

# 釧路市食育推進計画

(素案)



釧路市

# 目次

---

---

1. 本計画の目的
2. 本計画の位置付け
3. 計画の期間
4. 食をめぐる現状と課題
5. 食育に関する3つの基本目標
6. 基本目標に対する取り組みと関係団体
7. 関係者の役割・連携
8. 釧路市の食育の主な取組(ライフステージ別)
9. 釧路市の食育推進に当たっての数値目標
10. 食育とSDGsの関係性

# 1.本計画の目的

---

食は命の源であり、私たち人間が生きていくためには欠かせないものです。

現在、国内では高齢化が進行する中で健康寿命の延伸や生活習慣病の予防が引き続き課題であり、栄養バランスに配慮した食生活の重要性は増えています。人口減少、少子高齢化、世帯構造の変化や中食市場の拡大が進行するとともに、食に関する価値観や暮らしの在り方も多様化し、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。さらに食べものと生産現場のつながりの確保や、家庭や地域で受け継がれてきた伝統的な食文化の継承、食品ロスといった食に関する課題が引き続き存在しています。

このような食生活をめぐる環境の変化に伴い、国は、食育に関する施策を総合的かつ計画的に進めるため、平成17年6月に「食育基本法」を制定し、令和3年3月には「第4次食育推進基本計画」を作成しました。また、北海道は、平成31年3月に「第4次北海道食育推進計画」を作成し、北海道内の食育を総合的に進めることとしています。

釧路市でも、他の地域と同様に食生活の変化に伴うさまざまな課題が見られますが、酪農を主力とする豊かな農業生産、国内有数の水揚げ量を誇る水産業など、日本の食料基地といえる地域であるため、市内にはおいしく新鮮な食材があり、また、そうした食材を活用した郷土料理や、特色ある食文化が育まれるとともに、生産地が近く、消費者と生産者の顔が見える関係が築きやすいなど、食育を行うには恵まれた環境にあります。

このような背景を踏まえ、釧路市においても国や北海道などと連携しながら、市民皆さんの理解の下、役割分担を行い、より効果的な食育の取組を推進するため、「釧路市食育推進計画」を策定します。

## 食育とは・・・

---

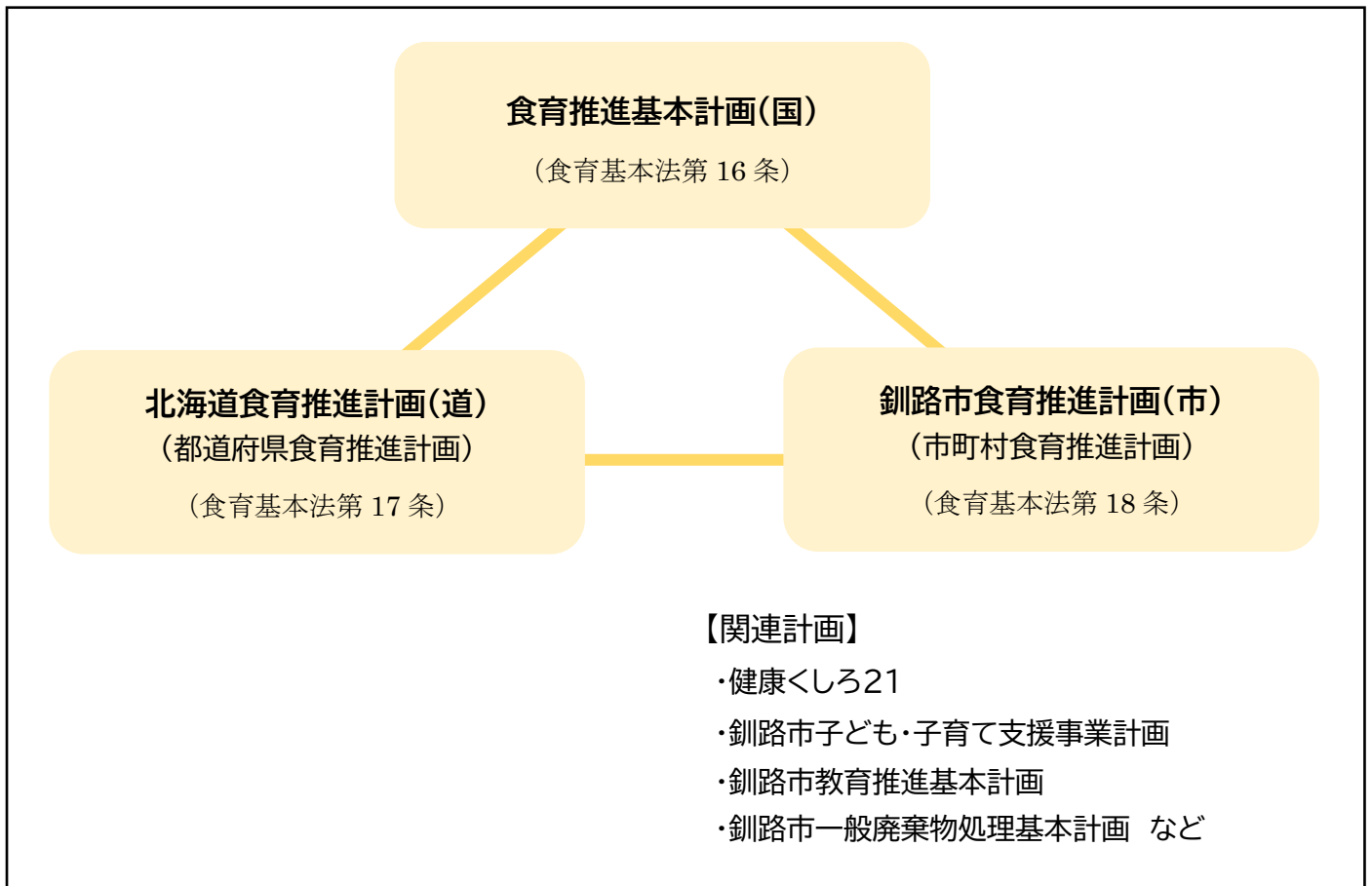
生きる上での基本であって、知育・徳育・体育の基礎となるものであり、様々な経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実現することができる人間を育てることです。

