

# みうら

## 食育推進計画

(第3次三浦市食育推進計画)



2024年(令和6年)3月

三浦市

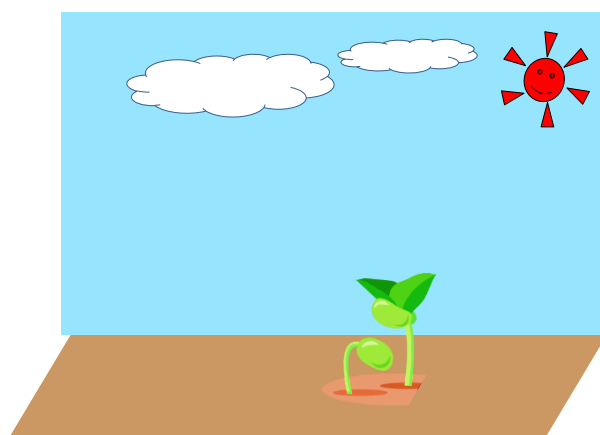


# 目 次

I. 計画の策定にあたって	
1. 計画策定の趣旨	2
2. 計画の位置づけ	3
3. 計画の期間	3
II. 食育推進の基本的考え方	
1. 三浦市の特性と計画への結びつき	6
2. 三浦市における食育推進の基本理念	7
3. 三浦市における食育の推進体制	8
III. 食育推進の目標と成果指標	
1. 一体感政策分野における目標と成果指標	10
2. もてなし政策分野における目標と成果指標	12
3. 生活支援政策分野における目標と成果指標	14
4. 都市政策分野における目標と成果指標	20
IV. みうら食育推進計画（第2次三浦市食育推進計画）に掲げた目標と現状	
1. 一体感政策分野における目標と現状	24
2. もてなし政策分野における目標と現状	26
3. 生活支援政策分野における目標と現状	28
4. 都市政策分野における目標と現状	31
5. 三浦市における主な食育関連事業	32
V. 計画の推進体制	
1. 計画の推進体制	36
2. 三浦市食育推進連絡会設置要領	38
VI. 資料	
1. (1) みうら健康アンケート内容	40
(2) みうら健康アンケート	41
(3) みうら健康アンケート集計結果	43
2. 第3次神奈川県食育推進計画の評価	53
3. 神奈川県が目指す食育の方向（指標及び目標値）	55
4. 用語の説明	57
5. 計画策定経過	59



# I. 計画の策定にあたって



# I. 計画の策定にあたって

## 1. 計画策定の趣旨

食事と栄養は、人が生涯を通じてよく生きるための基盤であり、活力のある持続可能な社会を構築するうえでの必須要素です。子どもの成長や生活習慣病予防など、健康管理面において最も重要なポイントの1つといえます。日本では乳幼児期から高齢期まですべての世代、さらに傷病者や被災者もカバーする形で「誰一人取り残さない」栄養政策を全国に展開しています。(厚生労働省 日本の栄養政策)

また、「食」は文化を育むものであり、人とのつながりをつくるものです。さらに、環境問題や所得格差による健康への影響といった社会問題にも及び、フードシステムを考慮することは欠かせません。

これからは、持続可能な開発目標（SDGs）の達成に栄養改善が不可欠であることを踏まえ、課題となっている「低栄養」と「過栄養」の二重負荷の問題にも向き合っていくことが求められます。

生きていく基盤である食事と栄養には、各世代や個人・地域の状況などに応じてさまざまな課題が潜んでいます。

みうら食育推進計画（第3次三浦市食育推進計画）は、食育基本法（平成17年6月17日法律第63号）第18条に基づき策定するもので、食育を総合的、計画的に展開することを目的としています。

また、地方公共団体は、国の計画を基本としてその地方公共団体の区域の特性を生かした自主的な施策を策定し、実施する責務を有すると規定されています。

本市では、「食育基本法」及び国の「食育推進基本計画」、「神奈川県食育推進計画（食みらい かながわプラン）」にそって、平成22年3月に「三浦市食育推進計画」を策定し、「第2次三浦市食育推進計画」（平成30年3月）から6年が経過しました。

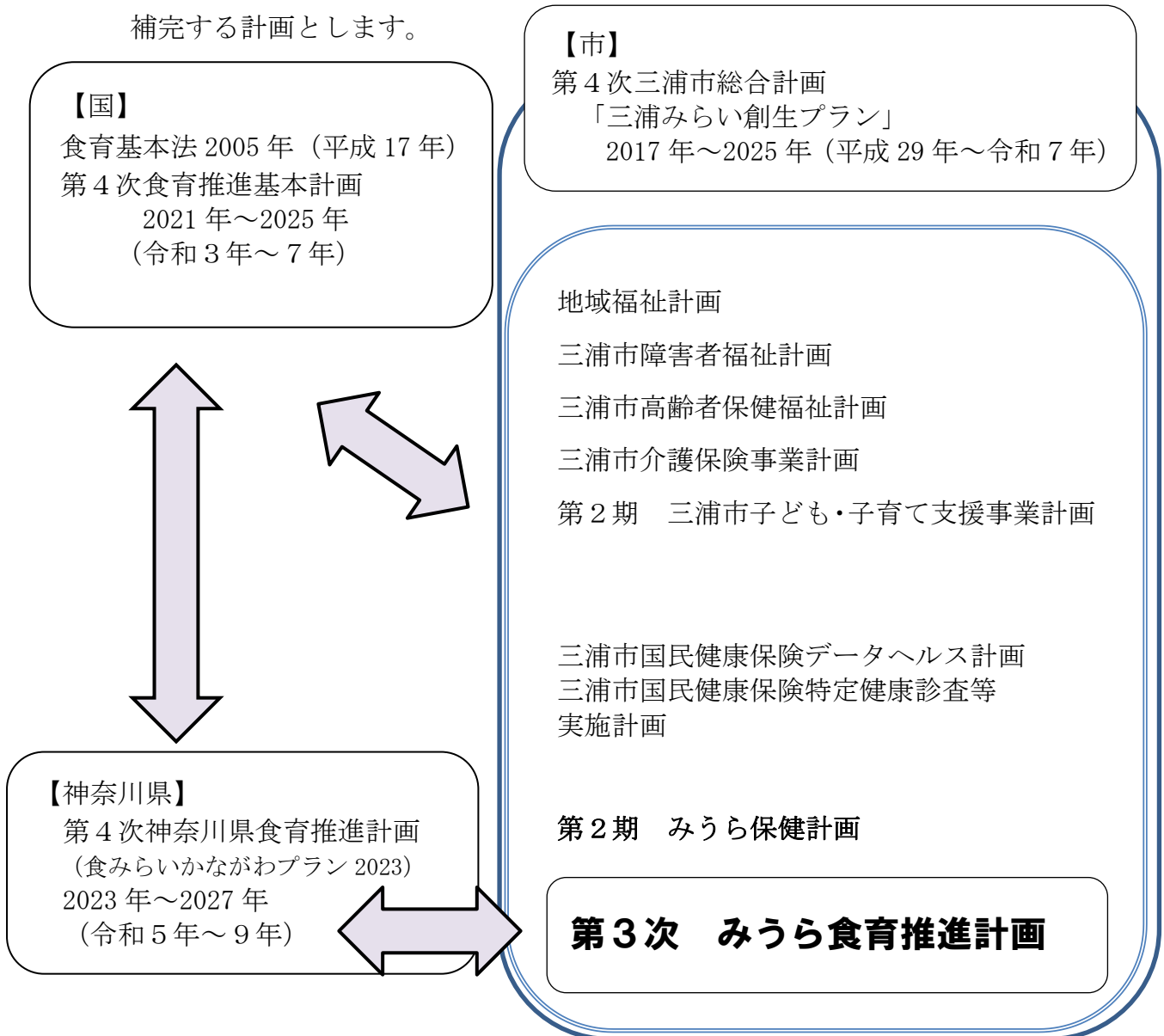
そこで、関係機関、団体等と連携しながら、「食」に対する関心・意識を育むことを推進してきました。

しかし、新型コロナウイルス感染症の流行は、食にも影響を与えています。また、「食」をめぐる課題も依然として残っています。

社会の取り巻く環境の変化等を踏まえ、新たに「みうら食育推進計画」（第3次三浦市食育推進計画）を策定しました。

## 2. 計画の位置づけ

- (1) 食育基本法第 18 条に定める市町村食育推進計画とします。
- (2) 神奈川県食育推進計画を指針とする計画とします。
- (3) 第 4 次三浦市総合計画を横断的に補完する個別計画とします。
- (4) 令和 6 年度から令和 11 年度を計画期間とするみうら保健計画と相互に連携・補完する計画とします。



## 3. 計画の期間

計画の期間は、2024 年度（令和 6 年度）から 2033 年度（令和 15 年度）までの 10 年間とします。

ただし、「2. 計画の位置づけ」に示された各計画が改訂された場合や情勢の変化等により計画期間内においても必要に応じ見直すこととします。





## Ⅱ. 食育推進の基本的考え方



## Ⅱ. 食育推進の基本的考え方

### 1. 三浦市の特性と計画への結びつき

本市は、三方を海に囲まれた温暖な気候にあり、地形は、ほぼ平坦な海食台地であるため風光明媚な海岸線に恵まれ、三崎漁港を中心とした水産業と首都圏近郊の露地野菜栽培を中心とした農業が活性化され、早くから農産業、水産業の生産拠点でした。

更に首都圏からの交通アクセスの良さから観光の地でもありました。

本計画は、生産拠点であり来遊の地であるという地域特性を踏まえた計画として策定しました。

また、本市は第4次三浦市総合計画において、次に掲げる3つのまちづくりの目標（施策の大綱）を掲げ、これに即した、施策体系別の機構改革（部門別経営）を進め、行政運営に取り組んでいます。

本計画も、施策の大綱と施策体系別行政運営を踏まえた計画として策定しました。

#### 3つのまちづくりの目標

- 1 一体感のある都市づくりをめざして～心を合わせる
- 2 もてなしの心をもつ都市をめざして～交流を育む
- 3 住み心地のよい都市をめざして～暮らしを支える

## 2. 三浦市における食育推進の基本理念

# 食べて幸せ！知って得する！広げようみうらの「食」 ～食べて、調べて、広げよう 元気なカラダとみうらの未来～

楽しく食べることは、幸福感をあげ、心身の健康を育みます。  
その実践のため、多方面からのサポートを計画します。

また、現代社会において、パーソナルコンピュータやスマートフォンの普及により、調べる(検索)が身近になっています。自らが興味を持ち、自らが調べることで知識を得ると共に「食」や「健康」に関する知識にも興味を持ち、実践につなげることを目指します。

多様な関係者が相互の理解を深め、連携・協働し、食育を推進します。

食育推進について、以下計画の重点事項等を踏まえ推進します。

### 【食育基本法第1条】

「国民が生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性をはぐくむ」  
ことを目的として、制定されています。

- 食は命の源。食育は生きる上での基本であり、知育、徳育、体育の基礎となるべきものと位置付ける。
- 「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できる人間を育てる食育を推進する。

