

第2章 食をめぐる現状と課題

I 食を取り巻く胎内市の現状

(1) 社会情勢の変化

- ・胎内市では、人口が減少傾向にある中で、世帯数は大きな増減はなく、1世帯当たりの人員が減少してきています。
- ・三世代家族の占める割合は、新潟県に比較すると高いが、年々減少してきています。一方、単独世帯、核家族世帯の占める割合は、年々増加しています。
- ・産業別にみた就業者の割合では、第1次産業が、全国、新潟県と比較すると高い状況になっています。

●家族情勢の変化

胎内市では人口構造の少子・高齢化とともに、人口の社会減が続いており、今後も、人口の減少傾向が続くものと予想されています。

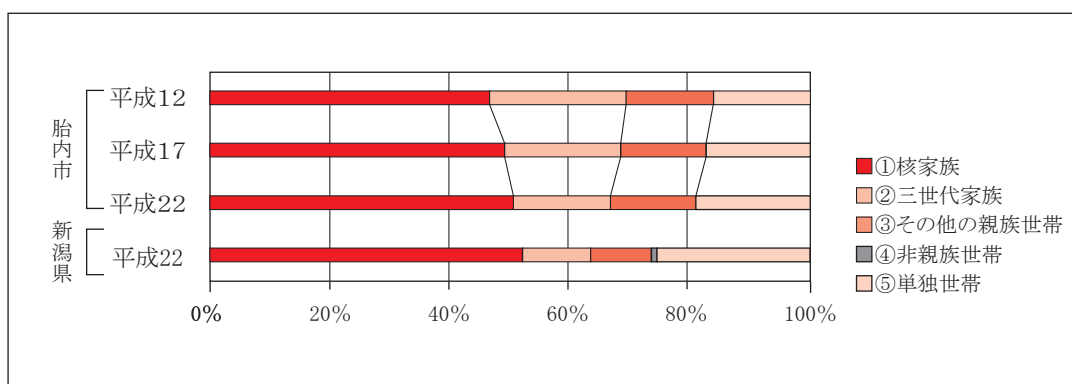
世帯数の減少はありませんが、1世帯当たりの人員数が減少してきており、以前より食文化の伝承が困難な状況がうかがわれます。

表 世帯数及び1世帯当たり人員

	世帯数	1世帯当たり人員	人口
平成12年	9,809	3.46	34,278
平成17年	9,762	3.28	32,813
平成22年	9,901	3.17	31,424

(国勢調査 H12年、H17年は中条町、黒川村の合算値です)

図 世帯の家族類型別世帯数の割合



(国勢調査 H12年、H17年は中条町、黒川村の合算値です)

●産業別就業構造

産業別に見た就業者の割合は、食や自然と関わりの深い一次産業の割合を全国平均（4.8%）、県平均（7.6%）と比較すると、胎内市は11.7%と高い状況にある。

表 産業別就業人口

（単位：人，%）

年	区分	就業人口	一次産業	構成比	二次産業	構成比	三次産業	構成比	分類不能
H7		17,996	2,379	13.2	7,612	42.3	7,998	44.4	07
H12		17,104	1,812	10.6	7,182	42.0	8,096	47.3	14
H17		16,201	1,903	11.7	6,113	37.7	8,176	50.5	09

（国勢調査 H12年、H17年は中条町、黒川村の合算値です）

※一次産業、二次産業、三次産業とは・・・

一次産業：農業、林業、水産業など人間が自然に働きかけて営む産業

二次産業：製造業・建築業など材料を加工して工業製品をつくる産業

三次産業：飲食・サービス業など一次産業にも二次産業にも分類されない産業

【市民の声】

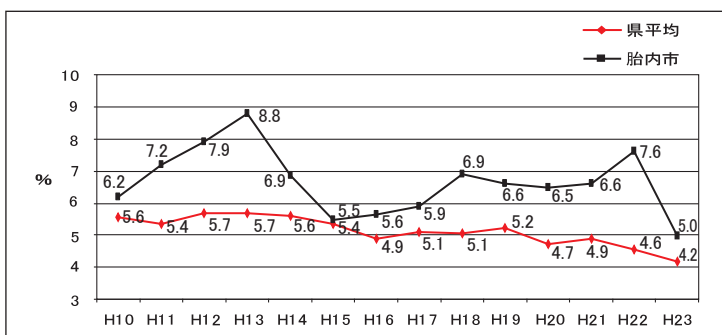
- ・核家族化が進み、共働きだと食事作りに時間がかけられず、コンビニ・外食が増えて、家で食べられる物が昔ながらのものでなくなってきています。
- ・三世代家族ですが、若い世代と年寄り世代は違うメニューを食べています。若い世代は、魚より肉を好み、味も濃いものが好きだそうです。
- ・家で料理体験が少なく、調理の基本的技術が身につけていない子もいます。（学校教諭より）
- ・親世代の食事マナーや箸の使い方が悪く、子どものマナーが育たないこともあります。（学校教諭より）
- ・感謝の気持ちはあっても、毎日の「いただきます」「ごちそうさま」が言えない生徒が多いです。（学校教諭より）
- ・食べる、食べないの選択を本人にまかせている家庭が多いようです。嫌いだと残すのが当たり前。感謝の気持ち、もったいない心を育てたいですね。（学校教諭より）

(2) - I 子どもの健康状態

●肥満の状況

幼児（3～5歳児）の肥満傾向児の割合を年次推移で見ると、県の平均を上回った状態が10年以上続いています。

図 肥満傾向者の年次推移



平成23年度新潟県小児肥満等体格調査より

図 肥満傾向児童の推移（小学校）

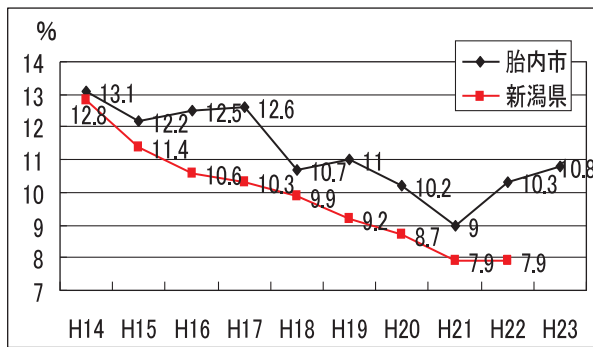
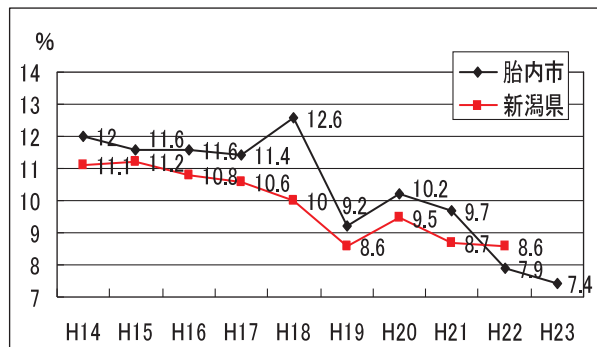


