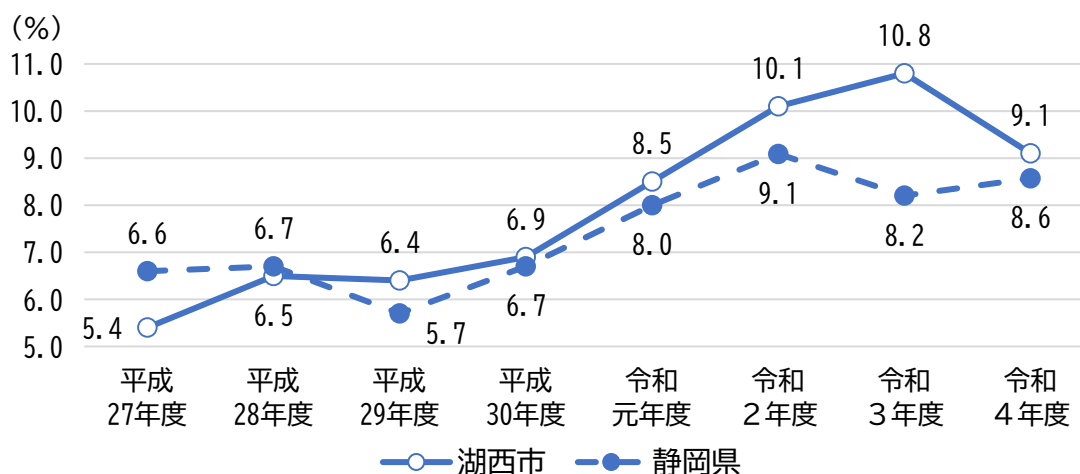


第4章 湖西市食育推進計画

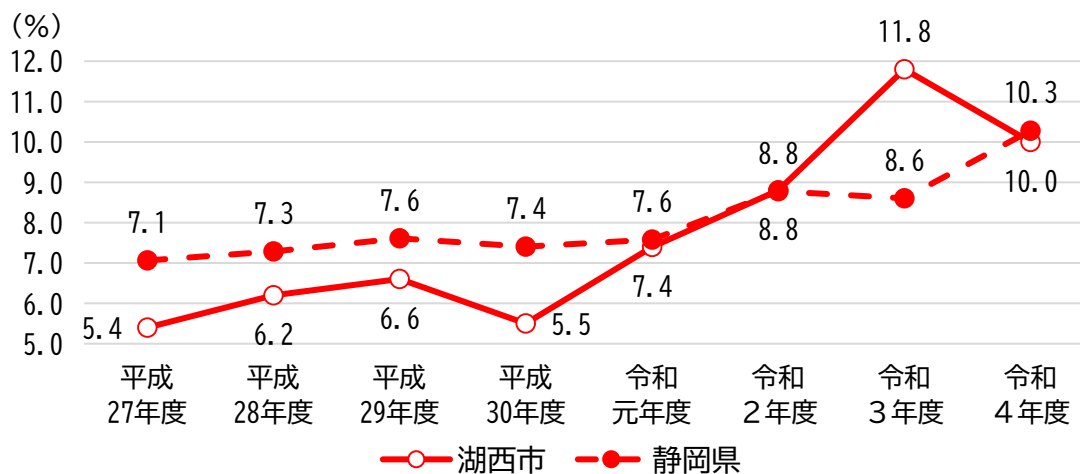
1 食に関わる現状

【肥満傾向児¹割合の年次推移】(図表4-1)

◆小学生



◆中学生



資料：学校保健統計（国、静岡県）、学校教育課（湖西市）

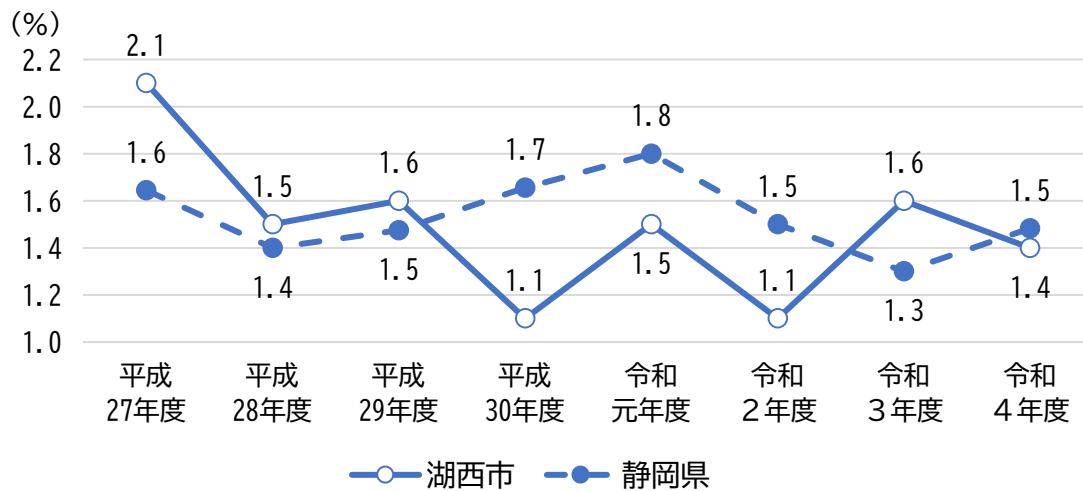
小学生の肥満傾向児割合は年々増加傾向にあり、令和3年度では10.8%でしたが、令和4年度では9.1%とやや減少しています。静岡県と比較すると常に上回って推移しています。

中学生では静岡県に比べ低い状況で推移していましたが、令和元年度から急増し、令和3年度は11.8%となっています。令和4年度はやや減少しましたが、静岡県より高い状況です。

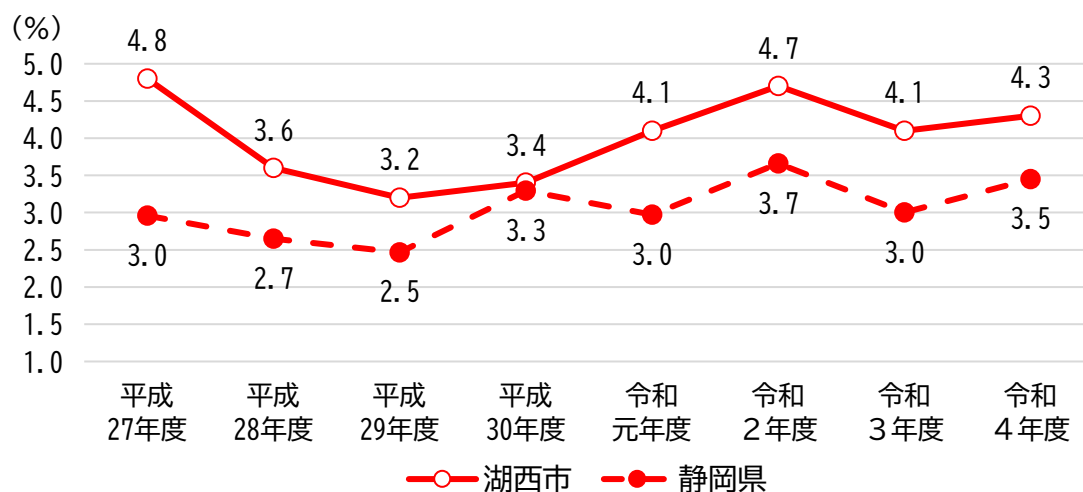
1 肥満傾向児：男女別・年齢別・身長別標準体重から肥満度を求め、肥満度が20%以上の者のこと。
肥満度 = (実測体重 - 身長別標準体重) / 身長別標準体重 × 100(%)

【^{そうしん}瘦身傾向児²割合の年次推移】（図表4-2）

◆小学生



◆中学生



資料：学校保健統計（国、静岡県）、学校教育課（湖西市）

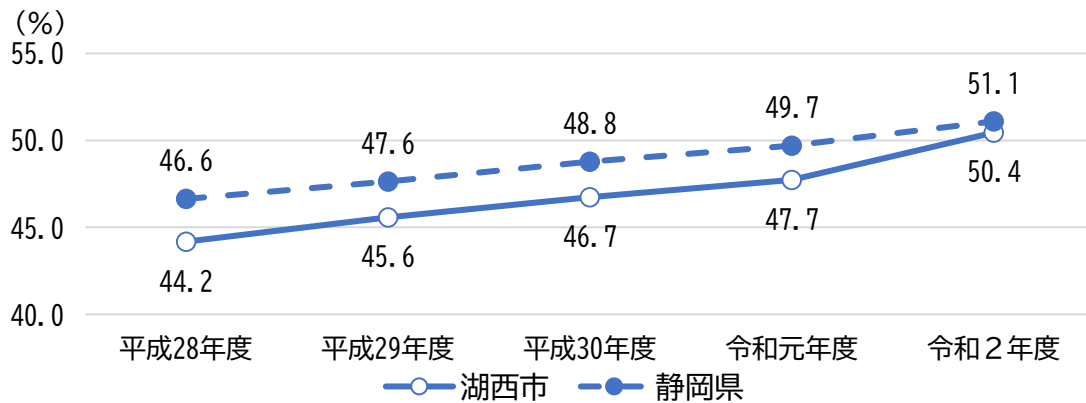
小学生の瘦身傾向児について、増減を繰り返しながらもおおむね1%台で推移しており、令和4年度では1.4%となっています。

中学生の瘦身傾向児について、平成29年度から令和2年度にかけて増加し、令和元年度以降は4%台で推移しており、令和4年度では4.3%となっています。

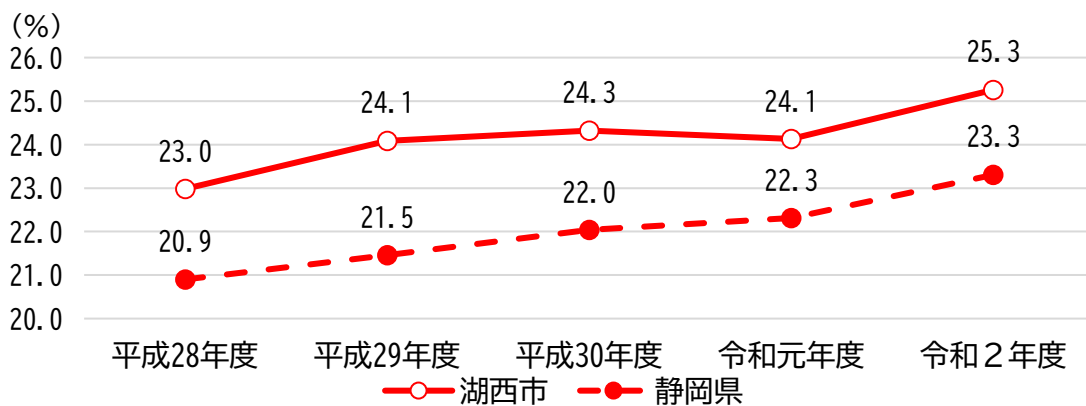
2 瘦身傾向児：男女別・年齢別・身長別標準体重から肥満度を求め、肥満度が-20%以下の者のこと。

【肥満該当者³割合の男女別年次推移】（図表4－3）

◆男性



◆女性



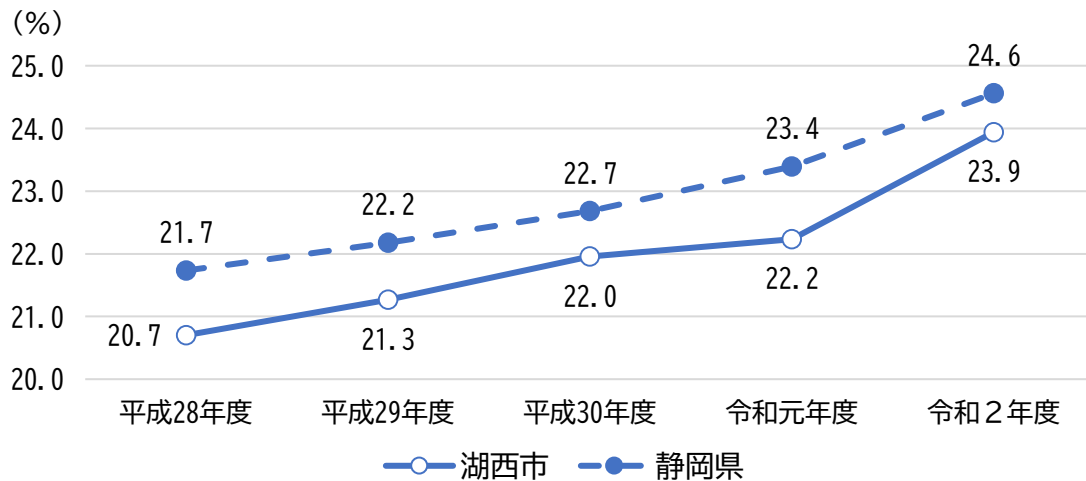
資料：特定健診・特定保健指導に係る健診等データ報告書（静岡県）

特定健診における肥満該当者割合を男女別にみると、男性では静岡県よりも低い結果となっていますが、令和2年度では健診受診者の約半数である50.4%が肥満に該当し、女性では静岡県よりも高くなっています。

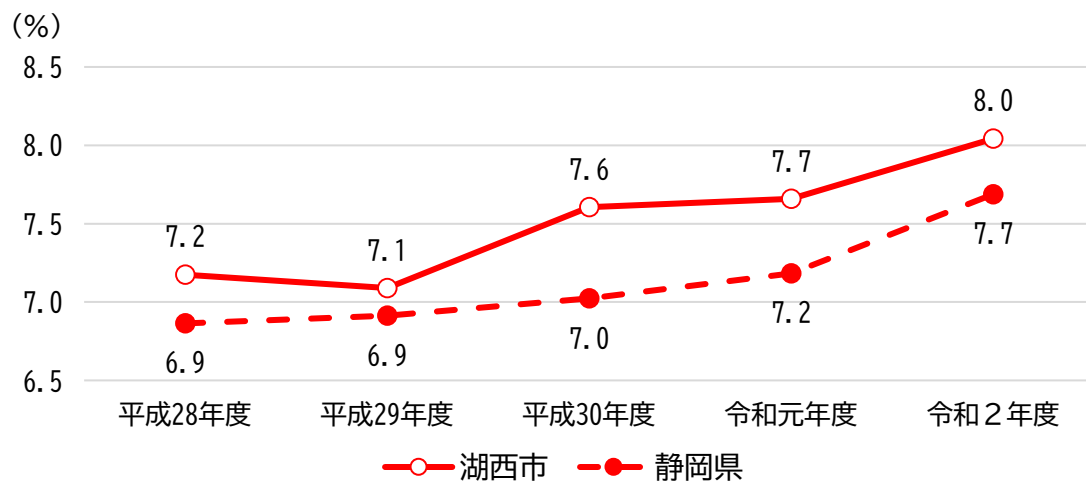
3 特定健診における「肥満者」：次の3項目のいずれかに該当する者をいいます。①BMI 25以上で腹囲が男性85cm以上、女性90cm以上 ②BMIのみ25以上 ③腹囲のみ男性85cm以上、女性90cm以上

