第３期鹿角市食の健康づくり推進計画の概要について

１　基本的事項

【計画の趣旨】
「脳卒中による死亡率の減少と健康寿命の延伸」を引き続き大目標に据え、国・県の新たな計画策定を踏まえつつ、第３期計画を策定する

【計画の位置づけ】食育基本法第 18 条第１項に基づく「市町村食育推進計画」　　**【計画の期間】**令和８年度～令和 12 年度（５年間）

２　計画の現状・課題

〈１．健全な食生活の実践〉

●朝食を抜くことのある人（週２回以上）の割合は 20 代の男女ともに半数以上であるため、朝食を毎日食べることの大切さを周知する必要がある。
●健康寿命の延伸に向けて、若年層から高齢者における望ましい食習慣の実践を目指し、普及啓発を図る。

項目	目標：Ｒ７	実績：Ｒ７
・朝食を抜くことのある人の割合（20 代男性）	42.5%	50.0%
・朝食を抜くことのある人の割合（20 代女性）	30.0%	52.7%
・１週間の間に、毎日１回以上、複数で一緒に食事をしている人の割合（成人）	90.0%	82.2%

〈２．食を通じた心身の健康の確保〉

●減塩や薄味を実行している人の割合は減少している。さらに、主食・主菜・副菜のそろった食事を１日２回以上している人と１日に野菜を３皿以上食べている人も減少しているため、食の健康志向が低下していることが考えられる。
●肥満者の割合が増加している年代もあるため、性別を問わず、適切な時期に、性や健康に関する正しい知識を持ち、妊娠・出産を含めた将来設計や将来の健康を考えて健康管理を行う（プレコンセプションケア）ことについて周知し、若年層からの実践につなげる必要がある。

項目	目標：Ｒ７	実績：Ｒ７
・減塩や薄味を実行している人の割合	64.0%	49.0%
・１日に野菜を３皿以上食べている人の割合	37.8%	18.1%
・小学生の肥満	11.7%より減少	13.2%（Ｒ６）

〈３．食に関する正しい知識の普及〉

●食材を買いすぎないことや使い切ることを意識して購入する人の割合は増加しているが、今後も目標達成を目指し、食品ロス削減に向けた意識づくりを促す必要がある。
●食生活改善推進員による健康教育や、イベントにおいて食に関する様々な情報発信をしており、今後も継続し市民の食に対する関心を高めていく必要がある。

項目	目標：Ｒ７	実績：Ｒ７
・食生活改善推進員活動の継続と新規加入	新規会員増加	新規会員７人

〈４．豊かな食材の活用及び食文化の継承〉

●食生活改善推進員と共同で食のイベントや出前講座等で郷土料理を提供し親しむ機会を提供できている。より、郷土料理を身近に感じ、食卓等に取り入れるための働きかけが必要である。

項目	目標：Ｒ７	実績：Ｒ７
・地場農産物の学校給食活用率	59.6%	42.8%（Ｒ６）

3　計画の基本的方向等

【大　目　標】脳卒中による死亡率の減少と健康寿命の延伸

【スローガン】食から見直す　自分のからだ　家族の健幸※　～今、自ら必要な「食」の選択を！～

※「健康」と「幸福」を組み合せた概念で、肉体的・精神的・社会的にすべてが満たされた状態を指します。

基本目標		主な指標	目標（現状値 → 目標値）
基本目標１ 規則正しい 食生活の実践	○朝食を毎日食べることの大切さや家族や仲間と食事をすることの楽しさなど、健康的な食習慣を身につける	朝食を抜くことのある人の割合（20 代男性） （20 代女性）	50.0% → 40.0% 52.7% → 40.0%
	○家庭、地域、学校等と連携し、こどもの発達段階に応じた正しい食習慣や歯磨き習慣を身につける	仕上げ磨きを毎日する（３歳児）	95.2% → 100%
基本目標２ 食を通じた 心身の健康の確保	○胎児期から高齢期に至るまで人の生涯を経時的に捉えた健康づくり（ライフコースアプローチ）の視点を踏まえ、胎児期から高齢期に至るまで生活習慣病等を予防し、生涯を通じて心身ともに健康な生活を持続する	減塩や薄味を実行している人の割合（成　人）	49.0% → 64.0%
		１日に野菜を３皿以上食べている人の割合（高校生） （成　人）	26.3% → 33.2% 18.1% → 37.8%
		肥満（ＢＭＩ 25.0 以上）の割合（30 代男性） （30 代女性）	42.7% → 26.3% 20.6% → 16.4%
基本目標３ 食品の安全・ 安心と環境に 関する理解の促進	○安全な食品の選び方や適切な調理・保管方法等について知識を持ち、自分にあった方法で生活に取り入れ、食への関心を高める	給食だよりによる啓発（保育所等、小中学校）	年 12 回 → 現状維持
	○食品ロスの削減など環境にも配慮した食育を推進する	食材を買いすぎないことや使い切ることを意識して購入する人の割合	75.3% → 増加
基本目標４ 豊かな食材の 活用及び食文化の 継承	○学校給食や食のイベント等において、地域の食材を活用し、郷土料理や伝統料理を取り入れ、地産地消や食文化の伝承を図る	地場農産物の学校給食活用率	42.8%（Ｒ６） → 現状維持
		食のイベントや郷土料理教室等への参加者数	延べ 892 人 → 延べ 1,000 人