

第4次福岡市食育推進計画(案)

第3次福岡市食育推進計画	第4次福岡市食育推進計画 案
<p>1 計画策定の経緯</p> <p>①国の動向 近年の我が国の食をめぐる状況の変化に伴い、国民が生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性を育むための食育が喫緊の課題となっていることから、食育に関し、基本理念を定め、国、地方公共団体の責務を明らかにするとともに、食育に関する基本的事項を定めることにより、食育に関する施策を総合的かつ計画的に推進し、現在および将来にわたる健康で文化的な国民の生活と豊かで活力のある社会の実現に寄与することを目的として、平成17年6月に食育基本法が公布され、同年7月に施行されました。</p> <p>また、食育基本法では、食育推進計画を作成することと定められており、平成18年3月に平成18年度から22年度までの5年間を対象とする「食育推進基本計画」が決定されました。その後、平成23年3月には、過去5年間の食育に関する取り組みの成果と課題を踏まえ、「第2次食育推進基本計画」（計画期間：平成23年度から27年度）が決定されました。</p> <p>②福岡市の動き 本市では、食育基本法第18条第1項に基づく市町村食育推進計画として、平成19年3月に「福岡市食育推進計画」（計画期間：平成18年度から22年度）を、平成23年8月に「第2次福岡市食育推進計画」（計画期間：平成23年度から平成27年度）を策定しました。</p> <p>第2次計画では、具体的な施策の方向性として「家庭・地域における食育の推進」「学校・保育所・幼稚園等における食育の推進」「生産者と消費者との交流や農林漁業の活性化」「食文化の継承と国際交流」「安全安心な食生活」を設定し、市民をはじめ、家庭、地域、保育所、幼稚園、学校、職場、関係団体、行政などが、それぞれの役割に応じて主体的に活動し、市民運動として連携・共働して様々な取り組みを行ってきました。</p>	<p>1 計画策定の経緯</p> <p>①国の動向 国は食育を総合的かつ計画的に推進するため、平成17年に食育基本法を制定し、これに基づき平成18年3月に食育推進基本計画を策定しました。その後改定を重ね、第4次食育推進基本計画を令和3年3月に策定しました。</p> <p>②福岡市の動き 本市では、国の策定した食育推進基本計画の内容を踏まえながら、食育基本法に基づく市町村食育推進計画として「福岡市食育推進計画」を策定しています。平成19年3月の策定以降、平成23年8月と平成28年5月に改定を行い15年にわたり、市民をはじめ、関係機関や団体等の連携のもと食育を推進してきました。</p> <p>本計画は、これに引き続くもので、持続可能な社会の実現など現下の社会的課題も考慮し、本市の食育に関する取り組みを総合的かつ計画的に進めるための基本的な考え方を示しています。</p>

各区においては、保健福祉センターを中心に関係団体とネットワークを構築し、定期的に事例報告や意見交換を行い、地域の特性に応じた食育を推進してきました。

また、計画の進捗状況については、毎年福岡市食育推進会議において、取組状況や成果指標の推移などを報告し、さらなる推進のために意見交換を行ってきました。

③次期計画の策定趣旨

第2次計画が平成27年度に終了するため、その成果や課題を整理した結果、朝食の欠食や野菜摂取量の不足など、依然として食を取り巻く課題は残っていることがわかりました。これらの課題解決に加え、健康寿命の延伸、食品ロスへの対応、食文化の継承といった国全体としての食育推進の方向性などを加味しながら、引き続き本市の食育に関する取組みを総合的かつ計画的に進めるため、第3次食育推進計画を策定しました。

2 計画の位置づけ

本計画は、食育基本法の目的・基本理念を踏まえ、同法第18条に基づく

③次期計画の策定趣旨

「食」は、私たちが生きていく上で欠かすことのできない大切なものです。しかしながら、家族形態の多様化、経済的環境の変化、少子高齢化の進展、食の外部化などの影響により、食を取り巻く環境が大きく変化しており、その結果、食習慣の乱れ、栄養の偏り、食を通じたコミュニケーション機会の減少、食べ物を大切にする意識の希薄化など、様々な問題が生じています。

また、「人生100年時代」に向けて、生活習慣病の予防や健康寿命の延伸が重視されるとともに、SDGs(持続可能な開発目標)の達成に食育活動が貢献できるとされ、持続可能な社会の実現に向け、食に関する取組みは一層重要なものになってきています。

さらに、令和2年に入って急速に広まった新型コロナウイルス感染症の影響やそれを受けて示された「新しい日常」「新しい生活様式」により、食を含めた私たちの生活は大きく変化しました。

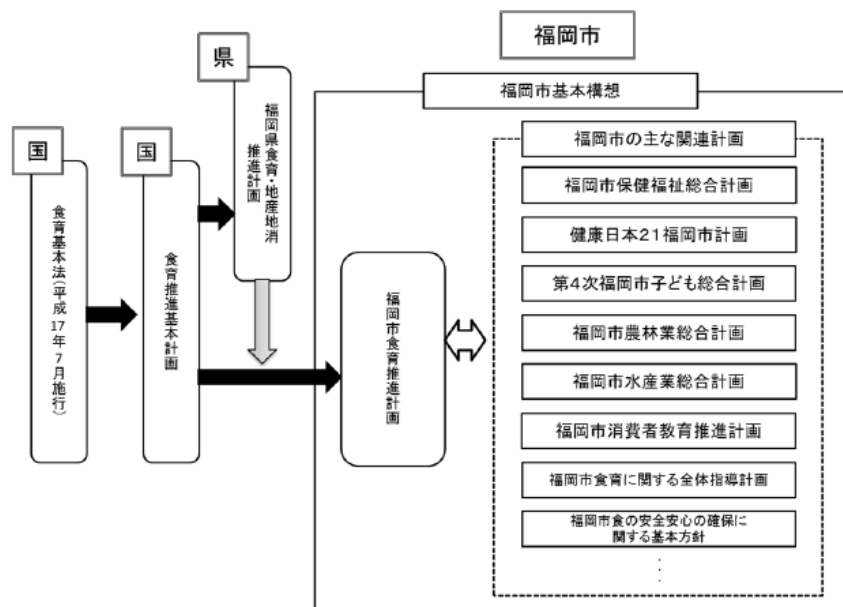
多くの市民が食に関心を持ち、様々な形で食育に関する取組みを進めているものの、関心の度合いが世代等により異なるとともに、健全な食生活の実践までは至っていない人が依然として多いのが現状であり、今後も継続した取組みが必要です。

引き続き本市の食育に関する取組みを総合的かつ計画的に進めるため、第4次福岡市食育推進計画を策定しました。

2 計画の位置づけ

本計画は、食育基本法第18条第1項に基づく市町村食育推進計画とし

市町村食育推進計画として位置づけます。食育に関する基本的な事項について定めるものであり、本市における各個別の計画との整合性を保つこととします。



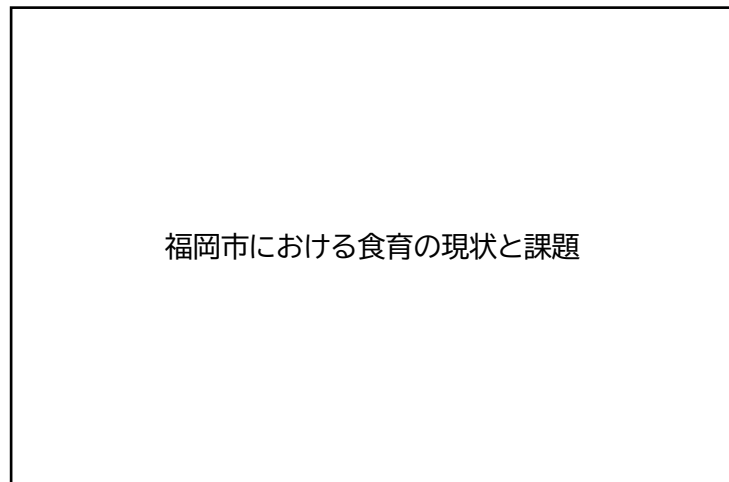
て、本市の食育推進に関する基本的な事項を定めるものであり、本市における関連するほかの個別計画と連携を図りながら食育を推進します。

第4次福岡市食育推進計画に関連する個別計画(令和3年7月現在)

計画名	関連する内容	所管局
福岡市保健福祉総合計画	生活習慣病の予防や健康寿命の延伸などを目指し、健全な食生活や歯と口の健康に関する取り組みを推進	保健福祉局
福岡市食品衛生監視指導計画	市民の健康の保護を図るため、食品衛生対策を推進	保健福祉局
第2次福岡市消費者教育推進計画	地産地消の推進など持続可能な消費生活を目指す消費者教育の推進	市民局
第5次福岡市子ども総合計画	子育て家庭への食育実践支援などの推進や保育所における食育を推進	こども未来局
新循環のまち・ふくおか基本計画	食品廃棄物の削減	環境局
福岡市農林業総合計画	地産地消や農業体験などを推進	農林水産局
福岡市水産業総合計画	地産地消、魚食普及の推進	農林水産局
福岡市食育に関する全体指導計画	学校給食などを通じ、児童生徒の食生活に関する知識や判断力を育み、望ましい生活習慣の定着を推進	教育委員会

