



# 第2次刈谷市 食育推進計画

令和3年度(2021年度) → 令和12年度(2030年度)

## 《概要版》

令和3年3月  
刈谷市

# 食育ってなあに…

「食」に関する知識を身につけるだけでなく、感謝の気持ちや社会性をはぐくんでいくことです。

身につけることは主に以下の6点が挙げられます。

食べ物や作る人への感謝の心

食事の重要性や心身の健康

栄養バランスよく食べること

食事のマナーなどの社会性

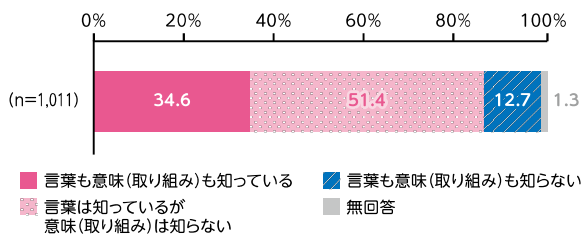
地域の産物や歴史など食文化の理解

安全や品質など食品を選択する能力

## 刈谷市の食育に関する課題

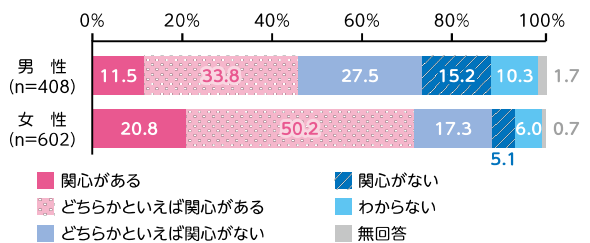
### ① 認知度の低さ

図表1 「食育」について



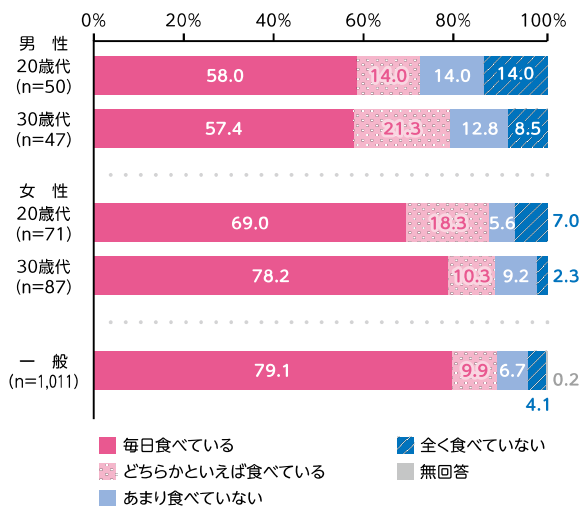
### ② 性別による意識の差

図表2 「食育」への関心の有無



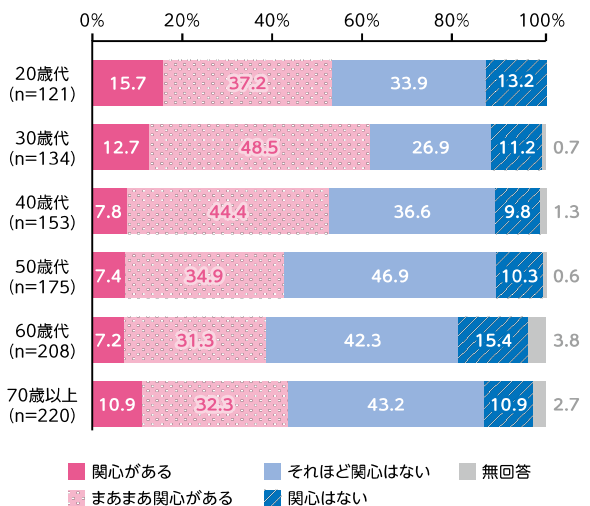
### ③ 若年層の食育

図表3 朝食の摂取



### ④ 伝統食・郷土料理への関心の低さ

図表4 伝統食や郷土料理への関心の有無



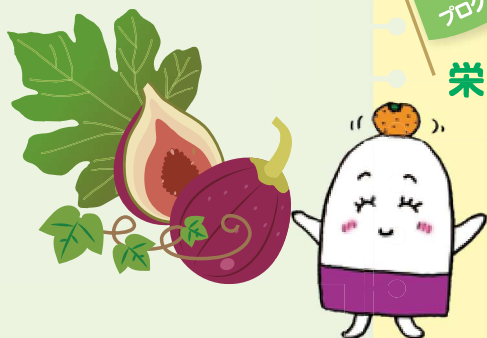
# 「食」を楽しもう! 刈谷

## 「食」はみんなの笑顔をつくる!

重点  
プログラム 1

### 子どもに対する 栄養バランスについての 知識の普及

子どもに対して、「しょくまる  
ファイブ」を通して食育の啓発を  
進めていきます。



フルーツまる (果物)



