

食で「しずおかのつながり」を深め、未来の健康を育もう
～みんなでおいしく食べて、元気あふれるまちづくり～



第4次

静岡市食育推進計画

【令和6年度～令和12年度】



はじめに

本市の食育については、平成 17 年 7 月施行の「食育基本法」、平成 18 年 3 月策定の「食育推進基本計画」に基づき、平成 20 年に「静岡市食育推進計画」、平成 25 年に「第 2 次静岡市食育推進計画」、平成 30 年に「第 3 次静岡市食育推進計画」を策定し、関係機関や団体と一体となって、食育を推進してまいりました。

このたび、本市の第 4 次総合計画（令和 5 年から令和 12 年）の 5 大重点政策に掲げる「子どもの育ちと長寿を支えるまちの推進」の実現のため、「静岡市健康長寿・誰もが活躍のまちづくり計画」、「静岡市健康爛漫計画」などの他の計画とも整合を図り、第 4 次静岡市食育推進計画（令和 6 年から令和 12 年）を策定いたしました。

食は命の源であり、私たち人間が生きていく上で欠かすことのできない大切なものです。生涯に渡り、心豊かな生活を送るためには、健康的な食生活を実践し、おいしく楽しく食べることが重要です。

また私たちの食生活は、自然の恩恵の上に成り立っており、食に関わる全ての人々の活動により支えられています。地域の自然、文化、産業等への理解を深めるとともに食への感謝の気持ちを育みながら、静岡市らしい食育を推進していきます。

結びに、本計画の策定にあたり、専門的な知見や経験から活発にご審議くださいました静岡市食育推進会議委員の皆様、パブリックコメント等で貴重なご意見をくださいました関係機関・団体及び多くの市民の皆様に心より御礼申し上げます。

令和 6 年 3 月
静岡市長 難波 喬司



目 次

第1章 計画の基本的な考え方	1
1-1 計画策定の趣旨	2
1-2 食育に関する国の取組	2
1-3 計画の位置づけ	3
1-4 計画の期間	4
1-5 SDGs との関係	5
第2章 食をめぐる現状と課題	7
2-1 本市の特徴	8
(1) 地勢	8
(2) 人口と世帯	8
(3) 静岡市の恵み（オクシズ・しずまえ）	9
2-2 第3次静岡市食育推進計画の概要	10
(1) 計画の概要	10
(2) これまでの取組	10
2-3 食生活の現状	12
(1) 食育への関心（【12歳以上】「食育」に関心がありますか）	12
(2) 朝食の摂取状況（【12歳以上】普段、朝食を食べますか）	13
(3) 主食・主菜・副菜のそろった食事（【12歳以上】普段から食べているもの）	13
(4) 間食の摂取状況（【12歳以上】あなたは間食をとりますか）	14
(5) 適正体重（【12歳以上】身長・体重を教えてください）	14
(6) 生活習慣病予防・改善の取組 （【12歳以上】生活習慣病の予防や改善のために、取り組んでいることはありますか）	15
(7) 食品の安全に関する知識 （【12歳以上】日常生活に困らない位の食品の安全に関する知識をもっていますか）	15
(8) ゆっくり噛んで味わって食べるなど食べ方への関心 （【12歳以上】③食べ方に関心がある（よく噛む、味わう）	16
(9) 毎日1回以上共食する人 （【12歳以上】1週間のうち朝食・夕食はどなたと食べることが多いか）	16
(10) 食品ロス削減（【12歳以上】食品ロス削減のために何かしらの行動をしていますか）	17

(11) 市内農産物を意識して購入する割合（地産地消） （【18 歳以上】市内農産物を意識して購入しますか）	17
(12) 農林漁業体験（【12 歳以上】農林漁業体験をしたことがありますか）	18
(13) 食文化の継承 （【12 歳以上】地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承し、伝えていますか）	18
(14) 茶葉から入れた緑茶を飲む（【12 歳以上】④茶葉から入れた緑茶を飲む）	19
2-4 第3次静岡市食育推進計画の目標と評価	20
2-5 食を取り巻く社会情勢	21
(1) 新型コロナウイルス感染症の流行とライフスタイルの変化	21
(2) 「新たな日常」やデジタル化への対応	21
(3) 食に関する価値観や暮らしのあり方の多様化	21
(4) 食品ロスや環境問題	22
2-6 第3次静岡市食育推進計画の課題	23
(1) 栄養バランスへの配慮、規則正しい食生活の実施	23
(2) 若い世代の食に対する興味・関心の喚起	23
(3) 食の継承や地産地消、環境配慮などの持続可能性	23
(4) 「新たな日常」やデジタル化への対応	23
第3章 基本理念と計画の視点.....	25
3-1 基本理念	26
3-2 基本方針	26
(1) 誰もが生涯健康で心豊かな食生活の実現	26
(2) 若い世代が食を楽しみ、食の大切さを知る食育の推進	26
(3) 持続可能な食を支える環境の醸成	26
(4) 食育推進計画の体系	28
3-3 第4次食育推進計画の数値目標	30
第4章 食育施策の展開.....	31
4-1 ライフステージに応じた食育の推進	32
4-2 基本施策ごとの主な取組	34
基本施策（1）栄養バランスに配慮した食生活の実践	34
基本施策（2）適正体重や減塩等に配慮した食生活の実践	36
基本施策（3）食品の安全・安心に関する知識の習得	38
基本施策（4）よく噛んで食べることや楽しく食べる経験を通じた食生活の推進.....	40

基本施策（５）食育の普及啓発・情報発信	42
基本施策（６）規則正しい食習慣の実践	46
基本施策（７）環境に配慮した食生活の実践	50
基本施策（８）地産地消の推進	53
基本施策（９）農林漁業生産者と消費者との交流	57
基本施策（10）食文化の継承	59
4-3 第4次静岡市食育推進計画実施事業一覧	62

第5章 計画の推進体制と進行管理..... 69

5-1 推進体制	70
（１）食育推進会議	70
（２）食育推進計画作業部会	70
5-2 進行管理	70

資料編..... 71

資-1 静岡市附属機関設置条例	72
資-2 静岡市食育推進会議委員名簿	75
資-3 計画の策定経過	76

第1章

計画の基本的な考え方

- 1-1 計画策定の趣旨
- 1-2 食育に関する国の取組
- 1-3 計画の位置づけ
- 1-4 計画の期間
- 1-5 SDGsとの関係

1-1 計画策定の趣旨

「食育」とは生きる上での基本であって、知育・徳育・体育の基礎となるものであり、様々な経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てることをいいます。

国は食育を総合的かつ計画的に推進するため、平成 17 年に食育基本法を制定し、これに基づき平成 18 年 3 月に食育推進基本計画を策定しました。その後は幾度かの改定を重ね、令和 3 年 3 月に第 4 次食育推進基本計画を策定、「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」を重点事項とし、わが国における食育の新たな方向性を示しています。

本市では、国の策定した食育推進基本計画の内容を踏まえながら食育を推進し、平成 30 年 3 月に策定した「第 3 次静岡市食育推進計画 食を通じて未来を育み、しずおかの「わ」を広げよう ～健康長寿のまちづくりを食から～」では、心豊かな人間性を育むとともに、更なる食育の推進を図ってきました。

近年では、少子高齢化の進行に伴い超高齢化社会を迎え、誰もが健康で長く活躍できる社会の実現が期待されるようになりました。一方、食に関する価値観やライフスタイルの多様化が進むにつれ、簡便な食事や不規則な食生活などに起因すると考えられる生活習慣病が増加するなど、解決すべき新たな課題が生じています。また、新型コロナウイルス感染症の蔓延防止策による身体活動等の大幅な制限、それに伴う心身への悪影響に加え、食の安全や食品ロスの問題など、食を取り巻く環境が大きく変化するとともに、食育への期待はますます高まっています。

本計画を通じて、市民の皆様一人ひとりが食に関する知識を身につけ、生涯を通じて心身ともに健康に過ごすとともに、豊かな人間性を育む社会の実現を目指します。

1-2 食育に関する国の取組

国では、「食育」によって「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」ことを目的として、平成 17 年 7 月に食育基本法が施行されました。そして、食育に関する施策を総合的かつ計画的に推進するため、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」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づけています。

1-3 計画の位置づけ

本計画は、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て、本市の食育に関する基本的な事項を定めるものです。

また、国の「第 4 次食育推進基本計画（令和 3 年度～令和 7 年度）」、静岡市の「第 4 次静岡市総合計画（令和 5 年度～令和 12 年度）」、静岡県の「ふじのくに食育推進計画」などに加え、「静岡市健康爛漫計画（第 3 次）」、「静岡市食の安全・安心アクションプラン」など関連計画との整合性を図り策定しました。



1-4 計画の期間

計画の期間は、令和6年度から令和12年度の7年間です。中間年には計画の進捗状況等を確認し、国や静岡県、静岡市の関連計画等との整合性を図るとともに、社会情勢等を踏まえながら適宜見直します。

	第4次 静岡市食育推進計画	第4次 食育推進基本計画	第4次 静岡市総合計画
令和3年度 (2021年度)			
令和4年度 (2022年度)			
令和5年度 (2023年度)		R3~R7	
令和6年度 (2024年度)			前期 R5~R8
令和7年度 (2025年度)	前期 R6~R8		
令和8年度 (2026年度)			
令和9年度 (2027年度)			
令和10年度 (2028年度)	後期 R9~R12		後期 R9~R12
令和11年度 (2029年度)			
令和12年度 (2030年度)			

