

# 第4次名寄市食育推進計画

～なよろっ子食育プラン～



令和5年度～令和9年度

(2023年度～2027年度)

名 寄 市

# 目 次

## 第1章 第4次計画策定にあたって

1	計画の趣旨.....	1
2	さらなる食育推進の取組.....	1
3	食育の定義.....	3
4	計画の位置付け.....	3
5	計画の期間.....	4
6	計画の推進体制.....	4

## 第2章 これまでの取組

1	第1次・第2次・第3次計画の概要.....	5
2	第3次計画の取組状況.....	5
	(1)具体的な取組の実施状況.....	5
	(2)目標値の達成状況.....	6

## 第3章 食の現状と課題

1	食育に関心のある市民の割合.....	7
2	朝食の状況.....	7
3	肥満者の割合.....	9
4	給食における地場産食材の活用について.....	11
5	食品の安全性に対する意識.....	13
6	名産産食材に対する意識.....	14
7	生産者との交流を通じた農業体験の取組.....	15
8	農業体験や農作業の経験.....	16

## 第4章 基本理念と目標

1	基本理念.....	17
2	計画のテーマ.....	17
3	基本目標.....	17
4	数値目標.....	18

## 第5章 推進方策

1	食育に関心を持つ、実践しよう.....	18
2	朝食を毎日食べよう.....	19
3	栄養バランスに配慮した食生活を実践しよう.....	19
4	適正体重の維持や減塩等に気を付けた食生活を実践しよう.....	19
5	和食及び行事食を推進しよう.....	20
6	食品の安全性について基礎的な知識を持つ.....	20
7	地産地消を推進するとともに、食に関する感謝の念と理解を深めよう.....	20
8	食品ロス削減のため意識して行動しよう.....	21
9	様々な情報発信媒体を活用し、食について理解を深めよう.....	21

# 第1章 第4次計画策定にあたって

## 1 計画の趣旨

国では、「食は命の源。食は生きる上での基本であり、知育・徳育・体育の基礎となるべきもの」と位置付け、平成17年6月に「食育基本法」を制定し、令和3年度から7年度までの期間で第4次となる食育推進計画が策定され、国民の健康の視点による「生涯を通じた心身の健康を支える食育の推進」と社会・環境・文化の視点による「持続可能な食を支える食育の推進」を重点事項としています。

また、新たな日常やデジタル化に対応した食育の推進を横断的な重点事項に位置付けています。

一方、北海道では、平成17年4月に「北海道の食の安全・安心条例」を施行し、国に先駆けて食育を積極的に推進する姿勢を打ち出すとともに、平成17年12月に第1次計画となる「北海道食育推進行動計画」を策定し、現在は「どさんこ食育推進プラン」の名称で平成31年度から令和5年度の期間で、第4次の北海道食育推進計画が策定されました。一人一人の健康づくりにとどまらず、「食」を生み出す産業、環境、文化などの「多様性」、身近な食材や生産現場、食文化など各地域で個性を生かした取組による「地域性」、食の課題は、社会経済構造や国民の意識の変化に起因するものであり、短期間での課題解決が困難であることから「継続性」、高齢化の進展、国連による「持続可能な開発目標(SDGs)」の推進など社会情勢の変化や世界的な課題等に対する効果的な取組の「社会性」が食育推進の視点とされています。

名寄市においては、地域特性を活かし、市民が実践しやすいよう、わかりやすく親しみやすい計画とするため、市民による「名寄市食育推進計画策定市民委員会」を設置し、平成20年3月に「第1次名寄市食育推進計画」を策定。平成30年3月には「第3次名寄市食育推進計画」を策定いたしました。現計画が令和4年度で計画期間が満了となることから、これまでの食育における変化や課題を踏まえ、引き続き、様々な関係者がそれぞれの特性を活かしながら、多様に連携・協働し、食育の意義、大切さ、効果的な食育の取組を推進するため、「第4次名寄市食育推進計画」をここに策定します。

## 2 さらなる食育推進の取組

### 1) 食育月間及び食育の日の制定

国では、第3次食育基本計画(平成28年度から令和2年度)において、毎年6月を「食育月間」、そして毎月19日を「食育の日」と定めています。

「食育月間」では、関係者の緊密な連携・協働を図りつつ、食育推進運動を重点的かつ効率的に実施することにより、国民の食育に対する理解を深め、食育推進活動への積極的な参加を促し、一層の充実と定着を図るものとしています。

「食育の日」は、一年を通じて継続的に食育推進活動を展開するため、「家族そろって食卓を囲む」など実践的なものになるよう十分配慮しつつ取り組むとしています。

## 2)「持続可能な開発目標」(SDGs:Sustainable Development Goals)と食品ロス削減の推進

我が国においては、まだ食べることができる食品が、生産、製造、販売、消費等において日常的に廃棄され、大量の食品ロスが発生しています。

食品ロスに関しては、平成 27 年9月 25 日に国際連合で採択された「持続可能な開発のための 2030 アジェンダ」で定められている「持続可能な開発目標」のターゲットの1つとして、2030 年までに世界全体の一人当たりの食料の廃棄を半減させることが盛り込まれています。



国内では、第4次循環型社会形成推進基本計画(平成 30 年6月 19 日閣議決定)及び食品リサイクル法の基本方針(令和元年7月 12 日公表)において、家庭系及び事業系の食品ロスを 2030 年度までに 2000 年度比で半減するとの目標が定められています。

また、平成 31 年3月 31 日に閣議決定された食品ロス削減推進法に基づく「食品ロスの削減の推進に関する基本的な方針」においても、これらの削減目標の達成を目指し、総合的に取組を推進することとされています。

### ◆毎年 10 月は「食品ロス削減月間」10 月 30 日は「食品ロス削減の日」

環境省の公表によると、令和2年度の推計で、約 522 万トンの食品ロス(家庭から約 247 万トン、事業者から約 275 万トン)となっており、平成 24 年度の推計約 624 万トン(家庭から 312 万トン、事業者から 331 万トン)から、9 年で約 100トンの食品ロスの減少が図られています。今後も一人一人の意識の向上と継続的な廃棄量の減少に努める必要があります。

## 3)「新しい日常」やデジタル化に対応した食育の推進

新型コロナウイルス感染症の拡大により外食をする機会が減少し、自宅で料理や食事をする頻度が増えている傾向にあります。食生活を見直す機会となることから、食に関する意識を高めていく必要があります。

また、デジタル化が進む中で容易に情報を得られるよう、SNS 等の媒体を活用し効果的な発信を図ることも重要です。(デジタル化に対応することが困難な方々へ配慮した情報提供も必要)

### 3 食育の定義

食育とは、様々な体験や学習などから「食」に関心を持ち、「食」を選択する力を身に付け、心身ともに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。

