

# 第4次男鹿市食育推進計画 概要版

市民福祉部子育て健康課

## 1 基本的事項

【策定の趣旨】	第3次男鹿市食育推進計画における、ライフステージに応じた切れ目のない食育の推進という基本的な考えは維持しながら、ライフスタイルの多様化に伴う食生活をめぐる大きな環境変化など、さまざまな現状を踏まえ、家庭、教育・保育施設、学校、各種団体、行政などがそれぞれの役割に応じた食育を推進する。		
【計画の位置付け】	食育基本法第18条に基づく市町村計画	【計画期間】	令和8年度～令和12年度(5年間)



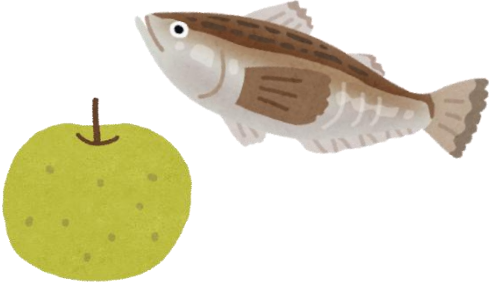
## 2 第3次計画の評価・現状・課題

項目	評価・現状・課題
1 食育への関心	<ul style="list-style-type: none"><li>・食育に関心のある市民の割合は、どの年代も半数を超えているが、国の調査における成人の割合 78.1%と比較すると低い状況にある。</li><li>・幅広い世代を対象に、地域、家庭と連携しながら実践的な啓発活動を実施し、行動の変化を促す。</li></ul>
2 朝食の摂取	<ul style="list-style-type: none"><li>・朝食を毎日食べる割合は、学年が進むにつれて低くなり、20代で最も低く、年齢を重ねるにつれて上昇傾向にある。</li><li>・欠食は栄養バランスを崩し、生活習慣病のリスクを高めることから、生活リズムが大きく変化しやすい思春期、青年期からの摂取指導が必要である。</li></ul>
3 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事	<ul style="list-style-type: none"><li>・1日2回以上、毎日実践している割合は中学2年生が一番高い。</li><li>・主食・主菜・副菜が揃った食事は、バランスよく食品や栄養素をとりやすいとされており、生活習慣病、フレイル予防につながるため、これらに関する情報を周知する。</li></ul>
4 減塩やうす味の実行	<ul style="list-style-type: none"><li>・減塩やうす味を実行している人としていない人の割合は、約半数ずつであった。</li><li>・実行していない理由として「美味しくないから」、「面倒だから」という声があったことから、血圧上昇や循環器疾患、胃がんリスクが高まることや、減塩の必要性、減塩方法の周知が必要である。</li></ul>
5 野菜の摂取	<ul style="list-style-type: none"><li>・1日の野菜の摂取目標量が350gであることを知っている割合が42.7%と約半数であるものの、実際に摂取できていると思う人の割合は14.5%と低かった。</li><li>・野菜摂取の効果や、摂取しやすくなるポイントの周知が必要である。</li></ul>