3 計画期間

本計画の期間は平成28年度から平成32年度の5年間とします。
なお、社会情勢の変化等によって、計画の期間内であっても必要に応じて随時適切に見直しを行います。

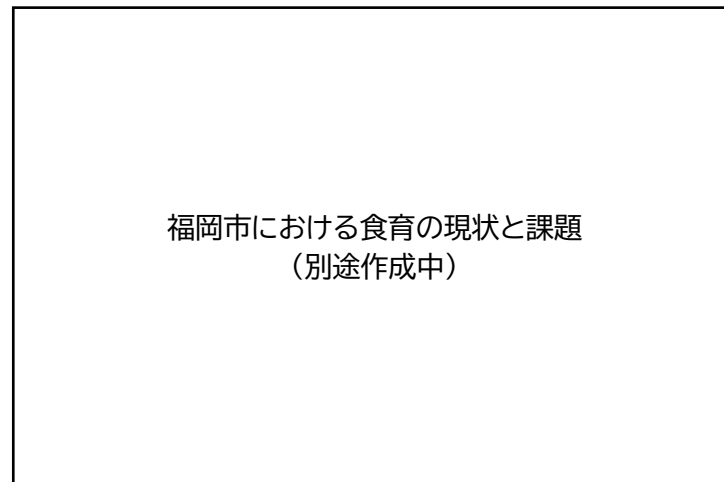


3 計画期間

本計画の期間は令和4年度から令和8年度の5年間とします。
平成28年度に策定した現行の第3次福岡市食育推進計画は、平成32年度(令和2年度)が終了年度となっておりますが、次のような課題を踏まえ

<ul style="list-style-type: none">・国の食育推進基本計画の方向性を踏まえた市計画策定を可能とするため(これまで策定次期が重複し、国の方向性を踏まえにくい課題があった)・新型コロナウイルス感染症の影響により、作業スケジュールに遅れが生じた。

第4次計画策定までの間は第3次計画を継続させることとし、令和3年度からおおむね5年間で計画期間として策定された国の第4次食育推進基本計画の方向性を反映した計画としました。



第3次福岡市食育推進計画の目指す姿

1 基本理念

家庭、地域、学校、職場などとの連携のもと、子どもから高齢者までのすべての市民が食に関する適切な判断力を養い、心身の健康増進を図るとともに、福岡の豊かな農林水産物の活用を通し、食の大切さへの理解を深めることにより豊かな人間性を育むことを目指しています。

2 基本目標及び重点課題

基本目標

(Ⅰ)食を通じた健康づくりをすすめましょう

市民がいくつになっても生き生きと暮らしていくことを実現するために、健康寿命の延伸につながる食育を推進します。

(Ⅱ)ふくおかでとれる食材を日々の食事に活かしましょう

福岡の食材を通じ、食に関する関心と理解を深め、環境に配慮した食生活を送る市民を増やすための食育を推進します。

(Ⅲ)食を楽しみ、ふくおかの食文化を伝えましょう

豊かな人間性を育み、福岡の郷土の伝統や文化のよさを継承・発展させるために、家族や仲間と食を楽しみ、時代に応じた食文化を伝える市民を増やすための食育を推進します。

第4次福岡市食育推進計画の目指す姿

1 基本理念

家庭、地域、学校、職場などとの連携のもと、子どもから高齢者までのすべての市民が食に関する適切な判断力を養い、心身の健康増進を図るとともに、福岡の豊かな農林水産物の活用を通し、食の大切さへの理解を深めることにより豊かな人間性を育むとともに、それを支える社会や環境を持続可能なものにしていくことを目指しています。

2 基本目標

(Ⅰ)食を通じた健康づくりをすすめましょう

「人生100年時代」に向けて、生活習慣病の予防や健康寿命の延伸に繋がる食育を推進します。

(Ⅱ)ふくおかでとれる食材を日々の食事に活かしましょう

福岡の食材を通じ、食に関する関心と理解を深め、環境に配慮した食生活を送る市民を増やすための食育を推進します。

(Ⅲ)食を楽しみ、ふくおかの食文化を伝えましょう

豊かな人間性を育み、福岡の郷土の伝統や文化のよさを継承・発展させるために、家族や仲間と食を楽しみ、時代に応じた食文化を伝える市民を増やすための食育を推進します。

(Ⅳ)環境に優しい食べ物を選び、もったいないをなくしましょう

私たちが健全な食生活を送るためには、その基盤として持続可能な環境が不可欠です。市民が一体となって、環境と調和のとれた食料生産とその消費に配慮した食育を推進します。

重点課題

(I) ライフステージに応じた食育の推進

食育は乳幼児から高齢者まで、全ての人に関わりますが、課題や推進における役割は世代によって異なります。生涯にわたって大切な心と体を育み、質の高い生活を送るため、それぞれのライフステージで大切にしたい食育の取り組みを推進します。

(II) 1人ひとりの実践と、関係団体のネットワークの充実

食育の取り組みは、個人、各団体それぞれが主体的に行うことが大切ですが、様々な関係団体が連携することで、その取り組みはより深く効果的に行われることが期待されます。より多くの市民が食育に関心を持ち、市民の食育推進をサポートする関係団体のネットワークが充実するための取り組みを推進します。

3 目標ごとの目指す姿

(1)食を通じた健康づくりをすすめましょう

3 取り組みの視点

(I) ライフステージに応じた食育の推進

食育は乳幼児から高齢者まで、全ての人に関わりますが、課題や推進における役割は世代によって異なります。生涯にわたって大切な心と体を育み、質の高い生活を送るため、それぞれのライフステージで大切にしたい食育の取り組みを推進します。

(II) 一人ひとりの実践につながる訴求力ある情報発信と環境づくり

若い世代等、健康や食に関して無関心な層も含め、意識せずとも健康につながる食生活の普及に向けて、多様な主体と連携して、訴求力ある啓発の実践や健康な食事への接点拡大などに取り組み、適切な栄養・食生活やそのための食事を支える食環境の持続可能性を高めていく取り組みを推進します。

(III) 新たな日常やデジタル化への対応

新型コロナウイルス感染症の流行は、世界規模に拡大し、その影響は人々の生命や生活のみならず、行動・意識・価値観にまで波及しました。テレワークの導入促進や不要不急の外出を控えることなどにより在宅時間が増加するとともに、こうした「新しい日常」は、家族と過ごす時間が増えることで、家庭における食を見つめ直す契機ともなっています。

「新しい生活様式」「新しい日常」の中でも食育が多くの市民による主体的な運動となるためには、ICT や社会のデジタル化の進展を踏まえ、デジタルツールやインターネットも積極的に活用し、効果的な情報発信を行うなど、新しい広がりを創出するデジタル化に対応した食育を推進します。

4 目標ごとの目指す姿

(1)食を通じた健康づくりをすすめましょう

「食」は生命を維持し、子どもたちが健やかに成長し、また、人々が健康で幸福な生活を送るために欠かせない営みです。市民の食生活の現状においては、野菜摂取不足等の栄養の偏り、朝食の欠食に代表されるような食習慣の乱れなどが依然として見られます。これらに起因する肥満や生活習慣病の予防・改善は本市においても課題であり、加えて若い女性のやせ、高齢者の低栄養傾向などの健康面での問題にも目を向ける必要があります。

少子高齢化が進む中、子どもから高齢者までのすべての市民が生き生きと心豊かに生活できる活力ある社会を実現していくには、市民一人ひとりが生活習慣病の発症・重症化の予防や改善に向けて、健全な食生活を実践できるように支援するとともに健康寿命の延伸につながる減塩等の推進やメタボリックシンドローム、肥満・やせ、低栄養の予防や改善など、食育を推進していくことが重要です。

目指す姿	推進したいこと
充実した朝食を毎日食べている	<ul style="list-style-type: none"> ・朝食を食べること ・主食・主菜・副菜が揃った朝食をたべること
バランスのよい食事をとっている	<ul style="list-style-type: none"> ・主食・主菜・副菜が揃った食事をとること ・バランスのよいお弁当や外食が提供されること
生活習慣病の予防や改善のために、食生活に気をつけ実践している	<ul style="list-style-type: none"> ・適正体重を知り、肥満ややせに気をつけること ・定期的に健診を受けること ・個人にあった食事や運動の指導が受けられる場が提供されること ・ライフステージに応じた課題を知り、取組を実践すること ・エネルギー量や食塩使用量に配慮された外食や総菜が提供されること

