

第4次

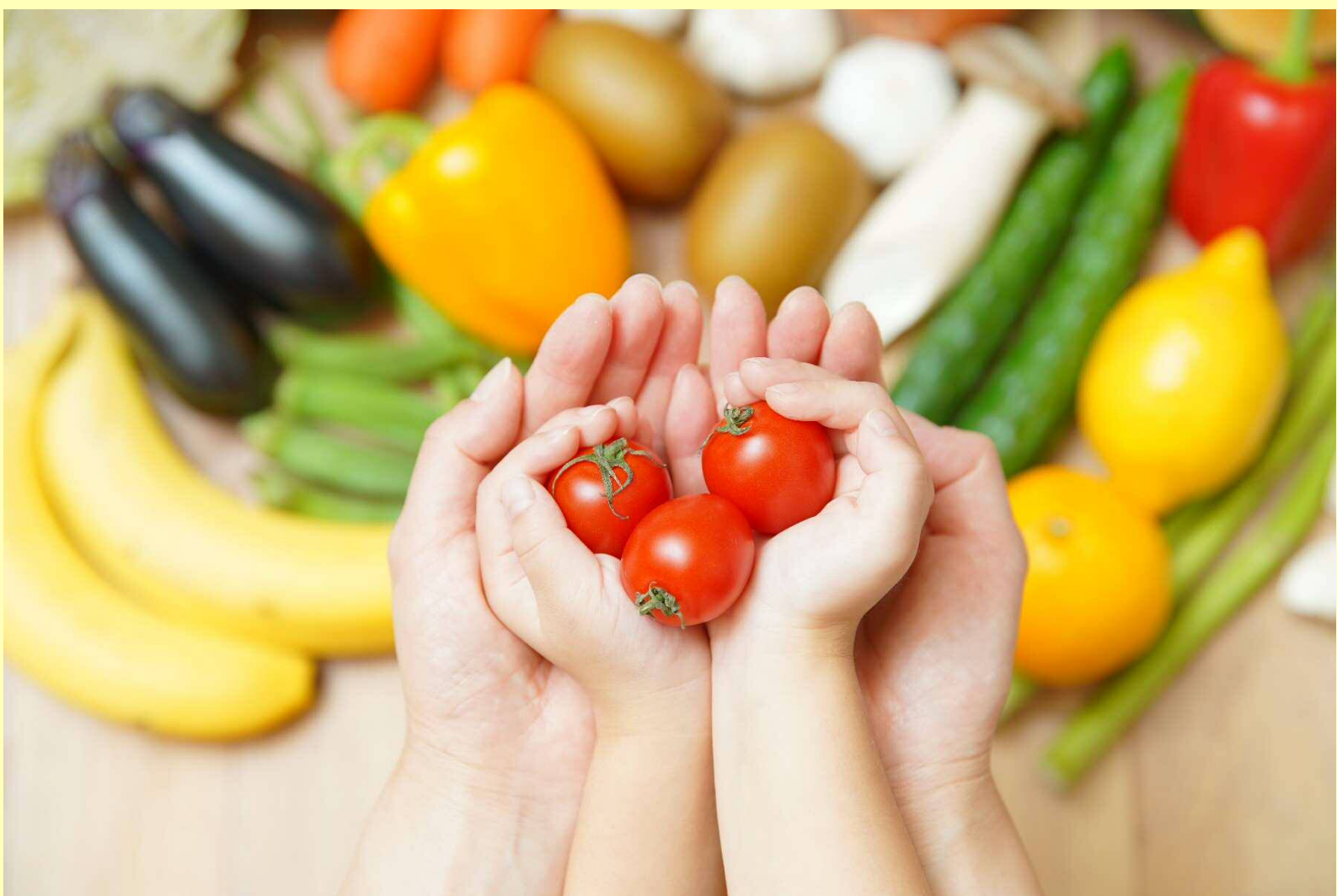
ダイジェスト版

東大阪市 食育推進計画



令和4(2022)年度～令和8(2026)年度

食育トライで広げよう！めっちゃ元気な市民の環



計画の詳細や食育情報は、市ウェブサイトをご覧ください



第4次東大阪市食育推進計画



栄養・食育情報

HIGASHI-Osaka

1 計画策定の背景と趣旨



本市では、健康・保育・教育・農・環境等の幅広い分野において、市民や関係機関、行政などが一体となって食育の推進に取り組んできました。

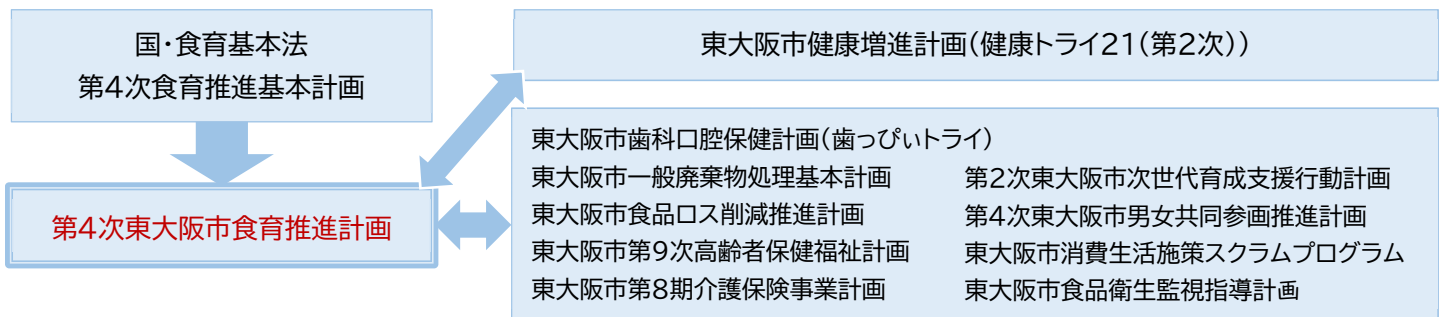
食に関する課題は、健康寿命の延伸や生活習慣病の予防などの健康課題をはじめ、食をめぐる環境の変化による食習慣の乱れや栄養の偏り、食を通じたコミュニケーションの機会の減少、食べ物や食文化を大切にしたい意識の希薄化など多岐に渡ります。また、新型コロナウイルス感染症の流行により、食育推進においても、「新しい生活様式」に対応した取り組みが求められています。

これらの状況を踏まえ、市民が健康で豊かな生活を送ることができるように、令和4年3月に、「第4次東大阪市食育推進計画」を策定しました。

「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と位置付けるとともに、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」とこととされています。(食育基本法より)

