

第3期加美町食育推進計画

〈計画期間：令和3年度～令和10年度〉

【概要版】

毎月第3日曜日は
家族団らんの食事を楽しもう



食育チェックをしてみよう！

- 毎日朝食を食べています
- 夕食後に間食はしていません
- 野菜を揃えてバランスよく食べています
- 食品表示を見て、食品を購入しています
- 食事はうす味を心がけています
- 家族や仲間と一緒に食事をしています
- 普段は甘みのない飲み物を飲んでいます
- 正しく箸を持つことができます

★全て当てはまれば、キミも食育の達人だ～ご！



計画策定にあたって

平成27年度に「第2期加美町食育推進計画」を策定し、「食育を通じた健康づくりの推進」、「楽しく食べる環境づくりの推進」を展開してきました。第3期計画では、外食や中食が普及した社会背景を踏まえて「安心安全の地産地消の推進」、子どもに焦点を当てた「食を大切にする心の育成」を新たに掲げ、次世代を担う子ども達の笑顔が見える町を目指します。

基本方針と4つの目標 ～現状と課題～

かみっこ

基本方針「食」の輪で元気な加美町っ子を育てよう

現状と課題

- 朝食を毎日食べる人の割合
→小学6年生 93.3%、中学生 81.2%、大人 76.3%
- 主食、主菜、副菜をそろえた朝食の割合
→3歳児 32.2% **改善**
- うす味を心がけている人の割合 **改善**
→男性 23.6%、女性 32.0%
- 甘味のついた飲み物をほぼ毎日飲む人の割合
→小学生 36.5%
- 夕食後におやつを食べる人の割合
→小学生 23.1% **改善**

- 学校給食での地場産食材の利用率 **県平均より高い**
→6月 32.7%、11月 54.7%
- 惣菜や加工食品等を利用している人が増加している
→食品表示等の知識を身につけていくことが必要

- 朝食を一人で食べることがある人の割合 **年齢が上がるにつれて増加**
→小学生 29.6%、中学生 45.9%
- “おふかし”や“餅”の郷土料理を作っている保護者
→20.2% **悪化**
- 箸を正しく持つことができる人の割合 **改善**
→小学生 73.2%、中学生 75.5%
- 農業従事者の減少や家庭における栽培体験の不足等
→食材がどのように生産されているか知る機会が少なくなっている

- これからも食に関する団体や関係機関と子ども達の体格状況や食生活の現状・課題を共有し、地域全体で食育を推進していくことが必要

※第2期食育推進計画の目標値から **改善** **悪化**

※第2期食育推進計画から増えた目標 **NEW**

★重点目標★

1 食を通じた健康づくりの推進

- 1 食事は1日3回食べます
- 2 野菜をたっぷり食べます
- 3 塩分を控え、うす味を心がけます
- 4 甘味のない飲み物を飲みます
- 5 夕食後に間食はしません

2 安心安全の地産地消の推進

- 1 地場産食材を積極的に利用します
- 2 食品表示を確認して購入します **NEW**

3 食を大切にする心の育成

- 1 「家族団らんの食事」で楽しく食べる環境をつくります
- 2 次の世代へ地域の食文化や郷土料理を伝承します
- 3 食農体験を通して食べ物や生産者への理解を深めます

4 みんなで支える食育の推進

- 1 食や健康づくりに関する課題を関係機関と共有し、連携して食育を推進します **NEW**
- 2 食に関する人材や組織等を支援します **NEW**

それぞれの取り組み

個人（家庭）

- 毎食野菜のある食事、間食のとり方や適塩などを心がけ、バランスのとれた食習慣を身につけます。
- 食品表示を確認して選び、地場産食材を積極的に活用します。
- 「家族団らんの食事の日」を実践し、家族や仲間と一緒に食べる機会を持ちます。
- 食事マナーや食文化、郷土料理、家庭の味を伝えていきます。
- 食育教室や食農体験等に積極的に参加し、食べ物や生産者への理解を深めます。



地域・団体・学校

- 望ましい食習慣に関して、学ぶ機会をつくれます。
- 給食や講話、体験、おたより、ホームページ等を通して、食に関する情報を発信します。
- 地場産食材の良さを周知し、給食での「地産地消の日」の取り組みを継続します。
- 生産者や団体、地域の方々の協力を得て、連携した食農体験の場を設けます。
- 地域の食文化や郷土料理の伝承に努めます。



行政（町）

- 関係機関と、食や健康づくりに関する課題を共有し、連携して、町の特色を生かした食育の推進に努めます。
- 食品表示等の見方について、普及、啓発します。
- 食に関する人材や組織等の人材育成に努め、支援します。



現状値・目標値

	評価指標	現状値 (令和元年)	中間目標値 (令和6年)	最終目標値 (令和10年)
食を通じた健康づくりの推進	朝食を毎日食べる人の割合	小学生 89.8 % 6年生 93.3 % 中学生 81.2 % 大人 76.3 %	小学生 91 % 6年生 95 % 中学生 85 % 大人 79 %	小学生 93 % 6年生 97 % 中学生 88 % 大人 82 %
	主食、主菜、副菜をそろえた朝食の割合 (バランス良く食べる人の割合)	3歳児 32.2 % 小学生 30.1 %	3歳児 40 % 小学生 32 %	3歳児 47 % 小学生 33 %
	うす味を心がけている人の割合	男性 23.6 % 女性 32.0 %	男性 25 % 女性 36 %	男性 27 % 女性 39 %
	甘みのついた飲み物を毎日飲む人の割合	小学生 36.5 %	小学生 33 %	小学生 30 %
	夕食後におやつを食べる人の割合	小学生 23.1 %	小学生 22 %	小学生 20 %
地産地消の推進 安心安全の推進	学校給食の地場産食材利用率	6月 32.7 % 11月 54.7 %	6月 35 % 11月 57 %	6月 38 % 11月 60 %
	食品表示を見て購入する人の割合	未把握	現状把握	10%増
食を大切に する心の育成	朝食を一人で食べることがある人の割合	小学生 29.6 % 中学生 45.9 %	小学生 26 % 中学生 41 %	小学生 23 % 中学生 36 %
	「毎月第3日曜日は家族団らんの日」を知っている人の割合	35.1 %	49 %	64 %
	食事のあいさつをする人の割合 (「いただきます」「ごちそうさま」)	小学生 78.7 % 中学生 79.6 %	小学生 80 % 中学生 83 %	小学生 82 % 中学生 87 %
	正しく箸を持つことができる人の割合	小学生 73.2 % 中学生 75.5 %	小学生 76 % 中学生 76 %	小学生 78 % 中学生 77 %
	郷土料理を作る人の割合 (お餅・おふかし等)	20.2 %	27 %	34 %
	親子で調理する機会がある人の割合	3歳児 72.7 %	3歳児 76 %	3歳児 79 %
	食事に関するお手伝いの実施割合	小学生 76.1 %	小学生 78 %	小学生 80 %
	食農体験を実践している園や学校	5園 10 小中学校	5園 11 小中学校	5園 11 小中学校
食育の推進 みんなで支える	団体への支援回数	25回	25回	25回
	食育に関連する会議の開催数	5回	5回	5回

※1%改善のための目安の人数：3歳児……1人、小学生……5人、中学生……5人、大人……14人

発行日 令和3年3月

発行 加美町保健福祉課

〒981-4252 宮城県加美郡加美町字西田四番7番地1

TEL：0229-63-7871 FAX：0229-63-7873