～食がはぐくむ元気な尾花沢～

尾花沢市食育推進計画
（第４次）

令和８年３月

山形県尾花沢市

目　　次

第１章　計画策定にあたって 1
１　計画の趣旨 1
２　計画の位置づけ 3
３　計画の期間 4
４　計画の策定体制 5
（１）尾花沢市食育推進会議 5
（２）アンケート調査の実施 5
（３）パブリックコメントの実施 5
第２章　食を取り巻く現状と課題 6
１　人口及び世帯構成 6
（１）人口推移 6
（２）世帯の状況 8
２　尾花沢市の地産地消 9
（１）産地直売所 9
（２）主要農産物の生産量推移 9
３　尾花沢市の健康状況 10
（１）子どもの体格 10
（２）子どもの虫歯について 11
（３）高齢者の口腔・栄養状況について 12
（４）主要疾患の推移 13
（５）特定健診結果 14
４　尾花沢市食育推進計画アンケート調査結果 15
（１）食育について 15
（２）朝食の欠食 17
（３）食事のバランスと野菜摂取 20
（４）楽しい食事と共食 23
（５）減塩 26
（６）適切な食習慣とマナー 28
（７）外食と中食、間食 33
（８）地産地消 34
（９）郷土料理と伝統料理 36
（10）食の安全 39
（11）食農教育と食品ロス 41
（12）環境に配慮した食生活 43
（13）誰一人取り残さない食育 44
５　尾花沢市食育推進計画（第３次）の評価 46
６　尾花沢市の食育における現状と課題 48

（１）健康・食生活の課題 48
（２）共食・地産地消・食文化の課題 51
（３）食を取り巻く環境の課題 52

第３章　計画の基本構想 54

１　基本理念..... 54
２　基本目標..... 54
３　施策体系..... 55

第４章　目標の具体的な取組 56

１　食を通した健康な「体」づくり..... 56
（１）健康寿命の延伸につながる食育の推進..... 56
（２）多様な暮らしに対応した食育の推進..... 59
（３）保育園・学校等における食育の推進..... 61
（４）誰一人取り残さない食育の推進 63
２　食を通した豊かな「心」づくり..... 65
（１）世代を越えた、食を通したコミュニケーションが図れる機会の促進..... 65
（２）郷土食などの食文化を知る・伝える機会の促進..... 67
（３）デジタル化に対応した食育の推進 69
３　食を通した元気な「まち」づくり..... 70
（１）「地産地消」のさらなる推進 70
（２）「食農教育」の推進 72
（３）食の安全・安心を意識した食育の推進..... 74
（４）「食品ロス」削減と環境への配慮 76
（５）災害時に備えた食育の推進 78
４　ライフステージごとの具体的な取組一覧表..... 80
５　第４次食育推進計画における評価指標と目標値一覧..... 81

第５章　計画の推進と進行管理 82

資　料 83

１　尾花沢市食育推進会議委員名簿..... 83
２　尾花沢市食育推進会議条例..... 84

第１章　計画策定にあたって

１　計画の趣旨

「食育」とは「知育・徳育・体育」の基礎となり、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ことです。

「食」は命の源であり、生きていくために欠かせないものというだけでなく、地域特有の伝統や気候風土と深く結びつき、さらにそれぞれの地域や家庭ならではの食習慣、食文化を育み、また、郷土の味は人と人を結びつけ、家庭や地域に和をもたらすとともに生活に潤いと安らぎを与えてくれます。

しかし、近年、私たちの食生活は急速な経済発展に伴い豊かになった一方で、「食」を取り巻く環境も大きく変化し、ライフスタイルの多様化による様々な「こ食※」の増加や、栄養の偏り、不規則な食事、肥満や生活習慣病の増加、若年女性に多くみられる過度の痩身志向などに加え、「食」の安全上の問題や、大量の食品ロス、食への感謝の心や食文化に関する意識の希薄化といった問題も生じています。

このような状況の中、国は、様々な食に関する課題を解決していくため、平成 17 年６月に「食育基本法」を制定し、この法律に基づいて、平成 18 年３月に「食育推進基本計画」を策定しています。以後、定期的に見直しが行われ、令和３年３月に「第４次食育推進基本計画」を策定し、「生涯を通じた心身の健康を支える食育の推進」、「持続可能な食を支える食育の推進」、「「新たな日常」やデジタル化に対応した食育の推進」の３つの重点事項を柱に、ＳＤＧｓの考え方を踏まえ、食育に関する施策を総合的かつ計画的に推進しています。

本市においても、平成 20 年３月に「尾花沢市食育推進計画」を策定し、その後６年毎に計画を見直しながら、家庭、学校、地域、食育関係団体等が連携し、食育に関する様々な施策を推進してきました。これまでの取組により、一定の成果がみられるものの、生活習慣病の増加、若い世代を中心とした伝統料理や郷土料理の伝承の低下など、依然として課題があります。

この度、「尾花沢市食育推進計画（第３次）」の取組の評価と、食を取り巻く状況の変化をとらえて、新たに取り組むべき課題を明確にし、食育・地産地消の施策を総合的かつ計画的に推進するため、「尾花沢市食育推進計画（第４次）」を策定します。

※　主な「こ食」の種類と問題点

孤食：家族がいても一人で食事をすること。会話がなく、食事のマナーや感謝の気持ちが育ちにくい

個食：家族で食卓を囲むが、それぞれ好きなものをバラバラに食べること。好き嫌いやわがままにつながりやすい

固食：同じものばかり食べること。栄養バランスが偏り、肥満や生活習慣病のリスクを高める

粉食：パンや麺など、粉から作られたものばかり食べること。噛む力が弱まったり、油分・糖分の摂りすぎにつながる

濃食：味の濃い加工食品などを好んで食べること。味覚が育ちにくく、塩分の摂りすぎになる

小食：食欲が少なく、食べる量が少ないこと。成長期に必要な栄養が不足しがち

子食：子どもだけで食事をすること。大人と一緒に食べる機会が減る

戸食：外食やコンビニ弁当など、家庭外の食事で済ませること。油分・糖分・塩分の摂りすぎにつながる

庫食：レンジで温める冷凍食品や加工食品ばかりの食事。油分・塩分・糖質の摂りすぎにつながる

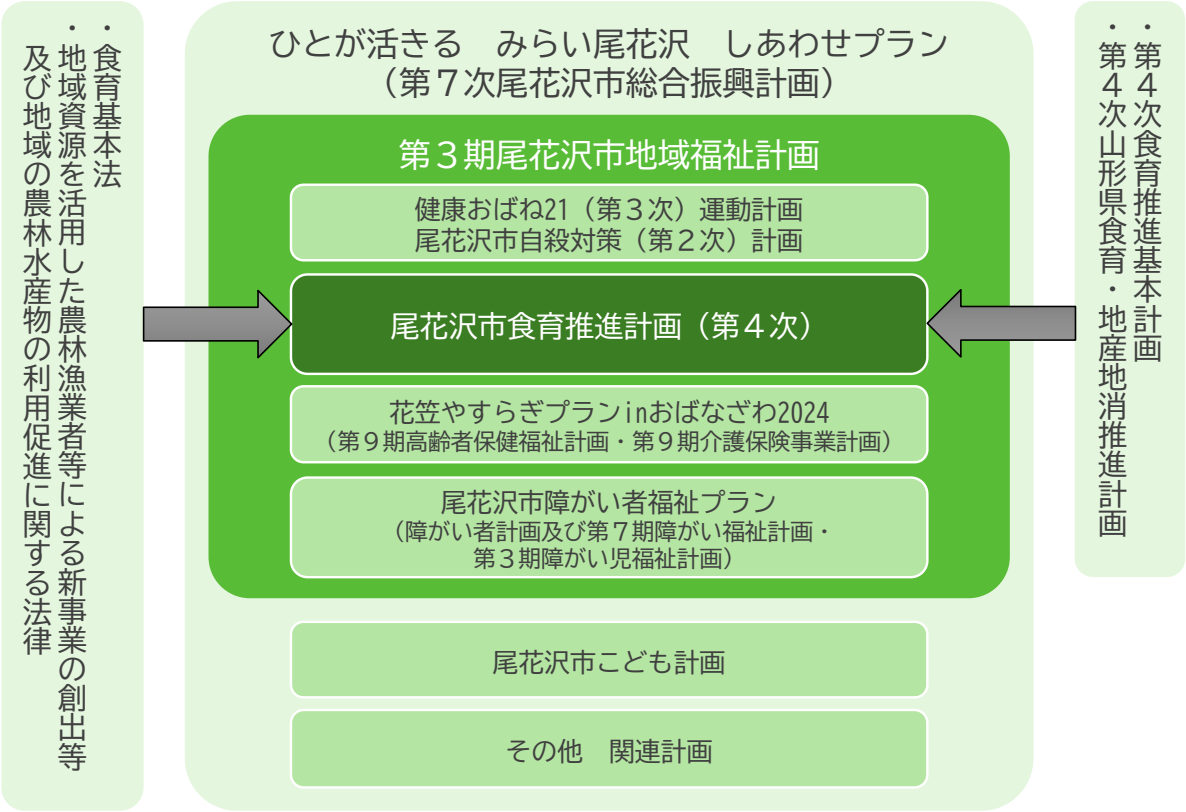
２　計画の位置づけ

本計画は、「食育基本法」（平成 17 年法律第 63 号）の目的、基本理念を踏まえた、同法第 18 条第 1 項に基づく市町村食育推進計画です。また、「地域資源を活用した農林漁業者等による新事業（６次産業）の創出等及び地域の農林水産物の利用促進（地産地消）に関する法律」（平成 22 年法律第 67 号）第 41 条第 1 項に基づく市町村地域の農林水産物の利用の促進についての計画を兼ねています。

「第７次尾花沢市総合振興計画」及び「尾花沢市地域福祉計画」を上位計画とし、健康おばね 21 運動計画、自殺対策計画、高齢者福祉計画・介護保険事業計画や障がい者計画及び障がい福祉計画・障がい児福祉計画、こども計画など、市の他の計画との整合性を図るとともに、国・県の関連計画等の方向性を踏まえて、食育の基本的な事項を定める計画です。

また、市民、関係機関、関係団体等が連携し、この計画に沿った食育に関する活発な活動が展開されることを期待するものです。

●計画の位置づけ



３　計画の期間

本計画の計画期間は、令和８年度から令和 13 年の６年間とします。

なお、計画期間中に社会情勢の変化等が生じ、計画の見直しが必要となった場合は、必要に応じ見直しを行います。

●計画の期間

４　計画の策定体制

（１）尾花沢市食育推進会議

本計画の策定にあたっては、医療専門家、関係機関・団体、学識経験者、住民らの意見を本計画に反映するため、「尾花沢市食育推進会議」を開催し、審議や検討、意見交換等を行っています。

（２）アンケート調査の実施

本計画の策定にあたり、住民の食に関する実態を把握するため、「尾花沢市食育推進計画（第４次）策定のためのアンケート調査」を実施し、その結果を計画内容に反映しています。

●調査の概要

種類及び対象	調査方法	配布数	有効回答数【率】
①年中児保護者	園を通じて配布・回収	42 件	40 件【95.2%】
②小学５年生	学校を通じて配布・回収	103 件	73 件【70.9%】
③中学２年生	学校を通じて配布・回収	90 件	70 件【77.8%】
④高校２年生	郵送により配布・回収	96 件	42 件【43.8%】
⑤小学５年生の保護者	学校を通じて配布・回収	103 件	73 件【70.9%】
⑥中学２年生の保護者	学校を通じて配布・回収	90 件	70 件【77.8%】
⑦高校２年生の保護者	郵送により配布・回収	96 件	43 件【44.8%】
⑧20 歳以上成人	郵送により配布・回収	500 件	243 件【48.6%】
計		1,120 件	654 件【58.4%】

※実施時期：令和７年８月～９月

（３）パブリックコメントの実施

広く住民から意見を聴取し、本計画に反映するために、パブリックコメントを実施しました。

実施期間：令和８年２月 13 日（金）～２月 27 日（金）【15 日間】
方　　法：健康増進課窓口・市ホームページ掲載・市報
結　　果：意見提出者０人

第２章　食を取り巻く現状と課題

１　人口及び世帯構成

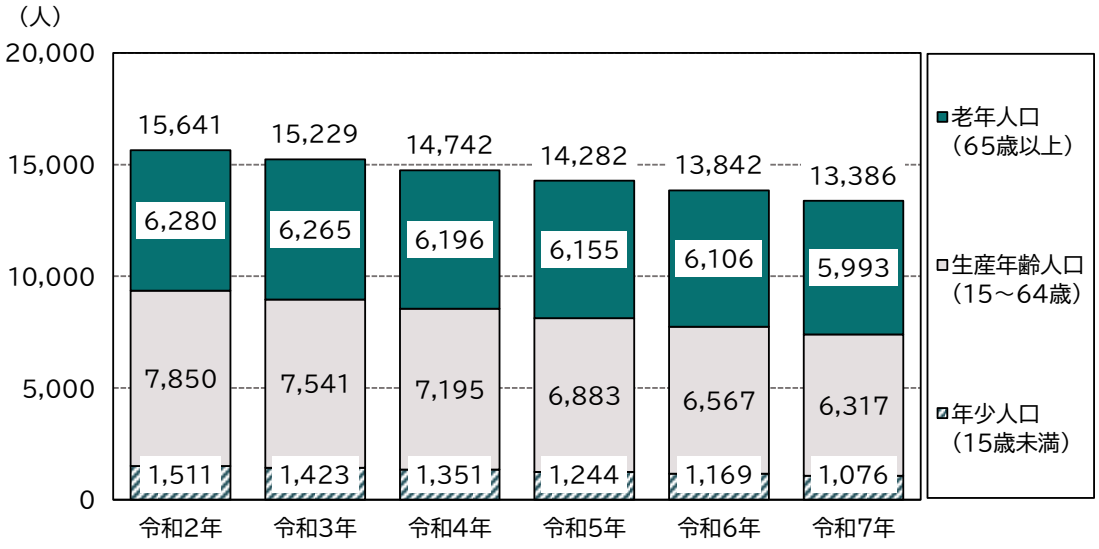
（１）人口推移

住民基本台帳から令和２年以降の本市の人口推移をみると、総人口は減少傾向で推移し、令和７年４月１日現在では、13,386 人となっています。年齢３区分人口でみても３区分全てにおいて減少傾向となっています。

また、年齢３区分人口構成比の推移をみると、老年人口割合が増加する一方で、生産年齢人口割合、年少人口割合は減少傾向で推移しており、少子高齢化が進行しています。

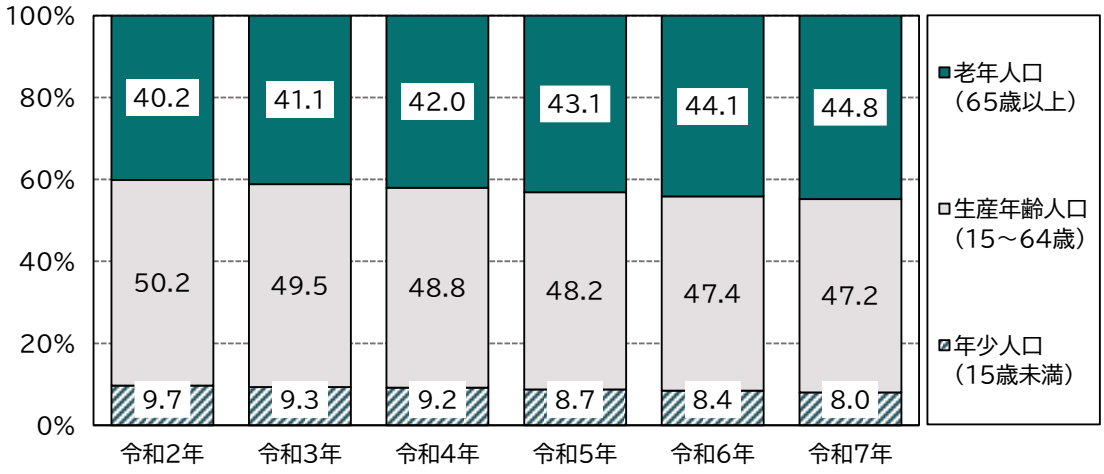
さらに、令和７年４月１日現在の人口を人口ピラミッドでみると、年齢構成が高齢化している様子がうかがえるとともに、70 歳から 74 歳の人口構成が最も多く、今後数年間で後期高齢者の大幅な増加が見込まれます。

●人口推移



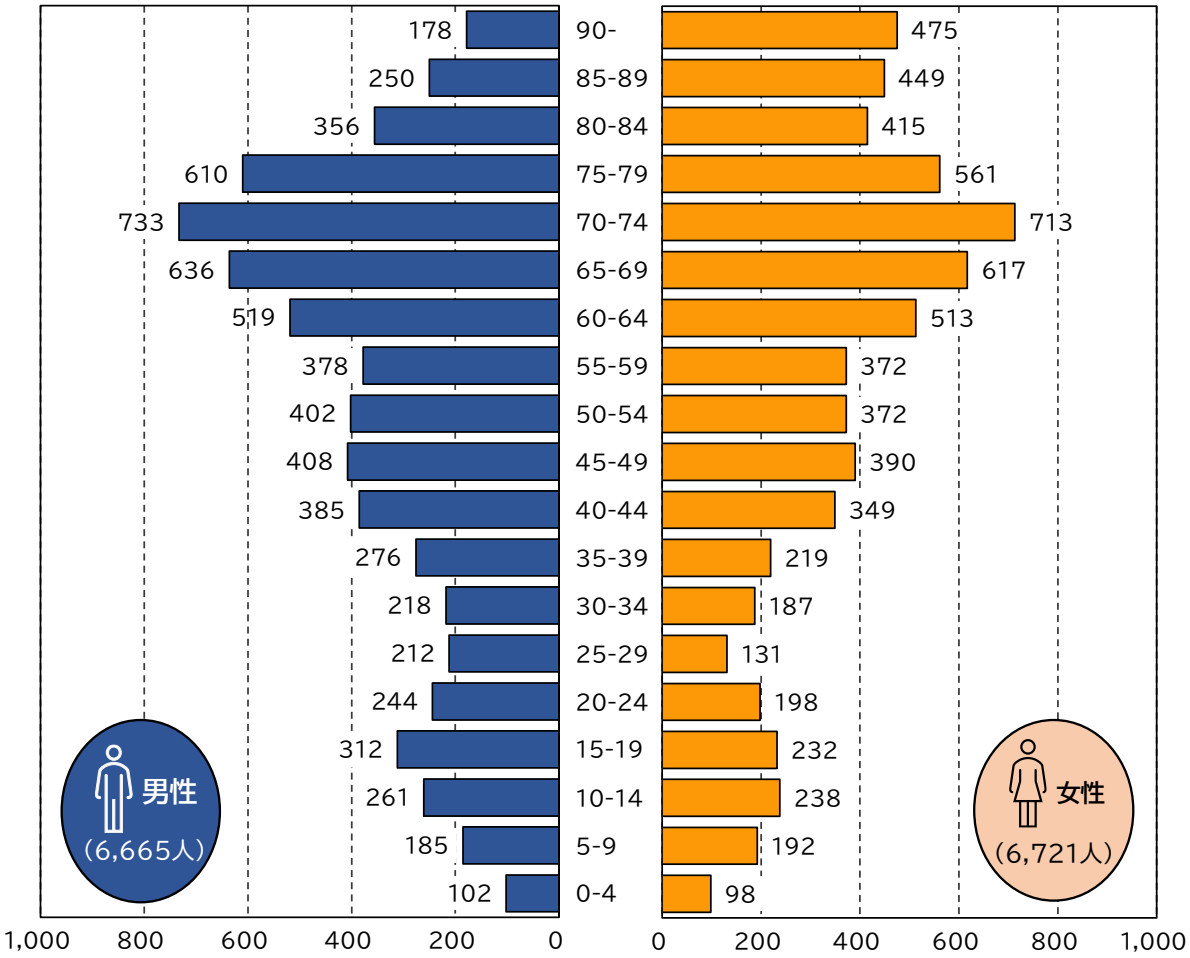
資料：住民基本台帳（各年４月１日現在）

●年齢３区分人口構成比の推移



資料：住民基本台帳（各年４月１日現在）

●人口ピラミッド



資料：住民基本台帳（令和７年４月１日現在）

※統計処理上、構成比は小数点以下第２位を四捨五入しているため、合計しても必ずしも 100%とはならない場合があります

（２）世帯の状況

一般世帯数は平成 27 年から令和２年にかけて減少し、令和２年では 4,871 世帯となっています。

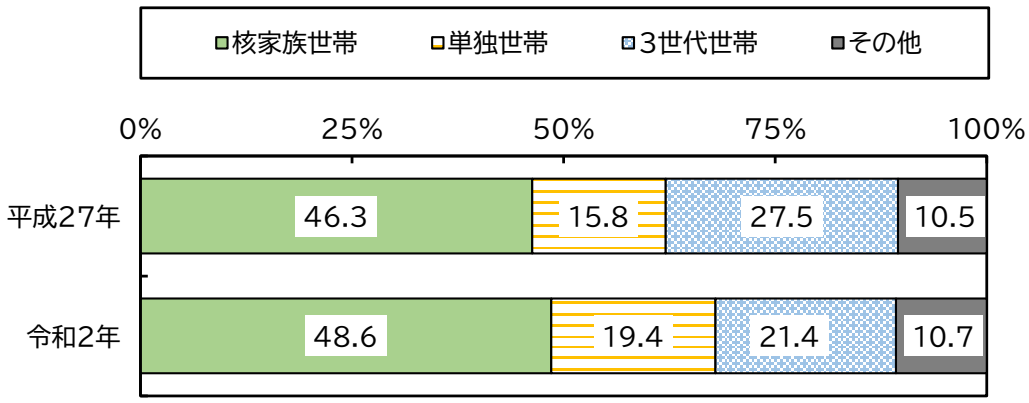
また、一般世帯数は減少していますが、核家族世帯及び単身世帯は増加しています。

●世帯構成　（単位：世帯）

			平成27年	令和2年	増減
世帯総数			5,109	4,883	▲ 226
施設等世帯			13	12	▲ 1
一般世帯			5,096	4,871	▲ 225
	親族世帯	核家族世帯	2,359	2,365	6
		核家族以外の世帯	1,923	1,546	▲ 377
	非親族世帯		11	16	5
	単身世帯		803	944	141
		内65歳以上の単身	459	585	126
	高齢夫婦世帯（再掲）		668	732	64
	3世代世帯（再掲）		1,399	1,040	▲ 359

資料：国勢調査

●一般世帯の内訳割合



資料：国勢調査

２　尾花沢市の地産地消

（１）産地直売所

市内には様々な直売所がありますが、主な農産物直売所は市内に５か所あり、常設型と定期市型があります。

●産地直売所

	直売所・直売活動名	所在地住所	備　考
1	ＪＡグリーンおばなざわ　産直館はいっと	新町 5 丁目 8 番 71 号	常設型
2	道の駅　尾花沢　産直ねまる	大字芦沢 1195-1	常設型
3	奥の細道直売所	大字正厳字 515	定期市型
4	鶴子ふれあい市	大字鶴子 1300-27	定期市型
5	ブナの駅いっぷく茶屋	大字上柳渡戸 79	定期市型

資料：県村山総合支所 HP 直売所情報

（２）主要農産物の生産量推移

本市の主要農産物等の生産量は、気候等の条件により増減はあるものの、大きな変化はなく横ばい傾向で推移しています。

●主要農産物の生産量推移

	作物等名(単位)	令和元年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度	令和5年度	令和6年度
1	水稲(t)	13,232	12,354	11,544	10,171	14,900	14,835
2	すいか(t)	13,137	11,287	11,877	11,827	10,754	10,763
3	小玉すいか(t)	124.6	102.5	134.2	100.5	110.0	82.6
4	きゅうり(t)	157.2	142.2	151.8	120.3	114.2	80.7
5	アスパラガス(t)	54.9	59.1	33.8	49.9	38.5	45.7
6	ジュース用トマト(t)	306.2	198.3	193.5	143.3	115.5	97.6
7	山菜(t)	32.0	16.1	18.4	16.2	10.0	14.5
8	果樹(t)	5.0	5.2	2.2	2.5	4.9	4.4
9	花卉(千本)	1,872	1,773	1,946	1,751	1,363	1,662
10	そば(t)	533.8	472.0	744.0	586.7	553.3	569.3
11	肉用牛(頭)	3,203	3,391	3,580	3,121	3,164	3,153
12	乳用牛(t)	147.0	145.7	153.0	153.0	146.0	134.0

資料：主要な施策の成果と予算実行の実績報告書

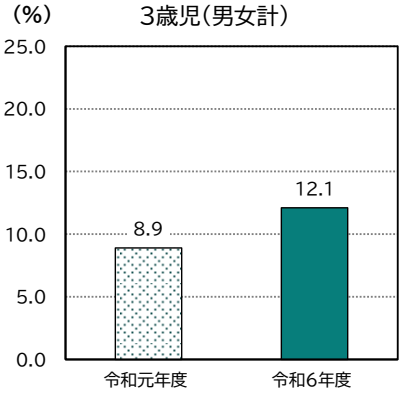
３　尾花沢市の健康状況

（１）子どもの体格

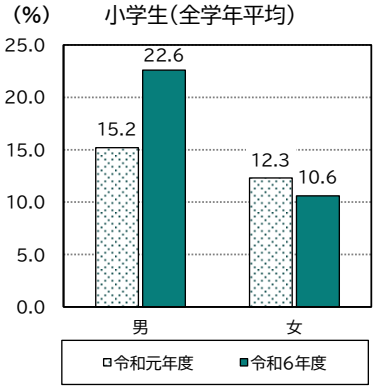
子どもの肥満の割合は、３歳児と小学生男子で増加していますが、小学生女子、中学生男女においては僅かに減少しています。

