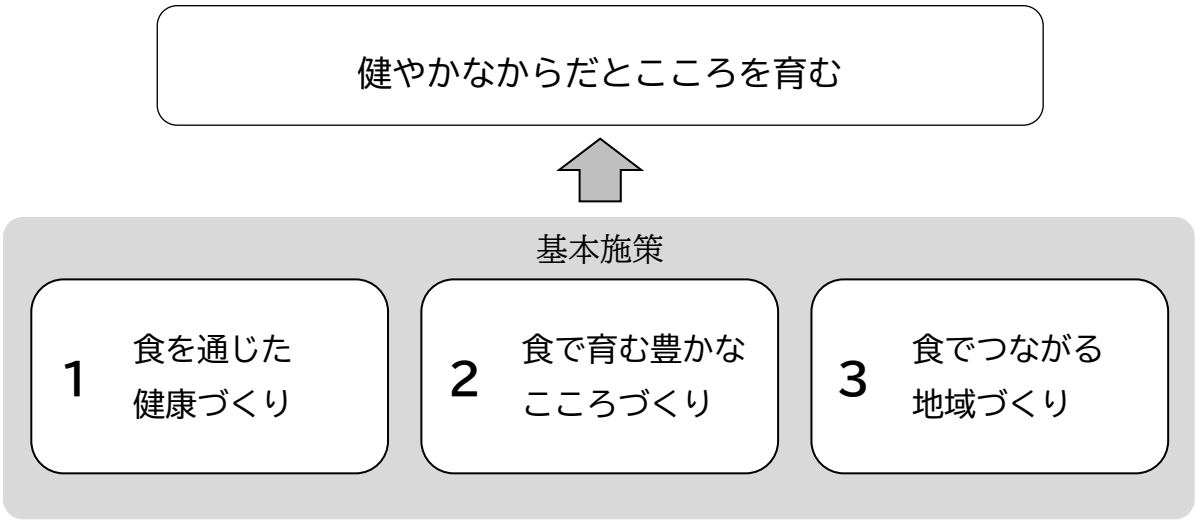
施策目標２　食育推進による健康づくり（食育推進計画）

食育推進による健康づくり（食育推進計画）が目指すもの



食育は、健全な食生活習慣を培うとともに、健康的な心身と豊かな人間性を育みます。健康なからだづくりにつながる食生活を実践できる力をつけるとともに、豊かなこころを育み、また、自然の恵みや食に感謝するこころを育みます。

1　食を通じた健康づくり

取組の方向

家庭での食習慣は、生涯にわたり影響を与えることから、家庭において子どもが健やかに成長するための基本的な食習慣を身につけることができるよう支援します。また、保育所・認定こども園・幼稚園、学校や地域と連携し、望ましい食生活、食習慣を身につけることができるよう食育を推進します。

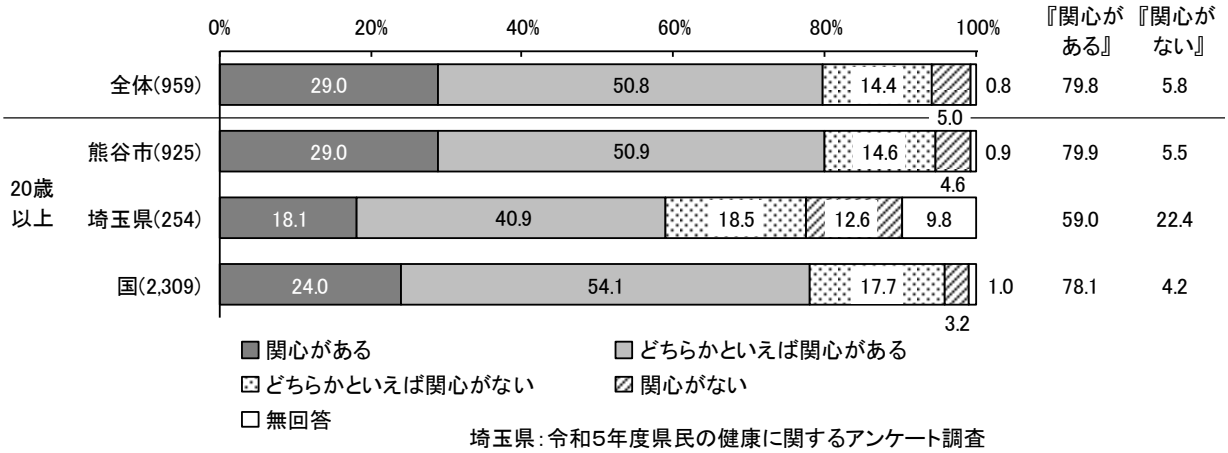
〈現状と課題〉

アンケート調査では、食育に「関心がある」は29.0%と国及び県の調査を上回ります。「どちらかといえば関心がある」を合わせると約８割であり、市民の関心の高さがうかがえます。

