

# 第4次宇都宮市食育推進計画 概要版

## 第1章 計画の策定について

### ■ 計画策定の趣旨

食の大切さを理解し、食に対する感謝の気持ちを深め、心身の健康と豊かな人間性の育成を通じて、本市が目指す「スマートシティ」の実現に向け、その原動力となる「人づくり」を推進するとともに、自然に健康になれる食環境づくりや、「新たな日常」に対応した食育の推進、食品ロスの削減など、食を巡る新たな課題に対応するため、新たに計画を策定する。

### ■ 計画の位置づけ

- 「食育基本法」第18条に基づき、国及び県の計画と整合を図りながら策定する市町村計画
- 「第6次宇都宮市総合計画」に基づき、食育の実践の推進を図るための個別計画
- SDGsの達成に貢献するもの

### ■ 計画の期間 令和4年度から令和8年度までの5年間

### ■ 国・県の動向

#### ◆ 国の食育推進基本計画（令和3年3月）の重点事項（抄）

- 子供の基本的な生活習慣の形成
- 健康寿命の延伸につながる食育の推進
- 食と環境の調和（食品ロス削減等）
- 農林水産業や農山漁村を支える多様な主体とのつながりの深化
- 新しい広がりを出創するデジタル化に対応した食育推進

※ SDGsの観点から相互に連携して総合的に推進

#### ◆ 県の食育推進計画（令和3年3月）の基本目標（抄）

- 学校、保育所等における家庭・地域と連携した食育の実践
- 食料生産・流通等に関わる人々の活動への理解促進
- 食べ物を大切に作る心の醸成
- 正しい食生活に向けた環境整備
- ライフステージに応じた栄養摂取の推進
- 食の安全性に関する信頼の確保

### ■ 第3次計画の評価と課題

◆ 平成29年度から令和元年度までは、8つの基本施策全てにおいて、順調若しくは概ね順調に実施できたが、その結果においては、健全な食生活や栄養バランス、共食などで目標に達しない状況が見受けられる。

⇒ 計画に掲げた目標を達成するため、構成事業の重点化・焦点化を図り、より効果的に事業を実施することが必要

◆ 令和2年度においては、「家庭における食育の推進」と「食文化の継承」の2つの基本施策において、新型コロナウイルス感染症の影響で個別相談や講座などが実施できなかった。

⇒ 「新たな日常」の中で非対面・非接触型の事業が重要であり、ICTやデジタル技術の活用が必要

◆ 食育の推進に当たっては、「生涯にわたる栄養バランスのとれた食生活の維持」を基本としつつ、今後は、食の循環や環境への理解促進のため、「地場農産物の活用や食品の廃棄」へ意識を向けてもらうことが、更に重要になっている。

⇒ ライフステージに応じた取組を推進するとともに、持続可能な食の循環を図るため、市民一人ひとりの行動変容につながる取組を実施していくことが必要

## 第2章 食育の現状と課題

### 1 食育をめぐる本市の状況

#### ◆ 本市の状況

##### (1) 少子・超高齢社会の進行 (人)

区分	H28	R2	増減
65歳以上	121,282	131,098	9,816
64歳以下	322,259	315,407	▲6,852
15歳以下	77,541	73,891	▲3,650
総人口	521,082	520,396	▲686

##### (2) 単身世帯の増加（国勢調査結果より） (世帯)

区分	H27	R2	増減
単身世帯	73,337	89,232	15,895

- ⇒ 15歳以下人口の減少や老年人口（65歳以上）の増加など、少子・超高齢社会が進行するとともに、単身世帯や共働き世帯が増加している。
- ⇒ 単身世帯や共働き世帯は、孤食の機会や、中食・外食の利用が多くなる傾向があることから、これらの世帯の増加は中食を利用している人の割合の増加との関係性が強い。
- ⇒ 中食・外食、フードデリバリーサービスの利用者の増加は、食品の製造・販売の拡大につながり、食べ残しやまだ食べられる食品の売れ残りなど食品ロスの発生につながりやすい傾向にある。

