

伊賀市食育推進計画（案）

2022(令和4)年〇月

伊 賀 市

【更新年月日】令和4年2月9日

目 次

第 1 章 食育推進計画の概要	1
(1) 計画の趣旨	1
(2) 基本理念	1
(3) 計画の期間	2
(4) 計画の位置づけ	2
(5) SDGs（持続可能な開発目標）の理念を踏まえた計画の推進	2
(6) 検討体制	3
第 2 章 伊賀市の食に関する状況と課題	4
(1) 人口の状況	4
(2) 健康の状況（肥満傾向・痩せ傾向等の現状分析）	6
(3) 食生活に関する状況（朝食欠食率・野菜摂取量等）	8
(4) 食に関する課題	12
第 3 章 食育を推進する取組	14
(1) 家庭等における食育の推進	14
(2) 学校・幼稚園・保育所（園）及び認定こども園等における食育の推進	15
(3) 地域における食育の推進	16
(4) 生産者と消費者との交流促進・環境と調和のとれた農林漁業の活性化等	18
(5) デジタル技術を活用した食育の展開を推進	19
(6) 目標値の設定	20
第 4 章 食育推進に向けた体制	22
(1) 多様な関係者の連携・協働の強化	22
(2) 積極的な情報提供と市民の意見等の把握	22
(3) 計画の進行管理	23
第 5 章 資料	24

第1章. 食育推進計画の概要

(1) 計画の趣旨

①食を取り巻く現状と課題

食は、生きる上での基本であり、健康的な生活を送るうえで最も重要な柱でもあります。

しかし、現代の飽食社会の中、食の中心となる家庭での食スタイルは大きく変化し、多忙な生活の中でジャンクフードやレトルト食品などの普及により手軽に食事をとることができることが重視され、食の大切さに対する意識が希薄化しています。

また、肥満や生活習慣病の増加、過度の痩身志向など健康に関わる問題、食べ残し等による食資源の浪費、伝統的な食文化の喪失と食糧自給率の低下等の問題が顕在化しており、健康面のみならず地域の農林業・文化面においても市民一人ひとりの「健全な食生活」の実現が望まれています。

②「食育」をめぐる動き

こうした中、国では平成17年に施行された食育基本法に基づき、食育に関する施策を総合的かつ計画的に推進し、現在及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ある社会の実現に寄与することを目的に「食育推進基本計画」が策定され、三重県でも平成19年に「三重県食育推進計画」が策定されています。

本市においても、全ての市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地域社会を実現するため、行政のみならず、家庭、学校・幼稚園・保育所（園）及び認定こども園等、職場、地域等が中心となって食育の推進に取り組むことが必要です。このため、国・県の計画を踏まえながら地域の特性を活かした「食育推進計画」を策定し、食育に関する取組を総合的かつ計画的に実施することが求められています。

「食育」とは？

「食育」は、知育、徳育及び体育の基礎となるべきものであり、様々な経験を通じて食に関する知識と食を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てるものです。

(2) 基本理念

次に掲げる基本理念に基づき、食育を推進します。

- ①食が市民の心身の健康を保持増進し豊かな人間性を育む基礎であるとともに、日々の食生活が自然の恩恵の上に成り立ち、食に関わる人々の様々な行動により支えられていることへの感謝の気持ちや理解を深めること。
- ②市民一人ひとりが健全で充実した食生活を送ることを実現することをめざし、家庭、学校・幼稚園・保育所（園）及び認定こども園等、職場、地域等がともに連携・協働を図りつつ、生涯を通じた食育を推進すること。
- ③食は、子どもの心身の成長と健康維持、人格の形成に多大な影響を及ぼすことから、学校・幼稚園・保育所（園）及び認定こども園等、家庭・地域での子どもたちへの食育の推進を積極的に取り組むこと。

- ④地域の特性や伝統的な食文化を生かし、食料生産者と消費者との交流を図りながら地産地消を推進することにより、本市の産業振興と観光の促進、農山村地域の活性化に取り組むこと。
- ⑤健全な食生活を実現するには、市と関係機関が連携して食の安全性を確保することが重要であるため、食の安全性に関する情報はもとより食に関する幅広い情報を提供すること。

（３）計画の期間

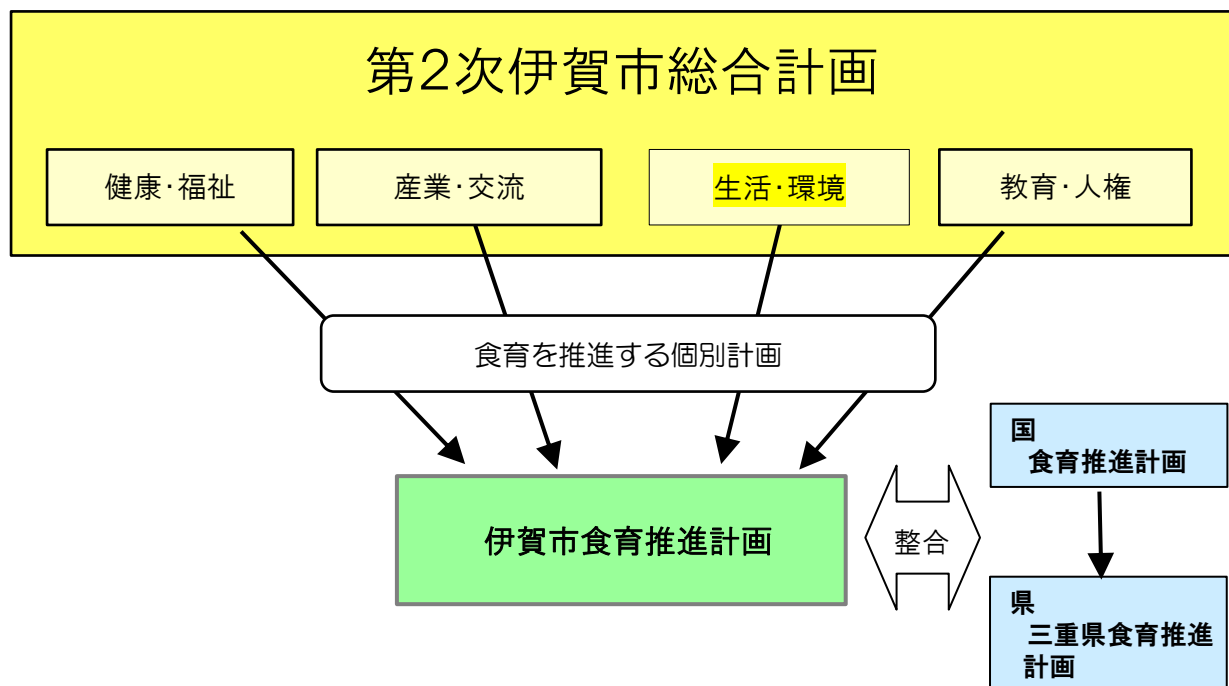
２０２２（令和４）年度の計画策定日から２０２５（令和７）年度末までとします。

ただし、食育を取り巻く情勢の変化等をふまえ、必要な場合には随時計画の見直しを行います。

（４）計画の位置づけ

本計画は、食育基本法（平成１７年法律第６３号）第１８条第１項の規定に基づく市町村食育推進計画として位置付けられるとともに、国の「第４次食育推進基本計画」、県の「第４次三重県推進計画」との整合性を図りながら、本市における食育のあるべき姿を示し、その実現に向けて必要な取組を総合的かつ計画的に推進するための計画として策定します。

また、本市「第２次伊賀市総合計画」の「生涯を通じ、健康に暮らすことができる」「自然と共存し、人と人がつながる農業を元気にする」を推進するための個別計画として位置付けます。



（５）ＳＤＧｓ（持続可能な開発目標）の理念を踏まえた計画の推進

ＳＤＧｓ（エス・ディー・ジーズ）とは、２０１５（平成２７）年９月の国連サミットで採択された「持続可能な開発のための２０３０アジェンダ」にて掲げられた、２０１６（平成２８）年から２０３０（令和１２）年までの国際目標です。

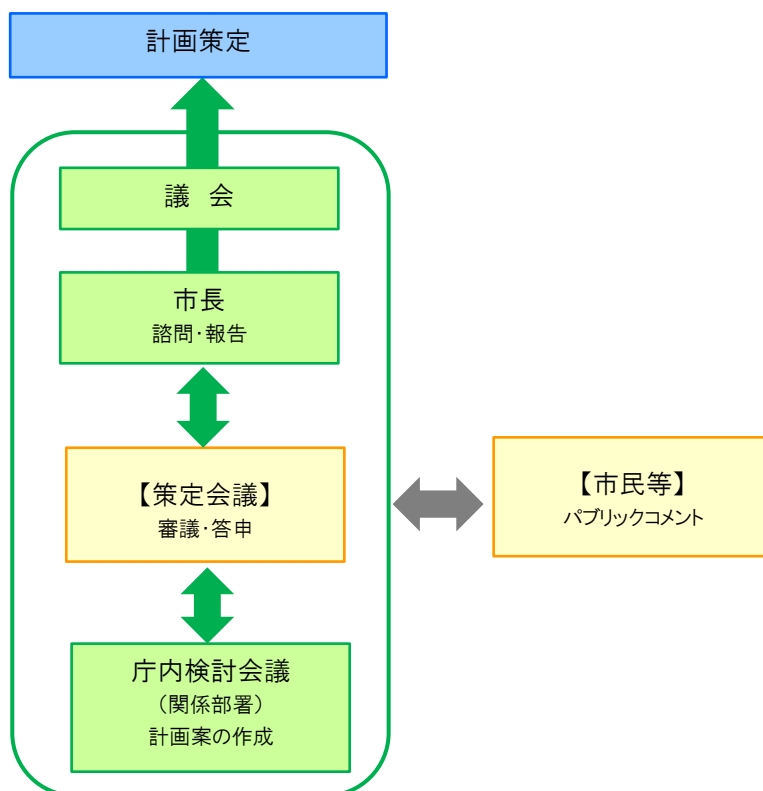
ＳＤＧｓでは「地球上の誰１人として取り残さない」を基本理念に、経済・社会・環境の諸課題を総合的に解決し、持続可能な世界を実現するために、１７の目標と１６９のターゲットが掲げられています。

ＳＤＧｓの１７の目標は、世界の都市に共通した普遍的な課題であり、「誰一人取り残さない」という考えは、市民一人ひとりが主体的に食育に取り組み、それを社会全体で支えることをめざす「伊賀市食育推進計画」のめざすべき姿と一致するものです。

