
小樽市食育推進計画

資料編

平成 22 年度版

— 資料目次 —

・ 食育基本法の概要（国）	1
・ 小樽市食育推進連絡会設置要綱	2
・ 小樽市食育推進委員名簿	3
・ 小樽市食育推進計画策定経過	4
・ 素案公表に伴う市民意見募集[パブリックコメント手続き]	5
・ 小樽市食育推進計画概要	6
・ 各ライフステージにおける具体的施策の展開（市の取組）	8
・ 各ライフステージにおける具体的施策の展開（団体等の取組）	9
・ 食育に関するアンケート調査結果（小樽市）	20
・ 食事バランスガイド	36
・ 新・食生活指針	37

● 食育基本法の概要 (国)

1. 目的

国民が健全な心身を培い、豊かな人間性をはぐくむ食育を推進するため、施策を総合的かつ計画的に推進すること等を目的とする。

2. 関係者の責務

- (1) 食育の推進について、国、地方公共団体、教育関係者、農林漁業関係者、食品関連事業者、国民等の責務を定める。
- (2) 政府は、毎年、食育の推進に関して講じた施策に関し、国会に報告書を提出する。

3. 食育推進基本計画の作成

- (1) 食育推進会議は、以下の事項について食育推進基本計画を作成する。
 - ① 食育の推進に関する施策についての基本的な方針
 - ② 食育の推進の目標に関する事項
 - ③ 国民等の行う自発的な食育推進活動等の総合的な促進に関する事項
 - ④ その他必要な事項
- (2) 都道府県は都道府県食育推進計画、市町村は市町村食育推進計画を作成するよう努める。

4. 基本的施策

- ① 家庭における食育の推進
- ② 学校、保育所等における食育の推進
- ③ 地域における食生活の改善のための取組の推進
- ④ 食育推進運動の展開
- ⑤ 生産者と消費者との交流の促進、環境と調和のとれた農林漁業の活性化等
- ⑥ 食文化の継承のための活動への支援等
- ⑦ 食品の安全性、栄養その他の食生活に関する調査、研究、情報の提供及び国際交流の推進

5. 食育推進会議

- (1) 内閣府に食育推進会議を置き、会長（内閣総理大臣）及び委員（食育担当大臣、関係大臣、有識者）25名以内で組織する。
- (2) 都道府県に都道府県食育推進会議、市町村に市町村食育推進会議を置くことができる。

● 小樽市食育推進連絡会設置要綱

(設置)

第1条 小樽市における食育に関する施策を総合的かつ効果的に推進するため、小樽市食育推進連絡会（以下単に「連絡会」という。）を設置する。

(所掌事務)

第2条 連絡会は、小樽市食育推進計画の策定、推進状況の把握その他食育に関する施策の推進に係る事務を行うものとする。

(組織)

第3条 連絡会は、委員14人以内をもって組織する。

2 委員は、市民、食育の推進に関係する団体の代表者その他食育の推進に相当と認められる者のうちから市長が委嘱する。

(任期)

第4条 連絡会の委員の任期は、2年とする。ただし、補欠の委員の任期は、前任者の残任期間とする。

2 委員は、再任されることができる。

(委員長)

第5条 連絡会に委員長を置き、委員の互選により定める。

2 委員長は、連絡会を代表し、会務を総理する。

3 委員長に事故あるとき又は欠けたときは、あらかじめ委員長の定める委員がその職務を代理する。

(会議)

第6条 連絡会の会議は、委員長が招集し、委員長がその議長となる。

(意見の聴取等)

第7条 委員長は、必要があると認められるときは、会議に関係者の出席を求めて意見若しくは説明を聴き、又はこれらの者から資料の提出を求めることができる。

(庶務)

第8条 連絡会の庶務は、保健所健康増進課において行う。

(補則)

第9条 この要綱に定めるもののほか、連絡会の運営に関し必要な事項は、委員長が連絡会に諮って定める。

附 則

この要綱は、平成22年7月23日から施行する。

● 小樽市食育推進連絡会 委員名簿

平成22年10月1日現在

No.	氏名	所属	備考
1	いなば えつこ 稲葉 悦子	市民	
2	うるしや ただとし 漆谷 匡俊	小樽市食品協会	
3	かつまた のぶとし 勝俣 信俊	小樽市父母と教師の会連合会	
4	かみいずみもとむ 上泉 求	小樽市校長会	
5	きや のぶこ 木谷 信子	学識経験者	委員長
6	くぼ やすのり 久保 康典	新おたる農業協同組合	
7	ささき まい 佐々木 舞	北海道栄養士会後志支部小樽栄養士会	
8	しまの ちえこ 島野 千恵子	小樽食生活改善協議会	
9	とがし よしこ 富樫 佳子	市民	
10	なかやま のぼる 中山 登	小樽市漁業協同組合	
11	はやし かつぶ 林 勝信	小樽地方幼稚園連合会	
12	ふきた とまさぶろう 吹田 友三郎	小樽市民間保育協議会	
13	ふくしま ちさこ 福嶋 千サ子	小樽消費者協会	
14	ほんま たつひろ 本間 達洋	小樽機船漁業協同組合	

行政関係者

No.	部局	担当課長	氏名
1	産業港湾部	水産課長	大野 肇
2		農政課長	梅津 政則
3	福祉部	子育て支援課長	三浦 波人
4	教育部	指導室主幹	宮澤 知
5		学校給食課長	石崎 政嗣
6	保健所	生活衛生課長	若山 隆郎
7		健康増進課長	南部 博志
8		主幹	犬塚 雅彦

(五十音順 敬称略、行政関係者は組織順)

● 小樽市食育推進計画策定経過

日 程	内 容
平成22年 7月23日	小樽市食育推進連絡会設置要綱策定
7月29日	小樽市食育推進連絡会市民公募のための実施要領策定
8月25日	庁内食育関係課長会議
8月30、31日	市議会 正副議長 各会派説明
9月 1日	市民委員公募の告知
10月 1日	第1回小樽市食育推進連絡会
10月29日	第2回小樽市食育推進連絡会
11月25日	第3回小樽市食育推進連絡会
平成23年 1月4日～2月2日	小樽市食育推進計画（素案）に対する市民意見の募集 （パブリックコメント手続き）
2月21日	小樽市食育推進計画策定
3月 9日	市議会厚生常任委員会報告

● 素案公表に伴う市民意見募集（パブリックコメント手続き）

1. 意見募集期間 平成23年1月4日～2月2日
 2. 意見等の提出者数 1人
 3. 意見等の件数 3件

意見等の概要及び市の考え方

No.	意見等の概要	市の考え方等
1	<p>計画全体の印象について</p> <p>計画の位置づけが他の関係計画と連携して推進されるものとされており、やむを得ない感もあるが、各世代におけるライフステージごとの取組をある程度明確に取り入れてもよかったのではないかと。</p>	<p>計画(素案)では、あらゆる世代の市民を食育の対象としています。これは、各世代のライフステージに応じた取組を推進していくことを前提としていますので、計画(素案)のとおりとします。</p> <p>なお、本市といたしましては、関係機関や団体と調整を図りながら、小樽市食育推進連絡会の中で、各世代におけるライフステージごとの具体的な取組について検討してまいります。</p>
2	<p>食育推進に関わる人材育成について</p> <p>主に「食生活改善推進員」を推進しているようだが、食育に関わる専門家など(例えば食育インストラクター、フードアナリストなど)も活用するなどして、柔軟に取組を推進していく必要もあるのではないかと。</p>	<p>計画(素案)に対するご意見ではなく、具体的な取組に関する事項であるため、今後、計画を推進していく際の参考とします。</p> <p>なお、北海道食育コーディネーターや食育インストラクター等の専門知識を有する方々は食育を推進していく上で貴重な社会資源であるため、可能な限り活用してまいりたいと考えます。</p>
3	<p>計画推進について</p> <p>当該計画が効果的に計画かつ推進されるためには、「食育推進連絡会」の役割が重要であると考え、幅広い視野を持って当該委員の人選(公募も含め)を進めてほしい。</p>	<p>計画(素案)に対するご意見ではなく、小樽市食育推進連絡会に関する事項であるため、今後の参考といたします。</p> <p>小樽市食育推進連絡会は14名の委員(任期2年)で組織され、幅広い視野から食育の推進に取り組むことができるよう、公募による2名の市民、学識経験者1名、食育の推進に関係する11団体の代表者11名により構成されています。</p> <p>また、本連絡会では、食育の推進に当たり、他の機関や団体と連携・協力していくこととしておりますので、現行の体制で、十分に幅広い視野から取り組むことができるものと考えております。</p> <p>なお、本市といたしましては、国や北海道の方針が見直された場合など新たな対応が必要となった際には、本連絡会の委員構成等について見直しを検討します。</p>

心づくろいではぐくむ ひとづくり まちづくり

小樽市食育推進計画

計画期間 平成23年度～27年度



平成23年2月



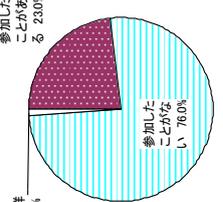
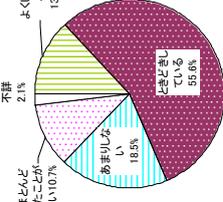
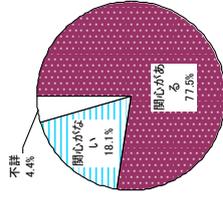
小樽市

なぜ今「食育」?

近年、「食」を取り巻く環境は大きく変化し、子どもや若者の朝食欠食や孤食(家族と暮らしては一人です)、生活習慣病の増加など、あらゆる年代で食生活の課題が生じています。また、「食」を大切にすることも希薄になっており、子どもから大人まで市民一人一人が、健全で豊かな食生活を実践することができる能力を育む食育の推進が求められています。

現状と課題

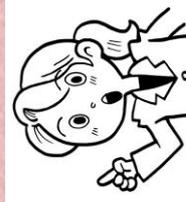
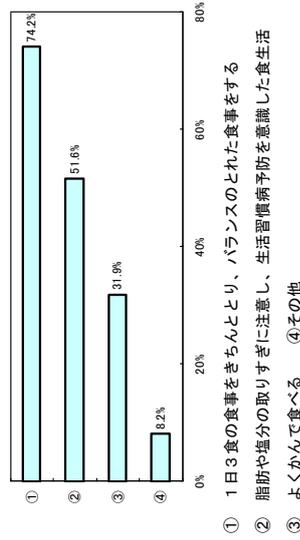
小樽市の食育推進計画を作るために、平成21年7月に市民アンケートを実施し、「食育」の現状を探りました。市民アンケートの結果からいろいろなことが見えてきました。



問：あなたは食育に関心がありますか
の支度を手伝いますか

問：食に関するイベントや地域の行事に参加したことがありますか

問：毎日の食生活で気をつけていることはありますか？



小樽市民は、「食育」への関心は高いものの、子どもが一人で食事をとっている家庭や、子どもが食事の支度を手伝わない家庭もみられました。健康づくりを心がけた「食」への関心は高く、きちんと1日3食とことや、バランスのとれた食事に配慮しています。地域でのイベントが盛んになるなど人とのふれあいの必要性が見直されていますが、市民は「食」に関するイベントや地域行事などへの関心は、低いことがわかりました。

計画の概要と目標指標

アンケート結果と既存資料をもとに、このような課題を整理し、小樽市総合計画の趣旨に沿い、「健康おたる21」と整合を図りながら食育に取り組み、このための計画の基本目標と指標を立てました。

基本目標

市民が「たべる」を通じて生涯にわたり健康で豊かな生活を送れるよう、**ひとづくり**、**まちづくり**を進めます

ポイント1

ひとづくり

市民が正しい食生活を身につけ、また、安全な食品の提供を受けることで、健康的な生活を送ることができるようにすることを目標とします

「たべる」を楽しむ	「食」を通じたコミュニケーションを楽しむ、豊かな人間性を育てます
「たべる」を知る	「食」の安全・「食」の環境についての情報を発信します
「たべる」を身につける	より良い食習慣の知識を広めます

目標	目標指標		
	指標名	現状値	目標値
「たべる」を楽しむ	食育に関心を持っている人	市民 77.5%	90%以上
	家族のたれかと一緒に食事(朝食)をする人	子ども 90.5%	100%に近づける
「たべる」を知る	栄養成分表示のお店	登録数 53件	増加
	おいしい空気の施設	55件	増加
	食料を選ぶときに、表示等の安全について意識する人	市民 54.3%	増加
「たべる」を身につける	毎朝、朝食を食べる人	市民 81.7%	90%以上
	食事バランスガイドを参考にしたい人	子ども 90.1%	100%に近づける
	生活習慣病予防のために食生活改善を意識している人	市民 49.2%	60%以上
		市民 51.6%	増加