「食」は生命を維持し、子どもたちが健やかに成長し、また、人々が健康で幸福な生活を送るために欠かせない営みです。

社会における高齢化の進行の中で、健康寿命の延伸や生活習慣病の予防が課題であり、栄養バランスに配慮した食生活の重要性は増えています。

市民一人ひとりが生活習慣病の発症・重症化の予防や改善に向けて、健全な食生活を実践できるように支援するとともに健康寿命の延伸につながる減塩等の推進やメタボリックシンドローム、肥満・やせ、低栄養の予防や改善など、食育を推進していくことが重要です。

目指す姿	推進したいこと
充実した朝食を毎日食べている	<ul style="list-style-type: none"> ・朝食を食べること ・主食・主菜・副菜が揃った朝食をたべること
バランスのよい食事をとっている	<ul style="list-style-type: none"> ・主食・主菜・副菜が揃った食事をとること ・バランスのよいお弁当や外食が提供されること
生活習慣病の予防や改善のために、食生活に気をつけ実践している	<ul style="list-style-type: none"> ・適正体重を知り、肥満ややせに気をつけること ・定期的に健診を受けること ・個人にあった食事や運動の指導が受けられる場が提供されること ・ライフステージに応じた課題を知り、取組を実践すること ・エネルギー量や食塩使用量に配慮された外食や総菜が提供されること

食塩の取り過ぎに気をつけ実践している	<ul style="list-style-type: none"> ・減塩を心がけ、実践すること ・食塩含有量の多い食品を知ること ・外食や総菜に食塩相当量が表示されること 	食塩の取り過ぎに気をつけ実践している	<ul style="list-style-type: none"> ・減塩を心がけ、実践すること ・食塩含有量の多い食品を知ること ・外食や総菜に食塩相当量が表示されること
よく噛んで食べている	<ul style="list-style-type: none"> ・歯と口のケアを実践すること ・よく噛んで食べることのメリットを知ること ・よく噛んで食べるための調理方法などを知ること ・食べ物による窒息事故について知ること 	ゆっくりよく噛んで食べている	<ul style="list-style-type: none"> ・歯と口のケアを実践すること ・よく噛んで食べることのメリットを知ること ・よく噛んで食べるための調理方法などを知ること ・食べ物による窒息事故について知ること
食の安全に関する正しい知識を持ち、実践している	<ul style="list-style-type: none"> ・食の安全に関する正しい知識を身につけること ・食品の表示をよく確認すること ・科学的根拠に基づく情報が提供されること ・食品関係事業者による食の安全が担保されること 	食の安全に関する正しい知識を持ち、実践している	<ul style="list-style-type: none"> ・食の安全に関する正しい知識を身につけること ・食品の表示をよく確認すること ・科学的根拠に基づく情報が提供されること ・食品関係事業者による食の安全が担保されること

(2)ふくおかでとれる食材を日々の食事に活かしましょう

私たちの食べものは、生産、加工、流通と、たくさんの方々の手によって支えられています。市民の多くは「食」との関係が消費のみに留まる「消費者」ですが、生産者と交流することや農林漁業の体験をすることで、自然の恩恵や生産者等への感謝の念や食への理解を高めるなどの効果が期待されています。

福岡は、その豊かな自然の恵みにより、農産物や魚介類、またそれらを活かした加工品の生産地です。福岡産の食べものを知り、積極的に利用することは、農林漁業の活性化や食料自給率の向上、安易な食料廃棄の抑制につながります。

(2)ふくおかでとれる食材を日々の食事に活かしましょう

私たちの食べものは、生産、加工、流通と、多くの人々の様々な活動に支えられています。市民の多くは「食」との関係が消費のみに留まる「消費者」ですが、生産者と交流することや農林漁業の体験をすることで、自然の恩恵や生産者等への感謝の念や食への理解を高めるなどの効果が期待されています。

福岡は、その豊かな自然の恵みにより、農産物や魚介類、またそれらを活かした加工品も多数あります。福岡産の食べものを知り、積極的に利用することは、農林漁業の活性化や食料需給の状況への理解を深め、持続可能な社会を実現していくことにつながります。

目指す姿	推進したいこと	目指す姿	推進したいこと
福岡産のものを積極的に利用している	<ul style="list-style-type: none"> ・福岡でとれる農水産物を知ること ・家庭の食事で福岡産の農水産物を積極的に利用すること ・給食や飲食店等で福岡産の農水産物を積極的に利用すること ・福岡産農水産物を入手する機会が増えること 	福岡産のものを積極的に利用している	<ul style="list-style-type: none"> ・福岡でとれる農水産物を知ること ・家庭の食事で福岡産の農水産物を積極的に利用すること ・給食や飲食店等で福岡産の農水産物を積極的に利用すること ・福岡産農水産物を入手する機会が増えること
農林漁業体験をしたことがある	<ul style="list-style-type: none"> ・農林漁業体験の場の提供が増えること ・様々なコミュニティにおいて農林漁業体験を取り入れていること 	農林漁業体験をしたことがある	<ul style="list-style-type: none"> ・農林漁業体験の場の提供が増えること ・様々なコミュニティにおいて農林漁業体験を取り入れていること
環境に配慮した食生活を送っている	<ul style="list-style-type: none"> ・安易に食べ物を捨てないこと ・買い物の前に在庫を確認すること ・作り過ぎないこと、飲食店で注文し過ぎないこと ・残さず食べること ・小分け商品やばら売りなど、適量購入の場が増えること 		
<p>(3)食を楽しむ、ふくおかの食文化を伝えましょう</p> <p>近年、核家族化やひとり親世帯、高齢者の一人暮らしなどが増え、誰かと一緒に食べる「共食(きょうしょく)」の機会が減っています。家族だけではなく友人や同僚、ご近所の方などと、会話を楽しみながらゆっくり食べる食事は、食の楽しさを実感し、心と体を元気にしてくれます。また、あいさつや食べ方といった食や生活に関する基礎を習得する機会になるとともに、博多雑煮やがめ煮といった地域や家庭で受け継がれてきた料理や味を伝承していくことに繋がります。</p>		<p>(3)食を楽しむ、ふくおかの食文化を伝えましょう</p> <p>核家族化やひとり親世帯、高齢者の一人暮らしなど様々な家庭環境や生活の多様化により、誰かと一緒に食べる「共食」の機会が減っています。家族だけではなく友人や同僚、ご近所の方などと、会話を楽しみながらゆっくり食べる食事は、食の楽しさを実感し、心と体を元気にしてくれます。また、あいさつや食べ方といった食や生活に関する基礎を習得する機会になるとともに、博多雑煮やがめ煮、<u>あちら漬</u>けといった地域や家庭で受け継がれてきた料理や味を伝承していくことにつながります。</p>	
目指す姿	推進したいこと	目指す姿	推進したいこと

<p>家族や仲間と楽しく食事をして いる</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・家族で食卓を囲む機会を増やすこと ・地域や職場の人と一緒に食事をする機会に参加すること ・共食の場の提供が増えること 	<p>家族や仲間と楽しく食事をして いる</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・家族で食卓を囲む機会を増やすこと ・地域や職場の人と一緒に食事をする機会に参加すること ・共食の場の提供が増えること
<p>郷土料理や行事食を取り入れ、 次世代に伝えている</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・家庭で郷土料理や行事食を取り入れること ・給食や飲食店等で郷土料理や行事食が提供されること ・郷土料理や行事食について学ぶ場が提供されること ・次の世代へ郷土料理や行事食を伝えること 	<p>郷土料理や行事食を取り入れ、 次世代に伝えている</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・家庭で郷土料理や行事食を取り入れること ・給食や飲食店等で郷土料理や行事食が提供されること ・郷土料理や行事食について学ぶ場が提供されること ・次の世代へ郷土料理や行事食を伝えること
<p>食事の基本的マナーが身につ いている</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・「いただきます」「ごちそうさま」の挨拶をすること ・給食を通じて、正しいマナーを身につけること ・家庭において正しいマナーが実践され、伝えられること ・次の世代へ正しいマナーを伝えられること 	<p>食事の基本的マナーが身につ いている</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・「いただきます」「ごちそうさま」の挨拶をすること ・給食を通じて、正しいマナーを身につけること ・家庭において正しいマナーが実践され、伝えられること ・次の世代へ正しいマナーを伝えられること
		<p>(4)環境に優しい食べ物を選び、もったいないをなくしましょう <u>私たちの食生活は、自然の恩恵の上に成り立っています。食料の生産から消費に至る食の循環が環境に与える影響を知り、食べ物を大切にするという考え方の普及や、「もったいない」という精神で、食べ物を無駄にせず食品ロスの削減に取り組むことは、環境と調和のとれた持続可能な食を支えることにつながります。</u></p>	