【メタボリックシンドローム該当者⁴割合の男女別年次推移】（図表4-4）

◆男性



◆女性



資料：特定健診・特定保健指導に係る健診等データ報告書（静岡県）

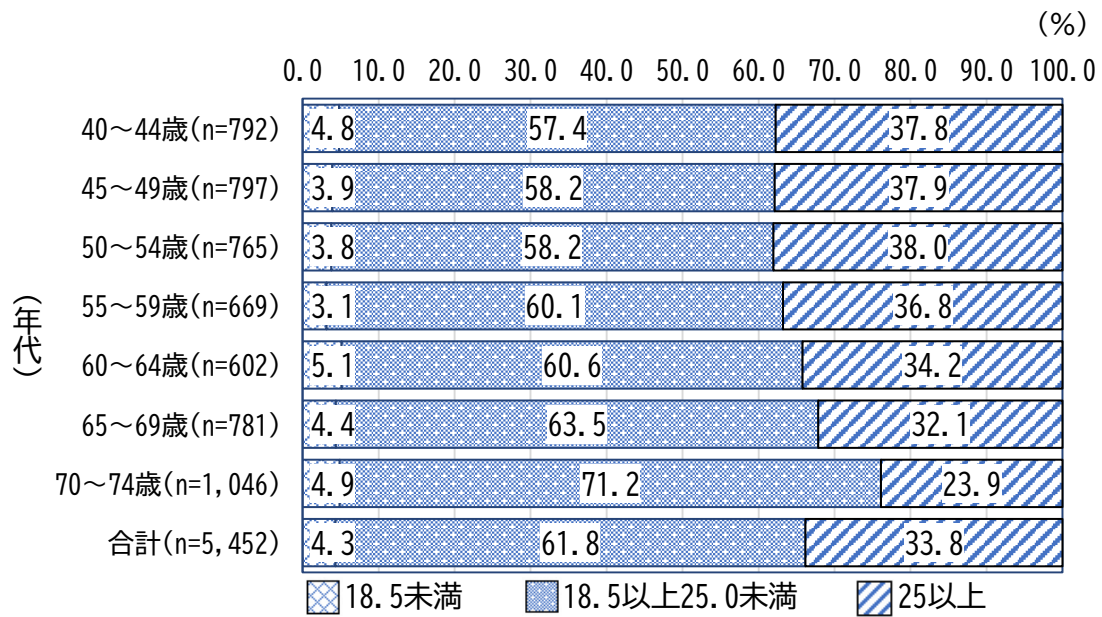
特定健診におけるメタボリックシンドローム該当者の割合をみると、男女ともに増加傾向にあり、男性は女性よりも該当者割合が高くなっています。

また、男性は静岡県よりも低い結果となっていますが、該当者割合は平成28年度から4年度間で3.2%増加しています。女性では静岡県よりも常に高い割合で推移しています。

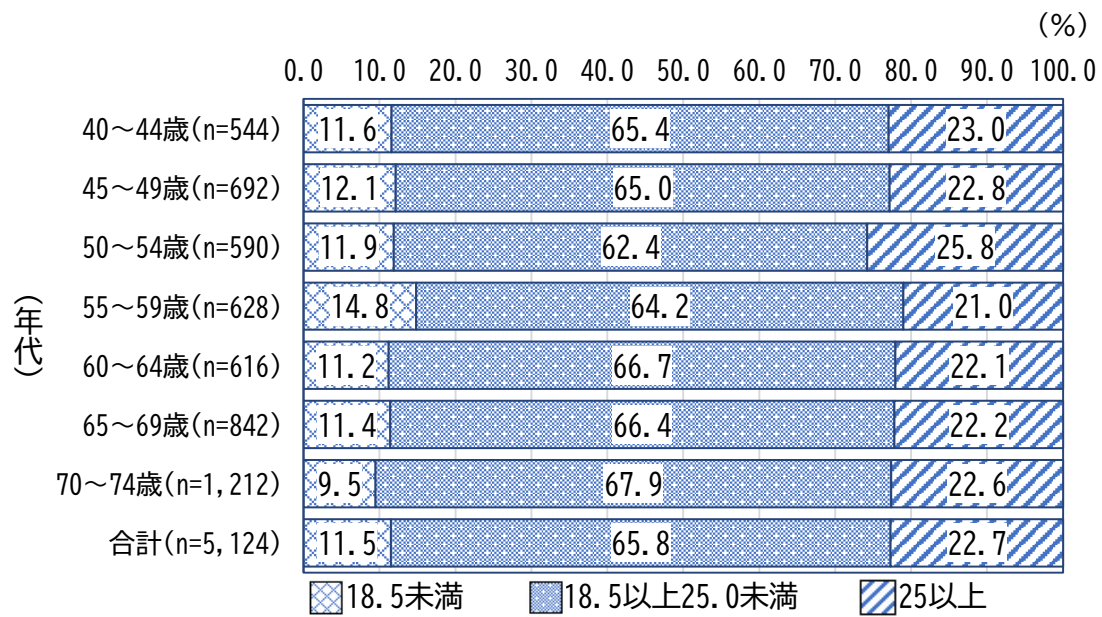
4 特定健診における「メタボリックシンドローム該当者」：腹囲男性 85cm 以上、女性 90cm 以上、かつ次の3項目のうち2つ以上に該当する者をいいます。①中性脂肪 150mg/dl 以上、又はHDLコレステロール 40mg/dl 未満、もしくはコレステロールを下げる薬服用、②収縮期血圧 130mmHg 以上、又は拡張期血圧 85mmHg 以上、もしくは血圧を下げる薬服用、③空腹時血糖 110mg/dl 以上、又はHbA1c 6.0% 以上、もしくはインスリン注射又は血糖を下げる薬服用

【特定健診年代男女別BMI⁵割合（令和2年度）】（再掲）（図表4-5）

◆男性



◆女性



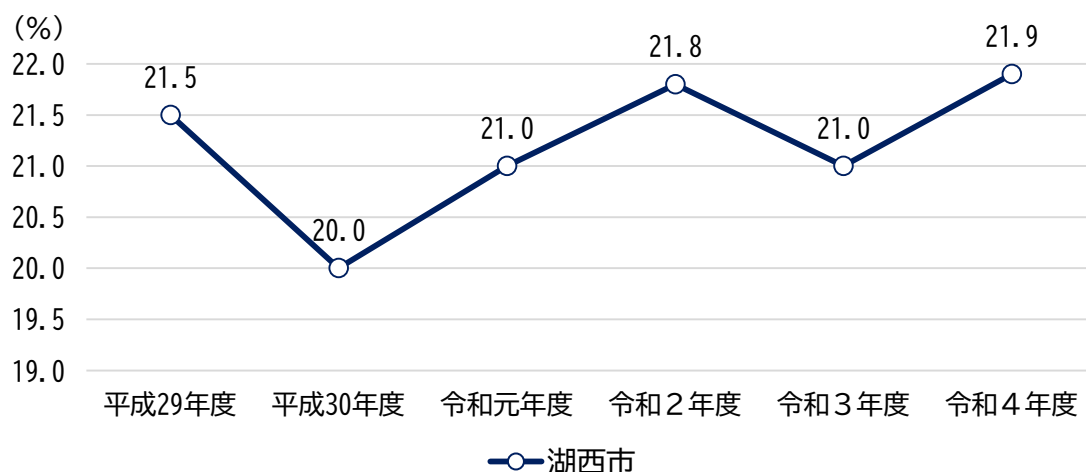
資料：令和2年度特定健康診査結果

男性のBMIについて、年代が上がるにつれて適正体重（18.5以上25.0未満）の割合が高くなる一方、40～44歳から60～69歳の広い年代で肥満者（25以上）が3割以上となっています。

女性のBMIについて、50～54歳で肥満者の割合がほかの年代に比べてやや高くなっている一方、55～59歳でやせ（18.5未満）の割合がやや高くなっています。

5 BMI：ボディマス指数（Body Mass Index）と呼ばれ、体重と身長から算出される肥満度を表す体格指数で、 $\text{体重}(\text{kg}) \div (\text{身長}(\text{m}))^2$ の計算式により算出されます。日本肥満学会の判定基準では、BMI 18.5未満を「低体重」、18.5～25未満を「普通体重」、25以上を「肥満」としています。

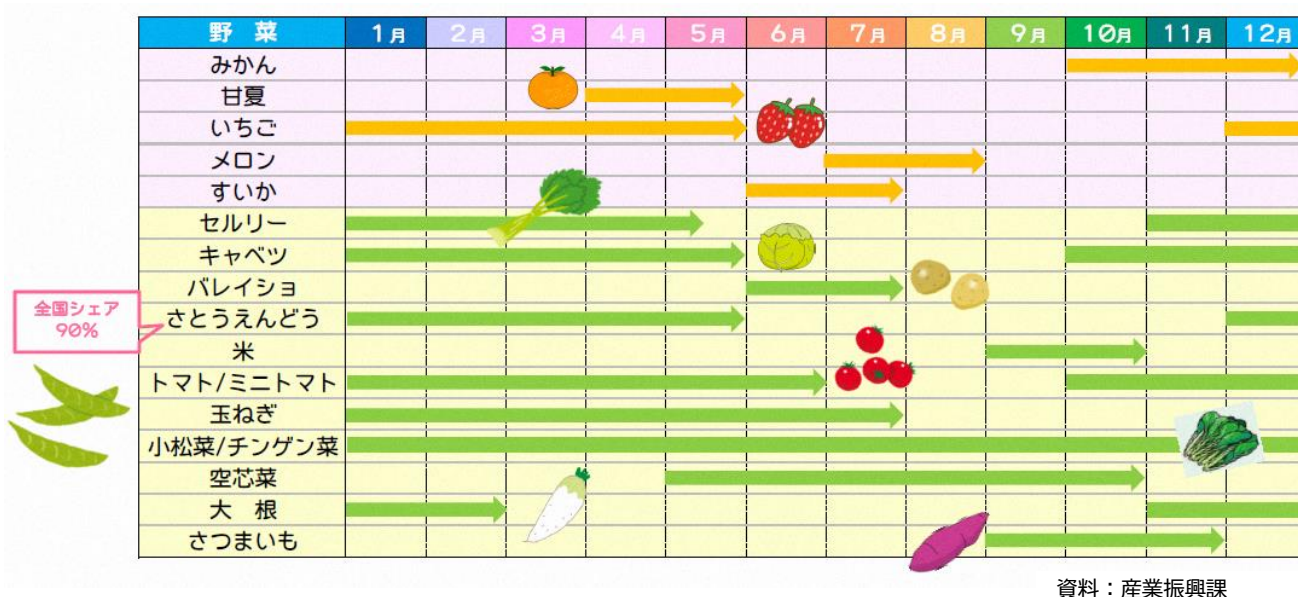
【65歳以上における低栄養⁶傾向者（BMI ≤20）割合の年次推移（図表4-6）】



資料：特定健康診査結果、後期高齢者健診結果

特定健診及び後期高齢者健診の結果を見ると、毎年約2割の高齢者が低栄養傾向にあります。

【湖西市内の農産物等の収穫時期】（図表4-7）



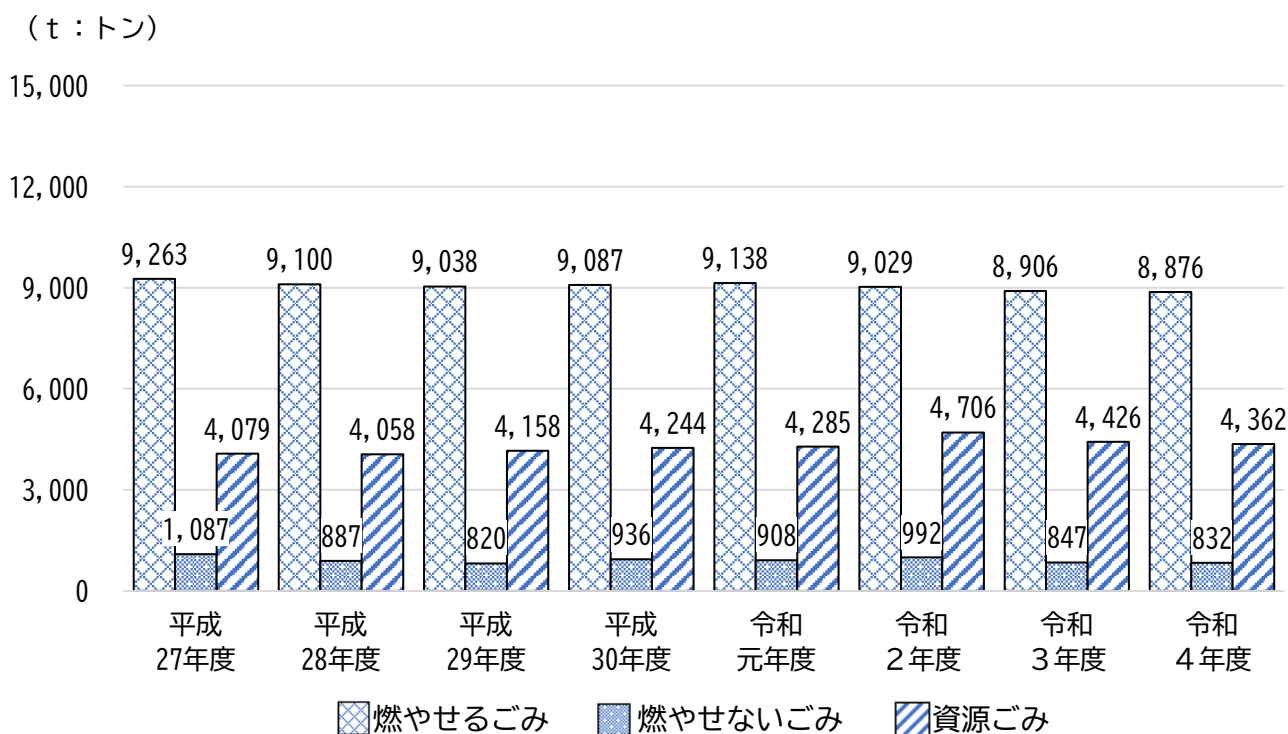
6 低栄養：「食欲の低下」や「かむ力が弱くなる」などの口腔機能の低下により、食事が食べにくくなるといった理由から徐々に食事量が減り、慢性的に身体の栄養が足りなくなった状態のことをいいます。65歳以上でBMI ≤20 であると低栄養になるリスクが高くなります。

【食品ロスの現状】

我が国の食品ロスの状況について、令和3年度では約523万トンと推計されています。内訳をみると、事業系は約279万トン、家庭系は約244万トンとなっており、平成29年度以降家庭系食品ロス量は減少を続けています。

また、国民1人当たりの食品ロス量に換算すると、1日約114グラム（1年で約42キログラム）となり、これは、毎日お茶碗一杯分のご飯に近い量（約150グラム）となります。

