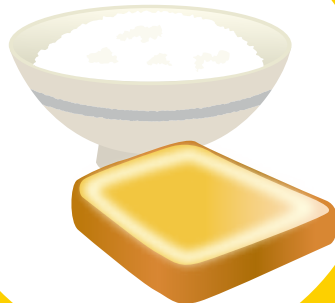


食べる喜び 育む命

元気で長生き

食のじょうえつ



第4次

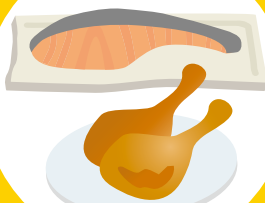
上越市食育推進計画

(令和4年度～令和8年度)

概要版



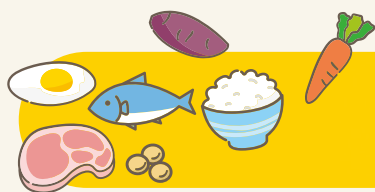
上越市食育推進キャラクター
もぐもぐジョッピー



食育とは？

食育基本法(平成17年7月施行)の中では、「食育」を次のように位置付けています。

- 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



計画の策定にあたって



計画策定の趣旨

平成18年6月23日に上越市食育推進条例を制定し、全市民的な運動として「食育」の推進に取り組み、全ての市民が自発的に楽しみながら食を学び、育むことができる社会を構築していくなどの理念にのっとり、平成19年11月に第1次上越市食育推進計画、その後、平成24年3月に第2次推進計画、平成29年3月に第3次推進計画を策定しました。

これまでの食育推進計画に基づく取組の結果、学校や保育園・幼稚園現場においては、食育活動が充実し、定着してきていますが、市民一人一人においては、社会を取り巻く情勢や市民意識、生活環境の変化もあり、「食」への関心が高まってきているものの、朝食の欠食や栄養バランスに配慮した食事の実践などの現状から推察しますと、家庭を中心とした食育の実践は、まだ十分とは言えない状況です。

このような状況から、市民が生涯にわたり心身ともに健康で充実した生活を送るためには、これまで取り組んできた健全な食習慣の確立や生活習慣病の予防、自分に適した食を選びとっていく力の育成等に加え、食育の実践を定着させる取組を強化していく必要があります。

これまでの食育推進活動から見えてきた課題を整理するとともに、その課題を解決するため、「第4次上越市食育推進計画」を策定しました。

計画の位置付け

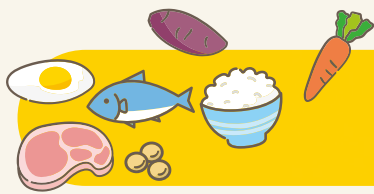
本計画は、食育基本法第18条に規定される市町村食育推進計画に該当するものであり、市が推進する食育の基本的な方針、目標に関する事項、市民等が行う自発的な食育推進活動等の総合的な促進に関する事項などについて定め、関係施策を総合的かつ計画的に推進するための基本計画として位置付けます。

なお、本市においては、上越市第6次総合計画に基づき各分野で既に策定され、実施されている食育に関連する計画がありますので、それらの計画と整合、連携を図りながら、総合的かつ計画的に食育を推進していきます。

計画の期間 令和4年度～令和8年度(5年間)

第1次から第4次上越市食育推進計画の基本的な考え

期 間	基本的な考え	キーワード
第 1 次	「食育推進運動」のスタート	「食育」の周知・啓発
第 2 次	「家庭での食育」の実践	「周知」から「実践」へ
第 3 次	一人一人の食育の実践から、多様な関係者の連携で、食育をつなぎ、 伝承する	食育の「実践」の環を広げよう
第 4 次	食育の環の広がりから、様々な場面で一人一人の食育の実践が定着する	食育の「実践」の定着に向けた取組の強化



これまでの取組（一例）



第3次推進計画では、第2次推進計画の内容を基本的に継承しつつ、関係機関・団体・企業や学校等の多様な関係者が家庭や地域と連携し、一人一人の食育の実践を、これからの食育活動を支える若い世代を始めとした多くの市民へつなぎ、伝承し、実践の環を広げていくよう取り組みました。



保育園での野菜作り体験



ふるさと献立の日の学校給食の一例
(さめのフライ、ゆかり和え、夏のっぺい汁)



