

第4期 柴田町食育推進計画

計画期間 令和4年度～令和8年度



食卓から育む 健康な心とからだ

—食育とは—

- ・生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきもの
- ・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 ～食育基本法～

柴田町

食に関する現状と課題

令和2年度に実施した「食育に関するアンケート調査」から、大人も子どもも「食」への楽しみが薄れ、若い世代の朝食欠食や食事バランスに課題が残っていることが分かりました。また各種統計データから、肥満者割合に課題があることが分かりました。

食への意識・関心

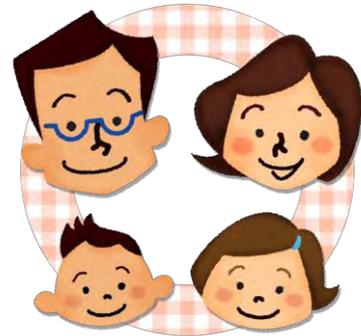
- ・幼児保護者の85%が食育に「関心がある」
- ・小中学生の80%、大人の85%が食べ残しや廃棄を減らす努力をしている
- ・子どもから大人まで、4人に1人「食」への楽しみが薄れている

健康

- ・幼児、小中学生の15%が肥満
- ・成人(40~74歳)の30%が肥満

食生活の状況

- ・小中学生の平日の夕食を家族全員で食べる割合が増加
- ・小学生の70%、中学生の60%が「早寝早起き朝ごはん」を実践している
- ・20~30歳代で最も食事バランスの偏りがある
- ・20歳代で朝食を毎日食べる割合が最も低い



第4期柴田町食育推進計画の方向性

- ・家庭を中心に楽しみながら食体験や学習を積み重ねることにより、健全な心とからだを育みます。
- ・自らが食育に関する活動を実践できるよう、ライフステージごとの特徴を踏まえた食育テーマのもと、具体的な取組を示します。
- ・心身の成長が著しく、食習慣の基礎をつくる上で重要な「乳幼児期・学童期」を中心に取組を推進します。

ライフステージと食育テーマ

ライフステージ	食育テーマ
乳幼児期	楽しく体験し、食習慣の基礎をつくる
学童期	楽しく体験し、望ましい食習慣が定着する
思春期	食を楽しみ、望ましい食生活を維持する
青年期	健全な食生活を実現する
壮年期	健全な食生活を維持し、生活習慣病を予防する
高齢期	食を楽しみながら、食を通じた豊かな生活を実現する