##### (3) 共働き世帯の増加 (世帯)

区分	H28	R元	増減
共働き世帯(※)	1,129万	1,245万	116万

※ 総務省統計局「労働力調査（詳細集計）（年平均）」より

##### (4) 中食を利用している人の増加 (割合)

区分	H28	R2	増減
中食を利用している人(※)	81.0%	84.9%	3.9%

※ 宇都宮市「食育に関する意識調査報告書」より

### 2 意識調査の結果から見る食育の現状と課題

#### ◆ 意識調査結果等

区分	H28	R2	R2 国(※3)
日頃から塩分を減らすための取組をしている人	30.3%(※1)	34.4% ☺	—
1日に必要な野菜摂取量を食べている人	62.0%(※1)	64.4%	—
朝食を毎日食べる子ども（小学6年生）	95.2%(※2)	89.4%	—
朝食を毎日食べる若い世代（20・30歳代）	69.8%	63.9%	68.3%
ゆっくりとよく噛んで食べる人	31.1%	41.0% ☺	47.3%
主食・主菜・副菜を1日2回以上そろえて食べる人（20・30歳代）	44.2%	42.2%	27.4%
主食・主菜・副菜を1日2回以上そろえて食べる人（40・50歳代）	49.8%	48.0%	—
主食・主菜・副菜を1日2回以上そろえて食べる人（60歳以上）	64.3%	65.0% ☺	—
朝食または夕食を家族と一緒に食べる1週間あたりの日数	週5.8日	週6.0日 ☺	—
地域や所属コミュニティでの食事会の機会があれば参加したいと思う人	30.6%	23.5%	30.8%
食べ残しや食品の廃棄に関して気をつけている人	92.4%	91.3%	—
地場農産物を購入意向を持って手に入れている人	76.8%	78.6% ☺	—
食品の安全性に不安を感じている人	71.8%	65.9% ☺	—
伝統的な料理や作法等を地域や次世代に伝えている人	31.4%	20.9%	50.4%

※1：H29 市民健康等意識調査（健康うつのみや21）、 ※2：H28 学習内容定着度調査・学習と生活についてのアンケート

※3：R2 食育に関する意識調査（農林水産省） ※☺：H28の値と比較して上昇した値

※ 令和元年度食育フェア開催時の来場者アンケートでは、今後新たに取り組もうと思うことについて、「郷土料理や伝統料理を食べる・作る」、「宇都宮産の農産物を積極的に選択する」との回答が多かった。

#### ◆ 課題

① 他の世代と比べ20歳代、30歳代は朝食を毎日食べる人や主食・主菜・副菜をそろえて栄養バランスよく食べる人の割合が低い傾向にある。なお、この年齢層はよく噛んで食べる人も、低調である。

⇒ 規則正しく、栄養バランスのとれた食生活の促進などについて、これらの世代にも興味を持ってもらい、子どもから高齢者まで生涯にわたって食を通じた市民一人ひとりの健康づくりが必要

② 地域や所属コミュニティでの食事に参加したい人の割合が国調査の割合と比べて低いことや、地場農産物を選択する人、食品の廃棄に関心を持つ人の割合が伸び悩んでいる。

⇒ 多様な暮らしの中でも共食の促進や、地産地消の推進、食品ロスの抑制につながる取組を充実していくことが必要

③ 食品の安全性に不安を感じている人の割合は減少したものの、安全性の確保は食に関する公衆衛生の上で基本であり、目標に達しない状況である。また、郷土料理や伝統料理を継承する人の割合の減少が続いている。

⇒ 食品の安全性に関する基礎的な知識や、郷土料理・伝統料理に関する文化の情報の発信が必要

## 第2章 食育の現状と課題

### 3 課題の総括

#### ● 子どもから高齢者まで、生涯にわたって

① 食を通して健康づくりを实践するためには、子どもの頃から規則正しい食生活の習慣を身につけ、栄養バランスのとれた食べ物を摂取することが重要であり、国が推進する「**自然に健康になれる食環境づくり**」や、心身の健康を支える食生活の促進など、市民が一人ひとりの健康を目指す環境づくりの必要がある。

「自然に健康になれる食環境」とは、健康づくりに関心がない市民においても、自然に（無意識に）健康に配慮された食が選択される環境である。

② 食の大切さ、楽しさ、文化を理解し、食や生活を楽しめる、豊かな心を育むためには、**食に対する意義や重要性を理解や関心をもち、豊かな食や生活を楽しむ感謝の心を持つ**ことが重要であり、多様な暮らしに対応した共食や、食べ物を大切に作る心、産地や生産者を意識した食材選び、食品ロスを発生させない行動の啓発への取組が必要である。

③ 質が高く豊かな日本の食文化の継承のためには、**食品の安全性に関する基礎的な知識を理解し、それを踏まえて自ら判断することや、郷土料理や伝統料理について興味をもち、食文化への理解を深めることが重要であり、食品の選び方や適切な調理・保管方法の啓発や、郷土料理や伝統料理を体験できる機会が必要である。**

#### ◀横断的な視点▶

◆ 感染症の流行下において「食育」の推進を図るためには、非対面・非接触型の事業を取り入れることが重要であり、積極的にICTを活用し、「**新たな日常**」とそれに対応する**デジタル技術を活用した食育**を推進する必要がある。

「新たな日常」とは、3密（密接、密閉、密集）回避、マスク着用などの基本的な感染防止対策に加え、オンライン、テレワークなどのデジタル技術の活用を図りながら、必要な社会経済活動を行っていく日常である。

