

資料編

1 千葉市食育推進協議会

1. 千葉市食育推進協議会設置要綱

(設置)

第1条 本市における食育の推進に関する基本的事項を検討するとともに、総合的かつ計画的な食育の推進を図るため、千葉市食育推進協議会（以下「協議会」という。）を置く。

(所掌事務)

第2条 協議会は、前条の目的を達成するため、次の各号に掲げる事務を所掌する。

- (1) 千葉市食育推進計画の策定に関すること。
- (2) 食育に関する情報の収集及び共有に関すること。
- (3) 食育の推進と評価に関すること。
- (4) その他、食育の推進のため必要と認められること。

(組織)

第3条 協議会は、委員15名以内をもって構成する。

- 2 委員は、食育に関して十分な知識と経験を有する者、その他市長が必要と認める者のうちから市長が委嘱する。

(任期)

第4条 委員の任期は2年とし、再任を妨げない。ただし、委員が欠けた場合における補欠委員の任期は、前任者の残任期間とする。

- 2 要綱施行に伴い委嘱された委員の任期は、前項の規定に関わらず、平成21年3月31日までとする。

(会長等)

第5条 協議会に会長及び副会長を置く。

- 2 会長は、委員の互選により選出する。
- 3 会長は、協議会を代表し、会務を総理する。
- 4 副会長は、委員のうちから会長が指名する。
- 5 副会長は、会長を補佐し、会長に事故があるとき又は会長が欠けたときは、その職務を代理する。

(会議)

第6条 協議会は、会長が招集し、その議長となる。

- 2 協議会は、委員の半数以上の出席がなければ会議を開くことができない。
- 3 協議会の議事は、出席委員の過半数で決し、可否同数のときは、議長の決するところによる。

(部会)

第7条 協議会の所掌事務に関し、更なる検討を行うことを目的として、部会を置くことができる。

- 2 部会は、会長が指名する協議会委員をもって組織する。

- 3 部会に部会長及び副部会長を置き、部会に属する委員の互選により定める。
- 4 部会長は、会務を掌理し、部会を代表する。
- 5 副部会長は、部会長を補佐し、部会長に事故があるときは、その職務を代理する。
- 6 部会の決議は、これをもって協議会の決議とする。ただし、審議結果が特に重要事項として部会の議決を得たものは、部会長が協議会に報告する。
- 7 前各号に定めるもののほか、部会の運営に関し必要な事項は、部会長が会長の同意を得て定める。

(専門委員)

第8条 協議会に、特別の事項を調査審議させるため必要があるときは、専門委員を置くことができる。

- 2 専門委員は、市長が委嘱し、当該特別の事項に関する調査審議が終了したときに退任する。

(関係者の出席等)

第9条 会長は、必要があると認めるときは、関係者に出席を求め、意見を述べさせ、又は説明させることができる。

(庶務)

第10条 協議会の庶務は、保健福祉局健康部健康企画課において処理する。

(補則)

第11条 この要綱に定めるもののほか、協議会の運営に関し必要な事項は、会長が協議会に諮って定める。

附 則

この要綱は、平成19年12月20日から施行する。

2. 千葉市食育推進協議会委員名簿

氏名	所属
穂山 節子	千葉市保育協議会 監事
飯塚 芳子	千葉市食生活改善協議会 会長
片山 喜久子	千葉市小中学校長学校運営協議会（若松小学校長）
神野 茂美	（社）千葉市幼稚園協会 理事
小林 道彦	（社）千葉県栄養士会千葉支部 参与
齋藤 文秀	千葉市小中学校長学校運営協議会（高洲第二中学校長）
斎藤 昌雄	千葉市畜産協会 会長
篠原 ともえ	千葉市PTA連絡協議会 副会長
須藤 謙	千葉みらい農業協同組合 常務理事
鶴見 久美子	日本チェーンストア協会関東支部（イオンリテール株式会社 関東カンパニー 環境社会貢献・お客さまサービスグループマネージャー）
外木 徳子	（社）千葉市歯科医師会 地域歯科保健委員会委員
藤沼 照雄	（社）千葉市食品衛生協会 会長
村井 早苗	生活協同組合ちばコープ
山田 昌彦（副会長）	（社）千葉市医師会
渡邊 智子（会長）	千葉県立保健医療大学健康科学部栄養学科 教授
阿左見 葉子	（社）千葉市歯科医師会 理事
大古場 文夫	千葉市小中学校長学校運営協議会（桜木小学校長）
小川 清照	千葉市小中学校長学校運営協議会（椿森中学校長）
高梨 義勝	千葉みらい農業協同組合 常務理事
樋垣 芳恵	株式会社マルエツ 営業開発本部 営業計画部 課長
鷺山 和子	千葉市PTA連絡協議会 副会長

(五十音順、敬省略)

2 食育基本法の概要

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。

3 食育推進基本計画の概要

1. 計画期間

平成 18 年度から 22 年度までの 5 年間

2. 食育の推進に関する施策についての基本的な方針

- (1) 国民の心身の健康の増進と豊かな人間形成
- (2) 食に関する感謝の念と理解
- (3) 食育推進運動の展開
- (4) 子どもの食育における保護者、教育関係者等の役割
- (5) 食に関する体験活動と食育推進活動の実践
- (6) 伝統的な食文化、環境と調和した生産等への配慮及び農山漁村の活性化と食料自給率の向上への貢献
- (7) 食品の安全性の確保等における食育の役割

3. 食育の推進の目標に関する事項

- (1) 食育に関心を持っている国民の割合(70%→90%)
- (2) 朝食を欠食する国民の割合
(子ども 4%→0%、20 代男性 30%→15%、30 代男性 23%→15%)
- (3) 学校給食における地場産物を使用する割合(21%→30%)
- (4) 「食事バランスガイド」等を参考に食生活を送っている国民の割合(60%)
- (5) 内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)を認知している国民の割合(80%)
- (6) 食育の推進に関わるボランティアの数(20%増)
- (7) 教育ファームの取組がなされている市町村の割合(42%→60%)
- (8) 食品の安全性に関する基礎的な知識を持っている国民の割合(60%)
- (9) 推進計画を作成・実施している自治体の割合(都道府県 100%、市町村 50%)

4. 食育の総合的な促進に関する事項

- (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(食育月間：毎年 6 月、食育の日：毎月 19 日)
- (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. 食育の推進に関する施策を総合的かつ計画的に推進するために必要な事項