本計画に掲げる各事業を推進するにあたっては、ＳＤＧｓの理念を踏まえ、地域や関係団体などと連携しつつ、市民の最善の利益が実現される社会をめざします。

（６）検討体制

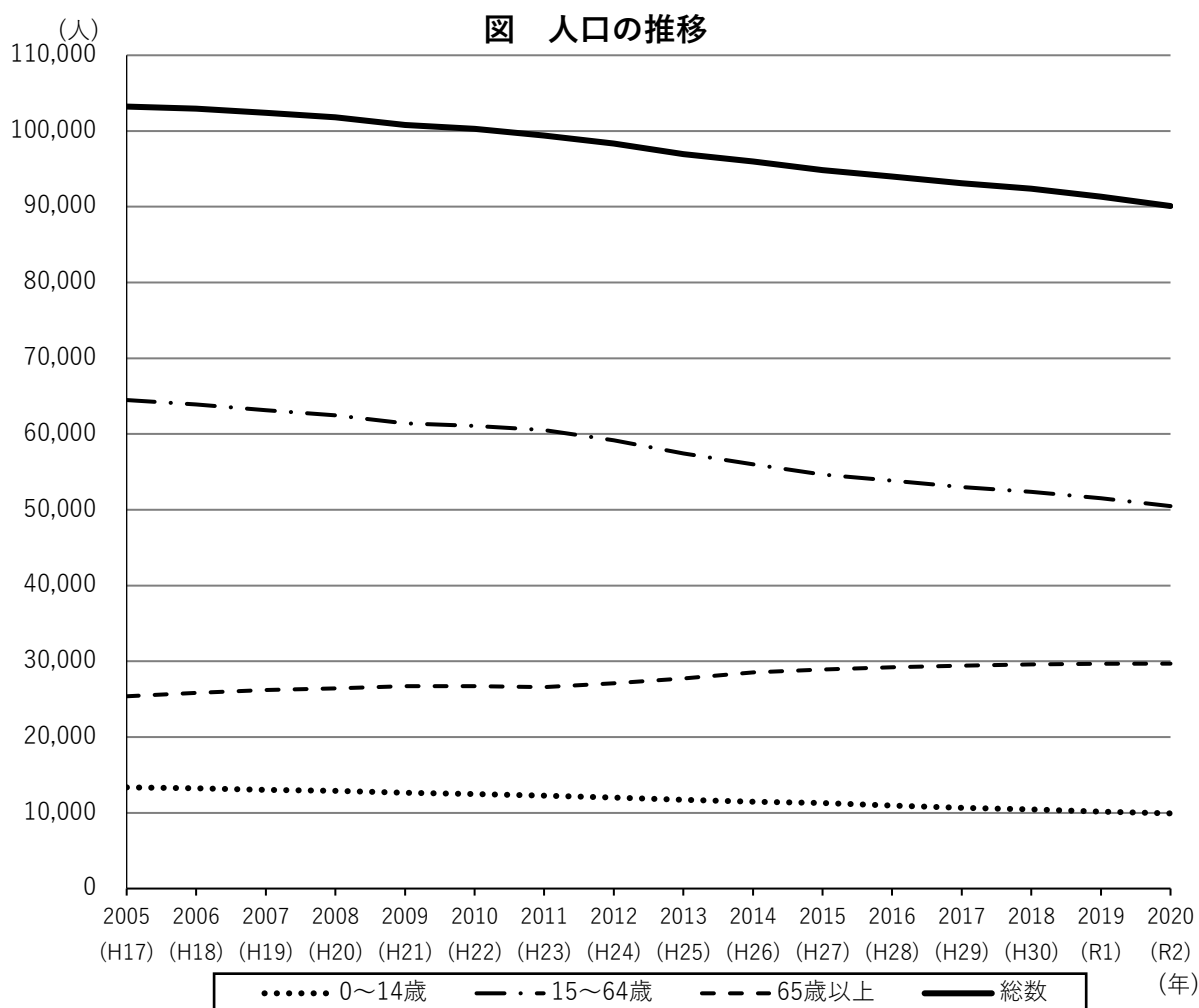
伊賀市では下図に示すように、「伊賀市食育推進計画庁内検討会議」及び外部諮問組織として「伊賀市食育推進計画策定会議」を設置し、それらを中心に検討を進めました。



第2章. 伊賀市の食に関する状況と課題

(1) 人口の状況

伊賀市の人口は、全国的な人口減少に相まって、加速度的に人口減少が進んでいる状況にあり、2020（令和2）年時点の総人口は、90,097人と、15年間で約13,000人、約13%減少したことになります。この4年間の人口増減をみると、死亡数の増加と出生数の減少により人口の自然減少数は大きくなる一方で、転出者数と転入者数の差は縮まり、2018（平成30）年度には2006（平成18）年度以来の社会増（転入超過）となりましたが、依然人口減少は深刻な状態にあります。また、65歳以上の人口割合は、2005（平成17）年の24.6%から2020（令和2）年の33.0%に増加しており、地域の高齢化は深刻な状態にあります。



	2005 (H17)	2010 (H22)	2015 (H27)	2020 (R2)
15歳未満	13,356	12,478	11,276	9,924
15～64歳	64,488	61,080	54,652	50,488
65歳以上	25,383	26,730	28,919	29,689
65歳以上の人口が占める割合(%)	24.6	26.7	30.5	33.0
総数	103,227	100,288	94,847	90,097

資料：住民基本台帳（各年9月末現在）

図 年齢3区分別割合の推移

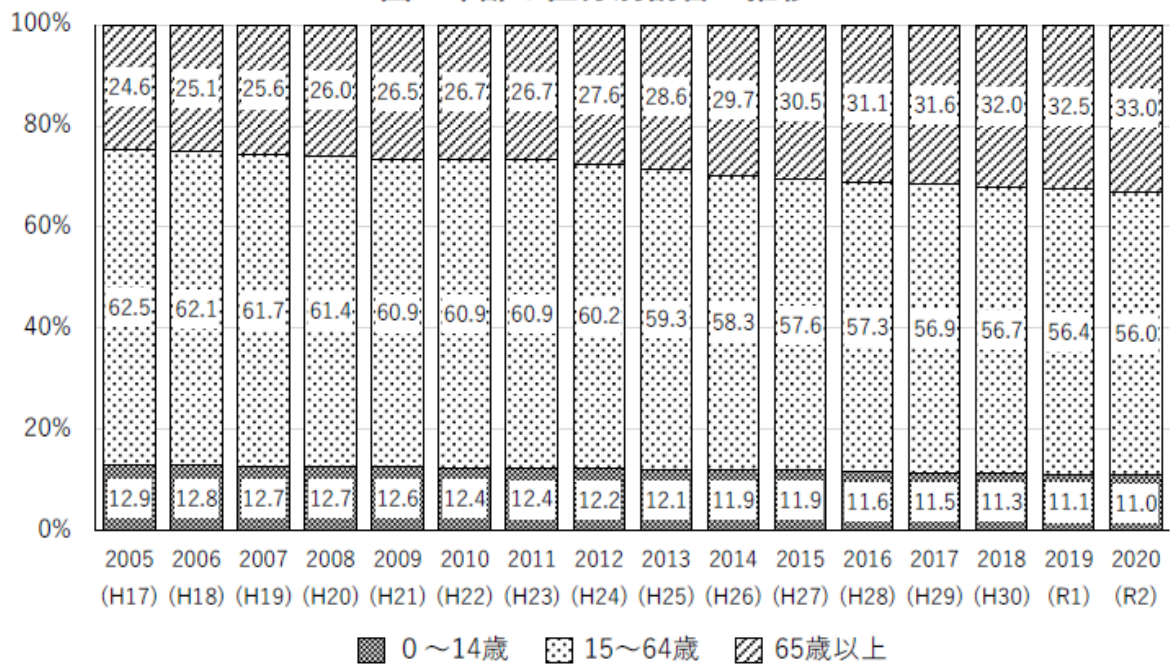
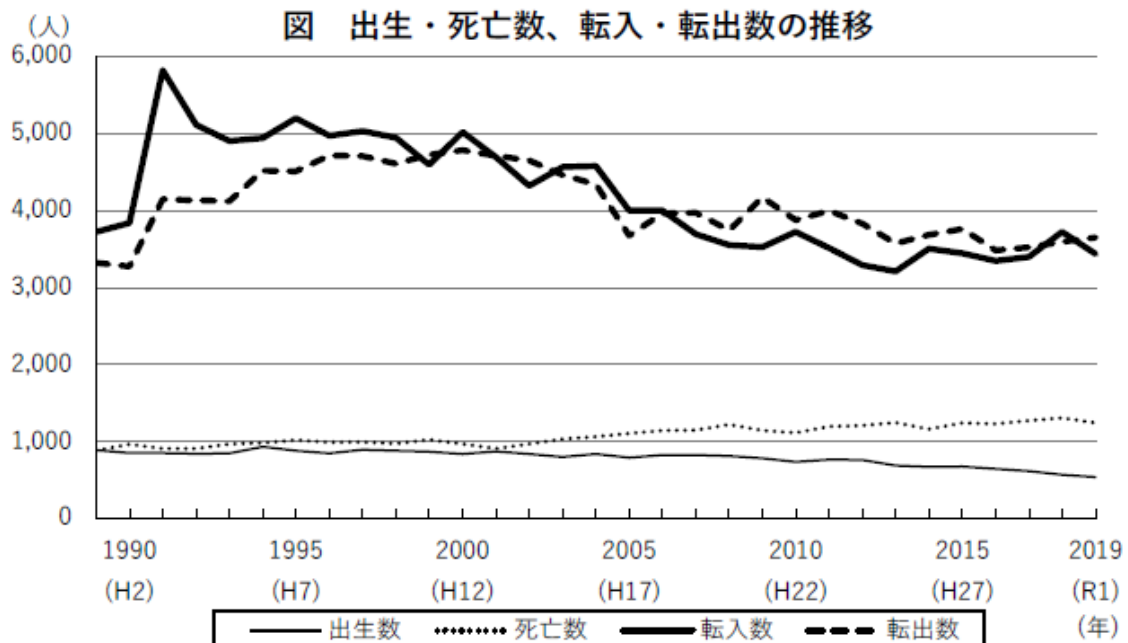