やせの状況については、３歳児で 0.0%、小学生男女では僅かに減少していますが、中学生男女では増加しています。

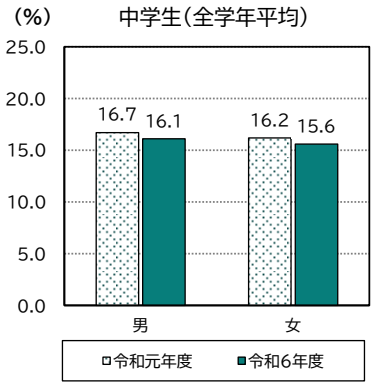
●子どもの肥満の割合の変化



資料：３歳児健診結果

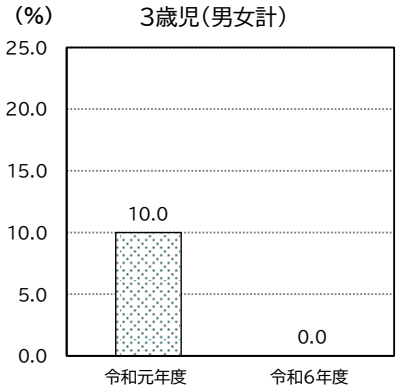


資料：学校保健状況

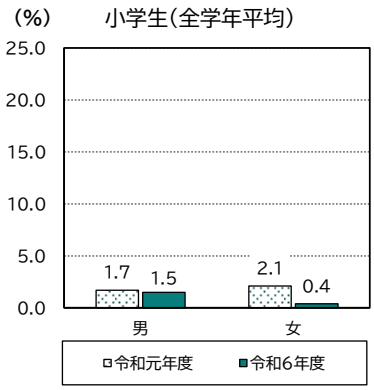


資料：学校保健状況

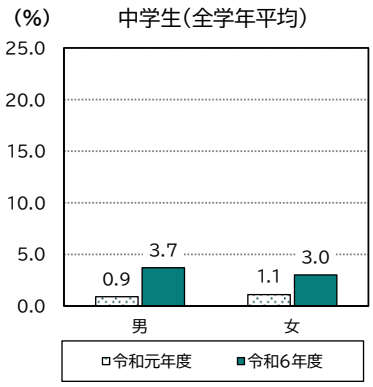
●子どものやせの割合の変化



資料：３歳児健診結果



資料：学校保健状況

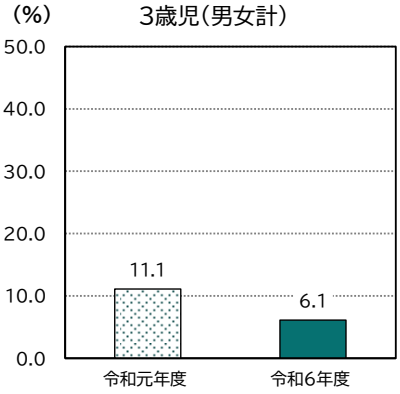


資料：学校保健状況

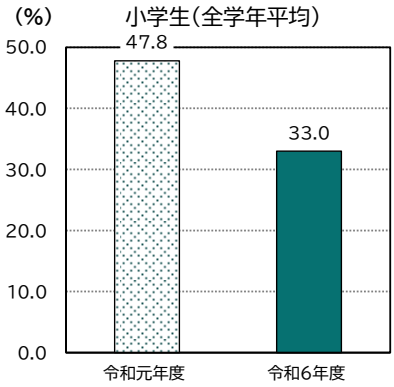
（２）子どもの虫歯について

子どもの虫歯の状況は、どの年代においても、虫歯のある割合は減少しています。

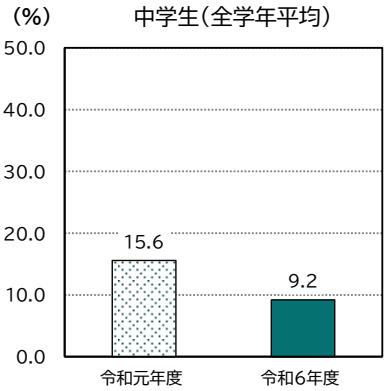
●子どもの虫歯のある割合



資料：３歳児健診結果



資料：学校保健状況

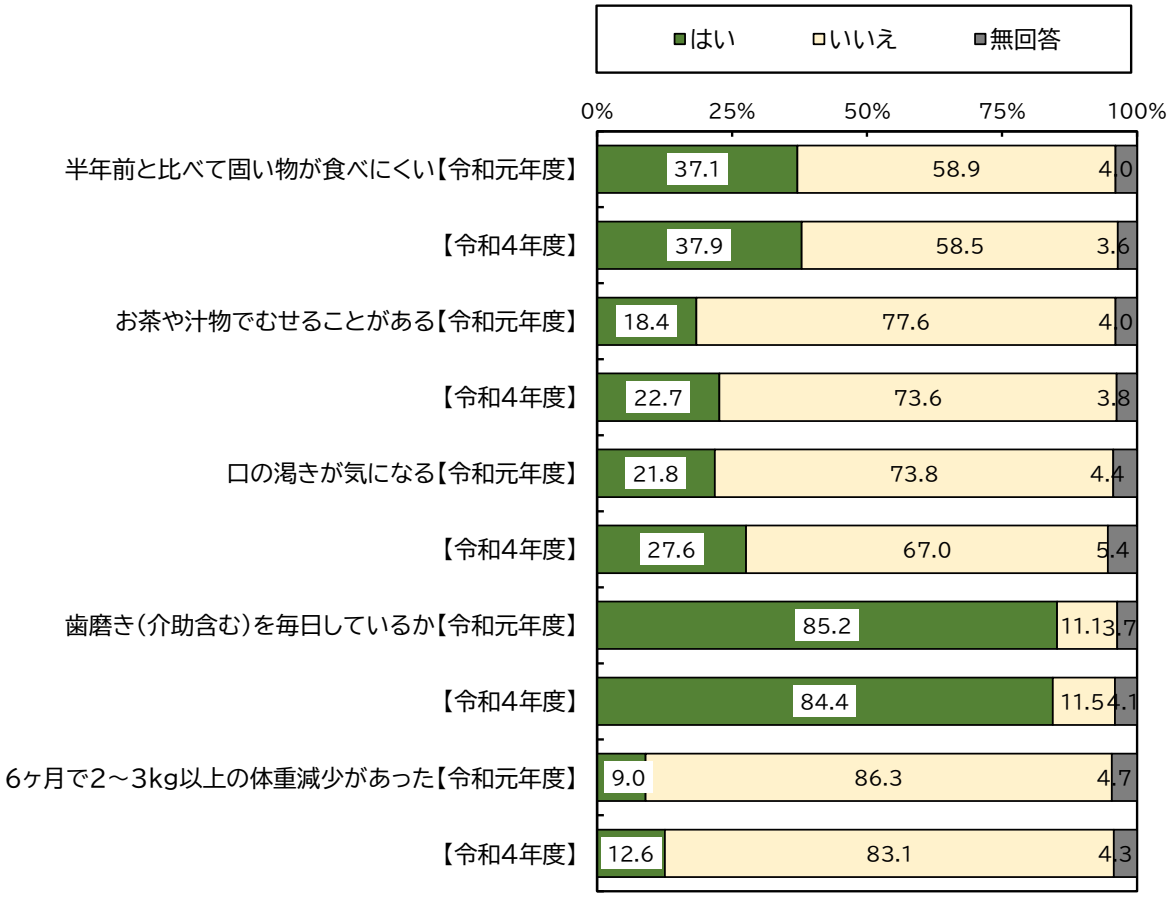


資料：学校保健状況

（３）高齢者の口腔・栄養状況について

高齢者の口腔や栄養状態については、全ての項目で悪化しています。

●高齢者（65 歳以上）の口腔・栄養状況



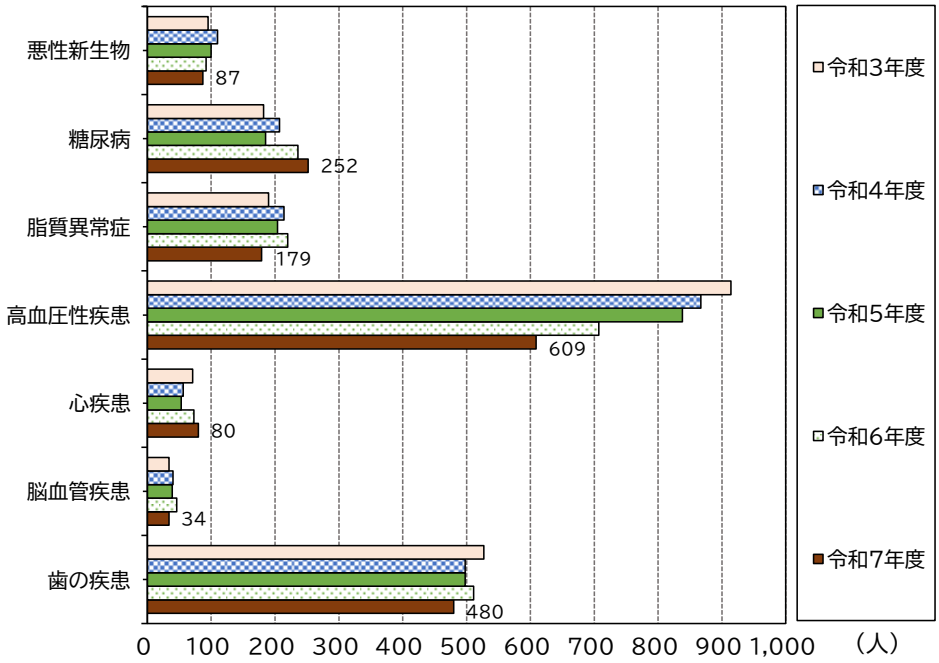
資料：高齢者福祉・介護保険に関するニーズ調査

（４）主要疾患の推移

各年の国保５月診療分データによると、高血圧性疾患が最も多く、次に歯の疾患が多くなっています。

令和３年度以降、高血圧疾患は減少傾向、糖尿病は増加傾向、その他の疾患については、大きな変動はなく横ばい傾向となっています。

●尾花沢市国保５月診療分疾患件数



		令和3年度	令和4年度	令和5年度	令和6年度	令和7年度
悪性新生物	男性	58	67	69	60	52
	女性	37	43	31	32	35
	合計	95	110	100	92	87
糖尿病	男性	103	115	103	139	159
	女性	79	92	82	97	93
	合計	182	207	185	236	252
脂質異常症	男性	66	66	59	57	44
	女性	124	148	145	163	135
	合計	190	214	204	220	179
高血圧性疾患	男性	473	464	452	366	319
	女性	441	403	386	341	290
	合計	914	867	838	707	609
心疾患	男性	46	38	41	49	48
	女性	25	18	12	24	32
	合計	71	56	53	73	80
脳血管疾患	男性	20	26	19	23	20
	女性	14	14	20	23	14
	合計	34	40	39	46	34
歯の疾患	男性	237	235	239	234	218
	女性	290	263	259	277	262
	合計	527	498	498	511	480

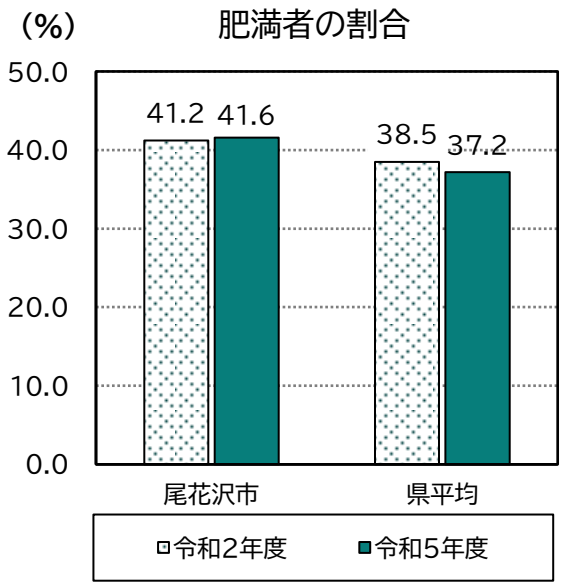
資料：特定健康診査・特定保健指導実施結果状況

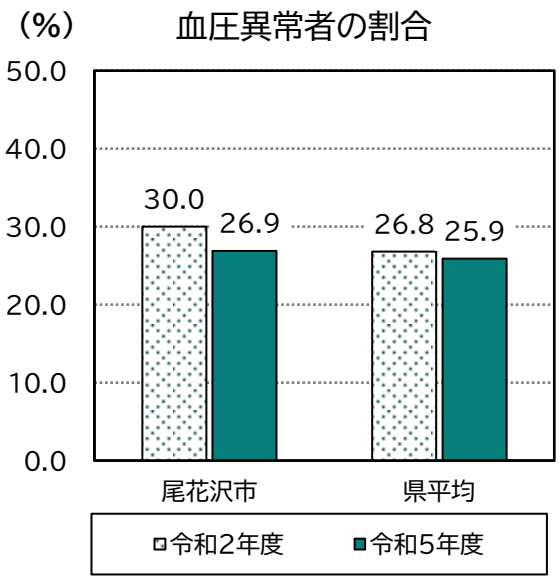
（５）特定健診結果

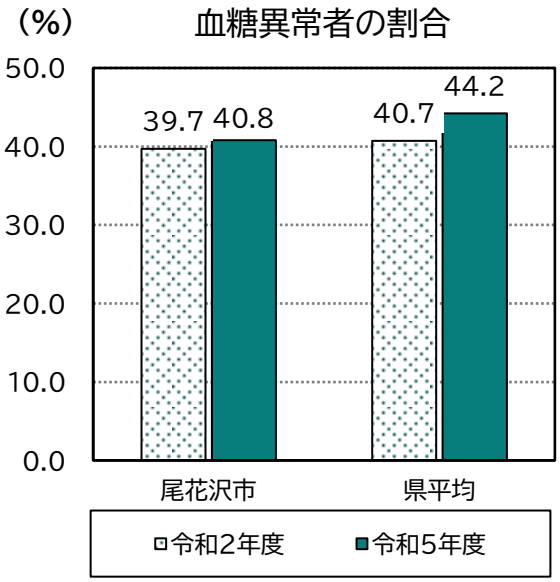
肥満者及び血糖異常者は令和２年度より令和５年度の割合が多く、血圧異常者及び脂質異常者は減少しています。

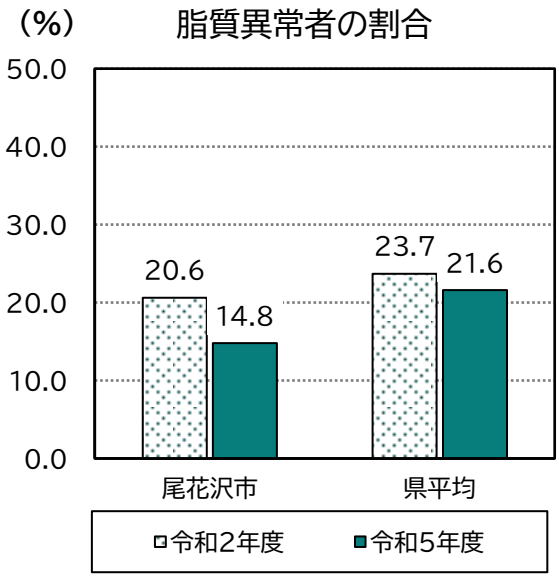
また、県平均と比較すると、血糖異常者、脂質異常者は県平均を下回っていますが、肥満者、血圧異常者は県平均を上回っています。

