

第2章 調布市の現状と課題

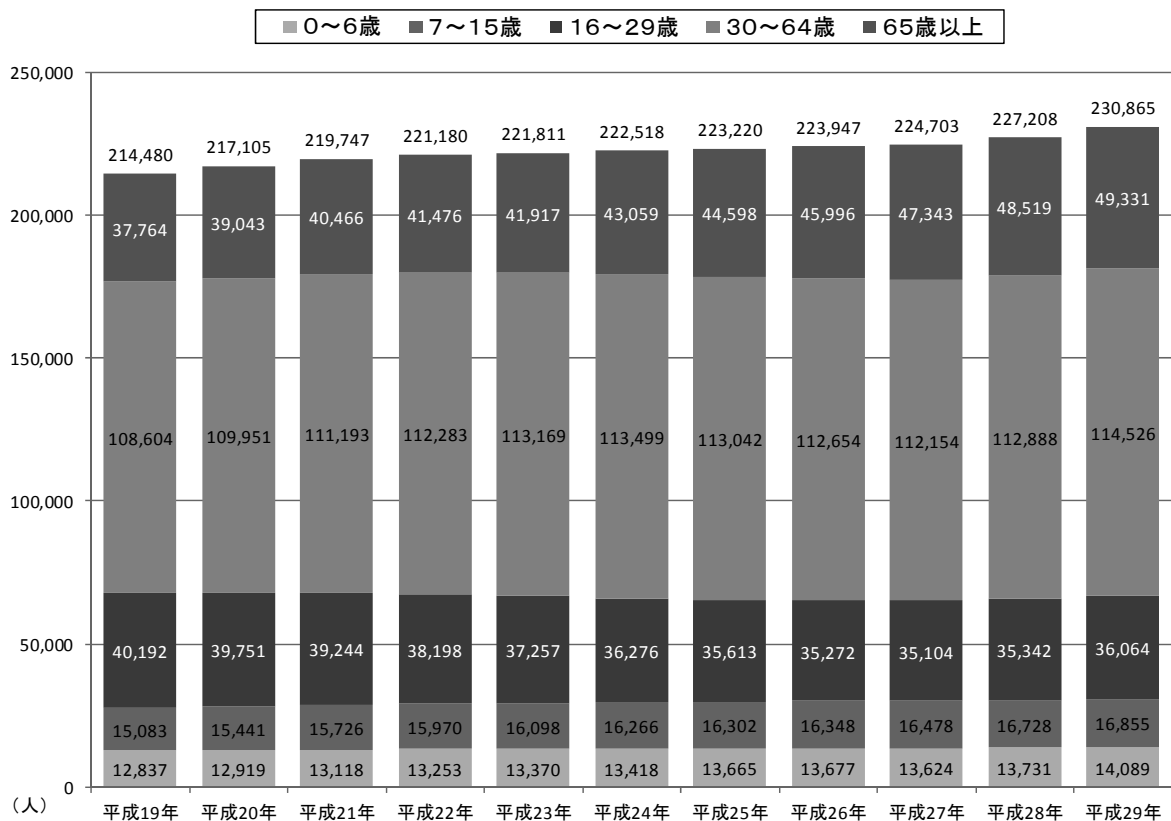
第2章 調布市の現状と課題

1 調布市の概要

(1) 調布市の人口の概要

人口は微増傾向が続いており、30～64歳人口の増加と高齢化が進んでいます。

《年齢別人口の推移》



出典：調布市の世帯と人口（各年4月1日現在）

2 食育に関する取組実績

平成25年3月に第2次計画を策定し、関連する部署でさまざまな食育に関する取組を実施しました。

平成25年度から29年度までに調布市で実施した主な食育に関する取組は以下のとおりです。その他の取組については、資料編に掲載しています。

(1) 健康推進課での取組

ア. 市民全般を対象とした取組

<食育講演会>

食育の認知度を高め、食に関心を持つきっかけにするため、毎年6月に「食育講演会」を開催しています。平成28年度からは健康推進課だけでなく保育課、学務課と共同で開催し、庁内の食育推進の連携にも努めています。

演題及び講師

- | | |
|--------|--|
| 平成25年度 | 「食育の真の目的とおもてなしの心」
懐石・宿 近又 総料理長 鵜飼 治二氏 |
| 平成26年度 | 「いざというときのために災害発生のしくみと食の備え」
独立行政法人防災科学技術研究所 納口 恭明氏，鈴木 真一氏
甲南女子大学名誉教授・日本災害食学会顧問 奥田 和子氏 |
| 平成27年度 | 「味を感じるしくみ おいしさの科学」
東京大学大学院 特任准教授 石丸 喜朗氏 |
| 平成28年度 | 「つくろう！保とう！家族の健康～コツと骨（こつ）～」
女子栄養大学 教授 上西 一弘氏 |
| 平成29年度 | 「お箸と和食」
(株)トータルフード 代表取締役 小倉 朋子氏 |

<食育ガイドの作製>

食育の普及啓発を図るため、調布市の食育と各テーマに合わせたリーフレットを作製・配布しました。

テーマ

- | | |
|--------|--|
| 平成25年度 | 『～いざというときのために～
調布市食育ガイド災害時編』 |
| 平成26年度 | 『調布市食育ガイド地産地消編
～食を通じた地域のつながり～』 |
| 平成27年度 | 『～おいしく・楽しく・安全に食べよう～
調布市食育ガイド食事マナー編』 |
| 平成28年度 | 『～味覚で育む心・体・技～
調布市食育ガイド調布っ子食育マイスター編』 |



【食育ガイド】

イ. 小学生・中学生・保護者を対象とした取組

＜食育セミナー「目指せ！調布っ子食育マイスター」＞

小学4・5年生を対象に「五感」「マナー」「食べ方」「もったいない」「感謝の心」など、食に関する「心・体・技」についてさまざまな体験をとおして学ぶ3日間の食育講座です。

