

# ちばを知ろう

「食」を通して、ちばを知り、ちばに愛着を持ち、ちばを誇りに思い、ちばに暮らす喜びを実感しよう



平成20年11月

千葉県・千葉県教育委員会

### ◇ご利用にあたって◇

千葉県では、食育基本法に基づく県の食育推進計画『元気な「ちば」を創る「ちばの豊かな食卓づくり」計画』を千葉県と千葉県教育委員会が合同で策定しました。この計画では、「生きること・食えること」という食の基本に立ち返って食の大切さを考え直していただきながら、大地と海の恵み豊かな「ちばの食材・食品」をしっかりと噛んで味わうことから始め、「ちばの食」を実感し、食を通して郷土意識を育みながら、健やかな体と豊かな心をもった人づくりを目指すこと。さらに、みんなで取り組む「ちばの豊かな食卓づくり」を県民運動として推進し、「ちば」に暮らす喜びと健康が実感できる「元気な『ちば』」を創ることを基本理念として食育を推進することとしております。

この資料集「ちばを知ろう」は、「食」を通して、ちばを知り、ちばに愛着を持ち、ちばを誇りに思い、ちばに暮らす喜びを実感していただける手助けとなるよう、「食」に関するデータを集めて作成いたしました。ちばの「食」と「食育」をめぐる現状、食文化、「食」に関わる歴史、「食」の情報、そして「食育」への取組などを紹介しています。この冊子をご覧になり、「食」を通じてちばの姿を知っていただくとともに、食育の現場で、ご活用いただければと思います。

## ちばのシンボル

### 県旗・県章



県章は、カタカナの（チ）と（ハ）を図案化したものです。  
県旗は、中央に県章を配し、地は希望と発展を表す空色、マークは菜の花の薄黄色でふちどってあります。  
(県章 明治 42 年 12 月 28 日制定)  
(県旗 昭和 38 年 7 月 29 日制定)

### 県の花「なのはな」

昭和 29 年 4 月、NHK が中心となり一般から公募したもので、正式には決められていませんが、「菜の花」とされ広く親しまれています。



### 県民鳥「ホオジロ」

県内に生息し、県民に最も親しまれている鳥として、この鳥が選ばれました。  
(昭和 40 年 5 月 10 日指定)

### 県の魚「タイ」

本県にゆかりが深く、明るいイメージをもち、本県の発展を象徴するにふさわしい魚として選ばれました。  
(平成元年 2 月 23 日指定)



### 県の木「マキ」

本県の気候風土にあい、街路、公園、庭木など県民の目によくふれる木として選ばれました。  
(昭和 41 年 9 月 29 日指定)

出展：千葉県ホームページ 千葉県の姿 「県のシンボル」より

# 目 次

## I. 千葉県のすがた

- |                   |   |
|-------------------|---|
| 1. 位置・面積・地形・気候・人口 | 1 |
| 2. 数字でみる千葉県       | 2 |

## II. 千葉県の産業

- |        |   |
|--------|---|
| 1. 工業  | 3 |
| 2. 商業  | 3 |
| 3. 農業  | 4 |
| 4. 水産業 | 5 |

## III. ちばの「食」と「食育」をめぐる現状

- |                        |    |
|------------------------|----|
| 1. 社会情勢の変化             | 7  |
| 2. 食の外部化・簡便化の進展        | 11 |
| 3. 栄養バランスの変化           | 12 |
| 4. 不規則な食生活             | 14 |
| 5. 食生活と健康              | 18 |
| (1) 肥満の増加と過度の痩身志向      | 18 |
| (2) 生活習慣病の増加と健康に対する満足度 | 22 |
| (3) 食生活の状況             | 26 |
| (4) 乳幼児の生活習慣           | 33 |
| 6. 食の安全・安心への関心         | 36 |
| 7. 食育への関心と実践度          | 42 |
| 8. 食育を支援する人材や場など       | 52 |
| 9. 学校・保育所における取り組み      | 55 |
| (1) 学校における取り組み         | 55 |
| (2) 保育所における取り組み        | 60 |
| 10. 千産千消の推進            | 63 |
| 11. グリーン・ブルーツーリズムの推進   | 65 |
| 12. 市民運動・食品廃棄の問題       | 68 |
| 13. 郷土料理・伝統食           | 72 |

## IV. ちばの「食」をめぐる課題とちばの特長

- |                 |    |
|-----------------|----|
| 1. ちばの「食」をめぐる課題 | 75 |
| 2. ちばの特長        | 77 |

## V. ちばの「食」と「食育」への取り組み

1. ちばの「食」と「食育」情報	79
(1)ちばの食育ホームページ	79
(2)ネットで検索ちばの食材とレシピ	80
(3)ちばの農林水産物	81
(4)全国に誇るちばの農産物	82
(5)全国に誇るちばの水産物	84
(6)「ちばの旬」カレンダー	85
(7)ちば おいしい物語	87
2. ちばの食文化	88
(1)ちばの郷土料理	88
(2)ちばの伝統的な食文化や食に関する歴史	91
3. ちばの食育への取り組み	109
(1)千葉県食育関連ホームページ一覧	109
(2)千葉県食育関連刊行物一覧	115
(3)千葉県の食育関連ポスター	123
(4)ちば食育ボランティアご利用ガイド	125
(5)大地と海のグリーン・ブルーツーリズム(体験施設・直売所ガイドブック)	126
(6)健康的な食生活を実践しよう(食生活のチェック表)	127
(7)健康ちば21ホームページ	128
(8)かむ力を育てる乳幼児の食事パンフレット	129
(9)健康ちば協力店	133
(10)いきいきちばっ子推進プロジェクトの概要	134
①いきいきちばっ子ノートを活用した食育の推進	134
②いきいきちばっ子健康・体カづくりモデルプラン	137
③食習慣チェック虎の巻	140
④輝け ちばっ子リーフレット	141
(11)千葉県食品等の安全・安心の確保に関する基本方針	142
4. 千葉県内における特色ある食育活動事例	144
(1)市町村の取り組み	144
(2)ちば食育サポート企業の取り組み	148
(3)ちば食育ボランティアの取り組み	151
(4)学校の取り組み	155
(5)各種団体の取り組み	157
「食育」に関する用語集	162