

第4次

千歳市
食育
推進計画

おいしい！たのしい！大好きちとせ

千歳市
令和6年3月





はじめに

食べることはとても大切なことです。私たちの体は、食べたものでできているからです。毎日、パンしか食べない生活を送っていたら、今のような自分になっていたでしょうか。体の中に取り入れるものは、よくよく考えて、選ぶことが大切だと思います。

「食育」とは、様々な経験を通じて、「食」に関する知識と、バランスの良い「食」を選択する力を身につけ、健全な食生活を実践できる力を育むことです。そして、「食育は生きる上での基本」であり、子どもだけではなく、今の自分にあった健康的な食を考えることや、誰かと一緒に食事をしたり、季節や地域の食を楽しんだりすること、親や祖父母から伝わる食文化を次の世代につなぐことなど、大人にとっても大切な生活の営みの一部であります。

近年では、ライフスタイルの多様化などが進み、インターネットの普及などにより情報があふれる社会の中で、食に対する価値観は変化しています。とりわけ、若い世代における朝食の欠食や栄養バランスに配慮した食事ができていないこと、スリムであることを意識する若い女性の「やせ」や、中高年の「肥満」などの不適切な体重管理により、やがては生活習慣病を引き起こし、様々な病気の発症につながってしまうなどといった多くの課題があります。

本市では、食育基本法に基づく市町村計画として、今回で第4次となる千歳市食育推進計画を策定しました。本計画は、令和6年度から5年間を期間とし、「生涯にわたり健全な心身を培う食育の実践の環を広げよう」という基本理念のもと、市民の皆様に向けた食育に関する施策について、新しい取組を取り入れながら総合的に展開してまいります。

本市の子どもたちや私たち自身にも、「心と身体の健康を維持すること」、「食べ物を選択し、食事づくりができること」、「大切な食文化や習慣を理解し次の世代に伝えること」、「食事の重要性や楽しさを理解すること」、「一緒に食べたい人がいること」、「食べ物やつくる人への感謝の心を抱くこと」など、『食べる力』を育むよう、家庭やこども園、学校、地域などが連携・協働する「環（わ）」を広げていきましょう。

最後になりますが、本計画の策定に当たり、御協力をいただきました「千歳市保健福祉調査研究委員会」の委員の皆様をはじめ、アンケート調査などを通じて貴重な御意見、御提言をお寄せいただきました市民の皆様にご心より感謝申し上げます。

令和6年3月

千歳市長 横田 隆一

目次

第1章 計画策定の趣旨	1
1. 食育推進の趣旨	1
2. 計画の位置付け	2
3. 計画の期間	4
第2章 食育の現状と課題～食育の問題点って何？～	5
1. 千歳市の食育を取り巻く現状	5
(1) 人口の推移	5
(2) 世帯構造の推移	6
(3) 健康に関する状況	7
2. アンケート調査からみた食育の現状	11
(1) アンケート調査概要	11
(2) アンケート調査結果	13
3. 前計画の目標達成状況と今後の課題	52
(1) 前計画の目標達成状況	52
(2) 千歳市の食育に関する課題	53
第3章 「おいしい!たのしい!大好きちとせ」を目指して	54
1. 目指すべき方向性	54
2. 目標指標の考え方と目標数値	57
3. 施策の展開	58
(1) 取組内容	58
(2) ライフステージ別の取組一覧	67
第4章 計画の推進と評価	69
1. 計画の推進体制	69
2. 食育推進における役割	70
資料編	71
1. 策定経過	72
2. パブリックコメントの結果概要	73
3. 千歳市保健福祉調査研究委員会	74
4. 千歳市保健福祉推進委員会	76
5. 千歳市食育推進計画庁内検討会議設置要綱	78
6. 用語解説	80

第1章 計画策定の趣旨

1. 食育推進の趣旨

「食」は、命の源であり、人間が生きていくために欠かすことのできない大切なものです。また、私たちが健康で心豊かな生活を送るためには、健全な食生活を営み、おいしく楽しく食べることや、それを支える社会環境を持続可能なものにしていくことが大切です。

国は食育を「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」と位置付け、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食育の推進が求められるとして、平成17年に食育基本法を制定し、平成18年に食育推進基本計画を策定しました。

今般、人口減少・少子高齢化の急速な進展により、健康寿命の延伸や生活習慣病の予防が引き続き課題であり、栄養バランスに配慮した食生活の重要性は増えています。

また、世帯構造の変化や中食^{なかしょく}※1市場の拡大が進行するとともに、食に関する国民の価値観や暮らしの在り方も多様化し、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。

一方で、新型コロナウイルス感染症の影響により、自宅で料理を作る頻度や自宅での食事回数が増え、食を見つめ直す契機となり、食育の重要性が高まるといった場面も見受けられます。

このような状況を踏まえ、引き続き食育を推進するとともに持続可能な食を支える食育の充実を目指す必要があります。

千歳市では食育を総合的に推進するため、平成21年に「千歳市食育推進計画」を、平成26年に「第2次千歳市食育推進計画」を、更に平成31年には「第3次千歳市食育推進計画」を策定し、各分野にわたる食育の取組を進めてまいりました。

その結果、これまでの取組を通して、食育への関心は少しずつ高まるなど一定の成果が表れているものの、更なる「食」への関心や理解を促すため、継続的な働きかけを行っていくことが大変重要であると考えています。

あらゆる世代の市民に対し、食育に関する知識の習得や活動への関心を高め、引き続き生涯にわたり健全な心身を培う食育の実践の環を広げるため、「第4次千歳市食育推進計画」を策定しました。

※1 「中食^{なかしょく}」とは、レストラン等へ出かけて食べる「外食」と、家庭内で手作り料理を食べる「内食^{ないしょく}」の中間にあって、市販の弁当・惣菜や出前・仕出し等、家庭外で調理された食品を家庭や職場・学校・屋外等へ持ち帰り、調理加熱せずに食べられる状態に調理された食品の総称をいいます。

2. 計画の位置付け

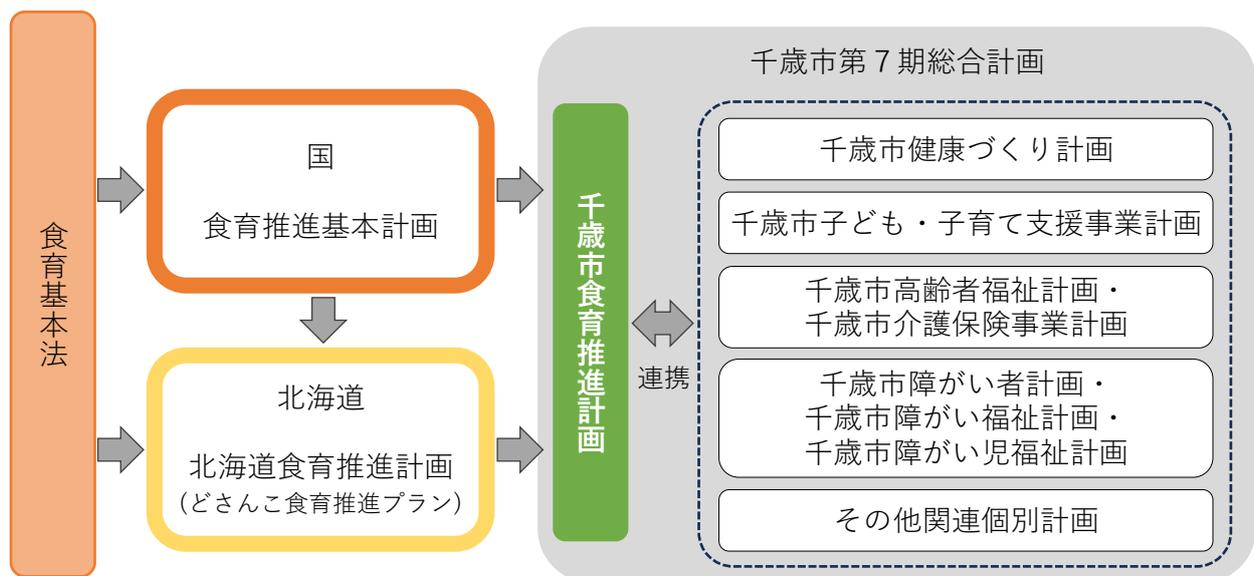
本計画は、食育基本法第18条第1項に基づき、国の食育推進基本計画や都道府県食育推進計画を基本として作成する市町村計画として位置付けます。

また、本計画は国際目標のSDGsの理念も踏まえ、市の最上位計画である「千歳市第7期総合計画」の個別計画として位置付けており、「千歳市健康づくり計画」など関連する他計画との整合性に配慮し策定しました。

【食育基本法】(抜粋)

(市町村食育推進計画)

第18条 市町村は、食育推進基本計画（都道府県食育推進計画が作成されているときは、食育推進基本計画及び都道府県食育推進計画）を基本として、当該市町村の区域内における食育の推進に関する施策についての計画（以下「市町村食育推進計画」という。）を作成するよう努めなければならない。



SDGs（持続可能な開発目標）とは

「Sustainable Development Goals」の略称で、2015年9月の国連サミットで採択された、国連加盟国193か国が2016年～2030年の15年間で達成を目指す国際社会全体の17の目標です。

我が国においても、豊かで活力のある「誰一人取り残さない」社会を実現するため、一人ひとりの保護と能力強化の焦点を当てた「人間の安全保障」の理念に基づき、世界の「国づくり」と「人づくり」に貢献していくことを示す、「SDGsアクションプラン2019」が策定され、地方自治体においてもSDGsの達成に向けた取組が求められています。

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS



3. 計画の期間

本計画の期間は、令和6（2024）年度から令和10（2028）年度までの5年間とします。

また、「第3次千歳市健康づくり計画」における「生活習慣の改善・栄養・食生活」に関する取組と調和と連携を図り、推進するものとします。

なお、法制度の改正などがあった場合には、必要に応じて見直しを行うものとします。

年度（令和） 西暦	3 2021	4 2022	5 2023	6 2024	7 2025	8 2026	9 2027	10 2028
国	第4次食育推進基本計画							
北海道	第4次北海道食育推進計画 （どさんこ食育推進プラン） ※令和元年度から令和5年度			第5次北海道食育推進計画 （どさんこ食育推進プラン）				
千歳市	千歳市第7期総合計画 ※令和3年度から令和12年度							
				第3次千歳市健康づくり計画 ※令和6年度から令和17年度				
	第3次千歳市食育推進計画 ※令和元年度から令和5年度			第4次千歳市食育推進計画				

第2章 食育の現状と課題～食育の問題点って何？～

1. 千歳市の食育を取り巻く現状

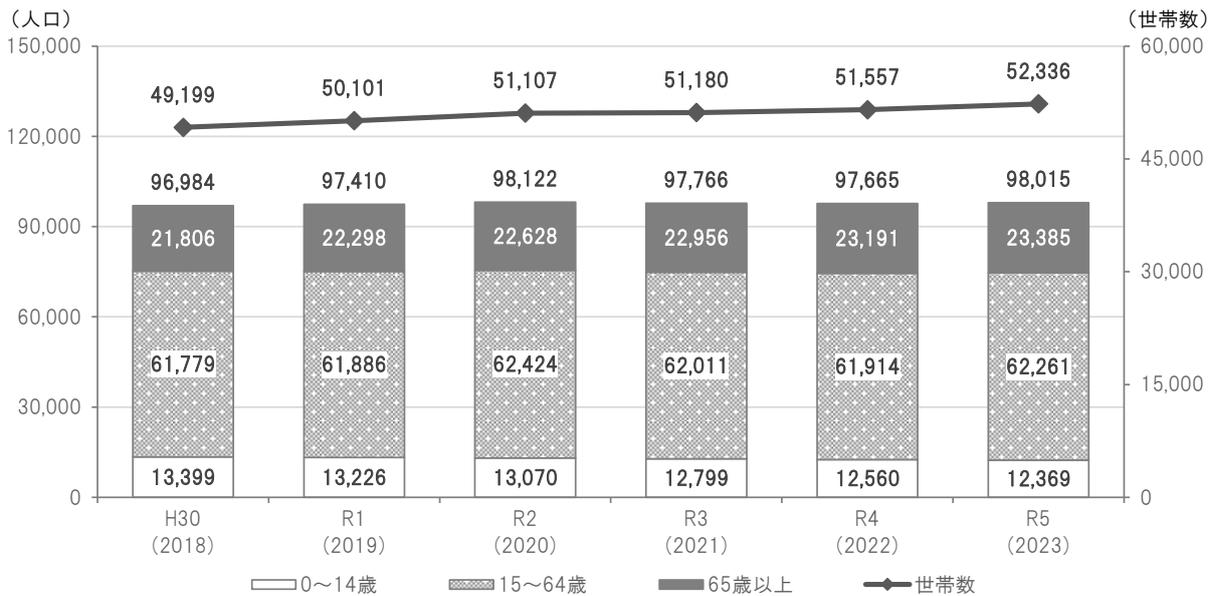
(1) 人口の推移

住民基本台帳による令和5年10月1日時点の千歳市の人口は98,015人、世帯数は52,336世帯となっています。人口は、令和3年以降減少傾向にありましたが、令和5年に増加に転じています。世帯数については、増加傾向が続いています。

平均世帯人数は、平成30年が1.97人、令和4年が1.87人となっており、1世帯当たりの人数は減少傾向で世帯構成の少人数化が進んでいます。

年齢3区分人口の推移をみると、0～14歳人口（年少人口）は減少傾向にありますが、65歳以上人口（老年人口）は増加しており、人口増加とともに高齢化が一層進んでいます。

図表1 人口（総人口・年齢3区分人口）・世帯数の推移



出典：千歳市住民基本台帳（各年10月1日時点）

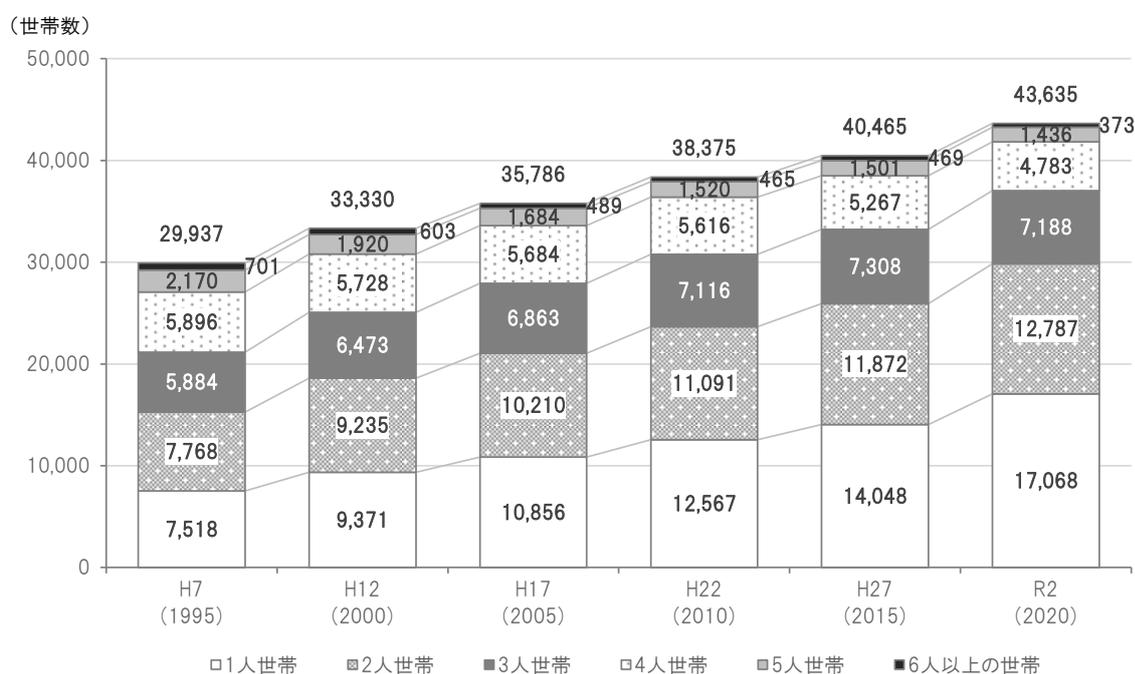
(2) 世帯構造の推移

世帯構造の推移をみると、4人以上の世帯は減少傾向にあります。「夫婦のみ」、「ひとり親と子ども」といった構造の2人世帯、「一人暮らし」の1人世帯（単独世帯）が増加傾向にあります。

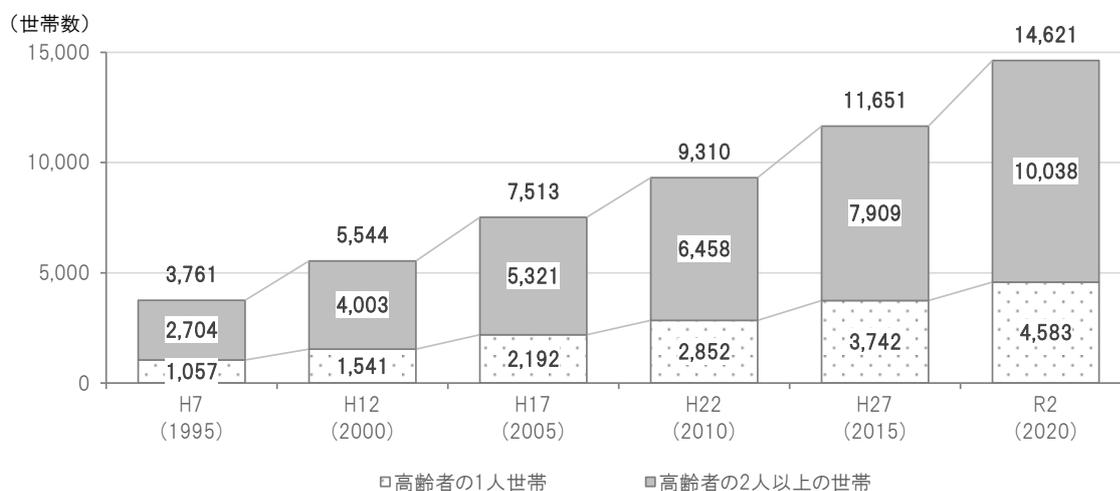
単独世帯の増加といった社会情勢の変化は、食の簡便化志向につながるとともに、食習慣や食文化の継承にも影響があると考えられます。

また、一人暮らしの高齢者の食生活は、買い物や調理が億劫になることで食生活が偏り、心身の不調や活動量の低下等を引き起こし、食事量や回数が減少することで、低栄養状態になってしまうことも考えられます。

図表 2 世帯構造の推移



図表 3 世帯構造の推移（高齢者）



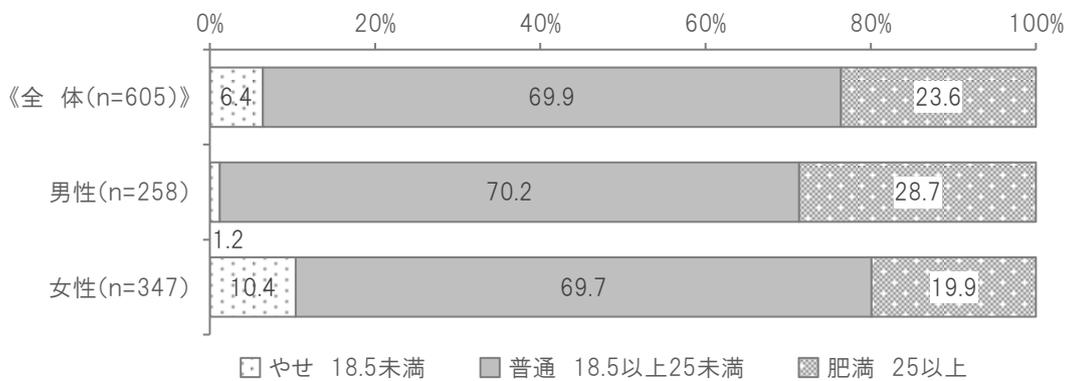
出典：国勢調査

(3) 健康に関する状況

令和4年度アンケート調査による千歳市民のBMI^{※2}の普通（18.5以上25未満）の割合は、男性が70.2%、女性が69.7%であり、平成30年度調査と比較すると、男性が2.8ポイント改善、女性が1.4ポイント悪化しています。

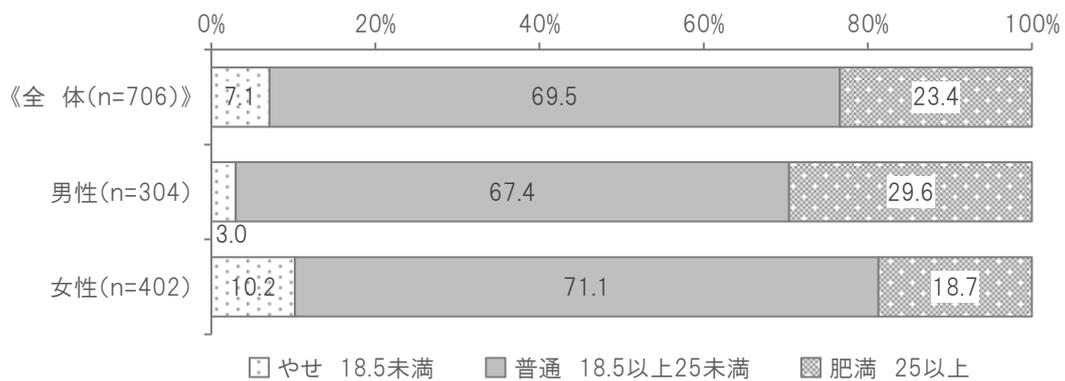
調査名	BMI 普通の割合 (男性 20 歳以上)	BMI 普通の割合 (女性 20 歳以上)
令和4年度 千歳市食育に関するアンケート	70.2%	69.7%
平成30年度 千歳市食育に関するアンケート	67.4%	71.1%

図表 4 体格の状況（千歳市 令和4年度調査）



出典：令和4年度 千歳市食育に関するアンケート（20歳以上の男女 無回答を除く）

図表 5 体格の状況（千歳市 平成30年度調査）



出典：平成30年度 千歳市食育に関するアンケート（20歳以上の男女 無回答を除く）

▶体系評価グラフの留意点

- ・図表中の「n」は回答者数を表しています。
- ・図表中の構成比（%）については、小数点第2位を四捨五入しているため、合計は100.0%にならない場合があります。

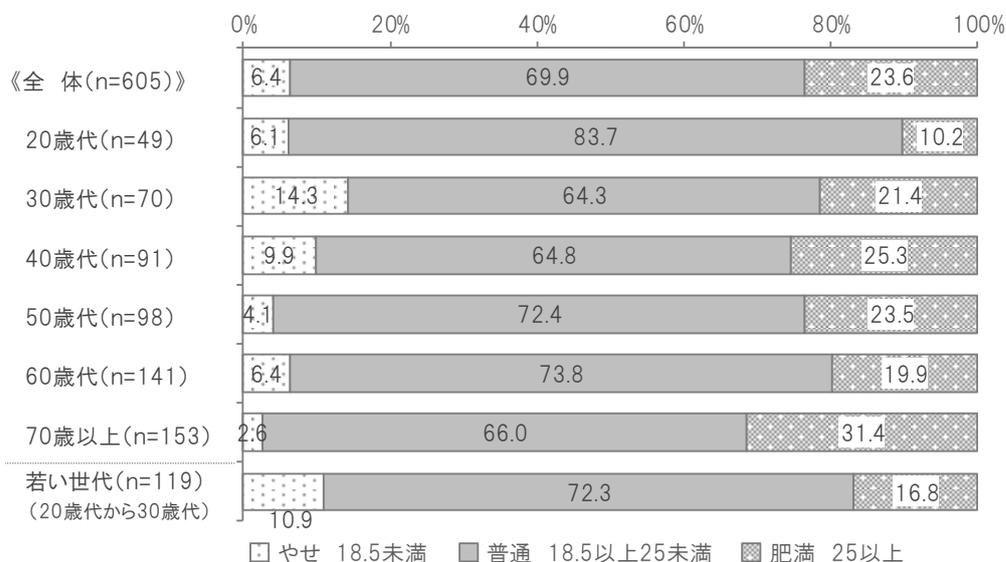
※2 「BMI」とは、肥満度を表す指標に用いられている体格指数で、 $[体重(kg)] \div [身長(m)の2乗]$ で求められます。BMI値22が標準体重であり、最も病気になりにくい状態であるとされています。

第2章 食育の現状と課題～食育の問題点って何？～

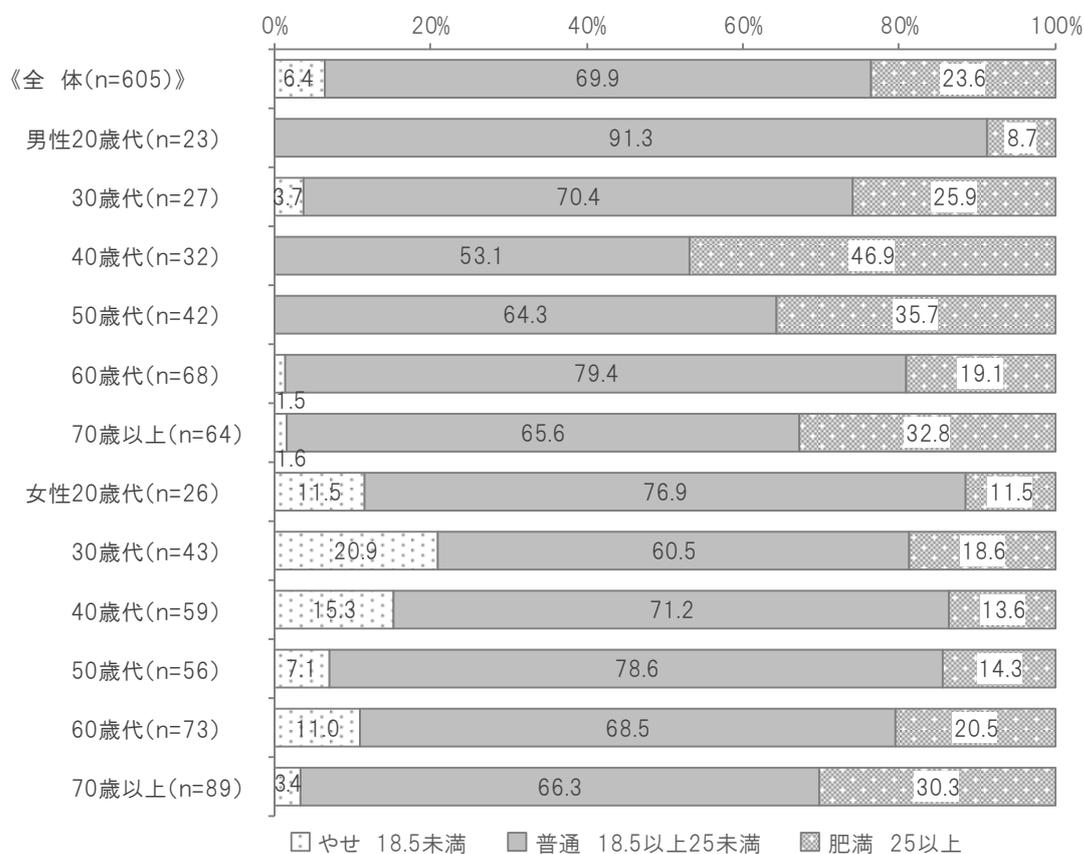
アンケートの調査対象別（年齢・性別）では、70歳以上の肥満の割合が3割以上と高く、肥満は生活習慣病や健康状態に大きく影響します。やせについては、30歳代が14.3%と高く、女性のやせ願望が原因として考えられます。また、肥満については、男性の40歳代で46.9%と非常に高く半数程度となっています。

