

第3次かほく市食育推進計画

2019.4～2024.3

海とみどりの恵みに感謝し、生涯にわたり「食」を通して心と体の健康を育む



平成31年 3月
かほく市

はじめに

「食」は私たちが生きていくために欠かせないものです。また、健全な食生活を日々実践し、おいしく楽しく食べることは人に生きる喜びや楽しみを与え、健康で心豊かな暮らしの実現に大きく寄与するものです。

しかしながら、私たちの食生活は家族構成やライフスタイルの変化を背景に、個人の好みに合わせた食生活へと食の多様化が進みました。それに伴い「生活習慣病の増加」「食品の安全性」「食文化の希薄化」「食に対する感謝の念の喪失」等、食に関連する様々な問題も指摘されており、ますます「食育」の推進が求められています。



こうした中で本市では、平成 21 年 3 月に「かほく市食育推進計画」、平成 26 年 3 月に「第 2 次かほく市食育推進計画」を策定し、これまで 10 年間にわたり計画に沿って食育の推進に取り組んでまいりました。食品表示の活用等の食に関心のある項目については、成果が見られましたが、依然として若い世代の食習慣の乱れやそれに伴う健康への影響、地産地消の活用など多くの課題が挙げられます。

このため、市では引き続き、食育に関する施策を計画的に推進するため、「第 3 次かほく市食育推進計画」を策定することといたしました。この計画では、子どもから高齢者に至るまで、食に関する知識や理解を深め、食品を選んでいく力をつけることで、生涯に渡って健康であるとともに、豊かな人間性を育てていくことを目指しています。

本市の地域特性を最大限に生かしながら、この計画に基づき「食育」を推進していきたいと考えています。

結びに、本計画の策定にあたりまして、ご尽力いただきましたかほく市食育推進計画検討会委員の皆様をはじめ、アンケート調査にご協力いただきました市民の皆様や関係団体・機関の皆様に心より感謝とお礼を申し上げます。

平成 31 年 3 月

かほく市長 油野 和一郎

目 次

第 1 章	計画の策定と目的	1 ページ
	1 食育推進の目的	
	2 期間及び対象	
	3 計画の位置付け	
第 2 章	食をめぐる現状	4 ページ
第 3 章	計画の理念と基本方針	12 ページ
第 4 章	具体的な取り組み	15 ページ
	1 「食」に対する感謝の心もちます	
	2 「食」を通して健康の基礎をつくります	
	3 「食」に関わる文化をつたえます	
	4 計画の数値目標	
第 5 章	計画の推進体制	23 ページ

第1章

計画の策定と目的

- 1 食育推進の目的
- 2 期間及び対象
- 3 計画の位置付け

1 食育推進の目的

「食」は命の源であり、私たちが生きていくために欠かせないものです。また、楽しく食べることは情緒や心の発達にもつながり、健康で心豊かな暮らしの実現に大きな役割を担っています。

しかし、近年私たちの食生活はライフスタイルの変化やニーズの多様化等の影響で大きく変化してきています。「いつでも」「どこでも」いろいろな食べ物が手に入るといった利便性や多様性が進んでいる一方で、核家族化や一人世帯の増加による家族と一緒に食事をする機会の減少、「食」に対する感謝の念や伝統的食文化の希薄化、偏った食生活による生活習慣病の増加などの問題が引き続き課題となっています。さらに農業においても、農家戸数、人口などが減少しており、日本の食料自給率は40%以下と海外への「食」の依存度が高い傾向にあります。

このように食をめぐる課題は依然として多くあることから、かほく市では引き続き様々な関係者と多様に連携・協働し、総合的かつ計画的に食育を推進していくため、「第3次かほく市食育推進計画」を策定します。

2 期間及び対象

この計画期間は、平成31年度から平成35年度の5年間とします。

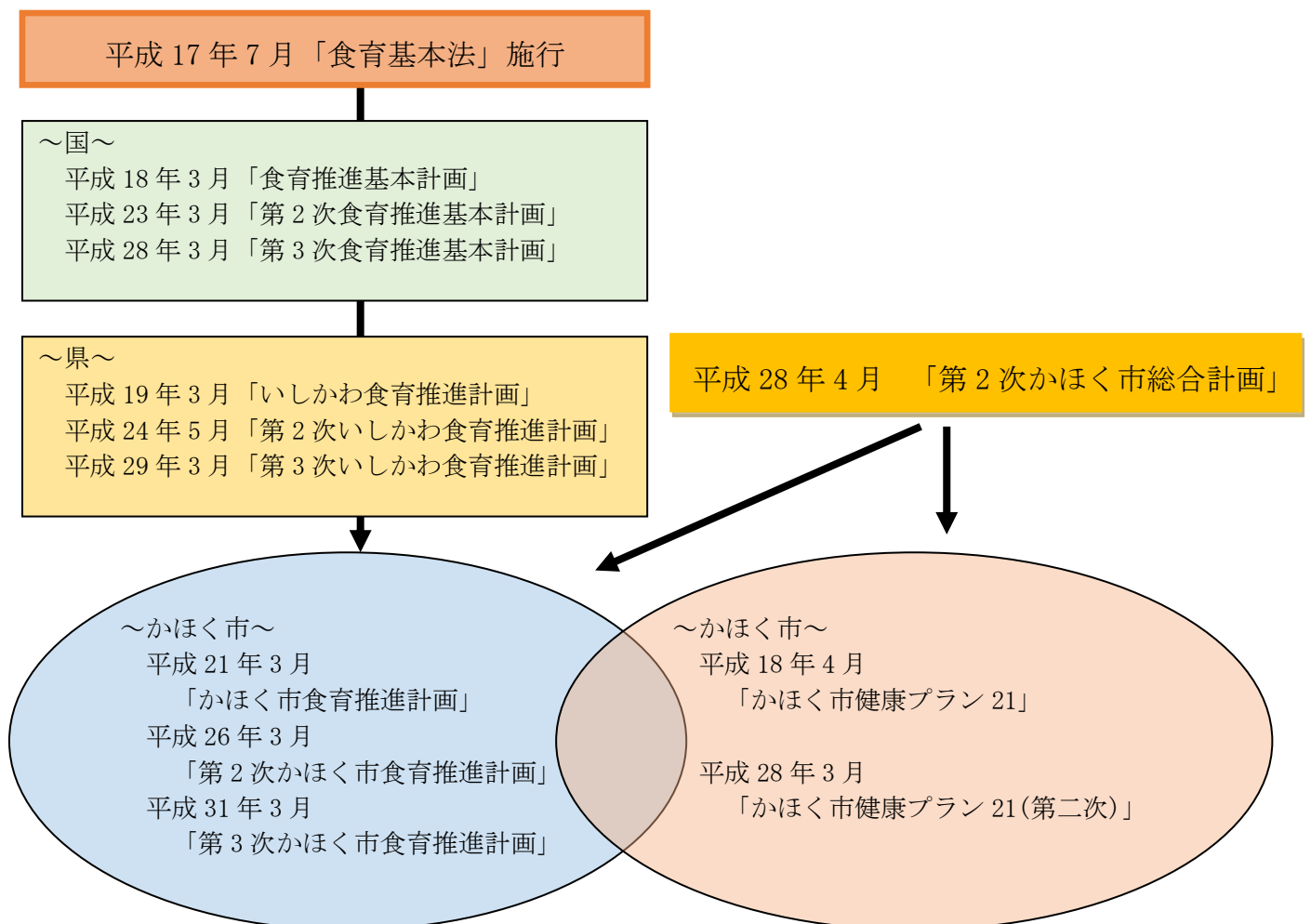
ただし、今後の社会情勢の変化などによる「食」をめぐる状況も踏まえながら、必要に応じて見直しを行うものとします。

対象者はかほく市民であり、市民一人ひとりが食育推進の取り組みを実践できるように、こども園、幼稚園、学校、地域、関係団体、行政などが連携し食育を推進します。

3 計画の位置付け

この計画は、食育基本法第 18 条第 1 項に基づく「市町村食育推進計画」として位置付けます。

また、かほく市基本構想の基本理念である『海とみどりに抱かれた にぎわいのあふれるまち』に基づく 7 つの基本方針のひとつである、健康・福祉分野の「地域が一体となって支える健康・福祉のまちづくり」の実現に向けて取り組むものであり、関連する他の計画と調整を図ったものです。特に、かほく市民の健康づくり指針である「かほく市健康プラン 21」の「栄養・食生活」分野の計画内容と整合性を図りながら策定するものです。



