

## 第2期 横浜市食育推進計画(原案)の策定について

### 1 趣旨

今年度は、平成22年度に策定した「横浜市食育推進計画」の最終年度にあたるとともに、これまでの社会情勢の変化や現計画の振り返り等を踏まえ、更なる食育の推進を図るため、第2期計画の策定に向けて検討を進めてきました。このたび、「第2期 横浜市食育推進計画(原案)」の内容をまとめましたので報告します。

### 2 計画策定の経緯

- (1) 横浜市食育フォーラム(7月、11月、3月下旬(予定))
- (2) 第2期健康横浜21推進会議(7月、3月下旬(予定))
- (3) 市会 健康福祉・医療委員会(9月、12月)
- (4) 市民意見募集・横浜市食育フォーラムヒアリング等(10月～11月) 134件(20人、18団体)

### 3 計画の構成(原案は別添資料1)

<p>I章：食育推進計画とは(P1～3)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 食育とは</li> <li>2 計画を策定する背景</li> <li>3 計画の位置づけ</li> <li>4 計画の期間</li> </ol>
<p>II章：第1期横浜市食育推進計画(H22～27)の振り返り(P4～29)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 【よく知ろう】 覚えてしまえば、結構楽しい!</li> <li>2 【よく知ろう】 あなたの住む街に、あんなものが! こんなものが!</li> <li>3 【よく知ろう】 その食べ物本当に大丈夫?</li> <li>4 【これをやってみよう】 食卓に上がる前の食材たちに出会ってみませんか?</li> <li>5 【これをやってみよう】 食材の誕生に、立ち会ってみませんか?</li> <li>6 【はなしあおう】 今日は、家庭で地域と一緒に食事をしたい!</li> <li>7 【はなしあおう】 食べ物があるのは、当たり前と思ったら大間違い!</li> <li>8 【まいにちやってみよう】 食事があなたの人生を変えるかも!?</li> <li>9 【まいにちやってみよう】 もったいない! その食べ物、本当に食べられないの?</li> </ol>
<p>III章：第2期横浜市食育推進計画の基本的な考え方(P30～37)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 第2期食育推進計画の特徴</li> <li>2 食育の基本理念と基本目標 第2期横浜市食育推進計画のテーマと目標像</li> <li>3 数値目標</li> </ol>
<p>IV章：具体的な取組内容(P38～53)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 栄養バランスのよい食生活の推進</li> <li>2 食の安全の推進</li> <li>3 豊かな生活や暮らしの実践</li> <li>4 食文化の継承</li> <li>5 おいしさ・楽しさの充実</li> <li>6 地産地消の推進</li> <li>7 情報提供による環境整備</li> <li>8 市民の食育活動との協働</li> <li>9 企業・団体との連携</li> <li>10 教育・体験の充実</li> </ol>
<p>V章：第2期計画の着実な推進に向けて(P54～56)</p> <p>市民、地域、関係団体、企業、行政等のそれぞれの役割</p>

## 4 第2期計画の運用にあたっての主な視点

### (1) 計画の実践に向けて

- ア 市民、関係団体、企業、行政の役割等を新たに整理し、それぞれの特徴や力を活かした関係づくりを進めます。
- イ 食の持つ魅力「おいしさ」「楽しさ」を十分に活かし、家族等と食卓を囲み、共に食事を取りながらコミュニケーションを図る共食や、地域のつながり、多世代交流といった様々な取組を融合させ、楽しみながら食育に取り組める環境づくりを進めます。

### (2) ライフステージごとの課題を踏まえて

- ア 「稔りの世代」については、低栄養予防を推進テーマの一つとして位置付けました。
- イ 「働き・子育て世代」については、朝食の欠食率、若い女性のやせの問題など、課題が多いため、企業による従業員の健康づくりの取組と連携するなど、働きかけを強化します。

### (3) 食育の担い手の充実

- ア 保育園や学校教育における食育の充実、食生活等改善推進員や、保健活動推進員への支援等により、食育の担い手を広げる取組を進めます。
- イ 企業が食育に取り組みやすい環境づくりを進め、健康的なメニューを提供する飲食店を増やすなど、企業との連携による食環境の充実を図ります。

### (4) 本市の特性を踏まえて

様々な異国文化の経由地としての歴史があることや、農地と住宅地が混在した都市であること、多種多様な食材・料理に触れることができること等の本市の特徴を活かし、地域や団体、企業等とともに、横浜らしい食育の取組を進めます。

## 5 今後のスケジュール(案)

年度	内容
H28.3	・横浜市食育フォーラム ・健康横浜21推進会議 ・第2期 横浜市食育推進計画の策定
H29	食育に関する意識調査(中間振り返り)
H31	食育に関する意識調査(最終振り返り)
H32	2期計画の最終年度

## 第 2 期 横浜市食育推進計画

【計画期間：平成 28 年度～平成 32 年度】



平成 28 年 3 月

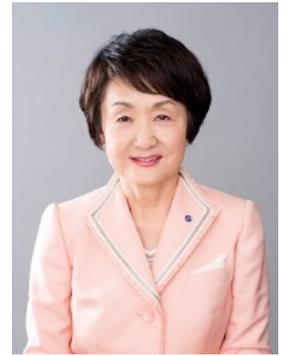
横浜市

## 第2期食育推進計画策定にあたって

平成22年、食育基本法に基づく横浜市初の食育推進計画として、「横浜市食育推進計画(平成22年度～27年度)」を策定しました。このたび、この計画の運用開始から5年を経て、この間の取組の評価や課題等を踏まえ、今後5年間の指針となる「第2期横浜市食育推進計画(平成28年度～32年度)」を策定しました。

第2期計画の策定にあたっては、食育に関する各分野の方々から構成される「横浜食育フォーラム」の皆様をはじめ、「食育に関する意識調査」、「市民意見募集」などを通じて市民の皆様から広くご意見をいただきました。

この場を借りて、心より感謝申し上げます。



これまでの5年間、関係機関や団体等の皆様による多大なご協力をいただき、多岐にわたる取組を進めてきました。食育の大切さを広く周知し、地域に浸透させるため、各種イベントや啓発活動を展開し、平成24年には、「伝えよう『食』の楽しさ、うれしさ、喜びを～」をテーマに、第7回食育推進全国大会「食育&復興支援フェスティバル横浜」を開催しました。大会では、開港を機に多様な食文化を育ててきた横浜の歴史を発信することもできました。

これらの取組を通じて、食は生きていくために欠かせない身近なものであることを、改めて市民の皆様と共有するとともに、食の分野の幅広さと奥深さ、日々の生活と切り離せないゆえの取組の難しさを実感しました。大変多くの方々による熱心な食育活動が、横浜の食を支えてくださっています。

第2期計画では、食には「人」も「まち」も輝かすことができる力があるという思いから、「食を通して健康と豊かな人間性を育み、活力ある横浜を創る」を基本理念としています。市としての健康づくりの指針である「健康横浜21」における「食生活」分野の取組を基本にしながら、「栄養バランスのよい食生活の推進」など10のテーマを設定し、取り組むこととしています。

食育は、「周知」から「実践」のステージに移行しています。引き続き、食の魅力である「おいしさ」や「楽しさ」を十分に活かし、日々の行動につながる取組を推し進めていきます。

食育の取組は、市民の皆様一人ひとりが主役です。「食に興味を持ち、楽しむ」ことをベースに、家庭、職場、地域などあらゆる場面で、具体的な行動につなげていただければと思います。

横浜市としても、今後とも、食に関わるあらゆる方々と連携・協力し、きめ細やかな取組を進めてまいります。横浜の食を一層豊かなものとしていくため、どうか変わらぬご支援、ご協力をお願いいたします。

平成28年3月

横浜市長 林 文子

## ● 目次

### 市長挨拶 第2期食育推進計画策定にあたって

I 章：食育推進計画とは-----	1
1 食育とは-----	1
2 計画を策定する背景-----	1
3 計画の位置づけ-----	2
4 計画の期間-----	3

II 章：第1期横浜市食育推進計画（H22～27）の振り返り-----	4
1 【よく知ろう】 覚えてしまえば、結構楽しい！-----	6
2 【よく知ろう】 あなたの住む街に、あんなものが！こんなものが！-----	8
3 【よく知ろう】 その食べ物本当に大丈夫？-----	10
4 【これをやってみよう】 食卓に上がる前の食材たちに出会ってみませ んか？-----	13
5 【これをやってみよう】 食材の誕生に、立ち会ってみませんか？-----	16
6 【はなしあおう】 今日は、家庭で地域で一緒に食事をしたい！-----	18
7 【はなしあおう】 食べ物があるのは、当たり前と思ったら大間違い！--	21
8 【まいにちやってみよう】 食事があなたの人生を変えるかも！？-----	23
9 【まいにちやってみよう】 もったいない！ その食べ物、本当に食べ られないの？-----	27

III 章：第2期横浜市食育推進計画の基本的な考え方-----	30
1 第2期食育推進計画の特徴-----	30
2 食育の基本理念と基本目標-----	30
第2期横浜市食育推進計画のテーマと目標像-----	32
3 数値目標-----	34
コラム 横浜市の食育のとりくみ-----	36

IV 章：具体的な取組内容-----	38
1 栄養バランスのよい食生活の推進-----	38
2 食の安全の推進-----	42
3 豊かな生活や暮らしの実践-----	43
4 食文化の継承-----	45
5 おいしさ・楽しさの充実-----	46
6 地産地消の推進-----	47
7 情報提供による環境整備-----	49
8 市民の食育活動との協働-----	50
9 企業・団体との連携-----	51
10 教育・体験の充実-----	52

V 章：第2期計画の着実な推進に向けて-----	54
--------------------------	----

参考資料-----	57
平成26年度食育に関する意識調査概要版-----	(1～22)
平成26年度食育に関する意識調査 調査票-----	(1～8)

## 1 「食育」とは

平成 17 年に「食育基本法」が制定され、同 18 年 3 月には「食育推進基本計画」が策定されました。その中で「食育」は、生きる上での基本であり、知育、徳育及び体育の基礎となるべきもので、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できる人間を育てるものとしています。

## 2 計画を策定する背景

### (1) 本市の「食」をめぐる環境

本市は、食育基本法第 18 条に基づく食育推進計画として、平成 22 年 9 月から平成 27 年度までを計画期間として「横浜市食育推進計画」を策定し、食育の取組を推進してきました。

また、近年、少子高齢化の進展、人口減少社会の到来、価値観の多様化とライフスタイルの変化など、市民を取巻く環境は大きく変化しつつあります。またそれだけでなく、食環境の安全・安心への希求の増大、生活や家族形態の多様化、朝食の欠食、食事の栄養バランスに関する知識が十分でない、食育への関心度が高くても具体的な行動につながっていない、食育行動の実践状況について世代・性別によって温度差があるなど、食に関する課題も多くあります。

このたび、これらの状況を踏まえ、平成 28 年度から平成 32 年度までの 5 年間の計画期間とし、食の問題を横断的に捉え、新たに本市の食育を更に推進するために、第 2 期計画を策定しました。

### (2) 国や県による食育推進計画改訂検討の進展

国においては「第 3 次食育推進基本計画（H28～32）」が策定されました。

神奈川県においては「第 2 次神奈川県食育推進計画（H25～29）」を推進中です。

また、国の計画においては、重点課題として次のテーマが打ち出されています。

- 若い世代を中心とした食育の推進
- 多様な暮らしに対応した食育の推進
- 健康寿命の延伸につながる食育の推進
- 食の循環や環境を意識した食育の推進
- 食文化の継承に向けた食育の推進

また、重点課題に取り組むに当たって、次の 2 つの視点に留意する必要があると示されています。

- 子どもから高齢者まで、生涯を通じた取組を推進
- 国、地方公共団体、教育関係者、農林漁業者、食品関連事業、ボランティア等が主体的かつ多様に連携・協働しながら食育の取組を推進

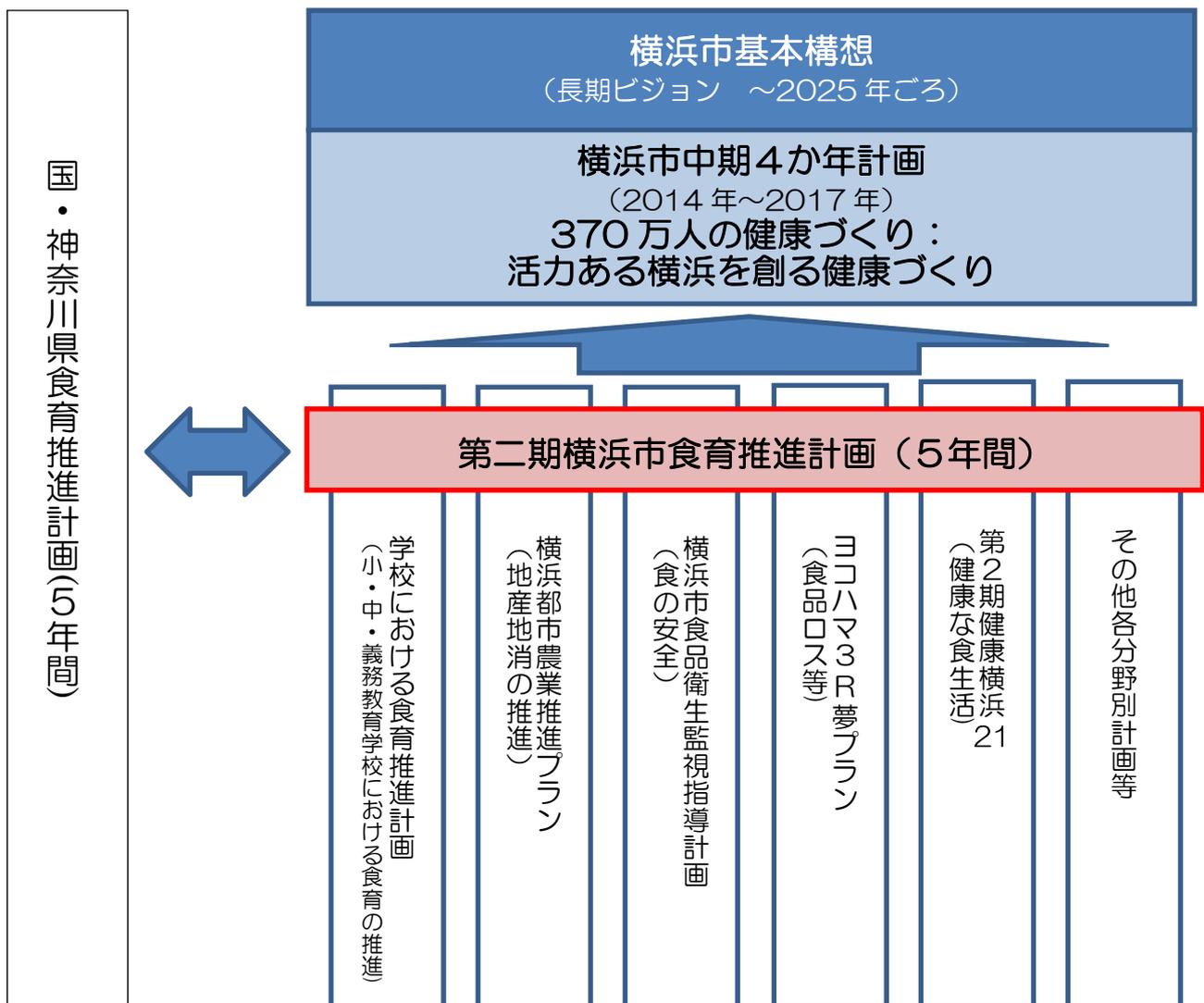
また、平成 25 年度に策定された「第 2 次神奈川県食育推進計画」では、次のテーマが示されています。横浜市は、こうした計画と整合性を持たせ、第 2 期計画の内容検討を行いました。

＜第 2 次神奈川県食育計画（H25～29）で示されている基本的施策＞

- 家庭における食育の推進
- 学校等における給食等を活用した食育の推進
- 地域における食育の推進
- 食育推進運動の展開
- 生産者と消費者の交流、環境と調和のとれた農林水産業の活性化
- 食文化の継承、展開のための活動の支援
- 食品の安全性、栄養、その他食に関する調査、研究、情報提供

### 3 計画の位置づけ

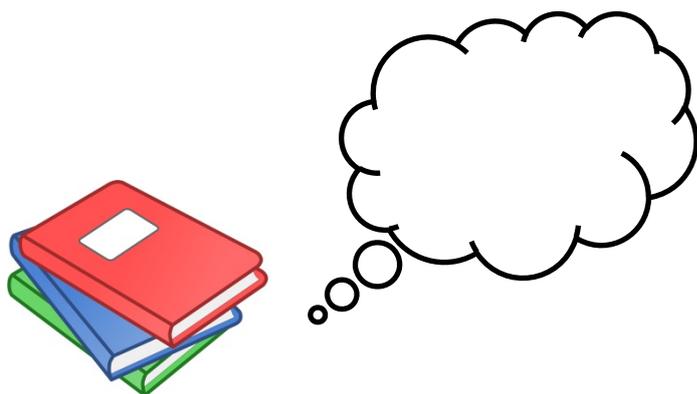
本市の「第 2 期健康横浜 21」や「学校における食育推進計画」をはじめ、本市の各分野別計画等に盛り込まれている食育関連事業を、本計画によって束ね、市民・地域・企業・団体が相互に連携し、一層の効果を生み出す関係を築きます。



## 4 計画の期間

国の食育推進計画である「第3次食育推進基本計画（H28～32）」との連携を図るため、「第2期横浜市食育推進計画」の計画期間は平成28年度から平成32年度までの5年間とします。

この期間は「横浜市中期4か年計画2014-2017」における、未来のまちづくり戦略として設定された「戦略を着実に進める」（H29）、「世界に横浜を魅せる」（H32）のターゲット期間と重なります。



### コラム① 健康横浜21について

最も大きな健康課題の一つである生活習慣病に着目した、10年間の健康づくりの指針です。この計画は、国が進める「健康日本21（第2次）」の地方計画です。

#### 【計画期間】

平成25年度（2013年度）から平成34年度（2022年度）

#### 【基本理念】

乳幼児期から高齢期まで継続して、生活習慣改善や生活習慣病重症化予防を行い、いくつになってもできるだけ自立した生活を送ることができる市民を増やします。

#### 【基本目標】

10年間にわたり健康寿命を延ばします。

#### 【取組テーマ】

①生活習慣の改善：「食生活」「歯・口腔」「喫煙・飲酒」「運動」「休養・こころ」の5つの分野から取組を進めます。

②生活習慣病の重症化予防：がん検診、特定健診の受診率向上の取組を進めます。

※「育ち・学びの世代」（乳幼児～青年期）「働き・子育て世代」（成人期）「稔りの世代」（高齢期）の3つのライフステージごとに行動目標を設定しています。

詳細は健康横浜21ホームページをご覧ください。

<http://www.city.yokohama.lg.jp/kenko/kenyoko21/>

健康横浜21 検索

## Ⅱ章：第1期横浜市食育推進計画（H22～27）の振り返り

### 第1期計画の目標と評価一覧

現状	目標	数値目標	
よく知ろう			
「食事バランスガイド」を参考にしながら、食生活を送っている人は少ない。	生活習慣病予防に重要な食事の栄養バランスの様々な指標に対する関心を高め、理解することによって、より健康的な食生活を営めるようにする。	食事バランスガイド等を参考に食生活を送っている市民の割合	
家庭などでできる簡単な食中毒予防に関する知識が十分に浸透していない。	食品の安全性に関する話題への市民の関心を高め、基礎的な知識を身につけることにより、家庭で発生する食中毒による健康被害を減少させていく。	食品の安全性に関する基礎的な知識をもっている市民の割合 ※1	
これをやってみよう			
横浜産の農畜産物に関するマークや愛称を知っている人が少ない。	「はま菜ちゃん」の認知度を高めることを通して、多くの人が横浜産農畜産物への愛着を持つことができるようにする。	「はま菜ちゃん」を知っている市民の割合 ※1	
地産地消を知らない人は知っている人に比べて、市・県内産農畜水産物の購入意欲が低い。	地産地消という言葉の認知度が高まり、市・県内産農畜水産物の購入意欲が高まる。	地産地消の意味を知っている市民の割合	
はなしあおう			
市・県内産農畜水産物の生産量等が限られる中、学校給食で市・県内産農畜水産物をできるだけ多く使用するようにしている。	市立小学校の学校給食において、市・県内産物を使用する機会を増やすことを通して、小学生の食料自給率への関心の高まりにつなげていく。	市立小学校の学校給食において、市・県内産物を使用する割合	
まいにちやってみよう			
20代・30代男性は、朝食を欠食する人の割合が高い。	より多くの20代・30代男性にとって、毎日の生活のスタートであり「一日の活力の源」である朝食を食べることの大切さの理解を深め、習慣化につなげていく。	朝食を欠食する市民の割合	20代男性 30代男性
まいにちやってみよう			
1日あたりの野菜の摂取量は十分ではない。	健康に良い野菜のおいしさを実感し、1日の食事の中に、野菜を使ったメニューをもっと増やしていくような啓発を進めていく。	1日あたりの野菜摂取量	
①食事の栄養バランスの偏りに加え、食生活の乱れが生活習慣病の増加を引き起こしている。 ②いわゆる「孤食（一人で食べる）」の常態化により、食事への関心が薄れ、不規則な食事に陥りがちとなることへの懸念が指摘されている。	生活習慣病予防のために、日々の食事習慣「基本は、1日三食バランスよく」を実践することを心がけるように、啓発を強化していく。	適正体重である市民の割合	20～60代で肥満でない男性
※食育推進計画全体に関わるもの			
食育に関心をもっている市民の割合 ※1			

