

## 第3次 釜石市食育推進計画

### 第1章 釜石市食育推進計画の策定趣旨及び位置づけ

#### 1 計画策定の趣旨

釜石市食育推進計画は、食育基本法(平成17年法律第63号第10条)の基本理念に則り、地方公共団体の責務として、食育の推進に関し地域の特性を生かした自主的な施策を策定及び実施することを目的として、平成21年度を始期とする10か年計画として策定しました。平成26年度には国や県の第2次計画の策定を受け、平成30年度を目標年次とする食育推進計画の改定版を策定し、平成30年度には第2次計画を策定しました。

第2次計画の計画期間が令和5年度をもって終了となるため、新たに「第3次釜石市食育推進計画」を策定します。なお、本計画は、釜石市健康増進計画(健康かまいし21プラン)を中心に、釜石市食育推進計画及び釜石市自殺対策アクションプランを包含して一体的に策定します。

#### 2 計画の位置づけ

この計画は、食育基本法第18条第1項に基づく市町村食育推進計画とし、国の第4次食育推進基本計画と岩手県の第4次岩手県食育推進計画を基本として策定するものです。

その実施にあたっては、第六次釜石市総合計画を上位計画とし、釜石市健康増進計画「第3次健康かまいし21プラン」の栄養・食生活に関する健康分野について、関係機関と連携しながら推進していきます。

#### 3 計画の期間

第3次計画については、第3次健康かまいし21プランとの整合性を図り、令和6年度を始期とし令和17年度を終期とする12か年計画とし、令和11年度に中間評価を実施します。

#### 4 食育推進のビジョン ～ホタテの成長と食育は幼児期から～

釜石のホタテの稚貝は三陸の海の豊富な栄養を食べて、数年程度で大きくなります。

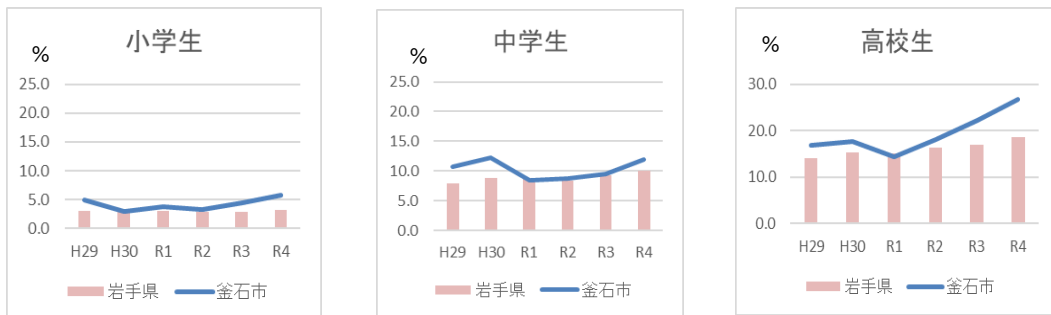
食育もホタテのように小さい頃から多くの人と関わり、長い年月をかけて育まれていきます。食育を推進するためには、市民の一人ひとりから家庭、地域、ひいては市全体へと広がるように、皆が一体となって取り組んでいく必要があります。

## 第2章 釜石市の食育をめぐる現状

### 1 朝食欠食の状況

本市の朝食欠食率は、県と比較すると全ての年代で高く、年齢が上がるにつれて高くなる傾向にあり、特に高校生では高い状態となっています。

- 小学生：市では令和2年度以降増加傾向にあり、県平均より高い状況です。
- 中学生：市では令和元年度に県平均以下になりましたが、その後増加傾向となり県平均より高い状況が続いています。
- 高校生：市では令和元年度に県平均以下になりましたが、その後増加傾向となり令和4年度は県平均より大幅に高くなっています。