図 出生・死亡数、転入・転出数の推移

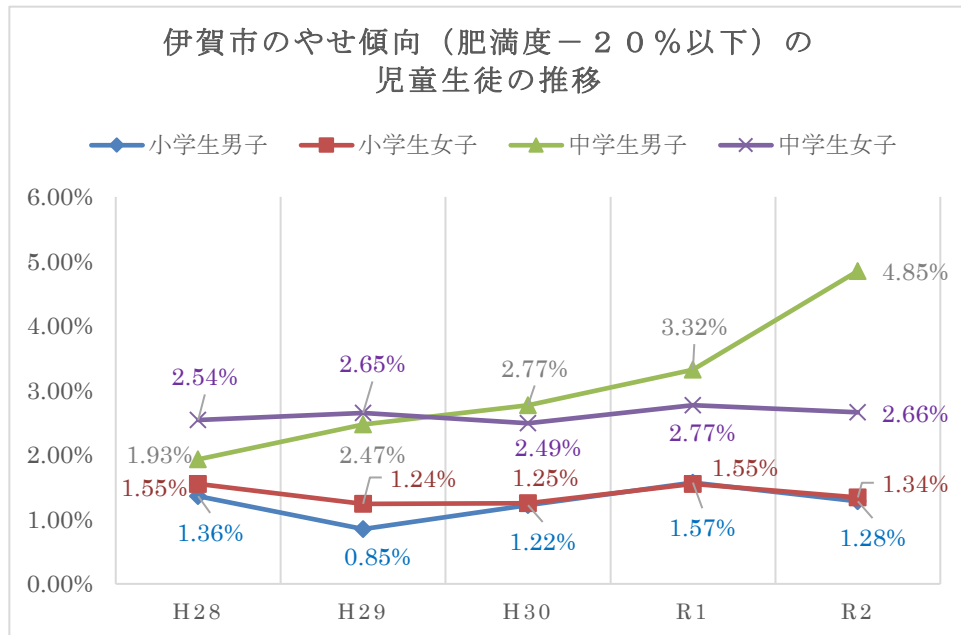
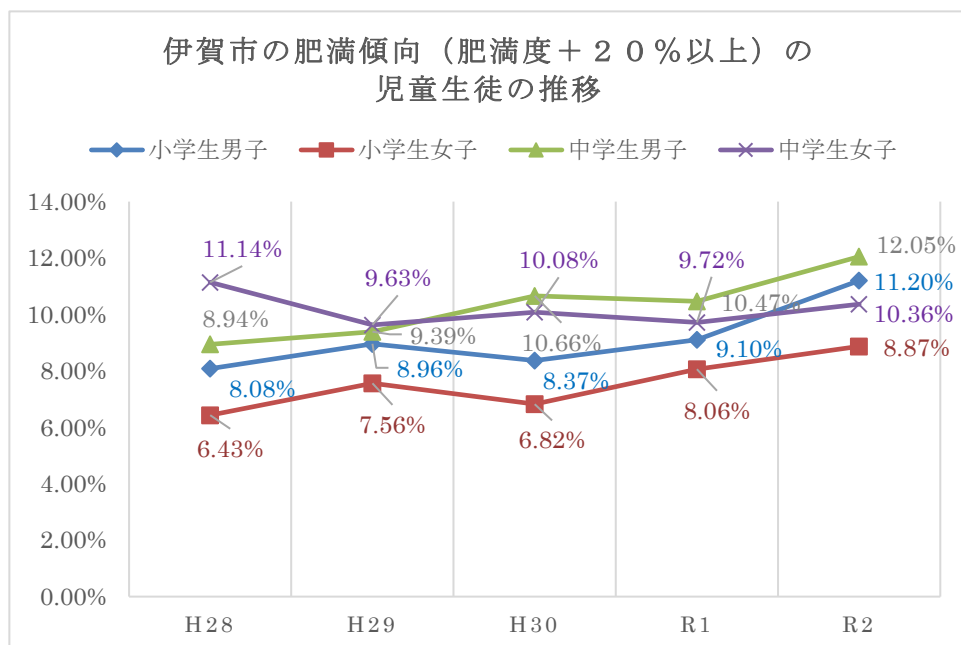


	1990 (H2)	1995 (H7)	2000 (H12)	2005 (H17)	2010 (H22)	2015 (H27)	2019 (R1)
出生数	852	883	838	793	735	675	538
死亡数	963	1,019	968	1,106	1,115	1,243	1,243
転入数	3,838	5,199	5,019	4,000	3,723	3,445	3,435
転出数	3,273	4,512	4,783	3,677	3,876	3,761	3,650

資料：三重県統計課「月別人口調査」

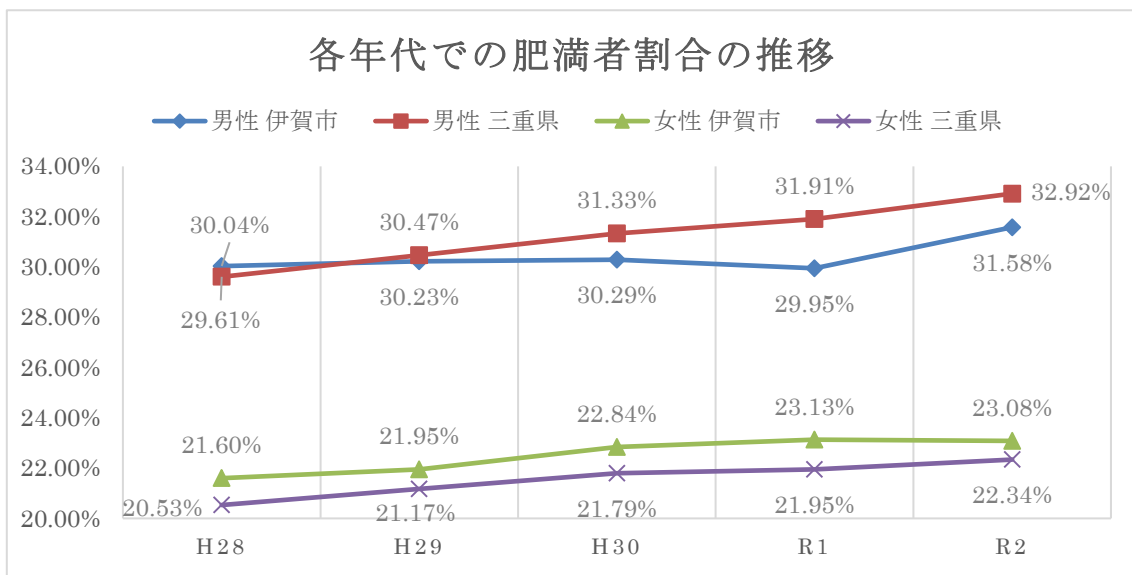
（２）健康の状況（肥満傾向・痩せ傾向等の現状分析）

児童生徒の肥満傾向の状況は、変動はあるものの全体的に増加傾向が見られます。特に中学生男子において、令和２年度は１２．０５％と高い数値になっています。やせ傾向については、小学生男子、女子、中学生女子は減少傾向にあるものの、中学生男子は令和元年度の３．３２％から令和２年度は４．８５％と大きく増加しています。

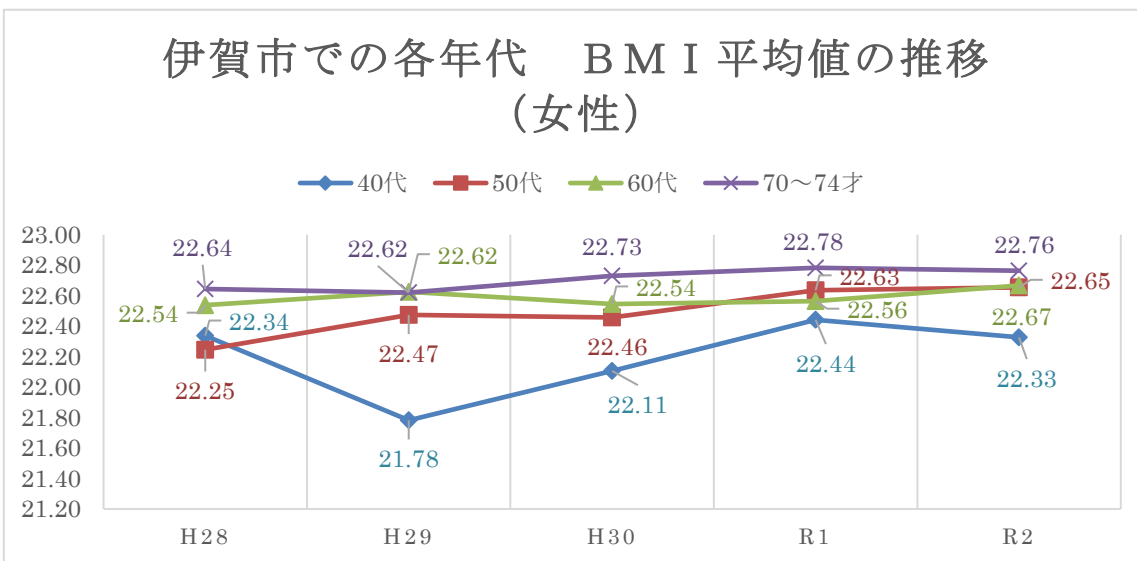
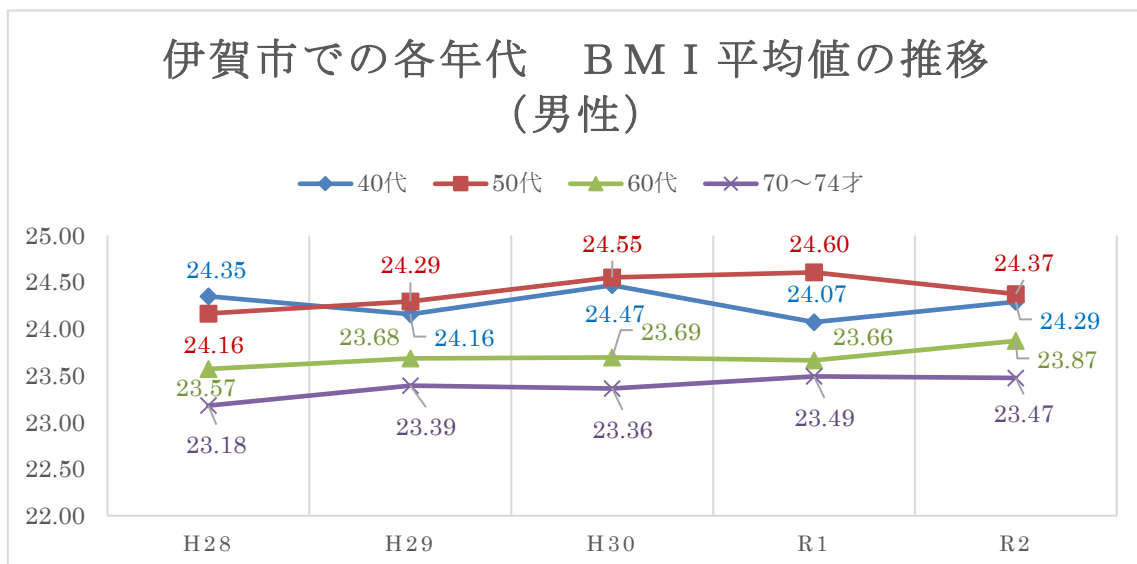


