

第5章

第四次尾道市食育推進計画

1 目指す姿

尾道市が推進する食育は、発育・発達過程にある「子ども」に重点を置きながら、市民一人ひとりが健全な身体と豊かな心を育むために、切れ目なく、生涯を通じた食育を推進します。

目指す姿

「食」を通じて健やかな身体と豊かな心を育むまち “おのみち”

2 基本方針

本計画は、以下の3つの基本方針に基づき、計画内容の立案及び目標が設定されています。

- 1 若い世代への重点的な食育の推進
- 2 生涯を通じた健康寿命の延伸につながる食育の推進
- 3 おのみちの自然の恵みを生かした持続可能な食を支える食育の推進

3 基本目標

尾道市の目指す姿の実現に向け、3つの基本目標を掲げ、家庭、保育所（園）・幼稚園、学校、地域等、各領域が連携しながら食育推進施策を展開します。

また、施策の展開では「新たな日常」やデジタル化等の視点にも配慮しながら取り組みを推進していきます。

基本目標1 「食」を育む

生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性を育むためには、幼少期のころからの食習慣が大切です。「体は食べたものからできている」と言われるように、栄養バランスや適量を考えた食品を選ぶ力や、自ら食事を作る力を身に付けることが、将来の健康にもつながることを理解し、主体的に実践できるよう支援します。

また、高齢化が進む中で、「人生100年時代」に向けて、市民一人ひとりが生涯にわたっていきいきと過ごせるよう、健康寿命の延伸や多様な暮らしに対応します。

基本目標2 「食」を楽しむ

食育の取り組みは、食を通じた家族や仲間との関わりの中で社会性を育みながら、食を楽しむ心を育てることが重要です。生涯にわたる健全で充実した食生活を実現するために、コミュニケーションや豊かな食体験にもつながる食育を推進します。

また、メディアとの付き合い方も含め、共食²¹（きょうしょく）の中で食の楽しさや食事マナーを学んだり、食べる楽しさだけでなく、作る楽しさを感じられる機会の充実を図ります。

基本目標3 「食」でつながる

健全な食生活を送るには、持続可能な環境が不可欠です。食生活が生産者を始めとした多くの関係者や自然の恩恵に成り立つことを意識し、食の循環が環境へ与える影響に配慮しながら、食品ロスの削減等環境との調和に配慮した食育を推進します。

また、尾道市は農産物や水産物をはじめとする食材の宝庫であり、地域には豊かで多様な食文化があります。尾道オリジナルの「食」や「食文化」を見つめなおし、地域食材の魅力を消費者に広める「スローフード²²のまちづくり」を推進しながら、地域との関わりの中で豊かな食体験が経験できるよう、地域ぐるみによる食育の推進を図ります。

²¹ 共食：他者と食事を共にすることによって、家族、世代間等の交流を図ること。

²² スローフード：おいしく健康で、環境に負荷を与えず、生産者が正当に評価される食文化を目指す社会運動のこと。

食育ピクトグラムについて

農林水産省は令和3年2月に、食育の取り組みを子どもから大人まで誰にでも分かりやすく発信するため、食育に関する12の取り組みの表現を単純化した絵文字の「食育ピクトグラム」を作成しました。

本計画では、各施策の展開における主な取り組みに該当する食育ピクトグラムを掲載しています。



1 みんなで楽しく
食べよう

共食

家族や仲間と、会話を楽しみながら食べる食事で、心も体も元気にしましょう。



2 朝ごはんを
食べよう

朝食欠食の改善

朝食を食べて生活リズムを整え、健康的な生活習慣につなげましょう。



3 バランスよく
食べよう

栄養バランスの良い食事

主食・主菜・副菜を組み合わせた食事で、バランスの良い食生活につなげましょう。また、減塩や野菜・果物摂取にも努めましょう。



4 取りすぎない
やせすぎない

生活習慣病の予防

適正体重の維持や減塩に努めて、生活習慣病を予防しましょう。



5 よくかんで
食べよう

歯や口腔の健康

口腔機能が十分に発達し維持されることが重要ですので、よくかんでおいしく安全に食べましょう。



6 手を洗おう

食の安全

食品の安全性等についての基礎的な知識をもち、自ら判断し行動する力を養いましょう。



7 災害に
そなえよう

災害への備え

いつ起こるかもしれない災害を意識し、非常時のための食料品を備蓄しておきましょう。



8 食べ残しを
なくそう

環境への配慮(調和)

SDGsの目標である持続可能な社会を達成するため、環境に配慮した農林水産物・食品を購入したり、食品ロスの削減を進めたりしましょう。



9 産地を
応援しよう

地産地消等の推進

地域でとれた農林水産物や被災地食品等を消費することで、食を支える農林水産業や地域経済の活性化、環境負荷の低減につなげましょう。



10 食・農の
体験をしよう

農林漁業体験

農林漁業を体験して、食や農林水産業への理解を深めましょう。



11 和食文化を
伝えよう

日本の食文化の継承

地域の郷土料理や伝統料理等の食文化を大切に、次の世代への継承を図りましょう。



12 食育を
推進しよう

食育の推進

生涯にわたって心も身体も健康で、質の高い生活を送るために「食」について考え、食育の取り組みを推進しましょう。

資料：農林水産省 消費・安全局消費者行政・食育課

4 計画の体系

〔 目指す姿 〕

「食」を通じて健やかな身体と豊かな心を育むまち “おのみち”

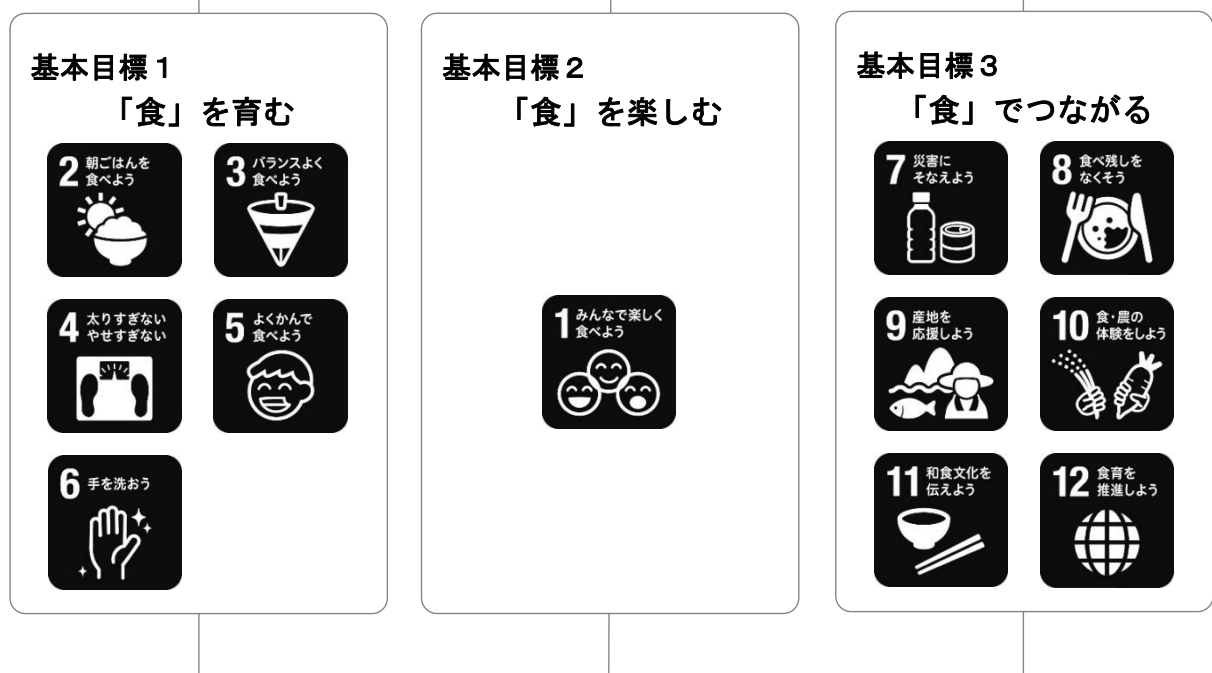
〔 基本方針 〕

基本方針 1 若い世代への重点的な食育の推進

基本方針 2 生涯を通じた健康寿命の延伸につながる食育の推進

基本方針 3 おのみちの自然の恵みを生かした持続可能な食を支える食育の推進

〔 基本目標 〕



〔 施策 〕

- 1 乳幼児期
- 2 学童期・思春期
- 3 青年期・壮年期
- 4 高齢期

5 施策の展開

1 乳幼児期

乳幼児期の食育については、保育所(園)における体験活動の充実や保護者への啓発、乳幼児健診等における栄養相談、子育てサロン等での食材の栽培・収穫・調理等に取り組んできました。

コロナ禍においては体験活動等の実施が困難な状況が続きましたが、感染対策を講じながら安全に実施できる方法を各部門で工夫しながら取り組みを実施し、評価結果は全項目で改善となりました。

この時期は、成長とともに睡眠、食事、遊び等の日々の活動にメリハリが出て、一生を通じての食事の基礎をつくる重要な時期になります。今後も引き続き、家庭における望ましい食習慣の定着や、栽培や収穫、調理に関わることで食への関心を広げていくための支援を継続することが大切です。

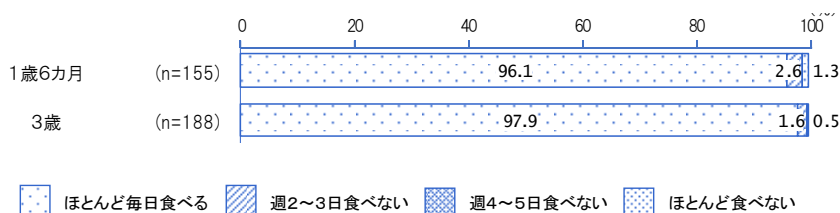
基本目標 1 「食」を育む



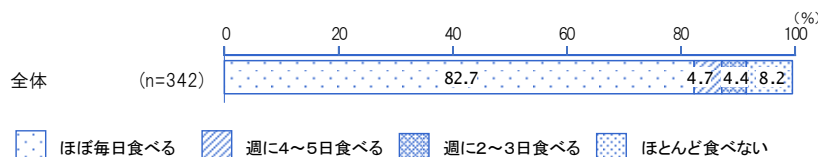
① 現状と課題

子どもの朝食の摂取状況について、「ほとんど毎日食べる」が1歳6カ月で96.1%、3歳で97.9%であり、目標値に達しましたが、保護者の朝食の摂取状況については、欠食する日がある割合は17.3%であり、保護者に課題が残る結果です。