正しい健康情報の提供、適切な食生活についての知識の普及啓発などにより、適正体重を目指し、保つための働きかけが重要です。

図表 6 体格の状況（年代別）



図表 7 体格の状況（性別・年代別）



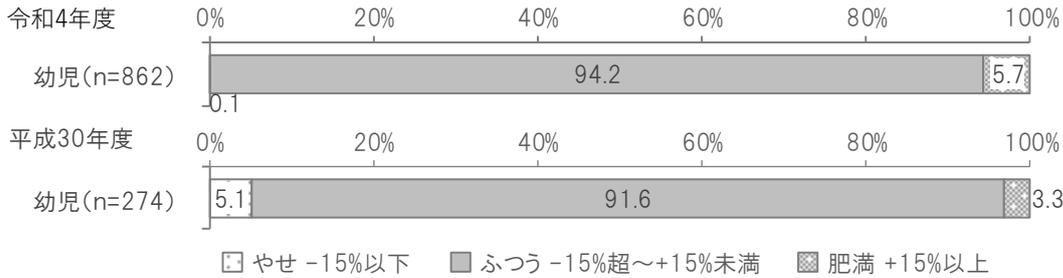
出典：令和4年度 千歳市食育に関するアンケート（無回答を除く）

高校生以下については、成人とは判定基準が異なり「肥満度^{※3}」を用いています。

幼児は、「やせ -15%以下」、「ふつう -15%超～+15%未満」、「肥満 +15%以上」となっています。

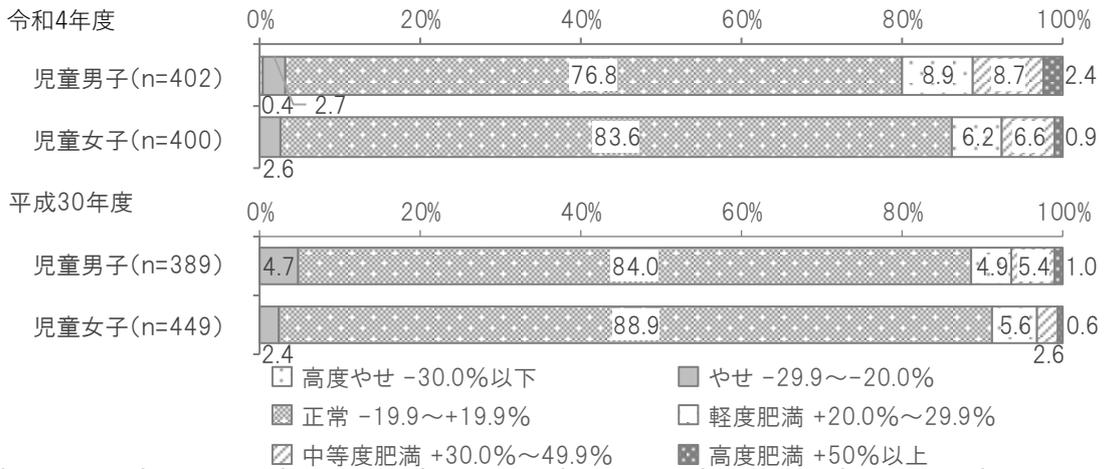
児童及び中学生、高校生は、「高度やせ -30.0%以下」、「やせ -29.9%～-20.0%」、「正常 -19.9%～+19.9%」、「軽度肥満 +20.0%～29.9%」、「中度肥満 +30.0%～49.9%」、「高度肥満 +50%以上」となっています。

図表 8 体格の状況 (幼児)



出典：令和4年度 千歳市3歳児健診栄養調査

図表 9 体格の状況(小学5年生)



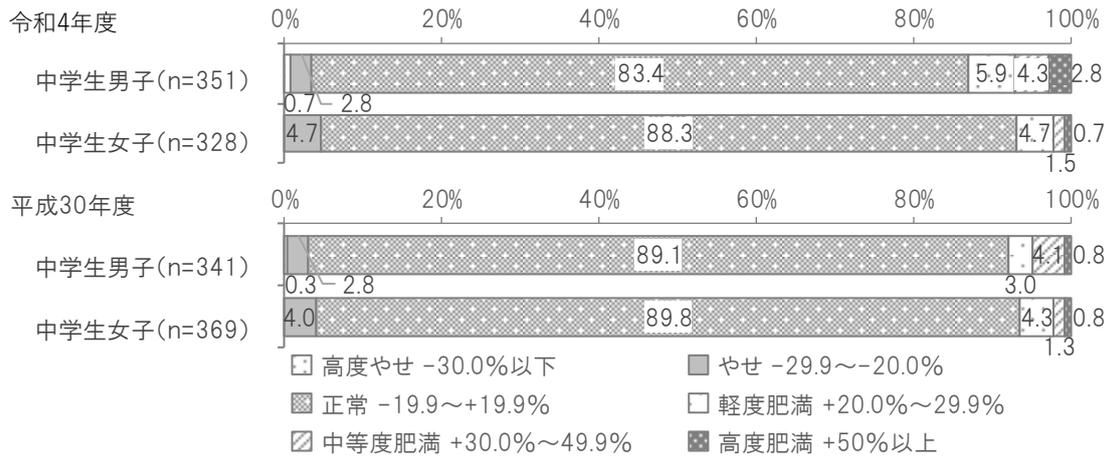
出典：令和4年度 全国体力・運動能力、運動習慣等調査（千歳市教育委員会）

※3 「肥満度」とは、子どもの肥満度を標準体重に対して実測体重が何%上回っているかで評価します。

3歳以上6歳未満の幼児は、幼児身長体重曲線（性別・身長別標準体重）を用いた評価方法で[実測体重(kg) - 身長別標準体重(kg)] / 身長別標準体重(kg) × 100(%)で求められます。

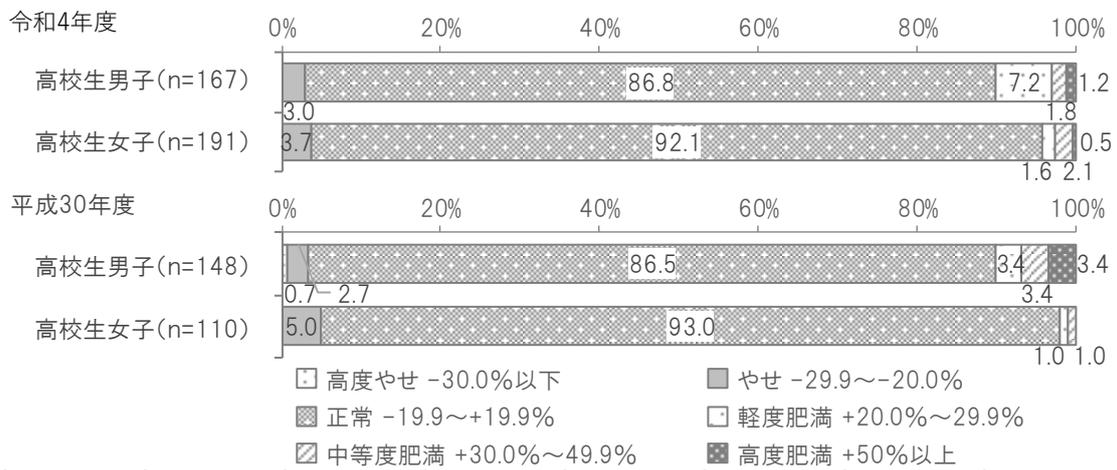
児童・生徒は、学校保健統計調査方式（性別・年齢別・身長別標準体重）を用いた評価方法で、[実測体重(kg) - 身長別標準体重(kg)] / 身長別標準体重(kg) × 100(%)で求められます。

図表 10 体格の状況(中学2年生)



出典：令和4年度 全国体力・運動能力、運動習慣等調査（千歳市教育委員会）

図表 11 体格の状況(高校2年生)



出典：令和4年度 千歳市食育に関するアンケート（無回答を除く）

2. アンケート調査からみた食育の現状

(1) アンケート調査概要

調査名称

千歳市食育に関するアンケート

調査目的

本調査は、「第4次千歳市食育推進計画」の策定に向けた基礎資料として、現状の市民の食育への関心、日常の食生活の実態、地産地消や食の環境に関する意識・意向などを把握することを目的に実施しました。

調査対象者

調査対象者を以下のとおりとしました。

一般市民	20歳から69歳の一般市民
保護者	認定こども園、幼稚園、小学生（4年生）の保護者
生徒	中学生（2年生）、高校生（2年生）の生徒
老人クラブ	老人クラブに所属する市民

(参考) 平成30年度調査時調査対象者

一般市民	20歳から69歳の一般市民
保護者	認定こども園、保育所、幼稚園、小学生（4年生）の保護者
生徒	中学校、高校へ配布回収を依頼
高齢者	老人クラブに所属する高齢者

調査方法

一般市民	郵送配布・郵送回収
保護者	認定こども園、保育所、幼稚園、小学校へ配布回収を依頼
生徒	中学校、高校へ配布回収を依頼
老人クラブ	老人クラブへ配布回収を依頼

調査期間

令和4年10月31日～12月2日（調査基準日 令和4年9月1日）

回収状況

調査対象者	配布数 (件)	回収数 (件)	回収率 (%)
一般市民	1,196	443	37.0
保護者	996	831	83.4
生徒	726	605	83.3
老人クラブ	200	175	87.5
合計	3,118	2,054	65.9

(参考) 平成30年度調査時回収率

調査対象者	配布数 (件)	回収数 (件)	回収率 (%)
一般市民	1,185	565	47.7
保護者	954	665	69.7
生徒	628	570	90.8
高齢者	200	186	93.0
合計	2,967	1,986	66.9

アンケート調査結果の留意点

- 図表中の「n」は回答者数を表しています。
- 図表中の中区分（調査対象者別）には、対象区分無回答が含まれるため、小区分（各年代別）の合計と一致しない場合があります。
- 図表中の中区分の「小学生以下の子ども」は、調査対象者の保護者を表しています。
- 図表中の中区分の「一般」には、調査対象者の一般市民と老人クラブを合計して表しています。
- 図表中の構成比（%）については、小数点第2位を四捨五入しているため、合計は100.0%にならない場合があります。

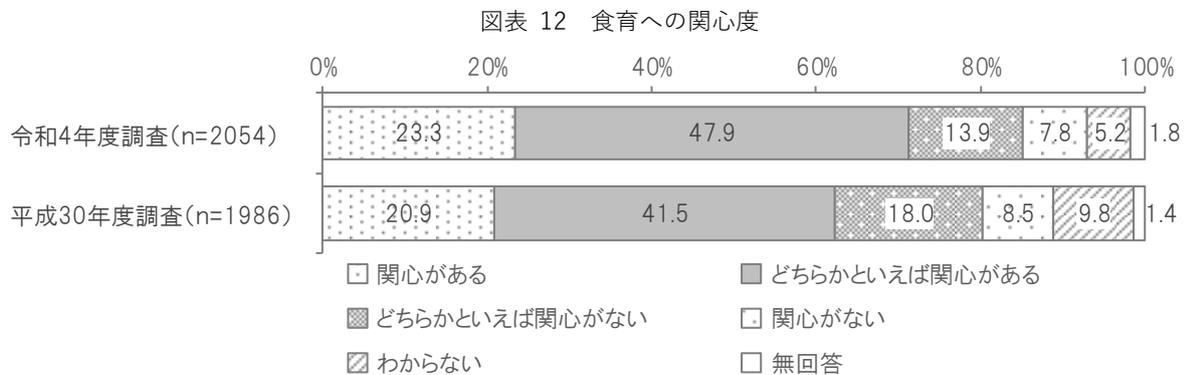
(2) アンケート調査結果

① 食育に関心を持っている人の割合

指標名	前回値 (H30)	目標値 (H30 設定)	現状値 (R4)	達成度	国の現状値 (R4)
食育に関心を持っている人の割合	62.4%	90.0%	71.2%	○	78.9%

(目標値を達成・・・◎、前回値より上昇・・・○、前回値を下回る・・・△)

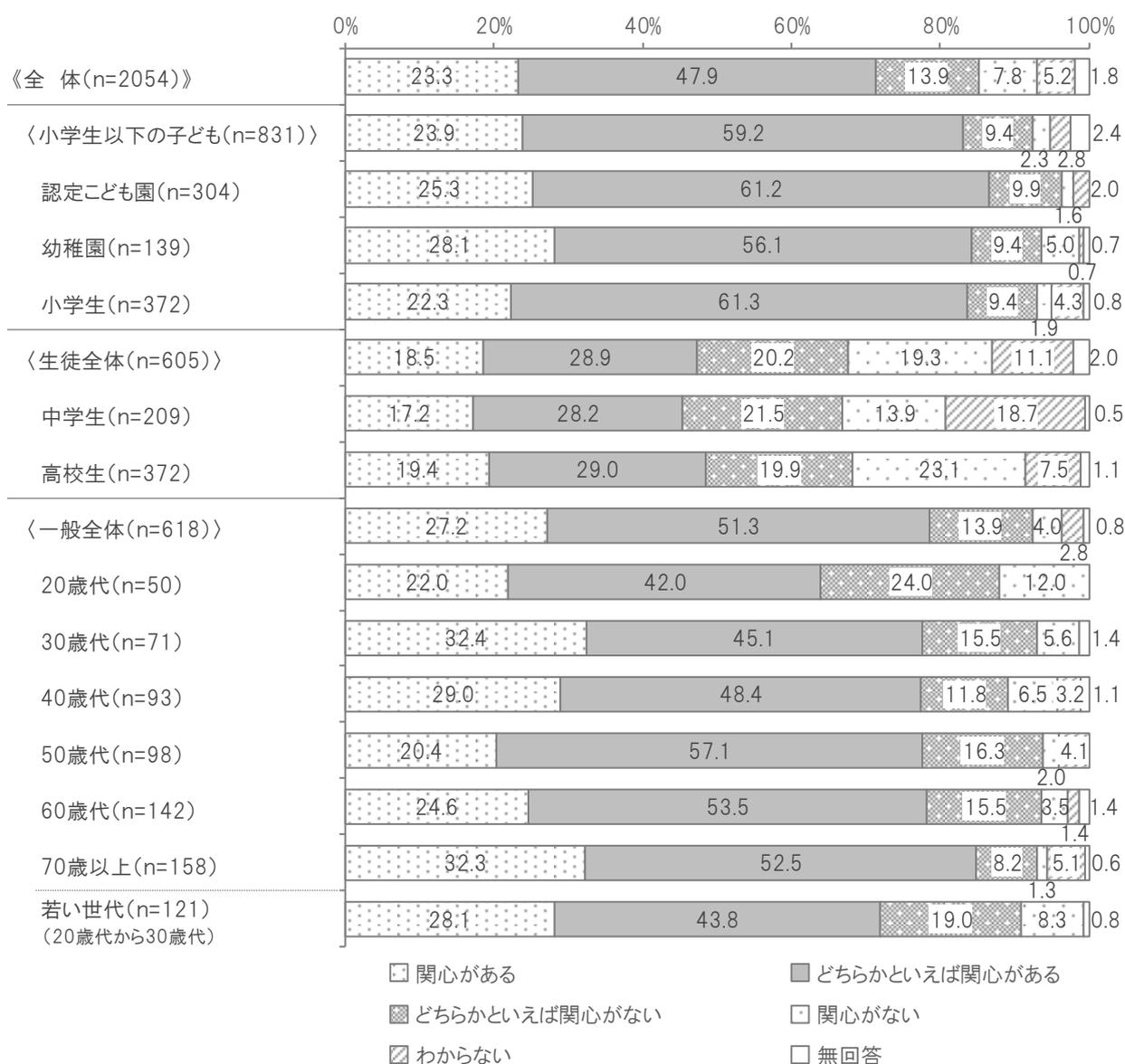
食育への関心度は、「関心がある」及び「どちらかといえば関心がある」が、令和4年度調査では71.2%となっており、平成30年度調査の62.4%と比較すると、8.8ポイント上がっています。



調査対象別では、小学生以下の子どもの保護者自身の「関心がある」及び「どちらかといえば関心がある」が83.1%、一般は78.5%と食育への関心度が高い傾向にある一方、生徒は47.4%となっており、平成30年度調査の生徒の37.8%と比較すると9.6ポイント高くなっていますが、調査生徒の食育への関心度の低さが伺えます。次世代が食に関する知識を深め、意識を高めることができるように食育を推進することが重要と考えられます。

特に、食育への関心度が低い世代に、食育に関する情報提供、普及啓発によって、食育への知識・理解の促進が重要です。

図表 13 食育への関心度（調査対象別）

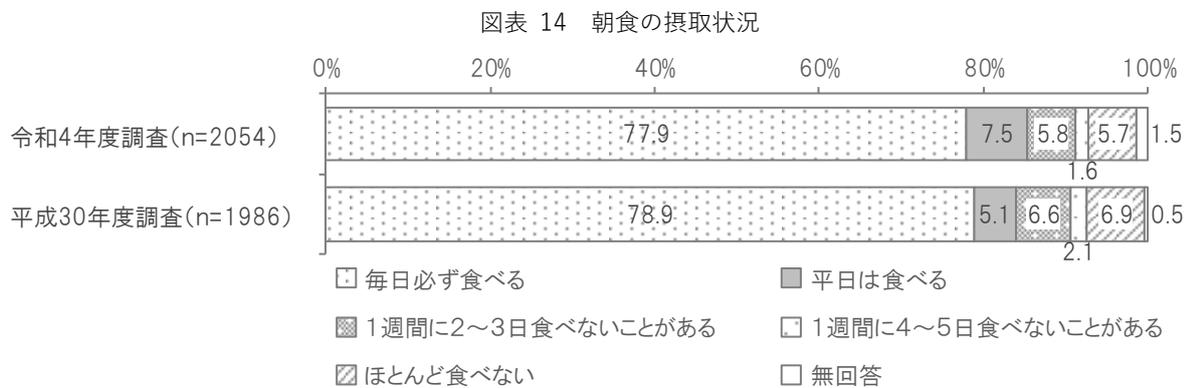


② 朝食を食べている人の割合

指標名		前回値 (H30)	目標値 (H30 設定)	現状値 (R4)	達成度	国の現状値 (R4)
朝食を食べている人の割合	全体	78.9%	—	77.9%	△	79.0%
	子ども※4	93.7%	100.0%	90.1%	△	95.4%(R1)
	若い世代※5	60.8%	85.0%	53.7%	△	59.3%

(目標値を達成・・・◎、前回値より上昇・・・○、前回値を下回る・・・△)

朝食の摂食状況について、「毎日必ず食べる」が、令和4年度調査では77.9%となっており、平成30年度調査の78.9%と比較すると、1.0ポイント下がっています。



※4 調査対象者のうち、「子ども」とは、認定こども園・保育所・幼稚園児、小学4年生を指します。

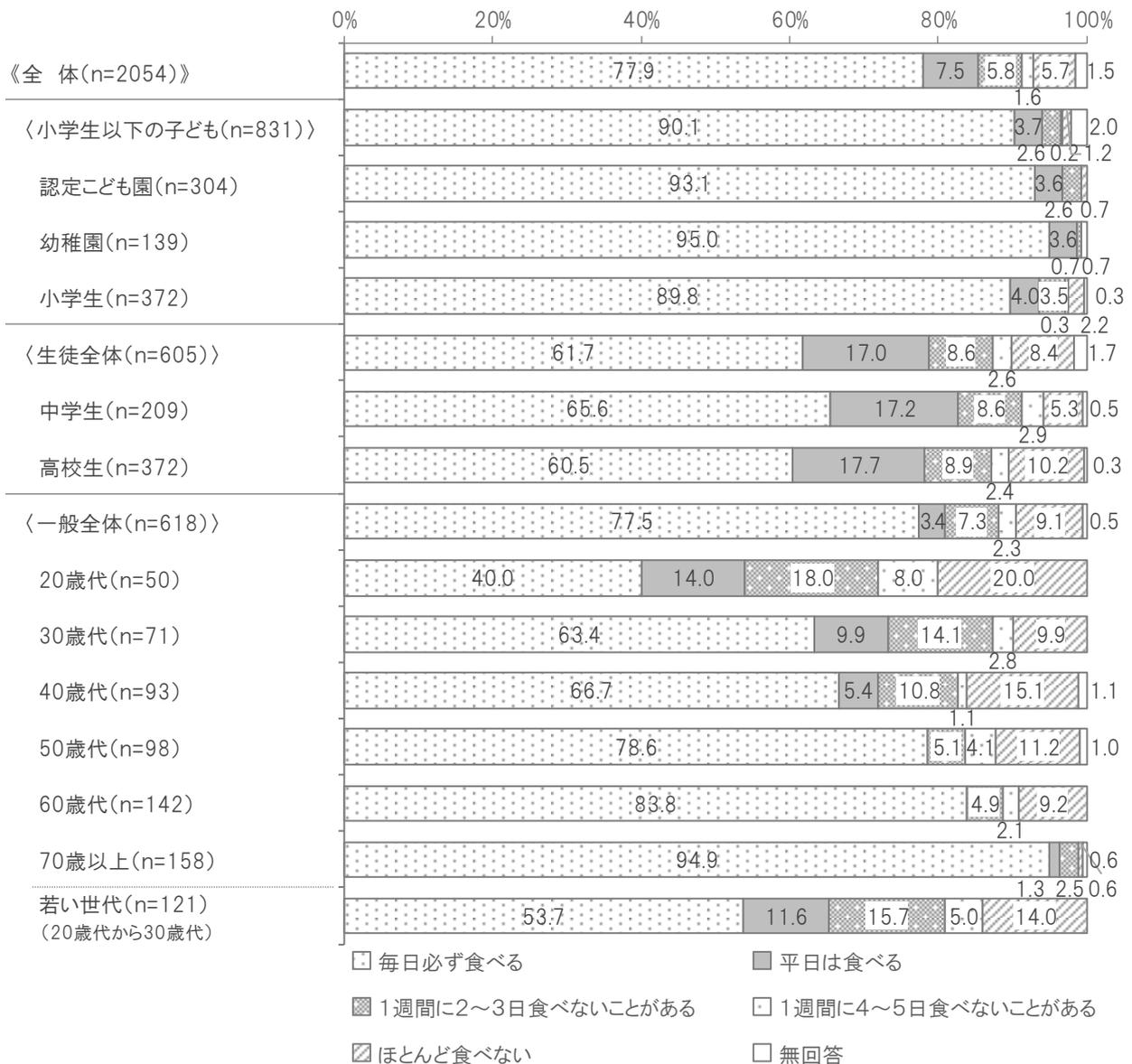
※5 調査対象者のうち、「若い世代」とは、20歳代から30歳代を指します。

第2章 食育の現状と課題～食育の問題点って何？～

小学生以下の子どもでは、「毎日必ず食べる」が90.1%となっています。一般の70歳以上は94.9%で、若い世代より高い傾向となっています。若い世代は53.7%で、ほかの世代と比較して低い傾向となっています。生徒は61.7%で、生徒と若い世代は朝食の欠食率が高い傾向となっています。

若い世代の朝食摂取率を上げるための働きかけが重要と考えられます。

図表 15 朝食の摂取状況（調査対象別）



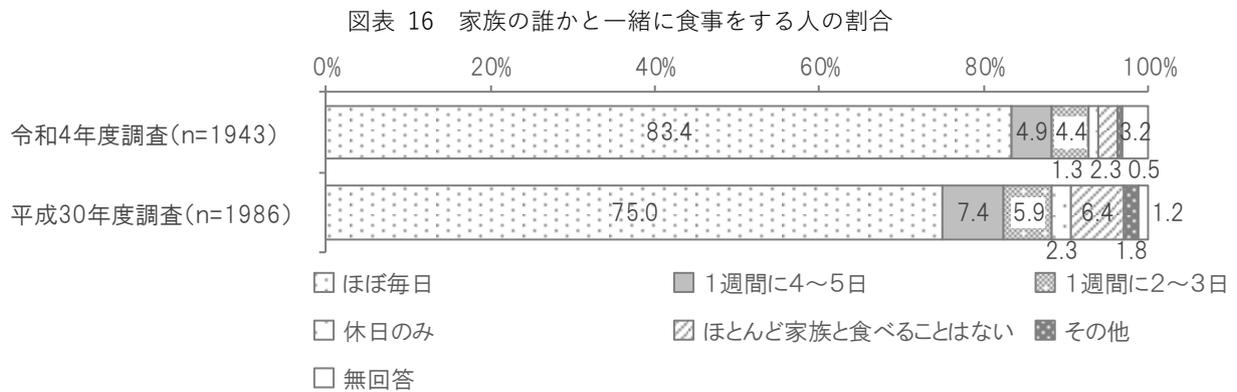
③ 家族の誰かと一緒に食事をする人の割合

指標名		前回値 (H30)	目標値 (H30 設定)	現状値 (R4)	達成度	国の現状値
家族の誰かと一緒に食事をする 人の割合	全体	75.0%	—	83.4%	○	—
	子ども	97.1%	99.5%	95.4%	△	—

(目標値を達成・・・◎、前回値より上昇・・・○、前回値を下回る・・・△)

家族の誰かと一緒に食べる共食^{※6}の頻度は、「ほぼ毎日」が令和4年度調査では83.4%となっており、平成30年度調査の75.0%と比較すると、8.4ポイント上がっています。

一方で、指標での子どもの現状値では95.4%となっており、前回値の97.1%と比較すると、1.7ポイント下がっています。



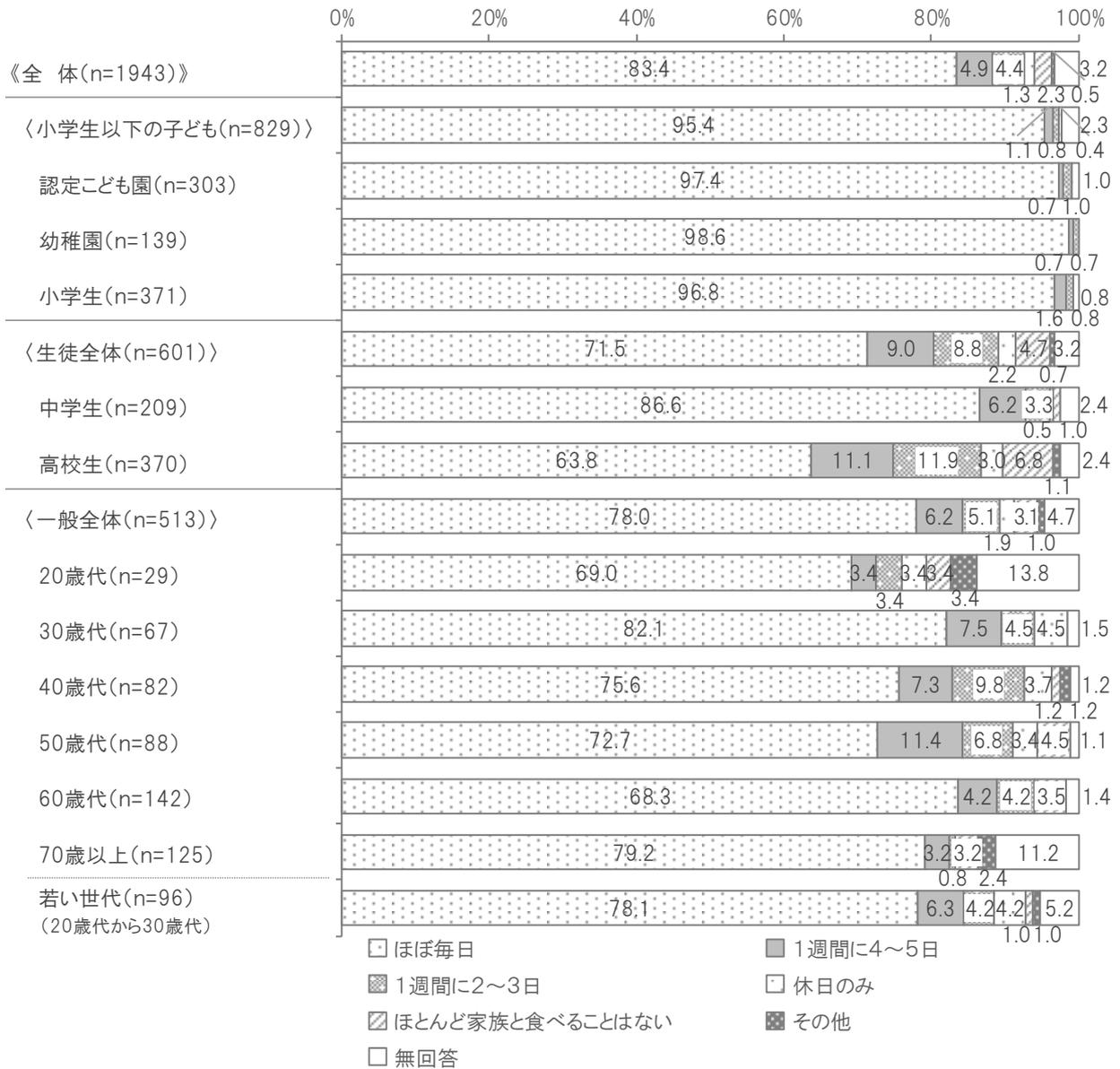
※6 「共食」とは、一人で食べるのではなく、家族や友人、職場や地域の人など、誰かと共に食事をする事です。そのうち、ここでは家族との共食を指標としています。「共食」に対して、一人で食事することを「孤食」といいます。

第2章 食育の現状と課題～食育の問題点って何？～

調査対象別では、小学生以下の子どもの「ほぼ毎日」が95.4%と高い一方、生徒は71.5%、一般は78.0%となっています。

小学生以下の子どもの所属別の共食状況は、未就学児で「ほぼ毎日」が9割以上となっています。小学校・中学校・高校と進学するほど「ほぼ毎日」の割合が下がる傾向となっています。

