

第3次みよし市食育推進計画（案）

計画期間 ○○元年度（2019年度）～○○5年度（2023年度）

平成31年3月

みよし市

※資料中の○○には和暦の新元号を入れる予定です。

目 次

第1章 第3次みよし市食育推進計画策定にあたって	1
1 計画策定の趣旨	1
2 計画推進の基本的な考え方	2
3 計画の期間	2
4 食育推進計画の位置づけ	3
5 計画策定の体制	4
第2章 みよし市の食をめぐる現状と課題	5
1 基礎統計	5
2 アンケート調査等から見える現状	14
3 第2次みよし市食育推進計画の評価	20
4 重点課題	31
第3章 みよし市の目指す食育	32
1 みよし市の基本理念	32
2 みよし市の基本目標	33
3 市民の行動指針	34
4 体系図	36
第4章 具体的な取組	37
1 市民のライフステージ別の目標	37
2 みよし市の基本目標別の取組	41
3 目標値の設定	68
第5章 食育推進のための仕組みづくり	71
1 食育推進策とネットワークづくり	71
2 事業の評価等について	71



第3次みよし市食育推進計画策定にあたって

1 計画策定の趣旨

食は命の源であり、私たちが生きていくためには欠かせません。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、我が国では、急速な経済発展に伴い、生活水準が向上するとともに、食を取り巻く社会環境が大きく変化する中で、食に関する国民の価値観やライフスタイル等の多様化が進んでいます。

このような中、国民の意識の変化とともに、世帯構造の変化や様々な生活状況により、健全な食生活を実践することが困難な場面も増えてきています。さらに、古くから各地で受け継がれてきた地域の伝統的な食文化等、国民の食文化に関する意識が希薄化し、失われていくことも危惧されています。また、社会においては、食を支える人々の活動が見えにくくなることで食を提供する側のモラルの低下が生まれ、食品表示義務違反や食品偽装など、食の安全・安心に関わる問題が生じています。同時に、膨大な食品ロスも問題となっています。

この現状を受けて、国では平成17年7月に食育基本法を制定し、食育の推進に取り組むための基本計画を明らかにしました。平成28年3月には「第3次食育推進基本計画」を決定し、食を取り巻く社会環境が変化するなか、食をめぐる状況や諸課題を踏まえつつ、食育に関する施策を総合的かつ計画的に推進しています。

本市では、市民一人ひとりが自ら食を見つめ直し、健康的な食習慣を培うと同時に、食を通して自然の恩恵と食べ物に対する感謝の気持ちを養い、地域の行事や、継承されてきた食文化を理解するよう、さらに、健康的で心豊かに生きられる人を育て、安全で無駄のない食の環境づくりや地産地消をすすめるとともに、これらを実践するための行動指針を定め、市民が生涯を通してより良い食生活を築けるよう、平成26年3月に「第2次みよし市食育推進計画」を策定し、更なる食育の推進に取り組んできました。

「第2次みよし市食育推進計画」の計画期間の終了を迎え、食や健康を取り巻く社会情勢が変化する中、計画の進捗状況を分析し、実情に沿った食育施策を計画的に推進していくため、新たに「第3次みよし市食育推進計画」を策定しました。

2 計画推進の基本的な考え方

「第3次みよし市食育推進計画」では、第2次計画による取組実績と評価を踏まえて、〇〇5年度までに達成すべき数値目標を掲げ、さらに食育を推進していくこととしました。この計画により、「食を通した、人づくり、健康づくり、環境づくり」の実現を目指して、市民一人ひとりが食の大切さを理解し、取り組めるよう関係団体と連携、協力して食育を推進してまいります。

食育とは（国の食育基本法より抜粋）

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であり、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です。

3 計画の期間

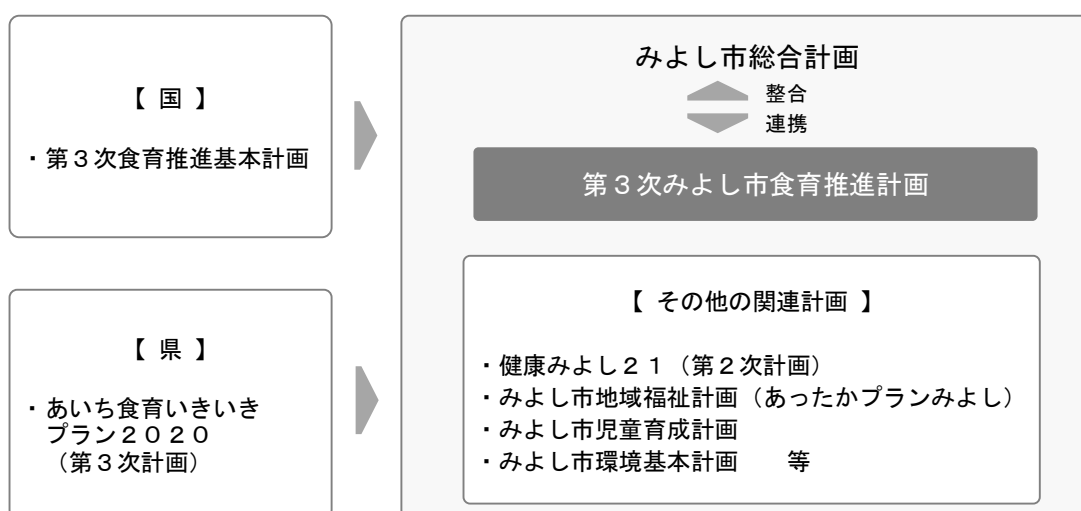
計画期間は、〇〇元年度から〇〇5年度の5年間とします。また、社会情勢等の変化を踏まえ、必要な場合は見直しを行います。

平成 26年度	平成 27年度	平成 28年度	平成 29年度	平成 30年度	〇〇 元年度	〇〇 2年度	〇〇 3年度	〇〇 4年度	〇〇 5年度
第2次みよし市食育推進計画					第3次みよし市食育推進計画				
				見直し					見直し

4 食育推進計画の位置づけ

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、本市の食育の推進に関する基本的な事項を定めるものです。

また、本計画の上位計画である「みよし市総合計画」をはじめ、関連する市の各種計画との整合を図るとともに、国の「第 3 次食育推進基本計画」や、愛知県の「あいち食育いきいきプラン 2020」（第 3 次計画）とも整合を図りました。



5 計画策定の体制

(1) 食育推進会議の設置

「みよし市食育推進会議」は、学識経験者、各種団体代表、公募市民などを中心とし、市民の食育の推進を図ることを目的に組織しています。

本計画の策定においては、この「みよし市食育推進会議」の委員が計画づくりの中心的な役割を担い、会議を開催する中で計画の具体的な内容を協議しました。

(2) 食育研究会の設置

庁舎内部組織として「食育研究会」を置き、食育に関する既存事業の見直し作業をはじめ新規事業への取組など、食育推進の目的に沿った関係事業について協議・検討を行いました。

(3) パブリックコメント

本市では、市民参画のため広報誌やインターネットなどを利用したパブリックコメントを実施しました。



第2章

みよし市の食をめぐる現状と課題

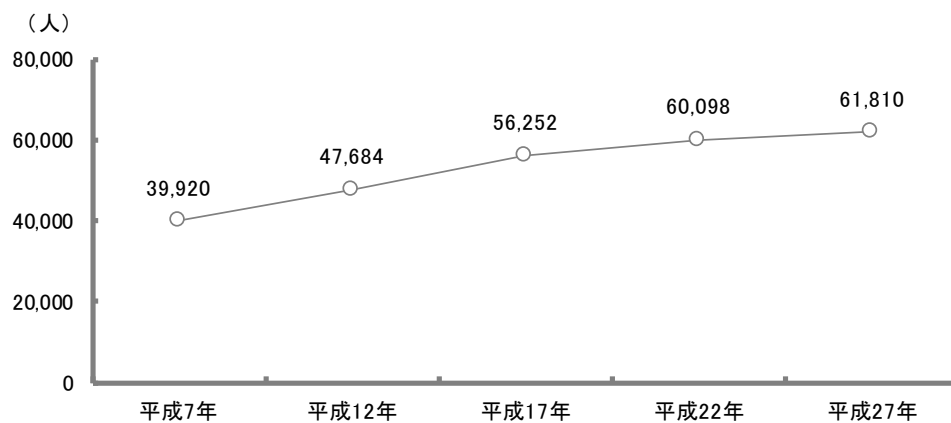
1 基礎統計

(1) 人口構成

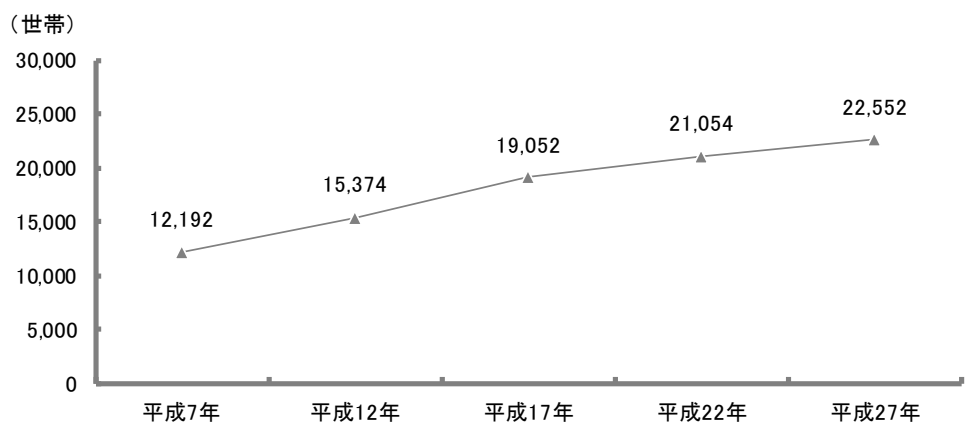
① 人口・世帯数の推移

本市の人口・世帯数はともに年々増加しており、平成27年では、人口は61,810人、世帯数は22,552世帯となっています。

人口の推移



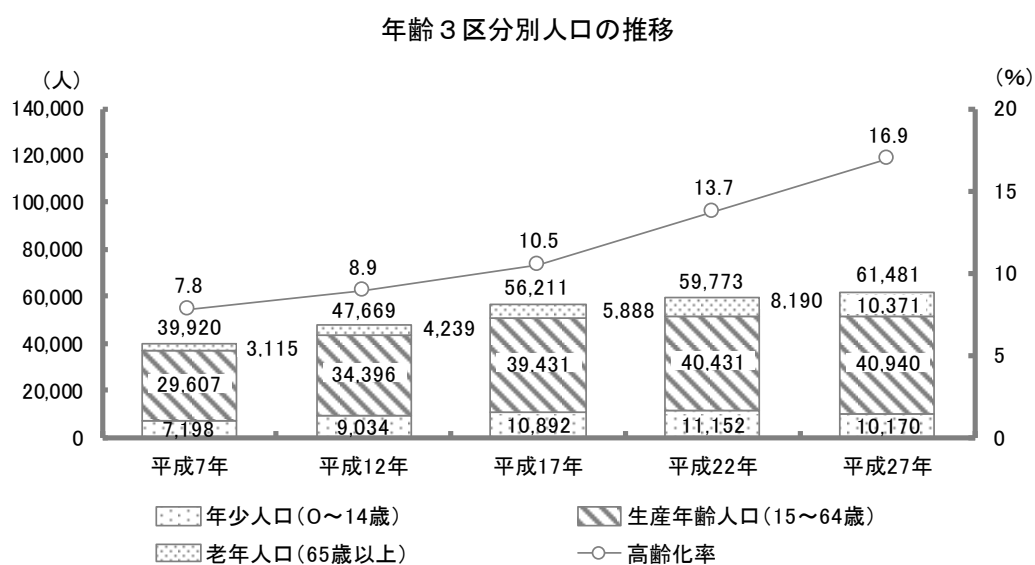
世帯数の推移



資料：国勢調査

② 年齢3区分別人口の推移

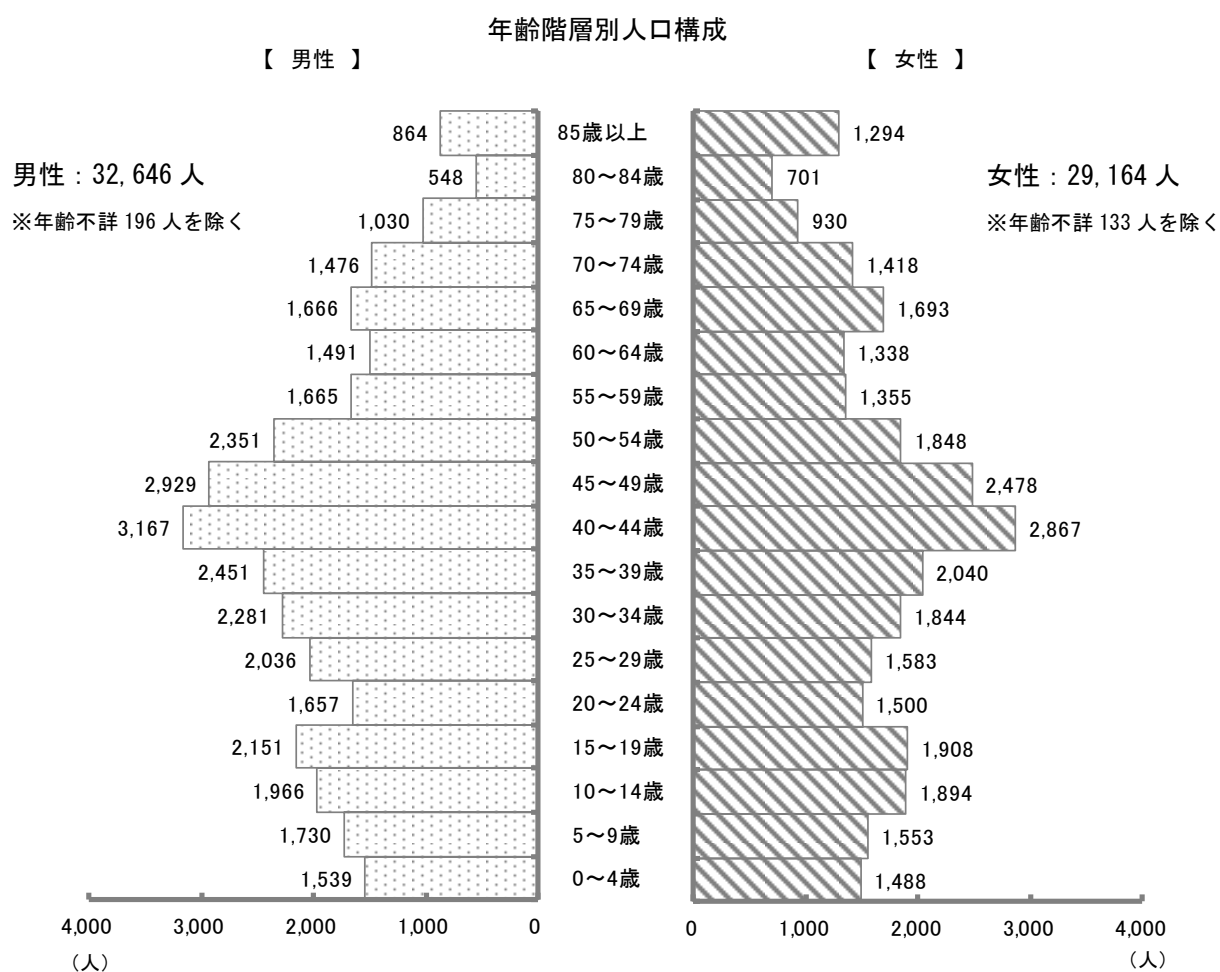
年齢3区分別人口は、生産年齢人口、老年人口ともに年々増加しているのに対し、年少人口は平成22年をピークに減少しており、平成27年では、年少人口は10,170人、生産年齢人口は40,940人、老年人口は10,371人、高齢化率は16.9%となっています。



資料：国勢調査
※年齢不詳を除く

③ 年齢階層別人口構成

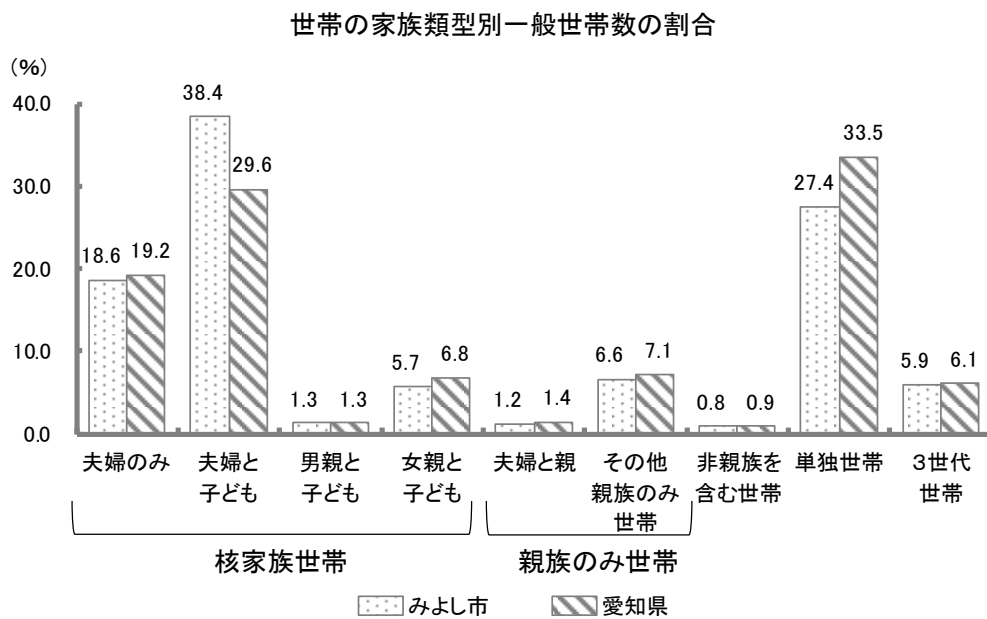
年齢階層別人口構成は、男性が 32,646 人、女性が 29,164 人となっており、その年齢階層別の構成は次のとおりです。特に 30 歳から 54 歳までの子育て世代の人口が多いことが分かります。



資料 : 国勢調査 (平成 27 年)

(2) 世帯の状況

本市の世帯の状況をみると、「夫婦と子ども」世帯が38.4%と最も多く、次いで「単独」世帯が27.4%、「夫婦のみ」世帯が18.6%となっています。愛知県との比較では、「夫婦と子ども」世帯が約9ポイント高くなる一方、「単独」世帯は約6ポイント低くなっています。



資料：国勢調査（平成27年）

(3) 地域の食資源

① 農産物

ア 生産状況

本市の主な農産物の栽培面積をみると、米や小麦のほか、ぶどう、柿が20haを超える面積があり、市の特産品となっています。

主な農作物の生産状況

農産物名	栽培経営体数	栽培面積 (ha)
水稻	220	235
小麦	5	28
日本梨	35	—
ぶどう	54	22
柿	84	28
梅	21	10

資料：農林業センサス(2015年)