	<table border="1"> <thead> <tr> <th data-bbox="1115 228 1541 268">目指す姿</th> <th data-bbox="1541 228 2049 268">推進したいこと</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="1115 268 1541 347"><u>環境に配慮した農林水産物・食品を選ぶ</u></td> <td data-bbox="1541 268 2049 347"></td> </tr> <tr> <td data-bbox="1115 347 1541 703"><u>食品ロスについて認識し、削減に取り組んでいる</u></td> <td data-bbox="1541 347 2049 703"> <ul style="list-style-type: none"> ・<u>安易に食べ物を捨てないこと</u> ・<u>買い物の前に在庫を確認すること</u> ・<u>作り過ぎないこと、飲食店で注文し過ぎないこと</u> ・<u>残さず食べること</u> ・<u>小分け商品やばら売りなど、適量購入の場が増えること</u> ・<u>計画的な買い物をすること</u> ・<u>食材を使い切ること</u> </td> </tr> </tbody> </table>	目指す姿	推進したいこと	<u>環境に配慮した農林水産物・食品を選ぶ</u>		<u>食品ロスについて認識し、削減に取り組んでいる</u>	<ul style="list-style-type: none"> ・<u>安易に食べ物を捨てないこと</u> ・<u>買い物の前に在庫を確認すること</u> ・<u>作り過ぎないこと、飲食店で注文し過ぎないこと</u> ・<u>残さず食べること</u> ・<u>小分け商品やばら売りなど、適量購入の場が増えること</u> ・<u>計画的な買い物をすること</u> ・<u>食材を使い切ること</u>
目指す姿	推進したいこと						
<u>環境に配慮した農林水産物・食品を選ぶ</u>							
<u>食品ロスについて認識し、削減に取り組んでいる</u>	<ul style="list-style-type: none"> ・<u>安易に食べ物を捨てないこと</u> ・<u>買い物の前に在庫を確認すること</u> ・<u>作り過ぎないこと、飲食店で注文し過ぎないこと</u> ・<u>残さず食べること</u> ・<u>小分け商品やばら売りなど、適量購入の場が増えること</u> ・<u>計画的な買い物をすること</u> ・<u>食材を使い切ること</u> 						
<p>4 ライフステージに応じた目指す姿 食育の推進にあたっては、市民一人ひとりが自分のライフステージの課題を認識し、取組みを進めることが重要です。</p> <p>(1)乳幼児期(0歳～就学前) 乳幼児期は、食に関する体験を積み重ねることで、食べることを楽しみな</p>	<p>4 ライフステージに応じた目指す姿 食育の推進にあたっては、市民一人ひとりが自分のライフステージの課題を認識し、取組みを進めることが重要です。</p> <p>(1)妊娠期・授乳期 <u>妊娠中の食事は出産や授乳に向けた体づくりの土台になり、産後の健康にも影響を及ぼします。また、産後は出産後の体の回復という面で気を配る必要があります。</u> <u>赤ちゃんにとっては、お母さんの食事がお腹にいる間や授乳を通して発育のために大切な役割を果たします。</u> <u>赤ちゃんを家族に迎えるにあたって、妊婦だけでなく子育てに関わる家族全体で食事を見つめ直し、保護者自身と赤ちゃんの健康について考える欠かせない時期です。</u></p> <p>(2)乳幼児期(0歳～就学前) 心身ともに一生で最も発育・発達が著しく、味覚や食べる機能の発達、規</p>						

がら、将来の目指す姿の基本を身につける時期です。周囲の大人にはその環境を整えることが求められます。

(2)学齢期(6～15歳)

学齢期は、教科や学習、給食といった学校教育全体を通じて様々な知識と望ましい食習慣、基本的な調理技術を身につけていきます。なかでも学校給食は、全ての児童生徒に共通する身近で栄養バランスのとれた理想的な食事であり、実際に見たり食べたりするという「生きた教材」として、給食の時間のみならず教科等の指導においても活用することが重要です。学校で学んだことを家庭で実践しながら、自分に合った食生活を営む力を育てていきます。

則正しい生活リズムはこの時期につくられるため、家庭での食事は大きな役割を果たします。例えば、授乳や離乳食、幼児期の様々な食体験は親子のきずなを育み、子どもの健やかな心身の成長を促します。

また、保育所や幼稚園等では、生活と遊びを通じ、子どもが自ら意欲をもって食に関わる体験を積み重ね、食べることを楽しみ、食事を楽しみ合う子どもに成長していくことが期待されます。

周囲の大人にはその環境を整えることが求められます。

(3)学齢期(概ね6～11歳)

幼児期からの望ましい食習慣や生活習慣をしっかりと確立し、家庭の食事や学校給食を通して身体の成長と食事の関係について学び、食に関する知識を広げ、興味や関心を高めていく時期です。

成長に伴い、自分自身で食事を選択したり判断する機会が増え、自分に合った食生活を選ぶ力を育てることが大切になってきます。

家庭での料理づくりや家事の手伝い、家族や友達との共食、作物の栽培など、食を通じたコミュニケーションの体験は豊かな感性を養います。

また、家庭や学校、地域において四季折々の行事や伝統的な食文化などを体験することで、食とそれを取りまく環境に関心を持ち、食べ物を大切にすることを育むことも大切です。

(4)思春期(概ね12～18歳)

自分自身の食生活について考えはじめ、食事の選択、判断などの自己裁量により、望ましい生活習慣・食習慣を実践していく時期です。

夜遅くまで勉強をしたり、携帯電話やスマートフォン、ゲームなどに夢中になり、就寝時間が遅くなるなど、生活リズムが乱れやすくなります。また、肥満ややせといった健康に影響を及ぼすような健康課題も見られる時期です。

健康について自ら考え、情報を読み解く力を養い、自分に合った食習慣や健康の管理を実践することが大切です。

<p>(3)青年期(概ね16～24歳) 青年期は、他の世代に比べ朝食欠食の割合が高く、野菜(副菜)の摂取量が少ないといった傾向が見られ、また、若い女性のやせの問題など、食に関する課題の多い年代です。進学や就職で生活環境が大きく変わる時期ですが、生涯にわたり健全な食生活を実践することができるように、さらに食に関する知識を深め、実生活の中で自ら活かしていく必要があります。</p> <p>(4)成人期(概ね25～39歳) 成人期は青年期に引き続き、朝食の摂取や野菜(副菜)の摂取量が少ない傾向が見られます。特に男性は食への関心も低く、食事の速さやよく噛んで食べているかといった「食べ方」にも課題が見られます。健全な食生活を実践するためには、自分自身の生活習慣を見直し、食に関する情報を積極的に入手したり、自分のライフスタイルにあった「朝食を食べる工夫」「野菜を食べる工夫」などを見つけることも重要です。 また、家庭や地域での活動においては次世代の子どもたちと一緒に食に関する経験を深め、食に関する知識などを伝えていく役割が加わります。</p> <p>(5)壮年期(概ね40～64歳) 壮年期は、メタボリックシンドロームや生活習慣病など体調の変化が気になる時期です。定期的な健診を通してメタボリックシンドロームや生活習慣病の予防や改善につながる食を通じた健康づくりを実践していきます。また、家庭や職場、地域において、食育推進の中心的な役割を担っていくことが重要です。</p> <p>(6)高齢期(概ね65歳以上) 高齢期になると、以前と比べ「食べる量が減った」「味を感じにくくなっ</p>	<p>(5)青年期(概ね19～39歳) <u>気力・体力ともに充実した世代で、就職や結婚、出産、子育てなどにより、生活が大きく変化し、ストレスも多く生活リズムが不規則になりやすい時期です。</u> <u>身体機能は、20代をピークに衰え始めるため、自分の健康状態を知るとともに、健康を維持増進するための情報を得て、自分に合った食に関する正しい選択や判断する力を身につけることが大切です。</u> <u>また、次世代を育てる食育の担い手であることを認識して、望ましい生活習慣・食習慣について、自分自身が実践するとともに、子どもたちが実践できるよう育てることも大切です。</u></p> <p>(6)成人期(概ね40～64歳) <u>働き盛りの世代が健康でいきいきと暮らしていくために、生活習慣病を予防するための生活習慣や食習慣の実践が大切な時期です。</u> <u>仕事でも家庭でも忙しく、自分の健康に関心を持ちにくい時期でもありますが、身体機能が徐々に衰える次のライフステージを健康に過ごすためにも、望ましい食習慣や生活習慣を確立することが大切です。</u> <u>また、家庭や職場、地域において、食育推進の中心的な役割を担い、食に関する豊かな知識や経験を、次世代に伝えていくことが重要です。</u></p> <p>(7)高齢期(概ね65歳以上) 高齢期になると、以前と比べ「食べる量が減った」「味を感じにくくなっ</p>
---	---

た「食事の準備がしにくくなった」など、食生活における様々な変化が起こります。そしてその変化は個人によって大きく異なります。

高齢期は、日々の生活の質を向上させ、健康寿命を延伸するために、個々の特性に応じながら、「低栄養予防」や「口腔機能の低下予防」などに努めます。また、高齢者の周囲にいる人たちも、その特性を理解し、支援することが必要です。

一方、自分の経験や知識を積極的に次世代に伝える役割も期待されます。世代を超えた交流を通して、食事のマナーや行事食について伝承してだけでなく、自分自身が食を楽しむ機会とするなど、食を通じた豊かな生活の実現を目指します。