●特定健診結果









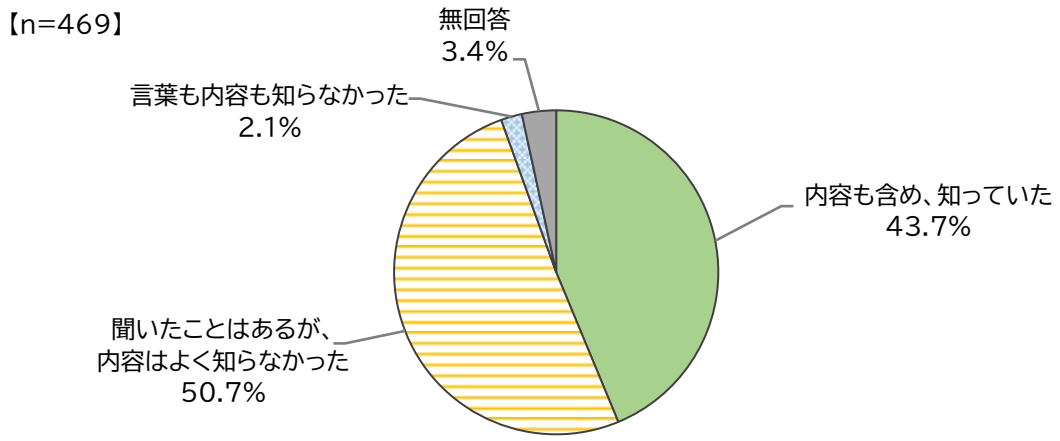
資料：特定健康診査・特定保健指導実施結果状況

４　尾花沢市食育推進計画アンケート調査結果

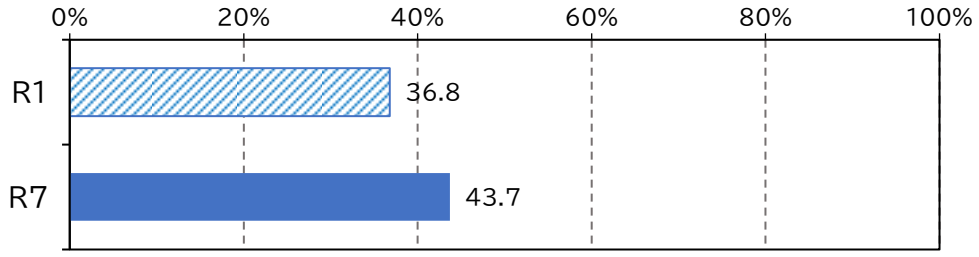
ｎ＝調査人数

（１）食育について

①『食育』について知っているか
《成人・保護者【年中児・児童・生徒】》

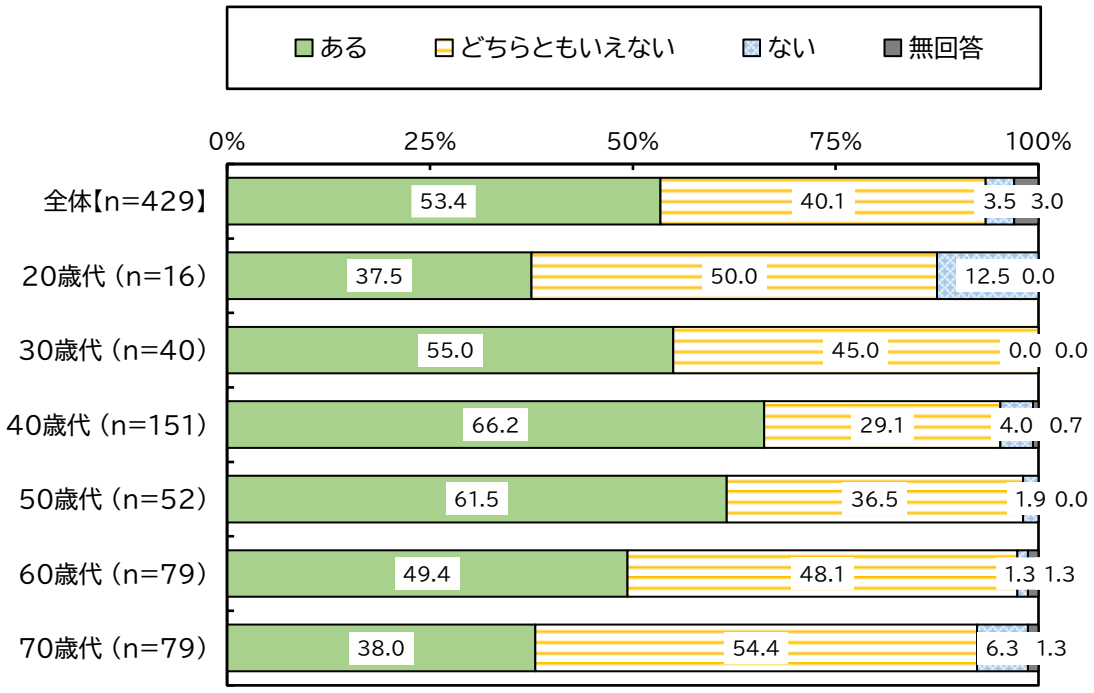


◎食育を知っている人の割合

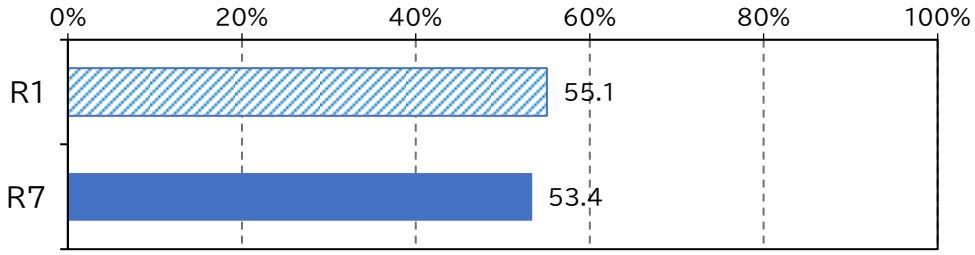


※統計処理上、構成比は小数点以下第２位を四捨五入しているため、合計しても必ずしも 100%とはならない場合があります

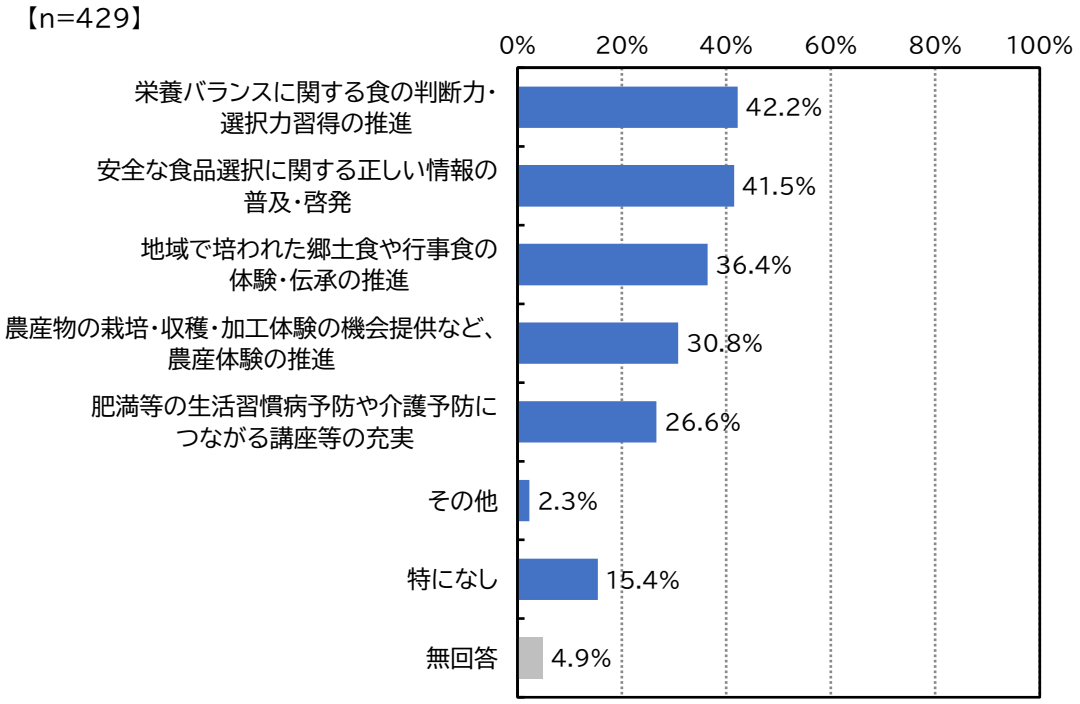
② 『食育』に興味・関心はあるか
《成人・保護者【児童・生徒】》



◎食育に関心がある人の割合

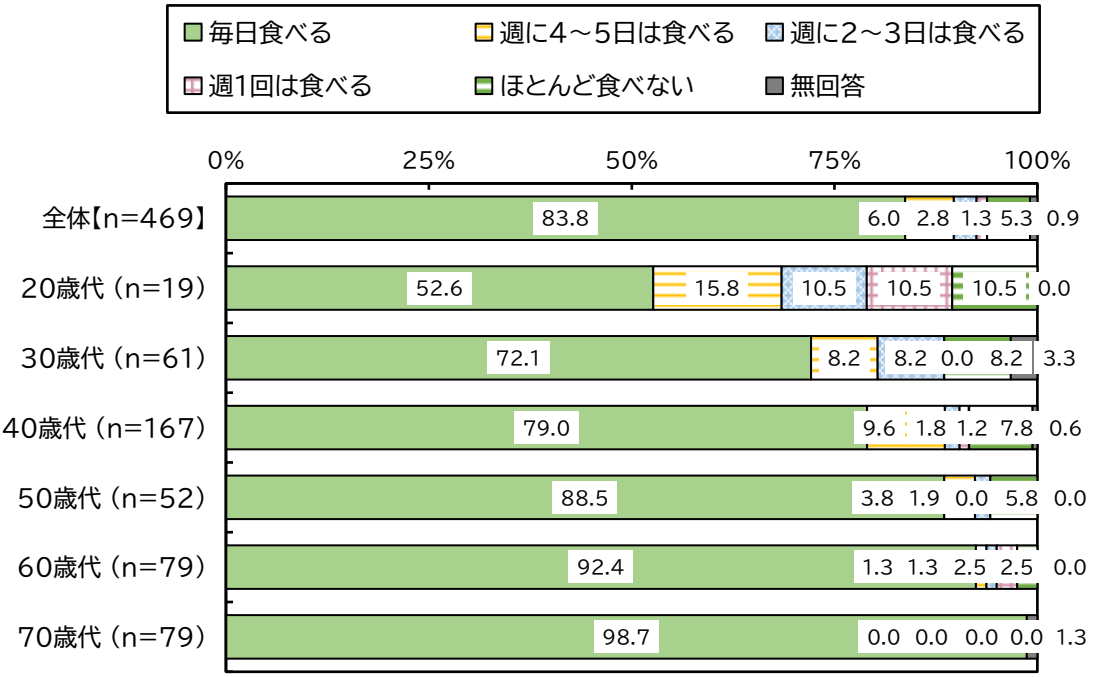


③『食育』において取り組んでほしいことはあるか
《成人・保護者【児童・生徒】》

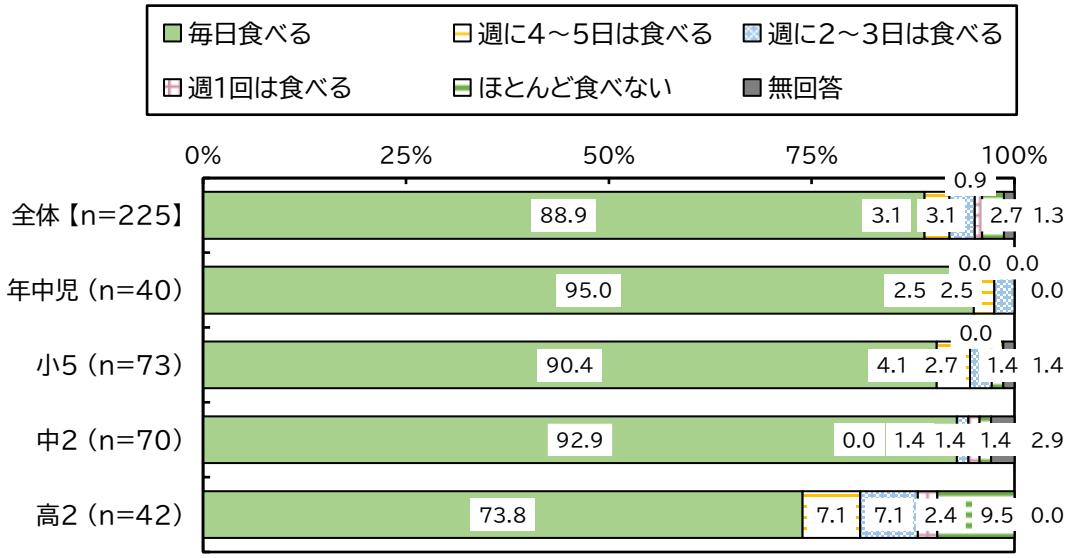


（２）朝食の欠食

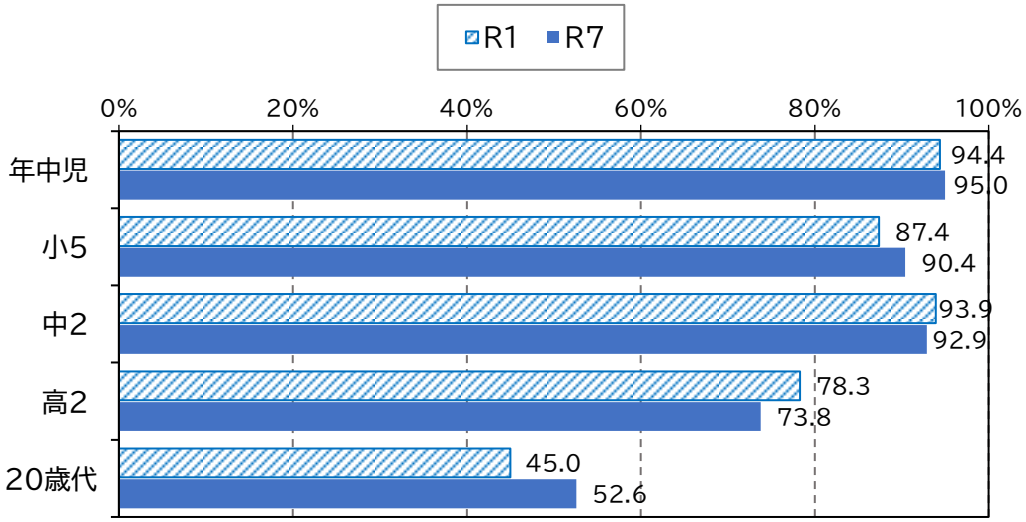
①朝食を食べるか
《成人・保護者【年中児・児童・生徒】》



《年中児・児童・生徒》

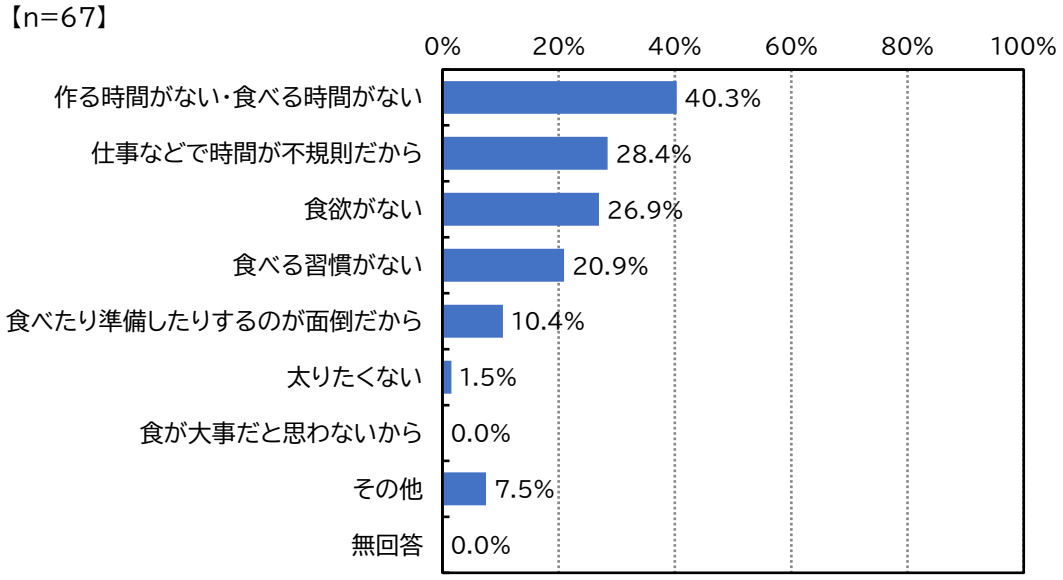


◎朝食を毎日食べる人の割合

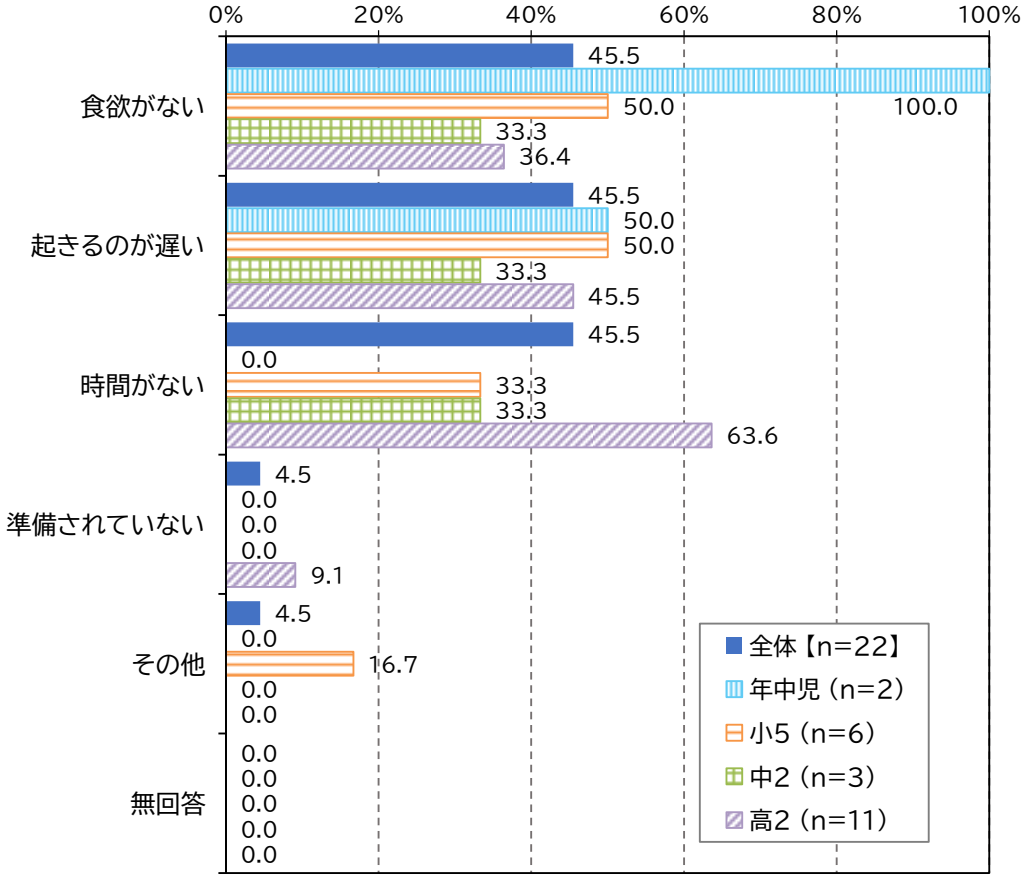


②朝食を食べない理由

《成人・保護者【年中児・児童・生徒】》



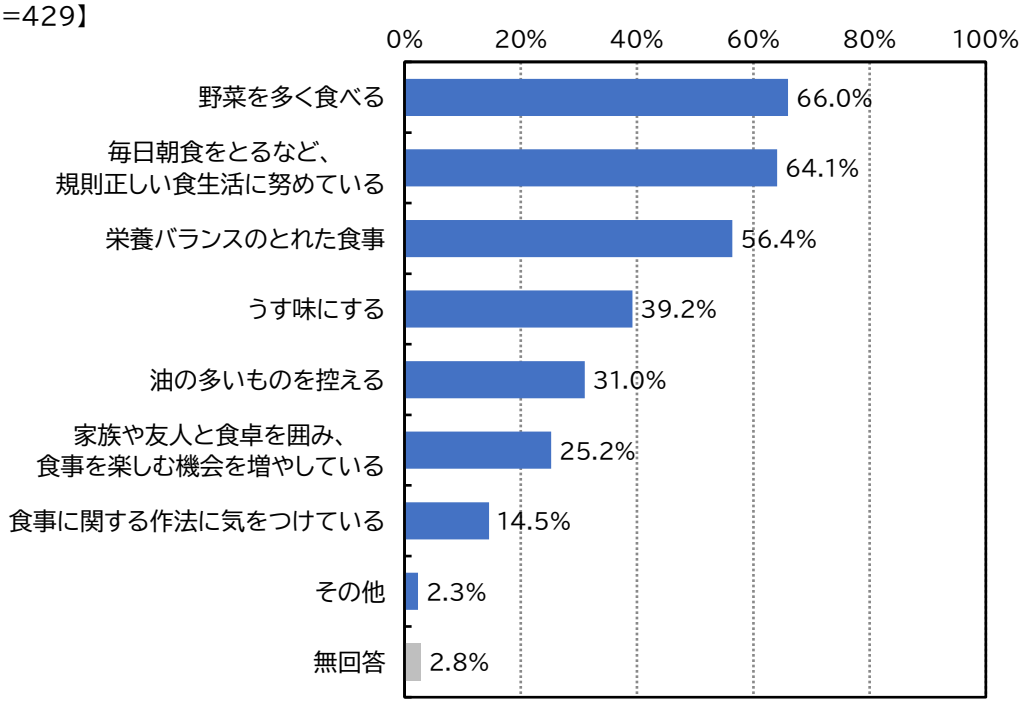
《年中児・児童・生徒》



（３）食事のバランスと野菜摂取

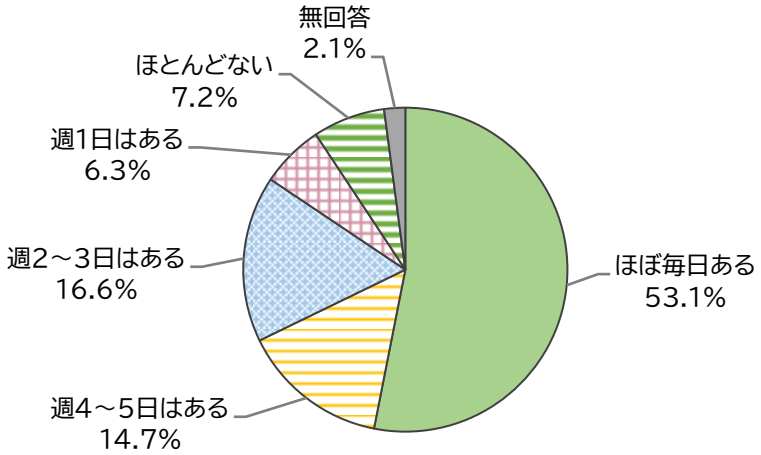
①食事で心がけていることは何か
《成人・保護者【児童・生徒】》

【n=429】

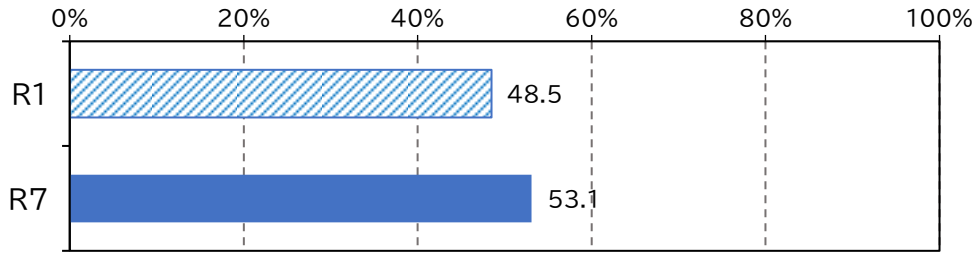


②主食、主菜、副菜を３つそろえて食べることが１日２回以上あるか
《成人・保護者【児童・生徒】》

【n=429】

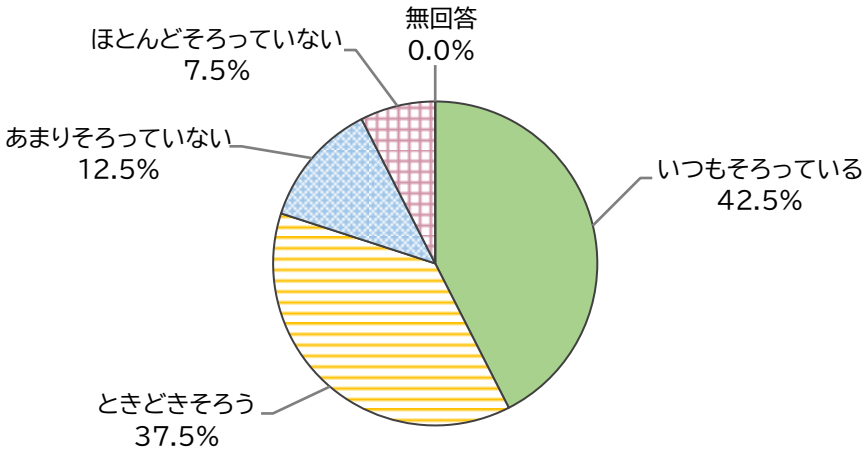


◎主食、主菜、副菜を３つそろえて食べることが１日２回以上ある人の割合

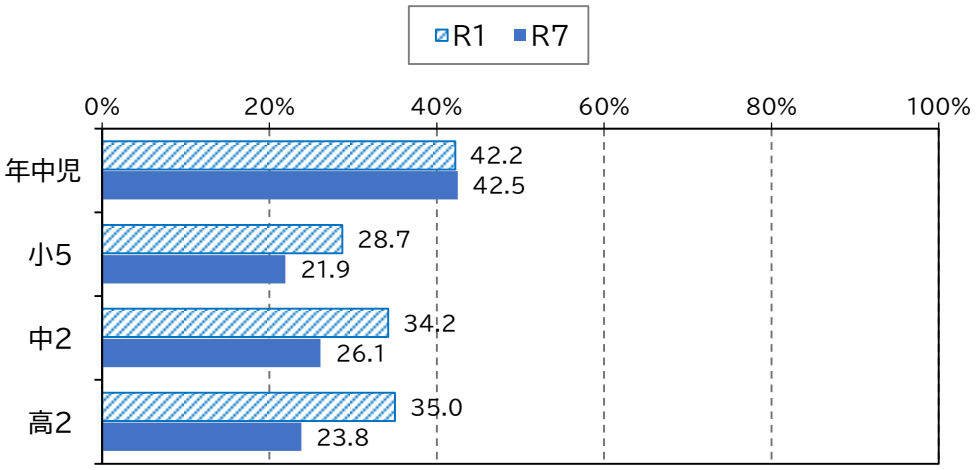


③食事は、主食、主菜、副菜がそろっているか
《年中児》

【n=40】

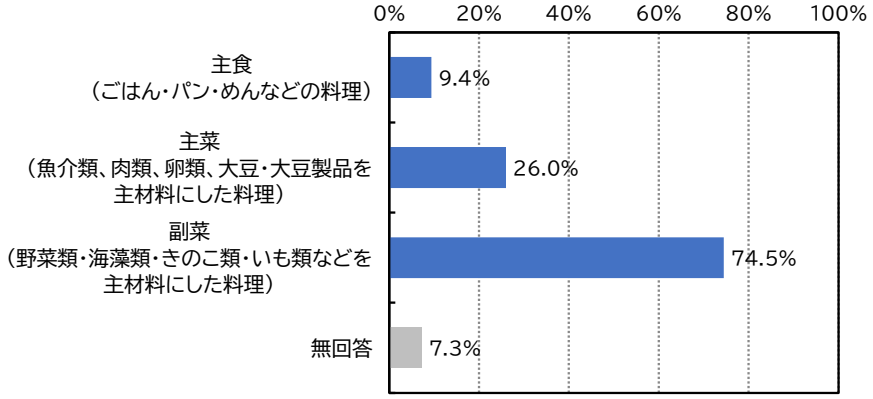


◎バランスのとれた食事をする人の割合

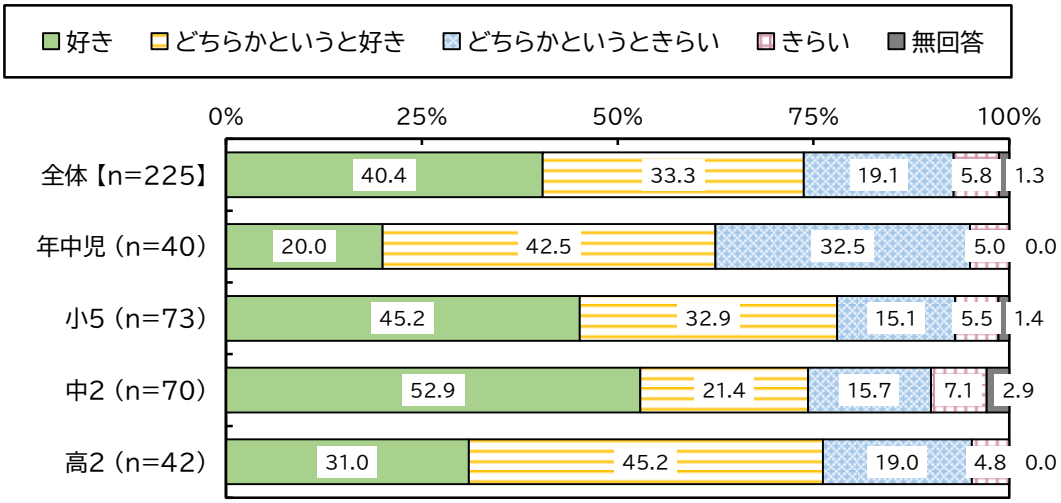


④主食、主菜、副菜で、そろえられないものは何か
《成人・保護者【児童・生徒】》

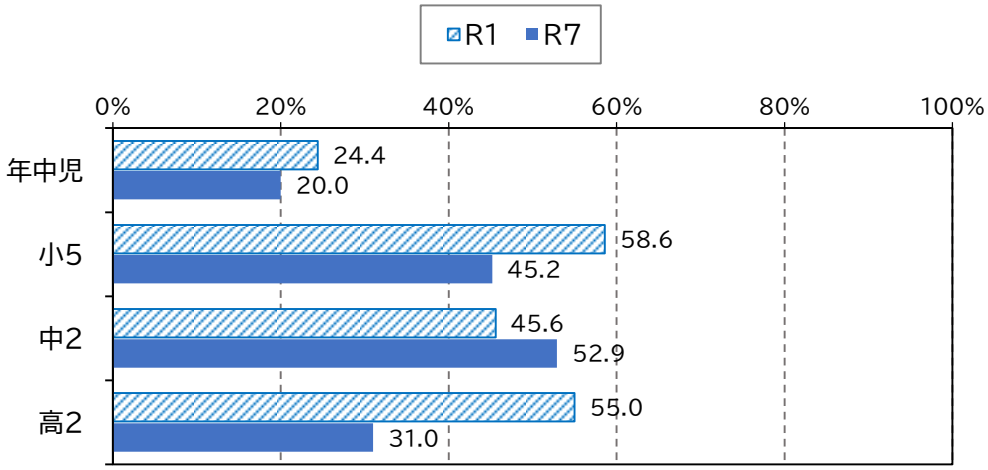
【n=192】



⑤野菜は好きか
《年中児・児童・生徒》

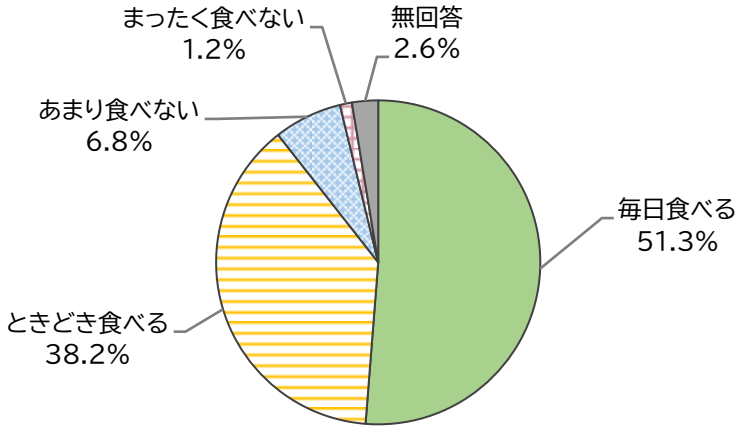


◎野菜を好きな人の割合

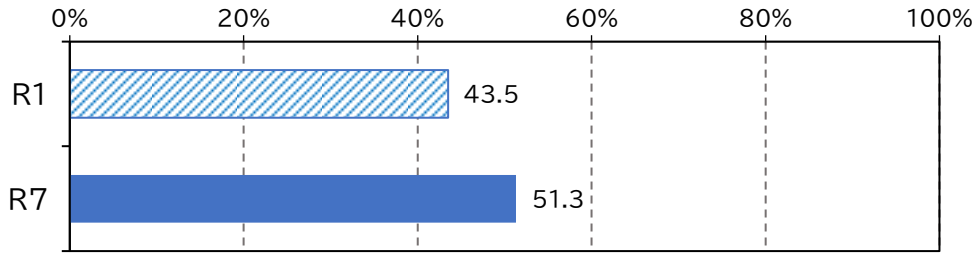


⑥野菜や海藻、きのこなどを毎日食べるか
《成人・保護者【児童・生徒】》

【n=429】



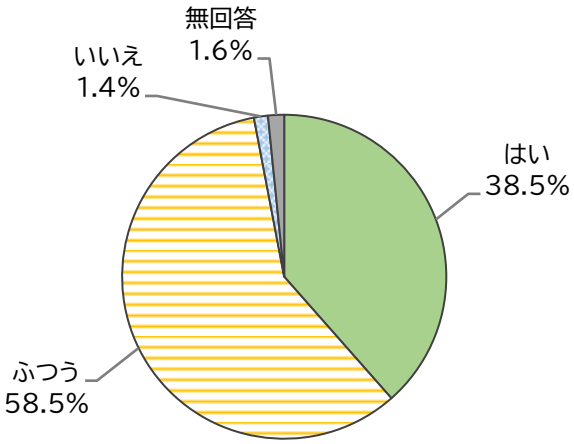
◎野菜を毎日食べる人の割合



（４）楽しい食事と共食

①毎日の食事を楽しんでいるか
《成人・保護者【児童・生徒】》

【n=429】

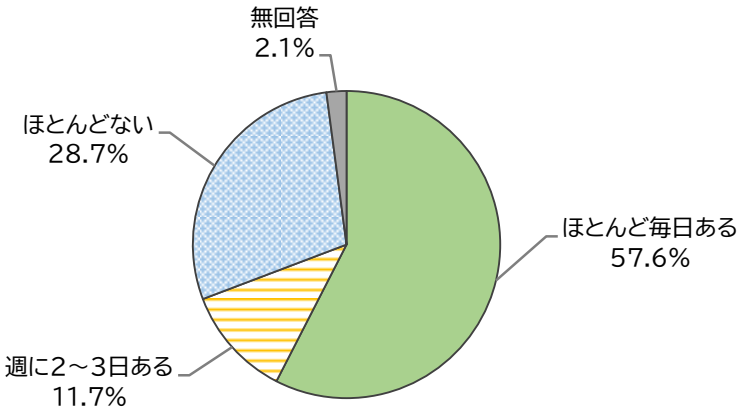


②朝食・夕食を家族と一緒に食べることはどのくらいあるか

《成人・保護者【児童・生徒】》

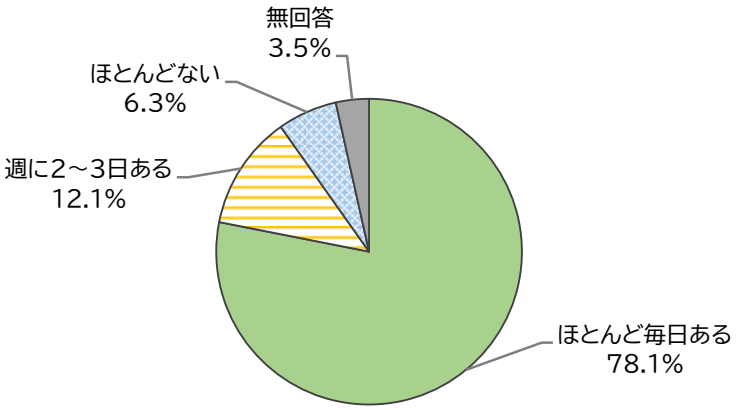
朝食

【n=429】

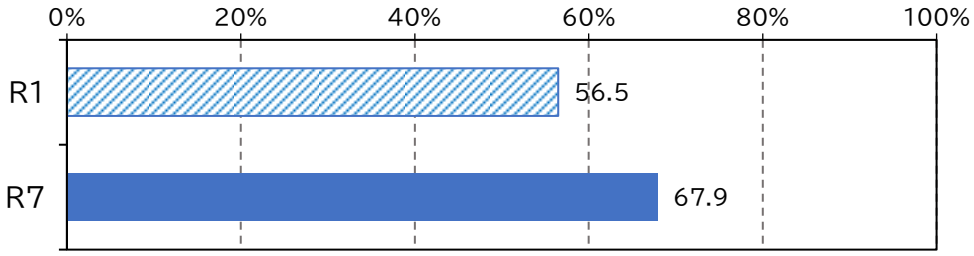


夕食

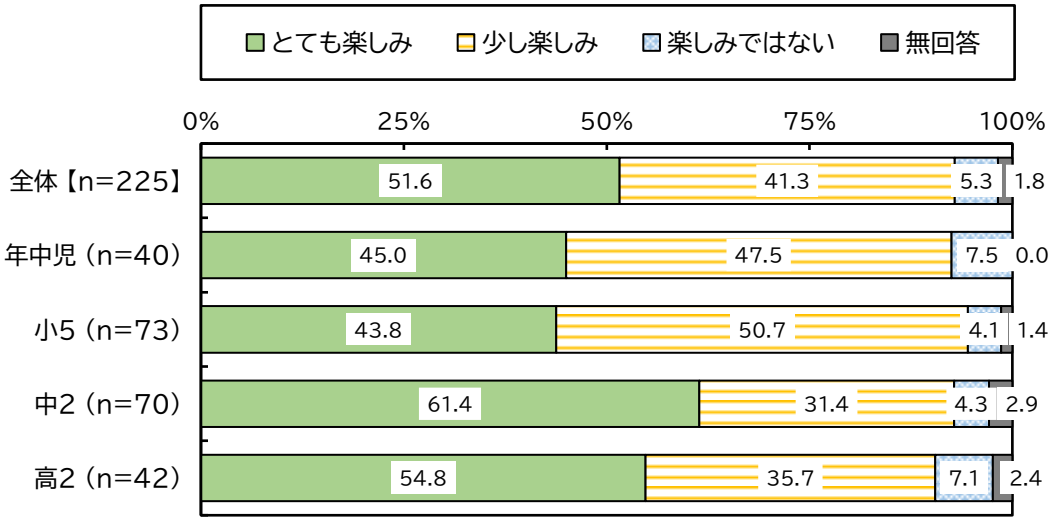
【n=429】



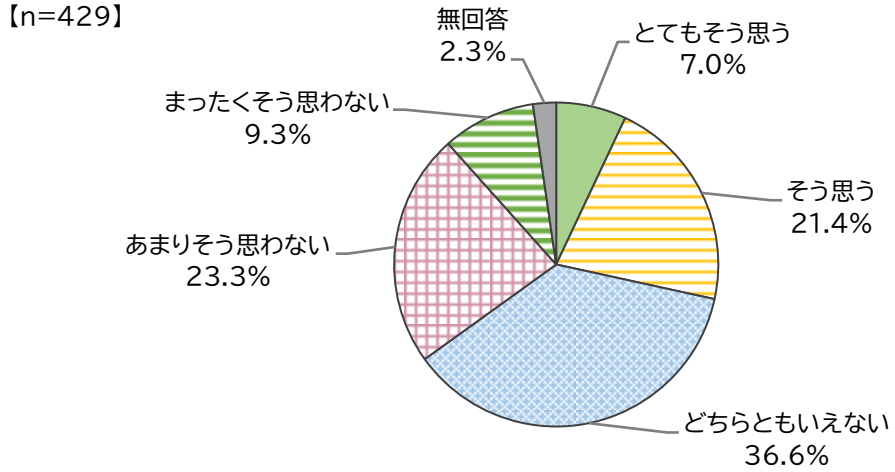
◎ほぼ毎日（週４日以上）誰かと一緒に食べる人の割合



③毎日の食事が楽しみか
《年中児・児童・生徒》

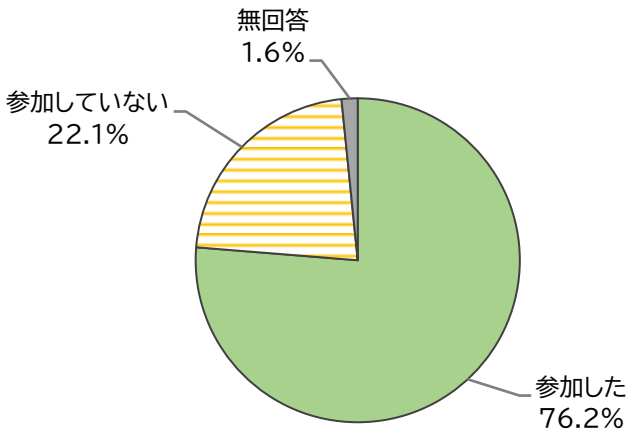


④地域や所属コミュニティでの食事会等に参加したいと思うか
《成人・保護者【児童・生徒】》



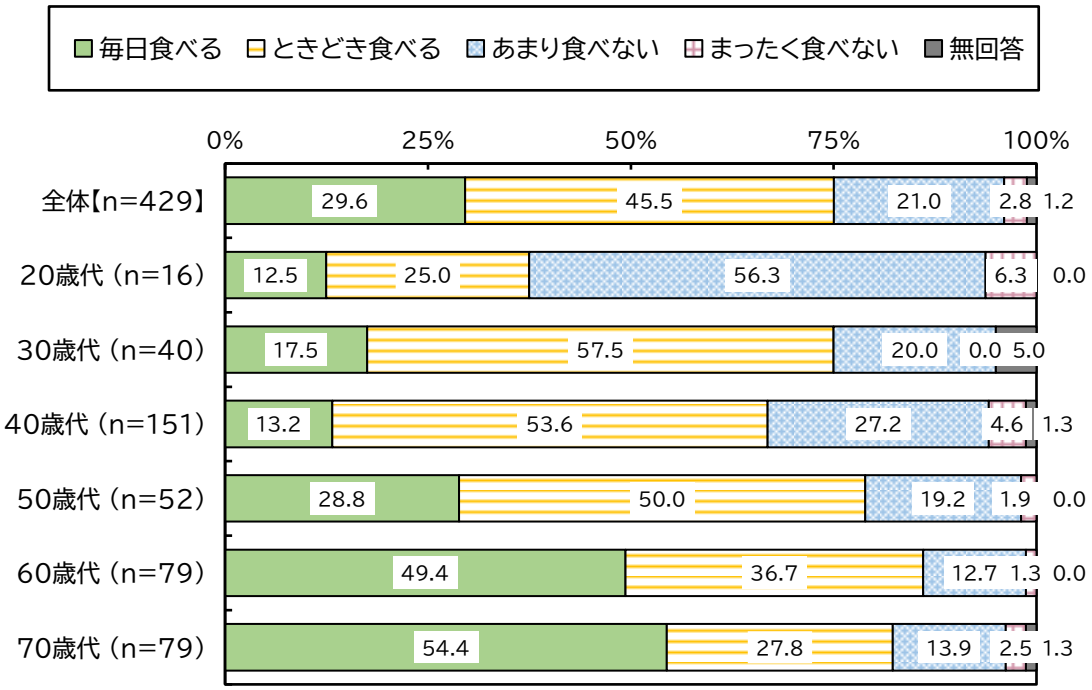
⑤地域や所属コミュニティでの食事会等に参加したか
《成人・保護者【児童・生徒】》