イ 直売施設

市内には、グリーンセンター三好店、グリーンステーション三好、さんさん市場、軽トラ市などの農産物直売施設があり、みよし市でとれた野菜や柿、梨、ぶどうなどの果物も販売されています。

直売施設の概要

直売施設名	特徴
グリーンセンター三好店	J Aの農産物直売施設で、本市の新鮮な農産物を販売しています。
グリーンステーション三好	J Aの果樹選果場直売施設で、本市の特産物である柿・梨・ぶどうなどの果物を販売しています。
さんさん市場	「みよしまち育て塾」の中の「農地有効活用を考えるグループ」が、『みよしは直売所ができることで、作り手が増え、農地の有効活用ができるのでは?』とのアイデアから開いたもの。農家の皆さんが収穫した新鮮な農産物が並びます。
軽トラ市	軽トラックの荷台などを店舗に見立てた朝市を開催しています。新鮮な野菜や果物・加工品・雑貨などをお値打ちにお買い求めいただけます。

② 食に関する産業（飲食店・小売店）

市内には、飲食店における栄養成分表示を始め、食育や健康に関する情報を提供する「食育推進協力店※」が20店舗あり、うち14店舗が栄養表示店であり、6店舗が情報提供の店舗となっています。

また、消費者と生産者が一緒になって愛知県の農林水産業を支えていこうという「いいともあいち運動※」を推進する販売店舗が6店舗あります。

※食育推進協力店：栄養成分表示や食育に関する情報提供等を行う飲食店として、愛知県の「食育推進協力店登録制度」に登録された飲食店のことです。

※いいともあいち運動：県内の消費者と生産者が相互理解や交流を深めたり、地産地消をすすめることで、県民みんなで愛知県の農林水産業を支えていこうという、愛知県独自の取組です。



③ 食文化

本市には、地元でとれた柿や大根、白菜などを使った、「柿なます」や「煮あえ」、「白菜と切干大根のおひたし」などの日常食される料理のほか、お祭りのときに食べられるすしの「はこ寿司」や「おこしもん」があります。

伝統料理・郷土料理の概要

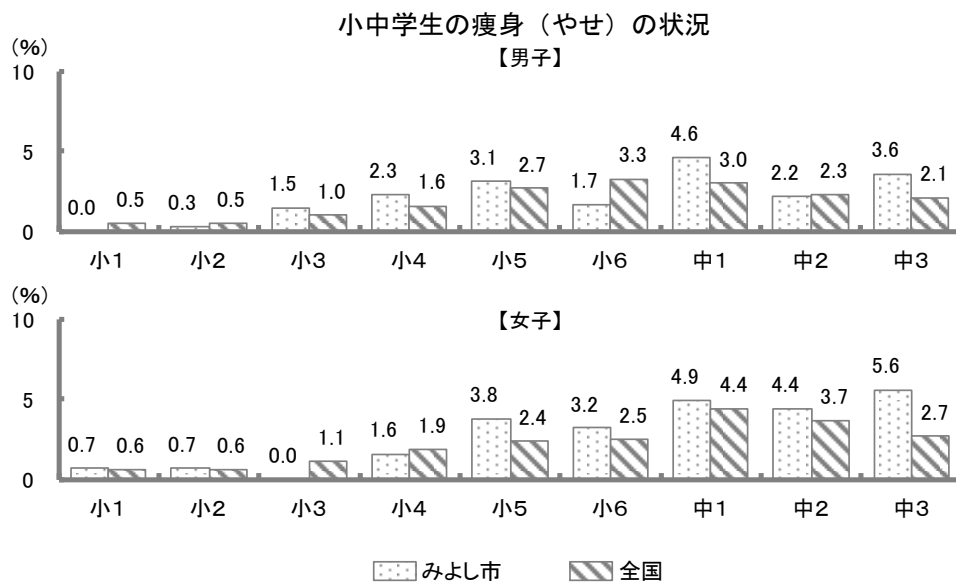
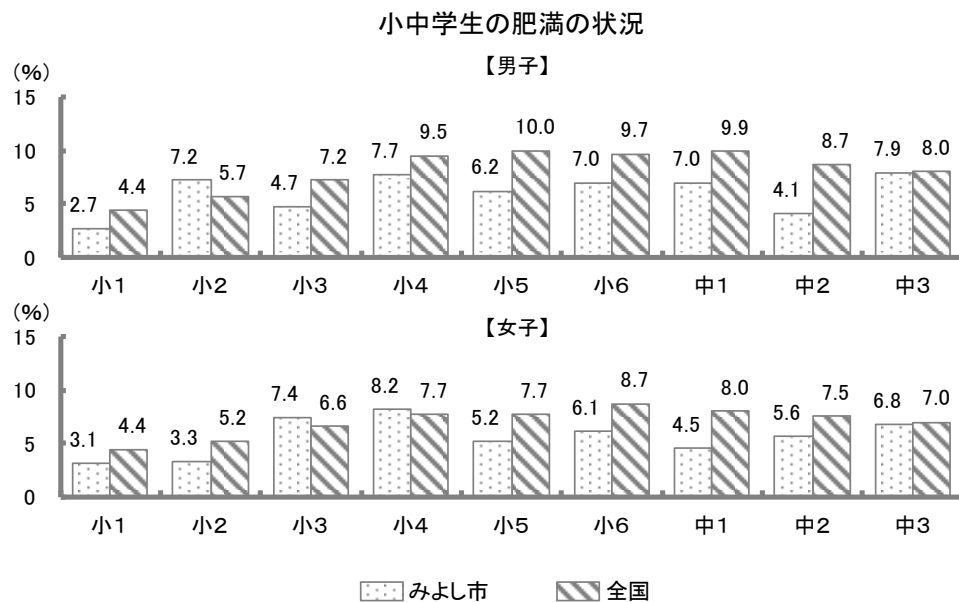
料理名	特徴
はこ寿司	みよしのお祭りのときに作られる「はこ寿司」
とりめし	打越地区で長老が中心となって作っていた「とりめし」
おこしもん	ひなまつりに作られる米粉のお菓子「おこしもん」
煮あえ	大根栽培が盛んだったみよしの大根の「煮あえ」
柿なます	柿と大根の酢の物「柿なます」
白菜と切干大根のおひたし	みよし南部地域で生産されている切干大根の「おひたし」

(4) 健康の状況

① 子どもの健康状況

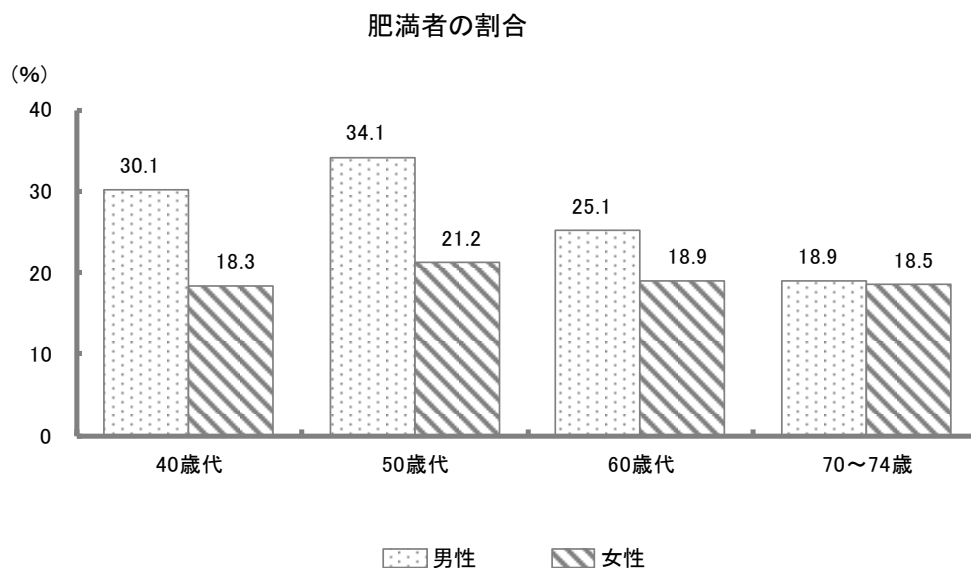
小中学生の肥満・痩身（やせ）の状況をみると、肥満の割合は、小学4年生女子で8.2%と最も高くなっています。全国の平均値との比較では、全般的に全国より低くなっていますが、小学2年生男子、3年生女子、4年生女子で全国より高い値となっています。

痩身（やせ）の割合は、中学3年生女子で5.6%と最も高くなっています。全国との比較では、全般的に全国より高くなっており、特に女子の小学5年生以降では、全国より高い値が続いています。



② 大人の健康状況

平成 28 年度の特定健康診査（国保加入者分）の結果をみると、BMI※値 25 以上の者（肥満者）の割合は男女ともに 50 歳代が最も高くなっています。特に男性の 50 歳代で高くなっており、34.1%となっています。



※BMI : Body Mass Index の略称。体格指数のことで、「体重 kg ÷ (身長 m × 身長 m)」で算出される肥満度を測るための国際的な指標です。医学的に最も病気が少ない数値として 22 を「標準」とし、18.5 未満なら「やせ」、25 以上を「肥満」としています。

（５）学校給食における地元食材の使用状況

① 学校給食

学校給食センターで、小中学生に向け給食を作っています。給食のご飯はみよし市産の米を使用し、みよし市産の米を使った「米粉パン」や特産である果物などを献立に採用するなど、地産地消※を推進しています。また、愛知県産の食材や旬の食材使用に配慮しています。

学校給食の献立に使用された地元食材（平成 29 年度）

分類	食材
みよし市産	米、切り干し大根、はくさい、柿（富有）、梨
愛知県産	豚肉、うずらたまご、液卵、ちりめんじゃこ、焼きのり、蒸し大豆、とうふ、油揚げ、生揚げ、納豆、がんもどき、米みそ、豆みそ、八丁みそ、かぶ、きゃべつ、きゅうり、こまつな、さといも、じゃがいも、春菊、セロリ、だいこん、たまねぎ、青梗菜、冬瓜、なす、生しいたけ、にんじん、ねぎ、パセリ、ブロッコリー、ほうれん草、水菜、みつば、もやし、モロヘイヤ、れんこん、冷凍みかんなど



※地産地消：地域で生産された食料（農林水産物）を地域で消費する取組のこと。消費者にとっては、新鮮な生産物を入手でき、生産者は消費者ニーズに対応した生産が展開できるなどの効果があります。

2 アンケート調査等から見える現状

(1) 調査の概要

① 調査の目的

本調査は「第2次みよし市食育推進計画」の進捗状況を評価するとともに、「第3次みよし市食育推進計画」の策定のための基礎資料を得ることを目的として実施しました。

② 調査対象

園児・小学2年生：みよし市に通園している保育園児・幼稚園児（年中児）とみよし市内の小学2年生

小学5年生・中学2年生：みよし市内の小学5年生、中学2年生

高校生：みよし市内の高校2年生

一般：みよし市在住の18歳以上

③ 調査期間

平成30年7月

④ 調査方法及び回収状況

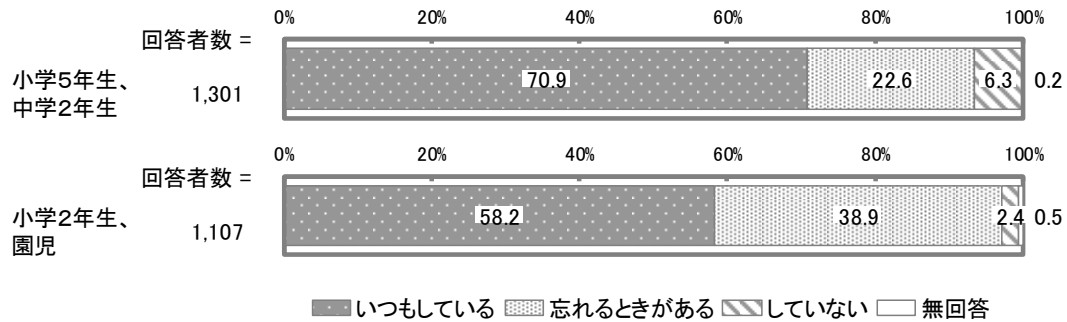
対象	調査方法	配布数	有効回答数	有効回答率
園児・小学2年生	直接配布・回収	1,436通	1,107通	77.1%
小学5年生・中学2年生	直接配布・回収	1,396通	1,301通	93.2%
高校生	直接配布・回収	280通	273通	97.5%
一般	郵送による配布・回収	1,000通	451通	45.1%

(2) 調査結果（一部抜粋）

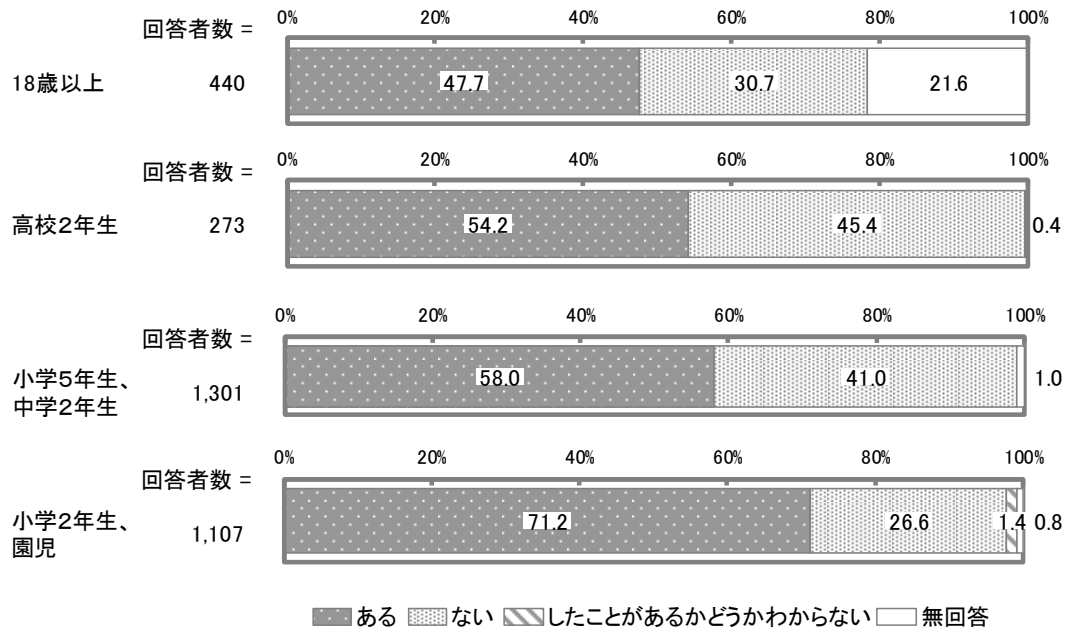
基本目標 1 ～人づくり～

食の大切さや楽しさが分かる心豊かな人を育てます

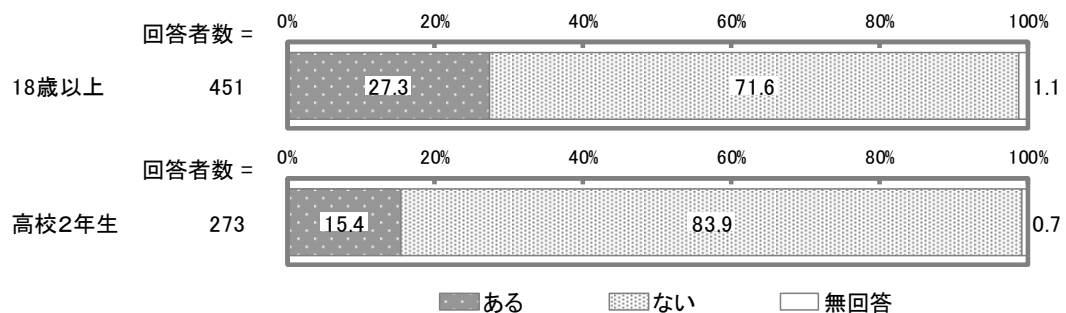
① 「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをする人について