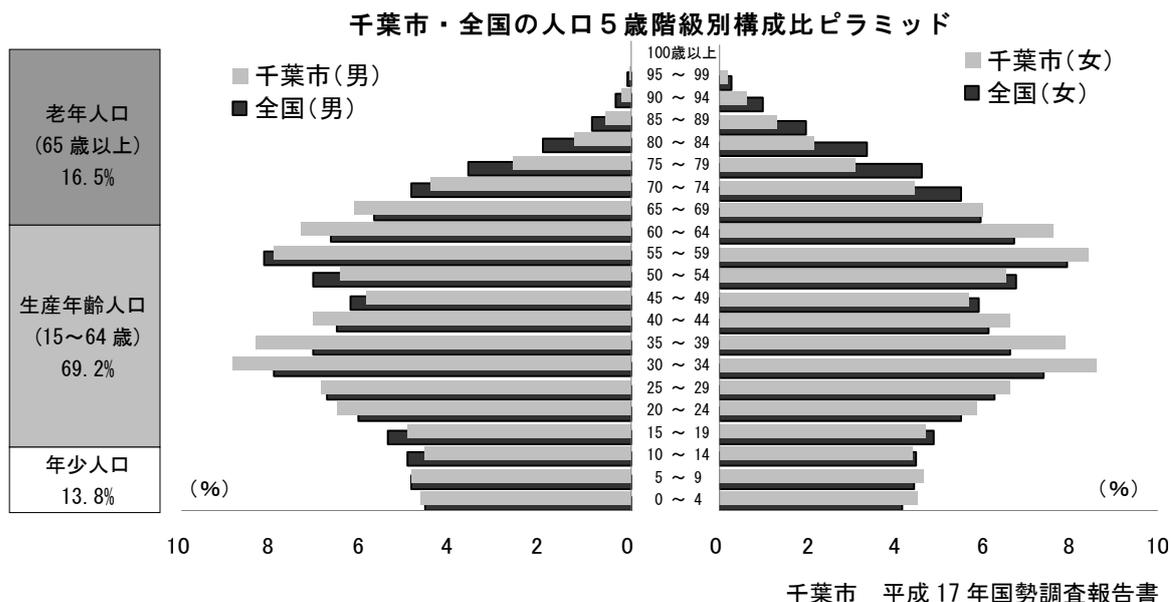
都道府県等による推進計画の策定促進、基本計画の見直し等

4 食に関する現状値

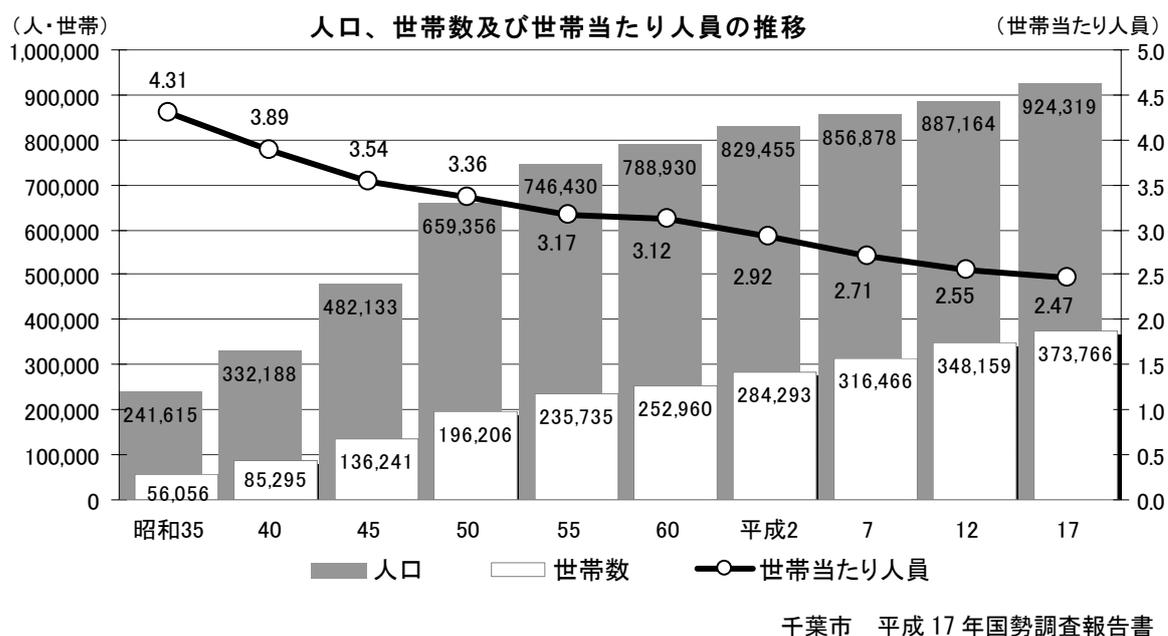
(1) 人口及び世帯数

人口を年齢別にみると、55～59歳と30～34歳をそれぞれ中心とした、いわゆる団塊世代とそのジュニア世代が多くなっています。

老年人口（65歳以上）は16.5%で全国平均（20.1%）より低いものの、今後急速に高齢化が進むことが予測されます。



1世帯当たりの人員が年々減少し、核家族や単身世帯の増加を反映しています。



(2) 朝食の欠食

● 乳幼児の朝食の摂取状況

保育所に通う児童では、「毎日食べる」が、1～2歳児、3歳以上児ともに約90%となっています。しかし、2%弱の児童が「ほとんど食べない」という状況です。

一方、幼稚園に通う園児の「毎日食べる」は保育所を上回り93.5%となっていますが、「ほとんど食べない」園児もいます。

朝食の摂取状況（乳幼児） (％)

区分		毎日食べる	週3～6日食べる	ほとんど食べない	無回答
保育所	1～2歳児	90.4	7.4	1.8	0.4
	3歳以上児	89.9	8.2	1.5	0.4
幼稚園	3～5歳児	93.5	5.6	0.8	0.1

千葉県 幼児の生活時間・食習慣調査
保育所は平成19年7月、幼稚園は平成21年1月

● 小中学生の朝食の摂取状況

朝食を「必ずとる」小中学生は、学年が上がるとともに減少し、「とらない又はほとんどとらない」は、学年が上がるとともに増加しています。

朝食の摂取状況（小中学生） (％)

区分	必ずとる	たいていとる	とらない又はほとんどとらない	重答・無回答
小学3年生	85.2	10.3	3.6	0.9
小学5年生	83.2	11.8	4.6	0.4
中学2年生	75.5	15.0	9.0	0.4

平成19年度 千葉県学力状況調査



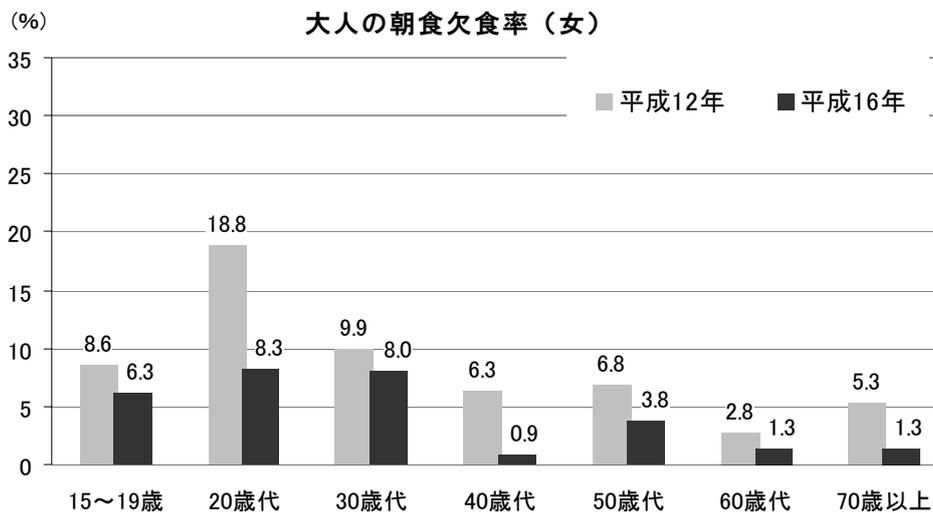
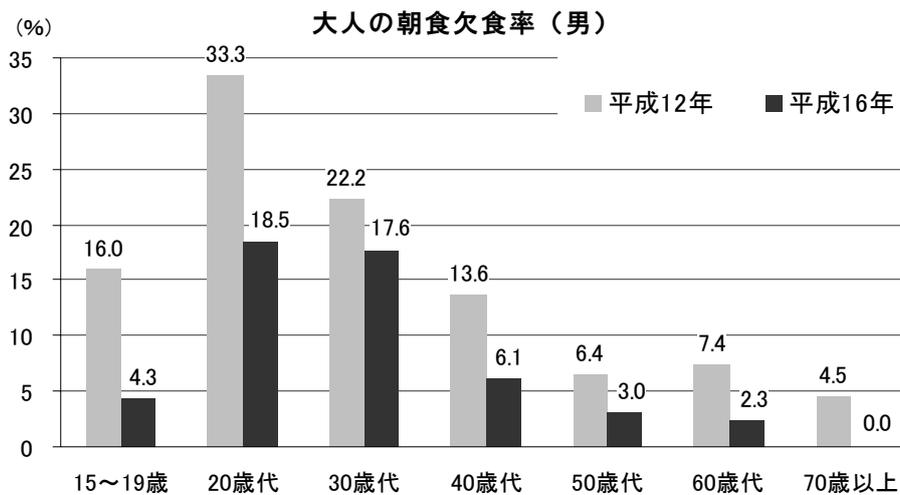
※ %の数値は、小数点第2位を四捨五入し、小数点第1位までを表示しているため、合計は必ずしも100%とならない場合があります。

