

第3次沼津市食育推進計画

令和3年3月

沼津市

はじめに



「食育」は、食育基本法の中で生きる上での基本と位置付けられています。

食は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基礎となるものですが、世帯構造や社会環境の変化、ライフスタイルや価値観の多様化などにより、食を取り巻く環境は、時代とともに大きく変化していることから、多様な暮らしに対応した「食育」への取組が求められています。

このような状況を踏まえ、本市では、平成21年3月に「沼津市食育推進計画」、平成26年3月に「第2次沼津市食育推進計画」を策定し、子どもから成人、高齢者に至るまでの、それぞれのライフステージに応じた食育の推進に取り組んでまいりました。これまでの施策の展開により、食育体験の場が増えるとともに、地産地消の推進など、食育への取組は着実に進展している一方で、若い世代や働き盛り世代の食生活の乱れなどの問題が依然として見受けられるほか、食品ロスの問題など、まだまだ解決すべき課題が多く残されています。

このたび、第2次計画が終期を迎えるにあたり、これまでの取組の評価や食をめぐる課題等を踏まえ、沼津らしい食育をより一層推進するため、令和3年度からの5年間を計画期間として、『誰もが望ましい食との関り方を身につけられるまち ぬまづ』を基本理念とした「第3次沼津市食育推進計画」を策定いたしました。

本市は、豊かな自然と農林水産物に恵まれ、また、受け継がれてきた食文化があり、食に関する体験ができる環境が身近にあります。このような自然の恵みや人とのつながりを活かしながら、市民の皆様をはじめ、関係機関、団体等食育を推進する関係の方々と連携・協働し計画を進めてまいります。

食育への取組は市民の皆様が主役です。市民一人ひとりが健康な心と体を保ち、豊かな人間性を育むことができるよう、家庭や学校、保育所、職場、地域など、あらゆる場面において、それぞれの立場でできることから実践につなげていただければと思います。

終わりに、本計画の策定にあたり、貴重なご意見をいただきました沼津市民健康増進会議及び沼津市食育推進計画策定懇話会の委員の皆様はじめ、ご協力いただきました市民の皆様及び関係者の皆様に心からお礼を申し上げます。

令和3年3月

沼津市長 頼重 秀一

目次

第1章 計画の策定にあたって	1
1 計画策定の趣旨	1
2 計画の位置づけ	2
3 計画の期間	2
第2章 食をめぐる沼津市の現状	3
1 沼津市の概要	3
2 食習慣について	4
3 体格と健康の状況について	11
4 地産地消について	15
5 評価指標の達成状況	16
第3章 計画の基本的な考え方	17
1 基本理念	17
2 基本方針	17
3 計画の体系	18
第4章 施策の展開	19
1 家庭における食育の推進	19
2 学校等における食育の推進	20
3 地域における食育の推進	21
4 生産者と消費者との交流の促進	22
5 環境と調和のとれた農林漁業の活性化	23
6 食文化の継承	24
第5章 計画の推進と評価	25
1 計画の推進体制	25
2 計画の評価指標	26
3 計画の進捗管理	26
第6章 参考資料	27
1 沼津市食育推進計画の策定体制	27
2 沼津市民健康増進会議条例	28
3 沼津市民健康増進会議委員名簿	29
4 沼津市食育推進計画策定懇話会設置要綱	30
5 沼津市食育推進計画策定懇話会委員名簿	31
6 沼津市食育推進計画策定委員会設置要綱	32

第1章 計画の策定にあたって

1 計画策定の趣旨

食は命の源であり、生きていくために欠かせないものです。しかしながら、社会環境の変化及びライフスタイルの多様化から、脂質の過剰摂取や野菜の摂取不足による栄養の偏り、朝食の欠食など食習慣の乱れによる肥満や過度の痩身、生活習慣病の増加といった健康への影響が課題となっています。また、家族そろって食卓を囲む機会が減少し、一人で食事をとる孤食が増えるなど、食をめぐるさまざまな問題が指摘されています。さらに、近年では、環境に配慮した地産地消や、食品ロスへの取組なども一層注目されるようになってきています。こうした時代の要請に応じるため、国・県は、生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性を育むことができるよう食育の推進に取り組んできました。食育の推進は、「SDGsアクションプラン2020」においても、8つの優先課題の1つである「あらゆる人々が活躍する社会の実現」の中に位置づけられ、持続可能な社会の実現に向けても重要とされています。

本市においても、「沼津市食育推進計画（平成21年～平成25年）」、「第2次沼津市食育推進計画（平成26年～令和2年）」を策定し、食育の推進に努めてきました。これまでの取組により、市民の食に対する意識が向上するなど、一定の成果が得られましたが、いまだ男性の働き盛り世代の肥満や朝食欠食、若い世代での栄養バランスの乱れなど、今後も取組が必要な課題も残されています。

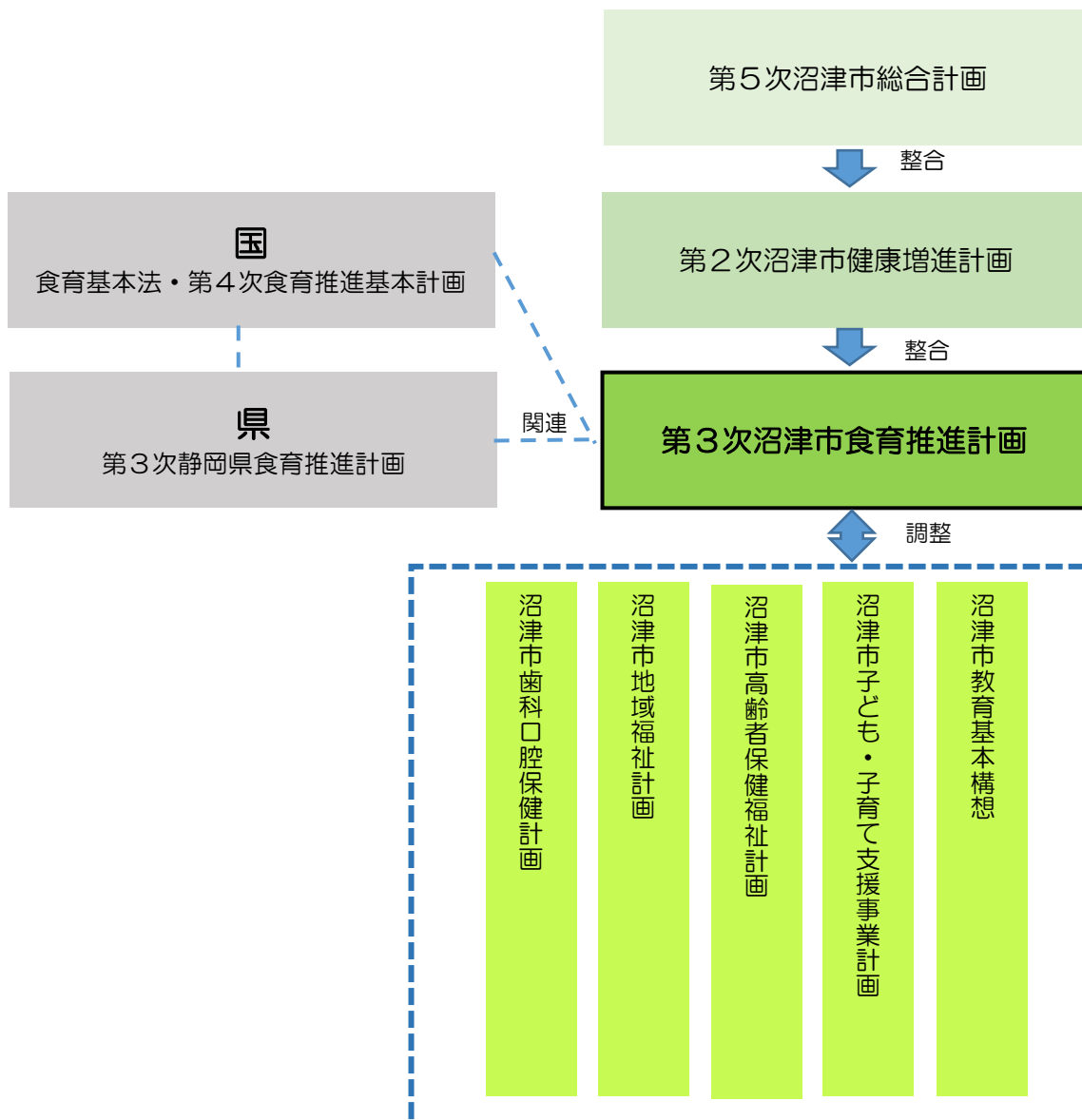
本市におけるこれまでの取組や、食をめぐる状況の変化や課題を踏まえ、市民一人ひとりが生涯にわたって望ましい食との関わり方を身につけ、健康な心と体を保ち、豊かな人間性を育む食育活動の更なる推進を図るため、「第3次沼津市食育推進計画」を策定します。

< 国・県・市の食育推進計画策定状況 >

年	平成17年	平成18年	平成19年	平成20年	平成21年	平成22年	平成23年	平成24年	平成25年	平成26年	平成27年	平成28年	平成29年	平成30年	令和元年	令和2年	令和3年	令和4年	令和5年	令和6年	令和7年
国	食育推進基本計画						第2次食育推進基本計画				第3次食育推進基本計画				第4次食育推進基本計画						
県	静岡県食育推進計画						第2次静岡県食育推進計画		第3次静岡県食育推進計画												
市						沼津市食育推進計画					第2次沼津市食育推進計画					第3次沼津市食育推進計画					

2 計画の位置づけ

食育基本法第十八条に基づき、本市が目指す健康づくり施策の基本的な方向性を示す「第2次沼津市健康増進計画」の個別実施計画として、上位計画である「第5次沼津市総合計画」及びその他の関連計画との調整を図りながら策定します。



3 計画の期間

本計画の期間は、令和3年度から令和7年度までの5か年とします。

ただし、国・県の行政施策の動向や社会情勢の変化に即し、必要に応じて見直しを行います。

第2章 食をめぐる沼津市の現状

1 沼津市の概要

(1) 地勢

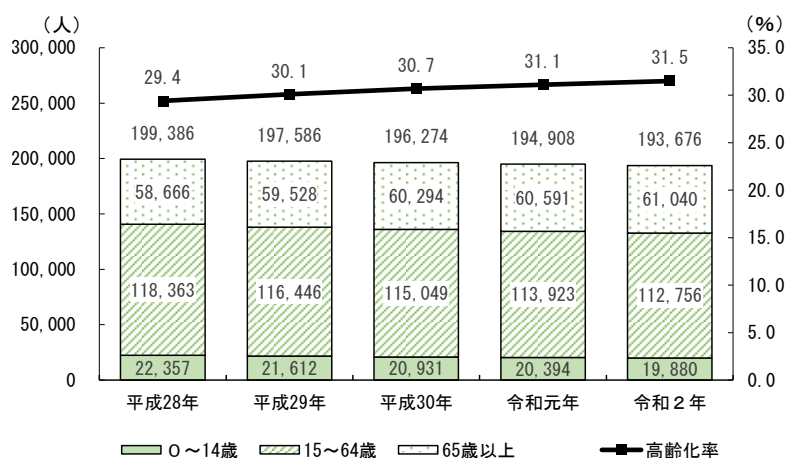
本市は、県東部地域、駿河湾の湾奥に位置しており、温暖な気候と豊かな自然環境に恵まれています。市域の北部は、愛鷹山麓の丘陵地が広がり、中央部の平地へと続いています。南部は、香貫山から達磨山にかけて急峻な峰々が連なるとともに、変化に富んだ美しい海岸線が形成されています。

産業面においては、恵まれた立地条件を活かし、県東部地域の商都として発展するとともに、豊かな自然や温暖な気候により育まれるお茶やみかん等の農業、駿河湾の豊富な水産資源を背景とした水産業やあじの干物等の水産加工業、様々な地域資源を活かした観光業、多様な形態の中小企業に支えられる工業等があり、産業がバランスよく発展してきました。

(2) 人口の推移

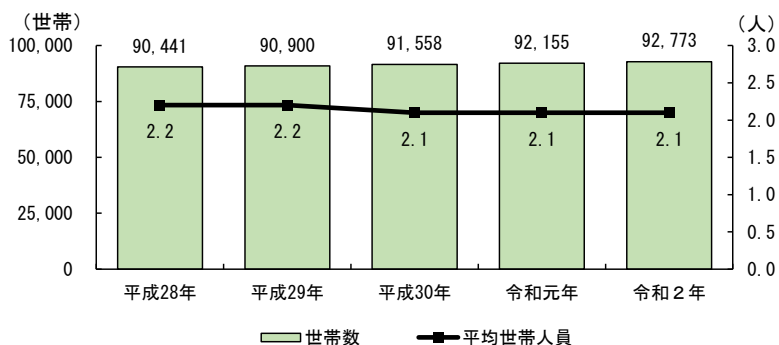
平成28年から令和2年までの推移をみると、本市の人口は年々減少しています。年齢3区分別では、0～14歳と15～64歳は減少、65歳以上は増加し続けており、少子高齢化や労働人口の減少が進んでいる状況です。また、世帯状況としては、単独世帯や核家族が増加しているものと見込まれます。

