

第5章 食育推進計画の考え方

1 基本理念・基本方針

私たち人間が生きていくためには「食」は欠かすことのできないものです。しかし、現在、国内では肥満や生活習慣病の増加、過度のダイエット、また児童生徒の朝食欠食等の問題が見られています。さらに世界的な食料需給のひっ迫に伴う食料の安定供給の確保、安心・安全な食品に対する消費者の関心の高まりへの対応、食品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。

そこで、第2次計画においては、以下に示すように、目指す姿は、健康増進計画と同様に合志市総合計画第2次基本構想第2期計画と整合性を持たせ、「健康幸福都市こうしの実現」とし、3つの基本理念と3つの基本方針に基づき実施します。

目指す姿

健康幸福都市こうしの実現



基本理念

生涯を通じた健康づくり

市民自らが、それぞれのライフステージに応じて、主体的に健康づくりに取り組み、健康増進や生活習慣病の重症化予防が図れるように、より良い生活習慣づくりの支援に努めます。

地域で支え合う健康づくり

地域と関係機関が協働し、地域の人と人のつながりや助け合いの力を高めながら、地域ぐるみで健康を支え、いきいきと暮らしていける環境づくりに努めます。

健康を実現できる環境づくり

「食」は健康づくりに重要な要素であり、健康づくりと食育の推進を一体的に取り組みながら、社会全体として総合的かつ効果的な健康を実現できる環境づくりに努めます。



【基本方針】

- ✚ 食を通して健康な体と心を育む取り組み
- ✚ 様々な機関や団体と連携して食育を推進する取り組み
- ✚ 健康な食生活を実践できる取り組み

2 基本目標と施策の方向性

本計画では、合志市がめざす「健康幸福都市こうし」の実現に向け、基本理念・基本方針に基づき、3つの基本目標とそれぞれ紐づく施策の方向性を設定しています。

基本目標Ⅰ 食を通じた主体的な健康づくりの推進

《施策の方向性》

- (1) 食を通じた健康な生活習慣づくり
- (2) 食を通じた生活習慣病の発症・重症化予防
- (3) 歯・口の健康
- (4) 家庭における食育の推進

基本目標Ⅱ 地域と協働で取り組む健康づくりの推進

《施策の方向性》

- (1) 食育に関する情報発信や体験活動の推進
- (2) 関係機関等との連携の推進

基本目標Ⅲ 健康な食生活を実践できる環境づくりの推進

《施策の方向性》

- (1) 食を通じた文化の伝承
- (2) 食の安心・安全

3 施策別数値目標と具体的な取り組み

本計画では、施策の方向性ごとに進捗状況を把握するための目安として、目標値を設定し、目標達成に向けて、具体的な取り組みを進めていきます。

基本目標Ⅰ 食を通じた主体的な健康づくりの推進

(1) 食を通じた健康な生活習慣づくり

指標	現状値	令和6年度 目標値
朝食を欠食する人の割合（成人） ※週1日以下の割合	男性 11.4% 女性 6.3% (R2 年度)	男性 6.0% 女性 5.0%
朝食を欠食する人の割合（子ども） ※週1日以下の割合	小5年 1.1% 中2年 1.8% (R2 年度)	小5年 0.0% 中2年 0.0%
食べ過ぎないように気を付けている人の割合（成人）	男性 45.6% 女性 52.6% (R2 年度)	男性 50.0% 女性 60.0%
食べ過ぎないように気を付けている人の割合（子ども）	小5年 28.2% 中2年 36.8% (R2 年度)	小5年 35.0% 中2年 40.0%
野菜を多くとるように気を付けている人の割合（成人）	男性 55.0% 女性 64.7% (R2 年度)	男性 60.0% 女性 70.0%
野菜を多くとるように気を付けている人の割合（子ども）	小5年 30.6% 中2年 35.9% (R2 年度)	小5年 35.0% 中2年 40.0%
栄養のバランスを考えて食べている人の割合（成人）	男性 22.8% 女性 49.5% (R2 年度)	男性 40.0% 女性 60.0%
栄養のバランスを考えて食べている人の割合（子ども）	小5年 24.0% 中2年 26.6% (R2 年度)	小5年 30.0% 中2年 30.0%
塩からいものを食べ過ぎないことを意識している人の割合（成人）	男性 26.8% 女性 48.4% (R2 年度)	男性 30.0% 女性 55.0%
塩からいものを食べ過ぎないことを意識している人の割合（子ども）	小5年 29.6% 中2年 23.7% (R2 年度)	小5年 35.0% 中2年 30.0%

