

食育とよみ推進計画(後期計画)

豊見城市食育推進計画

1. 計画改定の背景及び趣旨

健全な食生活を実践し、おいしく食べることは、生きる楽しみや健康で豊かな暮らしにつながります。また、食は、食文化や経済発展など、地域活性等へと広いつながりを持っています。

しかし、近年、社会環境や家族構成の変化、様々な生活状況により、食に関する価値観やライフスタイルの多様化が進み、「食」を取り巻く環境も大きく変化しています。このような中、「食」への意識の変化とともに、食に関する様々な課題が生じています。

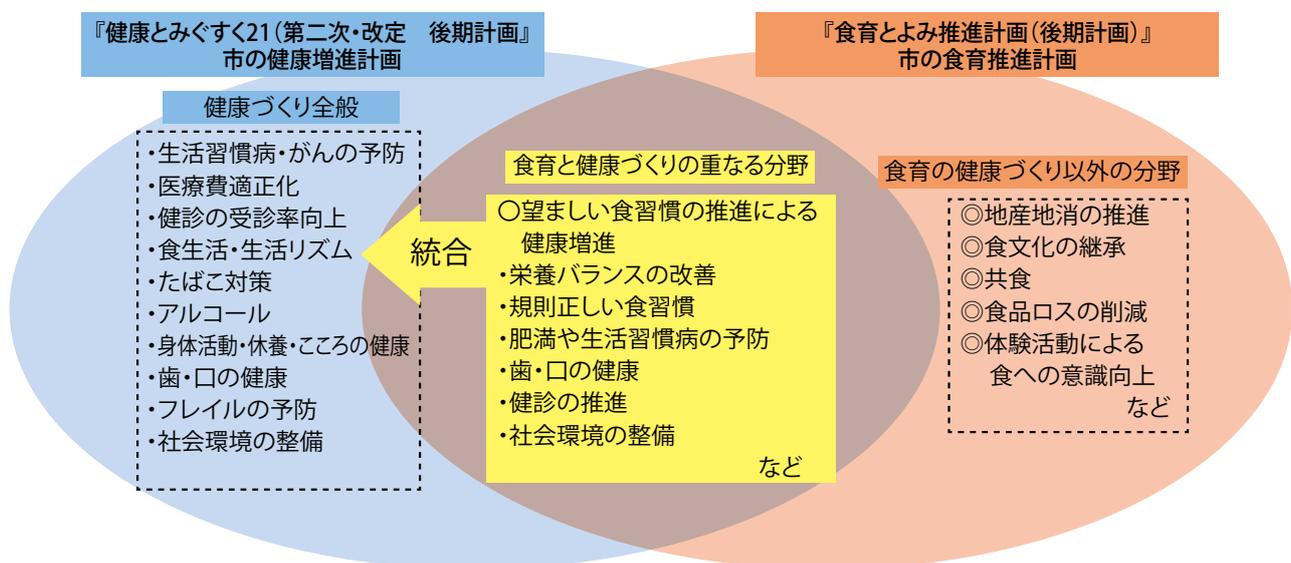
本市では、食育に関わる関係者が共通の目標に向かって効果的に取り組めるよう、平成25年3月に市食育推進計画「食育とよみ推進計画」（計画期間：平成25（2013）年度～2022年度）が策定され、“健康づくりに関する食育”を最重点に取り組んできました。その中で明らかとなった市民の食生活の現状から、より一層の取り組みの充実が必要であることが見えてきました。

一方、健康づくりにおいては、食が要因となる肥満や生活習慣病等が大きな課題となっています。

これらのことから、今回、食育のさらなる充実と発展、食育と健康増進の互いの補完・補強を目指し、「食育とよみ推進計画」と「健康とみぐすく21（第二次・改定）」の中間見直しを契機に、“健康づくりに関する食育”を「健康とみぐすく21（第二次・改定 後期計画）」に整理・統合することとしました。これにより、計画の後半期間においては、“健康づくりに関する食育”の指標や取り組みを「健康とみぐすく21（第二次・改定 後期計画）」に示し、それ以外の地産地消や共食、食文化の継承等の取り組みについては本計画「食育とよみ推進計画（後期計画）」に示すこととなりました。

