第4期石巻市食育推進計画の概要

Ⅰ　計画の策定にあたって

１ 計画の背景と趣旨

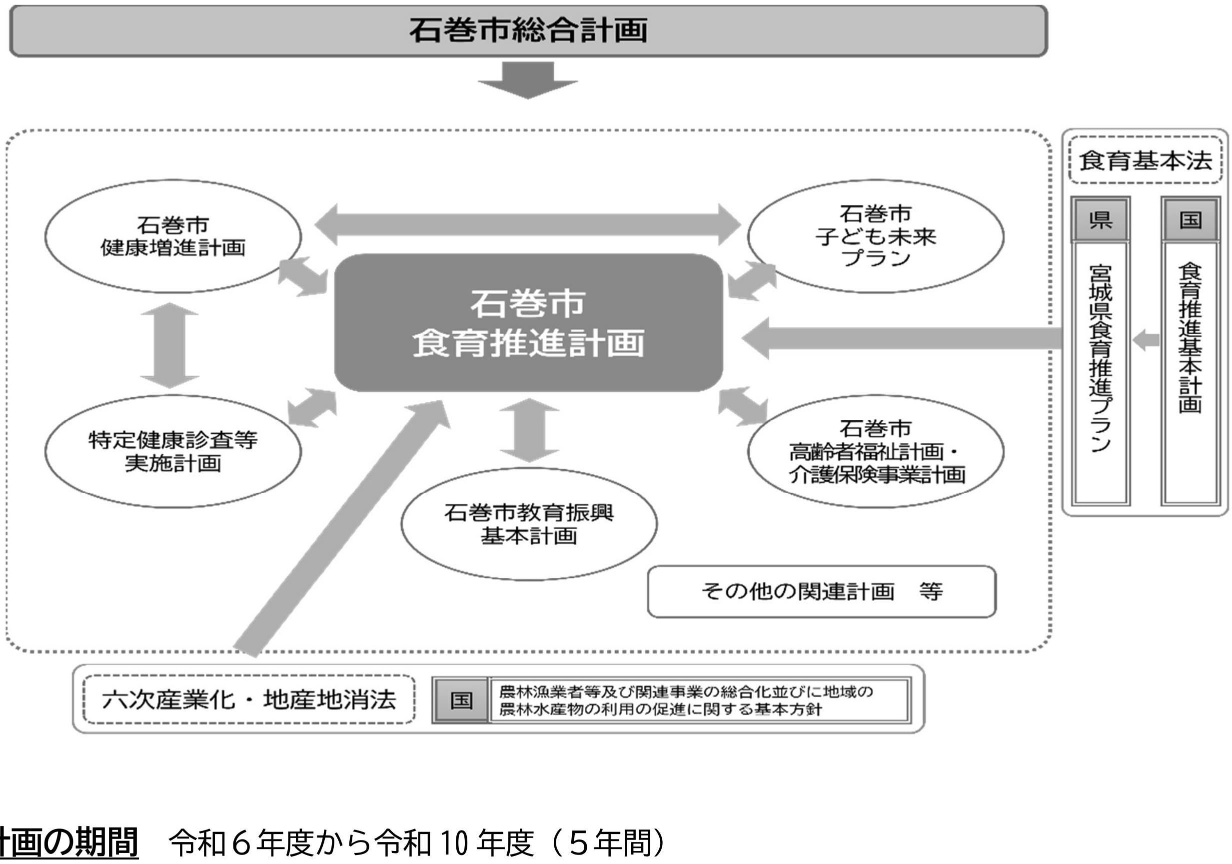
本市では、平成 21 年３月に「石巻の『すこやかな体と心を育む豊かな食』を未来へつなごう」を基本理念に「第１期石巻市食育推進計画」を策定し、同年「食を活かした元気な石巻」都市宣言を行い、海、山、川、田畑がある、豊かな食に恵まれた風土を活かした取り組みを推進してきました。