■子どもの朝食の摂取状況



■保護者の朝食の摂取状況



② 行動目標

- 見て、触って、五感を使って食事を味わおう
- 早寝・早起き・朝ごはんの習慣を身につけよう
- 空腹感や食欲を感じながら、食事や間食のリズムをつけよう
- 赤・黄・緑の3色食品をバランス良く食べよう
- よくかんで食べ、いろいろな味を経験しよう
- 食事の前には手を洗おう
- 保護者自身も食生活の改善に努めよう


評価指標

指標	区分	現状値 (令和4年度)	目標値 (令和11年度)
ほぼ毎日朝食を食べている幼児の増加	1歳6カ月児	96.1%	増加
	3歳児	97.9%	増加
よくかんで食べる幼児の増加	3歳児	88.3%	90%

③ 目標達成に向けた取り組み

事業名等	取り組みの内容	地域・ 関係機関名
幼稚園での食育	<ul style="list-style-type: none"> ・早寝・早起き・朝ごはんの取り組み、栄養3・3運動²³を実施する。 ・栄養教諭等による食に関する指導を実施する。 ・歯の衛生週間、いい歯の日等に合わせて、かむことを意識させる食品を献立に取り入れる。 ・掲示資料・給食だより（食だより）・給食放送等により、食事や間食のリズム、よくかむこと、手洗いの大切さ等について周知する。 	幼稚園 教育委員会
給食を教材にした食事の バランス指導	<ul style="list-style-type: none"> ・給食に使用している食品を中心に、3色食品について指導し、バランスの大切さを意識づける。 	保育所（園） 認定こども園
基本的な生活習慣の確立	<ul style="list-style-type: none"> ・早寝・早起き・朝ごはんを習慣化する。 ・食事の前の手洗い、食後の歯みがきを習慣化する。 	保育所（園） 認定こども園
栽園活動・クッキング保育 の実施	<ul style="list-style-type: none"> ・野菜の栽培・収穫や、簡単な調理をすることで、食材に触れ五感を使って食事を味わえるようにする。 	保育所（園） 認定こども園
保護者への啓発・ 保護者との連携	<ul style="list-style-type: none"> ・参観日等の機会に啓発する。 ・乳幼児期の咀嚼機能の発達に応じた食事の進め方について、保護者に確認しながら段階的に指導する。 ・バランスの取れた食事や朝ごはんを含め1日3回食事することの大切さ、適切な間食の回数や量を伝える。 	保育所（園） 認定こども園

²³ 栄養3・3運動：「3食・3色」を意識し、毎日、朝・昼・夕の3食と、3色食品群のそろった食生活を啓発する運動のこと。「3色」とは、食品に含まれる栄養素の特徴により「赤色の食品」「黄色の食品」「緑色の食品」に分類している。「赤色」はたんぱく質、「黄色」は炭水化物及び脂質、「緑色」は野菜などのビタミン類をそれぞれ多く含む食品のことである。

事業名等	取り組みの内容	地域・関係機関名
かむことを意識した食育計画、給食献立の工夫	<ul style="list-style-type: none"> 各施設の食育計画に「よくかむ」を入れ、取り組みを行う。 年齢・発達ごとの指導方法を食育部会または年齢別部会等で検討する。 年間献立計画を作成し、給食に、小魚や根菜・果物等、よくかむ献立や食材を定期的に取り入れる。 	保育所（園） 認定こども園
食育だより・保健だよりの配信	<ul style="list-style-type: none"> 市や県・国が取り組んでいる食育の情報や、各園の取り組みをPDFにして、市内の保育施設に発信する。市内でもアプリやホームページに食育だよりを掲載する施設が増えており、食育のデジタル化推進の一環として、二次元コードやURLの掲載等、保護者が具体的な情報を得やすい工夫をする。 	子育て支援課
給食検討会の開催	<ul style="list-style-type: none"> 保育所での食事提供について、各施設の意見をまとめ、乳幼児期に適した内容を検討する。 	子育て支援課
保育所食育部会の開催	<ul style="list-style-type: none"> 保育施設職員の研修会で、食育について情報を共有し、実践事例を検討する。 	子育て支援課
妊婦歯科健診	<ul style="list-style-type: none"> 卒乳時期、おやつとの与え方、ジュースの摂取等に関して、リーフレットを配布してむし歯予防を啓発する。 	歯科医師会
離乳食講習会	<ul style="list-style-type: none"> 講義・デモンストレーション・試食・個別相談等を通じて発達段階に応じた離乳食の進め方や調理の工夫を伝えることで、保護者の不安を軽減する。 	健康推進課 御調保健福祉センター
乳児相談	<ul style="list-style-type: none"> 個別栄養相談で個に応じたアドバイス、旬の野菜レシピの配布等を行う。 	健康推進課 御調保健福祉センター
乳幼児健康診査	<ul style="list-style-type: none"> 卒乳時期、おやつとの与え方、ジュースの摂取等に関して、リーフレットを配布してむし歯予防を啓発する。 個の口腔状態に応じた食のアドバイスを行い、よくかむことの習慣化を促す。 「手づかみ食ベメニュー」「カミカミメニュー」を配付する。 	歯科医師会 健康推進課 御調保健福祉センター
幼児食講習会	<ul style="list-style-type: none"> 3色食品の図表を用いて、食品の働き・栄養バランスのとれた食事の大切さを伝える。 遊びを通じて、食への関心を広げていく。 	御調保健福祉センター
 親子教室	<ul style="list-style-type: none"> 資料を用いて食育の情報を伝え、困りごとへのアドバイスや、保護者同士での意見交換を行う。 季節感があり、家庭でも簡単に作れるおやつレシピの提供と試食を通して、間食の役割、重要性について伝える。 	御調保健福祉センター
ほかほかルーム	<ul style="list-style-type: none"> 個別に保護者の相談に応じ、離乳食等の不安を軽減する。 	御調保健福祉センター
ファミリークッキング (地区・町内会単位)	<ul style="list-style-type: none"> 就学前の幼児とその保護者を対象とした料理教室を実施し、調理や会食を通して望ましい食生活について伝える。 料理教室を通して、保健推進員から保護者に対して食生活全般についてのアドバイスを行う。 	保健推進員連絡協議会
Let's 食育! 御調グループ	<ul style="list-style-type: none"> 幼児が手伝える、バランスのとれた食事を一緒に作って食べることで、バランスよく食べる食生活を推進する。 	社会福祉協議会 御調保健福祉センター
歯っぴーフェスティバル	<ul style="list-style-type: none"> ゲームやクイズ等の体験を通して、かむことの大切さを伝える。 歯に良いおやつとの与え方やレシピの紹介をする。 	歯科医師会 歯科衛生連絡協議会 健康推進課
キッズフェスタ	<ul style="list-style-type: none"> パネル展示やゲーム等を通して、食育の大切さについて幼児の保護者に啓発する。 	健康推進課

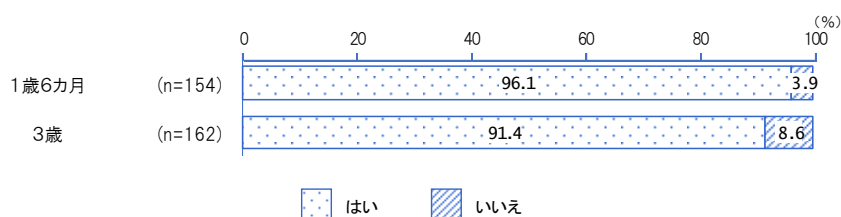
基本目標 2 「食」を楽しむ



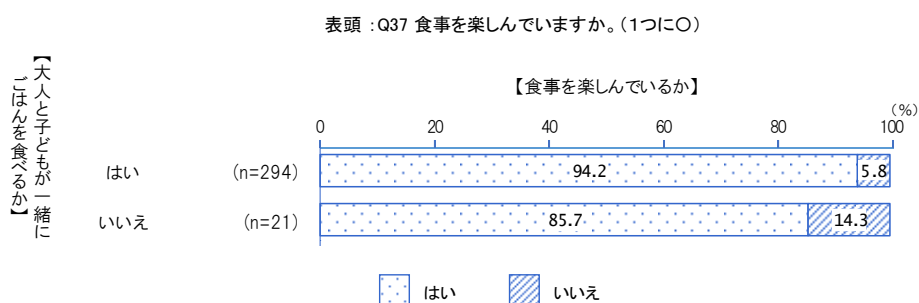
① 現状と課題

食事を楽しみにしている子どもの割合は、1歳6カ月で96.1%、3歳で91.4%であり、策定時と比べて改善しています。大人と子どもが一緒にごはんを食べる環境では、「食事を楽しんでいる」の割合が高くなっています。

