

原案

第2期

# 石狩市食育推進計画

(令和4年度～令和13年度)

子どもの未来をつなぐ！ いしかりっ子食育計画



石狩市

令和4年 月

## 目次

第1章	計画の策定にあたって	1
1-1	計画の趣旨・目的	1
1-2	計画の位置づけ	2
1-3	計画の期間	3
第2章	石狩市の食育の現状と課題	4
2-1	食育アンケート結果から見た現状と課題	4
第3章	石狩市が目指す食育のイメージ	12
3-1	目指す姿	12
3-2	基本方針	13
3-3	数値目標と現状値	14
	食育ピクトグラム	
第4章	施策の展開	16
4-1	具体的な取り組み	16
4-2	推進体制のイメージ	26
資料		27

## 第1章 計画の策定にあたって

### 1-1 計画の趣旨・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。国が平成17（2005）年に制定した「食育基本法」では、「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と位置付けられています。

こうした中、石狩市では、平成29（2017）年度に「石狩市食育推進計画」を策定しました。食育は、子どもの時期に食の基礎を身につけることが、生涯にわたり心身の健康、食習慣に大きく影響を与えることから、「子どもの未来応援！いしかりっ子食育計画」とし、子どもを主に、日常生活の基盤である家庭、学校、保育園、地域における多様な関係者とともに食育を推進してきました。

しかしながら、社会情勢の変化、世帯構造の変化や様々な生活状況により、食を取り巻く環境も変化しており、孤食や食の簡素化の増加、食習慣の乱れや偏食などによる生活習慣病の増加、また食品ロスや食の安全の問題、さらには古くから地域で育まれてきた伝統的な食文化に対する意識の希薄化など、「食」をめぐる様々な課題が生じています。

また、新型コロナウイルスの感染拡大は、食生活に大きな変化がありました。外出自粛等による外食産業の休業、営業時間の短縮により、外食消費は大きく低下し、農林水産業や食品産業にも大きな影響が出ています。学校では、楽しいはずの給食が黙食となり、調理実習をはじめ体験活動が減少しました。その一方、在宅時間が増え、家庭で料理や野菜作りを行うなど食を見つめ直す契機となり、家庭での食育の重要性の高まりにつながっています。

現計画が令和3（2021）年度で計画期間を満了することから、これまでの取り組みによる成果と、食育をめぐる情勢の変化や課題に対応し、総合的に食育を推進するため、「第2期石狩市食育推進計画」を策定します。なお、本計画は、平成27（2015）年9月国連サミットにおいて採択された「持続可能な開発のための2030アジェンダ」で掲げられた「持続可能な開発目標（SDGs）」の達成に資するものです。

## 1-2 計画の位置づけ

本計画は、食育基本法（平成 17 年 7 月 15 日施行）第 18 条第 1 項に基づく市町村食育推進計画として位置づけ、その基本理念に基づき、地域特性を活かした食育を総合的、具体的に推進するために策定するものです。

また、国の「第 4 次食育推進基本計画」や北海道の「第 4 次北海道食育推進計画（どさんこ食育推進プラン）」を踏まえた上で、市の既存の各種計画と連携しながら、食育を推進します。

### 食育基本法

国「第 4 次食育推進基本計画」  
令和 3 年 3 月

#### 【国の重点事項】

- ① 生涯を通じた心身の健康を支える食育の推進
- ② 持続可能な食を支える食育の推進
- ③ 「新たな日常」やデジタル化に対応した食育の推進

道「第 4 次北海道食育推進計画」  
（どさんこ食育推進プラン）平成 31 年 3 月

#### 【道の基本方針】

- ① 心身の健康を増進する健全な食生活を実践するための食育の推進
- ② 「食」に関する理解を深める食育の推進
- ③ 本道の食育推進体制の強化

第 2 期石狩市食育推進計画  
令和 4 年 3 月



### 石狩市総合計画

- ◆石狩市まち・ひと・しごと創生総合戦略
- ◆石狩市健康づくり計画
- ◆石狩市子どもビジョン ◆石狩市教育プラン
- ◆石狩市農業振興計画 ◆石狩市漁業振興計画

