

資料編

1 食育基本法

食育基本法

(平成十七年六月十七日法律第六十三号)

最終改正：平成二十七年九月一日法律第六六号

前文

第一章 総則（第一条—第十五条）

第二章 食育推進基本計画等（第十六条—第十八条）

第三章 基本的施策（第十九条—第二十五条）

第四章 食育推進会議等（第二十六条—第三十三条）

附則

二十一世紀における我が国の発展のためには、子どもたちが健全な心と身体を培い、未来や国際社会に向かって羽ばたくことができるようにするとともに、すべての国民が心身の健康を確保し、生涯にわたって生き生きと暮らすことができるようにすることが大切である。

子どもたちが豊かな人間性をはぐくみ、生きる力を身に付けていくためには、何よりも「食」が重要である。今、改めて、食育を、生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきものと位置付けるとともに、様々な経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てる食育を推進することが求められている。もとより、食育はあらゆる世代の国民に必要なものであるが、子どもたちに対する食育は、心身の成長及び人格の形成に大きな影響を及ぼし、生涯にわたって健全な心と身体を培い豊かな人間性をはぐくんでいく基礎となるものである。

一方、社会経済情勢がめまぐるしく変化し、日々忙しい生活を送る中で、人々は、毎日の「食」の大切さを忘れがちである。国民の食生活においては、栄養の偏り、不規則な食事、肥満や生活習慣病の増加、過度の瘦身志向などの問題に加え、新たな「食」の安全上の問題や、「食」の海外への依存の問題が生じており、「食」に関する情報が社会に氾濫する中で、人々は、食生活の改善の面からも、「食」の安全の確保の面からも、自ら「食」のあり方を学ぶことが求められている。また、豊かな緑と水に恵まれた自然の下で先人からはぐくまれてきた、地域の多様性と豊かな味覚や文化の香りあふれる日本の「食」が失われる危機にある。

こうした「食」をめぐる環境の変化の中で、国民の「食」に関する考え方を育て、健全な食生活を実現することが求められるとともに、都市と農山漁村の共生・対流を進め、「食」に関する消費者と生産者との信頼関係を構築して、地域社会の活性化、豊かな食文化の継承及び発展、環境と調和のとれた食料の生産及び消費の推進並びに食料自給率の向上に寄与することが期待されている。

国民一人一人が「食」について改めて意識を高め、自然の恩恵や「食」に関わる人々の様々な活動への感謝の念や理解を深めつつ、「食」に関して信頼できる情報に基づく適切な判断を行う能力を身に付けることによって、心身の健康を増進する健全な食生活を実践するために、今こそ、家庭、学校、保育所、地域等を中心に、国民運動として、食育の推進に取り組んでいくことが、我々に課せられている課題である。さらに、食育の推進に関する我が国の取組が、海外との交流等を通じて食育に関して国際的に貢献することにつながることも期待される。

ここに、食育について、基本理念を明らかにしてその方向性を示し、国、地方公共団体及び国民の食育の推進に関する取組を総合的かつ計画的に推進するため、この法律を制定する。

第一章 総則

(目的)

第一条 この法律は、近年における国民の食生活をめぐる環境の変化に伴い、国民が生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性をはぐくむための食育を推進することが緊要な課題となっていることにかんがみ、食育に関し、基本理念を定め、及び国、地方公共団体等の責務を明らかにするとともに、食育に関する施策の基本となる事項を定めることにより、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を目的とする。

(国民の心身の健康の増進と豊かな人間形成)

第二条 食育は、食に関する適切な判断力を養い、生涯にわたって健全な食生活を実現することにより、国民の心身の健康の増進と豊かな人間形成に資することを旨として、行われなければならない。

(食に関する感謝の念と理解)

第三条 食育の推進に当たっては、国民の食生活が、自然の恩恵の上に成り立っており、また、食に関わる人々の様々な活動に支えられていることについて、感謝の念や理解が深まるよう配慮されなければならない。

(食育推進運動の展開)

第四条 食育を推進するための活動は、国民、民間団体等の自発的意思を尊重し、地域の特性に配慮し、地域住民その他の社会を構成する多様な主体の参加と協力を得るものとするとともに、その連携を図りつつ、あまねく全国において展開されなければならない。

(子どもの食育における保護者、教育関係者等の役割)

第五条 食育は、父母その他の保護者にあつては、家庭が食育において重要な役割を有していることを認識するとともに、子どもの教育、保育等を行う者にあつては、教育、保育等における食育の重要性を十分自覚し、積極的に子どもの食育の推進に関する活動に取り組むこととなるよう、行われなければならない。

(食に関する体験活動と食育推進活動の実践)

第六条 食育は、広く国民が家庭、学校、保育所、地域その他のあらゆる機会とあらゆる場所を利用して、食料の生産から消費等に至るまでの食に関する様々な体験活動を行うとともに、自ら食育の推進のための活動を実践することにより、食に関する理解を深めることを旨として、行われなければならない。

(伝統的な食文化、環境と調和した生産等への配慮及び農山漁村の活性化と食料自給率の向上への貢献)

第七条 食育は、我が国の伝統のある優れた食文化、地域の特性を生かした食生活、環境と調和のとれた食料の生産とその消費等に配慮し、我が国の食料の需要及び供給の状況についての国民の理解を深めるとともに、食料の生産者と消費者との交流等を図ることにより、農山漁村の活性化と我が国の食料自給率の向上に資するよう、推進されなければならない。

(食品の安全性の確保等における食育の役割)

第八条 食育は、食品の安全性が確保され安心して消費できることが健全な食生活の基礎であることにかんがみ、食品の安全性をはじめとする食に関する幅広い情報の提供及びこれについての意見交換が、食に関する知識と理解を深め、国民の適切な食生活の実践に資することを旨として、国際的な連携を図りつつ積極的に行われなければならない。

(国の責務)

