

第2次 かのや「食」と「農」 交流推進計画

～食を大切に、豊かな食で、笑顔あふれる食卓を～



平成27年2月 鹿屋市

目次

第1章 かのや「食」と「農」交流推進計画策定にあたって

1	計画策定の背景・趣旨	1
2	計画の位置付け	2
3	計画の期間	2
4	策定体制等	3

第2章 「食」と「農」を取り巻く現状と課題

1	世界の食料消費の現状	4
2	我が国の「食」と「農」をめぐる情勢	4
3	鹿屋市における「食」と「農」の現状と課題	5

第3章 「食」と「農」交流推進の基本的な考え方

1	基本理念	17
2	基本目標	18
3	施策の体系	19

第4章 計画の基本施策

1	食育の推進に向けた具体的な取組	20
	基本目標1 規則正しい食生活の習慣づくり	20
	基本目標2 生産者と消費者の交流促進	27
	基本目標3 かのやの食と農の理解と継承	30
	基本目標4 心・技・体の人づくり	33
2	食育の推進にあたっての重点目標と目標値	37

第5章 計画の推進体制とフォローアップ

1	食育の推進体制	38
2	フォローアップ	38

用語解説	39
------	----

第1章 かのや「食」と「農」交流推進計画策定にあたって

①計画策定の背景・趣旨

世界的にも有数の長寿社会を実現してきた我が国は、経済発展に伴い、多様な食生活を楽しむことが可能となり、国民のライフスタイルも大きく変化しました。その反面、食を大切にする意識が薄れ、昔から各地域で育まれてきた多様な食文化や健全な食生活が失われつつあり、また、生産者と消費者の結びつきの弱まり等が指摘されています。

また、健康や食に関する情報も氾濫し、正しい情報を適切に選択し、活用することが困難な状況も見受けられます。さらに昨今は、「食」と「農」における安全性の確保や環境問題への配慮、食料自給率の向上など安全・安心で安定的な食の提供が求められています。

このような中、国は、国民が生涯にわたって健康で豊かな生活を送ることができる社会の実現を目指して、平成17年6月に「食育基本法」を制定し、平成18年3月に「食育推進基本計画」、平成23年3月には「第2次食育推進基本計画」を制定しました。また、鹿児島県においても、平成23年3月に「かごしまの“食”交流推進計画（第2次）」を策定し、様々な取組を推進しています。

鹿屋市においても、『かのや「食」と「農」交流推進協議会』を設置し、「食」は～生きるための心と体の「薬」～をスローガンに、市民総参加で、食と農を見つめ直し、心身の健康増進と豊かな人間形成を目指す『かのや「食」と「農」交流推進計画』（以下、「第1次計画」という）を平成22年3月に策定し、本市の豊かな海や大地の恵みと様々な資源を生かした食育を推進し、第一次産業の振興と交流の活性化を通じて、地域経済の発展と健康で豊かな食生活の普及・定着を図ってまいりました。

国の「第2次食育推進基本計画」では、食育について「単なる周知にとどまらず食育推進のための活動の実践」を計画の柱としています。本市においても、「健康の源は食にあり」をモットーに、市民一人ひとりが生涯にわたって元気に暮らせるよう、食育への関心を高め、健全な食生活を実践する力を養うために「第2次かのや「食」と「農」交流推進計画」を策定しました。

基本的には、第1次計画の基本理念や考え方を踏襲し、これまでの取組の進捗を分析・評価し、本市の特性を活かしながら、食に関する知識と食を選択する力を身につけ、すべての市民が食を楽しみ、健全な心身を養い、豊かな人間性を育むことを目的に、市民や関係機関・団体が相互に理解・連携を深めながら、引き続き食育を推進していきます。

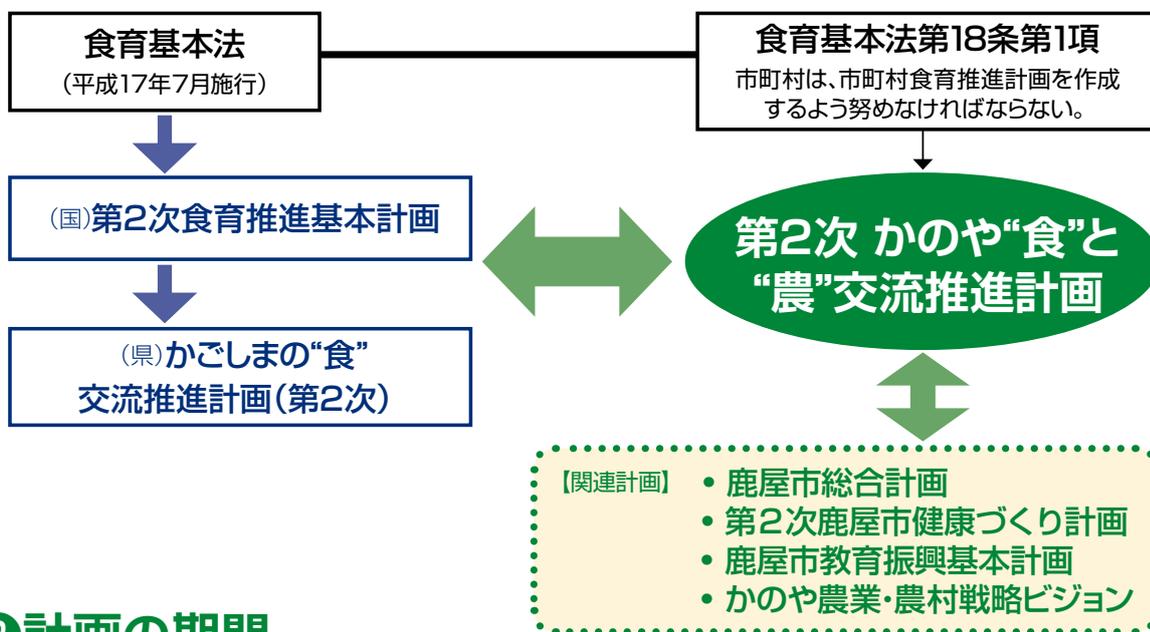
② 計画の位置づけ

本計画は、食育基本法の目的・基本理念を踏まえ、同法第18条第1項に基づく「市町村食育推進計画」として策定します。

また、「地域資源を活用した農林漁業者等による新事業の創出等及び地域の農林水産物の利用促進に関する法律（平成22年法律第67号）」第41条に基づく「鹿屋市農林水産物の利用の促進計画」として位置づけています。

この計画は、食育を推進するための基本的な考え方を明らかにするとともに、家庭、保育所（園）、幼稚園、学校、地域など様々な分野における関係機関・団体等との連携による食育活動の総合的な指針として活用します。

「鹿屋市総合計画」を上位計画とし、「第2次鹿屋市健康づくり計画」、「鹿屋市教育振興基本計画」、「かのや農業・農村戦略ビジョン」などの関連する計画との整合性を図りながら食育を推進します。



③ 計画の期間

本計画の期間は、平成27年度から平成31年度の5年間とします。なお、社会経済情勢の変化などによって、計画の変更が必要になった場合は、随時見直しを行います。

平成26年度	平成27年度	平成28年度	平成29年度	平成30年度	平成31年度
前期計画 (平成22年度～)					
検証見直し					
本 計 画					

※食育とは

食育基本法の中で、「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」、「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、健全な生活を実践することができる人間を育てること」と位置づけられています。

④ 策定体制等

(1) 第2次かのや「食」と「農」交流推進計画の策定体制

本計画を策定するにあたり、市内の教育・健康福祉・農林水産等の関係機関・団体や行政機関代表など、食育推進に携わる関係者で構成する「かのや食と農交流推進協議会」を中心に、計画の内容に関する検討を行うとともに、今後の本市における食育と食農交流のあり方について協議を行いました。

(2) アンケート調査の実施

本計画を策定するにあたり、市民の健康状態や生活習慣、食育への関心度等について把握し、第1次計画の検証と本計画策定の基礎資料とするために、アンケート調査を実施しました。

調査対象者	①無作為に抽出した16歳以上の鹿屋市民 ②市内保育所（園）、幼稚園の5歳児の保護者 ③市内小学校5年生・中学校2年生の児童生徒及び保護者																		
調査方法	①郵送で配布し、記入後に郵便で回収 ②各保育所（園）、幼稚園で配布し、家庭で記入後に回収 ③各学校で配布し、家庭で記入後に回収																		
調査時期	平成26年6月																		
調査数・回収数	①一般調査（無作為抽出） <table border="1" style="margin: 10px auto; width: 60%;"> <thead> <tr> <th style="background-color: #fff9c4;">配布</th> <th style="background-color: #fff9c4;">回答</th> <th style="background-color: #fff9c4;">回答率</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="text-align: center;">1,000人</td> <td style="text-align: center;">301人</td> <td style="text-align: center;">30.1%</td> </tr> </tbody> </table>			配布	回答	回答率	1,000人	301人	30.1%										
配布	回答	回答率																	
1,000人	301人	30.1%																	
	②保育所（園）・幼稚園調査 <table border="1" style="margin: 10px auto; width: 80%;"> <thead> <tr> <th style="background-color: #fff9c4;"></th> <th style="background-color: #fff9c4;">配布</th> <th style="background-color: #fff9c4;">回答</th> <th style="background-color: #fff9c4;">回答率</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="background-color: #fff9c4;">保育所(園)</td> <td style="text-align: center;">68</td> <td style="text-align: center;">53</td> <td style="text-align: center;">77.9%</td> </tr> <tr> <td style="background-color: #fff9c4;">幼稚園</td> <td style="text-align: center;">91</td> <td style="text-align: center;">74</td> <td style="text-align: center;">81.3%</td> </tr> <tr> <td style="background-color: #fff9c4;">合 計</td> <td style="text-align: center;">159</td> <td style="text-align: center;">127</td> <td style="text-align: center;">79.9%</td> </tr> </tbody> </table>				配布	回答	回答率	保育所(園)	68	53	77.9%	幼稚園	91	74	81.3%	合 計	159	127	79.9%
	配布	回答	回答率																
保育所(園)	68	53	77.9%																
幼稚園	91	74	81.3%																
合 計	159	127	79.9%																
	③小学校・中学校調査 <table border="1" style="margin: 10px auto; width: 80%;"> <thead> <tr> <th style="background-color: #fff9c4;"></th> <th style="background-color: #fff9c4;">配布</th> <th style="background-color: #fff9c4;">回答</th> <th style="background-color: #fff9c4;">回答率</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="background-color: #fff9c4;">小学校</td> <td style="text-align: center;">90</td> <td style="text-align: center;">67</td> <td style="text-align: center;">74.4%</td> </tr> <tr> <td style="background-color: #fff9c4;">中学校</td> <td style="text-align: center;">129</td> <td style="text-align: center;">114</td> <td style="text-align: center;">88.4%</td> </tr> <tr> <td style="background-color: #fff9c4;">合 計</td> <td style="text-align: center;">219</td> <td style="text-align: center;">181</td> <td style="text-align: center;">86.3%</td> </tr> </tbody> </table>				配布	回答	回答率	小学校	90	67	74.4%	中学校	129	114	88.4%	合 計	219	181	86.3%
	配布	回答	回答率																
小学校	90	67	74.4%																
中学校	129	114	88.4%																
合 計	219	181	86.3%																

第2章 「食」と「農」を取り巻く現状と課題

①世界の食料消費の現状

中国をはじめインドや東南アジア諸国など新興国で経済成長が続いています。暮らしが向上すれば、かつての日本のように人々は豊かな食生活を求めます。特に経済発展が著しい中国では「富裕層」が増え、世界各地の高級食材を求めるようになりました。世界では、飽食と飢餓の格差が一段と広がっています。

