

第2期 米子市食育推進計画

令和6年3月
米子市

目 次

第2期 米子市食育推進計画

第1章 計画策定にあたって

- 1 計画策定の趣旨・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 1
- 2 計画の位置付け・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 2
- 3 計画の期間・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 2
- 4 計画策定体制と策定経過・・・・・・・・・・・・・・・・ 3

第2章 食をめぐる現状と課題

- 1 米子市の現状・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 4
- 2 米子市の食を取り巻く現状・・・・・・・・・・・・・・・・ 6
- 3 第1期計画の取組と評価・・・・・・・・・・・・・・・・ 12

第3章 計画の基本的な考え方

- 1 基本理念・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 17
- 2 基本目標・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 17
- 3 施策の体系・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 18

第4章 具体的な施策と取組

- 1 生涯を通じた、体と心の健康を支える食育の推進・・・・・・ 19
- 2 食文化を継承し、環境に配慮した食育の推進・・・・・・ 29

第5章 目標を達成するための評価指標・・・・・・・・・・・・・・・・ 32

第6章 計画の推進

- 1 計画の推進方法と連携の強化・・・・・・・・・・・・・・・・ 33
- 2 計画の進行管理・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 33

第1章 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し、おいしく楽しく食べることは、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。

しかし、少子高齢化、世帯構造の変化、ライフスタイルや価値観の多様化により、食を取り巻く環境は大きく変化しており、その結果、栄養の偏り、食習慣の乱れによる生活習慣病の増加、高齢者の低栄養、昔ながらの伝統食や行事食といった食文化の希薄化など食をめぐる様々な課題が生じています。さらに近年、食料の生産から消費に至る食の循環が環境に与える影響に配慮することも求められており、地産地消や食品ロスへの取組なども一層注目されるようになっていきます。

国は平成17年に「食育基本法」を制定し、食育についての基本理念とその方向性を示し、翌年には「食育推進基本計画」を策定しました。「食育推進基本計画」は5年おきに改定され、令和3年度から第4次食育推進基本計画に基づき、食育の推進を図っています。また、鳥取県においては、平成20年度に「食のみやことっとり～食育プラン～」を策定し、平成30年度からは第3次計画として、食育の推進を図っています。

本市においては、平成31年に「米子市食育推進計画」(以下、「第1期計画」という。)を策定し、関係機関や団体と連携・協力を図りながら食育の推進に取り組んできました。本計画は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めざして、食育に関する施策を総合的かつ計画的に推進するため策定します。

「食育」とは

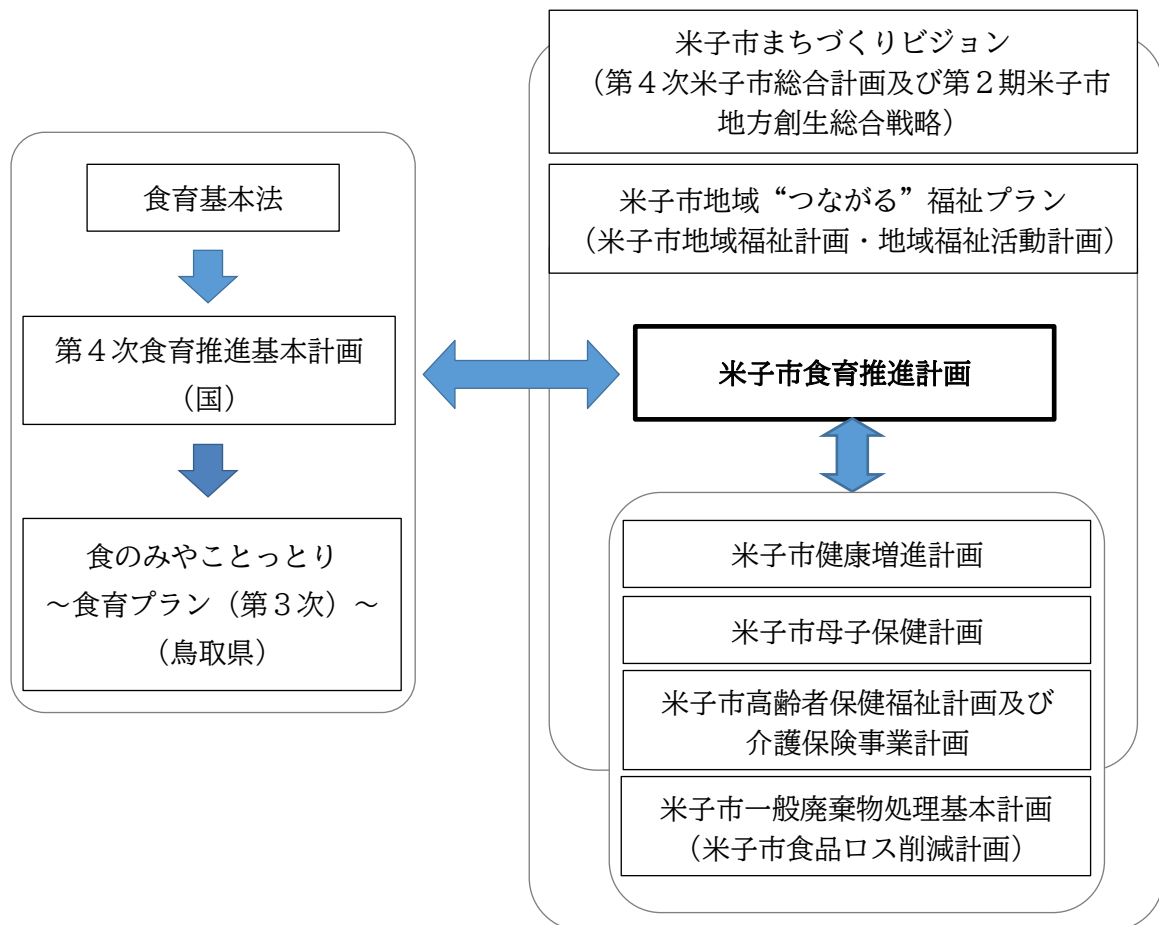
生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきものと位置付けるとともに、様々な経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てることとされています。

食育基本法前文より

2 計画の位置付け

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。

【関係計画との連携】



3 計画の期間

令和6年度から令和10年度までの5か年の計画とします。関係法令の改正や社会情勢の変化に応じて適宜点検・評価の上、必要な見直しを行います。

4 計画策定体制と策定経過

(1) 米子市社会福祉審議会での審議

本計画の策定にあたっては、地域福祉分野、高齢者福祉分野、児童福祉分野、貧困対策分野、保健・医療分野の学識経験者等を委員とする米子市社会福祉審議会において審議を行いました。

(2) 健康づくりに関するアンケート調査の実施

市民の健康づくりに対する意識を把握し、計画の基礎資料とするために12歳以上の市民を対象にアンケート調査を行いました。

対象者	米子市の実施する新型コロナワクチン集団接種に来場した方
調査方法	集団接種会場でアンケートを配布・回答
回答者数	23,240人
調査期間	令和3年4月24日～10月24日

(3) パブリックコメントの実施

本計画の素案を米子市役所等の窓口及びホームページで公表し、広く市民の方々からの意見を聴取しました。

ア 実施期間 令和6年1月16日～令和6年2月18日

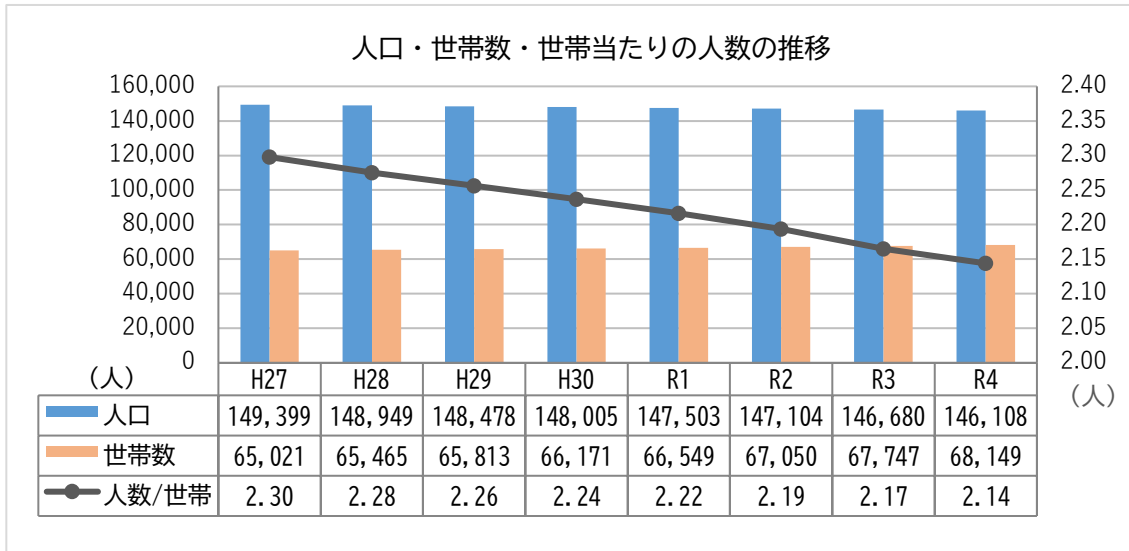
イ 回答数 0件

第2章 食をめぐる現状と課題

1 米子市の現状

(1) 人口と世帯の推移

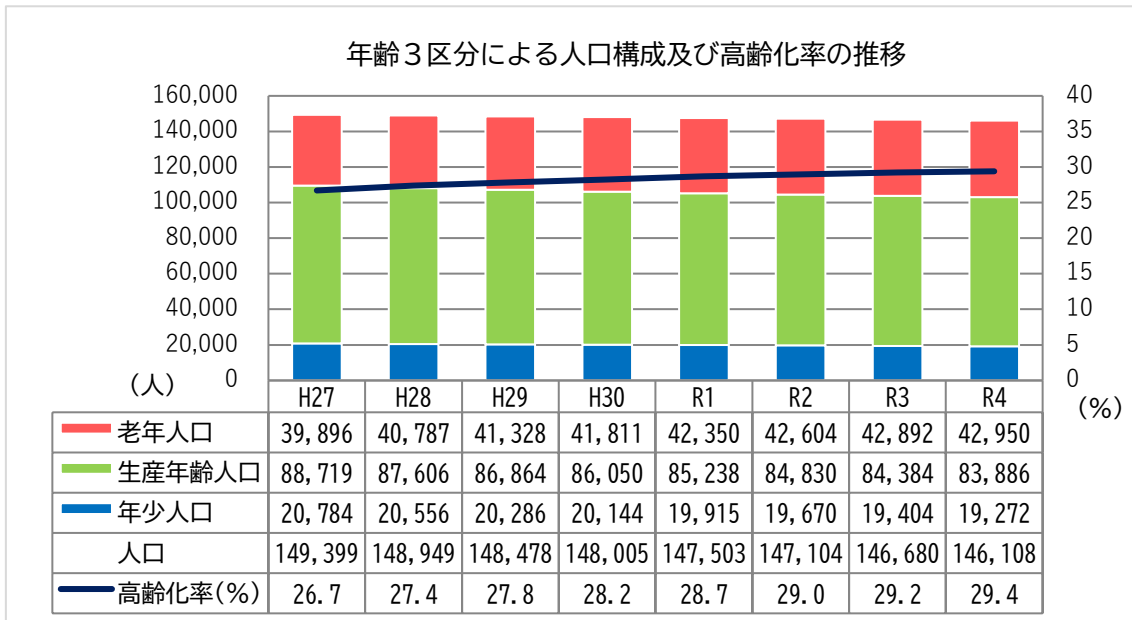
人口は徐々に減少し、1世帯当たりの構成員も減少しています。



(出典：住民基本台帳)

