

平成27年度 被災者栄養・食生活支援事業

「キッチンからはじめる からだいきいき
教室～ちゃちゃっと作る魔法のレシピ」
(事業実施報告)

いわき市保健所地域保健課 健康増進係

事業目的

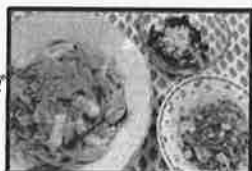
東日本大震災により被災した市民の、自立した食生活を支援するために、災害公営住宅や一時提供住宅等の近隣の公民館等における栄養相談会(調理実習を含む)を実施し、良好な食生活を確立することにより、生活習慣病や低栄養等を予防し、健康で張りのある生活を送れるようにする。

内容

- 生活習慣病や低栄養等を予防するための栄養講話「血管を若く保つ」をテーマに、短時間で簡単にできる栄養バランスのとれたメニューの調理実習、試食会、交流、栄養相談を行う。

メニュー

袋麺であんかけやきそば
ニンジンの白和え風サラダ
まっちゃ寒天



募集について

- 対象者：災害公営住宅や一時提供住宅に居住するいわき市民等(18歳以上の方)
- 周知方法：広報いわき、いわき市ホームページ、新聞、ラジオ、デジタルフォトフレーム、情報誌、チラシ配布等
- 応募方法：電話、ファックス、Eメール等

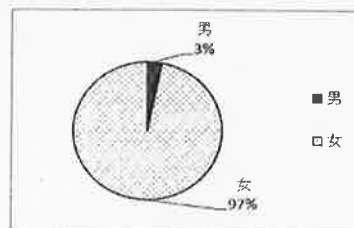
開催場所・日時と参加状況

(公社)福島県栄養士会いわき支部に各回2名の講師依頼

	開催日時	場 所	参加者数 (人)	栄養相談 件数 (人)	定員 (人)	充足率 (%)
1	6月26日(金) 10:00～12:20	藤原公民館	10	7	12	83
2	7月9日(木) 10:00～12:20	勿来公民館	9	7	16	56
3	8月5日(水) 9:30～12:00	中央公民館	24	2	30	80
4	9月8日(火) 10:00～12:20	総合保健 福祉センター	25	4	30	83
5	10月7日(水) 10:00～12:20	小名浜公民館	18	0	24	75
6	10月29日(木) 10:00～12:20	高久公民館	10	0	12	83
7	11月13日(金) 10:00～12:20	四倉公民館	7	1	16	50
	合 計		103	21	140	74

アンケートの結果より(n=98) 一部抜粋 回収率95%

参加者について

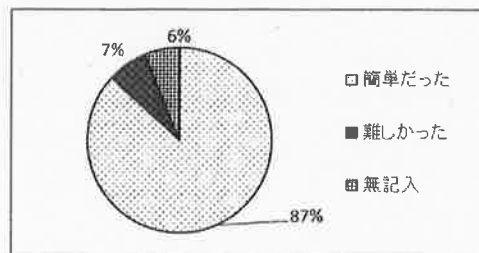


※平均年齢 68.1歳

参加しようと思ったきっかけは？
(自由記述)

- 友人に誘われて(22%)
- 教室の内容に興味があったため(16.5%)
- 食に関心があるから(13.8%)
- 健康維持のため(11.0%)
- 市の広報で知った(11.0%)

調理実習はいかがでしたか？



それはどんな点ですか？(自由記述)

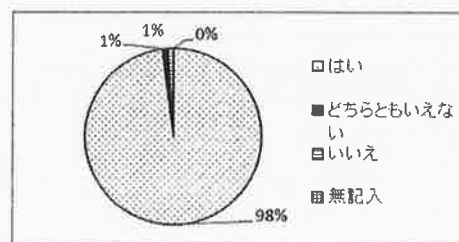
<簡単だったと回答した方>

- レシピが良かった(23.7%)
- 短時間でできた(21.1%)
- 手軽に使える身近な材料だった(13.2%)
- 楽しくできた(13.2%)
- わかりやすい説明だった(10.5%)

<難しかったと回答した方>

- 普段あまり料理をしない(2.0%)
- 計量が難しかった(2.0%)

今回のレシピを家でも作ってみようと思いますか？



それはどのような理由からですか？
(自由記述)

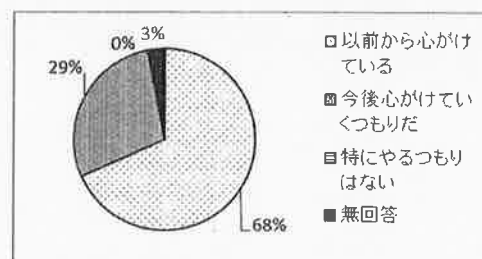
<はいと回答した方>

- 簡単にできるから(24.0%)
- 栄養バランスが良いから(16.0%)
- おいしかったから(12.0%)
- 食材の新しい調理法を知ったから(10.7%)
- 材料を揃えやすいから(8.0%)

<いいえと回答した方>

- 濃い味付けが好きなので(1%)

健康を保つために、食生活に気を付けていこうと思いますか？



食育モデル事業

「朝食を食べよう！」料理講座
～きれいな女子、できる男子は朝食から～
プロから教わる幸せ運ぶ朝食レシピ
(中間報告)

いわき市保健所地域保健課 健康増進係

事業目的

朝食を摂取することの重要性については、一般的に理解されているところだが、第2次食育推進計画策定時の現状値は、「朝食を欠食する市民の割合」が、青年期Ⅰ(19～29歳)36.4%、青年期Ⅱ(30～39歳)25.3%という割合であった。

また、いわき市の健診統計データによると、男性は30代後半から肥満者が増加傾向であり、20代後半の女性の約29%がやせという状況である。

このことから、青年期を対象とした料理講座を開催し、朝食の大切さについて理解するとともに、調理実習と試食により具体的内容を確認することで、家庭でも実践していただけるよう支援する。

実績及び予定

会場:総合保健福祉センター 調理実習室

- ・ 第1回 平成27年10月4日(日)
参加者 27名
- ・ 第2回 平成27年11月3日(火・祝)
参加者 25名
- ・ 第3回 平成28年 2月7日(日)
参加者 30名(予定)

担当講師

<第1回・和食編>

美味いもん屋 わ多なべ 渡邊 達也 氏
北川 智弘 氏

<第2回・軽食編>

パティスリーパールノエル 永久保 大樹 氏

<第3回・洋食編>

イタリア料理とワインの店 テラツツア
星 真帆 氏

調理実習の内容

- ・それぞれのプロから手軽にでき、栄養バランスのとれた朝食メニューを習い、調理・試食。
- ・朝食の大切さと、習慣化するための工夫を伝える。



第1回の様子



第2回の様子

当日の様子



第1回の様子



第2回の様子

実施メニュー

<第1回>

- ・銀だらのレモン醤油づけ焼き
- ・トマトとしらすとかいわれのサラダ
- ・冷めても固くならない玉子焼き
- ・鶏と野菜の昆布だしスープ
- ・ごはん



<第2回>

- ・ツナとブロッコリーのケーキ・サレ
- ・アスパラとトマトのケーキ・サレ
- ・フルーツヨーグルト
- ・昆布茶



実施メニュー

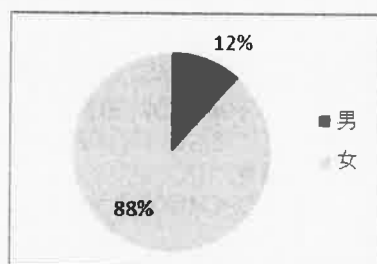
<第3回>

- ・パッパ アル ポモドーロ
(トマトのパン粥)
- ・馬車に乗ったモッツアレラ
(モッツアレラチーズと
アンチョビを挟んだフレンチトースト)
- ・野菜のニンニクとアンチョビのソテー
- ・マチェドニア
(イタリア風フルーツポンチ)

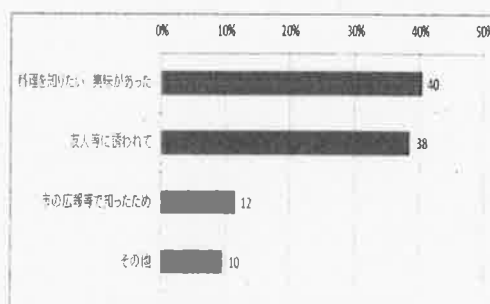
アンケートの結果より

第1回・第2回集計結果より(n=52)