ポイント2

まちづくり

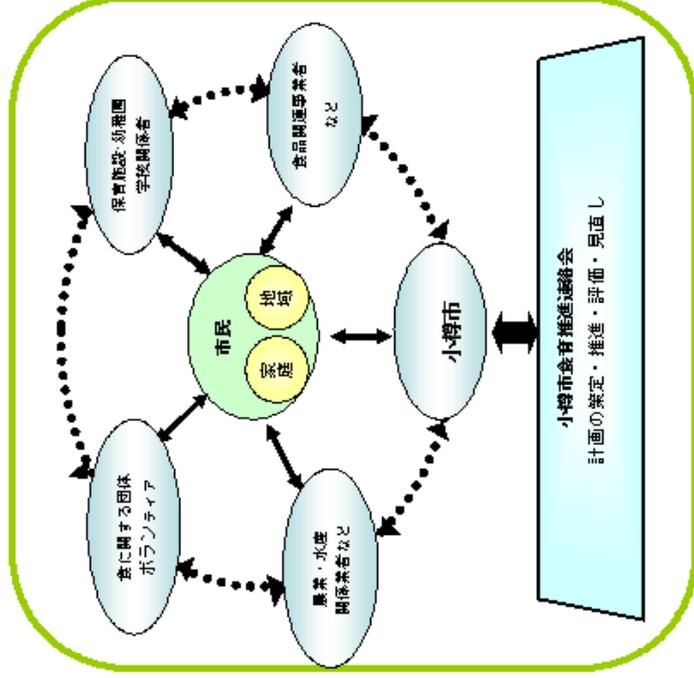
「食」を通じて、世代や地域を超えたコミュニケーションを図り、活力あるにぎわいのまちを目指します。行事食、郷土食に親しみながら郷土愛を培い、次世代への食文化の継承に努めます。本市の新鮮で豊かな「食」を市内外に紹介していきます。

「たべる」でふれあう	「食」を通じ、地域での交流を進めます
「たべる」を伝える	地域における「食」の資源を大切に、次世代へ食文化を伝えていきます

目標	目標指標		
	指標名	現状値	目標値
「たべる」でふれあう	「食」のイベントへの参加	市民 23.0%	増加
	「食」のボランティア育成(食生活改善推進員)	市民 183人	10%増
「たべる」を伝える	「食」に関する観光イベントの情報発信	発信数 12回	増加
	年間10万回以上の食育イベントの開催(一世代)	市民 6.0回	増加
	小樽を代表する食品や郷土料理を知っている人	市民 73.0%	増加

計画の推進

食育は、幅広い分野とかわかりがあります。このため、市民を中心として、関係機関と小樽市が連携、協働して食育に取り組むために小樽市食育推進連絡会を設置し、食育施策を効果的に推進します。



人権イラストレーション:少年写真新聞社

お問い合わせ 小樽市保健所健康推進課 電話 0134-22-3110

小樽市の食育の取組

各ライフステージにおける具体的施策の展開(H22年度)

基本目標	子ども期 (0歳～中学生)		若者期 (概ね高校生～20歳代)	成人期 (概ね30歳～65歳未満)	高齢者期 (概ね65歳以上)	資料3 所管 (小樽市)
	キーワード	ねらい	市民の取組項目			
ひとつづくり	「たべる」を「楽しむ」	「食」を通じたコミュニケーションを深め、豊かな人間性を育てる	1.「食育」への関心を高める 2.朝食は家族と食べる 3.食育関係事業に参加する 4.プロの料理から学ぶ	はつらつ子育て講座 保育所入所児童の調理体験 おやこの食育教室		福祉部(子育て支援課) 福祉部(子育て支援課) 保健所(健康増進課)
	「たべる」を「知る」	「食」の安全・「食」の環境についての情報を発信	1.食品表示を意識する 2.栄養成分表示店やおいしい空気の施設の利用を意識する 3.作物づくりを通して農業への理解を深める 4.「食」の安全・「食」環境について意識する	保育所入所児童の栽培体験 →安全な食材を使用した給食の提供 市民体験農園 給食施設への監視指導 食品営業施設への監視指導 食品衛生及び食中毒予防講習会 食中毒等事故防止街頭PR 食品衛生情報発信 さこの展 食品相談受付 栄養成分表示のお店やおいしい空気のお店推進		福祉部(子育て支援課) 福祉部(子育て支援課) 産業港湾部(農政課) 保健所(生活衛生課) 保健所(生活衛生課) 保健所(生活衛生課) 保健所(生活衛生課) 保健所(生活衛生課) 保健所(生活衛生課) 保健所(生活衛生課) 保健所(健康増進課)
まちづくり	「たべる」を「ふれあう」	「食」を通じ、地域での交流を進める	1.乳幼児期から正しい生活習慣を身につける 2.毎朝食をとるよう努める 3.バランスのとれた食事を心がける 4.生活習慣病やメタボリックシンドロームについて理解する 5.自ら食生活の改善に取り組む 6.中食やコンビニエンスストアの上手な利用を図る 7.「食」に関する感謝やマナーを身につける(乳幼児・学童) 8.食育ボランティアリーダーの活用	教科時間への講師派遣 生涯学習ボランティアリーダー登録 離乳食講習会(栄養・口腔) 両親・母親教室(栄養・口腔) 食育指導(10か月)(栄養・口腔) 食育指導(1歳6か月)(栄養・口腔) 食育指導(3歳)(栄養・口腔) カンガルークラブ(栄養・口腔分) いい歯で食育リーフレット 保育園児の歯磨き指導 特定保健指導 メタボ予防教室		福祉部(子育て支援課) 教育部(学校給食課) 教育部(生涯学習課) 保健所(健康増進課) 保健所(健康増進課) 保健所(健康増進課) 保健所(健康増進課) 保健所(健康増進課) 保健所(健康増進課) 保健所(健康増進課) 保健所(健康増進課) 保健所(健康増進課) 保健所(健康増進課) 保健所(健康増進課) 保健所(健康増進課)
	「たべる」を「伝える」	地域における「食」の資源を大切に、次世代へ伝える	1.伝統的な日本型食生活を意識する 2.旬の食材の利用を意識する 3.郷土料理や行事食を楽しむ 4.小樽産の食品や料理を楽しむ	保育所にて年中行事食の実施 食に関する観光イベントの情報発信 →北海道の食材レシピ紹介 →行事食の紹介	→保育児童と地域住民との野菜栽培や調理・会食 食生活展 食生活改善普及講座(栄養改善・口腔機能向上)→	福祉部(子育て支援課) 保健所(健康増進課) 保健所(健康増進課) 福祉部(子育て支援課) 産業港湾部(観光振興室) 保健所(健康増進課) 保健所(健康増進課)

小樽市食品衛生協会の食育の取組

各ライフステージにおける関係団体の食育関連事業（H22年度）

資料4

基本 目標	施策の展開		市民の取組項目	ライフステージ			団体名 (食品衛生協会)
	キーワード	ねらい		子ども期 (0歳～中学生)	若者期 (概ね高校生～20歳代)	成人期 (概ね30歳～65歳未満)	
ひとつづくり	「たべる」を 楽しむ	「食」を通じたコミュニケーションを楽しむ、豊かな人間性を育てる	1.「食育」への関心を高める 2.朝食は家族と食べる 3.食育関連事業に参加する 4.プロの料理から学ぶ				
	「たべる」を 知る	「食」の安全・「食」の環境についての情報を発信	1.食品表示を意図する 2.栄養成分表示店やおいしい空気の施設の利用を意図する 3.作物づくりを通して農業への理解を深める 4.「食」の安全・「食」環境について意図する	食品衛生指導員による食品営業施設への巡回指導 食品衛生責任者講習会の開催 食中毒防止街頭PR 食品衛生懇談会の開催 食中毒警報発令時の周知伝達 食品営業者・従事員への健康保持増進(検便の勧め) 優秀優良な施設の個人を表彰 会誌の発行(年1回)			小樽市食品衛生協会 小樽市食品衛生協会 小樽市食品衛生協会 小樽市食品衛生協会 小樽市食品衛生協会 小樽市食品衛生協会 小樽市食品衛生協会
まちづくり	「たべる」で ふれあう	「食」を通じ、地域での交流を進める	1.「食」に関連したイベントに参加するよう努める 2.食生活改善推進員などの活用による地域交流を図る				
	「たべる」を 伝える	地域における「食」の資源を大切に、次世代へ伝える	1.伝統的な日本型食生活を意図する 2.旬の食材の利用を意図する 3.郷土料理や行事食を楽しむ 4.小樽産の食品や料理を楽しむ				

小樽市父母と教師の会連合会の食育の取組

各ライフステージにおける関係団体の食育関連事業（H22年度）

基本 目標	各ライフステージ			市民の取組項目	資料 4
	子ども期	若者期	高齢者期		
	「たべる」を 楽しむ	「たべる」を 楽しむ	「たべる」を 楽しむ	1.「食育」への関心を高める 2.朝食は家族と食べる 3.食育関係事業に参加する 4.プロの料理から学ぶ	団体名 (小樽市父母と教師の会連合会) 小樽市PTA連合会
	「たべる」を 知る	「たべる」を 知る	「たべる」を 知る	1.食品表示を意識する 2.栄養成分表示店やおいしい空気の施設の利用を意識する 3.作物づくりを通して農業への理解を深める 4.「食」の安全・「食」環境について意識する	
	「たべる」を 身につける	「たべる」を 身につける	「たべる」を 身につける	1.乳幼児期から正しい生活習慣を身につける 2.毎朝食をとるよう努める 3.バランスのとれた食事を心がける 4.生活習慣病やメタボリックシンドロームについて理解する 5.自ら食生活の改善に取り組む 6.中食やコンビニエンスストアの上手な利用を図る 7.「食」に関する感謝やマナーを身につける(乳幼児・学童) 8.食育ボランティアの活用	「早食・早起・朝ごはん運動」推進のための普及啓発(学校説明会・PTA総会・保護者会等開催時) 保護者アンケートの実施
	「たべる」を ふれあう	「たべる」を ふれあう	「たべる」を ふれあう	1.「食」に関連したイベントに参加するよう努める 2.食生活改善推進員などの活用による地域交流を図る	PTAの取組行事開催・参加(PTAバザー、地区清掃等) 各関係機関への委員派遣(小樽市学校給食共同調理場運営委員会、学校給食運営委員会、小樽市食育推進連絡会等)
	「たべる」を 伝える	「たべる」を 伝える	「たべる」を 伝える	1.伝統的な日本型食生活を意識する 2.旬の食材の利用を意識する 3.郷土料理や行事食を楽しむ 4.小樽産の食品や料理を楽しむ	

ひとつづくり

まちづくり

小樽市校長会の食育の取組

各ライフステージにおける関係団体の食育関連事業（H22年度）				資料 4		
基本 目標	施策の展開		市民の取組項目	成人期		
	キーワード	ねらい		子ども期 (0歳～中学生)	若者期 (概ね高校生～20歳代)	高齢者期 (概ね65歳以上)
ひとつ づくり	「たべる」を 楽しむ	「食」を通じたコミュ ニケーションを楽し み、豊かな人間性を 育てる	1.「食育」への関心を高める 2.朝食は家族と食べる 3.食育関連事業に参加する 4.フクロの料理から学ぶ	(概ね高校生～65歳未満)	<ul style="list-style-type: none"> 楽しい給食、残さず食べる・食事の献立づくり、調理実習 早寝早起き朝ご飯運動 料理教室などへの参加呼びかけ 料理教室の実施 匠の会会員を呼んでの料理教室 包丁やまな板の使い方 栄養教諭の派遣 	小・中学校 小・中学校 小・中学校 小・中学校 小・中学校 小・中学校 小・中学校
	「たべる」を 知る	「食」の安全・「食」の 環境についての情報 を発信	1.食品表示を意識する 2.栄養成分表示店やおいしい空気の施設の利用を意識する 3.作物づくりを通して農業への理解を深める 4.「食」の安全・「食」環境について意識する	<ul style="list-style-type: none"> ポテトチップスの秘密(栄養教諭) 給食だよりによる栄養成分表示 学級菜園での野菜づくり、青果市場の見学 食品工場などへの見学 食品表示についての学習 野菜栽培(技術科) 「食」についての学習(家庭科) 	小・中学校 小・中学校 小・中学校 小・中学校 小・中学校 小・中学校 小・中学校	
まち づくり	「たべる」を ふれあう	「食」を通じ、地域で の交流を進める	1.乳幼児期から正しい生活習慣を身につける 2.毎朝食をとるよう努める 3.パランスのとれた食事や心掛ける 4.生活習慣病やメタボリックシンドロームについて理解する 5.自ら食生活の改善に取り組む 6.中食やコンビニエンスストアの上手な利用を図る 7.「食」に関する感謝やマナーを身につける(乳幼児・学童) 8.食育ボランティアリーダーの活用	<ul style="list-style-type: none"> 給食の配膳当番・後片付け 規則正しい生活習慣の確立(中学校は家庭科) 調理実習、給食指導・食品の栄養の特徴・食品の組み合わせ(家庭科) カルビー食育教室(運動の継続、中食やコンビニの上手な利用法) 身長・体重の比較 健康診断 食事前後の挨拶 匠の会、職員の会、小樽消費者協会など パランスのとれた食事(家庭科) 生活習慣病(家庭科・保健体育) 望ましい食事(家庭科) 食のマナー(毎日・家庭科) 	小・中学校 小・中学校 小・中学校 小・中学校 小・中学校 小・中学校 小・中学校 小・中学校 小・中学校	
	「たべる」を 伝える	地域における「食」の 資源を大切にし、次 世代へ伝える	1.伝統的な日本型食生活を意識する 2.旬の食材の利用を意識する 3.郷土料理や行事食を楽しむ 4.小樽産の食品や料理を楽しむ	<ul style="list-style-type: none"> 匠の会「子どもの元氣は朝ご飯から」 学校給食の献立(石狩鍋) 節分 生活科で豆まき体験 お月見ゼリー(給食) 職人による実演・工場見学(試食) キャリア教育 	小・中学校 小・中学校 小・中学校 小・中学校 小・中学校	