【具体的な取り組み】

	内容
市民の取り組み	- 生活習慣や食事の大切さを理解して、本人・家族の生活や食事を見直しましょう。 - 朝食を食べ、規則正しい食生活を身につけましょう。 「早寝早起き朝ごはん」を習慣づけ、生活リズムを整えましょう。 - 寝る前の間食はやめましょう。
地域・関係機関の取り組み	- 食に関する市の取り組みと連携して行います。 - 保育園や幼稚園、小学校、中学校と連携して、健康な食について啓発活動を行います。
市の取り組み	- 朝食を食べる重要性について、若い世代を中心に普及啓発を行います。 - 地域での食や栄養に関する講座を行います。

（２）食を通じた生活習慣病の発症・重症化予防

指標	現状値	令和6年度 目標値
普通体重を維持している人の割合 (成人)	男性 61.7% 女性 68.4% (R2 年度)	男性 70.0% 女性 75.0%
普通体重を維持している人の割合 (子ども)	小5年 75.7% 中2年 78.6% (R2 年度)	小5年 85.0% 中2年 85.0%
HbA1c (NGSP) 値 6.5%以上有所見者の割合 ※KDB2 次加工ツール抽出データ	8.8% (R 元年度)	5.0%

【具体的な取り組み】

	内容
市民の取り組み	- 毎日、朝食を食べ、規則正しい食生活を心がけましょう。 - 自分の食生活を見直し、自分の体重や活動量にあった適量を食べるようにしましょう。 - 定期的に健診（検診）を受けて、自身の健康状態を把握しましょう。 - 食事と併せて、適度な運動を行う習慣をつけましょう。
地域・関係機関の取り組み	- 食生活改善推進員と協働で、食育の推進に取り組みます。 - 保育園や幼稚園、小学校、中学校等と連携し「早寝、早起き、朝ごはん」を推進します。 - 食に関する市の行事に協力します。
市の取り組み	- 家庭や学校と連携し、やせ、肥満傾向にある子どもの減少に取り組みます。 - 健診や保健指導の機会を通じて、食習慣の改善に向けた栄養指導、相談支援を行います。 - 生活習慣病関連医療費の多くを占める糖尿病や循環器疾患の予防のために、食を通じた健康づくりに関する知識の普及啓発に取り組みます。

(3) 歯・口の健康

指標	現状値	令和6年度 目標値
むし歯有病者の割合（3歳）	8.7% (H30年度)	5.0%
むし歯有病者の割合（12歳）	36.4% (H30年度)	20.0%
小学校6年生歯周疾患要治療歯者率	7.6% (H30年度)	4.3%
歯周疾患検診受診率	11.0% (R元年度)	15.0%
後期高齢者歯科口腔健診受診率	0.9% (R元年度)	1.2%

【具体的な取り組み】

	内容
市民の取り組み	・ 食事はよく噛んで食べることを心がけましょう。 ・ むし歯予防、歯周病予防に配慮した歯磨き習慣を実践しましょう。 ・ 歯間ブラシ等の補助用具を活用しましょう。 ・ 定期的に歯科健診を受けましょう。 ・ かかりつけの歯科医を持ちましょう。
地域・関係機関 の取り組み	・ 市と連携し、歯と口腔の健康づくりについて正しい知識の普及に努めます。
市の取り組み	・ 歯周疾患と生活習慣病（特に糖尿病や循環器疾患）との関連性についての情報提供に取り組みます。 ・ 妊娠中の歯周病は早産の原因となるため、妊婦歯科健診の受診をすすめます。 ・ 定期的に歯科健診及び専門的な歯のケアを受け、健康なお口を保てるよう、かかりつけ歯科医を持つことを推進します。 ・ 口腔機能の維持向上のため、オーラルフレイルの予防に取り組みます。 ・ フッ化物塗布、フッ化物洗口のメリットの普及啓発に取り組むとともに、学校と連携し、学校歯科保健活動を推進します。