■食事を楽しんでいるか



■「大人と子どもが一緒にごはんを食べるか」と「食事を楽しんでいるか」の関係



② 行動目標

- 家族や仲間と一緒に食べる楽しさを知ろう
- 食事マナーの基礎を身につけよう

評価指標

指標	区分	現状値 (令和4年度)	目標値 (令和11年度)
大人と一緒にごはんを食べる幼児の増加	1歳6カ月児	89.1%	95%

③ 目標達成に向けた取り組み

事業名等	取り組みの内容	地域・関係機関名
幼稚園での食育	<ul style="list-style-type: none"> ・栄養教諭等により、共食や食事のマナー等の大切さを伝える食に関する指導を実施する。 ・掲示資料・給食だより（食だより）・給食放送等により家族や仲間と一緒に食べる楽しさや食事マナーの基礎等について周知する。 	幼稚園 教育委員会
保育所行事等での会食	<ul style="list-style-type: none"> ・クラスでの給食の他に、所内行事に合わせて会食を行い、共食の楽しさを味わう。 	保育所（園） 認定こども園
乳幼児健康診査	<ul style="list-style-type: none"> ・栄養相談時に共食や食事マナーの大切さを伝える。 	健康推進課 御調保健福祉センター
幼児食講習会	<ul style="list-style-type: none"> ・親子で一緒に調理して食べる楽しさを体験し、共食や食事マナーの重要性を伝える。 	御調保健福祉センター
NEW 親子教室	<ul style="list-style-type: none"> ・手作りおやつを試食し、みんなで一緒に食べる楽しみや、食事マナーを学ぶ。 	御調保健福祉センター
ファミリークッキング （地区・町内会単位）	<ul style="list-style-type: none"> ・複数家族が一緒に調理し、会話しながら食事をするなかで、共食の大切さ・食事マナー等について伝える。 	保健推進員連絡協議会
子育てサロン	<ul style="list-style-type: none"> ・地域の人やお友達と一緒に作って食べることで、食事を楽しみながら食事のマナーも学ぶ。 	社会福祉協議会
Let' s 食育! 御調グループ	<ul style="list-style-type: none"> ・幼児が手伝えるものをみんなで一緒に作って食べることで、食事のマナーを学ぶ。 	社会福祉協議会 御調保健福祉センター

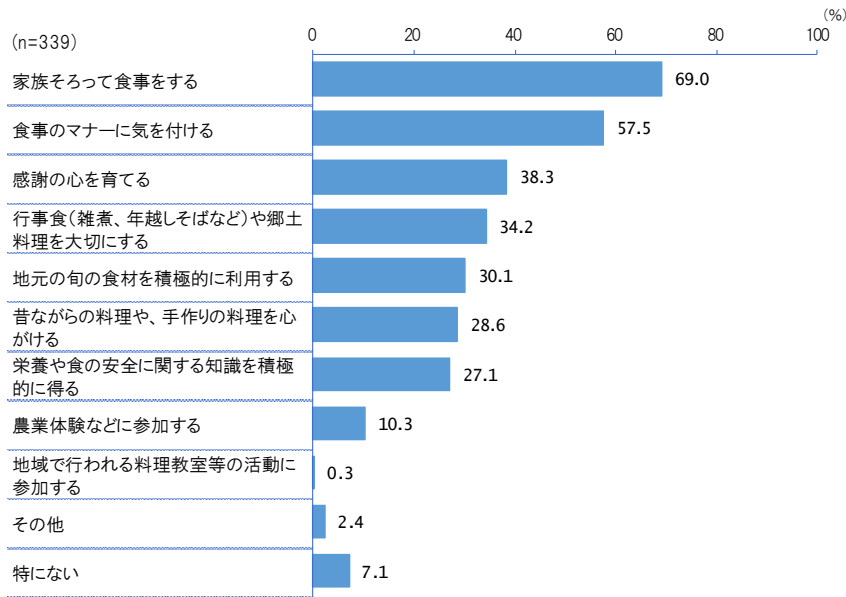
基本目標3 「食」でつながる



① 現状と課題

幼児の保護者が食育の取り組みで実践していることについては、「家族そろって食事をする」が69.0%と最も多く、次いで「食事のマナーに気を付ける」(57.5%)、「感謝の心を育てる」(38.3%)となっています。

■ 食育の取り組みで実践していること




② 行動目標

- 栽培・収穫・調理を通して食べ物を知ろう
- 尾道の地域産物や食文化に触れよう
- 地域の人々と交流し、ふるさとの味を知ろう

評 価 指 標

指標	区分	現状値 (令和4年度)	目標値 (令和11年度)
行事食や郷土料理を大切にする幼児の保護者の増加	保護者	34.2%	40%

③ 目標達成に向けた取り組み

事業名等	取り組みの内容	地域・関係機関名
幼稚園での食育	<ul style="list-style-type: none"> ・「感謝・完食運動～だいじにいただいて、ごちそうさま」を推進する。 ・地域産物や郷土料理を活用した給食献立を実施する。 ・菜園活動や簡単なクッキングを実施する。 ・地域の人々の協力を得た、食育体験を実施する。 ・掲示資料・給食だより（食だより）・給食放送等により地域産物や食文化等について周知する。 	幼稚園 教育委員会
栽園活動・クッキング保育の実施	<ul style="list-style-type: none"> ・園で栽培した野菜や地域産物を使った給食を食べたり、簡単な料理をしたりすることで、食事の楽しさや食べる喜びを体験する。 	保育所（園） 認定こども園
 地域交流	<ul style="list-style-type: none"> ・地域の人と一緒に栽培活動をしたり、地域産物の見学や収穫体験をしたり、お茶会を体験したりして、地域の人々と交流し食文化にふれる。 	保育所（園） 認定こども園
保育所給食担当者研修会の開催	<ul style="list-style-type: none"> ・地域産物を使った料理や郷土料理の調理実習と検討を行い、給食に取り入れることで尾道の食文化にふれる。 	子育て支援課
健康福祉展・健康まつり	<ul style="list-style-type: none"> ・パネル展示等で、地域産物・旬の食材を紹介する。 	健康推進課 御調保健福祉センター
ファミリークッキングの開催・子育てサロンへの支援	<ul style="list-style-type: none"> ・親子で行うクッキングや、子育てサロンでの昼食やおやつを提供により、地域産物や旬の食材にふれる。 	保健推進員連絡協議会 健康推進課 御調保健福祉センター
Let's 食育!御調グループ	<ul style="list-style-type: none"> ・伝統料理に関する絵本の読み聞かせや栄養の話、栽培・収穫・調理を通して、食べ物を知る。 ・地域の人と一緒に伝統料理を調理し、ふるさとの味を知る。 	社会福祉協議会 御調保健福祉センター

学童期・思春期の食育については、栄養教諭等による食に関する指導、学校給食における地産地消の推進、地域での料理教室の開催等に取り組んできました。

コロナ禍においては、学校での調理実習の中止や、給食時間に対面で児童・生徒とやりとりをしながらの指導が困難であったことから、小学6年生の評価結果が概ね悪化傾向となったと考えられます。

この時期は、さまざまな食の体験を通して、栄養バランスや適正体重、食料の生産、流通から食卓までの過程、食品ロスの問題、地域の食文化等、食に関する幅広い知識を習得し、食や地域への関心を高めていく時期です。さらに近年、孤食、経済的な理由での食の格差等、世帯構造や社会環境の変化に伴う課題も増加しています。

今後も、小中学生の食生活や意識の改善につながる指導や支援を充実させることが必要です。

基本目標 1 「食」を育む

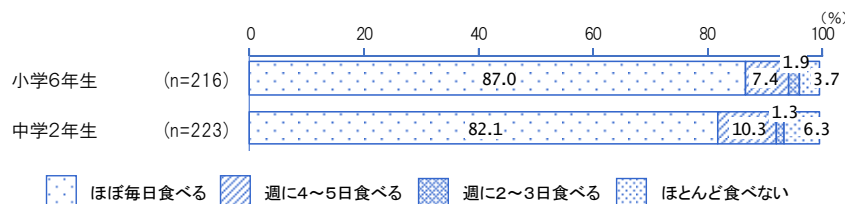


① 現状と課題

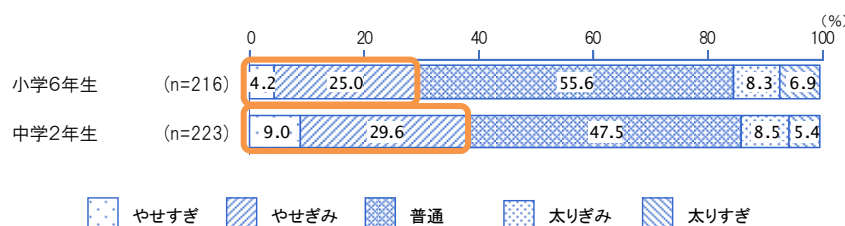
朝食の摂取状況について、欠食する日がある割合は小学6年生で13.0%、中学2年生で17.9%となっています。

肥満度の状況は、「やせ」が小学6年生で3割弱、中学2年生で4割弱となっています。

■朝食の摂取状況

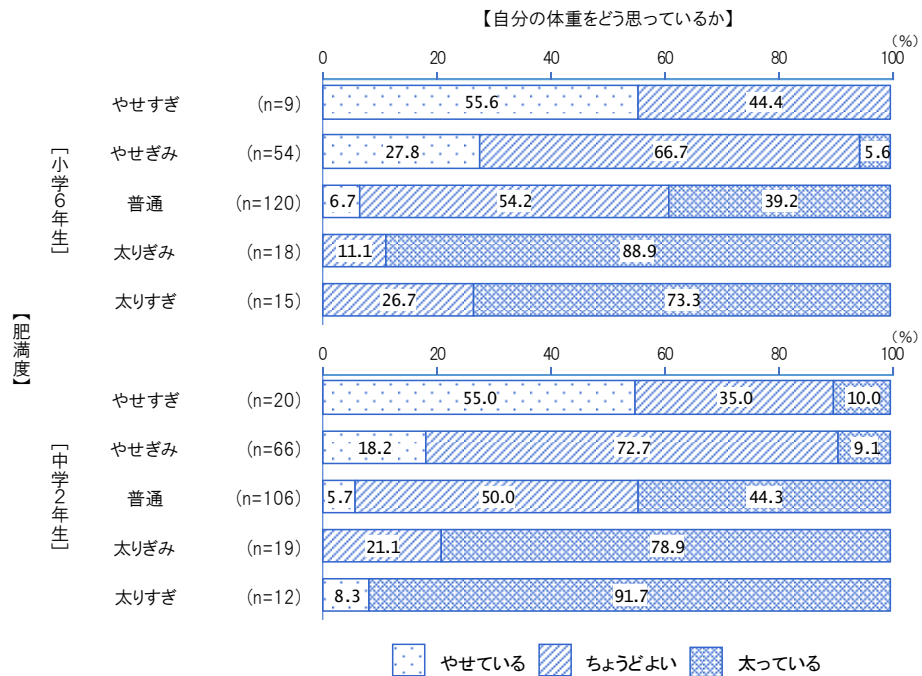


■肥満度の状況



「肥満度」と「自分の体重をどう思っているか」の関係でみると、肥満度が「標準」であるが「太っている」との回答は小学6年生で39.2%、中学2年生で44.3%となっています。瘦身願望やダイエット経験のある児童・生徒は策定時から大幅に増加しています。