1 計画の位置づけ



2 市民アンケート調査から見える食の現状



※市民:満18歳以上の市民、幼児:保育所(園)や認定こども園、幼稚園に通う5歳児

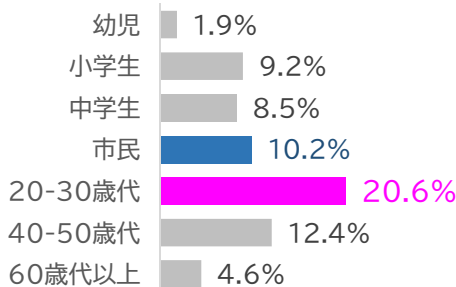
■ 食育に関心を持っている市民の割合



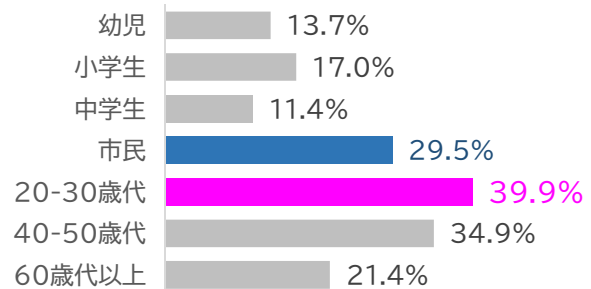
■ 毎日家族のだれかと一緒に食事をする割合



■ 朝食を欠食する市民の割合



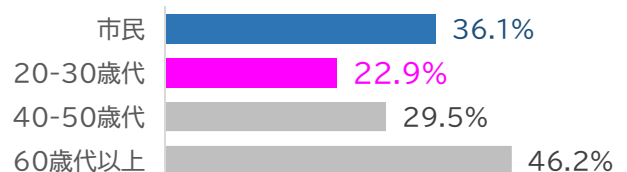
■ 野菜を食べない市民の割合



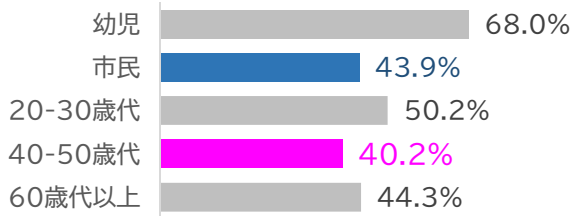
■ 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている市民の割合



