食育きさポン

木更津市食育推進計画

～いきる　つながる　食育のチカラ～

木更津市

令和４年３月

はじめに

「食」は、私たちが生涯にわたって心身ともに健康でいきいきと過ごすための基本になるもので、欠くことのできない大切なものです。

近年、食に関する価値観やライフスタイルの多様化が進み、利便性や簡便性が求められる一方、欠食や栄養バランスの偏りが課題となっています。さらに、新型コロナウイルス感染症の感染拡大に伴い、会食や外食の機会の減少や外出自粛等による身体活動量の低下から、心身の健康への影響も懸念され、食の重要性がより一層高まっています。

このような中、本市では平成 24 年に策定した健康増進計画である「第 2 次健康きさらづ 21」の中で、食育の推進を重点施策の一つとして位置づけ、関係機関と連携しながら取り組みを進めてきました。

国は「第 4 次食育推進基本計画」を令和 3 年 3 月に策定し、「生涯を通じた心身の健康を支える食育の推進」「持続可能な食を考える食育の推進」「新たな日常やデジタル化に対応した食育の推進」を重点項目として掲げ、ＳＤＧｓの考えを踏まえて食育を推進することとし、学校給食における地場産物の活用、産地や生産者を意識して農林水産物・食品を選ぶ、環境に配慮した農林水産物・食品を選ぶなど、新たな目標も設定されました。

こうした国の動向を受け、本市の食育推進計画も環境に配慮した食生活の推進や学校給食における有機米の提供をはじめとした地産地消の推進、家庭・地域・学校が連携した木更津ならではの食農教育の推進など、市民一人ひとりの「食」を選択する力を育むことを中心とした食育推進計画として策定いたしました。

計画の推進には、市民、市民活動団体、民間事業者等の皆様とより一層連携・協力し、さまざまな場面で食育にふれる機会を提供することが重要であり、今後も皆様のさらなるご理解とご協力をお願いいたします。

結びに、本計画の策定にあたり、ご尽力いただきました「木更津市食育推進協議会」の委員の皆様をはじめ、市民アンケート等で貴重なご意見をお寄せいただいた皆様に心から感謝申し上げます。

令和 4 年 3 月

木更津市長　渡辺芳邦

目　次

第１章　計画策定の基本的事項

１　計画策定の趣旨 …… 2
２　計画の位置づけ …… 2
３　計画の期間 …… 2

第２章　「食」を取り巻く現状と課題

１　食育について …… 4
２　子どもの食生活 …… 4
３　成人の食生活 …… 4
４　地産地消について …… 5

第３章　計画の基本的な考え方

１　基本理念 …… 7
２　基本目標 …… 7
３　施策についての基本的な方針 …… 8
４　計画体系図 …… 10
５　具体的な数値目標 …… 12

第４章　施策の展開

１　生涯にわたるライフステージ注)に応じた切れ目のない食育の推進 …… 16
２　家庭・学校・地域等それぞれの役割に応じた食育の推進 …… 21
３　食の安全・安心の確保 …… 32
４　持続可能な食を支える食育の推進 …… 33

第５章　計画の推進

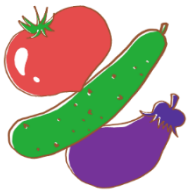
１　推進体制 …… 43
２　計画の検証と評価 …… 43

資料編

１　木更津市食育推進協議会設置要綱 …… 45
２　木更津市食育推進協議会委員名簿 …… 47
３　「食」を取り巻く現状と課題 …… 48
４　食に関する市民アンケート調査結果 …… 62
５　用語説明 …… 69

文中で「注)」のついた語句は、末尾の「用語説明」で説明しています。

第１章　計画策定の基本的事項



1　計画策定の趣旨

（1）国の動向

近年、食生活が多様化し、豊かになった一方で、食生活の乱れや栄養の偏りに起因するやせや肥満、生活習慣病の増加、食品ロスの増加、伝統的な食文化の危機、食の安全や食料の海外依存など食を取り巻く様々な問題が生じており、国民一人ひとりが食について考え、判断し、望ましい食生活を実践するには、家庭や個人の力だけでは難しくなっています。

そこで国は、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ができるようにするため、食育を総合的、計画的に推進することを目的に平成 17 年 7 月に「食育基本法注)」を施行しました。

以後、食育基本法に基づき、食育の基本的な方針や目標について定めた「食育推進基本計画」注)が策定され、令和 3 年 3 月には「第 4 次食育推進基本計画」が策定されました。

第 4 次食育推進基本計画では、重点項目として
- 「生涯を通じた心身の健康を支える食育の推進」
- 「持続可能な食を考える食育の推進」
- 「新たな日常やデジタル化に対応した食育の推進」

を掲げ、ＳＤＧｓの考えを踏まえて推進することとし、
学校給食における地場産物の活用
産地や生産者を意識して農林水産物・食品を選ぶ、
環境に配慮した農林水産物・食品を選ぶなど　新たな目標も設定しています。

食育基本法の中では、「食育」を次のように位置づけています。
〇生きる上での基本であって、知育・徳育・体育の基礎となるべきもの
〇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こと

（2）これまでの木更津市の食育推進

本市では、食育基本法第 18 条第 1 項に基づく市町村食育推進計画として、平成 24 年に健康増進計画である「第 2 次健康きさらづ 21」に食育推進計画を包含・策定し、関係機関と連携しながら取り組みを進めてきました。

これまでの食育の取り組みをさらに一層推進するための指針として、「木更津市食育推進計画」を策定します。

2　計画の位置づけ

〇この計画は、食育基本法第 18 条第 1 項に規定する市町村食育推進計画として位置づけ、策定するものです。
〇家庭、学校、地域、企業、行政がそれぞれの役割に応じて、連携・協力しながら食育に取り組むための基本方針とします。
〇市の基本構想・基本計画や健康増進計画、子育て支援計画、福祉計画などの関連計画と整合・調整を図りながら推進するものとします。

3　計画の期間

計画の期間は、令和 4 年度から令和 8 年度までとします。なお、社会情勢の変化などを踏まえ、計画期間内であっても必要に応じて見直しを行います。

第２章　「食」を取り巻く現状と課題

1　食育について

（現状）

令和３年に実施した「食育に関する市民アンケート」では、「食育」という言葉は 99.2%の方が知っており、「食育」に関心を持っている方は 89.1%と高く、「食育」の実践度も 73.3%となっています。

食品廃棄についても、食べ残しや食品廃棄を「もったいない」と感じる方は、98.3%と高く、日頃利用している店舗が「食」に関する情報提供元になっています。

（課題）

「食育」の意味を知らない方が 21.5%、「食育」に関心がない方が 8.5%、食べ残しや調理しすぎない努力をしていない方が 5.5%となっています。

その理由として、考える余裕がない、食育がわからない等が多いことから、自然に食に関心を持つようになれる環境づくりが必要です。

2　子どもの食生活

（現状）

朝食の欠食注について、過去 5 年間の 1 歳 6 か月児・3 歳児健康診査を見ると、幼児の欠食は、近年 1.2%前後で推移しています。

また、小学 5 年生、中学 2 年生の学校給食実施状況調査を見ると、中学生になると増加傾向にあります。

1 週間のうち朝食および夕食を家族で一緒に食べる回数の共食について、過去 5 年間で見ると幼児は横ばいで推移していますが、小学生、中学生はいずれも減少傾向にあります。

（課題）

幼児期の子どもの朝食欠食をなくすことは、栄養バランスに配慮した食生活や基本的な生活習慣を身に付ける観点から非常に重要であり、共食を含め引き続き取り組みが必要です。

小・中学生には食育の重要性や家族と食事をとりながらコミュニケーションを図る共食を家族や地域等を含め推進啓発する必要があります。

3　成人の食生活

（現状）

朝食の欠食について、過去 5 年間を経年的に見ると 30 歳代の若年期健康診査では、男女とも微増です。40 歳代以上の特定健康診査では減少しています。

家族と一緒に食事をする機会（共食）について、「食育に関する市民アンケート」では、ほぼ毎日が 90.6%と高く、主食注・主菜注・副菜注を３つそろえて食べる頻度では、過去５年間の若年期健康診査（30 歳代）・特定健康診査（40 歳以上）を経年的に見ると男女ともに増加しています。

生活習慣病の予防・改善のための食生活の実践について、「食育に関する市民アンケート」では、野菜をたくさん食べるようにしている方は、92.7%と高く、その他の食べすぎない、塩分をとりすぎない、脂肪（油）の調整、糖分をとりすぎないも 70～82%の方が実践しています。

（課題）

朝食の欠食、共食、主食・主菜・副菜を３つそろえて食べる頻度、生活習慣病の予防・改善のための食生活の実践の各項目とも改善傾向にありますが、生活習慣病予防の観点から、引き続き啓発し、実践している人を増やしていくことが必要です。

４　地産地消注)について

（現状）

「食育に関する市民アンケート」では、地産地消の言葉や意味について、82.5%の方に浸透していますが、地元産農林水産物の購入について、購入を実践している方は半数以下の46.7%、購入を日頃から心掛けている方は、20.3%と低いものの、店頭にあれば購入している方が 70.1%と高くなっています。

食材の購入先について、「食育に関する市民アンケート」では食品中心のスーパー、大型スーパーマーケットでの購入が 70.1%と大半をしめています。一方、農産物直売所の利用も18.9%あります。

学校給食について、本市では、小・中学校の学校給食への提供を目指し、無農薬・無化学肥料によるお米（有機米）の生産を令和元年度から農家の協力で進め、給食だよりや生産者がわかる資料等で周知に努めていますが、「食育に関する市民アンケート」では 56.1%の方に知られていない状況です。

地元農林水産物を優先的に使用している本市の学校給食について、「食育に関する市民アンケート」では 61.8%の方が価格（予算）に見合った地元産農林水産物を取り入れていくことを望んでいます。

学校給食に提供する食材の使用割合は市内産 44%前後、千葉県産 64%前後で推移しています。

（課題）

地元産農林水産物の購入先について、市民が購入しやすい店舗を増やすなどの取り組みや地元産農林水産物が購入可能な店舗・場所を地図などでわかりやすく表示するなど周知が必要です

学校給食について、有機米の認知度を上げるため、さらなる周知啓発と小・中学校での農業体験や種まきから収穫までの食農教育等の体験を食べることと関連付ける機会が必要です。

学校給食に地元農林水産物の使用割合を上げるためには、地元農林水産物購入のルートづくりや農林水産物を有効利用する規格づくりなど、生産者・市が安心して出荷・購入できるシステムの構築と衛生面や広さなど給食施設の整備が課題です。

※「食」を取り巻く現状と課題についての詳細については 48 ページ参照

※木更津市食育に関する市民アンケート調査
食育推進計画策定にあたり、市民の食生活や食育に関する意識等調査するため、令和３年６月に小中学校保護者を含む市民を対象に、市ホームページを活用し実施しました。
回答者数：３，３７６人

第３章　計画の基本的な考え方

1　基本理念

市では、食育の基本理念を次のように定め、行政や関係機関、家庭、地域等が一体となった取組を進めます。

子どもから大人まで、市民一人ひとりが食を大切にし、正しい知識を持って食を選択する力を養い、健康的な食生活を実践することで、生涯にわたり健全な心身を育む。
また、地域の農林水産物を食材として積極的に取り入れることで持続可能な社会の実現に向けた食育を推進する。

2　基本目標

（1）心身の健康のための食生活を確立し、実践する。

近年のやせや肥満、生活習慣病の増加は、生活習慣、特に食生活の乱れが起因しているともいわれています。また、社会における高齢化の進行の中で、健康寿命の延伸が国民的課題となっています。心身の健康のために望ましい栄養素の摂取や食事についての知識や技術など、自らの食生活を管理できる知識と判断力を身に付けることを目標とします。

（2）食品の品質や安全性を理解し、自ら適切な食を選択することができる。

食品の生産・製造者が食品の安全性の確保に万全を期すことは当然ですが、消費者においても、食品の生産・製造工程などを意識し、品質や安全性に対する知識と理解を深めるように努め、自らの食を自らの判断で正しく選択することができるようにすることを目標とします。

（3）「食」を大切にする心を身につける。

食生活が多様化し、豊かになる一方で、地域の伝統的な食文化の喪失や食べ残しなどによる食品の廃棄の増大など、食を大切にする意識の希薄化が見られます。生きる力となる「食」について学び、農林水産業者や「食」に対する感謝の気持ちや食べ残しや食品廃棄を「もったいない」という気持ちを深めることを目標とします。

（4）地域の農林水産物やその加工品を日々の食生活に取り入れる。

本市も全国同様に農林水産業従事者の高齢化や減少、耕作面積の減少という事態に直面しており、多くの市民が農林水産業の役割を理解し、自らの課題としてその将来を考え、それぞれの立場から主体的に支え合う行動をしていくことが必要です。

このため、産地や生産者を意識し、地域で生産された新鮮で安全な農林水産物を日々の食生活に取り入れることを目標とします。

3　施策についての基本的な方針

（1）生涯にわたるライフステージ注)に応じた切れ目のない食育の推進

食べることは生涯にわたって続く基本的な営みであり、妊婦・乳幼児から成人、高齢者に至るまで、ライフステージに応じた切れ目のない食育を推進する「生涯食育」を目指します。

特に、子どものうちに健全な食生活を確立することは、生涯にわたり健全な心身を培い、豊かな人間性を育んでいく基礎となるため、保育園、幼稚園、学校などの各教育関係者がそれぞれの指針・計画に基づきライフステージに合わせた食育を推進することが重要です。

また、高齢者が健康でいきいきと生活できるよう、生活の質にも配慮しながら健全な食生活の確保に向けた取組を推進することが重要です。

（2）家庭・学校・地域等それぞれの役割に応じた食育の推進

ライフスタイルや家庭の態様、家族関係は多様化しており、画一化された食育を家庭で推進していくことは難しくなっています。しかし、家庭は「食」と関わる最も中心的な場であり、特に子どもの健やかな心と体の発育のためには、日常生活の基盤である家庭において、子どもへの食育を推進していくことが課題となっています。

そのため、保育園や幼稚園、学校などの教育機関、さらに地域社会とも連携しながら家庭における食育を推進することが重要です。

新型コロナウイルス感染症の拡大により、「新たな日常」は、在宅時間や家族で「食」を考える機会が増えることで、「食」を見つめ直す契機ともなっており、家庭での食育の重要性が高まっています。感染症の影響は長期化が予想されることから、「新たな日常」においても食育を着実に推進することが重要です。

さらに、地震等の大規模な災害発生時等の非常時であっても、できるだけ健全な食生活を実践できるよう、各家庭において食料等の備蓄を心がけることが大切です。

（3）「食」の安全・安心の確保

「食」の安全・安心を確保することは、健全な食生活を送る上での基本です。市民が安心して食生活を送ることができるようにするためには、まず、食品を提供する立場にある事業者や生産者が安全性の確保や表示の重要性を意識し、生産から消費までの過程における安全性を確保する体制を整備することが重要です。

また、消費者も安全性をはじめとする「食」に関する知識と理解を深めるよう努め、「食」を自らの判断で正しく選択していくことが重要です。

（4）持続可能な「食」を支える食育の推進

将来にわたって安全な地域の農林水産物を安定的に供給するためには、新鮮で品質の高い農林水産物を市民に提供できるよう、地域の農林水産業を活性化し、地産地消を進めることが重要です。

また、「食」に対する感謝の念を深めていくために、命をいただいていることや地域の農林水産業、「食」の循環に関する理解を深め、多くの関係者によって「食」が支えられていることを理解することが大切です。

さらに、「食」を通じて環境にやさしい暮らしを築くために、食べ物の生産と消費の両面から環境に配慮した食生活を推進することが重要です。

本市では、持続可能な未来を創るため、地域、社会、環境等に配慮し、主体的に行動しようとする考え方＝「オーガニック」に基づき、この「オーガニック」をまちづくりの視点として地域社会を構成する多様な主体が一体となり、人と自然が調和した持続可能なまちとして次世代に継承しようと平成 28 年に「木更津市人と自然が調和した持続可能なまちづくりの推進に関する条例」（通称：オーガニックなまちづくり条例）を施行しました。

オーガニックなまちづくりの基本理念は、持続可能な世界の実現を目指すため、世界的に関心が高まっている SDGs と同じ方向性となっています。

令和 2 年からの第 2 期オーガニックなまちづくりアクションプランの 1 つに、経済循環を高める食×農プロジェクトとして、学校給食の地産地消を推進などの食育の推進、有機米の生産促進などの環境型農業の推進、電子地域通貨「アクアコイン」の普及などの域内消費の拡大などに取り組んでいます。

この持続可能なまちを目指す「オーガニックなまちづくり」を進めることで、持続可能な世界を目指す「SDGs」の達成につながります。

ORGANIC CITY KISARAZU
未来につながるまち

持続可能な開発目標（SDGs）について

SDGs は、「誰一人取り残さない」持続可能でよりよい社会の実現を目指す世界共通の目標です。2015 年の国連サミットにおいて全ての加盟国が合意した「持続可能な開発のための 2030 アジェンダ」の中で掲げられました。
2030 年を達成年限とし、17 のゴールと 169 のターゲットから構成されています。
本食育計画でも 17 のゴールに向け、取組みの方向を明示しています。

目標１（貧困）
あらゆる場所あらゆる形態の貧困を終わらせる

目標２（飢餓）
飢餓を終わらせ、食料安全保障及び栄養の改善を実現し、持続可能な農業を促進する

目標３（保健）
あらゆる年齢のすべての人々の健康的な生活を確保し、福祉を促進する

目標４（教育）
全ての人に包摂的かつ公正な質の高い教育を確保し、生涯学習の機会を促進する

目標５（ジェンダー）
ジェンダー平等を達成し、すべての女性及び女児のエンパワーメントを行う

目標６（水・衛生）
すべての人々の水と衛生の利用可能性と持続可能な管理を確保する

目標７（エネルギー）
全ての人々の安価かつ信頼できる持続可能な近代的なエネルギーへ

目標８（経済成長と雇用）
包摂的かつ持続可能な経済成長及びすべての人々の完全かつ生産的な雇用と働きがいのある人間らしい雇用（ディ-セント・ワーク）を促進する

目標９（インフラ、産業化、イノベーション）
強靭（レジリエント）なインフラ構築、包摂的かつ持続可能な産業化の促進、及びイノベーションの推進を図る

目標10（不平等）
国内及び各国家間の不平等を是正する

目標11（持続可能な都市）
包摂的で安全かつ強靭（レジリエント）で持続可能な都市及び人間居住を実現する

目標12（持続可能な消費と生産）
持続可能な消費生活形態を確保する

目標13（気候変動）
気候変動及びその形態を軽減するための緊急対策を講じる

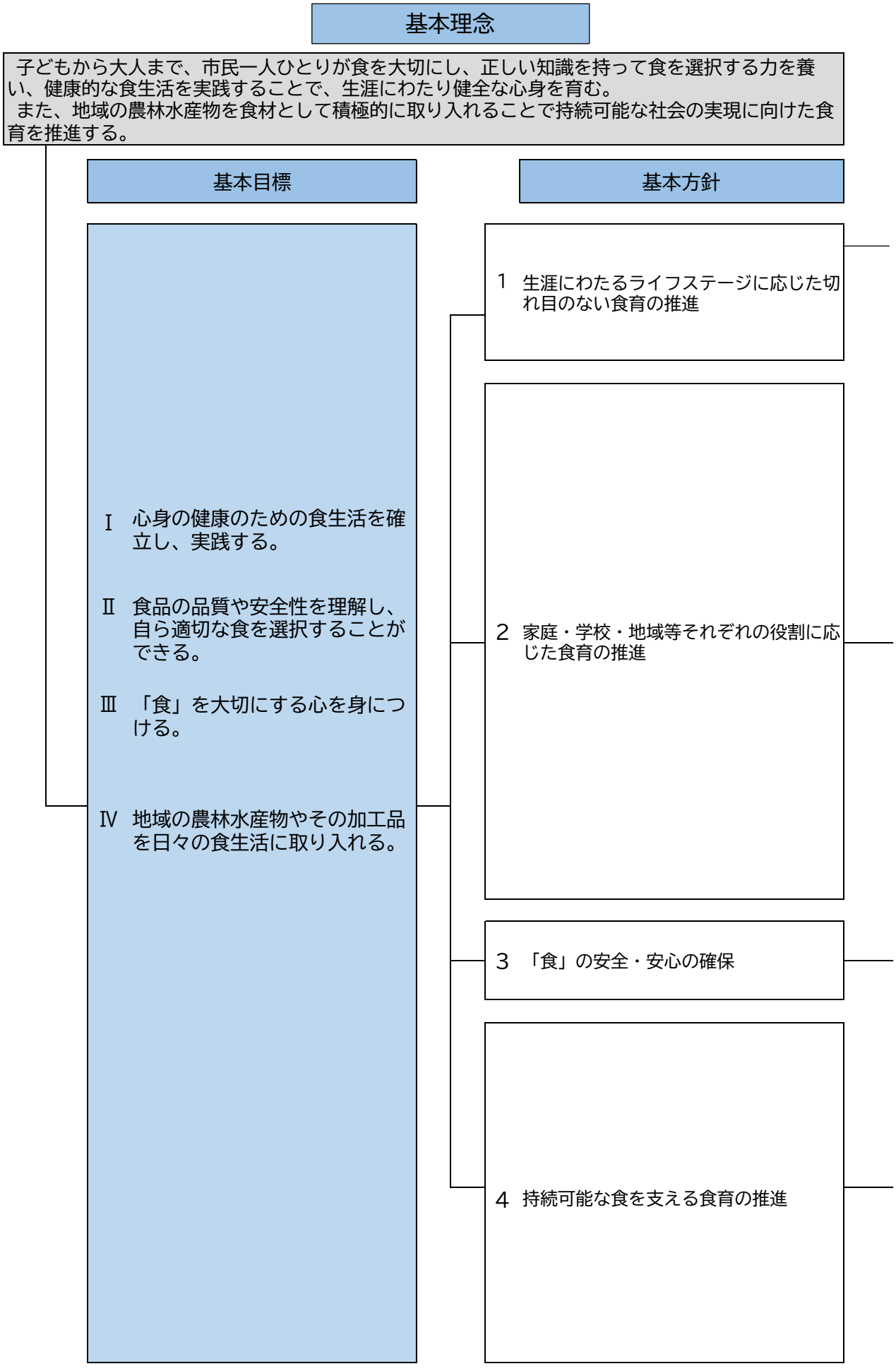
目標14（海洋資源）
持続可能な開発のために、海洋・海洋資源を保全し、持続可能な形で利用する