### 【第4次食育推進基本計画】

基本的な方針

<重点事項>

- ・生涯を通じた心身の健康を支える食育の推進
- ・持続可能な食を支える食育の推進

<横断的な重点事項>

- ・「新たな日常」やデジタル化に対応した食育の推進

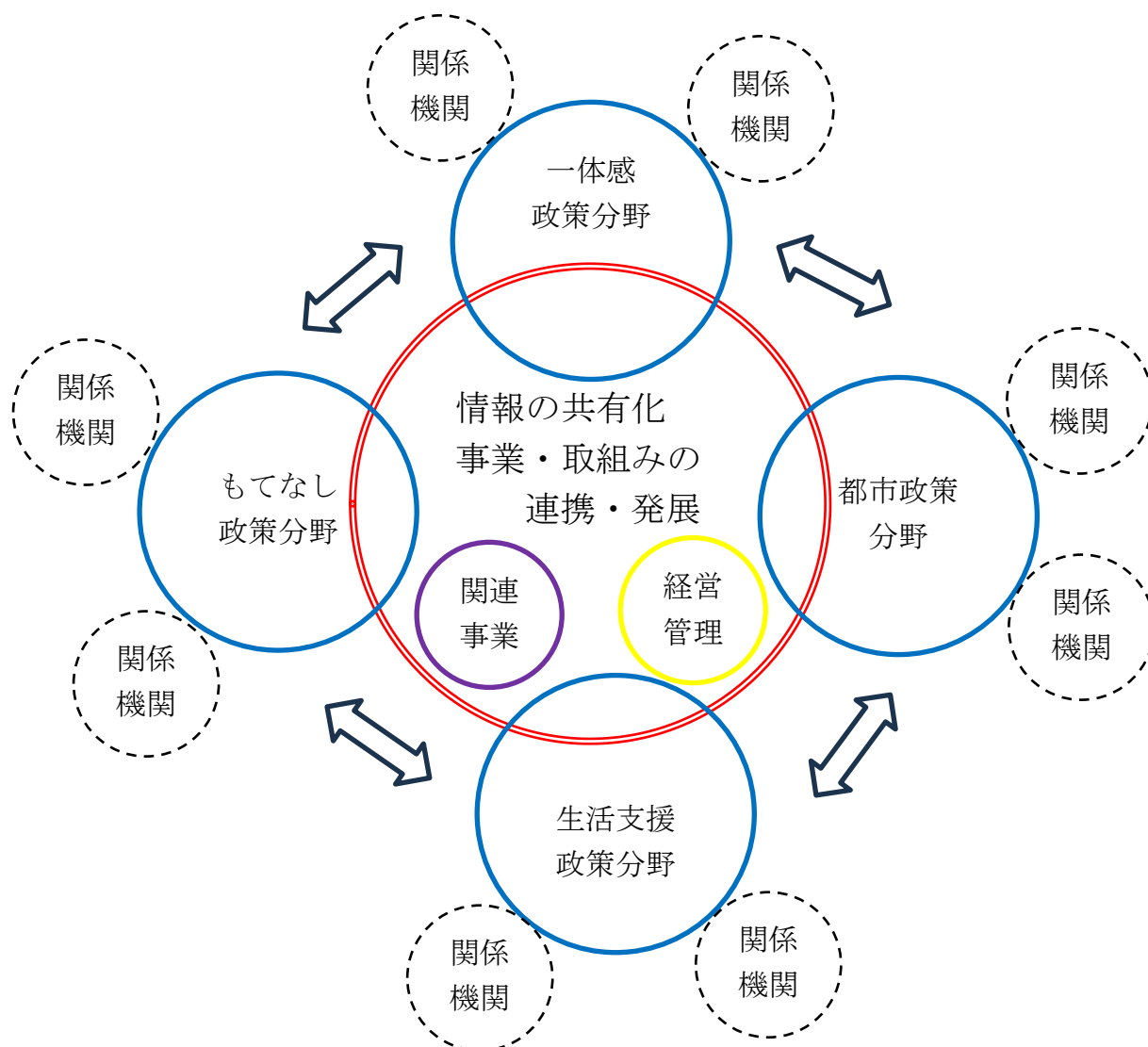
### 3. 三浦市における食育の推進体制

「1. 三浦市の特性と計画への結びつき」に示したとおり、本市では部門別経営を進め、行政運営に取り組んでいます。施策の大綱と施策体系別行政運営を踏まえ、計画策定段階から部門別経営を踏まえた計画として策定し、これに応じた体制で食育を推進していきます。

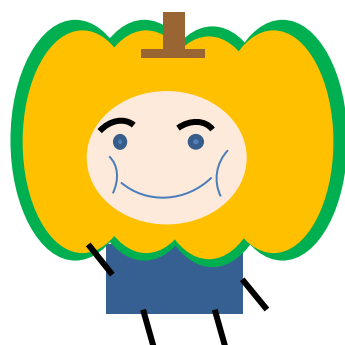
具体的には、各部門が学校をはじめ、関係する機関・団体と連携することによって、家庭や地域とも一体となって進めていきます。そして部門間の連携を図るために、部門ごとの組織運営の担当が中心となって情報共有や進行管理を進めていきます。

また、食育に関連する事業は、民間企業をはじめ多岐にわたる分野が、主体的に取り組まれていることから、食育推進の総合調整の担当が情報の一元管理を進めます。

政策部門と関係機関の連携による推進体制のイメージ



### Ⅲ. 食育推進の目標と成果指標



かぼっちゃん

### Ⅲ. 食育推進の目標と成果指標

#### 1. 一体感政策分野における目標と成果指標

##### ① 目標

食への興味・関心を高め、食に関する基礎知識を身に付ける

##### ② 目標設定の理由

学齢期は、学びや体験を通して、望ましい食習慣や食に関する適切な判断力などを身に付ける大切な時期です。三浦市内各小・中学校では、各校にて「食育全体計画」※等を作成し、給食を「生きた教材」と位置づけ、自ら望ましい食生活を実践していく力を育むなどの食に関する指導の充実を図っています。

三浦市では、児童・生徒が、より一層生き生きと活力ある生活を送るため、家庭と学校が連携し、朝食喫食率のさらなる向上を図るとともに、栄養のバランスや適量を食べることを身に付け、好き嫌いなく食べることを目指した取り組みを充実させていくことが大切だと考えています。

※「食育全体計画」…各学校が、児童・生徒の食生活に関する実態を把握し、食育の目標を設定したうえで、課題を解決するための教育活動を検討して作成したもの。給食の時間をはじめ、特別活動、家庭科（技術・家庭科）や体育科（保健体育科）などの各教科、および道徳、総合的な学習の時間等との相互関連を図り、学校教育全体を通して、横断的・体系的に食育を推進していくための基本的な計画。

##### ③ 取り組み内容

○望ましい食生活を実践していく力を育むなどの食に関する指導の充実

学校は、「食育全体計画」等により、朝食摂取をはじめとした望ましい食生活を実践していくことができるよう指導していきます。

望ましい生活リズム（早寝・早起き等）により、毎日しっかりと朝食を摂取することが大切です。

また、主食（ごはん、パン、麺など）、主菜（肉、魚、卵、大豆等を材料とした料理）、副菜（野菜等を材料とした料理）、汁物（みそ汁等）をバランスよく、適量に食べるのが大切です。

また、地元で取れた食材を利用することは、日本型食生活や安心・安全な食生活につながります。そのために、給食づくりに携わる栄養教諭・学校栄養職員と、日ごろから児童・生徒の教育に携わる各校担当者が連携しながら、食への興味・関心を高め、食に関する基礎知識を身に付ける授業を行っていきます。

④ アプローチ方法

事業名	内容	対象	担当
○三浦市小・中学校食育担当者会	各校担当者による食育推進を図るための協議及び情報交換を行う。 また、栄養教諭・学校栄養職員による情報提供や実践の紹介等を行う。	各学校食育担当者	学校教育課 学校給食課
○栄養教諭・学校栄養職員によるネットワーク各学校への個別支援	栄養教諭・学校栄養職員による食育に関する校内研修等の支援や児童・生徒に対する教科及び特別活動等における授業（指導）	各学校教職員及び 児童・生徒	学校教育課 学校給食課
○社会教育講座	社会教育講座の中で子ども料理教室や親子農業体験教室等の場において食育に関する講座を実施する。	小学生及び 保護者等	文化スポーツ課 初声市民センター

⑤ 成果指標

- ・ 栄養教諭・学校栄養職員を活用した学級活動や給食時間における児童・生徒への指導（各小・中学校 年間1回以上）
- ・ 朝ごはんを食べない（欠食）子どもの割合の減少（市内小学校5年生、市内中学校2年生抽出）
- ・ 社会教育講座を通じた食材への感謝、料理の創造力、収穫の達成感等を学ぶ場の提供（年2回以上の開催）



<料理教室の様子>



<三浦市学校給食（左は三浦牛の日のメニュー）>

## 2. もてなし政策分野における目標と成果指標

### ① 目標

みうらの食（地元農水産物）の美味しさを知ってもらう！

### ② 目標設定の理由

三浦市では、1次産業である農業、漁業は基幹産業として三浦市の経済を支えてきましたが、新型コロナウイルス感染症の影響による売り上げの減少や肥料・燃料及び資材等の高騰により農水産業は厳しい状況にあります。更に消費者の食に対する意識の変化やライフスタイルの多様化など、食を取り巻く環境の変化に対応する必要があります。

また、今後はアフターコロナを見据えた消費者ニーズの動向を踏まえたうえで、地元農水産物の消費拡大を目指し、関係機関と連携し、地産地消の推進に取り組んでいきます。

### ③ 取組み内容

#### ○地産地消の推進

- ・地産地消の取組みとして、地元で生産された野菜や地元でとれた魚を食べてもらうなど、私たちが住んでいる土地で育まれた地元農水産物の美味しさを知ってもらうよう関係機関と協力し、市内での販路の確保や食の楽しさを感じることでできる機会の提供などを通じて、地元農水産物の消費拡大に務めます。
- ・学校給食において地元産農水産物を積極的に使用し、地産地消を進めていきます。
- ・地元生産者が、市内大型店舗等に出店し、地元農水産物の販売を行えるよう関係機関を通じて働きかけを行います。

### ④ アプローチ内容

事業名	内容	対象	担当
環境にやさしい農業支援	環境問題に対する関心が高まる中、農業においても肥料、農薬を少なくして作る「環境にやさしい農業」を普及させるため、消費者が求める安全・安心な農産物を作る農家を支援する。	農業従事者	農産課
三浦野菜の品種改良支援	大根やキャベツなどの三浦野菜をもっとおいしいと思ってもらえる野菜を作るため、改良や開発に取り組む、三浦市農協を支援する。	三浦市農業協同組合	農産課



事業名	内容	対象	担当
三崎魚市場見学会	三崎魚市場見学会を通して、地場産水産物に親んでもらうとともに、漁業や魚市場の役割の理解を深めてもらい、地場産水産物の消費拡大を図る。	小学生	海業水産課
みうらの魅力発信	市民と来遊者が三浦市の食を楽しむイベントの開催	市民	もてなし課

### ⑤ 成果指標

- ・ 学校給食時に使用している地元農水産物の評価を関係課と連携して実施する。
- ・ 漁業や魚市場に関する知識及び魚への親しみを持たせ、地場産水産物の消費拡大を目的として三崎魚市場見学会に参加した市内の小学生の人数。
- ・ 食を楽しむイベントを開催する。



〈令和5年度版パンフレット〉



〈三浦ツナ之介〉

### 3. 生活支援政策分野における目標と成果指標

#### ① 目標

食をとおして健康な「カラダ」をつくり、維持する

#### ② 目標設定の理由

三浦市の食育推進については、「三浦市食育推進連絡会」や「みうらっ子食育ネットワーク」(※P17)などで食に関わる関係機関・団体と検討・取り組んできました。しかし、新型コロナウイルス感染症の流行は「食」にも様々な影響がありました。

また、「食」をめぐる課題も依然として残っています。

そこで基本理念の「食べることは幸せであること、食べることは楽しいこと」を基盤として心身の健康を育むことを目標とします。

特に朝食は、1日の食事の始まりとして欠かさず食べる必要があることから、前計画より引き続き「朝食を食べる」「朝、昼、夕の3食を規則正しくバランスよく食べる」「生活リズムをつくる」ことに取り組めます。

さらに本計画では、自らが興味を持ち、自らが調べることで知識を得ると共に「食」や「健康」に関する知識や興味を持ち、実践につなげ、生涯にわたって健康な「カラダ」をつくり、楽しい食生活を送ることをサポートします。

#### ③ 取組み内容

##### ○食に関する知識の啓発・普及

・主食・主菜・副菜をそろえることを啓発・普及します。

献立の基本は、主食(ごはん・パン・麺など)、主菜(肉・魚・卵・大豆等を材料とした料理)、副菜(野菜等を材料とした料理)、汁物(みそ汁等)の組み合わせでバランスが自然とよくなります。

・朝、昼、夕の3食を規則正しく食べて生活リズムを整えることを啓発・普及します。朝食の欠食は生活リズムの乱れだけでなく、集中力の低下や肥満とも関係しています。特に20歳代の若い世代では、朝食欠食の割合が高く、栄養バランスに配慮した食生活を送っている人が少ない等健康や栄養に関する実践状況に課題が見られます。

高齢者は、食事量の減少や消化吸収能力の低下等により低栄養の危険性が高まります。朝食をはじめ朝・昼・夕の3食を規則正しく摂取することは、低栄養を予防できます。

- ・低栄養予防に努めます。

低栄養とは、偏った食事内容によってエネルギーとたんぱく質が欠乏し、健康な身体を維持・活動するために必要な栄養素が足りない状態をいいます。

特に高齢者は、食事量の低下や消化吸収能力が低下するため、低栄養・フレイルになりやすく高齢化が急速に進行する中、食育の観点から低栄養・フレイルを予防し、健康寿命を延ばすため、正しい知識の普及やより良い食生活をおくるための生活改善の取組みをすすめます。

## 【コラム】

### 朝食におすすめの食材

朝食にはエネルギー源となる炭水化物のパンやごはん、体温を上昇させてくれるたんぱく質の肉・魚・卵・大豆などを一緒にとると、効率よくカラダが動くようになります。また、不足しがちなビタミンやミネラルが豊富に含まれる野菜や果物もおすすめです。一日にとるべき栄養素の25～30%を目安に、朝食をしっかり食べて、元気に一日をスタートしましょう。