図表 17 家族の誰かと一緒に食事をする人の割合（調査対象別）

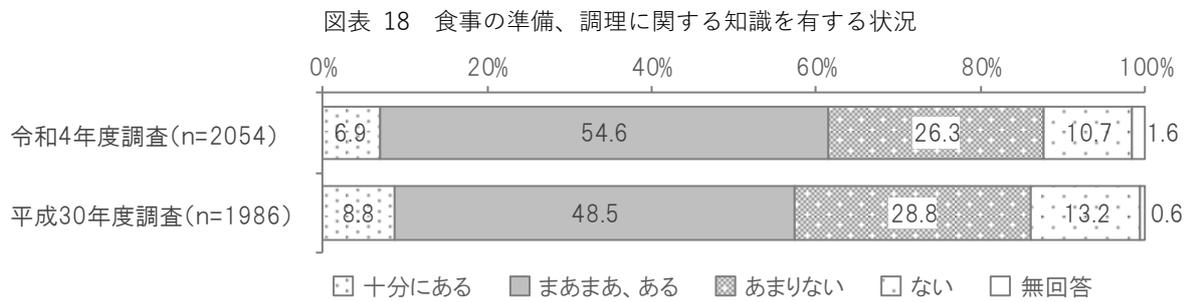


④ 食事の準備や調理をするための基礎的な知識をもっている人の割合

指標名	前回値 (H30)	目標値 (H30 設定)	現状値 (R4)	達成度	国の現状値
食事の準備や調理をするための基礎的な知識をもっている人の割合	57.3%	—	61.5%	—	—

(目標値を達成・・・◎、前回値より上昇・・・○、前回値を下回る・・・△)

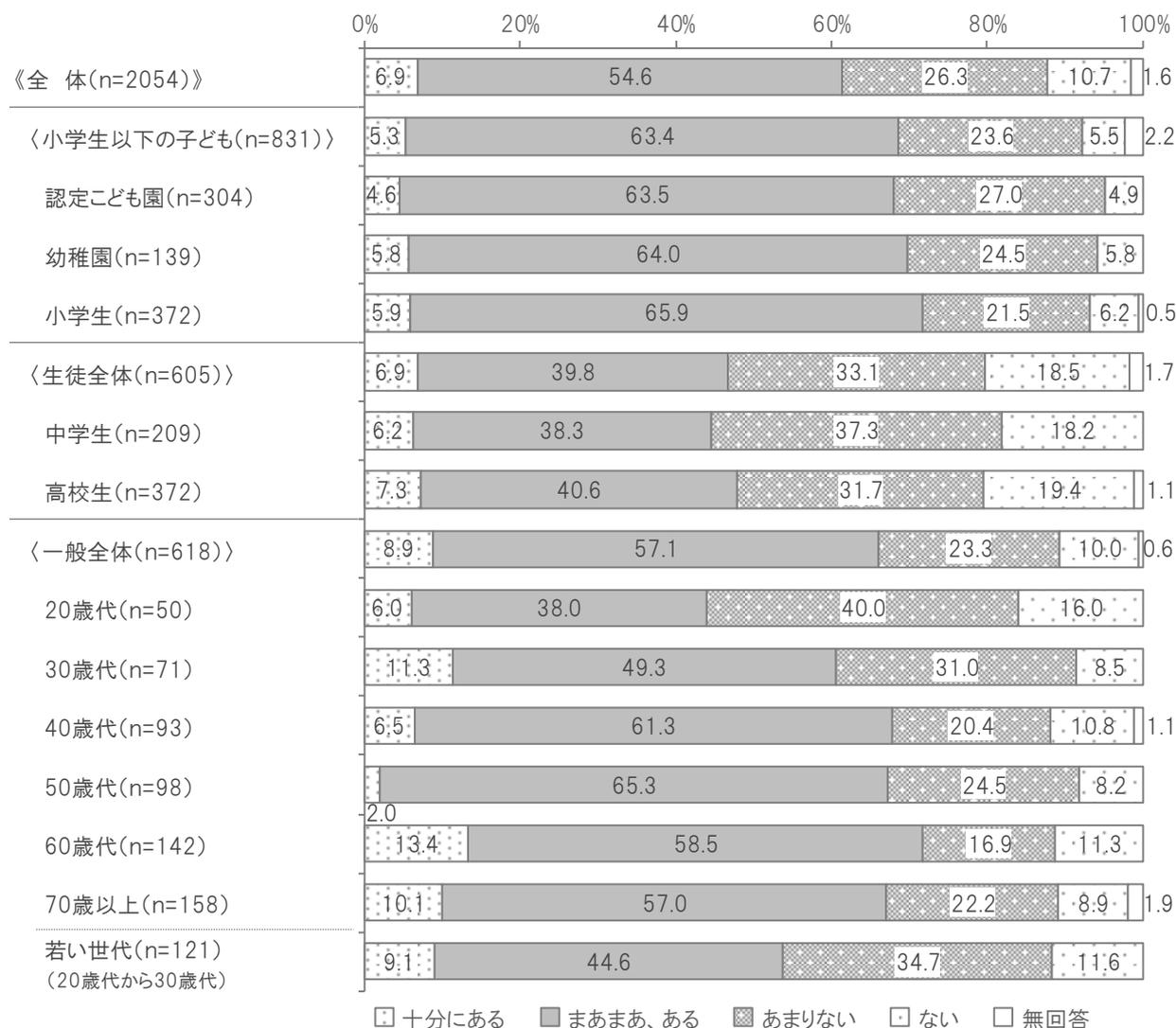
食事の準備や調理をするための基礎的な知識をもっている人は、「十分にある」及び「まあまあ、ある」が、令和4年度調査では61.5%となっており、平成30年度調査の57.3%と比較すると、4.2ポイント上がっています。



第2章 食育の現状と課題～食育の問題点って何？～

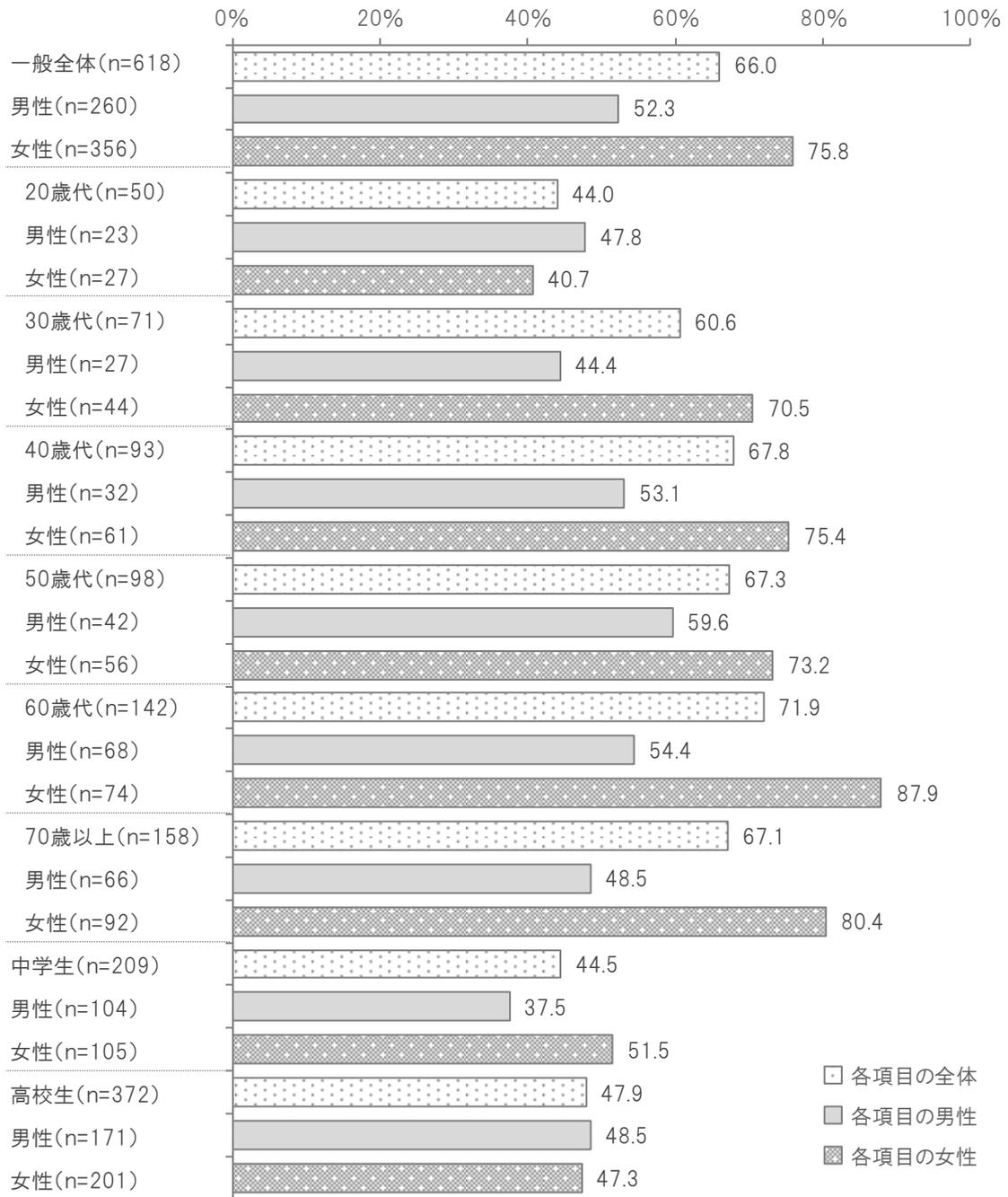
調査対象別では、小学生以下の子どもの保護者自身の「十分にある」及び「まあまあ、ある」が68.7%、一般の70歳以上は67.1%と同程度の割合になっています。

図表 19 食事の準備、調理に関する知識を有する状況（調査対象別）



男女別では、「十分にある」及び「まあまあ、ある」を合わせた割合は、20歳代が最も低く、次いで中学生、高校生の順に低くなっています。

図表 20 食事の準備、調理に関する知識を有する状況（男女別）
 （「十分にある」及び「まあまあ、ある」を合わせた回答者の割合）

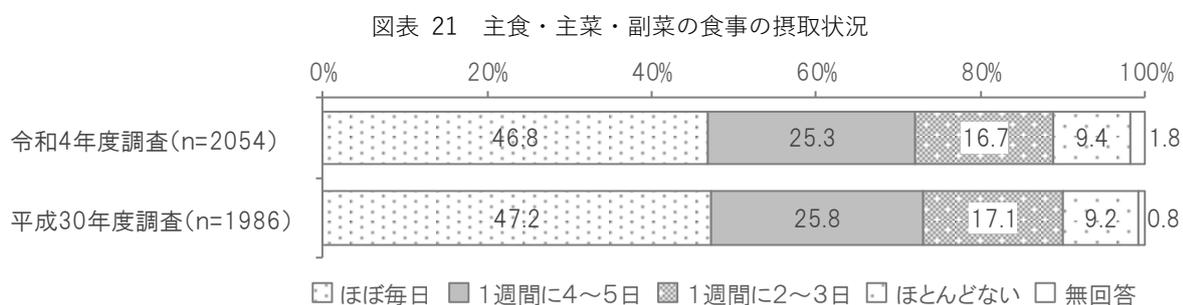


⑤ 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事をする人の割合

指標名		前回値 (H30)	目標値 (H30 設定)	現状値 (R4)	達成度	国の現状値 (R4)
主食・主菜・副菜を組み合わせた食事をする人の割合	全体	47.2%	70.0%	46.8%	△	40.6%
	若い世代	37.0%	55.0%	28.9%	△	28.4%

(目標値を達成・・・◎、前回値より上昇・・・○、前回値を下回る・・・△)

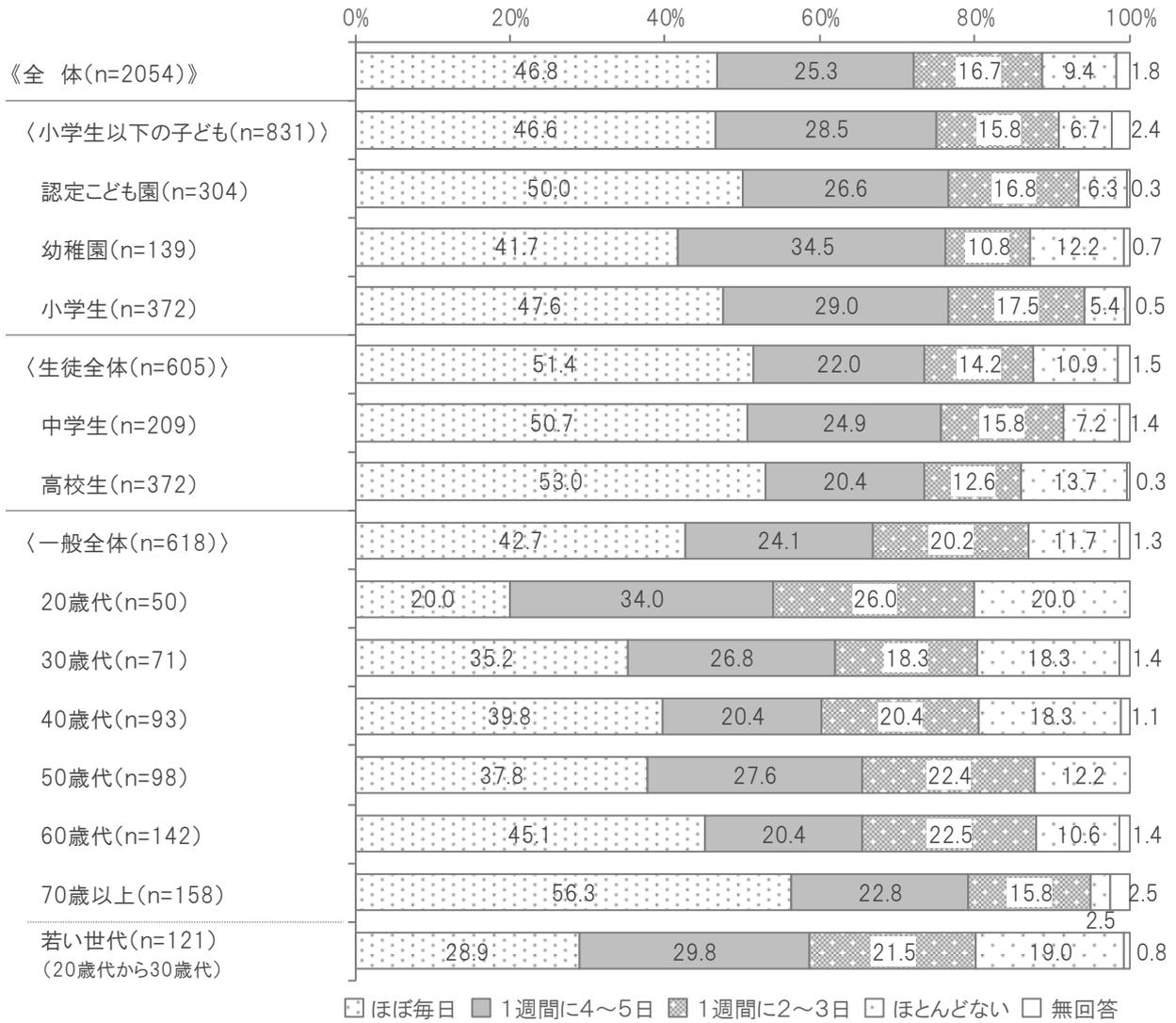
主食・主菜・副菜をそろえて食べる頻度については、「ほぼ毎日」が、令和4年度調査では46.8%となっており、平成30年度調査の47.2%と比較すると、0.4ポイント下がっているものの、国の現状値の40.6%と比較すると、6.2ポイント高くなっています。



若い世代では、主食・主菜・副菜をそろえて食べる頻度について、「ほぼ毎日」の割合が28.9%と3割を下回っており、平成30年度調査の37.0%と比較すると、8.1ポイント下がっています。

また、「ほとんどない」の割合は19.0%であり、全体と比較して9.6ポイント高い割合となっています。このことから、今まで以上に、若い世代に対し、栄養バランスが整った食生活の実践への働きかけが重要と考えられます。

図表 22 主食・主菜・副菜の食事の摂取状況（調査対象別）



⑥ 生活習慣病予防・改善のために気をつけた食生活を実践する人の割合

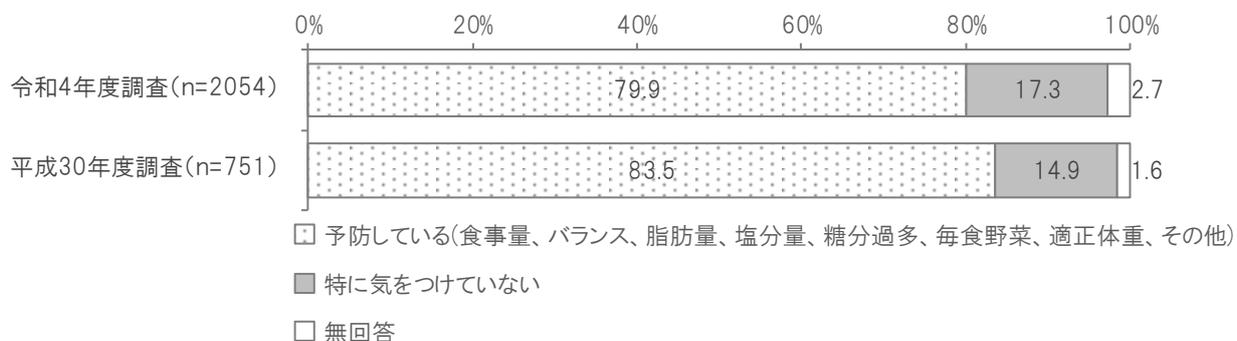
指標名	前回値 (H30)	目標値 (H30 設定)	現状値 (R4)	達成度	国の現状値 (R4)
生活習慣病予防・改善のために気をつけた食生活を実践する人の割合	83.5%	85.0%	79.9%	△	66.5%

(目標値を達成・・・◎、前回値より上昇・・・○、前回値を下回る・・・△)

生活習慣病予防・改善のために気をつけたことがある人は、令和4年度調査では79.9%となっており、平成30年度調査の83.5%と比較すると、3.6ポイント下がっています。また、国の現状値の66.5%と比較すると、13.4ポイント高くなっています。

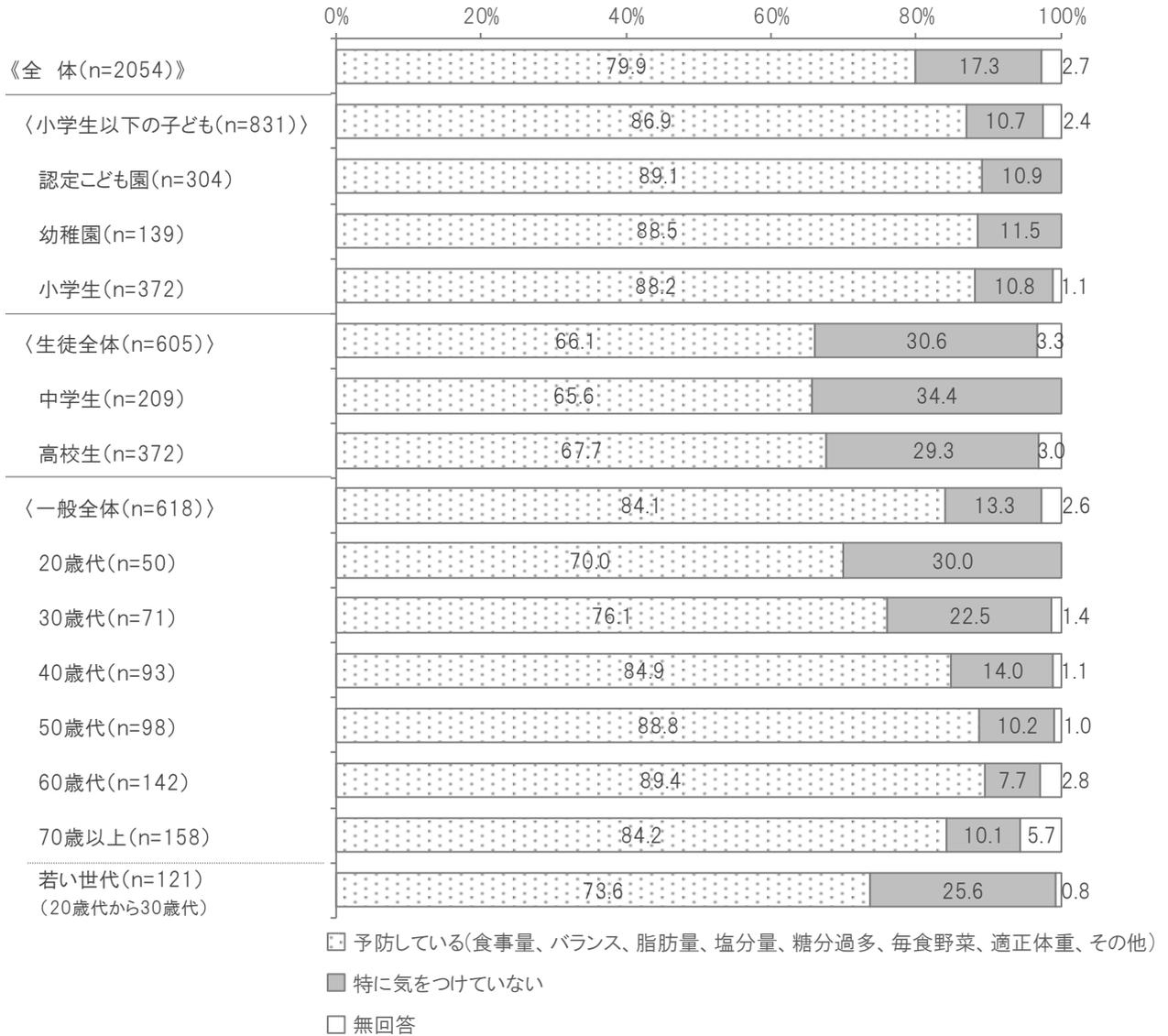
生活習慣病予防・改善のために気をつけたことが1つでもある人を「予防している」と集計しています。

図表 23 生活習慣病予防・改善のための食生活の実践状況



若い世代では「予防している」が73.6%と、ほかの調査対象者に比べて低くなっており、生活習慣予防・改善を意識した食生活を若いうちから心がけることができる働きかけが重要と考えられます。

図表 24 生活習慣病予防・改善のための食生活の実践状況（調査対象別）

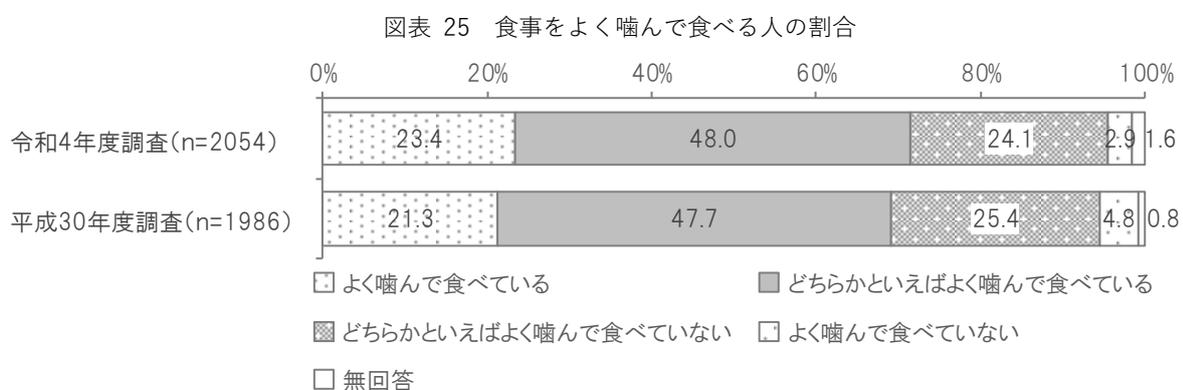


⑦ 食事をゆっくりよく噛んで食べる人の割合

指標名	前回値 (H30)	目標値 (H30 設定)	現状値 (R4)	達成度	国の現状値 (R4)
食事をゆっくりよく噛んで食べる人の割合	69.0%	70.0%	71.4%	◎	46.8%

(目標値を達成・・・◎、前回値より上昇・・・○、前回値を下回る・・・△)

食事をゆっくりよく噛んで食べる人は、令和4年度調査では「よく噛んで食べている」及び「どちらかといえばよく噛んで食べている」が71.4%となっており、平成30年度調査の69.0%と比較すると2.4ポイント上がっています。また、国の現状値の46.8%と比較すると、24.6ポイント高くなっています。

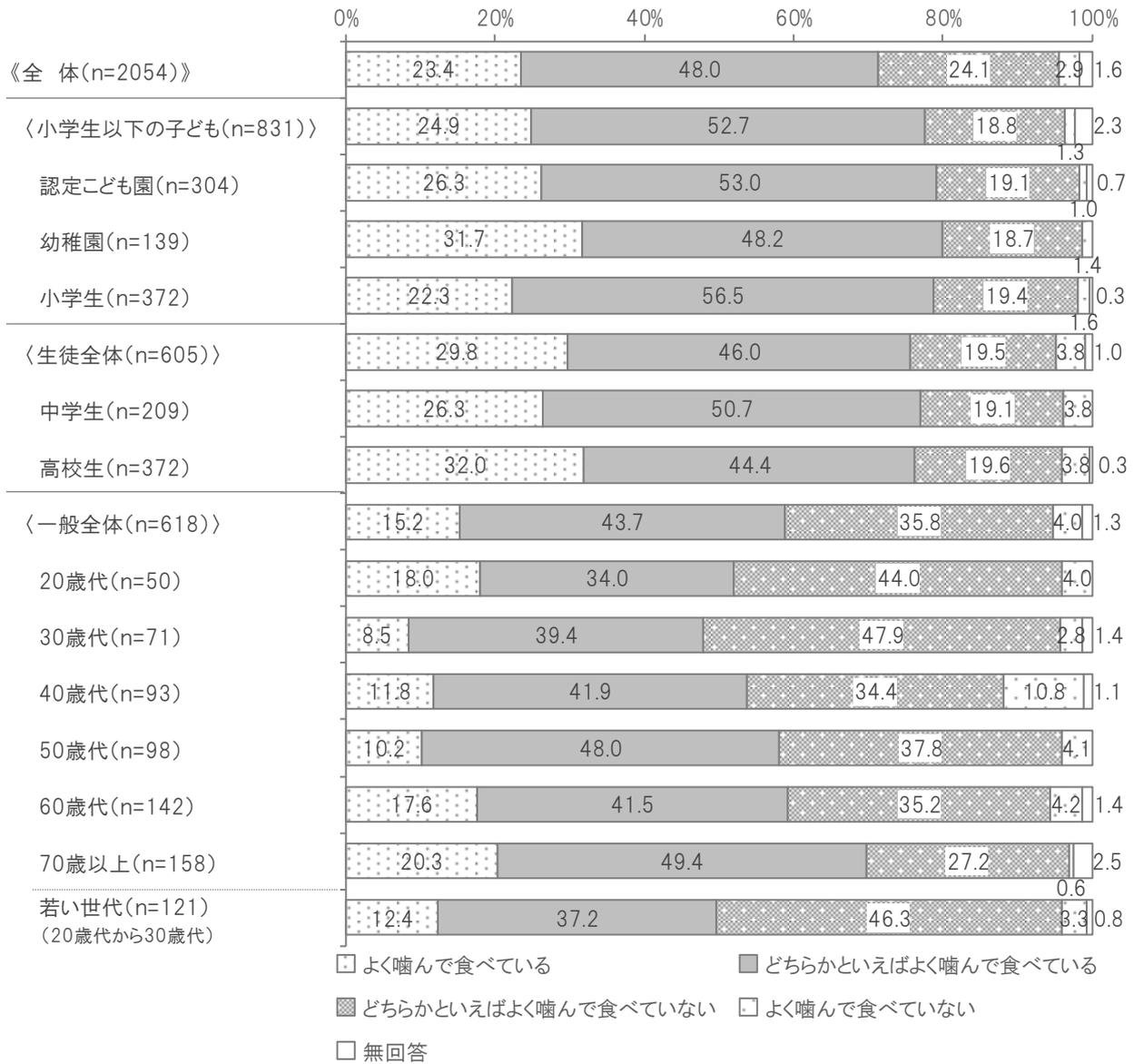


調査対象別では、小学生以下の子どもの「よく噛んで食べている」及び「どちらかといえ
ばよく噛んで食べている」が77.6%、生徒は75.8%でいずれも7割を超えています。