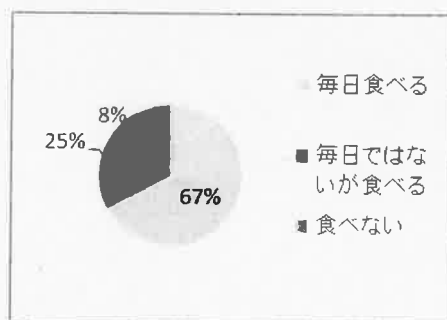
・参加者の性別について



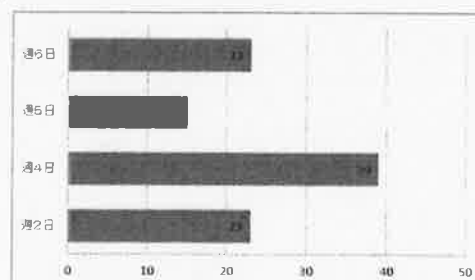
この教室に参加しようとしたきっかけは？



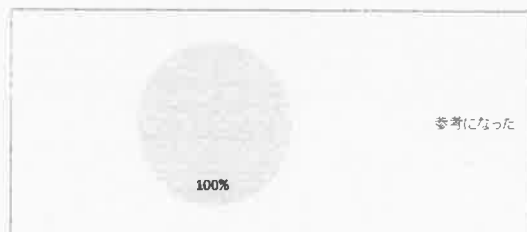
あなたは朝食を食べますか？



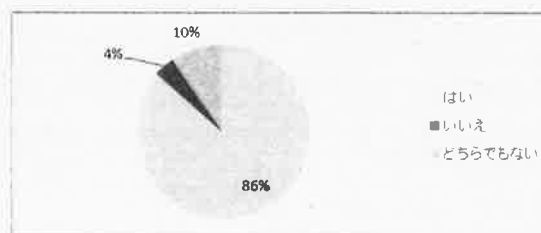
毎日ではないが食べる方の状況



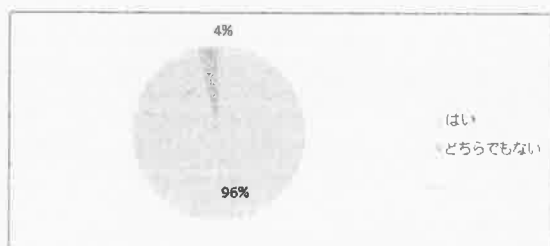
朝食を食べるための料理実習は
いかがでしたか？



料理は簡単だったと思いましたか？



今回作った料理のレシピを「家でも作って
みよう」「誰かに教えてあげよう」と思いま
したか？



その他の意見等 第1回より

- ・工夫次第で手軽に美味しく作れるとわかった。
- ・やっぱりおいしいご飯を食べると元気になると思った。
- ・今後は料理をする機会を増やしていこうと思います。
- ・家にある材料で作れそうなので、家に帰ってからも作って見ようと思います。

その他の意見等 第2回より

- ・ちょうどよい塩加減で、朝の食欲がない時も食べられる。
- ・あたたかいケーキがとても美味しかった。家族にも作ってあげたい。
- ・家にある材料で美味しくできそう。さっそく作ってみたい。

高齢者等の配食事業について

長寿介護課

事業の目的と対象者

目的

高齢者及び重度身体障害者に対し、栄養のバランスのとれた食事を調理し、居宅に訪問して定期的に提供する事業を行うことにより、当該高齢者及び重度身体障害者の自立の促進、生活の質の確保、介護予防、孤独感の解消及び安否の確認を図ることを目的に実施している。

対象者

- (1) 65歳以上の高齢者で、ひとり暮らしの方や高齢者のみ世帯の方
- (2) 低栄養状態の改善が必要な方で(1)に準ずる方
- (3) 視覚障害又は肢体不自由で、身体障害者手帳1級又は2級を有している方、並びに、重度身体障害者に準ずる者と地区保健福祉センター所長が認めた方

▶ 2

事業実施の状況

市内の弁当配達事業者・社会福祉法人・医療法人等、25者に業務委託し実施している。

利用者は、配食に係る原材料費を事業費に支払い、市は事業者に調理費と見守りを含む配送費用を支払う。

利用者負担 1食 350円 ※利用者が事業者直接向支払う。

委託料 1食 500円(市街地事業者⇒市街地)
1食 600円(山間地事業者⇒山間地)
1食 700円(市街地事業者⇒山間地)

利用希望者は地区保健福祉センター窓口に申請し、配食の「アセスメント」と実施し、必要な食数を決定している。

▶ 3

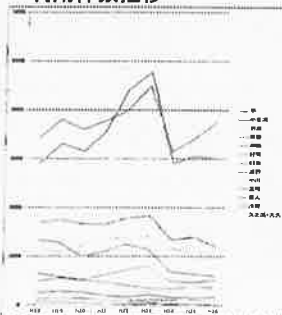
実績

区分	平成24年度		平成25年度		平成26年度		平成27年度		平成28年度		平成29年度		平成30年度	
	件数	食数	件数	食数	件数	食数	件数	食数	件数	食数	件数	食数	件数	食数
市街地	2,412	42,288	2,402	42,702	2,407	42,726	2,709	44,520	2,391	42,816	4,202	42,126	2,417	41,817
山間地	2,518	34,218	2,317	30,813	2,158	28,661	2,378	31,176	4,428	36,514	4,781	35,282	3,392	32,394
合計	4,930	76,506	4,719	73,515	4,565	71,387	5,087	75,696	6,819	79,330	8,993	77,408	5,809	74,211
市街地	2,412	42,288	2,402	42,702	2,407	42,726	2,709	44,520	2,391	42,816	4,202	42,126	2,417	41,817
山間地	2,518	34,218	2,317	30,813	2,158	28,661	2,378	31,176	4,428	36,514	4,781	35,282	3,392	32,394
合計	4,930	76,506	4,719	73,515	4,565	71,387	5,087	75,696	6,819	79,330	8,993	77,408	5,809	74,211
市街地	2,412	42,288	2,402	42,702	2,407	42,726	2,709	44,520	2,391	42,816	4,202	42,126	2,417	41,817
山間地	2,518	34,218	2,317	30,813	2,158	28,661	2,378	31,176	4,428	36,514	4,781	35,282	3,392	32,394
合計	4,930	76,506	4,719	73,515	4,565	71,387	5,087	75,696	6,819	79,330	8,993	77,408	5,809	74,211
市街地	2,412	42,288	2,402	42,702	2,407	42,726	2,709	44,520	2,391	42,816	4,202	42,126	2,417	41,817
山間地	2,518	34,218	2,317	30,813	2,158	28,661	2,378	31,176	4,428	36,514	4,781	35,282	3,392	32,394
合計	4,930	76,506	4,719	73,515	4,565	71,387	5,087	75,696	6,819	79,330	8,993	77,408	5,809	74,211
市街地	2,412	42,288	2,402	42,702	2,407	42,726	2,709	44,520	2,391	42,816	4,202	42,126	2,417	41,817
山間地	2,518	34,218	2,317	30,813	2,158	28,661	2,378	31,176	4,428	36,514	4,781	35,282	3,392	32,394
合計	4,930	76,506	4,719	73,515	4,565	71,387	5,087	75,696	6,819	79,330	8,993	77,408	5,809	74,211

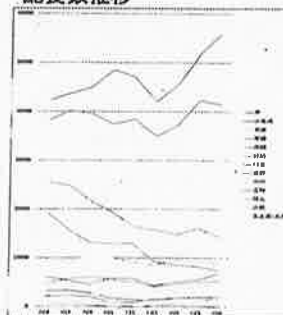
▶ 4

実績(グラフ)

利用件数推移



配食数推移



▶ 5

配食サービス事業の今後について

利用者の利便性の向上

- ・週7食の配食や、必要があれば1日2食配食できるようにする等の利便性の向上の検討を行う。

配食サービスの適正利用の検討

- ・配食サービス利用者の状態像に合わせた適正な利用の管理を行う。

配達事業の地域資源の活用の検討

- ・事業者において、配達(見守り)業務のコストが高いことから、ボランティア等の社会資源を活用した配達(見守り)業務の検討を行う。

▶ 6

実績

配食実績数	平成18年度		平成19年度		平成20年度		平成21年度		平成22年度		平成23年度		平成24年度		平成25年度		平成26年度	
	件数	食数	件数	食数	件数	食数	件数	食数	件数	食数	件数	食数	件数	食数	件数	食数	件数	食数
平	3,413	42,306	3,808	43,707	3,607	45,022	3,785	48,538	3,991	47,078	4,502	42,102	3,152	45,827	3,417	51,853	3,762	56,139
小名浜	2,901	38,219	3,310	40,281	3,159	39,801	3,579	37,478	4,408	38,531	4,783	35,025	2,910	37,278	3,064	42,396	3,006	41,440
勿来	1,170	9,889	1,084	9,309	1,216	10,091	1,364	9,994	1,398	9,321	1,408	8,551	1,170	9,754	1,097	9,474	1,060	8,894
常磐	1,694	25,633	1,750	24,939	1,667	21,759	1,654	19,423	1,785	16,618	1,840	15,814	1,336	14,861	1,400	16,141	1,204	14,236
内郷	1,340	19,502	1,286	15,910	1,003	13,171	1,102	12,968	1,254	13,009	1,145	9,293	689	8,576	644	8,284	609	7,462
好間	484	4,752	560	5,749	515	6,122	465	5,577	411	5,097	351	4,142	341	4,718	375	5,135	358	5,343
四倉	656	6,174	578	5,481	522	4,559	617	5,849	715	5,886	802	4,397	483	5,088	466	5,580	522	6,957
小計	11,658	146,475	12,376	145,376	11,689	140,325	12,566	139,827	13,982	135,540	14,831	119,324	10,091	125,902	10,463	138,863	10,521	140,271
遠野	253	3,280	281	3,428	272	2,849	195	1,806	167	1,488	220	1,405	156	1,808	158	2,039	171	2,115
小川	202	2,354	268	3,235	223	2,669	199	2,413	220	2,229	292	3,304	301	3,461	379	4,442	401	5,131
三和	122	2,145	139	2,314	142	2,095	93	979	91	927	113	1,676	107	1,832	115	1,907	101	1,747
田人	57	635	52	539	49	308	35	125	30	130	63	82	10	72	0	0	0	0
川前	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	30	371	30	415	34	353	14	68
久之浜・大久	113	993	138	1,257	119	1,235	100	1,007	81	752	85	352	81	912	133	1,369	92	1,396
小計	747	9,407	878	10,773	805	9,156	622	6,330	589	5,526	803	7,190	685	8,500	819	10,110	779	10,457
合計	12,405	155,882	13,254	156,149	12,494	149,481	13,188	146,157	14,551	141,066	15,634	126,514	10,776	134,402	11,282	148,973	11,300	150,728

