

# 武蔵野市第1期食育推進計画(案)

<サブタイトル>

平成30年4月

武蔵野市健康福祉部健康課

## <目 次 案>

### 第1章 食育推進計画の策定にあたって

---

- 第1節 食育とは
- 第2節 計画策定の趣旨・背景
- 第3節 計画の位置づけ
- 第4節 計画期間
- 第5節 計画策定の経過

### 第2章 武蔵野市の状況

---

- 第1節 世代ごとの「食」をめぐる状況  
市民の健康づくりに関するアンケート調査、  
妊娠届出書、乳幼児健診票集計  
健康づくり推進委員等ヒアリング結果
- 第2節 前計画期間中の取組み状況の点検
- 第3節 食育推進体制の現状

### 第3章 計画の基本的な考え方

---

- 第1節 目標  
（仮）食を通じていきいきと暮らすまちづくり
- 第2節 基本理念  
食に関するセルフマネジメント（自己管理能力）の推進
- 第3節 基本方針  
ライフステージの特性に応じた効果的なアプローチ
- 第4節 基本施策
  - (1) 生涯にわたり健全な食生活を実践するための学習の場の提供
  - (2) 地域と連携して食育を推進する環境整備
  - (3) 正しい食情報の発信

### 第4章 施策の体系

---

計画の全体像について、第3章4節に関連する施策を体系化して示す

## 第5章 施策の展開

---

第4章の基本体系をベースに、取組の方向、該当事業、目標値を盛り込む。

## 第6章 計画の推進に向けて

---

第1節 推進体制の確保とPDCAサイクルによる施策の推進  
庁内外の連携の強化

第2節 推進主体の取組みと多分野連携による推進

# 第1章 食育推進計画の策定にあたって

## 第1節 食育とは

○食育とは、生きる上での基本であって、知育・徳育・体育の基礎となるものであり、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、健全な食生活を実現することができる人間を育てることです。（農水省webサイトより）

○食育基本法が、平成17年に制定された。その目的は、食育に関する施策を総合的かつ計画的に推進し、もって現在及び将来にわたる健康で文化的な国民の生活と豊かで活力ある社会の実現に寄与することにある。

○平成28年4月より、食育推進に関する業務が、内閣府から農林水産省に移管された。（現在国の食育推進会議の会長は農林水産大臣）

○平成28年度から平成32年度までの5年間を期間とする「第3次食育推進基本計画」では、重点課題として、〈1〉若い世代を中心とした食育の推進 〈2〉多様な暮らしに対応した食育の推進（新） 〈3〉健康寿命の延伸につながる食育の推進 〈4〉食の循環や環境を意識した食育の推進（新） 〈5〉食文化の継承に向けた食育の推進（新）が挙げられ、取り組みの視点として、①子供から高齢者まで、生涯を通じた取組を推進すること ②国、地方公共団体、教育関係者、農林漁業者、食品関連事業者、ボランティアなどが主体的かつ多様に連携・協働しながら取組を推進することが定められた。

## 第2節 計画策定の趣旨・背景

○「食」「栄養」ならびに「食育」をめぐる社会環境変化については変化している。

○国は平成26年3月に「日本人の食事摂取基準（2015年版）策定検討会」の報告書を取りまとめた。主な改定のポイントは、策定の目的に、高齢化の進展や糖尿病等有病者数の増加に対応し、生活習慣病の発症予防とともに「重症化予防」を加えたこと、エネルギーについての指標に「体格（BMI）」を採用し、目標とするBMIの範囲を提示したこと、生活習慣病の予防を目的とした「目標量」にナトリウム（食塩相当量）について高血圧予防の観点から値を低めに検討したことや、小児期からの生活習慣病予防のため、食物繊維とカリウムについては新たに6～17歳における目標量を設定したことである。また、基準体位という表現を、参照体位と改めている。