平成29年9月時点で、243人が「調布っ子食育マイスター」に認定され、活動を続けています。



【8期生集合写真】

認定後の主な活動

- 平成25年度に味の素スタジアムをメイン会場に開催された「スポーツ祭東京2013」で「第68回国体弁当」のメニューを作製し、販売
- 平成27年度に調布市制施行60周年を迎え、お祝い弁当として「市制60周年弁当」のメニューを作製し、販売
- 平成28年度に「食育マイスター壁新聞」を作製、食育ガイドに掲載し、市役所ロビーに掲示

ウ. 市民と連携した取組

＜食育カレンダー＞

調布市民健康づくりを始める会*と協力して、旬の野菜や果物を取り上げたカレンダーを作製し、市内の小学校や保育園、児童館、地域福祉センター、図書館等へ配布しました。

*調布市民健康づくりプランを市民の立場から推進することを目的に誕生した市民グループ



【食育カレンダー】

エ. 関係機関と連携した取組

＜食育のぼり旗＞

6月の「食育月間」に、食育の認知度の向上をめざすため、「調布市食育推進基本計画」の基本理念である「食を通じたところとからの健康づくり」ののぼり旗を、市内の小・中学校、公民館等関係機関約150か所に設置しました。



【食育のぼり旗】

＜図書館展示＞

食育月間及び食育講演会を周知するために中央図書館5階に関連書籍、ポスターの掲示をしました。



【図書館における展示】

(2) 農政課での取組

ア. 市民全般を対象とした取組

＜調布市農産物直売所マップ＞

地産地消*の目的で、野菜等の地場産物をPRするために、平成21年度に「ちょうふとれたて農産物直売マップ」を作製しました。その後、平成27年度に「調布市農産物直売所マップ」としてリニューアルし、翌28年度には最新の内容に更新しました。掲載を希望する農家の農産物直売所、観光農園や農業体験などの情報を掲載しています。農政課ほか調布市市民プラザあくろすなど、市関連施設に配架しています。



【調布市農産物直売所マップ】

＜体験農園＞

土に親しみながら余暇を過ごしてもらうことを目的とし、市民農園をはじめとする体験農園を開設しています。体験農園は、調布市基本計画における「都市農業の推進」の施策の一つとして位置づけられており、都市農業への理解を深めてもらうため、「農業体験の場づくり」に努めています。消費者と生産者の交流を通じて、食材に対する関心を高めることができます。



【体験農園】

農園の種類

- ・ 市民農園…市民が自由に耕作できる農地を提供
- ・ ふれあい体験農園・体験ファーム…農業者の指導のもと、枝豆、とうもろこし、白菜などを栽培、収穫

イ. 小学生・中学生・保護者を対象とした取組

＜学童農園＞

市内小学校の学童を対象に、体験学習のため、「学童農園」を3か所設置しています。学童農園は、調布市基本計画における「都市農業の推進」の施策の一つとして位置づけており、農業の大切さを体感し、地場産物を学校給食に取り入れることで、「都市農業をいかした食育」を進めています。この体験が農業や食材に対する学習の場となっています。



【学童農園】

体験食物の種類

- ・ 米づくり…田植えから稲刈りまでを体験
- ・ 野菜づくり…枝豆や大根などの苗の植付けから収穫までを体験

ウ. 市民と連携した取組

＜マルシェ＞

市内では葉菜・根菜類など、幅広い種類の農作物をほぼ1年をとおして栽培しています。多くの農家では、化学肥料や農薬を極力控え、有機質肥料などを使って土壌の能力をいかした有機栽培で安全・安心な農作物を生産しています。

また農家によるマルシェを開催し、安全・安心な調布産野菜を生産者が直接販売をします。新鮮な野菜や花に加え、めずらしい野菜も販売され、それらの野菜を使った簡単レシピの紹介など、地産地消[※]をめざしています。



【マルシェ】



ベジ太くん

エ. 関係機関と連携した取組

＜農業まつり＞

新鮮で安全・安心な農産物の提供や農業者とのふれあい、都市農業に対する理解を深めることを目的として、毎年秋に農業まつり実行委員会とともに開催しています。

内容

- ・ 野菜等の地場産物の販売
- ・ 農産物の品評会
- ・ 野菜で作った宝船…解体してチャリティー販売
- ・ みんなであてよう調布の野菜名前あてクイズ…種や苗から野菜の名前を当てる



【宝船】

第2章 調布市の現状と課題

(3) 学務課での取組

ア. 市民全般を対象とした取組

<食育講演会>

「食」についての意識を高め、家族で望ましい食生活を実践しようと心がけることが大切と考え、「食育講演会」を開催しました。

演題及び講師

平成25年度 「感嘆！ごはん 簡単！ごはん ～冬野菜で簡単朝ごはん～」
料理研究家 浜内 千波氏

平成26年度 「食育の原点は味覚から“おいしい”には理由がある」
日本味育協会 代表 宮川 順子氏

平成27年度 3課合同開催に向け準備検討

平成28年度 3課合同で実施（134ページ健康推進課での取組参照）

イ. 小学生・中学生・保護者を対象とした取組

<親子料理教室>

朝食は午前中のエネルギー源となるだけでなく、一日のスタートを切るためにも必要なことから、子どもたちに朝ごはんの大切さを伝える目的として「夏休みの朝ごはんを作ってみよう」をテーマに開催しています。

また、調理体験をとおして食事づくりの楽しさを伝え、食べることへの興味・関心を深めることをねらいとしています。

さらに、旬の食材の良さを伝えるために、調布産の野菜を使用することで地場産物への理解と地産地消^{*}の推進を図るだけでなく、新鮮かつ食材の持つ美味しさを実体験することも目的としています。また、姉妹都市である木島平村の食材も使用し、姉妹都市への理解も深めています。



【親子料理教室】



【親子料理教室】

<小・中学校での学習>

平成20年の学校給食法の改正により、学校給食の目的に「食育」が新たに位置づけられて以来、給食を生きた教材として季節や行事等を意識した献立を立てるほか、毎日の献立や給食に関する情報を「給食だより」として全家庭に配布しています。子どもたちが食に関するさまざまな体験を積めるよう、給食時間や授業で、食事の大切さや栄養について学習しています。特に、毎年6月の「食育月間」や、1月の「給食週間」にすべての学校で積極的に食育を実施しています。