注) ※1・・・0歳以上、それ以外は20歳以上を対象とします。  
 ※2・・・平成24年度地場産物の使用状況調査  
 ※3・・・平成25年度地場産物の使用状況調査  
 ※4・・・平成21年度～23年度の国民健康・栄養調査。誤差の影響を抑えるためには、一定の対象者数が  
 必要であることから、3年分を集計しています。  
 ※5・・・※4と同様の理由から、平成25年度～27年度の調査結果を集計後算出します。

21年度	24年度	26年度	目標値	評価・留意点等
29.7%	33.9%	29.8%	70.0%	<ul style="list-style-type: none"> <li>若い層ほど「参考にしていない層」が多い。</li> <li>より簡単な指標が必要。</li> </ul>
45.1%	51.2%	43.4%	60.0%	<ul style="list-style-type: none"> <li>食の安全に関する知識の効果的な普及方法について検討し、実施することが必要。</li> </ul>
33.4%	35.2%	30.8%	45.0%	<ul style="list-style-type: none"> <li>10代の認知度は極めて高いので、子から親世代へつなげていくことは有効。</li> </ul>
52.2%	63.9%	66.5%	60.0%	<ul style="list-style-type: none"> <li>「地産地消」の認知度は着実に向上したと捉えることができる。</li> </ul>
15.3%	15.3% ※2	13.8% ※3	20.0%	<ul style="list-style-type: none"> <li>経費や供給量の課題が大きいと考えられる。</li> </ul>
57.1%	51.1%	27.3%	15.0% 以下	<ul style="list-style-type: none"> <li>数値の改善については、外食での朝食メニューの提供が普及してきた等、社会環境の変化も起因していると考えられるが、十分満足できる値とはいえない。</li> </ul>
34.8%	51.4%	37.1%	15.0% 以下	<ul style="list-style-type: none"> <li>数値の改善については、外食での朝食メニューの提供が普及してきた等、社会環境の変化も起因していると考えられるが、十分満足できる値とはいえない。</li> </ul>
275.6g	271g ※4	— ※5	350g 以上	<ul style="list-style-type: none"> <li>野菜を使用したレシピの活用など、料理する者のスキルの向上と、野菜がとれる環境を整える必要がある。</li> </ul>
75.9%	70.5% ※4	— ※5	85.0% 以上	<ul style="list-style-type: none"> <li>健康に対する無関心層をどう取り込むかが課題。</li> <li>美味しく健康な料理を出す店を増やすような取組を推進することや、働く世代へのアプローチとして健康経営との取組の連携が考えられる。</li> </ul>
73.7%	65.3%	64.2%	90.0%	<ul style="list-style-type: none"> <li>食育に対する無関心層をどう取り込むかが課題。</li> </ul>

## ● 第1期計画の振り返りについて

第1期横浜市食育推進計画では、「食育」への関心を高め、行動を起こすための行動指針として、「よこはま指針(㊦)く知ろう・(㊧)れをやってみよう・(㊨)なしあおう・(㊩)いにちやってみよう」を提案し、市民・地域・企業・団体・行政が連携を図り、食育の取組を進めてきました。本章では、行動指針毎に主な取組例を示すとともに、平成24年度、平成26年度の意識調査等を踏まえ、第2期計画に向けての課題を抽出しました。

### 1 【よく知ろう】 覚えてしまえば、結構楽しい!

#### (1) 目標

○生活習慣病予防に重要な食事の栄養バランスの、様々な指標に対する関心を高め、理解することによって、より健康的な食生活を営めるようにする。

##### 数値目標

◆食事バランスガイド等を参考に食生活を送っている市民の割合  
目標値：70.0%

○乳幼児を持つ親たちの、食育への関心を高め、成長に重要な時期である乳幼児に必要な栄養バランスのとれた「食」の提供を通して、自分で「食」を選択することができない乳幼児の健やかな成長を促進する。

#### (2) 主な取組例

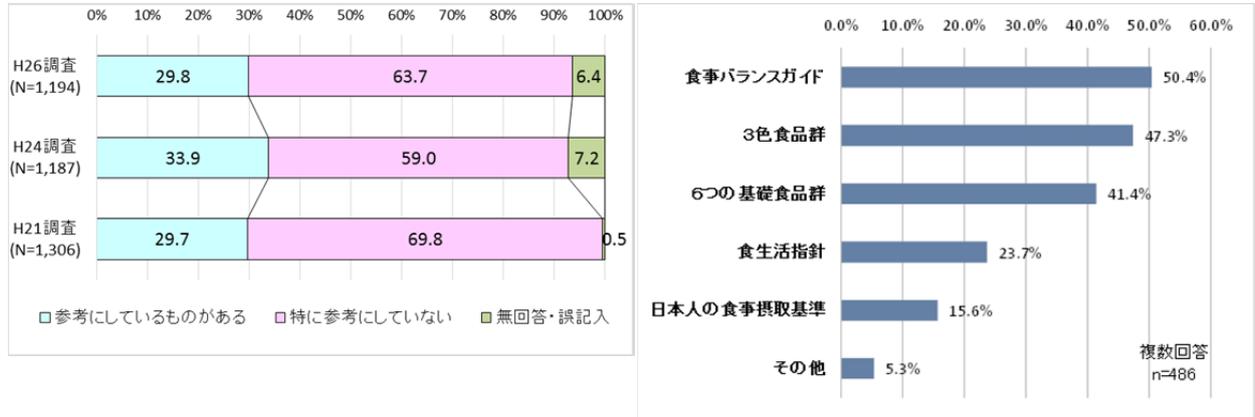
○食事の栄養バランスの普及・啓発、食事の栄養バランスの相談支援

- ・H23：復興支援フェスティバル、食育講座（4回）
- ・H24：食育推進全国大会開催
- ・H25～H27：よこはま食育イベント他
- ・各区食育月間、食育の日の取組、区民まつりなどでの親子料理教室、食育講座、離乳食教室、健康づくりイベントとの連携等
- ・区食育推進会議、食育連絡会議の実施等
- ・生活習慣改善相談（各区：H22～H27）
- ・乳幼児食生活相談（各区：H22～H27）
- ・母子健康手帳の交付（各区：H22～H27）

(3) 市民意識（「食育に関する市民意識調査」（平成 21、24、26 年度）より）

●あなたは、健康的な食生活を実践するため参考になっている指針等がありますか。（○は一つ）（H26 年度）

●指針の参考状況（H26 年度）



●日頃の食生活で悩みや不安を感じていること <女性> (○はいくつでも) (H26 年度)

	全体	自分の健康	家族の健康	家計や食費について	食品の安全について	将来の食料供給について	食文化の継承について	環境への影響	食残しや廃棄など	その他
全体	458	44.5%	55.5%	42.4%	59.6%	19.4%	7.2%	18.6%	3.9%	
0～9歳	10	80.0%	40.0%	40.0%	60.0%	10.0%	0.0%	10.0%	0.0%	
10～19歳	31	61.3%	16.1%	19.4%	19.4%	25.8%	0.0%	19.4%	6.5%	
20～29歳	35	48.6%	65.7%	40.0%	57.1%	20.0%	8.6%	22.9%	0.0%	
30～39歳	92	32.6%	65.2%	55.4%	71.7%	14.1%	8.7%	15.2%	2.2%	
40～49歳	97	35.1%	72.2%	44.3%	68.0%	17.5%	8.2%	16.5%	7.2%	
50～59歳	34	50.0%	44.1%	32.4%	58.8%	26.5%	11.8%	38.2%	2.9%	
60～69歳	33	54.5%	51.5%	54.5%	60.6%	18.2%	3.0%	9.1%	3.0%	
70～79歳	45	57.8%	46.7%	33.3%	44.4%	28.9%	6.7%	26.7%	2.2%	
80歳以上	19	57.9%	36.8%	10.5%	36.8%	21.1%	15.8%	15.8%	5.3%	
無回答	62	38.7%	51.6%	48.4%	67.7%	17.7%	4.8%	14.5%	4.8%	

(4) 総括

より健康的な食生活を営めるようにするために、参考になっている指標などがある人（20歳以上で再集計）は約3割で、目標値（70%）に達しておらず、特に40歳代までは3割未満に留まっている。（巻末資料：平成26年度食育に関する意識調査概要版参照）

また、参考になっている指針がある人の半数は食事バランスガイドを挙げているが、3色食品群や6つの基礎食品群も4割以上の回答がある。後者の指針については、食品を色で分類する、体への働きで分けるなど、食事バランスガイドより簡易な分類であることが特徴である。

食生活での悩み・不安では20・30・40代女性で「家族の健康」の割合が高くなっており、子どもの健やかな成長に興味が高いことが伺える。

これらのことから、対象世代を絞った啓発、特に若年層に向けて栄養バランスのとれた食事についての理解を深めることが課題である。その際に、食事バランスガイド以外にも、分かりやすく実行しやすい指針を提供することが必要と考える。

## 2 【よく知ろう】 あなたの住む街に、あんなものが！こんなものが！

### (1) 目標

- 横浜の開港以来の「食」の経由地としての歴史を知ること、横浜が近代日本の「食」に影響を与えたことを誇りに感じるようになる。
- 横浜を経由して全国に広まった料理や食べ物に対して、より一層市民が愛着を感じ、市民自身が全国に発信する。
- 障害者施設等が生産・提供する食品を、地域の多くの住民が知り、それらの食品を通して、障害者に対する理解がより一層高まる。

### (2) 主な取組例

- 横浜の食文化を意識した小学校での食育活動、障害者施設で生産する食品の販売促進
  - ・NPO法人横浜ガストロノミ協議会シェフ及び市場活性化協議会による市内小学校対象の食育教室の実施（年1回実施）
  - ・教育委員会事務局の取組（給食、「民間企業等による食育出前講座」の実施等）
  - ・企業、団体との連携：復興支援フェスティバル（H23）  
：アペリティフ 365 in 横浜（毎年6月実施、横浜市後援）
  - ・市役所や区役所、「ふれあいショップ」などにおける障害者施設等の生産食品の販売（ふれあいショップ=市内10カ所、H27.6.1現在）



復興支援フェスティバル



アペリティフ 365 in 横浜



横浜ガストロノミ協議会による食育教室



市場活性化協議会による食育教室

(3) 市民意識（「食育に関する市民意識調査」（平成 21、24、26 年度）より）

●横浜らしい「食べ物」や「料理と思うものは何？（一つだけ自由に記載）」（H26 年度）

順位	食品・料理	件数	含まれる表現
1位	焼売	763	焼売、崎陽軒、崎陽軒シウマイ、シウマイ弁当、中華料理(シューマイ)
2位	中華料理(焼売、サンマーメン、肉まんは除く)	251	中華料理、あんかけラーメン、餃子、炒飯、酢の物、月餅、ごまだんご、小龍包、中華街、中華街の料理、中華的な物、チリコンカーン、春巻き、本格中華料理、
3位	サンマーメン	117	サンマーメン、横浜サンマーメン
4位	はま菜ちゃん野菜、果物全般(浜なしは除く)	84	はま菜ちゃん、はま菜、はま菜チャンプル、うどん、瀬谷うどん、キャベツ、ゴーヤ、小松菜、一夜漬(野菜)、さつまいも、ダイコン、三浦ダイコン、三浦ダイコン煮物、三浦の野菜果物、野菜、野菜炒め、地産野菜、チャンプル、東本郷のトマト、トマト、菜っ葉、農協・地元野菜、白菜、畑で採れた野菜、浜柿、横浜産柿、鎌倉野菜、ブドウ、ホウレンソウ、果物も夏にはなし、秋には柿など
5位	ラーメン	72	ラーメン、家系ラーメン、家系ラーメン(吉村家)、横浜家系ラーメン、担担麵、タンメン、
6位	浜なし	62	浜なし、梨
7位	洋食・洋菓子	51	洋食、ハングリータイガー(ハンバーグ)、ハンバーグなど、オムライス、コロケ、ナポリタン、ケチャップ、スバゲティーナポリタン、ホテルニューグランドのナポリタン、ドリア、有明のハーバー、ハーバー、横浜ラスク、鳩サブレ、パン、ビール、カステラ、レーズンサンド、霧笛楼のチョコレート、
8位	肉まん	40	肉まん、中華まん、中華饅頭、中華街の肉まん
8位	海産物	28	海産物、あなご、アナゴ丼、しゃこ、シャコの煮たもの、シラス、シラス丼、クジラ肉、マグロ、魚、魚料理、魚類、お寿司
10位	アイスクリーム	27	アイスクリーム、アイス、馬車道アイス、横浜馬車アイス
11位	カレー	23	カレー、カレーライス、海軍カレー
12位	すき焼き・牛鍋	15	すき焼き、牛鍋、地元のものを使った鍋、鍋料理
13位	はまポーク	12	はまポーク、豚肉、浜ブタ、はまポーク丼、鎌倉ハム
	その他	8	他、横浜で生産した食べ物、各方面から取り入れられた食材を使った料理、里いもを使ったけんちん汁や春菊など薬物で作る白和えごまおひたし、天ぷら、肉じゃが、和食、とりのからあげ
	<b>合計</b>	<b>1,553</b>	

(4) 総括

横浜らしい「食べ物」や「料理」は、それぞれの受け手により様々なイメージがあるようである。和食、中華料理、西洋料理など、多種多様な料理を味わえることは横浜の特徴ととらえることができる。それぞれの強みを生かし、地産地消等とともに、横浜の食文化を積極的に発信することにより、横浜の食育の一層の推進が期待される。

横浜の食文化を意識した取組は、小学校給食や、企業・団体が実施する取組（イベント・商品開発等）で盛んに行われている。企業・団体の取組は集客力や影響力も大きく、今後も地域・企業・団体・行政が連携し、「横浜らしい食文化」の発信や、「食の楽しさ、おいしさ」の面から食育の啓発を行い、食の無関心層の取り込みが求められる。

### 3 【よく知ろう】 その食べ物本当に大丈夫？

#### (1) 目標

○食品の安全性に関する話題への市民の関心を高め、基礎的な知識を身に付けることにより、家庭で発生する食中毒による健康被害を減少させていく。

数値目標

- ◆食品の安全性に関する基礎的な知識を持っている市民の割合  
目標値：60.0%

○事業者が、食中毒予防のための適切な対応を怠ることなく、食の安全・安心を向上させる体制を確保することにより、食中毒件数が減少し、横浜市民の食の安全が守られる。

○適正なアレルギー表示が徹底されることなどにより、食物アレルギーを持つ市民が安心して食生活を送ることができるようにする。

○本来、産地偽装は主に事業者側のモラルハザードなどから生じる問題ではあるが、市民も食材の流通や産地に対する知識を高めることを通して、事業者側の法令違反を防止することにつなげていく。

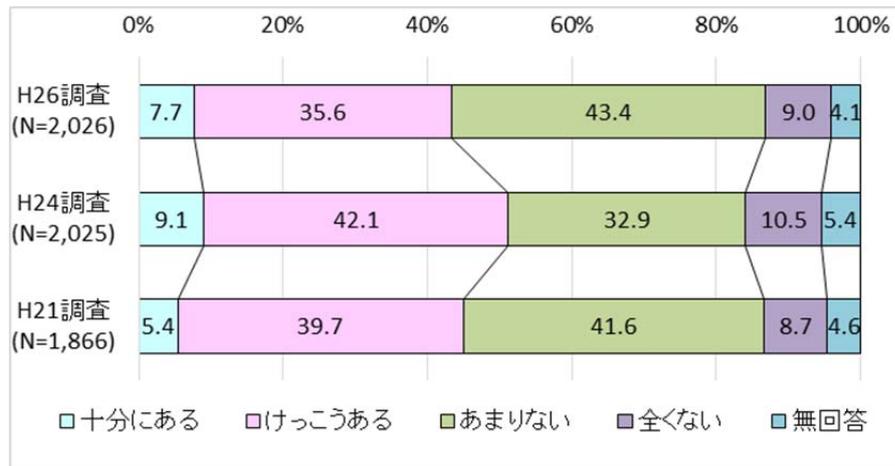
#### (2) 主な取組例

○食の安全の普及・啓発、食の安全の市民イベントの開催、食中毒予防についての相談支援

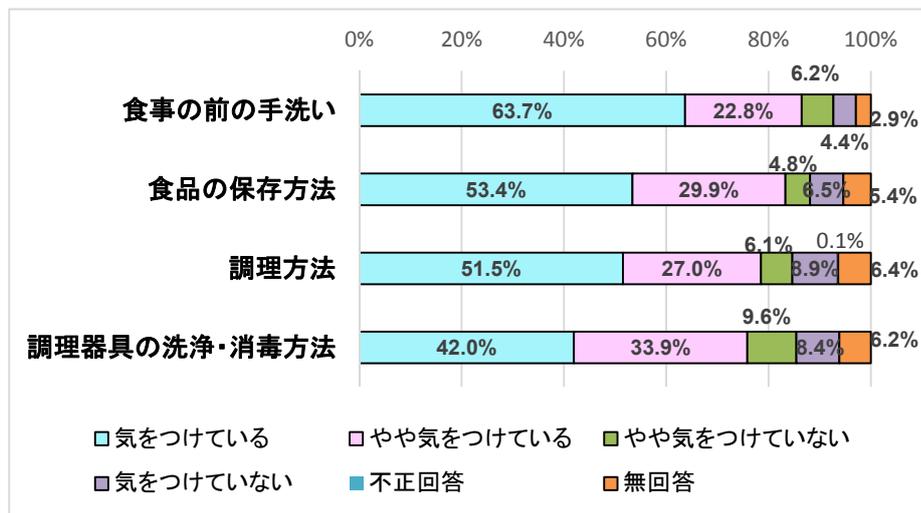
- ・食の安全ヨコハマ WEB（本市健康福祉局ホームページ内）での情報提供
- ・食中毒予防キャンペーン（H22～27）
- ・「食の安全を考えるシンポジウム」（H22～27）
- ・リスクコミュニケーション事業（H22～27）
- ・立入施設、検査の実施等（H22～27）
- ・営業者への衛生講習会（H22～27）
- ・ボランティア団体に対する衛生支援（H22～27）
- ・食の安全安心推進横浜会議（H22 まで横浜市食の安全懇話会）（H22～27）
- ・給食だよりに食中毒予防について掲載（H23,25,26,27 年度の6月に掲載）

(3) 市民意識（「食育に関する市民意識調査」（平成 21、24、26 年度）より）

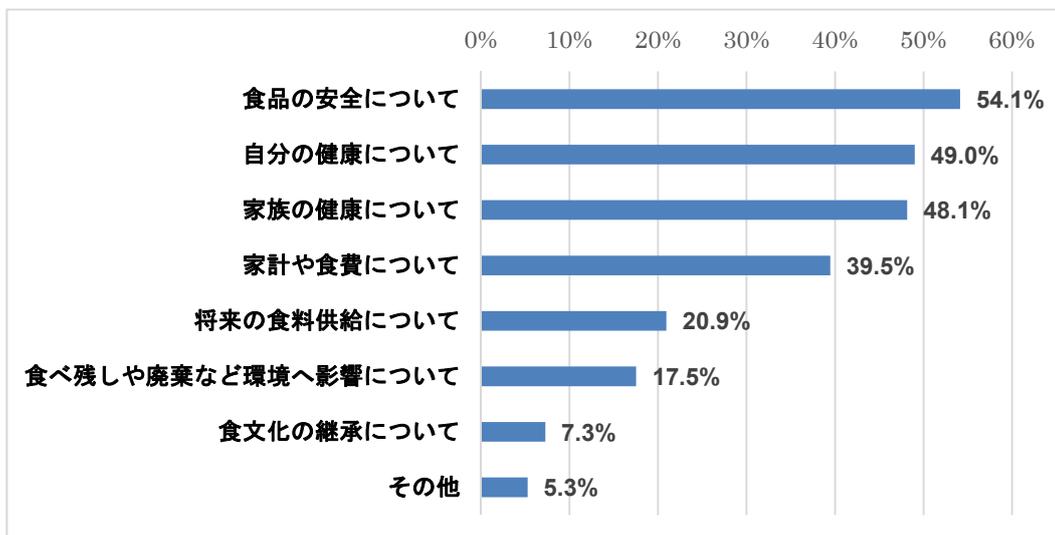
●あなたは、どの程度、食品の安全性に関する知識（食品の表示の見方や食中毒菌について等）があると思いますか。（〇はひとつ）（H26 年度）