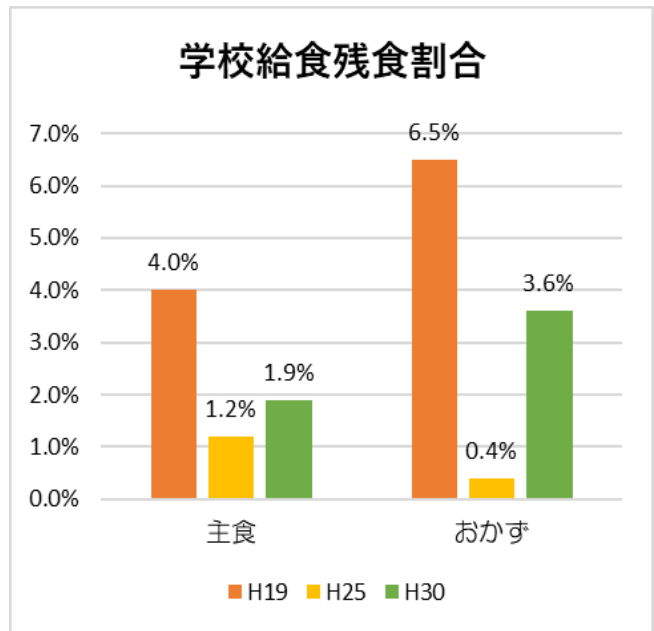
第2章

食をめぐる現状

1. 感謝の念の現状

① 学校給食における残食状況

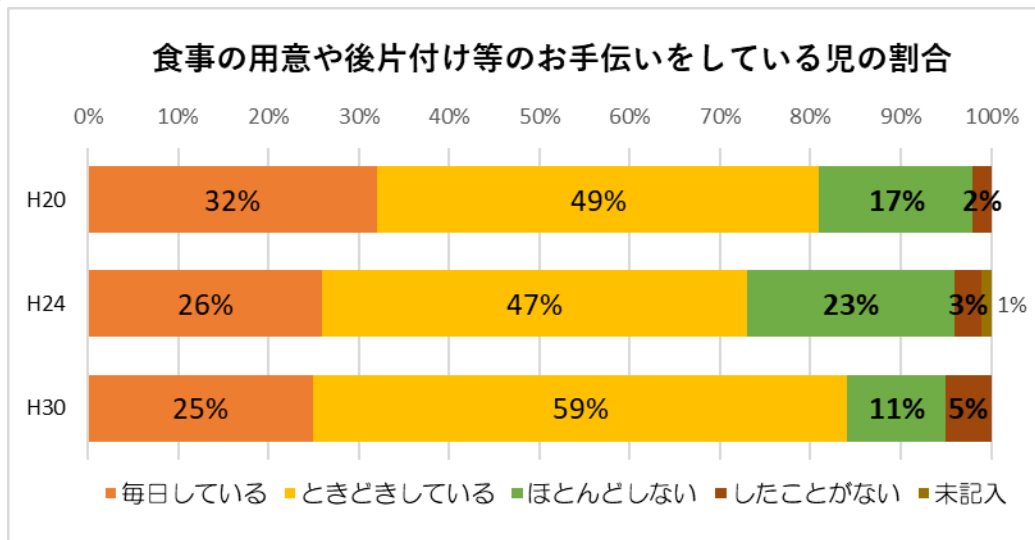
学校給食残食状況について、平成 25 年度の調査では、ほとんど残食がみられませんでした。平成 30 年度には残食量の増加傾向にあります。



平成 30 年 6 月学校給食センター残食調査より

② 生産・調理体験状況

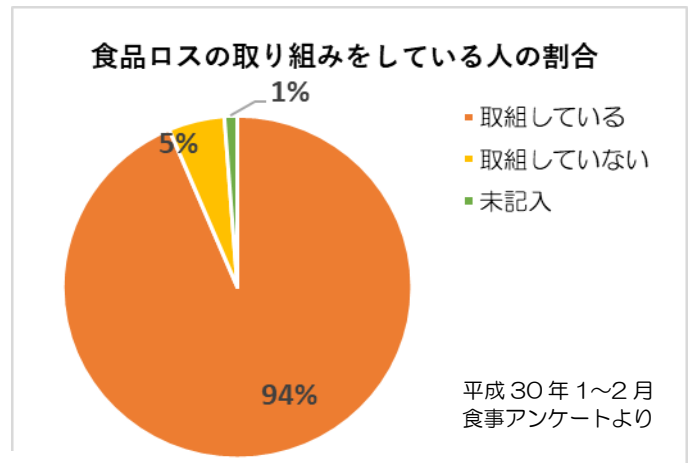
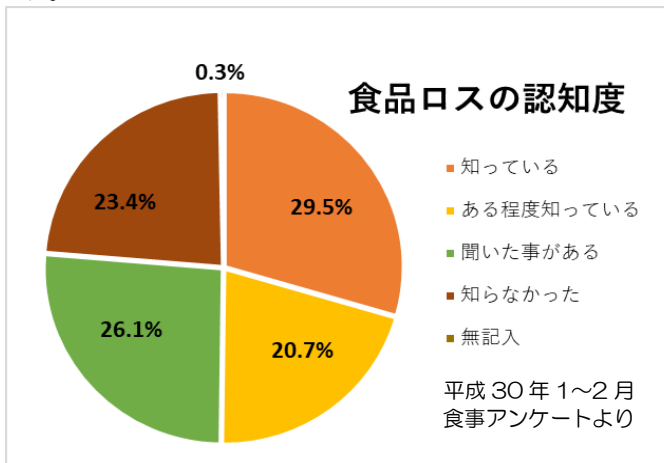
食事の用意や後片付け等のお手伝い状況について、お手伝いを「したことがない」「ほとんどしない」児童は、平成 24 年度 26%、平成 30 年度 16%と減少し、「ときどきしている」児童は平成 30 年度 59%と増加しています。



平成 29 年度かほく市小学校の食生活アンケートより

③ 食品ロスの取り組みをしている人の状況

食品ロスの認知度について「知っている」「ある程度知っている」の割合が 50.2%に対し、食品ロスの取り組みをしている人の割合は 93.7%と多く、食品ロスを知らずに実践している人が多いという傾向にあります。



④ こども園・学校での農業体験状況

こども園・学校での農業体験は、継続して実施しています。食育活動全般については、企業、近隣住民の協力があり、特にこども園においての協力者・協力団体数は増加傾向にあります。

こども園の状況

季節の野菜の栽培・収穫、エコ菜園づくり、稲刈り、さつまいもほり、ぶどう狩り、梅摘み等

	協力者数	協力団体数
平成 24 年度	2 名	1 団体
平成 29 年度	15 名	4 団体

小学校の状況

稲作の植付・刈取 小学 5 年(5 校)
かぼっこの植えつけ・収穫 小学 2 年(3 校)
紋平柿の摘果・収穫・渋抜き 小学 3 年(全校)

	協力者数	協力団体数
平成 20 年度	9 名	2 団体
平成 24 年度	9 名	2 団体
平成 29 年度	6 名	2 団体

～食生活改善推進員～

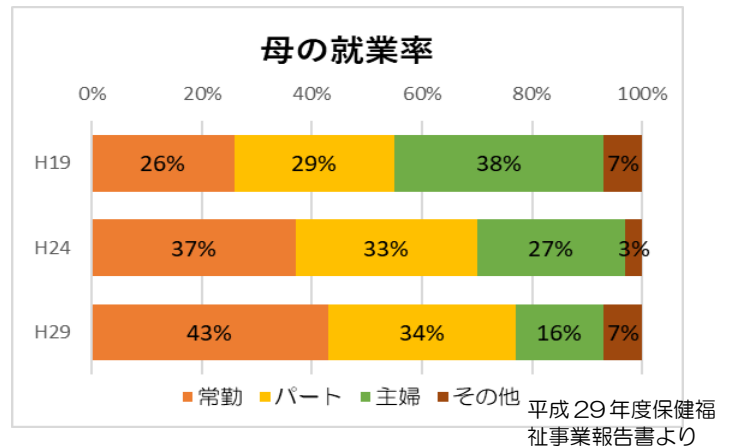
食生活改善推進協議会の会員数は合併当初は各町で多くいましたが、近年、会員数は約 50 人前後を維持しています。活動回数については会員数が多い時も現在も平均 1 人 0.5 回となっています。

年 度	H17	H20	H23	H25	H29
会員数	180	136	50	49	50
新規会員数	0	5	0	5	5
食育活動回数	81	68	29	37	29
1人あたりの活動回数	0.45	0.5	0.58	0.75	0.58

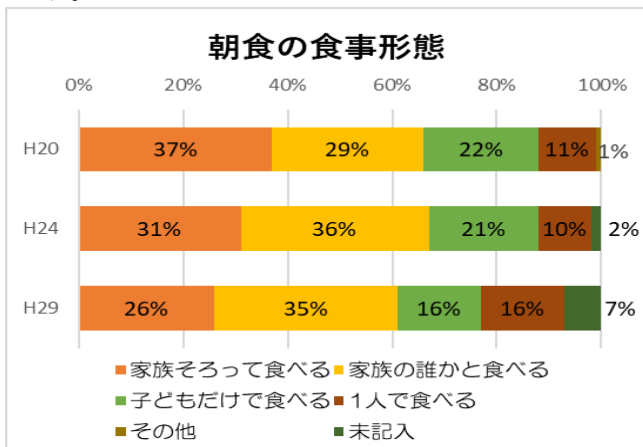
平成 29 年度食生活改善推進協議会総会資料より

⑤ 母親の就業率と食事形態

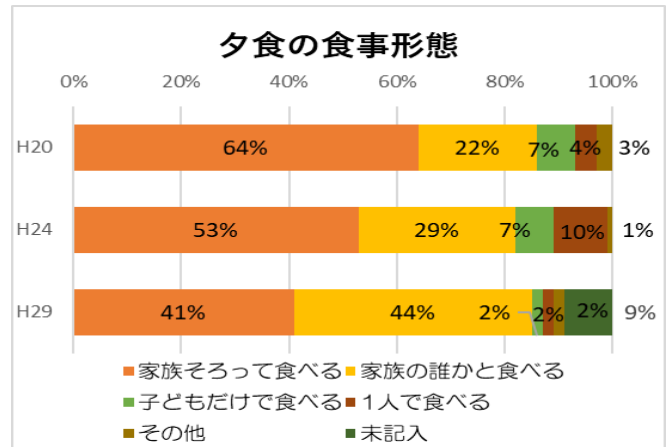
母の就業率は年々増えており、常勤・パートをあわせると平成 29 年度は 77%となっています。