■「肥満度」と「自分の体重をどう思っているか」の関係



② 行動目標

- 早寝・早起き・朝ごはんの習慣を身につけよう
- 欠食や間食の摂りすぎ等、食習慣の乱れに注意しよう
- よくかんで味わって食べよう
- 料理をする力や、食品を選択する力を身につけよう
- やせすぎは将来の健康に影響することを理解しよう
- 食事の適量や栄養バランス、適正体重を理解し、肥満ややせの改善に努めよう
- 経済的な理由で食生活に課題を抱える子どもを支援しよう

評 価 指 標

指標	区分	現状値 (令和4年度)	目標値 (令和11年度)
ほぼ毎日朝食を食べている児童・生徒の増加	小学6年生	87.0%	95%
	中学2年生	82.1%	90%
簡単な食事を自分で作ることができる児童・生徒の増加	小学6年生	87.0%	90%
	中学2年生	79.8%	
バランスよく食べるよう気をつけている児童・生徒の増加	小学6年生	52.3%	60%
	中学2年生	49.3%	
標準体重であるが「太っている」と思っている児童・生徒の減少	小学6年生	39.2%	20%
	中学2年生	44.3%	30%
栄養教諭や学校栄養職員による栄養指導を計画的に実施する学校の増加	小学校	100%	維持
	中学校	75.0%	100%

③ 目標達成に向けた取り組み

事業名等	取り組みの内容	地域・関係機関名
小中学校における食育	<ul style="list-style-type: none"> ・食に関する指導の年間計画を作成する。 ・「早寝・早起き・朝ごはん」運動を推進する。 ・栄養3・3運動を周知する。 ・栄養教諭等により欠食や間食の摂りすぎに注意する、よくかんで味わって食べる、食事の適量や栄養バランス等について食に関する指導をする。 ・定期健康診断等により、適正体重を周知し、肥満ややせに該当する児童・生徒には学校医との連携を行う。 ・学校での生活指導により生活習慣の改善を促す。 ・掲示資料・給食だより（食だより）・給食放送等により早寝・早起き・朝ごはん運動、栄養3・3運動、欠食や間食の摂りすぎ等の食習慣の乱れの注意、よくかんで味わって食べることの大切さ等について周知する。 ・食に関する指導の年間計画の検討により、栄養教諭・学校栄養職員の栄養指導の実施を増やすように努める。 	学校 教育委員会
NEW 中学校全員給食の実施	<ul style="list-style-type: none"> ・令和8年度には中学校全校で全員給食を実施できるよう取り組んでいく。 	学校 教育委員会
弁当づくり教室	<ul style="list-style-type: none"> ・小学6年生を対象に、中学生に必要な食事の適量や栄養バランスの学習、弁当づくりの調理実習を行う。 	保健推進員連絡協議会 健康推進課
学校医健診	<ul style="list-style-type: none"> ・発育状態を診察し、早期のフォローにつなげる。 	医師会
高校授業での健康教育	<ul style="list-style-type: none"> ・望ましい食生活、特に朝食や栄養バランスの重要性について講義を行う。 ・適正体重の理解を深めてもらう。 	御調保健福祉センター
健康福祉展・健康まつり	<ul style="list-style-type: none"> ・パネル展示等で、朝食や栄養バランスの重要性、食事の適量について紹介する。 	健康推進課 御調保健福祉センター
各種イベントでの啓発活動	<ul style="list-style-type: none"> ・健康まつり等で食育啓発コーナー（パネル展示、試食コーナー、家庭で作りやすいレシピ配布等）を設置する。 	保健推進員連絡協議会
「食育」広報資材の展示及び配布	<ul style="list-style-type: none"> ・地区健康まつり（主に小学校で開催）や市民健康まつり等のイベントに際して、広報資材のパネル展示及び資料配布を行う。 	公衆衛生推進協議会
子どもの居場所づくり事業	<ul style="list-style-type: none"> ・貧困の連鎖を断ち切るために必要な食の支援・学習支援・生活習慣習得支援等を行う子どもの居場所を設置する。 ・活動を市全域に広げていくための啓発事業を実施する。 	子育て支援課
フードバンク ²⁴ 事業	<ul style="list-style-type: none"> ・食品生産者や小売業者等から、余剰食糧の寄贈を受け、個人生活困窮者、福祉事業所、NPO法人等へ提供する。人と食との縁を結び、社会福祉の推進・心豊かなまちづくりに寄与する。 	社会福祉協議会

²⁴ フードバンク：食品関連企業等により寄贈された食品を集め、福祉施設や生活困窮者の支援団体等に配る活動のこと。

基本目標 2 「食」を楽しむ

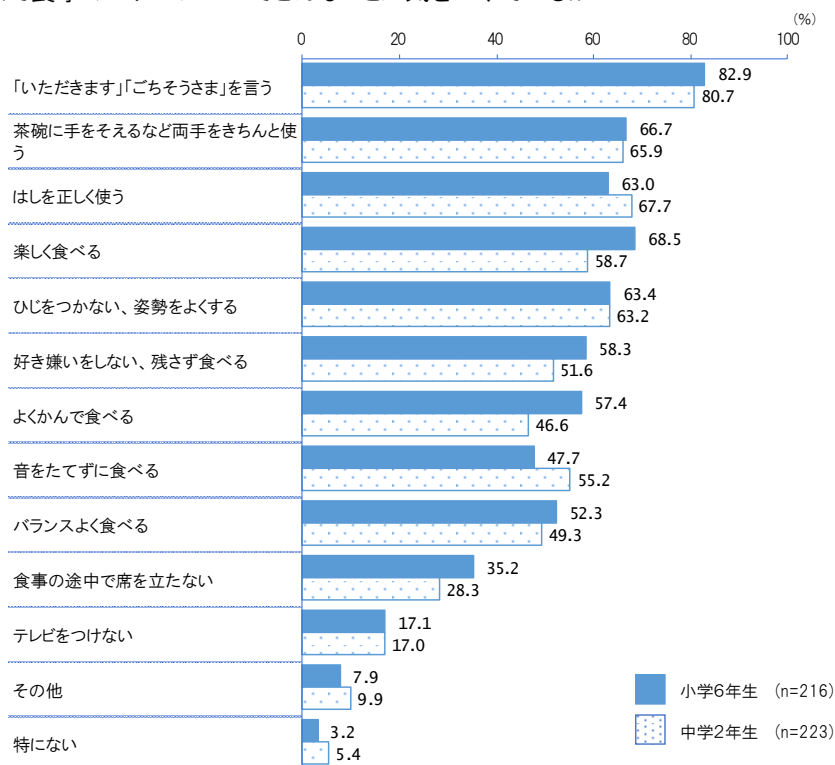


① 現状と課題

「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをする割合は、小学6年生・中学2年生ともに約8割で、策定時と比べて小学6年生は減少しています。

食事中にテレビをつけない割合は、策定時と比べて小学6年生は横ばいですが、中学2年生は増加しています。

■家で食事のマナーについてどんなことに気をつけているか




② 行動目標

- 食事中はテレビやスマートフォンを使用せず、家族や仲間と食事や会話を楽しもう
- 共食を通して食事のマナーを身につけよう
- 家族や仲間のために食事づくりや準備ができるようになろう

評 価 指 標

指標	区分	現状値 (令和4年度)	目標値 (令和11年度)
朝食または夕食を家族と一緒に食べる 「共食」の回数の増加	小学6年生	10.4回/週	11回/週
	中学2年生	9.8回/週	
食事を楽しみにしている児童・生徒の 増加	小学6年生	71.8%	80%
	中学2年生	67.7%	70%
「いただきます」「ごちそうさま」の あいさつをする児童・生徒の増加	小学6年生	82.9%	90%
	中学2年生	80.7%	
食事中にテレビ等をつけないよう 気をつけている児童・生徒の増加	小学6年生	17.1%	25%
	中学2年生	17.0%	

③ 目標達成に向けた取り組み

事業名等	取り組みの内容	地域・ 関係機関名
小中学校における食育	<ul style="list-style-type: none"> ・掲示資料・給食だより（食だより）・給食放送等により共食の大切さ、食事のマナー、食事づくりや準備の楽しみ等について周知する。 ・ひろしま給食100万食プロジェクト²⁵や親子料理教室、「弁当の日」等の取り組みを通じて、家庭での実践を促す。 	学校 教育委員会
 学校へ泊まろう！	<ul style="list-style-type: none"> ・キャンプという非日常の中で、見て、触って、楽しみながらごはんを作る、食べる等を通して、食育の大切さについて子ども達に伝える。 	PTA 連合会
キッズクッキング (地区・町内会単位)	<ul style="list-style-type: none"> ・就学児以上を対象とした料理教室を実施し、食事づくりを通して食への関心を高め、誰かと一緒に食べることの楽しさを自然に学ぶ。 ・料理教室を通して食事マナーの大切さについて学んだり、食事づくりへの関心を高める。 	保健推進員連絡協議会

²⁵ ひろしま給食100万食プロジェクト：広島地域性を生かした給食におけるレシピを公募し、その中から「ひろしま給食」メニューとして決定したものを広島県内すべての給食実施校で提供する取り組みのこと。学校・家庭・地域が一体となった食育を推進することを目的としている。

