

第4次市川市食育推進計画（素案）

令和5年3月

市川市

目次

第1章 計画の基本的な考え方

1 計画策定の背景と趣旨	1
2 計画の位置づけ	2
3 計画の期間	3

第2章 市川市における食育の現状と課題

1 第3次計画の概要	4
2 アンケート調査結果からみた現状	5
3 市川市の現状	13
4 これまでの主な取組	15
5 第3次計画における達成状況と課題	22

第3章 基本理念と施策の方向性

1 基本理念	27
2 食育推進スローガン	27
3 基本目標	27
4 施策の展開における視点	27
5 施策の体系	28
6 第4次計画の数値目標	29

第4章 施策の展開

1 基本目標1 健康な体づくりと豊かな心を育てる	30
2 基本目標2 食文化継承と食の循環・環境を理解し実践する	33
3 基本目標3 食育推進運動の展開と推進体制の充実を図る	36
4 ライフステージに対応した食育の推進	38

第5章 今後の推進体制と進行管理

1 推進体制	40
2 計画の進行管理と評価	42

第1章 計画の基本的な考え方

1 計画策定の背景と趣旨

「食」は、人間が生きていく基本となるもので、生涯にわたり健やかな心身を培うとともに、その地域の自然や文化に育まれた営みを、次の世代へ伝える役割も果たしています。

しかしながら、近年、少子高齢化の進展、世帯構造の変化、中食市場の拡大、食に関する価値観やライフスタイルの多様化等、食を取り巻く環境が大きく変化し、健全な食生活の実践が難しい状況にあります。

国は、平成17年に「食育基本法」を施行し、平成18年に「食育推進基本計画」を策定、令和3年3月に「第4次食育推進基本計画」を策定しました。

千葉県も平成20年に「第1次千葉県食育推進計画」を策定、令和4年3月に「第4次食育推進計画」を策定し、食育を総合的かつ計画的に推進するために様々な施策を展開しています。

本市においても、国・県の策定した食育推進計画の内容を踏まえ、平成20年に「第1次市川市食育推進計画」、平成25年に「第2次食育推進計画」、平成30年に「第3次食育推進計画」を策定し、関係者及び食育関係機関のネットワークによるつながりを強化して、食育の推進に取り組んでまいりました。

これまでの計画の推進により、多くの市民に「食育」が浸透し食育の実践者が増加している一方で、子どもの朝食の欠食や、若い世代や働く世代の栄養バランスに配慮した食事を実践している人が少ないなど、引き続き取り組むべき課題があります。また、食の安全・安心や、食品ロスに対する市民の関心も高まっています。

このような状況を踏まえ、第3次計画のスローガン「食育の環(わ)を広げよう！～つなぐ・広がる いちかわの食育～」を引き継ぎ、より一層食育の推進を図り、すべての市民が食に関する理解を深め、誰もが心身ともに健康で生き活きと暮せるまちを目指していくため、第4次市川市食育推進計画を策定します。

2 計画の位置づけ

(1) 根拠法令

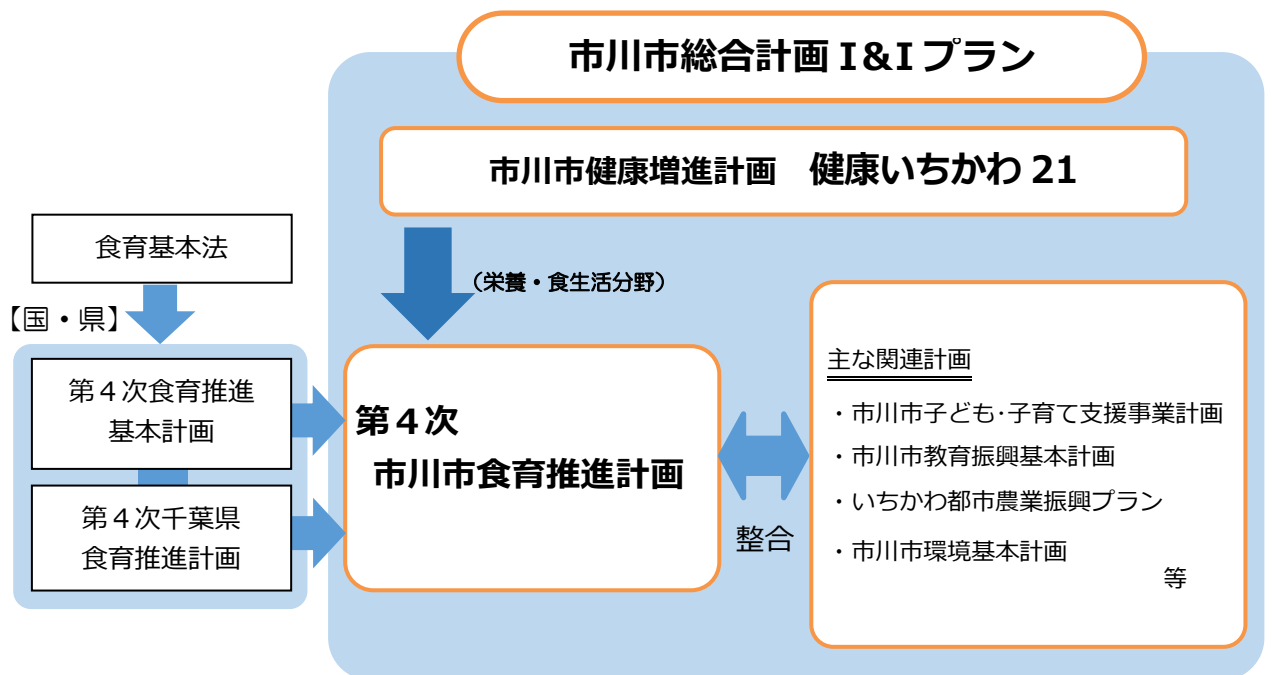
食育基本法第18条第1項に基づく「市町村食育推進計画」として位置づけられるものです。

(2) 市川市の各計画との関係

本計画は総合計画 I&I プランにおける基本理念や基本目標、施策の方向性を踏まえ、関連計画の「市川市健康増進計画（第2次版）」に掲げる「栄養・食生活」の分野の内容を具体的に推進していくためのものです。

なお、市川市では、市民が生涯にわたり健やかで心豊かに生活できる「誰もが健康なまち」の実現に向けて市民自ら取り組み、地域で支え合う健康づくりの推進をしており、そのために、「食生活」は重要な要素であるとしてとらえています。

本計画は、前計画同様、本市における食育を総合的に推進し、関連諸計画等との調和を保つものとしします。



3 計画の期間

本計画の期間は、令和5年度から令和9年度までの5年間とします。
 なお、社会情勢の変化等を踏まえ、計画期間内であっても必要に応じて見直しを行います。

	年度	30	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
		2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024	2025	2026	2027	2028	
市川市	健康いちかわ21 (市川市健康増進計画)	第2次 (計画期間 平成28～令和7年度)											
	市川市食育推進計画	第3次				第4次							
国	食育推進基本計画	第3次 (計画期間 平成28～令和2年度)			第4次								
県	千葉県食育推進計画	第3次 (計画期間 平成29～令和3年度)				第4次							

第2章 市川市における食育の現状と課題

1 第3次計画の概要

【計画期間】平成30年度～令和4年度

【基本理念】健康で豊かな食生活を営むまち市川市

【基本目標】生涯を通じた健康な食生活の実践による健康寿命の延伸

【基本施策】食育の実践者の環(わ)を広げよう！～つなぐ・広がる いちかわの食育～

【課題に対する方向性】

- 1.若い世代を中心とした食育の推進
- 2.働く世代を中心とした食育の推進
- 3.多様な暮らしに対応した食育の推進

2 アンケート調査結果からみた現状

本計画の策定にあたり、次のとおり各アンケート調査結果を分析いたしました。

下記アンケート分析結果の詳細については、市川市公式 web サイトに掲載しています。

- ◆ 市川市 e モニターアンケート制度(食育に関するアンケート調査)
 - ・ 調査期間 2022.6.7~20(14 日間)
 - ・ 調査対象者 e モニター制度登録者(全対象者数:8,384 人)
 - ・ 回答数 1,264 人(男性 615 人 女性 593 人 不明 56 人)
- ◆ LoGo フォームアンケート(食育に関するアンケート調査)
 - ・ 調査期間 2022.5.20~6.13(25 日間)
 - ・ 調査対象者 市民、市内在勤・在学者
 - ・ 回答数 1,375 人(男性 303 人 女性 1063 人 その他 9 人)



(◆の詳細は
食育計画 HP へ)

【参考】市民の健康状態アンケート調査(健康増進計画 中間評価)

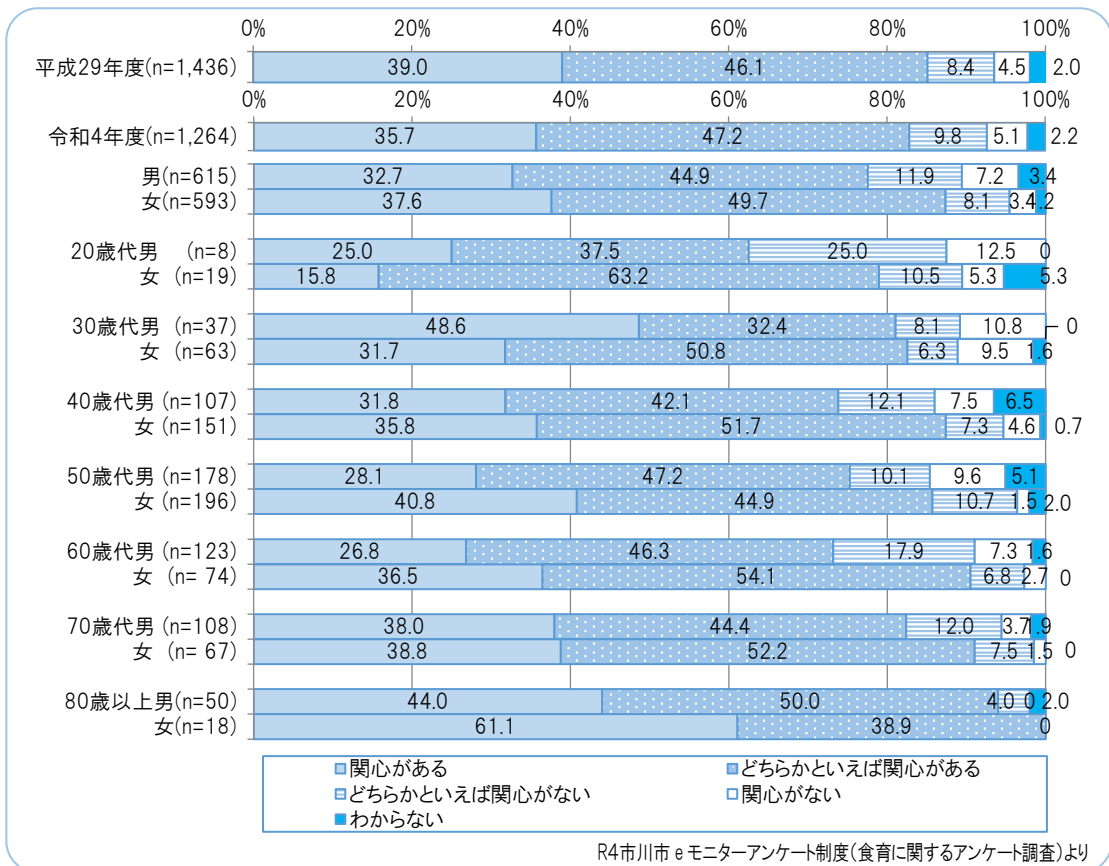
- ・ 調査期間 2021.9.1~9.30(30 日間)
- ・ 調査対象者 成人 :R3 年 7 月 1 日現在の住民基本台帳に基づき無作為抽出、満 20 歳以上の市民 1,300 人
小学生:市立小学校 3 校 2 年生・5 年生 816 人(保護者記入)
中学生:市立中学校 2 校 2 年生 530 人
- ・ 回答数 成人:615 人 小学生 732 人 中学生 517 人

※数値は、小数点第 2 位を四捨五入しているため、必ずしも 100%とはなりません。

(1) 食育への関心

- ・「関心がある」「どちらかといえば関心がある」と回答した市民の割合は、平成 29 年度の計画策定時より減少している。
- ・男女別に見ると、女性の方が男性よりも食育への関心が高い傾向がみられた。