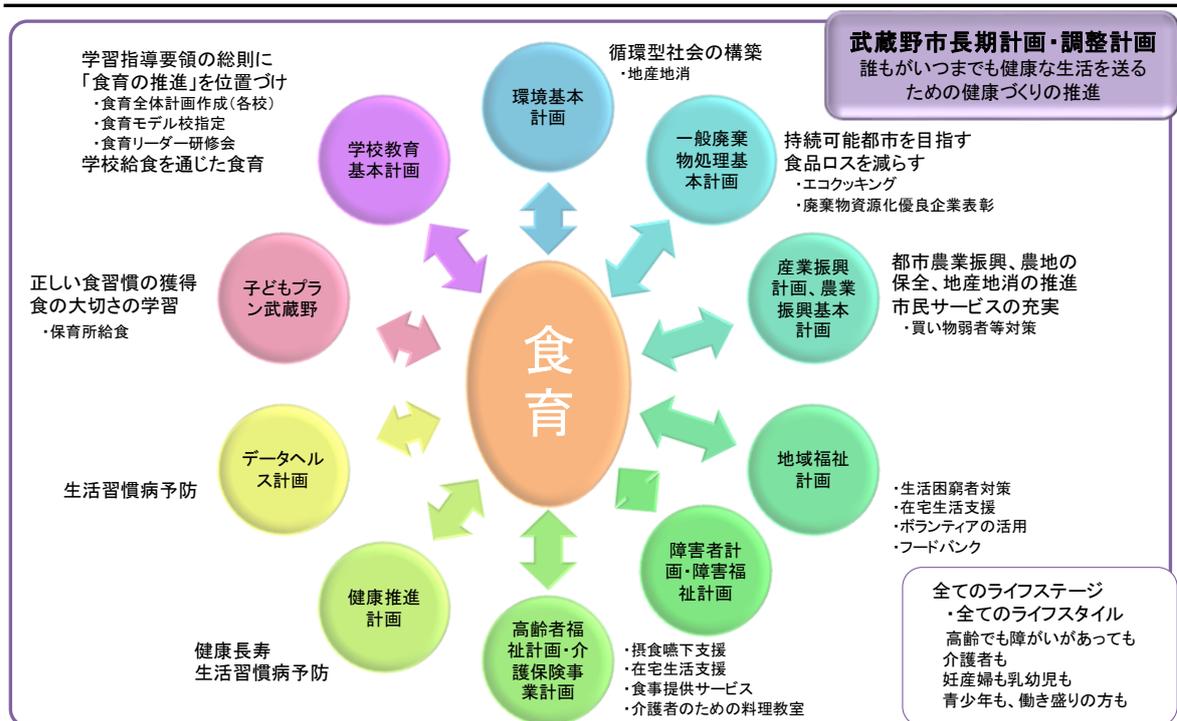
○都の食育推進計画は、平成28年に改正された。平成32年度までの5年間に、家庭での食を学ぶ機能の低下や消費と生産現場との乖離など3つの課題に着目し、生涯にわたり健全な食生活を実践するための食育の推進や食育体験と地産地消の拡大に向けた環境整備など3つの取組の方向に基づいて整理している。

### 第3節 計画の位置づけ

○第1節・2節で挙げた国や都の動向への対応

○武蔵野市第五期長期計画・調整計画を上位計画とし、関係する各種計画との整合性をとる

## 食育と市個別計画との関係



### 第4節 計画期間

○計画期間は、○年間とする

### 第5節 計画策定の経過

- 市民の健康づくりに関するアンケート調査
- 妊娠届出書、乳幼児健診票集計の実施
- 健康づくり推進委員等ヒアリング結果の実施
- 検討委員会の開催
- 中間とりまとめと説明会
- パブリックコメント

## 第2章 武蔵野市の状況

### 第1節 世代ごとの「食」をめぐる状況

#### ○乳幼児期の現状

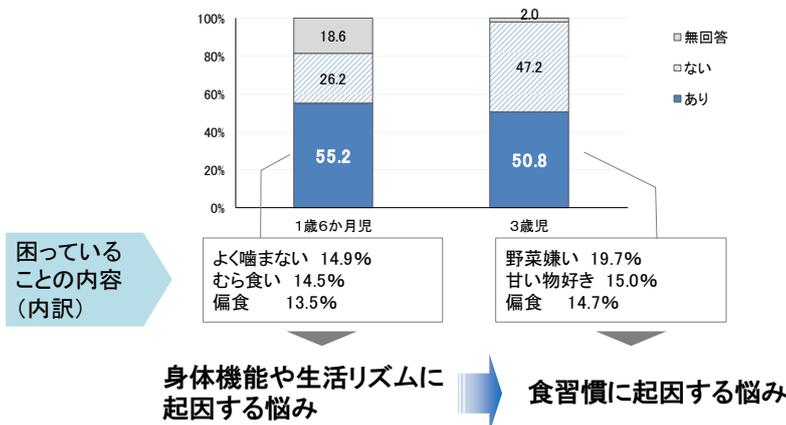
乳幼児健診の問診結果をみると、保護者のみによる歯みがきの割合が高く、毎日甘味食品を食べたり甘味飲料を飲んだりする習慣のある子どもが多いことがわかります。保護者の方が「食生活で困っていること」として、野菜嫌い・甘いもの好きなど、食習慣に起因する悩みが目立っています。

### 武蔵野市の子ども現状

健康診査結果から

平成25年度～27年度乳幼児健診票

食生活で困っていることがあるか



正しい食習慣を子どもにつたえることが重要

平成28年度乳幼児歯科健診 むし菌のある者(有病者率)は、1歳6か月児も3歳児も、都平均より低い。特に3歳児では26市で最も低い。一方、甘味食品をほぼ毎日食べる習慣がある者の割合は、1歳6か月児で都平均より20ポイント高く、3歳児では24.9ポイント高い。

	受診者数	むし菌のない者	むし菌のある者			一人当たりのむし菌の数	問診結果					
			計	有病者率	未処置菌のある者(再掲)		甘味食品をほぼ毎日食べる習慣がある者	甘味飲料をほぼ毎日飲む習慣がある者	就寝時に授乳の習慣がある者			
1歳6か月児	市 1,276	1,270	6	0.5%	5	0.02	417	32.7%	238	18.7%	420	32.9%
	都 32,394	100,876	1,279	1.3%	1,162	0.04	12,925	12.7%	14,997	14.7%	30,711	30.1%
3歳児	市 1,185	1,102	83	7.0%	66	0.20	655	55.3%	352	29.7%	-	-
	都 103,426	92,393	11,033	10.7%	8,985	0.34	31,492	30.4%	25,054	24.2%	-	-

