

推進体制

仙台市食育推進会議の構成団体と本市関係部局が、横断的な連携・協働をしながら計画を推進します。
食育推進会議においては、計画に関する協議を行いながら、毎年度、進捗状況を把握・評価し、結果を公表するとともに事業に反映させます。

目標値

関係者の共通理解の下に目標を掲げて成果や達成度を定量的に把握することにより、効果的で実効性ある施策に取り組みます。

No	項目	ベースライン	目標値 (R11年度)	
1	食育に関心がある人の増加	R3	64.1% → 85%	
2	1日1回は家族や仲間と食事をする人の増加	H28	57.8% → 75%	
3	朝食を毎日食べる人の増加	4歳児	R3	92.5%
		小学5年生	R4	85.8%
		中学2年生		81.8%
		20歳代男性	R3	50.6%
		20歳代女性		65.4%
		30歳代男性		60.2%
30歳代女性	77.2%			
4	バランスの良い食事をとっている人の増加	R3	36.4% → 55%	
5	+新規 肥満傾向にある子どもの減少	3歳児	R4	6.0%
		小学5年生男子	16.0%	
		小学5年生女子	10.0%	
6	適正体重の範囲にある人の増加	20-60歳代男性の肥満の減少	R3	27.0% → 23%
		40-60歳代女性の肥満の減少	18.9% → 13%	
		20-30歳代女性のやせの減少	12.8% → 9%	
		高齢者(65歳以上)の低栄養傾向の減少	R4	18.3% → 13%
7	+新規 むし歯のない子どもの増加	3歳児	R4	90.4% → 95%
8	+新規 よく噛んで食べることができる人の増加	50歳以上	R3	70.2% → 80%
9	+新規 食環境整備事業登録店舗数の増加	-	-	80店舗
10	+新規 食品の安全性に関する知識を持つ人の増加	R3	58.9% → 65%	
11	伝統的な料理や作法を受け継いでいる人の増加	R3	45.4% → 60%	
12	+新規 保育所等における和食に関する取り組み回数の増加	R4	月6回 → 月8回	
13	+新規 産地や生産者を意識して農林水産物・食品を選んでいる人の増加	R3	64.2% → 70%	
14	+新規 学校給食で地場産物を使用する割合の維持・向上	R4	51.3% → 維持・向上	
15	食品ロス削減のために行動をしている人の増加	R3	92.9% → 95%	
16	+新規 環境に配慮した農林水産物・食品を選んでいる人の増加	R3	45.7% → 55%	

仙台市健康福祉局保健衛生部健康政策課
〒980-8671 仙台市青葉区国分町三丁目7番1号
TEL:022-214-3894/FAX:022-214-4446
Eメール:fuk005520@city.sendai.jp

仙台市食育推進計画

第3期

概要版



基本的事項

食育とは

「食育」は、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ものであり、「生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきもの」として、食育基本法前文で位置付けられています。

計画の位置づけ

本計画は食育基本法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取り組みを総合的に推進するために策定するものです。

また、地産地消推進の観点から、「地域資源を活用した農林漁業者等による新事業の創出等及び地域の農林水産物の利用促進に関する法律(六次産業化・地産地消法)」上の「地域の農林水産物の利用促進についての計画(促進計画)」にも位置付けています。

計画期間

令和6年度(2024年度)から令和12年度(2030年度)までの7年間

コンセプト

未来へつなげる食育

健康に配慮した食生活は未来の自分の健康をつくり、食文化や環境を大切に食生活は持続可能な社会づくりに貢献します。また、未来を担う子どもたちは、大人の生活習慣や生活態度を見て学び成長していくため、現在の私たちの食生活は次世代にも大きく影響を与えるといえます。

自らの毎日の食生活を大切にすることは、自分自身のため、そして未来の子どもたちや社会のためにも重要であることから、「未来へつなげる食育」を第3期計画のコンセプトとします。

食育とSDGs



SDGsの観点からみると、食育は我が国の「SDGsアクションプラン2023」における優先課題「2 健康・長寿の達成」に位置付けられており、特に下記目標に寄与するとされています。

