

推進にあたっての指標

指標項目	現況値(H21)	目標値	
食育に「関心がある」人の割合	23.9%	70%以上	
1日1回は家族や仲間と食事をする人の割合	58.8%	75%以上	
食育サポーター(団体・個人)の登録数	22	増加	
朝食を毎日食べる人の割合	4歳児	(H22)95.4%	100%
	小学5年生	89.8%	100%
	中学2年生	86.2%	100%
	20歳代男性	50.0%	85%以上
	20歳代女性	64.9%	85%以上
	30歳代男性	54.3%	85%以上
	30歳代女性	74.1%	85%以上
適正体重の範囲に ある人の割合	児童・生徒の肥満	8.6%	7%以下
	20歳代女性のやせ	21.9%	15%以下
	20～60歳代男性の肥満	29.1%	15%以下
	40～60歳代女性の肥満	16.4%	15%以下
栄養バランスに気をつけている人の割合	82.8%	95%以上	
外食栄養成分表示実施店の数	237店舗	増加	
栄養成分表示を参考にしている人の割合(食品購入時)	27.2%	75%以上	
栄養成分表示を参考にしている人の割合(外食時)	22.5%	60%以上	
学校給食の地場産物利用品目数の割合	30.1%	増加	
学童農園・市民農園の数	114農園	120農園以上	
食品の安全性に関する講習会の受講者数	8,317人	増加	

計画の推進体制

推進体制

仙台市食育推進会議を構成する各主体を中心とした関係機関と市の関係部局が、それぞれの特徴を活かし、互いに連携・協力をしながら、積極的に推進します。

また、市はこれらの取り組みを総合調整します。

進捗管理

仙台市食育推進会議において協議を行いながら、年度ごとに進捗状況を把握・評価し、その結果を公表するとともに、事業に反映させます。

仙台市健康福祉局保健衛生部健康政策課

〒980-8671 仙台市青葉区国分町三丁目7番1号

TEL : 022-214-8198 FAX : 022-214-4446

Eメール : fuk005520@city.sendai.jp

仙台市食育推進計画

第2期

[概要版]

平成23年3月

仙台市

計画策定の経緯と趣旨

我が国の社会経済構造が大きく変化していく中で、ライフスタイルや価値観の多様化に伴い、食生活やそれを取り巻く環境が激変し、その結果、食習慣の乱れ、栄養の偏り、更には生活習慣病の有病者の増加・重症化など、食をめぐる現状は危機的な状況にあるといわれています。

この状況の解決を図るため、平成17年6月に、「食育」を推進することを目的として「食育基本法」が制定されたことを踏まえ、本市では、平成19年3月に「仙台市食育推進計画」を策定し、市民、関係団体、事業者、仙台市が連携しながら食育推進に取り組んできました。

当初計画が平成22年度で計画期間を終えることから、計画の評価と課題の把握を行い、これからの社会情勢や環境の変化を踏まえて、今後10年間における推進の目標と方向性を明確にするため、仙台市食育推進計画〔第2期〕を策定しました。 ※平成34年度までの12年間に延長しました。

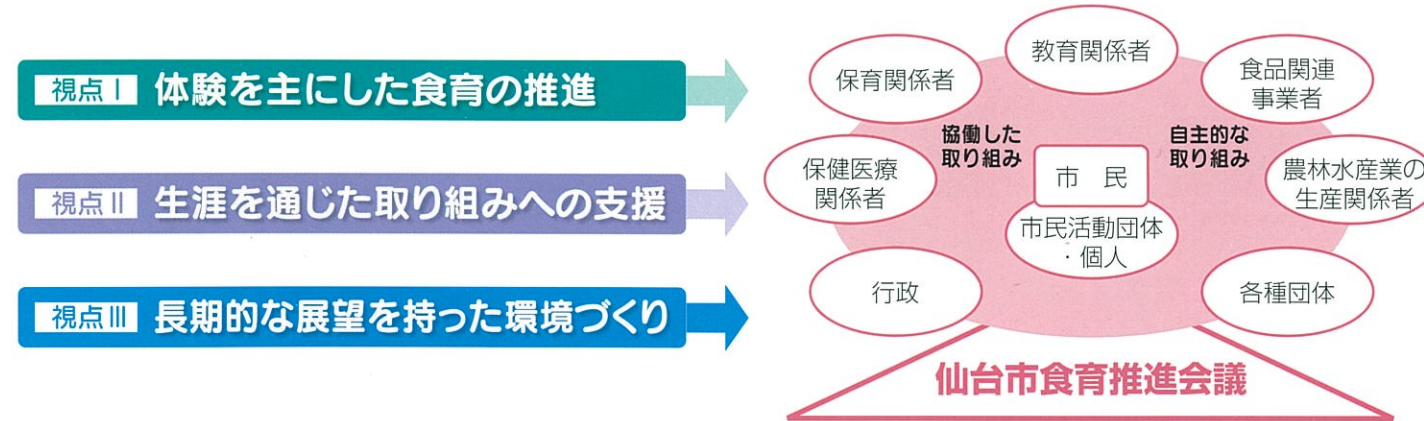
計画期間 平成23年度から平成34年度までの12カ年を計画期間とし、中間年（平成29年度）に中間評価と計画の見直しを行います。