東京都歯科保健推進計画「いい歯」東京より

平成28年度乳幼児健診調査結果(1歳6か月)

保護者による歯磨きの割合が高い



○学齢期の現状

定期健康診断状況報告や学力・学習状況調査からは、栄養不良や肥満の子どもや朝食を欠食する子どもは多くはありませんが、一定数いることがわかっています。歯科健康診査結果では、小中学生のむし歯罹患率が、乳幼児期と比較して4倍に増加しています。

児童の栄養状態の推移(年度)【公立小学生】 栄養不良、肥満傾向の子どもは一定数いる。

	男子					女子				
	23	24	25	26	27	23	24	25	26	27
受診者数	2,568	2,552	2,602	2,608	2,709	2,304	2,392	2,446	2,558	2,625
栄養不良	-	-	2	-	4	-	1	3	-	4
肥満傾向	29	20	16	10	20	10	10	11	14	21

生徒の栄養状態の推移(年度)【公立中学生】

	男子					女子				
	23	24	25	26	27	23	24	25	26	27
受診者数	993	1,002	1,011	998	974	832	816	805	793	819
栄養不良	-	10	-	-	-	-	9	-	-	-
肥満傾向	5	18	5	3	1	6	14	12	2	1

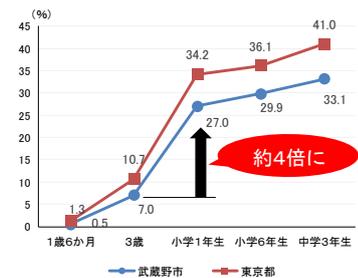
参考:3歳児健診 肥満とやせ(平成25~27年度累計)	
肥満だと思う	やせだと思う
0.8%	3.4%

平成28年度学年別むし歯罹患率

小学生 児童	むし歯罹患率(%)			
	計	処置完了者	未処置者	
1年生	市	26.99	11.51	15.48
	都	34.22	16.56	17.66
2年生	市	32.94	17.33	15.60
	都	42.09	23.00	19.09
3年生	市	39.25	22.13	17.12
	都	47.96	27.20	20.76
4年生	市	41.55	23.26	18.29
	都	49.97	29.19	20.78
5年生	市	35.12	17.74	17.39
	都	43.93	26.27	17.66
6年生	市	29.85	17.11	12.74
	都	36.10	21.87	14.23

中学生 生徒	むし歯罹患率(%)			
	計	処置完了者	未処置者	
1年生	市	32.17	19.33	12.83
	都	36.00	21.38	14.61
2年生	市	30.20	19.14	11.06
	都	36.11	21.47	14.64
3年生	市	33.10	23.06	10.04
	都	40.95	23.84	17.11

児童	6年生	永久歯のむし歯の状況(指数)			
		一人平均むし歯	一人平均喪失歯	一人平均処置歯	
市	市	0.17	0.00	0.22	
	都	0.16	0.00	0.32	
生徒	1年生	市	0.13	0.01	0.24
		都	0.27	0.01	0.52