小中学生アンケート調査では、食べ方の注意点について、様々な事項があげられています。子どもの頃から望ましい食習慣に向けた取組が必要となっています。

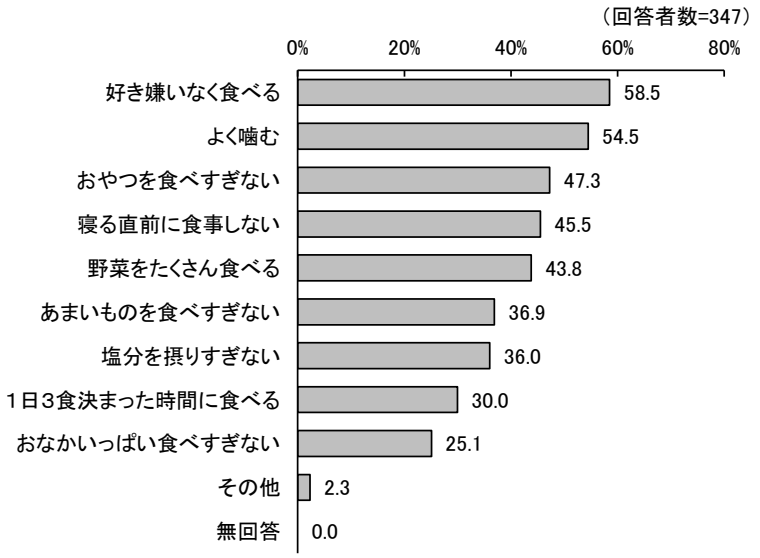
世代ごとに異なる食の課題に対応し、疾病予防と健康生活の維持向上に努める必要があります。

食事に関する知識を学んだり健康な食生活を送ることについて関心があるか



埼玉県：令和5年度県民の健康に関するアンケート調査
国：農林水産省「令和5年度食育に関する意識調査」

食べ方について気をつけていること（小中学生）



〈取組〉

1　ライフステージに対応した食育の推進

市民一人一人が食に関する知識と理解を深め、健全な食生活を実践することが心身の健康につながることから、ライフステージに対応した食育を推進します。

- ○ 妊娠期、乳幼児期における家庭での食育支援
- ○ 保育所・認定こども園・幼稚園、学校、地域が一体となった、家庭における食育の普及啓発
- ○ 学校における食育の推進
- ○ よく噛んで味わって食べることの啓発活動の推進
- ○ バランスの良い食事の実践ができるよう、青年・成人期の食育の推進
- ○ 健康診断等に基づく食生活改善の推進
- ○ 高齢者の低栄養を予防する食育の推進
- ○ 食のボランティア育成と活動の推進

主な事業

事業名	内　容	担当課
離乳食教室 《再掲》	第１子の乳児（生後４～５か月）の保護者を対象に、離乳食の調理実習を実施します。	母子健康センター
ママパパ教室 《再掲》	初妊婦とそのパートナーの方を対象に、「妊娠前からはじめる妊産婦のための食生活指針」を用い、栄養のバランスに配慮した食生活について知識の普及を図ります。	母子健康センター

【数値目標】

評価指標（目標項目）	現状値（令和5年度）	目標値（令和12年度）	基礎資料
「調理実習の内容をご家庭でも取り入れることができるか」「できそう」の割合《再掲》	78%	80%	離乳食教室アンケート
ママパパ教室参加者数（栄養）《再掲》	80人	90人	ママパパ教室1回目参加者数
食育の推進に関わるボランティア団体等で活動している人数の増加	357人	400人	健康増進事業調査
食育に関心がある市民の割合の増加	29.0%	40.0%	アンケート調査