食育とは… 「生きる上での基本であって、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」（食育基本法前文）こととされています。

推進の基本

推進の視点と主体

食育の推進は、市民一人ひとりが食の大切さを知り、自ら取り組むことが基本であり、家庭は食育を実践する基本の場です。しかし、食を取り巻く社会状況の変化、食に対する関心の低下、体験不足、食卓でのコミュニケーションの機会の減少などから、家庭のみではその機能を果たすことが難しくなっています。そこで、市民と共に、地域・学校・職場などの暮らしの場で、食に関わる様々な関係機関が協働し、3つの視点で食育を推進していきます。また、仙台市食育推進会議※は、市民と関係機関をつなぎ、お互いの活動の場を広げ支える役割を担っています。



食育の4つの分野

食育の取り組みを次の4つの分野に分類しています。

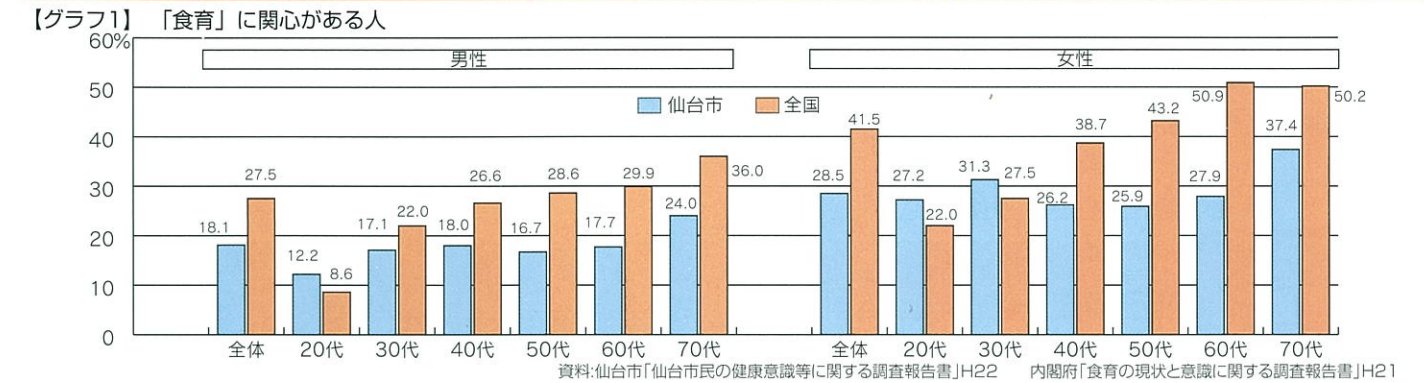
- 食習慣と健康** 規則正しい食事、栄養バランスや食事量への配慮など
- 食の由来・文化** 食事のマナー、感謝の心、地域の行事食や郷土料理の体験など
- 生産・流通・消費** 地域の食材の活用、農業体験、生産者と消費者の交流など
- 食の安全性と食品に対する信頼性確保** 食品の表示、衛生的な取扱い、食品の安全性についての情報など