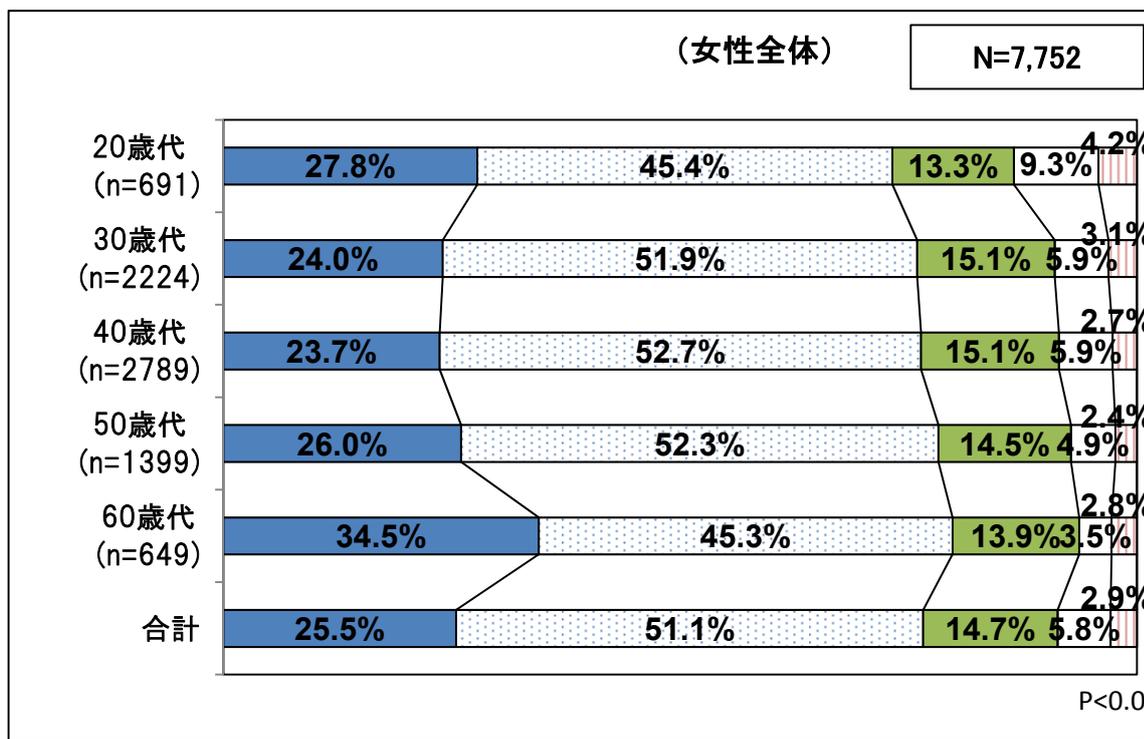
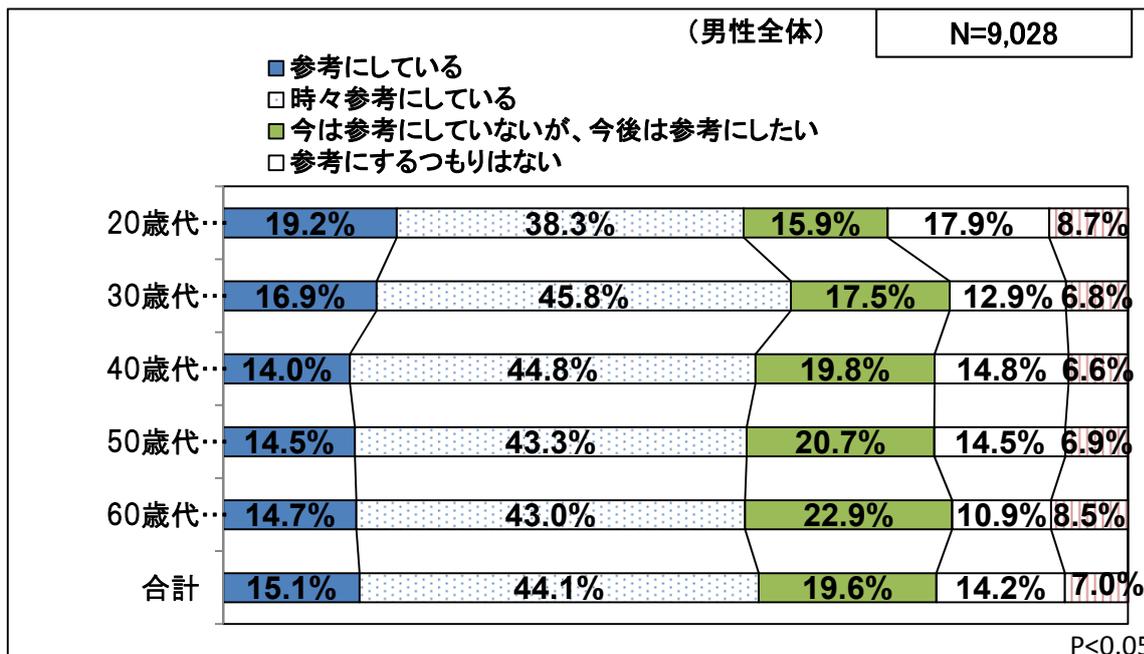


●あなたは、食中毒を防ぐために、家庭で次のことに気をつけていますか。（H26 年度）



●日頃の食生活で悩みや不安を感じていること(〇はいくつでも)（H26 年度）





(4) 総括

食の安全の普及・啓発や食の安全の市民イベント等は定期的を実施しており、また、食中毒予防キャンペーンのように時季に応じた啓発と組み合わせることで、市民の関心を高める工夫をおこなっているが、食に関する市民意識調査では、食品の安全性に関する知識のある市民は約4割で目標値（60%）には届いていない。

食中毒をはじめとする食の安全への取組は、個人及び家庭などの身近なところから実施できるものも多く、関心も高いといえる。新しい食品表示制度の導入など、社会状況の変化をリアルタイムで把握しつつ、基本的な知識の習得や実際の行動への変容を目指し、様々な手法を活用して効果的な啓発を推進していく必要がある。

## 4 【これをやってみよう】 食卓に上がる前の食材たちに出会ってみませんか？

### (1) 目標

- 「食」に対する関心を高めるための手段の一つとなる、調理の楽しさを知り、自ら調理をするために必要な知識を身に付ける。それらの知識を生かして、性別や年代に関係なく、調理の機会を通して、楽しさを実感する。
- 「食育に関する意識調査」の結果を踏まえて、特に、男性（特に一人暮らしの高齢者など）が実践できるような場づくりに向けて、民間業者と連携していく。
- 調理済み食品が広く利用される現代社会において、生産現場や流通経路を直接知ることを通じて、生産から食卓に運ばれるまでのプロセスへの意識を高めることにより、「食」への感謝の気持ちにつなげていく。

### (2) 主な取組例

- イベントでの料理教室や情報提供、ホームページでのレシピ紹介、小売店や飲食店における情報提供
  - ・食生活等改善推進員活動支援（世代に応じた事業）（H22～H27）
  - ・ホームページでの市内産農畜産物を使ったレシピ紹介、はま菜ちゃん料理コンクール入賞作品の紹介（通年・料理コンクールは毎年11月実施）
  - ・給食での市内産野菜の一斉供給
  - ・地産地消サポート店を中心に店頭やメニューでの表示の推進
  - ・水産物消費促進委員会\*主催でお魚料理教室及びシーフードコンテストの実施及びレシピ集の配布並びに市場ホームページへの掲出。（教室：年約10回）
  - ・イベント等に出展し市場及び食材の旬情報を発信
  - ・はまふうどコンシェルジュの育成、活動支援

\*水産物消費促進委員会：水産物の普及や消費拡大を図るとともに、本場の活性化のために水産の関連事業者で組織された団体。

### コラム② 「よこはま地産地消サポート店」へ行ってみよう

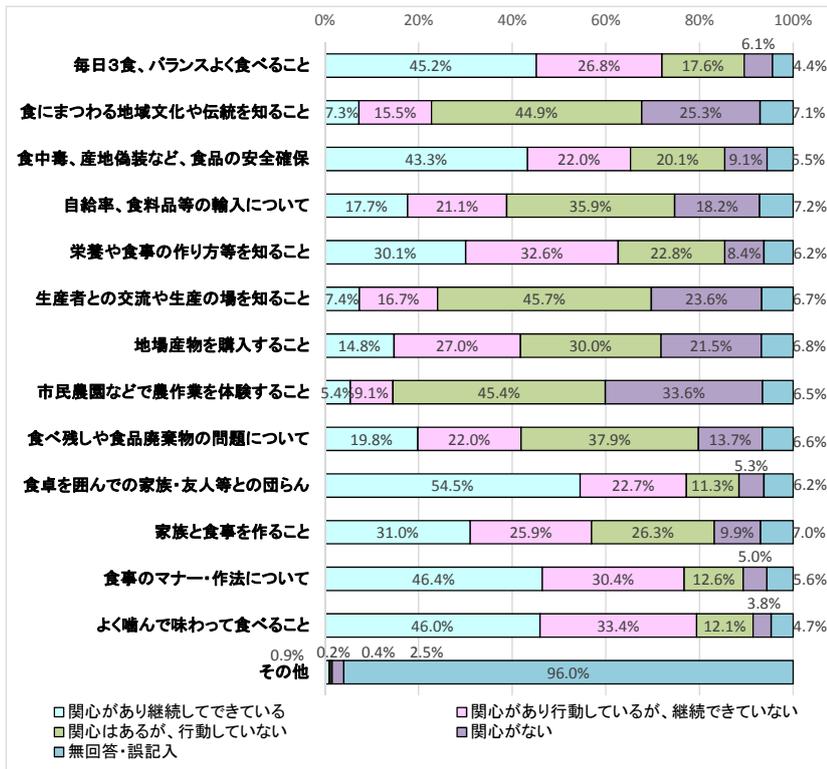
横浜市では、市内産農畜産物をメニューに取り入れた飲食店等を「よこはま地産地消サポート店」として登録し、PRを行っています。横浜でとれた新鮮な野菜や果物、卵や肉などの農畜産物を使った料理が食べたいときは「よこはま地産地消サポート店」へ出かけてみませんか。

<サポート店情報>

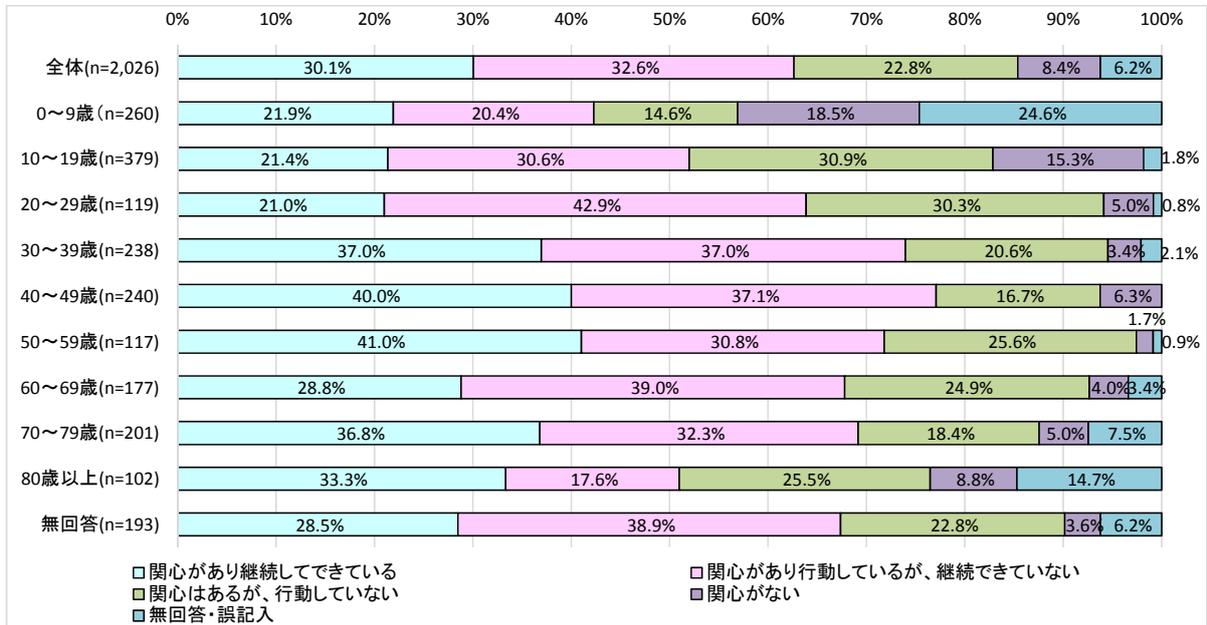
<http://www.city.yokohama.lg.jp/kankyo/nousan/tisantisyo/ajiwau/list.html>

(3) 市民意識（「食育に関する市民意識調査」（平成 21、24、26 年度）より）

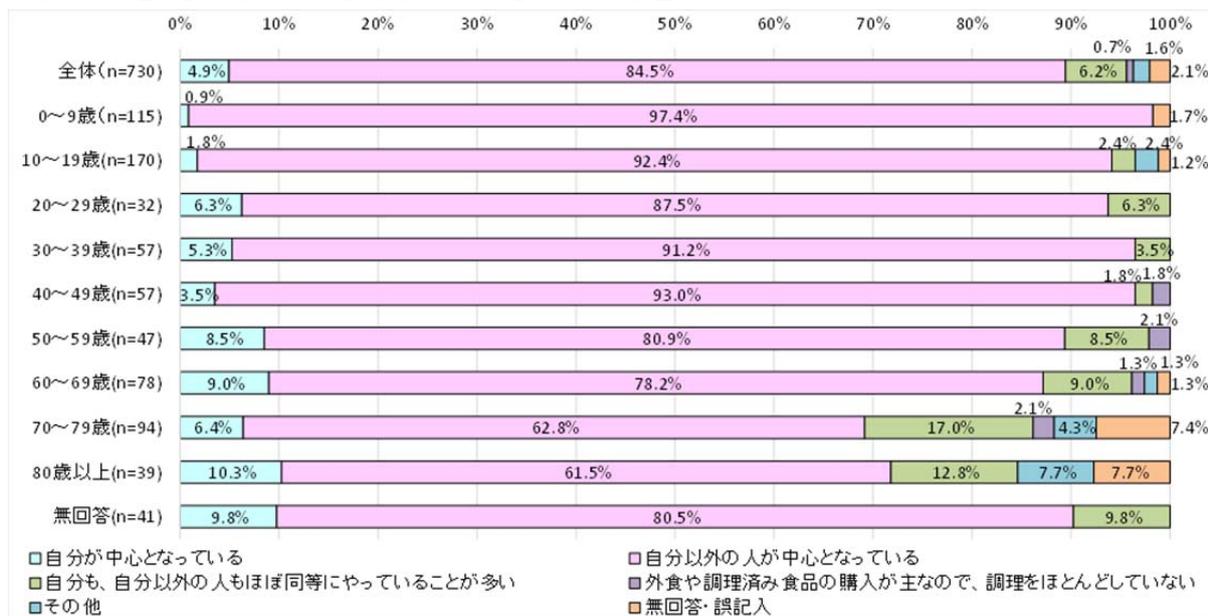
●あなたは「食育」に関する項目にどの程度関心がありますか。（質問項目の中にある、・栄養や食事の作り方を知ること、・生産者との交流や生産の場を知ることから抜粋）（H26 年度）



●年齢別、「栄養や食事の作り方等を知ること」への関心度（H26 年度）

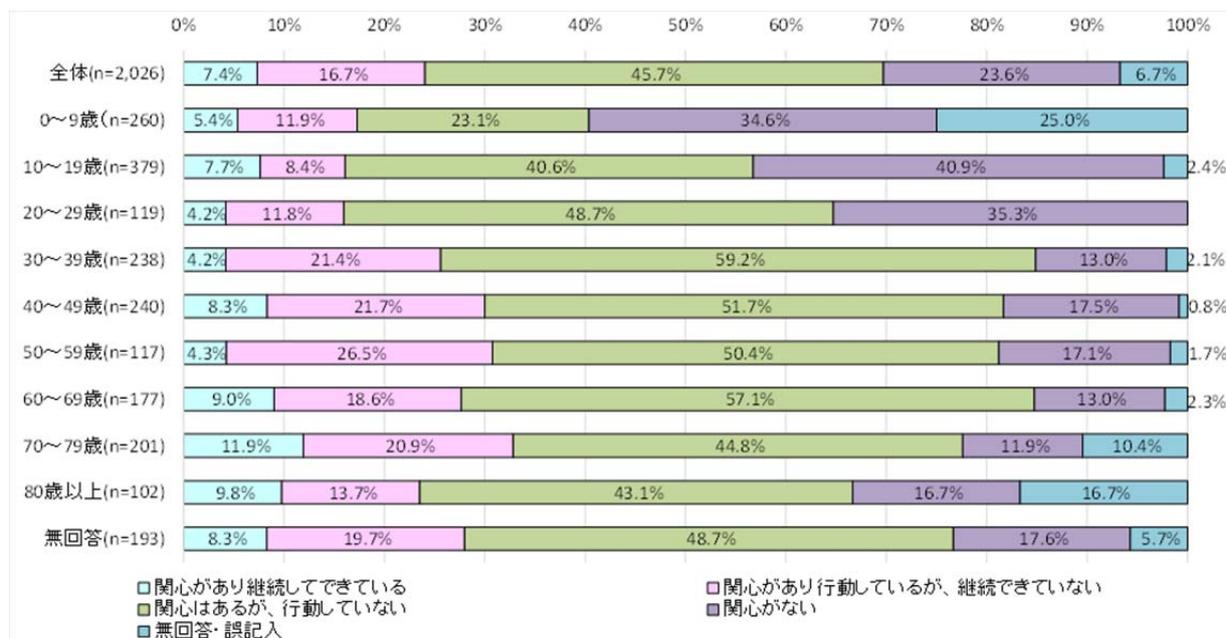


●男女・年齢別、調理の中心となっている人 <男性>



●年齢別、生産者との交流や生産の場を知ること

(H26 年度)



(4) 総括

意識調査の結果では、「栄養や食事の作り方等を知ること」に関心があり継続できている人は約3割であり、継続できていない人も約3割いる。年代別にみると、0～29歳までは、関心があり継続してできている人は約2割に留まる。特に、20～29歳は、高校や大学卒業等を機に、一人暮らし等を始める人も多く、関心が低いままの状態であることは望ましくない。

また、家庭では男性が料理の中心となることは少ないことが見受けられる。これらのことから、性別やライフステージ等に応じて、栄養バランスのとれた食事を作るスキル・選ぶことができる知識の啓発が必要である。

また、「生産者との交流や生産の場を知ること」では、関心はあるが行動していない人の割合が最も高いことから、市民の関心を行動につなげるための取組が必要である。

## 5 【これをやってみよう】 食材の誕生に、立ち会ってみませんか？

### (1) 目標

○「はま菜ちゃん」の認知度を高めることを通して、多くの人が横浜産農畜産物への愛着を持つことができるようにする。

#### 数値目標

- ◆「はま菜ちゃん」を知っている市民の割合  
目標値：45.0%

○地産地消という言葉の認知度が高まり、市・県内産農畜産物の購入意欲が高まる。（「食育に関する意識調査」の結果を踏まえて、特に10代・20代への効果的な働きかけの方法を検討する。）

#### 数値目標

- ◆地産地消の意味を知っている市民の割合  
目標値：60.0%

○（西区・中区には直売所がないなどの関連データを踏まえて、）臨海部の市民に、市内産野菜の周知を促進し、市内産野菜を購入できる機会を増やしていく。

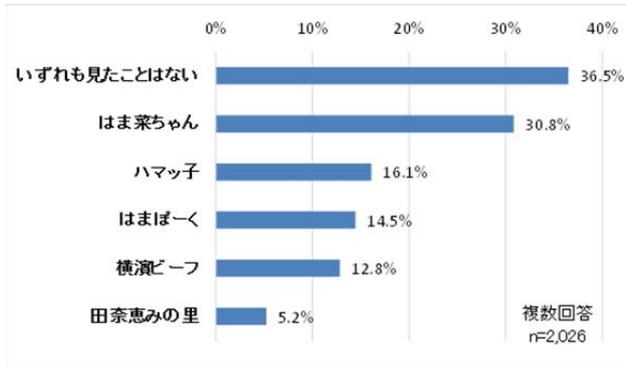
○都市部である横浜では、日常的に体験することが難しい農作業の機会を通して、楽しみながら、食材が生産される過程の理解が深まる。

