

参考資料

食育に関するアンケート調査結果

1 調査の目的

「第2次芦別市食育推進計画」（計画期間：平成25年度から平成29年度）の評価にあたって、市民の食生活に関する現状を把握し、平成30年度からの「第3次芦別市食育推進計画」作成のための基礎資料として活用する。

2 調査対象

- (1) 市内幼稚園1か所・保育所2か所に通う乳幼児の保護者
- (2) 市内小学校2校に通う小学5・6年生本人とその保護者
- (3) 市内中学校2校に通う中学2年生本人とその保護者
- (4) 市内高校に通う高校2年生本人
- (5) 市内在住の65歳以上の高齢者

3 調査期間

平成28年10月13日から平成28年12月7日まで

4 調査方法

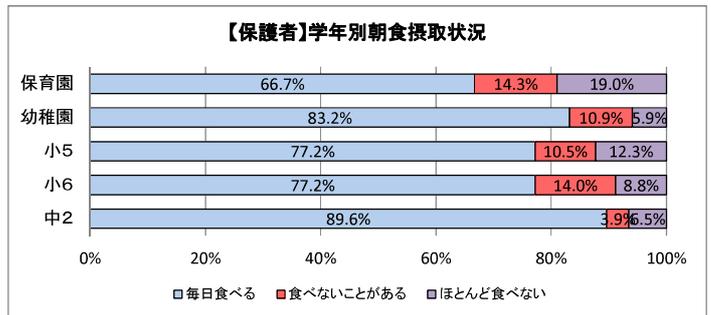
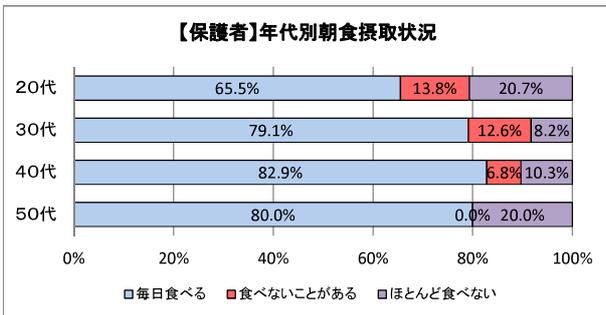
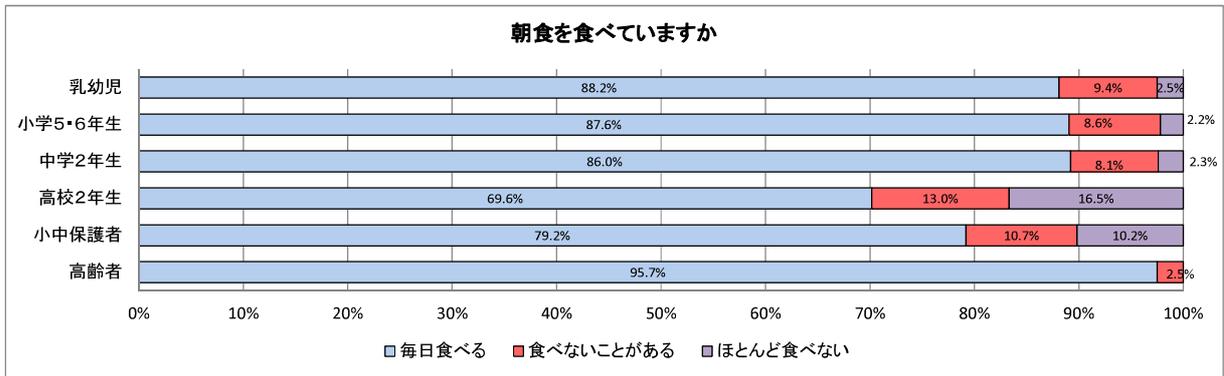
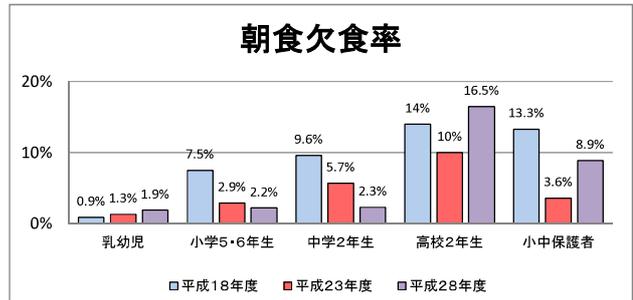
幼稚園、保育所、小・中学校、高校、各団体等を通しての配布回収

5 回収状況

アンケート用紙配布・回収数内訳			
調査対象者	配布数	回収数	回収率
乳幼児の保護者	219	203	92.7%
小学5年生本人	78	53	67.9%
小学5年生の保護者	78	57	73.1%
小学6年生本人	78	47	55.1%
小学6年生の保護者	78	57	73.1%
中学2年生本人	93	86	92.5%
中学2年生の保護者	93	77	82.8%
高校2年生本人	115	115	100.0%
65歳以上の高齢者	163	163	100.0%
合計	995	858	86.2%

問1 朝ごはんを食べますか

	高齢者	保護者	高校2年生	中学2年生	小学5・6年生	乳幼児
毎日食べる	95.7%	79.2%	69.6%	86.0%	87.6%	88.2%
食べないことがある	2.5%	10.7%	13.0%	8.1%	8.6%	9.4%
ほとんど食べない	0%	10.2%	16.5%	2.3%	2.2%	2.5%
未回答	1.8%	0.0%	0.9%	3.5%	1.6%	0.0%



欠食者による朝食を食べない理由

	乳幼児	小学5・6年生	中学2年生	高校2年生	小中保護者	高齢者
食欲がない	13 27.1%	9 45.0%	5 55.6%	9 26.5%	22 26.8%	0 0.0%
お腹が空かない	12 25.0%	2 10.0%	0 0.0%	4 11.8%	25 30.5%	2 50.0%
時間がない	18 37.5%	7 35.0%	2 22.2%	15 44.1%	25 30.5%	2 50.0%
太りたくない	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%
食べる習慣がない	2 4.2%	1 5.0%	1 11.1%	2 5.9%	4 4.9%	0 0.0%
朝ごはんが用意されていない	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%

年代別朝食摂取状況

	20代	30代	40代	50代
毎日食べる	19人 65.5%	144人 79.1%	121人 82.9%	12人 80.0%
食べないことがある	4人 13.8%	23人 12.6%	10人 6.8%	0人 0.0%
ほとんど食べない	6人 20.7%	15人 8.2%	15人 10.3%	3人 20.0%

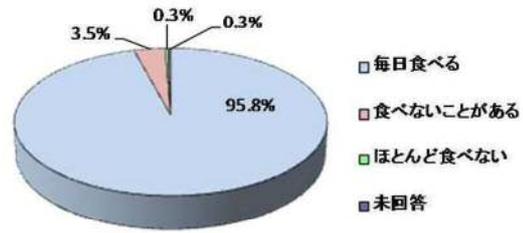
『あなたは朝ごはんを食べますか?』の質問に対する保護者の回答(回答数 394件)

・保護者が【毎日食べる】と回答(312件)した場合の子どもの回答は…

	H28	H23
① 毎日食べる	299件 95.8%	97.5%
② 食べないことがある	11件 3.5%	2.3%
③ ほとんど食べない	1件 0.3%	0.3%
④ 未回答	1件 0.3%	

※【食べないことがある】【ほとんど食べない】理由としては…

食欲がない	6件
お腹が空かない	2件
時間がない	5件
太りたくない	1件
食べる習慣がない	1件
朝ごはんが用意されていない	1件
その他	2件

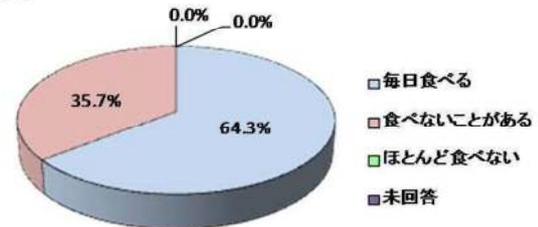


・保護者が【食べないことがある】と回答(42件)した場合の子どもの回答は…

	H28	H23
① 毎日食べる	27件 64.3%	68.8%
② 食べないことがある	15件 35.7%	20.8%
③ ほとんど食べない	0件 0.0%	10.4%
④ 未回答	0件 0.0%	

※【食べないことがある】【ほとんど食べない】理由としては…

食欲がない	2件
お腹が空かない	3件
時間がない	9件
食べる習慣がない	1件
朝ごはんが用意されていない	1件
その他	4件

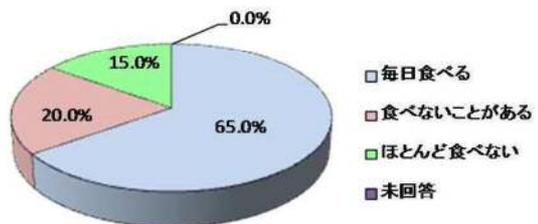


・保護者が【ほとんど食べない】と回答(40件)した場合の子どもの回答は…

	H28	H23
① 毎日食べる	26件 65.0%	74.2%
② 食べないことがある	8件 20.0%	15.2%
③ ほとんど食べない	6件 15.0%	10.6%
④ 未回答	0件 0.0%	