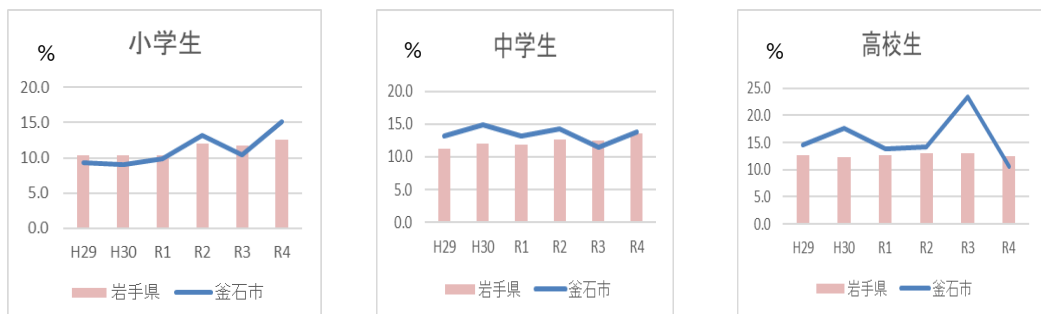


出典：「がん等疾病予防支援システム集計結果」(県環境保健研究センター)

### 2 肥満の状況

本市の肥満の状況は、どの年代でも増減を繰り返しており、小学生が増加傾向、中学生は横ばい、高校生は低下傾向にあります。

- 小学生：市では令和3年度まで県の平均と同程度でしたが、令和4年度には県平均を上回っています。
- 中学生：市では令和2年度まで県平均を上回っていましたが、令和3年度は県平均程度となり、令和4年度は県平均を上回っています。
- 高校生：市では平成29年度以降県の平均を上回っていましたが、令和4年度は県平均を下回っています。

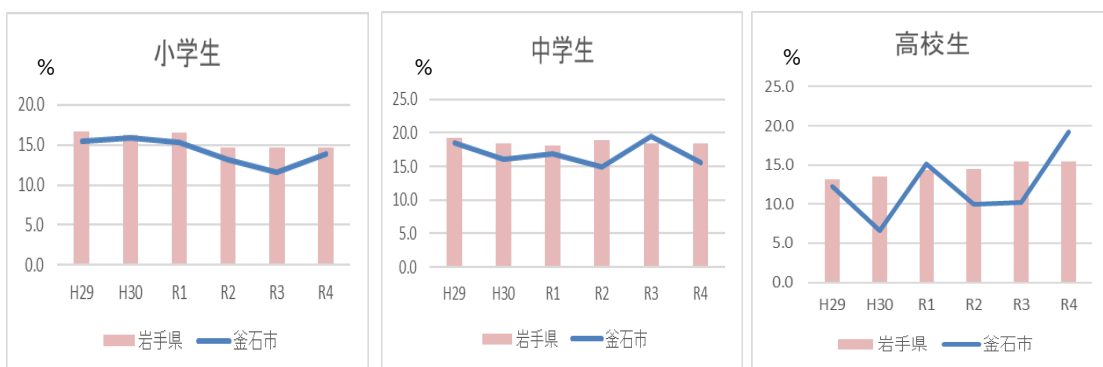


出典：「がん等疾病予防支援システム集計結果」(県環境保健研究センター)

### 3 やせの状況

本市のやせの状況は、小学生・中学生は県平均を下回っていますが、高校生は県平均を上回っています。

- 小学生：市では平成 29 年度以降、県の平均を下回っています。
- 中学生：市では令和 3 年度に県平均を上回りましたが、それ以外の年は県平均を下回っています。
- 高校生：市では県平均を下回っていましたが、令和 4 年度に県平均を上回っています。