今後は本計画に基づき、市民への食育推進に向け取り組んでまいります。食育の推進により、市民一人ひとりが「食」を大切にしてい健全な身体と精神を培い、市民の笑顔と希望が広がり未来に続いていくまちの実現に向け、より一層のご理解とご協力をお願い申し上げます。

「健康とみぐすく21」と「食育とよみ推進計画」との関連図



2. 食育の基本的な考え方

(1) 食育とは

食育基本法の中で、食育は次のように説明されています。

- ① **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。
- ② 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) 法律が作られた背景

食育基本法の中では、法律が作られた背景を説明しています。主なものを挙げると次のとおりです。
(「食育基本法についての10のQ & A」より)

- ① 「食」を大切に作る心の欠如
- ② 栄養バランスの偏った食事や不規則な食事の増加
- ③ 肥満や生活習慣病(糖尿病など)の増加
- ④ 過度の痩身志向
- ⑤ 「食」の安全上の問題の発生
- ⑥ 「食」の海外への依存
- ⑦ 伝統ある食文化の喪失

3. 計画の位置づけと計画期間

(1) 計画の位置づけ

食育基本法第18条に基づく、市町村食育推進計画です。

本計画は、「第4次豊見城市総合計画」を上位計画とし、国の「第3次食育推進基本計画」、沖縄県の「第3次食育推進計画」を踏まえています。

(2) 計画の期間

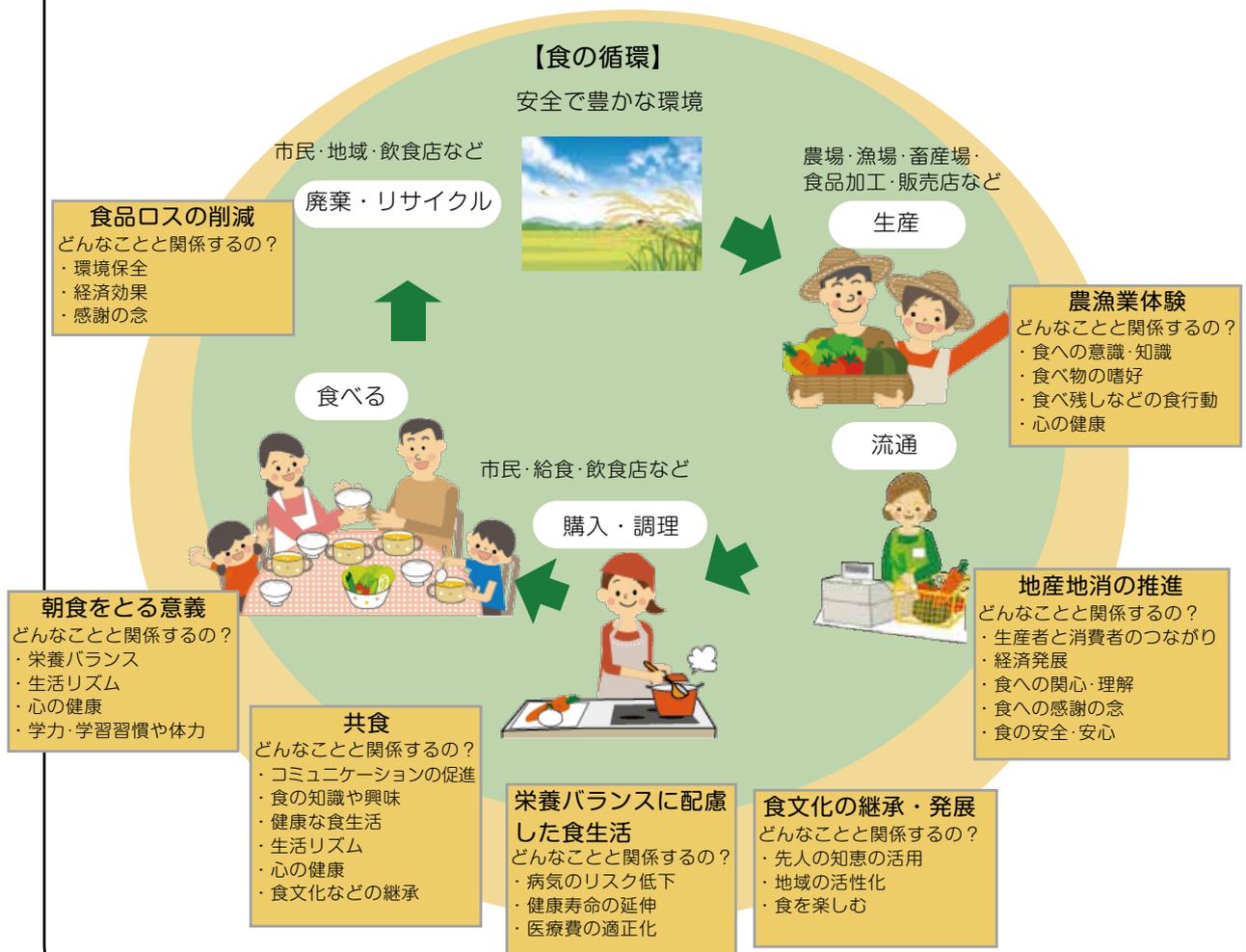
「食育とよみ推進計画」の計画の期間は、平成25(2013)年度～2022年度の10年間です。