※【食べないことがある】【ほとんど食べない】理由としては…

食欲がない	4件
お腹が空かない	3件
時間がない	5件
食べる習慣がない	3件
その他	2件



問2 毎日の食生活について実践できていることは何ですか。できていない場合はその理由をお答えください。

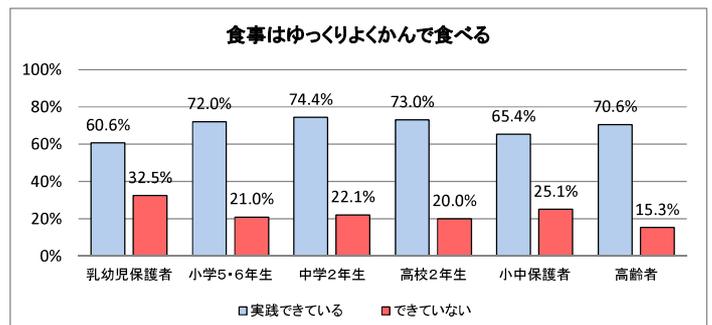
①食事はゆっくりよくかんで食べる

	乳幼児保護者	小学5・6年生	中学2年生	高校2年生	小中保護者	高齢者
実践できている	60.6%	72.0%	74.4%	73.0%	65.4%	70.6%
できていない	32.5%	21.0%	22.1%	20.0%	25.1%	15.3%
不明	6.9%	7.0%	3.5%	7.0%	9.4%	14.1%

	乳幼児保護者	小学5・6年生	中学2年生	高校2年生	小中保護者
平成23年度	24.8%	47.1%	32.1%	27.1%	28.2%
平成28年度	60.6%	72.0%	74.4%	73.0%	65.4%

実践できない主な理由

小中学生:①急いでいる ②時間がない ③癖
 高校生:①癖 ②急いでいる ③すぐ飲み込んでしまう
 保護者:①時間がない ②忙しい ③癖
 高齢者:①癖 ②よく噛めない・歯が悪い



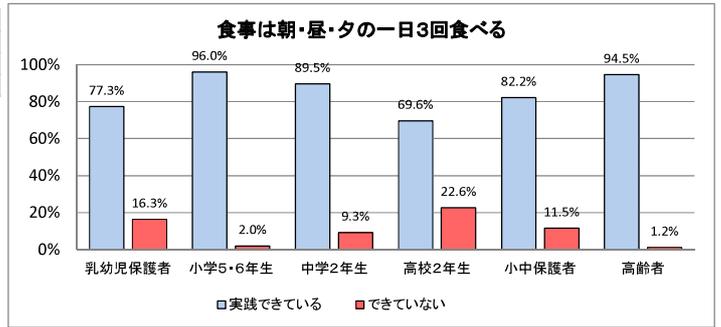
②食事は朝・昼・夕の1日3回食べる

	乳幼児保護者	小学5・6年生	中学2年生	高校2年生	小中保護者	高齢者
実践できている	77.3%	96.0%	89.5%	69.6%	82.2%	94.5%
できていない	16.3%	2.0%	9.3%	22.6%	11.5%	1.2%
不明	6.4%	2.0%	1.2%	7.8%	6.3%	4.3%

	乳幼児保護者	小学5・6年生	中学2年生	高校2年生	小中保護者
平成23年度	75.2%	81.9%	78.3%	67.1%	72.3%
平成28年度	77.3%	96.0%	89.5%	69.6%	82.2%

実践できない主な理由

小中学生:①朝食を食べない ②時間がない ③習い事で食べられない
 高校生:①時間がない ②食欲がない ③めんどくさい
 保護者:①朝食を食べない ②時間がない ③食欲がない
 高齢者:①仕事の時間によって



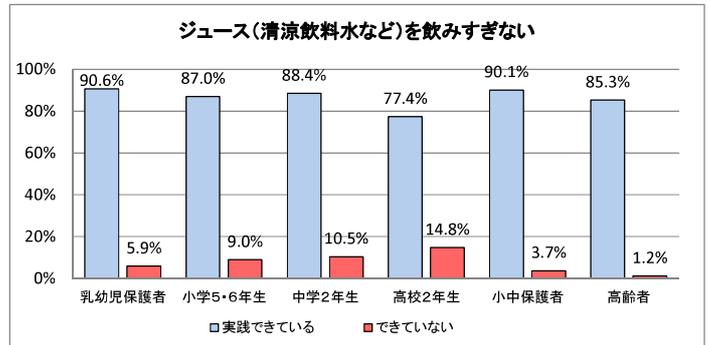
③ジュース(清涼飲料水など)を飲みすぎない

	乳幼児保護者	小学5・6年生	中学2年生	高校2年生	小中保護者	高齢者
実践できている	90.6%	87.0%	88.4%	77.4%	90.1%	85.3%
できていない	5.9%	9.0%	10.5%	14.8%	3.7%	1.2%
不明	3.4%	4.0%	1.2%	7.8%	6.3%	13.5%

	乳幼児保護者	小学5・6年生	中学2年生	高校2年生	小中保護者
平成23年度	65.7%	52.9%	36.8%	36.4%	66.6%
平成28年度	90.6%	87.0%	88.4%	77.4%	90.1%

実践できない主な理由

小中学生:①好き ②喉が渇く ③おいしい
 高校生:①好き ②喉が渇く ③おいしい
 保護者:①好き ②お酒を飲んでしまう ③祖父母にもらう
 高齢者:①子どもと一緒に飲んでしまう



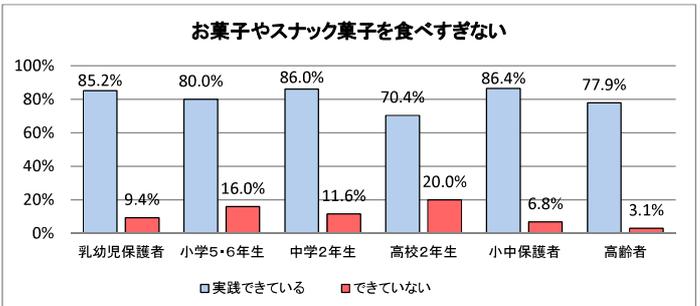
④お菓子やスナック菓子を食べすぎない

	乳幼児保護者	小学5・6年生	中学2年生	高校2年生	小中保護者	高齢者
実践できている	85.2%	80.0%	86.0%	70.4%	86.4%	77.9%
できていない	9.4%	16.0%	11.6%	20.0%	6.8%	3.1%
不明	5.4%	4.0%	2.3%	9.6%	6.8%	19.0%

	乳幼児保護者	小学5・6年生	中学2年生	高校2年生	小中保護者
平成23年度	49.1%	54.9%	41.5%	34.3%	56.3%
平成28年度	85.2%	80.0%	86.0%	70.4%	86.4%

実践できない主な理由

小中学生:①好き ②お腹が空く ③間食として
 高校生:①好き ②お腹が空く ③食べたい
 保護者:①つい食べてしまう ②食べたい ③祖父母にもらう
 高齢者:①好き ②つい手が出る ③子どもと一緒に食べてしまう



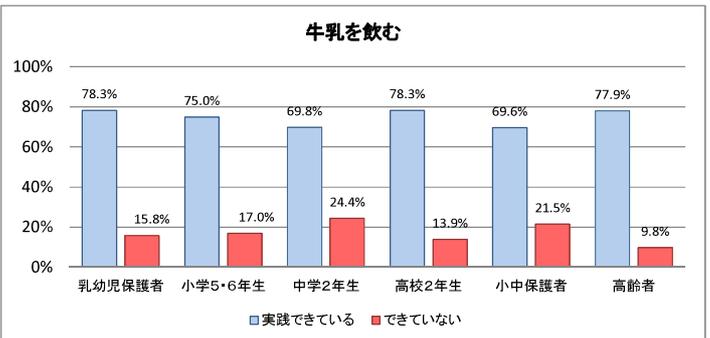
⑤牛乳を飲む(牛乳・乳製品をとる)

	乳幼児保護者	小学5・6年生	中学2年生	高校2年生	小中保護者	高齢者
実践できている	78.3%	75.0%	69.8%	78.3%	69.6%	77.9%
できていない	15.8%	17.0%	24.4%	13.9%	21.5%	9.8%
不明	5.9%	8.0%	5.8%	7.8%	8.9%	12.3%

	乳幼児保護者	小学5・6年生	中学2年生	高校2年生	小中保護者
平成23年度	50.9%	57.4%	52.8%	33.6%	37.8%
平成28年度	78.3%	75.0%	69.8%	78.3%	69.6%

実践できない主な理由

小中学生:①嫌い ②お腹をこわす ③家がない
 高校生:①嫌い ②家がない ③お腹をこわす
 保護者:①嫌い ②お腹をこわす ③買わない
 高齢者:①嫌い ②お腹をこわす ③アレルギー



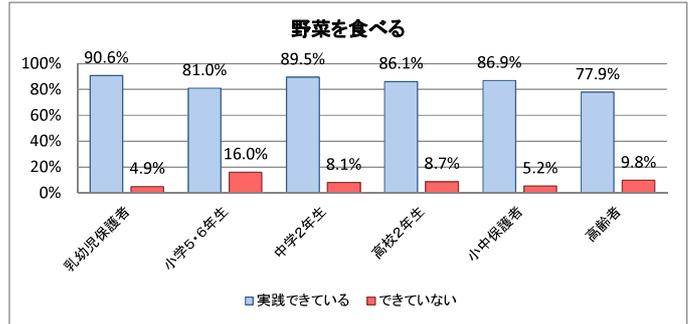
⑥野菜を食べる

	乳幼児保護者	小学5・6年生	中学2年生	高校2年生	小中保護者	高齢者
実践できている	90.6%	81.0%	89.5%	86.1%	86.9%	77.9%
できていない	4.9%	16.0%	8.1%	8.7%	5.2%	9.8%
不明	4.4%	3.0%	2.3%	5.2%	7.9%	12.3%

