

# 第2次 三田市 食育推進計画

令和5年度 ▶ 令和9年度



行政



家庭・地域



関係団体

## 食で創る健やかな

## さんだ

～ 次世代につなごう 三田の恵み ～



事業者



学校



就学前保育・  
教育施設

### 基本的視点

リアル体験 × デジタル食育

- |        |                  |
|--------|------------------|
| 基本目標 1 | 健やかな暮らしを支える食育の推進 |
| 基本目標 2 | 次世代につなぐ食育の推進     |
| 基本目標 3 | 食育推進のための体制整備     |

令和5年3月



## あいさつ

「食」は私たちが生きていく上で欠かすことができない基本的な営みであり、生命の源です。

健全な食生活は、健やかな身体と豊かな心を育み、生きる力を与えてくれるとともに、人生に楽しみや喜びを与えてくれます。

本市では、平成25(2013)年に「三田市食育推進計画(平成25(2013)年度～令和4(2022)年度)」を策定し、「三田の恵み、食で深める家族と地域のきずな」を基本理念に、三田市の食育に関する取り組みを推進してまいりました。

平成29(2017)年には中間評価を行い、「三田市食育推進計画(後期)(平成30(2018)年度～令和4(2022)年度)」を策定し、“プラス1(ワン)の食育”をキャッチフレーズに食に関連する団体や事業者等の皆様と連携しながら取り組んできたところでございます。

そのような中、若年層における顕著な食習慣の乱れや過度の痩身、働き盛り世代における生活習慣病の課題、さらにはシニア世代においては低栄養やフレイル予防が重要視されるなど、ライフスタイルの多様化等により食に関する健康課題が複雑化しており、食と健康に関わる課題を解決するためには、ライフコース(個人がたどる生涯の道筋)に応じた効果的な啓発や支援の取り組みが必要です。

また、持続可能な食を支える取り組みや多発する自然災害時における心身の健康を支える食の重要性も認識されているところです。

このような現状とこれまでの取り組みの成果、課題を踏まえるとともに、SDGs(持続可能な開発目標)の視点を取り入れ、この度「第2次三田市食育推進計画(令和5(2023)年度～令和9(2028)年度)」を策定しました。①健やかな暮らしを支える食育の推進、②次世代につなぐ食育の推進、③食育推進のための体制整備の3つの基本目標に加え、それらを横断する基本的視点として「リアル体験×デジタル食育」を定め、「食で創る健やかなさんだ」の実現を目指してまいります。

また、次世代に三田の恵みをつなぐための取り組みを進めるとともに、持続可能な食環境の整備や社会のデジタル化など、より複雑化する社会環境や課題に対応するため、様々な関係者が連携・協力し、食育を進めてまいりますので、市民の皆様の一層のご理解とご協力をお願い申し上げます。

最後になりましたが、本計画の策定にあたりまして、食に関するアンケート調査やパブリックコメントにご協力いただきました市民の皆様、そして貴重な意見や提言を賜りました三田市食育推進会議委員の皆様をはじめ、関係者の方々に心から感謝を申し上げます。

令和5年3月

三田市長 森 哲男





# 目次

第1章 計画の策定にあたって.....	1
1 計画策定の趣旨 .....	1
2 計画の位置づけ .....	2
3 計画の期間.....	2
4 計画の策定体制 .....	3
第2章 三田市の「食」をめぐる現状.....	4
1 三田市の概要.....	4
2 食に関する市民アンケート調査(令和4年2月)からみる現状.....	10
3 三田市食育推進計画(後期:平成30(2018)年度～令和4(2022)年度)の取り組みと評価について ..	22
4 課題の整理.....	29
第3章 三田市における食育推進計画の基本的な考え方.....	31
1 基本理念 .....	31
2 基本的視点.....	31
3 基本目標.....	32
4 施策体系.....	33
5 基本目標1の重点対象.....	34
第4章 食育推進の展開.....	35
基本目標1 健やかな暮らしを支える食育の推進 .....	37
基本目標2 次世代につなぐ食育の推進 .....	45
基本目標3 食育推進のための体制整備.....	52
第5章 計画を推進するために .....	54
1 推進の体制.....	54
2 計画の進行管理 .....	55
資料編.....	56
1 食育基本法の概要 .....	56
2 三田市食育推進会議条例・名簿 .....	57
3 三田市食育推進庁内幹事会設置要綱.....	59
4 第2次三田市食育推進計画の策定経過 .....	61
5 食に関する市民アンケート調査結果(令和4(2022)年2月実施).....	62
6 目標に関する事項 .....	70





# 第1章 計画の策定にあたって

## 1 計画策定の趣旨

近年、我が国では少子高齢化や核家族化の進行、ライフスタイル<sup>1</sup>の多様化による食や生活習慣の変化等、食をとりまく社会環境が大きく変化しています。このような中、様々な生活状況により、健全な食生活を実践することが困難な場面も増えてきています。さらに、古くから各地で育まれてきた地域の伝統的な食文化が失われていくことも危惧されています。

また、平成27(2015)年には国連サミットで採択された「持続可能な開発のための2030アジェンダ」に「SDGs(持続可能な開発目標)」が掲げられました。食育の推進はSDGsの達成に寄与するものであり、SDGsの考え方を踏まえ、様々な推進者が連携して取り組むことで目標達成へ貢献していく必要があります。

国では平成17(2005)年に食育基本法を制定し、同法に基づき、「食育推進基本計画」が策定されました。以降、「食育推進基本計画」は5年ごとに見直しが行われており、令和3(2021)年には「第4次食育推進基本計画」が策定されています。また、兵庫県においても「食育推進計画(第4次)」を策定し、取り組みを進めているところです。

本市では、国の動向や三田市の状況を踏まえ、平成25(2013)年に「三田市食育推進計画(平成25(2013)年度～令和4(2022)年度)」を策定し、「三田の恵み、食で深める家族と地域のきずな」を基本理念に、三田市の食育に関する取り組みを推進してきました。

平成29(2017)年には中間評価を行い、「三田市食育推進計画(後期)(平成30(2018)年度～令和4(2022)年度)」を策定し、“プラス1(ワン)の食育”を推進してきました。

これまでの取り組みにより、食育への関心は高まってきており、「三田市食育推進計画」で定めた目標値に対する評価では、28項目中14項目で達成、もしくは未達成だが改善という結果となりました。一方で、変化がなかった、もしくは策定時より悪化した項目もあることから、今後も一層の食育推進に向けた取り組みが必要です。

また、令和2(2020)年からは新型コロナウイルス感染症の流行により、社会のデジタル化が一層進むとともに食へも大きな影響がありました。今後は「新たな日常」に対応するため、リアルな体験の重要性を踏まえつつ、デジタル技術を上手く活用していくことが重要です。

このたび「三田市食育推進計画」が令和4(2022)年で期間満了となることから、今後の本市における食育に関する取り組みを計画的に推進するため、国の「第4次食育推進基本計画」や県計画、社会情勢、本市の現状等を踏まえ、新たに「第2次三田市食育推進計画」(以下、「本計画」という。)を策定します。

### 食育とは…

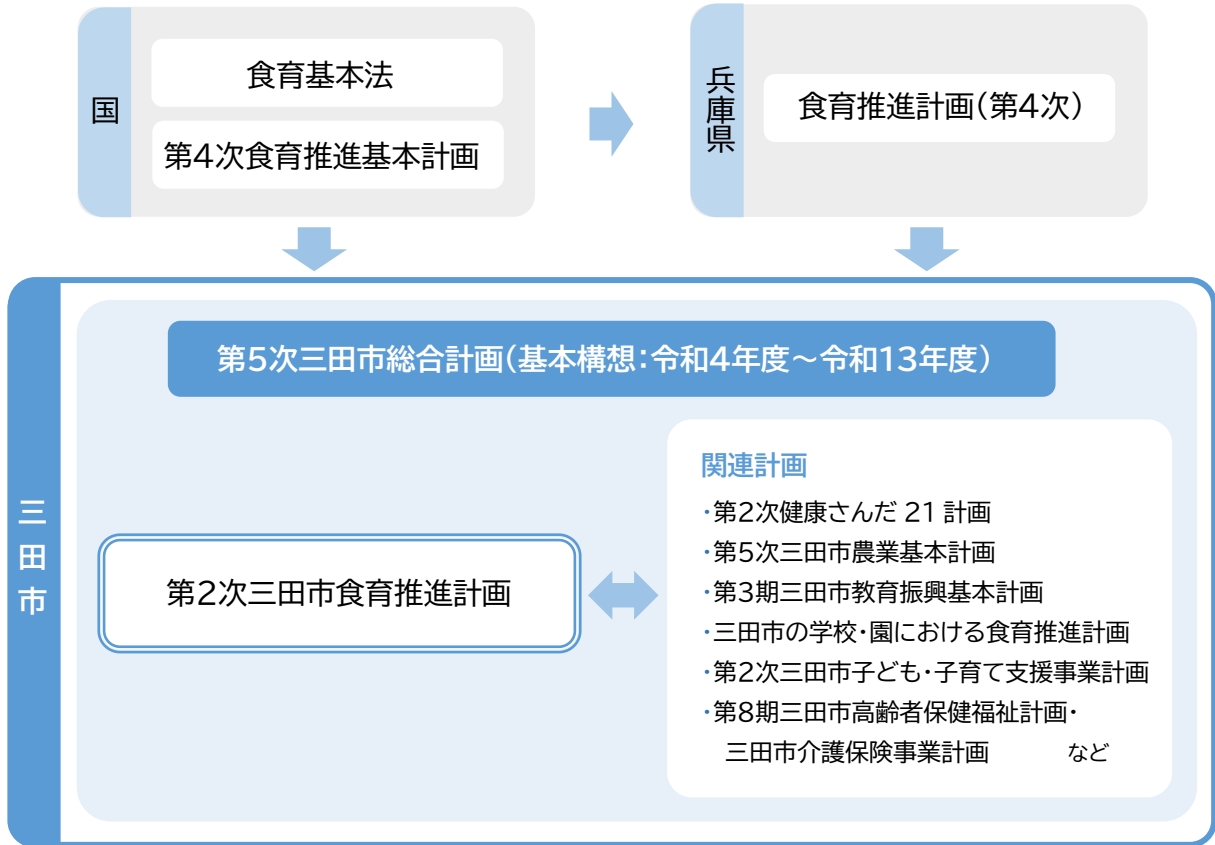
生きる上での基本であって、知育・徳育・体育の基礎となるものであり、様々な経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てることです。

～食育基本法より～

<sup>1</sup> ライフスタイル:個人や集団の生活様式や生き方をいう。

## 2 計画の位置づけ

本計画は、食育基本法第18条に基づく市町村食育推進計画として位置づけ、国の「第4次食育推進基本計画」、兵庫県の「食育推進計画(第4次)」、さらに本市の「第5次三田市総合計画」をはじめとし、その他関連計画との整合性を図りつつ食育を総合的に推進していきます。



## 3 計画の期間

本計画の計画期間は、令和5(2023)年度から令和9(2027)年度までの5年間とし、目標年度となる令和9(2027)年度に最終評価を行います。

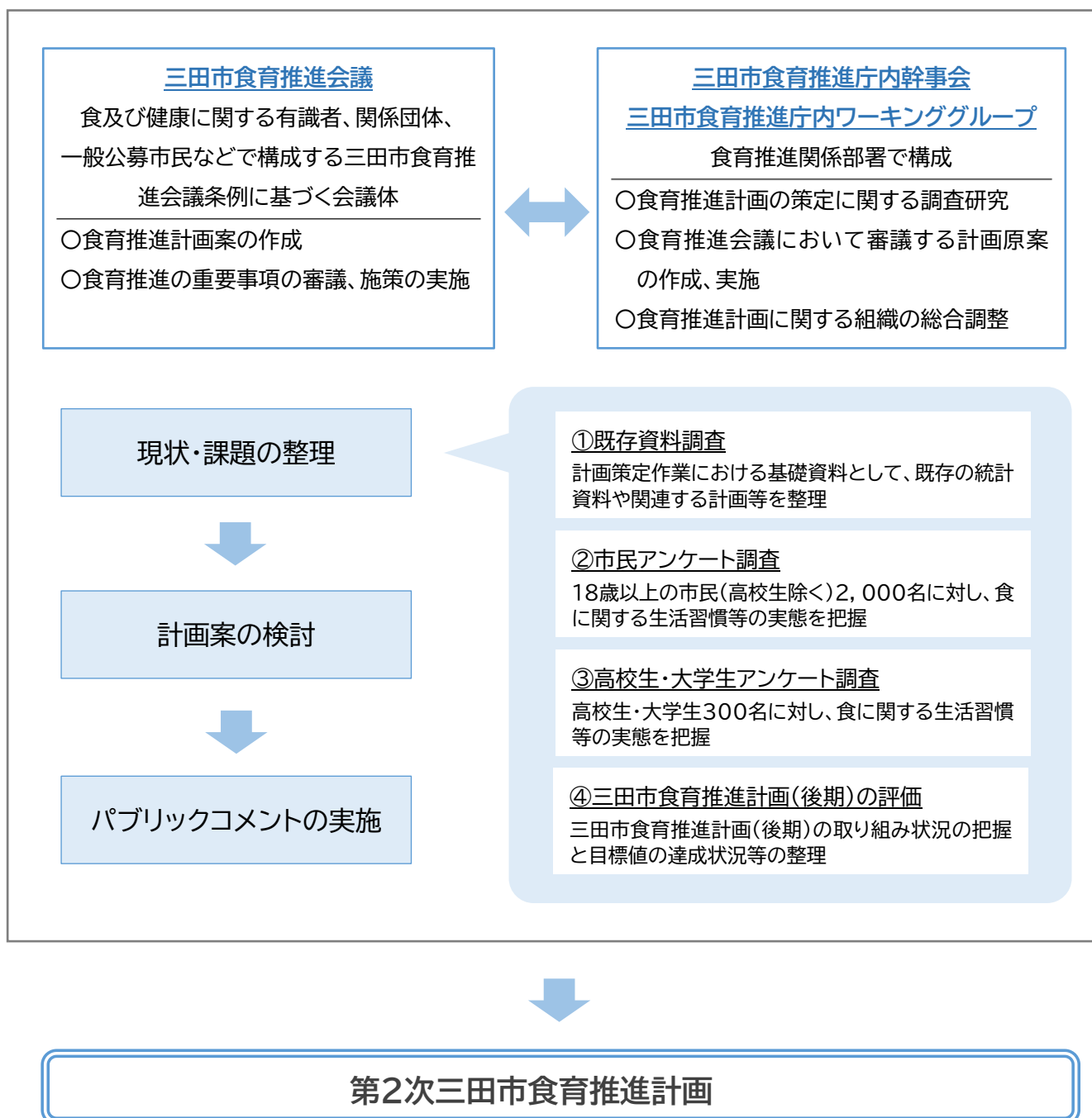
	令和3年度	令和4年度	令和5年度	令和6年度	令和7年度	令和8年度	令和9年度
三田市			第2次三田市食育推進計画				
国	第4次食育推進基本計画						
県		食育推進計画(第4次)					



## 4 計画の策定体制

計画の策定にあたっては、三田市食育推進庁内幹事会設置要綱に基づき庁内関係課で構成する「食育推進庁内幹事会」及び「食育推進庁内ワーキンググループ」において検討を行ったうえ、三田市食育推進会議条例に基づき、食及び健康に関する有識者や食育関係団体、一般公募市民などで構成する「三田市食育推進会議」において、食育推進計画による食育推進の取り組みの評価を行うとともに、様々な視点により計画策定にかかる協議を行いました。

さらには、食に関する市民アンケート調査、食に関する高校生・大学生アンケート調査、パブリックコメントなどを実施し、多くの市民の意見を反映するように努めました。



# 第2章 三田市の「食」をめぐる現状

## 1 三田市の概要

### ① 地勢

三田市は、兵庫県の南東部にあり、神戸市の市街地からは六甲山系を越えて北へ約 25km、大阪市より北西に約 35km に位置し、市域は、東西約 20km、南北約 18km、総面積 210.32 ㎢です。

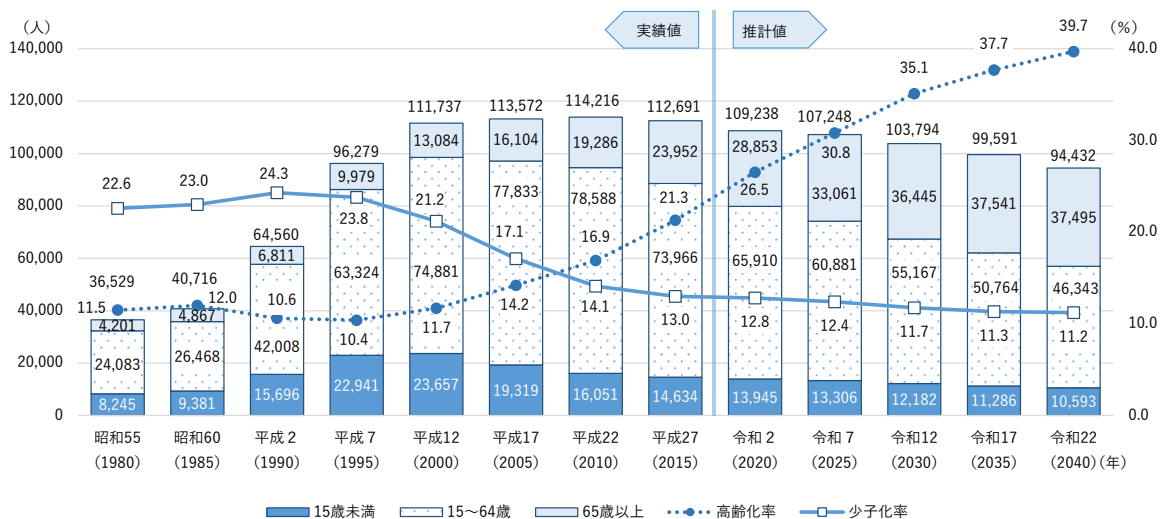
緑豊かな里山風景と美しい農村集落が共生している北東部と、商業、業務等の都市機能が集積する既成市街地や、ニュータウンとして発展してきた計画的市街地等を有する南西部の2つの区域から構成されており、都市と農村、生産地と消費地が近接するという特色があります。

### ② 人口

三田市の人口は、昭和 56(1981)年から、ニュータウンへの入居を皮切りに急激に人口が増加し、特に昭和62(1987)年から平成8(1996)年まで 10 年連続人口増加率日本一になるほどの状況でした。その後、平成22(2010)年にピークを迎えた後、減少傾向にあり、令和2(2020)年には 10 万人台となっています。

人口の内訳をみると、平成22(2010)年以降、15 歳未満の年少人口、15～64 歳の生産年齢人口は減少傾向にある一方で、65 歳以上の高齢人口は増加を続けており、令和2(2020)年の高齢化率は 26.5%となっています。今後、ニュータウン開発により転入してきた住民の多くが高齢期にさしかかるため、三田市においては特に急激な高齢化が進展すると予測され、令和22(2040)年には、高齢化率は 39.7%と4割近くまで上昇する見込みとなっています。

【年齢3区分別人口と少子高齢化の推移(三田市)】



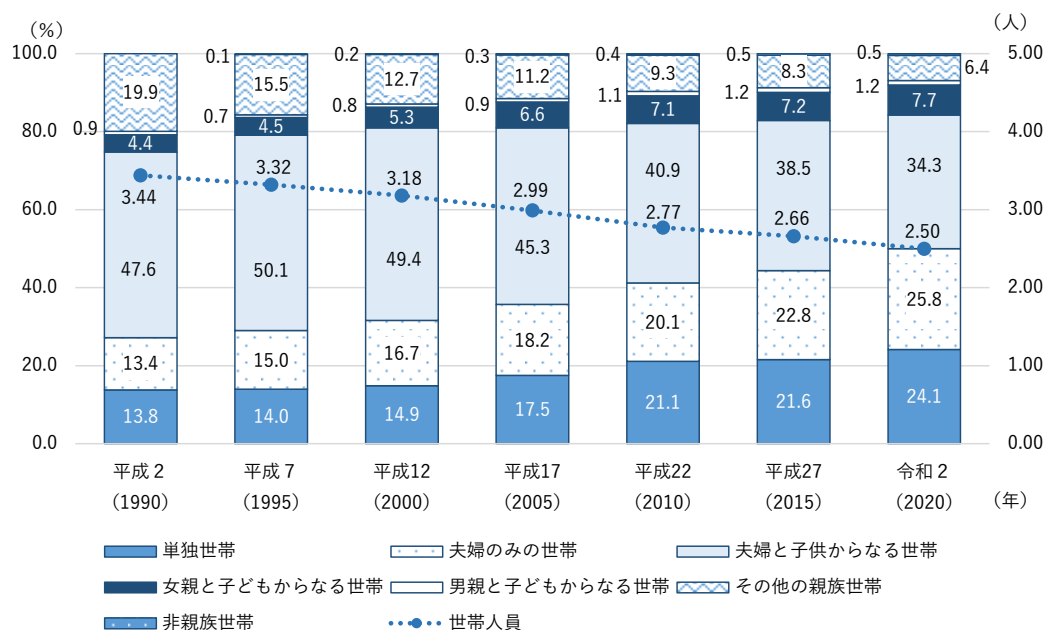
資料：国勢調査(昭和55年～令和2年)、三田市人口ビジョン(令和7年以降推計値)  
 ※実績値の総数には年齢「不詳」が含まれるため、各年齢別人口の合計と一致しない。  
 ※高齢化率・少子化率は、総数から年齢「不詳」を除いた人口を分母として算出している。  
 ※少子化率は 15 歳未満の割合を意味する。

### ③ 世帯

三田市の世帯類型別割合をみると、単独世帯・夫婦のみ世帯が増加傾向にある一方で、夫婦と子どもからなる世帯は減少傾向にあります。女親と子どもからなる世帯も微増しており、令和2(2020)年には7.7%となっています。また、一世帯あたりの人員は減少傾向にあり、令和2(2020)年には2.50人となっています。

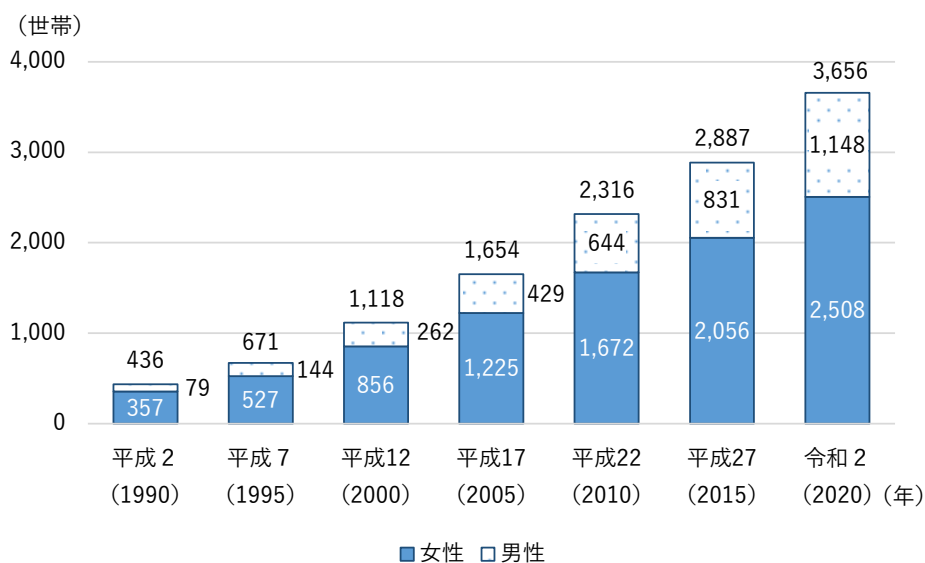
高齢者の単独世帯も増加傾向にあり、令和2(2020)年には3,656世帯となっています。

【世帯類型別割合と一世帯あたりの人員の推移(三田市)】



資料: 国勢調査

【性別にみた65歳以上の単独世帯数の推移(三田市)】



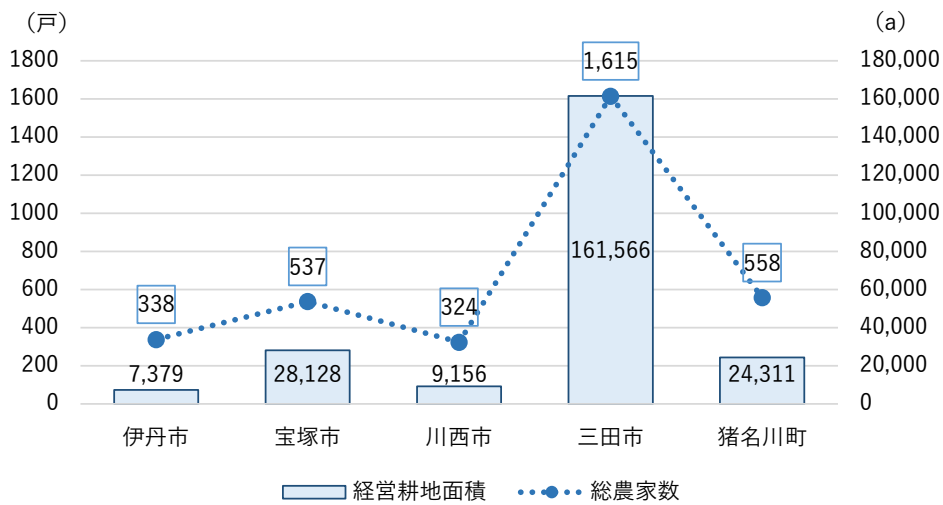
資料: 国勢調査

#### ④ 農業の状況

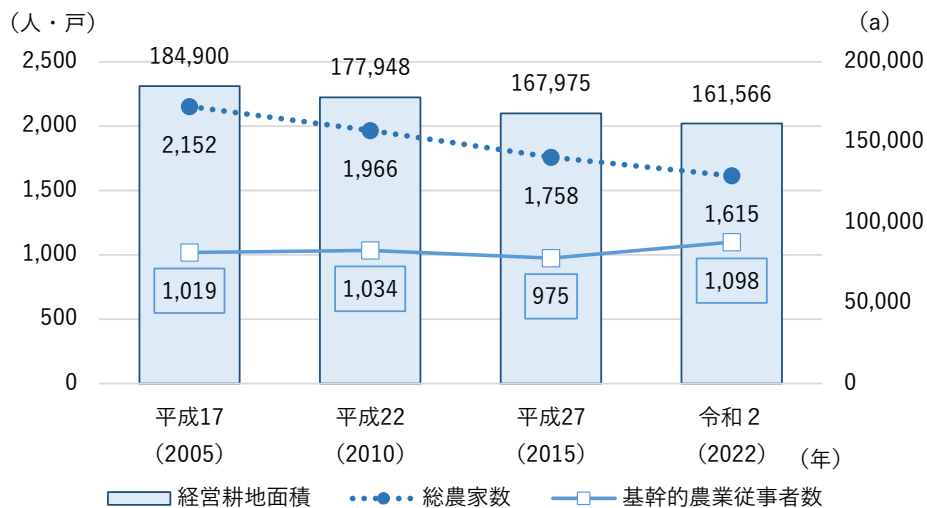
三田市の経営耕地面積・総農家数をみると、阪神北圏域では最も多くなっています。

三田市における経営耕地面積、総農家数、基幹的農業従事者<sup>2</sup>数の推移をみると、基幹的農業従事者数は平成27(2015)年から増加し、令和2(2020)年に1,098人となっているものの、経営耕地面積、総農家数については減少を続けており、令和2(2020)年には経営耕地面積が161,566a、総農家数が1,615戸となっています。

