

- 1 関係法令
- 2 食事バランスガイド
- 3 食品表示のいろいろ
- 4 食育推進体制
- 5 用語解説

1 関係法令

食育基本法（平成 17 年 6 月 17 日法律第 63 号）

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くまれてきた、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。

（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とっては、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、保育等を行う者にとっては、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。

（以下、省略）

2 食事バランスガイド

松戸版食事バランスガイド

松戸版食事バランスガイド

「食事バランスガイド」は、1日に「何を」「どれだけ」食べたらよいかの目安を分かりやすくイラストで示したものです。この「食事バランスガイド」は、健康な方々の健康づくりを目的に作られたものです。糖尿病、高血圧などで病院または管理栄養士から食事指導を受けている方は、その指導に従ってください。



料理例	
1っ分 =	ごはん(盛り)1杯、おにぎり1個、パン1枚、ロールパン2個
1.5っ分 =	ごはん(盛り)1杯
2っ分 =	うどん1杯、もやしそば1杯、スナゴライザー
1っ分 =	新巻サラダ、きゅうりひとひねの輪切りの輪、真たくはん、味噌汁、ほうれん草の芯、わかめの味噌、食塩、きのこソテー
2っ分 =	豚肉の味噌、納豆、芋の煮っころがし
1っ分 =	鶏肉、納豆、白玉焼餅一皿
2っ分 =	漬物系、魚のえんま、まぐろのたたき
3っ分 =	パン(トースターで)、鶏肉のしょうが焼き、鶏肉のから揚げ
1っ分 =	牛乳(コップ半分)、チーズ1かけ、スライスチーズ1枚、ヨーグルト(小)
2っ分 =	牛乳瓶1本分
1っ分 =	みかん1個、りんご半分、かぼ1個、梨半分、ぶどう半房、桃1個

SVとは、サービング(食事の提供量)の略

食事バランスガイドについて、詳しくはこちら：http://www.maff.go.jp/j/balance_guide/index.html

食事バランスガイドとは

「食事バランスガイド」は、健康で豊かな食生活の実現を目的に策定された「食生活指針」(平成12年3月)を具体的に行動に結びつけるものとして、平成17年6月に農林水産省と厚生労働省により決定されました。「食事の基本」を身につけるための望ましい食事のとり方やおおよその量をわかりやすく示しています。

コマのイラストにより、一日分の食事を表現し、これらの食事のバランスが悪いと倒れてしまうことを表現しています。あなたのコマはうまくまわっているでしょうか？

農林水産省HPより

③ 食品表示のいろいろ

原材料名

加工食品には、必ず原材料名がついています。使用した全ての原材料が食品添加物とそれ以外の原材料に分けられ、使用した重量の多い順に表示されています。

食品添加物

加工品の腐敗防止や着色など、さまざまな目的で、化学合成された食品添加物が使用されています。それぞれ実験で安全基準が定められていますが、何種類もの食品添加物を同時に摂取すれば、人間の体のなかで化学変化が起こる可能性があります。加工品を選ぶときは、なるべく食品添加物の含まれていないものや種類の少ないものを選ぶようにします。

賞味期限と消費期限

賞味期限は、比較的長くもつ食べ物に、消費期限は、いたみやすい食べ物に付けられます。長くもつ食べものとは、乾麺やクッキー、レトルト食品、清涼飲料水、冷凍食品、ハム、ソーセージ、さつまあげ、さらに牛乳や乳製品なども含まれます。こうした食べものは、所定の方法で保存すれば、賞味期限の期間内は、おいしく食べられることが保証されています。品質の劣化が比較的ゆっくりなので、賞味期限を過ぎても、すぐに食べられなくなるわけではありません。多少、味が落ちている可能性はありますが、まだ十分に食べられる場合も多くありますので、まずは匂いをかいだり味見をしたり、五感を使ってたしかめてみましょう。

いたみやすい食べものとは、ケーキなどの生菓子やお惣菜、調理パン、食肉、豆腐、生がきなどです。こうした食べものは、消費期限を過ぎると腐っている可能性があり、安全とはいえません。期限をすぎたら食べないほうが無難です。なお、いずれの期限も、開封する前の期限です。