図 肥満傾向生徒の推移（中学校）



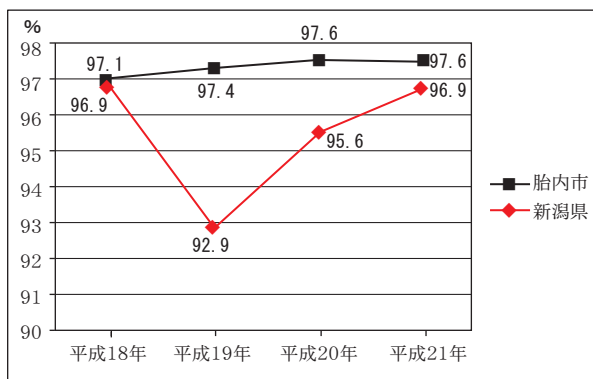
平成23年度学校保健統計資料集より

児童の肥満傾向児の割合を年次推移で見ると、県の平均を上回った状態が続いており、また最近では2年連続で増加しています。

生徒の肥満傾向者の割合を年次推移で見ると、県の平均を上回った状態が続いていましたが、平成22年度は下回りました。

● 幼児のお口の健康状態

図 むし歯のない1歳6か月児の割合



むし歯のない1歳6か月児の割合は新潟県と比較すると高い状態が続いています。

3歳児と5歳児の一人平均むし歯数も県と比較すると高い状況です。

図 3歳児一人平均むし歯数

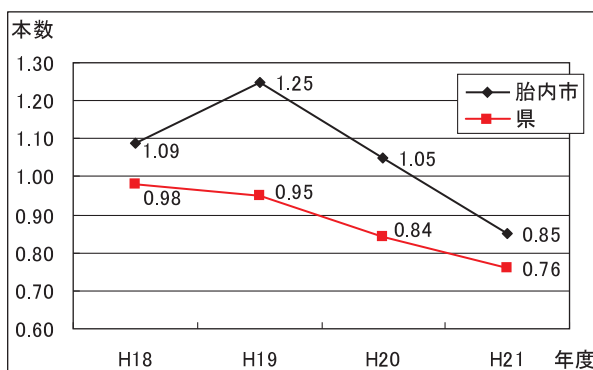
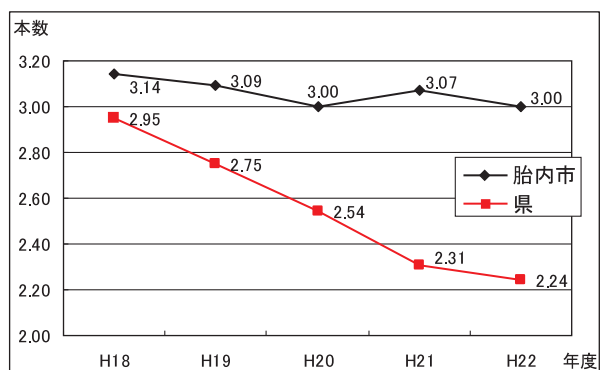


図 5歳児一人平均むし歯数



母子保健事業より

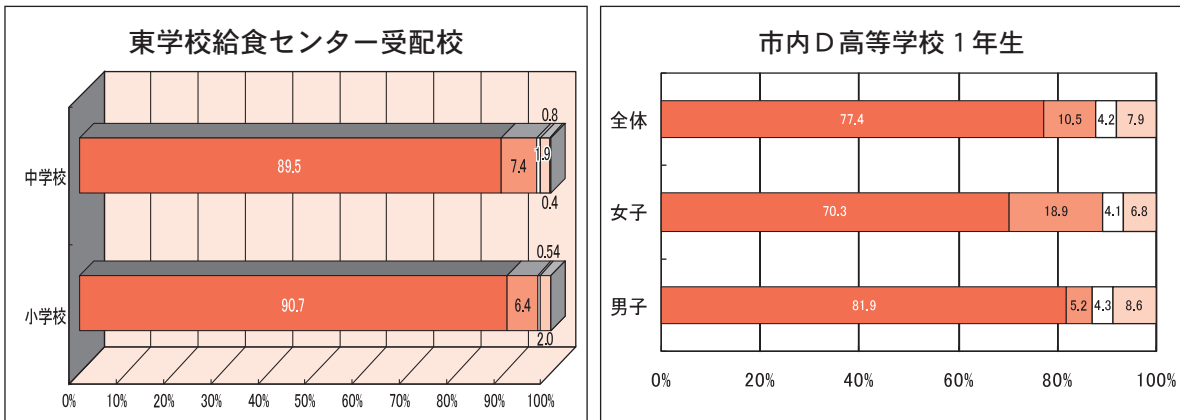
(2) - II 子どもの食生活等の状況

- ・朝食は、小・中学校で約9割、高校生で約8割の人が毎日食べている一方、その内容に偏りが見られます。主食・主菜・副菜のそろったバランス食について再度啓発し、朝食からバランスの良い食事ができるよう啓発していく必要があります。
- ・甘いお菓子やジュースを頻回に摂取する子どもが見られ、小さい頃からの適切なおやつを摂取することの大切さを啓発していくとともに、大きくなってからは自分で適切なおやつ等を選択し、量・回数ともに管理できる力を育てていく必要があります。

●朝食の摂取状況

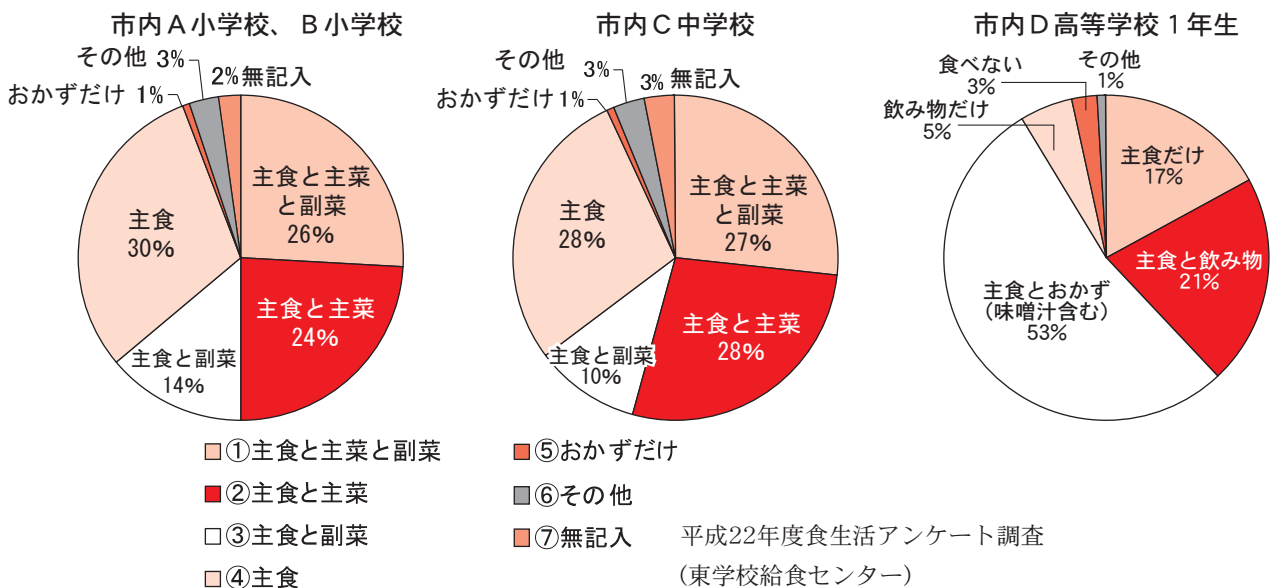
朝食はほとんどの児童・生徒が毎日摂取しています。一方で、朝食内容の偏りや摂取量の不足が新たな課題として指摘されています。主食・主菜・副菜を組み合わせることがバランスの取れた食事につながることを啓発し、子どもの頃から食習慣の定着を図る必要があります。

図 朝食の摂取状況



- ①毎日食べる
- ②1週間に2～3日食べない
- ③1週間に4～5日食べない
- ④ほとんど食べない

図 バランスのとれた朝食の摂取状況



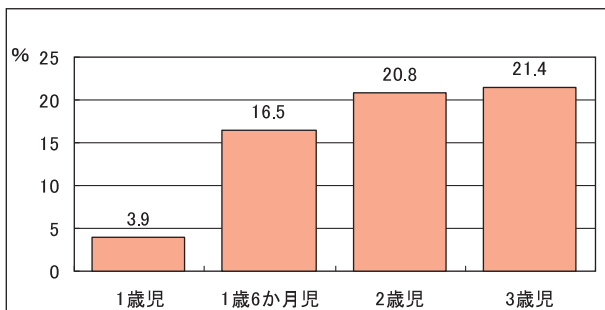
- ①主食と主菜と副菜
- ②主食と主菜
- ③主食と副菜
- ④主食
- ⑤おかずだけ
- ⑥その他
- ⑦無記入