生きる根本は食べることです。栄養バランスを考えて食べることにより、心身ともに健康で、楽しく暮らしていくことが食育を推進する上で最も大切なことです。

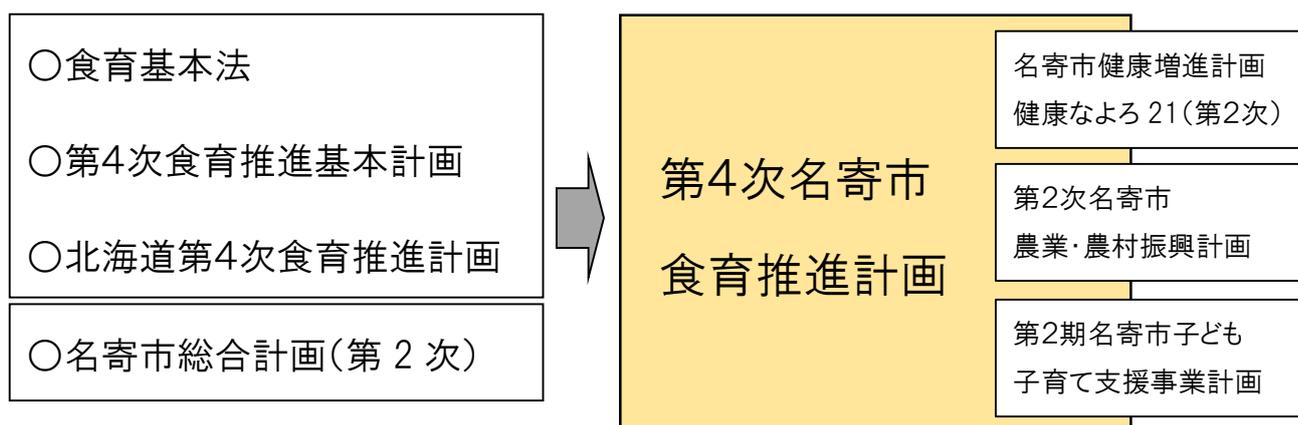
農業が基幹産業のまちである名寄市は、作付面積日本一のもち米のほか、トップクラスの生産量を誇るアスパラ、南瓜など多様な農産物が生産されています。その地域特性を活かし、地産地消を推進するとともに、食に関心を持ち、自ら食を選択する力を身に付け、心身ともに健康な食生活を実践できる人を育てることが本市における食育です。



### 4 計画の位置付け

この計画は「第3次名寄市食育推進計画」に続く計画であり、本市の地域資源を活かした食育推進の基本的な考え方を示すとともに、市民みんなで取り組むための指針となります。

また、食育基本法第18条で「市町村は、食育推進基本計画(都道府県食育推進計画)を基本として、当該市町村の区域内における食育の推進に関する施策についての計画を作成するよう努めなければならない」とされていることから、その規定に基づく計画としても位置付けられ、国の「第4次食育推進基本計画」並びに「北海道食育推進計画(第4次)」を基本として作成しました。



## 5 計画の期間

この計画の期間は、令和5年度から令和9年度までの5年間とします。

なお、施策の成果や社会情勢の変化に対応するため、見直しを行う場合があります。

## 6 計画の推進体制

名寄市は、農業を基幹産業の一つとして発展してきました。豊かな農村資源に恵まれていることから、日本の食糧の生産・供給を担うという特性と役割をもっています。

こうした特性を活かした、名寄らしい食育の取組を進めていくため、市民、地域、関係団体、生産者、消費者、大学、学校、認定こども園、幼稚園、保育所、行政、事業者、家庭が様々な場面で食育を「協働」により推進していくことが求められています。

また、市民が実践しやすい内容とするため、「名寄市食育推進協議会」に助言を得て推進していくとともに、計画の中間年には実施状況について検証作業を行います。



「協働」とは、お互いの目的の実現や課題の解決のために目標を共有し、各々の資源や能力などを活かしながら、責任と役割を分担し、共に事業を行っていくことです。

## 第2章 これまでの取組

### 1 第1次・第2次・第3次計画の概要

第1次計画では、「食育」について、様々なイベントや各団体の取組を通して周知を行い、第2次計画では、テーマを「『周知』から『実践』へ」とし、「気づいて学び行動する」という観点に立って、各関係機関や団体の協力のもと、より多くの場の設定や情報の提供を行ってきました。

第3次計画では、「『実践』から『拡大』へ」とし、いままでの取組の内容を広げるよう意識し、各関係機関や団体の協力のもと、食育に触れる場の設定や情報共有を行ってきました。

#### (1)具体的な取組の実施状況

具体的な取組については、次の内容のとおり各関係団体において積極的な食育の推進をするとともに、各団体で連携しながら取組を実施してきました。

項目	内容
食育推進計画の周知	各関係部署や、市内小中学校、高校、大学への配布
地場産農産物のPRや旬な野菜の情報提供	農産物直売所案内を広報なよろにて全戸配布(H30-R4)
親子・世代間交流も含めた各種食育イベントの開催	・食育セミナー(H30) ・児童クラブ料理教室 ・じゃがいもほり体験(R2)
食と健康に対する理解を深める取組	地産地消フェア in なよろ(H28～R4) ・パネル展示「食育の小路」(H30～) ・健康まつりの同日開催(H29～) 学校での食育活動 ・授業の特性を活かした食育学習 ・地場産食材を使用した給食
生産者への感謝の気持ちを育む	DVD「もち米ができるまで」食育の教材として小中学校へ配布

《R2 じゃがいもほり体験》



《DVD「もち米ができるまで」》



(2)目標値の達成状況

第3次計画の最終年度に「名寄市民の食育に関するアンケート」を送付する等、調査を実施した結果、達成状況は次のとおりとなりました。

指標	第3次計画 当初数値	目標値 (R3)	実績 (R3)
1 食育に関心のある市民の割合を増やす	84.2%	90%以上	86.1%
2 朝食を欠食する市民を減らす	小6	3%	0%
	中3	3.8%	0%
	20～30代	18.4%	15%以下
3 肥満者の割合を減らす	30～60歳代男性	38.9%	28%以下
	40～60歳代女性	21.9%	19%以下
4 学校給食における道産食材の活用率を増やす	78.16%	現状維持	83.17%
5 食品の表示に記載してある原材料の産地を確認している人を増やす	88.1%	90%以上	86.7%
6 名寄産の食材を使用するよう心がけている人を増やす	63.3%	70%以上	59.6%
7 名寄産の食材を購入しやすいと思う人を増やす	54.7%	60%以上	50.7%

1 未達成となったが、数値は上昇している。引き続き推進が必要。

2 【小6】未達成となったが、欠食割合は減っている。【中3】H28 現状値より増加の傾向にある。引き続き、特別活動における学習を進めていく。【20～30歳代】H28 現状値より増加の傾向にある。

3 【30～60歳代男性・40～60歳代女性】H28 現状値より増加の傾向にある。引き続き、栄養・健康相談および教室を実施し、各種イベント等で知識の普及啓発を進めていく。

4 実績数値を維持していくよう提供を継続していく。

5 H28 現状値より減少の傾向にあるため、引き続き推進が必要。

6 H28 現状値より減少の傾向にあるため、名寄産食材の品質の良さや、旬の農産物などの情報発信が必要。

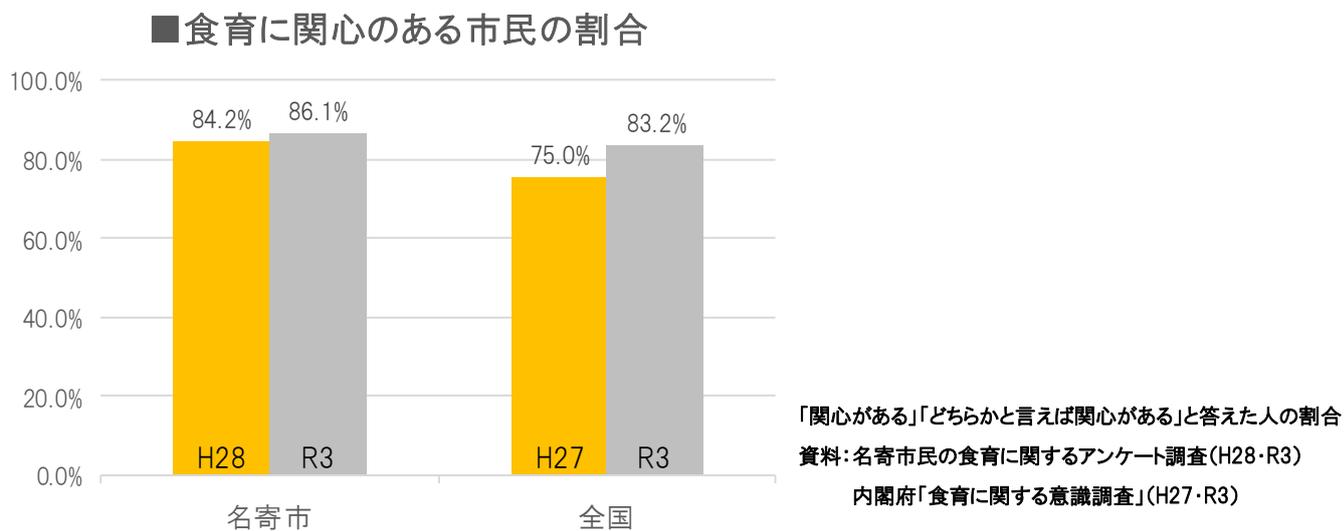
7 H28 現状値より減少の傾向にあるため、引き続き直売所案内の広報折込やスーパー等の売り場へのぼり設置をおこなう。一方直売グループの解散など、購入機会が減っている課題もあり、数値向上の方策について関係者とのさらなる連携や情報発信が必要。