これまでの取り組みから見えてきた課題

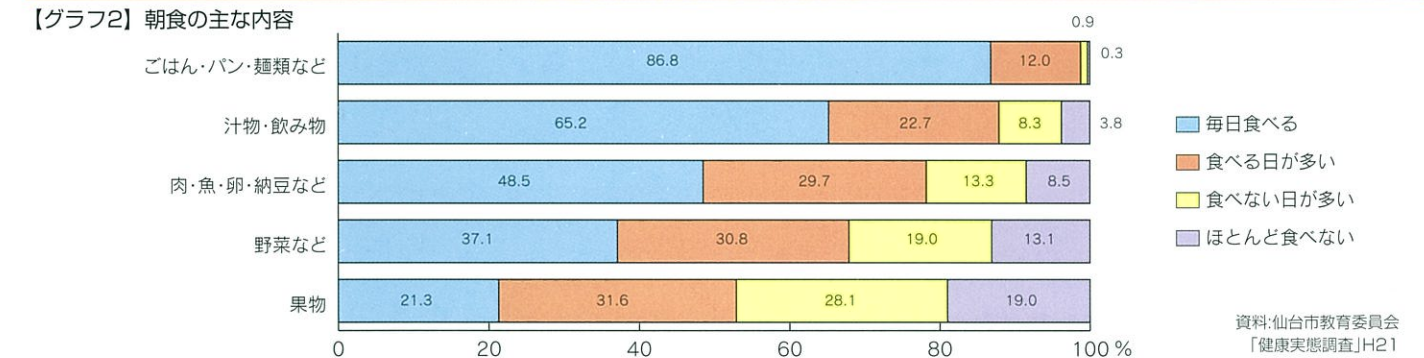
これまでの仙台市の取り組みを評価するなかで、次のような現状が、課題として見えてきました。

- 1 食の大切さへの関心が薄く、健康的な食生活が習慣化していない
- 2 郷土食や行事食、食文化伝承の機会が少ない
- 3 地場産の食材など、地産地消の実践についての情報が不足
- 4 食品の安全性等について正しい情報が伝わりにくい

