

第4次高岡市食育推進計画の概要

第4次計画 基本方針

基本方針

生涯を通じた心身両面の健康を増進する
食育の推進

コンセプト

「持続可能な食」の実現

重点目標

1 健康的な食習慣を身に付ける

健全な食習慣を確立することは、生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性を育む基礎となることから、正しい食習慣の習得を推進する。

2 地産地消を通じた「持続可能な食」の推進を図る

食に対する感謝の念や理解を深めるために、地産地消の取り組みを推進し、「もったいない」の気持ちを育む取り組みを進め、食べ残しなど食品ロス等の削減につなげる。

3 ライフステージに応じた健全な食生活を送る

ライフスタイルの多様化によって、家庭や個人の努力のみでは、健全な食生活の実践が困難な状況を踏まえ、幅広い層に対して食育を実施する。



目標：2028（令和10）年度

数値目標

① 朝食を取っている人の割合

	第2次策定前(H25年)	第3次策定前(H29年)	現状値(R4年)	前回目標との比較評価	第4次目標値
小学生	98.7%	98.4%	98.1%	△	100%
中学生	96.7%	97.6%	95.9%	△	100%
20歳以上	86.4%	81.9%	82.1%	○	90%以上

② 主食、主菜、副菜を組み合わせた朝食をとっている人の割合 (70%以上)

③ 午後9時までに夕食を取る人の割合 (90%以上)

④ 1日1回は家族で食事を取る人の割合 (95%以上)

⑤ 学校給食における高岡産食材（青果物）の使用割合 (27.8%以上)

⑥ 農業体験学習を実施している小学校・義務教育学校の割合

	第2次策定前(H25年)	第3次策定前(H29年)	現状値(R4年)	前回目標との比較評価	第4次目標値
小学校	100%	100%	100%	☆	100%

⑦ 家庭で地場産物を「よく使用している」「時々使用している」人の割合 (90%以上)



⑧ 健康に気をつけて、栄養のバランスを考慮した食事をしている人の割合 (70%以上)

⑨ 野菜を1日に350g（小鉢5皿程度）食べている人の割合

	第2次策定前(H25年)	第3次策定前(H29年)	現状値(R4年)	前回目標との比較評価	第4次目標値
20～39歳	40.4%	33.6%	39.9%	○	60%以上
40～59歳	55.1%	42.8%	44.0%	○	60%以上
60歳以上	64.5%	51.0%	48.9%	△	60%以上

⑩ 適正体重の人の割合 (男性70%以上、女性75%以上)



第4次計画 施策の展開



家庭

- ・「早寝早起き朝ごはん」の実践
- ・1日1回は家族で食卓を囲む
- ・食品の安全性への関心と判断の実践

学校

- ・食に関する指導
- ・農作業体験や調理体験
- ・給食試食会・給食参観の開催

地域

- ・料理教室や食育知識の普及、食文化の継承を図る講座開催
- ・スマートフォンアプリを活用し、健康づくりの意識の向上

自らの健康づくりから、家族へ、地域へ！

<情報の発信>

- ・冊子を活用した情報発信
- 「呉西6市直売所マップ」
- 「高岡のめぐみを体験しよう！ 味わおう！」

<生産者と消費者の交流>

- ・児童生徒の農作業体験学習
- ・保護者対象の給食食材のほ場視察研修
- ・市民対象の収穫体験ツアー

<特産品の開発・普及>

- ・地場産食材を使った新商品の開発
- ・高岡ブランド商品の普及
- 「ととまる」「高岡コロッケ」「昆布飯・昆布スイーツ」「高岡グリーンラーメン」等

<地場産食材の活用>

- ・給食に地場産食材や伝統的な献立の取入れ
- 「たかおか食19井の日」「呉西（ゴセイ）な日！！」など

<イベントの開催>

- ・特産品のPR「たかおか食彩フェア」
- ・五穀豊穡に感謝する「福岡町つくりもんまつり」など

<環境への配慮>

- ・「3010運動」「フードドライブ」等の食品ロス削減
- ・たい肥化の推進

深めよう！地元愛

健康的な食習慣を身に付ける

子どもに対する食育 0歳～18歳 (食習慣の基礎を作る)

- ・規則正しい生活リズムを身に付ける
- ・薄味を基本に、いろいろな食材を食べ、味覚を育てる
- ・よく噛んで食べることの習慣を身に付ける
- ・食に対する知識や、基本的な調理技術を身に付ける

若者世代に対する食育 19歳～35歳 (情報を適切に判断し、食の自己管理ができるようにする)

- ・朝食を欠食せず、1日3食バランスの良い食事を取る
- ・親として子どもの食育に必要な知識を得る
- ・食品表示や食品安全についての正しい知識を備え、食品を選択する力を身に付ける
- ・生活習慣病などの知識を身につけ、肥満や無理なダイエットに注意する

働き盛り世代・高齢期に対する食育 36歳以上 (健康への関心を高め、次世代への伝承を意識し行動する)

- ・地場産食材を活用した栄養バランスの良い食事を作る
- ・コミュニケーションを楽しみながら食事を取るよう心がける
- ・地域の農林漁業や食文化を次の世代に伝える

食べたもので作られる自分の体を大切に！