40～59歳	46.1%
		60歳以上	71.6%
野菜料理を1日に5皿(350g) 以上食べている人の割合※ ²	男性	20～39歳	4.6%
		40～64歳	2.6%
		65歳以上	5.6%
	女性	20～39歳	4.8%
		40～64歳	5.5%
		65歳以上	6.9%
果物を1日に200g以上食べて いる人の割合※ ²	男性	20～39歳	11.5%
		40～64歳	13.6%
		65歳以上	25.5%
	女性	20～39歳	10.9%
		40～64歳	13.8%
		65歳以上	37.5%

現状値： ※1：柏市食育に関するアンケート調査 ※2：柏市民健康意識・生活実態調査

主な取組

① 生活習慣病を予防するための食育の推進

生活習慣病の予防は、健康寿命の延伸を実現する上で重要な課題となっています。特に、高血圧、糖尿病、脂質異常症などの生活習慣病は、不適切な食生活が主な原因のひとつとされています。

そのためには、食物繊維やビタミン、ミネラルが豊富に含まれており、生活習慣病予防に重要な役割を果たす野菜の摂取量を増やすことや、血圧上昇による高血圧や心臓・腎臓への負担を軽減するための減塩に、一層の取組が求められます。

市民がライフステージに応じた望ましい食事内容や栄養、健康に関する知識を得て、具体的な実践に結びつけていけるよう、情報の提供や啓発に努めます。

② 適切に栄養をとるための食育の推進

若い女性における過度なやせ願望が問題となっています。必要以上の食事制限は、貧血や骨粗しょう症のリスクを高め、将来の妊娠・出産にも影響を及ぼす可能性があります。

一方、青壮年期における肥満も深刻な課題です。この時期の肥満は、運動不足や不規則な食生活、ストレス、夜食などの生活習慣の乱れが要因となっており、将来の生活習慣病のリスクを高めることから、バランスのとれた食事と適度な運動習慣の確立が不可欠です。

高齢期では、低栄養とフレイルが大きな問題となっています。加齢による食欲低下や、そしゃく・嚥下機能の低下、さらに高齢者のひとり暮らしの増加による食事への意欲減退などが要因とされています。

各年代に応じた適切な栄養の摂取を通じて、正しい体型を維持し、いつまでも健康で活動的な生活を続けることができるよう、食育の推進に取り組みます。

③ 歯科口腔保健活動における食育の推進

バランスのよい食生活の実践には、「かむ」「飲み込む」といった口腔機能が大切です。

特に発達段階にある子どもにとって、適切なそしゃく機能の発達は、味覚形成や食習慣の確立に重要な役割を果たし、大人についてもよくかんで食べることは、食事の満足感を高め、過食予防にもつながります。また、歯周病は糖尿病などの生活習慣病とも関連することが知られています。高齢期においては、そしゃく・嚥下機能の低下は、食品の選択の幅を狭め、必要な栄養素の摂取不足を招くおそれがあります。

口腔機能の維持は、食事の楽しみを確保し、QOL(生活の質)の向上にも大きく貢献することから、むし歯や歯周病の予防や定期的な歯科健診を考慮した食育の推進を図ります。

④ 食の安心・安全の知識や食に関する正しい情報の普及推進

食品の安全性確保と正しい食知識の普及は、食育において重要な課題となっています。特に、食品添加物や農薬、食中毒、アレルギー等に関する正確な情報提供は、消費者の適切な食品選択に不可欠です。

また、食品表示制度の理解促進も重要で、栄養成分表示や原産地表示、アレルギー表示などの読み方を習得することで、より安全で健康的な食品の選択ができるようになります。

これらの食に関する情報を提供する手段として、ICT(情報や通信に関する技術の総称)の活用が一般的になっており、特に若い世代への情報発信では、ICTの活用が有効です。スマートフォンやパソコンからアクセスできるSNSや動画配信などを通じて、食品の安全性や栄養に関する情報、食材の調理方法などを、時間や場所の制約なく入手できるような取組を推進し、消費者の適切な食品選択を支援します。

⑤ 食育に関する人材の育成

食育を地域に広く普及させるためには、食育・健康に関するNPO・ボランティアや柏市民健康づくり推進員の活動が重要な役割を果たしています。これらの地域の食育推進者は、地域の特性や課題を理解し、きめ細かな食育活動を展開することができます。

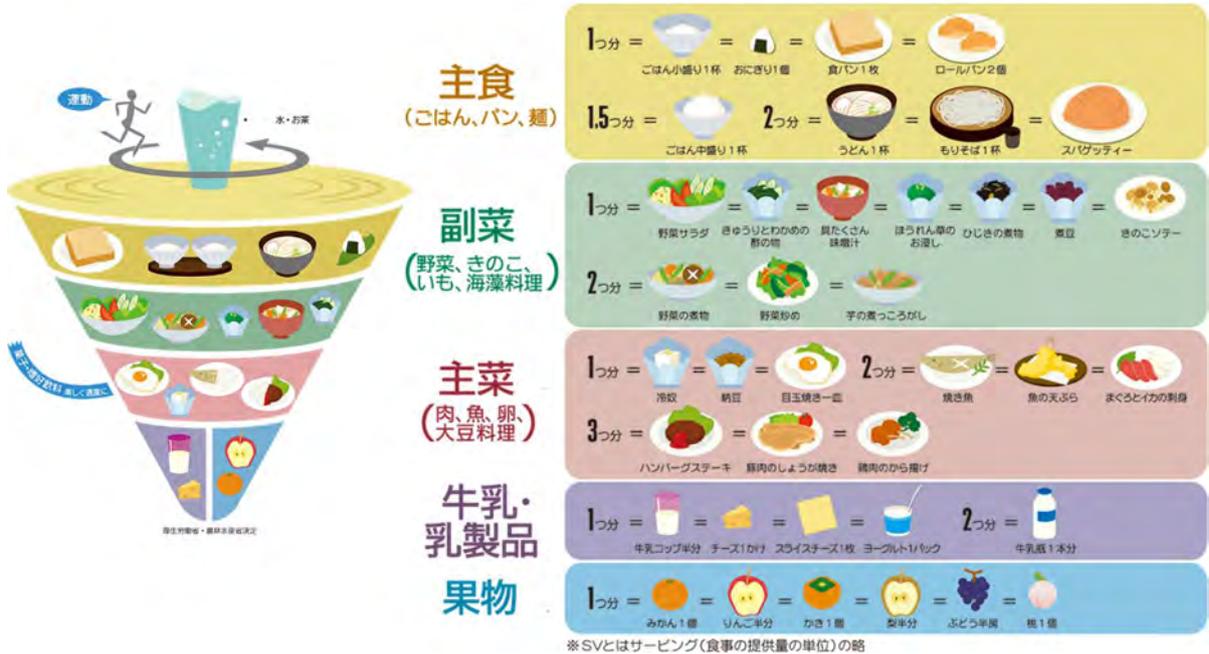
また、食育活動には、市民、教育機関、職場、生産者・農協、医療・福祉関係者、食品関連事業者、行政などが連携し、情報共有や活動の協働を進めることが重要です。食育に関するネットワークを通じて、地域の食育活動がより効果的に展開され、各世代に応じた適切な食育支援が可能となります。