基本目標3 「食」でつながる



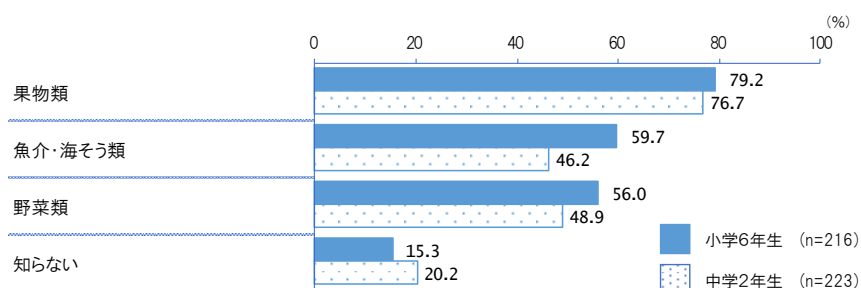
① 現状と課題

尾道市でとれる代表的な農産物、水産物を知っている割合は、小学6年生で84.7%、中学2年生では79.8%であり、知っているものについては「果物類」が最も多くなっています。

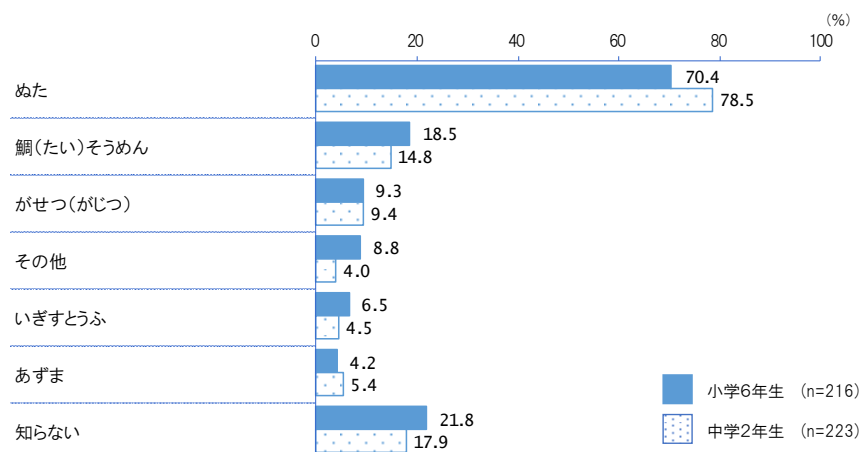
尾道の伝統料理や郷土料理について知っている割合は、小学6年生で78.2%、中学2年生では82.1%であり、「ぬた」以外の郷土料理の認知度は低い状況です。

地域産物や郷土料理の認知度については、策定時と比べて小学6年生は減少していますが、中学2年生は増加しています。

■尾道市でとれる代表的な農産物、水産物について、知っているものについて



■尾道の伝統料理や郷土料理(地元産の食品を使って作られる古くから伝わる料理)の中で知っているものについて



② 行動目標

- 食の循環や食品ロスなどの環境問題の理解を深めよう
- 自然の恵みや、生産者への感謝の気持ちを持とう
- 地域の人々と交流し、地域産物や食文化に触れよう

評 価 指 標

指標	区分	現状値 (令和4年度)	目標値 (令和11年度)
好き嫌いをせず、残さず食べるようにしている児童・生徒の増加	小学6年生	58.3%	70%
	中学2年生	51.6%	60%
尾道市の地域産物を知っている児童・生徒の増加	小学6年生	84.7%	100%
	中学2年生	79.8%	90%
尾道市の伝統料理・郷土料理を知っている児童・生徒の増加	小学6年生	78.2%	90%
	中学2年生	82.1%	
学校給食における地域産物を使用する割合の増加	広島県内産 使用率	26.3%	30%
	尾道市内産 使用率	9.4%	15%
学校給食における米飯給食の回数の増加	—	3.6回/週	4回/週

③ 目標達成に向けた取り組み

事業名等	取り組みの内容	地域・関係機関名
小中学校における食育	<ul style="list-style-type: none"> ・「感謝・完食運動～だいじにいただいて、ごちそうさま」を推進する。 ・菜園活動や簡単なクッキングの実施により食品に関する意識を高める。 ・献立の年間計画に郷土料理や地域産物を取り入れ、地域の食文化について学ぶ。 ・掲示資料・給食だより（食だより）・給食放送等により地域産物、食の循環や食品ロス等の環境問題の理解を深め、自然の恵みや、生産者への感謝の気持ち、地域産物や食文化等を周知する。 ・ひろしま給食100万食プロジェクト等に地域産物等を取り入れることにより、自然の恵みや、生産者への感謝の気持ちをもつ取り組みとする。 ・食材の産地情報を積極的に公表し、食の循環や食品ロス等の環境問題への理解を深め、自然の恵みや、生産者への感謝の気持ちをもち、地域産物や食文化にふれる取り組みとし、栄養教諭等の食指導にも生かしていく。 	学校 教育委員会
	<ul style="list-style-type: none"> ・献立の年間計画に郷土料理、地場産物を取り入れ、地場産物の活用を進める。 ・地場産物活用を進め、献立作成等の学校給食管理と食に関する指導が一体的に行うことができる体制づくりを進めていく。 	学校 教育委員会 農林水産課
環境学習推進事業 (尾道市委託事業)	<ul style="list-style-type: none"> ・市内小学生を対象に、尾道の風土や自然に親しむ体験学習を実施。環境保全や山・海の自然の連関性という視点から、水産資源や農林業の現場を見学・体験する。地産地消についての学習も取り入れている。(実施場所・内容等の条件による) 	公衆衛生推進協議会
わがまち自慢の風土フードコンテスト ²⁶	<ul style="list-style-type: none"> ・地元産品を使ったクッキングコンテストの実施。(全年齢対象。年度ごとにさまざまなテーマを提示)応募数の増加を図り、周知活動に努める。 ・入賞作品レシピの公開やレシピ集の発刊を検討する。 	公衆衛生推進協議会
料理教室 (地区・町内会単位)	<ul style="list-style-type: none"> ・調理実習のメニューに郷土料理を取り入れる。従来の郷土料理に加えて、作りやすさ・食べやすさを工夫したレシピを紹介する。 	保健推進員連絡協議会
尾道スローフードまちづくり事業	<ul style="list-style-type: none"> ・親子料理教室等に地域食材を提供する。 ・地産地消ツアーを開催する。(いちじく、レモン等) 	農林水産課
健康福祉展・健康まつり	<ul style="list-style-type: none"> ・パネル展示等で、地域産物や旬の食材を紹介する。 	健康推進課 御調保健福祉センター

²⁶ わがまち自慢の風土フードコンテスト：尾道特産の食材を生かした食事作りのアイデアを募集する事業のこと。「風土フード」とは、「気候風土」と「スローフード」を意識した造語である。

3 青年期・壮年期

青年期・壮年期の食育については、保育所（園）や学校における給食試食会や食育だより、クッキングやイベントを通じた保護者への啓発、地域における親子料理教室や健康まつりでの啓発、地産地消ツアーや料理コンテスト等に取り組んできました。

生活習慣病の予防や改善のための実践や、食品ロスの削減の行動等については改善が見られますが、地産地消の推進や、若年層の朝食の欠食や望ましい食への意識の低さ等に課題が見られます。

この時期は、仕事や子育て等の役割も増え、生活リズムが不規則になりがちであり、生活習慣病予防をはじめとした自らの健康管理に努めることが重要です。特に、若い女性のやせは将来の疾病リスクの増加につながる可能性が高いことから、生涯を通じて健全な食習慣を維持していけるよう、早期からの食育推進が大切です。

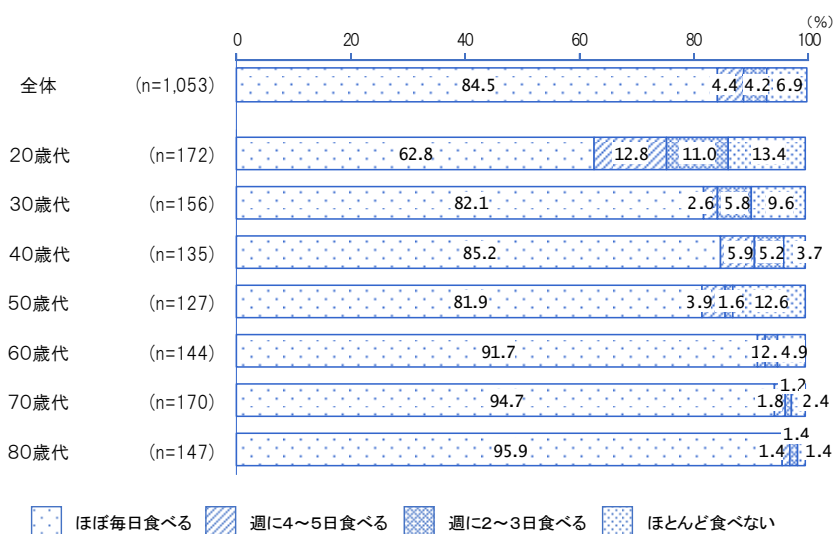
基本目標 1 「食」を育む



① 現状と課題

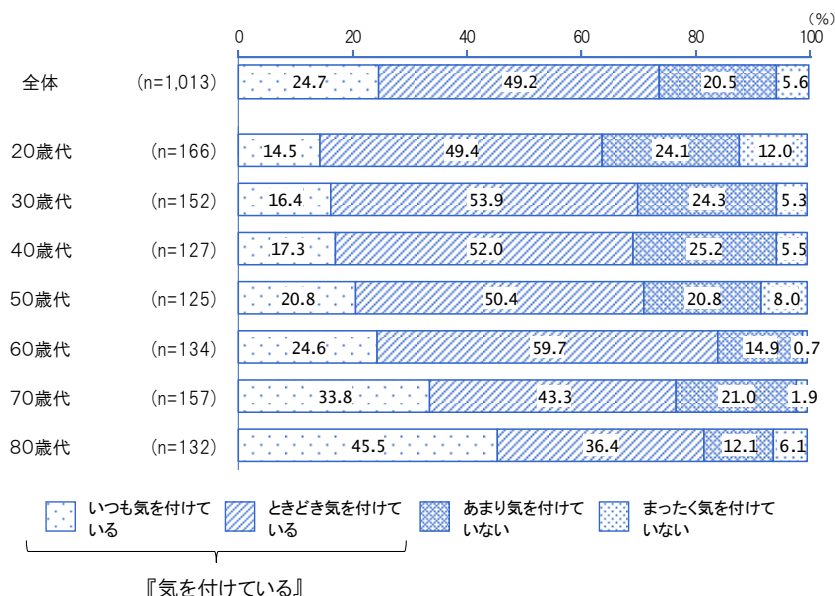
朝食の摂取状況について年代別にみると、20歳代で「ほぼ毎日食べる」が62.8%と他の年代よりも19.1ポイント以上低くなっています。また、「ほとんど食べない」の割合が20歳代の若年層と50歳代の働き盛り世代で高くなっています。

