

足立区糖尿病対策アクションプラン 「おいしい給食・食育対策編」

ー「あだち 食のスタンダード de 元気」宣言ー



足立区 足立区教育委員会
平成29年3月

目 次

第1章 計画の策定にあたって	4
1 計画策定の背景	4
(1) これまでの「足立区食育推進計画」の課題と今後の方針	4
(2) 「おいしい給食推進事業」の課題と今後の方針	4
(3) 「おいしい給食推進事業」を統合した新たな計画「おいしい給食・食育対策編」の策定	5
2 計画の基本理念	6
3 本計画の位置づけ	7
4 計画の期間	8
第2章 食をめぐる足立区の現状と課題	9
課題1 朝食の欠食、野菜摂取量の不足、ベジ・ファーストの未浸透など、望ましい食習慣が定着していない	9
課題2 食塩、菓子・甘味飲料の過剰摂取などが、糖尿病をはじめとした生活習慣病につながっている	14
課題3 料理をしない家庭が増え、食育機能が低下している	17
第3章 食をめぐる課題の解決にむけて	19
1 課題解決のための「あだち 食のスタンダード」	19
2 「あだち 食のスタンダード」に沿った主な事業	20
(1) 1日3食野菜を食べるなど、望ましい食習慣を身につける	20
(2) 栄養バランスの良い食事を選択できる	23
(3) 簡単な料理を作ることができる	24
第4章 食育推進体制	26
第5章 事業一覧表	28
第6章 今後の成果指標	36
1 「あだち 食のスタンダード」に対する指標	36
2 課題に対する指標	36
資料	38

第1章 計画の策定にあたって

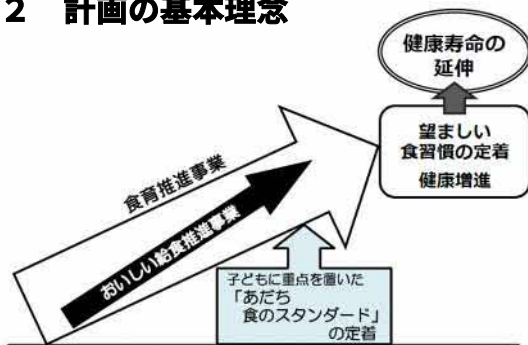
P.4

1 計画策定の背景

- (1) これまでの「足立区食育推進計画」の課題と今後の方針
- (2) 「おいしい給食推進事業」の課題と今後の方針
- (3) 「おいしい給食推進事業」を統合した新たな計画「おいしい給食・食育対策編」の策定

従来の「足立区食育推進計画」と「おいしい給食推進事業」を一本化することで、次代を担う子どもたちへの施策に重点を置きつつ、全区民をも巻き込む計画として策定する。

2 計画の基本理念



野菜摂取が当然な地域社会の実現を通して、区民の望ましい食習慣の定着と健康増進を図り、ひいては健康寿命の延伸をめざす。

そのため、凝った料理を覚えるよりも、簡単であってもバランスのとれた食生活を可能とする実践力＝「あだち 食のスタンダード」の定着を、「おいしい給食推進事業」を通して推し進める。

3 本計画の位置づけ

4 計画の期間

第2章 食をめぐる足立区の現状と課題

P.9

課題1 朝食の欠食、野菜摂取量の不足、ベジ・ファーストの未浸透など、望ましい食習慣が定着していない

- (1) 朝食の欠食が多い
 - ・ 中学3年生で、朝食摂取が毎日ではない生徒は約20%
 - ・ 18～39歳男性で、朝食を週3日以上食べない人は34%
- (2) 野菜摂取量が不足している
 - ・ 中学2年生の推定野菜摂取量は206g
 - ・ 20～59歳の推定野菜摂取量は233g
 - ・ 18～39歳で、朝食に野菜を食べている人は27%
- (3) ベジ・ファーストが浸透していない
 - ・ 小学1年生で、食事を野菜から食べる（ベジ・ファースト）割合は約12%
- (4) 給食残菜率が高い学校と低い学校の二極化傾向
 - ・ 残菜率が高い学校10校と低い学校10校の平均残菜率の差は、小学校で4.4ポイント、中学校は6.1ポイントで、依然、開いたままの状態

課題2 食塩、菓子・甘味飲料の過剰摂取などが、糖尿病をはじめとした生活習慣病につながっている

(1) 食塩、菓子・甘味飲料の摂取が多い

- ・20～59歳では、推定食塩摂取量が多い傾向
- ・20～59歳男性では推定甘味飲料摂取量、20歳代女性は推定菓子類摂取量が多い傾向

(2) 偏った食生活が、糖尿病をはじめとした生活習慣病につながっている

- ・18～39歳で、一日の中で野菜摂取頻度が低い人、または朝食を食べない人は、生活習慣病のリスク項目が多い傾向
- ・小学1年生で、食事を野菜から食べる児童は、過体重のリスクが3割低い
- ・18～39歳男性で、「肥満」は約30%

課題3 料理をしない家庭が増え、食育機能が低下している

- ・小1家庭で、子どもへの食事づくりが月に数日・ほとんどない世帯は約10%
- ・小1家庭で、子どもと一緒に料理を作ることが「めったにない」世帯は約30%
- ・小1家庭で、夕食を、ひとりまたは子どもたちだけで食べる世帯は約4%

第3章 食をめぐる課題の解決にむけて

P.19

1 課題解決のための「あだち 食のスタンダード」

子どもに重点を置き、健康に生き抜くための実践力として「あだち 食のスタンダード」を中学卒業時まで身に付けることで、食をめぐる課題の解決をめざす。

【あだち 食のスタンダード】

- (1) 1日3食野菜を食べるなど、望ましい食習慣を身につける
- (2) 栄養バランスの良い食事を選択できる
- (3) 簡単な料理を作ることができる

ごはんが炊ける、インスタントに頼らずみそ汁が作れる、目玉焼き程度のフライパン料理ができる

2 「あだち 食のスタンダード」に沿った主な事業

(1) 1日3食野菜を食べるなど、望ましい食習慣を身につける

＜食に対する関心や意欲があり、野菜を食べる、野菜から食べる、朝食を毎日食べるなどの健康的な食習慣が身についている＞

■中学生までの事業 ⇒ ・保育園～中学校まで

「ひと口目は野菜から」事業

- ・給食残菜率における学校間の二極化解消
- ・野菜への関心を高める「野菜の日」事業
- ・食欲を高める給食新規メニューの開発

■保護者・区民向け事業 ⇒

- ・妊娠期～就学前までの父母等向け各栄養教室
- ・食育サポーターによる食育啓発事業
- ・あだちベジタベライフ事業

(2) 栄養バランスの良い食事を選択できる

＜野菜を含む栄養バランスの良い組み合わせを選択できる＞

- 中学生までの事業 ⇒ ・毎日の給食を通じた食育の推進
・小・中学校家庭科指導案作成
・中学生対象 惣菜活用塾
- 保護者・区民向け事業 ⇒ ・ハイリスク家庭・ひとり親家庭への食支援
・あだちベジタベライフ協力店事業

(3) 簡単な料理を作ることができる

＜簡単な料理を作り、家族や友人と食事をする機会を増やす＞

- 中学生までの事業 ⇒ ・保育園などでの「野菜の調理体験」事業
・学童保育室などでの料理教室・おやつ講座
・小・中学校での「わが家のシェフになろう！」
・給食メニューコンクール
- 保護者・区民向け事業 ⇒ ・高校生向け包丁いらずの朝ベジ料理教室
・簡単野菜レシピ啓発

第4章 食育推進体制 P.26

第5章 事業一覧表 P.28

第6章 今後の成果指標 P.36

- 1 「あだち 食のスタンダード（簡単な料理を作ることができる）」に対する指標
・自分一人で、ごはん・みそ汁・目玉焼き程度の朝食を作ることができる子どもの割合
- 2 課題に対する指標

資料 P.38

第1章 計画の策定にあたって

1 計画策定の背景

(1) これまでの「足立区食育推進計画」の課題と今後の方針

国の食育基本法（平成17年7月15日施行）、食育推進基本計画（平成18年3月）及び第2次食育推進基本計画（平成23年3月）を受け、足立区は「足立区食育推進計画（平成19年度～22年度）」及び「足立区食育推進計画（平成23年度～27年度）」を策定し、食をめぐる状況の改善をめざしてきました。

その結果、子どもの早寝早起きなどの生活リズム、中学生の肥満・やせ、むし歯のない子どもの割合などについてはやや改善傾向が見られたものの、小学生においては、男女ともに、学年が上がるにつれて肥満とやせの割合が増加し、適正体重の子どもの割合が減少しています。

一方で、平成25年度に策定した「健康あだち21（第二次）行動計画」では、健康寿命が都平均より約2歳短い、糖尿病の受診件数・医療費ともに23区の中で常に上位に位置している実態が浮き彫りとなりました。これを受けて、区は「糖尿病対策アクションプラン」を策定し、糖尿病対策に重点を絞った取り組みを行っています。

平成27年度足立区食習慣調査の結果では、1日の推定野菜摂取量は233gであり、前年度と比べて微増しているものの、国の掲げる推奨摂取量350g以上に約120g不足しています。また、若い男性の肥満が多いことなど、食をめぐる課題は依然として未解決のままです。

さらに、平成27年度に実施した「子どもの健康・生活実態調査」の結果からは、目玉焼き程度の簡単な料理を含め、子どもへの食事を作ることが月に数日以下しかない世帯が約10%あり、家庭での食育の推進が難しい現状も見えてきました。

今後は顕在化した課題の解決に向け、子どもを中心に据えて取り組んでいきます。

(2) 「おいしい給食推進事業」の課題と今後の方針

「区内で転校したら、『新しい学校では給食がおいしくない』と子どもが給食を残すようになった」。保護者からこのような声をいただいたのが、足立区の「おいしい給食推進事業」の出発点となった平成19年9月の出来事です。残菜量の調査を行ったところ、足立区の給食は同じ予算、同じ自校調理方式で提供されているにもかかわらず、学校によって大きな差があることが判明しました。

以来、様々な取り組みを行った結果、年間の残菜量は小学校で66.5%（123t）、中学校で54.6%（107t）減少し、給食の時間を楽しいと思う子どもの割合も、それぞれ97%、82%に達する成果をあげることができました。

しかしながら、事業がスタートして約10年経過した現在でも、残菜量が限りなくゼロに近い学校がある一方で、残菜量が平均を大きく上回り、高止まりしたままの学校が見受けられるという二極化傾向は依然解消していません。

原因としては、

- ① 学校ごとの取り組みに差異がみられる

- ② 献立のマネリ化も散見され、新規メニューは減少傾向にある
- ③ 栄養士は学校に一人であり、若手栄養士などは手本となる先輩が近くにおらず、技量向上させにくい

などが想定されます。今後はこのような課題の解決に向け、具体的かつ効果的な対策を講じ、残菜の二極化解消を図っていく必要があります。

(3) 「おいしい給食推進事業」を統合した新たな計画「おいしい給食・食育対策編」の策定

前述のとおり、足立区では「足立区食育推進計画」や「おいしい給食推進事業」の取り組みを通じて、子どもの頃からの望ましい食習慣の確立をめざしてきました。健康寿命が国や都の平均を下回る当区にとって、すべての世代の健康増進は区が掲げる最優先施策の一つであるからです。

そこで今般、食育をさらに強力に推進するため「足立区食育推進計画」の見直しに当たり、「おいしい給食推進事業」との一本化を図ることとしました。子どもたちにとって日々の給食はまさに食育の「生きた教材」であり、給食を通じて健康に生き抜く実践力を培うことが、食育を単なる知識の詰め込みに終わらせない有効な手法と判断したからです。

ともすれば、学校ごとにまちまちであった食育の内容を統一し、子どもたちが最低限身につけるべき内容を定めます。これにより、次代を担う子どもたちの施策に重点を置きつつ、全区民をも巻き込む計画として策定します。

また、今後は着実に目標を達成するため、成果指標の達成度を検証しながら事業を展開していきます。

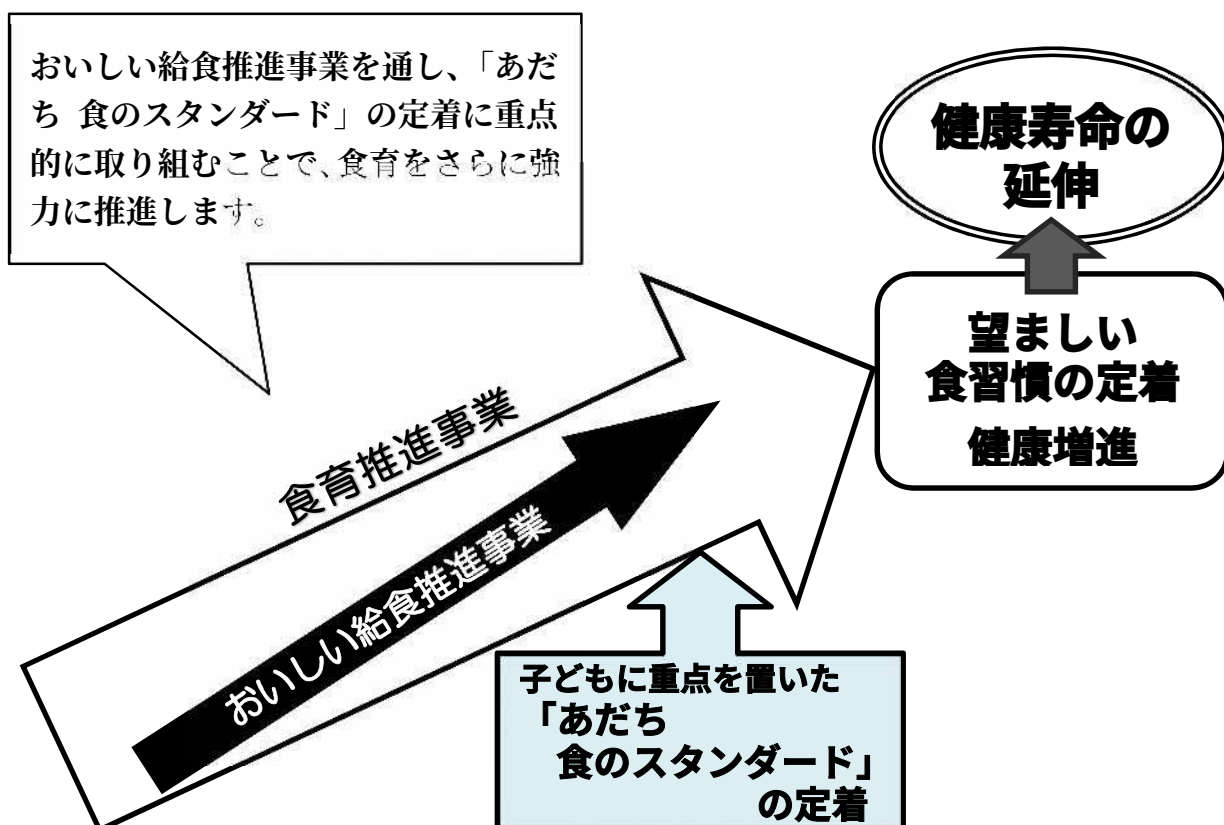
2 計画の基本理念

区健康課題を解決し、区民が生涯を健康で過ごすためには、望ましい食習慣を理解し、子どもの頃から野菜を含み、栄養バランスの良い規則正しい食生活を習慣化することが重要です。

そのためには、凝った料理を覚えるよりも、日常生活に役立ち、簡単であってもバランスのとれた食生活を身につけられるように食育を推進することが、一番の近道と考えました。家庭での食育に頼るだけでなく、特に、保育園、学校での給食を中心とした様々な場で、健康に生き抜くための実践力を身につけることをめざしていきます。

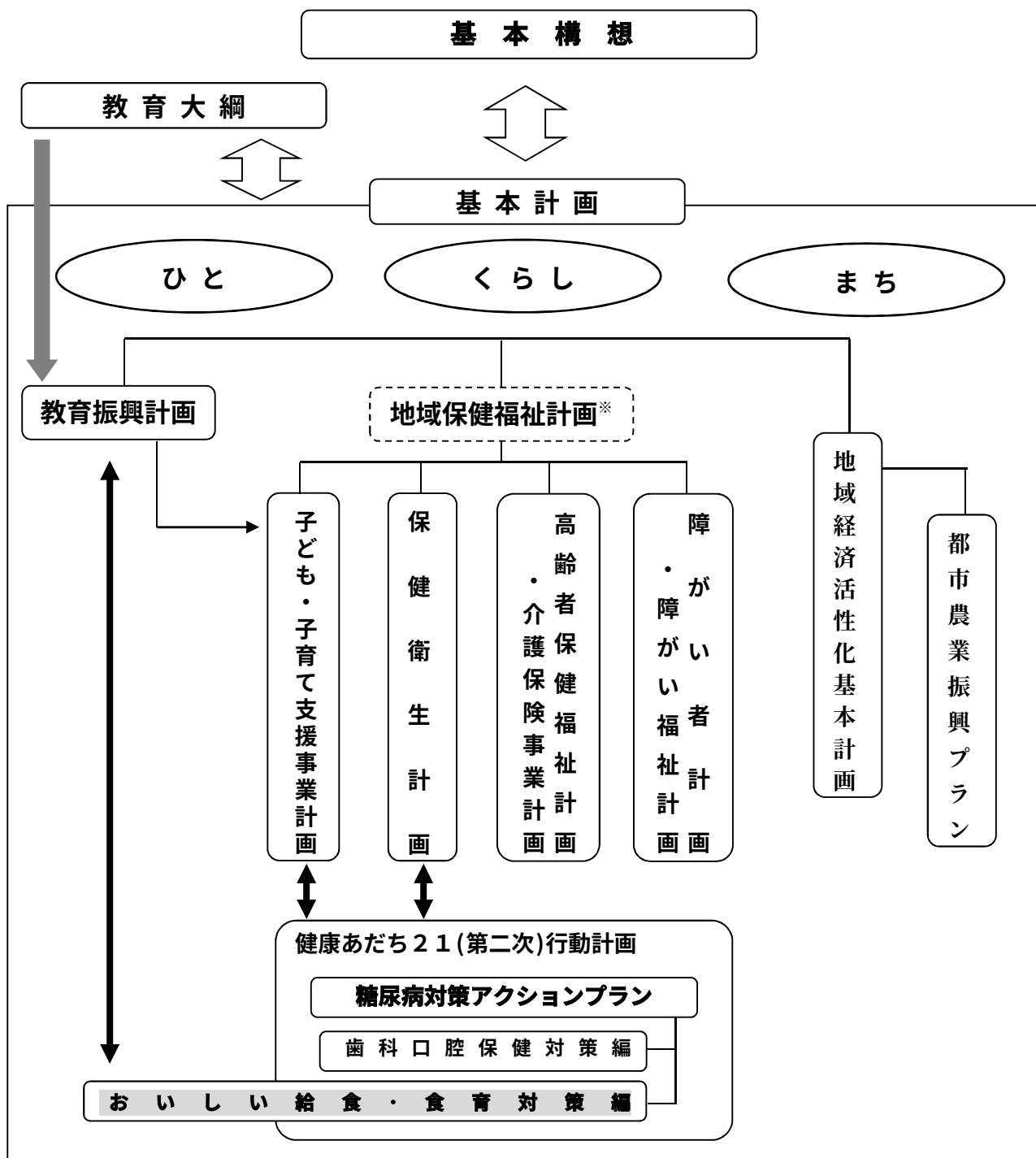
このことから、本計画では（１）１日３食野菜を食べるなど、望ましい食習慣を身につける（２）栄養バランスの良い食事を選択できる（３）簡単な料理を作ることができる（ごはんが炊ける、インスタントに頼らずみそ汁が作れる、目玉焼き程度のフライパン料理ができる）、以上の３点を「あだち 食のスタンダード」と定め、中学校卒業時までにはすべての子どもが「あだち 食のスタンダード」を身につけることを目標とします。

