

(素案)

留萌市食育推進計画

(第3次 2018-2022)

2018(平成30)年 月
留 萌 市

目 次

1. 本計画の趣旨・背景

- | | | |
|--------------------|-------|---|
| 1) これまでの経緯と計画策定の趣旨 | | 1 |
| 2) 計画の位置付け及び計画の期間 | | 2 |

2. 第2次食育推進計画の検証

- | | | |
|--------------------------|-------|----|
| 1) 第2次計画の概要 | | 3 |
| 2) 乳・幼児期（0～6歳）における取り組み | | 4 |
| 3) 学齢期（7～18歳）における取り組み | | 6 |
| 4) 青・壮年期（19～64歳）における取り組み | | 8 |
| 5) 高齢期（65歳～）における取り組み | | 10 |
| 6) 地産地消の取り組み | | 11 |

3. 留萌市の目指す姿と本計画の基本方針

4. ライフステージに応じた食育推進施策

- | | | |
|------------------|-------|----|
| 1) 乳・幼児期（0～6歳） | | 13 |
| 2) 学齢期（7～18歳） | | 15 |
| 3) 青・壮年期（19～64歳） | | 18 |
| 4) 高齢期（65歳～） | | 20 |

5. 地産地消と食育活動

- | | | |
|------------------------------|-------|----|
| 1) 「食育」の原点である、地域の農業・漁業 | | 21 |
| 2) 地域の豊富な食素材を活かした地産地消による「食育」 | | 23 |

6. 食育の推進体制・進捗管理

資料編 留萌市「食育」に関する市民アンケート調査結果(2017年度)

1. 本計画の趣旨・背景

1) これまでの経緯と計画策定の趣旨

留萌市では、全ての市民が「食」について様々な経験を通じて「食」に関する知識と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「食育」を日常の生活の中で体系的に取り組み、生涯にわたって健康で豊かな生活を実現するために、2008（平成20）年3月に「留萌市食育推進計画」を策定し、これまで各年齢層に応じた「食育」の取組を進めてきました。

人は「食」によって健康を維持しており、全ての世代が食と健康の大切さを自覚するとともに、健康な生活を維持し、豊かな人間形成を育むことが大切です。しかしながら、近年、世帯構造の多様化が進む中、ひとり暮らし世帯の高齢者、単独世帯や共働き世帯の増加により食生活も大きく変化しており、健全な食生活を実践することが困難な状況も出てきています。また、核家族化が進むことにより、地域の伝統的な食文化継承の機会が失われ、「食」に関する意識の希薄化につながることも危惧されています。さらに、コンビニエンスストアやファストフードが増えていることによる便利さの反面、不規則な食事時間や食生活が日常化すると同時に、大量の食料が食べられないまま廃棄されている、いわゆる「食品ロス」などの問題も顕著化しています。

今後、平均寿命が延びることが予想されている一方で、便利さの裏側にある栄養の偏り、朝食の欠食などによる食習慣の乱れにより、肥満や生活習慣病の増加や若い女性のやせ、高齢者の低栄養傾向など健康面での問題も指摘されています。「食」を取り巻く多くの課題解決のために食育の重要性は増しており、食育の取組について実践の環を広げることが求められています。

また、食育を推進していく上で大切である「地産地消」については、地域の農業・漁業を知ることにも必要であり、様々な体験を通じて郷土愛の醸成を育むことが重要です。中でも、2016（平成28）年9月に制定された「留萌市かずの子条例」により、地域の特産品であるかずの子を学校給食で提供するなど、地域における「地産地消」の機運も高まっています。

2013（平成25）年に「第2次留萌市食育推進計画」を策定し、関係機関や地域ボランティア団体等と連携しながら、ライフステージに応じた食育の取組を推進してきましたが、第2次の取組をさらに発展・実践するため、この度「第3次留萌市食育推進計画」を策定し、生涯にわたるライフステージに応じて、関係者が目指す姿や推進目標、方向性を共有しながら連携・協働し、一体的な取組として食育の推進を図っていきます。

2) 計画の位置付け及び計画の期間

本計画は、第6次留萌市総合計画を上位計画とし、国、北海道の食育推進基本計画、市の分野別計画との整合性を図りながら策定しています。

法的には、食育基本法第18条及び地域資源を活用した農林漁業者等による新事業の創出等及び地域の農林水産物の利用促進に関する法律第41条に基づく計画として位置づけられるものです。

計画の期間は、2018（平成30）年度から2022年度までの5年間とします。



2. 第2次食育推進計画の検証

1) 第2次計画の概要

第2次食育推進計画では、第1次食育推進計画（2008-2012）での取り組みを踏まえ、ライフステージに応じた健康で豊かな暮らしが実現できるよう、地域、家庭、学校、幼稚園、保育園、行政などが連携しながら食育を進めてきました。

・計画期間 2013（平成25）年度～2017（平成29）年度

・目指すべき姿

「知食」、「共食」、「健食」による豊かな暮らしの実現へ

『知食』・・・地域の食材や生産現場、食文化などを知ることにより、食についての基礎を学びます。

『共食』・・・家族が食卓を囲んで共に食事をとりながら、コミュニケーションを図ることにより、家庭における食育の重要性について啓発、推進していきます。

『健食』・・・健やかな生活を送る上で「食」は何よりも基本です。健全な食生活の推進や、食と健康との関わりを学びながら、食育を進めます。

・基本方針（重点目標）

- ① 「食育」についての理解と実践
- ② 地域の「食」を知る体験・伝承
- ③ 地産地消で豊かな「食・暮らし」の実現
- ④ 食と健康の推進

2) 乳・幼児期（0～6歳）における取り組み

生涯にわたる食習慣の形成上重要な時期である「乳・幼児期」では、食べることの心地よさや食べたいものを増やす、食べものに興味を持たせて味覚を育てることを主眼におきながら、下記の取り組みを家庭や関係機関、行政が連携しながら進めてきました。

【推進目標】

- ◇ 哺乳、離乳食、幼児食についての情報を正しく伝え、家庭での実践を目指します。
- ◇ 離乳食や幼児食を通して、食機能や口腔機能を育て、食べることの楽しさを経験します。
- ◇ お腹のすくリズムや食べたいもの、好きなものを増やし、食べ物に興味を持たせる環境づくりに努めます。
- ◇ 自然を通じて、食の大切さ、生命の大切さを学び、収穫や食べる喜びを感じさせる機会づくりに取り組みます。
- ◇ 食べることを通して生活習慣を学び、家族全体の生活の見直しに繋がります。

【推進方策に対する具体的な取り組み】

推進方策	具体的な取り組み
離乳食や育児に関する知識を伝えます	乳幼児健診・離乳食教室の開催(保健医療課) 2016(H28) 3回開催(35名参加)
間食や育児に関する知識を伝えます	おやつ教室の開催(保健医療課) 2016(H28) 1回開催(21名参加)
家庭での食管理、育児における不安軽減につなげます	健診・健康相談事業(保健医療課) 2016(H28) 延べ786名に実施 食育だよりの発行(保育園(子育て支援課)) 2016(H28) 年12回発行
実際に料理に携わることで、食への関心と食べ物を作る工程を学びます	クッキング保育事業(保育園(子育て支援課)) 2016(H28) 7回開催(延べ143名参加)
作物の栽培等を通じて、身体の五感で感じ、心に伝えることが実感できる機会の充実を図ります	市民農園等での栽培、収穫体験(幼稚園、保育園(子育て支援課)) 2016(H28) 延べ247名参加
家庭内での適切な食事や生活リズムを身につけ、食事を楽しむ習慣づくりを目指します	※家庭での取り組み



幼児期を対象としたおやつ教室



離乳食教室

【目標の達成状況】

「乳児期において果汁を飲まない児の割合」や「幼児期における朝食での野菜摂取率」は、目標を達成しており、離乳食教室の開催や健康相談事業などの取り組みの成果が表れています。

また、幼稚園や保育園で取り組んでいる野菜などの栽培、収穫体験により子どもたちが食に興味を示し、食の大切さを知り、好き嫌いを無くしていこうという取り組みが野菜摂取率の増加につながっていると思われまます。

目標設定	第2次当初値 (年度)	現状値 (年度)	目標 2017 (H29)	達成 状況
乳児期において果汁を飲まない児の割合	4ヶ月児：89.0% 9ヶ月児：79.5% 2012(H24)	4ヶ月児：97.0% 9ヶ月児：84.8% 2016(H28)	増加	○
幼児期における朝食での野菜摂取率	1.6歳児：19.0% 3歳児：17.1% 2012(H24)	1.6歳児：44.6% 3歳児：27.7% 2016(H28)	増加	○
家庭において子どもが「ひとり」で朝食を食べる割合	11.0% 2012(H24)	13.0% 2017(H29)	減少	×
離乳食教室、幼児期を対象としたおやつ教室の開催数	年4回 2012(H24)	年4回 2017(H29)	現状 維持	○

※達成状況～○：達成、△：維持、×：未達成

3) 学齢期（7～18歳）における取り組み

体力・運動能力などの成長期にある「学齢期」では、食事の重要性や食事の喜び、楽しさの理解や、農林漁業体験など食べ物と自然を大切に作る心、体験を通しての地域の産業を学ぶことが重要です。

また、健全な発育、健康の維持、増進の基盤でもあり、情緒的、教育的役割が非常に大きい「学校給食」においても、積極的に地元食材の活用に努めながら、栄養バランスのとれたメニューづくりを行っています。

さらには、「早寝・早起き・朝ごはん」運動の推進など子どもたちに望ましい食習慣を身につけさせるため、栄養教諭などを中心に家庭、地域と連携しながら「食育」の取り組みを進めてきました。

【推進目標】

- ◇ 各教科、特別活動、総合的な学習の時間等の学校教育活動全体を通じて、食に関する指導の充実を図っていきます。
- ◇ 健全な発育、健康維持、情緒面や食事の大切さなど、「給食」の教育的機能を重視しながら、一層の充実を図ります。
- ◇ 学校給食時の配膳やマナーの習得により、社会性、協調性を育みます。
- ◇ 体験を通じた地域の産業や生産、加工、流通の仕組み、自然や地域社会と食べ物のかかわりなどの知識を身に付けさせます。
- ◇ 行政、学校、家庭、地域が連携を深め、「早寝、早起き、朝ごはん」運動の啓発や「留萌市食育10か条（留萌楽しい食育）」を推進し、留萌ならではの食育活動に取り組みます。

【推進方策に対する具体的な取り組み】

推進方策	具体的な取り組み
体験学習を通じて、「食」の大切さを学びます	子どもの食農教育推進事業(学校教育課) (小学5年生を対象にした田植え、稲刈り体験等) 2016(H28) 田植え、稲刈り体験各 114名参加
学校教育活動の中で、各教科、特別活動、総合的な学習の時間等を通じ、食に関する指導の充実を図ります	栄養教諭による食育事業(小・中学校(学校教育課・学校給食センター)) 2017(H29) 年間 38 時間実施 かずの子を活用した授業(経済港湾課)
学校給食での地場産品の活用を推進します	地元食材 100%給食事業(学校給食センター) 2016(H28) 市内小中学校 1,550食(1回) 給食時のかずの子提供(経済港湾課) 2016(H28) 市内小中学校 1,550食(2回)
家庭向けに地産地消や食育の意義について啓発します	給食だより、留萌楽しい食育の発行(学校給食センター)
農業・漁業体験機会の充実を図ります	るもい子ども食・農体験支援事業(農林水産課) 2016(H28) 5回開催(107名参加) いきいき水産学習(磯の見学会)(農林水産課) 2017(H29) 1回開催(11名参加) 市場見学(農林水産課) 2017(H29) 1回開催(42名参加) 魚食普及事業(農林水産課) 2017(H29) 3回開催(39名参加)
料理を作る体験機会の充実を図ります	料理教室の開催(保健医療課) 2016(H28) 1回開催(12名参加)

第3次留萌市食育推進計画（素案）

地域の「食」についての情報発信や伝統的な「食」文化を学び、体験する機会の充実を図ります	にしん漬体験、鮭飯寿司づくり体験 (NPO 法人留萌観光協会)
家庭内での食事のマナーの指導や生活習慣の確立、子どもとの食事づくりなどを実践します	※家庭での取り組み