【沼津市総人口】



資料：沼津市住民基本台帳（各年10月1日現在）

【世帯数と平均世帯人員の推移】



資料：沼津市住民基本台帳（各年10月1日現在）

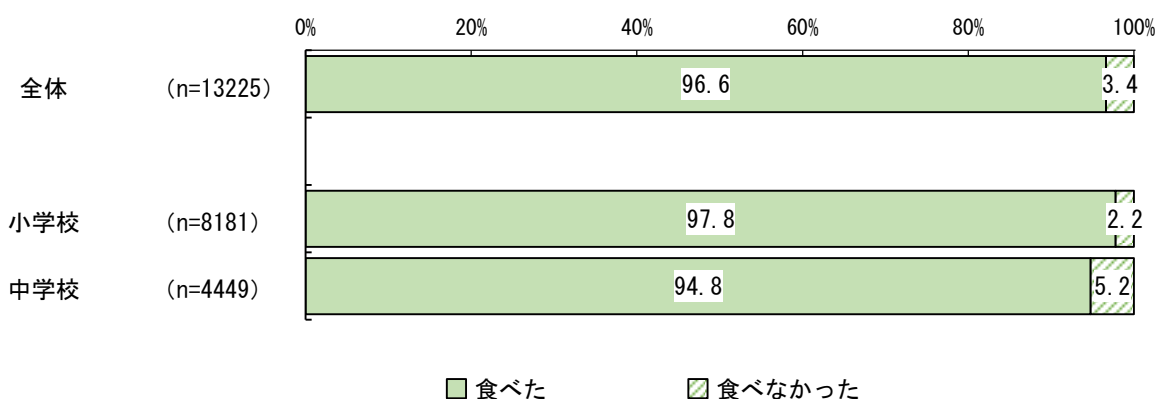
2 食習慣について

(1) 朝食の摂取状況

児童・生徒の朝食の摂取状況では、全体で見ると「食べた」が96.6%で、ほとんどの児童・生徒が朝食を食べています。小学生と中学生では、「食べなかった」が、小学生2.2%、中学生5.2%で、中学生の朝食の欠食がわずかに多くなっています。

成人の朝食の摂取状況では、全体で見ると「ほぼ毎日食べる」が、78.9%と最も多くなっていますが、性年代別で見ると、男性の30歳代から50歳代で、「ほとんど食べない」「週2～3日」の割合が多くなっており、働き盛り世代の男性に朝食を欠食する傾向が目立ちます。また女性では、20歳代の欠食率が多くなっています。

【児童・生徒の朝食の摂取状況】



資料：令和元年度静岡県教育委員会朝食摂取状況調査（沼津市分データ）

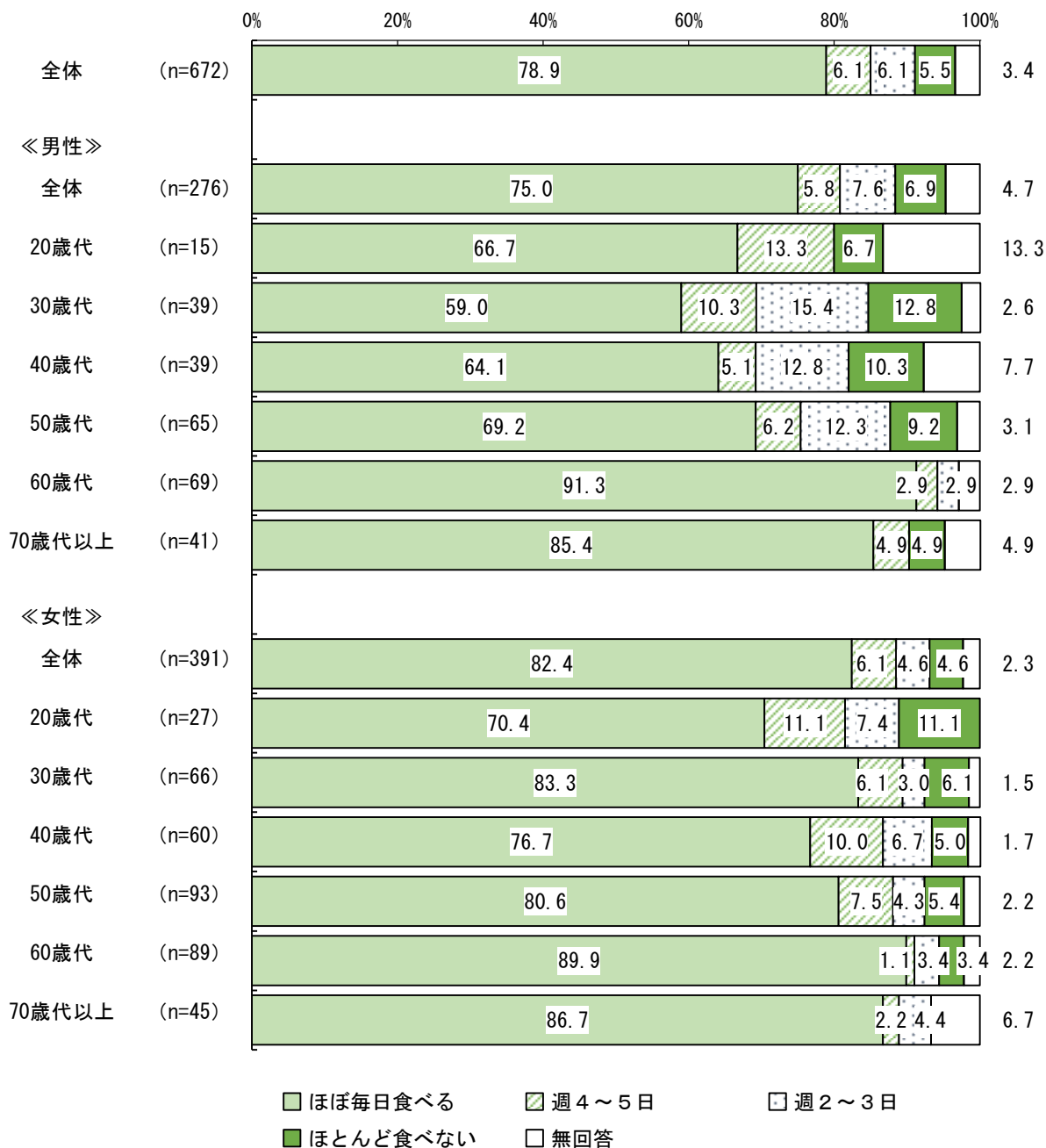
食育とは

食育は、生きる上での基本であって、知育・徳育・体育の基礎と位置付けられるとともに、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できる人間を育てるものです。食べることは生涯にわたって続く基本的な営みですから、子どもはもちろん、大人になってからも「食育」は重要です。健康的な食のあり方を考えるとともに、だれかと一緒に食事や料理をしたり、食べ物の収穫を体験したり、季節や地域の料理を味わったりするなど、食育を通じた「実践の環(わ)」を広げましょう。

また、食の安全や信頼に関わる問題や、外国からの食料輸入に依存する問題など、食を取り巻く環境が大きく変化しています。こうした中で、食に関する知識を身に付け、健康的な食生活を実践することにより、心と身体の健康を維持し、いきいきと暮らすために、食育を通じて、生涯にわたって「食べる力」＝「生きる力」を育むことが重要になっているのです。

参考：政府広報オンライン

【成人の朝食の摂取状況】



資料：沼津市民の健康に関するアンケート（令和元年）

早寝早起き朝ごはん

子どもたちが健やかに成長していくためには、適切な運動、調和のとれた食事、十分な休養・睡眠が大切です。また、子どもがこうした生活習慣を身につけていくためには家庭の果たすべき役割は大きいところですが、最近の子どもたちを見ると、「よく体を動かし、よく食べ、よく眠る」という成長期の子どもにとって当たり前で必要不可欠な基本的生活習慣が大きく乱れています。このような状況を見ると、家庭における食事や睡眠などの乱れは、個々の家庭や子どもの問題として看過することなく、社会全体の問題として地域一丸となった取り組みが重要な課題となっています。

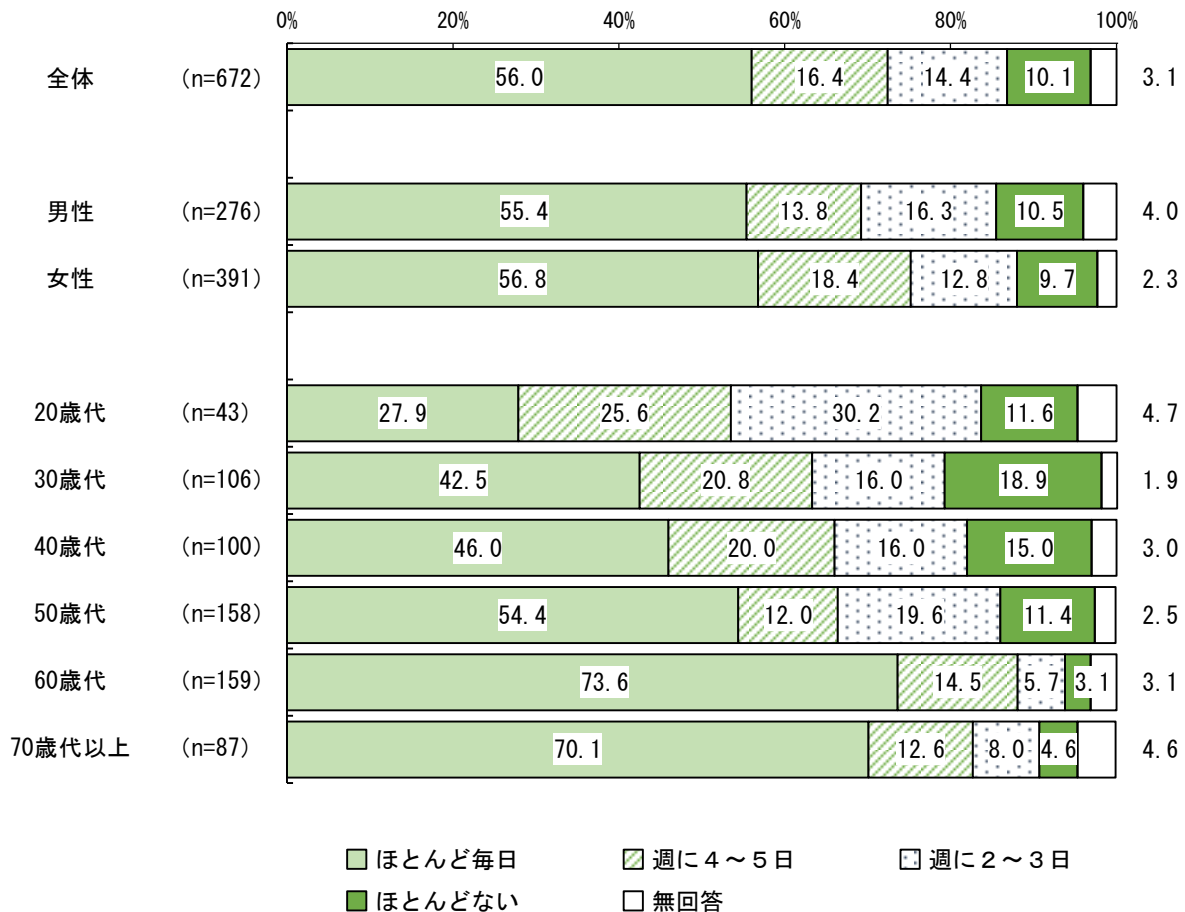
参考：文部科学省ホームページ

(2) 主食・主菜・副菜を3つそろえた食事

主食・主菜・副菜を3つそろえた食事では、全体でみると「ほとんど毎日」が56.0%と最も多くなっており、大きな男女差もみられません。

しかし、年代別でみると「ほとんどない」「週に2～3日」を合わせた割合が、若い世代ほど多くなっており、栄養バランスの整った食事を摂っていない傾向がみられます。

【主食・主菜・副菜を3つそろえた食事】



※ 1週間のうち、1日2回以上、主食・主菜・副菜の3つがそろった日数

資料：沼津市民の健康に関するアンケート（令和元年）

主食・主菜・副菜を3つそろえた食事

健康の保持・増進のために1日に必要とされる栄養素の量は、エネルギーとともに34項目の栄養素について示されています。一方、1つの食品には多種類の栄養素が含まれていて、それぞれの食品に含まれる栄養素の種類は食品によって異なります。このため、私たちは、多様な食品を組み合わせ、必要な栄養素をとることになります。主食・主菜・副菜をそろえることを基本とすることで、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ます。