朝食・夕食の食事形態について、朝食・夕食共に「家族そろって食事をする」割合が年々減少傾向にあります。



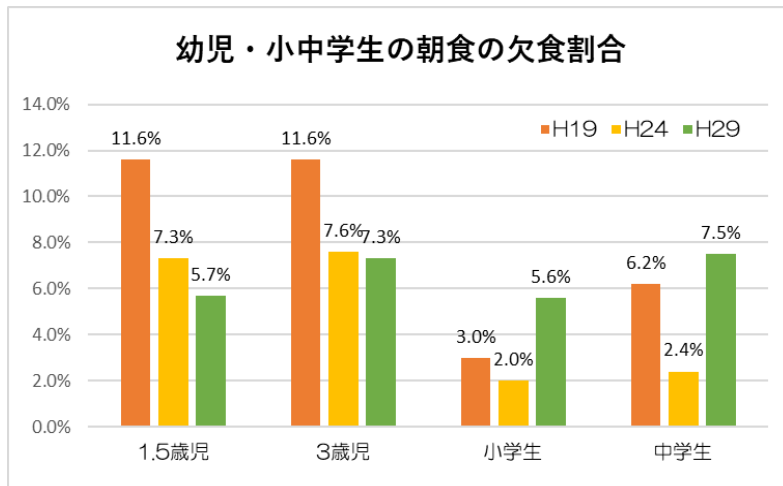
平成 29 年度かほく市小学校の食生活アンケートより



平成 29 年度かほく市小学校の食生活アンケートより

2. 生活習慣の現状

① 朝食の欠食状況



平成30年1～2月食事アンケート・平成29年度保健福祉事業報告書より

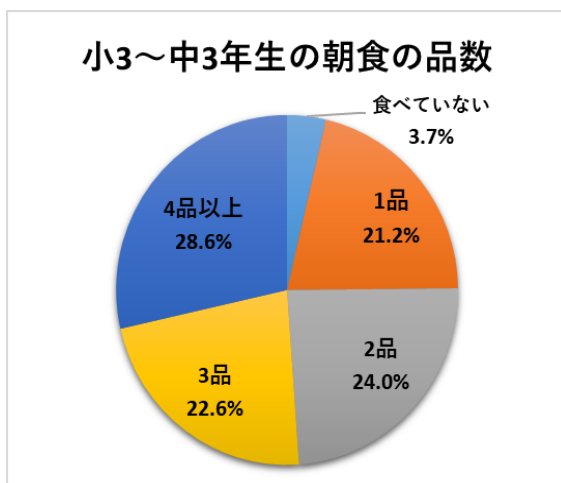
幼児・小中学生の朝食の欠食割合※1について、平成29年度は1.5歳児5.7%、3歳児7.3%、小学生5.6%、中学生7.5%となっています。



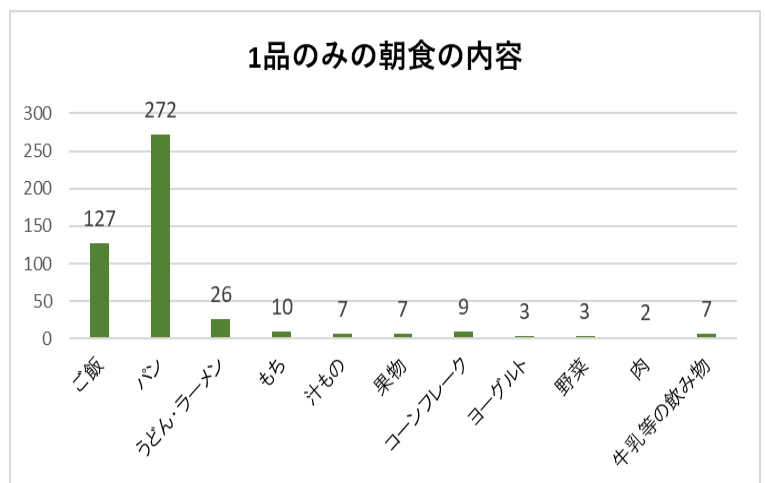
※1 欠食割合・・・1.5歳児、3歳児健診でのアンケートで朝食「時々」「食べない」の割合

小学3～中学3年生の本人アンケートで朝食「週に4～5日食べない」「ほとんど食べない」の割合

小学3年生～中学3年生の朝食の品数について、1～2種類という児童生徒が約半数であり、内容はパン・ごはんのみが多くみられます。

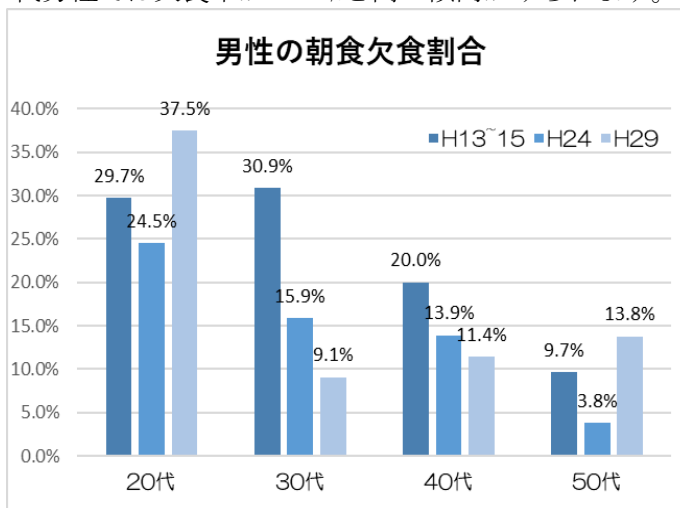


平成30年1～2月食事アンケートより

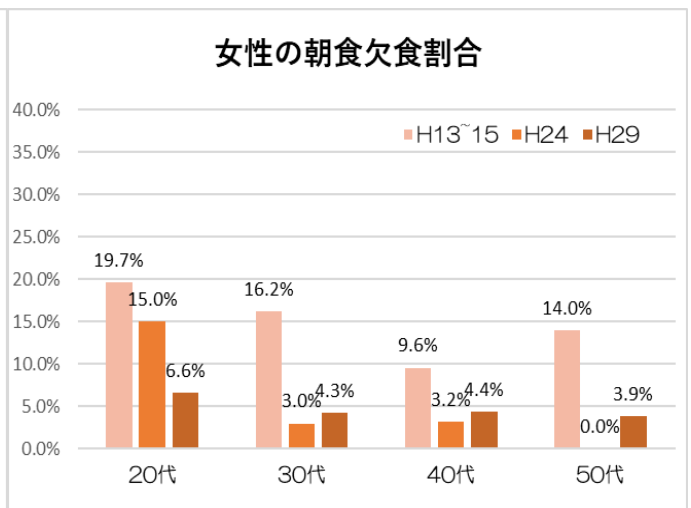


平成30年1～2月食事アンケートより

20～50代の男性・女性の朝食欠食状況について、男女を比較すると男性に多く欠食がみられ、特に20代男性では欠食率が37.5%と高い傾向がみられます。

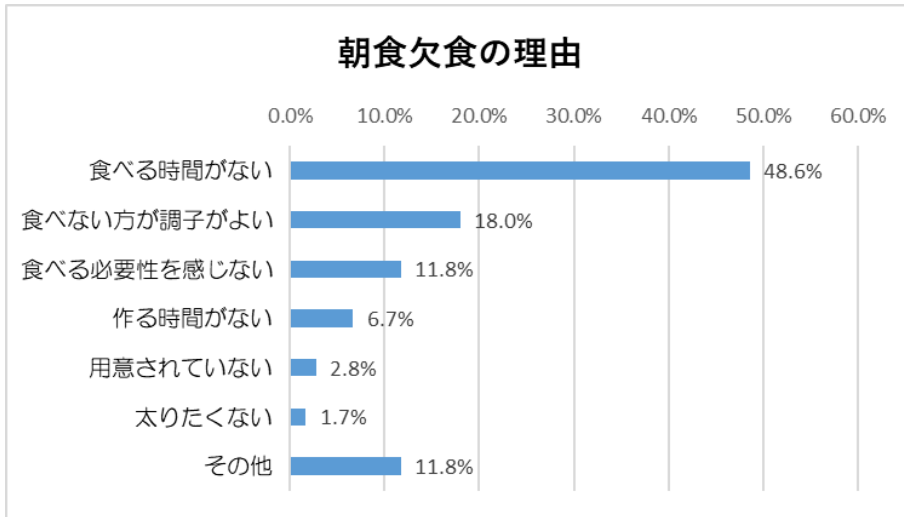


平成30年1～2月食事アンケートより



平成30年1～2月食事アンケートより

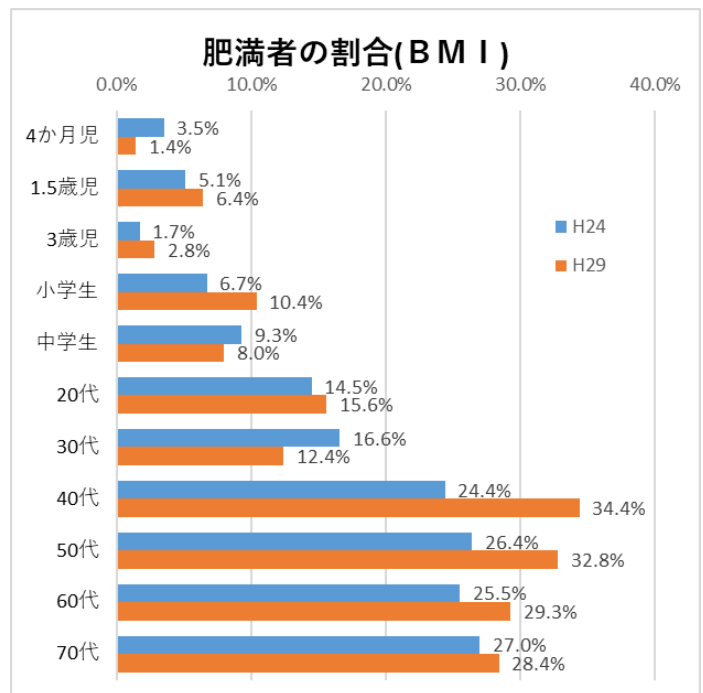
朝食欠食の理由としては、「時間がない」と回答した人が 48.6%と最も多くなっています。



