

第3次

裾野市食育推進計画
中間評価計画期間
令和3年度
▼
令和13年度

令和8年3月 裾野市

計画の基本理念

市民一人ひとりが、食に関心を持ち、食を楽しみ、健全な食生活を実践する基本的な力を身につけ、健やかな心と体、豊かな人間性を育み、生涯を通じていきいきと暮らせるために食育を推進します。

すすめよう そだてよう のぼそう食育
～食を通じた幸せづくり～

計画の期間

計画の期間は、令和3年度（2021年度）から令和13年度（2031年度）までの11か年です。中間年度の令和7年度（2025年度）には中間評価を行い、計画の進捗状況等を踏まえた見直しを行います。令和13年度の最終年度には最終評価を行います。

計画策定の背景と目的

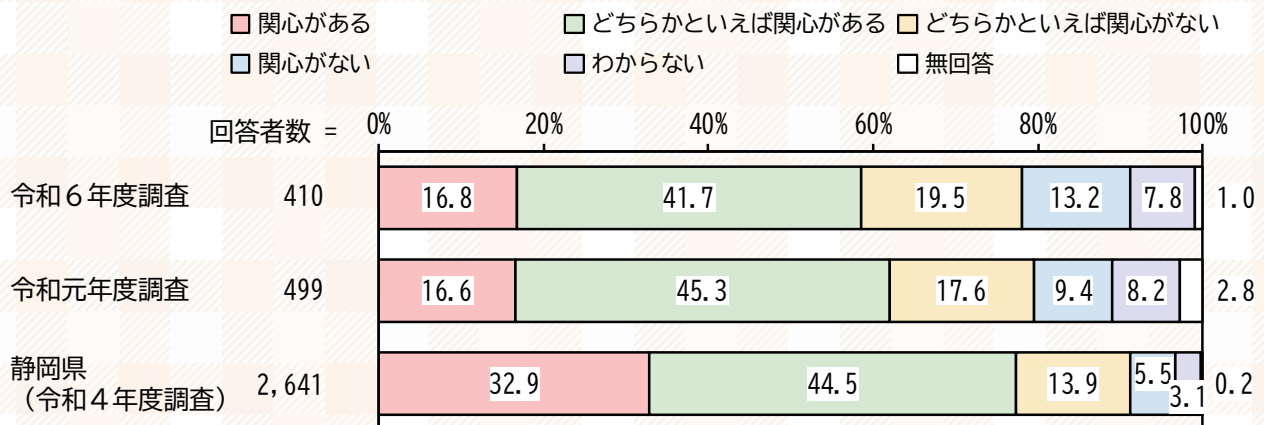
本市では、生涯を健康で暮らせる健康文化都市を目指し、令和2年度に健康・食育・歯科の3計画を一体的に策定しました。食育推進計画では「すすめよう そだてよう のぼそう 食育」を掲げ、市民が食を楽しみ、健全な食生活を実践できる力を育む施策を展開しています。

国は2024年度から「健康日本21（第三次）」を推進しており、新たな視点として女性特有の課題やライフコース別の支援、ICTの活用等が盛り込まれました。本市もこれらを踏まえ、食を通じた個人の行動改善と社会全体の連携を強化し、全ての市民が健やかで心豊かに暮らせる持続可能な社会の実現を目指します。