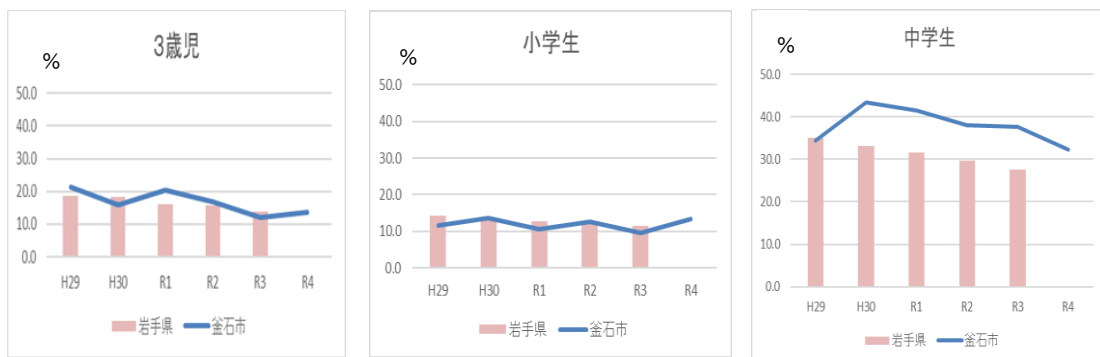


出典：「がん等疾病予防支援システム集計結果」（県環境保健研究センター）

### 4 う歯有病者率の状況

3 歳児、小学生は県平均以下で推移していますが、中学生は県平均を上回っています。

- 3 歳児：市では県平均と同程度となっており、低下傾向となっています。
- 小学生：市では県平均を下回る状況ですが、令和 4 年度は増加しています。
- 中学生：市では県と比較すると高い状況となっています。

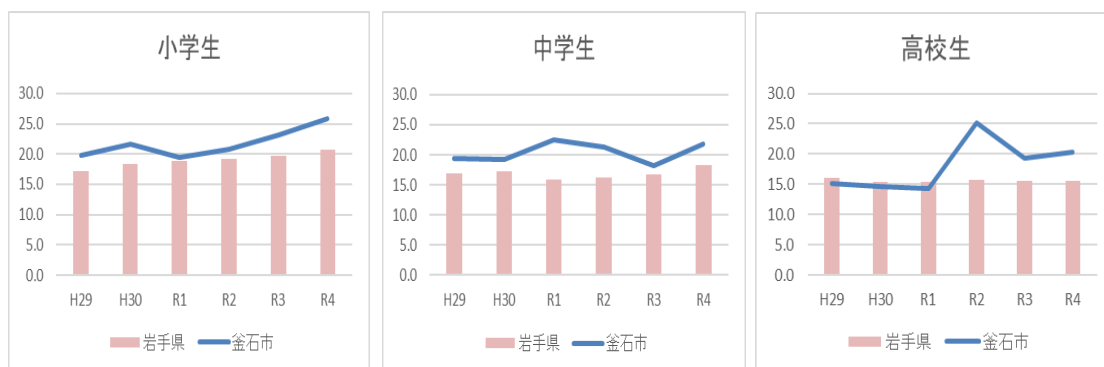


出典：国立保健医療科学院 歯科口腔保健の情報サイト  
「釜石市学校保健実態調査結果」（釜石市学校保健会養護教諭部会）

## 5 食べない食品群のある人の状況

本市の食べない食品群\*のある人の割合は、小学生・中学生・高校生で県平均より高い状況となっています。

- 小学生：市では県平均よりも高い傾向がみられます。令和元年度以降増加傾向です。
- 中学生：市では県平均よりも高い状況が続いています。
- 高校生：市では令和元年度まで県平均と同程度でしたが、令和2年度以降は県平均を上回っています。



資料：「がん等疾病予防支援システム集計結果」(県環境保健研究センター)

\*食べない食品群：穀類(米・パン・めん類等)、いも類、野菜類、果物類、肉類、魚類、卵類、大豆製品、乳類のうち食べない食品類が一つでもある人



## 第3章 第2次釜石市食育推進計画の評価方法等

### 1 評価の方法

第2次釜石市食育推進計画の策定時に設定された、「ほたてちゃん戦略」の四つの基本目標と目標項目に属する25の指標について、基準値（策定時の現状値）から目標値に向けた最終実績値（直近値）の進捗状況（到達度）を次の方法によって算出し、その値を評価の判定基準にあてはめ、4段階（A～D）で評価しました。

<数値で目標を設定している場合>

到達度の算定方法	
① 基準値よりも実績値を上げる指標の場合	計算式 $(\text{実績値} - \text{基準値}) / (\text{目標値} - \text{基準値}) \times 100 \%$
② 基準値よりも実績値を下げる指標の場合	計算式 $(\text{基準値} - \text{実績値}) / (\text{基準値} - \text{目標値}) \times 100 \%$

評価の判定基準		
評価区分	到達度 (%)	
A	100 以上	目標達成
B	50 以上 100 未満	目標未達成(改善)
C	0 越え 50 未満	目標未達成(やや改善)
D	0 以下	目標未達成(変化なし・悪化)