平成22年度食生活アンケート調査
(東学校給食センター)

●お菓子や甘いジュースの摂取状況

離乳食が完了する頃からお菓子や甘いジュースを摂取する頻度が高くなるようです。小さい頃の習慣は味覚や嗜好の形成に影響することから、乳幼児健診で適切なおやつとの与え方について再度啓発していく必要があります。

図 間食として甜味食品・飲料を1日3回以上とる人の割合



甘いお菓子やジュースを3回以上とる幼児の割合は1歳児から1歳6か月児にかけて急激に増加しています。

平成22年度1歳児親子歯科健診、1歳6か月児健診、2歳児歯科健診、3歳児健診の調査

図 1日にお菓子を食べる回数

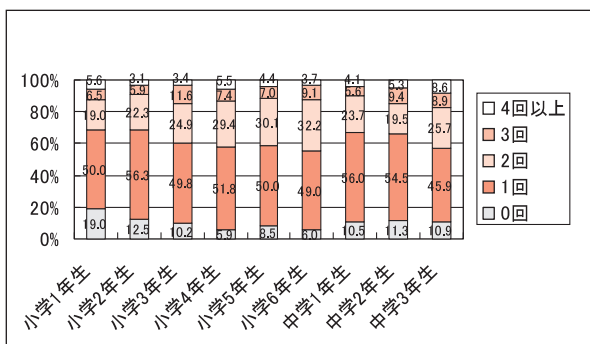
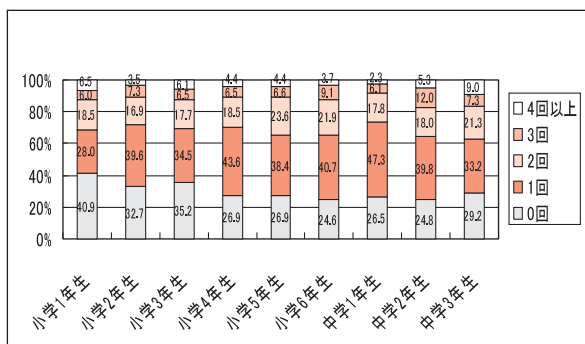


図 1日に甘い飲み物を飲む回数

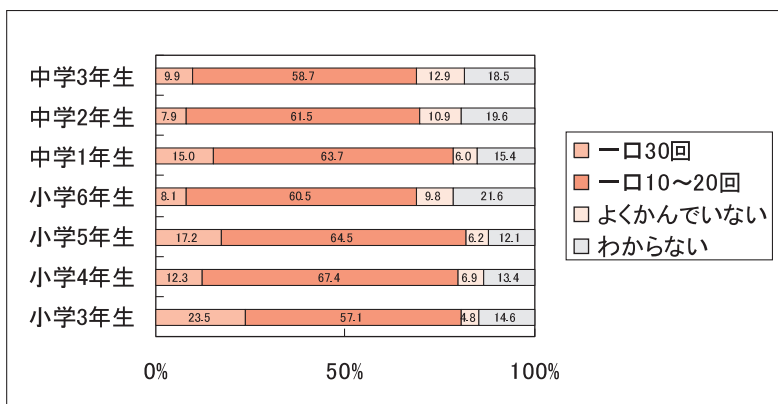


平成22年『歯や口の健康に関するアンケート調査』

小中学生のお菓子の摂取頻度は1日1回が最も多く、2回以上が4割前後を占めます。

小中学生の甘い飲み物の摂取頻度はほとんどの学年で1日1回が最も多く、2回以上が3割前後を占めます。

図 食べ物をよく噛んで食べている人の割合



小学3年生から中学3年生において、「1口30回かむようにしている人」の割合は、ほとんどの学年で10%前後です。

平成22年『歯や口の健康に関するアンケート調査』



【園・学校からの声】

◆保育園・幼稚園・乳児園より

- ・肥満やむし歯の子どもが見られるが保護者の意識も大切ですね。
- ・朝食を食べない子やパンだけといった子が見られます。

◆小学校・中学校より

- ・好き嫌いをする児童が多いです。特に野菜が嫌い。おやつは好きなものばかり食べたり…。
- ・朝食は100%近くの児童が食べていますが内容に偏りのある子がいます。
- ・給食では食べない子は残し、必要以上を食べて肥満につながる子もいます。自分に見合った"適量"を食べてほしいです。
- ・給食で、野菜のおかず、和食のおかずだと残量が増えます。
- ・給食で嫌いな献立だと、頑張って食べるのではなく、残す子が多いです。
- ・感謝の気持ちはあっても「いただきます」「ごちそうさま」がしっかり言えない生徒が多いです。

◆高校より

- ・昼食が菓子パンのみの生徒や栄養バランスの偏ったできあい弁当で済ませる生徒が見られ心配です。

【市民からの声】

◆胎内市食生活改善推進委員協議会平成23年度研修会より

- ・小さいうちから好き嫌いがある、噛むのが苦手、味の濃いものを食べ慣れる、甘いお菓子やスナック菓子を食べる児童が見られて心配です。
- ・野菜嫌いでも頑張って食べる習慣をつけたいですね。偏りのない食事を食べてほしいです。
- ・おやつには芋や果物等栄養価の高いものを与え、自然の甘さも覚えてほしいですね。
- ・親元を離れたときには一人前の食生活を送ってほしいですね。

食育への取り組み状況

◆保育園・幼稚園・乳児園

- * 発育測定を実施し、その子の発育を見ています。
- * 食生活に関するアンケートを実施し、食生活状況についての実態把握に役立てています。
- * 給食の展示や献立表およびレシピを配布し、保護者にどんな給食を食べているかを伝えています。
- * 給食参観や給食試食会を実施し、給食を食べている様子や、どんな給食を食べているかを実際に試食してもらいながら保護者と情報を共有しています。
- * 野菜作りやクッキングを実施し、野菜の生長を見たり収穫したりする中で、様々な気づきや食への興味・関心もてるようにしています。また、自分で調理した野菜は苦手であっても挑戦して食べるきっかけになっているようです。

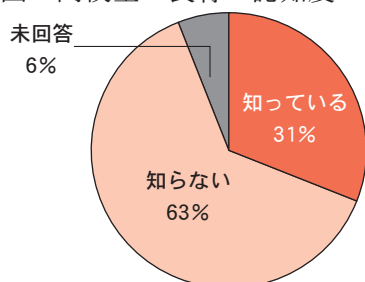
◆小学校・中学校

- * 栄養士による給食指導、食育授業
- * 朝食指導、朝食および生活アンケート
- * 野菜づくり、米づくり、食材生産者との交流会
- * 家庭科や地域と連携した食育授業での調理実習
- * 給食委員会活動でのマナーや完食への呼びかけおよび残量調査

● 高校生の食生活等の状況

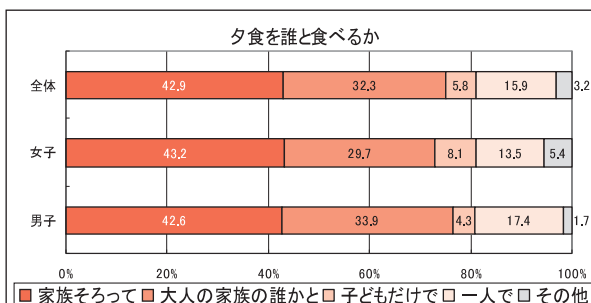
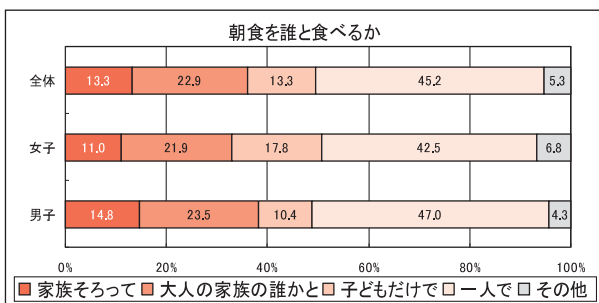
平成24年1月に市内高等学校1年生を対象に実施した「食に関するアンケート」より