一般は58.9%と、ほかの調査対象者と比較すると、低くなっています。

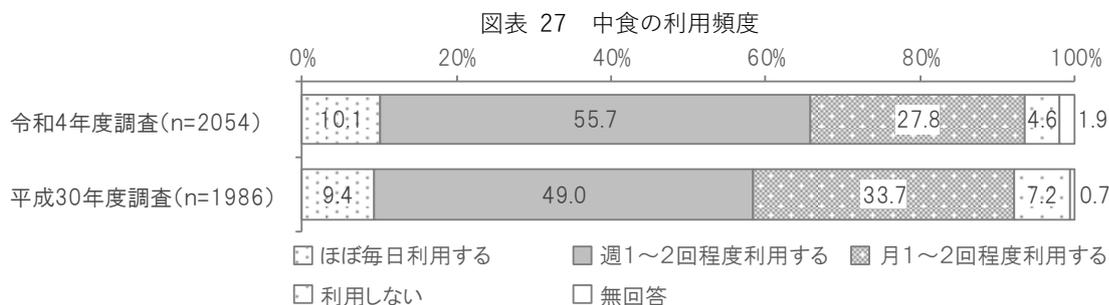
特に20～50代の働き世代に対する食事方法や咀嚼の重要性に対する働きかけが必要と考え
られます。

図表 26 食事をよく噛んで食べる人の割合（調査対象別）

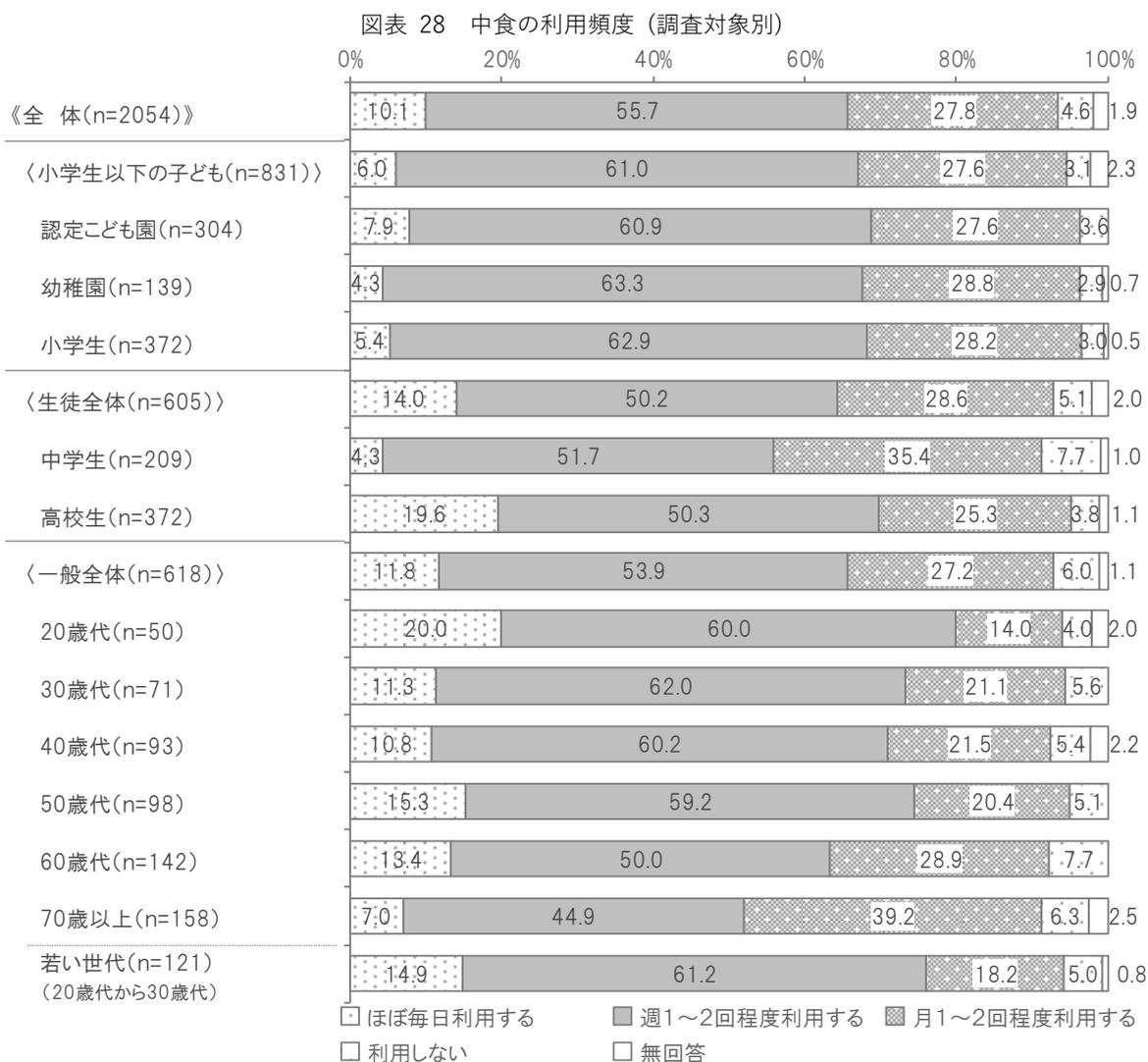


⑧ ^{なかしよく} 中食の利用頻度

中食の利用頻度は、令和4年度調査の「週1～2回程度利用する」が最も多く55.7%となっており、平成30年度調査の49.0%と比較すると、6.7ポイント上がっています。

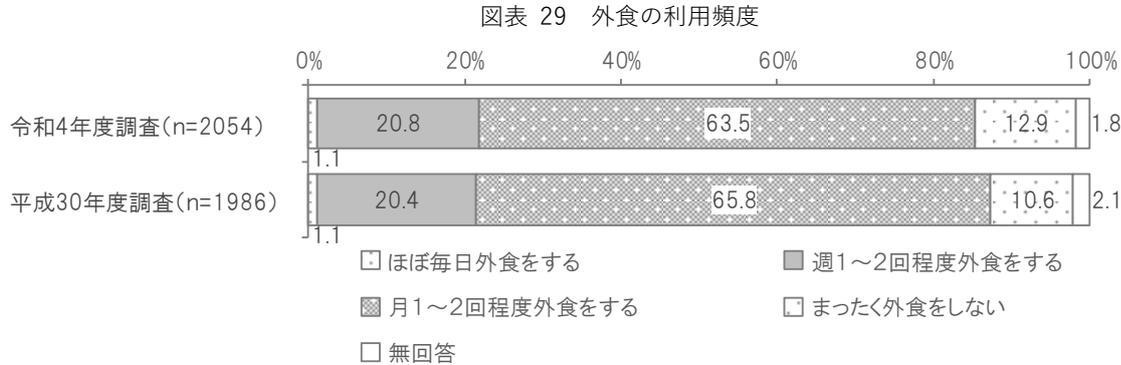


調査対象別では、いずれも「週1～2回程度利用する」が最も多く、5～6割程度の割合となっています。

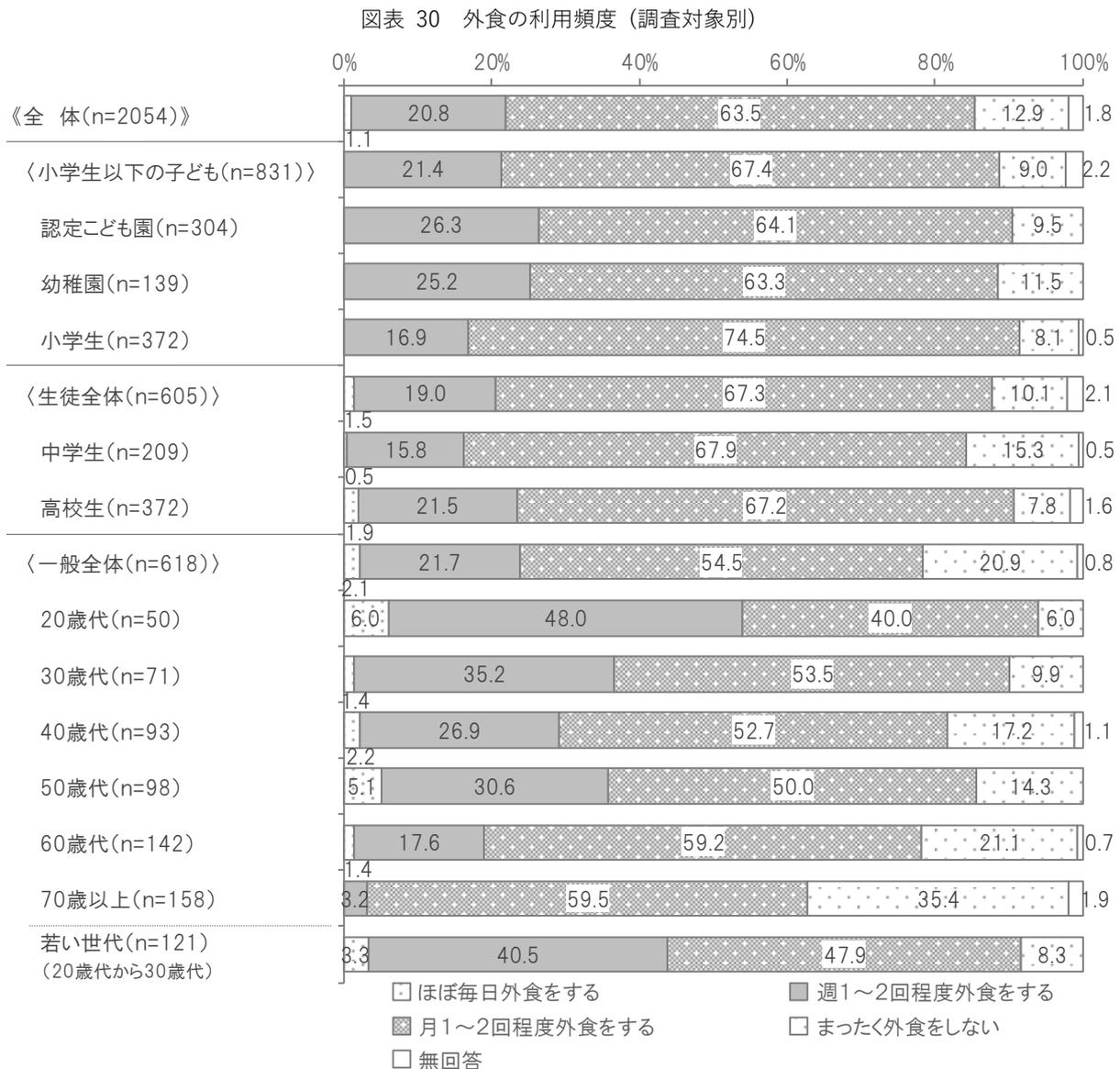


⑨ 外食の利用頻度

外食の利用頻度は、「月1～2回程度利用する」が最も多く63.5%となっており、平成30年度調査の65.8%と比較すると、2.3ポイント下がっています。

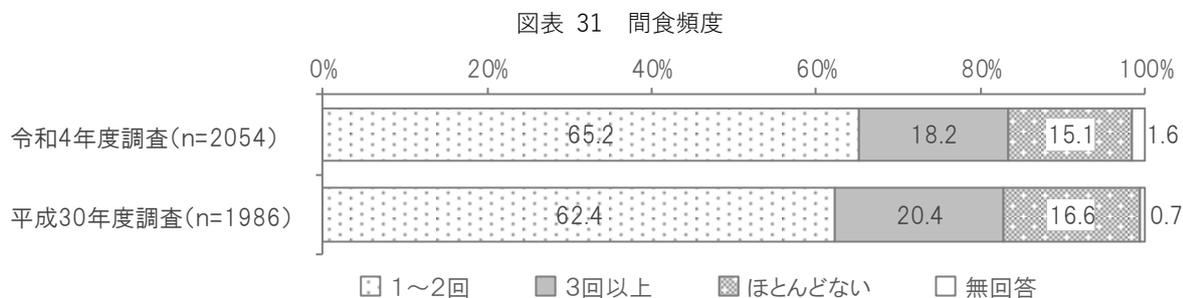


調査対象別では、若い世代で週に1回以上利用している人が43.8%となっており、ほかの調査対象者と比較すると、割合が高くなっています。

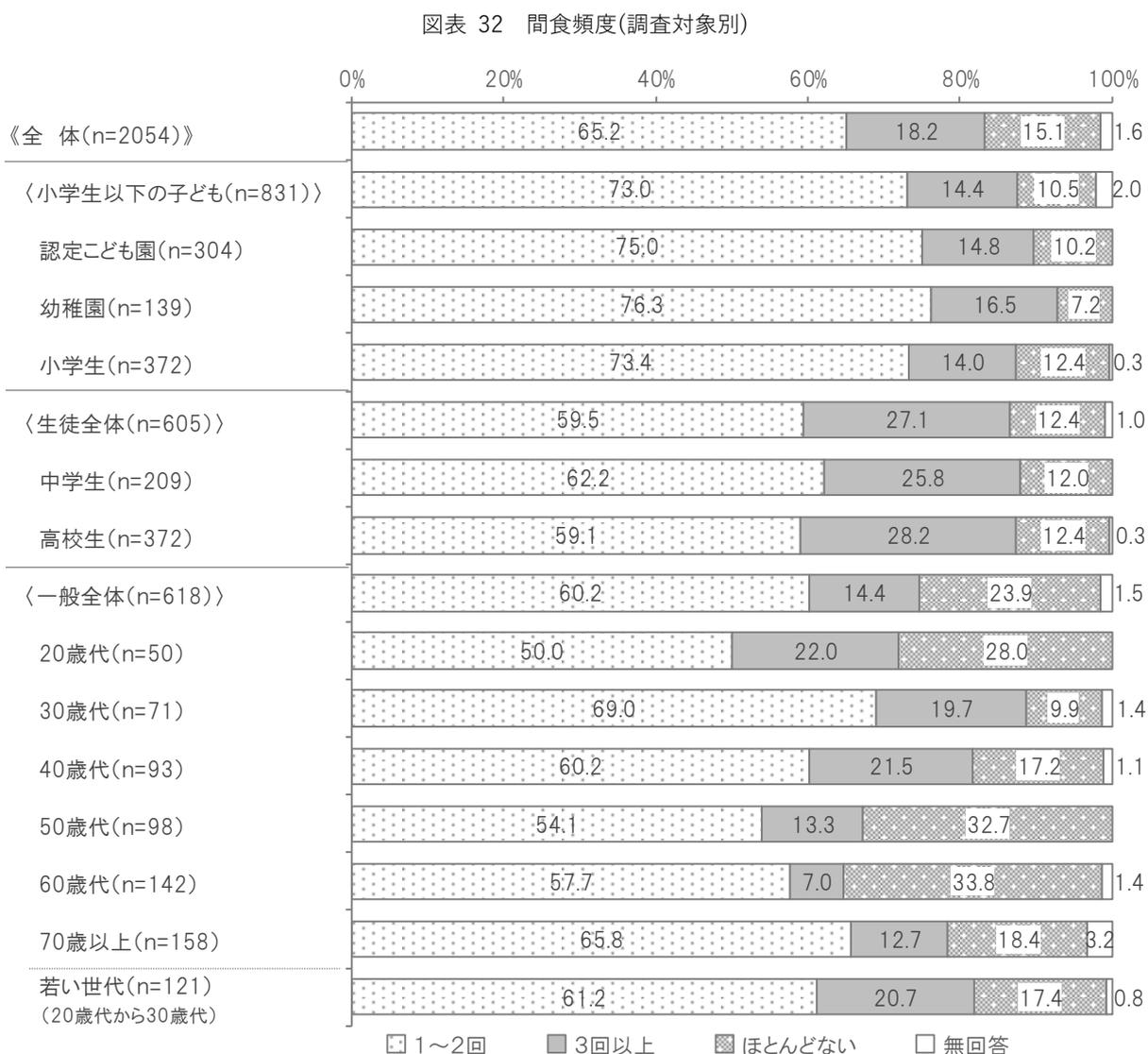


⑩ 間食頻度

間食頻度では、令和4年度調査において、1日「1～2回」及び「3回以上」と回答した人は83.4%であり、平成30年度調査の82.8%と比較すると、0.6ポイント上がっています。



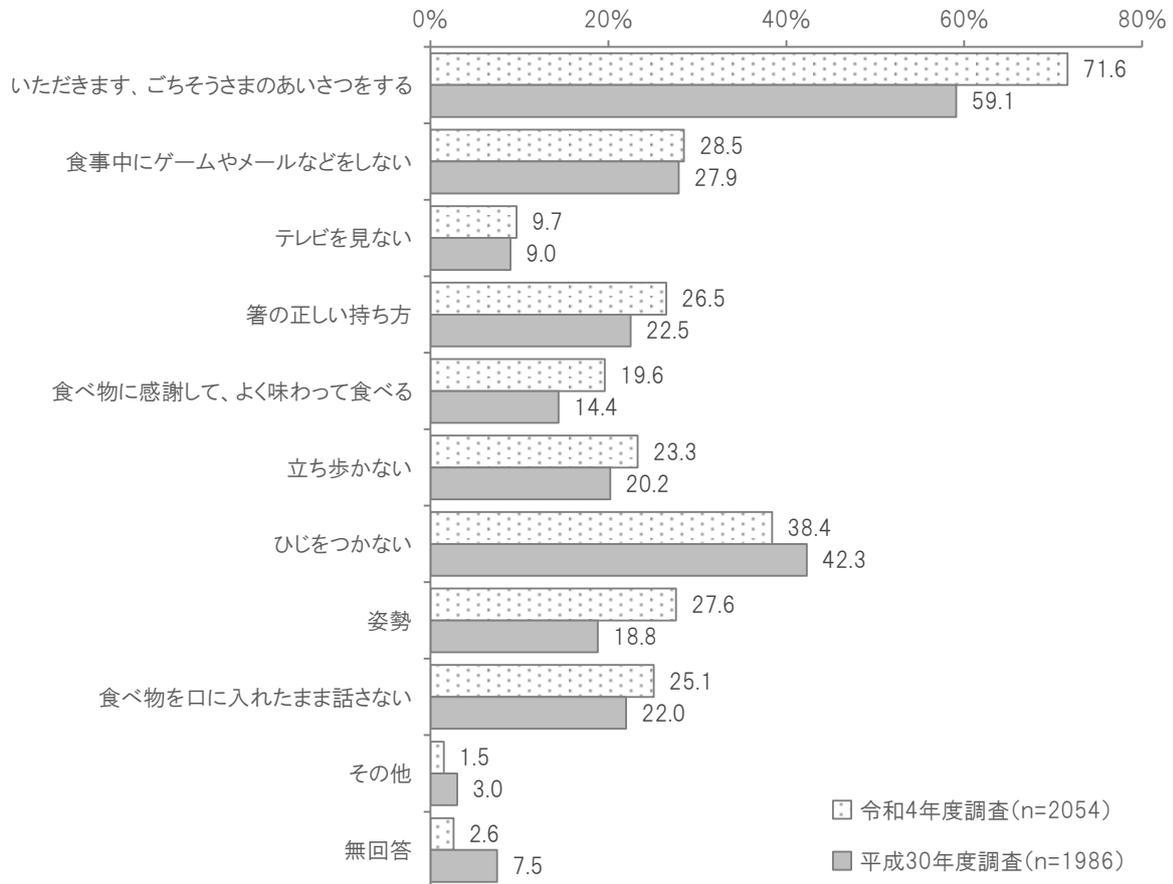
調査対象別では、30歳代で88.7%と9割近く、1日1回以上の間食をしています。年代が上がるにつれて、減少はするものの、70歳代以上になると78.5%に上がり、8割近い方が間食をしています。



⑪ 食事のマナーで気をつけていること

食事のマナーで気をつけていることでは、令和4年度調査の「いただきます、ごちそうさまのあいさつをする」が全体で最も多く71.6%、次いで「ひじをつかない」が38.4%、「食事中にゲームやメールなどをしない」が28.5%となっています。

図表 33 食事マナーで気をつけていること



図表 34 食事マナーで気をつけていること(調査対象別)

	調査数	いただきます、ごちそうさまのあいさつをする	食事中にゲームやメールなどをしていない	テレビを見ない	箸の正しい持ち方	食べる食べ物に感謝して、よく味わって	立ち歩かない	ひじをつかない	姿勢	食べ物を口に入れたまま話さない	その他	無回答
全体	2,054	71.6	28.5	9.7	26.5	19.6	23.3	38.4	27.6	25.1	1.5	2.6
小学生以下の子ども	831	71.0	29.8	17.6	22.7	10.6	33.6	37.3	39.0	17.1	1.8	3.1
認定こども園	304	77.6	21.7	20.4	20.7	11.2	48.4	33.2	33.9	16.4	2.3	0.0
幼稚園	139	75.5	24.5	16.5	23.7	4.3	39.6	43.2	38.1	19.4	1.4	0.7
小学生	372	66.9	39.8	16.4	25.0	12.9	20.7	40.1	45.2	17.5	1.6	1.6
生徒全体	605	78.5	28.4	5.0	32.4	18.8	13.9	41.0	14.5	28.4	1.2	2.6
中学生	209	80.9	31.6	4.8	29.7	16.3	13.4	45.0	14.8	31.6	1.4	0.0
高校生	372	79.0	26.1	4.6	34.9	20.7	14.0	40.1	14.5	26.9	0.8	1.9
一般全体	443	65.5	26.7	3.7	25.7	32.5	18.8	37.4	24.9	32.5	1.5	1.9
20歳代	50	68.0	20.0	0.0	30.0	26.0	16.0	54.0	18.0	42.0	0.0	0.0
30歳代	71	66.2	31.0	8.5	32.4	23.9	18.3	45.1	26.8	16.9	2.8	0.0
40歳代	92	71.0	39.8	2.2	30.1	18.3	24.7	43.0	30.1	18.3	0.0	1.1
50歳代	98	61.2	26.5	1.0	31.6	26.5	19.4	44.9	26.5	35.7	1.0	0.0
60歳代	128	60.6	25.4	3.5	23.2	28.2	0.0	35.9	23.2	38.0	2.8	3.5
70歳以上	121	68.4	20.9	5.7	17.1	53.8	17.1	22.2	23.4	37.3	1.3	3.8
若い世代 (20歳代から30歳代)	175	66.9	26.4	5.0	31.4	24.8	17.4	48.8	23.1	27.3	1.7	0.0

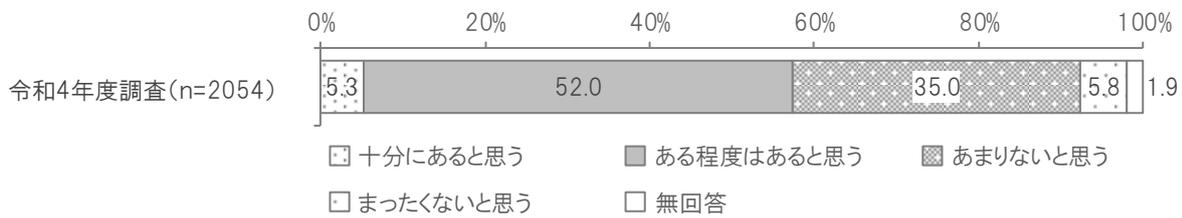
⑫ 食品の安全性に関する基礎的知識をもっている人

指標名	前回値 (H30)	目標値 (H30 設定)	現状値 (R4)	達成度	国の現状値 (R2)
食品の安全性に関する基礎的知識をもっている人の割合	-	-	57.3%	-	75.2%

(目標値を達成・・・◎、前回値より上昇・・・○、前回値を下回る・・・△)

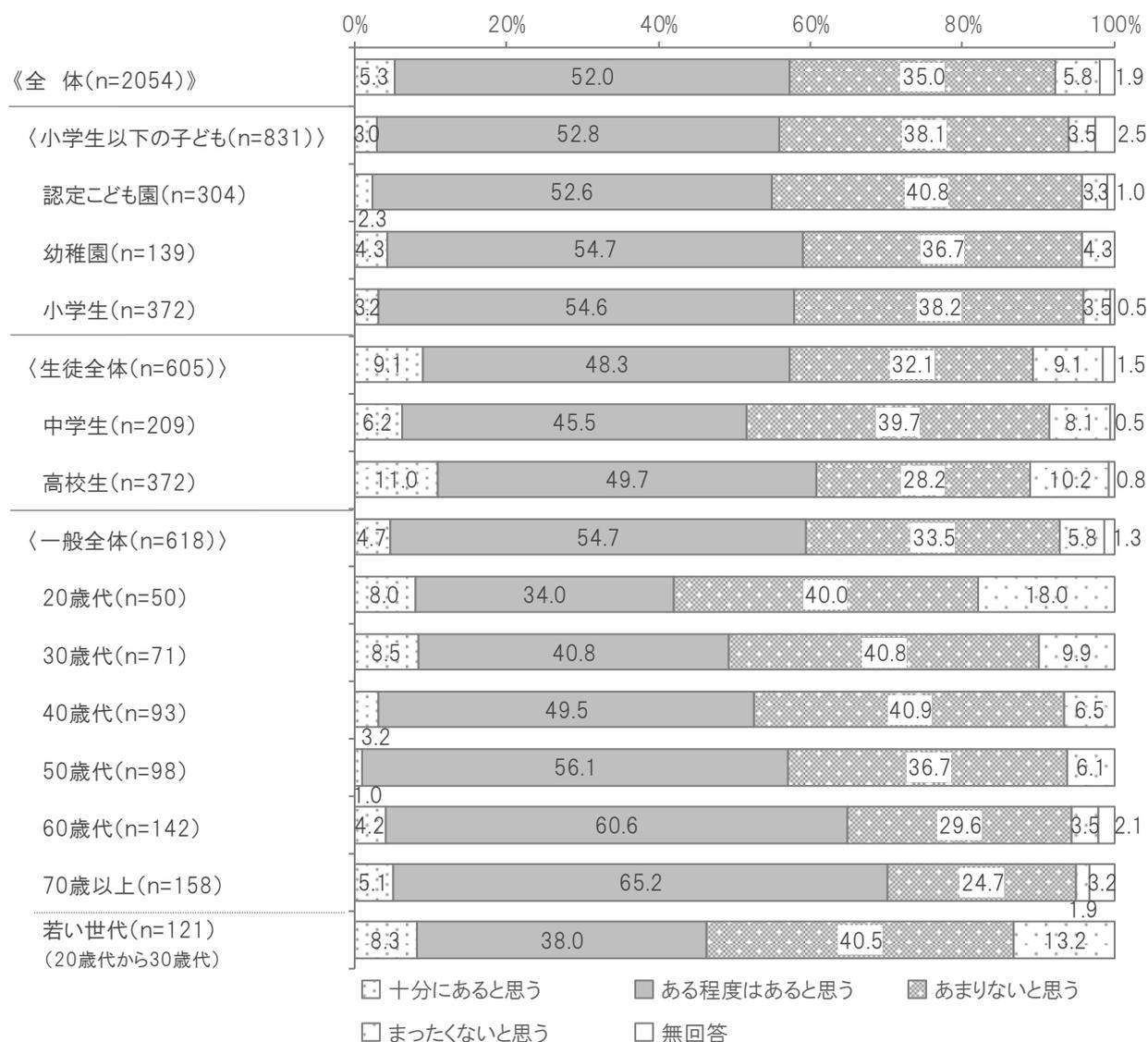
食品の安全性に関する基礎的知識をもっている人は、「十分にあると思う」及び「ある程度はあると思う」が57.3%となっています。

図表 35 食品の安全性に関する基礎的知識をもっている人の割合



調査対象別では、若い世代の「十分にあると思う」及び「ある程度はあると思う」が46.3%となっており、ほかの調査対象者と比較すると、割合が低くなっています。

図表 36 食品の安全性に関する基礎的知識をもっている人の割合(調査対象別)



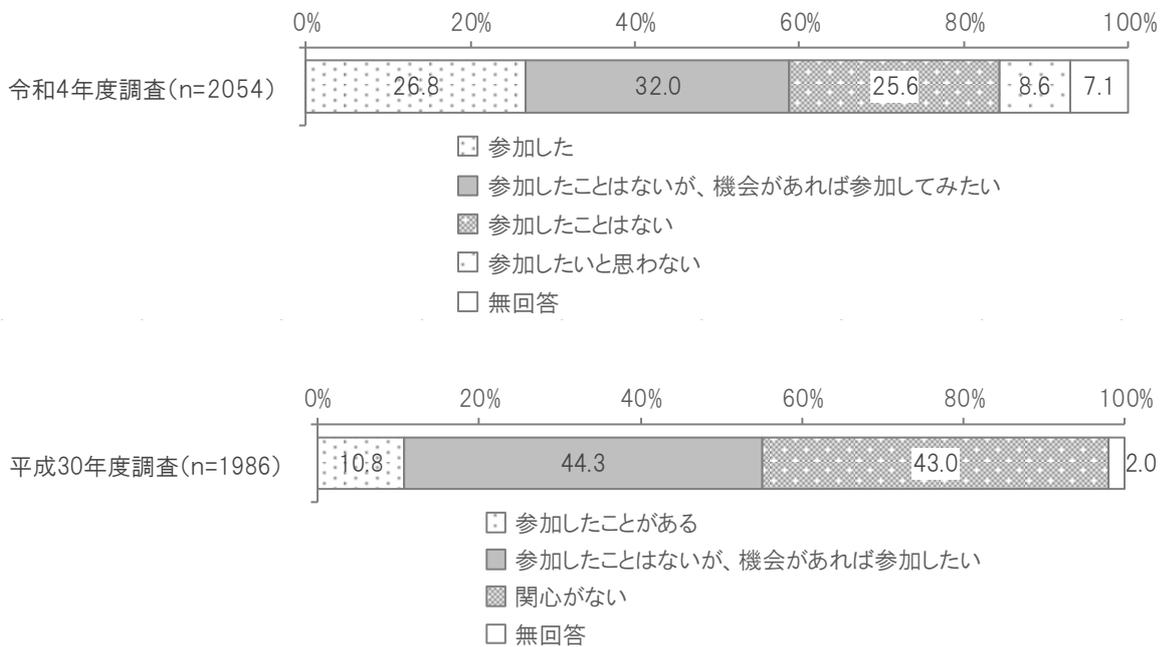
⑬ 食育に関する活動・体験に参加した人の割合

指標名	前回値 (H30)	目標値 (H30 設定)	現状値 (R4)	達成度	国の現状値
食育に関する活動・体験に参加した人の割合	10.8%	30.0%	26.8%	○	—