るもい子ども食・農体験支援事業



魚食普及事業（ウニ加工体験）

【目標の達成状況】

学校での食に関する指導回数が増加しており、給食時においても各学校において食事のマナーや食べ残しの指導などの取り組みから、食育に対する意識は高まっています。

しかし、朝食の欠食やひとりで朝食を食べる割合などが増えているなど、今後においても「食育」を推進していく必要があります。

目標設定	第2次当初値 (年度)	現状値 (年度)	目標 2017 (H29)	達成 状況
学校での食に関する指導時間(栄養教諭、栄養士含む)	年9時間 2012(H24)	年38時間 2017(H29)	増加	○
学校給食における地元産品を使用する割合 (献立頻度日数)	41.0% 2012(H24)	40.9% 2017(H29)	増加	△
栄養バランスを視点とした学校給食メニューに対する満足度	84.3% 2012(H24)	79.8% 2017(H29)	増加	×
学校給食に地元産食材を使用することに対する関心度(小・中学生世帯)	79.0% 2012(H24)	75.0% 2017(H29)	増加	×
小学生を対象とした地場産品を使用した農水産物の加工体験、農・漁業体験事業数	年8回 2012(H24)	年11回 2017(H29)	増加	○
朝食を毎日食べる児童・生徒の割合	小6：92.4% 中3：95.6% 2012(H24)	小6：90.9% 中3：90.5% 2017(H29)	増加	×
家庭において子どもが「ひとり」で朝食を食べる割合（再掲）	11.0% 2012(H24)	13.0% 2017(H29)	減少	×

※達成状況～○：達成、△：維持、×：未達成

4) 青・壮年期（19～64歳）における取り組み

これまで身に付けた食に関する知識や技術を活用しながら、自らの食生活ばかりではなく、次世代に食の基礎や喜びを伝える役割を担う「青・壮年期」では、健（検）診の受診による、自らの健康状態の把握や、生活習慣病予防に向けた取り組み、食品表示や添加物など、食の安全性について関心を持つなど、自らが実践的な取り組みを行っていくことが必要です。

「健康」についての情報が氾濫し、健康への関心が高まる中、食習慣の乱れなどを背景とした生活習慣病が増加しています。仕事等による不規則な生活や、ストレス、運動不足等も重なって、実践的な行動に結びついていかないということが課題となっています。

豊富な種類の地域農水産物を購入できる直売所が身近に増え、旬の食材を食することができることから、地産地消、地産地食の機運が高まっています。

【推進目標】

- ◇ 自分や家族のために、正しい食習慣を身に付ける機会を提供し、健康的な生活の実践へと繋がります。
- ◇ 自分の健康状態を知り、自ら健康管理に努めるよう、健診受診の勧奨や健康についての正しい知識の普及啓発を進めます。
- ◇ 次世代の人々に対して見本となる食生活を進め、家族や周りの人とコミュニケーションをとりながら食べる大切さを伝えていきます。
- ◇ 地産地消、地産地食を進めながら、地域の生産現場や地域食材に対する愛着と地域の産業を守る意識を醸成します。
- ◇ 栄養バランスや食品衛生、食品表示等、食の安全についての知識の普及を進めます。

【推進方策に対する具体的な取り組み】

推進方策	具体的な取り組み
バランスのよいメニューや調理法等を伝え、家庭での実践に繋がります	青・壮年期を対象にした料理教室の開催 (食改(保健医療課)) 2016(H28) 3回開催(11名参加)
健診活動の推進や、保健指導で食や健康管理についての正しい情報を伝え、改善に繋がります	特定健診、特定保健指導(市民課・保健医療課) 2016(H28) 1,157名受診
予防医学の視点から「食と健康」の重要性を説き、健康意識の向上に努めます	広報誌でのコラム掲載(保健医療課) 2016(H28) 12回掲載
地域の旬の食素材の紹介や、販売機会の充実、料理の提供などにより、地産地消を推進します	田んぼ de レストランの開催(農林水産課) 2017(H29) 24名参加 るもい浜焼きによる地元食材PR(経済港湾課) 朝採り やさい市(留萌市商店街振興組合連合会) 2017(H29) 11回開催
食の安全や栄養成分表示についての普及、理解を進め、栄養面からの健康管理を支援します	広報誌でのコラム掲載(保健医療課) (再掲) 2016(H28) 12回掲載
家族でコミュニケーションを取りながら食事する機会を意識的に実践します	※家庭での取り組み



2017（H29）田んぼdeレストラン



朝採り やさい市

【目標の達成状況】

ほぼ毎日3食食べている人の割合や食育についての関心度が高まっている一方で、野菜を毎日350g食べている人の割合や日頃健康管理に気をつけている人の割合が減少していることから、バランスの取れた食生活を意識し、食と健康との関わりを周知していくことが必要です。

また、子育て世帯に対するアンケートでは、食品表示を参考にしている割合や食事バランスガイドを参考に食生活を送っている人の割合は減少していることから、これから親になる若い世代や子育て世代に対して食育の取り組みを伝えていくことが重要です。

目標設定	第2次当初値 (年度)	現状値 (年度)	目標 2017 (H29)	達成 状況
日頃健康管理に気をつけている人の割合	65.4% 2011(H23)	60.7% 2016(H28)	増加	×
ほぼ毎日3食食べている人の割合	68.8% 2011(H23)	72.9% 2016(H28)	増加	○
野菜を毎日350g食べている人の割合	8.8% 2011(H23)	3.8% 2016(H28)	増加	×
地元産品であることを意識して商品を選択する 市民の割合	57.4% 2012(H24)	57.5% 2017(H29)	増加	○
地産地消が推進されていることに対する満足度	41.3% 2012(H24)	30.2% 2017(H29)	増加	×
食育についての関心度(子育て世帯)	78.0% 2012(H24)	79.0% 2017(H29)	増加	○
食品表示を参考にしている人の割合(子育て世帯)	77.0% 2012(H24)	73.0% 2017(H29)	増加	×
食事バランスガイドを参考に食生活を送っている 人の割合(子育て世帯)	28.0% 2012(H24)	25.0% 2017(H29)	増加	×
家庭において子どもが「ひとり」で朝食を食べる 割合 (再掲)	11.0% 2012(H24)	13.0% 2017(H29)	減少	×
特定健診受診者(国民健康保険加入者)に対す る要保健指導対象者の割合	13.7% 2011(H23)	11.6% 2016(H28)	減少	○

※達成状況～○：達成、△：維持、×：未達成

5) 高齢期（65歳～）における取り組み

長年の生活習慣の積み重ねによる疾病が顕著化し、徐々に身体機能が低下していく「中・高年期」では、病気の早期発見と、治療、さらには、「孤食」による栄養摂取不足を補うための高齢者サロンでの食事会などを通じ、コミュニケーションをとりながらの食事の機会を増やすなどの取り組みが重要です。

また、一人暮らしの高齢者世帯が増加し、調理困難な方への給食サービスの実施や、民生児童委員と連携し、身体機能の低下や低栄養等が懸念される高齢者の早期抽出、介護予防支援事業や栄養事業、口腔改善事業などにより、介護予防の視点から高齢者に対する食育活動を行ってきました。

【推進目標】

- ◇ 低栄養リスクのある高齢者やひとり暮らし世帯の高齢者に対し、食への関心を促し、早期に介護予防の取り組みへと繋げていきます。
- ◇ 食を楽しみ、体調にあった食生活の実践を目指します。
- ◇ いつまでも美味しく食べられるよう、口腔衛生を保つよう知識の普及・指導に努めます。
- ◇ これまでの経験や知識を活かし、次世代に食の大切さや食文化を伝える機会をつくります。

【推進方策に対する具体的な取り組み】

推進方策	具体的な取り組み
「食べ方」の支援やバランスの取れた食事摂取を伝えます	高齢期を対象にした料理教室の開催 (食改(保健医療課)) 2016(H28) 1回開催(7名参加)
生活の質の低下の現状を適切に把握し、早期の予防に取り組みます	二次予防高齢者把握事業(地域包括支援センター) 2016(H28) 基本チェックリスト実施数 1,296件 2016(H28) 二次予防事業参加者 16人
高齢者の孤立防止や活動機会の充実を支援します	ピンピンからだ広場事業(介護予防) (地域包括支援センター) 2016(H28) 112回開催(延べ1,460名参加)
口腔衛生に関する知識、普及や口腔機能の低下、低栄養の状況を早期に把握、予防に努めます	健口教室事業(地域包括支援センター) 2016(H28) 延べ49名参加
調理が困難な高齢者の食事環境を支援します	給食サービス事業(地域包括支援センター) 2016(H28) 16名利用(3,431食提供)
家庭において食事を楽しむ習慣づくりを目指します	※家庭での取り組み

【目標の達成状況】

介護保険法の改正に伴い、2016(平成28)年度に事業が終了し、目標についても未達成項目が多いですが、2017(平成29)年度より新たな施策に取り組んでおり、高齢期の孤食や栄養不足に対する取り組みが推進されています。

目標設定	第2次当初値 (年度)	現状値 (年度)	目標 2017 (H29)	達成 状況
二次予防高齢者把握事業にかかる低栄養リスク者の割合	0.5% 2012(H24)	0.6% 2016(H28)	減少	×
二次予防高齢者把握事業にかかる口腔機能低下リスク者の割合	7.9% 2012(H24)	10.6% 2016(H28)	減少	×

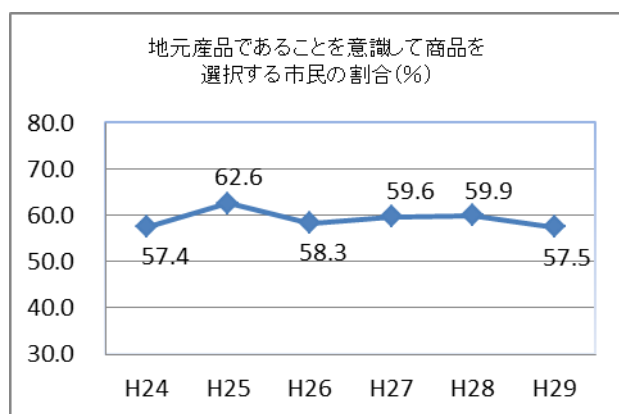
※達成状況～○：達成、△：維持、×：未達成

6) 地産地消の取り組み

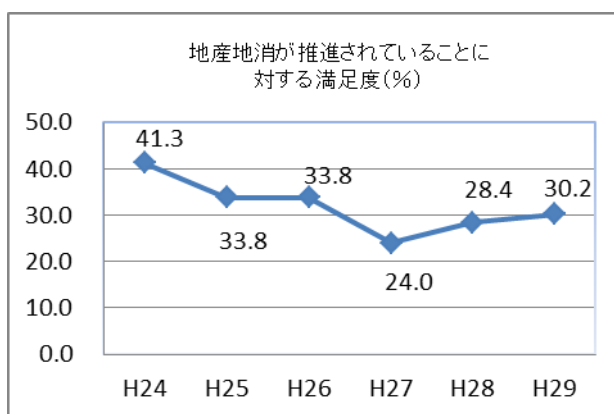
留萌地域の最大の魅力は、豊富な種類の「食材」にあり、高品質米である南るもい米を始め、エビ、タコ、ホタテといった海産物、黒毛和牛や果樹に至るまで、バラエティに富んだ食材に恵まれた環境にあります。

「地元産品を意識して商品選択する市民の割合」は2017（平成29）年度で57.5%と2012（平成24）年度と比較するとほぼ横ばいで推移している一方で、「地産地消が推進されていることに対する満足度」は減少傾向にあることから産直イベントや直売所などの情報発信が必要であると考えられます。

今後も、行政、民間団体、事業者、生産者などの連携による、情報発信や産地イベントの実施、留萌の旬の食材を使った料理教室の開催などにより効果が上がっていくものと考えられます。