5 具体的な目標値

食育を市民運動として推進するためには、地域、学校、職場、行政など、多くの関係者の理解の下、共通の目標を掲げ、その達成を目指して連携して取り組むことが有効です。また、その成果や達成度を客観的で具体的な目標値により把握できるようにすることで、より効果的で実効性のある施策の展開に繋がります。

第3次計画では、本市の現状や課題を踏まえながら、3つの基本目標に基づく目指す姿について、定量的な目標値を設定し、その達成に向けた取組みを推進していくこととします。

一方、食育は日常生活の中で繰り返し行われるものであり、定量的な目標値の設定が馴染まないものもあります。その場合は、取組状況の把握などを通して、今後の施策に繋げていくこととします。(目指す姿の「家族や仲間と楽しく食事をしている」「食事の基本的マナーが身についている」)

■食育に関心を持っている市民の割合

食育を市民運動として推進し、成果をあげるためには、市民1人ひとりが自ら実践を心がけることが必要です。そのためには、まず多くの市民に関心を持ってもらうことが欠かせないため、3つの基本目標の共通事項とし

た「食事の準備がしにくくなった」など、食生活における様々な変化が起こります。そしてその変化は個人によって大きく異なります。

高齢期は、日々の生活の質を向上させ、健康寿命を延伸するために、個々の特性に応じながら、「低栄養予防」や「口腔機能の低下予防」などに努めます。また、高齢者の周囲にいる人たちも、その特性を理解し、支援することが必要です。

一方、自分の経験や知識を積極的に次世代に伝える役割も期待されます。世代を超えた交流を通して、食事のマナーや行事食について伝承してだけでなく、自分自身が食を楽しむ機会とするなど、食を通じた豊かな生活の実現を目指します。

5 具体的な目標値

食育を市民運動として推進するためには、地域、学校、職場、行政など、多くの関係者の理解の下、共通の目標を掲げ、その達成を目指して連携して取り組むことが有効です。また、その成果や達成度を客観的で具体的な目標値により把握できるようにすることで、より効果的で実効性のある施策の展開に繋がります。

第4次計画では、本市の現状や課題を踏まえながら、4つの基本目標に基づく目指す姿について、定量的な目標値を設定し、その達成に向けた取組みを推進していくこととします。

一方、食育は日常生活の中で繰り返し行われるものであり、定量的な目標値の設定が馴染まないものもあります。その場合は、取組状況の把握などを通して、今後の施策に繋げていくこととします。(目指す姿の「家族や仲間と楽しく食事をしている」「食事の基本的マナーが身についている」)

■食育に関心を持っている市民の割合

食育を市民運動として推進し、成果をあげるためには、市民1人ひとりが自ら実践を心がけることが必要です。そのためには、まず多くの市民に関心を持ってもらうことが欠かせないため、4つの基本目標の共通事項とし

て目標値に設定しました。

■朝食を欠食する市民の割合

朝食は1日を元気で活動的に過ごすためにとても大切です。朝食を食べると体温が上がり、体も脳も活動状態になり、活発に働きます。また、脳のエネルギー源であるブドウ糖は約12時間しか貯えられないとされており、夕食後、翌日の朝食を食べないでいると、脳はエネルギー不足となり集中力がなくなります。

今まで朝食を食べていない人が食べるようになるには、夜更かしをしない、夜食はとらない、朝早く起きるなど、生活リズム全体を見直すことが必要です。

また、現在朝食を食べている人は、どのようなものを食べているかを見直し、より充実した朝食を毎日とれるように工夫していくことが必要です。第2次計画までは、「朝食を毎日食べる市民を増やす」ことを指標にしてきましたが、まずは「朝食を食べる(欠食しない)」習慣の市民を増やして、その後「栄養バランスのよい朝食を毎日食べる」市民を増やすこととし、第3次計画では「朝食を欠食する市民」を減らすことを目標として設定しました。

小中学生については、「週に4～5日食べない」「ほとんど食べない」場合を「欠食」とし、成人については、「朝食を食べるとは、エネルギー源となる食べ物、飲み物を飲食した場合のことをいい、砂糖・ミルクを加えないお茶類(日本茶・コーヒー・紅茶など)、水及び錠剤・カプセル・顆粒状のビタミン・ミネラルしかとらない場合は、朝食を食べたことにはならない」と定義し、その上で、朝食について「週に2～3日しか食べない」「ほとんど食べない」場合を「欠食」としました。

■主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日に2回以上ほぼ毎日食べている市民の割合

て、引き続き、目標値に設定しました。

具体的には、令和2年度は●%となっており、引き続き、令和8年度までに●%以上とすることを目指します。

■朝食を欠食する市民の割合

朝食を毎日食べることは、栄養バランスに配慮した食生活や基本的な生活習慣を身に付ける観点から非常に重要であるため、引き続き、小中学生の朝食欠食をなくすことを目標とします。

具体的には、令和元年度に小学生●%、中学生●%となっている割合を令和8年度までに●%とすることを目指します。

また、20歳代及び30歳代の若い世代は、朝食欠食の割合が依然として高く、加えて次世代に食育をつなぐ大切な担い手でもあるため、引き続き、若い世代の朝食欠食を減らすことを目標とします。

具体的には、令和2年度は●%となっており、引き続き、令和8年度までに●%以下とすることを目指します。

■主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日に2回以上ほぼ毎日食べている市民の割合

平成27年9月に厚生労働省より通知された「健康な食事」に示されているとおり、主食・主菜・副菜を基本とすることは、多様な食品から必要な栄養素をバランスよくとることができるため、各世代に共通する目指すべき食事パターンと言えます。よって、第3次計画では「主食・主菜・副菜を組み合わせること」を具体的な目標値として設定しました。

また、食事の栄養バランスについて世代ごとにみると、若い世代では野菜(副菜)の摂取量が少ない傾向にあり改善の必要があること、高齢期では低栄養予防のために野菜(副菜)だけでなく肉や魚などの主菜もきちんととることが必要であることから、若い世代(20～30歳代)と高齢者(70歳以上)についても目標値を設定しました。

■生活習慣病の予防や改善のために、ふだんから食生活に気をつけて実践している市民の割合

第2次計画までは生活習慣と関連の深い体型(肥満・やせ)を成果指標としてきましたが、肥満に関しては大きな変化が見られず、また、変化があった場合も、その要因が食生活の変化によるものかどうかの判断はつきにくいと言えます。

第3次計画では、生活習慣病の予防や改善のために、以下のような項目について、日常から望ましい食生活をどの程度実践しているかを具体的な目標値として設定しました。

- ・食べ過ぎないようにしている(エネルギーを調整している)

生涯にわたって心身の健康を確保しながら、健全な食生活を実践するためには、市民一人ひとりが栄養バランスに配慮した食事を習慣的にとることが必要です。このため、市民にとっても分かりやすく、食事全体における栄養バランスを表している「主食・主菜・副菜を組み合わせた食事」を栄養バランスに配慮した食事の目安とし、そのような食生活を実践する市民を増やすことを引き続き目標とします。

具体的には、令和2年度●%となっており、引き続き、令和8年度までに●%以上を目指します。

また、生涯にわたって健全な心身を培うためには、若い世代から健全な食生活を実践することが必要なことから、栄養バランスに配慮した食生活を実践する20歳代及び30歳代の若い世代を増やすことを、引き続き目標とします。

具体的には、令和2年度は●%となっており、令和8年度までに、引き続き、●%以上とすることを目指します。

また、高齢期では低栄養予防のために野菜(副菜)だけでなく肉や魚などの主菜もきちんととることが必要であることから、高齢者(70歳以上)についても目標値を設定しました。

具体的には、令和2年度は●%となっており、令和8年度までには●%以下とすることを目指します。

■生活習慣病の予防や改善のために、ふだんから食生活に気をつけて実践している市民の割合

生活習慣病の予防や改善には、日頃から望ましい食生活を意識し、実践することが重要です。しかし、エネルギーや食塩の過剰摂取等に代表されるような栄養素等の偏り、朝食欠食等の食習慣の乱れ、それに起因する肥満、やせ、低栄養等生活習慣病につながる課題は、いまだ改善するまでに至っていません。

第3次計画に引き続き、生活習慣病の予防や改善のために、以下のような項目について、日常から望ましい食生活をどの程度実践しているかを具体的な目標値として設定しました。