平成 31 年３月に策定した第３期計画では、若い世代を中心とした「食習慣と健康」を重点に推進してきましたが、令和２年からの、新型コロナウイルス感染症拡大の影響により、大規模イベントや飲食を伴う食育事業は自粛せざるを得ない状況となり、国全体としての生活状況も外出自粛や外食機会の減少など、在宅時間が増えることで生活習慣の変化や身体活動量の低下による、心身の健康への影響が懸念され、食育の重要性が高まってきています。

そのような状況下で、令和３年３月に国の「第４次食育推進基本計画」、県の「第４期宮城県食育推進プラン」が策定され、本市でもその内容と整合性を図りながら、改めて石巻の食を活かし、また市民の心身の健康を支える食育の推進を図るために「第４期石巻市食育推進計画」を策定することといたします。

２ 計画の位置づけ

本計画にあたっては、上位計画である「石巻市総合計画」を最上位に置き、「石巻市健康増進計画」をはじめとする市の関連計画並びに国・県の計画と整合性を図ります。



３ 計画の期間　令和６年度から令和 10 年度（５年間）

４ 本計画とＳＤＧｓとの関係

【本計画に関連するＳＤＧｓの目標】

Ⅱ　目標の達成状況

１ 第３期計画目標達成状況

目標達成が 14 項目（32.7%）、悪化傾向 17 項目（39.5%）で悪化傾向の割合が若干高くなっています。目標達成は「3 歳児、12 歳児のむし歯の保有数を減らす」、青壮年期の「食事の適量がわかる人を増やす」「水お茶以外の甘い飲み物を毎日飲む人を減らす」「野菜海藻を毎食食べる人を増やす」「学校給食での地場産物の活用を増やす」です。悪化傾向は、小５中２の「毎日朝ご飯を食べる子の割合を増やす」「肥満の子の割合を減らす」、壮年期は「メタボリックシンドローム該当者及び予備群の割合を減らす」、学校での「児童生徒と産業従事者との体験学習をとおした交流の場を増やす」「食育に関するＰＴＡ活動を増やす」です。

達　成　状　況	指標項目数	割合	達　成　状　況	指標項目数	割合
◎ 目標達成	14	32.7%	→ ほぼ変化なし	5	11.6%
○ 改　善(6割以上)	1	2.3%	↓ 悪化傾向(3割以上の悪化)	17	39.5%
↑ 改善傾向(3割以上6割以下)	1	2.3%	― 評価不能	5	11.6%

２ 事業の取組成果と課題

☆基本方向１ **「食習慣と健康」**　目標：生活リズムを整え、栄養バランスのとれた食事をしよう

成果　健診や健康教育、各保育所幼稚園、学校、各場面でライフステージごとの啓発活動を実施した。乳幼児、小中学生では「１人あたりのむし歯保有数」減少、幼児から大人まで「甘い飲み物を毎日飲む人」の割合は減少。コロナ禍で集団の事業が難しい時期にはホームページのリニューアルや YouTube 動画作成（幼児向）し啓発を行った。

課題
【乳幼児期　　（0～5 歳）】「野菜が苦手な子」が増加傾向、「肥満傾向児」は横ばい（微減）、個別・集団の支援が必要。
【学童期・思春期（6～18 歳）】「朝食の欠食」は、全国的に増加傾向。むし歯や肥満傾向児は全国に比べ多い。肥満対策は食生活にあわせ身体活動の啓発が必要。
【青壮年期・高齢期（19 歳～）】40 歳～74 歳では「メタボリックシンドローム該当者及び予備群の割合を減らすため、適正体重の維持、野菜摂取アップ、減塩等、生活習慣病予防について今後も継続した取組みが必要。

☆基本方向２ **「食文化の継承」**　目標：石巻の豊かな食を次世代へ伝えよう

成果　保育所幼稚園、小中学校は日々の給食や弁当の時間で継承活動を実施。給食だより等を通じて家庭へ啓発。
令和４年、「ほや雑煮」が１００年フードに登録。「もったいない！食べ残し！3010 運動」や「フードドライブ事業」を実施。