(2) 年齢3区分による人口構成及び高齢化率の推移

年少及び生産年齢人口の減少により、年々高齢化率が上昇しています。

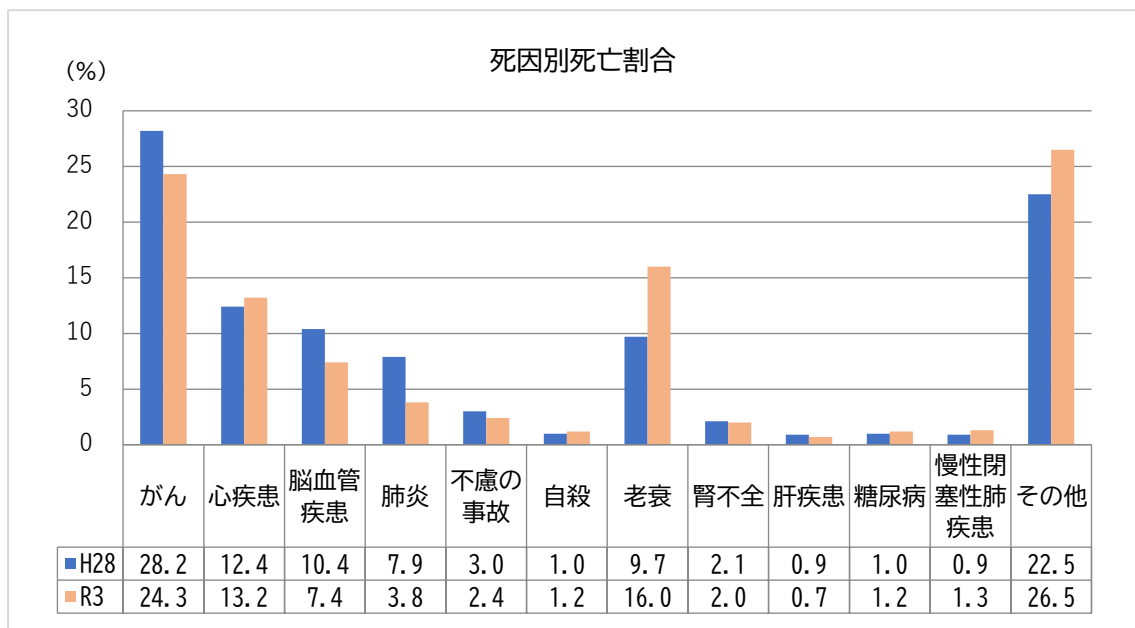


(出典：住民基本台帳)

※年齢3区分：人口を年少人口（15歳未満の人口）・生産年齢人口（15歳以上65歳未満の人口）・老年人口（65歳以上の人口）に分けたもの

(3) 米子市死亡統計

死因は、「がん」、「老衰」、「心疾患」の順に多くなっています。

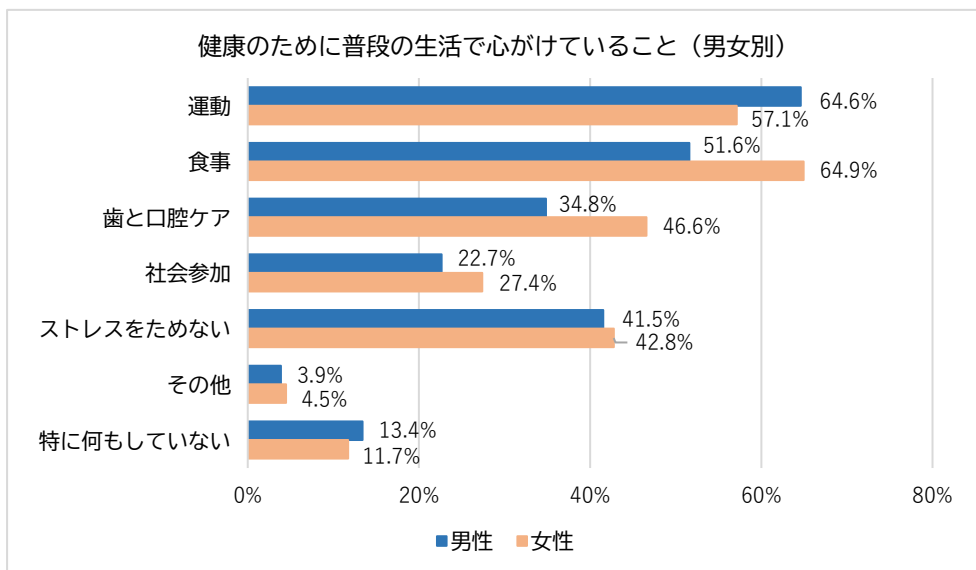
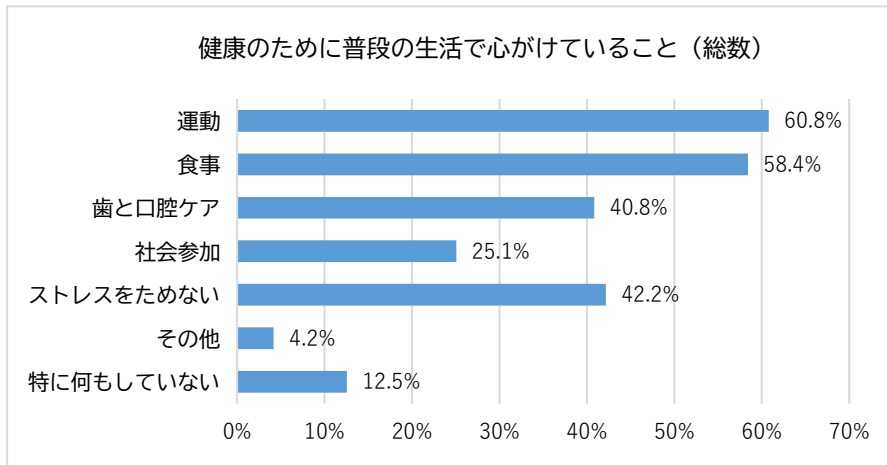


(出典：令和3年鳥取県人口動態統計)

2 米子市の食を取り巻く現状

(1) 健康のために普段の生活で心がけていること（複数回答）

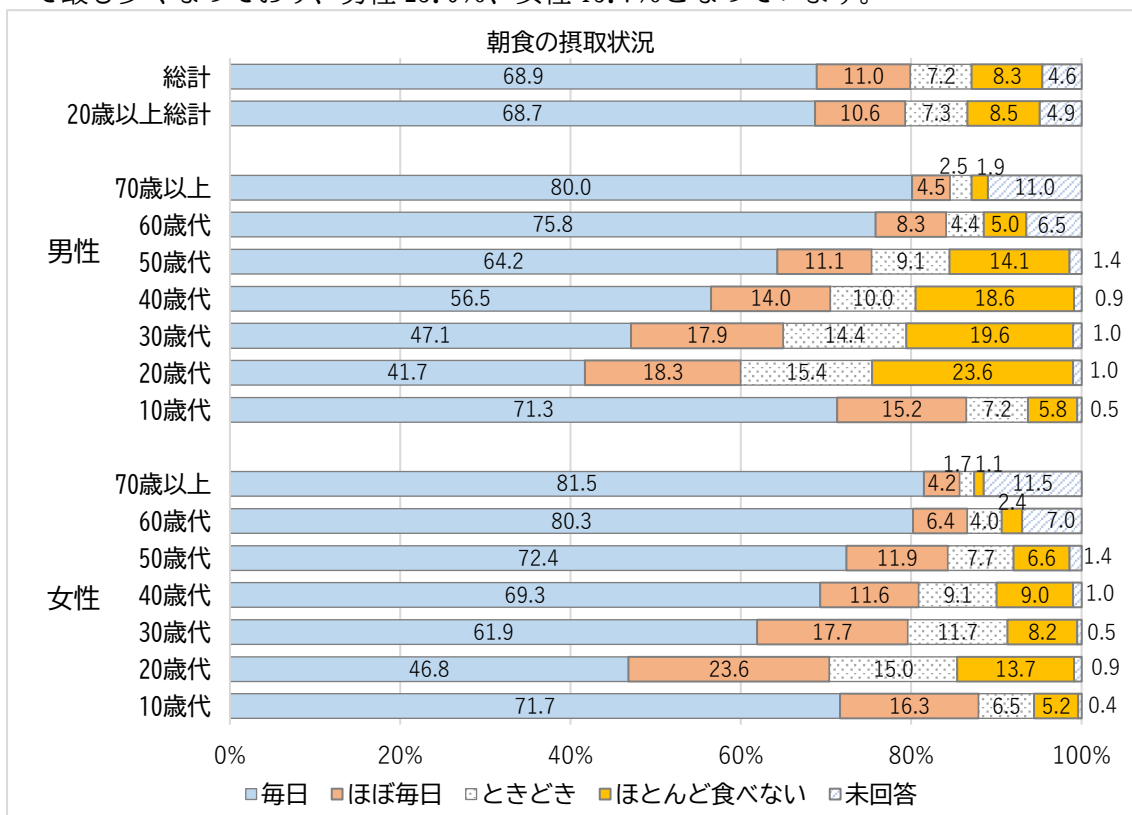
「運動」が最も高く60.8%、次いで「食事」58.4%です。男女別にみると、男性は「運動」「食事」「ストレスをためない」、女性は「食事」「運動」「歯と口腔ケア」の順で多くなっています。



