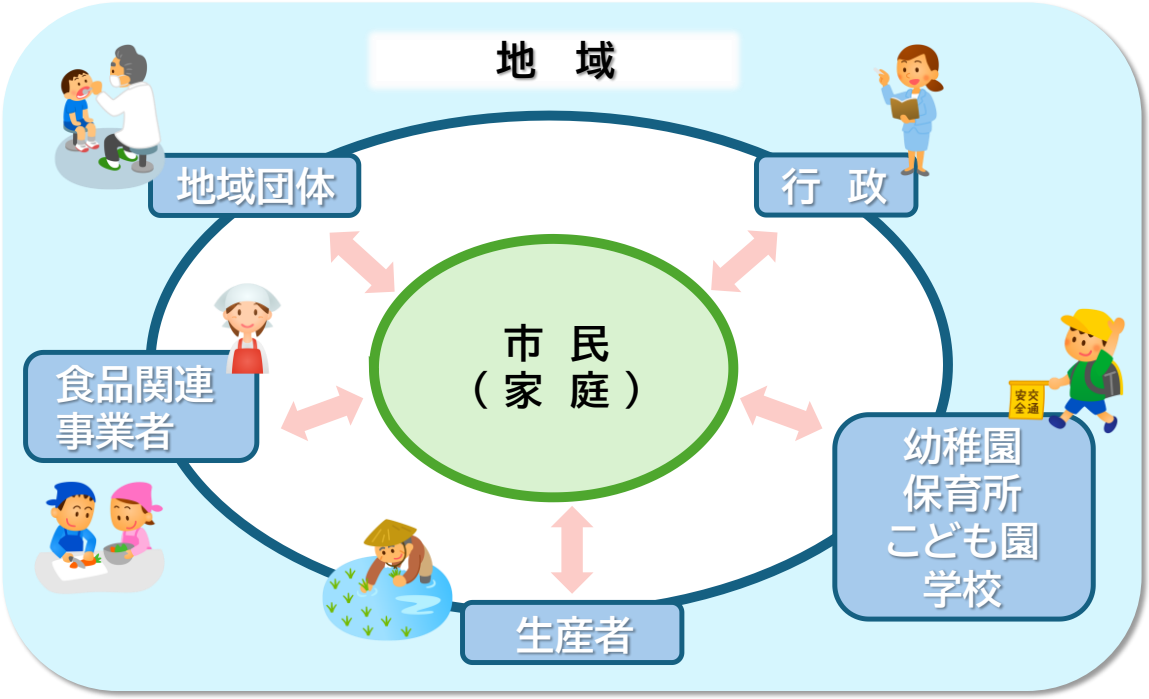
第５章　計画の推進に向けて

１．推進体制

本計画の推進にあたっては、家庭、幼稚園、保育所、こども園、学校、生産者、食品関連事業者等、食に関わる関係機関・団体・企業等が連携・協働して食育の推進に取り組んでいきます。また、施策を総合的かつ計画的に推進していけるよう「いこま食育ラウンドテーブル」において、進捗管理を行います。



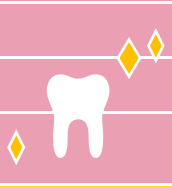
２．計画の進行管理と見直し

「いこま食育ラウンドテーブル」は食育に関わる市民団体、関係団体、生産・流通事業者、行政職員等で構成された組織で、本計画の施策を効果的に推進していくため、取組を具体化するとともに、食育推進計画の進捗管理を行っています。

この「いこま食育ラウンドテーブル」において、今後、さらに積極的な計画の進捗状況の把握・検証、見直しを行い、食育の実践に向けた具体的な取組について検討・調整を行います。

