

評価指標

評価指標項目	小松島市現状値	目標 (H26年)
食育に関心を持っている者の割合	—	増加
「食事は楽しい」と感じる者の割合	高校1～3年生男性：82.9% 高校1～3年生女性：83.0% 20～69歳男性：87.7% 20～69歳女性：87.6% } ※1	90%以上
家庭で食事づくりの手伝いをしたことがある子どもの割合	—	増加
食事前後のあいさつ習慣のある者の割合	—	増加
特産品を知っている者の割合	—	増加
普段の買い物で地産地消を意識している者の割合	—	増加
郷土食を知っている者の割合	—	増加
野菜や海藻・きのこなどが主となるおかずを毎日2回以上食べる者の割合	高校1～3年生男性：13.6% 高校1～3年生女性：13.2% 20～69歳男性：16.5% 20～69歳女性：25.5% } ※1	増加
エコファーマー認定者数 (エコファーマーとは、環境にやさしい農業実践者のことで、県知事が認定した者です。)	23件 (H22年3月現在)	50件
外食、食事購入時に栄養成分表示を参考にする者の割合	高校1～3年生男性：25.4% 高校1～3年生女性：34.5% 20～69歳男性：25.8% 20～69歳女性：55.0% } ※1	増加
朝食欠食の割合	小学5年生：19.0% ※2 中学2年生：17.5% ※3 高校1～3年生：32.0% 男性20歳代：27.3% 男性30歳代：35.5% 女性20歳代：25.0% 女性30歳代：15.7% } ※1	15%以下
痩身傾向児の割合	3歳児：0.3% ※4 小学1～6年生男子：0.54% 小学1～6年生女子：1.62% 中学1～3年生男子：1.09% 中学1～3年生女子：3.63% } ※5	減少
肥満傾向児の割合	3歳児：5.4% ※4 小学1～6年生男子：9.45% 小学1～6年生女子：6.86% 中学1～3年生男子：12.34% 中学1～3年生女子：11.09% } ※5	減少
BMI25以上の40歳以上の者の割合 (小松島市特定健診受診者)	40～69歳男性：34.6% 40～69歳女性：29.3% } ※6	20%以下

※現状値が(ー)の項目は平成23年度にアンケート実施予定です。

出典：※1：H20年健康こまつしま21アンケート調査
※2：H20年児童の生活習慣に関する調査
※3：H21年早寝早起き朝ごはん調査
※4：H21年度3歳5か月児健診結果
※5：H21年度最近の子どもに見られる疾病の傾向調査
※6：H20年度小松島市特定健診結果

小松島市保健センター
〒773-0001
徳島県小松島市小松島町字新港9-10
TEL 0885-32-3551
FAX 0885-32-4145

小松島市食育推進計画 概要版

スローガン

～みんなで作る 心とからだにうれしいごはん～



計画策定にあたって

近年、栄養の偏り、不規則な食事、生活習慣病の増加など、ライフスタイルの変化や価値観の多様化に伴い、私たちの食生活をめぐる多くの問題が引き起こされております。

そこで、市民が生涯にわたって健全な心とからだを培い、豊かな人間性をはぐくむために、食育の推進をより計画的に家庭、地域、学校(幼稚園を含む)、保育所、行政などが連携して取り組めるよう、平成22年に「小松島市食育推進計画」を策定しました。計画の期限は平成26年度までとします。

「食育」とは

○生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきものです。

○様々な経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てることです。
「食育基本法」より



徳島県小松島市

さあ「食育」推進！ 家庭でやってみよう

みんなで楽しむ食

★食を通してコミュニケーション

- ・家族や友人と一緒に楽しい雰囲気ですらをしよう。
- ・子どもの頃から買い物や料理の手伝いをしよう。
- ・味・色・香りなど、楽しい食の体験を通して食べ物への関心を持ちましょう。

★食に関する基本所作

- ・食前の手洗いや箸の持ち方、あいさつなど食事のマナーや作法を身につけよう。



郷土の恵みを知る食

★自然の恵みに感謝し大切に

- ・地産地消に関心を持ち、食事に取り入れる工夫をしよう。
- ・「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつで感謝の気持ちを育てよう。