（出典：令和3年健康づくりに関するアンケート）

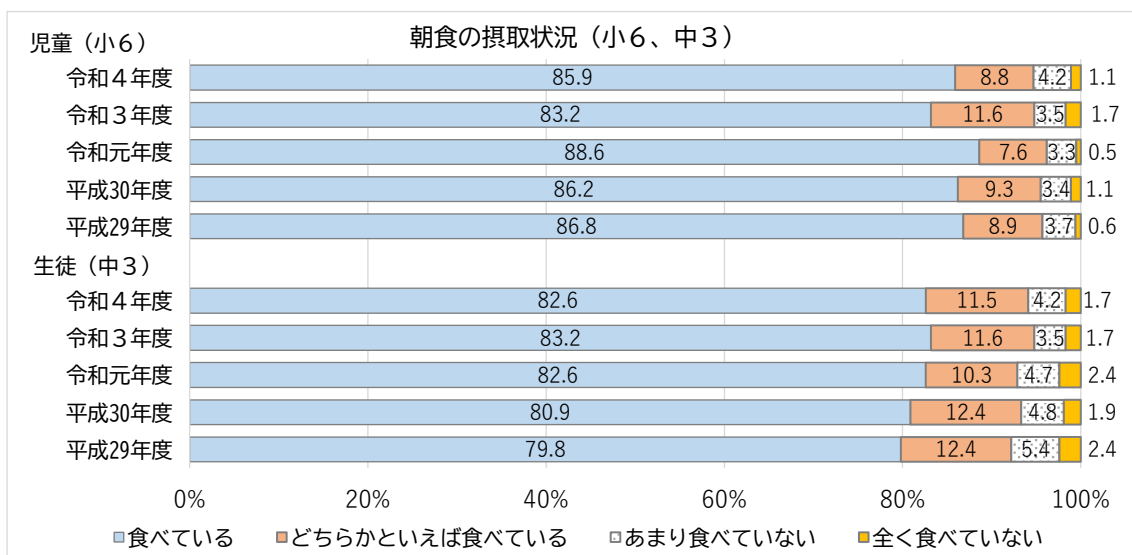
(2) 朝食の摂取状況

朝食をほとんど食べない人は男女別では男性の方が多い傾向です。年代別では20代で最も多くなっており、男性23.6%、女性13.7%となっています。



(出典：令和3年度健康づくりに関するアンケート)

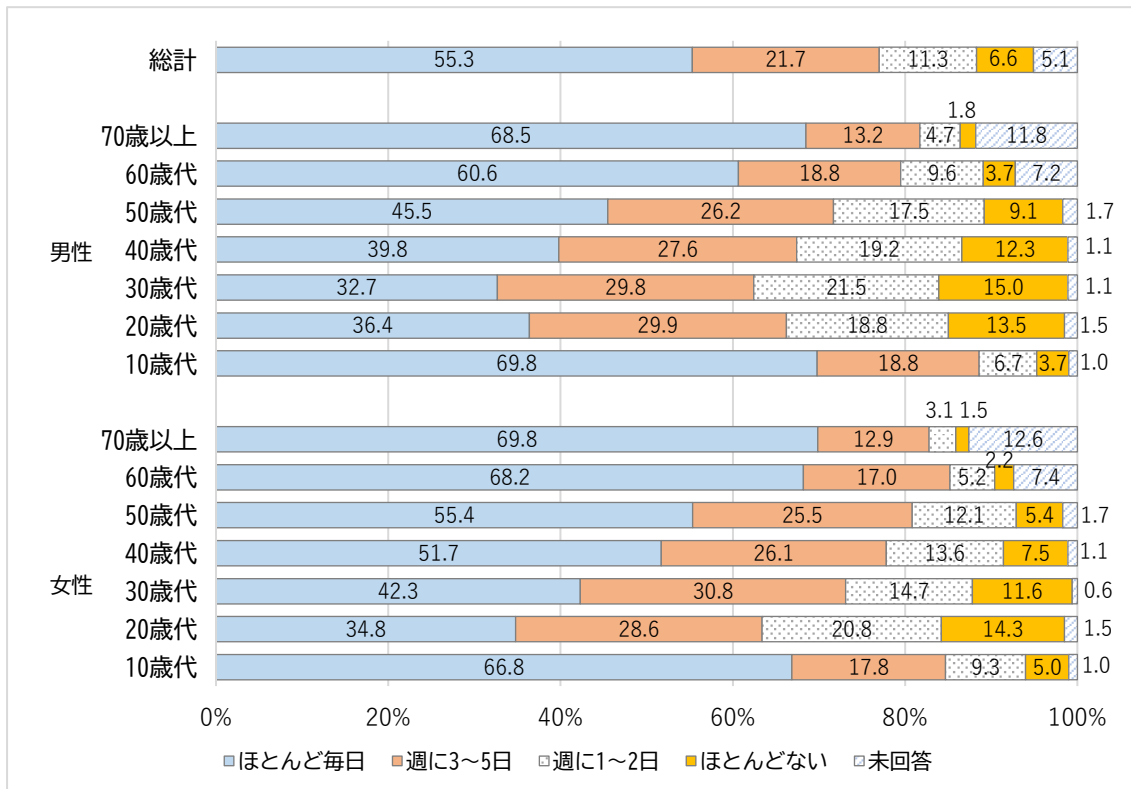
令和4年度の調査では、「朝食を毎日食べていますか」という質問に対し、「食べている」と答えた児童(小6)は85.9%、生徒(中3)は82.6%でした。朝食を毎日食べる児童・生徒の割合は、わずかな増減はあるものの、ほぼ横ばいです。



(出典：全国学力・学習状況調査)

(3) 主食、主菜、副菜を組み合わせた食事の摂取状況

主食、主菜、副菜をそろえた食事を1日2回以上とる日が「ほとんど毎日」と回答した人は全体で55.3%、「ほとんどない」と回答した人は6.6%でした。「ほとんど毎日」をとっているのが最も低いのは男性では30代32.7%、女性では20代34.8%でした。



(出典：令和3年度健康づくりに関するアンケート)

コラム

主食、主菜、副菜とは

副菜

野菜、きのこ、海藻などを使った料理。
ビタミン、ミネラル、食物繊維の供給源となる。

主食

ごはん、パン、めん類などの穀類を主材料とする料理。
主として炭水化物の供給源となる。

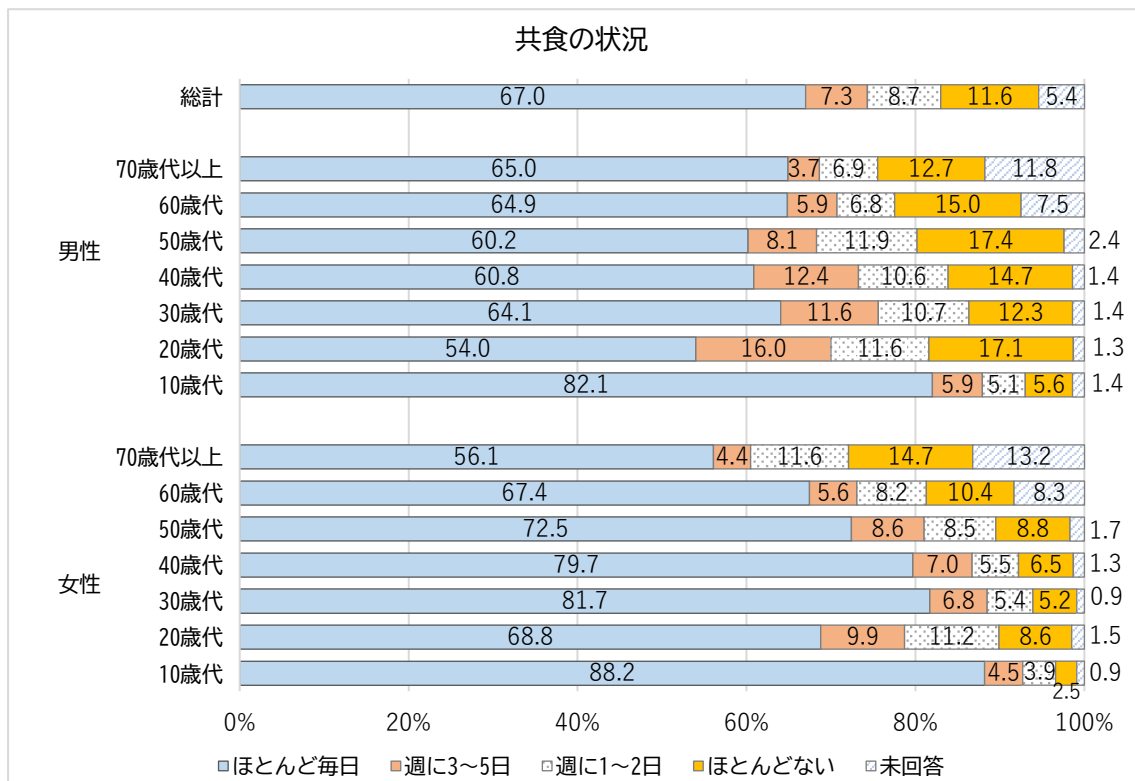
主菜

肉、魚、卵、大豆製品を主な材料にした料理。
たんぱく質や脂質の供給源となる。

主食、主菜、副菜を組み合わせることで、必要な栄養素をバランスよくとることができます。

(4) 共食*の状況

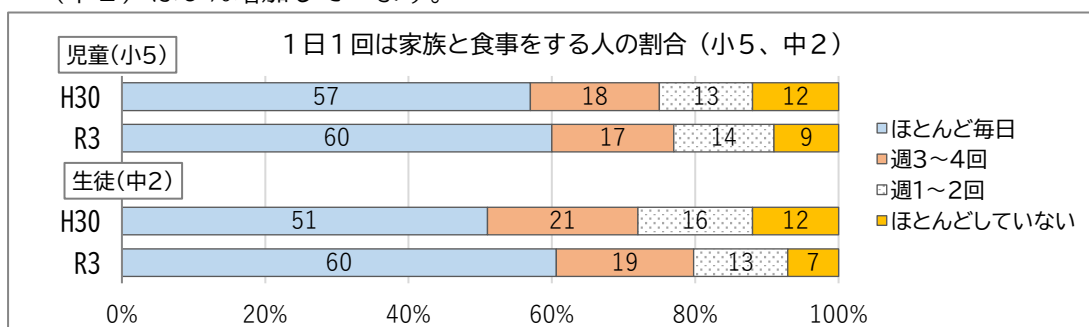
家族や友達など誰かと一緒に食事をする日が「ほとんど毎日」と回答した人は全体で67.0%、「ほとんどない」と回答した人は11.6%でした。年代別でみると「ほとんど毎日」と回答した人は、女性10代が88.2%と最も多く、男性20代が54.0%と最も少なくなっています。「ほとんどない」と回答した人は、男性50代が17.4%と最も多く、女性10代が2.5%と最も少なくなっています。



(出典：令和3年度健康づくりに関するアンケート)