牛肉の表示

牛肉の原産地表示は、牛が生まれた場所の表示ではなく、牛がもっとも長く飼育された場所をいいます。外国で生まれた牛でも、日本で育てば「国産牛」となります。日本で育った「国産牛」は、全て番号（個体識別番号）が付けられていて、牛肉のラベルには、それを表示するよう定められています。ラベルに記された URL にインターネットでアクセスし、その番号から情報をたどると、その牛についての情報が調べられます。

「和牛」は、牛の種類を指す言葉で「国産牛」は、牛の育った場所を指しています。

魚の表示

魚介類に示されている原産地は、原則的に漁獲された水域（または養殖された水域）です。それが表示できない場合は、例外的に、水揚げ港か水揚げ港のある都道府県名のどちらかを表示してもよいことになっています。輸入の場合は、その原産国が表示されます。海水に含まれる水銀やダイオキシンなどの汚染物質が、魚の体のなかに蓄積し、濃度は、魚の体が大きくなるにつれ、高まります。特に妊娠中は、厚生労働省が注意を呼びかけているメカジキ、キンメダイなどの大型魚の摂取量に注意しましょう。また、沿岸にとどまる近海魚より、回遊魚（あじ、いわし、さば、鮭、さんま、たら、とびうお、かつお、ぶりなど）のほうが海水の汚染物質が蓄積しにくく安全性が高いとされています。

国産品と輸入品

国産の農産物と輸入品の違いは、作物を収穫した後で使われる、腐敗やカビを防止するための薬剤（ポストハーベスト農薬）の使用の有無です。国産にこのポストハーベスト農薬が使われることは、ほとんどありませんが海外から輸入される穀物や果物は、大量のポストハーベスト農薬が使われています。

国産品を選ぶ際には、原産地のほか市町村名、さらにできれば生産者名があるものを選ぶようにしましょう。



JAS マーク

JAS 法（＝「農林物資の規格化及び品質表示の適正化に関する法律」＝略称「農林物資法」）に基づき、品位、成分、性能などの品質についての日本農林規格（JAS 規格：Japanese Agricultural Standard）を満たす食品や農林産物などにつけられます。



特定 JAS

JAS マークが成分、使用原材料、内容量などの品質全般にわたる規格であるのに対して、特別な生産の方法または特色ある原材料を使用しているものにつけられます。熟成ハム類や、地鶏肉、手延べ干しめんなどについて規格が定められています。



生産情報公表 JAS

生産情報（誰が、どこで、どのように生産したか）を正確に記録、保管、公表していることを認定された牛肉、豚肉、農産物及び養殖魚につけられるマークです。牛肉については、個体識別番号に加えて、給餌情報、医薬品投与情報なども提供されます。



有機 JAS

種まき、または植え付けの2年以上前から（多年生作物の場合は最初の収穫の3年以上）化学肥料及び禁止された化学合成農薬を使用せず、堆肥などによる土づくりを行った圃場において生産された農産物で、認定機関によって認められたものに表示されます。



特定保健用食品

からだの生理学的機能などに影響を与える保健機能成分を含む食品で、血圧、血中のコレステロールなどを正常に保つことを助けたり、おなかの調子を整えたりするのに役立つ、などの特定の保健の用途に資する旨を表示するものをいいます。製品ごとに食品の有効性や安全性について審査を受け、表示について国の許可を受ける必要があります。

なお、医薬品と誤解されるような、治療、予防などに関係する表現は認められていません。



特別用途食品

健康増進法に基づいて、病人用食品、妊産婦、授乳婦用粉乳、乳児用調整粉乳、高齢者用食品など特別の用途に適している食品であることを表しているマークです。国の許可を受けた食品のみがマークを表示することができます。

HACCP (ハサップ)

