

第二次天童市食育推進計画（案）

「見て」「さわって」「味わって」
～いのちをつなぐ食の力～

平成29年3月

天 童 市

目次

第1章 計画策定にあたって	1
1 計画策定の趣旨	1
2 計画の位置づけ	1
3 計画の期間	2
第2章 現状と課題	3
1 アンケート調査結果から見える現状	3
(1) 食への意識について	3
(2) 食生活について	5
(3) 健康について	11
(4) 食の情報について	15
(5) 地産地消について	17
(6) 食の安全・安心について	18
(7) 食と環境について	19
2 天童市食育推進計画（第一次）の評価	21
(1) 評価の基準	21
(2) 評価の結果について	21
3 課題	23
第3章 基本理念と目標	25
1 食育の基本理念	25
2 食育推進における目標	25
3 施策の展開	26
目標1 食育で健康	27
目標2 食育で感謝	31
目標3 食育でにぎわいとしあわせ	33
第4章 ライフステージに応じた重点施策	36
1 乳幼児期（0～5歳）	36
2 学齢期（6～14歳）	36
3 青年期（15～39歳）	37
4 壮年期（40～64歳）	38
5 高齢期（65歳以上）	39
第5章 食育の数値目標	40
第6章 食育の推進体制	41
用語解説	42

第二次天童市食育推進計画

第1章 計画策定にあたって

1 計画策定の趣旨

「食」は、人間が生きていく基本となるものであり、健全な食生活は、心身の健康と豊かな人間性を培ってくれるとともに、私たちに様々な楽しみや喜びを与えてくれます。

ライフスタイルの多様化や家族形態の多様化、食の簡素化、食の外部化等を背景に、肥満や生活習慣病の増加、食の安全や自給率の問題、伝統的な食文化の喪失等、食をめぐる様々な課題が生じている中で、国は、平成 17 年に「食育基本法（※1：用語解説に記載）」を制定・施行しました。

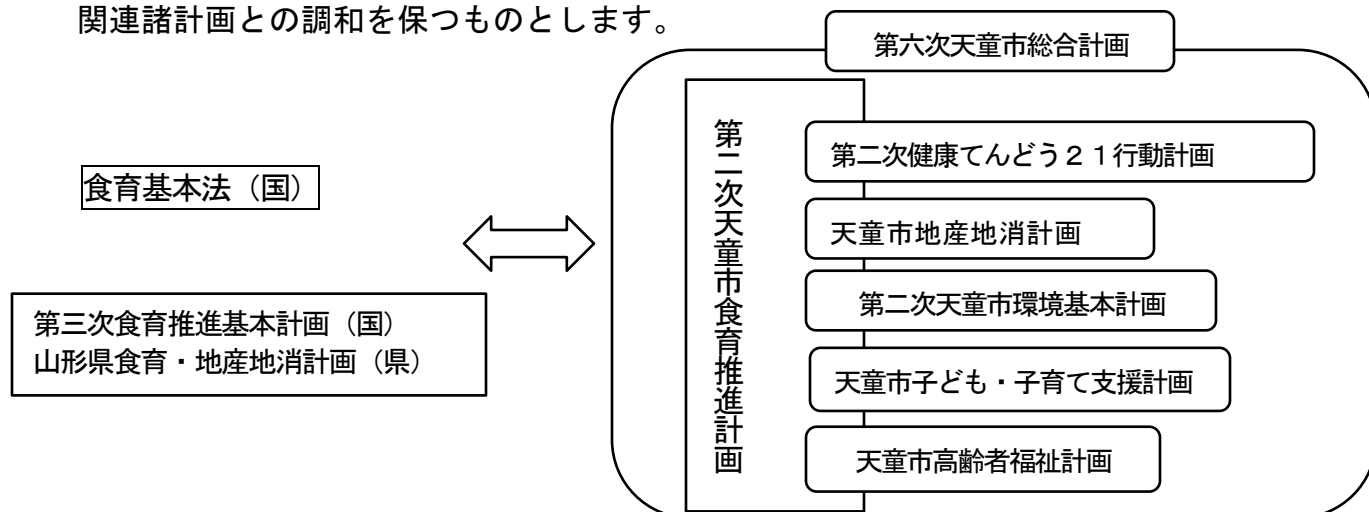
これを受けて、本市では、平成 23 年 3 月に健全な食生活を送ることにより心身の健康を図ることを目的とした「天童市食育推進計画」（計画期間：平成 23 年度～平成 28 年度）を策定し、本計画に基づいた食育（※2）を推進しています。

しかしながら、若年者の朝食の欠食や生活習慣病の増加など健康問題等の課題が依然としてあり、解決すべき課題となっています。

このようなことから、これまでの成果と課題、社会情勢の変化などを踏まえ、今後5年間の食育に関する施策を総合的かつ計画的に推進していくため「第二次天童市食育推進計画」を策定するものです。

2 計画の位置づけ

本計画は、食育基本法第 18 条第 1 項に基づく市町村食育推進計画として策定し、国の「第三次食育推進基本計画」及び県の「山形県食育・地産地消計画」のほか、本市の「第六次天童市総合計画（※3）」の基本を踏まえながら、食育に関する基本的な事項について定め、関連諸計画との調和を保つものとします。



3 計画期間

本計画は、平成 29 年度から平成 33 年度までの 5 年間とします。計画期間中に社会経済情勢の状況の変化等を踏まえ、必要に応じて見直しを行います。

第2章 現状と課題

1 アンケート調査結果から見える現状

平成28年8～11月に、乳幼児の保護者、小学5年生と中学2年生の児童生徒とその保護者、高校2年生と短期大学の学生、さらに無作為抽出による20～70歳代の市民3,000人、計6,473人の方を対象に食育アンケート調査を実施しました。

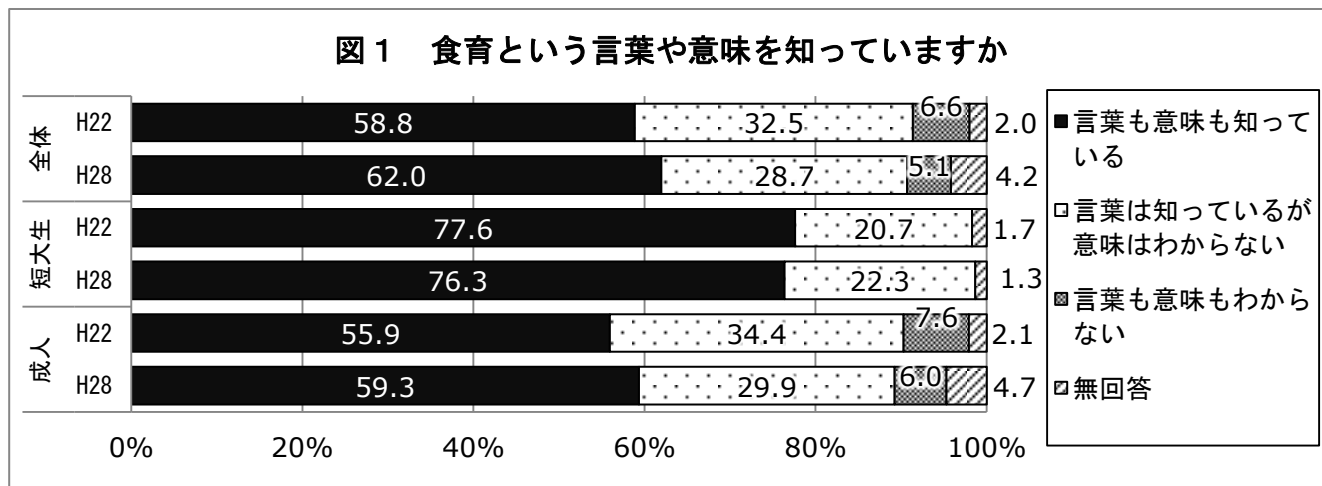
	アンケート対象者（児）	該当者数（人）	回答者数（人）	回収率（%）
1	乳児（4ヶ月・9ヶ月）保護者	146	102	69.9
2	幼稚園、保育園、児童館保護者	580	451	77.8
3	市内小学5年生（全小学校）	517	479	92.6
4	市内小学5年生保護者（全小学校）	517	465	89.9
5	市内中学2年生（全中学校）	578	536	92.7
6	市内中学2年生保護者（全中学校）	578	436	75.4
7	市内高校2年生（2校）	323	310	95.8
8	市内短期大学生（1校）	234	224	95.7
9	成人20歳以上（郵送・抽出）	3,000	1,227	40.9
	合計（市全体）	6,473	4,230	65.3

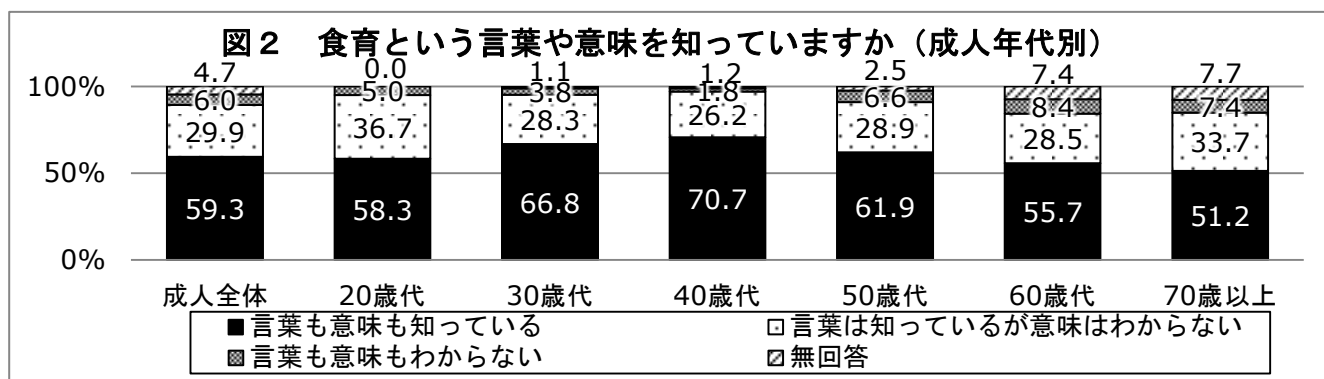
これらの調査結果等から、食に関する現状と課題をまとめました。

(1) 食への意識について

ア 食への興味と食育への理解

「食育という言葉も意味も知っている」と回答した人の割合は全体で62.0%であり、平成22年度の調査時よりも増加傾向がみられます（図1）。成人の「食育という言葉も意味も知っている」と回答した人の割合は、30～50歳代が6割を超えており、他の年代よりも関心の高さがみられました（図2）。





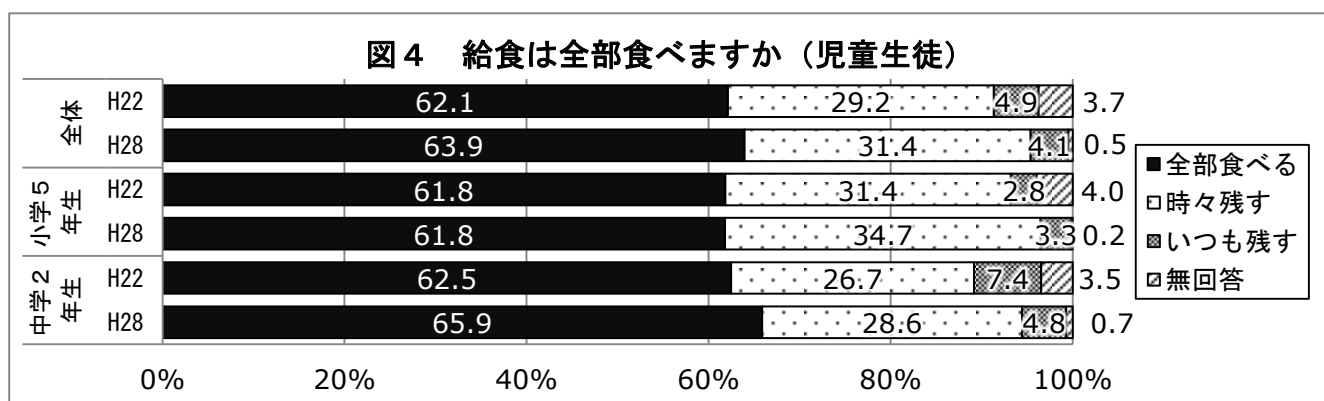
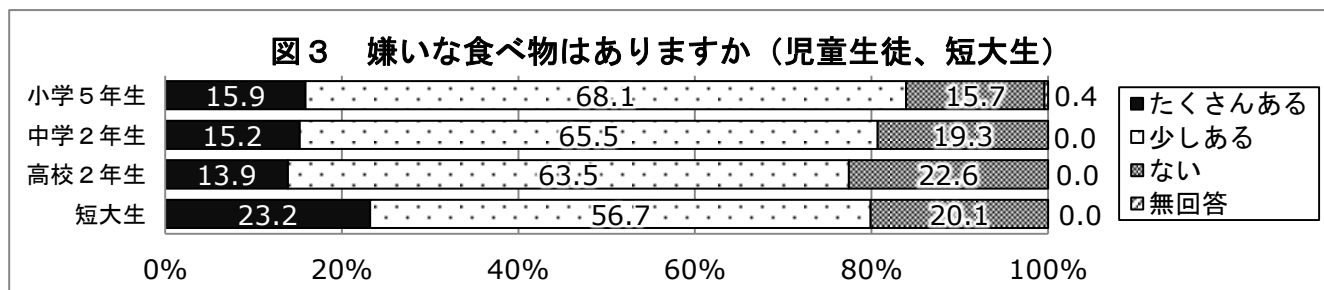
イ 家庭での食育

食育アンケートの自由記入欄の、家庭において保護者や家族が子どもに伝えたいこととして、「食事のマナーや食べ方」が最も高く、次いで「食物や作ってくれた人への感謝」「家族の団らん・食事の楽しさ」となっています。また、高校生や短大生が家庭で教わったこととしては、「食事のマナーや食べ方」が最も高く、「郷土料理や食文化」「家族の団らん・食事の楽しさ」「食べ物を粗末にしない」となっています。

ウ 好き嫌いについて

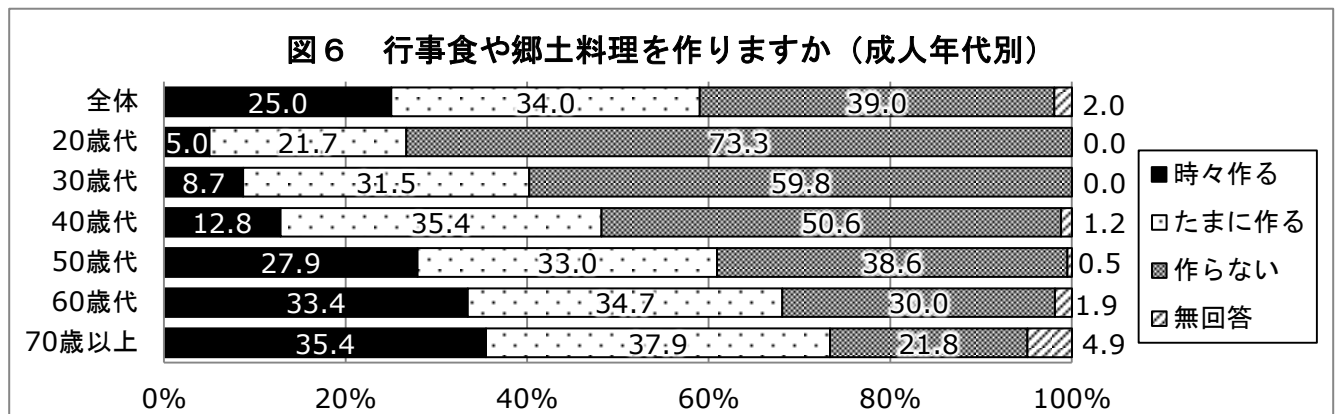
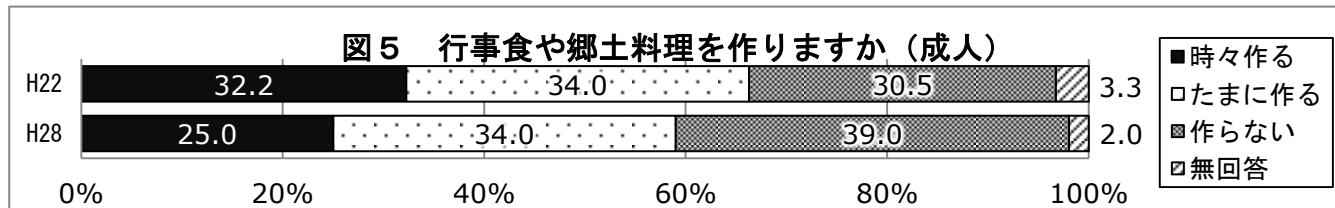
嫌いな食べ物が「たくさんある」と回答した人の割合は、小学生で15.9%、中学生で15.2%、高校生で13.9%、短大生は23.2%となっています（図3）。

学校の給食を「全部食べる」と回答した人は小学生で61.8%、中学生で65.9%であり、中学生が増えています（図4）。



エ 行事食や郷土料理への関心

行事食や郷土料理を家庭で作る状況は、「時々作る」と「たまに作る」を合わせると59.0%であり、平成22年度の調査時よりも7ポイント減少しています（図5）。また、年代別では、若い世代ほど、行事食や郷土料理を作る割合が低くなっています（図6）。



