

資料 用語解説

あ

新しい生活様式 厚生労働省が公表した飛沫感染や接触感染、近距離での会話への対策など、新型コロナウイルス感染防止対策を日常生活に取り入れた行動指針のこと。

え

栄養教諭 栄養士や管理栄養士の資格を持つ教育職員。栄養教諭は、児童又は生徒が健全な食生活を自ら営むことができる知識及び態度を養うため、学校給食において摂取する食品と健康の保持増進との関連性についての指導、食に関して特別の配慮を必要とする児童又は生徒に対する個別的な指導その他の学校給食を活用した食に関する実践的な指導を行う。栄養教諭制度(栄養教諭普通免許状(専修、一種、二種)を新設)は、平成16年に創設され、平成17年度から施行された。

栄養成分表示 平成27年に食品表示法が施行され、令和2年度から消費者に販売される加工食品等において、栄養成分表示が義務付けられた。

栄養の日・栄養週間 (公社)日本栄養士会が2017年から8月4日を「栄養の日」、8月1日から7日を「栄養週間」として定め、「栄養を楽しむ」生活を応援する日としている。札幌市は、毎月4日を「栄養の日」と定め、食生活を振り返る日とします。

エコクッキング 「買い物」、「料理」、「片付け」の一連の流れを通して環境に配慮した食生活を提唱するもの。札幌市では、調理や後片付けの時にできるだけ捨てるものを少なくし、排水を汚さないようにするなど、環境の負担を少なくした料理を奨励している。

SNS(エス・エヌ・エス) ソーシャルネットワーキングサービス(Social Networking Service)の略で、登録された利用者同士が交流できるWebサイトの会員制サービスのこと。友人同士や、同じ趣味を持つ人同士が集まったり、近隣地域の住民が集まったりと、ある程度閉ざされた世界にすることで、密接な利用者間のコミュニケーションを可能にしている。

か

環境への負荷 人が環境に与える負担のこと。単独では環境への悪影響を及ぼさないが、集積することで悪影響を及ぼすものも含む。「環境基本法」では、環境への負荷を「人の活動により、環境に加えられる影響であって、環境の保全上の支障の原因となるおそれのあるものをいう。」としている。

管理栄養士・栄養士 管理栄養士とは、栄養士法に基づき、栄養士の中で国家試験により厚生労働大臣の免許を受けて管理栄養士の名称を用いて、傷病者に対する療養のための栄養の維持、個人の身体の状況、栄養状態等に応じた高度の専門的知識及び技術を要する健康の保持増進のための栄養の指導などを行う人のこと。栄養士とは、栄養士法に基づき養成施設を卒業後、都道府県知事の免許を受けて栄養士の名称を用いて栄養指導に従事する人のこと。

き

キッチンメール 保健所が毎年発行する食品衛生に関する情報誌。

給食試食会 保護者や地域住民を対象とした学校給食を試食する会のこと。保護者や地域住民が、日ごろ、子どもが食べている学校給食の量や味を体感し、準備から片付けまでの流れを知るとともに学校給食に理解を深めることを目的に実施している。また、学校での食指導について、栄養教諭等から保護者等へ直接説明し、子どもの健やかな成長や家族等を含めた健康の維持、増進のため、家庭や地域における栄養バランスの良い食生活や地産地消等の食の大切さやについて話し合い、健康的な生活の実践について促すことを目指している。

け

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

こ

子ども学習農園 子どもたちが農作物を育て、調理し食べる体験を通じて農業を学ぶことができる。

子ども食堂 地域の子どもの居場所として、子どものために無料又は低額で食事の提供を行う活動。

子ども向け手洗い・うがいソング 「しろくま忍者の手あらいソング」。食中毒・感染症の予防と食育の推進のため、小さいうちから生活習慣として正しい手洗いの方法を身につけてもらうことを目的に制作した、札幌市オリジナルの手洗い啓発ソング。

さ

さっぽろ学校給食フードリサイクル 学校給食を作る過程で発生する調理くずや残食などの生ごみをたい肥化し、そのたい肥を利用して作物を栽培し、その作物を学校給食の食材に用いて子どもたちが食するという食物の循環の取組。平成 18 年度から取り組んでいる。単に学校給食の調理くずや残食のリサイクルだけではなく学習教材として活用し、食や環境を考え、ものを大切にする子どもを育てることを目指している。

さっぽろ子ども G メン体験事業 子どもに中央卸売市場などでの体験を通して食の安全に関する正しい知識を学んでもらう事業。

札幌市お弁当プロジェクト 平成 27 年度から中・高校生を対象にお弁当レシピコンテストを実施し、入選作品のレシピ集を作成し、バランスの良い食事の普及啓発に取り組んでいる。