### 2 評価

基本目標	目標指標 (8 指標)	基準値% (H29 年度)	実績値% (R4 年度)	目標値% (R5 年度)	最終評価	
<b>ほ</b> ほっこり家族の笑顔は やさしい味が隠し味	肥満の割合の減少	3 歳児	5.3 (H27)	-	5.1	-
		小学生	9.3	15.2	8.4	D
		中学生	13.2	13.9	11.3	D
		高校生	14.5	10.6	12.6	A
	やせの割合の減少	3 歳児	0 (H27)	-	0	-
		小学生	15.5	13.9	14.0	A
		中学生	18.5	15.6	16.7	A
		高校生	12.2	19.3	11.0	D

○肥満の割合の減少

小学生・中学生に関しては、目標を達成することができませんでした。高校生は目標を達成しました。

○やせの割合の減少

小学生・中学生では目標を達成しましたが、高校生は目標を達成できませんでした。

肥満とやせの改善には、主食・主菜・副菜を基本としたバランスの良い食事を、規則正しく3食（朝食・昼食・夕食）食べることが重要です。このことについて、小中高生全ての年代において関係機関と協力して普及促進に取り組む必要があります。

基本目標	目標指標（9指標）		基準値% （H29年度）	実績値% （R4年度）	目標値% （R5年度）	最終評価
<b>た</b> たくさん噛んで バランスよく食べよう	食べない食品群がある人の割合の減少	小学生	19.9	25.9	17.2	D
		中学生	19.4	21.8	17.0	D
		高校生	15.1	20.2	13.6	D
	甘い食べ物や飲み物の摂取回数が1日2回以上の人の割合の減少	小学生	33.1	37.4	29.3	D
		中学生	24.9	31.0	23.9	D
		高校生	23.7	24.4	21.3	D
	う歯有病者率の減少	3歳児	21.5	13.7 (R3)	18.0	A
		小学生	11.7	13.5	10.5	D
		中学生	34.3	32.2	30.9	B

○食べない食品群がある人の割合の減少

小学生・中学生・高校生で基準値より増加し、目標値を大きく上回り悪化しています。

あらゆる食品を食べることは、バランスのよい食事につながります。今後は、関係機関と協力して SNS 等を活用したレシピ紹介などのさらに取り組んでいく必要があります。

○甘い食べ物や飲み物の摂取回数が1日2回以上の人の割合の減少


小学生・中学生・高校生で基準値より増加し、特に小学生と中学生は目標値を大きく上回り悪化しています。

甘い食べ物や飲み物の摂取は、朝食欠食や食事バランスの乱れを招き、生活習慣病につながります。間食についての知識や適正摂取の理解について、普及促進にさらに取り組んでいく必要があります。

### ○う歯有病者率の減少

小学生と中学生は目標を達成できませんでしたが、3歳児は目標を達成しました。

歯の健康は、食事をおいしく楽しむために欠かせません。また、よく噛むことは肥満予防にもつながります。口腔衛生の大切さや正しい歯磨きの手法や実践について、さらに理解を深めるために、今後も普及啓発に取り組んでいく必要があります。

基本目標	目標指標（3指標）	基準値% (H29年度)	実績値% (R4年度)	目標値% (R5年度)	最終評価
 て と手をむすんで 未来へつなぐ	地域における食を通じた世代間交流の推進	-	-	80	-
	地産地消の推進 ※学校給食における県産食財使用（農林水産物・牛乳含む）	37.6 (H28)	62.8	66.2	B
	食育推進スローガンを知っている市民の割合の増加	-	6.2	50.0	D

### ○地域における食を通じた世代間交流の推進

新型コロナウイルス感染症の拡大により地域における食を通じた世代間交流が減少したため評価をすることができませんでした。

郷土料理は、地元の食事文化として今後も世代を超えて伝承していく必要があります。食事が多様化している現代においては世代間交流を通じて地元の食事文化を伝承するためにも郷土料理の伝承が必要です。

### ○地産地消の推進 \*地域でとれる食材は財産であることから「食財」と表記しています。

学校給食における県産食財\*の使用について、基準値の37.6%から62.8%と大きく増加したものの、目標値の66.2%を若干下回りました。

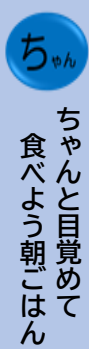
海と緑に恵まれた釜石には、たくさんの食財があります。家庭はもちろん、学校や職場の給食、飲食店の食事に取り入れることで、地産地消の推進だけでなく、地域経済の活性化にもつながります。