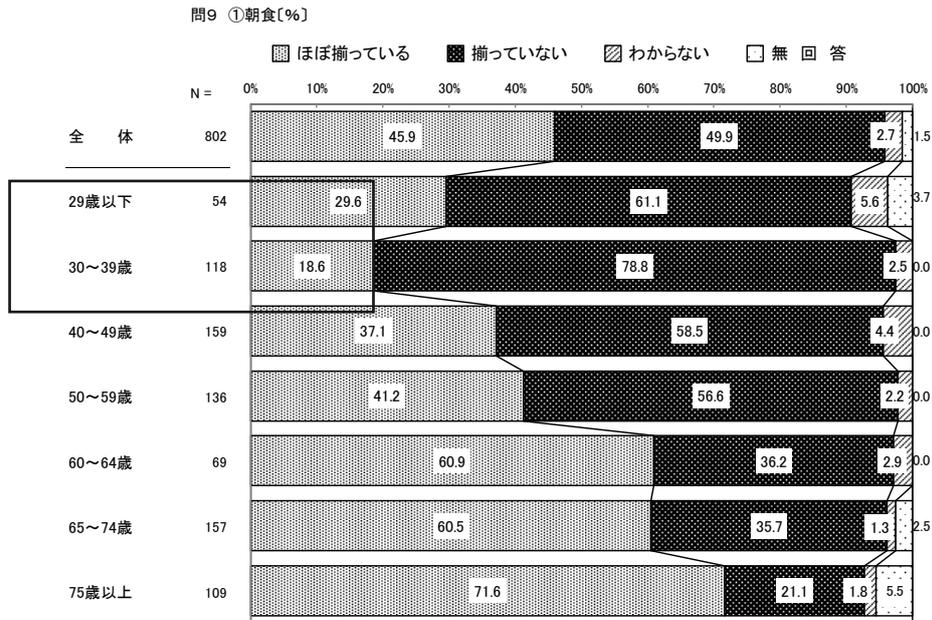


むし歯罹患率・処置完了者率は、小学生では都の平均より低い  
が、中学生になると平均に近づいていく。未処置者率は低い。

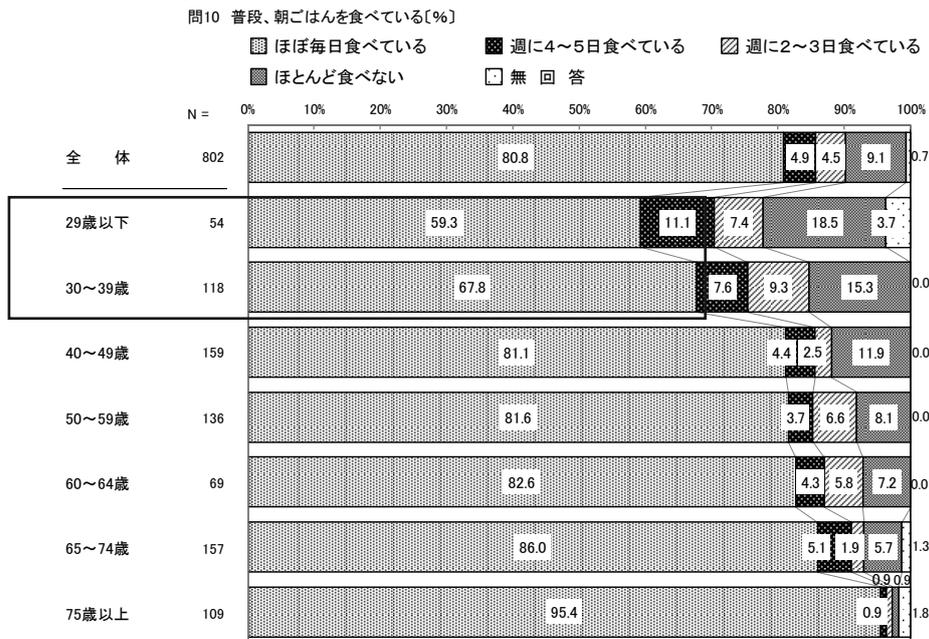
○若年層の現状

市民の健康づくりに関するアンケート調査から、この時期は、朝食で主食・主菜・副菜がそろっている割合が低いことがわかっています。ふだん朝食を食べている割合、和食を1日1食以上食べている割合も低くなっています。週に一度以上外食をする割合は高くなっています。野菜の適正摂取量の認知率は半数に満たず、市内産野菜を購入している割合は低くなっています。