(2) 食生活について

ア 朝食の欠食状況

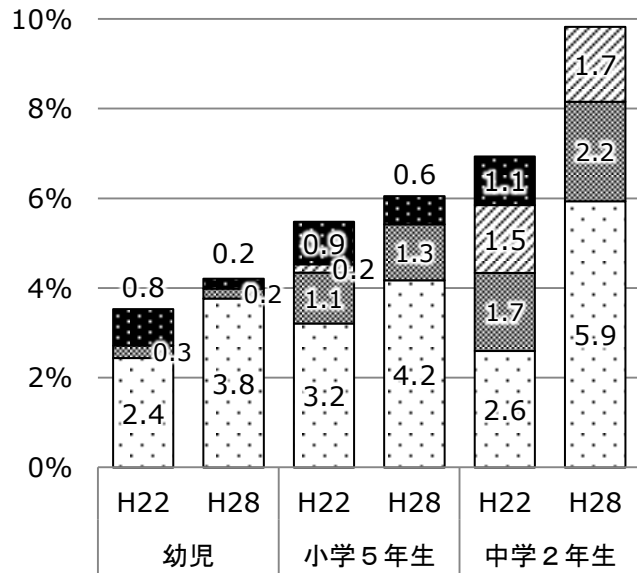
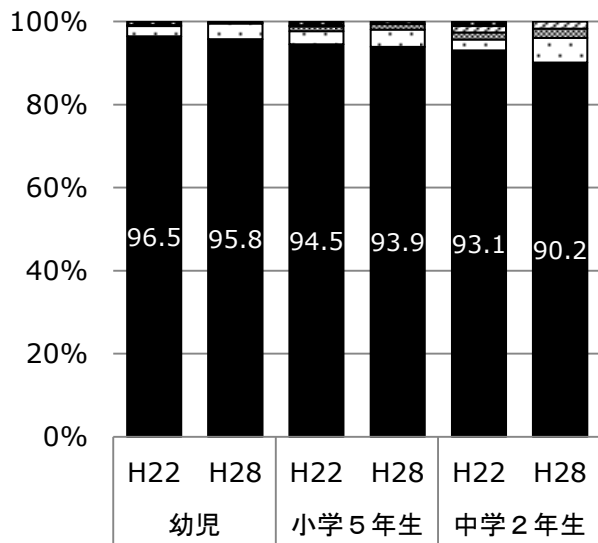
朝食の欠食（※）状況は、幼児（保護者回答）や小中学生、短大生と、平成22年度の調査時よりも増加傾向にあります（図7、8）。幼児や小学生では、朝食を「毎日食べていない」人はいないものの、「一週間で半分ぐらいいは食べている」人の割合が平成22年度の調査時よりも幼児では1.4ポイント、小学生では1ポイント増加しており、中学生では、朝食を「一週間で半分ぐらいいは食べている」人の割合が、平成22年度の調査時よりも2倍増加しています。また、短大生では、「毎日食べていない」人の割合が15.2%と、平成22年度の調査時よりも約6ポイント増加しています。

高校生では欠食の改善傾向がみられるものの、欠食者の割合は13.8%であり、若い世代の欠食する割合が高い率を示しています（図8）。また、成人の欠食の状況を男女別でみると、男性はどの年代においても女性を上回っています（図9）。

食べない理由として、小中学生では「おなかがすかない」が多く、高校生は「おなかがすかない」「時間がない」が多く、短大生では「時間がない」が多くみられました（図10）。

※朝食を欠食する人は、朝食を「一週間のうち半分ぐらいいは食べている」「一週間のうち1、2回しか食べていない」「食べていない」と回答した者。

図7 朝食の状況（幼児、児童生徒）

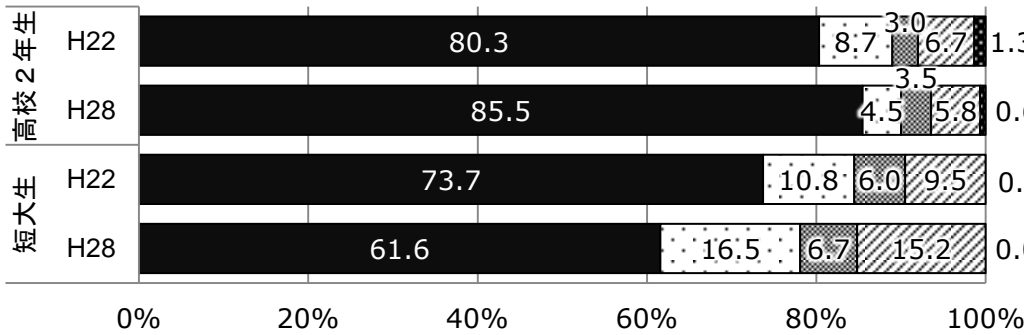


■無回答
 □食べていない
 ▨一週間で1・2回しか食べていない
 □一週間で半分くらいは食べている
 ■毎日食べている

■無回答
 □食べていない
 ▨一週間で1・2回しか食べていない
 □一週間で半分くらいは食べている

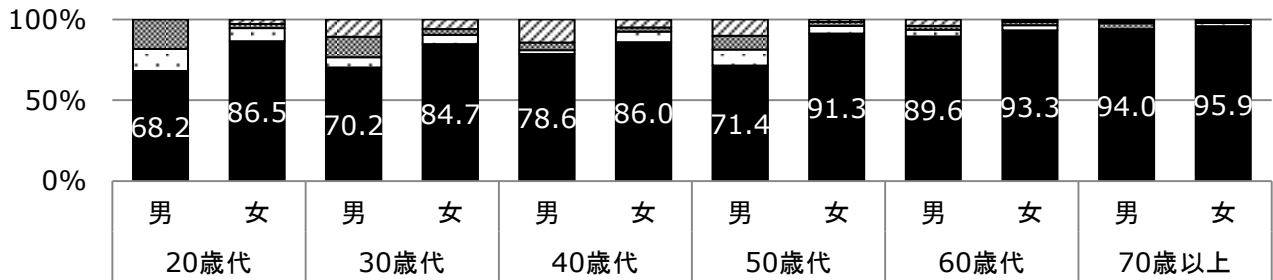
※図7、8 幼児は保護者回答

図8 朝食の状況（高校生、短大生）

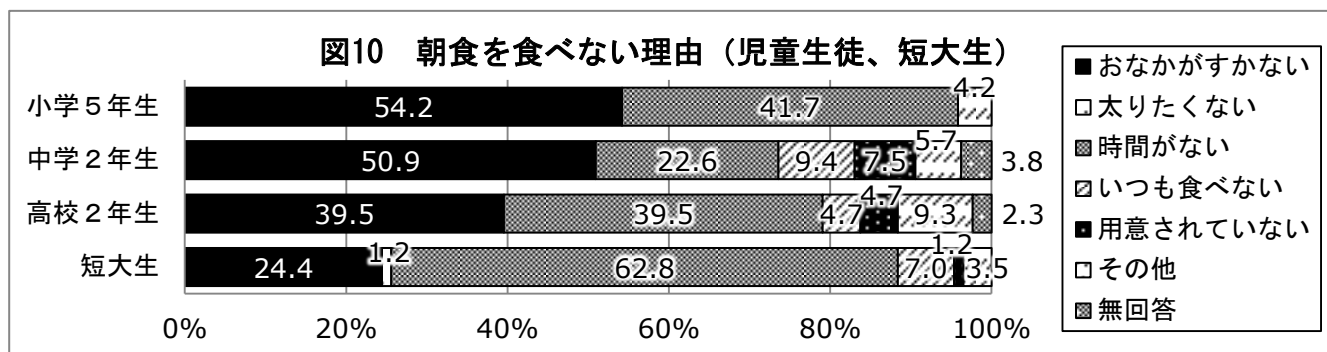


■毎日食べている
 □一週間で半分くらいは食べている
 ▨一週間で1・2回しか食べていない
 □食べていない
 ■無回答

図9 朝食の状況（成人年代性別）

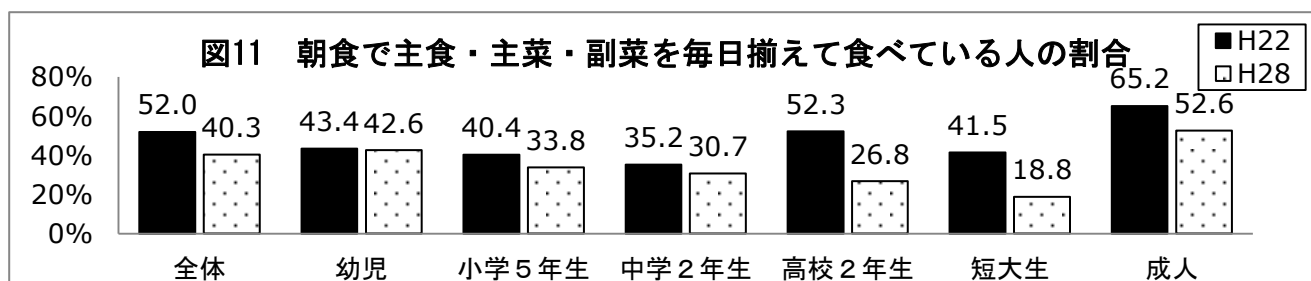


■毎日食べている
 □一週間で半分くらいは食べている
 ▨一週間で1・2回しか食べていない
 □食べていない

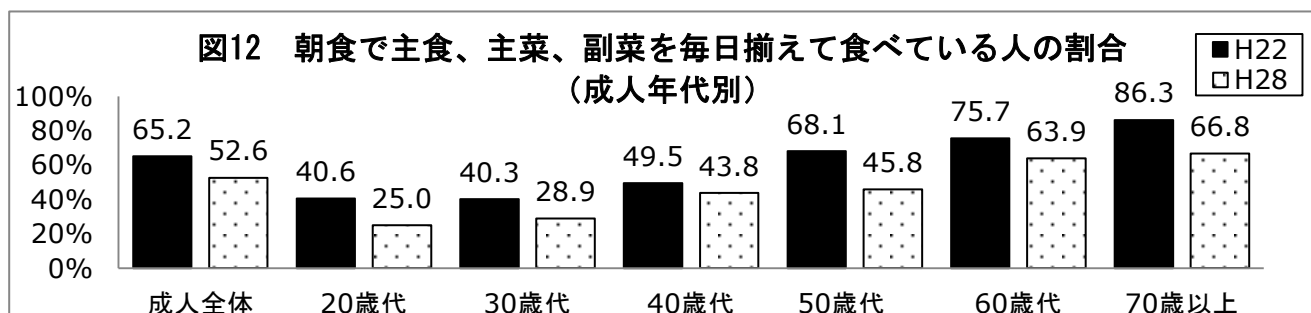


イ 朝食の内容

朝食の内容で、「主食・主菜・副菜を揃えて毎日食べている」と回答した人の割合は、平成22年度の調査時よりも全ての世代で低下しており、特に高校生と短大生では著しく低下しています。（図11、12）。



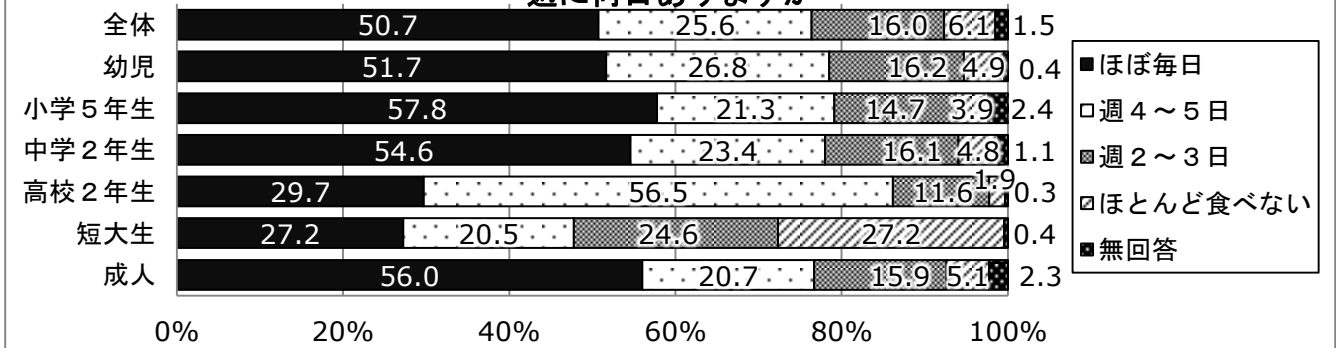
※図11 幼児は保護者回答



ウ 栄養のバランス（新規）

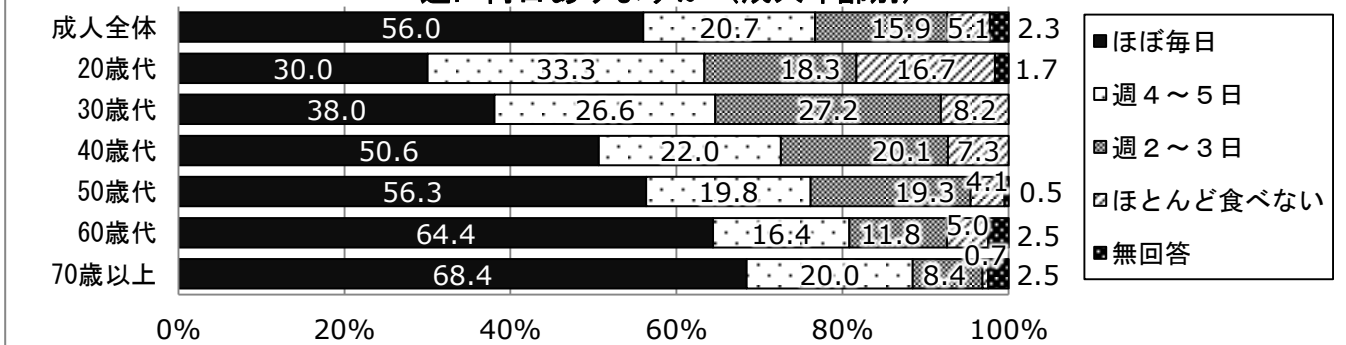
主食、主菜、副菜を組み合わせた食事を1日2回以上食べることが「ほぼ毎日」と回答した人の割合は、幼児（保護者回答）51.7%、小学生で57.8%、中学生で54.6%、高校生で29.7%、短大生で27.2%となっています。特に短大生においては、「週4回以上」食べている人の割合は、5割以下となっています（図13）。成人の「ほぼ毎日」と回答した人の割合は、56.0%であり、年代別にみると、若い世代ほどその割合が低い状況になっています（図14）。

図13 主食、主菜、副菜を揃えて食べることが1日2回以上あるのは、週に何日ありますか



※図13 幼児は保護者回答

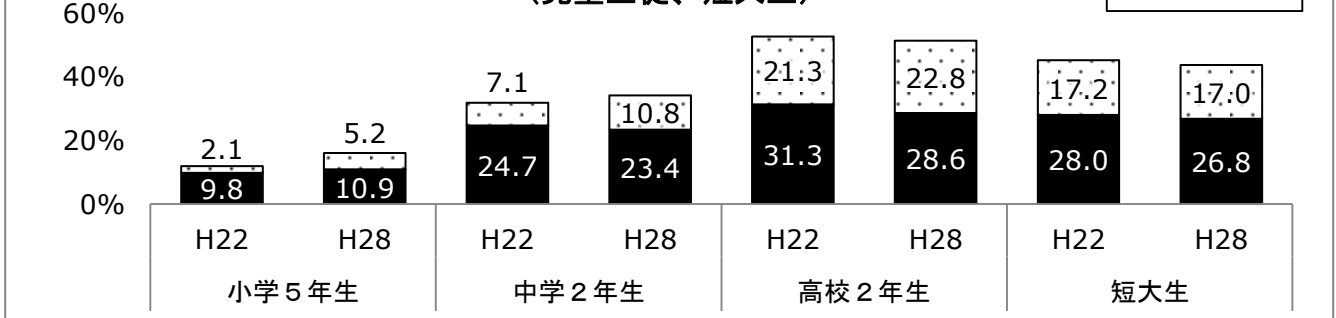
図14 主食、主菜、副菜を揃えて食べることが1日2回以上あるのは、週に何日ありますか（成人年齢別）