### ○食育スローガンを知っている市民の割合の増加

目標を50%としていましたが、知っている割合が6%程度に留まっています。

食育スローガン「おはようみんなで朝ごはん！元気ヘトライ！ほたてちゃん」について、周知不足が考えられます。個人が具体的に行動にできる目標が必要と考えられます。



基本 目標	目標指標 (5 指標)		基準値% (H29 年度)	実績値% (R4 年度)	目標値% (R5 年度)	最終 評価
	朝食欠食率の 減少	3歳児	3.6 (H27)	-	3.2	-
		小学生	5.0	5.8	3.0	D
		中学生	10.7	12.0	7.9	D
		高校生	16.8	26.8	14.0	D
	食生活改善推進員の活動状況 (推進員手帳の使用割合)		78.7	100.0	98.8	A

### ○朝食欠食

小学生・中学生・高校生の全てで基準値より増加し、目標値を上回っています。特に高校生は目標値を大きく上回り悪化しました。

朝食欠食は肥満・やせの増加や、食べない食品群・間食回数の増加のほか、う歯率の増加などとも関係しています。小学生・中学生・高校生の全ての年代で朝食欠食率が悪化していることから、朝食欠食改善を重点的に行っていく必要があります。

改善のためには、朝食の大切さの情報発信をするとともに、年代に応じた取組を関係課や食生活改善推進員と協同して取組む必要があります。

### ○食生活改善推進員の活動状況について

食生活改善推進員手帳の活用は 100%となっています。

食生活改善推進員は、親子に対する食育事業や、地域での調理実習、郷土料理の伝承など、幅広く活動を行っています。本市の課題である朝食欠食率改善においても、学校において簡単朝食メニューの調理実習を行うなど大きな役割が期待されます。

- 食生活改善推進員は、“私達の健康は私達の手で”をスローガンに、食を通じた健康づくりを通じて、地域の皆さんが健康な毎日を過ごせるような活動を広めています。食生活改善推進員手帳は、そのような活動したことを記録する手帳です。





## 第4章 第3次釜石市食育推進計画の基本理念と取組

### 1 基本理念

2次計画に引き続き、釜石市の「食育」における理念を以下のように掲げます。

食を通じて「健やかな体」と「豊かな心」を育むまち かまいし

釜石の未来を担う子どもたちが、元気で健やかに暮らしていくために、食べることの大切さを学ぶことができ、安全・安心な食べ物を選択する力や望ましい食習慣を身に付けられるような地域を目指します。

また、海と緑に囲まれた釜石特有の風土や文化を生かし、食に関わる人々への感謝と思いやりの心を育みます。

### 2 食育推進スローガン

第2次計画では、食育推進スローガンとして朝食を中心とする生活リズムの改善を目指し「おはようみんなで朝ごはん！元気ヘトライ！ほたてちゃん」と決めました。この第2次計画の評価では「朝食欠食」の課題が残っていることから、本計画では引き続き「朝食欠食」改善を目指します。

おはようみんなで朝ごはん！ 元気ヘトライ！ ほたてちゃん



#### ◆食育推進スローガンの趣旨◆

毎日の朝ごはんは元気な1日を過ごすために欠かせないものです。食べることは「生きること」につながります。今日もみんなで朝ごはんを食べて、釜石全体の元気に「トライ\*」しましょう。

「ほたてちゃん」は次章の食育推進のための取組で説明を行います。

\* “トライ”は「ラグビー」の「トライ」と「試みる」の意味を合わせたものです。

### 3 重点項目

- ① 朝食欠食率改善に向け、小中高校との連携を強化
- ② 朝食の大切さ等の情報発信を強化
- ③ 関係機関と連携強化

## 4 食育推進のための取組

基本理念「食事を通じて「健やかな体」と「豊かな心」を育むまち かまいし」を実現するため、第2次計画に引き続き食育マスコットキャラクター“ほたてちゃん”を頭文字にあてはめた四つの視点から施策を展開し、本計画の終期である12年後にありたい姿を目指します。