くまがや健康づくり

熊谷産の野菜を食べよう！



埼玉県は日本有数の野菜生産県で、「野菜王国埼玉」と言われています。

熊谷市では、利根川、荒川の水に恵まれた肥沃な大地を活かし、ねぎ、やまといも、にんじん、ブルーベリー、大豆、小麦など、埼玉を代表する高品質な農産物が生産され、1年を通じて新鮮な野菜が手に入ります。



市のホームページでは、熊谷産農産物の特徴や栄養素、簡単なレシピを紹介しています。旬の農産物を食卓に取り入れて、熊谷産の野菜を季節ごとに味わいましょう！

【熊谷産農産物の紹介・レシピ集】

離乳食教室

初めて子育てをする保護者を対象に、これから離乳食を始めるにあたっての準備講座として「離乳食教室（調理実習）」を行っています。また、離乳食開始の目安や食べさせ方、姿勢、食品のすすめ方についての講話を合わせて実施しています。



2　食で育む豊かなこころづくり

取組の方向

食を通じた世代間のコミュニケーションの充実を図るため、共食の場づくりなど食を楽しむ環境づくりに取り組むとともに、食の安全・安心や環境問題への関心を高めることで、食に関するマナーや環境に配慮した食生活の実践の普及啓発に取り組みます。

〈現状と課題〉

食を楽しむことは、栄養の第一歩です。家族と一緒に食事をする機会により、食の楽しさが実感できます。

アンケート調査では、誰かと一緒に食事をする頻度について、「ほとんど毎日」が68.8%、「週に４～５日」を合わせると 75.3%と、市民の４人に３人は高い頻度で誰かと一緒に食事をしている状況がうかがえます。その一方で、「ほとんどない」が15.3%となっており、年代別にみると、70 歳代以上では２割を超えており高い水準となっています。

小中学生アンケート調査では、「ほとんど毎日」「週に４～５日」を合わせると、９割を超えています。

食事のマナーについては、小中学生アンケート調査では、食事の時に気をつけていることとして、「いただきます、ごちそうさまと言う」85.6%、「食べ残さない」73.8%、「準備や後片付けをする」73.2%、「茶わんやおわんを持って食べる」66.3%など、一定の成果がみられます。

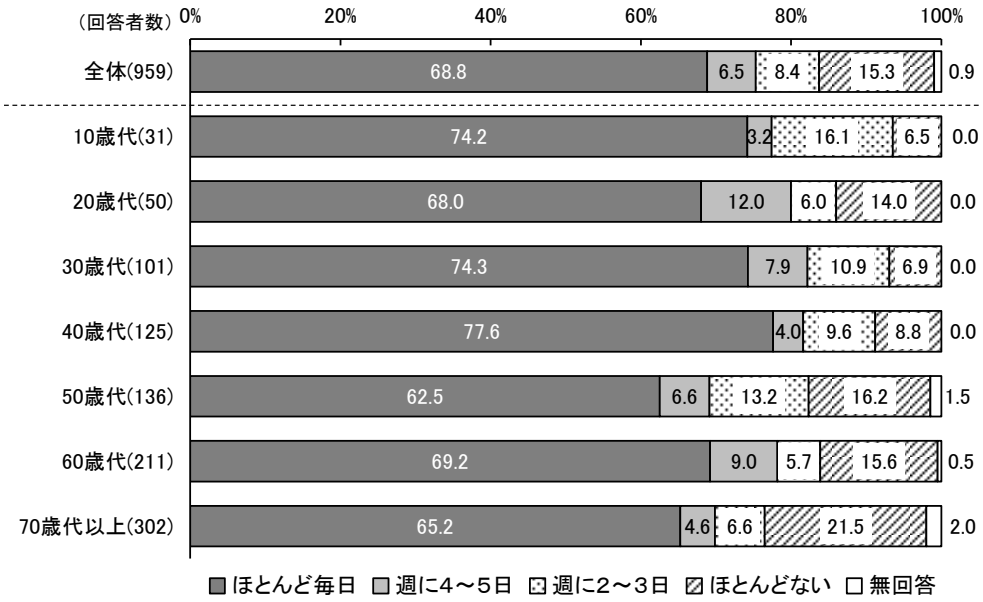
アンケート調査では、食事の時に「いただきます」「ごちそうさま」を言うことを「行っている」割合は５割近く、「まあまあ行っている」を合わせると７割を超える高い割合となっています。中でも、若い世代で高い割合となっています。