### (2) 主な取組例

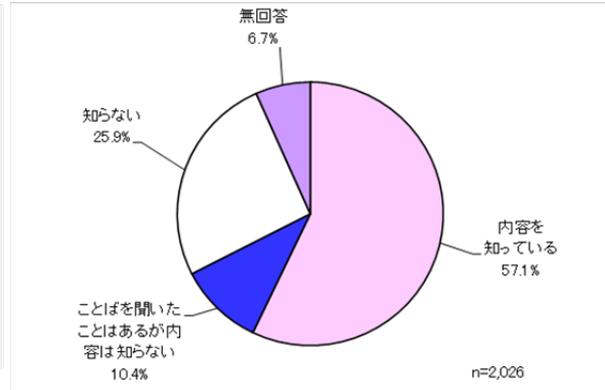
- 横浜産農畜産物の普及・啓発、地産地消を推進する人材の育成、活力ある都市農業、生産物のイベントの開催、市内産農畜産物の普及・啓発、農業体験の場の提供
  - ・「はま菜ちゃん」等の活用（結束テープへの表示、各種イベント・出前講座等でのPR）
  - ・地産地消サポート店への登録促進や支援
  - ・直売所マップの作成、ウェブ等での公開
  - ・直売所等の開設、整備、運営支援
  - ・みなとみらい農家朝市（月1回開催）
  - ・直売ネットワーク参加農家の推進。JA 横浜と連携し登録農家の支援等を実施
  - ・市民利用型農園の開設支援（栽培収穫体験ファーム（教育ファーム）、環境学習農園（教育ファーム）、特区農園）、農園付公園の整備

(3) 市民意識（「食育に関する市民意識調査」（平成 21、24、26 年度）より）

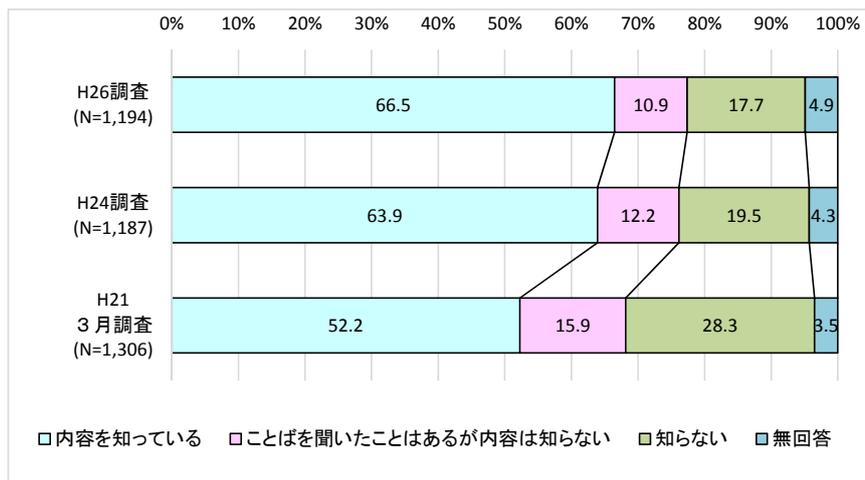
●あなたは「地産地消」につながる以下のマークをみたことがありますか（〇はいくつでも）（H26 年度）



●あなたは「地産地消」とは何か知っていましたか。（〇はひとつ）（H26 年度）



●地産地消の認知度について  
前々回（平成 21 年 3 月調査）、前回（平成 24 年度調査）との比較(20 歳以上で再集計)



(4) 総括

はま菜ちゃんの認知度は約3割に留まり、いずれのマークもみたことはない人が最も多いが、「地産地消」そのものの認知度は着実に向上しており、目標値（地産地消の意味を知っている市民の割合：60.0%）を達成している。

今後は、「横浜市の都市農業における地産地消の推進等に関する条例」や「横浜都市農業推進プラン」等に基づき、市民の豊かな食生活の向上のため、様々な取組を通して、さらに地産地消を推進していく必要がある。

よこはまブランド農産物  
はま菜ちゃん



## 6 【はなしあおう】 今日、家庭で地域と一緒に食事をしたい！

### (1) 目標

- 一人暮らしや夫婦のみで生活する高齢者が、食事を楽しむ気持ちや、食事への関心を持ち続けられるよう、食を通じた交流を推進する。
- 家庭や学校で、家族や友人たちと一緒に食べることの楽しさや、食事を通して自然にマナーや作法を子どもに伝える機会を増やしていけるようにする。

### (2) 主な取組例

- 高齢者を対象とした食事サービス提供、高齢者を対象とした食育の普及・啓発、職場と家庭での取組、食育計画による保育所等での取組、学校における食育推進計画に基づく市立学校での食育
  - ・食生活等改善推進員（世代に応じた事業）（H22～H27）（再掲）
  - ・高齢者への配食サービス
  - ・保育所等で食育計画の策定
  - ・給食の時間に、毎日発行する「パクパクだより」等を活用して食育を実施

### コラム③ 食育推進ロゴマークを知っていますか？

横浜市食育推進計画（平成 22 年 9 月）では、食育の普及啓発を進めるため、新たに横浜の食育をアピールする「食育ロゴ」を作成し、企業・団体の皆様に活用していただくことなどを通して、全市的な周知を図ることとし、横浜市食育推進ロゴマーク（以下「ロゴマーク」とする）を作成しました。

このロゴマークは、「親しい人と笑顔で楽しく食事する姿」を表現しています。

これまでに、食育推進全国大会の記念品や告知のチラシだけでなく、料理教室や、イベントの看板など様々なところで活用してきました。

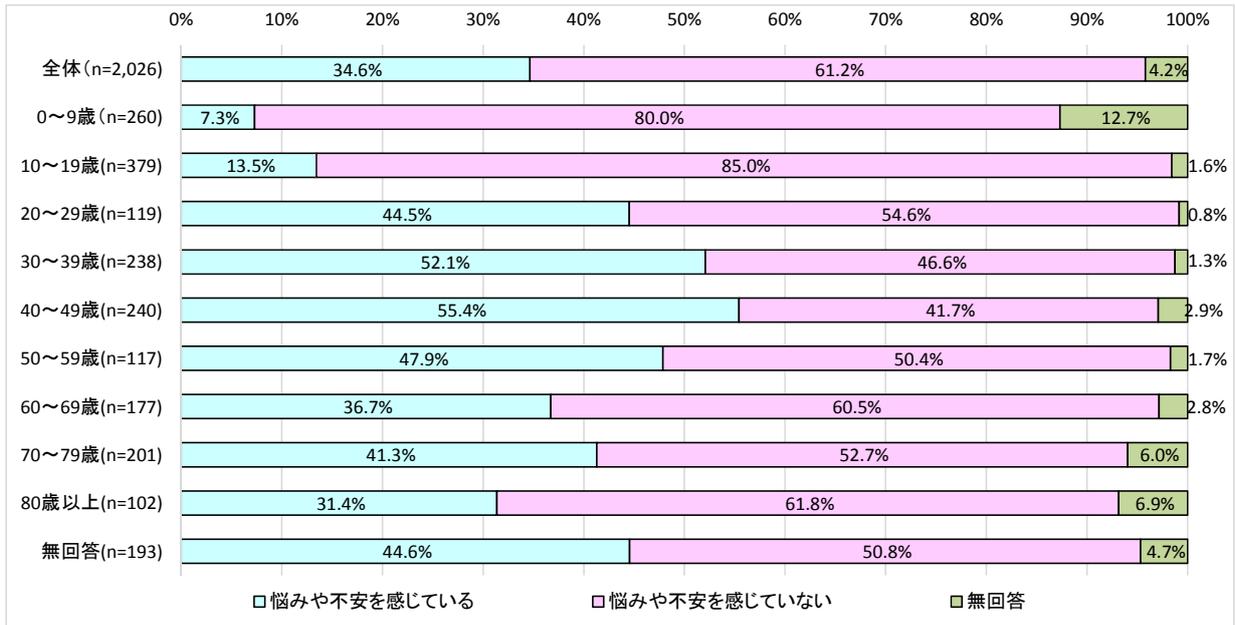
活用をお考えの方は、健康福祉局保健事業課までご連絡ください。  
（健康福祉局保健事業課：045-671-4042）

※使用にあたっては、使用上の注意等をお守りいただきます。

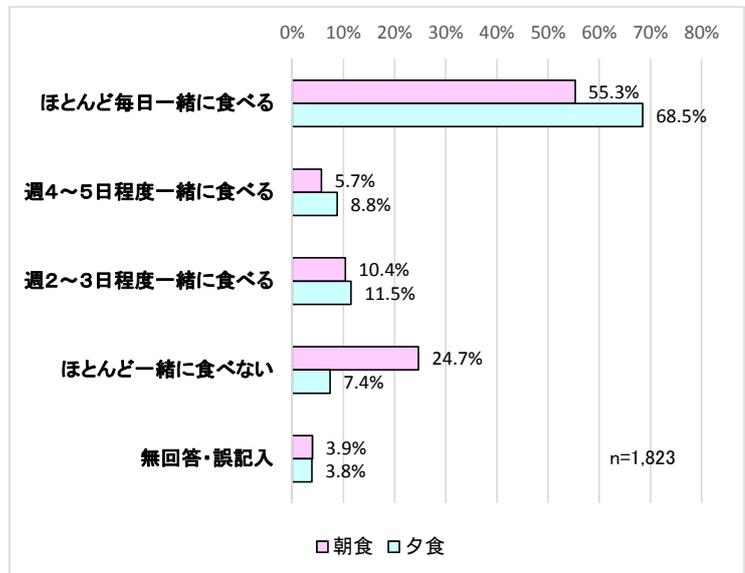


(3) 市民意識（「食育に関する市民意識調査」（平成 21、24、26 年度）より）

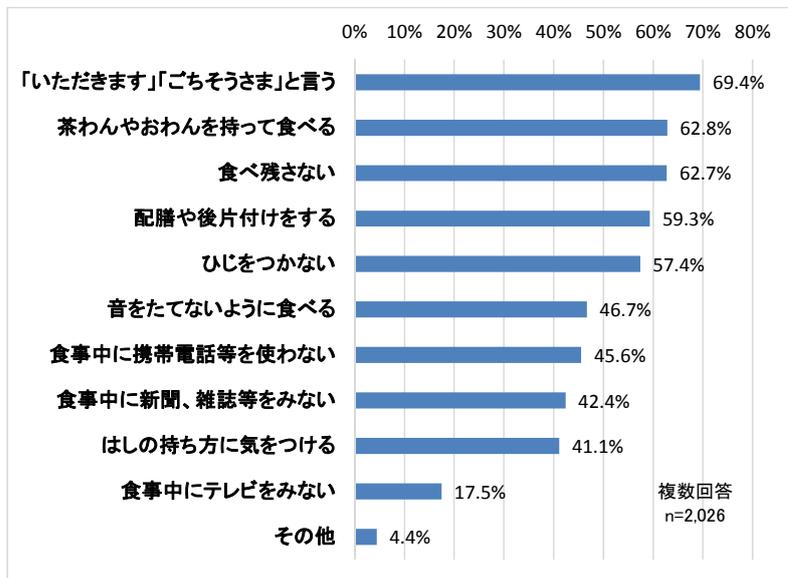
●あなたは、ふだんの食事の時間が楽しいですか。（〇はひとつ）



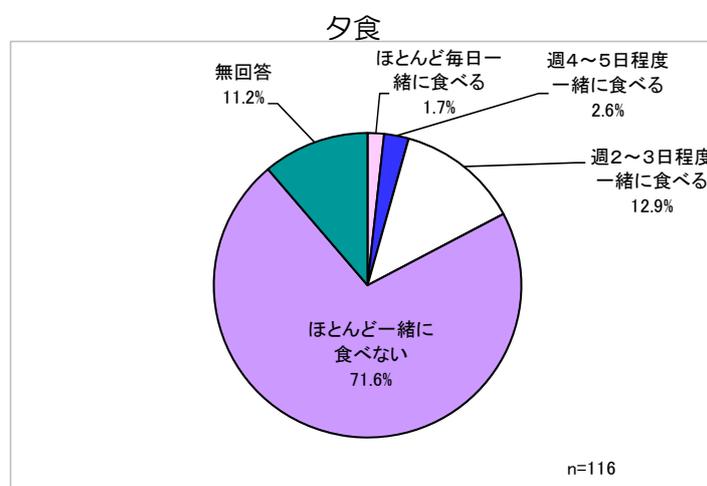
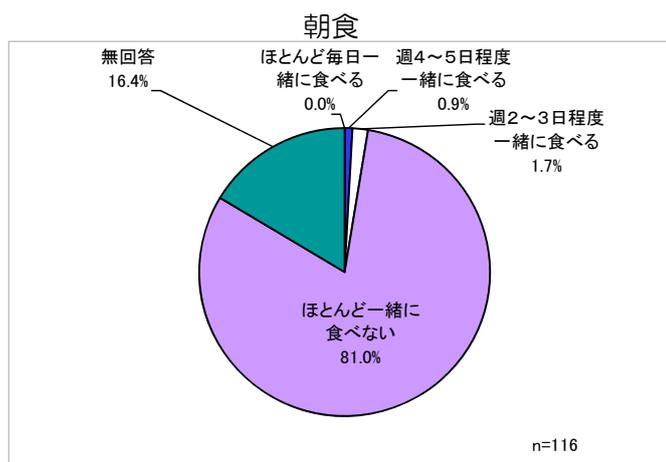
●あなたは、ふだん、朝食・夕食を、家族等同居されている方との程度一緒に食べていますか。



●あなたは、ふだん、食事の際に、習慣にしていることはありますか。（〇はいくつでも）



●あなたは、ふだん、朝食・夕食をどの程度、ご友人などと一緒に食べていますか。(ひとり暮らしの人のみ、○はそれぞれひとつずつ)



#### (4) 総括

一人暮らしや夫婦のみで生活する高齢者が、食事を楽しむ気持ちや、食事への関心を持ち続けられるよう、食を通じた交流を推進するには、地域特性に応じた取り組みや、高齢者向け配食サービス（要件あり）がある。

これに加えて、「口から食べる」ことは、生活の楽しみとして食事をとるために重要な要素であり、低栄養を予防し、介護予防にもつながるという視点を踏まえ、口腔機能の維持を目的とした歯科保健と連携した取り組みが必要である。

また、学校や保育所等では、食育計画の策定を行い、家族や友人たちと一緒に食べることの楽しさや、食を通して自然にマナーや作法を身に付けられるよう、保育時間、授業、給食の時間等に反映している。幼児期、学童期の食育は、大人になってからの食習慣を形成する重要な時期であるため、引き続き、学校及び保育所等での食育計画の策定と実施を通して、食べることの楽しさや、マナー等を身に付ける機会を増やしていく必要がある。

## 7 【はなしあおう】 食べ物があるのは、当たり前と思ったら大間違い！

### (1) 目標

○市立小学校の学校給食において、市・県内産物を使用する機会を増やすことを通して、小学生の食料自給率への関心の高まりにつなげていく。

#### 数値目標

- ◆市立小学校の学校給食において、市・県内産物を使用する割合  
目標値：20.0%

○学校の授業で取り上げることや、市・県内農畜水産物の購入機会を増やすことを通して、食糧自給率問題についての家庭での話し合いのきっかけにつなげていく。

○市・県内産農畜水産物の購入機会を増やすことを通して、結果的に食糧自給率を高めることにつなげていく。

### (2) 主な取組例

○市内産野菜の小学校給食での活用、市内産農畜産物の普及・啓発（再掲）、地産地消を推進する人材の育成（再掲）、はま菜ちゃん料理コンクールの実施

- ・地産地消月間（11月）における、小学校給食への市内産野菜（大根等）の利用
- ・はま菜ちゃん料理コンクールの実施（年1回）、入賞作品の給食メニュー化
- ・地産地消サポート店への登録促進や支援（再掲）
- ・はまふうどコンシェルジュの育成、活動支援（再掲）
- ・農家や農協による食農教育の推進

#### コラム④ 横浜の食と農をつなぐ「はまふうどコンシェルジュ」

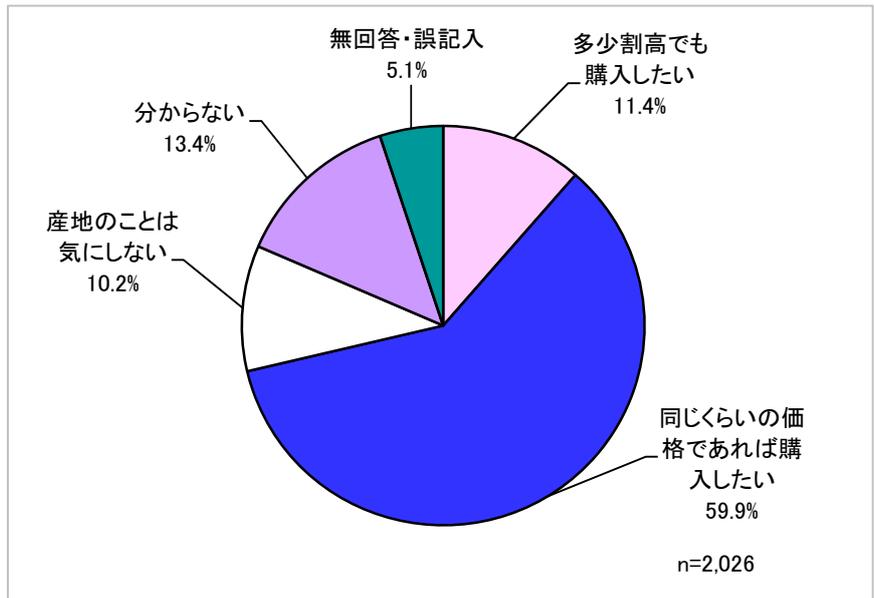
はまふうどコンシェルジュは、“はまふうど（※）”を実践し、普及に努める方々です。「横浜の農と地産地消」、「農をめぐる」、「農を味わう」、「農を体験する」、「それぞれの地産地消を語る」をテーマに実施される講義や視察見学、実習、意見交換を通じて横浜市が認定し、マルシェや収穫体験、バスツアーなど様々な地産地消の活動を活発に行っています。

※横浜の「浜」に、「フード（食べ物）」と「風土」を合わせた言葉。



(3) 市民意識（「食育に関する市民意識調査」（平成 21、24、26 年度）より）

●あなたは、横浜市や神奈川県産の農畜産物・水産物を、購入したいと思いますか。  
（〇はひとつ） （H26 年度）



●給食の地場産物の使用状況調査（教育委員会事務局）

H21:15.3%、H24:15.3%、H25:13.8%

(4) 総括

首都圏での地場産物の供給状況を考慮すると、市立小学校の学校給食において、市・県内産物を使用する機会を増やすことについて、ある程度限界があり、数値も目標に達していない。また、国は首都圏等の都市部の状況を踏まえ、国内産の農林水産物を活用していくことも有効としている。（学校給食における国産の食材を使用する割合の増加：目標値 80%以上（食材ベース））

今後は、都市部の状況や、基礎自治体として整理すべき視点を踏まえながら、食育の推進につながる目標設定が必要である。

## 8 【まいにちやってみよう】 食事があなたの人生を変えるかも!?

### (1) 目標

○より多くの20代・30代男性にとって、毎日の生活のスタートであり「一日の活力の源」である朝食を食べることの大切さの理解を深め、習慣化につなげていく。

数値目標

- ◆朝食を欠食する市民の割合（20代男性、30代男性）  
目標値：15%以下

○健康に良い野菜のおいしさを実感し、1日の食事の中に、野菜を使ったメニューをもっと増やしていくような啓発を進めていく。

数値目標

- ◆「1日あたりの野菜摂取量」（健康横浜21の目標を抜粋）  
目標値：1日350g以上

○生活習慣予防のために、日々の食事習慣「基本は、1日三食バランスよく」を実践することを心がけるように、啓発を強化していく。

数値目標

- ◆適正体重である市民の割合  
目標値：20～60代で肥満でない男性：85.0%以上  
：40～60代で肥満でない女性：85.0%以上

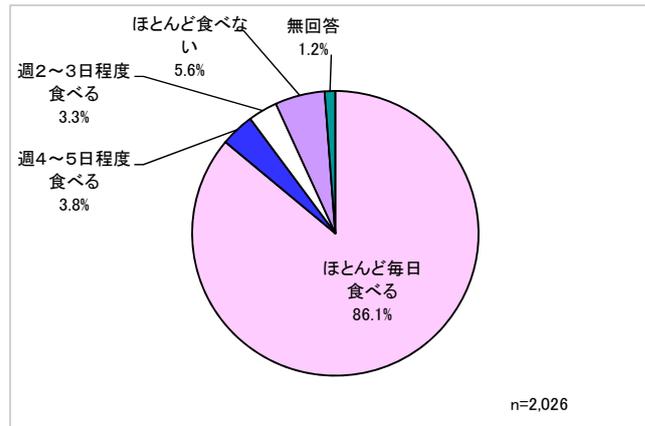
### (2) 主な取組例

○朝食摂取の推進、学校における食育推進計画に基づく市立学校での食育（再掲）、野菜摂取の推進、健康的な食生活の推進、健康的な食生活の相談支援

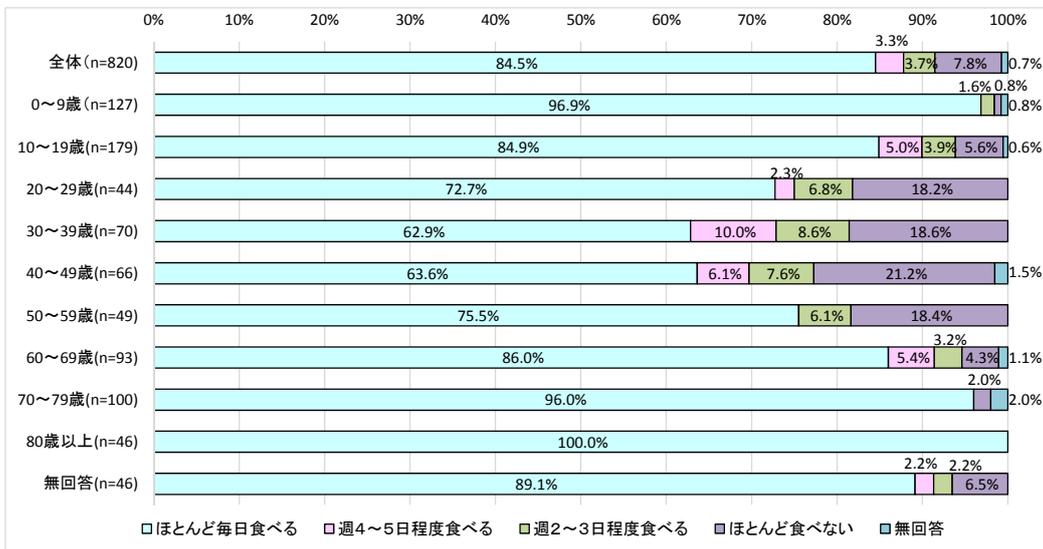
- ・H23:復興支援フェスティバル、食育講座（4回）、H24:食育推進全国大会、H25:よこはま食育イベント他（3回）、H26:よこはま食育イベント他（6回）、H27:よこはま食育イベント他（6回）
- ・食育月間、区民まつり、広報紙などで啓発（再掲）
- ・「おしえて食育」（年3回発行）で朝食の大切さについて紹介
- ・給食の時間に、毎日発行する「パクパクだより」等を活用して食育を実施
- ・よこはま健康応援団登録店舗
- ・生活習慣改善相談（再掲）