【阪神北圏域における経営耕地面積と総農家数】



【経営耕地面積、総農家数、基幹的農業従事者数の推移(三田市)】

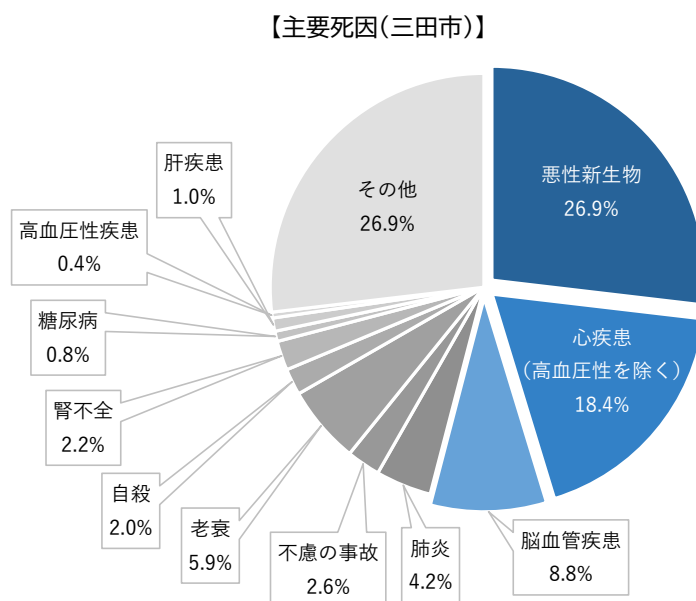


資料：農林業センサス兵庫県結果表

<sup>2</sup> 基幹的農業従事者：農業に従事した世帯員のうち、農業を普段の仕事としている者。

## 5 主要死因

三田市の主要死因のうち、54.1%を、三大生活習慣病(悪性新生物・心疾患・脳血管疾患)が占めています。

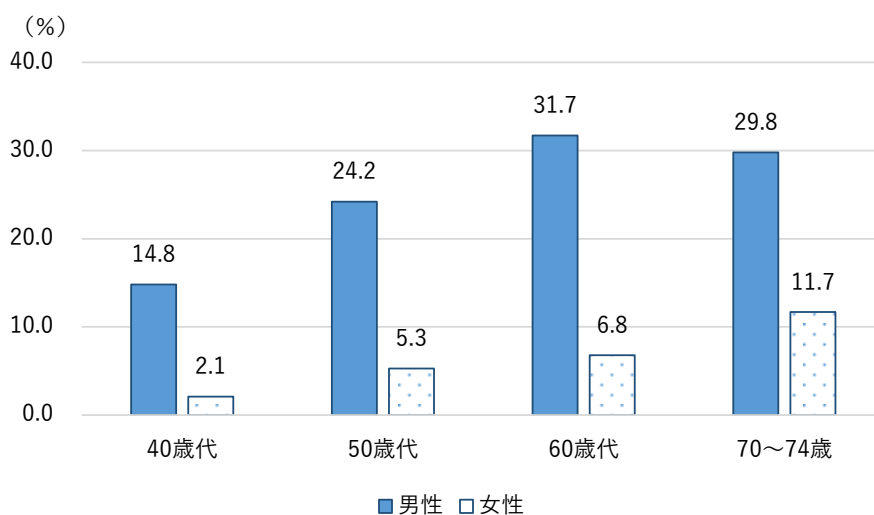


資料:兵庫県保健統計年報(令和2年)

## 6 メタボリックシンドローム<sup>3</sup>

特定健診受診時にメタボリックシンドロームに該当と判定された人の割合を性年代別にみると、男女ともに概ね年代が上がるにつれ、該当者の割合が高くなる傾向が見られます。また、どの年代においても男性で該当者の割合が高く、60～74歳では3割程度を占めています。

【特定健診結果においてメタボリックシンドローム該当と診断された人の割合(三田市)】



資料:特定健診有所見者状況(令和3年)  
※対象者:三田市国保加入者の内40歳～74歳

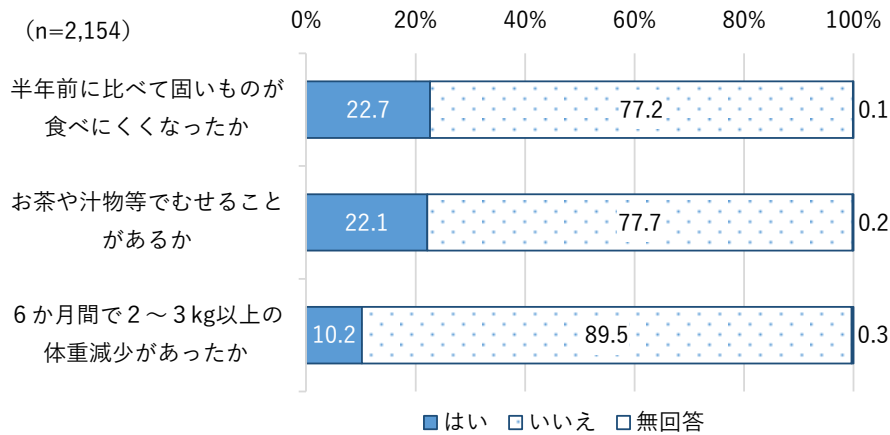
<sup>3</sup> メタボリックシンドローム:内臓肥満に高血圧・高血糖・脂質代謝異常が組み合わさることにより、心臓病や脳卒中などになりやすい病態のこと。

## ⑦ 高齢者の口腔機能・体重変化

後期高齢者基本健診のフレイルチェックの結果をみると、半年前に比べて固いものが食べにくくなった割合、お茶や汁物等でむせることがある割合がそれぞれ2割を超えており、口腔機能の低下が認められます。

また、6か月間で2～3kg以上の体重減少があったかについては、「はい」が10.2%と1割を占めています。

【後期高齢者の口腔機能・体重変化について(三田市)】



資料:後期高齢者基本健診(令和3年度)

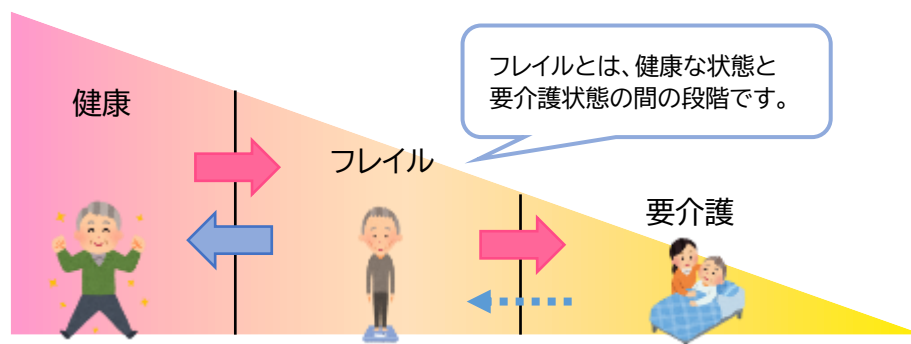
### フレイルとは



フレイルとは、健康な状態と要介護状態の間の段階で、加齢に伴う体力低下、低栄養、口腔機能低下等、心身の機能が低下し弱った状態のことをいい、後期高齢者基本健診ではフレイルチェックをしています。

早めに気づき、適切な取り組みを行うことで、フレイルの進行を防ぎ、健康な状態に戻ることができます。

フレイル予防には「栄養」「身体活動」「社会参加」が重要です。バランスのとれた3回の食事や口腔ケア、ウォーキングやストレッチ、趣味やボランティア活動などフレイルを予防するための習慣を身につけましょう。



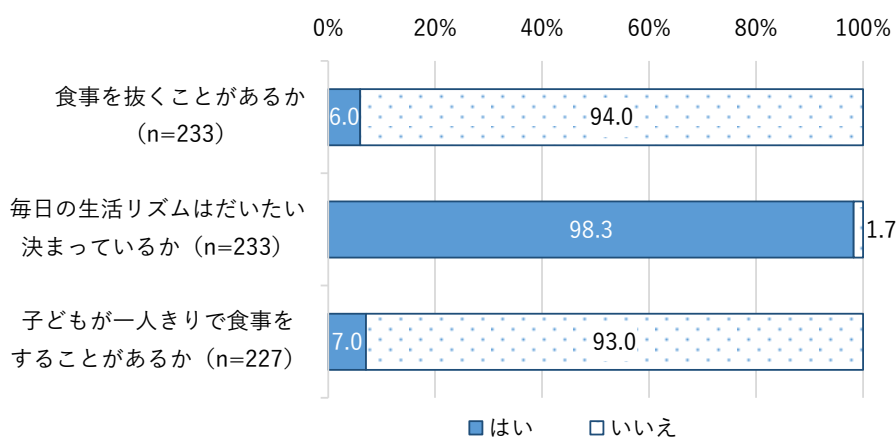
## ⑧ 幼児(3歳児)の生活習慣

子どもが食事を抜くことがあるかについては、「はい」が6.0%、「いいえ」が94.0%となっています。

子どもの毎日の生活リズムはだいたい決まっているかについては、「はい」が98.3%、「いいえ」が1.7%となっています。

子どもが一人きりで食事をすることがあるかについては、「はい」が7.0%、「いいえ」が93.0%となっています。

【幼児(3歳児)の生活習慣について(三田市)】

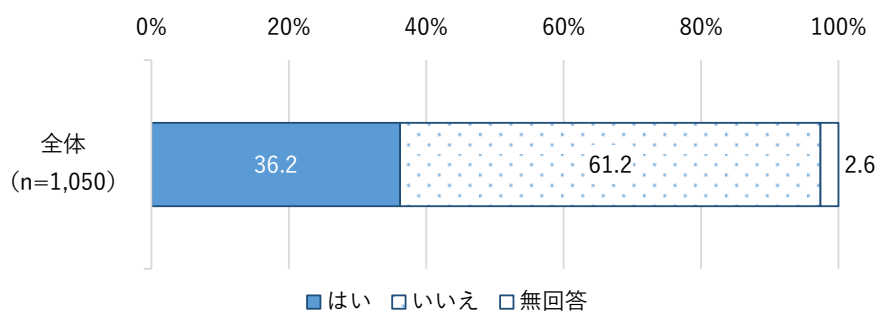


資料:3歳児健診(令和3年度)

## ⑨ 日頃からの災害への備え

日頃から非常用持出品の準備や備蓄などの災害への備えを行っているかについては、「はい」が36.2%、「いいえ」が61.2%と、備えをしていない人が6割を占めています。

【日頃からの災害への備えについて(三田市)】



資料:「三田市地域福祉計画」策定に関する市民アンケート調査結果(令和3年11月18日~12月13日実施)



## 2 食に関する市民アンケート調査(令和4年2月)からみる現状

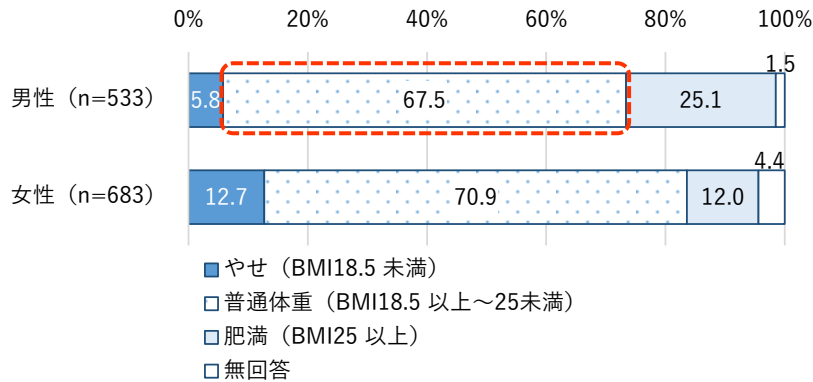
### ① 肥満とやせの状況

「普通体重」の割合は、「男性」で 67.5%、「女性」で 70.9%と「男性」でやや低くなっています。

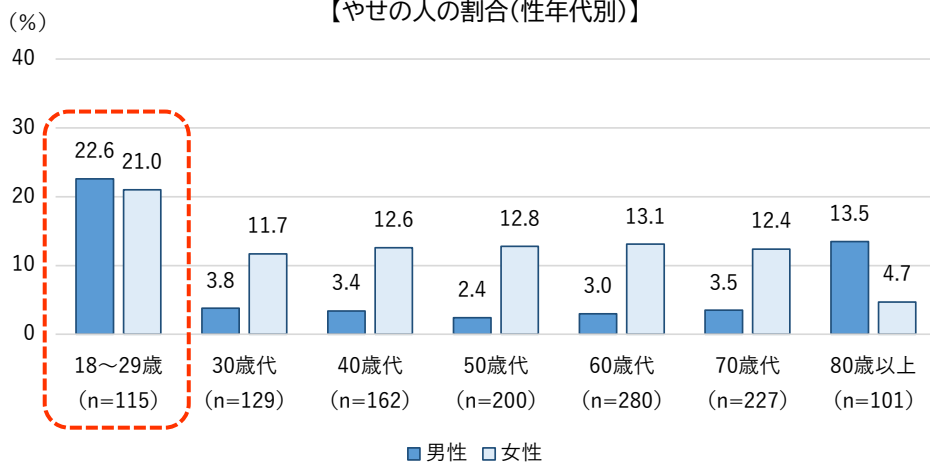
「やせ」の割合について性年代別にみると、「18～29 歳」で男女ともに2割を超えています。

「肥満」の割合について性年代別にみると、「40～60 歳代の男性」で3割を超えています。

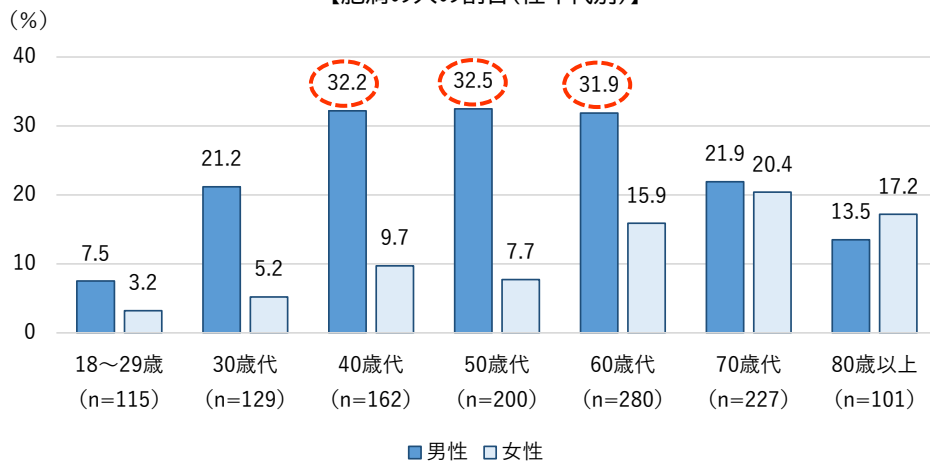
【BMI<sup>4</sup>分類の割合(性別)】



【やせの人の割合(性年代別)】



【肥満の人の割合(性年代別)】

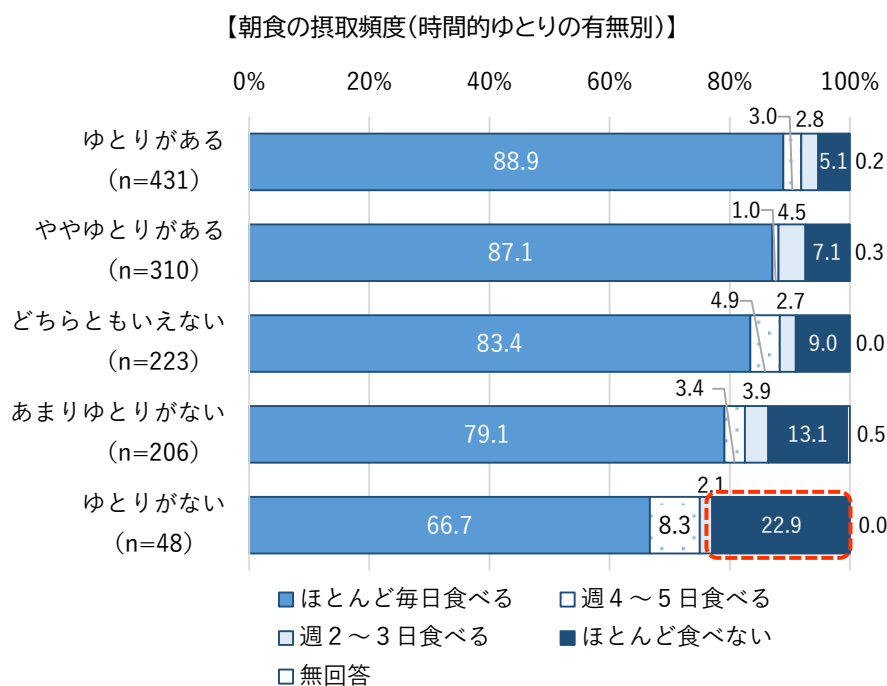
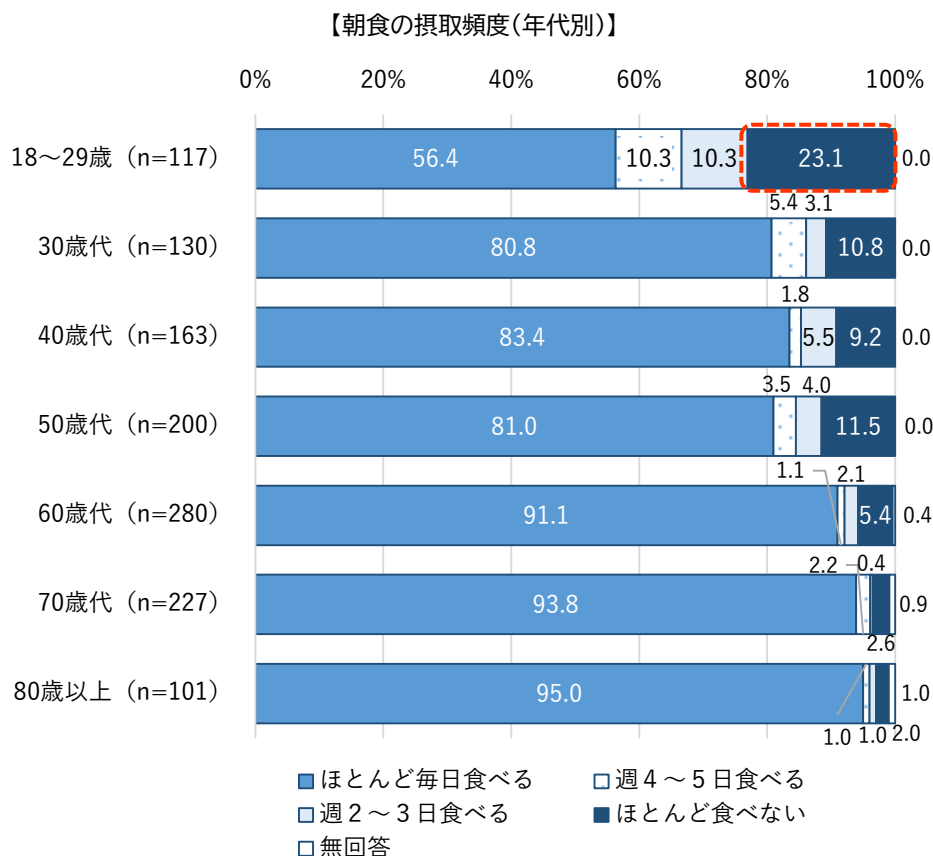


<sup>4</sup> BMI(Body Mass Index): 体重と身長の関係から算出される、成人の肥満度を表す体格指数。  
 $\text{BMI} = \frac{\text{体重(kg)}}{\text{身長(m)} \times \text{身長(m)}}$  で求める。

## ② 朝食の摂取頻度

朝食の摂取頻度について年代別にみると、「18～29 歳代」で「ほとんど食べない」が 23.1%と、2割を超えています。

また時間的ゆとりの有無別にみると、「ゆとりがない」人で「ほとんど食べない」が 22.9%と、2割を超えています。

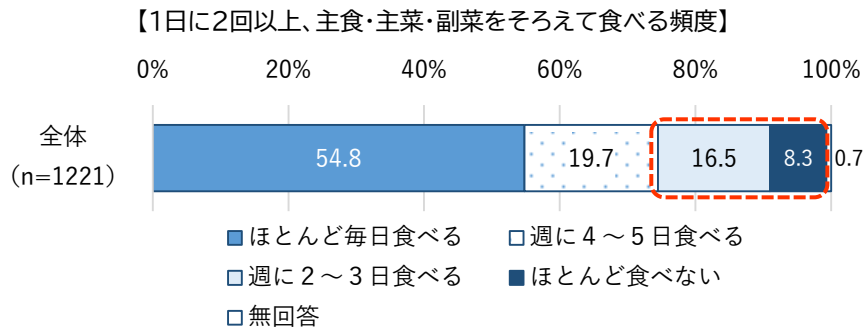


### ③ 主食・主菜・副菜の摂取状況

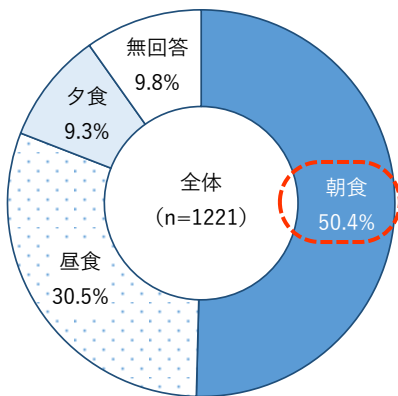
1日に2回以上、主食・主菜・副菜をそろえて食べる頻度については、「ほとんど毎日食べる」が54.8%と5割程度となっている一方で、「週2～3日」・「ほとんど食べない」を合わせた「週3日以下」の割合は24.8%と2割を超えています。

また、主食・主菜・副菜がそろわない食事については、「朝食」が50.4%と最も高くなっています。

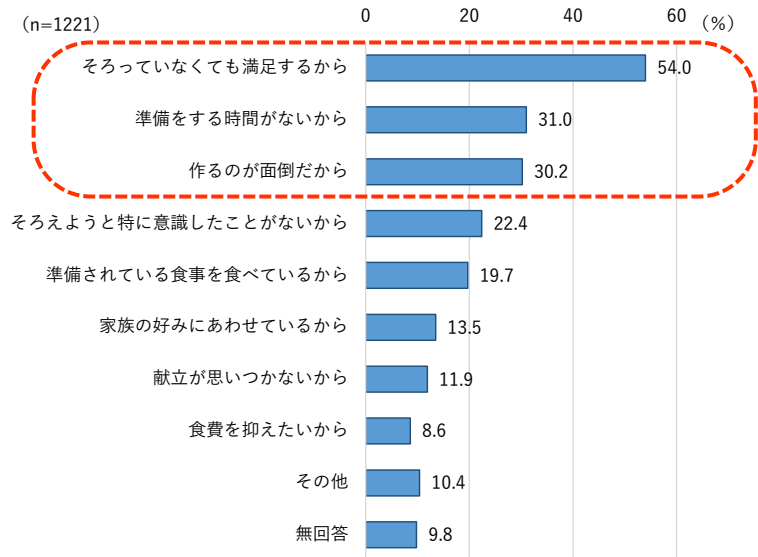
主食・主菜・副菜がそろわない理由については、「そろっていても満足するから」が54.0%で最も高く、次いで「準備をする時間がないから」(31.0%)、「作るのが面倒だから」(30.2%)となっています。