◆ 子どもから高齢者まで、生涯を通じた「食育」を推進するためには、それぞれの世代にあった食習慣を身につけることが重要であり、**ライフステージに応じた事業手法や内容の工夫**をすることが必要である。

#### ◀SDGsの観点▶

◆ 食育を推進することは、市民の健康な心身と豊かな人間性の育成だけでなく、SDGsの実現という観点からも取組を一層進める必要があり、**SDGsの観点**から相互に連携して総合的に推進する。

## 第3章 計画の基本方針 ・ 第4章 施策・事業の展開

【基本理念】 **すべての市民が生涯にわたり、自然に健康になれる食環境の中で、食に対する感謝と理解を深め、心身の健康と豊かな人間性を育みます。**

子どもから高齢者まで全世代の市民に対し、生涯を通じて、それぞれの世代に応じた取組を推進し、食品の製造・販売事業者等と連携して自然に健康になれる食環境づくりを推進する中で、食やそれに関わる人々への感謝と健全な食生活や食文化への理解を深めることで、市民の心身の健康と豊かな人間性を育むことを基本理念とします。

#### ◀基本目標▶

3つの基本目標を掲げ、その達成に向け、構成事業について重点化・焦点化

【新】：新規計上事業、【拡】：拡充事業、◎：重点事業

基本目標	基本施策	成果指標	現状 R2	目標値 R8	主な事業	重	D	L	
基本目標 1 食を通して市民一人ひとりの健康づくりを推進します	自然に健康になれる食環境づくりの推進	日頃から減塩に取り組んでいる人の割合	34.4%	45.0%以上	1 【新】自然に健康になれる食環境づくり協力店登録事業（減塩や野菜摂取促進に取り組む協力店舗の募集・登録）	◎			
		1日に必要な野菜摂取量を食べている人の割合	64.4%	75.0%以上	2 【新】自然に健康になれる食の情報発信事業（市民や食品の製造・販売事業者等への減塩や野菜摂取に関する情報提供）	◎	○	○	
	健全な食生活に向けた環境づくりの推進	朝ごはんを毎日食べる小学6年生の割合	89.4%	100.0%	3 【新】おうちごはん健康提供事業（スーパーマーケットや大学等との連携による健康的な中食の開発）	◎			
		朝ごはんを毎日食べる20・30代の割合	63.9%	85.0%以上	4 食育フェアの実施（食育を啓発するイベントの開催や動画配信）		○		
栄養バランスのとれた食生活の推進	主食・主菜・副菜を1日2回以上そろえて食べる	20・30代の割合	42.2%	60.0%以上	5 児童・生徒に対する食に関する指導（給食や教科等における食に関する正しい知識や食習慣の指導）	◎	○		
		40・50代の割合	48.0%	65.0%以上	6 【拡】「新たな日常」に対応した食育出前講座（オンラインを活用した食育に関する講座の実施）	◎	○	○	
		60歳以上の割合	65.0%	80.0%以上	7 食育教室（調理・体験を通して食育を学ぶ教室の実施）			○	
基本目標 2 食を通して豊かな心の醸成を図ります	多様な暮らしに対応する食育の推進	朝食又は夕食を家族と一緒に食べる1週間あたりの日数	6.0日	7.0日	8 【拡】職場における健全な食生活推進事業（地域・職域連携推進協議会による普及啓発）	◎	○		
					9 歯の健康教室（小学3年生へ歯・口腔の健康づくり講話やブラッシング指導）	◎	○		
					10 【拡】3歳児健康診査における栄養指導（3歳児や保護者への肥満や食生活に関する講話の実施）	◎			
					11 【拡】健康づくり栄養教室（働く世代や高齢者への食生活改善の講話・調理の実施）	◎		○	
	食に感謝し、地産地消を促進する食育の推進	食べ残しや食品の廃棄に関して気をつけている人の割合	地場農産物を購入意向を持って手に入れている人の割合	91.3%	100.0%	12 給食施設指導事業（適正な栄養管理に関する指導・情報提供）			
						13 食の自立支援事業（ひとり暮らし高齢者等への低栄養予防のための配食サービス）			
						14 介護予防教室における栄養改善普及啓発事業（高齢者の低栄養予防や筋力保持のための教室の実施）	◎		○
						15 【拡】ワーク・ライフ・バランス推進事業（家族との共食を促進する講座等の実施）	◎		
						16 うつのみや版親学の推進事業（食育の情報提供による家庭における取組の支援）			
						17 【拡】青少年の居場所や子ども食堂への支援（居場所の拡充を図るための開設・運営経費や相談支援の実施）	◎		
						18 親と子どもの居場所づくり事業（食事の準備・片付けを通じた共食機会の提供）	◎		
						19 ひとり暮らし高齢者ふれあい会食事業（ひとり暮らし高齢者への共食機会の提供）			
						20 食品ロス削減推進事業（食品ロス削減への意識醸成・行動変革の周知啓発やフードドライブの実施）	◎		○
						21 「もったいない残しま10(てん!)」運動の実施（食材の使い切り、食べ切りを呼び掛ける運動の普及啓発）			
22 【新】野菜摂取の促進と連携した地産地消の推進（地産地消推進店の認定や野菜摂取促進協力店舗におけるキャンペーンの実施等）	◎								
23 小中学校における地産地消の取組の推進（食料生産、流通等に携わる人の活動に対する児童・生徒の理解促進）			○						
24 宇都宮産米消費拡大事業（1歳6ヶ月健診や小中学校入学時の宇都宮産米の配布）									

