

生駒市 食育推進計画について

計画策定の背景と目的

平成30(2018)年度に「第3期生駒市食育推進計画」を策定し、健康寿命の延伸、ライフステージに応じた食育の推進等を行ってきました。

この間、少子・高齢化や核家族化は進み、コロナ禍における外出自粛はコミュニケーションや運動機会の減少等の行動変容をもたらしました。今後もさらなる高齢化が見込まれると共に、若い世代の食に対する関心の低さや、食塩の過剰摂取や野菜の摂取不足など、食生活に起因する生活習慣病等の増加など、食に関する健康問題は依然として多く残っています。

これまでの本市の成果や課題を踏まえ、関係機関・団体、生産者や民間事業者等との連携・協働をさらに強化し、取組みの充実を図るとともに、市民の食への関心を高め、食育を総合的に推進し、ライフステージに応じた取組みを行います。また、健康寿命の延伸や生活習慣病の予防などを踏まえ、将来や次世代の健康も見据えた、ライフコースアプローチの取組みを進めていきます。

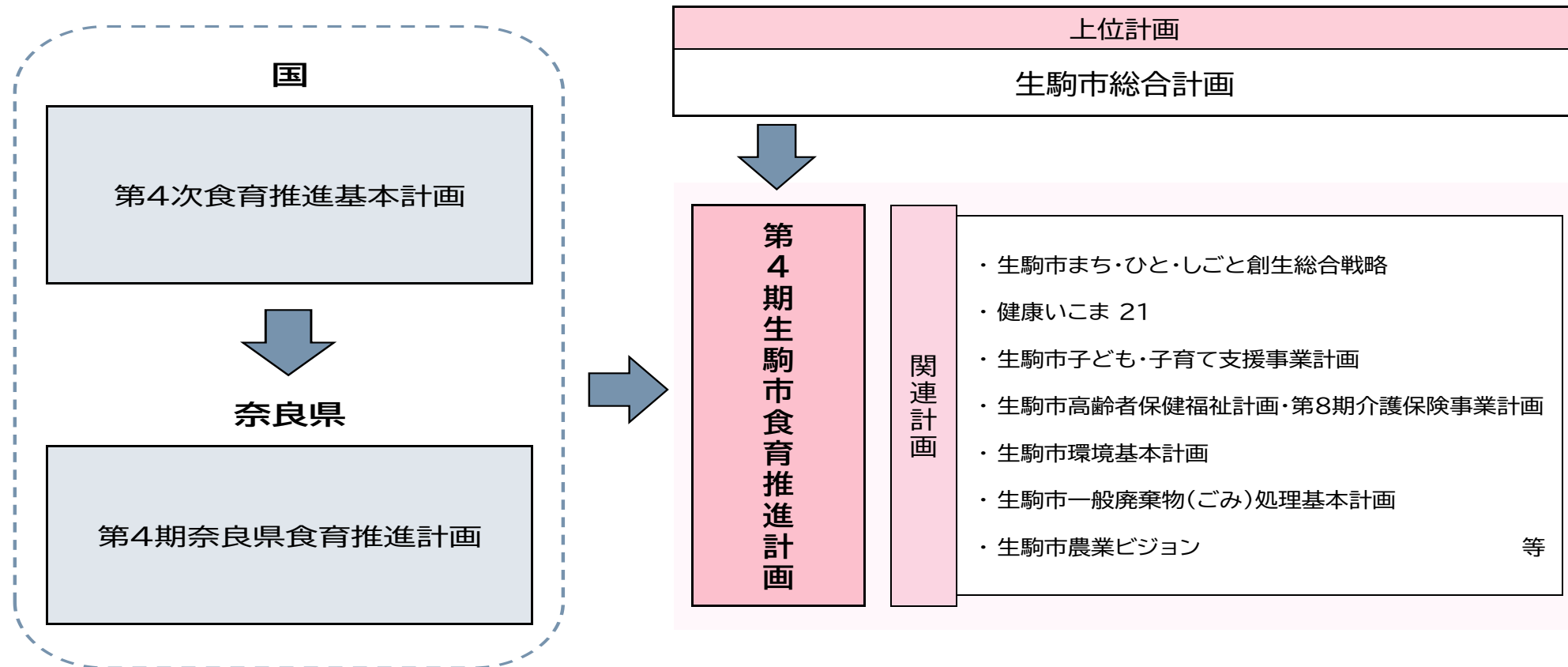
計画の期間

- 令和6年度に「第3期生駒市食育推進計画」の計画期間の満了
- 本計画の計画期間は令和7年度から令和12年度までの6年間

年度	H 28	H 29	H 30	R 1	R 2	R 3	R 4	R 5	R 6	R 7	R 8	R 9	R 10	R 11	R 12
国	第3次 食育推進基本計画					第4次 食育推進基本計画									
奈良県	第2期奈良県 食育推進計画	第3期奈良県 食育推進計画					第4期奈良県 食育推進計画								
生駒市	第2期生駒市 食育推進計画	第3期生駒市 食育推進計画					第4期生駒市 食育推進計画								

計画の位置づけ

第3期の計画は、食育基本法第18条に基づく「市町村食育推進計画」として位置づけ、「生駒市総合計画」を上位計画として、国の「第4次食育基本計画」や、県の「奈良県食育推進計画」食育に関連する計画との整合性を図りながら、実施するものです。



第3期 食育推進計画の評価

評価指標と達成状況

平成30(2018)年度3月に策定された第3期計画では、26の指標を設定し、教育機関や地域、ボランティア団体等と行政が連携、協力しながら、様々な取組を実施してきました。各目標について下記の評価基準のとおり、4段階で評価を行いました。

【評価指標】

評価区分		数値目標あり	数値目標なし 「増加」「減少」の場合
A	目標が達成された	目標達成	策定時の値から5%以上改善したもの
