

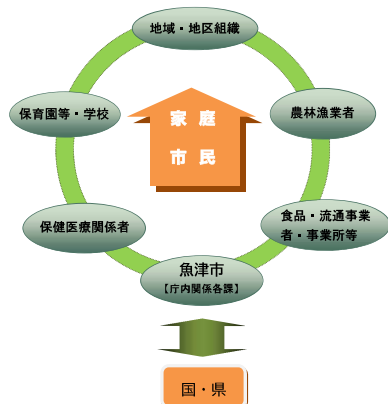
目標指標（一部抜粋）

本計画に実効性をもたせるために、計画の目標値の達成状況について現状を把握し評価します。

指標	現状値 令和5年度	目標値 令和10年度	指標	現状値 令和5年度	目標値 令和10年度
食を通して健康な 体をつくる	朝食を食べていない人の割合 小学生（5年生） 中学生（2年生） 一般	2.0% 1.7% 3.5%	限りなく0 に近づける	学校給食における魚津 産食材の使用率	38.3% 50.0% 以上
	メタボリックシンドローム該 当者及び予備群の割合 40歳以上 男性	48.5%	32.0% 以下	⑦ 地場産食材を選ぶよ う意識しているまたはま あま意識している人の 割合	73.3% 80.0% 以上
	40歳以上 女性	18.4%	15.0% 以下	⑧ 低栄養傾向（BMI20以下）高 齢者の割合	19.2% 15.0% 以下
	⑨ 低栄養傾向（BMI20以下）高 齢者の割合	19.2%	15.0% 以下	⑩ 郷土料理や伝統料理 を月1回以上食べる割合 小学生（5年生） 中学生（2年生） 一般	51.5% 40.2% 52.1% 50.0% 以上
食を通して豊かな心 をはぐくむ	夕食を家族とそろって食べる 児童生徒の割合 小学生（5年生） 中学生（2年生）	59.2% 58.0%	65.0% 以上	食育に関心があるまたは どちらかといえば関 心がある人の割合 （一般）	91.3% 95.0% 以上
	食品ロス削減のための取組みを している人の割合（一般）	87.6%	90.0% 以上	食生活改善推進員地域 活動参加者数	1,530人 3,000人 以上

推進体制

本計画の推進にあたっては、市民一人ひとりが食育に関心を持ち、積極的に実践していくことを前提としながら、家庭や地域、保育園等や小中学校、「食」に関わる各種団体、行政等がそれぞれの役割を果たしながら、相互に連携して取り組んでいきます。



詳しくは、魚津市のホームページ「[市の計画](#)」からご覧いただけます。

第3期魚津市食育推進計画

魚津市
イメージキャラクター
ミラたん



【概要版】

未来につなげよう「うおづの食育」

私たち人間が生きていくためには欠かせない命の源である「食」。

近年、「食」にまつわるさまざまな問題が生じており、「食育」の必要性が重視されています。

そこで魚津市では、家庭、学校、地域が一体となり、市全体で「食育」を総合的に推進していくために、令和10年度までを計画年度とした「第3期魚津市食育推進計画」を策定しました。

魚津市の食を取り巻く現状は・・・

見えてきた課題は・・・

- 朝食欠食率は、小学生は増加、中学生は横ばいで推移し、大人では子育て世代である30歳代が高い
- 20歳代、40歳代以上の世代において、ひとりで夕食を食べる割合が高い
- 全年代において、野菜の摂取目標量(350g/日)に達していない
- 児童生徒の肥満傾向児の割合は増加、40歳以上のメタボリックシンドローム該当者及び予備軍の割合は、女性に比べて男性は高い
- 小中学生において、夕食を「家族そろって食べる」割合は約6割と増加
- 地場産食材を選ぶよう意識する割合は、20歳代では低いが、年代が上がるほど増加
- 食育に関心がある大人は、約9割
- 郷土料理や伝統料理の認知度は、小中学生の約6割
- 1人あたりの食品ロス・食品廃棄物の発生量は、年間26kg

食生活や生活リズムの乱れ

栄養バランスの偏り

「孤食」の存在と家族そろった食事の減少

食品ロスの発生

食文化の喪失

食育とは・・・食育基本法より

- 生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基本となるべきもの
- 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