目標2 飢餓を終わらせ、食料安全保障及び栄養改善を実現し、持続可能な農業を促進する

目標3 あらゆる年齢のすべての人々の健康的な生活を確保し、福祉を促進する

目標4 すべての人々への包摂的かつ公正な質の高い教育を提供し、生涯学習の機会を促進する

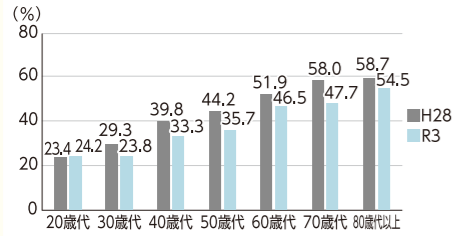
目標12 持続可能な生産消費形態を確保する

食育を取り巻く現状と課題

市民の健康課題や社会情勢の変化等を踏まえ、課題を整理しました。

食を通じた健康づくり

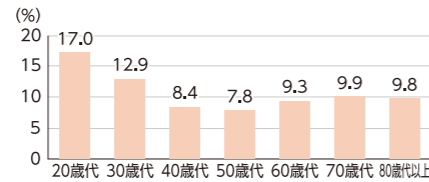
主食・主菜・副菜をそろえた食事をしている人は減少傾向にあります。対象者ごとの特徴を踏まえたアプローチによってバランスの良い食事を実践できるようにすることが必要です。



▲主食・主菜・副菜をそろえた食事が1日2回以上の日が「ほぼ毎日」の人の割合
【出典】仙台市民の健康意識等に関する調査(仙台市)

地域の食文化

郷土料理等を食べない人の割合は若い世代ほど高い傾向にあり、地域等で受け継いできた料理に接する機会が少なくなっています。改めて郷土料理等の良さや大切さを認識し、伝承していくことが必要です。



▲郷土料理等を全く食べない人の割合(令和3年度)
【出典】仙台市民の健康意識等に関する調査(仙台市)

環境を意識した食

家庭系食品ロス量は、令和4年度時点では「仙台市一般廃棄物処理基本計画」の中間目標を達成していますが、引き続き削減の取り組みを推進していくことが必要です。

R4年度実績
家庭ごみ全体 **181,921トン**
食品ロス量※ **1.3万トン**
[中間目標1.4万トン 未滿 (令和7年度)]

▲家庭ごみ全体のうちの食品ロス量(仙台市)
※令和4年度一般廃棄物排出実態等調査(仙台市)より推計

計画の目標

「未来につなげる食育」をコンセプトとし、下記のとおり計画の目標等を掲げ、食育を推進していきます。

基本目標

市民一人ひとりが、食について多様な視点で関心を持ちながら、毎日の食事を味わい楽しむことを通して、よりよい未来を次世代へつなぎます

推進方針

- ◆ 多様なライフスタイルに対応した、生涯にわたる切れ目のない食育の推進
- ◆ シンボルマークを活用した、関係機関・部局が一体となった取り組み
- ◆ 「新たな日常」やデジタル化など、時代に対応した食育の推進

推進の柱と目指す姿

推進の柱1 食を通じた心身の健康づくりを推進します

→ 目指す姿1 健康『食を通じた心身の健康づくりができる』

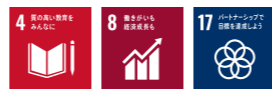
- 1-1/健-朝食 朝食を毎日食べている
- 1-2/健-栄養バランス 栄養バランスのよい食事をしている
- 1-3/健-歯と口 健康な歯と口を維持し食事ができる
- 1-4/健-安全な食生活 安全な食生活について知識を持ち、自ら判断している



推進の柱2 食文化の理解を深め、次世代へ伝える取り組みを推進します

→ 目指す姿2 食文化『食文化を理解し、次世代へ伝えられる』

- 2-1/文-地産地消・郷土料理 地元食材や郷土料理を食事に活用している
- 2-2/文-和食 和食文化について理解し、食べる習慣がある



推進の柱3 環境保全・脱炭素を意識した食生活を推進します

→ 目指す姿3 環境『食行動を通して環境負荷を減らすことができる』

- 3-1/環-地産地消・旬産旬消 地元食材や旬の食材を積極的に利用している
- 3-2/環-食品ロス 食品ロスの削減に取り組んでいる
- 3-3/環-環境負荷低減 環境負荷の小さい食品について知っている