### フレイル

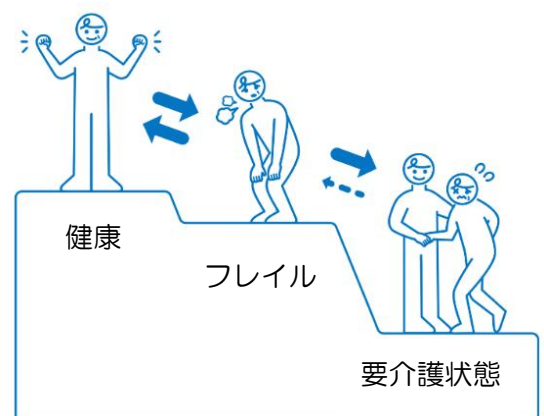
加齢のため心や体の働き、社会的つながりが弱くなった状態です。

フレイル予防は、栄養（食・口腔）・運動・社会参加の3つの柱を自分の生活に上手く取り入れることが重要です。



出典：神奈川県

「おいしく楽しく食べて自分にあった体重を維持しよう！パンフレット」



出典：厚生労働省パンフレット

「食べて元気にフレイル予防」

④ アプローチ方法

事業名	内容	対象	担当
栄養教育	<ul style="list-style-type: none"> <li>・みうらみんなのごはん塾</li> </ul> 「食」や「健康づくり」についての講話やみうらの食材を使った調理実習を行う。食生活改善推進員を養成する。「食」に関わる関係機関・団体（学校、農協、漁協、三崎センター等）と連携し、事業を行う。	三浦市民	健康づくり課
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・健康づくりセミナー</li> </ul> 栄養・食事の講義、グループワーク、運動をとおして内臓脂肪を減らすためのサポートをする。	30歳～ 74歳 三浦市民	健康づくり課 保険年金課
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・元気アップ教室</li> </ul> 管理栄養士や歯科衛生士による、高齢者の低栄養予防や改善、フレイル・オーラルフレイル予防のための講話など行う。	65歳以上 三浦市民	高齢介護課
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ケースワーカーが生活保護受給者宅を訪問した際にリーフレットを渡し、食に関する知識の啓発を行う。</li> </ul>	被保護者	福祉課
栄養相談	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ぷらっと相談</li> </ul> 測定結果の説明、栄養・食事について相談コーナーを設置する。	三浦市民	健康づくり課

	<ul style="list-style-type: none"> <li>・結果報告会 集団健診を受けた方へ、結果の説明をしながら結果を渡す。 栄養相談コーナーを設置する。 (みうら国保健診・なごみ健診・保健事業と介護予防の一体的実施等)</li> </ul>	健診を受けた 三浦市民	健康 づくり課 保険年金課
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・保健指導 みうら国保健診を受けた保健指導対象者へ保健指導を行う。 (積極的支援、動機付け支援、糖尿病重症化予防)</li> </ul>	三浦市民 (三浦市国民健康保険加入者)	健康 づくり課 保険年金課
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・保健指導・栄養指導連携推進事業 市内医療機関と健康づくり課が連携し、生活習慣病等を対象に、保健指導・栄養指導を実施する。</li> </ul>	三浦市民	健康 づくり課
食育事業 (イベント等における食育活動)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・みうら市民まつり、みうらかむかむ歯っぴーDay 等イベントで、参加者が体験しながら楽しく学べるコーナーを設置する。</li> </ul>	園児 参加者 来場者	健康 づくり課 子ども課
三浦市食育推進 連絡会※	<ul style="list-style-type: none"> <li>・食育に関する施策の総合的な推進に関し、関係者で必要な連絡調整及び意見交換を行う。</li> </ul>	食育担当者	健康 づくり課
みうらっ子食育 ネットワーク※ (※P30 ページ)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・乳児～思春期の関係機関・団体が集まり、みうらの子どものより良い食生活のための検討・取組みを行う。</li> <li>・ホームページを活用し、情報を発信する。</li> </ul>	みうらの子どもの「食」に関わる機関・団体	子ども課

<p>乳幼児健康診査</p> <p>3 か月児 10 か月児 1 歳 6 か月児 2 歳児歯科 3 歳児</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・各月年齢の健診の場において、食事・生活リズムの状況の確認・助言指導、教室案内、栄養相談を行う。</li> <li>・各健診毎にリーフレット作成・配布</li> <li>・幼児健診では食生活改善推進団体三栄会による、簡単おやつを紹介・試食コーナー設置</li> </ul>	<p>乳幼児 保護者</p>	<p>子ども課</p>
<p>母子教室</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・プレママパパ体験 Day</li> </ul> <p>妊娠期や家族の食生活について体験や講話をとおして食の悩みの軽減・知識の普及を行う。</p>	<p>妊婦 妊婦の家族 等</p>	<p>子ども課</p>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・みまぐっこ</li> </ul> <p>0歳児と保護者の交流の場で、離乳食等の相談を行う。</p>	<p>乳児 保護者</p>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・もぐもぐごっくん（離乳食教室）</li> </ul> <p>離乳食のすすめ方・お口の動きなどの講話、試食をとおして食べ方・食べさせ方の体験、相談を行う。</p>	<p>乳児 （生後 4 ～ 7 か月児） 保護者</p>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ぱくぱく・しゃかしゃか</li> </ul> <p>（離乳食&amp;歯みがき&amp;あそびの教室） 離乳食後期～幼児食、お口と歯みがきの講話、歯みがき・おやこ遊びの実践。 栄養・歯科・保育相談を行う。</p>	<p>乳児 （8 ～ 12 か月児） 保護者</p>	
<p>母子栄養教育・ 相談</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・妊娠期から産後、授乳・離乳食・幼児食と状況の変化に応じた課題・悩みに対し、面接・電話・訪問等の方法で相談を行う。</li> <li>・子育てサークル・その他関係団体へ知識の普及・情報提供等の教育・相談を行う。</li> </ul>	<p>妊産婦 乳幼児 保護者 子育てに関 わる団体</p>	<p>子ども課</p>

## ⑤ 成果指標

- ・教室や地域における食に関する知識（主食・主菜・副菜をそろえる、低栄養予防）の啓発・普及を実施した回数
- ・幼児期の食に関するアンケートの実施と実態把握  
 〈参考〉みうらっ子アンケート（1歳6か月児・3歳児）  
 こどもげんき相談アンケート（年長児）を実施  
 （例）「お子さんは朝食を食べていますか」の設問に対し、「毎日食べる」「ほぼ毎日食べる」「食べない日の方が多い」「食べない」から選択  
 令和4年度の「毎日食べる」（毎日食べる＋ほぼ毎日）児の割合  
 1歳6か月児：89.9%（95.9%）  
 3歳児：88.6%（96.0%）  
 年長児：82.3%（96.2%）
- ・朝ごはんを食べない（欠食）子どもの割合の減少\*\*  
 （市内小学校5年生、市内中学校2年生抽出）  
 \*\*学校教育課で実施している「朝食についてのアンケート」を指標としている。  
 初期計画より継続して朝食の喫食状況を注視し、幼児期、青年期の課題を洗い出す。
- ・朝食を抜くことが週に3回以上ある人の割合の減少（みうら国保健診）
- ・1日3食きちんと食べる（なごみ健診）
- ・生活保護受給者宅を訪問し、リーフレットを渡した件数



歯っぴーKidsDay



元気ごはんコーナー



もぐもぐごっくん（離乳食教室）



ぱくぱく・しゃかしゃか  
 （離乳食&歯みがき&あそびの教室）

## 4. 都市政策分野における目標と成果指標

### ① 目標

食と環境との関係を理解し、食品廃棄物の排出量を削減する

### ② 目標設定の理由

現在は「飽食の時代」と呼ばれる中であって、私たちは日常生活において大量の食品廃棄物を排出しています。食事を作る際に出る調理くずや、食べ残し、賞味期限切れで捨てられる食品ロスなど、様々な食品廃棄物が排出されていますが、環境にもやさしい食生活を目指すためには、一人ひとりが問題意識を持って食品廃棄物の発生抑制に取り組む必要があります。

### ③ 取組み内容

#### ○啓発メニュー

美味しい食材の宝庫である三浦市だからこそ、市民が食の恵みに対してより一層感謝の気持ちを持てるよう、環境教育や市広報紙等を通じて意識啓発を行います。

#### ○実践メニュー

食品廃棄物の排出削減につながるプログラムを作り、実際に市民が削減効果を体感できます。

### ④ アプローチ方法

事業名	内容	対象	担当
○環境教育	小学4年生が社会科でごみに関する学習をする際に、出前授業を行い、その中で食品廃棄物の排出抑制につながる意識啓発を行う。	小学生	廃棄物 対策課
○キエーロ（生ごみ処理器）の普及	食品廃棄物（生ごみ）の排出削減を目的に、キエーロの製作方法や活用方法、生ごみの削減効果などを市民に向けて紹介するとともに、キエーロ購入費補助金制度を設けて普及を図る。	市民	廃棄物 対策課



○フードドライブの実施	食品ロス（まだ食べられるにも関わらず捨てられる食品）の削減を目的に、家庭で余っている賞味期限が残っている食品の提供を呼びかけ、集まった食品を福祉団体等へ寄付する。	市民	廃棄物 対策課
-------------	---	----	------------

⑤ 成果指標

食品廃棄物の削減を目的としたアクションプログラムの実施件数及びそれに参加した市民の数



<生ごみ処理器キエーロを紹介している様子>





## IV. みうら食育推進計画

(第2次三浦市食育推進計画)

に掲げた目標と現状



だいこんた

## IV. みうら食育推進計画（第2次三浦市食育推進計画）に掲げた 目標と現状

評価 （達成 ○ 取組み中 △ 未達成 × 評価できない —）

### 1. 一体感政策分野における目標と現状

(1) 目 標 食への興味関心を高め、食に関する基礎知識を身につける。

(2) 現 状

①成果指標 栄養教諭を活用した学級活動や給食時間における児童・生徒への指導  
(各小中学校 年間1回以上) <学校>

#### 【達成状況】

平成30年度	令和元年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度
11校中11校実施	11校中11校実施	中止	中止	11校中7校実施
○	○	—	—	△

②成果指標 朝ごはんを食べない(欠食)子どもの割合の減少  
(市内小学校5年生、市内中学校2年生抽出) <学校>

#### 【達成状況】

平成30年度	令和元年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度
小学校 2.3% 中学校 3.2%	小学校 1.9% 中学校 4.6%	小学校 1.9% 中学校 4.1%	小学校 2.4% 中学校 3.2%	小学校 4.4% 中学校 2.6%
△	△	○	△	△

コロナ禍ではあったが、対策が徐々に緩和されるに伴い、食育に関する事業を多く行い、市民に参加いただけたのではないのでしょうか。学校においても収穫物を食したり、家庭科で調理実習を行ったりするなど、食に関する授業が行えるようになりました。この取組みの成果が令和5年度以降、更により方向に向かうことを願います。



### ○教育ファームとは？

自然の恩恵や食に関わる人々の様々な活動への理解を深めること等を目的として、市町村、農林漁業者、学校などが一連の農作業等の体験の機会を提供する取り組みをいいます。

「一連の農作業等の体験」とは、体験者が実際に農林水産業を営んでいる方の指導を受け、同一作物について2つ以上の作業を年間2日以上期間行うことをさします。

### ○朝ごはんについて・・・

学校教育課で実施している「朝食についてのアンケート」より食育計画初版より指標としています。

「あなたは朝食を食べていますか」の設問に対し、「毎日食べる」「食べる日の方が多い」「食べない日の方が多い」「食べない」のうち「食べない」を選択した子の割合で出しています。

朝食を食べない児童の数は年によって差があります。子どもの数が減少傾向にあるため母数が減れば減るほど、食べない子がいると数字が上がりやすくなります。

③成果指標 社会教育講座を通じた食材への感謝、料理の創造力、収穫の達成感等を学ぶ場の提供（年2回以上の開催）＜文化スポーツ課＞

### 【達成状況】

平成30年度	令和元年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度
・子ども料理教室 ・キャベツを使った料理他	・子どもパン教室 ・三浦の野菜を美味しく食べる料理講座他	・季節の料理講座 ・子ども料理教室 ・親子農業体験教室他	・三浦の野菜を使った創作料理講座 ・子ども料理教室 ・親子農業体験教室他	・プロから学ぶ料理講座 ・子ども料理教室 ・親子農業体験教室 ・子どもパン作り教室他
○	○	○	○	○

社会教育講座においては、料理教室や農業体験など、新型コロナウイルス感染対策を講じながら、講座を開催してきました。

コロナ禍にて、やむを得ず中止とした講座もありましたが、開催できた講座でのアンケートにおいては、9割以上が満足とのコメントをいただいております。

## 2. もてなし政策分野における目標と現状

(1) 目 標 三浦市の農業、漁業へのかかわりを増やす。

(2) 現 状

①成果指標 三浦市の農業、漁業に関わるアンケート調査の実施  
(年2回以上) <農産・水産・観光商工課>

### 【達成状況】

平成30年度	令和元年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度
・魚との関わりについてのアンケート ・農業とのかかわりについてのアンケート	・魚との関わりについてのアンケート ・農業とのかかわりについてのアンケート	中止	中止	・農業学習を実施したが、アンケートは未実施であった。
○	○	—	—	—