	乳幼児保護者	小学5・6年生	中学2年生	高校2年生	小中保護者
平成23年度	67.0%	69.0%	59.4%	55.0%	63.7%
平成28年度	90.6%	81.0%	89.5%	86.1%	86.9%

実践できない主な理由

小中学生:①嫌い ②味が好きではない ③食べられるように練習している
 高校生:①嫌い ②食卓にない ③おいしくない
 保護者:①価格が高い ②時々になる ③嫌い
 高齢者:①冬は少なめ ②夫が嫌いなので少なくなっている



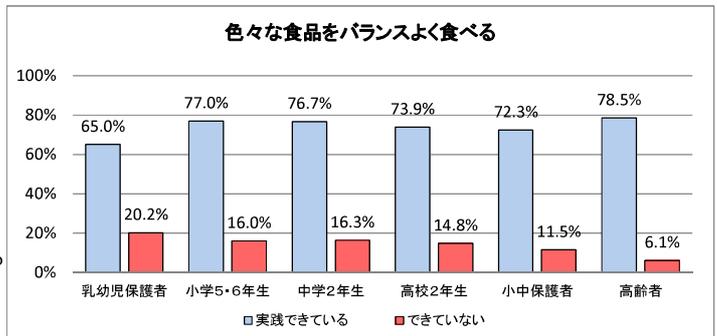
⑦いろいろな食品をバランスよく食べる

	乳幼児保護者	小学5・6年生	中学2年生	高校2年生	小中保護者	高齢者
実践できている	65.0%	77.0%	76.7%	73.9%	72.3%	78.5%
できていない	20.2%	16.0%	16.3%	14.8%	11.5%	6.1%
不明	14.8%	7.0%	7.0%	11.3%	16.2%	15.3%

	乳幼児保護者	小学5・6年生	中学2年生	高校2年生	小中保護者
平成23年度	40.0%	45.6%	33.0%	27.9%	38.1%
平成28年度	65.0%	77.0%	76.7%	73.9%	72.3%

実践できない主な理由

小中学生:①好き嫌いがある ②バランスがわからない ③親が作っている
 高校生:①バランスがわからない ②偏っている ③好き嫌いがある
 保護者:①心がけてはいる ②野菜の価格が高い ③時間がない
 高齢者:①難しい ②あるもので食べる ③好きなものを食べる



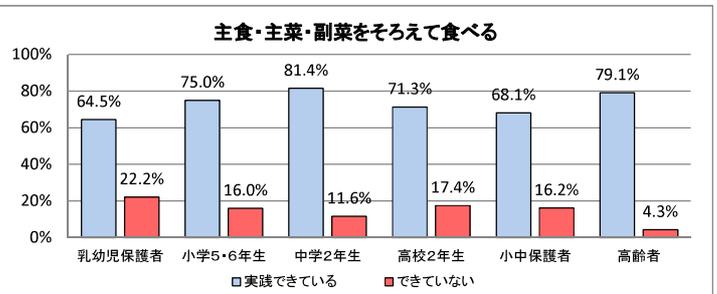
⑧主食・主菜・副菜をそろえて食べる

	乳幼児保護者	小学5・6年生	中学2年生	高校2年生	小中保護者	高齢者
実践できている	65.0%	77.0%	76.7%	73.9%	72.3%	78.5%
できていない	20.2%	16.0%	16.3%	14.8%	11.5%	6.1%
不明	14.8%	7.0%	7.0%	11.3%	16.2%	15.3%

実践できない主な理由

小中学生:①わからない ②副菜がない ③量が多くて食べられない
 高校生:①家で用意されていない ②わからない ③めんどくさい
 保護者:①心がけてはいる ②野菜の価格が高い ③副菜がない
 高齢者:①あるもので食べる ②難しい ③その時の体調による

※平成28年度実施アンケート 新規項目



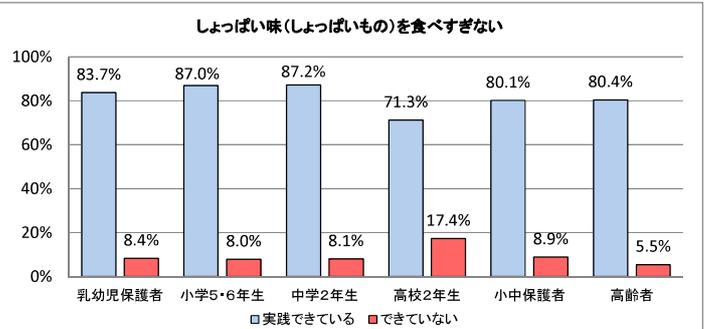
⑨しょっぱい味(しょっぱいもの)を食べすぎない

	乳幼児保護者	小学5・6年生	中学2年生	高校2年生	小中保護者	高齢者
実践できている	83.7%	87.0%	87.2%	71.3%	80.1%	80.4%
できていない	8.4%	8.0%	8.1%	17.4%	8.9%	5.5%
不明	7.9%	5.0%	4.7%	11.3%	11.0%	14.1%

実践できない主な理由

小中学生:①濃い味が好き ②気を付けているが食べすぎる
 高校生:①濃い味が好き ②家の味付けが濃い
 保護者:①濃い味が好き ②つい濃くなる ③ビールを飲む、レトルト商品
 高齢者:①漬物が好き ②気をつけてはいる

※平成28年度実施アンケート 新規項目



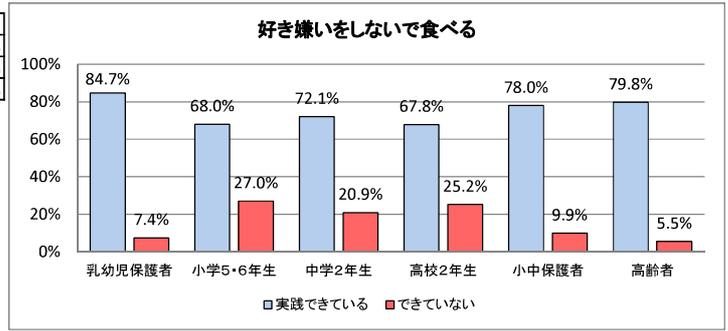
⑩好き嫌いをしないで食べる

	乳幼児保護者	小学5・6年生	中学2年生	高校2年生	小中保護者	高齢者
実践できている	84.7%	68.0%	72.1%	67.8%	78.0%	79.8%
できていない	7.4%	27.0%	20.9%	25.2%	9.9%	5.5%
不明	7.9%	5.0%	7.0%	7.0%	23.3%	14.7%

実践できない主な理由

小中学生:①嫌いなものは食べたくない ②野菜が嫌い
 高校生:①嫌いなものは食べたくない
 保護者:①嫌いなものは食べたくない ②魚介類 ③買わない、作らない
 高齢者:①肉類が食べられない ②嫌いなものは作らない

※平成28年度実施アンケート 新規項目



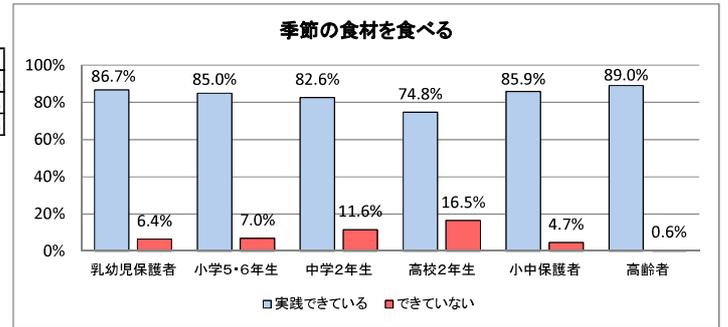
⑪季節の食材を食べる

	乳幼児保護者	小学5・6年生	中学2年生	高校2年生	小中保護者	高齢者
実践できている	86.7%	85.0%	82.6%	74.8%	85.9%	89.0%
できていない	6.4%	7.0%	11.6%	16.5%	4.7%	0.6%
不明	6.9%	8.0%	5.8%	8.7%	9.4%	10.4%

実践できない主な理由

小中学生:①食材がわからない ②気にした事ない ③食べる機会がない
 高校生:①季節の食材がわからない ②気にした事ない
 保護者:①気にした事ない ②季節の食材がわからない
 高齢者:なし

※平成28年度実施アンケート 新規項目



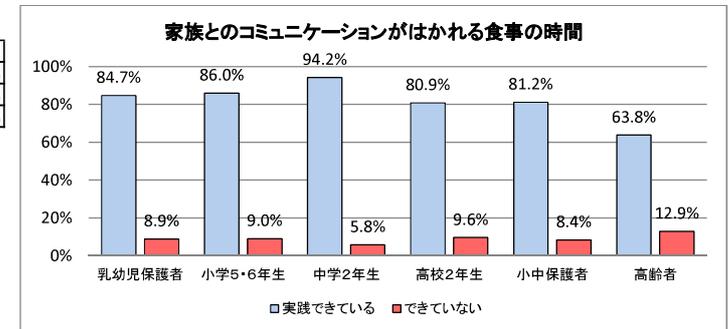
⑫家族とのコミュニケーションがはかれる食事の時間

	乳幼児保護者	小学5・6年生	中学2年生	高校2年生	小中保護者	高齢者
実践できている	84.7%	86.0%	94.2%	80.9%	81.2%	63.8%
できていない	8.9%	9.0%	5.8%	9.6%	8.4%	12.9%
不明	6.4%	5.0%	0.0%	9.6%	10.5%	23.3%