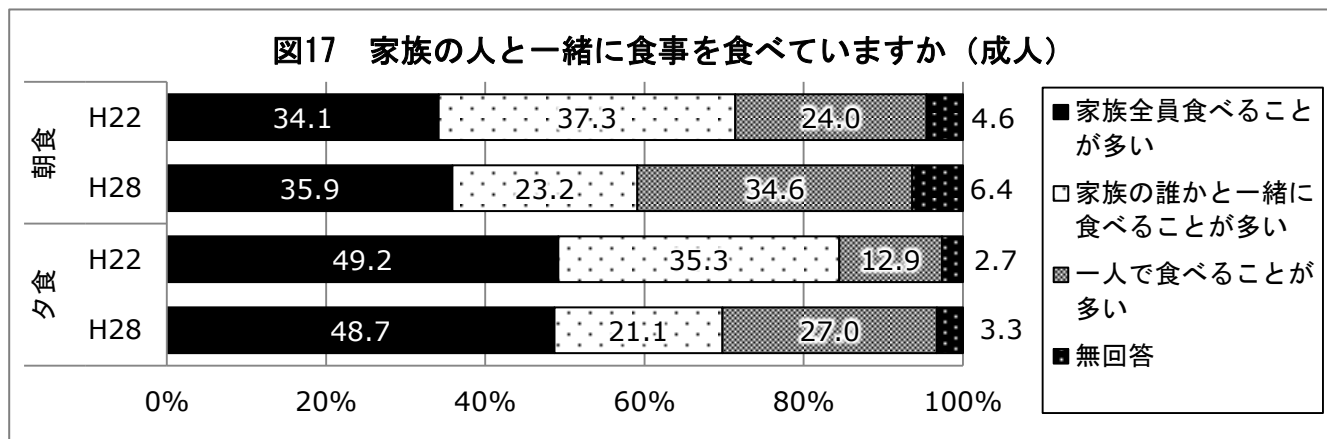
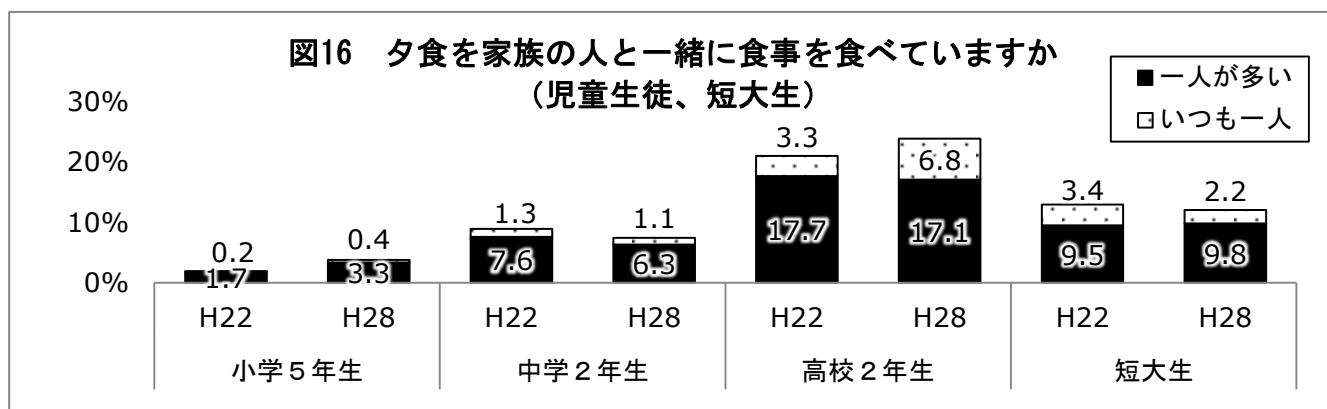


エ 孤食の状況

家族と一緒に食事をする割合は、小中学生では朝食を「一人で食べることが多い」と「いつも一人で食べる」を合わせると、小学生で16.1%、中学生で34.2%となっており、夕食では、小学生は3.7%、中学生では7.4%となっています（図15、16）。成人においては、朝食を「一人で食べることが多い」が34.6%と、平成22年度の調査時より10.6ポイント増加しており、夕食でも、14.1ポイント増加していました（図17）。

図15 朝食を家族の人と一緒に食事を受けていますか（児童生徒、短大生）





オ 食事作りで気をつけていること

食事を作るときに気をつけていることは、「栄養バランス」が49.6%と最も多く、次いで「家族の好み」が31.8%、「旬のものを選ぶ」が27.1%となっています(図18)。

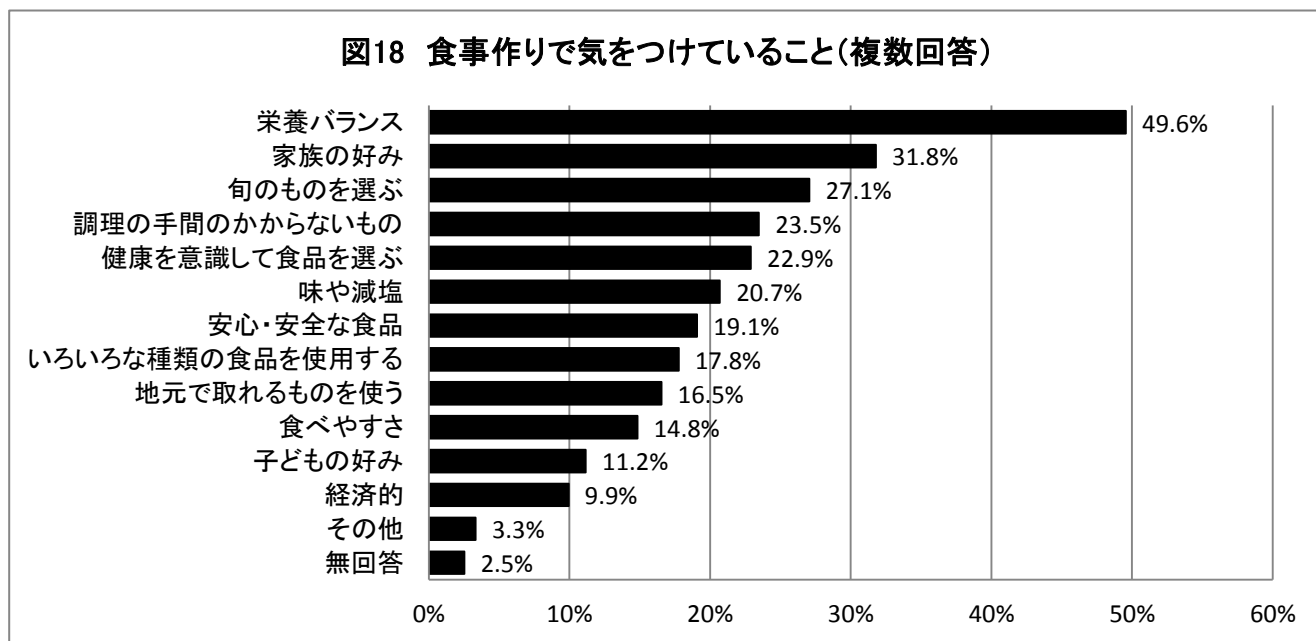
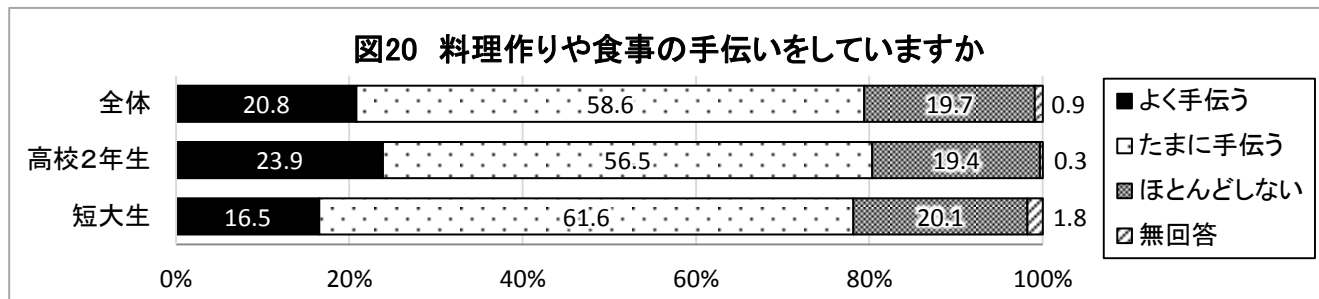
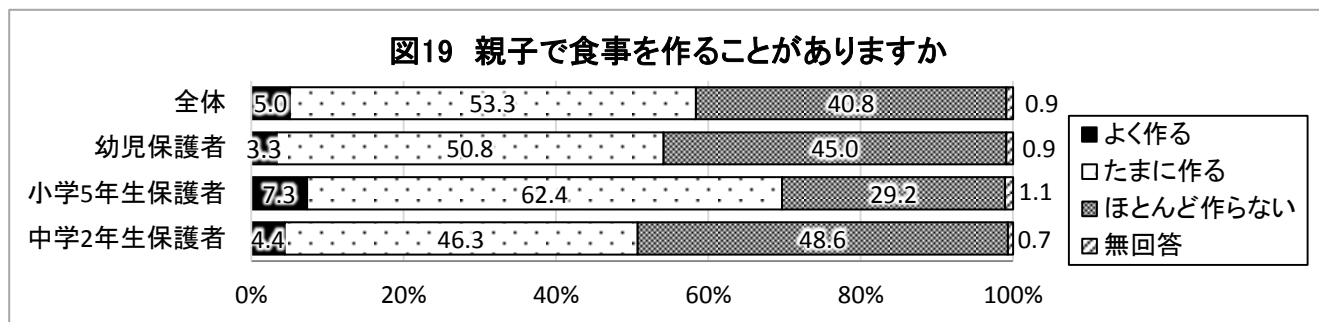


図18 成人が回答

カ 食事作りの体験

幼児の保護者や小中学生の保護者では、「親子で食事をよく作る」と「たまに作る」を合わせると、58.3%となっており、「ほとんど作らない」は40.8%となっています。また、高校生、短大生では料理作りや食事の手伝いを「よく手伝う」と「たまに手伝う」を合わせると79.4%となっており、「ほとんどしない」が19.7%となっています（図19、20）。



キ 調理済み食品やインスタント食品の使用について

成人では、どの年代においても「週に1～3回使用している」が最も多く、「週に1回以上」使用する割合は全体で50.6%となっています（図21）。特に20歳代では、「週に4回以上」が25.0%と最も多い使用頻度となっています。

使用する理由としては「忙しいときに便利だから」が76.3%、「時間短縮のため」66.5%、「家では作れないものがあるから」29.7%となっています（図22）。

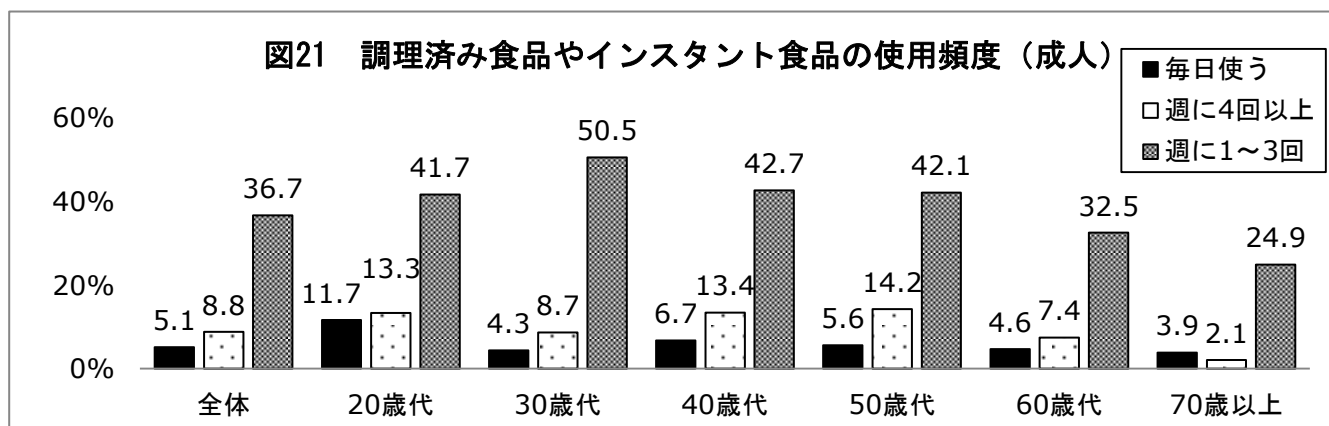


図22 調理済み食品やインスタント食品を使用する理由(成人)

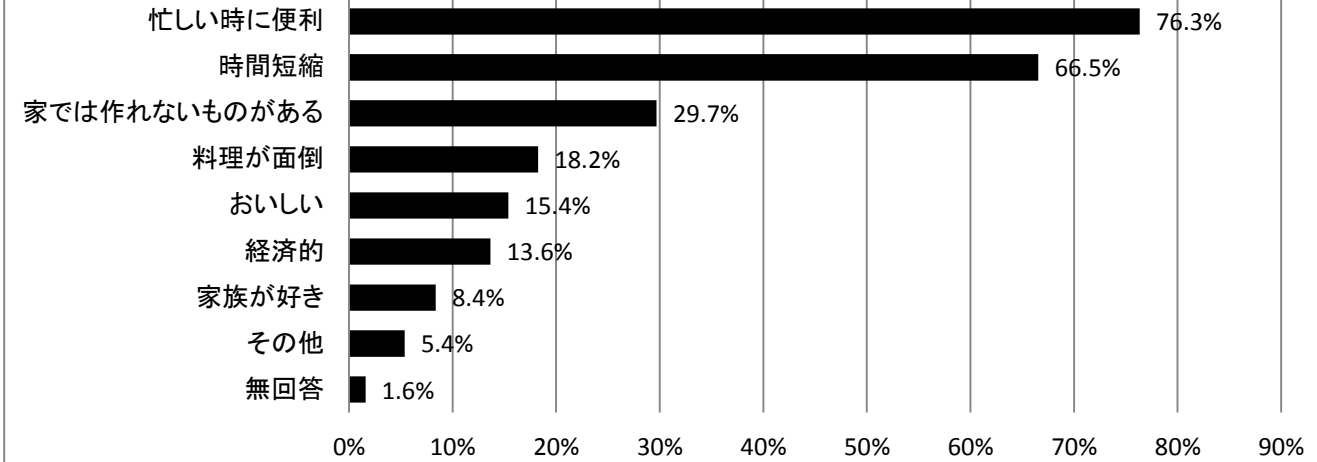


図 21、22 成人が回答

(3) 健康について

ア 肥満者の状況

本市の平成 27 年度特定健康診査（天童市国民健康保険加入者）の結果では、40 歳代以上の男性の肥満者は 28.4%、女性は 23.9%となっており、女性より男性の方が高い傾向です（図 23、24）。男性では 40 歳代が 30.8%と最も高く、女性では男性よりも肥満者が少ないものの、平成 22 年の調査時と同様、国の平均よりも全ての年代で高くなっています。

図23 肥満（BMI25以上）の状況（男性）

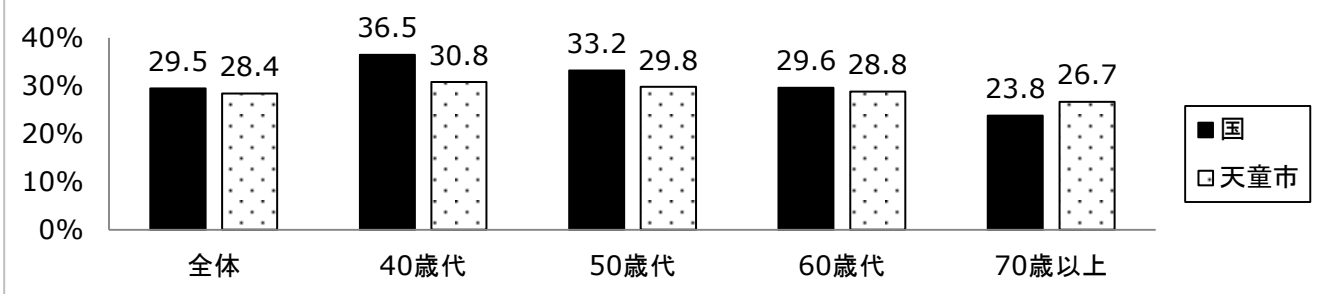
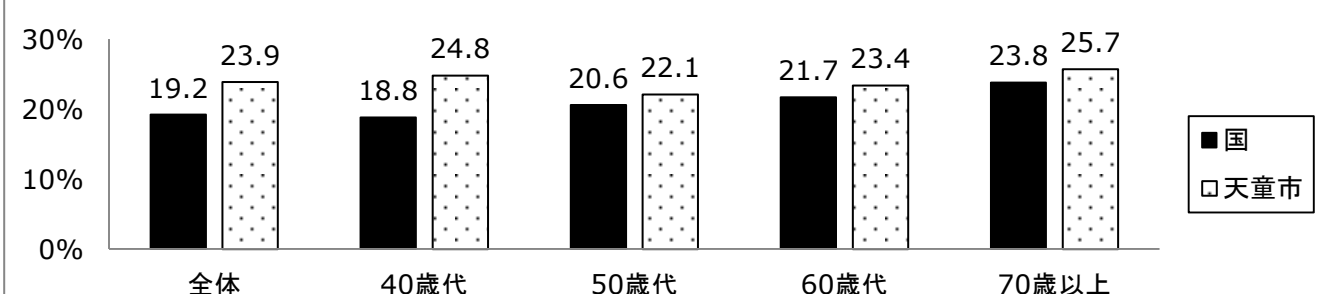


図24 肥満（BMI25以上）の状況（女性）



イ メタボリックシンドロームについて

メタボリックシンドローム（※4）の理解について、「言葉も意味も知っている」と回答した人の割合は84.4%です（図25）。

「体を気遣った食生活をしている」と回答した人の割合は80.2%と平成22年度の調査時よりも増加してしています（図26）。

今回、「体を気遣った生活をしている」と回答した人のうち、どのような取り組みをしているか調査したところ、「塩分をとり過ぎないようにしている」が最も多く、次いで「自分にとって適切な食事の量を意識して食べる」「脂肪の多い食品や油をとり過ぎないようにしている」となっています（図27）。