地域全体による持続可能な食育活動を目指し、食育に関する人材の育成に努め、地域での主体的な食育活動を支援します。

コラム 食事バランスガイド

食事バランスガイドは、1日に「何を」「どれだけ」食べたらよいかを考える際の参考にしていただけるよう、食事の望ましい組み合わせとおおよその量をイラストで分かりやすく示したものです。健康で豊かな食生活の実現を目的に策定された「食生活指針」(2000(平成12)年3月)を具体的に行動に結びつけるものとして、2005(平成17)年6月に厚生労働省と農林水産省が決定しました。

食事バランスガイドでは、毎日の食事を主食/副菜/主菜/牛乳・乳製品/果物の5つに区分し、区分ごとに「つ(SV)」という単位を用いています。



「何を」「どれだけ」食べたらよいか、対象となる人の性別、年齢、身体活動量などを考慮しましょう。

性別	エネルギー	主食	副菜	主菜	牛乳・乳製品	果物
男性						
6~9歳	1,400kcal ~2,000kcal	4~5つ	5~6つ	3~4つ	2つ (子どもは2~3つ)	2つ
70歳以上 身体活動量 低い						
10~11歳 身体活動量 ふつう以上	2,200kcal ±200kcal	5~7つ	5~6つ	3~5つ	2つ (子どもは2~3つ)	2つ
12~17歳 18~69歳 身体活動量 低い						
12~17歳 18~69歳 身体活動量 ふつう以上	2,400kcal ~3,000kcal	6~8つ	6~7つ	4~6つ	2~3つ (子どもは2~4つ)	2~3つ
女性						
6~11歳						
70歳以上 身体活動量 低い						
12~17歳 18~69歳 身体活動量 ふつう以上						

※身体活動量 「低い」…1日中座っていることがほとんど 「ふつう以上」…「低い」に該当しない人

出典：農林水産省「食事バランスガイド」について

施策② 望ましい食習慣の普及啓発の推進

現状と課題

小中学生の朝食を食べる頻度について、「ほとんど毎日食べる」は男性・女性のいずれも小学5年生に比べて中学2年生の割合が低下しています(図表6-18)。また、家族と一緒に朝食を食べる頻度についても、「ほとんど毎日一緒に食べる」は男性・女性のいずれも小学5年生に比べて中学2年生の割合が低下し、「ほとんど一緒に食べない」は中学2年生で男性は23.1%、女性で35.3%となっています(図表6-19)。

主食・主菜・副菜をそろえて食べることが1日に2回以上ある頻度について、小中学生保護者の時間的なゆとり別に見ると、「あまり時間的なゆとりを感じない」「全く時間的なゆとりを感じない」保護者では、「ほぼ毎日」の割合が低くなっています(図表6-20)。

こども食堂の利用意向について、「利用してみたい」は小学5年生では本人・保護者ともに約50%、中学2年生では本人・保護者ともに約30%となっています(図表6-21)。

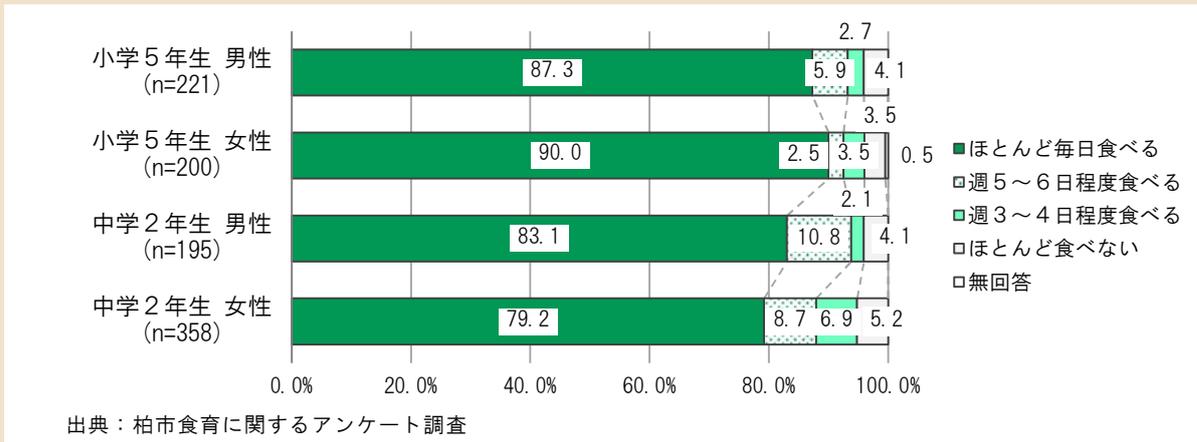
食物アレルギーについて、20歳以上の県民で食物アレルギーをもつ割合は13.7%となっています(図表6-22)。また、県内の公立学校に在籍する小学生・中学生・高校生では、食物アレルギーをもつ割合が増減を繰り返しながら上昇している傾向がみられます(図表6-23)。

小中学生の食育に対する関心について、「関心がある」「どちらかといえば関心がある」は、小学5年生・中学2年生の男性・女性のいずれも80%を超えています(図表6-24)。