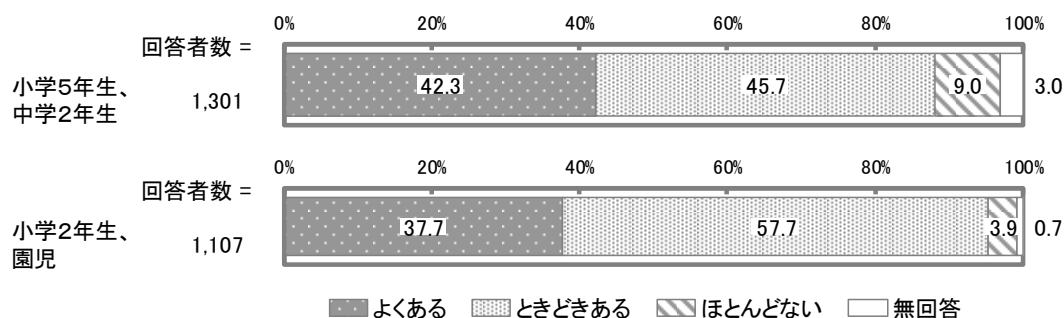
② 農作物の栽培体験をしたことがある人について



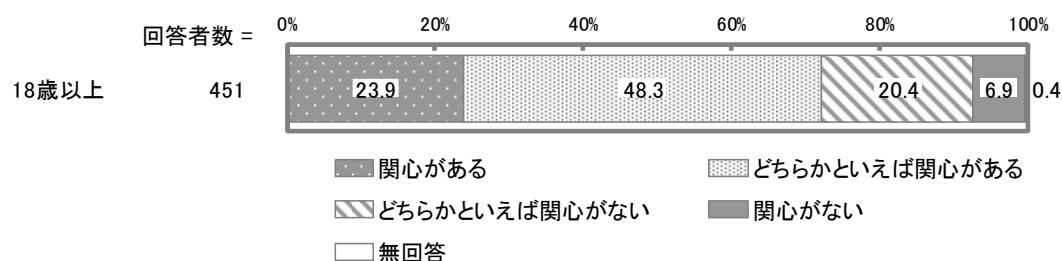
③ 料理教室に参加したことがある人について



④ 料理の手伝いをすることがある人について

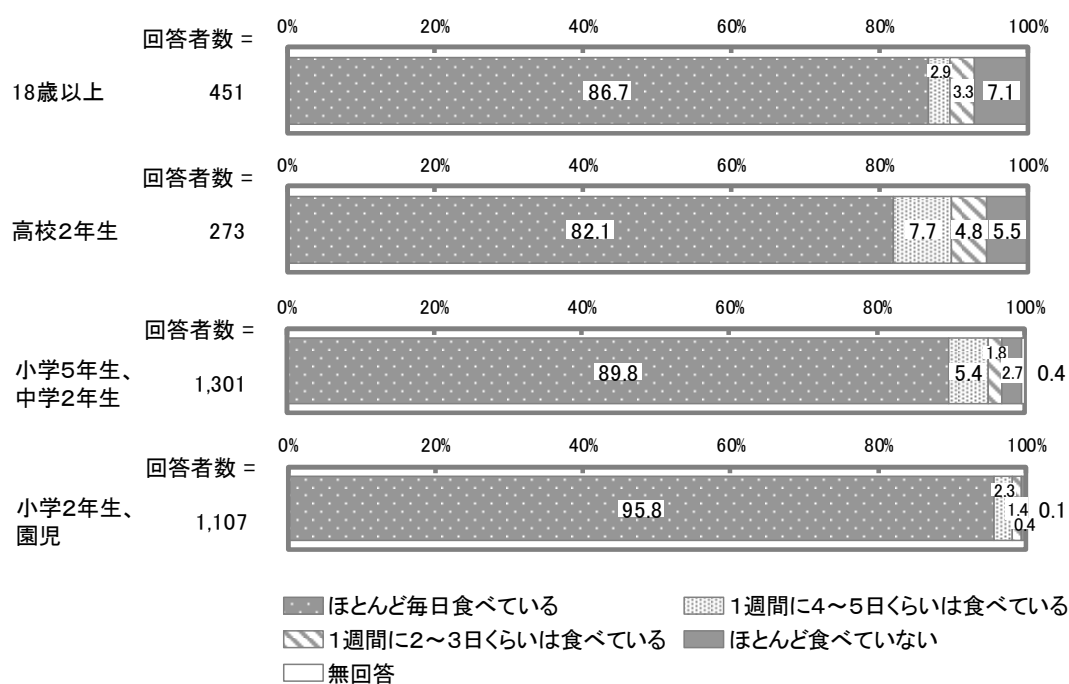


⑤ 食育に関心がある人について

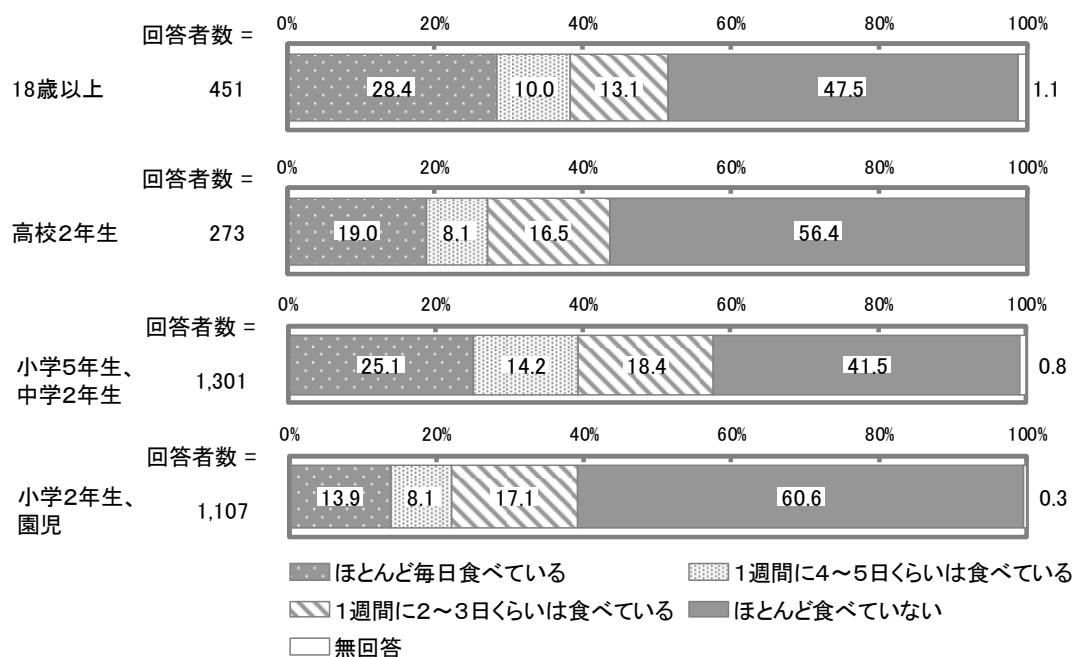


基本目標 2 ～健康づくり～ 食を通して、健康な体を育みます

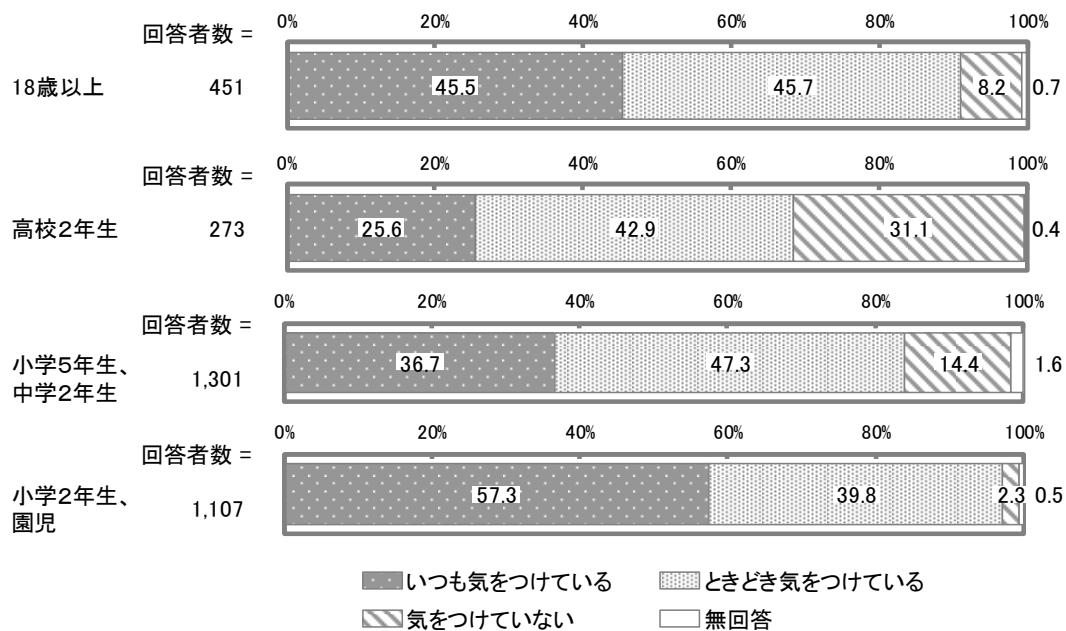
⑥ 朝食の欠食割合について



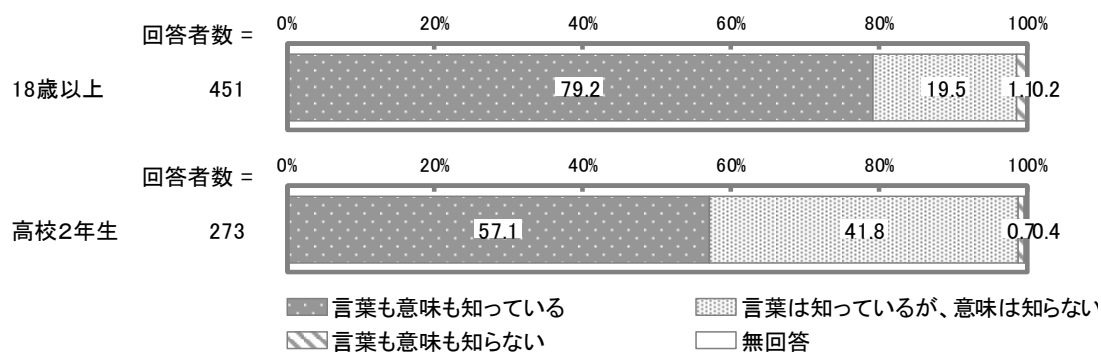
⑦ 朝食に野菜を食べている人について



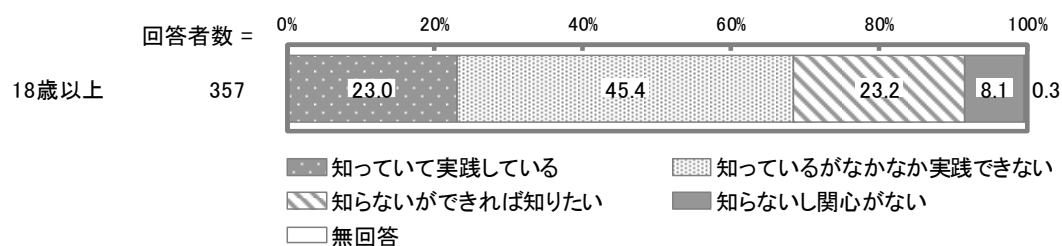
⑧ 食事の栄養バランスに気を付けている人について



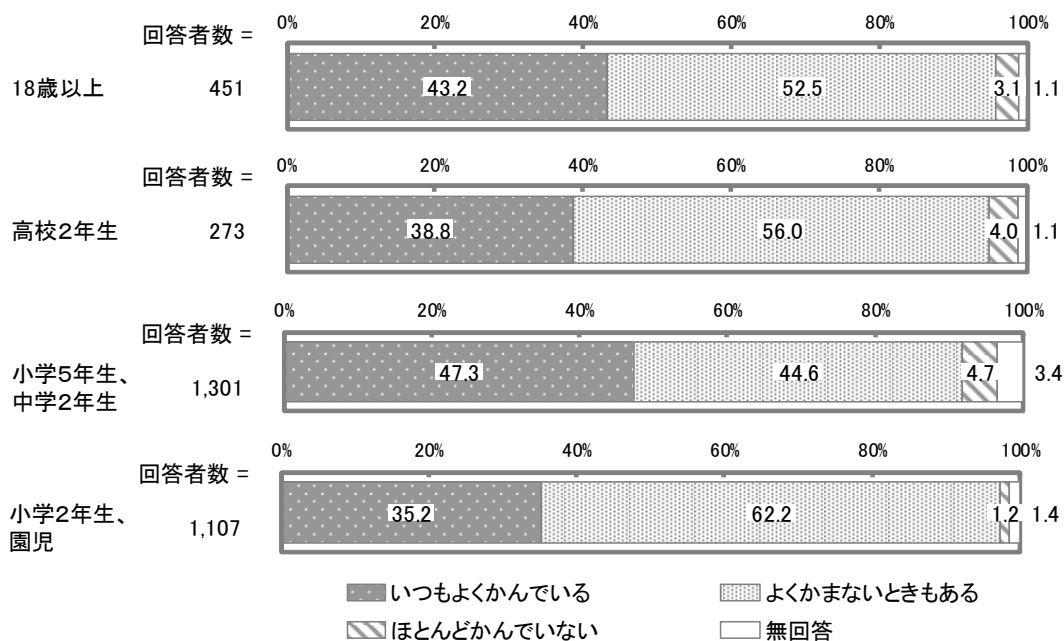
⑨ メタリックシンドロームの認知度について



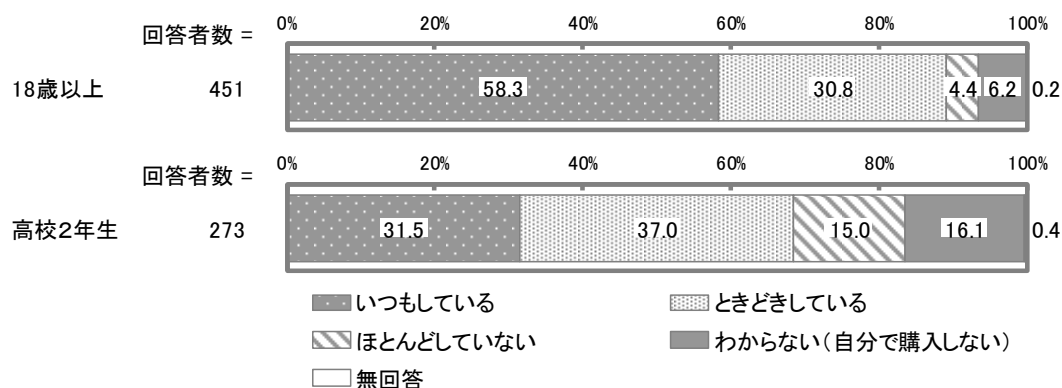
⑩ 自分の適正体重を維持する食事量を理解し実践している人について



⑪ よくかんで食事をする人について

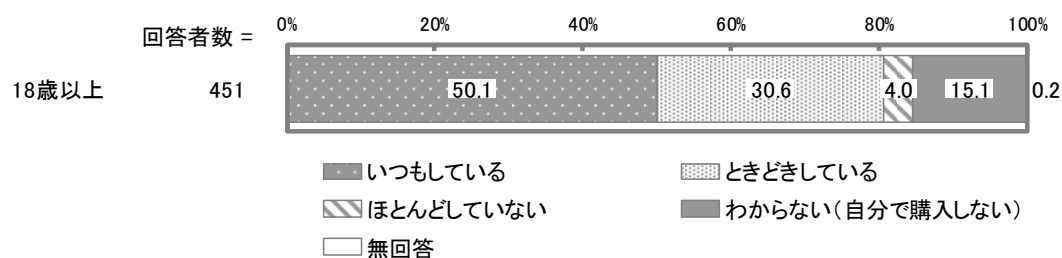


⑫ 買い物時に食品表示を必ず確認する人について

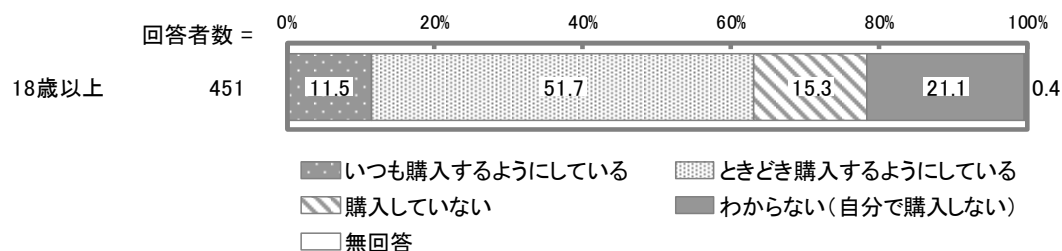


基本目標3 ～環境づくり～ 食に関する環境を整えます

⑬ むだな廃棄の少ない食事づくりを積極的に行っている人について



⑭ 地元食材をいつも購入するように努めている人について



3 第2次みよし市食育推進計画の評価

第2次みよし市食育推進計画の目標項目について、達成したものをA、目標値を達成していないが、当初値に比べ改善したものをB、当初値に比べ悪化したものをC、評価不能項目をDとし、評価を行いました。

また、C評価の項目を中心に、設問をかけ合せて集計をするクロス集計を行い、要因や課題を整理しました。

基本目標1 ～人づくり～

食の大切さや、楽しさが分かる心豊かな人を育てます

「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをする人の割合は増加しています。しかし、農作物の栽培体験や料理教室（料理の手伝い）については、18歳以上、中2・小5で改善がみられません。また、食育に関心がある人の割合や食育ボランティアの活動者数、食育の普及に関する事業・活動数が減少しており、農作物の栽培や料理の機会等、食に関する活動等を通じて食育への関心を高めていくことが重要です。

基本施策	目標項目	種類	18歳以上	高2	中2小5	小2園児
(1) 食の正しい知識を身に付け、食に対する感謝の心を育てます	①「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをする人を増やす	当初値(H25)			69.3%	55.4%
		目標値(H30)			80.0%	80.0%
		現状値(H30)			70.9%	58.2%
		評価			B	B
(2) 農作物の栽培や料理教室など、体感型の学習と食文化の継承をすすめます	②農作物の栽培体験をしたことがある人の割合を増やす	当初値(H25)	50.7%	65.7%	61.4%	68.2%
		目標値(H30)	60.0%	80.0%	80.0%	80.0%
		現状値(H30)	47.7%	54.2%	58.0%	71.2%
		評価	C	C	C	B
	③料理教室（料理の手伝い）に参加したことがある人の割合を増やす	当初値(H25)	29.8%	15.3%	42.4%	36.5%
		目標値(H30)	40.0%	40.0%	55.0%	55.0%
		現状値(H30)	27.3%	15.4%	42.3%	37.7%
		評価	C	B	C	B

基本施策	目標項目	種類	18歳以上	高2	中2小5	小2園児
(3) 食育を広めるための人材育成、関係者との連携、普及活動をすすめます	④食育に関心がある人の割合を増やす	当初値 (H25)	73.8%			
		目標値 (H30)	80.0%			
		現状値 (H30)	72.2%			
		評価	C			
	⑤食育ボランティアの活動者数を増やす	当初値 (H25)	117			
		目標値 (H30)	160			
		現状値 (H29)	94			
		評価	C			
	⑥食育の普及に関する事業・活動数を増やす	当初値 (H25)	103			
		目標値 (H30)	110			
		現状値 (H29)	102			
		評価	C			

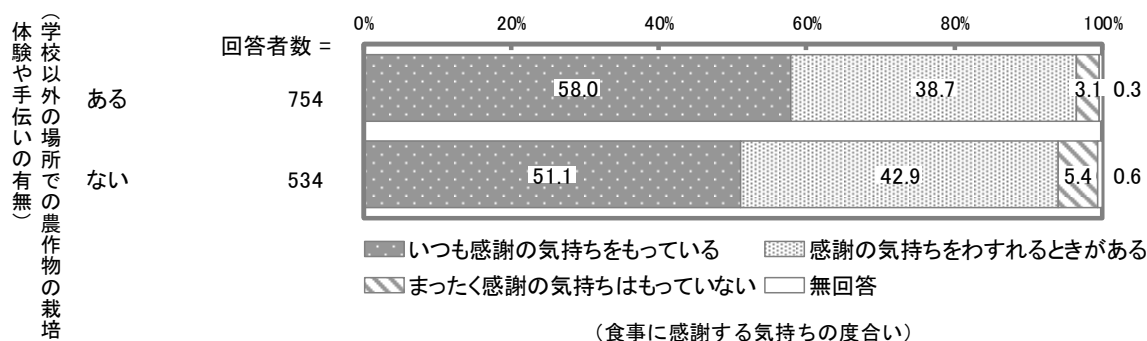
○ 農作物の栽培体験や料理教室（料理の手伝い）の参加状況

食事に感謝する気持ちの度合いと農作物の栽培体験や手伝いの有無をみると、農作物の栽培体験がある人はない人に比べ、「いつも感謝の気持ちをもっている」割合が高くなっています。

農作物や食事など食をつくるといった経験により、食への感謝の気持ちを育むことができると考えられ、こうした食をつくるといった体験ができる機会を充実することが必要です。

食事について「感謝する」気持ちの度合いと学校以外の場所での農作物の栽培体験や手伝いの有無について

<小学5年生、中学2年生>



食事に対して「感謝する」気持ちの度合いと学校以外の場所での農作物の栽培体験や手伝いの有無について

<高校生>

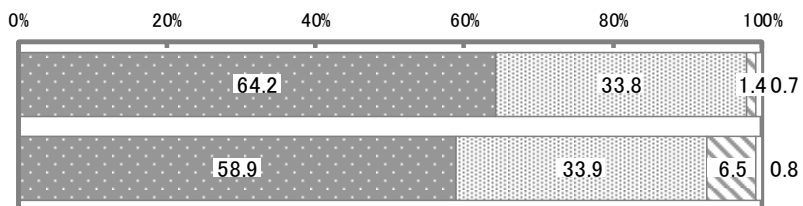
(学校以外の場所での農作物の栽培体験や手伝いの有無)

