

## 第4次 蒲郡市食育推進計画

# たべたくんの 食育プラン

概要版



蒲郡市食育推進計画  
マスコットキャラクター

たべたくん

2023年3月  
蒲郡市

# 1 計画の策定にあたって



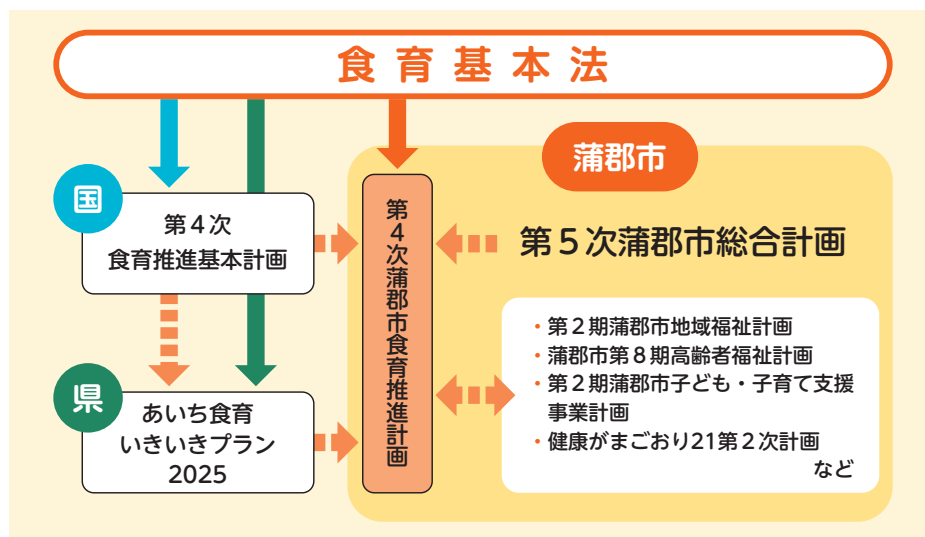
## 1 計画策定の趣旨

本市は、平成22年に「蒲郡市食育推進計画～たべたくんの食育プラン～」を策定し、平成25年に「第2次蒲郡市食育推進計画」、平成30年に「第3次蒲郡市食育推進計画」を策定し、家庭や地域、学校、企業などが連携し、本市の地域特性を活かした食育事業を推進してきました。

今後も市民一人ひとりが食育に取り組むとともに、家庭、学校、地域、職域等、食に関わるさまざまな関係者が主体的にかつ多様に連携・協働しながら、食育に関する施策を総合的かつ計画的に推進を図るため、「第4次蒲郡市食育推進計画」を策定することとしました。

## 2 計画の位置付け

国の「第4次食育推進基本計画」、愛知県の「あいち食育いきいきプラン2025（第4次愛知県食育推進計画）」、市の上位計画である「第5次蒲郡市総合計画」や関連する計画との整合性を図りながら策定します。