図 高校生の食育の認知度



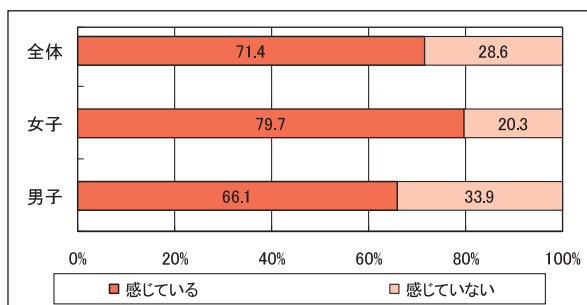
「食育」という言葉については約3割の人が知っています。

図 家族で食卓を囲む状況



朝食では一人で食べる人が最も多く45.2%でした。夕食では家族で食べる人が最も多く42.9%でした。

図 家庭の味を大切に感じている人の割合



親や祖父母が作る料理を家庭の味として大切に感じている人は全体で71.4%でした。

【高校生の声】

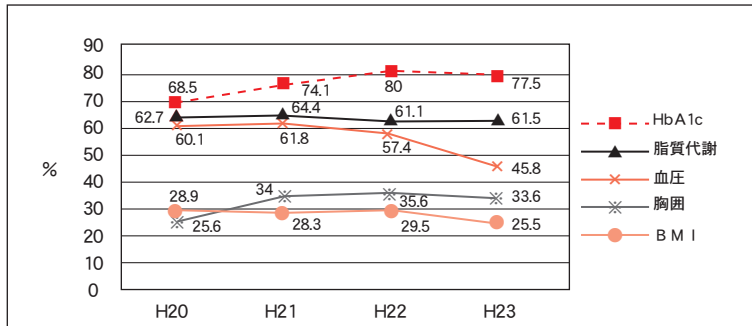
～食生活に関して自分で注意していることや心がけていること～

- ・ 早寝早起きを心がける。
- ・ 朝食は必ず食べる。
- ・ 1日3食必ず食べる。
- ・ 食べる時間を決めて不規則にならないようにしている。
- ・ 甘いものを食べ過ぎない。
- ・ 夜9時以降は食べない。
- ・ 間食をたくさん摂り過ぎない。
- ・ 野菜をなるべくたくさん食べるようにしている。
- ・ できるだけ好き嫌いをしないで作ってもらったものは食べるようにしている。
- ・ 昼食のお弁当を残さない。
- ・ なるべく栄養バランスを考えて食べる。
- ・ 麺類ばかり食べないように気をつけている。
- ・ なるべく早食いをしないでよく噛んで食べるようにしている。
- ・ 腹8分目を心がける。
- ・ 薄味を目指している、塩分を摂り過ぎないようにしている。
- ・ テレビをつけず家族で話しながら食べる。
- ・ お茶碗を持ってごはんを食べる。
- ・ 自分で料理するようにしている。
- ・ 自分が使った皿など自分で洗う。
- ・ 飲み物を買う時は何が一番入っているか見てから買う。
- ・ 炭酸ジュースをあまり飲まないようにする。
- ・ 自然の恵みに感謝して食事をするようにしている。
- ・ 地元の野菜を食べる。

(3) - I 成人の健康状態

- 生活習慣病予防の観点から食生活に関するものとして、肥満、糖代謝異常およびメタボリックシンドローム基準該当者が多くいます。

図 有所見者の年次推移



●肥満の状況

BMI25以上の肥満者は近年横ばい状態ではほぼ4人に1人が該当します。

●糖代謝異常の状況

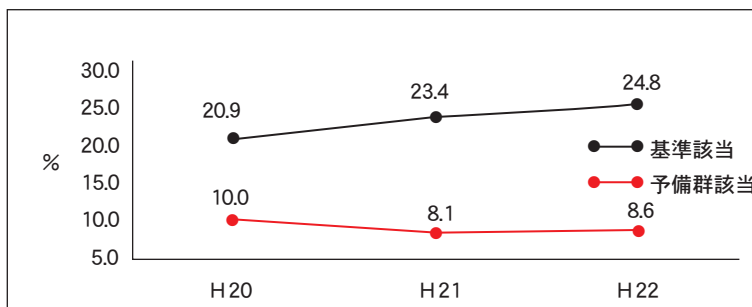
HbA1cが保健指導以上の者は近年やや増加傾向にあり、約8割と高率で該当します。

●メタボリックシンドローム(内臓脂肪型症候群)の状況

メタボリックシンドローム基準該当の者は近年やや増加傾向にあり、ほぼ4人に1人が該当します。

特定健診(40～74歳国民健康保険加入者対象)

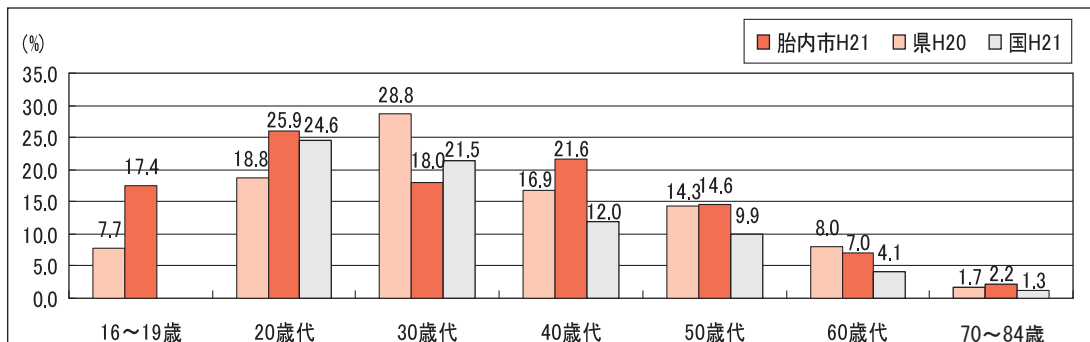
図 メタボリックシンドローム該当者の割合



(3) - II 成人の食生活等の状況

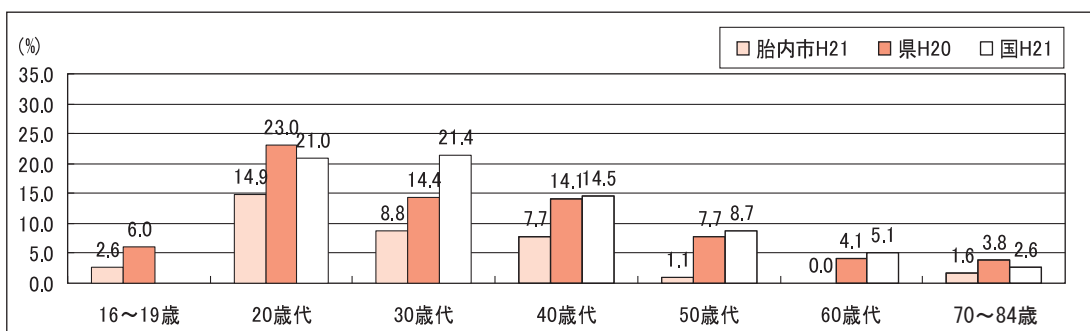
- 朝食欠食者は若い世代で多く、特に男性で多く見られる状況です。
- 若い世代の米離れが見られます。
- 野菜の摂取頻度は青年期および中年期で少ない傾向にあります。
- 一口30回よくかんで食べるよう意識している人は、青年期および中年期で少ない傾向にあります。
- 嗜好品の摂取頻度は男性より女性の方が高い傾向にあり、女性では半数以上が1日2回以上摂取しています。

図 朝食をほとんど食べない者の割合 (男性)



