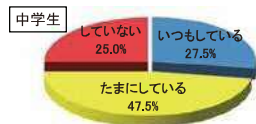


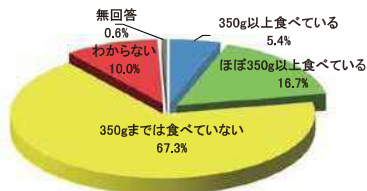
市民の食に関する状況は

恵庭市の食をめぐる現状

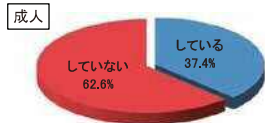
①体や健康のことを考えて食事をしている人



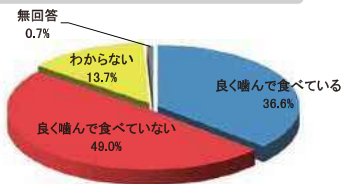
②1日350g以上の野菜を摂取している人



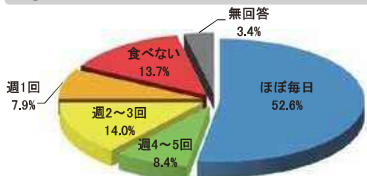
③栄養バランスに配慮した食生活を実践している



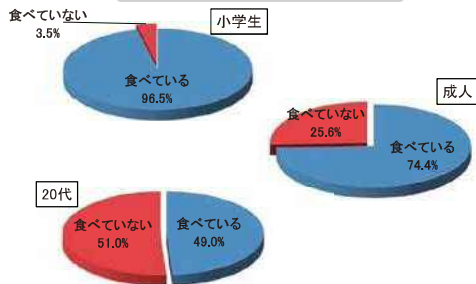
④食事を味わってよく噛んで食べる人



⑤朝食又は夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数



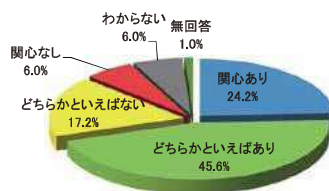
⑥朝食を毎日食べる人



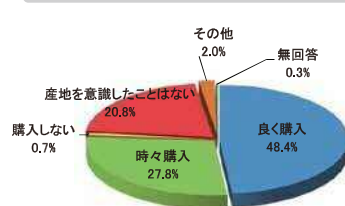
⑦早く寝る小学生（10時まで）



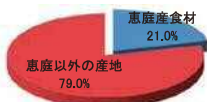
⑧「食育」に関心を持っている



⑨地元産(道内産)食材を購入する人



⑩学校給食における恵庭産食材の活用



第3次恵庭市食育推進計画 概要版

計画期間 平成30年度から平成35年度まで

恵庭市では、平成19年度から恵庭市食育推進計画により食育を推進してきました。平成35年度までの6年間で、市民一人ひとりがいつまでも健康で豊かな暮らしを目指し、食育を通じ恵庭の人や活動が互いにつながり食育活動を推し進めるため第3次恵庭市食育推進計画を策定しました。

基本方針

食をとおして、生涯にわたる健やかな暮らしの実現をめざす

●食育を推進するための3つの領域と目標

	<目 標>	<計画策定時>	<目標値>
領域1 食をとおして 健康をつくる	①体や健康のことを考えて食事をしている人を増やす	中学生 75 % 成人 76 %	90% 現状維持
	②1日350g以上の野菜を摂取している人を増やす	成人 22 %	40%
	③栄養バランスに配慮した食生活を実践する人を増やす	成人 37 % 20代男女 26 %	70% 55%
	④食事を味わってよく噛んで食べる人を増やす	成人 37 %	55%
領域2 食をとおして 人を育む	⑤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	週 7.8 回以上	週11回以上
	⑥朝食を毎日食べる人を増やす	小学生 97 %	100%
		中学生 89 % 成人 74 % 20代男女 49 %	100% 85% 85%
⑦早く寝る小学生を増やす(21時台までの就寝)	小学生 55 %	70%	
領域3 食をとおして 地域をつくる	⑧「食育」に関心を持っている人を増やす	成人 70 %	90%
	⑨地元産(道内産)食材を購入する人を増やす	成人 76 %	95%
	⑩学校給食における恵庭産食材の活用を増やす	21%	30%

