千曲市食育推進計画(第４次)(素案)の概要　令和９～13年度

＜計画の位置づけ＞

❖食育基本法第18条第１項に基づく市町村食育推進計画として、市の食育に関する基本的な事項を定めます。
❖国の「食育推進基本計画」、長野県の「長野県食育推進計画」及び「健康(ヘルス)アップ千曲21（第三次）」などの関連計画と整合性を図りながら、総合的かつ計画的に食育を推進していく行動計画とします。

＜策定の趣旨＞

❖食育基本法の制定から20年が経過し、食と農を取り巻く環境は大きく変化しています
〇働き方の多様化　〇世帯構成の変化　〇生産者と消費者の関係の希薄化　など
❖行政が取り組むべき様々な課題があります
〇若い世代の食への関心の低下　〇働き盛り世代の生活習慣病の増加　〇高齢者の低栄養やフレイルの問題　〇郷土食・伝統食の継承　〇食品ロスの削減　など

市の食の現状や新たに取り組むべき課題に対し、引き続き各ライフステージの特性に着目し、市民一人ひとりが健全な食生活を実践できるよう、関係機関が一体となって食育に関する施策を総合的に推進します。

基本理念

市民自らが様々な経験を通じて『食』に関する正しい知識と『食』を選択する力を習得し、健全な食生活を実践できるようにする

基本目標

(１)生涯を通じた心身の健康の増進につながる食育の推進
①生活習慣病の発症予防・重症化予防の食育の推進
②若い世代を中心とした食育の推進

(２)食の循環と地域の食を意識した食育の推進

＜施策の展開＞

（１）生涯を通じた心身の健康の増進につながる食育の推進

妊娠期

◈母子の健康な身体づくりのために栄養バランスを考えた食生活の実践ができるような取り組みを推進します。
【主な施策】
❖母子健康手帳交付時に妊娠期の健康・体重増加等に関連する情報の普及　❖妊婦健康教室（たまご教室）　❖妊婦歯科健康診査　❖妊娠８か月面談　❖産婦健康診査受診票の交付
❖赤ちゃん訪問時

指　標	対　象	現状値（R7年度）	目指す方向	目標値（R13年度）
全出生数中の低出生体重児の割合	妊婦（新生児）	10.9%	減少↓	9.5%






乳幼児期（０～５歳）

◈乳幼児期に健全な生活習慣の基礎がしっかりと身につくよう、保護者を含めた食育を推進します。
【主な施策】
❖３か月・１歳半・２歳・３歳児健康診査
❖７・10か月児離乳食相談　❖育児相談

指　標	対　象	現状値（R7年度）	目指す方向	目標値（R13年度）
体脂肪20%以上の幼児の割合	年長児	男児　15.1%	減少↓	14.5%
		女児　9.9%	減少↓	6.5%
やせの幼児（カウプ13.5未満）の割合	３～５歳	4.5%	増加↑	5.5%

学童期・思春期（６～17歳）

◈学童期は心身ともに成長し生活習慣が身につく時期、思春期は食生活の自己管理が求められる時期です。
◈正しい食に関する知識の習得や情報を読み解く力を養い、適切な食事選択ができる力を身につけられるような食育を推進します。
【主な施策】
❖定期健康診断の実施（身体測定、歯科検診、生活習慣病予防健診）　❖保健指導　❖児童会・生徒会活動　❖学校等における食育　❖栄養教諭や各教科での授業　❖全体計画の推進

指　標	対　象	現状値（R７年度）	目指す方向	目標値（R13年度）
肥満傾向（肥満度20%以上）にある子どもの割合	小学５年生	男子　13.4%	減少↓	10.0%
		女子　8.6%	減少↓	6.0%
やせ傾向（肥満度-20%以下）にある子どもの割合	中学２年生女子	2.6%	減少↓	2.3%
給食以外で野菜を毎日食べる児童生徒の割合	小学５年生 中学２年生	小５　64.0% 中２　65.4%	増加↑	増加
朝食を欠食する児童生徒の割合	小学５年生 中学２年生	小５　9.3% 中２　11.0%	減少↓	0% 0%

