

# 資料編

- ・用語集
- ・福岡市食育推進会議条例
- ・福岡市食育推進会議委員名簿
- ・福岡市食育推進計画検討部会委員名簿
- ・第3次福岡市食育推進計画策定過程
- ・「福岡市民の食育に関するアンケート」調査の概要
- ・第3次福岡市食育推進計画策定に係る市民意見募集の概要
- ・食育基本法（概要）
- ・食生活指針

### ◆健康寿命

厚生労働省の定義では、「健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間」となっており、介護や支援などを受けずに、自立して日常生活を送ることができる期間のことをいう。

### ◆健康な食事

日本人の長寿を支える「健康な食事」について、厚生労働省において平成25年6月から「健康な食事」のあり方に関する検討が重ねられ、平成26年10月に検討会報告書として取りまとめられた。この検討会報告書を踏まえ、平成27年9月に「健康な食事」に関する考え方を整理したリーフレットが作成され、その中で「健康な食事」とは、健康な心身の維持・増進に必要とされる栄養バランスを基本とする食生活が、無理なく持続している状態を意味し、その実現においては、主食・主菜・副菜を組み合わせる食べることが重要であることが示された。

### ◆口腔機能

日常生活を営むために不可欠な摂食（食べること）と構音（話すこと）と密接に関連するものであり、寿命の延伸や生活の質に大きく関係している。特に咀嚼（<sup>そしゃく</sup>噛み砕くこと）機能の低下は、摂取できる食品の種類に大きな影響を与えていると考えられ、口腔機能の低下は、虚弱高齢者や要介護高齢者では低栄養を招くリスク要因の一つとなる。

### ◆脂肪エネルギー比率

総エネルギー摂取量に占める脂質の割合。日本人の食事摂取基準（2015年版）\*では、脂質全体の食事摂取基準として、脂質、飽和脂肪酸、n-6系脂肪酸、n-3系脂肪酸について基準を設定している。\* 1歳以上の目標量は、20～30%エネルギー

### ◆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ことができるようにするため、食育を総合的、計画的に推進することを目的に、平成17年7月に施行されました。

食育基本法の中で「食育」は、次のように位置づけられている。

- ①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
- ②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

### ◆食塩相当量

食品中のナトリウムの量を食塩の量に換算して示したもの。

日本食品標準成分表等には、ナトリウム量と食塩相当量が記載されているが、ナトリウム量から、以下の式を使って食塩相当量を求めることができる。

$$\text{食塩相当量 (g)} = \text{ナトリウム (mg)} \times 2.54 \div 1000$$

### ◆食事バランスガイド

望ましい食生活についてのメッセージを示した「食生活指針」を具体的な行動に結びつけるものとして、1日に「何を」「どれだけ」食べたらよいかの目安を分かりやすくイラストで示した。平成17年6月に厚生労働省と農林水産省の共同により策定された。

### ◆食生活改善推進員

福岡市が実施する講座を修了して、食を通じた健康づくりに必要な知識や技術を修得した後、各区に組織された食生活改善推進員協議会に自ら入会して、食生活改善を目的に地域においてボランティア活動を行っている市民。

### ◆食品ロス

食べられるのに捨てられてしまう食品のこと。

### ◆食料自給率

国内の食料消費が、国産でどの程度賄えているかを示す指標のこと。その示し方については、単純に重量で計算することができる品目別自給率と、食料全体について共通の「ものさし」で単位をそろえることにより計算する総合食料自給率の2種類がある。このうち、総合食料自給率は、熱量で換算するカロリーベースと金額で換算する生産額ベースがある。

### ◆生活習慣病

食事や運動・喫煙・飲酒・ストレスなどの生活習慣が深く関与し、発症の原因となる疾患の総称。日本人の三大死因であるがん・脳血管疾患・心疾患、さらに脳血管疾患や心疾患の危険因子となる動脈硬化症・糖尿病・高血圧症・脂質異常症などは、いずれも生活習慣病であるとされている。

## 用語集

## ◆低栄養

健康的に生きるために必要な量の栄養素がとれていない状態。その中でも特に、たんぱく質とエネルギーが十分に取れていない状態のことを「たんぱく質・エネルギー欠乏（症）」といい、血清のアルブミン値が一定以下になっているか、また体重がどれくらいの割合で減少しているかといったことから判断される。