これにより、野菜摂取が当然である地域社会の実現を通して、子どもの頃からの望ましい食習慣の定着を図り、子どものみならず、すべての世代の健康増進につなげ、ひいては区民の健康寿命の延伸をめざします。



3 本計画の位置づけ

「足立区糖尿病対策アクションプラン」及び「同アクションプラン歯科口腔保健対策編」と合わせ、「健康あだち21推進事業（糖尿病対策）」の一翼を担っています。
 なお、児童・生徒を対象とした「おいしい給食推進事業」も盛り込んでいます。



※ 足立区地域保健福祉計画

足立区地域保健福祉の向上をめざし、施策を推進するための基本計画であり、【高齢者】【障がい者】【子育て支援】【健康づくり】の4分野ごとに策定された個別計画をもって一体と成す計画です。

4 計画の期間

この計画の期間は平成29年度～平成34年度の6年間とし、「健康あだち21（第二次）行動計画」「足立区糖尿病対策アクションプラン」に合わせて評価を行います。

第2章 食をめぐる足立区の現状と課題

課題1 朝食の欠食、野菜摂取量の不足、ベジ・ファーストの未浸透など、望ましい食習慣が定着していない

(1) 朝食の欠食が多い

朝食をとることは、からだに必要な栄養を摂取するだけでなく、脳やからだを目覚めさせ、学習意欲を高める効果があります。成績の良い児童・生徒は、朝食を食べている割合が高い傾向にあるほか、バランスの良い朝食を食べている人ほど心身の不調が少ないという調査結果も報告されています（資料3 P41、資料4 P42）。

平成27年度東京都統一体力テストにおける足立区の生活・運動習慣等調査結果では、小学生から中学生にかけて、学年が上がるにつれて、朝食を毎日食べる割合が減少していました（図1）。また、40歳前の健康づくり健診を受診した18～39歳のうち、朝食を食べないことが週3日以上ある人は男性で3割以上、女性で約2割でした（図2）。

図1 平成27年度 東京都統一体力テストにおける足立区の生活・運動習慣等調査
児童・生徒の朝食摂取状況の割合

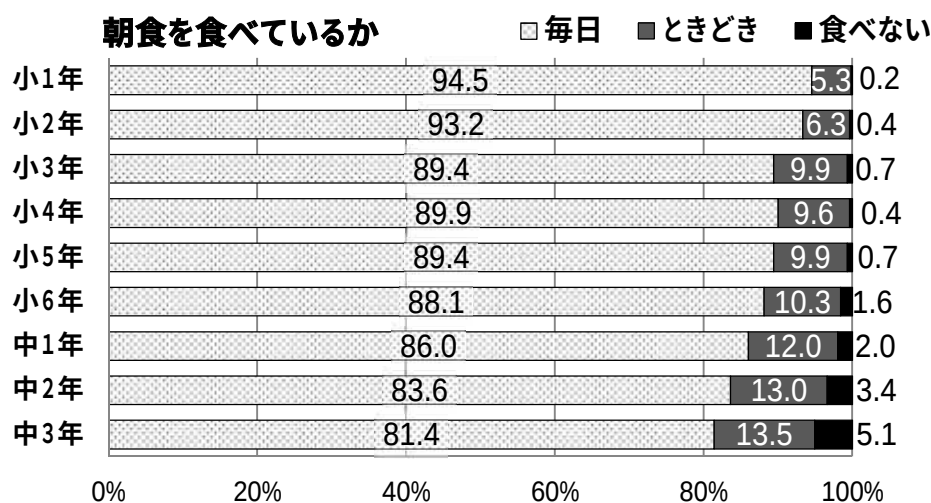
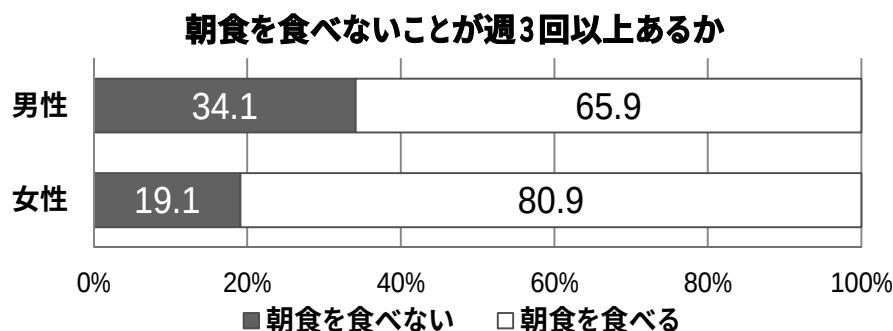


図2 平成27年度 40歳前の健康づくり健診 朝食摂取者と欠食者の割合



(2) 野菜摂取量が不足している

野菜を食べることは、生活習慣病の予防につながり、バランスの良い食生活の基本です。足立区は、大人も子どもも野菜摂取量が少なく、特に朝食に野菜を食べている人が少ない現状です。

① 推定野菜摂取量

平成28年度に一部の保育園、小・中学校で実施した食習慣調査^{*1 (P18)}の結果では、中学2年生の推定平均野菜摂取量は206gでした(図3)。

また、平成27年度に20～50歳代を対象に実施した食習慣調査^{*2 (P18)}では、区民の推定平均野菜摂取量は233gで、国が推奨する1日350g以上には約120g足りていません。全体的に女性より男性の方が野菜摂取量が少なく、各年代ごとに比較しても同じ傾向がみられました(図4)。国、東京都の国民健康・栄養調査結果と比較しても、足立区民の野菜摂取量は低い水準です(表1)。

図3 平成28年度 足立区保育園、小・中学校
身体活動量・睡眠習慣・食習慣等調査 推定野菜摂取量

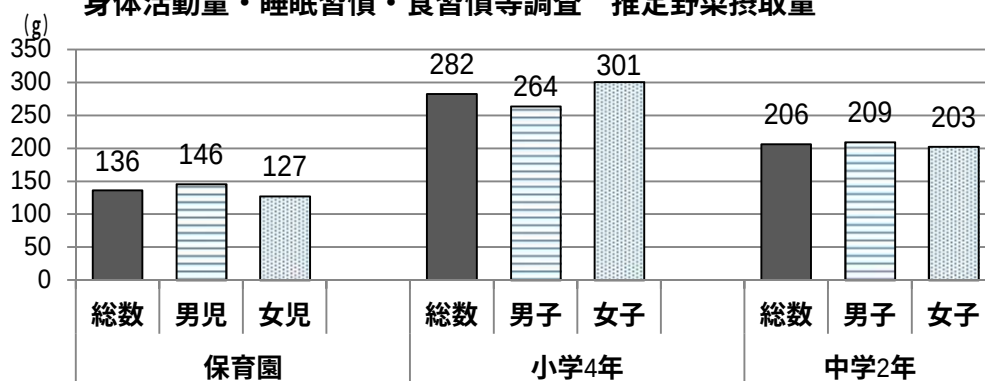


図4 平成27年度 足立区食習慣調査 推定野菜摂取量

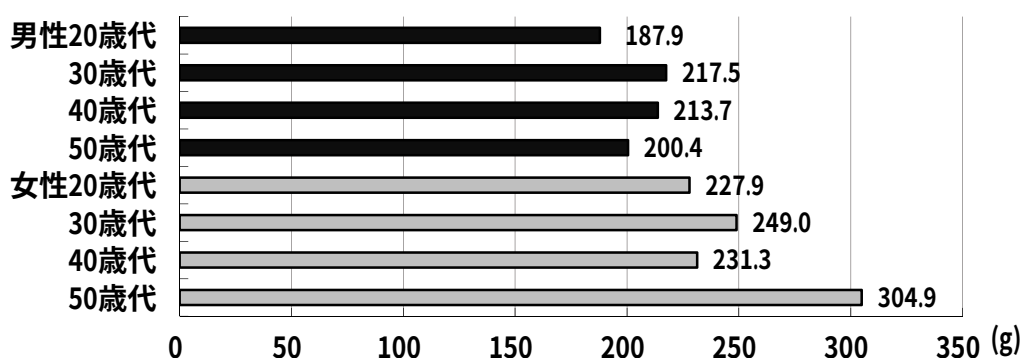


表1 足立区と国・東京都の野菜摂取量比較

(平成26年度国民健康・栄養調査、東京都民の健康・栄養状況)

	男性	女性	総数
国	301g	285g	292g
東京都	302g	296g	299g

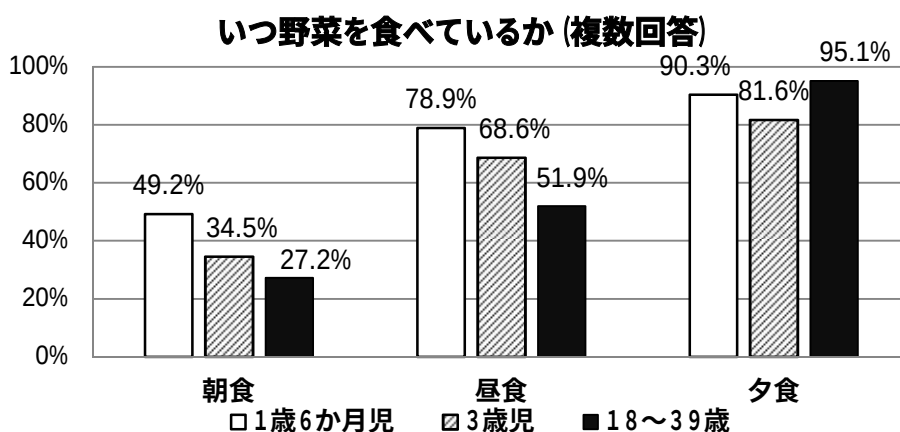
(平成27年度足立区食習慣調査)

	男性	女性	総数
足立区	206g	253g	233g

② 朝食における野菜摂取不足

平成27年度40歳前の健康づくり健診を受診した18～39歳では、朝食において野菜を食べている人の割合は、27%に留まりました。さらに、1歳6か月児では49%、3歳児では35%で、子どもも大人も、朝食に野菜を食べている人が少ないことが分かりました（図5）。

図5 平成27年度 朝食・昼食・夕食における野菜摂取者割合
1歳6か月児健康診査・3歳児健康診査・40歳前の健康づくり健診の比較



(3) ベジ・ファーストが浸透していない

平成27年度に小学1年生世帯を対象に実施した子どもの健康・生活実態調査^{*4 (P18)}の結果では、食事の一番はじめに野菜を食べる（ベジ・ファースト）子どもの割合は、11.5%でした（図6）。

また、平成27年度に区立保育園7園の4歳児を対象に実施した食習慣調査^{*3 (P18)}の結果では、ひと口目に野菜から食べている子どもほど、推定野菜摂取量が多いことがわかりました（図7）。

図6 平成27年度 足立区子どもの健康・生活実態調査
食事のときに一番はじめに何を食べるかの割合

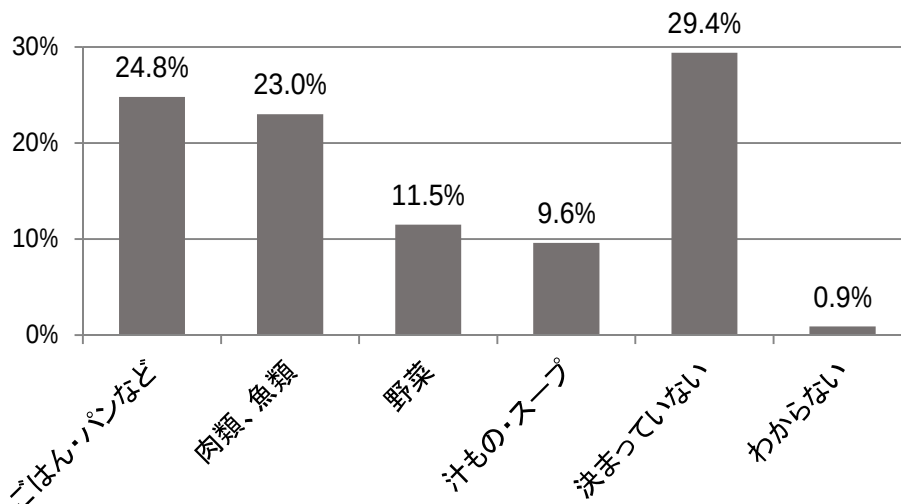
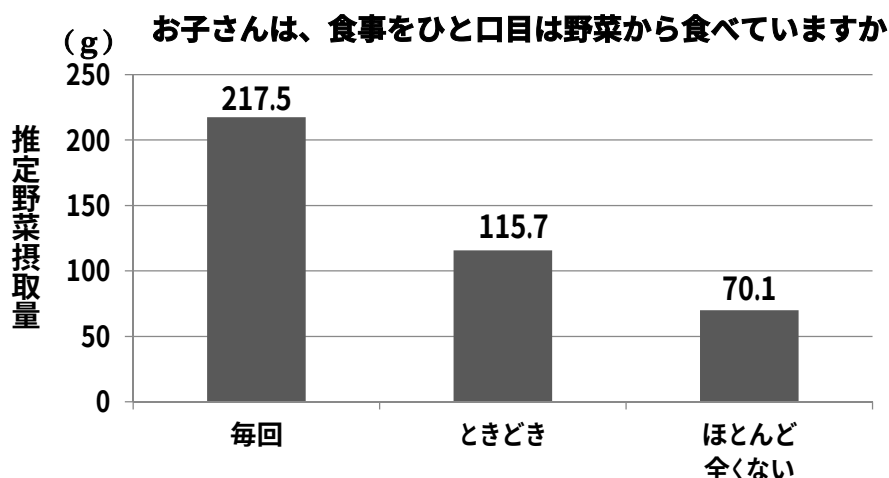


図7 平成27年度 足立区保育園ベジタベアンケート食習慣調査
保育園4歳児 食事をひと口目に野菜から食べる頻度と推定野菜摂取量の比較



(4) 給食残菜率が高い学校と低い学校の二極化傾向

平成20年度当初には381tあった区内小・中学校の総残菜量は、平成27年度には151tと約6割減少しました(図8)。小学校の平均残菜率は9%から3%と6ポイント減、中学校では14%から6.6%へと7.4ポイント減の改善となりました(図9)。

しかしながら、残菜率の高い学校10校と低い学校10校の平均残菜率の差は、平成27年度で小学校は4.4ポイント、中学校は6.1ポイントの開きがあり、二極化傾向が解消されていません(図10)。その原因としては、栄養士による献立の工夫や担任教諭・栄養士の声かけなどの差異、学校全体として積極的に取り組んだか否かなどいくつかの要因が考えられます。