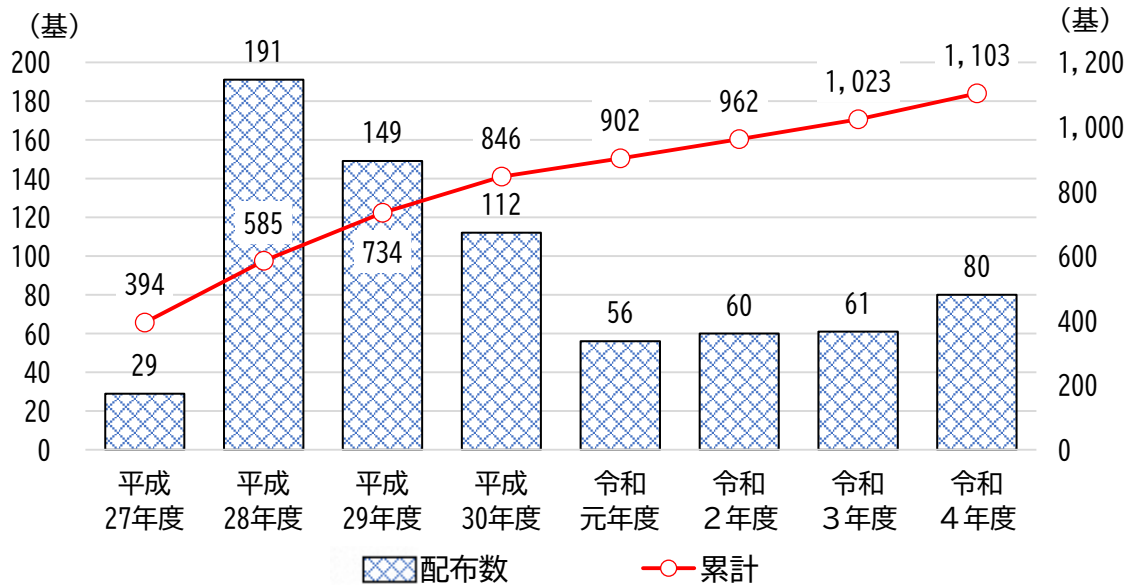
【品目別のごみ排出量の年次推移】（図表4－8）



品目別のごみ排出量の推移について、燃やせるごみ、燃やせないごみ、資源ごみは、いずれも平成27年度以降横ばいで推移しています。

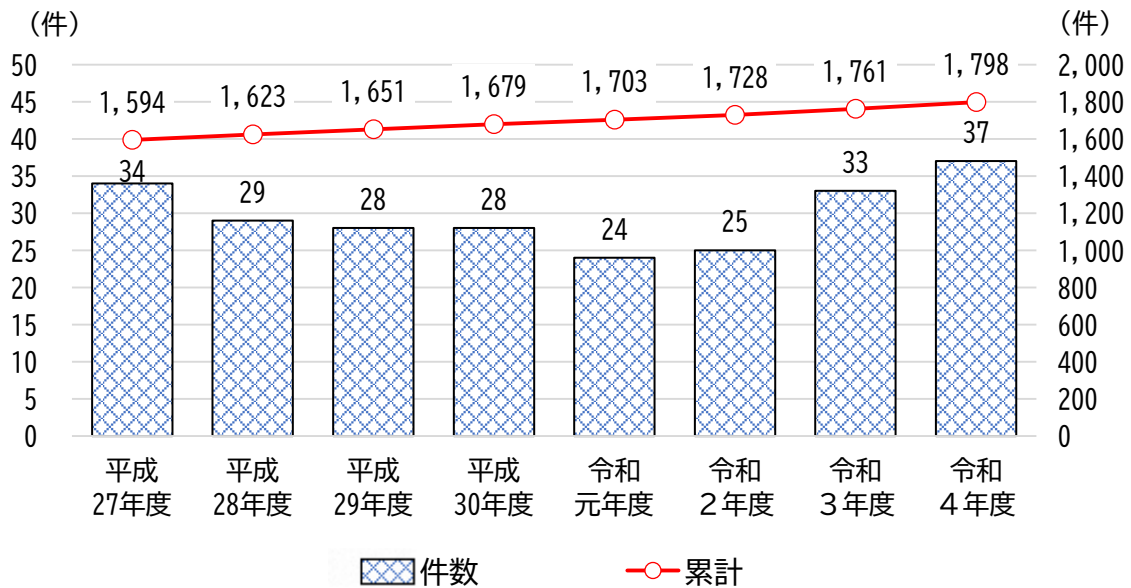
【生ごみ減量化容器等補助数】（図表4－9）

【キエー口（生ごみ消滅型容器）配布数】



資料：廃棄物対策課

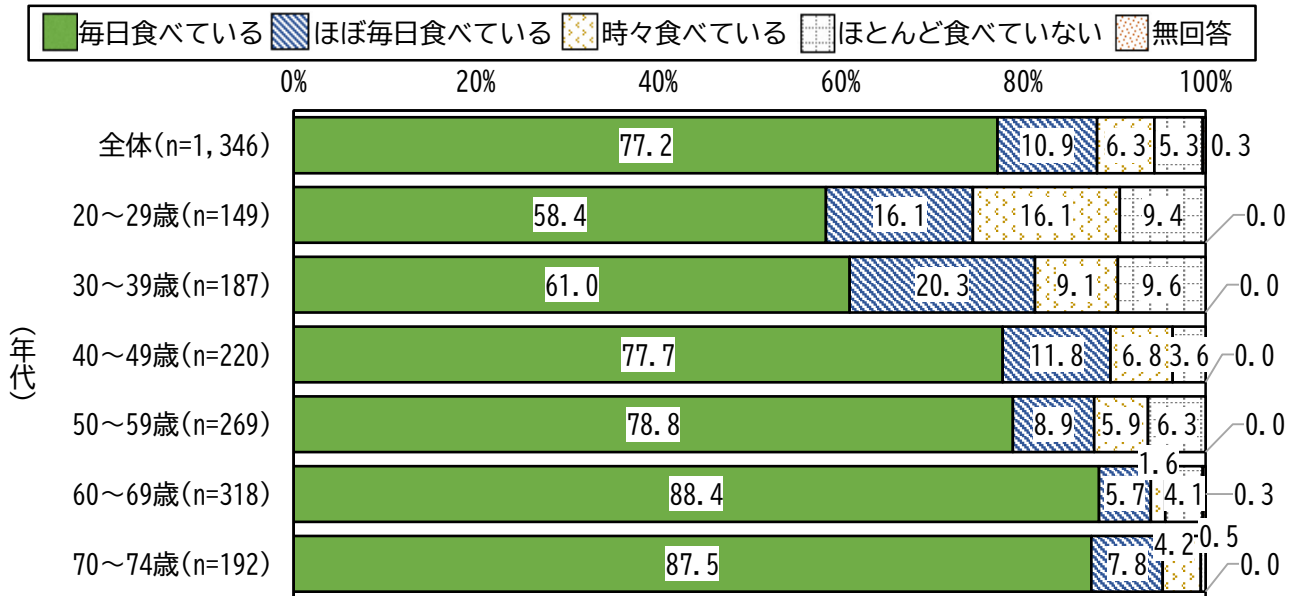
【生ごみ減量化容器等補助件数】



資料：廃棄物対策課

家庭から出される生ごみの減量を図るため、キエー口（生ごみ消滅型容器）の配布と生ごみ減量化容器等の購入への補助をしています。配布数、件数は年々減少傾向にありますが、累計数について、キエー口は令和4年度時点で1,103基、生ごみ減量化容器等補助件数は1,798件と、多くの方が利用しています。

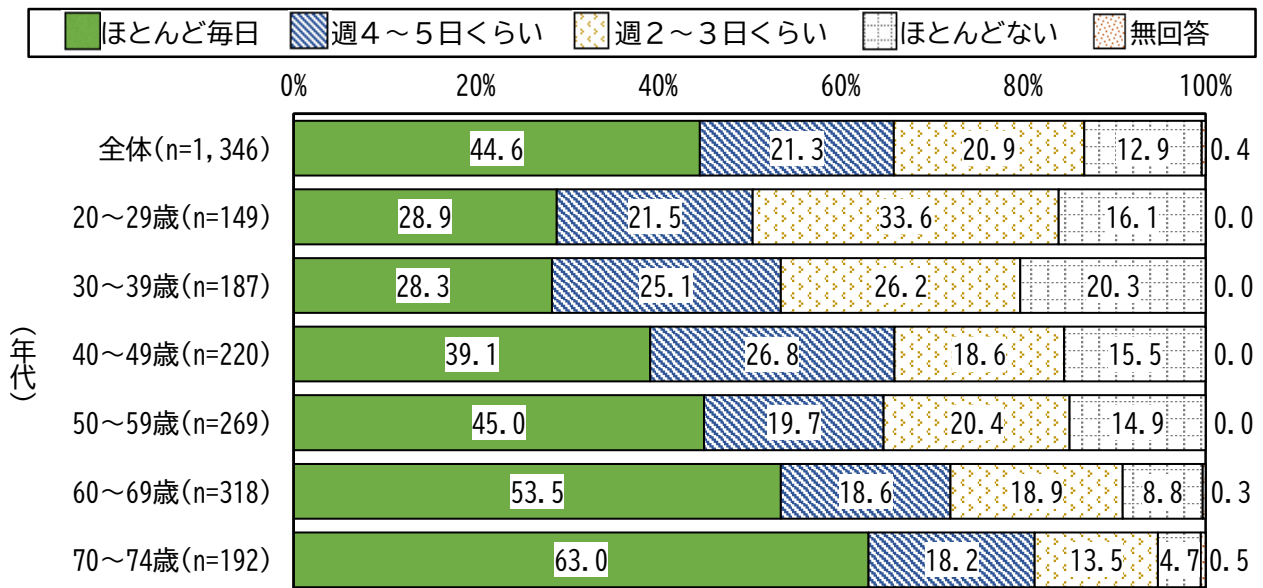
【朝食摂取頻度】（図表4-10）



資料：令和4年度健康についてのアンケート調査

朝食について、全体では「毎日食べている」が77.2%となっています。年代別にみると、年代が上がるにつれて「毎日食べている」割合が高くなる傾向があり、特に60~69歳以上では「毎日食べている」の割合が約9割と、他の年代に比べて高くなっています。

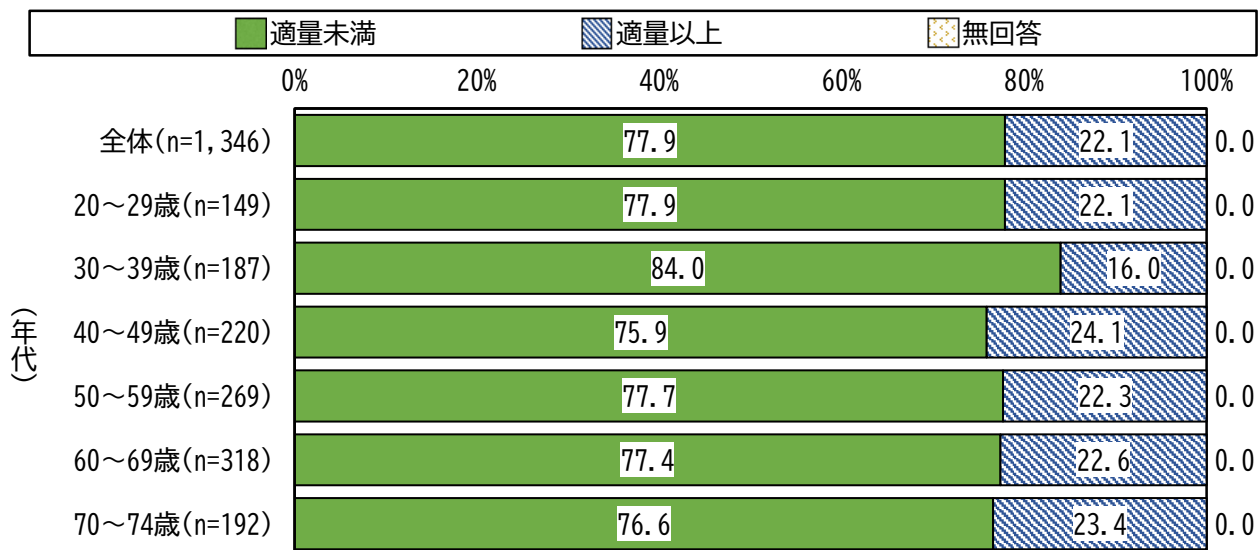
【主食・主菜・副菜の摂取状況】（図表4-11）



資料：令和4年度健康についてのアンケート調査

主食・主菜・副菜を3つそろえて食べることが1日に2回以上ある頻度について、全体では「ほとんど毎日」が44.6%となっています。年代別にみると、20~29歳では「ほとんどない」が33.6%と、他の年代に比べて高くなっています。

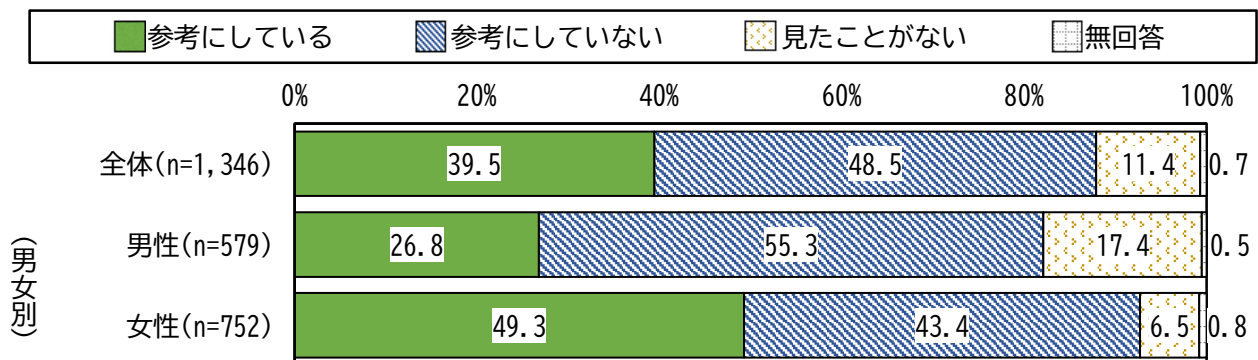
【1日の野菜摂取状況】（図表4-12）



資料：令和4年度健康についてのアンケート調査

1日の野菜摂取量について、全体では「適量未満」が77.9%、「適量以上」が22.1%となっています。年代別にみると、30~39歳で「適量未満」が8割以上と、他の年代に比べて高くなっています。