(農林水産省ホームページ)

## 2.本計画の位置付け

本計画は、食育基本法第 18 条第1項に基づき、国の食育推進基本計画や都道府県食育推進計画を基本として作成する市町村食育推進計画として位置づけられ、食育を具体的に推進するための計画として策定しています。

### 釧路市食育推進計画の位置付け



(本計画は、「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)」第41条に基づく「地産地消促進計画」としても位置づけることとします)

## 3.計画の期間

この計画の期間は、令和 4 年度から令和 8 年度までの 5 年間とし、関係法令の改正や本計画の上位計画の見直しとあわせ、必要に応じて見直しを行います。

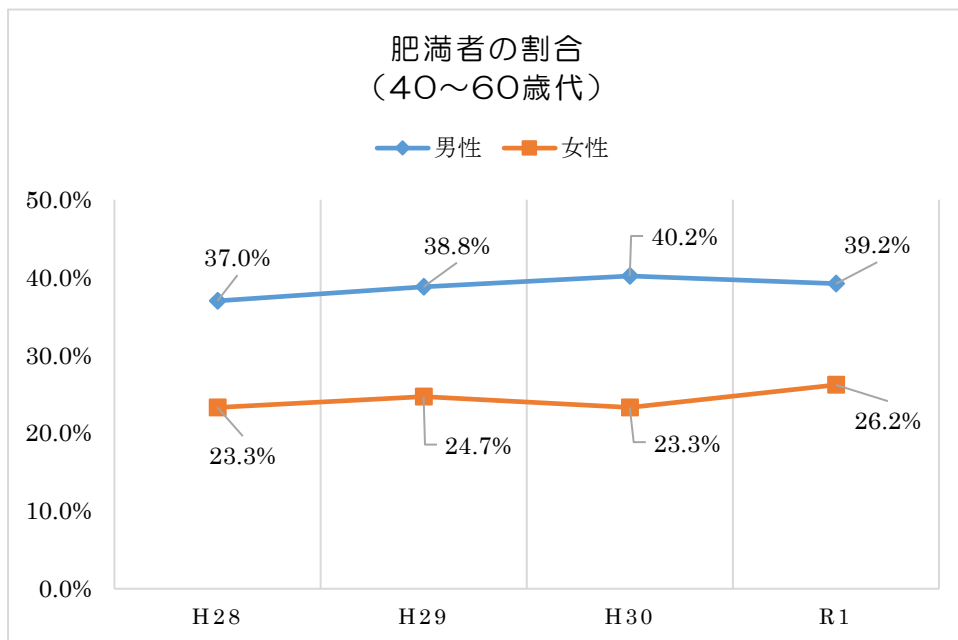
## 4.食をめぐる現状と課題

### 食をめぐる社会情勢の変化と健康への影響

釧路市においては、高齢化が全国より早いペースで進むとともに、核家族化の進行といった動きも見られます。このような社会情勢の変化の中で、食に関する簡便化・外部化の進行が考えられます。