図8 小・中学校における給食総残菜量

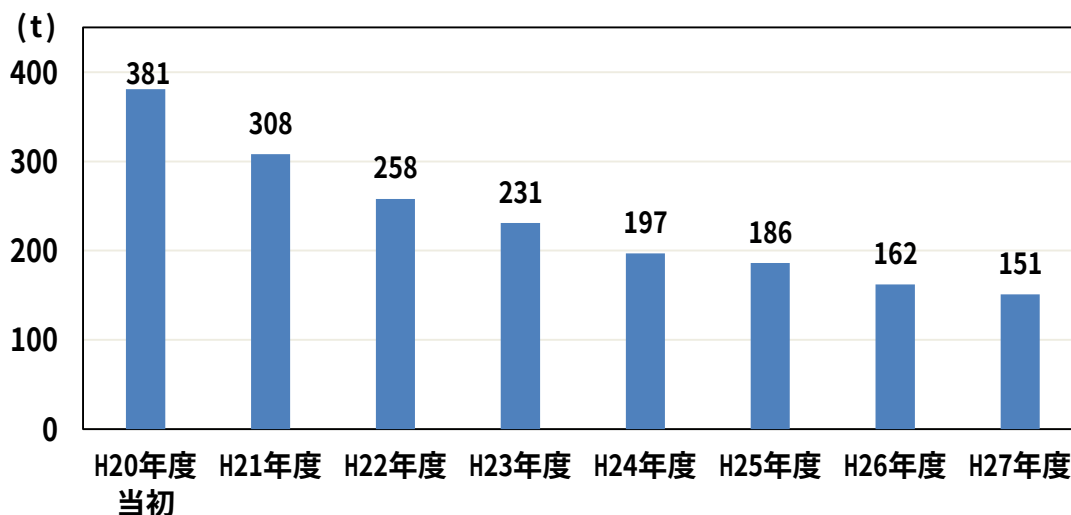


図9 小・中学校における給食平均残菜率の変化

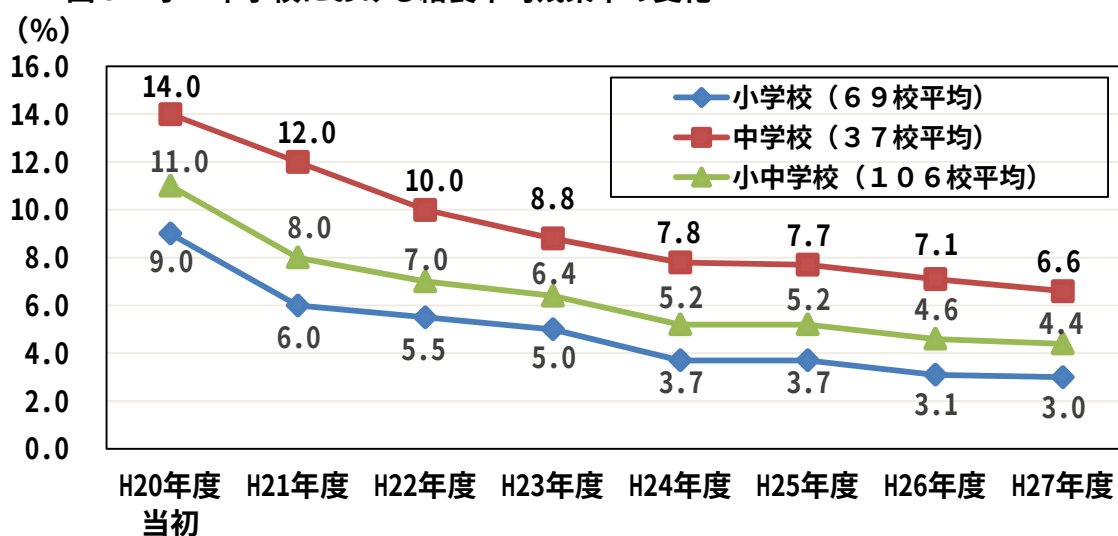
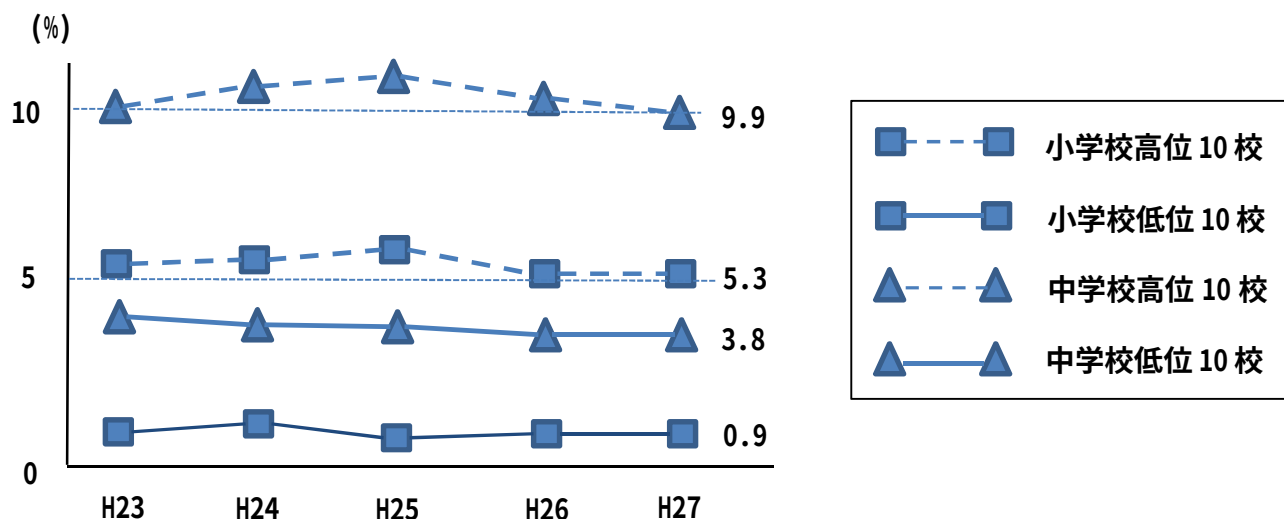


図10 給食残菜率が高い学校10校と低い学校10校 平均残菜率の推移



《残菜率が高い学校10校と低い学校の10校 平均残菜率の差》

平成27年度では小学校は4.4ポイント、中学校は6.1ポイントの開きがあります。

課題2 食塩、菓子・甘味飲料の過剰摂取などが、糖尿病をはじめとした生活習慣病につながっている

(1) 食塩、菓子・甘味飲料の摂取が多い

平成27年度の食習慣調査※^{2(P18)}の結果では、食塩の摂取が多く、国の1日の目標量である男性8g未満、女性7g未満を上回っています(図11)。また、男性は全体的に甘い飲み物の摂取が多く、20歳代女性では、菓子類の摂取が多い傾向でした(図12)。うす味を心がけ、菓子・ジュース類の摂取を控えることが必要です。

図11 平成27年度 足立区食習慣調査 推定食塩摂取量

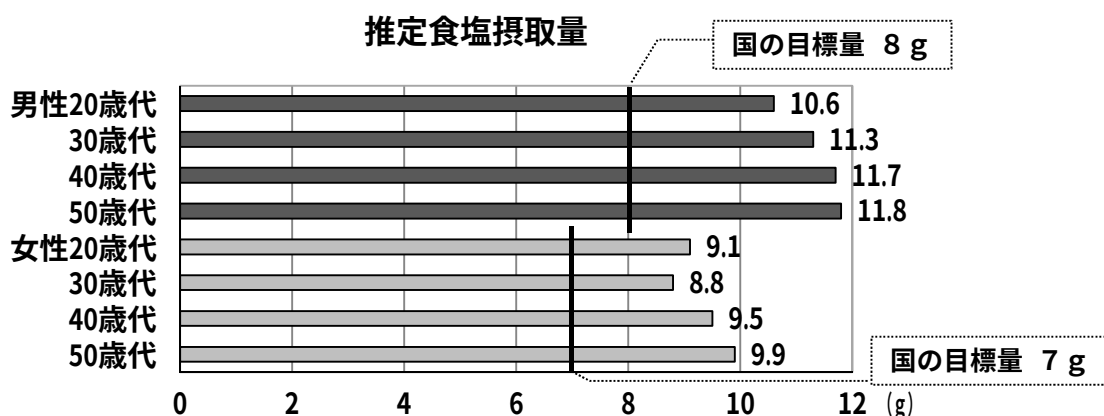
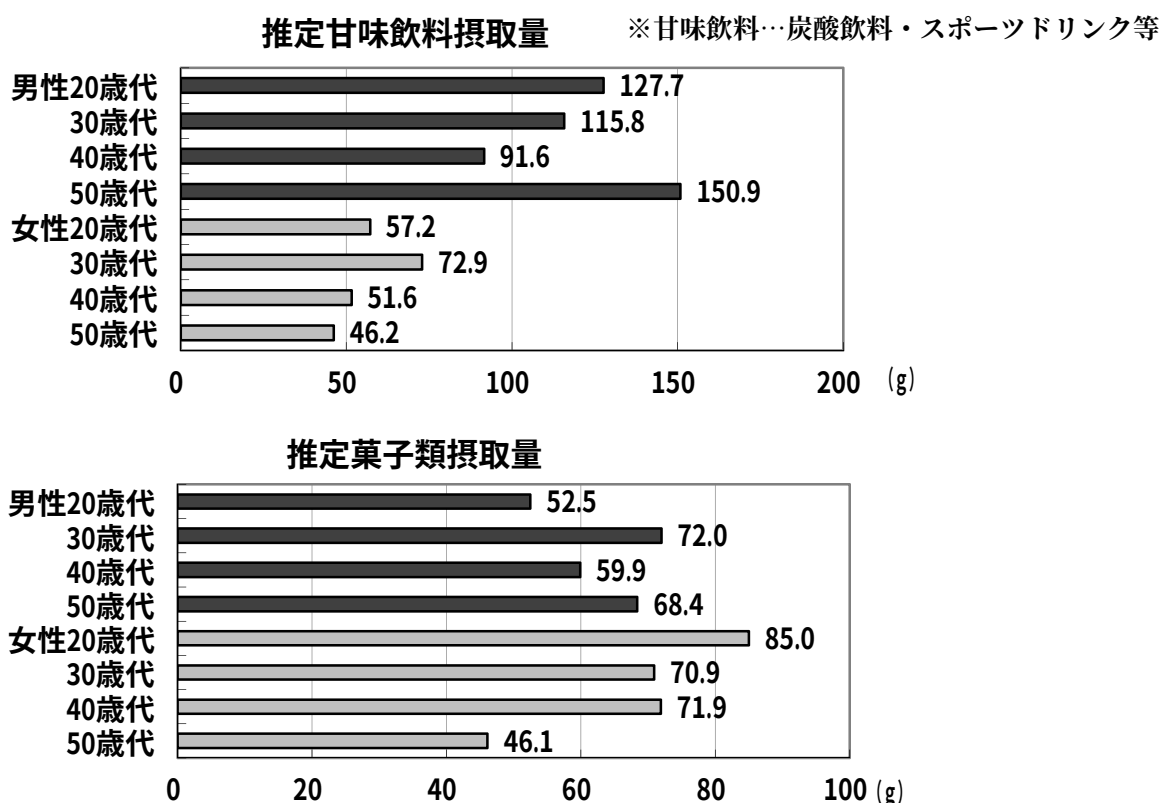


図12 平成27年度 足立区食習慣調査 推定甘味飲料摂取量 及び 推定菓子類摂取量

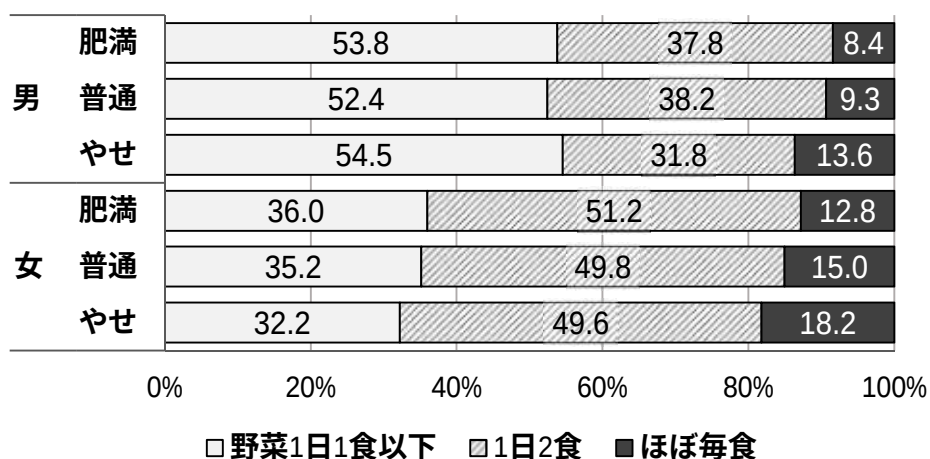
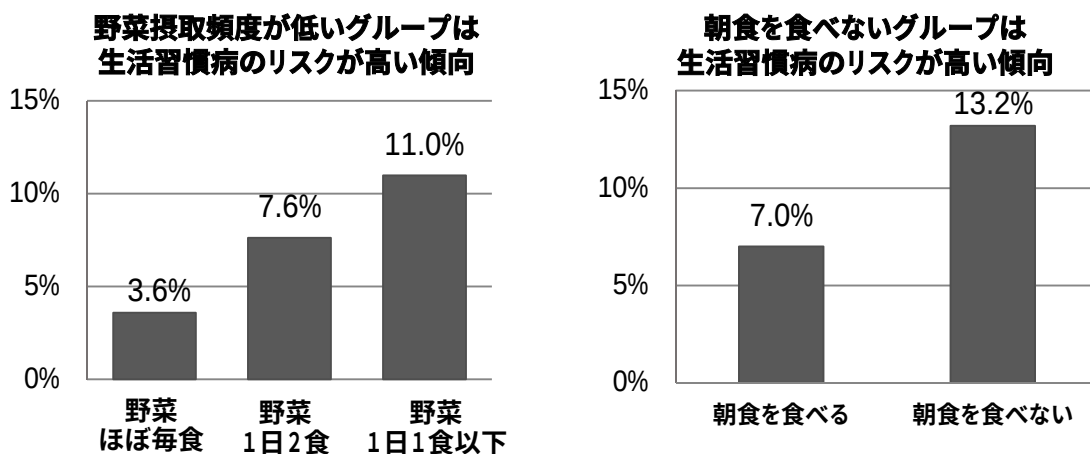


(2) 偏った食生活が、糖尿病をはじめとした生活習慣病につながっている

① 食生活と生活習慣病のリスク

平成27年度の40歳前の健康づくり健診の結果では、肥満の人ほど、野菜の摂取頻度が低い傾向にありました(図13)。また、野菜の摂取頻度が低い人、朝食を食べない人は、生活習慣病のリスクが高い傾向にありました(図14)。

図13 平成27年度 40歳前の健康づくり健診 体格別に見た野菜摂取頻度の割合

図14 平成27年度 40歳前の健康づくり健診
生活習慣病のリスク項目が4つ以上ある人の割合

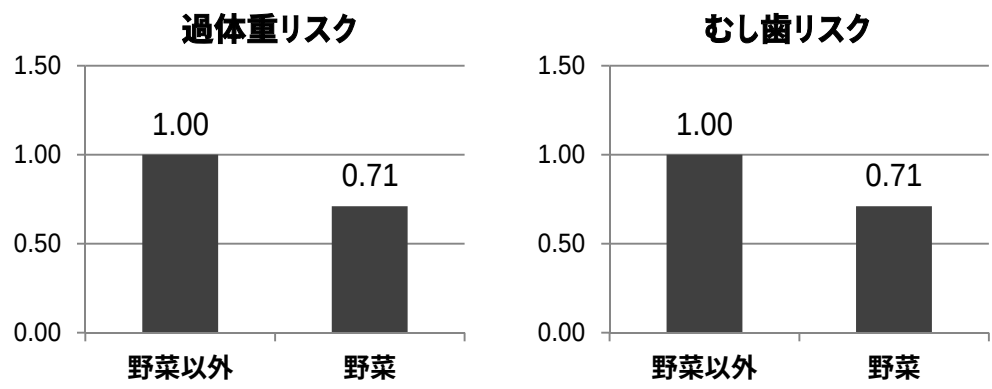
② ベジ・ファーストと健康的な生活習慣

平成27年度子どもの健康・生活実態調査^{*4 (P18)}では、食事を野菜から食べる子どもは、そうでない子どもに比べ、過体重のリスク、むし歯が5本以上のリスクがともに3割少ないことがわかりました(図15)。

子どもの頃から、食事のはじめに野菜から食べる「ベジ・ファースト」を身につけることで、健康的な生活習慣につながることが示唆されました。区立保育園では徐々にベジ・ファーストの習慣が広がりつつあり、小・中学校においても継続して子どもたちに働きかけていく必要があります。

また、日頃の食習慣や運動習慣が整っている子どもは、給食も残さず食べる傾向があり（資料5 P43、資料6 P44）、子どもたちの望ましい食習慣や運動習慣の定着をさらに図っていくことが大切です。

図15 平成27年度 足立区子どもの健康・生活実態調査
食事を野菜から食べる子とそうでない子の過体重及びむし歯リスクの比較

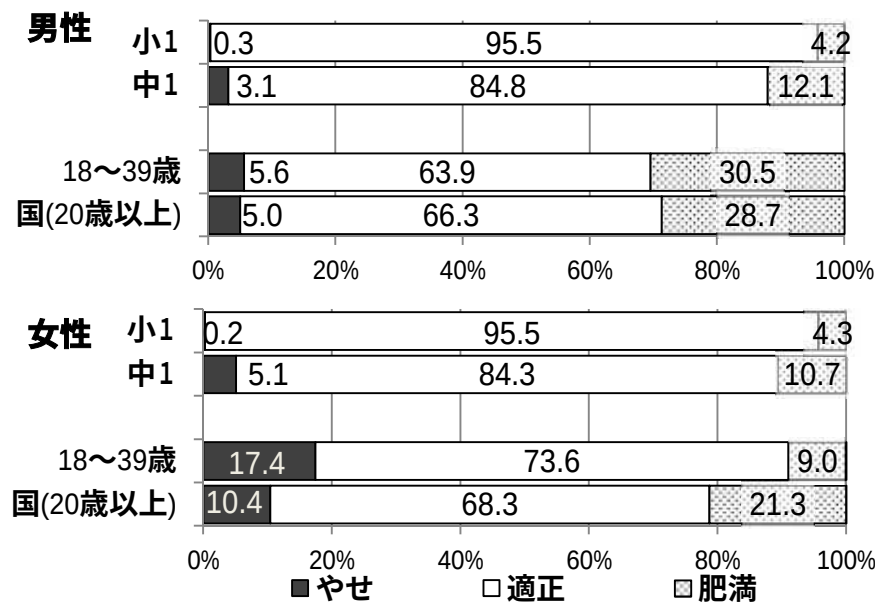


③ 適正体重の区民の割合

小学1年生と中学1年生の体格を比較すると、中学1年生では、男女とも肥満とやせの割合が増加し、適正体重の生徒の割合が減少していました。18～39歳では適正体重の割合はさらに減少し、男性の肥満者の割合が3割にのぼる一方、女性はやせの割合が17%でした（図16）。

生活習慣病を予防するためには、適正体重の区民を増やすことが重要です。その突破口を見出すため、今後も、子どもの健康・生活実態調査、足立区食習慣調査などの結果分析を進めていきます。

図16 小学1年、中学1年、大人（18～39歳） やせ・適正体重・肥満者の割合



※ 小学1年・中学1年 肥満度による判定（平成27年度 学校保健統計）
※ 18～39歳 BMIによる判定（平成27年度 40歳前の健康づくり健診）
※ 国 BMIによる判定（平成26年度 国民健康・栄養調査）

課題3 料理をしない家庭が増え、食育機能が低下している

平成27年度に実施した子どもの健康・生活実態調査^{*4 (P18)}の結果では、目玉焼き程度の簡単な料理を含めた自宅での調理頻度が、月に数日・ほとんどつくらないと回答した世帯が約10%でした（図17）。また、子どもと一緒に料理を作ることがめったにないと回答した世帯が約30%でした（図18）。

さらに、夕食をひとりで、または子どもたちだけで食べる世帯は約4%であり（図19）、夕食をひとりまたは子どもたちだけで食べる世帯の子どもは、家族と一緒に食べる世帯の子どもより、逆境を乗り越える力が低い傾向にありました（図20）。

これらの結果から、核家族や共働き世帯が増える中で、家庭に食育を求めることが難しい時代になっていると言えます。一方で、子どもの頃の食事づくりの体験は、大人になってからも活かされることが多く（資料7 P44）、保育園、学校、学童保育、ギャラクシティ、地域学習センターなど家庭以外の様々な場で、子どもたちに調理体験の機会を増やしていくことが重要です。