【食育に関心がありますか】

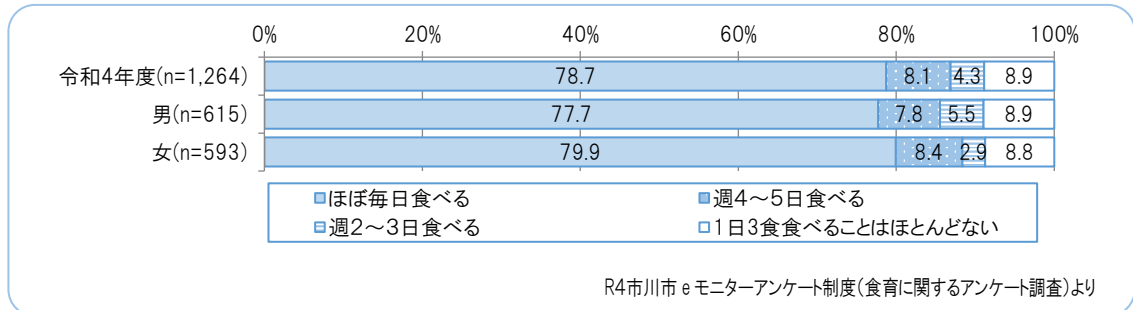


第2章 市川市における食育の現状と課題

(2) ほぼ1日3食食べる人の割合

- ・ほぼ1日3食食べる人の割合は約8割となっている。

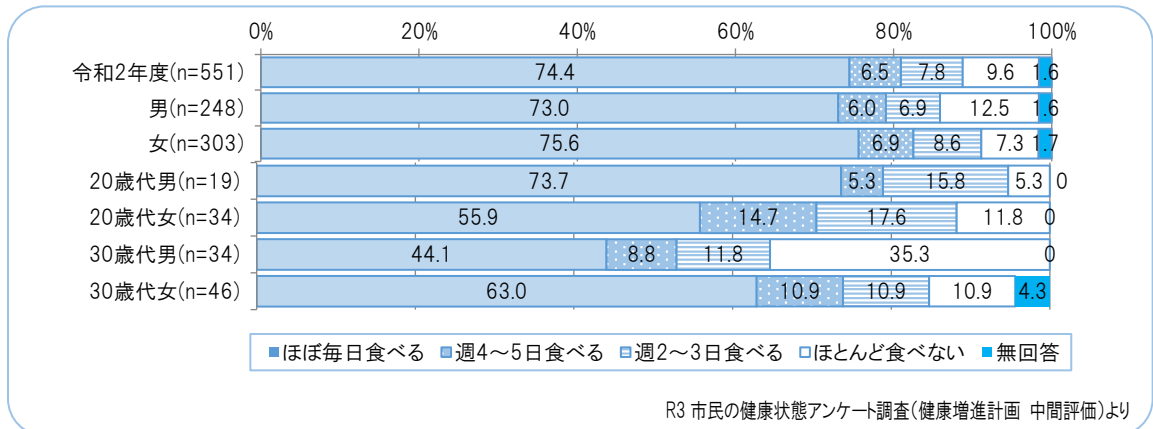
【1日3食食べていますか】



(3) 朝食の摂取状況

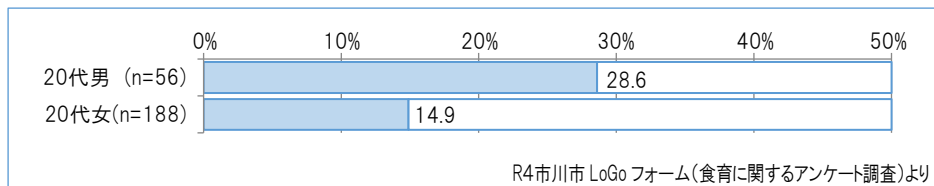
- ・「ほとんど食べない」と回答した割合は女性よりも男性に多い。
- ・20～30歳代に「ほとんど食べない」と回答した割合が高い。

【朝食を1週間にどの程度食べていますか】



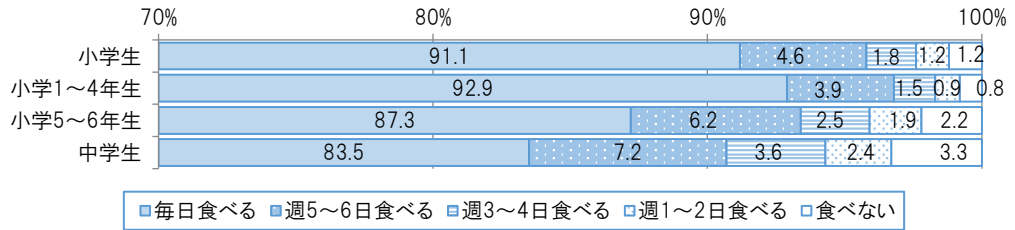
- ・20歳男女は、LoGo フォームアンケートにおいても「朝食をほとんど食べない」と回答した割合が高い。

◎ 「朝食をほとんど食べない」と回答した割合



※ 小学生の朝食摂取状況（令和3年度児童生徒のライフスタイル実態調査報告から）

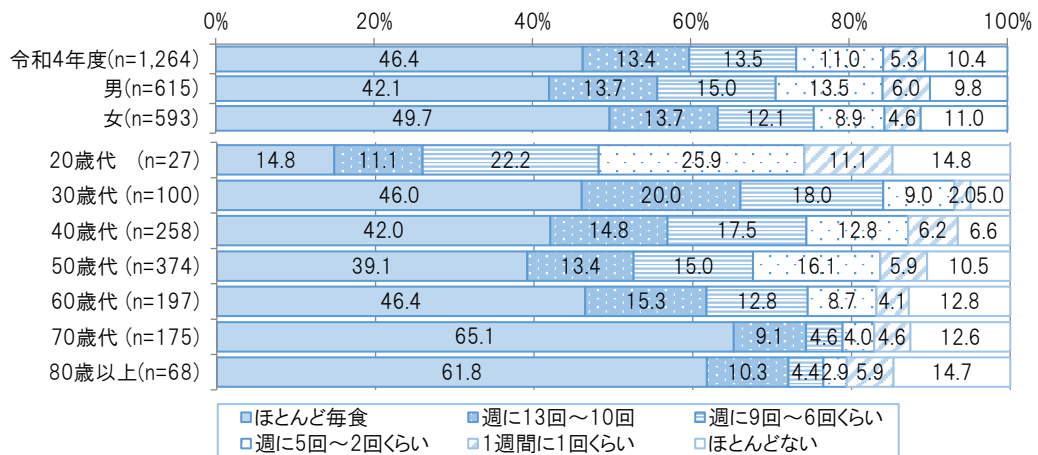
- ・朝食を毎日食べる割合は、小学生では9割を超えるが、学年が上がるほど減少し、中学生では83.5%となっている。
- ・小学生全体では、週に4日以上朝食を欠食している割合は4.2%であり、小学1～4年生では3.2%であるが小学5～6年生では6.6%と増加し、中学生では、9.2%となっている。



(4) 共食の状況

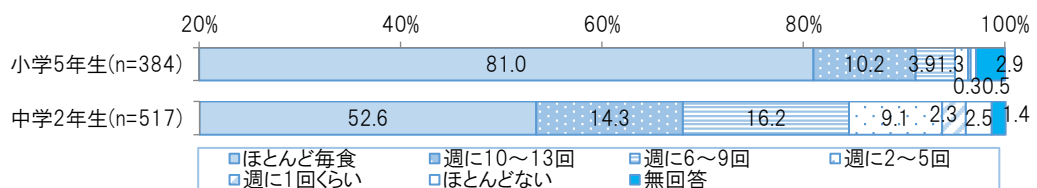
- ・朝食または夕食を家族や知人などと一緒に食べる回数は、年代が上がるごとに増加しているが、一方で「ほとんど食べない」と回答する割合も、年代が上がるごとに増加している。

【朝食または夕食を家族や知人などと一緒に食べるのが週に何回ありますか】



R4市川市eモニターアンケート制度(食育に関するアンケート調査)より

- ・小中学生の、朝食または夕食を家族や知人などと一緒に食べる回数は、「ほとんど毎食」と回答した割合は小学5年生で8割以上であるが、中学2年生では5割程度となっている。

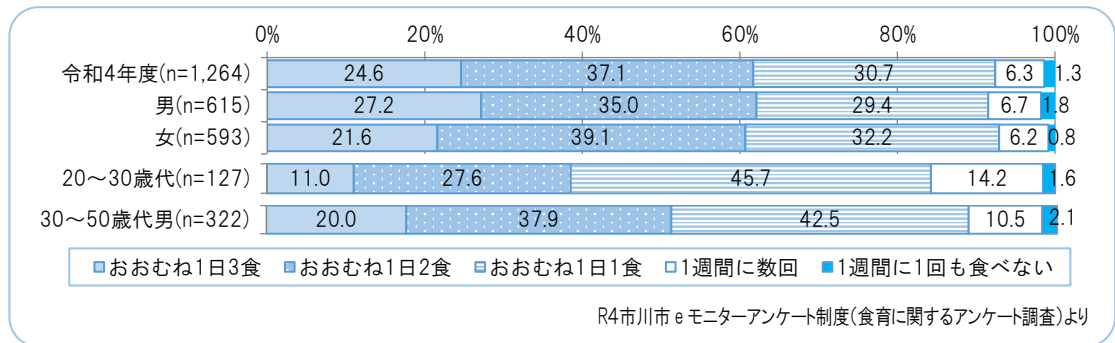


R3市民の健康状態アンケート調査(健康増進計画 中間評価)より

(5) 主食・主菜・副菜のそろった食事の回数

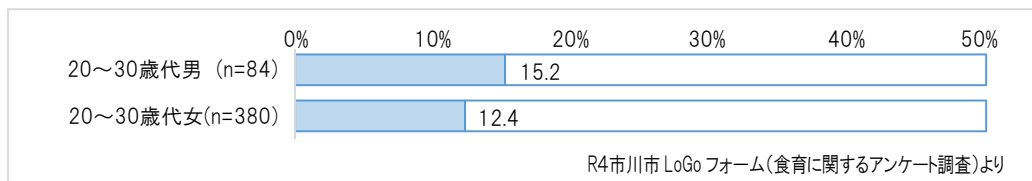
- ・「おおむね2食以上食べる」と回答した割合は約6割となっている。
- ・「1週間に1回も食べない」「1週間に数回」と回答した人の割合は、20～30歳代の若い世代、30～50歳代の働く世代の男性に多い。

【主食・主菜・副菜をそろえたバランスの良い食事の頻度はどのくらいですか】



- ・20～30歳代の若い世代では、LoGo フォームアンケートにおいても、主食・主菜・副菜のそろった食事を「1週間に数回」「1週間に1回も食べない」と回答した割合は高い。

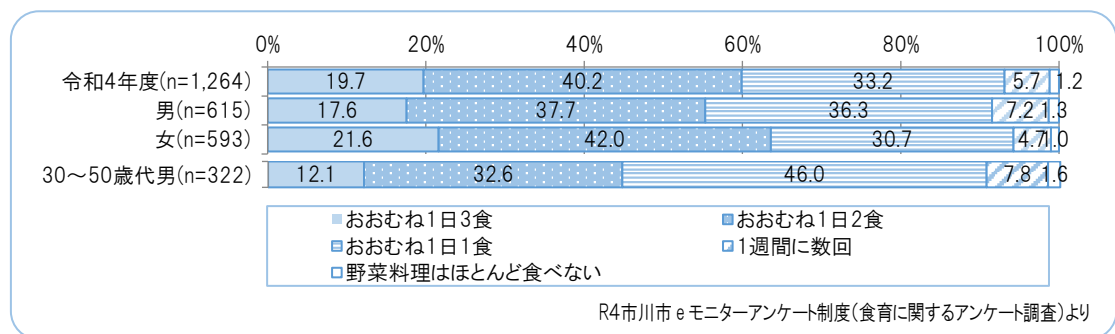
- 主食・主菜・副菜のそろった食事を「1週間に数回」「1週間に1回も食べない」と回答した人の割合



(6) 野菜の摂取状況

- ・男性よりも女性の方が野菜を食べる割合が高い。
- ・特に30～50歳代の働く世代・子育て世代の男性の野菜を食べる頻度の割合が低い。

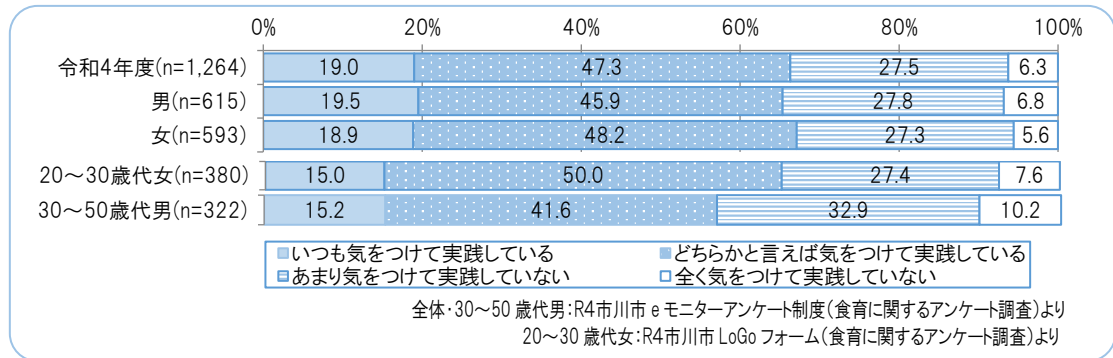
【野菜料理をどの程度食べていますか】



(7) 適正体重の維持を実践している市民の割合

- ・ 30～50 歳代の働く世代の男性は「あまり気をつけて実施していない」「全く気をつけて実施していない」と回答した割合が多く、また、同様の回答は 20～30 歳代女性にも多い。