	乳幼児保護者	小学5・6年生	中学2年生	高校2年生	小中保護者
平成23年度	65.7%	71.1%	53.8%	77.1%	65.2%
平成28年度	84.7%	86.0%	94.2%	80.9%	81.2%

実践できない主な理由

小中学生:①家族の帰宅時間がバラバラ ②食事中は話さない ③習い事で時間がずれる
 高校生:①家族と時間があわない②家族の帰宅時間がバラバラ
 保護者:①家族の帰宅時間がバラバラ ②仕事が不規則 ③忙しくゆっくりできない
 高齢者:①一人暮らし ②家族と時間があわない



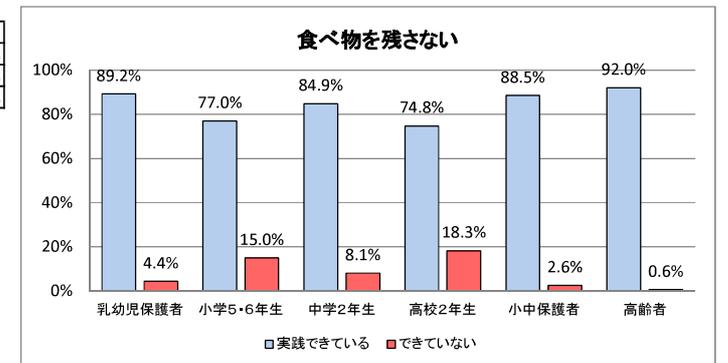
⑬食べ物を残さない

	乳幼児保護者	小学5・6年生	中学2年生	高校2年生	小中保護者	高齢者
実践できている	89.2%	77.0%	84.9%	74.8%	88.5%	92.0%
できていない	4.4%	15.0%	8.1%	18.3%	2.6%	0.6%
不明	6.4%	8.0%	7.0%	7.0%	8.9%	7.4%

実践できない主な理由

小中学生:①嫌いな物を残す ②量が多い ③お腹いっぱいになる
 高校生:①お腹いっぱいになる ②食欲がない ③量が多い
 保護者:①作りすぎる ②食べきれない ③嫌い
 高齢者:①お腹がすかない ②胃が小さい

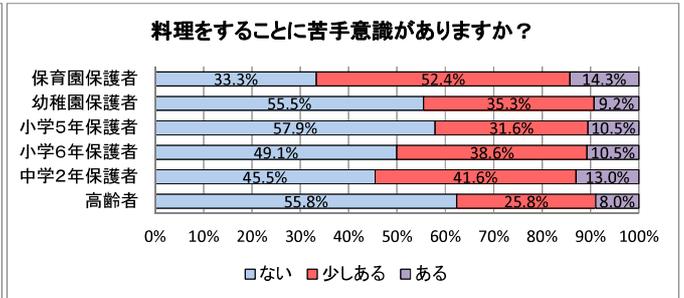
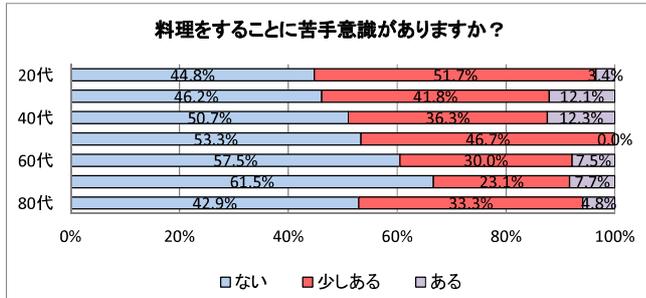
※平成28年度実施アンケート 新規項目



問3 料理をすることに苦手意識がありますか(保護者と高齢者のみ)

	保育園	幼稚園	小学5年生	小学6年生	中学2年生	高齢者
ない	33.3%	55.5%	57.9%	49.1%	45.5%	55.8%
少しある	52.4%	35.3%	31.6%	38.6%	41.6%	25.8%
ある	14.3%	9.2%	10.5%	10.5%	13.0%	8.0%

	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代
ない	44.8%	46.2%	50.7%	53.3%	57.5%	61.5%	42.9%
少しある	51.7%	41.8%	36.3%	46.7%	30.0%	23.1%	33.3%
ある	3.4%	12.1%	12.3%	0.0%	7.5%	7.7%	4.8%



料理が苦手な理由	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代
料理の基本がわからない	0 0.0%	2 2.0%	1 1.4%	0 0.0%	1 6.7%	0 0.0%	1 12.5%
あまり料理をした経験がない	2 12.5%	6 6.1%	6 8.5%	0 0.0%	0 0.0%	5 20.8%	3 37.5%
味つけがわからない	0 0.0%	4 4.1%	3 4.2%	0 0.0%	1 6.7%	0 0.0%	1 12.5%
献立を考えるのが面倒	12 75.0%	62 63.3%	38 53.5%	5 71.4%	8 53.3%	8 33.3%	0 0.0%
時間がかかる	1 6.3%	11 11.2%	13 18.3%	0 0.0%	1 6.7%	4 16.7%	0 0.0%

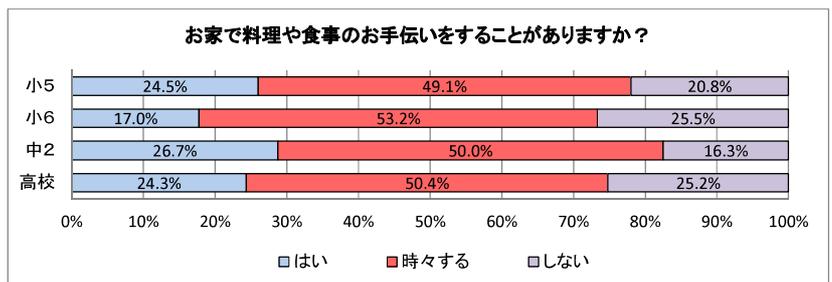
その他の理由

保護者:①料理が嫌い、面倒 ②レパートリーが少ない ③自分で作ってもおいしくない

高齢者:①一人暮らしなので残り物を食べる ②身体が悪い ③手間がかかる

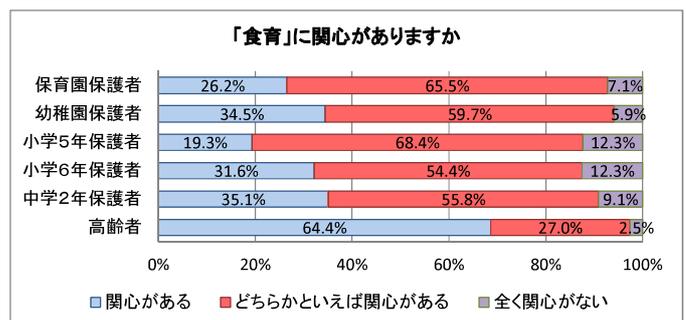
問3 お家で料理や食事のお手伝いをすることがありますか(小・中・高校生のみ)

	小5	小6	中2	高校
はい	24.5%	17.0%	26.7%	24.3%
時々する	49.1%	53.2%	50.0%	50.4%
しない	20.8%	25.5%	16.3%	25.2%
不明	5.7%	4.3%	7.0%	0.0%

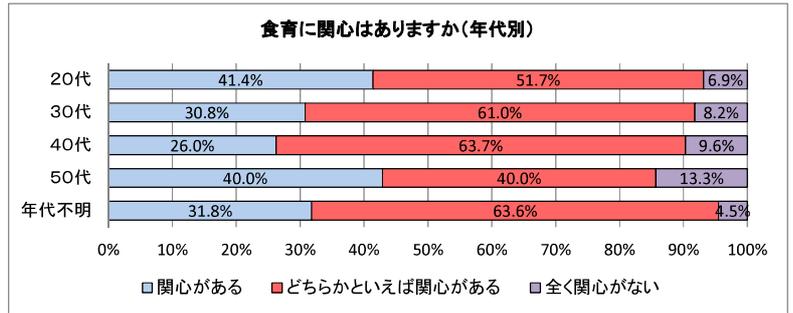


問4 「食育」に関心がありますか(保護者・高齢者のみ)

	保育園	幼稚園	小学5年生	小学6年生	中学2年生	高齢者
関心がある	26.2%	34.5%	19.3%	31.6%	35.1%	64.4%
どちらかといえば関心がある	65.5%	59.7%	68.4%	54.4%	55.8%	27.0%
全く関心がない	7.1%	5.9%	12.3%	12.3%	9.1%	2.5%
未回答	1.2%	0.0%	0.0%	1.8%	0.0%	6.1%

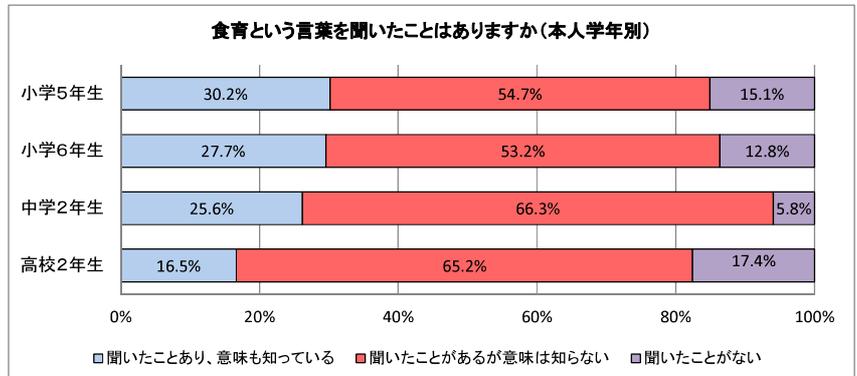


	年代不明	50代	40代	30代	20代
関心がある	31.8%	40.0%	26.0%	30.8%	41.4%
どちらかといえば関心がある	63.6%	40.0%	63.7%	61.0%	51.7%
全く関心がない	4.5%	13.3%	9.6%	8.2%	6.9%