図17 平成27年度
足立区子どもの健康・生活実態調査
自宅での調理頻度

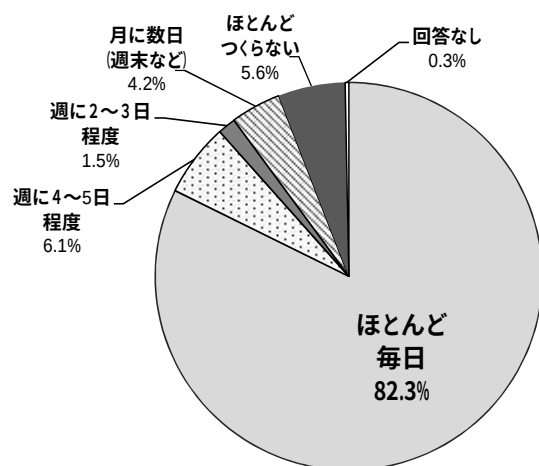


図18 平成27年度
足立区子どもの健康・生活実態調査
子どもと一緒に料理をする頻度

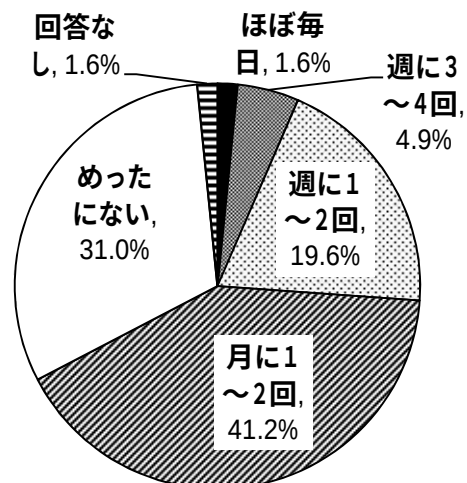
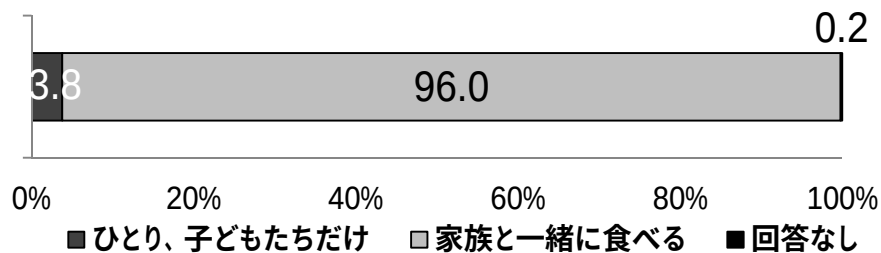
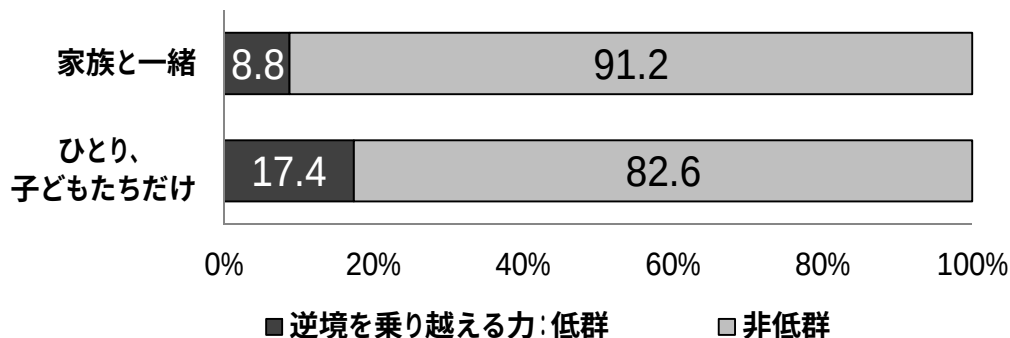


図19 平成27年度 足立区子どもの健康・生活実態調査 夕食の摂取状況の割合



夕食をひとりで、または子どもたちだけで食べる世帯は約4%でした(図19)。

図20 平成27年度 足立区子どもの健康・生活実態調査
夕食の摂取状況と逆境を乗り越える力の比較



夕食をひとりで、または子どもたちだけで食べる世帯の子どもは、家族と一緒に食べる世帯の子どもより、逆境を乗り越える力が低い傾向にありました(図20)。

- ※1 平成28年度 足立区健やかな子どもの育成事業「身体活動量・睡眠習慣・食習慣等調査」
 【調査時期】平成28年5～6月
 【調査対象】区立保育園3園5歳児52人、区立小学校3校4年生195人、
 区立中学校3校2年生222人
- ※2 平成27年度 足立区食習慣調査
 【調査時期】平成27年11月
 【調査対象】20～59歳区民 1,000人(無作為抽出)
- ※3 平成27年度 足立区保育園 ベジタベアンケート 食習慣調査
 【調査時期】平成28年1～2月
 【調査対象】区立保育園7園4歳児137人
- ※4 平成27年度 足立区子どもの健康・生活実態調査
 【調査時期】平成27年7月(先行調査6校)、平成27年11月(本格調査63校)
 【調査対象】区立小学校1年生5,355人

※1～3…簡易式自記式食事歴法質問票(BDHQ)を用いた調査

第3章 食をめぐる課題の解決にむけて

1 課題解決のための「あだち 食のスタンダード」

食習慣は、乳幼児期からの積み重ねにより形成されます。

しかしながら当区では、第2章で示したように

- ① 朝食の欠食、野菜摂取量の不足、ベジ・ファーストの未浸透など、望ましい食習慣が定着していない
- ② 食塩、菓子・甘味飲料の過剰摂取などが、糖尿病をはじめとした生活習慣病につながっている
- ③ 料理をしない家庭が増え、食育機能が低下している

という課題が明らかになっています。

これらの課題を解決するため、まず、子どもたちへの取り組みを重点的に行い、ひいては足立区民全体の食を通した健康づくりの実現をめざします。

そのため、中学校卒業時まで、足立区のすべての子どもたちに身につけてほしい、健康に生き抜くための実践力を「あだち 食のスタンダード」と定め、その定着を図ります。

特に当区では家庭での食育力の低下が見受けられるため、それを補う意味からも保育園、学校、地域などで、健康に生き抜くために必要な実践力が身につくよう、食育を強力に推し進めることが重要です。

課題解決のために

「あだち 食のスタンダード」

中学卒業時まで身につけたい、健康に生き抜くための実践力

- ① 1日3食野菜を食べるなど、望ましい食習慣を身につける
食に対する関心や意欲があり、野菜を食べる、野菜から食べる、朝食を毎日食べるなどの健康的な食習慣が身についている
- ② 栄養バランスの良い食事を選択できる
野菜を含む栄養バランスの良い組み合わせを選択できる
- ③ 簡単な料理を作ることができる
ごはんが炊ける、インスタントに頼らずみそ汁が作れる、目玉焼き程度のフライパン料理ができる



2 「あだち 食のスタンダード」に沿った主な事業（全事業は第5章 P28を参照）

食をめぐる課題解決のため、中学生までの「あだち 食のスタンダード」の定着に重点をおいた事業を展開するとともに、子どもの保護者、次世代を担う若い世代など、どの年代の区民に対しても、「あだち 食のスタンダード」に沿った、切れ目のない事業を実施していきます。

その中で、小・中学校における「おいしい給食推進事業」では、例えば本物のだしの味をおいしいと感じることのできるような正しい味覚を育て、自然の恵みや料理を作ってくれる人への感謝の気持ちを育むことができる「給食」、「給食の時間」を提供していきます。これにより、食に対する関心や意欲を高め、その結果として残菜の低下につなげていくことで、残菜率が高い学校と低い学校の二極化を解消していきます。

（1）1日3食野菜を食べるなど、望ましい食習慣を身につける

健康に生きていくためには、栄養バランスの整った食事を取り、からだに必要な栄養素を過不足なく摂取することが重要です。食事が健康に与える影響を理解し、望ましい食習慣を身につけるために、特に以下の3点を推進します。

- ① 朝食を食べる、1日3食野菜を食べる、野菜から食べる重要性を啓発する。
- ② 生活や食事のリズムを整えることで食欲がわき、食べることが楽しい、おいしいと感じる味覚を通じて「食べる意欲」を育てる。
- ③ 日本の食文化の継承や、野菜の栽培などを通して、食に関心を持ち、食べ物やそれらを作る人に感謝する気持ちを育む。

◆主な事業 【全事業の詳細⇒第5章（P28）】

※内の番号は、第5章 事業一覧表の事業番号を示す

【中学生までの事業】

・「ひと口目は野菜から」事業

＜保育・幼稚園児・小・中学生対象＞ No.(1)－5 おいしい給食事業

区立保育園で行っている「ひと口目は野菜から」の声かけを、私立園、小・中学校にも拡大します。啓発用リーフレットを作成し、全児童・生徒等に配付して積極的に普及啓発を行います。

・8（歯ち）がつく日はかむカムデー

＜保育園児・小・中学生対象＞ No.(1)－7

毎月、8日・18日・28日を「かむカムデー」として、よく噛んで食べることの普及啓発を行います。

・野菜の日＜保育園児・小・中学生対象＞ No.(1)－8 おいしい給食事業

毎月、区立保育園、小・中学校ごとに「野菜の日」を実施します。給食で旬の野菜のおいしさを味わうとともに、給食だより等で家庭用レシピを提供し、家庭への発信も行います。

- ・もりもり給食ウィーク<小・中学生対象> No.(1)-10 おいしい給食事業
6月の食育週間、1月の給食週間に「食べる時間の確保」、「食育指導」の取り組みを全小・中学校で実施します。
- ・小松菜給食の日<小・中学生対象> No.(1)-11 おいしい給食事業
JA東京スマイル農業協同組合事業の一環として、足立区産の小松菜を提供いただき、全小・中学校で「小松菜給食」を実施します。
- ・野菜の摂取量に関するポスター作成
 <小・中学生対象> No.(1)-12 おいしい給食事業
1日の野菜摂取量の推奨はどのくらいか、一目でわかるポスターを全小・中学校に掲示し、常に子どもたちが目にすることで、必要量を視覚的に覚えることができるようにします。
- ・栄養士の指導・研修<小・中学校対象> No.(1)-14 おいしい給食事業
新任や若手栄養士を中心に、学務課栄養士の巡回指導や育成担当栄養士の個別指導等により指導育成を行っていきます。また、より実践的な研修や他校への視察、調理業者との意見交換会等を開催して、栄養士のスキルアップを図っていきます。
- ・おいしい給食レシピ集の改定
 <小・中学校対象> No.(1)-17 おいしい給食事業
野菜をしっかり摂取することができる献立をさらに追加して、学校給食で活用するとともに、保護者にも情報提供していきます。

【保護者・区民向け事業】

- ・妊娠期から就学前までの栄養教室<父母等対象> No.(1)-1,2,6,22
保健センターで実施する、妊婦とパートナー対象栄養教室、離乳食から幼児食への移行期の食事の進め方の教室、幼稚園や保育園で実施する、母親だけにこだわらない保護者対象栄養教室などで、野菜摂取の必要性や朝食に野菜を食べることの効果等を伝え、合わせて包丁を使わずにできる朝食向けの野菜レシピなどを紹介します。
- ・食育サポーター育成事業・食育サポーターによる食育啓発事業
 <全世代対象> No.(1)-23,24
食の大切さを伝えるボランティアを育成します。育成後、地域で開催する食育体験教室や健康教室等で活動し、「手ばかり栄養法」や「食育クイズ」などを用いて、食事の適量や、朝食・野菜摂取の大切さを啓発します。

・健康づくり推進員事業＜全世代対象＞ **No.(1)－25**

区民の健康課題や健康づくりに関する情報を学び、その内容を地域の活動を通じて区民に広めます。「あだちベジタベライフ～そうだ、野菜を食べよう」運動として、「野菜から食べよう」の声かけ、あだちベジタベライフ協力店の募集の協力や利用、野菜から食べる効果の普及を進めます。

・あだちベジタベライフ事業＜全世代対象＞ **全事業**

野菜を食べること、野菜から食べること、野菜をよく噛んで食べることを推進し、野菜を食べる環境づくりを進めます。

(2) 栄養バランスの良い食事を選択できる

食の多様化が進み、中食^{※1}や外食の利用が一般的になる中、エネルギー・脂質・塩分・糖分等の過剰摂取や、ビタミン・ミネラルの不足などを防ぐために、どのような商品やメニューを選択すればよいかを理解する必要があります。

小売店・スーパー・コンビニエンスストアなどで惣菜等を購入するとき、あるいは、外食をするときなどに、好きなものや価格のみで判断するのではなく、野菜を含むバランスの良い食事の組み合わせを選べるようになることが大切です。特に、次の2点を推進していきます。

- ① 栄養バランスの基本を年齢に合わせて分かりやすく伝え、具体的な食材や料理の組み合わせ、適正量などを啓発する。
- ② 小・中学校での家庭科の授業を通じて、全ての子どもたちが、中食^{※1}購入や外食の際、栄養バランスの良い組み合わせやメニューを選択できる力をしっかり身につけられるように取り組む。

(※1 中食…惣菜や弁当などを購入し自宅で食べること)

◆主な事業 【全事業の詳細⇒第5章（P32）】

※内の番号は、第5章 事業一覧表の事業番号を示す

【中学生までの事業】

- ・家庭科指導案作成「足立ベーシック献立作成・調理実習学習指導案」

＜小・中学生対象＞ No.(2)－1 おいしい給食事業

小・中学校の授業において、栄養知識・献立作成と調理実習の基礎的な指導案を作成し、全校で一定レベル以上の学習指導が実施されるようにします。

- ・惣菜活用塾＜居場所を兼ねた学習支援事業利用の中学生対象＞ No.(2)－2

居場所を兼ねた学習支援事業を利用する中学生に対し、身近な小売店、スーパー、コンビニエンスストアを活用して、子ども自らが、野菜を含む安価で栄養バランスのとれた食を選択する力をつけるため、保健所栄養士による学習を行います。

【保護者・区民向け事業】

- ・ハイリスク家庭・ひとり親家庭への食支援＜保護者対象＞ No.(2)－3

保健所栄養士が、保健師、ケースワーカー等と連携し、食支援が必要な家庭へのレシピ提供や訪問支援等を行います。

- ・あだちベジタベライフ協力店＜全世代対象＞ No.(2)－4

地域の飲食店、スーパー、小売店で、野菜の惣菜を積極的に販売したり、野菜たっぷりメニューやベジ・ファーストメニュー、ベジタベモーニングメニューを提供し、区民が野菜を含むメニューを選択できるよう、環境の充実を図ります。

(3) 簡単な料理を作ることができる

これまで、料理の方法、食に関する知識などは、基本的には家庭で伝承されていくものでしたが、家庭での食育機能の低下により難しくなっています。

そこで、保育園、学校、地域の様々な取り組みを通じて、すべての子どもたちが、中学校卒業時までには最低3品程度、野菜を含むバランスの良い簡単な料理が作れる技術を身につけられるよう、環境づくりを進めます。特に、次の2点を重点的に取り組みます。

- ① 健康に生き抜くために身につけたい料理の基本的な技術（ごはんが炊ける、インスタントに頼らずみそ汁が作れる、目玉焼き程度のフライパン料理ができる）を培う。
- ② 単に料理を作ることにとどまらず、家族や友人と食事をする「共食」の視点も加えることで、食事のマナーを身につけ、協調性や社会性を育む。

◆主な事業 【全事業の詳細⇒第5章（P33）】

※内の番号は、第5章 事業一覧表の事業番号を示す

【中学生までの事業】

・野菜の調理体験＜保育・幼稚園児対象＞ No.(3)－1

すべての保育園・幼稚園で、ある一定水準の調理体験を園児が経験できるよう事業を推進します。

・学童保育室での料理教室・おやつ講座＜学童保育の小学生対象＞ No.(3)－3

学童保育の児童を対象に、子どもが自分で料理を作る第一歩の経験として、料理の基本を保健所栄養士から学べる調理体験教室を実施します。同時に、望ましいおやつについても学びます。直営及び住区センターの全学童保育室において3年計画で実施します。

・長期休み期間の課題「わが家のシェフになろう！」

＜小・中学生対象＞ No.(3)－7 おいしい給食事業

全小・中学校の家庭科授業で事前に献立作成を学んだ後、長期休み期間中を活用して、子どもたちが自宅で調理を行うことで、調理の実践力を身につけます。

・給食メニューコンクール＜小・中学生対象＞ No.(3)－8 おいしい給食事業

児童・生徒が給食の献立作りのポイントを考慮しながら、メニューを家庭やグループで考えて、その作品を応募してもらうことで「食」の重要性や「給食」への食べる意欲を高めます。また、受賞作品の中から小・中それぞれ1作品を全小・中学校の給食として提供します。

