



元気さばえ食育推進プラン

～ 食でつながる みんなのさばえ ～

令和4年～8年度



“ 持続可能なみんなの食育 ”

第4次 鯖江市食育推進計画 [概要版] 令和4年3月
編集・発行：鯖江市（産業環境部農林政策課）

〒916-8666 福井県鯖江市西山町13-1
電話 0778-51-2200（代表） 0778-53-2232（直通）
FAX 0778-51-8153
HP <https://www.city.sabae.fukui.jp/> E-Mail SC-NoSeisaku@city.sabae.lg.jp



令和4年3月
鯖江市



食でつながる みんなのさばえ



策定の趣旨

「食」は、命の源であり、現在をいきいきと生き、生涯にわたって心もからだも健康で過ごすために欠かせないものです。また、おいしく楽しく食べることは、すべての人に共通する喜びで、心とからだを満たし健康で心豊かな生活の実現に繋がります。

また「食育」とは、生きる上での基本であって、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ことです。

近年の社会情勢や環境の変化、また、ライフスタイルの多様化により、「食」を取り巻く環境も常に変化しています。超少子高齢化、単独世帯や共働き世帯の増加など、社会環境がもたらす影響により、「高齢者の低栄養」、「生活習慣病の増加」、「地域の伝統的な食文化の喪失」など、食や食育への課題も多岐におよびます。

鯖江市は、国が平成17年に施行した「食育基本法」を受け、翌18年3月に全国に先駆け、食育推進計画を策定し、「食育」の重要性を伝え、様々な事業に取り組んできました。平成28年3月に策定した、「第3次鯖江市食育推進計画」では、第2次計画の基本理念である「食でつながるみんなのさばえ」を継承し、食育活動を行う団体や市民、教育現場や行政が連携し協力することで、さらなる“つながり”強化を目指し、食育活動に取り組んできました。

今回の計画策定においては、本市の「まち・ひと・しごと創生総合戦略」、「SDGs さばえ宣言」のもと、第3次計画での、各関係団体・関係機関との“つながり”をさらに強化した長期的かつ継続的な取り組みを行い、「食」を通して「笑顔があふれるめがねのまちさばえ」を目指すため「第4次鯖江市食育推進計画」を策定します。

数値目標

◎各取組みに数値目標を設けることで、進捗状況の把握を行います。

指 標	現 状	目 標 値	
	(令和2年度)	(令和8年度)	
○ 朝食を食べない人を減らす			健康
朝食欠食者(ほとんど食べない)を減らす(保育所～中学生)			
中学生	3.1%	0.0%	
小学生	1.4%	0.0%	
幼稚園	0.0%	0.0%	
保育所・こども園(公立3～5歳児)	0.0%	0.0%	
朝食を抜くことがある人を減らす(大人)	6.1%	4%	
○ メタボ該当者の割合を減らす	24.3%	19%	教育
○ 夜遅く食べる習慣の人を減らす			
就寝前2時間以内に夕食をとる	14.0%	12%	
○ 栄養改善が必要な人を減らす(高齢者)			
6カ月間で2～3Kg以上の体重減少があり、かつBMI=18.5未満の人	3.2%	2.0%	
○ 給食をおいしいと感じる割合(小・中学校)	88.2%	90%	
○ 学校での農業体験実施回数(小学校)	212回	220回	
○ 和食や伝承料理、地域の食文化に関する教室への一般参加者数	272名	900名	
(令和2年度はコロナの影響により開催中止、縮小などのため減少 令和元年度実績:1,681名)			
○ 食の安全・安心講座の年間開催回数	3回	4回	
(消費生活センター出前講座、公民館活動も含む)			
○ 学校給食に福井県産地場農産物を使用する割合			食・農・環境
(小・中学校 6、11月調査の平均 重量ベース)	40.6%	42%	
○ 市内直売所の年間販売額の増加			
(福井県地産地消率状況調査)	111,372千円	135,000千円	
○ SNS(フェイスブック・インスタグラム さばえおいしい応援団)等を活用した情報発信の回数	76回/年	80回/年	
○ 「食べきり運動」や「フードドライブ」における啓発活動回数			
(ブース設置回数および地域活動回数)	12回	14回	
○ 燃やすごみ組成調査における食品廃棄物の割合を減らす	34.1%	31.2%	