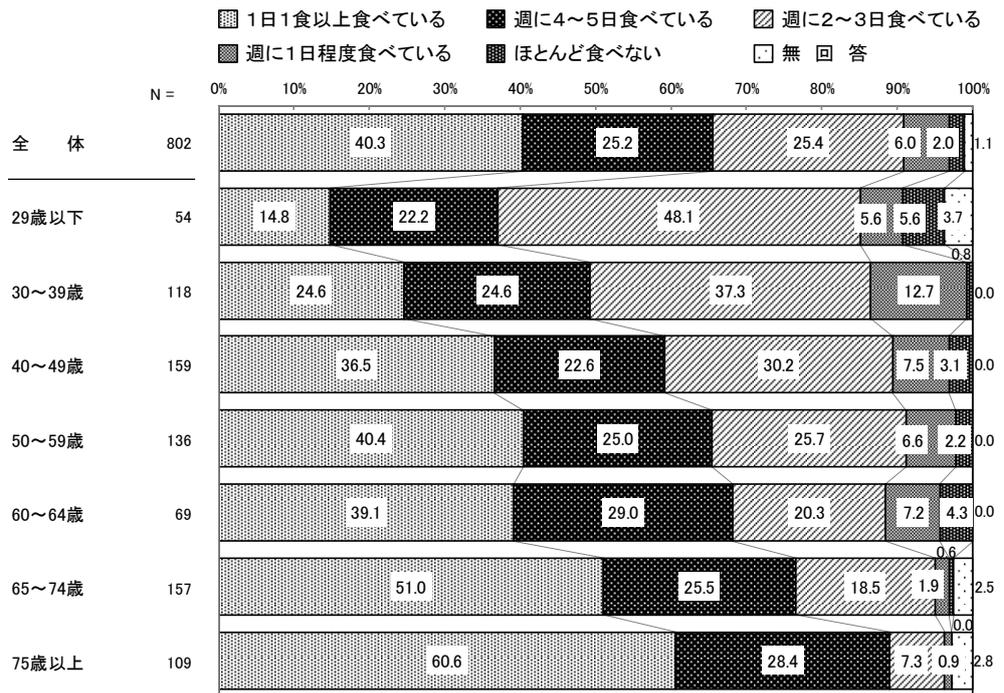
グラフA：朝食で主食・主菜・副菜がそろっている割合



グラフB：ふだん朝食を食べている割合、和食を1日1食以上食べている割合も低くなっています。

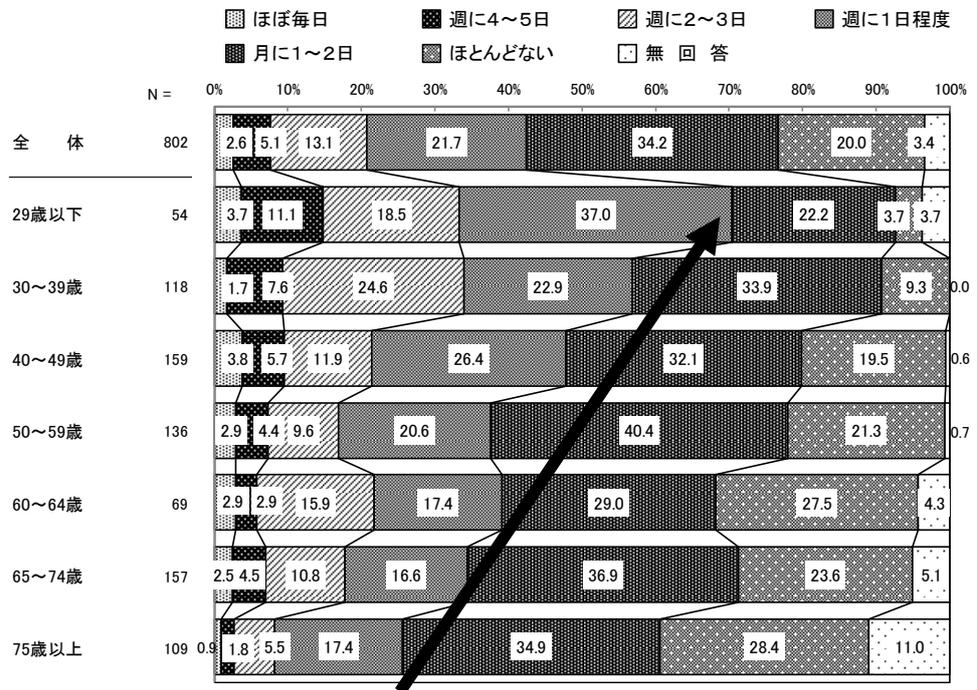


問13 和食をどれくらい取り入れているか[%]



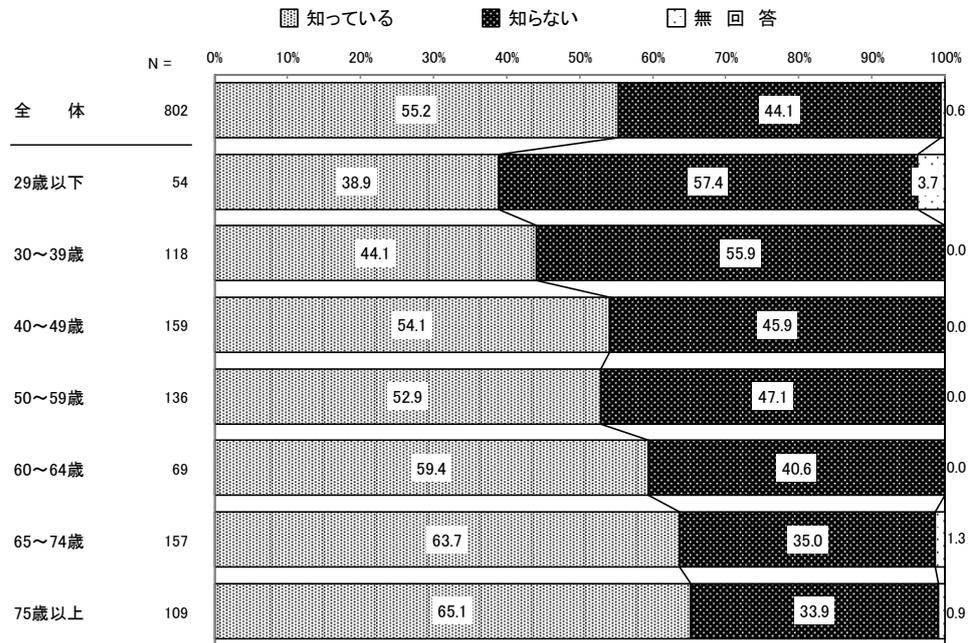
グラフC：週に一度以上外食をする割合は高くなっています。

問12 ②外食[%]