第九条 国は、第二条から前条までに定める食育に関する基本理念（以下「基本理念」という。）にのっとり、食育の推進に関する施策を総合的かつ計画的に策定し、及び実施する責務を有する。

(地方公共団体の責務)

第十条 地方公共団体は、基本理念にのっとり、食育の推進に関し、国との連携を図りつつ、その地方公共団体の区域の特性を生かした自主的な施策を策定し、及び実施する責務を有する。

(教育関係者等及び農林漁業者等の責務)

第十一条 教育並びに保育、介護その他の社会福祉、医療及び保健（以下「教育等」という。）に関する職務に従事する者並びに教育等に関する関係機関及び関係団体（以下「教育関係者等」という。）は、食に関する関心及び理解の増進に果たすべき重要な役割にかんがみ、基本理念にのっとり、あらゆる機会とあらゆる場所を利用して、積極的に食育を推進するよう努めるとともに、他の者の行う食育の推進に関する活動に協力するよう努めるものとする。

2 農林漁業者及び農林漁業に関する団体（以下「農林漁業者等」という。）は、農林漁業に関する体験活動等が食に関する国民の関心及び理解を増進する上で重要な意義を有することにかんがみ、基本理念にのっとり、農林漁業に関する多様な体験の機会を積極的に提供し、自然の恩恵と食に関わる人々の活動の重要性について、国民の理解が深まるよう努めるとともに、教育関係者等と相互に連携して食育の推進に関する活動を行うよう努めるものとする。

(食品関連事業者等の責務)

第十二条 食品の製造、加工、流通、販売又は食事の提供を行う事業者及びその組織する団体（以下「食品関連事業者等」という。）は、基本理念にのっとり、その事業活動に関し、自主的かつ積極的に食育の推進に自ら努めるとともに、国又は地方公共団体が実施する食育の推進に関する

施策その他の食育の推進に関する活動に協力するよう努めるものとする。

(国民の責務)

第十三条 国民は、家庭、学校、保育所、地域その他の社会のあらゆる分野において、基本理念にのっとり、生涯にわたり健全な食生活の実現に自ら努めるとともに、食育の推進に寄与するよう努めるものとする。

(法制上の措置等)

第十四条 政府は、食育の推進に関する施策を実施するため必要な法制上又は財政上の措置その他の措置を講じなければならない。

(年次報告)

第十五条 政府は、毎年、国会に、政府が食育の推進に関して講じた施策に関する報告書を提出しなければならない。

第二章 食育推進基本計画等

(食育推進基本計画)

第十六条 食育推進会議は、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、食育推進基本計画を作成するものとする。

2 食育推進基本計画は、次に掲げる事項について定めるものとする。

一 食育の推進に関する施策についての基本的な方針

二 食育の推進の目標に関する事項

三 国民等の行う自発的な食育推進活動等の総合的な促進に関する事項

四 前三号に掲げるもののほか、食育の推進に関する施策を総合的かつ計画的に推進するために必要な事項

3 食育推進会議は、第一項の規定により食育推進基本計画を作成したときは、速やかにこれを内閣総理大臣に報告し、及び関係行政機関の長に通知するとともに、その要旨を公表しなければならない。

4 前項の規定は、食育推進基本計画の変更について準用する。

(都道府県食育推進計画)

第十七条 都道府県は、食育推進基本計画を基本として、当該都道府県の区域内における食育の推進に関する施策についての計画（以下「都道府県食育推進計画」という。）を作成するよう努めなければならない。

2 都道府県（都道府県食育推進会議が置かれている都道府県にあっては、都道府県食育推進会議）は、都道府県食育推進計画を作成し、又は変更したときは、速やかに、その要旨を公表しなければならない。

(市町村食育推進計画)

第十八条 市町村は、食育推進基本計画（都道府県食育推進計画が作成されているときは、食育推進基本計画及び都道府県食育推進計画）を基本として、当該市町村の区域内における食育の推進に関する施策についての計画（以下「市町村食育推進計画」という。）を作成するよう努めなければならない。

2 市町村（市町村食育推進会議が置かれている市町村にあっては、市町村食育推進会議）は、市町村食育推進計画を作成し、又は変更したときは、速やかに、その要旨を公表しなければならない。

第三章 基本的施策

(家庭における食育の推進)

第十九条 国及び地方公共団体は、父母その他の保護者及び子どもの食に対する関心及び理解を深め、健全な食習慣の確立に資するよう、親子で参加する料理教室その他の食事についての望ましい習慣を学びながら食を楽しむ機会の提供、健康美に関する知識の啓発その他の適切な栄養管理に関する知識の普及及び情報の提供、妊産婦に対する栄養指導又は乳幼児をはじめとする子どもを対象とする発達段階に応じた栄養指導その他の家庭における食育の推進を支援するために必要な施策を講ずるものとする。

(学校、保育所等における食育の推進)

第二十条 国及び地方公共団体は、学校、保育所等において魅力ある食育の推進に関する活動を効果的に促進することにより子どもの健全な食生活の実現及び健全な心身の成長が図られるよう、学校、保育所等における食育の推進のための指針の作成に関する支援、食育の指導にふさわしい教職員の設置及び指導的立場にある者の食育の推進において果たすべき役割についての意識の

啓発その他の食育に関する指導体制の整備、学校、保育所等又は地域の特色を生かした学校給食等の実施、教育の一環として行われる農場等における実習、食品の調理、食品廃棄物の再生利用等様々な体験活動を通じた子どもの食に関する理解の促進、過度の痩身又は肥満の心身の健康に及ぼす影響等についての知識の啓発その他必要な施策を講ずるものとする。

(地域における食生活の改善のための取組の推進)

第二十一条 国及び地方公共団体は、地域において、栄養、食習慣、食料の消費等に関する食生活の改善を推進し、生活習慣病を予防して健康を増進するため、健全な食生活に関する指針の策定及び普及啓発、地域における食育の推進に関する専門的知識を有する者の養成及び資質の向上並びにその活用、保健所、市町村保健センター、医療機関等における食育に関する普及及び啓発活動の推進、医学教育等における食育に関する指導の充実、食品関連事業者等が行う食育の推進のための活動への支援等必要な施策を講ずるものとする。