②我が国の「食」と「農」をめぐる情勢

(1) いま、食に起っていること

豊かといわれてきた日本人の食生活ですが、肉や油のとり過ぎによる肥満の増加、世界中から食料を大量に輸入しながら大量の食品廃棄が生じている現実、食生活の乱れがあります。

また、農業との距離が遠くなり、食べ物がどのように作られたのかを知らない子どもや大人が増えています。

① 止まらない米離れ

国民一人当たりの年間消費量は 56.9kg で、ピークであった 1962 年の約半分になっている。

② 増える生活習慣病

成人男性の 47%はメタボリックシンドロームが強く疑われるか、その予備軍となっている。

③ 食品のロス

家庭・レストラン・食品工場などでは、年間 500～800 万トンの食品のロス（廃棄）が発生している。

④ 朝ごはんを食べない若者

20 代男性の 30%、20 代女性の 26%が朝ごはんを食べない。

(2) 我が国の農業・農村の厳しい状況

農業・農村は、私たちの暮らしに欠かすことのできない食料の供給や、人らしく生きるための豊かな環境を育んできました。しかし、農家数の減少、高齢化、耕作放棄地の増加など、農業の疲弊に歯止めがかかりません。このような状態を放置すれば、食料を安定的に供給する役割が果たせなくなる恐れがあります。

(3) 国民全体で農業・農村を支える社会に

食料の安定供給のための生産基盤や、環境と水を育む農業・農村という国民の財産を、将来の世代に引き継いでいかなければなりません。しかし、農業者だけの努力では限界がありますので、様々な人たちの参加を呼びかける必要があります。

(4) 食料自給率を上げる

日本は食べ物の多くを外国に依存する国です。しかし、世界の食料事情は中長期的にみれば、世界人口の増加に伴い、深刻な不足が心配される状況にあります。国の新しい基本計画では食料自給率をカロリーベースを50%に引き上げ、農業生産と食料消費の両面から取り組むとしています。

③鹿屋市における「食」と「農」の現状と課題

(1) かのや「食」と「農」交流推進計画の評価

本計画に反映させることを目的に、「食と農に関するアンケート」等の調査結果を用いて評価を行いました。

① 目標数値の評価方法について

目標数値に対する達成状況について、以下に従い評価しました。

策定時の値と
直近値を比較

- ◎: 目標数値に達した
- : 目標数値に達していないが、改善傾向にある
- △: 変わらない
- ▲: 悪化している

② 目標数値の評価結果について

第1次計画では、11項目の目標数値を設定しており、達成状況は次のとおりでした。◎の「目標数値に達した」と、○の「目標数値に達していないが、改善傾向にある」を併せて、全体の約7割で改善傾向が見られました。

目 標 項 目	◎	○	△	▲
	達 成	改 善 傾 向	変 化 し	悪 化
食育に関心を持っている市民の割合		○		
朝食を欠食する市民の割合		○		
朝食を欠食する市内小中学生の割合			△	
学校給食における地場産物(鹿屋産の野菜・芋類)を使用する割合		○		
「食事バランスガイド」等を参考に食生活を送っている市民の割合	◎			
メタボリックシンドロームを認識している市民の割合				▲
食品の安全性に関する基礎的な知識を持っている市民の割合				▲
地産地消を知っている市民の割合		○		
農業体験等の経験者数(高校生以上)	◎			
農業体験等の経験者数(未就学児・小中学生)	◎			
教育ファームの実施校数	◎			
合 計	4	4	1	2
割 合	36.4%	36.4%	9.1%	18.1%

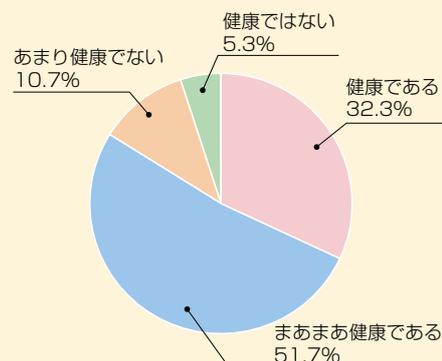
(2) アンケート結果からみる鹿屋市の「食」と「農」をとりまく現状

健康について

① 健康観について

◎健康であると思っている人は約 8 割

自分が健康であると思うかについて、「健康である」と「まあまあ健康である」を合わせた割合は 84.0%となっています。平成 21 年度は健康であると回答した人の割合は 80.8%であり、3.2ポイントの増加がみられます。



② 歯や口について困っていること

◎歯や口の健康で困っていることがある人は約 6 割

歯や口に関して困っていることがあるかについて、「やや不満だが日常生活に支障はない」と「不自由や苦痛を感じている」を合わせた割合は 57.5%となっており、6割近くの人が何かしら困っている事があるという結果となり、平成 21 年度と比べ 2.1 ポイント増加しました。

③ 運動量について

◎運動をしている人は約 4 割

運動量について、「ほぼ毎日する」と「週に数回程度する」を合わせた割合は 45.3%であり、平成 21 年度の 43.9%と比べ 1.4 ポイントの増加がみられます。

一方、「月に 1~2 回程度する」と「ほとんどしない」を合わせた割合は 54.7%であり、平成 21 年度の 55.0%と比べ 0.3 ポイントの減少がみられます。

④ お通じの頻度について

◎毎日お通じのある人は約 7 割

お通じの頻度について「毎日 1 回以上ある」が最も多く、70.1%となっています。一方で、頻度が少ない又は不規則な人は 5.7%となっています。

これは、平成 21 年度の結果とほぼ変わりません。

■食生活について

① 朝食の状況

◎朝食を毎日食べる人は約 8 割

◎ 30 代と 40 代で朝食の欠食率が高い

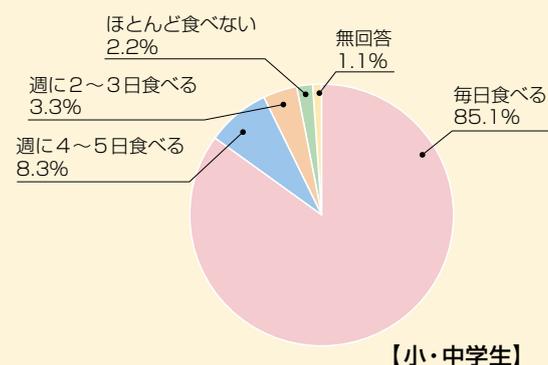
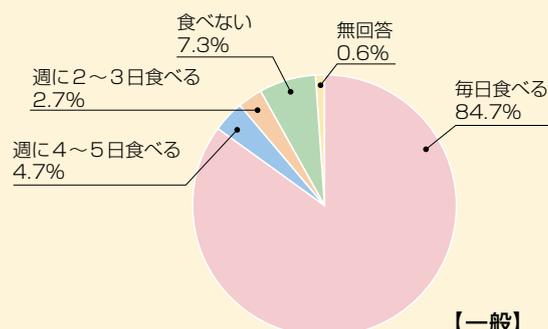
朝食を食べる頻度について、「毎日食べる」が最も多く 84.7%でしたが、平成 21 年度の 86.6%と比較すると 1.9 ポイントの減少がみられます。

一方で、朝食を欠食している人の割合は 7.3%となっており、平成 21 年度の 4.2%と比較すると 3.1 ポイントの増加がみられます。

年代別でみると、30 代が 15.0%、40 代が 18.2%と壮年期の欠食率の高さが目立ちます。忙しい年代ではありますが、50 代以降で生活習慣病等の病気にならない為にも、壮年期における規則正しい食生活の促進が必要と考えます。

また、小中学生については、「毎日食べる」が最も多く 85.1%となっています。

しかし、「週 2～3 日食べる」人の割合は 3.3%であり、平成 21 年度の 1.6%と比べ 1.7 ポイント増加しており、全体的にみた欠食率が増加したことが分かりました。



家族そろって朝ごはん！

◎朝食を食べない理由は「食欲がない」「いつも食べない」

朝食を食べない理由について、「食欲がないから」と「いつも食べないから」が同率 22.7%で最も多い回答となっています。

◎朝食の主食は「ごはん」が約 6 割

朝食の主食としては「ごはん」が 60.1%で最も多く、平成 21 年度の 58.0%と比較すると 2.1 ポイントの増加がみられます。次いでパンが 27.9%で、こちらも平成 21 年度の 19.5%と比較すると 8.4 ポイントの増加がみられます。

また、小中学生の朝食の主食について最も多かったのは「ごはん」の 61.3%で、平成 21 年度の 44.6%と比較すると 16.7 ポイントの増加がみられます。

◎みそ汁を毎日飲む人は約 6 割

みそ汁を飲む頻度について、「毎日」と「週に 4～5 日」を合わせた割合は 62.5%で、平成 21 年度の 55.7%と比較すると 6.8 ポイントの増加がみられます。一方で、「週に 2～3 日」と「飲まない」を合わせた割合は 36.6%で、平成 21 年度の 26.7%と比較すると 9.9 ポイントの増加がみられます。

◎自分が健康ではないと回答した人ほど、みそ汁をあまり飲まない

みそ汁を飲まない人で健康だと回答した人は 4.1%であったのに対し、健康ではないと回答した人は 25.0%でした。

② 食事の状況

◎朝食をひとりで食べている人は約 3 割、夕食をひとりで食べている人は約 2 割

【朝食】

朝食を誰と食べるかについて、「家族そろって食べる」と「だいたい家族の誰かと食べる」を合わせた割合は 60.1%となっており、平成 21 年度の 57.6%と比較すると 2.5 ポイントの増加がみられます。小中学生では 70.7%で、平成 21 年度の 81.7%と比較すると 11.0 ポイント減少しました。

また、「ひとりで食べることが多い」と「ひとりで食べる」を合わせた割合は 31.2%となっており、平成 21 年度と比較すると 3.0 ポイントの減少がみられます。小中学生では 26.5%で、平成 21 年度の 16.2%と比較すると 10.3 ポイント増加しました。

【夕食】

夕食を誰と食べるかについて、「家族そろって食べる」と「家族の誰かと食べる」を合わせた割合は 77.1%となっており、朝食と比較すると 17.0 ポイント高い割合です。平成 21 年度と比較すると 9.0 ポイントの増加がみられます。

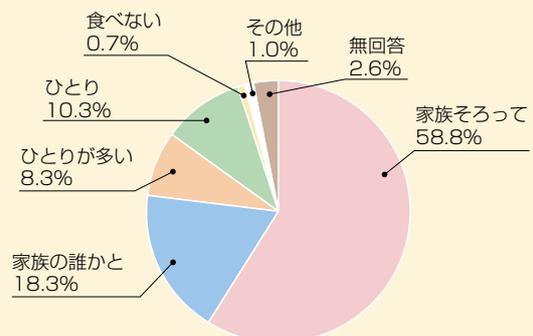
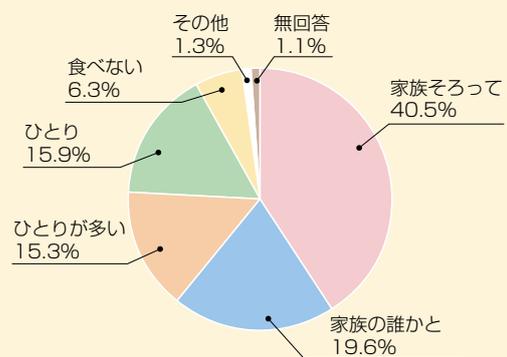
小中学生では 96.1%で、平成 21 年度の 94.1%と比較すると 2.0 ポイント増加しました。

また、「ひとりで食べることが多い」と「ひとりで食べる」を合わせた割合は 18.6%となっており、平成 21 年度と比較すると 1.6 ポイントの減少がみられます。

朝食に比べると家族で食べる割合が多くなっています。

◎一人で食べる理由は「ひとり暮らしだから」「家族と時間が合わない」が多い

食事をひとりで食べる理由について、「ひとり暮らしだから」が 39.4%と最も多くなっており、70 代以上では 7 割を超えています。また、その他の年代では「家族との時間が合わないから」が最も多い回答となっています。小中学生でも、「家族との時間が合わないから」が最も多い回答となっています。