*「共食(きょうしょく)」とは家族、友人、職場の人や地域の人など、誰かと一緒に食事をすることです。

「1日1回は家族そろって食事をしていますか」という質問に対し、令和3年度の調査で「ほとんど毎日」と答えた割合は、児童(小5)が60%、生徒(中2)が60%と同様な結果でした。平成30年度の調査結果と比較すると、児童(小5)は3%、生徒(中2)は9%増加しています。

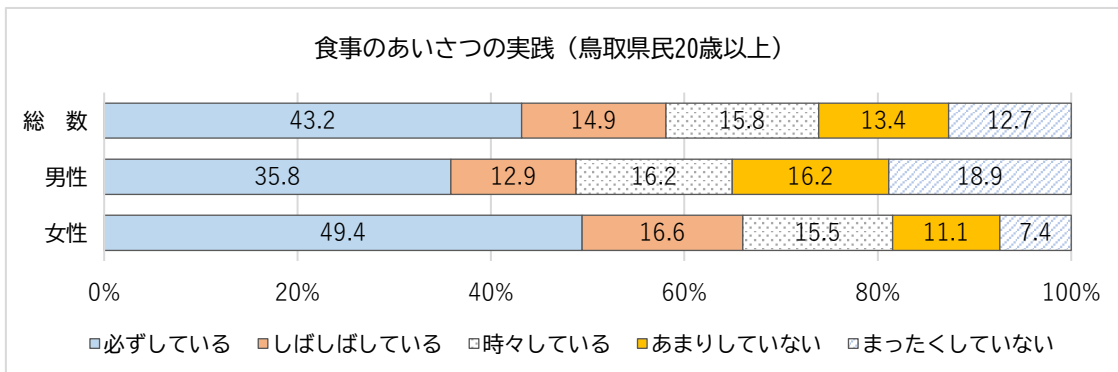


(出典：令和3年食事と生活についてのアンケート、鳥取県学校栄養士協議会)

(5) 食事のあいさつの状況

食事のあいさつを「必ずしている」と回答した人は、男性 35.8%、女性 49.4%となっており、女性の方が食事のあいさつを実践している人が多い傾向にあります。

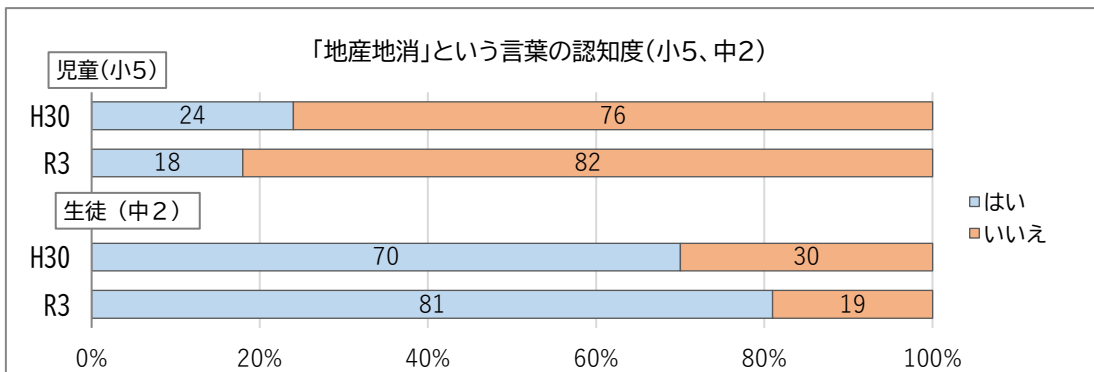
また、「まったくしていない」と回答した人は、男性 18.9%、女性 7.4%となっています。



（出典：令和4年県民健康栄養調査）

(6) 「地産地消」という言葉の認知度

「地産地消」という言葉を知っていますか」という質問に対し、令和3年度の調査で「はい」と答えた児童（小5）は18%、生徒（中2）は81%でした。平成30年度の調査と比較すると、児童（小5）は6%減少、生徒（中2）は11%増加しています。



（出典：令和3年食事と生活についてのアンケート、鳥取県学校栄養士協議会）

コラム

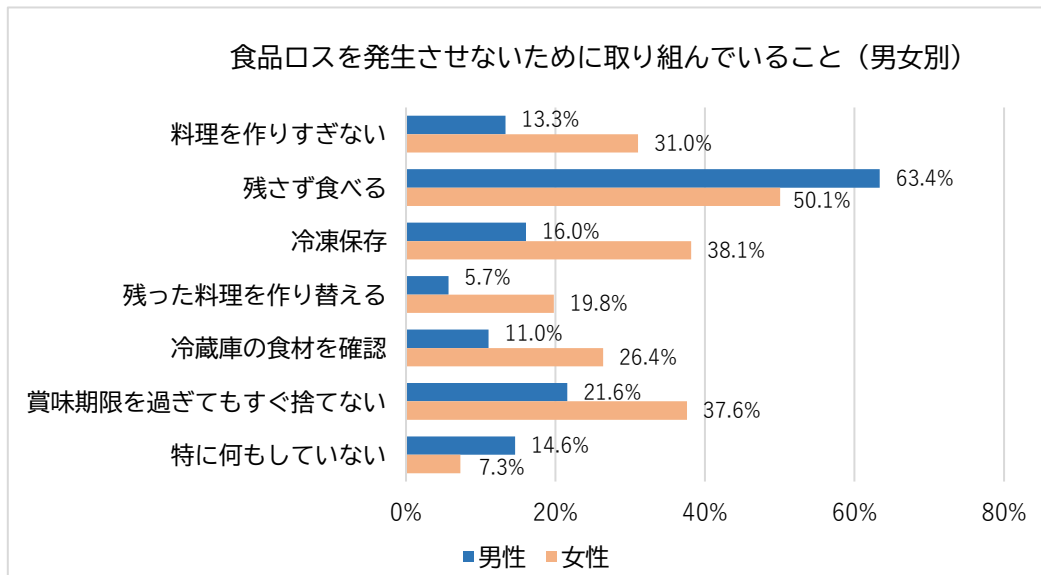
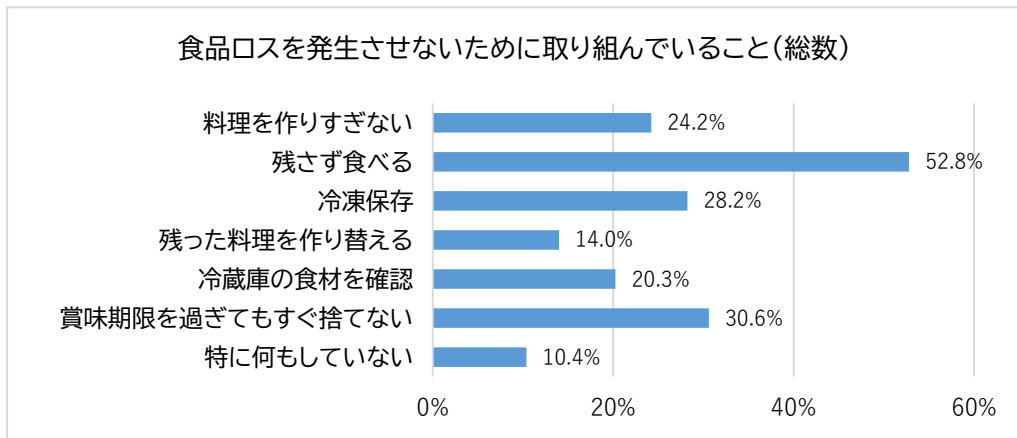
地産地消とは

「地元で生産されたものを地元で消費する」という意味です。

- ◎生産者の顔が見えて、安全・安心で新鮮・旬の農林水産物を手に入れることができます。
- ◎地域の生産者と消費者相互の信頼を深める取組として期待されています。
- ◎米子の農林水産業が元気になります。
- ◎流通コストや輸送時に発生する排出ガス（CO₂）も削減されます。

(7) 食品ロス削減のための取組

食品ロスが発生させないために取り組んでいることとして「残さず食べる」が52.8%と最も多く、次いで「賞味期限を過ぎてもすぐ捨てない」が30.6%となっています。



(出典：令和3年度健康づくりに関するアンケート)

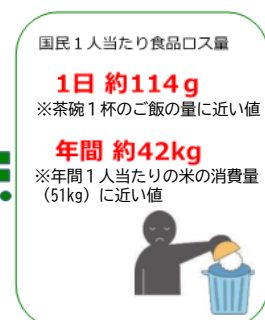
コラム

食品ロスとは

食品ロスとは、まだ食べられるのに廃棄される食品のことです。

農林水産省及び環境省の令和3年度推計値によると、日本では、年間523万トンも発生しています。

これは、食料支援機関である国連WFPが2021年に実施した食料支援量(年間約440万トン)の約1.2倍にもなります。



資料：総務省人口推計(2021年10月1日) 令和2年度食料需給表(確定値)

出典：農林水産省ホームページ

3 第1期計画の取組と評価

第1期計画では、基本理念を「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」として、3つの基本目標を定め、関係機関、団体等と連携しながら計画を推進してきました。第1期計画の取組と評価は、以下のとおりです。

(1) 生涯にわたる食を通じた、健康づくりの推進

【主な取組】

- 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
 - ・妊娠中の食の大切さについて、母子健康手帳交付時やホームページで情報提供しました。
 - ・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。
 - ・保育所及び小中学校では、給食だよりや食育だよりの配布により、健全な食への理解を深め、日常の生活で実践できるよう、家庭との連携を図りました。
 - ・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。
 - ・高齢期の低栄養を防ぎ、フレイルを予防するため、訪問による栄養指導等を行いました。
 - ・ホームページや広報、Instagram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。
 - ・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。

指標	第1期策定時	目標	現状値	出典
1日に1回以上、主食、主菜、副菜の揃った食事をする者を増やす	88% (平成28年)	95%	89.9%	県民健康栄養調査(令和4年)
朝食を欠食する者を減らす				
児童(小6)	13.8% (平成30年)	0%	14.1%	全国学力・学習状況調査(令和4年)
生徒(中3)	19.1% (平成30年)	0%	17.4%	全国学力・学習状況調査(令和4年)
成人	15.5% (平成28年)	10%以下	9.9%	県民健康栄養調査(令和4年)
健康に過ごすために食事が大切だと思う者を増やす				
児童(小5)	81% (平成30年)	90%	82.1%	健康についてのアンケート(令和5年)
生徒(中2)	77% (平成30年)	90%	85.8%	