札幌市高校生のための食生活指針 高校生のための札幌市オリジナルの食生活指針。高校生の「今の自分」と「未来の自分」が健やかなものであるよう、札幌市の若い世代の食の実態を踏まえた、健康づくりのための指針。

札幌市高齢者のための食生活指針 高齢者のための札幌市オリジナルの食生活指針。市民健康・栄養調査などを踏まえ、栄養・食生活分野における8項目で構成される基本的な指針。

さっぽろ食スタイル 北海道の豊かな食材を使用してバランスのとれた食事をし、さらに買い物から保存、調理方法や後片付けまで、環境に配慮した食生活のこと。

札幌市食育サポート企業等 地域、食育ボランティア、各種団体、行政等の活動を支援する企業等や、食品情報提供、栄養表示、食品衛生、環境に配慮するなど、自ら食育活動を行う企業等のこと。

札幌市食生活指針 市民健康・栄養調査などを踏まえた健康づくりのための札幌市オリジナルの食生活指針。

「さっぽろ食の安全・安心おもてなしの店」推進事業 食の安全・安心に取り組んでいる食品衛生優良施設を対象に、「栄養成分表示」、「禁煙」、「アレルギー表示」、「外国語メニュー」、「さっぽろ HACCP 認証」等の、さらに進んだ取組を実施しているお店を「食の安全・安心おもてなしの店」として登録している。

さっぽろ食の安全・安心市民交流事業 市民が事業者や生産者の食の安全・安心への取組を現地で実際に見て、事業者や生産者と直接意見交換することで、「事業者・生産者」と「市民」の相互理解を図り、また、食の安全について正しい知識と理解を深め、さらに食に対する信頼感を高めてもらうことを目的とした事業。

さっぽろ食の安全・安心推進協定 札幌市と食品事業者、食品関連団体は、「安全・安心なまち・さっぽろ」を目指し、今まで以上に一層、食の安全の確保と消費者への信頼性の向上に向けて連携・協働して取り組むことを目的として、締結している。

さっぽろ食の安全・安心モニター 市民モニターが食品の表示や利用した店舗の衛生状態などについて調査・報告を行っている。

さっぽろ農学校 農業に関心ある市民を対象に、新たな担い手となる農業者や農業応援団として育成するため、平成 13 年度から市民農業講座「さっぽろ農学校」を開講し、農業知識や技術が習得できる機会を提供している。

さとらんど 土、緑、動物たちと触れ合いながら農業を学び、体験できる札幌市の農業体験交流施設。

し

主食・主菜・副菜 主食は、ごはん、めん、パンなどの穀物を主な材料にした料理。炭水化物を多く含み、エネルギーの元になる。

主菜は、魚、肉、卵、大豆・大豆製品を主な材料にした料理。たんぱく質や脂質を多く含む。

副菜は野菜、いも、きのこ・海藻類などを主な材料にした料理。様々なビタミン、鉄、カルシウム、食物繊維などを多く含む。

この3つを揃えることで、食事の栄養のバランスが整えることができる。

小・中学校等 小学校、中学校、義務教育学校、中等教育学校、特別支援学校のこと。

食育基本法 国民が生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性を育むことができるよう、食育を総合的かつ計画的に推進することを目的として、平成 17 年(2005 年)7 月 15 日に施行された法律。

食育月間・食育の日 国が定めた「食育推進基本計画」により平成 18 年から始まったもので、毎年6月は「食育月間」、毎月 19 日は「食育の日」と定められている。食育月間では、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、食育の一層の浸透を図ることとされている。

食育サポーター制度 食育の学習活動に対して援助・協力する「食育ボランティア(個人・団体)」及び食育活動を行う団体等に対して支援・協力したり、自ら食育活動を行う「食育サポート企業等」を市民に紹介し、食育の推進に役立てていただく制度。

食育推進基本計画 食育基本法に基づき、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、国の食育推進会議が作成し、施策についての基本的な方針や食育推進の目標等を定める国の計画。5年ごとに作成されている。

食生活改善推進員 地域住民の食生活を改善するため、養成講座を受講し、食育の普及啓発活動を行うボランティア。保健センターで養成後、食生活改善推進員協議会に入会し、活動を行っている。

食生活改善普及運動 厚生労働省では、毎年9月を「食生活改善普及運動」としている。健康日本 21(第二次)における栄養・食生活の目標のうち、現状値が悪化傾向にあるもの、もしくは目標値との間に乖離があるものに対し、国民一人一人の改善が図られるよう、効果的な運動を全国的に展開することとされている。