1-5 SDGsとの関係

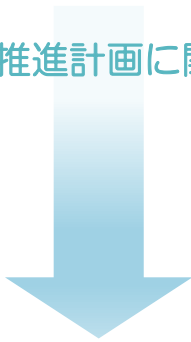
SDGs（持続可能な開発目標）とは、「誰一人取り残さない」持続可能な社会の実現に向けて、平成 27 年 9 月に国連本部において採択された令和 12 年までの国際目標です。

17 のゴール・169 のターゲットから構成され、そのゴールの中には、健康的な生活の確保や食料安全保障及び栄養の改善なども含まれています。

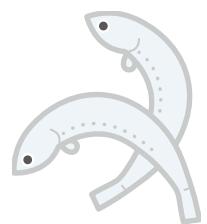
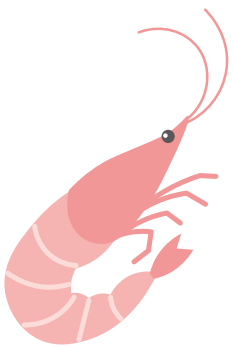
本市においても、全庁をあげてSDGsの達成に寄与する考え方に基づき、計画を推進します。



第4次静岡市食育推進計画に関連する主なSDGs



※本計画においても、SDGsの目標と関係の深い取組を促進し、SDGsの達成に貢献していきます。



第2章

食をめぐる現状と課題

2-1 本市の特徴

2-2 第3次静岡市食育推進計画の概要

2-3 食生活の現状

2-4 第3次静岡市食育推進計画の目標と評価

2-5 食を取り巻く社会情勢

2-6 第3次静岡市食育推進計画の課題

2-1 本市の特徴

(1) 地勢

本市の市域は、南の駿河湾から、北は長野県や山梨県境の 3,000 メートル級の山々が連なる南アルプスに至り、約 1,411 平方キロメートルと広大な面積を有します。

市域の大部分は山間地が占めており、安倍川・藁科川・興津川等の清流の水源を有し、その流れは豊かな自然環境の中、駿河湾へと注がれています。年平均気温が 17.2 度という温暖な気候により四季折々の食べ物に恵まれ、古来からの食文化を受け継いできました。

東名高速道路・新東名高速道路・JR 東海道本線・東海道新幹線が東西に走り、京浜・中京を結ぶ中間に位置することにより様々な食材が流通しています。

本市は、自然や物流等様々な面で恵まれており、こうした環境に対する感謝の念を育み、その特性を活かした食育を推進していきます。

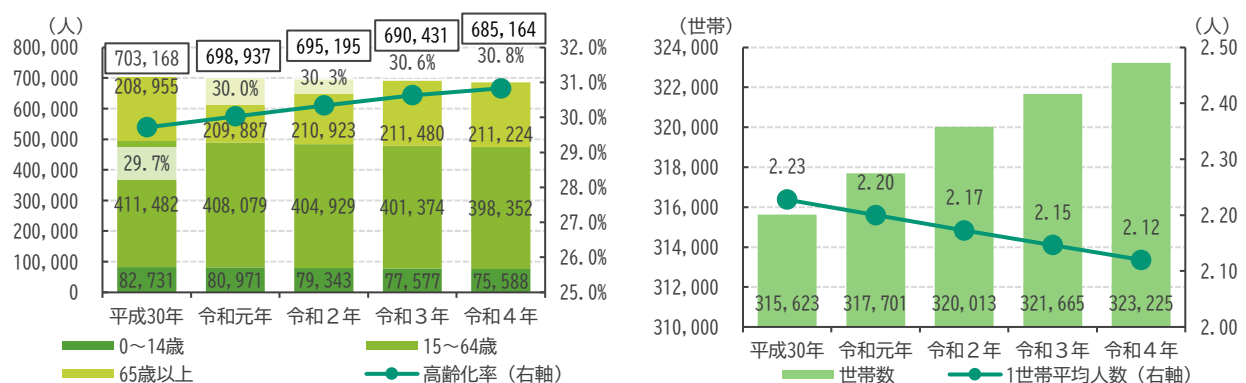
(2) 人口と世帯

本市の総人口は減少傾向にあり、令和 4 年には 69 万人を下回りました。

内訳をみると、0～64 歳人口が減少しているのに対し、65 歳以上人口（高齢者人口）が増加しています。また、世帯数が増加しているとともに 1 世帯平均人数が微減していることから、単身世帯が増加していると考えられます。

項目	平成 30 年	令和元年	令和 2 年	令和 3 年	令和 4 年
総人口（人）	703,168	698,937	695,195	690,431	685,164
0～14 歳（人）	82,731	80,971	79,343	77,577	75,588
15～64 歳（人）	411,482	408,079	404,929	401,374	398,352
65 歳以上（人）	208,955	209,887	210,923	211,480	211,224
高齢化率（％）	29.7	30.0	30.3	30.6	30.8
世帯数（世帯）	315,623	317,701	320,013	321,665	323,225
1 世帯平均人数（人）	2.23	2.20	2.17	2.15	2.12

資料：住民基本台帳（各年 9 月 30 日現在）



(3) 静岡市の恵み（オクシズ・しずまえ）

本市は恵まれた自然環境のもと、お茶やみかん、わさび、いちご、葉しょうが、トマト、枝豆といった様々な農産物が一年を通して豊富に作られています。

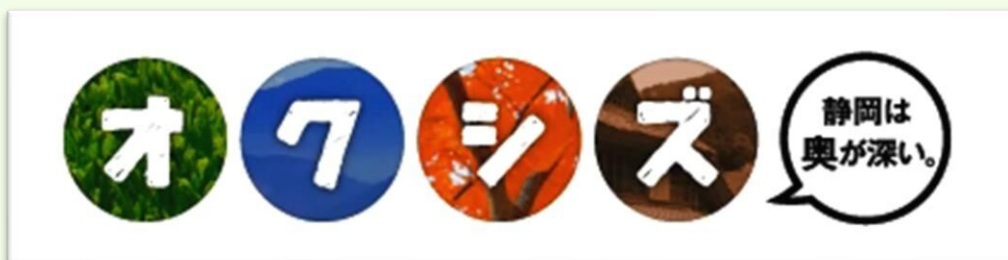
また、清水港や用宗漁港、由比漁港において、冷凍まぐろやあじ、さば、しらす、桜えび等の多くの水産物が水揚げされ、水産加工品も多く製造されています。

【オクシズとは？】

「オクシズ」とは、静岡市の広大な市域面積の8割を占める中山間地域「奥静岡」を指す愛称です。

連なる山々からは豊かな水や食べ物が育まれ、産出される良質な木材とともに、都市の生活基盤を支えています。オクシズで、古くから守り伝えられてきた在来作物は、そば、じゃがいも、きゅうりやにんにくなど120種類もあります。

棚田や茶畑といった美しい景観が広がり、地域特有の風習や祭事などの伝統文化が今も残る、多くの魅力がある地域です。



【しずまえとは？】

「しずまえ」とは、静岡市の海沿いの地域（駿河区石部～清水区蒲原）のことを指す愛称です。

しずまえには、桜えびの水揚げ日本一の“由比漁港”、冷凍まぐろの水揚げ日本一の“清水港”、新鮮でおいしい、しらすが有名な“用宗漁港”の3つの港があり、その港で水揚げされる魚を「しずまえ鮮魚」と呼んでいます。



しずまえロゴマーク



2-2 第3次静岡市食育推進計画の概要

(1) 計画の概要

本計画は、食育基本法第18条第1項に基づく市町村食育推進計画です。静岡市が今後の食育推進の方向性などを定め、国や静岡県と連携しながら、施策を分野横断的に推進するために策定しています。

第3次静岡市食育推進計画の概要は以下のとおりです。

【計画期間】

平成30年度～令和5年度

【基本理念】

食を通じて未来を育み、しずおかの「わ」を広げよう
～健康長寿のまちづくりを食から～

【基本方針】

- 基本方針1：若い世代を中心とした食育の推進
- 基本方針2：健康長寿世界一につながる食育の推進
- 基本方針3：「わ」（和・輪・環）の食育の推進

(2) これまでの取組

① 若い世代を中心とした食育の推進

健全な心身を培い、豊かな人間性を育むためには、生涯を通じた食育を推進していくことが重要です。しかし、10歳代後半から30歳代の若い世代は、進学や就職等に伴う生活環境の変化などから食生活が乱れ始め、朝食欠食や野菜不足などの食に関する課題が多くみられます。

若い世代から望ましい食生活を実践し、健康寿命の延伸につなげることができるよう、主体的に取り組む食育推進事業を実施しました。

② 健康長寿世界一につながる食育の推進

社会環境や世帯構造などの変化により、食に関する価値観やライフスタイルも多様化し、どの世代においても栄養バランスの内容等について、様々な課題を抱えています。

生活習慣病の発症・重症化を予防し、全ての市民が健やかで心豊かに生活できるよう、啓発資料の配布や各種教室・イベント等の開催を通して、食に関する知識の普及・啓発を行いました。

③ 「わ」(和・輪・環)の食育の推進

「和」 静岡市で受け継がれる和食

静岡市の山の恵み(オクシズ)、駿河湾の恵み(しずまえ)といった豊かな食文化を継承するために、イベントや食育ボランティア等による活動、情報の提供等を通して、次世代につなげていけるよう食育を推進してきました。