②成果指標 アンケート調査結果の検証による新たなアプローチの創出  
(年1つ以上の事業化) <農産・水産・観光商工課>

### 【達成状況】

平成30年度	令和元年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度
準備中	準備中	中止	中止	中止
—	—	—	—	—

令和2年度～令和4年度は、魚及び農業との関わりについてのアンケートを予定していたが、新型コロナウイルス感染拡大防止の観点からイベント全体が中止となりました。

三浦市は、豊かな食や自然に恵まれ住んでも訪れても気分がよくなるまちです。新鮮な魚介類と野菜等の農産物が手に入り、自然が生業の場であり、資源として積極的に活用しています。

漁港や広がる農地の風景もすべて人々が自然に向き合い、三浦ならではの食を楽しむイベントが毎年開催されています。また、食を取り巻く社会環境が変化する中にもみうらならではの大切な食文化が失われることがないように努めています。

③成果指標 市以外が主催するイベントとの連携の強化  
(年1つ以上) <農産・水産・観光商工課>

【達成状況】

平成30年度	令和元年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度
金田湾朝市桜まつり	農業収穫体験（農協開催）	中止	中止	農業収穫体験（農協開催） ・小学校2件（市内1件、市外1件）、大学1件、社会人1件 農業作物栽培管理体験（農協開催） ・小学校1件（市内）
○	○	—	—	○



<海業フェスタ@みうら・みさき海の駅>

○地産地消

私たちの身近なところで生産されたもの（地産）を食べること（地消）をいいます。私たちが住んでいる土地には、その風土や環境に適した農産物が育ちます。私たちの体と同じ水と空気で育った農作物を食べることは、体にやさしく安全です。

三浦市は、生産者の顔が見える販売所がたくさんあります。生産者とのコミュニケーションが生まれ、より新鮮で安価な食材が手に入ります。

### 3. 生活支援政策分野における目標と現状



(1) 目 標 食をとおして健康な「からだ」をつくり、維持する。

(2) 現 状

- ①成果指標 教室や地域における食に関する知識の啓発・普及を実施した回数  
 (主食・主菜・副菜をそろえる、低栄養予防)  
 <子ども課、高齢介護課、健康づくり課>

#### 【達成状況】

平成30年度	令和元年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度
79回(乳幼児健診等) 13回(元気アップ教室 参加者191人) 59回(セミナー・市民まつり等)	76回(乳幼児健診等) 14回(元気アップ教室 参加者198人) 60回(セミナー・市民まつり等)	77回(乳幼児健診等) 8回(元気アップ教室 参加者96人) 27回(セミナー等)	78回(乳幼児健診等) 9回(元気アップ教室 参加者71人) 33回(セミナー等)	79回(乳幼児健診等) 10回(元気アップ教室 参加者100人) 31回(セミナー等)
○	○	○	○	○

- ②成果指標 幼児期の食に関するアンケートの実施と実態把握 <子ども課>

#### 【達成状況】

平成30年度	令和元年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度
こどもげんき相談アンケート R元年で実施予定	みうらっ子アンケート実施 こどもげんき相談アンケート実施	みうらっ子アンケート実施 こどもげんき相談アンケート実施	みうらっ子アンケート実施 こどもげんき相談アンケート実施	みうらっ子アンケート実施 こどもげんき相談アンケート実施
△	○	○	○	○

- ③成果指標 朝ごはんを食べない(欠食)子どもの割合の減少  
 (市内小学校5年生、市内中学校2年生抽出) <学校>

#### 【達成状況】

一体感政策分野参照 (P24 参照)



④成果指標 朝食を抜くことが週に3回以上ある人の割合の減少

(特定健診・なごみ健診 質問項目) <健康づくり課>

※なごみ健康診査は、令和2年より質問項目が「朝食を抜くことが週に3回以上ある」から「1日3食きちんと食べる」へ変更となり、評価も割合の増加で評価とする。

【達成状況】

平成30年度	令和元年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度
特定健康診査 9.7% (県:9.7% 国:9.0%)	特定健康診査 9.3% (県:10.1% 国:9.1%)	特定健康診査 9.8% (県:10.2% 国:9.2%)	特定健康診査 9.7% (県:11.1% 国:9.4%)	特定健康診査 10.2% (県: 11.6% 国:
なごみ健康診査 5.7% (県:4.4% 国:4.4%)	なごみ健康診査 5.0% (県:4.3% 国:4.1%)	なごみ健康診査 94.6% (県: 94.6% 国: 95.0%) ※	なごみ健康診査 93.2% (県: 94.4% 国: 95.1%)	なごみ健康診査 9.8%) 93.3% (県: 94.0% 国: 94.8%)
△	△	○	△	△

<取組み>

○イベント等の多くが中止となったが、ちらしなどの作成を通し、ポピュレーションアプローチを実施しました。また、教室等は、予約制・人数制限など工夫をしながら継続的に実施しました。

○三浦市農業協同組合、三浦市漁協女性部、食生活改善推進団体 三栄会、在宅栄養士会など食に関わる機関・団体と連携し、事業を進めることができました。

○コロナ禍ならではの食の課題に対し、三浦市食育推進連絡会、みうらっ子食育ネットワーク等で検討しました。

○みうらっ子食育ネットワークに参加する各団体から、みうらっ子の好きなメニューを募集し、市のホームページに掲載しました。

<一体感政策分野・生活支援分野の取組み>

○みうらっ子 食育ネットワーク（平成 27 年 8 月～）

目的：みうらの子どもの健全発達のため、食育の推進を図る。

位置づけ：子ども課（事務局）

<構成員>

幼稚園代表・保育園代表、小中学校の食育部会代表・養護教諭部会代表、学校栄養教諭、学校教育課職員、三浦初声高等学校食育担当教諭、鎌倉保健福祉事務所三崎センター職員、子ども課・健康づくり課職員

\*平成 30 年度の取組み

みうらの子どもの食生活状況について

子どもの食生活・保護者の関りで気になることについて情報交換

\*令和元年度の取組み

みうらの子どもの間食の状況と課題について気になることや対応・取組みについて  
情報交換

\*令和 2 年度・3 年度の取組み（書面開催）

コロナ禍におけるみうらの子どもの食生活状況や問題点、各機関の対応・意見を伺い  
次年度の活動につなげる。

\*令和 4 年度の取組み

With コロナでもみうらっ子が楽しむ食育の工夫について

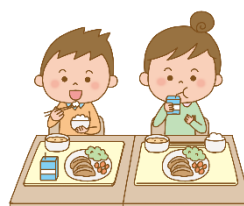
コロナ禍に対応した食育体験や環境づくり、特別献立の実施などそれぞれの食に関わる  
機関・団体の工夫が紹介された。

みうらっ子が喜ぶレシピ集の作成

URL

[https://www.city.miura.kanagawa.jp/soshiki/kodomoka/kodomoka\\_boshi/8303.html](https://www.city.miura.kanagawa.jp/soshiki/kodomoka/kodomoka_boshi/8303.html)

QRコード



#### 4. 都市政策分野における目標と現状

(1) 目 標 食と環境との関係を理解し、食品廃棄物の排出量を削減する。

(2) 現 状

①成果指標 食品廃棄物の削減を目的としたアクションプログラムの実施件数  
及びそれに参加した市民の数 <廃棄物対策課>

##### 【達成状況】

平成 30 年度	令和元年度	令和 2 年度	令和 3 年度	令和 4 年度
2 件(参加者 82 人)	2 件(参加者 66 人) 【内訳】 ごみカレッジ 60 人 キエーロモニター 6 人	2 件(参加者 31 人) 【内訳】 ごみカレッジ 20 人 キエーロモニター 11 人	3 件(参加者 111 人) 【内訳】 ごみカレッジ 70 人 キエーロモニター 31 人 市民講座 10 人	3 件(参加者 191 人) 【内訳】 ごみカレッジ 167 人 キエーロモニター 9 人 市民講座 15 人
○	○	○	○	○

三浦市内の小学校では、児童が廃棄物処理の仕組みを食品廃棄物の観点からも含め学びます。

小学 4 年生の環境学習において、「わが国では食材を海外に大きく依存しているにもかかわらず、大量の食品廃棄物を発生させて環境に大きな負荷をかけている。」という内容を学習することで、生産から消費に至る食の循環を理解し、身近な食品ロスの削減などに対する意識が高まりました。

##### ○食品廃棄物とは？

食品の製造・加工・流通・消費などの際、廃棄される食品の総称。製造や加工の際に発生する廃棄物や、流通の際に発生する売れ残り、消費の際に発生する調理くずや食べ残しなど。

##### ○食品ロスとは？

食品廃棄物のうち、特に食べられる状態であるにもかかわらず廃棄される食品のことを言う。例えば、売れ残りや期限を超えた食品、食べ残しなどであるが、食品ロスはメーカーや卸、小売店、飲食店、家庭など、「食べる」ことに関係する様々な場所で発生しています。

5. 三浦市における主な食育関連事業（令和4年度）

◎主担当

事業名等	対象者	内容	担当している分野			
			一 体 感 政 策 分 野	も て な し 分 野	生 活 支 援 分 野	都 市 政 策 分 野
三浦市学校給食展	来場者	給食に関する展示、ゲームコーナー、給食の試食など	◎			
子ども料理教室	市内在住または在学の小学生	型抜きクッキー	◎			
料理講座	市内在住 在勤	薬膳料理 体調を整える料理を作しましょう。	◎			
料理講座	市内在住 在勤	キャベツ料理 たっぷり野菜の料理を作しましょう。	◎			
パン作り	市内在住 または在学の 小学生と保 護者	オリジナルパンを作ろう	◎			
料理講座	市内在住 在勤	免疫力を高める食事とミールキッドづくり	◎			
親子農業体験教室	市内在住・ 在学の小学 生とその保 護者	ジャガイモ、トウモロコシ、サツマイモなど野菜作りの農業体験	○	◎		
子ども料理教室	市内在住の 小学生	パイ生地でクッキーを作ろう	◎			
キューロモニター募集	市内在住	土の力（バクテリア）で生ごみを分解する生ごみ処理機				◎
フードドライブ	市内在住	食品ロスの削減を図るための取り組み				◎

三浦市における主な食育関連事業（令和4年度）

◎主担当

事業名等	対象者	内容	担当している分野			
			一 体 感 政 策 分 野	も て な し 分 野	生 活 支 援 分 野	都 市 政 策 分 野
環境教育	小学4年生	食品ロスの削減を図るための取組み				◎
プロから学ぶ料理講座	市内在住 在勤で当講座未受講の方	お家で作ろう握り寿司	◎			
みうらみんなのごはん塾（食生活改善推進員養成講座）	市内在住	健康講話を聞き、体験します。みうらの食材を使った調理実習をします。	○		◎	○
特定健康診査（みうら国保健診）特定保健指導	国保加入の40～74歳	メタボリックシンドローム（内臓脂肪型肥満）に着目した生活習慣病予防のための保健指導			◎	
歯っぴーKidsDay	来場者	元気ごはんコーナー	○		◎	
健康づくりセミナー	市内在住の74歳以下	内臓脂肪・体重を減らそう！まずは3か月実践コース			◎	
母子教室（母親父親教室、離乳食教室、育児教室等）	対象者	食に関する教育・相談			◎	
乳幼児健診（3か月児、10か月児、1歳6か月児、2歳児歯科、3歳児）	対象者	食に関する教育・相談			◎	
子育てサークル等母子団体の教室	団体加入者	食に関する教育・相談			◎	





三浦市農業協同組合 営農部 営農支援課  
 野菜ソムリエ 大内 諒子氏作

## V. 計画の推進体制





## V. 計画の推進体制

### 1. 計画の推進体制

#### (1) 三浦市食育推進連絡会（平成 26 年 12 月～）

三浦市の食育に関する施策の総合的な推進に関し、関係者で必要な連絡調整及び意見交換を行うため、三浦市食育推進連絡会を置きます。

詳細は、三浦市食育推進連絡会設置要領を参照。P 38



#### (2) みうらっ子食育ネットワーク（平成 27 年 8 月～）

みうらの子どもの健全発達のため、食育の推進を図ることを目的に子どもの「食」に関わる機関・団体が集まり、検討・取組みを行います。「三浦市食育推進連絡会」の部会として平成 27 年より開催。