課題　核家族化で家庭での郷土料理や行事食の継承が難しく、今後も学校給食や保育所給食等にあわせ、食育関係団体と連携した継承活動が必要。

☆基本方向３ **「地産地消」**　目標：石巻の豊かな食を知り、みんなで味わおう

成果　学校給食で積極的に地元食材を活用、給食だより等での家庭への普及啓発を実施。保育所・幼稚園等では地元産業従事者との交流事業を実施。鯨肉頒布事業、６次産業化地産地消助成金制度についても継続実施。「地産地消推進店グルメガイドブック」を作成、食育イベント「いしのまきじもとメシ！」を開催。

課題　新型コロナウイルス感染拡大の影響で産業従事者との体験学級の機会が減少。

☆基本方向４ **「食の安全・安心」**　目標：石巻の安全安心な食生活を実現しよう

成果　生産者や小売店では商品（食品）のトレーサビリーティー対応実施。行政機関等では食の安全・安心の研修会を実施。

課題　生産者や小売店については環境に配慮した食品提供の実施。市民への啓発活動については食品表示の他、栄養成分、特定保健用食品や機能性食品の情報提供、非常時における食品の備蓄について啓発が必要。

Ⅲ　計画の基本理念と基本方向

１ 計画の基本理念

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
～食を活かした元気な石巻～

　食は人が生きていくためにはなくてはならない命の源です。健全な食生活が健康な体と心をつくり、心豊かな生活を送ることは市民一人ひとりの願いです。　石巻市は海・山・川という豊かな自然に恵まれた食材の宝庫であり、その食材を活かし「食」に関する意識を高め、昔からつないできた食文化を未来へ繋げるよう、第１期計画から掲げている基本目標を継承し、こどもからお年寄りまで、すべての市民が輝ける元気な石巻を目指していきます。

２ 計画の基本方向

　本市の食育を推進していくために、「１　食習慣と健康」「２　地産地消」「３　食文化の継承」「４　食の安全・安心」の４つを基本方向として掲げ、効果的・円滑に推進していくものです。
　第４期計画では「１　食習慣と健康」「２　地産地消」を最優先基本方向に設定します。

３ 目標と重点取組項目

最優先

1　食習慣と健康

目標：生活リズムを整え、栄養バランスを考えた食事をしよう

重点取組項目
・こどもの頃からの基本的生活習慣の定着促進
・生涯を通じた望ましい食習慣の実践
・食育を通じた健康づくりの推進

最優先

2　地産地消

目標：石巻の豊かな食を知り、みんなで味わおう

重点取組項目
・地域食材の理解と活用促進
・農林水産業の体験学習を通じた食育の推進
・地域食材を活用した6次産業化の推進

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

3　食文化の継承

目標：石巻の豊かな食を次世代へ伝えよう

重点取組項目
・食卓を囲んだ食育の推進
・地域における継承活動の推進
・学校給食・保育所給食での継承活動の推進

4　食の安全・安心

目標：石巻の安全・安心な食生活を実現しよう

重点取組項目
・食の安全・安心に関する知識の普及
・環境に配慮した食育の推進
・家庭・地域における非常時への備えの啓発

※食育ピクトグラムとは
　農林水産省が食育をこどもから大人まで誰にでもわかりやすく発信するために表現を単純化した絵文字のピクトグラムです。本計画でも誰もが「食育」を身近に感じて取組んでいけるよう活用していきます。