B	目標が達成されていないが、改善傾向にある	策定時の値と目標値との差が30%以上改善したもの	—
C	変わらない	A、B、Dに該当しないもの	
D	悪化している	策定時の値から5%以上悪化したもの	

各分野における達成状況

施策Ⅰ「子どもの健やかな育ち」を守る食育の推進

…目標値に達成していないが改善している項目

項目	対象	平成29年度	目標値	令和5年度	評価
食育に関心のある市民の割合の増加 （「食生活には気をつけていつので問題ない」＋「問題があり、良くしようと思う」）	成人	82.2%	90%	85.4%	B
	中高生	77.6%	90%	73.6%	C
	小学生	80.5%	90%	81.8%	C
朝食を欠食する人の割合	成人19歳～30歳代	12.7%	半減	20.3%	D
	成人40歳～50歳代	8.1%	半減	10.3%	D
	中高生	2.5%	0%	6.2%	D
朝食をきちんと食べている人の割合 ※主食・主菜・副菜がそろった朝食を食べている人の割合	成人	24.0%	増加	35.6%	A
	中高生	25.4%	増加	26.2%	C
	小学生	32.8%	増加	27.1%	D

施策2 各世代や多様な暮らしに対応した食育の推進

項目	対象	平成29年度	目標値	令和5年度	評価
栄養バランスが悪いと感じている人の割合	成人	33.6%	減少	31.7%	A
購入時に食品の消費期限やカロリー、原産地などを見る小学生の割合	小学生	62.5%	増加	58.3%	D

施策3 健康寿命の延伸につながる食育の推進

項目	対象	平成29年度	目標値	令和5年度	評価
減塩を実践する人の割合 ※「食塩・ナトリウムの表示をいつも確認する」＋ 「食塩・ナトリウムの表示をときどき確認する」と回答した人の割合	成人	24.4%	増加	26.3%	A
野菜不足と感じている人の割合	成人	56.5%	減少	55.4%	C
ゆっくりよく噛んで食べる人の割合 ※「よくしている」＋「たまにしている」と回答した人の割合	成人	37.1%	55%	44.3%	B
虫歯の保有率	3歳児	3.4%	減少	2.3%	A

施策4 みんなで食を楽しむ環境づくりの推進

項目	対象	平成29年度	目標値	令和5年度	評価
朝食と一緒に食べる人がいる人の割合	中高生	66.6%	増加	54.4%	D
	小学生	88.2%	増加	80.3%	D
夕食と一緒に食べる人がいる人の割合	中高生	89.9%	増加	88.7%	C
	小学生	95.9%	増加	92.6%	C
ひまわりの集い参加者数(教室型・地域型)		延べ1,931人	増加	延べ824人	D