※学校健康状態調査 小学生（６歳～１１歳）中学生（１２～１４歳）の平均値

伊賀市国民健康保険被保険者に対して実施した特定健康診査の結果では、肥満とされるBMI値２５．０以上の者の割合が、平成２８年に男性は３０．０４％、女性は２１．６０％でしたが、令和２年には男性は３１．５８％、女性は２３．０８％となっており、男女ともに増加の傾向となっています。



また、年代別では、男性では50歳代、女性では70～74歳の平均値が高くなっています。



※BMI…肥満度を表す指標として国際的に用いられている体格指数で、 $[\text{体重(kg)}] \div [\text{身長(m)}]^2$ で求められます。(厚生労働省HPより)

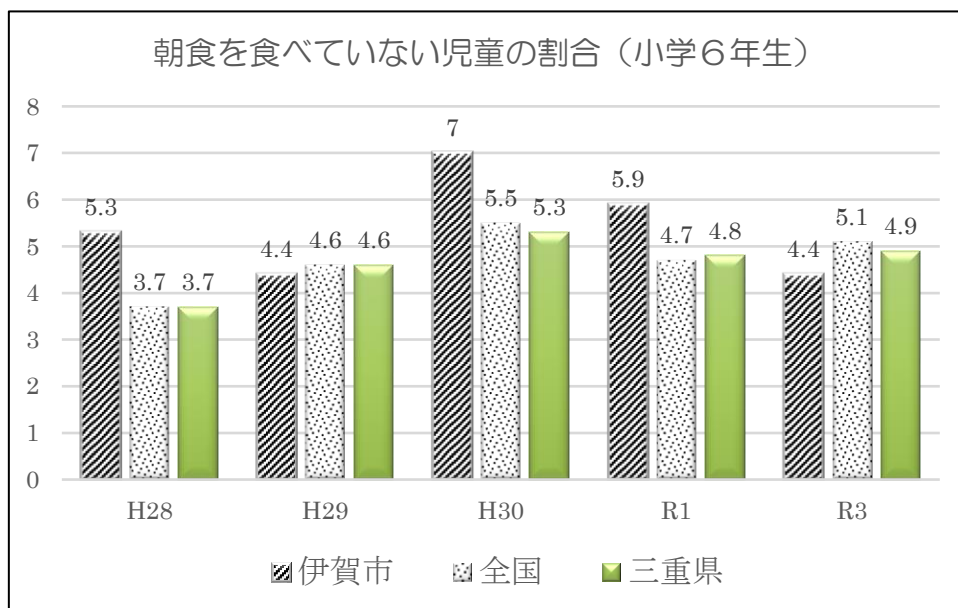
(3) 食生活に関する状況（朝食欠食率・野菜摂取量等）

①朝食欠食率

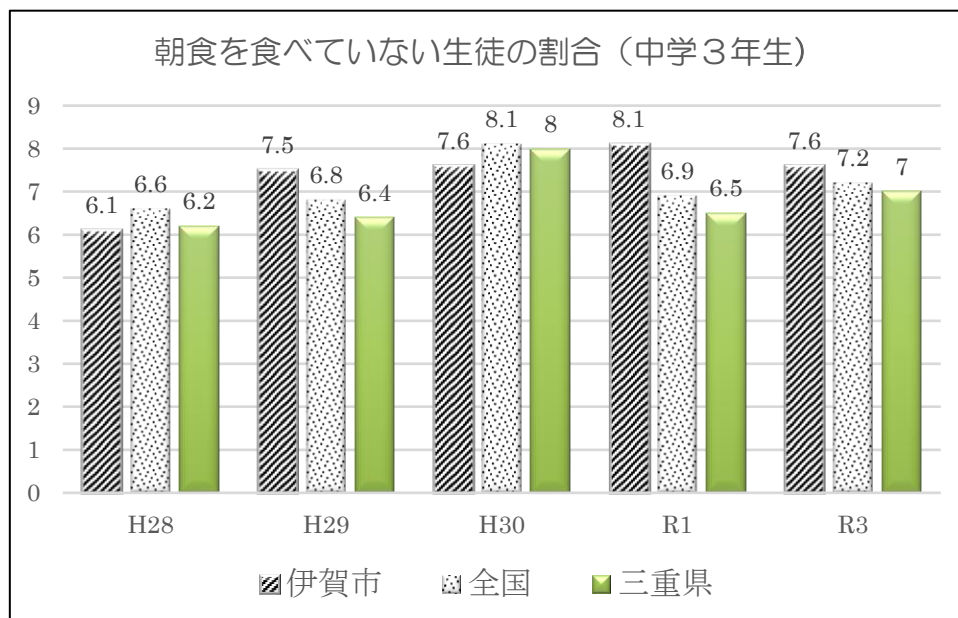
朝食を欠食する本市の児童生徒の割合は、令和3年度の小学6年生は4.4%、中学3年生は7.6%となっています。小学校では生活リズムチェックや「早寝・早起き・朝ごはん」の取組の成果が出ており、平成30年度からは減少傾向が見られます。中学校でも令和元年度より減少傾向が見られます。

今後も、保護者への啓発を行いながら、引き続き取組を継続していくことが必要です。

(単位：%)



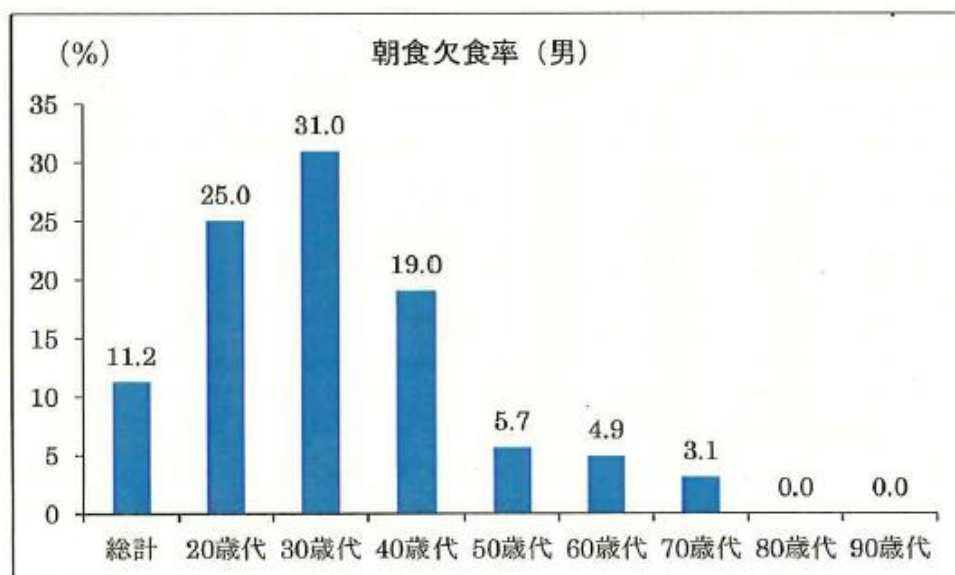
(単位：%)



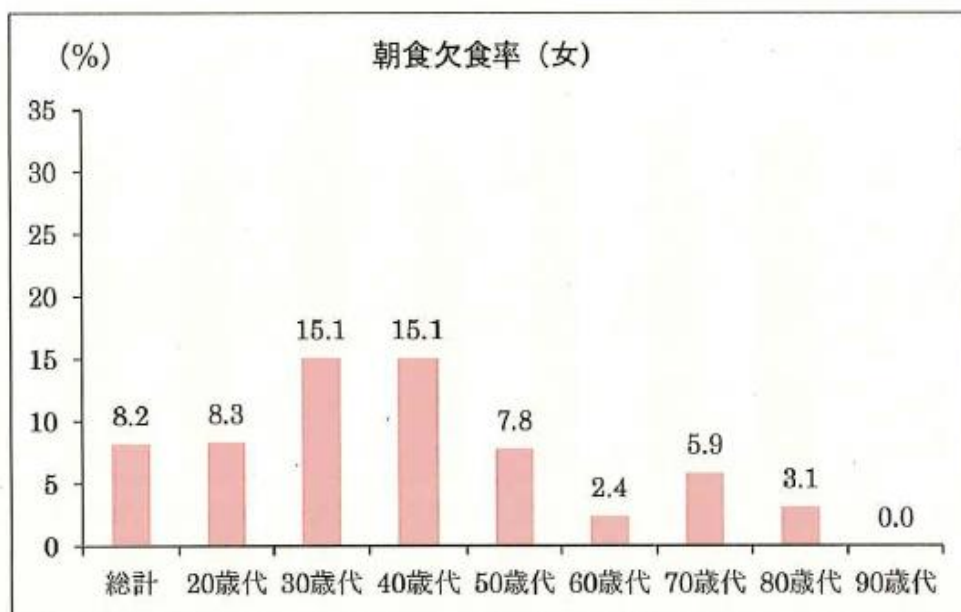
※全国学力・学習状況調査（朝食を「あまり食べていない」「全く食べていない」と回答した割合。）

令和2年度は全国学力・学習状況調査未実施のためデータなし。

「三重県健康・栄養調査（平成28年度）」によると、成人で朝食を欠食する人の割合は、男性の20歳代、30歳代、40歳代で高く、女性では30歳代、40歳代で高くなっています。特に男性の30歳代は、3人に1人が朝食を欠食する傾向にあります。