食品の製造・加工工程のあらゆる段階で発生する恐れのある微生物汚染などの危害をあらかじめ分析（Hazard Analysis）し、その結果に基づいて、製造工程のどの段階でどのような対策を講じればより安全な製品を得ることができるかという重要管理点（Critical Control Point）を定め、これを連続的に監視することにより製品の安全を確保する衛生管理の手法です。この手法は国連の国連食糧農業機関（FAO：Food and Agriculture Organization）と世界保健機関（WHO：World Health Organization）の合同機関である国際食品規格（コーデックス）委員会から発表され、各国にその採用を推奨している国際的に認められたものです。

4 松戸市食育推進体制

(1) 食育推進会議

「松戸市食育推進本部設置要綱」

(設置)

第1条 松戸市の食育に関する施策を総合的に推進するため、松戸市食育推進本部（以下「推進本部」という。）を設置する。

(所掌事務)

第2条 推進本部は、次に掲げる事務を行うものとする。

- (1) 食育に関する事業の推進に関すること。
- (2) 食育推進計画の作成並びにその普及及び実施の推進に関すること。
- (3) その他食育の推進に関すること。

(組織)

第3条 推進本部は本部長、副本部長及び本部員をもって組織する。

- 2 本部長は、健康福祉部長をもって充てる。本部長は、推進本部を代表し、推進本部を総括する。
- 3 副本部長は、健康福祉政策課長をもって充てる。副本部長は、本部長を補佐し、本部長に事故があるとき、又は本部長が欠けたときは、その職務を代理する。
- 4 本部員は別表に掲げる職員をもって充てる。

(推進本部の会議)

第4条 本部長は、推進本部を召集し、会議を開くことができる。

- 2 本部長は、必要があると認めるときは、前条に掲げる者以外の者に対し、出席を求めることができる。

(推進会議)

第5条 推進本部は、食育の推進を行うために関係団体及び関係機関の協力が必要であるときは、松戸市食育推進会議（以下「推進会議」という。）を置くことができる。

- 2 推進会議は、次の各号に掲げる25名以内の委員をもって組織する。
 - (1) 学識経験者
 - (2) 教育関係者
 - (3) 医療関係者

- (4) 消費者
 - (5) 生産者
 - (6) 食品関連事業者
 - (7) 本部員
 - (8) その他市長が必要と認める者
- 3 推進会議の委員は、市長が委嘱し、又は任命する。

(推進会議委員の任期)

第6条 委員の任期は3年以内の市長が定める期間とする。ただし、委員が欠けた場合の補欠委員の任期は、前任者の残任期間とする。

(推進会議の会長及び副会長)

第7条 推進会議に会長及び副会長を置き、委員の互選によりこれを定める。

- 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。

(推進会議の会議)

第8条 会長は、推進会議の会議を招集し、その議長となる。

- 2 推進会議は、委員の過半数が出席しなければ、会議を開くことができない。
- 3 推進会議の議事は、出席した委員の過半数をもって決し、可否同数のときは、議長の決するところによる。
- 4 推進会議を欠席する委員は、当該会議に付議される事項につき、書面により意見を提出することができる。
- 5 会長は、必要があると認めるときは、会議に関係者の出席を求め、その意見を聴き、又は説明を求めることができる。

(推進会議の部会)

第9条 推進会議に、部会を置くことができる。

- 2 部会の委員は10名以内とし、会長が指名する推進会議の委員等で構成し、市長が委嘱する。
- 3 委員の任期は3年以内の市長が定める期間とする。ただし、委員が欠けた場合の補欠委員の任期は、前任者の残任期間とする。
- 4 部会に部会長を置き、部会に属する委員の互選によりこれを定める。
- 5 部会長は、部会の事務を掌理する。
- 6 部会長に事故があるとき又は部会長が欠けたときは、部会に属する委員のうちから部会長があらかじめ指名する者がその職務を代理する。
- 7 部会の会議の運営については、前条の規定の例による。

(庶務)

第10条 推進本部、推進会議及び推進会議の部会の庶務は、健康福祉政策課において処理する。

(その他)

第11条 この要綱に定めるもののほか、推進本部の運営に関し必要な事項は、本部長が定める。

附 則

この要綱は、平成25年4月1日から施行する。

別表(第3条関係)