ある
ない

回答者数 =

148

124



■ いつも感謝の気持ちをもっている ■ 感謝の気持ちをわすれるときがある
 ▨ まったく感謝の気持ちはもっていない □ 無回答

(食事に対する感謝の気持ちの度合い)

「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつの頻度と親子や個人での料理教室への参加有無について

<小学5年生、中学2年生>

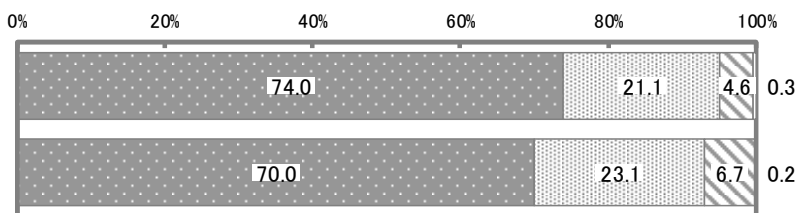
(親子や個人での料理教室への参加有無)

ある
ない

回答者数 =

323

961



■ いつもしている ■ 忘れるときがある ▨ していない □ 無回答

(「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつの頻度)

基本目標 2 ～健康づくり～ 食を通して、健康な体を育みます

朝食の欠食、朝食における野菜の摂取、食事の栄養バランスに気を付けるなど、バランスのとれた食生活については、改善が見られません。一方、適正体重を維持する食事量の理解やよく噛んで食べる、食の安全に関する項目は改善しています。

日ごろの食生活の乱れや栄養の偏りは、肥満や生活習慣病の一因となっており、バランスのとれた食生活を送ることが重要です。

基本施策	目標項目	種類	18歳以上	高2	中2小5	小2園児
(1) バランスのとれた食生活の大切さを伝えます	⑦朝食の欠食割合を減らす	当初値(H25)	9.7%	9.4%	3.8%	1.2%
		目標値(H30)	7.0%	5.0%	3.0%	0.0%
		現状値(H30)	10.4%	10.3%	4.5%	1.8%
		評価	C	C	C	C
	⑧朝食に野菜を食べている人の割合を増やす	当初値(H25)	31.1%	15.0%	28.9%	16.9%
		目標値(H30)	50.0%	50.0%	80.0%	80.0%
		現状値(H30)	28.4%	19.0%	25.1%	13.9%
		評価	C	B	C	C
	⑨食事バランスガイドの認知度を増やす	当初値(H25)	33.8%	27.7%		
		目標値(H30)	60.0%	60.0%		
		現状値(H30)	—	—		
		評価	D	D		
	⑩食事の栄養バランスに気を付けている人の割合を増やす	当初値(H25)	48.4%	25.7%	37.7%	64.3%
		目標値(H30)	60.0%	60.0%	70.0%	80.0%
		現状値(H30)	45.5%	25.6%	36.7%	57.3%
		評価	C	C	C	C
(2) 望ましい食習慣を身に付け、生活習慣病を予防します	⑪肥満者の割合を減らす	当初値(H25)	10.8%	5.8%	6.4%	
		目標値(H30)	8.0%	5.0%	5.0%	
		現状値(H30)	12.4%	7.8%	小5男 6.2% 小5女 5.2% 中2男 4.1% 中2女 5.6%	
		評価	C	C	A	

基本施策	目標項目	種類	18歳以上	高2	中2 小5	小2 園児
(2) 望ましい食習慣を身に付け、生活習慣病を予防します	⑫メタボリックシンドロームの認知度を増やす	当初値 (H25)	82.5%	53.3%		
		目標値 (H30)	90.0%	80.0%		
		現状値 (H30)	79.2%	57.1%		
		評価	C	B		
	⑬自分の適正体重を維持する食事量を理解し実践している人の割合を増やす	当初値 (H25)	22.1%			
		目標値 (H30)	40.0%			
		現状値 (H30)	23.0%			
		評価	B			
	⑭よくかんで食事をする人の割合を増やす	当初値 (H25)	39.7%	32.3%	41.4%	38.9%
		目標値 (H30)	50.0%	50.0%	50.0%	50.0%
		現状値 (H30)	43.2%	38.8%	47.3%	35.2%
		評価	B	B	B	C
(3) 食の安全について関心を高めます	⑮買物時に食品表示を必ず確認する人の割合を増やす	当初値 (H25)	54.5%	24.7%		
		目標値 (H30)	70.0%	50.0%		
		現状値 (H30)	58.3%	31.5%		
		評価	B	B		

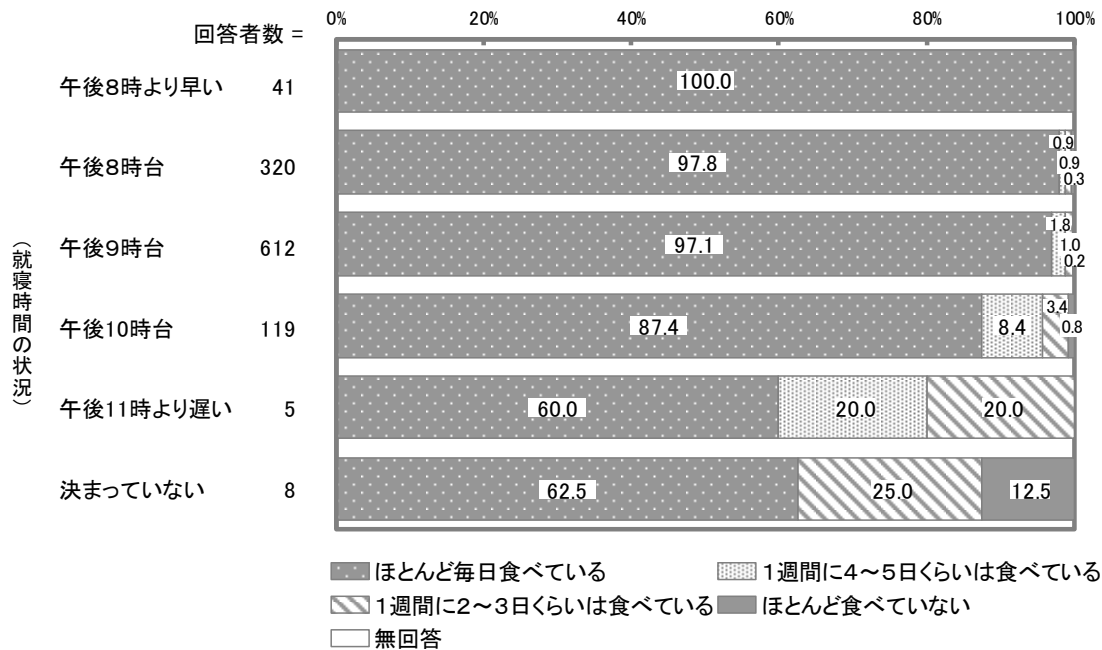
① 朝食の欠食状況

朝食の欠食状況と就寝時間をみると、小学2年生、園児では午後9時台以前に比べ午後10時台以降で朝食の欠食者の割合が高くなっています。小学5年生、中学2年生では就寝時間が遅くなるほど朝食の欠食者の割合が高く、高校生においては午前0時より遅い就寝時間で欠食者の割合が高くなっています。

朝食の欠食理由として、「時間がないから」の割合も高くなっており、就寝時間が遅くなると、起床時間が遅くなることも考えられ、規則正しい生活を送り、「早寝早起き朝ごはん」を実践していく必要があります。

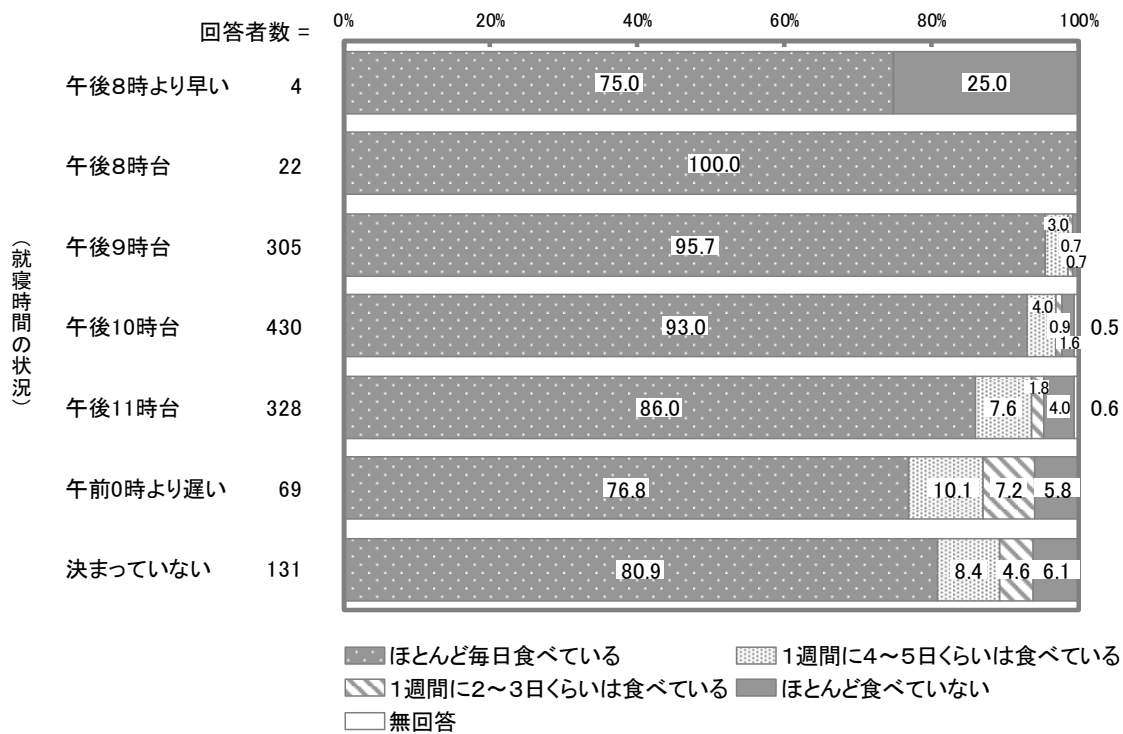
朝食の欠食状況と就寝時間について

<小学2年生、園児>



(朝食の摂取状況)

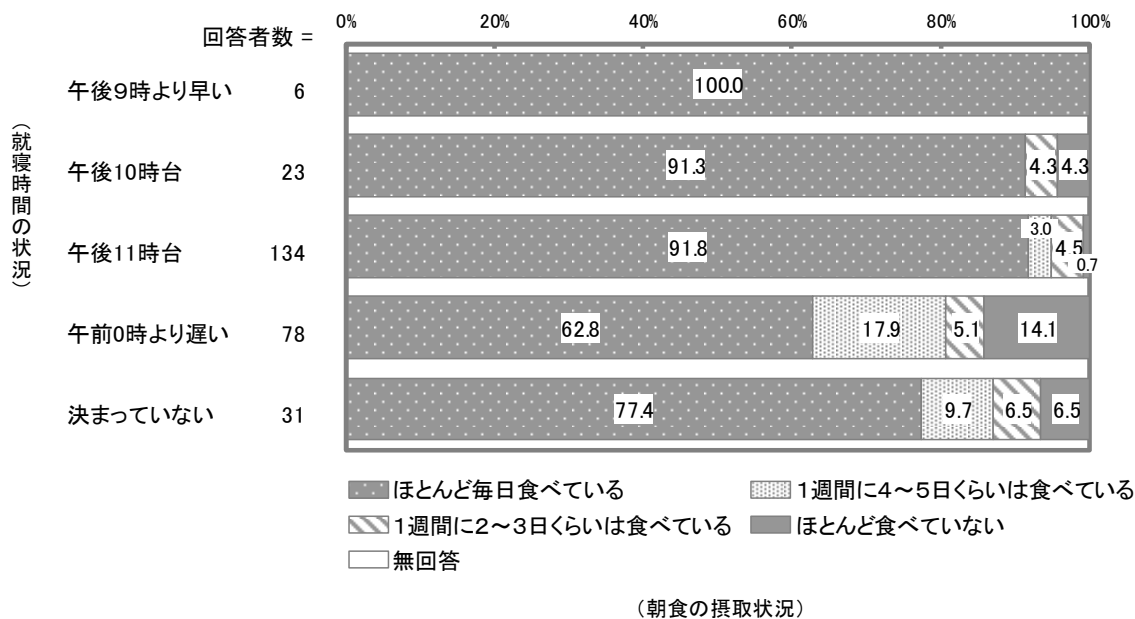
<小学5年生、中学2年生>



(朝食の摂取状況)

朝食の欠食状況と就寝時間について

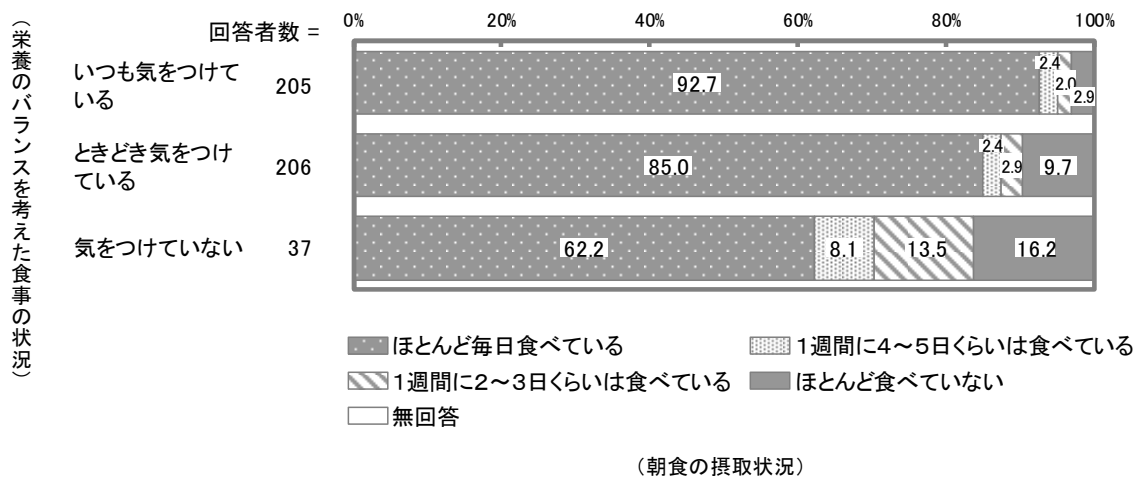
<高校生>



朝食の欠食状況と栄養のバランスを考えた食事の状況をみると、栄養のバランスを気をつけている人ほど、朝食を摂取している人の割合が高くなっています。栄養バランス等、食事に対する意識を高めるとともに、朝食の摂取等の実践を促進していく必要があります。

朝食の欠食状況と栄養のバランスを考えた食事の状況について

<18歳以上>

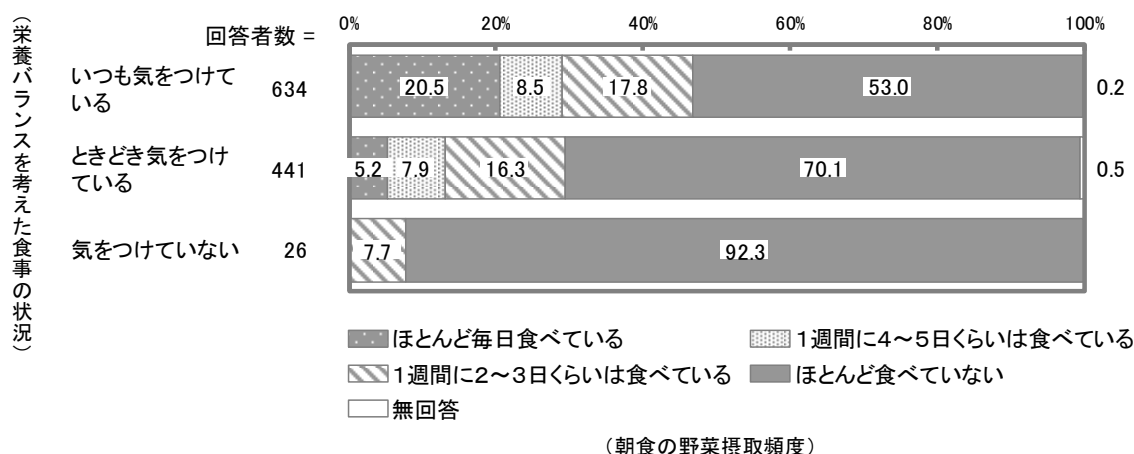


②朝食における野菜の摂取状況

朝食の野菜摂取頻度と栄養バランスを考えた食事の状況をみると、栄養バランスを考えた食事に気をつけている人ほど、朝食において野菜を摂取している頻度が高くなっています。栄養バランス等、食事に対する意識を高めるとともに、朝食での野菜摂取等の実践を促進していく必要があります。

朝食の野菜摂取頻度と栄養バランスを考えた食事の状況について

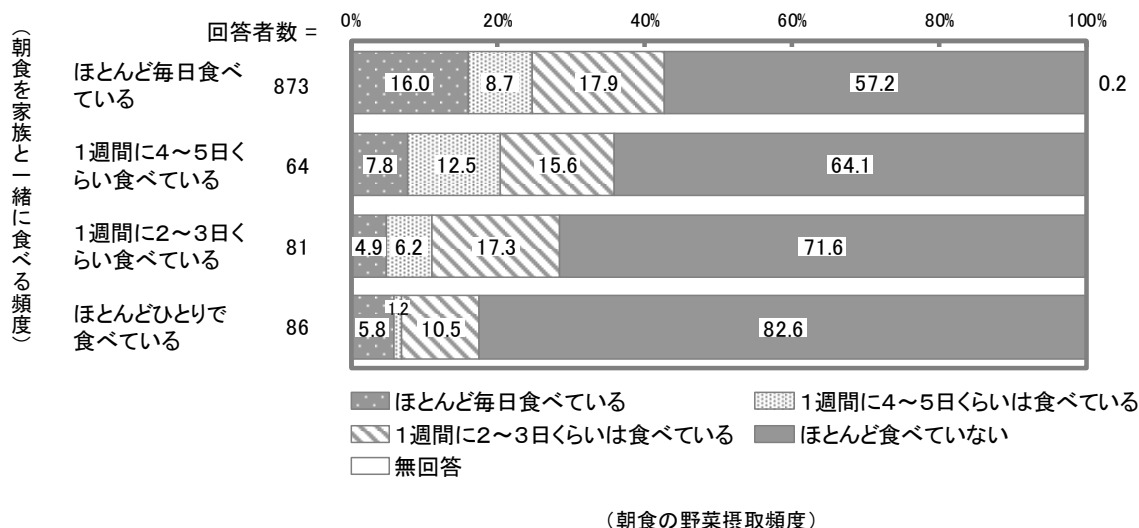
<小学2年生、園児>



朝食の野菜摂取頻度と朝食を家族と一緒に食べる頻度をみると、朝食を家族と一緒に食べる頻度が多いほど、朝食において野菜を摂取している頻度が高くなっています。朝食等、家族と一緒に食べることで、食事のマナーや料理についての関心が高くなり、野菜をはじめ、様々な栄養も摂りやすく、楽しくおいしく食べることができます。そのため、朝食を含め、家族と一緒に食べる機会を増やし、野菜など栄養バランスの摂れた食生活を促進していくことが重要です。