内容（例）

- 生活科…給食ができるまでの学習（学校探検）、空豆のさやむき、とうもろこしの皮むき、枝豆のさやとり
- 社会科…地元の産業や地産地消[※]についての学習
- 家庭科…献立づくり、調理実習
- 体験学習…畑の見学、栽培体験

ウ. 関係機関と連携した取組

<地元農家との連携 S & A (School and Agriculture : 学校と農業) >

平成4年に農家、学校栄養士会が連携し、「安全で新鮮な野菜・果物を学校給食へ」を基本に、S & A (School and Agriculture : 学校と農業) という組織を作りました。農家の方々の理解と協力のもと、農薬をなるべく使わない安全な地場産物が学校給食に納品されるようになりました。

前月に翌月収穫できる野菜や果物のリストが農家から栄養士に届き、栄養士は献立に合わせ、使える食材を発注します。朝収穫した野菜が学校に直接届き、その日の給食に使うシステムです。

また、地場産物の納品だけでなく、食育の推進として、子どもたちが畑を見学したり、農家の方に授業で野菜やその栽培について教えてもらったりします。



【S&A】



【S&A】

3 食育推進基本計画（第2次）の評価と課題

第3次計画改定の基礎資料とするため、平成28年度に市民の健康づくりや食に関する意識や実態を把握することを目的とした「調布市民の健康づくりに関する意識調査」を実施しました。「成人調査」は20歳以上を対象に、「未成年調査」は中学生・高校生年代（12歳以上18歳以下）を対象としています。

この調査結果等を踏まえた評価と課題は以下のとおりです。なお、グラフ上に課題で言及している部分を丸で囲んでいます。またグラフの数値については、小数第2位を四捨五入し、小数第1位までを表示しているため、各回答の数値の合計が100%にならない場合があります。

【食育の認知と関心】

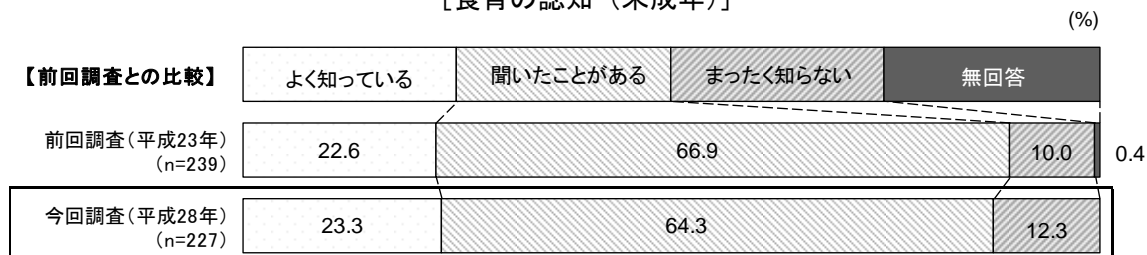
課題

食育という言葉は8割以上の多くの人に知られていますが、実践している人は2割と少ない状況にあります。そのため、食育についての理解を深め実践する人を増やしていく必要があります。行政としては、食育を理解し実践する人が増えるよう周知していくことが必要です。

【食育の認知（成人）】

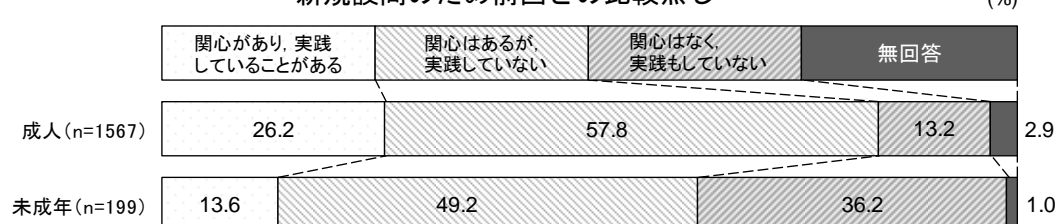


【食育の認知（未成年）】



【食育の関心（対象：食育を知っている人）】

新規設問のため前回との比較無し



(1) 心

指標にもとづく評価

食べ物を大切にしたいと考えている人の割合は61.4%で、前回と同程度です。また、夕食が楽しいと感じている人の割合も69.1%で、前回と同程度です。

	平成23年度 当初値	平成28年度		
		目標値	現状値	成果
食べ物を大切にしたい人の割合	64.0%	上げる	61.4%	○
食事（夕食）が楽しい人の割合	71.2%	上げる	69.1%	○

平成28年度成果の凡例 ◎：改善 ○：横ばい △：改善の余地あり

【食べ物を大切にする】

課題

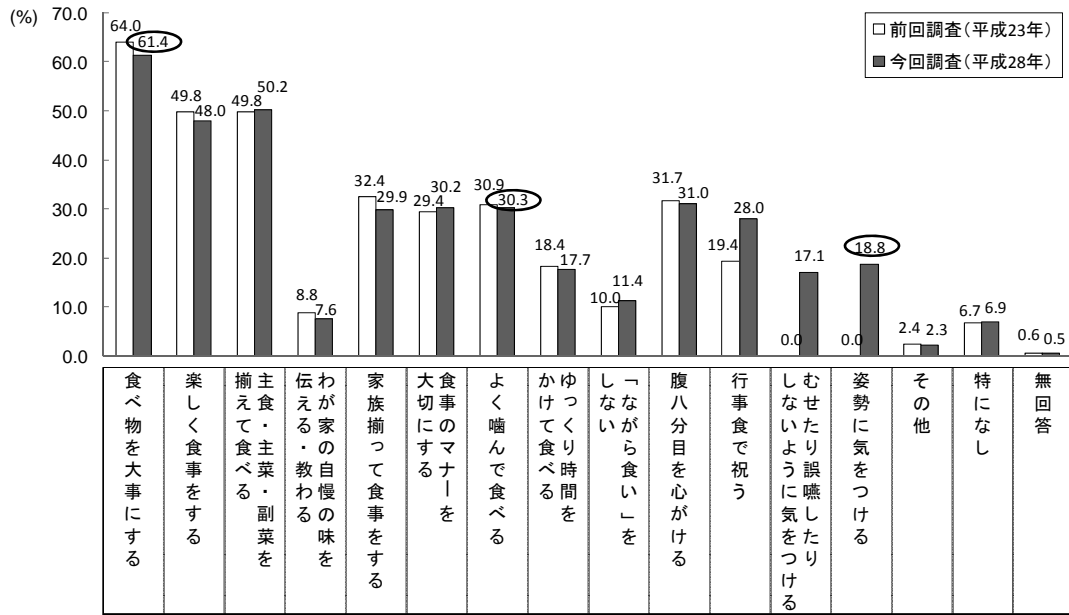
「食べ物を大切にする」という人の割合は前回と変わらないことから、食品ロス※の削減を行いながら、その取組の必要性を周知していくことが重要です。また、夕食が楽しいと感じている人も、誰かと一緒に食べる人の割合も前回と変わらないことから、引き続き楽しく食べることの意義を伝えていく必要があります。