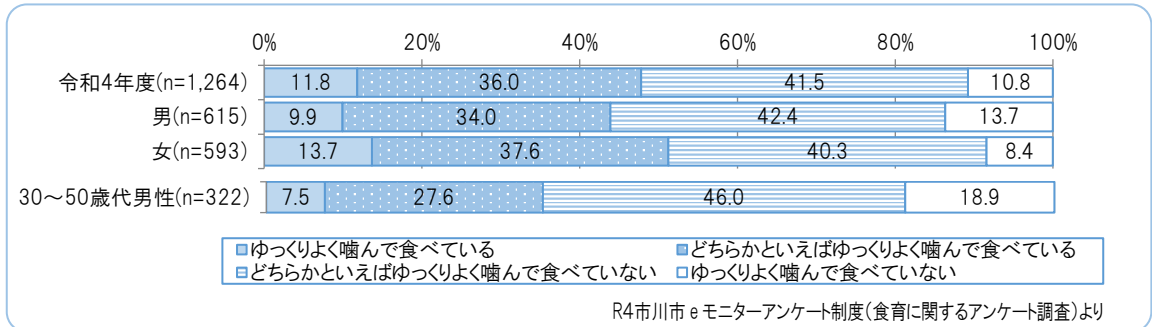
【生活習慣病の予防や健康づくりのために食生活や運動に気をつけ、適正体重の維持を実践していますか】



(8) よく噛んで食べる人の割合

- ・ 男性よりも女性の方が「ゆっくりよく噛む」と回答した割合が多い。
- ・ 特に 30～50 歳代の働く世代の男性に「ゆっくりよく噛んで食べていない」と回答した割合が多い。

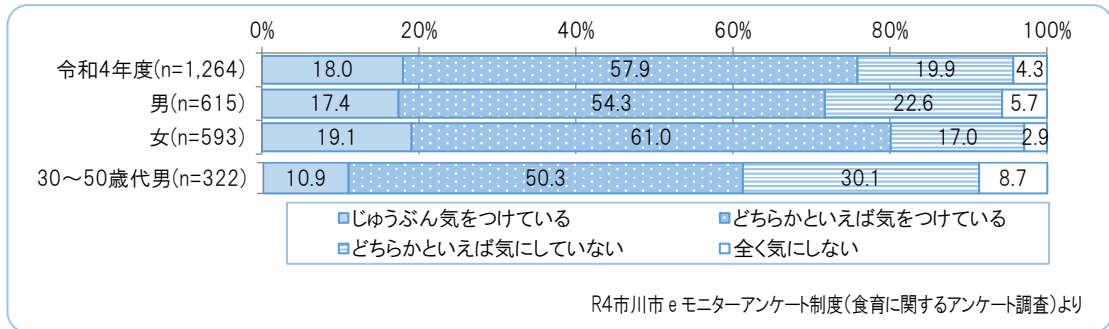
【普段ゆっくりよく噛んで食べていますか】



(9) 塩分摂取の状況

- ・「じゅうぶん気をつけている」「どちらかといえば気をつけている」と回答した市民の割合は、平成29年度の計画策定時より増加している。
- ・一方で、塩分を「全く気にしない」と回答した割合は、30～50歳代の働く世代の男性に多い。

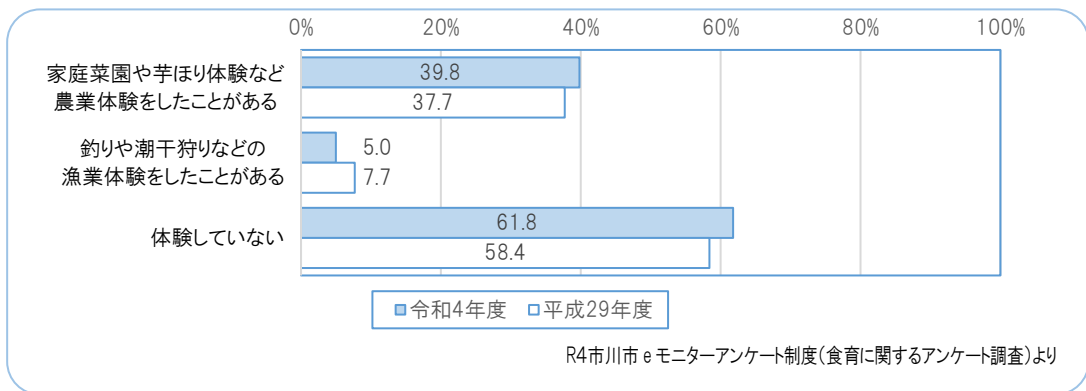
【塩分をとり過ぎないように気をつけていますか】



(10) 農漁業体験の状況

- ・平成29年度と比較すると、家庭菜園や芋ほり体験など農業体験をしたことがある割合はやや増加したが、釣りや潮干狩りなどの漁業体験をしたことがある割合は減少した。
- ・「体験していない」と回答した割合は、平成29年度と比較して増加した。

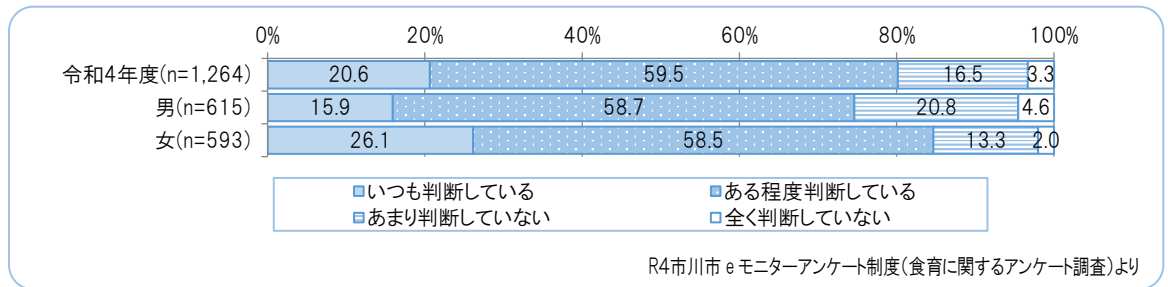
【この1年間で野菜作りや水産に親しむ体験をしましたか】



(11) 食品の安全性に対する意識の状況

- ・全体で「いつも判断している」「ある程度判断している」と回答した方は 8 割以上となった。
- ・男性よりも女性の方が食品の安全性について判断している割合が高い。

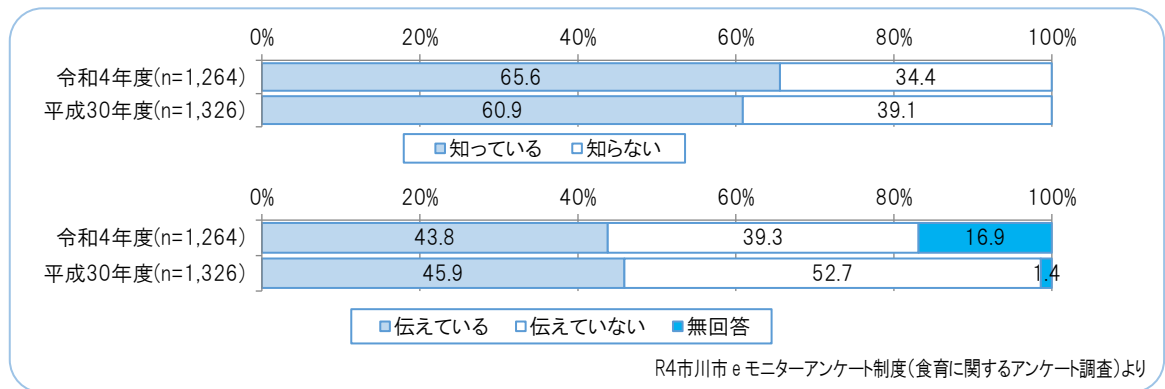
【健康に悪影響を与えないようにするために、どのような食品を選択すると良いか、どのような調理が必要かについてどの程度判断をしていますか】



(12) 食文化の継承

- ・郷土料理や伝統食・行事食の認知度は、平成 30 年度と比較して増加しているが、次世代へ「伝えている」と回答した割合は低くなっている。

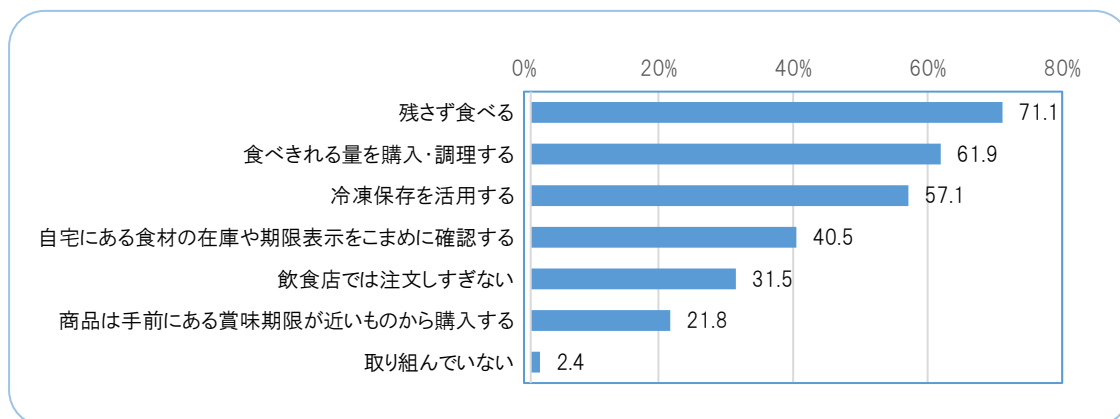
【郷土料理や伝統食、行事食など地域や家庭で受け継がれてきた料理や、作法(箸づかいなどの食べ方)等を知っていますか。また、次世代へ伝えていますか】



(13) 食品ロス削減の意識

- ・食品ロスに対する何らかの取り組みについて、「取り組んでいない」と回答した割合は低く、市民の食品ロスに対する意識は高い。
- ・「残さず食べる」「食べきれぬ量を購入・調理する」「冷凍保存を活用する」などの、取り組みをしている方が多い。

【食品ロスを減らすために取り組んでいることはありますか】

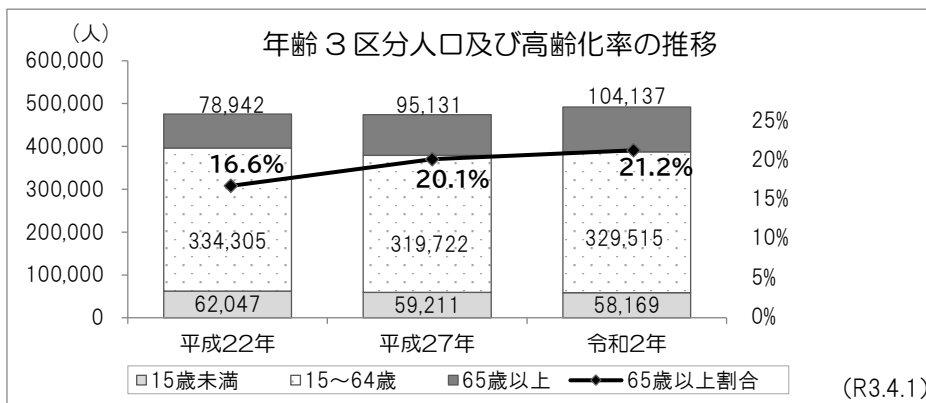


3 市川市の現状

(1) 社会状況（人口統計、世帯別変化等）

【人口の変化、少子高齢化の進行】

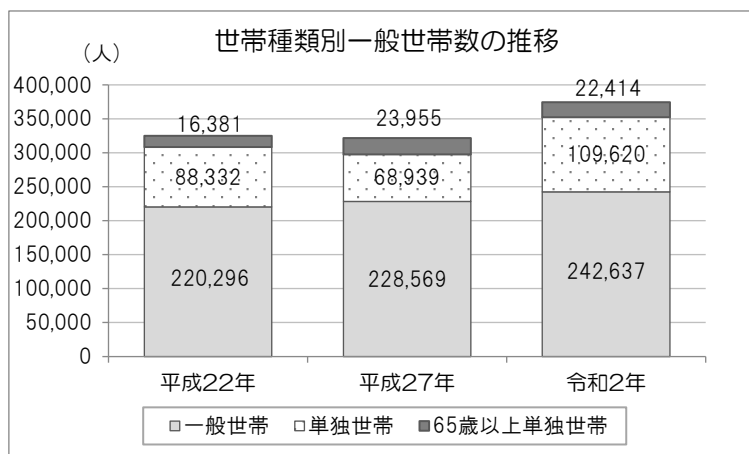
	平成 22 年	平成 27 年	令和 2 年
総人口	475,294 人	474,340 人	491,821 人
15 歳未満割合	13.1%	12.5%	11.8%
15～64 歳割合	70.3%	67.4%	67.0%
65 歳以上割合	16.6%	20.1%	21.2%