基本目標	基本施策	成果指標	現状 R2	目標値 R8	主な事業	重	D	L
基本目標 3 食の安全性の確保や食文化継承などの食育活動を推進します	食の安全性に関する信頼を確保する取組の推進	食品の安全性に不安を感じている人の割合	65.9%	50.0%以下	25 【拡】「新たな日常」に対応した食に関する正しい知識の普及促進（ICTを活用した食中毒予防・食品表示などの知識の提供）	◎	○	○
					26 市民・事業者へのリスクコミュニケーション推進事業（食の安全に関する意見交換会等の開催）		○	
					27 【拡】食の安全確保に向けた食品関係施設への監視指導（HACCP監視指導の実施）	◎		
					28 食品安全ウォッチャーによる市民参加型の食品表示調査（市民の食品表示に関する理解促進）			
	郷土料理や伝統料理等、優れた食文化の継承につながる食育の推進	地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法を受け継いでいる人のうち、それらの伝統を地域や次世代に伝えている人の割合	20.9%	50.0%以上	29 【拡】小中学校における食文化の学習の推進（給食の時間や「宇都宮学」等における理解促進）	◎	○	
					30 教育保育施設等における食文化の継承のための周知啓発（給食献立や保育活動で伝統料理等を紹介）			
					31 【新】伝統料理講習会の実施（年代に応じた調理実習、伝統料理の再発見の事業化）	◎	○	○
					32 伝統文化フェスティバルにおける伝統食の周知啓発（イベントを通じた伝統食の紹介や体験教室実施）			

D：「新たな日常」に対応、L：ライフステージに応じた取組

#### ◀横断的な視点▶ 基本目標を達成するため、横断的な視点を取り入れた事業を推進

視点	事業実施上の取組方針	対象事業
◆「新たな日常」とそれに対応するデジタル技術を活用した食育の推進	「新たな日常」とそれに対応する食育を推進するため、ICTを活用した非対面・非接触型の取組を対象事業に取り入れ、その結果や効果の検証・評価を行うなど、デジタル技術の活用を図る。 【食の情報提供における動画配信】、【食育フェアなどのイベントでのリアルタイム配信】、【オンライン出前講座や講習会の開催】	2, 4, 5, 6, 8, 23, 25, 26, 29, 31
◆ライフステージに応じた取組の推進	生涯を通じて食育を総合的に推進するため、食に関する課題が異なる世代ごとに6つのライフステージに分け、対象事業において世代ごとに特徴的な取組・コンテンツを取り入れ、事業の結果や効果の検証・評価を行いながら、世代間の重点化・焦点化を図るとともに、生涯を通じた望ましい食習慣の維持と健康の増進を促進する。 【乳幼児期】食習慣等の基礎を築く 【中高校期】食習慣等を維持する 【壮年期】食を楽しむ、健康の維持・増進に努める 【小学校期】食習慣等を定着させる 【青年期】食を楽しむ、体力の維持・向上に努める 【高齢期】食を楽しむ、個々に応じた生活の質を維持・向上し、知恵を次代に伝える	2, 6, 7, 11, 14, 20, 25, 31

#### ◀SDGsの観点▶ SDGsの観点から相互に連携して総合的に推進

◆目標2（飢餓） 1, 2, 3, 13, 14, 17, 18 ◆目標4（教育） 5, 9, 25, 29, 31  
◆目標3（保健） 1, 2, 3, 11, 13, 14, 19 ◆目標12（持続可能な生産と消費） 20, 22, 23



□は、新・拡事業

## 第5章 計画の推進

■「家庭」を基本として、「保育園、幼稚園、学校」、「地域団体、ボランティア団体」、「生産者・食品関連事業者」、「企業」、「行政」が連携を強化しながら、地域社会全体で一体的な食育の取組を推進

■宇都宮市食育推進会議：教育や医療等の関係団体や公募委員で構成される会議において、意見交換や情報交換等を実施し、連携の強化を図り市全体で食育を推進

■食育推進検討委員会：庁内関係部署から構成され、関係部署が連携を図りながら施策事業を実施