食事のマナーの「食事のあいさつ」「食べ残しをしない」については6割の子どもができていたことが調査結果からわかります。行事食についてはクリスマスなどイベントとして行っていることも含まれていると思われませんが、行事・文化の継承を今後も続けていくことが望ましいと考えられます。

「よく噛んで食べる」「姿勢に気をつける」などの意識があまり高くないことから、子どもだけでなく大人にもその大切さを伝えていく必要があります。

第2章 調布市の現状と課題

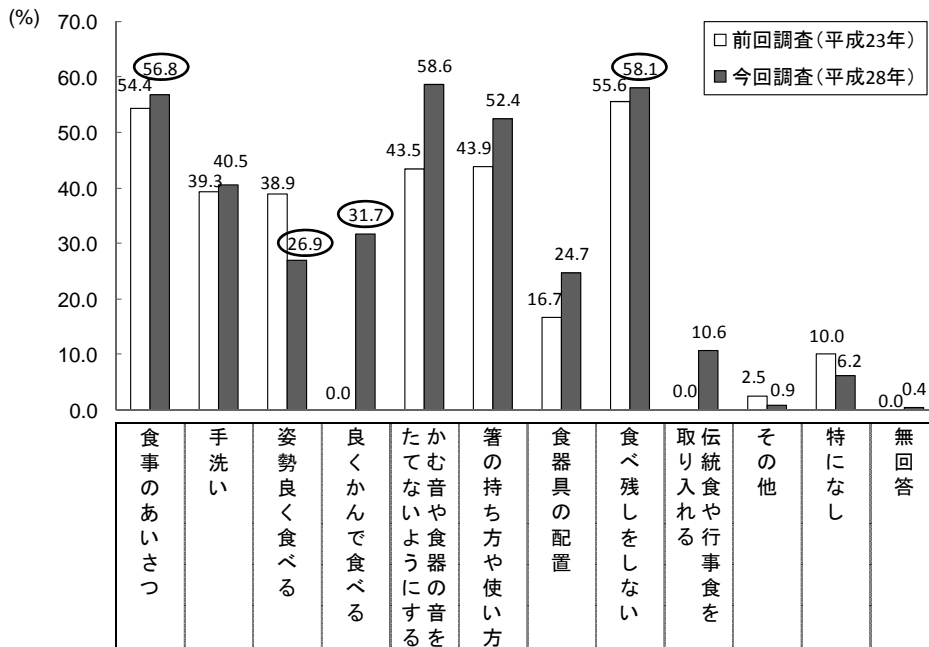
[ふだんの食事での心がけ（成人）]



前回調査から、一部選択肢を修正・追加しています。詳細は以下のとおりです。

今回調査（平成28年）	前回調査（平成23年）
よく噛んで食べる	よく噛んで味わって食べる
むせたり誤嚥（ごえん）したりしないように気をつける（新規）	—
姿勢に気をつける（新規）	—

[食事のマナーで気をつけていること（未成年）]



前回調査から、一部選択肢を修正・追加しています。詳細は以下のとおりです。

今回調査（平成28年）	前回調査（平成23年）
姿勢良く食べる	食事の姿勢
良くかんで食べる（新規）	—
かむ音や食器の音をたてないようにする	食べる時の音
伝統食や行事食を取り入れる（新規）	—