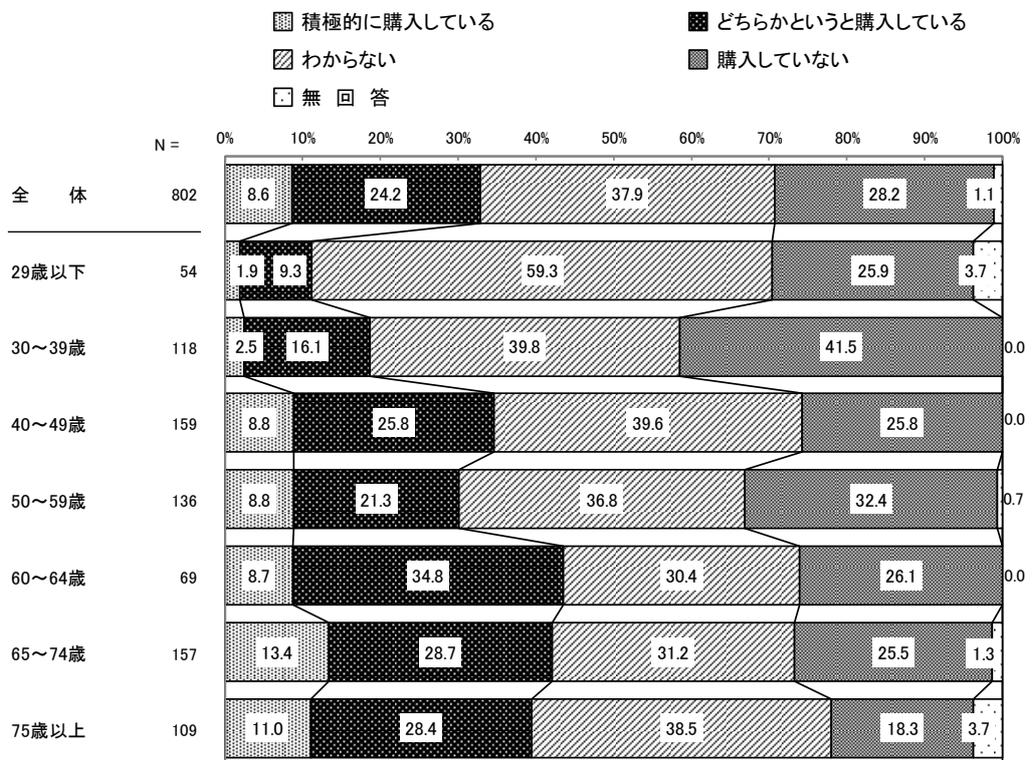


グラフD：野菜の適正摂取量の認知率は半数に満たず、市内産野菜を購入している割合は低くなっています。

問17 野菜を1日350g目標の認知[%]



問16 市内産の野菜の購入[%]



### ○壮年期の現状

市民の健康づくりに関するアンケート結果では、市に期待することとして、40歳代で「食を学び楽しむイベントの充実」が高く、50歳代女性で「食の安全、安心に関する情報提供」が高くなっています。

また、40歳代男性では、食生活での問題と感じていることとして、カロリーの摂りすぎと答えた割合が高くなっています。このことは、食事内容についての関心の高まりを表していると考えられ、食に関する正しい情報発信が重要ということが言えます。

グラフE：市に期待すること（年代別）（40歳代で「食を学び楽しむイベントの充実」が高く、50歳代女性で「食の安全、安心に関する情報提供」が高いことを示す図）

### グラフF：食生活での問題

（40歳台で、カロリーの摂りすぎと答えた割合が高いことを示す図）

### ○高齢期の現状

家族と一緒にほぼ毎日夕食を食べている人は、他の世代と比較して高くなっていますが、75歳以上女性では孤食する割合が高いことがわかっています。

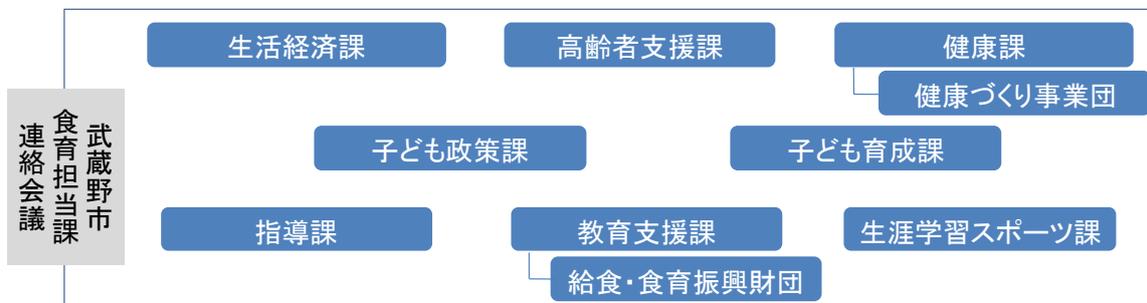
### グラフG：家族と一緒に食事をする人の割合

## 第2節 前計画期間中の取組状況

目標項目	アンケート結果		目標値	目標値に対する達成状況
	平成22年度	平成28年度	平成29年度	
食生活・栄養に配慮している人の割合	55.4%	58.4%	60%以上	改善 ↑
朝食を毎日食べている人の割合	80.2%	80.8%	85%以上	改善 ↑
主食、主菜、副菜が揃っている人の割合	朝食： 20.7% 昼食： 40.9% 夕食： 71.2%	朝食： 45.9% 昼食： 51.0% 夕食： 79.8%	朝食： 25%以上 昼食： 45%以上 夕食： 75%以上	目標 達成
体重コントロールを心がけている人の割合	32.6%	28.2%	35%以上	改善 ↑
定期的に歯科の健康診査を受けている人の割合	56.0%	60.1%	60%以上	目標 達成

### 第3節 食育推進体制の現状

庁内各課がそれぞれ食育事業を実施しています。



※連絡会議の目的は、各課取組の共有(年1~2回開催)

食育に関する取組みとして、

- ・ 「食育のしおり」を配布し、食育事業の見える化を行っています。
- ・ レシピサイト「クックパッド」に「武蔵野市の公式キッチン」を開設し毎月19日（食育の日）に情報を発信しています。
- ・ エフエムむさしのと連携した番組「むさしのキッチン♪」で、クックパッド掲載中のレシピや食育イベント等の情報を毎週放送しています。
- ・ 東京むさし農業組合武蔵野地区、武蔵野市商工会議所と連携した事業を行っています。