「食育実践セミナー」における
朝ご飯についての食体験

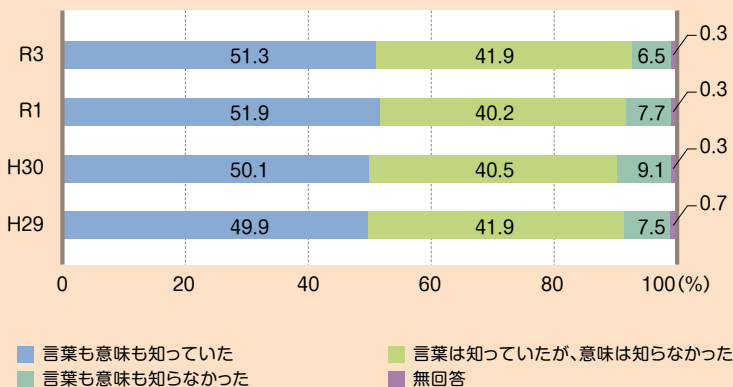


食育月間1DAY 啓発事業
「もくもくジョッピーの食育フェア」

食育市民 アンケート から

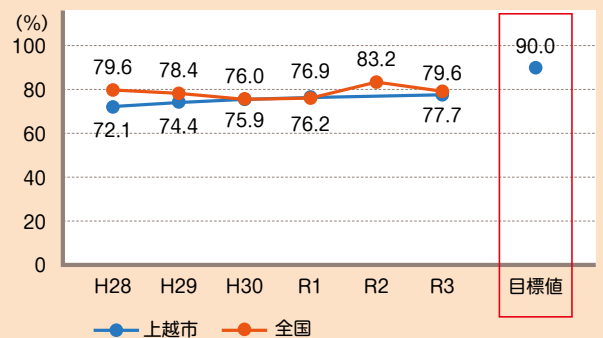
「食育」に対する認知度の推移

(平成29年度～令和3年度)



「食育」に関心を持っている市民の割合の推移

(平成29年度～令和3年度)



※R2年度の食育市民アンケートの実施はなし

「食育」という言葉自体は9割の市民が知っていますが、その意味まで理解している市民は約半数にとどまります。また、関心度は令和3年度時点で77.7%であり、多くの市民が食育に関心を持っていることが分かりますが、目標値の90%に達していないことから、引き続き食育への取組を進めていく必要があります。



第4次食育推進計画の概要



本計画では、食育基本法に掲げる基本的施策及び上越市食育推進条例の施策の策定等に係る指針の規定を踏まえ、4つの基本方針に基づき食育を推進します。

なお、第4次推進計画では、第3次推進計画の内容を基本的に継承しつつ、社会情勢や市民の意識、生活環境の変化に対応した取組を家庭や学校、地域、関係機関が連携して実施するとともに、市民の食育の「実践」の定着に向けた取組を強化していきます。

食を取り巻く現状と課題

現状

- ✓ 少子、高齢化の進展、夫婦のみの世帯や単身世帯の増加による世帯員の減少、共働き世帯の増加
- ✓ 食に関する価値観や個々のライフスタイルの多様化による食生活の変化
- ✓ 健全な食生活や古くから各地で育まれてきた多彩な食文化の喪失
- ✓ 朝食の欠食に代表される食習慣の乱れ
- ✓ 農林漁業者の高齢化や後継者不足による遊休農地の拡大
- ✓ 食料自給率が低下する一方で、食品ロスが発生
- ✓ 新型コロナウイルス感染症の流行による生活や行動・意識・価値観の変化

課題

- ✓ 社会構造の変化に対応した、子どもから高齢者まで生涯にわたる間断のない食育の推進
- ✓ 古くから各地で育まれてきた多彩な食文化の継承
- ✓ 食品ロスの削減を始めとした食料問題への対応
- ✓ 「新たな日常」に対応したデジタルツールやインターネットを活用した食育推進活動の推進
- ✓ 在宅時間を有効に活用するための食育情報の発信

第3次推進計画からの変更点

新たな施策

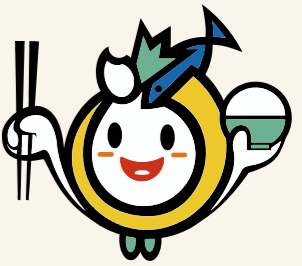
- ★ 在宅時間を活用した食育の推進 基本方針1
- ★ 「新たな日常」やデジタル化に対応した食育の推進 基本方針3