問4 「食育」という言葉を聞いたことがありますか

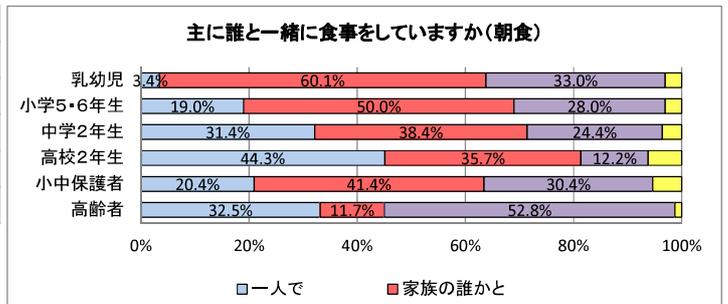
	小学5年生	小学6年生	中学2年生	高校2年生
聞いたことがあり、意味も知っている	30.2%	27.7%	25.6%	16.5%
聞いたことがあるが意味は知らない	54.7%	53.2%	66.3%	65.2%
聞いたことがない	15.1%	12.8%	5.8%	17.4%
未回答	0.0%	6.4%	2.3%	0.9%



問5 主に誰と一緒に食事していますか

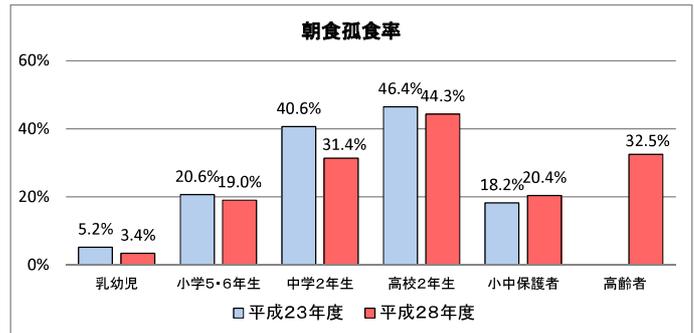
<朝食>

	乳幼児	小学5・6年生	中学2年生	高校2年生	小中保護者	高齢者
一人で	3.4%	19.0%	31.4%	44.3%	20.4%	32.5%
家族の誰かと	60.1%	50.0%	38.4%	35.7%	41.4%	11.7%
家族みんなそろって	33.0%	28.0%	24.4%	12.2%	30.4%	52.8%
その他	3.0%	3.0%	3.5%	6.1%	5.2%	1.2%
未回答	0.5%	0.0%	2.3%	1.7%	2.6%	1.8%



朝食孤食率

	乳幼児	小学5・6年生	中学2年生	高校2年生	小中保護者	高齢者
平成23年度	5.2%	20.6%	40.6%	46.4%	18.2%	
平成28年度	3.4%	19.0%	31.4%	44.3%	20.4%	32.5%

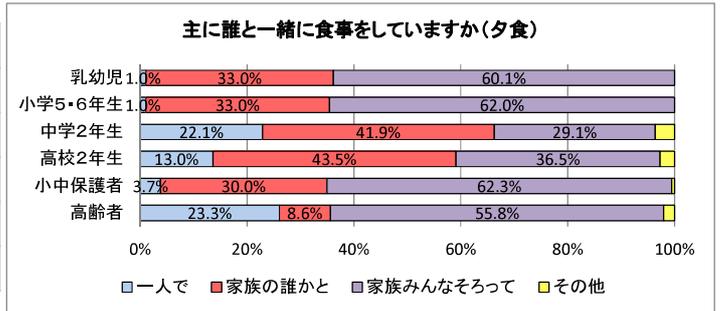


高齢者内訳

	一人暮らし	夫婦のみ	その他	不明
一人で食べる	64.2%	13.2%	15.1%	7.5%

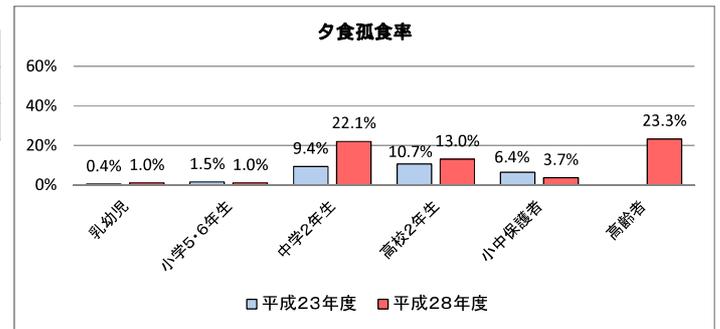
<夕食>

	乳幼児	小学5・6年生	中学2年生	高校2年生	小中保護者	高齢者
一人で	1.0%	1.0%	22.1%	13.0%	3.7%	23.3%
家族の誰かと	33.0%	33.0%	41.9%	43.5%	30.0%	8.6%
家族みんなそろって	60.1%	62.0%	29.1%	36.5%	62.3%	55.8%
その他	0.0%	0.0%	3.5%	2.6%	0.5%	1.8%
未回答	2.0%	4.0%	3.5%	4.3%	3.7%	10.4%



夕食孤食率

	乳幼児	小学5・6年生	中学2年生	高校2年生	小中保護者	高齢者
平成23年度	0.4%	1.5%	9.4%	10.7%	6.4%	23.3%
平成28年度	1.0%	1.0%	22.1%	13.0%	3.7%	23.3%

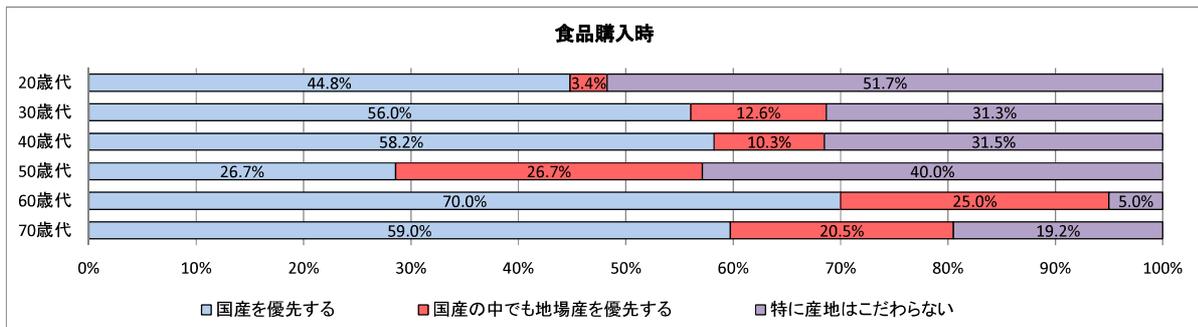


一人暮らし 夫婦のみ その他 不明

一人で食べる	一人暮らし	夫婦のみ	その他	不明
	73.7%	10.5%	10.5%	5.3%

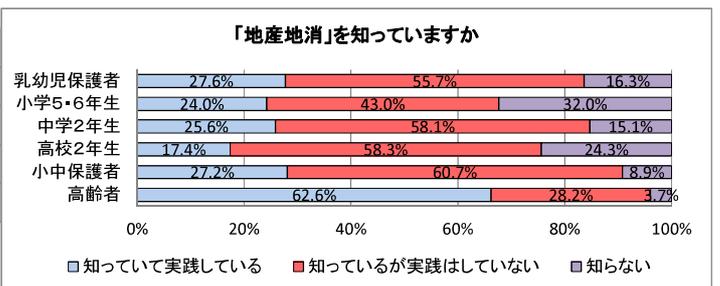
問6 食材を購入する際、あなたの考えに一番近いものはどれですか

	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳代	90歳代	年代不明
国産を優先する	44.8%	56.0%	58.2%	26.7%	70.0%	59.0%	38.1%	100.0%	66.7%
国産の中でも地場産を優先する	3.4%	12.6%	10.3%	26.7%	25.0%	20.5%	4.8%	0.0%	15.6%
特に産地はこだわらない	51.7%	31.3%	31.5%	40.0%	5.0%	19.2%	57.1%	0.0%	15.6%
未回答	0.0%	0.0%	0.0%	6.7%	0.0%	1.3%	0.0%	0.0%	2.2%



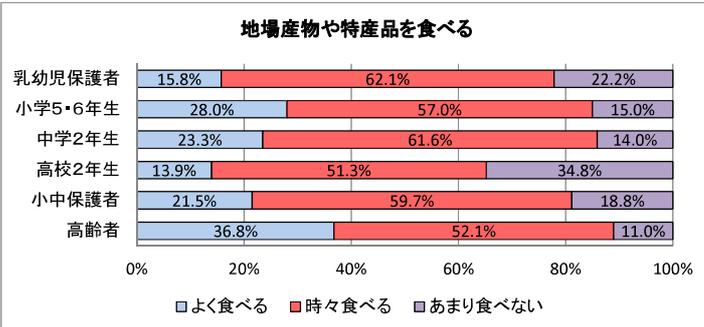
問7 地域で生産されたものをできるだけその地域で消費する「地産地消」の考えを知っていますか

	乳幼児保護者	小学5・6年生	中学2年生	高校2年生	小中保護者	高齢者
知っている実践している	27.6%	24.0%	25.6%	17.4%	27.2%	62.6%
知っているが実践はしていない	55.7%	43.0%	58.1%	58.3%	60.7%	28.2%
知らない	16.3%	32.0%	15.1%	24.3%	8.9%	3.7%
未回答	0.5%	1.0%	1.2%	0.0%	0.0%	5.5%