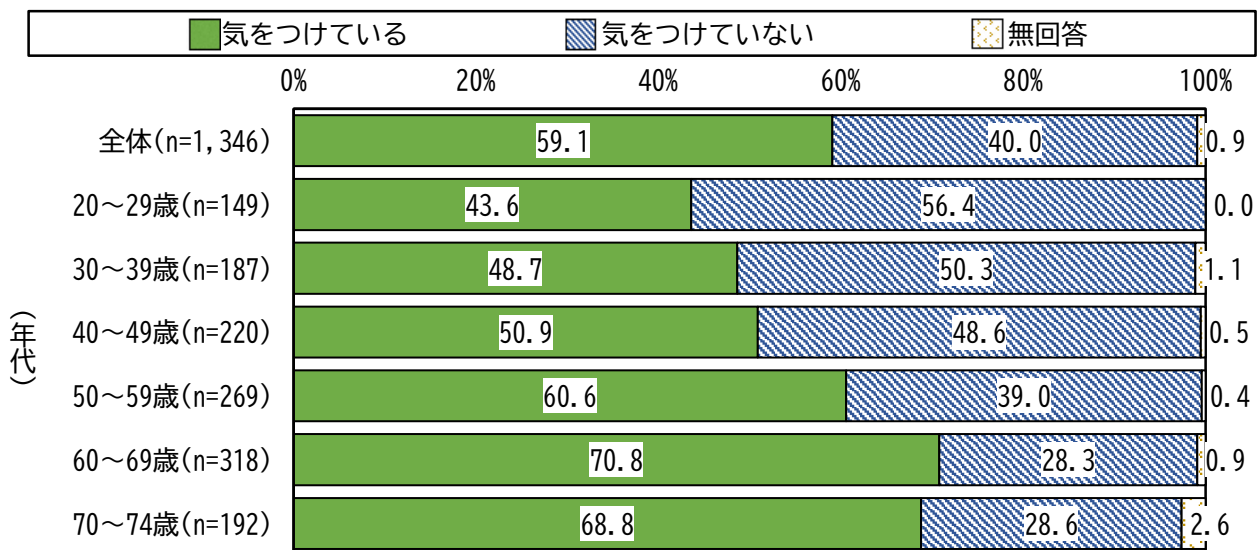
【栄養成分表示を参考にしているか】（図表4-13）



資料：令和4年度健康についてのアンケート調査

栄養成分表示について、全体では「参考にしている」が39.5%、「参考にしていない」が48.5%、「見たことがない」が11.4%となっています。男女別にみると、男性よりも女性の方が「参考にしている」の割合が22.5ポイント高くなっています。

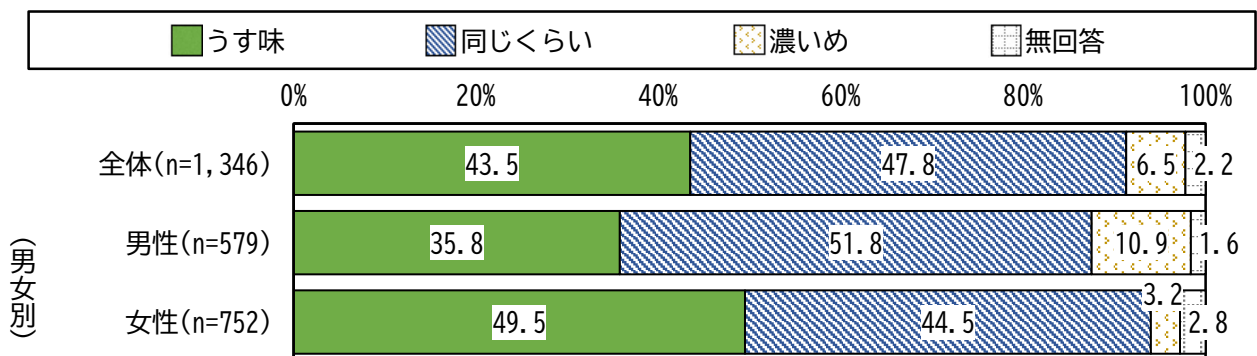
【塩分の摂り過ぎに気をつけているか】(図表4-14)



資料：令和4年度健康についてのアンケート調査

塩分の摂り過ぎに気をつけているかについて、全体では「気をつけている」が59.1%となっています。年代が上がるにつれて気をつけている傾向が見られ、若い年代ほど気をつけていない傾向があり、20~29歳、30~39歳では半数以上が「気をつけていない」と回答しています。

【好んで食べる味付けは外食の味付けと比べてどうか】(図表4-15)

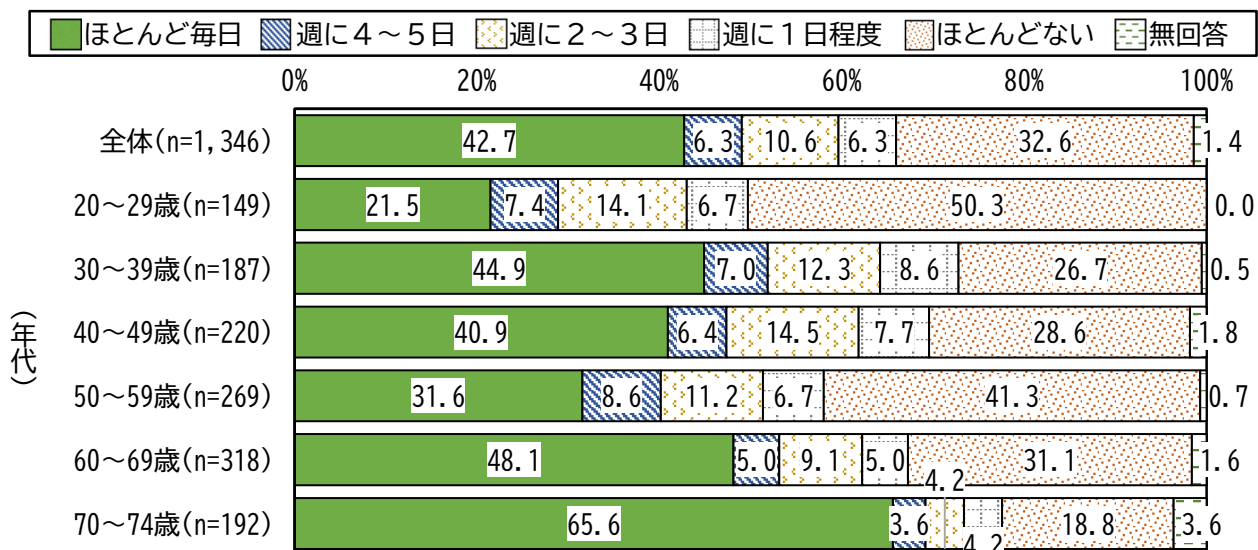


資料：令和4年度健康についてのアンケート調査

好んで食べる味付けを外食の味付けと比べると、全体では「うす味」が43.5%、「同じくらい」が47.8%、「濃いめ」が6.5%となっています。

男女別にみると、男性よりも女性の方が「うす味」の割合が13.7ポイント高くなっています。

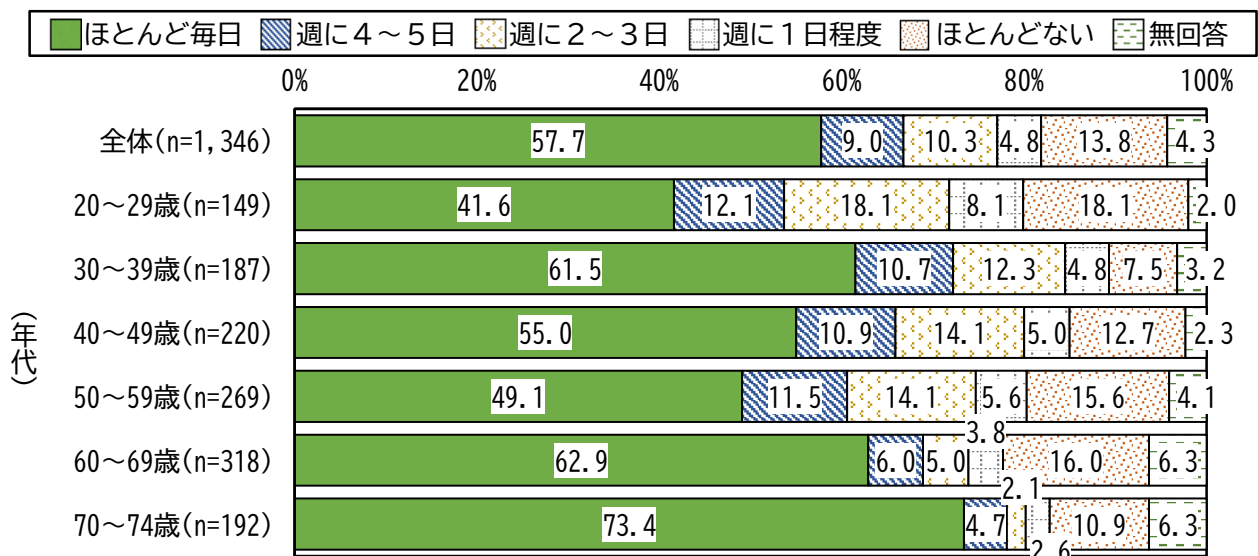
【朝食の共食⁸状況】（図表4-16）



資料：令和4年度健康についてのアンケート調査

朝食の共食状況について、全体では『週に1日以上』の割合は65.9%となっています。年代別にみると、『週に1日以上』は70~74歳が最も高く、次いで30~39歳となっており、ともに7割以上となっています。一方、20~29歳では『週に1日以上』の割合は約5割と、他の年代に比べて低くなっています。

【夕食の共食状況】（図表4-17）



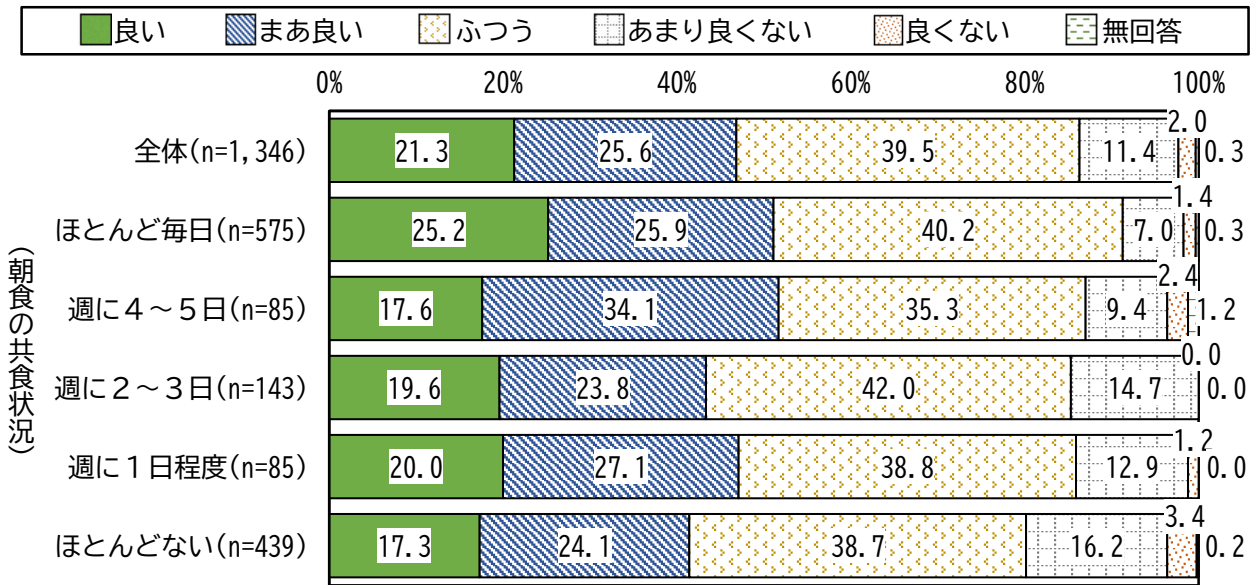
資料：令和4年度健康についてのアンケート調査

夕食の共食状況について、全体では『週に1日以上』の割合は81.8%となっています。年代別にみると、30~39歳が最も高く、次いで40~49歳、70~74歳、50~59歳の順となっており、いずれも8割以上となっています。一方、20~29歳では「ほとんどない」の割合が18.1%と、他の年代に比べて高くなっています。

8 共食（きょうしょく）：誰かと一緒に食事を摂ることをいいます。

【共食状況別の主観的健康感⁹】

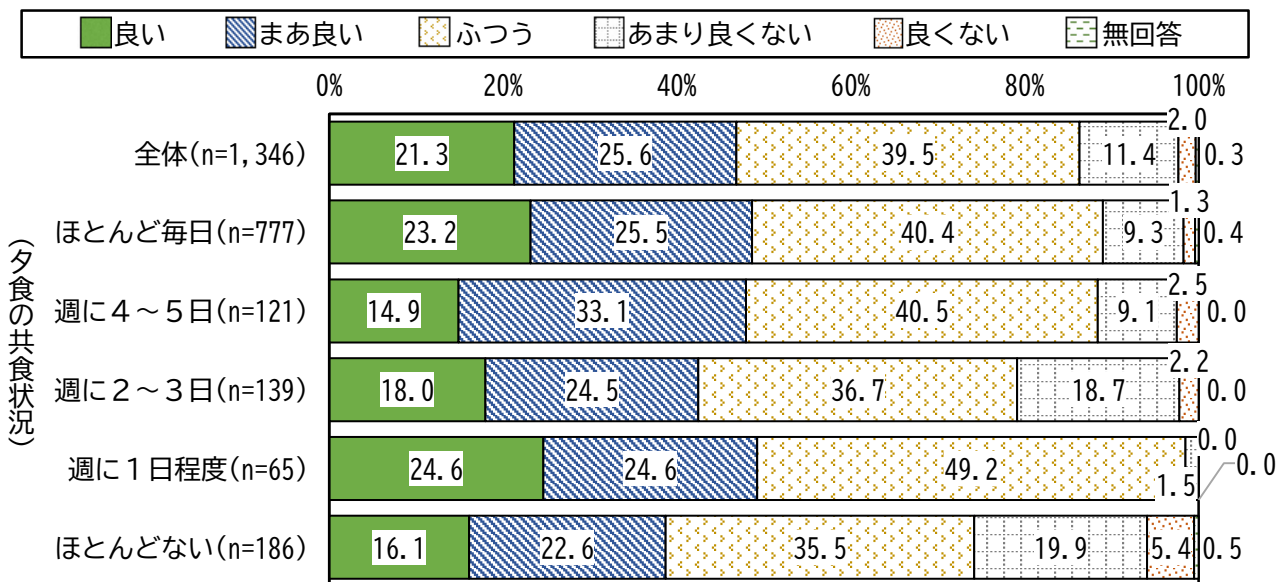
<朝食> (図表4-18)



資料：令和4年度健康についてのアンケート調査

朝食の共食状況別に主観的健康感をみると、「ほとんどない」人よりも「ほとんど毎日」と回答した人の方が、「自身の健康状態が良い」と感じる割合が 7.9 ポイント高くなっています。

<夕食> (図表4-19)