当初は平成25(2013)年度～平成29(2017)年度を前期計画とし、平成30(2018)年度～2022年度を後期としていましたが、平成30(2018)年度の「健康とみぐすく21(第二次・改定)」の中間見直しにあわせ“健康づくりに関する食育”を整理・統合する運びとなったため、2019年度～2022年度を後期計画とします。

「食」は人や地域とどうつながっているの？

食は、私たちが生きていくために欠かせないものです。そのため、私たちは日々、食に関して「選択」と「行動」を行っています。

食は、生産から食卓までの“食の循環”の中で、地域発展や環境保全などへと広いつながりを持っています。私たちの食に関する選択や行動は、個人の健康はもとより、地域の活力や経済発展、食文化の継承・発展、環境保全などへとつながっているのです。



4. これまでの取組と新たな課題

本市の食育推進については、以前より保健、保育、教育、農漁業、生活環境などの各分野で食に関する取り組みが行われ、地域においても自発的な活動がされてきました。さらに、平成25年3月には本計画「食育とよみ推進計画」の前期計画が策定され、様々な取り組みを通じて食への理解を広めるよう努めてきました。

(1) 前期計画(平成25(2013)～平成29(2017)年度)の取組の結果(中間評価)

前期計画では、食育推進の基本目標1～4を掲げ、取り組みを行ってきました。基本目標ごとに、その結果と課題を示します。

①「基本目標1: 栄養バランスの整った食事や規則正しい食習慣を身につけよう」について

ア) 妊娠期

親子健康手帳交付時の栄養相談の中で、平成24(2012)年度から貧血予防について、平成25(2013)年度から食事バランス改善についての指導を強化したところ、妊婦の貧血の割合の改善や高血糖の割合の伸びの鈍化がみられました。しかし、依然として貧血、高血糖のある割合が、ともに沖縄県より高いです。

イ) 乳幼児期

平成23(2011)年度から乳幼児健診の栄養相談において食事バランス及び貧血予防についての指導を強化したところ、1歳6か月児の貧血者の割合に改善がみられました。以前はおおむね沖縄県と同等の割合でしたが、平成24(2012)年度以降は、沖縄県より4.5%～8.0%低い割合で推移しています。

ウ) 学童・思春期

学校での食育授業や献立表の配布、給食時の放送、給食を活かした教材として活用する等、食育推進等に継続して取り組みました。しかし、指標の改善には至っていません。課題として、家庭との連携の必要性があげられています。

エ) 青年期(20代30代)

食生活の知識や意識、実践面で課題が大きく、食生活・生活習慣の再構築に向けた取り組みが必要です。

オ) 壮年期

特定健診における内臓脂肪型肥満の者の割合は悪化しています。予防策として特定健診後の保健指導・栄養指導を中心に取り組んできましたが、より効果につながるよう、内容を充実させるとともに、健康無関心層に向けた取り組みを検討する必要があります。