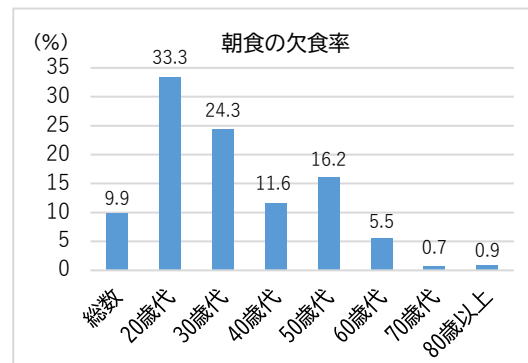
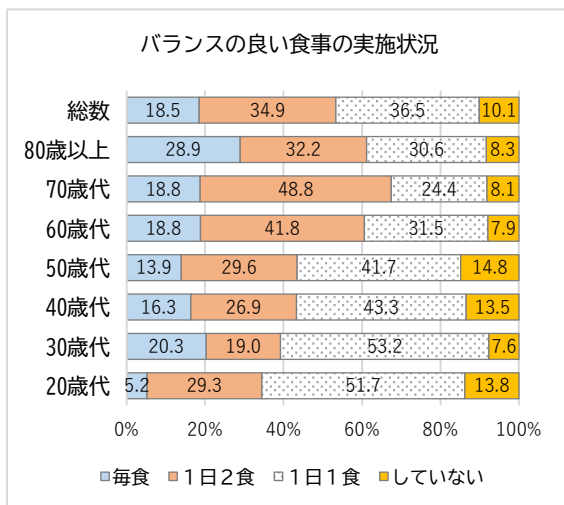
【評価と課題】

「1日に1回以上、主食、主菜、副菜の揃った食事をする人」は89.9%で微増しましたが、年代別で見ると、若い世代において食事バランスが崩れやすくなっています。主食、主菜、副菜を揃えることによって、1日に必要な栄養素を含む食品を多数取り入れやすくなる等のメリットや、簡単に揃える方法等について周知していく必要があります。

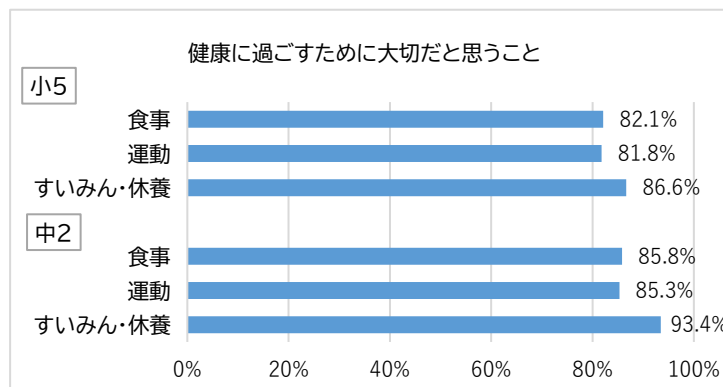
「朝食の欠食」は、成人は目標を達成しましたが、児童（小6）、生徒（中3）については、策定時と比較して、ほぼ変化がありませんでした。成人については、全体では目標を達成したものの、20歳代の欠食率は33.3%、30歳代は24.3%と高い傾向にあり、若い世代へ朝食の重要性、簡単な朝食メニュー等について周知する必要があります。

「健康に過ごすために食事が大切だと思う人」は、いずれも目標には達しませんでした。生徒（中2）については大きく増加しています。生涯にわたる食を通じた健康づくりを推進するためには、日ごろから望ましい食生活を意識し、実践することが重要です。健全な食生活の大切さについて、引き続き、普及啓発を行っていく必要があります。

また、それぞれのライフステージにおいて必要な情報を正確に届けることができるような仕組みづくりに加え、バランスの良い食事や健全な食生活及び朝食の重要性を伝え、食への関心を高め、実践できるよう支援していく取組が必要です。



(出典:令和4年県民健康栄養調査)



(出典:令和5年学校給食アンケート・健康についてのアンケート)

(2) 食の体験を通じた、豊かな心の形成

【主な取組】

○食の体験活動を推進する

- ・保育所及び小中学校では、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。
- ・小中学校では、食に関する意識を高めるため、アスリート交流事業、国際交流給食などを実施しました。
- ・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、おいしく食べて健康づくり教室等の各種教室において、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

- ・保育所では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組を行いました。
- ・小中学校では、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等との交流を行いました。

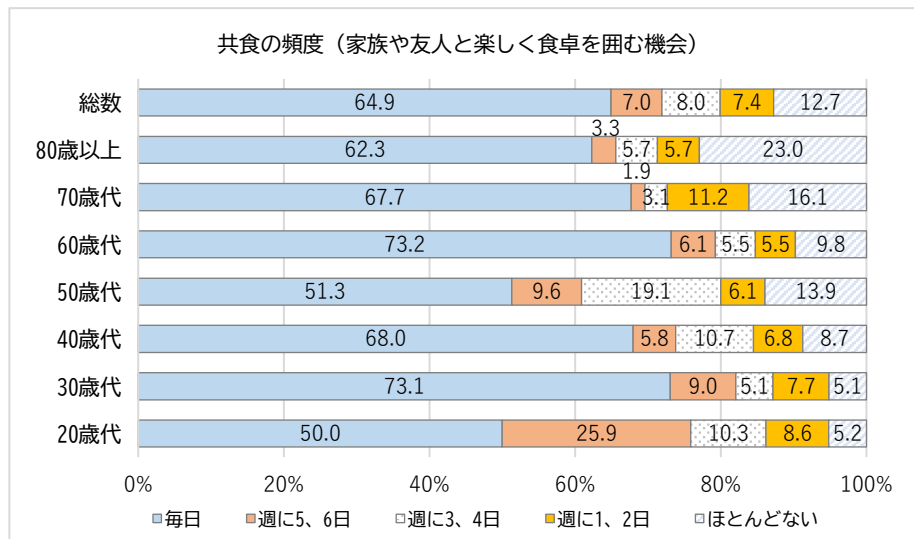
指標	第1期策定時	目標	現状値	出典
家族と食事をする子どもを増やす 児童（小5）	88% (平成30年)	100%	91%	食事と生活についてのアンケート 鳥取県学校栄養士協議会（令和3年）
生徒（中2）	88% (平成30年)	100%	93%	
家族や友人と楽しく食卓を囲む者 を増やす	88.1% (平成28年)	100%	87.3%	県民健康栄養調査（令和4年）
食事のあいさつを実践している者 を増やす	88.1% (平成28年)	100%	87.3%	県民健康栄養調査（令和4年）

【評価と課題】

「家族と食事をする子ども」の割合は、わずかに増加しました。しかし、「家族や友人と楽しく食卓を囲む人」の割合は、87.3%と計画策定時より減少しています。これは、コロナ禍における、「新たな日常」への対応に伴う暮らし方や働き方の変化が要因の一つとして考えられます。また、世帯当たりの人数は減少しており、食卓を囲んで食事をするのが難しい人が増加していることも考えられます。食卓を囲んで共に食事をとることは、基本的な食事のマナーの習得や食を通じたコミュニケーションによって食の楽しさを感じることができることから、年代を問わず今後も普及啓発を進めていくことが必要です。

「食事のあいさつを実践している人」の割合は、87.3%と計画策定時よりわずかに減少しています。食事のあいさつは食材や生産者、料理を作ってくれた人への感謝の気持ちを表す

だけでなく、食事の基本的なマナーでもあります。引き続き、収穫体験や調理体験など様々な食の体験活動や共食を通して、食べることが多くの人に支えられていることを伝えていく必要があります。



（出典：令和4年県民健康栄養調査）

（3）食文化を継承し、環境に配慮した食育の推進

【主な取組】

○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

- ・保育所及び小中学校での給食において、郷土料理、行事食、外国の料理等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

- ・食品ロス削減の必要性について関心と理解を深めるため、会食や宴会時の食べ残しを減らす「3010 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。

※3010 運動：開始後 30 分間は席を立たず料理を楽しみ、終了前 10 分間は自分の席に戻って再度料理を楽しむこと。

指標	第1期策定時	目標	現状	出典
地産地消を知っている者を増やす 児童（小5）	24% (平成30年)	35%	18%	食事と生活についてのアンケート 鳥取県学校栄養士協議会（令和3年）
生徒（中2）	70% (平成30年)	80%	81%	
食品ロス削減のために何らかの行動をしている者を増やす	72% (平成29年)	80%	(参考値) 83.4%※	健康づくりに関するアンケート (令和3年)

※第1期計画策定時は県民を対象とした「県民の健康増進・健康医療の向上に関するアンケート」の数値ですが、アンケート未実施のため現状データはありません。質問形式等が異なるため単純比較はできませんが、市民を対象とした「健康づくりに関するアンケート」の数値を参考値としています。

【評価と課題】

「地産地消を知っている」生徒（中2）は81%と目標値を達成することができました。児童（小5）については、アンケート実施時期が早まり、授業で地産地消を学習するタイミングがずれたことも影響していると考えられますが、引き続き、地場産物を活用した取組や啓発を充実させるとともに、授業のみでなく普段から情報を得る機会をつくるような取組が必要です。旬に関係なくいろいろな食材が手に入る環境ですが、地元の食材や旬を知り、地産地消への理解を深められるよう、幅広い世代への普及啓発の取組を今後も継続する必要があります。

郷土料理などの食文化の継承については、保育所や小中学校の給食、健康づくり教室等で郷土料理や行事食を取り入れ、伝統的な食文化について伝えられるよう取り組みましたが、核家族化やライフスタイルの多様化により、地域の伝統的な食文化の継承が難しくなりつつあります。若い世代へ郷土料理や行事食等を受けつぐため、ホームページやSNS等も活用した普及啓発の取組が必要です。

食品ロス削減の必要性を理解し、「もったいない」という思いを持ち、行動することは、環境への負荷を低減することにもつながります。食品ロスを削減するため、食べ物を廃棄することによる環境への負荷や、食べ物を大切にするための知識を広め、実践できるよう、引き続き、取り組むとともに、関係部署と連携しながら取組を進めていくことが必要です。

第3章 計画の基本的な考え方

1 基本理念

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ができることをめざします。

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。

基本目標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、子どもから高齢者に至るまで、あらゆる世代において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。

基本目標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取組が必要です。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取組が大切です。これらの取組を通して、食文化の継承や食を支える環境の持続に資する食育を推進します。