※新型コロナウイルス感染拡大による、社会生活や行動の制限により、運動や食習慣、消費行動に影響があると想定される。

## 第3章 食の現状と課題

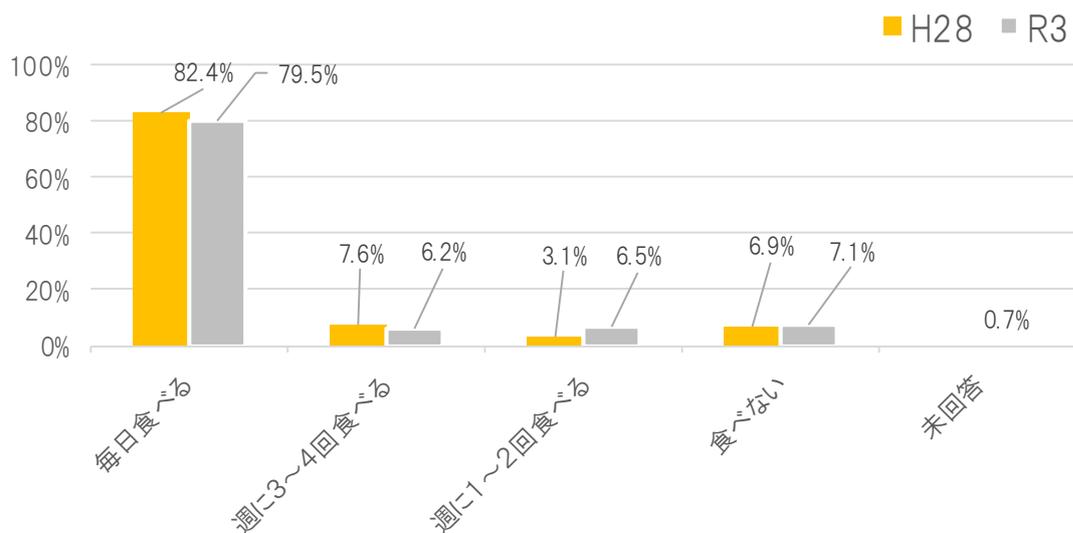
### 1 食育に関心のある市民の割合

○ 食育に関心がある市民の割合は、全国平均に比べて高くなっています。



### 2 朝食の状況

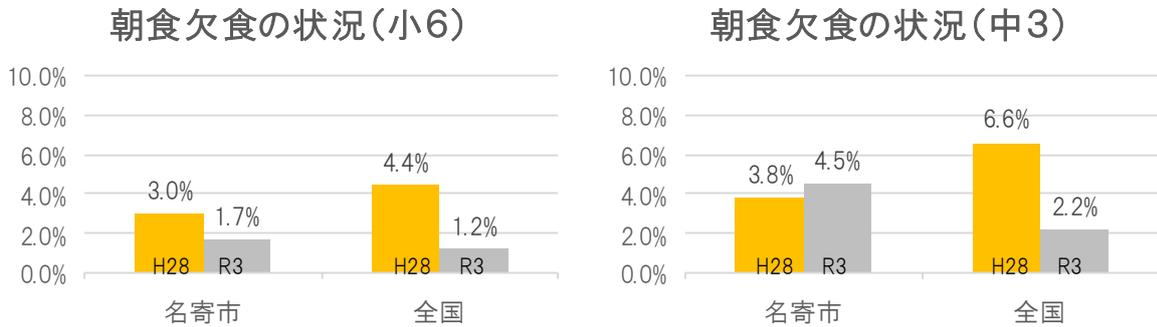
○ 市民の朝食の摂取状況は次のとおりです。



資料：名寄市民の食育に関するアンケート調査(H28・R3)

○ 市内の児童生徒の朝食の欠食率は全国平均に比べて割合が高い状況です。

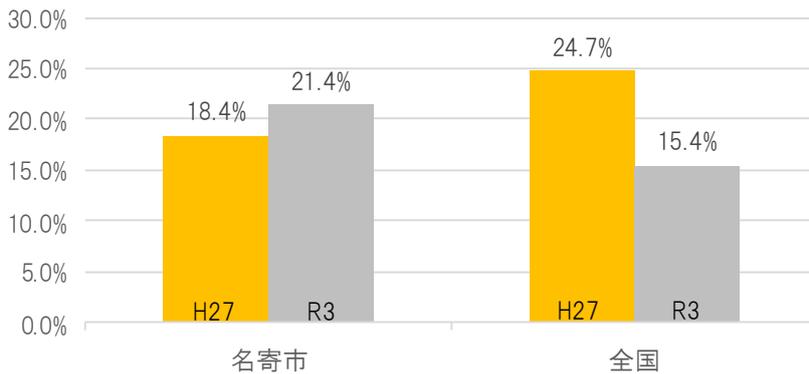
■朝食欠食の状況(小6・中3)



資料:文部科学省 全国学力・学習状況調査(H28・R3)  
名寄市民の食育に関するアンケート調査(H28・R3)

○ 名寄市では、朝食を欠食する20～30代が多く存在しています。

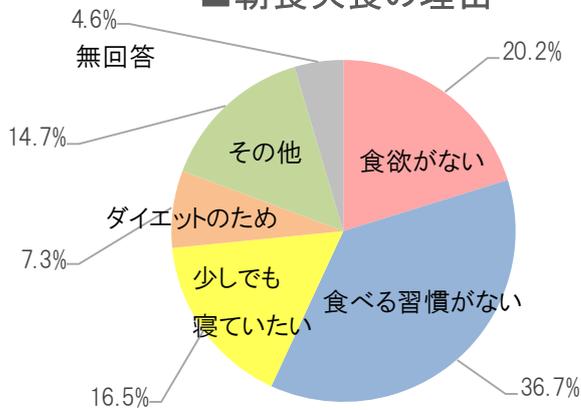
■朝食欠食の状況(20代～30代)



資料  
名寄市民の食育に関するアンケート調査(H28・R3)  
「週に1, 2回食べる」「食べない」と答えた人の割合  
内閣府「食育に関する意識調査」(H27・R3)  
「週に2～3日食べる」「ほとんど食べない」と答えた人の割合