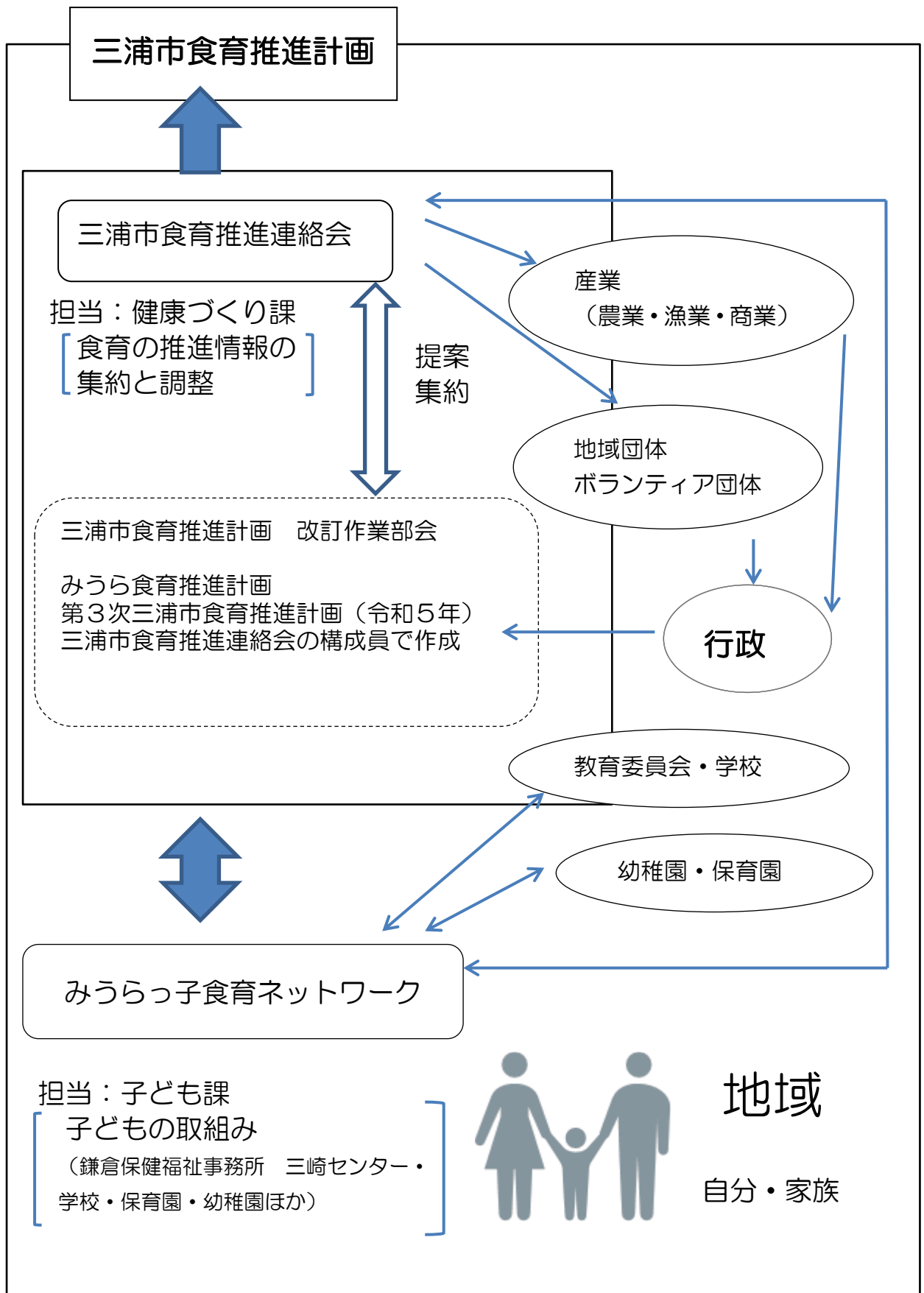


#### (3) 三浦市食育推進計画改訂作業部会

みうら食育推進計画（第 3 次三浦市食育推進計画）作成（令和 6 年 3 月～）  
改定・策定するにあたり、食育推進連絡会の構成員により、策定。







## 2. 三浦市食育推進連絡会設置要領

(趣旨)

第1条 本市の食育に関する施策の総合的な推進に関し、関係者で必要な連絡調整及び意見交換を行うため、三浦市食育推進連絡会（以下「連絡会」という。）を置き、その運営について必要な事項を定める。

(取扱事項)

第2条 連絡会は、次に掲げる事項を取り扱う。

- (1) 三浦市食育推進計画の改定に関すること。
- (2) 三浦市食育推進計画に基づく施策の実施及び進行管理、評価に関すること。
- (3) 三浦市食育推進計画に関し実務的な検討、調査、資料作成等に関すること。
- (4) その他食育の推進に関すること。

(構成)

第3条 連絡会の構成員は、次に掲げる者とする。

- (1) 学校栄養教諭
- (2) 市職員（学校教育課、文化スポーツ課、海業水産課、農産課、もてなし課、廃棄物対策課、子ども課、高齢介護課、福祉課及び健康づくり課）
- (3) 神奈川県鎌倉保健福祉事務所三崎センター職員
- (4) その他必要と認める者

2 連絡会に座長を置き、構成員の互選により定める。

3 座長は、会務を総理する。

(部会)

第4条 連絡会に、必要に応じて部会を置くことができる。

2 部会は、連絡会の構成員のうちから、座長が指名する者をもって構成する。

(庶務)

第5条 連絡会の庶務は、保健福祉部健康づくり課において行う。

(その他)

第6条 この要領に定めるもののほか、連絡会に関し必要な事項は、座長が構成員の意見を聴いて定める。

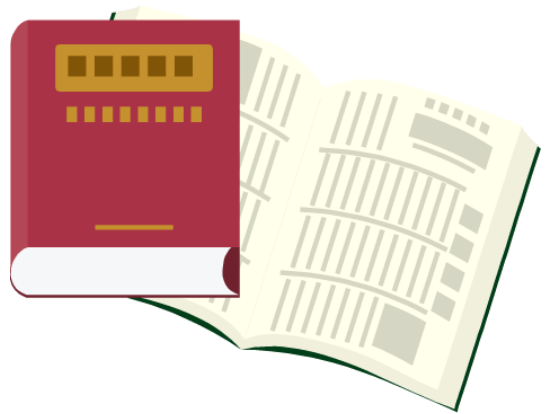
附 則

この要領は、平成27年8月24日から施行する。

この要領は、平成30年7月18日から施行する。

この要領は 令和4年11月11日から施行する。

## VI. 資料



## VI. 資料

### 1. みうら健康アンケート

#### (1) みうら健康アンケート内容

##### ① 目的

令和6年度にみうら保健計画、食育推進計画の改定を控え、現行のみうら保健計画、食育推進計画の評価を行うため、また、次期計画の策定、各種事業計画の資料とするため、三浦市民の健康意識・行動の調査を行う。

##### ② 実施期間

令和5年1月～令和6年3月

##### ③ 対象者

下記④に記載した事業に参加した者。

但し、分析対象者は三浦市民（アンケートの居住場所で三浦市内の居住地区に印をした者）とする。

##### ④ 実施予定場所と予定配布数

	事業名	配布数 (予定)	期間内 回数	実績 (回収数/配布回数)
1	新型コロナウイルスワクチン集団接種会場	822	1回	1回
2	ぷらっと健康相談	120	2回	2回
3	ごはん塾	12	1回	1回
計	-	954	4回	803枚/4回

##### ⑤ 留意点

- ・対象者にアンケートの目的と所要時間、任意の参加であることを説明し参加を促す。  
また、アンケート参加への拒否があったとしても対象者に不利益を与えるものではない。
- ・回収した内容は、統計処理され個人は特定されない。
- ・アンケートへの回答は、期間内一人1回とするが、やむを得ず重複して回答した場合は除外しない。
- ・本計画は、適宜現状に合わせて変更する。変更した場合は、変更日と内容を、本計画書に明記する。

(2) みうら健康アンケート

所要時間:約 8 分

R5 年 月 日  
三浦市健康づくり課

みうら健康アンケート

皆さんの健康をサポートするための資料とさせていただきます。ご協力のほどお願い致します。  
※アンケートへの回答により、個人が特定されることはありません。

●あなた自身について教えてください。該当する箇所には○をつけ、( )には数字等をご記入ください。

年齢	( )歳	性別	女性・男性・どちらでもない
仕事の有無	あり・なし	加入保険	国保・社保・後期高齢・他( )
居住地区	南下浦・初声・三崎・その他( )		
同居人数	ご自分の他に( )人【内訳: 自分+ 大人( )人、18歳未満( )人】		

●当てはまる番号 1 つに○をつけるか、( )には詳細等をご記入ください。  
(複数回答可)と記載がある設問は、当てはまるもの全ての番号に○をつけてください。

1	年に一度は、健診(検診)を受けていますか？(職場、市の施設、病院など、場所は問いません。) ①はい … 設問2へ      ②いいえ … 設問3へ
2	設問1で「①はい」を選んだ方へ 受けている健診(検診)項目はどれですか？(複数回答可) ①採血などの一般健診   ②肺がん検診   ③胃がん検診   ④大腸がん検診 ⑤子宮がん検診   ⑥乳がん検診   ⑦その他(内容: )
3	身長と体重を教えてください。(おおよそで、構いません。) 身長( )cm      体重( )Kg
4	睡眠で休養が十分とれていますか？ ①はい   ②いいえ
5	あなたの現在の健康状態はいかがですか？ ①よい   ②まあまあ   ③ふつう   ④あまりよくない   ⑤よくない (④、⑤の場合の理由: )
6	健康づくりに取り組んでいますか？ ※散歩など、心身のリフレッシュにつながっているものも含みます。 ①取り組んでいる(内容: )      ②取り組んでいない
7	1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2回以上、1年以上実施していますか？ ①はい   ②いいえ
8	現在、たばこを習慣的に吸っていますか？ (※「現在、習慣的に喫煙している者」とは、「これまでに合計100本以上、または6ヶ月以上たばこを吸った経験があり、最近1ヶ月間に時々または毎日たばこを吸っている者」) ①はい   ②いいえ

裏面 にお進みください

9	気軽に相談にのってくれたり、話をきいてくれたりする人がいますか？ ①いる(誰： ) ②いない
10	日頃、健康に関する情報を何(どこ)から得ていますか？(複数回答可) ①市の職員(保健師、栄養士など) ②市の広報紙 ③家族や友人等 ④学校や会社 ⑤病院や薬局 ⑥新聞 ⑦本や雑誌 ⑧テレビやラジオ ⑨インターネット(パソコンや携帯電話等) ⑩講演会 ⑪その他( ) ⑫特にない
11	おいしく、楽しく食事をしていますか？ ①している ②まあしている ③あまりしていない ④していない
12	ふだん食欲はありますか？ ①ある ②まあある ③あまりない ④ない
13	朝ごはんを食べるのは、週にどれくらいですか？ ①ほぼ毎日 ②週に3～5日 ③週に1～2日 ④ほとんど食べない
14	献立に、主食(ご飯、パン、めんなど)、主菜(肉、魚、卵、大豆製品を材料にしたおかず)、副菜(野菜を材料にしたおかず)がそろっていますか？ ①一日3食そろっている ②一日2食はそろっている ③一日1食はそろっている ④ほとんどそろわない
15	献立に野菜のおかずがありますか(野菜ジュースは含みません)？ ①一日3食ある ②一日2食はある ③一日1食はある ④ほとんどない
16	家族や仲間と一緒に食事をしたり、お茶を飲んだりすることはありますか？ ①一日1回以上 ②週に1回以上 ③月に1回以上 ④ほとんどない
17	歯や口のことで気になることはありますか？(複数回答可) ①歯が痛い ②歯ぐきから血が出る ③歯がぐらつく ④歯並び ⑤口臭 ⑥口の中のねばつき ⑦口をあけると顎がグリグリと音がする ⑧噛みにくい ⑨水がしみる ⑩食物が歯に挟まる ⑪その他( )
18	歯みがきは一日何回しますか？ ①3回以上 ②2回 ③1回 ④0回
19	デンタルフロス(糸つきようじ)や歯間ブラシを使っていますか？ ①ほぼ毎日 ②週に3～4日 ③週に1～2日 ④ほとんど使わない
20	かかりつけの歯科医はいますか？ ①いる ②いない ③今後つくろうと思っている
21	過去3年以内に歯科健診(歯科医院または市の無料歯科健診)を受けましたか？ ①受けた ②受けていない (①の場合の場所： 歯科医院 ・ 市の無料歯科健診 )
22	歯周病が関係する病気について、知っているものはありますか？(複数回答可) ①肺炎 ②糖尿病 ③心臓病 ④認知症 ⑤がん ⑥低出生体重児 ⑦ その他( ) ⑧ 特にない