「輪」 食でつながる人々の輪

家族や友人等と食事をとりながらコミュニケーションを図る「共食(きょうしょく)」の機会を提供できる教室の開催や情報発信等を行いました。

「環」 食の循環や環境への配慮

食生活は自然の恩恵の上に成り立っていることから、食に対する感謝の念を深めることや、食品ロス削減に向けた料理教室等の体験活動を通して食育を推進してきました。



【しずおかカラダに eat75 (健康づくり推進課) : 高校生等を対象とした出張型食育教室】



【地域で活躍する食育ボランティア (静岡市食育応援団・静岡市食生活改善推進協議会)】

2-3 食生活の現状

本計画の策定にあたり、令和4年度に「健康・食育に関する意識・生活アンケート調査」を実施しました。

調査の概要は以下のとおりです。

調査種別：○1～3歳調査（1,100人 保護者が記入）
 ○4～12歳（小学生まで）調査（1,250人 保護者が記入）
 ○12～19歳（中学生から）調査（2,000人 本人が記入）
 ○20～64歳調査（1,750人 本人が記入） ○65～84歳調査（1,200人 本人が記入）

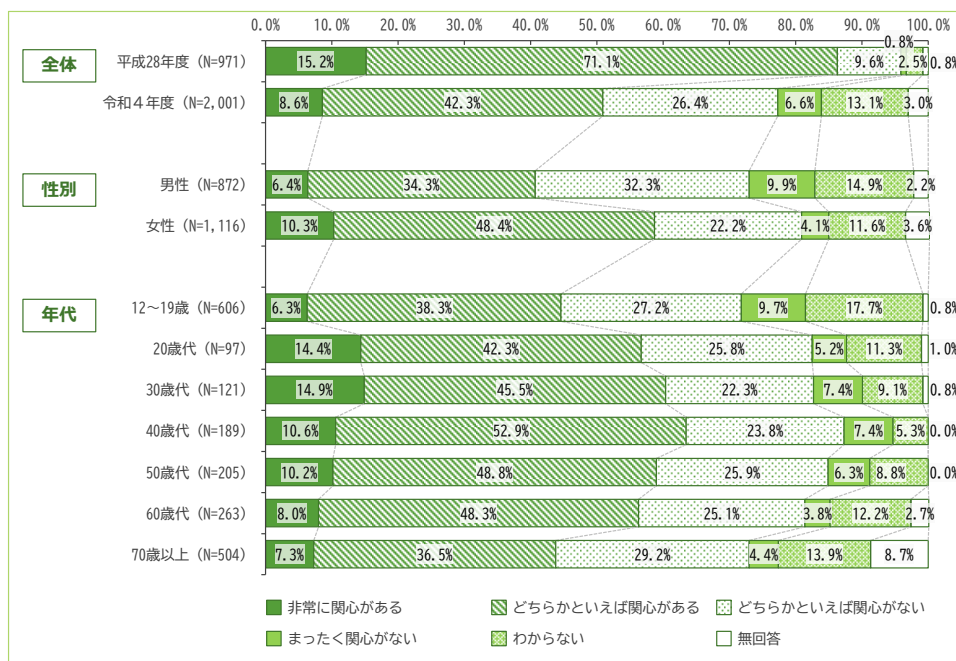
調査対象：7,300人
 調査地域：静岡市全域
 調査対象：静岡市在住の男女
 調査期間：令和4年7月4日～令和4年7月27日
 回収率：43.5%（3,175件回収）

（1）食育への関心（〔12歳以上〕「食育」に関心がありますか）

食育への関心がある人は、前回に比べて大きく低下

食育への関心は、「非常に関心がある」と「どちらかといえば関心がある」を合わせた『関心がある傾向』が50.9%であり、平成28年度に比べて大きく低下しています。

年代別では、「非常に関心がある」が20歳代や30歳代で比較的高く、40歳代は『関心がある傾向』が他の年代と比べてやや高くなっています。

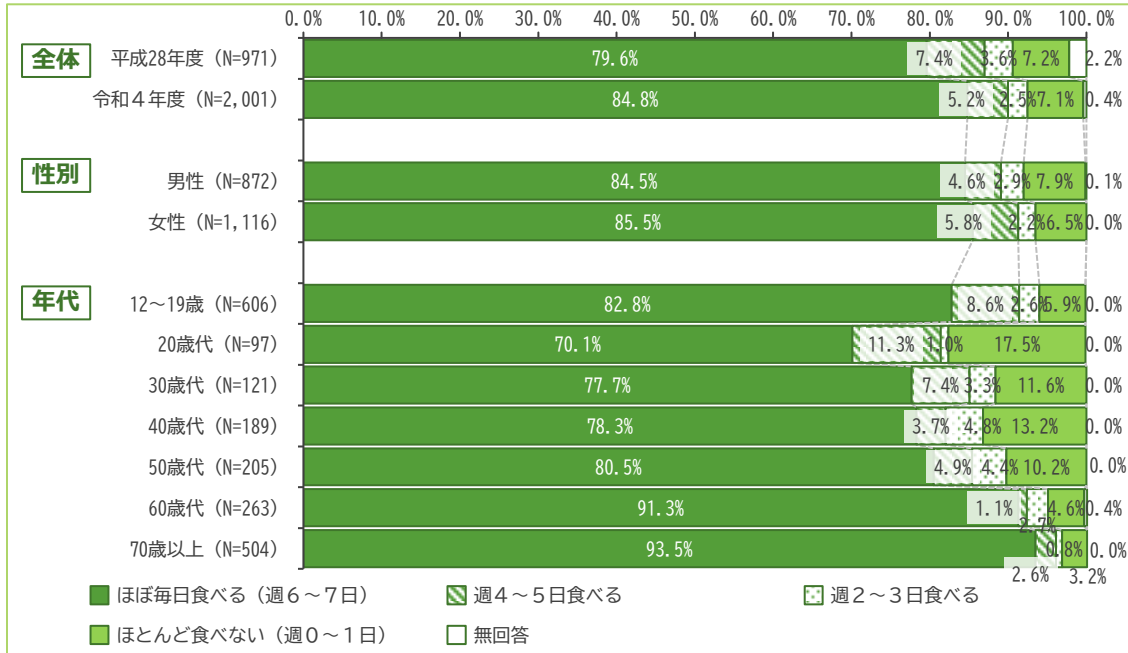


出典：令和4年度 健康・食育に関する意識・生活アンケート調査

(2) 朝食の摂取状況 ([12歳以上] 普段、朝食を食べますか)

朝食をほぼ毎日食べる人は、年代が上がるにつれて高まる傾向

朝食の摂取状況は、「ほぼ毎日食べる」が84.8%であり、平成28年度に比べてやや高くなりました。年代別では、20歳代が70.1%と低いものの、年代が上がるにつれて、ほぼ毎日食べる傾向にあります。

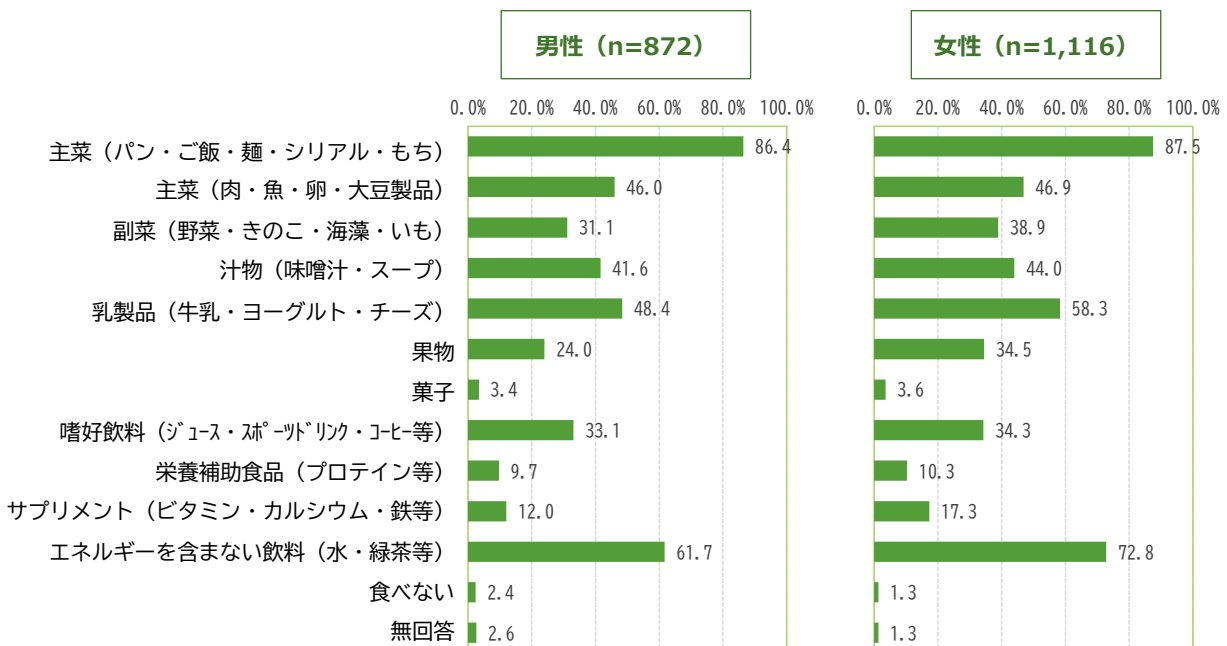


出典：令和4年度 健康・食育に関する意識・生活アンケート調査

(3) 主食・主菜・副菜のそろった食事 ([12歳以上] 普段から食べているもの)