新おたる農業協同組合の食育の取組

基本 目標		各ライフステージにおける関係団体の食育関連事業 (H22年度)				資料 4	
		子ども期 (0歳～中学生)	若者期 (概ね高校生～20歳代)	成人期 (概ね30歳～65歳未満)	高齢者期 (概ね65歳以上)	団体名 (新おたる農協)	
ひとつ づくり	市民の取組項目						
	施策の展開						
	キーワード	「食」を通じたコミュニケーションを楽しみ、豊かな人間性を育てる	「食」の安全・「食」の環境についての情報を発信				
	「たべる」を楽しむ	1. 「食育」への関心を高める 2. 朝食は家族と食べる 3. 食育関係事業に参加する 4. プログの料理から学ぶ	1. 食品表示を意識する 2. 栄養成分表示店やおいしい空気の施設の利用を意識する 3. 作物づくりを通して農業への理解を深める 4. 「食」の安全・「食」環境について意識する	イエスクリーンへの取組 出荷前の防除履歴への記載 共選品目の残留農薬検査		新おたる農協組合 新おたる農協組合 新おたる農協組合	
まち づくり	「たべる」をふれあう	1. 乳幼児期から正しい生活習慣を身につける 2. 毎朝食をこころよく努める 3. パランスのとれた食事を心がける 4. 生活習慣病やメタボリックシンドロームについて理解する 5. 自ら食生活の改善に取り組み 6. 中食やコンビニエンスストアの上手な利用を図る 7. 「食」に関する感謝やマナーを身につける(乳幼児・学童) 8. 食育ボランティアリーダの活用					
	「たべる」を伝える	1. 「食」に関連したイベントに参加するよう努める 2. 食生活改善推進員などの活用による地域交流を図る	各イベントへの出展(おたるワインカーニバル等)			新おたる農協組合	
	「たべる」を伝える	1. 伝統的な日本型食生活を意識する 2. 旬の食材の利用を意識する 3. 郷土料理や行事食を楽しむ 4. 小樽産の食品や料理を楽しむ	札幌ドームオーロラビジョンに投影(勝利投手賞5～6月 小樽産いちご4パック提供)			新おたる農協組合	

北海道栄養士会後志支部小樽栄養士会の食育の取組

基本 目標		施策の展開		市民の取組項目	各ライフステージにおける関係団体の食育関連事業（H22年度）				団体名 (小樽栄養士会)
		キーワード	ねらい		子ども期 (0歳～中学生)	若者期 (概ね高校生～20歳代)	成人期 (概ね30歳～65歳未満)	高齢者期 (概ね65歳以上)	
ひとつづくり		「たべる」を 楽しむ	「食」を通じたコミュニ ケーションを楽し み、豊かな人間性を 育てる	1「食育」への関心を高める 2朝食は家族と食べる 3食育関連事業に参加する 4プロの料理から学ぶ	(0歳～中学生)	(概ね高校生～20歳代)	(概ね30歳～65歳未満)	(概ね65歳以上)	
		「たべる」を 知る	「食」の安全・「食」の 環境についての情報 を発信	1.食品表示を意識する 2.栄養成分表示店やおいしい空気の施設の利用を薦める 3.作物づくりを通して農業への理解を深める 4.「食」の安全・「食」環境について意識する					
		「たべる」を 身につける	より良い食習慣の知 識を広める	1.乳幼児期から正しい生活習慣を身につける 2.毎朝食をとるよう努める 3.バランスのとれた食事を心がける 4.生活習慣病やメタボリックシンドロームについて理解する 5.自ら食生活の改善に取り組む 6.中食やコンビニエンスストアの上手な利用を図る 7.「食」に関する感謝やマナーを身につける(乳幼児・学童) 8.食育ボランティアの活用					
まちづくり		「たべる」で ふれあう	「食」を通じ、地域で の交流を促める	1「食」に関連したイベントに参加するよう努める 2食生活改善推進員などの活用による地域交流を図る					
		「たべる」を 伝える	地域における「食」の 資源を大切に、次 世代へ伝える	1.伝統的な日本型食生活を薦める 2.旬の食材の利用を意識する 3.郷土料理や行事食を楽しむ 4.小樽産の食品や料理を楽しむ					

小樽食生活改善協議会の食育の取組

基本目標		各ライフステージにおける関係団体の食育関連事業 (H22年度)				資料 4	
		子ども期 (0歳～中学生)	若者期 (概ね高校生～20歳代)	成人期 (概ね30歳～65歳未満)	高齢者期 (概ね65歳以上)	団体名 (小樽食生活改善協議会)	
ひとつづくり	市民の取組項目	市民の取組項目					
	施策の展開	市民の取組項目					
まちづくり	キーワード	市民の取組項目					
	ねらい	市民の取組項目					
「たべる」を楽しむ	「食」を通じたコミュニケーションを楽しみ、豊かな人間性を育てる	「食」への関心を高める 2.朝食は家族と食べる 3.食育関係事業に参加する 4.プロの料理から学ぶ					食生活改善協議会 食生活改善協議会
	「たべる」を知る	「食」の安全・「食」の環境についての情報	1.食品表示を認識する 2.栄養成分表示店やおいしい空気の施設の利用を認識する 3.作物づくりを通して農業への理解を深める 4.「食」の安全・「食」環境について認識する	ヘルスマイト生涯学習講座	見学会(テーマ:地産地消)	食生活改善協議会	
「たべる」を身につける	より良い食習慣の知識を広める	1.乳幼児期から正しい生活習慣を身につける 2.毎朝食をとるよう努める 3.バランスのとれた食事を心がける 4.生活習慣病やメタボリックシンドロームについて理解する 5.自ら食生活の改善に取り組む 6.中食やコンビニエンスストアの上手な利用を図る 7.「食」に関する感謝やマナーを身につける(乳幼児・学童) 8.食育ボランティアの活用	平成22年度健康増進プロジェクト事業(高血圧・糖尿病予防) よい食生活を進めるための健康づくり食生活改善講習会 男性料理教室(男性の食の自立を助ける)	スポーツ少年と食育(高校生)	食生活改善協議会 食生活改善協議会 食生活改善協議会 食生活改善協議会		
	「食」を通じ、地域での交流を進める	1.「食」に関連したイベントに参加するよう努める 2.食生活改善推進員などの活用による地域交流を図る	高齢者食生活改善普及講座		食生活改善協議会		
「たべる」を伝える	地域における「食」の資源を大切にし、次世代へ伝える	1.伝統的な日本型食生活を認識する 2.旬の食材の利用を認識する 3.郷土料理や行事食を楽しむ 4.小樽産の食品や料理を楽しむ	小樽市食生活展		食生活改善協議会		

小樽市漁業協同組合の食育の取組

基本目標		各ライフステージにおける関係団体の食育関連事業 (H22年度)				団体名 (小樽市漁組)
		子ども期 (0歳～中学生)	若者期 (概ね高校生～20歳代)	成人期 (概ね30歳～65歳未満)	高齢者期 (概ね65歳以上)	
ひとつづくり	市民の取組項目	市民の取組項目				
	「たべる」を楽しむ	「食」を通じたコミュニケーションを楽しみ、豊かな人間性を育てる	1.「食育」への関心を高める 2.朝食は家族と食べる 3.食育関係事業に参加する 4.プロの料理から学ぶ			
	「たべる」を知る	「食」の安全・「食」の環境についての情報を発信	1.食品表示を認識する 2.栄養成分表示店やおいしい空気の施設の利用を認識する 3.作物づくりを通して農業への理解を深める 4.「食」の安全・「食」環境について認識する			
まちづくり	「たべる」を身につける	より良い食習慣の知識を広める	1.乳幼児期から正しい生活習慣を身につける 2.毎朝食をとるよう努める 3.バランスのとれた食事を心がける 4.生活習慣病やメタボリックシンドロームについて理解する 5.自ら食生活の改善に取り組み 6.中食やコンビニエンスストアの上手な利用を図る 7.「食」に関する感謝やマナーを身につける(乳幼児・学童) 8.食育ボランティアリーダーの活用			
	「たべる」でふれあう	「食」を通じ、地域での交流を進める	1.「食」に関連したイベントに参加するよう努める 2.食生活改善推進員などの活用による地域交流を図る	しやこ祭・にしん祭の開催参加		漁師対策委員会
	「たべる」を伝える	地域における「食」の資源を大切にし、次世代へ伝える	1.伝統的な日本型食生活を認識する 2.旬の食材の利用を認識する 3.郷土料理や行事食を楽しむ 4.小樽産の食品や料理を楽しむ	ホームページによる情報発信(旬のお魚更新情報・小樽産鮮魚介類の紹介・小樽海鮮うまいもん紹介) しやこ祭等での情報発信 浜の母さん料理等食文化の発信 地産水産物のレシピ開発 幼児・生徒向けのイベント企画・立案		漁師対策委員会 魚佃対策委員会 女性部 料理ウェア参加店 魚佃対策委員会

資料 4

小樽地方私立幼稚園連合会の食育の取組

各ライフステージにおける関係団体の食育関連事業 (H22年度)

資料4

基本 目標	施策の展開		市民の取組項目	ライフステージ			団体名 (幼稚園連合会)
	キーワード	ねらい		子ども期 (0歳～中学生)	若者期 (概ね高校生～20歳代)	成人期 (概ね30歳～65歳未満)	
ひとつづくり	「たべる」を楽しむ	「食」を通じたコミュニケーションを楽しみ、豊かな人間性を育てる	1.「食育」への関心を高める 2.朝食は家族と食べる 3.食育関係事業に参加する 4.プロの料理から学ぶ	調理体験 食を楽しむ給食			長橋幼稚園 朝里幼稚園
			1.食品表示を意識する 2.栄養成分表示店やおいしい空気の施設の利用を意識する 3.作物づくりを通して農業への理解を深める 4.「食」の安全・「食」環境について意識する	作物づくり体験 作物の収穫体験 生ごみの肥料化の取組			長橋、朝里、まや、藤幼稚園 長橋、朝里、まや、藤幼稚園 まや幼稚園
	「たべる」を知る	「食」の安全・「食」の環境についての情報を発信	1.乳幼児期から正しい生活習慣を身につける 2.毎朝食をとるよう努める 3.バランスのとれた食事を心がける 4.生活習慣病やメタボリックシンドロームについて理解する 5.自ら食生活の改善に取り組む 6.中食やコンビニエンスストアの上手な利用を図る 7.「食」に関する感謝やマナーを身につける(乳幼児・学童) 8.食育ボランティアリーダーの活用	食への感謝の念を育む学習 栄養について学ぶ 収穫した作物で調理体験 お弁当・給食の実施 ホテルテーブルマナー体験 歯科健診・歯磨き指導 身長・体重測定 内科健診 トイレ・手洗い指導 食のマナーを身につける			長橋、朝里、藤幼稚園 朝里幼稚園 まや幼稚園 まや幼稚園 まや幼稚園 まや幼稚園 まや幼稚園 まや幼稚園 藤幼稚園
			1.「食」に関連したイベントに参加するよう努める 2.食生活改善推進員などの活用による地域交流を図る	お泊り会(夕食づくり)			まや幼稚園
まちづくり	「たべる」でふれあう	「食」を通じ、地域での交流を進める	1.伝統的な日本型食生活を意識する 2.旬の食材の利用を意識する 3.郷土料理や行事食を楽しむ 4.小樽産の食品や料理を楽しむ	親子ジギスカンの会			長橋幼稚園
			「たべる」を伝える	地域における「食」の資源を大切にし、次世代へ伝える			

小樽市民間保育協議会の食育の取組

各ライフステージにおける関係団体の食育関連事業（H22年度）		資料4			
基本 目標	施策の展開	市民の取組項目			
		子ども期 (0歳～中学生)	若者期 (概ね高校生～20歳代)	成人期 (概ね30歳～65歳未満)	高齢者期 (概ね65歳以上)
ひとつづくり	キーワード 「たべる」を 楽しむ	「食」を通じたコミュニケ-ションを楽しむ、豊かな人間性を育てる	調理体験 買い物体験 温か給食やおやつを提供 トウモロコンの皮むき 魚の解体	懇談会での試食(園児の調理したもの)	団体名 (民間保育協議会) 中央、ゆりかご、愛育、日赤、あおぞら 中央 中央、あおぞら ゆりかご、愛育、中央、日赤、あおぞら 中央 ゆりかご
	「たべる」を 知る	「食」の安全・「食」の環境についての情報を発信	作物づくり体験 作物の収穫体験 収穫した作物で調理保育 毎日の給食の展示 毎日使用する野菜の展示 献立表と給食だよりの作成 写真つき献立表の掲示 食材の三点分け	←個々におけるアレルギー食の献立作成と調理	中央、ゆりかご、愛育、日赤、あおぞら 中央、ゆりかご、愛育、日赤、あおぞら 中央、ゆりかご、愛育、日赤、あおぞら 中央 中央 中央 中央 中央 中央 中央
まちづくり	キーワード 「たべる」を ふれあう	より良い食習慣の知識を広める	クラスで盛り付け・配膳 離乳食の月齢別献立表の作成 食育の日のお話し(栄養士)	←年齢に応じた食事のマナー等の指導	中央 中央、あおぞら 中央 ゆりかご
	「たべる」を 伝える	地域における「食」の資源を大切に、次世代へ伝える	市場見学 季節の食材を取り入れた献立 さんまの1本焼き等 行事食(敬老の日 地域高齢者や祖父母との交流)		日赤 中央 中央 ゆりかご、日赤