公立保育所における食育の取組みについて

I 公立保育所における食育の推進について

保育所での保育の内容やこれに関する運営等について定めたものを「保育所保育指針」といいます。平成20年に改定された「保育所保育指針」では、保育の内容の一環として食育が位置付けられました。また、公立保育所では、従来から楽しく食べる体験を通して、子どもへの関心を育み、「食を営む力」の基礎を培うことをねらいとし、平成20年に「いわき市立保育所 食育の計画」に基づき、それぞれの保育所での特性を踏まえ、保育の一つの柱として食育の計画を策定しています。

各保育所では、食育の媒体である保育所給食を通し、食事のバランス、食事量の調整等を体験したり、配膳、片付けに関わる体験や、挨拶、食事のマナーなどを身につけることなど、楽しい食事の中から食べることを通して、食育の実践を行っています。

また、保育の中での、子ども自らが食事の準備や調理、後片付けまでの食事作りに関わる調理体験や、野菜等を栽培し、収穫したものを皆で分け調理し楽しく食べることなど食への関心を高める取り組みも行っています。なお、野菜栽培については、震災後の放射線関係の影響から、各保育所毎に内容等を考慮して実施しています。

この他、地域のお年寄りや祖父母とともに、柏餅作りやもちつきなど伝統的な地域で培われた食文化体験、継承する取り組みを行っています。

保護者への啓発として、お便りや、保育所給食のサンプル展示、試食会、講習会の開催などを通し、保育所給食への理解を促し、家庭での食事のあり方を見直していただく機会になるよう実施しています。

調理体験（カレー作り）



給食のサンプル展示



交換給食



Ⅱ 公立保育所における食物アレルギー児の対応について

近年、保育所では、食物アレルギーなどへの対応が必要な児童が増えています。低年齢の児童では、子ども自身が自分の食物アレルギーの状況を自覚し、食物アレルギーを有していることを自身の言葉で伝えることが困難です。このことから、主治医による「生活管理指導表」に基づき、保護者と連携をとりながら、集団給食の中で可能な限りの除去食を実施しています。食物アレルギーを持つ子どもが除去食を前向きにとらえ、今後の食生活への自信と自立心を持つようになること、また、周囲の子どもたちには思いやりの心を育めるようより一層の注意を図りながら取り組んでいるところです。

食物アレルギー対応からみた保育所給食の特徴について

○提供回数が多い

午前のおやつ、昼食、午後のおやつ

○対象年齢幅が広く、事故予防管理が重要

○在所(園)中に耐性の獲得(原因食物除去の解除)がすすむ

○在所(園)中に新規の発症がある

○食材を使用するイベントが多い

このような中、食物アレルギーを有する子どもの保育所での生活がより一層、安心・安全なものとなるよう誤配及び誤食等の発生予防のため、平成 27 年 11 月から食物アレルギー児専用の食器、トレーの使用を開始しました。

導入以前は、他の子どもと同じものを使用したいという意見も一部ありましたが、食物アレルギー児童の安全が第一と考え導入としました。

導入にあたっては、各保育所においてその児童と他の児童の食物アレルギーへの理解の状況にあわせ、それぞれ説明し使用開始となりました。

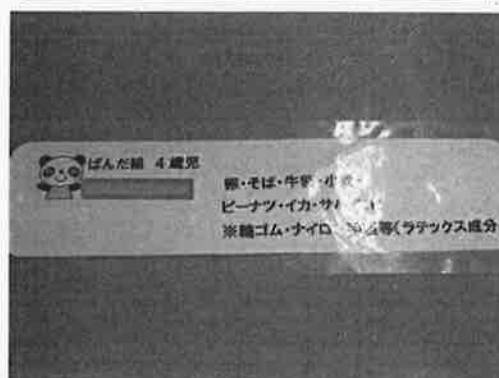
年齢が上がってくると、本人や周囲の子どもたちは、食べられない物があることを年齢に応じて理解するようになり、特に混乱なく導入できました。職員においても専用のトレーや食器を使用することで、誤配のリスクを減らすことができます。

また、献立の工夫として、アレルゲンとして多い「鶏卵」「乳」について、可能な場合は献立から外すようにしています。例えば、ハンバーグなどのつなぎである「卵」「牛乳」「パン粉」の代わりに、「すりおろしたじゃがいも」「木綿豆腐」を加えたり、フライの衣から「卵」を使用しないようにする工夫を始めたところです。

食物アレルギー児童の食事の様子



食物アレルギー児用給食の名札例



保護者による使用予定食材の
アレルギー確認



食器は異なるものを使用していても同じものを食べ、美味しさを共感し、安心して食べられる給食の機会を少しでも増やしたいと取り組んでいます。

今後も安全な給食を提供し、豊かな食体験を通して、生きる力を育み、食べる喜びを知る機会を増やしていく取組みをすすめていきたいと考えています。

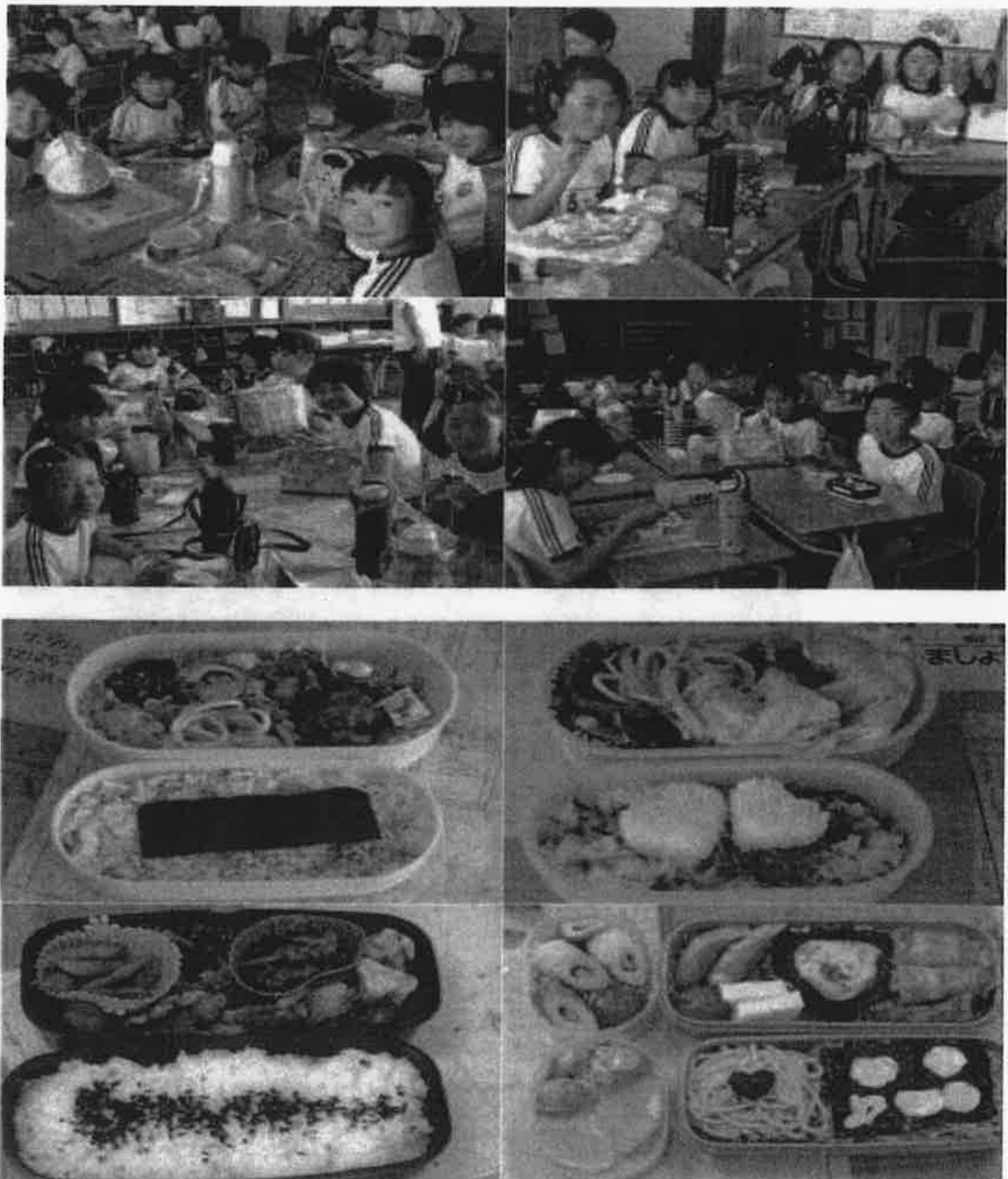
【保護者・親子に対する取り組み】

＜親子ふれあい弁当デー全校実施＞

市内全ての小中学校において、各学校の実情に合わせながら「親子ふれあい弁当デー」を概ね2日程度実施する。

実施にあたり、学校支援課において『簡単レシピ集』及びチラシ『「親子ふれあい弁当デー」に参加しよう！』を作成し各学校へ配付したほか、年度末には、各学校から取り組んだ結果の報告を受け、当該報告の中から次年度以降の取り組みの参考となる事例については、全ての学校へ配付する。