市民満足度アンケート調べ



市民満足度アンケート調べ

【目標の達成状況】

現在登録されている「南るもい農協留萌地区野菜園芸協議会ピーマン研究会」のほか、新規登録団体として、「良質・良食味米」の生産を目的に取り組んでいる「南るもいクリーン農業グループ」が2017（平成29）年12月に認定・登録され、2018（平成30）年度から本格的に出荷をしていきます。

目標設定	第2次当初値 (年度)	現状値 (年度)	目標 2017 (H29)	達成 状況
北のクリーン農産物表示制度登録団体数	1団体 2012(H24)	2団体 2017(H29)	増加	○

※達成状況～○：達成、△：維持、×：未達成

「北のクリーン農産物表示制度」とは・・・

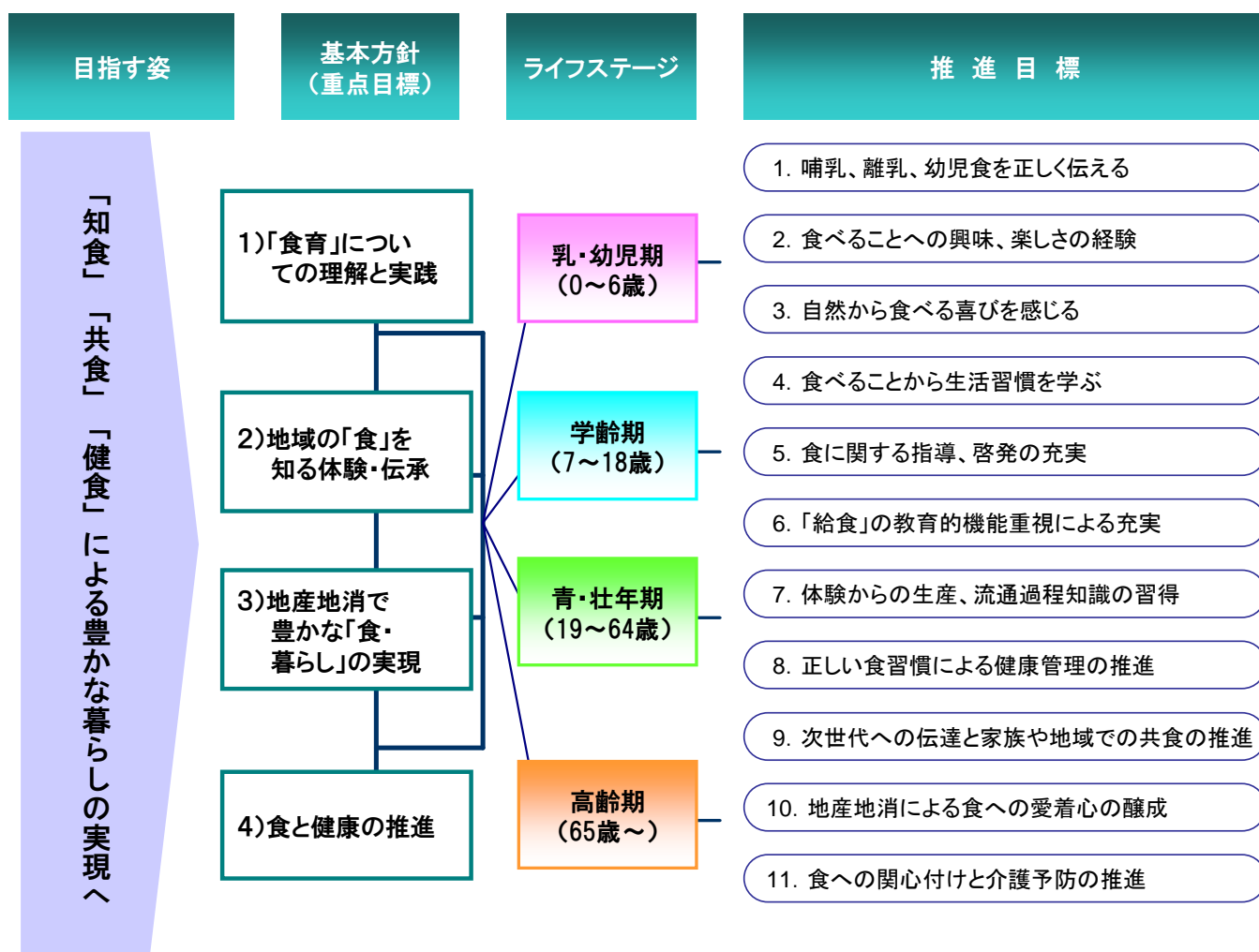
有機物の施用などによる土づくりと化学肥料や化学合成農薬の使用を必要最小限に抑えた、北海道内で生産された農産物が対象で、環境との調和に配慮しつつ、安全で良質な作物を栽培する取り組みです。

登録基準を満たした農産物にのみ表示され、愛称は「Yes! clean」となっており、2017（平成29）年12月11日現在の登録数は全道で300団体となっています。

3. 留萌市の目指す姿と本計画の基本方針

留萌市では、これまでの着実な食育推進活動の成果を踏まえ、第2次の取り組みをさらに発展するため、食育に対する実践の環を広げながら、この地域に住む誰もが、土地、風土から得られる豊かな「食」への恩恵と幸せを享受し、ライフステージに応じた健康で豊かな暮らしが実現できるよう、地域、家庭、学校、幼稚園、保育園、地域ボランティア団体、NPO法人、生産者、行政などが連携しながら次のとおり食育を推進していきます。

第3次留萌市食育推進計画(2018-2022)



『知食』・・・地域の食材や生産現場、食文化、安全性などを知ることにより、「食」についての基礎と大切さ、「食」への感謝を学びます。

『共食』・・・家族や地域住民などが食卓を囲んで共に食事をとりながら、コミュニケーションを図ることにより、家庭や地域における食育の重要性について啓発、推進していきます。

『健食』・・・健やかな生活を送る上で「食」は何よりも基本です。健全な食生活の推進や、食と健康との関わりを学びながら、食育を進めます。

4. ライフステージに応じた食育推進施策

1) 乳・幼児期（0歳～6歳）

この時期は、心身の健全な成長・発達が重要で、将来の基礎を培う時期でもあり、食習慣にも大きな影響を与えます。適切な食事の取り方や、望ましい食習慣の定着など、豊かな人間性の育成に向けて、特に意識的に家庭や関係機関、行政が連携しながら取り組みを進めていく必要があります。

また、生活形態の多様化や核家族化、情報の氾濫などから、育児に疑問・不安を抱える母親も増加していることから、乳・幼児の健全な育成のために、正しい情報の提供や個々に応じた対応が必要です。

1. 現状と課題

- 乳児期における果汁摂取量は減少傾向ですが、幼児期にかけて甘味飲料の摂取量が増加し、習慣化する傾向が見受けられます。
- 幼児期における野菜の摂取（特に朝食）について、少ない傾向が見受けられます。欠食ではありませんが、内容が適切でないことが多く、子どもの好き嫌いや偏食、生活習慣などに向き合う親の困難さが見受けられます。
- 3歳児の虫歯罹患率は減少傾向にありますが、全国・全道に比べ高い状況が続いています。
- 夕食時間帯の遅れが就寝時間の遅れにつながり、睡眠不足、さらには朝食の欠食といった悪循環を引き起こし、集団生活の乱れや体調不良につながっています。
- 飽食の時代を背景に、何でも食べ物が手に入ることから、食事の支度に時間をかけない、「匂」のものを心待ちにする気持ちが薄れるなど、栄養素なども含めて食と健康の問題に無関心な層が拡大しています。
- 親の欠食の影響などにより、子どもだけで朝食を食べる世帯が増加傾向にあります。

2. 推進目標

- ◇ 哺乳、離乳、幼児食を正しく伝える（推進目標1）
 - ・ 哺乳、離乳食、幼児食等について情報を正しく伝え、家庭での実践を目指します。
- ◇ 食へることへの興味、楽しさの経験（推進目標2）
 - ・ 離乳食や幼児食を通して、食機能や口腔機能を育て、食へることの楽しさを経験します。
 - ・ お腹のすくリズムや食べたいもの、好きなものを増やし、食べ物に興味を持たせる環境づくりに努めます。
- ◇ 自然から食へる喜びを感じる（推進目標3）
 - ・ 自然を通じて、食の大切さ、生命の大切さを学び、収穫や食へる喜びを感じさせる機会づくりに取り組みます。
- ◇ 食へることから生活習慣を学ぶ（推進目標4）
 - ・ 食へることを通して、生活習慣を学び、家族全体の生活の見直しにつなげます。

3. 具体的な推進方策と役割

	家庭	幼稚園 保育園	地域	行政
離乳食や育児に関する知識を伝えます	●			●
間食や育児に関する知識を伝えます	●			●
家庭での食管理、育児における不安軽減につなげます		●		●
実際に料理に携わることで、食への関心と食べ物を作る工程を学びます		●		

第3次留萌市食育推進計画（素案）

作物の栽培等を通じて、身体の五感で感じ、心に伝えることが実感できる機会の充実を図ります	●	●	●	●
家庭内での適切な食事や生活リズムを身につけ、食事を楽しむ習慣づくりを目指します	●			
4. 目標設定	現状値（年度）		目標（2022）	
幼児期において甘味飲料を飲まない児の割合	1.6歳児：31.1% 3歳児：10.9% 2016（H28）		増加	
幼児期における朝食での野菜摂取率	1.6歳児：44.6% 3歳児：27.7% 2016（H28）		増加	
3歳児健診時の虫歯罹患率	27.2% 2016（H28）		減少	
家庭において子どもが「ひとり」で朝食を食べる割合	13.0% 2017（H29）		減少	
離乳食教室、幼児期を対象としたおやつ教室の開催数	年4回 2017（H29）		現状維持	