青年期（18～39歳）

◈将来の生活習慣病予防を考え、自分自身に合った食生活と健康管理の方法を自ら実践できるような食育を推進します。
【主な施策】
❖乳幼児健康診査　❖一般健康診査
❖歯科検診　❖健康教育・保健指導

壮年期（40～64歳）・高齢期（65歳以上）

◈壮年期は、これまでの食生活や生活リズムの乱れ、加齢による代謝機能の低下により生活習慣病が顕著になる時期です。自身の身体状態を知り、食事のバランス・量について正しい知識を得て、食生活や健康管理の方法を自ら実践できるような支援を推進します。
◈高齢期は、身体機能が低下し、栄養の過不足による疾患や口腔機能の低下による問題がみられる時期です。食事・運動・口腔に関する正しい知識を身につけ、楽しく食事をしながら健康な身体づくりを進められるような食育を推進します。
【主な施策】
❖特定健康診査　❖後期高齢者健康診査
❖保健指導　❖歯周病検診　❖口腔ケア指導
❖高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施事業





新しい指標　★

指　標	対　象	現状値（R７年度）	目指す方向	目標値（R13年度）
一般健診受診率の向上　★	20～39歳	3.7%	増加↑	4.0%
特定健診受診率の向上	国民健康保険加入の40～74歳	49.0%	増加↑	60.0%
特定保健指導の終了率　★	国民健康保険加入の40～74歳		増加↑	88.0%
肥満者（BMI25以上）の割合	20～39歳男性	28.9%	減少↓	28.0%
	40～64歳男性	41.7%	減少↓	35.0%
	65～74歳男性	32.0%	減少↓	30.0%
メタボリックシンドローム予備群及び該当者の割合	20～39歳男性	23.3%	減少↓	20.0%
	40～64歳男性	49.9%	減少↓	48.0%
	65～74歳男性	54.5%	減少↓	52.0%
やせ（BMI18.5未満）の割合	20～39歳女性	17.1%	減少↓	16.0%
HbA1c6.5以上の者の割合	40～74歳	9.9%	減少↓	9.0%
高血圧（Ⅱ度以上）の者の割合	40～74歳	4.8%	減少↓	4.5%
６か月で２～３kgの体重減少があった者の割合	75歳以上	11.3%	減少↓	8.0%
週３回以上朝食を抜く者の割合　★	20～39歳 40～74歳	25.3% 8.4%	減少↓	22.0% 6.5%
よく噛んで食べる事ができる者の割合　★	20～39歳 40～74歳	95.4% 78.7%	増加↑	98.0% 79.0%

（２）食の循環と地域の食を意識した食育の推進

◈食を持続可能なものにするため、地産地消や生産から消費、廃棄に至るまでの一連の「食」の循環を意識した食育を推進します。
◈地元産品の利用や農業体験を通じて知識を深めるとともに、食べ物への感謝の気持ちを育み、大切にする心を育てるよう食育を推進します。
【主な施策】
❖給食・各教科と連携した指導　❖食のボランティア等による指導　❖クラブ・特別活動　❖個別指導
❖家庭等への啓発　❖農業体験　❖食品ロス削減に向けた啓発


学校給食 郷土食「おおびら」

指　標	対　象	現状値（R７年度）	目指す方向	目標値（R13年度）
農業体験を経験した者の割合　★	田植え・稲刈り・脱穀の参加者	1,509人	維持→	1,509人
農業体験に取組んでいる機関の数　★	公立保育園 小学校 中学校	11園 ９校 ４校	維持→	11園 ９校 ４校
学校給食における地場産物等を使用する割合(食材ベース)	県内産	50.6%	増加↑	増加
長野県や住んでいる地域の郷土食を知っている児童生徒の割合	小学５年生 中学２年生	小５　44.6% 中２　59.8%	増加↑	増加
食べ物を残すことをもったいないことだと思う児童生徒の割合	小学５年生 中学２年生	小５　79.5% 中２　77.4%	増加↑	増加
学校給食一日当たりの残食量（主食は概算）		35.1kg	減少↓	減少
「残さず食べよう！20・10運動」の取組みに対する協力店舗数と啓発物品の配布数　★	店舗 啓発物品配布数	実施せず。代替として家庭版20.10運動の取組を実施した。	増加↑	増加
食育の推進に関わるボランティアの数	住民	66名	維持→	66名