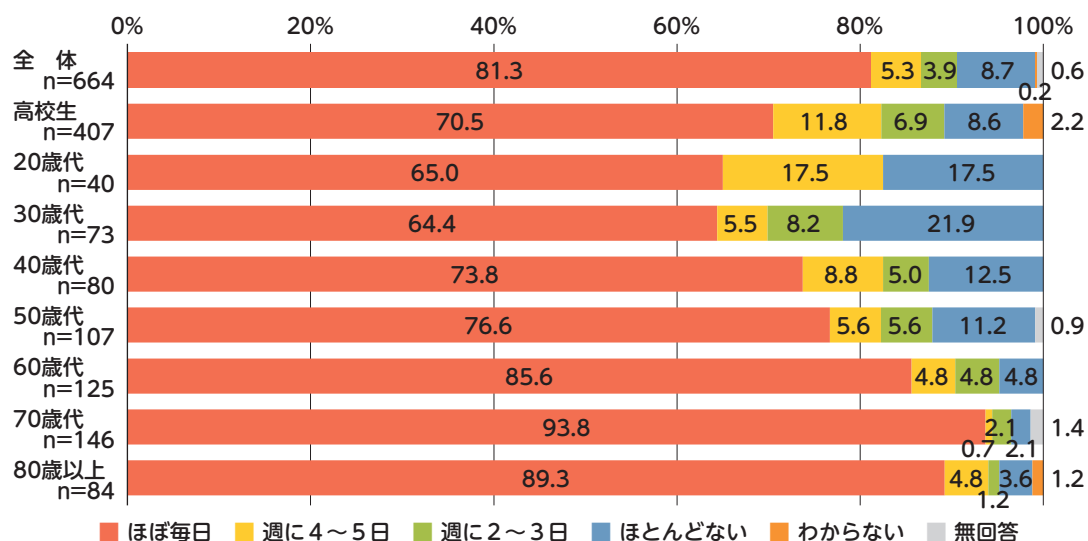
## 3 計画の期間

本計画の期間は、2023年度から2027年度までの5年間とし、計画期間中に状況の変化等が生じた場合には、必要に応じて見直すこととします。

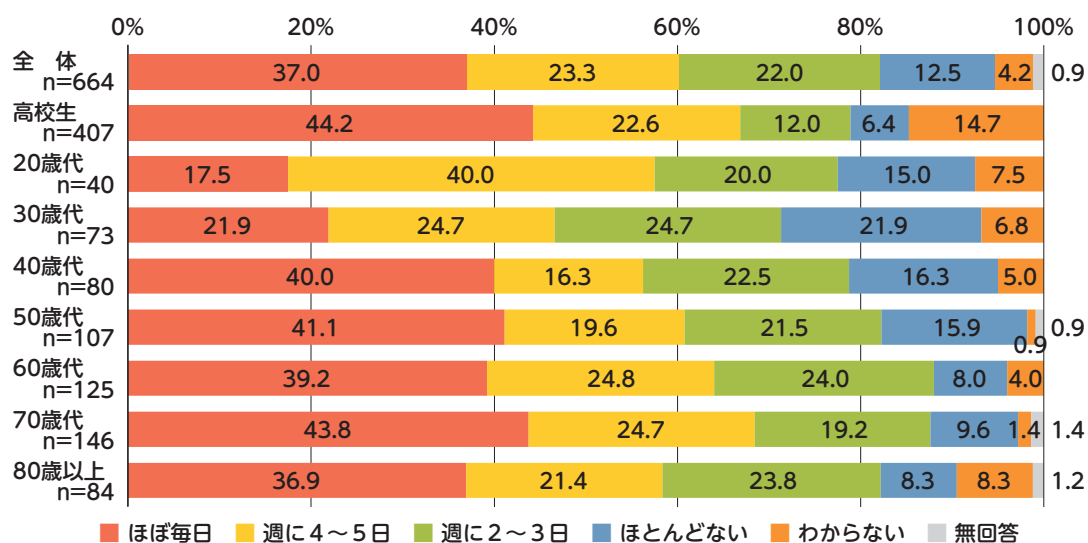
年度	平成28 (2016)	平成29 (2017)	平成30 (2018)	令和元 (2019)	令和2 (2020)	令和3 (2021)	令和4 (2022)	令和5 (2023)	令和6 (2024)	令和7 (2025)	令和8 (2026)	令和9 (2027)
蒲郡市			第3次蒲郡市食育推進計画					第4次蒲郡市食育推進計画				
国	第3次食育推進基本計画					第4次食育推進基本計画						
愛知県	あいち食育いきいきプラン2020 (第3次 愛知県食育推進計画)					あいち食育いきいきプラン2025 (第4次 愛知県食育推進計画)						