食品関連事業者 食品の製造・加工・卸売・小売等の事業者(食品メーカー、百貨店、スーパーマーケット、コンビニエンスストア、八百屋、魚屋など)や、食事を提供する事業者(食堂、レストランなど)のこと。

食品ロス まだ食べられるのに廃棄される食品(手つかず食品、食べ残し)のこと。我が国では、推計で年間約 523 万トンに上る「食品ロス」が発生している(農林水産省及び環境省「令和 3 年度推計」)。

せ

生活習慣病 食生活・運動習慣・休養・喫煙・飲酒などの生活習慣が、その発症・進行に関与する疾患の総称。がん・高血圧・糖尿病・脂質異常症、循環器病などをいう。

ち

地産地消 地元で生産された農林水産物を地元で消費すること。

て

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

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

と

特定給食施設 特定かつ多数の者に対して、継続的に食事を供給する施設のうち、栄養管理が必要な施設として、継続的に1回 100 食以上または1日 250 食以上の食事を供給する施設をいう。

に

日本型食生活 主食・主菜・副菜に加え、適度に牛乳・乳製品や果物が加わった、バランスのとれた食事のこと。

の

農体験リーダー 一定の農業技術や知識を習得した市民等を、札幌市長が認定し、市内小中学校の「総合的な学習の時間」やクラブ活動等の課外活動等に派遣している。

は

早寝早起き朝ごはん運動 子どもの生活習慣の乱れが学習意欲、体力、気力の低下の要因の一つとして指摘される中、子どもたちの基本的な生活習慣を確立させ、生活リズムの向上を図るための取組を推進するため、文部科学省が提唱した運動。

ひ

BMI(ビー・エム・アイ) ボディ・マス指数(Body Mass Index)の略で、体重と身長から算出される「肥満度」を示す体格指数。
BMI=体重(kg)÷(身長(m))² によって算出される。

ふ

フレイル 健康な状態と介護が必要な状態の中間の状態を指す。適切な支援等により、生活機能の維持向上が可能な状態。

ほ

北海道型食生活 日本型食生活を基本に北海道産食材を積極的に献立に取り入れた食生活で、ご飯を中心に、主菜や副菜に魚介、肉、卵、野菜、大豆・大豆製品、海藻、乳製品、果物などがバランス良く加わった、健康的で豊かな食生活のこと。

ま

本気(まじ)めしプロジェクト 若い世代を対象に、朝食摂取及び野菜摂取についての意識の変容につなげるための事業。全区で実施している。

マタニティ教室 初めてお母さん・お父さんになる方を対象に、妊娠中の生活に関する講話等を行っています。

も

もったいない運動 食育の観点から、資源の有効活用、ゴミを減らすなど、環境に配慮した活動をしている飲食店を「もったいない運動参加店」として紹介している。

や

野菜摂取強化月間・野菜の日 札幌市では、市民の野菜摂取量の増加を図ることを目的とし、平成 16 年度から8月を野菜摂取強化月間と定め、関係機関と連携し啓発事業を実施している。また、平成 18 年度からは「毎月1日は、野菜の日」と定めた。なお、1983 年には全国青果物商業協同組合連合会など9つの関係団体が8月 31 日を野菜の日に制定している。

ゆ

ユネスコ無形文化遺産 2006 年に発効した国連教育科学文化機関(ユネスコ)の無形文化遺産保護条約に基づき、人から人へと継承される芸能や祭礼、伝統工芸などを対象に登録される。2013 年に「和食」が登録されている。

よ

要介護 介護保険制度では、寝たきり等で常時介護を必要とする状態(要介護状態)、家事や身支度の日常生活に支援が必要になった状態(要支援状態)に大きく分けられる。

ら

ライフステージ 人の一生における加齢にともなう変化を、いくつかの段階に区切って考える各段階のこと。第4次札幌市食育推進計画では、乳幼児期は(0歳～)、学童期は(6歳頃～)、思春期(12 歳頃～)、成年期(20 歳頃～)、高齢期(65 歳頃～)以上に区切っている。

り

リサイクル(3R) 「3R」とは「ごみの減量」に欠かせない3つのキーワードの頭文字をとったもの。

1. Reduce(リデュース)…ごみの発生、資源の消費をもとから減らす
2. Reuse(リユース)…繰り返し使う
3. Recycle(リサイクル)…資源として再び利用

離乳期講習会 離乳食の進め方や作り方などについての講習会。

ろ

ローリングストック 普段の食品を少し多めに買い置きしておき、賞味期限を考えて古いものから消費し、消費した分を買い足すことで、常に一定量の食品が家庭で備蓄されている状態を保つための方法。