平成 30 年 1～2 月食事アンケートより

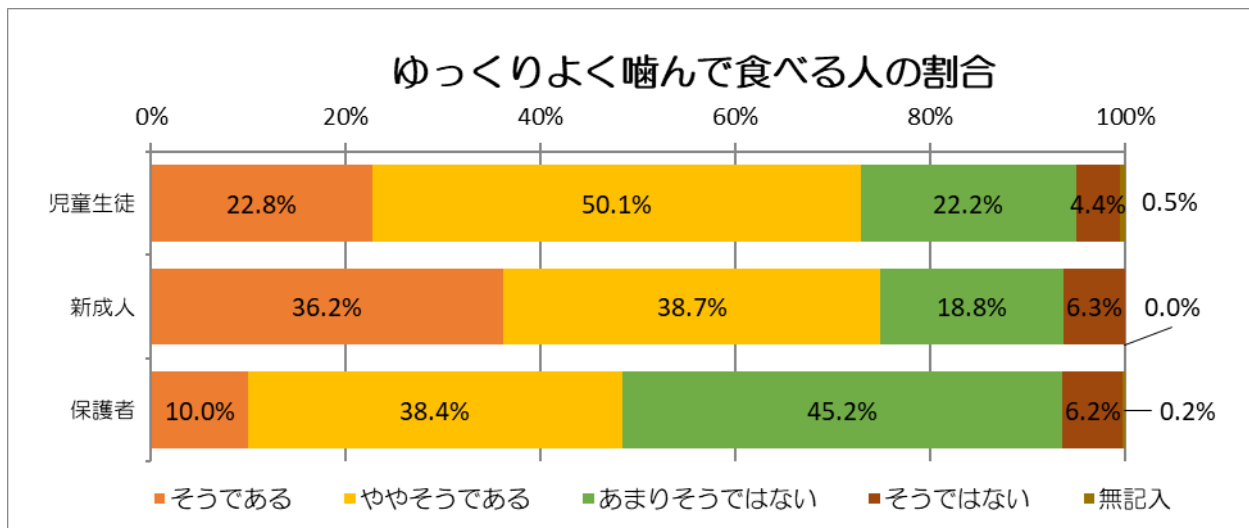
② 肥満者の割合

肥満者の割合について、40 代以降の肥満者の割合が多くみられます。H24 と比較し 40 代以降に増加傾向がみられます。



平成 30 年度「石川県特定給食施設等栄養管理報告書」より
平成 29 年度保健福祉事業報告書より

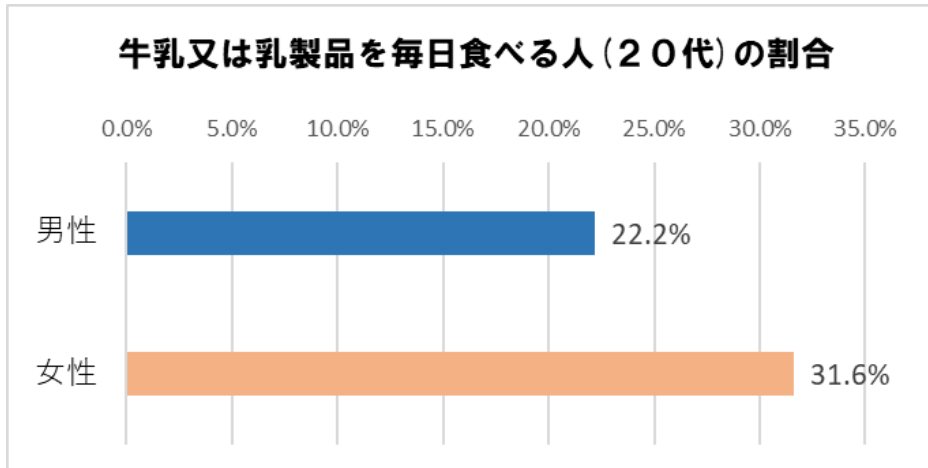
ゆっくりよく噛んで食べる割合について、児童生徒・新成人はゆっくりよく噛んで食べる人が多いのに対し、保護者はゆっくり食べていない人が多い状況がみられます。



平成 30 年 1～2 月食事アンケートより

③ 牛乳・乳製品の摂取状況

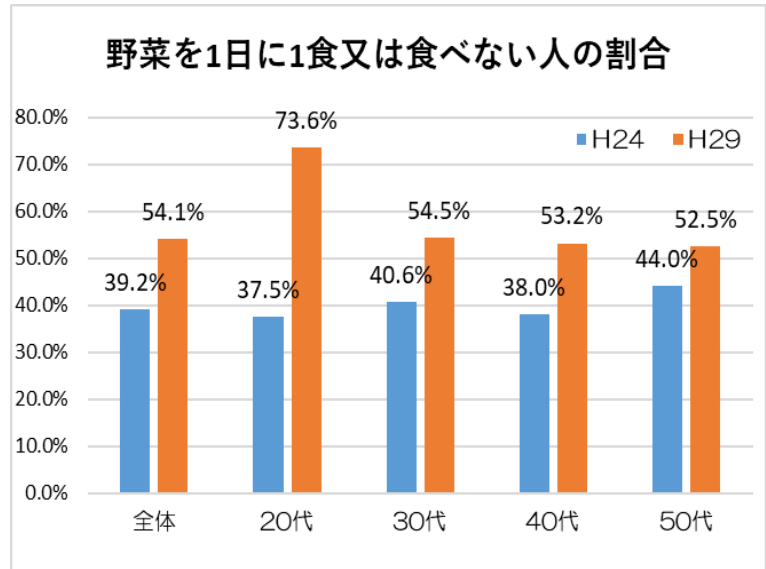
牛乳・乳製品の摂取状況について、牛乳又は乳製品を毎日食べる人は男女共に摂取率は低い傾向にあり、特に男性の牛乳・乳製品の摂取率は22.2%となっています。



