

# 資料編

- 1 調布市民健康づくりプラン・調布市食育推進基本計画改定委員会要綱
- 2 調布市民健康づくりプラン・調布市食育推進基本計画改定委員会 委員名簿
- 3 調布市民健康づくりプラン推進連絡会要綱
- 4 調布市健康づくり推進協議会条例
- 5 計画改定の経過
- 6 成果指標の出典
- 7 健康づくりプラン・食育推進基本計画 関連計画の計画期間一覧
- 8 調布市内における食育の取組
- 9 用語解説



# 1 調布市民健康づくりプラン・調布市食育推進基本計画改定委員会要綱

## 調布市民健康づくりプラン・調布市食育推進基本計画改定委員会要綱

平成 28 年 12 月 20 日 要綱第 135 号

### 第1 設置

健康増進法（平成 14 年法律第 103 号）第 8 条第 2 項に規定する市町村健康増進計画としての調布市民健康づくりプラン（平成 17 年 3 月策定。以下「プラン」という。）及び食育基本法（平成 17 年法律第 63 号）第 18 条第 1 項に規定する市町村食育推進計画としての調布市食育推進基本計画（平成 21 年 3 月策定。以下「計画」という。）の改定について、市民と市の協働による検討を行うため、調布市民健康づくりプラン・調布市食育推進基本計画改定委員会（以下「委員会」という。）を置く。

### 第2 所掌事項

委員会は、次の各号に掲げる事項を調査検討し、その結果を市長に報告するものとする。

- (1) プラン及び計画の改定案の作成に関すること。
- (2) プラン及び計画の改定に向けた調査研究に関すること。
- (3) 前 2 号に掲げるもののほか、市長が必要と認める事項

### 第3 構成

委員会は、市長が依頼し、又は任命する次の各号に掲げる委員（以下「委員」という。）10 人以内をもって構成する。

- (1) 市民 3 人以内
- (2) 調布市民健康づくりプラン推進連絡会要綱（平成 18 年調布市要綱第 2 号）第 3 に規定するメンバー（同要綱第 3 第 4 号、第 8 号、第 12 号、第 15 号、第 17 号又は第 21 号に該当するものに限る。） 5 人以内
- (3) 生活文化スポーツ部産業振興課職員 1 人
- (4) 生活文化スポーツ部農政課職員 1 人

### 第4 任期

委員の任期は、市長が依頼し、又は任命した日から平成 30 年 3 月 31 日までとする。

### 第5 会長及び副会長

委員会に会長及び副会長を置く。

- 2 会長及び副会長は、委員が互選する。
- 3 会長は、委員会を代表し、会務を総理する。
- 4 副会長は、会長を補佐し、会長に事故があるときは、その職務を代理する。

### 第6 招集

委員会は、会長が招集する。

### 第7 意見の聴取等

会長は、委員会の運営上必要があると認めるときは、委員以外の者を委員会に出席させ、その意見を聴き、又は資料の提出を求めることができる。

### 第8 庶務

委員会の庶務は、福祉健康部健康推進課において処理する。

### 第9 雑則

この要綱に定めるもののほか必要な事項は、別に定める。

### 附 則

- 1 この要綱は、平成 29 年 4 月 1 日から施行する。
- 2 この要綱は、平成 30 年 3 月 31 日限り、その効力を失う。

**2 調布市民健康づくりプラン・調布市食育推進基本計画改定委員会 委員名簿**

調布市民健康づくりプラン・食育推進基本計画改定委員会 委員名簿

	所 属	氏 名
会 長	調布市民健康づくりプラン・調布市食育推進基本計画改定委員会要綱第3第2号で規定する調布市民健康づくりプラン推進連絡会要綱第3第4号に該当する委員	西澤 祐樹
副 会 長	調布市民健康づくりプラン・調布市食育推進基本計画改定委員会要綱第3第1号で規定する市民委員	関塚 恭子
	調布市民健康づくりプラン・調布市食育推進基本計画改定委員会要綱第3第1号で規定する市民委員	塩島 信吾
	調布市民健康づくりプラン・調布市食育推進基本計画改定委員会要綱第3第1号で規定する市民委員	渡辺 要三
	調布市民健康づくりプラン・調布市食育推進基本計画改定委員会要綱第3第3号で規定する委員	中川 昇
	調布市民健康づくりプラン・調布市食育推進基本計画改定委員会要綱第3第4号で規定する委員	緒方 綾子
	調布市民健康づくりプラン・調布市食育推進基本計画改定委員会要綱第3第2号で規定する調布市民健康づくりプラン推進連絡会要綱第3第15号に該当する委員	石田 未央子
	調布市民健康づくりプラン・調布市食育推進基本計画改定委員会要綱第3第2号で規定する調布市民健康づくりプラン推進連絡会要綱第3第21号に該当する委員	西浦 陽子
	調布市民健康づくりプラン・調布市食育推進基本計画改定委員会要綱第3第2号で規定する調布市民健康づくりプラン推進連絡会要綱第3第21号に該当する委員	芝田 麻衣
	調布市民健康づくりプラン・調布市食育推進基本計画改定委員会要綱第3第2号で規定する調布市民健康づくりプラン推進連絡会要綱第3第21号に該当する委員	岡部 茂男