小樽消費者協会の食育の取組

施策の展開		各ライフステージにおける関係団体の食育関連事業 (H22年度)				資料4	
		子ども期	若者期	成人期	高齢者期		
基本目標	キーワード	ねらい	市民の取組項目				団体名 (消費者協会)
	ひとつづくり	「たべる」を楽しむ	「食」を通じたコミュニケーションを楽しむ、豊かな人間性を育てる	1.「食育」への関心を高める 2.朝食は家族と食べる 3.食育関連事業に参加する 4.プロの料理から学ぶ	(0歳～中学生) (概ね高校生～20歳代) (概ね30歳～65歳未満) (概ね65歳以上)	夏休み親子体験教室(食育、農家で野菜を収穫してカレー作り) 男塾(男性会員の会)そば打ち 北電主催 料理教室(クリスマス料理)	小樽消費者協会 小樽消費者協会 小樽消費者協会
「たべる」を知る		「食」の安全・「食」の環境についての情報を発信	1.食品表示を意識する 2.栄養成分表示店やおいしい空気の施設の利用を意識する 3.作物づくりを通して農業への理解を深める 4.「食」の安全・「食」環境について意識する	小樽消費者まつり(生きる力・消費者・未来の子どものために)	小樽消費者協会 小樽消費者協会 小樽消費者協会		
「たべる」を身につける		より良い食習慣の知識を広める	1.乳幼児期から正しい生活習慣を身につける 2.毎朝食をとるよう努める 3.バランスのとれた食事を心がける 4.生活習慣病やメタボリックシンドロームについて理解する 5.自ら食生活の改善に取り組む 6.中食やコンビニエンスストアの上手な利用を図る 7.「食」に関する感謝やマナーを身につける(乳幼児・学童) 8.食育ボランティアの活用	牛乳料理教室(牛乳・乳製品料理講習会)	小樽消費者協会		
まちづくり	「たべる」でふれあう	「食」を通じ、地域での交流を進める	1.「食」に関連したイベントに参加するよう努める 2.食生活改善推進員などの活用による地域交流を図る	消費者月間パネル展示(食に関するパネル、清涼飲料水の糖分テストと展示 食と環境に関する啓発)	小樽消費者協会		
	「たべる」を伝える	地域における「食」の資源を大切に、次世代へ伝える	1.伝統的な日本型食生活を意識する 2.旬の食材の利用を意識する 3.郷土料理や行事食を楽しむ 4.小樽産の食品や料理を楽しむ	小樽消費者まつり(朝取り野菜の試食)	小樽消費者協会		

小樽機船漁業協同組合

各ライフステージにおける関係団体の食育関連事業（H22年度）

基本 目標	施策の展開		市民の取組項目	資料 4			
	キーワード	ねらい		子ども期	若者期	成人期	高齢者期
ひとつくり	「たべる」を 楽しむ	「食」を通じたコミュニ ケーションを楽しむ、 豊かな人間性を 育てる	1.「食育」への関心を高める 2.朝食は家族と食べる 3.食育関係事業に参加する 4.プロの料理から学ぶ	(0歳～中学生)	(概ね高校生～20歳代)	(概ね30歳～65歳未満)	(概ね65歳以上)
	「たべる」を 知る	「食」の安全・「食」の 環境についての情報 を発信	1.食品表示を意識する 2.栄養成分表示店やおいしい空気の施設の利用を勧誘する 3.作物づくりを通して農業への理解を深める 4.「食」の安全・「食」環境について意識する				
	「たべる」を 身につける	より良い食習慣の知 識を広める	1.乳幼児期から正しい生活習慣を身につける 2.毎朝食をとるよう努める 3.バランスのとれた食事を心がける 4.生活習慣病やメタボリックシンドロームについて理解する 5.自ら食生活の改善に取り組む 6.中食やコンビニエンスストアの上手な利用を図る 7.「食」に関する感謝やマナーを身につける(乳幼児・学童) 8.食育ボランティアリーダーの活用				
まちづくり	「たべる」で ふれあう	「食」を通じ、地域 の交流を進める	1.「食」に関連したイベントに参加するよう努める 2.食生活改善推進員などの活用による地域交流を図る	2011食クラ・フェスタ参加(小樽沖底ホッケの卵チーズ付け焼きとほしのゆめピラフ添えトマトソースが完食料理第1号を獲得) デパート催事・行政イベントへの参加			小樽機船漁組 小樽機船漁組
	「たべる」を 伝える	地域における「食」の 資源を大切に、次 世代へ伝える	1.伝統的な日本型食生活を意識する 2.旬の食材の利用を意識する 3.郷土料理や行事食を楽しむ 4.小樽産の食品や料理を楽しむ	販売促進会開催(上野・千葉にて6か月間市場・流通調査のため) 小樽産ブランド化・6次産業化のため、5回にわたり専門家から学ぶ ホッケ使用アイテム8品目出品(地域産品推進体全国情報交換会にて) 本州量販店等への流通化(小樽沖底ホッケのつみれ、ホッケじゃこ天、おたる揚げ) 回転寿司への販売展開(小樽沖底ホッケ使用の味噌汁・昆布汁) 居酒屋への販売展開(小樽烏賊酒盗) 産業給食メニュー化(ワラジカのステーキ風)			小樽機船漁組 小樽機船漁組 小樽機船漁組 小樽機船漁組 小樽機船漁組 小樽機船漁組

● 食育に関するアンケート調査の結果（小樽市）

1 調査目的

市民の食育や健康づくりに対する意識や関心、日ごろの食生活等について把握し、その結果を本市の食育推進に関する計画策定のための基礎資料とすることを目的とする。

2 調査項目

- (1) 健康的な食生活実践のため必要な知識や意識
- (2) 食の安全に関する意識
- (3) 食育に関する関心や意識
- (4) 本市の食文化に関する意識
- (5) 食育に関しての意見、提案

3 調査の設計

- (1) 調査地域 小樽市
- (2) 調査対象 市民——子ども（幼児・小中学生）から大人（高校生以上）まで
- (3) 標本数 1,210人
- (4) 調査方法 アンケート用紙に個人が回答を記入する方法
- (5) 調査期間 平成21年7月

4 回収結果

有効回答数（率） 851人（70.3%）
 内訳（高校生以上／608人 中学生以下／243人）

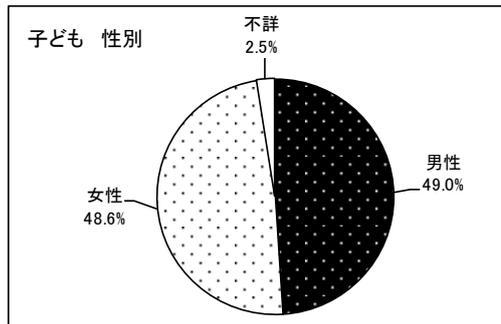
【参考】

	区分	配布数	回答者数	回答率	配布方法	回収方法
子ども	幼児	110	110	77.1%	保育施設・幼稚園を通じて	施設が回収
	小学生	135	96		PTA役員を通じて	郵送
	中学生	70	34		PTA役員を通じて	郵送
	年齢不詳	-	3			
	小計	315	243			
大人	高校生	280	210	67.9%	学校を通じて	学校が回収
	20・30代	305	135		保育施設・幼稚園を通じて配布 小中学校はPTA役員に配布	保育施設・幼稚園は施設が回収 小中学校は郵送
	40・50代	200	157		理容組合・美容協会へ配布 特定健診受診予定者へ郵送	組合・協会が回収 健診受診時に持参
	60代以上	110	104		特定健診受診予定者へ配布 食改善協議会へ配布	健診受診時に回収 食改善協議会は保健所職員が回収
	年齢不詳	-	2			
	小計	895	608			
合計	1210	851	70.3%			

食育アンケート 子ども 集計結果

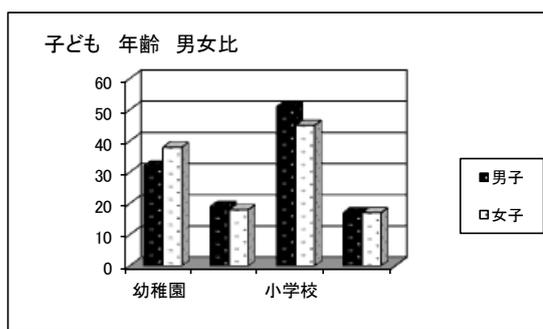
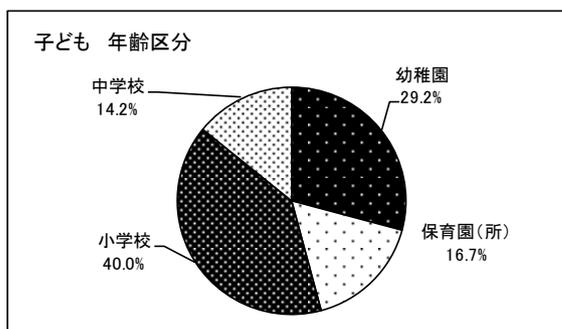
N= 243

性別	男性	119	49.0%
	女性	118	48.6%
	不詳	6	2.5%
	計	243	100.0%



施設区分	幼稚園	70	28.8%
	保育園(所)	40	16.5%
	小学校	96	39.5%
	中学校	34	14.0%
	不詳	3	1.2%
	計	243	100.0%

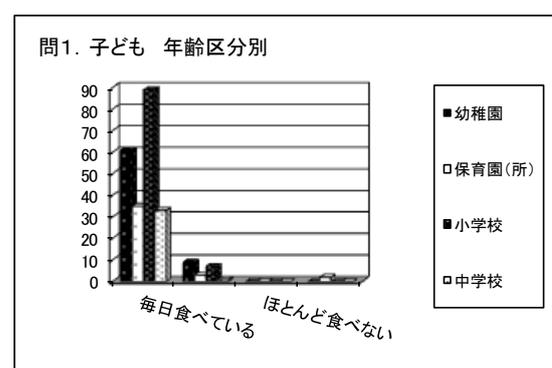
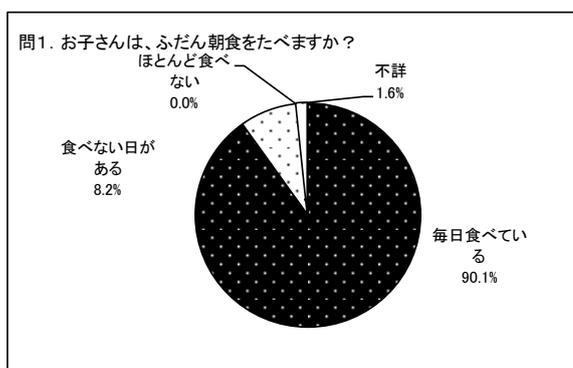
年齢 男女比		男子	女子	不詳	計
	幼稚園	32	38	0	70
	保育園(所)	19	18	3	40
	小学校	51	45	0	96
	中学校	17	17	0	34
	不詳	0	0	3	3
	計	119	118	6	243
(%)	49.0%	48.6%	2.5%	100.0%	



問1. お子さんは、ふだん朝食を食べますか？

毎日食べている	219	90.1%
食べない日がある	20	8.2%
ほとんど食べない	0	0.0%
不詳	4	1.6%
計	243	100.0%

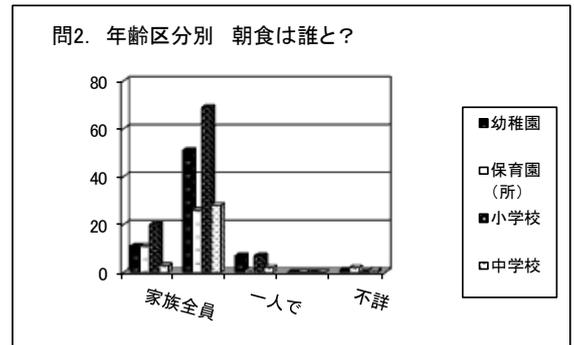
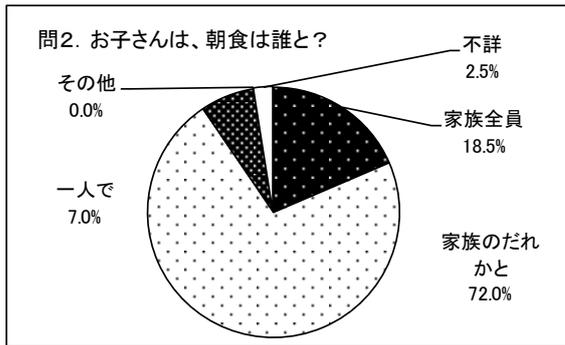
問1. 施設別		幼稚園	保育園(所)	小学校	中学校	不詳	計
	毎日食べている	61	35	89	33	1	219
	食べない日がある	9	3	7	1	0	20
	ほとんど食べない	0	0	0	0	0	0
	不詳	0	2	0	0	2	4



問2.お子さんは、ふだん誰と一緒に食事をしますか？ 朝食

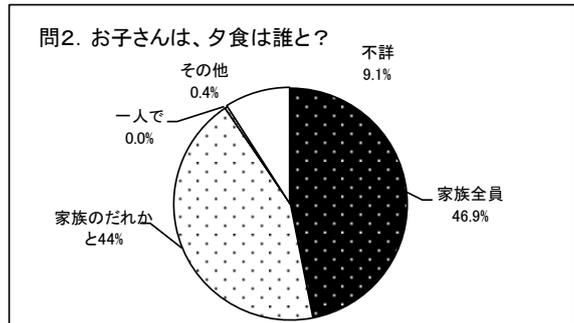
家族全員	45	18.5%
家族のだれかと	175	72.0%
一人で	17	7.0%
その他	0	0.0%
不詳	6	2.5%
計	243	100.0%