アンケートからみられる裾野市の状況

(1) 食育に関心がある人の割合

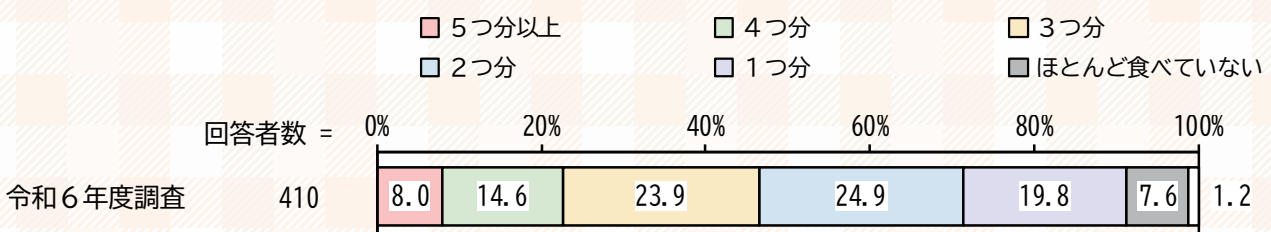
食育への関心について、「関心がある」「どちらかといえば関心がある」を合わせた「関心がある」が58.5%となっています。令和元年度調査及び令和4年度健康に関する県民意識調査と比較すると減少しています。



資料：令和元年度 生活習慣等に関するアンケート調査
令和6年度 生活習慣等に関するアンケート調査

(2) 野菜を食べている人の割合

副菜（野菜・きのこ・いも・海藻などをつかった料理のこと）を朝・昼・夕の食事の合計で1日にどのくらい食べていますかについて、「2つ分」が24.9%と最も高く、次いで「3つ分」が23.9%、「1つ分」が19.8%となっています。（適正量は「5つ分以上」）



資料：令和元年度 生活習慣等に関するアンケート調査
令和6年度 生活習慣等に関するアンケート調査

計画の体系及び重点取り組み

[基本理念]

[基本方針]

① すすめよう
② そだてよう
③ のびよう
④ 食育
食を通じた幸せづくり

1 食に関心を持とう

(1) 食について知ろう

(2) 体験活動等を通じて食に感謝しよう

2 食を楽しもう

(1) 食を通じたコミュニケーションをしよう

(2) 地場産物を食べよう

(3) 昔ながらの食を伝えよう

3 食で元気になろう

(1) 栄養バランスのとれた食事をとろう

(2) 規則正しい食習慣を身につけよう

4 食育の輪を広げよう

(1) 地域で食育をすすめよう

(2) 食育のネットワークをつくろう

重点取り組み

① 野菜の摂取の推進

② 減塩の推進

食育推進の具体的な取り組み

数値目標の評価結果を踏まえ現状と課題を整理し、計画の体系に基づき今後の方向性を整理しました。

(1) 食に関心を持つ

目指す姿

食に関心を持ち、
食に感謝する心を持ちます

現状と課題

アンケート調査結果では、食育について、「関心がある」「どちらかといえば関心がある」を合わせた「関心がある」が58.5%となっていますが、令和元年度調査及び令和4年度県民基礎調査と比較すると、減少しています。

また、食事の際に「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつについて、「まったくしていない」人は年代が上がるにつれ高くなる傾向にあります。

食育の啓発だけでなく、知識を普及させる環境や場についても考慮し、食に対して関心を持ち、食に感謝するとともに、食育に対する理解を深められることができる環境づくりを進めていくことが必要です。

今後の方向性

- 1 食育に関わる関係者が連携・協力して、食に関する適切な情報提供を行います。
- 2 対象者に合わせた内容でかつ体験等を多く取り入れた、効果的な啓発を実施します。
- 3 「もったいない」の心を持って、食べ残しを減らすといった環境に配慮した取り組みを推進します。
- 4 子どもや保護者が楽しみながら食に関心を持つことができるよう、学校や幼稚園・保育園等と連携した取り組みを推進します。
- 5 農林漁業の現場を学び、体験し、探究心を育むことができるよう、関係者と連携し、さまざまな体験活動を通じて、食に関する感謝の気持ちや理解が自然に深まる取り組みを推進します。



(2) 食を楽しもう

目指す姿

食を通じたコミュニケーションをとり、
食を楽しみます

現状と課題

アンケート調査結果では、朝食を家族と一緒に食べることはほとんどしない（一人暮らしも含む）人が 37.1%と最も高く、令和元年度調査と比較すると割合が増加しています。小学生では、「ひとりで食べる」の割合が 44.5%と最も高く、中学生では、21.0%となっています。