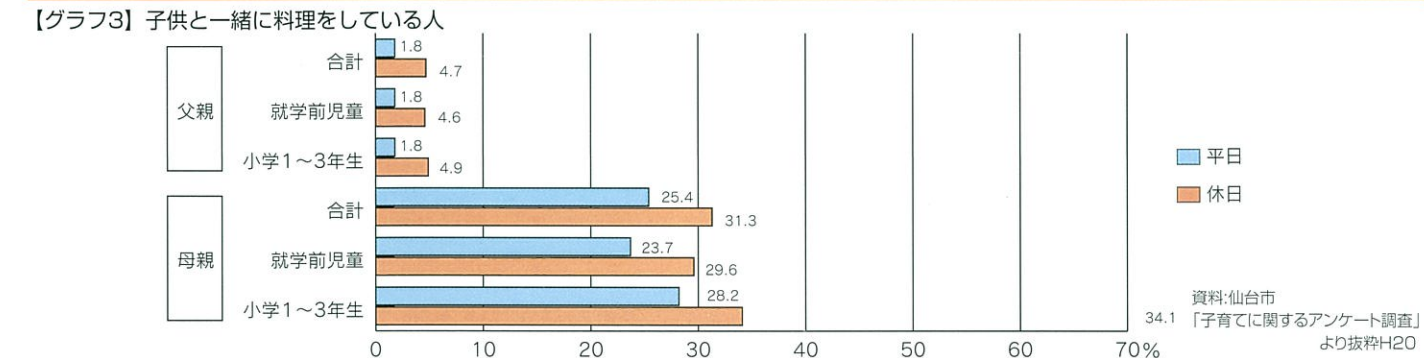
市民の食育への関心度は全国に比べて低く、特に若い世代の関心度が低い傾向です



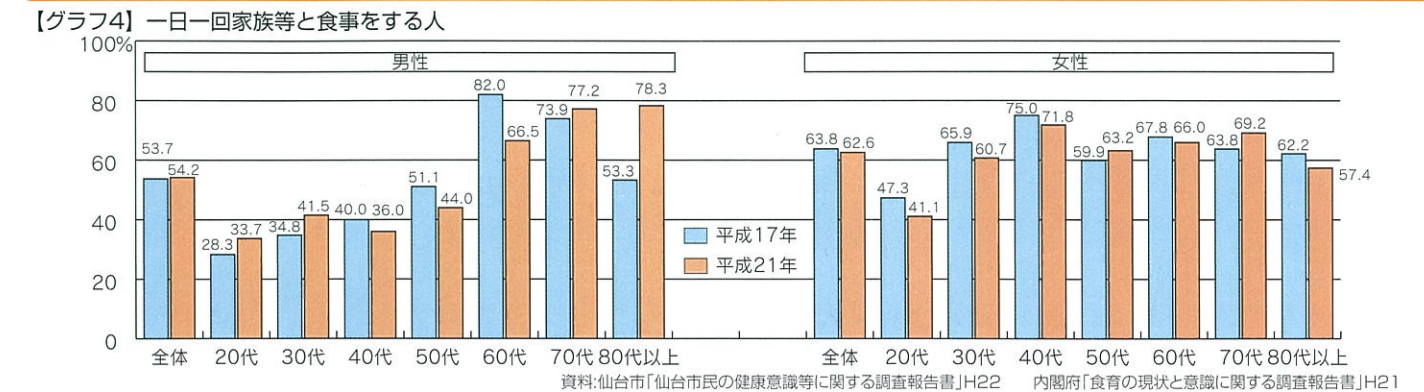
児童・生徒は、朝食を食べていても内容に偏りがあります



献立を考え、食材を確保し、調理、後片付けをする経験が少ない傾向にあります



家族等といっしょに食べる機会が減っています



食育の基本目標と推進の柱

基本目標

この計画では、当初計画の評価のなかで見えてきた課題を改善するために、食育推進の基本を踏まえ、次の基本目標を掲げ、食育を推進します。

食べる力をみんなでアップ！

みんなでおいしく楽しく食べよう

「**食べる力**」とは、ここでは、食べ物を選ぶ力、食事を準備する力、組み合わせを考えて食べる力、素材本来の味が分かる力など、生きるための基本となる力をことをさします。食育活動を通して、食の大切さに気づき、お互いに食べる力を育て、高めあうことを本計画の目標とします。

家族や仲間などいっしょにみんなで食べる楽しさを広めるとともに、食事のマナーや、地域の食文化の伝承を推進します。また、食を通して、自然の恵みや食に関わる人々への感謝の気持ちを育むことを目指します。

健康的な食習慣の基本として、朝ごはんをはじめとする3食をしっかり食べること、主食・主菜・副菜を揃えてバランスよく食べることを推進します。

推進の柱

基本目標を達成するための取り組みを、下の4つの柱に沿って進めていきます。

1 食を通じた健康づくりを实践しよう

食育への関心を高め、健康的な食習慣を身に付ける

- ・朝ごはんをはじめとして3食食べる習慣をつけましょう
- ・組み合わせや量を考えて食べることを学び、実践しましょう
- ・和食の良さを見直しましょう
- ・食事をととのえることにかかわり、食を楽しみましょう

2 地域の食文化を伝えあおう

郷土料理や行事食などの、食文化への理解を深める

- ・地域の味を家族や仲間で楽しみ伝承しましょう
- ・食卓を通じて食事のマナーを身につけ、自然の恵みや食に関わる人々への感謝の気持ちを育みましょう

3 地産地消をすすめよう

生産者、流通関係者との交流により、食材への理解を深め、地産地消を推進する

- ・生産者、流通関係者との交流の機会に参加しましょう
- ・地場産食材を日々の食事づくりに積極的に活用しましょう

4 食品を選ぶ確かな目を持とう

食品の安全性についての正しい知識を習得する

- ・食品の選び方や食中毒を防ぐ方法など、科学的な根拠にもとづく正しい知識を学びましょう

具体的な取り組み

市民と、食に関わる様々な関係機関が協働し、それぞれの特徴を活かしながら下記の取り組みを推進していきます。特に若い世代などの、食育の関心が低い層をターゲットにした取り組みを広げます。

情報発信し関心を高める

- 市民、特に若い世代が自主的に活動する機会を増やします
 - ・大学生等が自ら企画する啓発イベント、コンテスト等の実施
- 親子を取り巻く様々な場面をとらえ、情報発信と支援を充実させます
 - ・保育所・幼稚園での親子への情報発信と食生活支援
 - ・学校での食に関する指導、PTA活動
 - ・幼児健診等での啓発
- 大学等関係機関と連携し、若い世代の健康づくりについて積極的に啓発します
 - ・教育機関との連携により、若い世代への食生活改善の情報を発信
- 働き盛り世代への積極的な啓発と、健康相談の機会を増やします
 - ・企業・団体との連携による食習慣改善のための情報発信を推進
- 健康づくりのための食情報が手に入りやすい環境をつくります
 - ・飲食店・スーパーマーケットと協働し、店舗内で食生活情報を発信