③ 食事の際のあいさつの実践

◎食事の際にあいさつをしている人は約 7 割

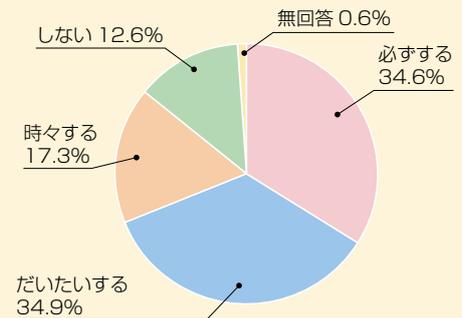
◎家族で食事をする人で食事の際にあいさつをしている人が多い

食事の時のあいさつについて、「必ずしている」と「だいたいしている」を合わせた割合は 69.5%で、平成 21 年度の 63.6%と比較すると 5.9 ポイントの増加がみられます。

一方、「時々している」と「全くしていない」を合わせた割合は 29.9%となっており、平成 21 年度と比べると 7.4 ポイントの増加がみられます。

小中学生では、「必ずする」と「だいたにする」を合わせた割合は 76.2%でした。また、朝食、夕食ともに「家族揃って食べる」、「だいたい家族の誰かと食べる」と回答した人は、食事の際の挨拶を「必ずしている」、「だいたいしている」と回答した割合が高いことが分かりました。

以上のことから、家族で食卓を囲み食事をする中で食事の際の挨拶という習慣を学び、それにより食に対する感謝の気持ちを学ぶことができると考えられるため、改めて共食の重要性を広めることが大切と言えます。



④ 緑茶の摂取状況

◎食事の際に緑茶を飲む人は約 6 割

食事の時に緑茶を飲む頻度について、「必ず飲む」と「だいたい飲む」を合わせた割合は 59.7%で、平成 21 年度の 67.8%と比較すると 8.1 ポイントの減少がみられます。

⑤ 野菜の摂取状況

◎野菜の摂取量が足りていないと感じる人は約 4 割

◎野菜の摂取量が足りていると感じている人ほど毎日お通じのある人が多い

◎朝食を食べていない人で野菜の摂取量が足りていないと感じている人は約 3 割

◎野菜の摂取量が足りていると感じている人でみそ汁を毎日飲む人は約 7 割

野菜の摂取量について、「足りている」と「まあ足りている」を合わせた割合は 60.2%で、平成 21 年度の 61.2%と比較すると 1.0 ポイントの減少がみられます。

野菜の摂取量とお通じの頻度について比較すると、野菜の摂取量が足りていないと感じている人ほどお通じの頻度は不規則であり、また、朝食を食べていないということも分かりました。また、野菜の摂取量が足りていると感じている人は、みそ汁をほぼ毎日飲むということがわかりました。

⑥ 外食や調理済み食品等について

◎外食は「ほとんど利用しない」、「まったく利用しない」人が約 4 割

外食の利用頻度について、最も多い回答は 46.2%の「月に数回利用する」で、平成 21 年度の 46.6%と比較すると 0.4 ポイントの減少がみられます。次いで「ほとんど利用しない」と「全く利用しない」の割合が 37.9%で、平成 21 年度の 46.3%と比較すると 8.4 ポイン

トの減少がみられます。

◎ファストフードやインスタント食品・調理済み食品を食べる頻度は約5割が週1回以下

ファストフードやインスタント食品・調理済み食品を食べる頻度は5割近くが「週1回以下」と回答しています。

20代と30代で食べる人の割合が高くなっています。

⑦ 食事・食材選択の基準

◎食事や食材等の選択基準は「好みにあうもの」、「賞味期限・消費期限」、「安全な食品」

食材を選ぶ時の基準について、「好みにあうもの」の割合が最も高く11.8%でした。次いで同率10.6%で「賞味期限・消費期限」、「安全な食品を選ぶ」が多い回答でした。

年代別にみると、20代では「調理の手間のかからないもの」、30代と70代以上では「アレルギー物質」、40代では「製造元」、50代では「有機栽培や無農薬栽培のもの」、60代では「原産地」が割合の高い項目となりました。

また、性別にみると、男性では「調理の手間のかからないもの」、女性では「製造元」が割合の高い項目となりました。

⑧ 「もったいない」意識

◎食べ残し、食品廃棄について「もったいない」と感じている人は約8割

◎「もったいない」と感じている人は、食事の際の挨拶をしている人が多い

「もったいない」と感じるかについて、「いつも感じている」と「だいたい感じている」を合わせた割合は78.1%となっています。

また、食事の際の挨拶の習慣と「もったいない」と感じるかの関連性をみると、もったいないと感じている人ほど食事の際の挨拶をしていることが分かりました。

◎食べ残しを減らす努力をしている人は約9割

食品廃棄を減らす努力をしているかについて「必ずしている」と「だいたいしている」を合わせた割合は88.4%で、平成21年度の85.3%と比較すると3.1ポイントの増加がみられます。

また、平成21年度では、70代以上で努力をしている割合が少ないという結果が出ていましたが、平成26年度は「必ずしている」と「だいたいしている」を合わせた割合は全年代で8割を超えています。

食品廃棄について、「もったいないと感じているか」と「減らす努力をしているか」を比較すると、もったいないと感じている人ほど減らす努力をしていることが分かりました。



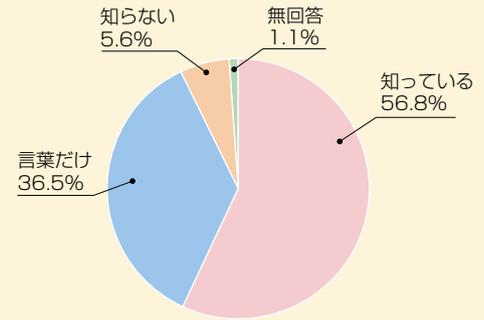
■食育について

① 食育の認知度

◎食育の言葉も意味も知っている人は約 6 割

◎20代で認知度が低い

「食育」の認知度について、「言葉も意味も知っている」と回答した割合は 56.8%で、平成 21 年度の 51.1%と比較すると 5.7 ポイントの増加がみられます。年代別にみると、20 代の認知度が 17.6%と他の年代と比較して低いため、若年層への情報提供が必要と考えます。



② 「食育」への関心度

◎食育に関心がある人は約 8 割

◎20代は「食育」が何を指すかわからない人が多い

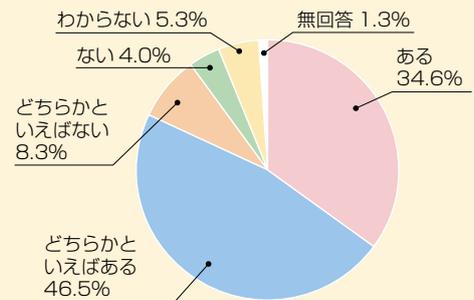
◎幼稚園・保育園児、小中学生の保護者に関心がある人は約 9 割

「食育」への関心度について、「関心がある」と「どちらかといえば関心がある」を合わせた割合は 81.1%で、平成 21 年度の 74.0%と比較すると 7.1 ポイントの増加がみられます。

年代別にみると、「関心がある」と回答した割合は 20 代では 5 割以下に留まっていますが、「わからない」と回答した割合も 23.5%と高い

ため、若年層へ「食育」とはどのようなものなのか、ということの周知が必要と考えます。

また、幼稚園・保育園児、小中学生の保護者では、約 9 割の人が「関心がある」、「どちらかといえば関心がある」と回答しました。



◎「食育」に関心がない理由は「食育自体に関して良く知らない」が多い

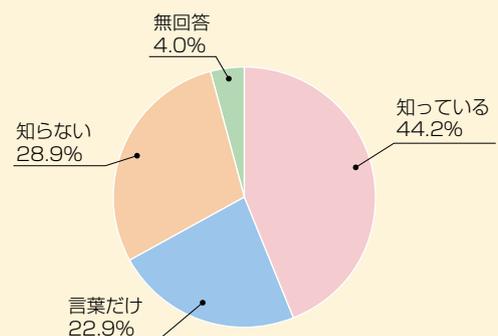
「食育」に関心がない理由として、「食育自体に関してよく知らないから」が最も多く、23.2%でした。これにより、食育に関心がないのは情報不足が原因ということが伺えます。

③ 「食事バランスガイド」の認知度

◎「食事バランスガイド」の言葉も内容も知っている人は約 4 割

「食事バランスガイド」の認知度について、「言葉も内容も知っている」人は 44.2%で、平成 21 年度の 35.2%と比較すると 9.0 ポイント増加しています。

年代別にみると、平成 21 年度では 20 代で「言葉も意味も知っている」と回答した人の割合は 0.0%でしたが、平成 26 年度は 47.1%と大幅な増加がみられました。また、全ての年代で平成



21年度の割合を上回っています。

以上のことから、この5年間で食事バランスガイドの認知度が上昇したことが伺えます。

◎食事バランスガイド等を日頃、参考にしている人は約7割

食事バランスガイドや食生活指針等を日頃の食事で参考にしているかについて、「いつも参考にしている」と「時々参考にしている」を合わせた割合は69.0%でした。

30代以下では4割程度にとどまっているので、若年層への呼びかけが必要と考えられます。

④食品の安全に関する知識について

◎食品の安全に関する知識を持っていると感じている人は約6割

食品の安全に関する知識を持っているかについて、「十分ある」と「ある程度ある」を合わせた割合は57.5%で、平成21年度の64.8%と比較すると7.3ポイントの減少がみられます。

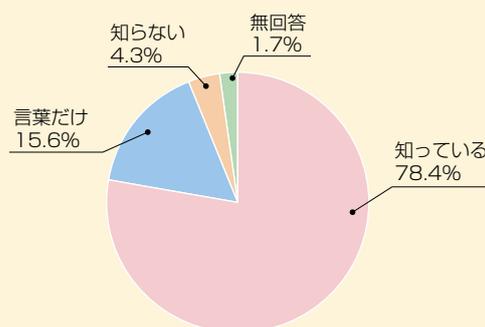
⑤メタボリックシンドロームの認知度

◎メタボリックシンドロームの言葉も意味も知っている人は約8割

メタボリックシンドロームの認知度について、「言葉も意味も知っている」人は78.4%で、平成21年度の78.8%と比較すると0.4ポイントの減少がみられました。

しかし、70代以上の認知度が、平成21年度は56.0%、平成26年度は76.1%と20.1ポイント増加しました。

また、「言葉も意味も知らない」と回答した割合は4.3%で、平成21年度の6.5%と比較すると2.2ポイント減少しており、徐々にではありませんが、認知度は上昇していると考えられます。



⑥「食育」の実践について

◎「食育」を実践している割合は約6割

◎食育に関心がある人では実践している人が多い

「食育」を何らかの形で実践しているかについて、「積極的にしている」と「できるだけするようにしている」を合わせた割合は64.4%で、平成21年度の59.0%と比較すると5.4ポイントの増加がみられます。また、「食育に関心があり実践している」人の割合は91.4%であるのに対し、「関心がなく実践していない」人の割合は0.0%でした。

◎食育を実践していない理由は「他のことで忙しい」、「どのように実践すれば良いかわからない」が多い

食育を実践していない理由について、「食事や食生活への関心はあるが、他のことで忙しいから」が最も多く、20.4%でした。次いで「どのように実践すればいいかわからないから」が19.4%、「食事や食生活への関心はあるが、食費を安くすることの方が重要だから」が18.5%となっています。