### 3 調布市民健康づくりプラン推進連絡会要綱

#### 調布市民健康づくりプラン推進連絡会要綱

平成 18 年 1 月 13 日要綱第 2 号

改正 平成 29 年 2 月 16 日要綱第 14 号

#### 第1 設置

関係部署及び関係機関が連携し、健康づくりに関する情報の共有や現状認識を行うとともに、健康知識を深め健康意識の高揚を図ることにより、調布市民健康づくりプラン（以下「プラン」という。）で掲げる基本目標を達成し、もって市民の健康増進に寄与するため、調布市民健康づくりプラン推進連絡会（以下「連絡会」という。）を置く。

#### 第2 所掌事項

連絡会は、次の各号に掲げる事項について所掌する。

- (1) プラン推進のための各部署及び関係機関の連携に関すること。
- (2) プランを推進していると市長が認める団体への情報提供等の協力に関すること。
- (3) 前2号に掲げるもののほか、市長が必要と認める事項に関すること。

#### 第3 構成

連絡会は、市長が依頼し、又は任命する次の各号に掲げる者（以下「メンバー」という。）24人以内をもって構成する。

- (1) 社会福祉法人調布市社会福祉協議会職員 1人
- (2) 社会福祉法人調布市社会福祉事業団職員で調布市子ども家庭支援センターすこやかに勤務するもの 1人
- (3) 公益社団法人調布市体育協会職員 1人
- (4) 行政経営部政策企画課職員 1人
- (5) 行政経営部広報課職員 1人
- (6) 生活文化スポーツ部生涯学習交流推進課職員 1人
- (7) 生活文化スポーツ部スポーツ振興課職員 1人
- (8) 子ども生活部保育課職員 1人
- (9) 子ども生活部子ども家庭課職員 1人
- (10) 子ども生活部児童青少年課職員 1人
- (11) 福祉健康部福祉総務課職員 1人
- (12) 福祉健康部高齢者支援室職員で高齢者福祉を担当するもの 1人
- (13) 福祉健康部障害福祉課職員 1人
- (14) 福祉健康部健康推進課職員 1人
- (15) 福祉健康部保険年金課職員 1人
- (16) 環境部環境政策課職員で生活環境を担当するもの 1人
- (17) 教育部学務課職員 1人
- (18) 調布市東部公民館長の指定する職員 1人
- (19) 調布市立小学校に勤務する養護教諭 1人
- (20) 調布市立中学校に勤務する養護教諭 1人
- (21) 前各号に掲げる者のほか、福祉健康部長が必要と認める者

#### 第4 任期

メンバーの任期は、2年とし、補欠委員の任期は、前任者の残任期間とする。ただし、再任を妨げない。

#### 第5 リーダー及びサブリーダー

連絡会にリーダー及びサブリーダーを置く。

- 2 リーダーはメンバーが互選し、サブリーダーはリーダーが指名する。

## 資 料

3 リーダーは、連絡会を代表し、会務を総理する。

4 サブリーダーは、リーダーを補佐し、リーダーに事故があるときは、その職務を代理する。

### 第6 招集

会議は、リーダーが招集する。

### 第7 部会

第2に規定する所掌事項に関する特定の事項を検討するため、必要に応じ、連絡会に部会を置くことができる。

2 部会は、リーダーが指名するメンバー（以下「部会員」という。）をもって構成する。

3 部会にチーフを置く。

4 チーフは、部会員のうちから、リーダーが指名する。

5 チーフは、部務を掌理し、部会の経過及び結果を連絡会に報告する。

6 部会は、チーフが招集する。

7 チーフは、部会の運営上必要があると認めるときは、部会員以外の者を会議に出席させ、その意見を聴き、又は資料の提出を求めることができる。

### 第8 意見の聴取

リーダーは、連絡会の運営上必要があると認めるときは、メンバー以外の者を会議に出席させ、その意見を聴き、又は資料の提出を求めることができる。

### 第9 庶務

連絡会の庶務は、福祉健康部健康推進課において処理する。

### 第10 雑則

この要綱に定めるもののほか必要な事項は、別に定める。

## 4 調布市健康づくり推進協議会条例

### 調布市健康づくり推進協議会条例

昭和56年4月1日 条例第14号

改正 平成19年3月22日 条例第6号

(設置)

第1条 市民の総合的な健康づくりを積極的に推進するため、調布市健康づくり推進協議会(以下「協議会」という。)を置く。

(所掌事項)

第2条 協議会は、市長の諮問に応じ、前条の目的を達成するために必要な各種健康診査事業、健康相談、保健栄養指導、健康教育等について協議し、答申する。

(組織)

第3条 協議会は、次の各号に掲げる者のうちから市長が委嘱又は任命する委員15人以上で組織する。

- (1) 調布市医師会会員 3人以内
- (2) 調布市歯科医師会会員 2人以内
- (3) 調布市薬剤師会会員 2人以内
- (4) 保健衛生事業に関し学識経験のある者 5人以内
- (5) 東京都多摩府中保健所職員 1人
- (6) 市職員 2人以内

(委員の任期)

第4条 委員の任期は、2年とし、補欠の委員の任期は、前任者の残任期間とする。ただし、再任を妨げない。

(会長及び副会長)

第5条 協議会に会長及び副会長を置く。

- 2 会長及び副会長は、委員が互選する。
- 3 会長は、協議会を代表し、会務を総理する。
- 4 副会長は、会長を補佐し、会長に事故があるときは、その職務を代理する。

(招集)

第6条 協議会は、会長が招集する。

(定足数及び表決数)

第7条 協議会は、委員の半数以上が出席しなければ会議を開くことができない。

- 2 協議会の議事は、出席委員の過半数で決し、可否同数のときは、会長の決するところによる。

(部会)