また、「地産地消」について、アンケート調査結果では、「関心がある」「まあまあ関心がある」を合わせた「関心がある」が 68.1%と高いものの、地場産物を食事に取り入れている人は 49.3%にとどまっています。

地産地消を推進するために、地域の特産品や伝統的な食材を活用した郷土料理や伝統料理等を地域や家庭で受け継いでいくとともに、食生活が自然の恩恵の上に成り立ち、食に関わる人（生産者・流通者・製造者・消費者）に支えられていることを交流や体験を通じて理解し、感謝の念を深めることができる環境づくりの推進が必要です。

今後の方向性

1 共食の意義や効果
を発信するとともに、こども食堂等の共食の場の提供等への支援等を通じて、共食を希望する人が安心して参加できる環境づくりを進めます。

2 市民の地産地消への関心は高いことから、地場産物や旬の食材に関する情報提供を充実し、地産地消や旬産旬消を推進します。

3 給食や様々なイベント・教室等において地場産物を活用し、周知します。

4 日本型食生活の良さを取り入れたり、季節の行事食を作る等、地域の食文化や料理を伝え合う取り組みを推進します。

5 食品ロスの削減など環境への負荷低減の取り組みへの理解を促進します。



(3) 食で元気になろう

目指す姿

栄養バランスがとれ、
健全な食生活を実践します

現状と課題

毎日の食事は、心身の健康を維持し、1日の生活リズムを整えるための重要な基盤です。特に朝食は、集中力の向上や生活習慣病予防にも関わる重要な役割を担っています。

アンケート調査では、朝食を「ほとんど毎日食べる」と回答した人の割合が前回調査より減少しており、小学生・中学生においても、一人で朝食を取る割合が一定数みられます。

近年、家庭の生活リズムの多様化など、朝食の欠食や簡略化につながる背景が指摘されています。こうした状況の中で、栄養バランスに配慮した食事を毎日継続することは、子どもの健やかな成長に不可欠であり、大人にとっても健康的な生活習慣を形成するために重要です。

そのため、家庭で無理なく取り組める朝食づくりの工夫や、野菜摂取・減塩などの実践的な食習慣の改善を支援し、誰もが日々の食事を通じて元気に過ごせるような環境づくりを進めていきます。

今後の方向性

1 子どもの頃から、食生活が毎日の活動や健康づくりに重要であるということを知り、生涯を通じて実践できる取り組みを推進します。

2 特に働き盛り世代に対して、忙しい毎日の中でも取り組める具体的な方法の提示や、適切な食習慣の実践を継続する支援など、健全な食生活の実践に向けた「大人の食育」を推進します。

3 大規模な自然災害等の発生に備え、ローリングストックの手法など食品の家庭備蓄に関する重要性について普及啓発を行います。

コラム 毎日の食事で意識的に野菜を取り入れよう

1日の野菜摂取の
目標値は 350g



野菜サラダ



きゅうりと
わかめの酢の物



具たくさん
味噌汁



ひじきの煮物



野菜いため

野菜に含まれる栄養素と働き

βカロテン

皮膚や粘膜の健康を保つ。

カリウム

余分なナトリウムを体外に排出し、高血圧の予防に役立つ。

食物繊維

整腸作用があり、便秘の予防や血糖値の安定に役立つ。

ビタミンC

免疫機能の維持に役立つ。

カルシウム

丈夫な骨や歯を作るのに役立つ。

(4) 食育の輪を広げよう

目指す姿

食を通じた繋がりを広げ、
食文化を継承していきます

現状と課題

食育への関心についてアンケート調査結果では、「関心がある」「どちらかといえば関心がある」を合わせた「関心がある」が58.5%となっています。

今後、市民自らが積極的に食育に取り組めるようにするためには、地域全体で食育に関心を持ち、食育活動を推進していくことが大切です。そのため、地域で食育に関する取り組みや活動を行っている団体等とネットワークを構築し、協働して活動ができる基盤づくり、食生活や食育事業の推進に関わる団体等の人材の確保が必要です。