【主食・主菜・副菜がそろわないことが多い食事】



【主食・主菜・副菜がそろわない理由】

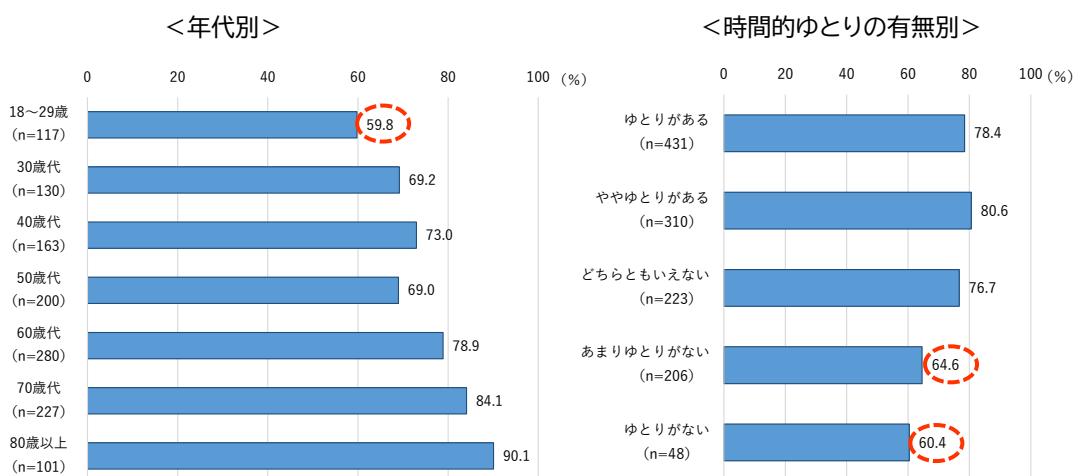


#### ④ 食に関わることで心がけていること

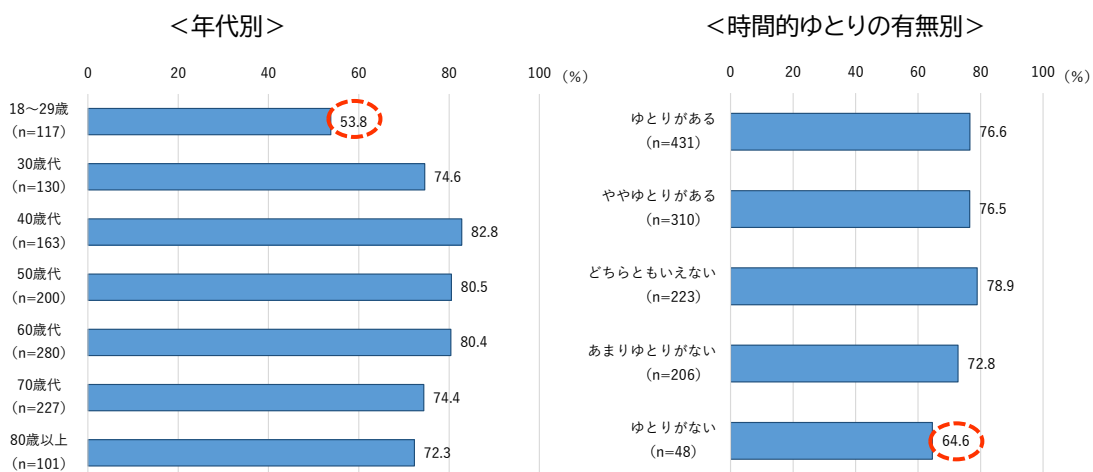
「1日3食規則正しく食べる」ことを心がけている割合について年代別にみると、「18～29歳」で59.8%と、6割を切り他の年代より低くなっています。時間的ゆとりの有無別にみると、「あまりゆとりがない」・「ゆとりがない」人で7割未満と、ゆとりがある人より低くなっています。

「栄養バランスのとれた食生活を送る」ことを心がけている割合について年代別にみると、「18～29歳」で53.8%と、6割を切り他の年代より低くなっています。時間的ゆとりの有無別にみると、「ゆとりがない」人で、64.6%と7割を切り、ゆとりがある人より低くなっています。

【「1日3食規則正しく食べる」ことを心がけている割合(年代別・時間的ゆとりの有無別)】



【「栄養バランスのとれた食生活を送る」ことを心がけている割合(年代別・時間的ゆとりの有無別)】



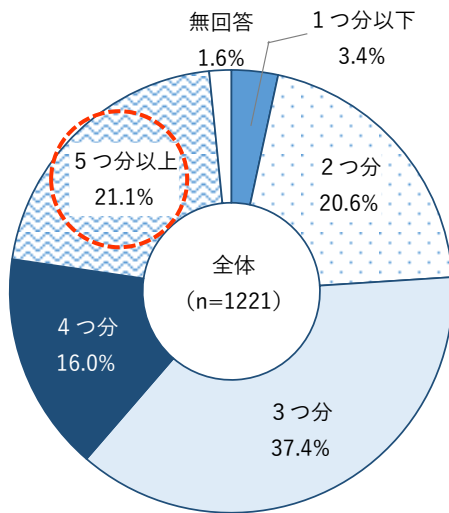
## ⑤ 1日の野菜摂取量

1日の理想とされる野菜摂取量は小鉢いくつ分だと思うかについては、小鉢「3つ分」が37.4%と最も高くなっており、推奨されている小鉢「5つ分以上」と答えた人の割合は21.1%と2割にとどまっています。

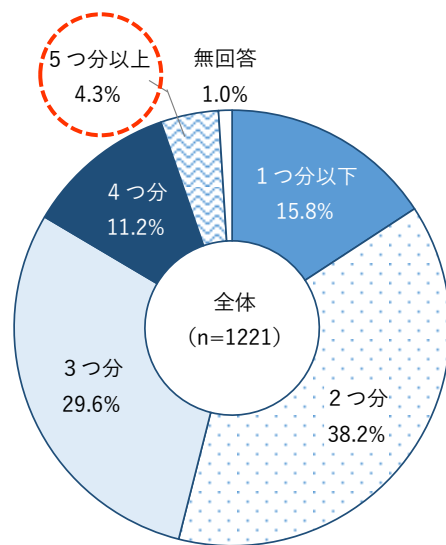
一方で、1日の実際の野菜摂取量は小鉢いくつ分かについては、小鉢「2つ分」が38.2%と最も高くなっており、推奨されている小鉢「5つ分以上」と答えた人の割合は4.3%と、1割を切る結果となっています。

また、1日の野菜摂取量が小鉢「5つ分以上」と知っている人であっても、実際に小鉢「5つ分以上」摂取している人は15.9%となっています。

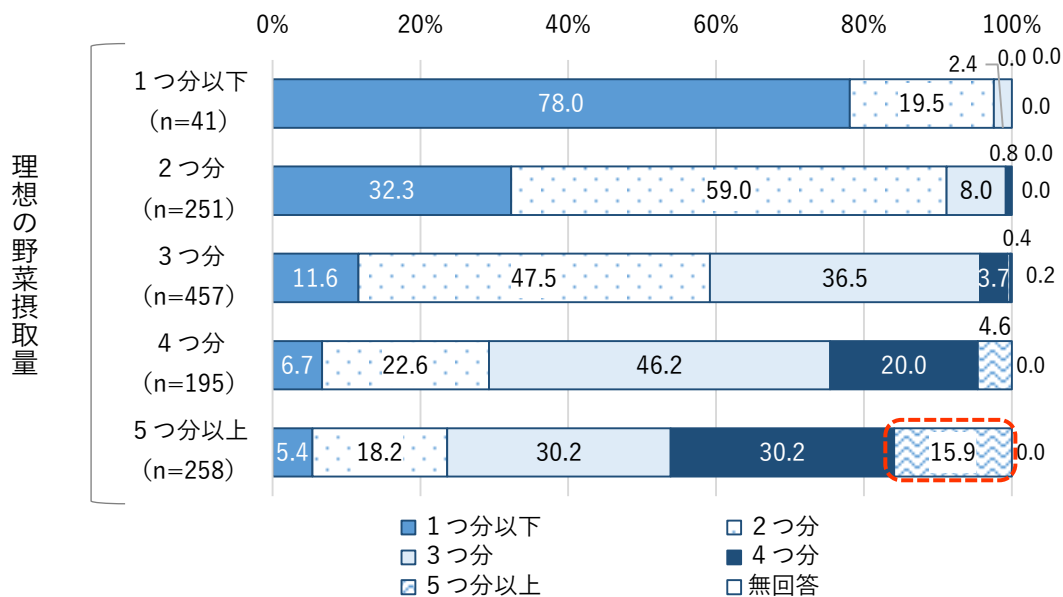
【1日の理想の野菜摂取量】



【1日の実際の野菜摂取量】



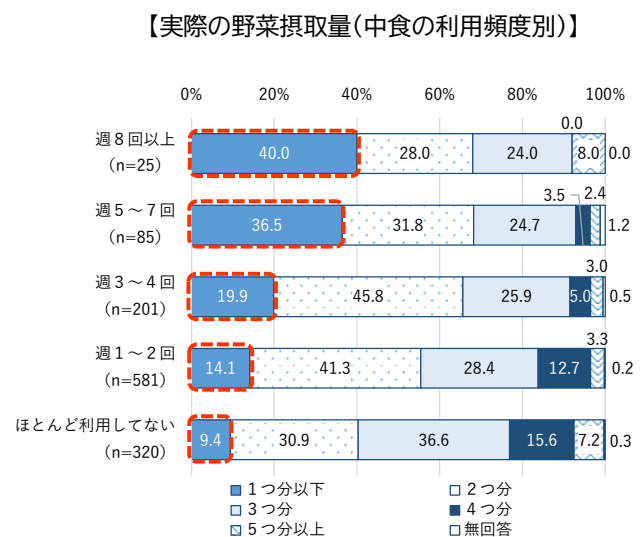
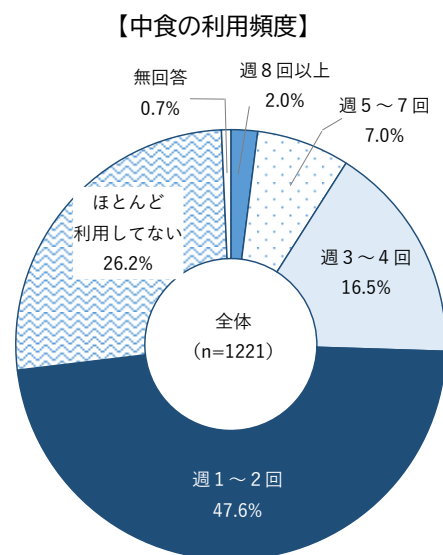
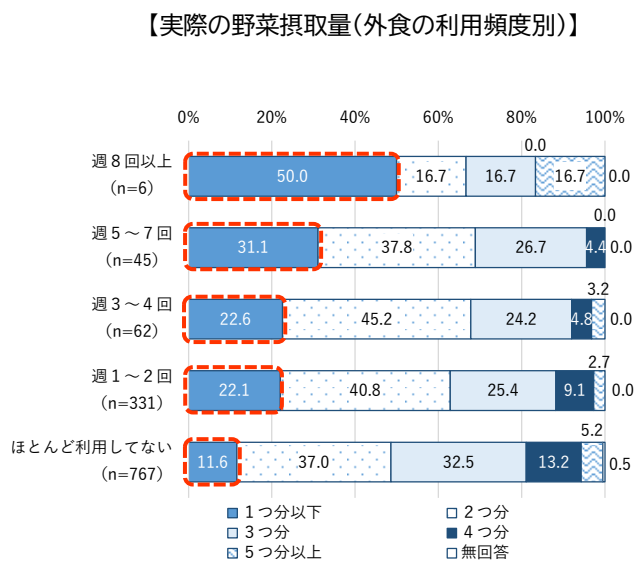
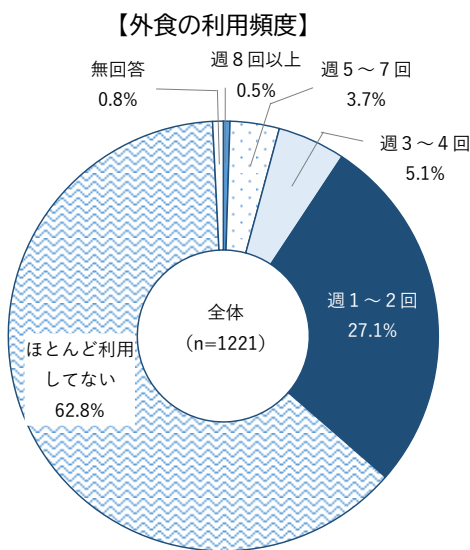
【実際の野菜摂取量(理想の野菜摂取量別)】



## ⑥ 外食・中食<sup>5</sup>の利用頻度

外食の利用頻度については、「ほとんど利用していない」が62.8%と6割を超え最も高く、次いで「週1～2回」(27.1%)となっています。外食の利用頻度別に実際の野菜摂取量をみると、外食の利用頻度が高くなるほど、野菜摂取量が小鉢「1つ分以下」の割合が高くなる傾向がみられます。

中食の利用頻度については、「週1～2回」が47.6%と4割を超え最も高く、次いで「ほとんど利用していない」(26.2%)となっています。中食の利用頻度別に実際の野菜摂取量をみると、中食の利用頻度が高くなるほど、野菜摂取量が小鉢「1つ分以下」の割合が高くなる傾向がみられます。

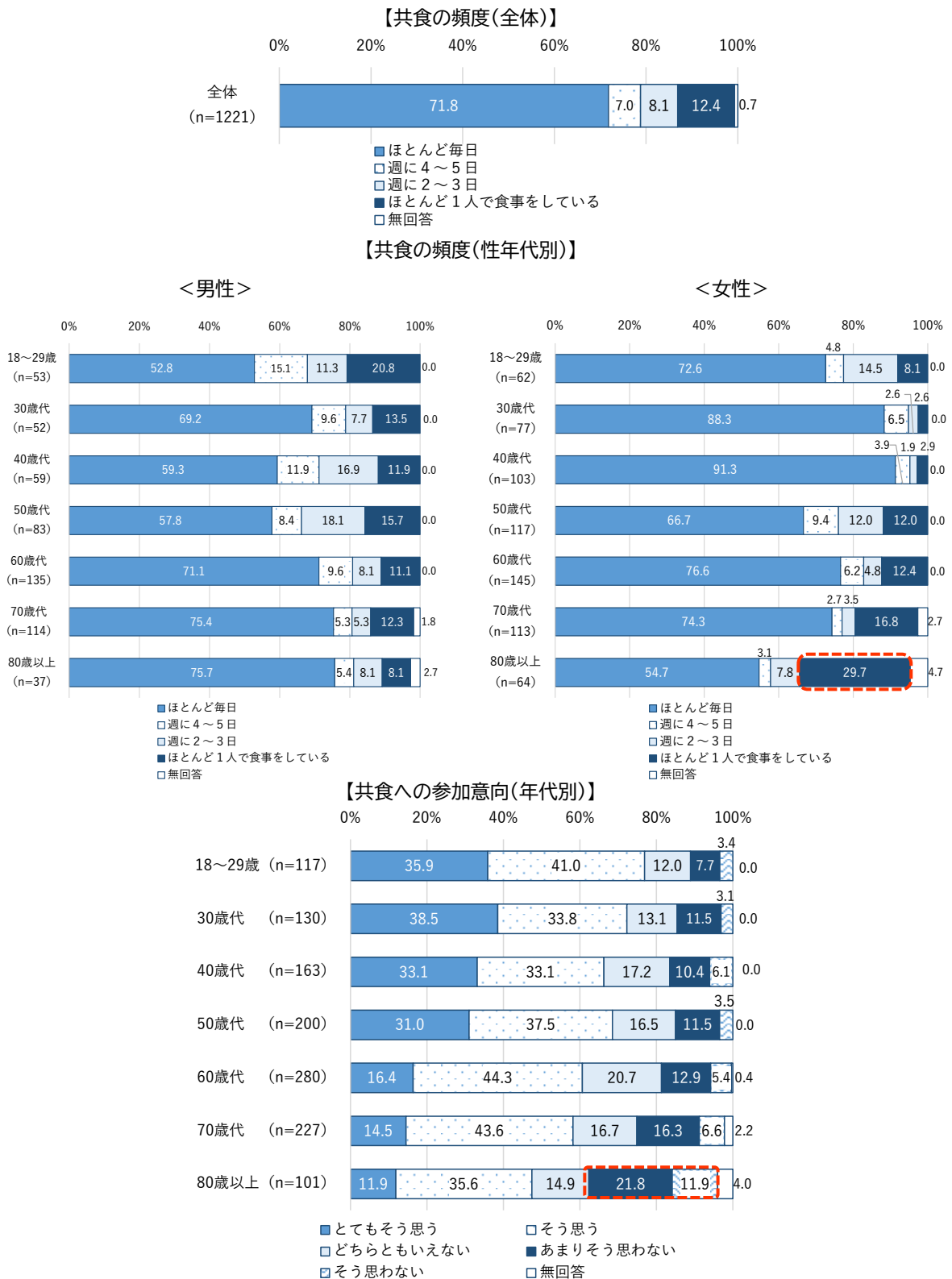


<sup>5</sup> 中食：惣菜やコンビニ弁当などの調理済み食品を自宅で食べること。

## 7 共食

共食の頻度について性年代別にみると、「80歳以上の女性」で「ほとんど1人で食事をしている」が29.7%と3割近くを占め、高くなっています。

また、新型コロナウイルス感染症の影響がない状態だと仮定した場合、共食をしたいと思うかについて年代別にみると、年代が上がるにつれ「あまりそう思わない」・「そう思わない」を合わせた『そう思わない』の割合が概ね高くなる傾向がみられ、「80歳以上」では33.7%と、3割を超えています。



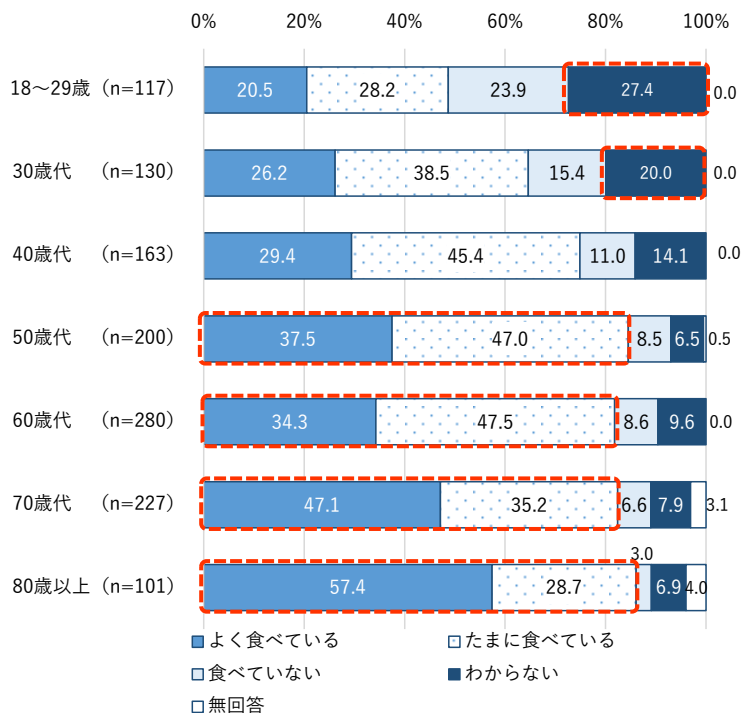


## 8 地産地消

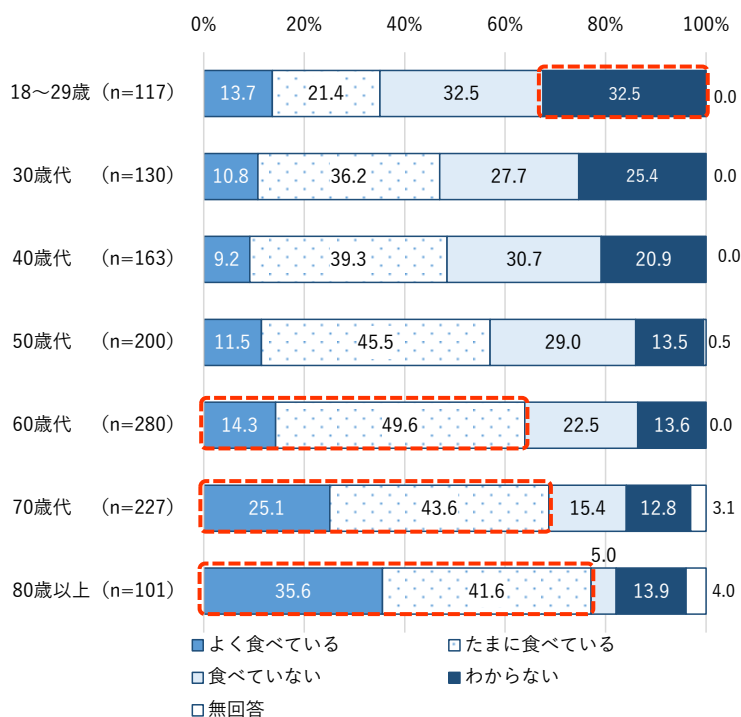
三田産農産物の摂取状況について年代別にみると、概ね年代が上がるにつれ、「よく食べている」・「たまに食べている」を合わせた『食べている』の割合が高くなる傾向がみられ、「50 歳以上」では8割を超えています。一方で「18～30 歳代」では、「わからない」が2割を超えています。

三田産畜産物の摂取状況について年代別にみると、概ね年代が上がるにつれ、「よく食べている」・「たまに食べている」を合わせた『食べている』の割合が高くなる傾向がみられ、「60 歳以上」では6割を超えています。一方で「18～29 歳」では、「わからない」が3割を超えています。

【三田産農産物の摂取状況(年代別)】



【三田産畜産物の摂取状況(年代別)】

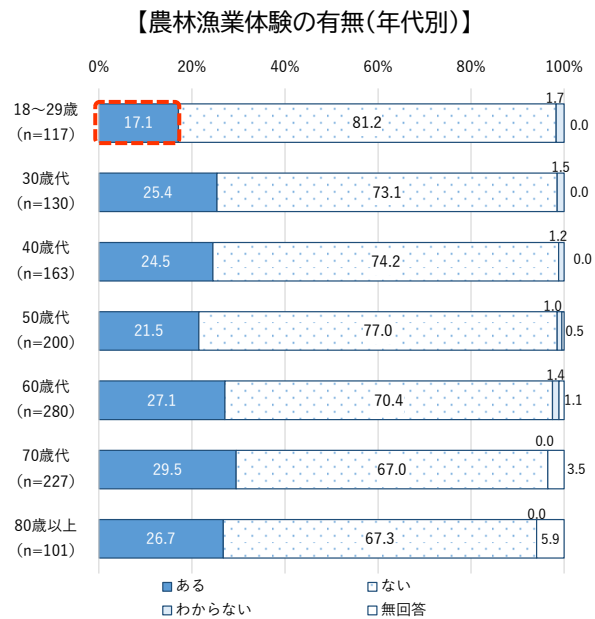
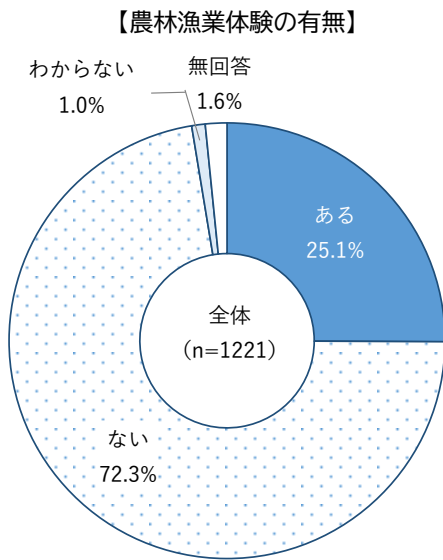


## 9 農林漁業体験

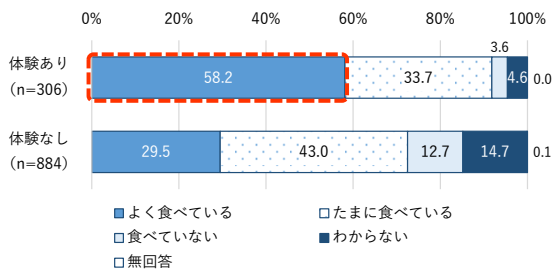
この1年間での農林漁業体験の有無については、「ある」が25.1%、「ない」が72.3%と、経験がない人が7割を占めています。年代別にみると、「18～29歳」で「ある」が2割未満と、やや低くなっています。

三田産農産物・畜産物の摂取状況を農林漁業体験の有無別にみると、農産物・畜産物のどちらにおいても、経験が「ある」人で「よく食べている」が高くなっています。

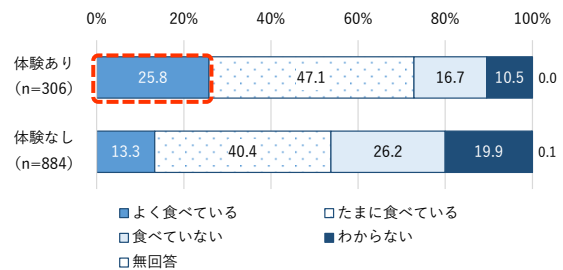
また、日ごろから環境に配慮した農林水産物・食品を選んでいるかについて、農林漁業体験の有無別にみると、経験が「ある」人で「いつも選んでいる」・「時々選んでいる」を合わせた『選んでいる』の割合が69.6%と7割近くを占め、高くなっています。