第8条 協議会に、必要に応じ部会を置く。

- 2 部会は、会長の指名する委員をもって組織する。
- 3 部会に部会長を置き、部会に属する委員が互選する。
- 4 部会長は、部務を掌理し、部会の経過及び結果を協議会に報告する。

(意見聴取)

第9条 会長は、協議会の運営上必要があると認めるときは、委員以外の者を協議会に出席させ、その意見を聴き、又は委員以外の者から資料の提出を求めることができる。

(庶務)

第10条 協議会の庶務は、福祉健康部において処理する。

(委任)

第11条 この条例の施行について必要な事項は、市長が定める。

## 5 計画改定の経過

会議・調査等	年月日	主な内容
調布市民の健康づくりに関する意識調査	平成 28 年 10 月 5 日～ 21 日	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 属性</li> <li>2. 日常の健康管理</li> <li>3. 栄養・食生活</li> <li>4. 休養・こころの健康</li> <li>5. 飲酒</li> <li>6. 喫煙</li> <li>7. 歯・口腔の健康</li> <li>8. 身体活動・運動</li> <li>9. 自由意見</li> </ol>
第 1 回 調布市民健康づくりプラン・調布市食育推進基本計画改定委員会	平成 29 年 5 月 9 日	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 委員・事務局紹介</li> <li>2. 委員会について</li> <li>3. 会長・副会長選出</li> <li>4. 調布市民健康づくりプランについて</li> <li>5. 調布市民の健康づくりに関する意識調査の実施結果について</li> <li>6. 改定計画の骨子について</li> </ol>
第 2 回 調布市民健康づくりプラン・調布市食育推進基本計画改定委員会	平成 29 年 6 月 9 日	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 食育推進基本計画の国と都の動向について</li> <li>2. 調布市食育推進基本計画について</li> <li>3. 調布市食育推進基本計画の骨子について</li> <li>4. 調布市食育推進基本計画の取組について</li> </ol>
平成 29 年度 第 1 回 調布市民健康づくりプラン推進連絡会	平成 29 年 6 月 29 日	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 委員・事務局紹介</li> <li>2. 連絡会について</li> <li>3. 会長・副会長選出</li> <li>4. 調布市民健康づくりプランについて</li> <li>5. 調布市民の健康づくりに関する意識調査の実施結果について</li> <li>6. 改定計画の骨子について</li> <li>7. 各課の取組について</li> </ol>
第 3 回 調布市民健康づくりプラン・調布市食育推進基本計画改定委員会	平成 29 年 8 月 3 日	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 前回の調布市食育推進基本計画の検討結果報告について</li> <li>2. 調布市民健康づくりプランの取組について</li> </ol>
平成 29 年度調布市健康づくり推進協議会 第 1 回全体会	平成 29 年 8 月 3 日	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 成人保健事業計画               <ol style="list-style-type: none"> <li>(1) 調布市民健康づくりプランの骨子</li> <li>(2) 調布市食育推進基本計画の骨子</li> </ol> </li> </ol>
第 4 回 調布市民健康づくりプラン・調布市食育推進基本計画改定委員会	平成 29 年 10 月 17 日	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 調布市民健康づくりプランの検討結果報告について</li> <li>2. 調布市民健康づくりプランの素案について</li> <li>3. 調布市食育推進基本計画の素案について</li> </ol>
平成 29 年度調布市健康づくり推進協議会 第 2 回全体会	平成 29 年 10 月 26 日	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 調布市民健康づくりプラン第 3 次（案）について</li> <li>2. グループワーク</li> </ol>



会議・調査等	年月日	主な内容
パブリック・コメント	平成29年 12月5日～ 平成30年 1月9日	11件（5人）
平成29年度 第2回 調布市民健康づくり プラン推進連絡会	平成29年 12月21日	1. 調布市民健康づくりプラン第3次（案）について 2. グループワーク
第5回 調布市民健 康づくりプラン・調 布市食育推進基本計 画改定委員会	平成30年 1月22日	1. パブリック・コメントの結果について 2. 調布市民健康づくりプラン・調布市食育推進基本計画 （最終案）について

## 6 成果指標の出典

### (1) 健康づくりプランの成果指標

成果指標	平成 28 年度現状値	出典等
家族間での教育機会（携帯電話の使用ルール有無）	中高生 69.0%	調布市民の健康づくりに関する意識調査報告書 〈調布市民健康づくりプラン編〉 (平成 29 年 3 月)
飲酒経験のない子どもの割合	中高生 78.9%	
喫煙経験のない子どもの割合	中高生 99.1%	
自分の健康状態をよいと感じている人の割合	成人 75.3% 中高生 91.2%	
定期的に健(検)診を受けている人の割合	成人 81.3%	
定期的に歯科健診を受けている人の割合	成人 35.6% 中高生 30.8%	
かかりつけ医・かかりつけ歯科医がいる割合	かかりつけ医 57.4% かかりつけ歯科医 50.4%	
肥満傾向にある子どもの割合	小4男 8.8% 小4女 5.6%	平成 28 年度小児生活習慣病予防健診集計表（作成：公益財団法人東京都予防医学協会）
う歯のない人の割合	3 歳児 90.4%	調布市福祉健康部健康推進課 保健事業概要（平成 28 年度）
歯肉に炎症所見の認められる者（GO 及び G の者）の割合	12 歳 19.9%	平成 28 年度定期健康診断疾病異常調査中学校健診結果
歯周ポケットの深さが 4mm 以上の者の割合	40 歳 36.7%	調布市歯周疾患検診 平成 28 年度検診結果
血圧 140/90mm/Hg 以上の割合	8.2%	調布市特定健診 平成 28 年度健診結果
LDL コレステロール値 140mg/dl 以上の割合	29.2%	
メタボリックシンドロームの該当者及び予備軍の割合	25.3%	調布市特定健診 平成 28 年度法定報告
HbA1c(NGSP) *1 6.5% 以上（要医療）の人の割合	7.9%	調布市特定健診 平成 28 年度健診結果

