

尾花沢市食育推進計画〈第4次〉 【概要版】

“食育推進計画” … どんな計画なんですか？

生活習慣病の増加、伝統料理・郷土料理が次世代に受け継がれる割合の低下など、食に関する課題を洗い出し、解決するための取組を多様な関係者と連携・協力し、一体となって取り組むことによって、市民のみなさんが生涯にわたってすこやかな生活を送ることを目指すための計画です。

“私たちの食生活の変化” ～令和元年度と令和7年度のアンケート調査比較～

目標達成	改善	変化なし	悪化	基準値 (令和元年度)	現状地 (令和7年度)	状況
😊	🙂	😐	☹️			
食育に興味・関心がある人の割合が、20歳代・70歳代で少なくなっています	成人			55.1%	53.4%	😐
	20歳代			40.0%	37.5%	😐
	70歳代			59.0%	38.0%	☹️
野菜が好きである人の割合は中学2年生のみ増加しています	年中児			24.4%	20.0%	☹️
	小学5年生			58.6%	45.2%	☹️
	中学2年生			45.6%	52.9%	🙂
	高校2年生			55.0%	31.0%	☹️
家庭の汁物塩分測定結果「ふつう」と「うすい」人の割合は減少しています	成人			56.3%	55.2%	☹️
食事のとき、テレビ・スマホ・タブレットなどを見ながら食べている人の割合は、年中児・中学2年生で増加しています	年中児			35.6%	47.5%	☹️
	小学5年生			31.0%	28.8%	😊
	中学2年生			36.8%	38.6%	☹️
	高校2年生			46.7%	45.2%	😊
食品ロス削減のために何らかの行動をしている人の割合は増加しています	成人			91.7%	96.3%	😊

“尾花沢市の食に関する課題”

1) 健康・食生活の課題

- ① 20歳代・70歳代の食育への興味・関心の低さ / ②若年層の朝食欠食率の増加 / ③就寝前の間食の常態化 / ④野菜離れ、副食不足 / ⑤適切な食事に関する知識不足 / ⑥さらなる減塩意識向上が必要 / ⑦経済的に困窮している世帯への取組 / ⑧子どもの頃から習慣化しつつあるスマホ・タブレット等を見ながらの食事

2) 共食・地産地消・食文化の課題

- ①共食が困難な世帯への取組 / ②半数に届かない地場産物の購入割合 / ③家庭における食文化（郷土料理・作法等）の伝承が困難

3) 食を取り巻く環境の問題

- ①食農体験の機会不足 / ②食品の安全・安心に関する情報不足 / ③環境に配慮した農林水産物・食品の情報不足 / ④非常食の備蓄不足

尾花沢市

毎日の生活で“食育”を実践しよう！

あなたの“食育”度をチェックしてみましょう！

「早寝・早起き・朝ごはん」を習慣にしている


家族や仲間と食事を楽しんでいる


野菜の栽培・収穫などの農業体験をしている


主食・主菜・副菜をそろえて食べている


旬を知り、伝統料理に親しんでいる


塩分のとり過ぎに気をつけている


できるだけ地元産のものを買う・食べるようにしている


商品を買うとき、賞味期限や産地、栄養成分表示などを参考にしている


家族が協力して料理や後片付けをしている


よく噛んで食べている（目標—□30回！）


買い過ぎない、作り過ぎない、食べ物を無駄にしない


適度な運動とバランスよい食事で適正体重を維持している


口腔ケアを習慣化している


食品トレーやペットボトルなどのリサイクルに取り組んでいる




まずはできることから始めてみましょう!!

14ヶ全部・・・あなたは『食育名人』です。これからもすこやかに毎日を楽しく過ごしましょう☆

☑の数 5～13ヶ・・・あなたは『食育研究員』です。すべてに☑できるように心がけてまいりましょう☆

0～4ヶ・・・あなたは『食育入門者』です。食育について調べてみることから始めてみましょう☆

本計画を策定するにあたり、食育アンケートやパブリックコメントでご意見をくださった皆様、ご協力いただき、ありがとうございました。
すこやかな毎日のために、食育について、一緒に取り組んでいきましょう!! 目指せ!! 健康長寿日本一!!

発行:尾花沢市
編集:尾花沢市 健康増進課
住所:〒999-4292
山形県尾花沢市若葉町一丁目2番3号
TEL 0237-22-1118 FAX 0237-24-0322
<http://www.city.obanazawa.yamagata.jp>