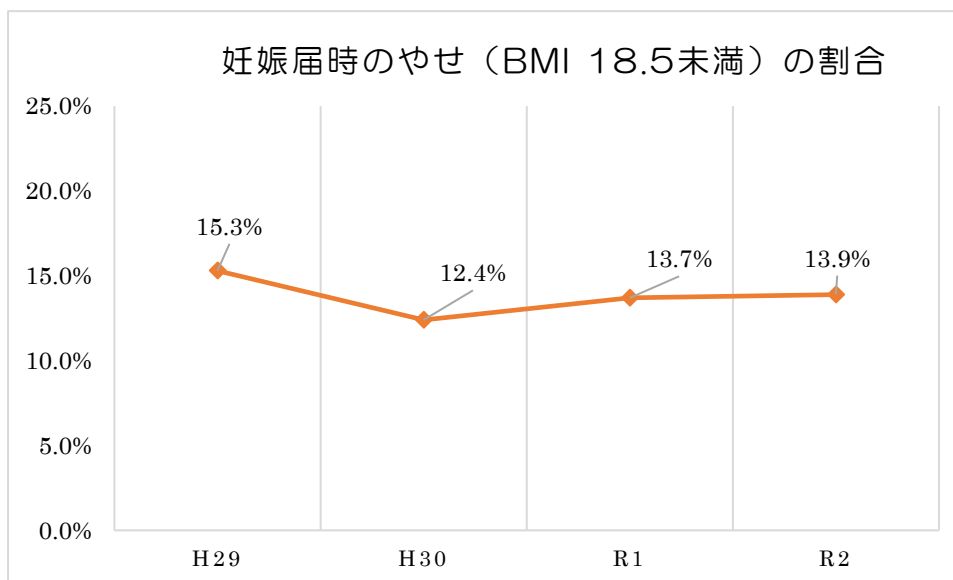
栄養・食生活は、生命の維持、子どもたちの健やかな成長、また、健康で幸福な生活を送るために欠くことができない営みであり、多くの生活習慣病の予防のほか、生活の質の向上や社会機能の維持・向上においてとても重要です。

個人の栄養・食生活の状況を把握する項目の1つとして、「体重」があげられます。体重は、ライフステージを通して、主要な生活習慣病や健康状態との関連が深く、適正体重を維持するためには、適切な量と栄養バランスのとれた食事を摂ることが必要です。肥満はがん、循環器疾患、糖尿病などの多くの生活習慣病と関連があり、また、若い女性のやせは、骨量の減少、低出生体重児出産の危険因子となっています。幼児や学童の栄養・食生活については、将来的に生活習慣病の発症につながりやすい食習慣をいくつか持ち合わせています。成人になってからも健康であるためには、子どもの頃から家庭における健全な食習慣の確立が大切です。



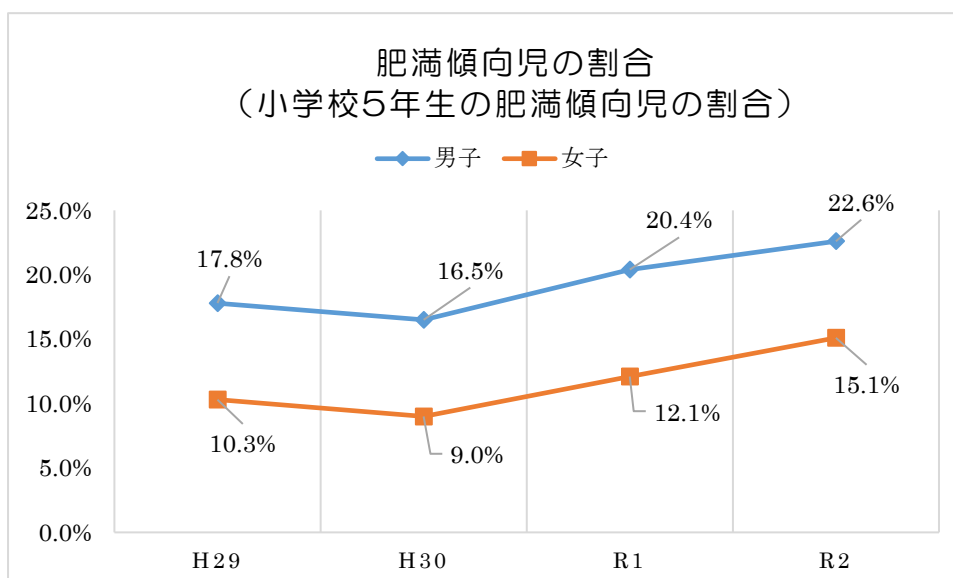
(資料:健康くしろ 21 第2次計画)