成果指標	平成28年度現状値	出典等
朝食を食べている子どもの割合	中高生 94.7%	調布市民の健康づくりに関する意識調査報告書 〈調布市民健康づくりプラン編〉 (平成29年3月)
運動習慣者の割合 (週2回以上)	39.3%	
運動やスポーツをしている子どもの割合	中高生 75.4%	
睡眠による休養を十分 取れている人の割合	成人 47.7% 中高生 50.7%	
成人の喫煙率	12.2%	
妊娠届出書による妊娠中の 喫煙者数	17人	妊娠届出書平成28年度
ストレスを解消できている 人の割合	成人 58.6%	調布市民の健康づくりに関する意識調査報告書 〈調布市民健康づくりプラン編〉 (平成29年3月)
家族に話すことでストレス 解消できる人の割合	成人 30.7% 中高生 18.5%	
身近に相談できる誰かが いる人の割合	男性50代 49.2% 男性60代 53.8%	
ゲートキーパーの育成	328人	調布市福祉健康部健康推進課 保健事業概要(平成28年度)
自殺者数(人口10万対)*2	17.7人	北多摩南部保健医療圏保健医療福祉 データ集(平成28年版)
地域のつながりを感じて いる人の割合	18歳以上 43.9%	調布市民福祉ニーズ調査報告書 (平成29年3月)
地域のつながりを必要だと 感じている人の割合	18歳以上 89.0%	
近所づきあいをしていない 人の割合	18歳以上 19.2%	
地域の一員としての 意識や連帯感を感じている 人の割合	37.4%	調布市民意識調査報告書 (平成29年3月)

\*1平成25年度よりHbA1c測定方法の変更に伴い、要医療の従来の基準であったJDS値6.1%以上は、NGSP値6.5%以上に相当する。

\*2自殺死亡率(人口10万対)は、“自殺死亡総数/人口×100,000”により算出した。なお、人口は資料「『人口動態統計平成27年』(未掲載資料)(東京都福祉保健局総務部総務課)」掲載の「分母に用いた人口『平成27年国勢調査年齢・国籍不詳をあん分した人口(参考表)』(総務省統計局)」を用いた。

## 資料

### (2) 食育推進基本計画の成果指標

成果指標	平成 28 年度現状値	出典等
食べ物を大切にしたい人の割合	61.4%*	調布市民の健康づくりに関する意識調査報告書 (平成 29 年 3 月)
食事(夕食)が楽しい人の割合	69.1%	
朝食の欠食者の割合 (「食べない」＋「食べないことが多い」)	12.6%	
むせないよう誤嚥したりしないように気をつける人の割合	17.1%*	
ふだんの食事の姿勢に気をつける人の割合	18.8%*	
食の安全・安心に関する情報提供を望む人の割合	51.8%*	
食事バランスガイドを参考にしている人、知っている人の割合	44.1%	
ふだんの食事の心がけで主食、主菜、副菜をそろえて食べる人の割合	50.2%*	
健康だと感じている人の割合	77.1%	
調布市の農産物を地産地消で購入している人の割合	41.3%	

\* 調布市民の健康づくりに関する意識調査にて、複数回答で得られた数値。

## 7 健康づくりプラン・食育推進基本計画 関連計画の計画期間一覧

計画名称	計画年度
調布市基本計画	平成 25 年度～平成 30 年度
調布っ子すこやかプラン	平成 27 年度～平成 31 年度
調布市教育プラン	平成 27 年度～平成 34 年度
調布市男女共同参画推進プラン（第4次）改訂版	平成 29 年度～平成 33 年度
生涯学習振興プラン	平成 25 年度～平成 34 年度
調布市地域福祉計画	平成 30 年度～平成 35 年度
調布市障害者総合計画	平成 30 年度～平成 35 年度
第7期調布市高齢者総合計画	平成 30 年度～平成 32 年度
第3期調布市特定健診・特定保健指導等実施計画	平成 30 年度～平成 35 年度
第2期国民健康保険データヘルス計画	平成 30 年度～平成 35 年度

## 8 調布市内における食育の取組

第2次計画の改定に向けて、調布市内の食育推進状況を把握し、今後の食育推進についての検討資料とすること、また情報の共有化をとおして、さまざまな活動主体が相互に連携を図れるよう体制整備に活用することを目的に、平成29年度「食」に関する取組調査を実施しました。

### (1) 対象となる取組

平成29年4月1日～平成30年3月31日までに実施もしくは予定している取組のうち、下記に該当するもの。

- ア 食事や食材等の提供（給食、配食、会食、試食会等を含む）
- イ 体験学習、調理実習、講習会、勉強会、講座、イベント、講演会等
- ウ 情報提供（普及啓発にかかるおたより・チラシの配布等）
- エ その他

### (2) 調査期間

平成29年9月16日～10月6日

### (3) 結果

下記の表の事業内容について、食に関連のある内容のみを記載しています。また、保育園、児童館等複数の施設がある場合、主催者すべての施設で実施しているわけではありません。結果は概ね年代順に掲載しております。