第3次恵庭市食育推進計画に関するお問い合わせ 恵庭市保健福祉部保健課
〒061-1442 恵庭市緑町2丁目1-1 電話番号0123-25-5700

●領域別の対策

* 食育推進に係る事業の一部を掲載しております。（全文は第3次恵庭市食育推進計画の第5章「食育の推進」に掲載）

第3次 食育推進基本計画 重点課題（国）	領 域	対 策		事業名	概 要	担当・関係団体
		個人・地域の取り組み	関係団体・市の取り組み			
健康寿命の延伸に つながる 食育の推進	1. 食をとおして 健康をつくる	・日頃から望ましい食生活を意識しよう	・妊産婦や乳幼児に対する基本的な食習慣形成のための栄養指導	妊婦教室 (マタニティクラス)	妊娠中の栄養バランスや必要な栄養素への理解促進を図る。（年4回）	保健福祉部 保健課
		・減塩や栄養バランスの良い食事での生活習慣病を予防しよう	・生活習慣病予防による健康寿命の延伸につながる食生活実践の推進	育児教室	離乳食の進め方や歯の手入れ等について学ぶ機会の提供。（年6回）	保健福祉部 保健課
多様な暮らしに 対応した 食育の推進	2. 食をとおして 人を育む	・家族で食卓を囲み共に食事を取ろう	・若者や高齢者へのコミュニケーションを通じた共食の推進	特定保健指導 保健指導	特定健康診査（保健指導）の支援対象者に対し、個別または集団の支援を通じた生活習慣の改善。	保健福祉部保健課 健康スポーツ課
		・地域の中で食を通じたコミュニケーションを図ろう	・子どもの基本的な生活習慣形成の支援	道民の健康づくり 推進事業	どさんご食事バランスガイドの普及、ヘルシーレストラン事業の推進、生活習慣病予防のための保健教育。	北海道石狩振興局 保健環境部 千歳地域保健室
若い世代を中心 とした 食育の推進	3. 食をとおして 地域をつくる	・朝食を食べ健康的な生活リズムを身につけよう	・若い世代に対する食に関する知識の普及啓発の推進	訪問型 栄養・口腔指導	65歳以上の方を対象に健康維持や介護予防のための栄養改善や口腔機能についての訪問指導。	保健福祉部 保健課
食文化の継承に 向けた 食育の推進		・自分の食生活を振り返ろう	・食育に関する理解の推進	歯科健診 フッ素塗布	1歳6か月児、3歳児健診における個別の健診・歯科指導など。	保健福祉部 保健課
食の循環や環境を 意識した 食育の推進		・地元産の食材を積極的に利用しよう	・地域の食文化を大切に食育の推進	料理ゼミ	幼稚園での食を通じ地域と関わり食への関心を高めることを目的に地域の方を講師に招き調理を実施。（年20回）	幼稚園
		・食べられる量だけ作ったり、注文したりしよう	・地産地消の推進	食の指導 給食指導	健康の保持増進のための食習慣の理解や給食実施日に全学年に対しマナーや献立を通じた食育。	小学校・中学校
		・残さず食べよう	・食べきりおよび食を大切に意識の啓発	料理教室	高齢者でも簡単に調理できる食材で調理、会員同士の交流を図る。	恵庭市 老人クラブ連合会
				乳幼児の栄養相談	乳幼児健診、すくすく相談などにおける個別の食事・栄養の指導。	保健福祉部 保健課
				給食体験 先輩が作る 「おもてなしランチ」	健康栄養学科オープンキャンパス参加の高校生と保護者に給食を提供。メニューやリーフレットの配布。（年3回）	北海道文科大学
				食の体験	いちご狩りや調理実習など。	子育てサークル わんぱく連合会
				食育講演会	食育の普及啓発。（年1回）	保健福祉部 保健課
				季節や文化を通じた 食育活動	保育園給食での食を通じ季節感や伝統的な食文化を伝える。	子ども未来部 子育て支援課
				えにわ大好き！ 食の体験ランド	調理体験、収穫体験、ワークショップなど。	教育部 社会教育課
				恵庭市消費生活展	食に関する知識や情報を市民に伝え食の関心を高める。地場産野菜を活用したレシピ配布、試飲、試食。（年1回）	恵庭消費者協会
				ルーキーズカンパニーへ の食育活動支援	えにわ大好き！食の体験ランドへの参加による青年農業者の企画力の養成	石狩農業改良 普及センター
				えにわん産業祭	企業、団体による出展・販売及び地域資源を活用した商品・取り組みのPR	経済部商工労働課 恵庭市農商工等連携 推進ネットワーク
				えにわめぐみの スイーツフェスティバル	恵庭産食材を使用した特産品開発、試食。（年1回）	恵庭商工会議所
				アグリネット事業	農業に触れ、食の大切さを学ぶ体験学習。（市内在住で小学生を含む家族）	経済部農政課