

平成27年度 第2次大阪市食育推進計画の推進について

●コンセプト 周知から実践へ「やってみよう！たのしく食育」

●共有テーマ 「みんなで食べた^{きょうしょく}らおいしいね～家族や仲間と共食を～」

* 参考(第2次大阪市食育推進計画概要版より)

平成 25 年度	野菜を食べよう！ ～1日5皿をめざしましょう～
26 年度	朝ごはん食べたかな
27 年度	みんなで食べた^{きょうしょく}らおいしいね～家族や仲間と共食を～
28 年度	よく噛んで、味わって！
29 年度	栄養バランスを考えましょう

家族や友人と一緒に食卓を囲むことが、基本的なマナーの習得や、食に対する感謝の心を育てるとともに、食卓で交わされるコミュニケーションは豊かな人間形成の基礎となるものであり、その役割の強化が求められています。家庭の状況や家族関係が多様化するなか、学校や保育所等、さらには地域社会とも連携して、家庭における食育が充実するよう支援していく必要があります。

より多面的に食育を推進し、それぞれの目標の進捗状況が客観的に把握・評価することができるよう「数値指標」を設定し、その目標値の達成に向けて施策を進めることとします。

計画の目標

指 標 名		新 規	現 状 値 (計画策定時)	目 標 値 (平成 29 年度)
栄養バランス等に配慮した食生活を送っている市民の割合の増加			67.0%	70%以上
朝食を欠食する市民の割合の 減少	小学生		1.2%	1%未満
	中学・高校生		22.6%	10%未満
	男性 20 歳代		49.0%	15%以下
	男性 30 歳代		36.0%	15%以下
市民の野菜摂取量の増加			275.9 g	350 g
朝食または夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数の増加		★	週 9.0 回	週 10 回以上
よく噛んで味わって食べる等の食べ方に関心のある市民の割合の増加		★	69.3%	80%以上






第2次大阪市食育推進計画の目標と各区保健福祉センターでの取り組み

()はサブテーマ

【毎年テーマを設定して取り組む事業】

	対象	平成25年度	26年度	27年度	28年度	29年度
各区健康展・食育展	市民	野菜の摂取量増加	朝食欠食率の低下	共食	よく噛んで味わう	栄養バランス
高齢者向け健康教育 (元気はつつ食生活講座)	高齢期の市民	野菜の摂取量増加	朝食欠食率の低下	共食	よく噛んで味わう	栄養バランス
すこやかまちづくり推進事業 (地域健康講座)	幼児期・少年期・青壮年期の市民	野菜の摂取量増加	朝食欠食率の低下 (共食)	共食 (栄養バランス)	よく噛んで味わう (野菜の摂取量増加)	栄養バランス (朝食欠食率の低下)
食育ボランティアとの協働事業	市民	野菜の摂取量増加 (減塩)	朝食欠食率の低下	共食	よく噛んで味わう	栄養バランス

【テーマを決めて取り組む事業】

妊婦教室	妊婦等	野菜の摂取量増加 (共食) (よく噛んで味わう)	朝食欠食率の低下 (栄養バランス)			
離乳食講習会 3か月児健診	乳児をもつ養育者		よく噛んで味わう (共食)			
3歳児健診	幼児をもつ養育者		①よく噛んで味わう ②共食 (栄養バランス)			
地域ふれあい子育て教室	乳幼児をもつ養育者		よく噛んで味わう (共食) (栄養バランス)			
外食栄養管理推進事業	飲食店等市民		①栄養バランス ②野菜の摂取量増加 ③朝食の欠食率低下 ④共食 ⑤よく噛んで味わう			

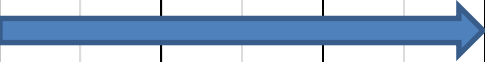
第2次大阪市食育推進計画の目標と健康局・保健所での取り組み

()はサブテーマ

【毎年テーマを設定して取り組む事業】

	対象	平成25年度	26年度	27年度	28年度	29年度
食育キャンペーン	市民	野菜の摂取量増加	朝食欠食率の低下	共食	よく噛んで味わう	栄養バランス
市食育ボランティアの育成	健康づくり・食育推進のリーダー	野菜の摂取量増加(減塩)	朝食欠食率の低下	共食	よく噛んで味わう	栄養バランス
給食施設への指導	給食施設(保育所・学校・社員食堂等事業者)	減塩(野菜の摂取量増加)	朝食欠食率の低下	共食	よく噛んで味わう	栄養バランス

