

第4次札幌市食育推進計画(案)

皆さまからのご意見を募集します

～パブリックコメントの実施について～

募集期間：令和5年（2023年）10月13日（金）から
令和5年（2023年）11月13日（月）まで【必着】

札幌市では、市民が生涯にわたり「食」への感謝の心もち、健やかで豊かな食生活を送ることを目指し「札幌市食育推進計画」を策定し食育を推進してまいりました。この度、次期計画として「第4次札幌市食育推進計画案」を作成いたしましたので、広く市民の皆さまにお知らせし、ご意見を募集いたします。

本計画案や別に配布しています概要版をご覧のうえ、最終頁にある意見募集用紙がこれに準じた様式でご意見をお寄せください。

※いただいたご意見につきましては個別の回答はいたしません。ご意見の概要とそれに対する市の考え方と併せて公表いたします。

主な資料配布場所

- 札幌市保健所（3階エレベーター横パンフレットコーナー）
- 市役所本庁舎（2階市政刊行物コーナー）
- 各区役所総務企画課広聴係
- まちづくりセンター

令和5年（2023年）10月

札幌市

市政等資料番号
01-F06-23-1896

〈意見募集要項〉

1 募集期間

令和5年10月13日（金曜日）から令和5年11月13日（月曜日）まで【必着】

2 意見の提出方法

(1) ホームページ（アンケートフォーム）からの場合

札幌市公式ホームページ上（下記 URL）の「ご意見入力フォーム」に必要事項を入力し、送信してください。

<http://www.city.sapporo.jp/hokenjo/syokuiku/keikaku/dai4zikeikakuann.html>



(2) 郵送、持参の場合

最終頁の「意見用紙」に必要事項を記入し、下記まで郵送又は持参してください。

※持参の場合、受付は平日の8時45分から17時15分までとなります。

〒060-0042 札幌市中央区大通西19丁目WEST19 2階

札幌市保健所健康企画課食育・健康管理担当係

(3) FAX の場合

最終頁の「意見用紙」に必要事項を記入し、下記まで送信してください。

FAX 番号：011-622-7223

(4) 電子メールの場合

件名を「第4次札幌市食育推進計画案への意見」として、住所・氏名（フリガナ）年齢を記載の上、下記アドレスに送信してください。

メールアドレス：syokuiku@city.sapporo.jp

3 問合せ先

札幌市保健所健康企画課食育・健康管理担当係

電話番号：011-676-5156

【留意事項】

- ・ 電話・口頭によるご意見は受け付けておりません。また、ご意見に対する個別の回答はいたしかねますので、あらかじめご了承ください。
- ・ ご意見の提出にあたっては、住所・氏名・年齢を記入してください。
なお、ご意見の概要を公表する際には、住所・氏名等は公表いたしません。
- ・ 概要版または本書版の何ページのどの項目に対するご意見かわかるようにご記入ください。

目次

第1章 計画の策定にあたって	
Ⅰ 計画策定の経緯	1
Ⅱ 計画の位置付け	1
Ⅲ 計画期間	2
第2章 第3次札幌市食育推進計画の取組と評価	
Ⅰ 第3次札幌市食育推進計画の概要	3
Ⅱ 第3次札幌市食育推進計画の取組	4
Ⅲ 第3次札幌市食育推進計画 指標の達成状況	5
Ⅳ 札幌市の食育の現状と課題	6
第3章 基本理念と基本目標	
Ⅰ 基本理念	29
Ⅱ 基本目標	29
第4章 施策の体系と展開	
Ⅰ 施策の体系	31
Ⅱ 食育推進の指標	35
Ⅲ 施策の展開（行動計画）	36
基本目標1 生涯を通じた心身の健康を支える食育の推進	36
基本的施策1 ライフステージに応じた健康寿命の延伸につながる食育	36
基本目標2 食の循環や環境・安全を意識した食生活の推進と食文化の継承	50
基本的施策1 「農」とのふれあいを通じた食育の推進	50
基本的施策2 環境に配慮した食生活の推進	54
基本的施策3 「食」の安全・安心の確保の推進	57
基本的施策4 食文化継承のための活動への支援	61
基本目標3 食育推進体制の整備	63
基本的施策1 食育推進体制の整備	63
第5章 計画の推進	
Ⅰ 計画推進における役割	68
Ⅱ 食育推進体制	69
Ⅲ 計画の進行管理・公表	69
Ⅳ 計画の見直し	69
資料	
用語解説	70

※本文中の*（アスタリスク）を付けた語句は、用語解説にその語句の説明を掲載しています。

第1章 計画の策定にあたって

I 計画策定の経緯

1 国の動向

我が国の食をめぐる状況の変化に伴い、国民が生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性を育むための食育が課題となっていることから、平成17年に食育基本法*が施行され、法に基づき、平成18年3月に「食育推進基本計画*」を策定しています。その後、5年ごとに改正され、令和3年3月に「第4次食育推進基本計画」(計画期間:令和3年度～7年度)を策定し「生涯を通じた心身の健康を支える食育の推進」「持続可能な食の3つのわ(環境の環・人の輪・和食文化の和)を支える食育の推進」「『新たな日常』やデジタル化に対応した食育の推進」を新たな重点事項として位置付けています。

2 札幌市の動き

札幌市では、平成19年に食育基本法に基づく札幌市食育推進会議条例を制定し、平成20年度に「札幌市食育推進計画」(計画期間:平成20年度～平成24年度)を策定しました。

第1次札幌市食育推進計画では、「食を大切に作る心を育みます」を基本理念として、「健康で活力ある人づくり・市民が暮らしやすい環境づくり・市民みんなで作る食文化」を基本目標に掲げ、市民、関係団体、関係機関、行政が連携して、家庭や地域、保育所、幼稚園、学校などで食育を進め、市民の食育活動を支援する食育サポーター制度*や、各区では食育推進ネットワーク会議を設置しました。

第2次札幌市食育推進計画(計画期間:平成25年度～平成29年度)では、第1次札幌市食育推進計画を継承し、「周知から実践」を合言葉に、実践面の強化を図り、「地産地消*、日本型食生活(北海道型食生活*)、環境配慮の食生活」を併せ持った「さっぽろ食スタイル*」を推進しています。また、若い世代への食育を進める食育事業を開始しました。

第3次札幌市食育推進計画(計画期間:平成30年度～令和5年度)では、第2次札幌市食育推進計画を継承し、市全体での食育の取組を進めること、また、若い世代を中心とした食育の推進、多様な暮らしに対応した食育の推進、健康寿命*の延伸につながる食育の推進、食の循環や環境を意識した食育の推進、食文化の継承に向けた食育という国の5つの課題を踏まえて推進しました。

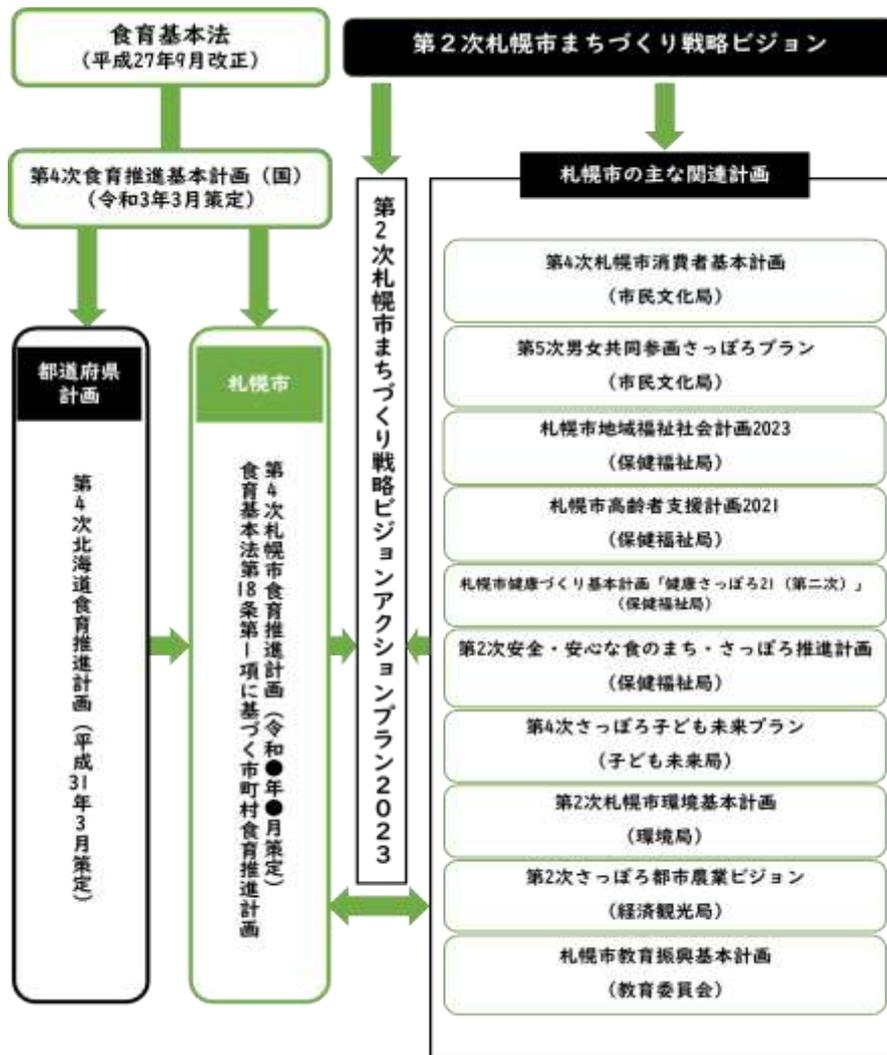
3 第4次札幌市食育推進計画の策定趣旨

第3次札幌市食育推進計画の成果や課題を整理し、市全体での食育の取組を進めること、健康寿命の延伸や持続可能な食生活の推進を目指し、ライフステージ*やライフスタイルに対応した切れ目のない生涯を通じた食育、また多様な関係機関等と連携した食育の取組を総合的かつ計画的に推進するため、第4次札幌市食育推進計画を策定しました。

II 計画の位置付け

本計画は、食育基本法の目的・基本理念を踏まえ、同法第18条第1項に基づく市町村食育推進計画として位置付けます。食育に関する基本的な事項について定めるものであり、第2次札幌市まちづくり戦略ビジョンを踏まえ、本市における各関連の計画との整合性を保つこととします。

◆ 計画の位置付けと主な関連計画との関係



【第2次札幌市まちづくり戦略ビジョンとの関係】

第2次札幌市まちづくり戦略ビジョンは、まちづくりの基本的な指針として、札幌市の計画体系では最上位に位置し、様々な分野における個別計画はこれに沿って策定されます。

まちづくりの重要概念として、ユニバーサル(共生)、ウェルネス(健康)、スマート(快適・先端)を定めており、第4次札幌市食育推進計画は、主に「ウェルネス(健康)」の概念を踏まえて策定しています。



ウェルネスロゴマーク



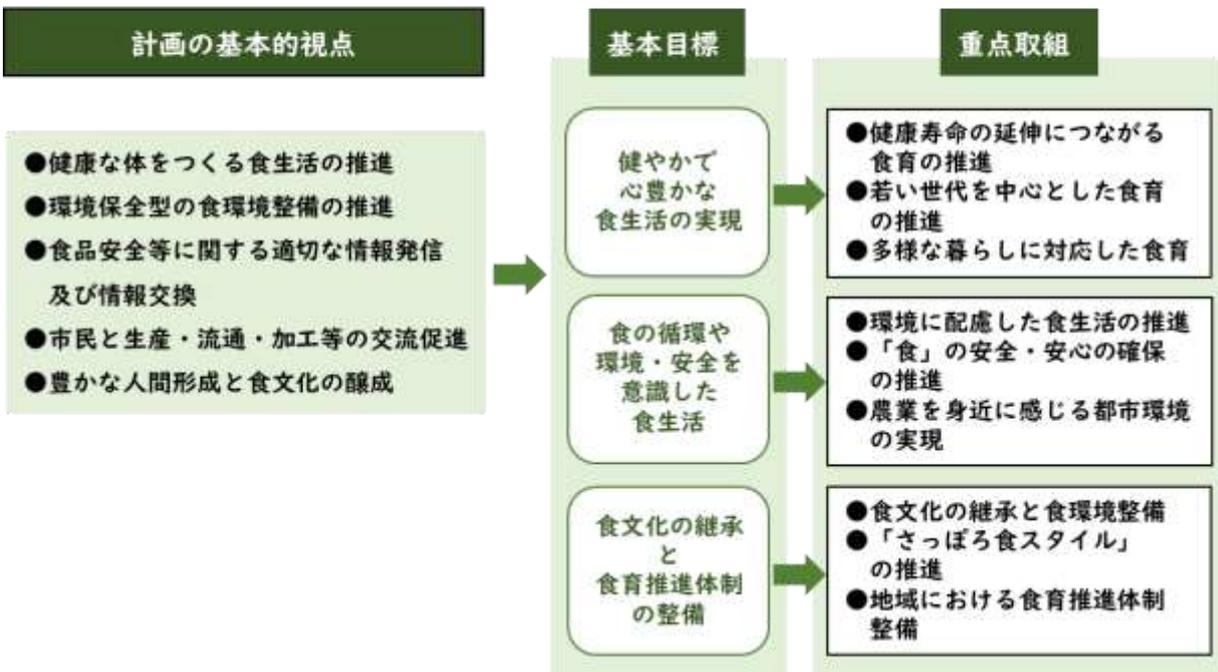
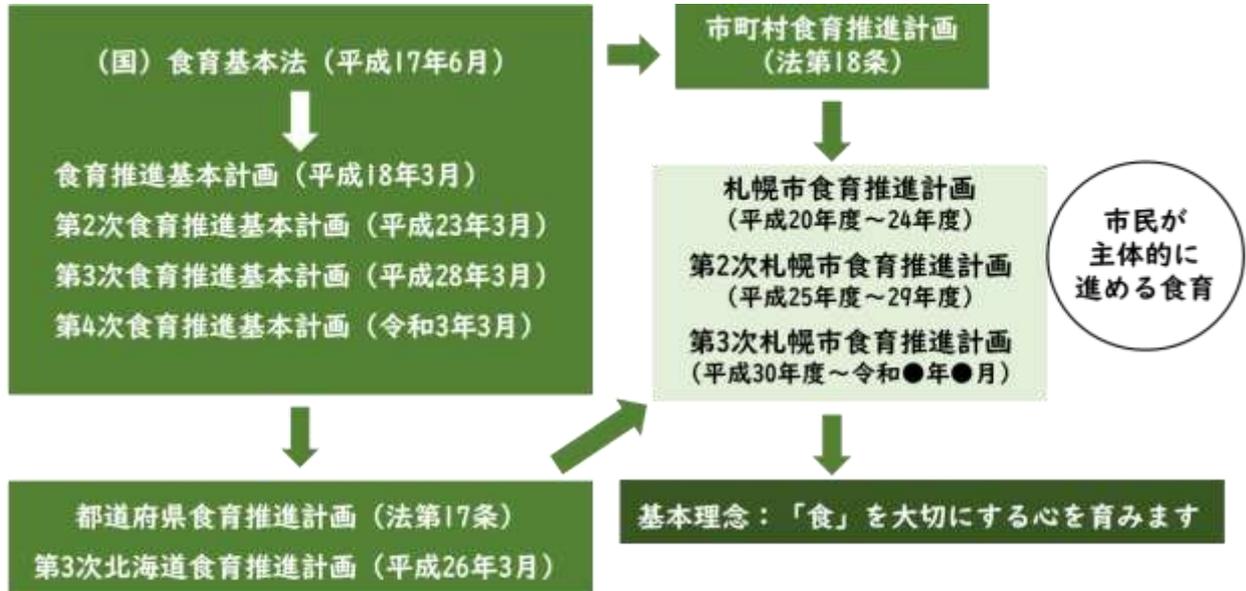
札幌市まちづくり戦略ビジョン

Ⅲ 計画期間

令和5年度(令和6年1月)から令和9年度までの計画とします。なお、社会情勢の変化などにより見直しが生じた場合は必要な措置を講じます。

第2章 第3次札幌市食育推進計画の取組と評価

I 第3次札幌市食育推進計画の概要



Ⅱ 第3次札幌市食育推進計画の取組

1 「健やかで心豊かな食生活の実現」の主な取組

(1) 健康寿命の延伸につながる食育の推進

健康寿命の延伸に向け、生活習慣病の発症・重症化を予防し、子どもから高齢者まで全ての市民が健やかで心豊かに生活できる、活力ある社会の実現を目指しました。

(2) 若い世代を中心とした食育の推進

特に若い世代は、食に関する知識や意識、実践状況の面で課題が多く、これから親になる世代でもあることから、こうした世代に向けた食育を推進し、次世代に伝えつなげていけるよう取り組みました。

(3) 多様な暮らしに対応した食育

世帯構造や社会環境が変化し、家庭生活の状況が多様化する中で、全ての市民が健全で充実した食生活を送ることができるよう、コミュニケーションの場や共食の機会を増やす食育を進めました。

2 「食の循環や環境・安全を意識した食生活」の主な取組

(1) 環境に配慮した食生活の推進

食べ残しや食品廃棄等の食品ロスにより、環境への負荷*を生じさせていることから、環境に配慮した食生活の普及・啓発を行いました。

(2) 「食」の安全・安心の確保の推進

食品事業者が食品の安全性の確保に万全を期すと共に、食品を消費する立場にある市民自らが「食」を適切に選択し、安心して食生活を送ることができるよう、知識と理解を深めることに努めました。

(3) 農業を身近に感じる都市環境の実現

地元でとれた食材を意識して活用することや、農に触れる機会を作ることで、食の循環を理解し、食に対する感謝の心を深めることにつなげました。

3 「食文化の継承と食育推進体制の整備」の主な取組

(1) 食文化の継承と食環境整備

和食がユネスコ無形文化遺産に登録されたことを踏まえ、伝統的な食文化や食事の作法を理解し親しむ市民を増やす取組を行いました。

(2) 「さっぽろ食スタイル」の推進

栄養バランスのとれた健康的な食事と、北海道の豊かな食材を使用した食事に、環境配慮の要素を加えた食生活である「さっぽろ食スタイル」を推進しました。

(3) 地域における食育推進体制整備

食育ボランティアや学生ボランティアの食育活動を支援、拡充し、市民一人一人が健康で豊かな食生活を実践できるよう、取り組みました。

Ⅲ 第3次札幌市食育推進計画 指標の達成状況

指標	第3次策定時 (平成28年度)	目標値	現状値	評価
①食育に関心を持っている人の割合	67.8%	90%以上	72.4% ※1	○
②朝食を欠食する子どもの割合(小学6年生)	5.8%	0%	7.1% ※2	▼
③朝食を欠食する若い世代の割合(20歳代~30歳代)	25.6%	15%以下	37.5% ※3	▼
④ふだんから適正体重の維持や減塩等に気をつけた食生活を実践する人の割合	51.9%	75%以上	65.7% ※1	○
⑤野菜の摂取量(幼児:4~5歳児)	168.9g	200g	222.5g ※3	◎
⑥野菜の摂取量(児童:小学3~4年生)	274.0g	280g	206.6g ※3	▼
⑦野菜の摂取量(中学生以上)	286.5g	350g以上	281.9g ※3	△
⑧牛乳・乳製品の摂取量(1歳以上)	136.4g	150g	143.8g ※3	○
⑨主食・主菜・副菜を組み合わせた食事をする人の割合(1日2回以上)(全年代)	55.4%	62%以上	49.2% ※1	▼
⑩主食・主菜・副菜を組み合わせた食事をする人の割合(1日2回以上)(20歳代~30歳代)	40.0%	55%以上	34.3% ※1	▼
⑪主食・主菜・副菜を組み合わせた食事をする人の割合(1日2回以上)(70歳代以上)	69.4%	75%以上	61.0% ※1	▼
⑫朝食を誰かと一緒にとる子どもの割合(小学5年生)	78.7%	90%以上	80.2% ※5	○
⑬家族や友人、職場や地域の人などと共食する人の割合(全年代)	82.7%	88%以上	78.2% ※1	▼
⑭家族や友人、職場や地域の人などと共食する人の割合(70歳代以上)	72.1%	77%以上	74.3% ※1	○
⑮ゆっくりよく噛んで食べる人の割合	51.1%	55%以上	53.3% ※3	○
⑯生ごみの減量・リサイクルに取り組んでいる世帯の割合	86.9%	95%	93% ※6	○
⑰野菜作りや収穫体験などの「農」体験をした人の割合	36.4%※7	41.4%	51.5% ※4	◎
⑱さとらんどの来園者数	70万人	75万人	17.6万人※8	▼
⑲北海道産食品(米など)や札幌産の食品を利用する人の割合	65.6%	85%以上	74.4% ※4	○
⑳伝統的な食文化(行事食や郷土料理、だしの文化など)に親しむ人の割合(全年代)	77.5%	83%以上	72.7% ※1	▼
㉑伝統的な食文化(行事食や郷土料理、だしの文化など)に親しむ人の割合(20歳代~30歳代)	70.0%	75%以上	64.2% ※1	▼
㉒食育ボランティア数	2,111人	2,750人	1,231人※9	▼
㉓食品の安全性に関する知識があると思う市民の割合	35.6%	80%以上	62.6%※10	○

※1 令和4年度第4回市民意識調査(総務局)

※3 令和4年度札幌市健康・栄養調査(保健福祉局)

※5 令和2年度札幌市の児童生徒の実態に関する基礎調査(教育委員会)

※7 平成30年度第2回市民意識調査(総務局)

※9 食育ボランティア数(ボランティア団体・会員数)※令和4年度末(保健福祉局・経済観光局)

※2 令和4年度全国学力・学習状況調査実施報告書(教育委員会)

※4 令和4年度市民インターネットアンケート調査(総務局)

※6 第2次札幌市まちづくり戦略ビジョン(ビジョン編)本書

※8 令和4年度版札幌の観光(経済観光局)

※10 令和4年度第1回市民意識調査(総務局)

評価:計23

◎:目標達成…2 / ○:目標達成はしていないが、第3次計画策定時から改善…9 /

△:目標を達成せず、第3次計画策定時から改善していない…1 / ▼:第3次計画策定時から低下…11

IV 札幌市の食育の現状と課題

・グラフの数値は四捨五入のため、内訳合計が総数に合わないことがあります。

・平成28年調査は第3次札幌市食育推進計画策定時、平成23年調査は第2次札幌市食育推進計画策定時を示します。

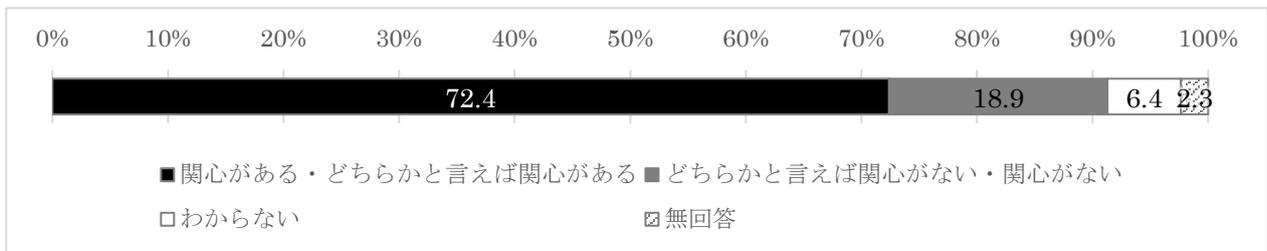
1 食育への関心について

(1) 現状

① 食育に関心を持っている人【第3次計画：指標1】【第4次計画：指標1】

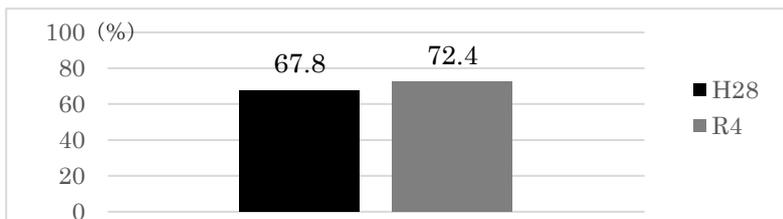
- ・ 食育に関心のある人(「関心がある」「どちらかといえば関心がある」)の割合は全体で72.4%と、平成28年調査より4.6ポイント増加しています(図1-1、図1-2)。
- ・ 食育に関心を持っている人は、平成28年調査から比較すると若い世代や働く世代で関心度が増加している傾向が見られます(図1-2、図1-3)。

図1-1 食育に関心を持っている人



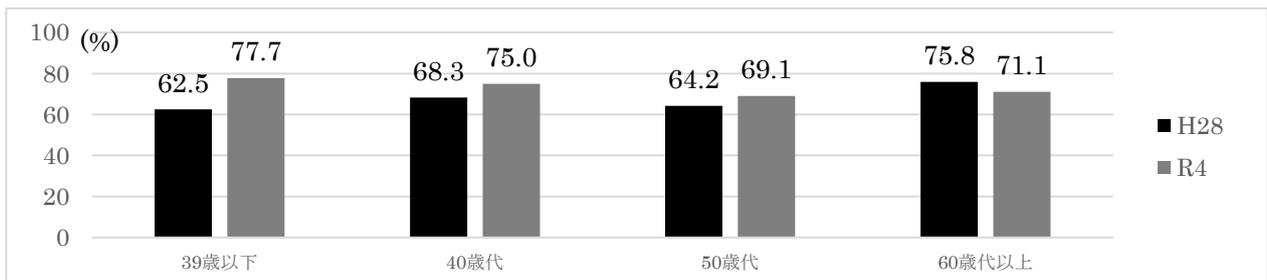
資料：令和4年度第4回市民意識調査(札幌市総務局)