(食育推進運動の展開)

第二十二条 国及び地方公共団体は、国民、教育関係者等、農林漁業者等、食品関連事業者等その他の事業者若しくはその組織する団体又は消費生活の安定及び向上等のための活動を行う民間の団体が自発的に行う食育の推進に関する活動が、地域の特性を生かしつつ、相互に緊密な連携協力を図りながらあまねく全国において展開されるようにするとともに、関係者相互間の情報及び意見の交換が促進されるよう、食育の推進に関する普及啓発を図るための行事の実施、重点的かつ効果的に食育の推進に関する活動を推進するための期間の指定その他必要な施策を講ずるものとする。

2 国及び地方公共団体は、食育の推進に当たっては、食生活の改善のための活動その他の食育の推進に関する活動に携わるボランティアが果たしている役割の重要性にかんがみ、これらのボランティアとの連携協力を図りながら、その活動の充実が図られるよう必要な施策を講ずるものとする。

(生産者と消費者との交流の促進、環境と調和のとれた農林漁業の活性化等)

第二十三条 国及び地方公共団体は、生産者と消費者との間の交流の促進等により、生産者と消費者との信頼関係を構築し、食品の安全性の確保、食料資源の有効な利用の促進及び国民の食に対する理解と関心の増進を図るとともに、環境と調和のとれた農林漁業の活性化に資するため、農林水産物の生産、食品の製造、流通等における体験活動の促進、農林水産物の生産された地域内の学校給食等における利用その他のその地域内における消費の促進、創意工夫を生かした食品廃棄物の発生の抑制及び再生利用等必要な施策を講ずるものとする。

(食文化の継承のための活動への支援等)

第二十四条 国及び地方公共団体は、伝統的な行事や作法と結びついた食文化、地域の特色ある食文化等我が国の伝統のある優れた食文化の継承を推進するため、これらに関する啓発及び知識の普及その他の必要な施策を講ずるものとする。

(食品の安全性、栄養その他の食生活に関する調査、研究、情報の提供及び国際交流の推進)

第二十五条 国及び地方公共団体は、すべての世代の国民の適切な食生活の選択に資するよう、国民の食生活に関し、食品の安全性、栄養、食習慣、食料の生産、流通及び消費並びに食品廃棄物の発生及びその再生利用の状況等について調査及び研究を行うとともに、必要な各種の情報の収集、整理及び提供、データベースの整備その他食に関する正確な情報を迅速に提供するために必要な施策を講ずるものとする。

2 国及び地方公共団体は、食育の推進に資するため、海外における食品の安全性、栄養、食習慣等の食生活に関する情報の収集、食育に関する研究者等の国際的交流、食育の推進に関する活動についての情報交換その他国際交流の推進のために必要な施策を講ずるものとする。

第四章 食育推進会議等

(食育推進会議の設置及び所掌事務)

第二十六条 内閣府に、食育推進会議を置く。

2 食育推進会議は、次に掲げる事務をつかさどる。

一 食育推進基本計画を作成し、及びその実施を推進すること。

二 前号に掲げるもののほか、食育の推進に関する重要事項について審議し、及び食育の推進に関する施策の実施を推進すること。

(組織)

第二十七条 食育推進会議は、会長及び委員二十五人以内をもって組織する。

(会長)

第二十八条 会長は、内閣総理大臣をもって充てる。

- 2 会長は、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。

(委員)

第二十九条 委員は、次に掲げる者をもって充てる。

- 一 内閣府設置法(平成十一年法律第八十九号)第九条第一項に規定する特命担当大臣であつて、同項の規定により命を受けて同法第四条第一項第十八号に掲げる事項に関する事務及び同条第三項第二十七号の三に掲げる事務を掌理するもの(次号において「食育担当大臣」という。)
 - 二 食育担当大臣以外の国务大臣のうちから、内閣総理大臣が指定する者
 - 三 食育に関して十分な知識と経験を有する者のうちから、内閣総理大臣が任命する者
- 2 前項第三号の委員は、非常勤とする。

(委員の任期)

第三十条 前条第一項第三号の委員の任期は、二年とする。ただし、補欠の委員の任期は、前任者の残任期間とする。

- 2 前条第一項第三号の委員は、再任されることができる。

(政令への委任)

第三十一条 この章に定めるもののほか、食育推進会議の組織及び運営に関し必要な事項は、政令で定める。

(都道府県食育推進会議)

第三十二条 都道府県は、その都道府県の区域における食育の推進に関して、都道府県食育推進計画の作成及びその実施の推進のため、条例で定めるところにより、都道府県食育推進会議を置くことができる。

- 2 都道府県食育推進会議の組織及び運営に関し必要な事項は、都道府県の条例で定める。

(市町村食育推進会議)

第三十三条 市町村は、その市町村の区域における食育の推進に関して、市町村食育推進計画の作成及びその実施の推進のため、条例で定めるところにより、市町村食育推進会議を置くことができる。

- 2 市町村食育推進会議の組織及び運営に関し必要な事項は、市町村の条例で定める。

附 則 抄

(施行期日)

第一条 この法律は、公布の日から起算して一月を超えない範囲内において政令で定める日から施行する。

附 則 (平成二一年六月五日法律第四九号) 抄

(施行期日)

第一条 この法律は、消費者庁及び消費者委員会設置法(平成二十一年法律第四十八号)の施行の日から施行する。

附 則 (平成二七年九月一一日法律第六六号) 抄

(施行期日)

第一条 この法律は、平成二十八年四月一日から施行する。ただし、次の各号に掲げる規定は、当該各号に定める日から施行する。

- 一 附則第七条の規定 公布の日

(食育基本法の一部改正に伴う経過措置)