【テーマを決めて取り組む事業】

外食栄養管理推進事業	飲食店等市民	①栄養バランス ②野菜の摂取量増加 ③朝食の欠食率低下	①栄養バランス ②野菜の摂取量増加 ③朝食の欠食率低下 ④共食 ⑤よく噛んで味わう			
------------	--------	-----------------------------------	---	--	--	--

平成27年度 食育推進共有テーマ

「みんなで食べたらおいしいね～家族や仲間と共食(きょうしょく)を～」

「学校、保育所、地域社会等とともに家庭における「共食」の実践！」

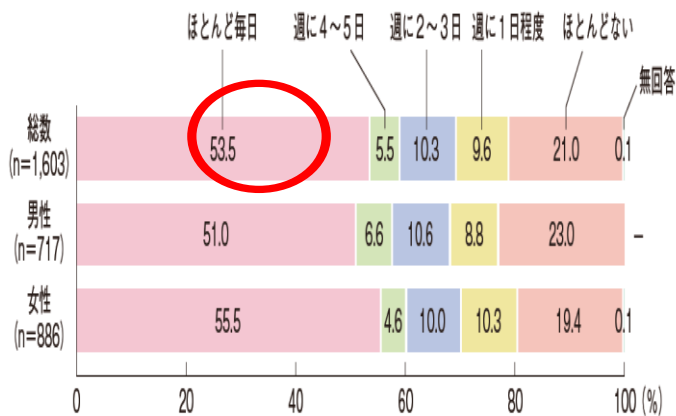
【目標値】

朝食又は夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数の増加

《現状値》 朝食＋夕食＝週平均9回

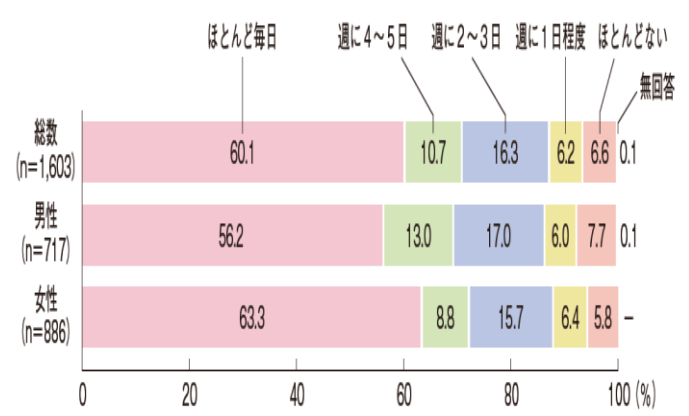
《目標値》 10回以上

朝食を家族と一緒に食べる頻度



※20歳以上、家族と同居している人のみ回答。

夕食を家族と一緒に食べる頻度



※20歳以上、家族と同居している人のみ回答。

資料：内閣府「食育に関する意識調査」(平成24年12月)

【課題】

一人での食事は、食品の偏りや食事量にも影響し、健康状態にも影響を及ぼすと考えられることから、家族や仲間と食事をする場が必要です。また、特に、子どもは、マナーを学ぶ機会としても重要です。

【共食がもたらす意義】(出典：内閣府「食育の現状と意識に関する調査」(平成22年12月))

- <1> 家族とのコミュニケーションを図ることができる。
- <2> 楽しく食べることができる。
- <3> 規則正しい時間に食べることができる。
- <4> 栄養バランスの良い食事を食べることができる。
- <5> 安全・安心な食事を食べることができる。
- <6> 食事マナーを身に付けることができる。