主催者	事業名	対象者	事業内容
調布市子ども家庭支援センター すこやか	エンゼル大学 離乳食講座	7・8・9か月児の 保護者	「大人の食事からの取り分け」をテーマに、調理の実演や試食。
	ココロパンダ 離乳食講座	7・8・9か月児と その保護者	専門職を交えてグループワークを行い、不安や疑問を解消する。
	パパひろば	3歳以上の子どもと その父親もしくは 祖父等保護者	父親の育児参加機会の拡充を図り、父親同士の交流の場をつくることを目的に、子どもと一緒にブルーベリー狩りやパンづくり、芋ほりを行う。
	ファミリーサポート フォローアップ講習会	ファミリーサポート 協力会員	ファミリーサポートでは食事提供の援助もあるため、子どもの栄養についての講話、調理実習を行う。
公立保育園	給食試食会	園児の保護者	試食会で味付けや量、どんな雰囲気の中で食事をしているかを体験。保育園の給食を理解し、家庭での参考にしよう。
	献立表・給食だよりの 配布	園児の保護者	献立表では計算した栄養価をもとに、旬の食材を意識した献立を作成。給食だよりにては行事や季節に関する題材で作成。
	もちつき	園児	もちつきを観察・経験し、日本の伝統行事を知る。
	野菜栽培	3・4・5歳児クラス	夏野菜を中心に園児が栽培、収穫し給食で食べる。
	野菜とふれあう	3・4・5歳児クラス	給食で使う野菜のさやとりや皮むきをし、五感を使って季節を感じ食に対して興味を持つ。
	レストランごっこ	3・4・5歳児クラス	食事を自分で選択する楽しさを体験する。5歳児がレストランの店員となり、3、4歳に食事を配膳。
	食育月間	3・4・5歳児クラス	紙芝居、オノマトペ、エプロンシアターなどの読み聞かせ。

主催者	事業名	対象者	事業内容
公立保育園	3歳児食育	3歳児クラス	紙芝居朗読や「わかめのひみつ」「お弁当ごっこ」などをテーマにした体験学習。
	4歳児食育	4歳児クラス	「調味料について」「箸について」などをテーマにした体験学習。
	5歳児食育	5歳児クラス	「夏の水分補給と糖分」「鯉節けずり体験」「カレーのひみつ」「クッキーづくり」「3色食品群について」「バランスのよい食事」「食事マナー」の体験学習。
	調理実習	5歳児クラス	給食やおやつづくりの体験。
	地域交流事業 試食会	市民	給食やおやつを紹介、試食や食事相談を実施。
栄養士会	調布市ホームページによる情報提供	市民	保育園給食や乳幼児期の食事の大切さの情報提供。
私立保育園	給食試食会	園児の保護者	試食会で味付けや量、どんな雰囲気の中で食事をしているかを体験。保育園の給食を理解し、家庭での参考にしよう。
	献立表・給食だよりの配布	園児の保護者	献立表では計算した栄養価をもとに、旬の食材を意識した献立を作成。給食だよりの行事や季節に関する題材で作成。
	離乳食講習会・試食会	園児の保護者	離乳食各期の食事の形態を学び、家庭での進め方の参考にしよう。
	栽培・収穫体験	園児	野菜や芋について学び、実際に触れることで興味を持ち、食べる意欲につなげる。
	調理教室	3・4・5歳児クラス	調理に興味をもてるよう、味噌、豆腐、クッキー、ホットケーキ作りで材料の変化や出来上がりを体験。
	野菜の皮むき	3・4・5歳児クラス	給食で使う野菜のさやとりや皮むきをすることにより、季節を感じ食に対して興味を持たせる。
	魚の講義	3・4・5歳児クラス	丸ごと一匹の魚を実際に観察し、見て触れることで、魚に親しみを持つ。生命を頂くことを感じる。
	栄養・食育のはなし	3・4・5歳児クラス	各年齢に合わせ、「3色食品群」、「郷土料理」、「食器具の持ち方」などをテーマにした体験学習。
幼稚園	お楽しみ給食	園児	パーティー形式で全員で同じものを食べる。
	お泊り会	5歳児クラス	先生、友だちと力を合わせて夕食作りを体験し、同じメニューを食べる喜びを共有する。
児童館	離乳食講座	乳幼児とその保護者	離乳食の始め方、進め方、大人の料理からの簡単とりわけなど離乳食の作り方などを学ぶ。
	わくわく育児ひろば	乳幼児とその保護者	健康推進課の協力を得て実施。子どもの発達、離乳食、歯磨き等を学ぶ。
	おいも掘り	乳幼児とその保護者	自分で芋を掘ることで、自然に親しみ、収穫の喜びを実感する。
	食育講座	乳幼児とその保護者	歯科医師より、食育の大切さ、歯の大切さを学ぶ。
	避難訓練	乳幼児・小学生とその保護者	アルファームの作り方を見学し、試食する。
	親子料理教室	幼児・小学生とその保護者	季節の地元野菜を使ったスープ、保存食（梅干し）、パン等を親子で作る。
	料理教室	小学生	クッキー、身近な道具を使ってアイスづくり。
	畑サークル	小学生	館庭にある畑を利用して、種を蒔き、育て、収穫。
	キャンプ、野外活動	小学生	野外調理の方法を学び、みんなで作る楽しさ、食べる喜び等を体験。
	お泊り会	小学生	子どもたちとスタッフが、日頃利用している児童館で食事づくりや、班活動を楽しみ宿泊体験をする。
	親子交流会	学童クラブ在籍児とその保護者	ゲームや食事づくりをとおして交流。
	季節のイベント	市民	夕涼み、お正月遊び等、友達や家族、地域の方と季節の食事を楽しむ。