3 施策の体系

第2期米子市食育推進計画体系図

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

基本目標 1

生涯を通じた、体と心の健康を支える食育の推進

<施策の方向性>

【妊娠期、乳幼児期】

- 1-(1) 食習慣の基礎づくりにつながる知識の普及
- 1-(2) 基礎的な食習慣を育てる支援

【学童期、思春期】

- 1-(3) 食に関する指導の充実と体験活動の推進
- 1-(4) 家庭・地域との連携

【青年期、壮年期】

- 1-(5) 健康づくりのための健全な食生活に関する知識の普及
- 1-(6) 健康的な食生活の実践の支援

【高齢期】

- 1-(7) 健康寿命延伸にむけたフレイル予防のための食育推進

【全世代共通】

- 1-(8) 食を通じたコミュニケーションの推進
- 1-(9) 食育を推進する環境づくり

基本目標 2

食文化を継承し、環境に配慮した食育の推進

<施策の方向性>

- 2-(1) 地元食材の活用の推進
- 2-(2) 食文化の継承
- 2-(3) 食品ロスの削減

第4章 具体的な施策と取組

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（0～6歳）

【ライフステージの特徴と課題】

近年、若い女性の「やせ」による低体重児の出生が、児の将来の生活習慣病の発症に繋がりがりやすいことも分かってきています。赤ちゃんの発育に必要な栄養はすべて母体を通して与えられるため、胎児の成長と授乳期への準備のために十分な栄養が必要です。忙しい生活の中で、食事がおろそかになりがちですが、妊娠をきっかけに、妊婦自身や家族の食生活・生活習慣を見直していくよい機会ととらえていくことが必要です。

乳幼児期は、食事を含めた生活リズムの基盤を作る大切な時期です。身体が発達し、味覚や咀嚼（そしゃく）機能などの発達が著しい時期でもあり、食習慣にも大きな影響を与えます。適切な食事のとり方や、望ましい食習慣の定着など、豊かな人間性の育成に向けて取り組む必要があります。しかし、生活形態の多様化や核家族化、情報の氾濫などから、育児不安を抱える母親が増加しています。食を通じた乳幼児の健全な育成のためには、正しい情報の提供や個々に応じた支援を行っていく必要があります。

【施策の方向性】

1-（1）食習慣の基礎づくりにつながる知識の普及

心身ともに健やかな状態で妊娠・出産・育児ができるよう、一貫した「食育」や食生活支援が行えるように情報発信に取り組んでいきます。

<具体的な取組>	カッコ内は関係する部署
<p>○食への関心を高めるための知識の普及、情報発信</p> <ul style="list-style-type: none">・妊娠をきっかけに食生活を見直すことができるよう、バランスの良い食事や健全な食生活の重要性をホームページ等で啓発します。（こども相談課）・離乳食講習会、乳幼児健診、すすく相談等の母子保健事業において、子どもの成長にあわせた食に関する情報を正しく伝え、家庭で実践できるようにします。（こども相談課）・子育て支援センター等において、乳幼児期の食をテーマにした講座を開催し、食べる楽しさや興味、意欲につながるような支援を行います。（こども相談課）・保育施設等において、給食のサンプル展示や給食献立表配布を行い、給食に関心を持ってもらえるよう啓発に努めるとともに、毎日の給食を通して、子どもたちに食の大切さ、健全な食習慣等を伝えます。（こども施設課） <p>○食生活支援の充実（こども相談課）</p> <ul style="list-style-type: none">・乳幼児健診、すすく相談、子育て支援センターの栄養相談等の様々な場面において、きめ細やかな相談業務を行い、子育ての中で生じる食に関する悩みや不安を解消し、健全な食習慣が確立できるよう支援します。	

○保護者との連携（こども施設課）

- ・ 保育施設等において、給食のお勧めレシピを作成し、給食の献立を家庭でも取り入れることができるよう情報発信します。また、食育について理解を深めるために、食育だよりを発行し、啓発に努めます。

1－（2）基礎的な食習慣を育てる支援

豊かな食体験を積み重ねていくことで、乳幼児期の発育や発達を支えるとともに、「楽しく食べる子ども」に成長していくための支援をしていきます。

<具体的な取組>

カッコ内は関係する部署

○食体験を通じた保護者支援（こども相談課）

- ・ 離乳食講習会、地域での子育てサークル等において、試食、調理体験等を通し、乳幼児期の食に対する理解を推進します。

○体験活動の実施（こども施設課）

- ・ 食に対する興味を育てるため、保育施設等において、地域や子どもたちを取り巻く人々とも連携し、野菜の栽培、収穫、調理体験等に取り組みます。

コラム

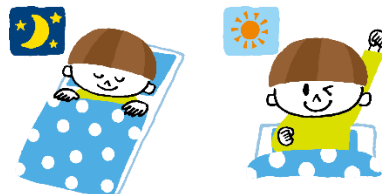
乳幼児期から大切な生活リズム

子どもたちがすこやかに成長していくためには、基本的な生活リズムを整え、習慣づけることが大切です。

私たちのからだには「体内時計」と呼ばれる機能があり、25時間の周期で睡眠や体温、血圧、ホルモンの分泌などのリズムを刻んでいます。1日は24時間のため、このズレを調整する必要がありますが、朝日を浴びることで、体内時計がリセットされます。

<生活リズムを整えるポイント>

1. 早起きして、朝の光を浴びよう
2. 朝ごはんを食べよう
3. からだを使って遊ぼう
4. 決まった時間に寝よう



学童期（7～12歳）、思春期（13～18歳）

【ライフステージの特徴と課題】

ライフスタイル等の多様化により、児童生徒の食生活を取り巻く社会環境が大きく変化し、子どもの食生活や健康に関しては、偏った栄養摂取や朝食の欠食に代表されるような不規則な食事などの食生活の乱れや、それに伴う肥満ややせ傾向がみられると言われていています。本市の朝食摂取率は、小中学校とも約8割程度と数年変化がありません。

成長期にある子どもにとって健全な食生活は健康な心身を育むために欠かせないものであると同時に、将来の食習慣の形成に大きな影響を及ぼすものであり、極めて重要です。このため、成長期にある子どもへの食育は、子どもの発達やその課題を踏まえた適切な対応と支援を行うとともに、現代の子どもたちをめぐる社会環境も考慮し、学校、家庭、地域が連携して、生涯にわたって健やかに生きるための基礎を培うことを目的に推進していく必要があります。

学校においては、給食時間や教科などの時間を通じて、食に関する知識を習得し、工夫し、創造する資質能力の育成を支援します。また、家庭における影響を受けやすい世代であり、家庭との連携が不可欠です。地域におけるつながりの希薄化、価値観の多様化が進む中、家庭において健全な食生活が実践されるよう、保護者への支援を行うことも必要です。

近年、社会のデジタル化の進展とともに、インターネット等を通じた擬似的・間接的な体験が増加しており、体験活動の機会が減少しています。これらをふまえ、ICT(情報通信技術)を効果的に活用するとともに、体験活動を積極的に実施し、食への興味・関心を持つきっかけづくりを実践していくことが求められます。

【施策の方向性】

1－(3) 食に関する指導の充実と体験活動の推進

給食時間や教科などの時間を通じて、学校教育活動全体で、栄養教諭等が中心となって食に関する指導を実施します。学校給食を「生きた教材」として活用し、指導を積み重ねることで、生涯における健全な食生活の実現にむけて、食に関する知識を習得し、工夫し、創造する資質能力の育成を支援します。

<具体的な取組>	カッコ内は関係する部署
<ul style="list-style-type: none">○食に関する全体指導計画の作成（学校教育課、学校給食課）<ul style="list-style-type: none">・各小中学校が児童生徒の課題に沿った食に関する全体指導計画を作成し、学校全体の教育活動での取組の充実を図ります。○栄養教諭等による食に関する指導（学校教育課、学校給食課）<ul style="list-style-type: none">・栄養教諭等の各教科におけるチーム・ティーチングへの参画、給食時間における食に関する指導を小中学校の9年間を見据え、発達段階に合わせて系統的、継続的に実施します。・食に関する指導がより効果的となるようICT活用の推進を図ります。	

- 学校給食や食生活に関するアンケートの実施（学校教育課、学校給食課）
 - ・児童生徒の学校給食や食に関する意識や実態を把握し、取組に生かします。
- 教職員との連携（学校教育課、学校給食課）
 - ・小学校教育研究会などを通じて食に関する研修会を実施するなど、教職員との連携を図ります。
- 夏休みこども料理教室の実施（学校給食課）
 - ・児童生徒及び保護者等の食に関する意識を高めるため、料理教室、食に関する講演会などを実施します。
- 体験活動の実施（学校教育課）
 - ・各小中学校が、農作物の栽培、収穫、調理、生産現場の見学、生産者との交流等、食に関する体験を授業の中で各学校の状況や地域の特性に合わせて取り組めるよう支援します。
- 委員会活動等による食育啓発活動の充実（学校教育課）
 - ・給食委員会によるフードロスチャレンジ活動、食育啓発ポスター作成等、児童生徒の委員会活動による食育の啓発活動を各学校の状況に応じて取り組めるよう支援します。

1 - (4) 家庭・地域との連携

家庭や地域との連携を図り、児童生徒の基本的な生活習慣の形成と望ましい食習慣や知識の習得に向けた取組を行います。

＜具体的な取組＞	カッコ内は関係する部署
<ul style="list-style-type: none"> ○家庭・地域との連携（学校教育課、学校給食課） <ul style="list-style-type: none"> ・給食だよりの配布等により、児童生徒が健全な食に関する理解を深め、学校で学んだことを日常生活で実践できるよう支援します。 ・ホームページ、広報、Instagram等で食に関する情報や児童生徒の食生活状況、課題を発信し、児童生徒及び保護者だけでなく、市民に対しても広く周知啓発を図ります。 ○生産者、地元企業、関係団体との連携（学校教育課、学校給食課） <ul style="list-style-type: none"> ・調理員や市内の野菜生産者、県内の給食用物資納入業者、地元企業や関係団体の方などを積極的にゲストティーチャーとして招き、児童生徒の地元への愛着や勤労生産への感謝の心を育むとともに、食に関する意識を高めます。 ○栄養教諭等による食に関する講演会の実施（学校給食課） <ul style="list-style-type: none"> ・学校主催の試食会、施設見学等を活用し、栄養教諭等による講演会を実施します。保護者及び地域住民の学校給食への理解や児童生徒の食生活の実態への共通理解を図り、協働して課題解決に取り組む支援を行います。 	



夏休みこども料理教室



生産者や地元企業との交流



米子市学校給食キャラクター

青年期（19～39歳）、壮年期（40～64歳）

【ライフステージの特徴と課題】

就職や結婚、子育て等により生活が大きく変化し、多忙であるとともに、仕事や家庭において重要な役割を担う時期です。自分の健康に関心を持ちにくい時期でもありますが、食事を抜いたり、栄養バランスの崩れた食事を続けることで、栄養素の過不足が生じ、生活習慣病等のリスクが高まると考えられます。しかし、朝食をほとんど食べない人の割合は、年代別にみると男女ともに20歳代で最も高く、男性は23.6%、女性は13.7%が「ほとんど食べない」と回答しています。また、30歳代～40歳代でも、男性は約2割、女性は約1割が朝食をほとんど食べていません。さらに、バランスのとれた食事をほとんど毎日食べている人の割合は、男性で51.9%、女性で58.6%ですが、男性は20～50歳代、女性は20～30歳代で5割を下回っており、特に若い世代で朝食を食べる人やバランスのとれた食事をしている人が少ない傾向にあります。また、子育て世代でもあり、親の食習慣が子どもの食習慣の形成にも影響を与えることも考えられます。