○ 朝食を欠食すると答えた人の理由は次のとおりです。

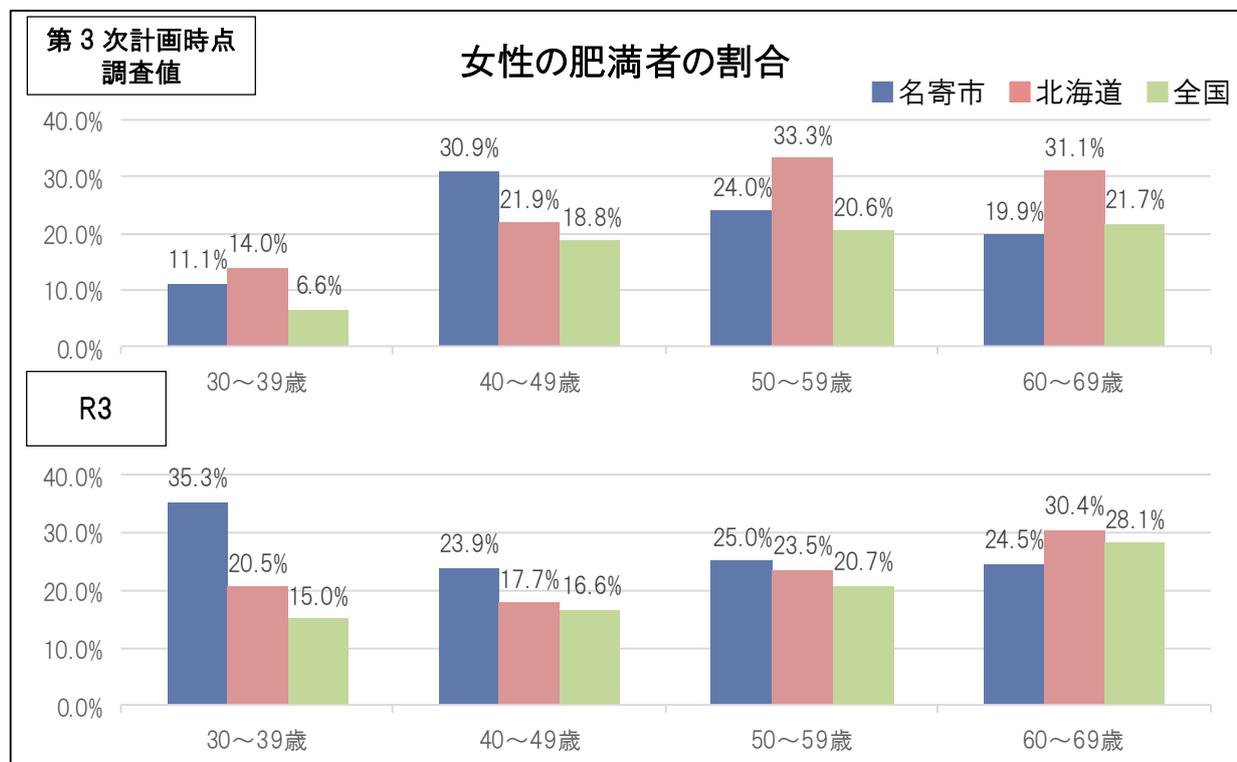
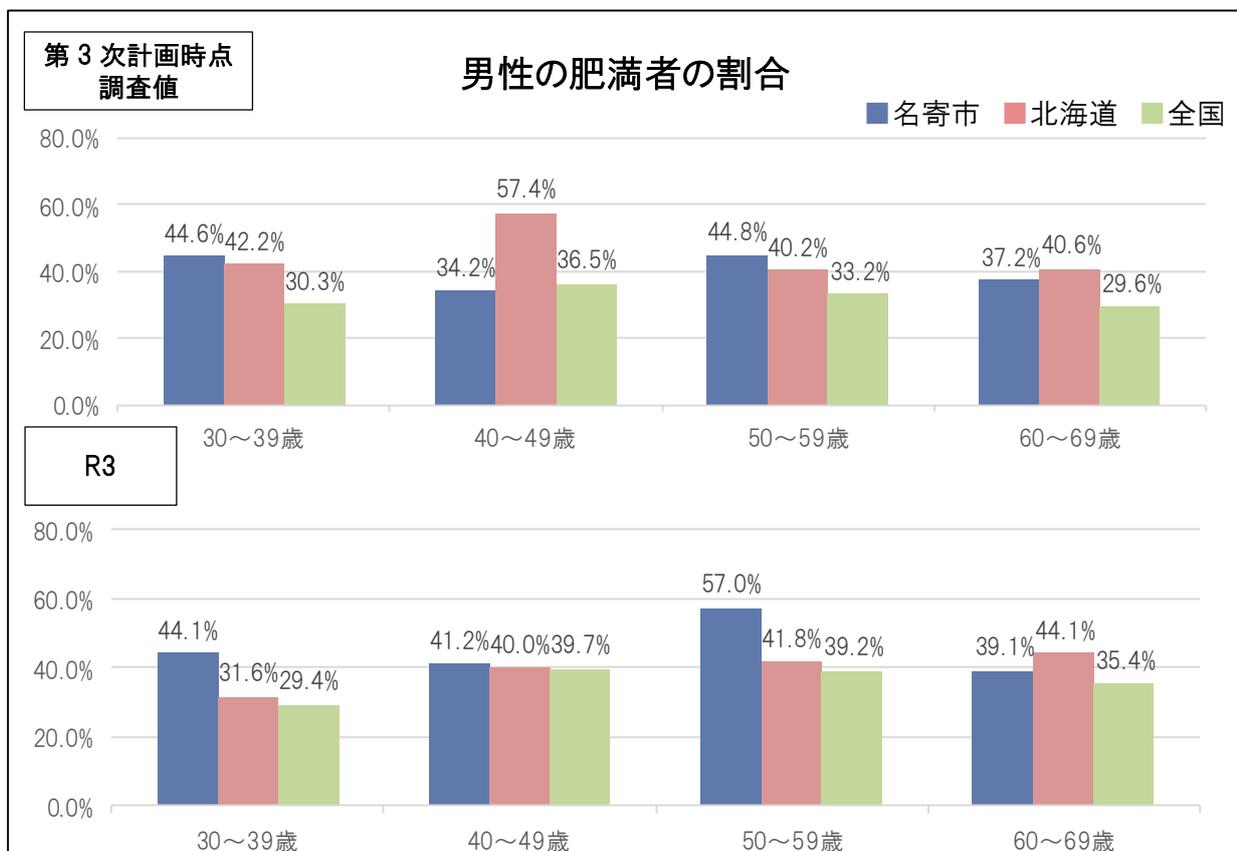
■朝食欠食の理由