図1-2 食育に関心を持っている人(「関心がある」・「どちらかといえば関心がある」)(年次推移)



資料：平成28年度市民インターネットアンケート調査(札幌市総務局)、令和4年度第4回市民意識調査(札幌市総務局)

図1-3 食育に関心を持っている人(「関心がある」・「どちらかといえば関心がある」)(年齢別)

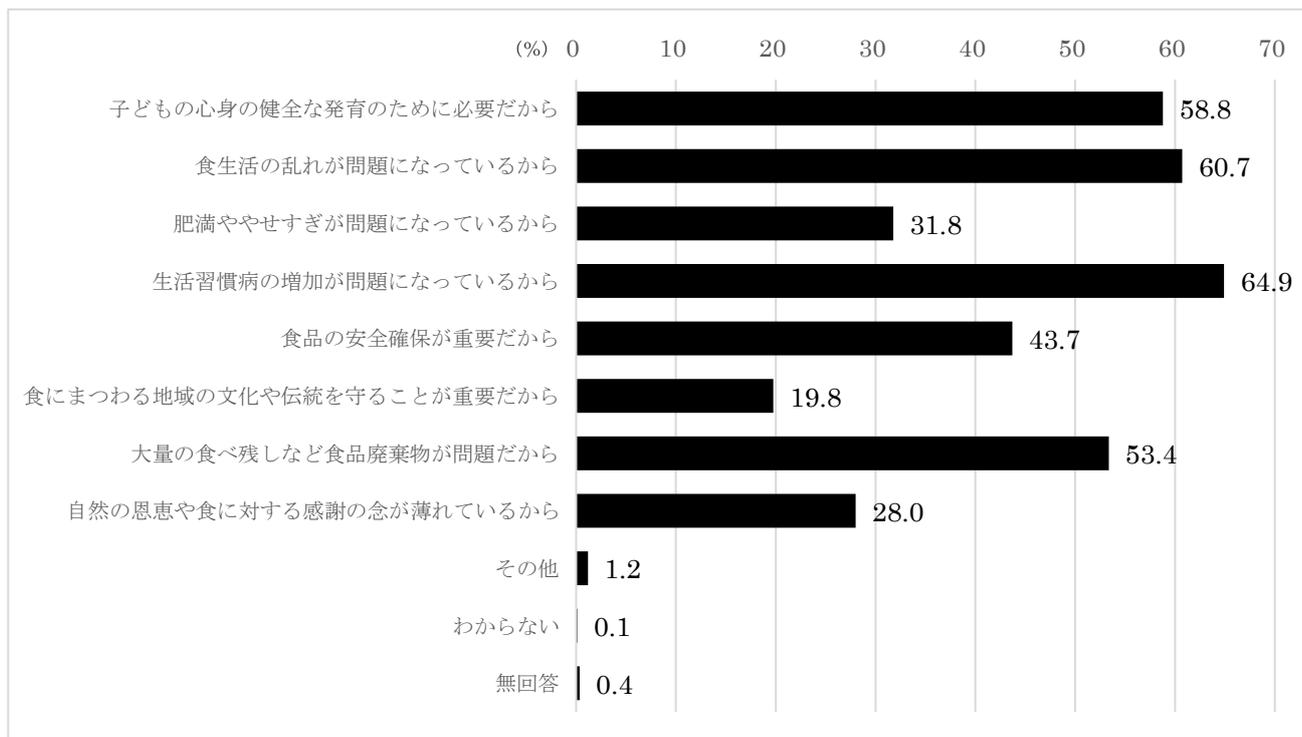


資料：平成28年度市民インターネットアンケート調査(札幌市総務局)、令和4年度第4回市民意識調査(札幌市総務局)

② 食育に関心を持っている理由

- ・ 食育に関心を持っている理由としては「生活習慣病の増加が問題になっているから」が64.9%で最も多く、次いで「食生活の乱れが問題になっているから」が60.7%、「子どもの心身の健全な発育のために必要だから」が58.8%の順となっています(図2)。

図2 食育に関心を持っている理由



資料:令和4年度第4回市民意識調査(札幌市総務局)

(2) 成果と課題

- ・ 食育に関心を持っている人は、第3次計画の目標値に達していませんが、年々増加傾向にあり、目標値に向かって推移しています。
- ・ 食育に関心を持っている人は、生活習慣病予防や食生活の改善、子どもの心身の健全な発育等、健康の維持増進や疾病予防への関心とつながっています。
- ・ 目標の達成や健康の維持増進及び健康寿命の延伸を図るためには、一人ひとりが自ら望ましい食生活の実践を心掛けることが必要であり、そのためには食育を市民運動として推進し、より多くの市民に食育に関心を持ってもらうことが必要です。
- ・ 改善は見られたものの、目標値には達していないことから、引き続き、若い世代や子育て世代でもある働く世代を対象とした食育活動を行っていく必要があります。

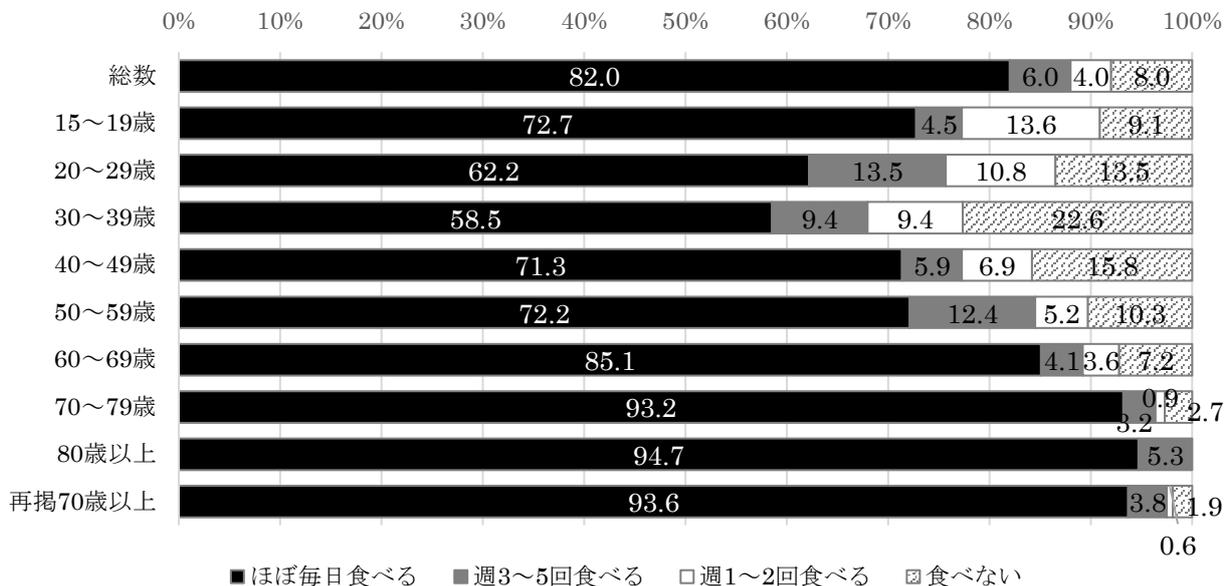
2 朝食摂取について

(1) 現状

① 朝食の摂取状況【第3次計画：指標3】【第4次計画：指標3】

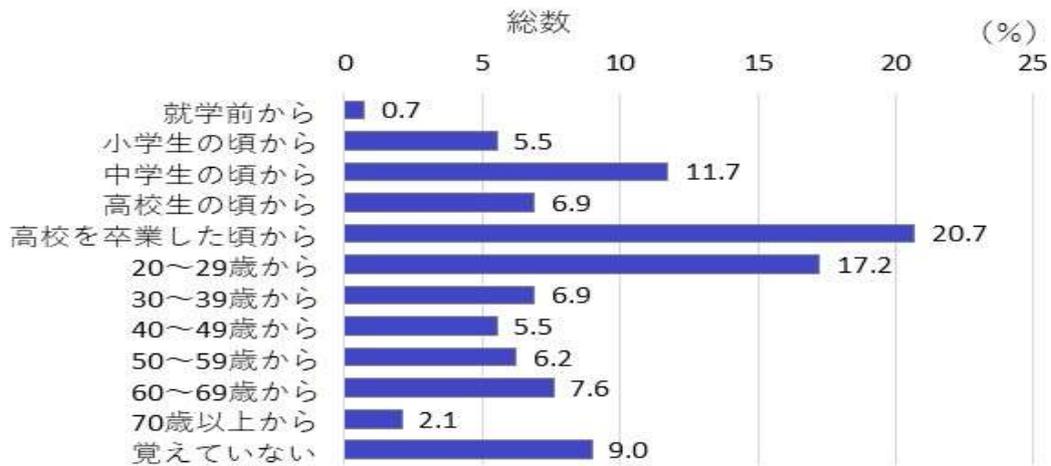
- ・ 普段、朝食を「ほぼ毎日食べる人(15歳以上)」は、全体で82.0%です(図3-1)。
- ・ 年齢別では30歳代が58.5%と最も低く、次に20歳代の62.2%です(図3-1)。若い世代や働く世代に朝食の欠食が多い傾向があります。
- ・ 朝食を欠食する人で、朝食を食べなくなった時期は、「高校を卒業した頃から」以降が最も多く、20.7%を占めています(図3-2)。
- ・ 朝食を欠食する(「週に3～5回食べる」「週に1～2回食べる」「食べない」)60歳以降の人は、他の年代に比べ少ない状況です(図3-1)。しかし、65歳以上の30.5%の人が60歳代から朝食を食べなくなったと回答しています(図3-3)。
- ・ 朝食を食べない最も大きな理由については、「食欲がわからない」が31.4%と最も多く、次に「時間がない」17.9%、「朝食を食べるより寝ていたい」が15.7%と多くなっています(図3-4)。
また、どの年代においても「食欲がわからない」と回答した人が最も多く、その割合は65歳以上で43.8%と多くなっています(図3-5)。

図3-1 朝食摂取状況(15歳以上、年齢別)



資料：令和4年札幌市健康・栄養調査

図 3-2 朝食を食べなくなった時期(回答者 145 人)



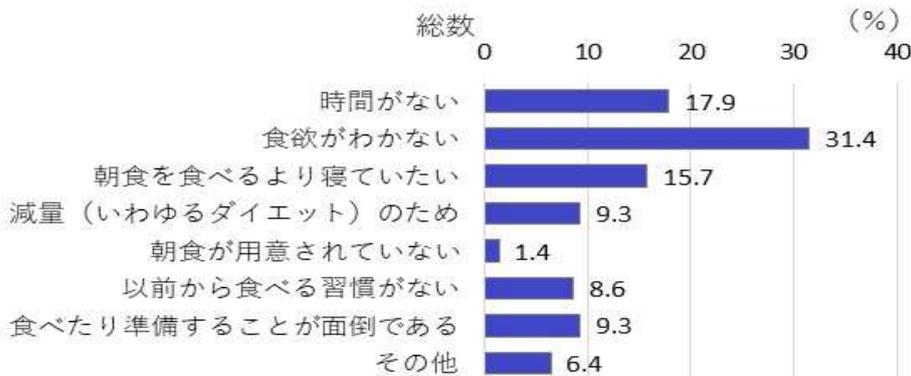
資料:令和4年札幌市健康・栄養調査

図3-3 朝食を食べなくなった時期(年齢別)



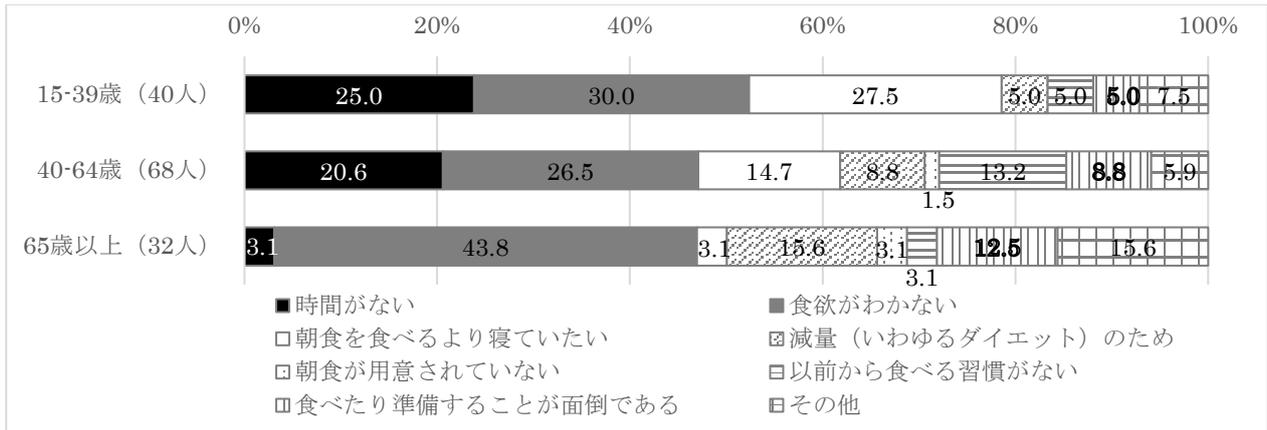
資料:令和4年札幌市健康・栄養調査

図3-4 朝食を食べない最も大きな理由(回答者140人)



資料:令和4年札幌市健康・栄養調査

図3-5 朝食を食べない最も大きな理由(年齢別)

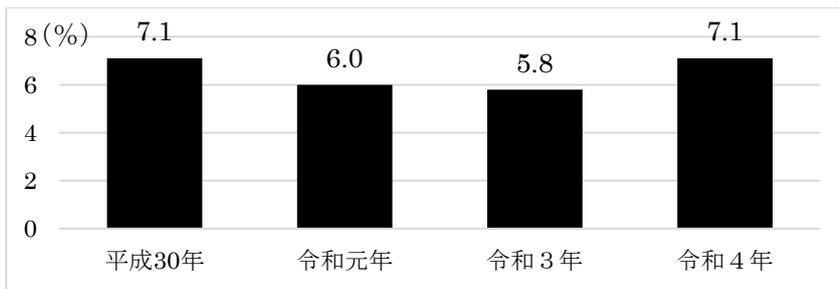


資料:令和4年札幌市健康・栄養調査

② 朝食を欠食する子ども(小学6年生)【第3次計画:指標2】【第4次計画:指標2】

- ・ 朝食を欠食する子ども(小学6年生)は、7.1%です(図4)。

図4 朝食を欠食する子ども(小学6年生)



資料:全国学力・学習状況調査実施報告書

(2) 成果と課題

- ・ 朝食を欠食する子ども(小学6年生)は、第3次計画の目標値に達しておらず、ほぼ横ばいの状況です。
- ・ 朝食を毎日食べることは、健康的な生活習慣の確立につながり、特に成長期にある子どもにとっては、生活リズムと体内リズムを整える上で非常に大切です。就寝時間や起床時間との関連性が見られることから、引き続き「早寝早起き朝ごはん運動」*の推進(平成18年～文部科学省)等と一体的に取り組む必要があります。子どもにおいては、保育所、幼稚園、学校教育活動全体を通じた食育推進等における食育推進の他、家庭と一体となり「習慣づくり」「環境づくり」等に取り組むことが大切であり、取組や啓発方法の工夫が必要です。
- ・ 朝食を欠食する人は、他の世代に比べて若い世代や働く世代(20～50歳代)が高い傾向にあります。朝食を欠食する理由については、「食欲がわかない」「朝食を食べるより寝ていたい」が多いことから、望ましい生活習慣の実践とあわせて取り組む必要があります。
- ・ 60歳以降の朝食の欠食については、高齢者の低栄養予防、フレイル予防の観点から、適正な栄養量や上手な栄養の取り方、運動習慣等の必要性について啓発が必要です。

3 生活習慣病予防のための食生活について

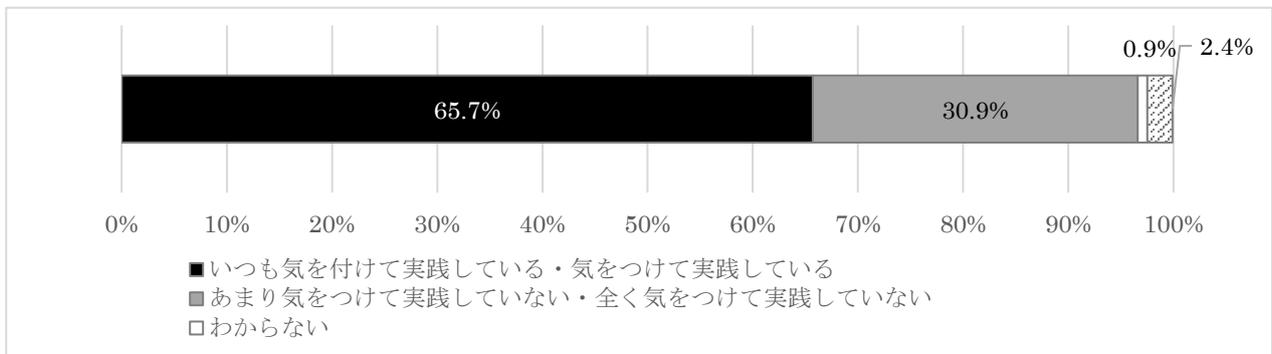
(1) 現状

① ふだんから適正体重の維持や減塩等に気をつけた食生活を実践する人

【第3次計画:指標4】【第4次計画:指標4】

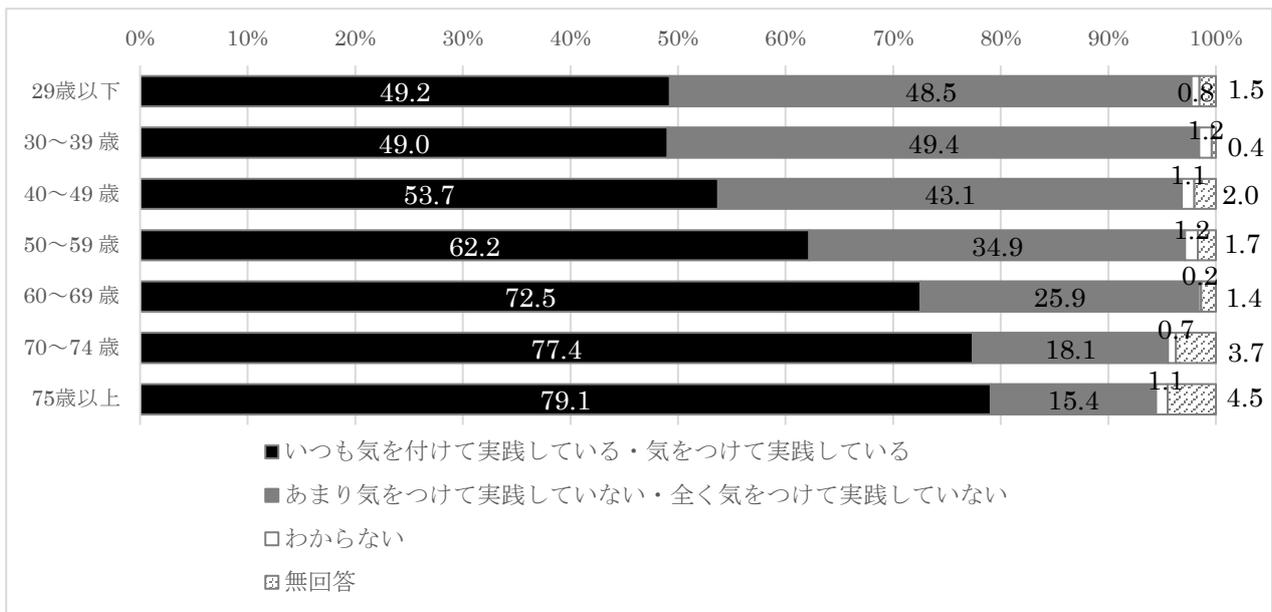
- ふだんから適正体重の維持や減塩等に気をつけた食生活を実践する人は65.8%で、平成28年度調査より13.9ポイント増加しています(図5-1)。年齢別にみると、30歳代が49.0%で最も低く、次いで29歳以下が49.2%、40歳代が53.7%となっています。70歳未満ではいずれも目標値の75%より低い状況です(図5-2)。

図5-1 ふだんから適正体重の維持や減塩等に気をつけた食生活を実践する人



資料:令和4年度第4回市民意識調査(札幌市総務局)

図5-2 ふだんから適正体重の維持や減塩等に気をつけた食生活を実践する人(年齢別)



資料:令和4年度第4回市民意識調査(札幌市総務局)

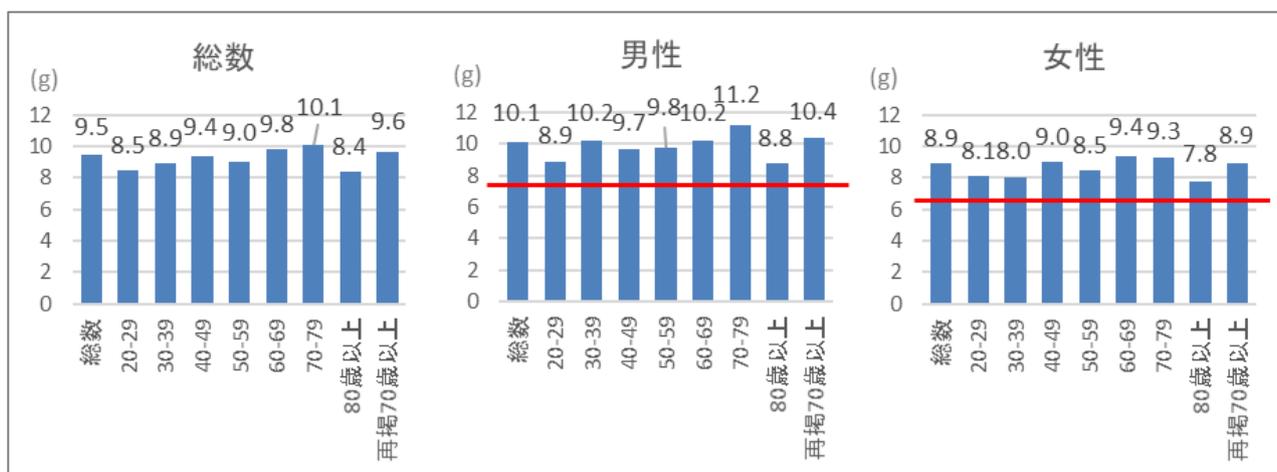
② 1日当たりの食塩摂取量(20歳以上)【第4次計画:指標5(新規)】

- ・ 1日当たりの食塩摂取量は、全体では9.5gで、性別では男性で10.1g、女性で8.9gです。男女ともに全世代で食塩摂取目標量より1g以上多く摂取しています(図6-1)。
- ・ 年齢別では、70歳代で10.1gと最も多くなっています(図6-1)。
- ・ 食品群別摂取量は調味料からの摂取が約7割となっています(図6-2)。

*1日の食塩摂取目標量

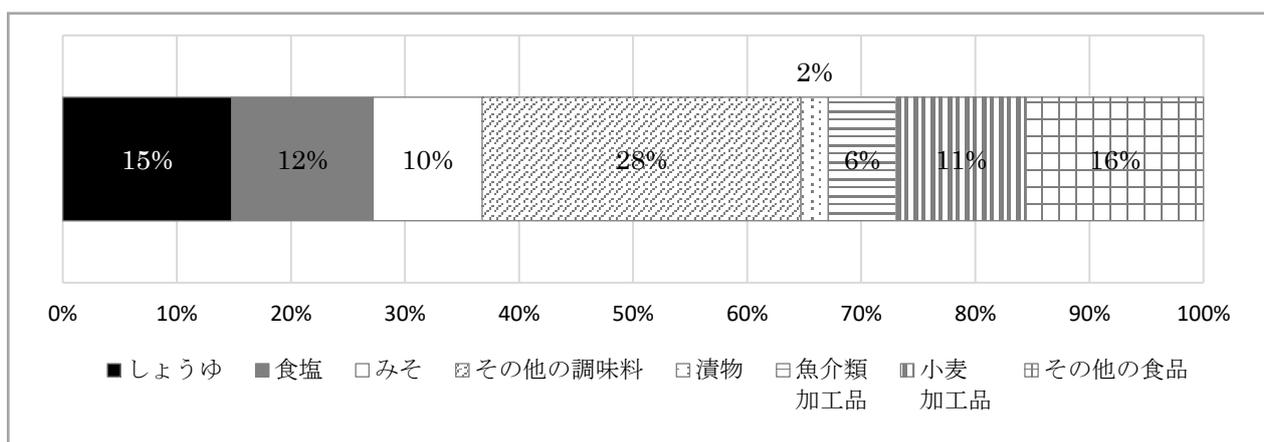
日本人の食事摂取基準 2020年版(厚生労働省):男性 7.5g未満、女性 6.5g未満