## ◆適正体重

体重は、ライフステージをとおして、日本人の主要な生活習慣病や健康状態との関連が強く、肥満は、がん、循環器疾患、糖尿病等の生活習慣病と関連があり、若年女性のやせは、骨量減少、低出生体重児出産のリスク等と関連があることが明らかになっている。健康日本21(第2次)では、肥満度：BMI (Body Mass Index) を用いて判定している。

BMI=体重[kg]/(身長[m])<sup>2</sup>により算出  
 BMI<18.5 低体重（やせ）  
 18.5≤BMI<25 普通体重（正常）、適正体重者  
 BMI≥25 肥満

## ◆中食（なかしょく）

惣菜店や弁当屋・コンビニエンスストア・スーパーなどでお弁当や惣菜などを購入したり、外食店のデリバリー（宅配・出前）などを利用して、家庭外で商業的に調理・加工されたものを購入して食べる形態の食事のこと。

## ◆日本人の食事摂取基準

健康な個人並びに集団を対象として、国民の健康の保持・増進、生活習慣病の予防のために参照するエネルギー及び栄養素の摂取量の基準を示すもの。対象には、高血圧、脂質異常、腎機能低下に関するリスクを有していても自立した日常生活を営んでいる者を含む。策定の対象とするエネルギー及び栄養素は、健康増進法に基づき、厚生労働大臣が定める。

## ◆農林漁業の6次産業化

農業を1次産業としてだけではなく、加工などの2次産業、さらにはサービスや販売などの3次産業までを含め、1次から3次まで一体化した産業として農業の可能性を広げようとするものである。

福岡市では、能古島産の甘夏を使用して開発された『ふくおかさん家（産地）のお気に入り「甘夏マーマレード」』を学校給食で提供している。

### ◆福岡魚食普及推進協議会

福岡市中央卸売市場鮮魚市場（長浜鮮魚市場）内で、魚食普及のため必要な事業及び福岡市が主催する魚食普及事業へ参加することにより、住民消費生活の向上並びに関係業界の健全な発展を期することを目的としている。

長浜鮮魚市場における卸売業者や仲卸業者、小売・加工業者、関連事業者などの市場関係業者と開設者（福岡市）で組織されている。

### ◆メタボリックシンドローム

内臓肥満に高血圧・高血糖・脂質代謝異常が組み合わさり、心臓病や脳卒中などの動脈硬化性疾患をまねきやすい病態のこと。日本では平成20年（2008年）から「特定健診・特定保健指導」の中で、この考え方を取り入れ、内臓脂肪蓄積を診断するために「ウエスト周囲径」の測定が検査項目に加わった。なお特定健診・保健指導では、「内臓脂肪症候群」の名称を用いている。

### ◆ライフステージ

人の一生を幼年期・児童期・青年期・壮年期・老年期などと分けたそれぞれの段階のこと。

### ◆リスクコミュニケーション

消費者、事業者、行政担当者などの関係者の中で、食の安全に関する情報や意見をお互いに交換し、双方向の対話を図ろうとするもの。



## 福岡市食育推進会議条例

平成18年3月30日

条例第23号

(設置)

第1条 食育基本法（平成17年法律第63号。以下「法」という。）第33条第1項の規定に基づき、福岡市食育推進会議（以下「推進会議」という。）を置く。

(所掌事務)

第2条 推進会議は、次に掲げる事務を行う。

- (1) 法第18条第1項に規定する市町村食育推進計画を作成するとともに、関係機関等と連携し、その実施を推進すること。
- (2) 前号に掲げるもののほか、食育の推進に関する重要事項について審議し、及び食育の推進に関する施策の実施を推進すること。

(組織)

第3条 推進会議は、会長及び委員30人以内をもって組織する。

(会長)

第4条 会長は、市長をもって充てる。

2 会長は、会務を総理し、推進会議を代表する。

3 会長に事故があるとき、又は会長が欠けたときは、会長があらかじめ指名する委員が、その職務を代理する。

(委員)

第5条 委員は、次に掲げる者をもって充てる。

- (1) 食育に関して十分な知識と経験を有する者のうちから市長が任命する者
- (2) 本市の職員のうちから市長が任命する者
- (3) その他市長が適当と認める者のうちから市長が任命する者