■ 朝食の摂取状況



普段から適正体重の維持や減塩等に気を付けた食生活をしているかについて年齢別でみると、年齢が高くなるにつれ「いつも気を付けている」の割合が高くなっています。全体では『気を付けている』が7割を超えており、策定時と比べて大幅に増加しています。

■生活習慣病の予防や改善のために、普段から適正体重の維持や減塩等に気を付けた食生活をしているか



② 行動目標

- 朝ごはんを毎日食べ、規則正しい食生活を実践しよう
- 自分に合った食事量や栄養バランスを理解し、適正体重を維持しよう
- 食べ過ぎや塩分量に注意し、生活習慣病を予防しよう
- 歯や口腔の健康に気をつけよう

評価指標

指標	区分	現状値 (令和4年度)	目標値 (令和11年度)
ほぼ毎日朝食を食べている人の増加	20歳代	62.8%	70%
	30歳代	82.1%	85%
	40歳代	85.2%	90%
主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日がほぼ毎日の人の増加	20~50歳代	39.3%	50%
生活習慣病の予防や改善のために、普段から食生活に気をつけ、実践している人の増加	20~50歳代	68.4%	75%

③ 目標達成に向けた取り組み

事業名等	取り組みの内容	地域・関係機関名
食育だよりや保健だよりの発行	・保護者自身の健康管理についても啓発する。	子育て支援課
個別相談	・子育て世代包括支援センターほかへへの相談に随時対応する。	健康推進課 御調保健福祉センター
乳幼児健康診査	・栄養相談時に保護者の食習慣についても確認し、課題がある場合は、保護者の食習慣が子に与える影響の認識と食生活改善を促す。	健康推進課 御調保健福祉センター
幼児食講習会	・調理実習や試食を通して、規則正しい食生活や栄養バランスの重要性を伝える。	御調保健福祉センター
ママタイム	・子育て世代の母親への健康教育の場として、疾病予防の知識から望ましい食習慣について伝える。 ・ニーズに合った健康に関する情報を提供する。	御調保健福祉センター
健康教育	・大学生、小さい子どもを持つ保護者、働き盛り世代等を対象に、生活習慣病予防（高血圧症・糖尿病・脂質異常症等）をテーマとした健康教育を実施する。	健康推進課 御調保健福祉センター
成人健康相談	・生活習慣病予防、重症化予防等の知識を伝え、適切な食習慣につながるアドバイスを行う。	健康推進課 御調保健福祉センター
特定健診	・年に1回メタボの検査等を通して、生活習慣病の予防啓発を行う。	医師会 尾道市
料理教室 （男性料理教室を含む）	・親子料理教室の実施等を通して、子どもを持つ親世代に対する食生活改善の働きかけを行う。 ・生活習慣病予防（高血圧症・糖尿病・脂質異常症等）をテーマとした調理実習を行う。	保健推進員連絡協議会 健康推進課 御調保健福祉センター
広報資材の展示及び配布	・健康まつり等のイベントにて、生活習慣病予防・減塩等啓発パネルの展示や資料配付を行う。	公衆衛生推進協議会
地区健康まつり	・パネル展示・試食・栄養相談等を通して、生活習慣病予防や改善、朝食の大切さ等を地区住民に啓発する。	保健推進員連絡協議会 健康推進課
市民公開講座・講演会	・医師・薬剤師・保健師・栄養士等による講演を通して、生活習慣病予防や改善の大切さを広く市民に啓発する。	医師会 健康推進課 御調保健福祉センター
栄養成分表示指導	・消費者の適切な食品選択に資するため、食品関係事業者が適正な栄養成分表示ができるよう指導助言を行う。	広島県東部保健所
健康生活応援店推進事業	・健康生活応援店（栄養成分表示、野菜たっぷりメニュー、塩分控えめメニュー、ヘルシーオーダーメニュー、塩分控えめ推進・応援、朝食摂取応援、食事バランス応援）の認証を行う。	広島県東部保健所
こだわりのヘルシーグルメin尾道	・ヘルシーグルメを推進する。	医師会
保健推進員・食生活研究グループの育成・活動支援	・研修会や調理実習を開催し、地域で食育を推進するボランティアの養成・育成を行う。地区活動の支援を行う。	健康推進課 御調保健福祉センター

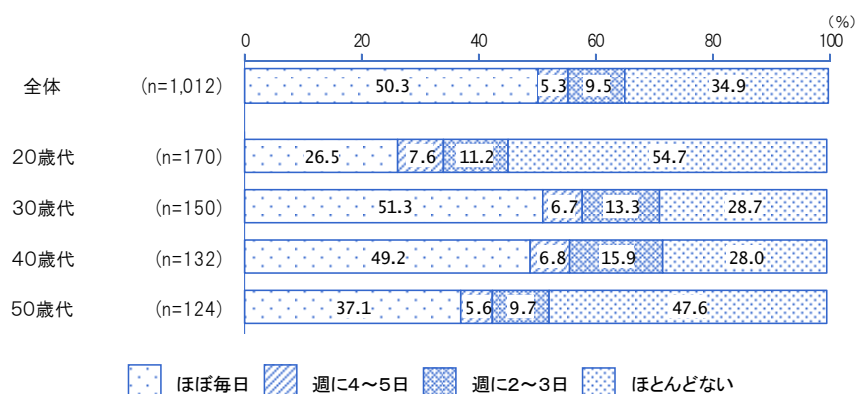
基本目標 2 「食」を楽しむ



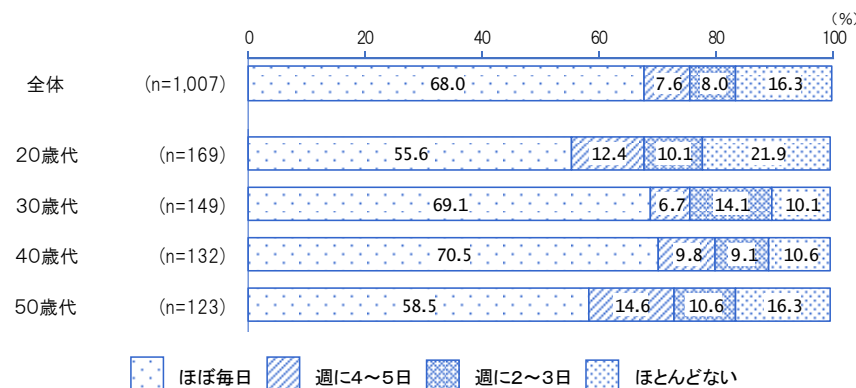
① 現状と課題

朝食を家族と一緒に食べる「共食」の状況を年代別で見ると、20歳代で「ほぼ毎日」が26.5%と他の年代よりも10.6ポイント以上低くなっています。また、朝食・夕食ともに「ほとんどない」の割合が20歳代の若年層と50歳代の働き盛り世代で高くなっています。

■ 朝食を家族と一緒に食べる「共食」の状況



■ 夕食を家族と一緒に食べる「共食」の状況



② 行動目標

○共食の大切さを知り、家族や仲間と一緒に食事を楽しもう

評 価 指 標

指標	区分	現状値 (令和4年度)	目標値 (令和11年度)
朝食または夕食を家族と一緒に食べる 「共食」の回数の増加	20～50歳代	9.3回/週	11回/週

※共食の回数は、「ほぼ毎日」を週7回、「週に4～5日」を4.5回、「週に2～3日」を2.5回とし、週あたりの回数を朝食・夕食ごとに算出

③ 目標達成に向けた取り組み

事業名等	取り組みの内容	地域・ 関係機関名
給食試食会の実施	・保護者に、保育所・園での給食・食育の取り組みを知らせる。	保育所（園） 認定こども園
料理教室	・定期的に料理教室を開催し、皆で食事を作り、食べる楽しさを啓発する。（特に男性料理教室）	保健推進員連絡協議会
尾道スローフードまちづくり事業	・公民館料理教室に地域食材を提供する。 ・おやつコンテストの開催等、地域食材に付加価値をつけ、新しい魅力づくりや交流促進に取り組む。	農林水産課

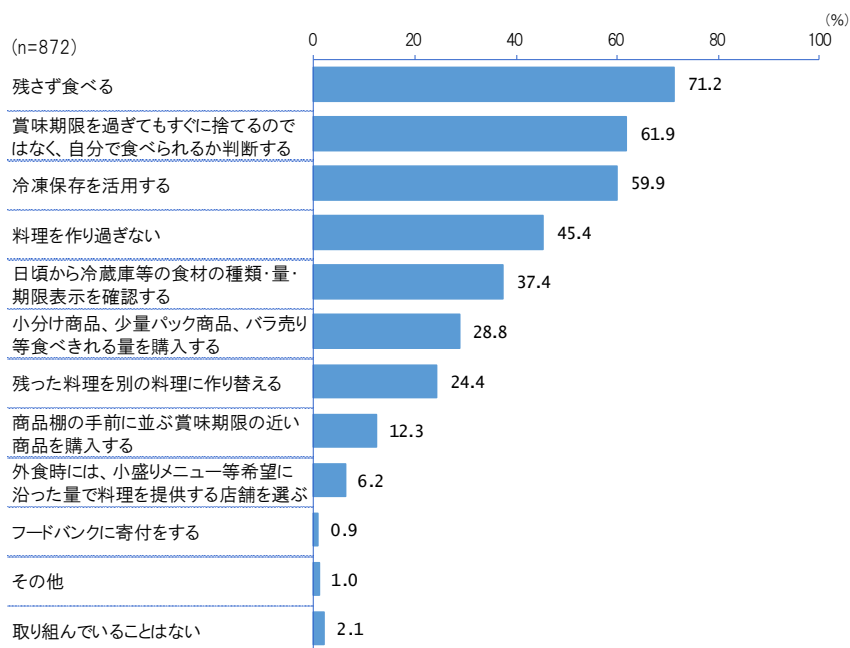
基本目標 3 「食」でつながる



① 現状と課題

「食品ロス」を軽減するために取り組んでいることについて、「残さず食べる」が71.2%と最も多く、次いで「賞味期限を過ぎてもすぐに捨てるのではなく、自分で食べられるか判断する」(61.9%)、「冷凍保存を活用する」(59.9%)となっています。