図6-1 1日当たりの食塩摂取量(20歳以上、性・年齢別)



資料:令和4年札幌市健康・栄養調査

図6-2 食品群別食塩摂取量(20歳以上)



資料:令和4年札幌市健康・栄養調査

③ 1日当たりの野菜摂取量【第3次計画:指標5・6・7】【第4次計画:指標6】

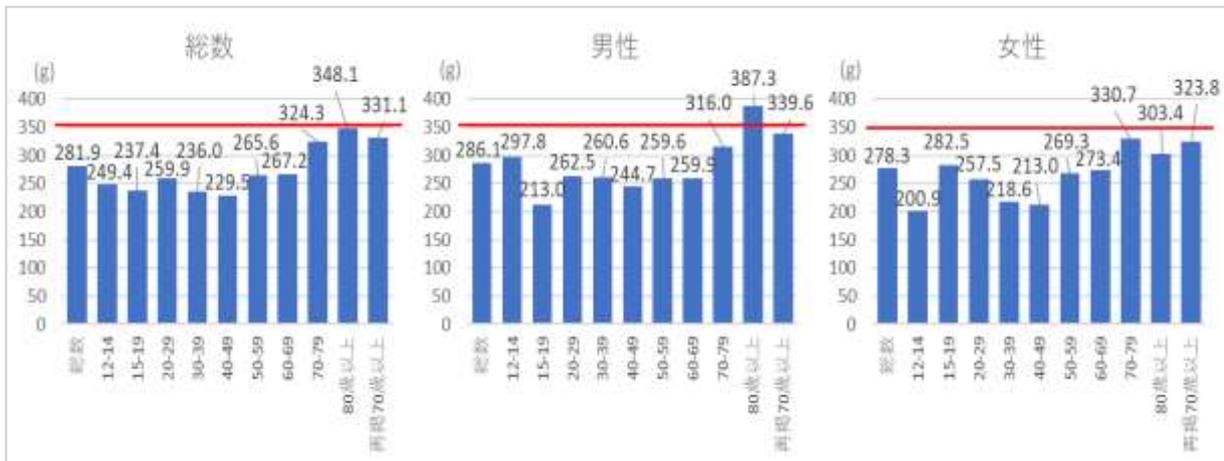
- ・ 1日当たりの野菜摂取量は全体では284gで、目標値には達していません(図7-1)。
- ・ 性・年齢別でみると男女ともに40歳代が最も少なく、70歳以上では多い傾向にあります(図7-2)。
- ・ 野菜摂取目標量が350g以上であることを知っている人は、知らない人と比べ、野菜を350g以上摂取している人が8.5ポイント多く、摂取量も多い傾向にあります(図7-3)。

図7-1 1人当たりの野菜摂取量(年次推移) 目標値 350g以上(20歳以上)



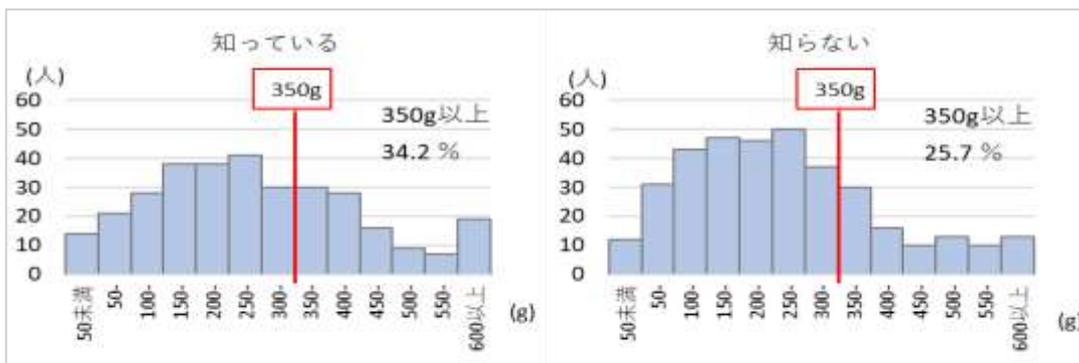
資料:令和4年札幌市健康・栄養調査

図7-2 1人当たりの野菜摂取量(12歳以上、性・年齢別)



資料:令和4年札幌市健康・栄養調査

図7-3 野菜摂取量350g以上であることの認識と実際の摂取量分布(20歳以上)

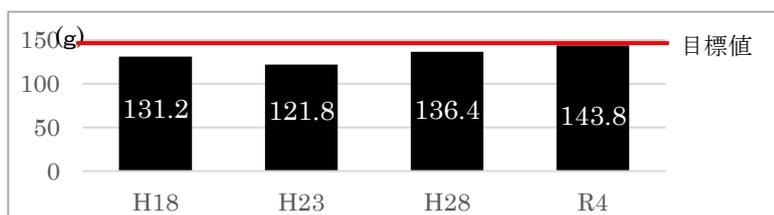


資料:令和4年札幌市健康・栄養調査

④ 1日当たりの牛乳・乳製品摂取量【第3次計画:指標8】【第4次計画:指標8】

- ・ 1日当たりの牛乳・乳製品摂取量は143.8gと、第3次計画策定時より7.4g増加し、目標値の150gに近づいています(図8-1)。
- ・ 年齢別にみると、6-14歳が297.5gと最も多いのに対し、15-19歳では、140.8gと少なくなり、30歳代では最も少なく85.2gで、学校給食が終了する中学校卒業後(15歳以上)のほとんどの年代で目標値より低い状況にあります(図8-2)。
- ・ 20歳以上では、牛乳・乳製品を「ほぼ毎日食べる」人の半数以上が、1日当たり牛乳・乳製品を150g以上摂取しています。また、食べる頻度が少なくなると1日当たり牛乳・乳製品を150g以上摂取している人の割合も低くなる傾向があります(図8-3)。

図8-1 1人当たりの牛乳・乳製品摂取量(年次推移) 目標値 150g



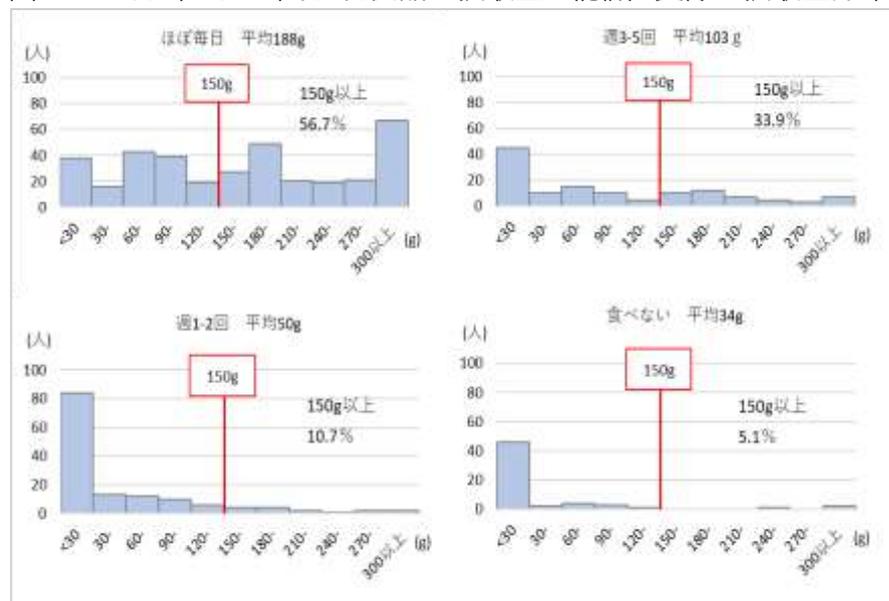
資料:令和4年札幌市健康・栄養調査

図8-2 牛乳・乳製品摂取量(1歳以上、年齢別)



資料:令和4年札幌市健康・栄養調査

図8-3 1日当たりの牛乳・乳製品の摂取量の認識と実際の摂取量分布(20歳以上)



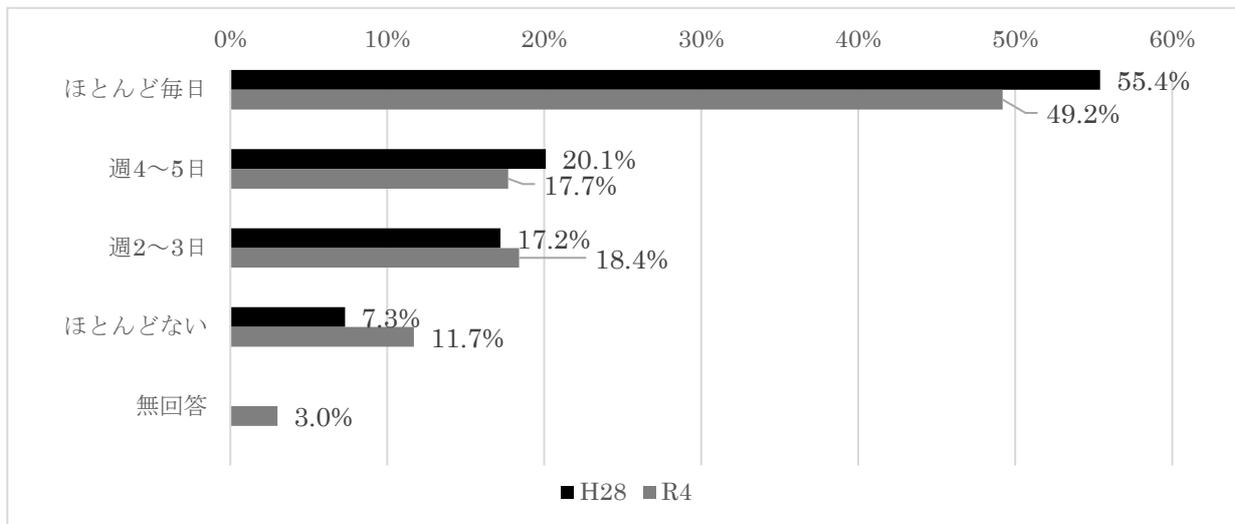
資料:令和4年札幌市健康・栄養調査

⑤ 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事をする人(1日2回以上)

【第3次計画:指標9・10・11】【第4次計画:指標8・9・10】

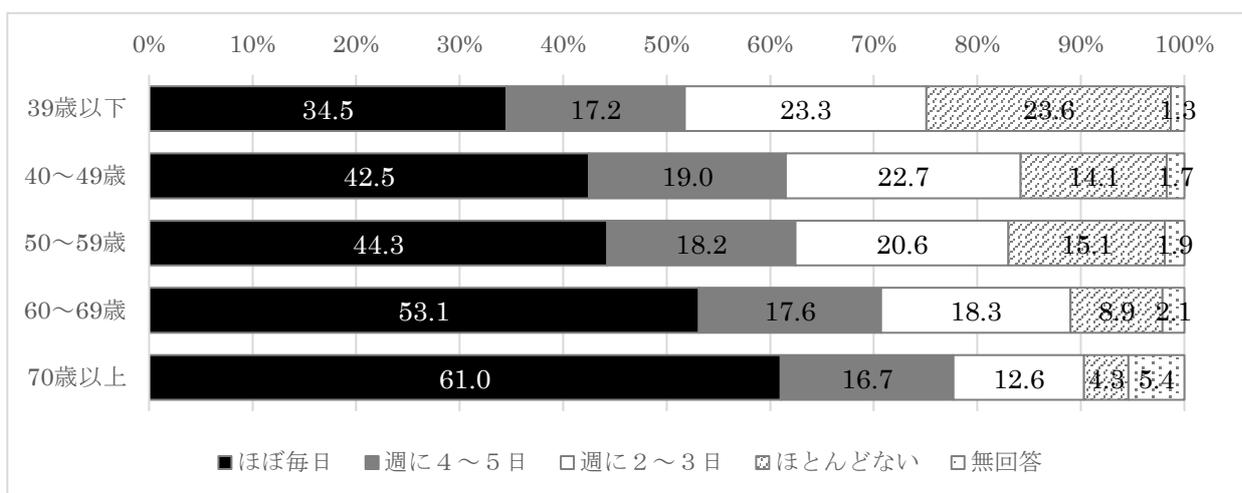
- ・ 「主食・主菜・副菜」を組み合わせた食事を1日2回以上食べることが「ほとんど毎日」の人(全世代)は49.2%と、第3次計画策定時より6.2ポイント減少しています(図9-1)。
- ・ 「主食・主菜・副菜」を組み合わせた食事を1日2回以上食べることが「ほとんどない」人(全世代)は11.7%で、第3次計画策定時より4.4ポイント増加しています(図9-1)。
- ・ 年齢別では、「主食・主菜・副菜」を組み合わせた食事を1日2回以上食べることが「ほとんど毎日」の人は39歳以下で34.5%、70歳以上で61.0%と年齢が高くなるにつれて高くなる傾向があります(図9-2)。

図9-1 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事をする人(1日2回以上)(20歳以上)



資料:令和4年度第4回市民意識調査(札幌市総務局)

図9-2 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事をする人(1日2回以上) (20歳以上、年齢別)



資料:令和4年度第4回市民意識調査(札幌市総務局)

(2) 成果と課題

健康の維持増進や健康寿命の延伸には、生活習慣病予防や低栄養予防に向けた取り組みが大切であり、望ましい食生活の実践はその基盤をなすものです。

「適正体重の維持」や「減塩」、「野菜摂取量」、「牛乳・乳製品摂取量」、「主食・主菜・副菜を組み合わせたバランスの良い食事をとること」等の指標の達成に向けた取組の推進が重要です。

特に課題が多い若い世代や働く世代に対しては健康的な食生活への関心を高めることが必要なことから、食育関係機関や地域、企業及び食育ボランティア等と連携を図り、無関心層も含めた効果的なアプローチを取り入れた取組を進めていく必要があります。

① ふだんから適正体重の維持や減塩等に気をつけた食生活を実践している人

- ・ ふだんから適正体重の維持や減塩等に気をつけた食生活を実践している人は、第3次計画の目標値に達していませんが増加傾向にあり、目標値に向かって推移しています。生活習慣病の予防や改善には、適正体重の維持や減塩等に気をつけた食生活を実践することが重要です。そのためには、規則正しい生活習慣を啓発し、朝食を毎日食べることや、主食・主菜・副菜を組み合わせた薄味の食事を定着させることが大切です。

② 1日当たりの食塩摂取量

- ・ 食塩摂取量は、生活習慣病との関連についての科学的根拠が多く、減塩が血圧低下につながることや循環器疾患を減少させることが報告されています。
- ・ 1日の食塩摂取量は、第3次計画の目標値よりもとり過ぎの傾向がみられます。また、「調味料」からの食塩摂取が大きな比率を占めていることから、調味料からの食塩摂取を減らす工夫等、改善に向けた取組が必要です。

③ 1日当たりの野菜摂取量

- ・ 1日当たりの野菜摂取量は、第3次計画の目標値に達していませんが、ほぼ横ばいに推移しています。野菜を1日350g以上継続してとることで、カリウムやビタミン、食物繊維等の摂取が期待でき、栄養バランスが整うことだけでなく、満腹感が得られ食べすぎを防ぐ等で適正体重の維持にもつながり生活習慣病の予防が期待できます。特に野菜摂取量が少なく課題が多い若い世代や働く世代を中心に、重点的に取り組むことが必要です。

④ 1日当たりの牛乳・乳製品摂取量

- ・ 1日当たりの牛乳・乳製品摂取量は、第3次計画の目標値に達していませんが増加傾向にあり、目標値に向かって推移しています。
- ・ 牛乳・乳製品は、骨や歯の健康に不可欠な栄養素であるカルシウムの主要な供給源です。20歳以上の牛乳・乳製品を「ほぼ毎日食べる」人においては、1日当たり牛乳・乳製品を150g以上摂取している人の割合が半数以上であることから毎日食べるよう働きかけ、摂取量の増加を促し、さらに目標値に近づけていくことが必要です。

⑤ 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事をする人

- ・ 「主食・主菜・副菜を組み合わせた食事をする人」(1日2回以上)は、第3次計画策定時よりも減少し、目標値から遠ざかる傾向にあります。
- ・ 適切な量と質の食事は、生活習慣病予防の基本と考えられ、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事は、食事全体の栄養バランスの目安となります。若い世代ほど主食・主菜・副菜を組み合わせた食事をする人の割合が低くなる傾向があり、さらに50歳代までの世代においては、その割合が半数を下回っていることから、若い世代や働く世代を中心とした取組が必要です。

4 肥満とやせについて

(1) 現状

① 肥満とやせ

- ・ 性・年齢別での肥満の割合は、男性は全体で30.5%、20歳代は18.8%と最も低く、30歳代から50歳代で40%以上と高い傾向にあります。女性は全体で17.3%、20歳代と30歳代ではそれぞれ5.9%、7.4%と低く、40歳代と80歳以上で20%以上とやや高い傾向です。肥満の割合は、男性の方が女性より高い傾向にあります(図10-1、図10-2)。
- ・ 性・年齢別でのやせの割合は、男性は全体で1.9%です。女性は全体で14.9%、20歳代で40%以上と高い傾向です。やせの割合は、女性の方が高い傾向にあります(図10-3、図10-4)。
- ・ 65歳以上の低栄養傾向(BMI* $\leq 20\text{kg}/\text{m}^2$)の人の割合は、全体で17.3%、性別では、男性で9.3%、女性で24.4%です(図10-5)。特に75歳から79歳の女性は30%以上と割合が高く、女性の方が男性よりも割合が高い傾向にあります。

図10-1 肥満の割合(男性)

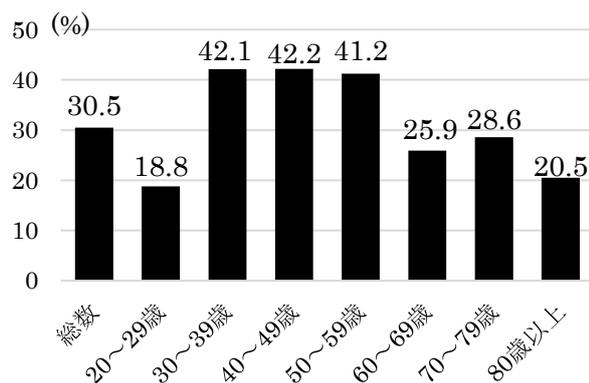
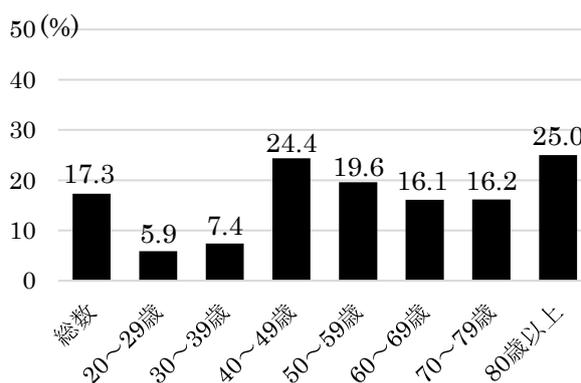
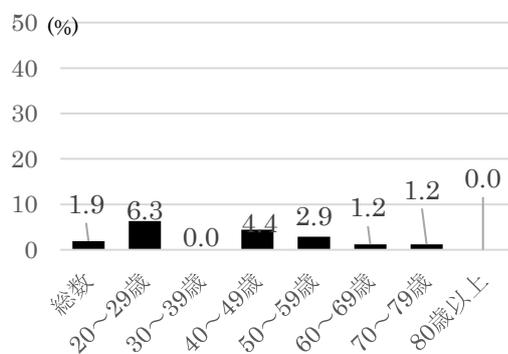


図10-2 肥満の割合(女性)



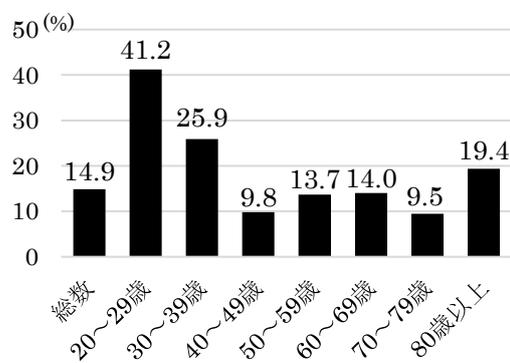
肥満 BMI $\geq 25\text{kg}/\text{m}^2$

図10-3 やせの割合(男性)



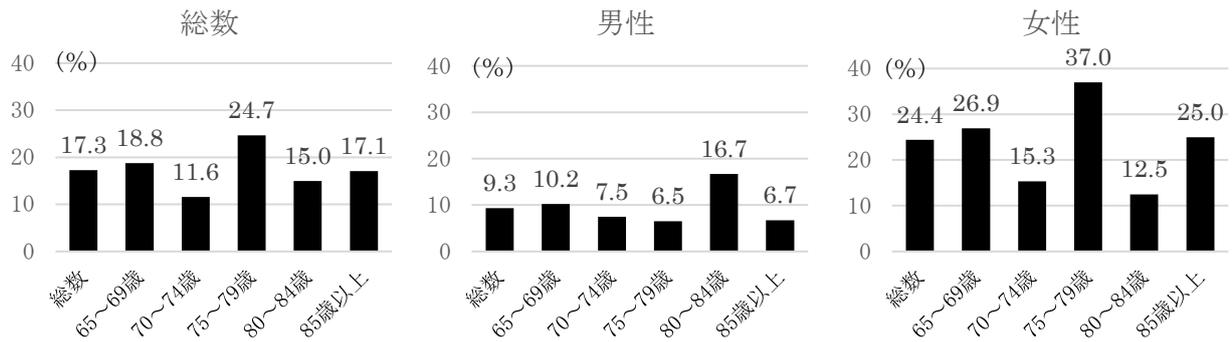
やせ: BMI $< 18.5\text{kg}/\text{m}^2$

図10-4 やせの割合(女性)



資料:令和4年札幌市健康・栄養調査

図 10-5 低栄養傾向の人の割合(65 歳以上、BMI \leq 20 kg/m²)(性・年齢別)



資料:令和4年札幌市健康・栄養調査

(2) 成果と課題

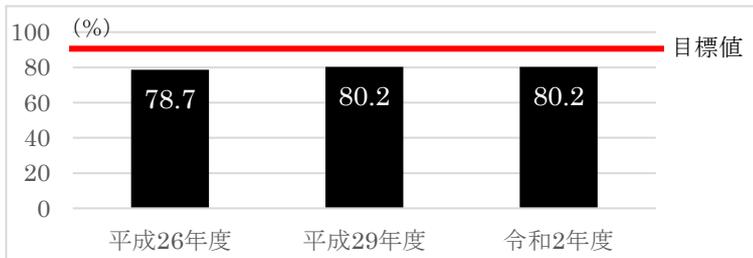
- ・ 肥満の割合は、男性の30歳代から50歳代の働く世代においては、2～3人に一人と高い傾向にあることから改善する必要があります。
- ・ やせの割合は、女性の方が高い傾向にあり、特に、20歳代の若い世代で高い傾向にあります。20歳代は子育て世代でもあることから、母子が心身ともに健やかな日常生活を過ごすためにも、バランスのよい豊かな食生活の実践や適正体重の維持に向けて食育を進めていく必要があります。
- ・ 男女ともに65歳以降でやせの割合及び低栄養傾向の人(BMI \leq 20.0kg/m²)の割合が高くなる傾向にあることから、高齢者に対しては、日常の食生活等において栄養バランスのとれた食事を楽しむことや少量でも上手に栄養をとる方法等を周知し、低栄養予防や適正体重の維持、体力の維持増進に努め、フレイル予防を推進していくことが重要です。
- ・ 健康寿命を延伸させるには、全世代に対して望ましい食生活の実践や健康的な生活習慣の定着等、健康づくりに向けた一体的な取組が重要です。

5 誰かと一緒に食事をするについて(共食)

(1) 現状

- ① 朝食を誰かと一緒にする子ども(小学5年生) 【第3次計画:指標12】【第4次計画:指標11】
- 誰かと一緒に食事をする小学5年生は80.2%で、第3次計画策定時から横ばいで推移しています(図11)。

図11 誰かと一緒に食事をする小学5年生(年次推移) 目標値 90%以上

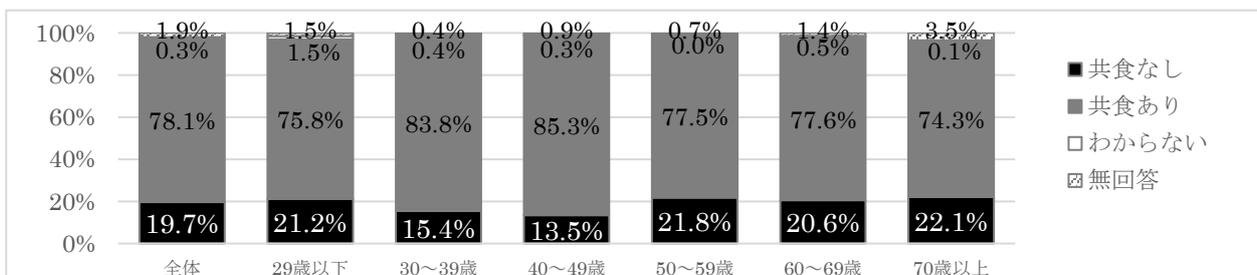


資料:札幌市の児童生徒の実態に関する基礎調査(札幌市教育委員会)