- (1) 文化観光課長
- (2) 消費生活課長
- (3) 農政課長
- (4) 環境政策課長
- (5) 健康推進課長
- (6) 保育課長
- (7) 教育企画課長
- (8) 保健体育課長

構成員

		団体	委員
学識経験者	1	千葉大学	オオエ ヤスオ 大江 靖雄（会長）
	2	聖徳大学	ナガエ コウコ 長江 曜子
	3	流通経済大学	フルイ ヒサシ 古井 恒
教育関係者	4	松戸市学校栄養士会	オカダ タマキ 岡田 珠枝
医療関係者	5	松戸市医師会	ヤナギサワ マサトシ 柳澤 正敏
	6	日本大学松戸歯学部	コトワダ ヒロヤ 後藤田 宏也
消費者	7	松戸市P T A連絡協議会	ヤマモト ヒロコ 山本 宏子
	8	松戸市おやこ DE 広場ネットワーク	ユアサ ユキミ 湯浅 幸美
	9	松戸市消費者の会	コトウ アツコ 後藤 淳子
	10	松戸市社会福祉協議会	モウリ タツコ 毛利 多壽子（副会長）
生産者	11	J Aとうかつ中央	ホンダ ヤスリ 本多 康哲
食品関連事業者	12	松戸商工会議所	シバウチ ケンジ 芝内 健治
	13	松戸保健所管内食品衛生協会	シナ タダシ 三品 達生
本部員	14	文化観光課長	須田 昌彦
	15	消費生活課長	町山 貴子
	16	農政課長	和田 泰彦
	17	環境政策課長	馬場 重和
	18	健康推進課長	津川 正治
	19	保育課長	加藤 和彦
	20	教育企画課長	渡部 俊典
21	保健体育課長	加藤 博之	
その他市長が必要と認める者			

(2) 食育計画策定部会（構成員）

		団体	委員
学識経験者	1	千葉大学	オオエ 大江 ヤスオ 靖雄（部会長）
教育関係者	2	松戸市学校栄養士会	オカダ 岡田 タマエ 珠枝
医療関係者	3	松戸市医師会	ササダ 笹田 カズヒロ 和裕
消費者	4	松戸市消費者の会	タニグチ 谷口 サチコ 幸子
生産者	5	JAとうかつ中央	ホンダ 本多 ヤスノリ 康哲（副部会長）
食品関連事業者	6	松戸商工会議所	ウスバ 薄葉 ヒロシ 博司

(3) 事務局

健康福祉部 健康福祉政策課

(4) 計画の策定経過

日時	内容
平成 25 年 6 月 28 日	第 1 回食育推進会議 (1) 松戸市食育推進本部設置要綱の改正について（報告） (2) 松戸市食育推進計画（第 2 次）策定部会の設置について（報告） (3) 平成 25 年度松戸市食育推進計画（第 2 次）策定に伴うスケジュール（案）について (4) 今後の松戸市食育推進計画の策定に向けて (5) 食育に関する市民アンケート調査について
平成 25 年 7 月 26 日	第 1 回食育推進計画策定部会 (1) 第 2 次松戸市食育推進計画について (2) 食育に関する市民アンケート調査について
平成 25 年 8 月 28 日～9 月 30 日	食育に関する市民アンケート調査
平成 25 年 10 月 25 日	第 2 回食育推進計画策定部会 (1) 食育に関する市民アンケート調査について (2) 第 2 次松戸市食育推進計画の方向性について
平成 25 年 12 月 20 日	第 3 回松戸市食育推進計画策定部会 (1) 食育に関する市民アンケート調査について (2) 第 2 次食育推進計画について
平成 26 年 1 月 14 日	第 2 回松戸市食育推進会議 (1) 食育に関する市民アンケート調査について (2) 第 2 次食育推進計画について
平成 26 年 2 月 21 日	第 4 回松戸市食育推進計画策定部会 (1) 食育に関する市民アンケート調査について（報告） (2) 第 2 次松戸市食育推進計画の素案について
平成 26 年 3 月 14 日	第 3 回松戸市食育推進会議 (1) 食育に関する市民アンケート調査について（報告） (2) 第 2 次松戸市食育推進計画（案）について
平成 26 年 3 月 24 日	第 2 次松戸市食育推進計画最終案提出