第四条 この法律の施行の際現に第二十五条の規定による改正前の食育基本法第二十六条第一項の規定により置かれている食育推進会議は、第二十五条の規定による改正後の食育基本法第二十六条第一項の規定により置かれる食育推進会議となり、同一性をもって存続するものとする。

(政令への委任)

第七条 附則第二条から前条までに定めるもののほか、この法律の施行に関し必要な経過措置は、政令で定める。

2 食育推進に関する市民アンケート調査

食育推進に関する市民アンケート調査

【ご協力をお願い】

秋涼の候 皆様方におかれましては、ますますご健勝のこととお喜び申し上げます。

平素は、市の福祉保健行政にご理解ご協力を賜り、誠にありがとうございます。

さて、本市では、平成 23 年3月に市の食育推進計画であります「守山市食育推進計画」を策定し、その推進を図ってきました。

この間、食をめぐる情報や環境の変化はめまぐるしく、さまざまなニュースが皆様の耳にも入ったことかと思われます。また、国・県においては食育推進計画の2次計画が策定され、より多くの住民が、より深く食育について知り、食育を身近なものとして推進していくことが必要であることを示しました。当市におきましても、守山市食育推進計画の推進の成果を検証し、続く2次計画の策定をおこなってまいりたいと考えております。

つきましては、市民の皆様の食育や健康づくりに対する意識や関心、日ごろの食生活等についてお尋ねし、その結果を、現計画の評価資料とさせていただくとともに、今後の食育の施策を考えるにあたり参考にさせていただくためアンケート調査を実施いたします。

このアンケート調査は、市内にお住まいの満 15 歳以上（中学生以下の方は除く）の方の中から、無作為に 1,000 人の方をお選びし、送付させていただいております。

ぜひ、あなた様に調査のご協力を賜りたく、お願い申し上げます。

また、お答え頂いた内容は、プライバシーに配慮し、統計的に処理いたしますので、個人名が出たりすることは、絶対にありません。

お忙しいところ、誠に恐縮ですが調査の趣旨をご理解いただき、調査票へのご記入をお願いいたします。また、調査票は、同封の返信用封筒（切手は不要です）にて、**11月7日**までにご投函いただきますよう、よろしくお願いいたします。

平成 26 年 10 月

守山市長 宮本 和宏

【ご記入にあたって】

1. 回答は、あて名の方ご自身がお答えください。
2. 特にことわりのない限り、すべての質問にお答えください。
3. 回答は、当てはまる項目の番号に○を付けてください。
「その他」を選んだ場合には、具体的な内容をご記入ください。
4. 質問文の中や後に、○をつけていただく「数」をお示しておりますので、お答えいただく際には、ご注意ください。
5. 調査内容で不明な点などがありましたら、下記にお問い合わせください。

【お問い合わせ先】

守山市健康福祉部すこやか生活課

〒524-0013 守山市下之郷三丁目2番5号

電話 077-581-0201 FAX 077-581-1628

e-mail sukoyaka@city.moriyama.lg.jp.

あなたのことについておたずねします。

①から④までそれぞれ、該当する項目 1つに○を付けてください。

①性別	1. 男	2. 女
②年齢	1. 15～19歳 4. 40～49歳 7. 70歳以上	2. 20～29歳 5. 50～59歳 6. 60～69歳 3. 30～39歳 6. 60～69歳
③世帯構成	1. ひとりぐらし 3. 2世代世帯(親と子など) 5. その他()	2. 1世代世帯(夫婦のみなど) 4. 3世代世帯(親と子、孫など)
④学区	1. 守山学区 5. 河西学区	2. 吉島学区 6. 速野学区 3. 小津学区 7. 中洲学区 4. 玉津学区 8. わからない

あなたの健康についておたずねします。

問1 あなたは、健康だと感じていますか。(該当する項目 1つに○)

1. 健康である
2. まあまあ健康である
3. あまり健康ではない
4. 健康ではない

問2 あなたは、健康のためにどのようなことに取り組んでいますか。

該当する項目に○を付けて具体的な内容についてお書きください。(○はいくつでも)

1. 食事内容や栄養バランスに気をつけている (具体的に)
 2. 十分な休養や睡眠に気をつけている (具体的に)
 3. 運動をするように気をつけている (具体的に)
 4. タバコを控えている (具体的に)
 5. アルコールを控えている (具体的に)
 6. 定期的に健康診断を受けるように気をつけている (具体的に)
 7. 歯や口の中の健康に気をつけている (具体的に)
 8. 趣味や仕事など生活にゆめがいをもちょうに気をつけている (具体的に)
 9. 肥満やせすぎにならないように気をつけている (具体的に)
 10. よく噛んで味わって食べるように気をつけている (具体的に)
 11. その他 ()

あなたの食生活についておたずねします。

問3 あなたは、朝食を食べていますか。(該当する項目 1つに○)

1. 毎日食べる
5. 週に3回
2. 週に6回
6. 週に2回
3. 週に5回
7. 週に1回
4. 週に4回
8. 食べない

問4 あなたは、栄養バランスをどの程度考えて食事をとっていますか。(該当する項目 1つに○)

1. 考えてとっている
2. 少しは考える
3. 考えない

問5 あなたは、ふだん家族と食事をしていますか。(該当する項目 1つに○)

①朝食

1. 家族そろって食べる
3. ひとりで食べることが多い
2. 家族の誰かと食べる
4. ひとりで食べる
5. 食べない

②夕食

1. 家族そろって食べる
3. ひとりで食べるが多い
2. 家族の誰かと食べる
4. ひとりで食べる
5. 食べない

問6 あなたの食事にかかる役割について、あてはまるものは何ですか。(○はいくつでも)

1. 準備されている食事を食べる
3. 食事の準備(調理)をする
5. 食事後のごみの処理をする
2. 食事の準備(買い物)をする
4. 食事の後片付けをする
6. その他()

問7 あなたは、食べることを楽しんでいますか。(該当する項目 1つに○)