- ② 家族や友人、職場や地域の人などと一緒に食事をする人(共食) 【第3次計画:指標13・14】【第4次計画:指標12・13】

- 週に2日以上、家族や友人・職場や地域の人たちなどと一緒に食事をする人は、78.1%と第3次計画策定時より4.6ポイント低下しています。年齢階級別にみると、70歳以上は第3次計画策定時よりわずかに上昇し、74.3%です(図12)。

図12 家族や友人、職場や地域の人などと一緒に食事をする人(共食)(18歳以上)



資料:令和4年度第4回市民意識調査(札幌市総務局)

(2) 成果と課題

- 「誰かと一緒に食事をする子ども(小学5年生)」の割合に変化はなく、ほぼ横ばいで推移しています。
- 日常生活の基盤である家庭や保育園、幼稚園、学校等において、家族や仲間と共に食事をすることでコミュニケーションを図り、心を通わせることなどを通じて食の楽しさを実感することができます。食事の場は、子どもが食や生活に関する知識を習得する大切な機会となります。特に家庭においては、望ましい生活習慣の実践を促し、健全な心身を培い豊かな人間性を育てていくうえで共食の機会を持つことは大切です。
- 近年は新型コロナウイルス感染症の影響や生活の多様化等により、共食や食事の場でのコミュニケーションが難しい状況がありましたが、今後は「新しい生活様式*」などを踏まえて、共食のメリットをいかして、子どもの心身の健康保持増進に役立てていくことが必要です。

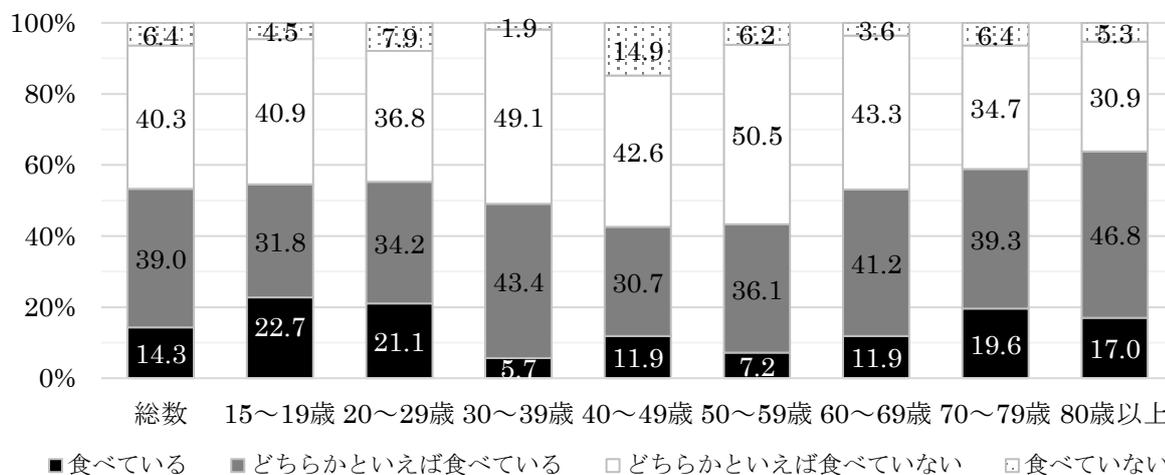
6 よく噛んで食べることについて

【第3次計画:指標15】【第4次計画:指標14】

(1) 現状

- ・ ゆっくりよく噛んで食べる人(「食べている」「どちらかといえば食べている」)は53.3%です。
- ・ 年齢別では、ゆっくりよく噛んで食べている人が80歳以上で最も高く63.8%で、40歳代が最も低く42.6%です(図13)。

図13 ゆっくりよく噛んで食べている人(15歳以上、年齢別)



資料:令和4年札幌市健康・栄養調査

(2) 成果と課題

- ・ 「ゆっくりよく噛んで食べている人」は、第3次計画の目標値に達していませんが、増加傾向にあり目標値に向かって推移しています。
- ・ 40歳代、50歳代で「ゆっくりよく噛んで食べている人」の割合が低い傾向にあります。
- ・ ゆっくりよく噛んで食べることは、「味わう」ことにつながり、快適な食生活を送るための基本と考えられ、生活の質の向上を図る上で大切です。また、はや食いの習慣がある人には肥満者が多いことが報告されています。ゆっくりよく噛んで食べる人が増加することは、食生活の質を高め、健康寿命の延伸に繋がることから、子どもの口腔機能の発達を促すことや高齢者の口腔機能の低下への対応を行う等、乳幼児期から高齢期まで、各ライフステージの必要性に応じた取組を推進していく必要があります。

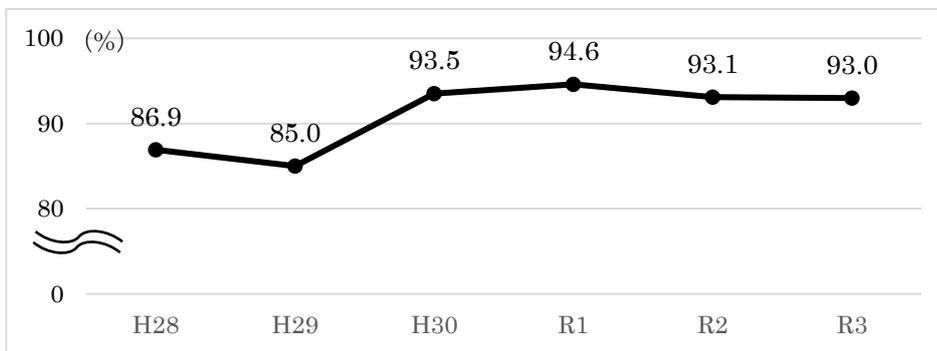
7 家庭ごみの量や食品ロスについて

(1) 現状

① 生ごみの減量・リサイクルに取り組んでいる世帯【第3次計画:指標16】【第4次計画:指標18】

- ・ 生ごみの減量・リサイクルに取り組んでいる世帯は令和3年度で93%です(図14)。
- ・ 資源ごみを含む家庭ごみと事業ごみの一人1日当たりの排出量は、政令指定都市の中でもトップレベルの少なさとなっています。

図14 生ごみの減量・リサイクルに取り組んでいる世帯の割合

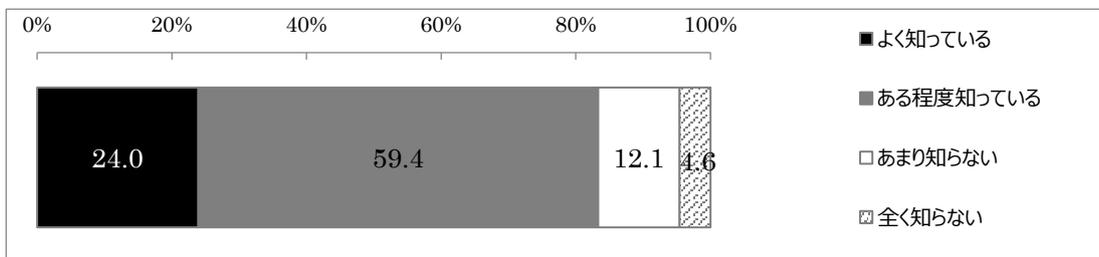


資料:第2次札幌市まちづくり戦略ビジョン(ビジョン編)本書

② 食品ロス削減について

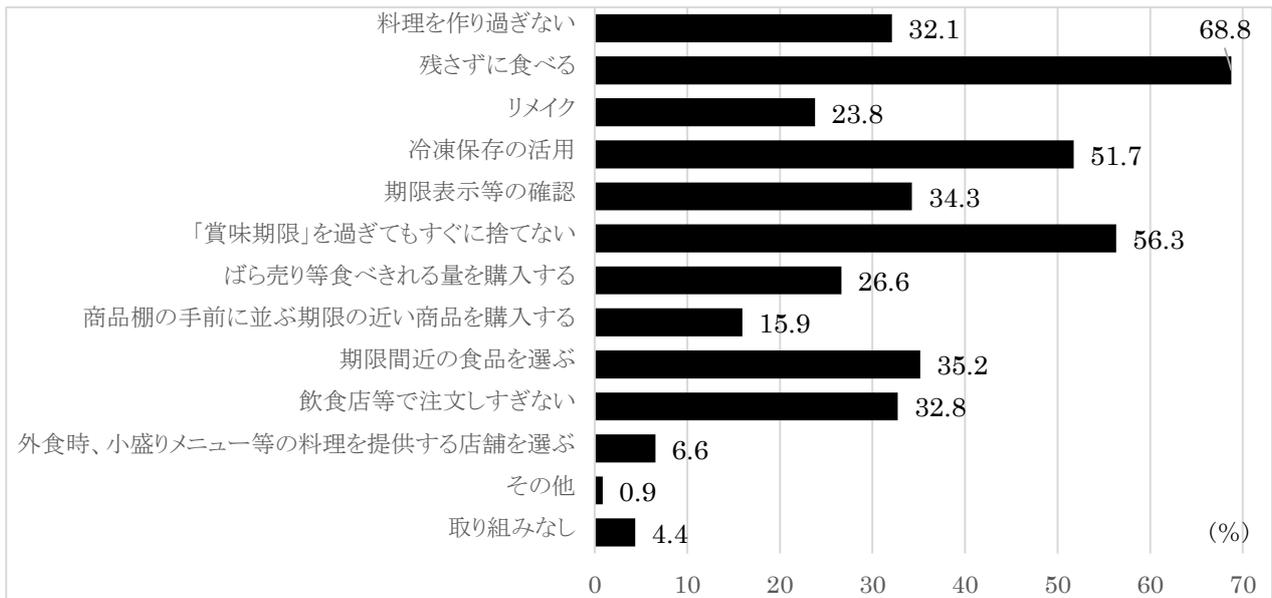
- ・ 食品ロスの問題を知っている人(「よく知っている」「ある程度知っている」)は83.4%です(図15-1)。
- ・ 食品ロスを減らすための取組としては、「残さずに食べる」が68.8%と最も多く、次に「『賞味期限』を過ぎてもすぐに捨てない」「冷凍保存の活用」の順に多い結果となっています(図15-2)。

図15-1 「食品ロス」の問題を知っている人



資料:令和4年度市民インターネット調査(札幌市総務局)

図15-2 食品ロスを減らすための取組



資料：令和4年度市民インターネット調査(札幌市総務局)

(2) 成果と課題

- ・ 生ごみの減量・リサイクルに取り組んでいる世帯については、第3次計画の目標値にわずかに達していませんが、家庭からの生ごみ減量やリサイクルに向けた取組を推進してきており、平成30年以降は目標値に近い値で横ばいに推移しています。
- ・ 持続可能な開発目標(SDGs)において、食品ロスの削減は主要な課題となっています。市民一人一人が食品ロスの現状やその削減の必要性について認識を深め、引き続き、家庭ごみ等を減らすために、食材の使いきり、食べきりを心がけ、食品のムダをできるだけ少なくする食品ロスの削減に、自ら主体的に取り組んでいくことが重要です。

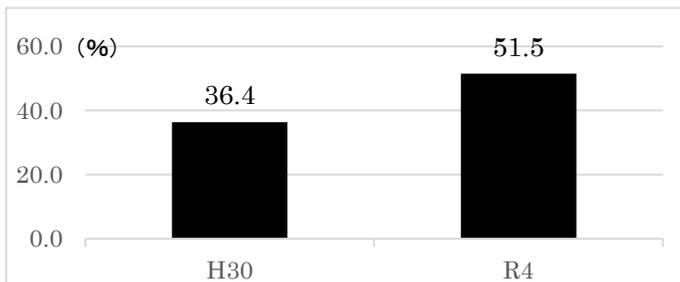
8 農業体験について

(1) 現状

① 「農」体験をした人【第3次計画:指標17】【第4次計画:指標15】

- ・ 野菜作りや収穫体験などの「農」体験をした人は、51.5%で、平成30年度調査より15.1ポイント増加しています(図16)。

図16 野菜づくりや収穫体験など「農」体験をした人(年次推移)

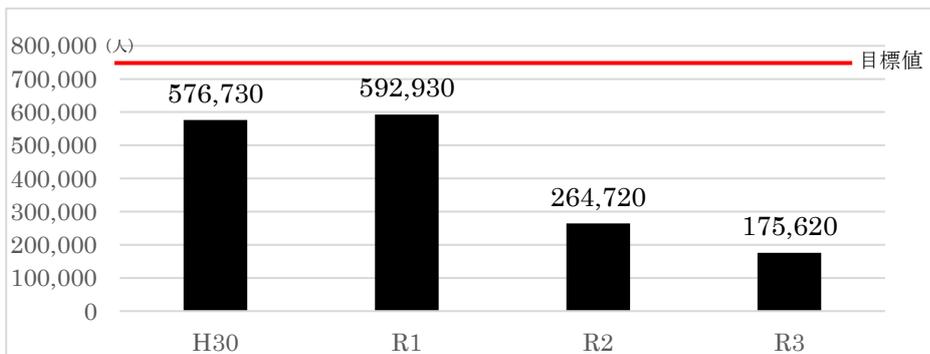


資料:令和4年度市民インターネット調査(札幌市総務局)

② さとらんどの来園者【第3次計画:指標18】【第4次計画:指標16】

- ・ 来園者数について、令和3年度は175,620人です(図17)。

図17 さとらんどの来園者数



資料:令和4年度版札幌の観光(札幌市農政部)

(2) 成果と課題

- ・ 野菜づくりや収穫体験など「農」体験をした人は、前回調査結果の36.4%から51.5%と15.1ポイント増加し、第3次計画の目標値を達成しています(図16)。
- ・ さとらんどの来園者数は、新型コロナウイルス感染症による休園や一部施設の利用中止の影響を大きく受け、令和2年度と令和3年度の来園者数が大幅に減少しています。
- ・ 今後も子どもを始めとした幅広い世代に対する農体験の機会を拡大し、農作物の生産に関する体験活動を通して農産物の生産現場に関する関心や理解を深め、食育の推進を図っていく必要があります。

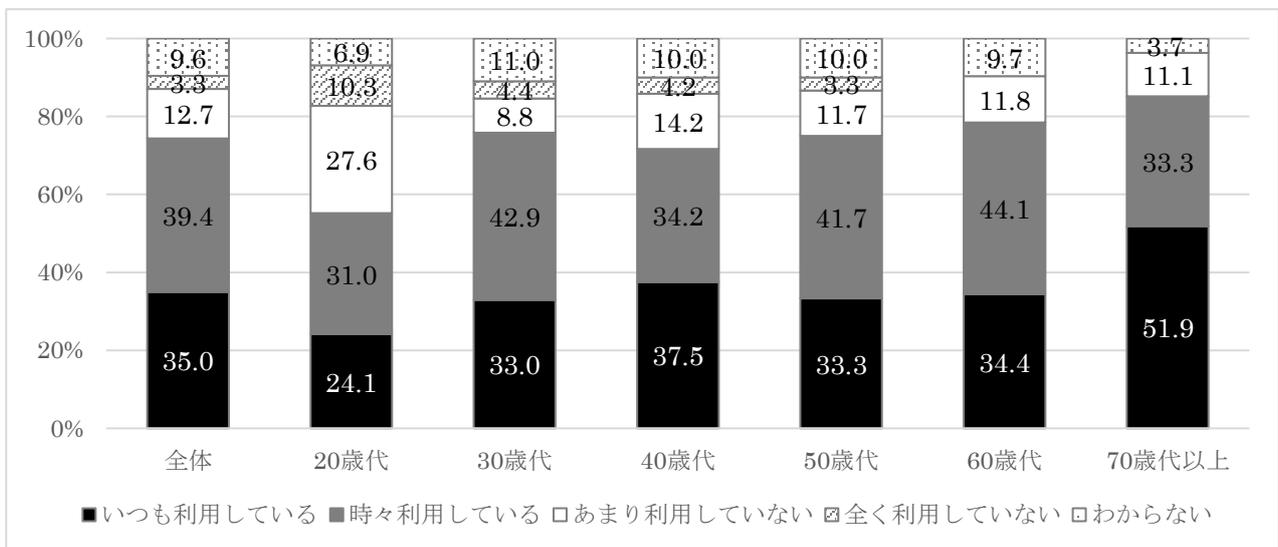
9 地元生産物の利用状況等について

(1) 現状

① 北海道産や札幌産の食品を利用する人【第3次計画:指標19】【第4次計画:指標17】

- ・ 北海道産札幌産の食品の利用について、「いつも利用している」「時々利用している」の割合は、全体では74.4%で、第3次計画策定時に比べ、8.8ポイント増加しています(図18)。
- ・ 北海道産や札幌産の食品を使っている人は、全ての年代で50%を超えています。

図18 北海道産や札幌産の食品を利用する人(20歳以上、年齢別)



資料:令和4年度市民インターネット調査(札幌市総務局)

(2) 成果と課題

- ・ 北海道産や札幌産の食品を利用する人は、第3次計画の目標値に達していませんが、増加傾向にあり目標値に向かって推移しています。
- ・ 北海道における大消費地である札幌の食行動として、第1次食育推進計画から『地産地消』を目標に掲げ、取り組んできました。今後は、さらに『地産地消』に対する市民への理解を求め、特に北海道産や札幌産の食品の利用が少ない若い世代への働きかけを強化した啓発を行っていく必要があります。

10 食文化の継承について

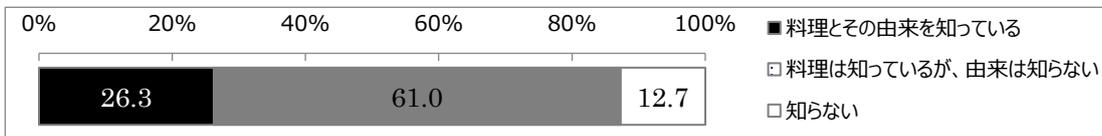
(1) 現状

① 伝統的な食文化(行事食や郷土料理、だしの文化)に親しむ人

【第3次計画:指標20・21】【第4次計画:指標20・21】

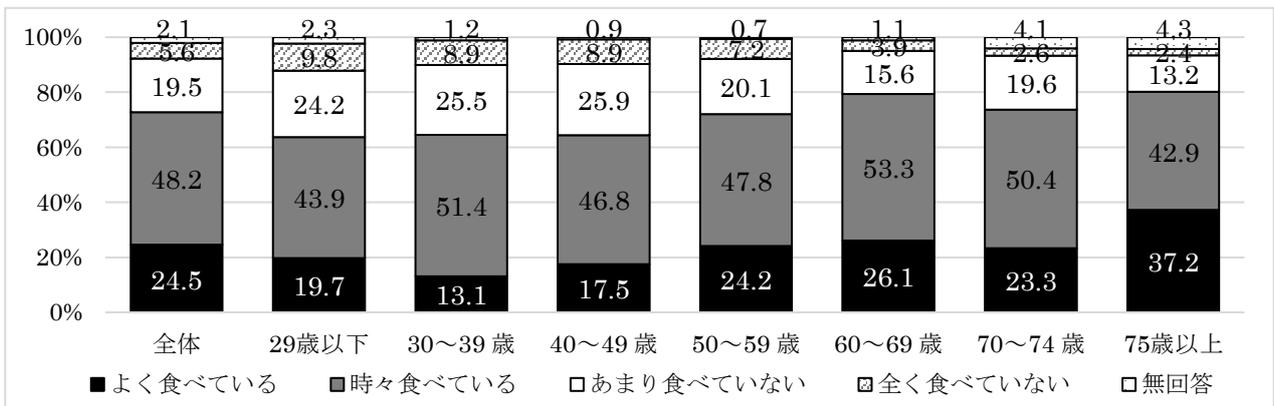
- ・ 伝統的な食文化(正月や節句などの行事食、郷土料理等)を知っている人(「料理とその由来を知っている」「料理は知っているが、由来は知らない」)は87.3%です。料理とその由来を「知らない」人は、12.7%です(図19-1)。
- ・ 伝統的な食文化を親しむ人(行事食等を「よく食べている」「時々食べている」)の割合は72.7%です。特に40歳代以下では65%を下回っている状況にあり、低い傾向です(図19-2)。

図19-1 伝統的な食文化(行事食など)を知っている人



資料:令和4年度市民インターネット調査(札幌市総務局)

図19-2 伝統的な食文化(正月や節句などの行事食、郷土料理等)に親しむ人(を食べている人)



資料:令和4年度第4回市民意識調査(札幌市総務局)

(2) 成果と課題

- ・ 伝統的な食文化(行事食や郷土料理、だしの文化)に親しむ人は、第3次計画策定時と比較すると4.8ポイント減少しており、すべての年代で目標値の83%に到達しませんでした。
- ・ 伝統的な地域の郷土料理や家庭で受け継がれてきた郷土料理等に親しむことは、年中行事や食事のマナーなどを学び、料理や味、食文化を実感することができる他、心の豊かさをもたらすとともに人や地域との絆を深めます。
- ・ 「和食」がユネスコ無形文化遺産に登録(平成25年12月)され、「和食」における季節毎や各地域の多様で新鮮な食材とその持ち味をいかす調理技術、調理道具の発達は素晴らしく、また、日本型食生活の食事スタイルは、健康的な食生活を支える一汁三菜を基本とし、「うま味」を上手に使うことでよりおいしく、栄養バランスのよい食生活を実現しています。これらの日本の伝統的食文化は世界に誇れる素晴らしい文化であり、次世代を担う子どもや若い世代、子育て世代へ継承していく必要があります。

11 食育ボランティアや食育サポート企業等との連携について

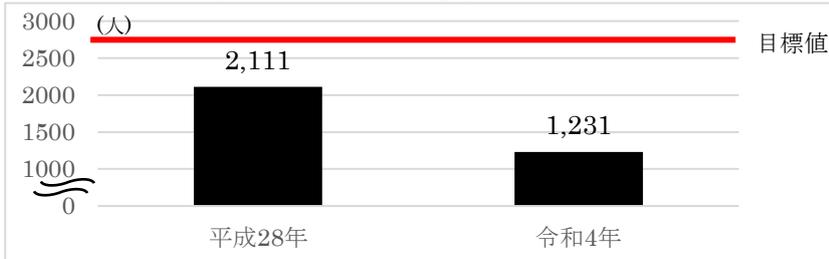
(1) 現状

① 食育ボランティア【第3次計画:指標22】【第4次計画:指標22】

- ・ 食育を推進する食育ボランティア数は、1,280人です。平成28年までは横ばいで推移していましたが、第3次計画策定時より約4割減少しています(図20)。

図20 食育ボランティア※数の推移(ボランティア団体・会員数)(令和3年度末) 目標値 2,750人

(※札幌市食生活改善推進員*協議会、札幌市食育学生ボランティア、札幌市食育ボランティア、さっぽろ食の安全・安心モニター、NPO法人さっぽろ農学校倶楽部、札幌市農体験リーダー)

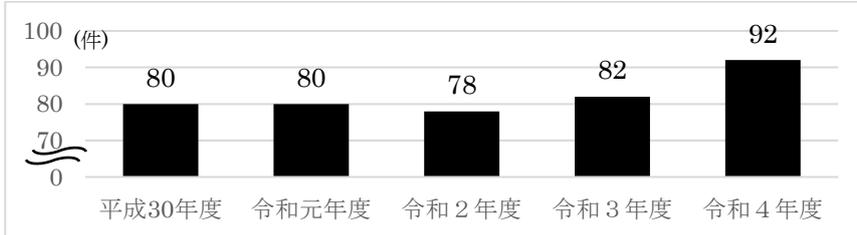


資料:保健福祉局保健所ホームページ

② 食育サポート企業等*【第4次計画:指標23(新規)】

- ・ 食育を広く市民運動として展開するため、「札幌市食育サポート企業等」事業を推進し、企業等(公的機関、団体、学校法人、社会福祉法人等を含む。)と協働で食育を進めてきました(図21)。
- ・ 令和3年度末において82の企業等が登録し、市民に対し食育活動を行っています(図21)。