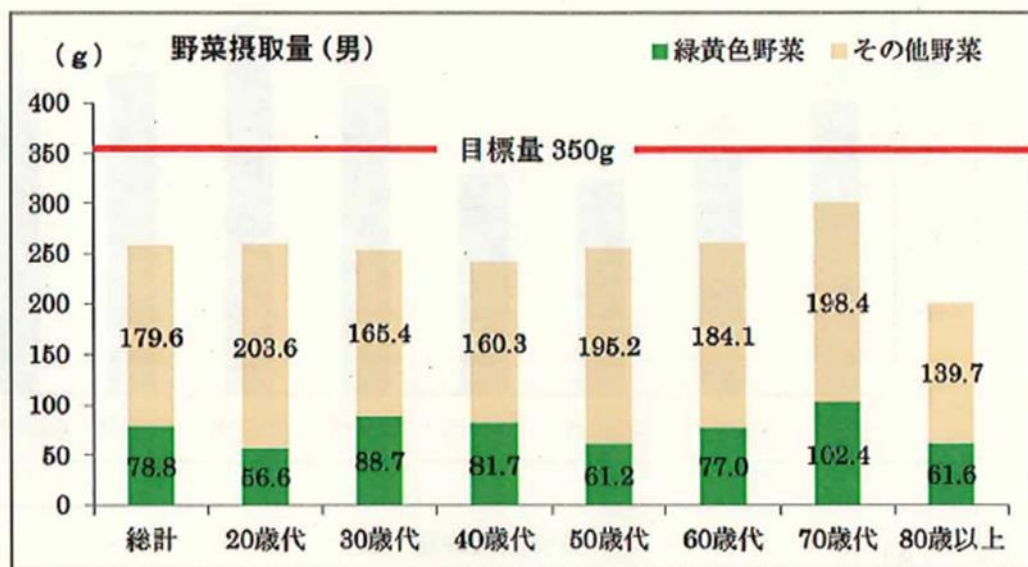
*三重県民の健康・栄養の状況（平成28年度）



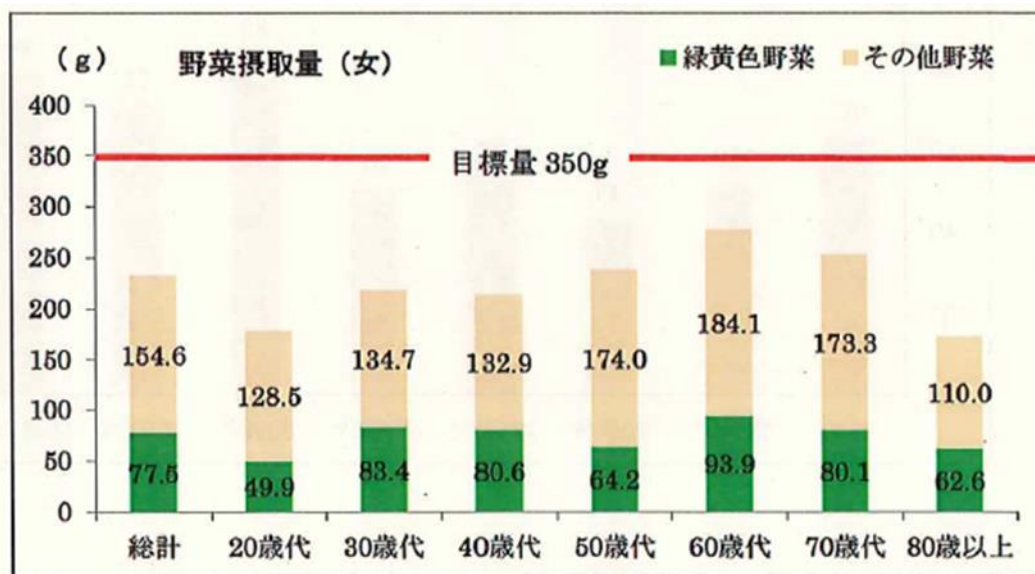
*三重県民の健康・栄養の状況（平成28年度）

②野菜摂取量について

野菜摂取量は、国が「健康日本21（第二次）」で目標値として定める1日当たり350gに、20歳代以上のすべての年代で目標量に達していません。成人1人1日あたりの平均野菜摂取量は男性258g、女性232gで、特に女性は若い世代ほど少ない傾向です。



*三重県民の健康・栄養の状況（平成28年度）

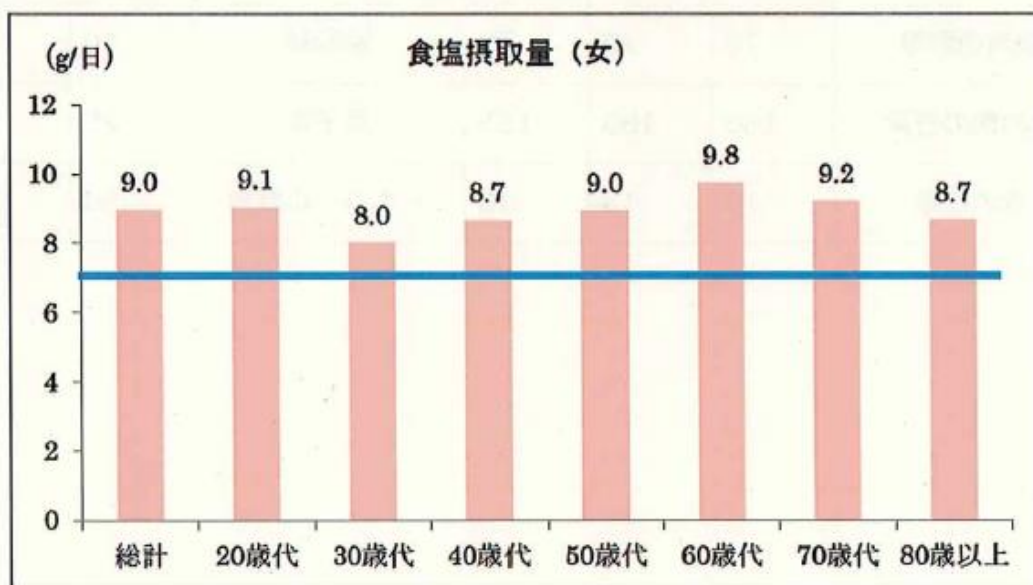


*三重県民の健康・栄養の状況（平成28年度）

③食塩摂取量について

成人1人1日あたりの平均食塩摂取量は、男性10.5g、女性9.0gです。

成人男性の目標量8.0g未満を達成している人は27.8%、成人女性の目標量7.0g未満を達成している人は29.8%です。



*三重県民の健康・栄養の状況(平成28年度)

健康な食生活の実現のため、簡単に組み入れる食事バランスを伝えていく必要があります。

④その他（共食・食の安全・食品ロス）

○家族が食卓を囲んで共に食事を取りながらコミュニケーションを図る共食は、食育の原点です。

2016（平成28）年度の三重県の調査において、1週間で朝食または夕食を8回以上家族と一緒に食べる人の割合は、73.0%となっています。（※2018（平成30）年『三重の健康づくり基本計画 ヘルシーピープルみえ・21』中間評価報告書より）

- 外食や食品を購入するときに成分表示を参考にする人の割合は、２０１６（平成２８）年度の三重県の調査において、男性が２８．８％、女性が４９．８％となっています。（※２０１８（平成３０）年『三重の健康づくり基本計画 ヘルシーピープルみえ・２１』中間評価報告書」より）
- 三重県内の食品廃棄物の量約２３．９万トンのうち、食品ロスの量は約８．２万トンと推計されています。そのうち事業系食品ロスは約４．６万トン、家庭系食品ロスは約３．６万トンとなっており、県民一人あたりの食品ロスは年間約４５キログラムに相当します。
- （※食品廃棄物等細組分析調査（２０１９（令和元）年・三重県）、事業系食品ロス実態調査（２０２０（令和２）年度・三重県）より）

（４）食に関する課題

当市の食をめぐる現状等と国・県の食育推進計画における食をめぐる現状分析結果・方向性を踏まえ、今後伊賀市が取り組むべき課題は次のとおりです。

【健康な体づくりに向けた課題】

①栄養バランスの取れた規則正しい食生活の実践

- ・子どもの頃から栄養バランスのとれた規則正しい食習慣を身につけることが大切ですが、市内の小中学校において朝食を欠食する児童・生徒が見受けられます。
- ・成人後の若い世代を中心に、朝食の欠食率が高い水準にあるほか、食塩の過剰摂取の傾向にあります。
- ・地域の高齢化が進む中、高齢者も若い世代と同様に食塩の過剰摂取の傾向にあることや、孤食による食事の低栄養化が問題となっています。

②野菜摂取量を増やす取組の推進

野菜は各種ビタミンやミネラルを含み、健康づくりに大切な食品です。全ての世代において野菜摂取量が少ない傾向にあります。

③食の安全に関する信頼の構築

健全な食生活の実践には、食品の安全性の確保は不可欠ですが、食品表示を始めとした食の安全に配慮する人の割合は少ない傾向にあります。

【食に対する心の育成に関する課題】

①食を楽しむ時間と場の確保

- ・家族等と食卓を囲んでの楽しい食事は、食事作法や食への感謝の心の体得、食に関する学習や実践、食文化の継承にも繋がります。しかし、家庭環境や生活スタイルの変化により、家族等とともに食事を共にする機会が減少する傾向にあります。
- ・仕事等による日常生活の多忙化から、若い世代を中心に２０歳代から５０歳代での孤食化が問題視されています。
- ・あらゆる世代が食を通じて地域の交流を深める場としての役割を持つ「地域食堂」等、民間団体等が行う地域の食育推進に関する取組の重要性が高まっています。

②農業体験や交流を通じた食の理解促進

食生活が自然の恩恵のもとに成り立っていることに対する理解と、食べ物と生産・供給する多くの人々に対する感謝の心を育む機会が不足しています。実際に土に触れる機会や生産者と交流する機会も不足しています。

③地域の食文化の継承

栄養バランスに優れ健康的な食事スタイルである日本食を見つめ直し、地域の食文化を次世代に継承していくことが大切です。しかし、市民の食生活が多様化や家庭環境の変化により、日本食や地域の食文化の存在感は希薄になっています。

【環境への配慮に関する課題】

①食を通じた環境への配慮と啓発

食べ残しの削減や賞味期限間近の食品の購入を促すなど、環境に配慮した食生活の実践に取り組む人づくりと環境に配慮した食品の購入等を啓発する取組が行われていますが、食品ロスの発生量は依然高い水準にあります。

②地産地消の推進

地域で生産された農産物を地域で消費することは、新鮮で美味しい食材を得られるだけでなく、輸送において使用される石油資源やエネルギー消費の軽減につながっており、また、地域の農林水産業は生物多様性の保全や水源のかん養など環境を保全する役割を果たしています。