【保護者・区民向け事業】

・包丁いらずの朝ベジ料理教室＜高校生対象＞ No.(3)－16

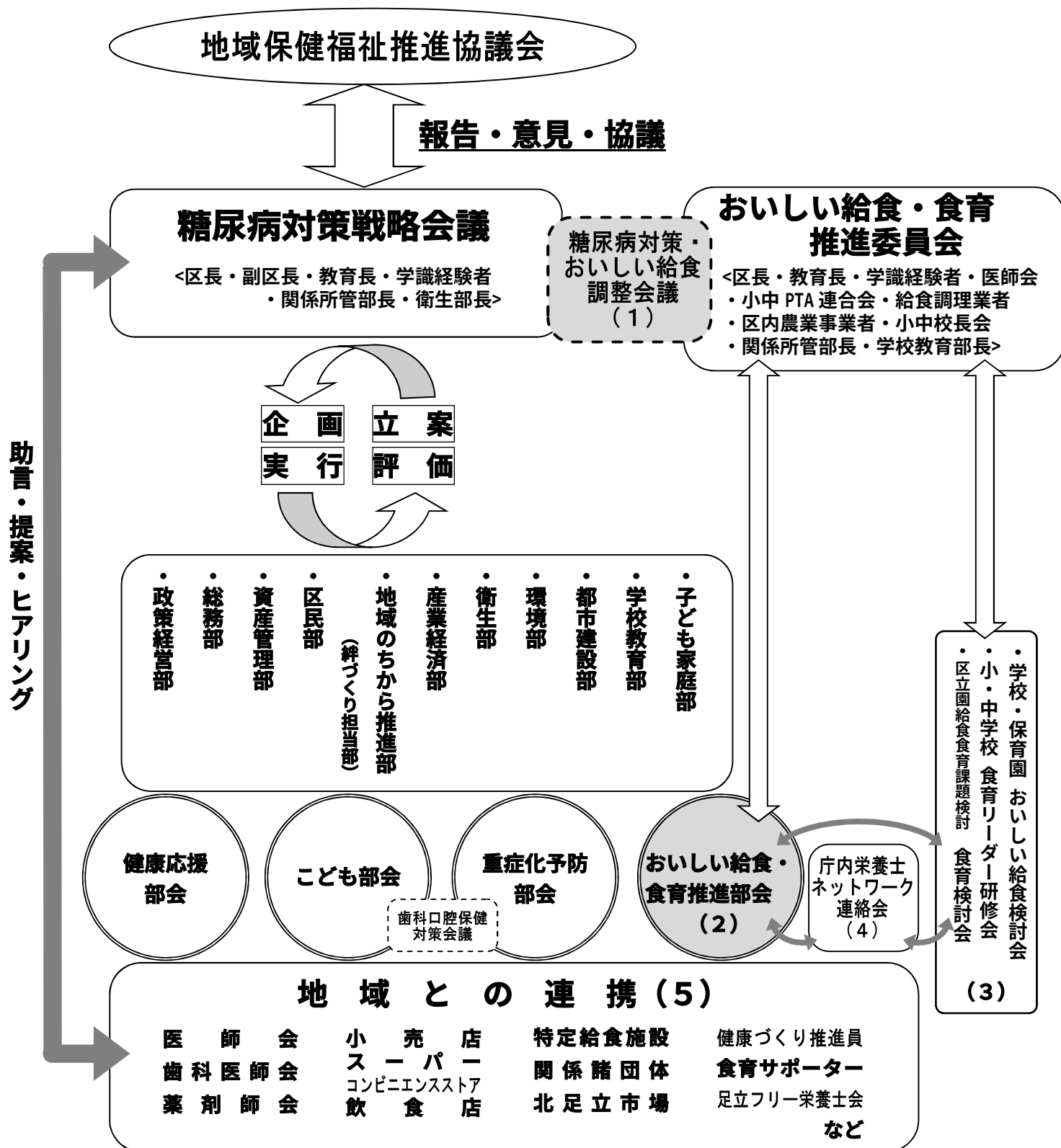
都立高校の家庭科授業等に保健所栄養士が出張し、栄養バランスを考えた食品の選び方や、包丁を使わずにできる簡単料理の教室を実施します。

・簡単野菜レシピ啓発＜全世代対象＞ No.(3)－17

調理の知識がない人や多忙な人でも、簡単に作れる野菜レシピを作成し、ホームページ、A-メール、クックパッド、レシピカード等、様々な方法で発信します。

第4章 食育推進体制

足立区糖尿病対策アクションプラン「おいしい給食・食育対策編」に基づく各事業は、次の体制により推進していきます。



※おいしい給食・食育推進部会名簿は資料2 (P 40) 参照

- (1) 「糖尿病対策・おいしい給食調整会議」(年1回程度)の開催
 - ① 庁内関係部署と進捗状況の確認、課題・情報の共有
 - ② 「糖尿病対策戦略会議」「おいしい給食・食育推進委員会」と課題共有
- (2) 「おいしい給食・食育推進部会」(年2回程度)および、その担当者部会として「おいしい給食・食育担当者部会」(年5回程度)の開催
 - ① 「あだち 食のスタンダード」レシピを作成し、学校、地域の料理教室等で共通のレシピを活用
 - ② 食育月間など、おいしい給食・食育に関わるイベント等の実施と検討
 - ③ おいしい給食・食育学習会を実施し、関係者と最新情報を共有
- (3) 「おいしい給食検討会」(毎月)、「食育リーダー研修会」(年3回)、「食育検討会」(毎月)の開催
 - ① おいしい給食・食育推進部会および担当者部会での情報を共有
 - ② 食育リーダー研修会を年3回実施し、各校での食育を推進
- (4) 「庁内栄養士ネットワーク連絡会」(隔月)の開催
 - ① 学校教育部、子ども家庭部、衛生部栄養士の情報、現状、課題の共有、課題解決の事業内容等の検討
 - ② 保育園、学校栄養士への情報共有、実施方法の伝達、進捗状況の確認
- (5) あだちベジタベライフ協力店、特定給食施設、足立フリー栄養士会、食育サポーター等ボランティアなど、さまざまな地域団体に、各会議・打合せの機会を通して連携

第5章 事業一覧表

 (太枠) … 平成29年度新規事業

(1) 1日3食野菜を食べるなど、望ましい食習慣を身につける

No.	事業名	目的・具体的内容	対象者	実施頻度 実施回数	活動目標 H29	活動目標 H30	活動目標 H31	活動目標 H32	活動目標 H33	活動目標 H34	成果指標 (事項・データ・対象 等)	成果指標 現状	成果指標 目標値 (H34)	新規・ 継続	担当部署
(1) 1	にこにこ離乳食	離乳食の進め方の教室の中で、乳児期からいろいろな食べ物の味を体験することの重要性を伝える。 また、栄養バランスや野菜摂取、朝食に野菜を食べる（以下、朝ベジ）効果、薄味の大切さ等も伝え、家族全体の食習慣を見直すきっかけづくりを行う。	7.8か月児の 保護者	60回 1,130人 受講率 20%	60回 1,300人 受講率 23%	60回 1,400人 受講率 24%	60回 1,500人 受講率 26%	60回 1,500人 受講率 26%	60回 1,500人 受講率 26%	60回 1,500人 受講率 26%	事項：朝食に野菜を食べている割合 データ：1歳6か月健診	49.2%	55%	継続	保健所保健栄養
(1) 2	1歳ごろの栄養教室	離乳食から幼児食への移行期の食事の進め方の教室の中で、栄養バランスや野菜摂取、薄味、共食の重要性を伝える。 また、朝ベジの効果を伝え、忙しい朝でも簡単に作ることができる野菜レシピやアイデアを紹介する。	1歳前後の 子を持つ保 護者	20回 330人 受講率 6%	28回 500人 受講率 9%	28回 520人 受講率 9%	28回 540人 受講率 9%	28回 560人 受講率 10%	28回 580人 受講率 10%	28回 580人 受講率 10%	事項：朝食に野菜を食べている割合 データ：1歳6か月健診	49.2%	55%	拡充	保健所保健栄養
(1) 3	母子健診での集団 指導及び個別指導	乳児健診、1.6歳児歯科健診、3歳児健診等での集団指導において、望ましい食習慣のポイントや朝ベジの効果、簡単朝食向け野菜レシピを伝える。また、食支援が必要な母子には個別指導を行う。	乳児健診 1.6歳歯科健 診 3歳児健診 の受診保護者	169回98% 112回98% 115回94%	169回98% 112回98% 115回94%	169回98% 112回98% 115回94%	169回98% 112回98% 115回94%	169回98% 112回98% 115回94%	169回98% 112回98% 115回94%	169回98% 112回98% 115回94%	事項：朝食に野菜を食べている割合 データ：①1歳6か月健診 ②3歳児健診	①49.2% ②34.5%	①55% ②50%	継続	保健所保健栄養
(1) 4	生活リズム推進事業「早寝・早起 き・朝ごはん」	子どもの健やかな成長に欠かせない「基本的な生活リズム」を身につける。保育園等での生活リズムカレンダーの取り組み、パンフレットやポスターなどによる啓発活動を行う。 ①「生活リズムカレンダー」 ②「パンフレット」 ③「ポスター」	①保育園、幼稚園等（143団体）の4・5歳児 ②保育園等や保健センター（179団体）に配布。保護者、区民向け ③保育園等や区内公共施設、小中学校（379カ所）に配布。児童、保護者、区民向け。	生活リズムカレンダーの取り組み 4・5歳児在籍園 143/175園（81.7%） 〔区立保育園39/39園（100%） 認証保育所14/15園（93.3%） 私立幼稚園36/53園（67.9%） 私立保育園54/68園（79.4%）〕	生活リズムカレンダーの取り組み 4・5歳児在籍園 175/175園（100%）	生活リズムカレンダーの取り組み 4・5歳児在籍園 175/175園（100%）	生活リズムカレンダーの取り組み 4・5歳児在籍園 175/175園（100%）	生活リズムカレンダーの取り組み 4・5歳児在籍園 175/175園（100%）	生活リズムカレンダーの取り組み 4・5歳児在籍園 175/175園（100%）	生活リズムカレンダーの取り組み 4・5歳児在籍園 175/175園（100%）	事項：早寝・早起き・朝ごはんカレンダーの取り組み園数 データ：カレンダー配付園数 対象：区立保育園・認定こども園の4・5歳児、私立保育園、私立幼稚園、認証保育所の4・5歳児	143/175園（81.7%） 〔区立保育園39/39園（100%） 認証保育所14/15園（93.3%） 私立幼稚園36/53園（67.9%） 私立保育園54/68園（79.4%）〕	175/175園（100%） 〔区立保育園39/39園（100%） 認証保育所15/15園（100%） 私立幼稚園53/53園（100%） 私立保育園68/68園（100%）〕	継続	子ども政策課
(1) 5	おいしい給食 「ひと口目は野菜から」事業	区立保育園で行っている「ひと口目は野菜から」の声かけを私立園、幼稚園、小・中学校にも拡大する。 ひと口目に野菜から食べることが習慣化することで、体に良い食習慣が自然と身につき、食を選択する力を培うことができる。また、糖尿病をはじめとした生活習慣病ひいては認知症の予防にもつながる。	保育・幼稚園児 小学生 中学生	通年実施	（保育園）普及啓発事業（園長会・栄養士会）年2回220人（学校）小・中学校全校での普及啓発 105校	（保育・幼稚園）普及啓発事業（園長会・栄養士会）年2回324人（学校）小・中学校全校での普及啓発 105校	（保育・幼稚園）普及啓発事業（園長会・栄養士会）年2回324人（学校）小・中学校全校での普及啓発 105校	（保育・幼稚園）普及啓発事業（園長会・栄養士会）年2回324人（学校）小・中学校全校での普及啓発 105校	（保育・幼稚園）普及啓発事業（園長会・栄養士会）年2回324人（学校）小・中学校全校での普及啓発 105校	（保育・幼稚園）普及啓発事業（園長会・栄養士会）年2回324人（学校）小・中学校全校での普及啓発 105校	①事項：「食事のときに一番はじめに野菜から食べる子どもの割合」 データ：食育・おいしい給食アンケート及び子どもの健康・生活実態調査 対象：保育・幼稚園児、中学2年 ②事項：「給食のときに一番はじめに野菜から食べる子どもの割合」 データ：おいしい給食アンケート 対象：小学6年、中学2年	①区立園児（36%） 区立園保護者（66%） 中学2年（－） ②小学6年及び中学2年（－）	①保育・幼稚園児（90%） 中学2年（90%） ②小学6年（90%） 中学2年（90%）	拡充	子ども施設運営課 学務課
(1) 6	幼稚園等保護者向け栄養教室	幼稚園や保育園、ひとり親の保護者を対象に、野菜摂取の必要性、ベジ・ファーストや朝ベジの効果、栄養バランス、薄味の大切さ等を伝える。また、家庭での実践につながるよう、簡単朝食向け野菜レシピのデモンストレーションや試食を行う。	幼稚園、保育園、豆の木サロン等の保護者	年間20回 程度 616人	20回程度 700人	20回程度 700人	20回程度 700人	20回程度 700人	20回程度 700人	20回程度 700人	事項：①朝食に野菜を食べる割合 ②食事を野菜から食べる割合 データ：事前事後アンケートの比較	①36.1% ②64.2%	①50% ②75%	継続	保健所保健栄養

No.	事業名	目的・具体的内容	対象者	実施頻度 実施回数	活動目標 H29	活動目標 H30	活動目標 H31	活動目標 H32	活動目標 H33	活動目標 H34	成果指標 (事項・データ・対象 等)	成果指標 現状	成果指標 目標値 (H34)	新規・ 継続	担当部署
(1) 7	8（歯ち）がつく日はかむカムデー	毎月8（歯ち）がつく日(8日・18日・28日)は、「かむカムデー」として、根菜類・豆類・小魚等のよく噛む食材を用いて、噛むことを意識できる献立を取り入れる。また、給食時によく噛んで食べるように声かけや説明を行い、噛むことの効果・咀嚼について指導する。	保育園児 小学生 中学生	通年実施	全園・全校実施	全園・全校実施	全園・全校実施	全園・全校実施	全園・全校実施	全園・全校実施	事項：かむカムデー等、よく噛んで食べる習慣づくりに取り組む小・中学校の割合 データ：学校歯科保健の取り組みに関する調査 対象：小・中学校	(H27) 全小・中学校実施割合46%	全小・中学校実施割合100%	継続	子ども施設運営課 学務課 こことからだの健康づくり課 保健所歯科保健
(1) 8	おいしい給食 野菜の日	毎月、区立保育園、小・中学校ごとに「野菜の日」を実施する。給食で旬の野菜のおいしさを味わうとともに、給食だより等で家庭用レシピを提供し、家庭への発信も行う。	保育園児 小学生 中学生	毎月実施	全園・全校毎月実施	全園・全校毎月実施	全園・全校毎月実施	全園・全校毎月実施	全園・全校毎月実施	全園・全校毎月実施	①事項：「野菜の日レシピを家庭で参考・活用したことがある人の割合」 データ：保育園食育アンケート 対象：保育園保護者 ②事項：「給食のときに一番はじめに野菜から食べる子どもの割合」 データ：おいしい給食アンケート 対象：小学6年、中学2年	① 保育園保護者（一） ② 小学6年及び中学2年（一）	① 保育園保護者（50%） ② 小学6年（90%） 中学2年（90%）	継続	子ども施設運営課 学務課
(1) 9	かむカム体験学習	よく噛んで食べる大切さを体験を通して学ぶ。 （1）噛むカム教室：クイズやよく噛む体験等の教室 （2）かむカム体験学習：よく噛む効果等の学習や、児童の委員会活動支援等 （3）かむカム給食体験：給食時によく噛んで食べる学習ができるよう、噛む回数計等の貸し出しを実施。（新規）	小学生等	依頼実施	10回	10回	12回	12回	15回	15回	事項：参加した子どものうち、よく噛んで食べる子どもの割合 対象：小学生（高学年） ※糖尿病対策アクションプラン「歯科口腔保健対策編」（指標）	59.8% ※参考値 (H21東京都)	80% ※歯科口腔保健対策	継続	保健所歯科保健
(1) 10	おいしい給食 もりもり給食ウィーク	6月の食育週間、1月の給食週間に「食べる時間の確保」、「食育指導」の取り組みを全小・中学校で実施する。	小学生 中学生	年2回 (6月、1月)	年2回 (6月、1月) 全校実施	年2回 (6月、1月) 全校実施	年2回 (6月、1月) 全校実施	年2回 (6月、1月) 全校実施	年2回 (6月、1月) 全校実施	年2回 (6月、1月) 全校実施	事項：年間平均残菜率 データ：学校給食残菜率調査 対象：小学校、中学校	小学校 (3.0%) 中学校 (6.6%)	小学校 (2.7%) 中学校 (6.0%)	継続	学務課
(1) 11	おいしい給食 小松菜給食の日	JA東京スマイル農業協同組合事業の一環として、足立区産の小松菜を提供してもらい、全小・中学校で「小松菜給食」を実施する。	小学生 中学生	年1回(11月)	年1回(11月) 全校実施	年1回(11月) 全校実施	年1回(11月) 全校実施	年1回(11月) 全校実施	年1回(11月) 全校実施	年1回(11月) 全校実施	事項：「給食のときに一番はじめに野菜から食べる子どもの割合」 データ：おいしい給食アンケート 対象：小学6年、中学2年	小学6年及び中学2年（一）	小学6年（90%） 中学2年（90%）	継続	学務課
(1) 12	おいしい給食 野菜の摂取量に関するポスター配付、全校での掲示	1日の野菜摂取量の推奨はどのくらいか、一目でわかるポスターを全小・中学校に配付し掲示する。常に子どもたちが目にすることで、必要量を視覚的に覚えることができる。	全小・中学校	通年	作成・全校実施	全校実施	全校実施	全校実施	全校実施	全校実施	事項：1日に必要な野菜摂取量は両手に山盛り3杯程度であると知っている子どもの割合 データ：おいしい給食アンケート 対象：小学6年、中学2年	小学6年及び中学2年（一）	小学6年（100%） 中学2年（100%）	新規	学務課