朝食では、主菜、副菜の摂取が不足している傾向

普段から食べているもの（朝食）は、「主食（パン・ご飯・麺・シリアル・もち）」が最も高く、「エネルギーを含まない飲料（水・緑茶等）」が続いています。

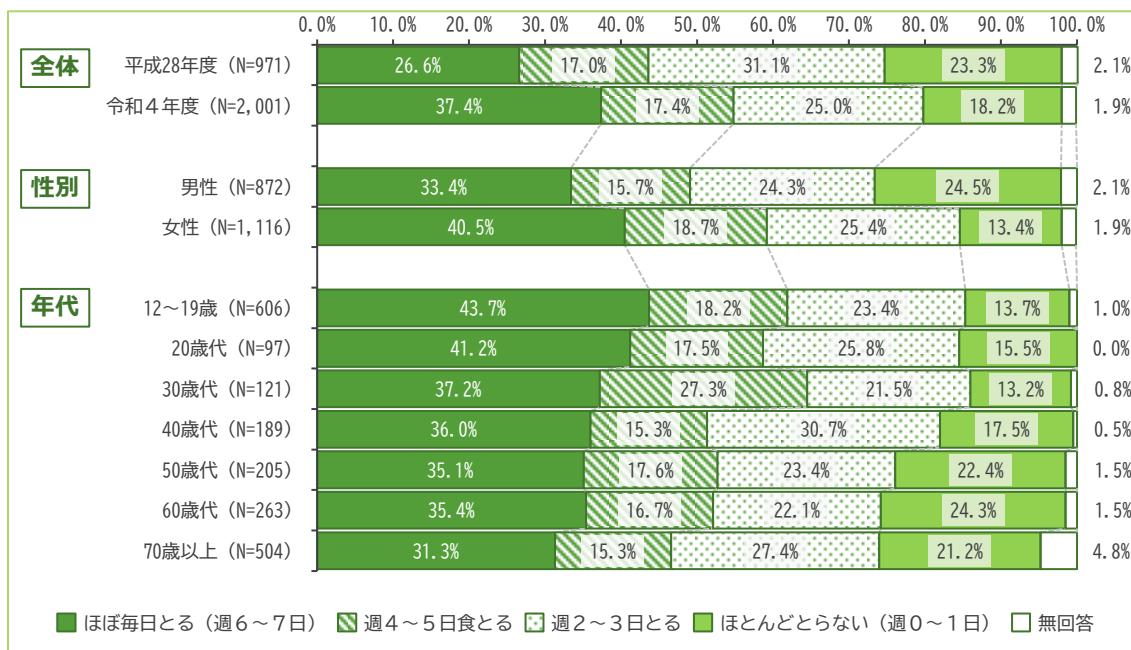


出典：令和4年度 健康・食育に関する意識・生活アンケート調査

(4) 間食の摂取状況 ([12歳以上] あなたは間食をとりますか)

間食をほぼ毎日とる人は前回に比べて高まった

間食の摂取状況は、「ほぼ毎日とる(週6~7日)」が37.4%であり、平成28年度に比べて高くなっています。性別では男性に比べて女性の方が高いほか、年代が上がるにつれて、間食する頻度が低くなる傾向にあります。

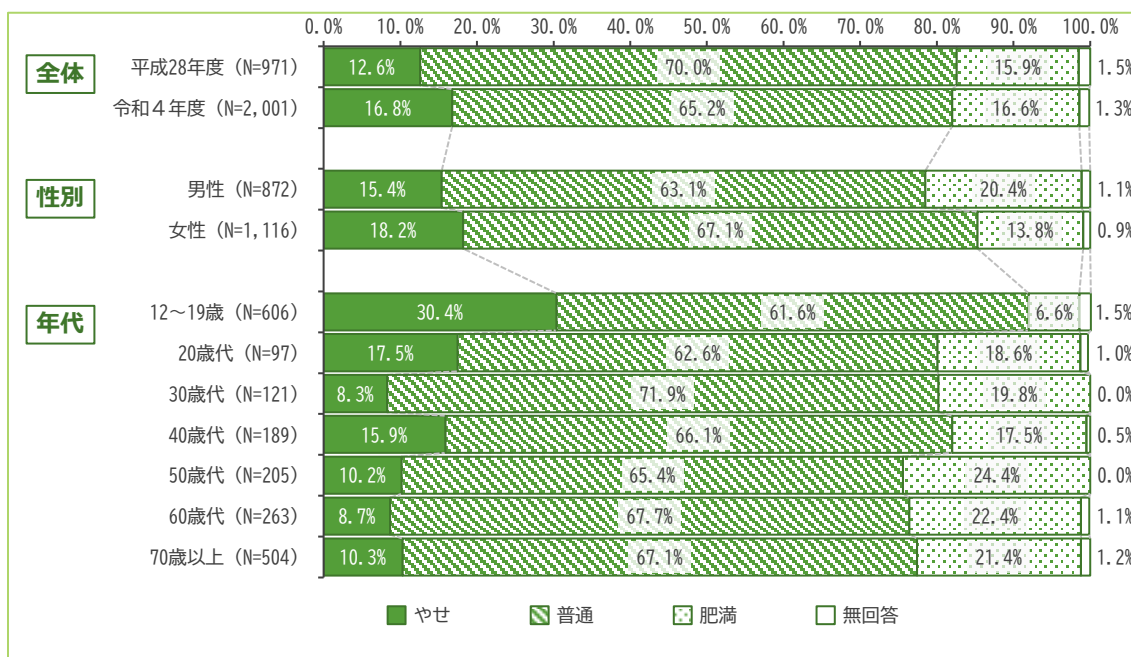


出典：令和4年度 健康・食育に関する意識・生活アンケート調査

(5) 適正体重 ([12歳以上] 身長・体重を教えてください)

女性や10歳代の「やせ」が高い傾向

全体のやせの割合は16.8%であり、平成28年度に比べてやや高くなっています。また女性のやせは、男性に比べてやや高く、年代では10歳代が他の年代に比べて高くなっています。



出典：令和4年度 健康・食育に関する意識・生活アンケート調査

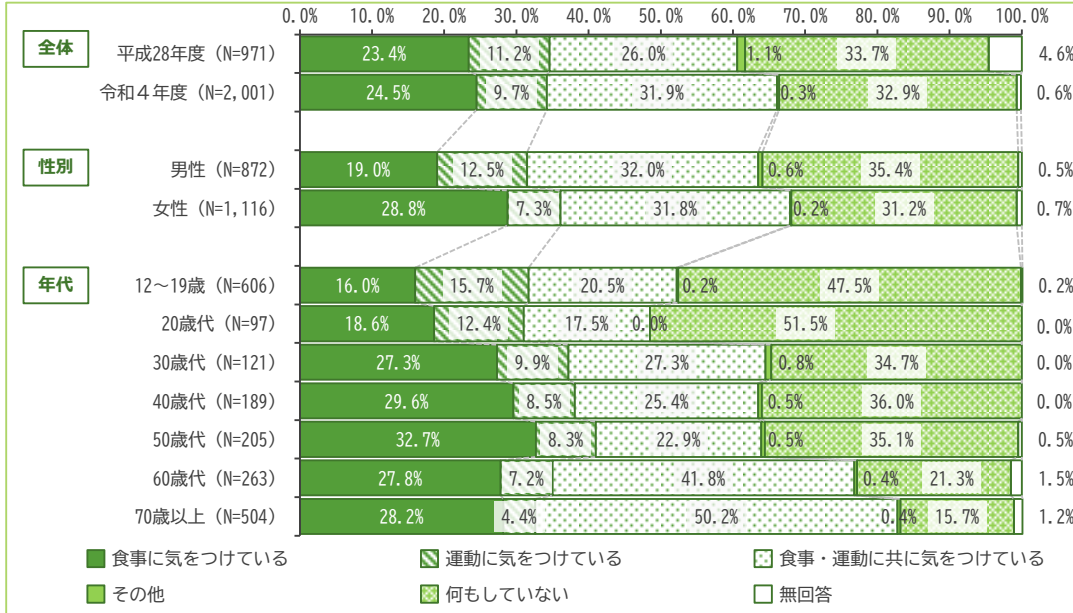
(6) 生活習慣病予防・改善の取組

〔12歳以上〕生活習慣病の予防や改善のために、取り組んでいることはありますか

生活習慣病予防・改善に取り組んでいる人は、年代が上がるにつれて高まる傾向

生活習慣病予防・改善の取組は、平成28年度に比べてやや高くなりました。男女別では、男性が運動に気をつけている傾向があり、女性は食事に気をつけている傾向があります。