令和6年3月発行

魚津市教育委員会 教育総務課 〒937-0066 富山県魚津市北鬼江313番地2

電話:0765-23-1044

FAX:0765-23-1052

E-mail:school@city.uozu.lg.jp

食育推進のための柱として、**基本理念**と**4つの基本目標**、それぞれの取り組みの方向です。

魚津市食育推進計画 **基本理念**

未来につなげよう「うおづの食育」

基本目標

取り組みの方向性

食を通じて健康な体をつくる

規則正しい食習慣を身に付ける

- 朝食をきちんと食べる
- 3食しっかり食べる
- 正しい食生活リズムをつくる
- よく噛んで食べる

バランスのとれた食事を心がける

- 望ましい食事バランスについて知識を得る
- 自分にあった栄養バランスや食事量で食べる
- 外食・中食メニューをバランスよく選択する

食により、生涯にわたる健康増進をはかる

- 自らの健康状態を知る
- 生活習慣病予防に配慮した食生活をする
- 野菜料理を毎食食べる
- 塩分を摂り過ぎないようにする

食の安全・安心に関する知識・理解を深める

- 食品表示について理解する
- 食品衛生等の正しい知識を持つ
- 安全な食品を安心して手に入れる

食を通じて豊かな心をはぐくむ

家族や仲間と一緒に食事を楽しむ

- 家族そろっての食事を心がける
- 地域で食事や仲間交流の場の提供等、楽しい食事の機会を増やす
- 食事づくりや準備に楽しみながら関わる

食に感謝する心を育む

- 「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつの習慣を身に付ける
- 食事のマナーや正しい箸の持ち方を身に付ける
- 食品ロスの減量化に努める
- 食べ物を大切にすること

うおづの恵みと食の伝統を大切にする

地産地消・魚津産食材の活用を促進する

- 魚津産食材を知り、食事に取り入れ、旬の食材を味わう
- 魚津産食材を活用した新たな商品開発、ブランド化、販路開拓を行う
- 魚津の水循環から育まれる豊かな魚津産食材のPRを行う

食にまつわる体験・交流を推進する

- 農業体験、漁業体験等に参加し、食の成り立ちを理解する
- 生産者との交流を図る
- 食にまつわる農林漁業体験メニューの開発、普及、PRを行う

食文化の継承・振興をはかる

- 和食を食べる機会を増やす
- 家庭に伝わる料理や地域の郷土料理や伝統料理を次の世代に伝え、広める

みんなで食育をすすめる

食育を理解し、実践する

- 食に関する情報を共有する
- 食育について関心を高め、実践する

食育を支える人材を発掘し、育てる

- 食育に関する活動に参加する
- 食育推進の担手を育てる

食育によって人とのつながりを広める

- 市、各種団体が連携して食育を推進する
- 家庭、地域において、世代間の食育を推進する

市が重点的に取り組むこと

◇～家庭での食育推進～ 身近な食育を実践◇

- 保育園等や小中学校での給食だよりで、保護者向けに食育の日(毎月19日)の啓発をはかる
- 各機関と連携し「早寝・早起き・朝ごはん」運動の推進をはかる
- 学校保健会と連携し、保護者向けに食習慣や歯の健康に関する啓発を行う
- 簡単にすることができる朝ごはんレシピや野菜料理等の情報提供を行う

◇～食を通じた健康づくり～ バランスよく食べる◇

- 栄養バランスの知識を、手軽に取り入れられる目安の作成、普及啓発に取り組む
- 栄養教室を開催し、栄養成分表示等について学ぶ機会を提供する
- 市民自らが生活習慣病に関心がもてるよう、健康の現状や問題点を情報発信する

◇～広げよううおづの食育～ 食にまつわる体験・交流の推進◇

- 地域や学校等での農林漁業体験の機会に、関係機関と連携し、専門的な支援を行う
- 野菜等の栽培から収穫までを体験する機会を提供する
- 学校給食に食材を提供している生産者との交流を行う
- 食に関する様々な体験活動の機会を提供し、食文化の普及に努める
- 豊かな魚津産食材を活用した農林漁業体験メニューの開発、普及を行う
- 農泊(渚泊)を活用し、魚津の食を体験できるワークショッププログラムを整備する



魚津の農林水産業体験・応援プロジェクト「親子体験会」



移住者交流会「うおづめし教室」