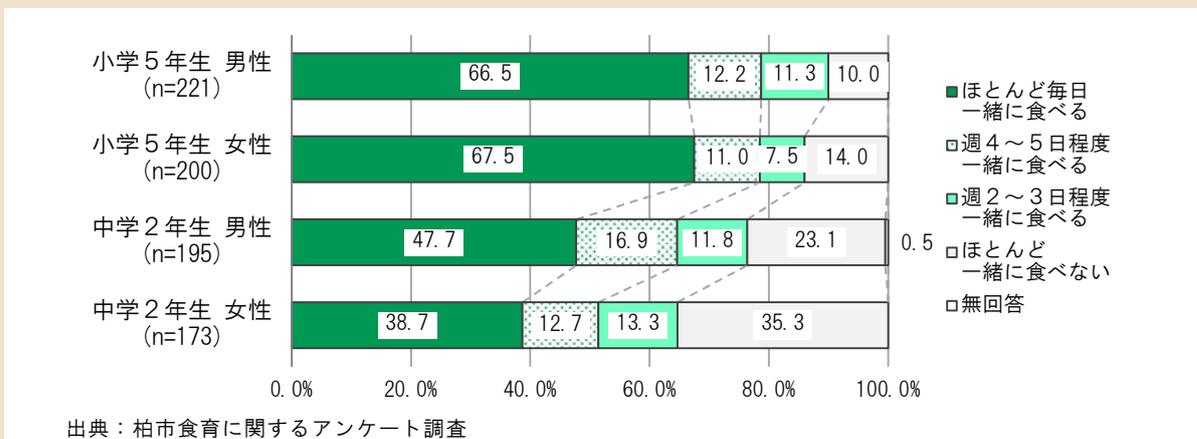
子どもの健全な成長と発達のために、朝食は非常に重要です。しかし、共働き世帯が多くなり、親と子で共に朝食をとる機会が減ったり、親の時間的なゆとりのなさから栄養バランスのよい食事を用意することが難しくなっている状況がうかがえます。また、多忙な親や経済的な困窮家庭の増加により、子どもが十分な栄養の食事をとれないことや孤食状態になることが危惧されています。

食を通じた子どもの健全な発達には、健康的な食事習慣や人とのコミュニケーションを交えた食事の機会の確保、子ども自身が食を楽しみ食育の重要性を理解できるような啓発が求められます。また、子どものみならず大人に対しても、食の大切さを普及啓発するための取組を推進します。

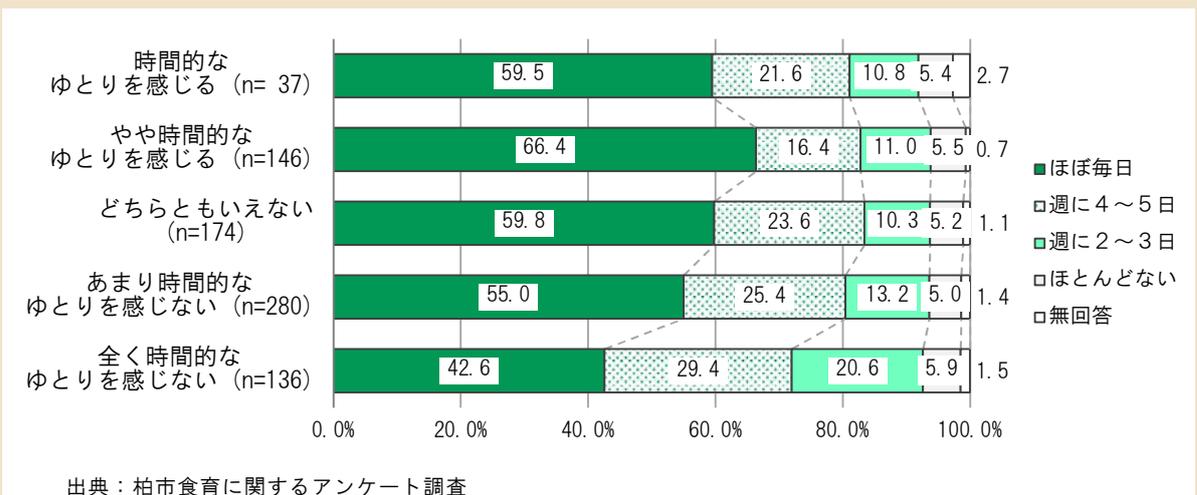
図表6-18 朝食を食べる頻度



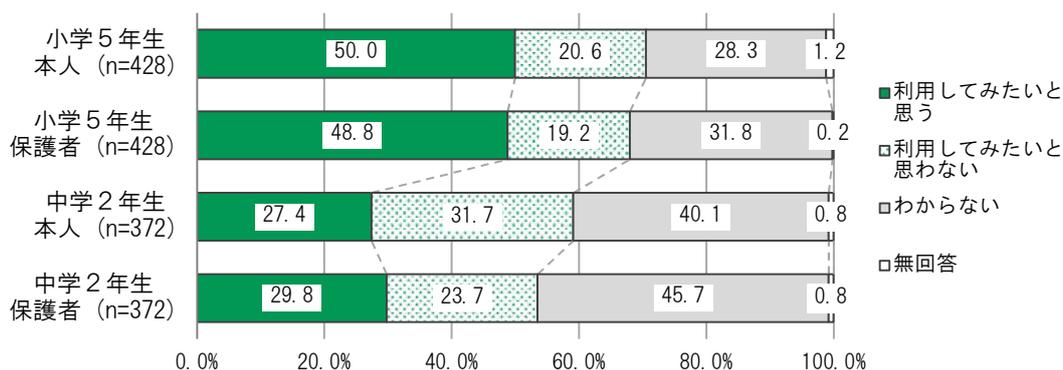
図表6-19 朝食を家族と一緒に食べる頻度



図表6-20 主食・主菜・副菜をそろえて食べることが1日に2回以上ある頻度 (小中学生保護者, 時間的なゆとり別)