● 大人の朝食の摂取状況

平成12年の調査に比べると、男女とも各年代で朝食をとらない人の割合が低くなっています。

男性においては20～30歳代で朝食をとらない人の割合が高くなっており、5～6人に1人が朝食をとっていません。

女性の欠食率は各年代で10%以下となっており、最も多い20～30歳代で12～13人に1人が朝食をとっていません。



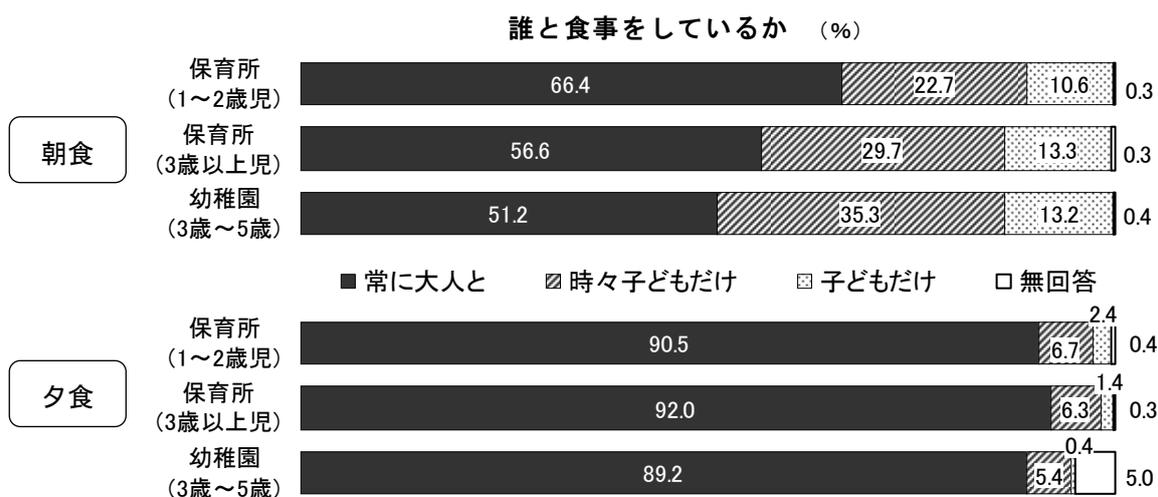
千葉市 平成16年 生活習慣・食生活実態調査
平成12年 食生活等実態調査

(3) 家族等との共食

● 幼児の朝食および夕食の状況

朝食を「常に大人と」いっしょにとっている幼児は「1～2歳児」では66.4%、「3歳以上児」では56.6%となっています。

また、夕食を「常に大人と」いっしょにとっている幼児は約9割であり、朝食と比べて高い割合を示しています。

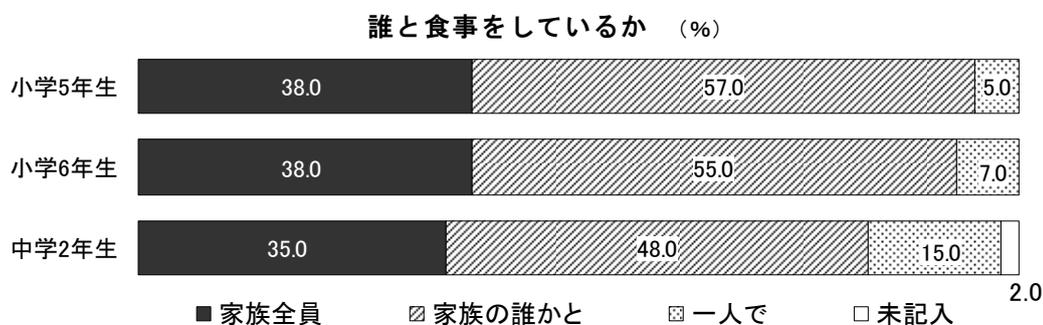


千葉市 幼児の生活時間・食習慣調査
保育所は平成19年7月、幼稚園は平成21年1月

● 小中学生の夕食の状況

夕食を「家族全員」で食べている小中学生は4割以下ですが、「家族の誰かと」食べている小中学生を合わせると9割前後を占めています。

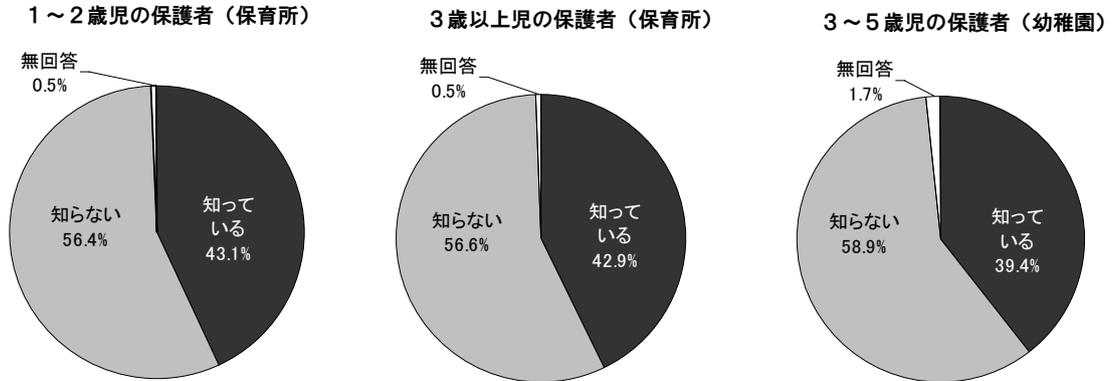
一方、「一人で」は学年が上がるとともに増加する傾向にあります。



食生活アンケート (千葉市学校栄養士会 平成18年6月)

(4) 「食事バランスガイド」の認知状況

「食事バランスガイド」を「知っている」と回答した保護者（保育所・幼稚園）の割合は、約40%となっています。

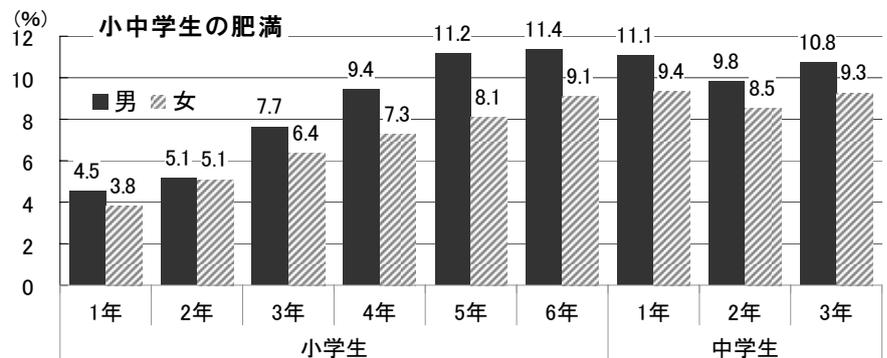


千葉県 幼児の生活時間・食習慣調査
保育所は平成19年7月、幼稚園は平成21年1月

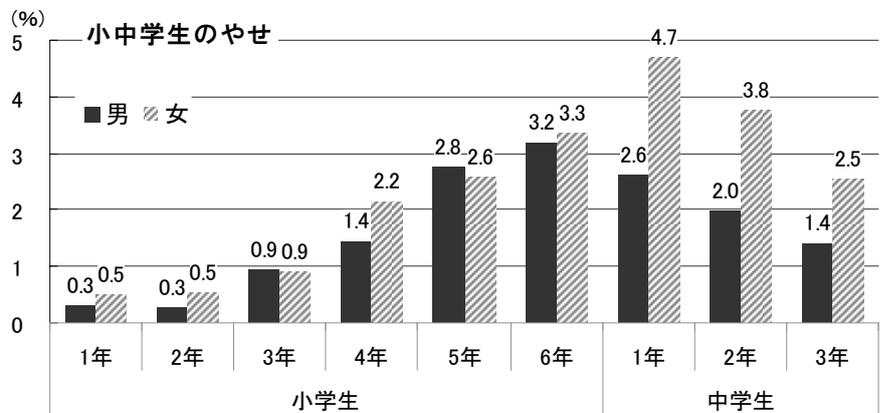
(5) 肥満とやせ

● 小中学生の肥満とやせ

肥満傾向をみると、男子は小学校高学年になるほど顕著となり、5、6年生では10%を超えています。女子は中学生で9%前後の横ばいとなっています。



一方、やせをみると、男子は小学校高学年になるほど増加傾向にあります。中学生になると減少傾向に転じています。女子は中学1年生まで増加し続け、その後減少に転じています。