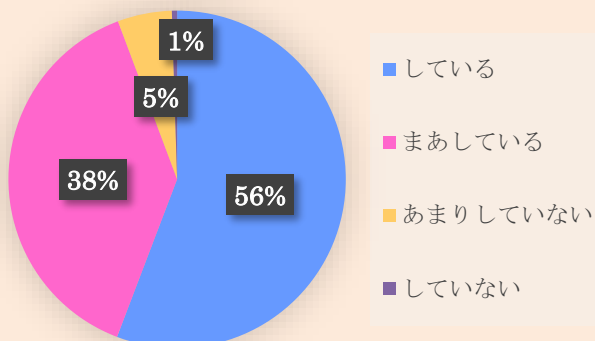
ご協力ありがとうございました。

三浦市健康づくり課

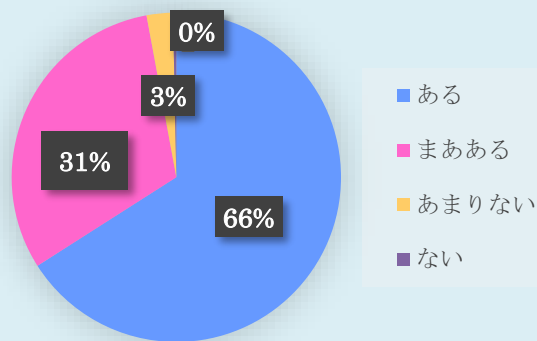
(3) みうら健康アンケート集計結果  
 ①みうら健康アンケート集計 (栄養)



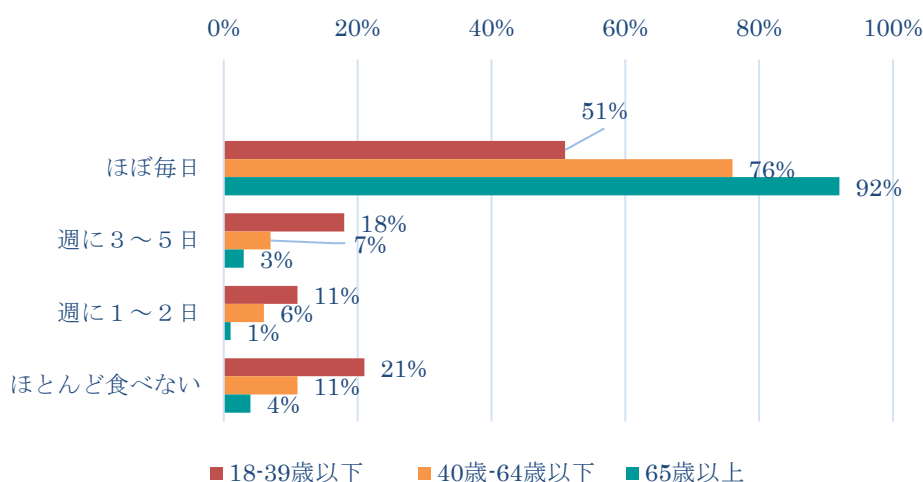
11、おいしく、楽しく食事をしていますか？



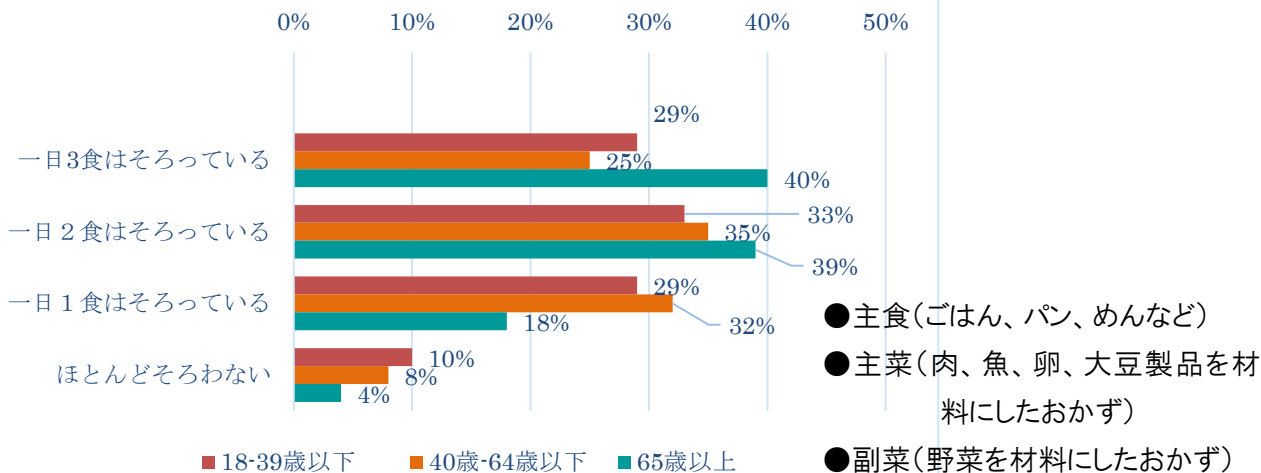
12、ふだん食欲はありますか？



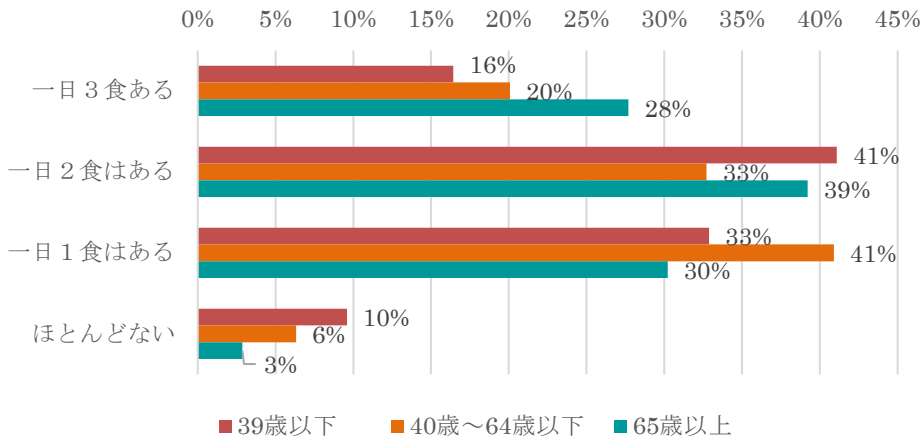
13、朝ごはんを食べるのは、週にどれくらいですか？



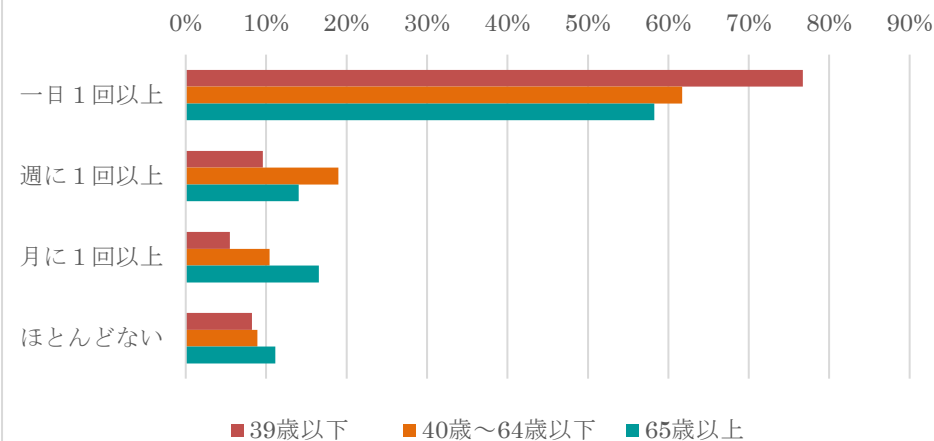
14、献立に主食・主菜・副菜がそろっていますか？



15、献立に野菜のおかずがありますか？  
(野菜ジュースは含みません)



16、家族や仲間と一緒に食事をしたり、  
お茶を飲んだりすることはありますか？





②みうら健康アンケート集計（全体）

回収数 803

有効回答数 620

有効回答率 77.2%

1 年齢階層

年齢	人数	割合
1:75歳以上	120	19.4%
2:70-74歳	83	13.4%
3:65-69歳	75	12.1%
4:60-64歳	74	11.9%
5:50代	118	19.0%
6:40代	77	12.4%
7:30代	32	5.2%
8:20代	13	2.1%
9:18-19歳	7	1.1%
10:12-17歳	21	3.4%
合計	620	100.0%

2 性別

性別	人数	割合
男	312	50.3%
女	308	49.7%
合計	620	100.0%

3 仕事の有無

仕事	人数	割合
有	336	54.2%
無	284	45.8%
合計	620	100.0%

4 加入保険

保険	人数	割合
国保	243	39.2%
社保	248	40.0%
後期	119	19.2%
他	10	1.6%
合計	620	100.0%

5 居住地区

地区	人数	割合
南下浦	196	31.6%
初声	158	25.5%
三崎	262	42.3%
その他	4	0.6%
合計	620	100.0%

※他の内訳

共済、建設国保、生保

※その他の内訳

大田区、県外、横浜市

## 6 同居人数

同居人数	人数	割合
1人暮らし	91	14.7%
2人	238	38.4%
3人	134	21.6%
4人	90	14.5%
5人	38	6.1%
6人	22	3.5%
7人	2	0.3%
8人	2	0.3%
9人	2	0.3%
10人	1	0.2%
合計	620	100.0%

## 7 年に1度健診を受けていますか？（職場、市の施設、病院等場所は問いません。）

回答	人数	割合
①はい	446	71.9%
②いいえ	174	28.1%
合計	620	100.0%

## 8 ①はいの場合、受けている健診(検診)項目はどれですか？（複数回答可）

健診種別	人数	割合
①採血などの一般健診	407	91.3%
②肺がん検診	84	18.8%
③胃がん検診	72	16.1%
④大腸がん検診	103	23.1%
⑤子宮がん検診	71	15.9%
⑥乳がん検診	64	14.3%
⑦その他	27	6.1%

### ※その他の内訳

前立腺、人間ドック、脳ドック、学校健診、心臓病、歯科健診、エコー、うつ、胃カメラ、大腸検査、心臓病、脳動脈瘤

## 9 BMI(身長と体重)

BMI	人数	割合
18.5 未満(低体重)	45	7.3%
18.5～25 未満(普通体重)	369	59.5%
25～30 未満(肥満1度)	160	25.8%
30～35 未満(肥満2度)	38	6.1%
35～40 未満(肥満3度)	7	1.1%
40 以上(肥満4度)	1	0.2%
合計	620	100.0%

## 10 睡眠で休養が十分とれていますか？

回答	人数	割合
①はい	505	81.5%
②いいえ	115	18.5%
合計	620	100.0%

## 11 あなたの現在の健康状態はいかがですか？

回答	人数	割合
①良い	171	27.6%
②まあまあ	165	26.6%
③普通	250	40.3%
④あまり良くない	29	4.7%
⑤良くない	5	0.8%
合計	620	100.0%

### 11-2 あまり良くない・良くないの理由

糖尿病、腎臓病、大腸がん、脊柱管狭窄症、過敏性腸症候群、心不全、シェーグレン  
 椎間板ヘルニア、変形性膝関節症、腰痛、歩行困難、脳出血で入院(リハビリ中)、  
 脳出血で半身不随、疲労、頭痛、咳、疲れがとれない、仕事関係、コロナ、睡眠不足、  
 うつ病、躁うつ、適応障害、興奮気味

## 12 健康づくりに取り組んでいますか？

回答	人数	割合
①はい	298	48.1%
②いいえ	322	51.9%
合計	620	100.0%

12-2 ①はいの場合、取り組んでいる内容は？

食事・栄養、  
散歩・ウォーキング、ジョギング・ランニング、毎日外出する、早歩き、登山・ハイキング、  
仕事・徒歩通勤・通学、メール便の配達、勤務中の移動、自転車・サイクリング、  
体操・体操教室、トレーニングジム、ウエイトトレーニング、筋トレ、ストレッチ体操、  
筋肉セラピー、運動・有酸素運動、トレーニング・スポーツ、水泳・プール、  
ゴルフ、バレー、バレーボール、ミニバレー、フットサル、卓球、テニス、ソフトボール、  
バドミントン、ダンス、フラダンス、エアロビ、太極拳、合気道、ウインドサーフィン、  
ヨガ、笑いヨガ、スクワット、ステッピング、元気アップ教室、未病サロン  
趣味、買い物、ボランティア、家庭菜園、音楽鑑賞、温泉、ゲーミングプレイ  
リハビリ、孫と外遊び

13 1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2回以上、1年以上実施していますか？

回答	人数	割合
①はい	210	33.9%
②いいえ	410	66.1%
合計	620	100.0%

14 現在、たばこを吸っていますか？

回答	人数	割合
①はい	135	21.8%
②いいえ	485	78.2%
合計	620	100.0%

15-1 気軽に相談にのってくれたり、話をきいてくれたりする人がいますか？

回答	人数	割合
①はい	413	66.6%
②いいえ	207	33.4%
合計	620	100.0%

15-2 ①はいの場合、気軽に相談にのってくれたり、話をきいてくれたりする人の内訳  
父母、夫、妻、子供、嫁、孫、兄弟姉妹、叔父、叔母、姪、身内、上司、同僚、人事担当、  
かかりつけ医、看護師、ケアマネージャー、友人、仲間、介護施設職員、ボランティアメンバー

16 日頃、健康に関する情報を何(どこ)から得ていますか？(複数回答可)