〈指標の目標及び評価結果〉

	指標	前期計画 策定時値 (年度)	現況値 (年度)	中間 評価	目標値 2017年度	目標値 2022年度	
妊娠期	妊婦健診における“高血糖”の方の割合 (血糖値 100mg/dl以上)	10.7% (2010年)	11.7% (2014年)	未達成 (悪化)	減少へ	減少へ	
	妊婦健診における“貧血”の方の割合 (ヘモグロビン 10.9g/dl以下)	35.7% (2010年)	30.9% (2014年)	達成	32.0%	30.0%	
乳幼児期	1歳6か月児健診における“貧血”の子の割合 (ヘモグロビン 10.9g/dl以下)	12.0% (2011年)	7.9% (2016年)	達成	減少へ	減少へ	
小学生・ 中学生	小学生の“太りすぎ”の子の割合 (ローレル指数 160 以上)	男子	4.6% (2012年)	5.3% (2015年)	未達成 (悪化)	減少へ	減少へ
		女子	3.9% (2012年)	5.0% (2015年)	未達成 (悪化)		
	中学生の“太りすぎ”の子の割合	男子	3.0% (2012年)	3.8% (2015年)	未達成 (悪化)		
		女子	5.5% (2012年)	5.5% (2015年)	未達成 (維持)		
	朝食を食べている小学生の割合 (毎日食べている、どちらかといえば毎日食べている)	96.5% (2012年)	96.1% (2016年)	未達成 (悪化)	100%	100%	
	朝食を食べている中学生の割合	94.2% (2012年)	93.6% (2016年)	未達成 (悪化)			
壮年期	特定健診における内臓脂肪型肥満の方の割合 国保 40 歳以上 (腹囲 男性 85cm 以上、女性 90cm 以上) ※腹囲がない場合は BMI25 以上	41.4% (2011年)	43.3% (2016年)	未達成 (悪化)	減少へ	減少へ	

②「基本目標2：「食」の楽しさ、「食」への感謝の念や理解を育もう」について

- ・共食の指標である「夕食を家族と食べる小学生の割合」は、評価の根拠としていたデータの入手ができなくなったため、評価困難となりました。
- ・食の循環に対する意識の指標として食品ロスの状況を図るために設定した「1人当たりのごみ排出量（1日当たり）」は達成となりました。しかし、これは食品以外のごみを全て含んだものであるため、食品ロスの増減については不明です。
- ・食品ロス削減につながる取り組みには、[農林漁業体験](#)※や、好き嫌いなく食べられるための取り組み、食への感謝の念を育む取り組み、生ごみ堆肥講習会等の生ごみリサイクルの推進等があります。家庭から出る可燃ゴミの約3割～4割が生ごみといわれています。

きょうしよく

共食 をするとどんないいことがあるの？

- ・共食は、食を通じたコミュニケーションを持つ機会となり、食の楽しさを実感させ、精神的な豊かさをもたらすと考えられています。また、健康的な食生活や食への感謝の念、マナー等を教え伝える場にもなります。
- ・共食をすることは「自分が健康だと感じていること」、「健康的な食生活」、「規則正しい食生活」、「生活リズム」につながっています。※『「食育」ってどんないいことがあるの？～エビデンス（根拠）に基づいて分かったこと～Part2』（農林水産省）より

農林漁業体験をするとどんないいことがあるの？

- ・農林漁業体験は「食べ物に関する意識や知識」、「食べ物の嗜好」、「食べ残しなどの食行動」、「心の健康」と関係しています。※『「食育」ってどんないいことがあるの？～エビデンス（根拠）に基づいて分かったこと～Part2』（農林水産省）より

〈指標の目標及び評価結果〉

	指標	前期計画 策定値 (年度)	現況値 (年度)	中間 評価	目標値 2017年度	目標値 2022年度
学童・ 思春期	夕食を家族と食べる小学生の割合 (一緒に食べている、どちらかといえば一緒に食べている)	88.6% (2012年)	89.3% (2013年)	評価 困難	増加へ	増加へ
	夕食を家族と食べる中学生の割合 (一緒に食べている、どちらかといえば一緒に食べている)	78.0% (2012年)	79.3% (2013年)			
全世代	1人当たりのごみ排出量(1日当たり)	684g (2012年)	676g (2013年)	達成	680g	679g