施策5 関係団体等との連携・協働による食育の推進

項目	平成29年度	目標値	令和5年度	評価
食育ネットワーク登録者(団体)数	—	10	4	B
新たな食育に関するプロジェクト創出数	—	5	6	A

施策6 食の循環や環境を意識した食育の推進

項目	対象	平成29年度	目標値	令和5年度	評価
奈良県内の農産物を知っている人の割合	成人	57.2%	増加	60.3%	A
	中高生	59.4%	増加	55.6%	D
	小学生	74.9%	増加	64.9%	D
食品ロス削減のために何らかの行動をしている人 ※「食品ロスを減らすために特に何もしていない」と回答した人以外の割合	成人	88.2%	増加	91.5%	C

第3期 食育推進計画の評価

【評価指標の達成状況】

	A 目標達成	B 改善傾向	C 変更なし	D 悪化	合計
施策1 子どもの健やかな育ちを守る食育	1	1	3	4	9
施策2 各世代や多様な暮らしへの対応	1	0	0	1	2
施策3 健康寿命の延伸	2	1	1	0	4
施策4 みんなで食を楽しむ環境づくり	0	0	2	3	5
施策5 関係団体との連携・協働	1	1	0	0	2
施策6 食の循環や環境への意識啓発	1	0	1	2	4
合計	6	3	7	10	26

改善した項目

- ・バランスの良い朝食を摂っている成人の割合
- ・減塩を実践している人の割合
- ・ゆっくりよく噛んで食べる人の割合
- ・関係団体等との連携・協働による食育の推進

悪化した項目

- ・働き盛り世代の健康課題（朝食の欠食）
- ・子どもの健康課題（食育への関心度、朝食の欠食、孤食）

現状と課題、取組の方向性

成人	課題	内容
	肥満の割合の増加	14.2% (H29) → 19.3% (R5)
	朝食の欠食率の増加	18歳～30歳代 15.2% (H29) → 20.3% (R5)
	食生活の問題点	①食べ過ぎてしまう、②スナック菓子や甘い飲み物をよくとる ③早食いである(よく噛まない)、④野菜不足である ⑤栄養のバランスが悪い、⑥寝る2時間前に食べている
	1日の食塩摂取目標量の認知度	18歳～50歳代は半数以上が知らない(はじめて聞いた)
	塩分摂取量の認識と実状の差	「取り過ぎているとは思わない」と普段の食事の摂り方の相違
	野菜摂取量	「十分食べているとは思わない」半数以上
	ゆっくりよく噛んでいない人の割合	「ゆっくりよく噛んでいない」「どちらかといえばゆっくりよく噛んでいない」54.6%と半数以上
	【課題に対する取組の方向性】 自身の食生活への問題意識は高く、食育への関心度も高いが、実践していくことの難しさが伺える。成人の朝食欠食率は若い世代ほど高く、食への優先順位が低い人や正しい生活習慣の定着に向けた取組みが必要 ▶朝食を食べることや、野菜摂取量、減塩についての基本的な食生活の周知と実践 ▶生活習慣病の発症と重症化予防として、健康的な食生活習慣の定着 ▶オーラルフレイル予防や口腔機能の維持向上の周知 ▶若い世代がアクセスしやすい情報提供の手段を利用した普及啓発 ▶自然に健康になれる食環境づくりの支援	

中 高 生	課題	内容
	肥満・やせの割合の増加	肥満3.3%(H29)→4.6%(R5)、やせ9.8%(H29)→12.1%(R5)
	朝食の欠食率の増加とその内容	2.5%(H29)→6.2%(R5) 朝食の内容「主食のみ」が最も多くなっている
	自身の食生活の問題意識	「問題があっても、改善しようと思わない」「食生活にはあまり関心がない」が24.6% 前回より増加
	食生活の問題点	①スナック菓子や甘い飲み物をよくとる、②野菜不足である ③好き嫌いが多い、④食べ過ぎてしまう、⑤栄養のバランスが悪い
	食育への関心度	食育への関心度「どちらかといえば関心がない」「関心がない」が49.5%で「どちらかといえば関心がある」「関心がある」より多い
	朝食をひとりで食べる人の増加	32.2%(H29)→41.8%(R5)
	奈良県農産物の認知度	他の世代と比較して低い
	【課題に対する取組の方向性】 自身の食生活への問題意識、食育への関心度や、食に対する優先度が低下していることが伺える バランスの良い食事の頻度は高く、ゆっくりよく噛んで食べる人は増加している ・朝食を食べることや、基本的な食生活の実践や、共食の機会を通じて、食に興味をもつことを育む ・自らの健康に関心を持ち、食品を選択する力を身につける ・学校給食を活用し、食への関心や情報の提供を行う(中学生)	