【n=122】

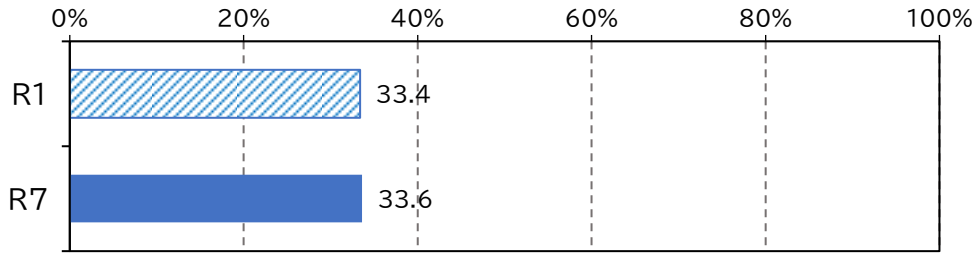


（５）減塩

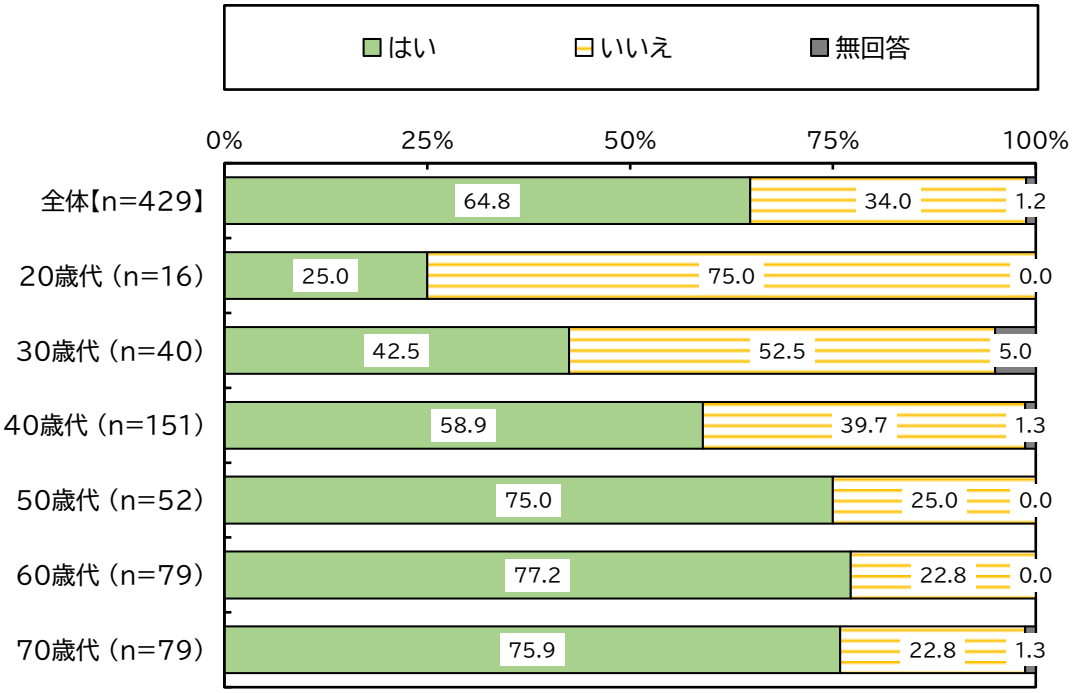
①漬け物を毎日食べるか
《成人・保護者【児童・生徒】》



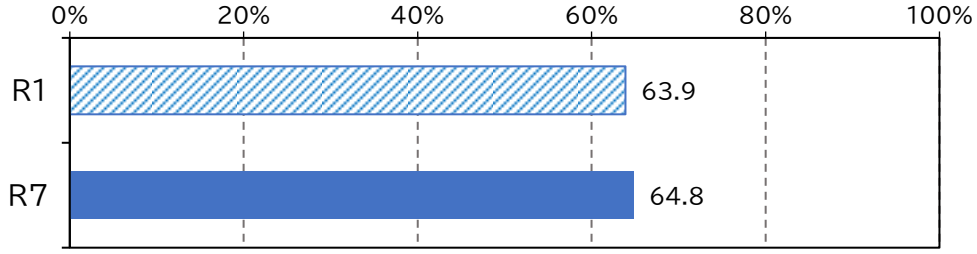
◎適正塩分を知っている人の割合



②減塩や薄味の料理を心がけているか
《成人・保護者【児童・生徒】》

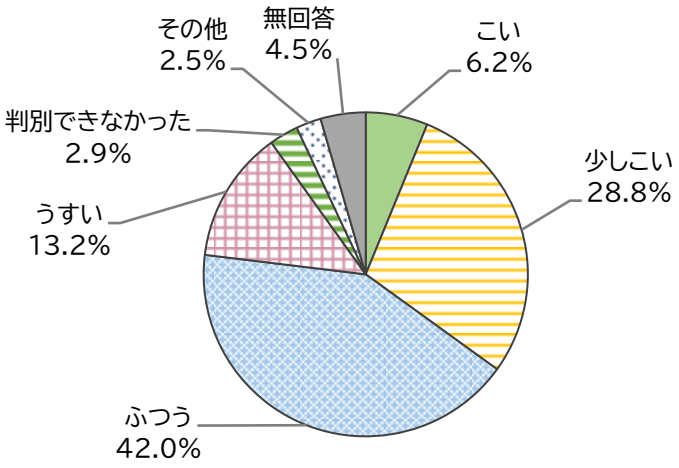


◎減塩や薄味の料理を心がけている人の割合

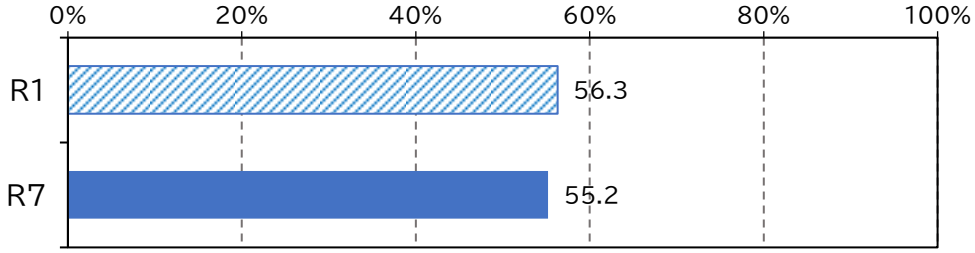


③いつも食べている汁物の塩分を「塩分チェック」で測定した結果
《成人・保護者【児童・生徒】》

【n=243】



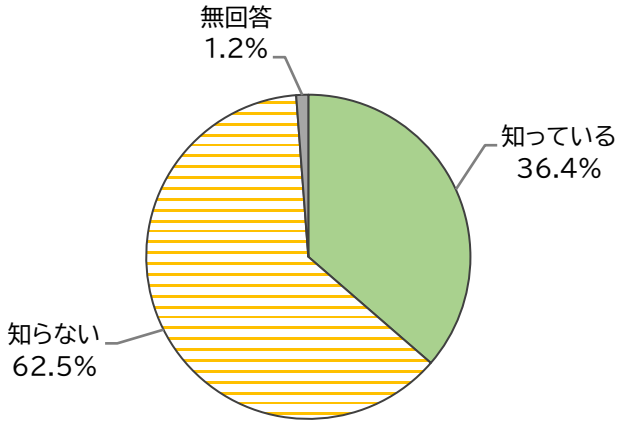
◎家庭の汁物塩分測定結果「ふつう」と「うすい」人の割合



（６）適切な食習慣とマナー

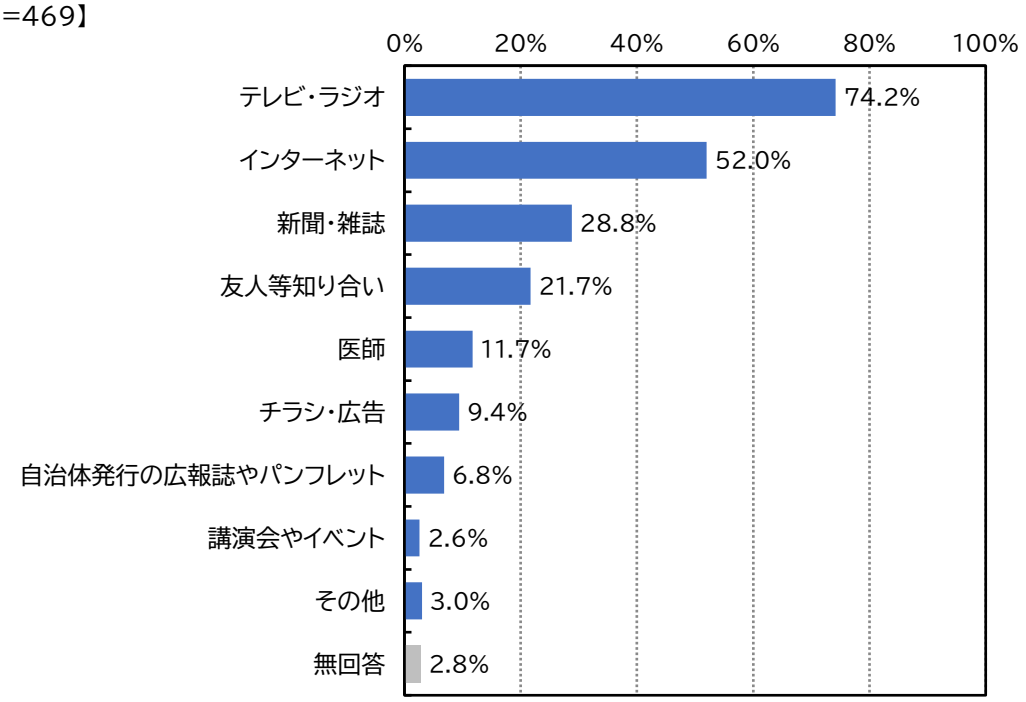
①適切な食事内容・量を知っているか
《成人・保護者【児童・生徒】》

【n=429】



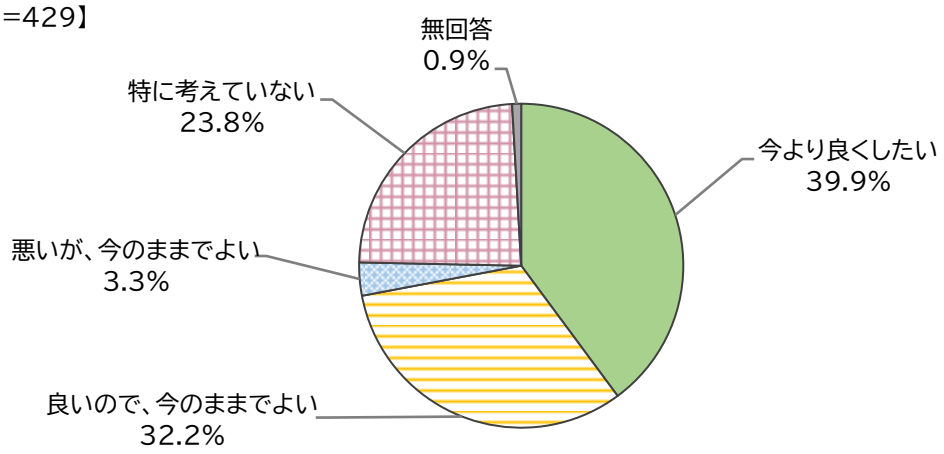
②栄養や食事・食品に関する情報は何から得ているか
《成人・保護者【年中児・児童・生徒】》

【n=469】



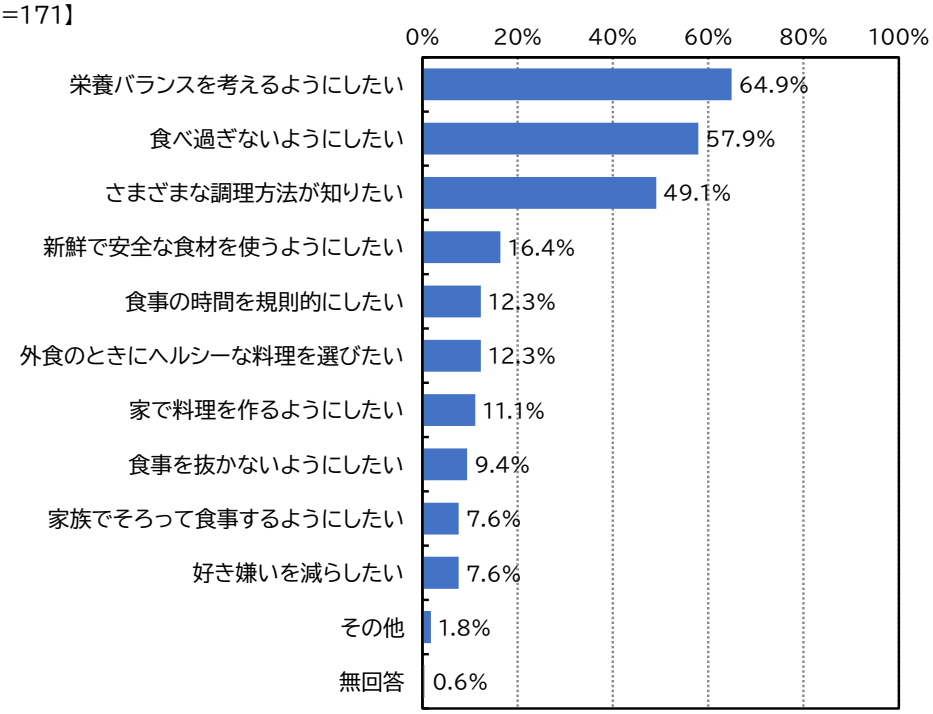
③食生活について、どのように思っているか
《成人・保護者【児童・生徒】》

【n=429】



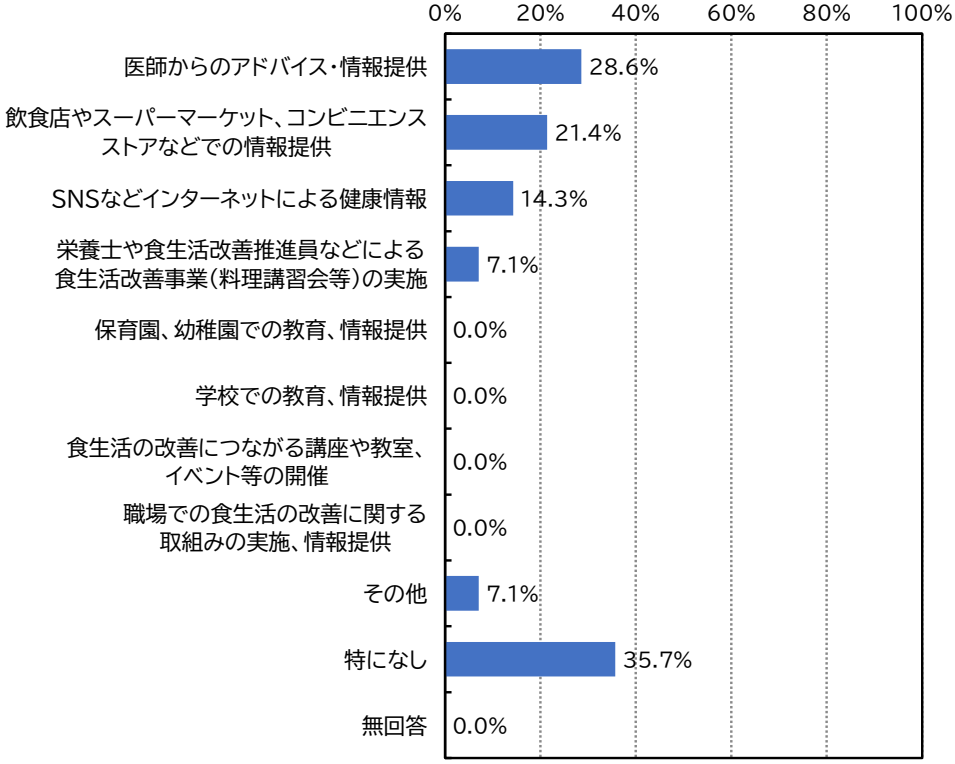
④食生活に関して、より良く改善したいと思うこと
《成人・保護者【児童・生徒】》

【n=171】

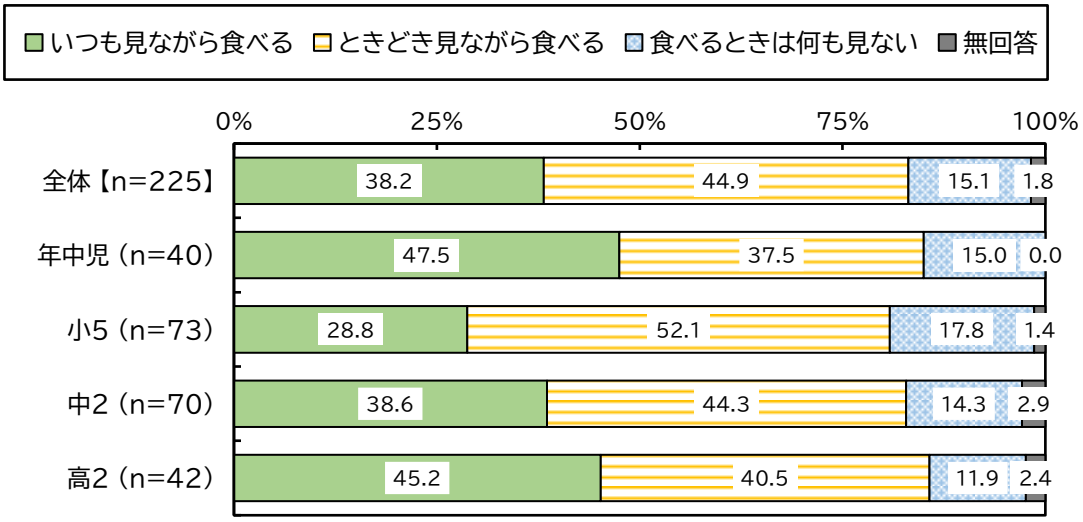


⑤どのようなことがあれば、食生活を改善しようと思うか
《成人・保護者【児童・生徒】》

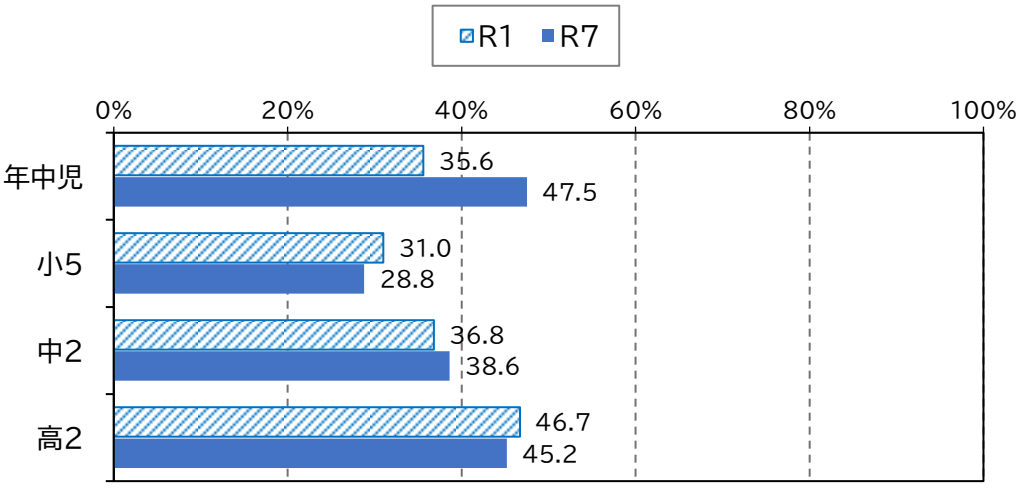
【n=14】



⑥食事のとき、テレビやスマホやタブレットなどを見るか
《年中児・児童・生徒》

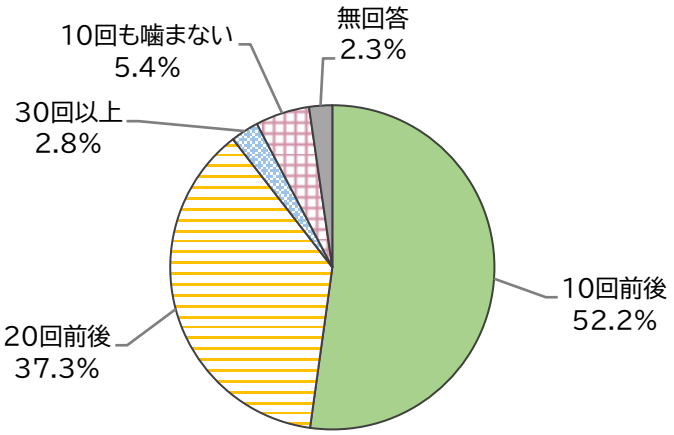


◎食事のとき、テレビ・スマホ・タブレットなどをいつも見ながら食べる人の割合

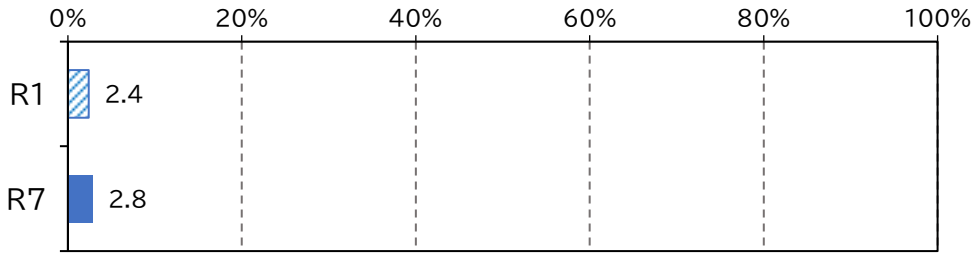


⑦食事のとき、一口だいたい何回ぐらい噛むか
《成人・保護者【児童・生徒】》

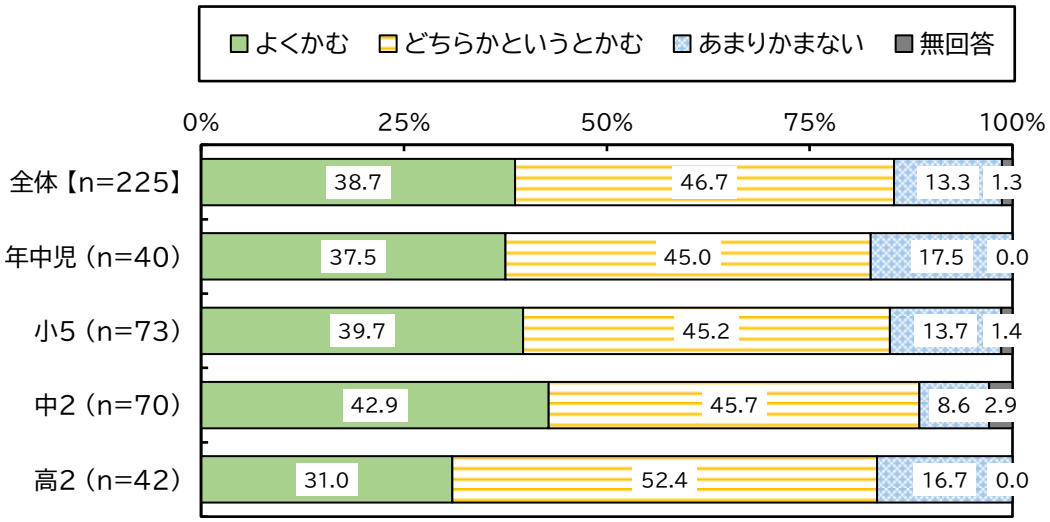
【n=429】



◎30回以上噛んで食べる人の割合



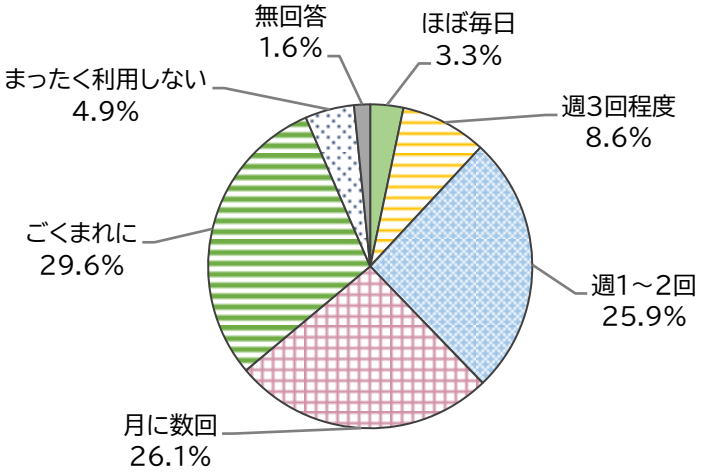
⑧よくかんで食べているか
《年中児・児童・生徒》



（７）外食と中食、間食

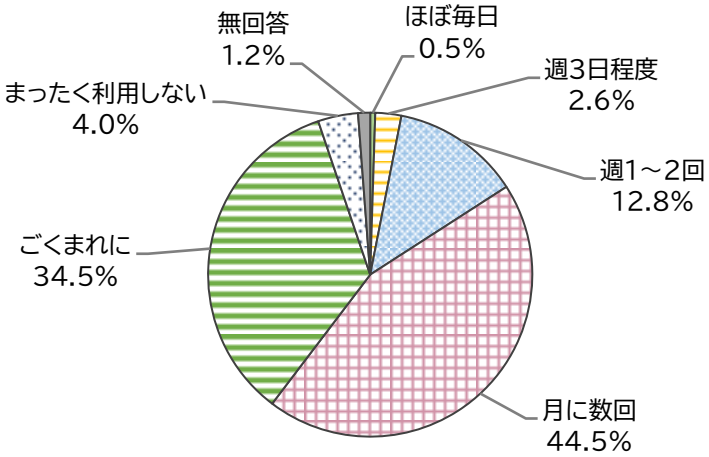
①お弁当やお惣菜を購入し、自宅や職場等で食べることがあるか
《成人・保護者【児童・生徒】》