③「基本目標 3：食文化を継承し、生き生きするいまちを次世代へつなごう」について

- ・行事食や郷土料理体験の取組回数については、詳細を把握できなかったため評価困難となりましたが、保育園や学校等において継続的に実施されており、給食のメニューとしても定期的に提供されています。
- ・保育園や学校等の給食では豊見城産及び県内産の食材を取り入れており、地産地消の推進に継続して取り組んでいます。

〈指標の目標及び評価結果〉

	指標	前期計画 策定値 (年度)	現況値 (年度)	中間 評価	目標値 2017 年度	目標値 2022 年度
全世代	行事食や郷土料理体験の取組回数	現況値 なし	主に保育園や学校 等で取組 がある。	評価 困難	各機関 年1回 以上	各機関 年1回 以上

④「基本目標 4：生活習慣を見直し、自分の健康を守ろう」について

- ・3歳児健診におけるむし歯のある子の割合は、改善し、目標を達成しました。しかし依然として20%を超えており、これからも更なる改善が必要です。
- ・むし歯予防については、乳幼児健診時に行う歯科検診や歯みがき指導、栄養相談等により継続して取り組んでいます。歯や口の健康は、体全体の健康維持に影響し、食を楽しみ、人とのコミュニケーションを楽しむためにも大切です。
- ・特定健診の受診率は、改善しましたが、目標には届いていません。

〈指標の目標及び評価結果〉

	指標	前期計画 策定値 (年度)	現況値 (年度)	中間 評価	目標値 2017 年度	目標値 2022 年度
乳幼児期	3歳児健診におけるむし歯のある子の割合	31.4% (2011年)	22.6% (2016年)	達成	25.0%	20.0%
成人期・ 高齢期	特定健診の受診率(国保)	32.3% (2011年)	37.6% (2016年) ※速報値	未達成 (改善)	60.0%	向上

(2) 新たな課題

前期計画を推進する中で見えてきた新たな課題があります。

食育は生涯と通して取り組むものですが、その中でも、特に 20 代 30 代の若い世代では食事を菓子や菓子パンで済ます、欠食が多いなど食生活の知識、意識、実践面で課題が多いことが見えてきました。また、乳幼児期から思春期の子どもたちにも、同じような傾向がみられます。若い世代が健康であることに加え、知識や意識を子どもたちへつなげるためにも、若い世代の食生活の見直しが必要となっています。

加えて、世帯構造の変化や生活スタイルの多様化、子どもの貧困といった食をめぐる状況の変化への対応も求められています。

5. これからの食育推進の方向性と取り組み、指標の設定

前期計画での取組の評価と新たな課題等を踏まえ、本市の目指す食育と、それを実現するための基本的方向を、次のとおり設定し、推進していきます。

(1) 豊見城市の目指す食育

市民一人ひとりが食に関する知識と選択力を身につけ、「食」の大切さを理解し、健全な食生活を実践することができる「ひと」を食を通して育みます。そして、市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ことを目指します。

(2) 基本的方向

- ①健康的な食生活についての知識と意識を高め、選択力を身につける
- ②地産地消、共食、食文化、食品ロスの削減への理解を通じて、食育への意識・関心を高める
- ③関係機関・市民・職場等が連携して食育推進に取り組む



①健康的な食生活についての知識と意識を高め、選択力を身につける

“健康に関する食育”は、前期計画に引き続き、本市の食育推進の最重点課題とします。「健康とみぐすく 21 (第二次・改定 後期計画)」の中で課題や取り組み、指標などを一体的に示しています。

<具体的な取り組み>

- 具体的な取り組みの方向性として、次のように考え、「健康とみぐすく 21 (第二次・改定 後期計画)」の中で示しています。
- ・より効果的に行動変容を促すため、面談での栄養指導などマンツーマンでの食生活の指導・情報提供を強化します。
- ・多くの市民と接する機会を活用し、無関心層に積極的にアプローチします。
- ・乳幼児期から健康的な食生活の定着、20代30代の食生活の再構築を図り、生涯にわたる健康的な食生活の基礎を作ります。
- ・個人の状況や年代に応じた食生活改善に取り組みます。
- ・保育園や学校、職場等、関係機関と連携した取り組みを図ります。