朝食の野菜摂取頻度と朝食を家族と一緒に食べる頻度について

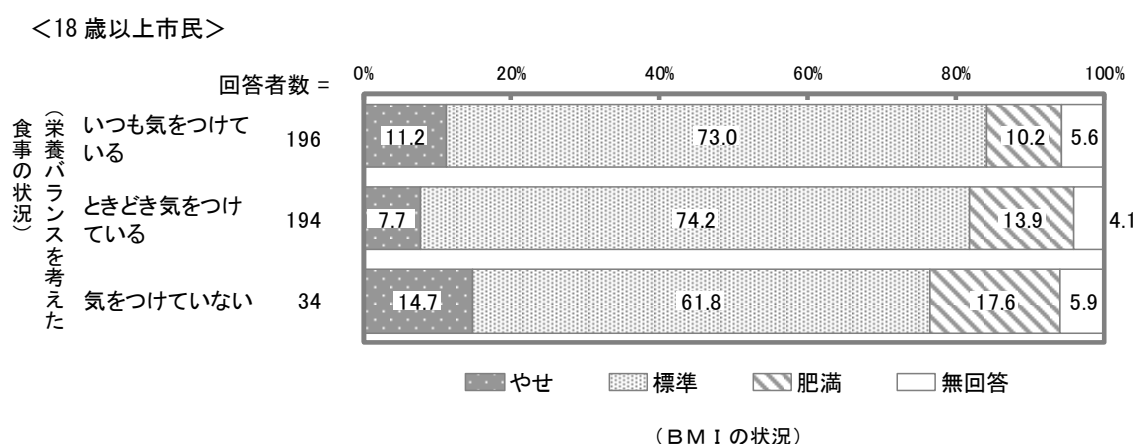
<小学2年生、園児>



③栄養バランスを考えた食事の状況とBMIの状況

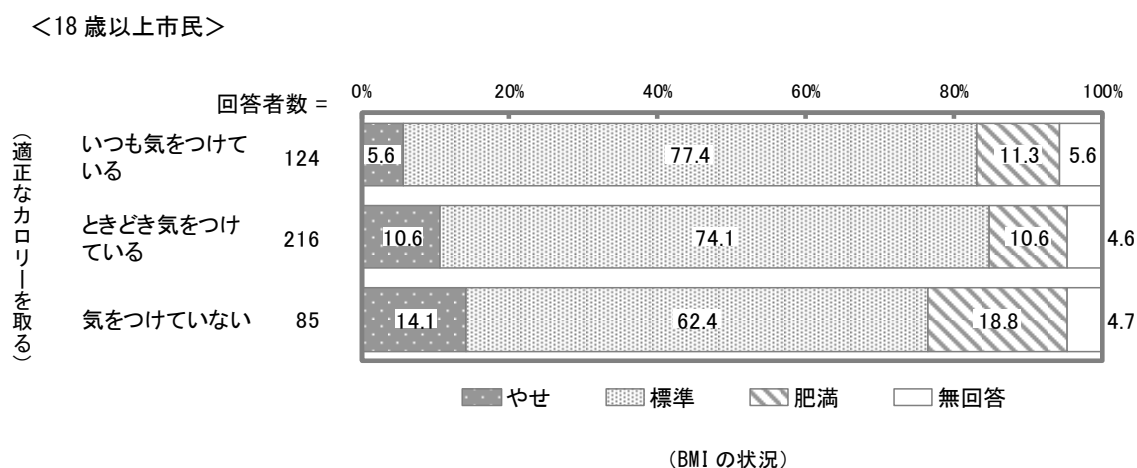
栄養バランスを考えた食事の状況とBMIの状況をみると、栄養バランスを考えた食事に気をつけている人で、BMIの標準の割合が高くなっています。気をつけていない人ほど肥満の割合が高くなっており、普段から栄養バランスを考えた食事に気をつけることで、食生活が改善し、肥満等、生活習慣病予防にもつながることが考えられ、栄養に関する正しい知識を身に付け、栄養バランスを意識した食生活を実践していくことが重要です。

栄養バランスを考えた食事の状況とBMIの状況について



適正なカロリーの摂取とBMIの状況をみると、適正なカロリーをとることに気をつけている人ほど、BMIの標準の割合が高くなっています。適正な食事量を知り、栄養成分表等を活用しながら、健康的な食生活を行うことが重要です。

適正なカロリーの摂取とBMIの状況について



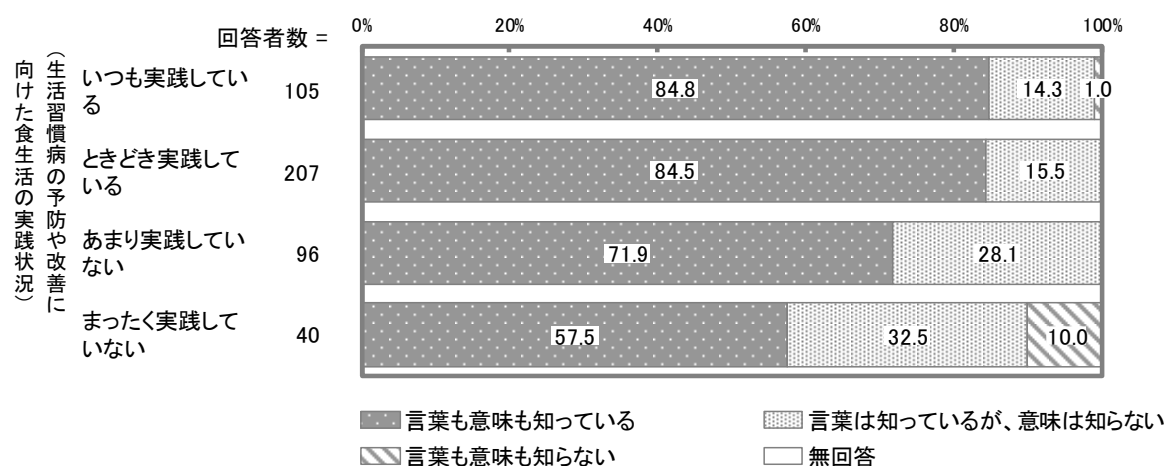
④メタボリックシンドロームの認知度

メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の認知度と生活習慣病の予防や改善に向けた食生活の実践状況をみると、生活習慣病の予防や改善に向けた食生活を実践している人ほど、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の認知度が高くなっています。メタボリックシンドロームとは、内臓脂肪型肥満に加え、高血糖、高血圧、脂質異常などの生活習慣病のリスクが重なっている状態であり、こうした知識を知っている人ほど、生活習慣病予防に向けた取組を実践していることが考えられます。食生活と生活習慣病のつながりを認識し、意識を高めていくことが重要です。

※メタボリックシンドローム：内臓の周囲に脂肪がたまり、それに加えて高血糖・高血圧・高脂血・高コレステロールのうち複数を併せもった状態のこと。

メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の認知度と
生活習慣病の予防や改善に向けた食生活の実践状況について

<18 歳以上市民>



(メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）という言葉の認知度)

基本目標 3 ～環境づくり～ 食に関する環境を整えます

むだな廃棄の少ない食事づくりを積極的に行っている人の割合は目標を達成しており、環境にやさしい食生活や活動が進んでいることがうかがえます。また、地元食材をいつも購入するように努めている人の割合は改善しており、「いつも購入するようにしている」だけでなく、「ときどき購入するようにしている」割合も増加しており、地産地消の意識が高まっていることがうかがえます。

基本施策	目標項目	種類	18歳以上	高2	中2小5	小2園児
(1) 環境にやさしい食生活や活動をすすめます	⑯むだな廃棄の少ない食事づくりを積極的に行っている人の割合を増やす	当初値 (H25)	35.1%			
		目標値 (H30)	50.0%			
		現状値 (H30)	50.1%			
		評価	A			
(2) 地産地消をすすめます	⑰地元食材をいつも購入するように努めている人の割合を増やす	当初値 (H25)	11.2%			
		目標値 (H30)	30.0%			
		現状値 (H30)	11.5%			
		評価	B			
	⑱保育園・学校給食における地場産物を利用する割合を増やす	当初値 (H25)	42.5%			
		目標値 (H30)	50.0%			
		現状値 (H29)	36.0%			
		評価	C			

4 重点課題

調査結果から、基本目標2健康づくりの中の、バランスのとれた食生活については改善が見られない項目が多く、「バランスのとれた規則正しい食生活の実践」が重点課題となっています。そこで、食育推進計画の改定にあたっては、「バランスのとれた規則正しい食生活の実践」を重点取組とすることが必要であると考えられます。バランスのとれた食生活は、健康的な心身を作り、活力ある日常生活を支える上で不可欠です。日ごろの食生活の改善を進めることで、食育への関心が高まることも期待されます。



第3章

みよし市の目指す食育

1 みよし市の基本理念

みよし市民が目指す食育と暮らしについて、第2次計画を踏まえるとともに、市民アンケートや課題から、次のような視点を基本的な理念としました。



市民一人ひとりが自ら食を見つめ直し、健康的な食習慣を培うと同時に、食を通して自然の恩恵と食べ物に対する感謝の気持ちを養い、地域の行事や、継承されてきた食文化を理解する必要があります。さらに、健康的で心豊かに生きられる人を育て、安全で無駄のない食の環境づくりや地産地消をすすめるとともに、これらを実践するための行動指針を定め、市民が生涯を通してより良い食生活を築けるよう、この理念の実現を目指します。

2 みよし市の基本目標

基本目標 1 ～人づくり～

食の大切さや、楽しさが分かる心豊かな人を育てます

- 食の大切さを見直し、食べ物は動物や植物の命をいただいていることを再認識するため、食に関する知識を習得するとともに、食に対する感謝の気持ちを育てます。また、楽しい会話のある食事の場づくりの大切さを伝えます。
- 自然の恩恵や食に関わる人々の様々な活動への理解を深めるため、食に携わる様々な人々と触れ合い、また、料理を作る楽しさや、作る人への感謝の心を育むため、体験型の学習をすすめ、食と農に対する理解を深めます。
- 食に関して豊かな知識や経験をもち、情熱をもって地域に密着した活動に取り組むボランティアの人々の役割が大変重要です。
食の大切さを広めるため、食育に関わる人材を育成するとともに、家庭を中心として保育園・幼稚園・学校・地域（関係団体）・農業団体・事業所・医療機関・行政などが連携協力して普及・啓発活動に取り組みます。

基本目標 2 ～健康づくり～ 食を通して、健康な体を育みます

- 「食は命の源」とは分かっている、毎日の食生活の乱れは大人ばかりでなく、成長期の子どもにも見受けられます。
健康な体でいきいきとした生活を送るために、食の乱れを見直し、バランスのとれた食生活と望ましい食習慣を身に付けるとともに、安全な食生活が確保できるよう、食品の安全性に関する関心や知識も高めます。

栄養バランスのとれた食生活は、健康的な心身を作り、活力ある日常生活を支える上で不可欠であり、日ごろの食生活の改善を進めることで、食育への関心が高まることも期待されますので、「バランスのとれた規則正しい食生活の実践」を重点取組とします。

基本目標 3 ～環境づくり～ 食に関する環境を整えます

- 食べ残しや食品の廃棄を減らし、身近なところでもとれる農畜産物を積極的に消費、利用することが環境への負荷の軽減につながります。地産地消を進め、食べ残しや食品の廃棄を減らす環境にやさしい食生活を進めます。

3 市民の行動指針

食育は、市民一人ひとりがその大切さを理解して、日常生活の中で自らが具体的に取り組むことが重要です。

みよし市では、第1次及び第2次計画による様々な取組もあって、市民の食育に関する認知、関心は高まってきました。

今後の食育の推進にあたっては、市民の関心をより一層高めるとともに、単なる啓発に留まらない次のステップとして、市民一人ひとりが日常生活の中で食育を実践し、継続することができるよう、食育の具体的取組に関する市民の行動指針を定めます。

(1) 市民一人ひとりが「食育のはじめの一步」を踏み出そう

理想的な食習慣に関する知識はあっても、それを実践に移すことは難しいと考えてはいませんか。まずはできることから、1回だけでも体験してみる、月1回からはじめてみるなど、食育のはじめの一步を踏み出してみましょう。

- ①簡単な食事の準備や片付けを手伝う。
- ②色々な食べ物を味わい、味覚を育てる。
- ③よく噛んで食事をする。

(2) 家族と一緒に楽しみながら、望ましい食習慣を身に付けよう

みよし市の世帯構成で最も多く、食育の支援も必要な乳幼児期から少年期の子ども（0歳から18歳頃まで）を養育中の子育てファミリーにとって子どもの心と体が健全に成長するのに、望ましい食習慣の形成や食への関心を持つことはとても大切です。子育てを楽しみながら、家庭で望ましい食習慣を身に付けましょう。

- ④家族と一緒に、楽しく会話をしながら食事をする楽しさを味わう。
- ⑤毎日朝食を食べるなど、望ましい食習慣を身に付ける。
- ⑥歯みがきの習慣を身に付ける。
- ⑦食べ物やその生産者、料理を作ってくれた人への理解と感謝の気持ちを持ち、食事のあいさつの習慣を身に付ける。

(3) 自立した人として、食への関心を高めよう

保護者から自立を始める青年期（19 歳から 29 歳頃まで）では、食を通じて自分の健康は自分で守ることの大切さを認識し、自己管理できるよう、食への関心を高めましょう。

- ⑧季節の旬の食材を知り、地域独自の食文化に関心を持つ。
- ⑨食品の産地や栄養などの表示に関心を持つ。
- ⑩“もったいない”の気持ちを大切に、食べ残しなどの「食品ロス」を減らす。
- ⑪食と健康に関する知識を身に付ける。

4 体系図

〔 基本理念 〕

〔 基本目標 〕

〔 ポイント 〕

食を通した、人づくり、健康づくり、環境づくり

基本目標 1
～人づくり～
食の大切さや、楽しさが分かる心豊かな人を育てます

1－（１）
食の正しい知識を身に付け、食に対する感謝の心を持つ豊かな人間性の育成

1－（２）
楽しい食事の場づくりの大切さの周知

1－（３）
農作物の栽培や料理教室など、体験型の学習や交流を通じた食への理解促進

1－（４）
食文化や郷土料理等の理解と継承

1－（５）
食育を広めるための人材育成や関係者との連携強化

1－（６）
食育に関する情報提供や普及啓発

基本目標 2
～健康づくり～
食を通して、健康な体を育みます

2－（１）
バランスのとれた規則正しい食生活の実践 **重点取組**

2－（２）
望ましい食習慣を身に付け、過度な痩身と肥満や生活習慣病の予防

2－（３）
食の安全についての関心や知識の向上

基本目標 3
～環境づくり～
食に関する環境を整えます

3－（１）
環境にやさしい食生活や活動の推進

3－（２）
地産地消の推進



第4章

具体的な取組

1 市民のライフステージ別の目標

食えることは、一日も欠かさず生涯を通じて営まれる生きるための基本です。みよし市民一人ひとりが生涯を通じて自らの食のあり方について考え、実践する力をつけることが望めます。現在の食をめぐる様々な課題解決のため、乳幼児期から少年期、青年期、壮年期、中年期、高齢期とそれぞれのステージでの重要なテーマを明らかにして、食を支えている人々と共に効果的に取り組んでいきます。

ライフステージ	市民の主体的取組 (個人の目標)	生活場面
乳幼児期 0～5歳頃	【体得】 ○生活リズムと基本的食習慣 ○食への関心、コミュニケーション	幼稚園 保育園 学 校 職 場 地 域 家 庭
少年・青年期 6～29歳頃	【学習】 ○健康と食、食品安全の理解 ○農業や調理体験 ○環境や食料事情の学習	
壮年・中年期 30～64歳頃	【実行】 ○食事内容の自己管理 ○環境への配慮や地産地消の実践 ○食生活や食文化の伝承	
高齢期 65歳頃～	【伝承】 ○低栄養等※フレイルに着目した栄養の摂取 ○食を通じた地域での交流 ○食生活や食文化の伝承	

※フレイル：虚弱。加齢に伴い、心身が衰えること。

(1) ライフステージ別の取組

ライフ ステージ	乳幼児期 (0～5歳頃)	少年期 (6～18歳頃)	青年期 (19～29歳頃)
人づくり	安心と安らぎの中で母乳(ミルク)を飲む心地よさを味わう	伝統料理を知り、親しむ	勉学や仕事の両立を意識し、家族や友人、同僚との食事を楽しむゆとりを持つ
	一人ひとりの発達に合わせた離乳を進める	食べ物や体のことを話題にしながら、食への関心を高める	
	家族等と一緒に食べることの楽しさを味わう		伝統料理を他の世代とともに親しむよう努める
	「いただきます」「ごちそうさま」などを言う習慣を身に付ける		
	いろいろな食べ物を見て、触って、味わう		
	食事のお手伝いにも関わりをもたせる	買い物や料理づくり、食事の手伝いなどにより、食への関心を高める	
	正しいはしの持ち方を身に付ける		
健康づくり	早寝、早起き、朝ごはんの習慣を身に付ける	早寝、早起き、遊びや運動により生活リズムを整え、朝・昼・夕に規則正しく、よくかんで食事をする習慣を身に付ける	朝・昼・夕に規則正しく、よくかんで食事をする習慣を継続する
	よく噛んで食べるなどの食事の仕方を身に付ける		適正体重を維持する食事量を知り、食べすぎに注意する
	主食、主菜、副菜をそろえて食べる	食生活や健康、バランスのとれた食事について学ぶ	食生活と健康について学び、バランスのとれた食事について考える
	おやつは、内容や時間を考えて与える	食品の表示についての知識を習得し、食品の選択に活用する(高校生以上対象)	
	歯をみがく習慣を身に付ける		
			生活のリズムに合わせて、自分で食事の内容や量を調節する
			食の安全や食品衛生に関する知識を持つ
環境づくり	食べ残しが良くないことを知る	体験学習を通して地域の生産者と触れ合い、農作物の栽培の大変さや食の大切さを学ぶ	