2 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。

3 委員は、再任されることができる。

(会議)

第6条 推進会議の会議は、会長が招集し、会長がその議長となる。

2 推進会議は、委員の過半数が出席しなければ、会議を開くことができない。

3 推進会議の議事は、出席した委員の過半数をもって決し、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 推進会議に、特定の事項について調査し、及び審議させるため、部会を置くことができる。

(関係者の出席)

第8条 推進会議は、必要があると認めるときは、会議に関係者の出席を求め、説明又は意見を聴くことができる。

(庶務)

第9条 推進会議の庶務は、保健福祉局において処理する。

(委任)

第10条 この条例に定めるもののほか、推進会議の運営に関し必要な事項は、規則で定める。

附 則

この条例は、平成18年4月1日から施行する。

## 福岡市食育推進会議委員

任期 平成27年2月1日～平成29年1月31日

区分	所属団体名等	役職等	氏名
議 会	第1委員会	代表	熊谷 敦子
	第2委員会	代表	調 崇史
	第3委員会	代表	笠 康雄
学 識 経 験 者	学校法人中村学園大学	学長	甲 斐 諭
	公立大学法人福岡女子大学	教授	早 湊 仁美
関係団体	一般社団法人福岡市医師会	会長	江 頭 啓介
	一般社団法人福岡市歯科医師会	会長	熊 澤 榮三
	公益社団法人福岡県栄養士会	会長	大 部 正代
	福岡県調理師連合会	会長	王 和 雄
	福岡市農業協同組合	代表理事組合長	鬼 木 晴人
	福岡市食生活改善推進員協議会	会長	味 園 弘美
	福岡市小学校長会	代表	木 村 真美
	福岡市中学校校長会	代表	増 川 郁子
	福岡市PTA協議会	会長	日 高 政治
	一般社団法人福岡市保育協会	代表	山 下 裕子
	一般社団法人福岡市私立幼稚園連盟	会長	柿 迫 重正
	特定非営利活動法人コンシューマー福岡	理事長	柴 富 伸子
	公益社団法人福岡市食品衛生協会	会長	南 原 茂
地域代表	福岡市公民館館長会	副会長	山 本 佑治
	福岡市自治協議会等7区会長会	代表	青 木 敏文
行 政	福岡市	市長	高 島 宗一郎
	福岡市	教育長	星 子 明夫
	福岡市	市民局長	井 上 るみ
	福岡市	こども未来局長	石 橋 正信
	福岡市	保健福祉局長	野見山 勤
	福岡市	農林水産局長	椋 野 清彦
	福岡市	区長代表	梶 原 信一

## 福岡市食育推進計画検討部会委員

任期 平成27年10月1日～平成29年1月31日

区分	所属団体名等	役職等	氏名
学識 経験者	学校法人中村学園大学	学長	◎甲斐 諭
関係団体	一般社団法人福岡市歯科医師会	会長	熊澤 榮三
	公益社団法人福岡県栄養士会	会長	大部 正代
	福岡県調理師連合会	会長	王 和雄
	福岡市農業協同組合	代表理事組合長	鬼木 晴人
	福岡市食生活改善推進員協議会	会長	○味園 弘美
	福岡市PTA協議会	会長	日高 政治
	一般社団法人福岡市保育協会	代表	山下 裕子
	一般社団法人福岡市私立幼稚園連盟	会長	柿迫 重正
	特定非営利活動法人コンシューマー福岡	理事長	柴富 伸子
地域代表	福岡市自治協議会等7区会長会	代表	青木 敏文
その他 団体	福岡市漁業協同組合	参事	戸田 泰文
	福岡商工会議所	産業・経済担当部長	井原 隆博

◎部会長 ○副部会長

### ■福岡市食育推進会議条例施行規則（抜粋）

（部会）

第2条 条例第7条の規定に基づき、推進会議に食育推進計画検討部会を置き、食育基本法（平成17年法律第63号）第18条第1項の規定に基づく福岡市食育推進計画の作成及び当該計画の推進に関する事項について調査し、及び審議する。

（部会の委員）

第3条 前条に規定する食育推進計画検討部会（以下「部会」という。）は、推進会議の委員及び部会における調査及び審議のため会長が必要と認める者若干人をもって組織する。