その重要性について如何に市民の理解を深めるかが課題です。

③農林水産業・食品関連事業者における環境への配慮

現在、農林水産業や食品関連事業者において、減農薬・有機農業に対する取組、食品ロスの削減に向けた取組が進められていますが、有機農業に取り組む農地面積の割合は低い水準にあり、食品ロスの発生量は依然高い水準にあります。

【食育を推進する体制づくりに向けた課題】

①食育を推進するための環境づくり

地域の実情に即した食育を推進するため、市・J A・関係団体等がそれぞれの役割を果たし、連携・協働を図ることが求められています。

②人材の育成と活動の充実

食育推進を行うための人材育成と市や関係団体等が実施する食育推進活動の充実を図り、また学校における食育推進体制の充実を図ることが求められています。

第3章. 食育を推進する取組

本計画は先述の5つの基本理念の下、行政と各関係団体等が協働・連携し、市民一人ひとりが家庭、学校・幼稚園・保育所（園）及び認定こども園等、地域等の場において、食育を取り入れられる取組を行います。また、食育を推進することで、SDGsの理念が実現されることをめざします。

（1）家庭等における食育の推進

伊賀市でこの取組を
推進する部署

保育幼稚園課・こども未来課・健康推進課・学校教育課

家庭は生涯を通して個人の食習慣に大きな影響を与える最も大切な食育の場です。特に乳幼児期・学童期において、家庭での食生活は心身の成長を育むとともに、基本的な食習慣が形成され、望ましい食習慣や知識の習得する場となります。食に関する情報や知識、伝統・文化は家庭を中心に共有され次世代に受け継がれていきます。



家族や友人等と食事を共にすることは、家庭内のコミュニケーションを深めるとともに、子どもの頃からの食事マナー・挨拶などの食生活に関する基礎について習得するとともに、食の楽しさを実感することのできる大切な機会です。

家庭での食育を推進していくためには、家族と食卓を囲むことの重要性について啓発し、家族団らんを通して、食事を作る人や生産者への感謝の心を育み、伝統・文化を受け継いでいくことが重要です。また日々の生活の中で、食事マナーや健康を保持・増進するための食生活の考え方、正しい生活習慣を身につけることを繰り返し実践し、次世代に伝えつなげていくことも重要です。

①乳幼児期からの基本的な生活習慣の形成

- 幼児期から「食」について興味を持ち、親子で「食」の楽しさを学べる取組を推進します。
- 朝食をとることや早寝早起きを実践することなど、子どもの健やかな生活習慣の形成のため、「早寝早起き朝ごはん」の運動等を学校・幼稚園・保育所（園）及び認定こども園等や地域等の協力を得ながら推進します。
- 妊娠期及び授乳期における望ましい食生活の実現のため、「妊産婦のための食生活指針」※等を活用した栄養指導を行います。
- 「授乳・離乳の支援ガイド」に基づき、妊産婦や子どもに関わる多機関、多職種の保健医療従事者が授乳及び離乳に関する基本的事項を共有し、妊娠中から離乳の完了に至るまで、支援内容が異なることのないよう一貫した支援を推進します。
- 乳幼児健康相談や乳幼児健康診査等において、健やかな生活習慣の形成に向けた基本的な生活や食習慣についての指導を行います。

②在宅時間を活用した食育の推進

- 子どもが料理をする体験を通じて、望ましい食習慣を学び、食事を楽しむ機会を提供する活動を進めます。
- 家族や友人等と食卓を囲み、楽しく食事をし、コミュニケーションを図る「共食」の推進に取り

組みます。

○共食や栄養バランス、食文化、食品ロス等、食に関する意識を高める取組を行います。

（２）学校・幼稚園・保育所（園）及び認定こども園等における食育の推進

伊賀市でこの取組を 推進する部署	保育幼稚園課・農林振興課・学校教育課
---------------------	--------------------

子どもの食生活をめぐる問題が大きくなる中で、学校、幼稚園、保育所（園）及び認定こども園等は、子どもの食育を進めていく場として大きな役割を担っています。



学校、幼稚園、保育所（園）及び認定こども園等の関係者は、あらゆる機会を通じて積極的に食育の推進を図り、生涯にわたって心身ともに健やかで豊かな人間性を育む基礎となる食育の推進に努めます。また、子どもたちが食の大切さや楽しみを実感し、食事のマナーや挨拶習慣など食や生活に関する基礎の習得ができるよう、家庭や地域と連携し取り組みます。

①学校における食育の推進

- 各学校で食育担当者を位置付け、校内の食育推進体制を整えるとともに、学習指導要領に基づき、学校で作成した「食に関する指導の全体計画」「年間計画」により食育を推進します。
- 給食の時間、家庭科・特別活動はもとより、各教科や総合的な学習の時間等においてもそれぞれの特質に応じ、学校教育全体を通じて食育を推進するよう努めます。
- 肥満とやせが心身の健康に及ぼす影響など健康状態の改善に必要な知識を普及するとともに、食物アレルギー等、食に関する健康課題を有する子どもに対しての個別相談体制を充実させます。
- 効果的な食育推進を図るため、学校、家庭、地域、関係団体等が連携、協力した取組を推進します。
- 栄養教諭等を中核として、地域の保護者の状況を考慮しながら、各家庭への働きかけや、食に関する指導の充実に取り組みます。
- 学校給食の献立表を通じて給食内容を知らせるとともに、給食だより等で、児童生徒の食生活の状況等、食に関する情報を家庭や地域に提供します。
- 学校給食の献立レシピを伊賀市ホームページ等で公開し、家庭で再現し、家族みんなで食べてもらうことにより、学校給食の話題等を通じて食への関心を高め、より一層の食育推進をめざします。
- 食物アレルギーを有する児童生徒に対して、実態を把握した上で、除去食対応等、安全な学校給食の提供と、個別的な相談指導の両立を実施します。
- 地場産物を学校給食の食材に活用した「いがスマイル給食」を実施することで、伊賀の自然、文化、産業等に関する児童生徒の理解を深めるとともに、それらの生産等に携わる人たちへの感謝の気持ちを育みます。
- 学校給食において郷土料理等の伝統的な食文化を継承した献立を取り入れることで、和食の継承を推進し、地域の食文化への理解を深めます。
- 食を担う多様な関係者との連携・協力を図り、農林漁業や調理等の体験活動及び ICT（情報通信技術）等のデジタル技術を活用した学習等を取り入れます。

○調理体験等を通じて、生ごみや食べ残しを減らすなど、食品ロス削減に向けた取組を含む食育を推進します。

②幼稚園・保育所（園）及び認定こども園等における食育の推進

- 幼稚園教育要領、保育所保育指針、幼保連携型認定こども園教育・保育要領に基づき、各幼稚園、保育所（園）及び認定こども園等で作成された食育計画に基づいて食育を推進します。
- おいしく食事ができるよう、体をつかってしっかりあそび、お腹がすく生活リズムの形成に取り組めます。
- 生活とあそびの中で、菜園活動やクッキングなど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を育みます。
- 自然の恵みとしての食材や、調理してくれた人への感謝の気持ちを育むよう努めます。
- 友達と楽しく食べられるよう、和やかな雰囲気づくりを心がけます。
- 地域の子育て家庭からの乳幼児の食に関する相談への対応や情報提供等に努めるほか、地域の関係機関等と連携しつつ、積極的に食育を推進します。
- 子どもの発育及び発達過程に応じた食事の提供、食育の実施が行えるよう家庭や地域の協力を得ながら推進します。
- 給食献立には、旬の食材を活用し、様々な食材が味わえるようにするとともに、手作りを心がけます。
- 保護者との連携を密にし、離乳食やアレルギー対応食など子どもの状況に応じた給食の提供に努めます。また、給食展示や献立表、食事だより等を通じて食に関する情報提供を行います。

（３）地域における食育の推進

伊賀市でこの取組を推進する部署

医療福祉政策課・地域包括支援センター・健康推進課・農林振興課

わが国は、世界有数の長寿国であり、さらに平均寿命の伸長が予想されており、健康寿命の延伸の実現のため、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することが必要です。

また、健全な食生活の実践には、食品の安全性の確保は不可欠であり、市民自ら食に関する知識と理解を深めるとともに、自分の食生活について、適切に判断し、正しく食を選択していくことが必要です。

四季折々の食材に恵まれた我が国は、長い年月をかけて、地域の伝統的な行事や作法が結びついた食文化を育んできました。しかし、近年の食生活の多様化に伴い、地域の郷土料理や伝統料理等の食文化が次世代に十分に継承されない傾向が見受けられます。

地域の食材を生かした郷土料理や伝統料理、地域や家庭で受け継がれてきた料理や味、食べ方・作法等が地域や次世代に継承されるように、地域と連携を図りながら取組を進めます。



①健康寿命の延伸に向けた取組

- ごはんを主食としながら、主菜・副菜に加え、適度に牛乳・乳製品や果物が加わった、バランスのとれた「日本型食生活」の実践を促進します。
- 美味しい地域産野菜の利用促進を実施するなど、積極的に野菜摂取を促す取組を行います。

- 健全な食生活の実践、**高血圧・糖尿病・高脂血症等の生活習慣病等の予防及び重篤化の予防**、若い世代からの健康づくりにつながる取組等を推進します。
- 若い世代には、朝食を毎日食べることや、**栄養バランスの取れた食生活など**、若い時期から健康づくりや食事について意識を高める**取組**を進めます。
- 健康寿命を延伸するため、出前講座や健康相談等で低栄養やフレイル予防に取り組みます。
- 生涯にわたり生活の質の向上が図られるためには、いつまでも自分の歯でおいしく食事ができることが大切であるため、**歯と口腔の健康づくり**に取り組みます。
- 栄養成分表示の内容を理解し、自分にあった食品を選ぶ**こと**が健康な食生活につながるため、自ら食を選択できるよう情報提供等に努めます。
- 企業等と連携をとり、生活習慣病の予防及び改善や健康づくりにつながる健全な食生活の実践に向けた取組を推進します。
- 国が定める「食育月間（6月）」、「食育の日（毎月19日）」に合わせ、食育推進に向けた取組を行います。
- 食育ピクトグラム※等を活用して食育の取組を分りやすく発信し、全ての市民に受け入れられるよう取り組みます。（※：第5章 資料編「食育ピクトグラム」を参照）
- 地域づくり組織等**のさまざまな団体と、多様に連携、協働し、食育活動が活発に展開されるように支援します。