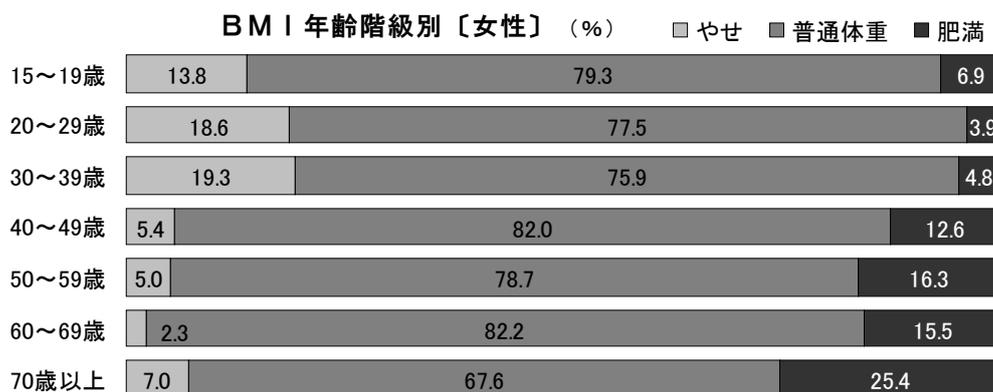
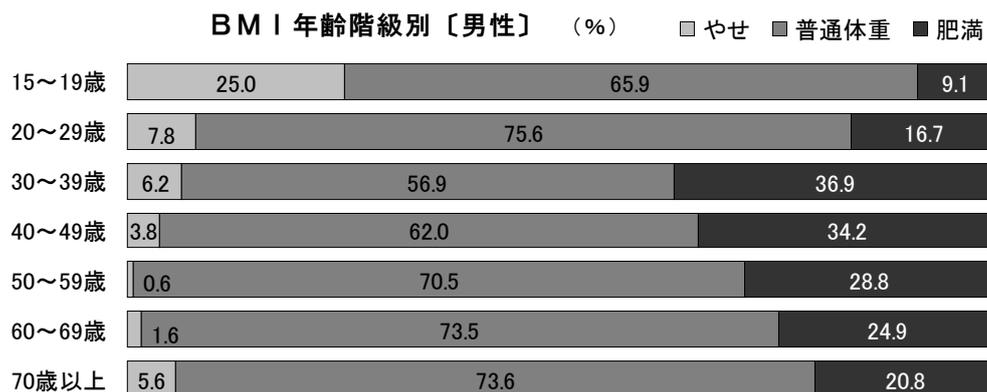


平成19年度千葉県健康診断統計

● 大人の肥満とやせ

肥満者（BMI 25 以上）の割合は、30～40 歳代の男性が最も高く、3 人に 1 人に肥満が見られます。女性では 40 歳代から増加し、50～60 歳代の 6～7 人に 1 人に肥満が見られます。

やせ（BMI 18.5 未満）の割合は、20～30 歳代の女性で高く、5 人に 1 人がやせという状況です。

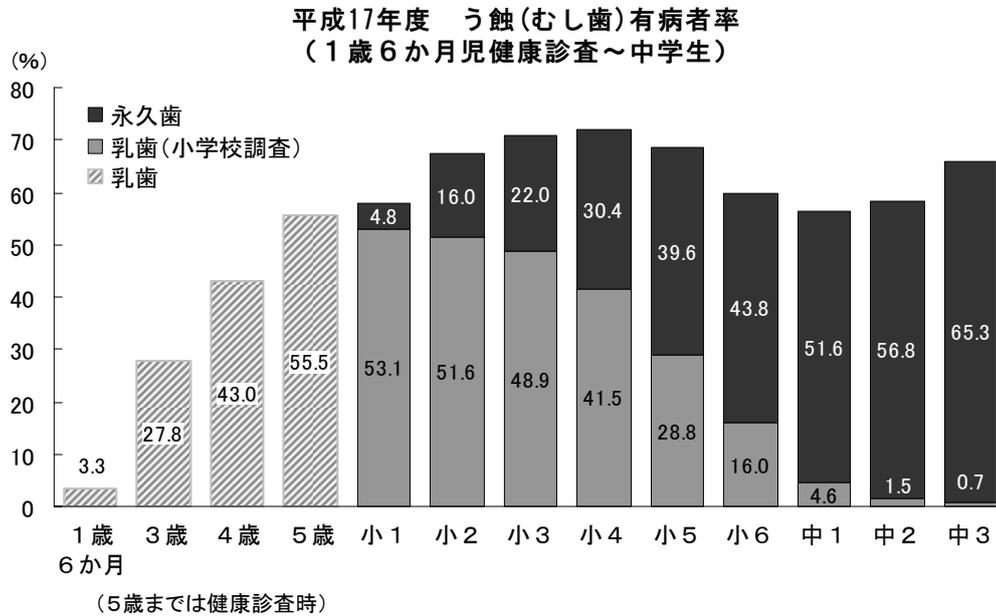


平成 16 年度 生活習慣・食生活実態調査

BMI (Body Mass Index)															
$BMI = \frac{\text{体重 (kg)}}{\text{身長 (m)} \times \text{身長 (m)}}$															
<p>日本肥満学会が決めた判定基準では、統計的に最も病気にかかりにくい BMI 22 を標準とし、25 以上を肥満として、肥満度を 4 つの段階に分けています。</p>	<table border="1"> <thead> <tr> <th>区分</th> <th>BMI</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>低体重(やせ)</td> <td>18.5 未満</td> </tr> <tr> <td>普通体重</td> <td>18.5 以上 25 未満</td> </tr> <tr> <td>肥満(1度)</td> <td>25 以上 30 未満</td> </tr> <tr> <td>肥満(2度)</td> <td>30 以上 35 未満</td> </tr> <tr> <td>肥満(3度)</td> <td>35 以上 40 未満</td> </tr> <tr> <td>肥満(4度)</td> <td>40 以上</td> </tr> </tbody> </table>	区分	BMI	低体重(やせ)	18.5 未満	普通体重	18.5 以上 25 未満	肥満(1度)	25 以上 30 未満	肥満(2度)	30 以上 35 未満	肥満(3度)	35 以上 40 未満	肥満(4度)	40 以上
区分	BMI														
低体重(やせ)	18.5 未満														
普通体重	18.5 以上 25 未満														
肥満(1度)	25 以上 30 未満														
肥満(2度)	30 以上 35 未満														
肥満(3度)	35 以上 40 未満														
肥満(4度)	40 以上														

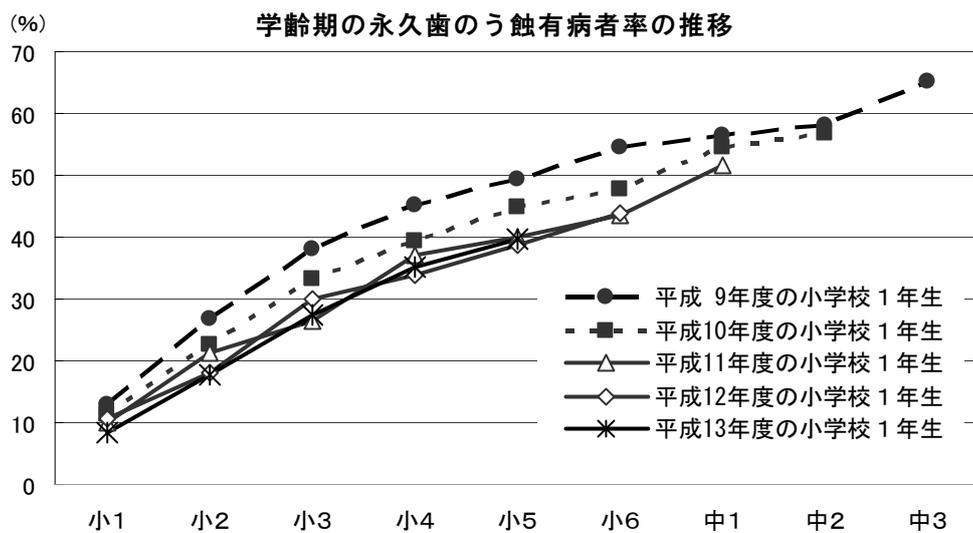
(6) 歯の健康

中学生までのむし歯の有病者率をみると、小学4年生をピークに増加し、むし歯を含む乳歯が抜けることにより一旦減少しますが、永久歯がむし歯になることにより再び増加しています。



平成17年度1歳6か月児・3歳児健康診査結果・保健所歯科検診結果・学校定期健康診断結果

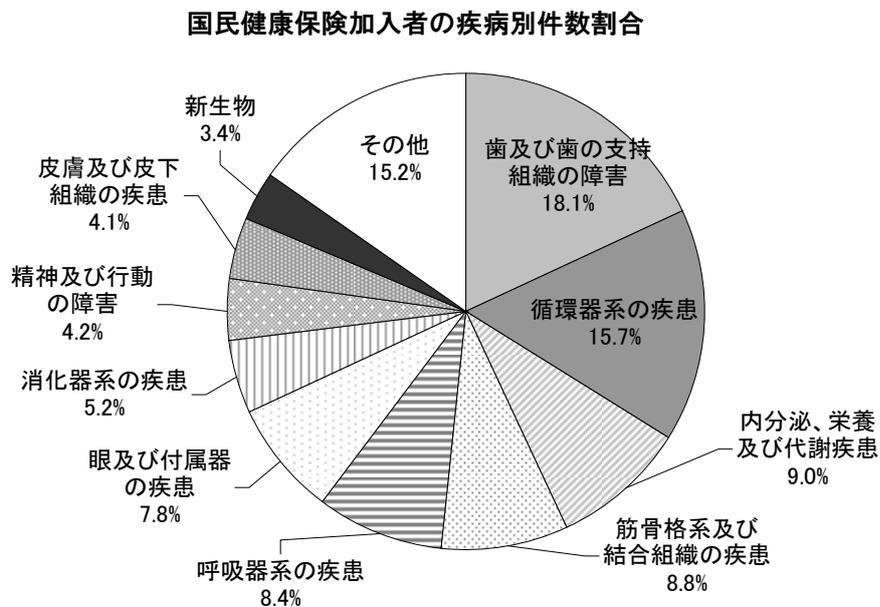
学齢期のむし歯のある者は、学年が上がるとともに増加しています。その増加率は、年度をおうごとに減少傾向にあります。