資料  
名寄市民の食育に関するアンケート調査(R3)  
朝食を「食べない」と答えた人の理由の割合

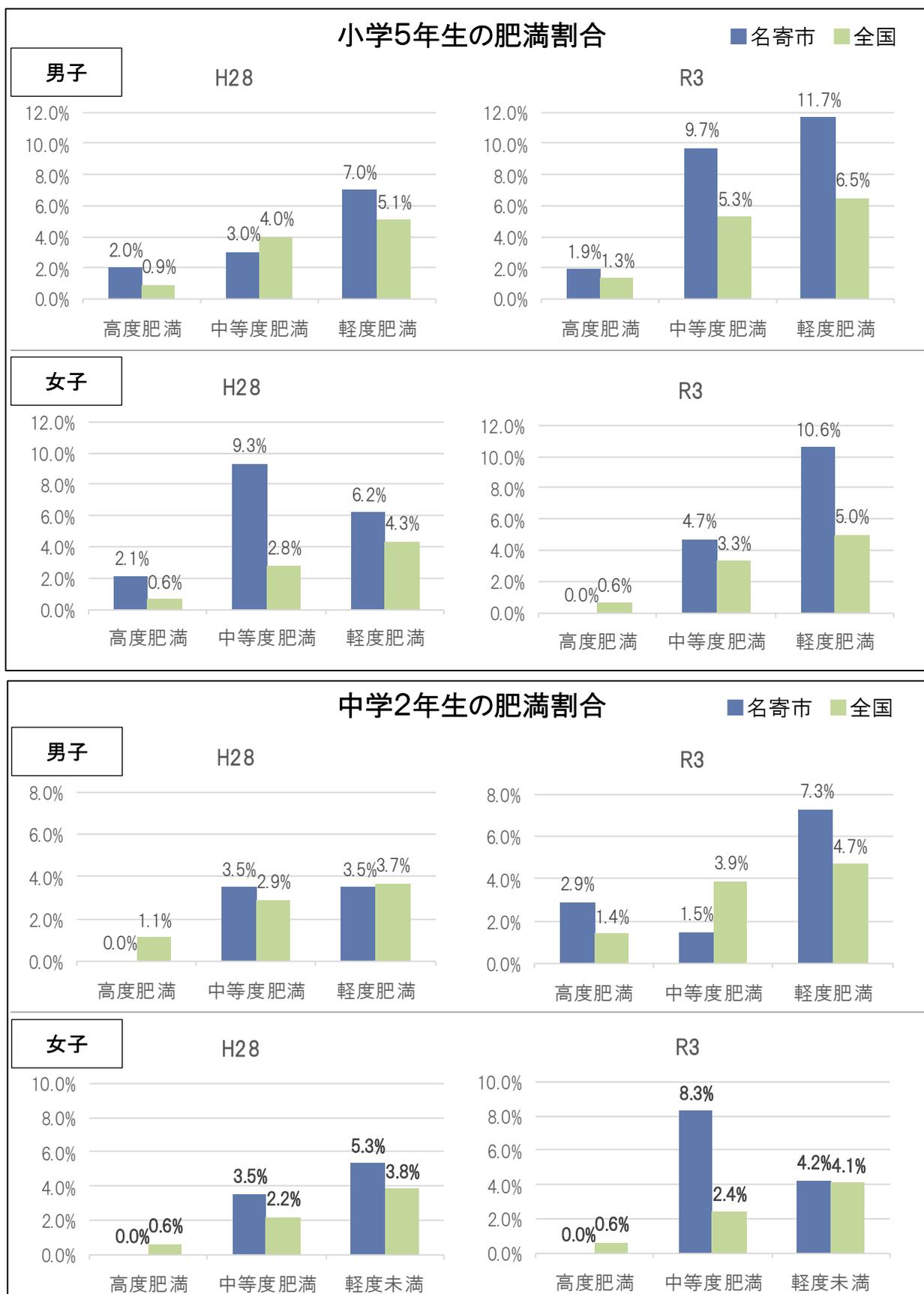
### 3 肥満者の割合

○ 北海道は肥満者の割合が全国平均より高くなっており、名寄市においても高い傾向が見られます。



資料：名寄市特定健診(H28・R3)、北海道保健福祉部「健康づくり道民調査」(H23・H28)、厚生労働省「国民健康・栄養調査」(H27・R2)

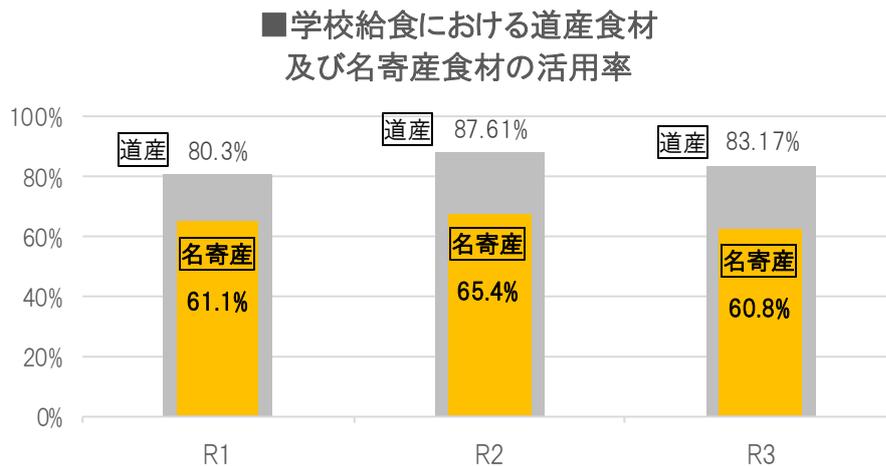
○児童生徒の肥満割合も高くなっています。



資料：文部科学省「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」(H28・R3)

## 4 給食における地場産食材の活用について

- 学校給食の食材選定は、名寄産、道内産、国産の順で発注をしています。名寄産食材の重量による活用率は概ね 60% 台で推移しています。また、名寄産を含む道産食材の重量での活用率でも、ここ 5 年間は 80% 台を超えており、非常に高い数値となっています。



資料：名寄市学校給食センター調べ(R1～R3) 重量による割合

- 学校給食は、地産地消の観点から、季節に応じ収穫される多種目の野菜と地元の加工品を最優先に使用し、年間献立計画に基づき提供されています。時季によりますが「なよろ給食の日」として、地元産食材をふんだんに使用した献立も実施しています。
- 主食として、米は名寄市の2生産組合と契約購入、パン用小麦粉も名寄産を使用しています。また、作付面積日本一を誇る名寄産もち米を使用した餅や赤飯などの行事食や、もち米みそ、児童生徒に人気の高いもち米コロツケなどが献立に登場しています。

■「なよろ給食の日」の献立の一例(R4)

メニュー名	名寄産食材
もち粉パン	パン
かぼちゃポタージュ	かぼちゃ、玉ねぎ
ひまわりドレッシングサラダ	きゅうり、キャベツ、白菜 ひまわり油
メンチカツ	



- 名寄市の学校給食では毎年「年間献立計画」を作成しており、計画に沿った内容で名寄産食材を活用した給食の提供をしています。

「年間献立計画」による名寄産食材の使用予定(一部)

4月	もち米		9月	長ねぎ、玉ねぎ、キャベツ	ミニトマト・ピーマン
5月	アスパラ		10月	長ねぎ、玉ねぎ、 じゃがいも	白菜・ピーマン
6月		ピーマン	11月		キャベツ
7月	きゅうり、レタス		12月		
8月	メロン、ミニトマト、長ねぎ、キャベツ ピーマン、きゅうり、レタス		1月	玉ねぎ、じゃがいも	寒締ほうれん草
			2月	玉ねぎ	
			3月	玉ねぎ、もち米	

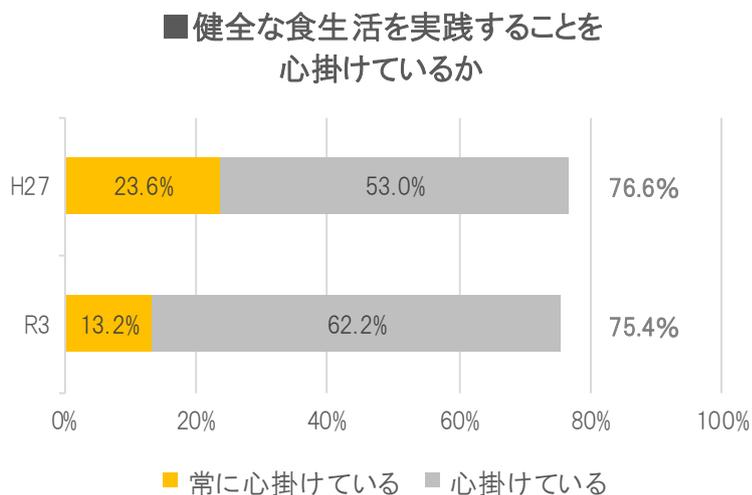
- 名寄市の保育所においても、名寄産食材を使用した給食が提供されています。また、各保育所において年齢ごとに「食育計画」を作成し、年齢に合わせた食育をおこなっています。

