

## 5 数値目標

### I 計画全体の目標

	現状値 (H27年度)	目標値
食育に関心を持っている県民を増やす		
① 食育に関心を持っている県民の割合	81.1%	90%以上

### II 施策の方向性別の目標

栄養バランスに配慮した食生活を実践する県民を増やす		
② 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている県民の割合	54.7%	65%以上
③ 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている若い世代の割合	43.4%	55%以上
朝食又は夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数を増やす		
④ 朝食又は夕食を家族と一緒に食べる「共食」の割合	60.1%	70%以上
朝食を欠食する県民を減らす		
⑤ 朝食を欠食する子どもの割合	3.5%	0%
⑥ 朝食を欠食する若い世代の割合	12.6%	8%以下
体験型食育に積極的に取り組む保育所等を増やす		
⑦ 食育計画を策定し、評価している保育所等の割合	91.2%(H26)	増加
⑧ 体験型食育を実施している保育所等の割合	94.3%(H26)	増加
計画的に「食に関する指導」に取り組む小・中・義務教育学校を増やす		
⑨ 「食に関する指導の年間指導計画」を作成している小・中・義務教育学校の割合	92.4%	増加
地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理を食べている県民を増やす※1		
⑩ 地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理を食べている県民の割合	65.3%	70%以上
⑪ 地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理を食べている若い世代の割合	50.3%	55%以上
農林漁業体験を経験した県民を増やす ※⑫、⑬現状値：H23～27年度の延べ人数		
⑫ いしかわ田んぼの学校推進プロジェクト事業への延べ参加児童数	29,744人	60,000人以上
⑬ いしかわ耕稼塾「いしかわの農業学ぼうコース」延べ参加者数	1,214人	2,200人以上
生活習慣病の予防や改善のために、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県民を増やす		
⑭ 生活習慣病の予防や改善のために、ふだんから適正体重の維持や減塩等に気をつけている県民の割合	77.3%	85%以上
ゆっくりよく噛んで食べる県民を増やす		
⑮ ゆっくりよく噛んで食べる県民の割合	(調査中)	増加
食育の推進に関わるボランティアの数を増やす		
⑯ 食育の推進に関わるボランティア団体等において活動している県民の数	6,761人	増加
食品の安全性について基礎的な知識を持っている県民を増やす※2		
⑰ 食品の安全性に関する基礎的な知識を持っている県民の割合	78.7%	85%以上
⑱ 食品の安全性に関する基礎的な知識を持っている若い世代の割合	70.0%	80%以上
食品ロス削減のために何らかの行動をしている県民を増やす※3		
⑲ 食品ロス削減のために何らかの行動をしている県民の割合	81.1%	増加

※1 伝統的な料理：地域や家庭で受け継がれてきた料理（じふ煮、かぶら寿司等）  
 ※2 食品の安全性に関する知識：賞味期限や消費期限、原産地、アレルギー物質などの表示を理解したり、食中毒を予防する3原則（菌を付けない、増やさない、やっつける）等の知識  
 ※3 食品ロス削減のための行動例：料理を作り過ぎない、飲食店で注文し過ぎない、日頃から冷凍庫等の食材の種類、量、期限表示を確認する等

いしかわの食育に関する情報は  
 県のホームページからご覧いただけます。

いしかわの食育 

石川県 健康福祉部 少子化対策監室

〒920-8580 石川県金沢市鞍月1丁目1番地  
 TEL 076-225-1424 FAX 076-225-1423

リサイクル適性(A)

この印刷物は、印刷用の紙へ  
 リサイクルできます。



# 第3次 いしかわ 食育推進計画

概要版

平成29年度～平成33年度



平成29年3月  
 石川県

# 1 食をめぐる現状と課題

- 食育に関心のある人の割合は81.1%。目標の90%には達していない状況です。
- 成人の1日の食塩摂取量（H23年度）は、男性11.2g、女性10.0gであり、目標量とされる男性8.0g/日未満、女性7.0g/日未満を超えています。
- 1日の野菜摂取量（H23年度）は男性280.5g、女性288.7gであり、野菜の摂取目標量とされる1日350g以上には達していない状況です。
- 朝食を食べている人の割合やバランスのよい食事をしている人の割合は、20代で顕著に低くなっています。
- 郷土料理や伝統的な料理を食べている人の割合は、成人では65.3%となっています。
- 食品ロスを減らすために取り組んでいる人の割合は、成人で81.1%となっています。