【楽しく食事をする(夕食を楽しんでいる)】

課題

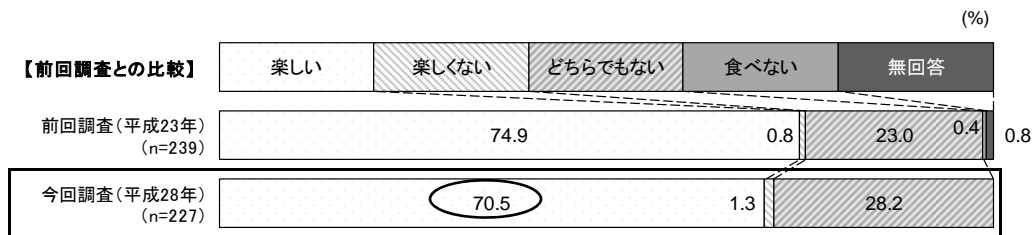
夕食を楽しんでいる人は前回の調査と同程度で成人・未成年とも約7割です。

楽しく誰かと食卓を囲み食事をすることをめざし、家族だけでなく、職場や地域などでそれぞれの個人が楽しいと思える環境づくりが必要と思われます。

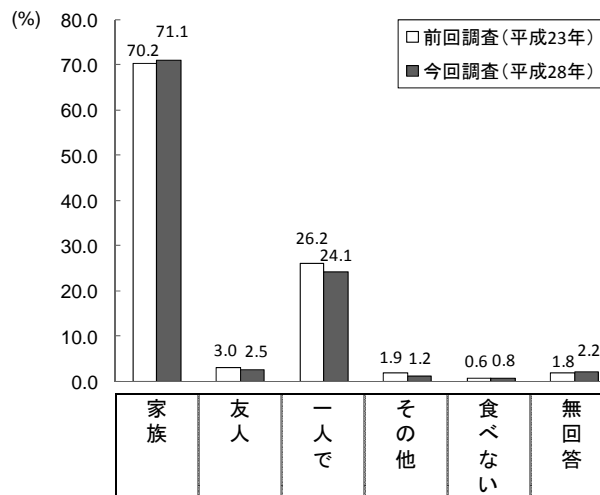
【食事の楽しさ (夕食・成人)】



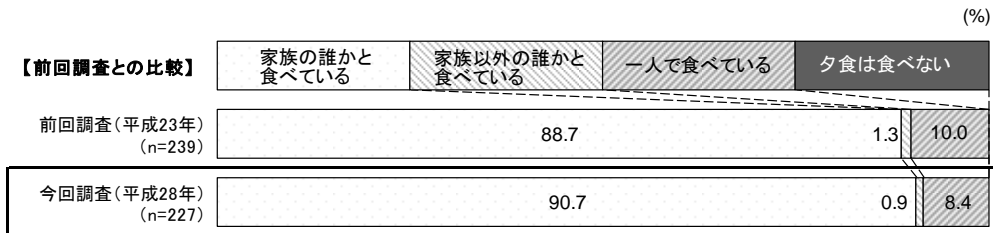
【食事の楽しさ (夕食・未成年)】



【ふだんの食事を一緒に食べる人 (夕食・成人)】



【夕食を一緒に食べる人 (未成年)】



(2) 体

指標にもとづく評価

朝食の欠食者の割合は12.6%で、前回と同程度です。また、よく噛んで味わって食べる等食べ方に関心のある人の割合（国の調査）は71.1%で、前回より上がっていますが、ふだんの食事の心がけで「よく噛んで食べる」の回答割合は30.3%で、前回と同程度です。

	平成23年度 当初値	平成28年度		
		目標値	現状値	成果
朝食の欠食者の割合	14.4%	下げる	12.6%	○
よく噛んで味わって食べる等食べ方に関心のある人の割合*1	70.2% (国)	上げる	71.1% (国)*2	○
<参考>ふだんの食事の心がけで「よく噛んで食べる」の回答割合	30.9%	上げる	30.3%	○

平成28年度成果の凡例 ◎：改善 ○：横ばい △：改善の余地あり

*1 内閣府「食育の現状と意識に関する調査」及び農林水産省「食育に関する意識調査報告書」

*2 農林水産省の調査結果（平成27年度）

【朝食の欠食】

課題

20歳代から30歳代の若い世代の欠食が高くなっています。就寝時間との関係で食べないことが習慣になっていることがわかります。

朝食をとるためには生活リズムを整えるなど生活全般の見直しが必要になります。朝食をとるよう意識を高めるように啓発したり、幼少期から早寝早起き朝ごはんの習慣を周知したりすることが必要です。

[食事の摂取状況（朝食・成人）]

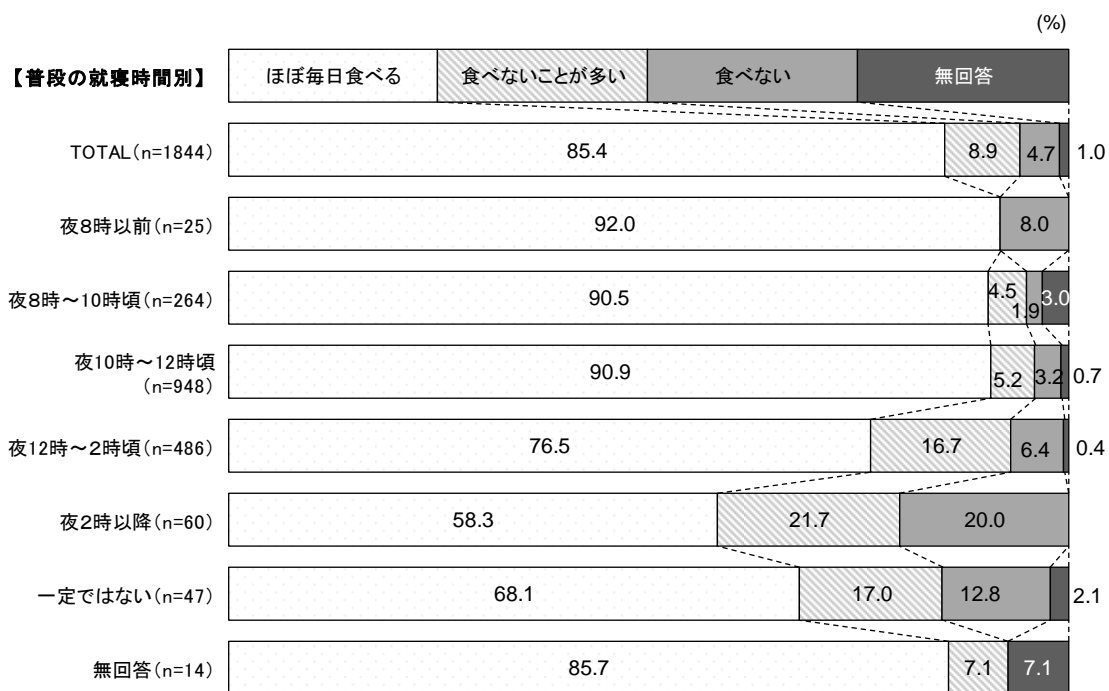


[朝食の摂取状況（未成年）]



第2章 調布市の現状と課題

[就寝時間別の朝食の摂取状況（成人）]



【五感を使って食べる】【安全に食べる】

課題

142ページのグラフからもわかるように、「よく噛んで食べる」「ゆっくり時間をかけて食べる」「ながら食いをしない」という項目はいずれも3割以下と意識している人が少ないことがわかります。そのため、五感を使って味わって食べるということの認識を高められるよう、メリットなどを周知していく必要があります。

(3) 技

指標にもとづく評価

食の安全・安心に関する情報提供を望む人の割合は51.8%で、前回より下がっています。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」の回答割合は、前回と同程度です。食事バランスガイドを参考にしている人の割合は44.1%で、前回より下がっています。健康だと感じている人の割合は77.1%で、前回より下がっています。