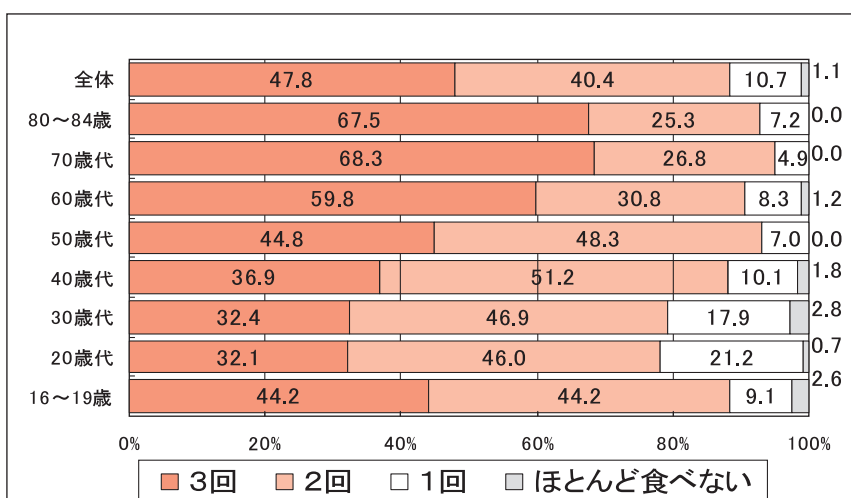
朝食を食べない人は、男性は30歳代、女性は20歳代で最も多く、特に男性の30歳代は28.8%と県および国の平均を上回っています。

図 朝食をほとんど食べない者の割合（女性）



平成21年度生活習慣に関する調査、平成20年県民健康・栄養実態調査、平成21年国民健康・栄養調査
 ※平成21年国民健康・栄養調査は16～19歳のデータはなし
 ※平成20年県民健康・栄養実態調査の10歳代は15～19歳のデータ

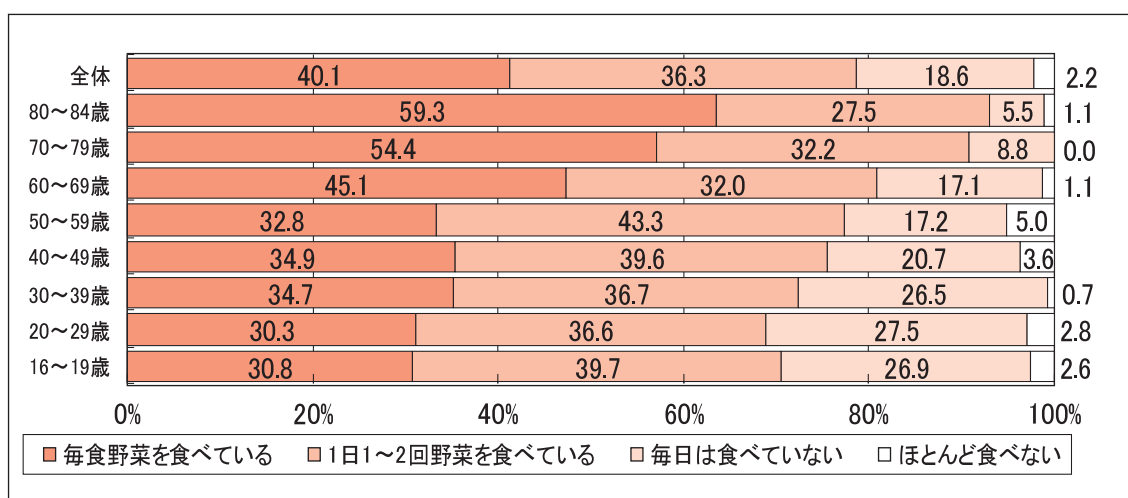
図 米飯中心の食事の回数



米飯中心の食事の回数は、16歳～19歳と60歳以上のの人に多い傾向がみられます。20歳代、30歳代は約20%の人が米飯の食事は1日1回以下という状況です。

平成21年度生活習慣に関する調査

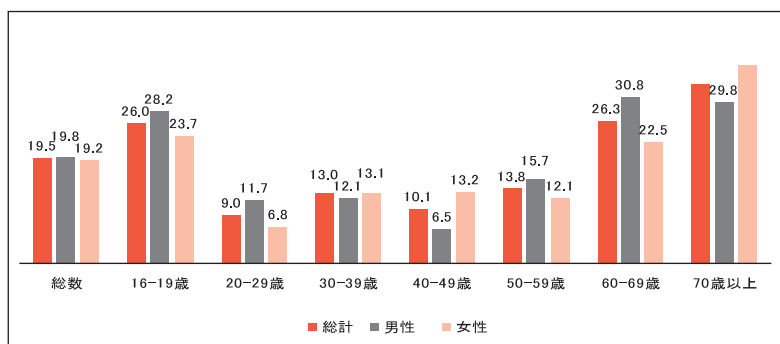
図 野菜を食べる回数



平成21年度生活習慣に関する調査

野菜は生活習慣病予防のためにも毎食摂取する必要があります。しかし、16～59歳では毎食食べている人は3割強で、野菜不足と予想される人(毎日・ほとんど食べない)は16～39歳で約3割います。