	幼稚園	保育園(所)	小学校	中学校	不詳	計
家族全員	11	11	20	3	0	45
家族のだれかと	51	26	69	28	1	175
一人で	7	1	7	2	0	17
その他	0	0	0	0	0	0
不詳	1	2	0	1	2	6



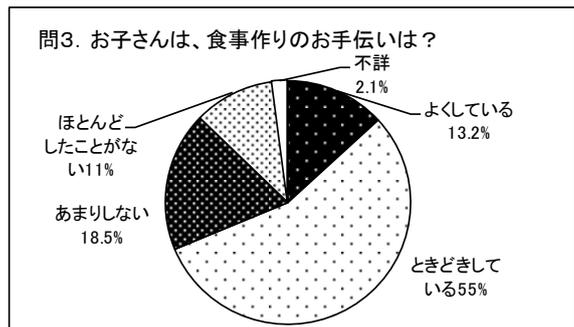
問2.お子さんは、ふだん誰と一緒に食事をしますか？ 夕食

家族全員	114	46.9%
家族のだれかと	106	43.6%
一人で	0	0.0%
その他	1	0.4%
不詳	22	9.1%
計	243	100.0%



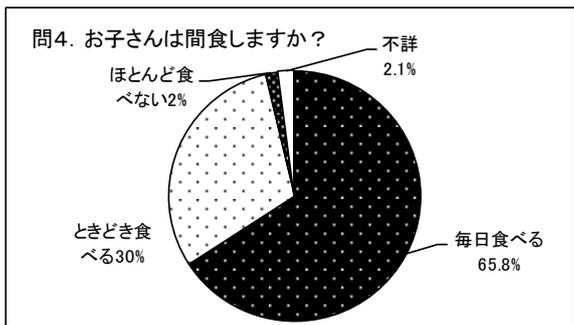
問3. お子さんは、ふだん食事の支度を手伝ったり、料理を作ったりしますか？

よくしている	32	13.2%
ときどきしている	135	55.6%
あまりしない	45	18.5%
ほとんどしたことがない	26	10.7%
不詳	5	2.1%
計	243	100.0%



問4. お子さんは、食事のほかに間食(おやつ)を食べますか？

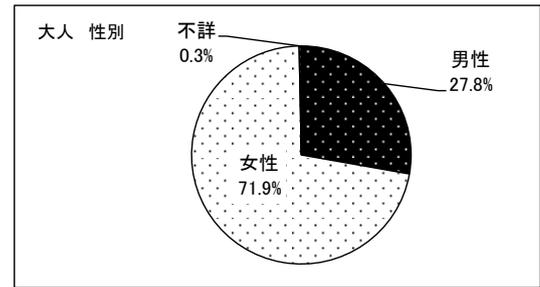
毎日食べる	160	65.8%
ときどき食べる	74	30.5%
ほとんど食べない	4	1.6%
不詳	5	2.1%
計	243	100.0%



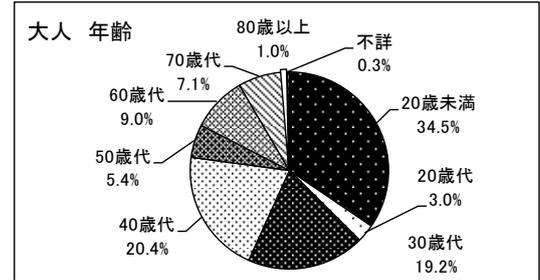
食育アンケート（大人） 集計結果

N = 608

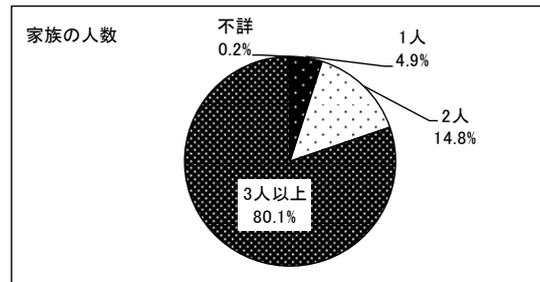
大人 性別			
男性	169	27.8%	
女性	437	71.9%	
不詳	2	0.3%	
計	608	100.0%	



年齢区分			
20歳未満	210	34.5%	
20歳代	18	3.0%	
30歳代	117	19.2%	
40歳代	124	20.4%	
50歳代	33	5.4%	
60歳代	55	9.0%	
70歳代	43	7.1%	
80歳以上	6	1.0%	
不詳	2	0.3%	
計	608	100.0%	

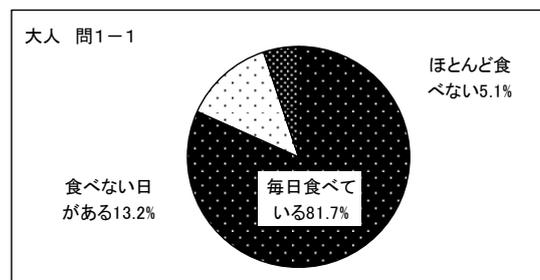


家族の人数			
1人	30	4.9%	
2人	90	14.8%	
3人以上	487	80.1%	
不詳	1	0.2%	
計	608	100.0%	



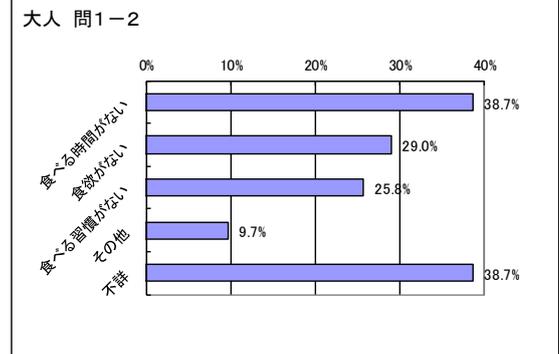
大人 問1-1 あなたは、ふだん朝食を食べますか？

毎日食べている	497	81.7%	
食べない日がある	80	13.2%	
ほとんど食べない	31	5.1%	
不詳	0	0%	
計	608	100.0%	



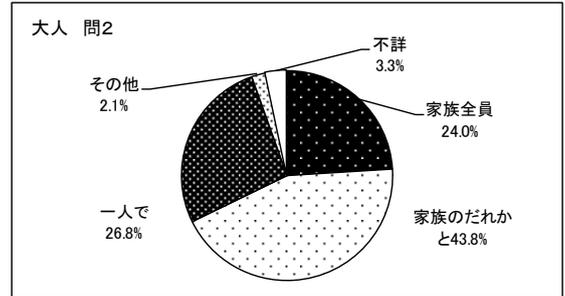
大人 問1-2 朝食を食べない理由は？(重複回答あり)

食べる時間がない	12	38.7%	
食欲がない	9	29.0%	
食べる習慣がない	8	25.8%	
その他	3	9.7%	
不詳	12	38.7%	
計	44	141.9%	



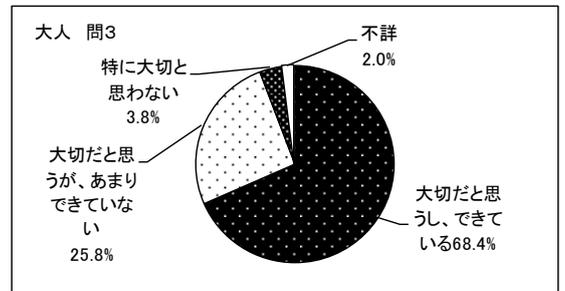
大人 問2. あなたはふだんだれと一緒に食事をしますか？
(朝食)

家族全員	146	24.0%
家族のだけかと	266	43.8%
一人で	163	26.8%
その他	13	2.1%
不詳	20	3.3%
計	608	100.0%



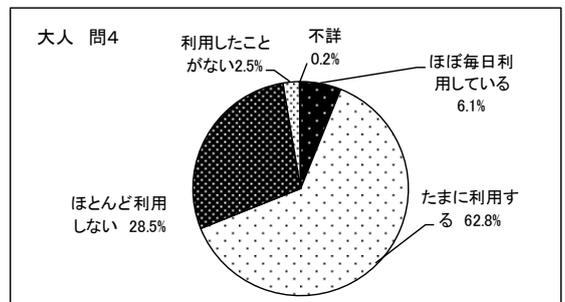
大人 問3. 食事を通じた家族間のコミュニケーションは大切だと思いますか？

大切だと思うし、 <input checked="" type="checkbox"/> けている	416	68.4%
大切だと思うが、 <input type="checkbox"/> まりでき	157	25.8%
特に大切と思わない	23	3.8%
不詳	12	2.0%
計	608	100.0%



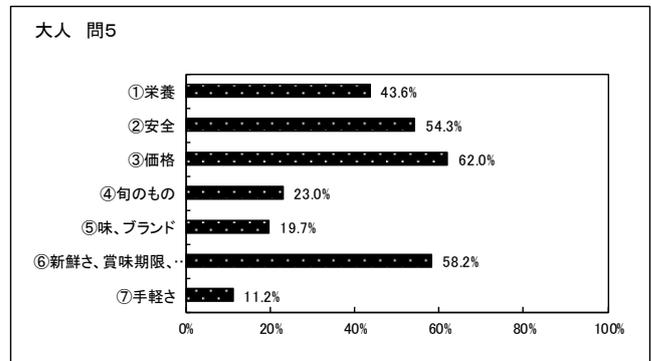
大人 問4. あなたは、出来合いの食品(弁当、惣菜など)を利用することはありますか？

ほぼ毎日利用している	37	6.1%
たまに利用する	382	62.8%
ほとんど利用しない	173	28.5%
利用したことがない	15	2.5%
不詳	1	0.2%
計	608	100.0%



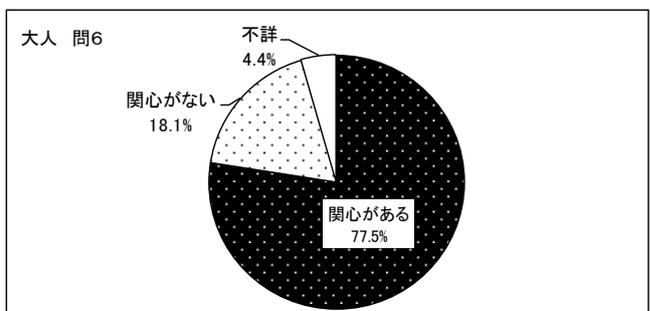
大人 問5. あなたは、食品を購入するに当たって重視していることはなんですか？(重複回答あり)

①栄養	265	43.6%
②安全	330	54.3%
③価格	377	62.0%
④旬のもの	140	23.0%
⑤味、ブランド	120	19.7%
⑥新鮮さ、賞味期限、消費	354	58.2%
⑦手軽さ	68	11.2%
計	1654	272.0%



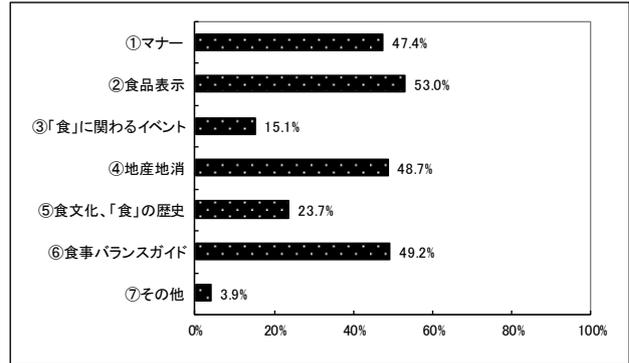
大人 問6. あなたは、「食育」に関心がありますか？

関心がある	471	77.5%
関心がない	110	18.1%
不詳	27	4.4%
計	608	100.0%



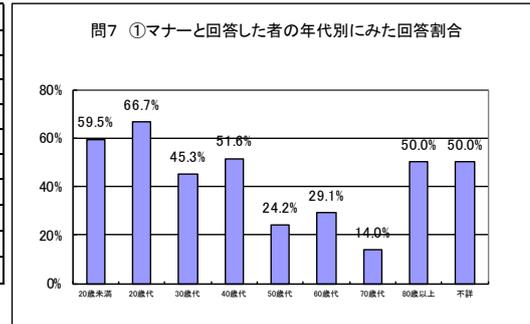
大人 問7 あなたは、「食育」に取り組むためには
どのような情報が必要だと思いますか？（重複あり）

①マナー	288	47.4%
②食品表示	322	53.0%
③「食」に関わるイベント	92	15.1%
④地産地消	296	48.7%
⑤食文化、「食」の歴史	144	23.7%
⑥食事バランスガイド	299	49.2%
⑦その他	24	3.9%
計	1465	241.0%

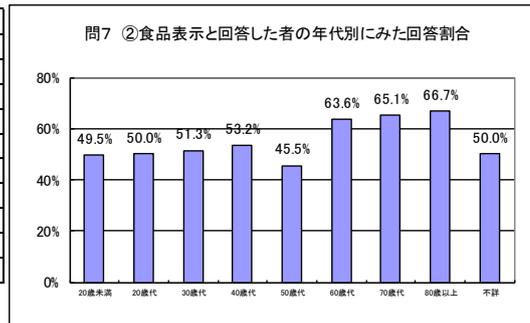


大人 問7
年代別にみた回答割合

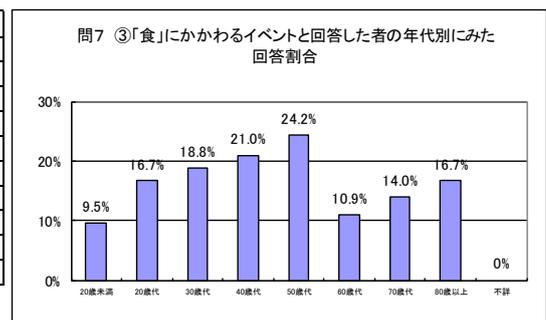
①マナー	回答数	対象数	%
20歳未満	125	210	59.5%
20歳代	12	18	66.7%
30歳代	53	117	45.3%
40歳代	64	124	51.6%
50歳代	8	33	24.2%
60歳代	16	55	29.1%
70歳代	6	43	14.0%
80歳以上	3	6	50.0%
不詳	1	2	50.0%
計	288	608	47.4%