5 用語解説

	用語	解説
あ行	栄養教諭 (p.12)	学校における食に関する指導(児童生徒の個別指導、学級担任などと連携した集団指導、職員・家庭・地域の連絡調整)と給食管理(栄養管理、衛生管理、検食、物資管理など)を行い、学校における食育推進の中心的な役割を担います。
か行	基幹的農業従事者 (p.32)	農業就業人口のうち、ふだんの主な状態が「仕事の主」の者のことをいいます。
	教育ファーム (p.4)	自然の恩恵や食に関わる人々の様々な活動への理解を深めることなどを目的として、市町村、農林漁業者、学校などが一連の農作業などの体験の機会を提供する取り組みです。
	共食 (p.4、5)	家族や仲間などと一緒に食卓を囲むことです。食事をとりながらコミュニケーションを図ることにより、食事の楽しさ、マナー、挨拶、食にかかわる基礎を身につけられると考えられています。
	グリーンツーリズム (p.43)	心の癒しや安らぎを求めて自然豊かな農村を訪れ、農林業を体験したり地域の人々と交流を楽しんだりすることをいいます。
	グリーン・ブルーツーリズム (p.10)	都市の人々が農山漁村の民宿やペンションに宿泊滞在して、農山漁村生活や農林漁業体験を通じ地域の人々と交流したり、川や海・田園景観などふるさとの風景を楽しむ余暇活動のことをいいます。
	経営耕地 (p.31)	農林業経営体が経営している耕地をいい、自家で所有している耕地(自作地)と、よそから借りて耕作している耕地(借入耕地)の合計のことをいいます。

	用語	解説
	孤食 (p.43、48)	ひとりで食事をすることを意味します。 その他、個人の好きなものを食べる「個食」、スパゲティやパンなど粉を使った主食を食べる「粉食」、食べ物が固定している「固食」、食べる量が少ない「小食」などが使われます。
さ行	循環型社会 (p.16、51)	廃棄物などの発生抑制、循環資源の循環的な利用及び適正な処分が確保されることによって、天然資源の消費を抑制し、環境への負荷ができる限り低減される社会のことをいいます。
	食育ガイド (p.6)	乳幼児から高齢者に至るまで、ライフステージのつながりを大切にし、生涯にわたりそれぞれの世代に応じた具体的な食育の取り組みの実践の最初の一步として、できることから始めるためのガイドです。
	食育基本法 (p.1、2、4、8、14、19、54)	近年における国民の食生活をめぐる環境の変化、具体的には、栄養の偏り、不規則な食事、肥満や生活習慣病の増加、過度の痩身思考などの問題、また、食の安全や海外依存の問題の発生に伴い、国民が生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性を育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から、食育に関し、基本理念を定め、国、地方公共団体など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、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に平成17年7月15日に施行された法律です。
	食育月間 (p.4)	国、地方公共団体、関係団体などが協力して、食育推進運動を重点的かつ効果的に実施し、食育の国民への浸透を図るため、国は毎年6月を「食育月間」と決めました。
	食育の日 (p.4)	食育推進運動を継続的に展開し食育の一層の定着を図るために、国は毎月19日を「食育の日」と決めました。