- ・ 高齢化率は 21.2% であり、国・千葉県よりも低いが、65 歳以上の人口の割合は増加し、15 歳未満の人口は減少傾向にある。
 （ 高齢化率：国 28.8% 千葉県 27.3% ）

【単独世帯の割合】

項目	平成 22 年	平成 27 年	令和 2 年
単独世帯	40.1%	40.6%	45.2%
65 歳以上単独世帯	7.4%	10.5%	9.2%



- ・ 単独世帯は平成 27 年と比較して 4.6%増加している。

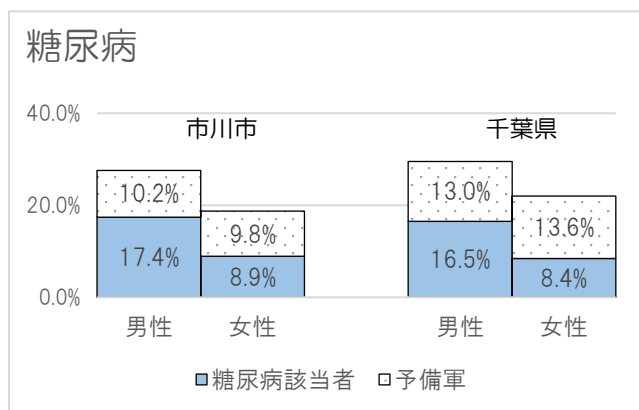
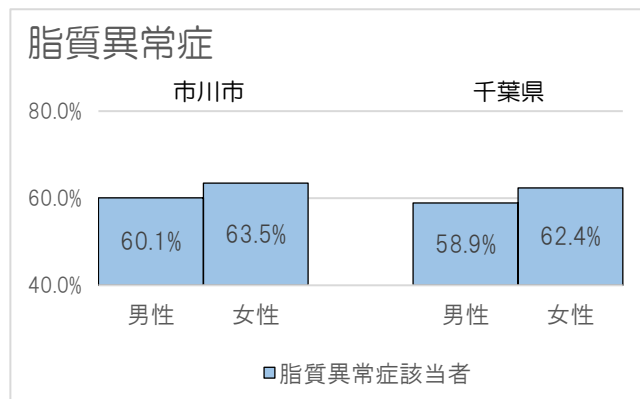
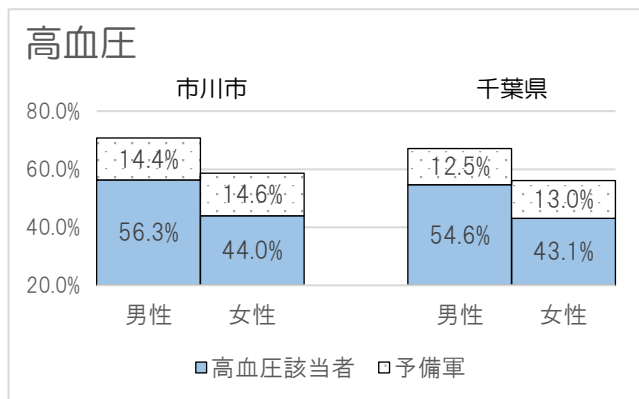
第2章 市川市における食育の現状と課題

(2) 市民の健康状態

○令和元年千葉県特定健診・特定保健指導データ結果から

「生活習慣病の状況」

高血圧・脂質異常症・糖尿病の該当者・予備軍該当者の割合



判定基準(都道府県健康増進計画参酌標準より)

高血圧該当者 :収縮期血圧 140mmHg 以上または拡張期血圧 90mmHg 以上
または降圧剤服用

高血圧予備群 :収縮期血圧 130~139mmHg かつ拡張期血圧 90mmHg 未満、
または収縮期血圧 140mmHg 未満かつ拡張期血圧 85~89mmHg

脂質異常症該当者 :中性脂肪 150mg/dl 以上、HDL コレステロール 40mg/dl 未満、
LDL コレステロール 140 mg/dl 以上、
コレステロールを下げる薬の服用のいずれかに該当

糖尿病該当者 :空腹時血糖 126 mg/dl 以上、HbA1c6.5%以上、
血糖を下げる薬の服用のいずれかに該当

糖尿病予備群 :空腹時血糖 110~125 mg/dl 以上または HbA1c6.0%~6.5%未満、

※空腹時血糖と HbA1c の両方ある場合 HbA1c を優先

- ・ 高血圧は男性に多く、千葉県と比較して、該当者・予備軍の割合は高い。
- ・ 脂質異常症は、男女とも千葉県と比較して該当者の割合が高く、特に女性の該当者が多い。
- ・ 糖尿病では、千葉県と比較して予備軍の割合は低いものの、該当者の割合は高い。

4 これまでの主な取組

施策の柱1 健康な体と豊かな心をつくる食育の推進

(1) 家庭における健全な食生活の実践

- ・母子手帳交付時に妊娠中の食事についてリーフレット配布（健康支援課）
- ・妊産婦、乳幼児から高齢者に向けた健康教育、栄養講座の実施（健康支援課）
- ・幼児健診での啓発、相談指導（健康支援課）
- ・市川市勤務栄養士ネットワーク作成の朝食リーフレットを保育園・学校、幼児健診等で配布（健康支援課、こども施設運営課、保健体育課）
- ・こども館における食の興味・関心を深める啓発活動の実施（こども家庭支援課）
- ・小学生と父親を対象とした「親子 DE クッキング」の実施（多様性社会推進課）
- ・生活習慣改善講座の実施（糖尿病、慢性腎臓病、肥満）（健康支援課）
- ・男性の家事参画を目的にした料理教室の実施（多様性社会推進課）
- ・健康都市推進講座の実施（健康都市推進課）

【事例紹介】

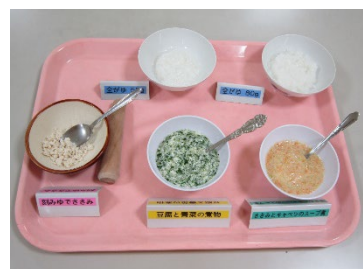
パパママ栄養クラス

妊娠中に知っておきたい食事のポイントを伝え、妊婦自身と家族の食生活にも関心と理解を深めてもらう機会としています。



離乳食教室

離乳期の不安を軽減するため、保護者対象に開始の目安や、種類やかたさの進め方、量の目安について管理栄養士が講話と作り方の実演を行っています。



お粥の作り方の動画配信

新型コロナウイルスの影響で離乳食教室を中止していた期間に、市公式 Web サイトで、離乳初期に最初に食べる「とろとろおかゆ」の作り方動画の配信を行いました。お米から作る方法やごはんから作る方法など紹介しています。



(2) 保育園、幼稚園、学校等における食を通じた子どもの健全育成

- ・野菜の栽培や収穫、クッキング保育、食材の展示、皮むき体験活動（こども施設運営課）
- ・給食展示・給食試食会の実施、給食だより等の配布（こども施設運営課、保健体育課）
- ・咀嚼に関する食育だよりを市公式 Web サイトに掲載（こども施設運営課）
- ・かむかむレシピ献立（咀嚼力を高めるレシピ）を市公式 YouTube 配信
（こども施設運営課）
- ・減塩の取組として外部講師によるだしの飲み比べ等を実施（こども施設運営課）

【事例紹介】

保育園の野菜栽培、給食のお手伝い

野菜の栽培や収穫、クッキングや給食のお手伝いを通し「食べる意欲」や「感謝の気持ち」を育てています。自分たちで育てた野菜やお手伝いで皮をむいた野菜を給食室で調理をしてもらうと苦手の野菜もおいしく食べられます。



咀嚼をテーマにした情報発信

市立保育園 21 園で「食生活アンケート」を実施した結果から、咀嚼をテーマに情報発信をしています。噛む力を育てるトレーニングや食事のポイントなどを紹介した食育だよりをホームページに掲載し、毎月の献立から咀嚼を促すメニューのレシピ動画を市公式 YouTube で配信しています。



和食とおいしいだしの話

11月24日「いい和食の日」にちなみ、和食の基本となるだしになる食材（昆布・かつおぶし・煮干し）を実際に見て、香りや感触を確かめました。かつおぶしや煮干しの「だし汁」を試飲して旨みの違いを感じることで、給食の清汁や味噌汁のだしの違いが分かるようになりました。



- ・栄養教諭・学校栄養職員による「食に関する指導計画」に基づいた指導の実施（保健体育課）
- ・ヘルシースクール推進事業の実施（保健体育課）
- ・小児生活習慣病予防検診事業の実施（すこやか検診身体測定・血液検査、歯科検診咬合力・唾液検査、食事調査等）（保健体育課）
- ・学校給食展で献立紹介、調理器具展示、給食調理の疑似体験、講演会の実施（保健体育課）
- ・学校保健会の取組として健康教育講演会や各校による学校保健講演会の実施（保健体育課）

- ・アレルギー相談、除去食の対応（こども施設運営課、保健体育課）
- ・地域の親子に向けて地域交流等で食育啓発（こども施設運営課）
- ・放課後保育クラブにおける「早寝早起き朝ごはん」の啓発（健康支援課、青少年育成課）
- ・家庭教育学級共通講座で食育講習会を実施（健康支援課、学校地域連携推進課）
- ・あおぞらキッズ、おひさまキッズにおける給食管理、保護者試食会（発達支援課）
- ・明松園における給食管理、栄養相談（障がい者施設課）

【事例紹介】

食育の授業風景

栄養教諭や学校栄養職員が、食に関する指導計画に基づき、給食時間や家庭科等の授業に参画し、児童生徒への食育に取り組んでいます。



千産千消デーの実施

学校給食に地場産物を活用した「千産千消デー」を実施し、子ども達へ地場産物について伝える学習の場となっています。



- ・さつまいもごはん
- ・いわしの竜田揚げ
- ・いそか和え
（地場産ノリを使用）
- ・市川汁
（市川産野菜を使用）
- ・みかん
- ・牛乳

(3) 地域における食育を通じた交流の促進

- ・生活習慣病予防や望ましい食習慣の啓発を目的とした食育講習会の開催（健康支援課）
- ・食生活改善推進員による「おいしいレシピ」の作成（健康支援課）
- ・民生委員地区協議会の参加（健康支援課）
- ・公民館、自治会等からの依頼講座（健康支援課）

【事例紹介】

おとなの食育講習会の開催

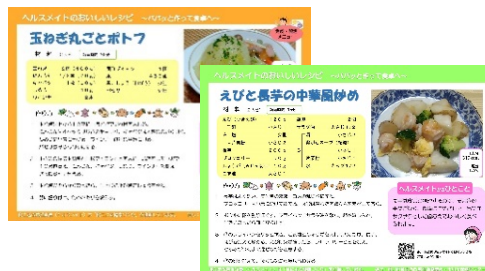
食生活改善推進員が、食生活の大切さを伝えるためにおとなの食育講習会を実施しています。

令和3年度のテーマは、新年をお祝いするのに欠かせない行事食の一つ「おせち料理」。新型コロナウイルス感染予防のため、おうち時間を利用して、自宅で挑戦できるおせち料理の作り方を、おせちのいわれとともに、市公式 YouTube で配信しました。



おいしいレシピ作成

ヘルスマイト（食生活改善推進員）が
簡単でおいしいレシピを作成しています。
適塩、秋冬野菜、免疫・腸活など
健康に役立つレシピです。
市公式 Web サイトにも掲載しています。



施策の柱2 食の流通と食文化継承を通じた食育の推進

(1) 食文化の継承

- ・ だしの魅力について図書館と連携して啓発（中央図書館、健康支援課）
- ・ 食生活改善推進員を対象に、味噌づくり、発酵研修会の実施（健康支援課）
- ・ 親子の食育講習会で太巻き寿司の調理実習実施（健康支援課）
- ・ 学校給食に地場産物を活用した千産千消デーの実施（保健体育課）
- ・ 給食に行事食や郷土料理を取り入れ食文化への理解を図る（こども施設運営課、保健体育課）
- ・ 世界各国の料理、文化の理解促進を目的とした「シェフ先生」「世界の食卓から」の開催（国際政策課）

【事例紹介】

味噌づくり・発酵研修

食生活改善推進員を対象に、味噌づくりの実習と発酵食の研修会を実施しました。地域で市民の食育の実践を支える担い手として、伝統的な日本の食文化に欠かせない味噌の作り方と、麴について基礎的なことから学び、理解を深めました。



多文化共生推進事業「世界の食卓から」

国際都市・市川市では、言語・文化・習慣の違いを互いに寛容し、地域社会の一員として共に生きていく「多文化共生社会」を目指しています。「世界の食卓から」では、日本の食文化の代表ともいえるお弁当を通して、海外のランチをパネル展示で紹介しました。また、料理をしながら母国の食文化について市公式 YouTube で配信しました。