No.	事業名	目的・具体的内容	対象者	実施頻度 実施回数	活動目標 H29	活動目標 H30	活動目標 H31	活動目標 H32	活動目標 H33	活動目標 H34	成果指標 (事項・データ・対象 等)	成果指標 現状	成果指標 目標値 (H34)	新規・ 継続	担当部署
(1) 13	おいしい給食 食育リーダーを中心とした体制の強化	栄養士以外の教諭を食育リーダーとして指定し、栄養士だけでなく教諭を含めた校内体制を構築することで、学校全体でおいしい給食・食育対策を推進させる。また、食育リーダー研修会を年3回実施する。	全小・中学校	年3回	食育リーダー研修会 年3回 270人	食育リーダー研修会 年3回 270人	食育リーダー研修会 年3回 270人	食育リーダー研修会 年3回 270人	食育リーダー研修会 年3回 270人	食育リーダー研修会 年3回 270人	事項：校内の食育体制の満足度 データ：おいしい給食アンケート (食育リーダー用) 対象：食育リーダー	—	80%	拡充	学務課
(1) 14	おいしい給食 栄養士の指導・研修	新任や若手栄養士を中心に、学務課栄養士の巡回指導や育成担当栄養士の個別指導等により指導育成を行う。また、より実践的な研修や他校への視察、調理業者との意見交換会等を開催して、栄養士のスキルアップを図る。	全小・中学校	若手栄養士向け研修 年1回	若手栄養士向け研修 年1回 20人	若手栄養士向け研修 年1回 20人	若手栄養士向け研修 年1回 20人	若手栄養士向け研修 年1回 20人	若手栄養士向け研修 年1回 20人	若手栄養士向け研修 年1回 20人	事項：給食がおいしいと思う子どもたちの割合 データ：おいしい給食アンケート 対象：小学6年、中学2年	小学6年及び中学2年 (一)	小学6年 (100%) 中学2年 (100%)	継続	学務課
(1) 15	おいしい給食 おいしい給食・食育活動における保護者への情報提供・共有	各校において、おいしい給食・食育活動の取り組みを、保護者会、試食会、学校保健委員会などを通じて、PTA・保護者に説明を行う。	全小・中学校	通年(年1回以上)	年1回以上 保護者向け説明 全校実施	年1回以上 保護者向け説明 全校実施	年1回以上 保護者向け説明 全校実施	年1回以上 保護者向け説明 全校実施	年1回以上 保護者向け説明 全校実施	年1回以上 保護者向け説明 全校実施	事項：足立区の「おいしい給食」について知っているPTA・保護者の割合 データ：おいしい給食アンケート (PTA・保護者用) 対象：PTA・保護者	—	100%	継続	学務課
(1) 16	おいしい給食 おいしい給食指導集の改定	より実践的に活用できるよう現行の指導集を改定し、新たな指導集を作成する。また、あわせて食育リーダー研修会を活用して、実務担当者の育成にも力を注いでいく。	全小・中学校	通年	改定・全校配付	校内の食育指導 全校活用	校内の食育指導 全校活用	校内の食育指導 全校活用	校内の食育指導 全校活用	校内の食育指導 全校活用	事項：食事のときに食べ物を残したもらもないと思う子どもの割合 データ：おいしい給食アンケート 対象：小学6年、中学2年	小学6年及び中学2年 (一)	小学6年 (100%) 中学2年 (100%)	継続	学務課
(1) 17	おいしい給食 おいしい給食レシピ集の改定	野菜をしっかり摂取することができる献立をさらに追加して、学校給食で活用するとともに、積極的に保護者へ情報提供する。	全小・中学校	通年	10食新規掲載	10食新規掲載	10食新規掲載	10食新規掲載	10食新規掲載	10食新規掲載	事項：給食がおいしいと思う子どもたちの割合 データ：おいしい給食アンケート 対象：小学6年、中学2年	小学6年及び中学2年 (一)	小学6年 (100%) 中学2年 (100%)	継続	学務課
(1) 18	おいしい給食 給食残菜計量・算定方法の見直し	現行における残菜の計量方法や残菜率の算定方法など、実務レベルでの意見交換や課題の検討を行い、見直しを実施する。	全小・中学校	通年	検討・見直し	全校実施	全校実施	全校実施	全校実施	全校実施	事項：年間平均残菜率 データ：学校給食残菜率調査 対象：小学校、中学校	小学校 (3.0%) 中学校 (6.6%)	小学校 (2.7%) 中学校 (6.0%)	新規	学務課
(1) 19	おいしい給食 給食調理事業者との意見交換会	学校栄養士と給食調理事業者との連携をさらに図り、相互のスキルアップのために年1回意見交換会を実施する。	学校栄養士 給食調理事業者	年1回	年1回 意見交換会実施	年1回 意見交換会実施	年1回 意見交換会実施	年1回 意見交換会実施	年1回 意見交換会実施	年1回 意見交換会実施	事項：給食を残さず食べている子どもの割合 データ：おいしい給食アンケート 対象：小学6年、中学2年	小学6年 (85%) 中学2年 (87%) ※基礎学力定着に関する総合調査	小学6年 (95%) 中学2年 (95%)	新規	学務課

No.	事業名	目的・具体的内容	対象者	実施頻度 実施回数	活動目標 H29	活動目標 H30	活動目標 H31	活動目標 H32	活動目標 H33	活動目標 H34	成果指標 (事項・データ・対象 等)	成果指標 現状	成果指標 目標値 (H34)	新規・ 継続	担当部署
(1) 20	歯みがき講座	昨年度の利用者に行ったアンケートでは約5人に1人が朝か夜のどちらかに歯みがきが出来ていない。きちんとした生活習慣を身につけさせるため、歯科衛生士を招いて、歯みがきと糖尿病の関連について講義を行う。また、スタッフの呼びかけや、室内にポスターなどを掲示して、継続的な啓発を行う。	居場所を兼ねた学習支援事業利用中の中学生 250名	年4回程度 (各施設1回ずつ)	年4回 各回10名 16%	年4回 (アンケート結果を基に回数増も検討) 各回10名 16%	年4回 (アンケート結果を基に回数増も検討) 各回10名 16%	年4回 (アンケート結果を基に回数増も検討) 各回10名 16%	年4回 (アンケート結果を基に回数増も検討) 各回10名 16%	年4回 (アンケート結果を基に回数増も検討) 各回10名 16%	事項：「朝と夜、歯磨きをしている」(基礎学力定着に関する総合調査と同内容)と回答する子どもの割合 データ：居場所利用中の中学生アンケート 対象：居場所利用中の中学生	中1 85.4% 中2 85.9% 中3 86.4% ※基礎学力定着に関する総合調査	基礎学力定着に関する総合調査以上の結果	新規	くらしとしごとの相談センター
(1) 21	食事ゲーム	職場体験・健診事後指導に来所した中学生に対し、そのまんま料理カードを用いて、栄養バランス・難易度を考えて料理一食分3品を選ぶ学習を行う。また、帰宅後作り方を調べるよう声かけする。	中学生(職場体験)1回 2～3人	年5回程度 12～15人	2回 4～6人	2回 4～6人	2回 4～6人	5回 10～15人	5回 10～15人	5回 10～15人	職業体験来所時にそのまんま料理カードで選んだ料理3種類を、自分で作ってみた中学生の割合	—	50% 5～7人	新規	保健所地域保健
(1) 22	ファミリー学級	妊娠期の食生活のポイント、栄養バランス、食事の適量、朝ベジの重要性などをグループワークを取り入れ具体的に伝える。家族の健康を含めた家庭での望ましい食習慣の基本を啓発する。	妊婦・パートナー	52回 646人	72回 1,500人	72回 1,500人	72回 1,500人	72回 1,500人	72回 1,500人	72回 1,500人	事項：①朝食に野菜を食べる割合 ②食事を選ぶポイントで「栄養バランス」を1番に選ぶ人の割合 データ：教室事前事後アンケート	①34.1% ②65.9%	①40% ②75%	継続	保健所保健栄養
(1) 23	食育サポーター育成事業	食育に関心の高い地域住民を公募し、食に関する基本的な講座を行い、食の大切さを伝えるボランティアを育成する。	全区民	ボランティア登録50人	新規10人 ボランティア登録50人	新規10人 ボランティア登録50人	新規10人 ボランティア登録50人	新規10人 ボランティア登録50人	新規10人 ボランティア登録50人	新規10人 ボランティア登録50人	活動目標	ボランティア登録50人	ボランティア登録50人	継続	保健所保健栄養
(1) 24	食育サポーターによる食育啓発事業	区民ボランティアである食育サポーターが、食育体験教室・健康教室等で、食事の適量や野菜摂取の重要性について、「手ばかり栄養法」や「食育クイズ」などのツールを活用して、区民へ広く啓発する。	全区民	活動回数 34回 3,264人	大人対象 (乳幼児保護者等) 20回 2,000人 子ども対象 (学童等) 30回 900人	大人対象 (乳幼児保護者等) 20回 2,000人 子ども対象 (学童等) 30回 900人	大人対象 (乳幼児保護者等) 20回 2,000人 子ども対象 (学童等) 30回 900人	大人対象 (乳幼児保護者等) 20回 2,000人 子ども対象 (学童等) 30回 900人	大人対象 (乳幼児保護者等) 20回 2,000人 子ども対象 (学童等) 30回 900人	大人対象 (乳幼児保護者等) 20回 2,000人 子ども対象 (学童等) 30回 900人	活動目標	34回 3,264人	大人対象 20回 2,000人 子ども対象 30回 900人 計50回 2,900人	継続	保健所保健栄養
(1) 25	健康づくり推進員事業	区民ボランティアである健康づくり推進員が、区民の健康課題や健康づくりに関する情報を学び、その内容を地域の活動を通じて区民に広める。「あだちベジタベライフ～そうだ、野菜を食べよう」運動を広めるため、「野菜から食べよう」の声かけ、あだちベジタベライフ協力店の募集の協力や利用、野菜から食べる効果の普及等を実施する。	全区民	健康づくり推進員が所属する全住区センターにおいて実施	健康づくり推進員が所属する全住区センターにおいて実施	健康づくり推進員が所属する全住区センターにおいて実施	健康づくり推進員が所属する全住区センターにおいて実施	健康づくり推進員が所属する全住区センターにおいて実施	健康づくり推進員が所属する全住区センターにおいて実施	健康づくり推進員が所属する全住区センターにおいて実施	事項：野菜から食べる区民の割合 データ：区政に関する世論調査	64.7%	80%	継続	こころとからだの健康づくり課 保健所地域保健
(1) 26	食生活講演会	各ライフステージに合わせ、望ましい食習慣のポイントや野菜摂取の必要性等の講演会を実施する。	全区民	実施回数 3回	3回 150人	3回 150人	3回 150人	3回 150人	3回 150人	3回 150人	参加人数	130人 (過去3年間実績)	150人	継続	保健所保健栄養
(1) 27	フードドライブ	家庭で余っている食品を持ち寄り、食に困っている方に提供するフードドライブ活動を実施・啓発することで、食品ロスのうち、未利用のまま捨てられる食品の減量を図る。	全区民	開催場所数4回 食品提供者数194人	10回 400人	12回 540人	14回 700人	16回 770人	18回 1,080人	20回 1,300人	事項：家庭から出される燃やすごみに占める未利用食品の割合 データ：燃やすごみの組成調査(家庭系・事業系)	3.6%	2.0%	新規	ごみ減量推進課

(2) 栄養バランスの良い食事を選択できる

No.	事業名	目的・具体的内容	対象者	実施頻度 実施回数	活動目標 H29	活動目標 H30	活動目標 H31	活動目標 H32	活動目標 H33	活動目標 H34	成果指標 (事項・データ・対象 等)	成果指標 現状	成果指標 目標値 (H34)	新規・ 継続	担当部署
(2) 1	おいしい給食 家庭科指導案作成「足立ベーシック献立作成・調理実習学習指導案」	小・中学校の授業において栄養知識・献立作成と調理実習について、基礎的な指導案を作成し、全校で一定レベル以上の学習指導が実施されるようにする。	若手（経験浅）教員 非常勤講師	通年	作成・モデル校実施	全校実施	全校実施	全校実施・見直し	全校実施	全校実施	事項：栄養バランスのよい食事を選択できる子どもの割合 データ：おいしい給食アンケート 対象：小学6年、中学2年	小学6年及び中学2年（一）	小学6年（90%） 中学2年（90%）	新規	学務課 教育指導課
(2) 2	惣菜活用塾	身近な小売店・スーパー・コンビニを活用して、子ども自らが野菜を含む安価で栄養バランスのよい惣菜を選択し、それを踏まえた上で栄養士による栄養指導を行う。実地またはゲーム方式等で行う。夏季休暇期間中に居場所を兼ねた学習支援施設を利用中の中学生を対象に実施する。	居場所を兼ねた学習支援事業利用中の中学生 250名	年4回程度 （2施設で夏季休暇中に2回、または4施設で夏季休暇期間中に1回）	年4回 各回10名 16%	年4回 各回10名 16%	年4回 各回10名 16%	年4回 各回10名 16%	年4回 各回10名 16%	年4回 各回10名 16%	事項：①「朝食を食べますか」、②「食事のとき何を一番はじめに食べますか」、③「甘いジュースをどのくらい飲みますか」、④「ふだんのお菓子のとり方について」（子どもの健康・生活実態調査【児童用】と同内容）と回答する子どもの割合 データ：居場所利用中の中学生アンケート 対象：居場所利用中の中学生	—	子どもの健康・生活実態調査以上の結果	新規	くらしとしごとの相談センター 保健所保健栄養
(2) 3	ハイリスク家庭・ひとり親家庭への食支援	保健所栄養士が保健師、ケースワーカー等と連携し、食支援が必要な家庭の保護者に対して個別調理指導やレシピ提供、訪問支援等を行う。	ハイリスク家庭	必要に応じ	レシピ作成・配付 個別指導 300件	レシピ作成・配付 個別指導 300件	レシピ作成・配付 個別指導 300件	レシピ作成・配付 個別指導 300件	レシピ作成・配付 個別指導 300件	レシピ作成・配付 個別指導 300件	事項：指導後の改善率（指導した内容が改善した割合） データ：事前事後アンケート	—	100%	新規	保健所保健栄養
(2) 4	あだちベジタベライフ協力店	野菜の販売、野菜たっぷりメニューの提供、ベジ・ファーストメニューの提供等の店舗を登録し、区民がいつでも野菜を食べることができる環境づくりを行う。 また、朝食にも野菜が食べられる環境づくりとして、野菜付のモーニングを提供する店を「ベジタベモーニングの店」として登録する。	全区民	登録店 624店	600店	600店	600店	600店	600店	600店	登録店舗数	登録店 624店	600店	継続	こころとからだの健康づくり課 保健所保健栄養
(2) 5	あだち食の健康応援店	バランスのよい食事を選択できる環境づくりとして、エネルギーをはじめ、塩分・野菜量等の表示を行う店舗や、食に関する情報発信等を行う店舗を登録し、区民へ栄養バランス及び野菜摂取の必要性を啓発する。	全区民	登録店 全121店	新規5店 124店	新規5店 127店	新規5店 130店	新規5店 133店	新規5店 136店	新規5店 140店	登録店舗数	登録店 121店	新規30店舗（累計） 140店	継続	保健所保健栄養
(2) 6	特定給食施設指導	特定多数の人に継続的に食事を提供している施設（保育園、学校、事業所、病院、社会福祉施設等）において、喫食者の健康の維持増進を図るため、健康増進法に基づき、指導・支援を行う。それぞれの施設の特性に応じた栄養管理ができるよう、塩分・野菜量等の適正量等を含めて指導し、あだちベジタベライフの普及啓発も行う。	対象施設： 499施設	個別指導 2,363件	2,300件	2,300件	2,300件	2,300件	2,300件	2,300件	指導後の改善率	60.6%	70%	継続	保健所保健栄養

(3) 簡単な料理を作ることができる(ごはんが炊ける、インスタントに頼らずみそ汁が作れる、目玉焼き程度のフライパン料理ができる)

No.	事業名	目的・具体的内容	対象者	実施頻度 実施回数	活動目標 H29	活動目標 H30	活動目標 H31	活動目標 H32	活動目標 H33	活動目標 H34	成果指標 (事項・データ・対象 等)	成果指標 現状	成果指標 目標値 (H34)	新規・ 継続	担当部署
(3) 1	野菜の調理体験	幼児期の好奇心旺盛な時期に調理体験をすることは、自分で食べるものを作ることができたという自己肯定感を育て、将来的に生きる力につながると考えている。区立保育園では、ホットプレート、ガラス鍋、包丁・まな板等を導入し、調理体験の充実を図っている。私立保育園も様々な取り組みを実施しているが、園により取り組みにバラつきがある。そのバラつきを把握し、すべての保育・幼稚園で一定水準の調理体験を園児が体験できるよう事業を推進する。	保育・幼稚園児	不定期	栽培、収穫及び調理体験を私立保育園、5歳児在園の認証保育所全園実施できるよう推進	全保育施設で実施 幼稚園へのアプローチ	区内5歳児全保育施設・幼稚園で実施	区内5歳児全保育施設・幼稚園で実施	区内5歳児全保育施設・幼稚園で実施	区内5歳児全保育施設・幼稚園で実施	事項：調理体験実施園の拡大 データ：食育月間アンケート等 対象：区内5歳児全保育施設・幼稚園 事項：家庭での園児調理体験実施拡大 データ：ベジタベアンケート等 対象：区内5歳児全保育施設・幼稚園	区立保育園100% 私立保育園85% 幼稚園未実施 区立保育園児32% (小松菜味噌汁)	全保育施設・幼稚園100% 全園児80%	拡充	子ども施設運営課
(3) 2	あだちじまん給食 (クッキングプログラム)	学校栄養職員OGを講師に、足立区学校給食で人気のメニューをプレ給食体験として行う。また、未就学児とその保護者を対象とした親子クッキングプログラムを実施する。なお、献立は毎月変更する。	5～6才とその保護者 各回16名	毎月1回8組計16名 12回計192名	192名 (12回)	288名 (18回)	288名 (18回)	384名 (24回)	384回 (24回)	384名 (24回)	事項：「料理をすることを楽しい」と思ったと回答した子どもの割合 データ：本事業参加者アンケート 対象：未就学幼児とその保護者等	100%	100%	継続	青少年課
(3) 3	学童保育室での料理教室・おやつ講座	子どもの食事作りへの関心を高めるため、調理体験教室を行う。夏休み等に学童保育に通う児童を対象に実施する。	学童保育に通う児童	各学童保育室年1回程度	保健所主体 28回 33%	保健所主体 28回 33% 学童保育室主体 28回 33%	保健所主体 28回 33% 学童保育室主体 56回 67%	学童保育室主体で実施 100%	学童保育室主体で実施 100%	学童保育室主体で実施 100%	事項：料理教室後に、家庭で料理を作った、または作ろうと思っている割合 データ：保護者への事後アンケート	子どもとの料理頻度 「めったにしない」 31% ※参考値 (子どもの健康・生活実態調査)	70%	新規	住区推進課 保健所保健栄養
(3) 4	親子で楽しむ団欒 食作り講座	家庭での食育機能向上および親子のコミュニケーションの充実のため、簡単にできるバランスの取れた食事を一緒に作る講座を実施する。自らの力で料理を楽しく作ることで、心も体も満足できる体験を提供する。 主にひとり親家庭を対象に、夏休み・冬休み等の長期休暇中にエル・ソフィアで実施する。	小学生とその親 各回8組(16名)程度	4回 50名	6回 65名	6回 75名	6回 85名	3年間の実績を勘案して設定	3年間の実績を勘案して設定	3年間の実績を勘案して設定	事項：「今回学んだ料理を家でも自分で作ってみよう」と思ったと回答する参加者の割合 データ：講座参加者へのアンケート	—	90%	継続	区民参画推進課
(3) 5	自分で作って食べる「簡単！自分で料理」	平日の夕方等に、身近にある食材を使用し簡単な料理を自分で作って食べて、片付けまで行う。モデル的に保健所栄養士とギャラクシティが連携してとんがりキッチンで数回実施する。その後はギャラクシティで運営する。	小学校高学年 各回16名	96名 (年6回程度)	64名 (4回モデル事業は保健所と共催)	96名 (6回)	96名 (6回)	96名 (6回)	96名 (6回)	96名 (6回)	事項：「自宅でも自分で料理を作りたい」と思ったと回答した子どもの割合 データ：本事業参加者アンケート 対象：小学4年生から6年生まで	—	100%	新規	青少年課 保健所保健栄養
(3) 6	自分でできる 昼食づくり	給食のない長期学校休業日に自分で、危なくない、包丁を使わない、または、ホットプレートで簡単昼食を作れるよう練習会を実施する。 (鹿浜いきいき館)	小学生 中学生	年4回程度 60人	4回 60人	4回 60人	4回 60人	4回 60人	4回 60人	4回 60人	事項：食に関心を持ち「自分で調理してみよう」と思ったと回答する子どもの割合 データ：参加児童(者)へのアンケート	90%	100%	継続	住区推進課
(3) 7	おいしい給食 長期休み期間の課題「わが家のシェフになろう！」	全小・中学校の家庭科授業で事前に献立作成を学んだ後、長期休み期間中を活用して子どもたちが自宅で調理を行うことで、調理の実践力を身につける。	小学生 中学生	年1回程度	検討・モデル校実施	全校実施	全校実施	全校実施・見直し	全校実施	全校実施	事項：自分一人で、ごはん、みそ汁、目玉焼き程度の朝食を作ることができる子どもの割合 データ：子どもの健康・生活実態調査及びおいしい給食アンケート 対象：小学6年、中学2年	小学6年(一) 中学2年(76.0%)(※H28)	小学6年(80%) 中学2年(100%)	新規	学務課 教育指導課
(3) 8	おいしい給食 給食メニューコンクール	児童・生徒が、給食の献立作りのポイントを考慮しながらメニューを家庭やグループで考えて、その作品を応募してもらうことで、食の重要性や食べる意欲を高める。また、受賞作品の中から小・中それぞれ1作品を全小・中学校の給食として提供する。	小学生 中学生	年1回	応募総数 5,850点	応募総数 5,880点	応募総数 5,900点	応募総数 5,920点	応募総数 5,940点	応募総数 5,950点	事項：栄養バランスのよい食事を選択できる子どもの割合 データ：おいしい給食アンケート 対象：小学6年、中学2年	小学6年及び中学2年(一)	小学6年(90%) 中学2年(90%)	継続	学務課
(3) 9	地域学習センター 食育講座	料理室のあるセンターを中心に、簡単野菜料理を作る料理教室等を実施する。あわせて講座参加者に、区の啓発チラシを配布する。	中学生以下の子どもまたは保護者	年間20回程度	15回 240人	20回 320人	20回 320人	20回 320人	20回 320人	20回 320人	学んだ料理を家でも自分で作ってみようと思った子どもの割合	—	100%	継続	地域文化課