○平成 26 年度小名浜第二小学校の様子



<食育講演会>

食育の推進には、家庭における理解・協力が不可欠であることから、家庭の役割についての理解や、「食」に関する正しい知識の習得など、子どもたちの健全な食環境を整えていくことを目的として、保護者を対象とし、いわき市PTA連絡協議会研究大会中に食育講演会を開催した。

1 実施時期及び場所

日 時 : 平成 27 年 11 月 28 日(土) 14:30~16:00
(いわき市PTA連絡協議会研究大会中)

場 所 : いわき市文化センター大ホール

288人

2 講 師

料理人 森野 熊八

- 料理の作り方を歌詞にして、唄いながら作るというパフォーマンスの「クッキングショー」で話題になり、全国各地のイベント等に多数出演。明るく楽しい語り口で独自の料理世界を展開し、既存の栄養学にとらわれない『熊八流食育』の提案をするなど、テレビ、ラジオ、雑誌等で活躍中。



<学校給食共同調理場体験ツアー>

実際の給食調理を体験・見学することを通じて、学校給食への理解と食育への関心を高めてもらうことを目的として、小学生・保護者を対象に、学校給食共同調理場の体験ツアーを開催した。

27人

1 実施時期及び場所

日 時 : 平成 27 年 7 月 24 日(金) 10:00~13:00

場 所 : 常磐学校給食共同調理場

2 参加者

小学校 3 年生から 6 年生の児童とその保護者 27 組



【学校給食での取り組み】

＜地元高校との連携による事業＞

食に関わる人々への感謝の心や、地域産物を理解することによる郷土愛を育成するため、いわき海星高校実習船「福島丸」で水揚げされた「かじき」を使用した給食や、磐城農業高校の生徒による加工品を使用した給食、さらには、同校の生徒が考案した「まごわやさしい」給食を、全ての小中学校へ提供するとともに、高校生や調理員などとの交流会食会を開催した。

日 程	内 容
11 月 27 日	いわき海星高校とのタイアップ事業 〃「かじきカツ給食」の提供、 ・ 交流会食会 内町小学校
12 月 10 日	磐城農業高校とのタイアップ事業① 〃磐農生が考える「まごわやさしい献立」の提供、 ・ 交流会食会 渡辺小学校
1 月 26 日	磐城農業高校とのタイアップ事業② 〃「オリジナル食材使用献立」の提供、 ・ 交流会食会 中央台東小学校

＜地元シェフ・料理人との連携による事業＞

子どもたちの好き嫌いをなくすきっかけをつくるほか、「食」への興味や地域に根ざした食文化、さらには地域への理解を深めるため、地元のシェフ・料理人が、地元の食材を利用して考案した献立を、全ての小中学校へ提供するとともに、シェフ・料理人や調理員などとの交流会食会を開催した。

日 程	内 容
9 月 24 日	地元料理人 美味しいもん屋 わ多なべ 渡邊 達也氏との連携事業 “「和食給食」の提供、 ・ 交流会食会 久之浜第一小学校
10 月 22 日	地元シェフ Hagi フランス料理店 萩 春朋氏との連携事業 “「フレンチ給食」の提供、 ・ 交流会食会 藤原小学校

【地域での取り組み】

＜公民館事業・食育フェスタ等への参加＞

食育を推進していくためには、学校や家庭のみならず、地域の様々な関係者の連携・協力のもとに、地域が一体となって取り組む必要があることから、公民館事業・食育フェスタ等へ参加し、地域ぐるみで子どもたちの食育を応援する体制の確立を目指した。

<地元高校との連携による事業>

・かじきカツ給食



・まごわやさしい献立



・オリジナル食材使用献立



<地元シェフ・料理人との連携による事業>

・和食給食



・フレンチ給食



第2回 いわき・わくわく・食育フェスタ ～食育は楽しみながら～の事業実施報告について

- 1 目 的 第2次いわき市食育推進計画では、「周知から実践へ」をコンセプトに、市民が食に関する様々な体験活動を行うとともに、自らの食育推進のための活動を実践することで食に関する理解を深め、生涯食育社会の構築を目指している。

このことから、市民一人ひとりが食の大切さを見直し、食に関する正しい情報を適切に判断する力を養い、健全な食生活を実践していくため、食育の重要性について理解を深め、かつ、主体的に実践していくための動機を促し、家庭で取り組める事例が理解できる機会を設け、食育の実践を支援するため実施した。

- 2 日 時 平成27年9月5日（土） 12時00分～16時00分
 3 来 場 者 398名
 4 会 場 いわき市総合保健福祉センター
 5 内 容

(1) 第2回「笑顔がごちそう」フォトコンテスト表彰式

日常の様々なシーンの中で、食と笑顔が写っている写真を事前に市民から募り、フェスタ開催当日に展示及び表彰式を行い、応募した方だけでなく、作品を見る方も「楽しいことが食育の原点」であることを認識していただいた。

総応募作品数 100 点から最優秀賞 1 名、優秀賞 5 名、グッドスマイル賞 21 名の表彰式を行った。

(2) 食育講演会 「みんなが主役！いわきの食育講演会」

子どもの未来を創る・大人の人生を豊かにする食！

あなたの身近な食のスペシャリストのお話！！

「いわきの生産者がくれた料理人へのプレゼント」

講師：萩 春朋 氏（Hagi フランス料理店オーナーシェフ）

地元の食材と向き合うことになった経緯や 生産者とのつながりなど映像を交えての内容で実施した。（講演内容とコラボした試食を講師が用意。「おいものピューレとメープルサーモンいわきワイナリーの葡萄の樹の燻製の香り」）

*講演会中の預かり保育は 12 名。

(3) 食べてみておいしい給食レシピ（公立保育所調理員の有志が協力）

メニューを試食し、体感することでの気づきを促すとともに、レシピを配布し家庭での食事に活用していただけるよう啓発した。

メニュー

学校給食：「ガルビュールスープ」（フレンチ給食メニュー）

保育所給食おやつ：「豆かりんとう」（アレルギー児対応おやつ）

(4) 食のフレンドパーク ～楽しい食の経験を！～

① 学校給食交流コーナー（教育員会事務局 学校支援課と連携）

学校給食での食育事業や調理場などを紹介する他、食に関する楽しい体験コーナーを設置した。

ア パネルの展示

高等学校参加型食育事業、親子ふれあい弁当デー、給食センターから届くまで、学校給食献立紹介、和食・フレンチ給食の紹介

イ 食の楽しい体験コーナー

・野菜スタンプ

・食物に関するクイズに挑戦

（たべものあてっこクイズ、おはし名人はだあれ、食べ物なまえあてクイズ）

・かみかみコーナー

② 農林水産物コーナー（農林水産部 農業振興課と連携）

いわきの農産物に興味を持ち、理解を深めていただけるよう実施した。

ア いわきの伝統野菜 見てみよう！ 触ってみよう！コーナー

イ クイズにチャレンジコーナー

いわきで生産量の多い野菜は？ 生産地は？ など

*いわき農産物マスコットキャラクター『アグリ☆ファイブ』も登場。

③ お口と栄養のコーナー

（一般社団法人 福島県歯科衛生士会 いわき支部に依頼）

食べることは生きることであり、口腔機能が食べることと関連性が深く、重要であり、家庭で実践できることを啓発した。

ア お顔でじゃんけん

イ 咀嚼力判定ガム体験（成人）

ウ イオン飲料、炭酸飲料に含まれる糖分量の展示

エ 歯科衛生士による歯科健康相談 等

④ 野菜ぴったり 350g チャレンジコーナー

（公益社団法人 福島県栄養士会 いわき支部に依頼）

1日に摂取する望ましい野菜の量 350g を、実際に用意した野菜の中から自由に選び、計量し、自分や家族の食生活と比較するとともに、野菜の摂取と健康管理について理解していただき、家庭での実践を啓発した。

⑤ 食事の塩分確認コーナー

(いわき市健康推進員に依頼)

食品に含まれる塩分量のクイズや「だし汁」の試飲で減塩の工夫を体感し、ご自分の家庭での実践に活用していただけるよう啓発した。

⑥ 食に関する絵本コーナー（読み聞かせタイム）

(子育てサポーター・プリズムに依頼)

絵本の中で食に関することが登場するものや、食育に関するものを自由に手にすることができるよう展示するとともに、読み聞かせも3回実施。親子で楽しい時間と空間を共有できるコーナーを設置した。

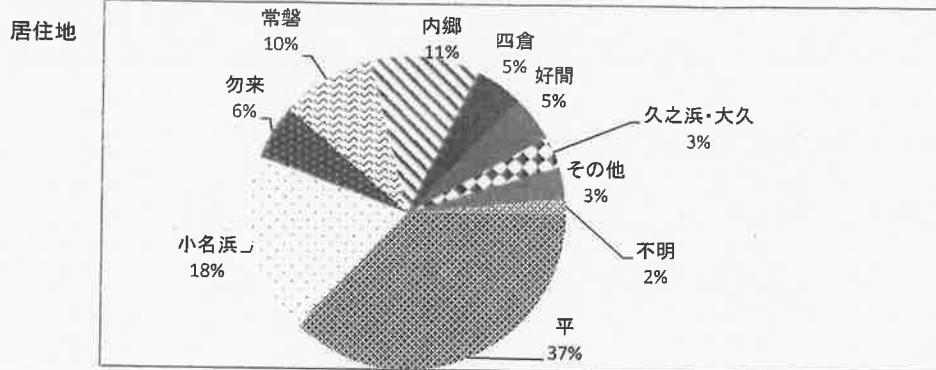
⑦ 食を学べる展示コーナー

いわき市の現状や目標を認識していただき、市民の実践の重要性を理解していただくとともに、家庭との連携を図るため、食育推進ボランティア団体紹介コーナーを設置する他、食育推進計画の概要版、食育リーフレット、レシピ等を展示した。