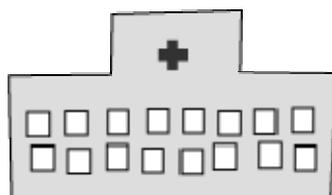
平成17年度学校定期健康診断結果

(7) 疾病の状況

国民健康保険加入者の受診件数の割合は、「歯及び歯の支持組織の障害」(18.1%)が最も多く、次いで「循環器系の疾患」(15.7%)、「内分泌、栄養及び代謝疾患」(9.0%)、「筋骨格系及び結合組織の疾患」(8.8%)の順になっています。



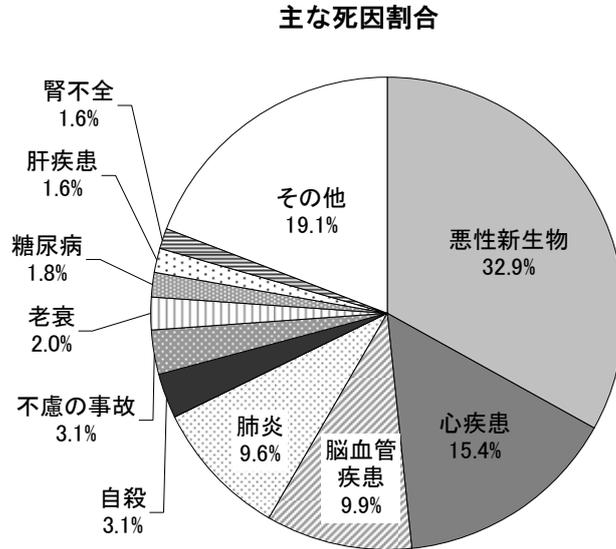
千葉県国民健康保険病類別疾病統計表（平成20年6月分調査）の千葉市分



(8) 死亡

● 死因

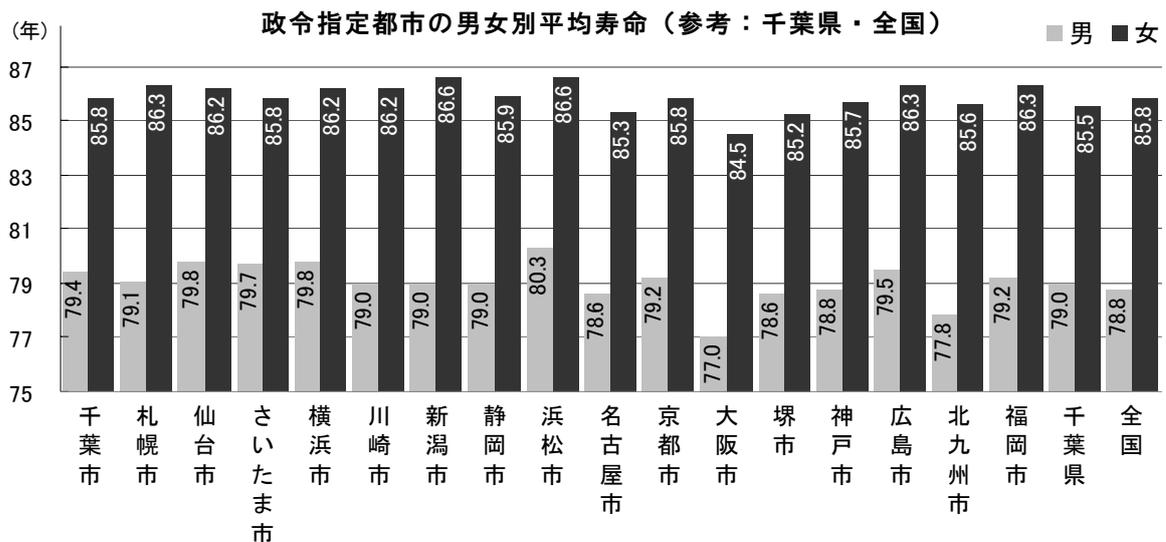
千葉市における死因として最も多いのは、「がん（悪性新生物）」（32.9%）であり、次いで「心疾患」、「脳血管疾患（脳卒中）」の順となっています。



厚生労働省 平成 18 年人口動態統計

● 平均寿命

千葉市の平均寿命は男性 79.4 年（県 79.0 年、国 78.8 年）、女性 85.8 年（国 85.8 年、県 85.5 年）となっています。



厚生労働省 平成 17 年市区町村別生命表

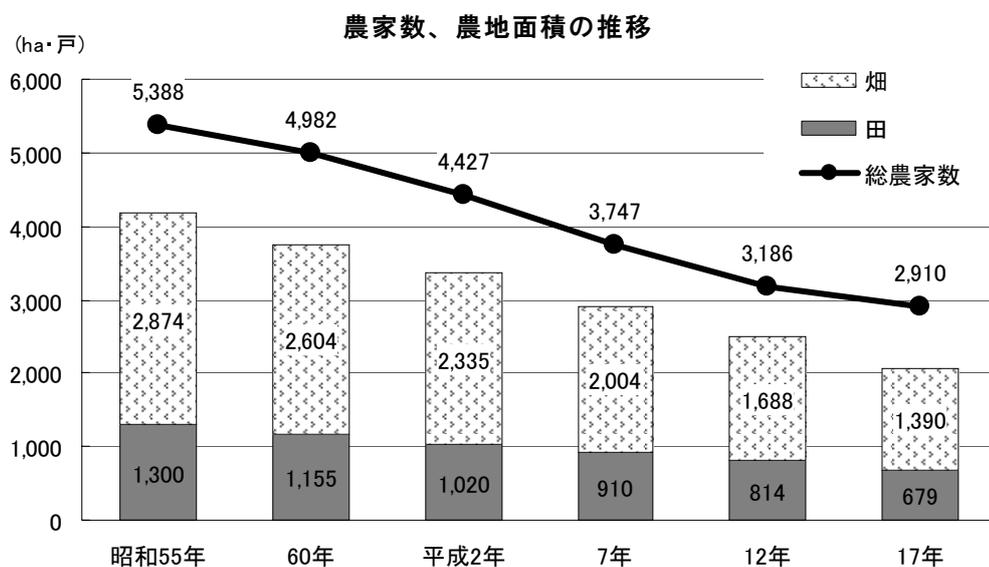
(9) 農業の状況

● 農家戸数、農地面積

昭和55年の農家戸数は5,388戸でしたが、平成17年には2,910戸と減少しています。

また、昭和55年には4,000haあった農地面積も、田・畑ともに減少し、平成17年には2,069haに半減しています。

都市化の進展や高齢化等による担い手不足により、従事者や農地は減少しています。



千葉市 平成19年度 農政概要



● 農業産出額

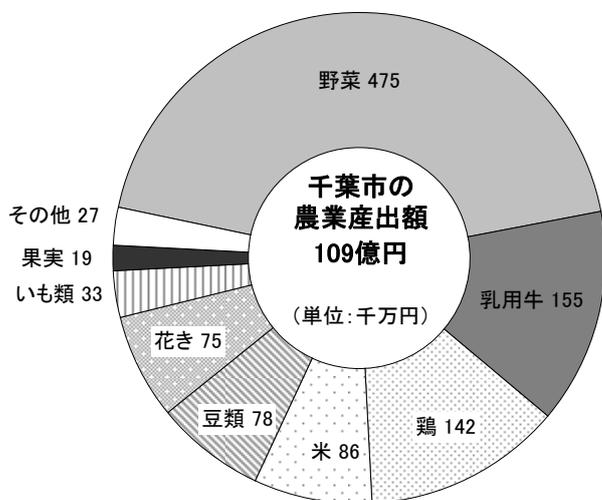
千葉市の農業産出額は、109 億円(平成 18 年)で県内では 11 位となっており、中でも野菜が 47 億 5 千万円と半分近くを占めています。