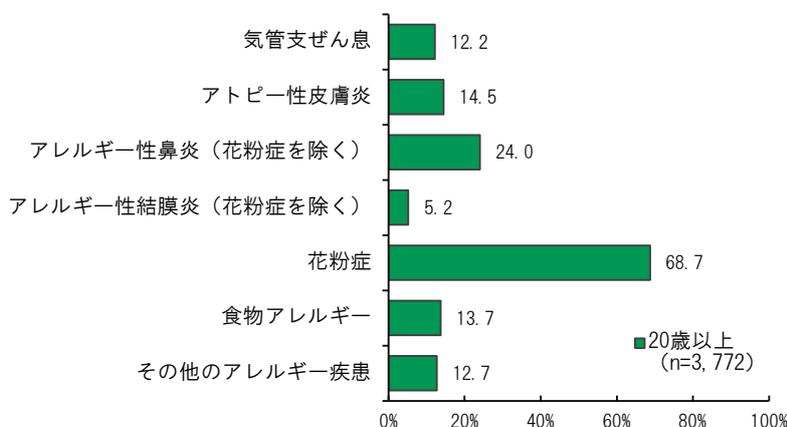


図表6-21 近くに「こども食堂」があった場合の利用意向



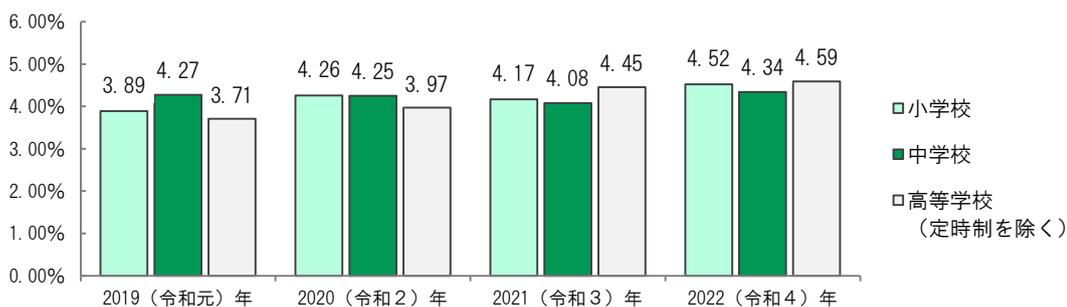
出典：柏市食育に関するアンケート調査

図表6-22 自身が持っているアレルギー疾患(千葉県)



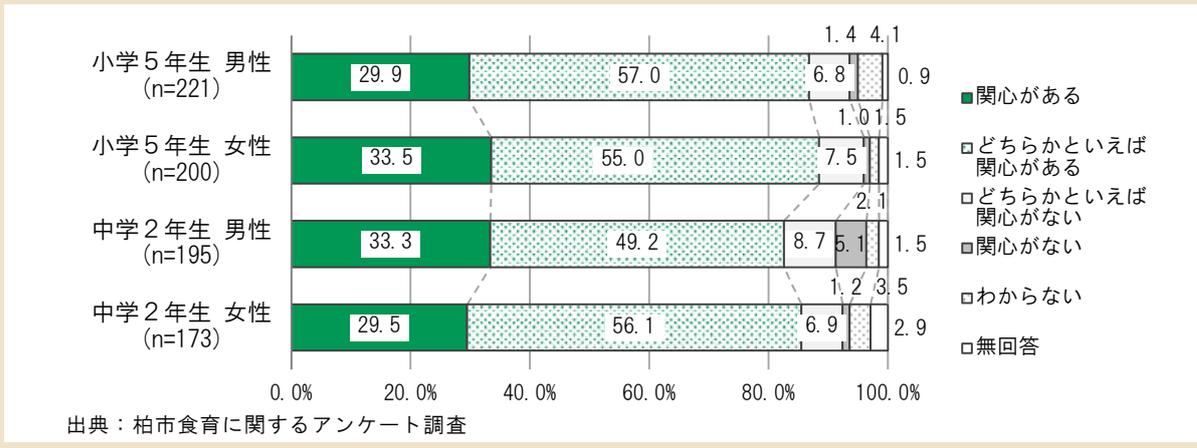
出典：千葉県医療に関する県民意識調査 (2023 (令和5) 年度)

図表6-23 千葉県内公立学校在籍者における食物アレルギーをもつ割合の推移



出典：千葉県公立学校児童生徒定期健康診断等結果 (千葉県教育委員会)

図表6-24 食育に対する関心



目標

指標		現状値 (2024(令和6)年)	目標値 (2034(令和16)年)			
食育に「関心がある」「どちらかといえば関心がある」人の割合 ^{※1}	男性	20～39歳	47.8%			
		40～59歳	53.5%			
		60歳以上	60.8%			
	女性	20～39歳	77.1%			
		40～59歳	72.5%			
		60歳以上	76.8%			
朝食の欠食率 ^{※2}			増加			
			男性	小学5年生	4.1%	減少
				中学2年生	3.5%	減少
				20～39歳	16.8%	15%
			40～64歳	17.0%	15%	
				65歳以上	3.9%	維持
				女性	小学5年生	4.1%
			中学2年生		5.2%	減少
			20～39歳		17.4%	15%
40～64歳	10.5%	維持				
	65歳以上	2.0%	維持			
	朝食・夕食のいずれも家族と食べる機会がある人の割合(毎日+週5～6日程度) ^{※1}	男性	小学5年生	74.2%		
中学2年生			76.0%			
女性		小学5年生	56.9%			
		中学2年生	49.7%			
自分以外との食事の機会がある人の割合(毎日+週何度か) ^{※3}	男性	20～39歳	80.2%			
		40～64歳	69.7%			
		65歳以上	51.6%			
	女性	20～39歳	83.9%			
		40～64歳	80.3%			
		65歳以上	55.4%			
			増加			

現状値 ※1: 柏市食育に関するアンケート調査

※2: 小学5年生, 中学2年生は柏市食育に関するアンケート調査, 20歳以上は柏市民健康意識・生活実態調査

※3: 柏市民健康意識・生活実態調査

主な取組

① 子ども・若者に対する基本的な生活習慣の形成

子どもの基本的な生活習慣の向上を図っていくためには、文部科学省による「早寝早起き朝ごはん」国民運動が推進されているように、特に朝食は生活リズムを整えることと大きな関係があります。早く起きて朝食をしっかりと、夜の睡眠時間を十分に確保することが、心身の発達や充実した日中活動につながることに、家庭や学校、地域を通じた周知啓発に努めます。

また、バランスのよい食事の実践方法について、子どもにも分かりやすく、多忙で外食が多い大人でも取り組みやすい方法として千葉県が推奨している「グー・パー食生活」をはじめとした、誰でも実践しやすい健康的な食生活の普及を推進します。

コラム

今すぐはじめよう! グー・パー食生活

「グー・パー食生活」をすると、健康のためのバランスのよい食事のうち、主菜及び副菜の1食分の目安量が分かりやすく把握できます。

主菜は
「グー」



主菜の1食分の量は
グーの大きさ 厚さ 2cm をめやすに!