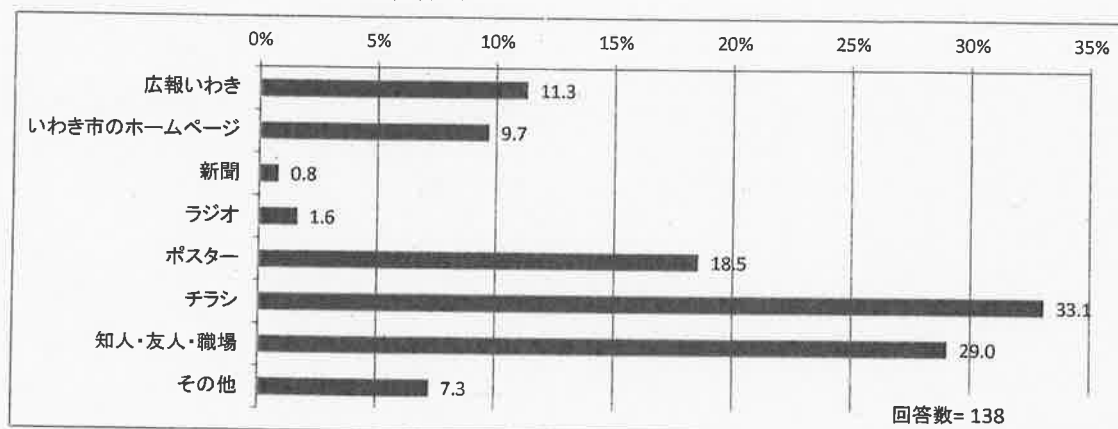
コーナーの一角には、市民の皆様が自ら食生活がチェックできるパソコンを用意した。

【平成27年度 第2回いわき♪わくわく♪食育フェスタ！アンケート結果】

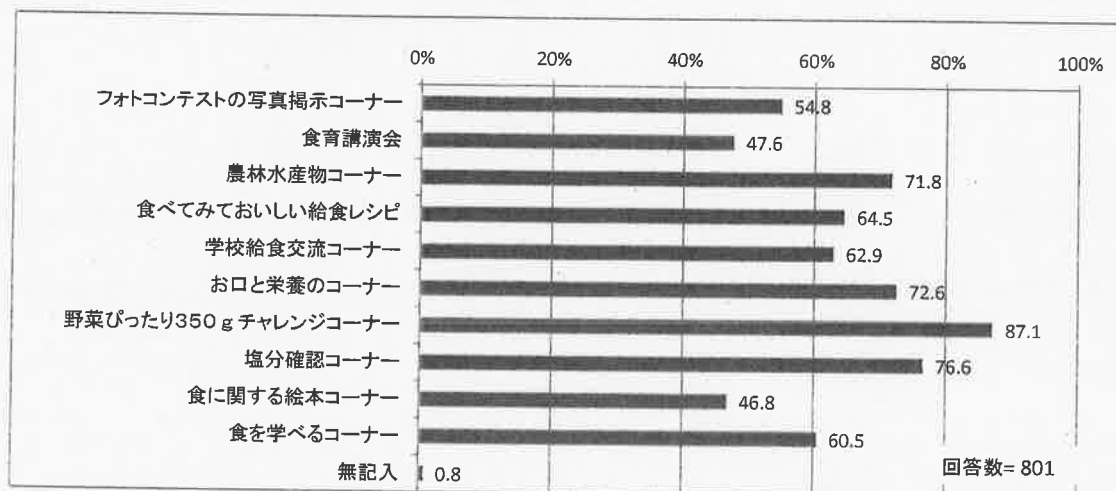
(n=124)



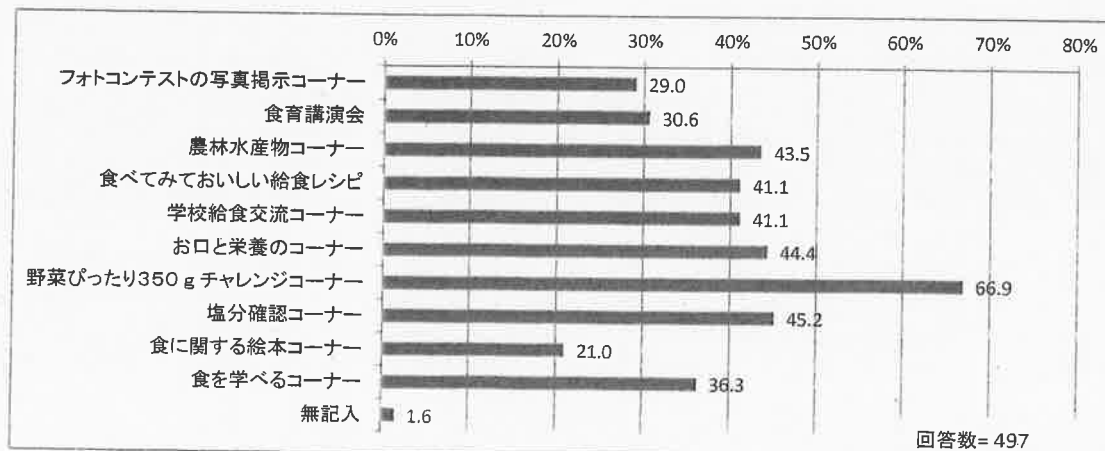
1 今回の開催を何で知りましたか？(複数回答可)



2 本日のコーナーをご覧になりましたか？(複数回答可)



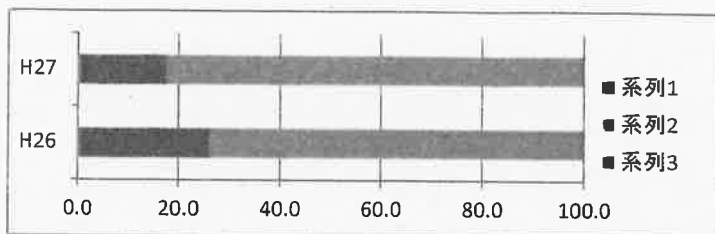
3 そのうちのどのコーナーが楽しかったですか？(複数回答可)



平成26年と平成27年との比較

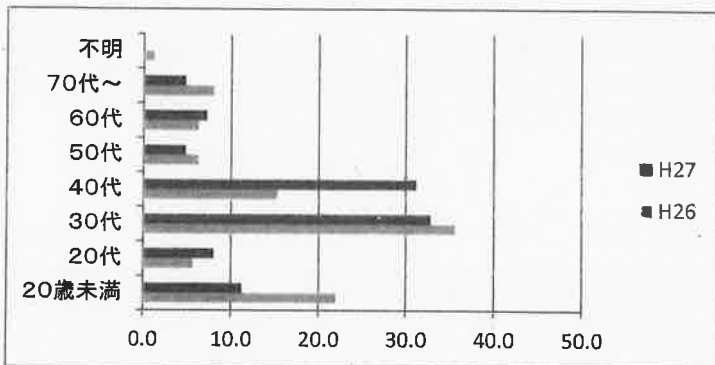
性別

	H26	H27
男	26.0	17.6
女	72.9	81.6
不明	1.1	0.8
合計	100	100



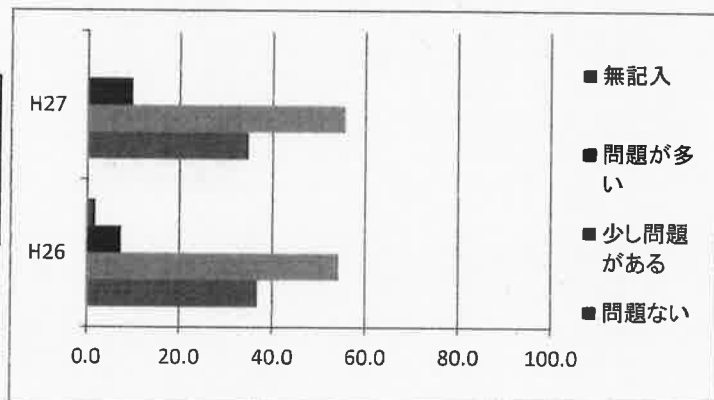
年齢

	H26	H27
20歳未満	22.0	11.2
20代	5.6	8.0
30代	35.6	32.8
40代	15.3	31.2
50代	6.2	4.8
60代	6.2	7.2
70代～	7.9	4.8
不明	1.1	0.0
合計	100	100