食をとりまく現状と課題

健康な食生活関係の現状と課題

現 状	課 題
<ul style="list-style-type: none"> ・ 10～20 代の約半数が食事の際、菓子で済ませたり、食事を抜いたりすることがよくある ・ 20～30 代で 3 割が朝食を食べる際おかずを食べないことがよくある ・ 20～50 代の約 8 割が、インスタントや冷凍食品を月に数回以上食べている ・ 弁当や総菜を購入する頻度について、10 代と 50 代の毎日または週数回購入する割合が高い 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 若い世代には「主菜、副菜、汁物」を毎食取り入れることが困難になっている ・ 日本型食生活が薄れつつある ・ 献立作りにこだわらない年代が増加している ・ 共働きの家庭が多い福井県の地域性もあり、弁当や総菜を食事に取り入れている。インスタントや冷凍食品の品質も良くなってきているので、上手に付き合っていけばよい

学校・地域における食育活動の現状と課題

現 状	課 題
<ul style="list-style-type: none"> ・ 70 代では 7 割以上が食育に関心があるが、年代が低くなるにつれ割合が下がり、20 代は 2 割ほどである ・ 外食について、30 代は週に数回、月に数回を合わせると 9 割と高く、20 代は 2 割弱が週に数回、外食をしている また、外食の際大切にしていることは、4 割が家族や友人とのコミュニケーションと回答 ・ 食品を購入する際、食品表示や成分表示を見るかの質問に、60 代は約 9 割が見るが、20 代は 5 割弱と年齢が低くなるにつれ割合が下がっている ・ ごみを減らす工夫をしているかの質問に、60～70 代は 10 割、20 代でも気を付けている、少し気を付けているが 8 割以上と、食品ロスへの関心は全世代を通して高い 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 子育てが落ち着いた世代で孤食が目立つ ・ 保育所（園）・幼稚園や小学校では、地場産給食、給食畑での収穫体験等、食育教育が十分であったのに対し、中学、高校では食育に関する授業が無く、子どもたちの食育への意識が途絶えてしまっている ・ 新型コロナウイルスの影響により、地域コミュニティとのつながりが希薄となっている。地域ぐるみで食育を強化し、子どもたちやその親に食の大切さ伝える取組みを推進する ・ 学ぶことは大切だが、一番は食べる事が習慣となることである。一汁三菜のようにバランスの良い食事をとることや、地元産のものを進んで購入することなどが習慣化されるような取組みを行っていくことが重要

地産地消に関する現状と課題

現 状	課 題
<ul style="list-style-type: none"> ・ 野菜を購入する際、地元産を意識するかの質問に、年代が上がるにつれて割合が高くなり、60 代は 7 割以上が意識していると回答 ・ 少子高齢化による農業者の減少や担い手不足が問題となっている 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 食育の推進により、農業に対する興味を持ってもらい、将来的に担い手不足対策に繋げる

計画の基本理念

食でつながる みんなのさばえ

計画の期間

令和 4 年度～令和 8 年度

第 4 次計画キャッチフレーズ

持続可能なみんなの食育

計画の推進体制

本市の“食育”推進のために、食育の日（毎月 19 日）や、食育月間（毎年 6 月）の取組みとともに、広く市民の意見を反映させるため、鯖江市食育推進会議（元気さばえ食育推進会議）を開催し、行政と食に携わる関係団体の連携や情報共有を強化していきます。

また食育は、健康、教育、農業と様々な側面があることから、本市の関係各課が連携し、横断的に取り組むために設置した「健康のまちづくり推進チーム」とともに課題に取り組み、さらに、鯖江市が推進している「SDGs」の視点や「デジタル化」を積極的に取り入れ、食育ピクトグラムを活用した、だれにでもわかりやすい食育を推進していきます。

あわせて、めまぐるしく変化する社会状況の中で、本市の現状と食育の進捗状況を把握するため聞き取りやアンケートを実施し、結果を公表するとともに内容を検証し、今後の取組みにつなげていきます。

第 2 次計画、第 3 次計画の基本理念を継承し、“つながり”をさらに強化した、長期的かつ継続的な食育に取り組むことを目指します。



さばえ食育ロゴマーク

「さばえ食育ロゴマーク」は、小学校や公立保育所等の給食だよりで使用されているほか、鯖江市産食材を使った加工品など、鯖江の食育啓発のために活用されています。

包括的な体制で “つながる” 食育を推進しています

鯖江市では、「食でつながる みんなのさばえ」を基本理念に、学校、菓子店、料理店、農家、JA など、市内在住の各委員と 行政が連携し、包括的な体制で食育の推進に取り組んでいます。