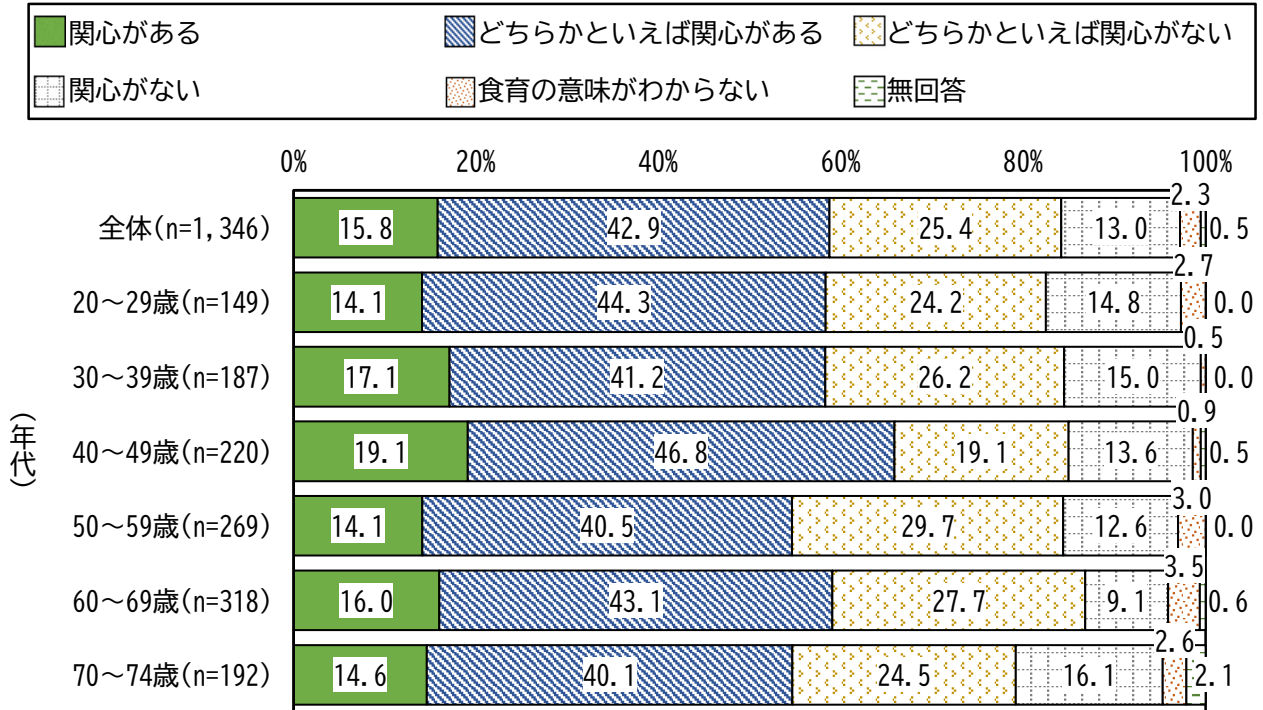


資料：令和4年度健康についてのアンケート調査

夕食の共食状況別に主観的健康感をみると、「ほとんどない」人よりも「ほとんど毎日」と回答した人の方が、「自身の健康状態を良い」と感じる割合が 7.1 ポイント高くなっています。

9 主観的健康感：『自分自身の体調が良い、悪い』という自分で感じる感覚のこと。

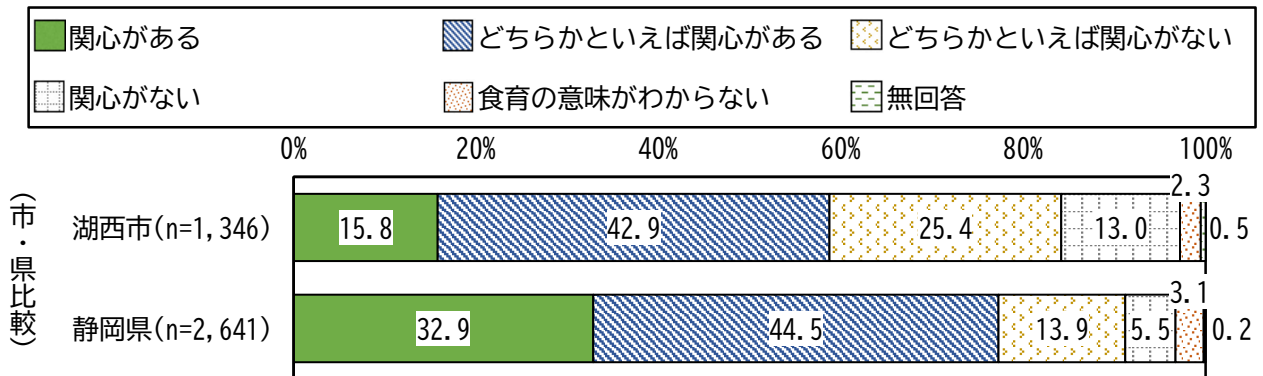
【食育への関心】（図表4-20）



資料：令和4年度健康についてのアンケート調査

食育への関心について、「関心がある」と「どちらかといえば関心がある」を合わせた『食育に関心がある』の割合を年代別にみると、40~49歳で『食育に関心がある』の割合が他の年代に比べて最も高くなっており、6割以上となっています。

【食育への関心（静岡県比較）】（図表4-21）

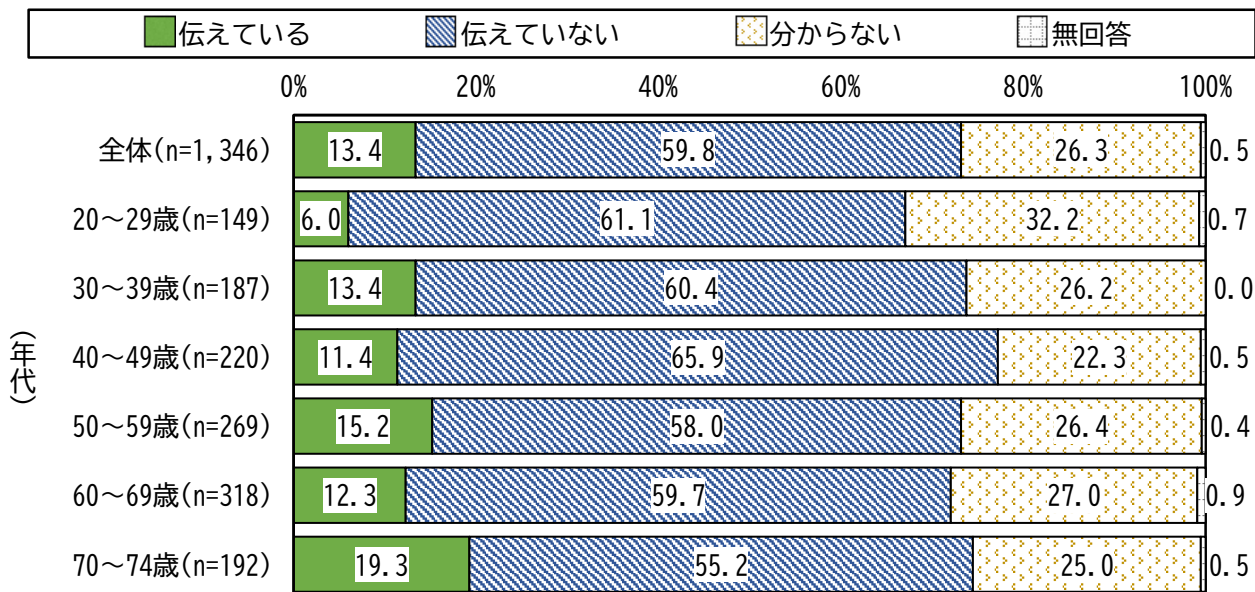


資料：湖西市・・・令和4年度健康についてのアンケート調査
静岡県・・・令和4年度健康に関する県民意識調査

食育への関心について、「関心がある」と「どちらかといえば関心がある」を合わせた『食育に関心がある』の割合は、全体では58.7%となっています。また、静岡県では「関心がある」と「どちらかといえば関心がある」を合わせた『食育に関心がある』の割合は、全体では77.4%となっています。

食育への関心を静岡県と比較すると、「関心がある」と「どちらかといえば関心がある」を合わせた『食育に関心がある』割合が、静岡県より18.7ポイント低くなっています。

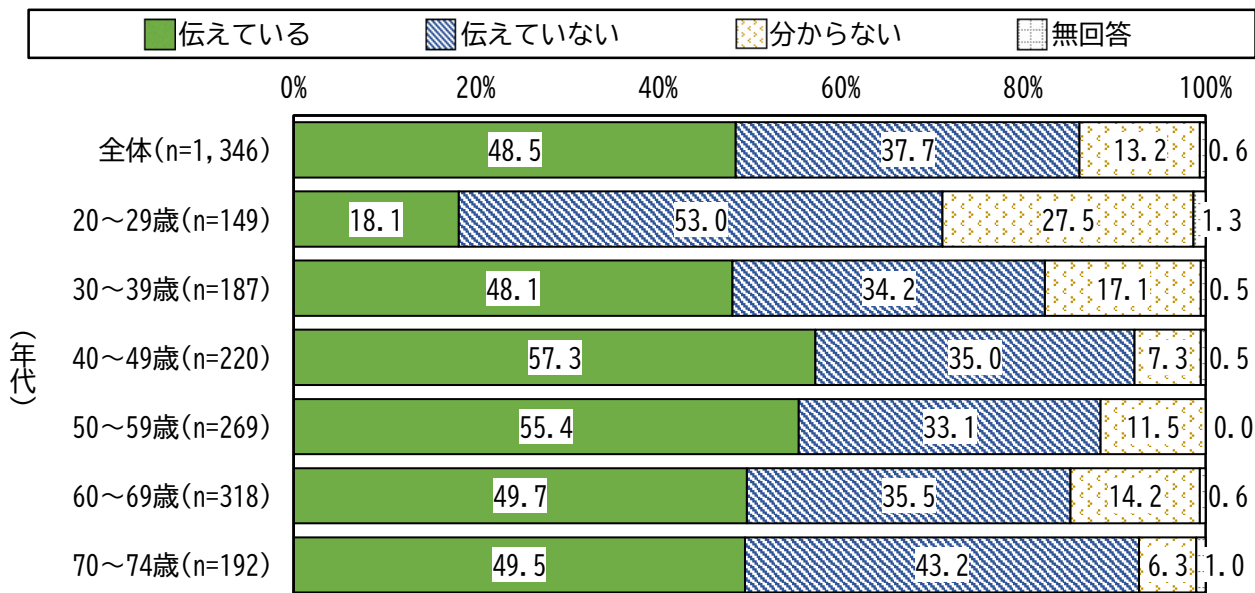
【郷土料理等の伝承】（図表4-22）



資料：令和4年度健康についてのアンケート調査

生まれ故郷等の郷土料理や伝統的な料理、行事食を継承し、伝えているかについて、全体では「伝えている」が13.4%、「伝えていない」が59.8%、「分からない」が26.3%となっています。年代別にみると、70~74歳で「伝えている」の割合が他の年代に比べて高くなっています。

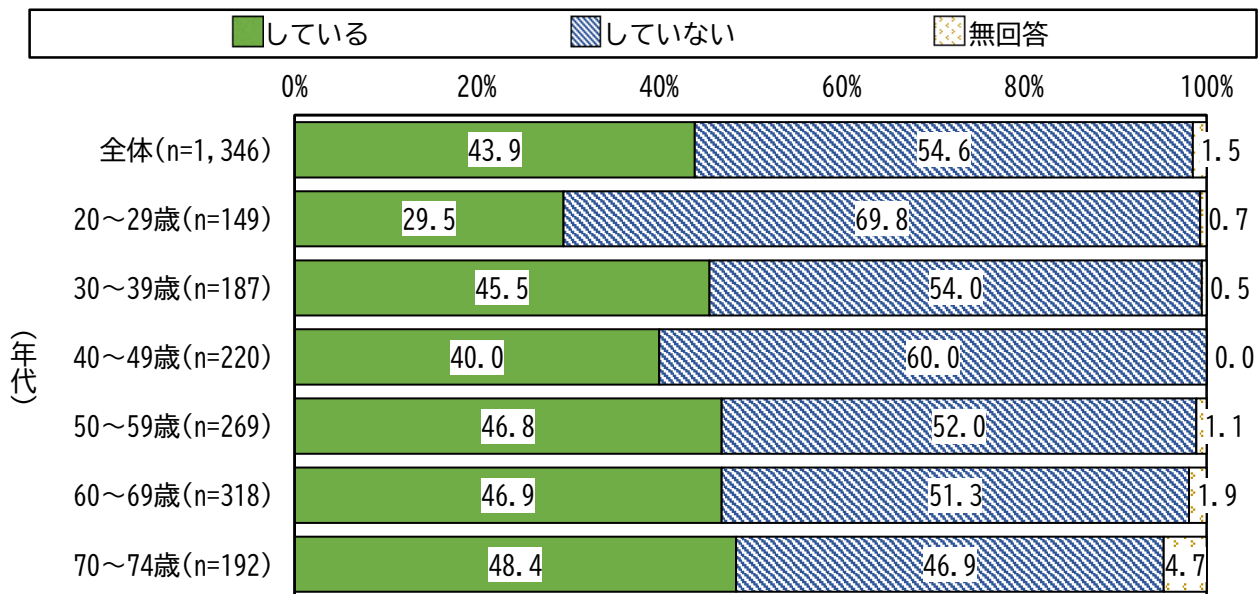
【食事の作法等の伝承】（図表4-23）



資料：令和4年度健康についてのアンケート調査

箸づかいなどの食事の作法等を次世代へ伝えているかについて、全体では「伝えている」が48.5%、「伝えていない」が37.7%、「分からない」が13.2%となっています。年代別にみると、特に40~59歳で「伝えている」の割合が5割以上と、他の年代に比べて高くなっています。

【非常時への備え】（図表4-24）

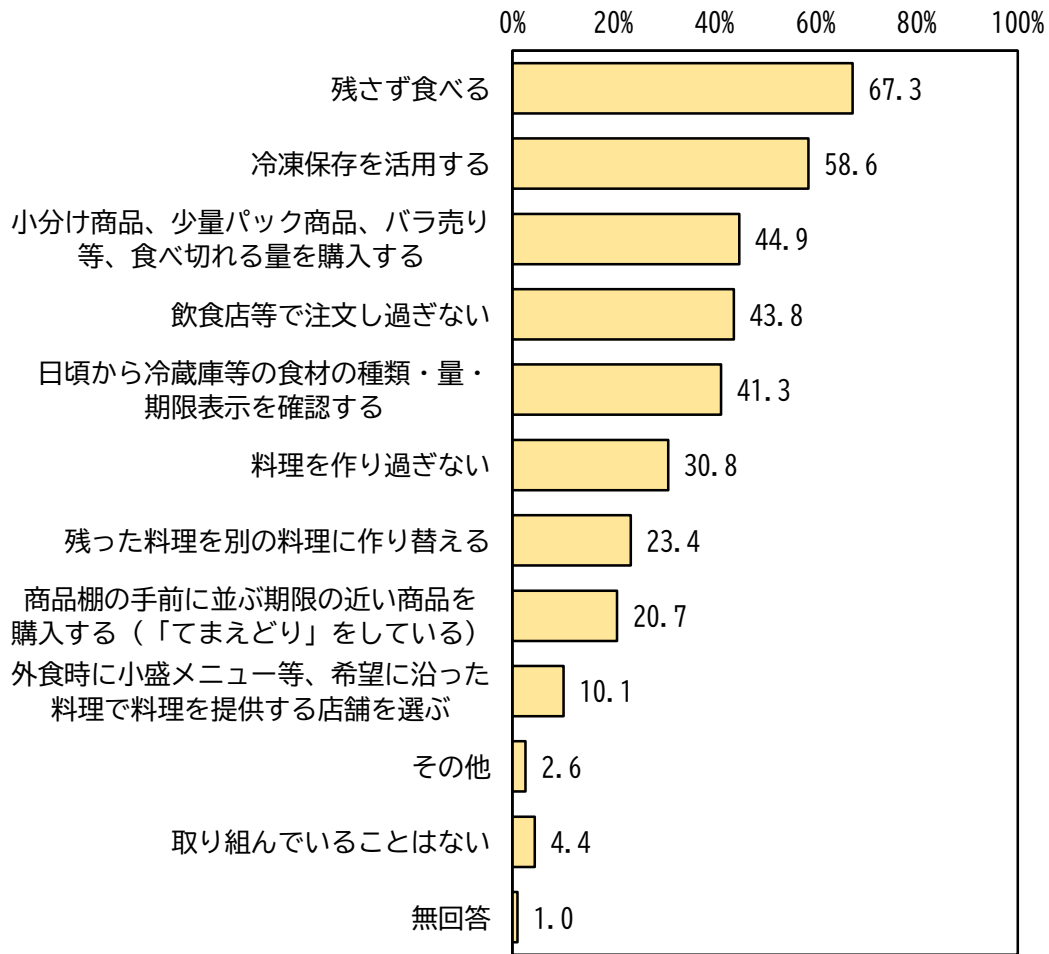


資料：令和4年度健康についてのアンケート調査

非常時に備え、3日以上の食料を備蓄しているかについて、全体では「している」が43.9%、「していない」が54.6%となっています。年代別にみると、20~29歳で「している」の割合が29.5%と、他の年代を大きく下回っています。