■「食品ロス」を軽減するために取り組んでいること



② 行動目標

- 地域産物や旬の食材を活かした食生活を心がけよう
- SDGsについて理解し、環境に配慮した食生活を実践しよう
- 郷土料理や行事食を大切に、食文化を受け継ごう
- 食品備蓄等、災害に備えよう



SDGsとは？

SDGsとは「Sustainable Development Goals」の略です。2015年9月の国連サミットで加盟国の全会一致で採択された「持続可能な開発のための2030アジェンダ」に記載された、2030年までに持続可能でよりよい世界を目指す国際目標のことを指します。



評 価 指 標

指標	区分	現状値 (令和4年度)	目標値 (令和11年度)
食品ロスの削減のために何らかの行動をしている人の増加	20～50歳代	82.5%	90%
地元の旬の食材を積極的に利用する人の増加	20～50歳代	33.9%	50%

③ 目標達成に向けた取り組み

事業名等	取り組みの内容	地域・ 関係機関名
食育だよりや参観日での啓発	・食品ロスの状況や家庭で実践できる改善方法等を啓発する。	保育所（園） 認定こども園
保育所給食を通じた食文化の紹介	・献立表や食育だよりに郷土料理や地域産物を使用した料理のレシピを紹介する。	保育所（園） 認定こども園
NEW 親子教室・ キッズWeb☆尾道	・ローリングストック（125項コラム参照）等、災害時の備えの重要性を伝える。	御調保健福祉センター
Let's 食育!御調グループ	・栽培・収穫・調理を通して、地域産物や旬の食材に触れ、地産地消や食文化継承の重要性を伝える。	社会福祉協議会 御調保健福祉センター
健康教育・料理教室	・地産地消、食品ロス削減等の視点を盛り込む。 ・パッククッキング ²⁷ 等、災害時にも活用できる調理法を紹介・実践する料理教室を開催する。	保健推進員連絡協議会 健康推進課 御調保健福祉センター
NEW フードドライブ ²⁸ 事業	・市民や団体、企業等から食品の寄贈を受け、子ども食堂等へ提供する。フードロスの削減だけでなく、人と食との縁をつなぎ、社会福祉の推進・心豊かなまちづくりに寄与する。	社会福祉協議会
NEW ごみ減量・CO2削減推進活動	・環境問題の視点から、生ごみ減量化や地産地消、エコクッキングの有用性等について提唱する。	公衆衛生推進協議会
食品ロス削減啓発事業	・災害時に備えた適切な食品備蓄やローリングストックについての啓発活動を行う。	公衆衛生推進協議会
“おもてなし”料理の提供	・イベントの休憩所で、参加者に郷土料理を提供する等の協力を行っている地域がある。	保健推進員連絡協議会
健康福祉展・健康まつり	・パネル展示等で、地域産物や旬の食材を紹介する。	健康推進課 御調保健福祉センター
尾道スローフードまちづくり事業	・地域の季節の野菜・果物おすすめレシピ集を配付する。 ・イベントへの食材提供や試食等を行う。 ・地域の季節の野菜・果物を使ったレシピ番組を制作放送する。 ・地産地消ツアーを開催する。（いちじく、レモン等）	農林水産課
NEW 給食施設指導	・給食施設指導・研修会を通じて適切な栄養管理や食品備蓄について指導・助言・情報提供を行う。	広島県東部保健所

²⁷ パッククッキング：耐熱性のポリ袋に食材を入れ、袋のまま湯せんする料理方法のこと。工程がシンプルで調理が簡単な上、袋ごとに違う料理を一度に作れることから時間短縮テクニックとして知られるほか、災害時等の水を節約しなければならない状況における調理法としても有益とされている。

²⁸ フードドライブ：家庭で余っている食品を持ち寄り、食品を必要とする団体や施設に寄付する活動のこと。

高齢期の食育については、公民館等における地域活動やさわやか健康大学における料理教室や健康教育の開催、通いの場等におけるフレイル予防の啓発、健康まつり等のイベントにおけるパネル展示や試食、ケーブルテレビのレシピ番組の制作放送等に取り組み、生活習慣病予防からフレイル予防に意識を向けることや、たんぱく質食品をしっかり摂取することの大切さを啓発してきました。

人生 100 年時代に向けて、食を通して住み慣れた地域とつながり、生きがいや役割を持っていきいきと生活することが大切です。

今後も、地域主体の通いの場等における介護予防につながる食育の啓発や、健康づくりボランティアの育成や活動支援が必要です。

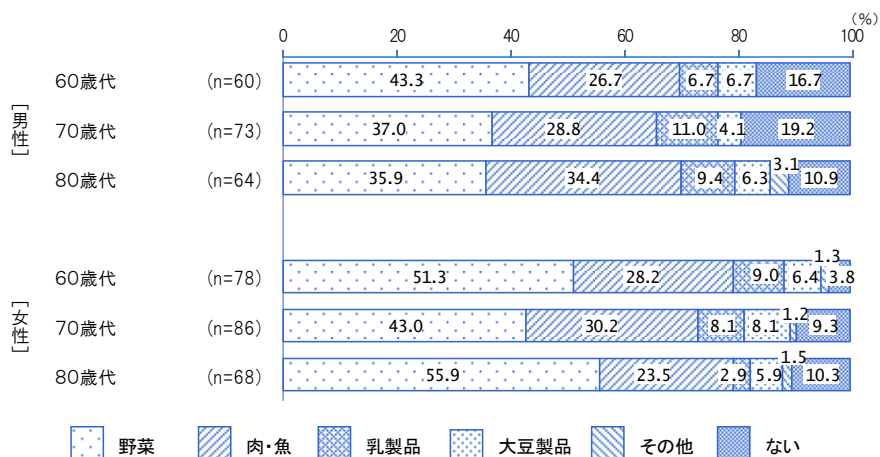
基本目標 1 「食」を育む



① 現状と課題

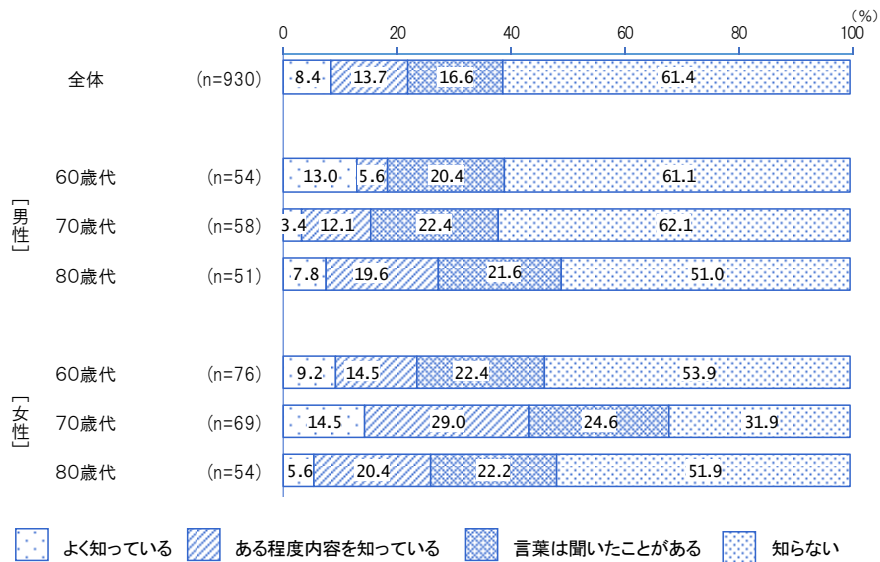
普段の食事では一番意識して摂っている食品について性・年代別にみると、80 歳代女性で「野菜」が 55.9%、「肉・魚」「乳製品」「大豆製品」を合わせたたんぱく質食品が 32.3%だったのに対し、80 歳代男性で「野菜」が 35.9%、たんぱく質食品が 50.1%と、性別による意識の差があります。

■ 普段の食事では一番意識して摂っている食品について



フレイルの認知度の状況を性・年代別で見ると、70歳代女性が最も高く、全体では「知らない」が約6割です。

■フレイルの認知度



② 行動目標

- 欠食をせず、主食・主菜・副菜をそろえてしっかり食べよう
- 低栄養やフレイルについての正しい知識を習得し、実践しよう
- かむ力や飲み込む力を維持し、自分の歯で食べる楽しみを保とう

評価指標

指標	区分	現状値 (令和4年度)	目標値 (令和11年度)
主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日がほぼ毎日の人の増加	60歳以上	56.6%	60%
「フレイル」とは何か知っている人の増加	60歳以上	26.0%	40%
低栄養傾向 (BMI20未満) の人の減少	60歳以上	18.4%	15%
たんぱく質摂取を心がけている人の増加	60歳以上	43.2%	50%