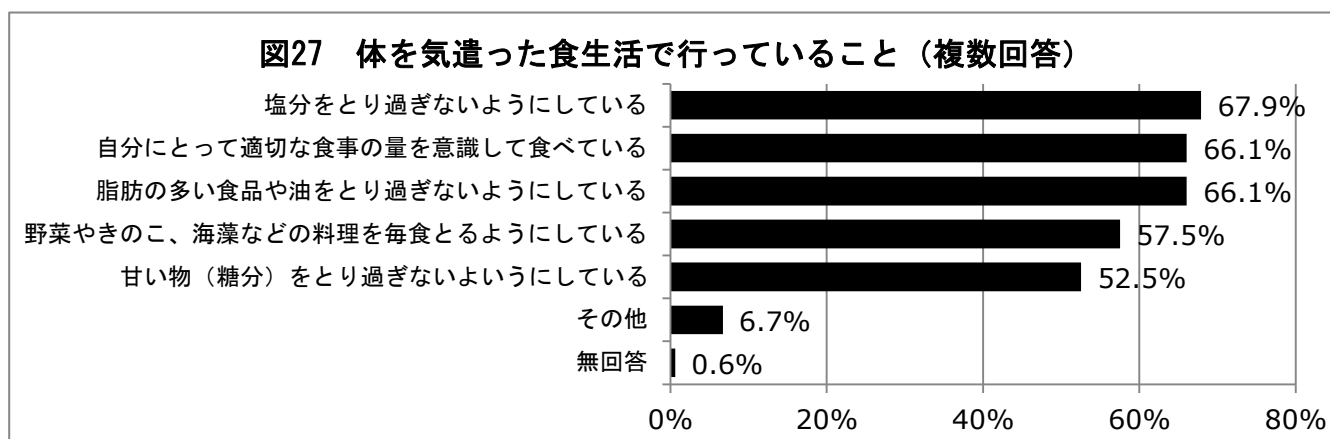
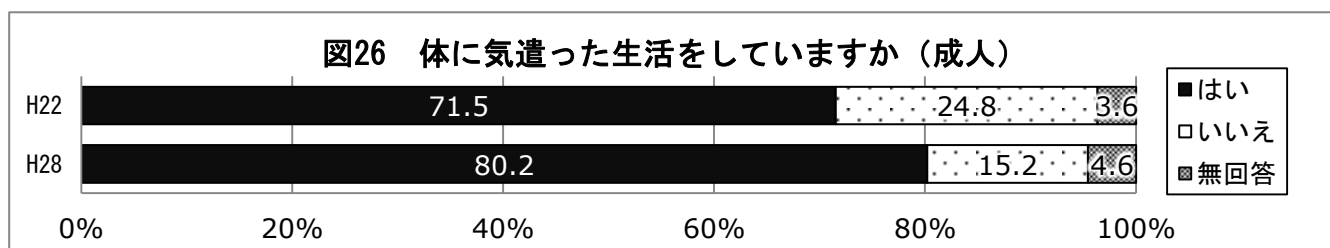
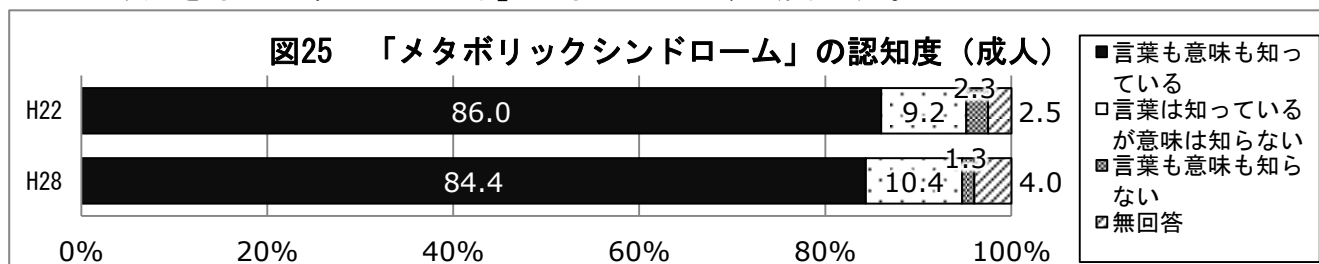
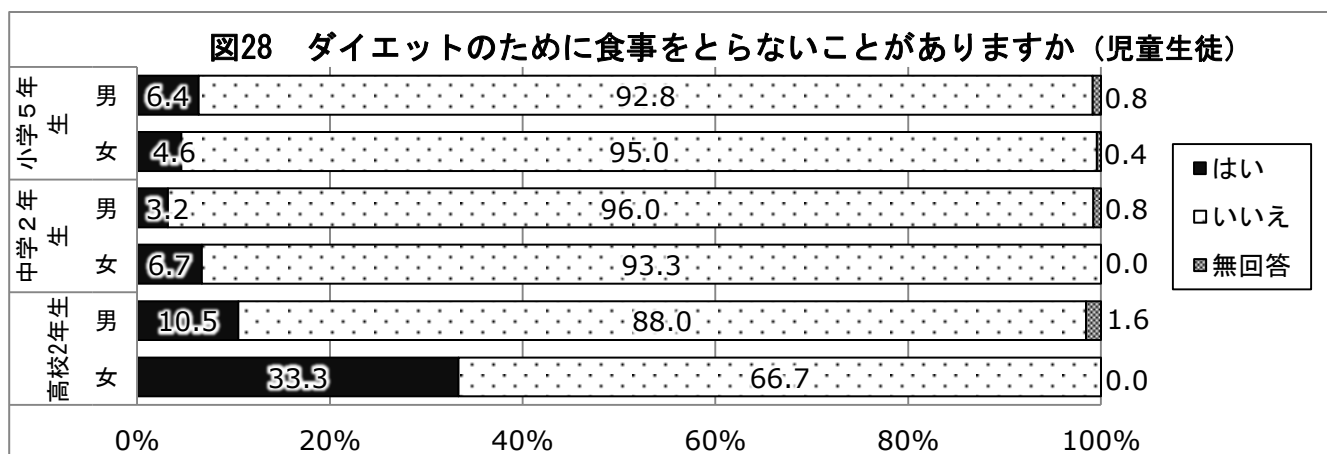


図27 成人が回答

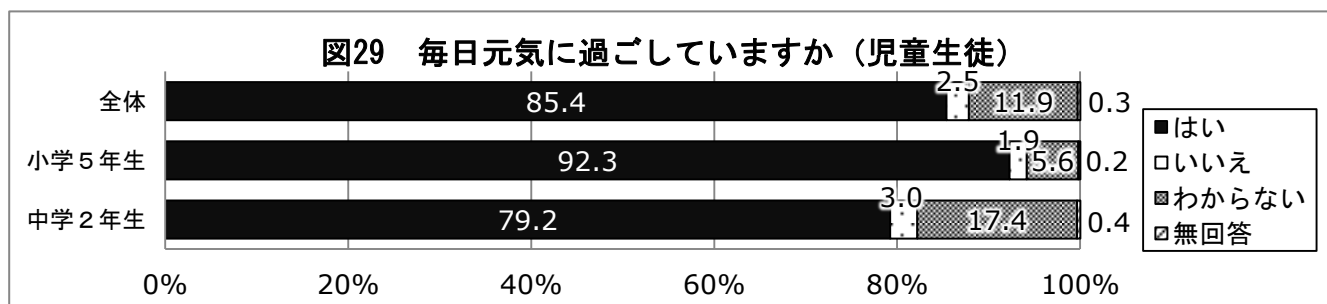
ウ ダイエットについて

「ダイエットのため食事をとらないことがあるか」の問いに、「はい」と回答した人の割合は、小中学生ではわずかにみられますが、特に高校生の女子生徒で33.3%と高くなっています（図28）。



エ 元気な体

毎日元気に過ごしているかの問いで、「はい」と回答した人は、小学生 92.3%、中学生 79.2%と平成 22 年度の調査時とほぼ同様であります。中学生では「わからない」と回答する人の割合が増加しています（図 29）。



オ 運動習慣について

成人の定期的な運動（散歩も含む）を「ほぼ毎日している」と「週3～4回」以上の運動習慣のあると回答した人の割合は、32.5%と平成 22 年度の調査時とほぼ同様であり、「ほとんどしていない」と回答した人の割合が依然として高く、特に若い世代から働き盛りの世代の運動不足が目立ちます（図 30、31）。

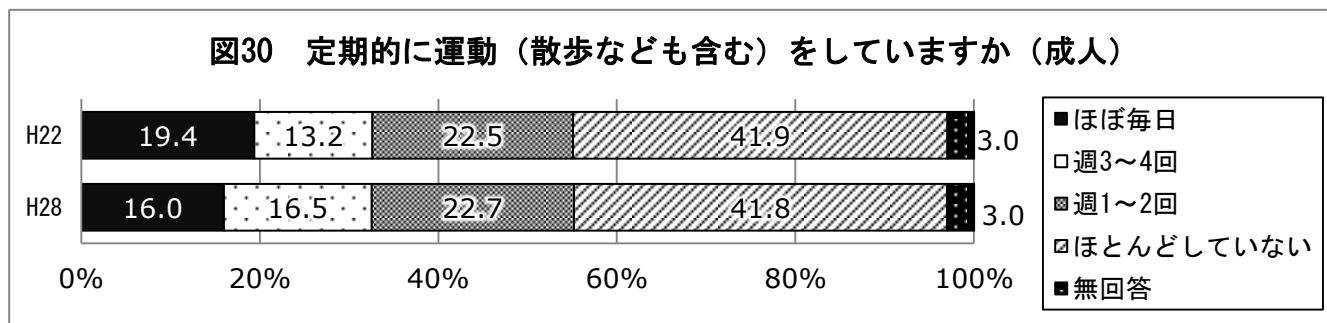
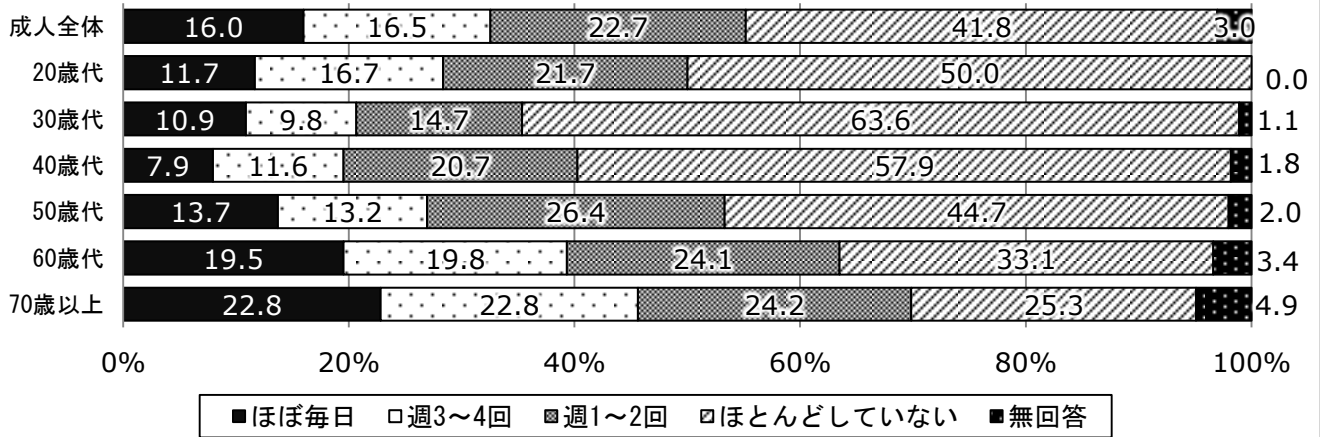


図31 定期的に運動（散歩なども含む）をしていますか（成人年代別）



カ 噛む習慣について（新規）

「普段よく噛んで味わって食べているか」の問いに「よく食べている」と回答した人の割合は、小学生 54.3%、中学生 41.6%、高校生 29.7%、短大生 26.3%、成人 16.8% となっています（図 32）。

成人の年代別では、「あまり食べていない」または「食べていない」が 40 歳代、50 歳代が多い状況になっています。（図 33）。

図32 普段よく噛んで味わって食べていますか

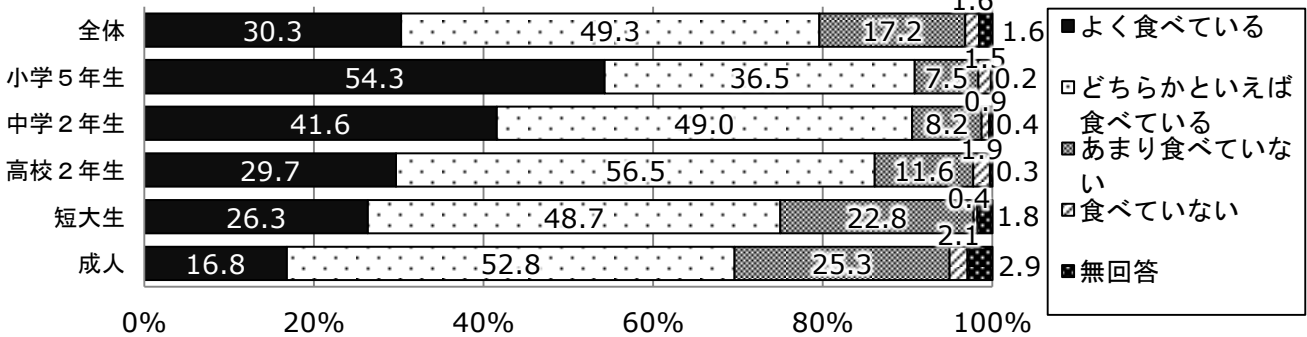
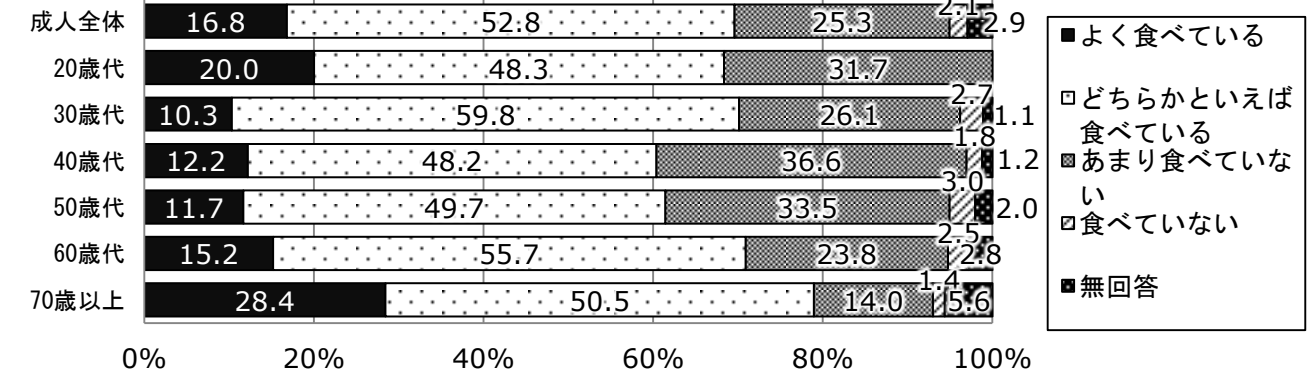


図33 普段よく噛んで味わって食べていますか（成人年代別）

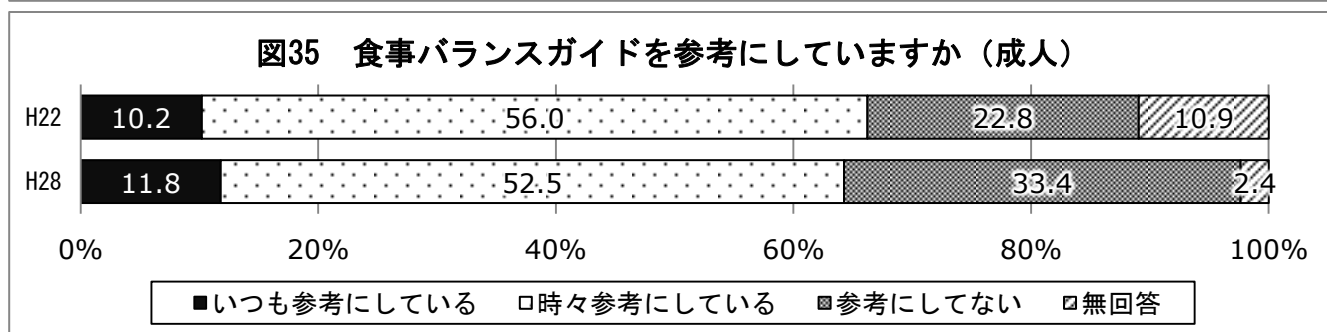
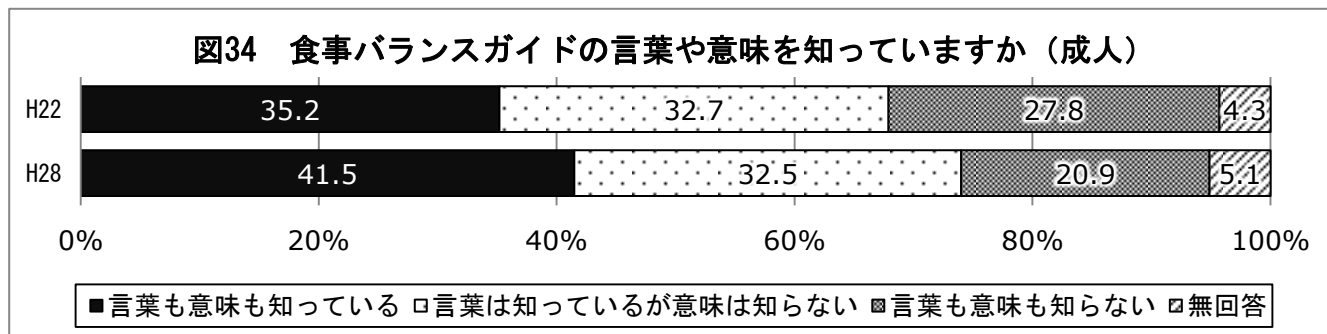


(4) 食の情報について

ア 食事バランスについて

食事バランスガイド（※5）の「言葉や意味も知っている」と回答した人の割合は、全体の35.2%と平成22年度の調査時よりも、約6ポイント増加しています（図34）。

また、「言葉や意味も知っている」と回答した人のうち、食事バランスガイドを参考に「いつも」及び「時々」食事を作っていると回答した人の割合は64.3%ですが、参考にしていない人の割合が、33.4%と増加しています（図35）。