主食：ごはん、パン、めん類などで、炭水化物を多く含む

主菜：魚や肉、卵、大豆製品などを使ったおかずの中心となる料理で、たんぱく質や脂質を多く含む

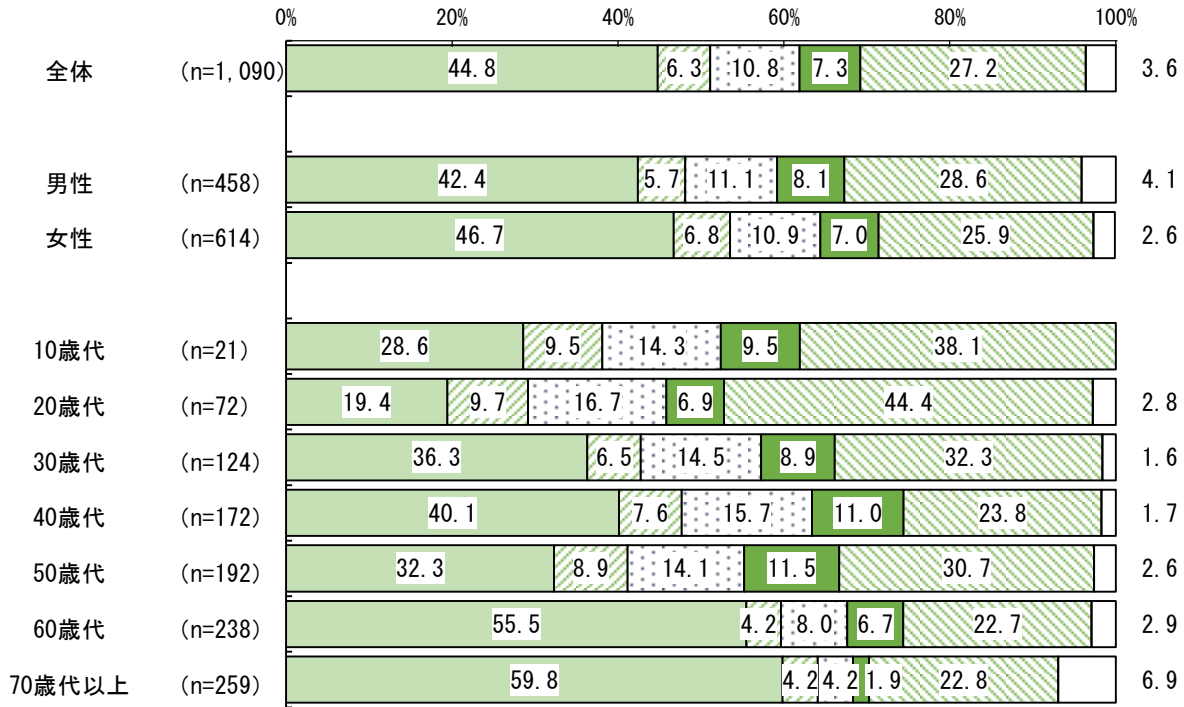
副菜：野菜などを使った料理で、ビタミンやミネラル、食物繊維などを多く含む

参考：厚生労働省「健康な食事」

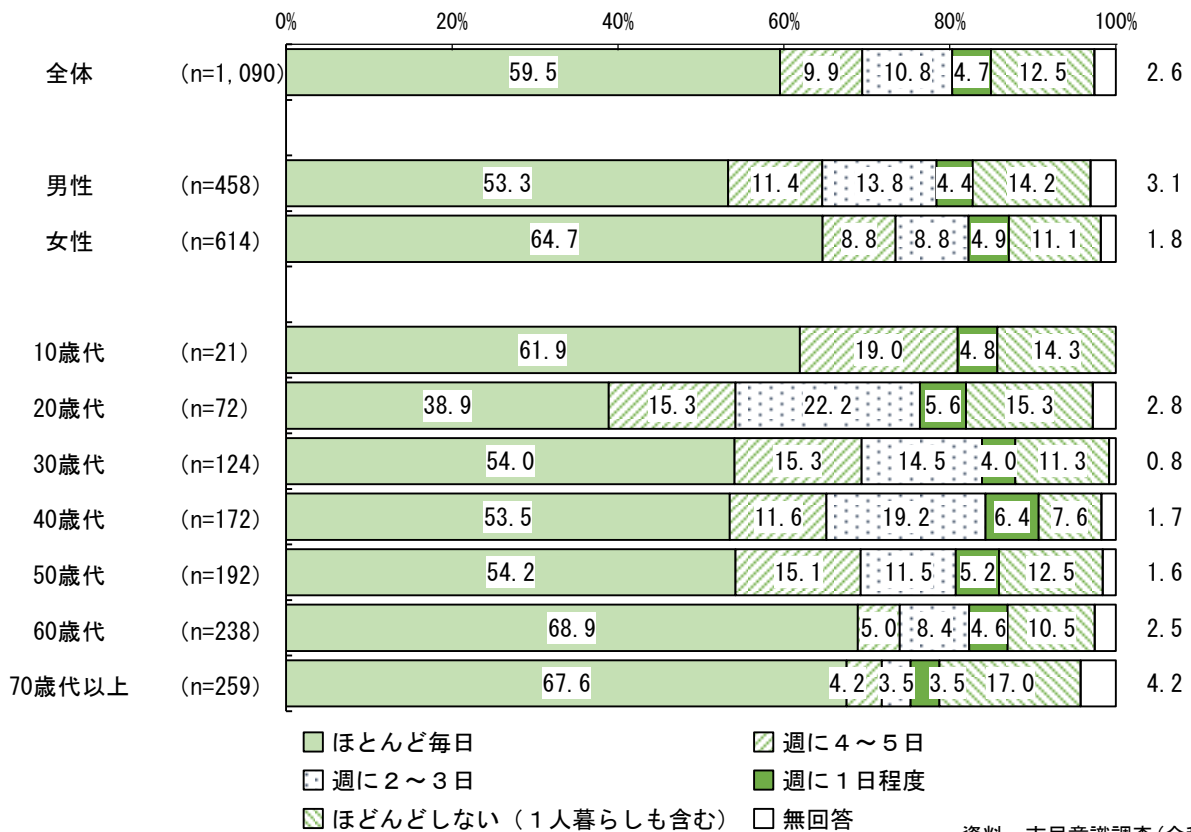
(3) 共食について

朝食または夕食をほとんど毎日家族と一緒に食べている人の割合では、朝食と夕食で、いずれも20歳代が最も少なく（朝食19.4%、夕食38.9%）、60歳代以上で多い割合となっています。家族との共食の頻度は、20歳代から50歳代で少ない傾向がみられます。

【朝食を家族と一緒に食べる頻度】



【夕食を家族と一緒に食べる頻度】

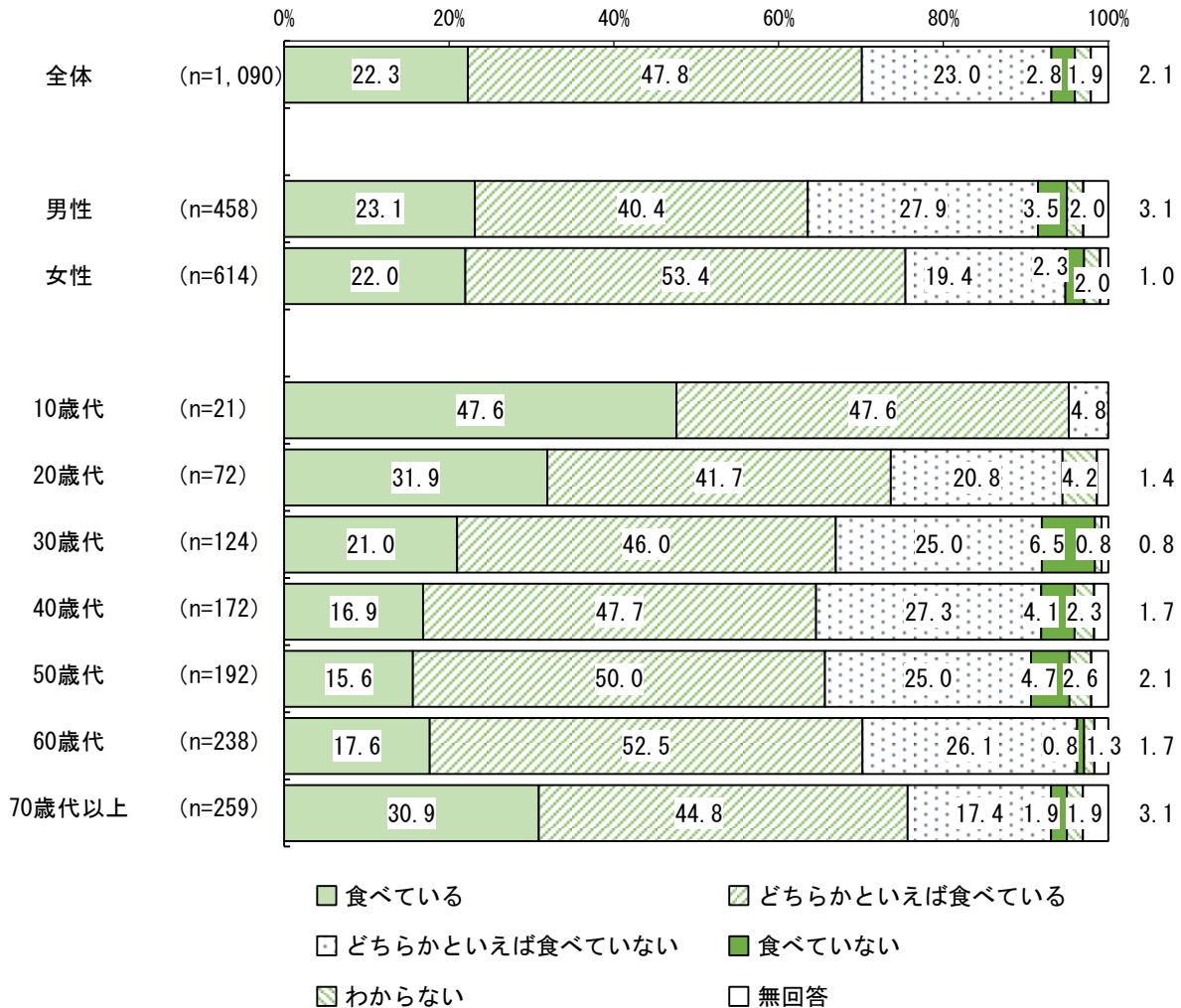


資料：市民意識調査(令和2年)

(4) よく噛んで味わって食べている人の割合

よく噛んで味わって食べている人の割合では、「食べている」人が全体の22.3%で、いずれの年代でも50%に満たない状況です。特に、30歳代から60歳代で少ない傾向がみられます。

【よく噛んで味わって食べている人の割合】



資料：市民意識調査(令和2年)