1. 楽しんでいる
2. 楽しんでいない
3. どちらともいえない

問8 あなたは、外食^{*}をしたり、中食^{*}だけで食事をすることがどれくらいありますか。(該当する項目 1つに○)

※外食：家以外のところで作られたものを、家以外の店などで食べることです。
中食：コンビニやお店で買った弁当や惣菜などの調理済み食品を家で食べることです。

①朝食

1. ほぼ毎日する
4. ほとんどしない
2. 週に2～3回する
5. 全くしない
3. 月に2～4回する

②昼食

1. ほぼ毎日する
4. ほとんどしない
2. 週に2～3回する
5. 全くしない
3. 月に2～4回する

③夕食

1. ほぼ毎日する
4. ほとんどしない
2. 週に2～3回する
5. 全くしない
3. 月に2～4回する

問9 あなたは、外食や中食をするときに何を考えて選びますか。(○はいくつでも)

- | | | |
|-----------------|--------------|--------------|
| 1. カロリーの高いもの | 2. カロリーの低いもの | 3. 塩分の少ないもの |
| 4. 野菜の多いもの | 5. 脂肪の少ないもの | 6. ポリウムが多いもの |
| 7. 地場産物が使っているもの | 8. 値段が安いもの | |
| 9. その他 () | 10. 特にない | |

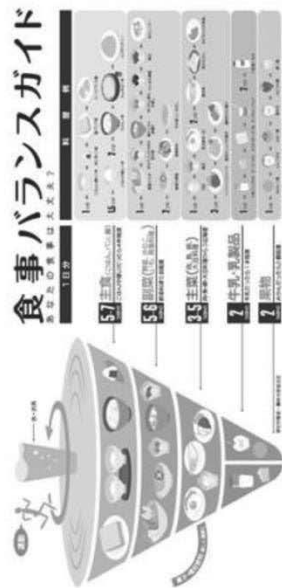
問10 あなたは、食品や食材を選ぶときに何を基準にしていますか。(○はいくつでも)

- | | | |
|------------|-----------|----------------------------|
| 1. 好みに合うもの | 2. 栄養バランス | 3. 栄養の内容 (カルシウム・鉄分・食物繊維など) |
| 4. 安全性 | 5. 調理の手軽さ | 6. 旬のもの |
| 7. 値段 | 8. 特にない | |
| 9. その他 () | 10. 特にない | |

問11 あなたは、食事の際に「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしていますか。(該当する項目1つに○)

- | | | |
|-------------|------------|------------|
| 1. 必ずしている | 2. 大体している | 3. とどきしている |
| 4. あまりしていない | 5. 全くしていない | |

問12 あなたは、食事バランスガイド (下图) を見たことがありますか。(どちらかに○)



- | | |
|-------|-------|
| 1. ある | 2. ない |
|-------|-------|

問12で「1. ある」とお答えになった方にお尋ねします。

問12-1 あなたは、食事バランスガイドを参考にメニューを考えたことありますか。(該当する項目1つに○)

- | | |
|----------------|-----------------|
| 1. ほぼ毎食参考にしている | 2. 毎日1食は参考にしている |
| 3. 時々参考にしている | 4. ほとんど参考にしない |

問13 あなたは、食生活での悩みや不安を感じることがありますか。(どちらかに○)

- | | |
|-------|-------|
| 1. ある | 2. ない |
|-------|-------|

問13で「1. ある」とお答えになった方にお尋ねします。

問13-1 食生活での悩みや不安を感じているのはどのようなことについてですか。(○はいくつでも)

- | | |
|--|--------------------|
| 1. 自分の健康について | 2. 家族の健康について |
| 3. 自分の食生活上の問題 (栄養バランスの偏り、不規則な食事等) について | |
| 4. 家族の食生活上の問題 (栄養バランスの偏り、不規則な食事等) について | |
| 5. 家計や食費について | 6. 食品の安全性について |
| 7. 将来の食料供給について | 8. 食文化の継承について |
| 9. 食パティシや廃棄など環境への影響について | 10. 食に関する情報の氾濫について |
| 11. その他 () | 12. わからない |

問14 あなたは、食品の安全性に関する基礎的な知識を持っていますか。(該当する項目1つに○)

- | | |
|-------------|--------------|
| 1. 十分にあると思う | 2. ある程度あると思う |
| 3. あまりないと思う | 4. 全くないと思う |

問15 内臓脂肪症候群 (メタボリックシンドローム) の言葉や意味を知っていますか。(該当する項目1つに○)

- | | |
|-------------------------|------------------|
| 1. 言葉も意味もよく知っている | 2. 言葉も意味も大体知っている |
| 3. 言葉は知っているが、意味はあまり知らない | 4. 言葉も意味も知らない |

問16 あなたは、メタボリックシンドローム (内臓脂肪症候群) の予防や改善のために、①適切な食事、②定期的な運動、③週に複数回の体重計測、について実践していますか。(該当する項目1つに○)

①適切な食事

- | | |
|-----------------------|------------------------------|
| 1. 実践して、半年以上継続している | 2. 実践しているが、半年未満である |
| 3. 時々気をつけているが、継続的ではない | 4. 現在はしていないが、近いうちにはしようと思っている |
| 5. 現在していないし、しようとも思わない | |

②定期的な運動

- | | |
|-----------------------|------------------------------|
| 1. 実践して、半年以上継続している | 2. 実践しているが、半年未満である |
| 3. 時々気をつけているが、継続的ではない | 4. 現在はしていないが、近いうちにはしようと思っている |
| 5. 現在していないし、しようとも思わない | |

③週に複数回の体重計測

- | | |
|-----------------------|------------------------------|
| 1. 実践して、半年以上継続している | 2. 実践しているが、半年未満である |
| 3. 時々気をつけているが、継続的ではない | 4. 現在はしていないが、近いうちにはしようと思っている |
| 5. 現在していないし、しようとも思わない | |

問 17 あなたは、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の予防や改善のために、どのようなことについて気をつけていますか。（〇はいくつでも）