平成29年度から健康課に栄養士職員が配置され、それと併せて食育主管課となりました。

各課と連携するために、食育担当課の連絡会議を定期的に行っています。「クックパッド武蔵野市公式キッチン」等を活用する中で情報共有を図っていますが、横の連携はまだ十分とは言えません。また、栄養士をはじめとする多職種が、様々な分野において事業やサービスを展開しているからこそ、正しい情報や市の方針、国や都の動向を共有しあう場が必要とされます。

# 第3章 計画の基本的な考え方

## 第1節 目標

『食を通じていきいきと暮らすまちづくり』

## 第2節 基本理念

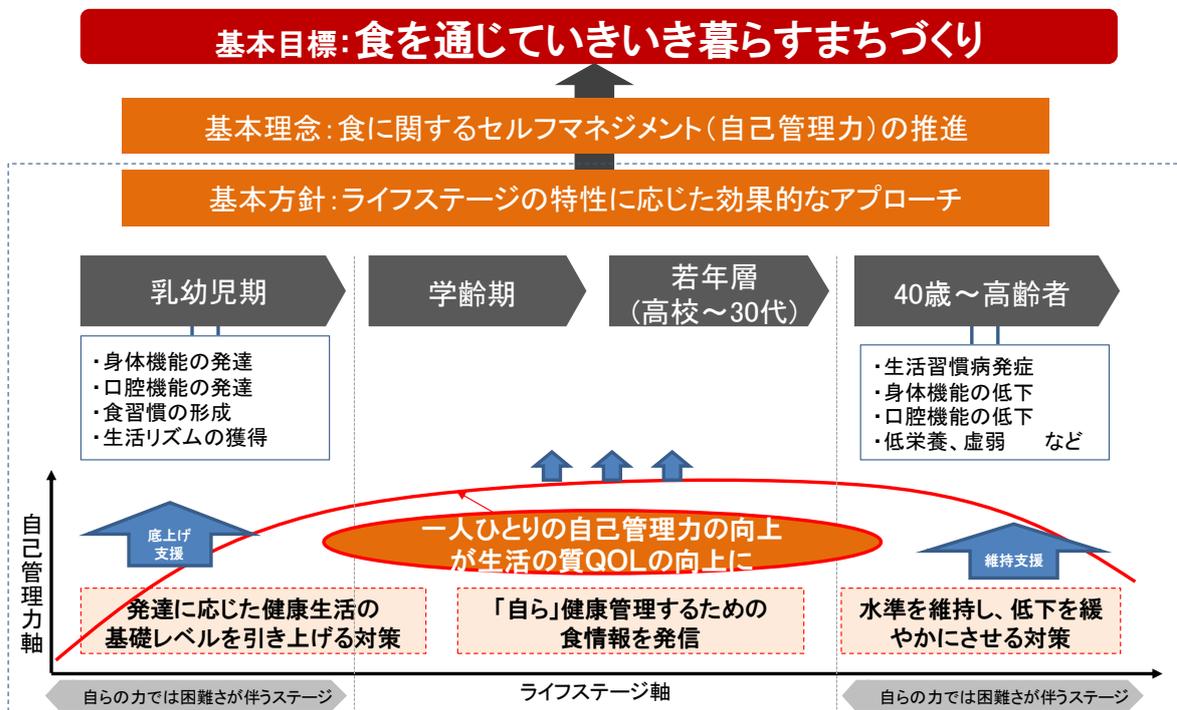
○基本理念

食に関するセルフマネジメント（自己管理能力）の推進

（下図を説明する文章を記載）

## 第3節 基本方針と取組の方向性

### 武蔵野市の食育が目指す姿



## 1 ライフステージの特性に応じた効果的なアプローチ

### (1) 乳幼児期（妊娠期～就学前）

乳幼児期は、身体・口腔機能が発達し、食習慣や人格形成の基礎がつくられる時期です。親の生活習慣や働きかけが、子どもの発育・発達に大きな影響を与えます。

#### 【取組みの方向性】

望ましい習慣を、子どものところとからだに根付かせることが重要です。この時期に、野菜を多く摂取すること、添加物のない食材を使うこと、栄養バランスのとれた食事をする、残すことはもったいないと感じることなど、五感を磨き、食習慣の基礎を身に付けることが大切です。

妊娠届出時、こんにちは赤ちゃん訪問、3～4か月児健診、1歳6か月児健診、3歳児健診乳幼児健診は、行政が9割以上の方と接することのできる絶好の機会です。全ての乳幼児とその家族に接する機会を逸することなく、それぞれの時期に応じた働きかけを行います。

また、保育園生活を通じた体験の積み重ねで、望ましい食習慣を身に付けさせます。また、保育園給食を通じて、からだを成長させます。

### (2) 学齢期

学齢期は、からだもところも大きく成長し、社会性を身に付ける時期です。親の手を離れ、夜更かし、朝食の欠食、偏食、過度なダイエットなどのリスクが発生する時期でもあります。

#### 【取組みの方向性】

学校生活・教科を通じた体験の積み重ねで、望ましい食習慣を定着させることが重要です。マナーや生産者への感謝の気持ち、食に関する正しい知識、自ら判断し管理する力、人間関係形成能力を身に付けさせ、食の選択力を定着させます。また、学校給食を通じて、からだを成長させます。