歯科口腔保健と食育

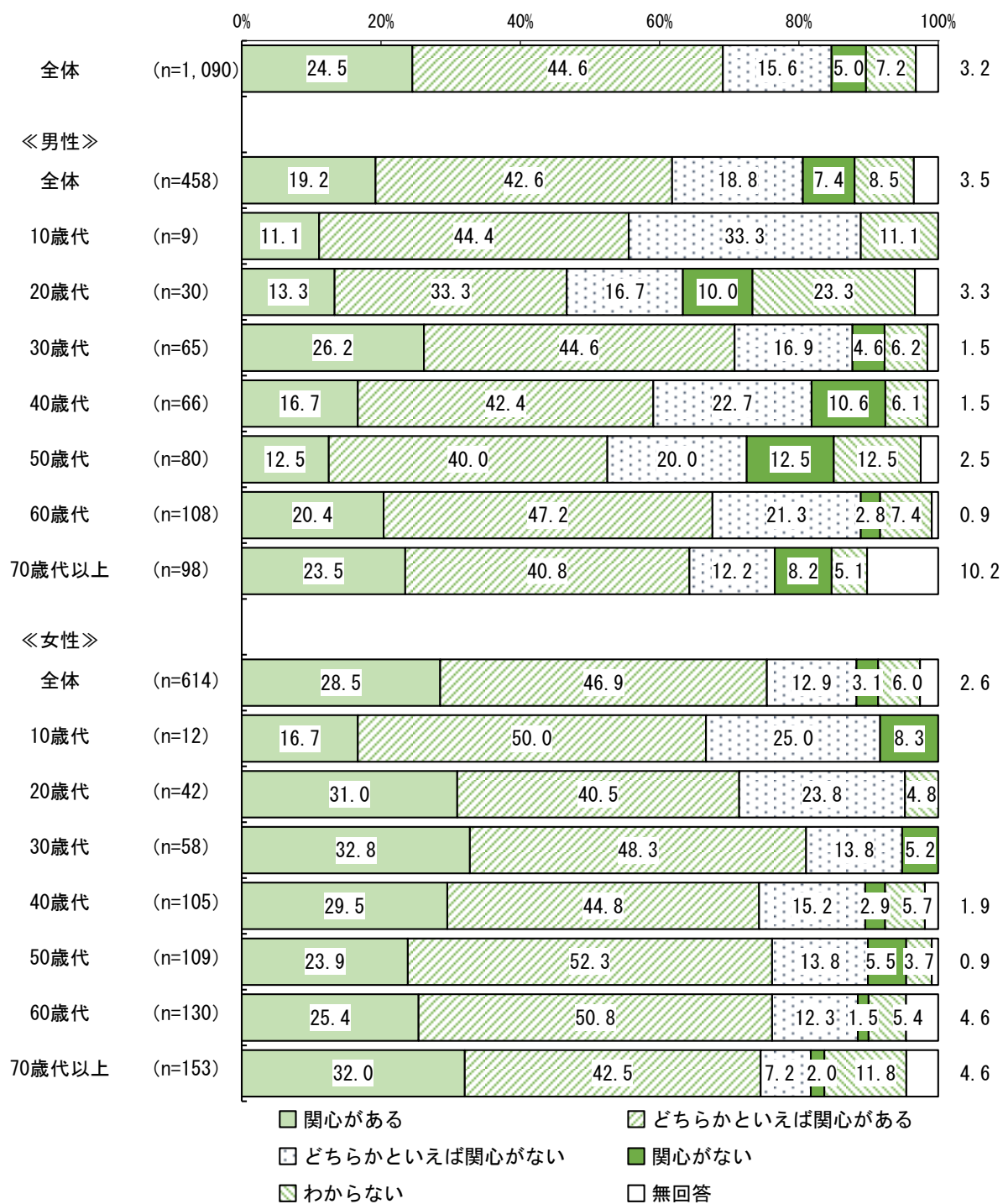
食を通して健康寿命を延伸するためには、食べる器官である口腔の健康と関連させて「食育」を推進することが重要であり、その一助として、一口30回以上かむことを目標にした「噛ミング30 (カミングサンマル)」が推進されています。歯科領域における食育推進の基本理念は、平成19年6月に歯科系4団体（日本歯科医師会、日本歯科衛生士会、日本歯科医学会、日本学校歯科医会）により発せられた「食育推進宣言」及び推進宣言の内容を具体的に解説した「歯科関係者のための食育推進支援ガイド」に記載されています。「食育推進宣言」では、歯科領域からの食育は、口から食べることの重要性を食べ方（かむ、味わう、飲み込む等）を通して、その大切さを国民に認識してもらい、口の健康を守り五感で味わえる食べ方ができる食育によって心身の健康の保持増進を目指して豊かで健全な食生活を実践してもらおうことが示されています。

参考：テーマパーク8020

(5) 食育への関心

食育への関心については、「関心がある」が24.5%、「どちらかといえば関心がある」が44.6%で、全体の69.1%が食育に関心を持っている状況です。男女の比較では、女性の方が関心がある人の割合が多くなっています。

【食育への関心】

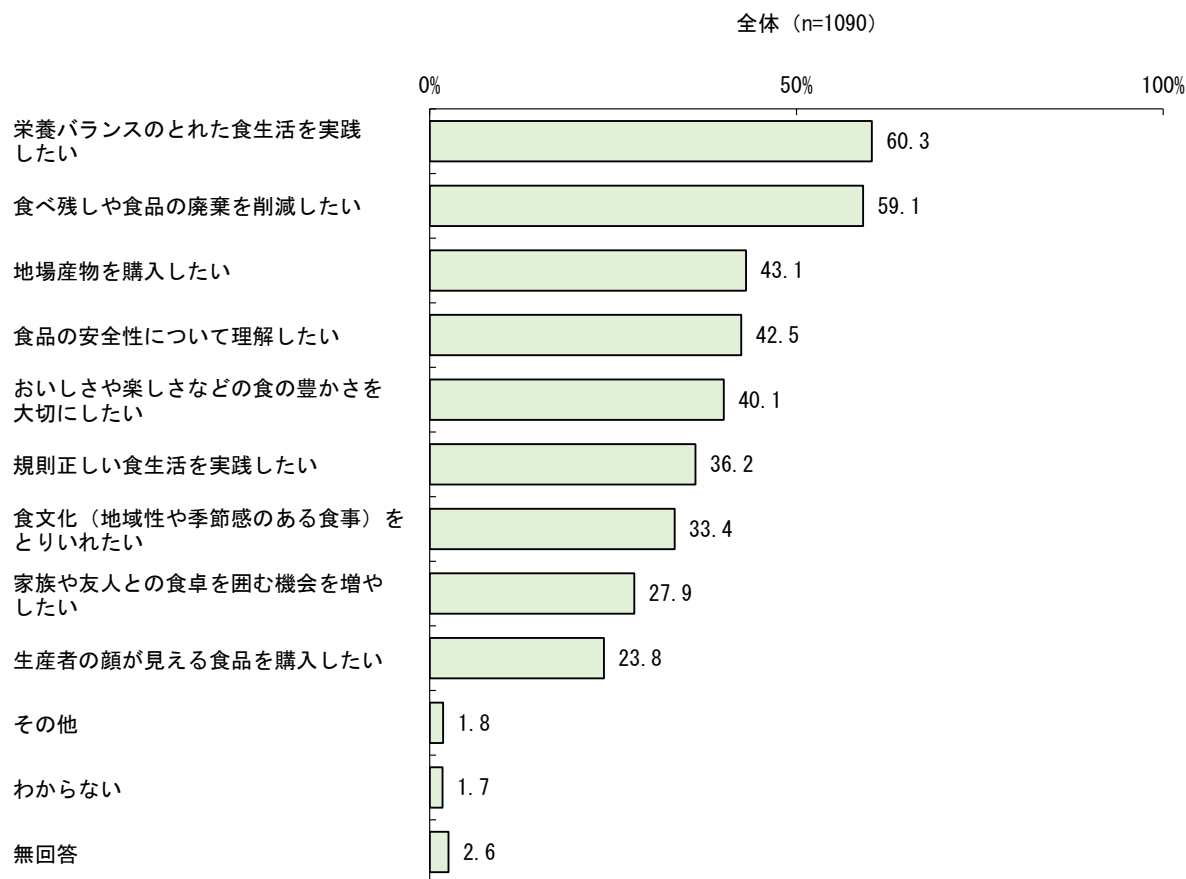


資料：市民意識調査(令和2年)

(6) 食生活の中で特に力を入れたいこと

食生活の中で特に力を入れたいことでは、「栄養バランスのとれた食生活を実践したい」が60.3%、「食べ残しや食品の廃棄を削減したい」が59.1%と関心のある人が多く、「地場産物を購入したい」、「食品の安全性について理解したい」が次いで多くなっています。

【食生活の中で特に力を入れたいこと】(複数回答)



資料：市民意識調査(令和2年)

栄養バランスを考えた食事と健康

市民意識調査の結果、食生活の中で最も関心が高かった「栄養バランスのとれた食生活の実践」と健康について、国内では様々な研究結果が報告されています。

- 主食・主菜・副菜をそろえた食事の回数が多い人は、少ない人と比較すると「バランスよく栄養素や食品をとれている」「ビタミンなどの栄養素が不足している人が少ない」などの報告があります。
- 野菜類・果物類・豆類・海藻類・乳類をよく食べ、肉類が控えめな食事パターンは、病気のリスク低下に関係しており、「胃がん・大腸がん・乳がんの発症リスクが低い」、「脳血管疾患や心疾患での死亡リスクが低い」、「糖尿病の発症リスクが低い」などの報告があります。

また、バランスの良い食事を実践するためのツールとして、一日に「なにを」「どれだけ」食べればよいのか、主食・主菜・副菜・牛乳(乳製品)・果物の望ましい組み合わせと、おおよその量(目安量)を料理の数で示した「食事バランスガイド」があります。

参考：農林水産省ホームページ

3 体格と健康の状況について

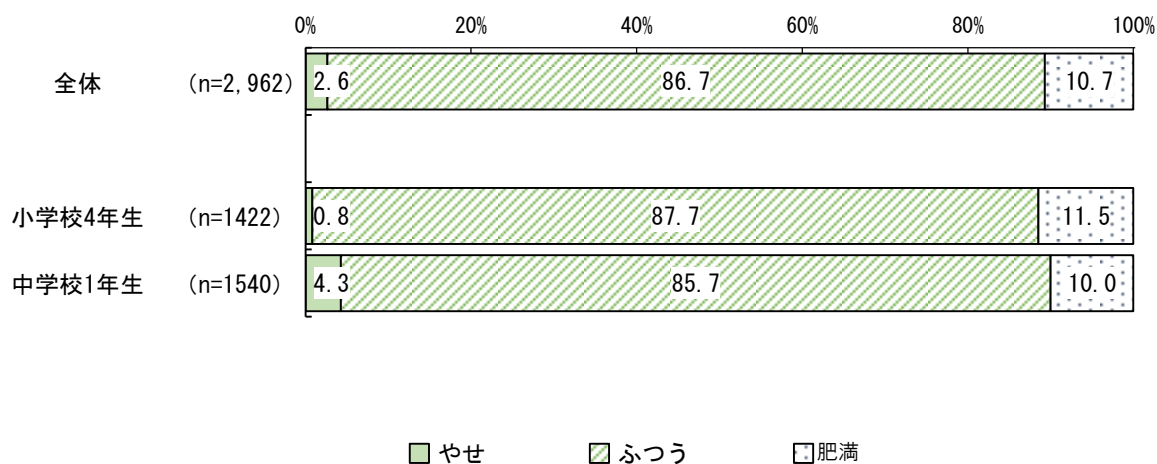
(1) 児童・生徒と成人の体格

児童・生徒では、全体で見ると「ふつう」が86.7%と最も高く、次いで「肥満」10.7%、「やせ」2.6%となっています。「肥満」の割合は、小学校4年生11.5%、中学校1年生10.0%となっています。一方、「やせ」の割合では小学校4年生は0.8%ですが、中学校1年生では4.3%となっており、中学生のやせの割合が高くなっています。

成人では、全体で見ると「ふつう」が68.3%と最も高く、次いで「肥満」20.2%、「やせ」8.6%となっています。性年代別で見ると、男性では、40歳代35.9%、50歳代27.7%、60歳代31.9%が「肥満」で、男性全体の26.8%と比較して高くなっていますが、反面、20歳代の20.0%は「やせ」となっています。女性では、50歳代の23.7%、60歳代の20.2%が「肥満」で、女性全体の15.6%と比較して高くなっています。