★食文化

- ・子や孫へ、郷土料理や行事食などを伝えよう。



健やかな体をつくる食

★食生活リズム

- ・1日3回の食事で、規則正しい生活リズムをつくろう。
- ・よくかんで食べる習慣、歯みがき習慣を身につけ、健康な歯と口腔を育てましょう。

★栄養のバランス

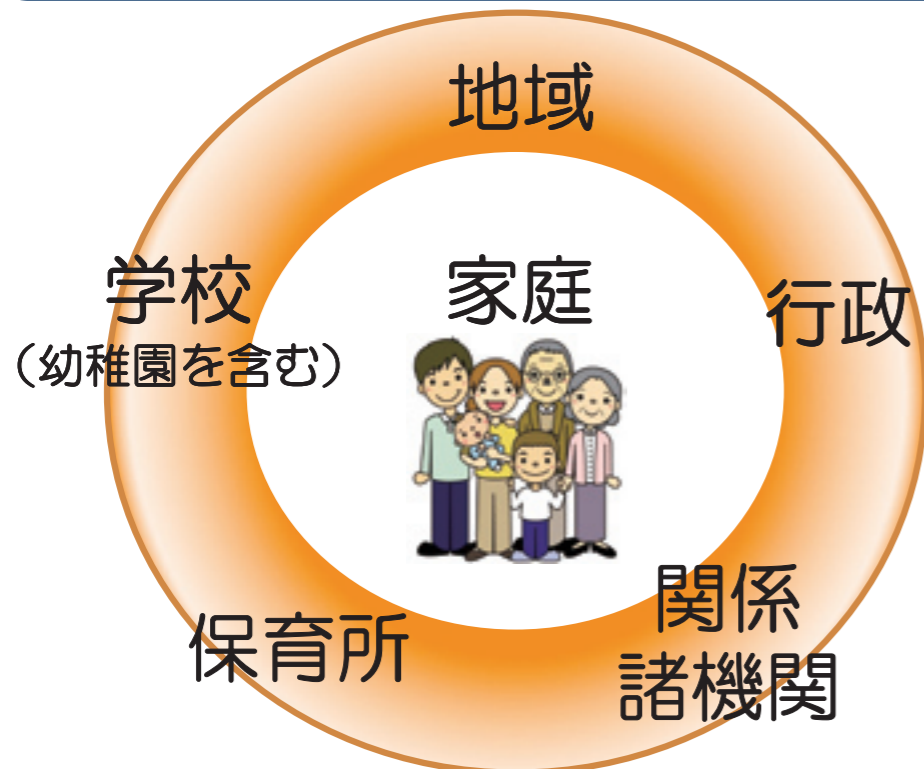
- ・主食+主菜+副菜で栄養バランスを考えて献立を選ぼう。
- ・お菓子やアルコールなどの嗜好品は量や種類に注意しよう。