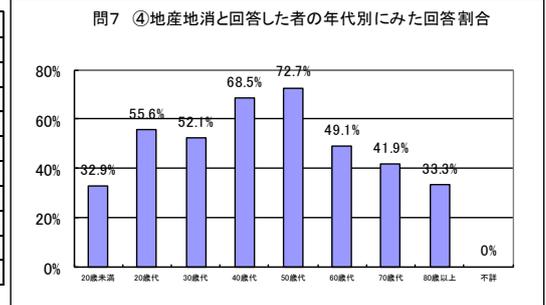
②食品表示	回答数	対象数	%
20歳未満	104	210	49.5%
20歳代	9	18	50.0%
30歳代	60	117	51.3%
40歳代	66	124	53.2%
50歳代	15	33	45.5%
60歳代	35	55	63.6%
70歳代	28	43	65.1%
80歳以上	4	6	66.7%
不詳	1	2	50.0%
計	322	608	53.0%



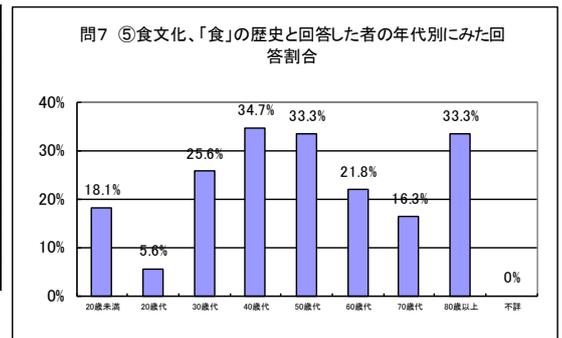
③「食」に関わるイベント	回答数	対象数	%
20歳未満	20	210	9.5%
20歳代	3	18	16.7%
30歳代	22	117	18.8%
40歳代	26	124	21.0%
50歳代	8	33	24.2%
60歳代	6	55	10.9%
70歳代	6	43	14.0%
80歳以上	1	6	16.7%
不詳	0	2	0%
計	92	608	15.1%



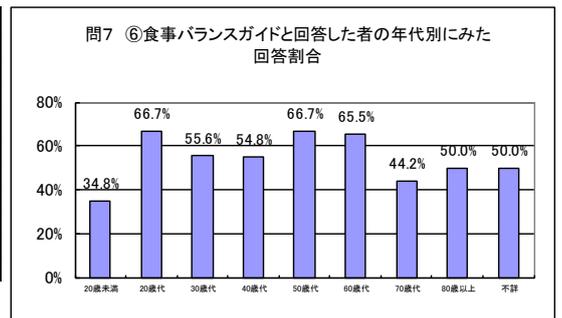
④地産地消	回答数	対象数	%
20歳未満	69	210	32.9%
20歳代	10	18	55.6%
30歳代	61	117	52.1%
40歳代	85	124	68.5%
50歳代	24	33	72.7%
60歳代	27	55	49.1%
70歳代	18	43	41.9%
80歳以上	2	6	33.3%
不詳	0	2	0%
計	296	608	48.7%



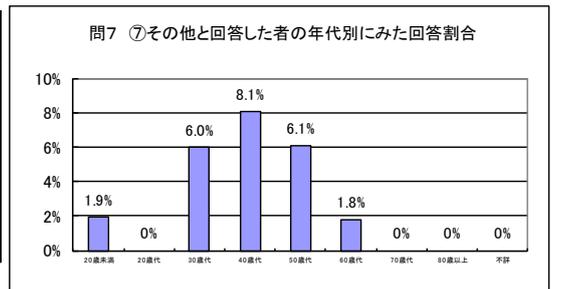
⑤食文化、「食」の歴史	回答数	対象数	%
20歳未満	38	210	18.1%
20歳代	1	18	5.6%
30歳代	30	117	25.6%
40歳代	43	124	34.7%
50歳代	11	33	33.3%
60歳代	12	55	21.8%
70歳代	7	43	16.3%
80歳以上	2	6	33.3%
不詳	0	2	0%
計	144	608	23.7%



⑥食事バランスガイド	回答数	対象数	%
20歳未満	73	210	34.8%
20歳代	12	18	66.7%
30歳代	65	117	55.6%
40歳代	68	124	54.8%
50歳代	22	33	66.7%
60歳代	36	55	65.5%
70歳代	19	43	44.2%
80歳以上	3	6	50.0%
不詳	1	2	50.0%
計	299	608	49.2%

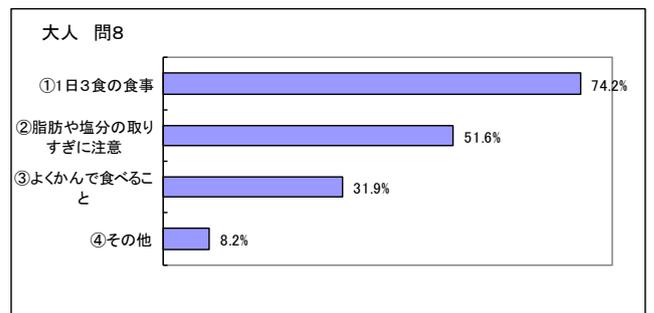


⑦その他	回答数	対象数	%
20歳未満	4	210	1.9%
20歳代	0	18	0.0%
30歳代	7	117	6.0%
40歳代	10	124	8.1%
50歳代	2	33	6.1%
60歳代	1	55	1.8%
70歳代	0	43	0%
80歳以上	0	6	0%
不詳	0	2	0%
計	24	608	3.9%



大人 問8 あなたは、毎日の食生活で
気をつけていることがありますか？(重複回答あり)

	回答数	%
①1日3食の食事をきちんと	451	74.2%
②脂肪や塩分の取りすぎに注意	314	51.6%
③よくかんで食べるこ と	194	31.9%
④その他	50	8.2%
計	1009	166.0%

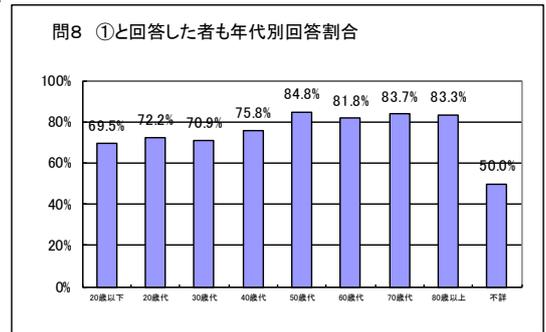


大人 問8

年代別にみた回答割合

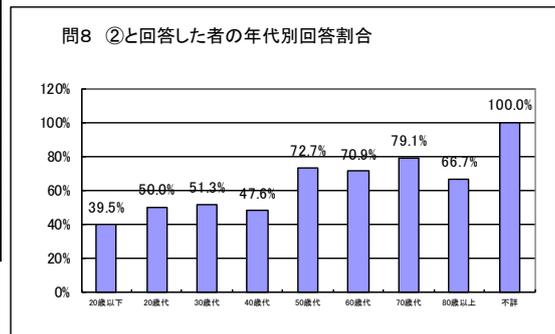
①一日3食の食事をきちんととり、バランスのとれた食事をする

①	回答数	対象数	%
20歳以下	146	210	69.5%
20歳代	13	18	72.2%
30歳代	83	117	70.9%
40歳代	94	124	75.8%
50歳代	28	33	84.8%
60歳代	45	55	81.8%
70歳代	36	43	83.7%
80歳以上	5	6	83.3%
不詳	1	2	50.0%
計	451	608	74.2%



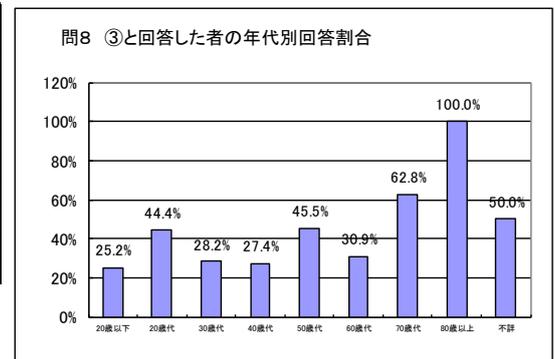
②生活習慣病と食生活は関係しているので、脂肪や塩分のとりすぎに注意している

②	回答数	対象数	%
20歳以下	83	210	39.5%
20歳代	9	18	50.0%
30歳代	60	117	51.3%
40歳代	59	124	47.6%
50歳代	24	33	72.7%
60歳代	39	55	70.9%
70歳代	34	43	79.1%
80歳以上	4	6	66.7%
不詳	2	2	100.0%
計	314	608	51.6%



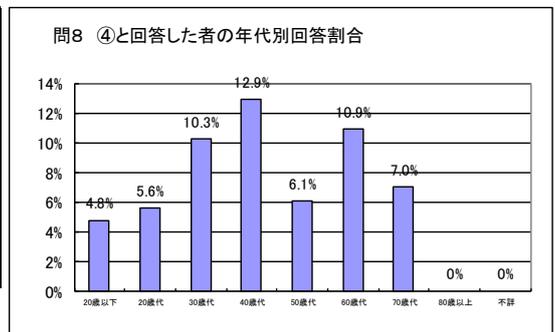
③よくかんで食べる

③	回答数	対象数	%
20歳以下	53	210	25.2%
20歳代	8	18	44.4%
30歳代	33	117	28.2%
40歳代	34	124	27.4%
50歳代	15	33	45.5%
60歳代	17	55	30.9%
70歳代	27	43	62.8%
80歳以上	6	6	100.0%
不詳	1	2	50.0%
計	194	608	31.9%



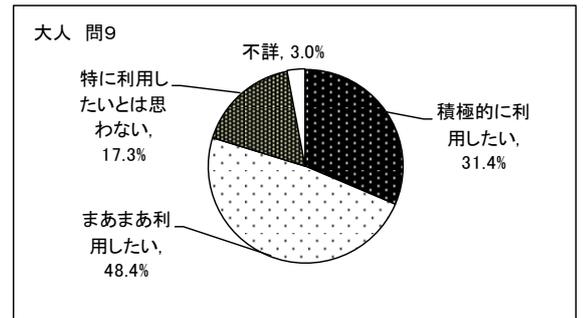
④その他

④	回答数	対象数	%
20歳以下	10	210	4.8%
20歳代	1	18	5.6%
30歳代	12	117	10.3%
40歳代	16	124	12.9%
50歳代	2	33	6.1%
60歳代	6	55	10.9%
70歳代	3	43	7.0%
80歳以上	0	6	0%
不詳	0	2	0%
計	50	608	8.2%



大人 問9 あなたは上記のお店(空気もおいしいお店、栄養成分表示のお店)を利用したいと思いますか？

積極的に利用したい	191	31.4%
まあまあ利用したい	294	48.4%
特に利用したいとは思わない	105	17.3%
不詳	18	3.0%
計	608	100.0%

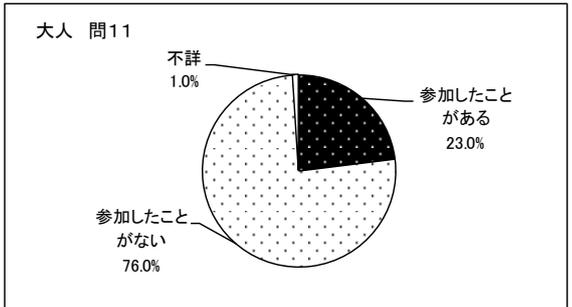


大人 問10 あなたが知っている小樽を代表する食品や郷土料理は何ですか？

記載あり	444	73.0%
記載なし	164	27.0%
計	608	100.0%

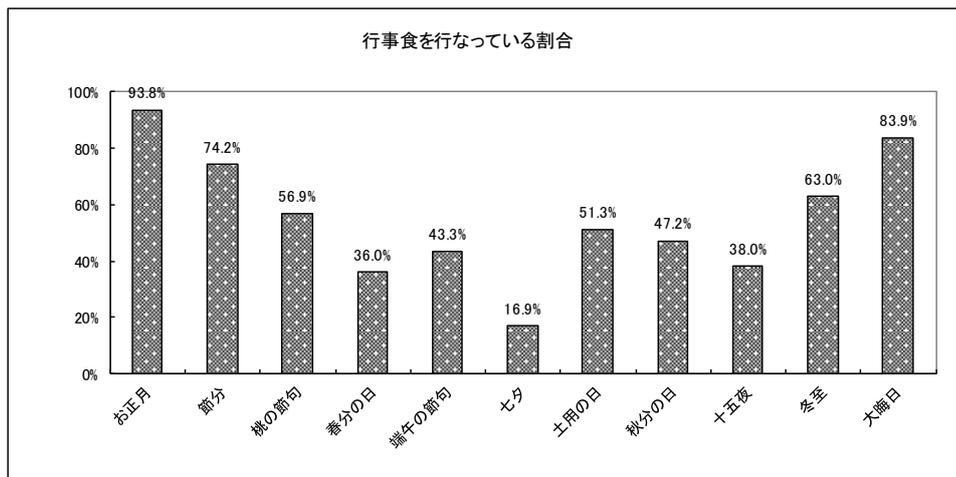
大人 問11 「食に関するイベントや地域の行事に参加したことがありますか？

参加したことがある	140	23.0%
参加したことがない	462	76.0%
不詳	6	1.0%
計	608	100.0%



大人 問12 行事食を行っている割合

	行なう	割合
お正月	570	93.8%
節分	451	74.2%
桃の節句	346	56.9%
春分の日	219	36.0%
端午の節句	263	43.3%
七夕	103	16.9%
土用の日	312	51.3%
秋分の日	287	47.2%
十五夜	231	38.0%
冬至	383	63.0%
大晦日	510	83.9%
	3675	604.4%