②食の安全・安心確保に向けた取組

- 国・県等と連携を図り、食の安全・安心に関する正しい知識と理解を深め、適切に食を選択できるよう、食品の安全性に関する情報提供を行います。
- 食品表示について周知を行うなど、市民が食の安全を考えた適切な選択ができるよう、啓発活動に取り組みます。

③地域での食育活動の**取組**

- 子どもから大人まで幅広い世代のふれあいの場として開催される「地域食堂」等の活動を推進します。
- 地域の田畑で、地域の子どもの対象とした農業体験など、地域が行う活動を推進します。
- 伊賀市食生活改善推進協議会等の関係団体が地域で行う活動を推進します。

④**和食文化の継承**に向けた食育の**取組**

- 料理教室や体験活動等に、郷土食や伝統料理を取り入れることにより、**和食文化の普及と継承**につなげます。
- 地域での様々な世代との共食により、各家庭や地域に受け継がれた料理や行事食、作法、食事のマナー等の食習慣が次世代へと受け継がれていくよう取組を推進します。

（４）生産者と消費者の交流促進・環境に配慮した農林漁業の活性化等

伊賀市でこの取組を
推進する部署

市民生活課・廃棄物対策課・農林振興課

農林業体験は、自然と向き合いながら仕事をする農林業者が生産現場に消費者を招き、一連の作業等の体験機会を提供することにより、自然の恩恵を感じ、食に関わる人々の活動の重要性を認識する場となります。地域農産物に対する理解の向上や、健全な食生活への意識の向上につながります。

また、地産地消の推進は、直売店や量販店での地場産物の販売、学校給食、食品加工業での利用等により、消費者は身近な場所で作られた新鮮な地場産物を入手できるだけでなく、他地域からの食品の輸送・保存に伴う化石燃料の消費によるCO₂の排出が少なくなることで、環境への負荷が小さくなります。また、消費者が地場産物を使った料理や地域の伝統料理に触れる機会になります。

食品ロスは、食品製造業者、卸売業、小売業、飲食店、家庭などで、常に発生しています。

特に家庭から発生する食品ロス量は、全体の約半数を占めており、家庭での食品ロスの削減に取り組むことは、生ごみ発生の抑制につながるだけでなく、余分な食品購入を抑えることで家計にとっても大きなメリットとなります。生ごみの減量化・資源化の促進及び食品ロス削減に向けた啓発活動等の取組の充実を図り、市民の環境に配慮した行動につなげます。

①農業体験や地産地消の推進

- 地域で生産された農産物やその生産活動等を広報紙、インターネット等を活用し紹介します。
- 地域の農産物や加工品の即売会、マルシェ等のイベント開催の支援と情報発信を行い、生産者と消費者との交流の機会を図ります。
- 食品関連事業者等は、消費者と接点を有していることから、食品関連事業者等が行う健康に配慮した商品やメニューの提供、食に関する情報や知識の提供といった活動の取組を支援します。
- 魅力的な伊賀ブランドの物産品を広く消費者に紹介します。
- 市内産農産物直売所と販売農家を支援し、市民へ地場産物を提供します。また、農産物直売所等の情報を、直売所マップや広報誌、インターネット等を活用し紹介します。
- 伊賀米、伊賀牛等、地域の品質の高い地場産物の市内での消費を促進します。
- 地域産の食材や郷土料理等を提供・紹介することで、本市の観光地としての価値を高めます。
- 地域の農産物の生産から加工、販売まで行う6次産業化の取組を支援します。
- 学校給食等に地場産物を積極的に使用します。
- 地域の農産物の情報や調理方法、環境への負荷軽減につながる地産地消に関する情報などを発信し、地場産物の消費につなげます。
- 地域の田畑や農業公園等の既存施設を活用し、消費者や子どもたちが直接農作業を体験できる場を広げます。

②持続可能な食につながる環境に配慮した消費の推進

- 食品の無駄や廃棄の少ない消費行動ができる消費者育成を行うため、環境に配慮した食生活の実践を推進します。



○安全・安心な農産物を消費者の元に届けるため、顔の見える農産物の提供体制、有機農業や環境保全型農業を推進し、安全・安心な農産物の生産及び提供を推進します。

③食品ロス削減をめざした取組

- イベントや消費者学習等により、食品ロス削減の推進・啓発を行います。
- 小売店や飲食店等に対し、食品ロス削減の協力依頼を行います。

(5) デジタル技術を活用した食育の展開を推進

伊賀市でこの取組を 推進する部署	食育推進に係る担当部署全て
---------------------	---------------

市民の健康や食を取り巻く環境の変化、社会のデジタル化など、食育をめぐる状況を踏まえ、デジタル化に対応した食育の推進に重点をおいた取組が求められています。新たな日常においても食育を着実に実施するとともに、より多くの市民が主体的かつ効果的に食育を実践できるよう、ICT等のデジタル技術を有効活用する等により、食育を推進することが重要です。



- デジタル技術の活用による社会の変革が一層進展する中で、SNS(ソーシャル・ネットワーキング・サービス)の活用やウェブ上でのイベント開催及び動画配信、オンライン等を活用した食育の展開などを推進します。

(6) 目標値の設定

目標	策定時の現状 令和2年度	目標値 令和7年度
①食育に関心を持っている人の割合	83.2% ※国食育推進基本計画より	90%
②朝食を食べていない児童生徒の割合 「全国学力・学習状況調査」朝食を「あまり食べていない」「全く食べていない」と回答した割合		
小学6年生	4.4% ※令和3年度	0%
中学3年生	7.0% ※令和3年度	0%
③20歳代以上の方で、朝食を食べていない人の割合	21.5% ※国食育推進基本計画「若い世代の割合」より	15%以下
④児童生徒の肥満傾向時の割合 【学校健康状態調査】肥満度+20%以上の児童数の割合	10.62%	8.5%
⑤特定健康診査受診率（国民健康保険） 【データヘルス計画】 伊賀市国民健康保険被保険者のうち40歳以上75歳未満の人が特定健康診査を受診した割合	40.3%	60%
⑥生活習慣病の予防や改善のため、ふだんから適正な体重維持や減塩に気を付けた食生活を実践する人の割合	64.2% ※三重県食育推進計画より	75%
⑦高齢者の栄養状態を改善する。 ※75歳以上の高齢者で、血清アルブミン値3.5g/dl以下の人の割合	7.97%	6.28%
⑧学校給食に地場産（※県内産（伊賀産含む））食材を使用する割合 【学校給食における地場産物活用状況調査】金額ベース	69.8% ※令和3年度	80%
⑨学校給食で地域に伝わる郷土料理や行事食、地域の食材を活かした献立を提供する回数	年間 27回	年間 33回
⑩保育園等において、規則正しい生活リズム（早寝 早起き あさごはん）を心がけて生活している保護者の割合	90% ※柘植保育所での調査結果	100%
⑪毎日、2回以上野菜を食べる人の割合	—	45%
⑫主食・主菜・副菜がそろった食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている人の割合	40.4% ※三重県食育推進計画より	55%
⑬朝食又は夕食を家族と一緒に食事をとる回数 （※家族と同居している方）	週9.6回 ※国食育推進基本計画より	週11回以上

目 標	策定時の現状 令和 2 年度	目 標 値 令和 7 年度
⑭食の安全に関心のある人の割合	【参考】 食品の安全性について基礎的な知識を持ち自ら判断する国民の割合 75.2% ※国食育推進基本計画より	80%
⑮食品表示を見て食品を購入する人の割合	(男性) 25.2% (女性) 49.7% ※三重の健康づくり基本計画 中間評価報告書 H28 現状値より	60%
⑯残さず食べるなど、食品ロスの削減に取り組んでいる人の割合	76.5% ※国食育推進基本計画より	80%
⑰「生涯を通じ、健康に暮らすことができる」ことについて、現状に満足している市民の割合 【伊賀市まちづくりアンケート（市民意識調査）】	61.9%	65%
⑱生活習慣を見直し、改善するよう努めている市民の割合 【伊賀市まちづくりアンケート（市民意識調査）】	50.9%	55%
⑲「自然と共存し、人と人がつながる農業を元気にする」ことについて、現状に満足している市民の割合 【伊賀市まちづくりアンケート（市民意識調査）】	64.7%	70%
⑳地元農産物に親しみを持ち、地元で消費する地産地消に取り組んでいる市民の割合 【伊賀市まちづくりアンケート（市民意識調査）】	70.3%	75%
㉑月に 1 回以上地域の家庭料理や郷土料理、伝統料理を食べている人の割合	44.6% ※国食育推進基本計画より	50%以上
㉒農業体験の場として、市内の既存農業体験施設を活用する (※伊賀市民の伊賀市農業公園の利用契約数の増加)	75 区画	83 区画