(3) 市民意識（「食育に関する市民意識調査」（平成 21、24、26 年度）より）

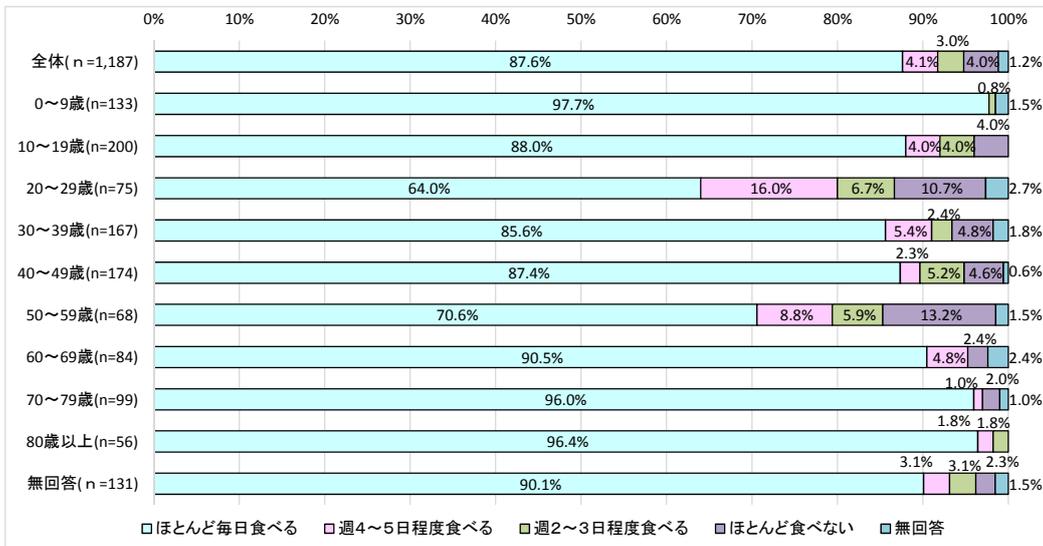
●あなたはふだん、朝食をどの程度食べていますか。（H26 年度）



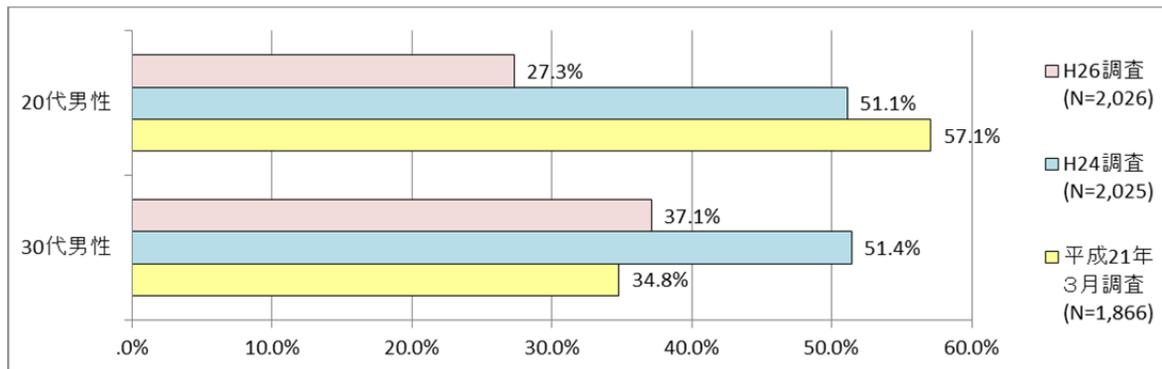
男女・年齢別 朝食頻度 <男性>



男女・年齢別 朝食頻度 <女性>



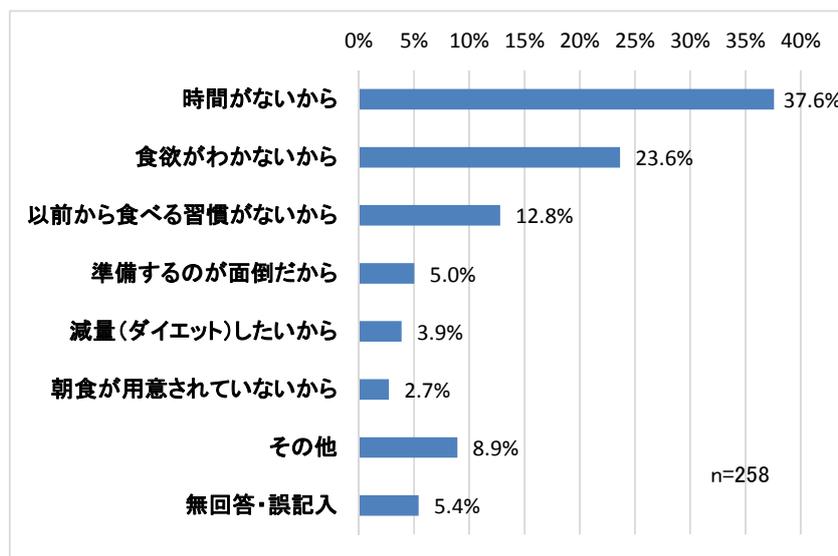
●平成 21 年度、24 年度調査との比較「20 代、30 代男性の朝食欠食率」



※「朝食の欠食率」は、「朝食を食べる日が、週5日以下」の市民の割合として算出している。

●朝食を食べない最も大きな理由は何ですか。(○はひとつ)

(H26 年度)



●1日あたりの野菜摂取量

H21 (H21~H23) : 275.6g

H24 (H24~H26) : 271g

H26 : -※

●適正体重である市民の割合

H21 (H21~H23) : 75.9%

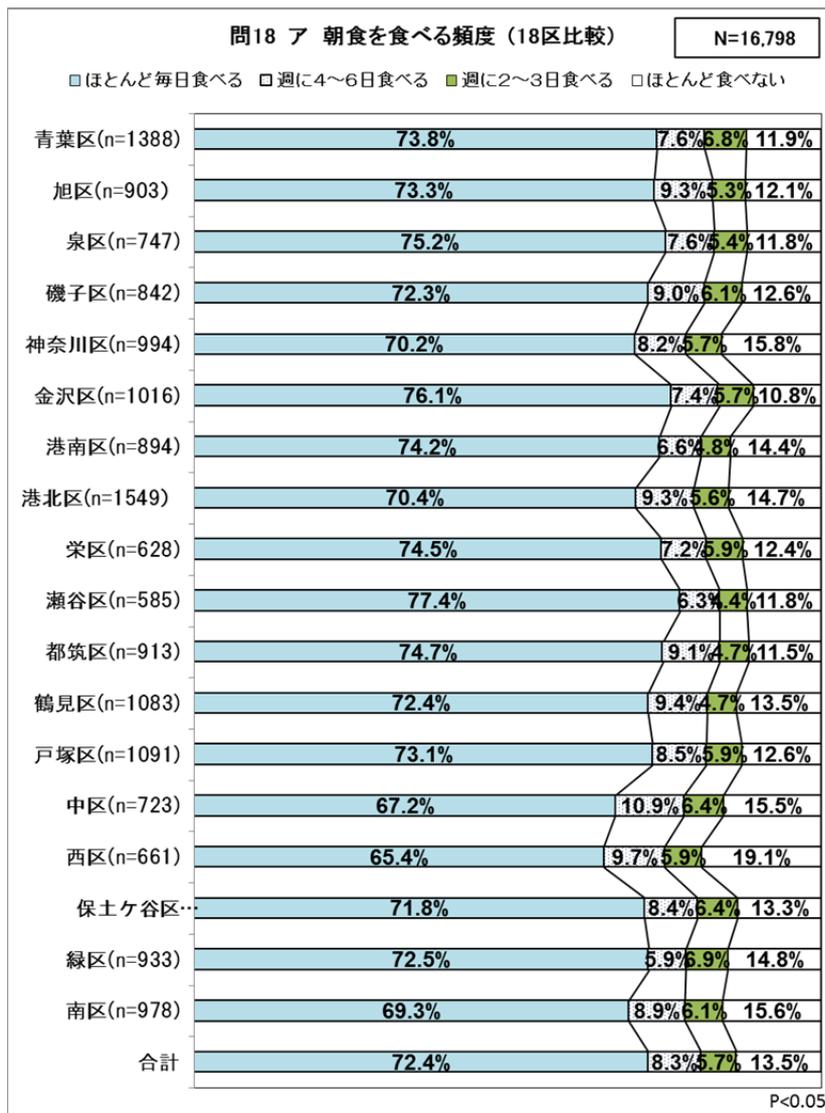
H24 (H24~H26) : 70.5%

H26 : -※

※国民健康栄養調査：誤差の影響を抑えるためには、一定の対象者数が必要であることから、平成 25 年度～27 年度の結果を集計後算出します。

●朝食を食べる頻度(18区比較)

(第2期健康横浜21調査報告)



(4) 総括

20代、30代男性の朝食欠食率は低下傾向にあるがまだ目標には十分ではない。なお、この低下傾向は、行政の啓発活動はもちろん、コンビニエンスストアや飲食店での朝食に関する商品やメニューの提供が普及してきていることなど、社会環境の変化が要因の一つとして考えられる。

20代、30代男性だけでなく、20代女性、40代男性の欠食率が高いこと、また、区によって有意な違いが見られることは注目に値する。

朝食を食べない最も大きな理由をみても、朝食欠食が習慣化していることが見受けられることから、ライフステージや社会環境の変化に応じたきめ細やかな取組が必要と考えられる。

1日の野菜の摂取量及び適正体重である市民の割合については、下降傾向にあるため、対象世代のある目標については、ターゲットを絞った啓発や、具体的な行動に移すことができる取組が必要である。

## 9 【まいにちやってみよう】 もったいない！ その食べ物、本当に食べられないの？

### (1) 目標

- 好きなものを好きな時間に食べることが容易な現代社会において、食事の食べ残しを減らすことを通して、「食」への感謝の気持ちを高めていく。
- 小売店や飲食店において食品ロスが発生している原因や実態を知る機会を増やすことを通して、「食」を大切にしようとする気持ちを高めていく。

### (2) 主な取組例

- 食品ロス削減に関連する普及・啓発、食品ロスをなくすための取組、学校における食育推進計画に基づく市立学校での食育（再掲）
  - ・出前教室：学校、保育所等における「ヨコハマ3R夢プラン」の普及啓発の中で食品ロス削減の呼び掛けを実施
  - ・副読本の活用：小学4年生全児童に毎年配布している3R夢学習副読本の中で、食品ロス削減のページを設けている（市内全校配布）
  - ・エコ・クッキング\*講座：食材を無駄なく使い切る調理方法等を学んでもらう講座  
※「エコ・クッキング」は、東京ガス株式会社の登録商標です。
  - ・食べきり協力店事業：市民へのPR、食べきり協力店の募集
  - ・3R夢農園の取組：学校、保育所等と協働で、園児、児童に土壌混合法を活用した土づくりや苗植え、収穫、食べる等の体験を通して食品ロスや食べ物の大切さ等を学んでもらう

### コラム⑥ 「食べきり協力店」を知っていますか？

せっかく出されたおいしい料理を残してしまうのは「もったいない」ことですよね？横浜市では、飲食店などの皆さまにご協力いただき、食べ残しを減らす取組として、「食べきり協力店」事業を実施しています。

食べきり協力店では、「小盛りメニュー等の導入」や「持ち帰り希望者への対応」、「食べ残しを減らすための呼びかけの実践」、「ポスター等の掲示」の取組を進めています。

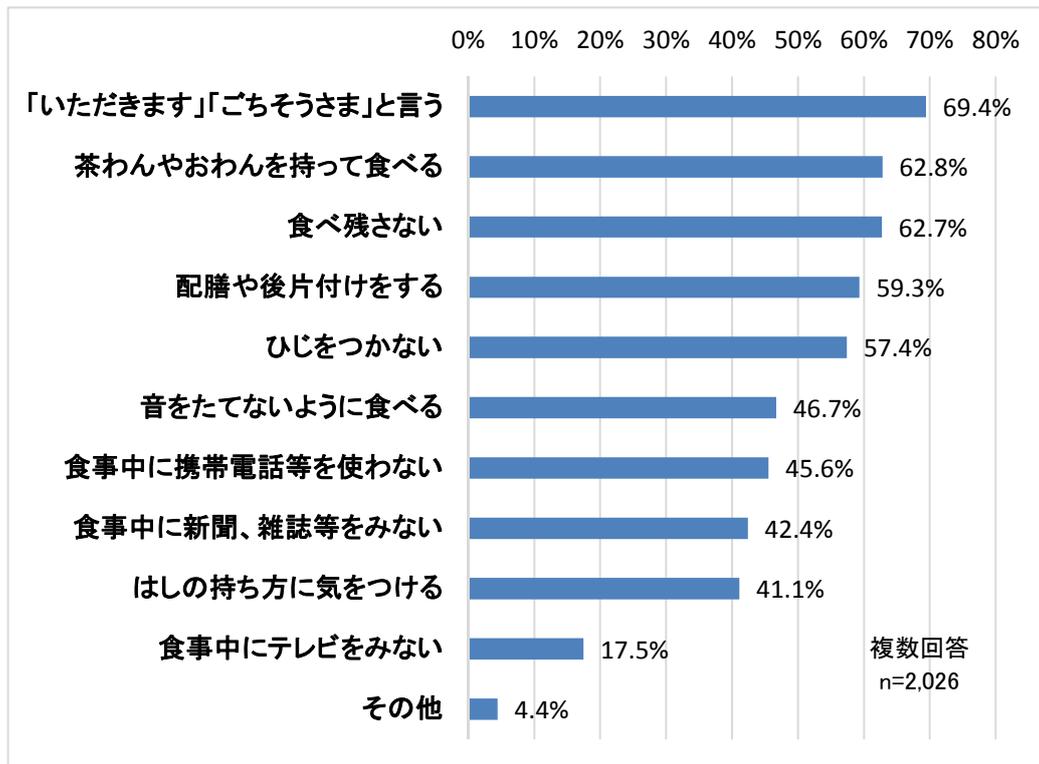
登録いただいている飲食店や宿泊施設は、市の専用ホームページで紹介していますので、皆さまもぜひ積極的にご利用ください。



(3) 市民意識（「食育に関する市民意識調査」（平成 21、24、26 年度）より）

● 日常的な食事習慣（○はいくつでも）

（平成 26 年度）



(4) 総括

食への感謝の気持ちを高めることや、食品ロスについて知る機会を増やすために、学校での給食の時間をとおした取組や、出前教室での啓発及び3R 夢学習副読本の配布を行ってきた。

「食べ残さない」取組は一定程度浸透してきているものと考えられるが、引き続き、「ヨコハマ3R夢プラン」の普及啓発を行い、食品ロス削減の呼び掛けを実施していくとともに、3R 夢クッキング講座や3R 夢農園などの取組をとおして、更に市民の関心を高めていく必要がある。

## コラム⑥ 健康福祉局の取組 食育フォーラムとの連携

横浜市食育フォーラムは、食育のプロモーションを民と官で一体となって進めるための組織であり、学識経験者・食育関係団体・民間企業等により構成しています。

委員それぞれが各分野で食育を推進するだけでなく、食育イベントで、食と運動に関する講話を行ったり、横浜市場の紹介を行ったり、料理教室を開催したりと幅広い分野で食育活動を行っています。

## コラム⑦ 食育フォーラム参加企業・団体の取組事例の紹介①

### ●横浜ガストロノミ協議会

横浜を代表する和洋中のシェフ、パティシエ、ソムリエ、バーテンダー等の『食』のプロフェッショナルで構成される「横浜ガストロノミ協議会」は、食育活動や次世代の食の担い手の育成を目的として、行政をはじめ地域の団体や企業と協力し、市内の子どもたちに対して市内産の食材を使った食育教育と料理教室を開催し食育活動を行うほか、食や味覚に関するイベント等も開催しています。

また、近年糖尿病の子どもが増えている実態から、医療機関等と連携し、生活習慣病予防のレシピを協議会で考案し、講習会などを行い、次世代教育を行っています。



<横浜ガストロノミ協議会：小学校での食育教室>

### ●神奈川県栄養士会

私達は、保健所や保健センター、学校、病院や診療所、高齢者施設や保育所、事業所や防衛施設、地域活動で栄養管理・給食管理や栄養相談などを行っています。

さらに県民健康づくりのための活動を、地域のイベントやセミナーなどで積極的に行っています。

<公益社団法人神奈川県栄養士会>

「豆つかみゲーム」の様子



### ●横浜マリノス株式会社

横浜F・マリノスでは、小学校を訪問し「サッカー食育キャラバン」を実施しています。この活動の目的は、サッカーを通して①身体を動かす楽しさを体験する、②サッカーの楽しさを体験する、③体力・運動能力の向上を図ることと、コーチと一緒に給食を食べ「食事の大切さ」を伝えることです。

毎年度、多くの学校で実施しています。

<サッカー食育キャラバンの様子>



## Ⅲ章：第2期横浜市食育推進計画の基本的な考え方

### 1 第2期食育推進計画の特徴

第2期計画を策定するにあたり、前章等で記した現状課題の認識等から、次の諸点を基本的な考え方としました。

第1期計画は食育の概念普及のために、「周知」を主眼としていましたが、第2期計画では課題のある層には更なる周知を継続しつつ、全体の方向性としては、「実践」を旨とし、以下の点に配慮して推進テーマ等を設定しました。

- 本市の食をめぐる環境（Ⅰ章2(1)）で示した様々な課題を踏まえて、市民や地域・企業・団体等の皆様に実感を持って取り組んでいただけるよう、理念、基本目標、施策の方向性、主な取組を整理しました。
- それぞれの推進テーマにおいて、ライフステージ（育ち・学び【乳幼児期～青年期】、働き・子育て【成人期】、稔り【高齢期】）ごとの課題を意識し、多世代交流や地域のつながりをいかした取組を進めていきます。
- 基礎自治体として優先的に取り組むべき方向性を示しました。
- 企業・団体との連携、市民と協働した取組の推進等を強化します。

### 2 食育の基本理念と基本目標

#### (1) 食育の基本理念

横浜市として「食育」を推進する基本理念を次の通り、設定しました。

「食」を通して健康と豊かな人間性を育み、活力ある横浜を創る

この理念は、主として以下の考え方によって裏付けられています。

- ・食を人が生きるうえでの基本であり、健全な心身を育む健康づくりの基礎であると捉えます。
- ・市民の豊かな生活には、「健康」と「食文化」の充実及びそれを実現する「環境づくり」が重要であると考えます。
- ・豊かな「食」のまわりに人々は集まり、コミュニティを充実する源となります。
- ・あくまでも基礎自治体である横浜市が策定する計画であることを踏まえ、法等の趣旨に従い計画をまとめました。