2 部会の委員（以下「部会委員」という。）は、推進会議の会長が推進会議に諮って指名する。



## 第3次福岡市食育推進計画策定過程

日 付	会議等の内容, その他事務の流れ
平成27年9月2日	◆平成27年度第1回福岡市食育推進会議 ・第3次福岡市食育推進計画の策定について 食育推進計画検討部会委員の指名
平成27年10月1日	◇第1回福岡市食育推進計画検討部会 ・部会長, 副部会長の選任 ・第2次福岡市食育推進計画の評価について ・第3次福岡市食育推進計画構成案について
平成27年11月13日	◇第2回福岡市食育推進計画検討部会 ・基本目標の目指す姿, 具体的な取組みについて ・具体的な目標値の項目について
平成27年11月20日 ～12月14日	市民の食育に関するアンケート調査の実施
平成28年1月15日	◇第3回福岡市食育推進計画検討部会 ・市民の食育に関するアンケート調査の結果について ・第3次福岡市食育推進計画の素案について
平成28年1月21日	◆平成27年度第2回福岡市食育推進会議 ・第3次福岡市食育推進計画案について
平成28年3月7日 ～4月6日	第3次福岡市食育推進計画策定に係る市民意見募集実施 (パブリック・コメント)
平成28年5月9日	◆平成28年度福岡市食育推進会議 ・第3次福岡市食育推進計画案について パブリック・コメントの実施結果について 計画の修正案について 挿入記事, 資料編等の全体の調整について
平成28年5月19日	第3次福岡市食育推進計画策定

## 「福岡市民の食育に関するアンケート」調査の概要

### 1. 調査の目的

第2次福岡市食育推進計画の最終評価及び第3次計画策定に係る基礎資料とするため。

### 2. 調査設計

- 調査数 18歳以上の市民 3,500人
- 抽出方法 住民基本台帳より無作為抽出
- 調査方法 郵送配布－郵送回収
- 調査期間 平成27年11月20日～平成27年12月7日  
(※回収予備期間 ～平成27年12月14日)

### 3. 回収結果

- 有効回収数 1,609件
- 有効回収率 46.0%

## 第3次福岡市食育推進計画策定に係る市民意見募集の概要

### 1. 意見募集期間

平成28年3月7日(月) から4月6日(水) まで

### 2. 実施方法

#### ■計画案の公表

第3次福岡市食育推進計画(案)を、情報公開室、情報プラザ、各区役所・出張所、各区保健福祉センター健康課、保健福祉局健康増進課において閲覧・配布するとともに、福岡市ホームページに掲載した。

#### ■意見提出の方法

意見提出用紙を第3次福岡市食育推進計画(案)と一緒に配布し、郵送、ファックス、電子メール及び配布場所への持参により提出いただいた。

### 3. 意見の提出状況

- 意見提出数 13件(個人11名, 2団体)
- 意見件数 35件

## 食育基本法（概要）

### 1. 目的（第1条）

食育に関する施策を総合的かつ計画的に推進し、もって現在及び将来にわたる健康で文化的な国民の生活と豊かで活力ある社会の実現に寄与

### 2. 基本理念（第2条～第8条）

- 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. 関係者の責務（第9条～第13条）

国、地方公共団体、教育関係者等、農林漁業者等、食品関連事業者等、国民の責務

### 4. 法制上の措置等及び年次報告（第14条・第15条）

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

### 5. 食育推進基本計画等（第16条～第18条）

(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

- 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 等

(2) 都道府県食育推進計画及び市町村食育推進計画の作成努力義務

### 6. 基本的施策（第19条～第25条）

- (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みの推進
- (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

### 7. 食育推進会議等（第26条～第33条）

- (1) 農林水産省に食育推進会議（会長：農林水産大臣）の設置
- (2) 都道府県食育推進会議及び市町村食育推進会議を置くことができる

## 食生活指針（平成12年3月文部省決定，厚生省決定，農林水産省決定，平成28年6月一部改正）

### 食事を楽しみましょう。

- ・毎日の食事で，健康寿命をのばしましょう。
- ・おいしい食事を，味わいながらゆっくりよく噛んで食べましょう。
- ・家族の団らんや人との交流を大切に，また，食事づくりに参加しましょう。