問8 芦別市の郷土料理・特産品・地場産品を食べますか

	乳幼児保護者	小学5・6年生	中学2年生	高校2年生	小中保護者	高齢者
よく食べる	15.8%	28.0%	23.3%	13.9%	21.5%	36.8%
時々食べる	62.1%	57.0%	61.6%	51.3%	59.7%	52.1%
あまり食べない	22.2%	15.0%	14.0%	34.8%	18.8%	11.0%
未回答	0.0%	0.0%	1.2%	0.0%	0.0%	0.0%

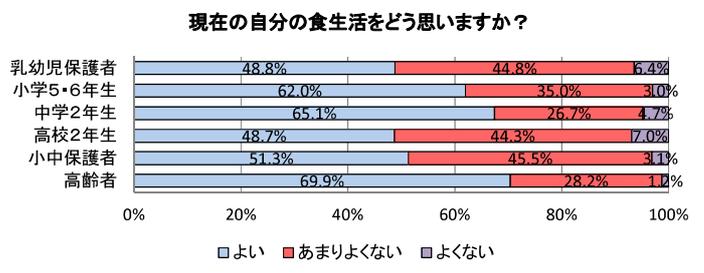


食べない理由

	乳幼児保護者	小学5年生	中学2年生	高校2年生	小中保護者	高齢者
郷土料理や特産品等を知らない	13	9	5	9	22	0
	27.1%	45.0%	55.6%	26.5%	26.8%	0.0%
売っているお店を知らない	12	2	0	4	25	2
	25.0%	10.0%	0.0%	11.8%	30.5%	50.0%
価格が高い	18	7	2	15	25	2
	37.5%	35.0%	22.2%	44.1%	30.5%	50.0%
使い方がわからない	0	0	0	0	0	0
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
その他	2	1	1	2	4	0
	4.2%	5.0%	11.1%	5.9%	4.9%	0.0%

問9 現在の自分の食生活をどう思いますか

	乳幼児保護者	小学5・6年生	中学2年生	高校2年生	小中保護者	高齢者
よい	48.8%	62.0%	65.1%	48.7%	51.3%	69.9%
あまりよくない	44.8%	35.0%	26.7%	44.3%	45.5%	28.2%
よくない	6.4%	3.0%	4.7%	7.0%	3.1%	1.2%
未回答	0.0%	0.0%	3.5%	0.0%	0.0%	0.6%



よくない理由

	乳幼児保護者	小学5年生	中学2年生	高校2年生	小中保護者	高齢者
好き嫌いがある (偏食がある)	29	25	15	21	32	18
	14.3%	71.4%	55.6%	35.6%	34.4%	37.5%
ごはんを食べない時がある (欠食がある)	22	3	4	14	15	5
	10.8%	8.6%	14.8%	23.7%	16.1%	10.4%
よくかまないで食べている	19	4	5	8	13	9
	9.4%	11.4%	18.5%	13.6%	14.0%	18.8%
お菓子やジュース間食が多い (間食が多い)	9	3	2	4	5	3
	4.4%	8.6%	7.4%	6.8%	5.4%	6.3%
食べすぎてしまう	9	1	0	6	9	9
	4.4%	2.9%	0.0%	10.2%	9.7%	18.8%
食事時間が不規則	6	2	0	4	9	1
	3.0%	5.7%	0.0%	6.8%	9.7%	2.1%
その他	10	0	3	2	10	11
	4.9%	0.0%	11.1%	3.4%	10.8%	22.9%

食育基本法（平成十七年六月十七日法律第六十三号）

最終改正：平成二十一年六月五日法律第四九号

前文

第一章 総則（第一条—第十五条）

第二章 食育推進基本計画等（第十六条—第十八条）

第三章 基本的施策（第十九条—第二十五条）

第四章 食育推進会議等（第二十六条—第三十三条）

附則

二十一世紀における我が国の発展のためには、子どもたちが健全な心と身体を培い、未来や国際社会に向かって羽ばたくことができるようにするとともに、すべての国民が心身の健康を確保し、生涯にわたって生き生きと暮らすことができるようにすることが大切である。

子どもたちが豊かな人間性をはぐくみ、生きる力を身に付けていくためには、何よりも「食」が重要である。今、改めて、食育を、生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきものと位置付けるとともに、様々な経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てる食育を推進することが求められている。もとより、食育はあらゆる世代の国民に必要なものであるが、子どもたちに対する食育は、心身の成長及び人格の形成に大きな影響を及ぼし、生涯にわたって健全な心と身体を培い豊かな人間性をはぐくんでいく基礎となるものである。

一方、社会経済情勢がめまぐるしく変化し、日々忙しい生活を送る中で、人々は、毎日の「食」の大切さを忘れがちである。国民の食生活においては、栄養の偏り、不規則な食事、肥満や生活習慣病の増加、過度の痩身志向などの問題に加え、新たな「食」の安全上の問題や「食」の海外への依存の問題が生じており、「食」に関する情報が社会に氾濫する中で、人々は、食生活の改善の面からも、「食」の安全の確保の面からも、自ら「食」のあり方を学ぶことが求められている。また、豊かな緑と水に恵まれた自然の下で先人からはぐまれてきた、地域の多様性と豊かな味覚や文化の香りあふれる日本の「食」が失われる危機にある。

こうした「食」をめぐる環境の変化の中で、国民の「食」に関する考え方を育て、健全な食生活を実現することが求められるとともに、都市と農山漁村の共生・対流を進め、「食」に関する消費者と生産者との信頼関係を構築して、地域社会の活性化、豊かな食文化の継承及び発展、環境と調和のとれた食料の生産及び消費の推進並びに食料自給率の向上に寄与することが期待されている。

国民一人一人が「食」について改めて意識を高め、自然の恩恵や「食」に関わる人々の様々な活動への感謝の念や理解を深めつつ、「食」に関して信頼できる情報に基づく適切な判断を行う能力を身に付けることによって、心身の健康を増進する健全な食生活を実践するために、今こそ、家庭、学校、保育所、地域等を中心に、国民運動として、食育の推進に取り組んでいくことが、我々に課せられている課題である。さらに、食育の推進に関する我が国の取組が、海外との交流等を通じて食育に関して国際的に貢献することにつながることも期待される。

ここに、食育について、基本理念を明らかにしてその方向性を示し、国、地方公共団体及び国民の食育の推進に関する取組を総合的かつ計画的に推進するため、この法律を制定する。

第一章 総則

(目的)

第一条 この法律は、近年における国民の食生活をめぐる環境の変化に伴い、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ための食育を推進することが緊要な課題となっていることにかんがみ、食育に関し、基本理念を定め、及び国、地方公共団体等の責務を明らかにするとともに、食育に関する施策の基本となる事項を定めることにより、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することを目的とする。

(国民の心身の健康の増進と豊かな人間形成)

第二条 食育は、食に関する適切な判断力を養い、生涯にわたって健全な食生活を実現することにより、国民の心身の健康の増進と豊かな人間形成に資することを旨として、行われなければならない。

(食に関する感謝の念と理解)

第三条 食育の推進に当たっては、国民の食生活が、自然の恩恵の上に成り立っており、また、食に関わる人々の様々な活動に支えられていることについて、感謝の念や理解が深まるよう配慮されなければならない。

(食育推進運動の展開)

第四条 食育を推進するための活動は、国民、民間団体等の自発的意思を尊重し、地域の特性に配慮し、地域住民その他の社会を構成する多様な主体の参加と協力を得るものとするとともに、その連携を図りつつ、あまねく全国において展開されなければならない。

(子どもの食育における保護者、教育関係者等の役割)

第五条 食育は、父母その他の保護者にあつては、家庭が食育において重要な役割を有していることを認識するとともに、子どもの教育、保育等を行う者にあつては、教育、保育等における食育の重要性を十分自覚し、積極的に子どもの食育の推進に関する活動に取り組むこととなるよう、行われなければならない。

(食に関する体験活動と食育推進活動の実践)

第六条 食育は、広く国民が家庭、学校、保育所、地域その他のあらゆる機会とあらゆる場所を利用して、食料の生産から消費等に至るまでの食に関する様々な体験活動を行うとともに、自ら食育の推進のための活動を実践することにより、食に関する理解を深めることを旨として、行われなければならない。

(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)

第七条 食育は、我が国の伝統のある優れた食文化、地域の特性を生かした食生活、環境と調和のとれた食料の生産とその消費等に配慮し、我が国の食料の需要及び供給の状況についての国民の理解を深めるとともに、食料の生産者と消費者との交流等を図ることにより、農山漁村の活性

化と我が国の食料自給率の向上に資するよう、推進されなければならない。

（食品の安全性の確保等における食育の役割）

第八条 食育は、食品の安全性が確保され安心して消費できることが健全な食生活の基礎であることにかんがみ、食品の安全性をはじめとする食に関する幅広い情報の提供及びこれについての意見交換が、食に関する知識と理解を深め、国民の適切な食生活の実践に資することを旨として、国際的な連携を図りつつ積極的に行われなければならない。

（国の責務）

第九条 国は、第二条から前条までに定める食育に関する基本理念(以下「基本理念」という。)にのっとり、食育の推進に関する施策を総合的かつ計画的に策定し、及び実施する責務を有する。

（地方公共団体の責務）

第十条 地方公共団体は、基本理念にのっとり、食育の推進に関し、国との連携を図りつつ、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、及び実施する責務を有する。