	課題	内容
小学生	肥満・やせの割合の増加	肥満7.2%(H29)→6.9%(R5)、やせ3.6%(H29)→5.4%(R5)
	朝食の欠食率の増加とその内容	0%(H29)→3.5%(R5)、朝食の内容「主食のみ」が最も多くなっている
	自身の食生活の問題意識	「問題があっても、改善しようと思わない」「食生活にはあまり関心がない」が17.7% 前回より増加
	食生活の問題点	①スナック菓子や甘い飲み物をよくとる、②好き嫌いが多い、 ③野菜不足である④食べ過ぎてしまう、⑤早食いである
	朝食・夕食をひとりで食べる人の増加	朝食10.3%(H29)→17.8%(R5) 夕食1.0%(H29)→3.1%(R5)
	栄養成分表示の確認 奈良県の農産物の認知度	減少
	【課題に対する取組の方向性】 バランスの良い食事の頻度は高く、ゆっくりよく噛んで食べる人は増加しているが、食生活への問題意識や食への興味は減少傾向にある。食習慣や生活習慣が定着し、食に関する自ら選択をする機会が増える時期 ▶食に関する正しい知識を身につけ、自らの食生活を考え、望ましい食習慣を実践することを目指す ▶学校給食を活用し、食への関心や情報の提供を行う ▶共食の機会や様々な体験を通じて、食の楽しさや興味をもつように家庭への情報発信を行う	

乳 幼 児	肥満・やせの割合の増加	肥満1.0%(H29)→3.7%(R5) やせ2.5%(H29)→3.1%(R5)
	【課題に対する取組の方向性】 心と体の基礎が形成される時期であり、食習慣の確立や口腔機能などの発達による食べる力の獲得など、保護者にとって、食に関する関心度の高い時期 ▶正しい知識や基本的な生活習慣の定着を目指し、家庭への知識の普及と支援 ▶食に関する悩みや保護者の負担軽減できるような情報提供 ▶様々な体験を通して、一緒に食べる楽しさや興味、意欲につなげ、保護者自身への啓発にもつなげる	

現状と課題

●成人

- ▶肥満の割合の増加
- ▶朝食の欠食率の増加
- ▶食生活の問題点
- ▶1日の食塩摂取目標量の認知度
- ▶塩分摂取量の認識と実状の差
- ▶野菜摂取量
- ▶「ゆっくりよく噛んでいない人の割合

●小学生

- ▶肥満・やせの割合の増加
- ▶朝食の欠食率の増加とその内容
- ▶自身の食生活への問題意識
- ▶朝食・夕食をひとりで食べる人の増加
- ▶栄養成分表示の確認、奈良県の農産物の認知度

●中高生

- ▶肥満・やせの割合の増加
- ▶朝食の欠食率の増加とその内容
- ▶自身の食生活への問題意識
- ▶食育への関心度
- ▶朝食をひとりで食べる人の増加
- ▶奈良県農産物の認知度

●乳幼児

- ▶肥満・やせの割合の増加

ライフステージに応じた取組
共通課題に対する取組

自然に健康になれる食環境づくり

誰もが食に関心を持ち、正しい知識と実践を支援する取組

第4期 食育推進計画の目標

- 市民一人ひとりが、食育に関心を持ち、基本的な食生活・生活習慣の知識を習得し、実践できる
- 生涯にわたって健全な心身を培い、各世代から地域において、切れ目のない健康づくりを目指す
- 食育推進のための体制を整え、関係団体等と連携・協働し、食に関する活動の広がりを進めるなど、環境づくりの促進を行う