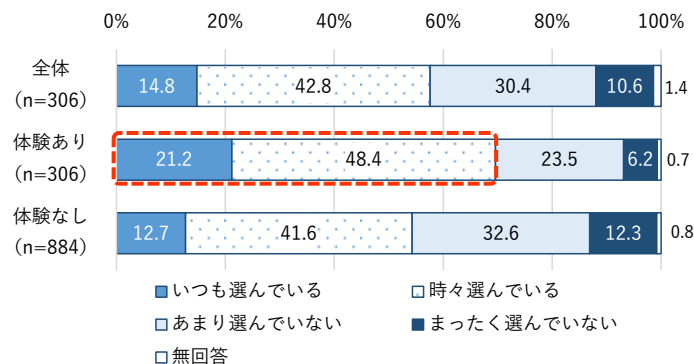
【三田産農産物の摂取状況(農林漁業体験の有無別)】



【三田産畜産物の摂取状況(農林漁業体験の有無別)】



【環境に配慮した農林水産物・食品を選んでいるか(農林漁業体験の有無別)】

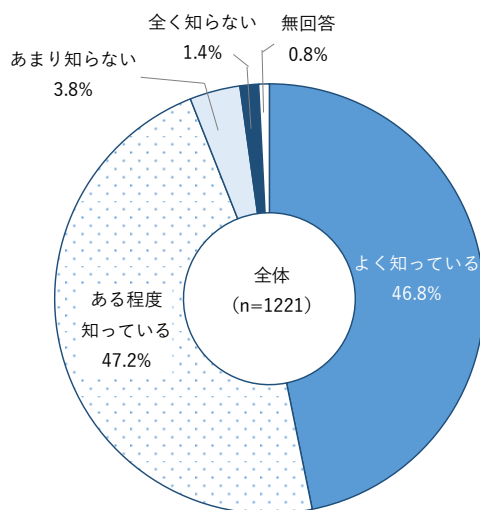


## 10 食品ロス

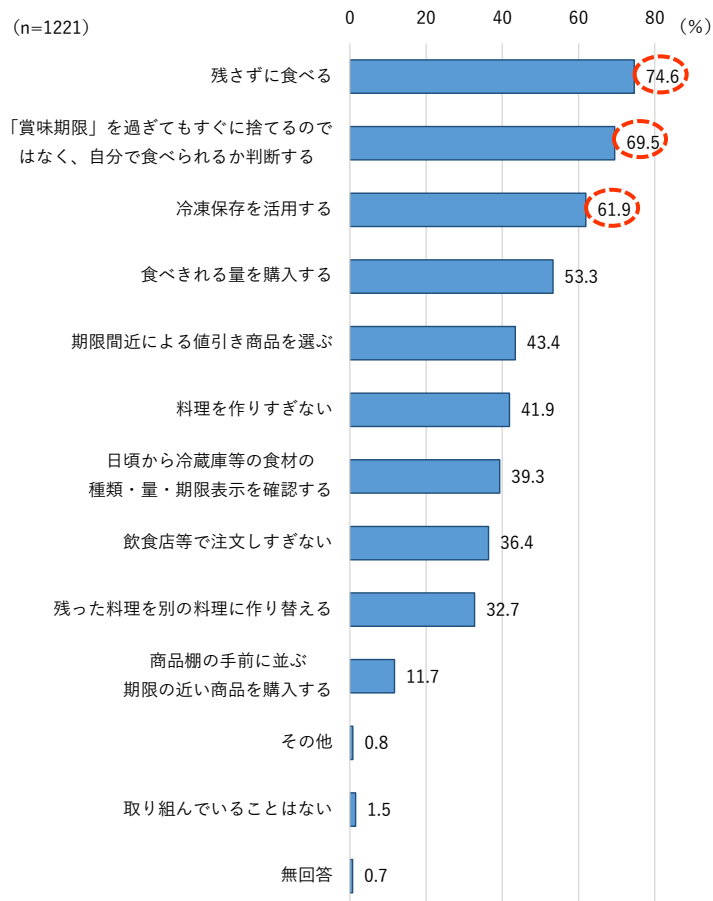
食品ロスが問題となっていることの認知度については、「ある程度知っている」が47.2%と最も高く、「よく知っている」と合わせた『知っている』の割合は94.0%と、9割を超えています。

食品ロスを減らすために取り組んでいることについては、「残さず食べる」が74.6%と最も高く、次いで「賞味期限」を過ぎてもすぐに捨てるのではなく、自分で食べられるか判断する(69.5%)、「冷凍保存を活用する」(61.9%)となっています。

【食品ロスが問題となっていることの認知度】



【食品ロスを減らすために取り組んでいること】



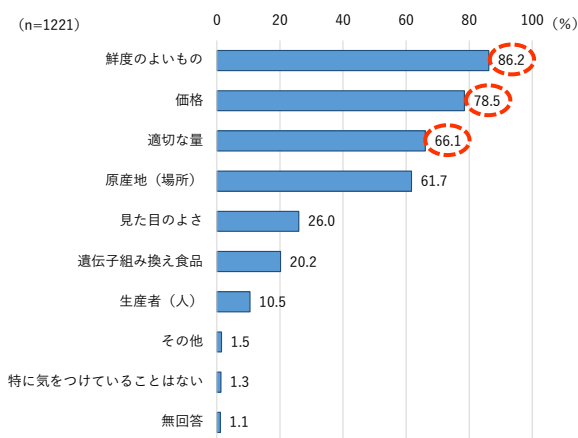
## ⑪ 食品の購入基準・情報源

生鮮食品を購入する際に気をつけていることについては、「鮮度のよいもの」が86.2%と最も高く、次いで「価格」(78.5%)、「適切な量」(66.1%)となっています。

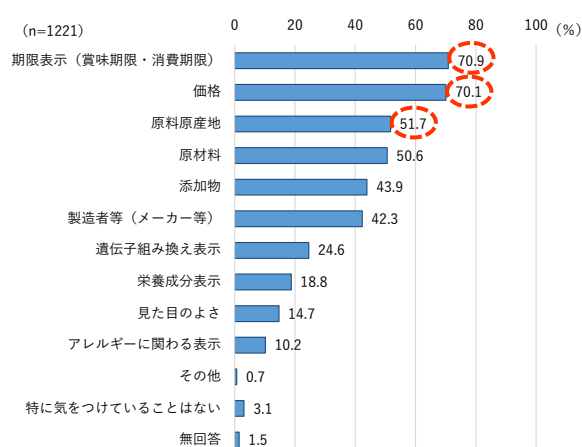
加工食品を購入する際に気をつけていることについては、「期限表示(賞味期限・消費期限)」が70.9%と最も高く、次いで「価格」(70.1%)、「原料原産地」(51.7%)となっています。

食生活に影響を与えている情報源について年代別にみると、全体的には「家族」・「テレビ」が高いものの、「18～30歳代」では「SNS」が4割程度を占め高くなっています。また、概ね年代が上がるにつれ「書籍(料理本や雑誌、新聞を含む)」が高くなる傾向がみられます。

【生鮮食品を購入する際に気をつけていること】



【加工食品を購入する際に気をつけていること】



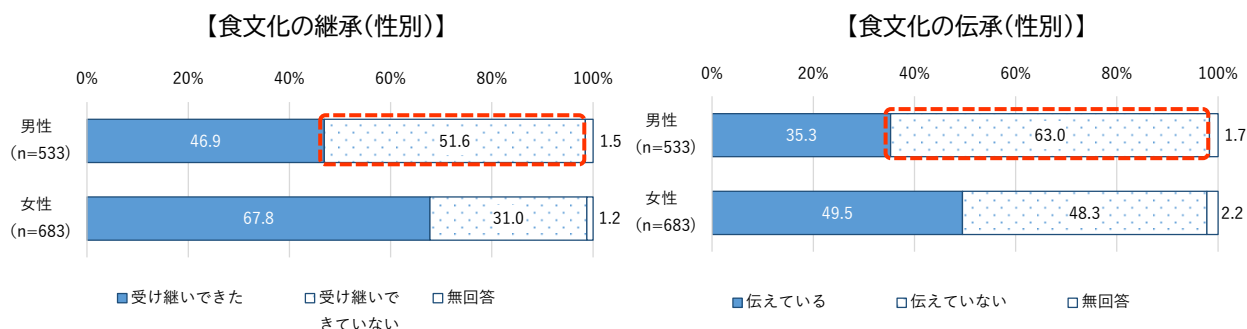
【食生活に影響を与えている情報源】

	調査数(人)	家族	友人・知人	テレビ	インターネット上の記事	SNS	医療機関	書籍(料理本や雑誌、新聞を含む)	講座(講演会、講習会等)	わからない	その他	無回答
全体	1221	62.2	35.1	65.3	40.0	15.4	12.5	36.4	3.4	3.2	1.9	1.4
18～29歳	117	76.9	37.6	45.3	38.5	42.7	4.3	16.2	1.7	3.4	2.6	-
30歳代	130	66.9	40.0	61.5	55.4	38.5	11.5	23.8	3.8	0.8	1.5	-
40歳代	163	65.0	36.2	61.3	56.4	20.9	10.4	38.7	3.1	3.7	3.1	0.6
50歳代	200	58.0	34.5	65.0	51.5	13.5	9.5	39.5	2.0	4.5	3.0	1.0
60歳代	280	59.3	32.5	71.8	43.2	5.4	14.6	40.7	1.4	2.1	0.7	1.8
70歳代	227	59.5	34.8	74.0	21.1	4.4	13.7	42.7	6.2	3.1	1.8	0.4
80歳以上	101	58.4	32.7	63.4	5.0	1.0	24.8	39.6	7.9	5.9	1.0	6.9

## 12 食文化

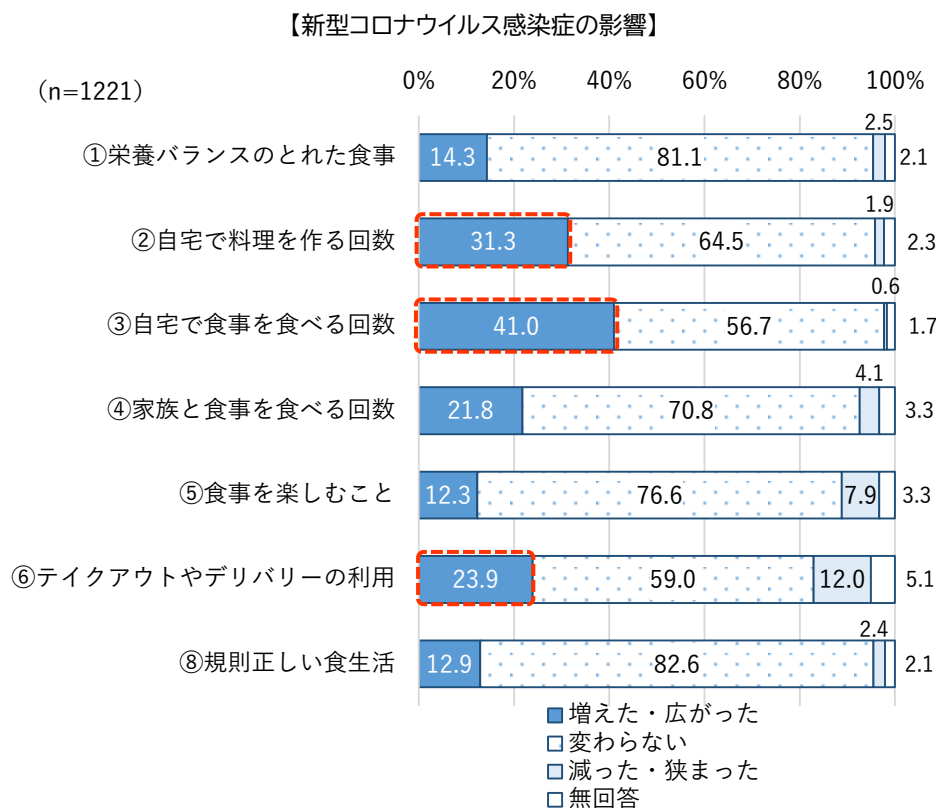
食文化の継承について性別にみると、「男性」で「受け継いできていない」が51.6%と5割を占めており、「女性」より高くなっています。

食文化の伝承について性別にみると、「男性」で「伝えていない」が63.0%と6割を超えており、「女性」より高くなっています。



## 13 新型コロナウイルス感染症の影響

新型コロナウイルス感染症の影響については、「③自宅で食事を食べる回数」、「②自宅で料理を作る回数」、「⑥テイクアウトやデリバリーの利用」の順に、「増えた・広がった」が高くなっています。



### 3 三田市食育推進計画(後期:平成30(2018)年度～令和4(2022)年度)の取り組みと評価について

#### (1)三田市食育推進会議の開催

食及び健康に関する有識者や食育関係団体、一般公募市民などで構成する三田市食育推進会議での協議や提案により、様々な食育の推進における取り組みの方向性を図る場を設け、連携体制を築きました。また、食育推進庁内幹事会において横の連携を強化し、食育に取り組みました。

#### (2)食の選択・活用方法の啓発

三田市食育推進計画(後期)の重点取り組みの1つである、「食の選択・活用方法の啓発」を推進するため、中食を上手く使いバランスのよい食生活を送るための事業や啓発を行ってきました。栄養講話と惣菜等を活用したレシピの試食付き講座「バランス食育教室」の開催や、高校生や働き盛り世代向けに、外食やコンビニで食事をする際の選び方や食品表示・栄養成分表示の見方の講座を行いました。

#### (3)デジタルを活用した取り組み

新型コロナウイルス感染症の影響により、対面での教室や調理・試食を伴う事業の多くが中止または縮小となりました。そこで、従前から実施していた市ホームページにおける食育関係団体一覧や食育の日(毎月19日)の食育コラムの掲載に加え、令和2(2020)年度にはオンライン離乳食教室の開始やレシピ動画の公開、令和3(2021)年度には食品ロスやSDGsをテーマとした調理実習つきのオンライン食育講座を開催しました。また、学校においては給食時間の指導として、二次元コードを利用した当日の献立や調理中の様子の動画紹介等の取り組みを進め、デジタルを活用した新たな取り組みを積極的に進めてきました。

#### (4)食に関する各種計画の策定

「第5次三田市総合計画(令和4(2022)～13(2031)年度)」において、食育の推進を位置づけるとともに、「第3期三田市教育振興基本計画(令和4(2022)～8(2026)年度)」及び「三田市の学校・園における食育推進計画～プラス1の食育～(令和元(2019)年度～5(2023)年度)」において、幼児、児童、生徒への食育活動の取り組みを位置づけました。

また、「第5次三田市農業基本計画(令和4(2022)～8(2026)年度)」により地産地消の取り組みの充実を図るとともに、第2次健康さんだ21計画(令和元(2019)～5(2023)年度)においても、健康的な生活習慣の実践の5つの柱の1つとして栄養・食生活を位置づけ、各種計画において食育の取り組みを体系的に進めています。

◇ 基本目標1 食で育む、心ふれあうまちづくり

施策の方向	主な取り組み	後期計画の具体的な取り組み
(1) 生活習慣の確立をめざします	①早寝、早起き、朝ごはんの推進	<ul style="list-style-type: none"> <li>●多世代交流館における早寝、早起き、朝ごはんの啓発や朝ごはんレシピの提供</li> <li>●乳幼児健康診査における相談の実施</li> <li>●高校生及び働き盛り世代への講話の実施</li> </ul>
	②食事作りの推進	<ul style="list-style-type: none"> <li>●市ホームページにおける、健康料理教室・惣菜等を活用した手軽に作れるレシピの公開</li> <li>●学校における調理実習、調理体験、調理実験の実施</li> </ul>
(2) 食を通じた関係づくりを進めます	①共食の普及・啓発	<ul style="list-style-type: none"> <li>●離乳食教室の開催 (※令和2(2020)年度～令和4(2022)年度はオンライン開催)</li> <li>●離乳食・幼児食相談会の開催</li> <li>●学校における地域との交流給食の実施</li> <li>●高齢者健康教室の開催</li> </ul>
	②保育所、認定こども園、小規模保育、幼稚園、学校の食育の充実	<ul style="list-style-type: none"> <li>●三田市の学校・園における食育推進計画の作成(令和元(2019)年度～5(2023)年度)</li> <li>●学校における食に関する指導計画の作成</li> <li>●学校における授業、給食時間等における指導</li> <li>●保育所給食部会の開催</li> </ul>
(3) みんなで食育活動を推進します	①家庭、地域、保育所、認定こども園、小規模保育、幼稚園、学校、事業者、関係団体、行政などの連携の推進	<ul style="list-style-type: none"> <li>●市ホームページにおける、食育関係団体一覧の掲載</li> <li>●学校における食育の地域人材の活用</li> <li>●学校における調理講習会やコンクールを通して、家庭・地域社会との連携を強化する取り組み</li> </ul>
	②情報共有の推進	<ul style="list-style-type: none"> <li>●三田市食育推進会議の開催</li> <li>●市ホームページにおける、食育関係団体一覧の掲載</li> <li>●市ホームページにおける、食育コラムの掲載</li> </ul>
	③食育に携わる人材育成の支援	<ul style="list-style-type: none"> <li>●三田市食育推進会議の開催</li> <li>●多世代交流館における食育研修の実施</li> </ul>

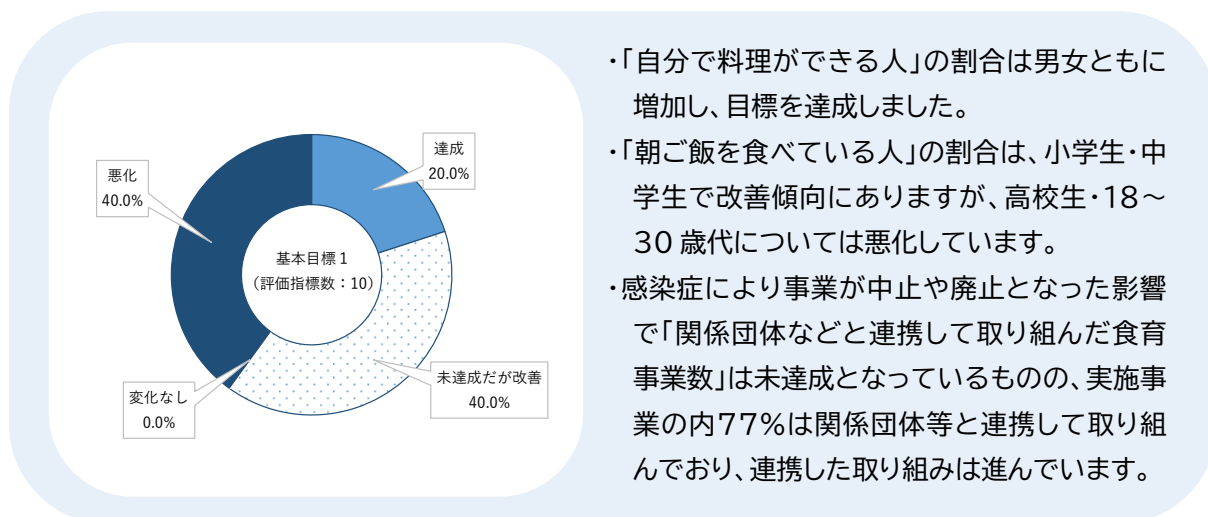


## 評価指標

基本目標1の指標		策定時 (H29年度)	目標値 (R4年度)	現状値 (R3年度)	評価	
1	生活リズムがとれている人の割合の増加	55.8%	66%以上	59.2%	○	
2	朝ご飯を食べている人の割合の増加	小学生	95.5%	98%以上	96.9%	○
		中学生	92.9%	96%以上	93.5%	○
		高校生	91.5%	93%以上	85.6%	▲
		18～30歳代	77.5%	82%以上	76.9%	▲
3	自分で料理が出来る人の割合の増加	男性	47.5%	52%以上	62.9%	◎
		女性	91.0%	93%以上	94.1%	◎
4	1日に1回以上、家族や友人と一緒に食事をする人の割合の増加	72.2%	75%以上	71.8%	▲	
5	食育に関心がある人の割合の増加	68.7%	80%以上	79.9%	○	
6	関係団体などと連携して取り組んだ食育事業数の増加	26事業	30事業以上	17事業	▲	

※◎:達成、○:未達成だが改善(改善率10%以上)、△:変化なし(改善率±10%未満)、▲:悪化

$$\text{※改善率} = \frac{\text{直近値(R3)} - \text{策定当初値(H29)}}{\text{目標値} - \text{策定当初値(H29)}} \times 100$$



### 今後の計画に向けて

- ・生活習慣の確立は乳幼児期からの取り組みが重要であり、引き続き子育て世代を中心とした全世代への啓発が必要です。
- ・共食は会話やコミュニケーションが増え、食事がおいしく楽しく感じられる等のメリットがあります。感染症の影響により短期的に共食の機会が減少していることに留意しつつ、共食の重要性を引き続き啓発していきます。
- ・三田市の学校・園における食育推進計画(令和元(2019)年度～令和5(2023)年度)が次年度最終年度を迎えることから、本計画を基に見直しを図ります。
- ・食育を推進する上で、多様な関係者の連携・協働体制は不可欠です。今後も様々な関係機関と連携して食育の取り組みを進めていきます。
- ・食育に特化した団体のみにとどまらず、各種地縁団体等と連携した取り組みが必要です。

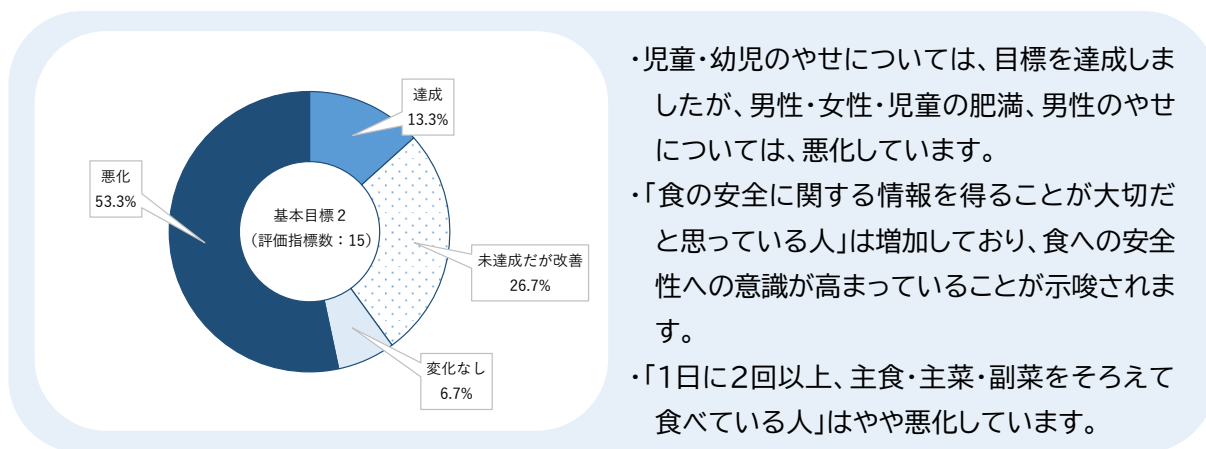
## ◇ 基本目標2 食で元気、笑顔あふれるまちづくり

施策の方向	主な取り組み	後期計画の具体的な取り組み
(1) 望ましい食習慣の 確立をめざします	①バランスのよい食 生活の推進	<ul style="list-style-type: none"> <li>●食育出前講座の開催</li> <li>●フレイル予防教室の開催</li> <li>●保育所において給食献立を食べ物の働き毎に分類</li> </ul>
	②適正な野菜摂取 の推進	<ul style="list-style-type: none"> <li>●野菜摂取 PR 事業の実施</li> <li>●高校生及び働き盛り世代への講話の実施</li> <li>●食育出前講座の開催</li> </ul>
	③食の選択・活用方 法の啓発	<ul style="list-style-type: none"> <li>●バランス食育教室の開催</li> <li>●高校生及び働き盛り世代への講話の実施</li> </ul>
(2) よりよい健康づくり を実践します	①生活習慣病予防 の推進	<ul style="list-style-type: none"> <li>●健康づくり相談会の開催</li> <li>●健康運動教室の開催</li> <li>●ランチセミナーの開催</li> <li>●健康推進員<sup>6</sup>健康教室の開催</li> </ul>
	②歯の健康づくりの 推進	<ul style="list-style-type: none"> <li>●いい歯の日フェアの開催</li> <li>●オーラルフレイル予防教室の開催</li> <li>●歯科口腔健診の実施</li> </ul>
(3) 安全で安心な食の 情報提供の充実を 図ります	①食に関する知識と 選択する力を 習得する機会 の充実	<ul style="list-style-type: none"> <li>●学校における調理実習、調理体験、調理実験の実施</li> <li>●市ホームページにおける、食育コラムの掲載</li> </ul>

<sup>6</sup> 健康増進員：市長から委嘱を受けた、地域における健康づくり活動の担い手。

## 評価指標

基本目標2の指標			策定時 (H29年度)	目標値 (R4年度)	現状値 (R3年度)	評価	
1	1日に2回以上、主食・主菜・副菜をそろえて食べている人の割合の増加		56.7%	70%以上	54.8%	▲	
2	1日に野菜を小鉢4つ分以上摂取している人の割合の増加		20.9%	31%以上	15.5%	▲	
3	加工食品を購入する際に、栄養成分表示に気を付けている人の割合の増加		17.8%	30%以上	18.8%	△	
4	肥満ややせの人の割合の減少	肥満	男性	23.5%	21.1%以下	25.1%	▲
			女性	10.3%	9.3%以下	12.0%	▲
			児童	4.5%	4.3%以下	6.1%	▲
			幼児	4.9%	4.6%以下	4.7%	○
		やせ	男性	5.4%	4.9%以下	5.8%	▲
			女性	13.1%	11.8%以下	12.7%	○
			児童	2.0%	1.9%以下	1.4%	◎
幼児	0.4%	0.4%以下	0.0%	◎			
5	歯科口腔健康診査を受診する人の割合の増加		5.7%	8.0%以上	7.5%	○	
6	よく噛んで食べる人の割合の増加		57.9%	63%以上	57.0%	▲	
7	加工食品を購入する際に、食品表示に気を付けている人の割合の増加		91.6%	92%以上	90.3%	▲	
8	食の安全に関する情報を得ることが大切だと思っている人の割合の増加		48.2%	56%以上	52.0%	○	



### 今後の計画に向けて

- ・主食、主菜、副菜を組み合わせた食事を実践できている人の割合は50%程度にとどまります。生涯にわたって健やかに暮らすためには、栄養バランスに配慮した食事を習慣的にとることが必要です。
- ・栄養素等の偏り、朝食欠食等の食習慣の乱れ、それに起因する肥満、やせ、低栄養、生活習慣病等につながる課題は改善していません。健康な生活を送る上での規則正しい生活の啓発が必要です。
- ・健全な歯と口腔機能を維持することは健康な生活を送る上で重要です。また、十分に咀嚼して食べることは味わいを感じることから、食べ方に関する啓発も必要です。
- ・働き方、暮らし方が多様化する中で、自宅で料理をする上では食材以外にも冷凍食品やレトルト食品の組み合わせ、またテイクアウトやデリバリーといった中食の活用など、食を選択する機会が多岐に渡るようになっていきます。バランスのよい食品の選び方や食品の安全性に関する基礎知識の普及啓発が必要です。