この結果から、「共食」は、**精神面の安心感に加え、生活や食事の質を向上させる**など、多岐にわたる効果をもたらすことが分かった。

平成27年度 各所属における共食に関する取組計画

◆テーマ「みんなで食べたらおいしいね～家族や仲間と共食を～」

◆目標:週10回以上(現状:週9回)

所 属	平成27年度取組計画
区役所	<p>・乳幼児健診時、地域健康講座等における取組 乳幼児健診や離乳食講習会、地域健康講座(プレママクッキング、キッズクッキング、男性料理教室、高齢者向け健康講座等)、出前講座において、朝食又は夕食を家族と一緒に食べる回数を増やすことを目標に、共食の大切さを普及啓発します。 また、各区において、親子が共に取り組み、ふれあいや話し合う機会を増やし、心豊かな子どもたちを育むことを目的として「おやこ食育教室」を開催します。</p> <p>・イベント等における取組 食育展、健康展、食育キャンペーン等において、食育関係機関や団体等が連携・協働して共食の大切さを普及啓発します。 ※平成27年度新たに、大学生食育キャンペーン(大学と協働した食育活動)を実施します。</p>
健康局 健康 づくり課	<p>・各種広報媒体を通じた啓発 ホームページや区広報紙等を通じて啓発します。</p> <p>・その他 ◎スーパーマーケットや企業等連携し、共食の大切さを普及啓発します。 ◎リーフレット、ポスターを作成し啓発します。</p>
保健所	<p>・給食施設巡回指導 施設へ配付する食育の普及啓発用ポスターに「共食」の内容を盛り込み、社員食堂等を利用する働き盛りの世代へ食育に関わる情報提供を行います。</p> <p>・大阪市食生活改善推進員協議会の活動支援 各区組織において「共食」に関する普及啓発活動に取り組んでいただけるよう、市組織の活動テーマの一つを「みんなで食べたらおいしいね」とし、テーマに沿った内容を盛り込んだ研修会を開催するなど会活動の支援を行います。</p>

所 属	平成27年度取組計画
<p>こども青少年局</p> <p>保育施策部</p> <p>保育企画課</p>	<p>保育企画課では公立保育所、民間保育所に向けて食育の推進を行っている。平成 27 年度は共食をテーマに子どもたちが家族や仲間と食事を楽しむことの大切さを伝えていきます。</p> <p>・リーフレット「みんなで食べたらおいしいね」の作成</p> <p>保護者に共食の重要性を訴える内容。 また、リーフレットを大阪市こども青少年局のホームページに掲載し、各施設がダウンロードして活用できるようにしました。</p> <p>・保護者への食育</p> <p>保育参観、試食会、発表会、親子で遊ぼう会など公立保育所の行事の機会をとらえ、希望する保育所へ、保育企画課栄養士がリーフレット「みんなで食べたらおいしいね」を使用して講話を実施します。</p> <p>・給食巡回指導時の取組</p> <p>公立保育所、公設置民営保育所の給食巡回指導時にリーフレット「みんなで食べたらおいしいね」を配付し、保護者向けの食事だより等に活用してもらうようにします。</p>
<p>こども青少年局</p> <p>保育施策部</p> <p>保育所運営課</p> <p>※市立保育所</p>	<p>・保育所での共食</p> <p>「みんなで食べたらおいしいね～」を実感。 保育所において、みんなで育てた菜園野菜を、調理員と連携し調理活動などを通して、共に作って、一緒に味わいます。</p> <p>・保護者への啓発活動</p> <p>◎家庭での共食については、子どもと一緒に食べることの楽しさをより実感してもらうため、保育所給食献立カードより、保護者と一緒に共同して調理ができるようなメニューを選定します。 ◎試食会などを通してメニューの紹介をし、年齢に応じた子どもが関われる調理内容などを紹介します。 ◎共同作業で調理したことにより「語り合い」「共感し合い」「一緒に食べたい」と思う気持ちや、楽しさを実感してもらいます。</p>
<p>こども青少年局</p> <p>保育施策部</p> <p>保育所運営課</p> <p>※地域子育て支援センター</p>	<p>公立保育所の地域子育て支援センターでは、家庭で保育されている乳幼児の保護者や児童にむけて食育の推進を行っています。主な取組として、支援センターの利用者や地域の子育て支援施設(子育てサロン・子ども子育てプラザ等)の利用者を対象に、こどもの成長にともない変化する調理の工夫や家庭での望ましい食習慣について講話を行い、食に関する質問や相談に対応しています。平成27年度は「みんなで食べたらおいしいね～家族や仲間と共食を～」をテーマにした講座を実施します。</p>