肥満者の割合は、男女ともに大きな減少が見られない状況です。栄養バランスの良い食生活を実践できるような食環境の整備を推進する必要があります。



(資料:健康くしろ 21 第2次計画)

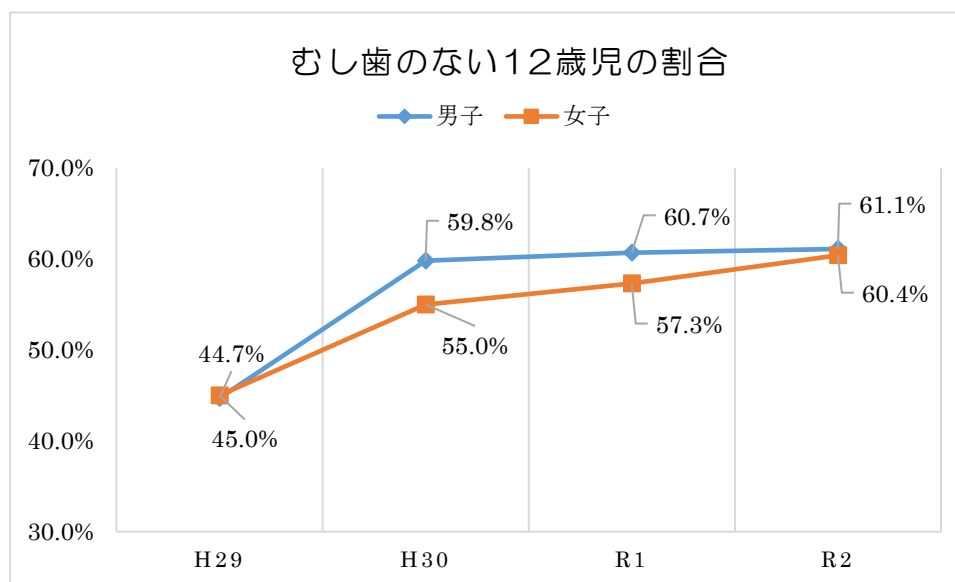
妊娠届時のやせの割合は横ばい傾向です。妊婦の体格に応じた保健指導を充実させる必要があります。



(資料:健康くしろ 21 第2次計画)

肥満傾向児の割合は、男女ともに増加傾向にあります。家庭や学校、地域等と連携し、幼少期から規則正しい生活習慣を身につけるための総合的な取組が必要です。

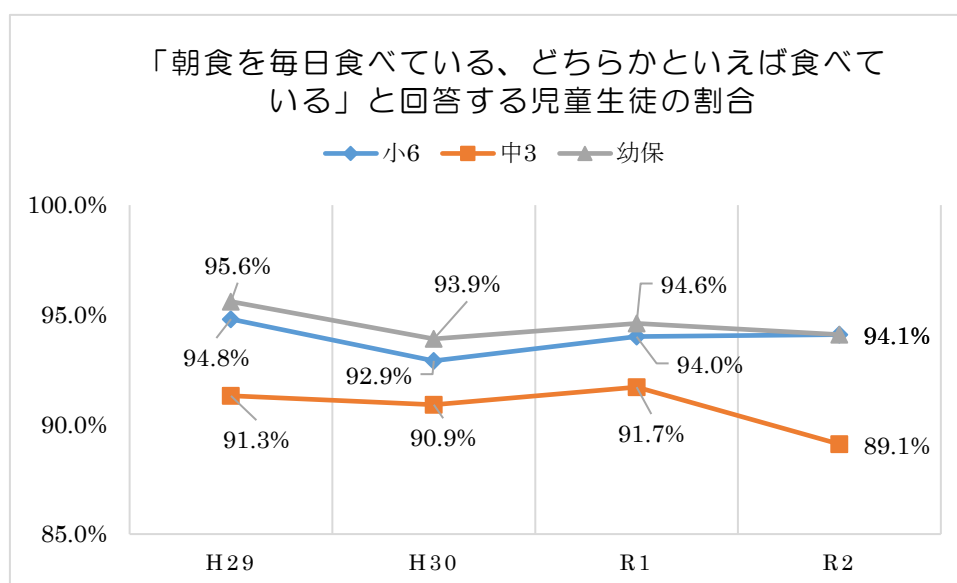
次に、歯・口腔の健康についてです。身体的な健康のみならず、毎日の食事をおいしく食べる喜び、人と楽しく会話することなど、充実した各ライフステージを送るためにも大きく寄与します。また、歯の喪失による咀嚼機能や構音機能の低下は、日常生活を送る上でも多方面に関係し、最終的には生活の質に大きな影響を与えます。