<ul style="list-style-type: none"> ・塩分を取り過ぎないようにしている(減塩をしている) ・脂肪(あぶら)分の量と質を調整している ・甘いもの(糖分)を取り過ぎないようにしている ・野菜をたくさん食べるようにしている <p>以上の食行動のうち3項目以上について「いつもしている」「時々している」場合を、「ふだんから実践している」と定義しました。</p> <p>また、早い時期からの健全な食生活の実践をすすめるために、30～40歳代についても目標を設定しました。</p> <p>■食塩を取り過ぎないように気をつけ、実践している市民の割合</p> <p>食塩の取り過ぎは、高血圧、脳卒中、腎臓病、胃がん、骨粗鬆症などの疾患のリスクとなるため、減塩に対する取組みが重要です。減塩を推進するためには、個人の取組みだけでなく、食品中の食塩の低減に取り組む食品企業の増加や、外食や総菜などへの栄養成分の量(食塩相当量含む)や熱量の表示など、食環境の整備も必要です。</p> <p>市民と食品関連事業者が一体となって取組みをすすめるために、生活習慣病の予防の取組みの中から、減塩に関して具体的な目標値を設定しました。</p> <p>■よく噛んで食べている市民の割合</p> <p>早食いと肥満の関係や、咀嚼力の低下と低栄養の関係など、食べ方と健康づくりは密接な関係があるため、具体的な目標値として新たに設定しました。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・食べ過ぎないようにしている(エネルギーを調整している) ・塩分を取り過ぎないようにしている(減塩をしている) ・脂肪(あぶら)分の量と質を調整している ・甘いもの(糖分)を取り過ぎないようにしている ・野菜をたくさん食べるようにしている <p>以上の食行動のうち3項目以上について「いつもしている」「時々している」場合を、「ふだんから実践している」と定義しました。</p> <p><u>具体的には、令和2年度は●%となっており、引き続き、令和8年度までに●%以上とすることを目指します。</u></p> <p>また、早い時期からの健全な食生活の実践をすすめるために、30～40歳代についても目標を設定しました。</p> <p><u>具体的には、令和2年度は●%となっており、引き続き、●%以上とすることを目指します。</u></p> <p>■食塩を取り過ぎないように気をつけ、実践している市民の割合</p> <p>食塩の取り過ぎは、高血圧、脳卒中、腎臓病、胃がん、骨粗鬆症などの疾患のリスクとなるため、減塩に対する取組みが重要です。減塩を推進するためには、個人の取組みだけでなく、食品中の食塩の低減に取り組む食品企業の増加や、外食や総菜などへの栄養成分の量(食塩相当量含む)や熱量の表示など、食環境の整備も必要です。</p> <p>市民と食品関連事業者が一体となって取組みをすすめるために、<u>引き続き</u>、生活習慣病の予防の取組みの中から、減塩に関して具体的な目標値を設定しました。</p> <p><u>具体的には、令和2年度は●%となっており、平成8年度までに●%以上とすることを目指します。</u></p> <p>■ゆっくりよく噛んで食べている市民の割合</p> <p><u>市民が健やかで豊かな生活を送るには、口腔機能が十分に発達し、維持されることが重要です。健康寿命延伸のために噛み方や食べる速さにも着目し、口腔の健康や口腔機能の獲得・維持・向上と関連させた食育が重要と</u></p>
--	--

■食の安全に関する正しい知識を持ち、実践している市民の割合

健全な食生活の実現のためには、食品の選び方や適切な保管方法などについての基礎的な知識を身につけるだけでなく、その知識を行動に反映させることが重要であるため、新たに具体的な目標値を設定しました。

なお、目標値の設定にあたっては、以下のような安全安心な食生活を送るための項目のうち、4項目以上について「いつもしている」「時々している」場合を、「実践している」と定義しました。

- ・食品を買うときや食べるときに「消費期限」など容器包装に記載されている表示を確認すること
- ・食品に表示されている「保存方法」や「使用方法」を守ること
- ・生肉や生魚を扱った包丁、まな板、トング、箸などの器具は、専用のものを使うか、他の調理に使用する場合にはよく洗うこと
- ・生肉、生魚、生卵をさわった後は、しっかり手を洗うこと
- ・料理は、長時間、室温で放置しないこと
- ・生の状態(生食用として販売されているものは除く)や加熱や不十分な状態で肉を食べないこと
- ・食事の前にしっかりと手を洗うこと

■市内産、県内産の農林水産物を買うようにしている市民の割合

身近な場所で生産される食べ物を知り、積極的に利用することは、農林水産業の活性化や食料自給率の向上、安易な食料廃棄の抑制につながるため、新たに具体的な目標値として設定しました。

なっています。

第3次計画では、「ゆっくり食べる」ことにも着目しながら、令和8年度までに、●%以上とすることを目指します。

■食の安全に関する正しい知識を持ち、実践している市民の割合

健全な食生活の実現に当たっては、食品の選び方や適切な調理・保管の方法等について基礎的な知識を持ち、その知識を踏まえて行動していくことが重要であるため、引き続き、食品の安全性に関する正しい知識を持ち、実践している市民を増やすことを目標とします。

なお、目標値の設定にあたっては、以下のような安全安心な食生活を送るための項目のうち、4項目以上について「いつもしている」「時々している」場合を、「実践している」と定義しました。

- ・食品を買うときや食べるときに「消費期限」など容器包装に記載されている表示を確認すること
- ・食品に表示されている「保存方法」や「使用方法」を守ること
- ・生肉や生魚を扱った包丁、まな板、トング、箸などの器具は、専用のものを使うか、他の調理に使用する場合にはよく洗うこと
- ・生肉、生魚、生卵をさわった後は、しっかり手を洗うこと
- ・料理は、長時間、室温で放置しないこと
- ・生の状態(生食用として販売されているものは除く)や加熱や不十分な状態で肉を食べないこと
- ・食事の前にしっかりと手を洗うこと

具体的には、令和2年度は94.0%となっており、令和8年度までに95%以上とすることを目指します。

■市内産の農林水産物を買うようにしている市民の割合

身近な場所で生産される食べ物を知り、積極的に利用することは、農林水産業の活性化や食料自給率の向上、安易な食料廃棄の抑制につながります。

■学校給食における市内農林水産物利用割合

学校給食に市内産の農畜産物・水産物を利用することは、地産地消を進めるだけでなく、児童・生徒や保護者、学校給食関係者が地元で生産される食材を知ることになり、生産者や自然の恵みに対する感謝の念を育むことにつながります。

第2次計画においては、特に野菜について著しい増加は見られませんでした。これは本市の主な農産物であっても出荷時期が限られ年間を通して学校給食に使用することが出来ないことや、本市で生産されていない農産物も使用すること、また、生産量に対して使用量が多いため全量を供給することが難しいことなど、やむを得ない事情もありました。

第3次計画における目標値の設定にあたっては、利用割合の算出方法について見直しを行い、野菜については、品目を市内の主な生産物で学校給食に使用されるものに絞り、重量ベースでの利用割合を目標値と設定しました。

また、市内農畜産物については、学校給食用の加工品の開発や6次産業化が進んでまいりましたので、新たに目標値として設定しました。水産物につきましては、新たに加工品も含めた品目数とし、2次計画と同様に2品目を目標値と設定しました。

■「ふくおかさん家のうまかもん優先利用事業者」登録数

多くの市民が福岡産の農水産物を利用するためには、消費者に福岡産であることが分かりやすい形で提供される必要があるため、新たに具体的な目標値として設定しました。

■農林水産漁業を体験したことがある市民(世帯)の割合

■学校給食における市内農林水産物利用割合

学校給食に市内産の農畜産物・水産物を利用することは、地産地消を進めるだけでなく、児童・生徒や保護者、学校給食関係者が地元で生産される食材を知ることになり、生産者や自然の恵みに対する感謝の念を育むことにつながります。

第4次計画における目標値の設定にあたっては、利用割合の算出方法について見直しを行いました。野菜については、これまでは品目を市内の主な生産物で学校給食に使用される主要14品目に絞っていましたが、市内での生産量が変化した品目もあるため、品目を見直し、主要18品目の重量ベースでの利用割合を目標値と設定しました。

具体的には、令和2年度は24.5%となっており、令和8年度までに●%以上とすることを目指します。

また、市内産農畜産物及び水産物の加工品については、学校給食用の加工品の開発や6次産業化が進み給食で安定的に利用されておりますが、今後も引き続き、給食への加工品利用に積極的に努めていきます。

■「ふくおかさん家のうまかもん優先利用事業者」登録数

第3次計画において、「ふくおかさん家のうまかもん」(=福岡市内産農林水産物及びその加工食)を優先利用する店舗は着実に伸び、市のホームページで認定店を紹介するなど、消費者への情報発信を行ってきました。

第4次計画では、「ふくおかさん家のうまかもん」や認定店に関する情報発信に取組み、認定店における市内産農林水産物の利用拡大を図るため、新たに具体的な目標として設定しました。

具体的には、令和2年度は●%となっており、令和8年度までに●%以上とすることを目指します。

■農林水産漁業を体験したことがある市民(世帯)の割合

私たちの食生活が自然の恩恵の上に成り立っていることや、食に関わる人々の様々な活動によって支えられていることについて理解を深めるなど、食に関する関心や理解の推進を図るためには、農林水産物の生産に関する体験活動が重要であるため、新たに具体的な目標値として設定しました。

■食品ロスを軽減するために何らかの取組みを行っている市民の割合

まだ食べられるのに廃棄されている食品ロスについては、国全体で年間642万トン(平成24年度推計)発生していますが、その削減を進めるためには、国民一人ひとりが食品ロスの現状やその削減の必要性についての認識を深め、自ら主体的に取り組むことが求められているため、新たに具体的な目標値として設定しました。