目標15（陸上資源）
陸域生態系の保護、回復、持続可能な利用の推進、持続可能な森林の経営、砂漠化への対処並びに土地の劣化の防止・回復及び生産物多様性の損失を阻止する

目標16（平和）
持続可能な開発のための平和で包摂的な社会を促進し、全ての人々に司法へのアクセスを提供し、あらゆるレベルにおいて効果的で説明責任のある包摂的な制度を構築する

目標17（実施手段）
持続可能な開発のための実施手段を強化し、グローバル・パートナーシップを活性化する

計画体系図


基本理念
子どもから大人まで、市民一人ひとりが食を大切にし、正しい知識を持って食を選択する力を養い、健康的な食生活を実践することで、生涯にわたり健全な心身を育む。
また、地域の農林水産物を食材として積極的に取り入れることで持続可能な社会の実現に向けた食育を推進する。
基本目標
基本方針
Ⅰ 心身の健康のための食生活を確立し、実践する。
Ⅱ 食品の品質や安全性を理解し、自ら適切な食を選択することができる。
Ⅲ 「食」を大切にする心を身につける。
Ⅳ 地域の農林水産物やその加工品を日々の食生活に取り入れる。
1 生涯にわたるライフステージに応じた切れ目のない食育の推進
2 家庭・学校・地域等それぞれの役割に応じた食育の推進
3 「食」の安全・安心の確保
4 持続可能な食を支える食育の推進

取り組みの方向	具体的な取り組み内容（指針）
ライフスタイルや多様な暮らしに対応した食育の推進 （P16）	①妊娠期の食育の推進 ②乳幼児期の食育の推進 ③学童期の食育の推進 ④思春期の食育の推進 ⑤青年期の食育の推進 ⑥壮年期の食育の推進 ⑦高齢期の食育の推進
⑴家庭における食育の推進 （P21）	①望ましい食習慣・生活リズムの確立の推進 ②妊産婦や乳幼児に対する食育の推進 ③家族との共食の推進 ④食を楽しむ機会の提供 ⑤在宅時間を活用した食育の推進
⑵保育園・認定こども園・幼稚園における食育の推進 （P23）	①保育園・認定こども園・幼稚園における食育の推進 ②給食の充実 ③食を通した保護者への支援
⑶学校における食育の推進 （P26）	①食育の指導体制と指導内容の充実 ②給食の活用 ③家庭・地域・学校が連携した食農教育に関する取組の推進 ④教職員の資質向上 ⑤保護者への情報提供
⑷地域における食育の推進 （P30）	①栄養バランスに優れた日本型食生活の実践の推進 ②農林漁業者と食品関連事業者等との連携した食育の推進 ③地域や保健・医療機関等における食育の推進 ④専門的知識を有する人材の養成・活用 ⑤食育的な売り場づくりの検討 ⑥災害等の非常時に備えた食に関する普及啓発 ⑦貧困等の状況にある子どもに対する食育の推進 ⑧高齢者等への買物支援
安全・安心な食の情報提供 （P32）	①生産記録の記帳の推進 ②生涯学習を活用した食の安全・安心の啓発
⑴地産地消の推進 （P33）	①地域農林水産業の振興 ②給食を活用した地産地消の推進 ③地産地消の普及啓発
⑵生産者と消費者の交流促進 （P35）	①イベント等を活用した交流の推進 ②生産者と保育園、学校等との交流の推進 ③農水産業体験のPR・利用の促進
⑶環境に配慮した食生活の推進 （P37）	①有機農業・環境保全型農業の推進 ②食品ロス等の削減に向けた取り組みと啓発 ③環境に配慮した食育の推進 ④有効利用による持続可能な生産と消費
⑷食文化の継承活動の推進 （P40）	①保育園・学校給食献立の活用 ②地域での取り組み ③伝統食や和食・郷土料理に関する情報提供

5　具体的な数値目標

施策の成果や達成度を把握するため、以下のように数値目標を設定しました。

No	項　目	対象	現状値	目標値	出典
1	食育に関心のある市民の割合の増加	市民	89.1%	90%以上	A
2	食品ロス注)削減のために何らかの行動をしている市民の割合の増加	市民	94.5%	増加	A
3	食育コンシェルジュ（食生活改善サポーター）の増加	―	25 人	40 人	B
4	朝食を欠食する市民の割合の減少	1.6 歳児	1.2%	0%	C
		３歳児	1.3%		
		小学 5 年生	1.3%		D
		中学 2 年生	3.1%		
		３０歳代の男性	37%	減少	F
		３０歳代の女性	22%		
		40歳代以上の男性	12.1%		G
		40歳代以上の女性	8.5%		
5	共食の増加 （食事を一人で食べる者の回数の減少）	1.6 歳児	12.6 回	増加	C
		３歳児	13.2 回		
		小学生	11 回		E
		中学生	8.9 回		
		市民	毎日が 90.6%		A
6	主食・主菜・副菜を取り揃えて食べている者の割合の増加	1.6 歳男児	80.5%	増加	C
		1.6 歳女児	78.7%		
		３歳男児	77.8%		
		３歳女児	80.0%		
		３０歳代の男性	78.0%		F
		３０歳代の女性	81.0%		
		40歳代以上の男性	84.9%		G
		40歳代以上の女性	91.1%		
7	生活習慣病の予防・改善のための食生活を実践する市民の割合の増加	市民	82.2%	増加	A
8	地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承し、伝える市民の割合の増加	市民	51.5%	増加	A
9	学校給食に有機米を使用していることを知っている市民の割合の増加	市民	43.4%	80%以上	A
10	学校給食に有機米を使用している割合の増加	市立小中学校	14.3%	100%	H
11	学校給食における市内産・県内産農林水産物の使用割合の増加（金額ベース）	市内産	44.1%	増加	I
		県内産	62.9%		
12	産地や生産者を意識して農林水産物・食品を選ぶ市民の割合の増加	市民	90.4%	増加	A
13	地産地消推進協力店の増加	―	0	20 店以上	―

数値目標出典一覧

A　木更津市食育に関する市民アンケート調査
（令和３年度　木更津市経済部農林水産課）
計画策定にあたり、市民の食生活や食育に関する意識等調査するため、令和３年６月に小中学校保護者を含む市民を対象に、市ホームページを活用し実施。
回答者数：３，３７６人

B　木更津市健康こども部健康推進課事業実績（令和２年度）

C　1 歳 6 か月児、3 歳児健康診査実績
（令和２年度　木更津市健康こども部健康推進課）

D　学校給食実施状況等調査
（令和３年度　千葉県教育委員会）

E　食生活に関するアンケート調査
（令和元年度　木更津市健康こども部健康推進課）

F　若年期健康診査実績
（令和２年度　木更津市健康こども部健康推進課）

G　特定健康診査実績
（令和２年度　木更津市市民部保険年金課）

H　学校給食提供実績
（令和２年度　木更津市教育部学校給食課）

I　学校給食用食材料調査
（令和２年度　千葉県教育委員会）

第４章　施策の展開

食育ピクトグラム

食育における代表的な12の取り組みについて、わかりやすく単純化して表現したもので、食育への関心が低い人も含め、幅広く食育についての情報発信や普及・啓発を行うことを目的に令和３年２月に農林水産省が作成しました。
本食育計画でも施策ごとに明示します。

1 みんなで楽しく食べよう
家族や仲間と、会話を楽しみながら食べる食事は、心も体も元気にします。

2 朝ご飯を食べよう
朝食の摂取は、健康的な生活習慣につながります。

3 バランスよく食べよう
主食・主菜・副菜の組み合わせた食事で、バランスの良い食生活になります。

4 太りすぎない やせすぎない
適正体重の維持や減塩に努めて、生活習慣病を予防します。

5 よくかんで食べよう
よくかんで食べることにより歯の発達・維持、食べ物による窒息を防ぎます。

6 手を洗おう
食品の安全性等についての基礎的な知識をもち、自ら判断し行動する力を養います。

7 災害にそなえよう
いつ起こるかも知れない災害を意識し、非常時のための食料品を備蓄しておきましょう。

8 食べ残しをなくそう
SDGsの目標である持続可能な社会を達成するため、環境に配慮した農林水産物・食品を購入したり、食品ロスの削減を進めたりします。

9 産地を応援しよう
地域でとれた農林水産物や被災地食品等を消費することは、食を支える農林水産業や地域経済の活性化、環境負荷の低減につながります。

10 食・農の体験をしよう
農林漁業を体験して、食や農林水産業への理解を深めます。

11 和食文化を伝えよう
地域の郷土料理や伝統料理等の食文化を大切にして、次の世代への継承を図ります。

12 食育を推進しよう
生涯にわたって心も身体も健康で、質の高い生活を送るために「食」について考え、食育の取組を応援します。

1　生涯にわたるライフステージに応じた切れ目のない食育の推進

【目標】 それぞれのライフステージごとに、その時期に獲得すべき知識や技術、健全な食生活の習慣化を目指し、一人ひとりのライフスタイルや多様な暮らしに対応した食育を推進し、一人ひとりが食育に参加する意識をもつことができるような「生涯食育社会」の構築を目指します。

【重点プロジェクト】
１）ライフステージに応じた「食」に関する知識・技術の習得を目指します。

【主要施策】

①ライフステージにおける食育の推進

ライフステージを「妊娠期」「乳幼児期」「学童期」「思春期」「青年期」「壮年期」「高齢期」の７つに区分し、各年代の特徴・課題に応じた食育の推進に努めます。

ライフステージにおける特徴と取組の指針

妊娠期

妊婦の健康状態や栄養摂取は胎児の発育・発達に影響を与えるといわれており、とても大切な時期です。

＊健康で安心して出産するために、主食・主菜・副菜を取り揃えた栄養バランスや望ましい生活習慣を実践出来るよう啓発します。
＊妊産婦の望ましい食生活の実現に向けて、各種指針やガイドラン等を活用した食育の取組を推進します。
＊産まれてくる子どもとその家族の生涯にわたる健康の基盤づくりのため、妊娠中の栄養について学習する機会を提供します。
＊妊娠をきっかけにして、妊婦自身やパートナーなど家族全体の食生活を見直し、健康について考える環境づくりを大切にします。
＊歯と口の健康が損なわれがちになるため、歯と口の健康維持に努めるよう推進します。

乳幼児期
（0～5歳）

身体が発育し、味覚や咀しゃく機能などの発達が著しい時期です。生活リズムが形成されるこの時期は、保護者や周りの大人のあたたかく豊かな関わりが大切です。

＊授乳から離乳への確実なステップを踏まえ、授乳や離乳の支援に関する基本的な考え方等を示したガイドラインを活用し、食事の基礎を作るよう推進します。

＊生涯にわたる食育のはじまりであり、食育が乳児期から必要であることを家庭や地域に周知するよう推進します。

＊口腔機能注）（食べる機能）の発達に応じた離乳食が進められるよう支援します。

＊素材を活かした料理で味覚を育てること、おなかがすくリズムをもつこと、いろいろな食品を知ることなど、食べるための基本を身につけるよう推進します。

＊家族と一緒に食事を楽しむ「共食」を大切にし、食事のマナーやあいさつ習慣などの基礎習慣を身につけることを推進します。

＊よく噛んで食べること、薄味、シュガーコントロール注）、食後の歯みがき・仕上げみがきなどを実践し、望ましい食習慣を身につけるよう推進します。

＊「早寝、早起き、朝ごはん」を実践し、規則正しい生活リズム、規則正しい排便が定着するよう推進します。

学童期
（6～11歳）

心身の発達が著しく、「食」への興味や関心が高まる時期です。家族や友達と一緒に食事を楽しみ、「食」に関する知識や望ましい食習慣を身につけることが大切です。

＊食生活や健康を自己管理できるように、「食」に関する正しい知識と基本的な技術を習得するよう推進します。
＊家族と一緒に食事を楽しむ「共食」を大切にし、食事のマナーやあいさつ習慣などの基礎習慣を身につけることを推進します。
＊１日３食規則正しく食べることや、栄養バランスを考えて食べることなど、健やかな食生活を推進します。
＊学校給食等を通じ、地元産農林水産物を知ることや「食」に関する正しい知識や望ましい習慣を身につけることを推進します。
＊様々な体験活動を通じて、「もったいない」気持ちや、食べ物の大切さ、生産者への感謝の念など、命と食を大切にする気持ちをはぐくむ活動を推進します。
＊「早寝、早起き、朝ごはん」の実践や、よく噛むこと、食後の歯みがきなど、望ましい生活習慣の定着を推進します。

思春期
（12～19歳）

身体的、精神的変化が著しく、性差や個人差も大きい時期です。家庭からの自立を控え、望ましい食生活を自ら実践する力を身につけることが大切です。

＊食事づくりの実践や、自分のからだや生活スタイルに合わせた食事方法（内食・中食注）・外食）を選択し、食の自己管理に努めるよう普及啓発します。
＊女性のやせがみられる現状から、過度のダイエットなど偏った食習慣とならないよう、自分の適正体重注）を知り、肥満ややせによる身体への正しい知識の啓発を図ります。
＊「食」に関するいろいろな情報が発信される中で、自ら正しく選択できる知識を身につけられるよう推進します。
＊生活習慣の見直しや健康診断、歯科健診などの受診により、健康管理の意識を高めるよう啓発します。

青年期
（20～39歳）

就職や結婚、出産、子育て等により生活や環境が大きく変化する時期です。適正体重の維持や自分にあった食事量を理解し、実践することが大切です。また、次世代の子どもたちが健全な食習慣を実践できるよう育てることも重要です。

＊からだづくりの大切さを理解し、肥満ややせの正しい知識をもった行動を促進します。
＊生活習慣病を理解し、予防するため、適切な食事や運動等の継続的な実践を促進します。
＊食事づくりを実践し、食事のマナーや日本の地域の食文化を継承できるようよう推進します。
＊自身の食生活や生活習慣が子どもに大きな影響を与えることを理解し、栄養バランスや生活習慣病予防を意識した、規則正しい食生活や生活リズムについて改めて見直すことを推進します。
＊家庭において、健康に良い食事の仕方、選び方について話す機会を設け、「食」について知っている正しい知識を子どもたちへ伝えるよう啓発します。

壮年期
（40～64歳）

社会や家庭において重要な役割を担う時期ですが、働き盛りで忙しく、自分の健康に関心を持ちにくい時期でもあります。食習慣を見直し、自らの健康管理に努め、生活習慣病を予防することが重要です。

＊加齢に伴う心身の構造や機能変化を理解し、生活の質の向上を意識することを促進します。
＊生活習慣病の発症予防・重症化予防、また高齢期が目前のため、低栄養・フレイル予防を意識し、個人に応じた適切な食事や運動等の継続的な実践を推進します。
＊高齢期に向けた口腔機能注)の維持・向上や、生活習慣病予防のために、早食いをしないよう、よく噛んで味わって食べる習慣を推奨します。
＊自身の積み重ねてきた「食」についての経験を、若い世代の「食」について学ぶ・教える過程に活かし、協力して食育を推進するよう促すとともに、高齢世代に対する食事支援等への知識の取得を促進します。

高齢期
（65歳～）

生活環境の変化や加齢に伴う身体の変化・体力の低下が見られる時期です。自分にあった食生活を実践し、「食」を通じた交流の場を持つことが大切です。次世代に食文化や「食」に関する知恵を伝えることも重要です。

（高齢者 65～74歳）

＊高齢者の多くが何らかの疾患を有している、また、咀しゃく注)能力の低下、消化・吸収率の低下、運動量の低下に伴う食事の摂取量の低下等は個人差が大きいため、個々の特性に応じた身体機能や生活機能を維持するための食育を推進します。

＊適切な口腔ケアを行うことで、歯科疾患による歯の喪失や口腔機能の低下を防ぎ、いつまでも自分の口から食べることができるよう支援していきます。

＊日本型食生活注)の良さ、郷土料理、行事食など長年の「食」の経験を次世代に継承する活動を促進します。

（高齢者75歳～）

＊ゆっくりよく噛んで食べ、誤嚥注)に注意するなど、加齢による機能減退が原因となる事故や疾患等の予防に考慮した「食べ方」を推進します。

＊適切な口腔ケアを行うことで、歯科疾患による歯の喪失や口腔機能の低下を防ぎ、いつまでも自分の口から食べることができるよう支援していきます。

＊生活習慣病の重症化予防とともに、低栄養やフレイル注)等に注意し、安全で活力を維持する食事の実践を推進します。

＊日本型食生活の良さ、郷土料理、行事食など長年の「食」の経験を次世代に継承する活動を促進します。

2　家庭・学校・地域等それぞれの役割に応じた食育の推進

（1）家庭における食育の推進

【目標】 市民が望ましい食習慣を身につけ、「食」に関する正しい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よう、家庭をフィールドとした食育を推進します。

【重点プロジェクト】
1）望ましい食習慣や生活習慣の確立を推進します。
2）ICT 等のデジタル技術を活用した食育に関する情報提供を行います。

【市民自らの取り組み】
- 主食注)・主菜注)・副菜注)を揃え、栄養バランスのとれた食事をしましょう。
- 朝ごはんをしっかり食べて、規則正しい生活習慣をつくりましょう。
- 低栄養予防、減塩、適正体重注)に気をつけた食事を心がけましょう。
- 家族や仲間と食卓を囲んで、楽しく食事をしましょう。
- 「食」に関する情報を得て自ら選択しましょう。

【市の取り組み】

取り組み 内容	対象 妊娠期	乳幼児期	学童期	思春期	青年期・壮年期	高齢期	担当課
望ましい食習慣・生活リズムの確立の推進	○	○	○	○	○	○	子育て支援課 健康推進課
・乳幼児から大人までの基本的な生活習慣と食習慣の確立を図るために、「早寝早起き朝ごはん運動」を推進します。 ・家庭において小さいときから家族そろって毎日朝食をとる習慣を身につけることができるよう基本的な食習慣の啓発に努めます。							
妊産婦や乳幼児に対する食育の推進	○	○		○	○		子育て支援課 こども保育課 健康推進課
・妊産婦の望ましい食生活の実現に向けて、各種指針やガイドライン等を活用した食育を推進します。 　加えて、乳幼児は成長や発達が著しく、生涯にわたる健康づくりの基礎となる重要な時期であることから、授乳や離乳の支援に関する基本的な考え方を示すガイドラインを活用した食育の取組を推進します。							
家族との共食の推進	○	○	○	○	○	○	子育て支援課 こども保育課 高齢者福祉課 健康推進課
・家族が食卓を囲んで共に食事をとりながらコミュニケーションを図る「共食」を推進し、家族団らんの「食」の楽しさを実感させるとともに、食事のマナーやあいさつの習慣など、「食」や生活に関する基礎が習得できるように推進します。							
「食」を楽しむ機会の提供	○	○	○	○	○	○	こども保育課 子育て支援課 高齢者福祉課 健康推進課
・「食」について興味を持ち、望ましい食習慣を学ぶことができるよう、家庭での食事作りや準備などの必要性を啓発し、地域での「食」を楽しむ機会の提供に努めます。							