（教育関係者等及び農林漁業者等の責務）

第十一条 教育並びに保育、介護その他の社会福祉、医療及び保健（以下「教育等」という。）に関する職務に従事する者並びに教育等に関する関係機関及び関係団体（以下「教育関係者等」という。）は、食に関する関心及び理解の増進に果たすべき重要な役割にかんがみ、基本理念にのっとり、あらゆる機会とあらゆる場所を利用して、積極的に食育を推進するよう努めるとともに、他の者の行う食育の推進に関する活動に協力するよう努めるものとする。

2 農林漁業者及び農林漁業に関する団体（以下「農林漁業者等」という。）は、農林漁業に関する体験活動等が食に関する国民の関心及び理解を増進する上で重要な意義を有することにかんがみ、基本理念にのっとり、農林漁業に関する多様な体験の機会を積極的に提供し、自然の恩恵と食に関わる人々の活動の重要性について、国民の理解が深まるよう努めるとともに、教育関係者等と相互に連携して食育の推進に関する活動を行うよう努めるものとする。

（食品関連事業者等の責務）

第十二条 食品の製造、加工、流通、販売又は食事の提供を行う事業者及びその組織する団体（以下「食品関連事業者等」という。）は、基本理念にのっとり、その事業活動に関し、自主的かつ積極的に食育の推進に自ら努めるとともに、国又は地方公共団体が実施する食育の推進に関する施策その他の食育の推進に関する活動に協力するよう努めるものとする。

（国民の責務）

第十三条 国民は、家庭、学校、保育所、地域その他の社会のあらゆる分野において、基本理念にのっとり、生涯にわたり健全な食生活の実現に自ら努めるとともに、食育の推進に寄与するよう努めるものとする。

（法制上の措置等）

第十四条 政府は、食育の推進に関する施策を実施するため必要な法制上又は財政上の措置その他の措置を講じなければならない。

（年次報告）

第十五条 政府は、毎年、国会に、政府が食育の推進に関して講じた施策に関する報告書を提出しなければならない。

第二章 食育推進基本計画等

(食育推進基本計画)

第十六条 食育推進会議は、食育の推進に関する施策の総合的かつ計画的な推進を図るため、食育推進基本計画を作成するものとする。

2 食育推進基本計画は、次に掲げる事項について定めるものとする。

- 一 食育の推進に関する施策についての基本的な方針
- 二 食育の推進の目標に関する事項
- 三 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
- 四 前三号に掲げるもののほか、食育の推進に関する施策を総合的かつ計画的に推進するために必要な事項

3 食育推進会議は、第一項の規定により食育推進基本計画を作成したときは、速やかにこれを内閣総理大臣に報告し、及び関係行政機関の長に通知するとともに、その要旨を公表しなければならない。

4 前項の規定は、食育推進基本計画の変更について準用する。

(都道府県食育推進計画)

第十七条 都道府県は、食育推進基本計画を基本として、当該都道府県の区域内における食育の推進に関する施策についての計画（以下「都道府県食育推進計画」という。）を作成するよう努めなければならない。

2 都道府県（都道府県食育推進会議が置かれている都道府県にあっては、都道府県食育推進会議）は、都道府県食育推進計画を作成し、又は変更したときは、速やかに、その要旨を公表しなければならない。

(市町村食育推進計画)

第十八条 市町村は、食育推進基本計画（都道府県食育推進計画が作成されているときは、食育推進基本計画及び都道府県食育推進計画）を基本として、当該市町村の区域内における食育の推進に関する施策についての計画（以下「市町村食育推進計画」という。）を作成するよう努めなければならない。

2 市町村（市町村食育推進会議が置かれている市町村にあっては、市町村食育推進会議）は、市町村食育推進計画を作成し、又は変更したときは、速やかに、その要旨を公表しなければならない。

第三章 基本的施策

(家庭における食育の推進)

第十九条 国及び地方公共団体は、父母その他の保護者及び子どもの食に対する関心及び理解を深め、健全な食習慣の確立に資するよう、親子で参加する料理教室その他の食事についての望ましい習慣を学びながら食を楽しむ機会の提供、健康美に関する知識の啓発その他の適切な栄養管理に関する知識の普及及び情報の提供、妊産婦に対する栄養指導又は乳幼児をはじめとする子どもを対象とする発達段階に応じた栄養指導その他の家庭における食育の推進を支援するために必要な施策を講ずるものとする。

（学校、保育所等における食育の推進）

第二十条 国及び地方公共団体は、学校、保育所等において魅力ある食育の推進に関する活動を効果的に促進することにより子どもの健全な食生活の実現及び健全な心身の成長が図られるよう、学校、保育所等における食育の推進のための指針の作成に関する支援、食育の指導にふさわしい教職員の設置及び指導的立場にある者の食育の推進において果たすべき役割についての意識の啓発その他の食育に関する指導体制の整備、学校、保育所等又は地域の特色を生かした学校給食等の実施、教育の一環として行われる農場等における実習、食品の調理、食品廃棄物の再生利用等様々な体験活動を通じた子どもの食に関する理解の促進、過度の痩身又は肥満の心身の健康に及ぼす影響等についての知識の啓発その他必要な施策を講ずるものとする。

（地域における食生活の改善のための取組の推進）

第二十一条 国及び地方公共団体は、地域において、栄養、食習慣、食料の消費等に関する食生活の改善を推進し、生活習慣病を予防して健康を増進するため、健全な食生活に関する指針の策定及び普及啓発、地域における食育の推進に関する専門的知識を有する者の養成及び資質の向上並びにその活用、保健所、市町村保健センター、医療機関等における食育に関する普及及び啓発活動の推進、医学教育等における食育に関する指導の充実、食品関連事業者等が行う食育の推進のための活動への支援等必要な施策を講ずるものとする。

（食育推進運動の展開）

第二十二条 国及び地方公共団体は、国民、教育関係者等、農林漁業者等、食品関連事業者等その他の事業者若しくはその組織する団体又は消費生活の安定及び向上等のための活動を行う民間の団体が自発的に行う食育の推進に関する活動が、地域の特性を生かしつつ、相互に緊密な連携協力を図りながらあまねく全国において展開されるようにするとともに、関係者相互間の情報及び意見の交換が促進されるよう、食育の推進に関する普及啓発を図るための行事の実施、重点的かつ効果的に食育の推進に関する活動を推進するための期間の指定その他必要な施策を講ずるものとする。

2 国及び地方公共団体は、食育の推進に当たっては、食生活の改善のための活動その他の食育の推進に関する活動に携わるボランティアが果たしている役割の重要性にかんがみ、これらのボランティアとの連携協力を図りながら、その活動の充実が図られるよう必要な施策を講ずるものとする。

（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）

第二十三条 国及び地方公共団体は、生産者と消費者との間の交流の促進等により、生産者と消費者との信頼関係を構築し、食品の安全性の確保、食料資源の有効な利用の促進及び国民の食に対する理解と関心の増進を図るとともに、環境と調和のとれた農林漁業の活性化に資するため、農林水産物の生産、食品の製造、流通等における体験活動の促進、農林水産物の生産された地域内の学校給食等における利用その他のその地域内における消費の促進、創意工夫を生かした食品廃棄物の発生の抑制及び再生利用等必要な施策を講ずるものとする。

（食文化の継承のための活動への支援等）

第二十四条 国及び地方公共団体は、伝統的な行事や作法と結びついた食文化、地域の特色ある食文化等我が国の伝統のある優れた食文化の継承を推進するため、これらに関する啓発及び知識

の普及その他の必要な施策を講ずるものとする。

(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)

第二十五条 国及び地方公共団体は、すべての世代の国民の適切な食生活の選択に資するよう、国民の食生活に関し、食品の安全性、栄養、食習慣、食料の生産、流通及び消費並びに食品廃棄物の発生及びその再生利用の状況等について調査及び研究を行うとともに、必要な各種の情報の収集、整理及び提供、データベースの整備その他食に関する正確な情報を迅速に提供するために必要な施策を講ずるものとする。

2 国及び地方公共団体は、食育の推進に資するため、海外における食品の安全性、栄養、食習慣等の食生活に関する情報の収集、食育に関する研究者等の国際的交流、食育の推進に関する活動についての情報交換その他国際交流の推進のために必要な施策を講ずるものとする。

第四章 食育推進会議等

(食育推進会議の設置及び所掌事務)

第二十六条 内閣府に、食育推進会議を置く。

2 食育推進会議は、次に掲げる事務をつかさどる。

一 食育推進基本計画を作成し、及びその実施を推進すること。

二 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)

第二十七条 食育推進会議は、会長及び委員二十五人以内をもって組織する。

(会長)

第二十八条 会長は、内閣総理大臣をもって充てる。

2 会長は、会務を総理する。

3 会長に事故があるときは、あらかじめその指名する委員がその職務を代理する。

(委員)

第二十九条 委員は、次に掲げる者をもって充てる。

一 内閣府設置法(平成十一年法律第八十九号)第九条第一項に規定する特命担当大臣であつて、同項の規定により命を受けて同法第四条第一項第十八号に掲げる事項に関する事務及び同条第三項第二十七号の三に掲げる事務を掌理するもの(次号において「食育担当大臣」という。)

二 食育担当大臣以外の国務大臣のうちから、内閣総理大臣が指定する者

三 食育に関して十分な知識と経験を有する者のうちから、内閣総理大臣が任命する者

2 前項第三号の委員は、非常勤とする。

(委員の任期)

第三十条 前条第一項第三号の委員の任期は、二年とする。ただし、補欠の委員の任期は、前任者の残任期間とする。

2 前条第一項第三号の委員は、再任されることができる。

(政令への委任)