回答	人数	割合
①市の職員(保健師、栄養士など)	12	1.9%
②市の広報誌	95	15.3%
③家族や友人等	160	25.8%
④学校や会社	54	8.7%
⑤病院や薬局	131	21.1%
⑥新聞	88	14.2%
⑦本や雑誌	68	11.0%
⑧テレビやラジオ	240	38.7%
⑨インターネット(パソコンや携帯電話等)	244	39.4%
⑩講演会	10	1.6%
⑪その他	6	1.0%
⑫特にない	80	12.9%

16-2 ⑪その他の内容

老人会、地域の保健員の講習、社協、三浦市の LINE、最新の英文の研究論文を読む、かかりつけ医

17 おいしく、楽しく食事をしていますか？

回答	人数	割合
①している	346	55.8%
②まあしている	239	38.5%
③あまりしていない	32	5.2%
④していない	3	0.5%
合計	620	100.0%

18 ふだん食欲はありますか？

回答	人数	割合
①ある	409	66.0%
②まあある	193	31.1%
③あまりない	16	2.6%
④ない	2	0.3%
合計	620	100.0%

19 朝ごはんを食べるのは、週にどれくらいですか？

回答	人数	割合
①ほぼ毎日	497	80.2%
②週に3～5日	41	6.6%
③週に1～2日	27	4.4%
④ほとんど食べない	55	8.9%
合計	620	100.0%

20 献立に、主食(ご飯、パン、めんなど)、主菜(肉、魚、卵、大豆製品を材料にしたおかず)、副菜(野菜を材料にしたおかず)がそろっていますか？

回答	人数	割合
①一日3食そろっている	199	32.1%
②一日2食はそろっている	227	36.6%
③一日1食はそろっている	156	25.2%
④ほとんどそろわない	38	6.1%
合計	620	100.0%

21 献立に野菜のおかずがありますか？(野菜ジュースは含みません)

回答	人数	割合
①一日3食ある	143	23.1%
②一日2食はある	227	36.6%
③一日1食はある	218	35.2%
④ほとんどない	32	5.2%
合計	620	100.0%

22 家族や仲間と一緒に食事をしたり、お茶を飲んだりすることはありますか？

回答	人数	割合
①一日1回以上	384	61.9%
②週に1回以上	97	15.6%
③月に1回以上	78	12.6%
④ほとんどない	61	9.8%
合計	620	100.0%

23 歯や口のことで気になることはありますか？(複数回答可)

回答	人数	割合
①歯が痛い	12	1.9%
②歯茎から血が出る	95	15.3%
③歯がぐらつく	160	25.8%
④歯並び	54	8.7%
⑤口臭	131	21.1%
⑥口の中のねばつき	88	14.2%
⑦口をあけると顎がごりごりと音がする	68	11.0%
⑧噛みにくい	240	38.7%
⑨水がしみる	244	39.4%
⑩食物が歯に挟まる	10	1.6%
⑪その他	6	1.0%

24 歯みがきは一日何回しますか？

回答	人数	割合
①3回以上	154	24.8%
②2回	321	51.8%
③1回	139	22.4%
④0回	6	1.0%
合計	620	100.0%

25 デンタルフロス(糸つきようじ)や歯間ブラシを使っていますか？

回答	人数	割合
①ほぼ毎日	189	30.5%
②週に3~4日	35	5.6%
③週に1~2日	90	14.5%
④ほとんど使わない	306	49.4%
合計	620	100.0%

26 かかりつけの歯科医はいますか？

回答	人数	割合
①いる	444	71.6%
②いない	151	24.4%
③今後つくろうと思っている。	25	4.0%
合計	620	100.0%

27 過去3年以内に歯科健診(歯科医師または市の無料歯科健診)を受けましたか？

回答	人数	割合
①受けた	402	64.8%
②受けていない	218	35.2%
合計	620	100.0%

28 歯周病が関係する病気について、知っているものはありますか？(複数回答可)

回答	人数	割合
①肺炎	97	15.6%
②糖尿病	132	21.3%
③心臓病	113	18.2%
④認知症	129	20.8%
⑤がん	44	7.1%
⑥低出生体重児	6	1.0%
⑦その他	5	0.8%
⑧特にない	0	0.0%
合計	526	84.8%





## 2. 第3次神奈川県食育推進計画の評価

〈第4次神奈川県食育推進計画（食みらいかながわプラン2023）より抜粋〉

### (2) 指標総括表

◇進捗率の算出方法  

$$\frac{\text{現状値} - \text{策定時の値}}{\text{目標値} - \text{策定時の値}} \times 100$$

基本方針	指標	計画策定時 (平成 29年度)	平成 30年度	令和 元年度	令和 2年度	令和 3年度	令和 4年度 (結果)	目標値	進捗率
健康な体をつくる	① 主食、主菜、副菜を組み合わせた食事を心がけている県民の割合	73.6% (H29年)	71.6%	74.0%	75.5%	76.5%	75.8%	80%以上	34.4% (改善)
	② 朝食を欠食する県民の割合 ア（小学5年生） イ（中学2年生）	小5 4.6% 中2 8.8% (H29年)	—	—	—	—	小5 3.3% 中2 7.7% (R4年)	0%に 近づける	28.3% 12.5% (改善)
	ウ 男性 エ 女性 (15～19歳) (20～29歳) (30～39歳)	男性 女性 15.4% 15.6% 38.8% 27.3% 30.3% 21.6% (H25-27年)	男性 女性 18.5% 17.2% 30.3% 32.6% 22.0% 14.8% (H29-31年)	—	—	—	男性 女性 18.5% 17.2% 30.3% 32.6% 22.0% 14.8% (H29-R元年)	15%以下	28.3% (改善)
	③ 一日当たりの平均野菜摂取量	273.1g (H25-27年)	271.6g (H29-31年)	—	—	271.6g (H29-R元年)	350g以上	△2% (悪化)	
	④ 一日当たりの平均食塩摂取量	9.8g (H25-27年)	9.6g (H29-31年)	—	—	9.6g (H29-R元年)	8g未満	11.1% (改善)	
	⑤ ゆっくりよく噛んで食べる県民の割合	42.8% (H29年)	45.6%	42.3%	53.5%	55.5%	58.8%	50%以上	222.2% (達成)
	⑥ 食育の推進に関わるボランティアの数	7,712人 (H29年)	7,698人	7,613人	7,136人	6,672人	6,408人	8,300人以上	△222.1% (悪化)
	⑦ 就寝前2時間以内に食事をとらないよう気をつけている県民の割合	62.2% (H29年)	60.8%	62.3%	60.2%	62.3%	63.3%	70%以上	14.1% (改善)
	⑧ 食育に関心を持っている県民の割合	74.5% (H29年)	73.0%	76.7%	74.3%	76.3%	77.6%	90%以上	20% (改善)
	⑨ 朝食・夕食を家族と食べている、又は、一人暮らしの方で昼食・夕食を仲間など複数で食べている「共食」の回数	[家族] 週10回  [単身] 週3回 (H29年)	[家族] 週9回  [単身] 週3回	[家族] 週11回  [単身] 週3回	[家族] 週9回  [単身] 週2回	[家族] 週9回  [単身] 週1回	[家族] 週9回  [単身] 週2回	[家族] 週11回  [単身] 週4回	[家族] △100%  [単身] △100% (悪化)

基本方針	指標	計画策定時 (平成 29年度)	平成 30年度	令和 元年度	令和 2年度	令和 3年度	令和 4年度 (結果)	目標値	進捗率
豊かな心を育む	⑩ 公立小・中学校の学校給食において地場産物を使用する割合	17.3% (H28年)	17.0% (H29年)	17.4% (H30年)	17.0 (R元年)	16.7% (R2年)	18.7% (R3年)	30%以上	11% (改善)
	⑪ 学校給食の残食率(野菜)の減少(公立)	5.3% (H28年)	5.6% (H29年)	5.5% (H30年)	6.3% (R元年)	6.4% (R2年)	7.2% (R3年)	5%以下	△633% (悪化)
	⑫ 食事のマナーを正しくできていると思う県民の割合	75.2% (H29年)	75.5%	76.2%	77%	73.4%	75.1%	90%以上	△0.7% (悪化)
食への理解を深め 神奈川の食に親しむ	⑬ 農林水産業の体験や伝統ある食文化を伝えていく機会や場があることに満足している県民の割合	5.5% (H29年)	6.0%	6.1%	6.2%	7.2%	7.2%	6%以上	340% (達成)
	⑭ 地元で取れた新鮮な野菜や魚を食べられることに満足している県民の割合	24.9% (H29年)	26.9%	25.6%	29.2%	29.1%	27.9%	28%以上	96.8% (改善)
	⑮ 食べ物を無駄にしないよう気をつけている県民の割合	91.2% (H29年)	84.1%	92.1%	91.6%	92.3%	93.9%	96%以上	56.3% (改善)
	⑯ 食品の安全性に関する知識があると思う県民の割合	65.1% (H29年)	87.6%	88.6%	87.0%	88.7%	89.3%	90%以上	97.2% (改善)

#### 出典

- 【①、⑤、⑦、⑧、⑨、⑫、⑬、⑭、⑮、⑯】 県民ニーズ調査
- 【② (若い世代)、③、④】 県民健康・栄養調査 3年間の全数データの平均値
- 【② (小5・中2)】 県教育委員会「食生活に関する調査」
- 【⑥】 県健康増進課及び県農業振興課調べ(食生活改善推進員の方々やふるさとの生活技術指導士の方々、県内の市町村で把握されているボランティアの人数)
- 【⑩】 県教育委員会「地場産物の利用に関する調査」
- 【⑪】 県教育委員会「学校給食栄養報告書」

### 3. 神奈川県が目指す食育の方向（指標及び目標値）

〈第4次神奈川県食育推進計画（食みらいかながわプラン2023）より抜粋〉

## 3 指標及び目標値

食育の目標を達成するための目安とするため、国の第4次食育推進基本計画に掲げる目標を参考にしながら、本県における課題や関連事業の取組を踏まえて、指標を設定しました。

基本方針	指標	計画策定時 (4年度)	目標値 (9年度)	(参考)国目標値 (7年度)
生涯を通じた心身の健康を支える食育の推進	①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県民の割合	56.1% (H29-R元年)	60%以上	50%以上
	②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若い世代(20~39歳)の割合	37.0% (H29-R元年)	40%以上	40%以上
	③朝食を欠食する県民の割合 ア 小学6年生 イ 中学3年生	5.7% 9.1% (R4年)	0%に近づける	0%
	ウ 15~39歳 (内訳) (15~19歳 男性 女性) (20~29歳 男性 女性) (30~39歳 男性 女性)	22.6% 18.5% 17.2% 30.3% 32.6% 22.0% 14.8% (H29-元年)	15%以下	20~39歳 15%以下
	④一日当たりの平均野菜摂取量	271.6g (H29-R元年)	350g以上	350g以上
	⑤一日当たりの平均食塩摂取量	9.6g (H29-R元年)	8g未満	8g以下
	⑥一日当たりの平均果物摂取量100g未満の県民の割合	57.0% (H29-R元年)	30%以下	30%以下
	⑦ゆっくりよく噛んで食べる県民の割合	58.8% (R4年)	60%以上	55%以上
	⑧朝食・夕食を家族と食べている、又は一人暮らしの方で、昼食・夕食を仲間など複数で食べている「共食」の回数(注1)	[家族] 週9回 [一人暮らし] 週2回 (R4年)	[家族] 週11回以上 [一人暮らし] 週2回以上	[家族] 週11回以上
	⑨食育に関心を持っている県民の割合	77.6% (R4年)	90%以上	90%以上
	⑩食育の推進に関わるボランティアの数(注2)	6,178人 (R4年)	6,178人以上	37万人以上
⑪食品の安全性に関する知識があると思う県民の割合	89.3% (R4年)	90%以上	(注3)	

基本方針	指標	計画策定時 (4年度)	目標値 (9年度)	(参考)国目標値 (7年度)
持続可能な食を支える食育の推進	⑫栄養教諭による地場産物に係る食に関する指導の平均取組回数	月8.8回 (R3年)	月12回以上	月12回以上
	⑬学校給食における地場産物を使用する割合(金額ベース)を現状値から維持向上した市町村の割合	—	90%以上	90%以上
	⑭学校給食における国産食材を使用する割合(金額ベース)を現状値から維持向上した市町村の割合	—	90%以上	90%以上
	⑮いただきますなど食への感謝を表すあいさつや、箸の持ち方など、食事のマナーを正しくできていると思う県民の割合	75.1% (R4年)	90%以上	—
	⑯農林水産物の体験や伝統ある食文化を伝えていく機会や場があることに満足している県民の割合	7.2% (R4年)	7.2%以上	—
	⑰地元でとれた新鮮な野菜や魚を食べられることに満足している県民の割合	27.9% (R4年)	30%以上	—
	⑱環境に配慮した農林水産物・食品を選ぶよう心掛けている県民の割合(注4)	—	75%以上	(注5)
	⑲食べ物を無駄にしないよう気を付けている県民の割合(注6)	93.9% (R4年)	96%以上	(注7)