- | | | |
|----------------------------|-----------------|------------|
| 1. 野菜や汁物から食べる | 2. ゆっくり食べる | 3. うす味にする |
| 4. 間食を控える | 5. 揚げ物を控える | 6. 腹八分目にする |
| 7. 就寝2時間以内には食べ物や甘い飲み物をとらない | 8. 野菜をたくさん食べる | |
| 9. 朝食を抜かない | 10. 軽く汗をかく運動をする | 11. 早く歩く |
| 12. その他（ ） | | |

問 18 あなたは、大人が一日に野菜をどれくらい食べればよいか知っていますか。（該当する項目1つに〇）

「1日に必要な野菜の量」とは・・・ 1日平均350gです。
1日に必要な量の栄養を摂るためには、野菜を平均で1日350g食べる必要があると言われています。これは、小皿（小鉢）5皿分に相当します。

- | | | |
|----------|------------|-----------|
| 1. 知っていた | 2. 少し知っていた | 3. 知らなかった |
|----------|------------|-----------|

問 19 あなたは、野菜をたくさん摂るように心がけていますか。（該当する項目1つに〇）

- | | |
|---------------|--------------|
| 1. 心がけている | 2. 少し心がけている |
| 3. あまり心がけていない | 4. 全く心がけていない |

問 19で「3. あまり心がけていない」「4. 全く心がけていない」とお答えになった方にお尋ねします。

- 問 19-1 理由を教えてください。（〇はいくつでも）
- | | |
|----------------|-------------------|
| 1. 味や見た目が苦手だから | 2. 値段が高いから |
| 3. 調理が面倒だから | 4. 健康なので必要ないと思うから |
| 5. なんとなく | 6. その他（ ） |

問 20 あなたは、うす味や減塩を心がけていますか。（該当する項目1つに〇）

- | | |
|---------------|--------------|
| 1. 心がけている | 2. 少し心がけている |
| 3. あまり心がけていない | 4. 全く心がけていない |

問 20で「3. あまり心がけていない」「4. 全く心がけていない」とお答えになった方にお尋ねします。

- 問 20-1 理由を教えてください。（〇はいくつでも）
- | | |
|-------------------|-------------------------|
| 1. 濃い味が好きだから | 2. うす味や減塩はおいしくないイメージだから |
| 3. 健康なので必要ないと思うから | 4. なんとなく |
| 5. その他（ ） | |

問 21 あなたは、健康に悪影響を与えないようにするために、どのような食品を選んだ方がよいかや、どのような調理が必要かについての知識があると思えますか。（該当する項目1つに〇）

- | | |
|-------------|--------------|
| 1. 十分に思う | 2. ある程度あると思う |
| 3. あまりないと思う | 4. 全くないと思う |

食育の推進についておたずねします。

「食育」とは・・・「適切で健康になかった食生活ができ、おいしく楽しく食べられ、環境にも配慮できる人を育てること」です。

問 22 「食育」という言葉や意味を知っていますか。（該当する項目1つに〇）

- | | |
|-----------------|-----------------------|
| 1. 言葉も意味も知っていた | 2. 言葉は知っていたが意味は知らなかった |
| 3. 言葉も意味も知らなかった | |

問 23 食育に関心がありますか。（該当する項目1つに〇）

- | | |
|------------------|------------------|
| 1. 関心がある | 2. どちらかといえば関心がある |
| 3. どちらかといえば関心がない | 4. 関心がない |

問 24 あなたは、日ごろから「食育」を何らかの形で実践していますか。（どちらかに〇）

- | | |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

問 24で「1. はい」とお答えになった方にお尋ねします。

- 問 24-1 具体的にどのようなことを実践していますか。（〇はいくつでも）
- | | |
|--------------------|----------------------|
| 1. 家族や友人と食卓を囲む | 2. 食事の正しいマナーや作法 |
| 3. 地域性や季節感のある食事の実践 | 4. 食事づくりにかける時間や労力の確保 |
| 5. 栄養バランスのとれた食事の実践 | 6. 規則正しい食生活リズムの実践 |
| 7. 多様な食品の利用 | 8. 食品の購入（飲食）場所の上手な利用 |
| 9. 地場産物の購入 | 10. 食品の安全性への理解 |
| 11. 食べ残しや食品の廃棄の削減 | 12. 生産から消費までのプロセスの理解 |
| 13. 食に関する適切な情報の利用 | 14. おいしさや楽しさなど食の豊かさ |
| 15. その他（ ） | |

問 25 同封の資料1を参照してお答えください。
守山市の食育推進の取組として知っているものを選んでください。（〇はいくつでも）

- | |
|---------------------------------|
| 1. レジビコンテストの開催 |
| 2. テーマを決めた学校給食の実施 |
| 3. 中学校におけるスクールランチの実施 |
| 4. 学校給食における地産地消の積極的な推進 |
| 5. 地場産物の消費拡大・PRに関する取組 |
| 6. 市民農園の利用の促進および環境こだわり農産物の生産の推進 |
| 7. 守山市内産農産物の加工品開発・普及のための取組 |
| 8. 食に関わる全ての人や物に感謝の心を育てる取組 |
| 9. 体験を取り入れた学習の実施 |
| 10. 「食育の日」の実施 |
| 11. その他（ ） |

守山市の主要な農水産物等についておたずねします。

問 30 あなたは、「地産地消」という言葉や意味を知っていますか。(該当する項目1つに○)

「地産地消」とは・・・地元で採れた生産物を、地元で消費することです。消費者と生産者の距離が近いため、鮮度がよい旬の食べ物を食べられたり、地域の伝統的食文化の維持と継承にもつながるといふメリットがあります。

- 1. 言葉も意味もよく知っている
- 2. 言葉も意味も大体知っている
- 3. 言葉は知っているが、意味はあまり知らない
- 4. 言葉も意味も知らない

問 31 守山市の主要な農水産物として知っているものを選んでください。(○はいくつでも)