図 一口30回よくかんで食べるよう意識している人の割合

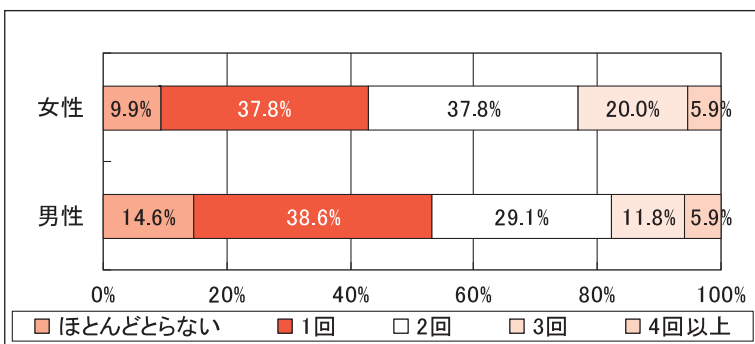


一口30回よくかんで食べるよう意識している人の割合は、20～40歳代では10%前後にとどまっています。一方、60歳以上で大きく増加しています。

平成21年度生活習慣に関する調査

●嗜好品の摂取状況

図 嗜好品の摂取頻度（男女別）

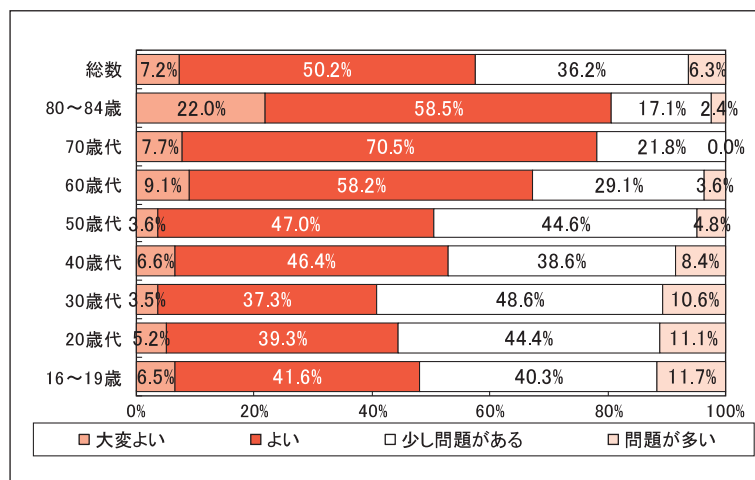


2回以上摂取している人は女性に多く、63.7%です。当市は糖代謝異常者が多い傾向にあり、嗜好品の摂取に関しても課題として挙げられます。

平成21年度生活習慣に関する調査

●自分の食生活に対する意識

図 現在の自分の食事に対する気持ち



現在の自分の食事について、問題が多いと感じている人は16～19歳が最も多く、次いで20代、30代の順になっています。

平成21年度生活習慣に関する調査

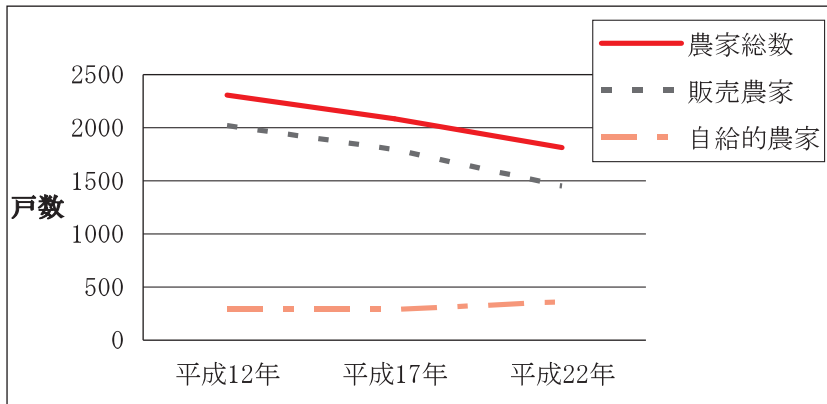
【食生活改善推進委員からの声】

- ・ 壮年期になり、野菜を多く食べるようになり、バランスには気をつけるようになりました。
- ・ 周りを見ると、1人暮らしや夫婦だけの老年期世帯が多いようです。1人だけの昼食や夫婦だけの食事だと「これでいい」で済ませてしまいます。
- ・ お茶飲みをするので間食が多いです。冬場は出掛けることが減るので、特に増えます。
- ・ もったいないので残り物を食べてしまい、食べ過ぎにつながることもあります。

(4) 地産地消の状況

- ・胎内市産の農畜産物や特産物などを販売する場所や機会が増えています。
- ・園や学校では、畑や田んぼでの収穫体験の場があります。
- ・米の消費拡大を目指し、米粉の普及が進んでいます。
- ・学校給食で、地場産食材の利用が進んでいます。

図 農業の概況



農家数が減少している中、自給的農家は増えており、大規模農業から小規模農業へ転換しています。

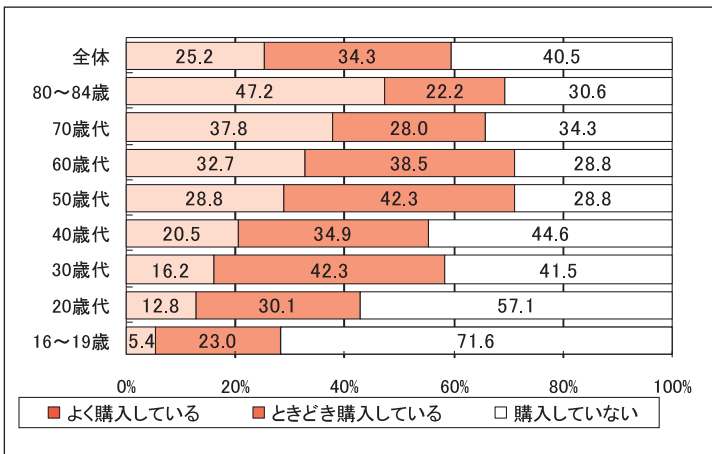


資料：農業センサス

※平成12年・17年は中条町と黒川村の合算数

※農家総数＝販売農家（経営耕地面積30a以上または農産物販売金額が年間50万円以上の農家）
＋自給的農家（経営耕地面積30a未満かつ農産物販売金額が年間50万円未満の農家）

図 米や野菜などの地場産物を購入している人の割合



地場産の米や野菜などを購入している人は若年層ほど少ない傾向にあります。年を重ねるごとに、よく・ときどき購入している人の割合が増加しています。

平成21年度生活習慣に関する調査

【市民からの声】

- ・体に良いという言葉に弱いです。
- ・安全のために、産地にこだわって買い物をする人が多いです。
- ・“国産で安全な場所”にはこだわりますが、“胎内産”にはこだわらず、値段の安い物を購入する人が多いようです。

「胎内と言えば思い浮かぶ食べ物は!??」～保健推進員研修会で話し合いました!～

- ・胎内産コシヒカリ
- ・野菜類(枝豆「湯上がり娘」、小松菜、ほうれん草、かぶ、ごぼう、やわ肌ネギ、落花生「じもぐり豆」、モロヘイヤ、たけのこ、越後姫、ぶどう)
- ・自然の山菜(ワラビ、ゼンマイ、フキ、ヌベ、ウド、アイコ、タラの芽、コゴミ、コシアブラ、モチクサ)
- ・魚、鮭の燻製
- ・うんめー豆腐、乙まんじゅう、鶴の子、白鳥、酒まんじゅう
- ・米粉
- ・胎内特産品(ビール、ショコラ胎内、ジャージーアイス・牛乳・ヨーグルト、胎内ソーセージ、チーズ、ワイン、どっこん水)

(5) 農村生活体験（農泊）

- ・胎内市では地元の地域資源を最大限活用し、学校と地域が連携した取り組みである「ふるさと体験学習」を実施しており、中でも農村生活体験(農泊)は、食育実践活動の一役を担っています。

●農業体験交流の状況

胎内市では地元の地域資源を最大限活用し、学校と地域が連携した取り組みである「ふるさと体験学習」を実施しています。「ふるさと体験学習」は現在、全小学校5年生が市内をフィールドに2泊3日で体験し、農村生活体験(農泊)は1泊2日で実施しています。体験に関するコーディネート等は、グリーン・ツーリズム（注1）を推進する協議会「胎内型ツーリズム推進協議会301人会（注2）」が担っています。

（注1）グリーン・ツーリズム…

地域資源を活用し、地域の持続性を高める地域づくりの有効な手法で都市生活者等との交流を基本に地域振興、文化振興、観光振興、健康増進、人間福祉など多様な広がりを見せ始めている。

（注2）胎内型ツーリズム推進協議会301人会…

平成19年6月に設立された胎内市のグリーン・ツーリズムを推進する市民参画型の協議会で、「胎内=子どもの未来がまん中にある」をモットーにした教育体験を重視しながら推進している。

表 ふるさと体験学習の推移

区分	H20	H21	H22	H23
受入家庭数（戸）	55	44	37	40
学校数（校）	8	8	7	7
児童数（人）	362	308	283	309
農泊実施校数（校）	6	8	7	7
農泊延べ泊人数（人）	402	475	384	410

●農村生活体験(農泊)の内容

胎内市の農村生活体験(農泊)は『新潟県学校の教育活動に伴う農村ホームステイ受入に係る衛生管理等取扱要綱』により受け入れしており、受入家庭では、作業、食事、団らん等生活体験の機会を提供しています。

【児童からの声】

- ・知らない家庭にお世話になることで様々な気づきが生まれた。（特にふれあいのマナー）
- ・食の生産に携わる人とかかわり、食に対する考え方や生産者の思いを知った。
- ・本物を見る→実際に手に触れる→やってみるによって学習意欲が高まった。
- ・少人数の体験で緊張したが、受入家庭の温かさにふれ、自分と地域との繋がりを感じた。
- ・野菜と一緒に収穫し、採れたての野菜のおいしさを知った。

(6) 食育支援ボランティアの状況

- ・食育の推進に向け、地域や学校では郷土料理の伝達や農業体験といった食育実践活動を支援するボランティアが活躍しています。

●胎内市食生活改善推進委員の活動 会員108名（平成23年度）

胎内市食生活改善推進委員はほっとHOT・中条の元気づくりプログラムの一つである「ほっとHOT料理教室」、地域に出向いて健康食を伝える「地域伝達料理講習会」、園や小中高等学校と連携した食育教室など、子どもから大人まで幅広い年代を対象に、地域に根付いた食育活動を繰り広げています。

さらに、毎年市と共催で開催している胎内サラダ記念日は、つみ草体験・つみ草料理の伝承とふるさとの良さ再発見を目的に市内外の人々を対象に行っており、平成23年度からはその関連事業として、小学生を対象とする放課後子ども教室でのつみ草体験（3会場）のボランティア活動もしています。

また、伝統料理の伝承を目的とする築地中学校での親子行事の笹団子づくりの講師等も行っており、豊かな自然や食文化のある胎内市ならではの活動を数多く積極的にしています。