壮年期 (30～44 歳頃)	中年期 (45～64 歳頃)	高齢期 (65 歳頃～)
子育て世代として子どもの食生活に関心をもち、子どもが楽しく食事ができるように努める		家族や友人と一緒に食を楽しむ
健全な食生活や食文化等を次世代に伝えるよう努める		
伝統料理を他の世代とともに親しむよう努める		
	食を通したボランティア活動に取り組む	
適正体重を維持する食事量を守り、 メタボリックシンドロームの予防に心がける		
栄養の摂取と生活習慣病などとの 関連を理解し、食生活を改善する 力を養う	食生活の改善に心がける	低栄養にならないよう、必要な 栄養をバランスよく摂る
生活のリズムに合わせて、自分で 食事の内容や量を調節する	かかりつけの医師や歯科医師をもち、定期的に健康診断を受けるなど 健康管理をして、生活習慣病や歯周病の予防を心がける	
食の安全や食品衛生に関する知識 をもち、食中毒など食品による 危害を防止する		
歯周病等で歯を失わないよう、口の状態に合った歯みがき方法を身に付ける (70 歳で 22 本以上自分の歯をもてるよう心がける)		
食品表示についての知識を習得し、食品の選択に活用する		
食品、エネルギー、水などの無駄を減らす環境に優しい食生活を実践する		
地産地消を心がける		

(2) ライフステージ別の目標

乳幼児期 (0～5 歳頃)	乳幼児期は、身近な食材をみる、さわることを通して命の存在や自然の恵みを体得し、食に対する関心を高めていく時期です。家族等と一緒に食べることで楽しく食事することが大切です。
少年期 (6～18 歳頃)	少年期は、家庭、学校を中心とした生活において、健康づくりの基礎をなす正しい食習慣が形成される時期です。健康な生活のため、食の基礎を習得することが大切です。
青年期 (19～29 歳頃)	青年期は、身体的・精神的に成長が完了し、保護者から自立しはじめる時期です。食生活面では、外食、中食※、弁当等の利用機会が多くなり、食の外部化が進むことから、自分の健康は自分で守ることの大切さを認識し、今までに学んだ食に関する正しい知識をもとに自分で考え、健全な食生活を送ることができるようにすることが大切です。
壮年期 (30～44 歳頃)	結婚、子育て等により生活が大きく変化する時期です。外食、中食、弁当等の利用機会が多くなり、食の外部化が進みます。この時期の食生活を含めた生活リズムの乱れが生活習慣病の原因になることから、食事を選択する能力や自己コントロールできる能力を身に付け、実践することが大切です。
中年期 (45～64 歳頃)	家庭や社会における役割と共に、責任も増す時期です。身体的な機能が徐々に低下し、メタボリックシンドロームや歯周病などの生活習慣の問題が顕在化することから、自分にあった食生活を実践することが大切です。
高齢期 (65 歳頃～)	身体的・精神的な機能の低下がみられ、子どもの自立や退職等により生活環境が大きく変化する時期です。体や環境の変化に合わせ、たんぱく質やカルシウム、エネルギーなどが不足し、低栄養にならないよう、必要な栄養をバランスよく摂ることが必要です。また、健全な食生活や食文化、生活の知恵を次世代に伝えることができる時期です。

※中食（なかしょく）：家庭外で調理された食品を購入して持ち帰り、家庭の食卓で食べる食事の形態のことです。持ち帰り弁当やスーパーやコンビニエンスストアの弁当・惣菜、冷凍食品、出前などが含まれます。家庭内で調理して食べる「内食（うちしょく）」、家庭外で調理されたものを家庭外で食べる「外食」との中間に位置することからきた造語です。

2 みよし市の基本目標別の取組

基本目標の達成のための具体的な取組を体系別に分類し、基本目標のポイントごとの取組項目を一覧にして示します。

市民の行動指針に掲げた、3つの項目に該当する具体的な取組については、行動指針欄に①～⑪の表示をしています。

(1) 市民一人ひとりが「食育ははじめの一步」を踏み出そう。

- ①簡単な食事の準備や片付けを手伝う。
- ②色々な食べ物を味わい、味覚を育てる。
- ③よく噛んで食事をする。

(2) 家族と一緒に楽しみながら、望ましい食習慣を身に付けよう。

- ④家族と一緒に、楽しく会話をしながら食事をする楽しさを味わう。
- ⑤毎日朝食を食べるなど、望ましい食習慣を身に付ける。
- ⑥歯みがきの習慣を身に付ける。
- ⑦食べ物やその生産者、料理を作ってくれた人への理解と感謝の気持ちを持ち、食事のあいさつの習慣を身に付ける。

(3) 自立した人として、食への関心を高めよう。

- ⑧季節の旬の食材を知り、地域独自の食文化に関心を持つ。
- ⑨食品の産地や栄養などの表示に関心を持つ。
- ⑩“もったいない”の気持ちを大切に、食べ残しなどの「食品ロス」を減らす。
- ⑪食と健康に関する知識を身に付ける。

基本目標 1 ～人づくり～

食の大切さや、楽しさが分かる心豊かな人を育てます

ポイント1ー(1)

食の正しい知識を身に付け、食に対する感謝の心を持つ豊かな人間性の育成

現状と課題

アンケート調査結果によると、食事について「いつも感謝の気持ちをもたせるように心がけている」園児の保護者が28.8%、小学2年生の保護者が30.5%、「いつも感謝の気持ちをもっている」小学5年生が56.9%、中学2年生が53.2%、高校生が61.9%となっています。また、食について両親や祖父母から教わったことについて、「食べ物を大切にする気持ち」が小学5年生で56.7%、中学2年生で52.6%、高校生で57.9%、一般で73.2%となっており、食について両親から教えたいことについて、「食べ物を大切にする気持ち」が園児の保護者で90.0%、小学2年生の保護者で87.6%と高くなっています。

食事の前と後にいただきます・ごちそうさまのあいさつを「いつもしている」園児が59.2%、小学2年生が56%、小学5年生が72.6%、中学2年生が69.1%と前回調査に比べやや改善しています。

食の外部化や食品流通の発達に伴い、食べ物の生産から消費に至るまでの過程を知る機会が少なくなり、食料が十分にある時代において、食べ物を大切にする気持ちや食に関わる人々への感謝の気持ちが薄れつつあります。

食べるという行為は貴重な動植物の命を受け継ぐことです。食への感謝の気持ちを育み、食べ物を大切にする食生活を実践できるよう支援することが必要です。

方向性

家庭や地域、学校等において、農業体験や生産者との交流、食品の流通加工現場の見学など様々な学習機会等を通じて、食の正しい知識を身に付け、食に対する感謝の心を持つ、豊かな人間性を育みます。

具体的な取組

行動指針欄には具体的な取組に関連する市民の行動指針（41 ページ参照）を記載しています。

事業・活動名	目的	内容	実施主体	対象	ライフステージ	行動指針
すくすく教室 (離乳食教室)	子どもの成長に合わせた離乳食（作り方、食べさせ方）について理解してもらう	離乳食時期の子どもの成長と離乳食についての講話と試食、個別相談を実施する	健康推進課	生後7か月児を持つ保護者	壮年期 中年期	②
園だよりへの食育記事の掲載・配布	食の大切さを伝えて関心を高める	行事予定の中に食育だよりを掲載し、規則正しい生活習慣や朝食を取る意義などを伝える	保育園 幼稚園	園児	乳幼児期	⑤
保育園の食育指導計画の作成	保育園における計画的な食育を進める	保育園に求められる食育指導計画書の作成と実践を行う	保育園	園児	乳幼児期	
園児への食生活指導	食べることの基本的な知識を深める	絵カードを利用して食べ物の種類や栄養素の働きを知らせたり、食に関するクイズをしたり、歌を歌ったりする	保育園 幼稚園	園児	乳幼児期	⑦ ⑪
	給食を題材に食に対する感謝の気持ちと、好き嫌いなくバランスよく食べることの大切さを知らせる	管理栄養士が各保育園へ訪問または園児の給食センター見学会を実施する	保育園	園児	乳幼児期	⑦ ⑪
食作法	集団での食事、食事作法の教育を通し、食べることへの感謝、家族への感謝の気持ちを養う	食の正しい知識と、食に対する感謝の教育に関するを行う	保育園 幼稚園	園児	乳幼児期	③ ⑦ ⑪
子どもたちの朝ごはん喫食状況の聞き取り調査	子どもの発達に重要な朝食の大切さを知らせる	朝食を食べたか、だれと食べているか、朝食の内容について何をどれくらい食べているかを把握する	保育園 幼稚園	園児	乳幼児期	⑤
わんぱく教室	2歳児の生活習慣・歯の健康、食生活の大切さを教える	2歳児とその保護者を対象に歯・生活習慣・食に関する講話や個別指導を行う	健康推進課	2歳児とその保護者	乳幼児期 壮年期	⑤ ⑥
地産地消料理教室	季節の野菜の加工法を学び次世代に伝える	地元産の旬の野菜の料理を歳時記にそって学ぶ機会を提供する	J A あいち 豊田三好 女性部	幼児、小学生と保護者	乳幼児期 少年期 壮年期	② ⑧
いきいき子育て講座	親子で食物作りを通し「食育」の大切さを伝える	親子で食物作り等を通し、食が出来る喜びと食の大切さなどを学ぶ機会を提供する	教育行政課 幼稚園	園児と保護者	乳幼児期 壮年期	① ⑪

行動指針欄には具体的な取組に関連する市民の行動指針（41 ページ参照）を記載しています。

事業・活動名	目的	内容	実施主体	対象	ライフステージ	行動指針
子どもの料理教室 「わくわくからだ探検隊」	調理実習や講話等を通して自身の体についての興味と関心を持たせる	小学生を対象に調理実習や正しい生活習慣の講話、ブラッシング指導を行う	健康推進課	小学生	少年期	⑤ ⑥
食育出前授業・講演会	小中学生の食生活に対する関心を高める	食に関係した企業等から講師を招き、出前授業や講演会を行う	小中学校	小中学生	少年期	⑦
「いただきます」「ごちそうさま」あいさつ運動	あいさつは食に対する感謝の気持ちの言葉であることを伝える	給食時にあいさつや感謝の大切さを指導する	保育園 幼稚園 小中学校	園児、 小中学生	少年期	⑦
残菜の減量指導	食の大切さや感謝の気持ちを持たせる	残菜をなくすため、食に関する絵本や図鑑、残食量の確認等、食に関する取組を通して理解させる	保育園 幼稚園 小中学校	園児、 小中学生	少年期	⑦ ⑩
家庭科での食育授業	食育授業を通して食の大切さや楽しさを伝える	授業で料理を作りながら食育教育を行う	小中学校	小中学生	少年期	①
生産現場の訪問学習	生産者に対する感謝の気持ちを育む	農畜産物の生産者の現場を訪問し、農作業等の体験学習などを行う	小中学校	小中学生	少年期	⑦
田植・稲刈体験	実際に田植・稲刈を体験することにより、農家の苦労や農業の大切さを理解してもらう	農家やJA職員と一緒に田植・稲刈を実施し、収穫したお米を食べてもらう	JAあいち豊田	小学生	少年期	⑦
食育劇の上演の支援	自ら食育劇に取り組むことでバランス良く食べることへの関心を高める	食育劇の衣装、シナリオ等を上演希望する小学校等に貸し出す	愛知県（農林水産部） 保育園 幼稚園 小学校	園児 小学生	少年期	⑪
パパママ教室	妊婦への食生活指導を行う	食事バランスガイド等を活用した栄養指導を行う	健康推進課	妊婦とその夫	青年期 壮年期	⑪
消費生活講演会	食と健康についての知識や関心を高める	食生活や健康に関する講演会を開催する	産業課	市民等	青年期 ～ 高齢期	⑪
保護者勉強会・懇談会	家庭での食生活における相談や指導により、食べることの楽しさや大切さを知らせる	親子ふれあいルームで栄養士、保育士による偏食の工夫や対応方法について、グループ、個人の状況に合わせ指導する	子育て支援センター	園児の保護者	壮年期	②

行動指針欄には具体的な取組に関連する市民の行動指針（41 ページ参照）を記載しています。

事業・活動名	目的	内容	実施主体	対象	ライフステージ	行動指針
保護者との食に関する相談	食べることの基本的な知識と常識的な営みを伝える	家庭と連携をとって食事指導を実施する	保育園 幼稚園	園児の保護者	壮年期	④ ⑤ ⑪
食育講演会	子どもの保護者に食の大切さの啓発と知識向上を図る	食育に関する講師を招き保護者を対象とした食育の講演会を開催する 給食試食会の際に管理栄養士が保護者に話をする	教育 行政課 中学校 P T A 保育園 幼稚園	園児、 中学生の 保護者	壮年期 中年期	⑤ ⑪
家庭教育学級の開催	食育に関する学習を推進する	食育の学習の一環として給食の出来上がる過程や栄養バランス、料理の工夫等を学ぶ機会を提供する	教育 行政課 小学校 P T A	小学生の 保護者	壮年期 中年期	⑤ ⑪
60歳からの栄養・健康教室	食と健康についての知識や関心を高める	高齢者向けの食と健康に関する講話及び調理実習を開催する	健康 推進課	60 歳以上 又はひとり暮らしの市民	高齢期	⑤ ⑪
食生活健康推進員会活動	健康な食生活の推進と日本食のよさの啓発等を行う	栄養バランスを考えた調理実習を行う	食生活 健康 推進員会	市民等	全対象	⑤ ⑪

ポイント1ー(2)

楽しい食事の場づくりの大切さの周知

現状と課題

アンケート調査結果によると、朝食を「ほとんどひとりで食べている」園児が7.0%、小学2年生が8.8%、小学5年生が17.1%、中学2年生が32.8%、高校生が51.6%、一般が33.3%となっています。さらに、夕食についても高校生が10.6%、一般が13.3%と高くなっています。

一方、家族と一緒に食べることの良い点として、「家族とのコミュニケーションを図ることができる」「楽しく食べることができる」などが上位に挙げられています。

また、地域や所属コミュニティでの食事会等の機会に関して「参加したいと思う」園児が46.8%、小学2年生が49.9%、小学5年生が53.7%、中学2年生が50.4%、高校生が39.2%、一般が37.9%と高くなっています。

核家族化が定着し、また個々のライフスタイルが多様化する中で、家族と一緒に食卓を囲む「共食」の機会が減少し、一人で食事をする「孤食」や、別々の料理を食べる「個食」が増えることが危惧されます。

家族や友人等と一緒に食事をしながらコミュニケーションを持つことは、食の楽しさを実感し、豊かな人間性を育むことにつながるため、家族や友人等だれかとそろって食事ができる機会をつくり、コミュニケーションを図ることが重要です。

方向性

家族や友人と食事をとることは、楽しい食事につながります。

市民が食事を楽しく、健康で、豊かな食生活が送れるよう、共食の重要性を周知・啓発し、家族や友人、地域の人々と楽しく食事をとることを働きかけていきます。

具体的な取組

行動指針欄には具体的な取組に関連する市民の行動指針（41 ページ参照）を記載しています。

事業・活動名	目的	内容	実施主体	対象	ライフステージ	行動指針
給食を楽しむ環境づくり	みんなで食事をする楽しさを五感を通して感じられるようにする	楽しい食事環境づくりとしてBGM、テーブルクロス、花、バイキング方式などの演出や工夫をする	保育園 幼稚園	園児	乳幼児期	② ④
親子料理づくり	食物の大切さと親子で一緒につくる楽しさを伝える	園と父母の会、園児とで調理し食する機会を提供する	幼稚園	園児と保護者	乳幼児期 壮年期 中年期	① ⑦
給食献立表を通してコミュニケーションの呼びかけ	家庭でのコミュニケーションを推進する	献立表に、学校給食の人気献立のレシピを掲載し、家庭で料理を作る呼びかけをする	学校給食センター	小中学生と保護者	少年期 壮年期 中年期	① ④
家庭への啓発活動	園だより、学校だよりなどにより楽しい食の場づくりを伝える	たより等を通じて、各家庭へ食育に関係する情報を記載する	保育園 幼稚園 小中学校	園児、小中学生の保護者	壮年期 中年期	④ ⑪
ノー残業家族夕食デーの啓発	家族そろって夕食を楽しむことを啓発する	残業時間を短縮して、家族と一緒に食事をする機会を増やすよう啓発する	産業課	市民等	全対象	④

ポイント１－（３）

農作物の栽培や料理教室など、体験型の学習や交流を通じた食への理解促進

現状と課題

アンケート調査結果によると、「米や野菜などの農作物の栽培体験や手伝いをしたことがある」園児が69.5%、小学2年生が73.5%、小学5年生が61.3%、中学2年生が54.7%、高校生が54.2%、一般が47.7%と園児・小学2年生以外が前回調査より低くなっています。一方、「栽培体験や手伝いをしたことがない」人の今後の体験希望について、園児が77.7%、小学2年生が66.4%、小学5年生が42.0%、中学2年生が19.8%、高校生が17.7%、一般が25.2%となっています。

また、「親子や個人で料理教室に参加したことがある」園児が9.2%、小学2年生が14.9%、小学5年生が26.5%、中学2年生が23.2%、高校生が15.4%、一般が27.3%とおおむね前回調査と同程度になっています。一方、料理教室に参加したことがない人の今後の参加希望について、園児が62.3%、小学2年生が45.7%、小学5年生が42.9%、中学2年生が21.0%、高校生が21.4%、一般が21.1%となっています。

農業等の生産活動など様々な体験をすることは、食べ物が動植物の命であることや食を支える人々への理解を深めることにつながります。特に、野菜を育て、収穫を体験したり料理を作ったりすることで食べる楽しさやおいしさ、食についてのありがたさに気づくようになります。

子どもから大人まで、市民一人ひとりが地産地消や体験活動などを通じ、味覚・嗅覚・視覚・触覚・聴覚といった「五感」を養い、食への興味や関心、理解をさらに深められるように支援することが重要です。