また、昨今急速に進展した、ICT 教育を積極的に活用し、学校、家庭、生産者をつなげる食育を推進していきます。



児童に一人一台整備されたデジタル端末を活用した食育授業



“ 持続可能なみんなの食育 ”



＜基本理念＞

食でつながる みんなのさばえ

＜基本方針＞

やっぱり健康

食生活を通じ、世代に応じた健康づくりを推進しよう



※子どもから高齢者まで幅広く、年代に応じた健康への取り組み

心と体を育てる教育

地域の食文化を再認識し、家族や地域の人々、生産者との関わりの中で、食の大切さを学ぼう



※和食・行事食の良さに気づき、家庭や地域における共食の推進、食の安全安心への取り組み

持続可能な食・農・環境

地産地消の実践に向けて農業を身近に感じ、SDGsの視点で環境への理解を深めよう



※農産物の地産地消の推進と、家庭での実践の取り組み

＜施策の柱＞

- 子どもから高齢者までの健やかな生活習慣の実現
- 食を通じた健康的な生活習慣の普及（生活習慣病の予防）
- 健康づくりを主体的に取り組む団体の育成および活動の強化
- 子どもと親の健康を支える環境を整備する
- 高齢者の「食べること」を支援し、低栄養状態の予防や改善を行う

- 一日の活動の源である朝食の摂取率を高める
- 家庭での食育に対する意識を高める
- 家族や地域の人々と、みんなで食卓を囲む習慣を定着し、共食の場を増やす
- 食に関する講座・教室等、地域住民が参加しやすいイベントを開催し、地域に根ざした食育活動を推進する
- 食への関心の高揚と理解を図り、食の重要性を伝える
- 食を取り巻く環境を知り、食を選ぶ力を向上させる

- 身土不二（※）の考え方のもと、食の源である「農業」から自然環境にも配慮し、地産地消を推進する
- 和食や伝承料理、地場食材を再認識し、郷土愛を育む
- ごみの排出抑制から、地球温暖化防止に向けた取り組みを推進する
- 環境保全に関する意識を向上し、実践活動の推進を図る

＜取り組むべき内容＞

- ライフステージに応じた栄養指導の充実
- 食物アレルギー者への情報提供
- 食に関するデータや課題などの情報共有
- 生活習慣病予防（重症化予防）への指導の充実
- ごはん中心の栄養バランスに配慮した「日本型食生活」の推進
- 食と健康に関する活動団体の育成と活動支援
- 給食だより等を通じた保護者への情報提供
- 食育アンケート結果を活用した保護者への啓発活動
- バランスのとれた食事の重要性に関する周知活動
- ひとり暮らし高齢者等を対象とした食の自立支援
- 低栄養予防等のための栄養改善の啓発や指導
- 食の面で介護予防を推進する栄養サポーターの育成や研修

- 学校内で食育推進年間計画を作成し、授業や活動を展開
- 食を通じた対話の場を広げ、家庭での食育支援を図る
- ICT教育を活用し、家庭や生産者をつなげる食育を推進する
- 子ども、男性、家族等各世代を対象とした料理教室の開催
- 地域の特色を生かした食育事業の展開
- 農業体験で収穫した野菜を積極的に給食に取り入れる
- 旬の食材や地元の食材への関心を深める
- 学校給食畑等を通じた生産者との交流
- 献立に行事食や郷土食を取り入れ、食文化やマナーを伝える
- 給食食材の調理体験など、給食を活用した食育を充実させる
- 小学校の学年に応じた出汁や味覚等を学ぶ授業の実施
- 高校生の食育活動の推進
- 放課後子ども教室等での野菜の収穫体験の実施
- 食の安全・安心に関する「食を選ぶ力」の向上に取り組む

- 元気さばえ食育推進会議の定期的開催と進捗状況確認
- 女性農業団体の活動支援
- 地場産学校給食の推進と和食給食の推進
- 学校給食畑を活用した地場産野菜の供給増加
- 地場農産物を活用したイベントでの啓発活動
- 野菜ソムリエと連携した市内外への地場食材PR活動
- 米の消費拡大啓発活動
- 地域の伝承料理の調査と啓発活動
- ごみ排出抑制に取組み、食べ残し防止を推進
- 「エシカル消費」につながる食への取り組みを推進

【用語】 ※ 身土不二（しんどふじ）… 長年そこに暮らす人々にとって、生まれ育った土地に実った食物を食べる事が体に良いという考え方