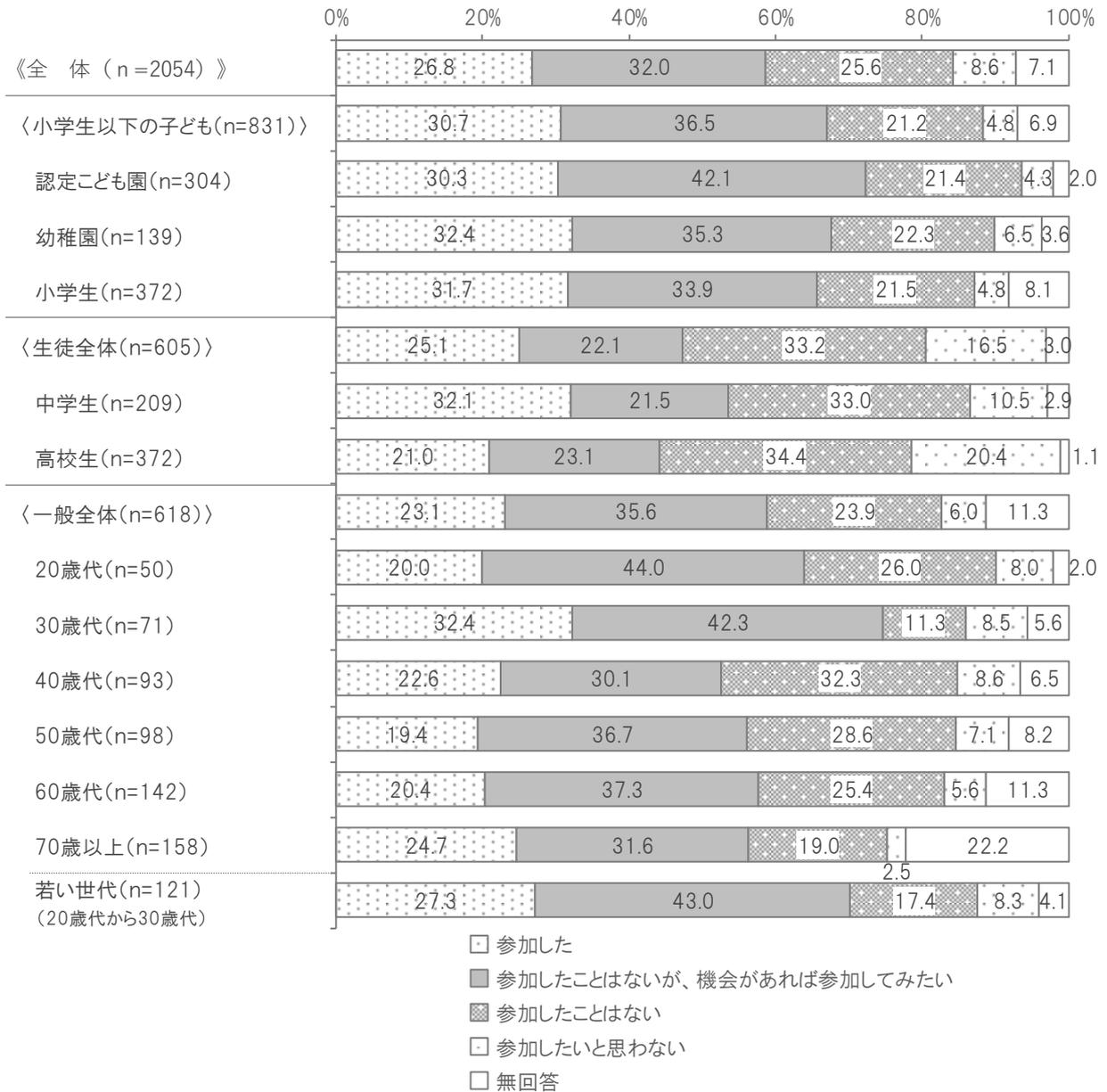
(目標値を達成・・・○、前回値より上昇・・・○、前回値を下回る・・・△)

食育に関する活動・体験に参加した人は、令和4年度調査では26.8%となっており、平成30年度調査の10.8%と比較すると、16.0ポイント上がっています。

図表 37 食育に関する活動・体験の参加状況



図表 38 食育に関する活動・体験の参加状況(調査対象別)



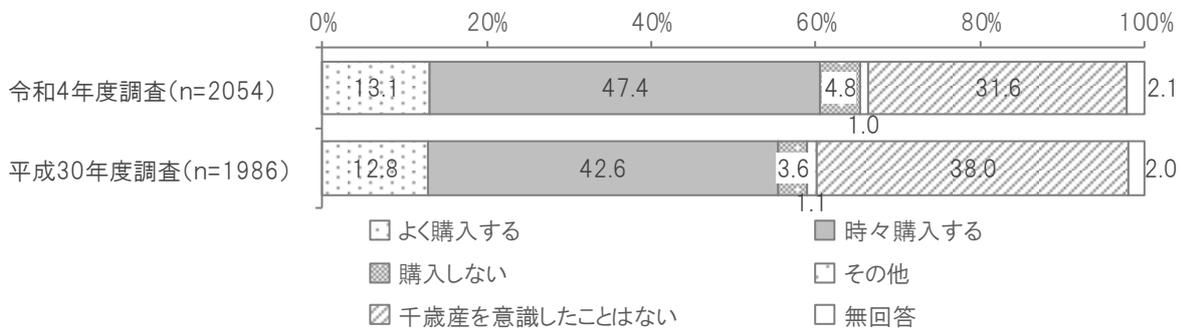
⑭ 地元産の食材を購入する人の割合

指標名	前回値 (H30)	目標値 (H30 設定)	現状値 (R4)	達成度	国の現状値 (R4)
地元産の食材を購入する人の割合	55.4%	80.0%	60.5%	○	69.8%

(目標値を達成・・・◎、前回値より上昇・・・○、前回値を下回る・・・△)

地元産の食材を購入する人は、「よく購入する」及び「時々購入する」が令和4年度調査では60.5%となっており、平成30年度調査の55.4%と比較すると、5.1ポイント上がっています。

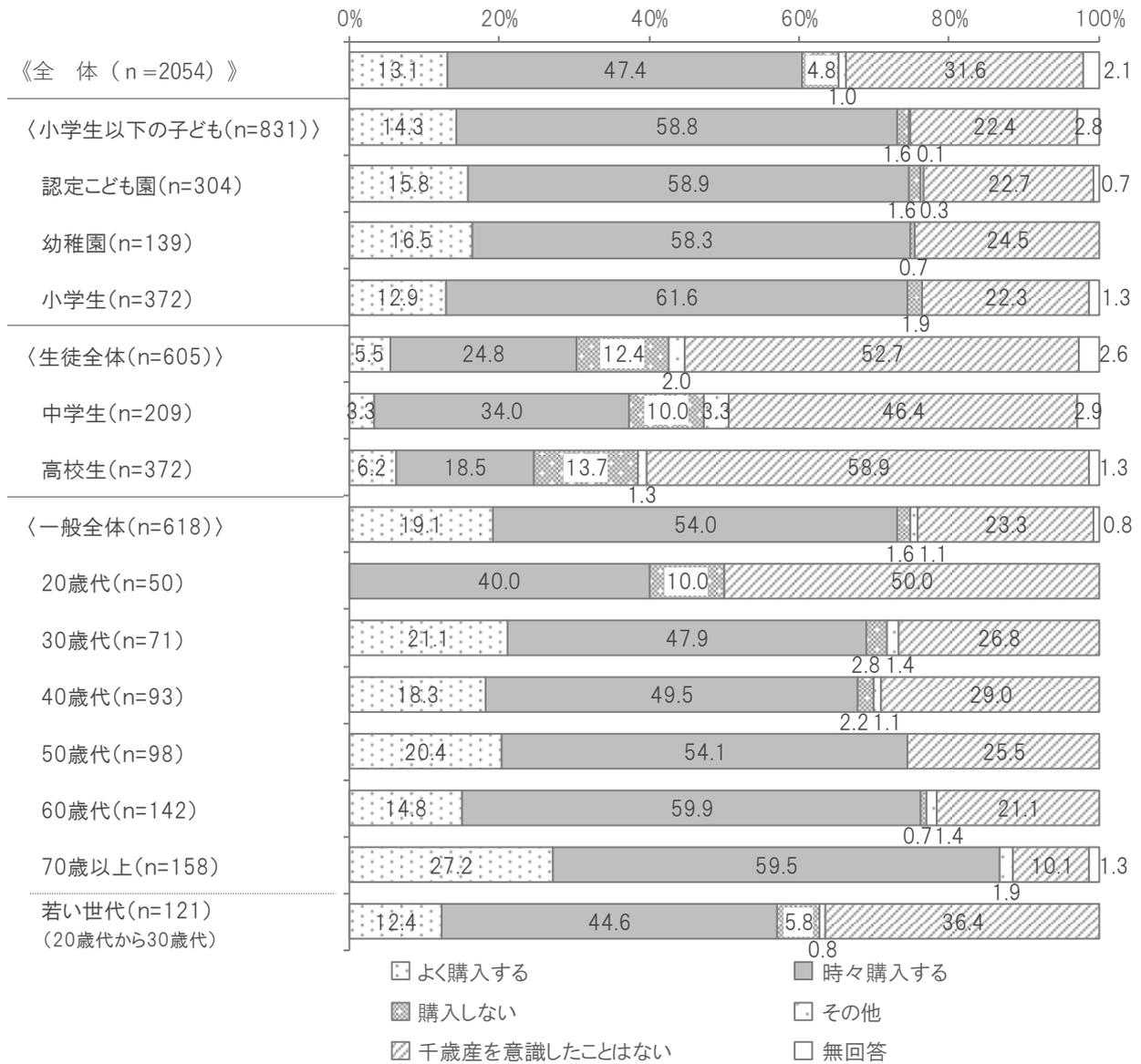
図表 39 地元産食材の購入状況



第2章 食育の現状と課題～食育の問題点って何？～

調査対象別では、50歳代が74.5%、60歳代が74.7%、そして70歳以上が86.7%となっており、50歳代以降だと7割を超える人が地元産の食材を購入しています。

図表 40 地元産食材の購入状況(調査対象別)



⑮ 産地や生産者を意識して食品を選んでいる人

指標名	前回値 (H30)	目標値 (H30 設定)	現状値 (R4)	達成度	国の現状値 (R2)
産地や生産者を意識して食品を選んでいる人の割合	-	-	59.0%	-	73.5%

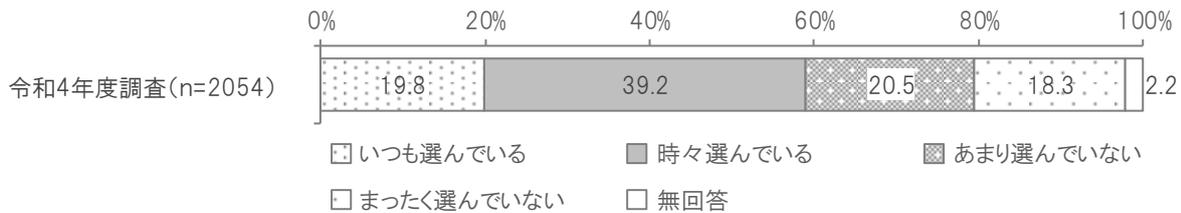
(目標値を達成・・・◎、前回値より上昇・・・○、前回値を下回る・・・△)

産地や生産者を意識して食品を選んでいる人は、「いつも選んでいる」及び「時々選んでいる」が59.0%となっています。

また、前述のとおり地元産の食材を購入する人のうち、「よく購入する」及び「時々購入する」が令和4年度調査では60.5%であったことから、6割程度の人が食品を意識して選んでいることとなります。

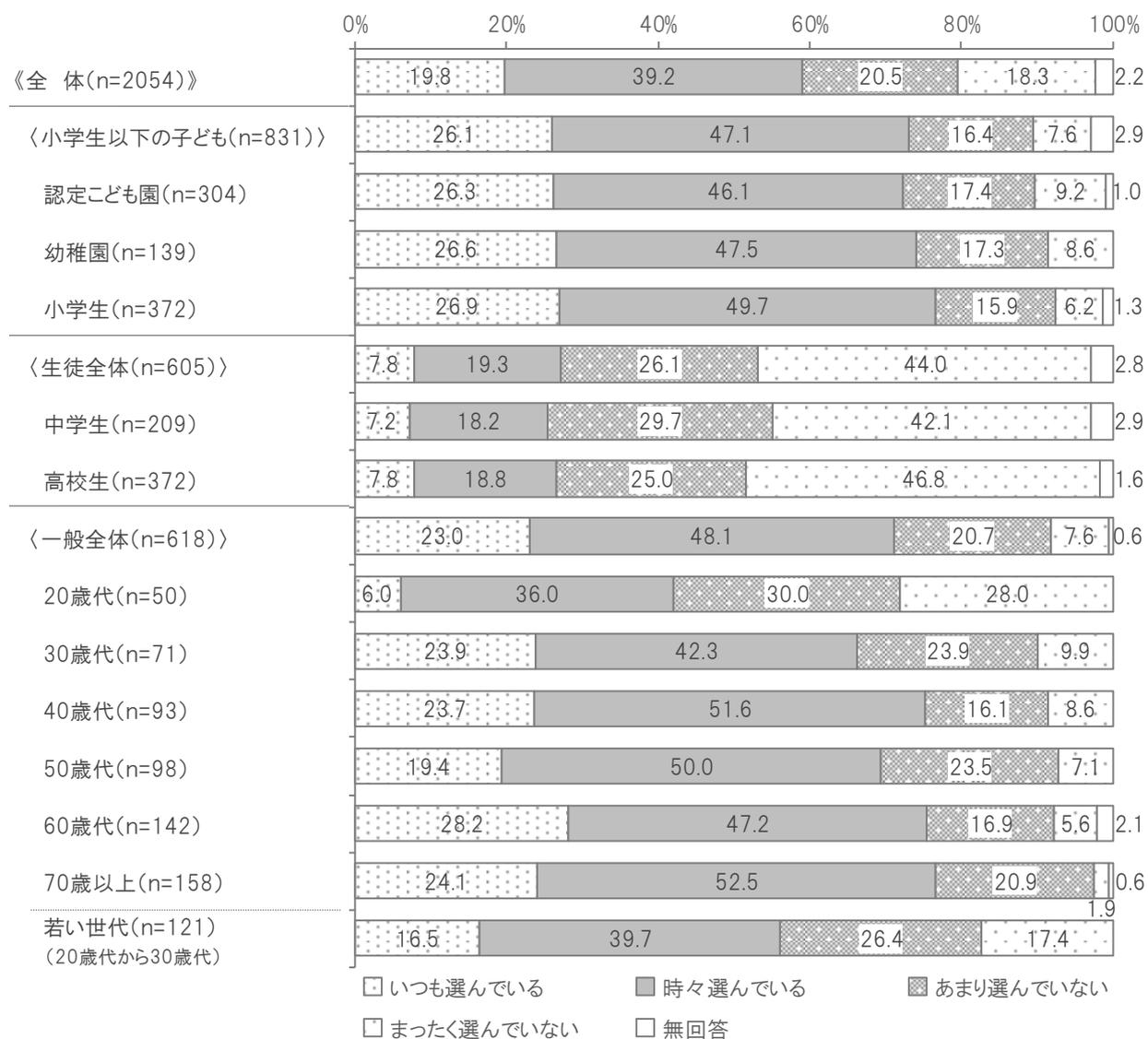
これらの結果を踏まえて、6割程度の人が食品を選ぶ際に、地元産のものを購入したり、産地や生産者を意識して選んでいることとなります。

図表 41 産地や生産者を意識して食品を選んでいる人の割合



調査対象別では、若年層ほど「いつも選んでいる」及び「時々選んでいる」の割合が低くなっています。

図表 42 産地や生産者を意識して食品を選んでいる人の割合(調査対象別)



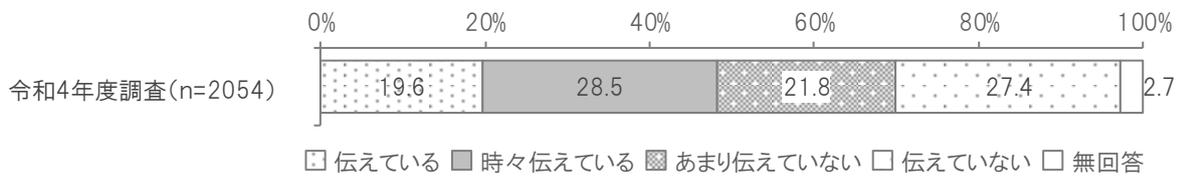
⑩ 地域や家庭での受け継がれてきた食べ方・作法を伝えている人

指標名	前回値 (H30)	目標値 (H30 設定)	現状値 (R4)	達成度	国の現状値 (R2)
地域や家庭での受け継がれてきた食べ方・ 作法を伝えている人の割合	—	—	48.1%	—	50.4%

(目標値を達成・・・◎、前回値より上昇・・・○、前回値を下回る・・・△)

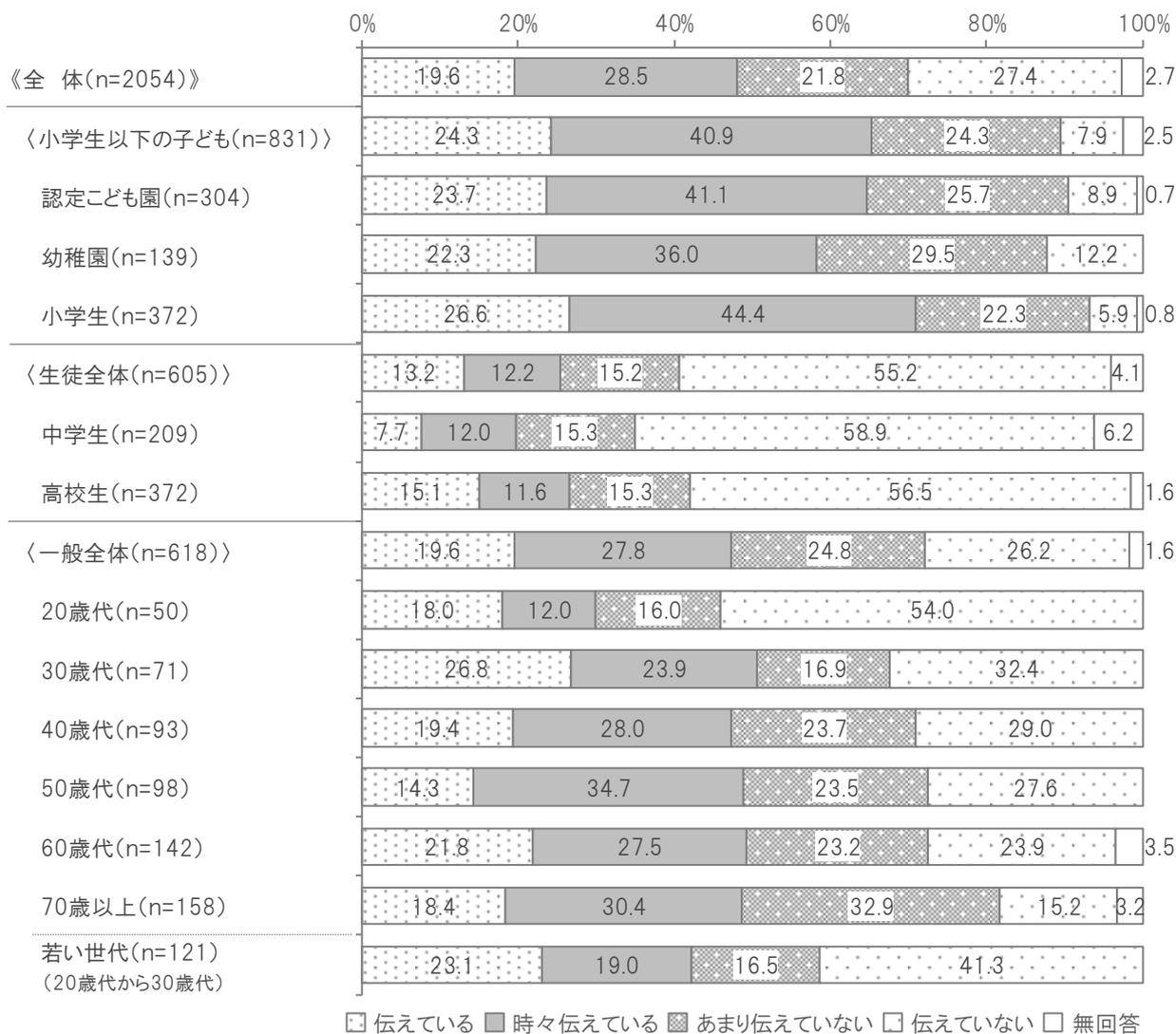
地域や家庭での受け継がれてきた食べ方・作法を伝えている人は、「伝えている」及び「時々伝えている」が48.1%となっています。

図表 43 地域や家庭での受け継がれてきた食べ方・作法を伝えている人の割合



第2章 食育の現状と課題～食育の問題点って何？～

図表 44 地域や家庭での受け継がれてきた食べ方・作法を伝えている人の割合(調査対象別)



⑰ 食品ロスの認知度及び食品ロス削減のために何らかの行動をしている人の割合

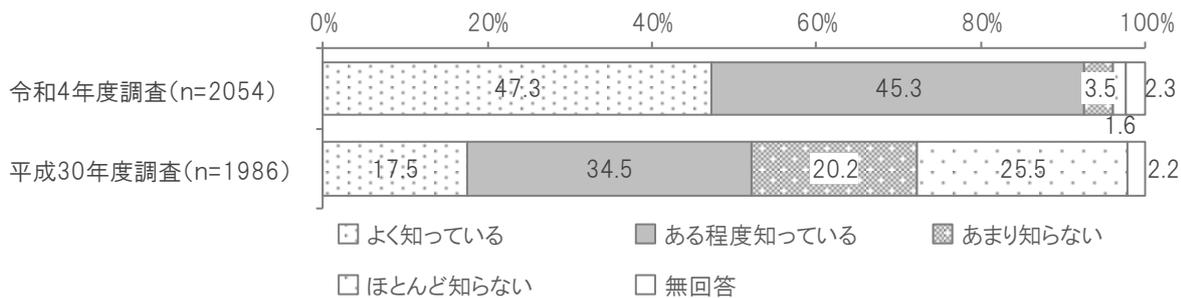
指標名	前回値 (H30)	目標値 (H30 設定)	現状値 (R4)	達成度	国の現状値 (R4)
食品ロスの認知度	52.0%	-	92.6%	-	81.1%
食品ロス削減のために何らかの行動をしている人の割合	50.8%	80.0%	93.2%	◎	76.9%

(目標値を達成・・・◎、前回値より上昇・・・○、前回値を下回る・・・△)

「食品ロス」という言葉を「よく知っている」及び「ある程度知っている」と回答した人は、令和4年度調査では92.6%となっており、平成30年度調査の52.0%と比較すると、40.6ポイント上がっています。

また、食品ロス削減のために何らかの「行動をしている」人は、令和4年度調査では93.2%となっており、平成30年度調査の50.8%と比較すると、42.4ポイント上がっています。

図表 45 「食品ロス」の認知度

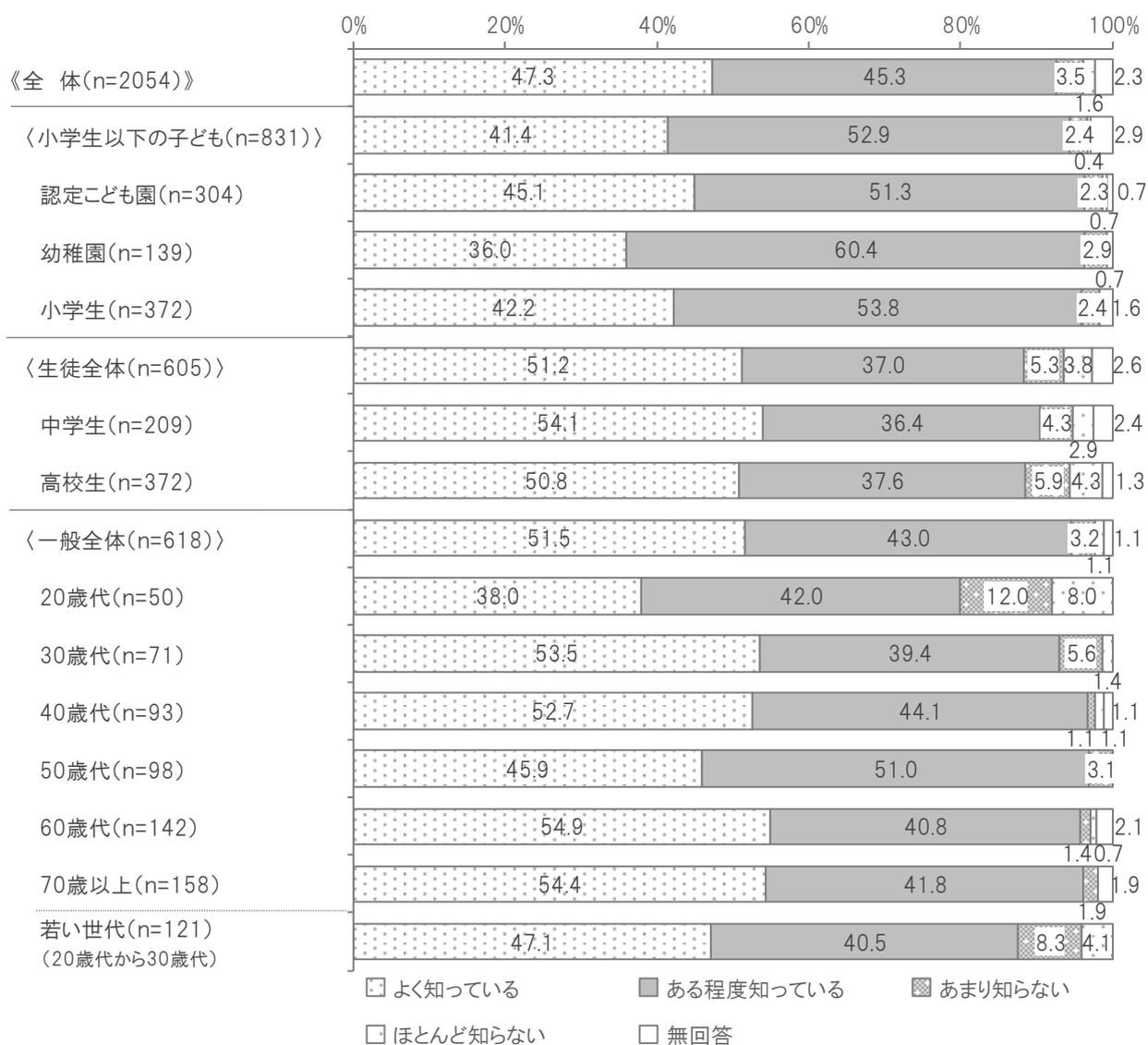


図表 46 食品ロス削減のための実践状況



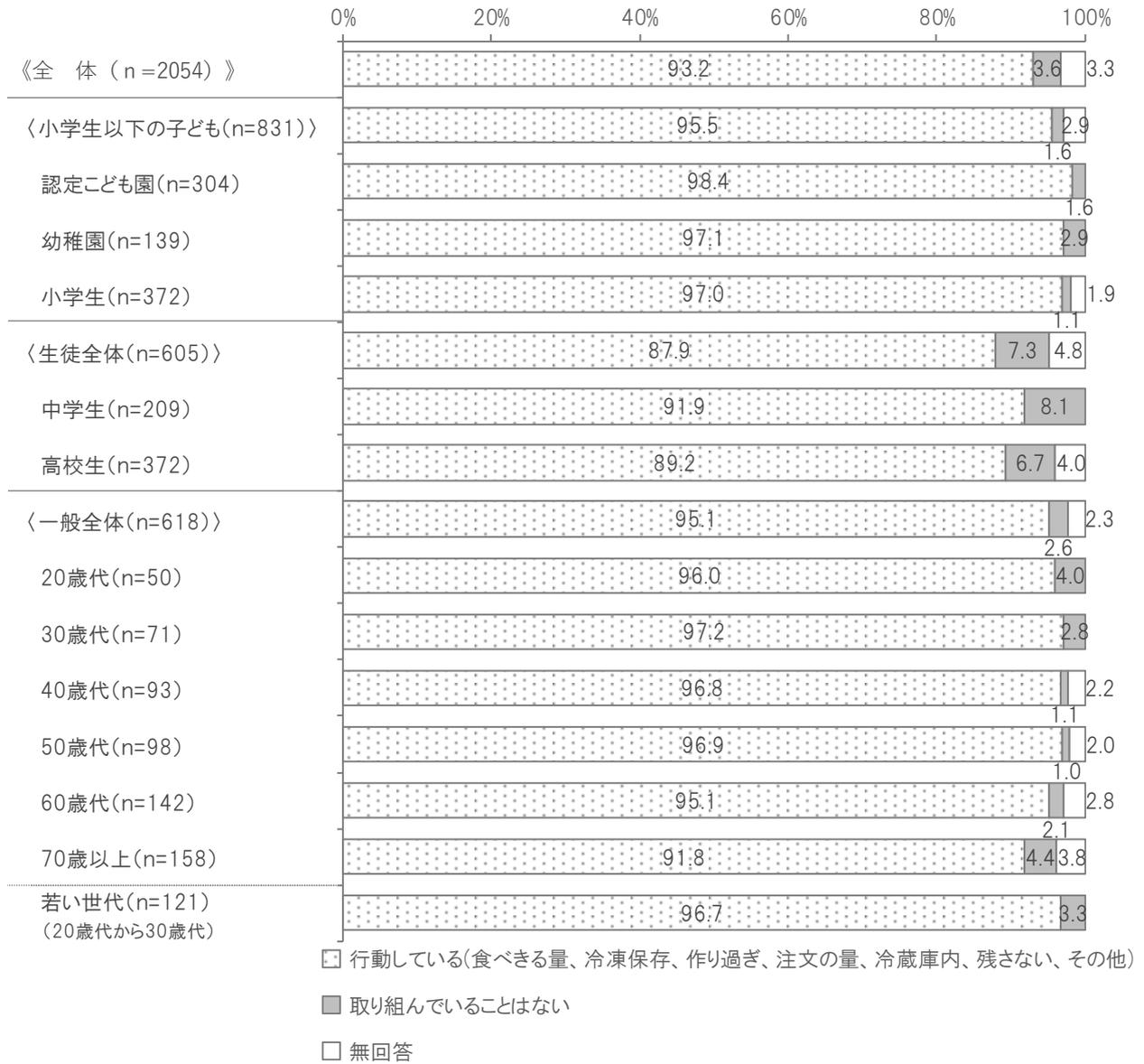
調査対象別では、どの対象者も8割を超えており、食品ロスの認知度がある程度普及していることが分かります。