③ 目標達成に向けた取り組み

事業名等	取り組みの内容	地域・関係機関名
個別相談	・地域包括支援センターやケアマネジャー ²⁹ 等からの相談に随時対応する。必要に応じて訪問相談も実施する。	御調保健福祉センター
成人健康相談	・重症化予防、フレイル予防等の知識を伝え、適切な食習慣につながるアドバイスを行う。	健康推進課 御調保健福祉センター
料理教室	・フレイル予防、骨粗しょう症予防等をテーマとした調理実習を行う。	保健推進員連絡協議会 健康推進課
健康教育	・フレイル、低栄養予防をテーマとした健康教育を行う。	健康推進課 御調保健福祉センター
NEW おのみちフレイル予防 チャレンジ (高齢者の保健事業と 介護予防の一体的実施)	・専門職が通いの場に出向き、低栄養やフレイルについて知識の啓発、フレイル予防のための運動、栄養、口腔指導を実施する。	健康推進課 御調保健福祉センター
NEW フレイル予防・啓発事業	・地域での健康教室や健康づくりイベントで、フレイル予防をテーマとする紙芝居の上演や健康チェック等を実施し、啓発活動を展開する。	公衆衛生推進協議会 保健推進員連絡協議会
健康福祉展・健康まつり	・パネル展示、試食、栄養相談等を通して、フレイル予防や改善の大切さ等を地区住民に啓発する。	保健推進員連絡協議会 健康推進課 御調保健福祉センター
NEW 企業と連携した健康づくり	・企業と連携し、地域のサロンや公民館、健康まつりで血管年齢測定やベジチェック、健康相談等を行い、生活習慣や食習慣を見直す機会を提供する。	健康推進課 御調保健福祉センター
保健推進員・食生活研究 グループの育成・活動支援	・研修会や調理実習を開催し、地域で食育を推進するボランティアの養成・育成を行う。地区活動の支援を行う。 ・給食サービスやサロンで食事を作る際、バランスのよい食事やたんぱく質等の高齢者に不足しがちな栄養を考慮したレシピを提供する。	健康推進課 御調保健福祉センター

²⁹ ケアマネジャー：介護事業においてケアプラン（サービス計画書）の作成や、サービス事業者との調整を行う介護支援専門員のこと。

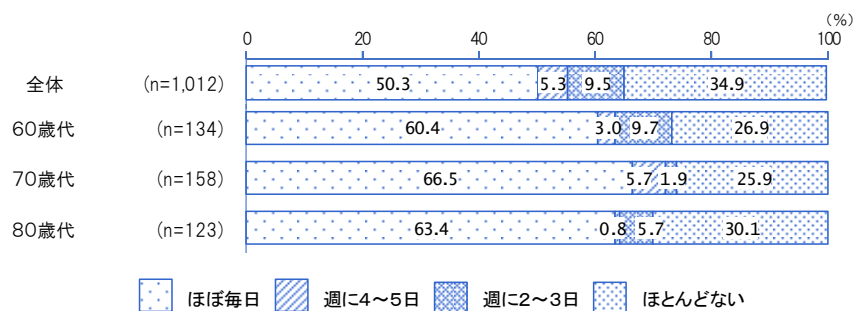
基本目標 2 「食」を楽しむ



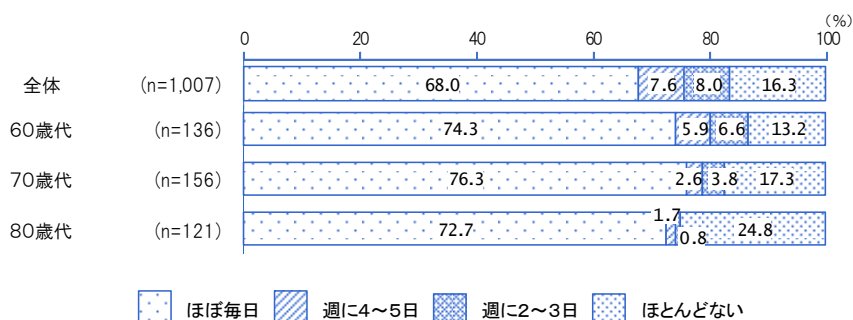
① 現状と課題

朝食または夕食を家族と一緒に食べる「共食」の状況を年代別で見ると、朝食・夕食ともに60歳代以上で全体の割合より高くなっています。

■朝食を家族と一緒に食べる「共食」の状況



■夕食を家族と一緒に食べる「共食」の状況



② 行動目標

○家族や仲間と一緒に食べる楽しさを実感しよう

評価指標

指標	区分	現状値 (令和4年度)	目標値 (令和11年度)
朝食または夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数の増加	60歳以上	10.2回/週	11回/週

※共食の回数は、「ほぼ毎日」を週7回、「週に4~5日」を4.5回、「週に2~3日」を2.5回とし、週あたりの回数を朝食・夕食ごとに算出

③ 目標達成に向けた取り組み

事業名等	取り組みの内容	地域・関係機関名
老人福祉センター	<ul style="list-style-type: none"> ・ 高齢男性が一人暮らしになっても、健康で自立した生活が送れるよう料理教室を行い、仲間と楽しい時間を過ごし、食を味わう場を提供する。 ・ 料理教室で習った料理を家庭で実践し、家族に喜んでもらい、楽しく食事する。 ・ 仲間と協力して調理し、食べる楽しさを啓発するため料理教室開催の支援を行う。 	社会福祉協議会
料理教室、高齢者サロンでの会食	<ul style="list-style-type: none"> ・ 調理実習や地域のサロンでの会食を通して、仲間と一緒に食事を楽しむ。 	保健推進員連絡協議会 健康推進課

基本目標3 「食」でつながる

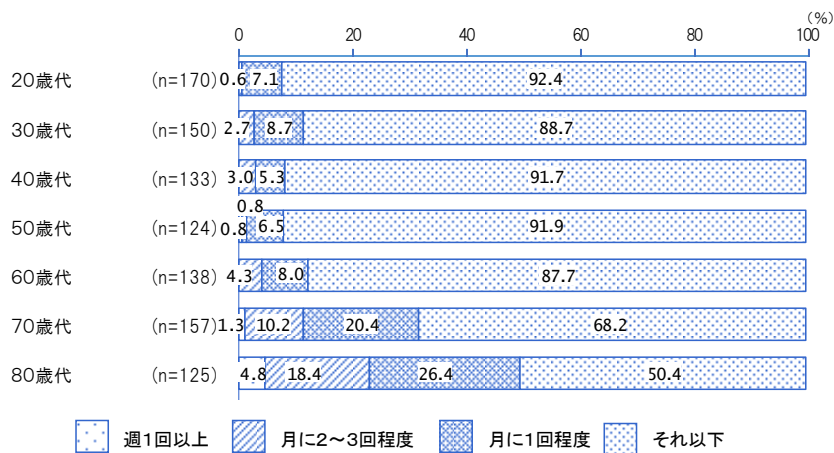


① 現状と課題

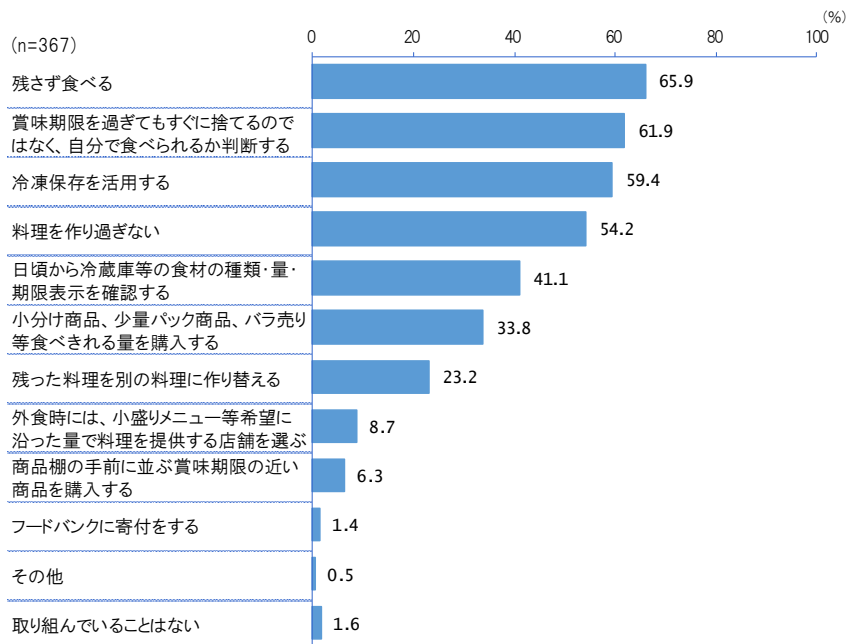
伝統料理や郷土料理を食べる頻度については、「月に1回以上」が60歳代以下では約1割なのに対し、70歳代では約3割、80歳代では約5割と高い状況です。

「食品ロス」を軽減するために取り組んでいることについて、60歳代以上でみると、「残さず食べる」が65.9%と最も多く、次いで「賞味期限を過ぎてもすぐに捨てるのではなく、自分で食べられるか判断する」(61.9%)、「冷凍保存を活用する」(59.4%)となっています。

■ 伝統料理や郷土料理を食べる頻度



■ 「食品ロス」を軽減するために取り組んでいること(60歳代以上)



② 行動目標

- 地域産物や旬の食材を活かした食生活を心がけよう
- SDGsについて理解し、環境に配慮した食生活を実践しよう
- 食文化の継承の大切さを知り、郷土料理や行事食を次世代へ伝えよう
- ボランティア活動等に積極的に参加しよう
- 食品備蓄等、災害に備えよう

評価指標

指標	区分	現状値 (令和4年度)	目標値 (令和11年度)
食品ロスの削減のために何らかの行動をしている人の増加	60歳以上	85.9%	90%

③ 目標達成に向けた取り組み

事業名等	取り組みの内容	地域・関係機関名
健康教育・料理教室	・地産地消、食品ロス削減、災害に備えたローリングストック等の食品の選び方等の視点を盛り込む。	保健推進員連絡協議会 健康推進課 御調保健福祉センター
NEW 食品ロス削減啓発事業	・災害時に備えた適切な食品備蓄やローリングストックについての啓発活動を行う。	公衆衛生推進協議会
健康福祉展・健康まつり	・パネル展示等で、地域産物や旬の食材を紹介する。	健康推進課 御調保健福祉センター
NEW 給食施設指導	・給食施設指導・研修会を通じて適切な栄養管理や食品備蓄について指導・助言・情報提供を行う。	広島県東部保健所



ローリングストックとは？

ローリングストックとは、備蓄している食料を賞味期限が切れる前に定期的に消費し、その都度買い足して備える方法のことです。普段の買い物のついでに備蓄を補充でき、賞味期限が切れる前に細かく補充するためなじみのある食品を非常食にできるというメリットがあります。