また、年代が上がるにつれて、「食事・運動に共に気をつけている」が高くなっています。



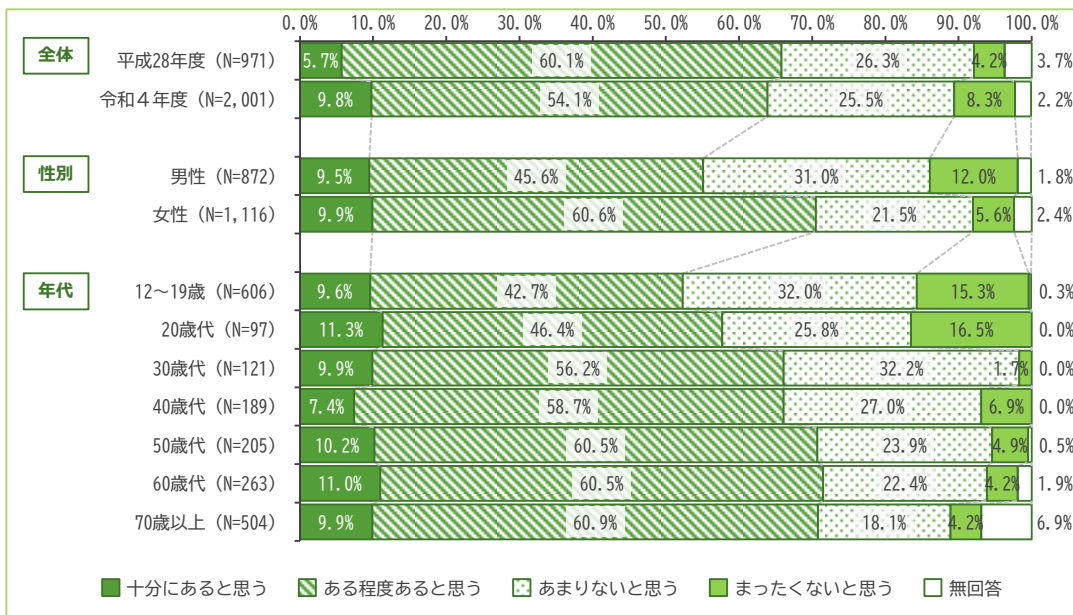
出典：令和4年度 健康・食育に関する意識・生活アンケート調査

(7) 食品の安全に関する知識

〔12歳以上〕日常生活に困らない位の食品の安全に関する知識をもっていますか

食品の安全に関する知識がある人は前回と同様の傾向

食品の安全に関する知識は、「十分にあると思う」と「ある程度あると思う」を合わせた『あると思う』が63.9%であり、平成28年度と同様の傾向となっています。



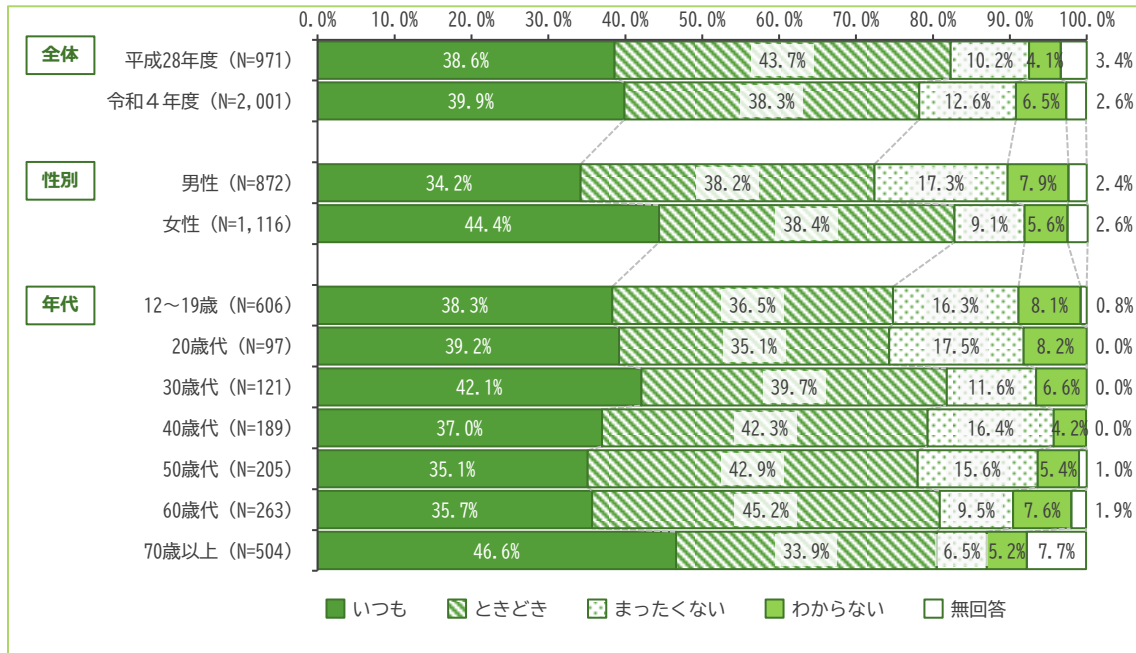
出典：令和4年度 健康・食育に関する意識・生活アンケート調査

(8) ゆっくり噛んで味わって食べるなど食べ方への関心

〔12歳以上〕③食べ方に関心がある（よく噛む、味わう）

食べ方に関心がある人は、前回と同様の傾向

食べ方に関心がある（よく噛む、味わう）人は、「いつも」と「ときどき」を合わせた割合が78.2%であり、平成28年度と同様の傾向となっています。

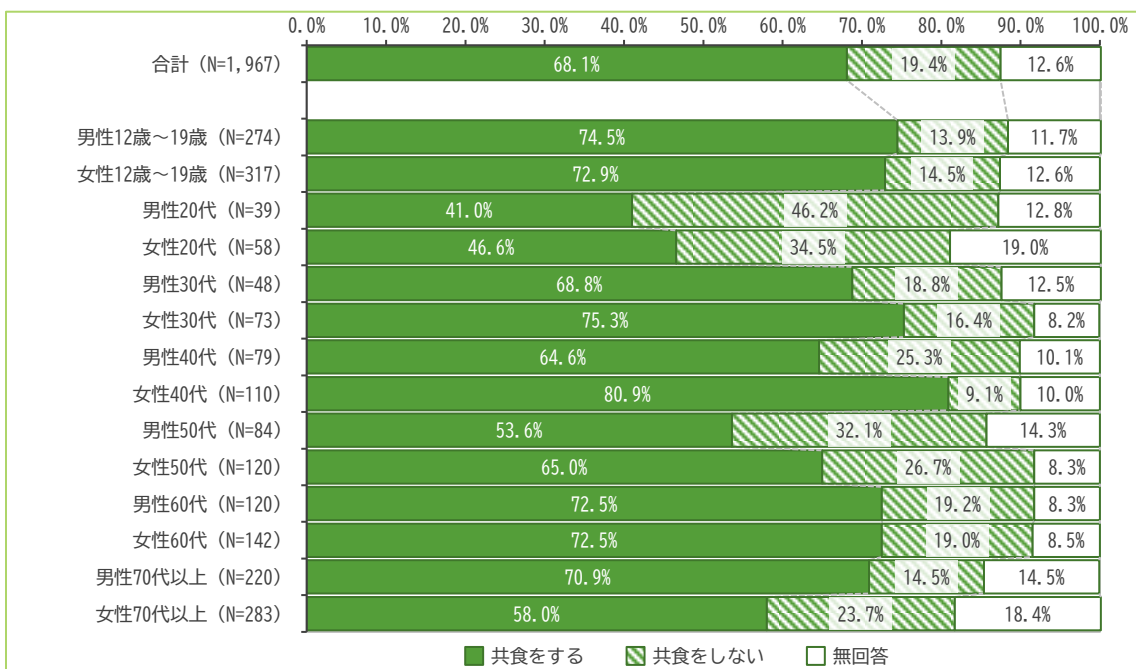


出典：令和4年度 健康・食育に関する意識・生活アンケート調査

(9) 毎日1回以上共食する人〔12歳以上〕1週間のうち朝食・夕食はどなたと食べる人が多いか

男女ともに20歳代は共食をする機会が少なくなる

概ね7割近くの方が毎日1回以上共食していますが、20歳代は男性が41.0%、女性が46.6%であり、共食をする機会が少なくなっています。

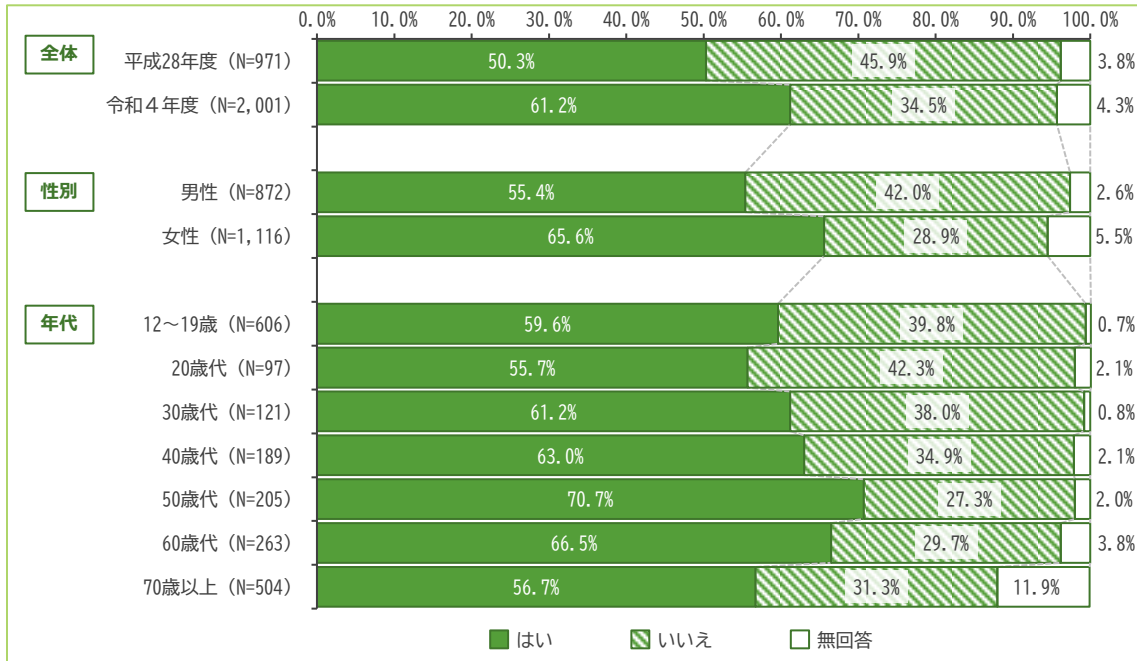


出典：令和4年度 健康・食育に関する意識・生活アンケート調査

(10) 食品ロス削減（【12歳以上】食品ロス削減のために何かしらの行動をしていますか）

食品ロス削減に向けて行動している人は前回に比べて高まった

食品ロス削減のための行動有無は、「はい（行動している）」が61.2%であり、平成28年度に比べて高まりました。また、女性が男性に比べて高く、50歳代が他の年代に比べてやや高い傾向となっています。