【食育の取り組み例】

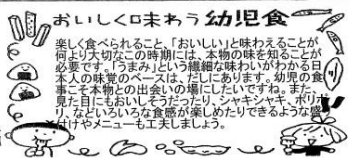
6月 予定献立表

留萌保育園
H29年6月

日	曜日	献立	3歳のおやつ	10歳児	1-2歳児追加分
1	木	五目しょうゆラーメン(豚肉 白菜 人参 もやし わかめ しなちく) チーズがまぼこ	プリン	ビスコ牛乳	塩おにぎり
2	金	ドラゴソウモク(ドラゴソウモク) ほうれん草ゴマ和え(ほうれん草 白菜 人参 ゴマ) ひじきと大豆煮(大豆 ひじき 人参 油揚げ) 味噌汁(大根 ぶりのり) 牛乳	◎わかめおにぎり 麦茶	クッキー牛乳	ふりかけご飯
3	土	天ぷらうどん(鶏肉 人参 長ネギ ほうれん草 天かす)		おがき牛乳	ジャムパン
5	月	豆腐チャンプル(豆腐 卵 ベーコン もやし 人参 きくらげ ピーマン) ポテトフライ 赤ワインナー 味噌汁(ほうれん草 油揚げ)	◎イチゴ蒸しパン 牛乳	せんべい牛乳	のり巻ご飯
6	火	焼きそば(豚肉 キャベツ 玉ねぎ もやし) ささみサラダ(ささみ レタス 人参 和風ドレ) ゼリー スープ(卵 わかめ)	せんべい ミルク	ちくわ牛乳	バターロール
7	水	はんぺんフライ(はんぺん 卵 小麦粉 パン粉 ソース) 昆布巻 オーロックスサラダ(レタス きゅうり 人参 ケチャップ マヨネーズ) 味噌汁(大根 高野豆腐)	クッキー ミルク	ゼリー牛乳	ごはん
8	木	そうめん(鶏肉 玉ねぎ 人参 干し椎茸 長ネギ 板かま) ゆで卵 果物	◎ジャムサンド 牛乳	ウェアース牛乳	わかめおにぎり
9	金	豚大根煮(豚肉 大根 人参 こんにゃく) ★鮭フレーク 牛乳 小松菜のお浸し(小松菜 かつお節) 味噌汁(とろろ昆布 長ネギ)	バナナ	ポーロ牛乳	ごはん
10	土	塩ラーメン(豚肉 もやし 人参 長ネギ ほうれん草 なた)		ビスケット牛乳	ジャムパン
12	月	酢豚風(豚肉 玉ねぎ 人参 ピーマン 椎茸 だけのこ) ゼリー キャベツツナ和え(キャベツ ツナ) 味噌汁(かぶ 油揚げ)	◎マッシュマロクラッカー 牛乳	かりんどう牛乳	なめたけごはん
13	火	チキンクリームシチュー(鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 グリンピース) アスパラ炒め(アスパラ コーン ハム) バナナ	おがき ミルク	ヨーグルト	チーズサンド
14	水	♪井の日 照り焼きハンバーグ丼(豚ひき 鶏ひき 玉ねぎ キャベツ) 漬け物 味噌汁(豆腐 ねぎ)	かりんどう 牛乳	チーズ牛乳	
15	木	きつねうどん(あげ 鶏肉 人参 長ネギ ほうれん草) ちくわきゅうり(ちくわ きゅうり)	せんべい ジョア	バナナ牛乳	わかめおにぎり
16	金	さんまから揚げ(さんま) ★納豆 牛乳 味噌汁(キャベツ 卵) ほうれん草のお浸し(ほうれん草 かつお節)	ゼリー	ビスコ牛乳	ごはん
17	土	かしわうどん(鶏肉 人参 長ネギ ほうれん草 板かま)		ウェアース牛乳	ジャムパン
19	月	豚肉生姜焼き(豚肉 玉ねぎ 生姜) 味噌汁(厚揚げ 長ネギ) ごぼうしゃきしゃきサラダ(ごぼう 人参 きゅうり 揚げゴマドレ)	えびせん 牛乳	チーズ牛乳	ごはん
20	火	ミートソーススパゲティ(豚ひき肉 玉ねぎ 人参 ケチャップ) 牛乳 キャベツサラダ(キャベツ わかめ ちくわ 和風ドレ) スープ(はんぺん 長ネギ)	◎お好み焼き 麦茶	ビスケット牛乳	離乳サンド
21	水	厚揚げ味噌野菜炒め(厚揚げ 豚肉 人参 玉ねぎ ピーマン 干し椎茸) 煮豆(金時豆) ★ごまこんぶ 中華スープ(もやし 人参)	パームクーヘン ミルク	ビスコ牛乳	ごはん
22	木	冷やしラーメン(ハム きゅうり もやし 人参 きくらげ) ゆで卵(塩) ゼリー	◎甘納豆ホトケケ 牛乳	クッキー牛乳	塩おにぎり
23	金	ちくわ揚げ(ちくわ 揚げ) 南のり 天ぷら粉 春巻き(春巻 きさみ 人参 きくらげ ゴマドレ) 貝だくさん味噌汁(豆腐 大根 人参 ごぼう 長ネギ)	ソフール	みかん缶牛乳	ふりかけご飯
24	土	味噌ラーメン(豚ひき 白菜 もやし にんじん 長ネギ しなちく)		かりんどう牛乳	ジャムパン
26	月	デミグラスハンバーグ(ハンバーグ 鶏ひき 玉ねぎ 人参 卵 パン粉 デミグラスソース) 味噌汁(豆腐 なめこ) ブロッコリーサラダ(ブロッコリー レタス 人参 サウザンドレ) 牛乳	◎フルーツポンチ	せんべい牛乳	ごはん
27	火	スペイン風卵焼き(卵 トマト ピーマン ベーコン) 牛乳 マカロニサラダ(マカロニ 胡瓜 人参 ハム) スープ(玉ねぎ コーン)	ビスケット ミルク	ヨーグルト	ハムサンド
28	水	♪お誕生会 エビフライ(エビフライ 豚ひき じゃがいも 玉ねぎ 人参) 福神漬 レタスサラダ(レタス コーン ゴマドレ) ヤクルト	せんべい ミルク	ポーロ牛乳	
29	木	ちゃんぽんラーメン(豚肉 白菜 人参 もやし なた 長ネギ きくらげ) ウインナー ゼリー	◎フレンチドッグ 牛乳	オレンジ牛乳	塩おむすび
30	金	鶏ごぼう煮(鶏肉 ごぼう レンコン 人参 こんにゃく 花ちくわ) ★炒り卵 きゅうりおがかと和え(きゅうり かつお節) 味噌汁(豆腐 えのき)	アイス	チーズ牛乳	ごはん

※仕入れなどの関係で献立が変更になる場合があります

- 献立のマークについて
- ♪・・・3歳以上児さんにも主食が出ます
- ★・・・ご飯にかけて食べることができます
- ・・・手作りおやつです



6月給食献立表（保育園）

2) 学齢期（7歳～18歳）

この時期は、体力・運動能力などの成長期であり行動範囲も広がります。身体の成長に心の成長が追いつかず、不安定になりやすい時期ですが、かなり個人差があり標準値にとらわれることなく成長過程を見守ることが大切です。

学校、家庭、地域等が連携し、食生活の大切さを学び、望ましい食習慣を身に付けさせることが必要です。

1. 現状と課題					
<ul style="list-style-type: none"> ● 栄養教諭による食の指導については、時間数は確保しているが、指導内容に学校給食が対応しきれていない現状があります。 ● 学校給食センターからは、学校、教育委員会と連携し、「早寝、早起き、朝ごはん運動」や「留萌市食育10か条（留萌楽しい食育）」の周知の取り組みを行っていますが、機会が少ない状況です。 ● 地場産物の活用について努力していますが、流通環境が整備されておらず、必要数の確保が難しいうえ、価格においても単価が高く給食費を超過してしまいます。 ● 親の欠食の影響などにより、子どもだけで朝食を食べる世帯が増加傾向にあります。 					
2. 推進目標					
<ul style="list-style-type: none"> ◇ 食に関する指導、啓発の充実（推進目標5） <ul style="list-style-type: none"> ・ 各教科、特別活動、総合的な学習の時間等の学校教育活動全体を通じて、食に関する指導の充実を図っていきます。 ・ 行政、学校、家庭、地域が連携を深め、「早寝、早起き、朝ごはん」運動の啓発や「留萌市食育10か条（留萌楽しい食育）」を推進し、留萌ならではの食育活動に取り組みます。 ◇ 「給食」の教育的機能重視による充実（推進目標6） <ul style="list-style-type: none"> ・ 健全な発育、健康維持、情緒面や食事の大切さなど、「給食」の教育的機能を重視しながら、一層の充実を図ります。 ・ 学校給食時の配膳やマナーの習得により、社会性、協調性を育みます。 ◇ 体験からの生産、流通過程知識の習得（推進目標7） <ul style="list-style-type: none"> ・ 体験を通じた地域の産業や生産、加工、流通の仕組み、自然や地域社会と食べ物のかかわりなどの知識を身に付けさせます。 					
3. 具体的な推進方策と役割		家庭	学校	地域	行政
体験学習を通じて、「食」の大切さを学びます			●	●	●
学校教育活動の中で、各教科、特別活動、総合的な学習の時間等を通じ、食に関する指導の充実を図ります			●		
学校給食での地場産品の活用を推進します			●		●
家庭向けに地産地消や食育の意義について啓発します		●			●
農業・漁業体験機会の充実を図ります		●		●	●
料理を作る体験機会の充実を図ります		●		●	●
地域の「食」についての情報発信や伝統的な「食」文化を学び、体験する機会の充実を図ります		●		●	

第3次留萌市食育推進計画（素案）

家庭内での食事のマナーの指導や生活習慣の確立、子どもとの食事づくりなどを実践します	●		
4. 目標設定		現状値 (年度)	目標 (2022)
学校での食に関する指導時間（栄養教諭、栄養士含む）		38時間 2017(H29)	増加
学校給食における地元産品を使用する割合（献立頻度日数）		40.9% 2017(H29)	増加
栄養バランスを視点とした学校給食メニューに対する満足度		79.8% 2017(H29)	増加
学校給食に地元産食材を使用することに対する関心度(小・中学生世帯)		75.0% 2017(H29)	増加
小学生を対象とした地場産品を使用した農水産物の加工体験、農・漁業体験事業数		年11回 2017(H29)	増加
朝食を毎日食べる児童・生徒の割合		小6：90.9% 中3：90.5% 2017(H29)	増加
家庭において子どもが「ひとり」で朝食を食べる割合（再掲）		13.0% 2017(H29)	減少

【食育の取り組み例】



小学生の農業体験（食農教育推進協議会事業）



かずの子を活用した授業

10月20日(金) まるごと留萌給食

牛乳 milk

みなさんのからだをつくるカルシウムやたんぱく質を多く含む食品です。毎朝、牛乳を飲む習慣を身につけてください。

牛乳

小芋産 小丸ルルロソ Ru Ru Rosso

今年も留萌の小麦「ルルロソ」がマカロニで「まるごと給食」に登場します。給食以外でもルルロソを目にする機会も多く、テレビなどでもよく知られるようになりました。味が強いのが特徴です。

ルルロソのマカロニサラダ

鮭 salmon

北海道のソウルフードといえば、ザンパ捨てるところがないといわれる鮭。焼き魚、揚げ物、チャンチャン焼き、石狩汁といろいろな献立に使われます。しょう油、みりん、生薬、にんにくで味づけをして片栗粉で揚げました。

鮭ザンギ

小芋産 黒毛和牛 Beef

お隣の小芋町では黒毛和牛が飼育されています。和牛は味がよく、大変高級です。今回はミートボールにしてスープに入れました。

南留萌産なつぼし RICE

毎日給食に登場する「お米」は南留萌産のなつぼしを使用しています。みなさんのからだのエネルギーの源となり大切なエネルギー源です。最近、米の消費量が減ってきており、残量も多量に思っています。

ごはん

小芋産 牛肉のミートボールと留萌産キャベツのスープ

お隣の小芋町では黒毛和牛が飼育されています。和牛は味がよく、大変高級です。今回はミートボールにしてスープに入れました。

キャベツ cabbage

キャベツは世界で一番古い野菜の一つで、ブロッコリーやカリフラワーと仲間になります。ビタミンCがとくに多く、カゼを予防し、がんや老化も抑える働きがあります。



2017 (H29) . 10. 20 地元食材 100%給食事業（まるごと留萌給食）

3) 青・壮年期（19歳～64歳）

この時期は、自分で考え選択した食生活を送ることのできる時期ですが、情報が氾濫しているため、正しい情報を見極め、自分に合った対応を選択することが難しくなっています。食生活に問題があるとの気付きはありますが、仕事や子育てに忙しい年代であることから、取り組みにつながりにくいのが課題です。高齢期の健康維持につながるため、積極的に健診等を受診するなど、この時期から自らの健康状態を知り、その結果を活用して生活習慣や食習慣の改善を図るなどの取り組みが必要です。

1. 現状と課題				
<ul style="list-style-type: none"> ● 健康づくりアンケートの結果から、20代は男女共に約半数に欠食が見られており、欠食がある人はどの年代でも朝食の欠食割合が高いというのが課題となっています。 ● 野菜の適量を摂取している人は1割以下となっています。毎日摂取しているが適量に達していない人、毎日摂取しておらず、適量にも達していない人が多く見られ、野菜の摂取量の低下が課題となっています。 ● 口の健診については、定期的に受けていない人が半数以上おり、また、1日1回も歯を磨かない人も少数ながらも存在するなど、口腔に関して関心の低さが伺えます。 				
2. 推進目標				
<ul style="list-style-type: none"> ◇ 食に関する指導、啓発の充実（推進目標5） <ul style="list-style-type: none"> ・ 栄養バランスや食品衛生、食品表示等、食の安全についての知識の普及を進めます。 ◇ 正しい食習慣による健康管理の推進（推進目標8） <ul style="list-style-type: none"> ・ 自分や家族のために、正しい食習慣を身につける機会を提供し、健康的な生活の実践へとつなげます。 ・ 自分の健康状態を知り、自らから健康管理に努めるよう、健診受診の勧奨や健康についての正しい知識の普及啓発に努めます。 ◇ 次世代への伝達と家族や地域での共食の推進（推進目標9） <ul style="list-style-type: none"> ・ 次世代の人々に対して見本となる食生活を進め、家族や地域など周りの人とコミュニケーションをとりながら食べる大切さを伝えていきます。 ◇ 地産地消による食への愛着心の醸成（推進目標10） <ul style="list-style-type: none"> ・ 地産地消、地産地食を進めながら、地域の生産現場や地域食材に対する愛着と地域の産業を守る意識を醸成します。 				
3. 具体的な推進方策と役割		家庭	地域 (事業者、NPO、団体等)	行政
バランスのよいメニューや調理法等を伝え、家庭での実践につなげます			●	●
健診活動の推進や、保健指導で食や健康管理について正しい情報を伝え、改善につなげます				●
疾病予防の視点から「食と健康」の重要性を説き、健康意識の向上に努めます			●	●
地域の旬の食素材の紹介や、販売機会の充実、料理の提供などにより、地産地消を推進します		●	●	●
食の安全や栄養成分表示についての普及、理解を進め、栄養面からの健康管理を支援します			●	●
家族や地域などでコミュニケーションを取りながら食事する機会を意識的に実践します		●	●	