### ～12年後にありたい姿～

地域でとれた「食財」を取り入れた朝食を、みんなと笑顔で食べてから一日がスタートする家庭が増えています。

#### ① ほたてちゃん戦略



ほっこり家族の笑顔はやさしい味が隠し味

家庭の状況や生活の多様化に対応した食支援を行い、笑顔あふれる食卓を目指します

基本施策	具体的取組
妊産婦及び乳幼児からの健全な食習慣の形成に向けた取り組みと家庭への支援	妊産婦産前産後事業、各乳幼児健診、各こども園等の取組、個別相談等
小・中・高校生の健全な食習慣の形成に向けた取り組みと家庭への支援	給食・食育だよりの配布、学校からの依頼事業、朝からチャレンジクッキング等
生涯にわたる健全な食習慣の形成に向けた取り組みと家庭への支援	各地域での活動支援、健康課題改善に向けた事業、食育に関する普及啓発



たくさん噛んでバランスよく食べよう

健全な身体づくりのため、健康な歯でよく噛みバランスの良い食事の普及推進に取組みます

基本施策	具体的取組
主食・主菜・副菜をそろえた健全な食生活の実践への支援	給食・食育だよりの配布、食育に関する普及啓発、地域からの依頼事業等
健康づくりや生活習慣病の予防のための減塩及び望ましい食習慣の推進	生活習慣病予防に関わる教室、健診後の保健指導、個別栄養相談等
自分の食事に関心をもち、食品を選ぶ力を身に付ける取り組みの推進	生活習慣病予防に関わる教室、栄養相談等
歯科保健と連携した食育の推進	各乳幼児健診、保育施設等への歯科健診、企画図書展、介護予防事業等
食事をよく噛んで食べることの推進	毎月3日をカミカミデーとして実施



てと手をむすんで未来へつなぐ

地域で食事を通じて交流を行い、食文化と食財の尊さを次世代へ伝え、健全な食生活が実践できるように支援していきます。

基本施策	具体的取組
地域の食文化の伝承や地元食財を使った食育の推進	郷土料理伝承に関わる事業、地元食財の活用、農業体験、地域からの依頼事業等
食事を通じた世代間交流の推進	郷土料理の伝承授業、地域からの依頼事業等
食育スローガンの普及と定着の推進	広報誌、ホームページ等での情報発信等



ちゃんと目覚めて食べよう朝ごはん

子どもたちの基本的な生活習慣の確立や生活リズム及び朝食摂取の向上を目指し、関係機関と協力して推進していきます。

基本施策	具体的取組
早寝早起きなどの望ましい生活習慣の普及に向けた支援	朝から！チャレンジクッキング、各学校からの依頼事業等
【重点】 朝食摂取率向上を重視した食育の推進	<ul style="list-style-type: none"> <li>・市内全ての小中学校で、食に関する指導に係る全体計画*において朝食欠食率改善に関する取組の実施を目指します</li> <li>・児童、生徒と連携し朝食を含む食に関する取組の実施を目指します。</li> <li>・高校生を対象に朝食に関する保健栄養講話等を実施します。</li> </ul>
【重点】 食育を推進する関係団体と行政の連携	<ul style="list-style-type: none"> <li>・市のSNSや給食便りなどを活用して、定期的に情報発信を行います。 (保育所等のメニューを活用した朝食レシピ、朝食の大切さなど)</li> <li>・学校保健委員会等で本市の課題等を共有し、朝食について情報提供します。</li> <li>・食育連絡会などの開催により進捗状況の確認などを行い、連携をさらに強化します。</li> </ul>

\*食に関する指導に係る全体計画：学校全体で食育を組織的、計画的に推進するために各学校が作成する計画のこと

## 5 目標値の設定

<目標値の考え方>

- ・基本目標及び施策「ほたてちゃん」戦略に沿った食育推進の成果を定量的に把握出来るもの。
- ・市のみならず県と比較することで課題や大切にしたい分野を見出すことが出来るものとして以下のとおり目標指標を掲げ、目標値を設定します。

市の現状値が県に達していないもの・・・県の現状値を目指します。

市の現状値が県に達しているもの・・・市の現状値の1割の改善を目指します。

基本目標	目標指標（6指標）		現状値(%) (R4年度)		目標値(%) (R17年度)	目標値の考え方	
			岩手県	釜石市		県現状値	市現状値 1割減
<b>ほ</b> ほっこり家族の笑顔は やさしい味が隠し味	肥満の割合の減少 <sup>1)</sup>	小学生	12.6	15.2	12.6	○	
		中学生	13.5	13.9	13.5	○	
		高校生	12.4	10.6	9.5		○
	やせの割合の減少 <sup>2)</sup>	小学生	14.7	13.9	12.5		○
		中学生	18.5	15.6	14.0		○
		高校生	15.5	19.3	15.5	○	