(注1) 一人暮らしの方を除いた人数から、「ほとんど毎日食べる」を週7回、「週に4～5日食べる」を4.5回、「週に2～3回食べる」を2.5回、「週に1回程度食べる」を1回とし、それぞれ朝食・夕食ごとに、該当人数を掛け、合計したものを全体数で割り、朝食と夕食の回数を足して週当たりの回数を出しています。

一人暮らしの人数から、「ほとんど毎日食べる」を週7回、「週に4～5日食べる」を4.5回、「週に2～3回食べる」を2.5回、「週に1回程度食べる」を1回とし、それぞれ昼食・夕食ごとに、該当人数を掛け、合計したものを全体数で割り、昼食と夕食の回数を足して週当たりの回数を出しています。

(注2) 無償・有償を問わず、県及び市町村で把握している食育ボランティアの数を集計しています。

(注3) 国は、「食品の安全性について基礎的な知識を持ち、自ら判断する国民の割合」を指標としており、目標値は80%以上です。

(注4) 「環境に配慮した農林水産物・食品」とは、化学農薬や化学肥料の使用を避けることを基本とした有機農産物・食品や、輸入に伴う輸送に係る二酸化炭素の排出量が抑制される国産飼料を活用した畜産物、過剰包装でなくゴミが少ない商品などのことを言います。

(注5) 国は、「環境に配慮した農林水産物・食品を選ぶ国民の割合」を指標としており、目標値は75%以上です。

(注6) 「食べ物を無駄にしないよう気を付けている」とは、食品ロスを減らすため、「食品を買いすぎない、料理を作りすぎない、食べ残さない」など、日々の食生活の中で実践する、ちょっとした気遣いや行動のことを言います。

(注7) 国は、「食品ロス削減のために何らかの行動をしている国民の割合」を指標としており、目標値は80%以上です。

#### 出典

【①、②、③(ウ)、④、⑤、⑥】 県「県民健康・栄養調査」(平成29年～令和元年3年間の全数データの平均値)

【⑦、⑧、⑨、⑪、⑮、⑯、⑰、⑲】 県「県民ニーズ調査」(令和4年)

【③(ア、イ)】 文部科学省「全国学力・学習状況調査」(令和4年)

【⑩】 県調べ(令和4年)

【⑫、⑬、⑭】 県「地場産物の使用に関する調査」(令和3年)

#### 4. 用語の説明

用語	説明
食育	国民一人ひとりが、生涯を通じた健全な食生活の実現、食文化の継承、健康の保持が図れるよう、自らの食について考える習慣や、食に関する様々な知識と食を選択する判断力を楽しく身に付けるための学習の取組み
食育基本法	国民が生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性を育むため、食育に関する施策を総合的かつ計画的に推進するための法律 平成 17 年 7 月 15 日施行
食育推進基本計画 (第 4 次食育推進基本計画)	食育基本法に基づき、食育の推進に関する施策の総合かつ計画的な推進を図るために必要な基本的事項を定めた計画 (令和 3 年 3 月 31 日策定) 令和 3 年 3 月に令和 3 年度から令和 7 年度までの 5 年間に計画期間とする第 4 次食育推進基本計画が策定された。
神奈川県食育推進計画 (第 4 次神奈川県食育推進計画)	「食」を通じて、誰もが元気に笑顔で長生きできる神奈川を目指し、食育に関する施策を総合的かつ計画的に推進するため、令和 5 年度から 9 年度までの 5 年間に計画期間とする「第 4 次神奈川県食育推進計画 (食みらいかながわプラン 2023)」を策定した。
栄養教諭	栄養教諭は、学校生活に携わる一人の教諭として、学校給食の運営に当たる一方、学校給食をひとつの教材として食の教育 (食育) を実施し、児童・生徒に栄養や食生活の正しい知識を身につけさせ、食生活の改善を図ることを目標としている。
食生活改善推進員	食を通じた健康づくりのボランティアとして活動を行っている。食生活改善推進員は、市町村が実施する養成講座の修了生。三浦市では、「三栄会」という名称で昭和 39 年に結成され、活動している。
三浦市在宅栄養士会	鎌倉保健福祉事務所三崎センターや市の事業に参加・協力し、栄養教育・食育活動を行っている団体。 平成 18 年に発足
特定健康診査	40 歳～74 歳の人を対象に実施するメタボリックシンドロームに着目した健康診査
なごみ健診	75 歳以上の人を対象に実施する健康診査



用語	説明
朝食の定義	菓子・果物などのみを食べた、錠剤やドリンクなどのみを摂った、何も食べないは、「朝食を食べた」ということにならない。(厚生労働省「国民健康・栄養調査」)
消費期限	開封せずに決められた方法で食品を保存した場合に安全に食べられる期限 (お弁当・サンドイッチ・生めん・ケーキなどいたみやすい食品に表示)
賞味期限	開封せずに決められた方法で食品を保存した場合に美味しく食べることが認められた期限 (スナック菓子・カップめん・チーズ・缶詰・ペットボトル飲料などいたみにくい食品に表示)
キエーロ	キエーロは、黒土の中にいる微生物 (バクテリア) の力で生ごみを分解する生ごみ処理機。分解に要する日数は、季節や設置場所の日照時間などにより異なるが、正しく使えば、虫や臭いは発生しにくいといった特徴もある。
低栄養	偏った食事内容によってエネルギーとたんぱく質が欠乏し、健康な体を維持・活動するのに必要な栄養素が足りない状態をいう。
食事バランスガイド	食生活の目安で1日に何をどれくらい食べることが望ましいか、こま状のイラストとして示している。 2005年6月厚生労働省と農林水産省が作成

# 食事バランスガイド

あなたの食事は大丈夫？

1日分	料理例
<b>5-7 主食</b> (ごはん、パン、麺) つ(SV) ごはん(中盛り)だったら4杯程度	1つ分 = ごはん1杯、おにぎり、蒸しパン、ローソク2巻 1.5つ分 = ごはん1.5杯、うどん1杯、おしほ1杯、スリッパ 2つ分 = ごはん2杯、うどん2杯、おしほ2杯、スリッパ
<b>5-6 副菜</b> (野菜、きのこ、海藻料理) つ(SV) 野菜料理5皿程度	1つ分 = 野菜炒め、お豆腐、お味噌汁、ほうろ餅、わかめ、わかめ、わかめ、わかめ 2つ分 = 野菜炒め、お豆腐、お味噌汁、ほうろ餅、わかめ、わかめ、わかめ、わかめ
<b>3-5 主菜</b> (肉、魚、卵、大豆料理) つ(SV) 肉・魚・卵・大豆料理から3皿程度	1つ分 = 肉、魚、卵、大豆料理、肉、魚、卵、大豆料理、肉、魚、卵、大豆料理 2つ分 = 肉、魚、卵、大豆料理、肉、魚、卵、大豆料理、肉、魚、卵、大豆料理 3つ分 = 肉、魚、卵、大豆料理、肉、魚、卵、大豆料理、肉、魚、卵、大豆料理
<b>2 牛乳・乳製品</b> つ(SV) 牛乳だったら1本程度	1つ分 = 牛乳、ヨーグルト、チーズ、アイス、アイス、アイス、アイス 2つ分 = 牛乳2本、ヨーグルト2本、アイス2本、アイス2本
<b>2 果物</b> つ(SV) みかんだったら2個程度	1つ分 = みかん、りんご、バナナ、バナナ、バナナ、バナナ、バナナ、バナナ

※SVとはサービング(食事の提供量の単位)の略

## 5. 計画策定経過

- 三浦食育推進連絡会の構成員改定作業（※構成員は表のとおり）
- 各政策部門で出された意見をまとめ、決定、発信をする。
- 各政策部門（一体感政策分野、もてなし政策分野、生活支援分野、都市政策分野）で話し合いを適宜実施
- 神奈川県立保健福祉大学保健福祉学部栄養学科 樋口良子氏、鎌倉保健福祉事務所三崎センターの意見聴取
- 令和5年12月11日～令和6年1月9日パブリックコメント

	日程	内容
1	令和4年11月11日	○令和4年度食育推進連絡会 ・みうら食育推進計画（第2次）進捗状況について ・みうら食育推進計画改定に向けて改定スケジュール ・基本理念について考案依頼、募集
2	令和4年12月	基本理念検討、決定
3	令和5年1月～5月	各政策部門で資料、データの収集
4	令和5年6月～8月	・基本理念に沿って、各政策部門で目標、目標設定の理由、取組み内容、アプローチ方法、成果指標の検討、作成 ・みうら食育推進計画（第2次）評価のコメント作成依頼 ・三浦市における主な食育関連事業作成依頼
5	令和5年9月25日	○令和5年度第1回食育推進連絡会 ・令和4年度みうら食育推進計画の評価について ・みうら食育推進計画（第3次）の進捗状況について みうら食育推進計画（第3次）素案の提案
6	令和5年10月	・みうら食育推進計画（第3次）素案について 意見、提案、検討 鎌倉保健福祉事務所三崎センターより意見、提案 ・各政策部門での検討、修正 ・取組みのイラスト、写真等の提供依頼
7	令和5年11月15日	○令和5年度第2回食育推進連絡会 ・食育の視点～県立大学と三浦市とのかかわり 神奈川県立保健福祉大学保健福祉学部栄養学科樋口良子氏による講話、意見 ・みうら食育推進計画（第3次）素案について 意見、検討 ・みうら食育推進計画（第3次）承認

令和4年度 メンバー

学校教育課指導主事 中村 亮太	文化スポーツ課 GL 坐古 善光	海業水産課 GL 森 雅幸
農産課 GL 斎藤 勉	もてなし課 GL 土屋 徹	廃棄物対策課 GL 長谷川 智行
福祉課 GL 菱沼 洋平	子ども課 GL 吉見 桃子	子ども課 佐藤 栄子
高齢介護課 椛田 祐紀	南下浦小学校栄養士 久野 都	
鎌倉保健福祉事務所三崎セ ンター保健福祉課 課長 佐々木 摂子	鎌倉保健福祉事務所三崎セ ンター保健福祉課 主査 濱路 恵美	
健康づくり課 課長 江原 桂子	健康づくり課 GL 松尾 若菜	健康づくり課 佐藤 志保

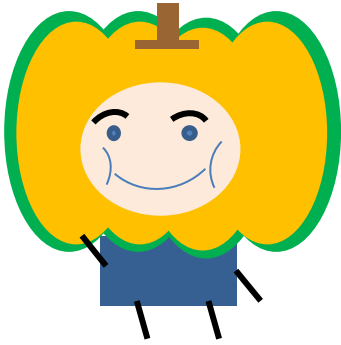
令和5年度 メンバー

学校教育課指導主事 中村 亮太	文化スポーツ課 GL 湊 智彦	海業水産課 GL 森 雅幸
農産課 GL 鈴木 智行	もてなし課 GL 土屋 徹	廃棄物対策課 GL 長谷川 智行
福祉課 GL 菱沼 洋平	子ども課 GL 吉見 桃子	子ども課 佐藤 栄子
高齢介護課 椛田 祐紀	南下浦小学校栄養士 金子 千恵子	鎌倉保健福祉事務所三崎セ ンター保健福祉課 主査 濱路 恵美
健康づくり課 課長 江原 桂子	健康づくり課 GL 一瀬 亜優子	健康づくり課 佐藤 志保
健康づくり課 大島 志織	健康づくり課 寺西 はるか	



## 三浦市の食育推進キャラクター

「食」の大切さを伝えるために三浦の特産品から生まれたキャラクターたち。



**かぼっちゃん**・・・みうらのかぼちゃは、ホクホク感と甘みが自慢です。β-カロテン、ビタミン、ミネラルなど栄養バランスがよく、「かぼっちゃん」のふくよかな顔は、お肌はつるつる、かぜをひかない強い体をつくれます。



**きゃべっち**・・・みうら半島の温暖な気候で育ったキャベツは、柔らかさと甘みが特徴です。美肌を作るビタミン・カロテンが多く、特に「きゃべっち」の外葉には、ビタミンCが豊富です。



**だいこんた**・・・真っ白な大根は、ピリッと辛い味が特徴です。  
白首大根は、「から～い」青首大根は、「甘～い」味、「だいこんた」のキリッとした顔は、すりおろしたことで生まれる「イソチオシアネート」と言う辛み成分です。



## 三 浦 市 食 育 推 進 計 画

初 版 平成 22 年 (2010 年) 3 月

改訂第 1 版 平成 25 年 (2013 年) 3 月

第 2 次 平成 30 年 (2018 年) 3 月

第 3 次 令和 6 年 (2024 年) 3 月

編集・発行 三浦市保健福祉部健康づくり課

〒238-0298

神奈川県三浦市城山町 1-1

電話 046-882-1111 (代表)

ホームページ <http://www.city.miura.kanagawa.jp/>