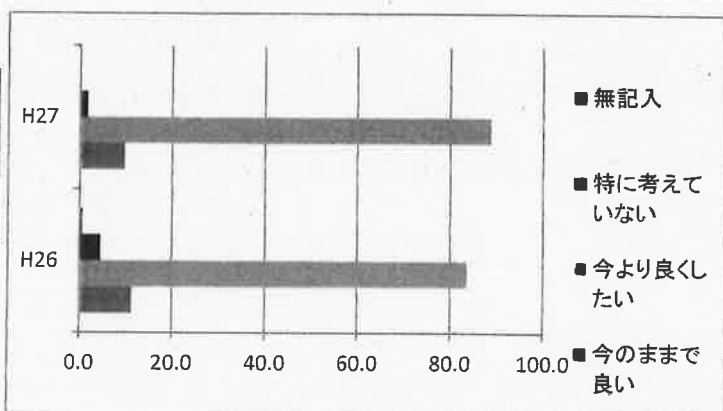
● 現在、ご自身およびご家族の食生活について
どうお考えですか？

	H26	H27
問題ない	36.7	34.7
少し問題がある	54.2	55.6
問題が多い	7.3	9.7
無記入	1.7	0.0
合計	100	100



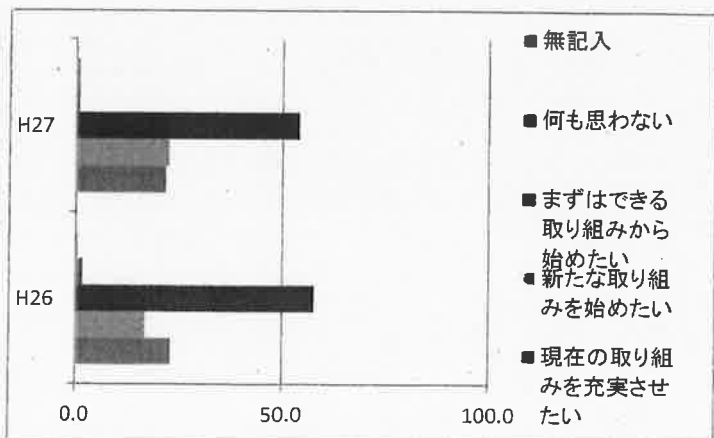
● 今後、ご自身およびご家族の食生活について
どのようにしたいと思いますか？

	H26	H27
今のままで良い	11.3	9.7
今より良くしたい	83.6	88.7
特に考えていない	4.5	1.6
無記入	0.6	0.0
合計	100	100



● フェスタに参加して、今後どのように「食育」に
取り組みたいと思いましたか？

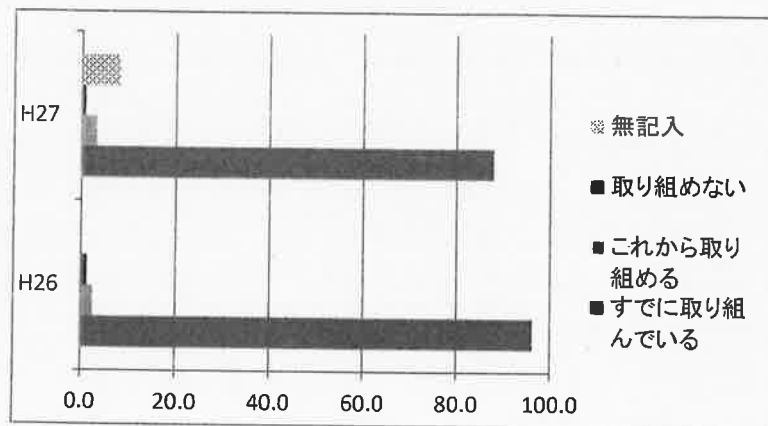
	H26	H27
現在の取り組みを充実させたい	23.2	21.8
新たな取り組みを始めたい	16.9	22.6
まずはできる取り組みから始めたい	57.6	54.0
何も思わない	1.7	0.8
無記入	0.6	0.8
合計	100	100



今後の食育推進の参考とさせていただきたく、みなさまの食育の取り組みについて教えてください。

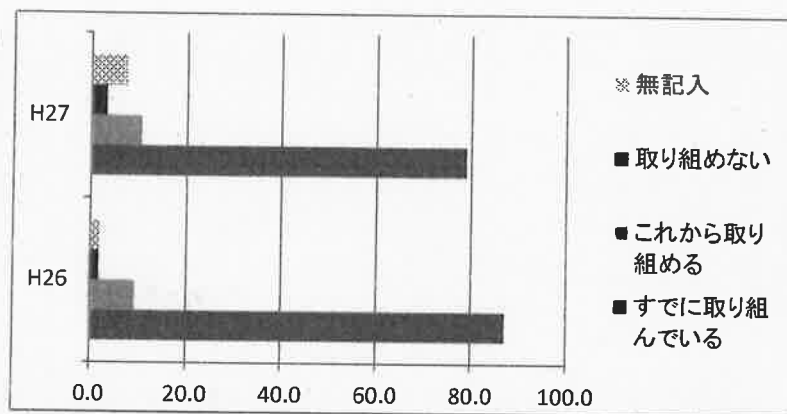
○朝ごはんを食べています

	H26	H27
すでに取り組んでいる	96.3	87.9
これから取り組める	2.5	3.2
取り組めない	1.2	0.8
無記入	0.0	8.1
合計 %	100	100



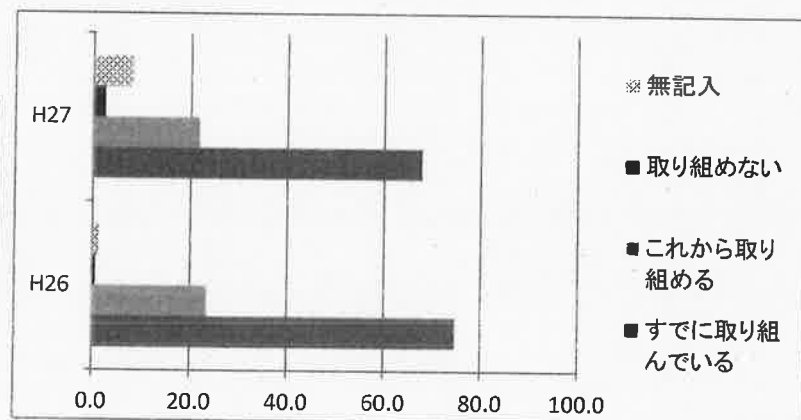
○食事のあいさつをします

	H26	H27
すでに取り組んでいる	87.0	79.0
これから取り組める	9.3	10.5
取り組めない	1.9	3.2
無記入	1.9	7.3
合計	100	100



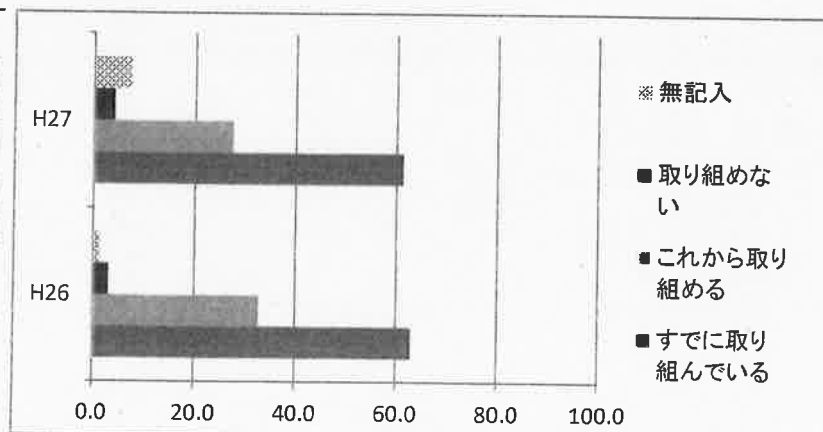
○バランスよい食事に心がけています

	H26	H27
すでに取り組んでいる	74.7	67.7
これから取り組める	23.5	21.8
取り組めない	0.6	2.4
無記入	1.2	8.1
合計	100	100



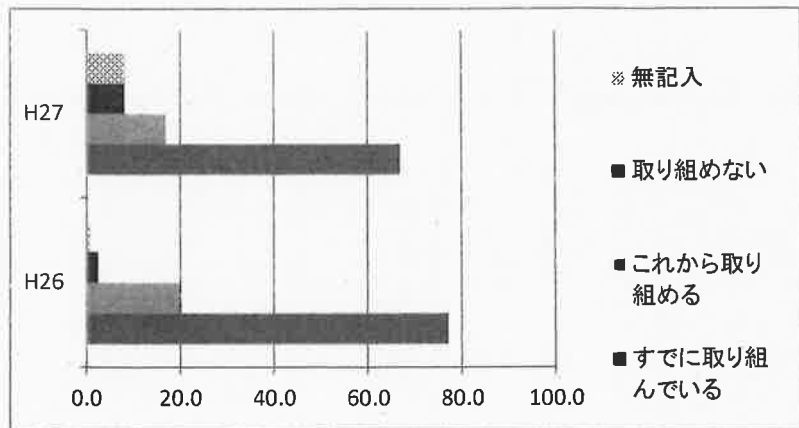
○歯を大切にし、よく噛んで食べています

	H26	H27
すでに取り組んでいる	63.0	61.3
これから取り組める	32.7	27.4
取り組めない	3.1	4.0
無記入	1.2	7.3
合計	100	100



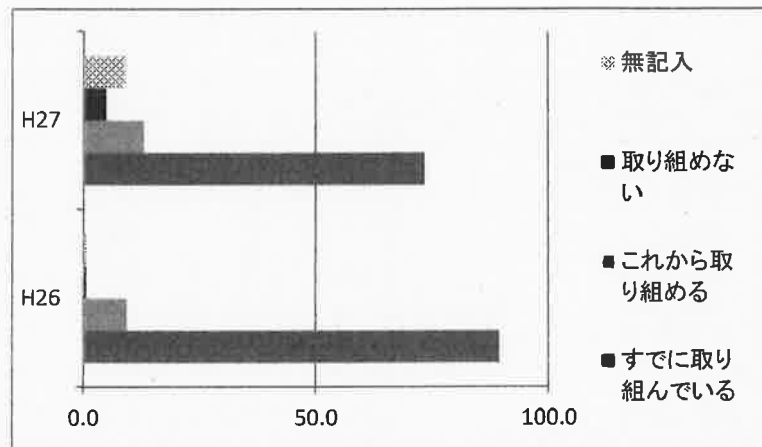
○自分で料理したり、家族や友人と一緒に料理を作ったりします

	H26	H27
すでに取り組んでいる	77.2	66.9
これから取り組める	19.8	16.9
取り組めない	2.5	8.1
無記入	0.6	8.1
合計	100	100