No.	事業名	目的・具体的内容	対象者	実施頻度 実施回数	活動目標 H29	活動目標 H30	活動目標 H31	活動目標 H32	活動目標 H33	活動目標 H34	成果指標 (事項・データ・対象 等)	成果指標 現状	成果指標 目標値 (H34)	新規・ 継続	担当部署
(3) 10	住区deごはん	住区センター内の悠々館利用者と多世代交流を通して、食材を大切にした食事づくりを実施する。	小学生以上	年10回程度 100人	2回 20人	5回 50人	7回 70人	10回 100人	12回 120人	15回 150人	事項：食に関心を持ち「自分で調理してみようと思った」と回答する子どもの割合 データ：参加児童(者)へのアンケート	—	100%	新規	住区推進課
(3) 11	住区de団らん	元気高齢者に呼びかけを行い、夜間の落ち着いた団らんの時間と夕食の場を提供する。	60歳以上	各住区々々々々 月1～2回 1,000人	各住区々々々々 月1～2回 1,000人	各住区々々々々 月1～2回 1,000人	各住区々々々々 月1～2回 1,100人	各住区々々々々 月1～2回 1,100人	各住区々々々々 月1～2回 1,200人	各住区々々々々 月1～2回 1,200人	1年間の参加延べ人数	平成27年度 12,370人 ※1,000人/月	14,800人 (対H27年度 20%増) ※1,200人/月	継続	住区推進課
(3) 12	居場所での子どもによる子ども食堂	施設内で実施される（予定）子ども食堂にて、準備・調理段階から子ども自ら携わる。料理を学ぶだけでなく、段取りや工夫するスキルを身に付けるとともに、大人との関わり方やコミュニケーション力、チームワークの重要性に気付かせる。また、食べた人に美味しいと言われることで思いやりの気持ち（ホスピタリティ）や自尊感情・自己肯定感を高める効果なども期待できる。	居場所を兼ねた学習支援事業利用中の中学生（中部エリアのみ） 90名	年10回程度	年10回 各回10名 111%	年10回 各回10名 111%	年10回 各回10名 111%	年10回 各回10名 111%	年10回 各回10名 111%	年10回 各回10名 111%	事項：①「勉強すれば、自分のふだんの生活や社会に出て役立つ」（基礎学力定着に関する総合調査と同内容）、②「朝食の品数はどれくらいですか」（子どもの健康・生活実態調査【児童用】と同内容）と回答する子どもの割合 データ：居場所利用中の中学生アンケート 対象：居場所利用中の中学生	① 中1 85.4% 中2 85.9% 中3 86.4% H27基礎学力定着に関する総合調査(参考値) ②—	参加した子どものうち ①基礎学力定着に関する総合調査以上の結果 ②子どもの健康・生活実態調査以上の結果	新規	くらしとしごとの相談センター
(3) 13	居場所での子どもごはん教室	子どもが簡単な食事を自分でつくることができるよう、ごはん教室を実施。夏季休暇期間中に「居場所を兼ねた学習支援」施設を利用中の中学生または保護者を対象に実施する。 併せて保護者にAメールの登録も促し、配信中の「おすすめレシピ」の紹介も行う。	居場所を兼ねた学習支援事業利用中の中学生及び保護者 250名	年4回程度 (2施設 夏季休暇中に2回ずつ、または4施設で1回ずつ)	年4回 各回10名 16%	年4回 各回10名 16%	年4回 各回10名 16%	年4回 各回10名 16%	年4回 各回10名 16%	年4回 各回10名 16%	事項：①「勉強すれば、自分のふだんの生活や社会に出て役立つ」（基礎学力定着に関する総合調査と同内容）、②「朝食の品数はどれくらいですか」（子どもの健康・生活実態調査【児童用】と同内容）と回答する子どもの割合 データ：居場所利用中の中学生アンケート 対象：居場所利用中の中学生	① 中1 85.4% 中2 85.9% 中3 86.4% H27基礎学力定着に関する総合調査(参考値) ②—	参加した子どものうち ①基礎学力定着に関する総合調査以上の結果 ②子どもの健康・生活実態調査以上の結果	新規	くらしとしごとの相談センター 保健所保健栄養
(3) 14	子どもの共食の場提供	NPOが実施する子ども食堂や、居場所を兼ねた学習支援施設で、子どもが家庭以外の場でも安心して誰かと食事ができる機会をつくる。	幼児～高校生とその保護者	子どもへの食の提供事業を実施する団体数(NPO活動支援センター登録団体) 3団体 (13回)	子どもへの食の提供事業を実施するNPO活動支援センター登録団体数 3団体	子どもへの食の提供事業を実施するNPO活動支援センター登録団体数 5団体	子どもへの食の提供事業を実施するNPO活動支援センター登録団体数 7団体	子どもへの食の提供事業を実施するNPO活動支援センター登録団体数 9団体	子どもへの食の提供事業を実施するNPO活動支援センター登録団体数 11団体	子どもへの食の提供事業を実施するNPO活動支援センター登録団体数 13団体	子どもへの食の提供事業を実施するNPO活動支援センター登録団体数	子どもへの食の提供事業を実施するNPO活動支援センター登録団体数 3団体	子どもへの食の提供事業を実施するNPO活動支援センター登録団体数 13団体	継続	区民参画推進課
			中学生	H27 居場所での食事提供回数 20回	居場所での食事提供回数 1,100回	居場所での食事提供回数 1,100回	居場所での食事提供回数 1,100回	居場所での食事提供回数 1,100回	居場所での食事提供回数 1,100回	居場所での食事提供回数 1,100回	居場所での食事提供回数	居場所での食事提供回数 20回	居場所での食事提供回数 1,100回	継続	くらしとしごとの相談センター
(3) 15	母子寮・児童養護施設等での料理教室	寮を出た後、食生活も自立できるよう、栄養バランスを考えた食品の選び方、簡単にできる料理等の教室を実施する。	施設入居者	年2回程度	年2回程度 15人	年4回程度 30人	年4回程度 30人	年4回程度 30人	年4回程度 30人	年4回程度 30人	事項：教室後の改善率(指導した内容が改善した割合) データ：事前・事後アンケート	—	100%	新規	保健所保健栄養
(3) 16	高校生向け包丁いらずの朝ベジ料理教室	家庭科の授業等で、コンビニ等での栄養バランスのよい食事の選び方、野菜を使った簡単な朝ベジ料理の実習やデモンストレーション等、体験を交えた教室を実施する。	高校生	8校 (都立9校中) 1,716人	9校(都立全校) 家庭科授業等で実施 1,900人	9校(都立全校) 家庭科授業等で実施 1,900人	9校(都立全校) 家庭科授業等で実施 1,900人	9校(都立全校) 家庭科授業等で実施 1,900人	9校(都立全校) 家庭科授業等で実施 1,900人	9校(都立全校) 家庭科授業等で実施 1,900人	事項：栄養バランスを考えて食事を選ぶ データ：高校生向け教室時アンケート	26.4% (※H28)	50%	継続	保健所保健栄養
(3) 17	簡単野菜レシピ啓発	調理の知識がなくても、多忙でも、手軽に簡単に野菜が食べられるレシピを作成し、ホームページ、Aメール、クックパッド、レシピカード等様々な方法で周知する。	全区民	年54品	年48品 (1品/週)	年48品 (1品/週)	年48品 (1品/週)	年48品 (1品/週)	年48品 (1品/週)	年48品 (1品/週)	活動目標	年54品	年48品	継続	こころとからだの健康づくり課 保健所保健栄養

「足立区糖尿病対策アクションプラン おいしい給食・食育対策編」 主な事業一覧図

平成29年度新規事業

1日3食野菜を食べるなど、望ましい食習慣を身につける

栄養バランスの良い食事を選択できる

簡単な料理を作ることができる

あだち 食のスタンダードの定着

あだち 食のスタンダードの継続

		乳児	幼児	小学生	中学生	青年期	若年期	壮年期・高齢期
おいしい給食	保育園・幼稚園・学校		生活リズム推進事業「早寝・早起き・朝ごはん」					
			「ひと口目は野菜から」事業					
			野菜の日・小松菜給食の日・もりもり給食ウィーク					
			野菜の調理体験	長期休み期間の課題「わが家のシェフになろう」				
食育	保健所・学童・ギャラクシティ・地域学習センター・男女参画・学習支援の場など			野菜摂取量に関するポスター作成				
				家庭科指導案作成				
				給食メニューコンクール				
			8(歯ち)がつく日はかむカムデー・かむカム体験学習					
		にこにこ離乳食<保護者>	1歳ごろの栄養教室<保護者>	自分でできる屋食づくり		高校生包丁いらずの朝ベジ料理教室	幼稚園等保護者向け栄養教室	
			あだちじまん給食(クッキングプログラム)<親子>	学童料理教室おやつ講座	歯みがき講座		ファミリー学級	
				親子で楽しむ団欒食作り講座	食事ゲーム		【再掲】親子で楽しむ団欒食作り講座	
		母子健診での集団指導・個別指導<保護者>			惣菜活用塾		【再掲】居場所での子どもごはん教室	
				居場所での子どもごはん教室				
				居場所での子どもによる子ども食堂		母子寮・児童養護施設等料理教室		住区de 団らん
					住区de ごはん			
				「簡単！自分で料理」教室				
				ハイリスク家庭・ひとり親家庭への食支援				
					地域学習センター食育講座			
					食生活講演会			
					あだちベジタライフ協力店・あだち食の健康応援店事業			
					Aメール・ホームページ・クックパッド・SNSを活用した簡単野菜レシピの普及			
					食育サポーター育成事業・食育サポーターによる食育啓発事業 健康づくり推進員事業			
					特定給食施設指導			
					フードドライブ			
連携				庁内関係部署・関係機関 連携強化				

第6章 今後の成果指標

「あだち 食のスタンダード」に対する指標、及び第2章で示した課題に対する指標を設定します。各事業の成果指標の達成度もふまえ、本計画の評価を行います。

1 「あだち 食のスタンダード（簡単な料理を作ることができる）」に対する指標

- ・ごはんが炊ける
- ・インスタントに頼らずみそ汁が作れる
- ・目玉焼き程度のフライパン料理ができる

成果指標	現状（H28）	目標（H34）
自分一人で、ごはん・みそ汁・目玉焼き程度の朝食を作ることができる子どもの割合 中学2年 (子どもの健康・生活実態調査)	76.0% (できる 44.0%、 まあできる 32.0%)	100%

2 課題に対する指標

(1) 1日3食野菜を食べるなど、望ましい食習慣を身につける

＜食に対する関心や意欲があり、野菜を食べる、野菜から食べる、朝食を毎日食べるなどの健康的な食習慣が身についている＞

成果指標	現状（H27）	目標（H34）
○朝食を毎日食べる人の割合		
小学1年（東京都統一体力テストにおける足立区の生活・運動習慣等調査）	94.5%	100%
小学6年（ ” ）	88.1%	100%
中学3年（ ” ）	81.4%	100%
20歳以上（足立区政に関する世論調査）	68.3%	85%
○推定野菜摂取量 20～59歳（足立区食習慣調査）※1	233g	300g
○毎食野菜を食べる人の割合		
3歳（3歳児健康診査）	26.6%	45%
小学1年（子どもの健康・生活実態調査 毎日、朝食・夕食で野菜料理を食べる割合）	15.3%	50%
中学2年（子どもの健康・生活実態調査）	—	70%
20～59歳（足立区食習慣調査時アンケート）	15.4%	30%
○食事のときに一番はじめに野菜から食べる子どもの割合		
保育園・幼稚園（食育アンケート）	36% (区立保育園のみ)	90%
小学1年（子どもの健康・生活実態調査）	11.5%	90%
中学2年（子どもの健康・生活実態調査）	22.1% (H28)	90%
○給食のときに一番はじめに野菜から食べる子どもの割合		
小学6年（おいしい給食アンケート）	—	90%
中学2年（おいしい給食アンケート）	—	90%

おいしい給食事業

成果指標	現状 (H27)	目標 (H34)
○給食を残さず食べている子どもの割合 小学6年 (おいしい給食アンケート) 中学2年 (おいしい給食アンケート) おいしい給食事業	85% 87% ※足立区基礎学力定着に関する総合調査	95% 95%
○給食がおいしいと思う子どもの割合 小学6年 (おいしい給食アンケート) 中学2年 (おいしい給食アンケート) おいしい給食事業	— —	100% 100%
○一人あたりの給食残菜率 小学生 中学生 おいしい給食事業	3.0% 6.6%	2.7% 6.0%

(2) 栄養バランスの良い食事を選択できる

＜野菜を含む栄養バランスの良い組み合わせを選択できる＞

成果指標	現状 (H27)	目標 (H34)
○推定食塩相当摂取量 20～59 歳男性 (足立区食習慣調査) ※1 20～59 歳女性 (") ※1	11.5 g 9.3 g	10.5 g 8.5 g
○推定甘味飲料摂取量 20～59 歳男性 (足立区食習慣調査) ※1 20～59 歳女性 (") ※1	122.6 g 56.9 g	100 g 45 g
○推定菓子類摂取量 20～59 歳男性 (足立区食習慣調査) ※1 20～59 歳女性 (") ※1	64.1 g 68.3 g	50 g 55 g
○主食、主菜、副菜をそろえて食べるように心がけている人の割合 20 歳以上 (足立区政に関する世論調査)	52.0%	60%
○肥満傾向者の割合 18～39 歳男性 (BMI25 以上、40 歳前の健康づくり健診) 18～39 歳女性 (")	30.5% 9.0%	24.5% 7.5%
○栄養バランスのよい食事を選択できる子どもの割合 小学6年 (おいしい給食アンケート) 中学2年 (おいしい給食アンケート) おいしい給食事業	— —	90% 90%

(3) 簡単な料理を作ることができる

＜簡単な料理を作り、家族や友人と食事をする機会を増やす＞

成果指標	現状 (H27)	目標 (H34)
○誰かと食事ができる場所の提供 子どもへの食の提供事業を実施する NPO 活動支援 センター登録団体数	3 団体	13 団体
居場所での食事提供回数	20 回	1,100 回
住区 de 団らんの参加人数	12,370 人	14,800 人

※1 足立区食習慣調査：簡易式自記式食事歴法質問票 (BDHQ) による

足立区糖尿病対策アクションプラン

おいしい給食・食育対策編 資料

資料1 本計画策定に係る会議名簿（平成28年5月31日 現在）

足立区糖尿病対策アクションプラン おいしい給食・食育対策会議 名簿			
部	課		氏 名
政策経営部	子どもの貧困対策担当課長		岩松 朋子
地域のちから推進部	住区推進課長		望月 義実
	区民参画推進課長		下河邊 純子
	地域文化課長		浅見 信昭
福祉部	くらしとしごとの相談センター所長		橋本 忠幸
学校教育部	教育政策課長		杉岡 淳子
	教育指導課長		浮津 健史
	学校指導担当課長		斎藤 一裕
	学務課長		渡邊 勇
子ども家庭部	子ども政策課長		上遠野 葉子
	子ども施設運営課長		森田 剛
	青少年課長		寺島 光大
衛生部	こころとからだの健康づくり課長		馬場 優子
足立区糖尿病対策アクションプラン おいしい給食・食育対策会議 担当者名簿			
部	課	係	氏 名
政策経営部	子どもの貧困対策担当課	子どもの貧困対策担当課長	岩松 朋子
地域のちから推進部	住区推進課	学童保育担当係長	小柴 美江子
	区民参画推進課	男女共同参画推進係	福本 慎二
	地域文化課	学習事業係長	菊島 英晴
福祉部	くらしとしごとの相談センター	自立促進係	國府田 敢
学校教育部	教育指導課	統括指導主事	江口 千穂
	学務課	学校保健係	早水 由弥
	江南中学校	校長	宮下 みどり
	梅島小学校	栄養教諭	宮鍋 和子
	蒲原中学校	栄養教諭	紺野 朋子
子ども家庭部	子ども政策課	子ども施策推進担当係長	蓬田 浩二
	子ども施設運営課	民営施設指導担当係長	小河原 恵津子
		民営施設指導担当主査	多賀 裕子
		区立保育園係	黒川 真美
	中島根保育園	栄養士	梅本 恵美子
	青少年課	管理調整係	広瀬 弘紀
衛生部	竹の塚保健センター	地域保健担当係長	石田 幸子
		歯科保健担当主査	信澤 希
	中央本町地域・保健総合支援課	保健栄養担当係長	千ヶ崎 純子
	江北保健センター	保健栄養担当	小宮 美千代
【事務局】			
学校教育部	学務課	おいしい給食担当係長	渋谷 敏
		学校給食係	対尾 祥子
衛生部	こころとからだの健康づくり課	糖尿病対策担当係長	小林 智春
		糖尿病対策担当係長	鳥山 律子
		健康づくり係長	江川 博文
		健康づくり係	綿谷 洋伸
		健康づくり係	池田 潤子