【n=429】

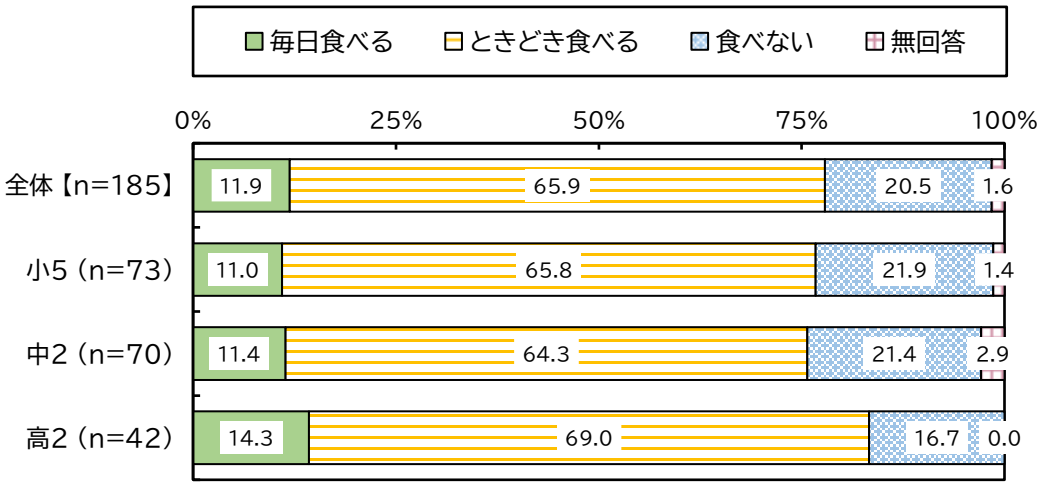


②外食は、どの程度利用するか
《成人・保護者【児童・生徒】》

【n=429】

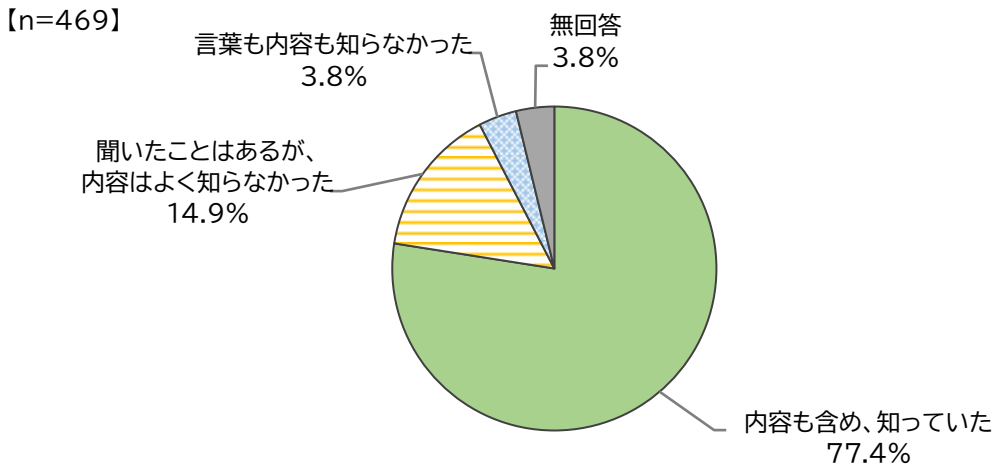


③夕食後おやつを食べるか
《児童・生徒》

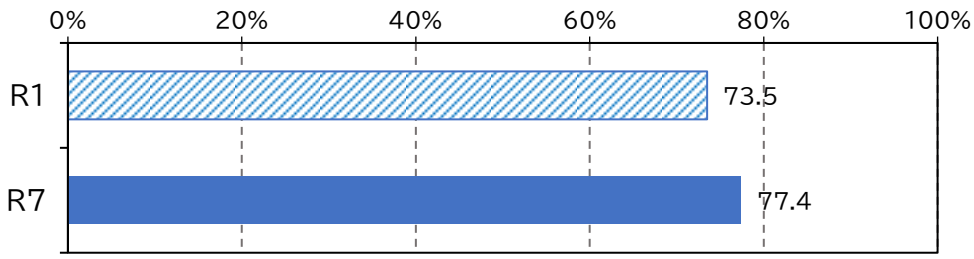


（８）地産地消

①『地産地消』について知っているか
《成人・保護者【年中児・児童・生徒】》

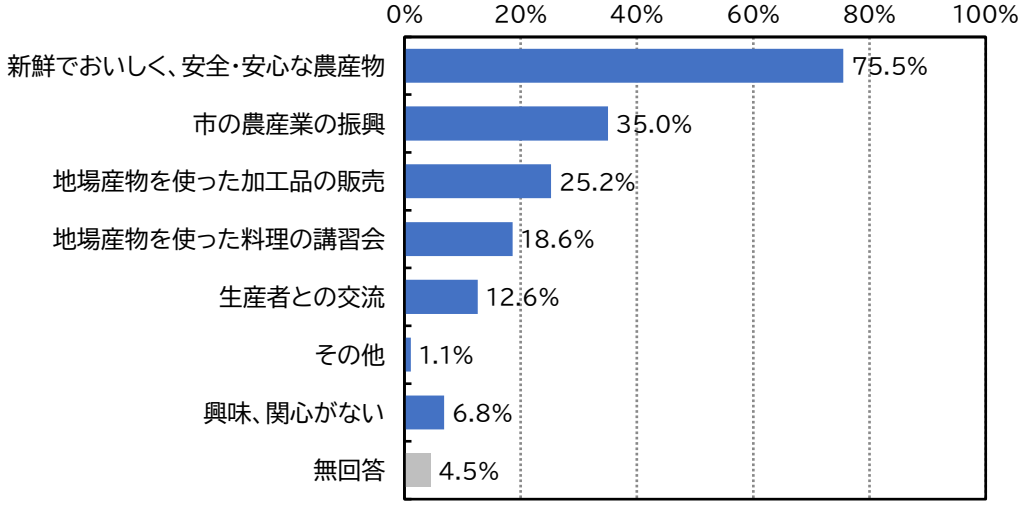


◎地産地消を知っている人の割合



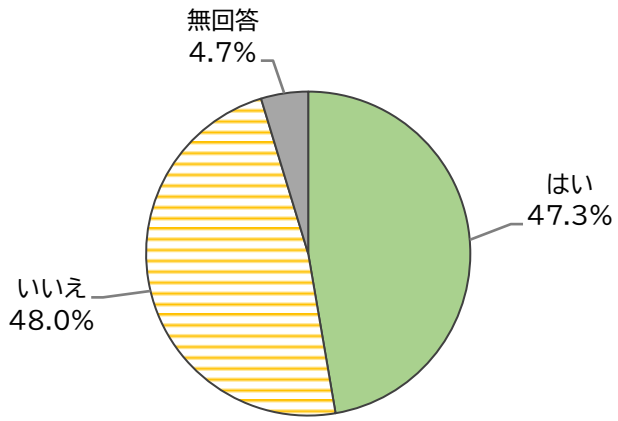
②『地産地消』について興味、関心があることは何か
《成人・保護者【年中児・児童・生徒】》

【n=469】

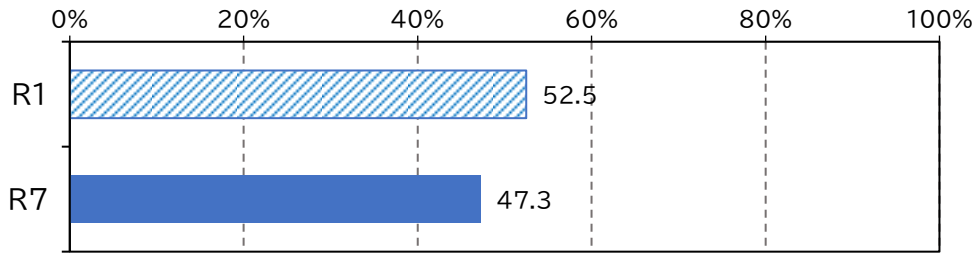


③地元産（尾花沢市産、山形県産）のものを意識して購入しているか
《成人・保護者【年中児・児童・生徒】》

【n=469】

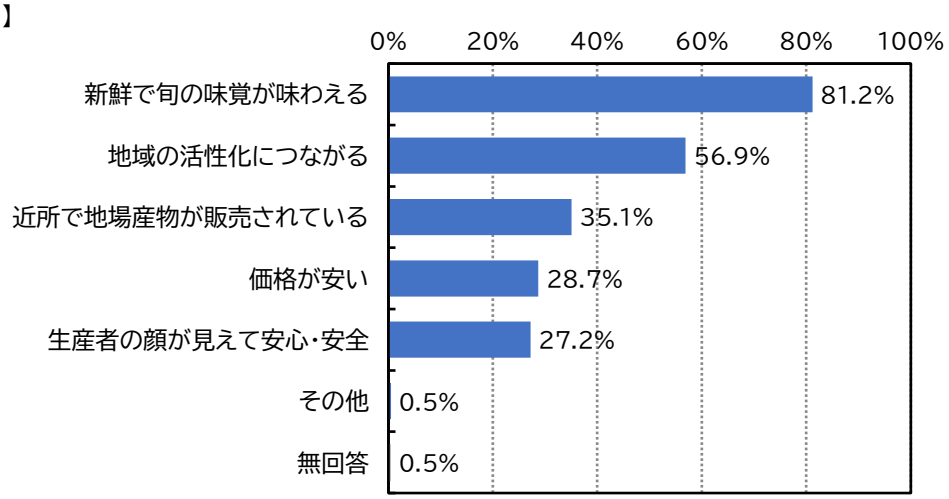


◎地元産（尾花沢市産・山形県産）のものを意識して購入している人の割合



④地元産（尾花沢市産、山形県産）を購入する理由
《成人・保護者【年中児・児童・生徒】》

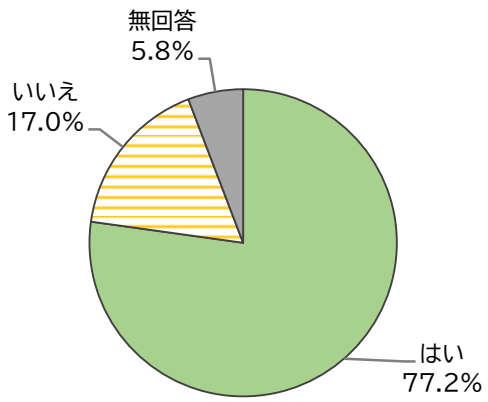
【n=202】



（９）郷土料理と伝統料理

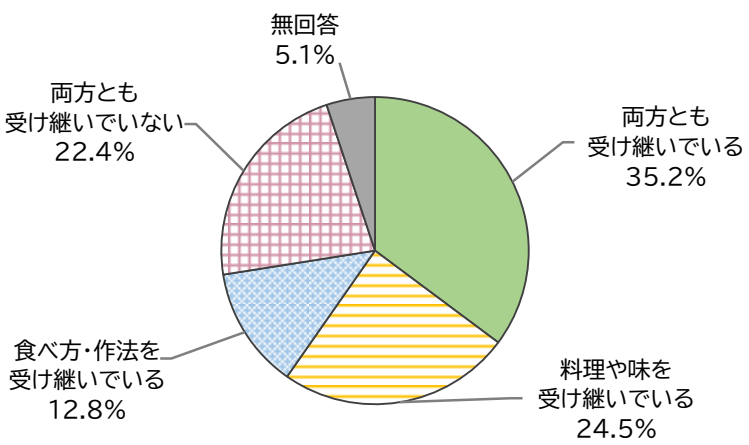
①郷土料理や伝統料理を家庭で食べているか
《成人・保護者【児童・生徒】》

【n=429】

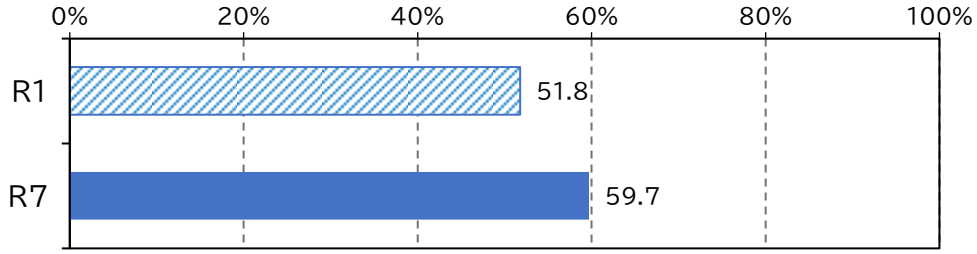


②郷土料理や伝統料理などを前の世代から受け継いでいるか
《成人・保護者【児童・生徒】》

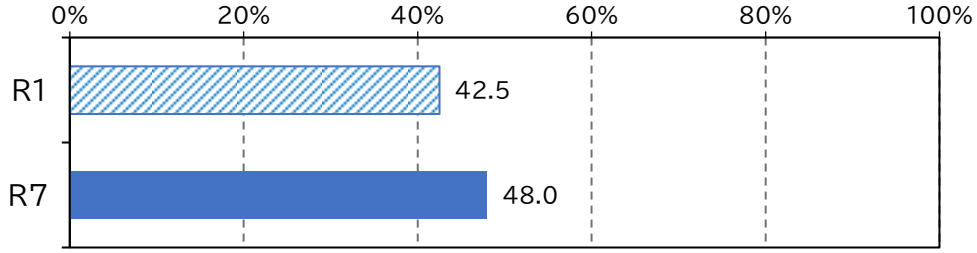
【n=429】



◎「料理や味」を前の世代から受け継いでいる人の割合

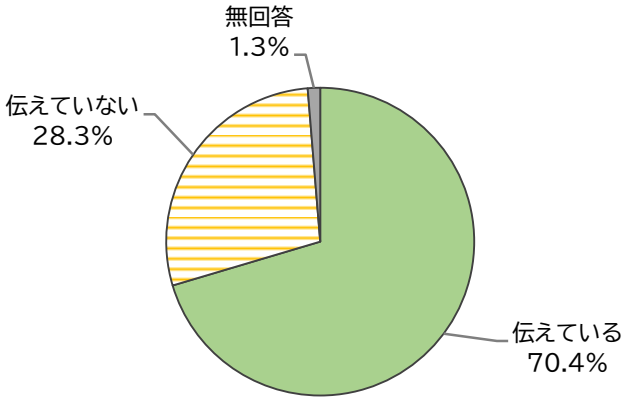


◎「箸使いなどの食べ方・作法」を前の世代から受け継いでいる人の割合



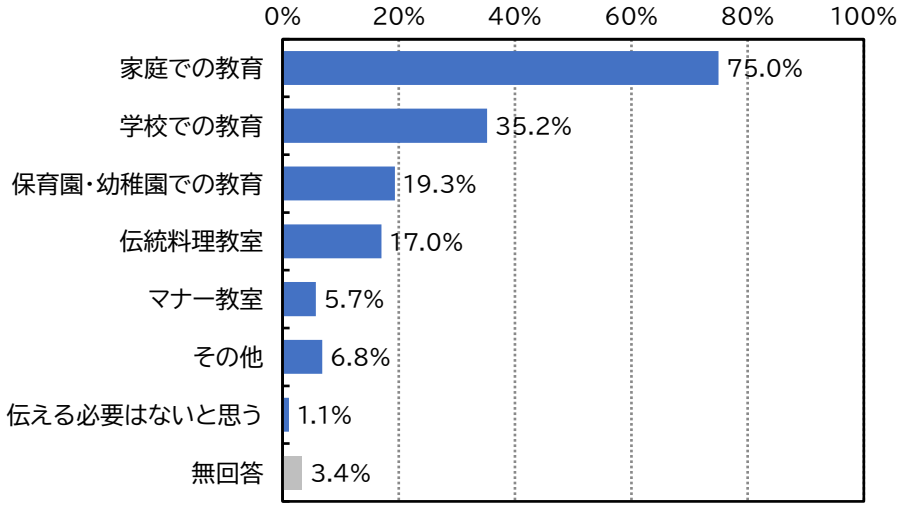
③郷土料理や伝統料理などを次世代に対して伝えているか
《成人・保護者【児童・生徒】》

【n=311】



④次世代に伝えていくためには、どのようなことが必要か
《成人・保護者【児童・生徒】》

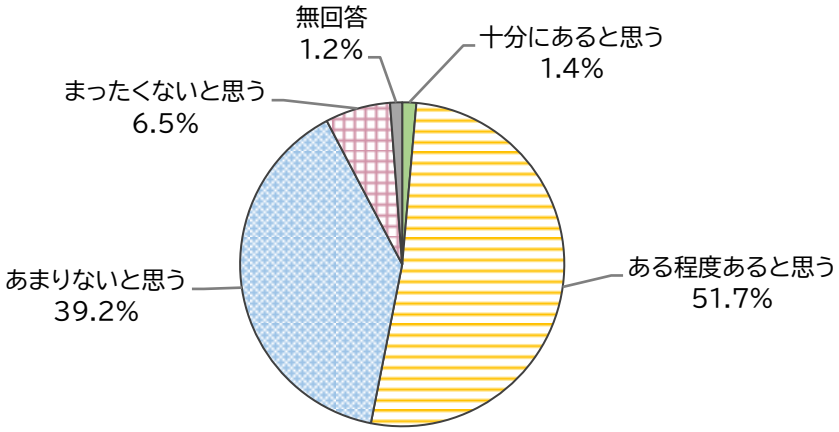
【n=88】



（10）食の安全

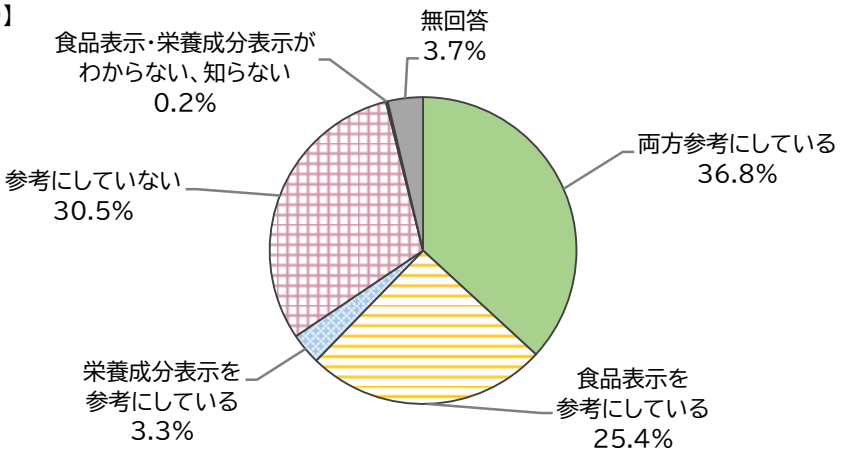
①食品の安全性に関する基礎的な知識があると思うか
《成人・保護者【児童・生徒】》