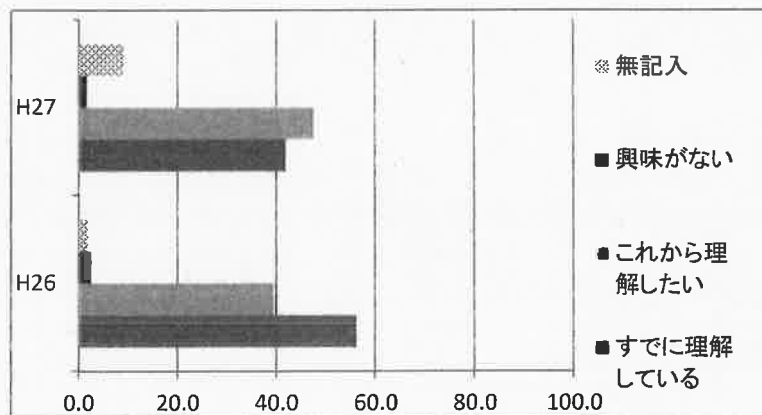
○可能な範囲で、家族で楽しく食卓を囲んでいます

	H26	H27
すでに取り組んでいる	89.5	73.4
これから取り組める	9.3	12.9
取り組めない	0.6	4.8
無記入	0.6	8.9
合計	100	100



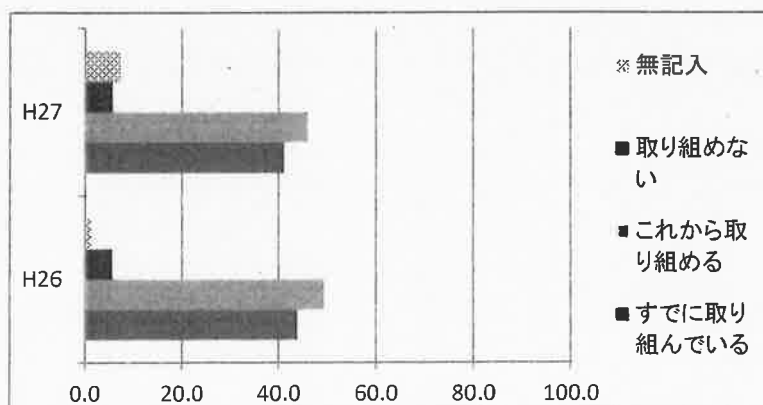
○食物アレルギーについて正しく理解しています

	H26	H27
すでに理解している	56.2	41.9
これから理解したい	39.5	47.6
興味がない	2.5	1.6
無記入	1.9	8.9
合計	100	100



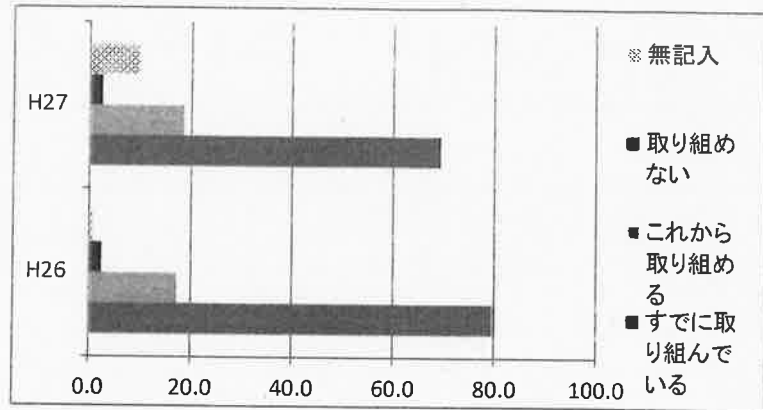
○農林水産業体験や、食のイベント・伝統行事などに参加しています

	H26	H27
すでに取り組んでいる	43.8	41.1
これから取り組める	49.4	46.0
取り組めない	5.6	5.6
無記入	1.2	7.3
合計	100	100



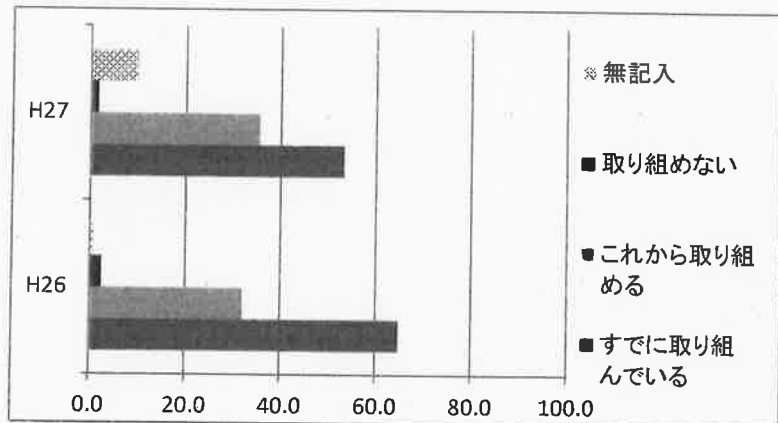
○旬の食材を食べて、季節を感じています

	H26	H27
すでに取り組んでいる	79.6	69.4
これから取り組める	17.3	18.5
取り組めない	2.5	2.4
無記入	0.6	9.7
合計	100	100



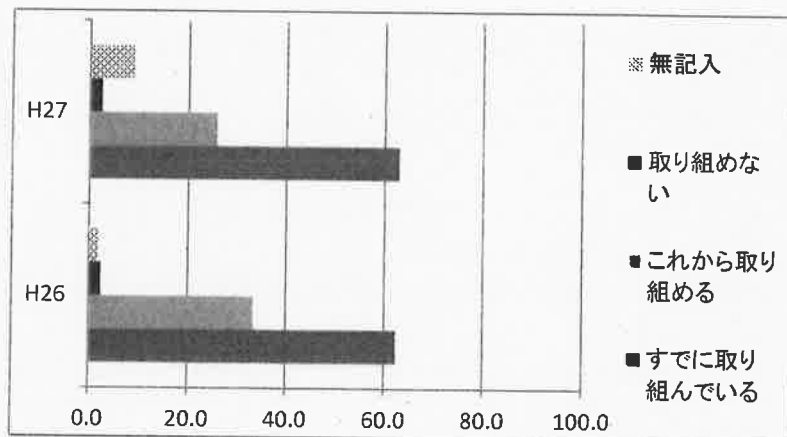
○自分の適正体重を知っていて、維持しようと思っています

	H26	H27
すでに取り組んでいる	64.8	53.2
これから取り組める	32.1	35.5
取り組めない	2.5	1.6
無記入	0.6	9.7
合計	100	100



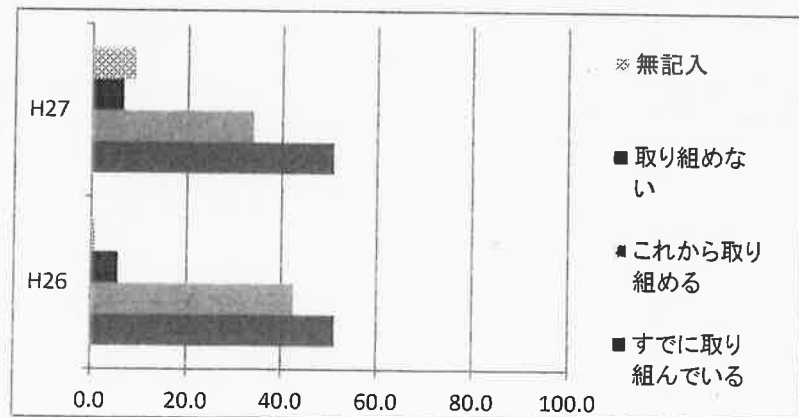
○食に対する様々な情報を正しく理解しようと心がけています

	H26	H27
すでに取り組んでいる	62.3	62.9
これから取り組める	33.3	25.8
取り組めない	2.5	2.4
無記入	1.9	8.9
合計	100	100



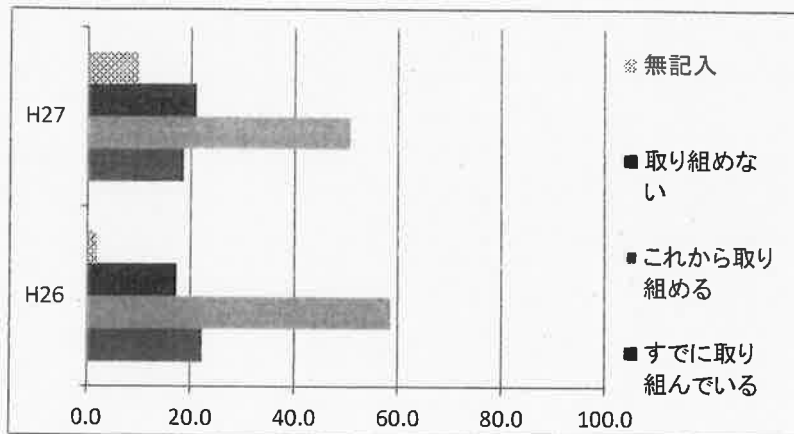
○外食や惣菜を利用する時、栄養成分表示等を見るようにしています

	H26	H27
すでに取り組んでいる	51.2	50.8
これから取り組める	42.6	33.9
取り組めない	5.6	6.5
無記入	0.6	8.9
合計	100	100