イ 栄養成分表示の活用について（新規）

外食や食品を購入するときに、栄養成分表示を参考に「いつも参考にしている」と「たまにしている」と回答した人の割合は、全体で63.4%となっています（図36）。特に40歳代と60歳代の割合が高く、70%以上を占めています（図37）。

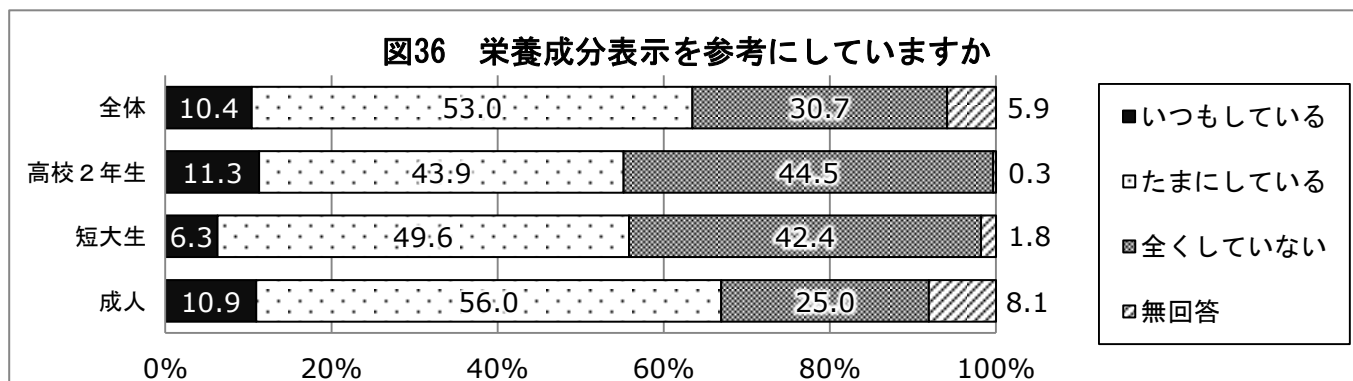
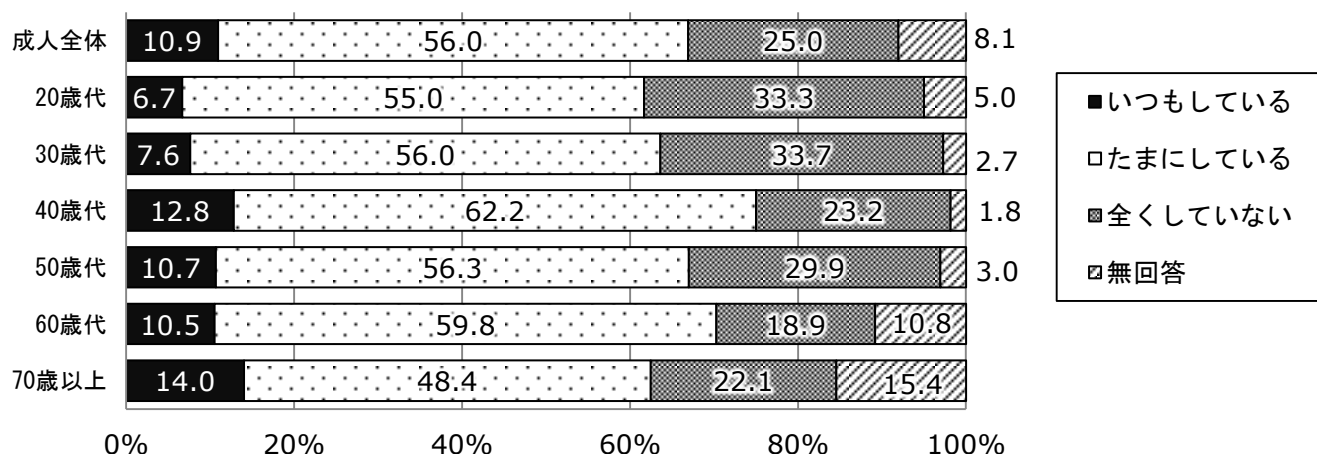


図37 栄養成分表示を参考にしていますか（成人年代別）

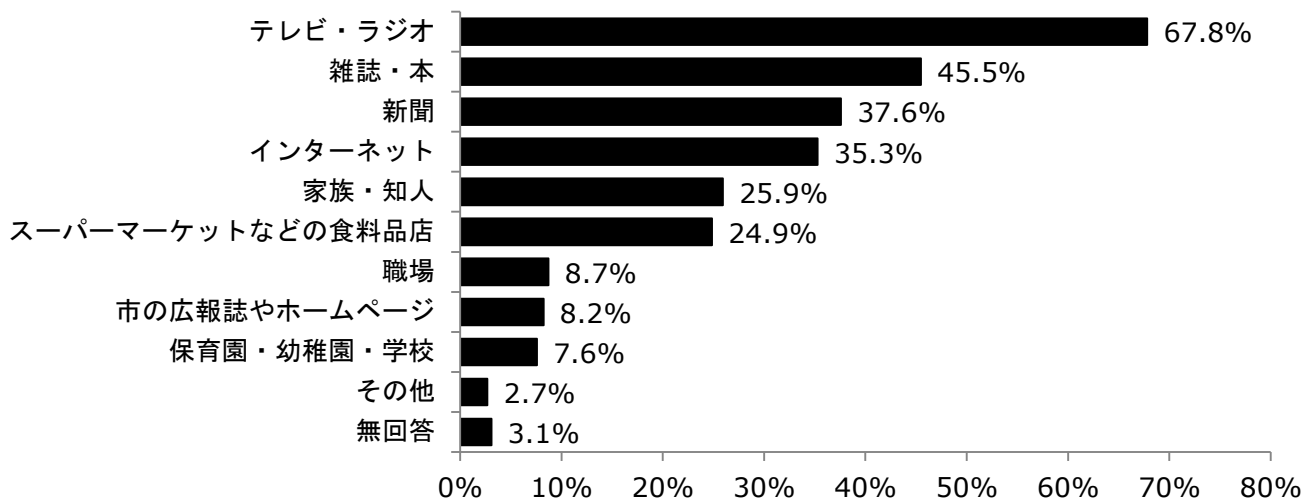


ウ 食の情報の入手先について（新規）

食の情報の入手先について、「テレビ・ラジオ」が最も多く、次いで「雑誌・本」「新聞」「インターネット」となっています。特に20～30歳代は「インターネット」が最も多く、60～70歳代では「新聞」から情報を入手している人が多くみられました（図38）。

食の情報を提供して欲しいところでは、「テレビ・ラジオ」が最も多く、次いで「新聞」「インターネット」「スーパーマーケットなどの食料品店」となっています。30歳代では、「テレビ・ラジオ」、「インターネット」に次いで「幼稚園・保育園・学校」が多くみられました。一方で、市の広報誌やホームページで20.2%と情報の提供を希望しています（図39）。

問38 食の情報をどこから入手していますか（複数回答）



問39 食の情報をどのようなところから提供してほしいですか
(複数回答)

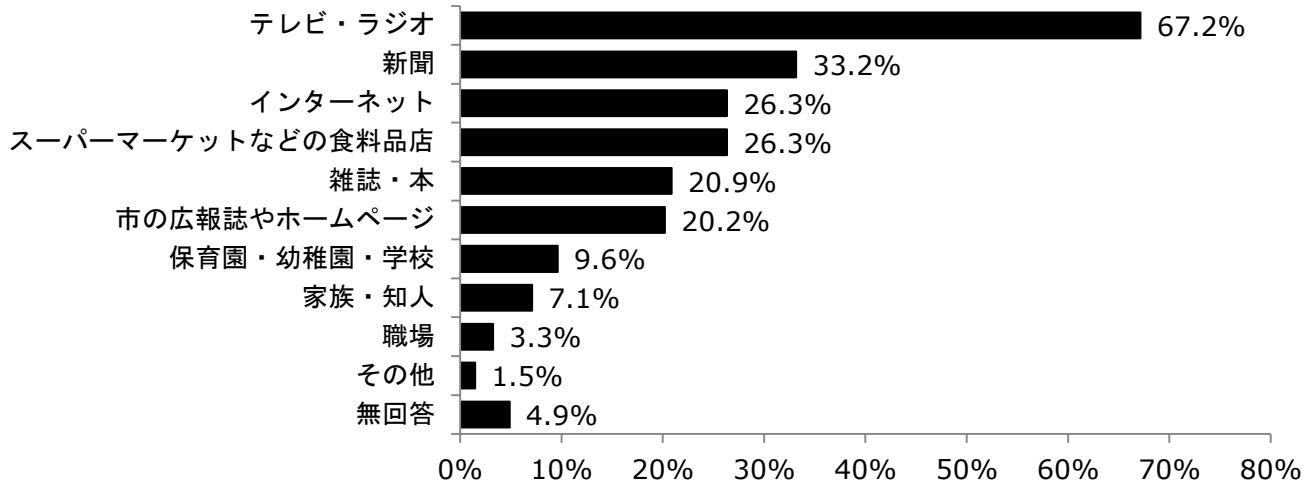


図 38、39 成人が回答

(5) 地産地消について

ア 地産地消について

「地産地消という言葉を知っている」と回答した人の割合は全体で 82.3%と高い率であり、平成 22 年度の調査時よりも全ての年代で増加しています（図 40）。

「天童産や県産品を選んで購入している」と回答した人の割合は 65.2%となっており、増加しています（図 41）。

図40 地産地消という言葉を知っていますか

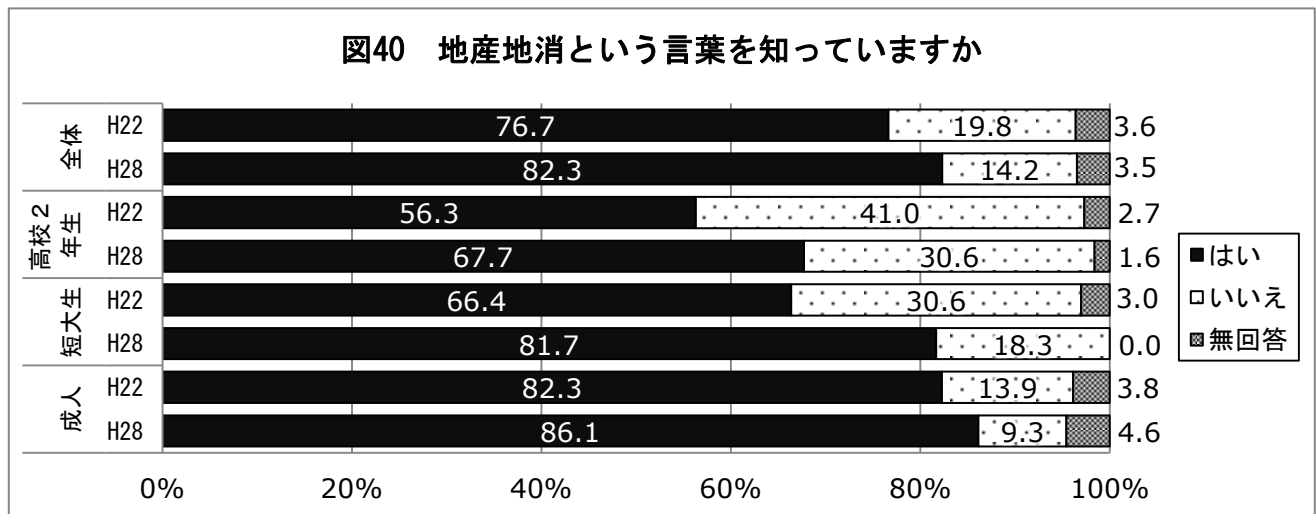
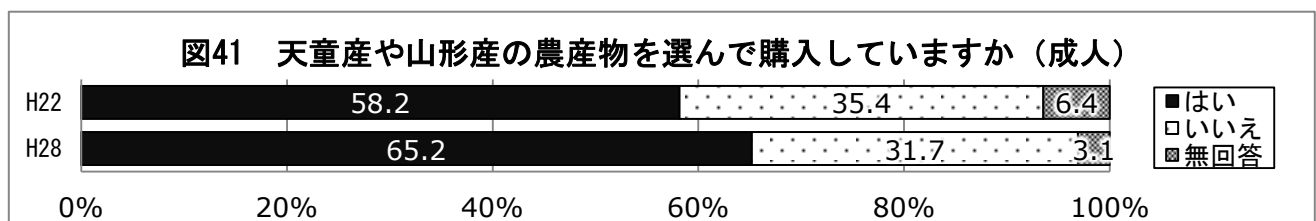
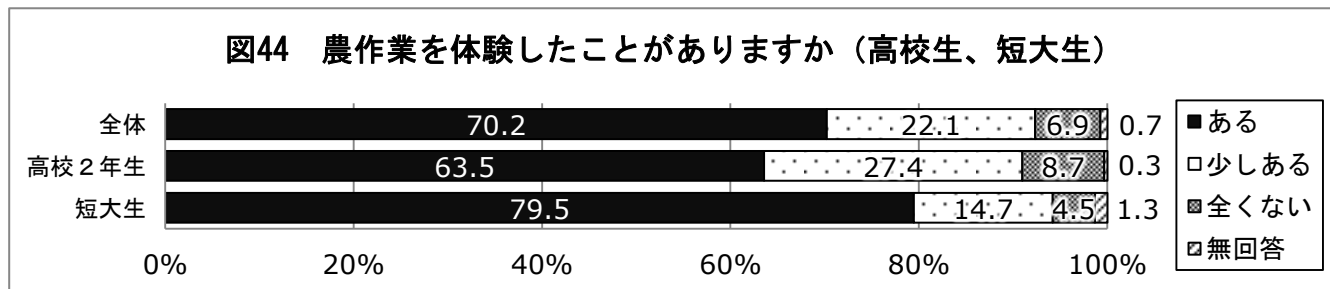
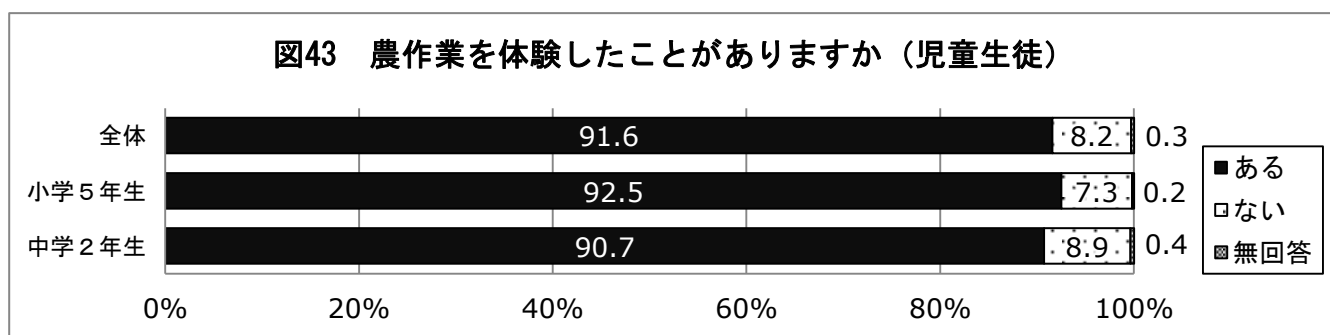
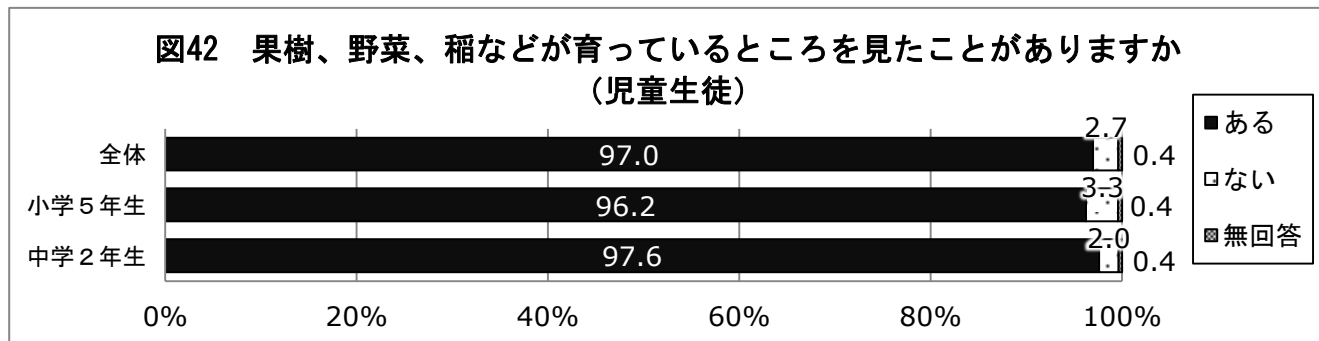


図41 天童産や山形産の農産物を選んで購入していますか（成人）



イ 農業体験について

果樹や野菜、稲などが育っているところを見たことがある小中学生は 95%以上を占め、農業体験では90%があると回答しています(図 42、43)。高校生や短大生でも農業体験が「ある」と「少しある」を合わせると、9割を占めている状況です(図 44)。