取り組み 内　　容	対　象 妊娠期	乳幼児期	学童期	思春期	青年期・壮年期	高齢期	担当課
在宅時間を活用した食育の推進	○	○	○	○	○	○	子育て支援課 高齢者福祉課 健康推進課
・仕事と生活の調和（ワークライフバランス注）が推進されていることや働き方や暮らしの変化による通勤時間が減少したこと等により、自宅で料理や食事をすることが増えています。 　このことを踏まえ、市民が家庭において食育に主体的に取り組めるように、献立内容、使用食材を知らせる献立表や食生活メモなどの市広報誌への掲載、栄養相談の開催など、デジタル技術も活用し、さまざまな媒体を通じて食育情報をわかりやすく提供し、栄養バランス、食文化、食品ロスなど、食に関する意識を高めることにつながる食育を支援します。							

妊産婦や乳幼児に対する食育

母子健康手帳の交付時や乳児健康診査で食生活全般について、
生活習慣病予防の視点を踏まえた支援を行っています。

母子保健コーディネーターによる母子健康手帳交付時の支援

乳幼児健診では離乳食について講習を行い支援しています

にこにこ健康相談の様子

乳児健診（1.6 歳児、３歳児）ではバランスのとれた食事やおやつなど食生活全般について、支援を行っています。

（２）保育園・認定こども園・幼稚園における食育の推進

【目標】 生涯にわたって健康な生活を送る基本として「食を営む力」の育成に向け、その基礎を培います。おなかが空くリズムが形成され食事の時間を楽しみにする、幅広い種類の食材や料理を経験し食べたいものや好きなものが増える、一緒に食べたい人がいる、食事づくりや準備に関わる、食べ物を話題にする等毎日の生活と遊びの中で、「食」に関わる体験を積み重ね、食べることを楽しみ、他者と食事を楽しみ合う子どもの姿を実現できるよう就学前の子どもの食育を推進します。

【重点プロジェクト】
１）保育園や認定こども園及び幼稚園における食育の推進を図ります。
２）野菜の栽培や調理を経験し、食への関心を高めます。
３）様々な食材に触れたり、食べたりする機会を作ります。

【市民自らの取り組み】

・「早寝、早起き、朝ごはん」を実践しましょう。
・友達や家族と食卓を囲んで、楽しく食事をしましょう。
・「いただきます」のあいさつなどの食事のマナーの習慣をつけましょう。
・食事の準備や後片付けを手伝いましょう。
・調理や栽培体験を通じて、「食」の楽しさ、大切さを実感しましょう。

【市の取り組み】

取り組み 内　　容	対　象 妊娠期	乳幼児期	学童期	思春期	青年期・壮年期	高齢期	担当課
保育園における食育の推進		○					こども保育課
・子どもたちが楽しみながら「食」についての体験ができるよう、野菜の栽培・収穫体験・調理などをしたり、「食」に関した絵本や紙芝居を生活に取り入れたり、体験がより身近に感じられるような取り組みを推進し、生活の中で自然と学ぶ機会を設けます。							
給食の充実	○	○			○	○	こども保育課
・給食を通じて、子どもたちが発達段階に応じた望ましい食習慣の基礎を培うことができるよう努めます。 ・子どもと保護者が給食を話題にし、「食」への興味を持てるようにするとともに一緒に給食を体験することができる場を設けられるよう努めます。 　また、友だちや先生と共に楽しく食べることで、心を育てられるよう努めます。 　さらに、地元産の農林水産物や旬の食材を給食に積極的に活用し、子どもに地域の食材に親しんでもらうとともに、献立に郷土食や伝統食注)、行事食、日本型の食事を積極的に取り入れ、食文化の継承を図ります。							
食を通した保護者への支援	○	○			○	○	こども保育課
・乳幼児期の「食」に関する知識、経験、技術を子育て支援の一環として保護者に提供し、保護者と子どもの育ちを共有・支援します。保育園と家庭が連携・協力して食育を進めます。							

保育園における食育の推進

子どもたちが楽しみながら「食」についての体験ができるよう、生活の中で自然と学ぶ機会を設けています。

①農業体験

枝豆の収穫

じゃがいもの収穫

水稲（米）の収穫

稲掛け

②調理体験

米とぎ

カレー作り

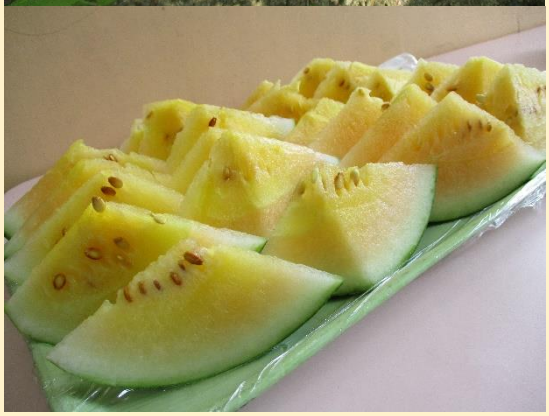
手作り案山子

給食の充実

給食を通じて、子どもたちが発達段階に応じた望ましい食習慣の基礎を培うことができるよう努めます。

楽しい給食の時間

行事食（クリスマス）



黄色いすいか

そら豆

ピーマン

園内で栽培・収穫した野菜・くだものは、給食やおやつでいただきます。

（３）学校における食育の推進

【目標】 食育の目的である「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」ことを目指し、栄養士、養護教諭を含む教職員と保護者が協同で児童生徒の食生活を見つめ直し、地域の生産者、関係機関等とも連携し、心身の健康のための食事の重要性、食品を選択する力、感謝の心、社会性、食文化等の「食に関する正しい知識」と「望ましい食習慣」を身につけた児童生徒を育成します。

【重点プロジェクト】
１）全体計画を作成し、関連する教科等で横断的に「食」に関する指導に取り組みます。
２）学校給食の活用を図ります。
３）栽培等、様々な体験活動を通して、「食」に関する正しい知識の習得を推進します。
４）教職員と保護者が連携し、望ましい食習慣の形成に努めます。

【市民自らの取り組み】
・「早寝、早起き、朝ごはん」を実践しましょう。
・友人や家族等と食卓を囲んで、楽しく食事をしましょう。
・食事のマナーを習慣づけ、「食」に対し「感謝の心」を持ちましょう。
・食事の準備や後片付けを手伝い、また、自ら調理を実践してみましょう。
・栽培体験や調理を通じて、「食」の楽しさ、大切さを実感しましょう。

【市の取り組み】

取り組み 内　　容	対　象 妊娠期	乳幼児期	学童期	思春期	青年期・壮年期	高齢期	担当課
食育の指導体制と指導内容の充実			○	○			学校教育課
・各小中学校において食育に関する全体計画を作成し、各教科等における「食」に関する指導、個別的な相談、指導等教職員が連携・協力しながら、「食」に関する指導の充実を図ります。							
給食の活用			○	○	○		学校給食課 学校給食センター 学校教育課
・栄養バランスのとれた食事や地域の食文化について、体験を通して身につけるため、学校給食を「生きた教材」として活用します。 　また、給食の時間を中心に、献立を活用した指導等により、「食」に対する興味関心を高め、理解を深めるとともに、感謝の心を育みます。							
家庭・地域・学校が連携した食農教育に関する取組の推進			○	○	○	○	学校教育課 農林水産課 農業委員会
・小学校３年生から６年生の総合的な学習の時間において、地域の特色を生かした栽培・収穫体験活動計画を体系的に整備し、保護者、地域の生産者等との連携を図りながら、自ら栽培したものを調理、食すことにより、「食」に対する意識を高め、「食」に関する正しい知識の習得を図ります。							
教職員の資質向上					○	○	学校教育課
・教職員に対して食育に関する研修の受講を推奨するなど、意識高揚と資質向上に努めます。 　また、栄養教諭注)、学校栄養職員注)や調理員の資質向上と「食」に関する専門性を高めるために、「食」に関わる関係機関・団体等が連携・協働し、研修の機会を提供します。							

取り組み 内　　容	対　象 妊娠期	乳幼児期	学童期	思春期	青年期・壮年期	高齢期	担当課
保護者への情報提供	○		○	○	○	○	学校教育課 学校給食課 学校給食センター
・献立内容、使用食材を知らせる献立表や食生活メモなどの給食だよりや学校掲示物、給食試食会、参観日、懇談会、学校保健委員会などの機会を通じて、学校での食育に係る情報を保護者に提供し、家庭における食育の推進を図ります。 　また、家庭との連携に努め、家庭で児童、生徒が調理や食事の準備に関わることができるような環境作りを推進したり、家族で「食」について話をする機会を創出するなど、学校と家庭が一体となり、望ましい食習慣の形成に努めます。							

小中学校での食育

授業、農業体験、給食などで食育の啓発を行っています。

①食育の授業

1 年生「牛乳のひみつを知ろう」

4 年生「生活習慣病健診の事後指導」

②農業体験

地域の農家の方にさつまいも植え・枝豆植えを教わっている様子

地域の農家の方とさつまいもを学校の畑に植えている様子

地域の農業法人との連携による
大豆の種まきの様子。

③給食

・行事食等特徴的な給食

千葉県民の日にちなんだ行事食です。
米・小松菜・玉ねぎは木更津市産、牛乳・豚肉・鶏肉・卵・にんじん・さやいんげんは千葉県産です。

季節を感じる給食（秋の味覚：きのこ）
ごはん・牛乳・ハンバーグきのこソース・春雨スープ

歯と口の健康週間で実施。
カルシウムを多く含む食品や、噛み応えのある料理を取り入れました。(R3.6)

東京オリンピック・パラリンピック応援給食で実施。
フランスの家庭料理を取り入れました。
(R3.6)

ハロウィンの献立（R２年度）

節分の献立(R２年度)

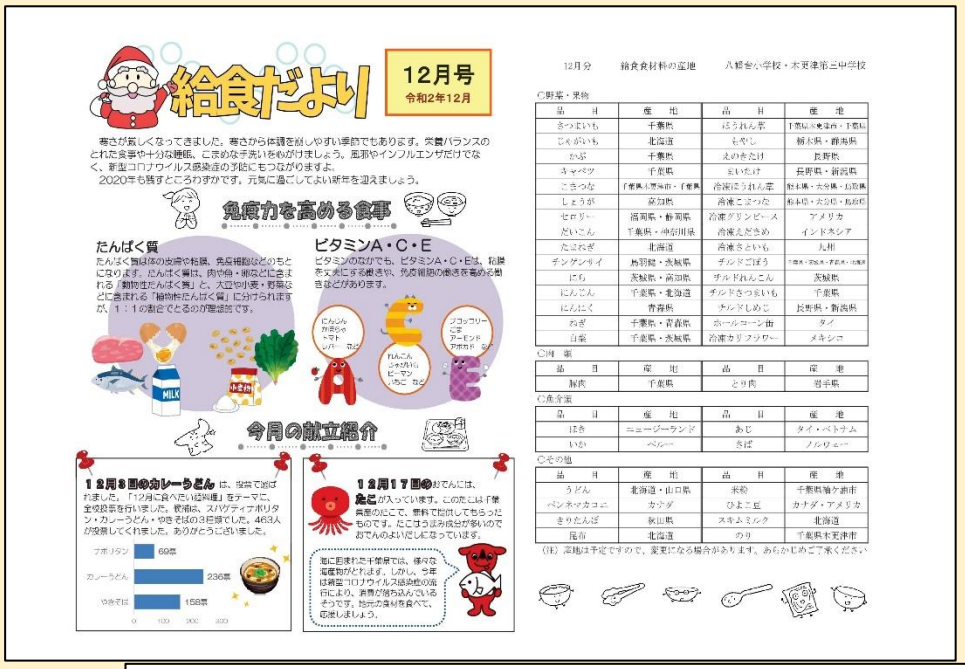
・有機米など地元産農産物を使用した学校給食

有機米と地元の食材を使用した献立
有機米、照りマヨチキン、具だくさん
味噌汁（R２年度）。

伝統食や郷土料理注)等を取り入れた給食

南房総郷土料理
あじのさんが焼き　（R３年度）

・給食だより



給食だより

12月号
令和2年12月

寒さが厳しくなってきました。寒さから体調を崩しやすい季節でもあります。栄養バランスのとれた食事や十分な睡眠、こまめな手洗いをゆがけましょう。風邪やインフルエンザだけでなく、新型コロナウイルス感染症の予防にもつながりますよ。
2020年も残すところわずかです。元気に過ごしてよい新年を迎えましょう。

免疫力を高める食事

たんぱく質

たんぱく質は体の皮膚や粘膜、免疫細胞などのもとになります。たんぱく質は、肉や魚・卵などに含まれる「動物性たんぱく質」と、大豆や小麦・野菜などに含まれる「植物性たんぱく質」に分けられますが、1：1の割合でとるのが理想的です。

ビタミンA・C・E

ビタミンのなかでも、ビタミンA・C・Eは、粘膜を丈夫にする働きや、免疫細胞の働きを高める働きなどがあります。

今月の献立紹介

12月3回の力レーうどん は、投票で選ばれました。「12月に食べたい給料理」をテーマに、全校投票を行いました。栽植は、スパゲティナポリタン・カレーうどん・やきそばの3回線でした。463人が投票してくれました。ありがとうございました。

ナポリタン	69票
カレーうどん	236票
やきそば	158票

12月17回のおでんには、**たこ**が入っています。このたこは「葉真面のたこ」で、無料で配付してもらったものです。たこはうまみ成分が多いのでおでんのよい足しになっています。

海に囲まれた千葉県では、様々な海産物がとれます。しかし、今年は新型コロナウイルス感染症の流行により、消費が落ち込んでいるそうです。地元の食材を食べて、応援しましょう。

12月分　給食食材料の産地　八幡台小学校・木更津第三中学校

○野菜・果物

品目	産地	品目	産地
さつまいも	千葉県	ほうれん草	千葉県・東海市・千葉県
じゃがいも	北海道	もやし	栃木県・群馬県
かぶ	千葉県	えのきたけ	長野県
キャベツ	千葉県	まいたけ	長野県・新潟県
こまつな	千葉県・東海市・千葉県	冷凍ほうれん草	熊本県・大分県・鳥取県
しょうが	高知県	冷凍こまつな	熊本県・大分県・鳥取県
セロリー	福岡県・静岡県	冷凍グリンピース	アメリカ
だいこん	千葉県・神奈川県	冷凍えだまめ	インドネシア
たまねぎ	北海道	冷凍さといも	九州
チンゲンサイ	鳥羽県・茨城県	チルドごぼう	千葉県・茨城県・茨城県・北海道
にら	茨城県・高知県	チルドれんこん	茨城県
にんじん	千葉県・北海道	チルドさつまいも	千葉県
にんにく	青森県	チルドしめじ	長野県・新潟県
ねぎ	千葉県・青森県	ホールコーン缶	タイ
白菜	千葉県・茨城県	冷凍カリフラワー	メキシコ

○肉類

品目	産地	品目	産地
豚肉	千葉県	とり肉	岩手県

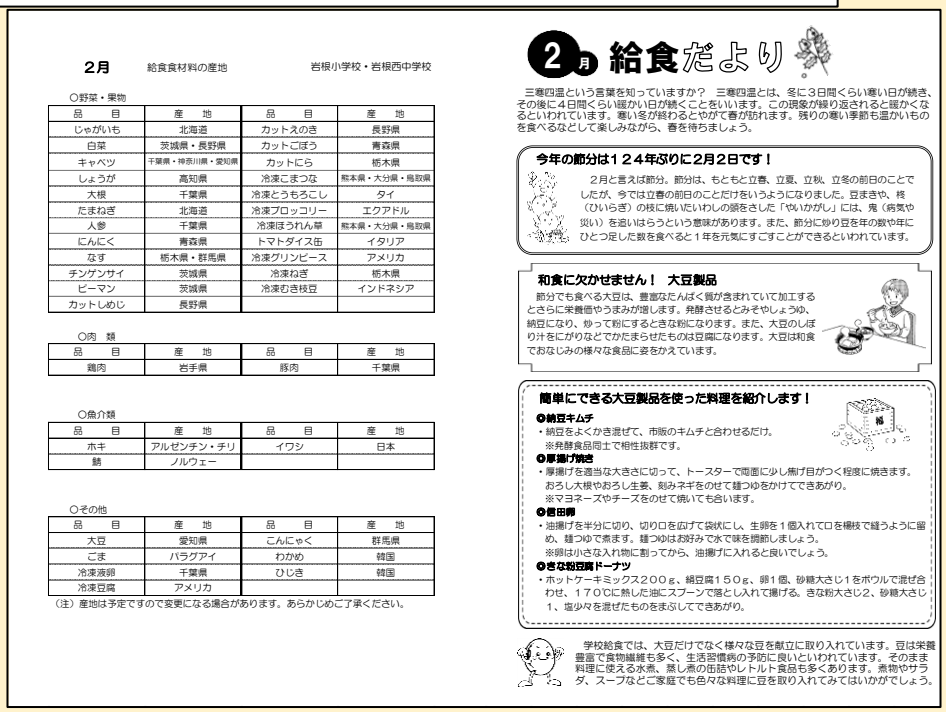
○魚介類

品目	産地	品目	産地
ほき	ニュージーランド	あじ	タイ・ベトナム
いか	ペルー	さば	ノルウェー

○その他

品目	産地	品目	産地
うどん	北海道・山口県	米粉	千葉県猫ケ浦市
パンネッカコニ	カナダ	ひよこ豆	カナダ・アメリカ
きりたんぽ	秋田県	スキムミルク	北海道
尾布	北海道	のり	千葉県木更津市

（注）産地は予定ですので、変更になる場合があります。あらかじめご了承ください。



2月　給食食材料の産地　岩根小学校・岩根西中学校

○野菜・果物

品目	産地	品目	産地
じゃがいも	北海道	カットえのき	長野県
白菜	茨城県・長野県	カットごぼう	青森県
キャベツ	千葉県・神奈川県・愛知県	カットにら	栃木県
しょうが	高知県	冷凍こまつな	熊本県・大分県・鳥取県
大根	千葉県	冷凍とうもろこし	タイ
たまねぎ	北海道	冷凍ブロッコリー	エクアドル
人参	千葉県	冷凍ほうれん草	熊本県・大分県・鳥取県
にんにく	青森県	トマトダイス缶	イタリア
なす	栃木県・群馬県	冷凍グリンピース	アメリカ
チンゲンサイ	茨城県	冷凍ねぎ	栃木県
ピーマン	茨城県	冷凍むき枝豆	インドネシア
カットしめじ	長野県		

○肉類

品目	産地	品目	産地
鶏肉	岩手県	豚肉	千葉県

○魚介類

品目	産地	品目	産地
ホキ	アルゼンチン・チリ	イワシ	日本
鯖	ノルウェー		

○その他

品目	産地	品目	産地
大豆	愛知県	こんにゃく	群馬県
ごま	パラグアイ	わかめ	韓国
冷凍液卵	千葉県	ひじき	韓国
冷凍豆腐	アメリカ		

（注）産地は予定ですので変更になる場合があります。あらかじめご了承ください。

2月 給食だより

三寒四温という言葉を知っていますか？　三寒四温とは、冬に3日間くらい寒い日が続き、その後に4日間くらい暖かい日が続くことをいいます。この現象が繰り返されると暖かくなるといわれています。寒い冬が終わるとやがて春が訪れます。残りの寒い季節も温かいものを食べるなどして楽しみながら、春を待ちましょう。

今年の節分は１２４年ぶりに2月2日です！

２月と言えば節分。節分は、もともと立春、立夏、立秋、立冬の前日のことでしたが、今では立春の前日のことだけをいうようになりました。豆まきや、柊（ひいらぎ）の枝に焼いたいわしの頭をさした「やいかがし」には、鬼（病気や災い）を追いはらうという意味があります。また、節分に炒り豆を年の数や年にひとつ足した数を食べると１年を元気にすごすことができるといわれています。

和食に欠かせません！　大豆製品

節分でも食べる大豆は、豊富なたんぱく質が含まれていて加工するとさらに栄養価やうまみが増します。発酵させるとみそやしょうゆ、納豆になり、炒って粉にするときな粉になります。また、大豆のしぼり汁をにがりなどでかたまらせたものは豆腐になります。大豆は和食でおなじみの様々な食品に姿をかえています。