担当部署の取組状況を確認するため、年度ごとに進捗確認を引き続き行い、さらなる食育の推進に取り組みます。

3. ライフステージに応じた食育の推進

	ライフステージ	妊産婦期	乳幼児期
基本方針	ライフステージの特徴 施策の方向	生涯を通じた健康づくりの基礎となる時期 妊娠期は、母親の生活習慣が胎児の成長に大きく影響します	身体機能の発育、味覚や噛む力といった咀しゃく機能の形成など心身が著しく発達し、生活習慣の形成が始まる時期
1 健康的な食生活の実践	（1）基本的な生活習慣や知識の習得	**個別栄養相談の実施** ○妊婦教室・育児相談	**個別栄養相談の実施** ○離乳食相談
		各種健康教室	
		食育情報の発信・充実 ○広報、ウェブサイト等で食育情報を掲載　○「食育月間」（毎年６月）で食育パネルを展示	
		朝食摂取のための取組や情報発信 ○妊婦教室での啓発	**朝食摂取のための取組や情報発信** ○育児相談や１歳６か月児健康診査での啓発
		健康アプリの導入 ○インセンティブ※を付与し、だれもが楽しみながら健康づくりに取り組み、朝食摂取や体重管理等の啓発へつなげる	
	（2）健康寿命の延伸につながる食育		**歯科健診** ○３歳児歯科健診
		口腔に関する相談や講座の実施 ○妊婦教室での歯科講座	**口腔に関する相談や講座の実施** ○歯科相談（むし歯予防、歯みがき指導）
		減塩・野菜摂取への周知・啓発 ○妊婦教室や離乳食講習会での啓発	
		各種健康教室や講座の実施 ○妊婦教室の実施　○地域における出前講座	
			
2 各世代や多様な暮らしに対応した食育の推進	（1）次世代のための食育	**食事指導・栄養相談** ○妊娠届時での食事指導　○離乳食講習会の実施 ○妊娠期・授乳期の特性に応じた食育の推進 ○窓口・電話・オンラインでの栄養相談 ○妊産婦・新生児の訪問指導の実施	**食事指導・栄養相談** ○子育てサロンでの栄養・育児相談 ○育児相談での栄養相談 ○窓口、電話、オンラインでの栄養相談
			食に関する情報の周知・啓発 ○離乳食講習会　○離乳食のホームページでの配信 ○育児相談の場を利用した手作りおやつの紹介 ○給食の展示　○保育園、学校の予定献立表等での食育啓発 ○食育だよりなどを通じた情報提供
	（2）地域における食育の推進		**食育に関する体験** ○幼稚園・保育所における農業体験機会の充実
			食育に関する講座 ○幼稚園での弁当参観と食育講座の実施 ○給食を活用した食育の推進
3 持続可能な食を支える食環境づくり	（1）食育の推進体制の充実	**体験学習、イベントの開催** ○幼稚園児の農業体験や収穫体験の充実　○環境に関するイベントの実施　○食育に関するイベントの実施	
		関係機関や団体と連携した食育 ○市内生産者と飲食店の連携した取組　○食育ネットワークを活用した食育の推進	
		食育に関する情報の周知･啓発 ○食文化を取り入れた献立の充実　○食文化の継承につながる地域での食育事業　○ウェブサイトなどで情報発信	
		体験学習、イベントの開催 ○幼稚園児対象の農業体験や収穫体験の充実　○野菜づくりや農業に関する講習　○農業関係のイベントでの啓発	
			食育に関する体験 ○学校給食での地場野菜の使用
		地域の中での連携 ○市内生産者と飲食店の連携した取組　○青空市場や移動販売の実施	
		ウェブサイト等での情報発信 ○食育情報の発信・充実　○朝食に関する情報や朝食メニューを発信　○生駒産野菜の魅力を発信　○離乳食レシピの発信	
		食品ロスに関する取組 ○フードドライブの実施　○環境に関するイベントの実施　○食品ロス削減に向けた取組	
	（2）食の安全・安心に関する知識の普及	**食の安全･安心の取組** ○食品表示の見方の普及啓発 ○消費生活相談の実施	**食の安全・安心の取組** ○保育所給食でのアレルギー除去食の提供 ○アレルギー除去食対象家庭への個別面談の実施
		災害時の備えの推進 ○災害時の妊産婦・乳幼児のいる家庭に向けたリーフレットの普及啓発や食料備蓄に関する情報提供	