4. 目標設定	現状値 (年度)	目標 (2022)
日頃健康管理に気をつけている人の割合	60.7% 2016 (H28)	増加
1日3回食べている人の割合	72.9% 2016 (H28)	増加
野菜を毎日350g以上食べている人の割合	3.8% 2016 (H28)	増加
毎食後歯を磨く人の割合	45.1% 2016 (H28)	増加
地元産品であることを意識して商品を選択する市民の割合	57.5% 2017 (H29)	増加
地産地消が推進されていることに対する満足度	30.2% 2017 (H29)	増加
食育についての関心度（子育て世帯）	79.0% 2017 (H29)	増加
食品表示を参考にしている人の割合（子育て世帯）	73.0% 2017 (H29)	増加
食事バランスガイドを参考に食生活を送っている人の割合 （子育て世帯）	25.0% 2017 (H29)	増加
家庭において子どもが「ひとり」で朝食を食べる割合（再掲）	13.0% 2017 (H29)	減少
特定健診受診者（国民健康保険加入者）に対する要保健指導対象者の割合	11.6% 2016 (H28)	減少

【食育の取り組み例】

○留萌市食生活改善推進員協議会

留萌市食生活改善推進員協議会は、「私達の健康は私達の手で」をスローガンに、小学生親子や男性向け、20歳以上の市民を対象とした料理教室などを中心とした食を通じた健康づくり啓発活動をしています。



4) 高齢期（65歳～）

この時期は、乳・幼児期から青・壮年期までに身についた生活習慣や食習慣が現在の健康状態につながっており、また、退職や子どもの自立などの人生の節目を迎え、社会的また心身にも大きな変化が生じます。加齢による身体機能の低下や食欲の減退などにより、さまざまな健康問題が生じる恐れがあります。このため、自分に合った健全な生活習慣や食習慣にさらに磨きをかけ、維持することが必要です。地域の食文化の価値や楽しみを次世代へ継承していくことができる大切な時期です。

1. 現状と課題			
<ul style="list-style-type: none"> ● 加齢に伴い、食欲の減退や食事の偏りなどにより、元気に過ごすために必要な栄養が足りない「低栄養」状態になりがちです。 ● ひとり暮らし高齢者等の増加に伴い、食事の支援を必要とする高齢者が増えることが見込まれています。 			
2. 推進目標			
<ul style="list-style-type: none"> ◇ 正しい食習慣による健康管理の推進（推進目標8） <ul style="list-style-type: none"> ・ 低栄養リスクの高いひとり暮らし高齢者を早期に発見し、必要なサービス等につなげます。 ・ 食事調理が困難な高齢者に対し、栄養バランスのとれた食事を提供することで健康の保持を増進します。 ◇ 食への関心付けと介護予防の推進（推進目標11） <ul style="list-style-type: none"> ・ 高齢者が食を通じて生涯にわたり健康で充実した生活を送れるよう、いきがいくりと社会参加を推進します。 			
3. 具体的な推進方策と役割	家庭	地域 (事業者、NPO、団体等)	行政
高齢者が自ら介護予防を行える場を提供します			●
低栄養リスクのあるひとり暮らし高齢者を早期発見するための独自健診を行います			●
食事調理が困難な高齢者に栄養バランスのとれた食事を提供します		●	●
家庭において食事を楽しむ習慣づくりを目指します	●		
4. 目標設定	現状値 (年度)	目標 (2022)	
介護予防教室参加延べ率	38.0% 2016 (H28)	増加	
独居高齢者栄養実態調査における健診受診率	100.0% 2016 (H28)	現状維持	

5. 地産地消と食育活動

1) 「食育」の原点である、地域の農業・漁業

留萌市の「食育」や「地産地消」を進める上で、地域の農業、漁業の現状（今）を知ることが大切です。ここでは農業、漁業の現状について紹介します。

① 農 業

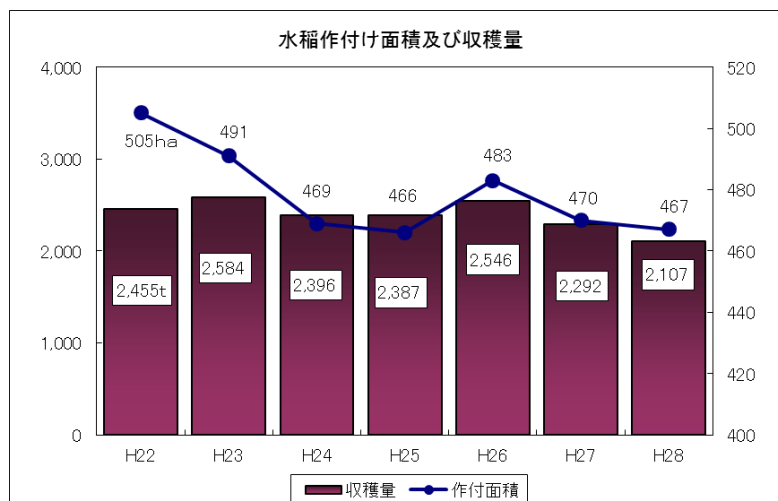
留萌市の農業は、夏場の稲作が中心の農業形態であり、農業従事者の高齢化や、農業の担い手の減少により、市内の農家人口、農家戸数は年々減少傾向で、2025年には、市内の農家人口は75人、農家戸数は29戸と現状の約60%以上減少すると予測されています。（北海道立総合研究機構中央農業試験場調べ）

主要農作物である水稻の作付面積は約470ha、年間収穫量は2,300トン前後で推移しており、寒暖の差が激しく、豊かな森に囲まれた環境は米作りに最適な地域であり、丹精込めた品質重視の米作りを行っています。また、2017（平成29）年度に開催された「ゆめぴりかコンテスト」において、留萌管内の「ゆめぴりか」が最高金賞を受賞しているほか、全国大会である「米-1グランプリ in らんこし」において、留萌市内の農業者が金賞を受賞するなど、北海道内屈指の高品質米生産地として高い評価を受けています。

畑作物としては、転作田を中心に小麦、そば、大豆が作付けされているほか、超硬質小麦「ルルロン」の生産にも力を注いでおり、留萌オリジナルパスタとして注目されています。

野菜については、カボチャ、スイートコーン、アスパラ、ピーマンなどを中心に、約10.7ha（2017（平成29）年度現在）の作付面積となっており、「YES！クリーン」を取得しているピーマンは、特に安全・安心な留萌産農産物として、関東圏のイトーヨーカドーを中心に出荷されています。

また、肉牛については、生産者の努力により留萌産の黒毛和牛の地産地消を推進しており、「あずま牛」のブランド名で牛の健康管理はもとより、餌にも徹底したこだわりをもって安全で美味しい牛肉づくりを行っています。



農林水産課調べ



2017（平成29）年度「ゆめぴりかコンテスト」において、留萌管内の「ゆめぴりか」が最高金賞を受賞しました。

目標設定	現状値 (年度)	目標 (2022)
北のクリーン農産物表示制度登録団体数	2団体 2017(H29)	増加

2) 地域の豊富な食素材を活かした地産地消による「食育」

留萌市内には、地産地消のできる直売所や産直イベントがあり、様々な形で地域の豊富な食素材を活かした地産地消による「食育」が進められています。

また、2016（平成28）年9月に留萌市かずの子条例が制定され、地域の特産品である「かずの子」を市内小中学校で給食時に提供するなど「地産地消」に対する機運は高まっています。

「留々菜」(直売所)



Aコープルピナス内の産直市場。産直部会「留々菜」52名の会員の生産者が、自ら収穫し、生産者名を明記して値段をつけ、店頭に並べています。

留萌市かずの子条例



かずの子の消費拡大と地産地消の推進などを目的として、2016（平成28）年9月に議員提案により制定されました。

朝採り やさい市



開運町駐車場を会場に地元農家が生産した野菜の販売イベントを開催。口コミにより来場者も増え、中心街の賑わい創出につながっています。
(7月～9月)

うまいよ！ るもい市



年3回、海産物を中心とした留萌の旬の食材を提供する産直イベントを開催しています。
(5月・6月・7月)

「海鮮店MAP」(直売所)

1 米倉水産(株)
留萌市瀬越町10-1
AM 9:00 - PM 4:00
新鮮な魚を加工して売っています。
Tel (0164) 43-1133 不定休

2 (株)中央スーパー
留萌市錦町3丁目1-33
AM 9:00 - PM 10:00
対面販売で、その場で調理致します。
Tel (0164) 42-0758 無休

3 漁師の店 松宝丸
留萌市塩見町
AM 8:00 - PM 5:00
電話注文、市内配達 致します。
Tel (0164) 43-1868 不定休

4 能登直売店
留萌市浜中町526番地
AM 7:00 - PM 4:30
干し魚が充実、格安で販売。
ゆでタコも人気があります。
Tel 090-6691-5748 無休

5 道の店 直売店 佐賀漁業部直売店
留萌市礼受町(礼受漁港内)
AM 5:00 - PM 5:00
一皿500円で、新鮮なお魚を販売!!
Tel (0164) 43-7380 無休

6 長谷川漁業部直売店
留萌市礼受町(礼受漁港内)
AM 5:30 - PM 4:00
とりたて魚を販売しています。
Tel (0164) 43-6013 無休

7 安達商店
留萌市錦町4丁目2-2
AM 8:00 - PM 6:30
食卓のお供に、新鮮なお魚を!
Tel (0164) 42-0089 定休日 毎週日曜日

8 長田鮮魚店
留萌市栄町1丁目1-10
AM 9:00 - PM 5:30
毎日、新鮮な旬の魚を大特価で提供しています!!
Tel (0164) 42-1062 不定休

9 きしはた魚店
留萌市栄町2丁目3-13
AM 8:00 - PM 6:00
一皿、来てみたら いいべさ!!
Tel (0164) 42-3632 不定休

10 JA南もいAコープもいルピナス
留萌市高砂町3丁目4-6
AM 10:00 - PM 8:00 (閉店後 9:00-)
市内唯一、JF新屋マリンと提携している店舗。
Tel (0164) 42-2104 無休

11 生活協同組合コープさっぽろもい店
留萌市野本町1-1
AM 10:00 - PM 10:00 (閉店後 9:00-)
一皿から販売。
午後6時まで、身卸し調理 受付致します。
Tel (0164) 43-2661 無休

12 マックスバリュ-留萌店
留萌市南町4丁目73-1
AM 9:00 - PM 11:00
いつも新鮮な商品を提供しております。
Tel (0164) 43-8800 無休

直売店では、新鮮な旬の海産物を豊富に取り揃えています。

目標設定	現状値 (年度)	目標 (2022)
地元産品であることを意識して商品を選択する市民の割合 (再掲)	57.5% 2017 (H29)	増加
地産地消が推進されていることに対する満足度 (再掲)	30.2% 2017 (H29)	増加
産直イベント(うまいよ! るもい市) 参加者数	17,500人 2017 (H29)	増加