東保育所 食育計画 ※5歳児計画一部抜粋

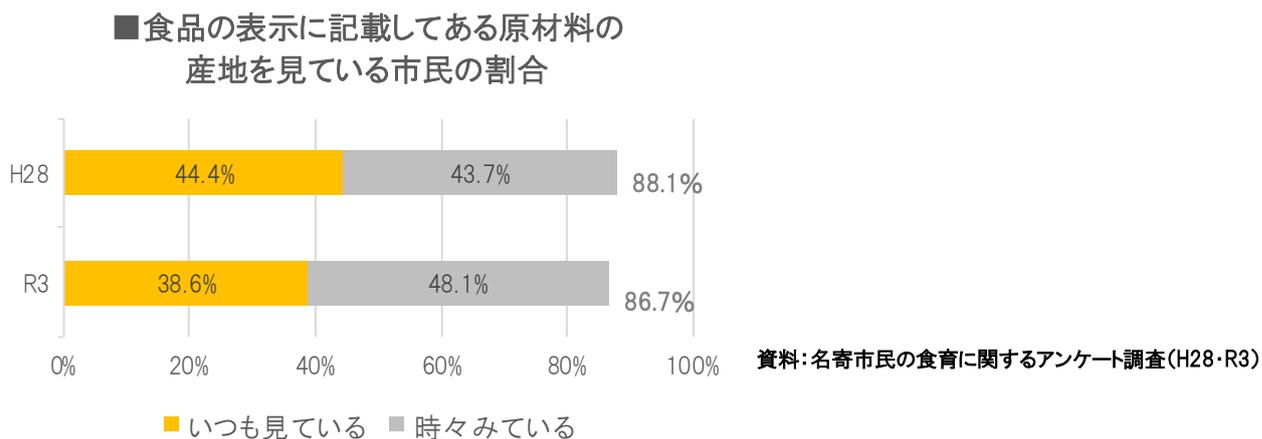
目標		①お腹がすくリズムが持てる ②食べたいもの、好きなものが増える ③一緒に食べたい人がいる ④食事づくり、準備にかかわる ⑤食べ物を話題にする	
		内容	配慮事項
食と健康	食を通して健康な心と体を育て自ら健康で安全な生活をつくり出す力を養う	・3食しっかり食べる ・様々な食べ物を進んで食べる ・決まった時間に食事をし、その必要性がわかる ・自分の食べられる量がわかる ・健康な体づくりと食べ物との関係を知る ・三角食べをする	・給食の食材がどんな働きをするか伝える ・献立の食材・メニューを知らせ、栄養面を説明する ・苦手なものがあるか事前に確認調節する等で無理なく食べられるようにする ・ご飯とおかずを交互に食べるように声掛けをする
食と文化	食を通して継承してきた様々な文化を理解しつくり出す力を養う	・地場産物を生かした料理を味わい地域への親しみを持つ ・行事食を通して行事の内容と意味を知り食文化への理解を深める ・箸でこぼさず食べる ・正しい姿勢で食べる	・行事食を楽しみ食文化を学ぶ ・箸の正しい持ち方や正しい姿勢の声掛けをしていく ・こぼしたものは自分で片づけるように伝える

## 5 食品の安全性に対する意識

- 全国の調査では、健全な食生活を実践することについて「常に心掛けている」「心掛けている」と答えた国民の割合は下記のとおりとなりました。



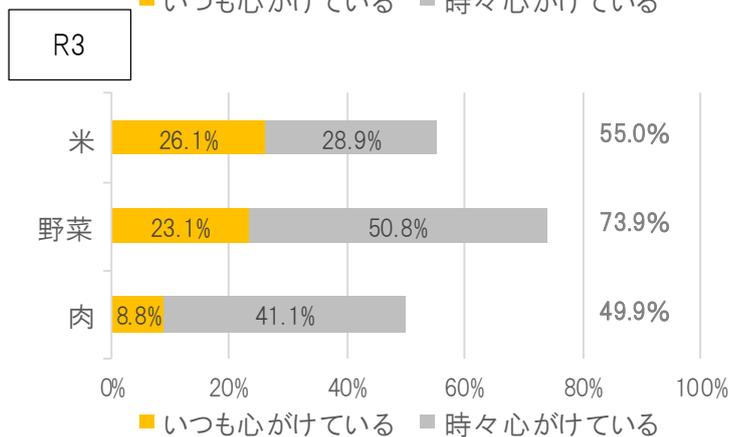
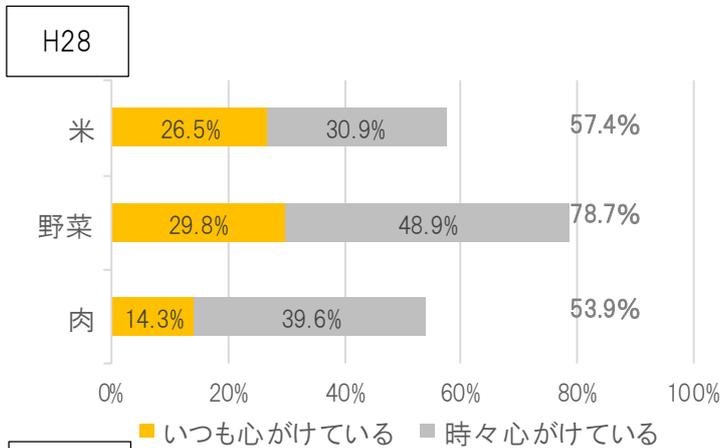
- 名寄市の調査では「食品の表示に記載してある原材料の産地を確認している」という市民の割合は8割を超える結果となりました。全国調査の設問内容とは異なりますが、食品の安全性に対する意識を高くもっている市民が多いことがわかります。



## 6 名寄産の食材に対する意識

○ 名寄産の農畜産物を使用するよう心がけている市民の割合は次のとおりです。

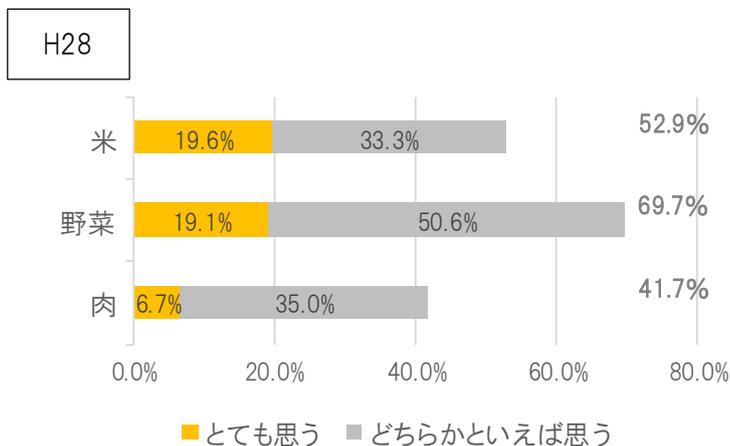
### ■名寄産の農産物を使用するよう心掛けている市民の割合



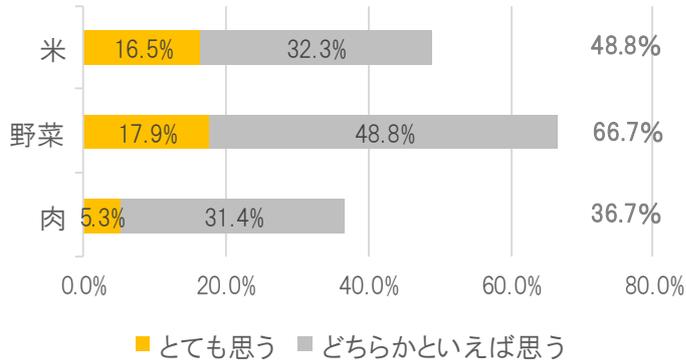
資料：名寄市民の食育に関するアンケート調査(H28・R3)