図21 食育サポート企業等の登録数の推移



資料:保健福祉局保健所ホームページ

(2) 成果と課題

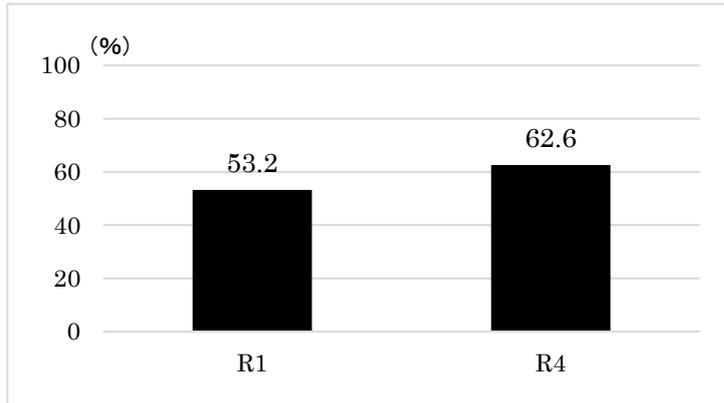
- ・ 食育ボランティアの増加を目標として設定していましたが、令和元年度末頃から拡大した、新型コロナウイルス感染症拡大の影響を大きく受け、活動回数の減少、外出や対人の不安などから会員数は減少しています。
- ・ 食育の推進は市民一人一人の食生活に関わる取組であり、食育を市民に浸透させていくためには行政や関係団体等による取組だけではなく、生活に密着した活動を行っているボランティアの役割が重要です。
- ・ 札幌市内には、札幌市食生活改善推進員協議会、食育学生ボランティア、さっぽろ食の安全・安心モニター、NPO法人さっぽろ農学校倶楽部、札幌市農体験リーダーなどが食育活動を行っており、それぞれの活動の場で食育推進を支えています。
- ・ ボランティアの育成については、活動に参加しやすい65歳以上の世代や学生等が、気軽にボランティア活動に参加できる体制を整え、積極的に活動情報の提供を行っていくことが重要です。また、市民が食育に取り組みやすい環境を整備するため、食育サポート企業等との連携した取組を積極的に進めることが重要です。
- ・ 健康寿命の延伸のためには望ましい食生活が基盤になることから、子どもから高齢者まで、各ライフステージに応じた様々な食育の取組を継続的に推進していく必要があります。そのためには食育ボランティアをはじめ、地域や団体、企業、食育サポート企業等との連携による、地域に密着した取組の拡充が必要です。

12 食品の安全性に関する知識について

(1) 現状

- ① 食品の安全性に関する知識があると思う人 【第3次計画:指標23】【第4次計画:指標19】
- 食品の安全性に関する知識があると思う人は62.6%です(図22)。令和元年度調査より9.4ポイント増加しています。

図22 食品の安全性に関する知識があると思う市民の割合



資料:令和元年度第1回市民意識調査(札幌市総務局)、令和4年度第1回市民意識調査(札幌市総務局)

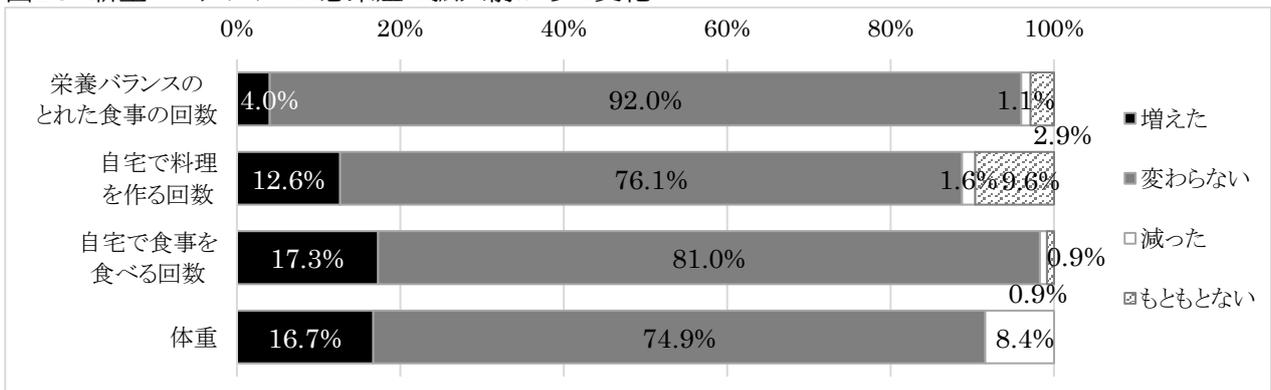
(2) 成果と課題

- 第3次計画の目標値に達していませんが、増加傾向にあり目標値に向かって推移しています。
- 食品を購入または料理や食事をする際には、食品表示や食材の取扱方法などについて、正しい知識を身に着ける必要があります。
- 「食」の安全・安心に関する普及啓発活動を通して、食中毒の予防や食品表示などの知識について、理解を深め、日ごろの食生活や健康づくりに活用していく取組の推進が重要です。

【参考】新型コロナウイルス感染症の拡大前と比較した食生活等の変化について

- 新型コロナウイルス感染症の拡大前と比べた食生活等の変化については、自宅で食事を食べる回数で「増えた」と回答した人の割合が17.3%で最も高く、次いで体重が「増えた」と回答した人の割合で16.7%、自宅で料理を作る回数が「増えた」と回答した人は12.6%です(図23)。
- いずれも「増えた」人の割合の方が、「減った」人の割合より高くなっています。

図23 新型コロナウイルス感染症の拡大前からの変化



資料：令和4年札幌市健康・栄養調査

- 新型コロナウイルス感染症による影響は、人々の生命や生活のみならず、行動・意識・価値観にまで波及しました。また、接触の機会を低減するためのテレワークの増加や外出の自粛等により、在宅時間が増加しました。在宅時間や家族で食を考える機会が増えることで、市民が食を見つめ直すきっかけにもなっています。課題が多い若い世代や働く世代等、より多くの市民が食育に取り組むためには、インターネットやデジタルツールを活用するなどの取組を拡充していく必要があります。

第3章 基本理念と基本目標

I 基本理念

「食を通して豊かな人間性を育みます」

「食」は、命の源であり、生きるためには欠かすことができない大切なものです。また、食べ物や食事だけではなく、「食べる」という行動から、「食」を通じたコミュニケーション、健康的な食環境、食品ロス*の少ない社会、北海道の豊かな農水産物の利用や食文化を継承するなど幅広い分野と関連します。

この計画では第3次計画の基本理念を継続し、市民が「食」に関する様々な知識を身に付け、適切な食品の摂取をするための判断力や技術を養うことで「健全な身体」を培い、「食」に関する人々の苦労や努力、伝統的な食文化を理解することにより、豊かな心を育て、笑顔が広がるまちづくりを目指します。

II 基本目標

第3次計画の評価や食を取り巻く現状から見えてきた課題を踏まえ、次の3点を基本目標として推進します。

1 生涯を通じた心身の健康を支える食育の推進

市民が生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性を育むためには、妊産婦や乳幼児から高齢者に至るまで、ライフステージやライフスタイルなどの多様な暮らしに対応し、切れ目のない、食育を推進することが重要です。

「人生100年時代」に向けて、生活習慣病*の予防や健康寿命の延伸を目指し、家庭、保育所・幼稚園、学校、職場、地域等の各場面において、地域や関係団体、企業等との連携・協働を図り心身の健康を支える食育を推進することが大切です。

2 食の循環や環境・安全を意識した食生活の推進と食文化の継承

「食」に対する感謝の心を深めていくためには、自然や社会環境とのかかわりの中で、食料の生産から消費に至る「食」の循環が、生産者をはじめとして多くの関係者により、私たちの「食」が支えられていることを理解することが大切です。地元でとれた食材を意識して活用することや、農に触れる機会を持つことは、「食」の循環を理解する上で有効であり、このような食育の取組を進める必要があります。

また、持続可能な食を支えていく必要があることから、食品が食べられるのに廃棄されているという食料資源の浪費や、環境への負荷の増加にも目を向けることが求められています。食品ロスの削減に取り組むことにより、食べ物を大切にするという考え方の普及や環境への負担を軽減し、環境の持続に資する食育の推進を行うことが非常に大切です。

「食」の安全性の確保のためには、市民一人ひとりが食に関する正しい知識を習得し、理解を深めることが重要です。また、食品の提供者が食品の安全性の確保に万全を期すことが重要です。

和食や伝統的な郷土料理等を次世代に伝えることは、食生活の文化的な豊かさを将来にわたって支える上で重要です。

また、栄養バランスに優れた和食は、日本の伝統的な食文化とあわせて世界的にも注目されており、健康的な食生活の実現や地域の活性化、食料自給率の向上及び環境への負担軽減に寄与し、持続可能な「食」に貢献することが期待されています。

これらのことから、次世代を担う子どもや若い世代、子育て世代を対象として、郷土料理や伝統料理、食事の作法等、伝統的な地域の多様な食文化を継承できるよう食育を推進していく必要があります。

3 食育推進体制の整備

「食」を通して豊かな人間性を育み、健康寿命の延伸に寄与するためには、食環境を整備するとともに食育を市民運動として展開する必要があります。食育に関して無関心な層を含め、食育を推進するためには、行政機関だけでなく、教育関係者や食品関連事業者*、企業、団体等様々な関係者が主体的かつ多様に連携していくことが重要です。

市民一人ひとりが、健康的で豊かな食生活を実践するためには、地域や所属するコミュニティで食育に関するボランティア活動を行う食育ボランティアの存在がとても大切です。食育推進を支えている食育ボランティアを養成するとともに、食育活動を行いやすい体制になるよう整備をしていくことが重要です。

また、新しい広がりを創出するデジタル技術をはじめとする様々な方法を活用し、より実践につながりやすい食育の取組を行うことが必要です。

第4章 施策の体系と展開

I 施策の体系

基本目標の実現をめざし、6つの基本的施策のもとに具体的な施策を展開していきます。

基本目標1 生涯を通じた心身の健康を支える食育の推進

基本的施策	主な施策
1 ライフステージに応じた健康寿命の延伸につながる食育	(1) 乳幼児期(0歳～)の食育の推進 ・ 乳幼児のいる家庭に対する食育の推進 ・ 保育所等における食育の推進 (2) 学童期(6歳頃～)・思春期(12歳頃～)の食育の推進 ・ 小学校、中学校等における食育の推進 ・ 学童期・思春期の食育の推進 (3) 成人期(20歳頃～)の食育の推進 ・ 若い世代・働く世代の食育の推進 ・ 妊産婦に対する食育の推進 (4) 高齢期(65歳頃～)の食育の推進 ・ 高齢期における食育の推進 (5) 全世代共通の食育の推進 ・ 健康的な食生活の実践、生活習慣病の予防、朝食や野菜の摂取、減塩など

基本目標2 食の循環や環境・安全を意識した食生活の推進と食文化の継承

基本的施策	主な施策
1 「農」とのふれあいを通じた食育の推進	(1) 「農」とのふれあいを通じた食育の推進 (2) 札幌の農業や農産物に関する理解の促進 (3) 地産地消の推進
2 環境に配慮した食生活の推進	(1) 環境を考えた食生活の普及・啓発及び実践 (2) 食品ロスを少なくする社会環境づくり
3 「食」の安全・安心の確保の推進	(1) 「食」の安全に関する知識の習得 (2) 事業者による自主的な取組の促進 (3) 市民・事業者との連携・協働による取組の促進

基本的施策	主な施策
4 食文化継承のための活動への支援	(1) 伝統的な食文化の継承・実践

基本目標3 食育推進体制の整備

基本的施策	主な施策
1 食育推進体制の整備	(1) 食育推進体制の整備 (2) 食育ボランティア等の活動及び活動の支援 (3) 「新たな日常」やデジタル化に対応した食育の推進

【食育とSDGsの関係性】

平成27年(2015年)9月の国連サミットにおいて、「持続可能な解決のための2030アジェンダ」が採択されました。このアジェンダ(行動計画)は、国際社会の普遍的な目標として採択され、その中に令和12年(2030年)までの「持続可能な開発目標(SDGs:Sustainable Development Goals)」として、17のゴールと169のターゲットが設定されています。

SDGsの目標には、「目標2 飢餓を終わらせ、食料安全保障及び栄養改善を実現し、持続可能な農業を促進する」、「目標3 あらゆる年齢のすべての人々の健康的な生活を確保し、福祉を促進する」、「目標12 持続可能な生産消費形態を確保する」などの食育と関係が深い目標があります。

札幌市は、平成30年(2018年)にSDGsの達成に向けた優れた取組を提案する「SDGs未来都市」に選定されており、各種計画の策定や取組の実施に当たっては、SDGsの視点や趣旨を反映させることとしています。



SDGsの17のゴール<資料>国際連合広報センター

ライフステージに応じた主な食育の取組

乳幼児から高齢者までのライフステージに応じた切れ目のない食育の取組を行います。

ライフ ステージ	乳幼児期(0歳～)	学童期(6歳頃～)	思春期(12歳頃～)	
基本 目標 1 生涯を通じた心身の健康 を支える食育の推進	保育所等における食育の推進		小学校・中学校等における食育の推進	
	バランスの良い給食の提供、お弁当やおやつを楽しむ時間に楽しく食べる啓発、食の大切さの啓発など		栄養教諭*等による望ましい食習慣についての食指導、正しいマナーについての食指導など	
	乳幼児期の食育の推進		学童期の食育の推進	思春期の食育の推進
	育児教室、乳幼児健診等における栄養指導・相談など		親子料理教室など	お弁当レシピコンテスト、高校生のための食生活指針、本気めしプロジェクト*など
	全世代共通の食育の推進			
朝食摂取についての指導や普及啓発、健康的な食生活の実践に向けた取組、野菜摂取強化の取組、減塩の啓発、牛乳・乳製品の摂取に関する情報提供、適正体重の維持に努める啓発、よく噛んで食べることの重要性について啓発など				
基本 目標 2 食の循環や環境・安全を意識した食生活の推進と食文化の継承	「農」とのふれあい促進、札幌の農業や農産物に関する理解の促進			
	園庭やプランターでの野菜栽培、収穫体験		小学生の農業体験の実施、若い世代に対する「農」体験の啓発	
	地産地消の推進			
	保育所等での地産地消の取組や給食での産地表示の情報発信		地産地消の啓発	
	市場見学会			
	環境を考えた食生活の普及・啓発及び実践			
	環境を考えた取組(ごみの分別など)		さっぽろ学校給食フードリサイクルの取組	
	食品ロスを少なくする社会環境づくり			
	生ごみ廃棄量の減量、事業所(飲食店等)からの食品の廃棄量を少なくするための啓発			
	「食」の安全に関する知識の習得			
	子ども向け手洗い・うがいソングなどを活用した食育指導、食の安全や衛生についての啓発、「食品表示法」に基づく情報提供			
	市民・事業者との連携・協働による取組の促進			
	市民交流事業、さっぽろ子ども食品Gメン体験事業			
	伝統的な食文化の継承・実践			
	保育所等給食での行事食や郷土料理の提供などを通じた伝統的な食文化やだしの文化の啓発及び情報提供		行事食や郷土料理の提供などを通じた伝統的な食文化やだしの文化の継承及び食指導	
基本 目標 3 食育推進体制の整備	食育推進体制の整備			
	食育推進会議の開催、関係機関・団体等からなる食育ネットワークによる取組			
	食育ボランティア等の育成・活動支援・連携			
	食育学生ボランティアの派遣、食育サポート企業等との連携			
	「新たな日常」やデジタル化に対応した食育の推進			
ホームページ等やオンライン配信の活用				

ライフ ステージ	成人期(20歳頃～)	高齢期(65歳頃～)
基本 目標 1 生涯を通じた心身の健康を支える食育の推進	若い世代・働く世代における食育の推進	高齢期における食育の推進
	本気めしプロジェクト、企業との連携による食育推進事業、保護者等を対象とした健康的な食生活の普及啓発、企業等と連携した食育推進事業など	高齢者対象の食育推進事業(低栄養の予防)など
	妊産婦に対する食育の推進	
	栄養指導・相談、マタニティ教室、妊婦訪問指導時の情報提供など	
	全世代共通の食育の推進	
朝食摂取についての指導や普及啓発、健康的な食生活の実践に向けた取組、野菜摂取強化の取組、減塩の啓発、牛乳・乳製品の摂取に関する情報提供、適正体重の維持に努める啓発、よく噛んで食べることの重要性について啓発など		
基本 目標 2 食の循環や環境・安全を意識した食生活の推進と食文化の継承	「農」とのふれあい促進、札幌の農業や農産物に関する理解の促進	
	若い世代に対する「農」体験の啓発、認定市民農園の開設、さっぽろ農学校専修コースの開催	
	地産地消の推進	
	地産地消の啓発、市場見学会、さとらんどでの農業・畜産等講座の開講	
	環境を考えた食生活の普及・啓発及び実践	
	エコクッキングの市民啓発、環境を考えた取組、生ごみのたい肥化の取組	
	食品ロスを少なくする社会環境づくり	
	生ごみ廃棄量の減量、事業所(飲食店等)からの食品の廃棄量を少なくするための啓発	
	「食」の安全に関する知識の習得	
	「食」の安全に関する情報の発信、食の安全や衛生についての啓発、「食品表示法」に基づく表示についての情報提供	
	市民・事業者との連携・協働による取組の促進	
	さっぽろ食の安全・安心モニター事業、市民交流事業	
	伝統的な食文化の継承・実践	
伝統的な食文化の情報提供、行事食や郷土料理の奨励		
基本 目標 3 食育推進体制の整備	食育推進体制の整備	
	食育推進会議の開催、関係機関・団体等からなる食育ネットワークによる取組	
	食育ボランティア等の育成・活動支援・連携	
	食育学生ボランティアの育成・支援	食育学生ボランティアの派遣
	食生活改善推進員の活動の理解促進と養成講座の募集強化、食生活改善推進員協議会等の地区組織への支援、食育サポート企業等との連携	
	「新たな日常」やデジタル化に対応した食育の推進	
ホームページ等やオンライン配信の活用		

II 食育推進の指標

第4次計画の施策の成果や達成度を把握するため、基本的に第3次計画のものを引継ぎ、数値目標を設定します。目標値の達成に向けて取組を進めていきます。

No.	指標名	現状値	目標値	目標参考値等
1	食育に関心を持っている人の割合	72.4%	78%以上	国の目標設定に準じた
2	朝食を欠食する子どもの割合(小学6年生)	7.1%	0%	第3次札幌市食育推進計画の目標値を踏襲
3	朝食を欠食する若い世代の割合(20歳代～30歳代)	37.5%	30%以下	国の目標設定に準じた
4	ふだんから適正体重*の維持や減塩等に気をつけた食生活を実践する人の割合	65.7%	75%以上	第3次札幌市食育推進計画の目標値を踏襲
5	1日当たりの食塩摂取量(20歳以上)	9.5g	8g以下	国の第4次食育推進基本計画の目標値を踏襲
6	1日当たりの野菜摂取量(20歳以上)	284.2g	350g以上	第3次札幌市食育推進計画の目標値の見直し
7	牛乳・乳製品の摂取量(1歳以上)	143.8g	160g	第3次札幌市食育推進計画の目標値の見直し
8	主食・主菜・副菜*を組み合わせた食事をする人の割合(1日2回以上)(全年代)	49.2%	60%以上	国の目標設定に準じた
9	主食・主菜・副菜を組み合わせた食事をする人の割合(1日2回以上)(20歳代～30歳代)	34.3%	45%以上	国の目標設定に準じた
10	主食・主菜・副菜を組み合わせた食事をする人の割合(1日2回以上)(70歳代以上)	61.0%	70%以上	国の目標設定に準じた
11	朝食を誰かと一緒にとる子どもの割合(小学5年生)	80.2%	90%以上	第3次札幌市食育推進計画の目標値を踏襲
12	家族や友人、職場や地域の人などと共食する人の割合(全年代)	78.2%	83%以上	第3次札幌市食育推進計画の目標値の見直し
13	家族や友人、職場や地域の人などと共食する人の割合(70歳代以上)	74.3%	79%以上	第3次札幌市食育推進計画の目標値の見直し
14	ゆっくりよく噛んで食べる人の割合	53.3%	58%以上	第3次札幌市食育推進計画の目標値の見直し
15	野菜作りや収穫体験などの「農」体験をした人の割合	51.5%	56%以上	国の目標設定に準じた
16	さとらんど*の来園者数	17.6万人	75万人	第3次札幌市食育推進計画の目標値を踏襲
17	北海道産食品(米など)や札幌産の食品を利用する人の割合	74.4%	80%以上	国の目標設定に準じた
18	生ごみの減量・リサイクル*に取り組んでいる世帯の割合	93%	95%	第3次札幌市食育推進計画の目標値を踏襲
19	食の安全に取組む事業者等の情報に触れ、飲食店等の利用、食品の購入または調理時の行動を見直した市民の割合	33.6%	50%	アクションプラン2023の目標値を踏襲
20	伝統的な食文化(行事食や郷土料理、だしの文化など)に親しむ人の割合(全年代)	72.7%	78%以上	第3次札幌市食育推進計画の目標値の見直し
21	伝統的な食文化(行事食や郷土料理、だしの文化など)に親しむ人の割合(20歳代～30歳代)	64.2%	70%以上	第3次札幌市食育推進計画の目標値の見直し
22	食育ボランティアの数	1,231人	1,500人	第3次札幌市食育推進計画の目標値の見直し
23	食育サポート企業等との取組	—	2,000件以上	

Ⅲ 施策の展開(行動計画)

基本目標1 生涯を通じた心身の健康を支える食育の推進

基本的施策1 ライフステージに応じた健康寿命の延伸につながる食育

◆ 取組の背景

健康寿命の延伸に向けて、生涯にわたり健全な心身を培い、豊かな人間性を育むためには、乳・幼児期から高齢期に至るまでのライフステージや就学、妊娠・出産、退職等に伴うライフスタイルの変化に応じた、望ましい生活習慣や食習慣を実践することが大切です。食育の取組を通して、生活習慣病の発症や重症化を予防することで、健康寿命の延伸を実現し、子どもから高齢者まで、全ての市民が健やかで心豊かに生活できる活力ある社会の実現を目指します。特に子どもの食生活は、健やかな成長を支え、将来の健康に影響を与えることから、幼少期からの食育を推進していく必要があります。

令和4年札幌市健康・栄養調査等では、20～50歳代に食の課題が多く見られることから、成人期以降の食育では、野菜摂取や減塩、肥満予防等に取り組み、生活習慣病の発症を遅らせることや、重症化を予防することが重要です。

また、高齢者の低栄養が要介護*等につながる事が明らかになってきており、健康寿命の延伸のためには、高齢者の低栄養を予防するとともに、バランスの良い食事や運動等、健康的な生活習慣を実践し、フレイル予防の対策が必要です。

◆ 取組の方向性

- 子どもの朝食の欠食の改善に向けた児童、生徒、保護者への取組
- 女性のやせ、男性の肥満の予防に向けた取組
- 20歳代～50歳代を対象とした、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事の実践に関する取組
- 野菜摂取量の増加に向けた取組
- 減塩に向けた取組
- 高齢者の低栄養予防に向けた取組

【指標】

指標	現状値	目標値
食育に関心を持っている人の割合	72.4%	78%以上
朝食を欠食する子どもの割合(小学6年生)	7.1%	0%
朝食を欠食する若い世代の割合(20歳代～30歳代)	37.5%	30%以下
ふだんから適正体重の維持や減塩等に気をつけた食生活を実践する人の割合	65.7%	75%以上
1日当たりの食塩摂取量(20歳以上)	9.5g	8g以下
1日当たりの野菜摂取量(20歳以上)	284.2g	350g以上
牛乳・乳製品の摂取量(1歳以上)	143.8g	160g
主食・主菜・副菜を組み合わせた食事をする人の割合(1日2回以上)(全年代)	49.2%	60%以上
主食・主菜・副菜を組み合わせた食事をする人の割合(1日2回以上)(20歳代～30歳代)	34.3%	45%以上
主食・主菜・副菜を組み合わせた食事をする人の割合(1日2回以上)(70歳代以上)	61.0%	70%以上
朝食を誰かと一緒にとる子どもの割合(小学5年生)	80.2%	90%以上
家族や友人、職場や地域の人などと共食する人の割合(全年代)	78.2%	83%以上
家族や友人、職場や地域の人などと共食する人の割合(70歳代以上)	74.3%	79%以上
ゆっくりよく噛んで食べる人の割合	53.3%	58%以上

◆ 主な取組

(1) 乳幼児期(0歳～)の食育の推進

① 保育所等における食育の推進

乳幼児期は、発育や発達ที่盛んな時期であり、生涯にわたる心身の健康の基盤や人間形成の基礎を養う重要な時期です。

乳幼児が、健康的な生活リズムを基本とした望ましい食習慣を定着することができるよう、保育所等において、職員が食に関する取組を推進するとともに、子どもや保護者等への食育活動に取り組みます。