65歳以上の高齢者では、全体の20.3%に「低栄養傾向（BMI20.0以下）」がみられます。

【児童・生徒の体格※1】

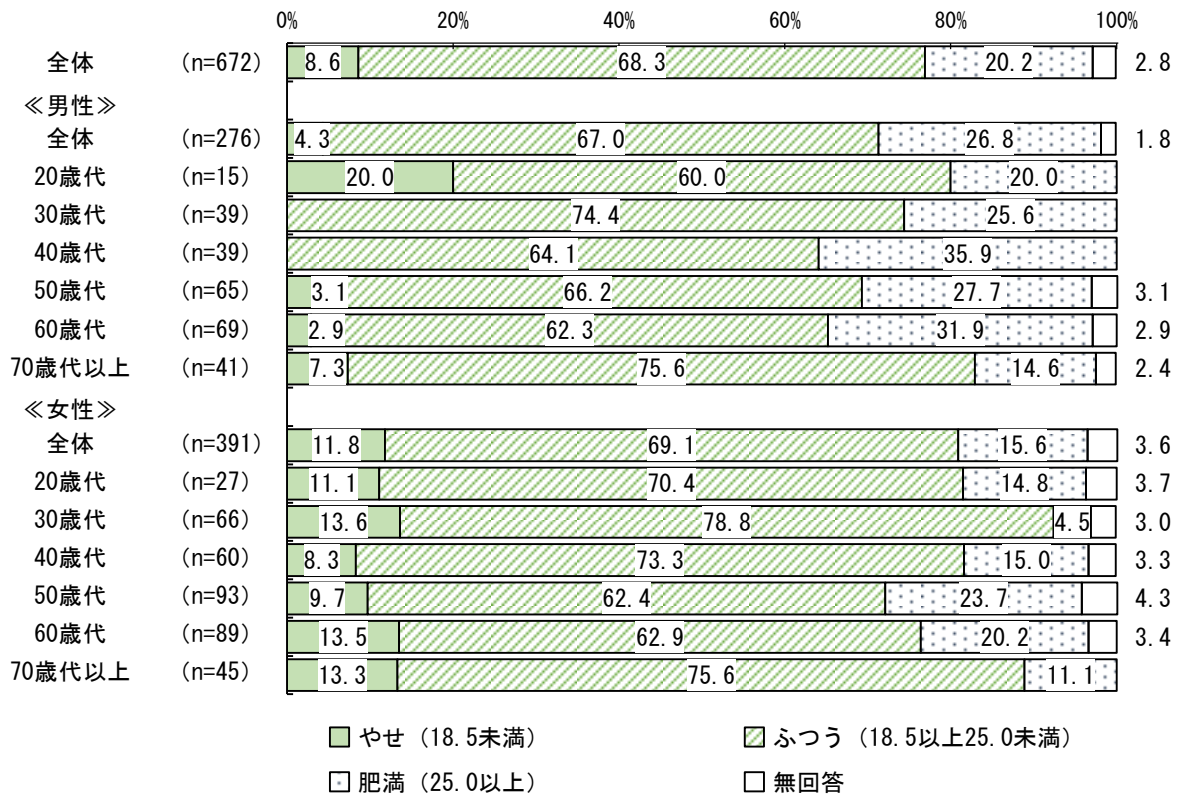


※1 以下の算定式により得られた数値の+20%以上を「肥満」、-20%以下を「やせ」とした。

$$\text{肥満度} = (\text{実測体重} - \text{身長別標準体重}) \div \text{身長別標準体重} \times 100$$

資料：令和元年度小児期における生活習慣病予防検診結果（沼津市分データ）

【成人のBMI※1】



※1 BMIとは、身長と体重による成人の肥満度を表す体格指数

資料：沼津市民の健康に関するアンケート（令和元年）

BMI

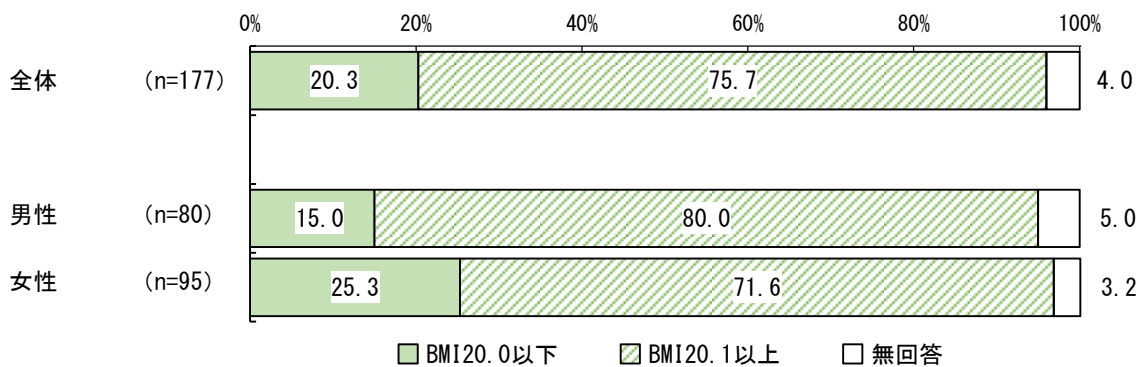
〔体重 (kg) ÷ 身長 (m) ÷ 身長 (m)〕で算出され、肥満や低体重（やせ）の判定に用いられます。肥満度を示す指標として国際的に用いられている体格指数で、計算方法は世界共通ですが、肥満の判定基準は国によって異なり、WHO（世界保健機構）の基準では30以上を“Obese”（肥満）としています。

日本肥満学会の定めた基準では、18.5未満が「低体重（やせ）」、18.5以上25未満が「普通体重」、25以上が「肥満」で、肥満はその度合いによってさらに「肥満1」から「肥満4」に分類されます。

BMIが22になるときの体重が標準体重で、最も病気になりにくい状態であるとき、25を超えると脂質異常症や糖尿病、高血圧などの生活習慣病のリスクが2倍以上になり、30を超えると高度な肥満としてより積極的な減量治療を要するものとされています。

参考：厚生労働省 e-ヘルスネット

【65歳以上の低栄養傾向（BMI20.0以下）の割合】

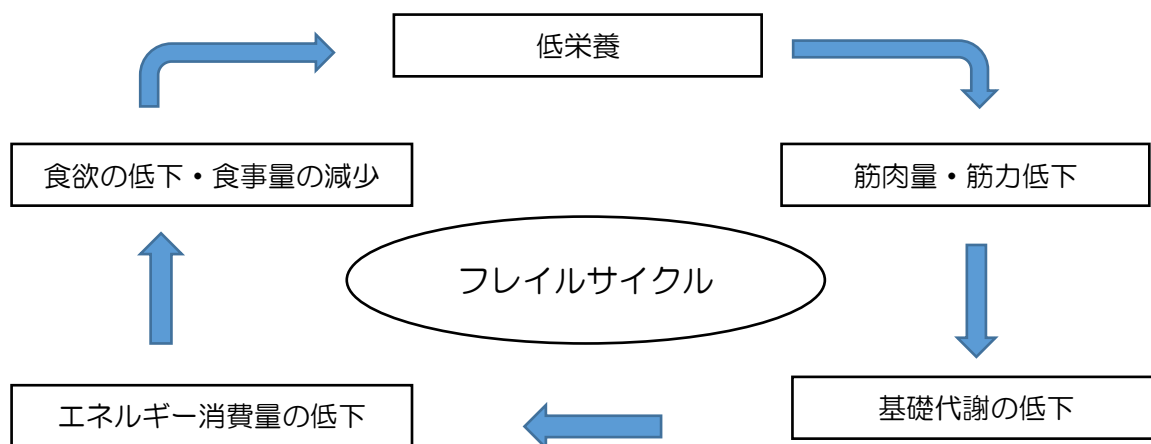


資料：沼津市民の健康に関するアンケート（令和元年）

低栄養とフレイル

「フレイル」は、加齢に伴って体や心のはたらきが衰え、社会的なつながりが弱くなった状態を指します。健康な状態と要介護状態の中間に位置し、そのまま放置すると要介護状態になる可能性があります。早期に適切な取組を行うことで、進行を防ぎ健康な状態に戻ることができます。

フレイルの要因のひとつに「低栄養」があり、「体重が以前よりも減ってきた」、「おいしくものが食べられなくなった」などは低栄養のサインです。「低栄養」とは、体に必要なエネルギーとたんぱく質が不足している状態です。体が低栄養状態になると、筋肉量の減少や筋力の低下が起こります。また、筋肉量が低下することで消費エネルギーが低下します。それに伴って食欲が低下して、さらに食事量が減少することで、さらに低栄養状態が悪化するという悪循環がフレイルの進行につながるのです。十分なたんぱく質を摂取して低栄養を防ぎ、併せて運動を実施することで、筋肉量の減少や筋力低下を防ぐことが重要であると考えられています。



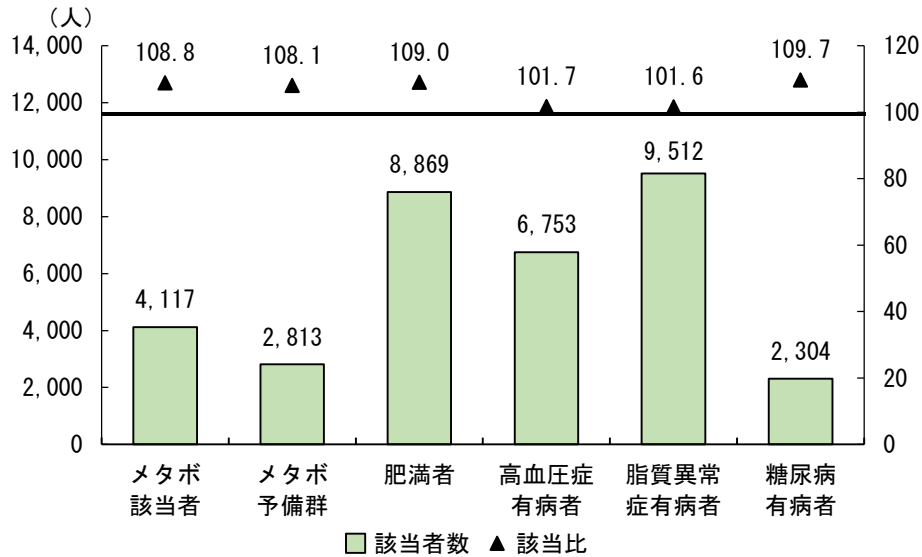
参考：厚生労働省ホームページ

(2) 特定健康診査有所見状況

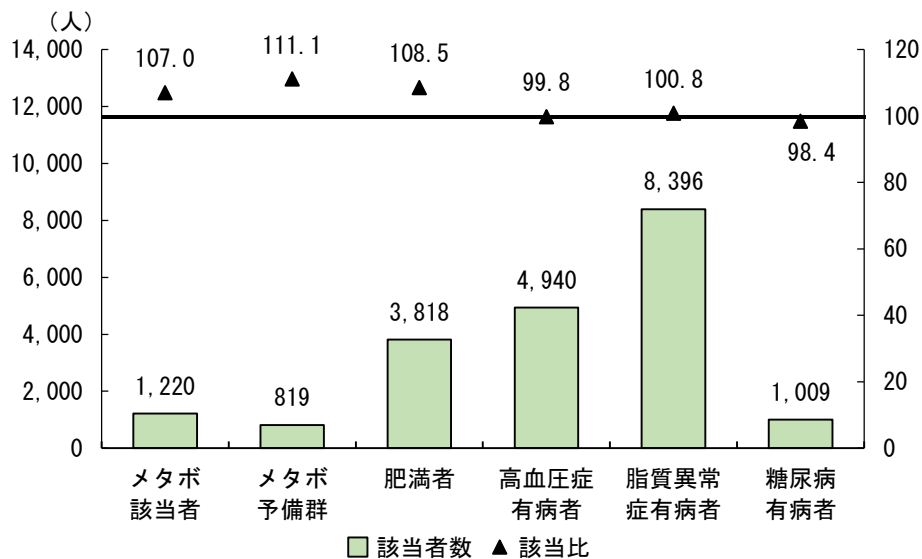
標準化該当比^{※1}では、男性は、全て県より高い数値となっています。女性は、「高血圧症有病者」「糖尿病有病者」を除き県より高い数値となっています。

特に「メタボ該当者及び予備群」、「肥満者^{※2}」では、男女とも有意に高い数値となっています。

【男性】



【女性】



資料：特定健診・特定保健指導に係る健診等データ報告書（平成30年度）

※1 標準化該当比は、特定健康診査での有所見率を年齢調整した上で比較を可能にするための数値です。上記は静岡県を基準となる集団として、静岡県全体の結果を100とした場合の沼津市の結果を算出したものとなります。100を超えるものについては静岡県全体よりも高いことを示します。

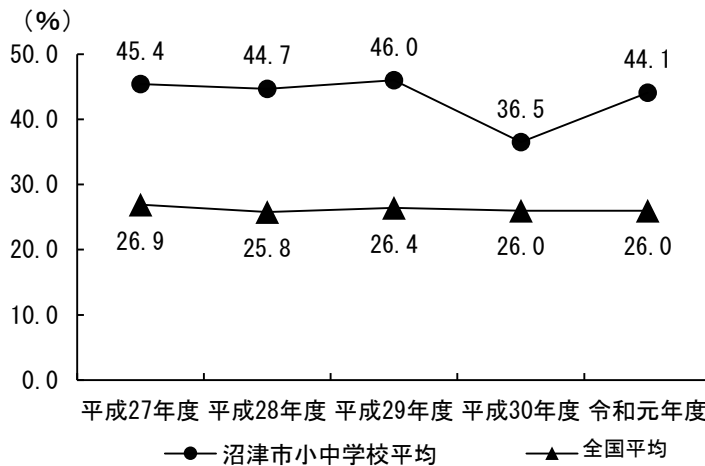
※2 特定健康診査結果での肥満は、次のいずれかに該当する者
 ア：BMI25以上で腹囲男性85.0cm以上、女性90.0cm以上
 イ：BMIのみ25以上
 ウ：腹囲のみ男性85.0cm以上、女性90.0cm以上

4 地産地消について

(1) 学校給食に地場産物を使用する割合（食材数ベース）

学校給食に地場産物を使用する割合では、平成30年度を除き、45%前後を推移していますが、全国の平均と比べると、いずれの年度も高い割合となっており、地場産物の利用に積極的であることがわかります。

【学校給食に地場産物を使用する割合】



資料：学校給食栄養報告

(2) 学校給食における地産地消の取組実績

学校給食における地産地消の取組実績では、平成26年度に大中寺芋を、平成30年度に抹茶、小松菜（平成22年度以来再度取り入れ）、枝豆、白ねぎ、令和元年度にカリフローレ、ブランド米「するがの極」（米に含む）を新たに取り入れました。