厚さ 2cm



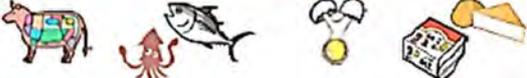
ココがグーの大きさ

*グーのかたまりの大きさではありません!



グーは、手のひらと同じ大きさ

主菜 になる食品は
肉・魚・たまご・大豆



副菜は
「パー」



副菜の1食分の量は
パーに たっぷり をめざして!



片手の上になるくらい



副菜 になる食品は
野菜・海藻・きのこ・こんにやく



出典：ちば型食生活食事実践ガイドブック

② 地域における共食の推進

誰かと共に食事をする「共食」は、ひとりで食事をする「孤食」による孤独感や不安感の解消や食事のマナーの習得、栄養バランスを考えて食べる習慣付けなどにつながります。核家族化や単身生活者の増加が進む中、共食が心身の健康と規則正しい食生活に関連していることの周知啓発を行うことで、人とのコミュニケーションを図りながら食事をする楽しさを伝える事業を展開していきます。

子どもの居場所、地域の交流の場であり、誰かと共に食事ができる「こども食堂」等の「食事」に関する地域の自主的な活動を支援していきます。

また、実際に料理をすることで食材や食事への関心を深めることができるよう、地域で気軽に参加できる料理体験の機会を提供するなど、家庭における食生活の豊かさを推進する事業を展開していきます。

③ 学校や保育所等における食育の推進

子どもに対する食育は家庭だけで行われるものではなく、学校や保育所等においては、教育、保育等における食育の重要性を十分自覚し、積極的に食育を推進していくことが重要です。学校では、給食の提供をはじめ、各教科等における学習や体験を通して食事の重要性、望ましい栄養や食事のとり方、食文化を学ぶことができるとともに、感謝の心や社会性を養うことができます。保育所では、離乳食・おやつの提供、はしの持ち方や食事マナーの学習、給食だより等を通じて、保護者に対する食についての情報提供等を行うことができます。

また、増加している食物アレルギーについて、柏市では、学校で児童生徒に安全な給食が提供できるよう、文部科学省から示された「学校給食における食物アレルギー対応指針」に基づいた「柏市学校給食における食物アレルギー対応の手引き(令和4年12月一部改訂)」を作成しており、食物アレルギーを持つ児童生徒に対して、安全性を最優先した対応を引き続き行います。

④ 職場における食育の推進

青壮年期はその他の世代よりも、栄養バランスに配慮した食生活を実践できている割合が低いことから、働く場における健康に配慮した食事を選択しやすい環境づくりが大切です。

働く世代では中食(なかしょく)^{※1}や外食を利用することが多い状況を踏まえ、社員食堂や飲食店等による野菜の摂取や減塩に配慮した食事の提供や栄養成分表示を行うなど、望ましい食生活を実践しやすい環境を整備できるよう、支援に取り組みます。

また、企業に対しても、社員の定期健診の受診勧奨や食生活の改善をはじめとする健康増進・生活習慣病の予防等への取組を促進する働きかけを行います。

※1 中食(なかしょく):惣菜や弁当等を購入して食べること。

⑤ 生活困窮世帯等に対する支援の推進

多忙な親や経済的な困窮家庭の増加を背景に、子どもが十分な栄養の食事をとれないことや孤食状態になることが危惧されています。「こども食堂」では、子どもの居場所であり、共食の場であるとともに、温かい食事が提供されています。しかし、資金や人材、食材の確保を安定的に行える運営が難しい現状があります。

地域のこども食堂の安定的な運営を目指し、運営に関する相談や広報活動、市民への支援依頼、関係機関への橋渡しなどの後方支援を推進します。

コラム ちば型食生活とは

「ちば型食生活」とは、以下4点の「ちば」の特徴を生かした食生活のことです。

その1

自然の恵みであり、新鮮で、おいしく、豊かで、安心できる、ちばの食材につながる食生活

その2

栄養のバランスのとれた日本型食生活を基本に、ちばの文化につながる食生活

その3

よく噛み、味わい、ともに楽しむ食べ方で、育ちにつながる食生活

その4

「食」のリズムが「運動」や「睡眠（休養）」を含めた健康な生活リズムにつながる食生活

千葉県が提案する「ちば型食生活」食事実践スタイル(グー・パー食生活)(2,200kcal程度)



出典：ちば型食生活食事実践ガイドブック

施策③ 地産地消や生活環境を守る食生活の推進

現状と課題

直近2か月以内に柏市産農産物を購入した割合は、50歳代以上では50%を超えているものの、20歳代以下では30%を下回っています(図表6-25)。柏市産の農産物を購入しない理由は、「あまり気にしていない」「よく利用するお店で売っていない」「どこで購入できるかわからない」が多くなっています(図表6-26)。

小中学生の農林漁業体験について、小学5年生では55.8%、中学2年生では51.9%が経験をしています(図表6-27)。農林漁業体験に参加したことで変化したことについて、「自然への感謝や、生産者への感謝の気持ちを感じるようになった」「野菜や果物などの知識が増えた」「食べものを大切にするようになった」「食に対する興味・関心が高くなった」が多くなっています(図表6-28)。

食品ロスについて、その問題を認知し食品ロス削減に取り組む人の割合は、増加傾向にあります(図表6-29)。食品ロスを減らすための取組は、「残さずに食べる」「賞味期限』を過ぎてもすぐに捨てるのではなく、自分で食べられるか判断する」「冷凍保存を活用する」「料理を作り過ぎない」が多くなっています(図表6-30)。

