

第3期 石巻市食育推進計画

石巻の『すこやかな体と心を育む豊かな食』を未来へつなごう

計画期間：2019年度～2023年度



早起き

とまとまっき



早寝

さばまっき

朝ごはん

こねまっき



平成31年3月

石巻市



「食を活かした元気な石巻」都市宣言

平成 21 年 12 月 4 日制定

宣言趣旨

食は、人が生きていくためにはなくてはならない命の源^{みなもと}です。

私たちのふるさと石巻は、^{あお}碧い海と^{いど}緑の山々、そして悠久^{ゆうきゆう}の大河に抱かれ、はるか縄文^{じょうもん}の昔から豊かな食の恵みを人々に与えてきました。

北上川流域^{ひよく}の肥沃な耕土は、「ひとめぼれ」「ササニシキ」はもちろん、いちご・トマト・きゅうり・せり・ほうれんそう・つぼみ菜・スリムねぎなどの一大産地となっています。また、畜産では、宮城県の代表的な基幹種^{きかんしゅ}雄牛^{ゆうぎゅう}「茂洋号^{しげひるごう}」のブランド化が進んでいます。

さらに、世界三大漁場の一つ金華山沖は、かつお・いわし・さばなどの水産資源の宝庫であり、沿岸部では、かき・ほたて・ほや・のり・銀ざけなどが養殖され、広い汽水域^{きすいいき}には「べっこうしじみ」が生息し、近代捕鯨の地、牡鹿からは鯨食文化を全国に発信しています。

石巻は、まさしく「食材王国みやぎ」の一翼^{いちよく}を担っているのです。

私たちは、ふるさとが与えてくれる豊かな食の恵みと、先人たちが今に伝えてきた「おくずかけ」「ずんだ餅^{もち}」「からし巻」などの郷土料理、さらに私たちが^{はぐく}育てきた「おもてなしの心」を大切にしながら、健康と活力と魅力ある地域づくりを進めることを決意し、食^{たずさ}に携わるすべての人々にエールを送り、ここに「食を活かした元気な石巻」を宣言して、次に掲げる7つの約束を実行します。

7つの約束

- 1 規則正しくバランスのとれた食生活を実践します。
- 2 「いただきます」「ごちそうさま」と、食に感謝します。
- 3 郷土の誇りである伝統的な食文化を大切にします。
- 4 地元の「食」の素晴らしさを知り、地場産物の活用を進めます。
- 5 地域の豊かな食材^{はぐく}を^{もりさとうみ}育む森里海の自然を守り、次世代に伝えます。
- 6 「食」の安全・安心に関する知識を高めます。
- 7 「食」の多様性を尊重し、異なる文化の理解を深めます。



目 次

| | |
|--------------------------------------|-----------|
| I 計画の策定にあたって | 1 |
| 1 計画の背景と趣旨 | 1 |
| 2 国の方向性 | 2 |
| 3 県の方向性 | 3 |
| 4 計画の位置づけ | 4 |
| 5 計画の期間 | 4 |
| | |
| II 石巻市の食をめぐる現状 | 5 |
| 1 食生活の変化 | 5 |
| (1) 乳児期・幼児期（0～5歳） | 5 |
| (2) 学童期・思春期（6～18歳） | 8 |
| (3) 青年期（19～39歳） | 11 |
| (4) 壮年期（40～64歳） | 14 |
| 2 食を取り巻く環境の変化 | 17 |
| (1) 食文化 | 17 |
| (2) 地産地消の取組 | 19 |
| (3) 食の安全・安心 | 20 |
| 3 目標値の達成状況について | 21 |
| ■達成状況の区分 | 21 |
| ■第2期計画の目標達成状況 | 22 |
| (1) 食習慣と健康 | 22 |
| (2) 食文化の継承（最優先項目） | 23 |
| (3) 地産地消（最優先項目） | 23 |
| (4) 食の安全・安心 | 24 |
| 4 事業の取組成果と課題について | 25 |
| (1) 食習慣と健康 <栄養のバランスを考えた食事をしよう> | 25 |
| (2) 食文化の継承 <石巻の豊かな食をみんなで伝えよう> | 32 |
| (3) 地産地消 <石巻の豊かな食をみんなで楽しもう> | 35 |
| (4) 食の安全・安心 <石巻の豊かな食をみんなで守ろう> | 38 |
| | |
| III 計画の基本理念と基本方向 | 41 |
| 1 計画の基本理念 | 41 |
| 2 計画の基本方向 | 41 |
| 3 目標と重点取組項目 | 42 |
| 4 計画の体系 | 43 |