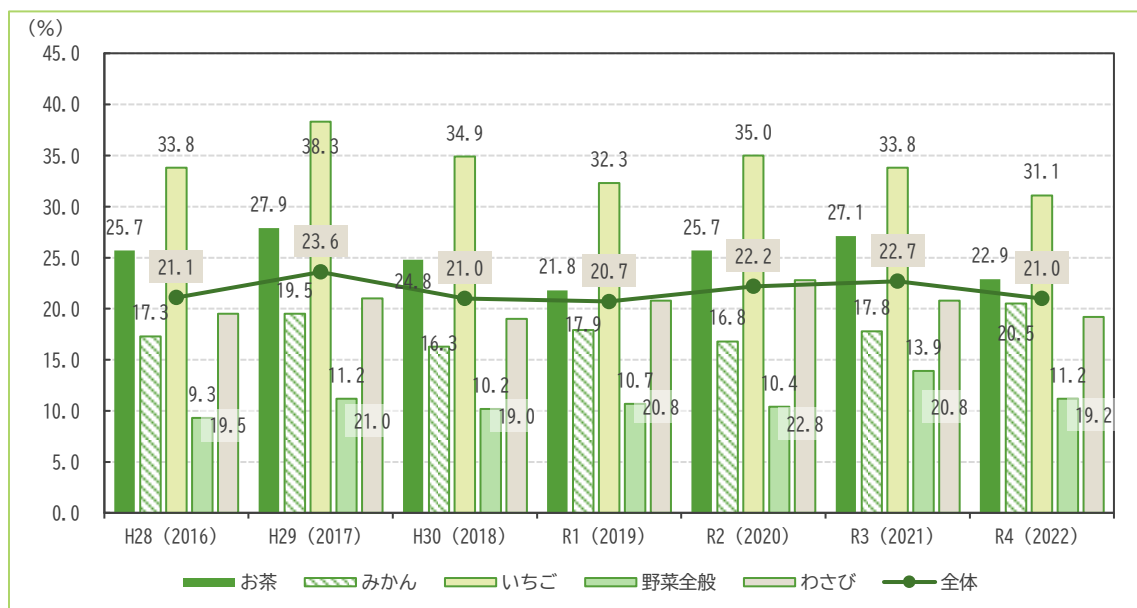
出典：令和4年度 健康・食育に関する意識・生活アンケート調査

(11) 市内農産物を意識して購入する割合（地産地消）

（【18歳以上】市内農産物を意識して購入しますか）

地産地消の実践は、ほぼ横ばいで推移

市内農産物を意識して購入する割合は、ほぼ横ばいで推移しています。

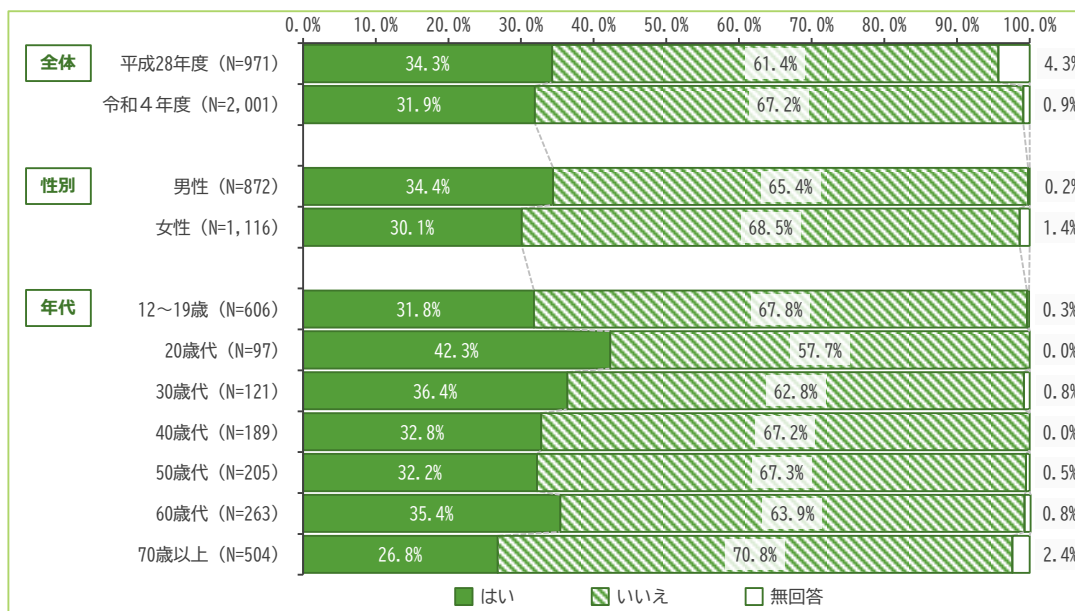


出典：令和4年度 静岡市農業振興計画「静岡市産農産物に関するアンケート調査」

(12) 農林漁業体験（〔12歳以上〕農林漁業体験をしたことがありますか）

農林漁業体験をしたことがある人は前回に比べて微減

農林漁業体験の有無は、「はい（したことがある）」が31.9%であり、平成28年度に比べてやや減少しました。また、男性が女性に比べてやや高く、20歳代が他の年代に比べてやや高い傾向となっています。