今後の方向性

- 1 地域で食育を積極的に推進するために、食生活健康推進会会員を定期的に養成し、知識や技術向上のための研修も実施することで、会の育成・充実を目指します。
- 2 本市で実施されている行政や教育機関、保健福祉機関等をはじめ、食の生産、流通、販売に関わる事業者、関係団体やNPO、ボランティアなどの組織による様々な取り組みを活かし、積極的に食育を推進できるよう、ネットワークが活性化する取り組みを推進します。
- 3 平時からの備えとして、誰もが利用しやすい食品備蓄の普及啓発や、災害時に必要となる栄養・食事支援に関する情報提供体制の整備を進めます。また、関係機関や地域団体と連携し、災害時における食支援の体制づくりを段階的に推進します。

コラム 和食の日や和食文化について

- 和食の日とは、日本人の伝統的な食文化について見直し、和食文化の保護・継承の大切さについて考える日のことをいいます。
- 日本は海・山・里と豊かな自然に恵まれ、多様で新鮮な旬の食材と、うまみに富んだ発酵食品、米飯を中心とした栄養バランスに優れた食事構成をもつ、「和食」の文化があります。「和食」は食事の場における「自然の美しさ」の表現、食事と年中行事・人生儀礼との密接な結びつき等といった特徴を持つ、世界に誇るべき食文化です。
- 日本の食文化にとって大変重要な時期である秋の日に、毎年、一人ひとりが「和食」文化について認識を深め、和食文化の大切さを再認識するきっかけの日となっていくよう願いをこめて、11月24日を“いい日本食”「和食」の日と制定しました。

数値目標の評価

本計画では、施策・事業の展開に対応した数値目標を設定して、計画を推進してきました。今回の中間評価では、策定時の値から中間現状値（令和6年度）への推移や、目標値との達成状況に基づき、以下の4段階（◎：目標値を達成している ○：目標は達成していないが改善した △：変化がない ×：悪化している）で判定し、一元的に評価しました。

指標		策定当初値 (令和元年度)	中間現状値 (令和6年度)	目標値 (令和13年度)	評価
食育に関心がある人の増加	一般	61.9%	58.5%	70%	×
食事の際に「いただきます、ごちそうさま」の挨拶をしている人の増加	小学生	94.9%	97.4%	100%	○
	中学生	93.5%	95.6%		○
	一般	77.5%	79.8%	85%	○
次世代に伝えたい料理や味がない、知らない人の減少		29.5%	34.6%	20%以下	×
地場産物を食事に取り入れている人の増加		53.7%	49.3%	60%	×
学校給食での地場産物を使用する割合の増加		44.9%	54.3%	45%	◎
朝食を一人で食べる子どもの割合の減少	小学生	28.5%	44.5%	20%以下	×
	中学生	41.0%	21.0%	30%以下	◎
朝食を毎日食べる人の増加	幼・保	93.9%	93.2%	100%	×
	小学生	91.1%	84.9%		×
	中学生	82.8%	87.3%	90%	○
	20歳代	53.6%	61.4%		○
	30歳代	85.0%	73.1%		×
	平均	81.3%	80.0%		×
栄養バランスに気をつけている人の増加	小学生	55.1%	41.2%	60%	×
	中学生	42.6%	38.1%	50%	×
	一般	78.8%	80.7%	85%	○
野菜を食べている人の増加 ^{※1}		11.6%	8.0%	20%	×
野菜料理を毎食1皿以上食べる人の増加		52.7%	46.6%	60%	×
料理のとき、薄味に調味している（してもらっている）人の増加	男性	50.0%	36.4%	60%	×
	女性	70.7%	57.6%	80%	×
	平均	60.4%	47.0%	70%	×

※1 1日に野菜350g(食事バランスガイドの5つ分)以上とっている人の割合

第3次裾野市食育推進計画 中間評価（概要版） 令和8年3月