(資料:健康くしろ 21 第2次計画)

むし歯のない12歳児の割合は男女とも増加しており、改善がみられます。

引き続き、保護者が子どもの食生活をはじめ、歯みがきの習慣づけなどに関心を持ってもらえるような取組を進めていくことが重要です。



(資料:釧路市教育推進基本計画)



子どもたちをめぐる食生活については、朝食欠食や栄養摂取の偏りなど食生活の乱れが、健康への様々な影響や学習意欲の欠如につながる要因と指摘されています。

朝食の摂取については、すべての子どもたちに対して、望ましい食習慣等を育成するという観点から、さらにこの割合を高めていくことが必要です。

## 食料生産の現状

釧路市においてはまず農業では酪農が盛んで生乳生産が中心に行われており、都市近郊では野菜生産も行われています。また水産業は日本有数の水産基地であり、それらに関連する食品加工業も発達しており、食料生産が盛んな当市の特色を生かした食育を推進していくことが重要となっています。

農業、水産業ともに後継者不足等様々な問題をかかえてはいますが、豊かな農業・農村は生産の場としての役割だけではなく、次のような機能も有しており、水産業も同様です。将来にわたって保持・発揮していくことが大切です。

〈農業・水産業の多面的機能〉

- 一時的に雨水をためて洪水を防ぐ機能
- 土の流出を防ぐ機能
- 地下水を作る機能
- 川の流れを安定させる機能
- 暑さをやわらげる機能
- 沿岸域の環境美化・保全機能
- 海難救助・災害救援機能
- 景観を保全する機能
- 癒しや安らぎをもたらす機能

(農林水産省ホームページ)

## 環境問題

世界的な食料需給のひっ迫、食料不足が問題となる中で、釧路市でも食べ残しや手つかずの食品といった、いわゆる「食品ロス」が多く廃棄物に含まれています。令和元年度に実施した可燃ごみの中身を調べる組成分析調査では、家庭から排出される可燃ごみに食品ロスが3.9%含まれていました。(資料:釧路市一般廃棄物処理基本計画)

こうした食品ロスの削減は、食べ物を無駄にしないというだけでなく、ごみの減量にもつながる大切な取組であり、この抑制による資源の有効活用や環境負荷の低減などが求められています。

## 食文化の継承

食生活の多様化や簡便化が進む中で、これまで先人から受け継がれてきた魚食等の食文化が失われることが懸念されており、今後それらを継承していくことが求められています。



## 5.食育に関する3つの基本目標

釧路市では食育の推進を効果的に図るため、次の3つの基本目標に基づき、食育を推進します。

### 基本目標Ⅰ

### 市民の健康づくりにつながる食育の推進

脂質の過剰摂取や野菜の摂取不足などの栄養の偏りや朝食の欠食は、肥満や生活習慣病の危険因子とされています。また、ゆっくりよく噛んで食べるために口腔ケアなど口の健康を守る取組も健康の維持に必要です。健康くしろ 21 を基本とし、身体によい食品の適切な選択の実践などにより、乳・幼児期から高齢期まで、健康の維持・増進につながる食育の取組を推進します。

### 基本目標Ⅱ

### 未来を担う子どもを育む食育の推進

子どもの頃からの健全な食生活の確立への取組として「早寝・早起き・朝ごはん」運動やふるさと給食などを実施し、学校教育活動や幼児教育・保育の中で食育の取組を推進します。

### 基本目標Ⅲ

### 「食」に関する理解を深める食育の推進

釧路市は豊かな自然に恵まれ、消費者と生産者とが顔の見えるつきあいができる特徴を持った地域です。また、鯨肉や鹿肉など都市部では手にすることが難しい貴重な食材があります。各種体験活動により、農業や水産業など、食に関連する産業の役割や現状について理解を深め地産地消を推進していくとともに、食べるだけでなく、食べ残し、使い残しなどの食品ロスの問題など、食料資源の浪費や環境への負荷の増加にも目を向ける食育の取組を推進します。