★食品の安全性

- ・食品表示などを見る習慣をつけ、安全な食材を選ぼう。



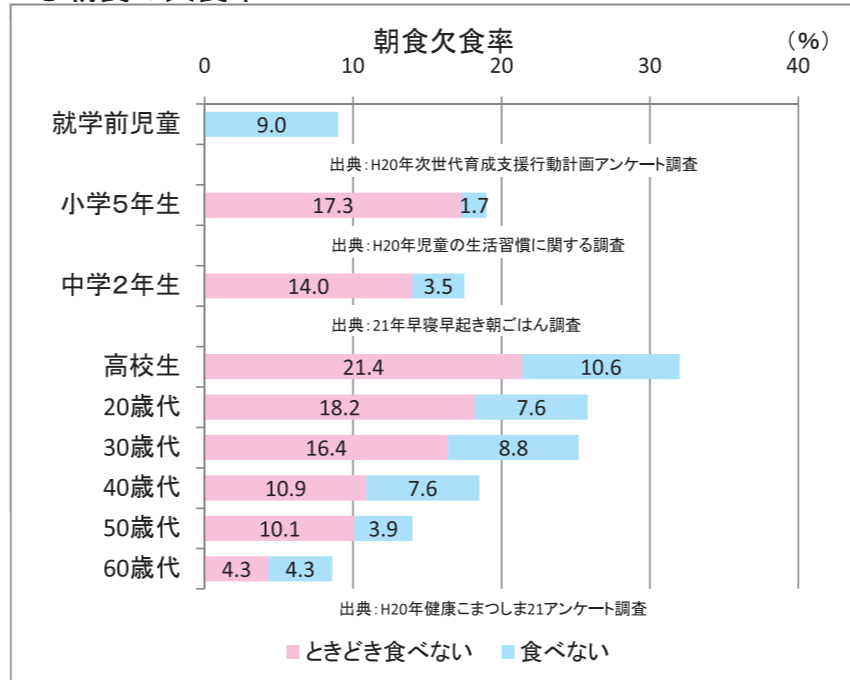
「食育」は、家庭を中心に、地域、学校(幼稚園を含む)、保育所、行政など周りのみんなが手を取り合って、支援・推進していくことが重要です。そのため、各関係機関が共通認識のもと、市民一人ひとりが自分や家族の問題として、「食育」に取り組むことができるように、連携・協力を図り、「食育運動」を進めていきます。



小松島市食育推進計画について詳しくは、市ホームページ内をご覧ください。
<http://www.city.komatsushima.tokushima.jp/soshiki/12/shokuikukeikaku2010.html>

「食」をめぐる小松島市の現状と目標

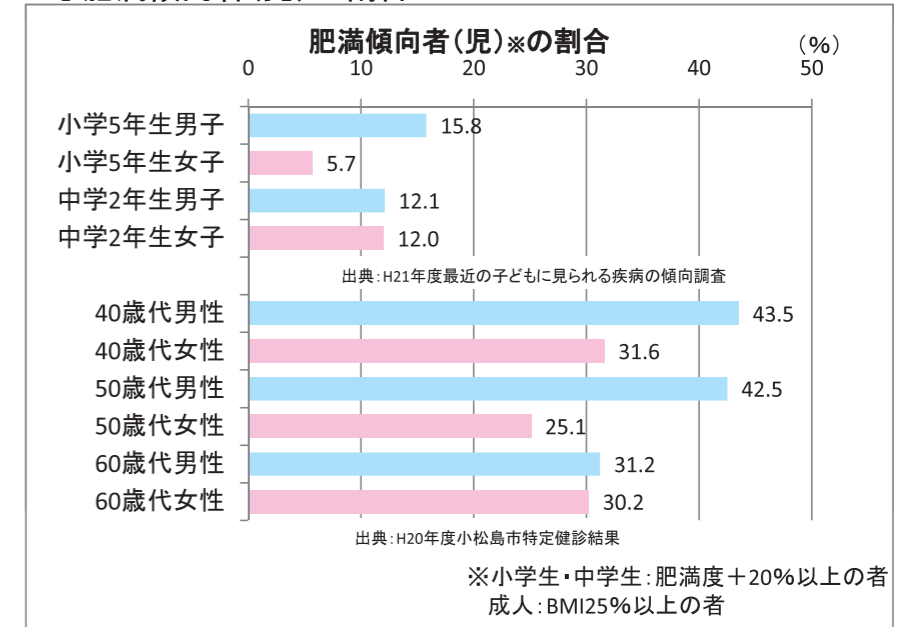
○朝食の欠食率



各年代において、朝食を欠食している人がいます。特に、高校生、20歳代、30歳代の人において、欠食率が高くなっています。

小松島市では、各年代において、朝食欠食率15%以下を目指します。

○肥満傾向者(児)の割合



40・50歳代男性(平成20年度小松島市特定健診受診者)において、半数近くの方が肥満傾向にあります。肥満予防のため子どものころから生活習慣に注意しましょう。

小松島市では、肥満傾向者(児)の割合の減少を目指します。