【食品ロス削減のための取り組み（複数回答可）】（図表4-25）

(n=1,346)



資料：令和4年度健康についてのアンケート調査

「食品ロス」を削減するために取り組んでいることについて、「残さず食べる」が 67.3% で最も多く、次いで「冷凍保存を活用する」が 58.6%、「小分け商品、少量パック商品、バラ売り等、食べ切れる量を購入する」が 44.9%、「飲食店等で注文し過ぎない」が 43.8%、「日頃から冷蔵庫等の食材の種類・量・期限表示を確認する」が 41.3%となっています。



2 第3次湖西市食育推進計画の取り組みと評価

(1) 取り組み

第3次湖西市食育推進計画（令和3（2021）年度～令和5（2023）年度）では、食育を推進するにあたり、3つの基本方針ごとに様々な施策に取り組みました。また、連携・協働する各組織・団体においても、基本方針ごとに様々な取り組みを実施しました。

主な取り組みは以下のとおりです。

【湖西市食育推進計画の取り組み】（図表4-26）

① 食を知る
<ul style="list-style-type: none">◆母子健康手帳交付時等において、妊婦への栄養指導・相談の実施◆こどもの成長発達に合わせた望ましい食生活習慣獲得のため、教室等の実施◆給食だよりや給食放送等を活用し、栄養バランス等、食に関する知識の普及啓発実施◆高血圧や糖尿病等の生活習慣病予防や、肥満、やせ等の健康課題解決のための健康教室や出前講座等の実施◆食育連絡会を開催し、市の食育課題解決のための取り組みの検討や関係団体同士での情報交換の実施◆低栄養予防や口腔機能の維持向上に関するテーマでの介護予防教室の実施◆献立・給食だより発行<ul style="list-style-type: none">献立の材料名、栄養素、栄養価の記載、人気・おすすめ・行事や旬の食材を使ったメニューの紹介◆食育講演会<ul style="list-style-type: none">「食とかむことの大切さ」について幼稚園の給食紹介などを保護者向けに実施◆バランス食実習<ul style="list-style-type: none">バランスの良い食事について栄養士から学び、その後の地区活動で市民へ普及◆親子食育普及教室<ul style="list-style-type: none">親子で作る簡単献立レシピの検討・実習の実施家庭教育学級にてレシピ配布、季節の野菜クイズなどの食育を実施◆栄養士研修会<ul style="list-style-type: none">専門職としての知識向上を目的とした事例研究発表。「サステナビリティ¹⁰」をテーマとした講演会の実施
② 食を作り、楽しむ
<ul style="list-style-type: none">◆教室や健診等で、乳幼児期からの共食の大切さについて普及啓発の実施◆食のボランティアの養成、育成、支援の実施◆各地域団体を通して、郷土料理や行事食等の市民への普及を実施◆伝統食すわまづくり◆学校給食記念週間<ul style="list-style-type: none">給食の歴史を知るイベントや掲示。給食感謝の会の実施◆学校給食栄養士部研修会<ul style="list-style-type: none">年間を通じ、学校給食に関する研修や会議等を実施◆嗜好調査<ul style="list-style-type: none">家庭での食生活をアンケート調査し、結果をもとに家庭での食育活動の働きかけを実施

10 サステナビリティ：環境や経済等に配慮した活動を行うことで、社会全体を長期的に持続させていくという考え方です。

◆食の都講座

「ふじのくに食の都づくり仕事人」が講師となり、県産食材の魅力や味覚等を学ぶ講座を実施

◆地産地消グループ活動

地元小学校(東・知波田)での水稻、野菜栽培、収穫などの農業体験教室の開催

◆夏休み親子シャルロットケーキづくり

地産地消手作り体験を目的とした親子企画。湖西市在住の親子を対象に、とぴあ浜松のフルーツを使用し、生地から作る無添加の手作りケーキを作るイベントを実施

③ 食の安全・安心

◆教室等において、食品ロス削減に関する知識の普及

◆生ごみ減量化容器等購入費補助金交付をはじめとした、生ごみ減量のための各種施策の展開

◆出前講座等を通じた、食品表示の重要性についての知識の普及

◆地域団体への食中毒予防や災害時の食についての知識を普及し、市民へ広める活動支援の実施

◆パッククッキング

湖西市災害ボランティアを講師に招き、災害時だけでなく平時から役立つパッククッキングについての講習を実施

◆衛生講習会

災害や給食衛生に関する事項について、保健所食品衛生専門職員による情報提供や講義と演習を実施

◆食品衛生管理講習会

食品等の安全性の確保に関する知識及び技術の習得を目的とした講習会を実施



父と子のヘルスアップセミナー



食育推進連絡会



食育推進連絡会で作成したチラシ

(2) 湖西市食育推進計画の評価

第3次湖西市食育推進計画で設定した各基本方針の評価指標について、以下の3段階で評価しました。

【評価基準】

評価	基準
○	目標値を達成できた
△	目標値には達していないが策定時実績よりも改善している
×	実績値が目標値を下回っている（後退している）

① 食を知る 目標値・指標と実績（図表4-27）

指標	計画策定時 (令和2年度)	目標値	実績 (令和4年度)	評価
朝食を毎日食べている幼児・児童・生徒の割合	幼児 98.1% 小学生 98.7% 中学生 97.0%	100%に近づける	幼児 100.0% 小学生 96.7% 中学生 89.3%	×
朝食を「毎日」「ほぼ毎日」食べている 20～30 歳代の人の割合（男性）	76.5%	80%	73.9%	×
主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日がほぼ毎日の人の割合	—	60%	44.6%	×
栄養成分表示を参考にしている人の割合	男性 27.3% 女性 52.5%	男性 30% 女性 55%	男性 26.8% 女性 49.3%	×
肥満（肥満度 20%以上）の小学生・中学生の割合	小学生 8.5% 中学生 7.4%	小学生 7.0% 中学生 7.0%	小学生 9.1% 中学生 10.0%	×
やせ（肥満度 -20%以下）の小学生・中学生の割合	小学生 1.5% 中学生 4.1%	小学生 1.5% 中学生 3.5%	小学生 1.4% 中学生 4.3%	△
肥満の成人（40歳以上）の割合（BMI ≥25 又は腹囲基準値以上）	男性 45.6% 女性 24.1%	男性 43% 女性 23%	男性 50.4% 女性 25.3% (令和2年度)	×
メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）予備群と該当者の割合	男性 36.6% 女性 12.4%	男性 34% 女性 11%	男性 40.5% 女性 12.9% (令和2年度)	×
低栄養傾向（BMI 20以下）の高齢者の割合	21.5%	20%	21.9%	×
5歳児でむし歯を経験した歯が5本以上の者の割合	12.5%	11%	10.4% (令和3年度)	○

② 食を作り、楽しむ 目標値・指標と実績（図表4-28）

指標	計画策定時 (令和2年度)	目標値	実績 (令和4年度)	評価
「こども一人」で朝食を食べる割合	年長 22.2% 小6 7.1% 中2 37.5%	減少	年長 0.0% 小6 13.3% 中2 28.5%	△
朝食や夕食を家族や仲間と一緒に食べる「共食」の回数 (20歳以上) ¹¹	—	1週間に10回以上	8.1回	×
調理体験をしている幼稚園、 保育園、こども園の年間実施回数	6.1回	7回	2.3回	×
生まれ故郷等の郷土料理や 伝統的な料理、行事食を継承し、 伝えている人の割合 (20歳以上)	—	45%	13.4%	×
箸づかいなどの食事の作法等を 次世代へ伝えている人の割合 (20歳以上)	—	45%	48.5%	○
食育に関心のある人の割合	60.5%	65%	58.7%	×
食のボランティアの人数	81人	85人	68人	×
学校給食における地場産物を使用する割合 (食材ベース・ふるさと給食週間)	48.5%	現状維持	55.6%	○

11 家族との食事の摂取頻度について：「ほとんど毎日」を6.5回、「週に4～5日」を4.5回、「週に2～3日」を2.5回、「週に1日程度」を1回、「ほとんどない（一人暮らしも含む）」を0回とし、朝食、夕食の合計回数を『共食の回数』とします。例えば、朝食、夕食共に「ほとんど毎日」であれば、13.0回となります。なお、無回答者は算定から外しています。

③ 食の安全・安心 目標値・指標と実績（図表4-29）

指標	計画策定時 (令和2年度)	目標値	実績 (令和4年度)	評価
食品ロス削減のために何らかの行動をしている人の割合 (20歳以上) ¹²	—	70%	95.6%	○
一人一日当たりの一般廃棄物 排出量	926g	902g	944g	×
廃棄物リサイクル率	38.9%	40.3%	38.9%	×
非常時に備え、3日以上 の食料を備蓄している市民の割合	45.0%	50%	43.9%	×
市民農園の利用率	63.1%	73%	83.6%	○
食体験を実施している幼稚園、 保育園、こども園の年間 実施数	12.7回	現状維持	6.6回	×

●前計画の評価と課題

24項目の評価指標のうち、達成（○）5項目、目標には達成していないが、策定時実績よりも改善（△）2項目、実績値が目標値を下回っている（後退している）（×）17項目という結果でした。

外出自粛、黙食等に始まったコロナ禍真っ只中における食育推進の取り組みは、考え方から変更を余儀なくされた状況でした。しかし、集まらないし、出向けないならばと、周知媒体(朝食摂取のチラシ)を新たに作成したり、関係組織団体がより協力し合う関係を構築することができました。

第4次湖西市食育推進計画では、生活様式やライフスタイルの大きな変化への柔軟な対応だけでなく、生活習慣病や食品廃棄量の増加など、多くの課題に取り組む必要があります。

12 全体数から「取り組んでいることはない」と「無回答」を除いた割合としています。

3 第4次食育推進計画の体系

(1) 基本目標

「食育」とは、生きる上での基本であり、知育・徳育及び体育の基礎となるべきもので、様々な経験を通して「食に関する知識」と「食を選択する力」を身につけ、生涯に渡って健全な食生活を実践することができる「人」を育てることです。また、おいしく食べることは心豊かな暮らしの実現に大きく寄与します。

第3次食育推進計画の基本理念を「心も体も健やかな生活を送ること」と定めていましたが、第4次食育推進計画を湖西市健康増進計画と一体的に策定するにあたり、新たに「誰もが健やかで心豊かに暮らすことができる」を共通の基本理念としました。

コロナ禍を経た現在、新たな日常生活の中で食を取り巻く社会環境は大きく変化し、人々の食に対する価値観やライフスタイルの多様化が進みました。その一方で、不規則な食生活や栄養バランスの乱れ等が原因となる生活習慣病、高齢者の低栄養、食べ残し等による食品廃棄など、多くの課題への取り組みが求められています。これらの課題解決に向け、基本目標を『健やかで持続可能な食の推進』としました。

『健やか』とは、心と身体の両方が健康な状態を指します。生活習慣病等の疾病予防を含めた身体健康づくりの取り組みや、共食などの食を介した人との交流による、心の健康づくりへの取り組みを推進します。また、『持続可能な食の推進』のために、地域に受け継がれた食文化の継承や、地産地消、食品ロス削減などの、食環境を整える取り組みを行います。

「K(賢く選んで) O(おいしい) S(食事) A(ありがとう) I(いただきます)」を合言葉に、個人・家庭、地域・団体、幼稚園・保育園・こども園・学校、行政が連携して『誰もが健やかで心豊かに暮らすことができる』湖西市の実現を目指し、食育を推進していきます。

【基本目標】

健やかで持続可能な食の推進

食育とは ～食育基本法（平成17年7月施行）より～

- *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
- *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こと

(2) 基本方針

基本方針1 健やかな食生活に関心を持ち、実践しやすい食環境づくり

近年、個人のライフスタイルの変化や外食産業の発展等により、食のスタイルも多様化してきています。

こうした中、栄養バランスの崩れや不規則な食生活等を起因として、肥満あるいはやせ、低栄養等、生活習慣病につながる様々な課題が生じています。

そのため、生涯に渡り食の大切さや、適切な栄養の摂取量等の健全な食生活についての正しい知識の周知を図るとともに、実際の食生活で楽しく実践に結びつけていくことができるよう、食の環境づくりを推進します。