見直した施策

- ★ 情報共有による食育関係団体の連携促進 基本方針3

拡充した施策

- ★ 安全・安心な農林水産物の安定供給と消費拡大の推進 基本方針4



上越市食育推進キャラクター
もぐもぐジョッピー

基本方針 1

生涯にわたり食を通じた心身の健康づくりを推進します



基本方針 2

地域や家庭で受け継がれてきた食文化を継承します



基本方針 3

食育推進に向けた連携促進と情報共有できる環境づくりを推進します



基本方針 4

上越の農林漁業への理解を促進します



基本方針

基本施策

(1)一人一人の年齢や環境に応じた食習慣の確立

- ①各ライフステージに応じた切れ目のない食育の推進 全
②生活リズムの形成に向けた働き掛け(健全な食習慣の啓発) 全
③歯や口の健康の大切さの普及啓発(よく噛んで食べること、歯や口の健康) 全
④生活習慣病の予防につながる食育の推進 青 学 思 高 全
⑤適度な運動の励行 全

(2)家庭、学校、地域、その他あらゆる機会及び場所の活用

- (I)家庭における食育の推進
①親子で参加・体験できる機会の充実 乳 学 思 青 全
②食生活の改善に必要な情報の普及 全
③家族揃って食事をとる共食の励行 全
★④在宅時間を活用した食育の推進 全
(II)学校、保育園等における食育の充実
①食の体験活動の充実 乳 学 思 全
②食に関する実践的な教育活動の推進 学 思 全
③特色ある食育推進に対する支援 学 思 全
(III)地域における食生活改善に向けた取組の推進
①栄養バランスを意識した食生活の促進 全
②栄養バランスに優れた日本型食生活の普及 全
③地域での共食に対する支援 全

(1)郷土の優れた食文化の継承

- ①郷土料理や行事食の継承と普及 全
②学校給食への郷土料理の導入促進 学 思 全

(1)食育推進に向けた連携促進

- ①情報共有による食育関係団体の連携促進 全
②医療機関や大学、研究機関等との連携 全

(2)食育情報の発信と共有

- ①食育の実践につながる情報発信 全
②食育の実践につながる体験の場の提供 全
★③「新たな日常」やデジタル化に対応した食育の推進 全

(3)食の安全性の確保

- ①食の安全性に関する情報提供 全
②食品表示の理解促進 全

(1)地域内での自給を基本とした地産地消の推進

- ①学校給食における地場産物(青果物)の使用量の拡大 学 思 全
②地産地消の推進 全

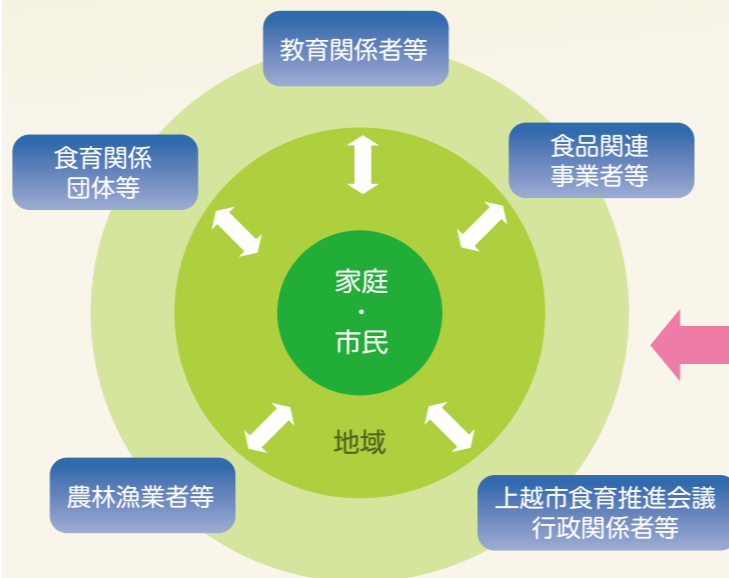
(2)生産者と消費者の信頼関係の確立

- ①生産者と消費者の相互理解の促進 全
②地域で行われている農林漁業体験活動の情報提供の充実 全
③農林漁業体験を通じた都市と農村の交流促進 全

(3)環境と調和のとれた持続可能な農林漁業の発展

- ◆①安全・安心な農林水産物の安定供給と消費拡大の推進 学 思 青 壮 高 全
②食品ロス削減に向けた取組の啓発 全

食育推進体制のイメージ



上越市庁内の食育推進体制

庁内の食育推進担当8課が連携

- 農林水産部 ●農政課 ●農村振興課
●健康子育て部 ●健康づくり推進課 ●保育課
●産業観光交流部 ●上越ものづくり振興センター
●教育委員会 ●教育総務課 ●学校教育課 ●社会教育課

ライフステージ表示

- 乳 …乳幼児期(おおむね0～5歳) 青 …青年期(おおむね19～39歳)
学 …学童期(おおむね6～12歳) 壮 …壮年期(おおむね40～64歳)
思 …思春期(おおむね13～18歳) 高 …高齢期(おおむね65歳以上)
全 …全世代