簡単にできる大豆製品を使った料理を紹介します！

◎納豆キムチ
・納豆をよくかき混ぜて、市販のキムチと合わせるだけ。
※発酵食品同士で相性抜群です。

◎厚揚げ焼き
・厚揚げを適当な大きさに切って、トースターで両面に少し焦げ目がつく程度に焼きます。おろし大根やおろし生姜、刻みネギをのせて麺つゆをかけてできあがり。
※マヨネーズやチーズをのせて焼いても合います。

◎昔田卵
・油揚げを半分に切り、切り口を広げて袋状にし、生卵を１個入れて口を楊枝で縫うように留め、麺つゆで煮ます。麺つゆはお好みで水で味を調節しましょう。
※卵は小さな入れ物に割ってから、油揚げに入れると良いでしょう。

◎きな粉豆腐ドーナツ
・ホットケーキミックス２００ｇ、絹豆腐１５０ｇ、卵１個、砂糖大さじ１をボウルで混ぜ合わせ、１７０℃に熱した油にスプーンで落とし入れて揚げる。きな粉大さじ２、砂糖大さじ１、塩少々を混ぜたものをまぶしてできあがり。

学校給食では、大豆だけでなく様々な豆を献立に取り入れています。豆は栄養豊富で食物繊維も多く、生活習慣病の予防に良いといわれています。そのまま料理に使える水煮、蒸し煮の缶詰やレトルト食品も多くあります。煮物やサラダ、スープなどご家庭でも色々な料理に豆を取り入れてみてはいかがでしょう。

（4）地域における食育の推進

【目標】 健康づくりや生活習慣病の発症予防・重症化予防につながる健全な食生活を推進するため、行政機関や保健・医療機関、企業、各種団体が連携し、地域における食育に取り組みます。

【重点プロジェクト】
1）各関係団体や飲食店、企業における食育活動を支援します。
2）食育的な売り場づくりについて検討します。
3）地域における人材の育成を図ります。

【事業所の取り組み】

地域の一員として、家庭や学校、地域での食育活動への理解と協力が必要です。また、情報発信や商品開発など、それぞれの事業所の強みを活かした食育推進への協力や自然に健康となる食環境づくりに向けた取り組みが必要です。

・毎年 6 月の「食育月間」、毎月 19 日の「食育の日」等で木更津市の「食」の情報を発信する。
・木更津市の「食」の良さを活かした新商品を開発する。
・食品ロス削減を目指した取り組みを実践する。
・自然に健康になれる食環境づくりに向けた取り組みを検討し、実践する。

【県の取り組み】

・社員食堂等職場に給食を提供する事業者が、安全性の確保、栄養成分の情報提供、地場産食材使用率の向上及び、伝統食や日本型の食事の提供に取り組むよう啓発します。
・事業所における人事管理者等を対象に、パンフレットの配布、講座・講演会の開催等を通じて、従業員の食生活を改善することの重要性を啓発します。

【市の取組み】

取り組み 内　　容	対象 妊娠期	乳幼児期	学童期	思春期	青年期・壮年期	高齢期	担当課
栄養バランスに優れた日本型食生活の実践の推進	○	○	○	○	○	○	健康推進課
・高齢化が進行する中で、生活習慣病の予防による健康寿命の延伸、健康な次世代の育成の観点から、健全な食生活を営めるよう、ごはんを主食としながら、主菜・副菜に加え、適度に牛乳・乳製品や果物が加わった栄養バランスに優れた「日本型食生活」注)の実践を推進します。							
農林漁業者と食品関連事業者等注)との連携した食育の推進	○		○	○	○	○	農林水産課 健康推進課
・生産者と食品関連事業者等の連携を促し、飲食店等における地元産農林水産物の提供やヘルシーメニューの提供、「食」に関する情報を発信するなどの食育活動を支援します。							

取り組み 内　　容	対　象 妊娠期	乳幼児期	学童期	思春期	青年期・壮年期	高齢期	担当課
地域や保健・医療機関等における食育の推進	○	○	○	○	○	○	健康推進課
・食生活の改善や生活習慣病の発症予防・重症化予防により健康増進が図られるよう、地域における健康づくりのための食育を推進します。							
専門的知識を有する人材の養成・活用					○	○	農林水産課 健康推進課
・地域における食育推進の活動が多面的に展開されるよう、専門知識を有する人材として、食生活改善サポーターを食育コンシェルジュ注)として養成、活用を図ります。							
食育的な売り場づくりの検討	○	○	○	○	○	○	農林水産課
・小売店の店頭などで、買い物をしながら「食」を正しく選択することができるような売り場づくりに取り組むよう事業所に啓発します。							
災害等の非常時に備えた食に関する普及啓発	○	○	○	○	○	○	危機管理課
・食料備蓄の取り組み方など、災害等の非常時に備えた「食」に関する情報提供や啓発を行います。							
貧困等の状況にある子どもに対する食育の推進	○	○	○	○	○	○	社会福祉課 自立支援課 子育て支援課
・ひとり親家庭など経済的に困難な家庭へフードバンク注)等や子ども食堂注)と連携し、食育の推進に関する支援を行います。							
高齢者等への買物支援						○	高齢者福祉課
・「食」に対する意欲を増進させるため、買い物に困難を感じている高齢者等に対し、官民協働で移動スーパーを運行し支援します。							

高齢者等への買い物支援

　買い物に困難を感じている高齢者等に対し官民協働で移動スーパーを運行し支援しています。

子ども食堂　（市内８ヶ所）

　愛情たっぷりの食事と心地よい居場所に多くの子ども達が集まり、地域の方々と交流しています。

3　「食」の安全・安心の確保

【目標】

市民が安全・安心な食品を選択することができるよう啓発します。

【重点プロジェクト】

1）食品の生産記録の記帳を推進します。

2）食品表示について普及啓発を行います。

3）ICT 等のデジタル技術を活用した「食」の安全・安心に関する情報の提供を行います。

【市民自らの取り組み】

・食品の安全性に関する基礎知識を持ち、自分で判断する力を身につけましょう。

・正しい手洗いや食材・調理器具の衛生的な取扱いを身につけましょう。

【県の取り組み】

・生産から消費に至る各段階の関係者による自主的な活動を支援し、「安全で安心な食品」の生産供給体制の確立を促進します。

・食品等の安全・安心を確保するため、より一層の監視・指導、検査体制の充実を図ります。

・消費者の視点に立った正確でわかりやすい情報の提供と正しい知識の普及・啓発に努め、関係者の相互理解を促進します。

【市の取り組み】

取り組み 内　容	対象						担当課
	妊娠期	乳幼児期	学童期	思春期	青年期・壮年期	高齢期	
生産記録の記帳の推進					○	○	農林水産課
・農協等に協力を求め、全ての農産物について生産記録の記帳を推進します。また、食品製造業者にも協力を求め、食品製造履歴の追跡を可能にする取組を推進します。							
生涯学習を活用した「食」の安全・安心の啓発	○		○	○	○	○	生涯学習課 公　民　館
・料理教室等で、原材料から加工していく手作りの大切さや、添加物等を使用しない昔ながらの保存方法等について、調理の実習を通じて啓発します。							

水稲（米）の検査状況

公民館での
料理教室と味噌づくり

４　持続可能な「食」を支える食育の推進

（１）地産地消注)の推進

【目標】 生産者と消費者の協働により、地域内で生産された安全で新鮮な農林水産物を地域内で消費する地産地消を推進します。

【重点プロジェクト】
１）地域農林水産業の活性化に努めます。
２）給食を活用した地産地消を推進します。
３）地産地消の普及啓発に努めます。

【市民自らの取り組み】
・市内農林水産物を利用し、味わいましょう。

【市の取り組み】

取り組み 内　容	対象 妊娠期	乳幼児期	学童期	思春期	青年期・壮年期	高齢期	担当課
地域農林水産業の振興	○		○	○	○	○	農林水産課
・地元産の安全で新鮮な農林水産物を安定的に供給できるよう、地域農林水産業の振興に努めます。 　また、タヌキマークが目印の木更津市優良特産品により、木更津産農林水産物を周知し、販売を促進します。							
給食を活用した地産地消の推進	○	○	○	○	○	○	こども保育課 学校給食課 学校給食センター 農林水産課
・市立保育園・公立小中学校の給食の食材として、地元で生産された有機栽培米、野菜等農産物やその加工品、水産物の優先使用に努めます。 ・給食用に全量賄えるよう有機栽培米の生産拡大を促進します。 ・地産地消給食のさらなる推進を図るため、学校給食施設の整備を進めます。 ・市内私立幼稚園・こども園等や私立小中高校等、民間企業の社員食堂等の給食の食材として、地元で生産された米、野菜等農産物やその加工品、水産物の優先使用を働きかけます。							
地産地消の普及啓発	○	○	○	○	○	○	農林水産課 環境管理課
・消費者が自ら進んで、地元産農林水産物を選択するよう、産地からの輸送距離を短くし、食料の輸送に伴う温室効果ガス排出量を少なくするフードマイレージ注)の考え方等の普及啓発に努め、地産地消及び旬産旬消注)に対する理解を促します。 　また、「地産地消推進協力店認証制度」注)の創設など、市民が地元産農林水産物を購入しやすい店舗の増加に取り組みます。							

全量の学校給食提供を目指す「有機米」栽培

木更津市では、令和８年度の小中学校の学校給食への全量提供を目指し、無農薬・無化学肥料による「有機米」を生産者の協力をいただき令和元年度から進めています。

講師による直接指導でスタート

露地とハウスによる育苗

専用田植え機による田植えと元気に育つ稲

講師による中間指導

安全・安心の学校給食米を目指し、日々研修する生産者の皆さん

講師によるほ場巡回（生産者の皆さん）

元気に育つ「学校給食米」

刈り取り、収穫です

協力いただいている生産者の皆さん

（2）生産者と消費者の交流促進

【目標】 消費者が食品の生産についての理解を深めたり、生産者が消費者のニーズを把握したりするなど相互理解を深め、また、「食」に対する感謝の気持ちを育むことができるよう、生産者と消費者の交流や農林水産業の体験活動等を推進します。

【重点プロジェクト】
1）農林水産業者と市民との交流を推進します。
2）生産者と保育園、学校等との交流を推進します。
3）農林水産業体験活動を推進します。

【市民自らの取り組み】
・収穫等農水産体験を通し、農林水産物（食べ物）への感謝の気持ちを持ちましょう。

【市の取り組み】

取り組み 内容	対象 妊娠期	乳幼児期	学童期	思春期	青年期・壮年期	高齢期	担当課
イベント等を活用した交流の推進	○	○	○	○	○	○	農林水産課
・農協・市場が開催する「農産物収穫祭」や「市場まつり」、市民等が企画運営する「グローカルハピネス」「木更津ナチュラルバル」や「市民会館朝市」等さまざまなイベントへの生産者の参加促進並びに消費者への情報提供を行い、農林水産業者等と市民の交流を推進します。							
生産者と保育園、学校等との交流の推進	○	○	○	○	○	○	こども保育課 学校教育課 学校給食課 学校給食センター
・保育園・小中学校等の給食食材の生産者の紹介や行事への招待など、地域の生産者と保育園、学校等との交流を推進します。							
農水産業体験の PR・利用の促進	○	○	○	○	○	○	農林水産課
・市民が気軽に農業・水産業に触れられる機会として、市内にはイチゴ、ブルーベリーや潮干狩りなどの収穫体験を楽しむことができる観光農園、海岸があり、自ら生産する充実感を体験できる市民農園もあります。これら施設の PR・利用を促進します。 　また、市内小中学生、市民を対象にした「種まき」「田植え」「収穫」等の体験農業を実施した農家（事業者）を支援します。							

生産者と保育園、学校等の交流

令和元年度の学校給食に無農薬・無化学肥料による「きさらづ学校給食米」導入を契機に、生産者を招き、小学校児童との交流を行っています。

R 元年度：真舟小学校

R２年度：鎌足小学校

R３年度：高柳小学校
有機米に協賛いただいているポルシェジャパン関係者も同席。

（3）環境に配慮した食生活の推進

【目標】　日本の「食」は、食料や飼料、生産資材の多くを海外からの輸入に頼っている一方で、食品ロス注)が多いなど、環境への大きな負荷を生じさせています。環境への負荷を軽減させる生産方法の振興や食品廃棄物の削減等、食べ物の生産と消費の両面から環境に配慮した食生活を推進します。

【重点プロジェクト】
1）有機農業注)・環境保全型農業を推進します。
2）食品廃棄物の削減に努めます。
3）環境に配慮した食育を推進します。
4）環境と調和のとれた持続可能な食料生産と消費を目指します。

【市民自らの取り組み】
・環境を考えた食生活を実践しましょう。

【市の取り組み】

取り組み 内容	対象 妊娠期	乳幼児期	学童期	思春期	青年期・壮年期	高齢期	担当課
有機農業・環境保全型農業の推進	○		○	○	○	○	農林水産課
・農薬や化学肥料を削減し、環境に与える負荷を軽減するため、有機農業や特別栽培農産物注)の生産など環境にやさしい農業を推進します。							
食品ロス等の削減に向けた取り組みと啓発	○	○	○	○	○	○	まち美化推進課
・まだ食べられる食品等の廃棄の削減は、廃棄物の減量につながることから、家庭からの発生抑制(Reduce)、フードドライブ注)等の活用による再使用(Reuse)、肥料化などによる再生使用(Recycle)の３R の取り組みと啓発が必要です。 　堆肥化・減量化につながる各家庭の生ごみ肥料化容器等の購入助成や保育園、小学校の給食残渣を使用した肥料化の取り組みを進めるとともに、自治会等を対象とした職員による出前講座、市の公式ホームページや SNS を活用し３R 活動と併せ、積極的に広報啓発を行います。 　また、廃棄食品等の再生使用（リサイクル）に向けた取り組みを行うとともに給食残渣を使用した肥料の市民配布やフードドライブを通した「食」の循環に対する啓発に取り組みます。 ・食品関連事業者においても、食品廃棄物の抑制や再利用について、理解と関心を深める取組を推進するとともに、食品包装や容器の減量化について啓発します。							
環境に配慮した食育の推進				○	○	○	環境管理課
・フードマイレージやバーチャルウォーター注)などを意識したなるべく環境負荷の低い食品を選択することなどの環境にやさしい食育を推進します。							

取り組み 内　　容	対　象 妊娠期	乳幼児期	学童期	思春期	青年期・壮年期	高齢期	担当課
有効利用による持続可能な生産と消費					○	○	農林水産課
・市内で生産された野菜などを市場等に出荷する場合は、大きさ等の規格があるため、生産物の一定量は出荷できません。生産物を最大限有効利用するためには、野菜をカットするなどの加工が必要になります。加工することにより学校給食の食材に利用できるとともに規格外野菜の廃棄減少など環境への配慮が可能になり、生産者の所得向上にも繋がることから、その取り組みを進めます。 　また、市場等出荷はできないが、新鮮で品質の高い規格外農林水産物を市民に安価で提供する事業者（農家）を支援します。							

有機農業・環境保全型農業の推進

農薬や化学肥料を削減し、環境に与える負荷を軽減するため、有機農業や特別栽培農産物の生産を推進します。

有機 JAS 認証等の取得支援（オーガニックブランドの創出）
　本市の特産品であるブルーベリーをはじめ、レンコン、パッションフルーツの有機農産物、また、県内初となるオーガニックレストランでＪＡＳを取得。（ＢＯＥＵＦ　ＲＯＵＧＥ、ごくりっ）

食品ロス等の削減に向けた取り組み

保育園・小学校の給食残渣を堆肥化し、市民に「食」の循環を含め啓発しています。

クリーンセンター内に設置している生ごみ処理機で、堆肥化に取り組み、定期的に市民に無料配布しています。

「食」の循環に向けた取り組み

生産者の顔が見える学校給食の推進（鎌足小中学校の取り組み）
　鎌足地区で生産される旬の野菜等を学校給食に活用し、野菜くずから液体の肥料（液肥）を作り、地元生産者が野菜栽培の一部で液肥を活用し、野菜を栽培。
「食」の循環に取り組んでいます。

（４）食文化の継承活動の推進

【目標】　地域には、新鮮な旬の食材や地域の特産を使った和食や保存食などの食文化があり、先人の知恵として学んできました。しかし、地域の伝統的な食文化は「食」の外部化や地域コミュニティの希薄化とともに失われつつあります。郷土料理注)を中心とした地域の伝統的な食文化の次世代への継承を推進します。

【重点プロジェクト】
１）保育園・学校給食献立の活用を図ります。
２）地域での食文化の継承の取組を支援します。
３）伝統食や郷土料理に関する情報提供を行います。

【市民自らの取り組み】
・食文化、和食、行事食、郷土料理、家庭料理の理解を深め実践しましょう。

【市の取り組み】

取り組み 内　容	対象 妊娠期	乳幼児期	学童期	思春期	青年期・壮年期	高齢期	担当課
保育園・学校給食献立の活用	○	○	○	○	○	○	こども保育課 学校給食課 学校給食センター
・保育園・学校給食に地域の伝統食注や行事食、季節の食事、郷土料理等を採り入れたり、家庭にレシピを紹介するなど、保育園・学校給食を通して食文化の継承や郷土への愛着心の育成を図ります。							
地域での取り組み	○	○	○	○	○	○	農林水産課 健康推進課 生涯学習課 公　民　館
・地域における食育推進の活動を行う食生活改善サポーター（食育コンシェルジュ）やまちづくり協議会などの協力を得て、料理教室などを通して地域の伝統的な和食文化の継承に努めます。 　また、各地区の文化祭のバザーなどで伝統料理や郷土料理を提供するなど、普及啓発に努めます。							
伝統食や和食・郷土料理に関する情報提供	○	○	○	○	○	○	生涯学習課 公　民　館
・地域の伝統食、和食・郷土料理に関する情報を収集し、広報誌やイベントなどを通して広く市民に提供します。							

中郷太巻き寿司サークル　中郷地区文化祭での展示風景

食文化の継承活動推進

地域における食育推進の活動を行う食生活改善サポーター（食育コンシェルジュ）やまちづくり協議会などの協力をいただき、料理教室などを通して地域の伝統的な和食文化の継承に努めます。

食生活改善サポーター（食育コンシェルジュ）の活動

おやこ料理教室

調理のための事前の身支度、器具の名前や使い方、食材の特徴や扱い方、作り方などの調理の基本、主食・主菜・副菜が揃ったバランスの良い食事と食事マナーなと、元気なからだと心を育む基礎を伝えています。

市主催のイベント等で、おやつを選ぶ時のポイントや適量について啓発をしています。

第５章　計画の推進

1　推進体制

（1）木更津市食育推進協議会

市では総合的かつ計画的に食育を推進するための基本的事項及び重要事項を調査審議し、施策の円滑な実施を図るために、「木更津市食育推進協議会」を設置しています。

本計画については、同協議会を中心として、計画の推進を図るものです。

（2）庁内体制

庁内においては、副市長を委員長に、教育長を副委員長とし、関係部長からなる「木更津市食育推進委員会」を設置しています。その中で、関係機関・団体の調整を図り、活動支援を進めるとともに、計画に基づく進行管理を実施します。

（3）各種関係機関等との連携

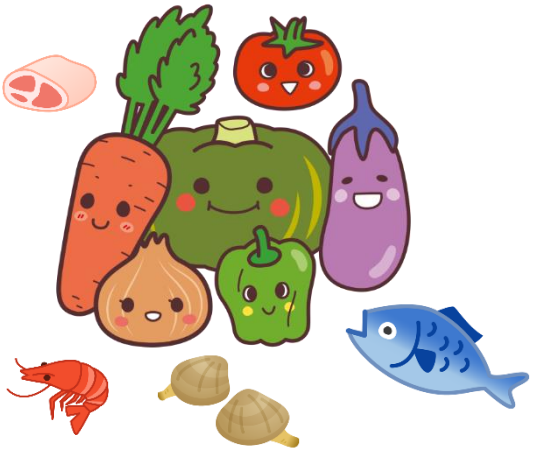
本計画の推進にあたっては、市民をはじめ、保育園、認定こども園、幼稚園、小中学校、地域、保健医療機関、生産者、食品関連事業者、農林水産団体などの多様な推進主体との連携体制を強化し、計画の周知と計画に基づく取り組みを行います。

2　計画の検証と評価

本計画は、令和４年度から令和８年度までの５年間を対象に定めますが、社会経済情勢の変化、財政状況等に照らして、適時、計画の検証と評価を実施し、見直しの必要性や時期等を検討します。