大人 問12 ご家庭では、どのような行事食を行っていますか？

行事食あり	586	96.4%
行事食なし	22	3.6%
計	608	100.0%

1月

	行なう	%
お正月		
おせち	405	66.6%
雑煮	471	77.5%
七草かゆ	109	17.9%
その他	43	7.1%
計	1028	169.1%

	行なう	%
節分		
豆まき	450	74.0%
その他	38	6.3%
計	488	80.3%

3月

	行なう	%
桃の節句		
ひなあられ	292	48.0%
白酒	41	6.7%
菱餅	87	14.3%
その他	86	14.1%
計	506	83.2%

3月

	行なう	%
春分の日		
ぼた餅	216	35.5%
その他	9	1.5%
計	225	37.0%

5月

	行なう	%
端午の節句		
かしわ餅	231	38.0%
ちまき	40	6.6%
その他	30	4.9%
計	301	49.5%

7・8月

	行なう	%
七夕		
そうめん	103	16.9%
その他	1	0.2%
計	104	17.1%

7・8月

	行なう	%
土用の日		
うなぎ	309	50.8%
その他	5	0.8%
計	314	51.6%

9月

	行なう	%
秋分の日		
おはぎ	287	47.2%
その他	3	0.5%
計	290	47.7%

9月

	行なう	%
十五夜(月見)		
月見団子	223	36.7%
その他	18	3.0%
計	241	39.6%

12月

	行なう	%
冬至		
冬至かぼち	381	62.7%
その他	10	1.6%
計	391	64.3%

12月

	行なう	%
大晦日		
年越しそば	504	82.9%
その他	27	4.4%
計	531	87.3%

問7.「食育」に取り組むためにはどのような情報が必要だと思いますか

No.	年代	問7 ⑦その他の内訳 (24件のうち2件は記載なし)
1	20歳未満	調理方法
2	20歳未満	学校で教えさせる
3	20歳未満	いろいろ
4	20歳未満	不詳
5	30歳代	苦手な物をいかに摂りいれられるかの工夫
6	30歳代	「食べる」というのがどれだけ「人」にとって重要なのかという情報
7	30歳代	家庭での食生活の見直し
8	30歳代	命をいただくという感謝の気持ちを育てる事
9	30歳代	添加物食品に頼らない、シンプルな親子で作れる料理ガイド
10	30歳代	真の栄養学
11	30歳代	偏食や好き嫌いの人のために
12	30歳代	不詳
13	40歳代	田植えや稲刈り精米など米に対する体験
14	40歳代	食べ物大切さ、生産者から食卓までのいただきます、ごちそうさまの精神
15	40歳代	安全な食べ物について知る
16	40歳代	身体に良い素材を取り入れる
17	40歳代	旬のものを知る事が大事です
18	40歳代	野菜はどうやってできるか、魚はどこでとれるか・・・という食材について知識。
19	40歳代	実際に手をかけさせる事につきますと思います。
20	40歳代	年齢にあった食、好き嫌いのある子の為の食の摂り方
21	40歳代	自分で作ることが楽しいと思えること
22	50歳代	国内産の物を食べる
23	50歳代	魚・肉・野菜などの生体系・加工食品の製造プロセスの理解
24	60歳代	家族それぞれに”食”に対する理解を徹底させる事

問8. 毎日の食生活で気をつけていることがありますか

年代	問8 ④その他の内訳 (50件のうち2件は記載なし)
20歳未満	食べ過ぎないようにする
20歳未満	不詳
20歳未満	最初に炭水化物をとらない(太るので)
20歳未満	のこさず食べます
20歳未満	カロリーに気を付ける
20歳未満	時間帯を決める
20歳未満	中国産を買わない
20歳未満	水分をとること
20歳未満	自分の好きな物を食べているので、気をつけていることはない。
20歳未満	残さないようにする
20歳代	好き嫌いなないようになんでも食べさせている
30歳代	安全性、マナー
30歳代	何もしていない
30歳代	野菜をたくさんとる
30歳代	食べたいと思う物を種類食べるのが一番いい
30歳代	作ってくれる人にありがたく思うこと
30歳代	家族で楽しい食の時間となること
30歳代	楽しく食べる
30歳代	1食10品(種)
30歳代	楽しくおいしく食べれる食生活
30歳代	間食においても栄養面の配慮を行なう
30歳代	旬の物を食べる、行事食を作る
30歳代	旬の物、地物を食べることで同じ食材でも、より高い栄養価を香りや季節感とともに得よう意識している
40歳代	食事のマナーについて
40歳代	3食は食べていませんが、バランスのとれた食事に気をつけています。
40歳代	同上をその日、その日色々考えている
40歳代	不規則にならないこと
40歳代	食事の中でいろいろ話し合うようにしている
40歳代	楽しい気持ちで食べる
40歳代	加工食品、添加物をなるべく摂らないように
40歳代	出来るだけ地元の物を選ぶ
40歳代	旬のもの、野菜を中心にうす味
40歳代	2食でも3食でも、きちんとごはん(米)を食べる事。細かいバランスはあまり気にしない。野菜類が好きなので。
40歳代	五味五色 山のもの海のもの
40歳代	太らないようにすること
40歳代	楽しく食べる
40歳代	楽しく食べる、作物を作る
40歳代	脂肪をためこまないように野菜中心に
40歳代	食べ過ぎない事
50歳代	快の感情を持って食にのぞむようにしている
50歳代	できるだけ手作りの料理を心がけている
60歳代	不詳
60歳代	あまり気にしないで食べている
60歳代	野菜をできるだけ産地で買いたい。買っている。
60歳代	食べ過ぎないようにする
60歳代	肥満にならないように体重を維持
60歳代	一人暮らしで作るのがめんどうなので、できるだけ一皿に多品目、多種類の食品が出来るように考えています。(実行は難しい)
70歳代	水分を多めに取る
70歳代	楽しい雰囲気食べるように心掛けている
70歳代	食品の鮮度

問10. あなたが知っている小樽を代表する食品(菓子類、飲み物を含む)や郷土料理は何ですか？

分類	詳細	回答数	対する割合
魚肉練り製品	かまぼこ、すり身	179	18.6%
洋菓子	ケーキ、クッキーなど	153	15.9%
魚介類	いくら、ほっけ、ウニ、かすべ、八角など	152	15.8%
寿司		131	13.6%
清酒、果実酒、ビール	日本酒、地酒、ワイン、地ビール	105	10.9%
和菓子	まんじゅう、大福など	79	8.2%
その他の菓子類	キャラメル、アイスクリーム、菓子パン、チョコレート、かりんとうなど	50	5.2%
清涼飲料水	水、ラムネ	46	4.8%
その他の調理品	鶏の唐揚げ、ジンギスカン、焼肉、鍋物、めん類、そば	42	4.4%
魚介を使った調理品	汁物、いずし、ニシン漬け、など	25	2.6%
		962	100%

問11.食に関するイベントや地域の行事に参加したことがありますか？

参加したことがある→	23.0%
参加したことがある(イベント記載あり)	95.0%
参加したことがある(イベント記載なし)	5.0%

属性	計	%
食生活展	24	17.1%
酒蔵まつり	20	14.3%
ワインカーニバル	63	45.0%
小樽うまいもん祭り	17	12.1%
小樽祝津にしん祭り	14	10.0%
小樽さくら祭り	9	6.4%
親子の食育講座	17	12.1%
やまべ親子放流祭	9	6.4%
町内会イベント	9	6.4%
学校行事	3	2.1%
匠の会	8	5.7%
市民体験農園	7	5.0%
幼稚園P連食育講座	5	3.6%
くいだおれツアー	3	2.1%
キロ口味覚祭り	2	1.4%
消費者協会主催	2	1.4%
後志フードフェスティバル	2	1.4%
水産祭り	3	2.1%
料理教室	5	3.6%
その他	9	6.4%
不詳	7	5.0%
計	238	170.0%

年代別	参加実数	回答者数	参加実数/回答者
20歳未満	20	210	9.5%
20歳代	3	18	16.7%
30歳代	35	117	29.9%
40歳代	44	124	35.5%
50歳代	15	33	45.5%
60歳代	11	55	20.0%
70歳代	11	43	25.6%
80歳以上	1	6	16.7%
計	140	606	199.3%

年代	食育についての御意見、御要望(原文のまま)
20歳未満	マグロを育てろ
20歳未満	小・中・高校などで講演などをしてほしい
20歳未満	家庭科の授業で食育を取り扱うべき
20歳未満	改善するために、良い意見だけでなく悪いイメージの意見も積極的に聞くべきだと思う。
20歳未満	全体的にカロリー低下、食べても太らない
30歳代	最近では、脂肪や塩分のことを言われているのをよく耳にしますが、今の子はそれプラス炭水化物の摂り過ぎのような気がします。我が家でも気をつけていますが、野菜類(特に青、緑、黄)に全く自ら手をつけなくてよく、勧めると嫌々で困っています。
30歳代	食育を行なうにあたって、お口の健康(歯を大切に)行事やイベントを地域をあげて取り組んでほしいと思います。
30歳代	栄養、安全、旬の物等、考えて食べさせたいと思うのですが、値段が高くて…。小樽産の魚類も高く手がでません。
30歳代	子どもより大人の方が興味がない親が多い。行事食も知らない親が増え、学校の役割は大きいと思います。子どもの朝食も食べてない子、食べていても1品、親も食べない習慣がある家庭が多い。学校の給食も残すのはOKになってきて、ほとんど手をつけられない子もいる。
30歳代	学校給食も食育のひとつだと思うのですが、世界の国々のメニューなど工夫しているのはわかりますが、野菜が少ない、味が濃いなど「えっ？」と思うことがよくあります。今の子ども達が好き嫌いが多く、予算がないなど問題点があるのは知っていますが、身近なところにある給食がそんなかんじでなんとかならないのかなあとよく思います。
30歳代	夫が高知県南国市の給食についての講演会に出席し、とても感動して帰ってきました。資料を見て私も興味深く思いました。地産地消、炊き立てのごはん、実行するのは難しいとは思いますが、とても良い事だと思います。「お百姓さんの歌」を理解できるような子ども達が増えるといいなあと思います。
30歳代	輸入が発達している昨今、旬の物、土地の物がわかりづらくなっています。旬の物を取り入れる事が栄養面では重視されるので、わかりづらい中にも子ども達には市場にて目で、舌で感じられる環境をつくり、地方意識も持ってもらえたらと考えます。日本古来の食のマナー、器大事にしたいですね。
30歳代	よそから引っ越してきて小樽に住んでいますが、小樽は海・山に恵まれとても良い環境にあるとつくづく感じます。地物をもっといろいろなところで手に入れられたり、合同で販売する機会が身近にあってもいいかと思っています。(特に銭函にいるとわざわざ街中にまで足を運ばないといけない…) また学校給食に小樽ならではの食材を使った日を作ってほしいと思います。スーパーに地産地消のコーナーを設けるのもどうでしょうか。生鮮食品以外は地物のものかいちいち裏を見ないとわからないこともあります。地元企業にとっても励みになる
30歳代	私も含め忙しい家庭に育った子ども達、大人は伝統的な食文化の知識にとぼしいので、行事食などの料理教室や地域でのイベントがあると家庭での行事食を取り入れるきっかけになるのではと思います。
30歳代	子供が通っている保育園では月に1度食育の時間があり、ここで取り上げた食材について興味を持ち、食べるようになったり、野菜づくりで収穫した野菜をとり入れたこんだてを提供し、苦手だったものも、好きになったりしており、これをきっかけに家庭でも話題にのぼったり、手伝ったりすることがある。「食育」はからだづくりや食事のマナー等にも通じる部分があるので、子供がとびつきやすい話題か体験で、とりいれていきたい。
30歳代	栄養、真の栄養学、食餌と栄養、栄養学、栄養の喜劇、岡田茂吉さんの書物をぜひ読んでもらいたいです。
30歳代	農家の大変さ、漁師の大変さ、それがわかれば自然と、食事の大切さが身につくのではと思っています。畑に実っている野菜を見ると、「おいそう」と思い、苦手なモノも食べたくなったりするので、出来上がりだけでなく、食べるための流れ(?)も大切だと思っています。
30歳代	食育はとても大切だと思います。バランスを考えて食事を作っていますが、どうしても自分のこのみものものになったり、使いなれた食材ばかりになったりしています。小樽の食材を使って簡単に作れるレシピがあればうれしいです。(できれば一週間分とか)
30歳代	小樽市で「食」に関するイベントを知っている人などが、たくさん参加していないと話を聞いたので、私自身も参加した事がないので、よく知らないです。すみません。
30歳代	3食バランスよく食べられるのが本当は良いのですが、生野菜を食べないので鍋類にして食べさせています。無理に食べさせて食べることが嫌になるのが一番コワイです。色々な形で楽しく食べられる事を大事にしています。
30歳代	食育講座を月に1回行ってほしいです。
40歳代	親子で作る料理教室など
40歳代	6年生の修学旅行で白老のアイヌの料理を再現した昼食を食べました。白いごはんにも木の实が入って、大きな野菜の入った魚のスープが出てかわったスープだったと娘の話。後日先生より三平汁が出たとのこと。昔は、化学調味料がなくてすばらしい料理が作られていた。核家族になって、作る機会も作り方もわからないので、私は大好きで食べてきましたが、一度も作ってあげてなかった。便利なインスタント、レトルトスープですます時もあったと反省しました。
40歳代	小樽市の食育イベントの情報など学校などを通してたくさん知る事ができたらいいなと思います。参加したいです。
40歳代	一番食育に力を入れるもので給食がありますが、小樽は最低レベルではないかと思う。もっと子ども達には食べることへの食欲をまず学ぶべきではないかと思っています。
40歳代	学校給食について その日食べるものがどこでつくれ、どこで調理されて、子ども達の口に入るのかという説明が年1回でもあるとよいと思う
40歳代	なるべく添加物などのないものを食べさせたいと思いますが、高くてもなかなか手が出ません。安心安全なものをもっと安価で手に入れられたら良いと思います。今上の子はお弁当ですが、いつも卵焼きウインナー冷食になります。給食は本当にありがたいと思います。
40歳代	食べ物は画一的に工業生産できるものと違い、命をいただき、尊い労働力のもとに得られるものだと思います。旬以外の物がいつもスーパーに並んでいては、大人でさえ何を食べてよいのかわからなくなるのでは…と思います。小樽は海産物はもちろん、山の恵みも豊富です。地産地消という意味で、もっとPR、学校給食で取り入れてみては?
40歳代	小樽でも「食」のイベントけっこうあるんですね。もっとアピールしたほうが良いと思います。行事食は、家族の食の好みによりなかなか取り入れられないなあという残念に思っています。
40歳代	わが家は比較的手作りが多い。理由の1つに安価でできるというのがある。ケーキにしろ、お寿司にしろお店のものはおいしいのだが、手作りならではの魅力もあるはず。幸いわが娘達は「お母さんの作ったものはおいしい」と言ってくれている。やはり食育の基本は家庭料理からだと思う。