<p>こども青 少年局</p> <p>保育施策 部 保育所運 営課</p> <p>※地域子育て 支援センター</p>	<p>【主な取組】</p> <p>各講座において、共食における効果を伝えます。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・親子のコミュニケーションが深まります。 ・こどもが食への関心を高めます。 ・食わず嫌いからおこる偏食などを減少させます ・食事のマナーが身につきます。 <p>・離乳期からの「共食」をテーマとした離乳食講座の開催</p> <p>離乳食は特別な食事と捉えがちであるが、大人の食事から取り分け食べやすく調理した離乳食を、こどもの成長に合わせ家族と一緒に食べることを勧める。</p> <p>・「一緒に作る 一緒に食べる」をテーマとした調理活動講座（親子クッキング）の開催</p> <p>親子で調理し一緒に食べることで、調理することの楽しみや一緒に味わうことの喜びを共有します。</p> <p>・「みんなで食べたらおいしいね～家族や仲間と共食を～」をテーマとした食育講話講座の開催</p> <p>様々な「こしょく」について伝え、正しい食習慣を身につけることの大切さを伝えます。</p> <p>・「みんなそろって、いただきます！」をテーマとした父親講座の開催</p> <p>乳幼児の食に関する特徴を伝えて、父親がこどもの成長を見守りながら積極的に家族の団欒に参加できるように、共食の大切さを伝えます。</p>
<p>教育委員 会事務局</p> <p>指導部初 等教育担 当</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・小学校給食標準献立における食に関する指導資料及び給食指導の参考資料において、「会食について」や「食事のマナー」等について紹介します。 ・各学校において、学校給食の時間において楽しく会食することをねらいとして、会食を通して人間関係を深めるなどの指導を行い、交流給食などの取組を行います。 ・保護者・地域に共食についての啓発を行い、連携をはかって行きます。
<p>教育委員 会事務局</p> <p>教務部学 校保健担 当</p>	<p>【小学校・特別支援学校】</p> <p>小学校・特別支援学校では、教室において、学級の仲間とともに給食を食べている。平成 27 年度は、給食をみんなで食べ、おいしさを共有することで生まれる楽しさを児童生徒が意識できるような情報を家庭への啓発を含めて、学校給食献立表やホームページ等で取り上げていきます。</p> <p>【中学校】</p> <p>平成 27 年度、1 学年に加え 2 学年も全員喫食を実施するにあたり、給食をみんなで楽しく食べることをテーマに、「大阪市中学校給食の献立」「学校掲示用献立」を使用し啓発に努めます。</p>

<p>教育委員会事務局</p> <p>指導部初等教育担当</p> <p>※幼稚園教育グループ</p>	<p>幼稚園では、指導者や友達と食事をする楽しさを味わえるよう、工夫して温かい雰囲気をつくりながら食事をするに取り組んでいます。</p> <p>いろいろな人とふれあいながら、一緒に食事をする機会を通して、「みんなで食べたらおいしい」という実感が持てるように、今後も取り組んでいきます。</p> <ul style="list-style-type: none">・組の友達や、異年齢の友達（他校種含む）と昼食をとる経験・保護者や地域の方と食事をする経験 等
--	---

ロゴマーク

「みんなで食べたらおいしいね～家族や仲間と共食(きょうしょく)を～」

ロゴマークについて

第2次大阪市食育推進計画では、共食の普及啓発を進めており、「みんなで食べたらおいしいね～家族や仲間と共食(きょうしょく)を～」のロゴマークを作成しました。

共食の全市的な周知を図るために、関係機関や団体等の広報媒体等に掲載していただき、活用を図りたいと考えています。

デザイン案

(A)



(A')



(B)



(C)