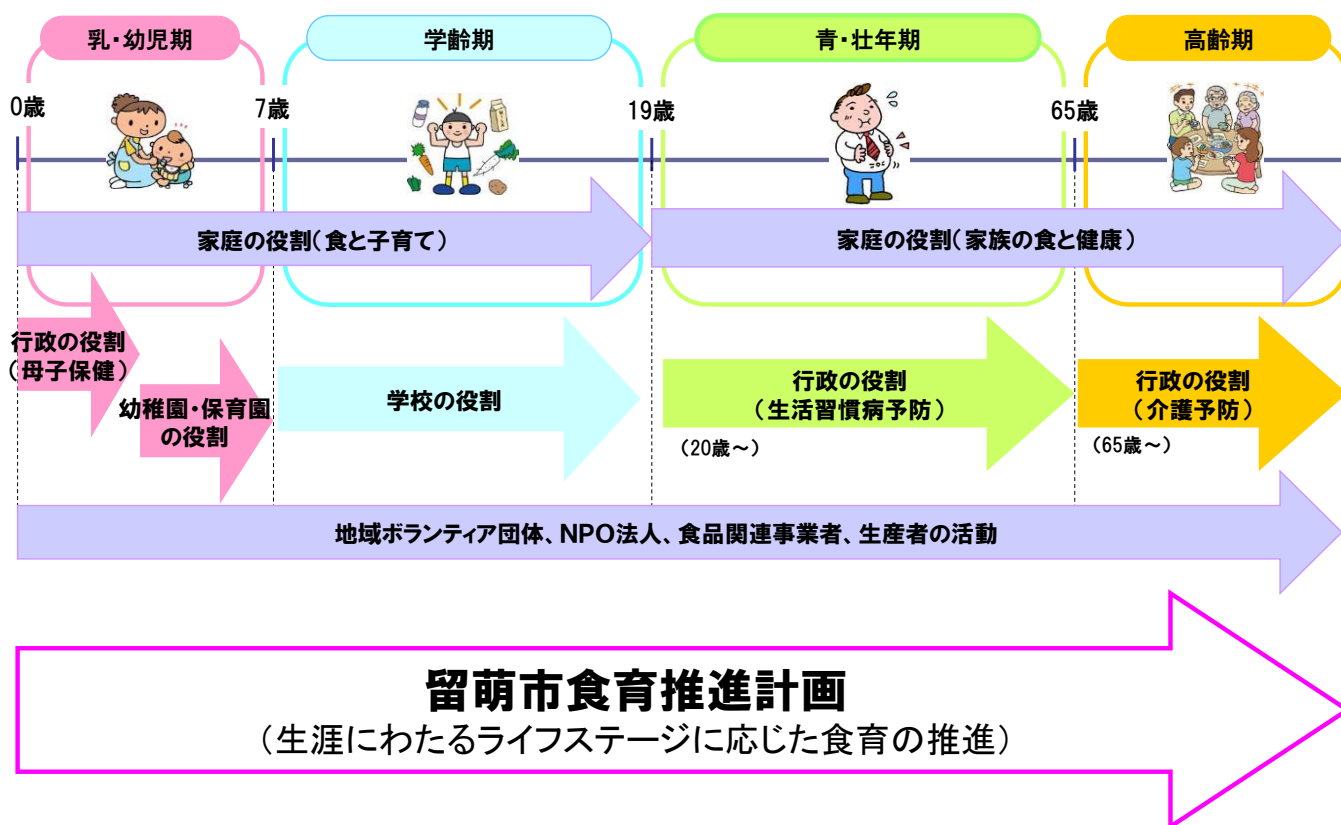
6. 食育の推進体制・進捗管理

食育の推進にあたっては、年齢層や関係する分野が保健、医療、産業振興、教育など多岐にわたることから、日常の家庭での食生活や学校、地域住民、地域ボランティア団体、NPO法人、生産者、食関連事業者、消費者団体などが、食育活動においてそれぞれの役割を理解し、相互に連携や補完をしながら活動し、実践の環を広げていくことが重要です。

計画の進捗管理については、毎年具体的な取り組み状況（実施内容、参加人数、回数など）や目標の達成状況を担当課に確認し、進捗状況を把握します。

また、第3次食育推進計画の検証については、担当課で構成する庁内ワーキンググループなどで検証し、次期計画の取り組みに反映させていきます。

○食育推進体制イメージ



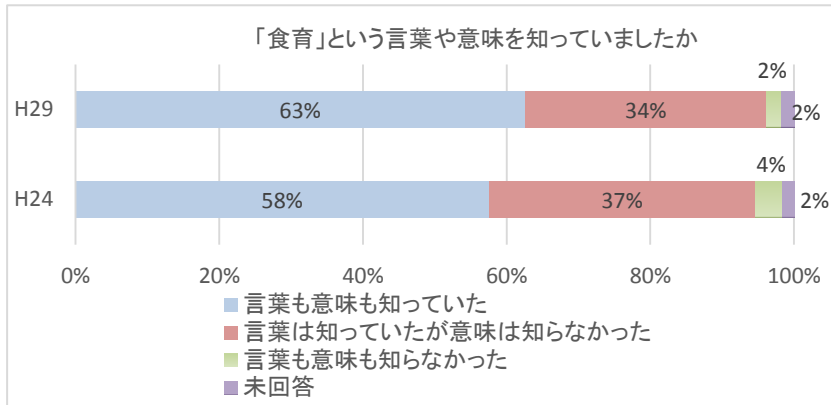
留萌市「食育」に関する市民アンケート調査結果 (2017年度)

対象：3歳～15歳までの子育て世帯 回答件数：1,030件 (回答率62.4%)

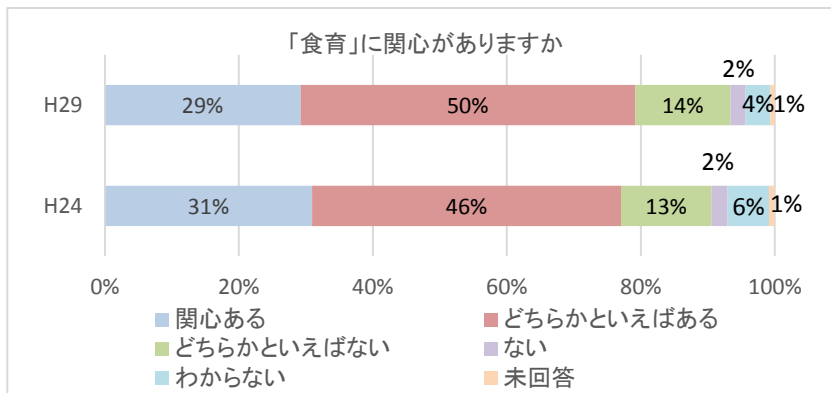
調査方法：市内2幼稚園、3保育園、8小中学校の保護者へのアンケート

調査期間：2017(H29).12.11～12.21

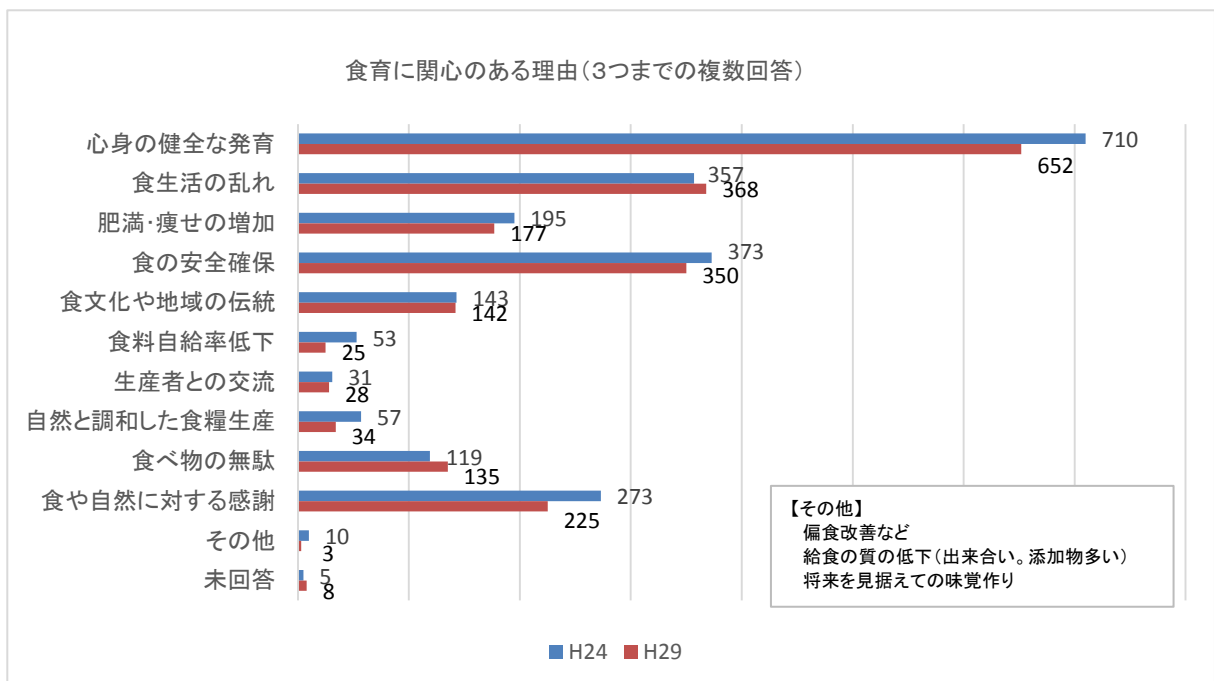
1. 食育に関する意識 (①関心度)



「食育」という言葉については、「言葉も意味も知っていた」「言葉だけ知っていた」を合わせて、97%の家庭で知っていると回答しており、平成24年度調査より2ポイント増加しています。

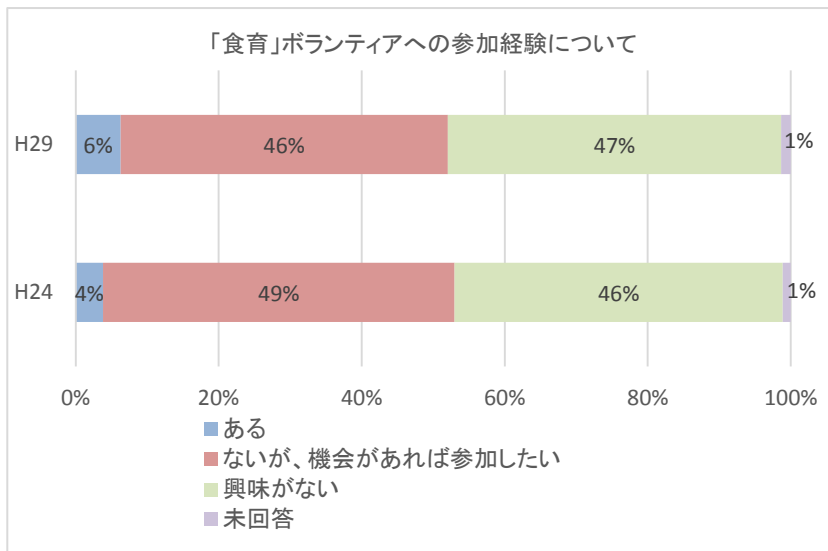


「食育」への関心度については、「関心ある」「どちらかといえばある」といえばある」合わせて79%の家庭で関心があると回答しており、平成24年度調査より2ポイント増加しています。