◎「食育」で重点的に取り組むべきと考えることは「食生活、食習慣の改善」、「食品の安全性に関する理解」

重点的に取り組むべき分野について、「食生活、食習慣の改善」が最も多く 26.2%、次いで「食品の安全性に関する理解」が 19.3%、「自然の恩恵や生産者等への感謝、理解」が 13.9% でした。この順番は平成 21 年度と変わっていません。

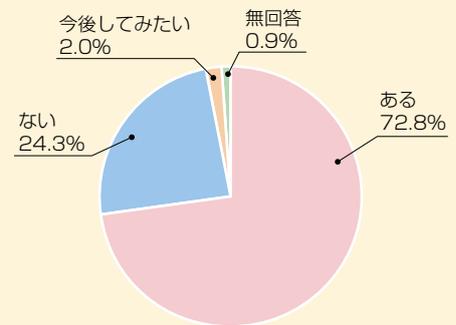
◎食育を行うべきだと思うのは「未就学児」「小学生」「中学生」「高校生」「子育て中の親」

食育を中心に行っていくとよいと思うのはどの年代と思うかについて、「未就学児」、「小学生」、「中学生」、「高校生」等の学生と「子育て中の親」が多い回答となっており、子どもの頃や、子どもに接する機会の多い人に対しての食育が重要と考えている人が多いことがわかりました。

⑦ 農林水産業体験について

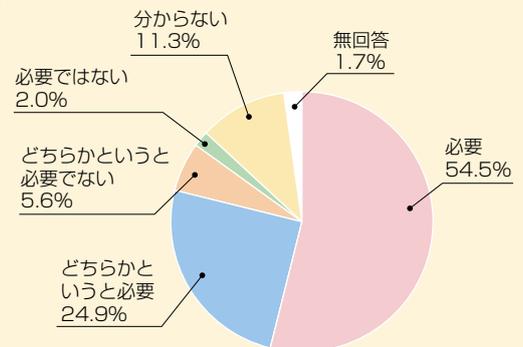
◎農林水産業体験をしたことがある人は約 7 割

農林水産業体験をしたことがあるかについて、「ある」と回答した割合は 72.8%で、平成 21 年度の 36.5%と比較すると 36.3ポイントの大幅な増加がみられます。



◎農林水産業体験が必要と考える人の割合は約 8 割

農林水産業体験が必要かどうかについて、「必要である」と「どちらかという必要である」を合わせた割合は 79.4%で、平成 21 年度の 69.4%と比較すると 10.0ポイントの増加がみられます。



◎農林水産業体験が必要と思う理由は、「食の大切さがわかるから」が最も多い

農林水産業体験が必要と思う理由について、「食や農の大切さがわかるから」が最も多く、34.1% でした。次いで「収穫などの喜びを体験できるから」が 27.5%、「自然とふれあえるから」が 13.1% でした。



■ 食の安全・安心について

◎ 日頃、食生活で悩みや不安を感じている人は約4割

◎ 「食品の安全性」について不安を感じている人が多い

◎ 具体的には「食品添加物」、「残留農薬」に対して不安を感じている人が多い

食生活で感じている悩みや不安について、「食品の安全性について」が23.2%で最も多く、次いで「自分の健康について」が21.1%、「家族の健康について」が19.3%でした。

食品の安全性について具体的に不安を感じていることについて、「食品添加物」が最も多く18.9%、次いで「残留農薬」が18.7%、「輸入食品」が17.0%でした。

◎ 食の安全性についての情報は「テレビ」から入手する人が最も多い

食品の安全性に関する情報の入手先について、「テレビ」が最も多く40.4%、次いで「新聞、雑誌」が25.2%、「行政機関で発行する印刷物（広報など）」が10.1%でした。一方、「入手していない」と回答した割合は5.0%でした。

■ 地産地消について

① 「地産地消」の認知度

◎ 「地産地消」を言葉も意味も知っている人は約7割

「地産地消」という言葉やその意味を知っているかについて、「言葉も意味も知っている」と回答した割合は77.4%で、平成21年度の69.7%と比較すると7.7ポイントの増加がみられます。一方、「言葉は知っているが、意味は知らない」と「言葉も意味も知らない」を合わせた割合は20.3%で、平成21年度と比較すると7.4ポイント減少しており、認知度は上昇しています。

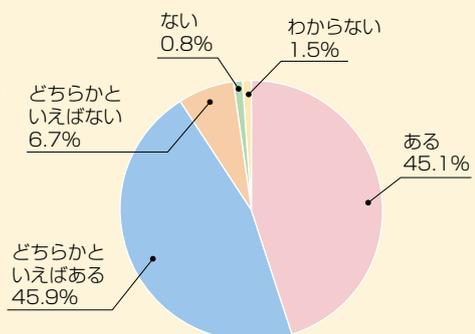
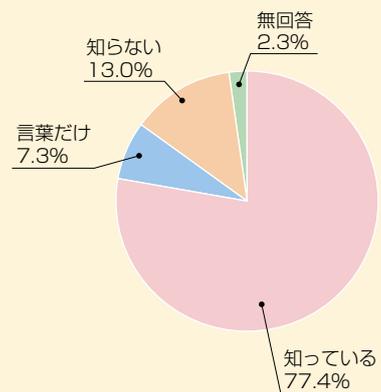
しかし、20代のみ「言葉も意味も知っている」と回答した割合が5割を切っており、若年層への更なる周知が必要と考えられます。

◎ 「地産地消」に関心がある人は約9割

「地産地消」の関心度について、「関心がある」と「どちらかといえば関心がある」を合わせた割合は91.0%で、平成21年度の89.1%と比較すると1.9ポイントの増加がみられます。

◎ 「地産地消」を实践しようと思う人は約8割

「地産地消」を实践しようと思っているかについて、「そう思う」人の割合は80.8%で、平成21年度の78.5%と比較すると2.3ポイントの増加がみられます。また、「实践している」人は33.6%で、平成21年度の27.7%と比較すると5.9ポイント増加しています。



◎地産地消を実践しない理由は「価格や品質が同じなら地元産にこだわる必要がない」

地産地消を実践しない理由について、最も多い回答は「価格や品質が同じなら地元産にこだわる必要がない」で36.4%、次いで「どこで地元産品が購入できるのかわからない」が22.7%、「どのような地元産品があるのかわからない」が20.5%でした。

② 農林水産物の購入について

◎農林水産物の入手先は、「食品中心のスーパーマーケット」が最も多い

◎スーパーマーケットで入手する理由は「品揃えが豊富」が多い

農林水産物をどこで購入するかについて、最も多い回答は「食品中心のスーパーマーケット」で38.8%、次いで「大型スーパーマーケット」が26.1%でした。

また、スーパーマーケットで入手する理由について、「品揃えが豊富だから」が最も多く27.6%、次いで「販売されているものが信用できるから」が22.5%、「家や職場が近いなど利用しやすいから」が18.3%でした。

◎農林水産物の選択基準は「鮮度」が最も重視されている

農林水産物を購入する際の基準について、「鮮度」を重視する人が最も多く、次いで「価格」、「旬や季節感」、「味」となっています。

(平成26年度)

重視する ↑	1	鮮度	12.7%
	2	価格	12.5%
	3	旬や季節感	12.2%
	4	味	11.9%
	5	色や形	11.8%
	6	産地や生産者	11.6%
	7	栄養	11.5%
	8	低農薬、無農薬	11.4%
	重視しない ↓	9	その他

③ 「地産地消」の推進について

◎「地産地消」の推進について最も効果的と思うのは、「量販店で地元産品の取扱量を増やす」が最も多い

地産地消をより進めるために効果的と思う取組みについて、最も回答が多かったのは「スーパーなどの量販店で地元産品の取扱量を増やす」で23.1%でした。次いで「学校給食にできるだけ地元産品(食材)を使用する」が16.6%、「大規模な直売所を増やす」が10.9%、「地元での農林水産物の生産量を増やす」が10.3%でした。

(3) 鹿屋市の「食」と「農」の課題

このようにアンケート結果や統計データをもとに鹿屋市の「食」と「農」をめぐる現状を検証した結果、様々な問題が浮かび上がってきました。

これらの問題が、私たちの心身の健康や生活にどのような影響を与えているかを整理しました。

① 食卓の変化

朝食欠食率の増加やひとりで食事を取る小中学生の増加により、家族団らんで食卓を囲む機会が減少していることに伴い、食事を通じたあいさつなどの行儀作法や生活習慣を教育する機会の減少が見られます。

また、家庭環境の変化により、ファストフードや調理済み食品などの利用が増えており、栄養バランスの偏った食事や不規則な食事による生活習慣病の増加が懸念されます。

② 「食」を大切にしている心の欠如

生活様式の変化や食の外部化等が進む中で、農林水産業体験などの食料の生産や加工等の場面に直接触れる機会が減少し、食や農に対する感謝の気持ちと理解が薄れつつあります。

③ 「食」の安全上の問題

食品偽装表示による衛生管理問題や残留農薬問題など、食品や食材の安全性に対する不安が広がっています。

また、安全、安心な地元の農林水産物に対する期待や情報提供を求める人が多くなっています。

④ 伝統ある食文化の喪失

食の欧米化の進展により日本の風土に適した伝統的な食文化や郷土の食材、料理への関心が薄れています。

また、家庭環境や生活様式の変化により、伝統的な食文化や郷土料理の伝承の機会が減少しています。



第3章 「食」と「農」交流推進の基本的な考え方

①基本理念

市民総参加で、食と農を見つめ直し、心身の健康増進を図り、豊かな人間形成を目指します。

食を大切に、豊かな食で、笑顔あふれる食卓を！

市民総参加の「食」と「農」の交流を推進するために、毎月19日は食育を実践する「かのや食育の日」と設定し、生涯にわたって健全な心身を培い豊かな人間性を育む様々な取組を推進します。



鹿屋市のまちづくりは、都市を構成する全ての要素である「ひと・まち・産業」が、「鹿屋らしさ」を創出・発揮しながら、いきいきと躍動し、持続的に発展していくまちを目指しています。これは、「ひと・まち・産業」の3つの要素のいずれもが、健康であることを目指すものです。

食は「命」を育む源であり、人を育てる原点です。青い海や緑の大地など素晴らしい自然、豊かな食材に恵まれ、食に関する情報や知識、食文化等については従来、家庭を中心に地域の中で共有され、世代を越えて受け継がれてきました。

また、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」は、食育の原点であり、食育を推進していく大切な時間と場であると考えられています。もちろん、ひとりで食事をする場合であっても、食事は生活リズムの基になるなど、とても重要な機会です。子どもから高齢者まで、すべての市民が「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、基本的な食生活習慣を身につけ、生活のリズムを整え、食べる楽しみを維持できるようにすることが大切です。

そこで、鹿屋市では、食育の基本的な単位を「家庭」として、家庭を原点に誰もが食を大切にし、子どもの頃から食に関する情報や知識、食文化を伝承し、みんなで楽しい食生活が営めるように「食を大切に、豊かな食で、笑顔あふれる食卓を！」をスローガンとして食育を推進していきます。

②基本目標

鹿屋市の目指す姿を実現していく上で、「食」と「農」に関する取組は市民一人ひとりの生活から地域、社会全般など、広い分野に関わるものとなります。

本計画の基本理念の実現に向けて、4つの基本目標を定め、それぞれのライフステージに相応する項目を設けて、鹿屋市の地域特性を活かした取組を推進します。

基本目標1 規則正しい食生活の習慣づくり

健全な食生活を実践することは、健康で豊かな人間性を育んでいく基礎となることはもちろんのこと、今後、鹿屋市が活力と魅力にあふれた「健康でいきいきと暮らせるまち」の実現をめざす上でも大切なことです。