【学校給食 地産地消の取組実績】

食品名	平成26年度	平成27年度	平成28年度	平成29年度	平成30年度	令和元年度
プチヴェール	○	○	○	○	○	○
玉ねぎ	○	○	○	○	○	○
米	○	○	○	○	○	○
煎茶	○	○	○	○	○	○
粉末茶	○	○	○	○	○	○
抹茶					○	○
ほうれん草	○	○	○	○	○	○
大中寺芋	○		○	○	○	○
小松菜					○	○
枝豆					○	○
白ねぎ					○	○
カリフローレ						○

資料：沼津市農業振興推進協議会

5 評価指標の達成状況

達成状況

◎：目標値を達成している

○：目標値を達成していないが改善している

×：策定時より悪化している

指標		策定時	現状値	目標値	達成状況
朝食を毎日食べている人の割合※ ¹	20代 男性	58.7%	66.7%	62.0%	◎
栄養バランスのとれた朝食をとっている幼児・児童・生徒の割合※ ²	幼児	50.9% (45.0%)	57.1% (38.1%)	60.0% (50.0%)	○
	小学生	63.8% (56.3%)	27.3% (50.5%)	80.0% (55.0%)	×
	中学生	61.1% (53.9%)	50.0% (46.2%)	80.0% (50.0%)	×
栄養バランスに気をつけている人の割合※ ³	男性	25.4%	55.4%	30.0%	◎
	女性	30.2%	56.8%	40.0%	◎
メタボリックシンドロームを認知している人の割合		68.6%	74.3%	80.0%	○
食育に関心がある人の割合		75.3%	69.1%	90.0%	×
学校給食における地場産物を使用する割合（食材数ベース）		39.2%	44.1%	40%以上	◎
学校給食の残食割合※ ⁴	小学校	2.2%	-	2.0%以下	-
	中学校	2.6%		2.0%以下	
朝食または夕食を家族と一緒に食べる共食の回数		データなし	週8.4回	週10回以上	未達成

※1 策定時と現状値の各調査では、指標の値として使用した回答に以下の違いがあります。

・沼津市民食生活調査（平成24年）：「ほぼ毎日食べる」

・沼津市民の健康に関するアンケート（令和元年）：「週6回」、「週7回」

※2 各市町1学級抽出調査のため、沼津市分データの母数が小さいことから、参考として、県の数値を（ ）で記載しています。

※3 策定時と現状値の各調査では、設問、指標の値として使用した回答に以下の違いがあります。

・沼津市民食生活調査（平成24年）

設問：栄養バランスに注意しているか

指標の値として使用した選択肢：「注意している」

・沼津市民の健康に関するアンケート（令和元年）

設問：主食・主菜・副菜を3つ揃えて食べることが1日に2回以上あるのは、週に何日か

指標の値として使用した選択肢：「ほとんど毎日」

※4 策定時に実施した「市教育委員会残食調査」が、平成29年度で終了したため、達成状況の評価が行えませんでした。

第3章 計画の基本的な考え方

1 基本理念

食習慣は健康の基礎となります。食生活の改善によって、生活習慣病の予防や重症化のリスクを下げることができると言われており、望ましい食生活は健康寿命の延伸に資するものとなります。健康づくりは一人ひとりの考えに基づいて行われるべきものですが、学校教育や地域の活動による支援という形で、健康に良いとされる食習慣を獲得できる機会を提供することも必要です。さらに、ライフステージ別で見ると、若い世代や、職業が生活の中心となっている層では食生活に乱れが生じやすい傾向があるため、これらに対して、家庭を中心に、学校や地域・関係団体・行政等の協働による食育の推進が重要になっています。

また、我が国では食料自給率や食品ロスなどの問題が指摘されており、持続可能な社会という視野で食について考え、健全な社会の仕組みづくりをしていくことが求められています。

そこで、本計画は、市全体で市民誰もが健康と健全な社会を望むことのできるまちを目指していくという趣旨のもと、下記のとおり基本理念を定め、計画を推進します。

誰もが望ましい食との関わり方を

身につけられるまち ぬまづ

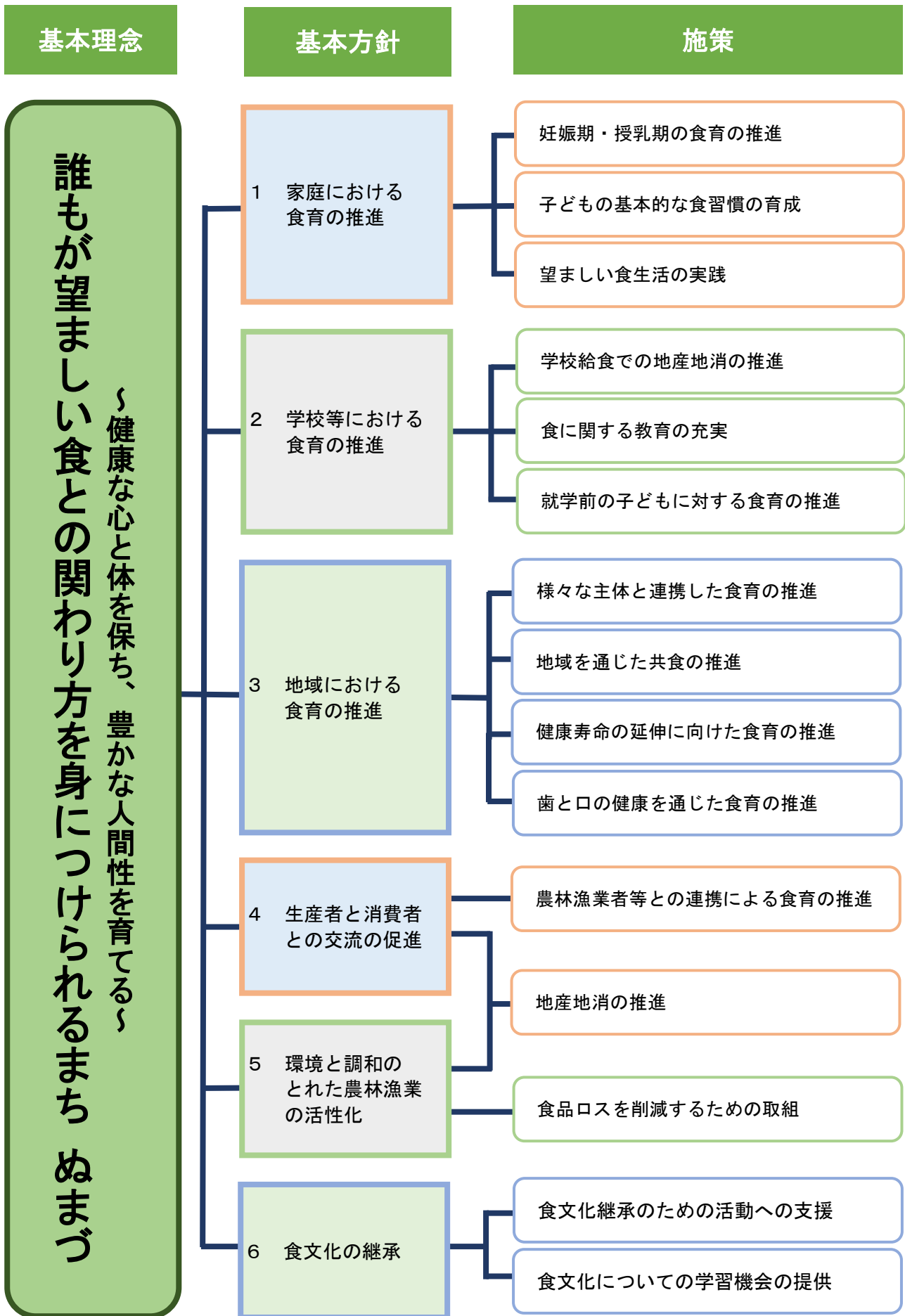
～健康な心と体を保ち、豊かな人間性を育てる～

2 基本方針

基本理念を達成するために次の6つの方針を掲げ、現状分析をもとに課題を整理し、それぞれの対策となる取組を進めます。

- 1 家庭における食育の推進
- 2 学校等における食育の推進
- 3 地域における食育の推進
- 4 生産者と消費者との交流の促進
- 5 環境と調和のとれた農林漁業の活性化
- 6 食文化の継承

3 計画の体系



第4章 施策の展開

1 家庭における食育の推進

《現状と課題》

朝食を毎日食べることや、家族と食事を共にする共食、栄養バランスのとれた食事を食べることは、望ましい食生活の中でも基礎となるものです。しかし、近年は、さまざまな家族形態の変化やライフスタイルの多様化により、若い世代や働き盛りの男性を中心に、共食の頻度の少なさや、朝食の欠食、栄養バランスの乱れなどの問題がみられ、望ましい食生活の実践が十分でない現状があります。

《施策の方向性》

生活の基盤となる家庭において、生涯にわたる切れ目のない食育を推進するために、日々の食生活を見直し、望ましい食生活を実践します。

○妊娠期・授乳期の食育の推進

安全な妊娠・出産と産後の健康の回復に加えて、子どもの生涯にわたる健康づくりの基礎となるため、妊娠期及び授乳期における望ましい食生活を推進します。

○子どもの基本的な食習慣の育成

朝食をとることや早寝早起きを実践することなど、子どもの基本的な生活習慣を形成し、生活リズムの向上を図ります。

○望ましい食生活の実践

食育月間や食育の日等を活用し、食育に対する理解を深めるための情報発信や、食についての望ましい習慣を学びながら食を楽しむ機会を提供します。

《取組の概要》

施策	取組概要	担当課
妊娠期・授乳期の食育の推進	妊産婦の望ましい食生活についての普及啓発	健康づくり課
	妊婦やその家族に向けた栄養講座	
	授乳に関する相談支援	
	離乳期の栄養に関する情報提供・講座	
子どもの基本的な食習慣の育成	乳幼児に対する基本的な生活習慣の普及啓発	健康づくり課 子育て支援課
	乳幼児の望ましい食生活に関する教育・相談	
	規則正しい生活習慣（早寝・早起き・朝ごはん）の育成	
望ましい食生活の実践	食育月間や食育の日等における、望ましい食生活の周知	健康づくり課
	家族や仲間と食卓を囲み、楽しく食べる共食の普及啓発	
	朝食の重要性の普及啓発	
	親子向けの栄養講座	
	ホームページや広報誌、SNS等を通じた望ましい食生活の実践に関する情報発信	

2 学校等における食育の推進

《現状と課題》

学校・保育所等には、子どもの食育を進めていく場として大きな役割を担うことが求められています。学校給食で使用する地場産物の品目数は増えており、給食の幅が広がっています。こうした食を通じて地域等を理解することや、食文化の継承を図ること、自然の恵みや勤労の大切さを理解することが重要です。

《施策の方向性》

子どもたちが食に関する正しい知識と、望ましい食習慣を身に付けられるよう、学校・保育所等において、食に関する指導を乳幼児期から体系的・継続的に実施します。

○学校給食での地産地消の推進

生産流通に係る事業者や関係者との協働を推進し、地元食材を積極的に使用することで、地産地消への関心を高めるとともに、生産者と児童・生徒の交流促進を実施します。

○食に関する教育の充実

栄養教諭等を主体とした体系的で多様な機会を通じた食育を実施します。

○就学前の子どもに対する食育の推進

豊かな食の体験を積み重ね、楽しく食べる体験を通して、食への関心を育み、食を営む力の基礎を培う食育を実践します。

《取組の概要》

施策	取組概要	担当課
学校給食での地産地消の推進	学校給食への沼津産をはじめとする静岡県産食材の提供	農林農地課
	地元食材を積極的に使用した献立の作成	学校教育課
	生産者との交流による地産地消への関心を高めるための取組	学校教育課 農林農地課 水産海浜課
食に関する教育の充実	栄養教諭を主体とした食育の推進	学校教育課
	家庭科をはじめとする各教科や総合学習などの授業における食育指導の実施	
	行事食等の献立による食文化の普及啓発	
	食育を通じた生活習慣病等の予防に関する教育	
	おたよりや子どもを通じた保護者への食に関する情報提供	
就学前の子どもに対する食育の推進	食に興味関心を持つための体験活動の充実	子育て支援課 水産海浜課
	行事食等の献立による食文化の普及啓発	
	おたよりや子どもを通じた保護者への食に関する情報提供	
	食事のマナーや感謝の気持ちを育むための教育	

3 地域における食育の推進

《現状と課題》

高血圧症、脂質異常症、糖尿病などの生活習慣病の有病率が高い傾向にあることから、これらを予防し、健康寿命の延伸につながる食育の推進が必要です。しかし、単独世帯や核家族の増加、ライフスタイルの多様化等により、健全な食生活の実践が困難な環境もあることから、様々な主体と連携しつつ、地域での食育を推進する取組が重要です。