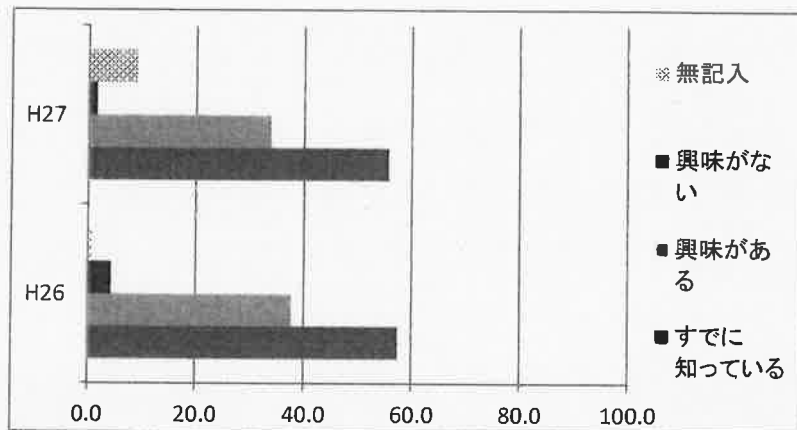
○食に関するボランティアを活用しようと考えます

	H26	H27
すでに取り組んでいる	22.2	18.5
これから取り組める	58.6	50.8
取り組めない	17.3	21.0
無記入	1.9	9.7
合計	100	100



○食事バランスガイドを見たことがあります

	H26	H27
すでに知っている	57.4	55.6
興味がある	37.7	33.9
興味がない	4.3	1.6
無記入	0.6	8.9
合計	100	100



1 栄養成分表示を実施している店

No.	店舗名	住所	電話
1	カレー工房	平北白土字宮前59	21-9454
2	未来キッチン	平倉前108-9倉前クリーンビル3	24-0039

2 ヘルシーオーダーを実施している店舗

No.	店舗名	住所	電話
1	茶房ととさん	平下荒川字剱町32-45	28-2388
2	和café WaWa ～和輪～	平字田町33-6	23-6637
3	なごみ茶寮	常磐松が台234	42-2725
4	食菜(たべな)パーシモン	平上荒川字桜町12-5	29-5909
5	やさいの直売所&カフェ 晴レル家	平上平窪字羽黒40-66	24-7025
6	カフェ&レストラン スピカ	小川町高萩字下夕道1-39 (草野新平記念館併設)	22-8787
7	キッチン ワン・ディッシュ	常磐湯本町天王崎35	43-7070
8	茶房 味彩	三和町中三坂字湯ノ向54	090-7071-3865
9	味処 鮎川	三和町合戸字入藪36	87-2211
10	La Stanza	平字三町目8-2 3F	35-5767
11	カフェリア	平字新川町54-2	25-8230
12	おもてなしどころ 光亭	平谷川瀬字明治町58-2 グランうらべ105	21-2442
13	ごはん屋 楽市食堂	小名浜字定西252	52-9078
14	ダイニングレストラン Soupe	平字堂ノ前22 労働福祉会館1F	24-8888
15	ごはん処 やまもと屋	小名浜字隼人73-2	38-6601
16	Vege Café いわき駅ビル店	平字田町1 JRいわき駅ビル3F	88:6412
17	ビストロ緑	平沼ノ内字諏訪原2-12-7	39-3331
18	TERAS	平成1-15-4	45-2772
19	Soup café あかり	平北白土字中島19-1	38-3714
20	ラーメン大喜	平中神谷字六本榎13-2	34-8316
21	Kitao	平字堂根町1-1 根守ビル2F	21-0575
22	ラーメン店 牛太楼	小島町3-9-9	27-3223
23	食ギャラリー 小房	平下神谷字北一里塚13-3	34-0818
24	イタリアンレストラン テラツツア	中央台字高久1-13-3	29-8810
25	自宅レストラン 遊食屋ガーデン	泉ヶ丘2丁目6-2	96-5353
26	臼挽き手打ちそば 一の字	小名浜岡小名字沖34-2	54-1515

3 食育推進実施団体・企業

No.	団体・企業名	住所
1	かしま幼稚園	鹿島町走熊字渡折19-1
2	学校法人さかえ幼稚園	内郷御台境町前田18-3
3	小島保育園	内郷小島町作田3番地
4	植田保育園	佐糠町1-4-1
5	中央台保育園	中央台飯野1-25-1
6	福島県立磐城農業高等学校	植田町小名田60
7	いわき明星大学	中央台飯野5-5-1
8	あかいの森	平赤井大平114
9	あかい菜園株式会社	平赤井字一の町55-1
10	アルプス電気(株) 小名浜工場 社員食堂	小名浜野田字柳町41-25
11	アルプス電気(株) 平工場 社員食堂	好間町小谷作字作畑39-1
12	リプロ内郷企業組合	内郷白水町入山9の11
13	株式会社 いわき遠野らぱん	遠野町上遠野字若宮60-1
14	株式会社 いわき好間V字峡クライנגルテン	好間町榊小屋字小座取2
15	株式会社 マルト 食育推進室	勿来町窪田十条3番1
16	(株)いわき市民コミュニティ放送(SEA WAVE FMいわき)	平字大町 5-1
17	常磐火力産業株式会社 従業員食堂	岩間町塚原76番地
18	常磐共同ガス株式会社	常磐湯本町日渡74-7
19	東部ガス株式会社 福島支社平事業所	平字佃町3番地
20	有限会社 木紅木(きくもく)	好間町字大畑100
21	ネーブルシティーかしま(いわきかしま商店事業所会)	鹿島町久保1丁目12-10
22	農事組合法人 いわき菌床椎茸組合	渡辺町泉田字花立67番地の1
23	JAいわき市	自由ヶ丘39番地の2
24	いわき農業青年クラブ連絡協議会	山玉町竹棚1
25	NPO法人 Commune with (こみゅーん ういず) 助産師	平谷川瀬字仲山町20-1
26	特定非営利活動法人いわき緊急サポートセンター	勿来町窪田酒井原39番地の3
27	子育てポピークラブ	平中山字諏訪下69の1
28	いわき魚塾	鹿島町鹿島1番地 (いわき市中央卸売市場水産物精算(株)内)
29	一般社団法人 いわき市歯科医師会	内郷高坂町四方木田191
30	公益社団法人 福島県栄養士会いわき支部	平下神谷字後原23-3
31	いわき市PTA連絡協議会母親委員会	
32	いわき地区生活研究グループ協議会	
33	いわき市消費者団体連絡協議会	平字1丁目1 (ティーワンビル いわき市消費生活センター内)
34	いわき市健康推進員協議会	

食育推進ボランティア団体 (いわき市HP掲載)

No.	団体名	住所	電話	分野
1	公益社団法人 福島県栄養士会いわき支部	平下神谷字後原23-3	34-2194	食生活・食文化 健康管理
2	いわき魚塾	鹿島町鹿島1番地 (いわき市中央卸売市場水産物 精算(株)内)	29-6871	食生活・食文化
3	いわき市消費者団体連絡協議会	勿来町関田2-12-5	64-8453	食生活・食文化、 健康管理
4	農事組合法人 いわき菌床椎茸組合	渡辺町泉田字花立67番地の1	56-0141	農業等生産 食品(製造・加工・流通)
5	リプロ内郷企業組合	内郷白水町入山9の11	27-1173	食生活・食文化 健康管理 農業等生産
6	あかい菜園株式会社	平赤井字一の町55-1	68-6969	農業生産等
7	子育てサポーター・プリズム	山田町岸ノ内12	63-8403	その他 (絵本読み聞かせ、 パネルシアター)
8	いわき農業青年クラブ連絡協議会	山玉町竹棚1	090-8083-0966	農業生産等

健康寿命の延伸・健康格差の縮小

生活の質の向上

社会環境の質の向上

生活習慣病(がん、循環器疾患、糖尿病)の発症予防・重症化予防

社会生活機能の維持・向上(こころ、次世代、高齢者)

【栄養状態】

適正体重の維持

低栄養の低減

【食物摂取】

適正な量と質の食事

- ・主食・主菜・副菜がそろった食事の増加
- ・食塩摂取量の減少
- ・野菜・果物摂取量の増加

【食行動】

共食の増加

健康な生活習慣の獲得(朝・昼・夕の三食を食べる)

社会参加の機会の増加

- ①食を通じた地域のつながりの強化
- ②食生活改善推進員、食育ボランティアなど主体的に関わる個人の増加

健康のための資源へのアクセスの改善と公平性の確保

- ③健康づくりに関わる企業の増加
- ④栄養ケアステーション等身近で健康づくりの支援をおこなう民間団体の活動推進
- ⑤栄養指導・栄養情報や健康に良い食物へのアクセスの改善と公平性確保のための自治体の取組増加

【食環境】

食品中の食塩や脂肪の低減に取り組む食品企業、飲食店の増加

利用者に応じた栄養管理を実施している給食施設の増加

社会環境

＜乳幼児・学齢期＞ ＜成人期＞ ＜高齢期＞

個人のライフステージ