	平成23年度 当初値	平成28年度		
		目標値	現状値	成果
食の安全・安心に関する情報提供を望む人の割合	60.8%	上げる	51.8%	△
主食、主菜、副菜をそろえて食べる人の割合*1	50.2% (国)	上げる	59.7% (国)*2	◎
<参考>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」の回答割合	49.8%	上げる	50.2%	○
食事バランスガイドを参考にしている人の割合	46.7%	上げる	44.1%	△
健康だと感じている人の割合	80.3%	上げる	77.1%	△

平成28年度成果の凡例 ◎：改善 ○：横ばい △：改善の余地あり

*1 内閣府「食育の現状と意識に関する調査」及び農林水産省「食育に関する意識調査報告書」

*2 農林水産省の調査結果（平成28年度）から、「毎日食べる」人の割合を掲載

【食品・食材購入時に気をつけていること】

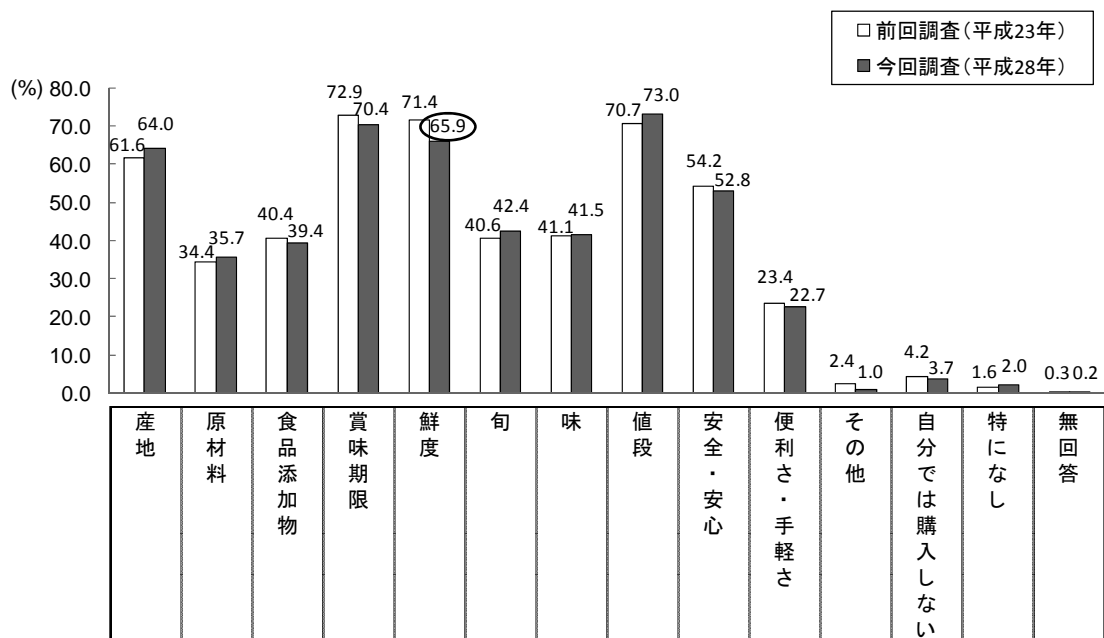
課題

前回調査を行った時期は、東日本大震災のあとで、食の安全に対する意識が高かったと思われます。そこから、数年たち、その意識が薄れてきたことと、情報が細かく開示されている安心感から数値が下がったのではないかと考えられます。

また、鮮度を気にする人が5ポイント低下し、値段、賞味期限を気にする人が多いことから、食材よりも、そう菜等を購入する人が多くなっていることも考えられます。

市は企業、事業所などへ、「市民が食の安全・安心に気をつけており、そのための情報の提供を求めていること」を伝え、企業等の取組を促すことが大切です。

【食品・食材購入時に気をつけていること（成人）】

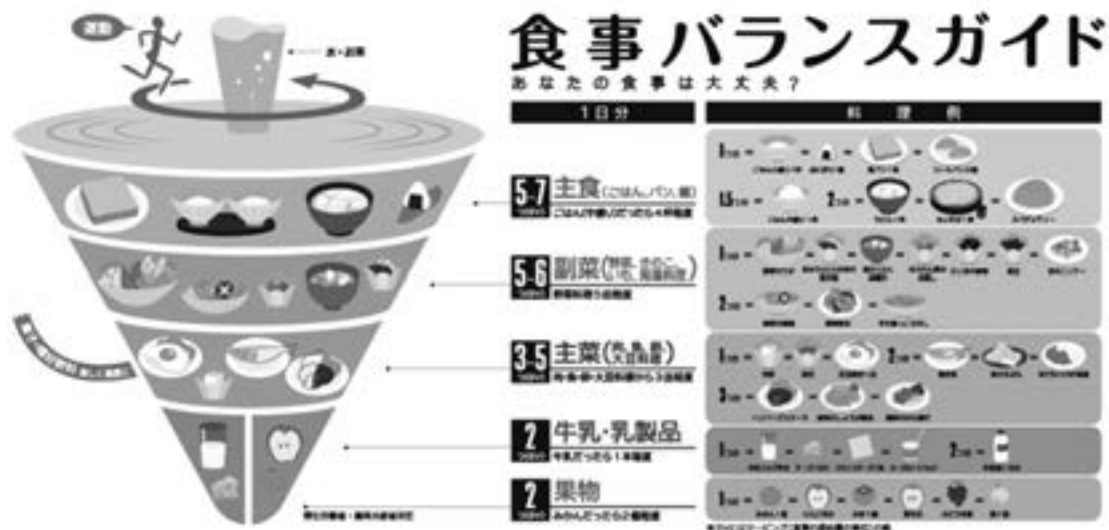
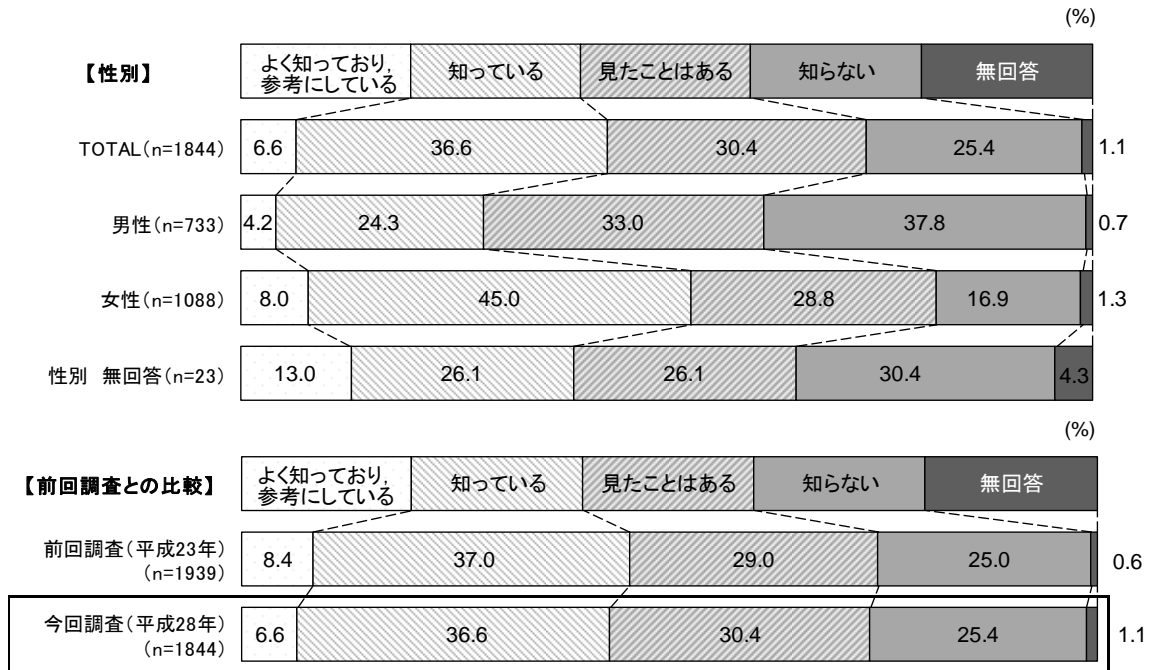