保育所等では、食育を教育及び保育の一環として位置付けて計画的かつ継続的に取り組みます。

主な取組	取組内容(担当部・課)	活動指標
食育年間計画に基づいた取組	給食の時間を通じて、先生や友達と一緒に楽しく食べることができる環境づくりや、好ましい食事のマナーなどを食育計画に位置付け、食育を進めます。 ● 子ども未来局子育て支援部子育て支援課	認可保育所等全施設 R4:保育所等全施設
認可保育所等における食育指導	認可保育所等では、「保育所保育指針」及び「幼保連携型認定こども園教育・保育要領」等に基づき、乳幼児期からの正しい食事のとり方や望ましい食習慣の定着を進めます。 認可保育所等では、食を通じた人間性の形成や家族関係づくりによる心身の健全育成を図るため、発育・発達過程に応じた栄養相談、食育指導、食育講座など、食育に関する取組を進めます。 ● 子ども未来局子育て支援部子育て支援課	認可保育所等全施設 R4:保育所等全施設
認可保育所等におけるバランスの良い給食の提供	乳幼児期は、食習慣の基礎が形成される大切な時期であることから、保育所等では野菜や乳製品をとることや薄味などに配慮し、バランスのとれた給食を提供します。 ● 子ども未来局子育て支援部子育て支援課	認可保育所等全施設 R4:保育所等全施設
弁当・おやつのに楽しむ啓発	「幼稚園教育要領」に基づき、先生や友達と楽しく食べることを通して、進んで食べようとする気持ちを育てます。 ● 教育委員会学校教育部幼児教育センター担当課	市立幼稚園9園 R4:9園
楽しい会食と正しい食事マナーに関する啓発	弁当参観や懇談会での啓発を行います。 ● 教育委員会学校教育部幼児教育センター担当課	市立幼稚園9園 R4:9園
食育講座、栄養相談、食育指導等	認可保育所等において楽しく食べることの啓発を行います。 ● 子ども未来局子育て支援部子育て支援課	認可保育所等全施設 R4:保育所等全施設
認可保育所等での保護者に向けた情報発信	認可保育所、幼稚園等の給食だよりなどを活用し、家族や友人と一緒に楽しく食事をする事の大切さや保護者への情報発信に努めます。 ● 子ども未来局子育て支援部子育て支援課	認可保育所等全施設 市立幼稚園9園 R4:9園

主な取組	取組内容(担当部・課)	活動指標
	● 教育委員会学校教育部幼児教育センター担当課	
乳幼児の発育・発達に応じた給食の提供	認可保育所等では、乳幼児一人ひとりの発育・発達・摂食機能、食物アレルギー等に応じた給食の提供を行います。 ● 子ども未来局子育て支援部子育て支援課	認可保育所等全施設 R4:保育所等全施設
認可保育所等食育研修会	認可保育所等の職員を対象とした食育研修会を開催し、食育の啓発や情報の発信に努めます。 ● 子ども未来局子育て支援部子育て支援課	開催回数1回 R4:1回
札幌市保育所等における「食物アレルギー等実態調査」	食物アレルギーなどを有する、幼児の実態調査や、食生活の実態などに関する調査を実施します。 ● 子ども未来局子育て支援部子育て支援課	1回以上 R4:1回
「食」の大切さの啓発	認可保育所、幼稚園等において、様々な機会を利用して、子どもや保護者に対して「食」の大切さを伝えます。 ● 子ども未来局子育て支援部子育て支援課 ● 教育委員会学校教育部幼児教育センター担当課	認可保育所等全施設 R4:保育所等全施設 市立幼稚園9園 R4:9園

認可保育所等の給食

保育所等では、自園調理で給食を提供し、毎日の給食を活用した食育及び情報提供を行っています。
給食の実物展示や食材の産地を知らせる地産地消ボード、園における収穫物の給食での提供や子どもたちが楽しみながら野菜に興味を持つよう野菜クイズ、クッキング体験など様々な取組を実践しています。
また、給食ができるまでの過程を身近に感じることで、自然の恵みとしての食材や調理する人への感謝の気持ちが育つような環境づくりをしています。



認可保育所等での保護者に向けた情報発信(給食だよりなど)

保育所等では、毎月の給食だよりなどをとおして、園で提供している給食の内容や旬の食材を使用した給食のレシピ、望ましい食習慣などについての情報発信を行っています。

また、給食の実物展示を行い、実際に子どもが食べている量が目で見て分かるような工夫をしています。



② 乳幼児期の食育の推進

乳幼児期は、発育や発達が盛んな時期であり、心身の健康の基盤や人間形成の基礎を養う重要な時期です。子どもの望ましい食生活の実践は、健やかな成長を促し、健康的な生活を身につけるうえで大切です。幼少期からの望ましい食生活の定着や食を通じた豊かな人間性の育成に取り組むとともに、食の面から育児不安等を軽減できるよう子育て支援を行います。

主な取組	取組内容(担当部・課)	活動指標
「食」の大切さを伝える取組	保健センター等において、様々な機会を利用し、子どもや保護者に対して「食」の大切さを伝えます。 ● 保健福祉局保健所健康企画課 ● 区保健福祉部健康・子ども課	3歳児健診受診者全員 R4:12,724人
食事のマナーと共食の啓発	食卓を通じて食事のマナーを身につけ、共食の重要性について保護者に伝えます。 ● 区保健福祉部健康・子ども課	3歳児健診受診者全員 R4:12,724人
【新】育児教室の開催	発育・発達の段階にあわせた食事や栄養に関する講話や相談を実施します。 ● 区保健福祉部健康・子ども課	年200回以上 R4:251回
【新】乳幼児に対する栄養指導・相談	乳幼児健診等において、子どもの健やかな発育・発達及び健康の維持・増進に必要な栄養素等を食事から摂取できるよう、また、食事づくりや食に関する不安、悩みを解消できるよう個々の状況に応じた支援を行います。 ● 区保健福祉部健康・子ども課	年15,000人以上 R4:15,108人 ※個別指導のみ

取組紹介(例)

離乳期講習会*

離乳食をはじめめる時期や進め方、調理実演等による作り方の紹介などを行う講習会を開催しています。「実演があったので、わかりやすく参考になりました。」などの感想が寄せられています。



管理栄養士による実演



実物展示



フードモデル

(2) 学童期(6歳頃～)・思春期(12歳頃～)の食育の推進

① 小学校、中学校等における食育の推進

この時期は、成長期にあり、健やかな心身を育み、体力の向上を図るうえで大切です。

生活の基盤である家庭においては、望ましい生活リズムを身につけ、朝食やバランスのよい食事を食べる等、健康的な食習慣を定着させることが重要な時期です。また、給食だより等を通じて家庭での食事づくりや手伝いの体験は食の自立につながることや、家族等と一緒に食べる食卓の場は豊かな心や感性を養うことにつながり大切であることなどについて、保護者等へ情報発信を行います。

小学校、中学校等においては学習指導要領に基づき、栄養教諭等が学校教育目標を基に食に関する指導の全体計画を作成し、担任等との連携・調整を図りながら各教科や総合的な学習の時間等により食に関する指導を計画的かつ継続的に行います。また、児童生徒が、学校給食を通して身体の成長や健康と食事の関係について学び、食に関する正しい知識やバランスのとれた食生活を実践する力を身につけるための取組が必要です。

また、友達との会食を通じて食事のマナーについて学ぶとともに、食を通じたコミュニケーション力を養い、家庭や学校、地域において地産地消の食材を使用した郷土料理や季節毎の行事食、伝統的な食文化などを体験することで、食に関心を持ち、食べ物を大切にすることを育むことが大切です。

主な取組	取組内容(担当部・課)	活動指標
小・中学校等*における望ましい食習慣について指導	子どものころからの望ましい食習慣形成のための指導等、栄養バランスのとれた食生活の啓発を行います。 ● 教育委員会生涯学習部保健給食課 ● 教育委員会学校教育部教育課程担当課	全小・中学校等 R4:全小中学校
給食だよりや給食試食会*などを通じた保護者への啓発	給食だよりや給食試食会、子どもへの食事等を通じて、保護者へバランスの良い食習慣等の啓発を進めます。 ● 教育委員会生涯学習部保健給食課 ● 教育委員会学校教育部教育課程担当課	全小・中学校等 R4:全小中学校
楽しい会食と正しい食事マナーに関する指導	栄養教諭が中核となって教職員と連携を図り、給食時間や各教科等と関連付けながら学校教育活動全体を通して、楽しく会食し、正しいマナーについて食指導を進めます。 ● 教育委員会生涯学習部保健給食課 ● 教育委員会学校教育部教育課程担当課	全小・中学校等 R4:全小中学校
学校における栄養教諭等による食育の推進	栄養教諭が中核となって教職員や家庭、地域等と連携を図り、給食時間や各教科等と関連付けた学びに加えて、朝食の欠食割合が低下していることから、例えば、給食試食会を通じた家庭や地域の方々の学び等、学校教育活動全体で「食」の大切さ等について、食指導を進めます。 ● 教育委員会生涯学習部保健給食課 ● 教育委員会学校教育部教育課程担当課	全小・中学校等 R4:全小中学校

主な取組	取組内容(担当部・課)	活動指標
学校における食物アレルギー対応	食物アレルギーを有する児童生徒が安心して給食を食べることができるよう学校全体で食物アレルギー対応に取り組めます。 ● 教育委員会生涯学習部保健給食課 ● 教育委員会学校教育部教育課程担当課	全小・中学校等 R4:全小中学校
学校給食における食物アレルギー調査	食物アレルギーなどを有する、児童、生徒の実態調査や、食生活の実態などに関する調査を実施します。 ● 教育委員会生涯学習部保健給食課 ● 教育委員会学校教育部教育課程担当課	全小・中学校等 R4:全小中学校

食に関する指導

学校では、栄養教諭が中核となって教職員と連携を図り、給食時間や教科・特別活動等と関連付けながら学校教育活動全体を通して食に関する指導を行っています。

学校給食を「生きた教材」として活用しながら、児童生徒が望ましい食習慣の形成や伝統的な食文化、食の大切さなどについて学べるよう指導の充実を図っています。

各種おたよりや給食試食会等を通じて、家庭と連携した食育に努めています。



学校給食

札幌市の学校給食は、食に関する指導や給食内容の充実を図ることを目指し、旬の食材や地場産物の活用等を考慮し、札幌市学校給食摂取基準に基づいて作成しています。



給食だよりや給食試食会などを通じた保護者への啓発

給食だよりや給食試食会、子どもへの食指導を通じて、保護者へバランスの良い食習慣等の啓発を進めています。



② 学童期・思春期の食育の推進

この時期においては、食に関する知識や意識、実践面でやせや肥満、朝食の欠食、野菜摂取量の不足といった課題が多く見られます。進学や就職など、食の自立が必要とされる時期でもあることから、自分の健康や食育に関心を持ち、自ら健康的な食生活を実践していく人を増やすことが必要です。

主な取組	取組内容(担当部・課)	活動指標
親子料理教室の開催	食生活改善推進員などのボランティアによる「親子料理教室」の開催などを通じて、料理をすることの楽しさや家庭における望ましい食事のとり方について普及・啓発を図ります。 ● 区保健福祉部健康・子ども課	年10回 R4:0回
札幌市お弁当プロジェクト*の実施	保健所、教育委員会、企業等が連携し、札幌市お弁当レシピコンテスト等、中・高校生の実践力を養う食育事業を実施します。 ● 保健福祉局保健所健康企画課 ● 教育委員会生涯学習部保健給食課 ● 教育委員会学校教育部教育課程担当課	500件以上 R4:515件
「高校生のための食生活指針*」を活用した取組	「高校生のための食生活指針」により、健康的な食生活について啓発します。 ● 保健福祉局保健所健康企画課	市内高校1年生に配布 R4:市内高校1年生に配布
本気(まじ)めしプロジェクト*の実施	若い世代を対象に区健康・子ども課 管理栄養士*による講話(朝食と野菜摂取の啓発)等を食育ネットワーク等と連携して実施します。 ● 区保健福祉部健康・子ども課	年20回以上 R4:28回

札幌市お弁当プロジェクト

中・高校生を対象に、自分自身の食事の栄養バランスや地産地消等を考え、食事づくりのきっかけになることを目指して、平成27年度から「札幌市お弁当プロジェクト」を行っています。コンテストで入賞した作品はレシピ集にまとめ、市内中学3年生全員に配布しています。



「高校生のための食生活指針」を活用した取組

健康寿命の延伸を実現するためには、高校生の頃から望ましい食習慣を理解し身に付けていくことが必要であると考え、市内私立、道立、市立高校の学校長、教諭等とともにこれらの課題改善を目的とした「札幌市高校生のための食生活指針」を作成しました。令和元年度より市内の高等学校・高等支援学校に通う1年生全員に配布して活用しています。



(3) 成人期(20歳頃～)の食育の推進

① 若い世代・働く世代の食育の推進

20歳代から40歳代は、朝食の欠食や野菜摂取量の不足等、食に関する知識や意識、実践面で、他の世代より課題が多く見られます。

男性については30歳以降では肥満の傾向があり、女性は痩せている人の割合が高くなっています。

このため、若い世代を中心に、食に関する知識や意識を高め、心身の健康を増進する健康的な食生活を実践することができるよう食育を推進することが必要です。

この世代は、子育て中やこれから子育てを行う世代であることから、次世代に伝えていくこと等も考慮し、家庭や職場、地域において食に関する知識や食の大切さ等についての取組を推進していくことが大切です。

仕事や子育て、介護等で忙しく、自分の食事や健康づくりに関心を持ちにくい時期でもあります。

次のライフステージを健康に過ごすためにも、望ましい食生活を実践し、健康の維持増進を図り、生活習慣病予防や重症化予防に取り組む必要があります。

主な取組	取組内容(担当部・課)	活動指標
本気(まじ)めしプロジェクトの実施	若い世代を対象に区健康・子ども課 管理栄養士による講話(朝食と野菜摂取の啓発)等を中心に実施します。 ● 区保健福祉部健康・子ども課	年20回以上 R4:28回
【新】企業との連携による食育推進事業	スーパーマーケットやコンビニエンスストア等の食育サポート企業等と連携して、健康的な食生活に関する取組や情報提供を行います。 ● 保健福祉局保健所健康企画課	2,000件以上
【新】特定(多数)給食施設指導における健康的な食生活の普及啓発	特定(多数)給食施設指導において、健康的な食生活に関する取組や情報提供を行います(学生食堂、寄宿舎、社員食堂等)。 ● 保健福祉局保健所健康企画課	500件以上
【新】企業等と連携した食育推進事業	健康的な食生活の普及啓発を行う企業等を対象とし、職員向けの情報提供等を支援します。 ● 保健福祉局保健所健康企画課	2,500件以上
【新】保護者等を対象とした健康的な食生活の普及啓発	保健センター等で行う乳幼児健診の受診や育児教室等に参加する保護者を対象に、健康的な食生活の普及啓発を行います。 ● 区保健福祉部健康・子ども課	14,000人以上 R4:15,604人
【新】札幌市食生活指針*を活用した普及啓発	健康的な食生活の普及啓発に向けた取組を推進します。 ● 保健福祉局保健所健康企画課 ● 区保健福祉部健康・子ども課	5,000人以上 R4:5,487人

② 妊産婦に対する食育の推進

お母さんの健康と赤ちゃんの健やかな発育のために、食事はとても大切です。妊娠中は妊婦自身の栄養のほか、おなかの赤ちゃんの栄養も必要であることや出産や授乳に向けた身体づくりが必要であること、出産後は身体の回復や授乳に栄養が大切であること等の妊婦、授乳婦の望ましい食生活の情報提供や相談等に取り組めます。

主な取組	取組内容(担当部・課)	活動指標
【新】マタニティ教室における「妊娠中の食生活」の啓発	初めてお母さん・お父さんになる方に、妊娠中の食生活や健康的な食生活に関する講話を行います。 ● 保健福祉局保健所健康企画課 ● 病院局栄養科 ● 区保健福祉部健康・子ども課	100回以上 R4:126回
【新】妊産婦における栄養指導・相談	妊娠中・産後に必要な栄養素を食事から摂取できるよう、個々の状況に応じた支援を実施します。 ● 病院局栄養科 ● 区保健福祉部健康・子ども課	6,000人以上 R4:7,162人 ※個別指導のみ
妊婦訪問指導時の情報提供	妊婦訪問指導時に妊娠中の食生活やレシピなど、食に関する情報提供を行います。 ● 区保健福祉部健康・子ども課	3,000人 R4:3,669人

本気めしプロジェクト

食に関する知識や意識、実践面において、他の世代より課題の多い若い世代を対象に、調理実習や講話などの取組を行っています。朝食や野菜摂取について考えるきっかけになっています。



市立大学と協働で「朝食を食べよう!」動画作成



調理実習の様子

マタニティ教室

初めてお母さん、お父さんになる方を対象とし、妊娠中の食生活に関する講話を行っています。



教室の様子



妊婦さん向け献立 (豊平区ホームページ)

(4) 高齢期(65歳頃～)の食育の推進

① 高齢期における食育の推進

高齢期は、加齢とともに、「食欲がわからない」、「食べる量が減った」、「味を感じにくくなった」、「噛みにくくなった」、「食事の準備がしにくくなった」など、食生活の影響による様々な変化がみられるので、バランスの良い食生活を実践し、低栄養予防やフレイル*予防、生活習慣病の発症予防、重症化予防に取り組む必要があります。

また、個人差が大きい場合があることを考慮し、個々人の特性に応じながら適正体重を維持するなどの健康的な生活を実践し、フレイル予防に取り組めます。

主な取組	取組内容(担当部・課)	活動指標
高齢者のための食生活指針*を活用した取組	高齢者の食の実態に配慮した、バランスの良い食生活に向けた取組を推進します。 ● 保健福祉局保健所健康企画課 ● 区保健福祉部健康・子ども課	150回以上 R4:186回
高齢者を対象とした食育推進事業	健康教室等を活用し、歯科関係者等と連携し、高齢者への食育を進めます。 ● 保健福祉局保健所健康企画課 ● 区保健福祉部健康・子ども課	70回以上 R4:74回
低栄養予防事業	「すこやか食育支援事業」 食生活改善推進員*協議会、介護予防センター、区健康・子ども課が連携し、高齢者が楽しく会食する共食と低栄養予防の取組をすこやか食育支援事業等により行います。 ● 保健福祉局保健所健康企画課 ● 区保健福祉部健康・子ども課	50回以上 R4:44回
【新】企業との連携による高齢者を対象とした食育推進事業	企業との連携により、低栄養予防等を目的に、より良い食生活の普及啓発を行います。 ● 保健福祉局保健所健康企画課	100回以上
	スーパーマーケットやコンビニエンスストア等の食育サポート企業による、高齢者に向けた健康的な食生活情報の発信について、支援します。 ● 保健福祉局保健所健康企画課	2,000件以上

高齢者のための食生活指針を活用した取組

元気で長生きするために、8項目からなる「札幌市高齢者のための食生活指針」を作成しました。項目ごとに具体的な取組内容を示しています。各区保健福祉部等では当指針を活用して啓発を行っています。



事業の様子



札幌市高齢者のための食生活指針

低栄養予防事業(すこやか食育支援事業)

高齢者が健康的な食生活について学び、楽しく会食することが、健康寿命の延伸及び閉じこもり予防につながることから、地域の介護予防センターで「すこやか食育支援事業」を実施しています。

この事業では、食生活改善推進員が紹介する簡単でおいしく栄養がある料理の試食と各区保健福祉部の管理栄養士によるミニ講話、不足しがちな10種類の食品群のチェックシートを活用した食生活の振り返りなどを行っています。



10 食品群チェックシート説明の様子

魚介類 (動物性)		魚介類は良質なタンパク質、ビタミン、ミネラル、鉄、セレン、カルシウムを豊富に含む。また、脂質も豊富である。
肉類 (動物性)		肉類は良質なタンパク質、鉄、セレン、カルシウムを豊富に含む。また、脂質も豊富である。
大豆 (植物性)		大豆は良質なタンパク質、鉄、セレン、カルシウムを豊富に含む。また、脂質も豊富である。
牛乳・乳製品 (動物性)		牛乳・乳製品は良質なタンパク質、カルシウムを豊富に含む。また、脂質も豊富である。
卵 (動物性)		卵は良質なタンパク質、鉄、セレン、カルシウムを豊富に含む。また、脂質も豊富である。
穀類 (植物性)		穀類は良質な炭水化物、繊維質、鉄、セレン、カルシウムを豊富に含む。また、脂質も豊富である。
豆類・雑穀類 (植物性)		豆類・雑穀類は良質なタンパク質、鉄、セレン、カルシウムを豊富に含む。また、脂質も豊富である。
野菜類 (植物性)		野菜類はビタミン、ミネラル、繊維質を豊富に含む。また、脂質も豊富である。
果物 (植物性)		果物はビタミン、ミネラル、繊維質を豊富に含む。また、脂質も豊富である。
海藻類 (植物性)		海藻類はヨウ素、鉄、セレン、カルシウムを豊富に含む。また、脂質も豊富である。

10 食品群チェックシート



試食

(5) 全世代共通の食育の推進

全世代においては、課題の改善や生活習慣病予防や健全な食生活の実践を目途として、朝食の摂取、野菜摂取量の増量や減塩、バランスの良い食事について取り組む必要があります。

また、健康寿命の延伸には、健康的な食生活の実践が大切であり、よく噛んでおいしく食べるためには口腔機能が十分に発達し維持されることが大切であることから、乳幼児期から高齢期までの各ライフステージに応じた食べ方の支援等、歯と口の健康づくりのための食育を推進していくことが重要です。

健康寿命の延伸に向けて、食育に対する無関心層への啓発など、自然に健康になれる食環境づくりを産学官等で連携して推進していく必要があります。

主な取組	取組内容(担当部・課)	活動指標
朝食摂取についての指導や普及啓発	<p>朝食の重要性や手軽にできる朝食について、食育月間*をはじめ、様々な機会を通して指導や普及啓発を行います。</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 保健福祉局保健所健康企画課 ● 子ども未来局子育て支援部子育て支援課 ● 病院局栄養科 ● 区保健福祉部健康・子ども課 ● 教育委員会生涯学習部保健給食課 	<p>全課で実施</p> <p>R4:全課で実施</p>
健康的な食生活の実践に向けた取組	<p>幼少期からの望ましい食習慣形成のための指導や教室、共食の場等の参加者に対して、主食・主菜・副菜など栄養バランスのとれた食生活の啓発を行います。</p> <p>また、企業や関係機関等と連携し、栄養バランスのとれた食事や朝食摂取等の健全な食生活の実践に向けた取組を行います。</p> <p>食生活改善普及運動*、栄養の日*、食育の日*などを通して、普及啓発を行います。</p> <p>栄養バランスのほか、食品ロス削減や地産地消を併せた「さっぽろ食スタイル」の啓発に取り組みます。</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 保健福祉局保健所健康企画課 ● 子ども未来局子育て支援部子育て支援課 ● 病院局栄養科 ● 区保健福祉部健康・子ども課 ● 教育委員会生涯学習部保健給食課 ● 教育委員会学校教育部教育課程担当課 	<p>全課で実施</p> <p>R4:全課で実施</p>
野菜摂取強化の取組	<p>企業や関係機関等と連携し、野菜摂取強化に向けた取組を行います。野菜摂取の関心を高めるため、野菜摂取強化月間*等でポスターの掲示や野菜レシピ集等により啓発を行います。</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 保健福祉局保健所健康企画課 ● 子ども未来局子育て支援部子育て支援課 	<p>全課で実施</p> <p>R4:全課で実施</p>

主な取組	取組内容(担当部・課)	活動指標
	<ul style="list-style-type: none"> ● 病院局栄養科 ● 区保健福祉部健康・子ども課 ● 教育委員会生涯学習部保健給食課 ● 教育委員会学校教育部教育課程担当課 ● 教育委員会学校教育部幼児教育センター担当課 	
減塩の啓発	<p>減塩習慣を身に付けるための啓発を行います。</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 保健福祉局保健所健康企画課 ● 子ども未来局子育て支援部子育て支援課 ● 病院局栄養科 ● 区保健福祉部健康・子ども課 ● 教育委員会生涯学習部保健給食課 	<p>全課で実施 R4:全課で実施</p>
牛乳・乳製品に関する情報提供	<p>カルシウム不足を防ぐため、牛乳・乳製品に関する情報提供を行います。</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 保健福祉局保健所健康企画課 ● 区保健福祉部健康・子ども課 ● 子ども未来局子育て支援部子育て支援課 ● 教育委員会生涯学習部保健給食課 ● 教育委員会学校教育部教育課程担当課 	<p>全課で実施 R4:全課で実施</p>
適正体重の維持に努める啓発	<p>健康維持に重要な適正体重の維持に努める啓発を行います。</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 保健福祉局保健所健康企画課 ● 区保健福祉部健康・子ども課 	<p>啓発回数2,000回以上 R4:2,492回</p>
栄養成分表示*の活用	<p>栄養成分表示の活用について啓発します。</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 保健福祉局保健所健康企画課 ● 区保健福祉部健康・子ども課 ● 教育委員会生涯学習部保健給食課 	<p>全課で実施 R4:全課で実施</p>
よく噛んで食べることの重要性の啓発	<p>よく噛んで食べることの重要性について啓発します。</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 保健福祉局保健所健康企画課 ● 区保健福祉部健康・子ども課 ● 子ども未来局子育て支援部子育て支援課 ● 教育委員会生涯学習部保健給食課 	<p>全課で実施 R4:全課で実施</p>
共食できる場の情報提供	<p>子ども食堂*等共食できる場所について情報提供(ホームページへの掲載)を行います。</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 子ども未来局子ども育成部子どものくらし・若者支援担当課 	<p>随時更新 R4: 随時更新</p>
非常時に対応する食生活の情報発信	<p>非常時の食の備え等に役立てられるよう、保存食の備蓄や利用、ローリングストック*など、非常時に対応できる食生活の啓発を行います。</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 保健福祉局保健所健康企画課 ● 区保健福祉部健康・子ども課 	<p>600回以上 R4:657回</p>