食の大切さを知り、家庭では食べ物を無駄にしないような配慮が必要です。アンケート調査では、食べ残しを減らす努力や作りすぎに注意することを「行っている」「まあまあ行っている」を合わせると９割を超え、食品ロスへの関心も同じく９割を超えています。

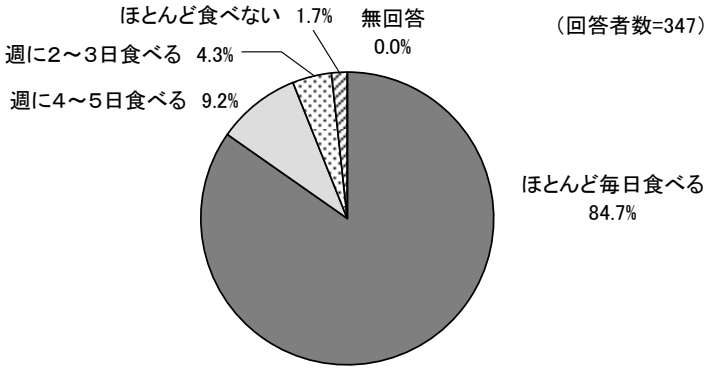
また、自然環境や社会にやさしい食品を選ぶことを「行っている」は 13.5%、「まあまあ行っている」を合わせると５割を超えます。