●胎内つみ草料理 草花菜会くさはなの活動 会員8名（平成23年度）

平成21年4月に発足した草花菜会は、自然豊かな胎内市で地域資源である山野草と地場産の食材を生かしたつみ草料理を提供しています。活動の基本理念は、「自然と人とつみ草料理の融和」とし、つみ草の里「たいない」の地域振興と広域的な都市・農村交流・元気づくりの推進を図ることを目的に活動しています。

5月～10月までの6か月間、胎内平にあるグリーンハウスたいないを会場に、つみ草料理の店を開店しています。平成23年度はNPO法人の店「コミュニティハウス 田から屋」（新潟市古町）にも出店し、季節を感じるつみ草を使った草花菜ランチを提供しました。

また、胎内型ツーリズム推進協議会301人会のメンバーとして、子どもから大人までを対象とする「つみ草ウォーキング&クッキング」の体験学習を、胎内アウレツ館を中心に展開しています。

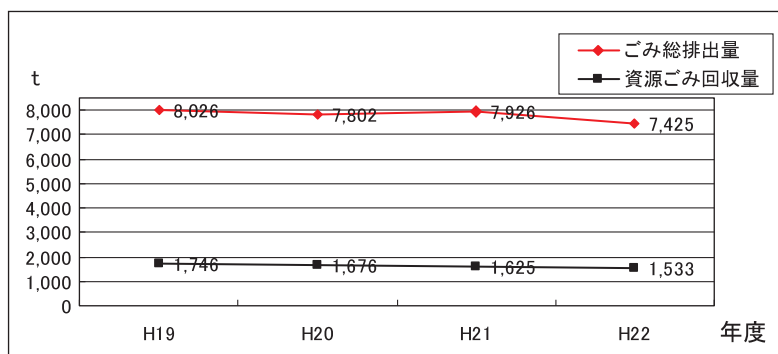
● J A女性部の活動

胎内型ツーリズム推進協議会301人会のメンバーとして、農業体験の指導はもとより、地場産野菜を使った調理講習や米粉を使った米粉ピザ作りなどの普及を行っています。

(7) 食と環境に関する状況

- ・胎内市では生ゴミの堆肥化、資源ごみの分別回収等が積極的に行われています。
- ・快適な生活環境の創造のためには、大量生産、大量消費、大量廃棄に支えられた社会経済・ライフスタイルを見直し、循環型社会を形成していく必要があります。
- ・食生活から発生する廃棄物の増加を食い止めることが、環境問題対策につながります。

図 ごみの総排出量と資源ごみ回収量



胎内市のごみ総排出量は、旧中条町と旧黒川村が合併した平成17年度以降、減少し続けています。

(胎内市市民生活課)

表 生ごみ処理機等補助金交付事業の交付件数

	17年度	18年度	19年度	20年度	21年度	22年度
コンポスト	14	20	13	10	17	7
自動処理機	17	13	5	4	2	1
粉碎機	3	1	1	0	0	0
EM	6	1	0	0	0	0
計	40	35	19	14	19	8

胎内市では生ごみ処理機器を使用したごみの減量化を推進しており、生ごみ処理機器を購入した方で希望する方には奨励金を交付しています。

旧中条町では、平成12年度に家庭ごみ有料化を導入した直後は、ごみ減量化への意識が高まり広く生ごみ処理機器の需要が伸びましたが、現在では多くの家庭に浸透したことと、ごみとして排出した場合は有料であることへの意識が薄れたためか申請件数は若干減少傾向にあります。

胎内市の食の風景あれこれ

〈パパママ学級〉



妊娠期に必要な食事の摂り方について学びます



〈育児教室〉



離乳食の試食を通して離乳食の進め方を学びます

〈特定保健指導会〉



バランス食や嗜好品の摂り方についてお話しています

〈地区健康教育や保健食講習会〉



栄養士による講話



みんなで調理実習



楽しい試食のひと時

〈食を通して健康づくり活動〉



地域住民と一緒に畑での野菜作りや収穫祭をしています

〈食生活改善推進委員の活動〉

●男の料理教室



男性も楽しく料理をしています！

●ほっとHOT料理教室



料理を通して元気の輪が広がっています



ほっとHOT料理教室は伝統食から多国籍料理など様々なテーマで開催されています



地域に出向いて健康食を広めています

●学校での食育



子どもたちも一生懸命料理しています

〈つみ草体験事業〉



胎内サラダ記念日ではつみ草体験を通してふるさとの良さ再発見！



放課後子ども教室でのつみ草体験



草花会の
つみ草料理

〈学校での食育研修会〉



〈ほっとHOTまつり〉



昔ながらの餅つき体験



子どもたちもかるめ焼きに挑戦

〈巻き寿司勉強会〉



米の文化も大切に

〈噛むカム歯っぴーフェア〉



子どもから大人までお口の健康について考えるイベント

〈農村交流体験〉



子どもたちは、目をキラキラさせて体験しています

〈胎内食のわいわい会議〉



米粉料理の普及を目指し、市内の関係者が楽しく話し合い、語り合っています

Ⅱ 食を取り巻く胎内市の課題

以下の課題が見えてきました。

(1) 健康につながる食生活の確立

①栄養バランスの良い食事を規則正しくとる食習慣の定着

成人における朝食欠食は若年男性で最も多く、児童・生徒においては朝食欠食は少ないもののその内容に偏りがあることが問題になっています。また、子どもの好き嫌いや大人における野菜の摂取不足などによる偏った食生活も課題です。このことより、子どもの頃から主食・主菜・副菜そろった栄養バランスの良い食事で3食きちんと食べる食習慣を定着させていく必要があります。

さらに"若者の米離れ"に対する懸念があります。米を主食とした食事スタイルは栄養バランスが整いやすいことから、米を主食とした日本型食生活を見直していく必要があります。

②菓子・ジュース等の嗜好品の過剰摂取に注意する

子どもの頃から甘いお菓子やジュースを習慣的に摂取している姿が心配され、大人においてもこれらを頻回に摂取する習慣が問題視されています。生活習慣病予防やむし歯予防のためにも、全年代において嗜好品と上手に関わっていくよう啓発が必要です。

③適切な体重管理と生活習慣病予防

子どもの肥満や成人の肥満および生活習慣病が課題となっています。子どもの頃から適切な体重管理と生活習慣病予防ができるよう、全年代で啓発していく必要があります。

(2) 地産地消の推進と食の安全の確保

①地場産食材の利用推進

地場産食材や加工品を販売する直売所やスーパーなどが増えており、市民が手に取りやすくなってきている反面、販売価格がやや高いことなどにより、敬遠される傾向もあります。新鮮さや安心感など、地場産食材の利点を市民に理解してもらい、関心を持ってもらう取り組みが必要です。

また、給食への積極的な利用にも、今後ますます取り組んでいく必要があります。

②食の安全確保、不安解消への情報発信

輸入食材や食品偽装の問題、また最近では、原発事故による放射能の食品への影響が全国的にも問題になっています。市民が安心して食材や食品を選択できるように、食の安全確保、情報発信に努める必要があります。

(3) 食文化の伝承・発展

①家庭や地域の伝統料理および郷土料理の伝承・発展、正しい食事マナーを身につける

家族形態の変化により、子どもが両親や祖父母から家に伝わる家庭の味を学んだり、昔から食べている行事食などにふれたりする機会が減っています。また、家庭でのお手伝いを通して料理を経験したり、両親や祖父母から食べ物を大切にする心や正しい食事のマナーを学んだりすることが難しくなっています。したがって、食文化の伝承・発展を目指すこと、正しい食事のマナーや食べ物を大切にする心を育てていくことが大切であると考えられます。

(4) 食を取り巻く環境問題への取組

① ごみの減量化の推進

環境に優しい社会の実現のため、積極的に3R（リデュース＝発生抑制、リユース＝再使用、リサイクル＝再生利用）など、循環利用の推進を図る必要があります。

② 食品廃棄物等の発生抑制

食べ残しや消費期限・賞味期限で廃棄される食品が家庭や食品産業で多く発生しています。生ごみの削減により、燃えるごみも減量できると考えられます。食品の廃棄を少なくするための工夫が必要です。