- ★は第4次推進計画で新たに設けた施策
●は第4次推進計画で見直した施策
◆は第4次推進計画で拡充した施策



食育推進計画の基本目標を実現するために

基本目標を実現するために、4つの基本方針と具体的な指標項目の目標値を設定しました。

基本目標の実現を目指して、みんなで取り組みましょう。

基本方針 ① 生涯にわたり食を通じた心身の健康づくりを推進します

(1)一人一人の年齢や環境に応じた食習慣の確立

No.	指標項目	現状 (R3)	目標値 (R8)	
1	朝食を欠食する市民の割合(全く食べない+あまり食べない)	小学生	3.1%	0%
		中学生	5.2%	0%
		高校生	5.2%	3%
		若い世代(20歳~39歳)	7.3%	6%
2	虫歯のない児童・生徒の割合	3歳	96.3%	95%
		12歳	90.4%	90%
		17歳	79.6%	80%
3	ゆっくりよく噛んで食べる市民の割合	45.8%	70%	
4	適正体重を維持している市民の割合	20歳代~60歳代の男性	69.3% (R2)	75%
		20歳代~60歳代の女性	80.6% (R2)	85%
5	生活習慣病の予防や改善のために、ふだんから適正体重の維持や減塩等に気を付けた食生活を実践する市民の割合	57.0%	72%	

(2)家庭、学校、地域、その他あらゆる機会及び場所の活用

No.	指標項目	現状 (R3)	目標値 (R8)	
1	朝食又は夕食を家族と一緒に食べる「共食」の週当たりの回数	週9回	週11回以上	
2	普段の食生活の中で食べることを楽しんでいる市民の割合	82.8%	90%以上	
3	主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている市民の割合	全世代	43.6%	80%
		若い世代(20歳~39歳)	29.0%	55%
4	地域等で共食したいと思う人が共食する割合	42.0%	75%	

基本方針 ② 地域や家庭で受け継がれてきた食文化を継承します

No.	指標項目	現状 (R3)	目標値 (R8)
1	地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承し、伝えている市民の割合	67.3%	75%
2	地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承している若い世代(20歳~39歳)の市民の割合	61.8%	65%
3	郷土料理や伝統料理を月1回以上食べている市民の割合	46.9%	50%以上

基本方針 ③ 食育推進に向けた連携促進と情報共有できる環境づくりを推進します

No.	指標項目	現状 (R3)	目標値 (R8)	
1	食育に関心を持っている市民の割合	77.7%	90%以上	
2	食品の安全性について基礎的な知識を持ち、自ら判断する市民の割合	全世代	69.0%	90%
		若い世代(20歳~39歳)	63.7%	70%

基本方針 ④ 上越の農林漁業への理解を促進します

No.	指標項目	現状 (R3)	目標値 (R8)
1	学校給食で地場産物(青果物)を使用する割合	18.0%	20%
2	地域食材を積極的に活用する飲食店(地産地消推進の店)の認定店数	173軒	180軒以上
3	環境保全型農業に積極的に取り組む組織数及び取組面積	63組織 929ha	91組織 1,473ha
4	環境に配慮した農林水産物・食品を選ぶ市民の割合	58.0%	75%以上
5	食品ロス削減のために何らかの行動をしている市民の割合	91.1%	92%以上



食育ピクトグラムの紹介



食育ピクトグラムは、食育の取組を子どもから大人まで誰にでもわかりやすく発信するため、国が作成したものです。食育の取組についての情報発信や普及啓発を目的とした資料等に自由に使うことができます。市民の皆さんに内容が伝わるよう、第4次推進計画においても使用しています。



共食

家族や仲間と、会話を楽しみながら食べる食事は、心も体も元気にします。



朝食欠食の改善

朝食の摂取は、健康的な生活習慣につながります。



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なります。



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す。



歯や口腔の健康

よくかんで食べることにより歯の発達・維持、食べ物による窒息を防ぎます。



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す。



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。



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す。



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は、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がります。



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す。



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す。



食育の推進

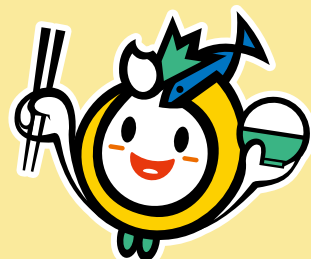
生涯にわたって心も身体も健康で、質の高い生活を送るために「食」について考え、食育の取組を応援します。

上越市の食育に関する情報は…
市ホームページ「上越の食育」をご覧ください

上越の食育

検索

URL <https://www.city.joetsu.niigata.jp/site/syoku-iku/>



お問い合わせ先