## 資料

主催者	事業名	対象者	事業内容
小学校	交流給食	児童	異学年（たてわり）で食事をし、交流を深め、毎日の給食に変化を持たせ、食事の楽しさを味わう。
	特別給食によるリザーブ給食、リクエスト献立、バイキング給食	児童	自ら給食を選び、給食に対する興味と関心を持たせ、食生活における自己管理能力を育てる。 低学年は「好き嫌いをなくし、健康なからだをつくる」、中学年は「食べ物の働きを知り、バランスよく食べる」、高学年は「自分の健康を考え、バランスよく食べる」の児童像をめざす。
	特色のある献立	児童・教職員	季節を感じる献立や、各地の郷土食・伝統食、世界各国の料理、虫歯予防デーのカミカミメニュー、図書のブックメニューなどを提供。
	給食メモ・給食時の校内放送	児童・教職員	献立名の由来や、献立にちなんだ話、使用している食材等に関する情報を提供。
	給食試食会	1年生及び 転入児童の保護者	学校給食の理解を深めるため、給食の試食会を実施。
中学校	給食試食会	保護者	子どもたちが普段食べている給食の量や味付け、食器などを知り理解を深めるため、給食試食会を実施。
社会教育課	遊ing	小・中学校の特別支援学級の児童・生徒	社会体験の一環として、野菜収穫を体験。
	杉の木青年教室	中学校の特別支援学級の卒業生	社会体験の一環として、調理実習を実施。
環境政策課	Let's try! エコ・クッキング	小学生とその保護者	エコ・クッキングについての講話と調理実習。（エコ・クッキングは東京ガス株式会社の登録商標）
健康推進課	もうすぐママ・パパ教室	初産婦とそのパートナー	出産前後の健康や食生活、子育てに関する健康教育・体験学習。
	乳幼児健康診査	3～4か月児・1歳6か月児・3歳児	各発達段階に見合った成長発達の確認および疾患の早期発見。子育てについての不安などの支援のため保健師、助産師、栄養士、歯科衛生士の相談を行う。
	わくわく育児教室（こあらクラス・らいおんクラス）	こあら：生後6～8か月児とその保護者 らいおん：1歳～1歳2か月児とその保護者	育児の困難さを抱えやすい時期に、生活リズムや食生活、歯磨きなど、発達や子育てに関する考え方・知識を学ぶ。
	こども歯科相談室	2歳児～6歳児	歯科保健の視点から、食生活に関する保護者の不安や悩みに応じ、健全な子育てを支援。
	今から始める健康づくり教室（幼児編・学童編）	幼児編：市内保育園幼稚園の年長児とその保護者 学童編：市内学童クラブの利用者	幼児編は、「早寝・早起き・朝ごはん」をテーマに小学校へ向けての生活の準備と親の健康についての講座。 学童編は、毎年テーマを変えて栄養や歯科保健、たばこなど自身の健康について伝える。
	ヘルスアップ教室	小学校4～6年生とその保護者	生活習慣病を予防するための生活習慣を幼少の頃から培うことを目的に、糖尿病予防及び重症化予防の医師による講演会。
	アレルギー相談	18歳以下の子ども	個別相談、スキンケア教室、講演会で、食物アレルギーに関する正しい知識の普及と不安の解消を努める。
	あなたの骨の健康度チェック	18～64歳の女性	骨密度測定をきっかけに、生活習慣・食事・運動等を振り返る。
	今から始める健康づくり教室（成人編）	35～74歳の市民	血糖、脂質、血圧、ロコモティブシンドロームをテーマに、食事のとり方やお口の健康についての講話、手軽にできる運動などを行う。
	特定保健指導	特定健診でメタボリックシンドロームの該当者	食生活改善に向けた支援を実施し、行動変容を促す。
	専門職による相談（訪問・電話・面接）	市民	食を含めた、健康のため、専門職（保健師・栄養士・歯科衛生士・助産師等）の相談事業。
	食事なんでも相談室	市民	食にかかるすべてのことを個別相談。（栄養相談）
	地域健康教育（出前講座）	市民	専門職が地域に出向き、病気の予防、食事、口の健康などテーマに応じて健康教育を行う。
食育コラム	市民	市報のコラムで食育の普及啓発を図る。	