ベジまる (副菜)

重点  
プログラム 2

### 家族で 料理・作物栽培に触れる 機会の創出

家族で料理や作物栽培を  
する機会を創出し、楽しみ  
ながら食への関心を深めて  
いくことを進めていきます。



にくまる (主菜)

重点  
プログラム 3

### 若年層 (次世代の親世代) への 「食育」の啓発

20歳代・30歳代は  
これから親になる世代  
でもあり、次世代に伝  
えていく役割を今後  
担っていきます。その  
ため、若年層に食育を  
啓発していきます。

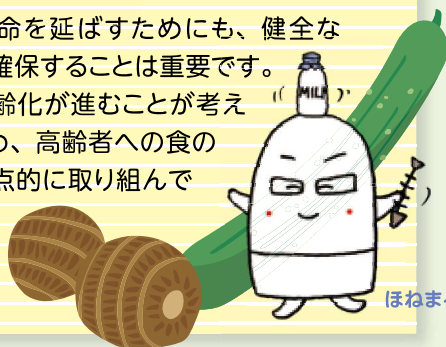
## 重点プログラム

第2次刈谷市  
食育推進計画

重点  
プログラム 4

### 高齢者に合わせた 「食」支援

健康寿命を延ばすためにも、健全な  
食生活を確保することは重要です。  
今後も高齢化が進むことが考え  
られるため、高齢者への食の  
支援を重点的に取り組んで  
いきます。



ほねまる (牛乳・乳製品)

重点  
プログラム 5

### 連携の強化

食育に関して取り組ん  
でいくためには、市だけ  
でなく、教育関係者、生産者、  
食品関連事業者、ボランティアなど、食  
育にかかわる様々な関係者が連携・協  
働して推進していくことが重要です。  
さらなる食育の推進を図るため、連携  
の強化を重点的に取り組んでいきます。



りきまる (主食)

「しょくまるファイブ」とは、食事バランスガイドを子どもたちにわかりやすく説明するために、愛知教育大学の西村名誉教授が考案した食育キャラクターです。

# 施策体系

基本理念	基本目標	取組	めざす姿
<b>「食」を楽しもう！刈谷「食」はみんなの笑顔をつくる！</b>	<b>1.</b> <b>「食」で</b> <b>豊かな心をはぐくむ</b>	(1)「食」を通じたコミュニケーションを楽しむ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 家族みんなます。</li> <li>・ 「食」を通じ</li> </ul>
		(2)「食」への感謝の気持ちを育てる	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 自然の恵をもちます。</li> <li>・ 地域交流の</li> </ul>
		(3)体験を通して「食」への関心を深める	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 子どもの</li> <li>・ 農作業体</li> </ul>
		(4)伝統食などの食文化を継承する	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 世代を超</li> <li>・ 郷土料理</li> </ul>
	<b>2.</b> <b>「食」で</b> <b>元気な体をつくる</b>	(1)食事や栄養についての正しい知識を得る	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 一人ひとり</li> <li>・ 食事や栄</li> </ul>
		(2)健康な体をつくる食生活を実践する	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ バランス</li> <li>・ 規則正しします。</li> </ul>
		(3)「食」の安全・安心のための理解を深める	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 「食」の安</li> <li>・ 「食」の安</li> </ul>
	<b>3.</b> <b>「食」で</b> <b>環境をまもる</b>	(1)食べ物や資源を大切にする食生活を推進する	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 食べ物やす。</li> <li>・ 食品廃棄</li> </ul>
		(2)地産地消を推進する	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 地元の食材</li> <li>・ 地場産物へ</li> </ul>
	<b>4.</b> <b>「食」の</b> <b>輪をひろげる</b>	(1)ライフステージに対応した食育の実践を進める	※ ライフス
		(2)生産から消費までの「食」の循環を推進する	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 「食」の循環</li> <li>・ 生産や消費</li> </ul>
		(3)適切な情報を提供する体制を整備する	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 必要な情報</li> <li>・ 情報をわか</li> </ul>