方向性

地元農作物についてのわかりやすい効果的なPRの推進や、農業体験や地元産農作物に触れる機会を提供することで食への理解を促し、地産地消につなげます。

具体的な取組

行動指針欄には具体的な取組に関連する市民の行動指針（41 ページ参照）を記載しています。

事業・活動名	目的	内容	実施主体	対象	ライフステージ	行動指針
園児の野菜栽培と収穫調理体験	野菜の栽培や試食を通して食の理解を深める	園児が野菜の植付、水やり、草取り、収穫を行い、調理して試食する	保育園 幼稚園	園児	乳幼児期	① ⑦
子どものための食育活動（親子で料理）	調理実習を通して親子で食に関わることの大切さを伝える	親子の調理実習を実施する	健康推進課 生涯学習推進課	園児、小学生とその保護者	乳幼児期 少年期	① ④
農作物の栽培体験	作物の栽培の大変さや食の大切さを知らせる	各校の小学校1・2年生が農作物の栽培体験活動を生活科の授業の中で実施する	小学校	小学1・2年生	少年期	⑦
バケツ稲作	食卓の食べ物に興味をもち稲作や農業への理解を促進する	小学生を対象にバケツの中に田んぼを作り一粒の種もみから稲が成長しお米にして食べるまでのプロセスを体験させる	J A あいち 豊田	小学生	少年期	⑦
中学生職場体験学習	食に関する専門指導や調理体験を通して食に対する理解を深める	中学2年生の職場体験学習で、給食や外食産業の料理ができるまでの過程を実習する機会を提供する	中学校	中学生	少年期	⑦
小学生の農林漁業体験学習の推進	食や農林水産業に関する正しい知識を深める	学校での農林漁業体験学習に係る講師を派遣する 食育劇に係る資材を貸し出す	愛知県（農林水産部）	小学生	少年期	⑦
援農ネットみよし事業	持続可能な農業の実現や市民参加による農業の振興を図る	農業研修、営農相談事業を実施し、就農に向けた支援を行う	さんさんの郷	市民等	青年期～ 高齢期	⑦
地区生涯学習講座	料理をつくる楽しさや食の大切さを知ってもらう	行政区単位で料理講座などの生涯学習講座を開催する	生涯学習推進課	市民	青年期～ 高齢期	① ④
J A 食育料理教室	地元食材を利用した料理を伝える	地元でとれた旬の食材を利用した料理を試作し、レシピを産直センターで紹介する	J A あいち 豊田三好 女性部	J A 女性部員市民	青年期～ 高齢期	① ⑨
高齢者料理教室	料理実習を通じて食生活の大切さを再認識してもらう	高齢者向けの料理教室を開催し、食習慣を見直す	生涯学習推進課	市民	中年期～ 高齢期	⑤ ⑪
男性の料理教室	料理をつくる楽しさや食の大切さを知ってもらう	男性の料理教室を開催する	生涯学習推進課	市民	中年期～ 高齢期	① ⑪

行動指針欄には具体的な取組に関連する市民の行動指針（41 ページ参照）を記載しています。

事業・活動名	目的	内容	実施主体	対象	ライフステージ	行動指針
アグリスクール「はぐくみの会」	野菜作りを三世代で交流しながら体験し、食農教育を進める	親子三世代が一緒に、野菜の種まき、植え付けから管理、収穫、料理までを体験する機会を提供する	J Aあいち豊田はぐくみの会	市民等	全対象	④ ⑦
野菜づくり講習会	野菜作りを通して農作物への理解を深める	野菜の栽培管理方法についての講習会を開催する	さんさんの郷	市民等	全対象	⑦
市民農園	農作物の栽培体験や農業に関する情報交換、交流を行う	さんさんの郷など市民農園で自然にふれあい農作物の栽培を行う	さんさんの郷産業課	市民等	全対象	⑦
農業体験学習への支援	農業体験学習推進の支援を行う	農業体験学習を推進する団体へ助成金等の支援を行う	産業課	農業団体	全対象	⑦
パッキング体験	災害時にも活用できるパッキングを体験してもらう	高密度ポリエチレン袋を使用した真空調理を体験する機会を提供する	食生活健康推進委員会	市民	全対象	⑪

ポイント1ー(4)

食文化や郷土料理等の理解と継承

現状と課題

アンケート調査結果によると、「みよしの郷土料理を知っている」園児が3.3%、小学2年生が10.1%、小学5年生が35.9%、中学2年生が42.0%、高校生で17.2%となっています。

郷土料理や伝統料理など、「地域や家庭で受け継がれてきた料理や味を受け継いでいる」人の割合が43.7%、受け継いでいる人で「郷土料理や伝統料理など、地域や家庭において受け継いできた料理や味を地域や次世代に「伝えている」人の割合が45.2%となっています。

一方、食育に関心がある理由で「食にまつわる地域の文化や伝統を守ることが重要」と考える高校生が12.6%、一般が4.9%と低くなっています

郷土料理や伝統料理など、地域の食文化には優れた先人の知恵や思いが込められており、日ごろの生活では味わえない食の一面を感じることができることから、それらを伝えていく活動がまちづくりを進めていく上でも重要です。こうした食文化の継承は、高齢者の生活習慣や食習慣という知恵を重要な財産として、地域で受け継いでいくことも大切です。郷土料理や伝統料理、行事食などの食文化を、家庭や地域などを通して次世代に伝えていくための支援が必要です。

方向性

地域の農作物や特産物を地域で食べ、共有することは、食文化の継承だけでなく、世代間交流や食の楽しさにもつながります。

地元で培われてきた多様な食文化を忘れることなく後世に伝えつつ、時代に応じた優れた食文化の形成や安全な地場産物の生産と消費行動を推進します。

具体的な取組

行動指針欄には具体的な取組に関連する市民の行動指針（41 ページ参照）を記載しています。

事業・活動名	目的	内容	実施主体	対象	ライフステージ	行動指針
季節の料理作り	季節に沿った食物の文化を伝える	時節に応じた調理実習を行い季節ごとの習慣や食材を学ぶ機会を提供する	幼稚園	園児	乳幼児期	⑧
園だよりへの行事食の掲載	行事に沿った日本伝統料理を伝える	園だよりにお正月や十五夜などの日本の伝統料理について、わかりやすく紹介する	保育園	園児と保護者	乳幼児期 壮年期	⑧
みよしの伝統料理教室	みよしの伝統料理を紹介し味わってもらい後世に伝える	とりめし、おこしもん、おせち料理などを J A あいち 豊田ふれあいホール、小学校、明越会館等で調理実習し試食を行う	J A あいち 豊田三好女性部	市民、小学生	少年期	⑧
学校給食における郷土料理の導入推進	ふるさとの味を知り伝統料理を継承する	地域に伝わる郷土料理を地元の農産物を使用して給食に提供する	学校給食センター	小中学生	少年期	⑧
学校給食における日本食献立の取り入れ拡充	日本食の良さを見直し、バランスのとれた食事を提供する	地元産の米（大地の風）を週 4 回程度使用し、ごはんを中心とした献立を展開する	学校給食センター	小中学生	少年期	⑧ ⑨
みよし悠学カレッジ食文化の会	郷土料理を学び広く伝承する	みよしの郷土料理のレシピの研究と紹介を行う	みよし悠学カレッジ食文化の会	市民等	青年期 ～ 高齢期	⑧
伝統料理レシピの紹介	郷土料理を広く伝承する	郷土料理レシピ本「伝えたいみよしの味」をホームページ等で紹介したり、料理講座を開催したりする	産業課 みよし悠学カレッジ食文化の会	市民等	青年期 ～ 高齢期	⑧
食育推進ボランティア研修交流会	食育ボランティアを対象に「食文化継承」「野菜摂取量増進」「食品ロスの削減啓発」を推進する活動を更に進めることを目的に資質向上と一般県民との交流を図る	「食文化継承」「野菜摂取量増進」「食品ロスの削減啓発」をテーマにした研修交流会を開催する	愛知県（農林水産部）	食育ボランティア県民	青年期 ～ 高齢期	⑧

ポイント１－（５）

食育を広めるための人材育成や関係者との連携強化

現状と課題

アンケート調査結果によると、「食育に関心がある」園児が86.5%、小学2年生が81.7%、高校生が34.8%、一般が72.2%と高校生で特に低く、一般が前回調査よりやや低くなっています。

また、「食育推進のためのボランティア活動に参加してみたい」人の割合が10.6%と低くなっています。参加してみたいボランティア活動は、「子どもに料理を教える」「高齢者への食支援活動」「農業体験を教える」が上位に挙げられています。

地域に密着した食育の推進にあたっては、保育・教育、生産・流通、外食・食品産業や関連する団体、消費者や食育ボランティア団体等、様々な関係者がそれぞれの立場から取り組むとともに、これらの関係者が共通認識を持ち、一体的に推進することが必要です。

方向性

食育を広めていくための人材の育成をすすめるため、県等が主催する研修会等を通じて管理栄養士や栄養士等の資質の向上を図るとともに、食生活健康推進員等の地域のボランティアの育成に努めます。また、食に関するボランティアや関係団体等と連携・協働し、食育の推進を図ります。

※食生活健康推進員：みよし市が主催する「食生活健康推進員養成教室」を修了し、地域における健康づくりの担い手として食生活を通した様々な健康づくりのボランティア活動を行っている人のことです。

具体的な取組

行動指針欄には具体的な取組に関連する市民の行動指針（41 ページ参照）を記載しています。

事業・活動名	目的	内容	実施主体	対象	ライフステージ	行動指針
学校給食センター調理員、栄養教諭による学級訪問	生徒と調理員との会食を通して給食への関心や理解を深める	給食調理後、各学校へ出向き児童生徒と会食し、給食への思いを話し合う	学校給食センター	小中学生	少年期	⑦
食育だよりの発行	食育に関する情報を発信する	園児の各家庭に食育に関係するたよりを発行する	保育園幼稚園	園児の保護者	壮年期	④ ⑪

行動指針欄には具体的な取組に関連する市民の行動指針（41 ページ参照）を記載しています。

事業・活動名	目的	内容	実施主体	対象	ライフステージ	行動指針
学校給食センター見学試食会	学校給食への関心と理解を深める	給食センターで給食ができるまでを見学し、その日に調理された給食の試食を行う	学校給食センター	園児・小中学生の保護者・市民	壮年期 中年期	⑪
産業フェスタでの食育啓発	食育に関する情報提供や関係者の交流を図る	産業フェスタで食育コーナーを設置し、食育に関する情報提供や交流を行う	産業課	市民等	全対象	⑪
各食育関係団体への情報提供	各食育関係団体の活動を活性化する	各食育関係団体へ食育に関する情報を提供する	産業課	各食育関係団体	全対象	⑪
総合福祉フェスタ	食育に関する情報提供や関係者との交流を図る	総合福祉フェスタで食育コーナーを設置し、食育に関する情報提供や交流を行う	健康推進課	市民等	全対象	⑪
ホームページに献立掲載	食育に関する情報を提供する	献立表・たべものカレンダー・アレルギー表・材料表をホームページに掲載し、情報提供を行う	学校給食センター	市民等	全対象	⑪
健康推進課健診・相談・教育事業	食育に関する情報を提供する	食育啓発資材の配布や掲示を行う	健康推進課 産業課	市民等	全対象	⑪
食育推進ボランティア研修交流会	食育ボランティアを対象に「食文化継承」「野菜摂取量増進」「食品ロスの削減啓発」を推進する活動を更に進めることを目的に資質向上と一般県民との交流を図る	「食文化継承」「野菜摂取量増進」「食品ロスの削減啓発」をテーマにした研修交流会を開催する	愛知県（農林水産部）	食育ボランティア 県民	青年期 ～ 高齢期	⑧

ポイント１－（６）

食育に関する情報提供や普及啓発

現状と課題

アンケート調査結果によると、「食育という言葉について聞いたことはない」園児が22.9%、小学2年生が20.8%、「知らない」小学5年生が43.1%、中学2年生が31.9%、高校生が41.4%、「意味は知らない」一般が45.0%となっています。

また、「食育について子どもと話したことはない」園児の保護者が73.0%、小学2年生の保護者が63.8%と高くなっています。

食への興味や関心、理解をさらに深められるよう、食育や食生活に関する情報提供を充実させることが必要です。また、食育を地域に浸透させていくため、市民の生活に密着した活動を行っているボランティアなどの取組が周知されるよう、活動の情報発信なども必要です。

方向性

食育についてのイメージや関心を深めるため、農業体験や料理教室など、食農教育の積極的な開催により食育の普及啓発を図ります。また、食に関する情報を積極的に提示し、市民自らが食育を実践することができる環境づくりに努めます。

具体的な取組

行動指針欄には具体的な取組に関連する市民の行動指針（41 ページ参照）を記載しています。

事業・活動名	目的	内容	実施主体	対象	ライフステージ	行動指針
朝食コンテスト	朝食の役割、大切さについて関心をもってもらい、コンテストを通して家族や地域のコミュニケーションを図る	早くておいしい簡単朝食メニューの募集・審査・表彰を行う	愛知県（教育委員会）	小学生	少年期	⑤
広報による食育の啓発	食育の普及啓発を図る	広報を通して食育に関する情報を提供する	産業課	市民等	全対象	⑪
我家の献立作り	食育の普及啓発を図る	広報を通して食育に関する情報を提供する	健康推進課	市民等	全対象	⑪

行動指針欄には具体的な取組に関連する市民の行動指針（41 ページ参照）を記載しています。

事業・活動名	目的	内容	実施主体	対象	ライフステージ	行動指針
食育推進協力店の拡大	食品関係事業所との連携を図り食育を普及する	市内食品関連事業所に食育推進の協力を得て食育の啓発活動を行う	愛知県（健康福祉部）	市民等	全対象	⑪
ホームページで食育推進	食育に関する情報を提供する	ホームページで食育に関する情報提供を行う	産業課	市民等	全対象	⑪
食育啓発資料の作成	食育の普及啓発を進める	横断幕、パンフレットなど啓発資料を作成し啓発する	産業課	市民等	全対象	⑪
食育推進活動に対する支援	食育推進への連携協力と支援を行う	食育推進活動を行う団体等に補助金等の支援を行う	産業課	団体等	全対象	
食育に関する調査	食生活の実態を調査する	教育状況調査の中で食育に関する調査、健康みよし21の中で食育に関するアンケート調査、食育推進計画に関するアンケート調査を実施する	小学校 健康推進課 産業課	市民等	全対象	

基本目標 2 ～健康づくり～ 食を通して、健康な体をはぐくみます

ポイント 2－(1)

バランスのとれた規則正しい食生活の実践 **重点取組**

現状と課題

アンケート調査結果によると、「朝食の欠食割合」について園児が1.7%、小学2年生が1.7%、小学5年生が2.7%、中学2年生が6.2%、高校生が10.3%、一般が10.4%と前回調査に比べて高く、また年代が上がるほど高くなっていることがわかります。朝食を食べない理由として、園児では「食べたくないから」、小学2年生以上では「時間がないから」が最も高くなっています。

「朝食に野菜を食べている人」の割合について園児が14.1%、小学2年生が13.7%、小学5年生が27.8%、中学2年生が22.1%、高校生が19.0%、一般が28.4%と高校生以外が前回調査より低くなっています。一方、食生活に関していつも気をつけていることは「野菜を毎食、食べるようにしている」園児が56.0%、小学2年生が55.6%、小学5年生が49.5%、中学2年生が42.9%、高校生が36.6%、一般が58.8%と意識は高くなっています。

「食事の栄養バランスに気を付けている人」の割合について園児が58.7%、小学2年生が55.4%、小学5年生が41.7%、中学2年生が31.6%、高校生が25.6%、一般が45.5%と前回調査より低くなっています。

一方、今後、食育に望むことについて「栄養バランスについて教える」が5割以上と高くなっています。

生活スタイルが多様化している現代において、外食や中食をなくすことは難しく、栄養バランスについての正しい知識のもと、外食や中食を上手に利用していくことを啓発することが必要です。

日々の食生活のなかで、野菜や果物の摂取を意識し、各々のライフステージにあった栄養バランスのとれた食生活の実践に向けた働きかけが必要です。

方向性

乳幼児期から高齢期に至るまで、ライフステージに応じたバランスのとれた規則正しい食生活の実践に向け、バランスの取れたレシピの普及・啓発等バランスの良い食生活についての周知、啓発に努めます。

具体的な取組

行動指針欄には具体的な取組に関連する市民の行動指針（41 ページ参照）を記載しています。

事業・活動名	目的	内容	実施主体	対象	ライフステージ	行動指針
給食献立から栄養指導	3色の食品群に興味をもたせる	給食の献立を紹介し、給食には何が入っているか3色に分類して確かめさせる	保育園 幼稚園	園児	乳幼児期	② ⑤
園だよりへの食育記事の掲載、園児への食生活指導	朝食を食べる事の大切さを伝え、朝食の欠食者を減らす 野菜が体の中でどのような働きをするのかを伝え、野菜を食べている人を増やす 3色の食品群について関心を高め、何をどれくらい食べると良いか、知識を深める	園だよりを通じて食に興味を持たせる内容や、栄養に関する話、食事の適量、朝食摂取の大切さ、簡単に作れる朝食メニューなどを紹介する	幼稚園	園児と保護者	乳幼児 壮年期	② ④ ⑤
おやつに関する啓発	幼児期のおやつの適切なとり方について伝える	園だよりの中に食育だよりを掲載し、おやつは食事の一部だという事を伝え、おやつのメニューを紹介したり、適量を伝える	幼稚園	園児と保護者	乳幼児 壮年期	⑤
家庭への献立表の配布	給食内容の情報提供と給食に対する興味・関心を持たせる	給食の献立表を各家庭に配布する	保育園 幼稚園 小中学校	園児・小学生の保護者	乳幼児期～ 壮年期	①
保育参観での給食の紹介	給食に対する興味・関心を持たせる	保護者に給食の状況を見てもらい、毎月配布している献立表や成分表の内容を説明し、食に関心を持ってもらう	保育園 幼稚園	園児の保護者	乳幼児期～ 壮年期	⑪
栄養指導授業	給食を活用して食に関する栄養指導を行う	栄養教諭、学校栄養職員が参加しての授業を実施する	小学校	小学生	少年期	⑪
食育劇の上演の支援	自ら食育劇に取り組むことでバランス良く食べることへの関心を高める	食育劇の衣装、シナリオ等を上演を希望する小学校等に貸し出す	愛知県（農林水産部） 保育園 幼稚園 小学校	園児 小学生	少年期	⑪
我家の献立作り	バランスのとれた食生活を提案する	栄養バランスのとれた食事の献立を立てて家庭に紹介する	健康推進課	市民等	全対象	⑪
食生活のバランスチェック	日頃の食事のバランスを確認してもらう	食事バランスチェックシートを利用し、自分の食事内容を確認してもらう	食育推進ボランティア	市民等	全対象	⑤ ⑪

行動指針欄には具体的な取組に関連する市民の行動指針（41 ページ参照）を記載しています。

事業・活動名	目的	内容	実施主体	対象	ライフステージ	行動指針
パッキング体験	健康づくりや生活習慣病予防に効果的な食事を知ってもらう	調理実習を開催する	食生活健康推進委員会	市民	全対象	① ⑤
食育推進ボランティア研修交流会	食育ボランティアを対象に「食文化継承」「野菜摂取量増進」「食品ロスの削減啓発」を推進する活動を更に進めることを目的に資質向上と一般県民との交流を図る	「食文化継承」「野菜摂取量増進」「食品ロスの削減啓発」をテーマにした研修交流会を開催する	愛知県（農林水産部）	食育ボランティア 県民	青年期 ～ 高齢期	⑧ ⑩
いきいき元気度測定	健診とセットで毎年度 1 回受ける習慣を作り、セルフケアを促進する。	健診結果や生活習慣の問診及び体力測定を踏まえ、保健師や管理栄養士、健康運動指導士のアドバイスを受けながら健康づくりを行う	健康推進課	市民	高齢期	⑪

ポイント２－（２）

望ましい食習慣を身に付け、過度な痩身と肥満や生活習慣病の予防

現状と課題

アンケート調査結果によると、「肥満者」の割合について小学５年生男子が6.2%、小学５年生女子が5.2%、中学２年生男子が4.1%、中学２年生女子が5.6%、高校生が7.8%、一般が12.4%と中学２年生男子以外が前回調査より高くなっています。また、痩身（やせ）の割合は高校２年生が13.0%、一般が9.9%と高くなっています。