図. 「主食・主菜・副菜を組み合わせた食事」を1日2回以上する頻度



出典：「食育に関する県民意識調査」(H27年度)

# 2 目指す姿

県民一人ひとりが生涯にわたって食を考える習慣を身につけ、食を大切にすることをもち、心身ともに健康で、豊かな人間性を育むことができること

# 3 重点課題

## (1) 子どもの基本的な生活習慣の形成

子どもの健やかな成長のためには、運動、食事、休養・睡眠が大切であることから、早寝・早起き・朝ごはん等の望ましい生活習慣を身につけることができるよう、基本的な生活習慣の形成のための食育を推進します。



## (2) 「和食」の推進と次世代への継承のための取り組み

食に対する価値観の多様化等より、食文化が十分に継承されず、その特色が失われつつあることが懸念されていることから、和食を推進し、本県の郷土料理や伝統的な食文化を次世代へ継承していくための食育を推進します。

## (3) 若い世代に対する食育の推進

20代~30代の若い世代において、他の世代に比べ朝食の欠食率が高い等の課題が多いことから、若い世代が食に関する意識を高め、身につけた知識を健全な食生活につなげることができるよう食育を推進します。



## (4) 健康寿命の延伸につながる食育の推進

県民が心豊かに生活できる活力ある社会を実現するためには、生活習慣病の発症・重症化の予防や改善に向けて、健全な食生活を実践することが大切であることから、健康増進施策と連携した食育を推進します。



## (5) 食品ロス削減の推進

私たちの食生活は、自然の恩恵や食に関わる人々の様々な活動に支えられています。我が国では食料を多く輸入している一方で、多量の食品ロスが発生していることから、行政、事業者、消費者等の様々な関係者が連携し、食品ロスの削減の推進に努めます。



# 4 施策体系

## 目的1 未来を担う子どもの健全な身体を培い、豊かな心を育む

### (1) 家庭における食育の推進



- ①妊産婦の食育の推進
- ②食を楽しむ力(知る・育てる・調理する・食べる)の育成
- 重点 ③子どもの基本的な生活習慣の形成

### (2) 保育所、認定こども園、幼稚園、学校等における食育の推進



- ①体験型食育の推進
- ②地域交流型食育の推進
- ③給食を通じた食に関する理解促進

## 目的2 地域の食を次世代に伝え、地域社会の活性化を図る

### (3) 石川の伝統的な食文化の継承



- 重点 ①「和食」の推進と次世代への継承のための取り組み
- ②給食での郷土料理等の積極的な導入
- ③食文化に関する情報の収集と発信

### (4) 消費者と生産者等との交流を通じた地産地消の推進



- ①子どもを中心とした農林漁業体験活動の促進
- ②消費者と生産者の交流の促進
- ③食品関連事業者等による地産地消の促進
- ④地場産物の情報提供と利用促進

## 目的3 県民一人ひとりが、健全な食生活を実践する力を身につける

### (5) 個人における食育の推進



- 重点 ①若い世代に対する食育の推進
- 重点 ②健康寿命の延伸につながる食育の推進
- ③高齢者に対する食育の推進

### (6) 食育を支える地域環境づくり



- ①ボランティア等の育成・活動の推進
- ②各種団体等の連携・協力体制の推進
- ③食育の推進に関する情報提供
- ④職場における食育の推進
- 重点 ⑤食品ロス削減の推進
- ⑥多様な暮らしに対応した食育の推進

## できることから始めてみよう!

- ☑朝食を毎日食べる
- ☑主食、主菜、副菜をそろえて食べる
- ☑野菜を食べる



☑家族や仲間と一緒に食事を楽しむ

☑郷土料理を食べる

☑自然の恵みや食に関わる人々に感謝する

☑地元でとれた野菜や海産物を選ぶ



☑食品表示を確認する

☑賞味期限をチェックし、食べ物のムダをなくす