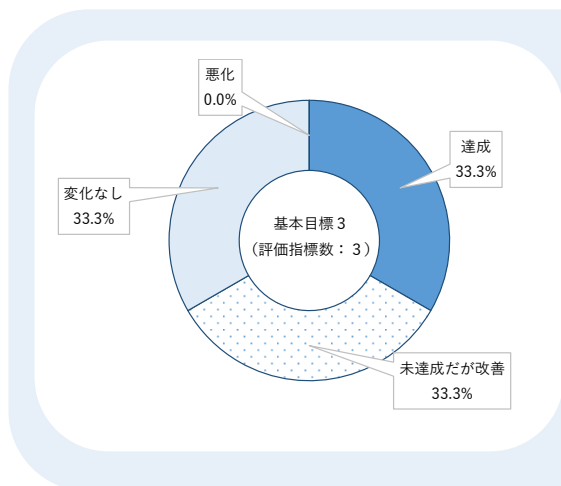
◇ 基本目標3 ふるさとの恵みをかみしめ、未来につなぐまちづくり

施策の方向	主な取り組み	後期計画の具体的な取り組み
(1) 三田産農産物の消費拡大を進めます	①地産地消の推進	<ul style="list-style-type: none"> <li>●三田ファームマイレージ運動の実施</li> <li>●ふれあい農園の実施</li> <li>●黒大豆オーナー制度の実施</li> <li>●地産地消応援店制度の実施</li> </ul>
	②農産物に関する情報発信	<ul style="list-style-type: none"> <li>●ふれあい農園の実施</li> <li>●黒大豆オーナー制度の実施</li> <li>●市ホームページにおける、食育コラムの掲載</li> </ul>
	③農業体験の環境整備	<ul style="list-style-type: none"> <li>●学校における野菜栽培活動、農業体験</li> <li>●ふれあい農園の実施</li> <li>●黒大豆オーナー制度の実施</li> <li>●市民農園の実施</li> </ul>
(2) 次世代へ食文化を継承します	①三田産農産物を使った料理の普及・啓発	<ul style="list-style-type: none"> <li>●学校における地域の食を通して郷土への興味を高める取り組みの実施</li> <li>●健康料理教室の開催</li> <li>●小学生クッキングの開催</li> </ul>
	②日本の行事食の普及・啓発	<ul style="list-style-type: none"> <li>●三田の学校給食「今、昔」の展示</li> <li>●学校における地域の食を通して郷土への興味を高める取り組みの実施</li> <li>●親子クッキングの開催</li> </ul>
(3) 環境に配慮した食行動を推進します	①食品ロス削減の推進	<ul style="list-style-type: none"> <li>●3010 運動<sup>7</sup>チラシの配布</li> <li>●オンライン食育講座の開催</li> </ul>

<sup>7</sup> 3010 運動:宴会時の食べ残しを減らす運動(平成 23(2011)年に長野県松本市が提唱)。適量の注文を心がけ、最初の 30 分、最後の 10 分は食事を楽しむ。

## 評価指標

基本目標3の指標		策定時 (H29年度)	目標値 (R4年度)	現状値 (R3年度)	評価
1	三田産農産物を取り入れている人の割合の増加	71.6%	80%以上	76.9%	○
2	学校給食における地場野菜の使用割合の増加	31.3% (H28年度)	35%以上	31.3% (R3年度)	△
3	食品ロス削減のために行動をしている人の割合の増加	—	80%以上	99.0%	◎



- ・食品ロスを知っている人で、食品ロス削減のために行動している人は99.0%と目標を大きく達成しています。
- ・「三田産農産物を取り入れている人」の割合は増加傾向にありますが、目標には達していない状況となっています。
- ・「学校給食における地場野菜の使用割合」については、策定時(H29)と変化がありません。

### 今後の計画に向けて

- ・ライフスタイル等の変化により、普段の食生活を通じて農林水産業等を意識する機会が減少しつつあります。生産地と消費地が近接する三田市の特徴を活かし、農業体験の推進や生産者と消費者との交流、地産地消の推進等、食の循環を担う多様な推進者のつながりを広げる取り組みが必要です。
- ・気候や地勢に恵まれた三田市では、四季折々の美味しい食材が豊富にとれます。また、和食は日本人の伝統的な食文化としてユネスコ無形文化遺産にも登録されており、ごはんを主食とし、地域でとれる食材を積極的に取り入れる食生活の保護・継承は食生活の文化的な豊かさを将来にわたって支える上で重要です。
- ・世界的にSDGsの達成に向けて取り組みが進む中、持続可能な食を支える食育の推進は今後よりいっそう重要となります。
- ・食品ロス削減のために行動している人は99%と市民の関心度は非常に高いといえます。全国的な食品ロス量も年々減少傾向であるものの、依然として食品ロス量は年間500万トンを超えていることや、SDGsのターゲットの1つに2030年までに小売・消費レベルにおける世界全体の一人当たりの食品廃棄物を半減させることが盛り込まれるなど、国際的な食品ロス削減の機運も高まっており、今後も引き続き取り組みが必要です。

## 4 課題の整理

三田市の各種統計データやアンケート結果、後期計画での取り組みから、三田市の食に関わる傾向と課題を整理しました。

### ▶▶ 食に関する生活習慣・健康状況

- 少子高齢化の進展、単独世帯・核家族世帯の増加など、家庭環境が大きく変化しており、食生活の多様化が進展していると考えられます。
- 18～29 歳を中心とした若年層で、朝食摂取率や栄養バランスのとれた食生活を心がけている割合が低くなっています。
- コロナによる影響として、自宅での食事や料理の回数、テイクアウトやデリバリーの利用頻度の増加がみられます。
- 18～29 歳の男女のやせが2割を超えている一方で、40～60 歳代の男性で肥満が3割を超えており、主要死因の半分を生活習慣病が占めています。
- 時間的ゆとりがない人では、朝食の摂取率や、1日3食規則正しく食べること・栄養バランスのとれた食生活を心がけている割合が低くなっています。
- 中食や外食の利用頻度が高い人は、野菜摂取量が低い傾向にあり、栄養バランスのとれた食生活を実践できていない様子が示唆されます。
- 高齢者の単独世帯が特に増加しており、アンケート結果においては「80歳以上の女性」で孤食が多い傾向にあります。また、年代が上がるにつれて、友人・知人・地域の人等との食事会への参加希望が低くなる傾向があります。
- 後期高齢者では、口腔機能の低下が認められる割合が2割を超え、かつ、6か月間で2～3kgの体重減少があった割合が1割を占めており、フレイルの進行が懸念されます。
- 3歳児の欠食の割合は 6.0%、孤食の割合は 7.0%であり、食事状況に課題がみられます。

#### 課題のまとめ

- 若年層で朝食をとらない割合が高く、健康的な食生活を心がけている人が低く、やせも多い結果となっています。次代の親世代となる若年層の食習慣は子どもの食習慣にも影響すると考えられるため、若年層や子育て世代を中心とした全世代への食育を推進することが重要です。
- 働き盛り世代に対しては生活習慣病予防の取り組みを進めることが重要であるとともに、三田市では、特に急激な高齢化が進展する見込みであり、高齢期においては低栄養対策をはじめとするフレイル予防が重要です。
- 健全な食生活を送るには、歯と口腔機能の維持が重要であることから、乳幼児期の口腔機能の発達支援をはじめ、歯の健康づくりやオーラルフレイル予防が重要です。
- 時間的ゆとりがない人は、不規則な食生活になりがちで、朝食の摂取率や栄養バランスのとれた食生活を心がけている割合が低くなっています。ライフスタイルが多様化する中で、中食の活用方法など自分に合った食べ方・選び方や食品成分表示・栄養成分表示の見方などの啓発が必要です。
- 高齢女性の孤食が多く、また高齢者の食事会への参加希望が低くなっています。共食は会話やコミュニケーションが増え、食事がおいしく楽しく感じられる等のメリットがあることから、感染症の影響も留意しつつ、共食の重要性を啓発することが重要です。



## 農・特産物、食文化、環境に配慮した食について

- 三田市は農業が盛んな地域ですが、総農家数や経営耕地面積は減少傾向にあります。農業への理解を深めるため、農と関わる機会の充実を図る取り組みが必要だと考えられます。
- ライフスタイル等の変化により、普段の生活を通じて農林水産業を意識する機会が減少しつつあります。
- 18～30歳代の若年層で、三田産農産物を食べているかどうか分からない人が2割を超え、40歳代以上より多くなっています。
- 農林漁業体験の経験がない人が7割を占めていますが、経験がある人では、三田産農産物を食べる、環境に配慮した農林水産物・食品を選ぶ傾向にあります。
- 男性の食育への関心が低く、食文化を継承・伝承していない割合が高くなっています。
- 食品ロスの認知度については概ね9割を超えており、食品ロスを知っている人の99%が「食品ロス」を減らすために意識して行動しています。
- 食生活に関する情報源について、SNSが18～30歳代の若年層で約4割を占める一方、40歳代以降は2割以下となっています。また、概ね年齢が上がる程、書籍が増える傾向にあります。

### 課題のまとめ

- 生産地と消費地が近接する三田市の特徴を活かし、生産者と消費者との交流等、食の循環を担う多様な推進者のつながりを広げる取り組みが必要です。
- 農林漁業体験をした人では、地産地消や環境への配慮を心がけている傾向にあります。地産地消は地元の農家支援や安心だけでなく、輸送にかかる温室効果ガス削減にもつながるなど、環境にもやさしい取り組みです。今後も地産地消を推進するとともに、身近に三田産農産物に触れる機会等の充実に取り組んでいくことが重要です。
- 男性の食事づくりに関わる機会が少ないことが、食育の関心の低さ、食文化の継承・伝承ができていない要因の1つであると考えられます。今後は、あらゆる機会を活用し誰もが食育への関心を高める取り組みが重要です。
- 日本では1年に約500万トン以上の食品ロスが発生しているとされています。SDGsの12番目のゴールである「つくる責任 つかう責任」においても、食品ロスの解消がターゲットとして設定されています。三田市においては、食品ロスの認知度が高く、食品ロスを知っている人のほとんどが食品ロスを減らすための行動をしています。引き続き持続可能な社会の形成に向け、食品ロスを減らすための取り組みの促進に向けた啓発等を進めて行くことが重要です。
- 食生活に関する情報源については年代で差がみられる状況となっています。年代に応じた情報媒体の選択、各ライフステージに応じた啓発内容の工夫等、効果的な啓発方法を検討していくことが重要です。
- 関係機関や地縁団体等の多様な推進者と連携し、取り組みを推進する事が重要です。



## 第3章 三田市における食育推進計画の基本的な考え方

### 1 基本理念

市民一人ひとりが健全な心身を培い、豊かな人間性を育むために、様々な関係者と連携を図りながら、多様な暮らしに対応した生涯切れ目のない食育を推進するとともに、健全な食生活を送るための基盤となる食環境を支え、人と人が食を通じてつながり、次世代に三田の恵みをつなぐことを目指し、下記を本計画の基本理念とします。

### 基本理念

食で創る健やかなさんだ ～次世代につなごう三田の恵み～

### 2 基本的視点

近年、デジタル化に対応した食育の推進が国において推進されている一方で、食育においてはリアルな体験も重要な視点であることから、本計画の取り組みにおける横断的な視点として、下記を基本的視点に定めます。

基本的視点：リアル体験 クロス × デジタル食育

【オンライン食育講座の様子】

食育講座×こうみん未来塾×家庭教育学級コラボ事業！



食品ロスやSDGsについて  
楽しく学びました！



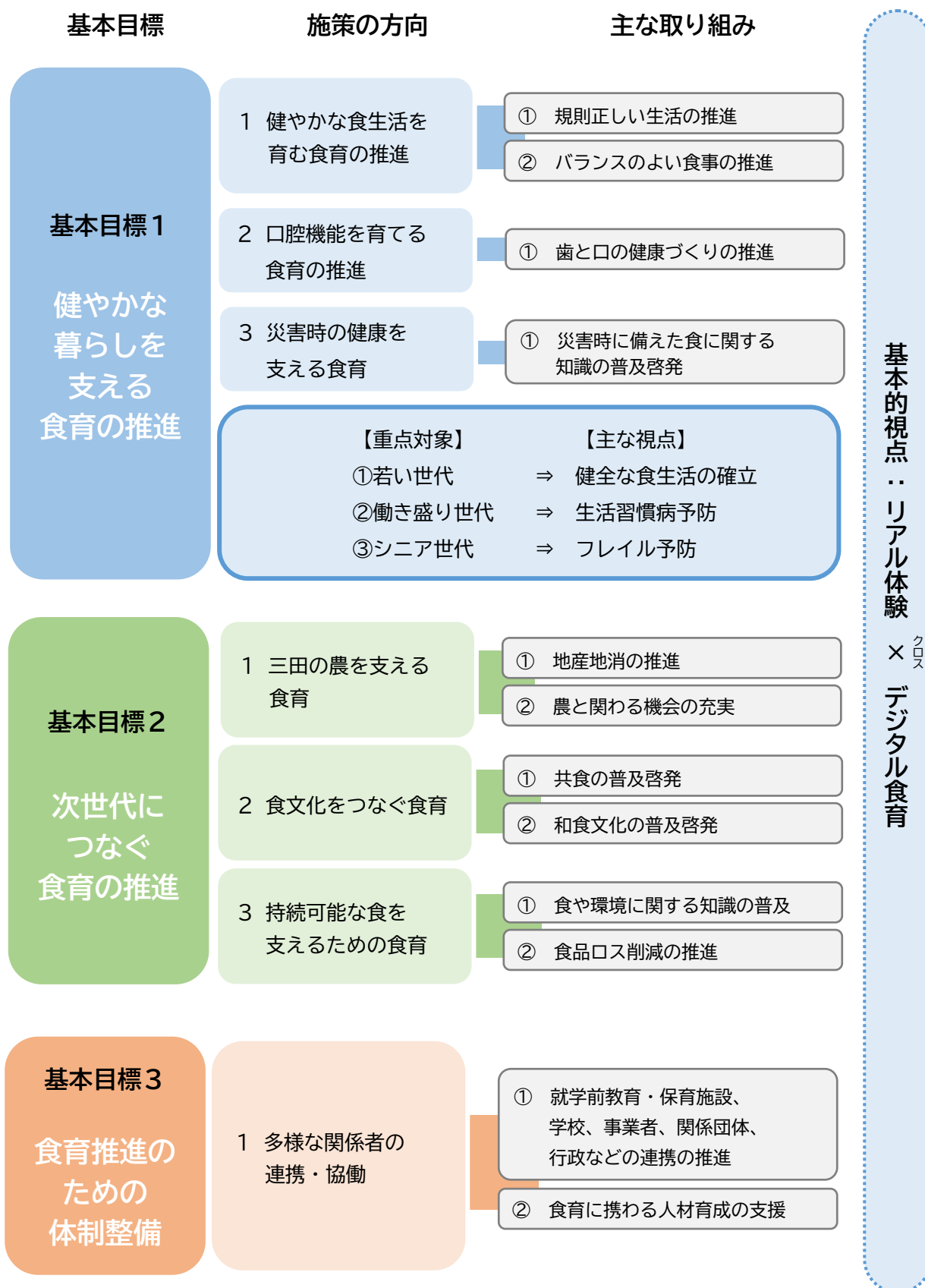
### 3 基本目標

各課題を踏まえ、本計画では次の3項目を基本目標として、取り組みを展開し、課題の解決に取り組めます。

1	健やかな暮らしを支える 食育の推進	栄養バランスのとれた食事を食べ、望ましい食習慣を身につけることは、健康な人生を送るうえでの基礎となります。また、生涯を通じておいしく食べるためには、口腔機能の発達や維持、食べ方も重要です。さらに、災害時においても、日常に近い食生活を送ることは、心身の健康の維持につながります。多様化するライフスタイルや様々な場面においても、健やかな生活を送れるよう、一人ひとりに合った食べ方や食の備えに関する取り組みを進めます。
2	次世代につなぐ 食育の推進	三田の豊かな自然の恵みを次世代につなぐためには、持続可能な食を支える取り組みが重要です。そのために、一人ひとりが三田の農への理解を深め、環境や食の安全性への意識を高めるとともに、食を通じて人と人がつながり、伝統的な食文化の継承につながる取り組みを進めます。
3	食育推進のための 体制整備	健全な食生活の実現と、持続可能な食の実現に向けて、食育に係る団体・機関が相互に理解を深め、連携・協働して食育を推進していけるよう、取り組みを進めます。

## 4 施策体系

基本理念：食で創る健やかなさんだ ～次世代につなごう三田の恵み～



基本的視点…リアル体験 ×<sup>クロス</sup> デジタル食育

## 5 基本目標1の重点対象

食に関するアンケート調査等の結果から、健やかな暮らしを支える食育を進める上で、世代別に特徴的な課題が見えてきました。そこで、課題を踏まえた重点対象を下記の通り決めました。

若い世代  
(18～29 歳)  
(30 歳代)



### 主な視点 ⇒ 健全な食生活の確立

- 18～29 歳では健康づくりや健康的な食生活をこころがける割合が低く、やせの割合が2割を超えています。
- 若い世代が親になると、子の食生活にも影響を与えるため、健全な食生活を送るための食を営む力の強化が重要です。

⇒SNSやアプリ等の効果的な情報媒体を活用し、若い世代の食を営む力の強化に向けた啓発に重点的に取り組みます。  
また、高校生や大学生への食育に取り組むことで、次の若い世代に対する食の課題の改善にも取り組みます。

働き盛り世代  
(40～60 歳代)



### 主な視点 ⇒ 生活習慣病予防

- 生活習慣病が主要死因の半分以上を占めています。
- 仕事などで時間的ゆとりがない人で、健全な食生活を送っていない人が多くなっています。
- 40～60 歳代の男性で肥満が3割を超えており、適切な食習慣の形成が重要です。

⇒忙しい中でも栄養バランスのとれた食事ができるよう、健診等の機会を利用し、外食・中食の上手な利用方法等の啓発に重点的に取り組みます。

シニア世代  
(65 歳以上)



### 主な視点 ⇒ フレイル予防

- やせ・低栄養は、フレイル状態を引き起こす要因の1つとなっています。
- 三田市においては特に急激な高齢化の進行が予測されることから、高齢者の健康づくりは喫緊の課題となっています。

⇒高齢者が自分らしい生活を送れるよう、適切な食事・運動の啓発、歯の健康づくりに関する事業等に重点的に取り組みます。

## 第4章 食育推進の展開

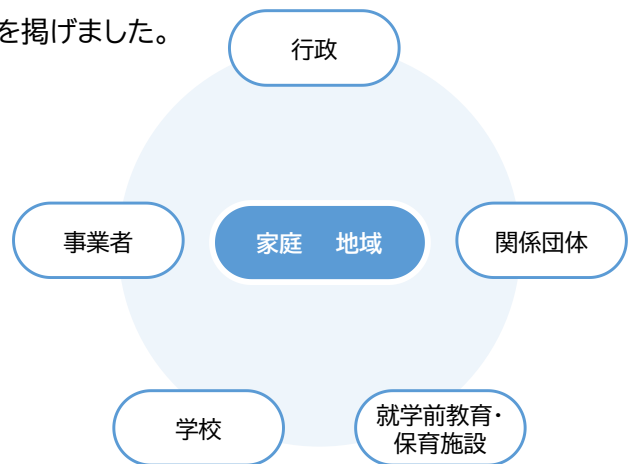
本計画は、豊かな食の体験を積み重ね、生涯にわたって健康でいきいきとした生活を送る基礎となる市民の食を営む力、すなわち家庭及び地域の食を営む力を高めることをめざすものです。

食育を推進することにより、市民の望ましい食習慣が形成され、より充実した食生活を送ることを目的としています。

本章では、項目ごとに【家庭】【地域】の「めざす姿」を掲げました。

家庭、地域が「めざす姿」を実現できるよう、就学前教育・保育施設、学校、事業者、食に関わる関係団体、行政などの食育の推進者がそれぞれの役割を認識し、食育活動を推進する1つのチームとして、連携・協働することが大切です。

そして、市民一人ひとりが、家族や仲間とともに「食」を通じて健康やきずなについて考え、本市の特性や文化を次世代に繋いでいけるよう、食育を推進してまいります。



### チーム三田で進める食育



三田の自然の恵みを大切に、食を通じたコミュニケーションを図り、生涯にわたり健全な食生活の実践に努めましょう。

#### ◇ 家庭は、基礎的な食習慣、食に関する知識や実践力を身につける一番身近な場です。

次世代を担う子どもに、生活リズムを整える、望ましい食習慣を身につける、四季を感じ、三田の恵みを大切にした食育を行うことにより、健やかな成長を支えます。

また、これら健全な食生活を実践することにより、子どもだけでなく、大人にとっても健やかな生活につながり、心豊かな暮らしを送ることにつながります。

単身の方も、地域の方と一緒に食に関する知識等を共有するなど、健全な食生活を地域全体で実践していきましょう。

#### ◇ 地域は、食の情報や食文化を共有することができる身近な場です。

家族や仲間と楽しく食卓を囲み、会話をしたり、情報を交換し合うことで、地域のきずなを深め、様々な知識の習得ができ、いきいきとした地域づくりにつながります。

市民が様々な経験を通じて習得してきた食習慣や食文化を、子どもや若い世代に伝えるとともに、豊かな地場産物を受け継いでいくことも大切です。

家族や地域がつながり合うまちづくりを進めましょう。

## ▶▶ 食育推進に向けた関係者の役割

「食育」の推進にあたっては、就学前教育・保育施設、学校の間をはじめ、事業者、食に関わる関係団体、行政など地域社会のあらゆる場で積極的な取り組みが期待されます。また、それぞれが連携し、情報を共有しながら食育を推進することが重要です。

### ① 就学前教育・保育施設、学校における推進

就学前教育・保育施設、学校などでは、子どもたちに直接関わる専門職がその知識と専門性を活かし、地域の関係者と連携して様々な体験を通じて食べることの大切さを伝え、食への興味を深められるよう、食育を推進します。

就学前教育・保育施設などにおいては、豊かな食の体験を積み重ね、食への関心を育み、食を営む力の基礎を培う食育を実践していきます。

小・中学校においては、栄養教諭を中心とし、教職員が連携を図りながら、給食や教科・特別活動などの教育活動全体を通じて、食育に取り組みます。

高等学校においては、家庭科などの関連教科及び特別活動などを通じて、今後社会に出る生徒への健全な食生活の指導に取り組みます。

さらに、子どもが望ましい生活リズムやマナーを身につける基礎的な場は家庭であることから、家庭への積極的な働きかけを行い、家庭と連携して食育に取り組みます。

### ② 事業者における推進

農業従事者とその関連事業者、食品販売業者、飲食店などの企業は、それぞれの分野における食育を推進し、社会全体で食育を推進していく機運の醸成に努めます。

生産者と消費者間には農業への相互理解が、また、販売者、食品関連業者などは、食の流通に関しての理解を得ることが不可欠です。

事業者は、食の安全安心に関する情報、また、食品表示、健康的な食の提供、食育活動の場の提供など、様々な情報発信や、食環境の整備に努めます。

### ③ 関係団体における推進

地域においては、保健・医療関係者、健康推進員などの地縁団体やテーマ型団体、いずみ会<sup>8</sup>などのボランティアグループなど多くの関係団体が食育活動を行っており、更なる活動に努めます。

活動にあたっては、市民への食の大切さを伝える担い手となり、地域の活動の場において、食育を推進します。

### ④ 行政における推進

行政は、各推進者が積極的に食育を推進できるように必要な施策を展開します。そのために、食育の基礎となる家庭をはじめ、地域・就学前教育・保育施設・学校・事業者・食に関わる関係団体などにおける自主的な取り組みへの支援を行うとともに、庁内食育関連部署や県、関係団体などと連携を図りながら食育を推進します。

<sup>8</sup> いずみ会：全国組織「食生活改善推進員協議会」の兵庫県での名称。「私たちの健康は私たちの手で」を合言葉に、健全な食生活の実現を目指し、幅広い年代を対象に地域に根ざした食育活動を実践するボランティア団体。





## 施策の方向1. 健やかな食生活を育む食育の推進

### めざす姿

規則正しい食生活を送っている。  
一人ひとりが自分に合った食事を理解し、実践できている。  
定期的に健康診査を受診し、健康管理を行っている。  
地域で、適切な食事や健康に関する情報交換やアドバイスをし合っている。

### 現状と課題

アンケート結果をみると、「やせ」の割合が比較的高い「18～29 歳」の若い世代では、朝食の欠食割合が高く、規則正しい食生活を心がけている割合が低くなっています。規則正しい生活習慣の確立は乳幼児期からの取り組みが重要です。次代の親世代となる若い世代、子育て世代への重点的な取り組みが求められます。

一方で、仕事等で忙しいと推察される「40～60歳代の男性」では、「肥満」の割合が高くなっています。また、時間的ゆとりが「ない」と答えた人で、規則正しい食事や栄養バランスのとれた食生活を心がけている割合が低くなっています。仕事等で忙しく、外食や中食が多くなりがちな人でも、野菜を「1品目」追加する、遅い時間の食事の場合は消化の良いものを食べるよう心がける、食品の上手な選択や中食の活用等、簡単なことから意識してもらえるよう、取り組んで行く必要があります。

また、後期高齢者では6か月間で2～3kgの体重減少があった割合が1割を占めています。加齢に伴う体力低下、低栄養、口腔機能低下等、心身の機能が低下した状態であるフレイルは早めに気づき、適切な取り組みを行うことで進行を防ぎ、健康な状態に戻ることができるため、予防の取り組みが重要です。

上記のような様々な食と健康に関わる課題を解決するためには、各ライフステージに応じた効果的な啓発や支援の取り組みが必要です。

## ▶▶ 主な取り組み

### ① 規則正しい生活の推進

家庭を中心に、就学前教育・保育施設・学校・事業者・関係団体・行政などが連携を図り、基本的な生活習慣の形成への意識を高め、生涯にわたり切れ目のない心身の健康の増進につながる取り組みを推進します。