図表 47 「食品ロス」の認知度(調査対象別)



調査対象別では、ほとんどの対象者で9割を超えており、食品ロス削減のための実践ができていることが分かります。

図表 48 食品ロス削減のための実践状況(調査対象別)

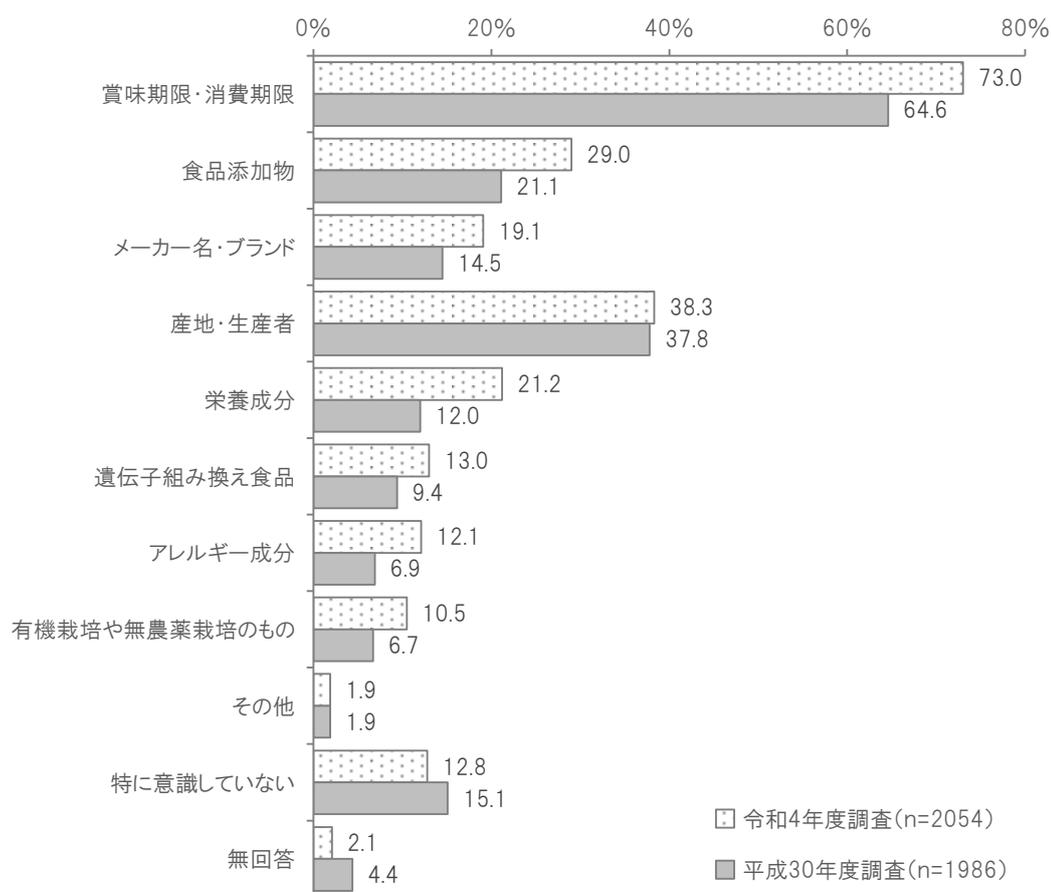


⑱ 食品を選ぶときに意識している項目

食品を選ぶときに意識している項目では、令和4年度調査の「賞味期限・消費期限」が全体で最も多く73.0%、次いで「産地・生産者」が38.3%、「食品添加物」が29.0%となっています。

「特に意識していない」「無回答」以外を回答した人を「食品の安全性について自ら判断している」と集計しており、85.0%の人が食の安全性について意識していると考えられます。

図表 49 食品を選ぶときに意識している項目



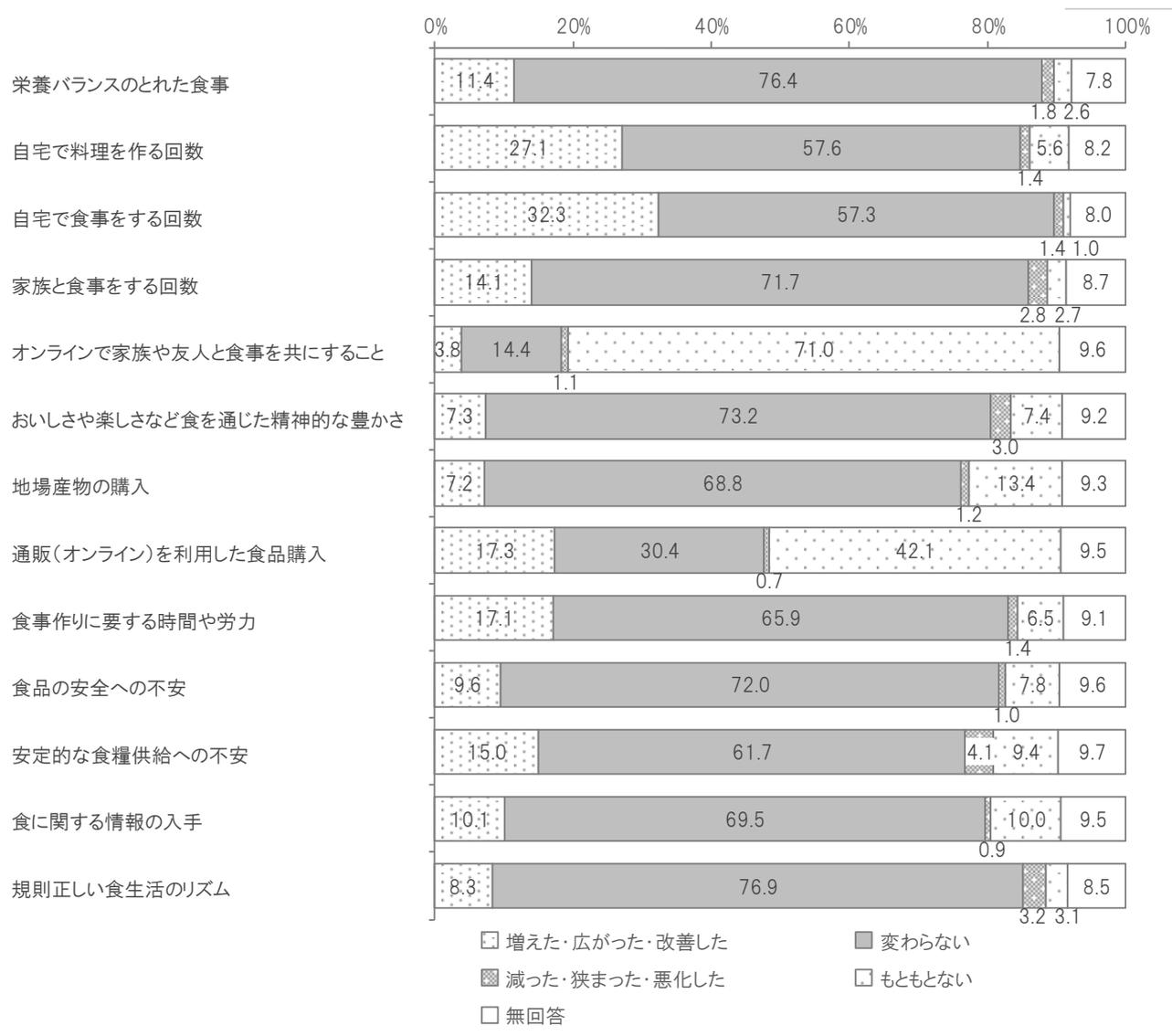
図表 50 食品を選ぶときに意識している項目(調査対象別)

	調査数	賞味期限・消費期限	食品添加物	メーカー名・ブランド	産地・生産者	栄養成分	遺伝子組み換え食品	アレルギー成分	有機栽培や無農薬栽培のもの	その他	特に意識していない	無回答
全体	2,054	73.0	29.0	19.1	38.3	21.2	13.0	12.1	10.5	1.9	12.8	2.1
小学生以下の子ども	831	71.1	35.9	17.6	48.3	18.5	16.7	12.3	10.7	1.4	8.4	2.8
認定こども園	304	73.7	36.5	17.1	43.1	20.1	14.1	11.2	11.5	1.6	11.2	0.0
幼稚園	139	66.9	38.8	22.3	54.7	14.4	17.3	12.9	10.1	0.7	10.8	0.0
小学生	372	73.7	35.8	16.9	52.2	19.6	19.4	13.4	10.8	1.6	5.6	0.8
生徒全体	605	73.9	16.0	24.0	16.0	24.3	4.6	16.4	4.6	2.6	19.8	2.0
中学生	209	74.6	12.4	23.4	18.2	19.6	4.3	17.2	5.3	3.3	24.4	0.0
高校生	372	75.3	17.2	24.5	14.5	27.7	4.6	16.1	4.3	2.2	17.5	1.3
一般全体	618	74.8	32.5	16.5	46.6	21.8	16.0	7.8	16.0	1.9	11.7	1.5
20歳代	50	80.0	20.0	24.0	26.0	22.0	6.0	14.0	4.0	2.0	16.0	0.0
30歳代	71	63.4	36.6	22.5	43.7	16.9	16.9	9.9	12.7	2.8	9.9	0.0
40歳代	93	72.0	31.2	20.4	54.8	18.3	18.3	8.6	14.0	3.2	11.8	0.0
50歳代	98	71.4	33.7	17.3	46.9	19.4	20.4	8.2	15.3	1.0	11.2	0.0
60歳代	142	78.2	28.9	14.1	51.4	23.2	0.0	6.3	14.8	1.4	11.3	2.1
70歳以上	158	77.8	38.0	11.4	44.3	26.6	12.7	5.7	24.7	1.9	11.4	3.8
若い世代 (20歳代から30歳代)	121	70.2	29.8	23.1	36.4	19.0	12.4	11.6	9.1	2.5	12.4	0.0

⑱ 新型コロナウイルス感染症による食生活の変化

新型コロナウイルス感染症による食生活の変化は、「増えた・広がった・改善した」が2割を超えた項目は、自宅で料理を作る回数、自宅で食事をする回数となっています。これは、コロナ渦による一時的な外出自粛等によることが影響していると推察されます。

図表 51 新型コロナウイルス感染症による食生活の変化



図表 52 新型コロナウイルス感染症による食生活の変化(調査対象別)

	調査数	栄養バランスのとれた食事					自宅で料理を作る回数					自宅で食事をする回数				
		ほぼ毎日	1週間に4～5日	1週間に2～3日	ほとんどない	無回答	ほぼ毎日	1週間に4～5日	1週間に2～3日	ほとんどない	無回答	ほぼ毎日	1週間に4～5日	1週間に2～3日	ほとんどない	無回答
全体	2,054	11.4	76.4	1.8	2.6	7.8	27.1	57.6	1.4	5.6	8.2	32.3	57.3	1.4	1.0	8.0
小学生以下の子ども	831	11.3	77.7	1.6	1.3	8.1	31.8	58.4	1.6	0.2	8.1	37.4	54.0	0.6	0.1	7.8
認定こども園	304	10.5	82.6	1.3	1.0	4.6	31.9	60.5	2.6	0.3	4.6	37.8	56.9	1.0	0.3	3.9
幼稚園	139	10.8	77.7	2.9	2.9	5.8	32.4	60.4	0.0	0.0	7.2	37.4	55.4	0.7	0.0	6.5
小学生	372	12.6	77.2	1.3	1.1	7.8	32.8	58.3	1.3	0.3	7.3	38.7	53.5	0.3	0.0	7.5
生徒全体	605	12.6	75.2	3.0	5.1	4.1	25.0	55.4	1.5	14.0	4.1	29.9	61.0	2.6	2.1	4.3
中学生	209	13.4	77.0	1.9	3.8	3.8	27.3	50.7	1.0	17.2	3.8	29.7	61.2	2.4	2.4	4.3
高校生	372	11.8	76.1	3.2	5.9	3.0	23.4	59.1	1.6	12.9	3.0	29.8	62.4	3.0	1.9	3.0
一般全体	443	10.5	75.7	1.0	1.8	11.0	23.0	58.9	1.1	4.7	12.3	27.8	57.9	1.1	1.1	12.0
20歳代	50	8.0	80.0	0.0	10.0	2.0	26.0	50.0	0.0	24.0	0.0	34.0	56.0	0.0	10.0	0.0
30歳代	71	8.5	83.1	1.4	2.8	4.2	36.6	50.7	0.0	7.0	5.6	43.7	49.3	1.4	0.0	5.6
40歳代	92	15.1	78.5	0.0	1.1	5.4	26.9	62.4	2.2	2.2	6.5	37.6	52.7	1.1	0.0	8.6
50歳代	98	16.3	73.5	1.0	0.0	9.2	29.6	59.2	1.0	2.0	8.2	34.7	57.1	2.0	0.0	6.1
60歳代	128	5.6	79.6	0.7	1.4	12.7	18.3	64.1	0.7	2.1	14.8	20.4	64.8	0.7	0.0	14.1
70歳以上	121	9.5	67.7	1.9	0.6	20.3	13.3	58.2	1.9	3.2	23.4	15.8	59.5	1.3	1.3	22.2
若い世代 (20歳代から30歳代)	175	8.3	81.8	0.8	5.8	3.3	32.2	50.4	0.0	14.0	3.3	39.7	52.1	0.8	4.1	3.3

	調査数	家族と食事をする回数					オンラインで家族や友人と食事を共にすること					おいしさや楽しさなど食を通じた精神的な豊かさ				
		ほぼ毎日	1週間に4～5日	1週間に2～3日	ほとんどない	無回答	ほぼ毎日	1週間に4～5日	1週間に2～3日	ほとんどない	無回答	ほぼ毎日	1週間に4～5日	1週間に2～3日	ほとんどない	無回答
全体	2,054	14.1	71.7	2.8	2.7	8.7	3.8	14.4	1.1	71.0	9.6	7.3	73.2	3.0	7.4	9.2
小学生以下の子ども	831	12.6	77.9	1.1	0.1	8.3	3.7	10.1	0.6	76.8	8.8	6.1	77.1	3.2	4.9	8.5
認定こども園	304	10.9	82.9	1.0	0.3	4.9	4.9	13.2	0.3	76.3	5.3	4.9	81.3	2.3	5.9	5.6
幼稚園	139	13.7	78.4	0.7	0.0	7.2	5.0	7.9	0.0	79.1	7.9	6.5	71.9	6.5	7.2	7.9
小学生	372	14.2	76.9	1.3	0.0	7.5	2.4	8.9	1.1	79.6	8.1	7.3	79.0	3.0	3.5	7.3
生徒全体	605	17.5	71.4	4.1	2.8	4.1	5.5	25.1	0.7	64.6	4.1	10.6	73.1	1.7	10.4	4.3
中学生	209	17.2	72.7	2.9	3.3	3.8	4.8	18.7	0.5	72.2	3.8	9.1	72.2	1.9	12.9	3.8
高校生	372	17.5	72.3	4.8	2.4	3.0	5.9	29.0	0.8	61.3	3.0	11.6	74.2	1.6	9.4	3.2
一般全体	443	12.6	63.8	3.9	6.0	13.8	2.4	9.7	2.3	69.6	16.0	5.5	68.0	4.0	7.6	14.9
20歳代	50	16.0	60.0	4.0	20.0	0.0	16.0	16.0	0.0	66.0	2.0	12.0	70.0	0.0	16.0	2.0
30歳代	71	19.7	70.4	2.8	1.4	5.6	7.0	16.9	0.0	70.4	5.6	7.0	74.6	2.8	9.9	5.6
40歳代	92	11.8	76.3	1.1	2.2	8.6	0.0	5.4	5.4	78.5	10.8	4.3	77.4	3.2	6.5	8.6
50歳代	98	17.3	64.3	2.0	5.1	11.2	1.0	7.1	1.0	78.6	12.2	10.2	66.3	3.1	8.2	12.2
60歳代	128	8.5	65.5	7.0	4.9	14.1	0.0	6.3	2.8	75.4	15.5	2.8	74.6	3.5	4.9	14.1
70歳以上	121	10.1	53.2	3.8	7.6	25.3	0.6	11.4	2.5	55.1	30.4	2.5	54.4	7.6	6.3	29.1
若い世代 (20歳代から30歳代)	175	18.2	66.1	3.3	9.1	3.3	10.7	16.5	0.0	68.6	4.1	9.1	72.7	1.7	12.4	4.1

第2章 食育の現状と課題～食育の問題点って何？～

	調査数	地場産物の購入					通販(オンライン)を利用した食品購入					食事作りに要する時間や労力				
		ほぼ毎日	1週間に4～5日	1週間に2～3日	ほとんどない	無回答	ほぼ毎日	1週間に4～5日	1週間に2～3日	ほとんどない	無回答	ほぼ毎日	1週間に4～5日	1週間に2～3日	ほとんどない	無回答
全体	2,054	7.2	68.8	1.2	13.4	9.3	17.3	30.4	0.7	42.1	9.5	17.1	65.9	1.4	6.5	9.1
小学生以下の子ども	831	7.5	74.5	1.1	8.1	8.9	22.0	29.5	0.2	39.7	8.5	21.7	68.0	1.3	0.7	8.3
認定こども園	304	6.9	78.3	0.7	8.6	5.6	27.6	29.6	0.0	37.8	4.9	21.1	71.4	2.3	0.7	4.6
幼稚園	139	11.5	70.5	2.2	7.9	7.9	20.9	23.0	0.0	48.2	7.9	24.5	66.9	0.0	0.7	7.9
小学生	372	6.7	76.1	1.1	8.1	8.1	18.8	33.1	0.5	39.8	7.8	22.0	68.5	1.1	0.8	7.5
生徒全体	605	6.6	64.1	0.8	23.8	4.6	14.5	38.2	0.8	41.7	4.8	13.7	64.1	1.5	15.9	4.8
中学生	209	6.2	67.0	0.5	21.5	4.8	11.5	33.0	1.4	49.3	4.8	11.5	65.1	1.9	16.7	4.8
高校生	372	6.5	62.9	1.1	26.3	3.2	16.1	40.9	0.5	39.0	3.5	14.0	65.1	1.3	16.1	3.5
一般全体	443	7.4	65.9	1.6	10.5	14.6	13.6	24.1	1.1	45.6	15.5	14.2	64.9	1.5	5.2	14.2
20歳代	50	4.0	54.0	2.0	38.0	2.0	14.0	34.0	0.0	50.0	2.0	20.0	54.0	0.0	24.0	2.0
30歳代	71	4.2	73.2	2.8	12.7	7.0	22.5	32.4	1.4	38.0	5.6	18.3	64.8	1.4	9.9	5.6
40歳代	92	6.5	73.1	2.2	8.6	9.7	19.4	31.2	0.0	38.7	10.8	17.2	65.6	2.2	4.3	10.8
50歳代	98	8.2	69.4	2.0	9.2	11.2	14.3	23.5	1.0	50.0	11.2	19.4	64.3	1.0	4.1	11.2
60歳代	128	6.3	69.0	0.7	7.7	16.2	9.9	23.2	2.1	49.3	15.5	8.5	74.6	1.4	1.4	14.1
70歳以上	121	10.8	58.2	0.6	5.1	25.3	9.5	14.6	1.3	45.6	29.1	10.1	59.5	1.9	1.9	26.6
若い世代 (20歳代から30歳代)	175	4.1	65.3	2.5	23.1	5.0	19.0	33.1	0.8	43.0	4.1	19.0	60.3	0.8	15.7	4.1

	調査数	食品の安全への不安					安定的な食糧供給への不安					食に関する情報の入手				
		ほぼ毎日	1週間に4～5日	1週間に2～3日	ほとんどない	無回答	ほぼ毎日	1週間に4～5日	1週間に2～3日	ほとんどない	無回答	ほぼ毎日	1週間に4～5日	1週間に2～3日	ほとんどない	無回答
全体	2,054	9.6	72.0	1.0	7.8	9.6	15.0	61.7	4.1	9.4	9.7	10.1	69.5	0.9	10.0	9.5
小学生以下の子ども	831	9.6	76.7	0.8	4.1	8.8	18.1	63.8	4.3	5.1	8.8	9.9	74.6	0.6	5.9	9.0
認定こども園	304	8.2	79.9	0.7	5.6	5.6	18.8	65.8	4.3	5.9	5.3	8.9	78.9	1.0	5.3	5.9
幼稚園	139	13.7	71.9	2.2	4.3	7.9	23.7	57.6	4.3	6.5	7.9	13.7	69.8	0.0	8.6	7.9
小学生	372	9.7	79.0	0.5	3.0	7.8	16.1	67.2	4.6	4.0	8.1	9.7	76.1	0.5	5.6	8.1
生徒全体	605	9.6	68.8	1.0	15.7	5.0	10.1	64.3	1.8	18.8	5.0	10.9	66.1	0.7	17.4	5.0
中学生	209	11.5	65.1	1.4	16.7	5.3	11.5	62.2	1.9	19.1	5.3	10.0	64.6	0.5	19.6	5.3
高校生	372	8.6	71.2	0.8	15.9	3.5	8.9	66.7	1.9	19.1	3.5	11.3	68.0	0.8	16.4	3.5
一般全体	443	9.7	68.8	1.1	5.2	15.2	15.9	56.3	6.1	6.1	15.5	9.5	66.0	1.5	8.3	14.7
20歳代	50	2.0	74.0	0.0	22.0	2.0	14.0	56.0	8.0	20.0	2.0	10.0	70.0	0.0	18.0	2.0
30歳代	71	9.9	77.5	2.8	4.2	5.6	19.7	63.4	7.0	4.2	5.6	11.3	77.5	0.0	5.6	5.6
40歳代	92	10.8	78.5	0.0	2.2	8.6	20.4	58.1	6.5	4.3	10.8	9.7	77.4	0.0	4.3	8.6
50歳代	98	11.2	70.4	0.0	6.1	12.2	19.4	62.2	2.0	5.1	11.2	12.2	67.3	1.0	7.1	12.2
60歳代	128	10.6	70.4	1.4	2.1	15.5	16.9	55.6	7.0	5.6	14.8	9.9	67.6	2.1	5.6	14.8
70歳以上	121	10.1	55.1	1.9	4.4	28.5	8.9	49.4	7.0	5.1	29.7	6.3	50.6	3.2	12.0	27.8
若い世代 (20歳代から30歳代)	175	6.6	76.0	1.7	11.6	4.1	17.4	60.3	7.4	10.7	4.1	10.7	74.4	0.0	10.7	4.1

	調査数	規則正しい食生活のリズム				
		ほぼ毎日	1週間に4～5日	1週間に2～3日	ほとんどない	無回答
全体	2,054	8.3	76.9	3.2	3.1	8.5
小学生以下の子ども	831	7.7	82.2	1.4	0.6	8.1
認定こども園	304	8.2	84.9	1.3	0.7	4.9
幼稚園	139	7.2	83.5	1.4	1.4	6.5
小学生	372	7.8	83.1	1.6	0.3	7.3
生徒全体	605	9.8	71.6	7.1	6.6	5.0
中学生	209	12.0	71.8	6.2	5.3	4.8
高校生	372	8.6	72.6	7.8	7.3	3.8
一般全体	443	7.8	75.1	1.6	3.1	12.5
20歳代	50	12.0	70.0	4.0	12.0	2.0
30歳代	71	5.6	83.1	1.4	4.2	5.6
40歳代	92	8.6	79.6	0.0	3.2	8.6
50歳代	98	10.2	73.5	3.1	1.0	12.2
60歳代	128	6.3	78.2	0.7	1.4	13.4
70歳以上	121	5.7	69.0	1.9	2.5	20.9
若い世代 (20歳代から30歳代)	175	8.3	77.7	2.5	7.4	4.1

3.前計画の目標達成状況と今後の課題

(1) 前計画の目標達成状況

第3次計画の食育推進の9目標について、下表のA～Eの5段階で評価しました。

評価区分	
A	目標値に達した
B	目標値に達していないが改善傾向にある（10ポイント以上の改善が見られた目標）
C	ほぼ変わらない（増減率が10ポイント未満の目標）
D	悪化している（10ポイント以上の悪化が見られた目標）
E	評価困難

達成状況は下表のとおりです。9目標中、「ほぼ変わらない」が7割以上になっています。

指標名	対象	平成30年度 実績値	目標値 (H30年度設定)	令和4年度 実績値	評価
1 食育に関心を持っている人の割合 食育市民アンケート調査で、「関心がある」及び「どちらかといえば関心がある」と回答した割合	全員	62.4%	90%以上 (国の目標 90%以上)	71.2%	C
2 朝食を食べている人の割合 食育市民アンケート調査で、「朝食を毎日必ず食べる」と回答した割合	子ども (幼児～小学生)	93.7%	100% (国の目標 100%)	90.1%	C
	若い世代 (20～30歳代)	60.8%	85%以上 (国の目標 85%以上)	53.7%	C
3 家族の誰かと一緒に食事をする人の割合 食育市民アンケート調査で、「ほぼ毎日食べる」と回答した割合	子ども (幼児～小学生)	97.1%	99.5%以上 (第2次計画 の目標値)	95.4%	C
4 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事をする人の割合(1日2回以上) 食育市民アンケート調査で、「ほぼ毎日食べる」と回答した割合	全員	47.2%	70%以上 (国の目標 70%以上)	46.8%	C
	若い世代 (20～30歳代)	37.0%	55%以上 (国の目標 55%以上)	28.9%	C
5 生活習慣病予防・改善のために気をつけた食生活を実践する人の割合 食育市民アンケート調査で、「気をつけている食事内容」に回答した割合	全員	83.5%	85%以上 (国の目標 75%以上)	79.9%	C
6 食事をゆっくりよく噛んで食べる人の割合 食育市民アンケート調査で、「よく噛んで食べている」及び「どちらかといえばよく噛んで食べている」と回答した割合	全員	69.0%	70%以上 (国の目標 55%以上)	71.4%	A
7 食育に関する活動・体験に参加した人の割合 食育市民アンケート調査で、「参加したことがある」と回答した割合	全員	10.8%	30%以上 (第2次計画 の目標値)	26.8%	B
8 地元産の食材を購入する人の割合 食育市民アンケート調査で、「よく購入する」及び「時々購入する」と回答した割合	全員	55.4%	80%以上 (第2次計画 の目標値)	60.5%	C
9 食品ロス削減のために何らかの行動をしている人の割合 食育市民アンケート調査で、「食品ロス削減のために何らかの行動をしている」と回答した割合	全員	50.8%	80%以上 (国の目標 80%以上)	93.2%	A