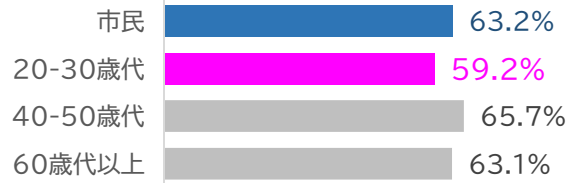
■ 生活習慣病やフレイル予防のためのよい生活習慣を実践している市民の割合



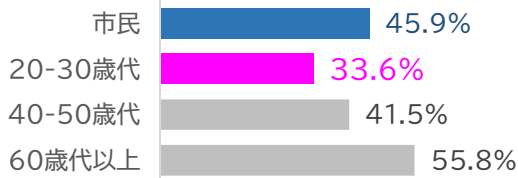
■ よくかんで味わって食べる市民の割合



■ 外食や食品を購入する時に栄養成分表示を参考にする市民の割合



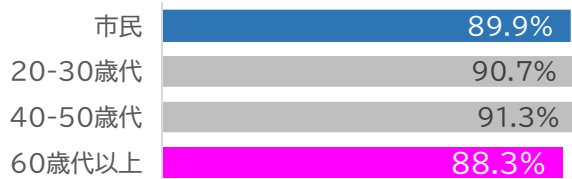
■ 食品の安全性に関する基礎的な知識を持っている市民の割合



■ 農産物の栽培体験がある市民の割合



■ 食べ残しをしないようにしている市民の割合



■ 伝統料理や郷土料理を家庭で作ったり食べたりする市民の割合



3 計画の基本的な考え方と目標



基本理念

豊かな心で「食」を楽しみ、より多くの市民が生涯を通じて健全な食生活を実践でき、健康で活力のある社会をめざす！

基本目標

食育トライで広げよう！めっちゃ元気な市民の環

「食」を楽しむ



食への感謝の気持ちを深め、心豊かに食を楽しむ姿勢を育む

「食」を学ぶ



適切に選択し実践する力や、食文化を次世代に引き継ぐ力を育む

「食」でつなぐ



お互いに連携しながら支え合い、健康な食生活を送る力を育む

重点的な取り組み

若い世代における食育の推進

若い世代を対象とした生活習慣病予防につながる食習慣の普及啓発や、次世代を含めた食育の実践につながるよう取り組みます

考慮すべき事項

「新しい生活様式」に対応した食育の推進

新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、新しい生活様式に対応した取り組みを進めていきます

1 生涯にわたる健康なからだづくりと豊かなこころを育てる食育の推進

取組内容	(1)歯と口の健康と食育	(2)妊産婦の食育	(3)乳幼児の食育
	<ul style="list-style-type: none"> ライフステージに応じた取り組みの実施(妊婦)妊婦歯科健康診査(乳幼児)乳幼児歯科健康診査・幼稚園での歯科健康管理指導・よい歯のコンクール など(学童期・思春期)小・中学校への歯科健康管理指導(壮年期)成人歯科健康診査・相談(高齢期)介護予防教室での啓発 など <p>▶よくかんで味わって食べる市民の割合 43.9%→50%以上 (幼児)68.0%→75%以上 (高齢者)44.3%→50%以上</p>	<ul style="list-style-type: none"> 「妊娠前から始める妊産婦のための食生活指針」に基づく妊娠中の望ましい食習慣や体重増加についての知識普及 たばこやお酒の害から赤ちゃんを守る取り組み <p>妊娠期からの子育てガイド「すくすく☆トライ」</p> 	<ul style="list-style-type: none"> ①家庭や地域における食育 <ul style="list-style-type: none"> 「早寝早起き朝ごはん」で基本的な生活習慣づくり 幼少期からの生活習慣病予防などのための「野菜摂取」の推進 「食」を楽しむ食育や、家庭での「共食」の推進 ②保育所(園)、認定こども園、幼稚園における食育 <ul style="list-style-type: none"> 健康な生活の基本としての「食を営む力」の基礎を培う取り組み 食育の計画の評価及び改善 家庭や地域との連携 <p>▶毎日家族のだれかと一緒に食事をする割合 93.9%→98%以上 ▶朝食を欠食する割合 1.9%→1.5%以下 ▶野菜を一日に1回またはほとんど食べない割合 13.7%→10%以下</p>