(5) 人づくり、市の活性化

①行政の情報発信

市民への食育に関する情報提供がまだまだ不足している現状から、より一層食育について普及していく必要があります。

②食育について普及啓発

食に関する体験等の不足や、食育に関心のない人も多いことから、食育の重要性を普及啓発することが必要です。

③食を通して人が育つ取り組み

社会情勢の変化に伴い、単独世帯の増加、ライフスタイルや価値観の多様化により、食に対する意識が希薄になっています。食を通して豊かな心を育てていく必要があります。

④胎内市の地場農産物で市の活性化

胎内市ならではの地場農産物を購入する人も少なく、市民の利用は少ない状況です。関係機関が連携し地場農産物の利用を促進し、市の活性化を図ります。

基本理念

ふるさと胎内の恵みに感謝！ 食で育む豊かなころ 元気なからだ

食をめぐる現状と課題

目的

目標

社会情勢の変化

- ◆単独世帯や核家族の増加および三世帯家族の減少
- ◆経済・産業構造の変化を背景とした雇用環境の悪化や就業スタイルの変化

身体的な状況

- ◆園児、児童、生徒から成人までのどの年代においても肥満が多い
- ◆40歳～74歳(特定健診受診者)においてメタボリックシンドロームおよび糖代謝異常が多い
- ◆乳幼児におけるむし歯が多い

食生活の状況

- ◆子どもにおける朝食の摂取率は高いがその内容の偏りが見られる
- ◆成人の若年層(特に30代男性)に朝食欠食者が多い
- ◆小さい子どものうちからよく噛んで食べる習慣が定着していない
- ◆成人の若年層における米離れが見られる
- ◆子どもから成人まで嗜好品の摂り過ぎが見られる
- ◆家族で食卓を囲む機会が減少しているとの懸念がある
- ◆家族の中でも食嗜好の違いにより食事内容がバラバラな家庭もある

地域の農業、地場産の野菜および特産品へのより一層の理解

- ◆地場産食材を販売している直売所は増加している
- ◆米の消費拡大を目指し、米粉の普及が進んでいる
- ◆農業を営む人が減少している

食の安全・安心に対する不安

- ◆輸入食品、食品偽装、放射能問題等における不安が広まっている
- ◆健康食品およびその他の食品・製品について食をめぐる情報の氾濫が見られる

伝統的な食文化の衰退

- ◆核家族の増加に伴い、家庭の味や地域の味が伝承されにくい状況にある
- ◆食に対する感謝の気持ちやマナーが受け継がれにくい状況にある

食をめぐる環境問題に対する意識

- ◆市ではゴミの総排出量が減少している
- ◆学校給食における残食が多い学校もある

食に関わる活力あるまちづくり

- ◆米粉を通じたまちおこしを進めている
- ◆食に関わる活動をしている人たちが様々な分野で取り組みをしている
- ◆地元の地域資源を活用した農村交流体験の場がある

健康につながる食生活の確立

健康な心と体を育むため、栄養バランスの良い食事を規則正しくとる食習慣を身につけること、そして食について考えて選択する力を身につけることを目指します。

地産地消の推進と食の安全の確保

市民一人ひとりが地域の自然や食べ物に関心を持ち、積極的に胎内産農産物を選択できる、地産地消の推進を目指します。また、食の安全確保、不安解消への取り組みを強化します。

食文化の伝承・発展

家庭の味が受け継がれていくように、食文化・行事食の伝承・発展を目指します。また、正しい食事のマナーや食べものを大切に作る心の伝承を目指します。

食を取り巻く環境問題への取り組み

食材の購入から調理、食事、片付けなどの段階で食環境への配慮の気持ちを持つこと、また日常生活においてもゴミの減量化や循環利用の推進を図れることを目指します。食においては食べ物に対する感謝の気持ちともったいない意識を持って、食べ残しが少なくなることを目指します。

人づくり、市の活性化

胎内市の地場農産物の良さを活かし、家庭・地域・園・学校・行政など関係者が共通意識のもと、連携を持って効果的に食育の推進ができる体制作りを目指します。また、食に関わる活動をしている様々な分野の人たちの人材育成や支援体制を構築することを目指します。

- ①規則正しい生活リズムと望ましい食習慣を身につける
- ②栄養バランスの良い食生活の実現
- ③食品を選択する力を育む
- ④適切な体重管理と生活習慣病予防

- ①地産地消の推進
- ②米および地場産食材の消費拡大
- ③食の安全確保、不安解消のための情報発信

- ①家庭や地域の伝統料理や郷土料理の伝承・発展
- ②正しい食事マナーを身につける

- ①食品廃棄物等の発生抑制と減量化の促進
- ②家庭におけるごみ減量化に対する意識の定着

- ①食育を推進する人材の充実を図り、地域における食育活動を推進し、農業体験や交流活動を促進する
- ②胎内市の特産である米粉や地場農産物の利用を促進し、市の活性化を図る
- ③家庭・地域・園・学校・行政が一体となり食育の推進を図る

食育への取り組み状況

関係機関	具体的な事業	5本の柱				
		健康につながる食生活の確立	食の安全の確保	地産地消の推進	食文化の伝承・発展	食を取り組むへの環境問題への取り組み
健康福祉課 元気応援係	母子保健事業：パパママ学級、育児教室、乳幼児健診、育児懇談会	○				
	歯科保健事業：歯科管理健診	○				
	成人・高齢者保健事業：特定保健指導会、糖尿病予防教室	○				
	健康づくり事業：健康塾、健康体操教室、地区健康教育・保健食、食を通して健康づくり活動	○	○			
	食育推進事業：小学校、中学校および高等学校における食育教室	○	○	○		
市民生活課 地域包括支援センター係	地区組織育成事業：胎内市食生活改善推進委員協議会の育成および連携した食育活動	○	○	○	○	○
	二次予防事業：すこやかしあわせ教室、一次予防事業：うさぎの会	○				
	介護予防配食サービス事業	○				
市民生活課 生活環境係	住みよい郷土づくり協議会食育推進事業：夏休み子どもクッキング	○	○	○	○	○
	公民館わくわくクッキング	○	○			
生涯学習課 社会教育係	古代体験における縄文時代の料理作り				○	
	地産地消推進事業交付金事業 地域食材の利用促進、特産品作りと地場産業の振興、農畜産物の情報提供、地産地消のPR、食農教育の推進、地域の食文化の伝承、環境に優しい農業の推進			○	○	○
農林水産課 農政係	米粉消費推進事業補助金交付事業 米の需要拡大と食糧自給率向上のための米粉の普及拡大に関する取り組み					○
	胎内型ツーリズム推進事業 学校体験学習等を受け入れ、野菜および果樹の収穫、畜産飼育および畜産加工、米粉・笹団子作りなどの様々な体験の場を提供 農村ホームステイによる収穫・調理・団らんの機会の提供			○	○	○
学校教育課 庶務係 (東学校給食センター、西学校給食センター、黒川地区学校給食担当)	学校給食の提供、給食の時間の栄養士訪問、PTA給食試食会、生産者の方々との交流給食	○	○	○	○	
	学校給食週間、給食だより・食育だよりの発行	○	○	○	○	
	米飯給食推進事業：米飯給食を週に4回提供	○	○	○	○	
商工観光課 商工観光係	学校給食地場産月間：献立への地場産物の積極的導入と食育活動でのPR	○	○	○	○	○
	食育の日の特別献立：新潟県を中心に他県の郷土料理や特産物を使用した献立、胎内市の地場産物を多く活用した献立 学校における食育の推進：基本的な食習慣や栄養に関する知識などを身につけられるよう、授業や行事、給食時間等の学校教育活動全体で取り組んでいる。 米級ご当地グルメの祭典、米粉普及および米粉を通じた市の活性化への取り組み	○	○	○	○	○