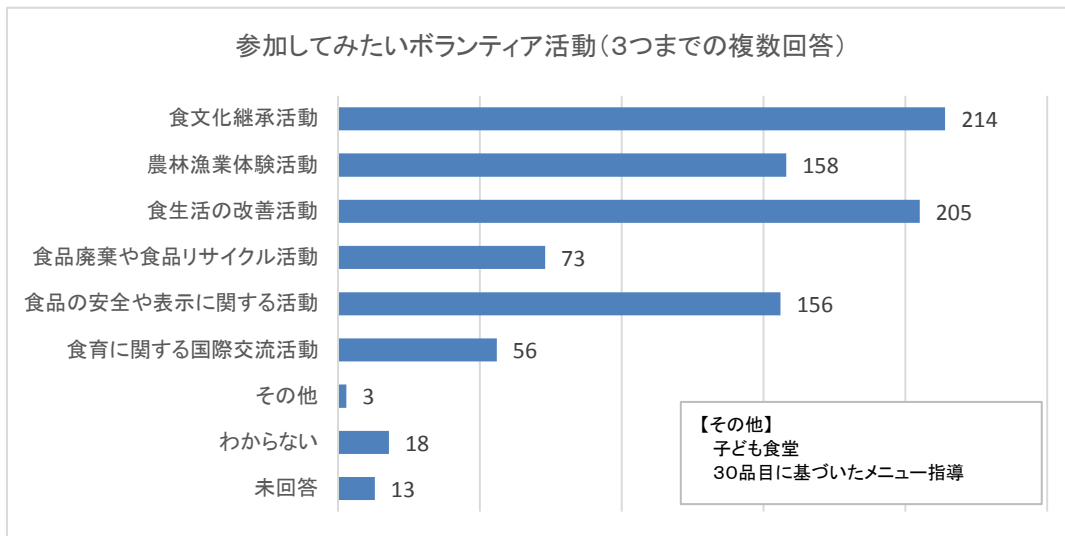
「食育」に関心のある理由としては、「心身の健全な発育」、「食生活の乱れ」、「食の安全確保」と続いています。子どもの健康面から食育を考える傾向にあるものと思われます。

1. 食育に関する意識 (②ボランティア活動)



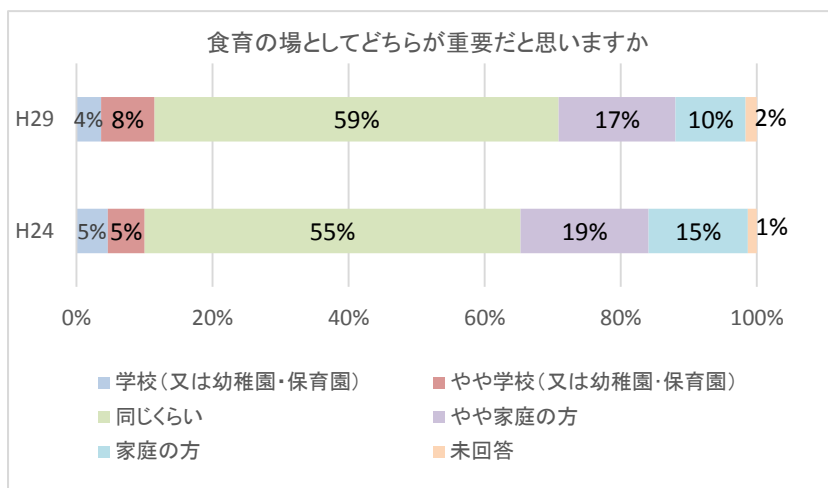
食育ボランティアへの参加経験は6%と少ないですが、平成24年度調査より2ポイント増加しています。

また、「機会があれば参加したい」と合わせると約半数(52%)の方が興味を示しています。



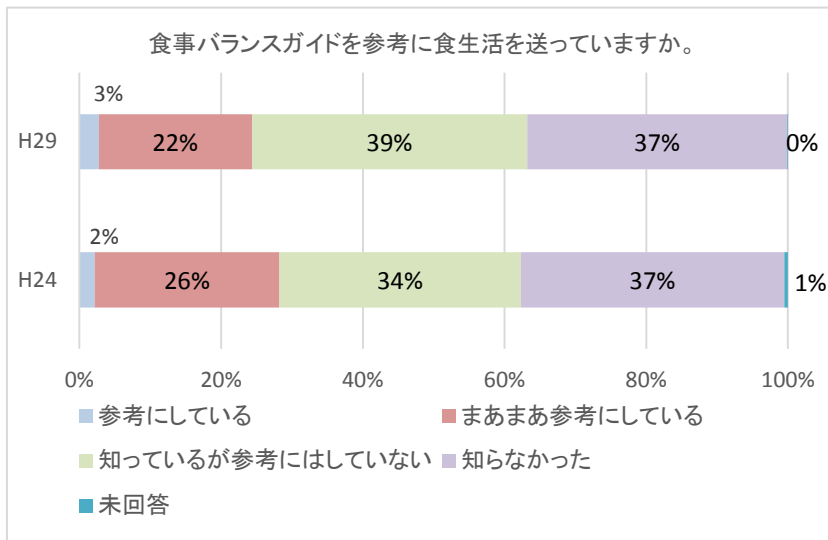
「ボランティア」の活動内容については、「郷土料理、伝統料理等の食文化継承活動」、「食生活の改善に関する活動」、「農林漁業に関する体験活動」と続いています。

1. 食育に関する意識 (③役割)



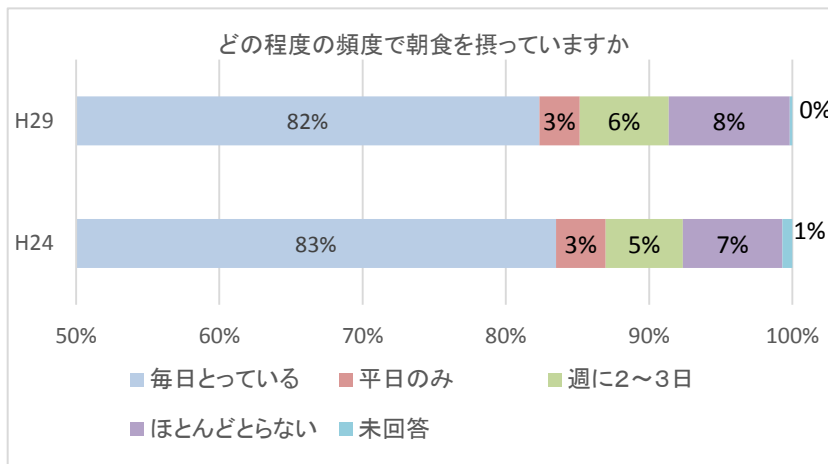
「食育の場」については、59%と半数以上の方が学校(幼稚園、保育園含む)と家庭「同じくらい重要」と答えており、学校(幼稚園、保育園含む)、家庭の連携方策が不可欠と考えられます。

1. 食育に関する意識 (④バランスの取れた食事)



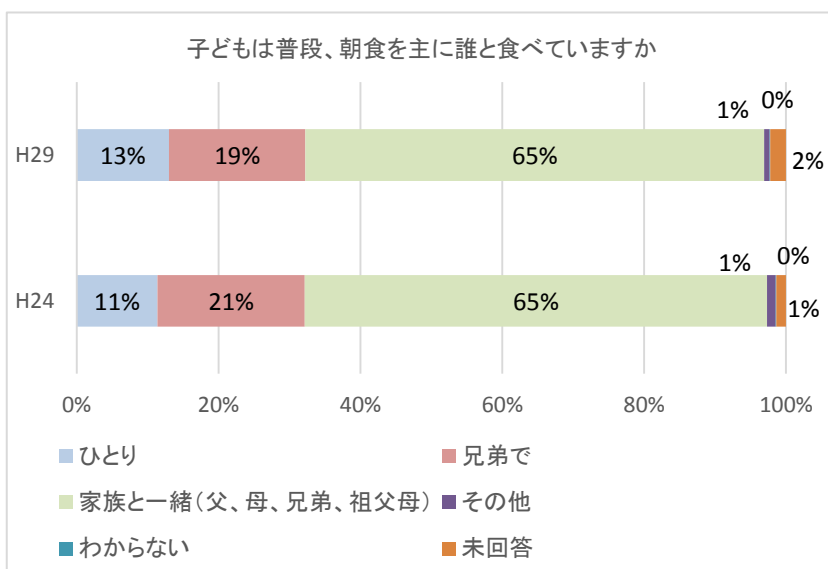
「参考にしている」「まあまあ参考にしている」は合わせて25%となっており、第2次食育推進計画での目標(現状値28%より増加)を下回る結果となっています。食育推進計画では、バランスの良い食事による「健食」を目指す姿としているため、今後も継続して、周知していく必要があります。

2. 家庭での食生活 (親の朝食)



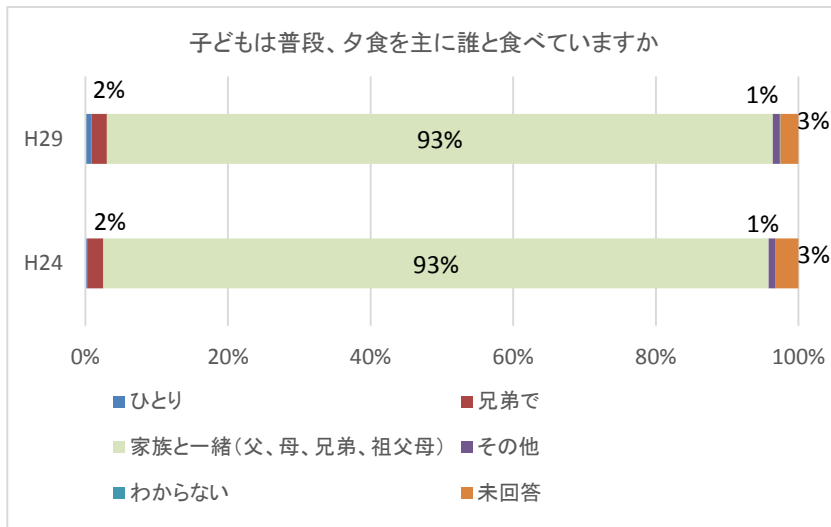
子どもの生活習慣を考える上で、朝食はとても重要であり、親の朝食摂取頻度が子どもの欠食度合いを考える一つの参考となります。本調査の結果では、約8割(82%)の方が朝食を毎日食べていると回答していますが、約1割(8%)の人がほとんど摂らない状況となっています。

2. 家庭での食生活 (家族での食事)



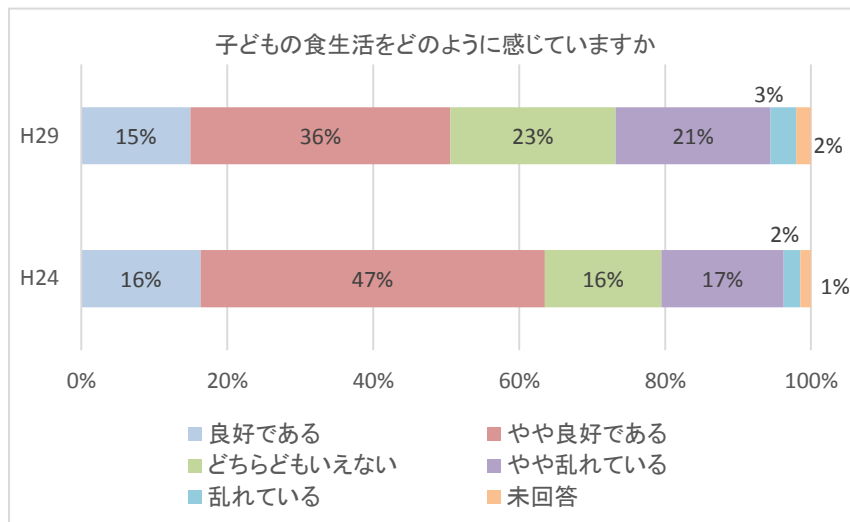
家庭における朝食については、約1割(13%)が「ひとり」で食べており、2割(19%)が「兄弟だけ」で食べているという結果となっています。全体の3割が子どもだけで食べている状況となっており、朝食を摂らない親が増えているというのも影響しているものと考えられます。

2. 家庭での食生活（家族での食事）



家庭における夕食については、93%が家族と一緒に食べており、世帯構造の多様化や共働き世代の増加による孤食などが課題にあげられている中、平成24年度調査同様高い水準を保っています。