そのため、1日3食のバランスのとれた食事や、適切な食事摂取時間など、生活リズムの改善に向けた取組を推進します。

基本目標2 生産者と消費者の交流促進

生産者にとっては消費者ニーズに対応した生産や情報提供が、消費者にとっては「新鮮で美味しく安全なものは価値がある」ということを認識することが重要になります。

鹿屋市は、様々な交流会やイベント等を通して、お互いの考え方などを理解するような機会を増やします。

基本目標3 かのやの食と農の理解と継承

豊かな食材をもたらす鹿屋の青い海と緑の大地を大切に、「食の安全や地産地消を推進する」、「旬の味覚を味わう」など農林水産業への理解を深めることで、地元産業の活性化につなげます。

また、鹿屋の伝統ある優れた食文化や地域の特性を活かした食生活を、次代に継承する取組を推進します。

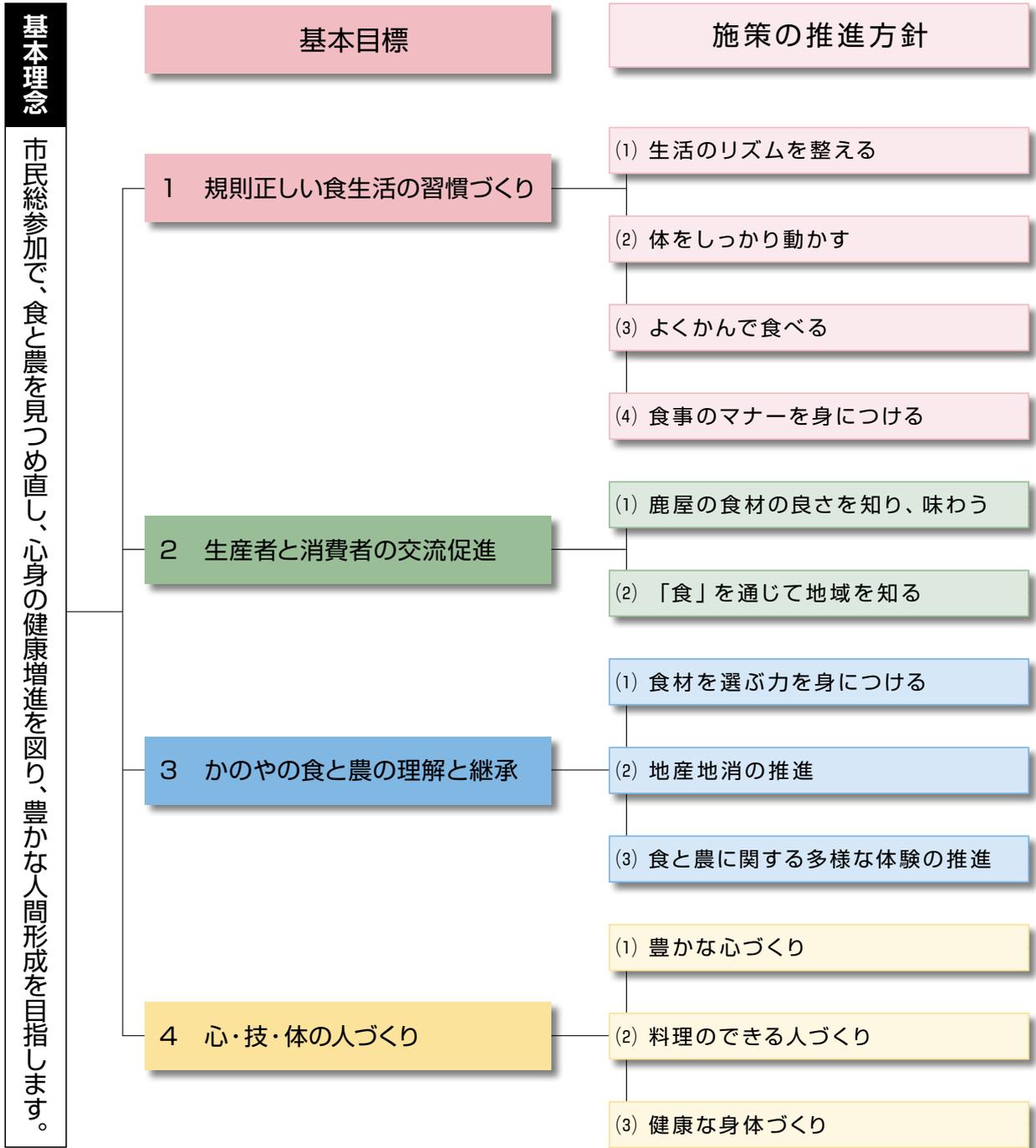
基本目標4 心・技・体の人づくり

家族や仲間と食卓を共にし、交流しながら食事を摂ることは、心の健康に良い影響を与えます。また、食への関心や感謝の気持ちは、「もったいない」の精神を育むことにつながり、食品廃棄防止など環境保全の第一歩としても大切です。

さらに、「食」を学ぶ上で、農林漁業体験や料理など、直接、食材に触れて食に対する関心を高めることが必要です。そして、栄養バランスの良い食事の質や量を知り、実践していくことが、健康でいきいきとした暮らしを送る上で重要な要素です。

このようなことから、鹿屋市では市民一人ひとりが「心・技・体のひとづくり」を考え、生涯にわたって健全な食生活を自ら実践できるような取組を進めます。

③施策の体系



第4章 計画の基本施策

①食育の推進に向けた具体的な取組

基本目標1 規則正しい食生活の習慣づくり

(1) 生活のリズムを整える

心と身体の健康づくりに不可欠な生活リズムを整えるには、運動・栄養（食事）・休養（睡眠）のバランスをとることが必要になります。そのためには、生活習慣を見直し、規則正しい生活リズムを身につけることが大切です。

生涯にわたって、心身ともに健康に過ごせるように、関係機関と連携し「早寝、早起き、朝ごはん」運動を推進します。

■市の取組

①「早寝・早起き・朝ごはん」運動を推進し、生活リズムの向上や朝食の欠食者の減少を目指します。

- 各関係機関との連携を強化します。
- PR活動と情報提供を充実します。
- 母親教室・乳幼児健診等で保護者への1日3回の食事など規則正しい食生活の普及に努めます。

②食事づくりを通して家族で協力し合い、家族のコミュニケーションを図ることを推進します。

- 「家族でごはんを！」を普及させるための周知活動を実施します。
- 家族で買い物、調理、食事、後かたづけなどコミュニケーションのある食生活を推進します。

③正しい食習慣の普及啓発のため食事バランスガイドを活用します。

- 食育サポーターを活用した講習会を実施します。
- 各種イベント時などにおけるPR活動を行います。



■家庭の取組

- ①早寝早起きなど生活リズムを整えたり、家族そろって食事をとる機会を増やしたりするための取組を推進します。
 - 「早寝早起き朝ごはん」を推進します。
 - 家族みんなで食卓を囲み、子どもだけの食事にしません。
 - 「いただきます」「ごちそうさま」などの食事マナーを身につけます。
- ②食事づくりを通して家族みんなで楽しく協力し合い、家族のコミュニケーションを図ることを推進します。
 - 食事の準備、後かたづけを家族が協力します。
 - テレビを消すなど、家族の会話がはずむ食卓を心がけます。
 - 手作りおやつを提供に努めます。
- ③子どもの年齢・発達段階に応じた取組を推進します。
 - 離乳食期におけるバランスのとれた食事づくりに努めます。
 - 食に関する絵本や遊びを活用し、子どもが食べ物に対する興味や関心を持つようにします。
 - 毎日の食事をおいしく食べられるように、高齢者へのバランスのとれた食事づくりに努めます。



■地域・関係機関の取組

①ライフステージに応じた取組を推進します。

- 妊娠・出産前後の生活習慣や食習慣を改善するため、講座や各種健診等を通じて栄養指導等に努めます。
- 子育てサークルなどと連携して、授乳指導などを利用した食育指導を推進します。
- 訪問給食サービス事業により、ひとり暮らし等の高齢者が、毎日の食事をおいしく食べられるようにバランスのとれた食事を提供します。

②子どもや保護者に対する取組を推進します。

- 保育園や幼稚園において、食生活改善推進員連絡協議会及び食育サポーターと連携しながら、1日3回の食事を規則正しくとることなど食の基本を指導します。
- お弁当の日の設定など親子のふれあいを深めます。
- 小中学校では、朝食を含めた食事の重要性の理解促進に努めます。



(2) 体をしっかり動かす

不規則な生活習慣を改め、適切な運動習慣を持つことは、肥満をはじめ高血圧症、脂質異常症、糖尿病等の生活習慣病の予防だけでなく、食事や睡眠など健康維持・増進に不可欠な生活リズムを整えるもので、心身の健康においても大切なものです。

しっかり運動して、きちんと食事をとる習慣づけができるように、運動（遊び）の重要性について普及していきます。

■市の取組

①運動の重要性を啓発し、具体的な取組について関係機関と連携して実践します。

- 親子で気軽に楽しめる運動を普及啓発します。
- 運動習慣を身につけるため、誰もが気軽に参加できるようなストレッチやウォーキングなどの個人の体力に合わせた運動方法の情報提供を行います。

②関係機関・団体と連携し、市民の参加しやすい時間や内容の運動教室等の開催を検討します。

- 市民健康づくり講座や健康まつり
- 健康づくり運動キャンペーン
- 健康づくり推進員研修会及び養成講座など

■家庭の取組

①家族みんなで取り組む健康づくり運動を推進します。

- 親子のふれあいや遊びを通して、身体を動かす楽しさを覚えます。
- 外出を心がけ、できるだけ歩くようにします。
- 休日には家族で公園に出かけるなど、家族で誘い合って運動する機会をつくります。

②家族で努力目標を定めて健康づくりに努めます。

- 子どもは外遊びで、体をしっかり動かします。
- テレビやゲーム中心の遊びの習慣を見直します。
- 1日10分（1,000歩）の運動増を目標に、階段を使ったり、買い物に歩いて行ったりします。
- 日常生活の中で意識的に体を動かすように努めます。

■地域・関係機関の取組

①町内会等の地域で取り組む健康づくり運動を推進します。

- 定期的に町内会の健康づくり教室に専門家を講師として招きます。
- 運動参加への声かけを行い、スタンプラリーやポイント積立等で楽しんで参加できるような仕組みづくりを検討します。

②保育園・幼稚園、小中学校等の関係機関で取り組む健康づくり運動を推進します。

- 保育園等で実施している「コーディネーショントレーニング」を広めます。
- 時間を見つけて、仲間を見つけて散歩などの運動を広めます。
- 県民健康プラザ健康増進センターやNPOなどが企画する運動教室に参加します。



(3) よくかんで食べる

大人も子どもも忙しい現代、よくかんでゆっくり食事をする機会が減っています。よくかんで食べることは、肥満の予防や脳の活性化に効果があるとともに、歯ごたえや味覚を楽しみ、食べ物への感謝の気持ちを育みます。子どもの頃から、よくかんで食べることの大切さを理解し、歯と口の健康を保ち、ゆっくり時間をかけて、家族で食事を楽しむ習慣を身につける取組を進めます。