誰かと一緒に食事をしたり、生活を楽しみながら食事をする共食の機会の重要性を啓発するとともに、食の安全・安心や食品ロスの削減などによる環境への配慮などが必要です。

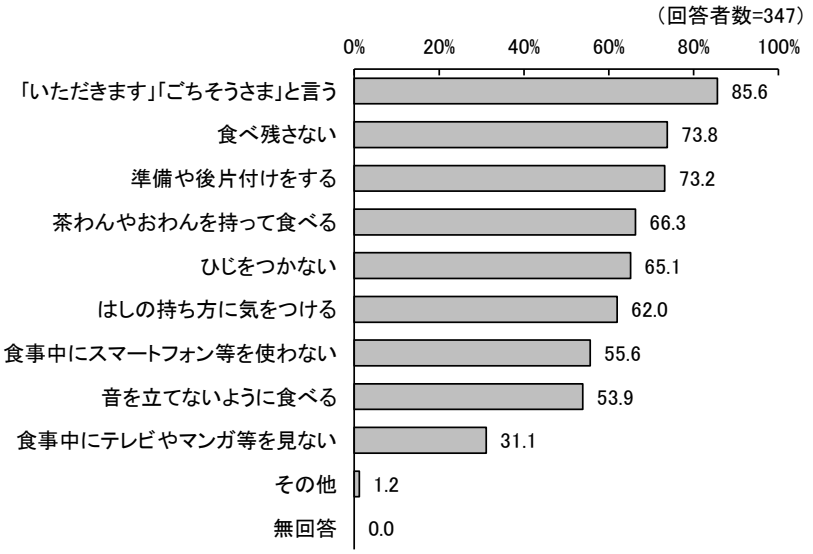
誰かと一緒に食事をする頻度



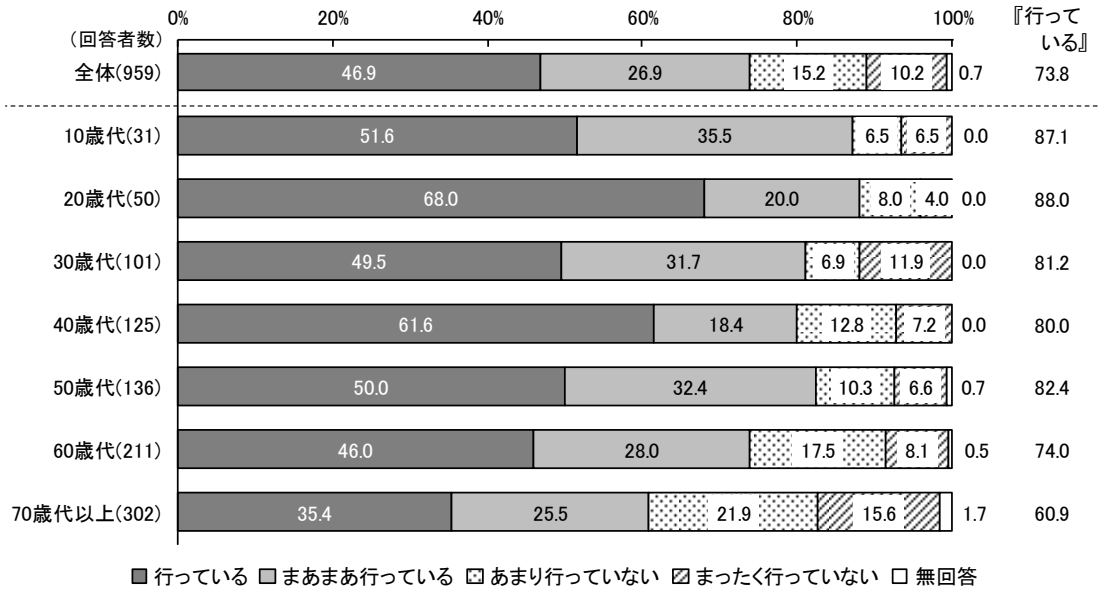
夕食を家族の誰かと食べること（小中学生）



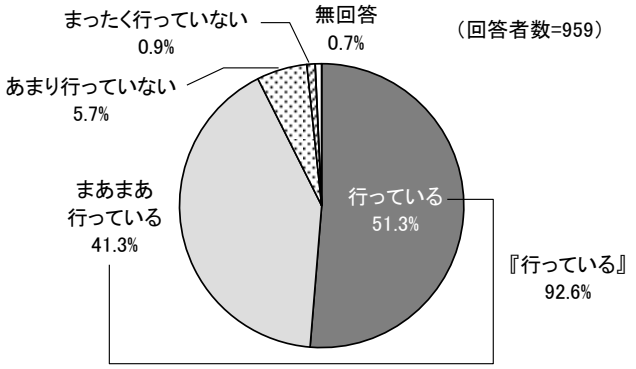
食事のときに気をつけていること（小中学生）



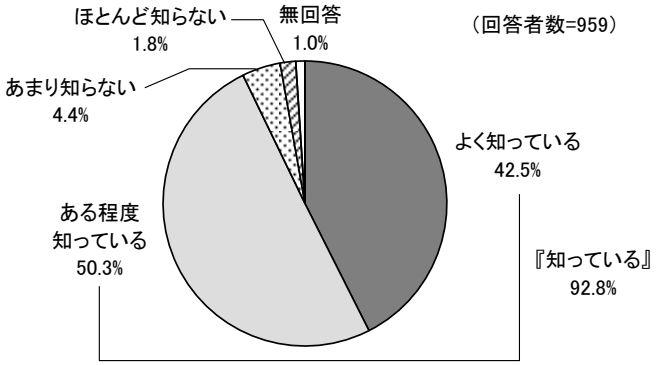
「いただきます」「ごちそうさま」を言う



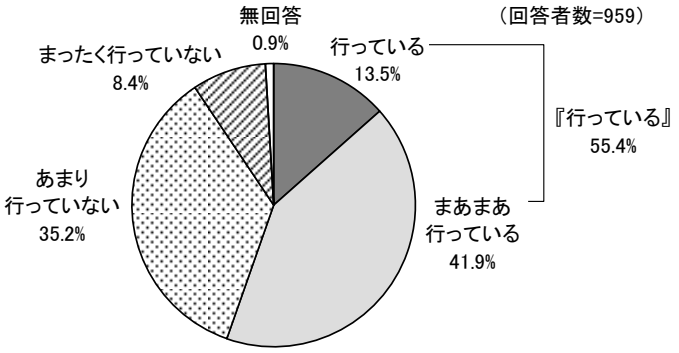
食べ残しを減らす努力や作りすぎに注意する



「食品ロス」が問題となっていることを知っているか



自然環境や社会にやさしい食品を選ぶ



〈取組〉

1　食を楽しむ環境づくり

家族や仲間、地域の人たちと一緒に食事をとりながら、コミュニケーションを図る共食を推進することで、様々な世代と食を通じて交流を図り、食を楽しむ環境づくりを推進します。