【食事バランスガイドの認知】

課題

食事のバランスを判断する目安となる食事バランスガイドの認知は低くなっていますが、一時期に比べ、食事バランスガイドを目にする機会も減っていると思われます。食事のバランスについては、対象者に合わせた形式で情報提供することが必要です。

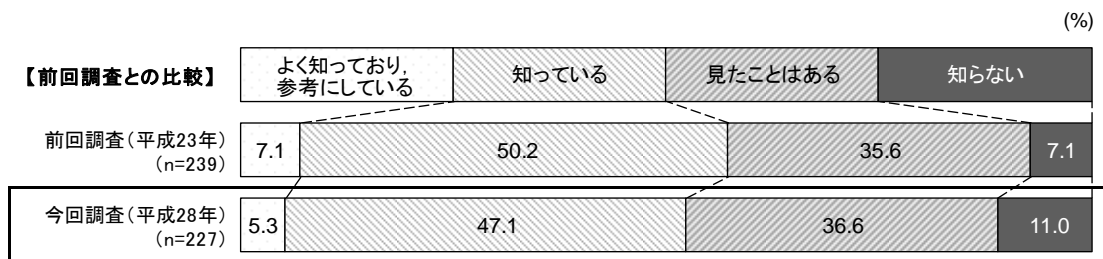
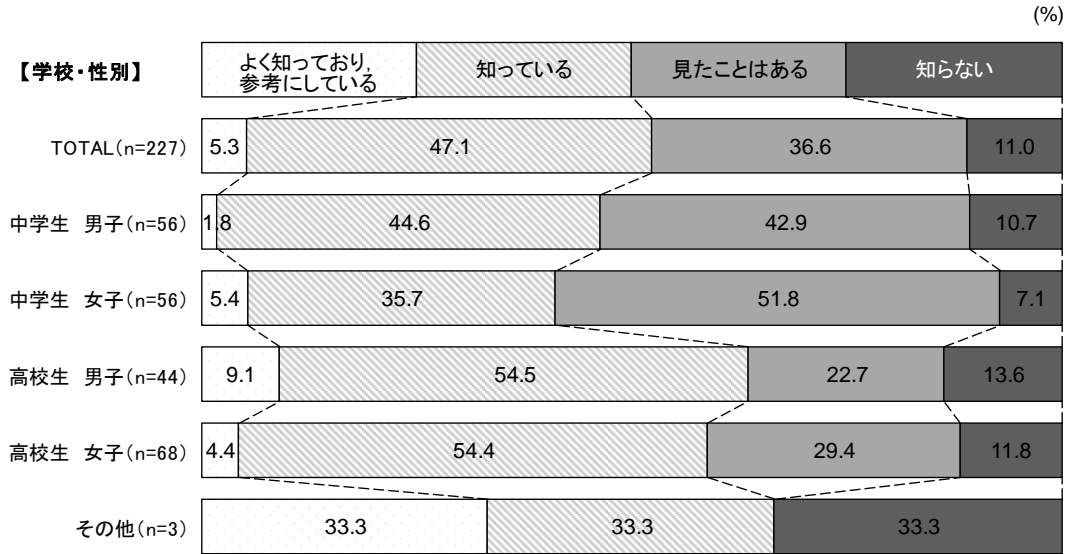
【食事バランスガイドの認知（成人）】



「食事バランスガイド」は、望ましい食生活についてのメッセージを示した「食生活指針」を具体的な行動に結びつけるものとして、1日に「何を」「どれだけ」食べたらよいかの目安を分かりやすくイラストで示したものです。
平成17年6月に厚生労働省と農林水産省の共同により策定されました。