《施策の方向性》

健全な食生活の実践のためには各々の生活状況が関係するため、身近な地域や様々な場面を通じて、ライフステージに合わせた取組を推進します。

○様々な主体と連携した食育の推進

様々な主体と協働して健康経営への取組や地域での健康づくりを通じて食育を推進します。

○地域を通じた共食の推進

地域の様々な活動やイベントの機会を通じて、健康的な習慣づくりにつながる共食を普及啓発します。

○健康寿命の延伸に向けた食育の推進

生活習慣病やフレイルの予防のために、正しい知識の普及啓発や栄養指導を実施します。

○歯と口の健康を通じた食育の推進

よく噛んでおいしく食べるために、乳幼児期から高齢期までの各ライフステージに応じた歯科口腔の健康を通じた食育を推進します。

《取組の概要》

施策	取組概要	担当課
様々な主体と連携した食育の推進	事業所等との連携による健康経営への取組の支援	健康づくり課
	地域の団体・グループへの出張講座	
	専門的知識を有する地域の人材活用	生涯学習課
地域を通じた共食の推進	地区組織活動やイベント等での共食の普及啓発	健康づくり課
健康寿命の延伸に向けた食育の推進	食に関わる生活習慣病予防のための正しい知識の普及啓発	健康づくり課
	健診結果に基づいた生活習慣病予防のための栄養指導	
	高齢期の栄養管理に関する講座やフレイル予防講座	長寿福祉課
歯と口の健康を通じた食育の推進	歯と口の健康週間やいい歯の日にあわせて、よく噛んで味わって食べることの普及啓発	健康づくり課
	各ライフステージに応じた歯と口の健康づくりと食に関する情報提供	健康づくり課 長寿福祉課

4 生産者と消費者との交流の促進

《現状と課題》

食育の推進において、食を生み出す場としての農林漁業に関する理解が重要ですが、現代では、食との関係が消費のみにとどまることが多いため、消費者と生産者が互いを意識し、食料の生産から消費に至るまでの循環を理解する機会や食に関する体験活動に参加する機会を提供する必要があります。

《施策の方向性》

農林漁業に関する体験活動や地産地消の経験は、その生産現場に関する関心や理解を深めるにとどまらず、広く社会への理解を深める上で重要であるため、食に関わる生産者との連携を強化します。

○農林漁業者との連携による食育の推進

農林漁業者と連携して多様な体験の機会を提供するとともに、様々な媒体を活用した情報提供を実施し、生産者と消費者の交流を通じて食への関心や理解を深めます。

○地産地消の推進

地域の事業者や団体と連携したイベントや学校給食等を通じて、地場産物を知るきっかけをつくり、日常的な利用促進につなげます。

《取組の概要》

施策	取組概要	担当課
農林漁業者との連携による食育の推進	農林漁業体験等による生産者と消費者の交流の場の提供	水産海浜課 農林農地課
	地域や団体と連携・協働した、生産者との交流を通じた食への関心や理解の促進	学校教育課
地産地消の推進	地場産物を集めた地産地消促進のためのイベントへの出展や開催	農林農地課 水産海浜課 商工振興課
	学校給食への沼津産をはじめとする静岡県産食材の提供	農林農地課
	深海魚等未利用資源を活用した地域産業活性化事業	水産海浜課

5 環境と調和のとれた農林漁業の活性化

《現状と課題》

我が国では食糧及び飼料の生産資材の多くを輸入に頼っている一方で、食品ロスは年間612万トン（平成29年度推計）とされています。これらの廃棄は環境負荷につながっており、市民一人ひとりが自発的に食品ロスの削減に取り組むことが重要です。市民意識調査の結果でも、食べ残しや食品の廃棄の削減に対して高い関心が寄せられていることから、「もったいない」という食べ物を大切にする心を育み、環境に優しい食への取組が必要です。また、農林漁業の活性化のためには、地場産物の利用を促進するなど、地域の農林水産物のさらなる利用拡大を図ることが必要です。

《施策の方向性》

自然環境への負荷や貧困のような社会環境の課題に対して、食料の生産から消費に至る過程が関わりを持つことを踏まえ、食品ロスの削減と地産地消を推進します。

○食品ロスを削減するための取組

我が国の食品ロスの内訳は、事業系、家庭系とともに多いことを踏まえ、事業者、消費者等に対して、食品ロス削減の重要性についての普及啓発を推進します。

○地産地消の推進

環境と調和のとれた食のために、食料輸送等による環境負荷の軽減などの観点から地域の農林漁業を支援し、地産地消を推進します。

《取組の概要》

施策	取組概要	担当課
食品ロスを削減するための取組	食べ残し削減意識を醸成する運動	クリーンセンター 管理課
	食品ロスを削減するための普及啓発	
	食品ロスの削減等を実施している事業所の認定	
地産地消の推進	地場産物を集めた地産地消促進のためのイベントへの出展や開催	農林農地課 水産海浜課 商工振興課
	学校給食への沼津産をはじめとする静岡県産食材の提供	農林農地課
	深海魚等未利用資源を活用した地域産業活性化事業	水産海浜課

6 食文化の継承

《現状と課題》

ライフスタイル、価値観、ニーズが多様化する中で、日本人の伝統的な食文化（和食）を見直す必要が高まっています。本市は豊かな自然に囲まれ、四季折々の多様で新鮮な食材に恵まれていることから、これらを特色ある食文化に結びつけ、次世代につなげる必要があります。

《施策の方向性》

核家族化の進行や地域社会の弱体化といった課題に対応するため、食の外部化や多様化が進んでいく中で、引き続き地域の食文化を保護し、次世代へ継承します。

○食文化継承のための活動への支援

多様な主体と連携し、様々な機会を通じて食文化を普及啓発していくとともに、継承していくための幅広い人材を育成します。

○食文化についての学習機会の提供

若い世代を中心に、多様な世代に対して教育、学習、イベントなどを通じて地域の伝統食や行事食を普及啓発する機会を提供します。

《取組の概要》

施策	取組概要	担当課
食文化継承のための活動への支援	地元の事業者や団体と連携したイベント等による食文化の普及啓発	商工振興課 水産海浜課 農林農地課
	伝統的な食文化継承のための人材育成の支援	農林農地課
食文化についての学習機会の提供	子どもを対象とした伝統食の教育機会の提供	農林農地課 水産海浜課
	行事食等の献立による食文化の継承	学校教育課 子育て支援課
	食文化等に関するワークショップの開催	商工振興課

第5章 計画の推進と評価

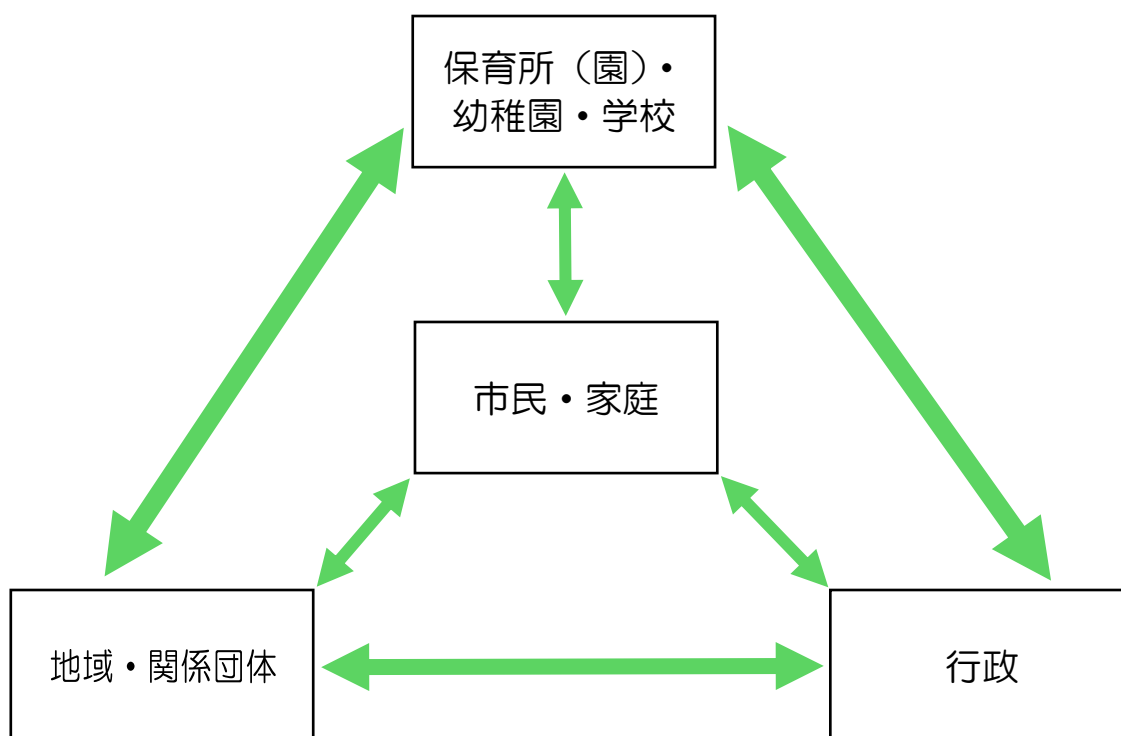
1 計画の推進体制

(1) 計画の周知

今回、策定した食育推進計画の内容を広く市民に周知・啓発するため、広報やホームページなどを通じて計画の内容を公表します。また、食に関する各事業やイベント等の機会を通じて、食育推進計画で示す市の方針や今後の取組などのPRを図ります。

(2) 推進体制

目的の実現に向けて、市民一人ひとりが食についての意識を高め、市民・家庭を中心に保育所(園)・幼稚園・学校、地域・関係団体、行政がそれぞれ主体的に取り組むとともに、連携や協働を図ることが必要です。そして、これらが一体となった取組ができるように推進します。



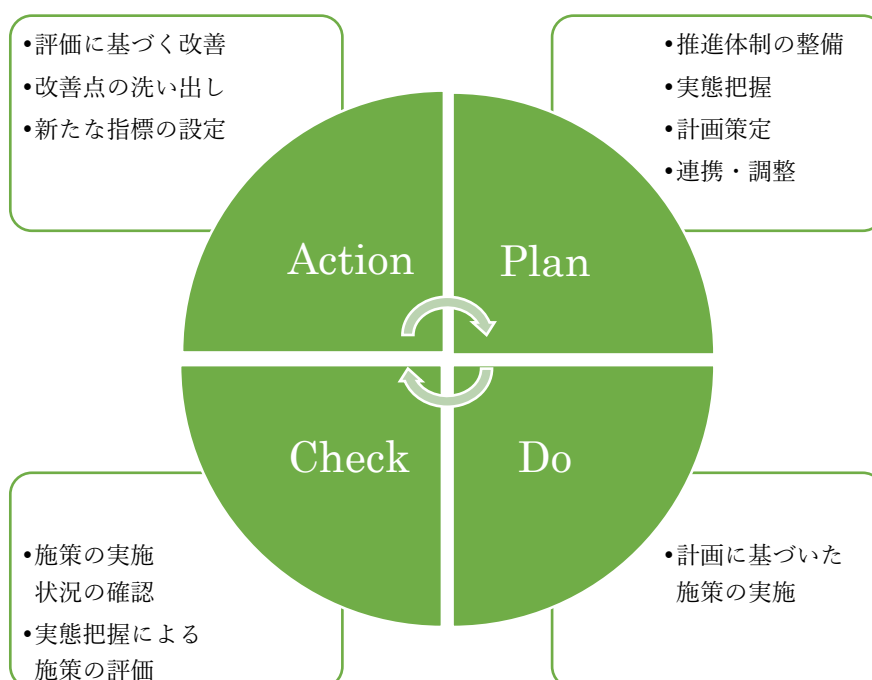
2 計画の評価指標

食育を推進し、施策を展開する上で、成果や達成度を客観的な指標により把握できるように、目標値を設定します。現状値は、現在把握している直近値とし、令和7年度の目標値を、関係する計画の指標との整合性を図って設定します。

指標	現状値	目標値	備考
朝食をほぼ毎日食べている人の割合	78.9%	増加	現状値：沼津市民の健康に関するアンケート（令和元年）
主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日がほぼ毎日の人の割合	56.0%	80%	現状値：沼津市民の健康に関するアンケート（令和元年） 目標値：第3次静岡県食育推進計画
朝食または夕食を家族と一緒に食べる共食の回数	週8.4回	週10回以上	現状値：市民意識調査（令和2年） 目標値：第3次静岡県食育推進計画
学校給食における地場産物を使用する割合（食材数ベース）	44.1%	現状維持	現状値：学校給食栄養報告（令和元年）
65歳以上の低栄養傾向（BMI20.0以下）の人の割合	20.3%	減少	現状値：沼津市民の健康に関するアンケート（令和元年）
20歳～60歳代男性の肥満者の割合	28.2%	22%以下	現状値：沼津市民の健康に関するアンケート（令和元年） 目標値：第3次静岡県食育推進計画
よく噛んで味わって食べる人の割合	70.1%	80%	現状値：市民意識調査（令和2年） 目標値：第3次静岡県食育推進計画

