

第 2 期米子市食育推進計画 骨子案

1 計画策定にあたって

(1) 計画策定の趣旨

食は私たちが生きていくために欠かすことのできないものです。また、健全な食生活を日々実践することは、健康で心豊かな暮らしにつながる重要な役割を担っています。

これまでの取組と現状の課題を踏まえ、市民一人ひとりが食育により関心を持ち、実践へと結びつくことを目指し、食育に関する施策を総合的かつ計画的に推進するため第 2 期米子食育推進計画を策定します。

(2) 計画の位置づけ

本計画は、食育基本法第 18 条第 1 項（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（食育推進計画）を作成するよう努めなければならない。）に基づく市町村食育推進計画として位置付け、国の「第 4 次食育推進基本計画」、県の「食のみやことっとり～食育プラン（第 3 次）～」を踏まえ、米子市における食育の推進に関する施策について定めるものです。また、米子市健康増進計画など、市の関連する諸計画とも整合性を図り、連携しながら食育の取組を推進します。

(3) 計画の期間

令和 6 年度から令和 10 年度までの 5 年間

2 食をめぐる現状と課題

(1) 第 1 期計画の取組と評価

ここでは、現段階の目標ごとの主な取組を示します。今後、現在集計中の県民健康栄養調査の結果等により評価を行います。

① 生涯にわたる食を通した、健康づくりの推進

○食に関する正しい知識の普及を図る

○健全な食生活の実践を支援する

- ・ホームページや広報、子育て情報誌、給食だより等により、それぞれの世代へ食に関する正しい情報を発信しました。
- ・離乳食、保育所や学校給食、フレイル予防等のレシピを作成し、健全な食生活の実践を支援する取組を行いました。
- ・離乳食講習会、乳幼児健診等で健全な食習慣の普及を図るとともに、食に関する不安を解消するため、栄養相談を実施しました。
- ・地域での健康づくり教室、高齢者サロン等で健康的な食生活の重要性を伝えました。
- ・食生活改善推進員と連携し、減塩やフレイル予防、野菜不足の改善等の取組を行いました。

② 食の体験を通した、豊かな心の形成

○食の体験活動を推進する

- ・保育所及び学校給食では、食への関心を持ち、食べ物を大切にする気持ちを育むため、農作物の栽培、収穫、調理等の体験活動に取り組みました。
- ・保育所や小中学校での給食の共食は、新型コロナウイルス感染症感染予防の観点から長期間実施することができませんでした。
- ・食に対する理解を深められるよう、離乳食講習会、男性のための健康づくり&クッキング教室等の各種教室においては、調理や試食などの体験を取り入れました。

○食に対する意識の向上を図る

- ・園で栽培した野菜を給食で提供し、園児の食べる意欲を高める取り組みを行いました。
- ・郷土愛や感謝の心を育むために、給食の調理員や給食食材の生産者との交流を行いました。

③ 食文化を継承し、環境に配慮した食育の推進

○地元食材の活用を推進する

- ・米子市の特産品等について、市内のイベント等で情報発信を行いました。
- ・学校給食では、毎月19日食育の日を「いきいきこめっこデー」とし地元食材を取り入れた郷土料理や行事食を実施しました。また、郷土の産物を使った料理を募集し、学校給食に取り入れる取組を行いました。

○食文化への関心を高め、継承する

- ・保育所給食、学校給食において、郷土料理、行事食、外国の料理を取り入れることにより食文化への理解、継承に努めました。

○食品ロスの削減を図る

- ・食品ロス削減を推進するため、会食、宴会時での食べ残しを減らす「30・10運動」、家庭における「食べきり運動」等の啓発活動をホームページへの掲載やふれあい説明会（住民学習会）の実施等により行いました。
- ・ダンボール箱を利用した堆肥づくりの普及促進、生ごみ処理機・処理容器の購入費補助により生ごみ（食品ごみ）の減少を図りました。

3 計画の基本的な考え方

(1) 基本理念

食育のさらなる推進を図るため、第1期米子市食育推進計画で掲げた「食で育む健やかな体と心、食でつなぐ人とまち、いきいき米子」を引き続き基本理念とします。市民一人ひとりが食の大切さを認識し、食を楽しみながら、生涯にわたって健康的な食生活を実践できる力を育むとともに、食を通じた人やまちとのつながりを深め、米子のまちでいきいきと充実した暮らしを送れることを目指します。

基本理念

食で育む健やかな体と心、食でつなぐ人とまち、いきいき米子

(2) 基本目標

基本理念に基づき、本市の現状や課題、国の動向を踏まえ、健全な食生活を実践しながら、日々の食事をおいしく楽しく食べるとともに、食を支える環境の持続や食文化の継承に資する食育の推進を図るため、「心身の健康」と「社会・環境・文化」の視点から「生涯を通じた、体と心の健康を支える食育の推進」「食文化を継承し、環境に配慮した食育の推進」の2つの基本目標を設定します。

目標1 生涯を通じた、体と心の健康を支える食育の推進

毎日の食事は、子供から高齢者に至るまで、どの世代においても健康でいきいきとした生活を送るためにとても重要なものです。生涯にわたって健康に過ごすためには、それぞれの年代に応じた日々の健全な食生活が不可欠です。ライフステージを「妊娠期、乳幼児期」、「学童期、思春期」、「青年期、壮年期」、「高齢期」の4つに分け、市民一人ひとりが「食」に関心を持ち、正しい知識を習得して健全な食生活を実践できるよう、ライフステージに応じた切れ目ない食育を推進します。

目標2 食文化を継承し、環境に配慮した食育の推進

食文化を継承するためには、伝統的な食文化や食事の作法等を理解し、親しむ機会を増やすことが必要です。また、私たちが口にすることは、自然の恩恵の上に成り立っており、生産から消費等に至るまで多くの人々の活動に支えられていることについて、理解の促進を図り、感謝する気持ちを育むことが大切です。これらの取組を通して食を支える環境の持続に資する食育を推進します。

4 具体的な施策

目標1 生涯を通じた、体と心の健康を支える食育の推進

- ・ 妊娠期、乳幼児期（おおむね0～6歳）
- ・ 学童期（おおむね7～12歳）、思春期（おおむね13～18歳）
- ・ 青年期（おおむね19～39歳）、壮年期（おおむね40～64歳）
- ・ 高齢期（おおむね65歳以上）
- ・ 全世代共通

目標2 食文化を継承し、環境に配慮した食育の推進

- ・ 地元食材の活用の推進
- ・ 食文化の継承
- ・ 食品ロスの削減