	具体的な取組、取り組む行動	
なで一緒に食事を作り、食事を楽しみ て、地域交流を図ります。	家庭	家族みんなで食べる
	地域・団体	だれかと一緒に食べる機会をつくる
	市	保護者や地域住民との交流を促進する
みや命をいただくことへの感謝の気持ち 中で「食」への感謝の気持ちを育てます。	家庭	食事のあいさつをする
	地域・団体	生産者と触れ合う機会をつくる
	市	食事のあいさつ定着に向けた指導・啓発をする
頃から料理や買い物を楽しみます。 験など「食」を考える機会を持ちます。	家庭	子どもといっしょに買い物や食事をする
	地域・団体	食に関する体験の機会をつくる
	市	農業体験学習や料理教室を開催する
えて行事食や伝統食を楽しみます。 を次の世代に伝えます。	家庭	行事食や郷土料理に関心を持つ
	地域・団体	特産物を味わう機会をつくる
	市	行事食や郷土料理の情報提供をする
が自分に適した食事を理解します。 養についての正しい知識を伝えます。	家庭	自分に合った食事量を知る
	地域・団体	食事や栄養に関する講座などを開催する
	市	学校などで食に関する教育を実施する
の取れた食事をよく噛んで食べます。 い食生活を送ることができるよう支援	家庭	栄養のかたよりのない食事をとる
	地域・団体	規則正しい食生活を支援する
	市	栄養指導を行う
全に関して理解を深めます。 全・安心につながる取り組みを行います。	家庭	食品品質表示を理解する
	地域・団体	安全な食品・食材を提供する
	市	食の安全について情報提供する
水、電気、ガスなどの資源を大切にしま を少なくします。	家庭	作りすぎない
	地域・団体	食に関わるごみを減らす
	市	ごみの減量・分別を促進する
を積極的に消費します。 の関心を高めます。	家庭	地元産食材を知る
	地域・団体	地場産物販売活動を強化する
	市	給食で地場産物を積極的に使用する
ページ別の具体的な取組、取り組む行動についてはP5,P6をご覧ください。		
を理解します。 に関する団体のつながりを強めます。	家庭	生産から消費までの流れを理解する
	地域・団体	生産者と販売者の交流する機会をつくる
	市	人・社会・地域・環境に配慮した消費(エシカル消費)を啓発する
を積極的に収集します。 りやすく伝えます。	家庭	食についての正しい情報を収集する
	地域・団体	関係団体と情報を共有する
	市	インターネットやSNSを活用し、わかりやすい情報を提供する

# 4. 「食」の輪をひろげる

## (1) ライフステージに対応した食育の実践を進める

乳幼児期

0~5歳

少年期

6~15歳

<p>1. 「食」で 豊かな心をはぐくむ</p>	(1) 「食」を通じたコミュニケーションを楽しむ	家族みんなで一緒に食べることの楽しさを知る		
	(2) 「食」への感謝の気持ちを育てる	食事のマナーを身につける		
	(3) 体験を通して「食」への関心を深める	買い物についていく	買い物や食事の手伝い、料理をし、食に興味を持つ	
		野菜が育つところをみる	野菜を育て、収穫の喜びを感じる	
(4) 伝統食などの食文化を継承する	行事食を楽しむ			
<p>2. 「食」で 元気な体をつくる</p>	(1) 食事や栄養についての正しい知識を得る	いろいろな食べ物をみて、触って、味わう	栄養バランスの取れた食事を知る	
	(2) 健康な体をつくる食生活を実践する	一人ひとりに合わせた離乳食を進める	食事を楽しむ	
		規則正しい食生活を身につける		
(3) 「食」の安全・安心のための理解を深める	アレルギーなど体質や体調に合わせた食事をとる	食の安全・安心を知る		
<p>3. 「食」で 環境をまもる</p>	(1) 食べ物や資源を大切にする食生活を推進する	食事は適量を残さず食べる		
	(2) 地産地消を推進する	旬のものを味わう	刈谷市産・	
<p>4. 「食」の 輪をひろげる</p>	(2) 生産から消費までの「食」の循環を推進する	地元の農作物や生産者の知識を得る		
	(3) 適切な情報を提供する体制を整備する	園や学校等で得た知識を家族と共有する		