【n=429】

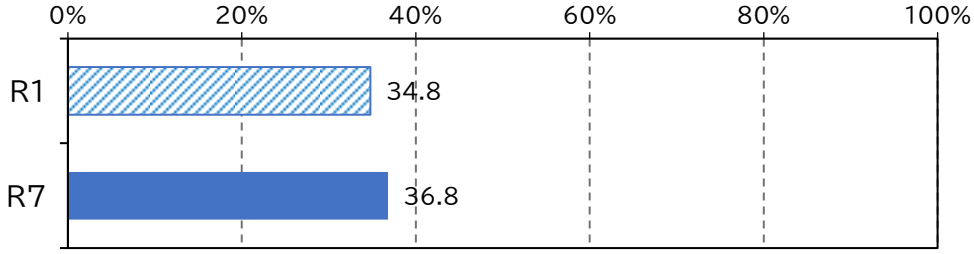


②食品表示や栄養成分表示を参考にしているか
《成人・保護者【児童・生徒】》

【n=429】

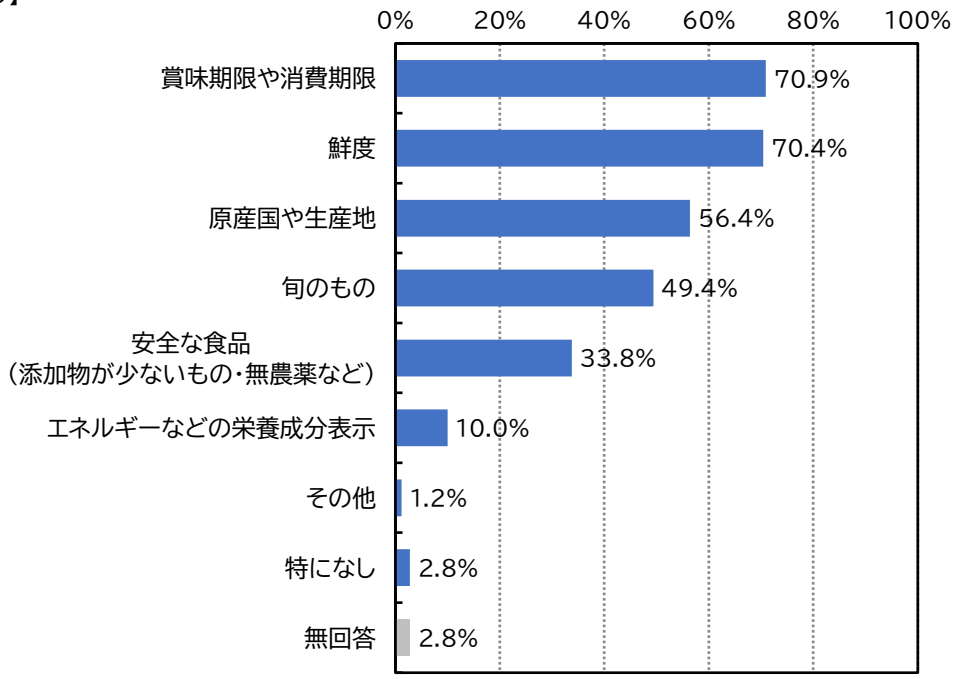


◎外食や食品購入時に食品表示、栄養成分表示の両方を参考にしている人の割合



③食材を買う時、価格以外にどんなことに気を付けているか
《成人・保護者【児童・生徒】》

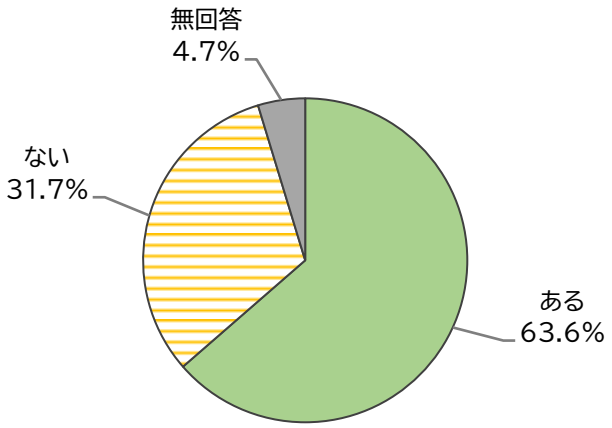
【n=429】



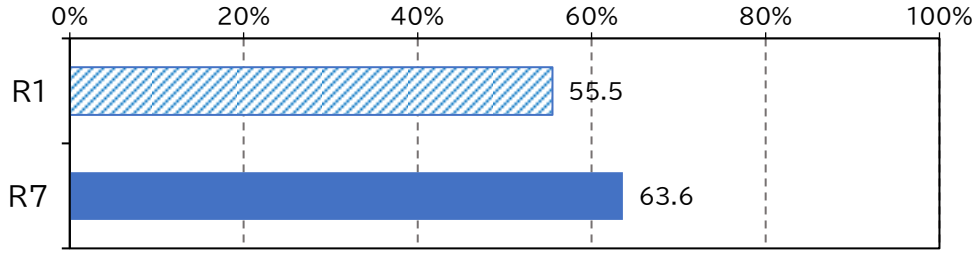
（11）食農教育と食品ロス

①『食農教育』に興味があるか
《成人・保護者【児童・生徒】》

【n=429】

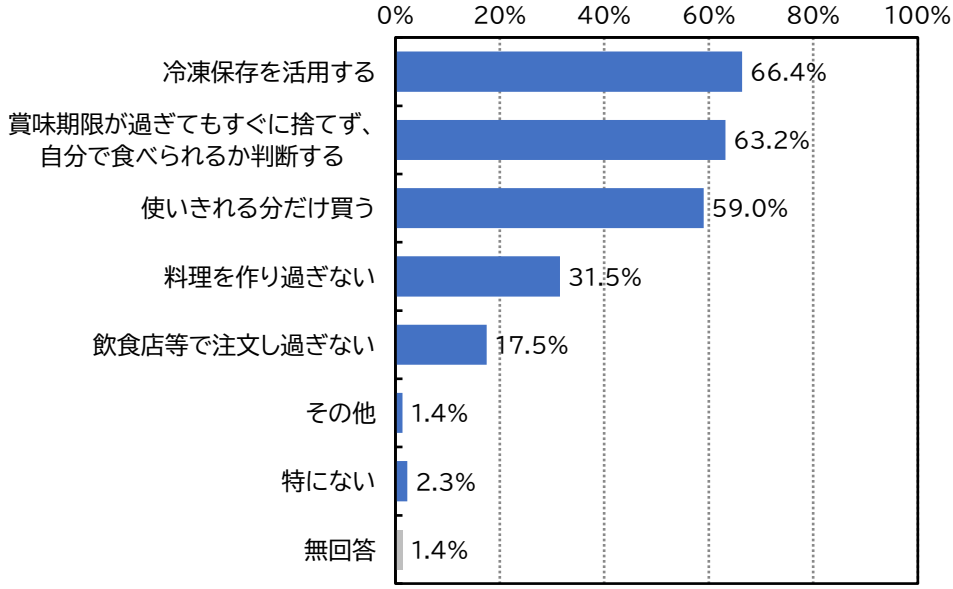


◎『食農教育』に興味がある人の割合

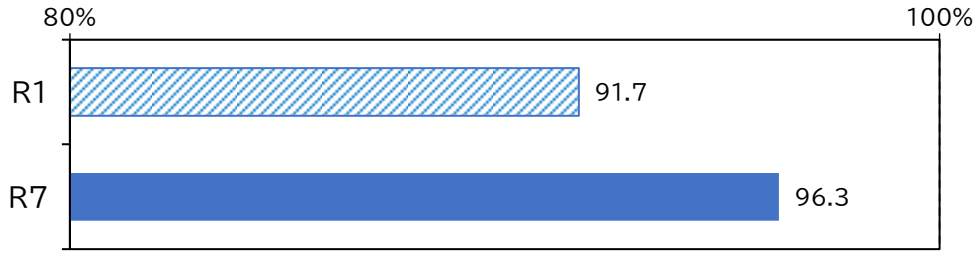


②『食品ロス』を軽減するために、何か実践していることはあるか
《成人・保護者【児童・生徒】》

【n=429】



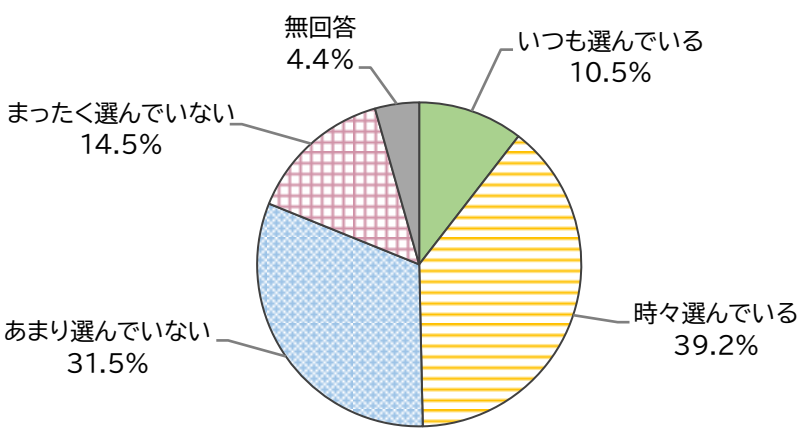
◎食品ロス削減のために何らかの行動をしている人の割合



（12）環境に配慮した食生活

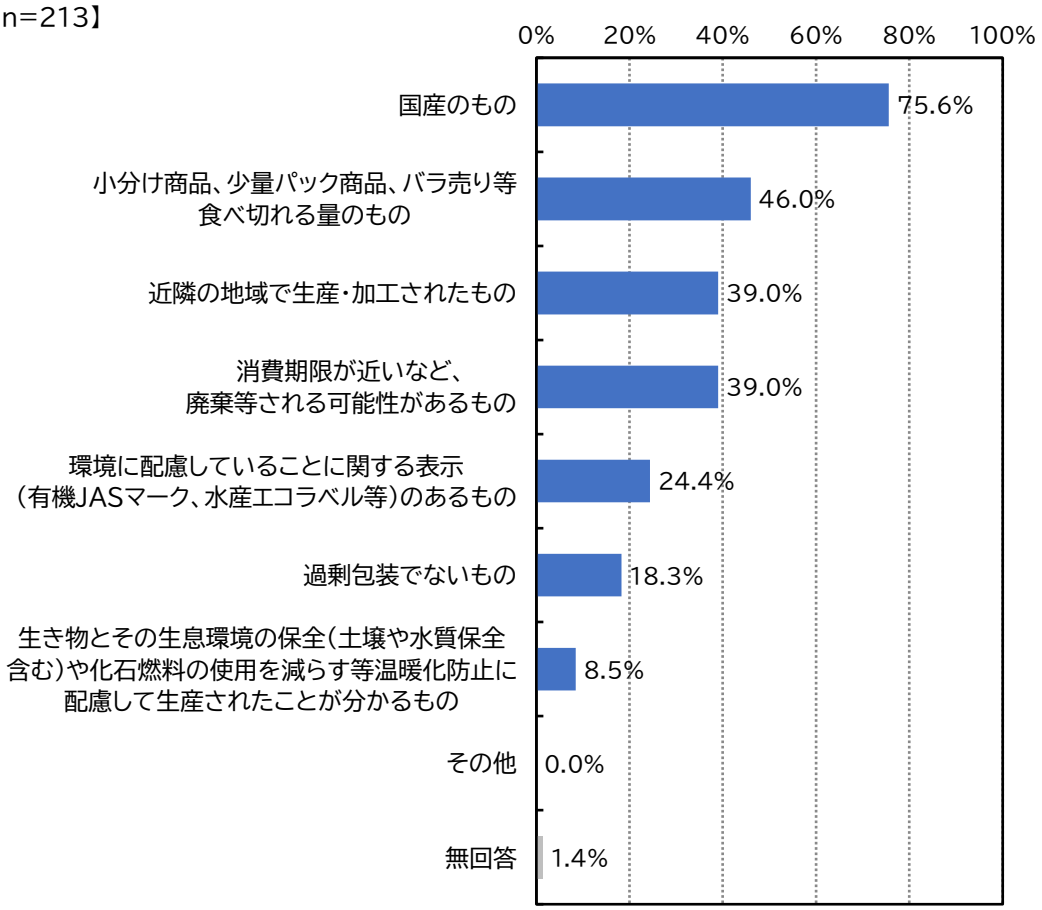
①環境に配慮した農林水産物・食品を選んでいるか
《成人・保護者【児童・生徒】》

【n=429】



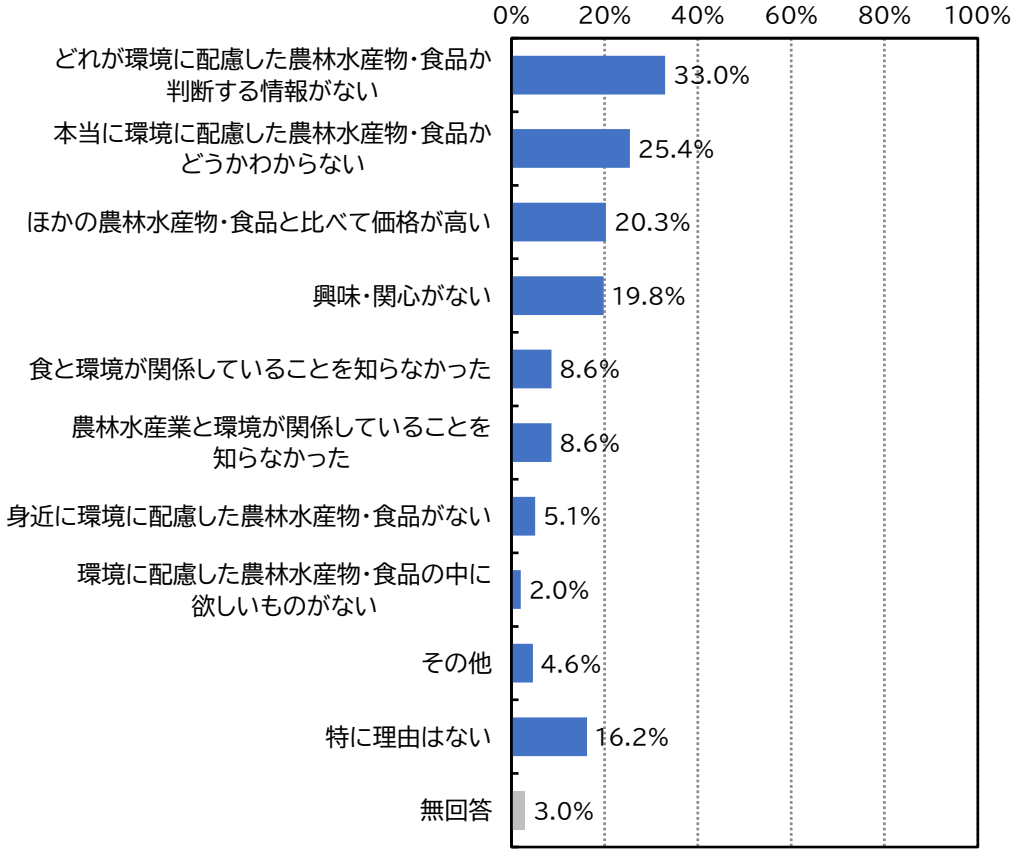
②どのような環境に配慮した農林水産物・食品を選んでいるか
《成人・保護者【児童・生徒】》

【n=213】



③環境に配慮した農林水産物・食品を選んでいない理由
《成人・保護者【児童・生徒】》

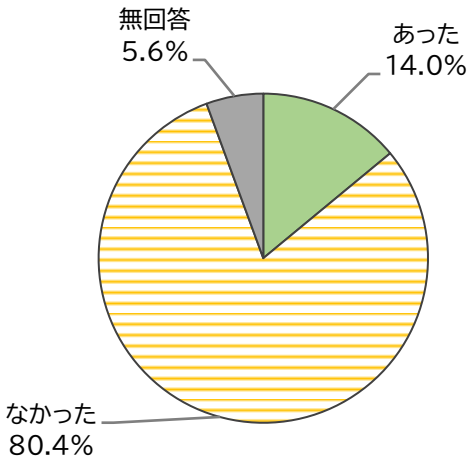
【n=197】



（13）誰一人取り残さない食育

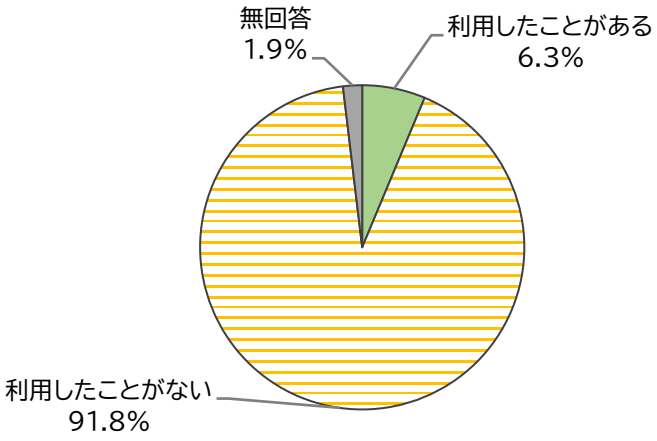
①食料を経済的な理由で購入できないことがあったか
《成人・保護者【児童・生徒】》

【n=429】



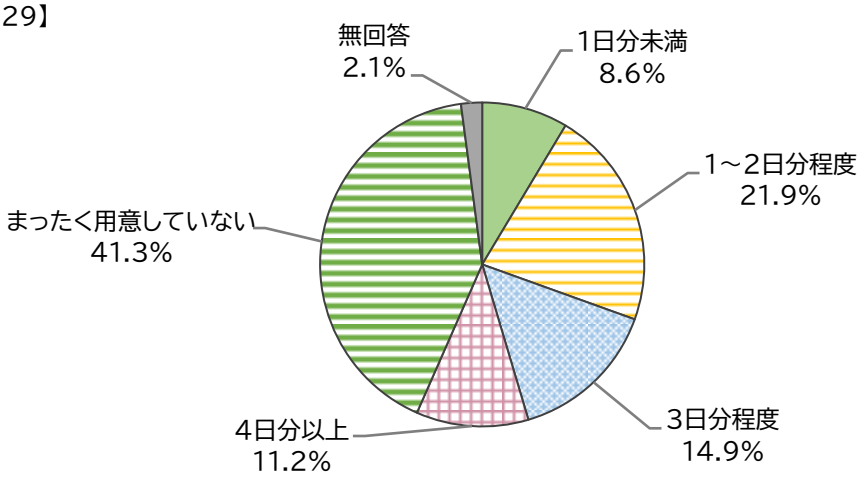
②こども食堂を利用したことがあるか
《成人・保護者【児童・生徒】》

【n=429】



③非常時の食料は何日分を想定して用意しているか
《成人・保護者【児童・生徒】》

【n=429】



５　尾花沢市食育推進計画（第３次）の評価

尾花沢市食育推進計画（第３次）の策定時に設定している 26 項目の評価指標に関して、基準値（計画策定時値）及び目標値と現状値とを比較し、評価指標の達成状況を評価します。

評価方法は、基準値（計画策定時値）から目標値に向けた実績値の進捗状況（改善率）を算定し、Ａ～Ｅの区分で評価しています。

全体的には、26 項目中「目標達成」が７項目、「改善」が５項目、「変化なし」が７項目、「悪化」が７項目、「評価不能」が０項目となっています。

●達成度の判定基準及び指標達成状況

達成度	指標数
A　：目標達成	7
B　：改善（改善率 10%以上）	5
C　：変化なし（改善率－10%以上 10%未満）	7
D　：悪化（改善率－10%未満）	7
E　：評価不能	0
計	26

※評価不能：調査方法の変更や調査未実施の理由により評価できないもの

※改善率：（現状値－策定時値）÷策定時値×100

●指標達成状況一覧

指標		基準値（R元）	現状値（R７）	目標値（R７）	評価
食育に関心がある人の割合	成人	55.1%	53.4%	90%	C
朝食を毎日食べる人の割合	年中児	94.4%	95.0%	100%	C
	小学５年	87.4%	90.4%	100%	C
	中学２年	93.9%	92.9%	100%	C
	高校２年	78.3%	73.8%	100%	C
	20 歳代	45.0%	52.6%	85%	B
主食、主菜、副菜をそろえた食事を１日２回以上食べることがほぼ毎日ある人の割合	成人	48.5%	53.1%	70%	C
野菜が好きである人の割合	年中児	24.4%	20.0%	80%	D
	小学５年	58.6%	45.2%	80%	D
	中学２年	45.6%	52.9%	80%	B
	高校２年	55.0%	31.0%	80%	D
野菜（海藻・きのこ含む）を毎日食べる人の割合	成人	43.5%	51.3%	80%	B
ほぼ毎日（週４日以上）誰かと一緒に食べる人の割合　※朝食・夕食の平均	成人	56.5%	67.9%	増加	A
減塩や薄味の料理を心がけている人の割合	成人	63.9%	64.8%	75%	C
家庭の汁物塩分測定結果「ふつう」と「うすい」人の割合 ※「栄研化学株式会社塩分チェック」よる測定	成人	56.3%	55.2%	増加	D
30 回以上噛んで食べる人の割合	成人	2.4%	2.8%	増加	A
食事のとき、テレビ・スマホ・タブレットなどをいつも見ながら食べる人の割合	年中児	35.6%	47.5%	減少	D
	小学５年	31.0%	28.8%	減少	A
	中学２年	36.8%	38.6%	減少	D
	高校２年	46.7%	45.2%	減少	A
地元産（尾花沢市産・山形県産）のものを意識して購入している人の割合	成人	52.5%	47.3%	増加	D
郷土料理、伝統料理など地域や家庭で受け継がれてきた「料理や味」を前の世代から受け継いでいる人の割合	成人	51.8%	59.7%	60%	B
郷土料理、伝統料理など地域や家庭で受け継がれてきた「箸使いなどの食べ方・作法」を前の世代から受け継いでいる人の割合	成人	42.5%	48.0%	60%	B
外食や食品購入時に食品表示（原材料や賞味期限）、栄養成分表示の両方を参考にしている人の割合	成人	34.8%	36.8%	増加	A
食農教育に興味がある人の割合	成人	55.5%	63.6%	増加	A
食品ロス削減のために何らかの行動をしている人の割合	成人	91.7%	96.3%	増加	A

６　尾花沢市の食育における現状と課題

（１）健康・食生活の課題

①20 歳代・70 歳代の食育への興味・関心の低さ

食育を知っている人の割合は、43.7%で第３次策定時よりも増加していますが、５割以上が「聞いたことはあるが内容はよく知らなかった」と回答しています。また、食育に興味・関心はあるかでは、「ある」という回答は、53.4%で第３次策定時と比べ大きな変化はなく、目標達成に至らない上に、20 歳代、70 歳代では３割程度と低い状況となっています。

食育とは、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力を培うための教育です。これから親となる若い世代はもとより、健康寿命の延伸に向け、若年者・高齢者それぞれの特性に応じて生活の質の向上が図られるよう食育を推進する必要があります。

②若年層の朝食欠食率の増加

朝食を毎日食べる人の割合は、20 歳代では改善傾向が見られますが、年中児・小学５年生・中学２年生・高校２年生では、第３次策定時と比べ大きな変化はなく、目標は未達成となっています。成人の朝食を毎日食べない理由は「作る時間がない・食べる時間がない」が 40.3%と最も高く、高校２年生においても６割以上が「時間がない」と回答しています。

朝食の欠食は、脳のエネルギー不足により勉強や仕事がはかどらないといった弊害を招きやすく、血糖値の急激な変動により肥満のリスクを高め、生活習慣病のリスクを高めるということを理解し、自らの健康に意識を向けてもらうことが重要です。

③就寝前の間食の常態化

夕食後、寝るまでの間に夜食やおやつを食べる割合が「毎日食べる」「ときどき食べる」を合わせると７割以上になっています。夕食後の間食が肥満につながりやすいことはもちろん、起床後お腹がへらず、朝食の欠食につながることからも、さらに肥満のリスクが高まります。

④野菜離れ、副食不足

野菜が好きである人の割合は、年中児・小学５年生・高校２年生では、第３次策定時より悪化し、中学校２年生では改善傾向が見られますが、目標は未達成となっています。

また、海藻・きのこを含む野菜を毎日食べる人の割合は、51.3%で第３次策定時よりも増加し、改善傾向が見られますが、目標は未達成となっています。

主食･主菜･副菜を３つそろえて食べることが１日２回以上ある人の割合は､53.1%で第３次策定時よりも増加していますが、大きな変化はない状況で、目標は未達成となっています。主食・主菜・副菜で、そろえられないものでは、７割以上が副菜(野菜類・海藻類・きのこ類・いも類などを主材料にした料理）と回答しており、バランスの取れた食生活を継続していく上では、副菜をとる意識付けや手軽にできる副菜の調理法の情報提供などの取組が重要です。

⑤適切な食事に関する知識不足

適切な食事内容・量を知っているかでは 62.5%が「知らない」と回答しています。また、食生活に関してより良く改善したいと思うことで最も多ったのが「栄養バランスを考えるようにしたい」で 64.9%、次点が「食べ過ぎないようにしたい」で 57.9%となっています。自分に必要な食事量がわからなければ改善しようがないため、目安がわかるよう情報提供や講習会を開催する必要があります。また、保育園・学校等で子どものうちから栄養バランスのとれた食事について根気強く啓発していく必要があります。

⑥さらなる減塩意識向上の取組が必要

家庭の汁物の塩分測定の結果、「うすい」「ふつう」を合わせると 55.2%となり、半数以上の人が適正塩分量を実践できていますが、第３次策定時よりも悪化し、目標は未達成となっています。また、「こい」「少しこい」を合わせると 35.0%となり、３割以上の人が適正塩分量を実践できていない状況となっています。

減塩や薄味の料理を心がけている人の割合は、64.8%で第３次策定時と比べ大きな変化はない状況で、目標達成には至らず、特に 20 歳代では 25.0%と、若い人の減塩に対する意識が低い状況となっています。また、漬け物を毎日食べるかでは、60 歳代、70 歳代の約５割が「毎日食べる」と回答しています。漬物は塩分濃度が高いものが多く、毎食食べるとそれだけで１日の塩分摂取量を超えてしまう場合があります。

外食や中食は利便性や楽しみを提供する一方で、味が濃かったり、栄養価が偏ったりしやすいため、栄養バランスについての正しい知識のもと、外食や中食を上手に利用していくことが必要です。外食や食品購入時に食品表示、栄養成分表示の両方を参考にしている人の割合は、36.8%で第３次策定時よりも増加し、目標を達成しています。しかし、食品表示や栄養成分表示を参考にしていない人も３割以上おり、引き続き、外食や中食で料理や食品を選ぶ際は、栄養バランスや減塩を意識するよう啓発が必要です。

塩分のとり過ぎは、心筋梗塞や狭心症、脳出血、脳梗塞などの脳血管疾患のリスクが高まることから、今後も減塩の普及啓発が重要です。また、どのようなことがあれば食生活を改善しようと思うかでは「医師からのアドバイス・情報提供」が 28.6%と最も多く、医師からのコメント・情報提供力を活用させていただき、市民のやる気を底上げすることも重要なポイントです。

⑦子どもの頃から習慣化しつつあるスマホ・タブレット等を見ながらの食事

30 回以上噛んで食べる人の割合は、2.8%で第３次策定時よりも増加し、目標を達成しています。食べ物を 30 回以上噛んで食べることは、肥満防止、むし歯予防、脳の活性化、高齢者にとっては窒息予防など様々なメリットがあることから、引き続き、よく噛む習慣を身につけられるよう普及啓発に努めることが必要です。

食事のとき、テレビ・スマホ・タブレットなどをいつも見ながら食べる人の割合は、年中児・中学２年生で第３次策定時と比べ増加し目標は未達成となっています。小学５年生・高校２年生は、第３次策定時と比べ減少し目標を達成しています。テレビ・スマホ・タブレットなどを見ながら食べると、咀嚼回数の減少、消化機能の低下、満腹感を感じにくくなり肥満の原因になるなど、健康や食習慣の観点から様々な影響があります。何より、家族や一緒に食べている人とのコミュニケーションが図られないことで失う人と人との絆は、後になって取り戻そうとしても難しい場合が多いため、食事のときはせめてスマホ・タブレットを見ずに会話をしながら食べるよう、家庭の理解を得ながら進めていく必要があります。また、子どもの食生活は親の影響を受けるため、成人に関しての調査を実施し、実態の把握に努める必要があります。

⑧経済的に困窮している世帯への取組

食料を経済的な理由で購入できないことがあったかでは 14.0%が「あった」と回答しています。経済的に困窮しているということは、身体面、精神面、教育面、社会面など、あらゆる側面に悪影響を及ぼします。経済的に困窮している家庭への理解を深め、適切な支援を行うことが求められます。

また、貧困等の状況にある子どもの食生活は、経済的に購入できる食材が限られ、栄養バランスが悪くなったり、親との共食が難しく、一人で食事をとることが多くなったりする場合もあります。子どもへの食事の提供や孤食の解消、居場所としてのこども食堂等の取組を推進していく必要があります。

（２）共食・地産地消・食文化の課題

①共食が困難な世帯への取組

ほぼ毎日（週４日以上）誰かと一緒に食べる人の割合は、67.9%で第３次策定時よりも増加し、目標を達成しています。しかし、ひとり親世帯、貧困の状況にある世帯、高齢者の一人暮らし等が増え、家族との共食や健全な食生活、郷土食の伝承などを実践していくことが困難な状況もみられます。

地域や所属コミュニティでの食事会等に参加したいと思うかでは、「とてもそう思う」「そう思う」を合わせると 28.4%が「そう思う」と回答しています。また、実際、食事会等に参加したか尋ねると 76.2%が「参加した」と回答しています。

地域の共食の場等を活用し、コミュニケーションを通じて食に関する理解や関心を深めたり、高齢者の低栄養・フレイル予防につなげるなど、効果的・効率的な健康支援を実施していく必要があります。

②半数に届かない地場産物の購入割合

地産地消を知っている人の割合は、第３次策定時よりも増加していますが、地元産（尾花沢市産、山形県産）のものを意識して購入している人の割合は、47.3%で第３次策定時よりも悪化し、目標は未達成となっています。

地産地消に取り組むことは、旬の新鮮な農産物を食すことができ、生産者が分かることから、食への安心感が得られます。また、地場産物を積極的に購入することは、地元の農業を応援することにもつながり、持続可能な農業を後押しします。さらに、学校給食等で地場農畜産物を利用することは、幼児・児童・生徒等の食育の推進にもつながることから、生産者の協力を得ながら、食育・地産地消のさらなる推進を図っていく必要があります。

③家庭における食文化（郷土料理・作法）の伝承が困難な現状

郷土料理などの地域や家庭で受け継がれてきた「料理や味」「箸使いなどの食べ方・作法」を前の世代から受け継いでいる人の割合は、ともに増加していますが、目標達成には至っていません。また、次世代に伝えていくためには、どのようなことが必要かでは、75.0%が「家庭での教育」と回答しています。

昔から地域や家庭で親しまれてきた料理や味を次世代へ伝承していくためには、家庭での伝承が重要な役割を果たしますが、核家族化が進行する中、伝承が難しい状況になっています。ＳＮＳなどを活用した情報発信や料理教室、体験活動、各種行事等を推進し、地域で食文化継承を担う人材を育成するなど、学校教育や地域活動、行政や団体の取組が重要です。

（３）食を取り巻く環境の課題

①食農体験の機会不足

『食農教育』に興味がある人の割合は、63.6%で第３次策定時よりも増加し、目標を達成しています。

また、食育で取り組んでほしいことの内容では、20～40 歳代で「農産物の栽培・収穫・加工体験の機会提供など、農業体験の推進」が高く、引き続き、こうした要望に応え、さらなる食育の進化・深化に向け、各関係機関がより一層連携を図って、充実した食農教育を展開していく必要があります。

②食品の安全・安心に関する情報不足

食品の安全性に関する基礎的な知識があると思うかは、「まったくないと思う」「あまりないと思う」を合わせると 45.7%は「ないと思う」と回答しています。また、食育において取り組んでほしいことの内容では、「安全な食品選択に関する正しい情報の普及・啓発」が上位に挙げられています。

食品の安全や食品表示、食品衛生等に関する正しい知識を得て安全安心な食品を選択することができるよう、情報提供体制の充実を図り、研修会や講習会等を通してより一層普及啓発に努めることが求められています。

③環境に配慮した農林水産物・食品の情報不足

『食品ロス』を軽減するために実践していることは何かでは、「冷凍保存を活用する」が 66.4%と最も多く、次いで「賞味期限※1 が過ぎてもすぐに捨てず、自分で食べられるか判断する」(63.2%)、「使いきれる分だけ買う」(59.0%) となっており、食品ロス削減のために何らかの行動をしている人の割合は、96.3%で第３次策定時よりも増加し、目標を達成しています。

また、環境に配慮した農林水産物・食品※2 を選んでいるかは、「まったく選んでいない」「あまり選んでいない」と合わせると 46.0%は「選んでいない」と回答しています。さらに、環境に配慮した農林水産物・食品を選んでいない理由としては、「どれが環境に配慮した農林水産物・食品か判断する情報がない」「本当に環境に配慮した農林水産物・食品かどうかわからない」など環境に配慮されているか判断することが難しいことが挙げられています。

食品ロスを減らすことや環境に配慮した取組を推進するためには、一人ひとりが関連する情報を理解し、正しい知識を身につけていくことが重要です。

また、環境への配慮として食品の容器・食品トレー・ペットボトルなどの資源回収について正しく理解し自分ごととして実践できるよう、家庭はもちろん、保育園・認定こども園、小・中学校等の教育現場での指導を継続して行う必要があります。

※1　賞味期限：“おいしく食べられる期限”であり、風味の劣化を確かめて食べられるか判断する。対して「消費期限」は傷みやすい食品に表示され、期限が切れたものは腐敗などによる食中毒のリスクが高まるため、食べてはいけない

※2　環境に配慮した農林水産物・食品：化学肥料や農薬の使用を減らす（または使わない）土づくりを重視するなど、農業生産に伴う環境負荷をできる限り低減し、持続可能な方法で生産された農産物

④非常食の備蓄不足

非常時の食料は何日分を想定して用意しているかでは、４割以上が「まったく用意していない」と回答しています。

国では、家庭において、水、熱源、主食・主菜・副菜となる食料品等を最低でも３日分、できれば１週間分程度備蓄する取組を推進しています。

市民が災害発生時も健全な食生活の実践ができるよう、家庭における食料品の備蓄について普及啓発を行う必要があります。

また、高齢者・障がい者・乳幼児・妊産婦・持病や食物アレルギーを持つ人など、食事について配慮が必要な人に対しての備蓄食品は災害時すぐに手に入るとは限らないため、自助はもちろん、公助でバックアップする必要があります。