■市の取組

①よくかんで食べることによる健康への効果を普及啓発します。

- 各乳幼児健診や健康教育・健康相談で、正しい情報提供や指導の実施
- 妊婦歯科健診の受けやすい環境を整備します。

②生涯に渡り、丈夫な歯を持ち続けることができるよう、歯科保健の推進に取り組みます。

- すべてのライフステージにおいて、健康教室等で歯や口の健康の大切さについて周知・啓発、指導を行います。
- 各種イベント等で、歯と口からの食育活動を行います。

■家庭の取組

①家族で食事を楽しむ習慣を身につける取組を進めます。

- 食事は、家族で会話を楽しみながら、ゆっくりよくかんで食べます。
- 食事やおやつにしっかりかんで食べるメニューを取り入れます。

②家族で丈夫な歯を持ち続けられる取組を進めます。

- 家族全員で歯みがき時間を設け、食後の歯みがきの習慣化を図ります。
- 昔の食卓から学び、かむことの必要な献立をつくります。

■地域・関係機関の取組

①地域や教育機関等と連携した取組を推進します。

- 給食にしっかりかんで食べるメニューを取り入れます。
- 保育園・幼稚園、小中学校等でしっかりかんで食べることの大切さを啓発します。

②地域に根ざした食育を推進します。

- しっかりかめる丈夫な歯を目指します。
- 行政と一体となり、イベント等を通じた歯と口からの食育活動を行います。



(4) 食事のマナーを身につける

食べ物を育ててくれた自然、食事に携わってくれた方々、あるいは食べ物そのものに日々感謝しながら食事をいただく、「いただきます・ごちそうさま」をはじめとする、食事の基本的マナーを幼児期から各成長段階に応じて定着させていくとともに、大人も基本的な食事マナーを見直し、食事に対する意識や感謝の気持ちを深められる取組を進めます。

■市の取組

- ①みんなで気持ちよく食事ができ、基本的な食事マナーが身につくように、家庭を中心に普及啓発に取り組みます。
 - 市広報誌やホームページ等において、基本的な食育マナーが身につくように啓発します。
 - 調理実習や会食の機会を通して、姿勢や配膳、食べ方等を伝えます。
- ②食育イベント等における基本的な食事マナーの向上を進めます。
 - 食事マナーへの関心を高める取組を進めます。



■家庭の取組

- ①家族で気持ちよく食事ができるように、基本的なマナーを身につけます。
 - 正しく食器や箸を使うことを身につけます。
 - 「いただきます・ごちそうさま」の感謝の気持ちを常に意識します。
 - マナーを考え、会話を楽しみながら気持ちよく食事をします。

■地域・関係機関の取組

①教育機関等と連携した取組を推進します。

- 幼稚園・保育園・小中学校において食事マナーの指導を行います。
- 「給食だより」等により望ましい食事マナーについて啓発していきます。
- 食事の際、食べ残しがないように気をつけます。

②地域と連携した取組を推進します。

- 地域の様々な機会を通じて、食事のマナーや作法を見直すきっかけづくりに取組みます。
- 地域の伝統的な食文化や郷土料理を伝えていきます。

あいさつの意味

「いただきます」

私たちは生き物の命をいただき、自分の命を養っています。食べ物を粗末にすることは、他の命を粗末にすることになります。いつも感謝の気持ちを込めて、食事の前に「いただきます」とあいさつします。

「ごちそうさま」

「食事を作るために食材を育てたり、集めたり、料理をしたり、駆け回っていただきありがとうございました。」という意味が含まれています。食事の後には感謝の気持ちを込めて「ごちそうさま」とあいさつします。



(1) 鹿屋の食材の良さを知り、味わう

消費者が鹿屋の農産物に愛着と誇りを持って積極的に利用し、生産者が充足感を持って農業に取り組める地域づくりを進めます。

生産者と消費者を結びつけ、信頼関係の構築やお互いの理解・関心を高めます。地域の農産物を知り、使い方を習得して積極的に使うことができるよう普及の機会創出に努めます。

■市の取組

① 地域で生産される食材の良さを知り、地域の食材を地域で消費する「地産地消」を推進します。

- 地産地消を推進します。
- 環境に配慮した生産方法を推進します。

② 生産者と消費者の交流を充実します。

- 生産者、事業者の食品の安全性重視を推進します。
- 生産地見学を推進します。
- 生産者と消費者のネットワークづくりを進めるなど、農業や農産物への理解促進を図ります。
- 販売拠点への支援をします。

■家庭の取組

① 農業が身近になる機会をつくります。

- 身近な農業体験を行い、地元の農産物を積極的に利用します。
- 地域の各種イベントに参加し、農業への理解を深めます。

② 地元の農産物について理解を深めます。

- 特色ある農産物を積極的に利用します。
- 鹿屋の食材を利用した料理について楽しく会話をしながら食事をします。



■地域・関係機関の取組

① 教育機関等と連携した取組を推進します。

- 給食に地元の農産物を積極的に利用します。
- 子どもたちの興味や理解を深めるために、農業体験の機会を作ります。

② 農業生産者団体と連携した取組を推進します。

- 信頼のおける農産物を生産します。
- 農産物の認知度を高めるためのPRを行います。
- 生産者の顔が見える安全で安心な食材の提供に努めます。



(2) 「食」を通じて地域を知る

鹿屋の気候・風土にあわせ、どのような農産物を生産し、人々の暮らしの中でどのように利用してきたのかなど、地域らしさと地域の良さを再発見することで、地域への愛着を深め、次世代へその良さを伝えていきます。地域の「食」を知ることは、「食」を通して地域を知ることです。

■市の取組

① 「食」を通じて環境を考え、環境にやさしい生活を広めます。

- 食の安全性に関する知識の普及、啓発に努めます。
- 食品廃棄物の抑制を促進します。
- 健全な土づくりなど、安全・安心な農業を推進します。

② 自らが安全な食品を選ぶことができるように支援します。

- 学校給食などでアレルギー対応食の提供を行います。
- 食の安全安心、添加物・食品表示に関する講座を開催します。
- 事業所におけるHACCP、ISO取得などを支援します。
- 生産から出荷まですべての工程を管理・記録するK-GAPやJGAPなど各種認証制度の取得を促進します。



■家庭の取組

① 「食」を通じて環境を考え、環境にやさしい生活に努めます。

- 家庭からの食品廃棄物の抑制に努めます。
- 「もったいない」という物を大切する気持ちを育てます。
- 家庭内の生ゴミを原料とした堆肥づくりに努めます。

② 多様な食事の提供に努めます。

- お正月やお盆などの行事での伝統的な料理や郷土料理など様々な食事を提供します。
- 季節に合わせた旬の食材を利用した食事を提供します。

■地域・関係機関の取組

①教育機関等と連携した取組を推進します。

- 学校給食などでアレルギー対応食の提供を行います。
- 教育ファームの取組を推進します。
- 食の安全安心、添加物・食品表示に関する講座等を実施します。

②地域と連携した取組を推進します。

- 安全・安心な地元農産物を提供します。
- エコファーマーの育成を推進します。
- エコクッキングの取組を推進します。



【食品の表示例】

ポテトチップス〇〇味

名称	名称 ポテトチップス	◆ 遺伝子組換え食品
原材料名	じゃがいも(遺伝子組換えでない)、植物油、チキンコンソメパウダー、砂糖、食塩、オニオンパウダー、でん粉、粉末しょうゆ、調味料(アミノ酸等)、香料、パプリカ色素 (原材料の一部に大豆、小麦、乳を含む)	◆ 添加物 ◆ アレルギー物質
	内容量 100g	◆ 内容量
	賞味期限 平成22年4月1日	◆ 消費期限・賞味期限
	保存方法 直射日光をさけて保存してください。	◆ 保存方法
	製造者 〇〇食品株式会社 札幌市中央区北〇条西〇丁目〇〇	◆ 製造者氏名・製造所所在地

栄養成分表示	栄養成分 (100g当たり)
	熱量 555kcal
	たんぱく質 5.0g
	脂質 30.6g
	炭水化物 62.3g
	ナトリウム 518mg

(1) 食材を選ぶ力を身につける

市民の食に対する安全性や食環境への関心が高まってきており、確かな情報提供に努めるとともに、直接、食材に触れる機会を設けるなど、市民や消費者団体等への情報提供や啓発活動を通じて、安全な食材を選択する力を養います。

■市の取組

① 食に関する知識と選択力の習得のための情報提供に努めます。

- 食の学習を深める取組を推進します。
- 安全な食品の選択や衛生管理が実践できるよう、安全・安心に関する適切な情報提供に努めます。

② 調理体験など、「食」を学ぶ機会を提供します。

- 農業体験や収穫体験などの農林漁業体験を通じて、子どもたちに「食」の大切さを伝えます。
- 親子料理教室などを開催し、「食」への関心を深めます。



■家庭の取組

① 家庭でも食を話題にし、料理する機会を増やします。

- 調理体験や栽培、収穫体験を通して食べ物に触れる機会を作ります。
- 素材の味が分かるように、食事の味付けは薄味を心がけます。

② 旬の食材を利用します。

- 「親子ワイワイ旬彩レシピ」を利用して、季節に合わせた料理を作ります。

■地域・関係機関の取組

① 教育機関等と連携した取組を推進します。

- 学校給食などで地元食材を使い、栄養バランスに優れた料理の提供に努めます。

② 地域と連携した取組を推進します。

- 食生活改善推進協議会など地域で活動する団体と連携し、体験の機会を増やします。
- 生産者は、消費者への食の安全に関する基礎知識の普及に努めます。

(2) 地産地消の推進

鹿屋市は、第一次産業を基幹産業とし、日本有数の食料供給基地としての役割を担っており、豊かな自然と温暖な気候のもと、多くの農林水産物が生産され、四季を通じて新鮮でおいしい食材を食べることができます。

市民が安全な食べ物を選び、安心した食生活を送ることができるよう、関係機関と連携して地産地消に取り組みます。

■市の取組

① 地産地消推進プロジェクト事業を推進します。

- 地産地消を活かした産地づくりを推進します。
- 直販所などにおける地場産農産物の利用を促進します。
- 地場産農産物を利用した加工品の利用を促進します。



② 消費者団体等への活動支援に努めます。

- 関係機関や担当課と連携し、情報提供や講習会を開催します。
- 量販店等における地場産農産物の利用を促進します。

■家庭の取組

① 地元の食材を利用した料理をする機会を増やします。

- 地元の食材の購入先や活用方法に関する情報収集・提供に努めます。
- 地元の農林水産物を使った料理や加工品を作り、生産者と交流しながら食について考えます。

② 旬の食材を利用します。

- 「親子ワイワイ旬彩レシピ」を利用して、季節に合わせた料理を作ります。
- 市内の旬な食材を生かした食生活を推進します。

■地域・関係機関の取組

① 地産地消推進プロジェクト事業を推進します。

- 保育園・幼稚園や学校等と連携し、生産者と子どもたちが互いに顔の見える体験活動等を開催し、地元食材等への関心を高揚させます。
- 産直市場など地元の食材が購入できる場の提供に努めます。
- 地元の食材を使い栄養バランスに優れた「日本型食生活」の実践を普及します。

② 教育機関等と連携した取組を推進します。

- 学校給食だより等で、地元の食材の特色や良さ、レシピを家庭に伝えます。



(3) 食と農に関する多様な体験の推進

食がどのように作られ、どのようにして食卓まで届くのかを理解し、農業や食に関わる人々へ感謝の気持ちや、地域の食文化に関する理解を深める機会となるよう、地域に根ざした食や農の資源を生かした多種多様な体験の受け入れ態勢の整備を推進します。

■市の取組

- ① 多様な体験メニューの整備、情報提供に努めます。
 - ふれあい農園など農業体験の提供ができるように支援します。
 - 地域や各種団体での食育研修に食育サポーターを派遣するなどの取組を行います。
- ② 伝統の食文化等を活かした豊かな食生活の創出に向けた取組を推進します。
 - 郷土料理や伝統料理を食文化として伝承します。
 - 食育ランド（家庭料理大集合）などのイベントを活用して情報提供を行います。



■家庭の取組

- ① 農業に親しむ機会を増やします。
 - 家族で話す際に農業に関する話題を増やします。
 - 地域における農業体験などの教室に参加します。
 - 地域の伝統的な行事等に参加します。
- ② 郷土料理や伝統料理を作る機会を増やします。
 - 昔から受け継がれてきた郷土食への理解を深めます。
 - 四季折々の行事食や郷土食を作り、家族で楽しく味わいます。