### (3) 若年層

20～30歳代になると、社会に進出するなど行動範囲が地域にとどまらない時期です。自ら必要な情報を入手することができる一方、行政との接点は少なくなります。学業や仕事、子育てなどに忙しく、自らの健康に配慮できないことが多くなってきます。

市民の健康づくりに関するアンケート調査から、この時期は、朝食で主食・主菜・副菜がそろっている割合が低いことがわかっています。ふだん朝食を食べている割合、和食を1日1食以上食べている割合も低くなっています。週に一度以上外食をする割合は高くなっています。野菜の適正摂取量の認知率は半数に満たず、市内産野菜を購入している割合は低くなっています。

#### 【取組みの方向性】

まず、健康な食生活を送る必要性についての気付きを与え、行動変容につながるようインターネットやSNSなど様々な媒体や機会を活用し、食に関する正しい情報を発信し続けます。

例えば、若年層健康診査をきっかけに、健康事業（インボディ測定や食事♡診断など）の案内を同封するなど、若年層と接する数少ない機会を活用します。

### (4) 壮年期

40歳～64歳になると、仕事、子育てなどに忙しく、ますます自らの健康に配慮できないことが多くなります。自ら必要な情報を入手することができる一方、行政との接点は少ない時期です。

市民の健康づくりに関するアンケート結果では、市に期待することとして、40歳代で「食を学び楽しむイベントの充実」が高く、50歳代女性で「食の安全、安心に関する情報提供」が高くなっています。

また、40歳代男性では、食生活での問題と感じていることとして、カロリーの摂りすぎと答えた割合が高くなっています。

#### 【取組みの方向性】

まず、自らの体を知り、「どんな第二の人生にしたいか」気付きを与えることが必要です。行動変容につながるようインターネットやSNSなど様々な媒体や機会を活用し、食に関する正しい情報を発信し続けます。

例えば、健康診査をきっかけに、個々の年代に適した健康事業の案内を同封するなど、壮年期の方と接する数少ない機会を活用します。市内産野菜直売所の場所を記したマップをイベント時に広く周知するなど、地域の資源に目を向けさせる工夫も必要です。

## (5) 高齢期

65歳を超えると、身体・口腔機能が少しずつ低下していきます。また、生活習慣による疾病が発生することがあり、自らのからだや健康への意識が高くなる時期です。

### 【取組みの方向性】

健康状態を維持し、機能の低下をできるだけ緩やかにさせるため、個々の健康診査結果などを活用した望ましい食事の摂りかたを伝えることが重要です。摂食嚥下機能の維持・向上等の支援や、口腔機能の低下による誤嚥・窒息の防止をはじめとした支援が必要です。

また、食事の支援が必要な高齢の方には、適切な配食サービスが必要です。

世代を超えた交流により生きがいを持つとともに、楽しい雰囲気で食事をするため、地域での会食事業を提供します。

## 2 食育を計画的・総合的に取り組む体制の強化

現在、市内の8課が食に関連する事業をそれぞれに行っています。内容は、料理教室や野菜の栽培収穫体験、摂食嚥下支援など多岐に渡っています。食を楽しんだり、正しい食の知識を得たりする場として、各課が計画を立てて行っています。対象は妊婦から高齢者まで、すべてのライフステージに対して行っています。

### 【取組みの方向性】

健康、福祉、教育、農政、商工などの分野のそれぞれの事業を、計画的・総合的に取り組むための体制を強化します。事業実施にあたっては、適正な進捗管理と評価を行います。

市内外で連携を進め、国や都の動向や社会情勢、地域の特性や課題を共有します。

専門職のスキルを維持・向上させるため、研修や、多職種での意見交換会などの場を提供します。

専門職のスキルを最大限活用するための人材のコーディネートを行います。

市と、市以外の関係機関が連携して  
食育を推進する体制のイメージ図を挿入

#### 第4節 基本施策

- (1) 生涯にわたり健全な食生活を実践するための、学習の場の提供
- (2) 地域と連携して食育を推進する環境整備
- (3) 正しい食情報の発信

## 第4章 施策の体系

施策分野	施策
<b>基本施策1：生涯にわたり健全な食生活を実践するための学習の場の提供</b>	
(1) 子どもとその家族への学習の場の提供	①
	②
(2)	①
	②
(3)	①
	②
<b>基本施策2：地域と連携して食育を推進する環境整備</b>	
(1) 地産地消	①JAとの連携
	②
(2)	①
	②
(3)	①
	②
<b>基本施策3：正しい食情報の発信</b>	
(1) クックパッドの活用	①
	②
(2)	①
	②
(3)	①
	②

## 第5章 施策の展開

---

### 基本施策1 ○○○○

---

#### (1) 施策分野A

##### ■ 現状と課題

---

○○

##### ■ 施策の方向性

---

○○○○

##### ■ 基本施策

---

###### ① 施策 a

文章で説明

###### ② 施策 b

文章で説明

##### ■ 主な事業

---

表形式で示す（後ろにまとめて書くことも可能）

##### ■ 目標値

---

表形式で示す（後ろにまとめて書くことも可能）

※以下続く

## 第6章 計画の推進に向けて

### 第1節 推進体制の確保とPDCAサイクルによる施策の推進

○

### 第2節 推進主体の取組と他分野連携による推進

○

### 第3節 周知・広報戦略

○