第３章　計画の基本構想

１　基本理念

食がはぐくむ元気な尾花沢

健全な心身を培い豊かな人間性を育むためには、生涯にわたって健全な食生活を実践していくことが大切です。また、日本の食文化や尾花沢市の郷土料理・特産物は誇れるものが多く、未来へ伝えつなげていくためには、家庭をはじめ様々な関係者が連携し、協働していく取組が不可欠です。

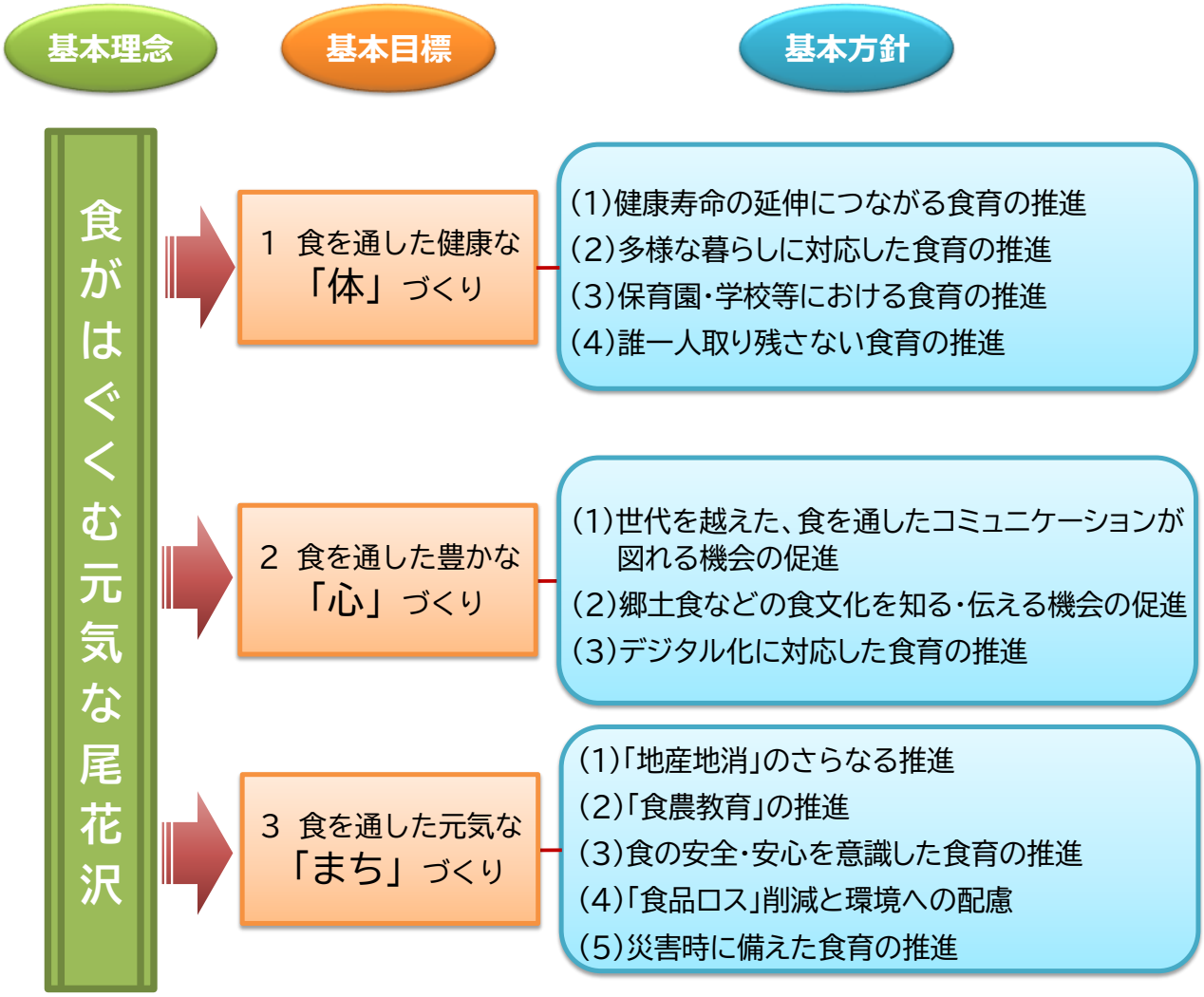
本計画では第３次計画における基本理念を引き継ぎ、更なる食育の推進に取り組んでいきます。

２　基本目標

本計画の基本理念を実現するために３つの基本目標を掲げ、食育の推進に取り組んでいきます。

１　食を通した健康な「体」づくり
２　食を通した豊かな「心」づくり
３　食を通した元気な「まち」づくり

３　施策体系


基本理念
基本目標
基本方針
食がはぐくむ元気な尾花沢
1　食を通した健康な「体」づくり
(1)健康寿命の延伸につながる食育の推進
(2)多様な暮らしに対応した食育の推進
(3)保育園･学校等における食育の推進
(4)誰一人取り残さない食育の推進
2　食を通した豊かな「心」づくり
(1)世代を越えた、食を通したコミュニケーションが図れる機会の促進
(2)郷土食などの食文化を知る･伝える機会の促進
(3)デジタル化に対応した食育の推進
3　食を通した元気な「まち」づくり
(1)「地産地消」のさらなる推進
(2)「食農教育」の推進
(3)食の安全･安心を意識した食育の推進
(4)「食品ロス」削減と環境への配慮
(5)災害時に備えた食育の推進

第４章　目標の具体的な取組

１　食を通した健康な「体」づくり

（１）健康寿命の延伸につながる食育の推進

◆背景

健康寿命とは、健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間のことで、「介護を必要とせず自立して生活できる期間」を指します。食育は、栄養バランスの改善・減塩・野菜摂取の推進などを通じて、生活習慣病予防やフレイル予防を図り、健康寿命を延ばすための基盤となる取組です。

食育の推進では、栄養バランスの改善が不可欠です。野菜や果物の摂取量を増やし、塩分や脂質の過剰摂取を抑えることは、高血圧や糖尿病、心疾患などの生活習慣病予防につながります。

アンケート調査によると、野菜を毎日食べる人の割合は５割を超えていますが、主食・主菜・副菜でそろえられないものは、７割以上が「副菜(野菜類・海藻類・きのこ類・いも類などが主材料の料理)」と回答しており、バランスの取れた食生活を継続していく上では、意識して副菜をとるようにするための働きかけや情報提供等によって副菜の準備が簡単になるような取組が重要です。

また、減塩や薄味の料理を心がけているかでは、減塩を心がけている人は 64.8%おり、様々な機会を通じて減塩等の知識普及を図ってきたことの効果が見えますが、20 歳代では 25.0%と、若い人の減塩に対する意識は低い状態にあります。さらに、漬け物を毎日食べるかでは、60 歳代、70 歳代の約５割が「毎日食べる」と回答しています。漬物は塩分が高いものが多く、量によっては１食で１日の塩分摂取量を超えてしまう場合があります。塩分のとり過ぎは、心筋梗塞や狭心症、脳出血、脳梗塞などの脳血管疾患のリスクが高まることから、今後も減塩の知識の普及と実践への取組が重要です。

食育とは、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力を培うための教育です。これから親となる若い世代はもとより、健康寿命の延伸に向け、若年者・高齢者それぞれの特性に応じて生活の質の向上が図られるよう食育を推進する必要があります。

◆重点目標

①野菜のおかずをもう１皿増やす
②減塩を心がけ、薄味に慣れる
③「食育」に興味を持ち、情報収集してみる

◆取組のキャッチフレーズ

食からはじまる　元気なからだ

◆主な取組

目標	主な取組・例	主な実施主体
①	野菜１日 350ｇ摂取を目指す	個人・家庭
	野菜を使った料理教室の開催	健康増進課
		保育園・認定こども園
		食生活改善推進協議会
	簡単にできる副菜の作り方の情報提供	食生活改善推進協議会
	各種事業時バランスの良い食事の展示・試食	健康増進課
	栄養バランスや食物アレルギーに配慮した給食の提供	福祉課
		こども教育課
		保育園・認定こども園
		小・中学校
	生活リズムや栄養バランスの大切さの指導	保育園・認定こども園
		小・中学校
		医師会
	肥満に対する個別指導及び家庭への指導・助言	保育園・認定こども園
		小・中学校
	健康フェスタの開催	健康福祉推進協議会
	利用者の健康の保持増進、疾病の予防、望ましい食習慣の形成のための給食施設指導	村山保健所
②	塩分の摂り過ぎがどう体に影響するか知る	個人・家庭
	濃い味に慣れていないか意識してみる	個人・家庭
	減塩の啓発・指導・情報提供	健康増進課
		医師会
		村山保健所
	減塩・薄味を心がけた給食の提供	保育園・認定こども園
		小・中学校
	減塩・薄味を心がけた食事の提供	個人・家庭
		保育施設保護者会連絡協議会
		ＰＴＡ連合会
	１日１ｇ減塩の啓発	食生活改善推進協議会

③	食事が健康維持にどう作用するか理解し、バランス良い食事を実践する	個人・家庭
	「コンビニ活用術」「推し活ご飯」など、自分の興味あるワードでアンテナを立てて情報収集する	個人・家庭
	若年者・高齢者それぞれが興味を持ちそうなテーマで食育について働きかける	健康増進課
	対象年齢の方々が集う機会（はたちを祝う会・グランドゴルフ大会等）を利用し、食育について啓発する	健康増進課
	若年者・高齢者を対象に“楽しく・おいしく”食生活改善活動を行う	食生活改善推進協議会
	健康フェスタで食育について楽しんで学べるコーナーを設ける	健康福祉推進協議会

（２）多様な暮らしに対応した食育の推進

◆背景

朝食は一日の活動を円滑に始めるための基盤であり、心身の健康維持に欠かせない重要なものですが、核家族化や生活様式、働き方の多様化により食生活が不規則となり、朝食を食べない人が増えています。

アンケート調査によると、20 歳代の若い世代では約５割に朝食を欠食する状況が見られます。また、年中児・小学５年生・中学２年生では９割以上が「毎日食べている」と回答していますが、高校２年生では７割程度にとどまっています。

朝食の欠食は、勉強や仕事がはかどらないばかりか、肥満や糖尿病など生活習慣病のリスクを高めることから、家庭・学校・社会全体が一体となって朝食の重要性を再認識し、習慣化を推進することが求められています。

また、少子高齢化が進むとともに、世帯構造や社会環境も変化し、単身世帯や共働き世帯の増加に伴い食の外部化が進み、外食・中食は食生活において欠かせないものとなっています。

外食や中食は利便性や楽しみを提供する一方で、主食だけの食事、高脂質・高カロリーのメニューが多いため栄養価が偏りやすく、また、野菜や食物繊維の摂取量が不足しやすいため、生活習慣病予防に必要な栄養素が十分に取れないことがあります。さらに、味付けが濃く塩分過多になりやすいため、高血圧や腎疾患のリスクを高めます。

ライフスタイルが多様化している現代において、外食や中食を利用しないことは難しいため、栄養バランスや減塩についての正しい知識のもと、外食や中食の上手な利用方法を啓発する必要があります。

アンケート調査によると、外食・中食ともに、ほとんど利用しない人は３割程度で、６割以上は月に数回以上利用しています。また、外食時や商品購入時に食品表示や栄養成分表示を参考にしているかでは、30.5%が「参考にしていない」と回答しており、外食や中食で料理や食品を選ぶ際に、栄養バランスや減塩を意識できるよう情報提供を強化することが重要です。

また、高齢者の単身世帯や高齢者だけの世帯では、調理の負担や食欲の低下から十分な栄養が摂れず、フレイルや要介護状態につながる恐れがあります。高齢者の低栄養対策には、少量でも効率的に栄養を摂取できる工夫や地域での共食の場や配食サービスを通じて、栄養確保と社会的つながりを両立させる工夫が求められます。

多様な暮らしに対応した食育を推進していくためには、無理なく続けられる自分のライフスタイルに合った健康的な食習慣を身につけ、生涯を通じて実践していくことが重要です。

◆重点目標

①朝食を毎日食べる
②外食や中食を上手に選べるようになる
③高齢者の低栄養を予防する
④家庭における男女共同参画を実現する

◆取組のキャッチフレーズ

外食・中食　上手に活用　家族で協力　家事分担

◆主な取組

目標	主な取組・例	主な実施主体
①	好きな朝食を準備しておき早めに寝る	個人・家庭
	簡単に作れる朝食レシピを参考にして作ってみる	個人・家庭
	各種事業時や市報、ホームページ等における啓発	健康増進課
	「早寝・早起き・朝ごはん」の推進と実践	小・中学校
		保育施設保護者会連絡協議会
		ＰＴＡ連合会
②	外食の際に栄養成分表示を参考にする	個人・家庭
	買い物の際は食品成分表示を参考にする	個人・家庭
	外食の際や中食を選ぶ際は主食・副食・主菜がそろうよう注文する	個人・家庭
	各種事業時や市報、ホームページ等における啓発	健康増進課
	園だより、学校だより等での啓発	保育園・認定こども園
		小・中学校
	外食・中食の上手な選び方を知る	保育施設保護者会連絡協議会
		ＰＴＡ連合会
③	低栄養について知り、予防する	個人・家庭
	各種事業時や市報、ホームページ等における啓発	健康増進課
	介護予防事業・配食サービス・買い物支援事業の実施	福祉課
	低栄養予防をテーマにした料理講習会の開催	食生活改善推進協議会
④	男も女もなくみんなで家事分担する	個人・家庭
	家庭における男女共同参画の推進	社会教育課

（３）保育園・学校等における食育の推進

◆背景

乳幼児期は成長や発達が著しく、食習慣や生活習慣の基礎を形成する大切な時期であり、この段階での食育は、単なる栄養指導にとどまらず、「食べることの楽しさ」「食材への興味」「食文化への理解」「感謝の心」を育むことを目的としています。

就学前の子どもが、成長や発達の段階に応じて、健康な生活を基本とし、望ましい食習慣を定着させるとともに、食に関する体験を積み重ねていくことができるよう、保育園及び認定こども園等において、保護者や地域の多様な関係者との連携・協働により食に関する取組を推進する必要があります。

また、学校においては、学童期・思春期における食育の重要性を踏まえ、給食の時間はもとより、各教科や総合的な学習の時間等、農林漁業体験の機会の提供等を通じて、食料の生産から消費等に至るまでの食の循環を知り、自然の恩恵として命をいただくことや食べ物が食卓に届くまでの全ての人に感謝する気持ちを育むことが重要です。また、子どもへの食育は家族の絆を深める良い波及効果をもたらすことが期待できるため、積極的に保育園・認定こども園、小・中学校等における食育の推進に努める必要があります。

◆重点目標

①野菜を好きになる
②よくかんで食べ、会話を楽しみながら会食する
③資源回収・リサイクルの仕組みを知り、分別する習慣をつける

◆取組のキャッチフレーズ

朝食・野菜をモリモリ食べて　元気 100 倍！！

◆主な取組

目標	主な取組・例	主な実施主体
①	簡単でおいしい野菜料理を子どもと一緒に作ってみる	個人・家庭
	野菜を身近な存在に感じるよう、栽培・収穫体験を行う	保育園・認定こども園
		小・中学校
	野菜を使った料理教室を開催する	食生活改善推進協議会
		小・中学校
	食農体験ができるように保育園・学校等を支援する	農林課
	食農体験を実施する	ＪＡみちのく村山尾花沢営農センター
		認定農業者連絡会議
②	一口 30 回噛むことを目標に意識してみる	個人・家庭
	よくかんで食べることの大切さを伝える	個人・家庭
		保育園・認定こども園
		小・中学校
	家族で会話を楽しみながら食事をする	個人・家庭
	会食の楽しさを体感させる	個人・家庭
		保育園・認定こども園
		小・中学校
③	リサイクルできるものは回収ボックスへ出す	個人・家庭
	資源回収・リサイクルの仕組みを学べる機会を創出する	個人・家庭
		保育園・認定こども園
		小・中学校
		環境エネルギー課

（４）誰一人取り残さない食育の推進

◆背景

家庭生活の状況が多様化する中で、健全な食生活の実現が困難な貧困の状況にある子どもに対する支援が重要な課題になるなど、家庭や個人の努力のみでは健全な食生活の実践につなげていくことが困難な状況があります。

アンケート調査によると、食料を経済的な理由で購入できないことがあったかでは、14.0%が「あった」と回答しています。経済的に困窮しているということは、身体面、精神面、教育面、社会面など、あらゆる側面に悪影響を及ぼします。

貧困等の状況にある子どもの食生活は、栄養バランスの偏った食事や簡素な食生活に陥りやすく、子どもの発育や健康に悪影響を及ぼす可能性があり、また、親との共食が難しい場合もあり、孤食や不規則な食習慣が固定化されることで、心身の健全な発達や学習意欲にも影響を与えます。

家庭を対象とした食育の推進は、健康の保障と貧困の連鎖を断ち切るための基盤となることから、食育を一過性の支援にとどめず、家庭・学校・地域・行政が連携した長期的な支援体制を構築し、子どもへの食事の提供や孤食の解消、居場所としてのこども食堂等の取組など、地域社会全体で子どもと家庭を支える仕組みを強化することが重要です。

◆重点目標

①フードパントリー※1について理解を深める
②こども（地域）食堂について理解を深める
③経済的に厳しい中でも工夫してバランス良い食事を準備する

◆取組のキャッチフレーズ

ごはんでつながる　笑顔と笑顔

※1　フードパントリー：経済的な理由などで食料の確保が難しい方へ、企業や家庭などから提供された食品を無料で配布する活動

◆主な取組

目標	主な取組・例	主な実施主体
①	フードパントリーについて知る	個人・家庭
	フードバンク※1 に協力する	個人・家庭
	安価な食材を使った簡単にできるレシピの紹介	食生活改善推進協議会
	フードパントリーという取組を周知する	健康増進課
		食生活改善推進協議会
②	こども（地域）食堂について知る	個人・家庭
	こども（地域）食堂に参加してみる	個人・家庭
	こども（地域）食堂の活動を応援する	個人・家庭
		農林課
		福祉課
		健康増進課
③	手頃な食材で簡単にできる料理を検索して作ってみる	個人・家庭
	フードドライブ※2 という活動を紹介し、協力を促す	環境エネルギー課
		福祉課
		健康増進課
	フードバンクの実施団体を支援する	環境エネルギー課
		福祉課
		健康増進課

※1　フードバンク：経済的な理由などで食料の確保が難しい方へ、企業や家庭などから提供された食品を無料で配布する活動や団体

※2　フードドライブ：企業や家庭で余っている食料を地域の福祉団体や施設などへ寄附する活動

２　食を通した豊かな「心」づくり

（１）世代を越えた、食を通したコミュニケーションが図れる機会の促進

◆背景

仕事の早番や電車通学のために早い時間に朝食を食べなければならなかったり、スポ少や部活、塾のために家族と時間が合わず、一人で食事を済まさなくてはならないなど、子どもも親も「家族団らん」とは程遠い、忙しない毎日を過ごしています。

アンケート調査によると、朝食・夕食を家族と一緒に食べることがどのくらいあるかは、朝食で 28.7%、夕食で 6.3%が「ほとんどない」と回答しています。

家族が同じ食卓を囲むことで、食事の楽しさを共有し、会話を通じて親子の絆を深めることができ、また、食事中の会話は、子どもの言語能力や社会性の発達にも寄与します。家庭内で「一緒に食べる時間」を意識的に確保していくことが必要です。また、ここ最近で大きな壁となっているのが、食事中のスマホ等の使用です。食事のとき、テレビ・スマホ・タブレットなどをいつも見ながら食べる人の割合は、一番多い年中児で 47.5%、高校２年生で 45.2%、一番少なかった小学５年生でも 28.8%という結果となっています。スマホ等の画面を見ながら食べることで、家族が隣にいるのに会話がない食卓になり、結果的に「孤食」と同じになってしまう恐れがあるため、解決策を見出していく必要があります。

また、食を通したコミュニケーションの場としては、地域社会における食の場づくりも重要です。こども食堂や地域食堂は、経済的困難を抱える家庭への支援だけでなく、食事を共にすることで孤立感を軽減し、世代や立場を超えた交流の場として、地域住民同士の信頼関係を育むことができます。

アンケート調査によると、地域や所属コミュニティでの食事会等に参加したいと思うかでは、32.6%は「参加したくない」、36.6%は「どちらともえいない」と回答しています。食事会の主旨、メンバー、場所、日時、内容等によるため「どちらともいえない」が多いのはうなずけます。

家族や仲間とともに食事をすることでコミュニケーションが図れ、また、その楽しさを実感することで豊かな心を育むことができるため、家族や仲間等で食卓を囲む機会を増やしていくことが大切です。

◆重点目標

①家族・友人との共食の機会を大切にする
②食事中のテレビ・スマホ・タブレット視聴を極力なくし、会話を楽しむ

◆取組のキャッチフレーズ

食卓囲んで　にこにこ笑顔

◆主な取組

目標	主な取組・例	主な実施主体
①	家族がそろって食べる機会を大切にする	個人・家庭
		保育施設保護者会連絡協議会
		ＰＴＡ連合会
	気の合う仲間と共食の機会を設ける	個人・家庭
	祖父母と孫を対象にした料理教室の開催	食生活改善推進協議会
	高齢者サロンの開催	福祉課
	祖父母参観等での会食の実施	保育園・認定こども園
	地域の行事、食のイベントへの参加の推進	保育施設保護者会連絡協議会
		ＰＴＡ連合会
	各種事業時や市報、ホームページ等における啓発	健康増進課
②	食事中は大人も子どももテレビ・スマホ・タブレット視聴を極力しないで食事と会話を楽しむ	個人・家庭
		保育園・認定こども園
		小・中学校
		保育施設保護者会連絡協議会
		ＰＴＡ連合会
	食卓囲んでにこにこ笑顔の広報	健康増進課

（２）郷土食などの食文化を知る・伝える機会の促進

◆背景

食文化は地域の歴史や風土、人々の暮らしの知恵が凝縮されたものであり、郷土食はその象徴的存在です。郷土食を知り、次世代へ伝えることは、単なる食の継承にとどまらず、地域アイデンティティの形成や持続可能な社会づくりにつながります。しかし、現代の食生活は利便性やグローバル化の影響を受け、伝統的な食文化が失われつつあります。郷土食を味わい、「おいしい！」を共有する機会を積極的に促進することが求められています。

尾花沢市は、雪によってもたらされた豊かな水と、尾花沢盆地特有の朝夕の寒暖の激しい気候が、米、すいか、そばなど、多くの農産物を育み、いもこ汁、納豆汁、鯉のうま煮、からかい煮、笹巻き、くじら餅など様々な郷土料理が作られてきました。

アンケート調査によると、郷土料理などの地域や家庭で受け継がれてきた「料理や味」「食べ方・作法」の両方を受け継いでいる人は、35.2%にとどまっています。また、次世代に伝えていくためには、どのようなことが必要かでは、75.0%が「家庭での教育」と回答しています。

先人によってその土地で培われてきた郷土料理や行事食などの食文化は重要な財産です。昔から地域や家庭で親しまれてきた料理や味を次世代へ伝承していくためには、「家庭での教育」が重要です。核家族化が進行する現状で家庭だけの取組では難しいと推測されますが、「家族で一緒に好きな郷土料理を作ってみる」など、できることから少しずつ進めていく必要があります。また、市民が地域の食文化に関心を持てるよう、家庭・学校・地域・行政が連携して情報発信や料理教室、体験活動、各種行事等を推進していく必要があります。

◆重点目標

①郷土料理・伝統料理を次世代に伝える
②食事のマナーを身につけ、次世代に伝える

◆取組のキャッチフレーズ

郷土食　ふるさとの心　伝えたい

◆主な取組

目標	主な取組・例	主な実施主体
①	郷土料理の作り方を調べて作ってみる	個人・家庭
	郷土料理の料理教室に参加してみる	個人・家庭
	郷土料理、伝統料理教室の開催	健康増進課
		ＪＡみちのく村山尾花沢営農センター
		食生活改善推進協議会
	給食における郷土料理、伝統料理の提供	保育園・認定こども園
		小・中学校
	郷土料理、伝統料理を親子で一緒に作る、味わう機会の創出	保育園・認定こども園
		小・中学校
		保育施設保護者会連絡協議会
		ＰＴＡ連合会
		食生活改善推進協議会
②	食べ方・マナーについて子どもに教えるため、改めて確認してみる	個人・家庭
	子どもが正しい箸の持ち方ができるように、少しずつ教えていく	個人・家庭
	箸の持ち方と食事マナーの指導	保育園・認定こども園
		小・中学校
		保育施設保護者会連絡協議会
		ＰＴＡ連合会
	食事のマナーの情報提供	健康推進課
		食生活改善推進協議会

（３）デジタル化に対応した食育の推進

◆背景

近年、社会のデジタル化が急速に進展し、教育や生活のあらゆる場面でＩＣＴの活用が広がっています。食育も例外ではなく、デジタル技術を取り入れることで、従来の枠組みを超えた新しい学びや実践の機会が生まれています。

若い世代が食育に関心を持ち、自ら食生活の改善等に取り組んでいけるよう、インターネット、ＳＮＳ等を通じて効果的に情報を提供するとともに、食に関する理解や関心を深められるように食育を推進していく必要があります。

また、デジタル化に対応した食育の推進は、学校・家庭・地域をつなぎ、子どもから高齢者まで幅広い世代に食の大切さを伝えることができます。食の学びをより身近で効果的なものにし、健康的な生活習慣を形成するための有効な手段となりますが、デジタル格差により、家庭や地域によってＩＣＴ環境の状況が異なるため、誰もが平等に食育の恩恵を受けられるよう支援体制を整える必要があります。また、情報の信頼性を確保し、正しい知識を提供する仕組みづくりも不可欠です。

◆重点目標

①ＩＣＴを活用して食育について学びを深める

◆取組のキャッチフレーズ

やってみよう！　意外と簡単！　料理動画でクッキング

◆主な取組

目標	主な取組・例	主な実施主体
①	オンラインの料理教室に参加してみる	個人・家庭
	料理動画を参考にして料理を作ってみる	個人・家庭
	オンライン開催の食に関する研修会に参加してみる	個人・家庭
	ＩＣＴを活用した、健康づくりのための情報提供	保育園・認定こども園
		小・中学校
		食生活改善推進協議会
		健康増進課
	山形県で公開している料理動画をみなさんに活用してもらうべく周知方法を工夫する	健康増進課

３　食を通した元気な「まち」づくり

（１）「地産地消」のさらなる推進

◆背景

「地産地消」とは、地域で生産された農林水産物を地域で消費することで、食料の安定供給や地域経済の活性化、環境負荷の低減など多面的な効果をもたらす重要な取組です。近年、食のグローバル化や流通の効率化により、全国、世界各地の食材を容易に入手できるようになりましたが、食の均質化※1が進むことによって、地域ごとの独自性が失われ、特に、農業や漁業の衰退、地域特有の食材の消失などが懸念されています。地域の食と農林水産業の持続可能な社会の構築に向け、地産地消の推進に取り組んでいく必要があります。

アンケート調査によると地産地消について知っているかでは、77.4%が「内容も含め知っていた」と回答しています。また、地元産（尾花沢市産、山形県産）のものを意識して購入している人の割合は47.3%となっています。

地産地消に取り組むことは、身近な場所から新鮮な農産物を得ることができ、消費者自らが生産の状況などを確認できることから、食への安心感が得られます。また、生産者にとっては、地場農産物を積極的に消費されることで収入が安定し、地域の雇用創出や産業振興につながり、地域経済の活性化にも大きな効果があります。さらに、観光と連携した「食のブランド化」や「道の駅」「直売所」の活用は、地域の魅力を高め、交流人口の増加にも貢献します。