## 青年期

16～29歳

## 壮年期

30～44歳

## 中年期

45～64歳

## 高齢期

65歳～

家族や友人、同僚と食事をする機会を大切にす

子どもが楽しく食事ができるように努める

家族や友人、地域の人と一緒に食事を楽しむ

食事のマナーを守りながら楽しんで食事をする

自然の恵みや命をいただくことを家族で考えてみる

命をいただくことに感謝する

感謝の気持ちを次世代に伝える

男女ともに食事づくりを楽しむ

子どもと一緒に食事づくりを楽しむ

他世代と食事づくりを楽しむ

家庭菜園をしたり、農作業体験をし、食について考える

伝統食を知る、味わう

行事食や伝統食を楽しむ

行事食や伝統食を次世代に伝える

適正体重・食事の適量を知る

年齢に応じた栄養バランス・食事量を知る

バランスのとれた食事をとる

自分に適した栄養バランス・量の食事をとる

低栄養にならないよう、必要な栄養をとる

規則正しい食生活を送る

生活リズムに合わせた食習慣を送る

食品の表示についての知識を得る

食品の安全に関する知識を持ち、安全安心な食品を選ぶ

環境に配慮した食生活について考える

エコクッキングなど環境に配慮した食生活を実践する

愛知県産の食材を知る

地元食材を積極的に取り入れる

生産から消費までの食の循環を理解する

食に関する情報を積極的に収集する

得た情報を適切に判断し、食生活に活かす

## 数値目標

基本 目標	項目	対象	令和2年度 (2020年度)	令和7年度 (2025年度)	令和12年度 (2030年度)
			現状値	中間目標値	目標値
1	食事を楽しいと思う児童・生徒の割合	小学生(5年生)	73.0%	80.0%	85.0%
		中学生(2年生)	73.3%	80.0%	85.0%
	夕食をほとんど毎日、家族と食べる人の割合	市民	50.1%	55.0%	60.0%
	食事のあいさつをしている児童・生徒の割合	小学生(5年生)	74.2%	80.0%	85.0%
		中学生(2年生)	71.8%	75.0%	80.0%
		高校生(2年生)	57.9%	60.0%	65.0%
	市主催の親子農業体験教室の参加者数(延べ人数)	市民	1,364人 (R元年度実績)	6,600人	11,880人
行事食や郷土料理に関心を持っている人の割合	市民	47.0%	50.0%	55.0%	
2	食育に関心を持っている人の割合	市民	60.6%	65.0%	70.0%
	食育を何らかの形で実践している人の割合	市民	49.7%	55.0%	60.0%
	栄養バランスに気を付けている人の割合	市民	44.5%	47.0%	50.0%
	朝食を欠食する人の割合	小学生(5年生)	3.0%	2.0%	1.0%
		中学生(2年生)	4.5%	3.0%	2.0%
20歳代男性		28.0%	25.0%	20.0%	
3	学校給食における愛知県内産食材の種類の割合	小中学生	42.3% (R元年度実績)	45.0%	50.0%
	食べ残しや食品廃棄を少なくするために注意している人の割合	市民	91.5%	93.0%	95.0%
	食べ残しや食品を捨てることに関して「もったいない」と感じている児童・生徒の割合	小学生(5年生)	71.8%	75.0%	80.0%
		中学生(2年生)	78.0%	80.0%	85.0%
4	「生産者と消費者との交流の促進、環境と調和のとれた農林漁業の活性化等」の満足度	市民	46.6%	50.0%	55.0%
	「企業・産業団体と連携した職場での取り組み」の満足度	市民	48.7%	53.0%	58.0%

## 第2次刈谷市食育推進計画《概要版》

発行：刈谷市

編集：刈谷市 産業環境部 農政課

発行年月：令和3年 3月

住所：〒448-8501 刈谷市東陽町1丁目1番地

TEL.(0566)62-1015 FAX.(0566)27-9652