| | |
|--|-----------|
| IV 目標の設定と行動計画 | 45 |
| 1 基本方向別目標及び目標値の設定 | 45 |
| (1) 食習慣と健康 | 45 |
| (2) 食文化の継承 | 46 |
| (3) 地産地消 | 47 |
| (4) 食の安全・安心 | 47 |
| 2 行動計画 | 48 |
| (1) ライフステージに応じた取組 | 48 |
| (2) 展開の場に応じた取組 | 53 |
| (3) 基本方向別行動計画 | 56 |
| (4) みんなで取り組む食育（関係部署や関係団体と連携してすすめる食育事業） | 70 |
| | |
| V 計画推進 | 71 |
| 1 計画の周知 | 71 |
| 2 推進体制 | 71 |
| 3 進行管理 | 71 |
| | |
| 資料編 | 73 |
| 資料1 第3期石巻市食育推進計画策定の経過 | 73 |
| 資料2 石巻市食育推進会議条例 | 74 |
| 資料3 石巻市食育推進会議委員名簿 | 75 |
| 資料4 石巻市食育推進庁内検討会議設置要綱 | 76 |
| 資料5 参考資料 | 78 |
| (1) 市民食育アンケート調査等結果の概要 | 78 |
| (2) 市内にあるスーパー、居酒屋、コンビニ等の店舗数（食習慣と健康） | 90 |
| (3) ライフステージごとの食品の目安量（食習慣と健康） | 91 |
| (4) 間食の適量（食習慣と健康～主に青壮年期～） | 92 |
| (5) 郷土料理のレシピ（食文化の継承） | 93 |
| (6) 農水産物カレンダー（地産地消） | 94 |
| (7) 農業産出額と生産農業所得（地産地消） | 97 |
| (8) 石巻魚市場水揚げ高の推移（地産地消） | 97 |
| (9) 石巻魚市場魚種別水揚げ高数量及び金額の魚類上位順位（地産地消） | 98 |
| (10) 食中毒に気をつけよう（食の安全・安心） | 99 |

I 計画の策定にあたって

I 計画の策定にあたって

1 計画の背景と趣旨

本市では、平成 21 年 3 月に「食育推進計画」（第 1 期）を策定し、同年「食を活かした元気な石巻」都市宣言を行い、海、山、川、田畑がある、豊かな食に恵まれた風土を活かした取組を推進してきました。平成 26 年 3 月には「第 2 期石巻市食育推進計画」を策定し、特に食文化の継承と地産地消の取組を重点項目として、基本理念の実現に向けて取り組んできました。

東日本大震災から 8 年が経過し、「石巻市震災復興基本計画」では平成 30 年度から平成 32 年度は「本市が新たな魅力と活力ある地域として生まれ変わり、発展していく期間」とされています。食育推進計画も平成の時代を終えて新たな時代に向けての取組が必要とされています。

本市では、国の「第 3 次食育推進基本計画」、県の「第 3 期宮城県食育推進プラン」との整合を図りつつ、市の上位計画である「石巻市総合計画」、「石巻市震災復興基本計画」を基幹に据えて、計画の基本理念である『石巻の「すこやかな体と心を育む豊かな食」を未来へつなごう』の実現に向けて、今後 5 年間、発展期を後押しする食育の取組として施策展開を図ることとしました。



2 国の方向性

平成 17 年6月に「国民が生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性をはぐくむ」（食育基本法第1条）ことを目的として、「食育基本法」が制定されました。同法に基づき、食育推進基本計画（平成 18 年度～平成 22 年度まで）及び第2次食育推進基本計画（平成 23 年度～平成 27 年度まで）を作成し、国は 10 年にわたり、都道府県、市町村、関係機関・団体等とともに食育を推進してきました。

しかし、特に若い世代では、健全な食生活を心がけている人が少なく、朝食欠食の割合が高く、栄養バランスに配慮した食生活を送っている人が少ないなど、健康や栄養に関する実践状況に課題が見受けられます。