また、生活習慣予防のために、年に1回の定期的な健康診査の受診勧奨や栄養相談などの充実に努めるとともに、適切な食事、運動などについての啓発に努めます。

### ② バランスのよい食事の推進

主食・主菜・副菜がそろったバランスのよい食事、適切な栄養素等の摂取による健康の保持増進が図られるよう、啓発や情報提供に加え、実践するための講座や料理教室の機会の提供に努めます。講座等においては、和食文化や共食、地産地消等も含めた横断的な啓発を行います。

また、惣菜や弁当などの調理済み食品といった中食の需要や活用が広がる中で、それらうまく活用し、健康な食生活を送れるよう取り組みを進めます。

健康や食に無関心な人たちも、デジタルツールや行動経済学に基づく手法の1つであるナッジ（そっと後押しする：人々がより良い選択を自発的に取れるように手助けする手法）を活用する等、自然に健康になれる食環境づくりを推進するとともに、ライフスタイルが多様化する中であっても、一人ひとりの生活に合った食べ方を実践できるよう、食品の選び方や栄養成分表示の見方に関する情報提供に努めます。

#### 【バランス食育教室の様子】



三田市いずみ会の方から  
レシピの説明を受けました♪  
レシピの動画も上映！

冷凍唐揚げ、サバ缶、  
サラダチキンを活用して  
アレンジレシピを  
各2品作りました！





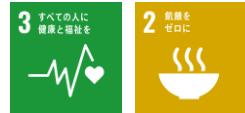
## 具体的な取り組み例

取り組み	取り組み内容	重点対象	推進者
●妊婦への適正な体重増加指導	妊婦面談等を通じて、妊娠期の適正な体重増加について、保健師等による正しい知識の啓発を行います。	若い世代	行政 関係団体
●乳幼児の栄養相談の実施	乳幼児健診等を通じて、保健師や管理栄養士等による栄養相談や啓発を実施します。		行政 関係団体
●子どもへの調理実習、調理体験を通じた指導	就学前教育・保育施設、学校、地域での調理実習・調理体験を通じて、規則正しい生活やバランスのよい食生活の啓発を行います。		行政 就学前教育・ 保育施設 学校 関係団体
●食育講座の開催	教室型や出前講座、オンラインの活用や体験型等、様々な方法で食育講座を開催します。日本型食生活の啓発や対象者のライフスタイルに合わせたバランスのよい食事に関する啓発等、様々なテーマで講座を行います。	若い世代 働き盛り世代 シニア世代	行政 関係団体
●生活習慣病予防の取り組み	保健師や管理栄養士等による健康相談や健康料理教室、健康運動教室等の取り組みを行います。また、集団健診の場における特定保健指導の初回面談に取り組みます。	働き盛り世代 シニア世代	行政 関係団体
●フレイル予防の取り組み	いきいき百歳体操の取り組み支援や地域でのフレイル予防教室の実施、配食サービス等に取り組みます。	シニア世代	行政 関係団体 事業者
●後期高齢者に対する低栄養予防の取り組み	低栄養のリスクがある後期高齢者に対し、保健師や管理栄養士等による訪問や個別相談などのハイリスクアプローチ <sup>9</sup> に取り組みます。	シニア世代	行政 関係団体 事業者
●デジタルツール等を活用したバランスのよい食事の情報発信	バランスのよい食事について、動画等でレシピを発信するとともに、ホームページやSNS、小売店等での発信など、発信方法の多様化に取り組みます。	若い世代 働き盛り世代	行政 関係団体 事業者

<sup>9</sup> ハイリスクアプローチ：健康障害を引き起こす可能性のある集団の中から、より高いリスクを持っている対象者に介入し、リスクを軽減することによって、病気を予防すること。

## ▶▶ 目標値

指標項目		現状値(R3年度)	目標値(R9年度)	
食育に関心のある人の割合		79.9%	90%以上	
生活リズムがとれている人の割合		59.2%	66%以上	
朝ごはんを食べている人の割合	小学生	96.9%	98%以上	
	中学生	93.5%	96%以上	
	高校生	85.6%	93%以上	
	18~29歳	66.7%	74%以上	
1日に2回以上、主食・主菜・副菜をそろえて食べている人の割合		54.8%	70%以上	
加工食品を購入する際に栄養成分表示に気を付けている人の割合		18.8%	30%以上	
肥満とやせの人の割合	肥満	40~60歳代男性	32.1%	25%以下
	やせ	18~30歳代女性	15.8%	13%以下
		高校生	15.8%	13%以下



## 施策の方向2. 口腔機能を育てる食育の推進

### めざす姿

よく噛んでゆっくり食べている。  
歯みがきなどの口腔ケアを実践している。  
定期的に歯科口腔健診を受診し、口腔の健康管理を行っている。  
地域の交流の場などで、ゆったり食事を楽しむ。

### 現状と課題

アンケート結果をみると、ふだんの咀嚼について、「よく噛んでいる」(11.3%)と「どちらかといえばよく噛んでいる」(45.7%)を合わせた『よく噛んでいる』人の割合は 57.0%と6割未満となっています。また、後期高齢者の基本健診結果をみると、半年前に比べて固いものが食べにくくなった、お茶や汁物等でむせたことがあるといった口腔機能の低下が認められる割合が2割を超えています。不十分な咀嚼や口腔機能の低下は食生活への影響だけでなく、滑舌の悪化等による人や社会との関わりの減少等、多岐にわたって影響し、心身の機能低下につながる恐れがあります。

いつまでも食べ物をおいしく食べ、心身ともに健康な生活を送るためには、歯と口の健康づくり、食べ方に関する啓発を推進することが必要です。

### 主な取り組み

#### ① 歯と口の健康づくりの推進

よく噛んでゆっくり食べることは、食物の消化吸収を高めるだけでなく、虫歯の予防やあごの発育、そして満腹感が得られやすくなることから肥満予防につながります。歯と口の健康はその土台となり、家庭での口腔ケアの習慣と歯科医院での専門的口腔ケアの両方を上手く取り入れることが重要なことから、日頃の適切な口腔ケアやかかりつけ歯科を持つこと、定期的な歯科口腔健診の受診など、一人ひとりが口の健康づくりに積極的に取り組むことができるよう、よく噛むことや口腔の健康づくりの大切さの啓発に努めます

特に乳幼児期においては、味覚や咀嚼機能が発達する重要な時期となるため、発育・発達にあわせた離乳や食べる力を育むための支援に取り組みます。

また、高齢期においては、固いものが食べにくい、むせる、口の中が湯きやすい等、口腔機能が低下した状態はオーラルフレイルと呼ばれ、心身機能の低下にも繋がる恐れがあります。健やかで自立した暮らしを続けるために、オーラルフレイル予防の普及啓発の取り組みを進めます。

## ▶▶▶ 具体的な取り組み例

取り組み	取り組み内容	重点対象	推進者
●乳幼児の歯科相談、摂食指導の実施	乳幼児健診等を通じて、歯科衛生士等による相談や啓発を実施します。		行政 関係団体
●子どもへの歯みがき指導の実施	就学前教育・保育施設、学校等において、虫歯予防の啓発や正しい歯みがきについての指導を行います。		行政 就学前教育・ 保育施設 学校 関係団体
●歯科口腔健診受診の啓発	かかりつけ歯科をもち、定期的に歯科健診を受診するよう啓発するとともに、三田市歯科口腔健診を実施します。	若い世代 働き盛り世代 シニア世代	行政 関係団体
●オーラルフレイル予防の取り組み	オーラルフレイル予防教室や歯科衛生士等による個別相談等に取り組みます。	シニア世代	行政 関係団体
●歯及び口腔の健康づくりに関する啓発イベントの実施	市と市歯科医師会、各種関係団体等が連携し、いい歯の日フェア等の啓発イベントを開催します。		行政 就学前教育・ 保育施設 学校 関係団体

## ▶▶▶ 目標値

指標項目	現状値(R3年度)	目標値(R9年度)
歯科口腔健診を受診する人の割合	65.6%	70%以上
よく噛んで食べる人の割合	57.0%	63%以上



## 施策の方向3. 災害時の健康を支える食育

### めざす姿

災害時に備え、家族構成や家族の健康状態にあった食料品等を備蓄している。  
ローリングストックを実践し、日常で使用する食品を常に一定量備蓄している。  
地域で防災・減災に関する情報を共有している。

### 現状と課題

アンケート結果をみると、日ごろから非常用持出品の準備や備蓄など災害への備えを行っている割合は 36.2%と4割未満となっています。災害発生からライフラインの復旧には1週間以上を必要とするケースが多く、災害に備えた日頃からの備えは非常に大切です。また、災害により心身ともに疲弊しやすい状況では、栄養バランスのとれた食料品、普段からよく食べるもの、好きなものを準備しておくことも重要になります。特に乳児や高齢者、食物アレルギーを持っている家族がいる場合、それらに配慮した食料品を備蓄しておく必要もあります。

災害への備えの重要性の普及はもちろんのこと、一人ひとりが各家庭に合った備蓄を考え実践できるよう啓発や情報提供の推進が必要です。

### 主な取り組み

#### ① 災害時に備えた食に関する知識の普及啓発

災害時においても、出来る限り自分の食事は自分で整えられるよう、災害時に備えた必要な食料品の備蓄、日ごろからのローリングストック法<sup>10</sup>の実践など、各家庭に合った備えができるよう、啓発に努めます。

また災害時には、栄養摂取の偏りなどをはじめとする健康に関する二次被害が発生しやすいため、被災生活時も健康に過ごせるよう、災害時の食事に関する知識の普及に努めます。管理栄養士・栄養士による要配慮者飲食料品の調達支援、避難所の食事状況の把握及び栄養評価、食品衛生に関する助言、栄養相談、栄養支援のための災害派遣チームの受援調整などについて、兵庫県や関係組織と連携して取り組みます。

<sup>10</sup> ローリングストック法: 普段の食料品を少し多めに買い置きし、消費した分を補充する方法。

## 具体的な取り組み例

取り組み	取り組み内容	重点対象	推進者
●家族構成に応じた食料品等の備蓄に関する啓発	家族構成に応じて必要な量や、乳児、高齢者、アレルギー等配慮が必要な人に応じた食料品等についての情報を、様々な機会や媒体を通じて発信します。	若い世代 働き盛り世代 シニア世代	行政 関係団体 事業者
●ローリングストック法に関する啓発	就学前教育・保育施設、学校におけるおたより等の媒体を通じた保護者への啓発を行うとともに、特に防災月間等においては、関係団体等と連携して重点的に啓発を行います。	若い世代 働き盛り世代 シニア世代	行政 就学前教育・ 保育施設 学校 関係団体 事業者
●災害時でも使える調理方法等の知識の普及啓発	パッククッキング <sup>11</sup> や乾物、缶詰などの長期保存可能な食品の活用について、関係団体等と連携しながら災害時に活用できる調理方法の啓発を行います。	若い世代 働き盛り世代 シニア世代	行政 関係団体
●発災時の要配慮者飲食料品の確保	避難所等における飲食料品について、要配慮者に対応した食品を確保できるよう、平時から行政と関係機関が連携して対応できる体制を整えます。	若い世代 働き盛り世代 シニア世代	行政

## 目標値

指標項目	現状値(R3年度)	目標値(R9年度)
家族構成や家族の健康状態に応じて非常用食料などを備蓄している世帯の増加	—	30%以上

### 災害時の備えへのヒント

農林水産省では、何から対策をはじめればよいか分からない、何を備蓄してよいか分からないといった人のために、下記のガイドブックを公表しています。このガイドブックを参考にしながら、日常の一部として備蓄を取り入れ、必要な備えを進めましょう。

#### ◆「災害時に備えた食品ストックガイド」

備蓄に適した食品の選び方、ローリングストック法等による日頃の活用方法、災害時に役立つ簡単レシピなどの実践的な内容を取りまとめています。

#### ◆「要配慮者のための災害時に備えた食品ストックガイド」

乳幼児、高齢者、慢性疾患・食物アレルギーの方などに向けて、家庭備蓄を行う際に必要な情報、災害時における食事の注意点などを取りまとめています。

<sup>11</sup> パッククッキング：耐熱性のポリ袋に食材を入れ、袋のまま鍋で湯せんする調理方法。



## 施策の方向1. 三田の農を支える食育

### めざす姿

三田産の食材が食卓に上がっている。  
 生産者や農業への理解と、食への感謝の気持ちを持っている。  
 家庭菜園や農業体験への参加、生産者との交流など、農業に触れる機会を持っている。  
 減化学肥料・減農薬栽培や有機農業など、環境に配慮して生産された農産物への理解を深めている。

### ➤➤ 現状と課題

アンケート結果をみると、1年間で農林漁業体験をしたことが「ない」と回答した人の割合は72.3%と7割を超えている一方で、「ある」と回答した人では、「ない」と回答した人より地産地消や環境への配慮を意識されている方が多く、農林漁業体験の効果が示唆された結果となっています。

地産地消は農家支援だけでなく、環境にもやさしい取り組みです。生産地と消費地が近接する三田市の特徴を活かし、農業体験の推進、生産者と消費者の交流等を通じて、食や農への理解、地産地消を推進することが必要です。

### ➤➤ 主な取り組み

#### ① 地産地消の推進

生産者や事業者は農産物の販売、関係団体は地場産物を使った料理教室などの開催、行政は地場産物の情報提供や給食での三田産農産物の活用推進など、様々な機関が工夫を凝らし、三田産農産物の普及・啓発に努めます。

#### ② 農と関わる機会の充実

農業体験など、消費者が農に関わる機会を充実させ、食に対する理解と感謝の気持ちの醸成、環境に配慮して生産された農産物への関心を深めてもらえるよう取り組みます。

また、農業に関わる人材を増やせるよう、様々な方法を通じて生産者と消費者との交流の機会提供の充実に努めます。



## ▶▶▶ 具体的な取り組み例

取り組み	取り組み内容	推進者
● 学校における地場産物の普及啓発活動の実施	地場産物に関する食の指導や地場産物に関する絵手紙コンクールの開催など、三田産農産物への理解と愛着を深める取り組みを行います。	行政 学校
● 給食での三田産農産物の活用推進	給食での三田産農産物の積極的な活用を図ります。	行政 就学前教育・保育施設 学校
● 農業関連イベントや地産地消の啓発	イベントのSNSによるライブ配信など、タイムリーな情報発信を活用し、新しい時代に適した農業まつりなどを開催することで、生産者と消費者の交流をより一層深め、地産地消を推進します。	行政 関係団体 事業者
● 子どもへの野菜の栽培活動、農業体験の実施	就学前教育・保育施設、学校、地域での野菜の栽培活動、農業体験を通じて、食への理解と感謝の気持ちを育むとともに、生産、加工、流通などへの理解を深める取り組みを行います。	行政 就学前教育・保育施設 学校
● 農業の初心者相談会の開催	農業を始めてみたい方、ゼロからスタートなので何も分からない方、定年退職後のセカンドライフとして農業に関心のある方などが、気軽に相談できる相談会を、オンライン等を活用しながら実施します。	行政 関係団体 事業者
● 貸し農園事業の実施	市民が農にふれる交流の機会を創出するため、貸農園事業を推進します。	行政



## ▶▶ 目標値

指標項目	現状値(R3年度)	目標値(R9年度)
三田産農産物を食べている人の割合	76.9%	80%以上
直売所での三田産農産物販売高	5.8 億円	6.5億円以上
学校給食における地場産物を使用する割合 (品目ベース)	31.3%	35%以上
農業体験を経験した人の割合	25.1%	30%以上

### 地産地消って何がいいの？



#### 消費者 にとって

身近な場所から農産物を得ることができるため、旬の新鮮で栄養価の高い食品が入手できるとともに、生産者の顔や生産状況等を確認でき安心感が得られるというメリットがあります。また、地域の食文化について理解を深める機会になりうるため、食文化の継承という面でも大きな役割を果たします。

#### 生産者 にとって

消費者との顔の見える関係により、地域の消費者ニーズを的確にとらえた効率的な生産を行うことができるとともに、流通経費が節減できるため収益性の向上が期待できます。

#### 環境 にとって

農産物を運ぶ距離が短くなることでエネルギー・CO<sub>2</sub> 排出量の削減につながり、環境への負荷が軽減され、SDGsの貢献にもつながります。また、農地が保全されることで、景観を維持することにもつながります。

#### 地域経済 にとって

地域で生産されたものが地域で消費されることで、地域内に資金が還元され、循環型経済や地域経済の活性化につながります。



## 施策の方向2. 食文化をつなぐ食育

### めざす姿

家族や友人・知人とともに食卓を囲む機会が増える。  
地域でつどい、食事を楽しむ場所がある。  
家庭や地域で食文化を継承・伝承している。  
食文化を身近に感じられる行事やイベントがある。

### ▶▶▶ 現状と課題

近年、少子高齢化が進行し高齢者の単独世帯が増加傾向にある中、アンケート結果をみると、「80歳以上の女性」で「ほとんど1人で食事をしている」割合が29.7%と3割近くを占め、かつ、共食をしたいと『思わない』割合も33.7%と3割を超えています。新型コロナウイルス感染症の影響により短期的に共食の機会が減少しているものの、共食は会話やコミュニケーションの増加により食事がおいしく感じられる等のメリットがあります。引き続き、共食の重要性を啓発していく取り組みが重要です。

また、アンケート結果より男性の食文化の継承・伝承をしている割合が低くなっています。ユネスコ無形文化遺産にも登録された和食を継承していくために、一人ひとりが食生活の保護・継承に取り組んでいくことが重要です。

### ▶▶▶ 主な取り組み

#### ① 共食の普及啓発

共食をすることは、食事をおいしく楽しむことができるだけでなく、健康な食生活にもつながることから、共食の重要性と「新たな日常」も踏まえた形での共食のあり方などについての啓発に取り組めます。

#### ② 和食文化の普及啓発

日本の和食文化は栄養バランスが取りやすく、動物性油脂が少ないことから長寿や肥満防止にも役立っているとされ、2013年にはユネスコ無形文化遺産にも登録されました。和食文化を未来へつないでいけるよう、行事食の由来やその調理法などを伝承するための情報提供や食育講座等を通じて普及啓発を図ります。

## 具体的な取り組み例

取り組み	取り組み内容	推進者
● 共食の場の支援	子ども食堂 <sup>12</sup> や地域食堂、地域のつどい場等、食を通じた地域のつながりを深める活動の支援と情報発信を行います。	行政 関係団体 事業者
● 学校給食に関する情報発信	ごはんを中心とした学校給食のレシピや、献立表・給食だよりを広く発信することで、和食文化の普及啓発を行います。	行政 就学前教育・保育施設 学校
● 学校給食展の開催	学校給食週間 <sup>13</sup> 等において、昔の食生活や食文化の紹介や展示等を行い、食生活の変遷や伝統的な食文化についての啓発を行います。	行政
● 行事食の啓発と情報発信	様々な日本の伝統的な行事食を給食で提供するとともに、講座等を通じて家庭や地域に行事食の由来等を伝えていきます。	行政 就学前教育・保育施設 学校

## 目標値

指標項目	現状値(R3年度)	目標値(R9年度)
1日に1回以上、家族や友人と一緒に食事をする人の割合	71.8%	75%以上
友人・知人・地域の人等との食事会への参加意向	63.9%	68%以上
食文化を継承し、伝えている人の割合	68.0%	77%以上

<sup>12</sup> 子ども食堂：地域住民等による民間発の取り組みとして無料または安価で栄養のある食事や温かな団らんを提供する食堂のこと。

<sup>13</sup> 学校給食週間：学校給食の意義や役割について、児童生徒や教職員、保護者や地域住民の理解を深め関心を高めるため、全国で様々な行事が行われる期間であり、1月24日から1月30日の1週間が対象期間となる。



### 施策の方向3. 持続可能な食を支えるための食育

#### めざす姿

食の安全性について正しく理解し、食品を選択できている。  
 食品ロスを削減するために、食品の買い方や保存方法、調理方法などを工夫している。  
 食の安全性や環境問題についての情報交換や講習会が開かれている。

#### ➤➤➤ 現状と課題

アンケート結果をみると、食品を購入する際に気をつけていることについては、「鮮度のよいもの」・「価格」・「期限表示」などの回答が高く、「栄養成分表示」や「アレルギーに関わる表示」の割合は低くなっています。安心して健全な食生活を送るためには食の安全性についての正しい理解をもち、自身で食品を選択できることが重要であることから、食の安全性等に関する知識を身につけられるよう、啓発・情報提供に取り組むことが必要です。

アンケート結果をみると、食品ロスが問題となっていることを『知っている』人の割合は 94.0%と9割を超えており、食品ロスを知っている人の99.0%は食品ロスを減らすために意識して行動しています。具体的な行動としては「残さずに食べる」が最も多く、次いで「賞味期限」を過ぎてもすぐに捨てるのではなく、自分で食べられるか判断する」「冷凍保存を活用する」と続きます。持続可能な社会の形成に向け、一人ひとりが食品ロス削減に向け積極的に取り組めるよう、引き続き、啓発等を推進していくことが必要です。

#### ➤➤➤ 主な取り組み

##### ① 食や環境に関する知識の普及

安心して健全な食生活をおくるためには、栄養成分表示やアレルギー表示など食品を選択するための正しい知識が必要不可欠であることから、食品の知識の普及啓発に努めるとともに、食の安全安心に関する情報の収集・発信に取り組みます。

##### ② 食品ロス削減の推進

食品ロス量(推計値)は年々減少傾向にあるものの、未だ年間約500万トン以上にのぼり、持続可能な社会の形成のためには、消費者・事業者両方での継続した取り組みが必要であることから、食品ロスの削減に向けた取り組みなどの情報の収集・発信に努めます。

具体的な取り組み例

取り組み	取り組み内容	推進者
●乳幼児への食物アレルギーに関する指導の実施	乳幼児健診等を通じて、保健師や管理栄養士等による食物アレルギーに関する指導や正しい知識の普及啓発を行います。	行政 関係団体
●食物アレルギー対応マニュアルの整備	特に食物アレルギーの多い就学前教育・保育施設、学校等において、食物アレルギー対応マニュアルを整備します。	行政 就学前教育・保育施設 学校
●食の安全に関する研修会の実施	食物アレルギーや食中毒など、食の安全に関する正しい知識の普及啓発を行うための研修会等を実施します。	行政 関係団体
●消費生活に関する講座の実施	食品表示やもったいない、エシカル消費 <sup>14</sup> 等、様々なテーマの講座を実施し、食や環境に関する知識の普及啓発を行います。	行政 関係団体
●給食の残食を減らす取り組みの実施	栄養教諭を中心とした教諭、保育士等が給食の時間等の指導を通じ、一人ひとりにあった食べ方を大切にしつつ、食に携わる人への感謝の気持ちを深め、残食を減らす取り組み、指導を行います。	行政 就学前教育・保育施設 学校
●フードドライブ <sup>15</sup> の実施、支援	市や事業者が連携し、フードドライブを実施し、子ども食堂や1人暮らしの学生などに食品支援を行う取り組みを進めます。	行政 関係団体 事業者
●食品ロス削減に関する消費者への啓発	てまえどり <sup>16</sup> の啓発や3ゼロ運動 <sup>17</sup> の推進等を通じて、食品ロス削減に関する啓発を進めます。	行政 事業者

目標値

指標項目	現状値(R3年度)	目標値(R9年度)
加工食品を購入する際に、食品表示に気を付けている人の割合	90.3%	92%以上
食の安全に関する情報を得ることが大切だと思っている人の割合	52.0%	56%以上
環境に配慮した農林水産物・食品を選んでいる人の割合	57.6%	65%以上

<sup>14</sup> エシカル消費(倫理的消費):地域の活性化や雇用なども含む、人や社会、環境に配慮した消費行動。

<sup>15</sup> フードドライブ:家庭で余っている食品を集めて、食品を必要としている地域のフードバンク等の生活困窮者支援団体、子ども食堂、福祉施設等に寄付する活動。

<sup>16</sup> てまえどり:商品棚の手前にある商品を選ぶこと。

<sup>17</sup> 3ゼロ運動:「買いすぎゼロ」・「作りすぎゼロ」・「食べ残しゼロ」の3つ掲げた食品ロス削減運動。



## 施策の方向1. 多様な関係者の連携・協働

### めざす姿

家庭の中で食に関する話題がある。  
 仲間と一緒につどい、食について話し合っている。  
 食育の推進者同士が顔の見える関係である。

### 現状と課題

家庭や地域の食を営む力を高めるためには、行政だけでなく、就学前教育・保育施設、学校、事業者、関係団体等の多様な関係者がともに連携・協働することが重要であり、食育に特化した団体にとどまらず、各種地縁団体なども含めたネットワークを拡大してきました。

また、食育を効果的に展開していけるよう、各推進者の資質の向上につながる取り組みを進めており、今後も食育に携わる人材育成を支援するための取り組みを進めていくことが重要です。

### 主な取り組み

#### ① 就学前教育・保育施設、学校、事業者、関係団体、行政などの連携の推進

各団体・機関が連携を図り、協働して効果的に活動ができるようネットワークの構築を進め、あらゆる機会や場所で食育が推進されるよう連携体制と環境づくりの充実を図るとともに、情報共有の推進に努めます。

#### ② 食育に携わる人材育成の支援

食育を効果的に展開するためには、管理栄養士・栄養士、栄養教諭、教育・保育関係者、食育ボランティア、食に関わる事業者など、推進者の役割が重要です。

食育の推進者に対し、情報提供や健全な食生活の実践方法、食に関する基本的な知識の向上を目的とした研修会の場を設けるなど、資質の向上を図ります。

## 具体的な取り組み例

取り組み	取り組み内容	推進者
●三田市食育推進会議の開催	三田市食育推進会議及び食育推進庁内幹事会等を通じ、関係者と三田市の食育推進の方向性や取り組みについて協議するとともに、三田市食育推進計画の策定及びその推進を行います。	行政 就学前保育・教育施設 学校 関係団体 事業者
●「三田市の学校・園における食育推進計画」の見直し及び推進	三田市の学校・園における食育推進計画（令和元（2019）年度～令和5（2023）年度）が最終年度を迎えることから、本計画を基に見直しを図り、次期計画を策定します。	行政 学校
●食育関係団体の情報発信	食育の推進者が横のつながりをもち、連携体制をとれるよう、食育関係団体の情報をまとめ、市ホームページ等で団体情報の発信を行います。	行政 就学前保育・教育施設 学校 関係団体 事業者
●地域団体への食育の普及啓発	三田市全体で同じ方向性で食育に取り組めるよう、地域で活動する団体等へ、本計画に関する普及啓発を行います。	行政 関係団体
●食育研修会の開催	食育への理解と関心を深め、食育の推進者同士が顔の見える関係を築き、様々な関係者が協働して活動ができるきっかけとなるよう研修会を開催します。	行政 就学前保育・教育施設 学校 関係団体 事業者