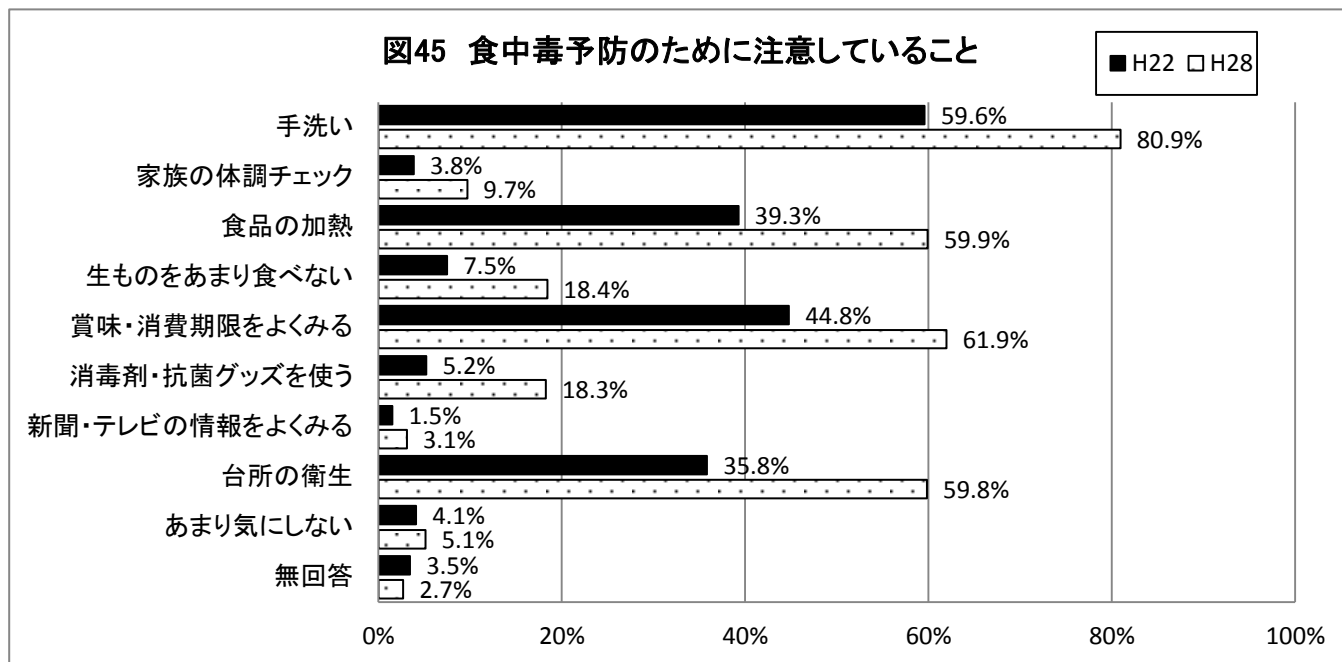


(6) 食の安全・安心について

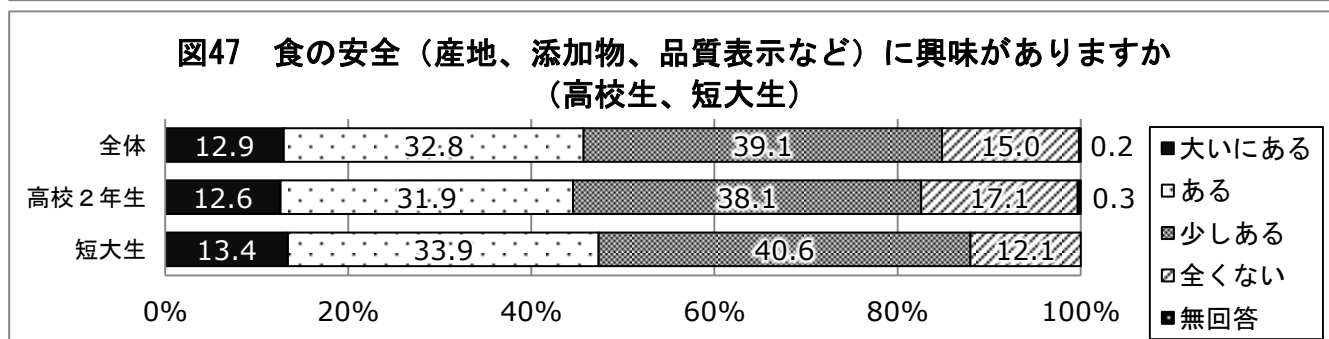
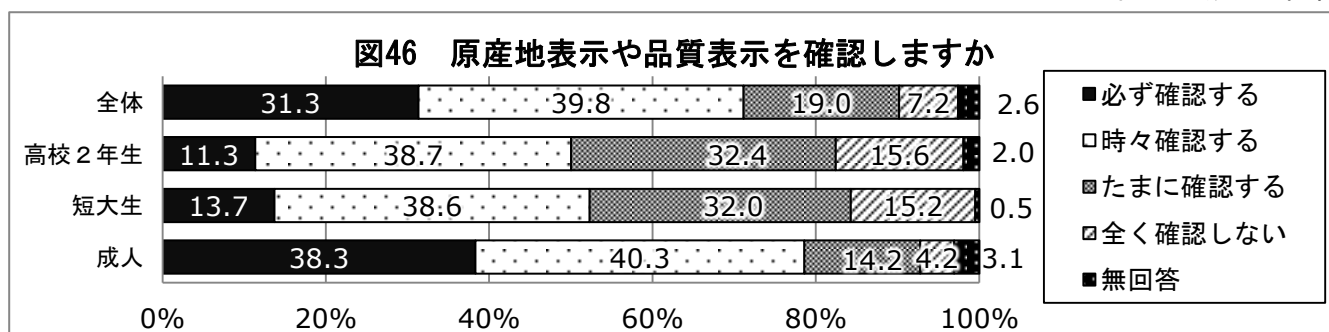
食中毒予防のために日頃注意していることは、「手洗い」が80.9%と最も多く、「賞味・消費期限をよくみる」61.9%、「食品の加熱」59.9%、「台所の衛生」59.8%が上位を占めています。平成22年度の調査時よりも全ての項目で増加しています(図 45)。

原産地表示や品質表示について、「必ず確認する」と「時々確認する」を回答した人を合わせると、成人では7割以上であり、高校生や短大生では、5割となっています(図 46)。

高校生や短大生の食の安全については、関心が「大いにある」と「ある」を合わせると全体で45.7%と半数以下となっています(図 47)。



※図45 成人が回答



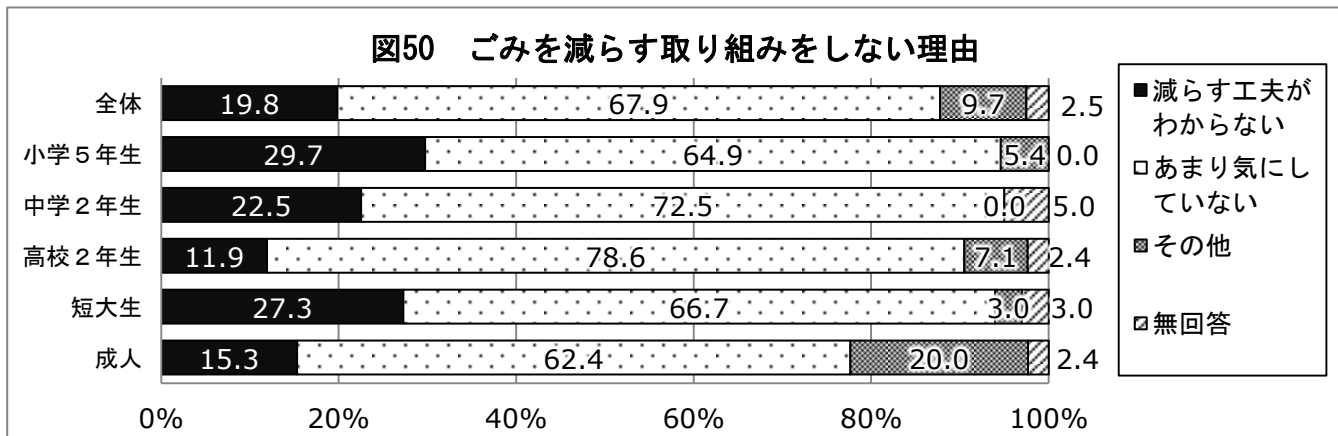
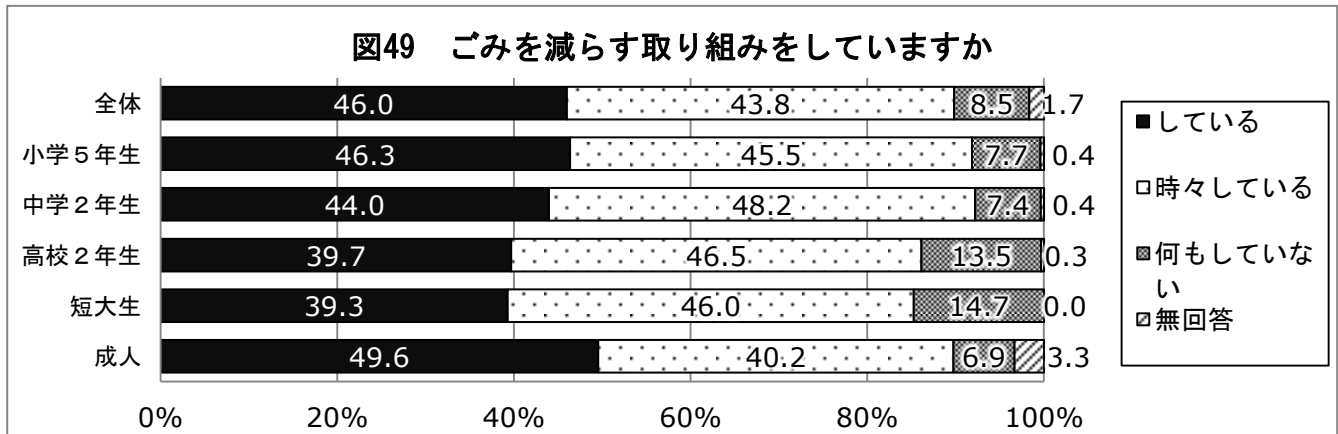
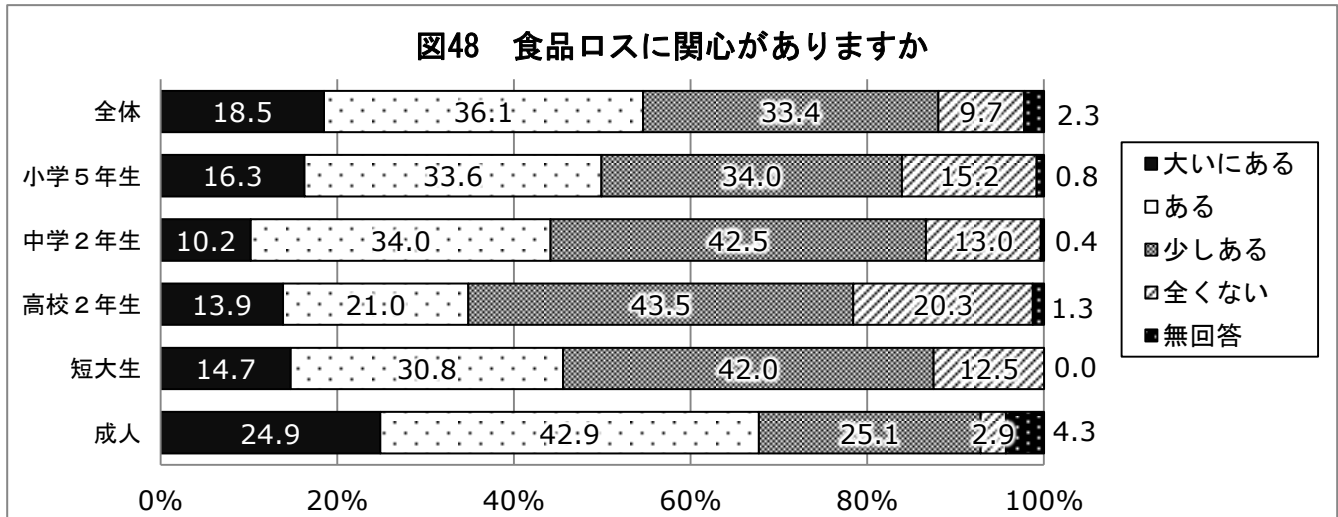
(7) 食と環境について（新規）

食品ロス（※6）に関心が「大いにある」「ある」と回答した人の割合は全体で 54.6% で、特に成人では 67.8% と高い率を示しています（図48）。

ごみを減らす取り組みを「している」と回答した割合は、全体で 46.0% となっています（図49）。

ごみを減らす取り組みをしない理由として「あまり気にしていない」が 67.9% と最

も多く、その他の理由として「一人が取り組んでも変わらない」がみられました（図50）。



2 天童市食育推進計画（第一次）の評価

(1) 評価の基準

目標値達成状況の評価は、平成 22 年度の調査値（以下、「調査値」とする）と比較し、評価区分を 4 段階に分けて評価しました。

評価区分	評価基準
A：ほぼ達成したもの	目標値の 85%以上達成したもの。
B：改善がみられたもの	目標値に達していないが、改善がみられたもの。
C：変わらないもの	調査値と比較し、±10%未満の変化があったもの。
D：悪化したもの	調査値と比較し、±10%以上の変化があったもの。

(2) 評価の結果について

A：ほぼ達成したもの

- ア 地産地消という言葉を知っている人の割合
- イ 天童産や山形産の農産物を購入している人の割合

B：改善がみられたもの

- ア 朝食を欠食する割合（高校 2 年生、30 歳代、40 歳代、70 歳以上）
- イ 朝食を家族揃って食べる割合
- ウ 食育という言葉も意味も知っている人の割合
- エ 食事バランスガイドの言葉を知っている人の割合
- オ 学校給食における天童産の使用割合（重量ベース）
- カ 学校給食を全部食べる子どもの割合
- キ 肥満者の割合（40 歳以上の男女）

C：変わらないもの

- ア 朝食を欠食する割合
(20 歳代、60 歳代)
- イ 夕食を家族揃って食べる割合
- ウ 成人で週に 3～4 回以上運動（散歩を含む）をしている人の割合

D：悪化したもの

- ア 朝食を欠食する割合
(幼児、小学 5 年生、中学 2 年生、短大生、乳児保護者、50 歳代)
- イ 主食、主菜、副菜を朝食に毎日食べている割合

指 標	調査値 (H22 年度)	達成状況		目標値 (H28 年度)	備 考	
		H28 年度	結果			
1 朝食を欠食する割合（毎日及び1週間の内、半分以下の欠食者含む）	幼児	2.7%	4.0%	D	現状値の半減	
	小学5年生	4.5%	5.5%	D		
	中学2年生	5.8%	9.8%	D		
	高校2年生	18.4%	13.8%	B		
	短大生	26.3%	38.4%	D		
	乳児の保護者	14.1%	15.7%	D		
	20 歳代	18.5%	20.0%	C		
	30 歳代	25.9%	19.0%	B		
	40 歳代	24.1%	16.5%	B		
	50 歳代	13.0%	15.7%	D		
	60 歳代	7.4%	8.0%	C		0%
70 歳以上	11.1%	4.6%	B	0%		
2 主食、主菜、副菜を朝食に毎日食べている割合	50.2%	40.3%	D	70%	※11 は、平成 21 年度市特定健診結果から（国保加入者のみ）	
3 朝食を家族揃って食べる割合	34.1%	35.9%	B	45%		
4 夕食を家族揃って食べる割合	49.2%	48.7%	C	60%		
5 食育という言葉も意味も知っている人の割合	58.8%	62.0%	B	80%		
6 食事バランスガイドの言葉も意味も知っている人の割合	35.2%	41.5%	B	80%		
7 地産地消という言葉を知っている人の割合	76.2%	82.3%	A	90%		
8 天童産や山形産の農産物を購入している人の割合	58.2%	65.2%	A	75%		
9 学校給食における天童産の使用割合（重量ベース）	45.2%	46.2%	B	76%		
10 学校給食を全部食べる子どもの割合	62.1%	63.9%	B	80%		
11 肥満者（BMI \geq 25）の割合（40 歳以上）	男	29.0%	28.4%	B		20%
	女	26.0%	23.9%	B		
12 成人で週に 3～4 回以上運動（散歩を含む）をしている人の割合	32.6%	32.5%	C	50%		

3 課題

(1) 朝食を欠食する人の増加

朝食の欠食（※）について、幼児や小中学生、短大生と若い世代の欠食が増加しており、高校生は改善傾向にあるものの高い率を示しているため、若い世代の欠食が課題となっています。

朝食は一日の始めに、睡眠で下がった体温を上げ、脳へのエネルギーを補給し、脳や体の働きを活性化させる重要な役割があります。また、朝食をとることで、子どもの生活リズムや生活習慣の確立につながり、健全な心身を育むことにつながります。

幼児や小学生では、朝食を「毎日食べていない」人はいないものの、「一週間で半分ぐらいいは食べている」人の割合が増加しており、中学生では、朝食を「一週間で半分ぐらいいは食べている」人の割合が、平成 22 年度の調査時より 2 倍も増加しています。

このため、朝食を食べる環境を整えるとともに、家庭や地域、幼稚園、保育施設、学校、行政等が一体となって、朝食の重要性を啓発していく必要があります。

※朝食を欠食する人は、朝食を「一週間のうち半分ぐらいいは食べている」「一週間のうち 1、2 回しか食べていない」「食べていない」と回答した者。

(2) 栄養バランスに配慮した食生活をしている人の減少

朝食の内容で、「主食・主菜・副菜を揃えて毎日食べている」人の割合が、全ての年代で低下しています。

主食、主菜、副菜を組み合わせた食事を 1 日 2 回以上食べることが「ほぼ毎日」と回答した人の割合が、高校生や短大生、成人の 20 歳、30 歳代で低い率を示し、若い世代の食事の栄養バランスが課題となっています。

