

第 2 次逗子市食育推進計画における  
令和 2 年度重点目標実施報告と  
今後の取組みについて

# 第2次逗子市食育推進計画（2016～2022）の数値目標

	No.	取り組みの方向	指標	目標値	現状値※
さらなる努力が必要な目標	1	1.いきいきと健康に暮らす	<b>主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を、ほぼ毎日1日2回以上喫食している市民の増加</b>	80%	67.8%
	2	2.安心して食べられる	栄養成分表示を見て食材・食料品を購入する市民の増加	60%	45.5%
	3		地産地消を意識している市民の増加	50%	35.9%
	4	3.地域で支え合う	食育の視点を加えた事業の実施回数の増加	50回/年	38回/年
	5	4.食文化を守り伝える	旬を意識して食材・食料品を購入する市民の増加	70%	58.7%
現状を維持・向上させる目標	6	1.いきいきと健康に暮らす	朝食を欠食する市民の減少	8%以下	8.8%
	7		1日1回以上子ども（0歳～中学生）と食卓を囲む家族の増加	92%以下	91.1%
	8	3.地域で支え合う	地域の活動に参加している市民の増加	74%以上	73.1%
	9	4.食文化を守り伝える	日本の伝統料理や季節にちなんだ料理を食べる市民の増加	89%以上	88.4%

令和元年度第3回食育推進懇話会で決定

※現状値は、2014年（平成26年）実施の「逗子市食育に関するアンケート」による。

令和2年度重点目標

「主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を、ほぼ毎日1日2回以上喫食している市民の増加」 2

# 「主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を、ほぼ毎日1日2回以上喫食している市民の増加」に対する啓発実績（国保健康課） 1/2

内容	実施時期、対象者、人数等	想定するライフステージ
A) 主食・主菜・副菜に関連した子ども向け塗り絵を作成し配布。	10月～随時 未病センター来庁者等 約20人	乳幼児期・学童期
B) 小学1年生及び中学1年生への食育推進計画リーフレットと資料の配付。	9月 小学1年生424人 中学1年生359人 計783人	学童期・思春期
C) 市ホームページに主食・主菜・副菜の説明を加えたレシピや、親子でできる簡単料理のレシピを掲載する。	6月～	学童期・思春期・青年期
D) 未就学児の子を持つ親を対象にした食育資料を配付し、ホームページにも掲載。	令和3年1月 市内保育園・幼稚園4か所 計402部	青年期・壮年期
E) 栄養改善教室「小坪の漁師さん直伝さかなのさばき方教室」の開催。	9月14日（月）1時間×2部制 保健センター調理実習室 計12人	青年期・壮年期・高齢期

# 「主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を、ほぼ毎日1日2回以上喫食している市民の増加」に対する啓発実績（国保健康課） 2/2

内容	実施時期、対象者、人数等	想定するライフステージ
F) 食育講演会「スポーツ栄養から考える食生活」の開催。	11月10日（1回） 市役所5階会議室 計45人	青年期・壮年期・高齢期
G) 市内で開催されるサロンにおいて、主食・主菜・副菜等に関する講話を実施。	10月～12月（7回） サロンに参加する市内高齢者 計77人	高齢期
H) 市が行う介護予防教室「シニアヘルスアップ運動教室」等において、主食・主菜・副菜等に関するミニ講話を実施。	10月～12月（3回） ※1月は中止 教室参加者（65歳以上で要支援・要介護認定を受けていない方） 計44人	高齢期
I) 市の福祉配食サービスの弁当に添付する案内に「主食・主菜・副菜」の内容を追加。	12月（1回） 福祉配食サービス利用者 約30人	高齢期

今年度は約1,413人（人数のわかるもの）の方に啓発をしました。



# 啓発の振り返り

## 【新型コロナウイルス感染症の影響によるもの】

- ・ 講座や教室といったイベントは中止や延期になったものが多かった。
- ・ 講座や教室を実施した場合でも、通常よりも少ない人数に制限して実施した。
- ・ 調理や試食を伴う場合は衛生管理や喫食方法などを変更した。
- ・ 対面での啓発機会が減り、資料配付やホームページ掲載といった非対面の情報提供が中心になった。
- ・ 情報提供のみの啓発では、対象者の反応や行動変容が分からなかった。

## 【その他】

- ・ 重点目標のテーマは全てのライフステージに共通して啓発しやすい内容だった。
- ・ 他の目標（旬、朝食欠食、共食など）と関連付けた啓発が不十分だった。
- ・ 高校生へのアプローチが実施できなかった。
- ・ 評価（アウトカム）が困難だった。

## 【参考】 ライフステージ別の姿

乳幼児期	見守られる時期	・生涯の食生活の基礎となる体験を重ねる
学童期		・健康な心と体をつくるために必要な食の知識を学ぶ
思春期	自分をつくる時期	・自らの健康と豊かさを求める食事を理解し選択する
青年期		・生涯を通じて健康な体を維持し、地域とのつながりを持つ
壮年期	見守る時期 伝える時期	・家庭の健康と豊かさを求める食環境を整える
高齢期		・健康な体を維持し、地域の担い手として食文化を伝える

# 第2次逗子市食育推進計画における これまでの重点目標と次年度について

年度	目標
平成30年度	地産地消を意識している市民の増加
令和元年度	旬を意識して食材・食料品を購入する市民の増加
令和2年度	主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を、ほぼ毎日1日2回以上喫食している市民の増加

(平成30年度以前は設定なし)



令和3年度重点目標 (案)

「主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を、ほぼ毎日  
1日2回以上喫食している市民の増加」 **【再】**

理由：

- ・新型コロナウイルス感染症予防のため免疫力を高めるバランスの取れた食生活の啓発が重要であること
- ・新型コロナウイルス感染症拡大に伴い令和2年度に啓発の機会があまりなかったこと
- ・全てのライフステージの方に共通する啓発しやすいテーマであること
- ・他の目標（旬、朝食欠食、共食など）と関連付けた啓発が可能であること

# 令和3年度実施案

※新型コロナウイルス感染症等の事情により実施できない場合があります。

No.	目標
1	主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を、ほぼ毎日1日2回以上喫食している市民の増加
2	栄養成分表示を見て食材・食料品を購入する市民の増加
3	地産地消を意識している市民の増加
4	食育の視点を加えた事業の実施回数の増加
5	旬を意識して食材・食料品を購入する市民の増加
6	朝食を欠食する市民の減少
7	1日1回以上子ども（0歳～中学生）と食卓を囲む家族の増加
8	地域の活動に参加している市民の増加
9	日本の伝統料理や季節にちなんだ料理を食べる市民の増加



ライフステージ
乳幼児期（未就学児）
学童期（小学生）
思春期（13～19歳）
青年期（20～39歳）
壮年期（40～64歳）
高齢期（65歳以上）



## 実施案

乳幼児への啓発【新】
市ホームページでの啓発【既】
小学1年生、中学1年生への食育リーフレットの配付【既】
夏休み放課後児童クラブ（学童）での食育講座【既】
高校生に向けた啓発【新】
レシピコンテストの開催【新】
栄養相談【既】
食育講演会【既】
料理教室【既】
市内サロンにおける啓発【既】
介護予防教室等における啓発【既】

※【既】・・・既存の取組み 【新】・・・新規の取組み

# 【参考】 第2次逗子市食育推進計画の今後の予定