- 1. メロン
- 2. イチゴ
- 3. トマト・ミニトマト
- 4. きゅうり
- 5. 番菊
- 6. ほうれん草
- 7. こまつな
- 8. キャベツ
- 9. はくさい
- 10. だいこん
- 11. 苜蓿しよらが
- 12. なし(梨)
- 13. ぶどう
- 14. いちじく
- 15. こあゆ
- 16. にごろぶな
- 17. その他 ()
- 18. 特にない

問 32 守山市の郷土料理で自慢できると思うものがありましたら、自由にご記入ください。

問 33 守山市の食育に対して、ご意見やご要望などがありましたら、自由にご記入ください。

問 26 守山市内の企業・団体が独自におこなっている食育推進の取組として知っているものを選んでください。(○はいくつでも)

- 1. 健康推進員による調理実習やレシビ提供、紙芝居など
- 2. おうみんちによる収穫体験や地産産物を使用したハイキングなど
- 3. 農業後継者クラブによる保育園・子ども会へのいも餅り体験の場の提供
- 4. 守山市水産振興会による琵琶湖産魚介類無料試食会
- 5. 近江米振興協会による市内飲食事業者への守山産米の提供
- 6. 農村女性活動グループによる地産野菜を使った料理教室
- 7. JA おうみ富士による地産産物のPRなどを目的としたふれあいJAまつりの開催
- 8. 地元企業による田植え、稲刈り体験
- 9. その他 ()

問 27 食育に関係する以下の事柄について、経験したことがありますか。該当するものに○を付けてください。(○はいくつでも)

- 1. 畑作体験
- 2. 林業体験
- 3. 漁業体験
- 4. 稲作体験
- 5. 酪農体験

問 28 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で、次世代に、伝えたいものがありますか。また、実際に伝えていきますか。(該当する項目1つに○)

- 1. 伝えたいものがあり、実際に伝えている
- 2. 伝えたいものがあるが、実際に伝えていない
- 3. 伝えたいものがない
- 4. わからない

問 29 食育には、さまざまな内容が含まれますが、どの分野を重点的に取り組んだらよいと思いますか。(○はいくつでも)

- 1. 食習慣、食生活の改善
- 2. 食品の安全性に関する知識の普及
- 3. 食を通じたコミュニケーション
- 4. 食事に関するマナーの習得
- 5. 自然の恩恵や生産者等への感謝・理解
- 6. 農業水産業に関する体験活動
- 7. 郷土料理、伝統料理等の食文化の継承
- 8. 健康(肥満やせすぎ、口腔内など)
- 9. 環境との調和、食品廃棄物の削減や食品リサイクルに関する活動
- 10. 地産産物の消費拡大(湖魚のPRなども含む)
- 11. その他 ()
- 12. 特にない

アンケートにご協力いただきありがとうございました。

3 守山市健康づくり推進協議会 委員名簿

(敬称略)

所 属	氏 名	委 員
滋賀医科大学アジア疫学研究センター ・社会医学講座公衆衛生学部門 特任准教授	◎門田 文	第1号委員
京都華頂大学現代家政学部 教授	○堀越 昌子	第1号委員
一般社団法人 守山野洲医師会	福田 正悟	第2号委員
一般社団法人 草津栗東守山野洲歯科医師会	横山 章	第2号委員
守山野洲薬剤師会	森 篤子	第2号委員
守山商工会議所	田中 豊彦	第2号委員
公益社団法人 滋賀県栄養士会	市木 圭子	第2号委員
守山市自治連合会	高橋 勝美	第2号委員
守山市民生委員児童委員協議会	奥野 貞夫	第2号委員
守山市健康推進員連絡協議会	坂田 眞弓	第2号委員
守山市老人クラブ連合会	山崎 清	第2号委員
守山市スポーツ推進委員会	真鍋 敏美	第2号委員
守山市身体障害者連合会	北村 清子	第2号委員
滋賀県南部健康福祉事務所	北川 信一郎	第3号委員
一般公募市民	土井 國芳	第4号委員
一般公募市民	波多野 康子	第4号委員
グンゼ株式会社守山工場	姫田 拓也	第5号委員
おうみ富士農業協同組合 (ファーマーズ・マーケットおうみんち)	川端 均	第5号委員

◎委員長 ○職務代理者

4 用語の説明

か行

【花卉】

観賞用に栽培する美しい花をつける植物の総称です。

【環境こだわり農産物】

化学合成農薬および化学肥料（窒素成分）の使用量を通常使用量の半分以上に削減するとともに、泥水の流出防止など琵琶湖をはじめとする環境への負荷を軽減する技術で生産されたものとして滋賀県が認証した農産物です。

【官産学連携】

政府・地方公共団体などの「官」、民間企業などの「産」、大学などの教育機関・研究機関である「学」が連携することです。

【QOL】

Quality Of Life の略で、「生活の質」「人生の質」などと訳されます。その人がその人らしく人生を送り、幸福で満足した人生を送っているかということを尺度として捉えた概念です。

【共食】

誰かと食事をともにすることです。

【グリーンツーリズム】

農山漁村地域において自然、文化、人々との交流を楽しむ滞在型の余暇活動です。

【欠食】

食事をとらないことです。

食事回数を減らすと体内での脂肪蓄積が進み、メタボリックシンドロームの危険性が高まります。また、全体の食事量が減るため、必要な栄養が不足するなどして身体には負担がかかります。

特に朝食は、夜間に低下した血糖値や体温を活動に必要なレベルにまで上昇させ、脳や身体に栄養をめぐらせることで

全身を覚醒させ、運転や学習、仕事などに必要な集中力を高める役割があります。

身体への負担、作業の効率化、移動時の安全などのためにも欠食は避けることが大切です。

【健康寿命】

日常的に介護を必要としないで自立した生活ができる生存期間のことです。

【口腔】

口から喉までの空間で、歯や歯肉、舌などの口の中全体を表すのに使われます。口腔機能は、「咀嚼（かみ砕く）、嚥下（飲み込む）、発音、唾液の分泌」などに関わり、その役割を大別すると、「①食べる、②話す」となります。