平成30年8~11月乳製品アンケート調査より

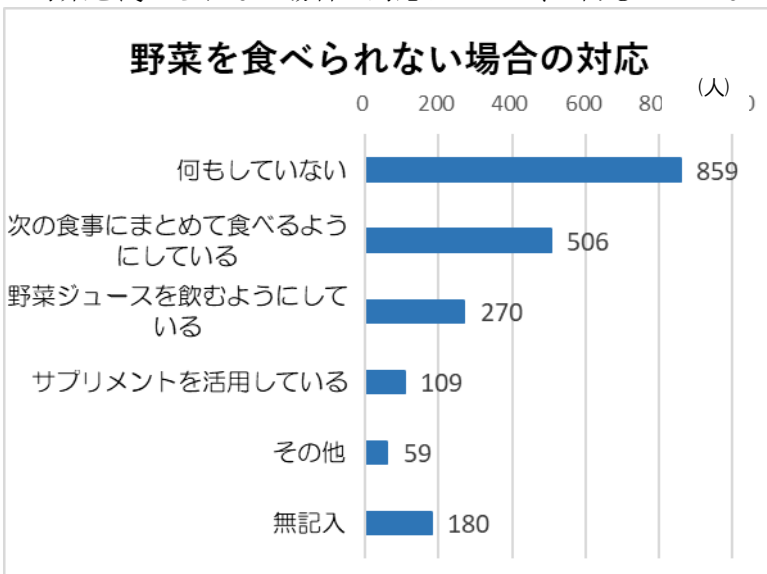
④ 野菜の摂取状況

野菜の摂取状況について、平成24年度に比べ「1日1食しか野菜を食べない人」又は「食べない人」の割合がどの年代も増加傾向にあります。



平成30年1~2月食事アンケートより

野菜を食べられない場合の対応について、「何もしていない」という人が最も多くなっています。



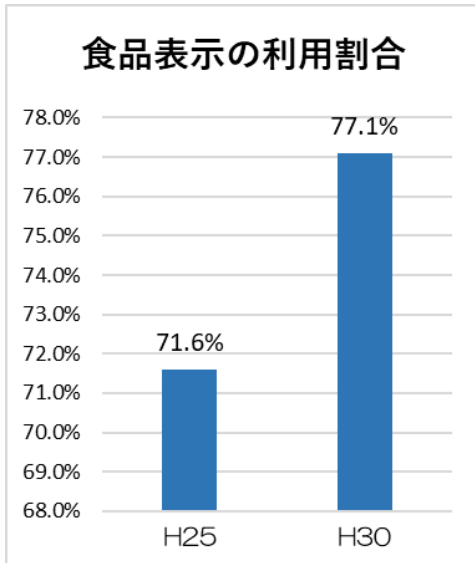
平成30年1~2月食事アンケートより



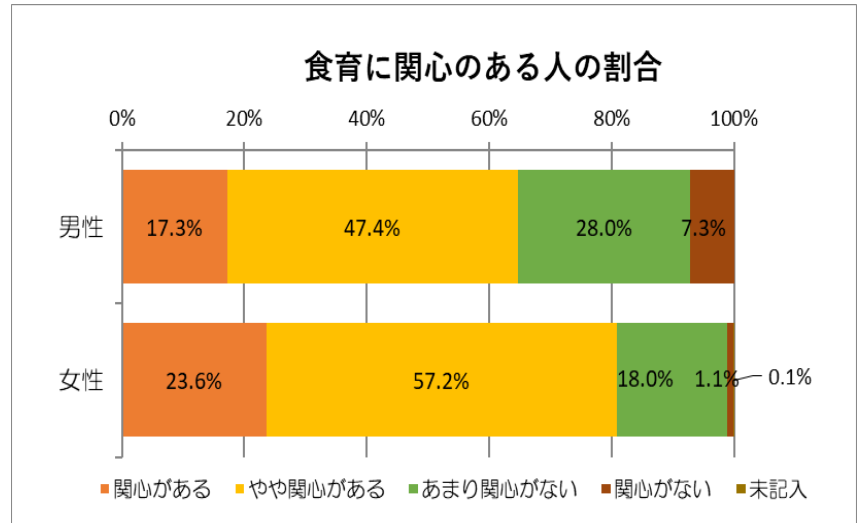
⑤ 食品表示の利用状況

買い物をする時に食品表示を参考にする人について、平成 25 年度では 71.6%、平成 30 年度では 77.1% となっています。

食育への関心について、「関心がある」「やや関心がある」は男性で 64.7%、女性で 80.8% となっています。



平成 30 年 1～2 月食事アンケートより



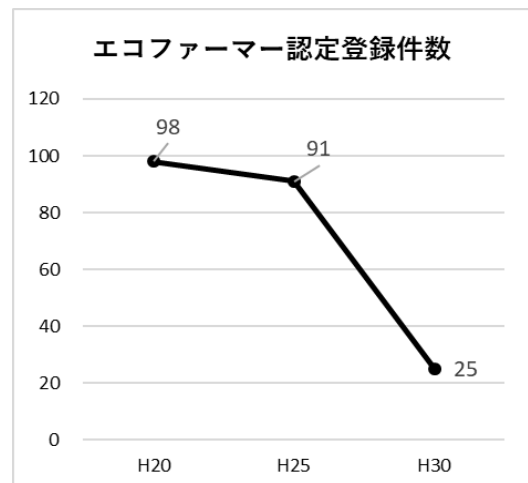
平成 30 年 1～2 月食事アンケートより

⑥ エコファーマー認定登録状況

エコファーマー※2の認定登録件数について、平成 20 年から減少傾向にあります。以前は個人登録が多かったが現在は団体申請もできるため、登録件数が少なくなっています。現状として、登録者数は急激な減少ではないが、少なくなってきました。

※2 エコファーマー

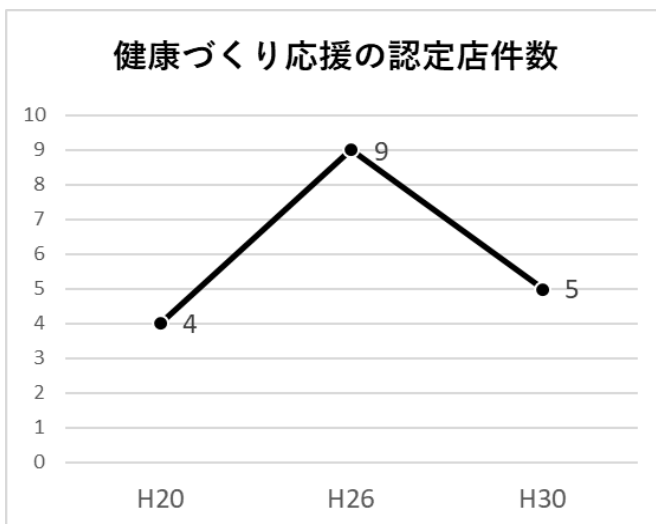
都道府県が定める指針に基づいて、持続性の高い農法とされる堆肥による土づくり、化学肥料・農薬低減技術を組み合わせて農業生産を行う農家



平成 29 年石川県エコファーマー認定登録状況より

⑦ 食の安全 「健康づくり応援の店」認定店状況

「健康づくり応援の店」について、県民の健康づくりを手助けしてくれる飲食店を「健康づくり応援の店」として石川県が認定しています。平成 25 年 10 月でかほく市内の認定店は 9 店舗であったが、平成 30 年 10 月現在は 5 店舗となっています。



平成 30 年 10 月石川県健康づくり応援の店認定状況より - 10 -

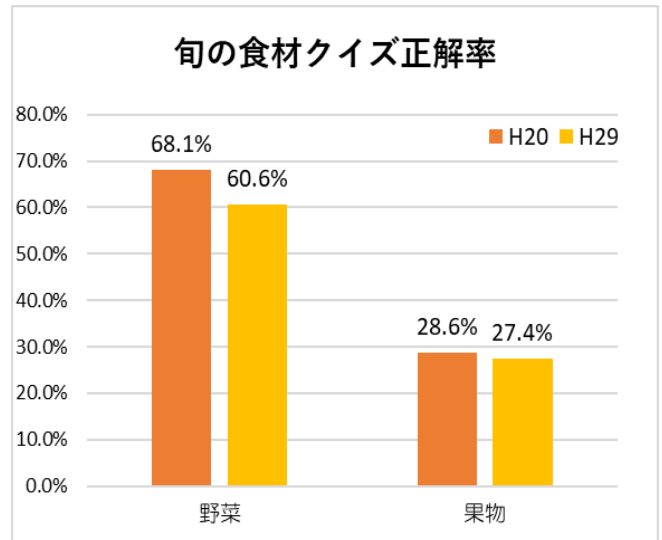


お店に貼ってあるステッカーが「健康づくり応援の店」の目印です。

3. 食文化の現状

① 旬の食材を知っている人の割合

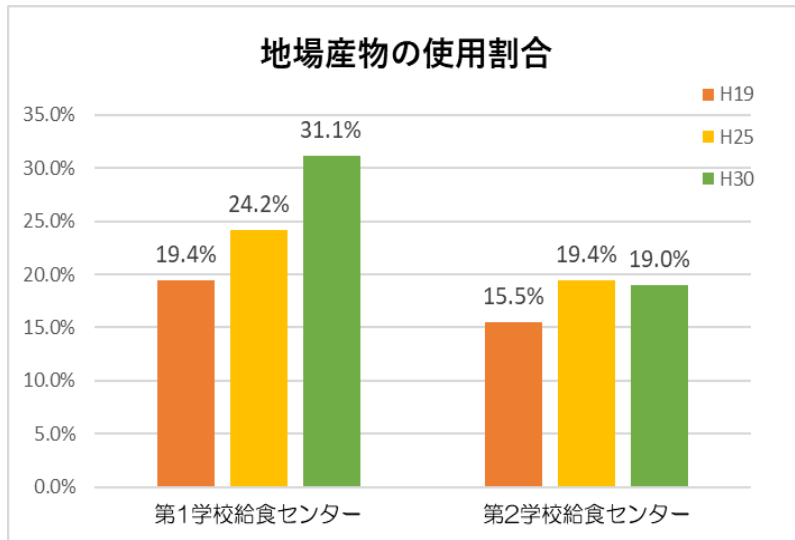
旬の食材を知っている人の割合について、食育クイズの正解率は、野菜、果物ともに正解率がやや低くなっています。



平成 29 年健康まつり食育クイズ正解率より

② 学校給食センターでの地場産物(県産食材)の使用状況

学校給食における地場産物の使用状況について、かほく市では給食がセンター方式※3であり、食材料の数や規格、価格等の調整及び予算の確保が必要であります。平成 30 年度の使用頻度は第 1 学校給食センター31.1%、第 2 学校給食センター19.0%となっています。



平成 30 年 6 月学校給食センター産物調査より

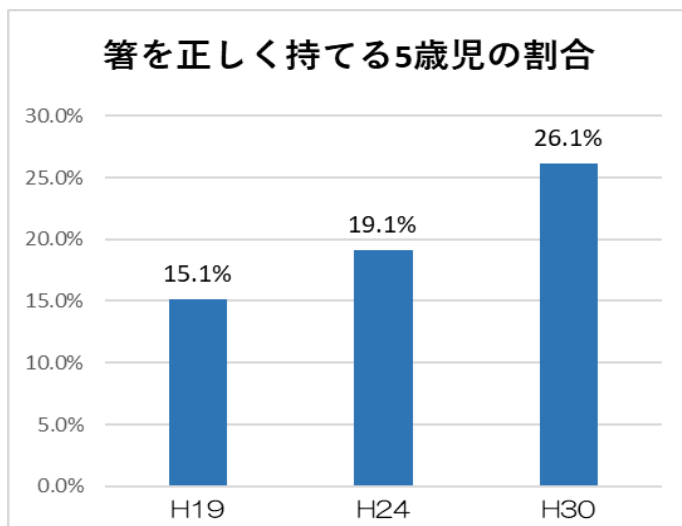
※3 センター方式・・・給食をまとめて調理し、各学校へ配送すること

第 1 学校給食センターでは市内 3 中学校
(約 1100 食)

第 2 学校給食センターでは市内 6 小学校
(約 2000 食)