○ 家族団らんなどによる楽しい食事の確保
○ 親子を対象とした料理教室などの開催
○ 商店街等と連携した食を楽しむ機会の創出
○ 多世代との交流を含めた地域ぐるみでの取組支援

2　食に関するマナーの習得

食に関するマナーの習得は、楽しく食事をする上でも大切です。家庭をはじめ、保育所・認定こども園・幼稚園、学校と連携し、食事マナーの習得を促進します。

○ 共食の場でのマナーの習得啓発
○ 給食時間を通じた食に関するマナーの指導
○ 親子料理教室などにおける食事マナーの指導

3　食の安全・安心と食品ロスの削減

食の安全・安心に関する知識と理解が深められるよう、市民への情報提供を積極的に推進するとともに、食品ロス削減に関する普及啓発を図ります。

○ 食の安全・安心に関する知識の普及
○ 食品ロス削減に関する普及啓発
○ 食品リサイクルに関する普及啓発

主な事業

事業名	内　容	担当課
食育の推進	食育の計画的な推進と給食指導の充実を図ります。栄養教諭による食文化や食事マナーについての理解を深めるための取組や学校農園での実習を実施します。	学校教育課

【数値目標】

評価指標（目標項目）	現状値（令和5年度）	目標値（令和12年度）	基礎資料
誰かと一緒に食事をする市民の割合（「ほとんど毎日」「週に４～５日」）の増加	75.3%	80.0%	アンケート調査
自然食品や社会にやさしい※食品を選ぶ割合（「行っている」「まあまあ行っている」）の増加	55.4%	60.0%	アンケート調査

※過剰包装でない食品、消費期限が近い等廃棄される可能性のある食品、有機農産品、エコラベル等のついた食品、フェアトレード食品など

3　食でつながる地域づくり

取組の方向

地産地消や食に関する体験活動を通して自然の恵みに対して感謝するとともに、郷土料理・伝統料理を取り入れることにより、地域の食文化の普及と次世代への継承につなげます。

〈現状と課題〉

地域で生産されたものを地域で消費する取組である地産地消を心がけることで、安全で、栄養価の高い食材を美味しく食べることができ、地域経済や環境にも貢献をすることができます。

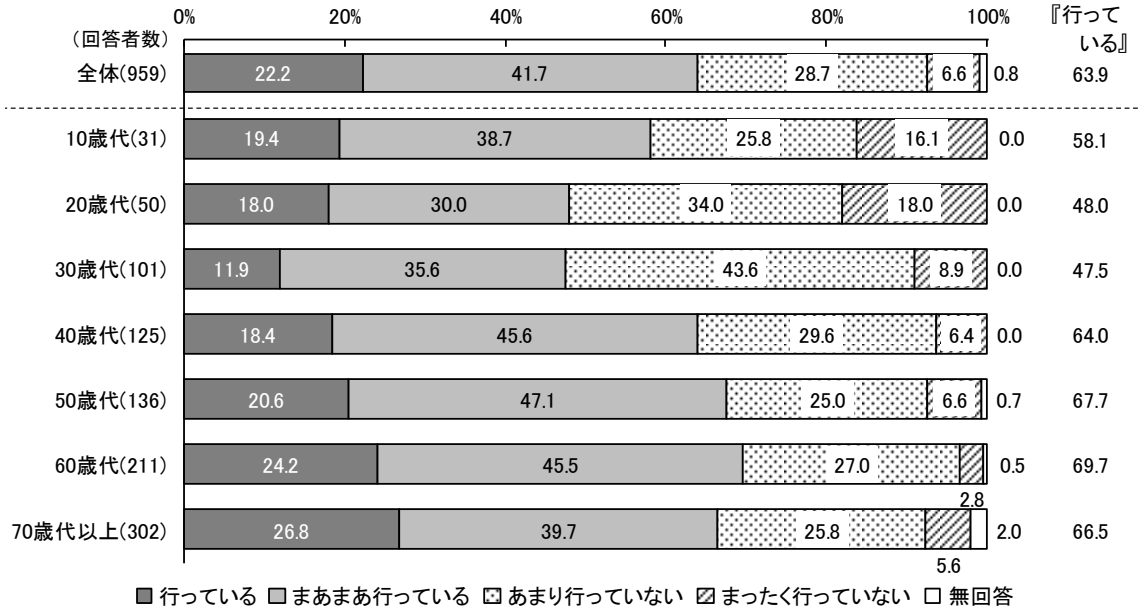
アンケート調査では、地域で生産された食品を購入して食べることを「行っている」は２割程度ですが、「まあまあ行っている」を合わせると６割を超えます。20 歳代及び 30 歳代といった若年世代ではやや低く、５割を下回っています。