# 6.基本目標に対する取り組みと関係団体

基本目標	I. 市民の健康づくりにつながる食育の推進	II. 未来を担う子どもを育む食育の推進	III. 「食」に関する理解を深める食育の推進
取 り 組 み	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 小学生フッ化物洗口</li> <li>2. 給食だよりの配布</li> <li>3. 親子食育の日(給食試食会)</li> <li>4. 食育アンケート調査</li> <li>5. 保育園(認定こども園)食育の日</li> <li>6. 給食試食会</li> <li>7. 行事に合わせた軽食の提供</li> <li>8. 野菜作り</li> <li>9. 食育指導の実施</li> <li>10. 親と子の料理教室</li> <li>11. 生涯骨太クッキング</li> <li>12. 短期集中予防サービス(口腔機能向上プログラム)</li> <li>13. 介護予防継続教室</li> <li>14. 子育て講座:食に関するお話</li> <li>15. 子育て教室:離乳食</li> <li>16. くしろ健康まつり</li> <li>17. 健康教育</li> <li>18. 小中学生口腔衛生指導教室(音別)</li> <li>19. 地区組織(釧路市食生活改善推進員)の養成・育成(音別)</li> <li>20. 乳幼児健康診査</li> <li>21. キッズ健診結果説明会</li> <li>22. 若者健診結果説明会</li> <li>23. 妊婦相談</li> <li>24. 国保特定保健指導</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. ふるさと給食</li> <li>2. 鯨肉給食</li> <li>3. 鹿肉給食</li> <li>4. 早寝・早起き・朝ごはん運動</li> <li>5. 小学生フッ化物洗口</li> <li>6. 給食だよりの配布</li> <li>7. 親子食育の日(給食試食会)</li> <li>8. 地産地消の日</li> <li>9. 食育アンケート調査</li> <li>10. 保育園(認定こども園)食育の日</li> <li>11. 食育活動(阿寒)</li> <li>12. 給食試食会</li> <li>13. 行事に合わせた軽食の提供</li> <li>14. 野菜作り</li> <li>15. 食育指導の実施</li> <li>16. 親と子の料理教室</li> <li>17. 地場産品普及促進事業</li> <li>18. 魚食普及事業</li> <li>19. 人材養成研修事業</li> <li>20. 鯨食文化の普及・啓発</li> <li>21. 出前授業(講座)</li> <li>22. 牛乳消費拡大事業</li> <li>23. 子育て講座:食に関するお話</li> <li>24. 子育て教室:離乳食</li> <li>25. 小中学生口腔衛生指導教室(音別)</li> <li>26. キッズ健診結果説明会</li> <li>27. 加工実習</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. ふるさと給食</li> <li>2. 鯨肉給食</li> <li>3. 鹿肉給食</li> <li>4. 給食だよりの配布</li> <li>5. 地産地消の日</li> <li>6. 保育園(認定こども園)食育の日</li> <li>7. 食育活動(阿寒)</li> <li>8. 食品ロス削減 パネル展</li> <li>9. フードドライブ</li> <li>10. キウイモ普及活動</li> <li>11. 地場産品普及促進事業</li> <li>12. 魚食普及事業</li> <li>13. 人材養成研修事業</li> <li>14. 鯨食文化の普及・啓発</li> <li>15. 料理教室</li> <li>16. 出前授業(講座)</li> <li>17. 牛乳消費拡大事業</li> <li>18. 食品ロス削減 周知・啓発活動</li> <li>19. 加工実習</li> </ol>
関係団体	<ul style="list-style-type: none"> <li>・釧路市食生活改善協議会</li> <li>・地域包括支援センター</li> <li>・釧路市公認介護予防サポーター</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・釧路市食生活改善協議会</li> <li>・地産地消くしろネットワーク</li> <li>・釧路市水産業対策協議会</li> <li>・釧路水産加工振興協議会</li> <li>・釧路くじら協議会</li> <li>・釧路市漁業協同組合</li> <li>・釧路市東部漁業協同組合</li> <li>・阿寒湖漁業協同組合</li> <li>・阿寒農業協同組合</li> <li>・釧路丹頂農業協同組合</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・釧路消費者協会</li> <li>・釧路市食生活改善協議会</li> <li>・地産地消くしろネットワーク</li> <li>・釧路市水産業対策協議会</li> <li>・釧路水産加工振興協議会</li> <li>・釧路くじら協議会</li> <li>・釧路市漁業協同組合</li> <li>・釧路市東部漁業協同組合</li> <li>・阿寒湖漁業協同組合</li> <li>・阿寒農業協同組合</li> <li>・釧路丹頂農業協同組合</li> </ul>