(2) 地産地消の推進

- ・体験農園事業（市民農園、ふれあい農園）の実施（農業振興課）
- ・降ひょうの被害を受けた「市川のなし」の特別販売（農業振興課）
- ・直売所を利用した地産地消の推進（農業振興課）
- ・市内小学生に向けて農業に関わる授業をを実施（農業振興課）
- ・体験学習事業（農業、稲作体験）（青少年育成課）
- ・農水産まつり、市民まつりで地場産物紹介、販売（農業振興課、臨海整備課）

【事例紹介】

降ひょうの被害を受けた「市川のなし」の特別販売

令和4年6月の降ひょうにより被害を受けた梨は、減多にない機会に当たったということで「あた梨ちゃん」とJAいちかわにより名付けられました。味に変わりはなく、被害を受けた農家の方々を応援するために、行徳駅前と市川駅前で「市川のなし」フェアを開催した他、市役所第1庁舎及びいちかわ観光物産インフォメーションで販売しました。



ふれあい農園

令和4年度は、9月から12月にかけて、「じゃがいも・だいこんづくりを親子で挑戦」をテーマとしたふれあい農園事業を実施しました。植え付けから追肥、土寄せ、雑草取り、収穫までの一連の農作業を、初めてでも楽しく取り組み理解を深めました。



- ・魚のさばき方教室の実施（臨海整備課）
- ・市川漁港で獲れたスズキ、生ノリの市内鮮魚店販売（臨海整備課）
- ・市内の学校給食に市川市産のノリを提供（臨海整備課）
- ・魚食文化フォーラム実行委員会による水産物紹介パンフレットの作成（臨海整備課）
- ・小学校でのノリすき体験・授業（臨海整備課）
- ・地域ブランド活性化事業で地域資源を活用した商品のPR（臨海整備課、商工業振興課）
- ・いちかわ産フェスタで市川の名産品、特産品の紹介（臨海整備課、商工業振興課）

市川漁港で水揚げされた水産物の販売

市川鮮魚商組合・市川市漁業協同組合の協力のもと、年に2回、市内鮮魚店にて、市川漁港で水揚げされた水産物を市民に広く周知するため、SNSや広報いちかわで告知をし、スズキや生ノリなどの販売活動を行っています。



「魚のさばき方教室」を開催しました！

市内の鮮魚店で働く方々を講師に、魚のさばき方教室を開催しました。イナダやアジ、イカなど、自分でさばいて持ち帰ったり、講師がさばくところを見学したり、さばいた魚を食べたりと、とても盛り上がりました。
(新型コロナウイルス感染拡大のため、令和2年度以降は中止)



(3) 食の安全性などの情報提供や環境に配慮した食育の推進

- ・ 梨栽培を中心とした減農薬栽培推進事業の実施（農業振興課）
- ・ 農産物の放射性物質検査の実施（農業振興課）
- ・ 保育園給食、学校給食等における安全性確保のため給食食材の放射性物質検査の実施
(こども施設運営課、保健体育課)
- ・ メール情報サービスを活用した食の安全、食品ロス削減等の情報提供（総合市民相談課）
- ・ 食品衛生啓発事業、食品衛生に関する広報発行事業（保健医療課）
- ・ エコライフ推進員による食ロス環境に関する啓発（生活環境整備課）
- ・ ごみ発生抑制等啓発事業「かしこくおいしく食べきりチャレンジ」の実施
(生活環境整備課、保健体育課)
- ・ 小学校でのゴミ収集車を使った出前授業（生活環境整備課）
- ・ フードドライブの実施（生活環境整備課）
- ・ 環境フェアでの啓発（生活環境整備課）

【事例紹介】

「かしこくおいしく食べきりチャレンジ」

令和元年度、環境省の実施する「学校給食の実施に伴い発生する廃棄物の3R促進モデル事業」に市川市が採用されました。大柏小学校・塩焼小学校で食品ロスの学習を行い、児童が給食の食べきりチャレンジに取り組みました。また給食時間に食べきりソングを校内放送で流しました。



施策の柱3 連携・協力体制を強化した食育の推進

- ・ 市川市食育推進関係機関連絡会、庁内食育関係課会議の開催（食育関係課）
- ・ 市公式 Web サイト「いちかわの食育」リニューアル（食育関係課）
- ・ 市民まつり、農水産まつり等イベントにおける食育啓発（食育関係課）
- ・ 食育講演会の開催（健康支援課、食育関係課）
- ・ 食育探検（食育すごろく）の作成（食育関係課）

- ・市川市でとれる野菜の収穫・調理動画作成、市公式 YouTube 配信
(食育関係課、関係団体)
- ・食育展示(食育関係課、関係団体)
- ・市公式 Web サイト、Twitter 等を活用した情報発信(健康支援課)
- ・「6月 は食育月間」「19日 は食育の日」の広報、イベント等啓発(健康支援課、食育関係課)
- ・千葉県、企業と共同による中食を活用した「ふやそう野菜・減らそう塩キャンペーン」の実施(健康支援課)

【事例紹介】

「知ろう！食べよう！いちかわの野菜」

市川市で採れる野菜について、地元農家での収穫体験や学校給食の様子、とっておきレシピを市公式 YouTube で配信しています。



適塩啓発

市公式 Web サイトで、おいしく効果的に塩分を控える工夫や、毎月 19 日の食育の日に適塩でおいしいヘルシーレシピを紹介しています。レシピは市内スーパーでも紹介し、適塩の取り組みを啓発しています。



食育講演会

市民が食育を身近に感じ実践につなげられるよう、料理研究家や食育指導士など食の専門家をお招きし、食生活に役立つ内容を楽しく学べる講演会を開催しています。



5 第3次計画における達成状況と課題

(1) 第3次計画の数値目標と達成状況

第3次計画の進捗と評価を行うため、13項目17指標を掲げました。17指標のうち、目標達成した指標項目(◎)は3項目です。目標値は達成しなかったが目標に向かって改善している指標項目(○)は1項目、変化なし(△)が10項目で、下降している項目(×)は3項目でした。

施策の柱1 健康な体と豊かな心をつくる食育の推進

指標項目	対象	第3次策定時	現状値 R4年度	目標値	評価
ほぼ毎日、1日3食 食べる人の割合	20歳以上	81.7% ※1	78.7% ※1	90%以上	△
朝食を欠食する市民の割合	小学生	3.6% ※2	4.2% ※2	0%を目指す	×
	中学生	7.6% ※2	9.3% ※2		
	20歳代男性	22.5% ※3	5.3% ※3	若い世代 15%以下	○
	20歳代女性	19.4% ※3	11.8% ※3		
	30歳代男性	15.9% ※3	35.3% ※3		
朝食又は夕食を家族や知人等と一緒に食べる「共食」の回数	全体	週10回以上 ※2 64.3%	週10回以上 ※2 59.8%	週11回以上	△

【課題】

- ・「朝食を欠食する市民の割合」について、週3～4日以上朝食の欠食がある割合は、小学生で4.2%、中学生で9.3%となっており、計画策定時よりも増加しています。また、20～30代の若い世代の欠食率は、他の年代と比較して高い傾向にあります。
- ・「朝食又は夕食を家族や知人等と一緒に食べる割合」は、平成29年の計画策定時と比較して、減少しています。

- ◎ 子どもが健やかな毎日を送り、基本的な生活習慣を身につけるためには、毎日朝食を食べることが重要です。また、20～30代の若い世代は次世代へ食育を伝える担い手でもあり、健全な心身を保つために、朝食の欠食を減らすことが課題となります。また、子どもの頃からの食育は、心身の成長や豊かな人間性を育む基礎となります。家族と食卓を囲むことで健全な食習慣を身に付けられるよう、共食の推進が必要です。

第2章 市川市における食育の現状と課題

指標項目	対象	第3次策定時	現状値 R4 年度	目標値	評価
主食・主菜・副菜をそろえた食事を1日2回以上ほとんど毎日食べている市民の割合	全体	67.0% ※1	61.7% ※1	70%以上	△
	20歳～30歳代	49.5% ※1	38.6% ※1	55%以上	×
	40歳～50歳代男性	60.0% ※1	51.9% ※1	70%以上	×
1日2食以上野菜料理を食べる市民の割合	全体	64.5% ※1	59.9% ※1	70%以上	△
生活習慣病予防や健康づくりのために食生活や運動に気をつけ適正体重の維持をしている市民の割合	30歳～50歳代男性	63.1% ※1	56.8% ※1	75%以上	△
	20歳～30歳代女性	54.5% ※1	58.6% ※1		△
ゆっくりよく噛んで食べる市民の割合	全体	47.2% ※1	47.8% ※1	55%以上	△
塩分のとりすぎに気をつけている市民の割合	全体	62.2% ※1	75.9% ※1	70%以上	◎

【課題】

- ・「主食・主菜・副菜をそろえたバランスの良い食事を食べる回数」や「生活習慣病予防のために適正体重の維持をしている市民の割合」などの項目は、20～30歳代の若い世代や、30～50歳代の働く世代の男性で低くなっています。
 - ・「塩分のとりすぎに気をつけている市民の割合」は平成29年度の計画策定時と比較して意識が高まりました。しかしながら30～50歳代の働く世代の男性では、「気にしない」という方の割合が多い結果となっています。
- また、特定健診・特定保健指導のデータから、高血圧の有病者・予備軍は、千葉県と比較して、ともに多い結果です。

- ◎ 栄養バランスの良い食事や、塩分のとりすぎに気をつけること、適正体重を保つことは、生活習慣病を予防するために重要です。
- また、若い女性のやせは、骨量の減少や低出生体重児のリスク等を予防する観点から、大きな課題となります。
- 若い世代、働く世代が自らの健康を意識し、食に関する知識の習得や食育の実践に取り組み、次世代へ伝えていくよう支援することが必要です。

施策の柱2 食の流通と食文化の継承を通じた食育の推進

指標項目	対象	第3次策定時	現状値 R4年度	目標値	評価
学校給食における地場産物を使用する学校の割合	全体	100%	100%	100%を 持続	◎
直近1年以内に農林漁業体験に参加したことがある市民の割合	全体	農 37.7% 漁 7.7% ※1	農 39.8% 漁 5.0% ※1	40%以上	△
食品の安全性について基礎的な知識を持ち、自ら判断する市民の割合	全体	78.9% ※1	80.1% ※1	85%以上	◎
地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法(箸づかいなどの食べ方)等を継承し、伝えている市民の割合	全体	45.9% ※1	43.8% ※1	50%以上	△

【課題】

- ・ 社会状況の変化により、イベント等の事業が中止となり、農漁業体験や地場産の農水産物に触れる機会が少なくなっています。
また「食品の安全性について知識を持ち、自ら判断する市民の割合」は、第3次計画策定時より増加し、市民の食の安心・安全や環境、食品ロスに対する関心は高い傾向にあります。
- ◎ 農漁業体験等で農水産物に触れる機会は、食生活が様々な人や自然、社会環境との関わりの中で支えられていることについて理解し、食に対する感謝の気持ちをはぐくむことにつながります。
多くの市民に市川市の農水産業を認知してもらうため、保育園・学校や関係課が連携して、市内の保育園・学校、広報やイベント等を通して地場産物に触れ合う機会を提供する必要があります。
また、食の安心・安全に関する情報の発信および、食品ロスの削減を推進するための啓発が必要です。

施策の柱3 連携・協力体制を強化した食育の推進

指標項目	対象	第3次策定時	現状値 R4年度	目標値	評価
食育に関心のある市民の割合	全体	85.1% ※1	82.9% ※1	90%以上	△

【課題】

- ・「食育に関心のある市民の割合」は第3次計画策定時よりも減少しています。
食に関するアンケートの結果より、「食育に関心がある」と回答した方は、「関心がない」と回答した人に比べて健全な食生活の実践度が高い結果となっています。
- ◎ 食育を推進していくためには、多くの市民が食育へ関心を持ち、市民一人ひとりが自らの生活の中で食育を実践していくことができるよう、食育に関わる幅広い分野の関係機関、団体、食品関連事業者等が連携し、効果的な情報提供が必要です。

(2) 課題と今後の方向性

【望ましい食生活の実践に向けた食育の推進】

朝食を欠食する小中学生の割合が増加傾向にあり、また、若い世代では「朝食の欠食」「主食・主菜・副菜をそろえたバランスの良い食事を食べる回数が少ない」など、他の年代と比較して、食に関する意識や関心の低さが目立ちます。

若い世代は、これから親になる世代でもあるため、健全な食生活が重要であることを自覚し、食に関する知識や取り組みを次世代へ伝えていく大切な役割があります。

地域、企業や子どもを通じた教育機関等との連携を図りながら、健全な食生活の実践に取り組めるよう支援が必要です。

【働く世代への食育の推進】

30～50歳代の男性は、食育に関する調査において、「主食・主菜・副菜をそろえたバランスの良い食事を食べる回数が少ない」、「塩分の取りすぎを気にしない」、「適正体重の維持を実践しない」など、生活習慣病予防のために必要な項目の実践度が、他の年代と比較して低い傾向にあります。

働く世代は仕事や家事等で忙しく、自身の健康に関心を持ちにくい時期でもあるため、健康な体を保ち、健康寿命の延伸につなげていけるよう健全な食習慣の実践への支援が必要となります。