## 目標値

指標項目	現状値(R3年度)	目標値(R9年度)
関係団体などと連携して取り組んだ食育事業の割合	77.0%	80%以上



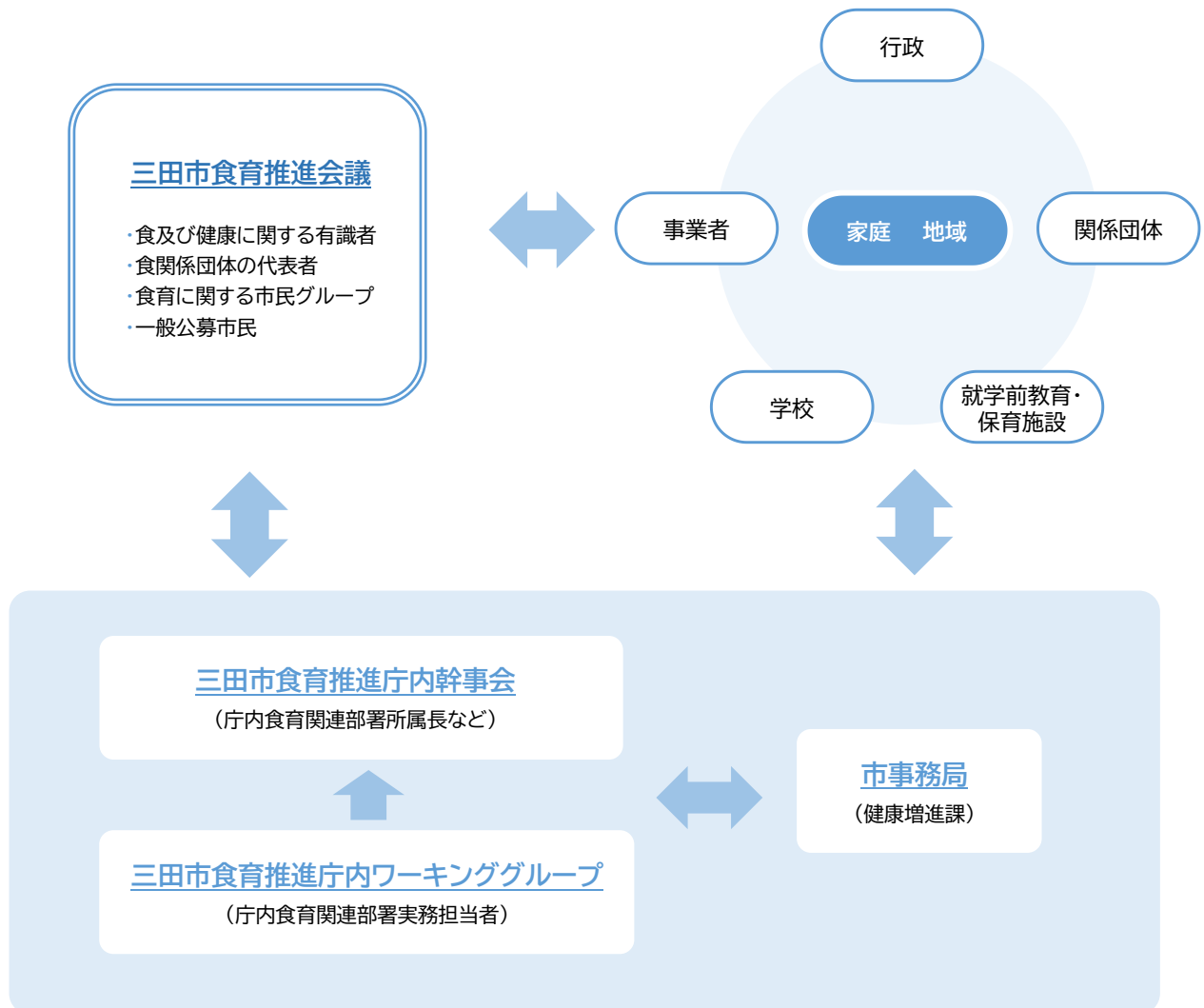
# 第5章 計画を推進するために

## 1 推進の体制

計画を推進するにあたっては、就学前教育・保育施設、学校、事業者、関係団体、行政などの多様な食育の推進者が連携・協働しながら取り組んでいくことが重要です。

本計画の推進にあたっては、三田市食育推進会議において、専門的な立場や市民、事業者の観点からの食育の推進を図るとともに、行政内部で組織している、三田市食育推進庁内幹事会及び三田市食育推進庁内ワーキンググループにおいて、目標の管理、食育関連事業の情報・意見交換、計画の普及啓発や食育関連事業を推進するなど、総合的な推進を図ります。

【第2次三田市食育推進計画の総合的な推進】

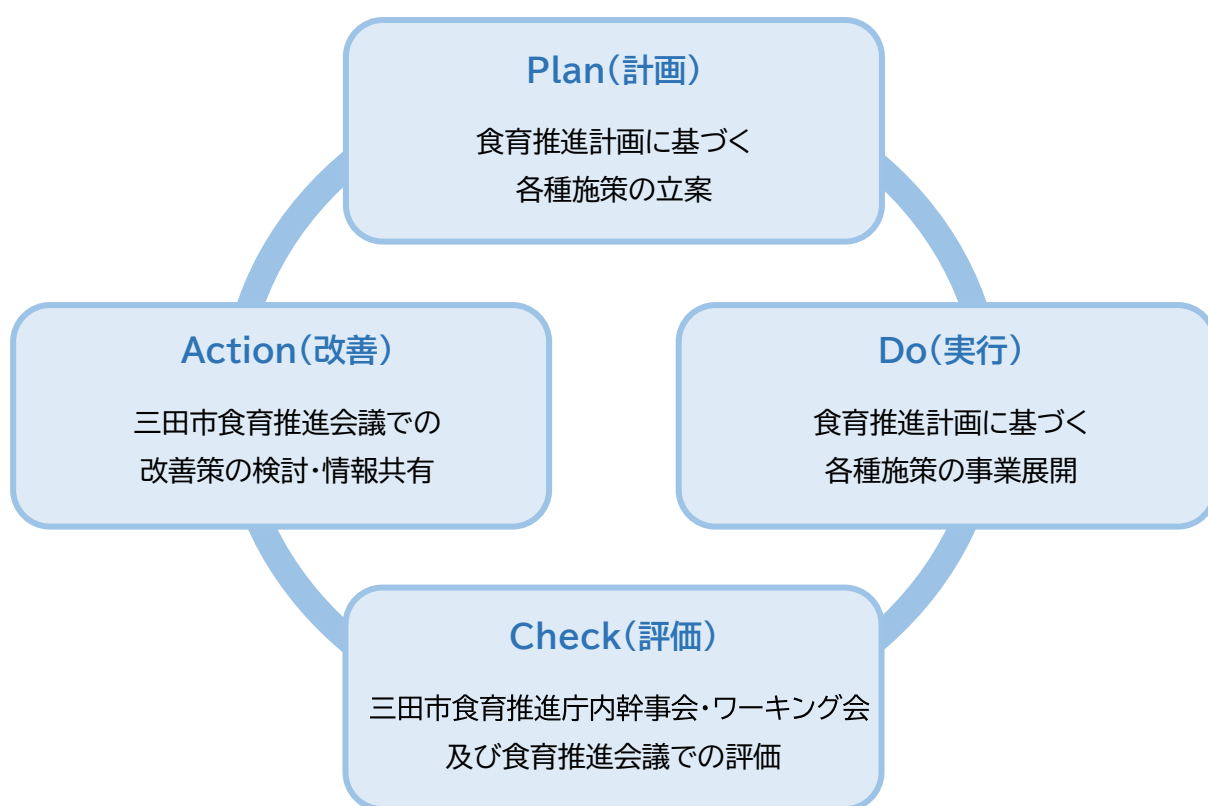




## 2 計画の進行管理

本計画の推進にあたっては、事業の実施状況の把握などにより定期的に進捗状況を確認するとともに、客観的な評価を行い改善していく、PDCAサイクル(計画・実行・評価・改善)のもとに、計画を進めます。

着実な計画の進行を図るため、毎年度、「三田市食育推進会議」を開催し、食育推進の進行管理、施策の見直し検討や情報の共有を図り、より効率的・効果的な事業の推進を行います。



## 1 食育基本法の概要

### 1 目的

国民が健全な心身を培い、豊かな人間性をはぐくむ食育を推進するため、施策を総合的かつ計画的に推進すること等を目的とする。

### 2 関係者の責務

- (1) 食育の推進について、国、地方公共団体、教育関係者、農林漁業関係者、食品関連事業者、国民等の責務を定める。
- (2) 政府は、毎年、食育の推進に関して講じた施策に関し、国会に報告書を提出する。

### 3 食育推進基本計画の作成

- (1) 食育推進会議は、以下の事項について食育推進基本計画を作成する。
  - ① 食育の推進に関する施策についての基本的な方針
  - ② 食育の推進の目標に関する事項
  - ③ 国民等の行う自発的な食育推進活動等の総合的な促進に関する事項
  - ④ その他必要な事項
- (2) 都道府県は都道府県食育推進計画、市町村は市町村食育推進計画を作成するよう努める。

### 4 基本的施策

- (1) 家庭における食育の推進
- (2) 学校、保育所等における食育の推進
- (3) 地域における食生活の改善のための取り組みの推進
- (4) 食育推進運動の展開
- (5) 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
- (6) 食文化の継承のための活動への支援等
- (7) 食品の安全性、栄養その他の食生活に関する調査、研究、情報の提供及び国際交流の推進

### 5 食育推進会議

- (1) 内閣府に食育推進会議を置き、会長(内閣総理大臣)及び委員(食育担当大臣、関係大臣、有識者)25名以内で組織する。
- (2) 都道府県に都道府県食育推進会議、市町村に市町村食育推進会議を置くことができる。

## 2 三田市食育推進会議条例・名簿

### 三田市条例第14号

#### (1) 三田市食育推進会議条例

##### (設置)

第1条 本市の食育に係る施策に関し、関係団体等と連携して総合的かつ効果的な推進を図るため、食育基本法(平成17年法律第63号。以下「法」という。)第33条第1項の規定に基づき、三田市食育推進会議(以下「推進会議」という。)を設置する。

##### (所掌事務)

第2条 推進会議は、次に掲げる事務を所掌する。

- (1) 三田市食育推進計画(法第18条第1項に規定する市町村食育推進計画をいう。)を策定し、及びその実施を推進すること。
- (2) 前号に掲げるもののほか、本市における食育の推進に関して、重要事項を審議し、及び施策の実施を推進すること。

##### (組織)

第3条 推進会議は、委員20人以内をもって組織する。

2 委員は、次に掲げる者のうちから市長が任命する。

- (1) 学識経験者
- (2) 食育の推進に関係する団体の役員又は職員
- (3) 教育機関及び関係行政機関の職員
- (4) 市民
- (5) 前各号に掲げるもののほか、市長が必要と認める者

##### (任期)

第4条 委員の任期は2年とする。ただし、補欠委員の任期は、前任者の残任期間とする。

2 委員は、再任することができる。

##### (会長)

第5条 推進会議に会長を置き、委員の互選によって定める。

2 会長は、会務を総理し、推進会議を代表する。

3 会長に事故があるとき又は会長が欠けたときは、あらかじめその指名する委員が、その職務を代理する。

##### (臨時委員)

第6条 特別の事項を調査審議させるため、会長が必要があると認めるときは、推進会議に臨時委員を置くことができる。

2 臨時委員は、学識経験者、食育の推進に関係する団体の役員又は職員その他市長が適当と認める者のうちから、市長が任命する。

3 臨時委員は、当該特別の事項に関する調査審議が終了したときは、解任されるものとする。

##### (会議)

第7条 会長は、推進会議の会議を招集し、その議長となる。

- 2 推進会議の会議は、委員に過半数が出席しなければ、開くことができない。
- 3 推進会議の議事は、出席した委員の過半数をもって決し、可否同数のときは、議長の決するところによる。
- 4 会長は、必要があると認めるときは、会議に関係者の出席を求め、説明又は意見を聞くことができる。

(部会)

第8条 推進会議は、部会を置くことができる。

- 2 部会に属すべき委員及び臨時委員は、会長が指名する。
- 3 部会に部会長を置き、当該部会に属する委員及び臨時委員のうちから会長の指名する者がこれに当たる。
- 4 部会長は、部会の事務を掌理する。
- 5 部会長に事故があるとき又は部会長が欠けたときは、部会に属する委員のうちから部会長があらかじめ指名する者が、その職務を代理する。

(庶務)

第9条 推進会議の庶務は、食育に関する事務を担当する課において処理する。

(委任)

第10条 この条例に定めるもののほか、推進会議の運営に関し必要な事項は、会長が推進会議に諮って定める。

付 則

(施行期日)

- 1 この条例は、平成24年4月1日から施行する。

## (2)三田市食育推進会議委員名簿

別表(第3条関係)

(順不同・敬称略 令和5年3月31日現在)

氏 名	所属(団体)名等	備 考
進藤 容子	相愛大学 人間発達学部 子ども発達学科	会長
岡本 晴夫	三田市歯科医師会	副会長
朝野 京子	宝塚健康福祉事務所	
橋本 淳子	三田地域活動栄養士の会	
新谷 英代	三田市いずみ会	
野田 浩史	JA 兵庫六甲農協市場館 パスカルさんだ一番館	
久保田 智美	生活協同組合コープこうべ第4地区本部	
浅野 晋司	三田市学校教育部	
喜多 有希	三田市共生社会部健康共生室	
米永 聡	市民	
藤原 珠実	市民	

### 3 三田市食育推進庁内幹事会設置要綱

(設置)

第1条 三田市の食育に関する施策を総合的かつ効果的に推進するため、三田市食育推進庁内幹事会(以下「幹事会」という。)を置く。

(所掌事務)

第2条 幹事会は、次に掲げる事務を所掌する。

(1)三田市食育推進計画(食育基本法(平成17年法律第63号)第18条第1項に規定する市町村食育推進計画をいう。)の策定に関する調査研究を行い、三田市食育推進会議において審議する当該計画の原案を作成するとともに、その実施を推進すること。

(2)三田市食育推進計画に関する組織の総合調整に関すること。

(3)前2号に掲げるもののほか、目的を達成するために必要な事項に関すること。

(組織)

第3条 幹事会は、別表第1に掲げるメンバーによって構成する。

2 幹事会に幹事長及び副幹事長を置き、幹事長には食育事務担当部次長等を、副幹事長には食育事務担当所属長をもって充てる。

(会議)

第4条 幹事長は、会議を招集し、会務を総理する。

2 幹事長は、必要があると認めるときは、幹事会にメンバー以外の者の出席を求め、説明又は意見を聞くことができる。

3 副幹事長は、幹事長を補佐し、幹事長に事故があるときは、その職務を代理する。

(庁内ワーキンググループ)

第5条 幹事会に、第2条の所掌事務の効率的推進を図るため、庁内ワーキンググループを置くことができる。

(庶務)

第6条 幹事会の庶務は、食育事務担当課において処理する。

(補則)

第7条 この要綱に定めるもののほか、幹事会の運営に関し必要な事項は、幹事長が幹事会に諮って定める。

付 則

この要綱は、平成24年4月1日から施行する。

付 則(一部改正 組織の改正、構成員の追加)

この要綱は、平成29年8月1日から施行する。

付 則(一部改正 組織の改正)

この要綱は、平成30年4月1日から施行する。

付 則(一部改正 組織の改正)

この要綱は、平成31年4月1日から施行する。

付 則(一部改正 組織の改正)

この要綱は、令和2年4月1日から施行する。

付 則(一部改正)

この要綱は、令和4年10月1日から施行する。

別表第1(第3条関係)

庁内幹事会構成員
食育事務担当部次長等
消費生活担当所属長
高齢者食育担当所属長
乳幼児食育担当所属長
農林水産振興担当所属長
学校食育担当所属長
学校給食担当所属長
食品ロス担当所属長
食育事務担当所属長

#### 4 第2次三田市食育推進計画の策定経過

年	日 程	会 議 名 等	主 な 内 容
令和3年	7月20日(火)	令和3年度第1回三田市食育推進庁内幹事会兼ワーキング	・食育推進計画(後期)の進捗状況について ・食育推進計画(後期)の評価と第2次三田市食育推進計画の策定スケジュールについて
	11月18日(木)	令和3年度第2回三田市食育推進庁内幹事会兼ワーキング	・食に関する市民アンケート調査の内容検討
	12月17日(金)	令和3年度第1回食育推進会議	・食育推進計画(後期)の評価と第2次三田市食育推進計画の策定スケジュールについて ・食に関する市民アンケート調査の内容検討
令和4年	2月	食に関するアンケート調査実施	【調査対象】 満18歳以上の三田市民(高校生除く):2,000 人 三田市の6高校の生徒、1大学の学生:300 人
	7月26日(火)	令和4年度第1回食育推進会議	・食に関する市民アンケート調査の報告 ・次期三田市食育推進計画の体系案の協議
	10月4日(火)	令和4年度第1回三田市食育推進庁内幹事会兼ワーキング	・食に関する市民アンケート調査の報告 ・次期三田市食育推進計画の体系案の協議
	10月28日(金)	令和4年度第2回食育推進会議	・第2次三田市食育推進計画素案の協議
	12月2日(金)	令和4年度第3回食育推進会議	・第2次三田市食育推進計画素案の協議
令和5年	1月17日(火)～ 2月15日(水)	パブリックコメントの実施	市民からの意見募集
	2月20日(月)～ 2月27日(月)	令和4年度第4回食育推進会議 (書面開催)	・パブリックコメントの結果について ・第2次三田市食育推進計画最終案について



## 5 食に関する市民アンケート調査結果(令和4(2022)年2月実施)

調査対象① : 高校生を除く満18歳以上の市民(以下、一般) 2,000名  
 有効回収数 : 1,221人  
 有効回収率 : 61.1%

調査対象② : 市内6校の高校生 各1クラス、1大学の大学生  
 有効回収数 : 300人  
 有効回収率 : 100.0%

F1 あなたの性別(SA)

No.		一般		高校生		大学生	
		回答数	%	回答数	%	回答数	%
1	男性	533	43.7	105	50.2	10	11.0
2	女性	683	55.9	95	45.5	80	87.9
3	回答しない	4	0.3	7	3.3	—	—
	不明・無回答	1	0.1	2	1.0	1	1.1

F2 <一般>あなたは何歳ですか(SA)

No.		一般	
		回答数	%
1	10歳代	13	1.1
2	20歳代	104	8.5
3	30歳代	130	10.6
4	40歳代	163	13.3
5	50歳代	200	16.4
6	60歳代	280	22.9
7	70歳代	227	18.6
8	80歳代以上	101	8.3
	不明・無回答	3	0.2

F3 <一般>同居人の有無(SA)

No.		一般	
		回答数	%
1	同居している	1117	91.5
2	一人暮らし	101	8.3
	不明・無回答	3	0.2

F3 <学生>同居人の有無(SA)

No.		高校生		大学生	
		回答数	%	回答数	%
1	同居している	204	97.6	56	61.5
2	一人暮らし	—	—	3	3.3
3	学校の寮	—	—	31	34.1
	不明・無回答	5	2.4	1	1.1

F4 <一般>同居人(MA)

No.		一般	
		回答数(n=1117)	%
1	配偶者	861	77.1
2	親	215	19.2
3	子	553	49.5
4	兄弟姉妹	54	4.8
5	孫	45	4.0
6	祖父母	14	1.3
7	その他	22	2.0
	不明・無回答	11	1.0

F4 <学生>同居人(MA)

No.		高校生		大学生	
		回答数(n=260)	%	回答数(n=56)	%
1	親	200	98.0	55	98.2
2	兄弟姉妹	157	77.0	37	66.1
3	祖父母	20	9.8	11	19.6
4	友人	1	0.5	—	—
5	その他	5	2.5	—	—
	不明・無回答	—	—	—	—

F5 &lt;一般&gt;(MA)

No.	一般		
	回答数(n=553)	%	
1	100	18.1	
2	139	25.1	
3	80	14.5	
4	75	13.6	
5	283	51.2	
6	27	4.9	
	不明・無回答	17	3.1

F5 &lt;学生&gt;居住地区(SA)

No.	高校生		大学生	
	回答数	%	回答数	%
1	109	52.2	38	41.8
2	98	46.9	52	57.1
	不明・無回答	2	1	1.1

F6 &lt;一般&gt;居住地区(SA)

No.	一般		
	回答数	%	
1	220	18.0	
2	114	9.3	
3	68	5.6	
4	18	1.5	
5	38	3.1	
6	106	8.7	
7	16	1.3	
8	273	22.4	
9	333	27.3	
10	30	2.5	
	不明・無回答	5	0.4

F6 &lt;学生&gt;ゆとりの有無 ①時間的ゆとり(SA)

No.	高校生		大学生	
	回答数	%	回答数	%
1	41	19.6	17	18.7
2	61	29.2	19	20.9
3	45	21.5	29	31.9
4	40	19.1	18	19.8
5	20	9.6	7	7.7
	不明・無回答	2	1	1.1

F6 &lt;学生&gt;ゆとりの有無 ②経済的ゆとり(SA)

No.	高校生		大学生	
	回答数	%	回答数	%
1	44	21.1	13	14.3
2	59	28.2	20	22.0
3	71	34.0	28	30.8
4	23	11.0	23	25.3
5	10	4.8	6	6.6
	不明・無回答	2	1	1.1

F7 &lt;一般&gt;ゆとりの有無 ①時間的ゆとり(SA)

No.	一般		
	回答数	%	
1	431	35.3	
2	310	25.4	
3	223	18.3	
4	206	16.9	
5	48	3.9	
	不明・無回答	3	0.2

F7 &lt;一般&gt;ゆとりの有無 ②経済的ゆとり(SA)

No.	一般		
	回答数	%	
1	178	14.6	
2	335	27.4	
3	386	31.6	
4	221	18.1	
5	91	7.5	
	不明・無回答	10	0.8

F7 &lt;学生&gt;あなたのBMI(SA)

No.	高校生		大学生	
	回答数	%	回答数	%
1 やせ(BMI18.5 未満)	33	15.8	15	16.5
2 普通体重(BMI18.5 以上~25未満)	135	64.6	58	63.7
3 肥満(BMI25 以上)	9	4.3	7	7.7
不明・無回答	32	15.3	11	12.1

F8 &lt;一般&gt;あなたのBMI(SA)

No.	一般	
	回答数	%
1 やせ(BMI18.5 未満)	119	9.7
2 普通体重(BMI18.5 以上~25未満)	845	69.2
3 肥満(BMI25 以上)	216	17.7
不明・無回答	41	3.4

問1 あなたは、食育に関心がありますか(SA)

No.	一般		高校生		大学生	
	回答数	%	回答数	%	回答数	%
1 関心がある	431	35.3	55	26.3	26	28.6
2 どちらかといえば関心がある	544	44.6	77	36.8	50	54.9
3 どちらかといえば関心がない	165	13.5	36	17.2	10	11.0
4 関心がない	32	2.6	19	9.1	5	5.5
5 食育という言葉を知らない	27	2.2	9	4.3	—	—
不明・無回答	22	1.8	13	6.2	—	—

問2 あなたは、「食に関わることで大切だと思っていること」で心がけていることがありますか(MA)

No.	一般		高校生		大学生	
	回答数	%	回答数	%	回答数	%
1 1日3食規則正しく食べる	922	75.5	166	79.4	71	78.0
2 家族や友人と一緒に楽しく食べる	748	61.3	147	70.3	72	79.1
3 食事の前後に「いただきます」「ごちそうさま」などの感謝を表す	834	68.3	178	85.2	87	95.6
4 食べものを無駄にしない	1021	83.6	182	87.1	85	93.4
5 食の安全に関する情報を得る	635	52.0	123	58.9	49	53.8
6 栄養バランスのとれた食生活を送る	925	75.8	162	77.5	71	78.0
7 調理方法や味付けなどの知識や技術を身につける	464	38.0	120	57.4	55	60.4
8 地産地消を大切にす	460	37.7	76	36.4	28	30.8
9 地元や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を伝承す	286	23.4	60	28.7	33	36.3
10 災害時に食品を備蓄する	399	32.7	100	47.8	55	60.4
11 その他	26	2.1	7	3.3	1	1.1
12 心がけていることはない	11	0.9	1	0.5	—	—
不明・無回答	3	0.2	2	1.0	—	—

問3 あなたの食生活について教えてください(MA)

No.	一般		高校生		大学生	
	回答数	%	回答数	%	回答数	%
1 食事が楽しい	852	69.8	168	80.4	74	81.3
2 腹八分目を心がけている	501	41.0	57	27.3	25	27.5
3 薄味を好む	436	35.7	27	12.9	19	20.9
4 油っこいものをとりすぎないようにしている	626	51.3	57	27.3	32	35.2
5 おやつや夜食はあまり食べない	408	33.4	51	24.4	29	31.9
6 甘い飲み物はあまり飲まない	537	44.0	56	26.8	36	39.6
7 食事の時間が決まっている	657	53.8	72	34.4	29	31.9
不明・無回答	29	2.4	8	3.8	—	—

問4 あなたは、自分で料理が作れますか ※料理のレシピ等を参考にしながら作る場合も含みます(SA)