基本方針

- (1) 健康的な食生活の実践
- (2) 各世代や多様な暮らしに対応した食育の推進
- (3) 持続可能な食を支える食環境づくり

取組みの方向性

1 健康的な食生活の実践

■ 基本的な生活習慣や知識の習得

- ① 食に対する正しい知識の普及と実践
- ② 朝食の摂取及び朝食の質の向上

■ 健康寿命の延伸につながる食育

- ① 食塩摂取量の減少（減塩）と野菜摂取の増加
- ② 歯や口の健康維持
- ③ 生活習慣病の発症と重症化予防
- ④ 高齢期の食育

取組みの方向性

2 各世代や多様な暮らしに対応した食育の推進

■次世代のための食育

- ①妊産婦の食育
- ②乳幼児の食育
- ③学童期・思春期の食育

■地域における食育の推進

- ①学校、幼稚園、保育園等における食育の推進
- ②若い世代・壮年期の食育

取組みの方向性

3 持続可能な食を支える食環境づくり

■食育の推進体制の充実

- ①関係機関・団体相互の連携・協力体制の強化
- ②食文化の継承につながる食育
- ③生産から消費までの「食の循環」を重視した食育の推進
- ④デジタルを活用した食育の推進
- ⑤環境に配慮した食生活の実践

■食の安全・安心に関する知識の普及

- ①食の安全安心の取組推進
- ②災害時の備えの推進

食育の施策展開

基本方針	施策の方向	主な取り組み内容
健康的な食生活の実践	基本的な生活習慣や知識の習得	①食に対する正しい知識の普及と実践 ②朝食の摂取及び朝食の質の向上
	健康寿命の延伸につながる食育	③歯や口の健康維持 ④食塩摂取量の減少（減塩）と野菜摂取の増加 ⑤生活習慣病の発症と重症化予防 ⑥高齢期の食育
各世代や多様な暮らしに対応した食育の推進	次世代のための食育	⑦妊産婦の食育 ⑧乳幼児の食育 ⑨学童期・思春期の食育
	地域における食育の推進	⑩学校、幼稚園、保育園等における食育の推進 ⑪若い世代・壮年期の食育
持続可能な食を支える食環境づくり	食育の推進体制の充実	⑫関係機関・団体相互の連携・協力体制の強化 ⑬食文化の継承につながる食育 ⑭生産から消費までの「食の循環」を重視した食育の推進 ⑮デジタルを活用した食育の推進 ⑯環境に配慮した食生活の実践
	食の安全・安心に関する知識の普及	⑰食の安全安心の取組推進 ⑱災害時の備えの推進

基本理念

第4次食育推進基本計画

「生涯を通じた心身の健康を支える食育の推進」

「持続可能な食を支える食育の推進」

奈良県食育推進計画（第4期） 基本理念

「食」を通して健全な心身を培い、豊かな人間性を育む

生駒市総合計画 将来都市像

「自分らしく輝けるステージ・いこま」

生駒市食育推進計画（第3期） 基本理念

「『食』でつながり笑顔あふれるまち いこま」

関係計画と整合を図った上で、生駒市らしい「食育推進計画」の基本理念を設定

基本理念キーワード

- ① 庁内関係部署にヒアリングを実施
- ② 生駒市民から意見募集（インターネットなどを活用する）

計画策定の目的を踏まえて基本理念を設定する

キーワード

- 広げよう「食」のわ
- 食育の大きな輪
- 未来へつなげる食育
- 未来をつくる
- みんなでつなぐ
- 笑顔の食事がつなぐ
- 食べる喜びが繋ぐ
- 食を支える「人づくり」
- 食は人生の楽しみ
- 明日の元気
- 食べて幸せ
- 食育で進める
- 食べて健康
- 食べて笑顔
- 味わう幸せ、学ぶ喜び
- 食への感謝の心を育てる
- おいしい学び、楽しい食育
- 楽しい食育
- 心と体に栄養
- 食べることは生きること
- 0歳から始まる
- 食の楽しみ、健康の第一歩
- 味覚の冒険、健康の探検
- 美味しく学ぶ健康習慣
- 食事をつくる心と体の健康
- 食べることで未来の自分をつくる

策定スケジュール

項目	令和6年							令和7年		
	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
全体会						11月8日			○	
食育推進部会		7月12日			10月17日					
生駒市議会							○			○
市内ヒアリング		→								
現状・課題の整理	→									
計画素案の作成		→								
計画案の作成					→					
パブリックコメント								→		
計画最終案の作成									→ 印刷・製本	