雑穀・豆類は、八街市に次いで県内 2 位、酪農も盛んで乳用牛は 1 5 億 5 千万円と県内で 2 位の産出額となっています。

平成18年 県内農業産出額（上位15市町）

単位：千万円

市 町 名	農業産出額	雑穀・豆類		乳用牛	
			県内順位		県内順位
1 旭市	4,183	15	11	114	7
2 香取市	3,213	24	8	123	5
3 銚子市	2,284	2	17	63	14
4 山武市	1,621	31	6	136	4
5 成田市	1,613	27	7	77	12
6 南房総市	1,583	6	15	347	1
7 八街市	1,460	88	1	91	9
8 匝瑳市	1,409	11	12	73	13
9 市原市	1,203	37	5	119	6
10 富里市	1,115	41	4	28	19
11 千葉市	1,090	78	2	155	2
12 多古町	1,011	7	14	112	8
13 柏市	958	1	19	-	-
14 君津市	908	16	9	38	17
15 東庄町	855	8	13	55	15



関東農政局千葉農政事務所 平成 18 年千葉県生産農業所得統計

● 主な野菜の生産品目

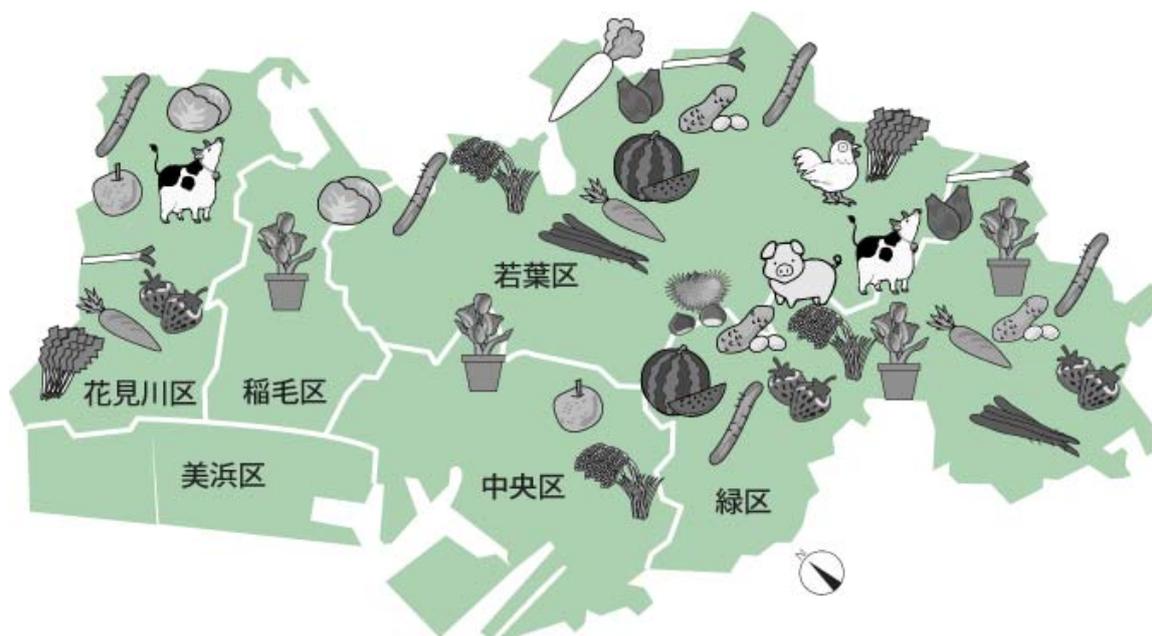
市内で生産されている主な野菜の品目は、こまつなやほうれんそうなどの葉物類と、にんじんやねぎなどの露地野菜です。特ににんじんは国の指定産地となっています。

こまつなは県内で1位の生産規模を誇っています。また、サラダ菜は千葉県内の3分の1の量を生産しています。

主な野菜の市内作付面積及び収穫量

区 分	市内 作付面積 (ha)	収穫量		
		千葉市 (kg)	対県割合 (%)	千葉県 (kg)
サラダ菜	31	519	32.6	1,590
こまつな	33	858	13.2	6,490
ほうれんそう	173	2,770	7.2	38,300
にんじん	155	5,850	4.4	131,500
いちご	9	264	4.0	6,530
ねぎ	90	2,610	3.9	67,300
だいこん	62	3,760	2.2	171,500
キャベツ	50	2,430	1.9	131,200
キュウリ	17	609	1.8	33,100
トマト	15	757	1.5	49,200
日本なし	15	365	1.0	34,900

千葉県 平成18年度産 青果物生産出荷統計



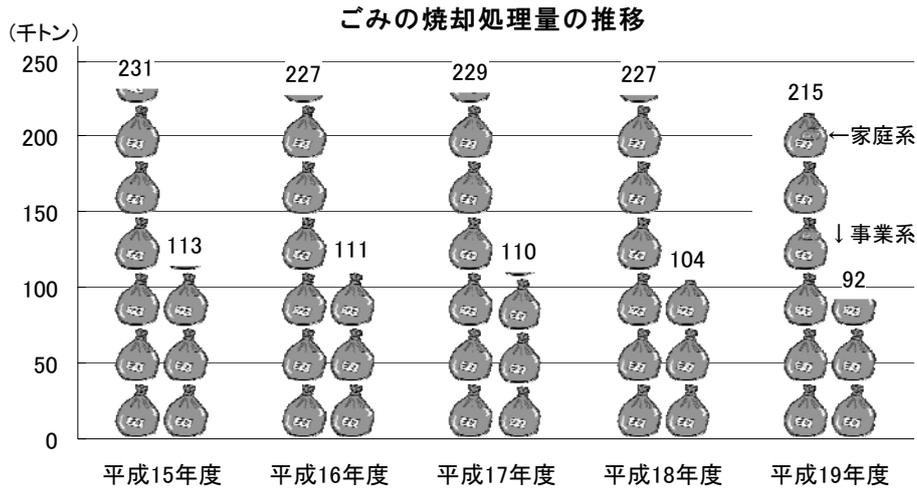
市内で採れる農作物分布（イメージ図）

(10) ごみの状況

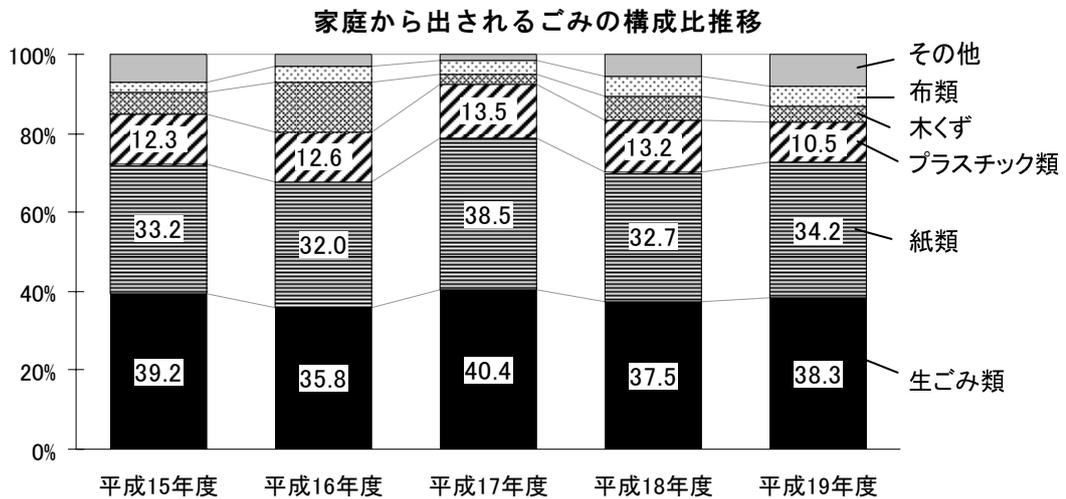
年間に焼却されるごみは、減少傾向にあります。家庭からのごみは21万5千トン、事業系ごみが9万2千トンで、合計約30万トンとなります（数字はいずれも平成19年度）。

これは、千葉マリスタジアム約1.2杯（※ごみの比重を0.3トン/㎡として算出）に相当します。

また、家庭から排出されるごみのうち、生ごみ類が最も多く、約4割を占めています。



千葉市 平成20年度 清掃事業概要



平成19年度 千葉市ごみ組成測定・分析

(11) インターネットモニターによる食に関する意識調査

● 回答モニター

インターネットモニター※1,004人（平成20年5月時点）を対象に「食育に関する意識アンケート」を実施した結果、516人より回答がありました。

その内訳は、男性234人、女性282人で、年齢別では女性30歳代が26.9%と最も多く、次いで男性60歳代以上、女性40歳代の順となっており、特に女性の30～40歳代で40%を超えています。