基本方針2 食を通じたコミュニケーションで食の大切さや楽しさを実感

食は、生命を維持するための活動であると同時にコミュニケーションの場でもあります。食を通じてコミュニケーションを図ることは、食を楽しむことにつながります。

家族や友人等と食卓を囲んで、共に食事を取りながらコミュニケーションを図る「共食」を推進し、一人ひとりが食の大切さや楽しさを実感できるような取り組みを推進します。

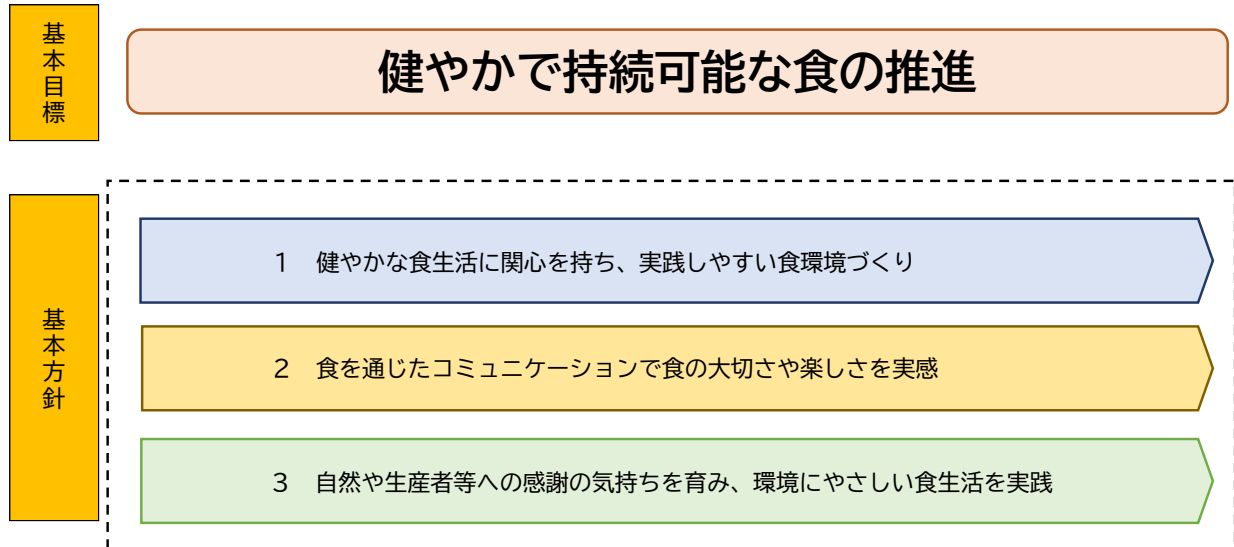
基本方針3 自然や生産者等への感謝の気持ちを育み、環境にやさしい食生活を実践

かつては多くの方が農林水産業に携わっていましたが、現在では従事者が減少を続け、担い手が少なくなりつつあります。農林水産業の体験を通じ、食材が作られる環境や作り出す苦勞と喜びを感じ、大切な食べ物を無駄のないように消費することや、食を大切にする気持ちを育むことが重要です。

市民や子どもたちが食べ物や食に対する感謝の気持ちをもち、食を大切にする気持ちを育むことができるよう、野菜の収穫等の農業体験や調理などの体験機会を充実させます。

また、食品ロスの削減や災害時を意識した食育の推進など、環境にやさしい食生活の実践を目指し、持続可能な食についての取り組みを推進します。

(3) 施策体系



取組分野	取組項目
健康寿命の延伸 につながる生活習慣や 食習慣の定着の推進	<ul style="list-style-type: none"> ・妊産婦に対する食育の推進 ・乳幼児期に対する食育の推進 ・幼稚園・保育園・こども園における食育の推進 ・学校(学童期・思春期)における食育の推進 ・若い世代(青年期)に対する食育の推進 ・壮年期～高齢期に対する食育の推進
食を通じた文化の継承や 地域づくり	<ul style="list-style-type: none"> ・家庭での共食を通じたコミュニケーションの機会の確保 ・幼稚園・保育園・こども園での共食を通じたコミュニケーションの機会の確保 ・学校での共食を通じたコミュニケーションの機会の確保 ・地域・職場等での共食を通じたコミュニケーションの機会の確保 ・食(育)体験の充実 ・食文化の継承活動の推進
地産地消の推進	<ul style="list-style-type: none"> ・湖西市の地場産物の活用促進 ・湖西市の地場産物の魅力発信
食の安心・安全の 確保の推進	<ul style="list-style-type: none"> ・食品表示に関する普及啓発 ・食中毒予防に関する普及教室 ・非常時の食についての普及啓発
環境に配慮した 食育の推進	<ul style="list-style-type: none"> ・資源の循環を意識した食行動の推進 ・食品ロス削減の推進 ・生ごみの循環利用の推進

連携・協働：実効性を持った計画の推進に向け、関係組織・団体が積極的に連携・協力しながら取り組んでいく。



(4) 計画を推進する各主体の役割

食育は、バランスの良い食事や規則正しい食生活をはじめとした食を通じたコミュニケーション、自然の恩恵や食に関わる人々への感謝、食の安心・安全に関する情報の選択、環境への配慮など、幅広い分野にわたります。加えて、新しい生活様式やDX推進、デジタルツールの活用等、社会環境の変化へも柔軟に対応しなければなりません。

また、時代や生活の変化に伴い、家庭や地域の中における食育の機会が減少しつつあります。関係機関・団体、企業、学校、行政等が連携を図り、地域に根差した食育活動を展開することが求められています。

① 個人・家庭の役割

食育の主役は個人です。一人ひとりが食に関心を持ち、食に関する正しい知識を身につけ、生涯にわたり健全な食生活の実践を心がけることが望まれます。

また、家庭は、基本的な食習慣を身につける場であることから、食育を推進する上で、最も身近で重要な役割を担っています。家庭において、栄養バランスのとれた食事の摂取や望ましい食習慣の形成等の食育を意識した日常生活を営むことが望まれます。また、家族や仲間、地域の人と一緒に食事をし、楽しさを共有するとともに、食事のマナーや作法の習得、地域や生まれ故郷の食文化を継承していきましょう。

② 地域・団体の役割

地域・団体においては、自治会、ボランティア団体、関係団体等が、様々な機会を利用して、住民へ積極的な食育活動を行うことが望まれます。また、他の組織や団体と連携し、食育推進を強化していくことも求められています。

③ 幼稚園・保育園・こども園・学校の役割

幼稚園・保育園・こども園・学校などの教育関係者は、生涯を通じた食習慣を形成する重要な時期を支えるため、給食や授業を通して食への関心を高める取り組みの実施が望まれます。個人・家庭、地域・団体、行政などと連携し、様々な食に関する体験の機会を与えることのできる取り組みをしていきましょう。

④ 行政の役割

行政は、本計画に基づき、食育を市民活動として推進するために必要な施策を展開する役割を担います。食育担当課を中心に庁内や県とも連携を図り、様々な食育分野の関係者の連携を促し、個人・家庭、地域・団体、幼稚園・保育園・こども園・学校の食育推進に関する取り組みを支援します。

(5) 食育ピクトグラムについて

食育ピクトグラムは、食育の取り組みをこどもから大人まで誰にでもわかりやすく発信するため、表現を単純化した絵文字であるピクトグラムを作成し、多くの人に使用していただくことを目的として農林水産省が制作したものです。

各取り組み分野に対応した食育ピクトグラムを掲げ、それぞれの考え方を意識した食育の取り組みを推進します。

【食育ピクトグラム】(図表4-30)

 <p>1 みんなで楽しく 食べよう</p>	共食 家族や仲間と、会話を楽しみながら食べる食事で、心も体も元気にしましょう。	 <p>2 朝ごはんを 食べよう</p>	朝食欠食の改善 朝食を食べて生活リズムを整え、健康的な生活習慣につなげましょう。
 <p>3 バランスよく 食べよう</p>	栄養バランスの良い食事 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事で、バランスの良い食生活につなげましょう。また、減塩や野菜・果物摂取にも努めましょう。	 <p>4 太りすぎない やせすぎない</p>	生活習慣病の予防 適正体重の維持や減塩に努めて、生活習慣病を予防しましょう。
 <p>5 よくかんで 食べよう</p>	歯や口腔の健康 口腔機能が十分に発達し維持されることが重要ですので、よくかんでおいしく安全に食べましょう。	 <p>6 手を洗おう</p>	食の安全 食品の安全性等についての基礎的な知識をもち、自ら判断し行動する力を養いましょう。
 <p>7 災害に そなえよう</p>	災害への備え いつ起こるかも知れない災害を意識し、非常時のための食料品を備蓄しておきましょう。	 <p>8 食べ残しを なくそう</p>	環境への配慮(調和) SDGsの目標である持続可能な社会を達成するため、環境に配慮した農林水産物・食品を購入したり、食品ロスの削減を進めたりしましょう。
 <p>9 産地を 応援しよう</p>	地産地消等の推進 地域でとれた農林水産物や被災地食品等を消費することで、食を支える農林水産業や地域経済の活性化、環境負荷の低減につなげましょう。	 <p>10 食・農の 体験をしよう</p>	農林漁業体験 農林漁業を体験して、食や農林水産業への理解を深めましょう。
 <p>11 和食文化を 伝えよう</p>	日本の食文化の継承 地域の郷土料理や伝統料理等の食文化を大切に、次の世代への継承を図りましょう。	 <p>12 食育を 推進しよう</p>	食育の推進 生涯にわたって心も身体も健康で、質の高い生活を送るために「食」について考え、食育の取組を推進しましょう。

4 分野別の取り組み

(1) 健康寿命の延伸につながる生活習慣や食習慣の定着の推進



① 現状と課題

バランスのとれた食生活¹³（主食・主菜・副菜の3つそろった食事）は、適正な栄養素摂取量につながり、生活習慣病の予防や生活機能の維持向上のためにも重要です。

アンケート調査の結果(図表4-11)をみると、主食・主菜・副菜を3つそろえて食べることが1日に2回以上あり、それが「ほとんど毎日」と回答している人は全体の44.6%でした。年齢が若い人ほど「ほとんど毎日」と回答する割合が低い状況となっています。また、1日の野菜摂取状況(図表4-12)について、「適量未満」が全体の77.9%となっており、多くの人が野菜を十分に摂取できていない状況がみられます。果物に関しても、健康日本21では1日200gの摂取を推奨しています。バランスのとれた食事の摂取や1日に必要な野菜や果物の摂取量について、年代を問わず広く啓発していくことが必要です。

栄養素の中で、食塩の過剰摂取が我が国全体の課題となっており、健康日本21では食塩摂取量の目標が7gと示されています。アンケートの結果では、塩分の摂り過ぎに気をつけていると回答した人(図表4-14)が約6割となっていますが、好んで食べる味付けについて(図表4-15)は、外食の味付けに比べ「うす味」と回答した人は43.5%でした。半数以上の人を外食と同じ又は濃い味付けを好む傾向にあり、食塩の摂り過ぎが懸念されます。食塩の摂り過ぎは、血圧を上げ、脳血管疾患や心臓病の危険性を高めます。減塩に取り組む人を増やす他、減塩が継続できるような働きかけや環境づくりが重要です。

健康的な食生活の実現を図る中で、市民の栄養状態として特定健診におけるBMI(図表4-3)を見ると、肥満者の割合が増加傾向にあり、女性では静岡県を上回っています。子どもにおいても令和4年度は少し減少していますが、肥満傾向児の割合(図表4-1)は増加傾向にあります。また、高齢者の低栄養傾向(図表4-6)として、BMI20未満の割合が21.9%の状況です。

肥満は、高血圧や糖尿病など多くの生活習慣病につながります。逆に、若年女性のやせは骨量の減少や低出生体重児¹⁴出産のリスク等に関連があり、高齢者のやせは基礎疾患の増悪因子となり、ADL¹⁵の低下にもつながります。体重は、各ライフステージにおいてそれぞれ主要な疾患や健康状態との関連が深いため、健全な食習慣を通じて、適正体重を維持している人の割合を増やす取り組みが重要です。

13 バランスのとれた食生活：農林水産省では、主食（ご飯などの穀類）、主菜（肉や魚、卵、大豆など）、副菜（野菜、きのこ、海藻など）を組み合わせ、必要なエネルギーや栄養素を過不足なく取れる食事を1日に2回以上食べることを推奨しています。また、1日に、「何を」、「どれだけ」食べたらよいかを考える際の参考資料として、農林水産省では「食事バランスガイド」を公開しています。

14 低出生体重児：母子保健法第6条で、「未熟児とは、身体の発育が未熟のまま出生した乳幼児であって、正常児が出生時に有する諸機能を得るに至るまでのものをいう」とされています。世界保健機関（WHO）は出生体重2,500g未満を「未熟児」と呼んでいましたが、現在では「低出生体重児」と呼んでいます。

15 ADL (Activities of daily living)：食事・着替え・移動・排泄・入浴など、人が生活を送るために行う活動の能力のことです。

② 取り組み項目

- ・妊産婦に対する食育の推進
- ・乳幼児期に対する食育の推進
- ・幼稚園・保育園・こども園における食育の推進
- ・学校(学童期・思春期)における食育の推進
- ・若い世代(青年期)に対する食育の推進
- ・壮年期～高齢期に対する食育の推進

③ 取り組み内容

ア 市民・家庭の取り組み

ライフステージ	内容
妊娠・出産期	<ul style="list-style-type: none">●食に関する正しい知識や情報を積極的に入手しましょう●1日3食、規則正しい食生活を実践しましょう●主食・主菜・副菜をそろえて、バランスのよい食事を実践しましょう●体重の増え過ぎに注意しましょう●1日に必要な野菜(350g/日)・果物(200g/日)を食べましょう
乳幼児期	<ul style="list-style-type: none">●「早寝・早起き・朝ごはん・朝トイレ」に取り組みましょう●離乳食・幼児食からうす味とし、いろいろな素材の味を体験しましょう●生活リズムを整え、1日3食の規則正しい食習慣を身につけましょう
学童期	<ul style="list-style-type: none">●「早寝・早起き・朝ごはん・朝トイレ」を実践しましょう●好き嫌いをなく、バランス良く食べましょう●お菓子やジュースの摂り過ぎに注意し、時間を決めて食べましょう●1日に必要な野菜(350g/日)・果物(200g/日)を食べましょう●食に関する体験から、食の大切さを学びましょう
思春期 青年期 壮年期	<ul style="list-style-type: none">●夜ふかしをせず、毎日、朝食をしっかり食べましょう●適正体重を維持しましょう●主食・主菜・副菜をそろえて、バランスのよい食事を実践しましょう●過度なダイエットをしないようにしましょう●1日に必要な野菜(350g/日)・果物(200g/日)を食べましょう●うす味を心がけ、減塩に取り組みましょう
高齢期	<ul style="list-style-type: none">●1日に必要な野菜(350g/日)・果物(200g/日)を食べましょう●うす味を心がけ、減塩に取り組みましょう●たんぱく質やカルシウムをしっかり摂りましょう

イ 地域・団体の取り組み

内容
<ul style="list-style-type: none">● バランス食や減塩食など健康づくりに関する教室や料理講習会の開催● 市の出前講座の活用● 健康づくりに関する教室やイベントへの参加の呼びかけの実施● 野菜や果物の摂取に関する啓発の実施● 生活習慣病予防をテーマとした調理実習の実施● 生活習慣病予防のための食生活に関する知識の周知啓発の実施

ウ 幼稚園・保育園・こども園・学校

内容
<ul style="list-style-type: none">● 望ましい基本的食生活習慣に関する知識、技術の普及● 食育を通じた健康状態の改善等の推進● 学校における『食に関する指導』推進● 小中学生のやせ、肥満に関する調査の実施● 朝食摂取状況調査の実施● 朝食の栄養バランス調査の実施● 朝食指導内容に関する調査の実施● 就学前のこどもに対する食に関する指導の充実● 生きた教材としての学校給食の活用● デジタルツールを含む、広報の活用

エ 行政の取り組み

内容
<ul style="list-style-type: none">● 教室開催等によるライフステージ別の望ましい食生活習慣に関する知識、技術の普及● 教室開催等による健康課題に対する取り組みの推進（減塩、適正体重について等）● 教室、出前講座等の企画実施● 食ボランティアの養成、育成、支援● 健康づくりに取り組みやすい環境整備（コーちゃん健康マイレージ等）● 保健指導、栄養相談の実施● 高齢者等食事サービスの実施（配食）● 関係団体、組織との連携強化● デジタルツールを含む、各種広報の活用促進