#### (2) 基本目標

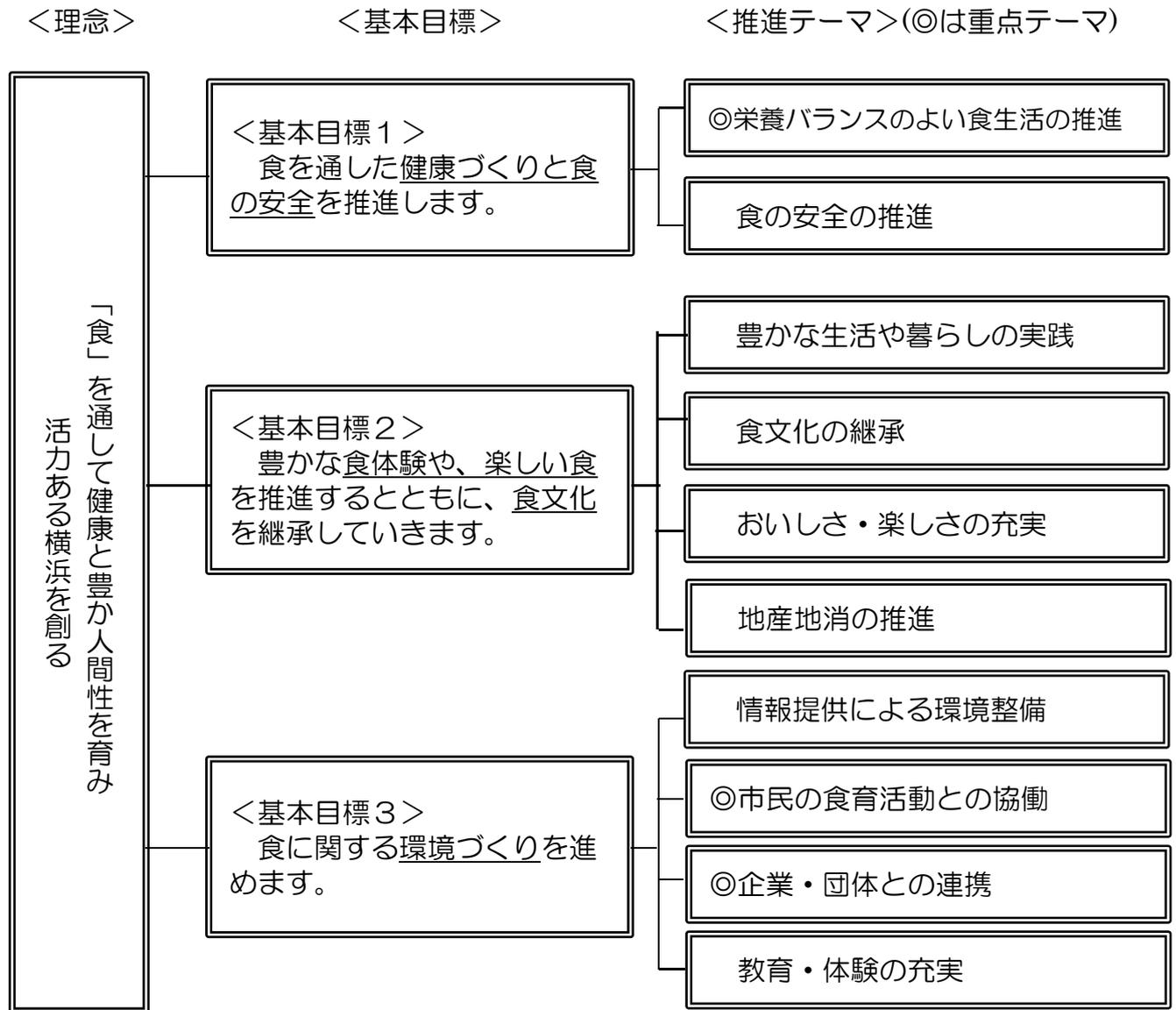
基本理念を実現するために次の3つの基本目標を設定しました。

- ・食を通じた**健康づくりと食の安全**を推進します。

- ・豊かな食体験や、楽しい食を推進するとともに、食文化を継承していきます。
- ・食に関する環境づくりを進めます。

(3) 推進テーマ

3つの基本目標ごとに、合計 10 個の推進テーマを設定し、前章の課題等を踏まえて、栄養バランスのよい食生活の推進、市民の食育活動との協働、企業・団体との連携を重点テーマとしました。



第2期横浜市食育推進計画のテーマと目標像

基本理念	基本目標	推進テーマ(◎は重点テーマ)	
<p>「食」を通して健康と豊かな人間性を育み、活力ある横浜を創る</p>	<p>食を通したり健康づくりと食の安全を推進します。</p>	◎栄養バランスのよい食生活の推進	<ul style="list-style-type: none"> <li>和食などの、主食（米等）、主菜（肉、魚等）、副菜（野菜等）で構成され、果物、牛乳・乳製品など多様な食品がそろったバランスの良い食事</li> <li>おいしく減塩した食事</li> <li>生活習慣病の予防</li> <li>食品を選ぶ力や、健康に配慮した簡単な料理ができるスキルの習得</li> <li>高齢者の低栄養予防</li> </ul>
		食の安全の推進	<ul style="list-style-type: none"> <li>食に関する正しい情報の選択</li> <li>安全で安心できる食品の選択</li> </ul>
	<p>豊かな食体験や、楽しい食を推進するとともに、食文化を継承していきます。</p>	豊かな生活や暮らしの実践	<ul style="list-style-type: none"> <li>規則的な食事や、良く噛んで味わう等の望ましい食習慣の形成</li> <li>心地良い食卓、楽しい食卓（共食など）の実践</li> <li>多様なライフスタイル等に応じた食事の選び方、食べ方の実践</li> </ul>
		食文化の継承	<ul style="list-style-type: none"> <li>横浜の特色のある食文化の形成や、地域の食材を生かす工夫や知恵の伝承</li> <li>行事食の体験</li> </ul>
		おいしさ・楽しさの充実	<ul style="list-style-type: none"> <li>食の楽しさの充実</li> <li>高齢になっても変わらない食の楽しさの充実</li> </ul>
		地産地消の推進	<ul style="list-style-type: none"> <li>地産地消の推進による市民の豊かな食生活の向上</li> <li>旬の食材の利用</li> </ul>
	<p>食に関する環境づくりを進めます。</p>	情報提供による環境整備	<ul style="list-style-type: none"> <li>流通、食糧生産、食品安全等の情報の充実</li> <li>食に関する基本情報が正しく分かりやすく共有できる環境の整備</li> <li>情報のギャップ（事業者・生産者等と、消費者のもつ情報の正確性や量の差）の解消</li> </ul>
		◎市民の食育活動との協働	<ul style="list-style-type: none"> <li>市民と協働した食育活動の推進及び活動支援</li> <li>食育推進ボランティア養成、支援</li> </ul>
		◎企業・団体との連携	<ul style="list-style-type: none"> <li>企業、団体と連携した食育の取組の推進</li> </ul>
		教育・体験の充実	<ul style="list-style-type: none"> <li>豊かな食体験、学習の充実</li> <li>給食等での食育</li> </ul>

㊦＝第2期での新規取組

施策の方向性(個別目標像)	主な取組
<ul style="list-style-type: none"> <li>・栄養バランスに関する指標に対する関心を持ち、理解を深め、ライフステージに応じて健康的な食生活が実践できている。</li> <li>・1日3食しっかり食べるなど、定期的に健康的な食生活が実践できている。</li> <li>・塩分摂取量やエネルギー量に配慮するなど食事をとおして生活習慣病の予防行動がとれている。</li> <li>・年代や性別に関係なく、健康に配慮した簡単な料理が作れている。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・イベントでの啓発(食育月間・食育の日、料理教室及び料理コンテストの実施等)</li> <li>㊦食生活等改善推進員、保健活動推進員の活動支援</li> <li>㊦第2期健康横浜21の推進(生活習慣改善相談、よこはま健康応援団の拡充等)</li> <li>㊦歯科保健との連携(噛ミング30運動の啓発等)</li> <li>㊦スポーツ施策との連携(スポーツ団体と連携した食育の普及啓発)</li> <li>・子どもへの食育啓発(母子健康手帳や子育てガイドブック等での啓発、両親教室や乳幼児健診での食育指導、市ウェブサイト保育所等の給食メニューを掲載等)</li> <li>・学校、保育所等での啓発(給食献立表の配付と食育への活用等)</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>・食中毒や食物アレルギー等の基本的な情報にふれる機会を増やし、市民の食の安全、安心についての関心と知識を高めることにより、食に関する正しい情報を選択し、安全で安心できる食品を選択できるようになっている。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・学校、保育所等での啓発【再掲】</li> <li>・食中毒、食品表示、食物アレルギーに関する啓発(食の安全に関する市民イベントの開催、リスクコミュニケーションの実施、食中毒予防等についての相談支援、啓発等)</li> <li>㊦窒息の原因となりやすい食品に関する啓発</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>・家庭や学校、保育所等で家族や友人と一緒に食事をする機会(共食)等を通じて、食事の楽しさを実感できている。</li> <li>・食に対する感謝の気持ち、食材の適量購入等の環境に配慮する気持ちを忘れないなどの食事のマナーを身につけている。</li> <li>・歯や口の健康を維持するための保健行動がとれている</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・学校、保育所等での啓発【再掲】(食育推進計画の策定及び実施等)</li> <li>㊦第2期健康横浜21の推進(生活習慣改善相談、よこはま健康応援団の拡充等)【再掲】</li> <li>㊦歯科保健との連携【再掲】</li> <li>㊦環境教育の充実(出前教室などでの啓発、3R夢クッキング講座、3R夢農園等)</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>・市内産農畜産物をはじめとした様々な食材に触れることで、横浜市や地域の食への関心を高め、官民一体となって横浜らしい食文化の継承を図っている。</li> <li>・行事食の体験をとおして、食文化への理解を深めている。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・学校、保育所等での啓発【再掲】(食育推進計画の策定及び実施等、学校での企業・団体による食育出前教室)</li> <li>㊦横浜らしい食文化の継承(食育イベントを通じた体験等)</li> <li>㊦横浜市食育フォーラム等との連携(食育イベントを通じた体験等)</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>・市民がいつまでも食のおいしさや楽しさを感じられるよう、健康づくりや地域づくりを連動させるなど、各分野を融合させるような取組を進めている。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>㊦歯科保健との連携【再掲】</li> <li>㊦横浜市食育フォーラム等との連携【再掲】</li> <li>・学校、保育所等での啓発【再掲】(食育推進計画の策定及び実施等)</li> <li>・イベントでの啓発(食育月間・食育の日等)</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>・市民が身近に農を感じる場をつくり、地産地消を実践する人が増えている。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>㊦市内産農畜産物等のブランド化に関する取組の推進</li> <li>・地産地消に関する人材育成及び活動支援</li> <li>・直売所や青空市等の支援</li> <li>・はま菜ちゃん料理コンクール</li> <li>・市内産農畜産物等を使ったレシピ紹介</li> <li>・食材の旬情報の発信</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>・官民それぞれが役割を認識し、適時適切に情報発信を図るとともに、その情報を受け取った市民が的確な行動が取れている。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・イベント等における市場の広報活動、食材の旬情報の発信【再掲】</li> <li>・地産地消に関する人材育成及び活動支援【再掲】</li> <li>・食の安全の普及、啓発、食の安全の市民イベントの開催、リスクコミュニケーションの実施</li> <li>・食中毒予防についての相談支援、啓発</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>・地域資源や人材が十分に生かされ、食育の取組が広く浸透している。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>㊦食生活等改善推進員の養成講座の充実等</li> <li>㊦地域の魅力を生かした食育活動及び支援</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>・企業や団体の本来目的を尊重しつつ、各々の強みを最大限発揮させ、食育の推進力が加速している。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>㊦地域の魅力を生かした食育活動及び支援【再掲】</li> <li>㊦産学連携、横浜市食育フォーラム等との連携【再掲】</li> <li>㊦健康経営の推進、企業と協働する市民の健康づくりの推進</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>・子どもの頃からの教育、体験の充実を通して、食育に関心をもつ市民が育成されている。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・学校、保育所等での啓発【再掲】(食育推進計画の策定及び実施、給食等による食育の取組等)</li> <li>㊦歯科保健との連携【再掲】</li> </ul>

### 3 数値目標(新規数値目標は網掛け)

それぞれの取組の成果や、「個別目標像」の達成度を図る一つの指標として、数値目標を設定しました。テーマごとに概ね1個以上設定することを目安に、これまでの課題、第1期計画の目標値の達成状況、国の指標等を総合的に勘案し、設定しました。

テーマ	対象世代	数値目標	直近値	H32年度目標値
栄養バランスのよい食生活の推進	共通	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者の割合	男 40.6%(H25) 女 42.1%(H25)	80%(H34)
	働き・子育て	朝食を欠食する市民の割合	20代男性 27.3%	15.0%以下
			30代男性 37.1%	
			20代女性 36.0%	
	共通	一日の食塩摂取量	10.7g (H21,22,23)	8g(H34)
共通	栄養や食事の作り方等を知ることについて、関心があり継続してできている市民の割合	30.1%	35%	
進の安食 推全の	共通	食品の安全性に関する基礎的な知識を持っている市民の割合	43.4%	60%
し活豊 のやか 実暮な 践ら生	共通	食事の際に食べ残さないことを習慣にしている市民の割合	62.7%	70%
	共通	朝食・夕食を家族等と一緒に食べる頻度(共食の回数)	—	週11回以上
継化食 承の文	共通	食にまつわる地域文化や伝統を知ることについて関心がある市民の割合	67.7%	75%以上
のさお 充・ 実楽い し さし	総り	60歳代でなんでも噛んで食べることのできる者の割合	67.7% (H23)	80% (H34)
	共通	食事時間の楽しさについて、非常に楽しいまたはやや楽しい市民の割合	90.4%	90%以上
地産地消の推進	共通	地場産物の購入について、関心があり、継続してできている市民の割合	14.8%	20%
	育ち・学び	市立小・中・義務教育学校において児童生徒が地産地消の良さを理解している割合	—	80%
協働食市 働と育民 の活の	共通	食育推進ボランティアの養成人数(食生活等改善推進員、はまふうどコンシェルジュ等)	351人/年	350人以上/年
の団企 連体業 携と・	共通	横浜市食育フォーラムとしてイベント出展回数	—	5回/年
教育・ 充・実 体験の	育ち・学び	食に関心をもち、進んで実践している児童生徒の割合	小学校※88.9% 中学校※ 81.3% ※義務教育学校を含む	小学校 90%以上 中学校 85%以上
		栽培や収穫体験を実施している保育所等の割合	—	90%以上

直近値について、( )の記載がないものはH26の値を示します



## コラム⑧ 区役所の取組（金沢区福祉保健課）

金沢区では、正しい食習慣の確立の第一歩となる離乳食の開始時期に区独自の事業として「ごっくん離乳食教室」を実施しています。育児教室でのアンケート結果によると、多くの養育者が離乳食に関する不安・疑問をもっており、この教室にも毎回定員以上の申し込みがあり、ニーズの高さがうかがえます。

参加者のアンケート結果からは「実際に食べている様子がビデオで見られるのがよい。調理実演・試食では、本ではわからないことがよくわかった。」との声を多数いただいています。また、離乳食を完了して大人と同じ食事となる移行期においても、この時期に特有の偏食、あそび食べに悩んでいる養育者が多いため「ぱくぱく幼児食教室」を実施しています。

家庭でレパートリーの少ない魚のメニューと、苦手な子の多い野菜料理を試食としており、好評です。



＜ビデオの様子＞



＜試食メニュー＞

## コラム⑨ 区役所の取組（栄区福祉保健課）

さかえの野菜めしあがれ！～クックパッド公式キッチンから情報発信～  
「栄区で採れる野菜を使った、手軽に作れる簡単レシピ」を栄区にお住まい又はお勤めの皆様に募集したところ、50 のレシピが集まりました。

レシピを区民の皆様により広く周知するため、新たな取組として、料理レシピサイト「クックパッド」の横浜市公式キッチンを平成 27 年 12 月に開設し、順次掲載しています。

開設後、1 か月間で1 万件を超えるアクセスがあり、多くの方にレシピを活用していただいています。

[横浜市の公式キッチン](#) [検索](#)



【やさいたっぷりリゾット】

## コラム⑩ 区役所の取組（西区福祉保健課）西区食育推進会議について

西区の食を通じた健康づくりを推進する目的で、平成 21 年から活動しています。構成メンバーは、区内保育所、幼稚園、小中学校、地域ボランティア団体、事業者など 29 団体です。主な活動は区民へ食育啓発、健康づくりの情報交換、研修会の開催などです。

27 年度は、野菜摂取の普及啓発として区民から「野菜たっぷりレシピ」を公募し、食育推進会議で選定しました。選ばれたレシピは、「西区食育推進会議おすすめ野菜たっぷりレシピ(冊子)」、広報、西区健康づくりポータルサイトに掲載し、広く区民の方々が活用できるようにしています。

併せて、箸の正しい持ち方の啓発も続けており、構成団体の活動の中で啓発しています。

## コラム⑪ よこはま健康応援団

〈よこはま健康応援団ステッカー〉



「よこはま健康応援団」では、市民が外食や弁当・総菜を利用する際に、おいしく食べて健康にも配慮した選択ができるように、参加店と横浜市の協働により健康的なメニュー等とその情報を提供しています。

参加店は、「健康応援メニュー(バランスメニュー・野菜たっぷりメニュー・ヘルシーオーダー)の提供」「栄養成分表示」「終日禁煙」の中から項目を選択して、それぞれが自主的に取り組んでいます。横浜市は、参加店をホームページで紹介するとともに、店内掲示用のステッカーを配布し、市民の方に食と健康に関する情報を提供しています。

## コラム⑫ 食育フォーラム参加企業・団体の取組事例の紹介②

### ●JA 横浜

JA横浜では、“地産地消”をキーワードに多種多様なイベントを開催し、横浜農業のファン作りに努めています。

子育て世代のお母さんやお父さんを対象に、未就学児をお預かりして行う「保育付き！子育てママ・パパ料理教室」や、毎年11月に開催される「きた地区JAまつり」において、子供を対象とした昔の農具千歯こきの脱穀体験や粃すり体験を通じて横浜農業を紹介しています。



〈保育付き料理教室〉

### ●東京ガス株式会社

東京ガスでは大正時代より料理教室を行い、炎で作る料理のおいしさ、楽しさをお届けしております。

1992年には子どもを対象とした食育教室「キッズ イン ザ キッチン」、1995年には身近な食から地球環境を考える

「エコ・クッキング」を開始。これからも

「炎の調理のおいしさ」を大切に、豊かな食生活のためのお手伝いをしてまいります。



〈親子で簡単クッキング体験〉

### ●よこはま一万人子育てフォーラム

私たちは、「一万人の子育て中の親の声をつなぎみんなでつくる！よこはまの子育て！」を合言葉に、横浜市内18区の、子どもの育ちや子育て期の親を応援する市民が市域で連携し、横浜の子育て環境の充実と、親も子どもたちものびのび暮らせる豊かな地域社会の実現をめざしています。

〈福祉施設との連携  
によるパン屋さん〉



〈栄養相談〉  
※緑区地域子育て  
支援拠点いっぽ



## IV章：具体的な取組内容

### ● 具体的な取組内容について

本章では、「Ⅲ章 第2期横浜市食育推進計画のテーマと目標像」で示した推進テーマに沿って、主な取組の内容や対象世代等を紹介しています。

なお、対象世代については、各地域の実情等に応じて、柔軟に対応していく必要があります。

## 1 栄養バランスのよい食生活の推進

### 【基本目標1】

食を通じた健康づくりと  
食の安全を推進します

### (1) 背景

○20代～40代男性や20代女性において朝食欠食が習慣化していることが見受けられ、ライフステージや社会環境の変化に応じたきめ細やかな取組が必要である。

○20代～40代の女性は、「家族の健康」について食生活での悩み・不安を抱える割合が高くなっている。

○家庭では男性が料理の中心となることは少ない状況が見受けられる。

○1日の野菜摂取量が減りつつあり、適正体重である市民の割合が減少傾向にあることから、性別やライフステージ等に応じて、実行可能な啓発、特に若年層に向けて栄養バランスのとれた食事についての理解を深める工夫が必要である。

### (2) 個別目標像

○栄養バランスに関する指標に対する関心を持ち、理解を深め、ライフステージに応じて健康的な食生活が実践できている。

○1日3食しっかり食べるなど、規則的で健康的な食生活が実践できている。

○塩分摂取量やエネルギー量に配慮するなど食事をとおして生活習慣病の予防行動がとれている。

○年代や性別に関係なく、健康に配慮した簡単な料理が作れている。

(3) 数値目標

対象世代	指標 (出典・備考)	直近値	H32年度 目標値
共通	○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者の割合 【第2期健康横浜21目標】	男 40.6% 女 42.1% (H25)	80% (H34年度)
働き・子育て	○朝食を欠食する市民の割合 【食育に関する意識調査】	20代男性 27.3%	15.0%以下
		30代男性 37.1%	
		20代女性 36.0%	
共通	○一日の食塩摂取量 【第2期健康横浜21目標値】	10.7g (H21,22,23)	8g (H34年度)
働き・子育て	栄養や食事の作り方等を知ることへの関心度 (関心があり継続してできている：全世代) 【食育に関する意識調査】	30.1%	35%