第2章 調布市の現状と課題

【食事バランスガイドの認知（未成年）】

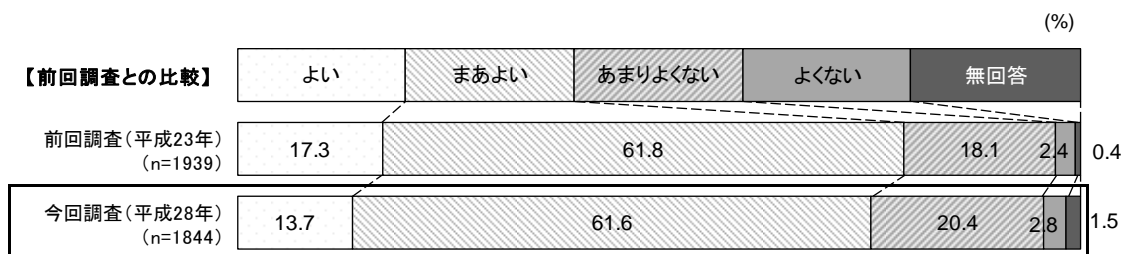


【健康だと感じている人】

課題

健康だと感じるためには、食事だけでなく運動、睡眠などの生活習慣、人間関係などさまざまなところからのアプローチが必要です。

【健康状態（成人）】



(4) 家庭・地域

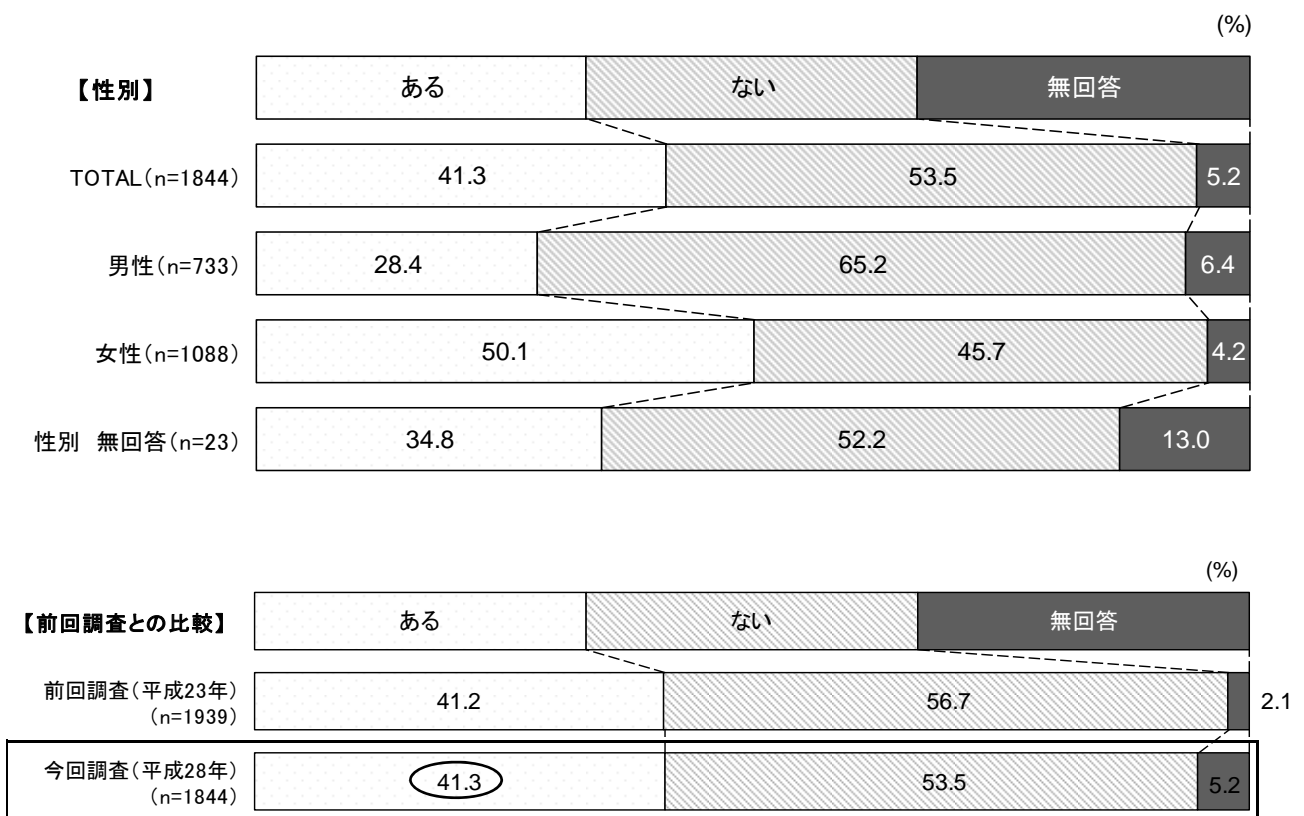
家庭や保育所等の地域などで、多様な主体が食育を推進してきました。今後さらに主体別の取組とそれぞれの連携を強化することで、食育を推進することが期待されます。

【調布産の農産物の購入有無】

課題

調布産の農産物を購入したくても、販売している店舗が少ないことや販売時間が限られるなど、購入しにくい面も考えられるため、地産地消^{*}の利用者は約40%となっています。まずは、地場産物に関する情報を広く周知することが大切です。

【調布産の農産物の購入有無（成人）】



(5) 総評

これまで、食育についての認知、実践につながるよう、「心」・「体」・「技」の3つの分野を設け、講演会の開催、地産地消^{*}の推進などさまざまな取組を行ってきました。食生活に関する知識やマナーは、意識し続けないとおろそかにされがちです。今後も幼少期のころから食に感謝するところや食事のマナー、さらに規則正しい生活習慣も実践される必要があります、それを担う親世代となる20歳代、30歳代へも働きかけることが大切です。

昨今、食品の保存技術や流通の発達により、加工食品やそう菜などを手軽に利用することができます。好みや値段だけでなく、食の安全・安心にも気を配りバランスよく選択することが大切です。そのため、食に対する正しい情報や体験の場を提供し、市民が率先して食に関する適切な取組を実践できるようにすることが必要です。また、個人が食べ物を大切にするというところを養うことで、家庭や地域での食品ロス^{*}削減の取組が広がると考えられます。

さらに、周りの人とコミュニケーションを取りながら楽しく食事することは個人の心身の維持だけでなく、食文化の保護・継承も期待できます。そのため、第3次計画では家庭・行政・地域などの「土台」の分野を追加し、家族や地域とのふれあいや絆づくりの連携を支援します。

今後は、行政・企業を含む地域がより一層食育を通じて連携し、「食を通じたところからだの健康づくり」を推進していきます。