## 2 アンケートからみる食育に関する課題

### ■ ふだん朝ごはんを食べる人の割合

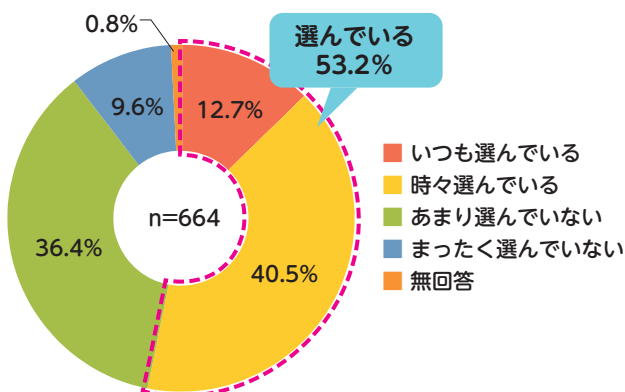


### ■ 1週間でバランスのよい食事を1日2回以上とる割合



※全体の結果は高校生を除いた市内在住の20歳以上の市民の結果です。

### ■ 日頃から環境に配慮した食材・食品を選んでいる割合



20歳代、30歳代で『ふだん朝ごはんを食べる人』、『バランスのよい食事を1日2回以上とっている』割合が低い傾向にあります。


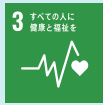
環境に配慮した食品の選定については約半数が認識しています。

### 3 基本理念

## 食が人を結び、 健康と環境の輪が広がるまちづくり

食を通じて市民同士や市民、関係団体、事業者、行政等がつながることを食育のまちづくりを推進していく根源とします。市民一人ひとりが自らの食を見つめ直し、健康的な食習慣を培うと同時に、安全で無駄のない食の環境づくりや地産地消を進め、市民が一生を通してより良い食生活を送れるように、「食が人を結び、健康と環境の輪が広がるまちづくり」を基本理念とします。

### 4 施策の体系

基本理念	基本目標	方向性
食が人を結び、健康と環境の輪が広がるまちづくり	<b>1 たべて元気な体づくり</b>   	1 規則正しい食生活を身につけよう 2 栄養バランスのとれた食事をとろう 3 安全、安心な食で生活を送ろう
	<b>2 たべて豊かな心づくり</b>   	1 食体験を通じて感謝の気持ちを育もう 2 さまざまな食文化をもっと知ろう
	<b>3 食を通じた地域づくり</b>   	1 食を通じて交流を深めよう 2 食に関わるさまざまな活動に参加しよう 3 食育を支える人材を育てよう
	<b>4 持続可能な食環境づくり</b>   	1 地産地消に取り組もう 2 環境にやさしい食生活を送ろう 3 生産から消費までの食の循環を理解しよう

## 5 重点事項

### ① 食育への関心から 健全な食生活の実践へ

#### 今後の方向性

- ▶ 働く世代の食環境整備
- ▶ バランスの良い食生活の普及啓発
- ▶ SNSを活用した情報発信
- ▶ 食に関するイベントの開催

### ② 地産地消の促進

#### 今後の方向性

- ▶ 生産者への支援
- ▶ イベントでの郷土料理や伝統料理の紹介
- ▶ 地場製品のPR及び供給の推進
- ▶ 地元食材のブランド化の推進

#### 第4次蒲郡市 食育推進計画 重点事項

### ③ 安全・安心な食生活

#### 今後の方向性

- ▶ 食の安全性に関する知識の情報発信
- ▶ 食に関する講座
- ▶ 給食材料の産地や安全性の確認
- ▶ 学校教育における健康教育、食育指導

### ④ 農林漁業体験の推進

#### 今後の方向性

- ▶ 収穫体験・農業体験の推進
- ▶ 生産者と消費者の交流の推進



#### \*\* 目指すべき方向 \*\*

重点事項	指 標	現状値 (R4)	目標値 (R9)
重点事項①	食育に関心のある人の割合	73.6%	80.0%
	日頃から健全な食生活をおくるために行動をしている人の割合	55.1%	70.0%
重点事項②	地産地消の内容を知っている人の割合	78.3%	85.0%
	食品を選ぶ時に地元食材を優先して購入している人の割合	37.8%	50.0%
	郷土料理や伝統料理などの地域や家族で受け継がれた料理、食べ方や作法を家族などへ伝えている人の割合	13.9%	20.0%
重点事項③	食品を買う時に容器包装等に記載されている表示を確認している人の割合	33.2%	45.0%
	食品の安全性に関する基礎的な知識がある人の割合	55.9%	70.0%
	安全な食生活を送ることに気をつけている人の割合	72.9%	80.0%
重点事項④	農林漁業体験に参加したことのある人の割合	17.8%	25.0%