③ 箸を正しく持てる児の割合



箸を正しく持てる児の割合について、年々正しい箸の持ち方をする児が増加傾向にあります。



第 3 章

計画の理念と基本方針

1. 計画理念と基本方針

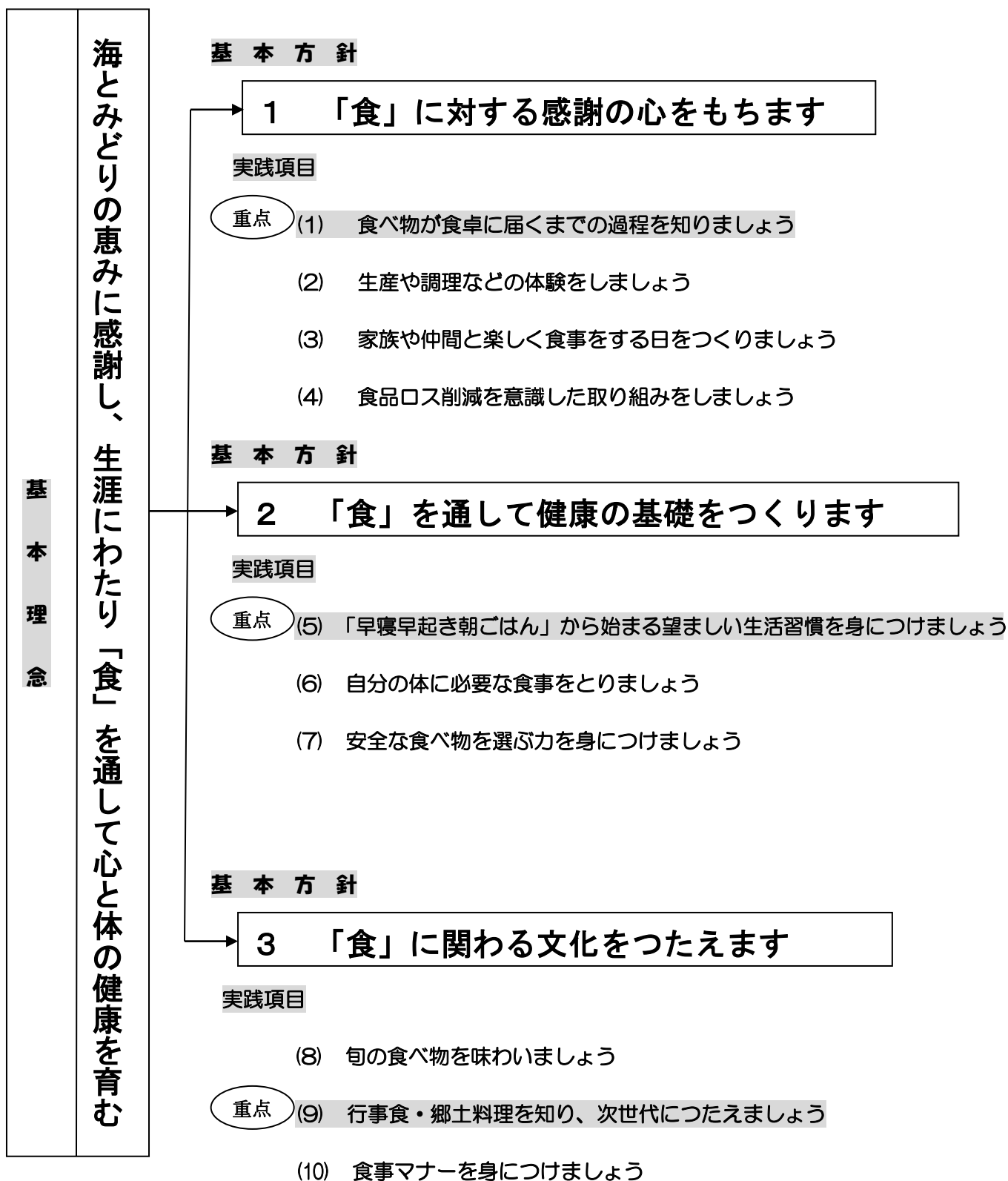
かほく市基本構想の基本理念である『海とみどりに抱かれた にぎわいのあふれるまち』を踏まえ、自然の恵みに感謝すること、自ら健康を考え地域全体で支えながら推進することを目指して『海とみどりの恵みに感謝し、生涯にわたり「食」を通して心と体の健康を育む』をかほく市食育推進計画の基本理念とし、次の3つの基本方針をもとに、具体的な実践項目を設定します。

《基本方針》

- 1 「食」に対する感謝の心もちます
- 2 「食」を通して健康の基礎をつくります
- 3 「食」に関わる文化をつたえます

2. 施策の体系

基本理念の実現に向けて、3つの基本方針を設定するとともに、今後5年間に特に取り組むべき重点課題を各基本方針の実践項目に1つずつ設定しました。



第4章

具体的な取り組み

- 1 「食」に対する感謝の心を持ちます
- 2 「食」を通して健康の基礎をつくります
- 3 「食」に関わる文化をつたえます
- 4 計画の数値目標

基本方針 1 「食」に対する感謝の心をもちます

私たちは日常生活において様々な種類、そして十分な量の食べ物を口にすることができます。それは、生産者をはじめとした多くの人々の苦勞と努力があってこそ実現されています。しかし、そのことを当たり前のことと受け止めるあまり、「食」を大切にすることが希薄化していることから、食べ残しにより大量の食べ物を廃棄しています。飽食の時代こそ、栽培や収穫といった体験活動を通じて「食」への感謝の気持ちが持てるようになることが大切です。

また、ライフスタイルの変化により食事を一人で食べる「孤食」が増えてきています。家族や仲間と一緒に食べることを通じて、積極的にコミュニケーションを図り互いの絆を深めるなど、豊かな人間性を育てていくことが求められています。



●現状と課題

新たに食品ロスという問題が取り上げられ、「感謝の心」を考えることがクローズアップされています。何気なく食べている食べ物は多くの人の努力や苦勞に支えられていることを考え「もったいない」という意識を大切にしなければなりません。一人ひとりにできる行動を増やしていく必要があります。

また近年、核家族化が進み、子どもから高齢者まで各世代において家庭における「食」に関する取組は難しくなっており、地域やボランティアの方々、こども園・小学校での「食育活動」が、大変重要になってきます。現在の活動を継続して行いながら、その中で少しでも家庭における「食」へつながるよう地域と連携・協働しながらすすめることが大切です。

(1) 食べ物が食卓に届くまでの過程を知りましょう (重点課題)

◎具体的な取り組み

区分	内容
行政	<ul style="list-style-type: none">●6つの特産品の生産・流過程を広報やケーブルTVで普及啓発します。●食べ物の流通に関する教室、講座を開催します。●食生活改善推進員等のボランティアと協力し、料理教室の実施等の取組を促進します。
学校 こども園・幼稚園	<ul style="list-style-type: none">●給食だより・食事だよりを通して、食物の生産・流通について周知します。●学校給食センターの見学会を開催します。
各種団体	<ul style="list-style-type: none">●生産者・流通業者が学校・幼稚園・保育園等へ出向き、生産・流通の実態について説明します。

(2) 生産や調理などの体験をしましょう

◎具体的な取り組み

区分	内容
行政	<ul style="list-style-type: none">●各教室やイベントの紹介、開催時の様子を広報やケーブルTVで普及啓発します。●収穫や調理体験できるイベント・教室を開催します。●地域で食育活動に協力してくれる方を募集し、円滑に活動していただけるよう支援します。
学校 こども園・幼稚園	<ul style="list-style-type: none">●6つの特産品を中心に生産者の指導を受けながら、農業体験・見学・調理体験等を実施し、実施後はおたよりなどで家庭へ周知します。●それぞれの園で菜園づくりや田植え、梅干しづくり、ぶどう狩り、調理体験等を積極的に実施し、実施後はおたよりなどで家庭へ周知します。

各種団体	<ul style="list-style-type: none"> ●行政・学校・幼稚園・保育園等から体験・見学の依頼に応じ実施協力します。 ●四季まつりで農業や漁業産物を直接市民に提供したり、体験できる催しを実施します。
------	--

(3) 家族や仲間と楽しく食事をする日をつくりましょう

◎具体的な取り組み

区分	内容
行政	●「19日は食育の日」「8月31日は野菜の日」「6月の食育月間」「8月4日は栄養の日」「9月の食生活改善月間」の番組を作成し、ケーブルTVで啓発し、家族そろっての食事を推進します。
学校 こども園・幼稚園	●給食だより・食事だよりを通して、家庭でできる食育について周知します。
各種団体	<ul style="list-style-type: none"> ●飲食店のお品書きに「19日は食育の日」のシールやリーフレットの活用や、店内に食育ポスターを掲示します。 ●他世代との交流を含めた地域ぐるみの取り組みを実施します。

(4) 食品ロス削減を意識した取り組みをしましょう

◎具体的な取り組み

区分	内容
行政	●関係課と協働し、食品ロスについて広報やケーブルTV等を用いて啓発します。
学校 こども園・幼稚園	●給食だより・食事だよりを通して、食品ロスについて啓発します。
各種団体	<ul style="list-style-type: none"> ●食品の製造・加工・消費に至るまでの過程において、食品ロス削減に取り組みます。 ●フードドライブ等の食品ロス削減を意識した取り組みを実践します。 ●エコクッキング等のエコ活動を意識した取り組みを実践します。 ●3010運動(サンマルイチマル)を推進します。

基本方針 2 「食」を通して健康の基礎をつくります

「食」は私たちの体をつくるものです。栄養の偏りや食習慣の乱れからくる肥満や過度の痩身が生活習慣病につながっていき、健康状態を左右します。健康寿命の延伸のためには、一人ひとりが自分にとって必要な栄養と食事の量を知り、健全な食生活を送ることが大切です。そのためには、いろいろな食べ物の中から適切な食事を選ぶことができる正確な知識と判断力を身に付けることが求められています。

●現状と課題

朝食の摂取状況は、20代の男性で欠食が目立ちます。小中学生の朝食の内容で3品以上食べている児童生徒は約50%という現状です。1日全体の野菜の摂取については1日に1食又は食べない方が全体の約半数を占めており、以前よりも食事バランスがとれていないようです。肥満者の割合も、前回の計画時より増えている傾向があります。「食」に関する正しい知識を習得し、自らの判断で食べ物を選ぶ力を身につける必要があります。

(5) 「早寝早起き朝ごはん」から始まる望ましい生活習慣を身につけましょう (重点課題)

◎具体的な取り組み

区 分	内 容
行 政	<ul style="list-style-type: none"> ●幼少期からの生活リズムの大切さや適切な食習慣・運動習慣の習得に向け、健康診断や健康相談・教室(出前講座含む)において、栄養指導・保健指導を実施します。 ●おすすめ朝食メニューや朝食の利点について、広報やケーブルTV等で周知します。 ●公共施設において「早寝早起き朝ごはん」についてポスター等の媒体を活用し周知に努めます。 ●若い世代に対して、リーフレットやイベントを通して食習慣の改善を推進します。
学 校 こども園・幼稚園	<ul style="list-style-type: none"> ●給食だより・食事だよりを通して、朝食の大切さ・正しい食生活・朝食メニューについて周知します。 ●学校の授業や給食時間を活用し「早寝早起き朝ごはん」を推進します。 ●委員会や生徒会執行部と協力し「早寝早起き朝ごはん」に関連する事業を展開します。 ●家庭で朝食をしっかり食べるよう、朝食の必要性を紙芝居や絵本等の媒体を活用し周知に努めます。
各種団体	<ul style="list-style-type: none"> ●飲食店のお品書きに健康診断の結果と朝食の関係を記載したリーフレットを入れ、普及啓発を行います。