主催者	事業名	対象者	事業内容
公民館	子どもの料理教室	小・中学生とその保護者	親子で協力して調理を楽しむ料理教室。
	家庭料理教室	市民	管理栄養士の講話、調理実習で野菜のおいしさを引き出す調理法を学ぶ。
	お菓子作り教室	市民	家庭でも実践できるようシンプルな調理法で、野菜を使った“団子”や“カップケーキ”を調理。
	文化講演会	市民	食品添加物、無農薬野菜、輸入食品の安全性など、現実的で科学的な「食品の選び方・食べ方」を紹介。
	成人学級公開講座	市民	地域の農家の方から、ぬか床の作り方や管理の仕方を教わり実習する。調布の農家で栽培されている、旬の野菜について紹介。
	男の料理教室	男性	普段は台所に立たない男性にも、料理の楽しみを知り、家庭でも喜ばれるメニューに挑戦。
郷土博物館	子どもはくぶつかん「お月見だんごをつくろう」	小学生とその保護者	お月見の機会に、石臼で米をひき、米粉で団子を作るなど、地域の伝承行事を学ぶ。
	そばひき実演	深大寺水車館来館者	深大寺そば祭りの時期に、深大寺水車館の臼を使用し、そばひきを実演。手回し石臼でそばひき体験。
地区協議会	そばうち教室	市民	調布ヶ丘地域福祉センターで、そばうち教室。
図書館	情報提供	利用者	食育の普及啓発に関するポスター・食育カレンダーの掲示やチラシの配布等による情報提供。
	図書館資料展示	利用者	健康推進課と連携して食育月間、健康増進月間等に関連図書や資料を展示。
調布市国際交流協会(CIFA)	ポットラックパーティー	CIFA 会員とその家族・友人	料理・菓子・飲み物を参加者が持参し、各国の料理やゲームをして楽しみながら、交流を図る。
	お弁当づくり	CIFA 会員とその家族・友人	日本の食文化である「お弁当づくり」とおして、参加者・講師の交流を図る。
	そばうち体験	市民、CIFA 会員とその家族・友人	そばうち体験をおして日本文化を学び相互の交流を図る。
	料理で国際交流	市民、CIFA 会員とその家族・友人	日本語の学習をしているトルコ人から、その国の料理を学び、調理しながら相互の交流を図る。
調布市文化・コミュニティ振興財団	ちょうふ市内・近隣大学等公開講座	中高年	「血液栄養学で分かる子どもの成績と脳」を総合テーマとして、全2回の公開講座を開催。
生涯学習交流推進課	生涯学習情報コーナーにおける情報提供	市民	健康推進課から提供された食に関する講座や公演等のチラシやポスターの配架。
	男の料理教室	シニア層の男性	地域活動参加のきっかけのための「地域デビュー歓迎会」の事前講座として実施。
男女共同参画推進課	男女共同参画推進フォーラム	市民	しえいくはんず2017の一画で、フレッシュバーカリーすまいるのパンと焼菓子を販売。
	インターンシップ	インターンシップ実習生	災害時に女性に家事負担が偏りやすいことを受けて、誰でも簡単に作れる防災料理を考案、調理。
障害福祉課	障害者配食サービス事業	買い物・炊事が困難な障害者のみの世帯等	栄養バランスのとれた食事を提供するとともに、手渡しによってコミュニケーションや見守りをする。
知的障害者援護施設すまいる	パン・菓子類の製造・販売	利用者	パン・プリン・クッキーパウンドケーキ等の製造。それらを販売、市内保育園・学童クラブなどに納品。
	パン教室	市民	手ごねで作るパンを職員が指導、地域に向けて貢献し、障害への理解を図る。
知的障害者援護施設すまいる分室	ベーカリー&カフェ運営	利用者	販売準備・接客等の職業訓練を行い、就労をめざす。また、パン・菓子類の販売・カフェの運営をおして、障害者への理解に繋げる。
調布市希望の家	調理実習・調理クラブ	利用者	利用者と焼き菓子等作りを実施。
知的障害者援護施設なごみ	生活介護事業	利用者	「ランチクッキングやおやつづくり」「野菜畑から収穫した野菜」の食材加工から調理。味噌づくりを体験。

資料

主催者	事業名	対象者	事業内容
調布市こころの健康支援センター	一人暮らし調理教室	利用者	ひとりぐらしで役立てるための簡単な調理教室。
	調理実習	利用者	協働作業を体験する場として提供。
	栄養指導教室	利用者	栄養に関する講義。
	もちつき	利用者	季節のイベントを体験し、生活の実感をもつ。
	BBQ	利用者	センターで採れた野菜を収穫し、喜びを共有する。
	こころの講演会	市民	心の健康と食生活の関係についての講演会。
	ひだまりサロン 木漏れ陽	市民	市民交流の場で、ボランティアによるランチの提供。
	ひだまりサロン CoCo オアシス	市民	市民交流の場で、ボランティアによるランチの提供。
障害者地域生活・就労支援センター ちょうふだぞう	就労支援事業	利用者	料理講習会、非常食の試食会、健康講習会にて体に優しいメニューの試作など健康的な食事の摂り方、調理の学習。管理栄養士による健康相談。
地域活動支援センター ドルチェ	高次脳機能障害者サロン キラ星☆	利用者	本日の献立を話し合い、スーパーで買い出し、調理等を分担して実施。プログラムを通じた当事者同士の交流や調理を通じた遂行機能の向上を図る。
調布市社会福祉協議会	ここあ調理実習	利用者及びボランティア	キューピー株式会社の協力のもと、他者との交流の機会となるよう調理・会食を実施。
	高齢者会食サービス	概ね 70 歳以上	手づくりの会食サービスを実施。
	ひだまりサロン事業	市民	食事等の提供などにより、市民の交流の場づくりをすすめる。
調布市いきいきクラブ 調理運営協議会	調布市いきいきクラブ 運営協議会事務局	介護保険通所介護事業 利用者	通所介護事業利用者への給食提供。
調布ゆうあい福祉公社	ゆうあい福祉セミナー 親子料理講座	子どもとその保護者	昔ながらの食事（昆布・かつお節から出汁をとる）を作る体験等とおして、食育の啓発。
	男性のための料理講座	概ね 55 歳以上の男性	管理栄養士を講師に、包丁の使い方からおもてなしのメニューを作るまで、全 5 回コースをとおして、社会参加の機会やいきがい創出、介護予防につなげる。
	福祉講演会	市民	中高生の居場所、食を通じた育ち直しについての取組の講演会。
	住民参加型食事サービス	市民	ソーシャルワーカー（相談員）が、食事を届けるのみならず、きめ細かく会員の生活をサポート。
高齢者支援室	知って活かそう介護予防	65 歳以上	介護予防全般について学ぶ中で、高齢期の低栄養を予防する食事について指導。
	高齢者配食サービス事業	食事の用意が困難な 65 歳以上のひとりぐらし等	栄養バランスのとれた食事の提供と、手渡しによる安否確認。
	ふれあい給食事業	70 歳以上のひとりぐらし等	4 つの市立小学校の余裕教室の一部を整備した「ふれあい給食室」で、児童と一緒に学校給食を会食。
東京 YWC A 国領センター	ティーポットサロン 男の料理教室	65 歳以上の男性	男性を対象とした料理教室。
地域包括支援センター	介護教室	65 歳以上	お口の健康づくり、配食の試食会。