【多様な暮らしに対応した食育の推進】

食育の取り組みは、家庭を中心に地域の中で共有されてきましたが、近年では少子高齢化の進展、世帯構造や社会環境の変化による高齢者の単独世帯の増加などの影響や、ライフスタイルが多様化し、個人や家庭だけでは実践が難しい状況があります。家庭を中心に、食に関わる様々な関係者が連携し、地域での取り組みを支援することが必要です。

【食の循環や環境を意識した食生活の実践】

農水産物の生産に関する体験活動を通して食育への興味を深め、食料の生産から消費等の食の循環を意識することは、「食」全体に対する関心や理解の増進につながります。

「農漁業体験をしたことがある市民の割合」を増やし、農水産業や食への理解を深めていくことができるよう、体験等による食育活動の推進が必要です。

また、食品ロス削減に関する市民の意識は高い傾向にありますが、引き続き環境に配慮した食習慣への取組を推進し、市民一人ひとりが食育に関心を持ち、食育の環を広げられるよう、多様な関係者とのネットワークを充実させる必要があります。

第3章 基本理念と施策の方向性

1 基本理念

「食ではぐくむ体も心も健康なまち いちかわ」

すべての市民が食に関する理解を深め、生涯を通して健全な食生活を実践することにより、誰もが心身ともに健康で生き活きと暮らすことができるまちを目指します。

2 食育推進スローガン

食育の環(わ)を広げよう！ ～つなぐ・広がる いちかわの食育～

市民一人ひとりが食育の取組を実践するとともに、家庭、保育園・学校、地域が連携し、食育関係者及び関係機関が支え、一体になって推進することで、食育の環(わ)を広げ次世代につなげていきます。

3 基本目標

- 基本目標 1. 健康な体づくりと豊かな心を育てる
- 基本目標 2. 食文化継承と食の循環・環境を理解し実践する
- 基本目標 3. 食育推進運動の展開と推進体制の充実を図る

4 施策の展開における視点

①食で健康をつくる

栄養バランスに配慮した食事や朝食の大切さ等を知り、望ましい食習慣を身につけ、適切な食生活を送ることで健康な体をつくる。

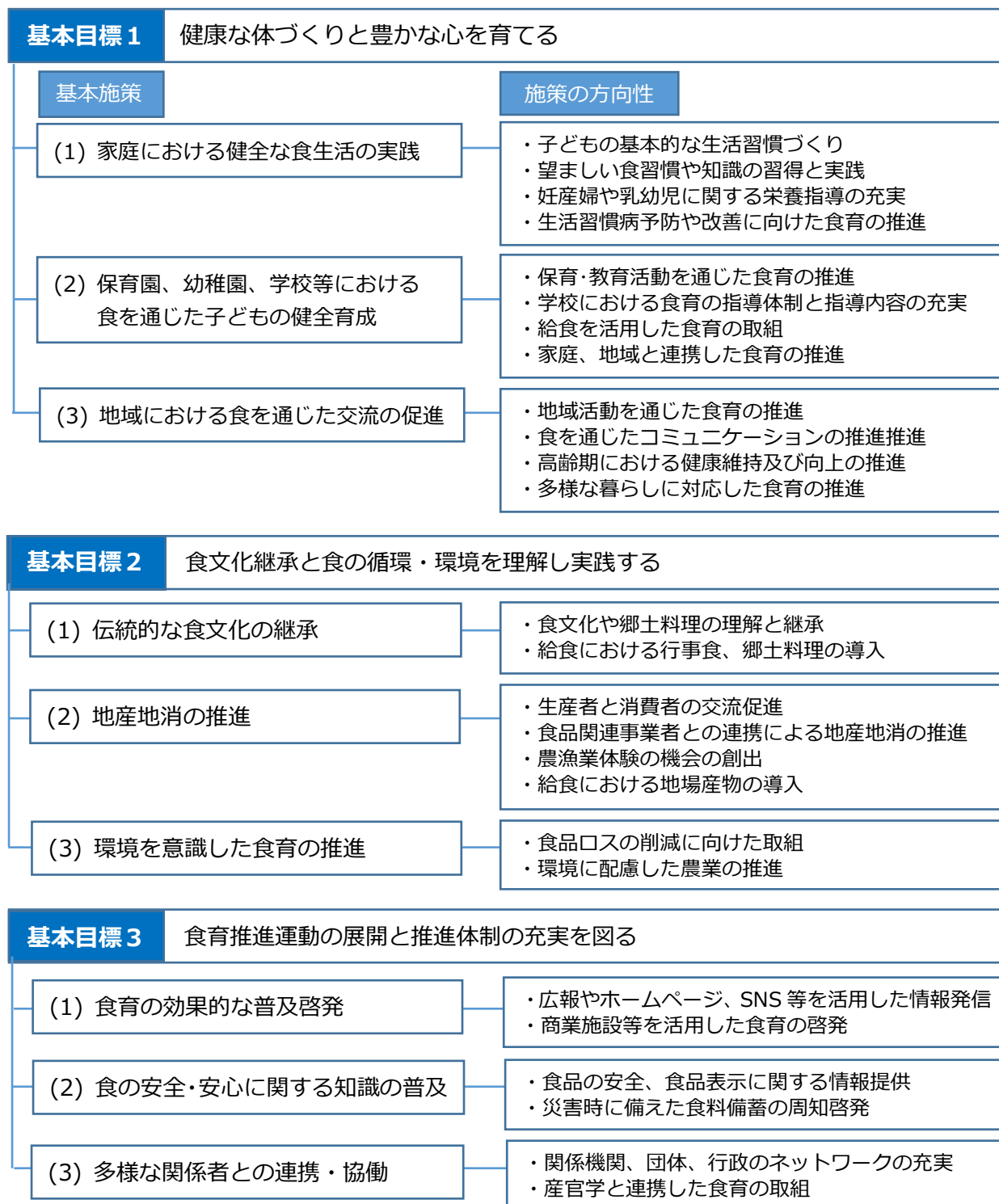
②食を楽しむ

家族や友人と一緒に食事をする、食事のマナーを身につける、伝統的な食文化や地域の郷土料理を次世代に継承する取組を通して、食を楽しむ。

③食を大切にする

地産地消や食の流通・循環を学び、食が自然の恩恵の上に成り立ち、多くの人に支えられていることに感謝し、食べ物や環境を大切にする気持ちを育む。

5 施策の体系



6 第4次計画の数値目標

第4次計画の数値目標は、第3次計画の評価や課題を踏まえながら、本市の食育を効果的に推進するため、今後5年間における数値目標を次のとおりとし、取り組みの成果や達成状況を確認する指標とします。

No.	指標項目	現状値 (R4年度)	目標値 (R9年度)
1	食育に関心のある人の割合	82.9% ※1	90%以上
2	朝食を欠食する市民の割合	小学生	4.2% ※2
		中学生	9.3% ※2
		20歳～30歳代	30.1% ※3
3	朝食又は夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数	小学5年生	週12.8回 ※3
		中学2年生	週10.6回 ※3
4	主食・主菜・副菜をそろえた食事を1日2回以上、ほとんど毎日食べている市民の割合	市民全体	61.7% ※1
		20歳～30歳代	38.6% ※1
		30歳～50歳代男性	57.9% ※1
5	1日2食以上野菜料理を食べる人の割合	59.9% ※1	70%以上
6	生活習慣病予防や健康づくりのために食生活や運動に気をつけ適正体重の維持を意識している市民の割合	20歳～30歳代女性	56.8% ※1
		30歳～50歳代男性	58.6% ※1
7	ゆっくりよく噛んで食べる市民の割合	47.8% ※1	55%以上
8	塩分のとりすぎに気をつけている市民の割合	30歳～50歳代男性	61.2% ※1
9	栄養教諭等による地場産物に係る食に関する指導の平均取組回数の増加	—	月12回以上
	学校給食における地場産物を使用する割合（金額ベース）の維持・向上	—	現状値より向上
10	直近1年以内に農業体験に参加したことがある市民の割合	39.8% ※1	55%以上
11	市川市で水産物がとれることを知っている市民の割合	—	現状値より向上
12	食品の安全性について基礎的な知識を持ち、自ら判断する市民の割合	80.1% ※1	85%以上
13	日本の食文化や郷土料理、家庭で受け継がれてきた料理や作法を継承し、伝えている市民の割合	—	伝えている50%以上
14	食品ロス削減のために必要な分だけ購入、調理している市民の割合	—	現状値より向上

(現状値が未記載の項目は、今後調査を行います)

※1 現況：R4eモニター制度による食育アンケート調査

※2 現況：R3市川市児童生徒のライフスタイル実態調査(小中学生 朝食欠食：週3～4日以上欠食者集計)

※3 現況：健康いちかわ21 R3市民の健康状態アンケート調査

第4章 施策の展開

基本目標 1 健康な体づくりと豊かな心を育てる

生活習慣病の発症を予防し健康寿命の延伸を実現するためには、子どもから高齢者まで、すべての市民が生涯にわたって望ましい食習慣を身につけ、健全な食生活を実践することが大切です。

世帯構造の変化や多様化する社会情勢に対応しつつ、家庭、保育園・学校、地域が連携し、ライフステージに沿った食育を推進します。

(1) 家庭における健全な食生活の実践

家庭における食育は、生涯を通じた心身の健康づくりの原点です。朝食摂取や規則正しい生活習慣の習得、食事の組み合わせ等、望ましい食生活の実践に向けた取り組みを行います。

乳幼児期は、健康的な生活リズムや生活習慣を確立する時期です。子どもの頃から様々な食の体験を重ねて食に関する興味や意識を高めます。とともに、保護者の食育への意識向上を図り、家庭生活を通じて継続的に実践する役割を担います。

また、家族と一緒に食事をとりながらコミュニケーションを図る共食は、食を楽しみ、食に関する感謝の気持ちと理解を深め、食文化継承や食事マナーの習得など、豊かな心を育みます。

若い世代は、食に関する意識を高め、自らの食生活を改善することができるよう食育に関する知識や取り組みを次世代に伝え継承していく大切な世代です。特に、若い女性のやせが問題となっており、妊娠前からの望ましい食習慣が実践できるよう支援します。また、出産・子育てを機に家族の食生活を見直し、栄養バランスに配慮し、塩分を減らす、野菜を摂取するなど、健全な食生活の実践ができるよう支援します。

働く世代、特に男性は食環境が豊かになり多様化する中で、栄養の偏りや食習慣の乱れなどに起因する肥満や生活習慣病を予防するため、自分の体に関心を持ち、適正体重の維持ができるよう正確な知識と判断する力を身につけるなど、健康づくりのための食育を推進します。

(施策の方向性)

- ・子どもの基本的な生活習慣づくり
- ・望ましい食習慣や知識の習得と実践
- ・妊産婦や乳幼児に関する栄養相談の充実
- ・生活習慣病の予防及び改善に向けた食育の推進

主な取組	取組内容	担当課
パパママ栄養クラス	妊娠中の食生活について理解を深めることで、妊婦自身と家族の健康増進を図る。	健康支援課
離乳食教室	1回食（4～6か月児）・2回食（7・8か月児）の教室を開催。離乳食の進め方、量、形態など、対象月齢に合わせた講話とデモンストレーションを行う。	健康支援課
幼児健康診査における栄養相談	1歳6か月児、3歳児健康診査で、子どもの発育、発達段階に応じた食事について栄養相談を行う。	健康支援課
栄養相談	妊婦、乳幼児から高齢者まで食生活、栄養に関する相談を電話、窓口等で実施する。	健康支援課
生活習慣改善講座	生活習慣病予防の観点から、食事や運動を含めた健康的な生活習慣について知識を深め改善に役立てる。	健康支援課
健康都市推進講座	健康に関心を持つ市民を増やし、健康都市の考え方を地域に普及するために講座を開催する。	健康都市推進課
こども館における食に関する啓発事業	食に関する掲示（写真・クイズ形式等）をし、食への興味、関心を深める啓発活動を実施する。	こども家庭支援課

（2）保育園、幼稚園、学校等における食を通じた健全育成

保育園、幼稚園、学校は、子ども達が多く時間を過ごす場であり、食育における重要な役割を担っています。子どもの成長・発達段階に応じた給食や食に関する学習や農漁業体験など、豊かな体験活動を積み重ねていくことで、食への関心と理解を深め、自然の恵みや生産者、調理する人への感謝の気持ちを育みます。

保育園では、保育所保育指針に基づき食育年間指導計画を作成し、保育活動で食育を取り組みます。幼稚園・学校等では、学習指導要領に示された食育指導の必要性を明確化し、各学校で「食に関する全体計画」を作成し取り組みます。

食物アレルギー等、食に関する健康課題を持つ子どもに対しては、保護者の理解と協力のもと、多職種が連携して個別的な相談指導を行います。

また、食育に関する情報を広く保護者に発信し、家庭や地域と連携した食育の推進を図ります。保育園では、在籍する子ども及びその保護者のみならず、地域における子育て支援の役割として、乳幼児の食に関する相談への対応や情報提供等を行います。