旬の野菜や地元で獲れる農産物を積極的に取り入れ、生産者の顔が見える安心な食材を選ぶことは、地域の産業を支えることとなります。また、地域に根差した郷土料理や地元の食文化は地域の歴史と文化を表すものであり、地元の農産物の恵みとあわせて次世代へ伝えていくことも、食育の大切な要素です。

また、食品ロスの削減などによって環境に配慮をすることは、持続可能な食の循環のために重要です。さらに、災害時に備えて、非常食や保存可能な食材を計画的に備蓄し、家族の安全と栄養を守る準備が、各家庭に求められます。

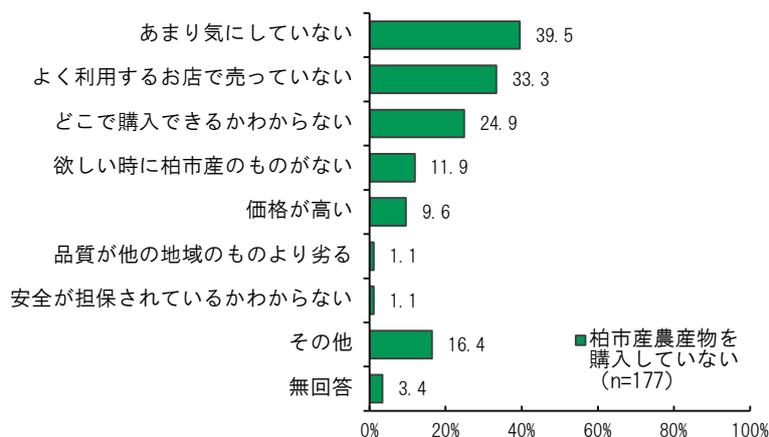
地産地消や食文化の継承、環境への配慮、災害への備えは、市民の豊かな食生活を守るために大切であることを普及啓発するための取組を推進します。

図表6-25 直近2か月以内の柏市産農産物の購入状況



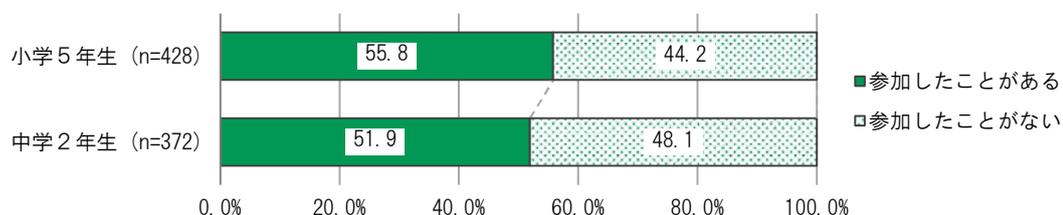
出典：柏市食育に関するアンケート調査

図表6-26 柏市産の農産物を購入しない理由(複数回答)



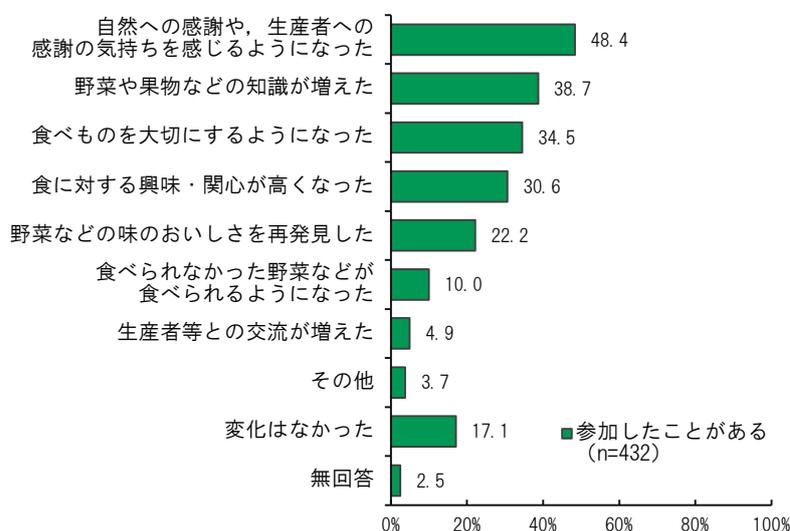
出典：柏市食育に関するアンケート調査

図表6-27 農林漁業体験(野菜の種まき・収穫・田植え・稲刈りなど)の経験(小中学生)



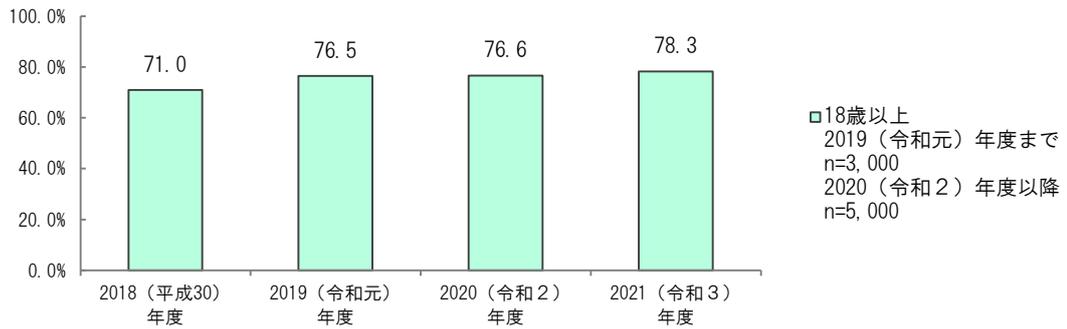
出典：柏市食育に関するアンケート調査

図表6-28 農林漁業体験に参加して変化したこと(小中学生;複数回答)