核家族化の進行により、地域の食文化が次世代に継承されにくくなっています。アンケート調査では、季節ごとの行事食や郷土料理・伝統料理を食べることを「行っている」は 14.8%、「まあまあ行っている」を合わせると 53.7%となっています。

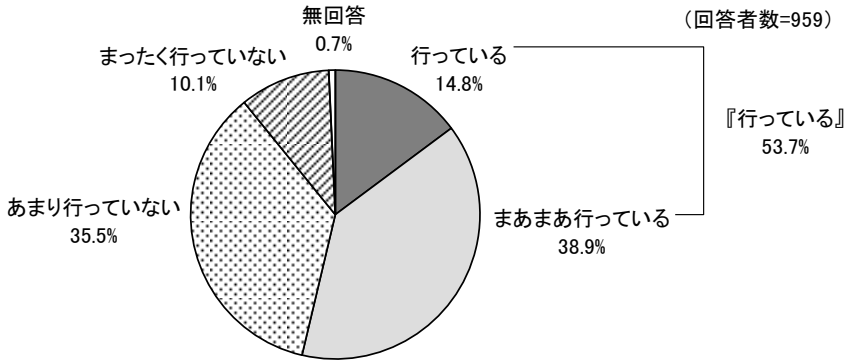
このように、地産地消や食文化への市民の関心は高いことがうかがえます。

地元農産物の活用による地産地消の推進及び郷土料理や伝統的な食文化への理解と継承が必要です。

地域で生産された食品を購入して食べる



季節ごとの行事食や郷土料理・伝統料理を食べる



〈取組〉

1　地産地消の推進

地元農産物に関する情報提供や、農産物の生産・収穫などの体験の場の提供を通じて、市民の関心を高め、地産地消を推進します。

○ 地産地消に関する情報の提供
○ 学校給食等での地場農産物の活用
○ 生産者と幼児、児童・生徒等との交流
○ 市民の食農体験の機会確保

2　食文化の魅力発信

地域の伝統食や郷土料理、日本の伝統的な行事食を知ることは、地域の良さを見つめ直し、地域への愛着を深める機会となることから、地域の食文化の魅力発信に取り組みます。

○ 地域の伝統食、郷土料理、行事食の普及啓発
○ 地域における伝統食、郷土料理、行事食を学ぶ機会づくり
○ 学校給食への郷土料理、行事食の取り入れ

主な事業

事業名	内　容	担当課
地産地消の推進	学校給食での地場産物の活用、授業の一環での収穫体験などにより、地域の食文化や地域産業への理解及び生産者への感謝の気持ちを育みます。	教育総務課
農業体験・料理教室の開催	地元農業者等との交流により農業への理解を深め、地元農作物の消費拡大、食育を推進するための教室を開催します。	農業政策課

【数値目標】

評価指標（目標項目）	現状値（令和5年度）	目標値（令和12年度）	基礎資料
学校給食食材購入量に占める市内産及び市内加工食材の割合の増加	33%	維持又は向上	学校給食食材購入量に占める市内産及び市内加工食材の量
みんなで農業体験・料理教室の参加者の増加	137 人	288 人	産地づくり対策事業実績
地産地消参加農家数の増加	610 戸	610 戸の維持	農産物直売所・生産者部会会員数
地域で生産された食品を購入している市民の割合の増加（「行っている」「まあまあ行っている」）	53.7%	60.0%	アンケート調査

くまがや健康づくり

みんなで農業体験・料理教室



小学生以上の市民を対象とした「みんなで農業体験・料理教室」では、地元農業者の指導のもと、半年間にわたり種まき・苗植えから収穫までの農業体験や、収穫した野菜等を使った料理教室を行っています。



全ての教室において、野菜の栽培方法や栄養素等を学ぶことで、地産池消や地域農業に対する理解を深めています。