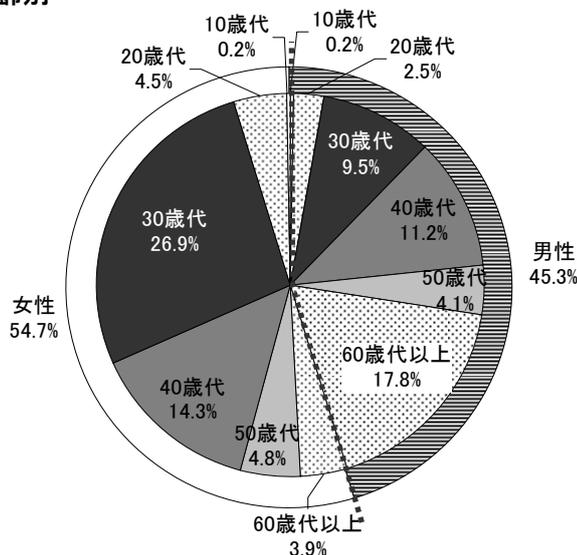
職業別では主婦が最も多く40.7%、次いで会社員30.2%の順となっています。

※ インターネットモニター：

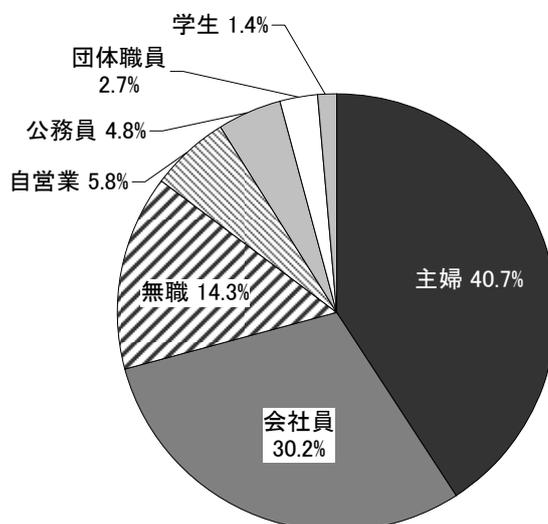
市内在住の満15歳以上で市政に関心があり、インターネットの閲覧及びメールができ、モニター登録している方。

（平成20年5月実施）

年齢別

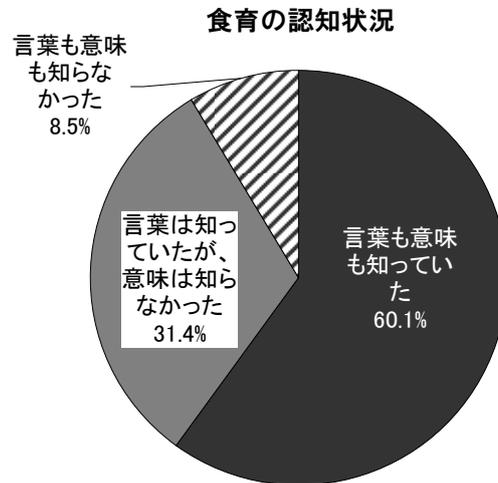


職業別



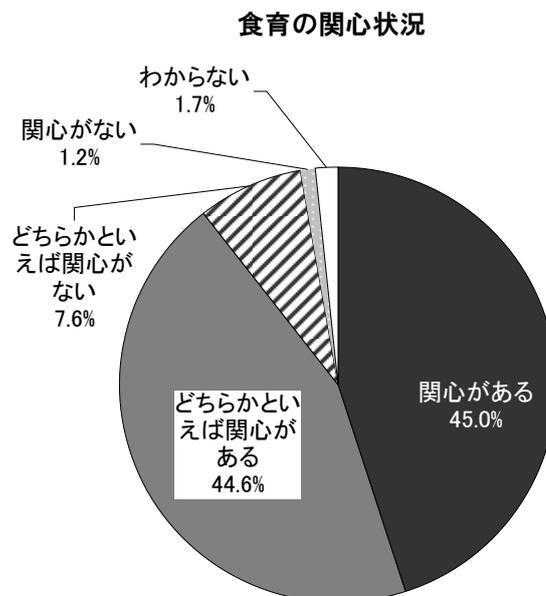
● 「食育」の認知状況

「食育」という言葉と意味の認知状況については、「言葉も意味も知っていた」が60.1%と最も多く、「言葉は知っていたが、意味は知らなかった」は31.4%となっています。



● 「食育」への関心の有無

「食育」への関心の有無については、「関心がある」(45.0%)と「どちらかといえば関心がある」(44.6%)を合わせると、関心がある人は約9割であり、多くの人が「食育」に関心を持っていることがうかがえます。



● 「食育」に関心のある理由

※食育に「関心がある」「どちらかといえば関心がある」と答えた方（462人）が回答（3つまで）

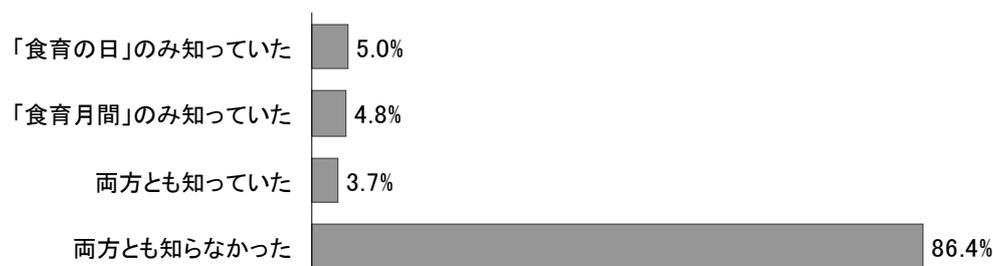
「食育」に関心のある理由については、「子どもの心身の健全な発育のために必要だから」が65.4%、「食生活の乱れ（栄養バランスの崩れ、不規則な食事等）が問題になっているから」が53.5%、「生活習慣病（がん、糖尿病等）の増加が問題になっているから」が45.9%となっています。

子どもの心身の健全な発育のために必要だから	65.4%
食生活の乱れ（栄養バランスの崩れ、不規則な食事等）が問題になっているから	53.5%
生活習慣病（がん、糖尿病等）の増加が問題になっているから	45.9%
食料を海外からの輸入に依存しすぎることが問題だから	32.0%
自然の恩恵や食に対する感謝の念が薄れているから	21.4%
肥満ややせすぎが問題になっているから	21.2%
BSE（牛海綿状脳症、狂牛病とも言われる）の発生など、食品の安全確保が重要だから	18.8%
大量の食べ残しなど食品廃棄物が問題だから	18.2%
有機農業など自然環境と調和した食料生産が重要だから	11.9%
食事のマナー（作法）や食事の挨拶が乱れているから	11.9%
食にまつわる地域の文化や伝統を守ることが重要だから	9.3%
自分にとって何をどれだけ食べればよいかわからないから	4.5%
消費者と生産者の間の交流や信頼が足りないと思うから	4.1%
特になし	0.4%

● 6月が「食育月間」で、毎月19日が「食育の日」と知っていたか

6月が「食育月間」で、毎月19日が「食育の日」と知っていたかということについては、「両方とも知らなかった」が86.4%と8割を超えており、あまり認知されていないことがうかがえます。

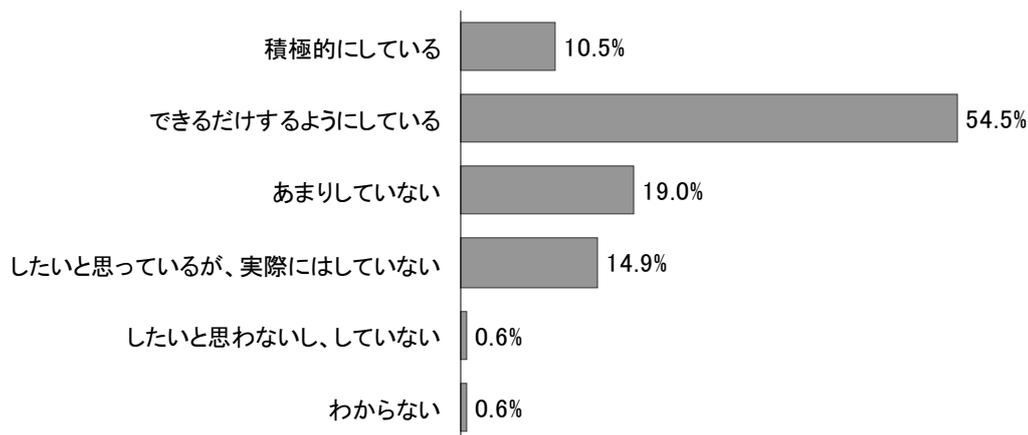
6月が「食育月間」で、毎月19日が「食育の日」と知っていたか



● 日頃から、健全な食生活の実践のために、活動や行動をしているか

日頃から、健全な食生活の実践のために、活動や行動をしているかということについては、「できるだけするようにしている」(54.5%)と「積極的にしている」(10.5%)を合わせると6割を超えています。