第三十一条 この章に定めるもののほか、食育推進会議の組織及び運営に関し必要な事項は、政

令で定める。

（都道府県食育推進会議）

第三十二条 都道府県は、その都道府県の区域における食育の推進に関して、都道府県食育推進計画の作成及びその実施の推進のため、条例で定めるところにより、都道府県食育推進会議を置くことができる。

2 都道府県食育推進会議の組織及び運営に関し必要な事項は、都道府県の条例で定める。

（市町村食育推進会議）

第三十三条 市町村は、その市町村の区域における食育の推進に関して、市町村食育推進計画の作成及びその実施の推進のため、条例で定めるところにより、市町村食育推進会議を置くことができる。

2 市町村食育推進会議の組織及び運営に関し必要な事項は、市町村の条例で定める。

附 則 抄

（施行期日）

第一条 この法律は、公布の日から起算して一月を超えない範囲内において政令で定める日から施行する。

附 則（平成二十一年六月五日法律第四九号）抄

（施行期日）

第一条 この法律は、消費者庁及び消費者委員会設置法（平成二十一年法律第四十八号）の施行の日から施行する。

芦別市食育推進会議条例

(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、芦別市食育推進会議（以下「推進会議」という。）を置く。

(所掌事項)

第2条 推進会議の所掌事項は、次のとおりとする。

- (1) 食育推進計画（法第18条第1項に規定する市町村食育推進計画をいう。以下同じ。）を作成し、及び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実施を推進すること。

(組織)

第3条 推進会議は、委員11人以内をもって組織する。

2 委員は、次の各号に掲げる者のうちから、市長が任命する。

- (1) 学識経験者
- (2) 食育の推進に関係する機関、団体等の長から推薦された者
- (3) 公募に応じた市民

3 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。

4 委員は、再任されることができる。

(会長及び副会長)

第4条 推進会議に会長及び副会長1人を置き、委員の互選によってこれを定める。

2 会長は、推進会議を代表し、会務を総理する。

3 副会長は、会長を補佐し、会長に事故があるとき、又は会長が欠けたときは、その職務を代理する。

(会議)

第5条 推進会議は、会長が招集する。

2 推進会議は、委員の過半数以上の出席がなければ、会議を開くことができない。

3 推進会議の議事は、出席した委員の過半数をもってこれを決し、可否同数のときは、会長の決するところによる。

(関係人の出席)

第6条 推進会議は、必要があると認めるときは、関係人の出席を求め、その意見又は説明を聴くことができる。

(庶務)

第7条 推進会議の庶務は、市民福祉部健康推進課において行う。

(会長への委任)

第8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、会長が推進会議に諮って定める。

附 則

この条例は、公布の日から施行する。

附 則（平成20年3月19日条例第15号抄）

（施行期日）

- 1 この条例は、平成20年4月1日から施行する。

附 則（平成20年9月26日条例第48号抄）

（施行期日）

- 1 この条例は、平成20年10月1日から施行する。

附 則（平成20年12月15日条例第58号）

この条例は、公布の日から施行する。

附 則（平成23年6月28日条例第18号）

この条例は、公布の日から施行する。

芦別市食育推進会議委員名簿

役職等	氏名	所属団体等	区分
会長	須藤 榮松	食育についての知識、経験が豊富な者	学識経験者
副会長	眞田 利恵子	(社)北海道栄養士会芦別地区栄養士会	栄養関係団体
委員	請川 勝也	(社)北海道全調理師会芦別支部	食育関係団体
	山崎 直人	きらきらぼし生産組合	食育関係団体
	藤嶋 彰	(社)芦別市医師会	医療関係団体
	依本 卓見	芦別歯科医会	医療関係団体
	小林 律子	芦別市食生活改善協議会	栄養関係団体
	林 明夫	芦別市校長会	教育関係団体
	佐藤 恵子	学校法人市村学園 芦別みどり幼稚園	教育関係団体
	佐渡 志津子	市民の代表	公募
	今野 真琴	市民の代表	公募

芦別市食育推進計画庁内検討委員会設置要綱

(設置)

第1条 芦別市食育推進計画の作成に向けた調査及び検討を行うため、芦別市食育推進計画庁内検討委員会（以下「食育検討委員会」という。）を設置する。

(食育検討委員会の職務)

第2条 食育検討委員会は、次に掲げる事項について調査し、検討する。

- (1) 芦別市食育推進計画の作成及びその計画の実施の推進に関する事項
- (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及び食育の推進に関する施策の実施の推進に関する事項

(組織)

第3条 食育検討委員会は、食育に関係する部局の課長及び係長並びにそれらの相当職にある者をもって組織する。

(会長及び副会長)

第4条 食育検討委員会に会長及び副会長を置く。

- 2 会長は、市民福祉部健康推進課長とし、副会長は、会長が指名する者をもって充てる。
- 3 会長は、食育検討委員会を代表し、会務を総理する。
- 4 副会長は、会長を補佐し、会長に事故があるときは、その職務を代理する。

(会議)

第5条 食育検討委員会の会議は、会長が招集する。

- 2 会長は、必要に応じて会議に関係職員を出席させることができる。

(報告)

第6条 食育検討委員会は、必要に応じて調査及び検討内容を庁議に報告するものとする。

(庶務)

第7条 食育検討委員会の庶務は、市民福祉部健康推進課で行う。

(実施細目)

第8条 この要綱に定めるもののほか、食育検討委員会の運営に関し必要な事項は、会長が食育検討委員会に諮って定める。

附 則

この要綱は、平成18年7月26日から施行する。

附 則

この要綱は、平成21年3月17日から施行する。

芦別市食育推進計画庁内検討委員名簿

役職等	氏名	職名
会長	名取 美智代	健康推進課長
副会長	水野 元春	農林課長
委員	高橋 克嘉	企画政策課長
	源 智和	企画政策課 まちづくり推進係長
	藤田 雅樹	市民課長
	佐藤 達也	市民課 生活交通係長
	横山 正人	市民課 環境衛生係長
	相澤 芳樹	介護高齢課長
	平尾 道代	介護高齢課 高齢者支援係長
	石田 俊恵	介護高齢課 地域包括支援係長
	中村 誠	児童課長
	馬場 志央里	児童課 つばさ保育園管理栄養士
	高橋 俊之	商工観光課長
	野間 文之	商工観光課 商工振興係長
	鳴澤 徹	農林課 農政係長
	山田 清子	学務課長
	木野田 直一	学務課 学校教育係長
	本間 広子	生涯学習課長
	渡辺 久幸	生涯学習課 生涯学習係長
	長野 周史	体育振興課長
石崎 俊行	体育振興課 体育振興係長	
辻奥 理恵	栄養教諭	

事務局	篠田 登	健康推進課 健康推進係長
	村上 悠実子	健康推進課 健康推進係保健師
	渡辺 香織	健康推進課 健康推進係管理栄養士

用語解説（五十音順）

「芦別市国民健康保険特定健康診査」

平成20年4月から、それぞれの保険者に対し、40歳以上の加入者を対象としたメタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）に着目した健康診査（特定健康診査）の実施が義務付けられた。

いままでの健康診査の健診項目にプラスして腹囲の測定が必須項目になったことと、総コレステロールの測定から、LDL-コレステロールの測定に変わったことが大きな変更点。

「ガタタン」

芦別市の郷土料理。含多湯（ガタタン）とも書く。団子、タケノコ、シイタケ、こんにゃく、豚肉、ちくわ、卵など10種類以上の具を入れ、とろみをつけた中華スープ。

「共食」

一人で食べるのではなく、家族や友人、職場の人や地域の人など、誰かと共に食事をするこ
と。

「郷土料理」

その地域に特有の料理。特産物を材料にしたり、伝統的な調理法を用いたりするもの。こ
こでは、芦別ならではの料理の意。

「健康寿命」

平均寿命のうち、健康で活動的に暮らせる期間。

「孤食」

家族が異なった時間に一人で食事をとること。

「食品ロス」

まだ食べられる状態にもかかわらず、捨てられている食品。

「地場産品」

地元の農産物や水産物、また、地元で生産された加工品のこと。

「生活習慣病」

高血圧症・脳血管疾患・心疾患などの循環器系の疾患や、悪性新生物（がん）・糖尿病など、生活習慣の改善によりある程度予防することができる疾患の総称。

「糖尿病予備群」

「糖尿病予備群」とは、ただちに糖尿病とは診断されないが、今後糖尿病を発病する確率が高い人のことを指し、空腹時血糖が110~125mg/dlのかた。

「特産品」

特にその土地や地方で産出する品。ここでは、芦別ならではの農産物など。

「BMI」

ボディ・マス・インデックス (Body Mass Index) の略。

医学的に最も病気が少ない数値として22を「標準」とし、18.5以下なら「痩せ」、25以上を「肥満」としている。

＜計算方法＞「体重 (kg) ÷身長 (m) ÷身長 (m)」で算出される。

「偏食」

好き嫌いが激しく、特定の食品だけを食えること。

「メタボリックシンドローム (内臓脂肪症候群)」

おへその高さの腹囲が男性で85cm以上、女性で90cm以上の方で、脂質異常、高血糖、高血圧のうち、2つ以上に該当するとメタボリックシンドロームと診断され、1つに該当する場合は、メタボリック予備群となる。しかし、食べ過ぎや運動不足などの生活習慣が原因となって起こるため、生活習慣の改善によって、予防・改善できる。

「ライフステージ」

年齢にともなって変化する生活段階のこと。妊娠期、乳児期、幼児期、学齢期、青年期、壮年期、中年期、高齢期などがある。



あしべつ
食育