関係課・団体	母子保健・感染症課、保健センター、東大阪市東・西歯科医師会、東・西学校園歯科医会など	保健センター、大阪府助産師会東大阪班など	保健センター、保育課、子育て支援センター、つどいの広場、東大阪市食生活改善推進協議会、私立保育会、私立幼稚園協会、東大阪市集団給食研究会、東大阪地域活動栄養士会など
取組内容	(4)学童期・思春期の食育	(5)若い世代・壮年期の食育	(6)高齢期の食育
	<ul style="list-style-type: none"> ①小学校における食育 <ul style="list-style-type: none"> 食に関する正しい理解、望ましい食習慣の実践に向けた取り組み 学校給食での地場産物の使用や伝統料理・郷土料理の継承などの取り組み、家庭や地域への情報発信 ②中学校における食育 <ul style="list-style-type: none"> 将来に向けた食に関する自己管理能力の育成 学校給食での伝統料理・郷土料理の継承などの取り組みや情報発信 <p>▶毎日家族のだれかと一緒に食事をする割合 …(小学生)88.2%→96%以上 (中学生)85.8%→90%以上 ▶朝食を欠食する割合 …(小学生)9.2%→4%以下 (中学生)8.5%→6%以下 ▶野菜を一日に1回またはほとんど食べない割合 …(小学生)17.0%→10%以下 (中学生)11.4%→10%以下 ▶学校給食における大阪産農産物の使用割合 …8.29%→8%以上</p>	<ul style="list-style-type: none"> 健康な身体づくりのための知識普及 「朝食を摂る」習慣の習得 「主食・主菜・副菜」がそろった栄養バランスに配慮した食事を作る力・選ぶ力の習得 <p>大学や社員食堂での食育事業</p>  <p>▶朝食を欠食する割合 …(若い世代)20.6%→15%以下 ▶主食・主菜・副菜を組み合わせ合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている割合 …(市民)69.8%→75%以上 (若い世代)58.5%→63%以上 ▶野菜を一日に1回またはほとんど食べない割合 …(若い世代)39.9%→35%以下 ▶生活習慣病やフレイル予防のためのよい生活習慣を実践している割合 …(市民)36.1%→40%以上</p>	<ul style="list-style-type: none"> フレイル予防による健康寿命の延伸 共食、料理の楽しさを体験できる機会の創出 <p>「フレイル」とは 健康な状態と日常生活でサポートが必要な介護状態の間を意味します。高齢者では、フレイルに早く気づき、正しく介入(治療や予防)することが大切です。</p>  <p>▶主食・主菜・副菜を組み合わせ合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている割合 …78.0%→83%以上 ▶生活習慣病やフレイル予防のためのよい生活習慣を実践している割合 …47.6%→52%以上</p>
関係課・団体	学校教育推進室、学校給食課、食育研究会、東大阪市 PTA 協議会など	保健所健康づくり課、保健センター、東大阪市集団給食研究会、栄養成分表示の店など	高齢介護課、地域包括ケア推進課、保健センター、東大阪市街かどデイハウス連絡会、東大阪市集団給食研究会など

