

計画の推進にあたっての指標

第4次札幌市食育推進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次計画のものを引き継ぎ、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。

新

新

新

指標名	現状値	目標値
① 食育に関心を持っている人の割合	72.4%	78%以上
② 朝食を欠食する子どもの割合(小学6年生)	7.1%	0%
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
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
⑤ 1日当たりの食塩摂取量(20歳以上)	9.5g	8g以下
⑥ 1日当たりの野菜摂取量(20歳以上)	284.2g	350g以上
⑦ 1日当たりの牛乳・乳製品の摂取量(1歳以上)	143.8g	160g
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)	49.2%	60%以上
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
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
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
⑫ 家族や友人、職場や地域の人などと共食する人の割合	78.2%	83%以上
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
⑭ ゆっくりよく噛んで食べる人の割合	53.3%	58%以上
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
⑯ さとらんどの来園者数	17.6万人	75万人
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
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	93.0%	95%
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%
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	72.7%	78%以上
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
㉒ 食育ボランティア数	1,231人	1,500人
㉓ 食育サポート企業等との取組	—	2,000件以上

計画の全文、食育に関する情報は、
札幌市公式ホームページ「食育情報」をご覧ください

札幌市食育情報

検索



第4次札幌市食育推進計画 概要版 令和5年(2023年)12月

編集・発行 札幌市保健福祉局保健所健康企画課
〒060-0042 札幌市中央区大通西19丁目WEST19
TEL:011-676-5156 FAX:011-622-7223

SAPPORO



第4次 札幌市食育推進計画

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、また国の第4次食育推進基本計画の重点課題を踏まえ、札幌市の食育に関する取組を総合的かつ計画的に進めるために策定しました。



基本理念 食を通して豊かな人間性を育みます

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の推進

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

基本的施策2

環境に配慮した食生活の推進

基本的施策3

「食」の安全・安心の確保の推進

基本的施策4

食文化継承のための活動への支援

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



札幌市民の現状(第3次札幌市食育推進計画の評価)

食育に関心のある市民は増加傾向にありますが、食に関する課題が見られました。

食育に関心を持っている人の割合

H28 67.8% ➡ R4 72.4% 目標 90%以上

朝食を欠食する子ども(小学6年生)の割合

H28 5.8% ➡ R4 7.1% 目標 0%

朝食を欠食する若い世代(20～30歳代)の割合

H28 25.6% ➡ R4 37.5% 目標 15%以下

野菜摂取量(中学生以上)

H28 286.5g ➡ R4 281.9g 目標 350g以上

生ごみの減量・リサイクルに取り組んでいる世帯の割合

H28 86.9% ➡ R4 93.0% 目標 95%

北海道産や札幌産の食品を利用している人の割合

H28 65.6% ➡ R4 74.4% 目標 85%以上

食育ボランティア数

H28 2,111人 ➡ R4 1,231人 目標 2,750人

食の安全性に関する知識があると思う市民の割合

H28 35.6% ➡ R4 62.6% 目標 80%以上

ライフステージに応じた主な食育の取組

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(本書P36～49)

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(本書P50～62)

基本目標 3 食育推進体制の整備(本書P63～67)

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～) 成人期(20歳頃～) 高齢期(65歳頃～)

全世代共通の取組

- 健康的な食生活の実践に向けた取組
- 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の啓発 など

●朝食摂取についての指導や普及啓発

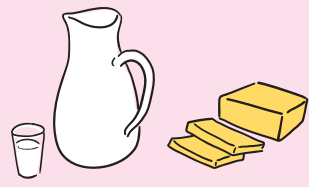
毎年6月の「食育月間」に合わせて、朝食摂取啓発リーフレットを作成・配布しています。

●野菜摂取強化の取組

食育ネットワークの取組(収穫体験)

食育ネットワークの取組(イベントの開催)

パネル展の開催



- 環境を考えた取組
- 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
- 地産地消の取組
- さっぽろ「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」に基づく情報提供
- エコクッキングの市民啓発
- 生ごみのたい肥化の取組

●さとらんどでの収穫・加工体験、子ども学習農園の活用

●生ごみ廃棄量の減量

●市場見学会

●さっぽろ食の安全・安心おもてなし事業登録

●さっぽろ食の安全・安心モニター事業

- 関係機関・団体等からなる食育ネットワークによる取組

食育推進会議

パネル展の開催

料理教室の開催

- 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が作成した資料

イベントの様子

食育学生ボランティアとは？
栄養士養成校の学生が保健所主催の食育学生ボランティア養成講座を受講し、保健センター等の食育イベントで活動しています。

- 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

食生活改善推進員とは？
地域住民の食生活を改善するため、札幌市が主催する食生活改善推進員養成講座を受講し、地域で食育のボランティア活動をする方々です。親子料理教室や食生活改善展などを開催し食育を広めています。

食のボランティアさん

- 認可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

- バランスの良い給食の提供
- 食の大切さの啓発

育児教室

- 乳幼児健診等における栄養指導・相談など

園庭やプランターでの野菜栽培、収穫体験

- 認可保育所等給食での産地表示の情報発信

- 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

さっぽろ子ども食品Gメン体験事業

- 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

- 栄養教諭等による望ましい食習慣について食指導など

親子料理教室の開催

- お弁当レシピコンテストの実施

「札幌市高校生のための食生活指針」を活用した取組

- 小学生の農業体験

さっぽろ学校給食フードリサイクルの取組

地域の農家の方に協力いただいています。

対象:小学3～6年生

さっぽろ学校給食フードリサイクルの取組



札幌市では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。

- 伝統的な食文化の情報提供
- 行事食や郷土料理の啓発

- 企業との連携による食育推進事業

市民や企業等の社員を対象にした取組や情報提供を行います。

- 若い世代の食育事業(本気めしプロジェクト)の実施

朝食を食べよう！～解説編～

- 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

「札幌市食生活指針」

- 「札幌市食生活指針」
- 「札幌市高齢者のための食生活指針」を活用した取組

「札幌市食生活指針」

- 高齢者対象の食育推進事業(低栄養の予防講座の開催)など

高齢者対象の食育推進事業

10食品群シート

さ	さかな(魚介類)
あ	あぶら(油脂類)
に	にく(肉類)
き	きゅうにゅう(牛乳・乳製品)
や	やさい(緑黄色野菜)
か	かいそう(海藻類)
い	いも類
た	たまご(卵・卵製品)
だ	だいず(大豆・大豆製品)
く	くだもの

各世代の取組