（施策の方向性）

- ・ 保育、教育活動を通じた食育の推進
- ・ 学校における食育の指導体制と指導内容の充実
- ・ 給食を活用した食育の取組
- ・ 家庭、地域と連携した食育の推進

第4章 施策の展開

主な取組	取組内容	担当課
食育指導計画の作成及び実施	保育所保育指針、学校指導要領に基づいて「食育指導計画」を作成し、教育課程、保育の一環に組み込んだ取組を行う。	こども施設運営課 保健体育課
保育園、学校における給食管理	旬の素材や地場産物の活用、行事食や郷土料理、バイキング給食、外国料理、カミカミ献立等、手作りで栄養バランスのとれた特色ある献立を作成。	こども施設運営課 保健体育課
保育活動を通じた食育の取組	保育士等と連携し、野菜の栽培や収穫、クッキング保育、野菜の皮むき体験、ごっこ遊び、パネルシアター等、保育活動を通じて様々な食に触れ、関わることで望ましい食習慣の育成を図る。	こども施設運営課
栄養教諭・学校栄養職員による食に関する指導	給食を生きた教材として活用し、関連教科と連携した食育に関する授業を推進する。	保健体育課
保育園、学校給食の広報活動	給食日より、献立表の配布や、給食試食会、給食展示を活用し、家庭への啓発を図る。	こども施設運営課 保健体育課
アレルギー相談	家庭と連携し、アレルギーに配慮した給食を提供する。	こども施設運営課 保健体育課
ヘルシースクール推進事業	子ども達が健康について自ら考えて行動することを目標とするヘルシースクール推進事業の中で、望ましい生活習慣を確立するため、小児生活習慣病予防健診（すこやか検診身体測定、血液検査、すこやか歯科検診咬合力、唾液検査、食事調査等）を実施する。	保健体育課
明松園における給食管理 （指定生活介護事業所）	個々の食形態に合わせた給食を実施。旬の食材や行事にあわせた献立を取り入れ食への関心を高める。	障がい者施設課
あおぞらキッズ・おひさまキッズにおける給食管理	こども発達センターにおいて、作業療法士と連携しながら発達にあわせた個々の形態食を提供する。	発達支援課

（3）地域における食を通じた交流の促進

身近な地域での講座や活動の場を提供し、食に対する関心と理解を深めるとともに、食を通じて人と人との交流を深め、地域社会の活性化を図ります。

本市は都心に近く、学生や子育て世代、働く世代が多く在住しています。単独世帯や共働き世帯、在住外国人の増加、また一人暮らしの高齢者や、ひとり親世帯や貧困の状況にある子どもに対する支援が重要になる等、家庭生活の状況が多様化していることから、地域や関係団体が連携・協働を図り、すべての市民が健全で充実した食生活を実現できるよう、地域の中で新たな「食」でつながるコミュニケーションや交流の機会を通じた食育の推進に努めます。

また、高齢期では生活の質の向上につながる、低栄養やフレイル予防に向けた正しい食の知識の啓発と、食料品の移動販売や配食サービスの実施等により、食の確保を支援します。

(施策の方向性)

- ・地域活動を通じた食育の推進
- ・地域における共食の推進
- ・高齢期における健康維持及び向上の推進
- ・多様な暮らしに対応した食育の推進

主な取組	取組内容	担当課
食生活サポーターの活動支援	食生活改善に関する普及啓発と健康に対する意識を高めるため、地域において食生活の相談窓口の役割を担う。また、おとなの食育講習会、おやこの食育講習会等を開催し、健康づくりのための食育の啓発を行う。	健康支援課
低栄養に向けた取組	低栄養予防の講習会や教室等で講話や相談を行う。	健康支援課
介護予防普及啓発事業	様々な媒体等による情報発信により、介護予防・フレイル予防の重要性、知識の普及啓発を行う。	地域支えあい課
食料品の入手が困難な高齢者への支援	民間企業と協働した生鮮食料品の移動販売実施及び、その他の買い物支援等に関わる情報提供を行う。	福祉政策課 介護福祉課
食事の支度が困難で安否確認が必要な高齢者等への支援	安否確認を伴う配食サービスの実施により、栄養バランスの取れた食事の提供と高齢者の見守りを支援する。	介護福祉課
子どもの居場所づくり支援	社会福祉協議会や関係団体との協働により、地域の多様な人々と子どもの交流の場となり、支援が必要な子どもについて「気づきの拠点」となるこども食堂の運営補助等、子どもの居場所づくりを支援します。	こども家庭支援課

基本目標 2 食文化継承と食の循環・環境を理解し実践する

伝統的な食文化や農水産物に触れ、食への理解と食べ物に感謝する心を育てます。
また、環境に配慮した食生活をおくるための食育を推進します。

(1) 伝統的な食文化の継承

核家族化や食に対する価値観やニーズの多様化により、日本の伝統的な食文化や古くから伝えられてきた郷土料理を次世代に継承する機会が減少し、家庭の味や季節感、伝統食等の食文化が失われつつあります。

食文化を継承することは、「旬の食材」やだしの文化を学んだり、和食の配膳、お箸の持ち方、食事のマナー等、食事作法の習得にもつながるため、給食に行事食や郷土料理を取り入れたり、授業の教材として活用し、伝統的な食文化継承に向けた食育の推進を図ります。

第4章 施策の展開

(施策の方向性)

- ・食文化や郷土料理の理解と継承
- ・給食における行事食、郷土料理の導入

主な取組	取組内容	担当課
日本の食文化や郷土料理の継承	市民まつり、農水産まつり等のイベントや講習会で郷土料理の紹介、体験を行う。また、行事食の由来や季節の食材を利用したレシピを SNS 等で発信する。	健康支援課
給食における行事食、郷土料理の導入	給食の献立に行事食、郷土料理を取り入れ、食文化への理解を深めていく。また旬の素材を活かした季節感ある献立を実施し、給食だより、献立等で保護者へも啓発する。	こども施設運営課 保健体育課

(2) 地産地消の推進

地産地消の取り組みは、地域の食文化や農水産業に関する理解を深め、食べ物への感謝の気持ちを育むことにつながります。

市川市では、都市農業や漁業が行われています。身近な地域での農業、漁業のさまざまな体験や生産者との交流を通して、収穫の喜びや食の大切さを知り、農漁業に対する関心や理解を深めることで、地産地消を推進します。また、生産者をはじめ流通関係者、食品事業者など関係者と連携し地場産物の利用を促進します。

(施策の方向性)

- ・生産者と消費者の交流促進
- ・食品関連事業者との連携による地産地消の推進
- ・農漁業体験の機会の創出
- ・給食における地場産物の導入促進

主な取組	取組内容	担当課
学校給食における地場産物の導入	梨や生ノリを給食に提供し、市川の農水産物の普及を図る。また 11 月の千産千消デー、1 月の学校給食週間に、千葉県産の食材を使った給食を実施する。	保健体育課 農業振興課 臨海整備課
体験農園事業 (市民農園、ふれあい農園)	土に触れる機会が少なくなった市民に、農作業体験を通して農業への楽しさや親しさ、収穫の喜びや食べ物を大切にすることを醸成するとともに、都市農業への理解を深める。	農業振興課
魚食文化フォーラム 実行委員会との協働によるイベント開催	生産者・消費者・小売業者からなる魚食文化フォーラム実行委員会を組織し、ノリすき体験、魚のさばき方教室、市内小学校での出前授業等を開催。市内水産業の振興と水産物の消費拡大を図る。	臨海整備課

農水産イベント開催や直売所等でのPR	農水産まつり、いちかわ産フェスタ、「市川のなし」フェア、「市川とまと」フェア等でのイベント、スズキや生ノリの販売会といった販売の機会や、直売所、道の駅いちかわといった販売場所を活用して地場産物のPRを行う。	農業振興課 臨海整備課
保育園、学校での農業体験	保育活動の中で野菜の栽培・収穫体験や、学校の授業で梨の選果場見学、農漁業体験を行う。	保健体育課 こども施設運営課
体験学習事業 (農業・稲作体験)	地元農家等で構成される「市川米っくらぶ」に事業委託し、田植えから稲刈り、植えから収穫まで一連の農作業を通じ勤労と収穫の喜びを体験する。	青少年育成課

(3) 環境を意識した食育の推進

国際的にも問題となっている食品ロスの削減を推進するため、食生活が自然の恩恵により成り立っていることや、食料の生産から消費に至る食の循環を理解し、社会全体で食べ物を無駄にしないという意識の醸成とその定着を図ります。

また、農薬の使用量を削減するなど環境に配慮した取組を進めます。

(施策の方向性)

- ・食品ロスの削減に向けた取組
- ・環境に配慮した農業の推進

主な取組	取組内容	担当課
ごみ発生抑制等啓発事業	小学生対象に食品ロスについて学び、給食を残さず食べる「かしこく・おいしく食べきりチャレンジ」の取組を行う。	生活環境整備課 保健体育課
環境活動推進員制度の活用	地球温暖化対策として「エコライフ推進員」を委嘱し、子ども向けに、絵本や環境紙芝居等で環境に配慮した食生活を推進する。	生活環境整備課
生ごみ減量への啓発	家庭から出される生ごみ減量のために、必要な量だけ購入する、食材を無駄にしない料理の普及など、食品廃棄を減らす取組を行う。	生活環境整備課 健康支援課
フードドライブ事業	ご家庭で余っている未開封の食品などをフードドライブによって集める活動を行う。集めた食品は市川市社会福祉協議会が行う「いちかわフードバンク」へ提供し、こども食堂等で活用する。	生活環境整備課
減農薬栽培推進事業	環境にやさしい農業の推進事業として、梨栽培における農薬散布回数を削減し、より安全な農産物の生産と品質向上につなげる。	農業振興課

基本目標 3 食育推進運動の展開と推進体制の充実を図る

本市の食育を推進するため、食に関わる関係者がそれぞれの特性を活かしながら課題を共有し、相互に連携しながら食育活動を展開していきます。

(1) 食育の効果的な普及啓発

食に関する情報が氾濫するなか、市民が正しい情報を選択し、健全な食生活が実践できるよう、啓発媒体の作成やさまざまな機会での活用、イベント等における啓発等、多様な関係者と連携のもと効果的に発信します。

また、若い世代や働く世代が関心ある情報や興味を持つ内容を、SNS 等デジタルツールや新しい手法を取り入れて啓発し、食行動の改善を図ります。一方、デジタル化に対応することが困難な市民に対しても情報提供を行います。

(施策の方向性)

- ・広報やホームページ、SNS等を活用した情報発信
- ・商業施設等を活用した食育の啓発

主な取組	取組内容	担当課
市公式 Web サイト「いちかわの食育」	食育に関する情報を効果的に発信するとともに、料理レシピ掲載や食の安心・安全などの役立つ情報を定期的に発信する。	食育関係課
食育月間及び食育の日による普及啓発	6月の食育月間及び「毎月19日は食育の日」を、広報紙、懸垂幕、デジタルサイネージ等で広く周知する。	食育関係課
市民まつり等イベントにおける食育活動	食と健康に関する関係部局、関係機関・団体の連携、協働により、食育の啓発を行う。	食育関係課
食育講演会の開催	食育の実践につなげるため、食の専門家を招き講演会を実施する。併せて「いちかわの食育」に関する展示を行い食育の普及・啓発を図る。	食育関係課
商業施設等における情報提供	スーパーの食品売り場やカフェスペースを活用し、適塩レシピの紹介や「いちかわの食育」に関する情報を提供する。	食育関係課

(2) 食の安全・安心に関する知識の普及

市民が安心して食を選べるよう、食品の安全や食品表示について情報提供します。また、災害等の緊急時に備え、家庭における食料備蓄について周知啓発します。

(施策の方向性)

- ・食品の安全、食品表示等に関する情報提供
- ・災害時に備えた食料備蓄の周知啓発

主な取組	取組内容	担当課
市民情報提供・消費者啓発事業	市民が安全で安心な消費生活の実現を図るため、「メール情報サービス」を活用し、食の安全、食品ロス削減等について情報提供を行う。	総合市民相談課 消費生活センター
食品表示に関する情報提供	食品表示の見方や知識、理解を深めるため、ホームページや講習会等で食品表示に関する情報提供を行う。	健康支援課

(3) 多様な関係者との連携・協働

市民一人ひとりが食育を理解し、自らが主体的に取り組むことができるよう、食育に関わる幅広い分野の関係機関、団体、食品関連事業者等と連携・協働し、効果的かつ包括的に食育を推進します。

また、大学や企業等と連携し、主体的な行動につながる取組を行います。

(施策の方向性)

- ・関係機関、団体、行政のネットワークの充実
- ・産学官と連携した食育の取組

主な取組	取組内容	担当課
市川市食育推進関係機関連絡会	各関係機関・団体がそれぞれの立場から食育の取組を進めるとともに、連携を強化し、総合的かつ効果的な食育を推進する。	食育関係課
市内食育関係課会議	国や県の取組と連動した効果的な食育の普及啓発や、本市の継続的な食育推進を図るため、関係部局が連携して食育を推進する。	食育関係課
大学、企業等と連携した取組	若い世代、働く世代への推進を図るため、市内大学、商業施設等と連携した取組を実施する。	食育関係課