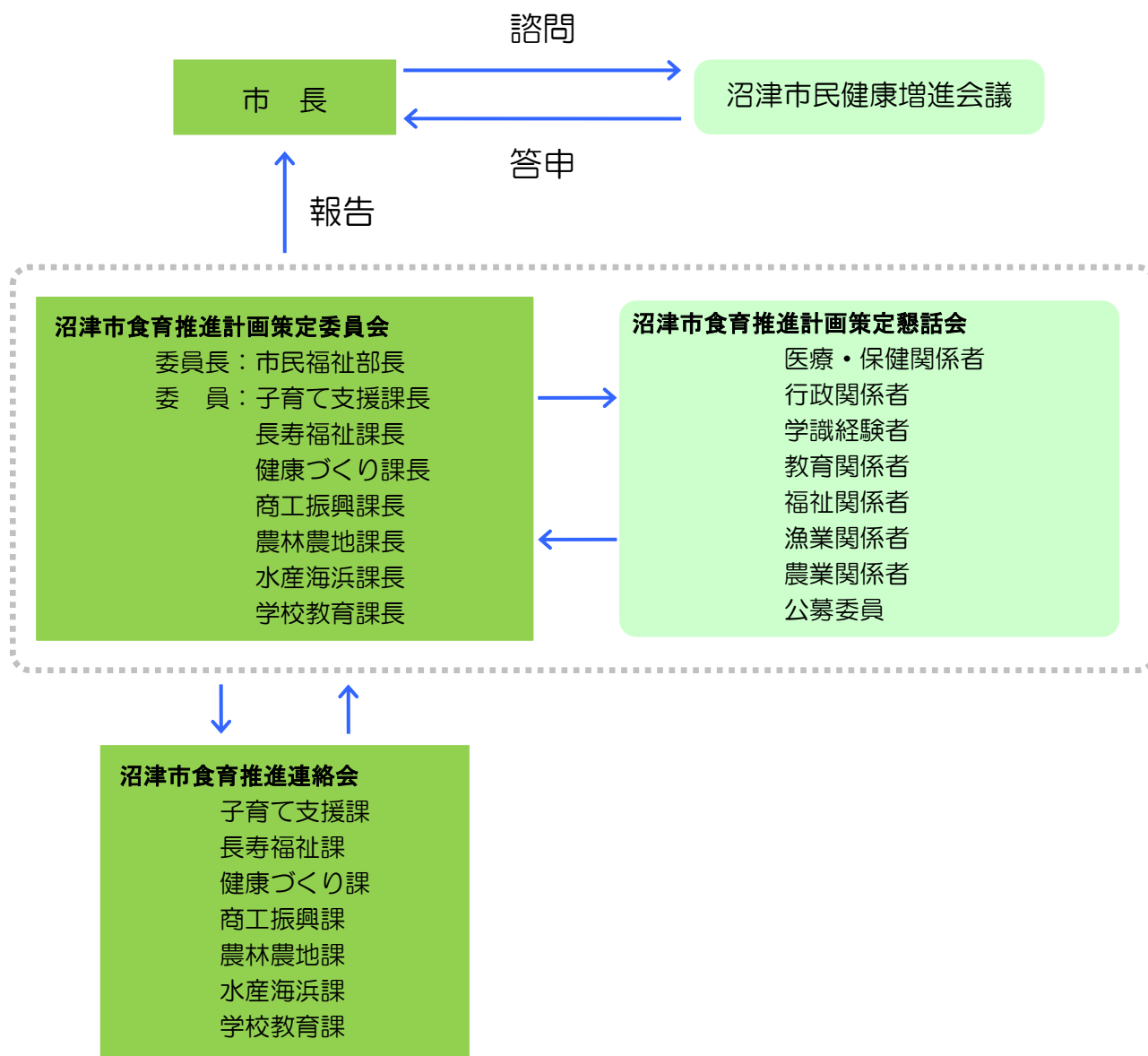
3 計画の進捗管理

本計画の推進にあたっては、計画・実行・評価・改善のPDCAサイクルを活用し、評価指標の推移や実施事業の状況について、「沼津市食育推進連絡会」において確認・評価を行い、事業や施策の改善等につなげ、計画の進捗管理を図ります。



第6章 参考資料

1 沼津市食育推進計画の策定体制



2 沼津市民健康増進会議条例

昭和47年3月30日 条例第16号

(設置)

第1条 沼津市民の健康増進と体位の向上を図るため、沼津市民健康増進会議（以下「健康会議」という。）を置く。

(職務)

第2条 健康会議は、市長の諮問に応じ市民の医療と保健衛生に関する諸問題について次の各号に掲げる事項を審議する。

- (1) 健康増進計画に関する事
- (2) 保健予防に関する事
- (3) 救急医療に関する事
- (4) 健康管理に関する事
- (5) 医療知識の普及及び衛生思想の向上に関する事
- (6) その他目的達成のため必要な事

(組織)

第3条 健康会議は、委員30人以内で組織する。

2 委員は、次に掲げるもののうちから市長が任命する。

- (1) 学識経験者
- (2) 連合自治会の代表
- (3) 保健衛生諸団体の代表
- (4) 関係行政機関の職員
- (5) その他市長が規則で定める者

(任期)

第4条 委員の任期は、2年とする。ただし、補欠委員の任期は、前任者の残任期間とする。

2 委員の再任は妨げない。

(会長)

第5条 健康会議に会長を置き、委員の互選により定める。

2 会長は会務を総理し、会議の議長となる。

3 会長に事故あるとき、または会長がかけたときは、あらかじめ会長の指定する委員が、その職務を代理する。

(会議)

第6条 健康会議は必要に応じ、会長が招集する。

2 会議の議事は、委員の半数以上が出席しなければ、開くことができない。

3 会議は必要があるとき、または会長が欠けたときは、あらかじめ会長の指定する委員が、その職務を代理する。

(庶務)

第7条 健康会議の庶務は、市民福祉部で処理する。

(委任)

第8条 この条例に定めるもののほか必要な事項は、規則で定める。

3 沼津市民健康増進会議委員名簿

役職名	氏名	所属団体・役職名	
会長	西方 俊	一般社団法人沼津医師会	会長
委員	加藤 公孝	一般社団法人沼津医師会	副会長
委員	大澤 香	一般社団法人沼津医師会	理事
委員	小野 龍	一般社団法人沼津市歯科医師会	副会長
委員	稲玉 圭輔	一般社団法人沼津市歯科医師会	専務理事
委員	青山 さよ子	一般社団法人沼津薬剤師会	理事
委員	下山 義昭	沼津市自治会連合会	副会長
委員	後藤 春男	沼津市老人クラブ連合会	健康推進部 部長
委員	岩崎 克己	沼津市社会福祉協議会	常務理事
委員	片渕 和子	NPO法人沼津市体育協会	会員
委員	田中 玲子	沼津市校長会	小学校校長
委員	津川 眞代	沼津市保育園連盟	特別委員
委員	山本 喜栄	沼津市私立幼稚園協会	会員
委員	加藤 和幸	沼津市民生委員児童委員協議会	副会長
委員	北川 多津子	沼津市健康づくり推進員連絡協議会	会長
委員	鈴木 順子	静岡県栄養士会	運営委員
委員	安間 剛	静岡県東部健康福祉センター(東部保健所)	保健所長
委員	中川 美春	公募委員	
委員	鈴木 茂樹	公募委員	

4 沼津市食育推進計画策定懇話会設置要綱

(設置)

第1条 沼津市食育推進計画（以下「計画」という。）の策定に当たり、食育の推進に関係する団体、学識経験者等から広く意見を聴くため、沼津市食育推進計画策定懇話会（以下「懇話会」という。）を置く。

(所掌事務)

第2条 懇話会は、計画の案について内容を協議し、沼津市食育推進計画策定委員会に意見を提言する。

(組織)

第3条 懇話会は、委員12人以内で組織し、市長が委嘱する。

2 委員は別表に掲げる者をもって充てる。

(任期)

第4条 委員の任期は、委嘱した日から、計画策定終了時までとする。

(会長及び副会長)

第5条 懇話会に会長及び副会長を置く。

2 会長は、委員の互選により定め、副会長は、会長が指名する。

3 会長は、会務を統括し、会議の議長となる。

4 副会長は、会長を補佐し、会長に事故があるとき又は会長が欠けたときは、その職務を代理する。

(会議)

第6条 懇話会の会議（以下「会議」という。）は、会長が招集し、会議の議長となる。

2 懇話会は、委員の過半数が出席しなければ、会議を開くことができない。

(関係人の出席)

第7条 懇話会は、必要があると認めるときは、会議に関係者の出席を求め、その意見を聴き、又は説明を求めることができる。

(庶務)

第8条 懇話会の庶務は、市民福祉部健康づくり課において処理する。

(委任)

第9条 この要綱に定めるもののほか、懇話会の運営に関し必要な事項は、別に定める。

別表（第3条関係）

医療・保健関係者
学識経験者
教育関係者
福祉関係者
漁業関係者
農業関係者
行政関係者
公募委員

5 沼津市食育推進計画策定懇話会委員名簿

役職名	氏名	所属団体・役職名		区分
会長	白石 明子	日本大学短期大学部食物栄養学科	非常勤講師	学識経験者
副会長	酒井 正人	一般社団法人沼津市歯科医師会	理事	医療・保健関係者
委員	広崎 瑞穂	沼津市立門池小学校	栄養教諭	教育関係者
委員	朝香 美智代	沼津市立戸田保育所	保育所長	福祉関係者
委員	芹沢 街子	沼津市健康づくり推進員連絡協議会	副会長	医療・保健関係者
委員	西川 裕司	沼津市民生委員児童委員協議会 主任児童委員連絡会	連絡会長	福祉関係者
委員	植田 和明	内浦漁協協同組合総務課	課長	漁業関係者
委員	樋口 康平	南駿農業協同組合生活部地域ふれあい課	課長	農業関係者
委員	宇津木 志のぶ	静岡県東部健康福祉センター (東部保健所)	専門主査	行政関係者
委員	小松 浩二	公募委員		
委員	神宮 優子	公募委員		

6 沼津市食育推進計画策定委員会設置要綱

(設置)

第1条 沼津市食育推進計画（以下「食育推進計画」という。）を策定するため、沼津市食育推進計画策定委員会（以下「委員会」という。）を設置する。

(所掌事務)

第2条 委員会は、次に掲げる事務を所掌する。

- (1) 計画の策定にかかる協議及び連絡調整に関すること。
- (2) その他計画の策定に必要な事項に関すること。

(組織)

第3条 委員会は、委員長及び委員をもって組織する。

- 2 委員長は、市民福祉部長をもって充てる。
- 3 委員は、別表第1に掲げる者をもって充てる。

(委員長)

第4条 委員長は、委員会を統括する。

- 2 委員長に事故があるときは、あらかじめその指名する委員が、その職務を代理する。

(会議)

第5条 委員会の会議は、委員長が招集し、議長となる。

2 委員長が必要と認めるときは、会議に関係者又は関係職員の出席を求め、意見を聴き、又は説明を求めることができる。

(連絡会)

第6条 委員会に、沼津市食育推進連絡会（以下「連絡会」という。）を置く。

- 2 連絡会の構成は、別表第2に掲げる所属の職員をもって充てる。
- 3 連絡会は、委員会に付議すべき事案について、あらかじめ調査研究及び調整を行うものとする。
- 4 連絡会は、市民福祉部健康づくり課長が招集する。
- 5 連絡会は、会議に関係者又は関係職員の出席を求め、意見を聴き、又は説明を求めることができる。

(庶務)

第7条 委員会の庶務は、市民福祉部健康づくり課において処理する。

(補則)

第8条 この要綱に定めるもののほか、委員会の運営に関し必要な事項は、別に定める。

別表（第3条関係）

医療・保健関係者
学識経験者
教育関係者
福祉関係者
漁業関係者
農業関係者
行政関係者
公募委員

別表第 1 (第 3 条関係)

市民福祉部	市民福祉部長 子育て支援課長 長寿福祉課長 健康づくり課長
産業振興部	商工振興課長 農林農地課長 水産海浜課長
教育委員会事務局	学校教育課長

別表第 2 (第 6 条関係)

市民福祉部	子育て支援課
	長寿福祉課
	健康づくり課
産業振興部	商工振興課
	農林農地課
	水産海浜課
教育委員会事務局	学校教育課

第 3 次 沼 津 市 食 育 推 進 計 画

沼津市市民福祉部健康づくり課
(沼津市保健センター)

〒410-0881 沼津市八幡町97

電 話 : 055-951-3480

F A X : 055-951-5444

e-mail : kenkou@city.numazu.lg.jp

令和 3 年 3 月 発行