項目	評価・現状・課題
6 ゆっくりよく噛んで食べる	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ゆっくりよく噛んでいる人の割合は、4歳児が87.1%と最も高く、成人は57.7%で最も低い。</li> <li>・よく噛んで食べることによる効果(肥満予防等)や重要性の周知が必要である。</li> </ul>
7 一緒に食べる「共食」の状況	<ul style="list-style-type: none"> <li>・共食の割合は年齢が上がるにつれて低くなる傾向である。</li> <li>・家族や仲間と食卓を囲んで食事をするこゝで、食習慣、食事マナー、食文化を伝える良い機会となるため、共食の重要性についての啓発を継続することが必要である。</li> </ul>
8 環境に配慮した農林水産物・食品を選ぶ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・環境に配慮した農林水産物や食品を選択している人の割合は45%と、選択しない人を下回った。</li> <li>・環境への負担軽減、持続可能な食料システムの構築につながることを周知することが必要である。</li> </ul>
9 食品ロス削減のための行動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・食品ロス削減の取組をしている市民の割合が90.3%、食品ロス問題を認知して削減に取り組む県民の割合は90%と同程度である。</li> <li>・市の家庭ごみ排出量、R6年度の1日1人当たり577gに対し、令和11年度までの目標値は500gと定めており、減量化の推進に努めていく。</li> </ul>
10 食品購入時に産地や栄養表示を参考にする	<ul style="list-style-type: none"> <li>・産地や栄養表示を参考にする人の割合は62.8%である。</li> <li>・食を選択する力を高め、必要な情報を取得できるようになることが重要である。</li> </ul>
11 農業体験活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・市では食育教室のほか、保育施設や学校で収穫体験を実施しており、県内での実施率は96.3%である。</li> <li>・子どもをはじめとした幅広い世代への農業体験の機会を増やすことが必要である。</li> </ul>
12 男鹿市の郷土料理や特産品を知っている	<ul style="list-style-type: none"> <li>・食生活改善推進員が保育園や学校などでの郷土料理や特産品の伝承を行った。</li> <li>・家庭・保育・教育・地域・事業者が食文化の学習等の連携に総合的に取り組むことが大切です。</li> </ul>
13 学校給食地場産物の使用率	<ul style="list-style-type: none"> <li>・6月の食育月間、男鹿の鯛祭りの取組の一環として、地場産品を活用した市内小中学校の統一献立給食を実施しているものの、生産者の高齢化や規格・価格面などにより地場産物使用率が低下している。</li> <li>・食材の安定的な確保のため、納入体制を整備する必要がある。</li> </ul>
14 肥満傾向児童・生徒	<ul style="list-style-type: none"> <li>・小・中学校すべての学年において全国平均を上回っており、依然として課題となっている。</li> <li>・学校、家庭及び医療機関等が連携し生活習慣の見直しや改善を図る取組みを継続する必要がある。</li> </ul>

### 3 第4次計画の基本理念等

【基本理念】	□心身の健康増進と豊かな人間形成 □健全な食生活の実践による活力ある地域社会の実現 □生涯を通じた食育の推進			
【基本方針】	【指標項目】	【目標値】 基準値（令和5年度）→目標値（令和11年度）		【食育の総合的な推進】
(1) 健康寿命の延伸につながる食育の推進	・食育に関心がある人の割合	中学2年生	64.2 % → 70 %	1 家庭 ・基本的な生活習慣づくり ・心身の健康と豊かな人間性の基盤づくり 2 学校、保育施設等 ・給食や学習活動を通して子どもへの食育を行う 3 地域 ・ボランティア団体等と協力し栄養・食生活や郷土料理の普及啓発を行う 4 生産者、事業者 ・食の安全性や旬の農産物、健康的な食事の情報提供 1～4における行政の役割 ・乳幼児健診等を通じて、子どもの発育・発達に応じた食に関する指導・助言を行う。 ・健康と食生活に関することや、男鹿市の郷土料理や特産物などの食文化に関する学習機会を提供する。 ・青年期から壮年期へかけての働く世代への食育を推進するため、飲食店や小売業等と連携し、健康的な食生活や啓発掲示、定食・総菜・弁当の開発を支援する。
	・朝食を毎日食べる人の割合	4歳児	94.3 % → 100 %	
	・主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の人の割合	小学4年生	92.0 % → 98 %	
		中学2年生	84.6 % → 90 %	
		16歳	74.6 % → 90 %	
		成人	76.8 % → 90 %	
・減塩やうす味を実行している人の割合	男性 20歳以上	39.6 % → 43 %		
・野菜を1日 350g食べていると思う人の割合	成人	14.5 % → 20 %		
(2) 食の安全・安心と環境に関する理解の促進	・環境に配慮した農林水産物・食品を選んでいる人の割合	成人	45.0 % → 75 %	
	・食品を購入する際に産地や栄養表示などを参考にする人の割合	成人	62.8 % → 80 %	
	・食品ロスを軽減するために行動している人の割合	成人	90.3 % → 96 %	

(3) 地域の食文化の 継承・地場産物 を活かした食育	・男鹿市の郷土料理や特産品の平均認知率	小学4年生 中学2年生 16歳・成人	65.5% → 71%	
	・学校給食における地場産物使用状況 【対象:野菜15品目重量割合】		13.9% → 35%	