なお、計画最終年度の令和８年度末には、計画の実施結果に基づく検証と評価を実施するものとします。

資 料 編



１　木更津市食育推進協議会設置要綱

（設置）

第１条　木更津市における食育を総合的かつ計画的に推進するため、木更津市食育推進協議会（以下「協議会」という。）を設置する。

（所掌事項）

第２条　協議会は、次に掲げる事項を所掌する。

⑴　木更津市食育推進計画の策定及びその推進並びに進捗に関すること。

⑵　その他食育の総合的な推進に関すること。

（組織）

第３条　協議会は、次に掲げる者のうちから、市長が委嘱する委員２０人以内をもって構成する。

（１）生産者又は事業者（法人その他の団体にあっては、その役職員等）

（２）医療又は保健団体関係者

（３）教育又は児童福祉関係者

（４）学識経験者

（５）食育に関する施策の対象となる市民団体の役職員等

（６）前各号に掲げるもののほか、市長が適当と認める者

（委員の任期）

第４条　委員の任期は２年とする。ただし、補欠の委員の任期は、前任者の残任期間とする。

２　委員は、再任されることができる。

（会長）

第５条　協議会の会長は市長をもって充てる。

２　会長は協議会を代表し、会務を総理する。

３　会長に事故があるときは、あらかじめその指名する委員がその職務を代理する。

（会議）

第６条　協議会は、会長が招集し、会長がその議長となる。

２　協議会は、委員の過半数が出席しなければ、会議を開くことができない。

３　協議会の議事は、出席した委員の過半数で決し、可否同数のときは、議長の決するところによる。

（意見の聴取）

第７条　協議会は、必要があると認めるときは、会議に関係者の出席を求めて、意見又は説明を聴き、又はこれらの者から資料の提出を求めることができる。

（事務局）

第８条　協議会の事務局は、木更津市経済部農林水産課に置く。

（委任）

第９条　この要綱に定めるもののほか、協議会の運営に関し必要な事項は、会長が別に定める。

附　則

この要綱は、令和３年４月１６日から施行する。

２　木更津市食育推進協議会委員名簿

（敬称略）

所　属	氏　名
木更津市農業協同組合（生活部長）	笹生　恵一郎
高倉農産物直売センター（代表）	岡本　勇
大一木更津青果（株）（代表取締役）	碓井　宏
（株）木更津魚市場（経営企画・人事室長）	石井　美夏
（株）耕す（代表）	江良　慶介
（株）ごはんクリエイト（代表取締役）	野口　利一
きさらづアグリフーズ推進協議会（事務局長）	豊増　洋右
イオンリテール(株)イオンスタイル木更津（販促課長）	鈴木　収
君津木更津医師会（会長）	神田　豊彦
君津木更津歯科医師会（会長）	古谷　隆則
君津保健所管内栄養士協議会（会長）	木内　多佳子
木更津市保育協議会（会長）	平野　弘和
木更津市小中学校長会	藤﨑　仁
小中学校栄養士代表（代表）	廣重　美穂
木更津市社会福祉協議会（事務局長補佐）	上野　順子
千葉県立保健医療大学（健康科学部栄養学科講師）	鈴木　亜夕帆
木更津市ＰＴＡ連絡協議会（副会長）	鳥飼　優子
木更津市食生活改善サポーターの会（会長）	北原　美奈子
木更津市シニアクラブ連合会（副会長）	伊藤　鈴恵

令和３年６月現在

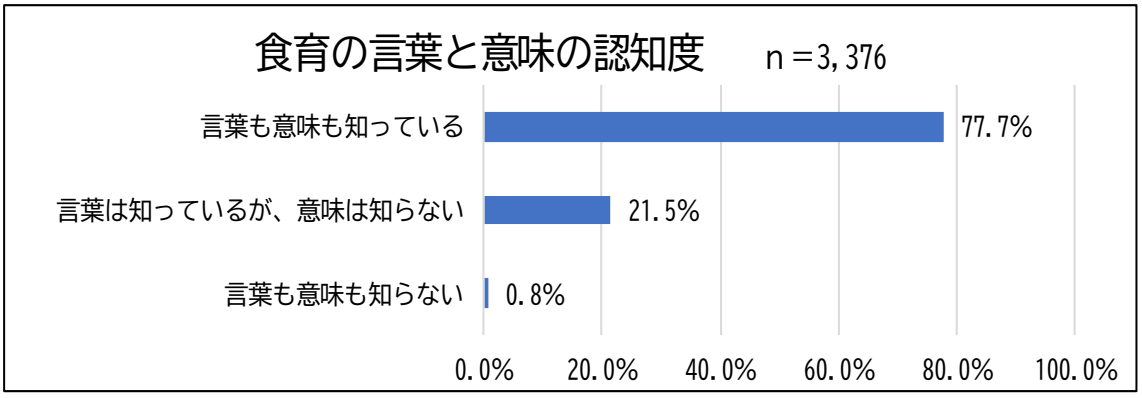
３　「食」を取り巻く現状と課題

１　食育について

「食育」という言葉や意味の認知度

（現状）

市民アンケート調査の結果、『言葉もその意味も知っている』が 77.7%、『言葉は知っているが意味は知らない』が 21.5%、『言葉も意味も知らない』が 0.8%となっています。言葉自体はほぼ全員が知っているものの、意味については全体の 22.3%の方が知らないという状況です。



資料：食育に関する市民アンケート

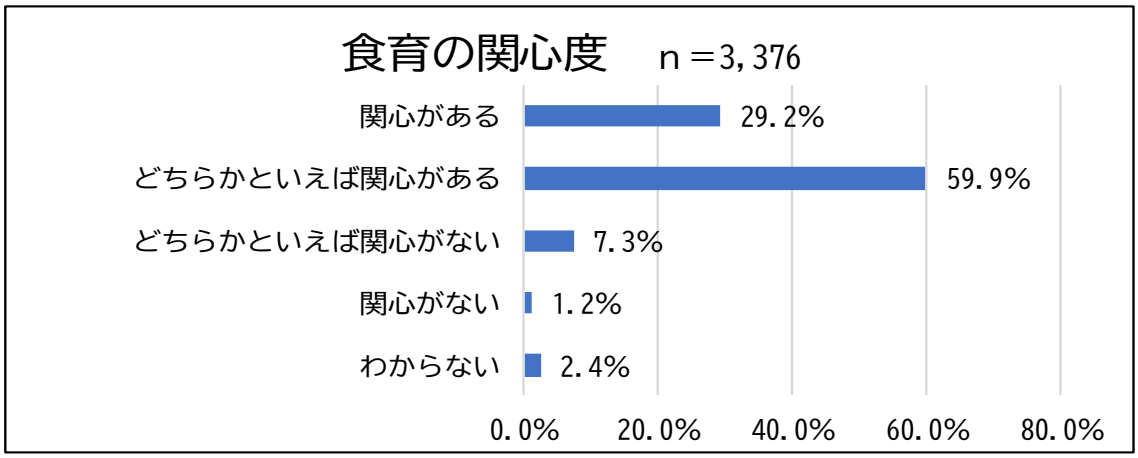
（課題）

各関係機関からの情報発信等を工夫して食育の意味や意義をより明確に示し、全ての市民が理解した上で食育を推進することが重要です。

「食育」への関心度について

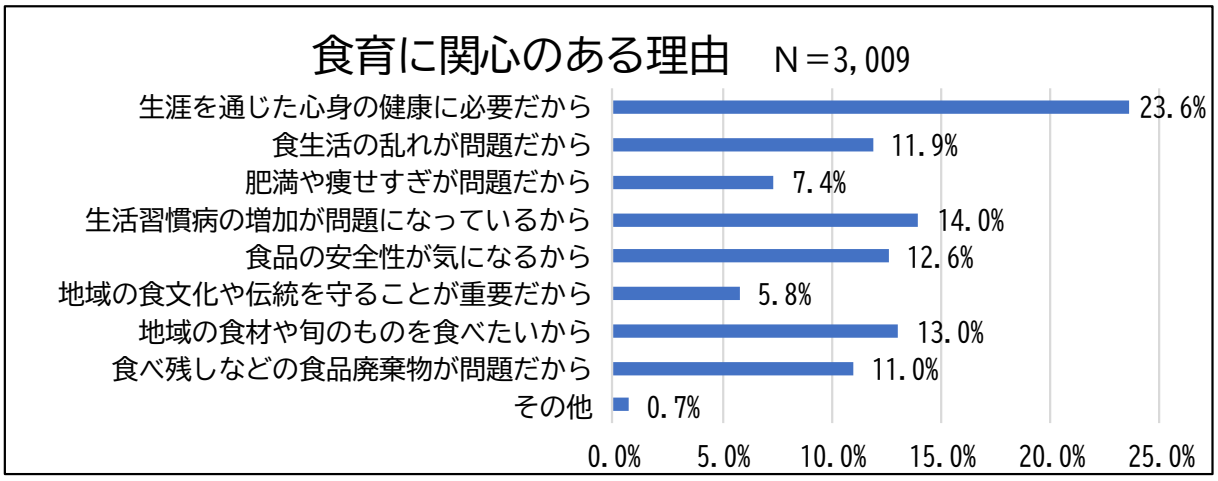
（現状）

市民アンケート調査の結果で、『関心がある』が 29.2%、『どちらかと言えば関心がある』が 59.9%となっています。食育に関心を持っている割合は全体の 9 割と高くなっています。



資料：食に関する市民アンケート

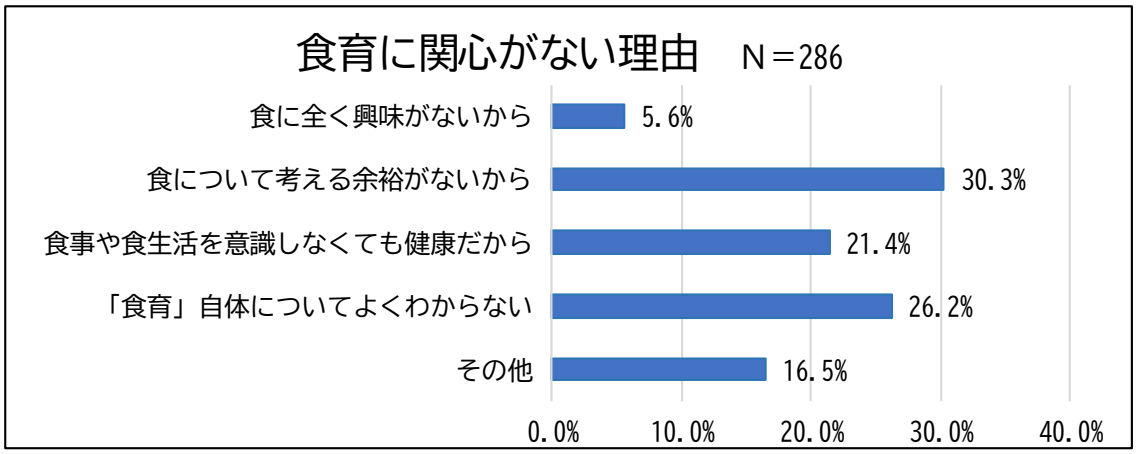
その理由としては『生涯を通じた心身の健康に必要だから』が最も多く、次いで『生活習慣病の増加が問題になっているから』となっています。



（複数回答）　資料：食育に関する市民アンケート

（課題）

市民アンケート調査で 8.5%の方が食育に関心がないと回答し、その理由として考える余裕がない、食育がわからない等が多いことから、自然に食に関心を持つようになれる環境づくりが必要です。

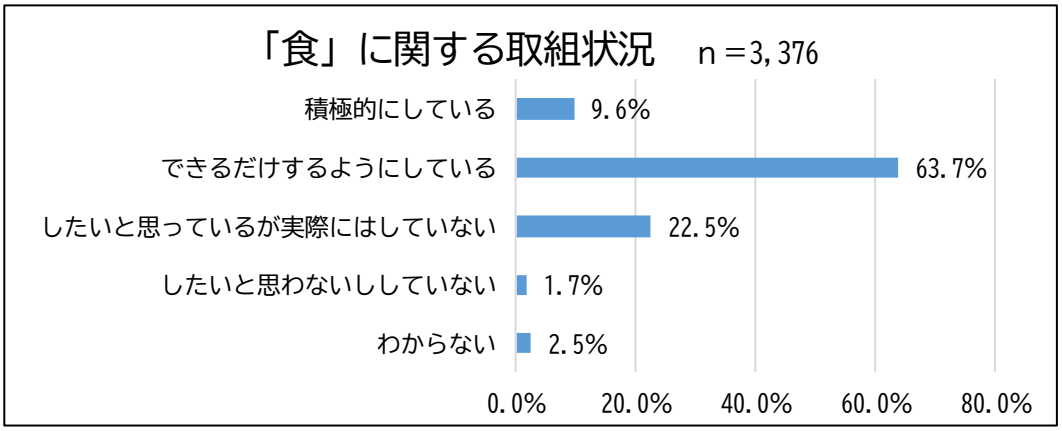


（複数回答）　資料：食育に関する市民アンケート

「食育」の実践度について

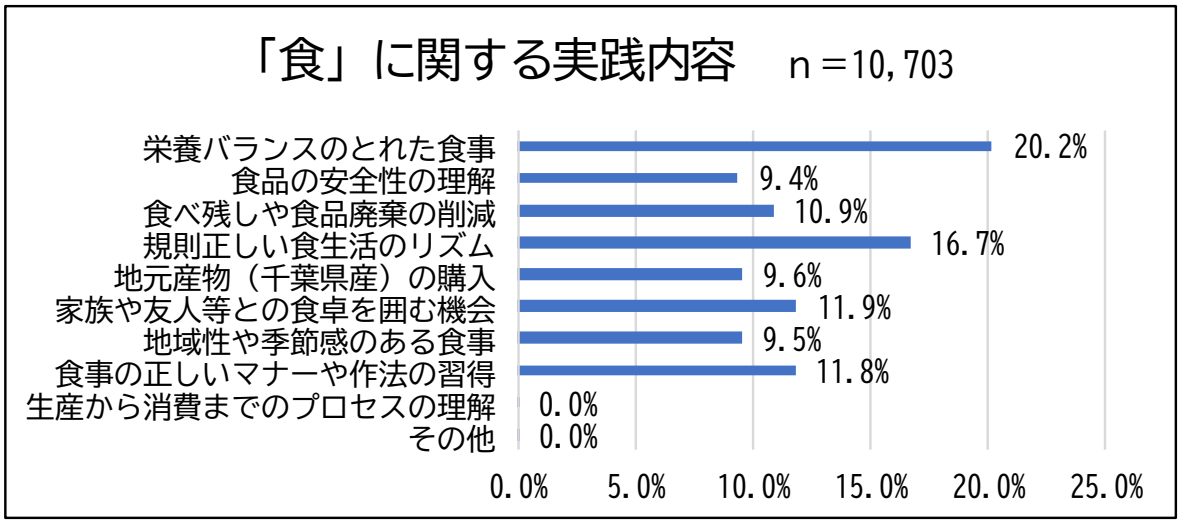
（現状）

市民アンケート調査の結果で、日頃から「食」に関する何らかの取組を『積極的にしている』『できるだけするようにしている』と回答した割合が全体の 73.3%となっています。



資料：食育に関する市民アンケート

具体的な実践内容としては、『栄養バランスの取れた食事』が最も多く、次いで『規則正しい食生活のリズム』となっています。



（複数回答）資料：食育に関する市民アンケート

小中学校においては、各校の計画に基づき、それぞれの実態に沿った食育を進めています。

令和２年度に小中学校に対し行った調査で、望ましい食生活に関する指導を十分に行うことができたと回答した小中学校の割合は 73.3%で、コロナ禍の影響もあり前年比-10.0%とやや低くなっています。

保育施設においては、食育を年間の保育計画の中に位置付け、栽培体験活動や栄養面の指導等、各施設がそれぞれ特色ある実践を継続しています。

（課題）

今後も、各機関において食に関する全体計画を位置付け、計画的に進めていく必要があります。

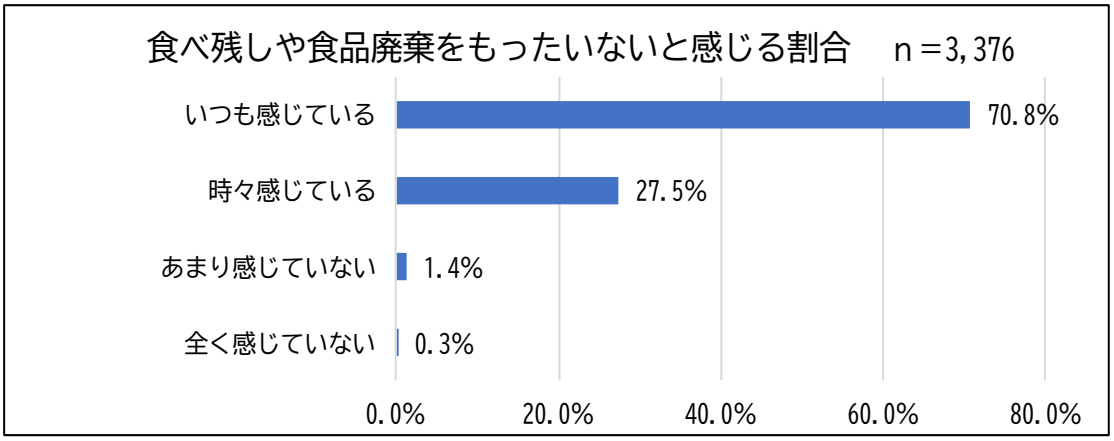
食品廃棄について

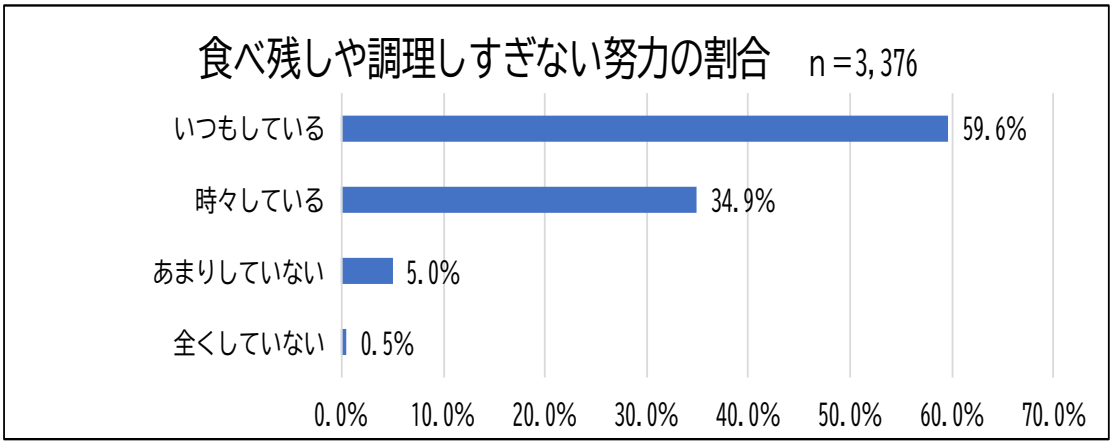
（現状）

市民アンケート調査の結果で、日頃から食べ残しや食品の廃棄が発生していることに「もったいない」と『いつも感じている』『時々感じている』と回答した割合が 98.3%と高い割合を示しています。