## 6 計画の具体的な内容

### たべて元気な体づくり

#### 規則正しい食生活を身につけよう

- 早寝早起きや規則正しい生活リズム、基本的な食習慣の推進
- 朝ごはんの大切さの普及啓発
- 歯や噛むこと大切さの普及啓発
- 歯周病予防指導や歯みがきの習慣づけの推進



蒲郡メヒカリ  
キャラクター  
びか丸くん

#### 安全、安心な食で生活を送ろう

- 食品表示の見方の啓発
- 食の安全に関する情報提供
- 食物アレルギー知識の普及啓発
- 園・学校給食における食物アレルギーへの対応

#### 栄養バランスのとれた食事をとろう

- バランスのとれた食事の普及啓発
- 乳幼児期における食育指導
- 学校における健康教育・食育指導
- 野菜摂取量増加の啓発
- 青年期・中年期（働く世代）・高齢期における食育指導の充実

### 食体験を通じて感謝の気持ちを育もう

- 収穫体験・農業体験の推進
- 生産者や調理者への感謝の大切さの普及啓発

### たべて豊かな心づくり

#### さまざまな食文化をもっと知ろう

- 学校給食等における地元食材を使った料理の紹介
- 日本の食文化の普及
- 食事マナーの習得

### 食を通じた地域づくり

#### 食を通じて交流を深めよう

- 家族や友人と食事をするための環境整備
- 共食の大切さの普及啓発
- 学校給食を通じたコミュニケーションの推進
- 職場における食育の環境推進
- 「食育の日」の認知向上