なお、目標値の設定にあたっては、「食品ロス」という問題のある程度以上知っていて、かつ以下のような取組みを実践している場合と定義しました。

- ・小分け食品、少量パック商品、バラ売りなど食べきれぬ量を購入する
- ・冷凍保存を活用する
- ・料理を作り過ぎない
- ・飲食店等で注文し過ぎない
- ・日頃から冷蔵庫などの食材の種類・量・期限表示を確認する
- ・残さず食べる
- ・「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
- ・その他

私たちの食生活が自然の恩恵の上に成り立っていることや、食に関わる人々の様々な活動によって支えられていることについて理解を深めるなど、食に関する関心や理解の推進を図るためには、農林水産物の生産に関する体験活動が重要です。(目標値については検討中)

■食品ロスを削減するために何らかの取組みを行っている市民の割合

まだ食べられるのに廃棄されている食品ロスは、国全体で年間600万トン(平成30年度推計)発生しています。

持続可能な開発目標(SDGs)のひとつに、「持続可能な生産消費形態を確保する」ことが掲げられ、「2030年までに小売・消費レベルにおける世界全体の一人当たりの食料の廃棄を半減させ、収穫後損失などの生産・サプライチェーンにおける食料の損失を減少させる」ことがターゲットとなるなど、食品ロス削減は国際的にも重要な課題であり、市民一人ひとりが食品ロスの現状やその削減の必要性について認識を深め、自ら主体的に取り組むことが不可欠である。

第3次計画では目標値を達成しましたが、「削減」という言葉を用いて、更なる取組みを行うこととします。

なお、目標値の設定にあたっては、「食品ロス」という問題のある程度以上知っていて、かつ以下のような取組みを実践している場合と定義しました。

- ・小分け食品、少量パック商品、バラ売りなど食べきれぬ量を購入する
- ・冷凍保存を活用する
- ・料理を作り過ぎない
- ・飲食店等で注文し過ぎない
- ・日頃から冷蔵庫などの食材の種類・量・期限表示を確認する
- ・残さず食べる
- ・「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
- ・計画的な買い物をする

<p>■ふだんの食事に行事食や郷土料理を取り入れている市民の割合 平成25年12月に「和食;日本人の伝統的な食文化」がユネスコの無形文化遺産に登録されましたが、核家族化の進展や地域の繋がり希薄化などにより、地域や家庭で受け継がれてきた行事食や郷土料理の継承は全国的な課題です。地域の行事と結びついた行事食や福岡の豊かな食材を用いた郷土料理など、先人から受け継がれてきた食文化を次世代に伝えるために、新たに具体的な目標値として設定しました。</p> <p>第4 計画推進のための具体的な取組み 1 家庭、地域(関係団体)、行政の役割 (1)家庭の役割 家庭は市民一人ひとりが食育を実践する場であり、それぞれのライフステージに応じた食育を推進していく必要があります。 また、特に食に関する情報や知識、伝統や文化などを次世代に伝えつなげる重要な場でもあります。保護者は自ら「食」について意識を高め、健全な食生活を実践するとともに、子どもの発達段階に応じて、食に関する基本所作の実践や基礎の理解、健全な食習慣を身に付けさせる役割が期待されます。</p>	<p>・食材を使い切る ・その他 <u>具体的には、令和2年度は●%となっており、令和8年度までに●%以上とすることを目指します。</u></p> <p>■ふだんの食事に行事食や郷土料理を取り入れている市民の割合 核家族化の進展や地域のつながりの希薄化、食の多様化などにより、<u>地域や家庭で受け継がれてきた行事食や郷土料理の継承は徐々に失われつつあります。地域の行事と結びついた行事食や福岡の豊かな食材を用いた郷土料理など、先人から受け継がれてきた食文化を次世代に伝えるために、引き続き、目標値として設定しました。</u> <u>具体的には、令和2年度は●%となっており、平成8年度までに●%以上とすることを目指します。</u></p> <p>第4 計画推進のための具体的な取組み 1 家庭、地域(関係団体)、行政の役割 (1)家庭の役割 家庭は市民一人ひとりが食育を実践する場であり、それぞれのライフステージに応じた食育を推進していく必要があります。 <u>家庭での共食は食育の原点であり、食を楽しみ、家庭とのつながりを大切に</u> <u>にする食育を推進していくことが重要です。また、食に関する情報や知識、</u> <u>伝統や文化などを次世代に伝えつなげる重要な場でもあります。</u> <u>さらに、「新たな日常」への対応として、テレワークの導入促進や不要不急の外出を控えることなどにより家族が一緒に過ごす時間が増え、家庭で料理や食事をする機会が増加しているとされており、こうした状況は家族で食について考え、食生活を見直す機会となっていると考えられます。</u> 保護者は自ら「食」について意識を高め、健全な食生活を実践するとともに、子どもの発達段階に応じて、食に関する基本所作の実践や基礎の理解、健全な食習慣を身に付けさせる役割が期待されます。</p>
---	--

(2)地域(関係団体)の役割

地域(関係団体)には、日常的な活動を通じた食育推進の取組みや、様々な機会を活用した家庭や個人への積極的な働きかけなどが期待されます。

情報提供の充実、体験活動やイベント等の実施など、家庭での食育推進を支援するとともに、他の団体との連携強化や、組織内で食育推進の担い手を育成していくなど、体制の強化も必要です。

家庭や個人の食育推進を支援する関係団体とは…

教育、保育、社会福祉、医療及び保健の関係者、農林水産業の関係者、食品の製造、加工、流通、販売、調理等の関係者、消費者団体、ボランティア団体、料理教室やその他の食に関わる活動等の関係者、民間団体など

(3)行政の役割

地域(関係団体)と同様に、家庭や個人の食育推進を支援することはもとより、関係者の自発的な食育推進活動が相互に緊密な連携体制を図りながら展開されるように支援するなど、地域ネットワークの中心としての役割を果たします。

特に学校においては、栄養バランスのとれた学校給食を「生きた教材」として、給食の時間や各教科、道徳の時間など、教育活動全体を通して食に関する指導を進めるとともに食べる時間の適切な確保に努めます。また、児童生徒の食生活の実態について情報提供するなど、家庭にも働きかけ、家庭での食に関する取組みを支援していきます。

また、他の世代より課題が多い若い世代(青年期・成人期)に対しては、より食育に関心を持つことができるように、インターネットや SNS(ソーシャルネットワークサービス)といった若い世代にとって効果的な情報提供や、

(2)地域・関係団体の役割

地域・関係団体には、日常的な活動を通じた食育推進の取組みや、様々な機会を活用した家庭や個人への積極的な働きかけなどが期待されます。

食べ物や情報へのアクセスなど、健康な生活習慣を実践しやすい食環境づくり、情報提供の充実、体験活動やイベント等の実施など、家庭での食育推進を支援するとともに、他の団体との連携強化や、組織内で食育推進の担い手を育成していくなど、体制の強化も必要です。

様々な家庭の状況や生活が多様化することにより、家庭での共食が困難な人が増加するとともに、健全な食生活の実現が困難な方もいます。このため、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため共食の機会が減少している中であっても、感染防止対策を講じた上で、希望する人が共食できる場の整備が必要です。

家庭や個人の食育推進を支援する関係団体とは…

教育、保育、社会福祉、医療及び保健の関係者、農林水産業の関係者、食品の製造、加工、流通、販売、調理等の関係者、消費者団体、ボランティア団体、料理教室やその他の食に関わる活動等の関係者、民間団体など

(3)行政の役割

地域・関係団体と同様に、家庭や個人の食育推進を支援することはもとより、関係者の自発的な食育推進活動が相互に緊密な連携体制を図りながら展開されるように支援するなど、地域ネットワークの中心としての役割を果たします。

特に学校においては、児童生徒が食に関する正しい知識や望ましい食習慣を身に付け、適切な栄養の摂取による健康の保持増進が図られるよう、引き続き、十分な給食の時間の確保及び指導内容の充実を図ります。また、各教科等の農林水産業や環境、健康等を含む食に関する指導と関連付けた活用がされるよう献立内容の充実を図るなど、学校を「生きた教材」として活用することで、食育を効果的に推進します。さらに、児童生徒の食生活の実態について情報提供するなど、家庭にも働きかけ、家庭での食に関する取組みを支援していきます。

学校や職場、食品関連事業者等と連携した働きかけなど、自ら食生活の改善等に取り組んでいけるような支援をしていきます。

2 具体的な取組み

(1)家庭での取組み

基本目標	具体的な取組例
食を通じた健康づくりをすすめましょう	<ul style="list-style-type: none"> ・規則正しい生活リズムの習慣化 ・朝食の習慣化(朝食を毎日食べる)、朝食の充実 ・主食、主菜、副菜が揃った食事の準備 ・適塩の食事の準備 ・食べ物や体のことを話題にする ・口腔ケアの習慣化 ・家庭でできる食中毒予防の取組みの実施
ふくおかでとれる食材を日々の食事に活かしましょう	<ul style="list-style-type: none"> ・家庭の食事での福岡産の農林水産物の積極的利用 ・家庭菜園、農林漁業体験への参加 ・買いすぎや作り過ぎに注意する
食を楽しみ、ふくおかの食文化を伝えましょう	<ul style="list-style-type: none"> ・家族で食卓を囲む機会を増やす ・親子や世代間におけるコミュニケーションを図る ・家庭内での食事を通じた食文化の継承(郷土料理や行事食を家庭で作る)