また、食べ残しを減らす努力や調理するときに作りすぎないようにと『いつもしている』『時々している』と回答した割合も 94.5%と高い割合を示しています。

このことから、食べ物の廃棄については、「もったいない」という意識の高さがうかがえます。





資料：食育に関する市民アンケート

（課題）

市民アンケート調査の結果から、食品廃棄について高い意識と努力がうかがえることから、引き続き、食品ロス削減に配慮した購買行動などの啓発が必要です。

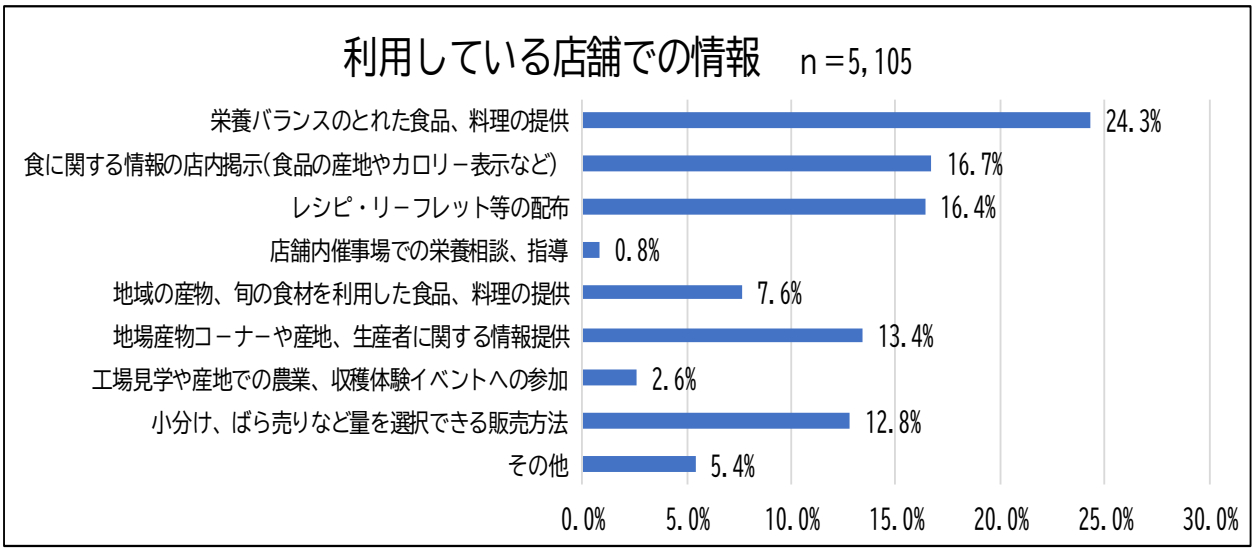
また、堆肥化を含めた食品リサイクルへの取り組みや食品事業者等との連携も必要です。

食料品店等の情報活用について

（現状）

市民アンケート調査の結果で、日頃利用しているスーパーマーケット・食料品店等で多くの方が「食」に関する取組や情報を得ており、『栄養バランスのとれた食品、料理の提供』『食に関する情報の店内掲示（食品の産地やカロリー表示など）』などが高い割合を示しています。

このことから、日頃利用している店舗が「食」に関する情報提供になっている状況がうかがえます。



資料：食育に関する市民アンケート

（課題）

市民アンケート調査の結果から、日頃利用している店舗が「食」に関する情報提供元になっている状況から、事業者との連携強化を通じ、「食育」の普及啓発が必要です。

2　子どもの食生活

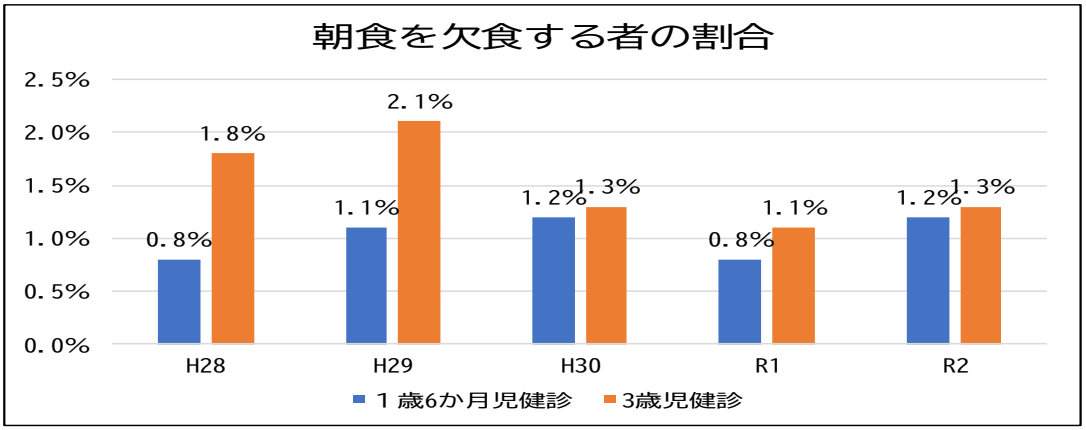
朝食の欠食について

幼児期

（現状）

過去 5 年間の 1 歳 6 か月児・3 歳児健康診査を見ると幼児の欠食は、近年 1.2%前後で推移しています。

保育園では、登園時に車中で食べるなど、生活リズムが整わない家庭の割合が少しずつ増加傾向にあり、朝食の大切さを園児と給食だよりや面談等をとおして保護者に啓発を行っています。



資料：1 歳 6 か月児健康診査票、３歳児健康診査票

（課題）

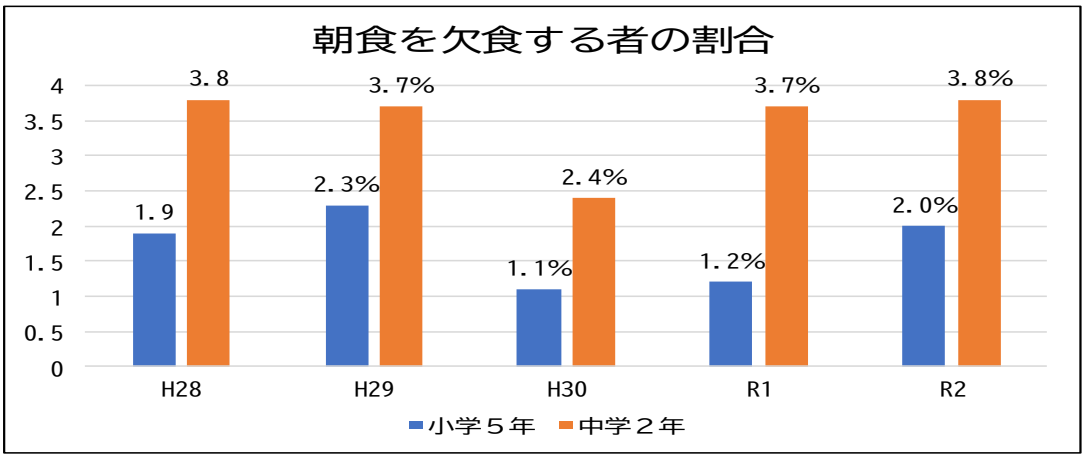
子どもの朝食欠食をなくすことは、栄養バランスに配慮した食生活や基本的な生活習慣を身に付ける観点から非常に重要であるため、引き続き取り組みが必要です。

学童期

（現状）

過去 5 年間の小学 5 年生、中学 2 年生の学校給食実施状況調査を見ると中学生になると増加傾向にあります。

主な欠食の理由は「食べる時間がない」「お腹が空いていない」「朝食を食べる習慣がない」「保護者が起床せず、用意がない」「必要性を感じない」となっています。



資料：学校給食実施状況調査

（課題）

保護者の生活習慣からくる家庭環境に問題があることや児童、生徒自身が朝食の重要性について理解できておらず、生活習慣が乱れる場合もあります。

子どもが自分自身で、朝食の重要性を認識し、整える力を身に付けることも必要です。

共食について

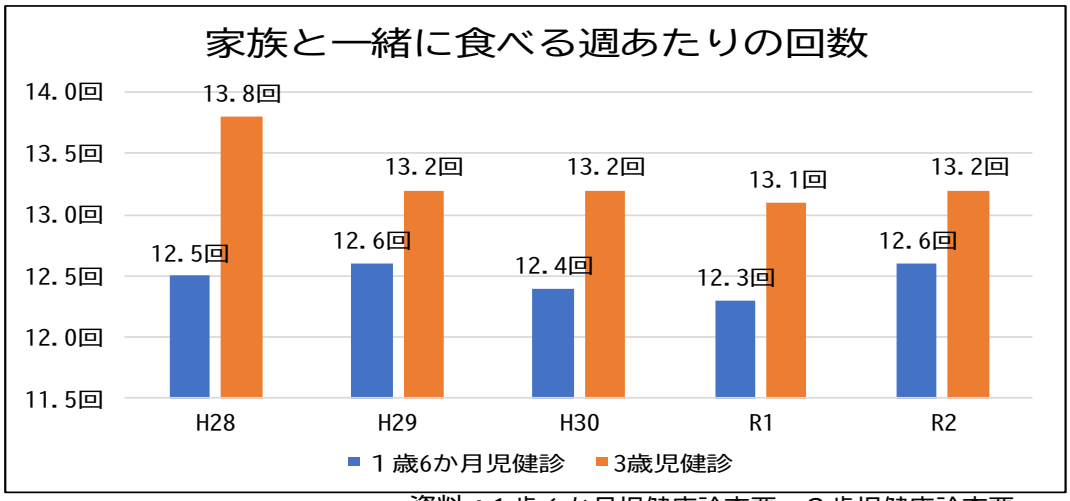
幼児期

（現状）

１週間のうち朝食および夕食を家族で一緒に食べる回数を過去５年間で見ると横ばいで推移しています。

保育園では共食を大切にし、その中で食べることの楽しさを知らせています。

年齢が上がるにつれ、孤食になりがちな家庭もあります。



資料：１歳６か月児健康診査票、３歳児健康診査票

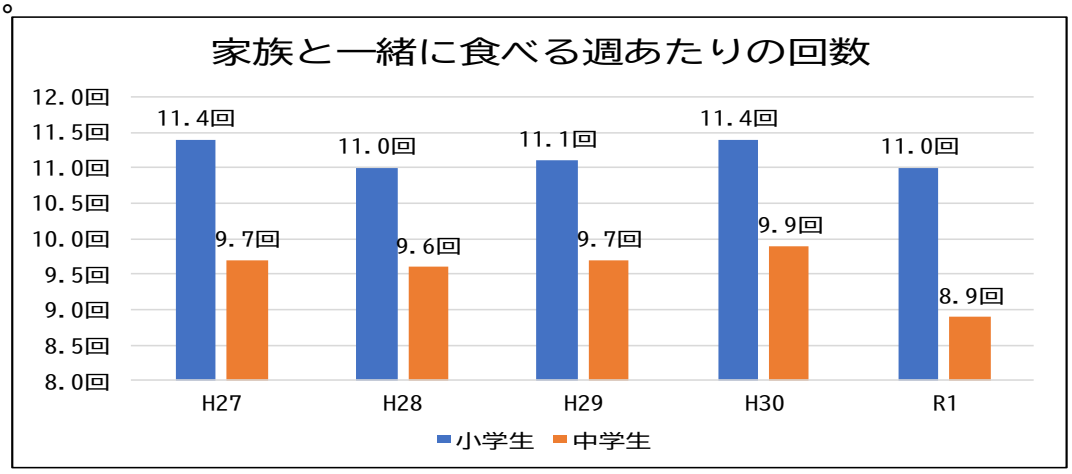
（課題）

食の楽しさを実感するだけでなく、食や生活に関する基礎を伝え、習得する機会となるため、引き続き取組を推進していくことが重要です。

学童期

（現状）

朝食又は夕食を家族で一緒に食べる週当たりの回数は、小学生、中学生いずれも減少傾向にあります。



資料：小中学校　食生活に関するアンケート

（課題）

減少要因として、保護者に朝食の習慣がなく、児童・生徒も就寝時間が遅いなど生活習慣の乱れ等や核家族化の進行、塾やお稽古事で家族との食事の時間が共有できないことがあります。

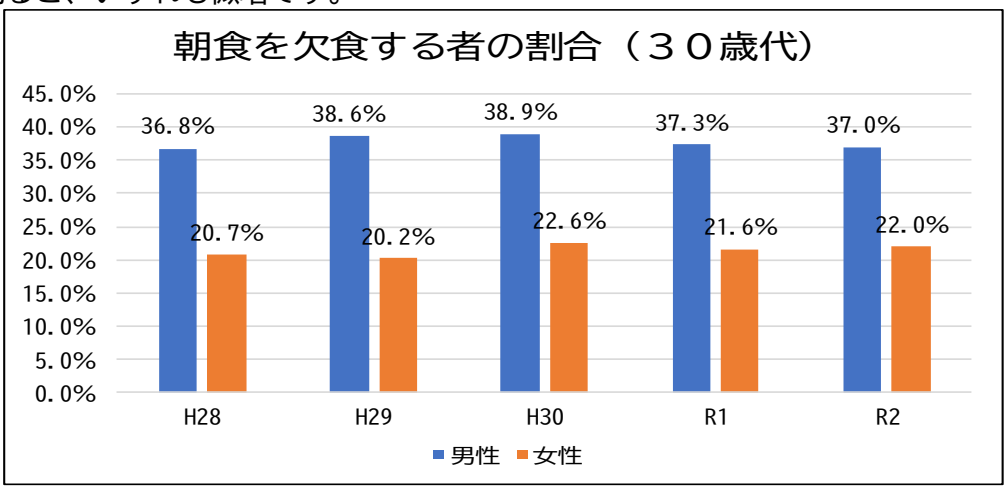
食育の重要性や家族と食事をとりながらコミュニケーションを図る共食を推進啓発する必要があります。

3　成人の食生活

朝食の欠食について

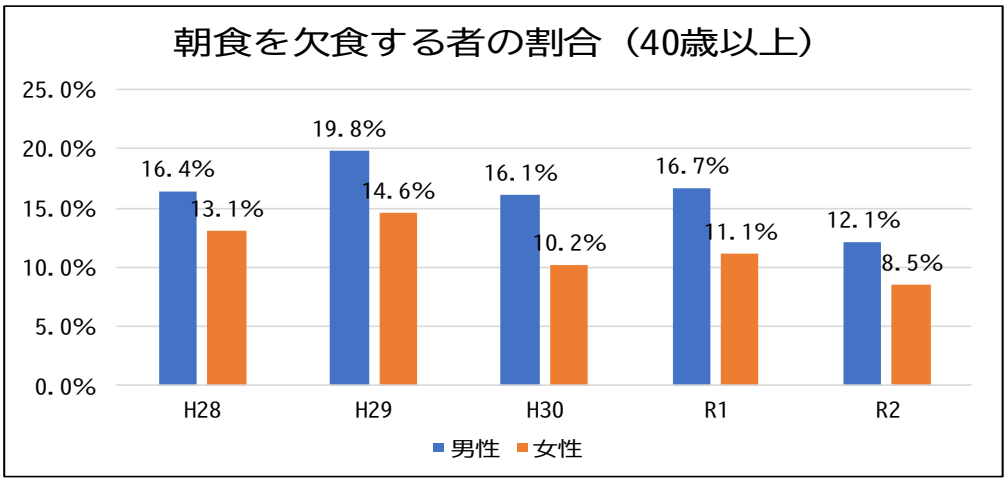
（現状）

30 歳代の若年期健康診査では、令和 2 年度男性 37.0%、女性 22.0%と、過去 5 年間を経年的に見ると、いずれも微増です。



資料：若年期健康診査

40 歳代以上の特定健康診査では、令和 2 年度男性 12.1%、女性 8.5%と、過去 5 年間を経年的に見ると、減少しています。



資料：特定健康診査

高齢者は朝食をとる方が多いですが、栄養面が偏っている場合が多く見受けられます。

各公民館では、「食育」に関する学習プログラムを「家庭教育学級」「高齢者教室」「男の料理教室」「市民健康講座」などに組み入れており、「朝食の欠食」について学ぶ機会を設けているところもあります。

（課題）

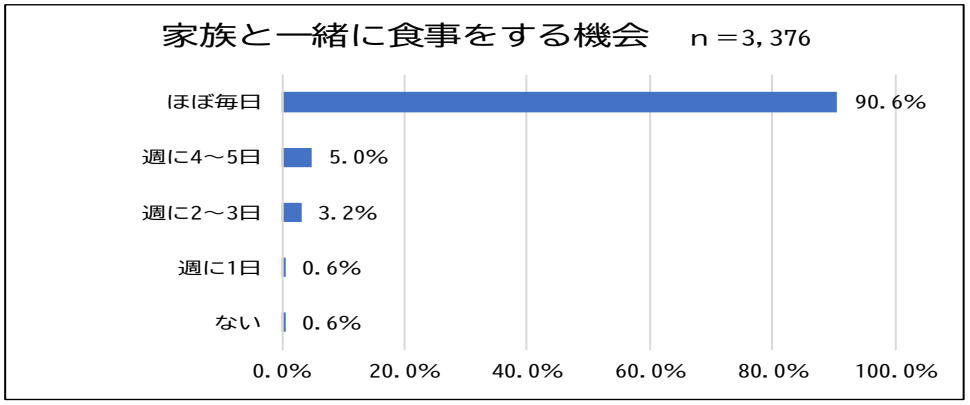
30 歳代の男性は、特に朝食欠食の割合が高く、生活習慣病予防の観点、また、次世代に食育をつなぐ担い手でもあるため、引き続き、朝食欠食を減らす取組が必要です。

また、高齢者は加齢に伴い心身が老い衰えると「フレイル」注)状態となるため、原因のひとつである低栄養注)を予防するためにバランスの取れた食事を３食欠かさず整えることが課題です。

共食について

（現状）

市民アンケートでは「家族と一緒に食事をする機会がありますか」について、「ほぼ毎日」は 90.6%、「週に 4～5 日」は 5.0%、「週に 2～3 日」は 3.2%、「週に 1 日」は 0.6%、「機会がない」は 0.6%でした。



資料：食育に関する市民アンケート

（課題）

「新たな日常」への対応に伴う暮らし方や働き方の変化により、家族と過ごす時間にも変化が見られ、共食の回数を増やす契機の 1 つになると考えられます。共食を通じて、食の楽しさを実感するだけでなく、食や生活に関する基礎を伝え、習得する機会にもなり、引き続き取組を推進していくことが重要です。

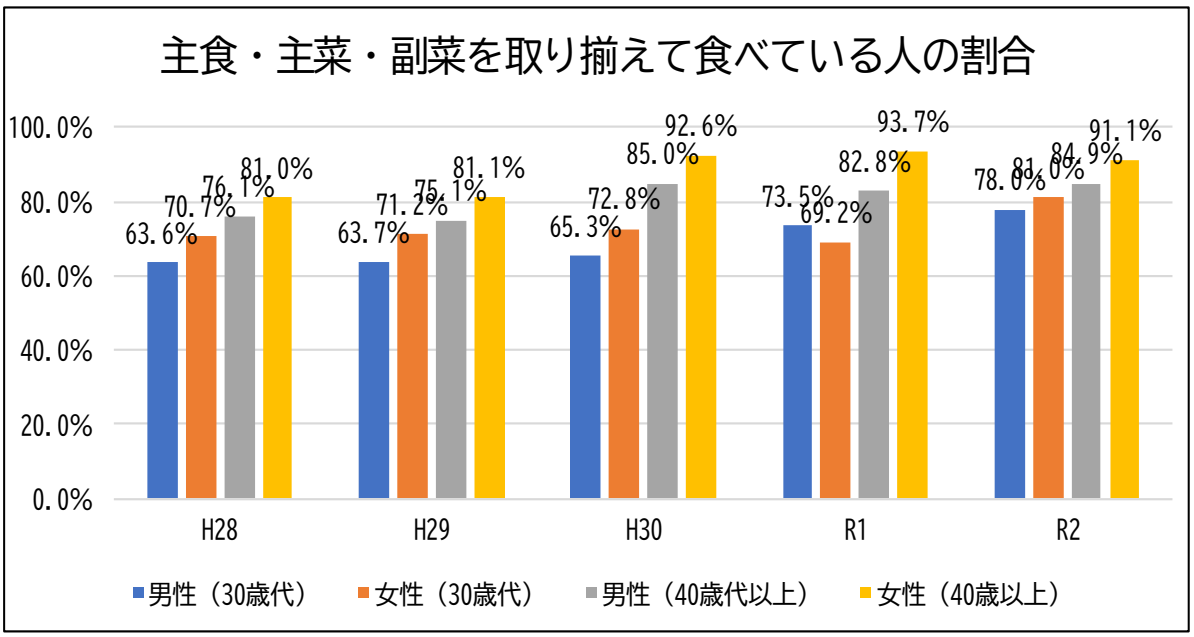
高齢者は共食することにより多様な食品を食べられるという報告もあることから、共食の実践に向けての取組が必要です。