食に関する多くの情報があふれ、ライフスタイルも多様化する中で、健康的な食生活の実践が難しくなっている状況もありますが、生活習慣病予防と健康寿命の延伸のため、規則正しくバランスのとれた食事の大切さを伝えるとともに、健康的な食の選択が、無理なく実践できるよう支援を行っていく必要があります。

【施策の方向性】

1－（5）健康づくりのための健全な食生活に関する知識の普及

生活習慣病を予防し、健康寿命を延伸するため、規則正しいバランスのとれた食事や野菜摂取、減塩の重要性など、食に関する正しい知識の普及を図り、市民一人ひとりが食への関心を高められるよう取り組みます。

<具体的な取組>	カッコ内は関係する部署
<p>○教室等を通じた啓発</p> <ul style="list-style-type: none">・各種健康づくり教室を通して、バランスの良い食事や健全な食生活の重要性を伝え、食への関心を高めます。（健康対策課）・地域の教室等で生活習慣病予防等に関する正しい食の情報を提供します。（健康対策課）・子育て中の保護者に対して健康づくりや食生活に関する情報を提供します。（こども相談課） <p>○広報媒体を活用した啓発（健康対策課）</p> <ul style="list-style-type: none">・減塩や野菜摂取量増加によるメリット、朝食の重要性など、食に関する正しい知識について、広報やホームページ、SNS、各種イベント等を活用し、啓発に取り組みます。	

1 - (6) 健康的な食生活の実践の支援

さまざまなライフスタイルがある中で、無理なく個人に合わせた食の選択ができる力を身につけ、健全な食習慣が実践できるよう支援します。

＜具体的な取組＞	カッコ内は関係する部署
<p>○体験型教室の実施（健康対策課）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・公民館などでバランスのとれた食事、減塩や野菜摂取のための調理実習や講話を行い、健康的な食生活の実践につなげる機会を提供します。 <p>○栄養相談の実施（健康対策課）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・生活習慣病の予防、改善と健全な食習慣の定着に向け、個々の状況に合わせた栄養相談を行います。 <p>○ライフスタイルに応じた食生活の提案（健康対策課）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・簡単に実践できる減塩、野菜摂取の方法、栄養バランスのとれた料理などのレシピの紹介や、外食や中食*の上手な活用法の紹介などさまざまなライフスタイルに対応した提案を行います。 	

※中食（なかしょく）：スーパー、コンビニ等で、お惣菜や弁当などを購入して食べること

コラム

減塩のコツ

こんぶやかつお節など、天然のだしのうま味をきかせる



香味野菜（しそ、しょうがなど）、香辛料（カレー粉、わさびなど）で味にアクセントを



ゆず、レモンなどの酸味を上手にきかせる



食塩が少ないソースやケチャップなどの調味料を上手に使う



麺類の汁は飲み干さない



汁を全部残せば塩分は 1/2

調味料は「かける」より「つける」



つける方が使う量は少なくすみます

高齢期（65歳～）

【ライフステージの特徴と課題】

米子市の人口の65歳以上の割合は、平成27年から令和4年の7年間に26.7%（39,896人）から29.4%（42,950人）に増加しています。

「人生100年時代」といわれる今、個人差はあるものの「高齢期」が最も長いステージになる可能性もあります。

年齢とともに衰えを実感するだけでなく、全身にさまざまな健康上の変化が増加する時期です。

食に関して言えば、年齢を重ねるに伴い、「食が細くなる」、「食欲を感じづらくなる」、「食事そのものに対して関心が薄れ、食事を抜く回数が多くなる」、「毎日同じものを食べ続ける」等の食生活を長く続けることにより、体を健康な状態に保つために必要な栄養が不足し、低栄養状態になることがあります。

加齢に伴う筋力や筋肉量の減少はごく自然な老化現象ではありますが、そこに「低栄養」が加わることで、「フレイル（虚弱）」へと状態を進行させ、要介護状態や寝たきりになる原因の一つとして着目されており、フレイルを予防することは、高齢期をいきいき過ごすための重要課題となっています。

また、咀嚼（そしゃく）・嚥下（えんげ）機能が低下することで、最終的に低栄養に陥ることになるオーラルフレイル予防も課題となっています。

【施策の方向性】

1-（7）健康寿命延伸にむけたフレイル予防のための食育推進

低栄養を予防し、健康寿命を延伸するため、1日3回の食事を大切にすること、「主食」、「主菜」、「副菜」を組み合わせてバランスよく食べること、良質なたんぱく質をとること、いろいろな食品を食べること等を普及啓発します。

<具体的な取組>	カッコ内は関係する部署
<p>○高齢期の食生活に関する知識の普及</p> <ul style="list-style-type: none">・ 広報や教室を通じてバランスの良い食事や健全な食生活の重要性を伝え、食への関心を高めます。（健康対策課）・ 公民館や地域の自主活動団体が行う健康講座で、生活習慣病予防、介護予防に関する食の情報を提供します。（健康対策課、フレイル対策推進課） <p>○健康寿命延伸のための食生活の実践支援</p> <ul style="list-style-type: none">・ 男性を対象として講話（バランス食、減塩食など）と調理実習を行い、食事や健康づくりへの関心を高め、料理や栄養の基礎的な知識、技術の習得を目的とし、食生活の自立を図ります。（健康対策課）・ ハイリスク（低栄養等）の対象者に、保健師・管理栄養士で訪問し、栄養相談・指導を行います。（健康対策課）・ 公民館や地域の自主活動団体に対して、栄養、口腔機能の低下予防の教室を開催しま	

す。(フレイル対策推進課)

- ・フレイル予防食と栄養充実プロジェクトにおいて、産官学民で協働し、生活習慣病予防からフレイル予防まで幅広くメニューを開発し、ホームページや冊子等を活用して普及啓発します。(フレイル対策推進課)

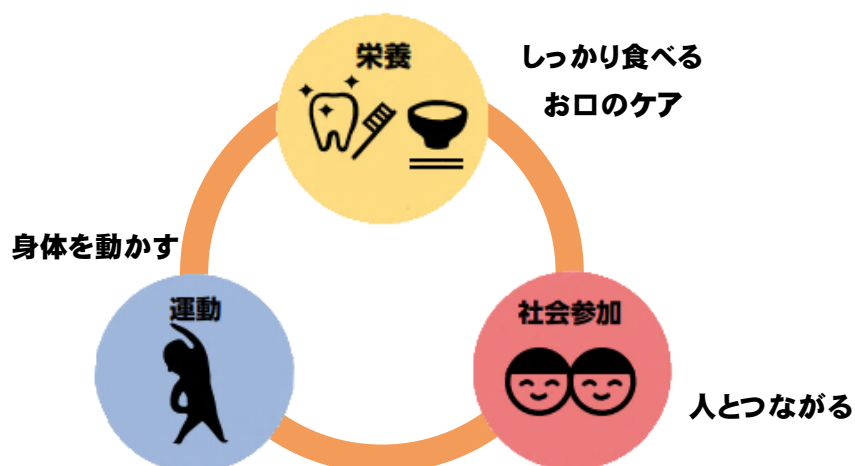
コラム

フレイル

フレイルとは、健康な状態から要介護状態に移行する中間の段階のことです。そのままにしていると、足腰が弱くなり、社会とのつながりも減って、要介護状態に進んでしまいます。



フレイル予防のポイント



【現状と課題】

家族や友人と楽しく調理をしたり、食卓を囲むなど、食を通じたコミュニケーションは、食への関心を高めるとともに、食事の楽しさを実感することができます。また、食に関するマナーや知識を習得したり、食べ物を大切にする気持ちや感謝の気持ちを育むことができる機会になります。しかし、家族形態や生活様式の変化から、家族そろって食事を食べることがほとんどない子どもや、誰かと一緒に食事をするのがほとんどない人も一定数みられます。学校、保育園、地域など関係団体が連携しながら、共食の大切さを伝え、食を通じたコミュニケーションを推進していく必要があります。

また、食育の推進は、市民一人ひとりが主体となりますが、多くの市民に食育への関心を持ち、実践してもらうためには、地域、行政、学校など多様な関係機関が連携・協働して取り組む必要があります。さらに効果的に食育を推進するためには、地域に密着した食育推進の取組を行っている食生活改善推進員をはじめとする、地域のボランティアとの連携も欠かせません。関係者の共通理解のもと、食育に関心のない層へも届くよう、あらゆる機会や手法を活用して食育を推進することが必要です。

【施策の方向性】

1－（8）食を通じたコミュニケーションの推進

食を通じたコミュニケーションは食の楽しさを実感させ、心の豊かさをもたらします。家族や仲間とともに料理や食事をする事でコミュニケーションを図り、人と人との関わりを広げ、世代を超えた交流も深めることができます。豊かな心を育むため、家族等で食卓を囲む共食を推進するとともに、地域での食を通じた交流、食に関する体験活動などを通して、コミュニケーションの機会の充実を図ります。

＜具体的な取組＞	カッコ内は関係する部署
<p>○共食の普及啓発</p> <ul style="list-style-type: none"> ・家族や仲間と一緒に食卓を囲む機会や時間を増やせるよう、ホームページや各種媒体等を活用して「共食」の重要性について啓発します。（こども相談課、こども施設課、学校教育課、学校給食課、健康対策課、フレイル対策推進課） ・料理教室等の実施により、家族や仲間と一緒に料理を作り、食事をする楽しさを伝えます。（こども相談課、学校教育課、学校給食課、健康対策課、フレイル対策推進課） ・保育施設等や小中学校において、園児や児童、生徒、職員と一緒に給食を囲むことで、共食の楽しさやマナーを育むことができるようにします。（こども施設課、学校教育課、学校給食課） <p>○食を通じた交流</p> <ul style="list-style-type: none"> ・地域や子どもたちを取り巻く人々と連携し、野菜の栽培、収穫、調理体験など、世代を超えた交流を行い、食に対する興味や楽しさを育む機会を設けます。（こども施設課） ・各小中学校が、農作物の栽培、収穫、調理、生産現場の見学、生産者との交流等、食に 	

関する体験を授業の中で各学校の状況や地域の特性に合わせて取り組めるよう支援します。(学校教育課・再掲)

- ・調理員や市内の野菜生産者、県内の給食用物資納入業者、地元企業や関係団体の方などを積極的にゲストティーチャーとして招き、児童生徒の地元への愛着や勤労生産への感謝の心を育むとともに、食に関する意識を高めます。(学校教育課、学校給食課・再掲)