### 1日の食事のリズムから，健やかな生活リズムを。

- ・朝食で，いきいきした1日を始めましょう。
- ・夜食や間食はとりすぎないようにしましょう。
- ・飲酒はほどほどにしましょう。

### 適度な運動とバランスのよい食事で，適正体重の維持を。

- ・普段から体重を量り，食事量に気をつけましょう。
- ・普段から意識して身体を動かすようにしましょう。
- ・無理な減量はやめましょう。
- ・特に若年女性のやせ，高齢者の低栄養にも気をつけましょう。

### 主食，主菜，副菜を基本に，食事のバランスを。

- ・多様な食品を組み合わせましょう。
- ・調理方法が偏らないようにしましょう。
- ・手作りとお食や加工食品・調理食品を上手に組み合わせましょう。

### ごはんなどの穀類をしっかりと。

- ・穀類を毎食とって，糖質からのエネルギー摂取を適正に保ちましょう。
- ・日本の気候・風土に適している米などの穀類を利用しましょう。

### 野菜・果物，牛乳・乳製品，豆類，魚なども組み合わせて。

- ・たっぷりの野菜と毎日の果物で，ビタミン，ミネラル，食物繊維をとりましょう。
- ・牛乳・乳製品，緑黄色野菜，豆類，小魚などで，カルシウムを十分にとりましょう。

### 食塩は控えめに，脂肪は質と量を考えて。

- ・食塩の多い食品や料理を控えめにしましょう。食塩摂取量の目標値は，男性で1日8g未満，女性で7g未満とされています。
- ・動物，植物，魚由来の脂肪をバランスよくとりましょう。
- ・栄養成分表示を見て，食品や外食を選ぶ習慣を身につけましょう。

### 日本の食文化や地域の産物を活かし，郷土の味の継承を。

- ・「和食」をはじめとした日本の食文化を大切にして，日々の食生活に活かしましょう。
- ・地域の産物や旬の素材を使うとともに，行事食を取り入れながら，自然の恵みや四季の変化を楽しみましょう。
- ・食材に関する知識や調理技術を身につけましょう。
- ・地域や家庭で受け継がれてきた料理や作法を伝えていきましょう。

### 食料資源を大切に，無駄や廃棄の少ない食生活を。

- ・まだ食べられるのに廃棄されている食品ロスを減らしましょう。
- ・調理や保存を上手にして，食べ残しのない適量を心がけましょう。
- ・賞味期限や消費期限を考えて利用しましょう。

### 「食」に関する理解を深め，食生活を見直してみましょう。

- ・子供のころから，食生活を大切にしましょう。
- ・家庭や学校，地域で，食品の安全性を含めた「食」に関する知識や理解を深め，望ましい習慣を身につけましょう。
- ・家族や仲間と，食生活を考えたり，話し合ったりしてみましょう。
- ・自分たちの健康目標をつくり，よりよい食生活を目指しましょう。

# 第3次福岡市食育推進計画の目指す姿

基本目標

I

## 食を通じた健康づくりをすすめましょう

- ・充実した朝食を毎日食べている
- ・バランスのよい食事をとっている
- ・生活習慣病の予防や改善のために、食生活に気をつけ、実践している
- ・食塩の取り過ぎに気をつけ、実践している
- ・よく噛んで食べている
- ・食の安全に関する正しい知識を持ち、実践している



基本目標

II

## ふくおかでとれる食材を日々の食事に活かしましょう

- ・福岡産のものを積極的に利用している
- ・農林漁業体験をしたことがある
- ・環境に配慮した食生活を送っている



基本目標

III

## 食を楽しみ、ふくおかの食文化を伝えましょう

- ・家族や仲間と楽しく食事をしている
- ・行事食や郷土料理を取り入れ、次世代に伝えている
- ・食事の基本的マナーが身についている



重点課題

I

## ライフステージに応じた食育の推進



重点課題

II

## 一人ひとりの実践と、関係団体のネットワークの充実

## 「第3次福岡市食育推進計画」

平成28（2016）年9月

編集・発行

福岡市保健福祉局健康医療部健康増進課

〒810-8620 福岡市中央区天神一丁目8番1号

TEL (092)711-4374

FAX (092)733-5535