<指標及び目標値>

- 指標及び目標値については、「健康とみぐすく 21 (第二次・改定 後期計画)」の中で食育の指標にもなるものを **食** マークで示しています。

市民の取り組み

- ・食生活のリズムを意識する(1日3食食べる、間食は時間を決める)
- ・食事バランスを意識する(何をどれくらい食べるか)
- ・適正体重を維持する(肥満、やせの予防)
- ・子どもの健康的な食生活の定着を支援する
- ・健診の結果等に応じて、食生活を見直す
- ・食の情報の氾濫に気を付ける

②地産地消、共食、食文化、食品ロスの削減への理解を通じて、食育への意識・関心を高める

食育は様々な分野に関係しています。各分野において食育の推進に取り組み、食への理解を深めることにより、食に関する様々な問題の解決と、食育への意識・関心の高揚を図ります。

<具体的な取り組み>

取組内容	具体的な取り組み	課名
学校等における食育に関する取り組みの推進	<ul style="list-style-type: none"> ●食育に関する計画を作成し推進する。 ●食の知識やマナー等の学習として各学校に副読本を配布する。 	学校教育課
	<ul style="list-style-type: none"> ●毎日の給食を地産地消や郷土料理について理解を促す教材として活用する。 ●市立小中学校において食育授業を実施する。(給食指導含む) ●各学校で給食時間に放送委員が食育に関する放送を行うための資料を作成し提供する。 ●その日の給食メニューに関連した食育情報を掲載した日めくりカレンダーを児童生徒がいつでも見れるように各学校に配布する。 ●年度初めに「月間(給食)カレンダー」を配布する。 ●毎月、給食のメニューに郷土料理や行事食を取り入れる。 ●毎月、給食に豊見城産及び県内産の食材を取り入れる。 	健康推進課
	<ul style="list-style-type: none"> ●「市長とマンゴーランチ in ○○小学校」を実施する。(豊見城産マンゴーを JA おきなわ豊見城支店の協力で、市内の小中学校及び中学校の給食に提供し、その日の給食を市長と食べる 1回/年) ●地域の農水産物を活かした産地づくりの取組、地域活性化の取組を行う。 <ul style="list-style-type: none"> ・拠点産地：マンゴー、トマト ・地域の農水産物の普及、販売促進(イベント会場での直売会、イメージキャラクター活動等) 	農林水産課
地区組織と連携した食育の推進	<ul style="list-style-type: none"> ●食生活改善推進員の地産地消や食文化の継承につながる食育活動を支援する。 	健康推進課
自治会を通じた情報発信、周知の機会づくり	<ul style="list-style-type: none"> ●自治会長連絡会を開催し、市民向けに情報を提供する場を設ける。 	協働のまち推進課
保育園・こども園における取組	<ul style="list-style-type: none"> ●食育に関する計画を作成し推進する。 ●給食で地域の農水産物、郷土料理や行事食を提供。給食を通してマナーやルール、配膳等を教える。 ●みんなで食べる楽しさを感じられるようにする。 ●栽培・収穫・料理体験等を実施する。感謝の気持ちを持つ、野菜を食べられるようつなげる。 	保育こども園課
子育て支援センターや児童館における取組	<ul style="list-style-type: none"> ●親子で収穫・料理体験の実施(ゴーヤーピザ、ムーチー作り等)。苦手な野菜を食べるきっかけにもなる。 ●お弁当会や一品持ち寄り会を開催し、食事の悩み・工夫などの情報交換の場とする。 	子育て支援課
公民館講座など生涯学習としての取組	<ul style="list-style-type: none"> ●生涯学習の中で、料理教室を取り入れる。 	生涯学習振興課
商工観光課における取組	<ul style="list-style-type: none"> ●商工会を通じ、市内事業所に対して食育情報に関する情報提供、食育情報発信の協力依頼等を行う。 	商工観光課
生活環境課における取組	<ul style="list-style-type: none"> ●生ごみ堆肥化講習会(ダンボールコンポスト)を開催する。 ●生ごみ処理機等を購入した市民に補助金を交付する。 	生活環境課