	用語	解説
	<p>食事バランスガイド (p.4、19、47、54)</p>	<p>厚生労働省と農林水産省が作成した、1日に「何を」「どれだけ」食べたらよいか一目でわかる食事の目安です。主食、主菜、副菜、牛乳・乳製品、果物の5つのグループの料理を組み合わせ、望ましい食事のとり方やおよその量を、コマの形でわかりやすく説明しています。</p>
	<p>食品衛生協会 (p.22、57)</p>	<p>昭和22年の食品衛生法制定を機に、これに呼応して、食品関係のあらゆる業態の方たちが相集い、この食品衛生法の趣旨に添って行政に協力し、自主衛生管理を実施することを目的として、昭和23年11月1日に日本食品衛生協会（日食協）が設立されました。</p>
	<p>食品表示 (p.43、47)</p>	<p>JAS法（農林物資の規格化及び品質表示の適正化に関する法律）で、表示が定められているもので、野菜や果物などの農産物、肉や卵の畜産物、魚や貝などの水産物で加工していない生鮮食品には「名称」と「原産地」の表示が義務付けられています。生鮮の農産物などの原料を囲う捨て製造された加工食品には、「名称」、「原材料名」、「賞味期限」などの表示が義務付けられています。このような一般的に適用されるルールのほか、それぞれの品目の特性に応じて、特別なルールが定められているものもあり、生鮮食品でも、お米には、「名称」、「原料玄米」などを表示しなければなりません。</p>
	<p>食料自給率 (p.3、5)</p>	<p>食料自給率とは、国内の食料消費が、国産でどの程度賄えているかを示す指標のことです。</p>
	<p>生活習慣病 (p.2、4、5、6、9、21、40、42、56)</p>	<p>食生活や喫煙、飲酒、運動不足など、生活習慣との関係が大きい病気のこと、従来は「成人病」と呼ばれていました。（糖尿病・脂質異常症、高血圧、高尿酸血症など生活習慣が発症原因に深く関与していると考えられている疾患の総称です）</p>
	<p>咀嚼（そしゃく） (p.50)</p>	<p>歯で食物をかみ砕き、かんで砕いていき、唾液を分泌させて食物とよく混ぜ合わせ、のみ込みやすい大きさにして、食物の消化吸収を高めることです。</p>

	用語	解説
た行	地産地消 (p.7、12、17、34、46、51、53、54)	地域で生産された産物（農林水産物）をその地域で消費することです。
	千産千消 (p.9、10)	千葉県産の新鮮でおいしい、安全、安心な農林水産物を、千葉県内で消費すること。一般的には「地産地消」と書きますが、千葉県は「地」の部分、同音で千葉を意味する「千」を使い、「千産千消」としました。
	ちば型食生活 (p.7、8、9、10、12)	鮮度が良く栄養たっぷりでおいしい千葉県産の農畜産物や水産物を、上手に食事に取り入れたバランスのよい食生活を「ちば型食生活」と呼びます。
	ちば食育サポート企業 (p.10、57)	社会貢献活動の一環として食育活動を実践する企業、または、公的機関や食育ボランティアが実践する食育活動に支援・協力する企業を登録し、紹介する千葉県独自の制度です。
	特定健康診査 (p.21、56)	40～74歳までの公的医療保険加入者が対象の内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)に着目した健康診断で、2008年4月より導入されました。メタボリックシンドロームの判定を行い、保健指導対象者を抽出するものです。
な行	内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム) (p.4、5、21、25、56)	<p>糖尿病などの生活習慣病は、それぞれの病気が別々に進行するのではなく、おなかのまわりの内臓に脂肪が蓄積した内臓脂肪型肥満が大きくなるものであることがわかってきました。</p> <p>内臓脂肪型肥満に加えて、高血糖、高血圧、脂質異常のうちいずれか2つ以上をあわせもった状態を、メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)といいます。</p> <p>内臓脂肪が過剰にたまっていると、糖尿病や高血圧症、高脂血症といった生活習慣病を併発しやすくなってしまいます。しかも、「血糖値がちょっと高め」「血圧がちょっと高め」といった、まだ病気とは診断されない予備群でも、併発することで、動脈硬化が急速に進行します。</p>