(2) 千歳市の食育に関する課題

本市の食育を取り巻く現状やアンケート調査の結果、第3次計画の成果を踏まえて、以下の3つの観点から課題を整理しました。

① 健康な食生活の実践

生涯を生き生きと過ごしたいという市民共通の願いを実現するためには、生活習慣病を予防し健康寿命を延伸させることが重要です。

体格指数を示すBMIが25以上の肥満である市民は70歳代以上に多く、生活習慣病の発症につながっています。あらゆる世代に対し、栄養バランスのとれた食事の例示や規則正しい生活リズムの定着、噛むことの重要性などを普及することが必要です。働き盛り世代の男性の肥満傾向や若い世代の女性に「やせ」への意識があり、将来の生活習慣病の危険因子でもあることから、特に若い世代や働き盛り世代、健康無関心層を含め、食を通じた働きかけを行っていくことが大切です。

また、子ども・生徒などの世代に、朝食の欠食や誰かと一緒に食事をする「共食」の機会が減っている現状を踏まえ、子どものころからの食生活に関する意識づくりが必要です。

② 食文化の継承

ライフスタイルの変化や価値観の多様化などにより、これからの食を通じたコミュニケーションのあり方を踏まえながら、家族団らんでの共食の大切さを伝えると同時に、和食文化などに代表される体にやさしい食の知識や、食品の安全性に関する知識の向上を促していく必要があります。

なお、これまでの取組の成果として、食育に関する活動・体験に参加した人は増加傾向にあり、機会があれば参加したいと希望する方も多いなど、市民の食育に対する関心の高さが伺えます。このような気運の高まりを生かしながら、千産千消の考え方の普及や食文化の継承につなげていく必要があります。

③ 食の循環や環境

食品ロスの削減の推進に関する法律が施行されて以来、食品ロスの認知度は市民に定着しつつあり、削減のための行動を実践している人の割合についても9割を超える状況にあります。

一方で、産地や生産者を意識して食品を選んでいる人の割合は、千歳市全体でみると6割弱と全国と比べて低く、特に中学生・高校生や20歳代は他の年代に比べてかなり低い状況です。食に対する感謝の念を深めていく上で、食を生み出す場所や生産者への理解を高めていくことが大切です。

食品や食材を無駄にしないこと、千産千消に配慮した食生活など、子ども・若い世代を中心に、食の循環や環境に関する普及啓発を推進する必要があります。

第3章 「おいしい!たのしい!大好きちとせ」を目指して

1. 目指すべき方向性

市民が健康で心豊かに暮らすためには、一人ひとりが食に対する親しみや感謝の心を持ち、食に関する様々な経験を積み重ねて「食に関する知識」と「食を選択する力」を身に付け、健全な食生活を実践することが大切です。

これまで、第3次計画では、家庭・認定こども園・幼稚園・保育所・学校・地域と連携し、ライフステージに応じた各種取組を推進してきました。

第4次千歳市食育推進計画では、前計画の基本理念、キャッチコピーや取組の方向性を継承しつつも現在の状況を踏まえながら、市民が日常生活の中で積極的に食育に取り組むことができるよう各種施策を推進します。

基本理念

生涯にわたり健全な心身を培う食育の実践の環を広げよう

～おいしい!たのしい!大好きちとせ～

今後も引き続き、生活習慣病の発症・重症化の予防、ライフステージに応じた食習慣の改善、食の安全や食品ロスの問題など、市民一人ひとりが食に関する問題意識や食育活動への関心を高めるとともに、食にまつわる知識や食を選択する力を習得し、食を通して生涯にわたる健やかな暮らしの実現を目指します。

また、現状の取組状況を踏まえた上で、国の第4次食育推進基本計画に即し、基本目標を定めます。



千歳市食育推進マーク

市は、平成26年に「食育推進マーク」を作成し、関係機関での使用と合わせながら、各種啓発活動で活用しています。

基本目標

■基本目標1 健康で心豊かな食生活の実践

市民一人ひとりが、生涯を通じて正しい食に関する知識と健康的な食習慣を持つことを促進し、健全な食生活の実践により、心と体の健康を向上させ、心豊かな人間性を育むよう取り組みます。

また、家族や友人と楽しく食事を共にすることを通じてコミュニケーションを深め、充実感ある食生活を実現するための食育を推進します。

■基本目標2 持続可能な食を支える食育の推進

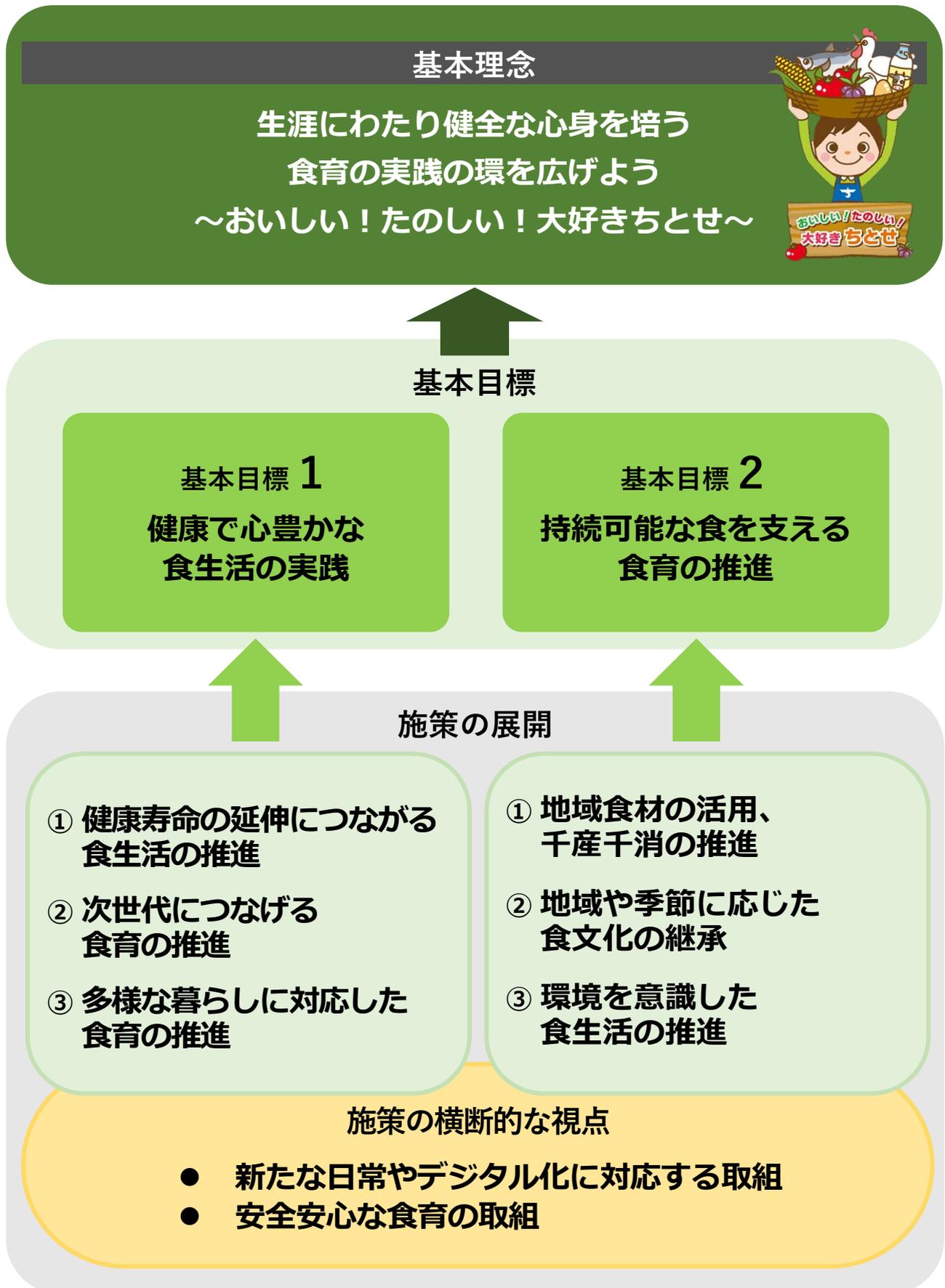
千産千消（地産地消）の要となる千歳市の農業の特色としては、農業基盤整備をもとに大規模経営と近代化を進め、石狩管内においても有数の農業生産地帯となっており、小麦、てん菜（ビート・砂糖の原料）、大豆、野菜など畑作を中心として、卵などの畜産なども盛んに行われています。

水産業については、千歳川・支笏湖でサケ・マス、ヒメマス等の捕獲・採卵・ふ化・放流が行われています。

こうした千歳市の恵まれた自然環境が育む地元の食材を生かし、千歳市に関わりのある全ての人々が地域の食を意識するよう取り組みます。

また、市民が健全な食生活を送るためには、その基盤として持続可能な環境が不可欠であることから、市民をはじめ、生産者、食品関連事業者、食育関係団体等が一体となって、食を支える環境の持続に資する食育を推進します。

計画の体系



2. 目標指標の考え方と目標数値

【第4次千歳市食育推進計画 目標】

	指標名	対象	現状値 令和4年度 (2022年度)	目標値 令和10年度 (2028年度)
1	食育に関心を持っている人の割合 食育市民アンケート調査で、「関心がある」及び「どちらかといえば関心がある」と回答した割合	全員	71.2%	90%以上 (国の目標 90%以上)
2	朝食を食べている人の割合 食育市民アンケート調査で、「朝食を毎日必ず食べる」と回答した割合	子ども (幼児～小学生)	90.1%	100% (国の目標 100%以上)
		若い世代 (20～30歳代)	53.7%	85%以上 (国の目標 85%以上)
3	家族の誰かと一緒に食事をする人の割合 食育市民アンケート調査で、「ほぼ毎日食べる」と回答した割合	子ども (幼児～小学生)	95.4%	99.5%以上 (第3次計画より継続)
4	主食・主菜・副菜を組み合わせた食事をする人の割合(1日2回以上) 食育市民アンケート調査で、「ほぼ毎日食べる」と回答した割合	全員	46.8%	70%以上 (第3次計画より継続) (国の目標 50%以上)
		若い世代 (20～30歳代)	28.9%	55%以上 (第3次計画より継続) (国の目標 40%以上)
5	生活習慣病予防・改善のために気をつけた食生活を実践する人の割合 食育市民アンケート調査で、「気をつけている食事内容」に回答した割合	全員	79.9%	85%以上 (国の目標 75%以上)
6	食事をゆっくりよく噛んで食べる人の割合 食育市民アンケート調査で、「よく噛んで食べている」及び「どちらかといえばよく噛んで食べている」と回答した割合	全員	71.4%	現状値以上 (国の目標 55%以上)
7	食育に関する活動・体験に参加した人の割合 食育市民アンケート調査で、「参加したことがある」と回答した割合	全員	26.8%	30%以上 (第3次計画より継続)
8	地元産の食材を購入する人の割合 食育市民アンケート調査で、「よく購入する」及び「時々購入する」と回答した割合	全員	60.5%	80%以上 (第3次計画より継続)
9	食品の安全性に関する基礎的な知識を持っている人の割合 食育市民アンケート調査で、「十分にあると思う」及び「ある程度はあると思う」と回答した割合	全員	57.3%	80%以上 (国の目標 80%以上)
10	産地や生産者を意識して食品を選んでいる人の割合 食育市民アンケート調査で、「いつも選んでいる」及び「時々選んでいる」と回答した割合	全員	59.0%	80%以上 (国の目標 80%以上)

3. 施策の展開

(1) 取組内容

■基本目標1 健康で心豊かな食生活の実践

① 健康寿命の延伸につながる食生活の推進

健康寿命の延伸を目指し、生活習慣病の発症・重症化を予防し、市民が様々なライフステージで健康的な生活を楽しむことができよう取組を推進します。

② 次世代につなげる食育の推進

次世代を担う子どもたちが、生涯にわたり健康でバランスの取れた心身を培い、豊かな人間性を育む基礎となる健康的な食生活を確立できるように取組を推進します。

③ 多様な暮らしに対応した食育の推進

社会環境や家族構成が変化する中で、異なるライフスタイルを持つ市民が健康的で充実した食生活を送ることができるように取組を推進します。

ライフステージ	取組名	主な取組内容	担当課 関係団体
妊娠期～ 高齢期	1-1 千歳市食育パネル展の実施	食に関する知識の普及・啓発や、食育に関する各種取組のPRのため、「食育月間」に合わせて複数の場所でパネル展示を同時展開します。	健康づくり課
	1-2 食育に関する情報発信の充実	食に関する知識の普及・啓発や、食育に関する各種取組のPRに当たり市ホームページや各種広報紙のほか、あらゆる媒体を活用します。また、「千歳市食育推進マーク」を用いて食育への関心を高めます。	健康づくり課
	1-3 電話健康医療相談ダイヤルの開設	健康や病気などに関する不安等を解消するため、医師、保健師、看護師等の専門スタッフが24時間・年中無休で、身体の症状や治療、健康保持・増進などに関する相談に電話で対応します。	健康づくり課
	1-4 野菜レシピ普及促進事業の実施	市民が1日350gの野菜を摂取できるよう、「野菜レシピカード」を作成し、保健福祉センターや事業等での配布を通じて普及啓発します。	健康づくり課
	1-5 【新規】 「(仮称)管理栄養士さんのレシピ帳・からだにe動画」の配信	市の管理栄養士が紹介する「野菜レシピ」や「食生活改善オリジナルレシピ」など誰もが気軽に見ることができる短編の調理動画を作成して配信します。	健康づくり課

ライフ ステージ	取組名	主な取組内容	担当課 関係団体
妊娠期～ 高齢期	1-6 【新規】 健康相談チャットボットの導入	面談や電話などの対人による相談に抵抗がある方等が、いつでも気軽に自分の健康状態に関して客観的に情報を得ることができるチャットボットサービスの導入を検討します。	健康づくり課
	1-7 【新規】 市内食料品売場への「(仮称)健康づくり食品特設コーナー」の普及	健康的な食生活をくらしの中に取り入れていただくよう、市内食料品売場で、各種キャンペーンなどと合わせて減塩食品や低糖質食品、栄養バランスのとれた食品などを紹介する「(仮称)健康づくり食品特設コーナー」の展開を呼びかけ、自然に生活習慣病予防を意識する環境づくりを進めます。協力店の取組は、市ホームページなどで紹介します。	健康づくり課
	1-8 【新規】 食に関する普及啓発の推進	管理栄養士による市主体の食育に関する料理教室を実施します。また、市内食堂等への食育推進に関する「ペーパースタンド」を設置するなど、市内事業者と連携した取組を検討します。	健康づくり課
	1-9 【新規】 「キッチンと食べよう朝ごはん!」の普及	朝食の欠食対策として「キッチンと食べよう朝ごはん!」をキャッチフレーズに、各家庭の「朝食」の写真とレシピを募集し、バランスや栄養価の良いものを市のホームページなどで紹介することにより、朝食をとることの必要性を普及します。	健康づくり課
妊娠期	1-10 母子保健相談支援事業の実施	妊婦の健康の保持や胎児の順調な発育を支援するため、妊婦全員に栄養に関するリーフレットを配布し、正しい知識を普及啓発します。非妊娠時の体重で、やせや肥満の人には、母子手帳交付時や電話にて、食生活について助言指導を行います。	母子保健課
乳幼児期	1-11 乳幼児健康診査(栄養相談)の実施	乳幼児の順調な発育を支援するため、発育状況を確認し、栄養相談を実施します。離乳食など食事の悩みを解消できるよう支援します。	母子保健課
	1-12 5歳児相談(栄養相談)の実施	5歳児の順調な発育を支援するため、発育状況を確認し、栄養相談を実施します。食事の悩みを解消できるよう支援します。	母子保健課
	1-13 こどもネウボラ(栄養相談)の実施	乳幼児の順調な発育を支援するため、総合保健センターや各子育て支援センターで身長・体重を測定し、管理栄養士が保護者からの栄養や育児に関する相談に応じます。	母子保健課
	1-14 市管理栄養士による出前講座の実施	乳幼児の保護者などを対象に、離乳食や幼児食、おやつとの与え方とむし歯の影響などに関する講話を実施します。	母子保健課

第3章 「おいしい!たのしい!大好きちとせ」を目指して

ライフ ステージ	取組名	主な取組内容	担当課 関係団体
乳幼児期	1-15 離乳食講座の実施	ちとせっこセンターやげんきっこセンター、児童館にて、市管理栄養士による離乳食について学ぶ講話や離乳食の試食などを実施します。	子育て総合支援センター
	1-16 毎日ランチデーの実施	ちとせっこセンター・げんきっこセンターの利用者同士の交流を図るため、弁当持参の利用者へ昼食場所を開館日に提供します。	子育て総合支援センター
	1-17 給食だよりの配布 (認定こども園など)	保護者を対象に、子どもの食事や旬の食材などに関する情報と給食献立表を毎月配布します。	こども政策課
	1-18 食育だよりの提供 (認定こども園など)	入所園児と保護者を対象に、教材なども活用して食に関する情報を提供します。	こども政策課
	1-19 なかよし給食の実施 (認定こども園など)	アレルギー原因食品を極力使わない献立とすることで、アレルギーのある子もいない子もみんな仲良く、同じ給食を安全に食べる「なかよし給食」を実施します。	こども政策課
	1-20 野菜の栽培・収穫体験の実施	食への関心や、自然の恵みに感謝する気持ちを育むため、各クラスにおいて野菜の収穫・栽培体験を実施します。	認定こども園など
	1-21 クッキング体験の実施	自ら調理に携わり、楽しみながら食への関心を高めるため、栽培した野菜を使うといった各クラスで工夫を凝らしたクッキング体験を実施します。	認定こども園など
	1-22 給食試食の実施	普段子どもたちが食べている給食を保護者にも同じ環境で一緒に食べることで理解を深めてもらうため、保育参観の一環として実施します。	認定こども園など
乳幼児期～ 学齢期	1-23 ホームページ・ブログ による情報の提供	日々の様子や給食の内容などについて、ホームページ・ブログに掲載し、保護者へ情報提供をします。	認定こども園 小中学校 など
	1-24 早寝早起き朝ごはん運動 の推奨の実施	認定こども園等の給食だより、各学校における生活リズムチェックシートの取組や学校だよりなどによって、生活習慣の改善や朝ごはんの大切さの啓発を実施します。	認定こども園 小中学校 など
	1-25 こども食堂への支援	こども食堂の開設につながるきっかけづくりや開設後のこども食堂が安定的に継続されるための支援を行います。	こども家庭課
	1-26 発達に心配がある児童や障がいがある児童を 支援を必要とする児童への 食に関する指導の実施	発達に心配がある児童や障がいがある児童を対象に、その発達課題や障がい特性に応じて、食に関する指導を実施します。	こども療育課 認定こども園 小中学校 など
学齢期	1-27 こどもの食育教室の実施	小学生を対象に、栄養バランスのとれた食事の大切さや、料理をつくることの楽しさを学んでもらうため、食育についての講話と調理実習を実施します。	千歳市食生活改善協議会

第3章 「おいしい!たのしい!大好きちとせ」を目指して

ライフ ステージ	取組名	主な取組内容	担当課 関係団体
学齢期	1-28 給食だよりの配布 (小中学校)	献立内容と使用している食材を周知するため、毎月発行します。使用している食材、調味料等アレルギー物質に係る成分などを記載します。	学校給食センター
	1-29 食に関する指導の実施	児童生徒が食の重要性を理解し、健やかな体を育成することを目的に、給食の時間・家庭科・保健体育などの教科において栄養教諭等による食育に関する学習や指導を実施します。	小中学校 学校給食センター
	1-30 バイキング給食の実施	主に小学6年生を対象に、「体調」「栄養バランス」「適量」を自ら考え、複数ある食品から選ぶ楽しさを体験する機会を設置します。献立の説明や食べ物の働き、料理のとり方、片づけ方、マナーなどについて、事前に指導を行います。	学校給食センター
	1-31 給食試食会の実施	児童の保護者等を対象に、給食の試食を通じて使用している食材や味など、学校給食への理解を深めます。	学校給食センター
青年期～ 中年期	1-32 市保健師による出前講座の実施	成人期の方を対象に、生活習慣病を予防するための、食生活や身体活動などの生活習慣改善に関する講話を実施します。	健康づくり課
青年期～ 高齢期	1-33 健康相談の実施	相談者の健康に関する悩みや不安等を解消するため、医師、保健師、管理栄養士などが個別に相談に応じ、相談者の状況に応じた支援等を行います。	健康づくり課
	1-34 健診結果相談日の実施	市の健康診断受診者で希望する市民に、保健師、管理栄養士による生活習慣改善のための保健指導を実施します。	市民健康課
	1-35 【新規】 「ちとせ3か月測定チャレンジ」の推進	参加者が肥満予防や生活習慣改善のために掲げた目標を達成するため、3か月間毎日体重を測定・記録するよう促すとともに、参加者の普段の食生活や運動習慣を振り返りながら個別相談を実施します。	健康づくり課
	1-36 市管理栄養士による出前講座の実施	生活習慣病を予防するため、食生活についての講話や調理実習を実施します。	健康づくり課
	1-37 食生活改善推進員養成講座の実施	食生活改善推進員の活動について、担い手創出のための準会員制度の運用と養成講座の実施により支援し、市民による主体的な食生活改善への取組を推進します。	健康づくり課
	1-38 生活習慣病予防料理講習会の実施	生活習慣病やフレイルの予防や改善を図るため、食生活改善推進員による講話と調理実習を実施します。	千歳市食生活改善協議会

第3章 「おいしい!たのしい!大好きちとせ」を目指して

ライフ ステージ	取組名	主な取組内容	担当課 関係団体
青年期～ 高齢期	1-39 健康まつりの実施	食生活改善協議会や北海道栄養士会札幌石狩支部などと連携し、試食、展示、栄養相談等を実施します。	健康まつり 実行委員会 (健康づくり課)
	1-40 食育フォーラムの実施	食と健康をテーマとした講演会などを実施します。(隔年で実施予定)	健康づくり課
壮年期～ 高齢期 (国保40 ～74歳)	1-41 千歳市国民健康保険特定 保健指導の実施	市国保特定健康診査の受診者のうち、メタボリックシンドロームのリスクのある人に、食生活などの生活習慣改善を促す特定保健指導を実施します。 前年度、特定保健指導対象者で連絡が取れなかった方などを対象に、健診時に面接を行い特定保健指導を実施します。	市民健康課
	1-42 保健指導・栄養相談日の 実施	市国保特定健康診査受診者のうち、メタボリックシンドロームのリスクのある人に、保健指導や栄養に関する相談を実施します。	市民健康課
	1-43 (市国保)重症化予防 保健指導事業の実施	市国保特定健康診査を受診し、高血圧、脂質異常症、高血糖、慢性腎臓病などにより、生活習慣病の重症化のおそれがある人を対象に保健指導を実施します。	市民健康課
高齢期	1-44 栄養改善教室の実施	高齢者の栄養改善のため、栄養士による講話と調理実習を実施します。	高齢者支援課
	1-45 口腔機能向上教室の実施	高齢者の口腔機能向上のため、歯科衛生士による講話と実技を実施します。	高齢者支援課

■基本目標2 持続可能な食を支える食育の推進

① 地域食材の活用、千産千消の推進

地域で生産されたものをその地域で消費することを「地産地消」（地域生産・地域消費）といいます。千歳市では、地元で生産されたものを市内で消費することを「千産千消」と表現しています。

千産千消の取組により、旬の食材を最高の味わいで楽しむことはもちろん、食に関する様々な体験・学習する機会が生産者と消費者の交流を促進し、食に対する理解と関心を深めることにつながるよう推進します。

② 地域や季節に応じた食文化の継承

地域や季節に応じて実施している食育体験やグリーン・ツーリズム等のイベントにおいて、異なる年代の地域の人々との交流を図り、地域や家庭で受け継がれてきた食文化を次世代に継承されるよう推進します。

③ 環境を意識した食生活の推進

食べ残しや食品廃棄等の食品ロスにより、環境への負荷を生じさせていることから、環境に配慮した食生活の普及・啓発を推進します。

ライフステージ	取組名	主な取組内容	担当課 関係団体
妊娠期～ 高齢期	2-1 千歳市食育パネル展の実施 (再掲)	食に関する知識の普及・啓発や、食育に関する各種取組のPRのため、「食育月間」に合わせて複数の場所でパネル展示を同時展開します。	健康づくり課
	2-2 食育に関する情報発信の 充実 (再掲)	食に関する知識の普及・啓発や、食育に関する各種取組のPRに当たり市ホームページや各種広報紙のほか、あらゆる媒体を活用します。また、「千歳市食育推進マーク」を用いて食育への関心を高めます。	健康づくり課
乳幼児期	2-3 千産千消の日の設定	地元産食材への理解を深めるため、認定こども園などの給食献立に千産千消の日を設定します。	こども政策課
	2-4 行事食の実施 (認定こども園など)	認定こども園などで、ひな祭りやこどもの日などの行事食を実施します。	こども政策課
学齢期	2-5 学校給食への地元産食材の 活用	地元の食文化への理解を深めるため、給食での地元産食材の活用に努めます。	学校給食センター

第3章 「おいしい!たのしい!大好きちとせ」を目指して

ライフ ステージ	取組名	主な取組内容	担当課 関係団体
学齢期	2-6 給食だよりの発行（再掲）	毎月発行し、献立内容と使用している食材を周知します。地場産品（地元産食材及び近郊の食材）の使用状況を掲載します。	学校給食センター
	2-7 行事食を取り入れた給食の提供	各行事の由来・意義や食文化について理解と関心を深めるため、暦と給食提供日を勘案し、実施可能な行事食を提供します。 例：12月クリスマスデザート、2月節分豆など	学校給食センター
	2-8 総合学習などにおける食育の推進	地元産食材を使った調理体験などを実施します。	小中学校
学齢期～ 青年期	2-9 農業体験受入れの実施	農と食への理解を深めるため、修学旅行生などを対象に、農作業をはじめとした農業体験の受け入れを実施します。	千歳市グリーン・ ツーリズム 連絡協議会
学齢期～ 高齢期	2-10 出前講座の実施	申請者が希望するコース（ジャガイモ、大豆、酪農コース）に応じ、講師を派遣します。	千歳市グリーン・ ツーリズム 連絡協議会
	2-11 消費者まつりの実施	消費問題及び環境問題に取り組む企業・団体等によるSDGsに関する展示・体験や、地場産品の販売を実施します。	市民生活課 千歳消費者協会
青年期～ 高齢期	2-12 千産千消マップの実施	農産物直売所や観光農園、農家レストランの存在を広く消費者等に周知し、農業・農村の活性化を図ります。	千歳市グリーン・ ツーリズム 連絡協議会
	2-13 千歳・食育（食農）講座の実施	食に関する正しい知識の普及と、地元の農畜産物に対する理解を深めるため、一般の方及び教育関係の方を対象とし、農家の方や外部の方を講師として、講座を実施します。	千歳市グリーン・ ツーリズム 連絡協議会
	2-14 農村巡り体験及び地元産食材の試食の実施	農業と農畜産物への理解を深めるため、農村地域を巡り、農作業見学及び体験、グリーン・ツーリズム連絡協議会の会員農家などから購入した食材を使ってケータリングなどを行います。	千歳市グリーン・ ツーリズム 連絡協議会
	2-15 各種イベントや農産物直売所などを通じた千産千消の取組の実施	グリーン・ツーリズム連絡協議会など関係団体と連携して、各種イベントや農産物直売所などを通じた千産千消の取組を推進します。	千歳市グリーン・ ツーリズム 連絡協議会