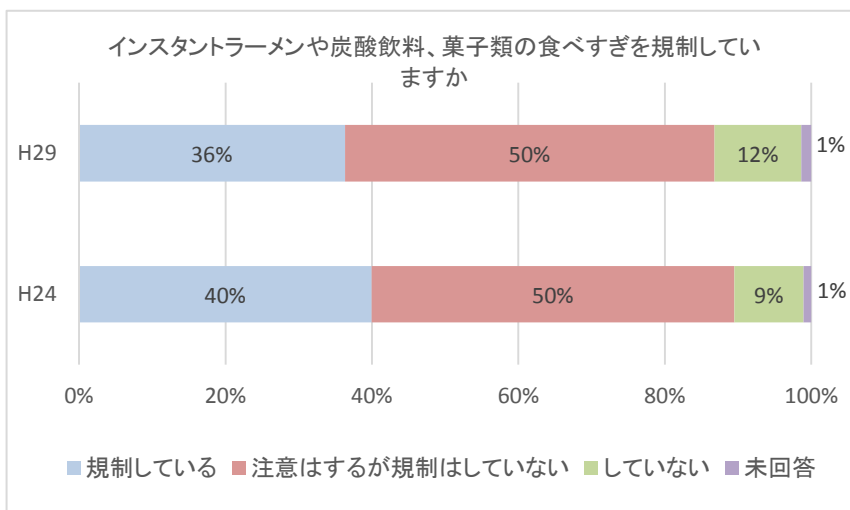
2. 家庭での食生活（家族での食事）



約半数(51%)の家庭が「良好」と回答していますが、約2割(24%)の家庭で食生活の乱れを感じている結果となっています。

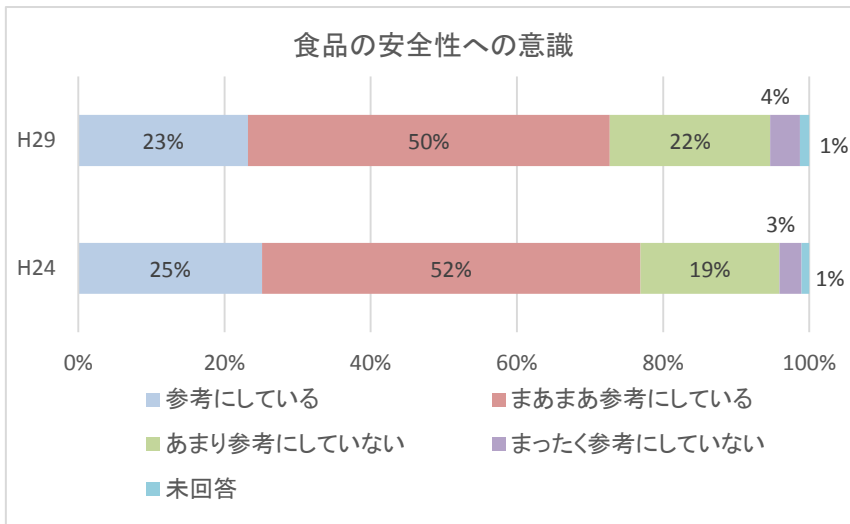
なお、乱れの原因の半数(50%)が「好き嫌いが激しい」と回答しており、続いて「食が細かい」(23%)、「間数が多い」(22%)となっています。

2. 家庭での食生活（家族での食事）



約4割(36%)の家庭で「規制している」と回答しており、約6割(62%)では、「注意のみ」又は「規制していない」と答えています。

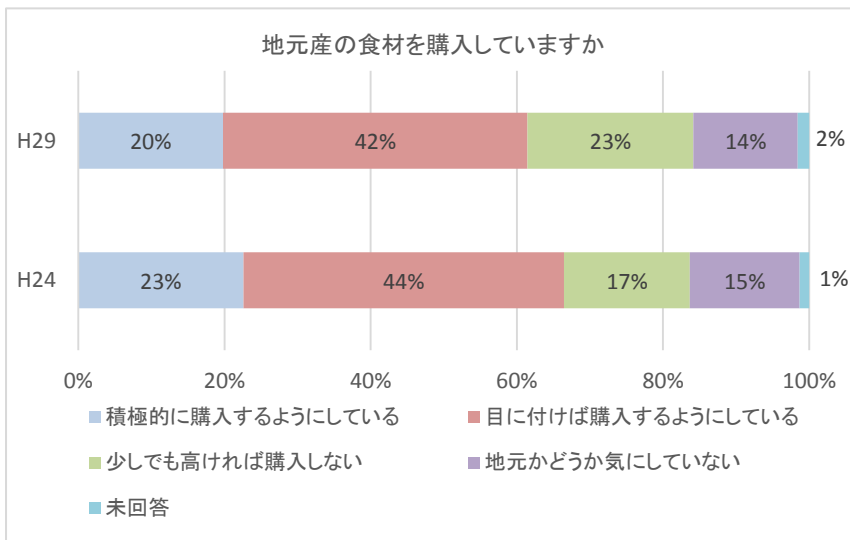
3. 食品の安全性への意識



食品を購入する際、食品表示を「参考になっている」、「まあまあ参考になっている」という意見が合わせて73%となっており、第2次食育推進計画での目標(現状値77%より増加)を下回る結果となっています。

食育推進計画では、食に対する知識を学ぶ「知食」を目指す姿としていたため、今後も継続して、周知していく必要があります。

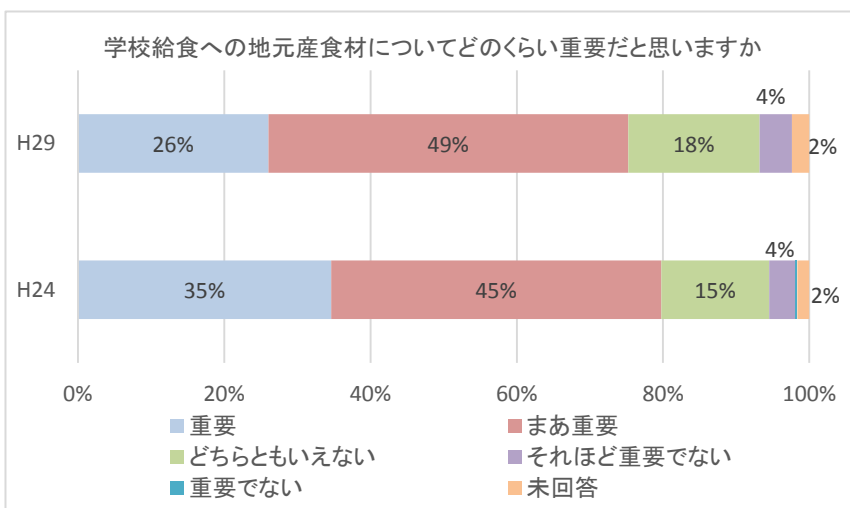
3. 地産地消（家庭における地元消費）



「積極的に購入する」、「目に付けば購入する」と回答している家庭が約6割(62%)となっています。

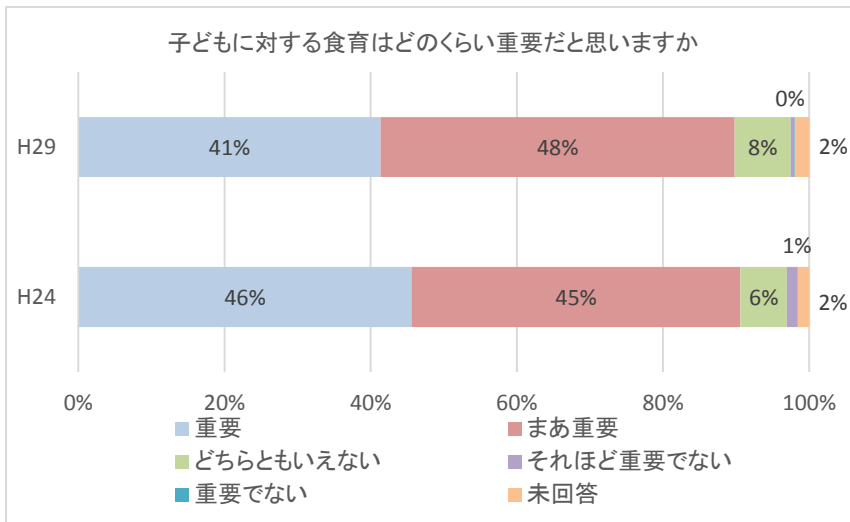
できるだけ地元産の食材購入を意識している家庭が多く存在しているものと考えられます。

3. 地産地消（学校給食）

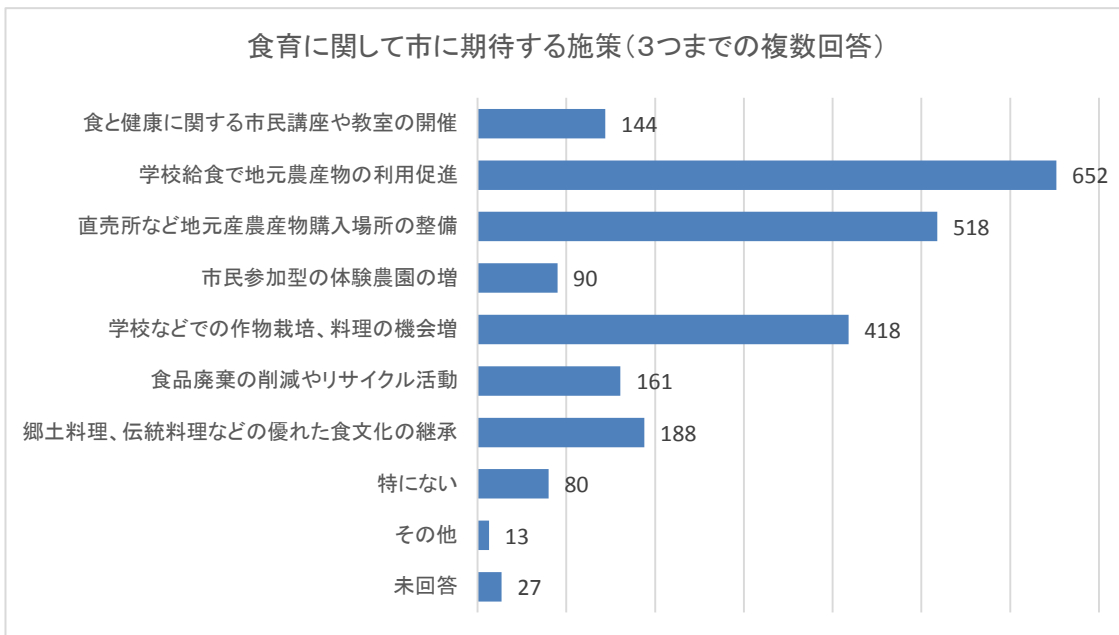


約8割(75%)の家庭で「重要」、「まあ重要」と回答しており、学校給食への地元産食材活用の期待が非常に高い結果となっています。

4. 食育についての展望



約9割(89%)の家庭で「重要」、「まあ重要」と回答しており、多くの家庭で子どもたちへの食育の重要性を示唆している結果となっています。今後においても食育活動の充実が求められています。



【その他】

給食を幼稚園でも毎日提供するべきだと思う(2件)
 給食の味付けがとて濃いので改善して欲しい
 小さいうちから学校でも体験型やその物になるまでの過程を教えて欲しい
 触れる機会を作って欲しい
 給食で地元の物を使用するのはいいが、子どもたちからはおいしくないと思うときがある
 かずのこの時はとくに。子供たちがおいしくないと感じる地元産物なら使用しないほうがよいのでは
 食べ物はどういう風にみんなの口に届いているのかの経過
 子どもと一緒に参加できるイベント等、食に関することを取り入れて欲しい
 安く地元食材が手に入るようにして欲しい
 食べることを楽しんで欲しい

食育に関して市に期待する施策としては「学校給食での地元農産物の利用促進」、「学校などでの作物栽培、料理の機会を増やす」といった、学校現場における食育活動の充実を期待する回答数が多く寄せられています。また「直売所など、地元農産物購入場所の整備」といった地産地消の推進や、地域の食文化等に触れる機会づくりについても期待が寄せられています。



KAZUMOちゃん

(素案)

留萌市食育推進計画

(第3次 2018-2022)

2018 (平成 30) 年 月策定

発行 留萌市地域振興部農林水産課

〒077-8601 北海道留萌市幸町1丁目11番地
TEL 0164-42-1837 FAX 0164-42-7865