(4) 家庭における食育の推進

指標	現状値	令和6年度 目標値
夕食を家族の誰かと食べる割合	83.1% (R2年度)	100%
ながら食べをよくしている割合	54.5% (R2年度)	40.0%
家族で、合志でとれる野菜や果物のことを話す 機会を持つ割合	24.9% (R2年度)	30.0%

【具体的な取り組み】

	内容
市民の取り組み	・ 地場産物について知り、家庭の食卓に積極的に取り入れ子どもの頃から食への関心が持てるようにしましょう。 ・ 家族や仲間と一緒に食卓を囲んで、食事中は会話を楽しむ機会をできるだけ多く持ちましょう。食を通じて、ものや命を大切にする気持ちを身に付けましょう。
地域・関係機関の取り組み	・ 市と連携して地産地消の普及啓発に取り組みます。
市の取り組み	・ 市の広報紙や各種媒体を通じて、食育に関する情報発信を行います。 ・ 学校給食における地産地消に取り組みます。 ・ 熊本連携中枢都市圏域関係市町村間で生産者、活動団体等の情報を共有しながら、各種イベント等の開催や周知を通じて地産地消の推進に取り組みます。

基本目標Ⅱ 地域と協働で取り組む健康づくりの推進

（１）食育に関する情報発信や体験活動の推進

指標	現状値	令和6年度 目標値
情報発信や体験活動	行っている	維持

【具体的な取り組み】

	内容
市民の取り組み	・ 農産物ができるまでの過程について学びましょう。 ・ 食べ物と環境の関わりについて学びましょう。
地域・関係機関の取り組み	・ 市の特産品の開発やブランド化を進め、新たな食文化の創造と食育の推進に努めます。
市の取り組み	・ 市内の飲食店に対して、栄養成分表示や健康に配慮したメニューの取り組みを推進します。 ・ 生産者と関連機関、消費者が、互いにコミュニケーションが図れる環境を整備していきます。 ・ 市の広報紙や各種媒体を通じて、食育に関する情報発信を行います。

（２）関係機関等との連携の推進

指標	現状値	令和6年度 目標値
関係機関等と連携した食育の推進	行っている	維持

【具体的な取り組み】

	内容
地域・関係機関の取り組み	・ 食生活改善推進員等を中心に地域で健康づくりに役立つ料理教室等を開催します。 ・ 郷土料理、地元の農産物を伝え、地産地消を推進します。

	内容
市の取り組み	・ 市の広報紙や各種媒体を通じて、地産地消に関する啓発を行っています。

基本目標Ⅲ 健康な食生活を実践できる環境づくりの推進

(1) 食を通じた文化の伝承

指標	現状値	令和6年度 目標値
家庭で料理の手伝いをする子どもの割合	52.2% (R2年度)	60.0%

【具体的な取り組み】

	内容
市民の取り組み	・ 家庭で料理のお手伝いをしながら、家庭の味を次の世代につなげていきましょう。 ・ 郷土料理や行事食を学び、大切にしていきましょう。
地域・関係機関の取り組み	・ 食に関するボランティア地区活動等に参加し、郷土料理を普及啓発していきます。 ・ 保育園や幼稚園、小学校、中学校で郷土料理や行事食を取り入れ、文化を伝承し大切に作る心を育む支援をします。
市の取り組み	・ 市の広報紙や各種媒体を通じて、郷土料理や行事食の情報発信を行っていきます。

(2) 食の安心・安全

指標	現状値	令和6年度 目標値
安全な食べ物を選ぶことについて家族と話をする割合（子ども）	45.2% (R2年度)	50.0%

【具体的な取り組み】

	内容
市民の取り組み	・ 安全な食べ物を選ぶことについて、普段から家族で話をしましょう。
地域・関係機関の取り組み	・ 市と連携し、食の安心・安全についての正しい知識の普及に努めます。
市の取り組み	・ 市の広報紙や各種媒体を通して食の安心・安全についての啓発を行っています。 ・ 食中毒の予防について啓発します。 ・ 給食の食材について、献立表で情報提供を行います。