野菜摂取強化月間

札幌市では、8月を野菜摂取強化月間と定め、市民に野菜摂取量を増やす啓発を行っています。市の食育関係局や関係団体等が野菜摂取強化に向けた様々な取組を進めています。



月間ポスター



月間リーフレット



農園での収穫体験



サマーフェスタ（野菜に親しむ取組）



野菜パネル展（北区）

よく噛んで食べることの重要性について啓発(8020セミナー)

札幌市生涯歯科口腔保健推進計画に基づき、「むし歯や歯肉炎のない子どもを増やす」ことを目的に、乳幼児、学童を対象に子育てサロンや児童会館で、歯科疾患の予防に関する知識の普及と情報提供を実施しています。



さっぽろ食スタイル

栄養バランスのとれた健康的な食事に、北海道の豊かな食材を使用した食事を「北海道型食生活」とし、さらに、買い物から調理、片付け、保存まで環境に配慮した食生活を「さっぽろ食スタイル」として提案し、普及しています。



基本目標2 食の循環や環境・安全を意識した食生活の推進と食文化の継承

基本的施策1 「農」とのふれあいを通じた食育の推進

◆ 取組の背景

食べ物の大切さを実感することによって、市民の農業への理解を図っていくことが重要になっています。子どもを含め幅広い世代に対して農業体験の機会を提供し、地産地消の意義を啓発する等、食育を推進していくことが重要です。

農業者・関係機関・消費者が情報交換等互いにコミュニケーションがとれる環境を整え、農業や農産物に関する理解を深めることが必要になっています。

◆ 取組の方向性

- 農業への理解を深め、地産地消の意義を啓発
- 農業体験の機会を提供し、食育を推進
- 農業者・関係機関・消費者等が情報交換を行い、農業や農産物に関する理解を促進

【指標】

指 標	現状値	目標値
野菜作りや収穫体験などの「農」体験をした人の割合	51.5%	56%以上
さとらんの来園者数	17.6万人	75万人
北海道産食品(米など)や札幌産の食品を利用する人の割合	74.4%	80%以上

◆ 主な取組

(1) 「農」とのふれあいを通じた食育の推進

市民農園等による栽培、収穫体験、農業ボランティアの育成などにより、「農」とのふれあいを推進し、「農」に関する理解や食への感謝の気持ちを育むよう取り組みます。

主な取組	取組内容(担当部・課)	活動指標
園庭やプランターでの野菜栽培、収穫体験	認可保育所、幼稚園等では、園庭やプランターでの野菜栽培、収穫の喜びなどを体験し、調理や食事の楽しさを共感できる体験型食育の充実を図ります。 ● 子ども未来局子育て支援部子育て支援課 ● 教育委員会学校教育部幼児教育センター担当課	認可保育所等全施設 R4:保育所等全施設 市立幼稚園9園 R4:9園

主な取組	取組内容(担当部・課)	活動指標
子ども学習農園*の活用	小学生等の子どもたちへの農業体験の機会の拡充を目的として「さとらんど」に整備した「子ども学習農園」を活用し、食農教育を実践できる場を提供します。 ● 経済観光局農政部農政課	30校 R4:40校
若い世代に対する「農」体験の啓発	親子料理教室や乳幼児健診(3歳児健診)等を活用し、家族で気軽に「農」体験を楽しめるような情報提供を行います。 ● 保健福祉局保健所健康企画課 ● 区保健福祉部健康・子ども課	10,000人以上 R4:8,315人
認定市民農園の開設	市民農園を整備して農地を保全し、農業にふれる機会を増やし農業への理解を促進します。 ● 経済観光局農政部農政課	25か所 R4:23か所
さっぽろ農学校*専修コースの開催	農業と市民をつなぐ役割を担い、地元の農業を支え、食と農の大切さを発信できる人材を育成するために、市民農業講座を開催します。 ● 経済観光局農政部農政課	24人 R4:25人
【新】さとらんどでの収穫・加工体験	市民が気軽に自ら収穫した農産物の加工・調理を学び味わうことで、一体的な「食」への理解を促進します。 ● 経済観光局農政部農政課	5コース R4:5コース

さとらんどでの収穫・加工体験、子ども学習農園の活用

「さとらんど（札幌市農業体験交流施設）」では、市民が気軽に農業を体験できるよう、さとらんどで栽培した農作物を市民が収穫する「収穫体験」、種まきから栽培、収穫する「栽培収穫体験」、それに加え加工（調理）も行う「栽培収穫加工体験」などを行っています。

また、小学生や幼稚園等の子どもたちが、農作物を育て、調理し、食べる体験を通じて、農業への理解と食への関心が高まるよう、「子ども学習農園体験学習」「水田体験学習」を実施しています。



幼稚園でのさつまいも収穫の様子



小学生の水田体験の様子

(2) 札幌の農業や農産物に関する理解の促進

小学生をはじめ、市民を対象に札幌の農業について学び、農業の体験や農業者との交流を通じて、農業や農産物に関する理解を促すよう取り組みます。

主な取組	取組内容(担当部・課)	活動指標
農体験リーダー*登録	学校において、札幌の農業について学び、農業の体験や農業者との交流を通じて、農業や農産物に関する理解を促す取組を進めます。 ● 経済観光局農政部農政課	50人 R4:28人
小学生の農業体験の実施	学校において、札幌の農業について学び、地域の農業者と連携した農業の体験や農業者との交流を通じて、農業や農産物に関する理解を促す取組を進めます。 ● 教育委員会学校教育部教育課程担当課	各学校にて実施 R4: 各学校にて実施
札幌の農業や農畜産物の普及・啓発	ホームページや各種イベント等により、市民に向けて札幌の農業や農畜産物についての情報発信を行います。 ● 経済観光局農政部農政課	随時実施

小学生の農業体験の実施

各学校において、札幌の農業について学び、学校農園や地域の農家の方に協力いただき、農業の体験や農業者との交流を通じて、農業や農産物に関する理解を促す取組を進めています。



(3) 地産地消の推進

地産地消の取組は、地域の食や農に関する理解を深め、食べ物や生産者への感謝の気持ちを育むことにつながります。また、地場産物の消費の拡大などによる地域の活性化、流通コストの削減、輸送時に発生するCO₂の抑制、地元に対する理解の深まりなどの効果が期待されています。

市場見学会などイベント等を通して地産地消の推進に取り組むとともに、生産から食卓まで食の循環を担う多様な主体のつながりを広げる食育を推進します。

主な取組	取組内容(担当部・課)	活動指標
市場見学会	中央卸売市場見学者の受け入れを行い、食材の流通等について周知します。 ● 経済観光局中央卸売市場経営支援課	来場者:実績数の増加 R4:2,087人

主な取組	取組内容(担当部・課)	活動指標
認可保育所等給食での産地表示の情報発信	認可保育所等では、給食の展示等を行い、使用されている食材の名称や産地を表示するなど情報発信に努めます。 ● 子ども未来局子育て支援部子育て支援課	認可保育所等全施設 R4:保育所等全施設
生鮮食品等の旬や産地等の情報発信	中央卸売市場においてホームページやテレビ中継などを利用し、北海道産品を中心とした旬の生鮮食品情報を発信します。 ● 経済観光局中央卸売市場経営支援課	130回 R4:198回
地産地消の啓発	認可保育所等園児向けに地産地消の野菜などについて学ぶ機会を増やし食育の充実を図ります。 ● 子ども未来局子育て支援部子育て支援課	認可保育所等全施設 R4:保育所等全施設
	【新】地域の特性を活かし、農産物の直売所や農家レストラン等農業交流関連施設の開設を促進します。 ● 経済観光局農政部農政課	16か所 R4:13か所
	学校では、栄養教諭が中核となって教職員と連携を図り、給食時間や各教科等と関連付けながら学校教育活動全体を通じて、地産地消について食指導を進めます。 ● 教育委員会生涯学習部保健給食課 ● 教育委員会学校教育部教育課程担当課	全小・中学校等 R4:全小中学校
	学校給食では、北海道産食材を全体の75%以上使用します。 ● 教育委員会生涯学習部保健給食課	75% R4:76%
	食生活改善推進員とともに、「地産地消」の意義や必要性について市民へ啓発します。 ● 保健福祉局保健所健康企画課 ● 区保健福祉部健康・子ども課	1,300回以上 R4:1,329回
【新】さとらんどでの農業・畜産等講座の開講	さとらんどにおいて、札幌の伝統野菜や主要農産物等を活用した加工・料理講座を開講し、地元農産物の魅力を伝え、地産地消を促進します。 ● 経済観光局農政部農政課	20 講座 R4:26 講座

市場見学会

中央卸売市場見学者の受け入れを行い、食材の流通等について周知しています。取引の様子や市場の活気を体感できるせり時間帯での見学をお勧めしています。

・水産物部 AM5:15～AM6:30 頃 ・青果部 AM6:30～AM7:20 頃



基本的施策2 環境に配慮した食生活の推進

◆ 取組の背景

食生活が自然の恩恵により成り立っており、食料の生産から消費に至る食の循環を意識し、生産者をはじめとした多くの関係者により食が支えられていることを理解することが大切です。

また、食べ残しや食品廃棄等の大量の食品ロスにより、環境への大きな負荷を生じさせていることから、食品廃棄物の発生抑制をさらに推進するとともに、食べ物の大切さについて啓発が必要です。

◆ 取組の方向性

- 若い世代への生ごみの減量やリサイクルについての啓発
- 食品ロスの発生抑制の取組

【指標】

指 標	現状値	目標値
生ごみの減量・リサイクルに取り組んでいる世帯の割合	93%	95%

◆ 主な取組

(1) 環境を考えた食生活の普及・啓発及び実践

生ごみのたい肥化、リサイクルなど、生ごみを減らす取り組みを進めます。

主な取組	取組内容(担当部・課)	活動指標
容器包装簡素化イベントの開催	容器包装の廃棄物を減らすために、製造・販売事業者や市民に対する普及啓発を推進します。 ● 環境局環境事業部循環型社会推進課	400人 R4:215人
環境を考えた取組	認可保育所等では、生ごみのたい肥化、ごみの分別、リサイクル、エコクッキング*等の情報発信や、環境を考えた食生活の取組を啓発します。 ● 子ども未来局子育て支援部子育て支援課	認可保育所等全施設 R4:保育所等全施設
生ごみのたい肥化の取組	市民による生ごみ減量・リサイクルを進めるため、電動生ごみ処理機の購入助成やセミナーなどの実施により、生ごみたい肥化を推進します。 ● 環境局環境事業部循環型社会推進課	生ごみたい肥化継続率 95% R4:96%
さっぽろ学校給食フードリサイクル*の取組	「さっぽろ学校給食フードリサイクル」を活用し、食や環境教育の充実を図ります。 ● 教育委員会生涯学習部保健給食課	全小・中学校等 R4:全小中学校

主な取組	取組内容(担当部・課)	活動指標
	● 教育委員会学校教育課	
エコクッキングでの市民啓発	保健センターなどで食生活改善推進員とともに「エコクッキング」情報を発信し、食材を無駄にしない料理の普及など、ごみを減らす取組等を進めます。 ● 保健福祉局保健所健康企画課 ● 区保健福祉部健康・子ども課	啓発回数1,400回以上 R4:1,497回

さっぽろ学校給食フードリサイクルの取組

札幌市では従来からごみの分別、資源化の促進に取り組んでいますが、その一環として学校給食を作る過程で発生する調理くずや食べ残しなどの生ごみを堆肥化し、その堆肥を利用して育てた作物を学校給食の食材に用いて子どもたちが食するという食物の循環「さっぽろ学校給食フードリサイクル」に平成18年度から取り組んでいます。単に学校給食の調理くずや食べ残しのリサイクルだけではなく、食や環境を考え、ものを大切にする子どもを育てることを目指しています。



(2) 食品ロスを少なくする社会環境づくり

食品ロスの取組を通して、食の大切さを伝える取組を進めます。

主な取組	取組内容(担当部・課)	活動指標
生ごみ廃棄量の減量	家庭から出される生ごみ減量のために、冷蔵庫を片付けることなど、食品廃棄を減らす取組を行います。 ● 環境局環境事業部循環型社会推進課	9.1万t R4:8.9万t
事業所(飲食店等)からの食品の廃棄量を少なくするための啓発	事業所(飲食店等)から出される食品の廃棄量を少なくする市民啓発をします。 ● 環境局環境事業部事業廃棄物課 ● 保健福祉局保健所健康企画課 ● 区保健福祉部健康・子ども課	啓発回数年1,000回以上 R4:1,423回
もったいない運動*の推進	飲食店などでの「もったいない運動」を推進します。 ● 環境局環境事業部事業廃棄物課 ● 保健福祉局保健所健康企画課	推進店舗数の増加 R4:164店舗
「2510(ニコッと)スマイル宴」事業の啓発	宴会や会食時の開始後25分間と終了前10分間は、自分の席でしっかり食事を楽しむ取組「2510(ニコッと)スマイル宴」事業を啓発します。	啓発回数年200回以上 R4:134回

主な取組	取組内容(担当部・課)	活動指標
	<ul style="list-style-type: none"> ● 環境局環境事業部事業廃棄物課 ● 保健福祉局保健所健康企画課 	

生ごみ廃棄量の減量(パンフレット:日曜日は冷蔵庫をお片付け。)

環境事業部では、食べ残しや手つかずのまま捨てられる食品である「食品ロス」を削減するため、週に1度は冷蔵庫の中を確認し、食べきりを啓発するパンフレットを作成しています。

パンフレットの中では、冷蔵庫・冷凍庫のお片づけテクニックを紹介しているほか、食生活を見直し、環境にやさしい食生活や、からだにやさしい食生活を心掛けるよう呼び掛ける食育のページを設けています。

パンフレットは出前講座やイベント時に配布しているほか、各区保健センターで実施している1歳6カ月児健診でも来所した保護者に配布しています。



基本的施策3 「食」の安全・安心の確保の推進

◆ 取組の背景

健康的な食生活の実現のためには、市民が自らの判断で「食」を正しく選択し、安心して食生活を実践できるよう、「食」の安全に関する正しい知識を習得することが必要です。

また、事業者による自主的な衛生管理を行う取組の普及を図り、安全な食品の提供を推進することも重要です。

消費者・食品関連事業者・学識経験者・行政などで、「食」の安全について意見交換を行い、継続して情報共有を図る必要があります。

◆ 取組の方向性

- 「食」の安全に関する情報の発信
- 事業者の自主的な衛生管理の普及啓発
- 消費者・食品関連事業者・学識経験者・行政などによる「食」の安全についての相互理解の促進

【指標】

指 標	現状値	目標値
食の安全に取組む事業者等の情報に触れ、飲食店等の利用、食品の購入または調理時の行動を見直した市民の割合	33.6%	50%

◆ 主な取組

(1) 「食」の安全に関する知識の習得

食中毒予防や食品表示の基礎知識など、食の安全・安心に関する知識の普及啓発の推進に取り組みます。

主な取組	取組内容(担当部・課)	活動指標
【新】「食」の安全に関する情報の発信	ホームページ、SNS*、食品衛生情報誌「キッチンメール*」などの媒体を活用し、「食」の安全に関する情報を市民に広く周知します。 ● 保健福祉局保健所食の安全推進課	5回
離乳期講習会、マタニティ教室、ボランティア養成講座等での啓発	保健センターでは、講習会等で食の安全に関する啓発を行います。 ● 区保健福祉部健康・子ども課	330回 R4:312回
さっぽろ子どもGメン体験事業*	子ども向けの体験型事業を行います。 ● 保健福祉局保健所食の安全推進課	1回以上 R4:0回
子ども向け手洗い・うがいソング*などを活用した食	食中毒や感染症予防、食事のマナー(手洗い・うがい等)について楽しく学ぶ機会を増やし、食育の充実を図ります。	認可保育所等全施設 R4:保育所等全施設

主な取組	取組内容(担当部・課)	活動指標
育指導	● 子ども未来局子育て支援部子育て支援課	
食の安全や衛生についての啓発	栄養教諭が中核となって教職員と連携を図り、給食時間や各教科等と関連付けながら学校教育活動全体を通して、食の安全や衛生について指導を進めます。 ● 教育委員会生涯学習部保健給食課 ● 教育委員会学校教育部教育課程担当課	全小・中学校等 R4:全小中学校
食品表示に関する指導・啓発	市民が食品に関する正確な情報を入手できるよう、表示の適正化について事業者への指導や問い合わせに対して情報提供を行います。 ● 市民文化局市民生活部消費生活課	200回 R4:226回
市場ホームページ等で発信	消費者の「食」に対する安全・安心志向に対応するため、市場の安全性確保に関する情報を市場ホームページ等で発信します。 ● 経済観光局中央卸売市場経営支援課	130回以上 R4:198回
「食」に関する消費生活講座	食品表示やフェアトレード、地産地消、水の種類と味の違いなど、「食」に関する知識を深める講座を実施します。 ● 市民文化局市民生活部消費生活課	5件 R4:11件
「食品表示法」に基づく情報提供	市民が食品に関する正しい情報を得ることができ、安全で安心できる食品や自身の健康に役立つ食品を選択できるよう、食品関連事業者に対し「食品表示法」に基づく情報提供を行います。 ● 保健福祉局保健所健康企画課 ● 保健福祉局保健所食の安全推進課 ● 市民文化局市民生活部消費生活課	随時 R4:0回

子ども向け手洗い・うがいソングなどを活用した食育指導

認可保育所等では、子ども未来局の保育士・栄養士と保健所の食品衛生監視員によるプロジェクトで制作した「しろくま忍者の手あらいソング」を活用した食育指導を行っています。

子どもたちは、しろくま忍者の動きに合わせて楽しく踊りながら、正しい手洗い・うがいの方法を学びます。



(2) 事業者による自主的な取組みの促進

事業者による自主的な衛生管理を行う取組の普及を図り、安全な食品の提供の推進に取り組みます。

主な取組	取組内容(担当部・課)	活動指標
立入検査、講習会の実施	食品関連事業者による衛生管理や食品表示が適正に行われるよう立入検査や講習会などを行います。 ● 保健福祉局保健所食の安全推進課	立入回数:26,000回 R4:26,167回
さっぽろ食の安全・安心推進協定*の締結	市民への「食」の安全に関する情報提供を促進するため、食品関連事業者への支援を行います。 ● 保健福祉局保健所食の安全推進課	締結数12件 R4:1件
さっぽろ食の安全・安心おもてなし事業*登録		登録数:年30件 ※R6まで R4:5件
認可保育所等給食関係者研修会の実施	認可保育所等の施設に対し、食品衛生に関する指導を行うとともに、食の安全・安心に関する情報の発信、啓発に努めます。 ● 子ども未来局子育て支援部子育て支援課	1回以上 R4:0回
施設指導等の実施		1回以上 R4:1回

さっぽろ食の安全・安心おもてなし事業登録

市内で、食の安全・安心に取り組んでいる食品衛生優良施設を対象に、「栄養成分表示」、「禁煙」、「アレルギー表示」、「外国語メニュー」、「道産食材」、「さっぽろ HACCP 認証」など、さらに進んだ取組を実施しているお店を「食の安全・安心おもてなしの店」として登録しています。

登録したお店については、市ホームページ、民間タウン誌、市内を走行する路線バス車内の動画広告等において、市民の皆様を紹介しています。



(3) 市民・事業者との連携・協働による取組の促進

食の安全・安心に関する施策を推進するため計画を策定するとともに、市民と食品関連事業者の相互理解を深める情報提供や意見交換を行うための環境を整えます。

主な取組	取組内容(担当部・課)	活動指標
食品衛生監視指導計画の策定及び公表	「食」の安全・安心に関する施策の推進にあたり、札幌市食品衛生監視計画を毎年度策定し、市民・食品関連事業者の意見を反映させる環境を整えます。 ● 保健福祉局保健所食の安全推進課	毎年度策定 R4:策定
安全・安心な食のまち・さっぽろ推進会議の開催	市民と食品関連事業者の相互理解を深めるため「さっぽろ食の安全・安心市民交流事業*」等を開催し、情報や意見の交換を促進します。 ● 保健福祉局保健所食の安全推進課	1回以上 R4:2回
さっぽろ食の安全・安心モニター*事業の実施		委嘱数30名 R4:0名
食の安全・安心市民交流事業の実施		1回以上 R4:0回
食の安全・安心大型イベントの開催		1回 R4:0回

さっぽろ食の安全・安心モニター事業

市民の皆様が、「食」に関してどのようなことに不安を感じているか、どのような情報を求めているかなどのご意見をお聴きする機会を充実させるため、公募により特定の市民の方にレストランやスーパーマーケットなどの食品取扱施設を利用して、日々の買い物や食事のなかで気になった点や良かった点を調査・報告していただきます。併せて食の安全・安心についての情報やご意見をいただいております。

モニター活動の前には、委嘱式及び研修会を開催し、活動のルールや食品表示の内容について説明しています。



基本的施策4 食文化継承のための活動への支援

◆ 取組の背景

「和食」は、ユネスコ無形文化遺産*に登録(平成25年12月)され、世界的にも注目されている食文化の一つといえます。伝統的な食文化に親しむことは、食事のマナーや年中行事と食との結び付きについて学び、実感することができる他、心の豊かさをもたらします。

しかし、食の欧米化などに伴い、伝統的な食文化に親しむ人は若い世代を中心に減少しています。

そのため、食育活動を通じて、子どもや若い世代を中心に、行事食や食事の作法等の食文化に関する理解を深めるとともに、伝統的な郷土料理に親しむなど食文化の継承を進めていくことが必要になっています。

さらに、「食」に関する体制の整備を進め、市民運動となるよう、食育を進めていくことが重要です。

◆ 取組の方向性

- 食育活動を通じて、行事食や食事の作法等の食文化に関する啓発

【指標】

指 標	現状値	目標値
伝統的な食文化(行事食や郷土料理、だしの文化など)に親しむ人の割合(全年代)	72.7%	78%以上
伝統的な食文化(行事食や郷土料理、だしの文化など)に親しむ人の割合(20歳代～30歳代)	64.2%	70%以上

◆ 主な取組

(1) 伝統的な食文化の継承・実践

保育所等や学校の行事食や郷土料理等を通して、食文化への理解と関心を高めるよう取り組みます。

主な取組	取組内容(担当部・課)	活動指標
伝統的な食文化の啓発	各種催しや地域の料理教室などを通して、行事食や郷土料理、だしの文化等、伝統的な食文化の普及啓発を行います。 学校や認可保育所等では給食だよりや給食試食会などを通じて、保護者に対し伝統的な食文化についての情報提供を行います。 病院局では、患者給食に行事食・郷土食を取り入れ、伝統的な食文化の普及啓発を行ないます。また、患者	全課で実施 R4:全課で実施

主な取組	取組内容(担当部・課)	活動指標
	給食には天然だしを使用します。 <ul style="list-style-type: none"> ● 保健福祉局保健所健康企画課 ● 子ども未来局子育て支援部子育て支援課 ● 区保健福祉部健康・子ども課 ● 教育委員会生涯学習部保健給食課 ● 病院局栄養科 	
行事食や郷土料理の提供などを通じた伝統的な食文化等の食指導	栄養教諭が中核となって教職員等が連携を図り、給食時間や各教科等と関連付けながら学校教育活動全体において、また、行事食や郷土料理の提供などを通じて伝統的な食文化等の食指導を進めます。 <ul style="list-style-type: none"> ● 教育委員会生涯学習部保健給食課 ● 教育委員会学校教育部教育課程担当課 	全小・中学校等 R4:全小中学校

食文化を取り入れた学校給食の献立

将来、児童生徒が健全な食生活を営むことができるよう、栄養教諭が中核となって教職員と連携を図り、学校給食での行事食や郷土料理の提供等を通じて、伝統的な食文化等の指導を進めています。

和食の日～白いご飯をおいしく食べよう～



基本目標3 食育推進体制の整備

基本的施策1 食育推進体制の整備

◆ 取組の背景

食育の推進にあたっては、子どもから高齢者までの生涯を通じた取組が重要です。

食育活動が市民によって積極的に拡大していくため、「食育」に関心のある市民が活躍するボランティア等の活動が重要となっています。

また、各区において食育ネットワーク等を活用し、地域の特性に合わせた食育活動を関係機関と連携し、地域の健康課題の解決等に向け取り組むことが重要です。

◆ 取組の方向性

- 食育活動が市民によって拡大していくよう、食育ボランティア、食育サポート企業の活動及び活動の支援
- 各区の食育推進ネットワーク等を活用し、食育の関係者の活動が促進されるよう支援
- 関係局と連携を図り、市民の食育を推進

【指標】

指 標	現状値	目標値
食育ボランティアの数	1,231人	1,500人
食育サポート企業等との取組	—	2,000件以上

◆ 主な取組

(1) 食育推進体制の整備

市民対象の食生活調査等により食生活の実態を把握し、食育推進事業等に活用します。

また、食育推進に関する会議等を開催し、食育推進のあり方について検討し、効果的な食育の推進に取り組めます。

主な取組	取組内容(担当部・課)	活動指標
食育推進に関する会議	食育推進に関する会議を開催し、食育推進のあり方について検討し、効果的な食育の推進を行います。 ● 保健福祉局保健所健康企画課	食育推進会議1回以上 R4:1回
	食育推進合同会議を開催し、食育推進のあり方について検討し、効果的な食育の推進を行います。 ● 子ども未来局子育て支援部子育て支援課	食育推進合同会議2回 R4:2回
	区内の教育、保健・栄養、農業、消費者、食品産業などの関係機関・団体から成る食育推進ネットワークにより連携、協力して効果的な食育の推進を行います。	食育推進ネットワークの活用(全区)