出典 1) 2) 「がん等疾病予防支援システム集計結果」(県環境保健研究センター)

基本目標	目標指標（9指標）		現状値(%) (令和4年度)		目標値(%) (R17年度)	目標値の考え方	
			岩手県	釜石市		県現状値	市現状値 1割減
<b>た</b> たくさん噛んで バランスよく食べよう	食べない食品群がある人の割合の減少 <sup>3)</sup>	小学生	20.7	25.9	20.7	○	
		中学生	18.3	21.8	18.3	○	
		高校生	15.5	20.2	15.5	○	
	甘い食べ物等の摂取回数が1日2回以上の人の割合の減少 <sup>4)</sup>	小学生	33.0	37.4	33.0	○	
		中学生	28.4	31.0	28.4	○	
		高校生	24.9	24.4	22.0		○
	う歯有病者率の減少 <sup>5)</sup>	3歳児	13.7 (R3)	13.7	12.3		○
		小学生	11.6 (R3)	13.5	11.6	○	
		中学生	27.6 (R3)	32.2	27.6	○	

出典 3) 4) 「がん等疾病予防支援システム集計結果」(県環境保健研究センター)

5) 3歳児…国立保健医療科学院 歯科口腔保健の情報サイト

5) 小学生・中学生…「釜石市学校保健実態調査結果」(釜石市学校保健会養護教諭部会)

基本目標	目標指標（3指標）	現状値(%) (R4年度)	目標値(%) (R17年度)	目標値の考え方
て てと手をむすんで 未来へつなぐ	郷土料理を知っている人の割合の増加* <sup>1</sup> <sub>6)</sub>		80.0	郷土料理を知っている割合について
	地産地消の推進* <sup>2</sup> (給食施設における釜石地域の食財の使用の有無) <sup>7)</sup>		24施設	市内24の給食施設で釜石地域の食財の使用を目指す
	1日1回以上2人以上で食事をする人の増加* <sup>3</sup> <sub>8)</sub>		50.0	50%以上を目指す

出典 6) 8) 健康かまいし 21 アンケート  
7) 保健所等への関係機関への聞き取り

基本目標	目標指標（4指標）		現状値(%) (R4年度)		目標値(%) (R17年度)	目標値の考え方	
			岩手県	釜石市		県現状値	市現状値 1割減
ちゅん ちゃんとお目覚め 食べよう朝ごはん	朝食欠食率の減少 <sup>9)</sup>	小学生	3.1	5.8	3.1	○	
		中学生	10.1	12.0	10.1	○	
		高校生	17.1	26.8	17.1	○	
	朝食欠食率改善を目的とした活動の回数* <sup>4</sup> <sub>10)</sub>				20回	食生活改善推進員が朝食欠食率改善のために活動した回数	

出典 9) 「がん等疾病予防支援システム集計結果」(県環境保健研究センター)  
10) 食生活改善推進員手帳等から

<2次計画より変更した目標指標について>

- \*1・・・2次計画で掲げていた「地域における食を通じた世代間交流の推進」については感染症の状況等により活動に制限があり評価が難しかったため、3次計画では、新たに「郷土料理食を知っている割合」を盛り込み、取り組んでいきます。
- \*2・・・2次計画では、「学校給食における県産食財使用（農林水産物・牛乳を含む）」としましたが、釜石地域の食財の地産地消の推進を広く推進するため「特定給食施設における釜石地域の食財の使用の有無」へ変更を行います。（ここでの給食施設とは1回に50食以上を提供する施設としています）
- \*3・・・具体的に食に関して行動を推進していくために、食育スローガンを知っている市民の割合から「1日1回以上2人以上で食事をする人の増加」と変更を行います。
- \*4・・・食生活改善推進員の活動状況は100%を達成したため、3次計画では朝食欠食率について重点的に取組を推進するため「朝食欠食率改善を目的とした活動の回数」へ変更を行います。