(6) 自分の体に必要な食事をとりましょう

◎具体的な取り組み

区 分	内 容
行 政	<ul style="list-style-type: none"> ●高齢者の低栄養予防に配慮した取り組みを促進します。 ●石川県立看護大学と協力し、健康弁当等を通して食事バランスや栄養についての情報を普及啓発します。 ●野菜を使ったヘルシーメニュー等を広報、ケーブルTV等で普及啓発します。 ●イベントや各種教室(出前講座含む)にて食事バランスについてフードモデルや調理実習を通して周知に努めます。 ●食生活改善推進員に年間を通して、研修会を開催し、推進員の養成と活動を支援します。 ●8020運動や噛ミング30等、歯科保健分野からの食育を推進します。
学 校 こども園・幼稚園	<ul style="list-style-type: none"> ●給食だよりを通して、食事バランスやおすすめメニューについて周知します。 ●試食会や学校の教科・特別活動・給食時間を活用し、成長期における食事の重要性について指導します。 ●6つの基礎食品群等の媒体を活用し、栄養に関する知識を普及啓発します。
各種団体	<ul style="list-style-type: none"> ●飲食店のお品書きに健康診断の検査項目基準値と朝食の関係を記載したリーフレットを入れ、普及啓発を行います。 ●飲食店や販売店に1日に必要な野菜量の表示をし、野菜たっぷりメニューのレシピを掲示します。

(7) 安全な食べ物を選ぶ力を身につけましょう

◎具体的な取り組み

区 分	内 容
行 政	<ul style="list-style-type: none"> ●教室(出前講座含む)において、食品表示の見方、食べ物の安全性に関する情報、食品衛生などについて啓発します。 ●消費生活に関する相談窓口の周知を図ります。 ●「健康づくり応援の店」についてホームページにて紹介します。
学 校 こども園・幼稚園	<ul style="list-style-type: none"> ●給食だより・食事だよりを通して、食中毒・農薬・食品添加物など食の安全に関する情報について周知します。 ●手洗いの励行、衛生管理について指導します。
各種団体	<ul style="list-style-type: none"> ●「石川県健康づくり応援の店」の店舗増を目指します。 ●市内で生産された農産物や加工品を地元小売店などで販売します。

基本方針 3 「食」に関わる文化をつたえます

近年、スーパーやコンビニなどでは時間に関係なく、多種多様な食べ物が簡単に手に入れることができる時代になりました。その反面、生産者と消費者との距離が開き、生産者の顔が見えにくくなり、食の大切さに対する意識の希薄化、食習慣の乱れ、伝統ある食文化の喪失など、様々な問題が生じてきています。

本市でも、豊かな気候・風土に育まれた地元の食べ物や行事食があります。これらは、栄養的にも理にかなったものが多く、先人の知恵から生まれた調理方法や食生活に関わる風習などがあります。

こうした食文化を地域の貴重な財産ととらえ、郷土料理や行事食などを日々の生活に取り入れるとともに、食事マナーを次世代に伝えていくことが求められています。



●現状と課題

旬の食材については、栄養価も高く、味も良いことから今後も知らせていく必要があります。また、地場産物の使用については、食品表示の利用割合が増えたことから年々関心が高まりつつあることが伺えます。当市における給食センターでの地場産物の使用についても少しずつ使用頻度は増えているものの、量や規格、金額の確保が難しい状況であります。

(8) 旬の食べ物を味わいましょう

◎具体的な取り組み

区 分	内 容
行 政	<ul style="list-style-type: none"> ●地元で採れた旬の食べ物について、レシピ等の他ミニ情報を含め広報などに掲載します。 ●各種教室(出前講座含む)にて、旬の食べ物についての調理方法・保存の仕方・栄養価について普及啓発します。
学 校 こども園・幼稚園	<ul style="list-style-type: none"> ●給食だより、食事だよりを通して、旬の食べ物について周知します。 ●旬の食べ物の栽培、収穫体験、収穫物を使ったクッキングを実施します。
各種団体	<ul style="list-style-type: none"> ●旬の食べ物がわかるような表示の工夫をします。 ●旬の食べ物を使用したレシピを掲示します。

(9) 行事食・郷土料理を知り、次世代につたえましょう(重点課題)

◎具体的な取り組み

区 分	内 容
行 政	<ul style="list-style-type: none"> ●特産物の収穫について関係課と協働し、周知に努めます。 ●各種教室(出前講座含む)にて、特産物・郷土料理についての調理方法・保存の仕方・栄養価について普及啓発します。 ●石川の郷土料理の本を図書館に設置し、周知します。
学 校 こども園・幼稚園	<ul style="list-style-type: none"> ●給食だより・食事だよりを通して、日本型食生活・家庭の味の大切さ・行事食・郷土料理について周知します。 ●地元の特産物・郷土料理について、地域の方から学んだり、実際に食材に触れて見ることの体験を実施します。 ●特産物、給食の歴史、世界の食文化等について、給食(食事)時間に周知します。また、学校では学校給食週間時期に特産物・郷土料理の献立を取り入れます。 ●学校給食で他市町村との連携を図り、県や市の特産品・地場産物を積極的に使用するよう努めます。 ●学校給食では、米粉パンを月に1回・米飯は市内でとれた一等米を使用します。
各種団体	<ul style="list-style-type: none"> ●飲食店で、かほく市の特産物を使った料理・郷土料理をメニューに取り入れます。 ●季節の行事に応じたイベントの開催や行事食のPRを実施する。

(10) 食事マナーを身につけましょう

◎具体的な取り組み

事 業	内 容
行 政	<ul style="list-style-type: none"> ●食事マナーについてケーブルTVや広報で普及啓発します。 ●食育関連の教室において、食事マナーについて周知します。
学 校 こども園・幼稚園	<ul style="list-style-type: none"> ●給食だより・食事だよりを通して、食事マナーについて周知します。 ●日頃から箸の持ち方、あいさつなどの食事マナーについて指導します。

その他

事 業	内 容
かほく市食育ポスター 作成の検討	<ul style="list-style-type: none"> ●「食育の日」「早寝早起き朝ごはん」「旬の食材」などを盛り込んだ、かほく市の食育オリジナルポスターの作成を検討します。 ●食育ホームページを充実させ、食育活動について普及啓発します。
食育事業PR	<ul style="list-style-type: none"> ●健康まつりなどの場を活用し市における食育活動を普及啓発します。
会 議 等	<ul style="list-style-type: none"> ●食育推進連絡会議を年2回開催し、食育推進計画に基づき各課連携しながら食育を推進できるよう調整します。 ●栄養業務担当者連絡会を年3回開催します。

計画の数値目標

基本方針	実践項目	項目	H30の値	H35年度目標		
食に対する感謝の心をもちます	食べ物が食卓に届くまでの過程を知りましょう	①学校給食残食の割合	米飯	1.9%	現状維持	
			おかず	3.6%	現状維持	
		②農業体験を実施している小学校の割合		100%	100%	
	生産や調理などの体験をしましょう	③お手伝いをしたことのある子どもの割合	小学生	95.1%	100%	
			④食育推進に関わるボランティア数	食生活改善推進員	50人	50人以上
				一般	21人	25人
	家族や仲間と楽しく食事をする日をつくりましょう	⑤食事を子どもだけで食べる又は1人で食べる割合	朝食	32.8%	30%以下	
			夕食	3.3%	現状維持	
	食品ロス削減を意識した取り組みをしましょう	⑥食品ロスの取り組みをしている市民の割合 ※(新)		93.7%	現状維持	
	食を通して健康の基礎をつくりまします	「早寝早起き朝ごはん」から始まる望ましい生活習慣を身につけましょう	⑦朝食の欠食の割合	幼児	6.5%	0%
小学生				5.6%	0%	
中学生				7.5%	0%	
20代男性				37.5%	18%以下	
30代男性				9.1%	9%以下	
自分の体に必要な食事をとりましょう		⑧児童生徒の朝食の品数	3品以上の児童生徒	51.2%	60%以上	
			⑨肥満者の割合	幼児	4.6%	3%以下
		小学生		10.4%	5%以下	
		中学生		8.0%	5%以下	
		50代		32.8%	23%以下	
		60代	29.3%	22%以下		
		⑩牛乳又は乳製品を毎日摂取している人の割合	20代男性	22.2%	30%以上	
20代女性			31.6%	35%以上		
安全な食べ物を選ぶ力を身につけましょう		⑪野菜を1日1食又は食べない人の割合		54.1%	40%以下	
		⑫ゆっくりよく噛んで食べる人の割合※(新)	保護者	48.4%	50%以上	
	⑬「健康づくり応援の店」認定店数		5店	10店以上		
⑭エコファーマーの認定件数		25件	現状維持			
⑮食品表示の利用割合		77.1%	80%以上			
食に関わる文化をつたえます	旬の食材を味わいましょう	⑯旬の食材を知っている市民の割合	野菜	60.6%	80%以上	
			果物	27.4%	50%以上	
	行事食・郷土料理を知り、次世代に伝えましょう	⑰学校給食における地場産物(県産食材)を使用する割合	中学校	31.1%	増加	
			小学校	19.0%	30%以上	
	⑱ケーブルTV、広報での啓発回数		34回	50回以上		
食事マナーを身につけましょう	⑲正しく箸を持てる子どもの割合	5歳児	26.1%	30%以上		

※…(新)3次計画で新しく取り入れた数値目標

計画の数値目標にかかわる各項目の数値根拠

①学校給食残食の割合

平成30年6月かほく市第1・第2学校給食センター残食調査
米飯、おかずの残食の割合：宇ノ気小学校・高松小学校・河北台中学校の平均

②農業体験を実施している小学校の割合

平成29年度 小学校における農業体験の実施割合：田んぼ・さつまいも・紋平柿・夏野菜の栽培等

③お手伝いをしたことのある子どもの割合

平成29年度「かほく市小学校の食生活アンケート」：食事の用意や後片付けの実施割合
宇ノ気小学校・高松小学校「毎日している」「ときどきしている」「ほとんどしない」の合計