主食・主菜・副菜を３つそろえて食べる頻度

（現状）

令和２年度の若年期健康診査（30 歳代）では、男性 78.0%、女性 81.0%となっており、過去５年間を経年的に見ると、男女ともに増加しています。

また、特定健康診査においては、男性 84.9%、女性 91.1%と、過去５年間でみると、若年期健康診査と同様に増加しています。



資料：若年期健診・特定健診

（課題）

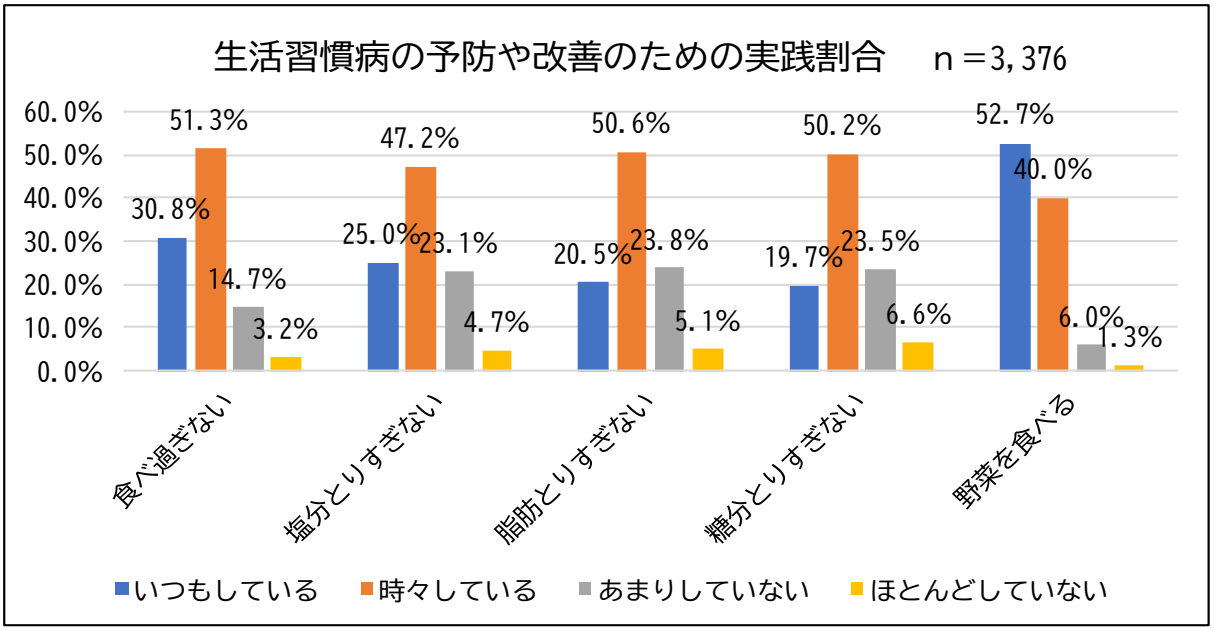
食事全体の栄養バランスをわかりやすく表している「主食・主菜・副菜を組み合わせた食事」について、引き続き啓発し、実践している人を増やしていくことが必要です。

生活習慣病の予防・改善のための食生活の実践

（現状）

市民アンケートでは、野菜をたくさん食べるようにしている方は、約 92%と高く、その他の食べすぎない、塩分をとりすぎない、脂肪（油）の調整、糖分をとりすぎないも 70～82%の方が実践しています。

一方、実践していない方については、野菜は約７%と低いものの、他の項目は約 17～30%となっています。



資料：食育に関する市民アンケート

（課題）

これらの過剰摂取が続くことで発症リスクとなる糖尿病や高血圧症、脂質異常症などの生活習慣病は、症状が進行すると脳血管疾患、心疾患、慢性腎臓病等の様々な合併症を引き起こし、生活の質を低下させることから、日頃から適切な食事管理を中心とした取り組みの推進が必要です。

4 地産地消について

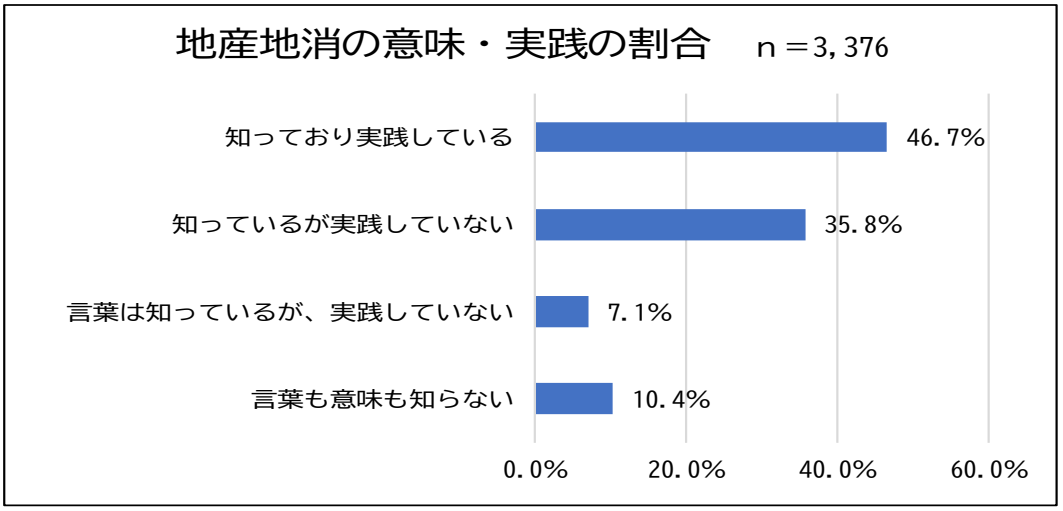
地産地消・地元産農林水産物の購入

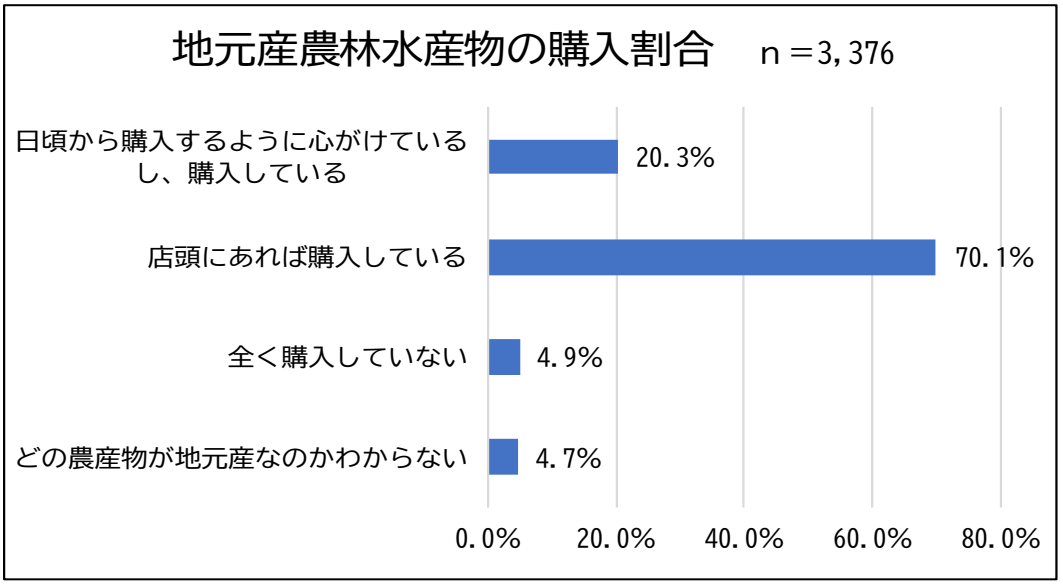
（現状）

市民アンケートでは、地産地消の言葉や意味は、82.5%の方に浸透していますが、地元産農林水産物の購入を実践している方は半数以下の 46.7%となっています。

また、地元産農林水産物の購入を日頃から心掛けている方は、20.3%と低いものの、店頭にあれば購入している方が 70.1%と高くなっています。

一方、地産地消の言葉を知らない方が 10.4%、どの農林水産物が地元産なのかわからない方が 4.7%となっています。





資料：食育に関する市民アンケート

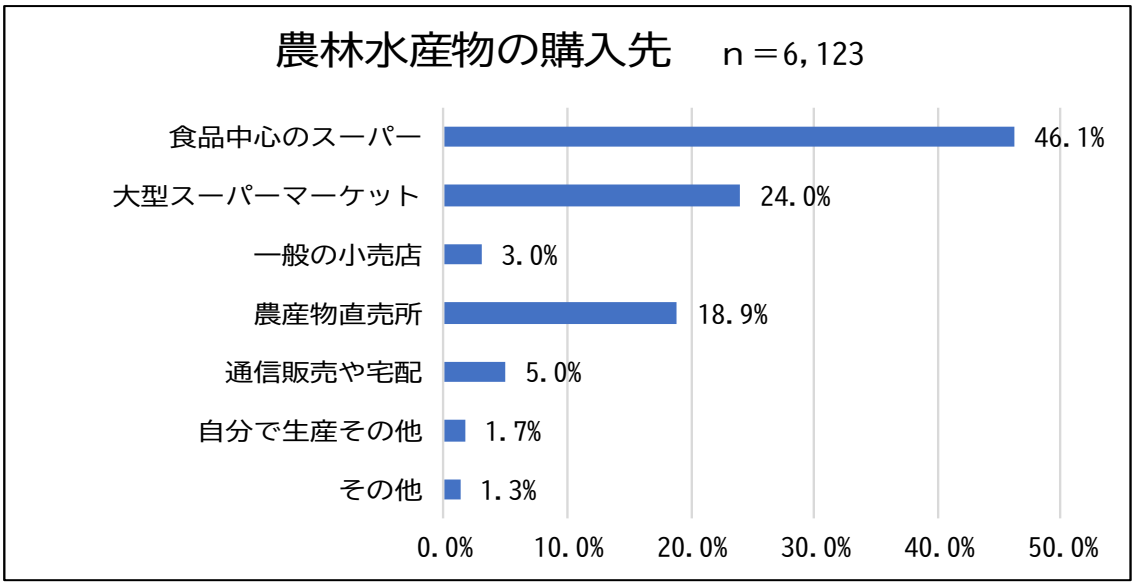
（課題）

地産地消の啓発、地元産農林水産物を取り扱う小売店の増加、表示方法等の工夫が必要です。

食材の購入先

（現状）

市民アンケートでは、食品中心のスーパー、大型スーパーマーケットでの購入が 70.1%と大半をしめています。一方、農産物直売所の利用も 18.9%あります。



資料：食育に関する市民アンケート

（課題）

地元産農林水産物について、市民が購入しやすい店舗を増やすなどの取り組みが必要です。

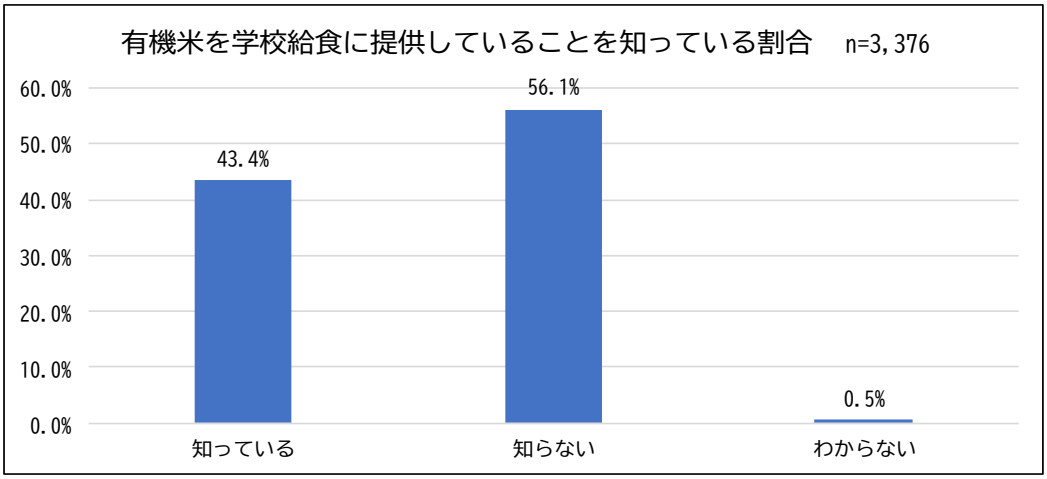
また、地元産農林水産物が購入可能な店舗・場所の周知（地図などでわかりやすく）も必要です。

学校給食について

・有機米の認知度

（現状）

本市では、小中学校の学校給食への提供を目指し、無農薬・無化学肥料によるお米（有機米）の生産を令和元年度から農家の協力で進め、給食だよりや生産者がわかる資料等で周知に努めていますが、56.1%の方に知られていない状況です。



資料：食育に関する市民アンケート

（課題）

今後、さらなる周知啓発と小中学校で農業体験や種まきから収穫までの食農教育等の体験を食べることと関連付ける機会が必要です。

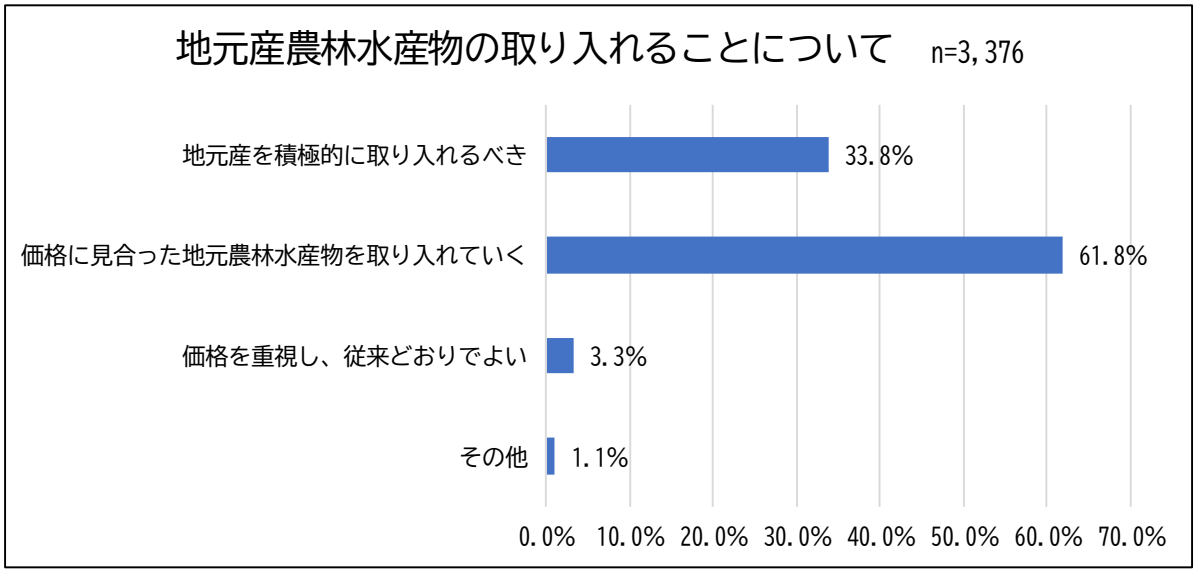
・地元農林水産物の取入れ

（現状）

木更津産を優先に近隣市、県内産、国内産、外国産の順に注文しています。

地域直売所から事前に野菜の生産情報を基に献立に取り入れている小学校もありますが、給食食材費は保護者負担となっていることから予算額が優先となっています。

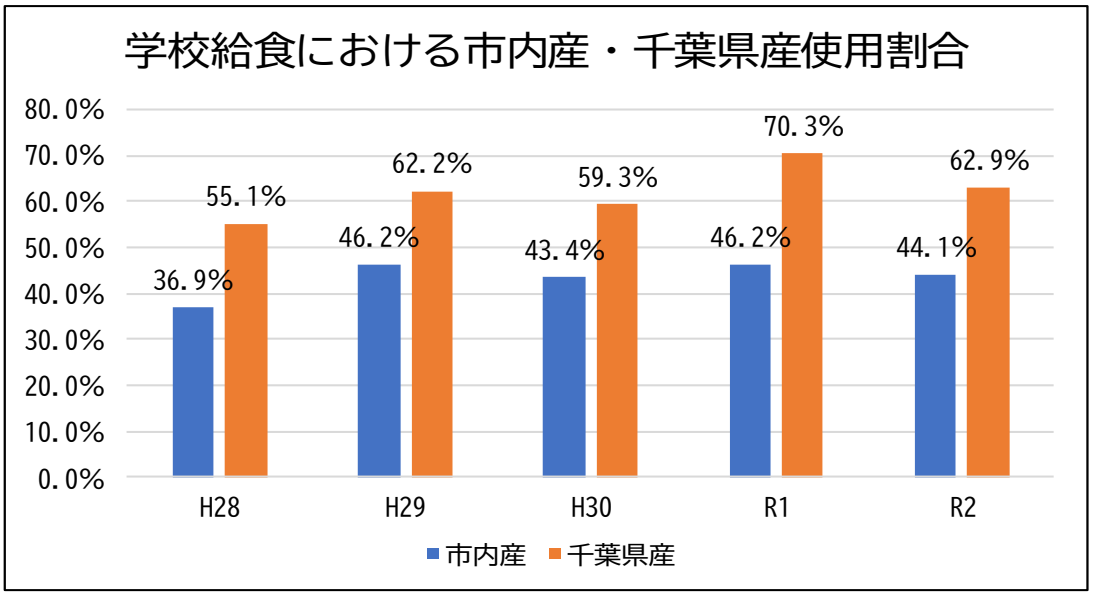
市民アンケートでは、61.8%の方が価格（予算）に見合った地元産農林水産物を取り入れていくことを望んでいます。



資料：食育に関する市民アンケート

（課題）
　価格（予算）に見合った地元産農林水産物を取り入れていくためには、地元産購入のルートづくりや農林水産物を有効利用する規格づくりなど、生産者・市が安心して出荷・購入できるシステムの構築が必要です。
　また、既存の給食施設は衛生面から生野菜等の使用が難しいため、施設の整備が課題です。

・地元産農林水産物（市内産・千葉県産）の使用割合
（現状）
　学校給食に提供する食材の使用割合は市内産 44%前後、千葉県産 64%前後で推移しています。



資料：学校給食用食材料調査

（課題）
　保護者からの給食費は、給食食材費のみに充てているため、基本的には生産地より金額が優先となりますので、今後、市内産農林水産物の旬・安定供給量を見極めたうえで、種類（品目）を増やすのか、量（使用量）を増やすのか検討する必要があります。
　また、地元産農林水産物を受け入れしやすい施設を整備していくことも必要です。

４　食に関する市民アンケート調査結果

実施期間	令和３年５月２５日～６月１５日
実施方法	市ホームページを活用したインターネット
周知方法	市民・・・市 HP、市公式アプリ、市安心・安心メール 小中学校保護者・・・学校を通じ、文書で依頼
回答者	３，３７６人
プレゼント応募者数	１，７２０人

【設問】

あなた自身のことについて、おたずねします。

Ｑ１　あなたの性別を教えてください。（答えは１つ）

１	男　性	342 人	10.1%
２	女　性	3,027 人	89.7%
３	その他	7 人	0.2%
計		3,376 人	100%

Ｑ２　あなたの年齢を教えてください。（答えは１つ）

１	10 歳代	54 人	1.6%
２	20 歳代	90 人	2.7%
３	30 歳代	1,191 人	35.3%
４	40 歳代	1,759 人	52.1%
５	50 歳代	241 人	7.1%
６	60 歳代	32 人	0.9%
７	70 歳代	9 人	0.3%
８	80 歳代	0 人	0.0%
計		3,376 人	100%

Ｑ３　あなたの職業を教えてください。（答えは１つ）

１	自営業	159 人	4.7%
２	会社員	740 人	21.9%
３	公務員	226 人	6.7%
４	契約社員・派遣社員	87 人	2.6%
５	パート・アルバイト	1,241 人	36.8%
６	家事専業	772 人	22.9%
７	学生	59 人	1.7%
８	無職	40 人	1.2%
９	その他	52 人	1.5%
計		3,376 人	100%

Ｑ４　あなたの住んでいる小学校区を教えてください。（答えは１つ）

１	第一	229 人	6.8%
２	第二	253 人	7.5%
３	東清	17 人	0.5%
４	西清	101 人	3.0%
５	南清	271 人	8.0%
６	清見台	221 人	6.5%
７	祇園	278 人	8.2%
８	岩根	146 人	4.3%
９	高柳	144 人	4.3%
10	金田	150 人	4.4%
11	中郷	36 人	1.1%
12	富来田	83 人	2.5%
13	鎌足	50 人	1.5%
14	波岡	141 人	4.2%
15	畑沢	340 人	10.1%
16	請西	255 人	7.5%
17	八幡台	259 人	7.7%
18	真舟	402 人	1.9%
計		3,376 人	100%

Ｑ５　あなたは市内小・中学生の保護者ですか。（答えは１つ）

１	はい	3,197 人	94.7%
２	いいえ	179 人	5.3%
計		3,376 人	100%

Ｑ６　あなたは「食育」という言葉やその意味を知っていますか。（答えは１つ）

１	言葉もその意味も知っている	2,623 人	77.7%
２	言葉は知っているが、意味は知らない	727 人	21.5%
３	言葉も意味も知らない	26 人	0.8%
計		3,376 人	100%

Ｑ７　あなたは食育に関心がありますか。（答えは１つ）

１	関心がある	987 人	29.2%
２	どちらかといえば関心がある	2,022 人	59.9%
３	どちらかといえば関心がない	246 人	7.3%
４	関心がない	40 人	1.2%
５	わからない	81 人	2.4%
計		3,376 人	100%