#### 食育を支える人材を育てよう

- ボランティア人材の養成
- 食育に関する団体の育成と活用
- 食育を担う人材育成と活動の推進
- 各機関における推進体制の充実

#### 食に関わるさまざまな活動に参加しよう

- 食育に関する広報活動の推進
- 食に関するイベントの開催



#### 地産地消に取り組もう

- 地元食材の周知
- 園・学校給食等における地元食材の推進活用
- 地産地消の理解と利用の促進
- 地元のご当地料理の推進

### 持続可能な食環境づくり

#### 生産から消費までの食の循環を理解しよう

- 環境にやさしい農業の推進
- 環境と調和した生産等に関する学習機会の創設

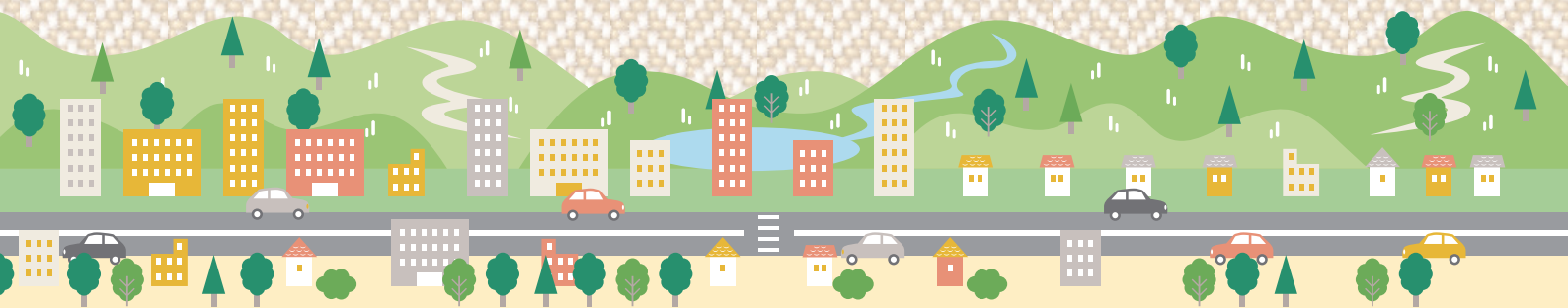
#### 環境にやさしい食生活を送ろう

- 環境に配慮した食の取組の推進
- 食料残渣の削減
- 食品ロスの削減

## 計画の数値目標

基本目標	指 標	対 象	現状値 (R4)	目標値 (R9)
たべて元気な体づくり	バランスのよい食事を1日2回以上食べる日が、週に4日以上ある人の割合	一般	60.3%	65.0%
	朝ごはんを毎日食べる人の割合	小学生	87.7%	90.0%
		中学生	73.9%	90.0%
		若い世代*	64.6%	70.0%
		一般	81.3%	85.0%
	野菜が入っている朝ごはんが週に4日以上ある人の割合	若い世代	20.3%	25.0%
		一般	46.9%	50.0%
	適正体重の維持や減塩など食生活に気をつけている人の割合	40歳代以上	63.3%	70.0%
		一般	60.0%	70.0%
	ふだんゆっくりよく噛んで食べる人の割合	一般	40.7%	45.0%
食品を買う時に容器包装等に記載されている表示を確認している人の割合	一般	33.2%	45.0%	
食品の安全性に関する基礎的な知識があると思う人の割合	一般	55.9%	70.0%	
安全な食生活を送ることについて、気をつけている人の割合	一般	72.9%	80.0%	
たべて豊かな心づくり	農林漁業体験に参加したことがある人の割合	一般	17.8%	25.0%
	蒲郡市の特産物を3つ以上認識している人の割合	一般	84.3%	90.0%
	郷土料理や伝統料理などの地域や家庭で受け継がれた料理、食べ方や作法を受け継いでいる人の割合	若い世代	14.2%	20.0%
		一般	22.9%	25.0%
郷土料理や伝統料理などの地域や家庭で受け継がれた料理、食べ方や作法を家族などへ伝えている人の割合	一般	13.9%	20.0%	
食を通じた地域づくり	毎月19日が食育の日と知っている人の割合	一般	11.0%	20.0%
	朝食を家族・友人などと一緒に食べることが週に2日以上ある人の割合	一般	60.4%	65.0%
	夕食を家族・友人などと一緒に食べることが週に2日以上ある人の割合	一般	80.8%	85.0%
	1日の全ての食事を一人で食べることが週に4日以上ある人の割合	一般	20.8%	15.0%
	過去3年間に、地域や自治会等での食に関するイベントに参加したことのある人の割合	一般	14.5%	20.0%
	過去3年間に、食に関する講演会、研修や料理教室などに参加したことのある人の割合	一般	5.6%	15.0%
食環境づくり	地産地消の内容を知っている人の割合	一般	78.3%	85.0%
	食品を選ぶ時に地元食材を優先して購入している人の割合	一般	37.8%	50.0%
	食品の食べ残しや廃棄を少なくするために注意している人の割合	一般	89.8%	95.0%
	環境に配慮した食材・食品を選ぶ人の割合	一般	53.2%	60.0%
全 体	食育に関心のある人の割合	若い世代	78.8%	80.0%
		一般	73.6%	80.0%
	日頃から健全な食生活をおくるために行動をしている人の割合	一般	55.1%	70.0%
	食育推進計画マスコットキャラクター「たべたくん」または蒲郡メヒカリキャラクター「ぴか丸くん」を知っている人の割合	一般	30.9%	35.0%
自身の食生活が8点以上の人の割合	一般	41.8%	50.0%	

※：若い世代とは20～30歳代



## 第4次蒲郡市食育推進計画 《概要版》

---

■ 発行年月 : 2023年 3月  
■ 発行 : 蒲郡市  
■ 編集 : 農林水産課  
■ 住所 : 〒443-8601 蒲郡市旭町17番1号  
TEL(0533)66-1126 FAX(0533)66-1188

---