学童期・思春期	青壮年期	高齢期
心身ともに成長が著しく、家庭や学校を中心とした生活の中で基礎的な生活習慣を身につける時期	進学、就職、結婚、出産など生活環境が大きく変わり、社会的に充実する半面、仕事や家庭などでストレスが生じやすく、生活習慣病の発症リスクが上昇する時期	加齢により身体機能が低下し様々な身体的変化が現れる時期 心身の状況に合わせてできる範囲での健康維持・増進が必要な時期
個別栄養相談の実施 ○食習慣や生活リズム	**個別栄養相談の実施** ○生活習慣病発症・重症化予防	**個別栄養相談の実施** ○フレイル予防
各種健康教室		
食育情報の発信・充実 ○広報、ウェブサイト等で食育情報を掲載、「食育月間」（毎年６月）で食育パネルを展示 ○生活習慣病予防対策や正しい生活習慣の定着を目的とした健康コラムを定期的に発信		
朝食摂取のための取組や情報発信 ○メニューコンテストの実施、栄養教諭による講話	**朝食摂取のための取組や情報発信** ○ウェブサイトで朝食に関する情報や朝食レシピを発信	
健康アプリの導入 ○インセンティブ※を付与し、だれもが楽しみながら健康づくりに取り組み、朝食摂取や体重管理等の啓発へつなげる		
歯科健診 ○小中学校での歯科健診	**歯科健診** ○歯周病検診	**歯科健診** ○口腔健診（お口の健康診査）
	口腔に関する相談や講座の実施 ○口腔ケアに関する出前講座	**口腔に関する相談や講座の実施** ○オーラルフレイル予防の取組　○出前講座「口腔ケア」
	減塩・野菜摂取への周知・啓発 ○ウェブサイトで食事のバランスや減塩のコツを発信	
各種健康教室や講座の実施 ○親子クッキング教室の実施	**各種教室や講座の実施** ○ウォーキング教室の実施　○地域における出前講座　○料理教室の実施　○糖尿病等に関する講座の実施	
	生活習慣病発症・重症化予防 ○糖尿病予防のための取組、重症化予防を目的とした講演会の実施、個別栄養相談の実施	
	生活習慣病予防に関する情報の発信 ○広報、ウェブサイト等で生活習慣病予防に関する情報の発信	
	介護予防への取組 ○介護予防教室　○会食サロンの実施 ○高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施	
食に関する情報の周知・啓発 ○出前講座の実施　○イベントを利用した食育の推進 ○中学校の文化祭での食育推進	 **食育に関する情報の周知・啓発** ○ウェブサイトで簡単レシピを発信 ○サロン事業の場を活用した情報提供　○イベントを利用した食育の推進	
食育に関する体験 ○小中学校における農業体験機会の充実 ○小学生メニューコンテスト受賞作品の給食メニュー化 ○親子クッキングの実施	**食育に関する体験** ○ワークショップの開催	
食育に関する講座 ○給食を活用した食育の推進 ○給食センターの栄養教諭による出前授業の実施		
	ワーク・ライフ・バランスの推進	
体験学習、イベントの開催 ○親子対象の農業体験や収穫体験の充実　○環境に関するイベントの実施　○食育に関するイベントの実施		
	関係機関や団体と連携した食育 ○市内生産者と飲食店の連携した取組　○食育ネットワークを活用した食育の推進	
	食育に関する情報の周知・啓発 ○食文化の継承、食文化を取り入れた献立の充実　○食文化の継承につながる地域での食育事業　○ウェブサイトなどで情報発信	
	体験学習、イベントの開催 ○小学生の親子対象の農業体験や収穫体験の充実　○野菜づくりや農業に関する講習　○農業関係のイベントでの啓発	
食育に関する体験 ○学校給食での地場野菜の使用		
地域の中での連携 ○市内生産者と飲食店の連携した取組　○青空市場や移動販売の実施		
	ウェブサイトでの情報発信 ○簡単レシピの情報を配信　○食事のバランスや減塩のコツについて発信 ○食育情報の発信・充実　○朝食に関する情報や朝食メニューを発信　○生駒産野菜の魅力を発信	
	食品ロスに関する取組 ○フードドライブの実施　○環境に関するイベントの実施　○食品ロス削減に向けた取組	
食の安全・安心の取組 ○学校給食でのアレルギー除去食の提供 ○アレルギー除去食対象家庭への個別面談の実施	**食の安全・安心の取組** ○食品表示の見方の普及啓発　○消費生活相談の実施	
災害時の備えの推進 ○防災食レシピの親子クッキング　○災害等に備えた食に関する普及啓発や地域での災害時の周知		**災害時の備えの推進** ○災害時に備えた食に関する普及啓発や地域での災害時の周知