食文化の継承という観点からみても、郷土料理や伝統的な食材を地域で消費することは、食文化を次世代へ伝える機会となり、学校給食や学校教育、地域イベントなどで郷土食を取り入れることで、子どもたちが地域の歴史や文化を理解することにもつながります。

地産地消は、地域経済の持続性、環境負荷の低減、食の安全・安心の確保、地域の絆を深める重要な取組であることから、生産者、企業、消費者、行政が一体となり推進していく必要があります。

◆重点目標

①積極的に地場農産物を食す
②地場農産物を活用したイベントやマルシェなどに参加する

※1　食の均質化：食品の生産・流通・消費が工業化・標準化されることで、地域差や個人差が減り、誰もが似たような食べ物を食べるようになること

◆取組のキャッチフレーズ

おばね産　つくって食べて　栄養満点

◆主な取組

目標	主な取組・例	主な実施主体
①	自分の家で栽培したものをおいしくいただく	個人・家庭
	尾花沢市や山形県で生産されている食材の情報を得る	個人・家庭
	地元の食品を購入して生産者に還元し、おいしく食す	個人・家庭
	農産物直売所等での販売促進	ＪＡみちのく村山尾花沢営農センター
		認定農業者連絡会議
	農産物直売所等への支援	農林課
	給食における地場農産物の積極的な導入	福祉課
		こども教育課
		農林課
		保育園・認定こども園
		小・中学校
②	地場農産物を活用したイベント・料理教室等に参加してみる	個人・家庭
	地場農産物を活用したイベントの開催	農林課
		ＪＡみちのく村山尾花沢営農センター
	地場農産物を使った料理教室の開催	ＪＡみちのく村山尾花沢営農センター
		食生活改善推進協議会

（２）「食農教育」の推進

◆背景

食農教育とは、「食」とそれを支える「農」を一体的に学び、体験を通じて食の大切さや農業の役割を理解することです。

アンケート調査によると、「食農教育」に興味があるかでは、６割以上が「ある」と回答しています。また、食育で取り組んでほしいことの内容で、20～40 歳代では「農産物の栽培・収穫・加工体験の機会提供など、農業体験の推進」が高くなっています。

農業等の生産活動など様々な体験をすることは、地域の農家との交流を通じて、農業の意義や現場での様々な苦労を知り、感謝の気持ちや食材がどのように育ち、食卓に届くのかを実感することができます。こうした体験は、食べ物を大切にする心や、無駄にしない意識を育てるうえでも重要で、将来、農業に興味を持ち、農業を支え地域に貢献できる次世代の担い手育成にもつながります。

食農教育は単なる知識の習得にとどまらず、自然や人とのつながりを感じ、感謝の心を育て、持続可能な未来を築くための土台となることから、各関係機関が連携を図り、充実した食農活動を展開していく必要があります。

◆重点目標

①食農教育に関心を持ち、参加する

◆取組のキャッチフレーズ

食農体験　いのちいただく　感謝の心

◆主な取組

目標	主な取組・例	主な実施主体
①	食農イベントに参加してみる	個人・家庭
	家庭菜園のコツを教えてもらい、栽培してみる	個人・家庭
	農家と協力し、収穫と料理の体験型教室を開催する	食生活改善推進協議会
	農業体験や調理体験の推進	こども教育課
		保育園・認定こども園
		小・中学校
		ＪＡみちのく村山尾花沢営農センター
		保育施設保護者会連絡協議会
		ＰＴＡ連合会
	農業体験受け入れ先への支援	農林課
		健康増進課
		ＪＡみちのく村山尾花沢営農センター
	食農教育を実施する際、学校側の負担を減らす	こども教育課
	農業体験受け入れ先リストの作成	農林課
	生産者との交流会の開催	農林課
		保育園・認定こども園
		小・中学校
		ＪＡみちのく村山尾花沢営農センター
		認定農業者連絡会議
	直売所などで購入したついでにおいしく食べるコツについて情報収集してみる	個人・家庭
	直売所での生産者による情報提供 （おいしく食べる方法・家庭菜園のコツなど）	農林課
		ＪＡみちのく村山尾花沢営農センター
		認定農業者連絡会議

（３）食の安全・安心を意識した食育の推進

◆背景

食の安全･安心の確保は、健康と健全な食生活を実現するためには必須条件であり、食品の提供者が食品の安全性の確保に万全を期すだけでなく、食品を消費する立場にある消費者においても、食の安全性を始めとする食に関する知識と理解を深め、自分の食生活について、自ら適切に判断し選択していくことが必要です。

食品の安全性に関する基礎的な知識があると思うかは、「まったくないと思う」「あまりないと思う」を合わせると 45.7%は「ないと思う」と回答しています。また、食育において取り組んでほしいことの内容では、「安全な食品選択に関する正しい情報の普及・啓発」が上位に挙げられています。

情報化の進展により、現代ではインターネットやＳＮＳを通じて、誰もが簡単に情報を得られる時代ですが、その中には誤った情報や科学的根拠に乏しい情報、誤解を招く内容が多く含まれた情報などがあります。こうした誤情報に惑わされず、正しい情報の選択ができるよう、情報提供を充実していくことが求められます。

また、食の安全・安心を確保していくためには、地産地消を意識し地域で育てられた食材を選ぶことによって、生産者と消費者をつなぎ、生産者・販売者・消費者の信頼関係を築くことも大切です。

◆重点目標

①食の安全・安心に関する情報を得る
②食の安全・安心に関する情報を生かして食品選択・調理をする

◆取組のキャッチフレーズ

正しい知識で　安全・安心 家族の笑顔

◆主な取組

目標	主な取組・例	主な実施主体
①	食の安全・安心に関する研修会に参加してみる	個人・家庭
	食の安全・安心に関する情報提供	健康増進課
		農林課
		ＪＡみちのく村山尾花沢営農センター
		食生活改善推進協議会
	食品の表示・広告の適正化に取り組む	村山保健所
	各種研修会等の開催	農林課
		健康増進課
		ＪＡみちのく村山尾花沢営農センター
		食生活改善推進協議会
②	安全・安心な農作物を供給する	個人・家庭
		認定農業者連絡会議
		ＪＡみちのく村山尾花沢営農センター
	食中毒予防のために手洗い･食材の温度管理等をしっかり行う	個人・家庭

（４）「食品ロス」削減と環境への配慮

◆背景

環境省によると令和５年度の食品ロスの発生量は、464 万トン（うち家庭約 233 万トン、事業約 231 万トン）と推計されています。

アンケート調査によると、「食品ロス」を軽減するために、何か実践していることはあるかでは、「冷凍保存を活用する」「賞味期限が過ぎてもすぐに捨てず、自分で食べられるか判断する」「使いきれる分だけ買う」という回答が上位で上げられており、「特にない」という回答はわずか 2.3%で、多くの市民は食品ロスを軽減するための行動を実践しています。

食品ロスの約半分は家庭からの排出であることを踏まえ、家庭において食品ロスの削減に「もったいない」という精神で、自発的に取り組んでいけるよう、食品ロス削減の重要性についての理解と関心を増進するための教育や普及啓発を推進していく必要があります。

加えて、外食時における食べ残しが発生しないよう、料理の食べきりや、食品衛生面に配慮した食べ残しの持ち帰りについて、事業者からの理解・協力を得ながら普及啓発を図る必要があります。

また、食料の生産から消費等に至る食の循環において、温室効果ガスの排出、化学農薬・化学肥料の過剰投入、食品廃棄物等、地球の資源量や環境に与える影響を配慮しない生産や消費により環境への負荷が生じています。食生活が自然の恩恵の上に成り立つことを認識し、環境に配慮した農林水産物・食品を選ぶことは、環境への負荷を減らし、持続可能な食料システム（フードシステム）の構築につながります。

アンケート調査によると、環境に配慮した農林水産物・食品を選んでいるかは、「まったく選んでいない」「あまり選んでいない」と合わせると 46.0%が「選んでいない」と回答しています。さらに、環境に配慮した農林水産物・食品を選んでいない理由としては、「どれが環境に配慮した農林水産物・食品か判断する情報がない」「本当に環境に配慮した農林水産物・食品かどうかわからない」など環境に配慮されているか判断することが難しいことが挙げられています。

環境への負荷をなるべく低減することに配慮して農林水産物・食品を選ぶには、化学農薬や化学肥料の使用を避けることを基本とした有機農産物・食品や輸入に伴う輸送に係る二酸化炭素の排出量が抑制される国産飼料を活用した畜産物、過剰包装でなくゴミが少ない商品を選ぶ、空き缶、空き瓶、食品トレーやペットボトルなど、食べた後に出るすべてのものに最後まで責任を持って、できるだけ資源のリサイクルに出すなど、消費者が知識と情報を得て実践できるよう普及啓発していくことが必要です。

◆重点目標

①家庭からの「食品ロス」を削減する
②食の循環や環境に配慮した取組を知り、実践する

◆取組のキャッチフレーズ

はしっこも　おいしく調理　廃棄ゼロ

◆主な取組

目標	主な取組・例	主な実施主体
①	「食品ロス」の実態を調べてみる	個人・家庭
	買いすぎない・計画的に買う・忘れて腐らせるのを防ぐため、買ったら速やかに調理する	個人・家庭
	「食品ロス」を削減する具体的な方法の市報、ホームページ等における情報提供	健康増進課
		食生活改善推進協議会
	「食品ロス」についての情報提供	保育園・認定こども園
		小・中学校
	フードドライブの取組みの推進	環境エネルギー課
		福祉課
		健康増進課
		ＪＡみちのく村山尾花沢営農センター
	食材を余すことなく使う講習会の実施・情報提供	認定農業者連絡会議
		食生活改善推進協議会
	飲食店への食品ロス削減における指標及び情報提供	村山保健所
②	「環境保全型農業」とは何か、調べてみる	個人・家庭
	家庭で出たリサイクルできる資源を回収ボックスに出すことを家族で習慣づけてみる	個人・家庭
	「環境保全型農業」の推進	農林課
		ＪＡみちのく村山尾花沢営農センター
		認定農業者連絡会議
	リサイクルを目的とした資源回収の実施	環境エネルギー課
	資源のリサイクルについての教育・実践	個人・家庭
		保育園・認定こども園
		小・中学校

（５）災害時に備えた食育の推進

◆背景

近年、東日本大震災や能登半島地震、台風による浸水被害や土砂災害など、多くの自然災害が発生し、各地に甚大な被害をもたらしています。頻度を増す大規模災害等に備え、国の物資支援による食料品の提供や、山形県、尾花沢市、民間企業等における食料品の備蓄に加え、家庭での取組も重要であり、災害等に備えた食料品等の備蓄を推進していく必要があります。

アンケート調査によると、非常食の食料は何日分を想定して用意しているかでは、４割以上が「まったく用意していない」と回答しています。

国では、家庭において、水、熱源、主食・主菜・副菜となる食料品等を最低でも３日分、できれば１週間分程度備蓄する取組を推進しています。

また、災害時には、物流機能が停滞する可能性もあることから、乳幼児や高齢者を始め、食べる機能が弱くなった人、食物アレルギーを有する人等、災害時に特別な配慮が必要な人のための食品を備えておくことも重要です。

加えて、災害時の栄養バランスのとり方や食品衛生の配慮、ローリングストックの仕方など、災害時の食の備えの重要性について、家庭のみならず、学校教育の現場等においても必要な知識の普及啓発を推進する必要があります。

◆重点目標

①家族に応じた災害時の備蓄食を準備する
②有事に慌てないよう災害時を想定した炊き出し訓練を行う
③災害時の栄養バランスや食品衛生について情報を収集し備える

◆取組のキャッチフレーズ

非常食　食の備えが　家族の安心

◆主な取組

目標	主な取組・例	主な実施主体
①	災害時に必要なものを、家族の人数に見合った備蓄量を知り、準備する	個人・家庭
	必要な備蓄食品の内容や量についての情報提供	健康増進課
		防災危機管理課
	備蓄食品の展示・試食会の開催	健康増進課
		防災危機管理課
	災害訓練時に備蓄食品を確認する	保育園・認定こども園
		小・中学校
②	災害時を想定した勉強会や料理講習会に参加してみる	個人・家庭
	当事者意識を持ち、平時から非常時の料理体験をしてみる	個人・家庭
	各地区での炊き出し訓練の実施	防災危機管理課
	防災クッキングの実施	食生活改善推進協議会
③	自助・共助ですべきこと・できることを日頃から考えておく	個人・家庭
	災害時に何が必要になるか、避難場所はどこか等家族で話し合う機会を設ける	個人・家庭
	災害時の栄養バランスや食品衛生、ローリングストックについてなどの情報提供	健康増進課
		防災危機管理課

４　ライフステージごとの具体的な取組一覧表

世代／目標	乳幼児期 （妊産婦・0歳～就学前）	学童期 （小学生・中学生）	青年期 （高校生～20歳代）	壮年期 （30歳代～64歳）	高齢期 （65歳以上）
食を通した健康な「体」づくり	・離乳食から素材の味を大切にし、薄味に慣れる ・食べ物や食事に対する興味を大切にする ・「早寝・早起き・朝ごはん」を実践する ・体を動かし３度の食事をしっかり食べる ・よく噛んで食べる習慣を身につける ・食べたら歯みがきをする習慣を身につける ・リサイクルの分別を教わり、実践する	・毎食野菜を食べる ・塩分・糖分の取りすぎが体にどう悪いのか聞いてみる ・食材への感謝の気持ちを大事にする ・「早寝、早起き、朝ごはん」を実践する ・よく体を動かし、３食しっかり食べる ・正しい歯みがき習慣を身につける ・リサイクルの分別を教わり、実践する ・フードバンクについて調べてみる	・1 日の野菜摂取目標量を知り、野菜を意識して食べる ・減塩を意識して食事をする ・朝食を食べる ・適度な運動とバランスよい食事で適正体重を心がける ・定期的に歯科医にみてもらうなど、口腔ケアを習慣化する ・男も女も関係なくみんなで家事分担する ・フードバンクに協力する ・こども（地域）食堂について理解を深める	・野菜 1 日 350g 摂取を目指す ・薄味を実践する ・適度な運動とバランスよい食事で適正体重を心がける ・外食、中食などの濃い味に注意して上手に利用する ・男も女も関係なくみんなで家事分担する ・フードバンクに協力する ・こども（地域）食堂について理解を深める	・薄味を実践する ・自分に適した栄養バランスや量を知り実践する ・低栄養予防のために適度な運動とたんぱく質を食べる ・「8020」を目指し口腔ケアを実施します ・男も女も関係なくみんなで家事分担する ・フードバンクに協力する ・こども（地域）食堂について理解を深める
食を通した豊かな「心」づくり	・家族と一緒に食事と会話を楽しむ ・季節の行事等で伝統料理・郷土料理を味わう ・食事のあいさつ等マナーを学び、残さず食べる ・手でちぎる・混ぜるなどの料理の手伝いをする ・動画で料理の作り方を見てみる	・食事の時間を大切にし、スマホ等の視聴は極力避け、家族や仲間と共に食事と会話を楽しむ ・「旬」を知り、季節に応じた伝統料理・郷土料理を味わったり作ってみたりしてみる ・食材や料理に関心を持ち、積極的に料理づくりにかかわる ・料理動画を参考にして料理を作ってみる		・食事の時間を大切にし、家族や仲間と共に食事を楽しむ ・食のイベントやボランティアなどの機会を通じて世代を超えた交流や共食の機会を増やす ・伝統料理や郷土料理を次世代に継承する ・共食の機会を通して、食事のマナーや食にまつわる感謝の心を次世代に伝える ・料理動画を参考にして料理を作ってみる	
食を通した元気な「まち」づくり	・旬の食材や地場産物を味わう ・食物の栽培・収穫・料理体験を通して地場産物を身近なものにする ・「もったいない」という意識をもち、食べ物を大切にする ・「混ぜればゴミ、分ければ資源」の意識を持ち、リサイクルの知識を学ぶ ・もし災害が起きたらどうすればいいか、何が必要か具体的に考えてみる	・地産地消を意識した食事を心がける ・地元の旬な食材を生かした料理を作る ・産直市などで、生産者との交流を深める ・食品表示を正しく理解し、安全・安心な食べ物を選択する ・家庭や外食、中食時に食品ロス削減を実践する ・食品トレーやペットボトルなど、飲食後にでる全ての物に責任を持って処理し、資源のリサイクルに積極的に取り組む ・災害時に必要なものを、家族の人数に見合った備蓄量を知り、準備する			

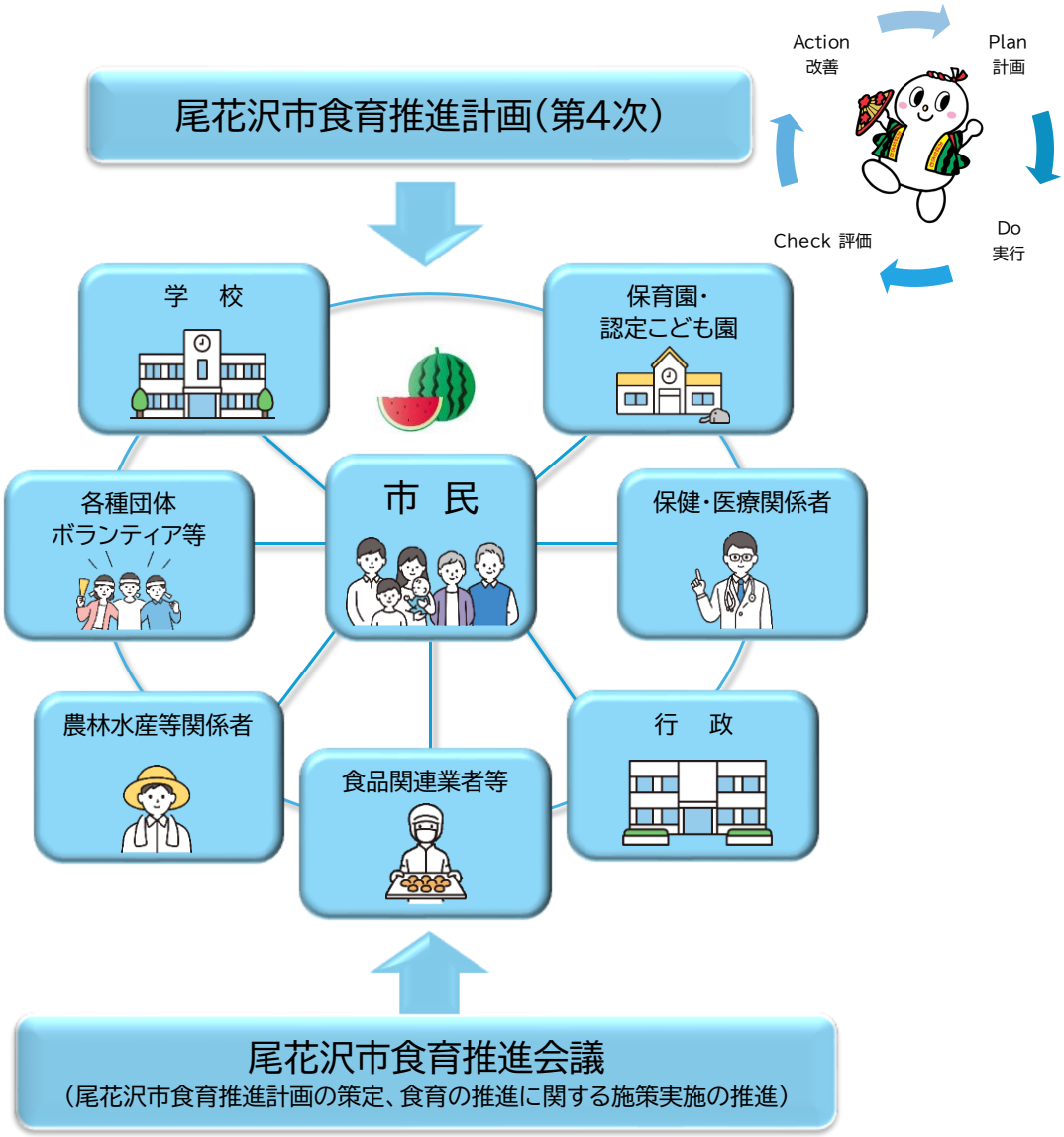
５　第４次食育推進計画における評価指標と目標値一覧

指標		現状値（Ｒ７）	目標値（Ｒ13）
食育に関心がある人の割合	成人	53.4%	90% 国の目標 90%以上
朝食を毎日食べる人の割合	年中児	95.0%	100% 国の目標 100%
	小学５年	90.4%	
	中学２年	92.9%	
	高校２年	73.8%	
	20 歳代	52.6%	85% 国の目標 85%以上
主食、主菜、副菜をそろえた食事を１日２回以上食べることがほぼ毎日ある人の割合	成人	53.1%	70% 国の目標 70%
野菜が好きである人の割合	年中児	20.0%	80% 第３次目標 80%
	小学５年	45.2%	
	中学２年	52.9%	
	高校２年	31.0%	
野菜（海藻・きのこ含む）を毎日食べる人の割合	成人	51.3%	80% 第３次目標 80%
ほぼ毎日（週４日以上）誰かと一緒に食べる人の割合 ※朝食・夕食の平均	成人	67.9%	増加
減塩や薄味の料理を心がけている人の割合	成人	64.8%	75%
家庭の汁物塩分測定結果「ふつう」と「うすい」人の割合 ※「栄研化学株式会社塩分チェック」よる測定	成人	55.2%	増加
30 回以上噛んで食べる人の割合	成人	2.8%	増加
食事のとき、テレビ・スマホ・タブレットなどをいつも見ながら食べる人の割合	年中児	47.5%	減少
	小学５年	28.8%	
	中学２年	38.6%	
	高校２年	45.2%	
地元産（尾花沢市産・山形県産）のものを意識して購入している人の割合	成人	47.3%	増加
郷土料理、伝統料理など地域や家庭で受け継がれてきた「料理や味」を前の世代から受け継いでいる人の割合	成人	59.7%	60% 国の目標 60%
郷土料理、伝統料理など地域や家庭で受け継がれてきた「箸使いなどの食べ方・作法」を前の世代から受け継いでいる人の割合	成人	48.0%	
外食や食品購入時に食品表示（原材料や賞味期限）、栄養成分表示の両方を参考にしている人の割合	成人	36.8%	増加
食農教育に興味がある人の割合	成人	63.6%	増加
食品ロス削減のために何らかの行動をしている人の割合	成人	96.3%	100% 国の目標 80%以上

第５章　計画の推進と進行管理

これまでも基本目標に向かい、市民をはじめ、食品関連機関、保育園等、学校、各種団体、ボランティア等がそれぞれの視点で食育推進に取り組んできました。今後更に、食育を総合的かつ計画的に推進するために、食にかかわるすべての機関の連携を強化し、食育を推進していきます。

また、本計画を効果的に推進していくために、評価指標と目標値を掲げ、取組に対する進捗状況を確認し、ＰＤＣＡサイクルによる管理を行います。また、次期計画策定時には、市民や有識者等による「尾花沢市食育推進計画策定委員会」において、本計画に定める数値目標の達成状況の評価をおこないます。



資　料

1　尾花沢市食育推進会議委員名簿

	分野	団体名	役職等	氏名	
1	地域家庭	尾花沢市食生活改善推進協議会	会　長	信夫　ノブ子	
2		尾花沢市健康福祉推進協議会	会　長	笹原　光政	
3		尾花沢市保育施設保護者会連絡協議会	会　長	髙橋　真弓	
4		尾花沢市PTA総務部	代　表	石井　陽子	
5	保育施設	尾花沢市立保育園（さくら・ときわ保育園園長）	保育補佐	千葉　真紀子	
6		認定こども園　尾花沢幼稚園	教　頭	仙野　亮子	
7		社会福祉法人ひまわり愛育会　よつばこども園	調理師	沼澤　和香奈	
8	学校	小学校学校栄養士（尾花沢小学校）	学校栄養士	工藤　美香	
9		尾花沢市養護教諭部会（福原小学校）	養護教諭	菅井　真望	
10		尾花沢市学校給食主任会（福原中学校）	教　諭	髙橋　なつみ	
11	生産・加工・流通	みちのく村山農業協同組合尾花沢営農センター	米穀課職員	大場　直子	
12		尾花沢市すいか農業女子（COCEL）	会　長	三賀　真由美	
13		尾花沢市認定農業者連絡会議	会　長	髙橋　央	
14	保健医療	尾花沢市医師会	会　長	柴田　雄二	
15		尾花沢市歯科医師会	会　長	大類　晋	副会長
16	行政	村山保健所　地域健康福祉課	健康増進主幹	菅原　祥子	
17		農林課　農政企画係	係　長	笹原　聖志	
18		こども教育課・学校給食共同調理場	所長補佐	後藤　靖子	
19		福祉課　保育係・こども家庭支援係	課長補佐	岸　貴和	
20	学識経験者	元高校家庭科教諭	学識経験者	田村　より子	会　長
事務局		健康増進課	課　長	齊藤　孝行	
			健康指導主査兼係長	加藤　陽子	
			主任（管理栄養士）	佐藤　仁美	

２　尾花沢市食育推進会議条例

平成１９年６月４日
条例第２０号
改正　平成２７年３月１８日条例第２号

（設置）
第１条　食育基本法（平成１７年法律第６３号。以下「法」という。）第３３条第１項の規定に基づき、尾花沢市食育推進会議（以下「推進会議」という。）を置く。

（所掌事務）
第２条　推進会議は、次に掲げる事務を行う。
(1)　尾花沢市食育推進計画の作成及びその実施を推進すること。
(2)　前号に掲げるもののほか、食育に関する重要事項の審議及び食育に関する施策実施の推進に関すること。

（組織）
第３条　推進会議は、委員２０人以内をもって組織する。
２　委員は、次に掲げる者のうちから市長が委嘱し、又は任命する。
(1)　学識経験者
(2)　食育の推進に関係する団体の役員又は職員
(3)　その他市長が適当と認める者

（任期）
第４条　委員の任期は、２年とする。ただし、任期中であってもその本来の職を離れたときは、委員の職を失うものとする。
２　補欠委員の任期は、前任者の残任期間とする。
３　委員は再任されることができる。

（会長及び副会長）
第５条　推進会議に会長及び副会長を置く。
２　会長及び副会長は、委員の互選により定める。
３　会長は推進会議を代表し、会務を総理し、会議の議長となる。
４　副会長は、会長を補佐し、会長が欠けたとき、又は会長に事故あるときは、その職務を代理する。

（会議）
第６条　推進会議は、必要に応じて会長が招集する。
２　推進会議は、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。
３　推進会議の議事は、出席委員の過半数で決し、可否同数のときは、議長の決するところによる。

（意見の聴取）
第７条　推進会議は、必要に応じ委員以外の者に、会議への出席を求め、その意見若しくは説明を聞き、又は資料の提出を求めることができる。

（庶務）
第８条　推進会議の庶務は、健康増進課において処理する。
（平２７条例２・一部改正）

（委任）
第９条　この条例に定めるもののほか、推進会議の運営に関し必要な事項は、会長が推進会議に諮って定める。

附　則

（施行期日）

1　この条例は、公布の日から施行する。

（推進会議の招集の特例）

2　この条例の施行後最初に行われる推進会議の招集は、第６条第１項の規定にかかわらず市長が行うものとする。

附　則（平成２７年３月１８日条例第２号）抄

（施行期日）

1　この条例は、平成２７年４月１日から施行する。

尾花沢市食育推進計画（第４次）

令和８年３月

発行／尾花沢市
企画･編集／尾花沢市健康増進課
〒999-4292
山形県尾花沢市若葉町一丁目２番３号
電　話　0237-22-1118
FAX　0237-24-0322