## 9 用語解説

### あ行

一次予防 (p12, p13, p63, p65, p66)

一次予防, 二次予防, 三次予防とは予防医学の用語であり, 介入する対象と時期によって分類したものである。一次予防とは, 生活習慣を改善して健康を保持・増進し, 病気にかからないようにすること。

う歯 (p23, p43, p64, p80)

むし歯。

LDLコレステロール (p38, p64, p80)

悪玉コレステロールと呼ばれるコレステロールの一種。これが増えすぎると, 血管の内側に付着・蓄積し, 動脈硬化を進行させる。

### か行

共食 (p79, p155, p159, p162, p179, p183, p184)

誰かと食事をともにすること。家族や友人との絆を深めるだけでなく, 食事のマナーを身につけ, 他に合わせることで協調性や社会性を養うこともできるため, 子どもからお年寄りまで, その大切さが見直されている。

口腔 (p12, p66, p102, p160)

口からのどまでの空洞部分 (口の中のこと)。

子ども食堂 (p162, p185)

子どもやその親および地域の人々に対し, 無料または低額の食事を提供する社会活動として提供する食堂。

### さ行

三次予防 (p63, p66)

病気にかかった後に必要な治療を受けたり, リハビリテーションを行ったりすることにより, 病気の悪化を防ぐことや機能を回復させること。

COPD (慢性閉塞性肺疾患) (p67)

有毒な粒子やガス (主にたばこの煙) の吸入による進行性の疾患。運動時の呼吸困難や慢性の咳・痰などの症状がある。

歯周ポケット (p64, p80)

歯周病にかかった際, 歯と歯ぐきの正常な付着が破壊され, 歯と歯ぐきの間にできる隙間。歯周病の進行に伴って深くなる。

食品ロス (p128, p141, p152, p159, p185)

食べられるのに捨てられてしまう食品のこと。

GO及びGの者 (p64, p80)

GO: 歯ぐきに軽度の炎症が見られるが, 歯石は付いていない状態。適切な自己管理により健康な状態に改善できる。

G: 歯ぐきに炎症が見られる状態。適切な自己管理のほか, 歯科医院での検査や治療が必要になる。

## 資料

生活の質（QOL）（p11, p12, p47, p69, p71, p176, p177）

人々の生活を物質的な面から量的にのみとらえるのではなく、精神的な豊かさや満足度も含めて、質的にとらえる考え方。「QOL」は「Quality of Life」の略。

### た行

地産地消

（p129, p136, p137, p138, p139, p151, p152, p162, p163, p183, p184, p185）

地域で生産されたものをその地域で消費するだけでなく、地域で生産された農産物を地域で消費しようとする活動を通じて、農業者と消費者を結び付ける取組。消費者が生産者と「顔が見え、話ができる」関係で地元の農産物・食品を購入する機会を提供するとともに、地域の農業と関連産業の活性化を図ることと位置づけている。

### な行

二次予防（p40, p63, p66）

健康診断などによる早期発見、早期治療を促して病気が重症化しないようにすること。

### は行

PDCAサイクル（p119）

行政や企業の経営を継続的に改善する取組として、多くの自治体を取り入れている考え方。PDCAは、Plan（計画）、Do（実行）、Check（評価）、Action（改善）の略。

HbA1c（ヘモグロビン・エーワンシー）（p38, p64, p80, p81）

過去1～2か月の平均的な血糖の状態をみるもの。

ふれあい給食（p104, p162）

学校の空き教室を利用し、ひとりぐらし等の高齢者に学校給食を会食方式で提供するとともに、趣味活動等を通じ、孤独感の緩和と介護予防をはかる事業。

### ま行

メタボリックシンドローム（p37, p38, p64, p69, p80, p98）

内臓脂肪症候群のこと。皮下脂肪でなく内臓に脂肪が蓄積した内臓脂肪型肥満の人が、高血糖や脂質異常、高血圧の危険性が高い場合に判定される。メタボリックシンドロームを防ぐことで、心筋梗塞などの心血管疾患や脳梗塞などの脳血管疾患、腎不全などの重症な病気になることを防ぐことができる。

### ら行

ライフステージ（p12, p129, p175, p185, p189）

人の一生を、乳幼児期、学齢期、青年期、壮年期、高齢期などに分けた場合の、それぞれの段階。

登録番号  
(刊行物番号)

2017-239

---

調布市民健康づくりプラン(第3次)・調布市食育推進基本計画(第3次)

---

発行日 平成30年3月  
発行 調布市福祉健康部健康推進課  
〒182-0026  
調布市小島町2-33-1  
文化会館たづくり西館保健センター  
042-441-6100(直通)

---



古紙パルプ配合率80%再生紙を使用