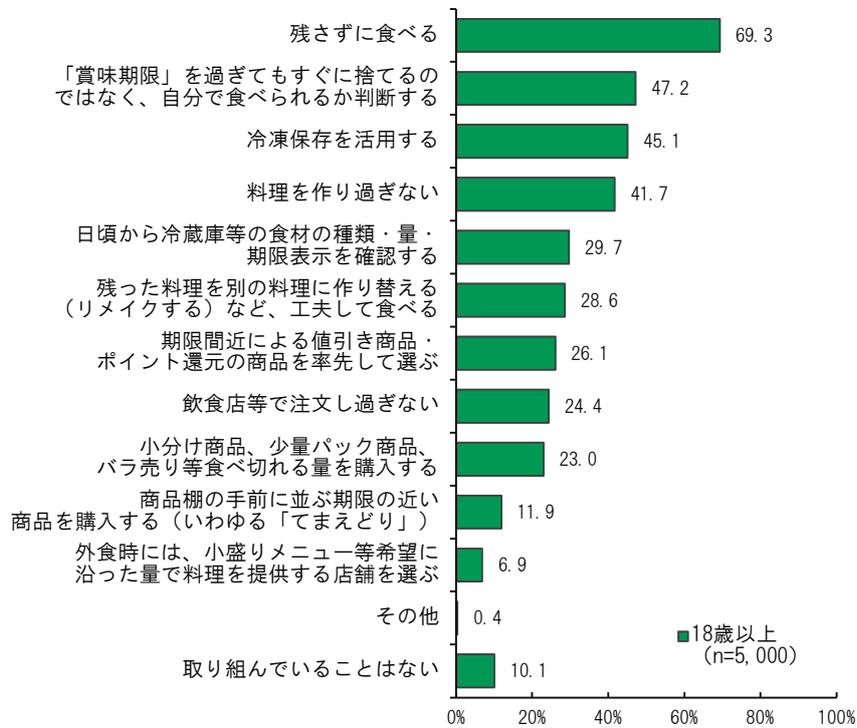
出典：柏市食育に関するアンケート調査

図表6-29 食品ロス問題を認知し、食品ロス削減に取り組む人の割合(全国)



出典：消費者庁「令和3年度 消費者の意識に関する調査 結果報告書」

図表6-30 食品ロスを減らすための取組(全国;複数回答)



出典：消費者庁「令和3年度 消費者の意識に関する調査 結果報告書」

目標

指標		現状値 (2024(令和6)年)	目標値 (2034(令和16)年)
柏市産農産物を購入している人の割合	男性	20～39歳	39.1%
		40～59歳	43.8%
		60歳以上	59.9%
	女性	20～39歳	39.8%
		40～59歳	58.3%
		60歳以上	69.9%
農林漁業体験(野菜の種まき・収穫・田植え・稲刈りなど)をしたことがある人の割合	男性	小学5年生	56.1%
		中学2年生	51.3%
		20～39歳	50.7%
		40～59歳	37.5%
		60歳以上	34.8%
	女性	小学5年生	56.0%
		中学2年生	52.6%
		20～39歳	59.0%
		40～59歳	46.6%
	60歳以上	31.8%	
		増加	

現状値 柏市食育に関するアンケート調査

主な取組

① 地産地消の推進

柏市は、首都圏にありながら多くの野菜が生産されており、特に「かぶ」「ねぎ」「ほうれんそう」は全国上位の生産量を誇ります。また、千葉県は、畜産や米を含めた農業産出額が全国4位(2022(令和4)年)であり、市を取り巻く食の環境は非常に恵まれています。しかし、総農家数及び農業就業人口は減少が続いており、地元の農産物の積極的な利用を推進することが求められます。

地元の農産物が購入できる場所の拡大やその周知のほか、旬の野菜や地域の食材を利用することの価値を伝えることや食材を活かしたメニューの提案などを通じて、地産地消の拡大に取り組めます。

② 豊かな体験活動や生産者と消費者との交流を通じた食育の推進

小中学生が農林漁業体験に参加した後は、自然や生産者への感謝や食への興味・関心が高くなったことが多く挙げられています。

農業体験や工場体験などを通じて、生産者と消費者との相互交流を図ることで、地域農業への理解と支援の促進とともに、食に対する関心を高め、地場製品の消費拡大につなげる取組を推進します。また、これらの取組によって食の生産を担う人材の育成・確保から地域の将来を見据えた農業の維持に努めます。

③ 郷土料理や地元の食文化の普及推進

地域の気候や風土に適した食材を味わることができる郷土料理は、土地の歴史や生活文化を現代に伝えるものです。学校給食への郷土料理や地元食材の導入、料理教室や地域イベントの開催などを通じて、郷土料理のよさを次世代に伝え、地元の食文化を継承する取組を推進します。

かぶ



かぶは、春の七草の“すずな”として知られており、根と葉の両方が食べられる栄養価の高い野菜です。根は淡色野菜、葉は緑黄色野菜に分類されます。

一般に食される根の部分には、ビタミン類のほかに、胃腸にやさしく消化を助ける消化酵素アミラーゼが含まれます。

かぶの葉には、抗酸化作用が強く、老化防止や美肌効果の効用があると考えられているビタミンCやβカロテン(ビタミンA)、ビタミンB2、カルシウムが豊富に含まれます。

【主な栄養成分(可食部 100gあたり)】

	無機質(ミネラル)			ビタミン		
	カリウム	カルシウム	リン	ビタミンB2	ビタミンC	葉酸
かぶ(葉)	330mg	250mg	42mg	0.16mg	82mg	110μg
かぶ(根)	280mg	24mg	28mg	0.03mg	19mg	48μg

ねぎ



ねぎは、古来より、疲労を回復し、血行や代謝をよくする薬用植物として珍重されていました。

特有の風味やにおいのもととなっている硫化アリル(アリシン)は、ビタミンB1の吸収を促進する効果があり、疲労回復や血行促進などの効果があります。

また、ネギオールという成分が含まれ、風邪などのウィルスに対する殺菌・抗菌作用があるとされています。このほか、美容に効果があるビタミンCや骨の形成に役立つカルシウムなどの栄養素が含まれます。

【主な栄養成分(可食部 100gあたり)】

	無機質(ミネラル)			ビタミン		炭水化物
	カリウム	カルシウム	鉄	ビタミンC	葉酸	食物繊維総量
根深ねぎ	200mg	36mg	0.3mg	14mg	72μg	2.5g

ほうれんそう



ほうれんそうは、西アジア原産で、各種ビタミン、ミネラル類が豊富で、「緑黄色野菜の王様」とも呼ばれています。

ほうれんそうのβカロテン(ビタミンA)は野菜の中でも豊富に含まれており、目が疲れる、風邪をひきやすい、美容が気になるという方に重要な栄養です。また、鉄分も豊富に含まれ、同時にその吸収を促進するビタミンCや造血を助ける葉酸も多いことから、貧血予防のために積極的にとりたい野菜です。