■地域・関係機関の取組

- ① 教育機関等と連携した取組を推進します。
 - 保育園や学校等の農園による体験活動等を行います。
- ② 地域と連携した取組を推進します。
 - 地元の農林水産物を使った料理を作り、消費者との交流を行い、食への理解を深めます。

(1) 豊かな心づくり

食事の時間は、家族や仲間とのコミュニケーションを活性化させ、人と人とのつながりを深める大切な場です。家族や仲間と食の楽しさを実感し、思いやり、いたわり、安心感や信頼感など精神的な豊かさをもたらすことができます。

家族等と食事を共にすることの重要性の理解促進に努めるとともに、栽培・収穫の体験を通して、ものづくりの大変さや命の尊さを伝える取組を推進します。

■市の取組

①「食」を通じたコミュニケーションにより地域交流が活性化する機会をつくります。

- 毎月19日の「かのや食育の日」を普及し、家族そろって食事をとるなどの、家族のふれあいの促進を図ります。
- 乳幼児健診、育児相談や親子料理教室等の場を利用して、乳幼児期から「楽しくおいしく食べる」ことの大切さについて啓発します。

② 食べ物が口に入るまでの生産者等の活動に対して、感謝の念や理解を深める取組を推進します。

- 多くの方が農業体験をすることができるように、家庭、地域、関係団体、行政が一体となった取組を推進します。
- 地域の食に関するボランティア団体の活動を支援します。



■家庭の取組

① 食事の環境を整えます。

- 家庭におけるノーテレビデー（タイム）を推進します。
- 「食事中は怒らない」等の取組を推進します。
- 「いただきます・ごちそうさま」で感謝することの意味を伝えます。

② 家族や仲間と一緒に食べます。

- 食事を通して家族のコミュニケーションの活性化を図ります。
- 食卓を囲む会話から、家族などの健康状態等を知るように心がけます。

■地域・関係機関の取組

① 教育機関等と連携した取組を推進します。

- 保護者の給食試食会の開催等により、親子共通の話題づくりに取り組むなど、学校給食や食への理解を深めます。
- 学校農園などでの栽培、収穫の体験を通して、命の尊さを学びます。

② 地域と連携した取組を推進します。

- 各種健康教室等における調理体験を通じて、地域の仲間と楽しく美味しく食事をします。
- 栽培や収穫の体験を通じて、ものづくりの大変さや喜び、命の尊さを伝えます。

(2) 料理のできる人づくり

子どもの頃から食事の準備や片付けなどの手伝い、調理への積極的な参加を促進する取組を推進します。また、旬で安全な食材を選択し、家族や仲間と一緒に料理を行うことの楽しさを普及します。

■市の取組

① 調理体験などを実施し、調理方法を身に付けさせるなど、食事づくりの楽しさを広めます。

- 子ども料理教室を実施し、幼児期から食事づくりへの興味を深めます。
- 安全な食材の選択ができるように、安全・安心に関する適切な情報提供に努めます。

② 豊かな食体験を促進します。

- 五感（みる・きく・かぐ・あじわう・ふれる）を使って「食」に興味・関心が深まるよう、五感の持つ意味を伝えます。
- 食育サポーターの研修と養成を行い、各種研修会・教室への派遣を行います。



■家庭の取組

① 調理体験や栽培、収穫体験を通して食べ物にふれる機会を作ります。

- 味付けは素材の味を活かし、薄味でおいしく食べられる工夫をします。
- 子ども料理教室や親子料理教室などに参加します。

② 子どもたちに旬の味を教えます。

- 「親子ワイワイ旬彩レシピ」を活用した料理を提供します。
- 家庭菜園などで季節の野菜を作り、調理します。



■地域・関係機関の取組

- ① 教育機関等と連携した取組を推進します。
 - 学校農園などで季節の野菜を作り、調理します。
- ② 地域と連携した取組を推進します。
 - 地域集落単位での料理教室を開催します。
 - 各種団体などにおける食育サポーターを活用した研修会を実施します。



(3) 健康な身体づくり

多くの疾病は、生活習慣病に起因するといわれており、生活習慣病の予防・改善には健全な食生活が重要な役割を担っています。食生活の基本であるバランスのよい食事を普及するとともに、自分に適した食事の量について習得することを推進します。

■市の取組

- ① 食に関する知識と選択力の習得のための情報を提供します。
 - 「かのや版食事バランスガイド」の普及・活用を促進します。
 - 毎年6月の「食育月間」、毎月19日の「食育の日」を普及します。
- ② ライフステージに応じた食事指導や栄養相談の実施及び内容を充実します。
 - 乳幼児健診、離乳食・幼児食教室、親子料理教室、男性や高齢者の自立のための料理教室、各種健康教室、健康相談等を充実します。
 - 毎年6月の「食育月間」、毎月19日の「食育の日」を普及します。
 - 生活習慣・食生活に関するアンケート調査の実施と指導を行います。

■家庭の取組

- ① バランスの良い食事づくりに努めます。
 - 「かのや版食事バランスガイド」を利用し、望ましい食事のとり方の習得に努めます。
 - 「日本型食生活」の実践に努めます。
 - 元気な身体は食べ物からできていることを子どもたちに伝えます。

② 自分の適量を知るようにします。

- 自分の適正体重を知り、維持できるように努めます。
- 味覚の形成時期である乳幼児期から薄味に心がけ、間食をとり過ぎないようにするなど、生活習慣病予防のための食生活の実践に努めます。
- 「かのや版食事バランスガイド」を利用し、適切な量を知り、実践に努めます。

■地域・関係機関の取組

① 教育機関等と連携した取組を推進します。

- 保育園や幼稚園の時期から子どもたちに適切な食事のとり方や望ましい食習慣が身につくように努めます。
- 保護者向けの給食の試食会を実施し、保護者の給食に関する理解を深めます。

② 地域と連携した取組を推進します。

- 地域で料理教室や調理実習、学習会などを開催し、健康的な食生活の実践の普及に努めます。
- 地域で食に関する普及啓発活動ができる人材育成に努めます。
- 食育関係者及び食育に関心を持っている人等との連携強化、情報の共有化を図ります。



②食育の推進にあたっての重点目標と目標値

(1) 重点的な取組

この計画を市民一人ひとりに着実に浸透させ、市民運動としての「食育」に取り組むために、市民や各関係機関の理解のもと、共通の目標を掲げ、その達成を目指して連携して取り組むことが大切です。

そこで、目標達成に向けた具体的な取組として、次の5つを重点的な取組とします。

今後5カ年の重点的な取組

- ① 「早寝・早起き・朝ごはん」を推進する。
- ② しっかり運動して、きちんと食事をとることを習慣づける。
- ③ 鹿屋の四季の食材や郷土料理を知り、味わい、伝える。
- ④ 地域の食や農の資源を生かした多種多様な体験を推進する。
- ⑤ 主食・主菜・副菜をそろえてバランスの良い食事をする。

(2) 目標数値

目標項目	現状値 平成26年度	目標値 平成31年度
食育に関心を持っている市民の割合	81.8%	90%以上
朝食を欠食する市民の割合	7.3%	3%以下
学校給食における地場産物（鹿屋産）を使用する割合	26.6%	35%以上
「食事バランスガイド」等を参考に食生活を送っている市民の割合	69.1%	75%以上
メタボリックシンドロームを認知している市民の割合	78.4%	90%以上
食品の安全性に関する基礎的な知識を持っている市民の割合	57.5%	75%以上
地産地消を知っている市民の割合	77.4%	80%以上
農業体験等の経験者数（未就学児・小中学生）	68.5%	75%以上

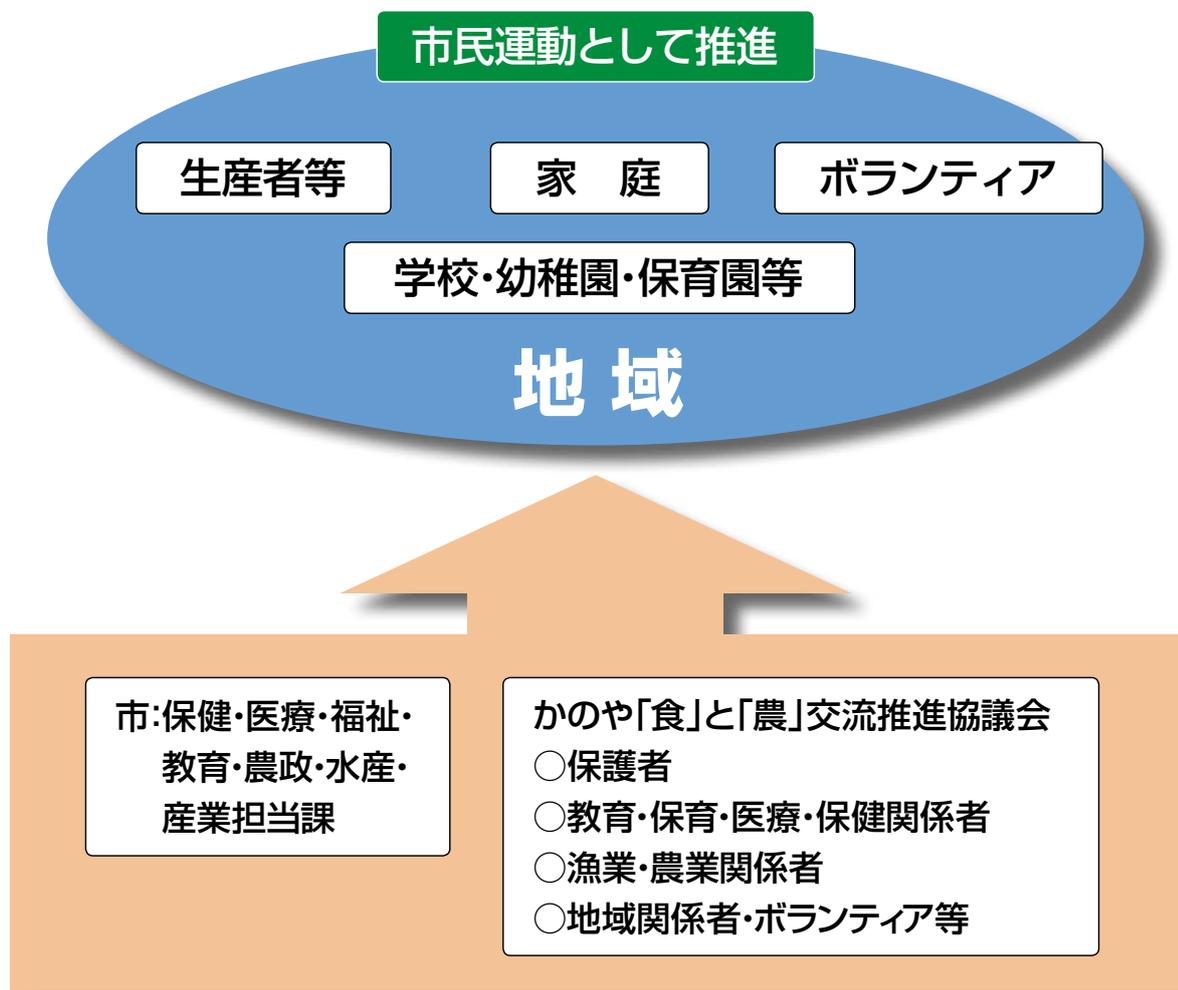


第5章 計画の推進体制とフォローアップ

①食育の推進体制

本計画を着実に推進していくためには、計画の進捗状況を常にチェックし、必要に応じて取組内容を修正するなど、柔軟に対応していくことが求められます。このため、定期的に本計画の進捗を確認し、新たな提案を含め、常に計画を推進していく組織が必要なことから、関係機関・団体で構成する「かのや「食」と「農」交流推進協議会」を設置します。