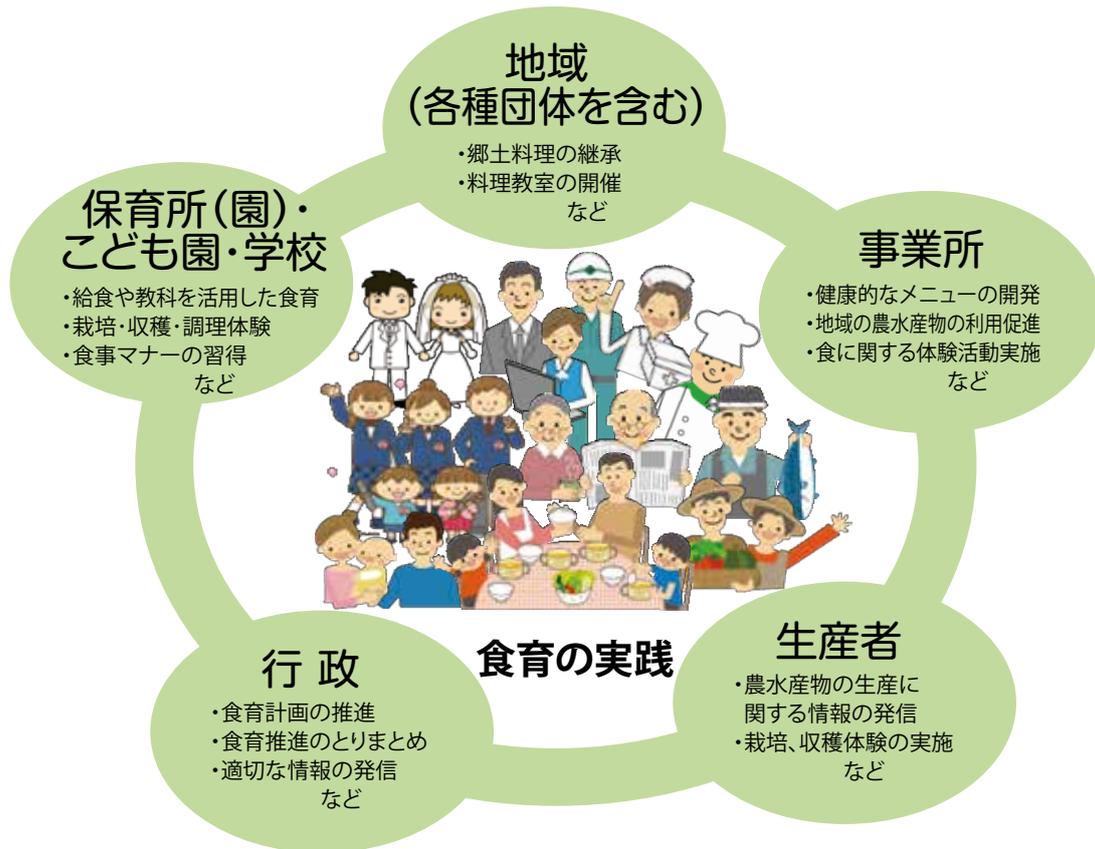
市民の取り組み

- ・食について学び、周囲の人へ伝える。
- ・食事は家族みんなで食べるように心がける。一人暮らしの場合は、友人と食事をするなど誰かと食べる機会を持つ。
- ・家庭で、郷土料理や行事食を取り入れる。子に継承するよう意識する。
- ・家庭で、豊見城産や沖縄県産の食材を取り入れるようにする。
- ・食材をムダにしないように、買い物や調理、食事のときに意識する。
- ・食材に触れ、食を学ぶ機会として、子どもと一緒に買い物をする。
- ・ボランティアや食に関係するイベントに、できるだけ参加して楽しむ。
- ・「いただきます」、「ごちそうさま」のあいさつをする。

③関係機関・市民・職場等が連携して食育推進に取り組む

各分野において食育を継続的に行っていくため、食育に関わる関係課及び関係機関等とそれぞれの役割を確認し、取り組めます。また、食育推進を効果的にするため、関係機関との連携、分野を超えた連携を視野に入れ、取組を考えていきます。

市民生活に密着した食育の推進



(3) 計画の進捗管理について

取組状況や指標の達成状況を調査し、計画の推進状況を把握します。それを踏まえ、効果的な取り組み方法や評価について検討し、計画の推進に努めます。