口腔機能が低下すると、食べ物の種類が制限されるので、栄養の偏りやエネルギー不足になりがちで、その結果、筋力や免疫力の低下が起こります。筋力が落ちると運動機能が低下し、免疫力が低下すると病気にかかりやすくなります。

【こ食】

現代の食生活において問題視されるさまざまな食行動について、「コショク」という同一の読み方で表したものです。

「孤食（一人きりで食事をする事）」、「個食（家族でそれぞれ別のメニューの食事をする事）」、「固食（食事のメニューが固定化し、決まったものしか食べないこと）」、「濃食（味の濃いものばかりを食べること）」、「小食（少ししか食べないこと）」、「粉食（小麦粉を主体としたパンや麺などに偏った食事をする事）」、「子食（子どもだけで食事をする事）」などがあり、本計画ではこれらの総じて「こ食」と表記しています。

さ行

【CKD】

慢性腎臓病のことです。腎臓の働き

(GFR)が健康な人の60%以下に低下する(GFRが60ml/分/1.73㎡未満)か、あるいはタンパク尿が出るといった腎臓の異常が続く状態をいいます。放置することで、末期腎不全へ進行し、人工透析や腎移植を受けなければ生きられなくなることもあります。

糖尿病などの生活習慣病や、メタボリックシンドロームとの関連が深く、心筋梗塞や脳卒中といった心血管疾患の重大な危険因子になります。

【食育】

食育基本法では、食育を次のように位置づけています。

- ①生きる上での基本であって、知育、徳育および体育の基礎となるべきもの
- ②さまざまな経験を通じて「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

【食育基本法】

国民が健全な心身を培い、豊かな人間性を育むため、食育に関する施策を総合的かつ計画的に推進することなどを目的に、平成17年6月10日に成立し、同年7月15日に施行されました。

【食品ロス】

食品使用量のうち食品の食べ残しおよび廃棄されたもののことです。

【生活習慣病】

食生活や運動、休養、喫煙、飲酒などの生活習慣が、その発症や進行に大きく関与する慢性の病気のこと、高血圧、脳卒中、心臓病、糖尿病、脂質異常症、悪性新生物などの他、肥満など別の生活習慣病の要因となる生活習慣病があります。それまでは加齢に着目して行政用語として用いられてきた「成人病」を、生活習慣という要素に着目して捉え直し、平成8年に「生活習慣病」という名称を用いるようになりました。

た行

【地産地消】

「地域生産、地域消費」の略で、地元で採れた生産物を、地元で消費することです。

消費者と生産者の距離が近いこと、鮮度がよい旬の食べ物を食べられる、地域の伝統的食文化の維持と継承につながる、輸送時のCO₂が削減できるなどといったメリットがあります。

【特定健康診査】

厚生労働省により、平成20年4月から実施が義務付けられた内臓脂肪型肥満に着目した健康診査のことで、40～74歳までの公的医療保険加入者全員が対象となります。糖尿病や脳卒中、心筋梗塞などの生活習慣病の発症や重症化を予防することを目的に、内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)に着目し、この該当者および予備群を減少させるための特定保健指導を必要とする人を、的確に抽出するために行うものです。

【特定保健指導】

内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)の診断基準に沿って複数のリスクを持つ受診者に対しては、医師、保健師、管理栄養士などによる特定保健指導が行われます。病気の人を拾い上げるのではなく、これから病気になりそうな人を抽出して医療関係者が早期に介入することが主眼となっています。特定保健指導の内容は、受診者の状態に応じて、対面や電話、電子メールによる動機付け支援(原則1回の指導)、積極的支援(3か月から6か月の継続的な指導)となっています。

な行

【中食】

惣菜や弁当といった外で調理された食事を買ってきて家で食べることを、あるいはその食品のことです。

その他、レストランなどでの食事は「外食」、家で調理した食事は「^{うちしょく}内食」といいます。

【内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）】

内臓脂肪型肥満を共通の要因として高血糖、脂質異常、高血圧が引き起こされる状態で、それぞれが重複した場合は命に関わる病気を招くこともあります。ただし、食べ過ぎや運動不足など、悪い生活習慣の積み重ねが原因となって起こるため、生活習慣の改善によって、予防・改善ができます。

【日本型食生活】

昭和50年代ごろの食生活のことで、ごはんを主食としながら、主菜（肉・魚・卵・大豆製品を主としたおかず）・副菜（野菜・海藻類などを主としたおかず）に加え、適度に牛乳・乳製品や果物が加わった、栄養バランスのとれた食事です。日本が世界有数の長寿国である理由は、こうした優れた食事内容にあるといわれています。

は行

【ブルーターリズム】

島や沿海部の地域において自然、文化、人々との交流を楽しむ滞在型の余暇活動です。

ほじょう
【圃場】

作物を栽培する田畑のことです。

ら行

【ライフスタイル】

生活の様式・営み方、または人生観・価値観・習慣などを含めた個人の生き方をいいます。

【ライフステージ】

人が生まれてから死ぬまでの各段階のことをいいます。年齢によって乳幼児期、少年期、青年期、壮年期、高齢期などに区分されます。

【6次産業】

農業や水産業などの第1次産業が、食品加工（第2次産業）・流通販売（第3次産業）にも業務展開している経営形態

を表すことばです。

第1次産業、第2次産業、第3次産業のそれぞれの数字を足し算（掛け算）した数字が6であることが名前の由来になっています。

わ行

【和食】

平成25年12月、「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」を、「和食；日本人の伝統的な食文化」と題して、ユネスコ無形文化遺産に登録されました。

その際、「和食」の特徴を次のように示しました。

- ①多様で新鮮な食材とその持ち味の尊重
- ②健康的な食生活を支える栄養バランス
- ③自然の美しさや季節の移ろいの表現
- ④正月などの年中行事との密接な関わり