○ 名寄産の農畜産物を購入しやすいと感じている市民の割合は、「名寄産の農畜産物を使用するよう心がけている割合」に比べて低い結果となりました。アンケートでは「どこで買えるかわからない」「取り扱っている店が少ない」「安全で新鮮な地元のもの食べたい」といった声が多くありました。

### ■名寄産の農畜産物を購入しやすいと思う市民の割合



R3



資料:名寄市民の食育に関するアンケート調査(H28・R3)

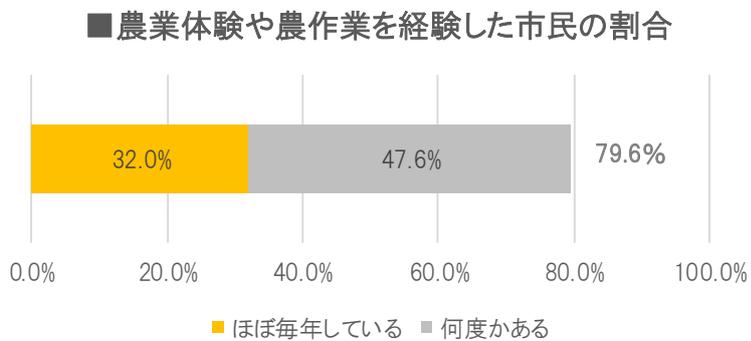
## 7 生産者との交流を通じた農業体験の取組

- 市では、乳幼児を対象に、親子で農村地区へ出向く「親子お出かけバスツアー」を実施し、ツアーの1つとして農業体験も行われています。また、食育ボランティア団体「なよろ食育推進ネットワーク」の取組として、市内小学校の農業体験支援も行われています。
- 市民を対象とした取組では、市内の農家有志で結成された「名寄市グリーンツーリズム推進協議会」により、農業に対する理解を広めるための活動が行われています。農業体験の受入れを通じて、地産地消の推進のほか、食と農の繋がりについても伝える取組も実施しています。

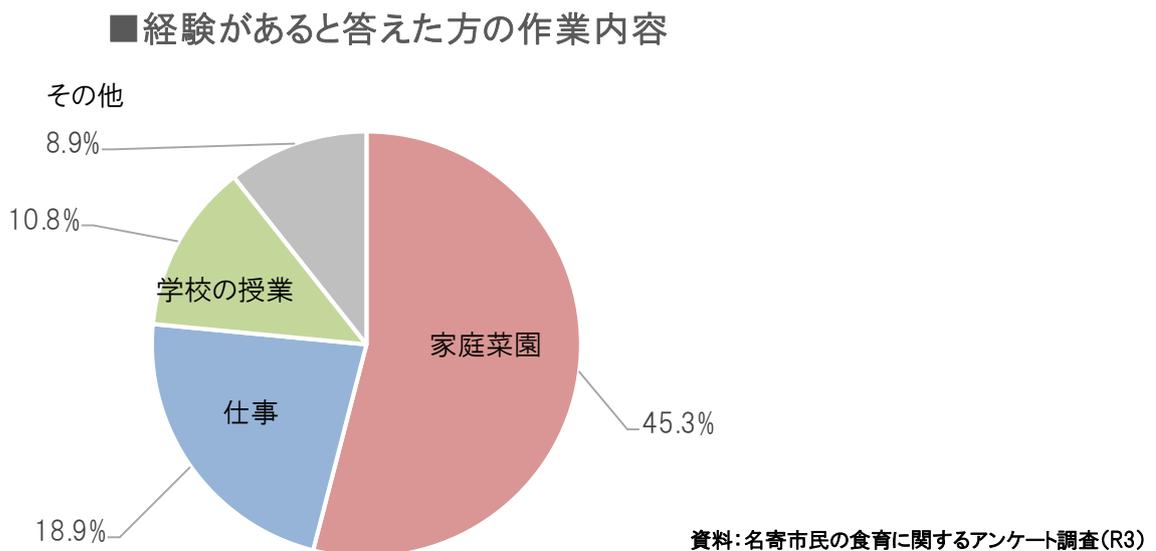


## 8 農業体験や農作業の経験

○ 農業体験や農作業の経験があると答えた市民の割合は次のとおりです。



○ 農業体験や農作業の経験があると答えた方の経験の内容は次のとおりです。



## 第4章 基本理念と目標

### 1 基本理念

豊かで恵まれた自然と農 そこから生まれる食に感謝し  
健やかな体と豊かな心を育む 北のまち名寄

※「基本理念」とは、食育推進に対する基本的な考え方です。

名寄市は、天塩川の恵みに育まれた自然豊かなまちです。農業が盛んで、多種多様な作物が生産されています。作物を支える大地や、食を支える様々な人への感謝の気持ちを大切に、市民みんなが健やかで心豊かな暮らしを実現できる、北のまち名寄の創造をめざします。

### 2 計画のテーマ

～「実践」から「拡大」へ～

第3次計画に引き続き、第4次計画のテーマを「『実践』から『拡大』へ」とします。これまでの取組の内容を広げていくだけでなく、取組に関わる人を増やすなど、これまで以上に食育の輪を広めていくことをめざします。また、デジタル化などの社会情勢の変化に合わせて、多世代に情報が行き届くような取組を行います。

### 3 基本目標

- (1)食育に関心をもとう、実践しよう
- (2)朝食を毎日食べよう
- (3)栄養バランスに配慮した食生活を実践しよう
- (4)適正体重の維持や減塩等に気を付けた食生活を実践しよう
- (5)和食及び行事食を推進しよう
- (6)食品の安全性について基礎的な知識をもとう
- (7)地産地消を推進するとともに、食に関する感謝の念と理解を深めよう
- (8)食品ロス削減のため意識して行動しよう
- (9)様々な情報発信媒体を活用し、食について理解を深めよう

#### 4 数値目標

目標	現状値 (R3)	目標値 (R9)
1 食育に関心のある市民の割合を増やす	86.1%	90%以上
2 朝食を欠食する市民を減らす 幼児	0%	現状維持
小6	1.7%	0%
中3	4.5%	0%
20代～30代	21.6%	15%以下
3 肥満者の割合を減らす 30～60歳代男性	44.3%	減少傾向へ
40～60歳代女性	24.6%	減少傾向へ
4 学校給食における道産食材の活用率を増やす	83.17%	現状維持
5 食品の表示に記載してある原材料の産地を確認している人を増やす	86.7%	90%以上
6 名産産の食材を使用するよう心がけている人を増やす	59.6%	70%以上
7 名産産の食材を購入しやすいと思う人を増やす	50.7%	60%以上
8 食品ロス削減のため行動している人を増やす	71.1%	80%以上