また、若い世代など、食育に対し無関心な層に食育への関心を持ってもらうことが課題であるため、SNS 活用やインターネット上でのイベント開催及び動画配信、オンラインでの非接触型の食育の展開といった若い世代にとって効果的な情報提供や、学校や職場、食品関連事業者等と連携した働きかけなど、自ら食生活の改善等に取り組んでいけるような支援をしていきます。

2 具体的な取組み

(1)家庭での取組み

基本目標	具体的な取組例
食を通じた健康づくりをすすめましょう	<ul style="list-style-type: none"> ・規則正しい生活リズムの習慣化 ・朝食の習慣化(朝食を毎日食べる)、朝食の充実 ・主食、主菜、副菜が揃った食事の準備 ・適塩の食事の準備 ・食べ物や体のことを話題にする ・口腔ケアの習慣化 ・家庭でできる食中毒予防の取組みの実施
ふくおかでとれる食材を日々の食事に活かしましょう	<ul style="list-style-type: none"> ・家庭の食事での福岡産の農林水産物の積極的利用 ・家庭菜園、農林漁業体験への参加 ・買いすぎや作り過ぎに注意する
食を楽しみ、ふくおかの食文化を伝えましょう	<ul style="list-style-type: none"> ・家族で食卓を囲む機会を増やす ・親子や世代間におけるコミュニケーションを図る ・家庭内での食事を通じた食文化の継承(郷土料理や行事食を家庭で作る)
環境に優しい食べ物を選び、もったいないをなくしましょう	<ul style="list-style-type: none"> ・残さず食べる ・食材を使い切る

		う	<ul style="list-style-type: none"> ・飲食店等で注文しすぎない ・料理を作りすぎない ・計画的な買い物をする
(2)地域(関係団体)での取組み		(2)地域・関係団体での取組み	
基本目標	具体的な取組例	基本目標	具体的な取組例
食を通じた健康づくりをすすめましょう	<ul style="list-style-type: none"> ・健康に配慮した商品やメニューの提供 ・外食や惣菜などへのエネルギー量や食塩使用量の表示 ・各種健診、保健指導、健康教育の実施 ・(利用者へ食事を提供している)施設等における給食の適切な栄養管理(アレルギーや体調不良等への配慮を含む) ・食の安全を確保するための取組み(衛生管理、正しい表示など) 	食を通じた健康づくりをすすめましょう	<ul style="list-style-type: none"> ・健康に配慮した商品やメニューの提供 ・外食や惣菜などへのエネルギー量や食塩使用量の表示 ・各種健診、保健指導、健康教育の実施 ・(利用者へ食事を提供している)施設等における給食の適切な栄養管理(アレルギーや体調不良等への配慮を含む) ・食の安全を確保するための取組み(衛生管理、正しい表示など)
ふくおかでとれる食材を日々の食事に活かしましょう	<ul style="list-style-type: none"> ・学校給食等や飲食店等における福岡産の農林水産物の積極的利用 ・福岡産農林水産物の販売所の増加 ・農林漁業体験の機会の提供 ・少量でも買やすい量での販売 	ふくおかでとれる食材を日々の食事に活かしましょう	<ul style="list-style-type: none"> ・学校給食等や飲食店等における福岡産の農林水産物の積極的利用 ・福岡産農林水産物の販売所の増加 ・農林漁業体験の機会の提供 ・少量でも買やすい量での販売
食を楽しみ、ふくおかの食文化を伝えましょう	<ul style="list-style-type: none"> ・地域や職場での共食の機会の提供 ・世代間におけるコミュニケーションの機会の提供 ・給食や地域のイベント等での郷土料理や行事食の提供 ・給食を通じての食に関する作法やマナーの習慣化 	食を楽しみ、ふくおかの食文化を伝えましょう	<ul style="list-style-type: none"> ・地域や職場での共食の機会の提供 ・世代間におけるコミュニケーションの機会の提供 ・給食や地域のイベント等での郷土料理や行事食の提供 ・給食を通じての食に関する作法やマナーの習慣化
その他	<ul style="list-style-type: none"> ・インターネットや SNS 等を通じた情報提供 ・イベント、教室等を通じた普及啓発 	環境に優しい食べ物を選び、もったいないをなくしましょう	<ul style="list-style-type: none"> ・食品ロスに関する知識習得の場の提供 ・エコクッキングを通じた学習の提供
		う	・フードドライブの実施

	<ul style="list-style-type: none"> ・保育や幼稚園教育を通じた推進(保護者対象含む) ・関係団体とのネットワークづくりや情報の共有 ・各団体内における食育推進の担い手の育成 		<ul style="list-style-type: none"> ・地域のイベント等で適量の食事提供 ・量り売り、ばら売りでの食品販売
		その他	<ul style="list-style-type: none"> ・インターネットや SNS 等を通じた情報提供 ・イベント、教室等を通じた普及啓発 ・保育や幼稚園教育を通じた推進(保護者対象含む) ・関係団体とのネットワークづくりや情報の共有 ・各団体内における食育推進の担い手の育成
(3)行政		(3)行政	
基本目標	具体的な取組例	基本目標	具体的な取組例
食を通じた健康づくりをすすめましょう	<ul style="list-style-type: none"> ・健康に配慮した商品やメニューの提供 ・外食や惣菜などへのエネルギー量や食塩使用量の表示の促進(登録事業者等) ・給食提供施設への支援 ・各種健診、保健指導、健康教育の実施 ・食の安全に関する正しい知識の情報発信 	食を通じた健康づくりをすすめましょう	<ul style="list-style-type: none"> ・健康に配慮した商品やメニューの提供 ・外食や惣菜などへのエネルギー量や食塩使用量の表示の促進(登録事業者等) ・給食提供施設への支援 ・各種健診、保健指導、健康教育の実施 ・食の安全に関する正しい知識の情報発信
ふくおかでとれる食材を日々の食事に活かしましょう	<ul style="list-style-type: none"> ・学校給食等や市主催事業における福岡産の農林水産物の積極的利用 ・福岡産農水産物利用店舗の認定・登録事業 ・農林漁業体験の機会の提供 ・学校給食における残滓量の減少 	ふくおかでとれる食材を日々の食事に活かしましょう	<ul style="list-style-type: none"> ・学校給食等や市主催事業における福岡産の農林水産物の積極的利用 ・福岡産農水産物利用店舗の認定・登録事業 ・農林漁業体験の機会の提供 ・学校給食における残滓量の減少
食を楽しみ、ふくおかの食文化を伝えましょう	<ul style="list-style-type: none"> ・学校給食等での郷土料理や行事食の提供 ・地域や家庭での共食の機会やコミュニ 	食を楽しみ、ふくおかの食文化を伝えましょう	<ul style="list-style-type: none"> ・学校給食等での郷土料理や行事食の提供 ・地域や家庭での共食の機会やコミュニ

	<p>ケーションの機会の促進</p> <ul style="list-style-type: none"> ・学校給食を通じての食に関する作法やマナーの習慣化 		<p>ケーションの機会の促進</p> <ul style="list-style-type: none"> ・学校給食を通じての食に関する作法やマナーの習慣化
その他	<ul style="list-style-type: none"> ・インターネットや SNS 等を通じた情報提供 ・イベント、教室等を通じた普及啓発 ・学校教育活動全体を通じた推進(保護者対象含む)(料理講習会、PTA 主催給食試食会等) ・学校と地域が連携した米づくりや味噌作り体験等 ・関係団体とのネットワークの中心的役割 ・関係団体の取組事例などの情報収集と発信 ・食育推進の担い手の育成や支援 	<p><u>環境に優しい食べ物を選び、もったいないをなくしましょう</u></p>	<ul style="list-style-type: none"> ・<u>出前講座や環境学習の機会の提供</u> ・<u>福岡エコ運動の推進</u> ・<u>食品ロス削減につながる具体的な取組み事例の紹介</u> ・<u>食品ロスに関する情報発信</u> ・<u>フードバンク活動の支援</u>
		その他	<ul style="list-style-type: none"> ・インターネットや SNS 等を通じた情報提供 ・イベント、教室等を通じた普及啓発 ・学校教育活動全体を通じた推進(保護者対象含む)(料理講習会、PTA 主催給食試食会等) ・学校と地域が連携した米づくりや味噌作り体験等 ・関係団体とのネットワークの中心的役割 ・関係団体の取組事例などの情報収集と発信 ・食育推進の担い手の育成や支援