(4) 推進テーマ

- 和食などの、主食（米等）、主菜（肉、魚等）、副菜（野菜等）で構成され、果物、牛乳・乳製品など多様な食品がそろったバランスの良い食事
- おいしく減塩した食事
- 生活習慣病の予防
- 食品を選ぶ力や、健康に配慮した簡単な料理ができるスキルの習得
- 高齢者の低栄養予防

(5) 主な取組

取組名	内容	対象世代	主な関係局
○イベントでの啓発	・食育月間及び食育の日（毎月19日）の啓発（栄養バランス、朝食をとる等） ・料理教室の実施等	働き・子育て	健康福祉局
㊦ 食生活等改善推進員、保健活動推進員の活動支援	・食生活等改善推進員が実施する、世代に応じた事業 ・保健活動推進員が実施する健康づくり事業（ウォーキング等）	共通	健康福祉局
○乳幼児食生活相談	・乳児、幼児の食生活についての個別相談（予約制） ・離乳食教室	働き・子育て	健康福祉局
㊦ 健康横浜21の推進（生活習慣改善相談、よこはま健康応援団の拡充等）	・生活習慣の改善（食生活、歯・口腔、喫煙・飲酒、運等、休養・ころに関する取組）及び生活習慣病の重症化予防（がん検診、特定健診の普及） ・生活習慣病予防のための相談事業（食事、運動、禁煙等。予約制） ・食や禁煙などの分野で、市民の健康づくりを支援する取組を自主的に行っている市内事業者（飲食店）をホームページで公表	共通	健康福祉局
㊦ 歯科保健との連携	・噛ミンク30運動の啓発 ・むし歯の原因となる歯垢の生成や代謝を抑制するシュガーコントロール指導	共通	健康福祉局 こども青少年局
㊦ スポーツ施策との連携	・イベントや出前教室等を通じて、食生活や体づくりに関する啓発を実施	共通	市民局 健康福祉局他

○妊産婦への適切な情報提供	<ul style="list-style-type: none"> <li>母子健康手帳及び両親（母親）教室、産婦訪問指導等の機会を通じて、妊娠期及び産後の適切な栄養バランスや歯と口の健康に関する情報提供を実施</li> </ul>	働き・子育て	こども青少年局
○乳幼児健康診査事業	<ul style="list-style-type: none"> <li>乳幼児健康診査において、子どもの成長発達を踏まえた育児、栄養、歯科に関する適切な情報提供を行い、生活習慣の自立、むし歯の予防、咀嚼機能の獲得、離乳食から幼児食へのスムーズな移行と食生活習慣形成を支援</li> </ul>	育ち・学び	こども青少年局
○子どもへの食育啓発	<ul style="list-style-type: none"> <li>母子健康手帳及び子育てガイドブック並びに乳幼児健康診査時リーフレット等を配付。</li> <li>市ウェブサイトにて、保育所等の給食メニューや、離乳食の進め方やレシピを掲載</li> </ul>	働き・子育て	こども青少年局
○料理教室及び料理コンテストの実施	<ul style="list-style-type: none"> <li>お魚料理教室、シーフードコンテストの実施、レシピ集の配布、市場ホームページへの掲出等</li> </ul>	共通	経済局
○学校、保育所等での啓発（給食等による食育実践）	<ul style="list-style-type: none"> <li>給食だより、パクパクだより等を使った食育の啓発</li> <li>献立表の配付と食育への活用</li> </ul>	育ち、学び	教育委員会事務局 こども青少年局
○高齢者食事サービス事業（介護保険法地域支援事業）	<ul style="list-style-type: none"> <li>高齢者の見守りや栄養状態の維持、改善を目的として、民間事業者や社会福祉法人が、宅配訪問により、食事を提供する</li> </ul>	稔り	健康福祉局
○介護予防普及啓発事業	<ul style="list-style-type: none"> <li>全ての高齢者が、健康づくり・介護予防に関心を持ち、健康的な活動が続けていけるよう、講演会や教室等を開催</li> <li>①口コモ予防、②低栄養予防、③口腔機能向上、④認知症予防等に関する講座・教室、講演会等を年間通じて開催</li> <li>※①②③は全ての区役所・地域包括支援センター（以下、包括という）で実施しています。</li> </ul>	稔り	健康福祉局
○訪問指導事業	<ul style="list-style-type: none"> <li>療養上及び健康の保持増進のために、保健指導が必要な者及びその家族に対して、保健師、管理栄養士、歯科衛生士等が訪問して、必要な指導を行う。</li> <li>生活習慣予防及び改善のための栄養指導、医師の指示に基づく、食事・運動に関する指導、口腔疾患の予防及び改善のための指導等</li> </ul>	共通	健康福祉局

### コラム⑬ バランスの良い食事って？

バランスの良い食事といっても、毎日カロリー計算をするのは難しいですね。そこで、ごはん、メインのおかず、つけ合わせの小鉢がそろった「定食」スタイルにすると自然と栄養バランスがとれます。

また、毎回の食事で野菜をたっぷりとり、塩分を少なめに気をつける食習慣は、高血圧・糖尿病などの生活習慣病の発症予防や改善に効果があると認められています。

## コラム⑭ 食生活等改善推進員（ヘルスマイト）

ヘルスマイト(食生活等改善推進員)は、地域の皆さんと共に「私達の健康は私達の手で」をスローガンに、お腹の赤ちゃんからお年寄りまで全世代を対象に、食生活を中心とした健康づくり活動をしています。

平成 26 年度には発足 50 周年を迎える事が出来ました。これからも横浜市民の『健康寿命日本一』の目標達成を会員全員で目指していきます。



＜活動の様子＞

## コラム⑮ 高齢者の虚弱（フレイル）について

加齢とともに、食欲、活動量（社会交流の減少）、筋力、認知機能等が低下し、低栄養や、転倒等を原因とした要介護状態等になる可能性が高くなります。このような加齢を原因とする様々な危険な兆候をフレイル（虚弱状態）と呼び、多くの高齢者がフレイルを経て徐々に介護状態に陥ると言われています。

また、フレイルは、筋力低下による閉じこもりから会話が減り、うつや認知力の低下が起こる、口腔機能が低下し食事をとらないことで低栄養になるなど、多面的な要素があります。

本計画では、共食の取組や、高齢者の低栄養予防、歯科保健の推進等をテーマの一つとして位置付け、取組を進めていくこととしています。

## コラム⑯ 和食～日本人の伝統的な食文化～

平成 25 年 12 月に、「和食；日本人の伝統的な食文化」と題して、「自然を尊ぶ」という日本人の気質に基づいた「食」に関する「習わし」がユネスコ無形文化遺産に登録されました。これは和食の、①多様で新鮮な食材とその持ち味の尊重、②栄養バランスに優れた健康的な食生活、③自然の美しさや季節の移ろいの表現、④年中行事との密接な関わり、という特徴を踏まえたもので、特定の料理を指すものではありません。

家庭では、栄養バランスのとれた一汁三菜の食事スタイルや、お節料理等の行事食との関わり等が挙げられます。これを機会に、家庭での食事にも、季節の食材の活用や、行事食の実践など和食の要素を取り入れてみてはいかがでしょうか。

## 2 食の安全の推進

### 【基本目標1】

食を通じた健康づくりと  
食の安全を推進します

#### (1) 背景

○食の安全の推進は、市民の健康増進と健全な食生活の実現のために必要であり、関心が高い。

○このため、市民が自らの食生活について判断し、選択することができるよう食の安全に関する知識を普及するとともに、市民が行動することが求められている。

#### (2) 個別目標像

○食中毒や食物アレルギー等の基本的な情報にふれる機会を増やし、市民の食の安全・安心についての関心と知識を高めることにより、食に関する正しい情報を選択し、安全で安心できる食品を選択できるようになっている。

#### (3) 数値目標

対象世代	指標 (出典・備考)	直近値	H32年度 目標値
共通	○食品の安全性に関する基礎的な知識を持っている市民の割合 【食育に関する意識調査】	43.4%	60%

#### (4) 推進テーマ

○食に関する正しい情報の選択

○安全で安心できる食品の選択

#### (5) 主な取組

取組名	内容	対象世代	主な関係局
○学校、保育所等での啓発【再掲】	<ul style="list-style-type: none"> <li>食育推進計画の策定及び実施</li> <li>給食を通じた食育の実施</li> <li>給食だより、パクパクだより等を使った食育の啓発</li> </ul>	育ち・学び	教育委員会事務局 こども青少年局
○食中毒、食品表示、食物アレルギー等に関する啓発	<ul style="list-style-type: none"> <li>食の安全に関する市民イベントの開催、区民祭り等の催事における啓発</li> <li>リスクコミュニケーションの実施</li> <li>食中毒予防等についての相談支援</li> <li>食品衛生講習会の実施</li> <li>ウェブサイトでの情報提供</li> </ul>	共通	健康福祉局
○乳幼児健康診査と連携した啓発	<ul style="list-style-type: none"> <li>乳幼児健康診査と連携した食中毒予防についての相談支援</li> <li>食品による窒息事故予防の啓発</li> </ul>	共通	健康福祉局 こども青少年局

### 3 豊かな生活や暮らしの実践

#### 【基本目標2】

豊かな食体験や、楽しい食を推進するとともに、食文化を継承していきます

#### (1) 背景

○家族等と食事をするなどの共食は、マナーを身につけることや、食に対する感謝の気持ちを育むなどの望ましい食習慣を形成する側面がある。

○一方で、ライフスタイルの多様化が進み共食の回数が減るなかで、ライフスタイルに応じた柔軟な事業展開が求められている。

#### (2) 個別目標像

○家庭や学校、保育所等で家族や友人と一緒に食事をする機会(共食)等を通じて、食事の楽しさを実感できている。

○食に対する感謝の気持ち、食材の適量購入等の環境に配慮する気持ちを忘れないなどの食事のマナーを身につけている。

○歯や口の健康を維持するための保健行動がとれている。

#### (3) 数値目標

対象世代	指標 (出典・備考)	直近値	H32年度 目標値
共通	○食事の際に食べ残さないことを習慣にしている市民の割合 【食育に関する意識調査】	62.7%	70%
共通	○朝食・夕食を家族等と一緒に食べる頻度(共食の回数) 【食育に関する意識調査】	—	週11回以上

#### (4) 推進テーマ

○規則的な食事や、良く噛んで味わう等の望ましい食習慣の形成

○心地良い食卓、楽しい食卓(共食など)の実践

○多様なライフスタイル等に応じた食事の選び方、食べ方の実践

#### コラム⑩ 地域特性に応じた取組

##### ～鶴見区 矢向・江ヶ崎地域再発見交流の場プロジェクト～

このまちでは誰でもちょっと寄って気楽に過ごすことができる館を地域住民自ら建設中です。

折角みんなの居場所ができるのですから、楽しいことがしたいもの。一人ひとり、この館で何ができるか出し合うことになりました。

自分に何ができるだろう。そんな時一人の方が「私はサンマがうまく焼けるよ」と言いました。それで、さっそく七輪と炭を用意して、サンマ焼き教室のはじまり。

子どもたちは七輪で火をおこすのも初めて、炭でサンマを焼くのも初めて。信じられないくらい美味しいサンマをみんなで食べました。

## (5) 主な取組

取組名	内容	対象世代	主な関係局
○学校、保育所等での啓発【再掲】	<ul style="list-style-type: none"> <li>・食育推進計画の策定及び実施</li> <li>・給食を通じた食育の実施</li> <li>・給食だより、パクパクだより等を使った食育の啓発</li> </ul>	育ち・学び	教育委員会事務局 こども青少年局
㊦健康横浜21の推進(生活習慣改善相談、よこはま健康応援団の拡充等)【再掲】	<ul style="list-style-type: none"> <li>・生活習慣の改善(食生活、歯・口腔、喫煙・飲酒、運等、休養・こころに関する取組)及び生活習慣病の重症化予防(がん検診、特定健診の普及)</li> <li>・生活習慣病予防のための相談事業(食事、運動、禁煙等。予約制)</li> <li>・食や禁煙などの分野で、市民の健康づくりを支援する取組を自主的に行っている市内事業者(飲食店)をホームページで公表</li> </ul>	共通	健康福祉局
㊦歯科保健との連携【再掲】	<ul style="list-style-type: none"> <li>・口腔機能の維持増進のための啓発</li> </ul>	共通	健康福祉局 こども青少年局
㊦環境教育の充実	<ul style="list-style-type: none"> <li>・出前教室などでの啓発及び3R夢学習副読本の配布</li> <li>・3R夢クッキング講座の実施</li> <li>・イベントでのクイズや分別体験等</li> <li>・3R夢農園</li> </ul> 学校、保育所等と協働で、児童・園児に土壌混合法を活用した土づくりや苗植え、収穫、食べる等の体験を通して食品ロスや食べ物の大切さ等を学んでもらう取組	共通	資源循環局
○食べきり協力店募集、市民へのPR	<ul style="list-style-type: none"> <li>・飲食店や宿泊施設からの食品廃棄物の発生抑制を推進するため、食べ残しをなくす取組として実施</li> </ul>	共通	資源循環局

### コラム⑬ 食品ロス削減に向けての取組

～知っていますか？食べものの「もったいない」～(資源循環局3R推進課)

ご自宅で冷蔵庫の整理をした際、「期限が切れているから、もったいないけど…」と捨ててしまったことはありませんか？

横浜市では、このような食品ロス(食べ残し・手つかず食品・過剰除去など、本来食べられるのに捨てられている食品)が、年間約8万7,000トンもご家庭からごみとして出されています。

これらの食べものの「もったいない」を削減するため、本計画では、過剰除去や食品の保存方法、使い切りに配慮した調理を学んでいただく

3R夢クッキングや、学校や保育所・幼稚園などと協働で、園児・児童に、生ごみを使った土づくりから苗植え・収穫までの食の循環の体験を通じて、生ごみ(食品ロス)削減の重要性を学んでもらう3R夢農園など、対象に合わせた様々な取組を盛り込んでいます。



## 4 食文化の継承

### 【基本目標2】

豊かな食体験や、楽しい食を推進するとともに、食文化を継承していきます

#### (1) 背景

○横浜らしい「食べ物」や「料理」には様々なイメージがある。

○食文化への若年層の関心は低い傾向にあることから、学校や保育所等でその理解を深める取り組みが必要である。

#### (2) 個別目標像

○市内産農畜産物をはじめとした様々な食材に触れることで、横浜市や地域の食への関心を高め、官民一体となって横浜らしい食文化の継承を図っている。

○行事食の体験をとおして、食文化への理解を深めている。

#### (3) 数値目標

対象世代	指標 (出典・備考)	直近値	H32年度 目標値
共通	食にまつわる地域文化や伝統を知ることについて関心がある市民の割合 【食育に関する意識調査】	67.7%	75%以上

#### (4) 推進テーマ

○横浜の特色のある食文化の形成や、地域の食材を生かす工夫や知恵の伝承

○行事食の体験

#### (5) 主な取組

取組名	内容	対象世代	主な関係局
○学校、保育所等での啓発【再掲】	<ul style="list-style-type: none"> <li>・学校での企業、団体による食育出前教室</li> <li>・食育推進計画の策定及び実施等</li> <li>・給食等を通じた食育の実施</li> <li>・給食だより、パクパクだより等を使った食育の啓発</li> <li>・行事食の実践等</li> </ul>	育ち・学び	教育委員会事務局 こども青少年局 健康福祉局
㊦横浜らしい食文化の継承	<ul style="list-style-type: none"> <li>・企業、団体が実施する食に関するイベント等と連携して食育啓発を実施 (アペリティフ日365 in 横濱 等)</li> </ul>	共通	健康福祉局
㊦横浜市食育フォーラム等との連携	<ul style="list-style-type: none"> <li>・横浜市食育フォーラムと連携した食育情報の発信やイベント実施</li> </ul>	共通	健康福祉局

### コラム⑱ 横浜らしい食文化って？

横浜は開港の地であり、外国からの文化の玄関口だったことから、横浜発祥とされる食べ物も多く、アイスクリーム、スパゲッティナポリタン、ビールなどは、現在でも多くの人に親しまれています。

また、観光地として賑わう横浜中華街や、都心でありながら農地もあり「地産地消」の取組が盛んであるなど、現在に至るまで、さまざまな食文化が育まれてきました。

このように、多様な食材や料理を楽しむことができる食文化を、国際都市である横浜らしい食文化と考えます。

## 5 おいしさ・楽しさの充実

### 【基本目標2】

豊かな食体験や、楽しい食を推進するとともに、食文化を継承していきます

#### (1) 背景

○おいしさを感じながら食事をとれることや、家族や友人たちと一緒に食事をとることは喜びや楽しさに繋がる。

○食は、健康であり続けることや地域社会の中に溶け込み、普段の生活がより豊かなになるきっかけとなることから、更なる食育の推進のために食に関心を持つ市民が増えることが期待される。

#### (2) 個別目標像

○市民がいつまでも食のおいしさや楽しさを感じられるよう、健康づくりや地域づくりを連動させるなど、各分野を融合させるような取組を進めている。

#### (3) 数値目標

対象世代	指標 (出典・備考)	直近値	H32年度 目標値
総り	60歳代でなんでも噛んで食べることのできる者の割合 【第2期健康横浜21目標値】	67.7% (H23)	80% (H34)
共通	食事時間の楽しさについて、非常に楽しいまたは、やや楽しい市民の割合 【食育に関する意識調査】	90.4%	90%以上

#### (4) 推進テーマ

○食の楽しさの充実

○高齢になっても変わらない食の楽しさの充実

#### (5) 主な取組

取組名	内容	対象世代	主な関係局
⑨横浜市食育フォーラム等との連携 【再掲】	・横浜市食育フォーラムと連携した食育情報の発信やイベント実施	共通	健康福祉局
⑩歯科保健との連携 【再掲】	・歯と口の健康週間及び乳幼児健康診査等での啓発 ・噛ミング30運動の啓発等 ・むし歯の原因となる歯垢の生成や代謝を抑制するシュガーコントロール指導	共通	健康福祉局 こども青少年局
○学校、保育所等での啓発【再掲】	・学校での企業、団体による食育出前教室 ・食育推進計画の策定及び実施等 ・給食を通じた食育の実施 ・給食だより、パクパクだより等を使った食育の啓発 ・行事食の実践等	育ち・学び	教育委員会事務局 こども青少年局
○イベントでの啓発	・食育月間及び食育の日(毎月19日)の啓発(栄養バランス、朝食摂取等) ・料理教室の実施等	共通	健康福祉局

## 6 地産地消の推進

### 【基本目標2】

豊かな食体験や、楽しい食を推進するとともに、食文化を継承していきます

#### (1) 背景

○「地産地消」の概念は着実に浸透してきているが、地場産物を購入する等の実践という点では課題があるのが現状である。

○「横浜市の都市農業における地産地消等に関する条例」の趣旨※を踏まえ、横浜市の都市農業を一層活性化し、地産地消へとつながる様々な取組を充実させていくことが必要である。

※「横浜市の都市農業における地産地消等に関する条例」において、本市における地産地消は、市内産農畜産物を市内で消費することと定義していますが、生産量に限りがあること等から、消費をすべて市内産で対応することはできません。そのため、食育の取組を進めるにあたっては、国内産、県内産の活用が必要です。

#### (2) 個別目標像

○市民が身近に農を感じる場をつくり、地産地消を実践する人が増えている。

#### (3) 数値目標

対象世代	指標 (出典・備考)	直近値	H32年度 目標値
共通	地場産物の購入について、関心があり、継続できている市民の割合 【食育に関する意識調査】	14.8%	20%
育ち・学び	市立小・中・義務教育学校において児童生徒が地産地消の良さを理解している割合 【食事に関する調査】	—	80%

#### (4) 推進テーマ

○地産地消の推進による市民の豊かな食生活の向上

○旬の食材の利用

### コラム⑳ **さまざまな分野と連携した地産地消の取組（環境創造局農業振興課）**

横浜の農業は、野菜や果樹、花、畜産など、様々な農畜産物が生産されており、生産額は県内トップクラスです。また、直売所が多くあることから、生産者と消費者の距離が近いことも特徴です。

平成27年4月には「横浜市の都市農業における地産地消の推進等に関する条例」が施行されました。条例を踏まえ、本市では、生産者、事業者及び市民の皆様と協力して市内産農畜産物等の利用を促進し、その魅力を市内外に発信するとともに、食育や観光の各分野とも連携しながら地産地消をさらに推進していきます。