食品に含まれる様々な栄養素を理解し、日々の食事の中で賢く組み合わせることで、将来的な生活習慣病の予防につながることから、栄養バランスに配慮できるように啓発していく必要があります。

(3) 行事食や郷土料理に触れる機会の減少

行事食や郷土料理を家庭で作る状況が減少しており、特に若い世代ほど作る割合が低くなっています。

核家族化が進行する中、時代を担う子どもたちへの食文化の伝承という観点から、行事食や郷土料理に触れ合う機会を作り、今後も伝承していく取り組みに努めていくことが大切です。

(4) 食品ロスに対する認識に比べ実践する割合が低い

食品ロスに関心が「大いにある」と「ある」と回答した人は全体で約5割であり、ごみを減らす取り組みを「している」と回答した人の割合は5割以下となっています。

日本は、食料自給率が低く輸入に頼っている一方で、年間約642万トンの食品ロスが発生し、その半数は家庭からでていることから、食の循環や環境を意識した食育の推進が求められています。食への感謝の心を育むとともに、地産地消の推進や、一人ひとりが食品の購入から後片付けまで計画的に無駄にならぬように取り組んでいくように啓発していく必要があります。

第3章 基本理念と目標

1 食育の基本理念

食は命の源であり、私たち人間が生きていくために食は欠かせないものです。

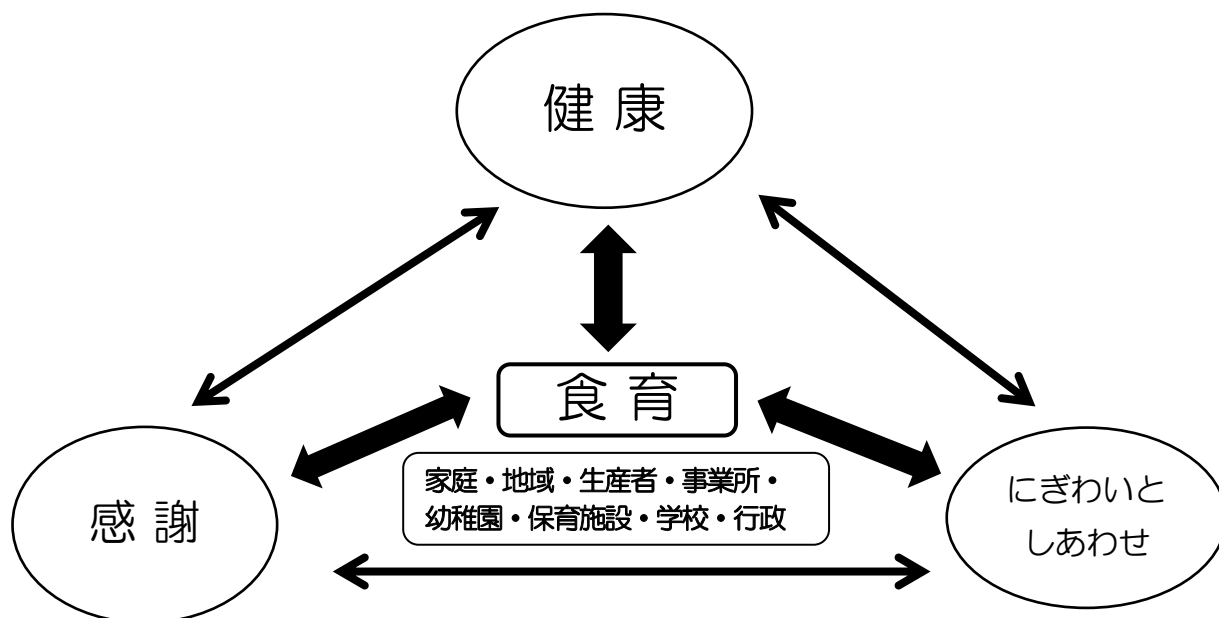
「市民一人ひとりが食に興味を持ち、健全な食生活を身につけるとともに、こころ・いのちをはぐくむ食育を推進」することを基本理念とします。

そのためのキャッチフレーズを「見て」「さわって」「味わって」～いのちをつなぐ食の力～とします。

2 食育推進における目標

子どもから大人まで、市民一人ひとりが生涯にわたり、家庭や地域などで健康で安心して暮らせるよう食育への関心向上と実践を行うために、「食育で健康」と「食育で感謝」、「食育でにぎわいとしあわせ」の三つを目標に掲げ、それぞれの施策を家庭、地域（団体含む）、生産者（団体含む）、事業所、学校等（幼稚園・保育園・児童館等含む）、行政が推進主体になり、連携して進めます。

目標イメージ図



3 施策の展開

施策体系

【基本目標】	【基本施策】	【主な実施施策】
基本目標 1 食育で健康	1-1 望ましい生活習慣の確立	幼少期からの生活リズムの向上
		「早寝・早起き・朝ごはん」運動の推進
		家族や仲間との楽しい食事の推進
	1-2 地域社会における食育の推進	家庭における食育の推進
		学校等における食育の推進
		地域における食育の推進
	1-3 食による心身の健康づくりの推進	妊産婦や乳幼児とその保護者に対する栄養指導の推進
		子どもへの栄養指導の推進
		成人への栄養指導の推進
	1-4 郷土料理・行事食の伝承の推進	家庭やふるさとの料理の伝承
基本目標 2 食育で感謝	2-1 農業体験及び調理体験の推進	体験による食の重要性の理解の向上
	2-2 人材の育成及び活用の促進	ボランティア等の人材の育成及び活用
		専門的知識を有する人材の活用
2-3 食の循環や環境を意識した食育の推進	環境にやさしい食生活の推進	
基本目標 3 食育でにぎわいとしあわせ	3-1 地産地消の推進	地場農産物や加工品の活用の推進
		地場農産物の学校給食等への導入促進
	3-2 食の安全・安心の確立	食品の安全性に対する取り組みの充実
		安全な食べ物を見分ける知識の向上
		顔の見える農産物の提供の推進
	3-3 食を通じた人との交流の実現	交流やイベントの促進
各種団体の連携の強化		

基本目標 1 食育で健康

現在は、ライフスタイルの多様化などにより、食生活は昔と比べると大きく変化し、食の大切さの理解が失われつつあります。人がいきいきと健康で暮らしていくために、食に対する正しい理解を深め、健康的な食生活を送るようにします。

1-1 望ましい生活習慣の確立

(1) 幼少期からの生活リズムの向上

幼少期は心身の成長が著しく、食習慣の基礎を形成する重要な時期です。子どもの規則正しい食習慣の確立と意識の向上を図るため、生活リズムの向上に取り組んでいます。

【今後の取り組み】

- ・ 各育児教室や乳幼児健診等を通して、保護者に食生活の大切さを啓発します。
- ・ 乳幼児の栄養相談を実施し、乳幼児の発達段階に応じた食生活の実践を支援します。
- ・ 乳幼児期の歯科保健対策として、口腔衛生管理の普及やむし歯予防を啓発し、乳幼児の噛んで食べる力の育成を支援します。
- ・ 地域における食育教室を通して、望ましい食習慣について啓発します。

(2) 「早寝・早起き・朝ごはん」運動の推進

子どもが健やかに成長していくためには、適正な運動やバランスのとれた食事、十分な休養・睡眠など規則正しい生活習慣が大切です。子どもの生活リズムを整えるため、「早寝・早起き・朝ごはん」を普及啓発しています。

【今後の取り組み】

- ・ 家庭における取り組みを促すため、幼稚園や保育施設、学校、地域等と連携し、「早寝・早起き・朝ごはん」運動を推進します。
- ・ 小中学生から「早寝・早起き・朝ごはん」の標語を募集し、優秀作品を公民館等に展示する取り組みを行います。

(3) 家族や仲間との楽しい食事の推進

家族と食卓を囲んだ団らんは、子どもにとって食事のマナーや食習慣の基礎を身に付ける場だけでなく、食事の楽しさを味わい、心の豊かさをもたらします。また、家族や友人など様々な人との食事は、コミュニケーションや豊かな食体験、良好な人間関係を育むことにつながることから、家族や仲間との楽しい食事を推進しています。

【今後の取り組み】

- ・ 家族間で食に関する話題を共有する等を含めた「家族団らんの日」を推進します。
- ・ 校長先生やスポーツ選手、ALTとの交流給食、児童間による異学年の交流給食等の機会を作ります。
- ・ 親子や子どもを対象にした料理教室等を開催し、食事を作る楽しさや一緒に食べる楽しさを体験する場を提供します。

1-2 地域社会における食育の推進

(1) 家庭における食育の推進

家庭は、食育の基本の場であり、食育を推進する上で最も重要な役割を担っています。

健全で豊かな食生活を実践するためには、子どもの頃からの食習慣が重要です。心身の健やかな成長のため、家庭において栄養に関する知識の普及や食育に関する理解が進むように取り組んでいます。

【今後の取り組み】

- ・ 各育児教室や乳幼児健診等を通して、保護者に食生活の大切さを啓発します。
- ・ 保育施設や学校等では、ポスターの掲示や給食だよりを通して、食の情報を提供します。
- ・ 保育施設や学校等の保護者会を対象にした学校給食センターの見学会や、給食の試食会の開催などにより、学校給食や食育への理解を深めます。
- ・ 親子や子どもを対象にした料理教室等を開催し、食事を作る楽しさや一緒に食べる楽しさを体験する場を提供します。

(2) 学校等における食育の推進

幼稚園や保育施設、学校等は、子どもへの食育を進めていく場として、大きな役割を担うことが求められています。給食の時間や各教科等の時間、総合的な学習等を通して、豊かな心と人間性を育み、食に関する正しい理解を深めることができるよう、積極的に食育の推進に取り組んでいます。

【今後の取り組み】

- ・ 給食の時間や授業時間を活用し、「こころ」づくり、「からだ」づくり、「おこない」づくりに取り組み、食の背景に広がる命のつながりに気づき、食の作法を身に付けることや、季節や環境に合った食を覚えること、望ましい食習慣と規則正しい生活習慣の確立を図ります。

- ・ 校長先生やスポーツ選手、ALTとの交流給食、児童間による異学年の交流給食等の機会を作ります。
- ・ 給食だよりを発行し、毎日の給食の献立を紹介していきます。

(3) 地域における食育の推進

子どもから高齢者まで生涯を通した食育を推進していくためには、家庭や学校とともに、地域においても食育を推進していくことが必要です。

子どもから高齢者まで生涯を通した食育の推進を図るため、食生活改善推進員の育成とボランティア活動を支援し、家庭や地域の食による健康づくりを推進しています。

【今後の取り組み】

- ・ 食生活改善推進員の養成講習会の実施と人材の育成に努め、地域における栄養に関する学習の場の充実を図ります。
- ・ 地域において、子どもから高齢者までの幅広い年代を対象にした料理教室を開催し、望ましい食生活への理解を深め、健康づくりの意識を高めていきます。

1-3 食による心身の健康づくりの推進

(1) 妊産婦や乳幼児とその保護者に対する栄養指導の推進

乳幼児期は、心身の成長が著しい時期であることから、子どもの食生活の重要性について、妊娠期から啓発に努めています。

【今後の取り組み】

- ・ 乳幼児期の望ましい食事や栄養バランスのとり方について、各育児教室や乳幼児の栄養相談等の学習する場を提供します。
- ・ 幼稚園や保育施設における給食を活用した栄養教育や、地域における子どもや親子を対象とした料理教室での栄養教育に取り組めます。
- ・ 歯科健診や保健指導を通して、むし歯予防を推進します。

(2) 子どもへの栄養指導の推進

社会環境の変化に伴い、子どもたちの生活や食の乱れが健康への影響を及ぼしていることが懸念されています。幼稚園や保育施設、学校は、子どもへの食育を進める場として、大きな役割を担っており、家庭や幼稚園、保育施設、学校、地域と連携を深めながら、食育に取り組んでいます。

【今後の取り組み】

- ・ 幼稚園や保育施設、学校等において、栄養教諭等による栄養バランスの良い食事の啓発を図ります。

- ・ 特別給食や交流給食等を実施し、食べることの楽しみとともに、栄養バランスを考えた食事のとり方について、学習する場の充実を図ります。
- ・ 地域における子どもや親子を対象とした料理教室を開催し、栄養に関する学習する場の充実を図ります。
- ・ 歯科健診や保健指導を通して、むし歯予防を推進します。

(3) 成人への栄養指導の推進

食育を通して、生活習慣病予防を図るため、子育てや働き世代など健康問題が発生しやすい時期をとらえて、栄養面を含めた生活習慣と疾病の関連等、健康教育の充実を図っています。また、健康寿命の延伸を目指した健全な食生活が実践できるように、支援体制を充実させています。

【今後の取り組み】

- ・ 健診後の事後指導や栄養相談、疾病別の健康教室を開催し、生活習慣の改善を支援します。
- ・ 生活習慣病予防や健康増進のための栄養や運動をテーマとする健康教室を実施し、食をはじめとする健康づくりに関する正しい知識の普及啓発を図ります。
- ・ 口腔をテーマにした教室や指導を実施し、歯周病予防の知識の普及を図ります。
- ・ 食生活改善推進員による地域住民に対する減塩や望ましい食生活について推進します。

1-4 郷土料理・行事食の伝承の推進

家庭やふるさとの料理の伝承

社会環境の変化からライフスタイルや価値観、ニーズが多様化し、従来の米を中心とした主食、主菜、副菜をそろえた日本型食生活や、家庭や地域に受け継がれてきた郷土料理や食文化が失われつつあります。家庭や地域に伝わる食文化をそれぞれが次世代に伝承していくため、家庭や地域、学校等と連携し、郷土料理や行事食の伝承に努めています。

また、平成23年には「地産地消・郷土料理集」を発行し、地域における郷土料理の普及に取り組んでいます。

【今後の取り組み】

- ・ 保育施設や学校等の給食に、地域に伝わる郷土料理を献立に取り入れ、子どもが郷土料理を味わう機会を作ります。
- ・ 地域において、笹巻きづくりや団子木さしなど体験活動の推進を図ります。
- ・ 地産地消・郷土料理集を活用した活動の充実を図ります。

基本目標２ 食育で感謝

食の知識だけではなく、食に対する様々な体験を通じた学習が大切です。そこから生産者の苦労や環境との関わりを理解し、食べ物を通して自然の恵みに感謝する心を育みます。

２－１ 農業体験及び調理体験の推進

体験による食の重要性の理解の向上

家庭菜園や幼稚園・保育施設での園庭菜園において、野菜の作付けや収穫体験、野菜の成長観察、学校における農業体験学習と調理実習などを通し、生産者や食への理解や感謝の気持ちを育んでいます。

また、調理実習の体験を行うことで食への感謝や生産者への感謝や理解が育まれることから、人々の触れ合いや地域の活性化を図っています。

【今後の取り組み】

- ・ 幼稚園や保育施設、地域等において、野菜の作付けや収穫体験、野菜の成長観察など、農業体験学習を実施します。
- ・ 小学校においては、農業の楽しさや大変さ、地元食材への理解を深めるために、農作物の収穫体験等の農業体験学習を行い、その食材を使つての調理体験を行います。
- ・ 天童市農業士会と連携しながら、市内の小学生の親子を対象にした親子農業体験教室を開催し、生産者と触れ合う機会を提供した農業体験を推進します。
- ・ 幼稚園や保育施設の園庭で収穫した野菜を、給食に使用し幼児に提供します。
- ・ 地域や学校との連携を図り、子どもや親子を対象とした料理教室の開催の充実を図ります。

２－２ 人材の育成及び活用の促進

(1) ボランティア等の人材の育成及び活用

市民一人ひとりが食に関する知識と理解を深め、実践していくためには、ボランティア団体等の食育を推進する担い手が増えていくことが望まれます。

【今後の取り組み】

- ・ 小学校の農業体験学習や食育授業において、農業や水産業に携わる地域人材の活用などを図り、食料の生産や流通を学び、地域社会との交流や農林漁業への関心と理解を深めます。
- ・ 地元農産物の生産者の協力により、子どもたちと生産者が給食を一緒に食べる交流給食を行い、地元の農産物や郷土の文化への理解を深める機会を作ります。

- ・ 食生活改善推進員の養成講習会を実施し、人材の育成に努めます。
- ・ 地域における食生活改善推進員の活動を積極的に推進します。

(2) 専門的知識を有する人材の活用

食に関する様々な知識にふれることが、食への関心を高めることにつながることから、専門的知識を有する人材の活用を図っています。

【今後の取り組み】

- ・ 学校給食センターでは、学校や保育施設へ栄養教諭や調理師等を派遣し、給食が出来るまでを紹介する出前講座を行う他、学校給食センターの視察見学などにより、給食の成り立ちの理解を深める機会を作ります。
- ・ 保育施設や学校等では給食だよりを発行し、保護者へ食の情報を提供します。
- ・ 管理栄養士等による地域への出前講座の積極的な活用を図ります。

2-3 食の循環や環境を意識した食育の推進

環境にやさしい食生活の推進

新たな重要課題として、「食の循環や環境を意識した食育の推進」が挙げられており、食の生産から消費までの食の循環の理解や、食品ロスの削減等を推進します。

【今後の取り組み】

- ・ 賞味期限と消費期限の違いの正しい理解や食材の購入等、食品ロスの軽減が図られるように学習の機会を作り、環境に配慮した食生活を推進していきます。
- ・ 油分を拭き取ってから洗う等、合理的で適切な調理法に配慮するとともに、食べ物を大切にすることを意識の啓発を図ります。
- ・ 食料の輸送による二酸化炭素の排出を抑制するため、フードマイレージ（※7）の低い地産地消を推進していきます。