ライフ ステージ	取組名	主な取組内容	担当課 関係団体
青年期～ 高齢期	2-16 地元産商品の販売・PRの 実施	道の駅サーモンパーク千歳をはじめとした物販施設において千歳産商品の通年販売を実施するほか、千歳観光連盟が運営するオンラインショップ「ちとせ空マチ Online Shop」において地元産品を販売します。また、千歳観光連盟のホームページや、「ちとせの観光」ホームページ、「今日のちとせ」等の観光ガイドの情報更新を行うとともに、市内施設へのパンフレット配架及び市内転入者へのパンフレット配布を実施し、PRを図ります。	千歳観光連盟 観光課
	2-17 家庭ごみ減量に関する情報 発信	家庭からのごみ排出量削減のため、買いすぎ・作りすぎ・食べ残しなどによる食品廃棄物の減量について、ホームページ等の各種媒体を活用し、啓発を行います。	廃棄物対策課
	2-18 電動生ごみ処理機及びコンポスト等の購入費助成	家庭から排出される生ごみの堆肥化推進と市民のごみ減量意識の向上のため、生ごみ処理機等の購入費助成を実施します。	廃棄物対策課

■ 施策の横断的な視点

● 新たな日常やデジタル化に対応する取組

食生活を見直す機会ともなった新たな日常に対応し、あらゆる世代の食に関する意識を高めるよう創意工夫による食育を推進します。

また、より多くの市民による主体的な取組に資するよう、ICT等のデジタル技術を有効活用して効果的な情報発信を行うなど、新しい広がりを創出するデジタル化に対応した食育を推進します。

● 安全安心な食育の取組

日頃から、それぞれの役割の中で、食に関する的確な対応と食品等の生産者や事業者との信頼感が保たれること、また、正しい情報提供と適切な情報取得が行われることにより、安全安心な食育を実践します。

(2) ライフステージ別の取組一覧

取組名	妊娠期	乳幼児期 (0~5歳)	学齢期 (6~15歳)	青年期 (16~24歳)	壮年期 (25~44歳)	中年期 (45~64歳)	高齢期 (65歳以上)
■基本目標1 健康で心豊かな食生活の実践							
1-1 千歳市食育パネル展の実施	■						
1-2 食育に関する情報発信の充実	■						
1-3 電話健康医療相談ダイヤルの開設	■						
1-4 野菜レシピ普及促進事業の実施	■						
1-5 「(仮称)管理栄養士さんの レシピ帳・からだにe動画」の配信	■						
1-6 健康相談チャットボットの導入	■						
1-7 市内食料品売場への「(仮称)健康づくり 食品特設コーナー」の普及	■						
1-8 食に関する普及啓発の推進	■						
1-9 「キッチンと食べよう朝ごはん!」の普及	■						
1-10 母子保健相談支援事業の実施	■						
1-11 乳幼児健康診査(栄養相談)の実施		■					
1-12 5歳児相談(栄養相談)の実施		■					
1-13 こどもネウボラ(栄養相談)の実施		■					
1-14 市管理栄養士による出前講座の実施		■					
1-15 離乳食講座の実施		■					
1-16 毎日ランチデーの実施		■					
1-17 給食だよりの配布(認定こども園など)		■					
1-18 食育だよりの提供(認定こども園など)		■					
1-19 なかよし給食の実施(認定こども園など)		■					
1-20 野菜の栽培・収穫体験の実施		■					
1-21 クッキング体験の実施		■					
1-22 給食試食の実施		■					
1-23 ホームページ・ブログによる情報の提供		■					
1-24 早寝早起き朝ごはん運動の推奨の実施		■					
1-25 こども食堂への支援		■					
1-26 支援を必要とする児童への食に関する 指導の実施		■					
1-27 こどもの食育教室の実施			■				
1-28 給食だよりの配布(小中学校)			■				
1-29 食に関する指導の実施			■				
1-30 バイキング給食の実施			■				
1-31 給食試食会の実施			■				
1-32 市保健師による出前講座の実施				■			
1-33 健康相談の実施				■			
1-34 健診結果相談日の実施				■			

第3章 「おいしい!たのしい!大好きちとせ」を目指して

取組名	妊娠期	乳幼児期 (0~5歳)	学齢期 (6~15歳)	青年期 (16~24歳)	壮年期 (25~44歳)	中年期 (45~64歳)	高齢期 (65歳以上)
1-35 「ちとせ3か月測定チャレンジ」の推進				〃	〃	〃	〃
1-36 市管理栄養士による出前講座の実施				〃	〃	〃	〃
1-37 食生活改善推進員養成講座の実施				〃	〃	〃	〃
1-38 生活習慣病予防料理講習会の実施				〃	〃	〃	〃
1-39 健康まつりの実施				〃	〃	〃	〃
1-40 食育フォーラムの実施				〃	〃	〃	〃
1-41 千歳市国民健康保険特定保健指導の実施					国保40歳~		~国保74歳
1-42 保健指導・栄養相談日の実施					国保40歳~		~国保74歳
1-43 (市国保)重症化予防保健指導事業の実施					国保40歳~		~国保74歳
1-44 栄養改善教室の実施							〃
1-45 口腔機能向上教室の実施							〃

■基本目標2 持続可能な食を支える食育の推進

2-1 千歳市食育パネル展の実施(再掲)	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃
2-2 食育に関する情報発信の充実(再掲)	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃
2-3 千産千消の日の設定		〃					
2-4 行事食の実施(認定こども園など)		〃					
2-5 学校給食への地元産食材の活用			〃				
2-6 給食だよりの発行(再掲)			〃				
2-7 行事食を取り入れた給食の提供			〃				
2-8 総合学習などにおける食育の推進			〃				
2-9 農業体験受入れの実施			〃	〃			
2-10 出前講座の実施			〃	〃	〃	〃	〃
2-11 消費者まつりの実施			〃	〃	〃	〃	〃
2-12 千産千消マップの実施				〃	〃	〃	〃
2-13 千歳・食育(食農)講座の実施				〃	〃	〃	〃
2-14 農村巡り体験及び地元産食材の試食の実施				〃	〃	〃	〃
2-15 各種イベントや農産物直売所などを通じた千産千消の取組の実施				〃	〃	〃	〃
2-16 地元産商品の販売・PRの実施				〃	〃	〃	〃
2-17 家庭ごみ減量に関する情報発信				〃	〃	〃	〃
2-18 電動生ごみ処理機及びコンポスト等の購入費助成				〃	〃	〃	〃

第4章 計画の推進と評価

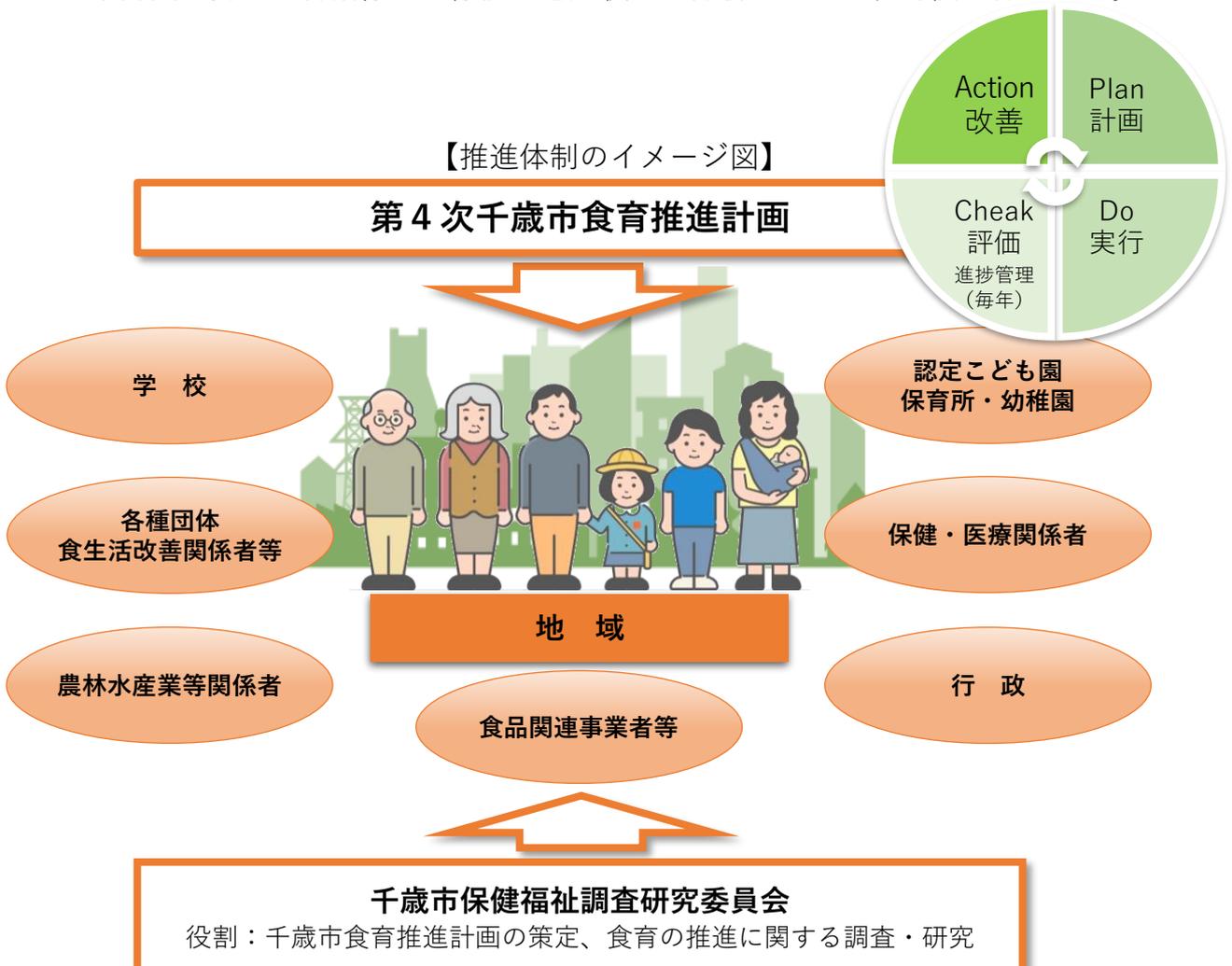
1. 計画の推進体制

これまで、市をはじめ家庭や認定こども園、保育所、幼稚園、学校、地域などでそれぞれ食育推進に取り組んできており、さらに、これらの取組を連携させ総合的に「食育」を推進する必要があります。今後の食育推進においては、引き続き関係各課が共通認識をもち横断的な連携を図るとともに、保健福祉の推進に当たり総合的に調査・研究を行う「千歳市保健福祉調査研究委員会」の専門部会や関係団体の参画により、広く市民から意見を求め、関係者が相互に連携協力しながら計画を推進していきます。

本計画を効果的に推進していくため、目標指標を基準に、計画に基づく施策等の進捗状況や目標の達成状況を PDCA サイクルによって評価し、更なる取組に反映していきます。

令和9年度を目途に「市民アンケート」を実施し、市民の食育に関する意識や食生活の実態、食の環境に関する意識等を把握するとともに、計画最終年度の令和10年度に本計画に掲げる各指標の目標値の達成状況を分析した上で、評価を行います。

【推進体制のイメージ図】



2. 食育推進における役割

① 市民・家庭の役割

生活の基盤である家庭は、健全な食生活を実践する力を身につけることが重要です。楽しく食事をしながら、望ましい食習慣を身につけ、食事のマナーや食文化の継承、食に関する理解を深めることが望まれます。

また、学校や地域等で得た食育に関する知識や技術の情報共有や料理を作るなどの実践を通して、食育を進めていくことが求められます。

② 認定こども園・保育所・幼稚園の役割

幼児期は、健康な体と心を育てるために、望ましい食習慣を身につけることが重要です。食べる楽しさや、食を大切にする心が育つような取組が求められます。

行事食の提供や調理体験、食農体験など家庭や地域と連携を図り、子どもたちが楽しみながら食に対する関心が持てるよう、様々な学習や体験活動ができる機会の提供が重要です。

③ 学校の役割

健康づくりの基礎となる食習慣を身につけ、望ましい食生活を実践することが重要です。望ましい生活習慣を身につけ、食や健康への関心を高める働きかけが必要です。

学校給食や食に関する体験学習を通して、食を大切にする心を育み、望ましい食習慣や食に対する理解や関心を高めることが望まれます。

また、家庭、地域と連携を図りながら、生活習慣の形成や、親子で参加できる体験活動の提供等が求められます。

④ 地域・関係団体・事業所等の役割

健全な食生活や千産千消（地産地消）の推進、共食機会の提供等において、関係団体、市民ボランティア、市民団体が充実した活動を展開しています。市民、地域の要望に応じた活動を推進していくために、継続した活動が求められます。

また、地域や町内会における交流の場を通して、地域の味や食文化を次世代へ継承することが重要です。

食育に関連する農林水産業者、食品関連事業者、関係団体、地域の食生活改善協議会・消費者団体・NPO法人など、特性や能力を活かして、連携協力して、地域において食育を推進していくことが求められます。

⑤ 行政の役割

食育を推進していくために、認定こども園・保育所・幼稚園・学校・地域・生産者等と連携して、様々な取組をすることが重要です。

また、家庭や関係団体等による食育推進活動が進むよう、情報提供を行うとともに、関係分野が連携して継続した取組を進めていくことが重要です。

資料編

資料編

1. 策定経過

年月日	事項	主な内容
令和4年10月31日 ～令和4年12月2日	市民アンケート 回収数 2,054件/3,118件 回収率 65.9%	・一般市民1,196人を無作為抽出し、 また小中学生など1,922人に対し、 食育に関する意識調査を実施
令和5年9月11日	第1回食育推進計画庁内検討会議	・市民アンケート調査結果について ・体系図案について
令和5年10月24日	第2回食育推進計画庁内検討会議	・計画素案について
令和5年11月8日	第1回千歳市保健福祉推進委員会	・計画素案について
令和5年11月14日	第1回千歳市保健福祉調査研究委員会	・計画素案について
令和5年12月4日	厚生環境常任委員会	・計画素案の報告
令和5年12月18日 ～令和6年1月19日	パブリックコメント	・計画素案に対する意見公募
令和6年1月29日	第3回食育推進計画庁内検討会議	・パブリックコメント結果について ・計画案について
令和6年2月9日	第2回千歳市保健福祉推進委員会	・パブリックコメント結果について ・計画案について
令和6年2月16日	第2回千歳市保健福祉調査研究委員会	・パブリックコメント結果について ・計画案について
令和6年2月28日	厚生環境常任委員会	・パブリックコメント結果の報告 ・計画案の報告

2. パブリックコメントの結果概要

【意見募集の集計結果】

1	案件名	第4次千歳市食育推進計画（素案）について	
2	意見募集期間	令和5年12月18日（月）～令和6年1月19日（金）	
3	意見の件数 （提出者数）	0件（0人）	
4	意見の取扱い （対応内容の分類）	① 案を修正するもの	-件
		② 既に案に盛り込んでいるもの	-件
		③ 今後の参考とするもの	-件
		④ 意見として伺ったもの（案件に直接関係がないため）	-件
5	意見の受け取り方法	電子メール	-人
		郵便	-人
		ファクシミリ	-人
		意見箱	-人
		直接持参	-人

3. 千歳市保健福祉調査研究委員会

平成6年4月20日
市長決裁

千歳市保健福祉調査研究委員会設置要綱

(設置)

第1条 社会福祉を取り巻く様々な環境の変化に対応した保健福祉の推進に当たり、総合的に調査、研究し、もって市民の福祉増進を図るため、千歳市保健福祉調査研究委員会（以下「委員会」という。）を置く。

(所掌事項)

第2条 委員会は、市長の求めに応じて、次の各号に掲げる事項について調査、研究し、意見を具申するものとする。

- (1) 保健、福祉等の市民福祉に関すること。
- (2) その他市民福祉の増進に関すること。

(組織)

第3条 委員会は、22人以内をもって組織する。

2 委員は、次の各号に掲げる者のうちから市長が委嘱する。

- (1) 知識及び経験を有する者
- (2) 関係機関又は団体を代表する者
- (3) 市長が別に定めるところにより公募で選考した者
- (4) その他市長が必要と認める者

(任期)

第4条 委員の任期は、2年とする。ただし、再任を妨げない。

2 委員に欠員が生じたときは、補充することができる。ただし、補充により委嘱された委員の任期は、前任者の残任期間とする。

3 任期の満了又は委員の補充以外の理由により新たに委嘱される委員の任期は、第1項の規定にかかわらず、他の委員の任期の満了日までとする。

(委員長及び副委員長)

第5条 委員会に委員長及び副委員長を置く。

2 委員長及び副委員長は、委員が互選する。

3 委員長は、委員会を代表し、会務を総理する。

4 副委員長は、委員長を補佐し、委員長に事故あるときは、その職務を代理する。

(会議の運営)

第6条 委員会の会議は、委員長が招集し、委員長が会議の議長となる。

2 委員長が必要と認めたときは、関係機関等に職員の出席を要請することができる。

(専門部会)

第7条 委員会に、専門部会を置くことができる。

(庶務)

第8条 委員会の庶務は、保健福祉部福祉課において行う。

(委員長への委任)

第9条 この要綱に定めるもののほか、委員会の運営に関し必要な事項は、委員長が委員会に諮って定める。

附則 ~省略~

千歳市保健福祉調査研究委員会名簿

(任期 令和4年12月1日から令和6年8月31日まで)

選出区分	選出機関・団体等	役職等	氏名
知識及び経験を有する者 要綱第3条第2項第1号	千歳医師会	理事	尾谷 浩
	千歳市歯科医師会	総務	山崎 厚
	北海道千歳リハビリテーション大学	学部長	信太 雅洋
保健福祉関係機関、団体 を代表する者 要綱第3条第2項第2号	千歳市社会福祉協議会	副会長	齊藤 元彦
	千歳市民生委員児童委員連絡協議会	副会長	松本 祐希子
	ちとせの介護医療連携の会	システム情報管理課 係長	坂本 大輔
	千歳市老人クラブ連合会	副会長	長崎 由春
	千歳身体障害者福祉協会	顧問	伊東 ミツ子
	千歳市手をつなぐ育成会	監査	木村 千秋
	千歳市母子会	会長	大廣 奈津子
	千歳市女性団体協議会	運営委員	皆木 尚美
	千歳市町内会連合会	副会長	荒 洋一
	千歳市赤十字奉仕団	福祉部長	水上 るみ子
公募で選考した者 要綱第3条第2項第3号	一般公募		山本 邦江
	一般公募		菅原 しおり
市長が必要と認める者 要綱第3条第2項第4号	千歳市社会教育委員の会議		丹波 泰哉
	千歳商工会議所女性会	副会長	太田 千鶴子
	千歳市私立幼稚園連合会	認定こども園 千歳第2幼稚園園長	中野 円
	千歳市私立保育所連合会	社会福祉法人千歳洋翔会 あんじゅ認定こども園園長	亀浦 正幸

4. 千歳市保健福祉推進委員会

平成14年1月23日

市長 決 裁

千歳市保健福祉推進委員会設置要綱

(設置)

第1条 市における保健福祉に係る各種施策を総合的かつ有機的に推進するため、千歳市保健福祉推進委員会（以下「委員会」という。）を設置する。

(所掌事務)

第2条 委員会は、次に掲げる事項を所掌する。

- (1) 地域福祉計画に関すること。
- (2) 高齢者福祉計画に関すること。
- (3) 介護保険事業計画に関すること。
- (4) 障がい者計画に関すること。
- (5) 障がい福祉計画に関すること。
- (6) 子ども・子育て支援事業計画に関すること。
- (7) 健康増進計画に関すること。
- (8) 食育推進計画に関すること。
- (9) 障がい児福祉計画に関すること。
- (10) 自殺対策計画に関すること。
- (11) その他保健福祉等に関すること。

(委員会の構成)

第3条 委員会の委員は、別表に掲げる職にある者をもって充てる。

(委員長及び副委員長)

第4条 委員会に、委員長及び副委員長を置く。

2 委員長は保健福祉部長を、副委員長はこども福祉部長をもって充てる。

3 委員長は、委員会を代表し、会務を総理する。

4 副委員長は、委員長を補佐し、委員長に事故あるとき、又は委員長が欠けたときは、その職務を代理する。

(会議の運営)

第5条 委員会の会議は、委員長が招集し、その議長となる。

2 委員長は、必要があると認めるときは、関係者に資料の提出又は会議の出席を求め、その説明又は意見を聴くことができる。

(作業部会)

第6条 委員長が必要と認めるときは、委員会に作業部会を置くことができる。

2 作業部会の構成員及び運営に関する事項は、保健福祉部長が別に定める。

(委員会の庶務)

第7条 委員会の庶務は、保健福祉部福祉課において処理する。

(委任)

第8条 この要綱に定めるもののほか、必要な事項は委員長が別に定める。

附 則 ~省略~

千歳市保健福祉推進委員会名簿

別 表

保健福祉推進委員会の構成

所 属	保健福祉推進委員
企画部	次長
次世代半導体拠点推進室長	次長（総務・企画担当）
	次長（事業調整担当）
総務部	次長（総務・財務担当）
	次長（組織・人事担当）
市民環境部	次長
	環境センター長
保健福祉部	部長〈委員長〉
	次長（福祉・救急医療担当）
	次長（保健担当）
こども福祉部	部長〈副委員長〉
	次長
産業振興部	次長
	産業支援室長
観光スポーツ部	次長
建設部	次長
市立千歳市民病院事務局	次長
消防本部	次長
教育部	次長

5. 千歳市食育推進計画庁内検討会議設置要綱

平成30年6月19日

市長決裁（保健福祉部長専決）

千歳市食育推進計画庁内検討会議設置要綱

（設置）

第1条 本市における食育推進計画の策定に当たり、関係各課との連携を密にし、円滑かつ効率的な検討を行うため、千歳市食育推進計画庁内検討会議（以下「検討会議」という。）を設置する。

（所掌事務）

第2条 検討会議は、次に掲げる事項について検討する。

- (1) 食育推進計画の基本方針及び基本構想に関すること。
- (2) 食育推進計画の素案の作成に関すること。
- (3) その他食育の推進のため必要があると認められる事項に関すること。

（組織）

第3条 検討会議は、次に掲げる者をもって組織する。

- (1) 保健福祉部次長（保健担当）
- (2) 市民環境部市民生活課長
- (3) 市民環境部環境センター廃棄物対策課長
- (4) 保健福祉部高齢者支援課長
- (5) 保健福祉部健康づくり課長
- (6) 保健福祉部母子保健課長
- (7) 保健福祉部市民健康課長
- (8) こども福祉部こども政策課長
- (9) こども福祉部こども家庭課長
- (10) こども福祉部子育て総合支援センター長
- (11) こども福祉部認定こども園つばさ園長
- (12) こども福祉部認定こども園ひまわり園長
- (13) 産業振興部農業振興課長
- (14) 観光スポーツ部交流推進課長
- (15) 教育部学校教育課長
- (16) 教育部学校給食センター長

（委員長及び副委員長）

第4条 検討会議に委員長及び副委員長を置き、委員長に保健福祉部次長、副委員長に保健福祉部健康づくり課長をもって充てる。

- 2 委員長は検討会議を代表し、会務を総理する。
- 3 副委員長は委員長を補佐し、委員長に事故あるとき、又は欠けたときは、その職務を代理する。

（会議）

第5条 検討会議は委員長が招集し、これを主宰する。

(作業部会)

第6条 検討会議の所掌事項についての調査、検討等を行うため、作業部会（以下「作業部会」という。）を置く。

2 作業部会の構成員及び運営に関する事項は、保健福祉部長が別に定める。

(庶務)

第7条 検討会議の庶務は、保健福祉部健康づくり課において処理する。

(委任)

第8条 この要綱に定めるもののほか、検討会議の運営に関し必要な事項は、委員長が別に定める。

附 則 ~省略~

6. 用語解説

	用語	解説
か 行	共食 <small>きょうしょく</small>	一人で食べるのではなく、家族や友人、職場や地域の人など、誰かと共に食事をする事です。本計画内では家族との共食を指標としています。「共食」に対して、一人で食事することを「孤食」といいます。
	ケータリング	一般的に指定会場のテーブルセッティングから後片付けまでを担い、サービススタッフが常駐して、一番おいしい状態で料理を提供してくれるサービスの事です。
	孤食	家族が不在の食卓で、一人で食事することを意味します。好き嫌いを注意してくれる人がいないので、好き嫌いを増やす原因になりやすくなります。また、好きなものばかり食べる傾向になり、栄養が偏りがちになります。それに加えて、コミュニケーションの機会が不足したことにより、社会性や協調性のない人間に育ってしまう恐れがあります。「孤食」に対して、複数で食事することを「共食」といいます。
	こども食堂	地域住民等による自主的な取組として、無料又は安価で栄養のある食事や団らんを提供し、地域でこども達を温かく見守る場所です。一般的にボランティアで運営され、善意で提供された食材や寄付等をもとに、工夫を凝らした活動が展開されています。
	コンポスト	英語のcompostからきており、家庭から出る生ごみや落ち葉、下水汚泥などの有機物を微生物の働きを活用して発酵・分解させ堆肥を作ることです。
さ 行	食育	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事です。 平成17年(2005年)に成立した食育基本法においては、「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」と位置付けられています。
	食生活改善推進員	食生活の改善を通じた健康づくりを推進する住民ボランティアの事です。市が実施する養成講座修了者が、栄養・食生活に関する正しい知識の普及啓発など、地域に密着した活動を行います。
	食品ロス	売れ残りや食べ残し、期限切れ食品など、本来は食べることができたはずの食品が廃棄されることです。
	生活習慣病	平成8年(1996年)に公衆衛生審議会において、「食習慣、運動習慣、休養、喫煙、飲酒等の生活習慣が、その発症・進行に関与する疾患群」を「生活習慣病」として定義されています。
た 行	千産千消	千歳市では、千歳産の農産物を千歳市民が消費する「千産千消」を進めています。地産地消（国内の地域で生産された農林水産物を、その生産された地域内において消費する取組）と同じ意味です。
	チャットボット	「チャット」と「ボット」を組み合わせた言葉で、人工知能を活用した「自動会話プログラム」の事です。「チャット」とは、インターネットを利用したリアルタイムコミュニケーションのことで、主にテキストを双方向でやり取りする仕組みになっています。「ボット」とは、「ロボット」の略で、人間に代わって一定のタスクや処理を自動化するためのプログラムの事です。

	用語	解説
な 行	内食 ^{ないしょく}	外食の対語で、家で素材から調理したものを食べることをいいます。
	中食 ^{なかしょく}	レストラン等へ出かけて食べる「外食」と、家庭内で手作り料理を食べる「内食」の中間にあって、市販の弁当・惣菜や出前・仕出し等、家庭外で調理された食品を家庭や職場・学校・屋外等へ持ち帰り、調理加熱せずに食べられる状態に調理された食品の総称をいいます。
	ネウボラ	フィンランド語で“ネウボ(neuvo) = アドバイス”の“ラ(la) = 場所”という意味で、妊娠・出産・子育てをワンストップで支援する仕組みのことです。
は 行	BMI	肥満度を表す指標に用いられている体格指数で、 $[\text{体重(kg)}] \div [\text{身長(m)}]^2$ で求められます。BMI値22が標準体重であり、最も病気になりにくい状態であるとされています。
	PDCAサイクル	Plan (計画)、Do (実行)、Check (測定・評価)、Action (対策・改善)の仮説・検証型プロセスを循環させ、マネジメントの品質を高めようという概念のことです。
	肥満度	子どもの肥満度を標準体重に対して実測体重が何%上回っているかで評価します。3歳以上6歳未満の幼児は、幼児身長体重曲線(性別・身長別標準体重)を用いた評価方法で $[\text{実測体重(kg)} - \text{身長別標準体重(kg)}] / \text{身長別標準体重(kg)} \times 100(\%)$ で求められます。 児童・生徒は、学校保健統計調査方式(性別・年齢別・身長別標準体重)を用いた評価方法で、 $[\text{実測体重(kg)} - \text{身長別標準体重(kg)}] / \text{身長別標準体重(kg)} \times 100(\%)$ で求められます。
	フレイル	医学用語である「frailty (フレイルティー)」の日本語訳で、病気ではないが、年齢とともに筋力や心身の活力が低下し介護が必要になりやすい、健康と要介護の間の虚弱な状態のことです。
ま 行	メタボリックシンドローム	内臓脂肪の蓄積によって、高血圧や糖尿病などの生活習慣病の重なりが起こっている状態のことです。

第4次千歳市食育推進計画

令和6年3月発行

発行 千歳市

編集 千歳市保健福祉部健康づくり課

〒066-8686 千歳市東雲町2丁目34番地

電話 0123-24-0768 ファックス 0123-24-8418

市ホームページ <http://www.city.chitose.lg.jp/>

第 4 次
千 歳 市
食 育 推 進 計 画