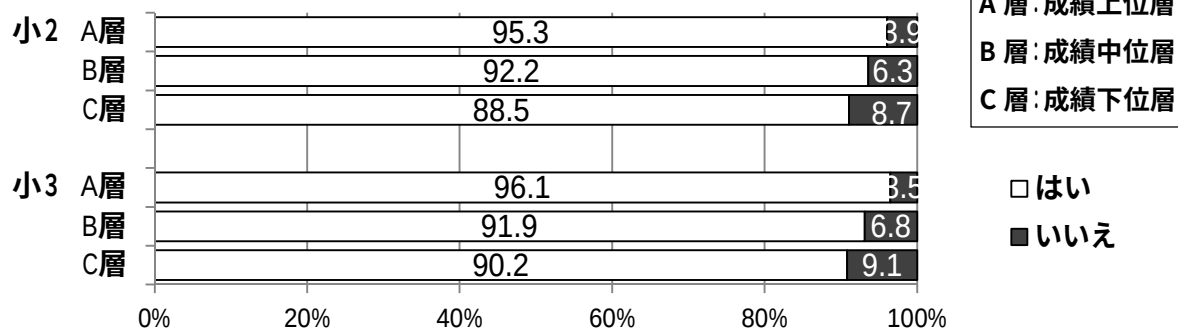
資料2 おいしい給食・食育推進部会及びおいしい給食・食育担当者部会名簿（案）

おいしい給食・食育推進部会 名簿（案）		
部	課	
政策経営部	子どもの貧困対策担当課長	
	シティプロモーション課長	
地域のちから推進部	住区推進課長	
	区民参画推進課長	
	地域文化課長	
産業経済部	産業政策課長	
	産業振興課長	
福祉部	くらしとしごとの相談センター所長	
学校教育部	教育政策課長	
	教育指導課長	
	学校指導担当課長	
	学務課長	
子ども家庭部	子ども政策課長	
	子ども施設整備課長	
	子ども施設運営課長	
	青少年課長	
環境部	ごみ減量推進課長	
衛生部	こころとからだの健康づくり課長	
おいしい給食・食育担当者部会 名簿（案）		
部	課	係
政策経営部	子どもの貧困対策担当課	子どもの貧困対策担当
	シティプロモーション課	プロモーション係
地域のちから推進部	住区推進課	学童保育担当
	区民参画推進課	男女共同参画推進係
	地域文化課	学習事業係
産業経済部	産業政策課	消費者センター
	産業振興課	農業係
福祉部	くらしとしごとの相談センター	自立促進係
学校教育部	教育指導課	統括指導主事
	学務課	学校保健係
	小学校	家庭科教諭
	中学校	家庭科教諭
	小学校	栄養教諭
	中学校	栄養教諭
子ども家庭部	子ども政策課	子ども施策推進担当
		私立幼稚園係
	子ども施設整備課	私立保育園係
	子ども施設運営課	民営施設指導担当
		区立保育園係
	保育園	栄養士
	青少年課	ギャラクシティ支援担当
環境部	ごみ減量推進課	資源化推進係
衛生部	保健センター	地域保健担当
		歯科保健担当
		保健栄養担当
【事務局】		
学校教育部	学務課	おいしい給食担当
		学校給食係
衛生部	こころとからだの健康づくり課	糖尿病対策担当
		健康づくり係

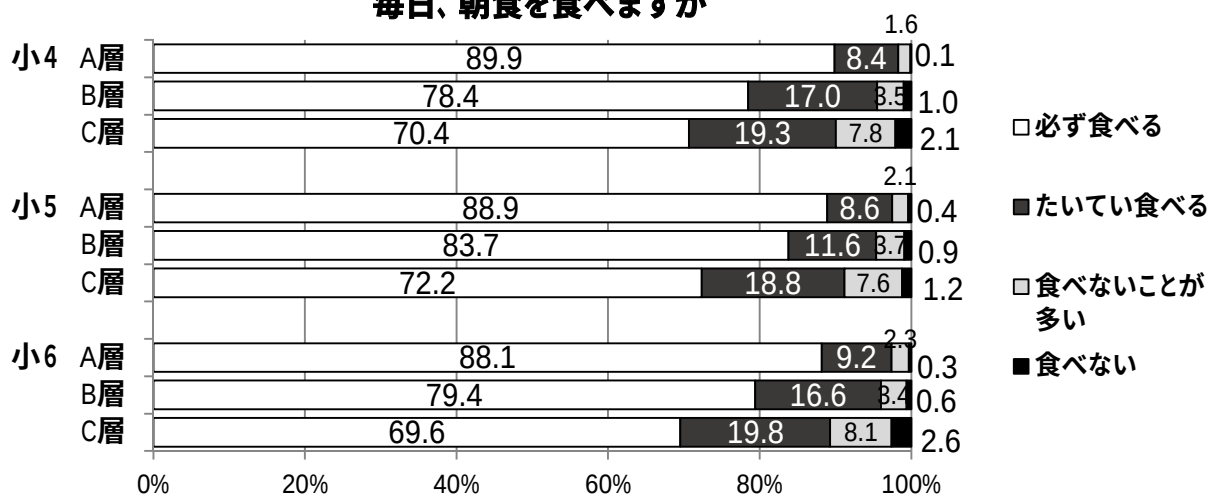
（組織名称は平成28年度現在）

資料3 平成27年度 足立区基礎学力定着に関する総合調査
朝食摂取の成績A・B・C層による比較

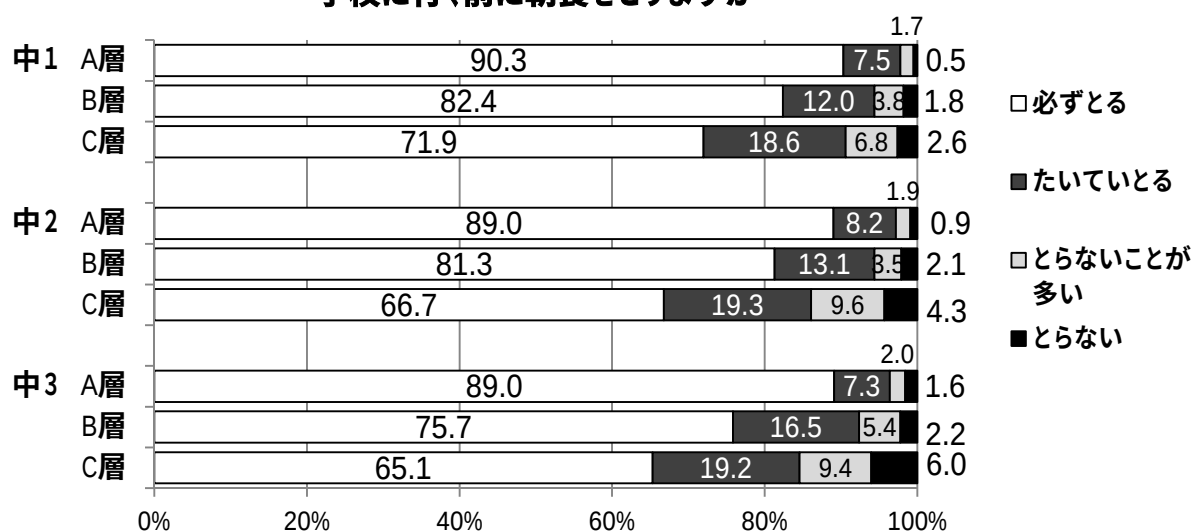
毎日、朝ごはんを食べますか



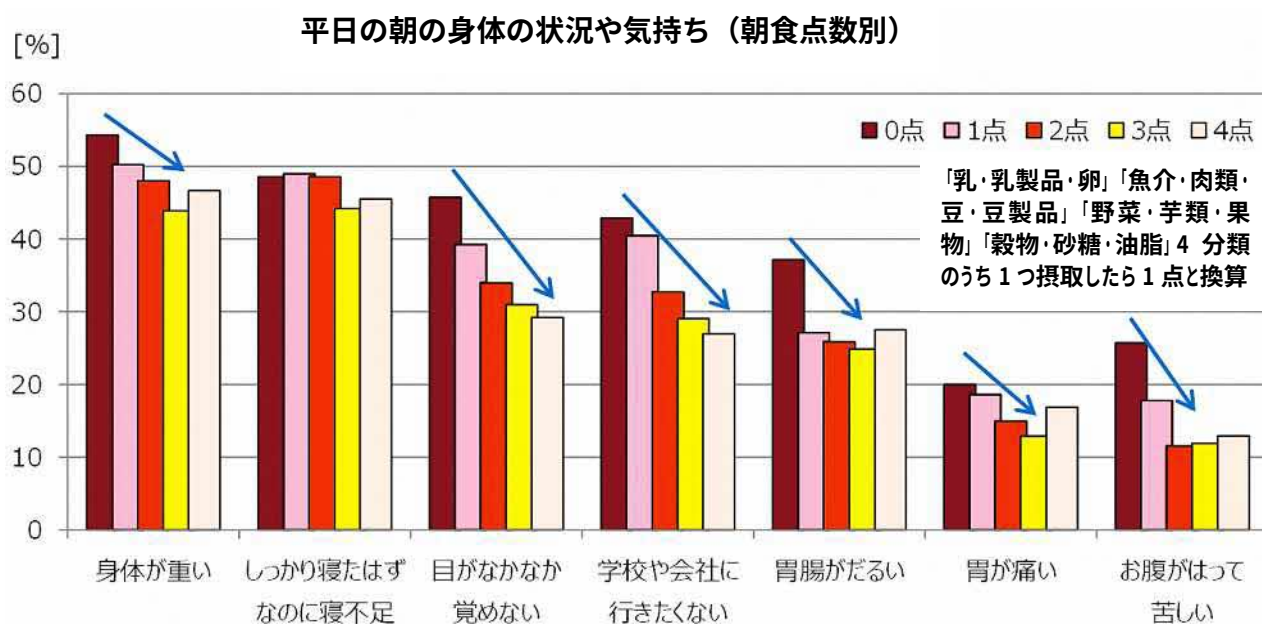
毎日、朝食を食べますか



学校に行く前に朝食をとりますか



資料4 朝食摂取点数ごとの心身の不調の割合

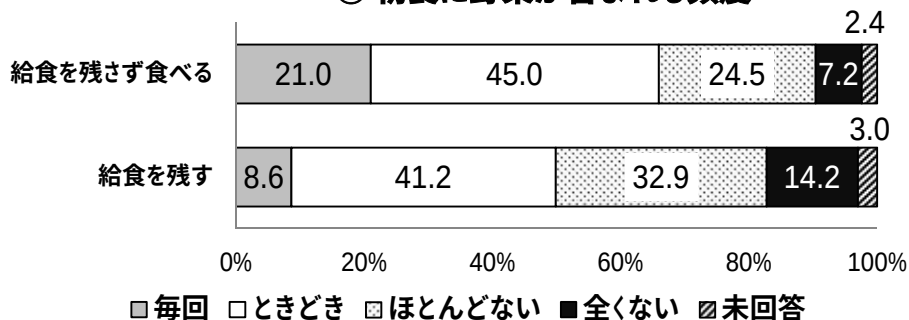


（平成 26 年 朝食に関する調査 株式会社サシオンジャパン 20～50 代男女 1200 人）

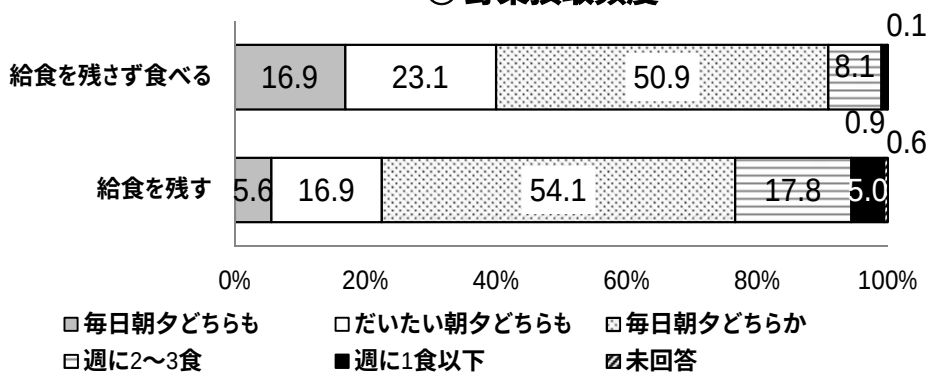
資料5 平成27年度 足立区 子どもの健康・生活実態調査*4(P18)

①朝食に野菜が含まれる頻度、②野菜摂取頻度、③砂糖入りジュースを飲む頻度で
みた、給食を残さず食べる子とそうでない子の比較

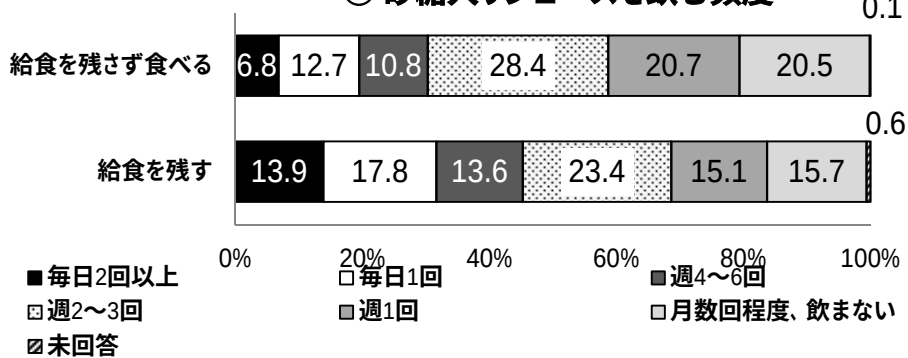
① 朝食に野菜が含まれる頻度



② 野菜摂取頻度

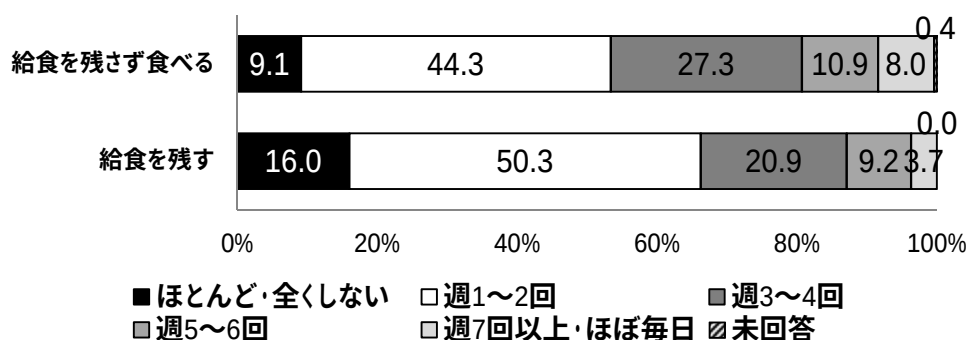


③ 砂糖入りジュースを飲む頻度



資料6 平成27年度 足立区 子どもの健康・生活実態調査*4(P18)

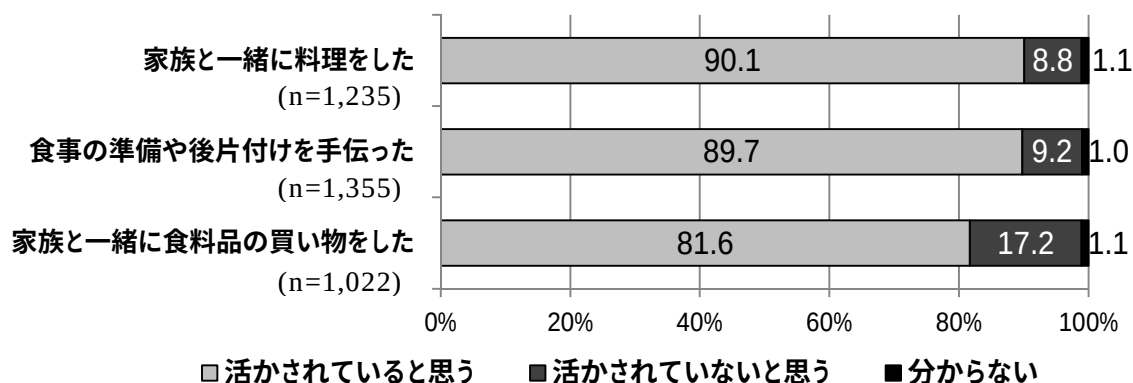
運動習慣でみた、給食を残さず食べる子とそうでない子の比較



資料7 平成26年度 内閣府 食育に関する意識調査

子どもの頃の食事作りの経験と現在の活用の割合

子どもの頃の食事づくりの経験は現在の食生活に活かされているか



足立区糖尿病対策アクションプラン
「おいしい給食・食育対策編」
－「あだち 食のスタンダード de 元気」宣言－

平成29年3月発行

発行 足立区・足立区教育委員会

編集 足立区 衛生部 ころもとからだの健康づくり課

東京都足立区中央本町1-17-1

電話03-3880-5433

足立区 学校教育部 学務課

電話03-3880-5427

印刷物登録番号 28-2323

印刷 株式会社 ダイイチ

東京都足立区綾瀬5-19-16