No.	一般		高校生		大学生	
	回答数	%	回答数	%	回答数	%
1 できる	982	80.4	165	78.9	74	81.3
2 できない	233	19.1	43	20.6	17	18.7
不明・無回答	6	0.5	1	0.5	—	—

問5 あなたは、ふだん朝食を食べますか(SA)

No.	一般		高校生		大学生	
	回答数	%	回答数	%	回答数	%
1 ほとんど毎日食べる	1036	84.8	158	75.6	56	61.5
2 週4~5日食べる	38	3.1	21	10.0	13	14.3
3 週2~3日食べる	41	3.4	10	4.8	6	6.6
4 ほとんど食べない	102	8.4	19	9.1	16	17.6
不明・無回答	4	0.3	1	0.5	—	—

問6 あなたは、1日に2回以上、下図のような、主食・主菜・副菜をそろえて食べていますか(SA)

No.	一般		高校生		大学生		
	回答数	%	回答数	%	回答数	%	
1	ほとんど毎日食べる	669	54.8	126	60.3	32	35.2
2	週に4~5日食べる	241	19.7	43	20.6	20	22.0
3	週に2~3日食べる	202	16.5	27	12.9	23	25.3
4	ほとんど食べない	101	8.3	11	5.3	16	17.6
	不明・無回答	8	0.7	2	1.0	—	—

問6-2 主食、主菜、副菜のうち、そろわないことが多いものはどれですか(MA)

No.	一般		高校生		大学生		
	回答数	%	回答数	%	回答数	%	
1	主食	138	11.3	15	7.2	11	12.1
2	主菜	172	14.1	29	13.9	17	18.7
3	副菜	810	66.3	160	76.6	77	84.6
	不明・無回答	197	16.1	22	10.5	2	2.2

問6-3 主食、主菜、副菜がそろわないことが多いのは、主に朝食、昼食、夕食のどれですか(SA)

No.	一般		高校生		大学生		
	回答数	%	回答数	%	回答数	%	
1	朝食	615	50.4	137	65.6	50	54.9
2	昼食	373	30.5	24	11.5	26	28.6
3	夕食	113	9.3	39	18.7	14	15.4
	不明・無回答	120	9.8	9	4.3	1	1.1

問7 主食、主菜、副菜がそろわない理由(MA:3つまで)

No.	一般		高校生		大学生		
	回答数	%	回答数	%	回答数	%	
1	作るのが面倒だから	369	30.2	68	32.5	38	41.8
2	献立が思いつかないから	145	11.9	23	11.0	19	20.9
3	そろっていないくても満足するから	659	54.0	106	50.7	58	63.7
4	そろえようと特に意識したことがないから	274	22.4	68	32.5	26	28.6
5	準備をする時間がないから	379	31.0	70	33.5	38	41.8
6	食費を抑えたいから	105	8.6	12	5.7	18	19.8
7	家族の好みにあわせているから	165	13.5	27	12.9	9	9.9
8	準備されている食事食べているから	240	19.7	93	44.5	33	36.3
9	その他	127	10.4	5	2.4	4	4.4
	不明・無回答	120	9.8	10	4.8	1	1.1

問8 あなたは、1日に野菜をどれくらい食べたらいとと思いますか(理想の量)(SA)

No.	一般		高校生		大学生		
	回答数	%	回答数	%	回答数	%	
1	1つ分以下	41	3.4	18	8.6	1	1.1
2	2つ分	251	20.6	52	24.9	20	22.0
3	3つ分	457	37.4	83	39.7	35	38.5
4	4つ分	195	16.0	31	14.8	18	19.8
5	5つ分以上	258	21.1	25	12.0	17	18.7
	不明・無回答	19	1.6	—	—	—	—

問9 あなたは、日頃、1日に野菜をどれくらい食べていますか(実際の量)(SA)

No.	一般		高校生		大学生		
	回答数	%	回答数	%	回答数	%	
1	1つ分以下	193	15.8	47	22.5	36	39.6
2	2つ分	466	38.2	86	41.1	35	38.5
3	3つ分	361	29.6	52	24.9	14	15.4
4	4つ分	137	11.2	17	8.1	5	5.5
5	5つ分以上	52	4.3	7	3.3	1	1.1
	不明・無回答	12	1.0	—	—	—	—

問10 あなたは、外食をどれくらい利用していますか(SA)

No.	一般		高校生		大学生		
	回答数	%	回答数	%	回答数	%	
1	週8回以上	6	0.5	7	3.3	1	1.1
2	週5~7回	45	3.7	4	1.9	1	1.1
3	週3~4回	62	5.1	9	4.3	11	12.1
4	週1~2回	331	27.1	84	40.2	25	27.5
5	ほとんど利用していない	767	62.8	105	50.2	53	58.2
	不明・無回答	10	0.8	—	—	—	—

問11 あなたは、市販のお総菜、弁当、インスタント食品など、そのまま食べられる食品をどれくらい利用していますか(SA)

No.	一般		高校生		大学生		
	回答数	%	回答数	%	回答数	%	
1	週8回以上	25	2.0	6	2.9	1	1.1
2	週5~7回	85	7.0	12	5.7	12	13.2
3	週3~4回	201	16.5	30	14.4	21	23.1
4	週1~2回	581	47.6	108	51.7	38	41.8
5	ほとんど利用していない	320	26.2	52	24.9	19	20.9
	不明・無回答	9	0.7	1	0.5	—	—

問12 あなたは、ふだんよく噛んで食べていますか(SA)

No.	一般		高校生		大学生		
	回答数	%	回答数	%	回答数	%	
1	よく噛んでいる	138	11.3	47	22.5	21	23.1
2	どちらかといえばよく噛んでいる	558	45.7	106	50.7	45	49.5
3	どちらかといえばよく噛んでいない	456	37.3	50	23.9	24	26.4
4	よく噛んでいない	58	4.8	6	2.9	1	1.1
	不明・無回答	11	0.9	—	—	—	—

問13 あなたは、1日に1回以上家族や友人と一緒に食事をしていきますか(SA)

No.	一般		高校生		大学生		
	回答数	%	回答数	%	回答数	%	
1	ほとんど毎日	877	71.8	159	76.1	65	71.4
2	週に4~5日	85	7.0	22	10.5	14	15.4
3	週に2~3日	99	8.1	16	7.7	5	5.5
4	ほとんど1人で食事をしている	151	12.4	12	5.7	7	7.7
	不明・無回答	9	0.7	—	—	—	—

問14 新型コロナウイルス感染症の影響がない状態だと仮定してお伺いします。

あなたは、食事会等で友人や知人、地域の人等と食事をする機会があれば、参加したいと思いますか(SA)

No.	一般		高校生		大学生		
	回答数	%	回答数	%	回答数	%	
1	とてもそう思う	300	24.6	63	30.1	30	33.0
2	そう思う	480	39.3	70	33.5	30	33.0
3	どちらともいえない	204	16.7	38	18.2	16	17.6
4	あまりそう思わない	159	13.0	22	10.5	12	13.2
5	そう思わない	68	5.6	16	7.7	3	3.3
	不明・無回答	10	0.8	—	—	—	—

問15 あなたは、日頃、健康だと感じていますか(SA)

No.	一般		高校生		大学生		
	回答数	%	回答数	%	回答数	%	
1	健康だと思う	275	22.5	88	42.1	21	23.1
2	どちらかといえば健康だと思う	709	58.1	91	43.5	43	47.3
3	どちらかといえば健康ではない	172	14.1	23	11.0	23	25.3
4	健康ではない	48	3.9	7	3.3	4	4.4
	不明・無回答	17	1.4	—	—	—	—

問16 直近3か月のあなた自身にあてはまる健康状態・生活習慣はありますか(MA)

No.	一般		高校生		大学生		
	回答数	%	回答数	%	回答数	%	
1	生活リズムが整っている	723	59.2	77	36.8	20	22.0
2	毎日、排便がある	801	65.6	125	59.8	39	42.9
3	よく睡眠がとれている	573	46.9	64	30.6	27	29.7
4	週2回以上、1回30分以上運動をしている	452	37.0	139	66.5	8	8.8
5	体重を測定している	532	43.6	74	35.4	33	36.3
6	血圧を測定している	283	23.2	3	1.4	1	1.1
	不明・無回答	68	5.6	15	7.2	15	16.5

問17 あなたは、どれくらいの頻度で歯をみがきますか(SA)

No.	一般		高校生		大学生		
	回答数	%	回答数	%	回答数	%	
1	1日3回	282	23.1	28	13.4	16	17.6
2	1日2回	683	55.9	154	73.7	66	72.5
3	1日1回	213	17.4	23	11.0	6	6.6
4	みがかない日がある	24	2.0	4	1.9	3	3.3
5	みがかない	6	0.5	—	—	—	—
	不明・無回答	13	1.1	—	—	—	—

問18 あなたは、歯間ブラシやフロスなどの清掃補助用具を使いますか(SA)

No.	一般		高校生		大学生	
	回答数	%	回答数	%	回答数	%
1	86	7.0	11	5.3	5	5.5
2	160	13.1	22	10.5	6	6.6
3	267	21.9	24	11.5	7	7.7
4	290	23.8	46	22.0	17	18.7
5	402	32.9	106	50.7	56	61.5
	不明・無回答	16	1.3	—	—	—

問19 あなたは、この1年間で田植え(種まき)、稲刈り、野菜の収穫、家畜の世話など農林漁業体験に参加したことはありますか(SA)

※家業の農作業、手伝い、イベント、家庭菜園等も含みます

No.	一般		高校生		大学生	
	回答数	%	回答数	%	回答数	%
1	306	25.1	56	26.8	20	22.0
2	884	72.4	140	67.0	64	70.3
3	12	1.0	13	6.2	7	7.7
	不明・無回答	19	1.6	—	—	—

問20 あなたは、ふだん三田産の農産物・畜産物を食べていますか(SA)

①【農産物】(米や野菜、果物)

No.	一般		高校生		大学生	
	回答数	%	回答数	%	回答数	%
1	444	36.4	27	12.9	10	11.0
2	494	40.5	56	26.8	14	15.4
3	125	10.2	33	15.8	19	20.9
4	146	12.0	93	44.5	47	51.6
	不明・無回答	12	1.0	—	1	1.1

②【畜産物】(肉や卵)

No.	一般		高校生		大学生	
	回答数	%	回答数	%	回答数	%
1	202	16.5	22	10.5	9	9.9
2	507	41.5	52	24.9	14	15.4
3	286	23.4	32	15.3	19	20.9
4	213	17.4	103	49.3	48	52.7
	不明・無回答	13	1.1	—	1	1.1

問21 あなたは、日頃から環境に配慮した農林水産物・食品を選んでいますか(SA)

No.	一般		高校生		大学生	
	回答数	%	回答数	%	回答数	%
1	181	14.8	22	10.5	5	5.5
2	522	42.8	56	26.8	18	19.8
3	371	30.4	75	35.9	40	44.0
4	130	10.6	56	26.8	27	29.7
	不明・無回答	17	1.4	—	1	1.1

問22 あなたは、「食品ロス」が問題となっていることを知っていますか(SA)

No.	一般		高校生		大学生	
	回答数	%	回答数	%	回答数	%
1	572	46.8	101	48.3	35	38.5
2	576	47.2	83	39.7	43	47.3
3	46	3.8	18	8.6	11	12.1
4	17	1.4	7	3.3	2	2.2
	不明・無回答	10	0.8	—	—	—

問23 あなたは、「食品ロス」を減らすために取り組んでいることはありますか(MA)

No.	一般		高校生		大学生	
	回答数	%	回答数	%	回答数	%
1	512	41.9	71	34.0	46	50.5
2	911	74.6	169	80.9	75	82.4
3	399	32.7	52	24.9	13	14.3
4	756	61.9	105	50.2	49	53.8
5	651	53.3	117	56.0	64	70.3
6	143	11.7	40	19.1	13	14.3
7	530	43.4	85	40.7	29	31.9
8	445	36.4	83	39.7	49	53.8
9	480	39.3	54	25.8	33	36.3
10	848	69.5	108	51.7	51	56.0
11	10	0.8	1	0.5	1	1.1
12	18	1.5	11	5.3	—	—
	不明・無回答	9	0.7	—	—	—

問24 あなたは、食品を購入する際にどのようなことに気をつけていますか(MA)

No.	一般			高校生		大学生	
	回答数	%		回答数	%	回答数	%
1	1052	86.2		157	75.1	69	75.8
2	807	66.1		96	45.9	50	54.9
3	753	61.7		74	35.4	17	18.7
4	128	10.5		10	4.8	5	5.5
5	247	20.2		15	7.2	5	5.5
6	958	78.5		157	75.1	76	83.5
7	317	26.0		114	54.5	56	61.5
8	18	1.5		—	—	2	2.2
9	16	1.3		23	11.0	2	2.2
	13	1.1		1	0.5	—	—

問24-2 加工食品

No.	一般			高校生		大学生	
	回答数	%		回答数	%	回答数	%
1	618	50.6		77	36.8	21	23.1
2	536	43.9		51	24.4	8	8.8
3	631	51.7		49	23.4	10	11.0
4	516	42.3		39	18.7	10	11.0
5	866	70.9		115	55.0	61	67.0
6	300	24.6		13	6.2	2	2.2
7	229	18.8		37	17.7	11	12.1
8	124	10.2		36	17.2	13	14.3
9	856	70.1		140	67.0	70	76.9
10	180	14.7		91	43.5	40	44.0
11	9	0.7		—	—	1	1.1
12	38	3.1		25	12.0	7	7.7
	18	1.5		2	1.0	—	—

問25 あなたの食生活に影響を与えている情報源はどれですか(MA)

No.	一般			高校生		大学生	
	回答数	%		回答数	%	回答数	%
1	760	62.2		166	79.4	66	72.5
2	428	35.1		83	39.7	38	41.8
3	797	65.3		117	56.0	48	52.7
4	488	40.0		80	38.3	31	34.1
5	188	15.4		117	56.0	59	64.8
6	153	12.5		13	6.2	1	1.1
7	444	36.4		20	9.6	5	5.5
8	42	3.4		5	2.4	1	1.1
9	39	3.2		15	7.2	7	7.7
10	23	1.9		—	—	1	1.1
	17	1.4		—	—	—	—

問26 あなたは、食に関するデジタル・オンラインサービスを活用していますか(MA)

No.	一般			高校生		大学生	
	回答数	%		回答数	%	回答数	%
1	676	55.4		125	59.8	71	78.0
2	95	7.8		19	9.1	8	8.8
3	93	7.6		12	5.7	4	4.4
4	31	2.5		6	2.9	1	1.1
	450	36.9		68	32.5	15	16.5

問27 あなたは、食文化(家庭料理や郷土料理、食べ方やマナー等)を地域や家庭において受け継いできましたか(SA)

No.	一般			高校生		大学生	
	回答数	%		回答数	%	回答数	%
1	715	58.6		109	52.2	55	60.4
2	489	40.0		99	47.4	35	38.5
	17	1.4		1	0.5	1	1.1

問28 あなたは、食文化(家庭料理、郷土料理、食べ方やマナー等)を地域や次世代(子や孫を含む)に伝えていきますか(SA)

No.	一般			高校生		大学生	
	回答数	%		回答数	%	回答数	%
1	527	43.2		34	16.3	9	9.9
2	669	54.8		173	82.8	81	89.0
	25	2.0		2	1.0	1	1.1



問29 あなたの現在の食生活は、新型コロナウイルス感染症の拡大前に比べて変わりましたか コロナ拡大前後での変化(SA)

問29-1 栄養バランスのとれた食事

No.	一般		高校生		大学生	
	回答数	%	回答数	%	回答数	%
1 増えた・広がった	174	14.3	39	18.7	10	11.0
2 変わらない	990	81.1	158	75.6	76	83.5
3 減った・狭まった	31	2.5	8	3.8	5	5.5
不明・無回答	26	2.1	4	1.9	—	—

問29-2 自宅で料理を作る回数

No.	一般		高校生		大学生	
	回答数	%	回答数	%	回答数	%
1 増えた・広がった	382	31.3	59	28.2	36	39.6
2 変わらない	788	64.5	141	67.5	51	56.0
3 減った・狭まった	23	1.9	5	2.4	4	4.4
不明・無回答	28	2.3	4	1.9	—	—

問29-3 自宅で食事を食べる回数

No.	一般		高校生		大学生	
	回答数	%	回答数	%	回答数	%
1 増えた・広がった	501	41.0	88	42.1	39	42.9
2 変わらない	692	56.7	114	54.5	49	53.8
3 減った・狭まった	7	0.6	3	1.4	3	3.3
不明・無回答	21	1.7	4	1.9	—	—

問29-4 家族と食事を食べる回数

No.	一般		高校生		大学生	
	回答数	%	回答数	%	回答数	%
1 増えた・広がった	266	21.8	57	27.3	15	16.5
2 変わらない	865	70.8	139	66.5	69	75.8
3 減った・狭まった	50	4.1	9	4.3	7	7.7
不明・無回答	40	3.3	4	1.9	—	—

問29-5 食事を楽しむこと

No.	一般		高校生		大学生	
	回答数	%	回答数	%	回答数	%
1 増えた・広がった	150	12.3	41	19.6	16	17.6
2 変わらない	935	76.6	160	76.6	71	78.0
3 減った・狭まった	96	7.9	3	1.4	4	4.4
不明・無回答	40	3.3	5	2.4	—	—

問29-6 テイクアウト(スーパー等の惣菜・弁当含む)やデリバリー(宅配)を利用する

No.	一般		高校生		大学生	
	回答数	%	回答数	%	回答数	%
1 増えた・広がった	292	23.9	63	30.1	27	29.7
2 変わらない	721	59.0	133	63.6	54	59.3
3 減った・狭まった	146	12.0	9	4.3	10	11.0
不明・無回答	62	5.1	4	1.9	—	—

問29-7 食事作りに要する時間や労力

No.	一般		高校生		大学生	
	回答数	%	回答数	%	回答数	%
1 増えた・広がった	252	20.6	30	14.4	17	18.7
2 変わらない	898	73.5	173	82.8	70	76.9
3 減った・狭まった	31	2.5	2	1.0	4	4.4
不明・無回答	40	3.3	4	1.9	—	—

問29-8 規則正しい食生活

No.	一般		高校生		大学生	
	回答数	%	回答数	%	回答数	%
1 増えた・広がった	158	12.9	27	12.9	11	12.1
2 変わらない	1008	82.6	167	79.9	71	78.0
3 減った・狭まった	29	2.4	11	5.3	9	9.9
不明・無回答	26	2.1	4	1.9	—	—

## 6 目標に関する事項

### 基本目標1 健やかな暮らしを支える食育の推進

#### 施策の方向1. 健やかな食生活を育む食育の推進

○:同じまたは類似指標あり  
△:関連指標あり

指標項目		現状値 (R3)	目標値 (R9)	市指 標	国指 標	県指 標	参考	データ 出典
食育に関心のある人の割合		79.9%	90%以上	継続	○		・国指標(食育に関心を持っている国民の割合):90%以上	※1
生活リズムがとれている人の割合		59.2%	66%以上	継続				※1
朝ごはんを食べている人の割合	小学生	96.9%	98%以上	継続	○	○	・国指標(朝食を欠食する子供の割合):0% ・県指標(朝食を食べる児童・生徒6~14歳の割合):100% ・第3期教育振興基本計画(「朝食を毎日食べている」と答える小6の割合):98.0%	※2
	中学生	93.5%	96%以上	継続		○	・県指標:朝食を食べる児童・生徒6~14歳の割合:100% ・第3期教育振興基本計画(「朝食を毎日食べている」と答える中3の割合):96.0%	※2
	高校生	85.6%	93%以上	継続		○	・県指標(朝食を食べる若い世代15~30歳代男性の割合):82%以上 (朝食を食べる若い世代15~30歳代女性の割合):84%以上	※1
	18~29歳	66.7%	74%以上	継続	○	○	・国指標(朝食を欠食する若い世代20~30歳代の割合):15%以下 ・県指標(朝食を食べる若い世代15~30歳代男性の割合):82%以上 (朝食を食べる若い世代15~30歳代女性の割合):84%以上	※1
1日に2回以上、主食・主菜・副菜をそろえて食べている人の割合		54.8%	70%以上	継続	○	○	・国指標(主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている国民の割合):50%以上 ・県指標(主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上、ほぼ毎日食べている人の割合):75%以上	※1
加工食品を購入する際に栄養成分表示に気を付けている人の割合		18.8%	30%以上	継続				※1
肥満とやせの人の割合	肥満	40~60歳代男性	32.1%	25%以下	見直し			※1
	やせ	18~30歳代女性	15.8%	13%以下	見直し			※1
		高校生	15.8%	13%以下	見直し			※1

#### 施策の方向2. 口腔機能を育てる食育の推進

指標項目		現状値 (R3)	目標値 (R9)	市指 標	国指 標	県指 標	参考	データ 出典
歯科口腔健康診査を受診する人の割合		65.6%	70%以上	見直し			・第1次計画、後期計画策定時では、三田市歯科口腔健康診査受診率を目標値として使用していたが、個人のかかりつけ医などで定期的に歯科検診を受診している市民もいることから、1年間における歯科口腔健康診査受診割合に変更。	※3
よく噛んで食べる人の割合		57.0%	63%以上	継続	○		・国指標(ゆっくりよく噛んで食べる国民の割合)55%以上	※1

#### 施策の方向3. 災害時の健康を支える食育

指標項目		現状値 (R3)	目標値 (R9)	市指 標	国指 標	県指 標	参考	データ 出典
家族構成や家族の健康状態に応じて非常用食料などを備蓄している世帯の増加		—	30%以上	新規		○	・県指標(家族構成や家族の健康状態に応じて非常用食料などを備蓄している世帯の割合):30%以上	

【データ出典】

※1食に関する市民アンケート調査(令和4年2月) ※2全国学力・学習状況調査 ※3健康に関するアンケート調査(令和4年12月)

【参考】

国指標:第4次食育推進基本計画(令和3~7年度)の指標

県指標:兵庫県食育推進計画(第4次)(令和4~8年度)の指標

## 基本目標2 次世代につなぐ食育の推進

### 施策の方向1. 三田の農を支える食育

○:同じまたは類似指標あり  
△:関連指標あり

	現状値 (R3)	目標値 (R9)	市指 標	国指 標	県指 標	参考	データ 出典
三田産農産物を 取り入れている人の割合	76.9%	80%以上	継続	△	○	・国指標(産地や生産者を意識して農林水産物・食品を選ぶ国民の割合):80%以上 ・県指標(地元や県内でとれた農林水産物を買っている人の割合):69.5%	※1
直売所での 三田産農産物販売高	5.8億円	6.5億円以上	新規		△	・県指標(直売所等利用者数の増加)3,700万人 ・第5次農業基本計画(直売所での三田産農産物販売高):6.5億円※中間目標値	※4
学校給食における 地場産物を使用する割合 (品目ベース)	31.3%	35%以上	継続	○		・国指標(学校給食における地場産物を使用する割合(金額ベース)を 現状値(令和元年度)から維持・向上した都道府県の割合):90%以上 ・第5次総合計画(学校給食での地場産野菜使用率):35.0% ・第3期教育振興基本計画(地場野菜使用率):35.0%	※5
農業体験を経験した人 の割合(過去1年間)	25.1%	30%以上	新規	△		・国指標((これまでに)農林漁業体験を経験した国民(世帯)の割合):70%以上	※1

### 施策の方向2. 食文化をつなぐ食育

	現状値 (R3)	目標値 (R9)	市指 標	国指 標	県指 標	参考	データ 出典
1日に1回以上、 家族や友人と一緒に 食事をする人の割合	71.8%	75%以上	継続	△	○	・国指標(朝食又は夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数):週11回以上 ・県指標(毎日、家族や友人と楽しく食事をする人の割合):75%以上	※1
友人・知人・ 地域の人等との 食事会への参加意向	63.9%	68%以上	新規	△		・国指標(地域等で共食したいと思う人が共食する割合):75%以上	※1
食文化を継承し、 伝えている人の割合	68.0%	77%以上	新規	○	△	・国指標(地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承し、 伝えている国民の割合):55%以上 ・県指標(地域の行事食、郷土料理を知っている人の割合):55%以上 (地域の行事食、郷土料理を作ることができる人の割合):30%以上	※1

### 施策の方向3. 持続可能な食を支えるための食育

	現状値 (R3)	目標値 (R9)	市指 標	国指 標	県指 標	参考	データ 出典
加工食品を購入する際に、 食品表示に気を付けて いる人の割合	90.3%	92%以上	継続				※1
食の安全に関する情報を 得ることが大切だと思 っている人の割合	52.0%	56%以上	継続	△	△	・国指標(食品の安全性について基礎的な知識を持ち、自ら判断する国民の割合): 80%以上 ・県指標(食品の安全性について基礎的な知識を持ち、自ら判断する人の割合): 100%	※1
環境に配慮した 農林水産物・食品を 選んでいる人の割合	57.6%	65%以上	新規	○	○	・国指標(環境に配慮した農林水産物・食品を選ぶ国民の割合):75%以上 ・県指標(環境に配慮した農林水産物・食品を選ぶ人の割合):50%以上	※1

## 基本目標3 食育推進のための体制整備

### 施策の方向1. 多様な関係者の連携・協働

	現状値 (R3)	目標値 (R9)	市指 標	国指 標	県指 標	参考	データ 出典
関係団体などと連携して 取り組んだ食育事業の割合	77.0%	80%以上	継続				※6

【データ出典】

※1食に関する市民アンケート調査(令和4年2月) ※4農業創造課調べ ※5学校給食課調べ ※6健康増進課調べ

【参考】

国指標:第4次食育推進基本計画(令和3~7年度)の指標

県指標:兵庫県食育推進計画(第4次)(令和4~8年度)の指標





## 第2次三田市食育推進計画

令和5年3月発行

---

**発行**：三田市 共生社会部 健康共生室 健康増進課  
〒669-1514 三田市川除 675 番地 三田市総合福祉保健センター2階  
**TEL**：079-559-6155 (直通)  
**FAX**：079-559-5705  
**市HP**：<https://www.city.sanda.lg.jp/>