④食育推進に関わるボランティア数

平成29年度事業 子育て支援課、学校教育課、生涯学習課、健康福祉課

⑤食事を子どもだけで食べる割合

平成29年度「かほく市小学校の食生活アンケート」：朝食、夕食の食事形態
宇ノ気小学校・高松小学校「子どもだけ」「一人で」の合計

⑥食品ロスの取り組みをしている方の割合

平成30年1～2月「食事アンケート調査」：「食品ロス」を軽減するために取り組んでいることがある方の合計

⑦朝食の欠食の割合

平成29年度「かほく市健康福祉事業報告書」：1.5歳児、3歳児健診での朝食「時々」「食べない」の合計
平成30年1～2月「食事アンケート調査」：朝食「ほとんど食べない」「週に4～5日食べない」の合計

⑧児童生徒の朝食の品数

平成30年1～2月「食事アンケート調査」：朝食の品数、小学3年生から中学3年生の本人アンケート「1種類」の合計

⑨肥満者の割合

平成29年度「かほく市健康福祉事業報告書」：乳幼児健診肥満判定
カウプ判定1.5歳児男18.0以上女18.2以上、3歳児男18.6以上女18.1以上
特定健康診査成人肥満判定 疾患別要指導・要医療者数：BMI判定25.0以上
平成30年度「石川県特定給食施設等栄養管理報告書」：対象者 小学生・中学生 肥満度

⑩牛乳又は乳製品を毎日摂取している人の割合

平成30年8～11月「乳製品アンケート調査」：牛乳・乳製品の摂取状況

⑪野菜を1日1食又は食べない人の割合 ⑫ゆっくりよく噛んで食べる人の割合

平成30年1～2月「食事アンケート調査」：野菜の摂取状況・ゆっくりよく噛んで食べる人の割合

⑬「健康づくり応援の店」認定店の数

平成30年10月「健康づくり応援の店」：県認定店の数

⑭エコファーマーの認定件数

平成29年エコファーマーの認定件数：石川県登録状況

⑮食品表示の利用割合

平成30年1～2月「食事アンケート調査」・食品表示の利用割合

⑯旬の食材を知っている人の割合

平成29年11月「健康まつり 食育クイズ」：冬野菜、夏果物の旬の正解率

⑰学校給食における地場産物(県産食材)を使用する割合

平成30年6月かほく市第1・第2学校給食センター 産物調査

⑱ケーブルTV、広報での啓発回数

平成29年度 広報誌：定期的に毎月1回 ケーブルTV：毎月1回 不定期に10回放送

⑲正しく箸をもてる子どもの割合

平成29年 かほく市立こども園での箸の持ち方調査：年長児(5歳児)

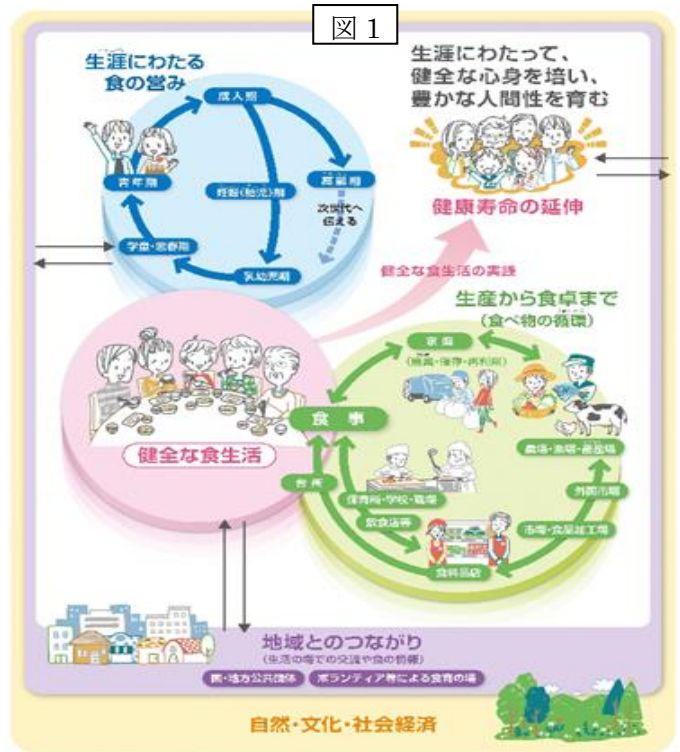
第5章

計画の推進体制

1. 推進体制

国の第3次食育推進基本計画では、生涯に渡って健全な心身を培い、豊かな人間性を育むために、関係者が多様に連携・協働し、これまで以上に個々の取り組みを広げていき充実した食育活動を展開することを目的としています。

図1 「食育の環」
参考：第3次食育推進基本計画



2. かほく市の食育計画推進体制

市食育推進計画に基づき、関係団体及び関係部局との協力・連携を図りながら「食育推進連絡会」において、計画の進捗状況を把握し、施策の検証・評価を行います。

また、下記のとおり支援体制を整え、積極的に食育活動の取り組みを推進します。

かほく市民

1. 食べ物が食卓に届くまでの過程を知ります
2. 生産や調理などの体験をします
3. 家族や仲間と楽しく食事をする日をつくり
ます
4. 食品ロス削減を意識した取り組みをします
5. 早寝、早起き、朝ごはんから始まる望ましい生活習慣を身につけます
6. 自分の体に必要な食事をとります
7. 安全な食べ物を選ぶ力を身につけます
8. 旬の食べ物を味わいます
9. 行事食・郷土料理を知り次世代に伝えます
10. 食事マナーを身につけます

行政

- ・ 広報、ケーブルTVによる情報発信
- ・ 各種教室、相談の開催
- ・ メニューの募集、普及
- ・ ボランティア育成、整備
- ・ ホームページでの周知
- ・ イベントの開催
- ・ ポスターの募集
- ・ 食育計画

こども園・幼稚園

- ・ 食事だより等による情報発信
- ・ 農業、漁業体験の実施、見学
- ・ 講演会やクッキングの開催
- ・ 食事時間における食事指導
 - ・ 食品衛生
 - ・ こども園食育計画

学校

- ・ 給食だより等による情報発信
- ・ 衛生管理
- ・ 給食時間における食指導
- ・ 講演会やクッキングの開催
- ・ 農業体験の実施、見学
- ・ 食に関する年間計画

各種団体

- ・ 農業、漁業体験の実施
講話等の実施
- ・ ヘルシーメニューの設置
- ・ リーフレット、ポスター等による情報発信
- ・ 健康づくり応援の店の登録

かほく市食育推進計画の策定経緯

月 日	会 議 名	内 容
平成 30 年 6 月 25 日	第 1 回 食育推進計画検討会	平成 29 年度からの食育活動報告について アンケートの調査・結果について 特定健診の現状について その他食に関する調査報告について
平成 30 年 9 月 25 日	第 2 回 食育推進計画検討会	基本方針の確認について 計画の重点施策について
平成 30 年 10 月 19 日	第 3 回 食育推進計画検討会	食育推進計画のまとめ方について 具体的な取り組みについて 資料掲載の確認について 数値目標について
平成 30 年 11 月 21 日	第 4 回 食育推進計画検討会	数値目標の再確認について 計画のまとめ方について
平成 30 年 12 月 10 日	健康づくり推進協議会	第 3 次かほく市食育推進計画(案)の協議・承認

かほく市食育推進計画検討会 委員

(順不同)

石川中央保健福祉センター	主 幹	西谷 かおり
石川県立看護大学	教 授	中田 弘子
飲食業生活衛生同業組合高松支部	代 表	鶴見 孝信
Aコープかほく店	店 長	杉森 雄介
J A石川かほく農業協同組合	主 任	櫻井 和幸
食生活改善推進協議会	会 長	中井 美智子
河北台中学校	栄養教諭	坂井 雅代
子育て支援課	係 長	寺嶋 和代
産業振興課	係 長	多 田 努
学校教育課	係 長	眞田 弥生
生涯学習課	主 事	杉本 貴哉
健康福祉課 (事務局)	課 長	越井 謙一
	課長補佐	池田 睦美
	係 長	藤井 美喜子
	主 査	荒井 淳子
	主 事	能任 佳織

平成 31 年 2 月 8 日

かほく市長 油野 和一郎 様

かほく市健康づくり推進協議会

会 長 塚 田 久 恵

「第 3 次かほく市食育推進計画」の策定について(提言)

近年、食物の流通の利便性や多様性、家族構成やライフスタイルの変化等の背景により、個人の食生活は大きく変化しており、「食文化の希薄化」「生活習慣病の増加」「孤食」等、食に関連する様々な問題が指摘されています。

この度、このような状況を踏まえ、「第 3 次かほく市食育推進計画」を策定いたしました。

本計画は、各分野の関係者が連携・協働の環(わ)をひろげ、家庭・学校・地域が一体となり食育推進する。また、第 1 次食育推進計画の基本理念・基本方針を継承しつつ、10 の実践項目から新たに下記の 3 つの重点項目を設定し、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を目指し「第 3 次かほく市食育推進計画」を提言します。

【重点項目】

- ・ 食べ物が食卓に届くまでの過程を知りましょう
- ・ 「早寝早起き朝ごはん」から始まる望ましい生活習慣を身につけましょう
- ・ 行事食・郷土料理を知り、次世代につたえましょう



平成 31 年 2 月 8 日 市長室にて



第3次かほく市食育推進計画

発行日	平成31年 3月
編集・発行 住所	かほく市市民部健康福祉課 〒929-1125 石川県かほく市宇野気ニ 71 番地 2
電話番号	(076)283-1117
FAX 番号	(076)283-4116