【主な栄養成分(可食部 100gあたり)】

	無機質(ミネラル)			ビタミン		
	カリウム	カルシウム	鉄	βカロテン当量(ビタミンA)	ビタミンC	葉酸
ほうれんそう	690mg	49mg	2.0mg	4,200μg	35mg	210μg

※主な栄養成分:文部科学省「日本食品標準成分表(八訂)増補2023年」より引用

④ 環境に配慮した食生活や食品ロス削減の推進

国の「第4次食育推進基本計画」では、環境に配慮した農林水産物・食品を選ぶことは、環境への負荷を減らし、持続可能な食料システムの構築につながるとされています。例えば、化学農薬や化学肥料の使用を避けることを基本とした有機農産物・食品、輸入に伴う輸送に係る二酸化炭素の排出量が抑制される国産飼料を活用した畜産物、過剰包装でなくごみが少ない商品を挙げています。

輸送の環境的な負担が少ない地元食材の活用、食材の保存方法、効率的な調理などを知ることや、食材ごみや食べ残しを減らして食品ロスの削減を図る取組を推進します。

⑤ 災害時の備えの推進

地震や台風、水害など、日本各地の自然災害は身近な地域でも起こり得ることであり、災害により電気、水道、ガスなどのライフラインが寸断され、食料や生活物資の供給が困難になった場合を想定し、各家庭や地域での非常用食料等の備蓄が重要であることが広く認識されるようになっていきます。

災害発生時も健康を保つ食生活の実践ができるよう、家庭における食料品の備蓄についての広報や啓発活動を推進します。

7 ライフステージでみる取組

本計画の推進にあたっては、行政や関係機関が健康づくり・食育推進に関する施策などを実施してだけでなく、市民のライフステージに沿った健康づくり・食育の取組を日頃から意識し、実践することが重要です。「乳幼児期・学童期・思春期」「青年期・壮年期」「高齢期」にわたるライフステージ別に、食育の方向性を以下に示します。

	乳幼児期・学童期・思春期			青年期・壮年期		高齢期
	妊娠期	乳幼児期 (0～5歳)	学齢期・思春期 (6～18歳)	青年期 (19～39歳)	壮年期 (40～64歳)	高齢期 (65歳以上)
望ましい 姿	●妊娠を機会に食と健康に関心を持ち、生涯にわたり家族の健康づくりを考えます。また、実践するための調理技術を身につけます。	●望ましい生活リズムを身につけ、食事の楽しさを知るなど「食べる力」の基礎を培います。	●早寝・早起きを実践し、規則正しい生活リズムの中で朝食をきちんととるとともに、食への意識や感謝の気持ちを持ち、料理を作る基本的な力を身につけます。	●朝食をきちんととり、適正な食事の内容と量を心掛けるなど、正しい食生活の知識を持ち、望ましい生活習慣を身につけます。	●生活習慣病やメタボリックシンドロームなどの予防のため、自分に合った適正な食事の内容と量を心掛け、ライフスタイルに応じた食事のとり方を定着します。	●介護予防を意識し、主食・主菜・副菜の揃った食事をするように心掛けながら、健康的な長寿生活を目指します。
施策① 食育を通じた健康維持・改善						
食の 値	<ul style="list-style-type: none"> 妊娠中に必要な栄養素をとる かかりつけ歯科医を作り、むし歯や歯周病の治療・予防を行う 	<ul style="list-style-type: none"> 離乳期から子どものそしゃく力に合わせた食事をとる ゆっくりよくかむ習慣を身につける 	<ul style="list-style-type: none"> 学校給食等を通じて、バランスのよい食事を知る 永久歯のむし歯と歯肉炎を予防する 	<ul style="list-style-type: none"> むし歯と歯肉炎を予防する 	<ul style="list-style-type: none"> 歯の欠損を予防する 	<ul style="list-style-type: none"> 欠食や偏った食事を避け、栄養をとるよう心掛ける できるだけ自分の口で食事がとれるようにする
施策② 望ましい食習慣の普及啓発の推進						
食の 値	<ul style="list-style-type: none"> 妊娠中の適正な体重コントロール 家族ぐるみで健康づくりや食育への関心を持つ 	<ul style="list-style-type: none"> 望ましい食習慣を身につけるとともに、食べる楽しさを知る 家族との共食の習慣を身につける 	<ul style="list-style-type: none"> 早寝・早起きとともに朝食を必ずとる習慣を身につける 食事に関心を持ち、調理の実践や食材を選ぶ力を身につける 	<ul style="list-style-type: none"> 生活リズムを整え、朝食を必ずとる 自分の適正体重を知り、活動量に見合う食事の量をとる 	<ul style="list-style-type: none"> 生活リズムを整え、欠食を避ける 	<ul style="list-style-type: none"> できるだけ人と楽しく食事をするよう心掛ける
施策③ 地産地消や生活環境を守る食生活の推進						
食の 値	<ul style="list-style-type: none"> 行事食や郷土料理に関心を持ち、楽しむ 災害時の食料・飲料水の備蓄に努める 			<ul style="list-style-type: none"> 食べ物を無駄にせず、大切に食べる食習慣を身につける 	<ul style="list-style-type: none"> 食品ロスを削減する調理や食事のとり方を理解する 	

8 計画の推進体制

(1) 外部組織による推進

柏市の食育における推進体制と計画的・総合的な推進について意見を求める場として「柏市農業振興審議会」に計画の進行や達成状況について報告し、適宜点検・評価を行います。

また、本計画を包含する「第2次柏市健康増進計画」の推進に合わせ、「柏市保健衛生審議会健康増進部会」に対しても、適宜報告を行い、意見聴取を行います。

あわせて、柏産農産物のPRや地産地消化を推進する「アグリ・コミュニケーションかしわ委員会」に対して、必要に応じて意見聴取を行います。

(2) 庁内推進体制

食育推進事業の庁内体制としては、健康医療部・経済産業部・教育委員会等で食育に係る取組を共有し、食育事業を推進していきます。

図表6-31 計画の推進体制