※4については年毎の収穫量の差や、北海道の地域特性により冬場の収穫が少ないことから現状維持の数値設定とする。

## 第5章 推進方策

### 1 食育に関心をもとう、実践しよう

食育の成果を上げるためには、まず市民一人一人が自ら実践を心がける必要があります。そのためにはまず、より多くの市民に食育に関心をもってもらう事が大切です。

#### 【具体的な取組】

- ・広報誌にて食育に関する情報を周知
- ・関係団体の各種活動における啓発
- ・学校や各団体での食育活動の実施
- ・認定こども園や幼稚園での食育活動の実施

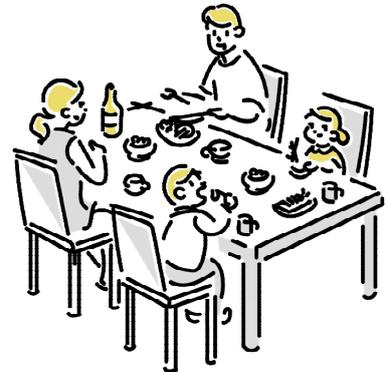
### 2 朝食を毎日食べよう

ごはんなどの主食には脳のエネルギー源になるブドウ糖が多く含まれているため、朝から勉強や仕事に集中するためにも朝食はとても大切です。また、朝食は一日を活動的にいきいきと過ごすための大事なスイッチとなり、基本的な生活習慣を身に付ける観点からも非常に重要です。

成長期にある子どもたちの欠食のみならず、20代～30代の若い世代の欠食率が減少しない状況にあります。若い世代は次世代に食育をつなぐ大切な担い手でもあることから、こうした世代への朝食の摂取の取組を推進します。

#### 【具体的な取組】

- ・健康相談、料理教室で朝食の必要性について周知
- ・小中学校の特別活動における学習



### 3 栄養バランスに配慮した食生活を実践しよう

生涯にわたって心身の健康を確保しながら、健全な食生活を実践するためには、市民一人一人が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。

#### 【具体的な取組】

- ・自ら食を選択する力を身に付ける学習及び啓発の実施
- ・小中学校の特別活動における学習

## 4 適正体重の維持や減塩等に気を付けた食生活を実践しよう

生活習慣病の予防や改善には、日常から望ましい食生活を意識し、実践することが重要です。しかし、エネルギーや塩分の過剰摂取などに代表されるような栄養の偏り、朝食欠食などの食習慣の乱れ、それから起こる肥満ややせは生活習慣病の原因となります。食事と運動のバランスなど、日頃から食生活に関わる様々なことを意識して生活することが必要です。

### 【具体的な取組】

- ・栄養・健康相談及び教室の実施
- ・各種イベントでの啓発
- ・小中学校の特別活動における学習



## 5 和食及び行事食を推進しよう

伝統的な行事や作法と結びついた豊かで多様な日本の食文化は、四季の地理的な多様性による特色を有し、世界に誇ることができるものです。しかし、近年は核家族化の進展や地域活動などの減少による多世代交流の希薄化、食の多様化により、その特色が徐々に失われつつあります。和食は栄養バランスにも大変優れていることから、和食及び季節やイベント(お正月・桃の節句・大晦日など)における行事食を推進します。

### 【具体的な取組】

- ・各種料理教室の実施
- ・学校給食における行事食の実施
- ・もち米の里名寄市における各イベントでのもちつき実施



## 6 食品の安全性について基礎的な知識をもとう

健全な食生活の実現に当たっては、食品の選び方や適切な調理・保管の方法等について基礎的な知識をもつことが重要です。そして、その知識を踏まえて行動していくことが大切です。

### 【具体的な取組】

- ・食品の選び方や適切な調理・保管方法、食品添加物等について理解を高める
- ・食品表示について理解の促進を図る
- ・セミナーや料理教室による啓発

## 7 地産地消を推進するとともに、食に関する感謝の念と理解を深めよう

名寄市では、地域の特性と生産者の努力により多様な農作物が栽培されています。市民がその事実をしっかりと理解するだけでなく、購入できる機会を増やすことで、地産地消の推進につなげていきます。

また、生産者を始めとした多くの関係者により「食」は支えられています。食料の生産から消費に至る食の循環を意識し、食に対する感謝の念を深めていくことが大切です。

### 【具体的な取組】

- ・地産地消フェアや健康まつりなど、各種イベントを開催し地産地消の推進
- ・学校給食の献立表において名寄産食材について紹介
- ・特産品である「もち米給食」の回数の維持
- ・市内保育所での野菜栽培、収穫体験
- ・学校での栄養教諭授業実施の際に「いただきます」「ごちそうさま」の意味を伝える
- ・名寄産農畜産物の販売場所について周知
- ・農業体験を通じた生産者との交流
- ・学校教材として、名寄の農業を紹介した動画の活用

## 8 食品ロス削減のため意識して行動しよう

最近では、食べられるのに捨てられてしまう「食品ロス」が問題となっています。食品ロスを減らすことは、廃棄物の削減だけでなく、様々な環境負荷の低減も期待できることから、食べ物を捨てることに対し「もったいない」という気持ちをもつことも大切です。

### 【具体的な取組】

- ・「もったいない」や「食への感謝」の気持ちを高める取組の実施
- ・食品ロス削減の取組事例の紹介
- ・各イベントでの情報発信・啓発



## 9 様々な情報発信媒体を活用し、食について理解を深めよう

近年、デジタル化の動きに伴い、食育についてもインターネットやSNSを活用した情報提供が増えています。身近な媒体で情報を取り入れ、日頃から意識していくことも大切です。

### 【具体的な取組】

- ・各推進方策における市や各団体での情報発信媒体の活用による周知

## ■関連事業

食育の推進にあたって、関連組織・団体において次の事業に取り組みます。

団体名	内容
名寄市立大学	授業における食の学習
名寄市小中学校	生活科 総合的な学習における学校菜園を活用した野菜栽培 田植え、稲刈り、農家での収穫体験・作業見学、酪農作業見学、栄養教諭による食育学習
北海道名寄産業高等学校	小学生との連携学習、園児への農場公開、親子ものづくり教室 ※令和7年3月をもって閉科
名寄消費者協会	みそ・豆腐づくり、消費生活展での地産地消の啓発
なよろ食育推進ネットワーク	農業体験の受け入れ(対象は市民、市立大学生、市内小学校)
名寄市保健推進委員協議会	保健推進委員による「地域での健康相談、健康教室」の開催
名寄市食生活改善協議会	健康寿命延伸プロジェクト、高齢世代(シニアカフェ)、おやこ食育教室、生涯骨太クッキング、バランスガイドの普及啓発
北海道栄養士会名寄支部	食育研修会「すこやか北海道」研修会、協賛事業 会員研修会、食育情報交換会
名寄市グリーンツーリズム推進協議会	市立大学農業体験実習、市民農業体験受け入れ
道北なよろ農業協同組合	小学生の田植え、収穫体験
名寄地域保健室	上川北部食育情報連絡会、6月食育月間に普及啓発を実施
上川農業改良普及センター名寄支所	地場産農畜産物の高付加価値化の支援
名寄市健康福祉部保健センター	・「栄養・健康相談および教室」の開催 ・「食育セミナーと料理教室」の開催 ・「健康まつり」の開催
名寄市健康福祉部こども未来課	所庭菜園での栽培・収穫体験、地元食材を使った給食の提供
名寄市教育部学校教育課	食育に係る授業を体育・家庭科・特別活動はもとより各教科、道徳及び総合的な学習の時間においてそれぞれの特質に応じて実施。
名寄市教育部学校給食センター	・年間献立計画に基づく、米飯と魚が基本の和食型給食(日本型食文化・食生活) ・食材に地場産品の活用を意識し、安全を図りながら栄養バランスに配慮 ・食物アレルギーを有する児童生徒も、アレルギーを持たない児童生徒と同じように給食を楽しめることを目指し、安全を最優先した個別アレルギー除去給食の提供
名寄市経済部農務課	農産物直売所案内、地産地消フェアの開催、SNS等を活用した食育に関する情報発信



# 第4次名寄市食育推進計画

令和5年3月

発行：名寄市

編集：名寄市経済部農務課

TEL(01655)3-2511

FAX(01655)7-8080