2 豊かな食を支える食育の推進(食文化・農・環境・安全)

取組内容	(1)食文化の継承につながる食育	(2)「農」とのふれあいと普及による食育	(3)環境と調和のとれた消費にも配慮した食育の推進	(4)安全・安心な「食」の確保と理解を深める食育
	<ul style="list-style-type: none"> 情報発信や給食提供など、次世代につなげる取り組みの実施 栄養バランスに優れた主食・主菜・副菜のそろった日本型食生活の実践の普及啓発 <p>▶伝統料理や郷土料理を家庭で作ったり食べたりする割合 (幼児)85.0%→90%以上 (小学生)72.7%→85%以上 (中学生)71.5%→85%以上</p>	<ul style="list-style-type: none"> ①食農体験や農業体験の推進 ②地産地消の推進 ③大阪エコ農産物の推進 <p>▶農産物の栽培体験がある市民の割合 53.7%→60%以上</p>	<ul style="list-style-type: none"> ①もったいない意識の浸透によるごみの発生抑制と再使用を推進する食育 学校や地域に向けた環境教育の普及啓発 食品ロス削減に向けた運動の展開 ②地域と協働によるごみ減量の取り組み 積極的なごみ減量活動に取り組む地域住民団体との連携強化 <p>▶食品ロス削減のために何らかの行動をしている市民の割合 89.9%→90%以上</p>	<ul style="list-style-type: none"> ①安全で安心のできる食品の情報提供と流通 <ul style="list-style-type: none"> 事業者への適切な監視・指導の実施 ②消費者保護の視点での「食の安全・安心」に関する情報提供 ③食品表示の理解の促進 食品表示の適正化に向けた食品事業者に対する食品表示指導・相談の実施 <p>▶外食や食品購入する時に栄養成分表示を参考にする市民の割合 63.2%→70%以上 ▶食品の安全性に関する基礎的な知識を持っている市民の割合 45.9%→50%以上</p>
関係課・団体	保育所(園)、認定こども園、学校給食課、東大阪市食生活改善推進協議会、東大阪市消費者団体協議会など	農政課、東大阪市農業振興啓発協議会、JA など	循環社会推進課など	消費生活センター、食品衛生課、保健センター、東大阪市消費者団体協議会、東大阪市消費生活展実行委員会など

3 食育の総合的な推進

(1) 地域団体との連携による食育推進と支援

関係団体・機関等と連携・協働した総合的な食育の推進

- ・東大阪市食育推進ネットワーク会議
- ・「食育トライくん」をはじめとした食育シンボルマークを活用した情報発信

食育シンボルマーク



- ▶ 食育に関心を持っている市民の割合 61.8%→90%以上
- ▶ 目標項目に関連する情報発信や対面活動の取り組み
令和3年度実績調査予定→増加へ

(2) 食育月間・食育の日の充実

「6月は食育月間」や「毎月19日は食育の日」における重点的な取り組みの実施

市内スーパーでの「6月は食育月間」・
「毎月19日は食育の日」キャンペーンの様子



(3) ニーズにあったデジタルも活用した情報提供

ウェブサイトやSNSなどを活用した情報提供や動画配信、オンラインでの非接触型の食育の展開の推進

(4) 災害に備える食育

災害時の備えや、災害時の炊き出しなどの衛生管理の重要性の普及啓発

災害時に関するリーフレット

災害時の備えとして、備蓄方法や災害時の炊き出しの衛生管理のポイントを掲載したリーフレットを作成しています。



5 計画の推進体制