食を楽しみ、感謝しましょう



家族で食事を楽しむ



感謝の気持ちを育む



食事づくりや準備を楽しむ

基本理念

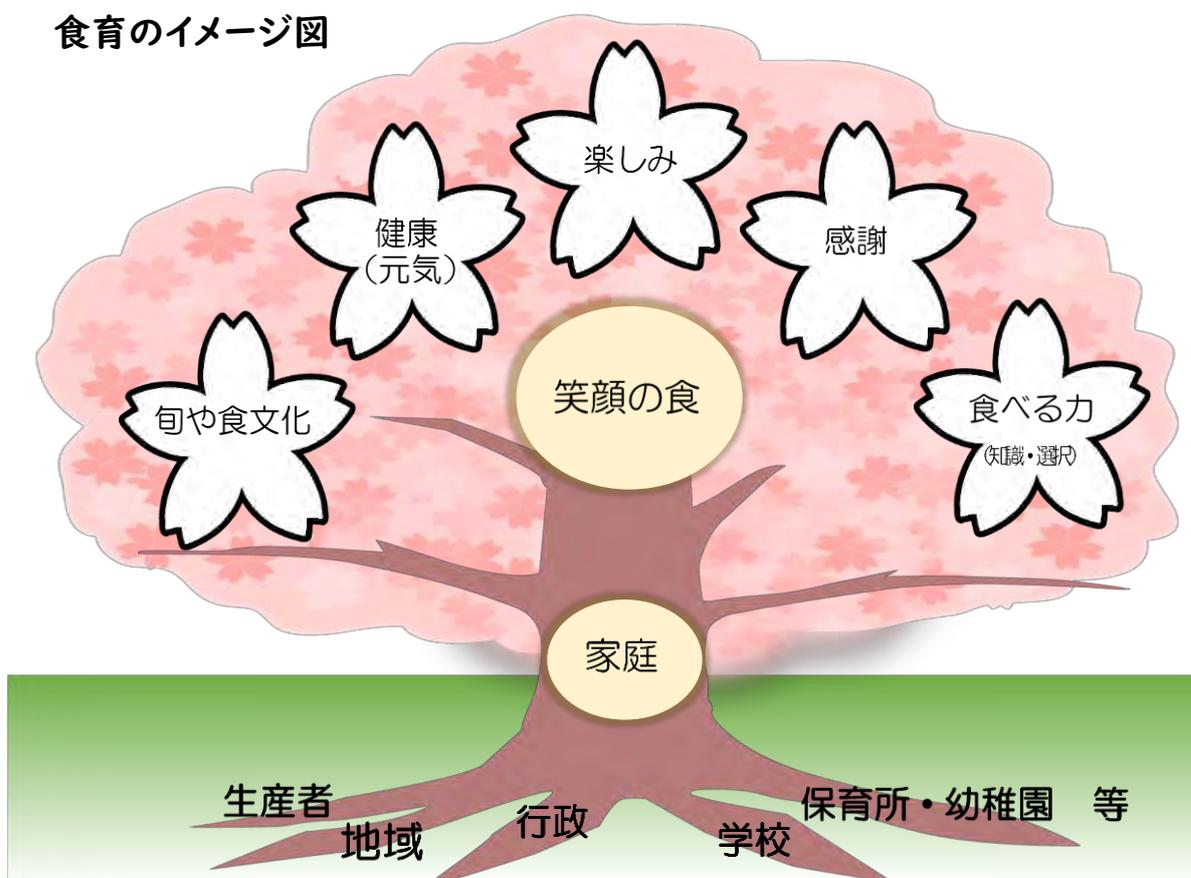
食卓から育む 健康な心とからだ

生涯にわたり心身ともに健全な食生活を送れるよう、基本理念を掲げます。

基本目標 家庭から つながり 広がる 笑顔の食

家庭を中心に保育所や幼稚園、学校、地域、生産者等の関係者が連携し、笑顔で健全な食生活を実践できるよう、基本目標を掲げます。

食育のイメージ図



食育推進に向けて

食育推進には、個人が自主的に取り組むことに加えて、関係者等が連携し、情報発信や体験活動、環境づくりに努めることが必要です。

食育のイメージ図に掲げる「楽しみ」、「感謝」、「健康(元気)」、「食べる力(知識・選択)」、「旬や食文化」の視点に基づき、具体的な取組を展開します。

基本目標

目指す姿を掲げ、それらの成果や課題の達成度を評価するため、数値目標を10項目設定します。

目指す姿	項目	参考値 (H27年度)	現状値 (R2年度)	目標値 (R8年度)	
1 家族や仲間と 食事づくりや 準備を楽しむ	①食事を楽しみにしている 子どもの割合の増加	4～5歳	72.6%	68.4%	75%
		小学5年生	69.1%	82.6%	83%
		中学2年生	56.8%	72.6%	73%
	②食事づくりや後片付けをよく 手伝う小・中学生の割合の 増加	小学5年生	41.9%	39.0%	45%
		中学2年生	24.5%	29.5%	30%
	③1日に1度は家族と食事をす る子どもの割合の増加	小学5年生	-	-	97%
中学2年生		-	-	95%	
2 感謝の気持ちで おいしく食べる	④感謝の気持ちで「いただき ます」「ごちそうさま」を している小・中学生の割合 の増加	小学5年生	-	-	45%
		中学2年生	-	-	30%
	⑤「食べ残しや廃棄を減らす 努力を必ずしている」町民 の割合の増加	小学5年生	-	19.5%	25%
		中学2年生	-	23.9%	30%
		16～79歳	-	21.7%	25%
3 「早寝早起き 朝ごはん」 を実践する	⑥朝食をほとんど毎日食べる 町民の割合の増加	4～5歳	91.3%	88.0%	93%
		小学5年生	93.0%	91.8%	92%
		中学2年生	90.0%	87.4%	92%
		20～39歳	72.0%	70.3%	72%
	⑦「早寝早起き朝ごはん」 を実践している子ども の割合の増加	4～5歳	67.8%	65.3%	68%
		小学5年生	71.3%	68.6%	72%
		中学2年生	46.8%	59.6%	65%
4 自分の体に合っ た食事量を知る	⑧幼児肥満（カウプ指数18以 上）の割合の減少	3～5歳	9.1%	15.9%	11%
	⑨肥満（BMI25以上） の割合の減少	40～74歳	24.7% (H26年度)	29.1% (H31年度)	24%
5 旬や地域の食材 を五感で味わう	⑩「食文化・伝統料理・郷土料 理」に関心がある子ども割 合の増加	小学5年生	24.3%	18.9%	20%
		中学2年生	17.1%	17.2%	20%

(現状値の出典) ①②⑤⑥⑦⑩：柴田町食育に関するアンケート調査結果報告書

③：特定給食施設 栄養管理状況等調査票

⑨：柴田町特定健康診査結果

令和4年3月 柴田町健康推進課 保健班

〒989-1692 宮城県柴田郡柴田町船岡中央2丁目3番45号

TEL 0224-55-2160 FAX 0224-55-4172

E-mail health@town.shibata.miyagi.jp