Ｑ８　Ｑ７で「関心がある」「どちらかといえば関心がある」と回答した方にお聞きします。あなたが食育に関心がある理由は何ですか。（複数回答可）

１	生涯を通じた心身の健康に必要だから	2,319 人	23.7%
２	食生活の乱れが問題だから	1,163 人	11.9%
３	肥満や痩せすぎが問題だから	722 人	7.4%
４	生活習慣病の増加が問題になっているから	1,371 人	14.0%
５	食品の安全性が気になるから	1,233 人	12.6%
６	地域の食文化や伝統を守ることが重要だから	566 人	5.8%
７	地域の食材や旬のものを食べたいから	1,279 人	13.0%
８	食べ残しなどの食品廃棄物が問題だから	1,077 人	11.0%
９	その他	74 人	0.8%

Q９　Ｑ７で「関心がない」「どちらかといえば関心がない」と回答した方にお聞きします。あなたが食育に関心がない理由は何ですか。（複数回答可）

１	食に全く興味がないから	22 人	5.6%
２	食について考える余裕がないから	119 人	30.3%
３	食事や食生活を特に意識しなくても健康だから	84 人	21.4%
４	「食育」自体についてよくわからないから	103 人	26.2%
５	その他	65 人	16.5%

Q10　あなたは、日頃から「食」に関する何らかの取組をしていますか。（答えは１つ）

１	積極的にしている。	325 人	9.6%
２	できるだけするようにしている	2,152 人	63.7%
３	したいと思っているが実際にはしていない	760 人	22.5%
４	したいと思わないししていない	56 人	1.7%
５	わからない	83 人	2.5%
計		3,376 人	100%

Q11　「Q10」で「積極的にしている」「できるだけするようにしている」と答えた方にお聞きします。日頃、実際にしていることについて、選んでください。（複数回答可）

１	栄養バランスのとれた食事	2,180 人	20.2%
２	食品の安全性の理解	1,013 人	9.4%
３	食べ残しや食品廃棄の削減	1,173 人	10.9%
４	規則正しい食生活のリズム	1,800 人	16.7%
５	地元産物（千葉県産）の購入	1,030 人	9.6%
６	家族や友人等との食卓を囲む機会	1,281 人	11.9%
７	地域性や季節感のある食事	1,029 人	9.5%
８	食事の正しいマナーや作法の習得	1,272 人	11.8%
９	生産から消費までのプロセスの理解	3 人	0.0%
10	その他	2 人	0.0%

Q12　あなたは朝食を食べていますか。（答えは１つ）

１	毎日食べる	2,847 人	84.3%
２	週に５～６日食べる	161 人	4.8%
３	週に３～４日食べる	131 人	3.9%
４	週に 1～2 日食べる	116 人	3.4%
５	食べない	121 人	3.6%
計		3,376 人	100%

Q13　あなたは家庭で料理をしていますか。（答えは１つ）

１	ほぼ毎日	2,694 人	79.8%
２	週に 4～5 日	339 人	10.0%
３	週に 2～3 日	174 人	5.2%
４	ほとんどしていない	169 人	5.0%
計		3,376 人	100%

Q14　あなたは、「主食」「主菜」「副菜」を３つそろえて食べることが１日２回以上の日は週に何日ありますか。（答えは１つ）

１	ほとんど毎日	1,356 人	40.2%
２	週に 4～5 日	1,047 人	31.0%
３	週に 2～3 日	707 人	20.9%
４	ほとんどない	266 人	7.9%
計		3,376 人	100%

Q15　生活習慣病の予防や改善のため、あなたは普段から①～⑤のことをどの程度実践していますか。（あてはまるものをそれぞれ１つ選んでください）

①食べすぎないようにしている（エネルギーを調整している）

１	いつもしている	1,039 人	30.8%
２	時々している	1,734 人	51.3%
３	あまりしていない	496 人	14.7%
４	ほとんどしていない	107 人	3.2%
計		3,376 人	100%

②塩分をとりすぎないようにしている（減塩をしている）

１	いつもしている	843 人	25.0%
２	時々している	1,594 人	47.2%
３	あまりしていない	781 人	23.1%
４	ほとんどしていない	158 人	4.7%
計		3,376 人	100%

③脂肪（あぶら）分の量と質を調整している

１	いつもしている	692 人	20.5%
２	時々している	1,709 人	50.6%
３	あまりしていない	804 人	23.8%
４	ほとんどしていない	171 人	5.1%
計		3,376 人	100%

④甘いものを（糖分）をとりすぎないようにしている

１	いつもしている	664 人	19.7%
２	時々している	1,694 人	50.2%
３	あまりしていない	793 人	23.5%
４	ほとんどしていない	225 人	6.6%
計		3,376 人	100%

⑤野菜をたくさん食べるようにしている

１	いつもしている	1,781 人	52.7%
２	時々している	1,349 人	40.0%
３	あまりしていない	202 人	6.0%
４	ほとんどしていない	44 人	1.3%
計		3,376 人	100%

Q16　「Q15」で「あまりしていない」「ほとんどしていない」とお答えの方にお聞きします。（あてはまるものすべてお答えください）

１	自分の健康に自信がある	60 人	3.9%
２	病気の自覚症状がない	196 人	12.8%
３	病気になってから治療すればよい	14 人	0.9%
４	生活習慣を改善することがストレスになる	228 人	14.8%
５	生活習慣を改善する時間的ゆとりがない	398 人	25.9%
６	生活習慣を改善する経済的ゆとりがない	200 人	13.0%
７	社会的な環境（運動施設、栄養成分表示がないなど）が整っていない	42 人	2.7%
８	面倒だから取り組まない	226 人	14.7%
９	あてはまるものがない	106 人	6.9%
10	わからない	66 人	4.3%

食の安心・安全分野についておたずねします。

Q17　あなたは、食品を購入する際に特に意識していることは何ですか。（答えは２つまで）

1	地元産や国産であること	1,927 人	22.6%
2	おいしさ	1,347 人	15.8%
3	価格	2,365 人	27.7%
4	成分表示	520 人	6.1%
5	安全性	1,250 人	14.6%
6	栄養バランス	723 人	8.5%
7	エネルギー量（カロリー）	293 人	3.4%
8	特に意識していない	79 人	0.9%
9	その他	34 人	0.4%

Q18　あなたは、食品を購入する際に安全性をどのように判断していますか。（答えは２つまで）

1	色、つやなど見た目はどうか	1,873 人	21.1%
2	においや変な感触がないか	842 人	9.5%
3	生産者や製造業者はだれか	798 人	9.0%
4	信頼できる販売店舗かどうか	647 人	7.3%
5	国産品か輸入品か	1,884 人	21.2%
6	賞味期限や品質期限はいつか	1,760 人	19.8%
7	認証マークが添付されているか	103 人	1.2%
8	食品添加物の使用状況はどうか	745 人	8.4%
9	有機栽培など特別な栽培方法か	195 人	2.2%
10	その他	30 人	0.3%

Q19　あなたは、安全な食生活を送ることについてどの程度意識していますか。（答えは１つ）

1	いつも意識している	632 人	18.7%
2	意識している	2,058 人	61.0%
3	あまり意識していない	609 人	18.1%
4	全く意識していない	32 人	0.9%
5	わからない	45 人	1.3%
計		3,376 人	100%

食事の環境や食文化についておたずねします。

Q20　あなたは、家族と一緒に食事をする機会がありますか。（答えは１つ）

1	ほぼ毎日	3,059 人	90.6%
2	週に 4～５日	169 人	5.0%
3	週に 2～3 日	108 人	3.2%
4	週に１日	21 人	0.6%
5	ない	19 人	0.6%
計		3,376 人	100%

Q21　あなたは郷土料理や伝統料理など、地域や家庭で受け継がれてきた料理や味、箸づかいなどの食べ方・作法を受け継いでいますか。（答えは１つ）

1	受け継いでいる	1,738 人	51.5%
2	受け継いでいない	771 人	22.8%
3	わからない	867 人	25.7%
計		3,376 人	100%

農業・漁業・商業の分野について、おたずねします。

Q22　あなたは、地元（千葉県産）で生産させた農林水産物を地域で消費する「地産地消」の言葉や意味を知っていますか。（答えは１つ）

１	言葉も意味も知っており、実践（地元産を購入）している	1,576 人	46.7%
２	言葉も意味も知っているが、実践していない	1,209 人	35.8%
３	言葉は知っている（聞いたことがある）が、意味は知らない	240 人	7.1%
４	言葉も意味も知らない（聞いたことがない）	351 人	10.4%
計		3,376 人	100%

Q23　あなたは、地元産（千葉県産）の農作物を購入していますか。（答えは１つ）

１	日頃から購入するように心がけているし、実際購入している	685 人	20.3%
２	店頭にあれば購入している	2,367 人	70.1%
３	全く購入していない	167 人	4.9%
４	どの農産物が地元産なのかがわからない	157 人	4.7%
計		3,376 人	100%

Q24　あなたは、野菜や魚など農産物をどこで入手しますか。（答えは２つまで）

１	食品中心のスーパー	2,825 人	46.1%
２	大型スーパーマーケット	1,468 人	24.0%
３	一般の小売店	186 人	3.0%
４	農産物直売所	1,157 人	18.9%
５	通信販売や宅配	305 人	5.0%
６	自分で生産	101 人	1.7%
７	その他	81 人	1.3%

Q25　木更津市では、小中学校の学校給食への提供を目指し、無農薬・無化学肥料によるお米（有機米）の生産を農家の協力で進めていることを知っていますか。（答えは１つ）

１	知っている	1,464 人	43.4%
２	知らない	1,893 人	56.1%
３	その他	19 人	0.5%
計		3,376 人	100%

Q26　有機米の他、有機栽培を含む野菜など、地元産（千葉県産）の農畜産物を小中学校の学校給食に取り入れることについて、どのように思いますか。（答えは１つ）

１	地元産を積極的に取り入れるべき。食材費の上昇分は市の負担も仕方ない	1,142 人	33.8%
２	価格に見合った地元産農産物を取り入れていく。	2,086 人	61.8%
３	価格を重視し、従来どおりでよい	112 人	3.3%
４	その他	36 人	1.1%
計		3,376 人	100%

Q27　あなたは、スーパーマーケット・食料品店や飲食店等での取り組みや情報で、利用しているものはありますか。（あてはまるものすべてお答えください）

１	栄養バランスのとれた食品、料理の提供	1,241 人	24.3%
２	食に関する情報の店内掲示（食品の産地やカロリー表示など）	854 人	16.7%
３	レシピ・リーフレット等の配布	834 人	16.4%
４	店舗内催事場での栄養相談、指導	42 人	0.8%
５	地域の産物、旬の食材を利用した食品、料理の提供	390 人	7.6%
６	地場産物コーナーや産地、生産者に関する情報提供	685 人	13.4%
７	工場見学や産地での農業、収穫体験イベントへの参加	132 人	2.6%
８	小分け、ばら売りなど量を選択できる販売方法	654 人	12.8%
９	その他	273 人	5.4%

食品、食べ物の廃棄に関する分野について、おたずねします。

Q28　あなたは食品産業や家庭において、食べ残しや食品の廃棄が発生していることに関して、日頃から「もったいない」と感じていますか。（答えは１つ）

1	いつも感じている	2,391 人	70.8%
2	時々感じている	929 人	27.5%
3	あまり感じていない	48 人	1.4%
4	全く感じていない	8 人	0.3%
計		3,376 人	100%

Q29　あなたは食べ残しを減らす努力や調理するときに作りすぎないようにしていますか。（答えは１つ）

1	いつもしている	2,012 人	59.6%
2	時々している	1,179 人	34.9%
3	あまりしていない	168 人	5.0%
4	全くしていない	17 人	0.5%
計		3,376 人	100%

Q30　今後、木更津市が食育を推進するにあたって、ご意見やご要望がありましたら、ご記入ください。（自由記述）

・農業体験を通じた、地元産品への愛着を育むことが大事だと思います。
・食の安全性が高まるような、計画にして頂けることを希望します。
・とても良い取り組みだと思います。
・学校給食にもっと力を入れて取り組むと良い。
・給食で人気のあるメニューのレシピを定期的に配信して頂きたいです。
・子どもたちが、お米や野菜など農業の現場や、食料加工品の工場、給食センター等へ行き、どのように作られているのか見学、体験したり、従事する方のお話を聞くなどして、学ぶ機会がもっと増えるといいと思います。
・自分で栽培することで、植物の成長過程を学習し、子供が嫌いだった食材が食べられる様になったことがあります。子供の頃の教育が大事だと思います。子供達に体験を通した食育をお願いします。
・小学校の給食が、保育園の給食に比べると劣っていると感じる。内容の工夫をしていただきたい。
・地産地消が進み、学校給食費が少しでも抑えられたらありがたいです。

など、６３５人の方からご意見等をいただきました。

協力ありがとうございました。

５　用語説明

【あ】

◇栄養教諭

学校における食育の推進の中核的な役割を担う立場として、平成 17 年に設けられた。職務として、食に関する指導（児童生徒の個別指導、学級担任等と連携した集団指導、職員、家庭、地域の連絡調整）と給食管理（栄養管理、衛生管理、検食、物資管理等）を一体のものとして行う。

【か】

◇学校栄養職員

学校に勤務する栄養士であり、学校給食指導、調理従事者や施設等の衛生管理、学校給食の検食、学校給食用の物資の選定、購入、検収、保管及び学校給食の食事内容や児童生徒の食生活の改善に関わる調査研究等を行うことを職務とする。

◇郷土料理

その地域に根付いた産物を使い、その地域独自の調理方法で作られ、地域で広く伝承されている地域固有の料理。

◇欠食

食事をとらないこと。

◇口腔機能

食べ物を食べる（口に取り込む、噛む、味わう、飲み込む）、話す、笑う（豊かな表情）などの口が担う機能の総称。

◇誤嚥（ごえん）

食べたり、飲んだりしようしたときに、飲食物が誤って食道ではなく、気管に入ってしまうこと。

◇子ども食堂

子どもやその親、および地域の人々に対し、無料または安価で栄養のなる食事や温かな団らんを提供するための社会活動。

【さ】

◇シュガーコントロール

むし歯の原因の一つである糖分の摂取をコントロールすることで、むし歯菌の栄養を減らし、繁殖を抑えること。糖分をとる量、食べるのに要する時間、食べるタイミングの３要素に着目して取り組む必要がある。

◇主菜

たんぱく質の供給源である肉、魚、卵、大豆製品等を主材料とする料理。

◇主食

炭水化物等の供給源である米、パン、麺を主材料とする料理。

◇旬産旬消

露地栽培の農産物など、旬の時期に消費すること。
暖房に燃料を使うハウス栽培より、生産段階での二酸化炭素排出量が少なく、環境への負荷を減らすことができるとされている。

◇食育基本法

国民一人一人が食への意識を高め、健全な食生活で心身を培い、豊かな人間性を育むことを目的に平成 17 年 7 月に施行。

◇食育コンシェルジュ
「食育の案内役」として、郷土料理などの食に関する知識や安心・安全な食を選ぶ力、食事のマナーや調理方法など、広い視野を持ち、公民館（地域）・学校等での食育活動、市 HP や地域等での広報活動を行う。

◇食育推進基本計画
食育基本法に基づき、食育の推進に関する施策の総合的かつ計画的な推進を図るため、国の食育推進会議が作成し、施策についての基本的な方針や目標等を定めるもので、5年ごとに作成されています。

◇食育ピクトグラム
「食育」を多くの方に身近なものとして感じ、実践してもらうことを目的として、わかりやすいキャッチコピーとマークを組み合わせ 12 個のピクトグラムに表現しています。

◇食品関連事業者
食品の製造、加工、流通、販売、食事の提供等を行う事業者及び関係団体

◇食品表示法
食品衛生法、JAS 法及び健康増進法の３つの法律の食品表示に係る規定を一元化したもの

◇食品ロス
まだ食べられるのに廃棄される食品のこと。

◇咀しゃく
食物を歯で噛み砕き、唾液を分泌させて食物とよく混ぜ合わせ、飲み込みやすくすること。

【た】
◇地産地消
地元で生産されたものを地元で消費する。

◇地産地消推進協力店
地産地消に取り組む農畜産物直売所、飲食店、食品卸事業者を、消費者にわかるように認証する制度。

◇低栄養
体を構成する「たんぱく質」と活動するための「エネルギー」が不足した状態。高齢期は、食が細くなりやすく、また、咀しゃくや飲み込み機能が低下するなど、食事の量が少なくなり低栄養になりやすい。

◇適正体重
日本肥満学会では、成人の BMI が 22 を適正体重（標準体重）とし、統計的にみて最も病気になりにくい体重とされている。子どもには別の指数がある。
BMI(肥満度)＝体重（kg）÷身長（m）÷身長（m）
BMI　25.0 以上は肥満、18.5 未満はやせ。

◇伝統食
古くから受け継がれてきた特徴的な食べ物や料理。

◇特別栽培農産物
その農産物が生産された地域の慣行レベル（各地域の慣行的に行われている節減対象農薬及び化学肥料の使用状況）に比べて、節減対象農薬の使用回数が 50%以下、化学肥料の窒素成分量が 50%以下で栽培された農産物。

【な】

◇中食（なかしょく）

持ち帰りの総菜や弁当、出前など、家庭外で調理された食品を家庭内でとる食事形態。家庭で素材から調理する意味の「内食」、飲食店などが外出先で食事をする意味の「外食」との中間にある食事形態として「中食」といわれている。

◇日本型食生活

昭和 50 年代ごろの食生活のこと。ごはんを主食としながら、主菜・副菜に加え、適度に牛乳・乳製品や果物が加わった、バランスのとれた食事のこと。

【は】

◇バーチャルウォーター（仮想水）

輸入される農作物や食料品の生産に必要な水の量を推定した数値で、農産物の輸入によって水も輸入していることになるという考え方。

◇フードドライブ

各家庭で使い切れない未使用食品を持ち寄り、それらを地域の福祉施設・団体などに寄贈する活動を言います。

◇フードバンク

主に企業や農家から発生する、まだ十分食べられるのに余っている食品を寄贈してもらい、食べ物を必要としている人のもとへ届ける活動及び団体を言います。

◇フードマイレージ

消費者の口に入るまでに、食料がどれくらいの距離を運ばれてきたかを「輸送量×輸送距離」で表したもの。食料の輸入が地球環境に与える負荷を見える化できる。

◇副菜

ビタミン、ミネラル、食物繊維等の供給源である野菜、いも、豆類（大豆を除く）、きのこ、海藻等を主材料とする料理。

◇フレイル

加齢とともに、心身の活力（例えば、筋力や認知機能等）が低下し、生活機能障害、要介護状態、そして死亡などの危険性が高くなった状態。

【や】

◇有機農業

有機農業推進法では、化学的に合成された肥料及び農薬を使用しないこと並びに遺伝子組み換え技術を使用しないことを基本として、農業生産に由来する環境への負荷をできる限り低減した農業生産の方法を用いて行われる農業と定義されている。

【ら】

◇ライフステージ

年齢に伴って変化する生活段階、年代別の生活状況のこと。

【わ】

◇ワーク・ライフ・バランス（仕事と家庭生活の調和）

性別を問わずあらゆる世代が、仕事と家庭生活の両方で、調和のとれた生活を送ること。

ORGANIC CITY KISARAZU
未来につながるまち

食育のキャッチフレーズ

いきる　つながる　食育のチカラ

本市の食育の取り組みを市民に分かりやすく伝えることができ、木更津らしさを備え、親しみをこめ、市民からの公募により決定しました。

令和3年度
「木更津産米」食味分析コンクール

最終審査：令和3年10月25日（月）　午前
表 彰 式：令和3年10月25日（月）　午後

会　場：《最終審査及び表彰式》
木更津市農業協同組合　本店２階　大会議室
〒292-0054　千葉県木更津市長須賀３８２

主　　催：「木更津産米」食味分析コンクール実行委員会
（木更津市、木更津市農業協同組合、木更津市農業委員会）

後　　援：米・食味鑑定士協会、千葉県君津農業事務所、木更津商工会議所、
（予定を含む）　木更津市富来田商工会、一般社団法人木更津市観光協会

計画書に掲載している写真のうち、マスクを着用していないものは新型コロナウイルス感染症拡大前の写真を使用している場合があります。

木更津市食育推進計画

令和４年３月

発行　木更津市経済部農林水産課
〒292-8501　木更津市富士見１丁目２番１号
（TEL 0438-23-8445　　FAX 0438-23-0075）