「メタボリックシンドロームの認知度」について高校生が57.1%、一般が79.2%と高校生では前回調査より高く、一般で低くなっています。

「自分の適正体重を維持する食事量を理解し実践している人」の割合が23.0%と前回調査よりやや高くなっています。また、生活習慣病の予防や改善のために、「普段から適正体重の維持や減塩などに気をつけた食生活を実践している人」の割合が69.2%と高くなっています。

「よく噛んで食事をする人」の割合について園児が35.9%、小学２年生が34.1%、小学５年生が48.6%、中学２年生が46.2%、高校生が38.8%、一般が43.2%と園児・小学２年生以外が前回調査より高くなっています。

近年、ライフスタイルの変化や食の外部化等により、栄養の偏りや朝食の欠食に代表されるような食習慣の乱れに起因する肥満、生活習慣病、過度のやせや低栄養など、食に関わる様々な健康問題が引き起こされています。

子どもから高齢者まで生涯にわたって健康でいきいきと暮らすためには、市民一人ひとりが、自分の食生活を自分で管理し、望ましい食習慣の実践と定着につながるよう支援することが必要です。

方向性

現代は、不規則な食事や栄養の偏り、生活習慣病の増加、若い女性を中心とした過度の痩身等が問題となっているため、市民が望ましい食生活を送り、健康で元気に暮らし続けることができるよう、生活習慣病等の予防に向けた、生活習慣の改善等の対策を推進します。

具体的な取組

行動指針欄には具体的な取組に関連する市民の行動指針（41 ページ参照）を記載しています。

事業・活動名	目的	内容	実施主体	対象	ライフステージ	行動指針
むし歯予防教室、わんぱく教室等	子どものむし歯を予防する	1・2歳児と保護者、保育園児、子育てサークル参加者、わくわくからだ探検隊（小学生）参加者を対象にむし歯予防に関する講話と歯みがき指導を行う	健康推進課	1・2歳児とその保護者 園児 小学生	乳幼児期	⑥
園児への歯みがき指導	子どものむし歯を予防する	医師や歯科衛生士による歯科検診、歯みがき指導、虫歯予防に関する紙芝居を行う	保育園 幼稚園 健康推進課	園児	乳幼児期	⑥
健康診断、健康診査	子どもの肥満を予防する	乳幼児や園児、児童、生徒の健康診断等の結果により肥満予防の指導を行う	保育園 幼稚園 小中学校 健康推進課 子育て支援課 学校教育課	乳幼児 園児 小中学生	乳幼児期 少年期	⑪
個別懇談会の開催	食生活の実態を把握し改善する	園児の食事の様子を伝えたり、保護者からの相談にこたえ、食育についての情報を提供する	保育園 幼稚園	園児の保護者	乳幼児期 壮年期	⑤ ⑪
フッ化物洗口	子どものむし歯を予防する	小学校で希望者にフッ化物洗口を実施する	小学校	小学生	少年期	⑥
健康教育	歯の大切さと食生活の大切さの意識向上を図る	歯周病予防や摂食等に関する講話とブラッシング指導を行う	健康推進課	教室 受講者 老人クラブ等	全対象	⑥
健康診断にもとづく食生活の改善指導	生活習慣病を予防する	健康診断の結果に基づき病院の管理栄養士が食生活の改善を指導する	市民病院	健康診断受診者	全対象	⑤ ⑪

ポイント２－（３）

食の安全についての関心や知識の向上

現状と課題

アンケート調査結果によると、「買い物時に食品表示を必ず確認する人」の割合について高校生が31.5%、一般が58.3%と前回調査より高くなっています。また、食品表示で特に意識しているものは「賞味期限・消費期限」「産地」「原材料」「栄養成分（カロリーなど）」などが上位に挙げられています。

一方、安全な食生活を送るための、「食品の安全性に関する基礎的な知識があると思う」園児の保護者が52.7%、小学2年生の保護者が49.9%、一般が54.3%と半数を超えています。また、今後、信頼できる情報源として、食品安全に関する情報の入手先として、「テレビ」「新聞」「インターネット上のニュースサイト等」「学校での教育（小学校、中学校、高校等）」が挙げられています。

近年、国内外で食品表示の偽装や食中毒などの食品の安全や信頼を揺るがす事件や事故が生じており、食品の安全性に関する市民の関心は高くなっています。

情報化の進展により、マスメディアなどを通じて食に関する情報が氾濫しており、正しい情報を選択することが難しくなっています。正しい情報の選択ができるよう、食の安全に関する情報提供と、自らの判断で食を選択する力を身に付けられるよう支援することが必要です。

方向性

市民の健全な食生活の実践には、食の安全に関する正しい知識と理解を深め、自らの判断で食を選択していくため、食品の安全性や栄養成分、食物アレルギー、食習慣等の正しい情報を、市の広報紙、パンフレット、ホームページ、イベント等を活用し、市民に情報提供をし、食に関する知識と理解を深めます。

具体的な取組

行動指針欄には具体的な取組に関連する市民の行動指針（41 ページ参照）を記載しています。

事業・活動名	目的	内容	実施主体	対象	ライフステージ	行動指針
食物アレルギーへの対応	アレルギーのある園児、児童、生徒も安心して食事ができるようにする	アレルギー明細表を作成し、献立の詳細な情報提供を行う	学校給食センター	園児 小中学生	少年期	⑨
給食献立表に食の豆知識を掲載	食の安全に関する知識を高める	給食の献立表の中に食の安全に関する豆知識を掲載し配布する	保育園 小中学校 学校給食センター	小中学生	少年期	⑨
食品表示制度の啓発	食の安全安心に関する知識と理解を深める	食品表示制度に関するパンフレットを配布する	愛知県（農林水産部）産業課	市民等	青年期～ 高齢期	⑨
食品衛生講習会	食の安全に関する意識を高める	食品衛生管理に関する講演・講習会を開催する	愛知県商工会 食品衛生協会	食品衛生関係者	青年期～ 高齢期	⑨
摂取栄養量・栄養基準量の表示	栄養成分表示の関心を高める	献立表に月の平均栄養価や栄養基準量を掲載する	学校給食センター	小中学生の保護者	壮年期 中年期	⑨
GAPの普及啓発	食の安全性を高める	農産物の生産においてより高い安全性等を確保するための工程管理であるGAP手法の普及啓発を行う	愛知県（農林水産部）	農産物生産者	中年期～ 高齢期	⑨
飲食店の栄養成分表示の推進	栄養成分表示の関心を高める	飲食店の料理メニューに栄養成分の表示を実施する	愛知県（健康福祉部）	飲食店他	全対象	⑨
農林物資の食品表示基準遵守調査	食品表示法の規定に基づき定められている食品表示基準の遵守状況を調査し表示の適正化を図る	管轄区域内の店舗や事業所を訪問し、食品表示基準遵守状況調査を行う	愛知県（農林水産部）	店舗・事業所	全対象	⑨
安心・安全な農産物提供への取組	食の安全性を高める	米・果実・野菜のトレーサビリティ、残留農薬検査、作業日誌の提出及び確認をする	J A あいち 豊田	市民等	全対象	⑨

※トレーサビリティ：食品などの安全を確保するために、栽培や飼育から加工・製造・流通などの過程を明確にする仕組み。

基本目標 3 ～環境づくり～ 食に関する環境を整えます

ポイント 3－(1)

環境にやさしい食生活や活動の推進

現状と課題

アンケート調査結果によると、食べ残しや食品の廃棄が発生していることに関して、日ごろから「もったいないと感じている」園児が98.4%、小学2年生が97.0%、一般が97.3%と非常に高くなっています。

さらに、「むだな廃棄の少ない食事づくりを積極的に行っている人」の割合が50.1%と前回調査より15ポイント増加し目標値を達成しています。

また、「食品ロスという問題について知っている」人の割合が70.9%、「食べ残しを減らす努力をしている」人の割合が94.2%となっています。一方、購入した食品を食べないまま、捨ててしまうことについて「捨ててしまうことがある」人の割合が42.5%と高くなっています。

食べ残しや食品廃棄量の増加も大きな問題となっています。食生活は自然の恩恵の上に成り立ち、食に関わる人々の様々な活動によって支えられていることに対する理解を深め、もったいないと感じる気持ちや感謝の念を育む取組が必要です。

無駄や廃棄の少ない食事づくりを行うなど、食生活における環境への影響に関する理解を深め、環境に配慮した食生活の実践に向けた支援が必要です。

方向性

毎日の食生活における環境への配慮に関する理解を深め、もったいないの意識の浸透を図り、調理の工夫などにより、食べ残しや食品の廃棄を減らし、環境に配慮した取組を推進します。

具体的な取組

行動指針欄には具体的な取組に関連する市民の行動指針（41 ページ参照）を記載しています。

事業・活動名	目的	内容	実施主体	対象	ライフステージ	行動指針
残菜の減量指導	残菜を減らす	残食量の確認や残菜ゼロキャンペーン等の取り組みを行う	小中学校	小中学生	少年期	⑩
エコファーマーの育成	環境にやさしい農業を推進する	有機物の施用や化学肥料、化学合成農薬を減らす環境にやさしい農業に取り組む農業者を育成する	愛知県（農林水産部）	農産物生産者	青年期～高年齢期	⑨
「あいちエコ食スタイル 今日から始める 20tips」の作成・配布	「環境に優しい食生活」を実践するための具体的なコツや豆知識、工夫を紹介し、無駄なく食べるコツを伝える	資料をホームページで公表・配布する	愛知県（農林水産部）	県民等	全対象	⑩

※エコファーマー：持続性の高い農業生産方式の導入に関する法律に基づいて認定された農業者で、環境にやさしい農業による農産物の生産により、環境負荷の低減と、安全安心な農産物供給を行っている。

ポイント３－（２）

地産地消の推進

現状と課題

アンケート調査結果によると、「地元食材をいつも購入するように努めている人」の割合が11.5%と前回調査よりやや高くなっています。地元産の食品を買わない理由については「金額や量で選んでしまうから」「地元で作られたかどうかで店が分からないから」が「いつも買い物をする店では地元で作られた食品を売っていないから」などが上位に挙げられています。

また、給食にみよし市で作られた米や野菜、果物が使われていることを「知っていた」園児が24.2%、小学2年生が52.8%、小学5年生が76.3%、中学2年生が71.5%となっています。

地産地消は、生産者と消費者の相互理解とともに、消費による地域の活性化、流通コスト等の削減による環境への配慮にもつながります。こうした地産地消の目的や活動が、より市民に理解と協力が得られる機会や情報提供が必要です。また、地元の食への理解を深める体験活動や地産地消の場などをさらに拡大し、参加を促すことが必要です。

方向性

地元農作物についてのわかりやすい効果的なPRの推進や、農業体験や地元産農作物に触れる機会を提供することで食への理解を促し、地産地消を推進します。

具体的な取組

行動指針欄には具体的な取組に関連する市民の行動指針（41ページ参照）を記載しています。

事業・活動名	目的	内容	実施主体	対象	ライフステージ	行動指針
地元農産物の啓発	地産地消を推進する	チラシやホームページにより地元農産物や販売場所をPRする	J A あいち 豊田 産業課	市民等	壮年期	⑧ ⑨
給食センターでの地元農産物の使用とPR	地元農産物の利用促進やPRを行う	愛知県産、みよし産の米や野菜などの食品を指定して購入し、利用促進や献立表などでPRを行う	学校給食センター	小中学生 保護者	壮年期 中年期	⑧ ⑨
地元農産物の販売	地元農産物の販売により地産地消を推進する	J A あいち豊田三好産直センター、グリーンステーション三好で地元農産物の販売やPRを行う	J A あいち 豊田	市民等	中年期	⑧ ⑨

行動指針欄には具体的な取組に関連する市民の行動指針（41 ページ参照）を記載しています。

事業・活動名	目的	内容	実施主体	対象	ライフステージ	行動指針
産業フェスタ	地元農産物の消費拡大とPRを行う	毎年11月の第1日曜日にイベントとして開催し地元農産物の直売やPRを行う	産業フェスタ みよし実行委員会 さんさんの郷	市民等	全対象	⑧ ⑨
炊きたてご飯の試食会	みよし産のお米のおいしさを知ってもらい地元産米の消費拡大を推進する	市内のイベントや店頭で炊きたての白米を試食して米本来の味を知ってもらう	J Aあいち 豊田	市民等	全対象	② ⑧ ⑨
地産地消への支援	地産地消の推進を支援する	地産地消を推進する団体に助成金等の支援を行う	産業課	農業団体	全対象	⑧ ⑨
みよし産農畜産物表示シールの配布	みよし産農畜産物のブランド化による消費の拡大やそれに伴う生産者の意欲の向上を図る	みよし産農畜産物表示シールを窓口やイベント等で農家へ配布し、みよし市産農畜産物やそれを利用した加工品に貼付してもらう	産業課	市民等	全対象	⑧ ⑨
地産地消の啓発	地産地消を促進する	地元農産物を使用した学校給食の献立を実施し、献立表等で紹介。ホームページにも掲載する	学校給食センター	市民 小中学生	全対象	⑧ ⑨
みよし産果実の啓発	みよし産果実の消費拡大とPRを行う	みよし産果実の総称として、「甘みよし」を出荷箱に明記及びリーフレット、のぼりを製作する	J Aあいち 豊田	市民等	全対象	⑧ ⑨
産直に関する研修会	地元農産物の生産販売を促進する	生産販売に必要な知識習得のための講習会の実施や先進地視察を実施する	J Aあいち 豊田 産直部会	農産物生産者	全対象	⑧ ⑨
ふれあい農業見学会	地元農家の活動を知ってもらい、地産地消を促進する	普段は見られないJ Aの農業施設を見学・体験する	J Aあいち 豊田	市民等	全対象	⑦
みよし軽トラ市	地元農産物の消費拡大とPRを行う	地元の新鮮な農産物を生産者自ら消費者に販売し、農産物の新たな魅力を知ってもらう	みよし軽トラ市実行委員会 緑と花のセンター	市民等	全対象	⑧ ⑨
いいともあいち運動の推進	愛知産農林水産物を生産・流通・消費する方々に会員となっただき、PR活動等により、愛知県の農林水産業を支える	ホームページ、フェイスブック、地産地消イベント等により、PRする	愛知県 (農林水産部)	県民等	全対象	⑧ ⑨

3 目標値の設定

みよし市の食育の基本目標の達成に向けて、目標項目と目標値を設定します。

基本目標 1 ～人づくり～

食の大切さや、楽しさが分かる心豊かな人を育てます

基本のポイント	目標項目	現状値（H30）				目標値（〇〇）			
		18歳以上	高2	中2小5	小2園児	18歳以上	高2	中2小5	小2園児
（1）食の正しい知識を身に付け、食に対する感謝の心を持つ心豊かな人間性の育成	①「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをする人を増やす	—	—	70.9%	58.2%	—	—	80%	70%
（2）楽しい食事の場づくりの大切さの周知	②農作物の栽培体験をしたことがある人の割合を増やす	47.7%	54.2%	58.0%	71.2%	60%	70%	70%	80%
（3）農作物の栽培や料理教室など、体験型の学習や交流を通じた食への理解促進	③料理教室（料理の手伝い）に参加したことがある人の割合を増やす	27.3%	15.4%	42.3%	37.7%	40%	30%	55%	55%
（4）食文化や郷土料理等の理解と継承	④郷土料理等を受け継いでいる（知っている）人の割合を増やす	43.7%	17.2%	38.8%	6.2%	60%	30%	50%	10%
（5）食育を広めるための人材育成や関係者との連携強化	⑤食育ボランティアの活動者数を増やす	94				160			
	⑥食育の普及に関する事業・活動数を増やす	102				110			
（6）食育に関する情報提供や普及啓発	⑦食育に関心がある人の割合を増やす	72.2%	—	—	—	80%	—	—	—

基本目標 2 ～健康づくり～ 食を通して、健康な体をはぐくみます

基本のポイント	目標項目	現状値（H30）				目標値（O5）			
		18歳以上	高2	中2小5	小2園児	18歳以上	高2	中2小5	小2園児
（１）バランスのとれた規則正しい食生活の実践	⑧朝食の欠食割合を減らす	10.4%	10.3%	4.5%	1.8%	7%	5%	3%	0%
	⑨朝食に野菜を食べている人の割合を増やす	28.4%	19.0%	25.1%	13.9%	50%	40%	40%	40%
	⑩食事の栄養バランスに気を付けている人の割合を増やす	45.5%	25.6%	36.7%	57.3%	60%	50%	60%	70%
（２）望ましい食習慣を身に付け、過度な痩身と肥満や生活習慣病の予防	⑪肥満者の割合を減らす	12.4%	7.8%	小5男 6.2% 小5女 5.2% 中2男 4.1% 中2女 5.6%	—	8%	5%	5%	—
	⑫メタボリックシンドロームの認知度を増やす	79.2%	57.1%	—	—	90%	80%	—	—
	⑬自分の適正体重を維持する食事量を理解し実践している人の割合を増やす	23.0%	—	—	—	40%	—	—	—
	⑭よくかんで食事をする人の割合を増やす	43.2%	38.8%	47.3%	35.2%	50%	50%	50%	50%
（３）食の安全についての関心や知識の向上	⑮買物時に食品表示を必ず確認する人の割合を増やす	58.3%	31.5%	—	—	70%	50%	—	—

基本目標 3 ～環境づくり～ 食に関する環境を整えます

基本のポイント	目標項目	現状値（H30）				目標値（O5）			
		18歳以上	高2	中2小5	小2園児	18歳以上	高2	中2小5	小2園児
（1）環境にやさしい食生活や活動の推進	⑯むだな廃棄の少ない食事づくりを積極的に行っている人の割合を増やす	50.1%	—	—	—	60%	—	—	—
（2）地産地消の推進	⑰地元食材をいつも購入するように努めている人の割合を増やす	11.5%	—	—	—	30%	—	—	—
	⑱保育園・学校給食における地場産物を利用する割合を増やす	36%				40%			



食育推進のための仕組みづくり

1 食育推進策とネットワークづくり

食育に関する取組の実効性を高めるためには、食にかかわる様々な関係者が、その役割と特性を活かしつつ、互いが連携、協力して事業展開していくことが重要です。

家庭を中心として保育園・幼稚園・学校・地域・農業団体・事業所・医療機関・行政等が、市民の皆さんとの協働により食育を推進するために、それぞれの立場で行動指針を定めるとともにネットワークづくりをすすめ、活動のかなめとします。

2 事業の評価等について

本計画の推進にあたっては、行政内での執行体制を確立し、関係部課との連携を図りながら、施策の実現に努めます。さらに、関係機関及び地域の各種団体との連携を図り、計画の円滑な推進に努めます。

また、年度ごとに食育推進施策に掲げた分野ごとの取組状況について、みよし市食育推進会議及びみよし市食育研究会において継続して評価をしていくこととします。