具体的な取り組み

ライフステージごとの特徴と取り組みの視点

妊娠期(胎児期)

- ・生まれてくる赤ちゃんと家族の未来のために、食について考える大切な時期
- ・妊娠期の食事は赤ちゃんの発育や、母親の健康維持、出産・授乳を迎えるための身体づくりにも重要
- ・家族や周囲の方のサポートが重要

乳幼児期(0~5歳)

- ・楽しく食べる体験を重ね、食への意欲を育てる時期
- ・味覚や咀嚼機能の発達が著しい
- ・幼児期は朝食欠食や肥満の問題が見られる
- ・保護者の食生活が大きく影響するため、家族全体で望ましい食習慣を確立することが必要

学齢期(6~17歳)

- ・自分で食を選択・判断する力を養う時期
- ・幼児期同様、朝食欠食・肥満の問題が見られる
- ・規則正しい生活リズムをはじめ、望ましい食生活の実践が必要
- ・給食等を通して地域の自然や文化等への理解を深めるとともに、生産者等への感謝の気持ちを育むことも大切

青年期(18~39歳)

- ・食に関する知識や技術を高め、自立した食生活を実践する時期
- ・朝食欠食、栄養バランスの偏り等の問題が見られる
- ・食習慣を見直す等、自己管理能力を身に付けることが重要
- ・食文化や食と環境について学ぶことも大切

壮年期(40~64歳)

- ・健全な食生活を確立させ、日々の実践を通して食育について次世代へ伝えていく時期
- ・肥満者が増加する傾向にあり、生活習慣病のリスクが高くなる
- ・健診結果を生かして生活習慣を改善し、次のライフステージに向けた健康づくりを意識することも大切

高齢期(65歳以上)

- ・自分らしく暮らすための食生活を実践し、知識や経験を生かし食育を次世代へ継承する時期
- ・加齢や疾病に伴う身体状況の変化がみられる
- ・QOL向上のためにも栄養バランス等に気を付け、介護・フレイル・オーラルフレイル予防を心掛ける等が重要

家庭の取り組み

期待される役割

- ・子どもの基本的な生活習慣を身に付ける上で重要
- ・共食は家族のコミュニケーションの場であり、食育の原点かつ大切な実践の場であるため、定期的に共食することが期待される
- ・ライフスタイルの多様化により、自分に適した食習慣を身に付けることが重要
- ・食習慣の見直しの機会を定期的に持つことも大切

具体的な取り組み(例)

- 朝食の大切さについて知る、話題にする
- 体重測定や健康診断等で自分の健康状態を知り、食生活を見直す
- 歯と口の状態を把握し、自分に合ったセルフケアを身につける
- 調理や保存の際は、適切な処理をする
- 仙台市や宮城県で生産している食材の情報を得る
- 米食を習慣化する、米粉を日常的に使う
- フードマイレージ等、食品に係るエネルギーの消費について学ぶ
- 冷蔵庫やパントリーは整理整頓する
- エコラベルの意味を調べてみる

家庭以外の主体による取り組み

期待される役割

- 保育所等** | 健康づくりの基盤となる重要な時期であり、保護者等との連携・協働による取り組みが期待される
- 学校等** | 給食に加え総合的な学習においても、栄養教諭等による食育の推進が期待される
- 関係団体** | 各分野の積極的な取り組みと、関係者間のネットワーク等を生かした効果的な事業展開が期待される
- 行政** | 地域課題等を把握し、人材育成や関係者間のネットワークの中心としての調整役等の役割が求められる

具体的な取り組み(例)

- 給食を通じた食育の啓発
- 「食に関する指導の全体計画」に基づいた食育推進
- 給食における郷土料理・行事食を含めた和食の提供や、おたより等による家庭への普及啓発
- 食物アレルギーの対応に関する研修会の開催等
- フッ化物歯面塗布、フッ化物洗口の導入・継続の支援
- 市民向け農業体験(米作り、野菜収穫等)、味噌づくり体験
- 企業等の協力によるフードバンクの取り組み
- 適塩や栄養バランスのよい食事につながる食品を提案、販売するスーパー等の登録事業
- 飲食店等の食品ロス削減を目的とした、消費期限の近い食品のマッチングサービス運用