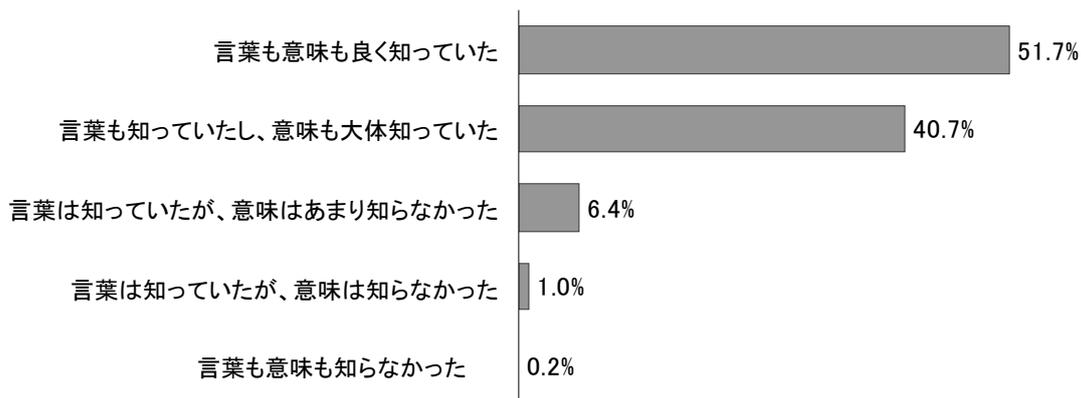
日頃から、健全な食生活実践のために、活動や行動をしているか



● 内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）の認知状況

内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）を知っていたかということについては、「言葉も意味も良く知っていた」が51.7%、「言葉も知っていたし、意味も大体知っていた」が40.7%であり、よく認知されていることがうかがえます。

「内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）」の認知状況



用語解説

【あ】

- インターネットモニター（制度）：市政の各分野における課題などについて、インターネットモニターとして登録していただいた方に、インターネットによるアンケート調査に回答していただき、その調査結果を市の施策の企画立案などに活用していくもの。
- 栄養教諭：学校における食育の推進の中核的な役割を担う立場として、平成17年に設けられた。職務として、食に関する指導（児童生徒の個別指導、学級担任等と連携した集団指導、職員、家庭、地域の連絡調整）と給食管理（栄養管理、衛生管理、検食、物質管理等）を一体のものとして行う。
- 嚥下：食べ物や飲み物を口に入れ、咽頭から食道、胃へ送り込む過程。

【か】

- 学校栄養職員：学校に勤務する栄養士であり、学校給食指導、調理従事員や施設などの衛生管理、学校給食の検食、学校給食用の物資の選定、購入、検収、保管、及び学校給食の食事内容や児童生徒の食生活の改善に関わる調査研究等を行うことを職務とする。
- 給食施設：病院や学校、保育所など特定多数の人を対象に食事を提供する施設で、本市では、保健所に届け出のある1回50食、1日100食以上の食事を提供する給食施設を指導対象としている。
- 郷土食：それぞれの地域の産物を上手に活用し、その風土に合った食べ物として創られ、伝えられてきたもの。
- 欠食：食事をとらないこと。
- 口腔機能：食べ物を味わう（口に取り込む、噛む、飲み込む）、話す、笑う（豊かな表情）、息をするなどの口が担う機能の総称。
- 孤食：家族と暮らしていながら、親や子どもがそれぞれ違う時間に一人ひとり食事をとること。また、一人暮らしの人が一人でとる食事のこと。

【さ】

- 歯周疾患：歯の生活習慣病で、歯と歯ぐきの間から入った歯周病菌が、歯肉に炎症をひき起こし、さらに、歯肉の中にある歯槽骨（あごの骨）を溶かしてしまう病気。
- 主菜：たんぱく質の供給源である肉、魚、卵、大豆及び大豆製品などを主材料とする料理。
- 主食：炭水化物などの供給源であるごはん、パン、麺、パスタなどを主材料とする料理。
- 食の外部化：飲食店等で食事をする外食はもとより、本来、家の中で行われていた調理や食事を家の外に依存することをあらわす。食品産業においても、このような消費傾向に合わせて、調理食品や惣菜、弁当などの「中食」を提供するようになっている。このような動向を総称して「食の外部化」という。
- 食品関連事業者：食品の製造、加工、流通、販売、食事の提供等を行う事業者及び関係団体。
- 食料自給率：国内の食料消費が、国内生産によってどの程度まかなわれているかを示す指標。
- 咀嚼：食物を歯で噛み砕き、唾液を分泌させて食物とよく混ぜ合わせ、飲み込

みやすい大きさにして、食物の消化吸収を高めること。

【た】

- 低栄養：体を維持する「たんぱく質」と活動するための「エネルギー」が不足した状態。高齢期は、食が細くなりやすく、また、咀嚼機能や嚥下機能が低下するなど、食事の量が少なくなり低栄養になりやすい。

【な】

- 中食：持ち帰りの惣菜や弁当、出前など、家庭外で調理された食品を家庭内でとる食事形態。家庭で素材から調理する意味の「内食」、飲食店など外出先で食事をする意味の「外食」との中間にある食事形態として、「中食」といわれている。
- 生ごみ資源化アドバイザー：生ごみの減量及び資源化に積極的に取り組み、かつ所定の要件を満たした方を、生ごみ資源化アドバイザーとして登録し、町内自治会等が行う、生ごみの減量や資源化推進を目的とした学習会・研修会などの活動に派遣し、助言・技術指導等を行う。
- 日本型食生活：昭和 50 年代半ば頃に実践されていた、米を中心に水産物、畜産物、野菜等多様な副食から構成された、栄養バランスに優れた日本独自の食生活。
- 妊産婦のための食生活指針：妊娠期及び授乳期における望ましい食生活の実現に向け、何をどれだけ食べたらよいかをわかりやすく伝えるための指針とともに、妊婦個々の体格に応じて適切な体重増加が確保されるよう、その目安を示したもの。
- 妊娠高血圧症候群：主に妊娠後半期にあらわれる妊婦特有の病気で、高血圧とたんぱく尿が主な症状。

【は】

- パブリックコメント手続：市の重要な施策の意思決定の過程において、施策の案を公表し、広く市民から意見の提出を求め、提出された意見を考慮して施策の決定を行うとともに、その意見に対する市の考え方を公表する手続。
- 太巻き寿司：千葉県の上総地方を中心に古くから受け継がれ、千葉の郷土料理を代表するもの。「具を芯にして巻く」という技法が原点になって、その時代の農産物や海産物などの食材を活かして冠婚葬祭や地域の集まりで作られ、家庭のなかでも伝えられてきた。
その後、日本型食生活の見直しとともにこの太巻き寿司が注目され、技術の掘り起こしと多彩な巻き方の創作・伝承活動により、広く現在に受け継がれている。
- 保育所における食育に関する指針：平成 16 年 3 月に作成された保育所保育指針を基本とした「食育の計画」作成のためのガイドライン。健康で質の高い生活を送る基本としての「食を営む力」の育成に向け、その基礎を培うことを保育所の目標とし、子どもの発達段階に応じた食育のねらい・配慮事項等が記述されている。
- 副菜：ビタミン、ミネラル、食物繊維などの供給源である野菜、いも、豆類（大豆を除く）、きのこ、海藻などを主材料とする料理。

【ら】

- ライフステージ：年齢にともなって変化する生活段階、年代別の生活状況のこと。

【わ】

- ワーク・ライフ・バランス（仕事と家庭生活の調和）：性別を問わずあらゆる世代の方が、仕事と家庭生活の両方で、調和のとれた生活を送ること。

千葉市食育推進計画

発 行：平成 21 年 6 月

編集・発行：千葉市保健福祉局 健康部 健康企画課

〒260-8722 千葉市中央区千葉港 1 番 1 号

電 話：043 (245) 5208

FAX：043 (245) 5588