## 7.関係者の役割・連携

---

釧路市においては、3つの基本目標をベースに、地域住民や生産者、関係団体、学校、保育所等がそれぞれの視点で地域にあった食育の取組を行っていきます。また、総合的な視野から行政のそれぞれの分野で連携を図り、円滑に取組が進むように次の基本目標に即して、食育を推進していきます。

### 家 庭

---

子どもの基本的な食生活習慣を形成するため、朝食をとることや「早寝・早起き・朝ごはん」運動を実践するなど、関係機関・団体が連携し普及啓発活動の展開を図ります。また、給食だよりの配布や親子給食の日等を通して、保護者に対し食育の重要性や適切な栄養管理に関する知識等の啓発に努め、食品ロスの削減なども含め、家庭と関係機関が一体となった取組を進めます。

### 学校等

---

学校、保育所などにおいて、子どもが食への感謝や地元の食文化について学ぶため、地元の食材を使用した給食や、地域の生産者団体等と連携した調理に関する体験などを計画的に推進します。

### 地 域

---

地域住民が、生涯健康で暮らす基本となる良好な食生活や食習慣の確立を図るため、国が策定した「食事バランスガイド」等を活用し、ライフステージに合わせた普及啓発を図ります。また、家庭などで余った食料品を寄附してもらい福祉施設などに提供するフードドライブの実施など、食品ロス削減の取組を進めます。

### 生産者団体等

---

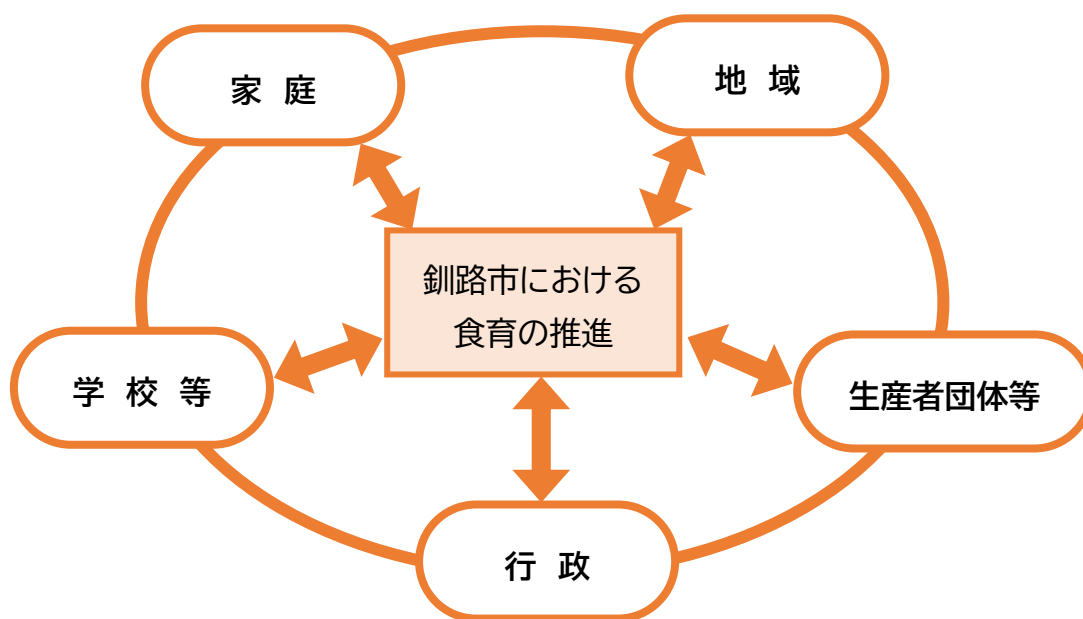
品質の高い食品を安定的に供給することとあわせて、各種体験活動の実施など学習機会の提供を通じて、地域の生産物や生産、流通に関わる人々の営みの理解を深め、その大切さを伝える取組などを進めます。

## 行政

食を通じて生活習慣病等の予防を図るため、食に関する普及や啓発活動を推進するとともに、市が行っている健康診査に併せて、各個人の健康状況に応じた保健指導や栄養指導などの充実を図り、食品ロスの削減に向けた周知啓発活動も推進していきます。