体験の場をつくる

- 乳幼児からの日々の食育活動を充実させます
 - ・保育所・幼稚園での食育活動や体験の充実
- 食事づくりなどを体験する場を増やします
 - ・子育て世代向け、親子向けの体験講座の充実
 - ・大学等・行政等が連携し若い世代向け体験型講座を実施

■地域のつながりをベースに、お互いに食文化を伝え合う活動をすすめます

- ・保育所・幼稚園・学校給食や季節ごとの行事を通じた食文化の伝承
- ・地域の組織や人材を活かした郷土料理・行事食の講座や、様々な行事等での紹介

■子供たちの身近な場で地産地消を実践します

- ・保育所・学校給食への地場産食材の活用

■仙台市ならではの特色を活かした生産・流通関係者との交流、体験の場をつくります

- ・生産者と消費者の交流の機会、産地見学、農業体験

■食品の安全性に関する正しい情報を積極的に伝えます

- ・消費者向け講座、地域の出前講座
- ・食品関係事業者に向けた食品の安全性に関する情報の発信

関係機関

保育所・幼稚園
仙台市保育所連合会
仙台市私立幼稚園連合会
小学校・中学校・高等学校・大学等
仙台市小中学校長会
仙台市PTA協議会
仙台市医師会
仙台市歯科医師会
宮城県栄養士会
仙台市地域活動栄養士会
仙台市食生活改善推進員連絡協議会
仙台・みやぎ消費者支援ネット
仙台農業協同組合
宮城県生活協同組合連合会
日本チェーンストア協会東北支部
企業・団体・組織等
仙台市

※仙台市食育推進会議

保育・教育関係者、保健・医療関係者、生産者、食品関連事業者、市民、行政など、食に関わる様々な主体で構成する会議。計画の策定や施策に関する審議、計画の進捗状況の把握・評価を行うほか、各主体同士が市民の意見を反映しながら幅広く協議・連携し、市民運動として食育を推進します。

市民のライフステージごとの取り組み目標

基本目標の達成を目指すための取り組み目標を、5つのライフステージに分け、それぞれ次のような目標を掲げました。

乳幼児期

食習慣の基礎を身につけ、食べる意欲や興味を育てよう

味覚の形成やそしゃく機能の発達が著しく、一生を決める食習慣の基礎をつくる時期です。また家庭や保育所・幼稚園などで楽しく食べる体験を重ねることが、食への意欲を育てます。

この時期は、保護者の意識や行動が最も大きく影響することから、保護者自身も食の大切さを認識することが必要です。

児童期～思春期

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

基本的な食習慣が形成される中で、自分で食を選択する力を養う時期です。学校や地域で友だちと、あるいは家庭で家族と楽しく体験・学習することで、食に興味をもち、食を大切にすることを育まれます。食生活全般ではまだ保護者に依存するところが大きい時期ですが、経験を重ねるに従い、自立のための技術を身につけることができます。

特に、思春期の後半は、受験・進学・就職などの生活の変化によって食生活が乱れないように、健康的な食習慣をしっかり身につけましょう。

青年期

食に関する知識や技術を活かし、自己管理する力を高めよう

食に関する知識や技術を高めながら、自立した食生活をつくりあげていく時期ですが、就職や結婚など、生活が大きく変化するなかで、朝食を食べなくなる傾向や、食への関心が薄れてしまうという課題が見えています。

やがて子育てをし、次世代に食の楽しさや大切さを伝える役割を担うために、興味を持って積極的に食にかかわり、自己管理する力を高めましょう。

壮年期

食を通じて健康づくりを実践し、次の世代にも伝えよう

仕事や子育てなど、社会的にも家庭においても役割が大きくなり活動的になると同時に、不規則な生活リズムや、疲労、ストレスなどの問題も多くなる時期です。

健康診断などにより、自らの健康状態を見極め、家族も含めて健康的な食生活を続け、メタボリックシンドロームをはじめとする生活習慣病を予防しましょう。

また、それらの取り組みを通じて、食の大切さを次の世代に伝えていくことも大切です。

高齢期

元気に暮らすために食生活を見直し、食文化を守り伝えよう

加齢に伴う体の変化や食べる機能の低下などにより、健康や体力に不安を感じる時期です。飲み込みの状態や健康状態にあわせて、食品の選び方、調理の工夫、栄養バランスなど、食生活を見直し、家族や仲間と毎日の食事を楽しみましょう。

また、これまで積み重ねた知識や経験を大いに活用し、地域の味や食文化を積極的に伝えましょう。