主な取組	取組内容(担当部・課)	活動指標
	● 区保健福祉部健康・子ども課	
学校における栄養教諭等による食育の推進	学校では、栄養教諭が中核となって教職員と連携を図り、給食時間や各教科等と関連付けながら学校教育活動全体を通じて、栄養教諭等の専門性を活かし、食指導を進めます。 ● 教育委員会生涯学習部保健給食課 ● 教育委員会学校教育部教育課程担当課	全小・中学校等 R4:全小中学校
特定(多数)給食施設研修会の開催	施設の栄養管理に対する給食運営の改善、給食担当者の栄養に関する知識の向上等のため、研修会を実施します。 ● 保健福祉局保健所健康企画課	年1回以上 R4:1回
市民対象の栄養調査・食生活調査の実施	食生活調査を通じて、市民の食生活の実態を把握し、結果を市民の食育・健康づくりの推進に活用します。 ● 保健福祉局保健所健康企画課	5年に1回 R4:1回
調理室等の情報提供	市民が集まり食育活動が行える調理室等の情報を整理し、情報提供を行います。 ● 保健福祉局保健所健康企画課	年1回以上更新 R4:1回
給食施設等での指導・支援	福祉施設、事業所・認可保育所・学校等の給食を通じて、利用者が適正体重となることやその維持ができるように、給食管理者に協力を求めながら指導・支援を行います。また、特定給食施設*指導等において、バランスのよい食事について情報提供を行います。 ● 保健福祉局保健所健康企画課 ● 子ども未来局子育て支援部子育て支援課 ● 教育委員会生涯学習部保健給食課	全施設で実施 R4:全施設で実施

食育推進会議

札幌市食育推進会議は、札幌市食育推進会議条例により札幌市長の附属機関として設置されています。

委員は、食育に関する有識者委員と公募による市民委員で構成され、食の安全、健康、食教育などの「食育」について審議を行っています。



食育推進ネットワークによる取組

各区保健福祉部では、食育推進ネットワーク会議を設置し、区内の教育、保健・栄養、農業、食品産業などの関係機関・団体や食のボランティア団体である食生活改善推進員協議会などが、札幌市の「食」の課題等の情報を共有し、共に連携して札幌市食育推進計画を推進しています。



「各区食育ネットワーク」を基盤とした札幌市の食育推進体制



食育通信（食育だより）の発行

(2) 食育ボランティア等の活動及び活動の支援

食育を市民に適切に浸透させていくために、地域に根差した活動を行っているボランティア活動の活発化とその成果の向上に向けた環境の整備を図り、地域での食育推進の中核的役割を担うことができるよう活動を支援します。

また、望ましい食習慣や健康づくりの実践を促すために、食育活動を行う学生ボランティアの育成や食育活動の支援に取り組みます。

食品関連事業者等の食育関係者が自発的に行う活動が展開されるよう、関係者間の情報共有を促進するよう取り組みます。

主な取組	取組内容(担当部・課)	活動指標
食生活改善推進員の活動の理解促進と養成講座の募集強化	食生活改善推進員の食育活動を広く市民に周知するとともに、食生活改善推進員養成講座受講者数が増えるよう、保健所、保健センター主催の食育事業で周知します。 ● 保健福祉局保健所健康企画課 ● 区保健福祉部健康・子ども課	300回以上 R4:303回
食生活改善推進員協議会が進める食育事業	各区の食生活改善推進員が、地域において健康料理講習会を開催するなどの食育活動を推進します。 (親子料理教室、すこやか食育支援事業、食生活改善	年200回以上 R4:140回

主な取組	取組内容(担当部・課)	活動指標
	展を含む。) ● 保健福祉局保健所健康企画課 ● 区保健福祉部健康・子ども課	
食生活改善推進員養成講座の開催	食育に関するボランティアを育成し、活動を支援します。 ● 保健福祉局保健所健康企画課	養成数の増加 R4:103人
食育学生ボランティア養成講座の開催	● 区保健福祉部健康・子ども課	養成数の増加 R4:53人
食生活改善推進員協議会等の地区組織への支援		150回 R4:101回
食育学生ボランティアの活動支援		12回以上 R4:21回
食育サポート企業等登録	企業等の協力を得て、食育事業を進めます。 ● 保健福祉局保健所健康企画課 ● 区保健福祉部健康・子ども課	100者 R4:92者

食育ボランティア(札幌市食生活改善推進員)の養成講座、活動支援

健康の保持増進や生活習慣病予防のための食生活の実践や地産地消の推進など、地域で食生活改善の輪を広げる推進役となる人材を養成するため、「食生活改善推進員養成講座」を開催しています。講座受講後は各区食生活改善推進員協議会において、食を通じた健康づくりのボランティア活動を行っていただいています。



講座の様子



広報さっぽろに掲載

食育学生ボランティアの育成

保健所では、管理栄養士・栄養士養成校の学生を対象に行う食育ボランティア養成講座を開催し、札幌市の食の課題を学び、食育のイベントなどにボランティアとして参加し、市民への啓発を行っています。

食育学生ボランティアがイベントのコーナーの企画や市民への説明などを行っています。



活動の様子



学生ボランティアが作成したリーフレット

(3) 「新たな日常」やデジタル化に対応した食育の推進

デジタル技術を効果的に活用し、オンラインによる講演会等の開催やインターネット等により非接触型の取組を推進します。

主な取組	取組内容(担当部・課)	活動指標
食育情報の発信	さっぽろ子育て情報サイトを活用して、食育情報の発信を行います。 ● 子ども未来局子育て支援部子育て支援課	さっぽろ子育て情報サイト更新回数10回以上 R4:16回
食育活動の情報発信	企業等と連携し、ホームページやSNS、オンラインツールを活用して、健康的な食生活の実現や維持のための情報発信を行います。 ● 保健福祉局保健所健康企画課 ● 区保健福祉部健康・子ども課	投稿数200件以上 R4:206件

ホームページ(食育情報など)

札幌市公式ホームページ内に食育情報のページを設け、栄養・食育関連資料やレシピ等を掲載しております。

札幌市 食育情報

検索



オンライン食育講演会

市民の食育への関心を高め、健やかで心豊かな食生活の実現を目指し、実践しようとする市民を増やすことや「新たな日常」やデジタル化に対応した食育の推進を目的として企業等と連携し、オンライン食育講演会を実施しています。



第5章 計画の推進

I 計画推進における役割

計画の推進は、市民一人ひとりが「食」に関心を持ち、積極的に「食育」を実践していくことが必要です。

食育の推進にあたっては、家庭、保育所、幼稚園、学校、職場、関係団体、企業、行政などが、それぞれの役割に応じて主体的に活動し、市民運動として取組を推進することが重要です。

【家庭の役割】

家庭は、食生活の基本の場であり、特に子どもたちが健全な食習慣を身につけ、心身ともに健やかに育っていく上で、大きな役割を担っています。

家族で楽しく食卓を囲むことを基本に、食に関する正しい知識を身につける、食の楽しさを実感するなど、日常生活の中で食育を実践していくことが大切です。

また、家族で「食」に関する体験活動などに参加して、「食」に対する関心や理解を深めることも必要です。

【学校などの役割】

保育所や幼稚園、学校等は、子どもの健全な食習慣の形成と豊かな人間性を育む上で、重要な役割を果たしています。

家庭や地域との連携を図りながら、関係者が様々な機会を活用して子どもが「食」の大切さや楽しみなどを実感できるよう、食育を計画的に推進することが大切です。

【地域・関係団体の役割】

地域において食育を推進するためには、家庭や学校等における取組のほか、保健・医療関係者、ボランティアなどによる幅広い活動が求められています。

食育に関し専門的な知識を有する管理栄養士や専門調理師等は、地域と連携を図りながら、食生活の改善を推進することが大切です。

消費者団体や、すでに積極的に食育活動を進めている食生活改善推進員協議会をはじめとした食生活改善団体、NPO法人などのボランティア団体は、食育の推進に自主的に取り組むとともに、行政が実施する食育に関する施策や活動に協力することが期待されます。

【事業者(企業等)の役割】

生産に係る事業者は、食料生産に関する消費者の理解を促進すること、また、食品の製造、流通、販売に係る事業者などは、消費者に対し様々な体験活動の機会の提供や健康に配慮したメニューの提供、「食」に関する情報や知識の提供などを通じて、食育の推進に取り組むことが期待されます。

【行政の役割】

食育推進運動に取り組むためには、食育関係者相互の情報共有と連携を図り、教育、健康、福祉、産業、環境などそれぞれの分野における施策を総合的、計画的に進めるとともに、食育を推進する取組を支援します。

II 食育推進体制



III 計画の進行管理・公表

本計画の進行管理にあたっては、施策を効果的・効率的に推進し事業などの達成状況を客観的に把握・評価するとともに、札幌市食育推進会議において審議します。

また、本計画の進捗状況や施策の実施状況については、毎年公表します。

IV 計画の見直し

本計画の目標年次である令和9年度までに、社会情勢の変化や計画の進捗状況などにより本計画の見直しが必要な場合、札幌市食育推進会議の意見を踏まえ、必要な措置を講じます。

資料 用語解説

あ

新しい生活様式 厚生労働省が公表した飛沫感染や接触感染、近距離での会話への対策など、新型コロナウイルス感染防止対策を日常生活に取り入れた行動指針のこと。

え

栄養教諭 栄養士や管理栄養士の資格を持つ教育職員。栄養教諭は、児童又は生徒が健全な食生活を自ら営むことができる知識及び態度を養うため、学校給食において摂取する食品と健康の保持増進との関連性についての指導、食に関して特別の配慮を必要とする児童又は生徒に対する個別的な指導その他の学校給食を活用した食に関する実践的な指導を行う。栄養教諭制度(栄養教諭普通免許状(専修、一種、二種)を新設)は、平成16年に創設され、平成17年度から施行された。

栄養成分表示 平成27年に食品表示法が施行され、令和2年度から消費者に販売される加工食品等において、栄養成分表示が義務付けられた。

栄養の日・栄養週間 (公社)日本栄養士会が2017年から8月4日を「栄養の日」、8月1日から7日を「栄養週間」として定め、「栄養を楽しむ」生活を応援する日としている。札幌市は、毎月4日を「栄養の日」と定め、食生活を振り返る日とします。

エコクッキング 「買い物」、「料理」、「片付け」の一連の流れを通して環境に配慮した食生活を提唱するもの。札幌市では、調理や後片付けの時にできるだけ捨てるものを少なくし、排水を汚さないようにするなど、環境の負担を少なくした料理を奨励している。

SNS(エス・エヌ・エス) ソーシャルネットワーキングサービス(Social Networking Service)の略で、登録された利用者同士が交流できるWebサイトの会員制サービスのこと。友人同士や、同じ趣味を持つ人同士が集まったり、近隣地域の住民が集まったりと、ある程度閉ざされた世界にすることで、密接な利用者間のコミュニケーションを可能にしている。

か

環境への負荷 人が環境に与える負担のこと。単独では環境への悪影響を及ぼさないが、集積することで悪影響を及ぼすものも含む。「環境基本法」では、環境への負荷を「人の活動により、環境に加えられる影響であって、環境の保全上の支障の原因となるおそれのあるものをいう。」としている。

管理栄養士・栄養士 管理栄養士とは、栄養士法に基づき、栄養士の中で国家試験により厚生労働大臣の免許を受けて管理栄養士の名称を用いて、傷病者に対する療養のための栄養の維持、個人の身体の状況、栄養状態等に応じた高度の専門的知識及び技術を要する健康の保持増進のための栄養の指導などを行う人のこと。栄養士とは、栄養士法に基づき養成施設を卒業後、都道府県知事の免許を受けて栄養士の名称を用いて栄養指導に従事する人のこと。

き

キッチンメール 保健所が毎年発行する食品衛生に関する情報誌。

給食試食会 保護者や地域住民を対象とした学校給食を試食する会のこと。保護者や地域住民が、日ごろ、子どもが食べている学校給食の量や味を体感し、準備から片付けまでの流れを知るとともに学校給食に理解を深めることを目的に実施している。また、学校での食指導について、栄養教諭等から保護者等へ直接説明し、子どもの健やかな成長や家族等を含めた健康の維持、増進のため、家庭や地域における栄養バランスの良い食生活や地産地消等の食の大切さやについて話し合い、健康的な生活の実践について促すことを目指している。

け

健康寿命 厚生労働省の定義では、「健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間」となっており、介護や支援などを受けて、自立して日常生活を送ることができる期間のこと。

こ

子ども学習農園 子どもたちが農作物を育て、調理し食べる体験を通じて農業を学ぶことができる。

子ども食堂 地域の子どもの居場所として、子どものために無料又は低額で食事の提供を行う活動。

子ども向け手洗い・うがいソング 「しろくま忍者の手あらいソング」。食中毒・感染症の予防と食育の推進のため、小さいうちから生活習慣として正しい手洗いの方法を身につけてもらうことを目的に制作した、札幌市オリジナルの手洗い啓発ソング。

さ

さっぽろ学校給食フードリサイクル 学校給食を作る過程で発生する調理くずや残食などの生ごみをたい肥化し、そのたい肥を利用して作物を栽培し、その作物を学校給食の食材に用いて子どもたちが食するという食物の循環の取組。平成 18 年度から取り組んでいる。単に学校給食の調理くずや残食のリサイクルだけではなく学習教材として活用し、食や環境を考え、ものを大切にする子どもを育てることを目指している。

さっぽろ子ども G メン体験事業 子どもに中央卸売市場などでの体験を通して食の安全に関する正しい知識を学んでもらう事業。

札幌市お弁当プロジェクト 平成 27 年度から中・高校生を対象にお弁当レシピコンテストを実施し、入選作品のレシピ集を作成し、バランスの良い食事の普及啓発に取り組んでいる。

札幌市高校生のための食生活指針 高校生のための札幌市オリジナルの食生活指針。高校生の「今の自分」と「未来の自分」が健やかなものであるよう、札幌市の若い世代の食の実態を踏まえた、健康づくりのための指針。

札幌市高齢者のための食生活指針 高齢者のための札幌市オリジナルの食生活指針。市民健康・栄養調査などを踏まえ、栄養・食生活分野における8項目で構成される基本的な指針。

さっぽろ食スタイル 北海道の豊かな食材を使用してバランスのとれた食事をし、さらに買い物から保存、調理方法や後片付けまで、環境に配慮した食生活のこと。

札幌市食育サポート企業等 地域、食育ボランティア、各種団体、行政等の活動を支援する企業等や、食品情報提供、栄養表示、食品衛生、環境に配慮するなど、自ら食育活動を行う企業等のこと。

札幌市食生活指針 市民健康・栄養調査などを踏まえた健康づくりのための札幌市オリジナルの食生活指針。

「さっぽろ食の安全・安心おもてなしの店」推進事業 食の安全・安心に取り組んでいる食品衛生優良施設を対象に、「栄養成分表示」、「禁煙」、「アレルギー表示」、「外国語メニュー」、「さっぽろ HACCP 認証」等の、さらに進んだ取組を実施しているお店を「食の安全・安心おもてなしの店」として登録している。

さっぽろ食の安全・安心市民交流事業 市民が事業者や生産者の食の安全・安心への取組を現地で実際に見て、事業者や生産者と直接意見交換することで、「事業者・生産者」と「市民」の相互理解を図り、また、食の安全について正しい知識と理解を深め、さらに食に対する信頼感を高めてもらうことを目的とした事業。

さっぽろ食の安全・安心推進協定 札幌市と食品事業者、食品関連団体は、「安全・安心なまち・さっぽろ」を目指し、今まで以上に一層、食の安全の確保と消費者への信頼性の向上に向けて連携・協働して取り組むことを目的として、締結している。

さっぽろ食の安全・安心モニター 市民モニターが食品の表示や利用した店舗の衛生状態などについて調査・報告を行っている。

さっぽろ農学校 農業に関心ある市民を対象に、新たな担い手となる農業者や農業応援団として育成するため、平成 13 年度から市民農業講座「さっぽろ農学校」を開講し、農業知識や技術が習得できる機会を提供している。

さとらんど 土、緑、動物たちと触れ合いながら農業を学び、体験できる札幌市の農業体験交流施設。

し

主食・主菜・副菜 主食は、ごはん、めん、パンなどの穀物を主な材料にした料理。炭水化物を多く含み、エネルギーの元になる。

主菜は、魚、肉、卵、大豆・大豆製品を主な材料にした料理。たんぱく質や脂質を多く含む。

副菜は野菜、いも、きのこ・海藻類などを主な材料にした料理。様々なビタミン、鉄、カルシウム、食物繊維などを多く含む。

この3つを揃えることで、食事の栄養のバランスが整えることができる。

小・中学校等 小学校、中学校、義務教育学校、中等教育学校、特別支援学校のこと。

食育基本法 国民が生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性を育むことができるよう、食育を総合的かつ計画的に推進することを目的として、平成 17 年(2005 年)7月 15 日に施行された法律。

食育月間・食育の日 国が定めた「食育推進基本計画」により平成 18 年から始まったもので、毎年6月は「食育月間」、毎月 19 日は「食育の日」と定められている。食育月間では、国、地方公共団体、関係団体などが協力して、食育推進運動を重点的かつ効果的に実施し、食育の一層の浸透を図ることとされている。

食育サポーター制度 食育の学習活動に対して援助・協力する「食育ボランティア(個人・団体)」及び食育活動を行う団体等に対して支援・協力したり、自ら食育活動を行う「食育サポート企業等」を市民に紹介し、食育の推進に役立てていただく制度。

食育推進基本計画 食育基本法に基づき、食育の推進に関する施策の総合的かつ計画的な推進を図るため、国の食育推進会議が作成し、施策についての基本的な方針や食育推進の目標等を定める国の計画。5年ごとに作成されている。

食生活改善推進員 地域住民の食生活を改善するため、養成講座を受講し、食育の普及啓発活動を行うボランティア。保健センターで養成後、食生活改善推進員協議会に入会し、活動を行っている。

食生活改善普及運動 厚生労働省では、毎年9月を「食生活改善普及運動」としている。健康日本 21(第二次)における栄養・食生活の目標のうち、現状値が悪化傾向にあるもの、もしくは目標値との間に乖離があるものに対し、国民一人一人の改善が図られるよう、効果的な運動を全国的に展開することとされている。

食品関連事業者 食品の製造・加工・卸売・小売等の事業者(食品メーカー、百貨店、スーパーマーケット、コンビニエンスストア、八百屋、魚屋など)や、食事を提供する事業者(食堂、レストランなど)のこと。

食品ロス まだ食べられるのに廃棄される食品(手つかず食品、食べ残し)のこと。我が国では、推計で年間約 523 万トンに上る「食品ロス」が発生している(農林水産省及び環境省「令和 3 年度推計」)。

せ

生活習慣病 食生活・運動習慣・休養・喫煙・飲酒などの生活習慣が、その発症・進行に関与する疾患の総称。がん・高血圧・糖尿病・脂質異常症、循環器病などをいう。

ち

地産地消 地元で生産された農林水産物を地元で消費すること。

て

低栄養 健康的に生きるために必要な量の栄養素が摂れていない状態。その中でも特に、たんぱく質とエネルギーが十分に取れていない状態のことを「たんぱく質・エネルギーの欠乏(症)」といい、血清のアルブミン値が一定以下になっているか、また体重がどれくらいの割合で減少しているかといったことから判断される。

適正体重 体重は、ライフステージをとおして、日本人の主要な生活習慣病や健康状態との関連が強く、肥満は、がん、循環器疾患、糖尿病等の生活習慣病と関連があり、若年女性のやせは、骨量減少、低出生体重児出産のリスク等と関連があることが明らかになっている。肥満度: BMI を用いて判定する。

と

特定給食施設 特定かつ多数の者に対して、継続的に食事を供給する施設のうち、栄養管理が必要な施設として、継続的に1回 100 食以上または1日 250 食以上の食事を供給する施設をいう。

に

日本型食生活 主食・主菜・副菜に加え、適度に牛乳・乳製品や果物が加わった、バランスのとれた食事のこと。

の

農体験リーダー 一定の農業技術や知識を習得した市民等を、札幌市長が認定し、市内小中学校の「総合的な学習の時間」やクラブ活動等の課外活動等に派遣している。

は

早寝早起き朝ごはん運動 子どもの生活習慣の乱れが学習意欲、体力、気力の低下の要因の一つとして指摘される中、子どもたちの基本的な生活習慣を確立させ、生活リズムの向上を図るための取組を推進するため、文部科学省が提唱した運動。

ひ

BMI(ビー・エム・アイ) ボディ・マス指数(Body Mass Index)の略で、体重と身長から算出される「肥満度」を示す体格指数。
BMI=体重(kg)÷(身長(m))² によって算出される。

ふ

フレイル 健康な状態と介護が必要な状態の中間の状態を指す。適切な支援等により、生活機能の維持向上が可能な状態。

ほ

北海道型食生活 日本型食生活を基本に北海道産食材を積極的に献立に取り入れた食生活で、ご飯を中心に、主菜や副菜に魚介、肉、卵、野菜、大豆・大豆製品、海藻、乳製品、果物などがバランス良く加わった、健康的で豊かな食生活のこと。

ま

本気(まじ)めしプロジェクト 若い世代を対象に、朝食摂取及び野菜摂取についての意識の変容につなげるための事業。全区で実施している。

マタニティ教室 初めてお母さん・お父さんになる方を対象に、妊娠中の生活に関する講話等を行っています。

も

もったいない運動 食育の観点から、資源の有効活用、ゴミを減らすなど、環境に配慮した活動をしている飲食店を「もったいない運動参加店」として紹介している。

や

野菜摂取強化月間・野菜の日 札幌市では、市民の野菜摂取量の増加を図ることを目的とし、平成 16 年度から8月を野菜摂取強化月間と定め、関係機関と連携し啓発事業を実施している。また、平成 18 年度からは「毎月1日は、野菜の日」と定めた。なお、1983 年には全国青果物商業協同組合連合会など9つの関係団体が8月 31 日を野菜の日に制定している。

ゆ

ユネスコ無形文化遺産 2006 年に発効した国連教育科学文化機関(ユネスコ)の無形文化遺産保護条約に基づき、人から人へと継承される芸能や祭礼、伝統工芸などを対象に登録される。2013 年に「和食」が登録されている。

よ

要介護 介護保険制度では、寝たきり等で常時介護を必要とする状態(要介護状態)、家事や身支度の日常生活に支援が必要になった状態(要支援状態)に大きく分けられる。

ら

ライフステージ 人の一生における加齢にともなう変化を、いくつかの段階に区切って考える各段階のこと。第4次札幌市食育推進計画では、乳幼児期は(0歳～)、学童期は(6歳頃～)、思春期(12 歳頃～)、成年期(20 歳頃～)、高齢期(65 歳頃～)以上に区切っている。

り

リサイクル(3R) 「3R」とは「ごみの減量」に欠かせない3つのキーワードの頭文字をとったもの。

1. Reduce(リデュース)…ごみの発生、資源の消費をもとから減らす
2. Reuse(リユース)…繰り返し使う
3. Recycle(リサイクル)…資源として再び利用

離乳期講習会 離乳食の進め方や作り方などについての講習会。

ろ

ローリングストック 普段の食品を少し多めに買い置きしておき、賞味期限を考えて古いものから消費し、消費した分を買い足すことで、常に一定量の食品が家庭で備蓄されている状態を保つための方法。

「第4次札幌市食育推進計画(案)」意見用紙

札幌市保健福祉局保健所健康企画課

FAX 011-622-7223

※どのページ・項目へのご意見かが分かるようにご記入ください。

ページ番号・項目名	ご意見

(お名前)

(年齢) 該当する年代に○を付けてください。

①10歳代(小・中学生を除く) ②20歳代

③30歳代 ④40歳代 ⑤50歳代

⑥60歳代 ⑦70歳代 ⑧80歳代以上

(ご住所)

令和5年11月13日(月)必着で、ホームページ(アンケートフォーム)、郵送、FAX、電子メールなどによりお送りください。

◆札幌市保健所健康企画課◆ 〒060-0042 札幌市中央区大通西19丁目 WEST19
TEL: 011-676-5156 FAX: 011-622-7223 電子メール: syokuiku@city.sapporo.jp
ホームページ: <https://www.city.sapporo.jp/hokenjo/syokuiku/keikaku/dai4zikeikakuann.html>



- ※ 持参の場合、受付時間は平日の午前8時45分から午後5時15分までです。
- ※ お電話による受付は行っておりません。
- ※ お名前、ご住所等は集計以外の目的に用いることはありません。個人情報保護法の規定に従って適正に取り扱います。

札幌市保健福祉局健康企画課