また、地域住民や生産者の自主的な取組を支援し、協働するとともに、食育を推進するための組織づくりなど、幅広い食育の取組に関わっていきます。

さらに、食育は、その関係する分野が保健、医療、産業振興、教育など多様であることから、日常の家庭での食生活や学校、地域住民、NPOなどボランティア団体、食材の提供をする生産者など食関連産業及び消費者団体が、食育活動においてそれぞれの役割を理解し、相互に連携や補完をしながら活動を行い、計画の推進に努めます。



※関係する部署と住民・組織・関係機関・団体等とが横断的な連携を図りながら計画の推進に積極的に努めます。また、食育は、体験的な活動が多く、接触機会も多いことから、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、デジタル技術を有効活用した取組を推進します。

# 8. 釧路市の食育の主な取組（ライフステージ別）

	機関	対象	乳幼児期	学校教育期	青年期	中年期	高齢期
学校等	教育委員会・学校			○ふるさと給食 ○鯨肉給食 ○鹿肉給食 ○早寝・早起き・朝ごはん運動 ○小学生フツ化物洗口			
	保育園・認定こども園・幼稚園		○給食だよりの配布 ○親子食育の日(給食試食会) ○地産地消の日 ○食育アンケート調査 ○保育園(認定こども園)食育の日 ○食育活動(阿寒)				
	児童発達支援センター		○給食試食会 ○給食だよりの配布 ○行事に合わせた軽食の提供 ○野菜作り ○食育指導の実施 ○地産地消の日				
地域	釧路消費者協会				○食品ロス削減 パネル展 ○フードドライブ		
	釧路市食生活改善協議会			○親と子の料理教室		○生涯骨太クッキング ○キウイモ普及活動	
生産者団体等	地産地消くしろネットワーク				○地場産品普及促進事業		
	釧路市水産業対策協議会				○魚食普及事業		
	釧路水産加工振興協議会				○人材養成研修事業		
	釧路くじら協議会				○鯨食文化の普及・啓発		
	漁業協同組合			○漁業出前講座		○料理教室	
	農業協同組合			○出前授業 ○牛乳消費拡大事業			
行政	環境事業課				○食品ロス削減 周知・啓発活動		
	介護高齢課(地域包括支援センター、釧路市公認介護予防サポーター)					○短期集中予防サービス(口腔機能向上プログラム) ○介護予防継続教室	
	こども育成課		○子育て講座:食に関するお話 ○子育て教室:離乳食				
	健康推進課			○小中学生口腔衛生指導教室(音別) ○乳幼児健康診査 ○キッズ健診結果説明会 ○妊婦相談	○若者健診結果説明会	○くしろ健康まつり ○健康教育 ○地区組織(釧路市食生活改善推進員)の養成・育成(音別)	
	国民健康保険課					○国保特定保健指導	
	水産課(釧路市水産加工振興センター)				○加工実習		
	農林課(釧路市農村都市交流センター)				○加工実習		
	各関係課			○出前講座			

## 9. 釧路市の食育推進に当たっての数値目標

指 標	現状値	目 標
肥満者の割合(40～60 歳代)	(男性) 39.2% (女性) 26.2%	(男性) 減少 (女性) 減少
妊娠届時のやせ(BMI 18.5 未満)の割合	13.9%	減少
肥満傾向児の割合(小学 5 年生の肥満傾向児の割合)	(男子) 22.6% (女子) 15.1%	(男子) 減少 (女子) 減少
むし歯のない 12 歳児の割合	(男子) 61.1% (女子) 60.4%	(男子) 増加 (女子) 増加
「朝食を毎日食べている、どちらかといえば食べている」と回答する児童生徒の割合	(小6) 94.1% (中3) 89.1% (幼保) 94.1%	(小6) 100% (中3) 100% (幼保) 100%
家庭から排出される可燃ごみに占める食品ロスの割合	3.9%	減少

## 10. 食育と SDGs の関係性

平成 27 年9月の国連サミットで採択された国際開発目標である「持続可能な開発のための 2030 アジェンダ」は、17 の目標と 169 のターゲットから成る「SDGs(持続可能な開発目標)」を掲げ、「誰一人取り残さない」社会の実現を目指しています。

SDGs の目標には、「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」などの食育と関係が深い目標があり、本計画はこれらの目標達成に資するものです。





釧路市食育推進計画

(素案)

---

釧路市産業振興部農林課  
〒085-8505 釧路市黒金町7丁目5番地  
TEL : 0154-31-2552