40歳代	子ども達、両親と一緒に食事をとることを心掛けています。気にかけていることは季節の物(山菜など)も両親のおかげで食べることが多いと思います。また、消費期限にとられず、たとえ期限切れでも傷んでいない物は普通に食べたり飲んだりしています。食べものを粗末にしない様子子ども達に日頃から伝えています。
40歳代	とにかく成長期の時は必ず三食摂ること！食べることは生命です。一日一回は家族そろって食べるとおいしいです。おかずが少なくても楽しい食事をしましょう。
40歳代	「食育」といってあらためて教育していくというよりは日本古来の習慣、例えば行事食やマナーなど各家庭で取り組むべきの方が多くのように思います。また日々の生活の中で自然に身につくものこそ本物だと思うのが。
40歳代	食育について各家庭で作りあげていくものだと思う。忙しい母親が多くなっているため、バランスを考えるのであればコンビニ弁当でもいい時もあると思う。食育に悪いものを売っているのも事実ではないでしょうか。
40歳代	朝食に限らず三度の食は、大事だと思っています。ただ、きちんとした食育をさせているかと聞かれたら自信がありません。今後見直してきちんとした食育をさせてあげたいと思います。
40歳代	食育についてあまり大げさに教育・指導するというのではなく、当たり前という感覚でそれぞれの家庭で取り組めたらと思います。
40歳代	特別なイベントより、一緒に食べ、作り、育てる「毎日」が大切だと思っています。おいしいものを楽しく食べた後に残さない、バランスがよく、ぐくればいいのでは。
40歳代	私は食に関して日頃から気をつけています。なるべく無農薬、外食はしない・・・等。男の子にも食事の作り方教えようと思っています。安全なものを食べさせたいです。
40歳代	おばあちゃん達が物のない時代に工夫して作った食事はとても身体に安全でエネルギーとなりバランスがとれていると感じることがあります。カボチャやイモで団子を作る時など子供と一緒に調理する事がありますが、料理と一緒にする事もコミュニケーションや食育の場になると考えています。親子でお年寄りから料理を習う場などあれば相乗効果がありそうですが…。
40歳代	料理本は数々ありますが、「おふくろの味は」なかなか見られません。毎月1つずつでも広報おたるに載せていただけたらうれしいです。
40歳代	食育が、こんなにも大切な事と子どもを通じて教わりました。これからは積極的に親子で食育のイベントに参加させていただき、しっかりと勉強したいと思います。この様な機会を与えていただきありがとうございます。
40歳代	子どもより、子育て世代の親に対する食育が必要ではないでしょうか。すると必然的に子ども達へ受け継がれるのではないかと思います。
40歳代	私は北海道のフードマイスターの資格を持っているのですが、今の所役に立っていません。なんとか役に立てたいので、もし何かありましたら連絡をください。
40歳代	「食育」という言葉はもうすでに一般化しているのかもしれないが、何だかかたくて、上から目線なフレーズに感じる。おいしいーたのしいー健康！みたいな気軽なイメージ作りが必要なのでは？
40歳代	仕事の忙しさにかまけて、ついつい食事に手をかけず、手軽にすませる事もメニューも片寄りがちになります。栄養バランスよく旬の食材を使った簡単レシピなどを知りたいです。
40歳代	プロの方の料理教室を開いてほしい。地場の野菜や魚などを使って給食のメニューにもっととりいれる。
40歳代	食育も確かに重要だとは思いますが。私は40代ですが、スーパーに良くと魚は切り身、出来合いのものも多く(加工食品)私も使うことがあります。子ども達が、私達と同じ年代の人も含めて、知らなすぎる事が多いです。味付はともかくとして、もっと初歩的な事から教えるべきではないでしょうか。バランス、カロリーも大切ですが、食品の生鮮の知識もある程度理解できないと調理方法もわからずといった風に思うのですが。
40歳代	栄養学とかにあまりとらわれて、きゆうくつな食事はしたくありません。腹八分目とご飯とみそ汁、おかずがあればそれでいいと思います。要はおいしく頂くこと、身体がほしがってる物を食べる事、極端な考えによらない事を心がけています。
40歳代	具体的に指導いただければ(幼稚園などで)うれしいです。
50歳代	食・食材について児童に興味を持つよう保健所が力を入れてほしい
50歳代	給食を残した時に持ち帰れる物は持ち帰ったほうが良いと思います。自分達の残したパンをゴミ袋にいれて外に出すとカラスが集まってくる様子を子ども達は目にしています。大切な事を子ども達に教え忘れているように思います。
50歳代	子どもの生活の中で、1日3食きちんと食べる。正しいマナーで老若男女楽しく食べる機会があればと思う
50歳代	家族の中にお年寄り(おばあさん)がいるのでメニューを決める時、けっこう悩みます。子どもはどうしても肉系が好きなので、肉料理が多くなりがちなのですが、大人は魚やあっさり系がいいというので、どちらにもあう様なメニューって何かあれば教えていただきたいなあと思います。
50歳代	旬のものを食べて、季節を感じたり、魚は市場で買い、野菜はスーパーや市場で買ったり、新鮮な物を食べ、国内産や地物など身近なものを買います。他国の物はあまり買いません。肉は特に国産物です。脂肪や塩分にはとても気を付けているので、外食をすると塩分が強すぎます。
50歳代	今さら、食で人を育てるみたいな事を言うな。食べることは生きる事、命を育む事を伝えたいなら、しっかりと食を作る。いただく心を忘れず感謝の気持ちに合掌
60歳代	栄養成分表示のほかにカロリーも表示される事を希望します。(おすし屋、レストラン、中華、居酒屋など…)
60歳代	学校での教えが良くない、「しつけ」を家庭のせいにして、基本的なマナーや「当たり前」はどういうことなのかを教えていない。
60歳代	幼児に大人と同じ食べ物(糖分、塩分の多い)を与えているように思う。学校PTA、その他で指導願えればと思います。子ども達の食物が一番気にかかります。
60歳代	食育は心身共に大切な事柄です。特に母親は子どもの成長の基礎となる事から、早い時期から学ばなければなりません。色々な環境の提供をお願い致します。私達仕事を持った女性ももっと食育について学ばなければならないと思いますが、行事、イベントと時間帯が合わなくなかなか参加できません。なるべく参加出来るよう心掛けたいと思います。
60歳代	産地偽装や賞味期限を偽ったりの最近の製造、販売者のモラルの低下はあきれられるばかりです。家庭内でいくら考えて作っていても、元の所が正しくないのは困ったことだと思います。又、一般消費者も〇〇が健康に良い。何に効果があると聞くといきなり、マスコミに振り回されすぎです。外国の料理もけっこうですが、日本人が本来食べていた和風惣菜類も見直されて良いとおもいます。
60歳代	食育は幼児の時から、家庭の中で基本的なことを身につけることが大切かと思っています。
60歳代	小樽に住んで40年くらいになりますが、生まれ育った所の生鮮食料品になれているのであまり食材は何なのかわからない料理は嫌いです。肉、魚、野菜の料理に手をかけすぎないものが一番いいです。

70歳代	地産のものを食べるようにしています
70歳代	なるべく地産の品を食べる
70歳代	家族でコミュニケーションを取りながらバランスの取れた食生活を大切に出来る家族力を食育を通して取り戻したいです。
70歳代	四季毎の代表料理を2～3種類列記、簡単な料理法を記述
70歳代	・市の広報でPR ・新聞の折込にいらしてください
80歳以上	年代に応じた食事バランスガイドの普及大きく上げたい

「食事バランスガイド」

あなたの食事は大丈夫？

「食事バランスガイド」は1日に「何を」「どれだけ」食べたらいかがが一目でわかる食事の目安です。



バランスの良い例
(1日の適量をきょうんと食べた場合)



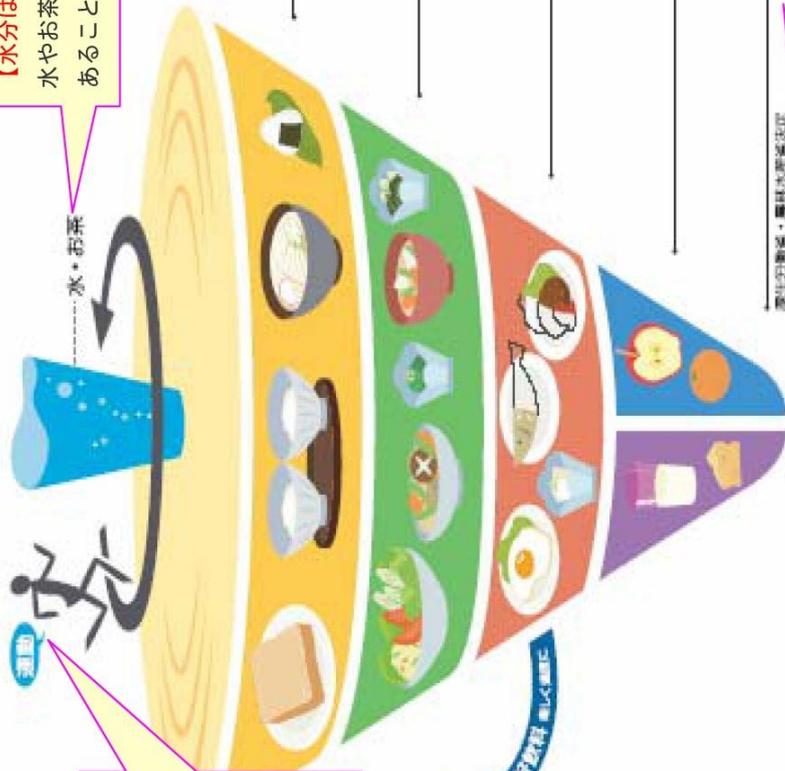
バランスの悪い例
(ご飯と野菜が不足し、肉類が多すぎる食事)

【食事と運動のバランスはコマで表現】

食事のバランスが悪くなると倒れてしまうことと、規則正しくコマが回転することは継続的な運動の重要性を表現しています。

【水分は軸】

水やお茶はコマの軸とし、食事の中で欠かせない存在であることを示しています。



【菓子嗜好飲料はヒモ】

菓子・嗜好飲料は、「楽しみながら適量に」というメッセージを示しています。

上から主食、副菜、主菜と十分な摂取が望まれる順に配置

5-7 主食 (ごはん、パン、麺)
ごはん(中盛り)あたり4杯程度

5-6 副菜 (野菜、きのこ、海藻類)
野菜料理5皿程度

3-5 主菜 (肉・魚・卵・大豆料理)
肉・魚・卵・大豆料理から3皿程度

2 牛乳・乳製品
牛乳あたり1本程度

2 果物
みかんあたり2杯程度

【「主食」「副菜」「主菜」「牛乳・乳製品」「果物」の5つの料理区分で表現】

上から、十分な摂取が望まれている主食、副菜、主菜の順に並び、牛乳・乳製品、と果物については同程度と考え、並列に表しています。

〒047-0033

小樽市富岡1-5-12

小樽市保健所 健康増進課

TEL 0134-22-3110

FAX 0134-22-1469

E-mail kenko@city.otaru.lg.jp