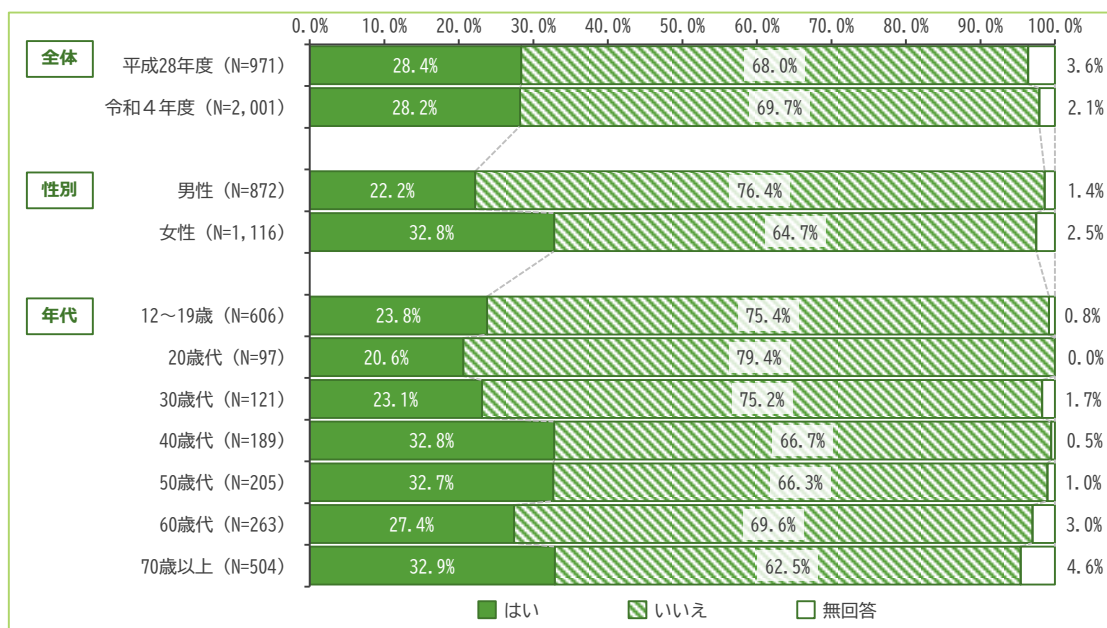
出典：令和4年度 健康・食育に関する意識・生活アンケート調査

(13) 食文化の継承

〔12歳以上〕地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承し、伝えていますか）

食文化を継承している人は前回と同様の傾向

伝統的な料理等の継承は、「はい（伝えている）」が28.2%であり、平成28年度と同様の傾向となっています。

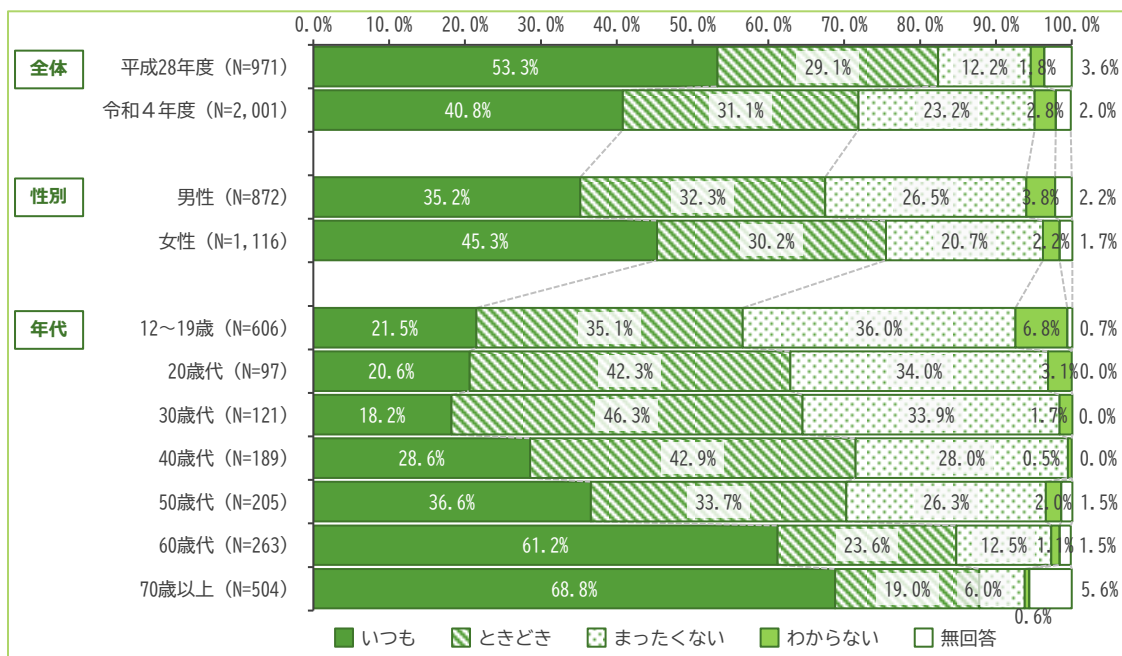


出典：令和4年度 健康・食育に関する意識・生活アンケート調査

(14) 茶葉から入れた緑茶を飲む (【12歳以上】④茶葉から入れた緑茶を飲む)

茶葉からお茶を入れて飲む人は、前回に比べて減少傾向

茶葉からお茶を入れて飲む人は、「いつも」と「ときどき」を合わせた割合が71.9%であり、平成28年度に比べてやや減少しました。また、女性が男性に比べていつも飲んでいる割合が高く、年代が上がるにつれて高くなる傾向にあります。



出典：令和4年度 健康・食育に関する意識・生活アンケート調査

2-4 第3次静岡市食育推進計画の目標と評価

目標	第3次策定時 (平成28年度)	目標値	現状値 (令和4年度)	評価
1. 食育に関心を持つ若い世代（20～30歳代）の割合	78.7%	85%以上	58.7%	D
2. 朝食を欠食する若い世代の割合	20歳代	43.4%	35%以下	A
	30歳代	29.7%	25%以下	A
3. 情報を得るために行動をする若い世代（20～30歳代）の割合	—	80%以上	46.3%	—
4. 女性（20歳代）のやせ（低体重）の割合	30.4%	20%以下	24.1%	B
5. 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（20～30歳代）の割合	43.2%※ (H27)	55%以上	34.9%	D ※目標値と比較して評価
6. 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市民（中学生～84歳）の割合	57.7%※ (H27)	70%以上	49.3%	D ※目標値と比較して評価
7. 生活習慣病予防や改善のために、適切な食事や定期的な運動を継続して実施している市民（中学生～84歳）の割合	60.6%	65%以上	66.1%	A
8. 食品の安全性について基礎的知識を持つ市民（中学生～84歳）の割合	65.8%	70%以上	63.9%	C
9. ゆっくり噛んで味わって食べるなど食べ方に関心のある市民（中学生～84歳）の割合	38.6%	45%以上	39.9%	C
10. 定期的に歯科健診を受診している市民（中学生～84歳）の割合	52.8%	60%以上	57.5%	B
11. 毎日1回以上家族や友人等と一緒に食事をする市民（中学生～84歳）の割合	81.0%	85%以上	66.8%	D
12. 食品ロス削減のために行動している市民（中学生～84歳）の割合	50.3%	55%以上	61.2%	A
13. 地元（静岡市）で生産された物を日頃から購入するようにしている市民（18歳以上）の割合	23.6% (H29)	30%以上	21.0%	D
14. 農林漁業体験をしたことがある市民（中学生～84歳）の割合	34.3%	40%以上	31.9%	D
15. 地域や家庭で受け継がれた伝統的な料理や作法などを継承している市民（中学生～84歳）の割合	28.4%	35%以上	28.2%	C
16. 茶葉から入れた緑茶を飲む市民（中学生～84歳）の割合	53.3%	60%以上	40.8%	D

※農林水産省(H27は内閣府)「食育に関する意識調査」より

○評価の基準は以下のとおりです。

評価	基準
A	目標に達成した
B	目標は達成していないが、改善傾向にある
C	変わらない（±5%以内の場合）
D	悪化している
—	平成28年の現状値なし

2-5 食を取り巻く社会情勢

(1) 新型コロナウイルス感染症の流行とライフスタイルの変化

令和元年に発生が確認された新型コロナウイルス感染症は、世界中で多くの感染者や死者を出す事態を引き起こしました。わが国では、令和2年4月に緊急事態宣言を発出し、「感染防止の徹底」、「外出自粛要請」、「時差出勤」、「テレワークの活用促進」といった措置が矢継ぎ早に講じられ、これにより、人々の行動・意識・生活様式・価値観等が大きく変化しました。また、在宅時間や家族で食を考える機会が増えたことで、家庭での食育の重要性が高まるなど、食を見つめ直す契機にもなりました。

(2) 「新たな日常」やデジタル化への対応

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、身体的距離の確保や3密（換気の悪い密閉空間・多数が集まる密集場所・間近で会話や発声をする密接場面）の回避が迫られたことで、デジタル技術の活用は喫緊の課題となりました。その一方、生活を支える多くの分野でICT（情報通信技術）やAI（人工知能）の活用等デジタル技術は日々進展を遂げており、加速度的に普及が進んでいます。令和3年には、国が第4次食育推進基本計画を策定し、その中で、横断的な重点事項として「デジタル技術を活用した食育の推進」が位置づけられるようになりました。

このように「新たな日常」やデジタル化への対応の重要性は一層増しています。

(3) 食に関する価値観や暮らしのあり方の多様化

在住外国人の増加とともに訪日外国人の増加によって、食の多様性に対する認識が広がりを見せており、今後は、宗教・人種・信条・身体的特性など様々な背景を有する多様性に富んだ方々との交流・共生する機会の増加が予想されます。そのような方々と同じ食卓を囲み、食事を楽しむことができるよう、理解や知識を深めていくことが求められるようになっていきます。

また、少子高齢化の進行、女性の社会進出の促進、人生100年時代を見据えた社会制度の変容、単身世帯の増加など、社会のあり方が大きく変わりつつあります。それに伴い、地域コミュニティが希薄化し、地域で受け継がれてきた食に関する情報や知識の伝承が困難になりつつあるといった課題が顕在化しています。

2-6 第3次静岡市食育推進計画の課題

第3次静岡市食育推進計画の現状と評価に加え、国の食育推進の方向性を踏まえ、以下の項目が今後の課題と考えます。

(1) 栄養バランスへの配慮、規則正しい食生活の実施

朝食では主食・主菜・副菜を組み合わせたバランスの良い内容で用意することが難しく、特に主菜・副菜が不足している。また夕食では、主食を控える高齢者が増加している。昼食では、自分の好みに偏った外食・中食を利用している市民が多い傾向で、間食の摂取も増加している。

加齢に伴う体の変化により、やせ・肥満の割合の増加もみられることから、各年代に応じた食事の重要性を理解し、主食・主菜・副菜を組合せた食事を身につける必要がある。

また、食品を適切に選択し、よく噛んで食べることや共食の機会を増やすなど、誰もが生涯健康で心豊かな食生活の実現ができる取組を増やしていくことが課題である。

(2) 若い世代の食に対する興味・関心の喚起

若い世代は、他の世代と比べると食に関する課題が多く、栄養バランスのとれた食事、規則正しい食習慣、女性のやせ、朝食の重要性等への知識や意識を高める必要がある。

健全な食生活を次世代につなげるためには若い世代が中心となり、食に関する情報の取得や食の楽しさを体験し、健康の確保のため適切な食事等を実践することができるように食育を推進することが課題である。

(3) 食の継承や地産地消、環境配慮などの持続可能性

食品ロス削減についての市民の関心は高まっているが、環境に配慮した食生活の普及・啓発については、より一層、推進していく必要がある。

また、生産から消費に至るまでの食の循環を意識し、生産者と消費者との交流や体験活動を通して、地産地消への取組を強化することが課題である。

食育ボランティア人材と連携し、地域に根ざした食育活動を通じて、しずおかの食文化の継承につながる食育についても啓発が必要となっている。

(4) 「新たな日常」やデジタル化への対応

引き続き求められる感染症への対策や、ICT等のデジタル技術を有効活用した効果的な情報発信などが課題である。



第3章

基本理念と計画の視点

3-1 基本理念

3-2 基本方針

3-3 第4次静岡市食育推進計画の数値目標

3-1 基本理念

食で「しずおかのつながり」を深め、未来の健康を育もう

～みんなでおいしく食べて、元気あふれるまちづくり～

静岡のおいしい食材を中心に、それぞれが楽しみながら味わい、健全な食生活とともに食を大切にする、心豊かな人間性を育むことを目指します。

3-2 基本方針

(1) 誰もが生涯健康で心豊かな食生活の実現

生活習慣病や低栄養予防に向け、栄養バランスの整った食事や減塩、野菜・果物の摂取等の実践を目的に、各年代に応じた食の取組を行います。

健康に配慮したメニューを提供する飲食店を増やす取組等を通じて、自然に健康になれる食環境づくりを推進します。

(2) 若い世代が食を楽しみ、食の大切さを知る食育の推進

若い世代が抱える食に関する課題（栄養バランス・野菜不足・共食・女性のやせ等）は、他の年代と比べると多い傾向にあります。

若い世代に向けた食育教室や食育キャンペーン、学校給食ウェブサイト等を通じた情報発信により、食育に関心を持つ機会を増やしていきます。

静岡市の未来を担う若い世代が中心となり、健全な食生活等を次世代に継承していけるよう取り組みます。



(3) 持続可能な食を支える環境の醸成

環境に配慮した食生活の実践（食品ロス削減・エシカル消費など）や農林漁業体験等により生産者と消費者との交流を通じて、食べ物や環境を大切に思う気持ちを育むことを目指します。