【1日に必要な野菜の量】

1日：350g

生野菜なら両手3杯分

加熱調理した野菜なら片手3杯分

④ 評価指標

指標	現状値 (令和4年度)	目標(値) (令和13年度)
朝食を「毎日」「ほぼ毎日」食べている20～30歳代の人の割合(男性)	73.9%	75%以上
主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日がほぼ毎日の人の割合	44.6%	50%以上
肥満(肥満度20%以上)の小学生・中学生の割合	小学生 9.1% 中学生 10.0%	計画策定時より減少
やせ(肥満度-20%以下)の小学生・中学生の割合	小学生 1.4% 中学生 4.3%	計画策定時より減少
成人(40歳以上)の肥満の割合(BMI \geq 25 又は腹囲基準値以上)	男性 50.4% 女性 25.3% (令和2年度値)	男性 45%以下 女性 23%以下
高齢者の低栄養傾向(BMI 20以下)の割合【再掲】	21.9%	18%以下
BMI適正值者の割合(アンケート調査)	男性 66.0% 女性 67.0%	男性 70.0%以上 女性 70.0%以上
1日の野菜摂取量が適量以上(350g:生野菜で片手6杯以上)の人の割合(アンケート調査)	22.1%	30.0%以上
塩分の摂り過ぎに気をつけている人の割合(アンケート調査)	59.1%	65%以上



(2) 食を通じた文化の継承や地域づくり



① 現状と課題

共食状況(図表4-16、17)は、朝食は全体の65.9%が、夕食は全体の81.8%が『週に1日以上』誰かと一緒に食べている結果となりました。その中でも、朝食は42.7%が、夕食は57.7%が「ほとんど毎日」と回答しています。しかし、20~29歳において、朝食は約5割が、夕食は約2割が誰かと一緒に食べることは「ほとんどない」と回答しています。共食と主観的健康観(自分自身の体調が良い、悪いと自分で感じる感覚のこと)をみる(図表4-18、19)と、共食の回数が少ない人の方が主観的健康観が低いという結果でした。

誰かと一緒に食事をする『共食』は食育の原点です。コミュニケーションを通して食の楽しさを実感するだけでなく、食物を大切に作る心も育み、さらに、食に関するマナーや食文化等に触れる機会にもつながります。また、共食は、心の健康とも深く関係しています。しかし、家庭環境やライフスタイルの多様化により、共食の機会を持つことが難しい人も増えています。豊かな人間性を育む『共食』の機会を、家庭の中だけでなく、地域においても創出できるような取り組みを進めていく必要があります。

また、生産者との交流や農産物にふれる機会を通し、食べ物への関心を高め、自然や生産者への感謝の気持ちを育み、地産地消の大切さや環境に配慮した食生活の実践につなげるための土台作りも重要です。

また、近年、食のグローバル化や生活様式の多様化等により、日本や地域に伝わる食文化を継承する機会が減りつつあります。アンケート結果では、生まれ故郷の郷土料理や行事食を継承し、伝えていると回答した割合(図表4-22)は、全体のわずか13.4%でした。一方で、箸づかいなどの食事の作法等を次世代に伝えている割合(図表4-23)は、全体の48.5%でした。豊かで多様な日本の食文化は、人々の精神的な豊かさと深く関係しています。伝統的な食文化が失われないようにするためにも、地域や家庭で受け継がれてきた食に関する様々な知識、技術、知恵を受け継いでいく(大切にすること)ことで、食文化への関心と理解を深められる取り組みが求められています。

② 取り組み項目

- ・家庭での共食を通じたコミュニケーションの機会の確保
- ・幼稚園・保育園・こども園での共食を通じたコミュニケーションの機会の確保
- ・学校での共食を通じたコミュニケーションの機会の確保
- ・地域・職場等での共食を通じたコミュニケーションの機会の確保
- ・食(育)体験活動の充実
- ・食文化の継承活動の推進

③ 取り組み内容

ア 市民・家庭の取り組み

ライフステージ	内容
共通	●家族や仲間と食事をする機会を持ち、食事を楽しみましょう
乳幼児期・学童期・思春期	●食事のマナーを学び、身につけましょう ●家庭の味や行事食、郷土料理に興味・関心を持ちましょう
青壮年期・高齢期	●箸づかいなどの食事のマナーを次世代へ伝えましょう ●家庭の味や行事食、郷土料理を次世代へ伝えましょう

イ 地域・団体の取り組み

内容
<ul style="list-style-type: none"> ●こども食堂、サロン、居場所など、地域の人同士が集まり、共食できる機会を提供する ●地域活動やイベントなどでの食育についての情報発信や体験活動の実施 ●会員施設に食育に関する情報共有や研修の実施 ●幼稚園、保育園、こども園や学校での食農体験の実施 ●地域の行事やイベントなどで郷土料理や伝統食を紹介する ●うなぎつかみ体験など、市の特産品に関する食体験を企画し、実施する ●伝統食に関する教室を実施し、市民に伝える ●親子向けの料理教室を実施し、共食の大切さを伝える ●料理教室を実施し、共食の機会を提供する

ウ 幼稚園・保育園・こども園・学校の取り組み

内容
<ul style="list-style-type: none"> ●野菜の栽培収穫体験の実施、調理体験の実施 ●給食だよりや給食時の指導を通して、食育に関する情報提供や普及啓発の実施 ●給食放送で食育に関する情報を流す ●食事のマナーについて指導する ●給食だよりなどで行事食について周知する ●朝食の孤食状況調査の実施 ●食(育)体験活動の充実(野菜の栽培収穫体験、調理体験など) ●生きた教材としての学校給食の活用(ふるさと給食週間の実施、行事食の提供など) ●デジタルツールを含む広報の活用(給食だより、給食放送)



エ 行政の取り組み

内容
<ul style="list-style-type: none"> ●地域のサロンや居場所などとの連携・活動支援 ●家庭、地域での共食機会の創出のための取り組み推進(サロン、居場所、こども食堂等) ●こども食堂実施事業者との連携・調整 ●文化庁100年フード認定「すわま」の周知・広報 ●健康教室で調理実習を行い、共食の機会の提供 ●食ボランティアの養成、育成、支援 ●関係団体、組織の連携強化(食育推進連絡会等の開催)

④ 評価指標

指標	現状値 (令和4年度)	目標(値) (令和13年度)
箸づかいなどの食事の作法等を次世代へ伝えている人の割合(20歳以上)	48.5%	53%以上
生まれ故郷等の郷土料理や伝統的な料理、行事食を継承し、伝えている人の割合(20歳以上)	13.4%	計画策定時より増加
一週間のうち、朝食や夕食を家族や仲間と一緒に食べる「共食」の回数	8.1回	10回以上
地域等で共食している者の割合	新規のため 現状値なし	30%以上



すわま作り教室

(3) 地産地消の推進



① 現状と課題

地産地消とは、地域で生産されたものをその地域で消費する（食べる、利用する）ことをいいます。地域の食材を地域で消費することは、地場産物の消費・生産拡大や自給率向上につながるとともに、生産者と消費者の結びつきの強化や地域の活性化、環境負荷の低減にもつながります。

地場産物の活用促進及び魅力発信において、市の特産品の一つである「湖西ポーク」でグルメプロジェクトを行ったり、特産品を使った高校生料理コンテストを開催したりと、各組織団体において取り組みが行われています。

地場産物の積極的な活用として、令和4年度の小中学校のふるさと給食週間における県内産の食材使用割合(図表4-28)が55.6%あり、前計画策定時(令和2年度)の48.5%から7.1%増加しています。

地産地消をより一層推進するため、地場産物の活用促進や魅力発信についての取り組みを積極的に行うことが必要です。

② 取り組み項目

- ・湖西市の地場産物の活用促進
- ・湖西市の地場産物の魅力発信

③ 取り組み内容

ア 市民・家庭の取り組み

ライフステージ	内容
共通	●農業体験に参加しましょう
乳幼児期	●地場産物や旬の食材を味わいましょう ●地場産物の食材に触れましょう
学童期・思春期	●湖西市や静岡県産の食材について知りましょう
青壮年期・高齢期	●湖西市や静岡県産の食材を積極的に利用しましょう

イ 地域・団体の取り組み

内容
●地場産物を取り入れた料理教室やイベントの開催
●観光協会ウェブサイト等での地場産品の紹介
●販売店舗での地場産物コーナーの設置
●消費者が買いたくなるような店舗等での表示やディスプレイの工夫
●幼稚園、保育園、こども園や学校での食農体験の実施
●生産者から地場産物の調理法などを学び、市民へ普及する
●事業所給食等での地場産物の活用や伝統食の提供

ウ 幼稚園・保育園・こども園・学校の取り組み

内容
<ul style="list-style-type: none"> ●地場産物を積極的に使った給食の提供 ●ふるさと給食週間 ●幼稚園、保育園、こども園や学校での食農体験の充実（生産者との交流、夏野菜の栽培体験、大豆の栽培体験など）

エ 行政の取り組み

内容
<ul style="list-style-type: none"> ●市内外への地場産物の情報発信のための取り組み支援、推進 ●学校給食センターでの地場産物活用のための情報発信（学校給食センターは令和9年度稼働予定） ●関係団体、組織の連携強化 ●食ボランティアへの研修実施 ●地産地消の推進（地場産物のPRなど） ●デジタルツールを含む、広報の活用促進、支援

④ 評価指標

指標	現状値 (令和4年度)	目標(値) (令和13年度)
学校給食における地場産物を使用する割合(食材ベース・ふるさと給食週間)	55.6%	現状維持
市の特産品を知っている市民の割合	新規のため 現状値なし	60%以上

豚肉



うずらの卵



うなぎ



さとうえんどう



かき



キャベツ



いちご



(4) 食の安心・安全の確保の推進



① 現状と課題

安心・安全な食生活を送るためには、食中毒や食品による健康被害などを防ぐことが重要です。そのためには、食品の提供者が食品の安全性の確保に万全を期すだけでなく、一人ひとりが衛生的な食品の取り扱い方法や食品表示を正しく理解するなど、安心・安全な食に関する知識と理解を深め、食品の適切な選択や衛生的な取り扱い方法を知り、実践することが大切です。食に関する情報が溢れている中で、市民が正しい知識を持って自ら選択できるよう、周知啓発を推進することが求められています。

また、昨今では自然災害が頻発しており、市においても災害による被害が多く発生しています。このような災害時には、ライフラインや物流機能の停止、避難生活等により十分な食料が手に入らないことが考えられます。そのため、災害時に備えた食の確保の重要性など、非常時の食についての普及啓発が重要です。

② 取り組み項目

- ・食品表示に関する普及啓発
- ・食中毒予防に関する普及啓発
- ・非常時の食についての普及啓発

③ 取り組み内容

ア 市民・家庭の取り組み

ライフステージ	内容
共通	●食品表示について家庭で話題にしましょう ●災害時の食事について関心を持ち、食料や水の備蓄をしましょう
妊娠期	●妊娠中に特に注意する必要がある食品について正しい知識を持ちましょう
乳幼児期	●正しい手洗い方法を覚えましょう
学童期・思春期	●食品表示や食中毒に関する正しい知識を身につけましょう
青壮年期・高齢期	●食品表示について理解を深め、正しく食品を選択しましょう ●食中毒について理解を深め、正しく食品を取り扱しましょう

イ 地域・団体の取り組み

内容
<ul style="list-style-type: none"> ●食品表示に関する研修会の企画、開催 ●防災訓練で食の備蓄に関する知識の普及啓発の実施 ●食中毒防止衛生講習会、食品衛生管理講習会の開催 ●業者検便の実施 ●ノロウイルス食中毒予防対策巡回指導の実施 ●衛生講習会、栄養士研修会の開催

ウ 幼稚園・保育園・こども園・学校の取り組み

内容
<ul style="list-style-type: none"> ●正しい手洗い方法について指導 ●家庭科の授業で食品表示や食中毒について取り上げる

エ 行政の取り組み

内容
<ul style="list-style-type: none"> ●食中毒警報に関する情報発信 ●食中毒に関する知識の周知 ●食品表示に関する出前講座の開催 ●妊娠期の食事に関する知識の普及 ●学校給食センター見学で、安全対策の周知（学校給食センターは令和9年度稼働予定） ●食料備蓄の啓発

④ 評価指標

指標	現状値 (令和4年度)	目標(値) (令和13年度)
食品表示を見て購入する市民の割合	新規のため 現状値なし	65%以上
非常時に備え、3日以上食料を備蓄している市民の割合	43.9%	50%以上



(5) 環境に配慮した食育の推進



① 現状と課題

日本の食料自給率は約4割（令和2年度）で、残りの6割を海外からの輸入に頼る中、まだ食べられるのに廃棄される食品、いわゆる「食品ロス」は、令和3年度で523万トンに上ると推計されています。食品ロスは世界的にも問題視されており、食品ロスを放置すると大量の食べ物が無駄になるだけでなく、環境悪化や将来的な人口増加による食料危機にも適切に対応できないため、全ての国にとって避けて通ることができない喫緊の課題となっています。

こうした食品ロスを減らすための小さな行動は、市民一人ひとりが取り組むことで大きな削減につながります。アンケート調査の結果、食品ロス削減のために何らかの行動をとっていると回答した割合(図表4-29)は95.6%でした。この数値から、食品ロスは市民にとっても関心のある身近な問題であることが分かります。

環境にやさしい食生活を送るために、食品ロスの状況の周知や、食品ロスを出さないための工夫を伝える機会を設けるとともに、生産から消費までの食の循環についての理解を深めるための取り組みを推進することが重要です。

② 取り組み項目

- ・資源の循環を意識した食行動の推進
- ・食品ロス削減の推進
- ・生ごみの循環利用の推進

③ 取り組み内容

ア 市民・家庭の取り組み

ライフステージ	内容
共通	●食材を購入するときには、「手前どり ¹⁶⁾ 」をしましょう
学童期	●食品の廃棄について知りましょう
思春期	●食品の廃棄について考えを深めましょう
青壮年期・高齢期	●買い過ぎない、作り過ぎないなどを意識した生活を送りましょう

イ 地域・団体の取り組み

内容
●販売店舗での手前どりの表示
●エコクッキングについて学び、市民に周知する

16 手前どり：購入してすぐに食べる場合に、商品棚の手前にある商品など、販売期限が近づいた商品を積極的に選ぶ行動をいいます。

ウ 幼稚園・保育園・こども園・学校の取り組み

内容
●給食時に、食べることができる量を盛り付ける ●食品ロスや自給率などについて指導する

エ 行政の取り組み

内容
●食品ロス削減推進の啓発（チラシ配布、出前講座など） ●生ごみ減量化容器等の購入補助、キエー口の無償配布 ●食育に関する教室で、エコクッキングや食品ロスについて知識を普及する

③ 評価指標

指標	現状値 (令和4年度)	目標(値) (令和13年度)
食品ロス削減のために何らかの行動をしている人の割合	95.6%	100%に近づける