この推進協議会を中心に、家庭・地域・生産者・関係機関が連携・協力し、食育に関する施策を総合的・計画的に推進します。



②フォローアップ

本計画の策定後は、各関係機関・団体等の行動計画を策定し、具体的な取組を推進するとともに、推進状況等を客観的に把握できる指標を用いて取組の評価を行うなど、計画の着実な推進を目指します。



用語解説

食育

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。平成17年に成立した食育基本法では、生きるための基本的な知識であり、知識の教育、道徳教育、体育教育の基礎となるべきものと位置付けられている。単なる料理教育ではなく、食に対する心構えや栄養学、伝統的な食文化についての総合的な教育のこと。

食育基本法

平成17年7月に、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ための食育を推進するため、食育に関する施策を総合的かつ計画的に推進すること等を目的に制定された。

食育推進基本計画

平成18年3月に、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、食育基本法に基づき、内閣府に設置される食育推進会議において作成された計画のこと。

地産地消

地域生産地域消費の略語で、地域で生産された農産物や水産物をその地域で消費すること。

旬の食べ物を新鮮なうちに食べられる、消費者と生産者の距離が近いので愛着心・安心感が深まる、地域経済の活性化・地域への愛着につながる、地域の伝統的食文化の維持と継承につながる、農水産物の輸送にかかるエネルギーを削減できるなどの期待が高まっている。

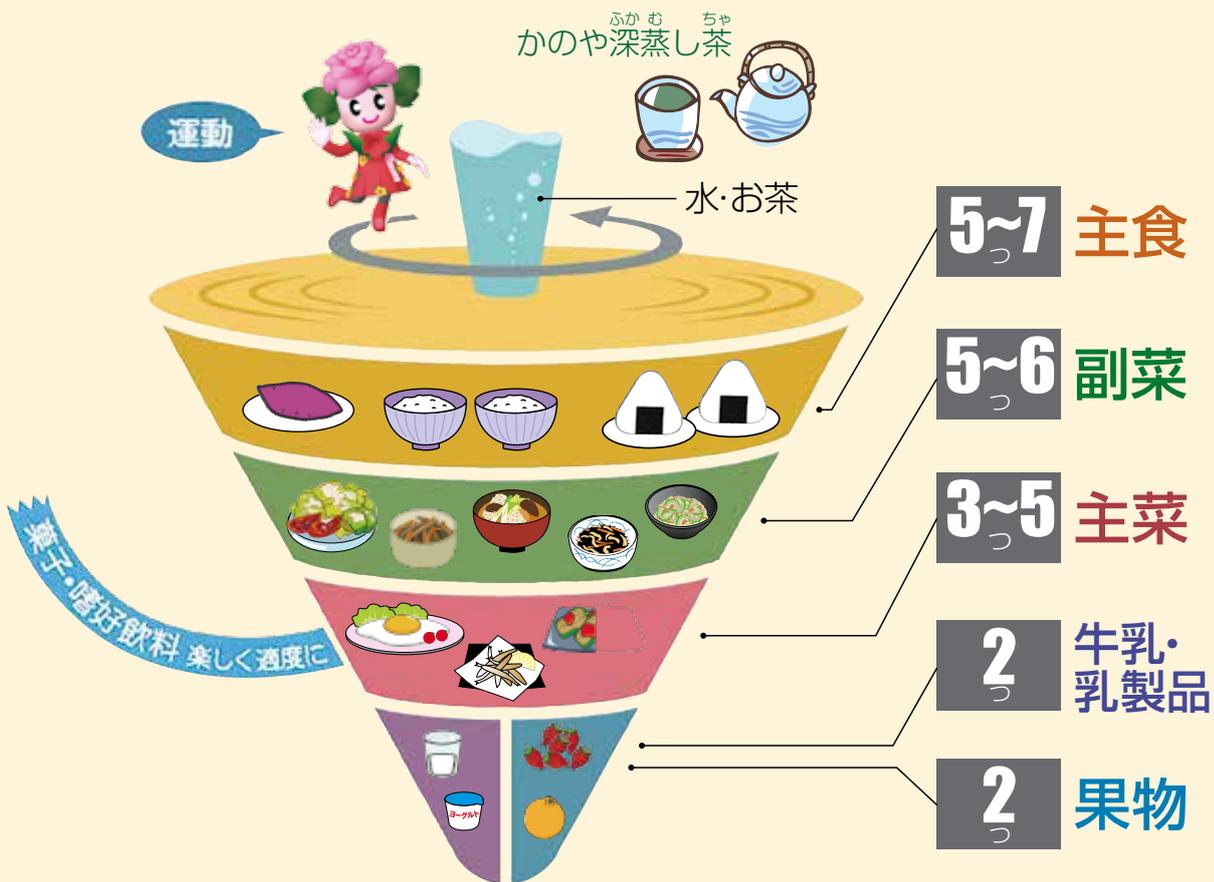
かのや版食事バランスガイド

鹿屋市の豊かな農産物、海産物を利用した料理を参考に、1日に「何を」「どれだけ」食べたらよいか、食事の望ましい組合せと量をわかりやすくコマのイラストで表したもの

コマが倒れないためには、「主食」、「副菜」、「主菜」、「牛乳・乳製品」、「果物」を組み合わせた「適量でバランスのとれた食事」「十分な水分」「適度な運動」が必要

「かのや版食事バランスガイド」は国の「食事バランスガイド」の考え方を基にしているが、次のような特徴がある。

- ・運動を表すコマの部分を、鹿屋市のマスコットキャラクターである「ばららちゃん」で表していること。
- ・コマの軸は体に欠かすことのできない水分には「かのや深蒸し茶」で表していること。
- ・料理は、一般的なものの他に鹿屋で受け継がれている郷土料理や特産物等で表していること。



エコファーマー

環境に配慮しつつ農地の生産力を維持・増進するバランスのとれた農業に取り組むため、国の法律に基づいて「土づくり」「化学肥料低減」「化学農薬低減」に一体的に取り組む農業者で、県知事の認定を受けたもの

HACCP

(Hazard Analysis and Critical Control Point)

HACCP とは、食品の製造・加工工程のあらゆる段階で発生するおそれのある微生物汚染等の危害をあらかじめ分析（Hazard Analysis）し、その結果に基づいて、製造工程のどの段階でどのような対策を講じればより安全な製品を得ることができるかという重要管理点（Critical Control Point）を定め、これを連続的に監視することにより製品の安全を確保する衛生管理の手法

この手法は国連の国連食糧農業機関（FAO）と世界保健機関（WHO）の合同機関である食品規格（コーデックス）委員会から発表され、各国にその採用を推奨している国際的に認められている。

ISO

ISO は正式名称を国際標準化機構（International Organization for Standardization）といい、各国の代表的標準化機関から成る国際標準化機関で、電気・通信及び電子技術分野を除く全産業分野（鉱工業、農業、医薬品等）に関する国際規格の作成を行っている。

かごしまの農林水産物認証制度 (K-GAP)

食品の安全の確保、品質の改善、環境保全等様々な目的を達成するために、生産者自らが

- ① 農作業の点検項目を決定し
- ② 点検項目に従い作業を行い、記録し
- ③ 記録を点検・評価し、改善点を見出し
- ④ 次の作付けに活用する

という一連の生産工程管理を行う生産者の取組を認証する制度

JGAP (ジェイギャップ)

JGAPは「適切な農場管理の基準」であり、農薬の管理、肥料の管理、水の管理、土の管理、放射能の管理といった仕事に明確な基準が定められている。それらの基準は全部で120以上の項目数になる。

第三者機関の審査により、JGAPが正しく導入されていることが確認された農場には、JGAP認証が与えられる。

* JGAP(ジェイ・ギャップ)は、Japan Good Agricultural Practice (日本の良い農業のやり方) の略

エコ・クッキング

水質汚染を防いだり、これまで捨てていた部分も使うなど、環境に配慮した料理のこと。例えば、米のとぎ汁を植木の肥料としたり、大根の葉や皮まですべて調理したり、コンロの火加減を調整することで、ガスの使用量を抑制できるなど、環境の負荷を低減できると同時に、経済的な取組でもある。

郷土料理

ある地域で、作り、食べ、伝承されてきたその土地特有の料理のこと。鹿屋市の郷土料理として、落花生豆腐などがある。

行事食

正月や節句、お祭りなど年中行事や結婚式など儀式等で、「ハレの日」に食べる特別な食事のこと。

孤食

家族と暮らしているながら、親や子どもがそれぞれ違う時間に一人ひとり食事をとること。また、一人暮らしの人が一人で食べる食事のこと。

残留農薬

出荷後も農作物に残っている農薬のこと。農薬は散布された後、風雨により洗い流されたり、日光や土壌微生物により分解されたりして減少するものの、微量ながら農作物に残留することが

あるが、残留基準により厳しく管理されている。

親子ワイワイ旬菜レシピ

地域の食材の周知と、その食材を用いた親子で作れる料理メニューをレシピ集にすることで、地元の食材を普段の料理に活用してもらい、あわせて郷土料理などの食文化を若い世代へ伝承することを目的に、かのや食育サポーターレシピ部によって平成24年度に作成されたレシピ集。

コーディネーショントレーニング

「コーディネーション」とは、1970年代に旧東ドイツのスポーツ運動学者が考え出した理論で、コーディネーション能力（運動神経）を7つの能力に分けてとらえている。

その7つの能力とは、「リズム能力」「バランス能力」「変換能力」「反応能力」「連結能力」「定位能力」「識別能力」で、スポーツを行っている時は、これらの能力が複雑に組み合わさっている。

感覚器から入ってくる多くの情報を適切に処理して身体の各部へ伝える「コーディネーション能力」が重要となっている。

コーディネーショントレーニングとは、この「コーディネーション能力」（運動神経）を養うことである。



■かのや「食」と「農」交流推進協議会 協議員名簿

	氏名	役職等
アドバイザー	福司山 エツ子	食育シニアアドバイザー 鹿児島女子短期大学名誉教授
協議員	黒羽子 ひとみ	PTA連絡協議会副会長
協議員	水 元 知 代	PTA連絡協議会副会長
協議員	山 下 怜 子	栄養教諭
協議員	船 隈 康 洋	幼稚園協会会長
協議員	下 濱 ヒサ子	公民館講座代表
協議員	吉 松 洋 子	食生活改善推進員連絡協議会会長
協議員	深 水 嘉 寿	鹿屋市保育会給食部会会長
協議員	長 島 未央子	鹿屋体育大学体育学部 スポーツライフスタイルマネジメント系講師
協議員	野 元 美佐子	歯科衛生士会代表
協議員	堀之内 節 子	肝属地区生活研究グループ連絡協議会会長
協議員	久良木 知 典	大隅地域振興局農林水産部農政普及課長
協議員	山 下 拓	鹿屋農業青年クラブ会長
協議員	峯 添 サダミ	鹿児島きもつき農業協同組合 女性部代表
協議員	新 村 弘 美	鹿屋漁業協同組合 女性部副部長
協議員	久 留 正 嗣	鹿屋青年会議所
協議員	池 田 三 郎	鹿屋市茶業青年緑萌会会長
協議員	岡 留 征 子	肝属地区生活研究グループ連絡協議会 串良支部支部長
協議員	栞 山 朝 子	食生活改善推進連絡協議会輝北地区代表
協議員	伊 東 久美子	生協コープ鹿児島組合代表
協議員	福 永 浩 幸	鹿屋市教育委員会学校教育課長
協議員	児 島 高 広	鹿屋市保健福祉部健康増進課長
協議員	四 元 等	鹿屋市農林商工部農林水産課長

第2次かのや「食」と「農」交流推進計画

平成 27 年 3 月発行
発行 鹿児島県鹿屋市
編集 鹿屋市 農林商工部 農林水産課
〒 893 - 8501 鹿児島県鹿屋市共栄町 20 番 1 号
TEL 0994-31-1117 FAX 0994-43-2140
ホームページ <http://www.e-kanoya.net>