地域に根ざした食育ボランティアや民間事業者等と連携し、行事食・郷土食などの継承や、学校給食における地場産物の活用や啓発等に取り組みます。

●横断的な取組としてデジタル化に対応した食育を推進していきます。

食育ピクトグラム

農林水産省は、食育の取組を子どもから大人まで誰にでも分かりやすく発信するため、表現を単純化した絵文字であるピクトグラムを作成し、ホームページにて公表するなど、普及を進めています。

ピクトグラムの考え方としては「食育推進基本計画の1次から3次まで目標に掲げられていて、第4次食育推進基本計画でも重点事項に取り上げられている、普遍的に取り組むべき項目から選択しています。また、食生活指針も参考にしています。」としており、本計画でもピクトグラムを活用することで、分かりやすさや親しみやすさに配慮しています。

<p>1 みんなで楽しく 食べよう</p> 	<p>家族や仲間と、会話を楽しみながら食べる食事で、心も体も元気にならしましょう。</p>	<p>2 朝ごはんを 食べよう</p> 	<p>朝食を食べて生活リズムを整え、健康的な生活習慣につなげましょう。</p>
<p>3 バランスよく 食べよう</p> 	<p>主食・主菜・副菜を組み合わせた食事で、バランスの良い食生活につなげましょう。また、減塩や野菜・果物摂取にも努めましょう。</p>	<p>4 取りすぎない やせすぎない</p> 	<p>適正体重の維持や減塩に努めて、生活習慣病を予防しましょう。</p>
<p>5 よくかんで 食べよう</p> 	<p>口腔機能が十分に発達し維持されることが重要ですので、よくかんでおいしく安全に食べましょう。</p>	<p>6 手を洗おう</p> 	<p>食品の安全性等についての基礎的な知識をもち、自ら判断し行動する力を養いましょう。</p>
<p>7 災害に そなえよう</p> 	<p>いつ起こるかも知れない災害を意識し、非常時のための食料品を備蓄しておきましょう。</p>	<p>8 食べ残しを なくそう</p> 	<p>SDGs の目標である持続可能な社会を達成するため、環境に配慮した農林水産物・食品を購入したり、食品ロスの削減を進めたりしましょう。</p>
<p>9 産地を 応援しよう</p> 	<p>地域でとれた農林水産物や被災地食品等を消費することで、食を支える農林水産業や地域経済の活性化、環境負荷の低減につなげましょう。</p>	<p>10 食・農の 体験をしよう</p> 	<p>農林漁業を体験して、食や農林水産業への理解を深めましょう。</p>
<p>11 和食文化を 伝えよう</p> 	<p>地域の郷土料理や伝統料理等の食文化を大切にして、次の世代への継承を図りましょう。</p>	<p>12 食育を 推進しよう</p> 	<p>生涯にわたって心も身体も健康で、質の高い生活を送るために「食」について考え、食育の取組を推進しましょう。</p>

(4) 食育推進計画の体系



基本施策	主な事業
(1) 栄養バランスに配慮した食生活の実践	あそび・子育ておしゃべりサロン / ヘルシー食 de ブランディング飲食関係者向け専門講座（新規） / 元気で長生き栄養講座 など
(2) 適正体重や減塩等に配慮した食生活の実践	食生活サポート講座 / 生活習慣病予防教室 / 高齢者向け教室 / 市場料理教室（新規） / 食に関する指導 など
(3) 食品の安全・安心に関する知識の習得	食の安全教室 / 栄養成分表示促進事業 / 「静岡食協ニュース」の編集、発行（年4回） など
(4) よく噛んで食べることや楽しく食べる経験を通じた食生活の推進	歯周病検診 / 1歳頃のむし歯予防事業（新規） / おやこ食育教室 / シニアカフェ（新規） / 食に関する指導 など
(5) 食育の普及啓発・情報発信	公立こども園における食育推進事業 / 食に関する情報発信 / 食の安全・安心 HP「たべしずねっと」 / しずまえ新聞の発行 など
(6) 規則正しい食習慣の実践	食に関する指導 / しずおかカラダに eat75 / 栄養素について学ぶ など
(7) 環境に配慮した食生活の実践	食品ロス削減対策事業 / スマートフッキング / エシカル消費推進のための講座・セミナーの開催（新規） / エシカル消費の啓発（新規） / 静岡市グリーン農業推進事業補助金（新規） など
(8) 地産地消の推進	地場産物を取り入れた献立の提供 / 静岡市認定農業者協会「秋・冬・春の市」 / 地元の海産物（しらすをメインに食べてみよう） / ガストロノミーウォーキング事業補助金（新規） など
(9) 農林漁業生産者と消費者との交流	生消費言倶楽部 / アグリチャレンジパーク蒲原活用事業 / しずまえ漁業見学ツアー など
(10) 食文化の継承	食育応援団 / お茶の美味しい入れ方教室 / ライフステージに応じた各種食育推進講座 / 食育ボランティア人材養成講座（新規） など

※（新規）…本計画策定時より掲載（新規事業含む）

3-3 第4次食育推進計画の数値目標

No.	目標	対象	現状値※1 (令和4年度)	目標値 (令和12年度)
1	食育に関心を持つ若い世代の割合	20～30歳代	58.7%	85%以上
2	食に関する情報を得るために行動をする若い世代の割合	20～30歳代	46.3%	80%以上
3	毎日1回以上家族や友人等と一緒に食事をする市民の割合	中学生～84歳	66.8%	85%以上
4	食事を一人で食べる子どもの割合(朝食)	学童期(6～12歳)	9.5%	8.5%以下
5	食事を一人で食べる子どもの割合(夕食)	学童期(6～12歳)	2.9%	2.5%以下
6	朝食を欠食する若い世代の割合	学童期(6～12歳)	4.2%	0%
		思春期(13～19歳)	17.2%	0%
		20歳代	29.9%	25%以下
		30歳代	22.3%	20%以下
7	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市民の割合	中学生～84歳	49.3%	60%以上
8	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	20～30歳代	34.9%	50%以上
9	1日あたりの食塩摂取量の平均値	20歳以上	10.1g	8g以下
10	1日あたりの野菜摂取量の平均値	20歳以上	280.5g	350g以上
11	1日あたりの果物摂取量の100g未満の市民の割合	20歳以上	61.6%	30%以下
12	女性はやせ(低体重: BMI18.5未満)の割合	20～30歳代	15.3%	15%未満
13	高齢者はやせ(低体重: BMI20以下)の割合	65歳以上	22.8%	17%以下
14	生活習慣病予防や改善のために、適切な食事や定期的な運動を継続して実施している市民の割合	中学生～84歳	66.1%	75%以上
15	定期的に歯科健診を受診している市民の割合	中学生～84歳	57.5%	85%以上
16	ゆっくり噛んで味わって食べるなど食べ方に関心のある市民の割合	中学生～84歳	39.9%	45%以上
17	食育の推進に関わるボランティア団体等において活動する市民の数	18歳以上	1,412人	1,500人以上
18	農林漁業体験をしたことがある市民の割合	中学生～84歳	31.9%	40%以上
19	地元(静岡市)で生産されたものを日頃から購入するようにしている市民の割合	18歳以上	21.0%	30%以上
20	環境に配慮した農林水産物・食品を選ぶ市民の割合	中学生～84歳	44.7%	65%以上
21	食品ロス削減のために行動をしている市民の割合	中学生～84歳	61.2%	75%以上
22	地域や家庭で受け継がれた伝統的な料理や作法などを継承している市民の割合	中学生～84歳	28.2%	35%以上
23	郷土食・伝統料理を月1回以上食べている市民の割合	中学生～84歳	—	30%以上
24	茶葉から入れた緑茶を飲む市民の割合	中学生～84歳	40.8%	60%以上
25	食品の安全性について基礎的知識を持つ市民の割合	中学生～84歳	63.9%	70%以上
26	栄養バランスに関わる食育を、栄養教諭・栄養士を活用して実施した学校の割合	全公立小中学校	71.9%	100%
27	学童期や思春期に関わる食育を実施した学校の割合	全公立小中学校	65.9%	80%以上
28	食べ残しや食品ロスに関わる食育を、学校給食と関連させて実施した学校の割合	全公立小中学校	68.6%	80%以上

※現状値の出典 1-8, 12-16, 18, 20-22, 24-25: 「静岡市健康・食育に関する意識・生活アンケート調査」(令和4年実施)

9-11: 「国: 第4次食育推進基本計画(R1の数値)」 17: 当課調査(静岡市と連携したボランティア団体等)

19: 「静岡市農業振興計画」(農業政策課) 26-28: 学校給食課調査