※　インセンティブ
　人の行動や意欲を促すための特典のことです。

4. 評価指標（再掲）

基本方針	施策の方向	評価指標	対象		現状値（R５）	目標値（R12）
１　健康的な食生活の実践	（１）基本的な生活習慣や知識の習得	食生活に気をつけている市民の割合の増加 ※「食生活には気をつけているので問題ない」+「問題があり、改善しようと思う」と回答した人の割合	成人		85.4%	90.0%
			中高生		73.6%	90.0%
			小学生		81.8%	90.0%
		食育に関心のある市民の割合の増加 ※「関心がある」+「どちらかといえば関心がある」と回答した人の割合	成人		65.2%	80.0%
			中高生		49.0%	80.0%
			乳幼児		86.4%	90.0%
		主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を１日２回以上ほぼ毎日食べている市民の割合	成人		46.2%	50.0%
			中高生		64.6%	71.0%
			小学生		69.5%	76.5%
		朝食を欠食する人の割合	18～30歳代		20.0%	15.0%
			40～50歳代		10.2%	8.1%
			中高生		6.2%	2.5%
		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		35.6%	増加
			中高生		26.2%	増加
			小学生		27.1%	増加
	（２）健康寿命の延伸につながる食育	食塩・ナトリウムの表示を確認する人の割合 ※「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		26.3%	増加
		野菜不足と感じている人の割合	成人		55.4%	減少
		ゆっくりよく噛んで食べる人の割合 ※「ゆっくりよく噛んで食べている」+「どちらかといえば、ゆっくりよく噛んで食べている」と回答した人の割合	成人		44.3%	55.0%
		むし歯の保有率	３歳児		2.3%	0.0%
		適正体重（BMI18.5以上25未満（65歳以上はBMI20を超え25未満））の人の割合	成人		65.0%	増加
		低栄養傾向の高齢者の割合（BMI20以下）	65歳以上		18.6%	13.0%
		フレイルを知っている人の割合 ※「言葉も意味もよく知っている」+「言葉も知っているし意味も大体知っている」と回答した人の割合	成人		30.4%	増加
		60歳代における咀嚼良好者の割合	60歳代		72.7%	76.1%
２　各世代や多様な暮らしに対応した食育の推進	（１）次世代のための食育	児童・生徒における肥満傾向児（中等度・高度肥満）の割合	小５	男子	3.7%	減少
				女子	0.8%	減少
		朝食を一緒に食べる人がいる人の割合	中高生		54.4%	66.6%
			小学生		80.3%	88.2%
		夕食を一緒に食べる人がいる人の割合	中高生		88.7%	89.9%
			小学生		92.6%	95.9%
	（２）地域における食育の推進	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	18～50歳代		24.2%	増加
		肥満者（BMI25以上）の割合	男性	18～60歳代	24.4%	22.1%
			女性	40～60歳代	18.2%	16.4%
３　持続可能な食を支える食環境づくり	（１）食育の推進体制の充実	奈良県内の農産物を知っている人の割合	成人		60.3%	増加
			中高生		55.6%	59.4%
			小学生		64.9%	74.9%
		食育ネットワーク登録者（団体）数			4	10
		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」と回答した人と「無回答」以外の割合	成人		89.5%	増加
	（２）食の安全・安心に関する知識の普及	外食時や食品購入の際に、賞味期限、カロリー、食品添加物、原産地などの表示を確認している人の割合	成人		73.1%	増加
		災害時などの非常用の備えをしている人の割合	成人		42.1%	53.8%

5. 施策の実施計画

既存事業を 2025（令和７）年度から 2030（令和 12）年度まで継続して実施する方針としています。また、新規事業については、検討を経て実施へと進めてまいります。

⇨ 白い矢印は新規事業を示しています。

基本方針	施策の方向	主な取組内容	R7	R8	R9	R10	R11	R12
1 健康的な食生活の実践	（1）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	既存事業					
			検討	健康コラムやレシピの配信				
		② 朝食の摂取及び朝食の質の向上	既存事業					
					検討	朝食の提供		
	（2）健康寿命の延伸につながる食育	① 歯や口の健康維持	既存事業					
		② 食塩摂取量の減少（減塩）と野菜摂取量の増加	既存事業					
				検討	食育講座や講演会の開催			
		③ 生活習慣病の発症と重症化の予防	既存事業					
			検討	健康アプリ				
		④ 高齢期（65歳以上）の食育	既存事業					
2 各世代や多様な暮らしに対応した食育の推進	（1）次世代のための食育	① 妊産婦の食育	既存事業					
		② 乳幼児の食育	既存事業					
		③ 学童期（小学生）・思春期（中高生）の食育	既存事業					
				検討	朝食メニューコンテスト			
	（2）地域における食育の推進	① 学校、幼稚園、保育所、こども園における食育の推進	既存事業					
			中学校の文化祭での食育					
		② 青年期（18～39歳）・壮年期（40～64歳）の食育	既存事業					
						検討	ワークショップの開催	
3 持続可能な食を支える食環境づくり	（1）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	既存事業					
					検討	食育フェアの開催		
		② 食文化の継承につながる食育	既存事業					
			郷土料理の啓発					
		③ 生産から消費までの「食の循環」を重視した食育の推進	既存事業					
		④ デジタルを活用した食育の推進	既存事業					
				検討	デジタル食育の推進			
		⑤ 環境に配慮した食生活の実践	既存事業					
	（2）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	既存事業					
		② 災害時の備えの推進	既存事業					