	用語	解説
は行	肥培管理 (p.18、53)	作物を栽培するとき、施肥・水やり・中耕・土寄せ・害虫の駆除などを総合的に管理することをいいます。
	フッ化物塗布 (p.56)	萌出後の歯の表面に直接フッ化物を作用させることによって虫歯抵抗性を与える方法です。
	ベクレル (Bq) (p.39)	ベクレルとは、放射性物質の放射能の強さです。具体的には、放射性物質が1秒間にいくつ壊変(崩壊)するかを表わすもので、1秒間に1個壊変すれば、この放射性物質は1ベクレルとなります。 ※壊変(崩壊)とは・・・放射性物質は、放射線を出すと、原子質量数の違う物質や、質量数は同じでも原子番号の異なる物質になったりすることを壊変(崩壊)とといいます。放射性物質がある時間に壊変(崩壊)する個数は、そのときにある放射性物質の個数に比例します。また、この個数は放射性物質の種類によっても異なります。
	放射性物質 (p.15、24、39、40)	放射線を放出する方の物質のことを放射性物質とといいます。 放射性物質には、ヨウ素 131、セシウム 134、セシウム 137 などいろいろありますが、放射性物質によりそれぞれ一定時間に出す放射線の数 は違います。 放射線は多量に受けると体に良くないため、放射性物質の取り扱いには充分注意が必要で、法律でも規制されています。しかし、天然にもごく微量の放射線を出す放射性物質がたくさんあります。こうした天然の放射性物質の存在と、地球の外から降りそそぐ宇宙からの放射線のため、私たちはいつも微量の放射線をあびています。その他人工的につくられた放射性物質もあります。

	用語	解説
	飽食 (p.42)	食べただけ食べられて、食物に不自由しないこと、日常生活に不自由がないことをいいます。
ま行	松戸市健康増進計画（健康松戸21） (p.14)	松戸市総合計画後期基本計画の施策展開の方向である「健康に暮らすことができるようにします。」「安心して子どもを産み、健やかに育てることができるようにします。」を市民の方々が達成できるよう健康づくりに取り組んでいく方向性を示しつつ、行政機関が今後取り組むべき内容を示すものです。
	松戸市高齢者保健福祉計画 (p.14)	市町村が将来必要な高齢者保健福祉サービスの量を明らかにし、その提供体制を計画的に整備するための計画です。
	松戸市次世代育成支援行動計画 (p.14)	次の世代を担う子どもたちが健やかに生まれ育つことを目的にした計画です。前期計画（平成17年度～21年度）では、子ども地域の未来について施策の推進を図り、後期計画（平成22年度～26年度）ではニーズや社会環境の変化を踏まえて策定し施行しています。
	松戸市総合計画 (p.14)	「基本構想」「基本計画」「実施計画」により構成しています。「基本構想」は、市の発展方向を展望し、21世紀の新たな時代に向けて推進すべき基本的方向を明記するもので、期間は、平成10年度から平成32年度までの23年間です。「基本計画」は、基本構想の実現のために必要な施策の方向を体系的に整理するもので、後期基本計画の期間は平成23年度から平成32年度までの10年間です。「実施計画」は、基本計画に掲げられた施策を個別事業にまとめ、財政的な裏付けを持たせた3ヶ年ごとの短期的な事業計画です。

	用語	解説
	無形文化遺産 (p.15、37、38、51)	慣習、描写、表現、知識及び技術並びにそれらに関連する器具、物品、加工品及び文化的空間であって、社会、集団及び場合によっては個人が自己の文化遺産の一部として認めるものをいいます。この無形文化遺産は、世代から世代へと伝承され、社会及び集団が自己の環境、自然との相互作用及び歴史に対応して絶えず再現し、かつ、当該社会及び集団に同一性及び継続性の認識を与えることにより、文化の多様性及び人類の創造性に対する尊重を助長するものです。
や行	遊休農地 (p.18)	農地であって、現に工作の目的に供されておらず、かつ、引き続き工作の目的に供されないと見込まれるものをいいます。
	ユネスコ (p.15、37、38、51)	国際連合教育科学文化機関のことをいいます。諸国民の教育、科学、文化の協力と交流を通じて、国際平和と人類の福祉の促進を目的とした国際連合の専門機関です。
ら行	ライフステージ (p.4、5、11、19、47、50、54)	個人の一生における幼年期・児童期・青年期・壮年期・老年期などのそれぞれの段階のことをいいます。