今後の食育の推進にあたっては、食をめぐる様々な課題を踏まえ、関係者がそれぞれの特性を生かしながら、連携・協働し、国民が「自ら食育推進のための活動を実践する」（食育基本法第6条）ことに取り組むとともに、実践しやすい社会環境づくりにも取り組むことで、食をめぐる諸課題の解決に資するように推進していくことが必要です。国では、これまでの食育の推進の成果と食をめぐる状況や諸課題を踏まえつつ、食育に関する施策を総合的かつ計画的に推進していくため、平成 28 年度から平成 32 年度までの5年間を期間とする第3次食育推進基本計画を作成し、推進しております。

第3次食育推進基本計画（平成 28 年度～平成 32 年度） <食育推進の目標>

- (1) 食育に関心を持っている国民を増やす
- (2) 朝食又は夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数を増やす
- (3) 地域等で共食したいと思う人が共食する割合を増やす
- (4) 朝食を欠食する国民を減らす
- (5) 中学校における学校給食の実施率を上げる
- (6) 学校給食における地場産物等を使用する割合を増やす
- (7) 栄養バランスに配慮した食生活を実践する国民を増やす
- (8) 生活習慣病の予防や改善のために、ふだんから適正体重の維持や減塩等に気をつけた食生活を実践する国民を増やす
- (9) ゆっくりよく噛んで食べる国民を増やす
- (10) 食育の推進に関わるボランティアの数を増やす
- (11) 農林漁業体験を経験した国民を増やす
- (12) 食品ロス削減のために何らかの行動をしている国民を増やす
- (13) 地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承し、伝えている国民を増やす
- (14) 食品の安全性について基礎的な知識を持ち、自ら判断する国民を増やす
- (15) 推進計画を作成・実施している市町村を増やす

3 県の方角性

県では、食育基本法及び国の第3次食育推進基本計画の趣旨を基に、さらに、第2期計画による取組の推進状況を踏まえ、宮城の特性を生かした食育をさらに展開していくための指針として「第3期宮城県食育推進プラン」を策定しています。