※太字：国・県の食育推進計画の数値目標より設定

第4章 食育推進に向けた体制

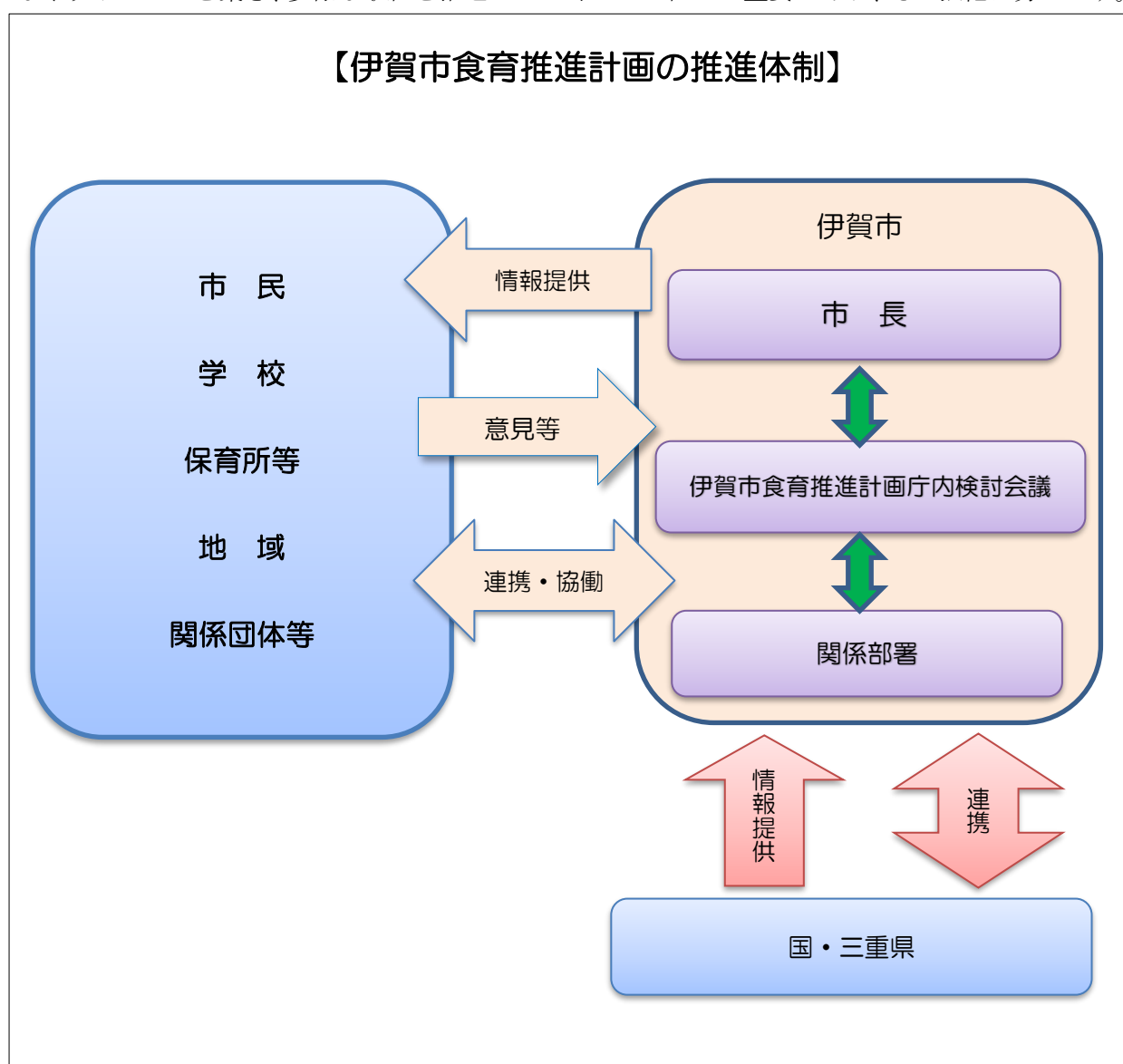
（１）多様な関係者の連携・協働の強化

食育に関連する取組を行っている主体は、伊賀市はもとより、教育、保育、社会福祉、医療及び保健の関係者、農林漁業の関係者、食品の製造、加工、流通、販売、調理等の関係者、その他の食に関わる活動等の関係者、様々な民間団体やボランティア等に至るまで多様かつ多数となっています。

また、食育は幅広い分野にわたる取組が求められる上、様々な家族の状況や生活の多様化といった食育をめぐる状況の変化を踏まえると、より一層きめ細やかな対応や食育を推進しやすい仕組みづくりが重要になっています。

したがって、食育を推進する取組の実効性をこれまで以上に高めていくためには、食育に係る多様な関係者が、その特性や能力を生かしつつ、主体的に、かつ、互いが密接に連携・協働して、緊密なネットワークを築き、多様な取組を推進していくことが極めて重要であり、その強化に努めます。

【伊賀市食育推進計画の推進体制】



（２）積極的な情報提供と市民の意見等の把握

食育は、個人の食生活に関わる問題であることから、子どもから成人、高齢者に至るまで、市民一人ひとりによる理解と実践を促進することが何よりも重要です。

このため、ライフステージのつながりを意識しつつ、生涯にわたって大切にしたい食育の取組について、様々な機会を活用し、積極的に情報提供を行います。

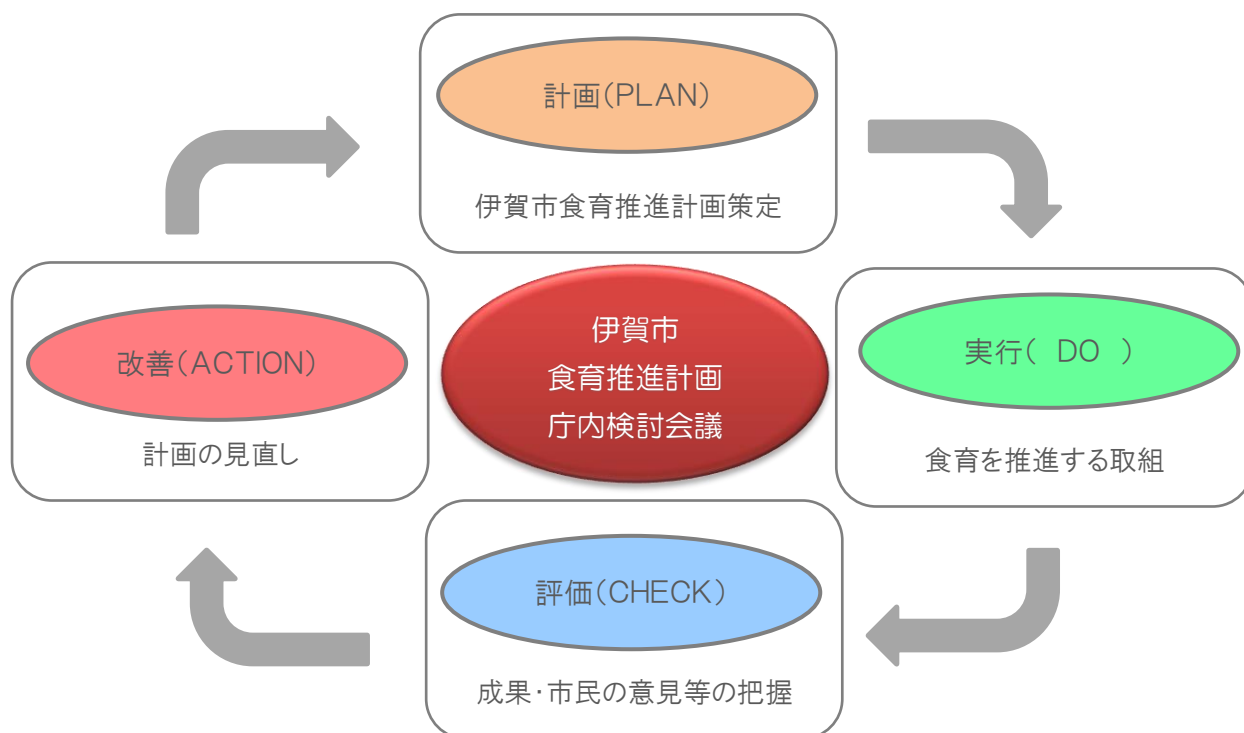
また、「広報いがし」、市ホームページ、伊賀市公式 SNS を活用し、食育の取組を分かりやすく情報発信します。

（３）計画の進行管理

計画を着実に推進していくためには、計画の進捗状況を常にチェックし、取組内容を修正するなど、柔軟に対応していくことが求められます。取組の評価結果に基づき課題等を把握し、改善を図ることが重要となるため、市民調査や関連する各計画の評価などで計画の目標の達成状況や現状を把握します。

計画に掲げた基本理念を実現するため、伊賀市食育推進計画庁内検討会議で取組の進捗状況をチェックするとともに、数値指標を評価し、取組内容の定期的な見直しを行います。Plan(計画)→Do(実行)→Check(評価)→Action(改善)の４段階を繰り返すPDCA サイクルに基づき、取組の実施状況について点検や評価を行い、取組を見直しながら、計画の着実な推進に努めます。

「伊賀市食育推進計画」におけるPDCA サイクル



第 5 章 資料編

<食育ピクトグラム>

「食育ピクトグラム」は、令和 3 年 2 月に農林水産省が、食育における代表的な 1 2 の取組について、分かりやすく単純化して表現するものとして、食育への関心が低い人も含め、幅広く食育についての情報発信や普及・啓発を目的に作成したものです。

No.	ピクトグラム	説明
1		<u>「共食」：みんなで楽しく食べよう</u> 家族や仲間と、会話しながら食べる食事は、心も体も元気にします。
2		<u>「朝食欠食の改善」：朝ご飯を食べよう</u> 朝食の摂取は、健康的な生活習慣につながります。
3		<u>「栄養バランスの良い食事」：バランスよく食べよう</u> 主食・主菜・副菜の組み合わせた食事で、バランスの良い食生活になります。
4		<u>「生活習慣病の予防」：太りすぎない やせすぎない</u> 適正体重の維持や減塩に努めて、生活習慣病を予防します。
5		<u>「歯や口腔の健康」：よくかんで食べよう</u> よくかんで食べることにより、歯の発達・維持、食べ物による窒息を防ぎます。

6		<u>「食の安全」：手を洗おう</u> 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す。
7		<u>「災害への備え」：災害にそなえよう</u> いつ起こるかも知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		<u>「環境への配慮（調和）」：食べ残しをなくそう</u> 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す。
9		<u>「地産地消の推進」：産地を応援しよう</u> 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は、食を支える農林水産業や地域経済の活性化、環境負荷の軽減につながります。
10		<u>「農林漁業体験」：食・農の体験をしよう</u> 農林漁業を体験して、食や農林水産業への理解を深めます。
11		<u>「日本の食文化の継承」：和食文化を伝えよう</u> 地域の郷土料理や伝統料理等の食文化を大切にして、次の世代への継承を図ります。
12		<u>「食育の推進」：食育を推進しよう</u> 生涯にわたって心も体も健康で、質の高い生活を送るために「食」について考え、食育の取組を応援します。

今後のスケジュール

資料2

【伊賀市食育推進計画策定スケジュール】

	2021 (R3) 年					2022 (R4) 年											
	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
			25日														
議会									● 議会報告						● 議会報告		
総合政策会議 市政運営会議	● 各部署間への報告		● 計画策定について ● 策定方針の確認						● 中間案の確定	● パブリックコメント募集					● 計画案の確定		
庁内検討会議				● 部会案の確認・審議		● 部会案の確認・審議 ● 部会案の確認・審議		● 中間案の確認			● 部会案の確認・審議		● 部会案の確認・審議		● 計画案の確認		
作業部会	● 策定方針の検討		● 素案検討		● 素案検討						● 意見への対応	● 最終案の検討					
策定会議			● 委員の選定・公募	● 諮問	● 第1回策定会議 ● 策定方針の確認	● 第2回策定会議 ● 計画素案の審議	● 第3回策定会議 ● 中間案の確認	● 中間案				● 第4回策定会議 ● 最終案の審議	● 第5回策定会議 ● 最終案の確認	● 答申			

策定方針

検討

中間案

最終案

計画案