## (5) 主な取組

取組名	内容	対象世代	主な関係局
㊦市内産農畜産物等のブランド化に関する取組の推進	・農畜産物のブランド化や地産地消の推進	共通	環境創造局
○地産地消に関する人材育成及び活動支援	・はまふっどコンシェルジュの育成・活動支援（マルシェや農体験イベント実施等への支援）	共通	
○直売所や青空市の支援	・直売所の開設や青空市の運営の支援 ・ウェブサイトにて直売所や青空市のマップを掲載	共通	
○地産地消サポート店の支援	・横浜でとれた、新鮮な旬の野菜や果物、卵、肉などの畜産物を積極的にメニューに取り入れて、地産地消に取り組んでいる市内の飲食店等を紹介	共通	
○農体験イベント等の実施	・横浜ふるさと村や恵みの里で農家団体が実施する農体験教室等への支援 ・農体験学習講座の開催	共通	環境創造局
○市民利用型農園の開設支援等	・市民利用型農園の開設支援（栽培収穫体験ファーム（教育ファーム）、環境学習農園（教育ファーム）、特区農園）、農園付公園の整備	共通	環境創造局
○農家や農協による食農教育の推進	・学校給食での一斉供給やはま菜ちゃん料理コンクール等での連携	育ち・学び	環境創造局 教育委員会 事務局
○はま菜ちゃん料理コンクール	・横浜ブランド農産物を使った、新しい給食献立のメニューを募集するコンクールの実施。入賞作品とレシピをウェブサイト等で公開。	育ち・学び	環境創造局 教育委員会 事務局
○レシピ紹介	・ウェブサイト等で市内産農畜産物を使ったレシピを紹介	共通	環境創造局
○食材の旬情報の発信	・食材の旬情報やレシピをウェブサイトから発信	共通	経済局

### コラム② 市場の取組（横浜市場活性化協議会）

横浜中央卸売市場（神奈川区山内町1）では市場で働く事業者の方々とともに市場のプロモーション事業として様々な活動を行っています。その中で「食育」の視点から「かながわ食育フェスタ」などの食育イベントへの出展、市場のお魚マイスーや野菜ソムリエの有資格者の方々と市内小学校での食育出前授業（青果、水産）等を行っています。

平成26年度からは大人向けの食育講座も行っており、企業の研修等で利用していただいています。

また、食育の基本である旬の生鮮食材について市場 Facebook を開設して情報発信しています。



## 7 情報提供による環境整備

### 【基本目標3】

食に関する環境づくりを進めます

#### (1) 背景

○食に関する環境づくりを進めるためには、食に関わる情報の受け手である市民に必要な情報が届くよう、企業・団体及び行政の適切な情報発信が必要である。

#### (2) 個別目標像

○官民それぞれが役割を認識し、適時適切に情報発信を図るとともに、その情報を受け取った市民が的確な行動が取れている。

#### (3) 数値目標

指標 (出典・備考)	直近値	H32年度 目標値
—	—	—

#### (4) 推進テーマ

- 流通、食糧生産、食品安全等の情報の充実
- 食に関する基本情報が正しく分かりやすく共有できる環境の整備
- 情報のギャップ（事業者・生産者等と、消費者のもつ情報の正確性や量の差）の解消

#### (5) 主な取組

取組名	内容	対象世代	主な関係局
○イベント等における市場の広報活動	・イベント等で市場の紹介を実施	共通	経済局
○食材の旬情報の発信【再掲】	・食材の旬情報やレシピをウェブサイトから発信	共通	経済局
○食の安全の普及等	・施設への立入調査等の実施 ・営業者への衛生講習会 ・ボランティア団体の衛生講習会 ・リスクコミュニケーションの実施	共通	健康福祉局

## 8 市民の食育活動との協働

### 【基本目標3】

食に関する環境づくりを進めます

#### (1) 背景

- 地域での食育を推進していくためには、積極的に行動する食育の担い手が増えることが欠かせない。
- そのためには、食育の担い手に対する活動の支援を一層充実させるなど、活動しやすい環境を整備していくことが必要である。

#### (2) 個別目標像

- 地域資源や人材が十分に生かされ、食育の取組が広く浸透している。

#### (3) 数値目標

対象世代	指標 (出典・備考)	直近値	H32年度 目標値
共通	食育推進ボランティアの養成人数 【食生活等改善推進員、はまふうどコンシェルジュ等】	351人 /年	350人以上 /年

#### (4) 推進テーマ

- 市民と協働した食育活動の推進及び活動支援
- 食育推進ボランティア養成・支援

#### (5) 主な取組

取組名	内容	対象世代	主な関係局
⑨ 食生活等改善推進員の養成講座の充実等	・食生活等改善推進員の養成講座等 ・食生活等改善推進員が実施する、世代に応じた事業 ・保健活動推進員が実施する健康づくり事業（ウォーキング等）	共通	健康福祉局
⑩ 地域の魅力を生かした食育活動及び支援	・地産地消や食文化の継承、障害者施設で生産する食品の販売による障害者への理解促進等、地域の特性に応じた食育活動の支援	共通	健康福祉局 環境創造局
○ 地産地消に関する人材育成及び活動支援【再掲】	・はまふうどコンシェルジュの育成、活動支援（マルシェや農体験イベント実施等への支援）	共通	環境創造局

### コラム② 貧困状況にある子どもに対する食育推進について

国の第3次食育推進基本計画では、地域における食育の推進として、取り組むべき施策のひとつに、「貧困状況にある子供に対する食育推進」を位置付けました。

～国の第3次食育推進基本計画より抜粋～

「子供の貧困対策に関する大綱」（平成26年8月29日閣議決定）に基づき、子どもの食事・栄養状態の確保、食育の推進に関する支援を行う。また、ひとり親家庭の子どもに対し、放課後学童クラブ等の終了後に学習支援や食事の提供等を行うことが可能な居場所づくりを行う。

さらに子どもの未来応援国民運動において、民間資金による基金の活用等を通じて、貧困状況にある子供達に対して食事の提供等を行うNPO等に対して支援等を行う。

## 9 企業・団体との連携

### 【基本目標3】

食に関する環境づくりを進めます

#### (1) 背景

○市民の食育行動の支援など、食育の更なる推進のためには、食環境の整備等において、企業・団体との連携が欠かせない

○これまで連携してきた「横浜市食育フォーラム」(懇談会)との連携を更に深めるとともに、新たな連携先の開拓や働きかけを積極的に行っていくことが必要である。

○特に課題が多い働き世代に対しては、健康経営など、企業の健康づくりを支援する中で、食育を浸透させる等の取組が必要である。

#### (2) 個別目標像

○企業や団体の本来目的を尊重しつつ、各々の強みを最大限発揮させ、食育の推進力が加速している。

#### (3) 数値目標

対象世代	指標 (出典・備考)	直近値	H32年度 目標値
共通	横浜市食育フォーラムとしてイベント出展回数	—	5回/年

#### (4) 推進テーマ

○企業・団体と連携した食育の取組の推進

#### (5) 主な取組

取組名	内容	対象世代	主な関係局
㊦地域の魅力を生かした食育活動及び支援【再掲】	・地産地消や食文化の継承、障害者施設で生産する食品の販売による障害者への理解促進等、地域の特性に応じた食育活動の支援	共通	健康福祉局 環境創造局
㊦横浜市食育フォーラム等との連携【再掲】	・横浜市食育フォーラム等と連携した食育情報の発信やイベント実施	共通	健康福祉局
㊦産学連携	・企業、大学と連携した食育の取組	共通	健康福祉局
㊦健康経営の推進	・健康づくりを行う「健康経営企業」を増やす ・課題に応じて食事や運動等に関するアドバイスやメールマガジンでの情報提供等を行う	働き・子育て	健康福祉局 経済局
㊦企業と協働する市民の健康づくり	・横浜の市民の健康づくりのために、企業等と協働して社会環境づくりを推進する	共通	健康福祉局 経済局

### コラム②③ 健康経営の取組支援について

企業には、労働安全衛生法に基づいて、健康診断等によって従業員の健康を確保することが求められていますが、「健康経営」とは、そうした法律のみならず、従業員の健康増進を人的な資本に対する投資として捉える考え方であり、攻めの取組です。例えば、肥満や生活習慣病等の課題を抱える企業には、食や運動に関するメールマガジンの配信や、給食施設がある場合はヘルシーメニューの提案など、企業の課題や状況によって、健康経営の取組を支援します。

## 10 教育・体験の充実

### 【基本目標3】

食に関する環境づくりを進めます

#### (1) 背景

○生涯を通じて食に関心を持つ市民を増やすためには、特に未就学の段階から学齢期において、食の楽しさや大切さについて、多方面から理解していくことが有効である。

○離乳食や食体験による味覚の醸成や経験の積み重ね等が、好き嫌いなく食べ、バランスの良い食事を実践する食習慣の基本となりうる。

#### (2) 個別目標像

○子どもの頃からの教育・体験の充実を通して、食育に関心をもつ市民が育成されている。

#### (3) 数値目標

対象世代	指標 (出典・備考)	直近値	H32年度 目標値
育ち・学び	食に関心をもち、進んで実践している児童生徒の割合 【食事に関する調査】	小学校※ 88.9% 中学校※ 81.3% ※義務教育学校を含む	小学校 90%以上 中学校 85%以上
	栽培や収穫体験を実施している保育所等の割合 【保育所等における食育に関する調査】	—	90%以上

#### (4) 推進テーマ

- 豊かな食体験、学習の充実
- 給食等での食育

### コラム⑳ 横浜市立学校における食育の取組（教育委員会事務局）



横浜市立学校では、横浜 F・マリノスの選手による出前教室やコーチによるサッカー食育キャラバンを実施しています。

児童生徒は、勉強と運動の両立や食の重要性と体づくりについて学習し、食への関心を高めています。

多くの市立学校が、地域の方のご協力で田んぼや畑でお米や野菜を栽培・収穫する学習に取り組んでいます。生産者の方や食べ物に対する感謝の気持ちを育んでいます。



## (5) 主な取組

取組名	内容	対象世代	主な関係局
○学校、保育所等での啓発【再掲】	<ul style="list-style-type: none"> <li>・学校での企業、団体による食育出前教室</li> <li>・食育推進計画の策定及び実施</li> <li>・給食を通じた食育の実施</li> <li>・給食だより、パクパクだより等を使った食育の啓発</li> <li>・行事食の体験</li> </ul>	育ち・学び	教育委員会事務局 こども青少年局
○相談事業	<ul style="list-style-type: none"> <li>・地域特性に応じた、保育所等や、地域子育て拠点等と連携した相談事業等の実施</li> </ul>	育ち・学び	こども青少年局
○食育研修会	<ul style="list-style-type: none"> <li>・保育所等に勤務する栄養士により、現場目線での研修会の企画、運営を実施</li> </ul>	育ち・学び	こども青少年局
㊦ 歯科保健との連携【再掲】	<ul style="list-style-type: none"> <li>・噛ミング 30 運動の啓発等</li> <li>・むし歯の原因となる歯垢の生成や代謝を抑制するシュガーコントロール指導</li> </ul>	共通	健康福祉局 こども青少年局
○乳幼児健康診査と連携した啓発【再掲】	<ul style="list-style-type: none"> <li>・乳幼児健康診査と連携した食中毒予防についての相談支援</li> </ul>	共通	健康福祉局 こども青少年局
○乳幼児健康診査事業【再掲】	<ul style="list-style-type: none"> <li>・乳幼児健康診査において、子どもの成長発達を踏まえた育児、栄養、歯科に関する適切な情報提供を行い、生活習慣の自立、むし歯の予防、咀嚼機能の獲得、離乳食から幼児食へのスムーズな移行と食生活習慣形成を支援</li> </ul>	育ち・学び	こども青少年局
○子どもへの食育啓発【再掲】	<ul style="list-style-type: none"> <li>・母子健康手帳及び子育てガイドブック並びに乳幼児健康診査時リーフレット等の配布による食育の啓発</li> <li>・市ウェブサイトにて、保育所等の給食メニューや、離乳食の進め方やレシピを掲載</li> </ul>	働き・子育て	こども青少年局

### コラム㊦ 子どもへの食育（こども青少年局）

食えることは心と体の発達に密接に関係しています。乳幼児期から、発達段階に応じて豊かな食の体験を積み重ねていくことにより、味覚や食習慣が形成され、生涯にわたって健康でいきいきとした生活を送る基礎となる「食を営む力」を培うことが大切です。

保育所等では、毎日の給食や栽培・収穫などを通して、楽しく食べる経験や食への興味を持つこと、豊かな人間性を育てることを目指して、食育を実践しています。

### コラム㊦ 歯科保健（こども青少年局）

厚生労働省では、一口 30 回以上噛むことを目標とした「噛ミング 30（カミングサンマル）」運動を提唱しています。30 回というのは、窒息防止や五感での味わいを考慮し、従来から噛む回数めどとされています。

よく噛んで食べると

- ①よく噛むことで食べる量が減り、肥満予防につながります。
- ②味覚の発達を促し、食べものの本来の味がわかります。
- ③唾液がよく出るようになり、むし歯や歯周病を防ぎます。
- ④消化酵素がたくさん出て、胃腸の働きを促進します。

## V章：第2期計画の着実な推進に向けて

### それぞれの役割

第2期計画の推進にあたり、市民、地域、企業・団体と情報を共有するとともに、横浜市食育フォーラム等を通じて協働できる仕組みをつくっていきます。また、食育の取組の評価にあたっては市民意識調査等の定量的評価だけでなく、各取組の実績等の定性的評価も含めて、総合的に評価し、横浜市食育フォーラム等を通じて、第2期計画を着実に推進していきます。

#### (1) 市民の役割

食をとおして、健康と豊かな人間性を育む食育は、市民一人ひとりが主役です。

家庭、職場、地域活動等の様々な場面をとおして、市民一人ひとりが食育に対して理解を深めるとともに、具体的な行動を実践・継続していくことが求められます。

##### ◆取組例

- ・朝ごはんを毎日食べる
- ・栄養バランスを考えて、簡単な調理を試してみる
- ・身近な場所でとれた農畜産物などを購入する
- ・食育や地産地消のイベントや料理教室に参加してみる
- ・家庭や職場で、家族や友人等と食事をする機会を増やすことを心がけてみる

#### (2) 保育所・幼稚園・認定こども園、学校（小・中・義務教育学校、高校、特別支援学校、大学等）の役割

保育所等は乳幼児期、学校等は、学童期、青年期における主たる生活の場であることから、生涯にわたる望ましい生活習慣を身につけるうえで重要な役割を担っています。

給食等での食育や、教育体験を充実させ、こども世代が食に興味を持ち、生涯を通じて、自ら考え、食育行動が取れるような、積極的な働きかけが求められます。

##### ◆取組例

- ・保育所等、小・中・義務教育学校、高校、特別支援学校、大学等における食育の充実
- ・地域等と連携を深め、こどもを通じた親世代への働きかけ
- ・食育に関する市民講座の開講や、イベントの実施

### (3) 関係団体の役割

団体には、それぞれの関連分野において、行政や企業等と連携を深め、専門的な知識や技術に基づき、市民一人ひとりの食育行動を支援する役割が求められています。

#### ◆取組例

- ・食育イベント、出前教室、食育講座などでの食育の啓発
- ・専門的な知識や技術に基づいた、市民の食育行動の支援

### (4) 企業の役割

企業は従業員に対して、食をとおした健康づくりの働きかけを行うだけでなく、行政等の関係機関と連携を深め、市民一人ひとりの食育行動を支援する役割や社会環境の整備を進める役割が求められています。

#### ◆取組例

- ・健康経営に関する取組を進めてみる。  
例) 給食施設や配達弁当で、朝食やヘルシーメニューを提供する
- ・食育イベント、出前教室、食育講座などでの食育の啓発
- ・食をとおした健康づくりを意識した商品の開発及び販売
- ・健康や食品ロスに考慮したメニューの提供
- ・地場産物を使用した商品の開発・販売

### (5) 地域活動グループの役割

地域活動グループは、地域における主体的な取組を進めるための中心的な存在です。地域の課題や特徴を踏まえた食育の啓発を行い、幅広く、継続的に地域の食育活動を支えることが求められます。

#### ◆取組例

- ・「食の大切さ」や「食の楽しさ」を家族や地域に広げる
- ・地域の課題や特徴を踏まえた、学校等への出前教室や料理教室等の開催  
例) 食生活等改善推進員としての活動や、栄養バランスをテーマに料理教室を開催
- ・地域活動グループの特性をいかした出前教室やイベントの開催  
例) ガストロノミ協議会のイベント開催や、はまふうどコンシェルジュの活動

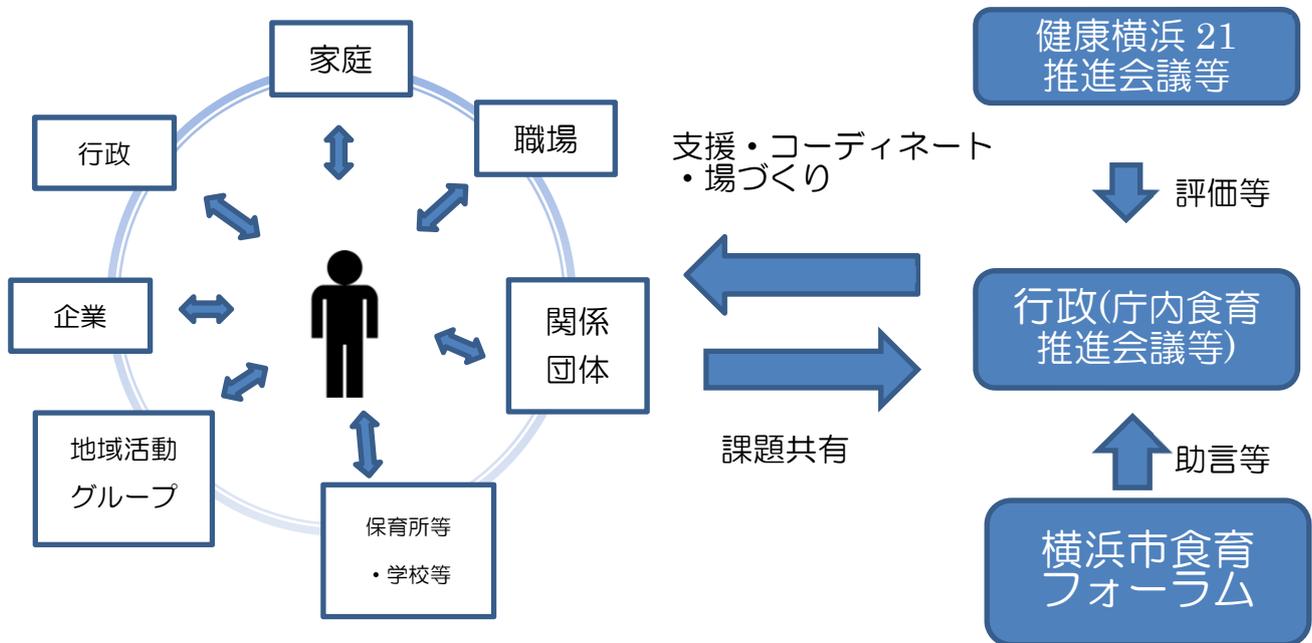
## (6) 行政の役割

行政は、法や本計画等の趣旨に基づく「本市が目指す食育の姿」を積極的に発信し、共有する担い手を増やしていきます。

また、これらを着実に進めるため、庁内連携はもとより、市民・地域・企業・団体等のそれぞれの特徴や力を引き出せるような関係づくりを進めていきます。

### ◆取組例

- ・ イベントや各種媒体、市民等と接する様々な機会を通して、本市が目指す食育の姿の発信及び食育行動の機運を高める環境づくり
- ・ 食育推進ボランティアの育成・支援
- ・ 食育の取組を進める企業・団体の充実に向けた支援及び施設への働きかけ
- ・ 食育フォーラム等を通して、それぞれの食育の担い手の連携を深める関係づくり



### ●横浜市食育フォーラム【懇談会】

関係企業・団体等と行政が、食育に関する情報を共有し、意見交換を行うとともに、具体的な取組につなげていくことを目指します。

委員：学識経験者、食育・料理専門家、横浜市食生活等改善推進員協議会、横浜市消費者協会、横浜市食品衛生協会、横浜市場活性化協議会、横浜市立小学校長会、横浜市私立保育園長会、横浜市医師会、横浜市歯科医師会、神奈川県栄養士会、よこはま一万子育てフォーラム、はまふうどコンシェルジュ、よこはま学校食育財団、NPO法人横浜ガストロノミ協議会、JA横浜、東京ガス(株)、横浜マリノス(株)、(株)崎陽軒、(株)ダイエー、(株)セブン-イレブン・ジャパン

### ●横浜市庁内食育推進会議

庁内の関係部署が、食育に関する情報を共有し、連携を強めるとともに、それぞれの役割分担に応じて各分野の具体的な取組に働きかけを行います。

- ・ 庁内食育推進会議：副市長、食育推進の関係局長、代表区長
- ・ 庁内食育推進会議幹事会：関係部署の課長級

# 參考資料