ライフステージに対応した食育の推進

生涯にわたり心身ともに健康で生き活きと過ごすためには、ライフステージに応じた生活習慣、食習慣を実践することが大切です。

妊娠期、乳幼児期、学童期、思春期、青年期、壮年期、高齢期のライフステージに沿って、それぞれの時期に市民が自ら取り組む食育について普及啓発を図ります。

㊦ 妊娠期 子どもを生き育てるため、家族で食習慣を見直す絶好機！

- ・ 1日3食規則正しい食事をし、家族で食生活を見直してみましよう。
- ・ 妊娠前から主食、主菜、副菜をそろえて栄養バランスの良い食事をしましよう。
- ・ 望ましい体重増加を理解し、適正なエネルギー量をとらましよう。
- ・ 不足しがちなビタミン、ミネラルを意識してとり、塩分はとり過ぎないよう気をつけましよう。

㊦ 乳幼児期 食習慣の基礎を身につけ、食べる意識や興味を育てよう

- ・ 規則正しい食事から生活リズムを作り、早寝、早起き、朝ごはんの習慣をつけましよう。
- ・ 家族と一緒に楽しく食事をし、食事のあいさつやマナーを身につけましよう。
- ・ いろいろな食べ物に親しみ、見る、触れる、味わうなどの経験を通して食事に興味を持たせましよう。
- ・ 素材の味を大切にし、薄味に慣れさせましよう。
- ・ 成長に合わせて、硬いものや軟らかい物を与え、噛む力を育てましよう。

㊦ 学童期 食を大切にすることを育み、体験を広げ、選択する力を身につけよう

- ・ 生活リズムを整え、早寝、早起き、朝ごはんの習慣をつけましよう。
- ・ 主食、主菜、副菜をそろえて栄養バランスの良い食事をしましよう。
- ・ 家族といっしょに楽しく食事をし、食事のあいさつやマナーを身につけましよう。
- ・ 野菜等の栽培、収穫体験を通して食べ物の大切さを知り、感謝の気持ちを育みましよう。
- ・ 家庭や学校・地域等で、日本の食文化や郷土料理、作法等を継承しましよう。
- ・ ゆっくりとよく噛んで食べましよう。
- ・ 3R(Reduce, Reuse, Recycle)を理解し、実践しましよう。

㊦ 思春期 食に関する正しい知識を身につけ、自己管理する力を高めよう

- ・ 生活リズムを整え、早寝、早起き、朝ごはんの習慣をつけましよう。
- ・ 主食、主菜、副菜をそろえて栄養バランスの良い食事をしましよう。
- ・ 家族や身近な方と一緒に楽しみながら食事をし、食に関心を持ちましよう。
- ・ 適正体重を理解し、無理なダイエットはやめましよう。
- ・ 家庭や学校・地域等で、日本の食文化や郷土料理、作法等を継承しましよう。
- ・ ゆっくりとよく噛んで食べましよう。
- ・ 3R(Reduce, Reuse, Recycle)を理解し、実践しましよう。

㊦ 青年期 食に関心を持ち、自ら健康的な食生活を実践して次の世代にも伝えよう

- ・生活リズムを整え、朝食を食べましょう。
- ・主食、主菜、副菜をそろえて栄養バランスの良い食事をしましょう。
- ・家族や身近な方と一緒に楽しみながら食事をし、食に関心を持ちましょう。
- ・自らの健康に関心を持ち、適正体重を維持するために食事量を理解し、取り組みましょう。
- ・野菜不足や塩分の取りすぎに注意し、生活習慣病を予防しましょう。
- ・日本の食文化や郷土料理等に関心を持ち、次世代へ伝えましょう。
- ・ゆっくりとよく噛んで食べましょう。
- ・食材を無駄にしないよう、必要な分だけ購入、調理しましょう。

㊧ 壮年期 食に関心を持ち、自ら健康的な食生活を実践して次の世代にも伝えよう

- ・生活リズムを整え、朝食を食べましょう。
- ・主食、主菜、副菜をそろえて栄養バランスの良い食事をしましょう。
- ・家族や身近な方と一緒に楽しみながら食事をし、食に関心を持ちましょう。
- ・自らの健康に関心を持ち、適正体重を維持するために食事量を理解し、取り組みましょう。
- ・野菜不足や塩分の取りすぎに注意し、生活習慣病を予防しましょう。
- ・日本の食文化や郷土料理等に関心を持ち、次世代へ伝えましょう。
- ・ゆっくりとよく噛んで食べましょう。
- ・食材を無駄にしないよう、必要な分だけ購入、調理しましょう。

㊨ 高齢期 元気に暮らすために食生活を見直し、食事を楽しみ、次の世代にも伝えよう

- ・1日3食規則正しい食事から、生活リズムを整えましょう。
- ・主食、主菜、副菜をそろえて栄養バランスの良い食事をし、栄養の不足や偏りに気をつけましょう。
- ・家族や身近な方と一緒に楽しみながら食事をし、食に関心を持ちましょう。
- ・適正体重を維持するために食事量を理解し、取り組みましょう。
- ・日本の食文化や郷土料理等に関心を持ち、次世代へ伝えましょう。
- ・ゆっくりとよく噛んで食べましょう。
- ・食材を無駄にしないよう、必要な分だけ購入、調理しましょう。

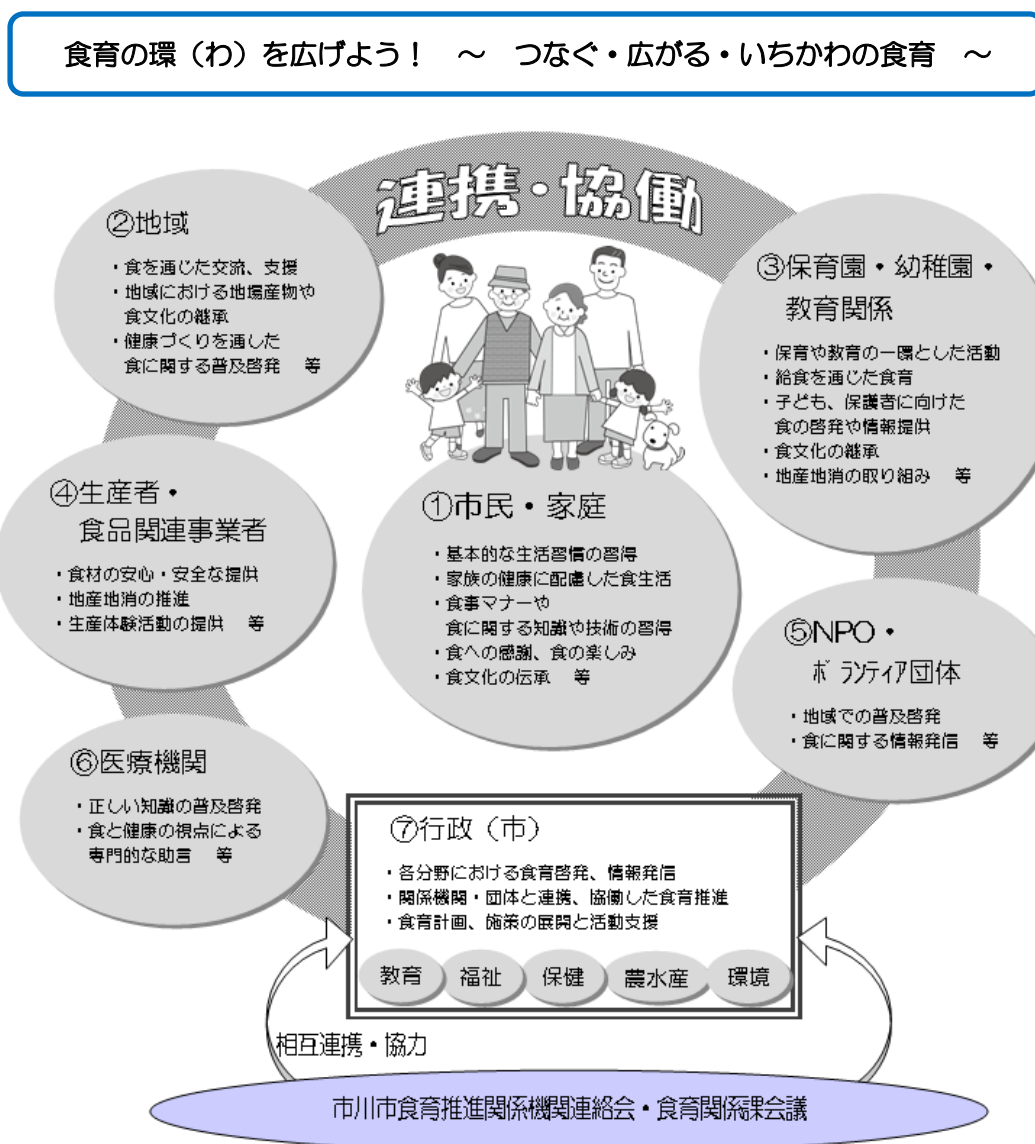
第5章 今後の推進体制と進行管理

1 推進体制

(1) 計画の推進体制

食育の推進にあたっては、市民ひとり一人が主体的に取り組めるよう、家庭や保育園・幼稚園・学校や行政など地域における様々な関係機関・団体がそれぞれの特徴を活かしつつ、相互に連携・協働を図りながら総合的かつ計画的に推進していきます。

【推進体制のイメージ図】



(2)食育推進の役割

①市民・家庭

食育の推進には、市民一人ひとりが食への関心を高め、自ら食に関する正しい知識や情報を選択する力を身につけ、健全な食生活を実践することが重要です。

家庭は基本的な生活習慣を身につける上で大きな役割を担っています。家族で食卓を囲むことを基本に、食に関する正しい知識を身につける、食の楽しさを実感する、食文化を次世代に伝えるなど日常生活の中で食育を実践することが期待されます。

②地域

地域は市民生活の拠点です。地域での食を通じた交流や体験活動により、希薄になりつつある地域のつながりを図り、食を楽しむことを通して子どもから高齢者まで食育を主体的に進めていくことが期待されます。

③保育園・幼稚園、教育関係

保育園・幼稚園、教育関係は、子どもの健全な食生活の形成と豊かな人間性を育む上で重要な役割を果たしています。子ども達が給食やさまざまな体験を通して食の大切さや楽しさを学ぶことができるよう、保育及び教育の一環として位置づけ、家庭や地域と連携して食育を推進していくよう努めます。

④生産者・食品関連事業者

生産者、食品関連事業者においては、食育推進という視点を積極的に取り入れ、食材の安全・安心な提供や地産地消の推進を図ります。また、学校や地域、行政等の取り組みの参加や、食品の生産活動を通じて食の大切さを伝える機会の提供により、地域の食の基盤づくりに協力するよう努めます。

⑤NPO・ボランティア団体

NPO やボランティア団体は、それぞれの特性を活かし、食育をはじめとする活動に取り組んでいます。食育の視点を持つことで関係諸団体や学校、行政と連携を図っていくことが期待されます。

⑥医療機関

医療機関においては、食育の一環として乳幼児の発育・発達、生活習慣病予防、歯と口の健康づくり等、専門的な立場から正しい知識の助言による食育活動への支援が期待されます。

⑦行政（市）

行政は、市民ひとり一人が食育に取り組めるよう継続した普及・啓発を行うとともに、庁内関係部課である教育、福祉、保健、農水産、環境と関係機関・団体等がそれぞれの分野における役割と取り組みが展開されるようネットワークを強化し、総合的かつ計画的に推進します。

2 計画の進行管理と評価

本計画の進行管理については、「市川市食育推進関係機関連絡会」や「庁内食育関係課会議」において、進捗状況や施策の実施状況について確認や改善に向けた検討を行い、効果的に推進できるよう進行管理を行ってまいります。

また、市民アンケートや事業調査、関連する各計画をもとに評価を行います。

○市川市食育推進関係機関連絡会

食育に関する関係機関・団体で構成される「市川市食育推進関係機関連絡会」を開催し、それぞれの立場から取り組みを進めるとともに、各分野の視点に基づくご意見をいただきながら検討を行い、施策や取り組みに反映していきます。

医師会、歯科医師会、学識経験者、教育関係、福祉関係、農水産関係、経済関係、消費者関係、食文化関係、NPO・ボランティア関係、市川健康福祉センター

○庁内食育関係課会議

庁内関係部課による「食育関係課会議」では、国や県の取り組みと連動した普及啓発や情報の共有を図るとともに、本計画の目標に対する進捗状況を把握し、定期的に課題と方策を検討し、食育を計画的、継続的に推進します。

経済部 農業振興課、行徳支所 臨海整備課、環境部 生活環境整備課
こども政策部 こども施設運営課、学校教育部 保健体育課、保健部 健康支援課

第4次市川市食育推進計画

令和5年3月

編集・発行 市川市 保健部 保健センター健康支援課

〒272-0023 千葉県市川市南八幡4丁目18番8号

電話：047-377-4511 FAX：047-316-1568