基本目標3 食育でにぎわいとしあわせ

本市の新鮮で安全な旬の野菜や果物等の農産物を、美味しいままに消費者に届けるとともに、できるだけ多く学校や幼稚園・保育施設の給食に使用し、市のにぎわいと市民一人ひとりのしあわせにつなげていきます。また、それらを活用した加工品の開発を進め、市の活性化にも努めます。

3-1 地産地消の推進

(1) 地場農産物や加工品の活用の推進

イベント等を活用し、地場農産物の生産と流通、特産加工品、食材等に関する情報を提供し、地場農産物や加工品の活用を図っています。

【今後の取り組み】

- ・ 市の広報誌やホームページ等を活用し、地産地消に関する情報の充実を図ります。
- ・ 農産物直売所やグリーン・ツーリズム（※8）に関するガイドマップの作成や、地場農産物を使ったレシピの紹介など、地産地産に関する情報提供の充実を図ります。
- ・ 「軽トラ市」等のイベントを通じて、消費者と生産者で交流を深めます。

(2) 地場農産物の学校給食等への導入促進

生産者や農協などの関係機関を始め、学校、家庭等の連携により、学校給食等において、地元で生産される農産物の利用を促進しています。

【今後の取り組み】

- ・ 学校給食等における地場産米を利用した農畜産物などの地域食材の利用を促進します。
- ・ 生産者や学校、保護者、学校給食センター等との相互交流の機会作りを支援します。
- ・ 旬の地場農産物を活用した学校給食の献立作りを図ります。
- ・ 学校給食では、ご飯を中心とする日本型食生活の定着を図るため、天童産はえぬきの1等米を使用した米飯学校給食の実施や、地元の野菜を使った「天童デー給食」を実施します。

3-2 食の安全・安心の確立

(1) 食品の安全性に対する取り組みの充実

食品の安全性の確保は、食生活における基本的な問題であることから、消費者の関心も高まっており、安全・安心な農産物が提供できるように取り組みを行っています。

【今後の取り組み】

- ・ 地場農産物が提供できるよう、安心・安全な農産物の生産と安定的な供給に努め、食卓に安全、安心な農産物が届くように努めます。
- ・ 市の広報誌やホームページ等を活用し、安全・安心な農産物の情報を提供します。

(2) 安全な食べ物を見分ける知識の向上

食品の提供者が食の安全性を確保するだけでなく、消費者においても、食の安全性や食品の特徴など食に関する知識と理解を深め、自らの判断で食を正しく選択していく事が大切です。エコクッキングや消費生活講座等において、食品表示等の知識の普及啓発を図っています。

【今後の取り組み】

- ・ アレルギーや添加物、遺伝子組み換え等の食品成分表示について正しく理解し、適切に判断できるように、知識の普及啓発を図ります。
- ・ 市の広報誌やホームページ、給食だより等により、食中毒予防等の食品衛生に関する情報を提供し、知識の普及啓発を図ります。

(3) 顔の見える農産物の提供の推進

安全・安心な農産物の生産や消費のためには、生産者と消費者との信頼関係づくりを築くことが大切です。地場農産物直売所や「軽トラ市」等のイベントを通じて、顔の見える農産物の提供に努めています。

【今後の取り組み】

- ・ 地場農産物直売所等において、顔の見える関係を構築し、生産者と消費者の交流を深め、安心・安全な農産物の提供を促進します。
- ・ トレーサビリティシステム（※9）の導入等、食卓に安心・安全な農産物を提供するための取り組みを進めます。

3-3 食を通じた人との交流の実現

(1) 交流やイベントの促進

イベントや各種事業の開催により、様々な年代の人との交流を広げ、食育の普及啓発や地域の活性化を図っています。

【今後の取り組み】

- ・ 校長先生やスポーツ選手、ALTとの交流給食、児童間による異学年の交流給食等の機会を作ります。

- ・ 地場農産物の生産者の協力により、子どもたちと生産者が給食を一緒に食べる交流給食を行い、地元の農産物や郷土の文化への理解を深める機会を作ります。
- ・ 農業まつりや軽トラ市を通して、生産者や消費者との相互の理解を深めるとともに、交流を図ります。
- ・ 健康まつりや地域の文化祭等を通して、地域や世代間の交流を図ります。

(2) 各種団体の連携の強化

食育活動を推進していくためには、家庭や地域、生産者、事業所、幼稚園、保育施設、学校、行政等が連携していくことが重要です。

【今後の取り組み】

- ・ 食育に関する取り組みの実効性を高めていくため、関係機関とのネットワークの構築を図り、連携を強化していきます。

第4章 ライフステージに応じた重点施策

健全で豊かな食生活を実現し、健康で楽しく暮らしていくために、それぞれの年代に配慮した食育の取り組みを進めていくことが重要です。

ライフステージに応じた基本施策と主な取り組みについては次のとおりです。

1 乳幼児期（0～5歳）テーマ「食習慣の基礎を身に付ける」

基本施策	取 り 組 み
望ましい生活習慣の確立	<ul style="list-style-type: none"> ○ 一日3食の食事を大切にした生活リズムの形成ができるように、保護者への知識の普及啓発を図ります。 ○ 「おなかがすく」感覚を大切に、「早寝・早起き・朝ごはん」運動を推進します。 ○ 「家族団らんの日」を推進し、食事の楽しさを味わう環境づくりに努めます。
地域社会における食育の推進	<ul style="list-style-type: none"> ○ 「いただきます」「ごちそうさま」等のあいさつや基本的な食習慣の確立を図ります。
食による心身の健康づくりの推進	<ul style="list-style-type: none"> ○ 妊娠期からの栄養教育や、乳幼児の保護者への栄養指導の充実を図ります。 ○ 幼稚園や保育施設における栄養教育や、地域における食育の学習の場の充実を図ります。 ○ 歯科健診や保健指導を通して、むし歯予防を推進します。
食を通じた人との交流の実現	<ul style="list-style-type: none"> ○ 健康まつりや地域の文化祭等を通して、地域や世代間の交流を図ります。

2 学齢期（6～14歳）テーマ「望ましい食習慣の形成と定着」

基本施策	取 り 組 み
望ましい生活習慣の確立	<ul style="list-style-type: none"> ○ 「早寝・早起き・朝ごはん」運動を推進し、生活リズムの定着を図ります。 ○ 「家族団らんの日」を推進し、食事の楽しさを味わう環境づくりに努めます。
地域社会における食育の推進	<ul style="list-style-type: none"> ○ 学校給食の時間を活用し、食への感謝や食事マナーなど、食への理解を深め、望ましい食習慣の確立を図ります。

基本施策	取 り 組 み
食による心身の健康づくりの推進	<ul style="list-style-type: none"> ○ 食べ過ぎや太りすぎ、無理な減量に注意し、成長期に見合った食事をとるための知識の普及を図ります。 ○ 栄養教諭等による栄養バランスのよい食事指導等、栄養教育の充実を図ります。 ○ 歯科健診や保健指導を通して、むし歯予防を推進します。
郷土料理・行事食の伝承の推進	<ul style="list-style-type: none"> ○ 地域や家庭における料理体験を通し、家庭の味や郷土料理、行事食に親しむ機会を増やします。 ○ 学校給食に郷土料理をとり入れた特別給食を実施します。
農業体験及び調理体験の推進	<ul style="list-style-type: none"> ○ 家庭や地域、学校等における農業体験を通し、生産者への理解を深め、食の大切さを学ぶ機会を作ります。 ○ 地域や学校等において、調理体験学習の充実を図ります。
食の循環や環境を意識した食育の推進	<ul style="list-style-type: none"> ○ 食の生産から消費までの食の循環について理解を深め、食べものを大切にする意識の啓発を図ります。
食を通じた人との交流の実現	<ul style="list-style-type: none"> ○ 学校給食における校長先生や児童間による異学年等の交流給食を実施します。 ○ 地域において、笹巻きづくりや団子木さしなど体験活動による世代間の交流を図ります。

3 青年期（15～39歳）テーマ「健全な食生活の実現」

基本施策	取 り 組 み
望ましい生活習慣の確立	<ul style="list-style-type: none"> ○ 「食育月間（6月）」と「家族団らんの日」を推進し、家庭における食育の推進を図ります。
食による心身の健康づくりの推進	<ul style="list-style-type: none"> ○ 食べ過ぎや太りすぎ、無理な減量に注意し、適正体重を維持するための食事や運動を啓発します。 ○ 歯科健診や保健指導を通して、むし歯予防や歯周病予防を推進します。
郷土料理・行事食の伝承の推進	<ul style="list-style-type: none"> ○ 家庭における料理体験を通し、家庭の味や郷土料理、行事食に親しむ機会を増やします。
食の循環や環境を意識した食育の推進	<ul style="list-style-type: none"> ○ 食の生産から消費までの食の循環について理解を深め、食べものを大切にする意識を啓発し、環境に配慮した食生活を推進します。

基本施策	取 り 組 み
食の安全・安心の確立	<ul style="list-style-type: none"> ○ アレルギーや添加物等の食品成分表示についての正しい理解を深め、自ら適切に判断できるように知識の普及啓発を図ります。 ○ 食中毒予防に関する正しい知識の普及啓発を図ります。
食を通じた人との交流の実現	<ul style="list-style-type: none"> ○ 健康まつりや地域の文化祭等を通して、地域や世代間の交流を図ります。

4 壮年期（40～64歳）テーマ「生活習慣病予防と健康維持・増進のための食生活の実現」

基本施策	取 り 組 み
望ましい生活習慣の確立	<ul style="list-style-type: none"> ○ 「食育月間（6月）」と「家族団らんの日」を推進し、家庭における食育の推進を図ります。
食による心身の健康づくりの推進	<ul style="list-style-type: none"> ○ 「1に運動・2に食事・しっかり禁煙・毎年健診」の運動による健康意識の推進を図ります。 ○ 適正な体重維持を維持するための食事や運動を推進します。 ○ 口腔をテーマにした教室や指導を実施し、歯周病予防の知識の普及を図ります
郷土料理・行事食の伝承の推進	<ul style="list-style-type: none"> ○ 家庭における料理体験を通し、家庭の味とともに郷土料理や行事食に親しむ機会を増やし、次世代への伝承に努めます。
食の循環や環境を意識した食育の推進	<ul style="list-style-type: none"> ○ 食の生産から消費までの食の循環について理解を深め、食べものを大切にする取り組みの啓発を図ります。
人材の育成及び活用の促進	<ul style="list-style-type: none"> ○ 子どもたちと生産者が給食を一緒に食べる交流給食を行い、地元の農産物や郷土の文化への理解を深めます。 ○ 食育のボランティア育成に努めます。
地産地消の推進	<ul style="list-style-type: none"> ○ 農産物直売所のガイドマップの作成や、地場農産物を使ったレシピの紹介等、地産地消に関する情報提供の充実を図ります。 ○ 「軽トラ市」等のイベントを通して、消費者と生産者で交流を深めます。

基本施策	取 組 み
食の安全・安心の確立	<ul style="list-style-type: none"> ○ アレルギーや添加物等の食品成分表示についての正しい理解を深め、自ら適切に判断できるように知識の普及啓発を図ります。 ○ 食中毒予防に関する正しい知識の普及啓発を図ります。
食を通じた人との交流の実現	<ul style="list-style-type: none"> ○ 食生活改善推進員活動の強化を図ります。 ○ 食育に係る団体等のネットワーク作りを推進します。

5 高齢期（65歳以上）テーマ「食を通じた豊かな生活の実現と次世代への食文化の伝承」

基本施策	取 組 み
望ましい生活習慣の確立	<ul style="list-style-type: none"> ○ 家族や友人等と一緒に食事を楽しむ機会を作ります。
食による心身の健康づくりの推進	<ul style="list-style-type: none"> ○ 高齢者の料理教室や介護予防教室を開催し、低栄養予防に努めます。 ○ <small>ハチマルニイマル</small> 8020運動（80歳で自分の歯が20本以上）を推進します。
郷土料理・行事食の伝承の推進	<ul style="list-style-type: none"> ○ 家庭や地域における郷土料理・行事食を次世代に伝承する取り組みを推進します。
人材の育成及び活用の促進	<ul style="list-style-type: none"> ○ 家庭菜園等、野菜の栽培や収穫を自ら楽しみ、次世代に農作業の技術を伝えます。
地産地消の推進	<ul style="list-style-type: none"> ○ 農産物直売所のガイドマップの作成や、地場農産物を使ったレシピの紹介等、地産地消に関する情報提供の充実を図ります。 ○ 「軽トラ市」等のイベントを通じて、消費者と生産者で交流を深めます。
食を通じた人との交流の実現	<ul style="list-style-type: none"> ○ 食生活改善推進員活動の強化を図ります。 ○ 食育に係る団体等のネットワーク作りを推進します。

第5章 食育の数値目標

食育に関わる推進主体が課題や施策を共通認識し、食育を効果的に推進するため、数値目標を設定し、施策の達成状況や成果を測る指標とします。

指 標		調査値 (H28年度)	目標値 (H33年度)	備 考
1	朝食を欠食する割合 (毎日及び1週間の内、半分以下の欠食者含む)	幼児	4.0%	0%
		小学5年生	5.5%	0%
		中学2年生	9.8%	0%
		高校2年生	13.8%	10%
		短大生	38.4%	20%
		20歳代	20.0%	15%
2	朝食または夕食を家族揃って食べる割合	53.4%	65%	
3	主食、主菜、副菜を組み合わせた食事を一日2回以上、毎日食べる者の割合の増加	50.8%	60%	
4	よく噛んで味わって食べる人の割合	30.3%	40%	
5	肥満者 (BMI \geq 25) の割合 (40歳以上)	男 28.4%	男 25%	*5は、平成27年度の市特定健診結果から(国保加入者のみ)
		女 23.9%	女 20%	
6	成人で週に3~4回以上運動(散歩を含む)をしている人の割合	32.5%	40%	
7	食育という言葉も意味も知っている人の割合	62.0%	75%	
8	学校給食を全部食べる子どもの割合	63.9%	80%	
9	食べ残しやごみを減らす取り組みをしている人の割合	46.0%	60%	
10	天童産や山形産の農産物を購入している人の割合	58.2%	70%	
11	学校給食における天童産の使用割合(重量ベース)	46.2%	50%	*11は、平成27年度の数値掲載

第6章 食育の推進体制

食育の推進にあたっては、家庭、地域、幼稚園、保育施設、学校、生産者、事業者、行政などが相互につながりを持ちながら取り組んでいきます。

さらに、市内団体や市民の代表で組織する「天童市食育推進委員会」による市食育推進計画の評価や見直しを行い、目標値の達成に向け、本市の食育を推進していきます。

用語解説

※1 食育基本法

平成17年（2005年）6月17日（法律第63号）公布、平成17年7月15日施行。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（やせ）志向等の問題、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、豊かな人間性を育み、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」を目的としています。

※2 食育

「知育、徳育及び体育」の基礎となるべきものと位置づけられ、様々な体験を通じて「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」ことを言います。（食育基本法より）

※3 第六次天童市総合計画の「もととなる食育」

計画年度を平成22年（2010年）度～28年（2016年）度までとし、第1章 「安心して健やかに暮らせるまちづくり」 第2節 健康を守る保健と医療の充実 第2項 「もととなる食育」の施策で①総合的な食育の推進、②乳幼児期における食育の推進、③子どもと家庭の食育の推進、④学校給食における食育の推進、⑤地域における食育の推進を掲げ、主な指標として、離乳食教室参加率や栄養相談回数、食生活改善推進員活動の増加などを挙げています。

※4 メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）

肥満、脂質異常、高血糖、高血圧といった動脈硬化の危険因子をいくつも併せもった状態のことです。メタボリックシンドロームの診断基準では、腹囲が男性で85cm、女性で90cm以上を要注意とし、下記の1～3の3項目のうち2つ以上を有する場合があります。下記の1つに該当する場合はその「予備群」とされています。予防するには、一人一人が日常生活に見合う適度な運動と、バランスのとれた食生活の習慣が必要です。

1. 脂質異常（中性脂肪値 150mg/dl 以上、または（かつ）HDL コレステロール値が 40mg/dl 未満）
2. 血圧高値（収縮期血圧 130mmHg 以上、または（かつ）拡張期血圧 85mmHg 以上）
3. 高血糖（空腹時血糖値 110mg/dl 以上）

※5 食事バランスガイド

1日に、「何を」「どれだけ」食べたらいいかを、コマの形と料理のイラストで表現したものです。コマの量を調整することで、年齢・性別・身体活動量にあった1日に必要な料理の量を知ることができます。

※6 食品ロス

食べられるのに捨てられている食べ物のことを言います。

※7 フードマイレージ

食料の輸送量に輸送距離を乗じた指標のことを言います。「生産地から食卓までの距離が短い食料を食べた方が輸送に伴う環境への負担が少ないであろう」という仮説を前提として考えだされたものです。

※8 天童市グリーン・ツーリズムネットワーク

グリーン・ツーリズムとは、農山漁村でゆっくりと滞在し、訪れた地域の交流を通じて、その自然、文化、生活、人々の魅力に触れ、農産漁村で様々な体験などを楽しむ余暇活動のことです。天童市グリーン・ツーリズムネットワークは、市内の農産物直売所で組織しており、地産地消に係る情報交換やイベントへの共同出展などを実施しています。

※9 トレーサビリティシステム

生産や加工、流通経路などの情報を記録、保管し、必要なときには、食品とその情報を遡及、追跡できるようにする仕組みです。



TENDO®