基本目標

県民一人一人が、食を生きる上での基本としてとらえ、健全な食生活と心身の健康増進を目指します

多彩で豊富な宮城の食材の理解と食文化の継承を通して、豊かな人間形成を目指します

行動目標

バランスのとれた食生活で適正体重の維持に努めましょう

食卓に宮城の食材を取り入れましょう

食育推進の基本方向

① 健全な食生活に必要な知識の習得と実践能力の育成

② 宮城の風土に育まれた食材・食文化の理解と継承

③ 食の安全安心に係る関係者間の信頼関係構築

④ 多様な機関の連携・協働による食育の推進

重点施策

重点施策1 食育を通した健康づくり

Plan 1 生涯を通した健康づくり

- ・第2次みやぎ21健康プランの推進
- ・子どもの基本的生活習慣の定着促進

Plan 2 健全な食生活の実現

- ・望ましい食習慣の形成と実践促進
- ・食卓を囲んだ食育の推進
- ・給食を通した食育の推進

重点施策2 「食材王国みやぎ」の理解と継承

Plan 3 農林漁業体験を通した食育の推進

- Plan 4
地産地消の推進
- ・地産地消意識の普及啓発
- ・給食等における県産食材の利用推進
- ・農産物直売所の活用による生産者と消費者の交流推進

Plan 5 食文化の継承

- ・地域における継承活動への支援
- ・給食等における地域の郷土料理や伝統的な食文化の紹介

重点施策3 食の安全安心に配慮した食育

Plan 6 食の安全安心に係る信頼関係の確立

- ・食の安全安心に関する知識の普及
- ・食品表示の適正化の推進
- ・食の安全安心県民総参加運動への参加促進

重点施策4 みんなで支えあう食育

Plan 7 食育支援ネットワークの強化

Plan 8 食育推進の環境づくり

- ・子どもや若い世代への食育推進体制の強化
- ・食育に関わる人材の育成・活動支援
- ・食品関連事業者等の取組の推進

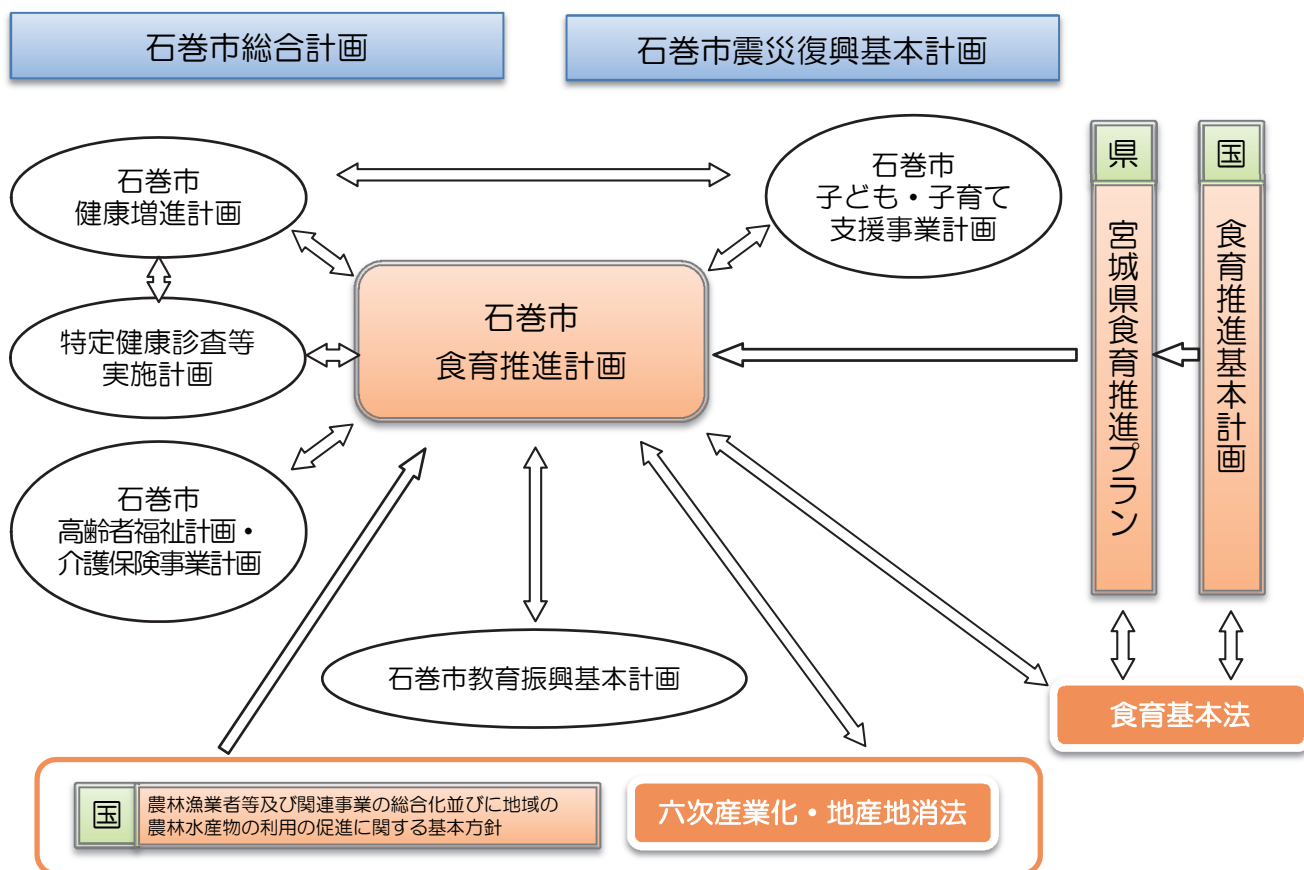
これら国・宮城県が示す考え方、方向性を踏まえ、上位計画やその他関連計画との整合性を図り、市における食育推進の目標を設定し、具体的な取組とそれを支援する環境の構築を目指します。

4 計画の位置づけ

「石巻市食育推進計画」は、「食育基本法」第 18 条第 1 項に基づく市町村食育推進計画であり、国、県の食育推進計画との整合性を保ちます。

また、「六次産業化・地産地消法」（地域資源を活用した農林漁業者等による新事業の創出等及び地域の農林水産物の利用促進に関する法律）第 41 条第 1 項に基づく地域の農林水産物の利用の促進についての計画であり、国の農林漁業者等による農林漁業及び関連事業の総合化並びに地域の農林水産物の利用の促進に関する基本方針との整合性を保ちます。

さらに、市の「石巻市総合計画」と「石巻市震災復興基本計画」（平成 23 年度から平成 32 年度まで）を最上位におき、最も深い関連がある「石巻市健康増進計画」と調和を図り、「特定健康診査等実施計画」、「石巻市高齢者福祉計画・介護保険事業計画」、「子ども・子育て支援事業計画」、「石巻市教育振興基本計画」などと相互連携するものです。



5 計画の期間

本計画は平成 31 年度（2019 年度）を初年度とし、平成 35 年度（2023 年度）を目標年度とする 5 年間の計画となっています。