4 計画の体系

【基本方向・目標】　【行　動　指　針】

最優先　1　食習慣と健康

目標：生活リズムを整え、栄養バランスを考えた食事をしよう

【乳児期・幼児期：０歳～５歳】

- 正しい食リズムを身につけよう
- 間食（おやつ）の選び方を考えよう
- 野菜を食べよう

2 朝ごはんを食べよう　3 バランスよく食べよう

【学童期・思春期：６歳～18歳】

- 早寝・早起き・朝ごはんを心がけよう
- 体の成長と活動量に合わせた食事をしよう
- 歯を大切にしよう

2 朝ごはんを食べよう　4 太りすぎない やせすぎない　3 バランスよく食べよう　5 よくかんで食べよう

【青年期：19歳～39歳】【壮年期：40歳～64歳】

- NEW 主食・主菜・副菜をそろえて食事をしよう
- 自分の適正体重を知り、食事の適量を心がけよう
- ゆっくりよく噛んで食べよう

3 バランスよく食べよう　5 よくかんで食べよう　4 太りすぎない やせすぎない

【高齢期：65歳以上】

- NEW 主食・主菜・副菜をそろえて食事をしよう

3 バランスよく食べよう

最優先　2　地産地消

目標：石巻の豊かな食を知り、みんなで味わおう

- 地場産物を活用しよう
- 生産から消費までの過程を理解しよう
- みんなで食育に取り組もう

9 産地を応援しよう　12 食育を推進しよう　10 食・農の体験をしよう

3　食文化の継承

目標：石巻の豊かな食を次世代へ伝えよう

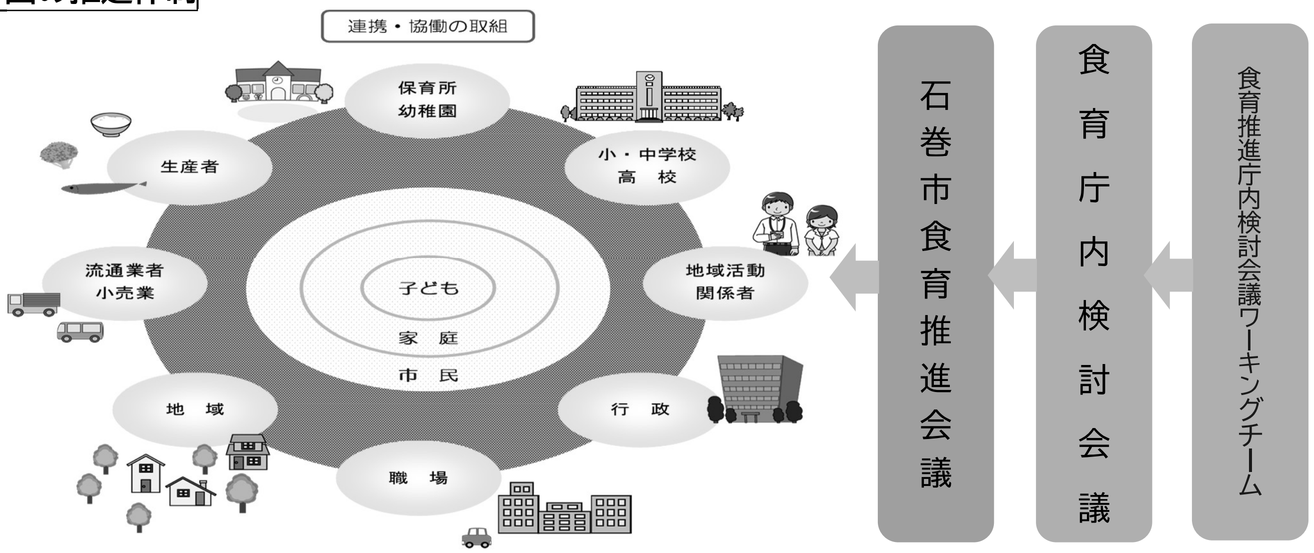
- みんなで楽しく食事をしよう
- 食べ物や人に感謝をしよう
- 郷土料理や行事食に親しみ大切にしよう

1 みんなで楽しく食べよう　11 和食文化を伝えよう　8 食べ残しをなくそう

4　食の安全・安心

目標：石巻の安全・安心な食生活を実現しよう

- 食品、食材を選択する力を身につけよう
- 食材の安全性について情報を提供しよう
- NEW 環境に配慮した食品を選ぼう
- NEW 災害時に備え非常食を準備しよう

7 災害にそなえよう　8 食べ残しをなくそう

計画の推進体制