○子ども食堂の支援(こども政策課)

- ・子どもたちが無料もしくは低額で食事の提供を受けることができ、孤食や欠食の防止や地域の大人との交流の場づくりを推進する子ども食堂の拡充のため、民間が主体となって実施する子ども食堂の立ち上げやフードドライブ**等の食品の確保の支援及び広報の支援を行います。

※フードドライブ:家庭で余っている食べ物を学校や職場などに持ち寄り、それらをまとめて地域の福祉団体や施設、フードバンクなどに寄附する活動。

1-(9)食育を推進する環境づくり

地域の食育を推進する人材である食生活改善推進員の養成および研修会の開催等による育成と活動の支援を行うとともに、連携を図り、地域で広く食育を推進します。また、無関心層を含む誰もが食に関心を持ち、心がけ、実践できるよう、地域、行政、学校など多様な関係機関と連携を図りながら啓発を行うとともに、さまざまな機会から食について考えるきっかけ作りを行い、一人ひとりの食育の取組を支えることをめざします。

<具体的な取組>

カッコ内は関係する部署

○食生活改善推進員との連携・協力(健康対策課)

- ・地域に密着し、食生活の改善及び健康づくりを推進するボランティア団体である食生活改善推進員を養成し、活動を支援します。
- ・食生活改善推進員と連携を図り、食生活改善推進員が各公民館で伝達講習会を実施することで、健全な食生活の実践の大切さを広く市民に普及します。

○食への関心を高める情報発信(全所管課)

- ・広報やホームページ、SNS、さまざまなイベント等の機会を活用し、食育に関してニーズに応じた情報を発信します。
- ・朝食や野菜摂取、減塩、食育月間や食育の日など、市全体で共通したテーマに沿った情報発信を行います。

コラム

共食するとこんないいこと

- ◎自分が健康だと感じていることと関係します
- ◎健康な食生活と関係しています
- ◎規則正しい食生活と関係しています
- ◎生活リズムと関係しています

共食には、一緒に料理を作ったり、会話を楽しむことも含まれます。

出典:農林水産省ホームページ

2 食文化を継承し、環境に配慮した食育の推進

【現状と課題】

私たち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す。

近年、グローバル化、核家族化の進展、共働きの増加など、社会環境の変化とともに、家庭での食生活のあり様に変化し、地場産物を活かした郷土料理や行事食などの地域に古くから継承されてきた食文化が失われつつあります。また、日々の食生活は、自然の恩恵や多くの関係者の支えによって成り立っていますが、ライフスタイル等の変化により、普段の食生活を通じて、生産から消費に至る食の循環を感じる機会も減っています。郷土料理や行事食等の地域に根ざした伝統的な食文化は、その土地の産物を使って独自の料理法で作られ、食べ継がれてきたものであり、地元産の食材に関心を持ち、地域の食文化を知ることは、地域への愛着へつながるとともに、地域の活性化につながります。様々な機会地元産の食材や郷土料理の周知を図り、地産地消の推進や食文化の継承に努める必要があります。

さらに、日本では一年間で523万トンもの食べ物が捨てられ、大量の食品ロスが発生しています。これは、毎日、一人当たり茶碗1杯分のご飯に近い量を捨てていることになります。食品ロスの約半分が家庭からの排出であることから、食を大切に、「もったいない」の気持ちを持ち、市民一人ひとりが環境に配慮した食生活の実践を推進するため、食品ロスの削減の重要性について理解を深める取組が必要です。

【施策の方向性】

2-（1）地元食材の活用の推進

地産地消の理解を深め、積極的に地元食材を食生活に取り入れることを意識できるよう、情報発信に努めます。また、地元食材の積極的な活用に取り組みます。

<具体的な取組>	カッコ内は関係する部署
<p>○地産地消の普及啓発（農林課）</p> <ul style="list-style-type: none">・地元食材の利用促進を図るため、ホームページで地元の直売所についての情報提供や支援を行っていきます。・6次産業化[※]への取組支援を行い、地元食材の活用推進を図ります。・各関係機関と連携し、イベント等で地産地消の普及啓発や地元食材に関するPRに取り組みます。 <p>○地元食材の学校給食への導入（学校給食課）</p> <ul style="list-style-type: none">・児童生徒が生産者の思いや文化、郷土に対する誇りや愛着、さらには食に対する感謝の気持ちを育めるよう地場農畜水産物等の地元食材を学校給食に取り入れます。 <p>○いきいきこめっこデーの実施（学校給食課）</p> <ul style="list-style-type: none">・毎月19日食育の日を「いきいきこめっこデー」とし、学校給食において地元食材をふんだんに取り入れた料理や行事食を実施します。	

○児童生徒からの献立募集（学校給食課）

- ・学校給食や郷土に対する理解、関心を深めるために、児童生徒から郷土の産物を使った料理を募集し、採用したメニューを学校給食に取り入れます。

※6次産業化：農産物や水産物の生産者が、生産（1次産業）、食品加工（2次産業）、流通販売（3次産業）まで関わること

米子のおいしい食材

白ねぎ



にんじん



ブロッコリー



梨



柿



2-（2）食文化の継承

伝統的な食文化を次世代へ受け継いでいくため、地域の食文化に関心を持ち、自らの食生活に取り入れられるよう情報の発信や調理、食体験の場の提供を推進し、食文化の保護・継承に努めます。

<具体的な取組>

カッコ内は関係する部署

○郷土料理、行事食等の提供（学校給食課、こども施設課）

- ・保育施設給食、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、継承に努めます。

○栄養教諭等による献立を活用した指導（学校給食課）

- ・栄養教諭等による郷土料理や行事食を活用した食に関する指導を実施し、児童生徒のふるさとへの愛着を養う支援を行います。

○地域における普及、継承（健康対策課）

- ・地域に密着し、食生活及び健康づくりを推進するボランティア団体である食生活改善推進委員会の講習会や食生活改善推進員を養成する講座において、郷土料理等の実習を取り入れ、地域の伝統的な食文化の継承に努めます。

コラム

米子の郷土料理

郷土料理は、各地域の産物を上手に活用して、風土にあった食べ物として作られ、食べられてきました。そして、歴史や文化とともに受け継がれています。



いただき



いもぼた

2－（3）食品ロスの削減

市民一人ひとりが食品ロスの現状やその削減の必要性について認識を深め、食品ロス削減に自主的に取り組めるよう広く普及啓発を行い、理解を促進し、食べものを大切にする姿勢とともに環境に配慮した食生活の実践を推進します。

＜具体的な取組＞	カッコ内は関係する部署
<p>○食品ロス削減の普及啓発</p> <ul style="list-style-type: none"> ・家庭における堆肥づくりの普及、広報等による啓発活動により、生ごみ（食品ごみ）の減少を図ります。（クリーン推進課） ・食品ロス削減月間（10月）、食品ロス削減の日（10月30日）の周知について関係部署と連携して取り組みます。（クリーン推進課、学校給食課、こども施設課） ・「3010運動」について啓発を行い、宴会時の食品ロスの削減を図ります。（クリーン推進課） ・「全国おいしい食べきり運動ネットワーク協議会」に参加し、全国共同キャンペーン等を実施し食品ロス削減を啓発します。（クリーン推進課） ・食品ロスの削減につながる取組として、フードバンク※¹、フードドライブ活動への理解と協力を図ります。（クリーン推進課） ・賞味期限や消費期限を超えたことで、食材として使ったり、食事に提供したりすることなく、そのまま捨ててしまう直接廃棄の削減のため、期限表示の正しい理解について広報やホームページ等で啓発に努めます。（クリーン推進課） ・「ローリングストック法」※²、「食品ロスダイアリー」※³等について、広報やホームページを活用して普及啓発に取り組みます。（クリーン推進課） <p>○栄養教諭等による学校給食を活用した指導（学校給食課）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・栄養教諭等による学校給食を活用した食に関する指導等を通して、児童生徒の食品ロス削減への理解を深める支援を行います。 	

※1 フードバンク：賞味期限内にもかかわらず、様々な理由により食品関連事業者による販売が困難となった食品の寄附を受けて福祉施設や食べ物に困っている方々に無償で提供する取組。

※2 ローリングストック法：食品を少し多めに買い置きして、食べたならその分を買い足すことにより、食品の備蓄を行うこと。また、賞味期限切れで廃棄してしまう食品ロスを防ぐことにもなる取組。

※3 食品ロスダイアリー：家庭で発生した、食べ残しや賞味期限切れ等で捨ててしまった食べ物の種類や量を日記形式で記録するもの。

第5章 目標を達成するための評価指標

1 生涯を通じた、体と心の健康を支える食育の推進			
指標	現状	目標 (令和10年度)	出典
1日に2回以上、主食、主菜、副菜の揃った食事をする人を増やす	55.3%	60%以上	健康づくりに関するアンケート(令和3年)
朝食を毎日食べる人を増やす			
児童(小6)	85.9%	100%	全国学力・学習状況調査(令和4年)
生徒(中3)	82.6%	100%	全国学力・学習状況調査(令和4年)
20歳以上	68.7%	75%以上	健康づくりに関するアンケート(令和3年)
食事に気をつけている人を増やす	58.4%	65%以上	健康づくりに関するアンケート(令和3年)
家族と食事をする子どもを増やす			
児童(小5)	91%	100%	食事と生活についてのアンケート 鳥取県学校栄養士協議会(令和3年)
生徒(中2)	93%	100%	
家族や友人と楽しく食卓を囲む人を増やす	83.0%	90%以上	健康づくりに関するアンケート(令和3年)
食事のあいさつを実践している人を増やす	87.3%	95%以上	県民健康栄養調査(令和4年)
2 食文化を継承し、環境に配慮した食育の推進			
指標	現状	目標 (令和10年度)	出典
地産地消を知っている人を増やす			
児童(小5)	18%	35%以上	食事と生活についてのアンケート 鳥取県学校栄養士協議会(令和3年)
生徒(中2)	81%	90%以上	
食品ロス削減のために何らかの行動をしている人を増やす	83.4%	90%以上	健康づくりに関するアンケート(令和3年)

第6章 計画の推進

1 計画の推進方法と連携の強化

広報やホームページなどのあらゆる機会を活用し、市民一人ひとりに食育推進計画の普及に努めます。また、食育の推進について、関心を持ち主体的に実践する市民を増やすために、家庭や保育・教育関係者、地域、関係団体、行政等が連携、協働を図りながら取り組みます。

2 計画の進行管理

本計画の推進について、具体的な取組状況の点検・評価が重要であることから、関係団体等の意見をいただき、定期的に点検・評価を行い、検証結果を市議会へ報告し、施策の改善につなげます。