詳しくは

第 4 次食育推進基本計画  
出典 農林水産省



第 4 次北海道食育推進計画  
～どさんこ食育推進プラン～  
出典 北海道



### 1-3 計画の期間

本計画の期間は、令和4年度から令和13年度までの10年間とします。

なお、計画の進捗状況、社会経済情勢の変化、国の政策動向等の変化に対応するため、令和8年度を中間年度とし、必要に応じて見直しを実施します。

年度	R1	R2	R3	R4	R5	R6	R7	R8	R9	R10	R11	R12	R13
西暦	2019	2020	2021	2022	2023	2024	2025	2026	2027	2028	2029	2030	2031
道「第4次北海道食育推進計画 平成31年度から令和5年度まで													
		国「第4次食育推進基本計画」 令和3年度から令和7年度まで						★					
			第2期石狩市食育推進計画 令和4年度から令和13年度まで										

詳しくは

石狩市の計画・施策



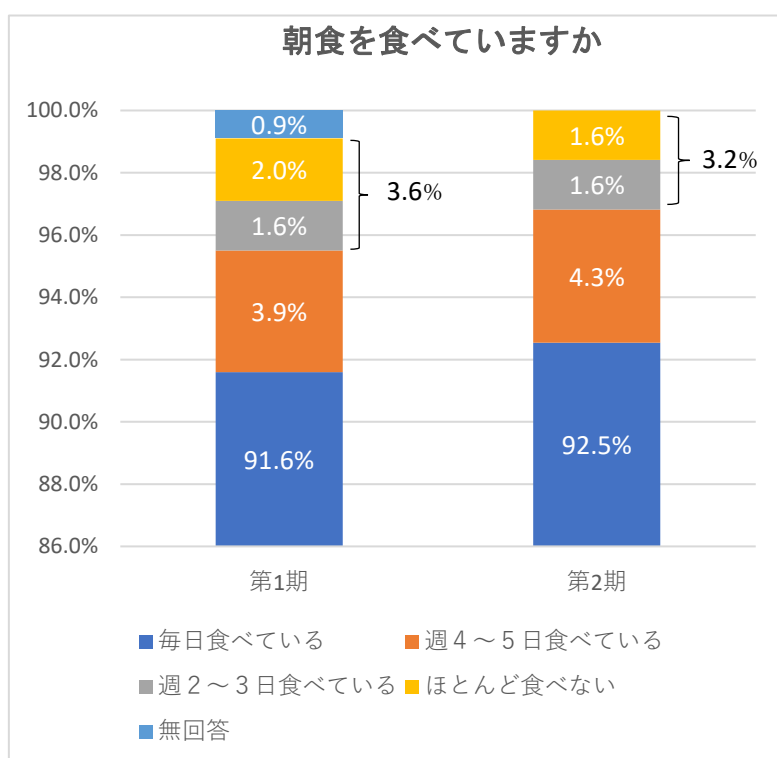
## 第2章 石狩市の食育の現状と課題

### 2-1 食育アンケート結果から見た現状と課題

石狩市食育推進計画の策定にあたって、検討課題を調査するため令和3年9月にアンケートを実施しました。調査対象は、市内小学校10校の2年生、4年生、6年生と市内中学校7校の1年生、2年生の保護者が子どもについて回答する方式で、2,670件に配布し、1,006件の回答がありました。(回答率37.7%)

#### (1) 朝食の欠食について

3.2%の児童生徒が朝食をほとんど(週4日以上)食べていない



第1期と比較すると、朝食をほとんど(週4日以上)食べていない児童・生徒が3.6%から3.2%に減少しました。

国の第4次食育推進基本計画における子どもの朝食欠食割合の目標値は0%となっており、継続した取り組みが必要です。

詳しくは

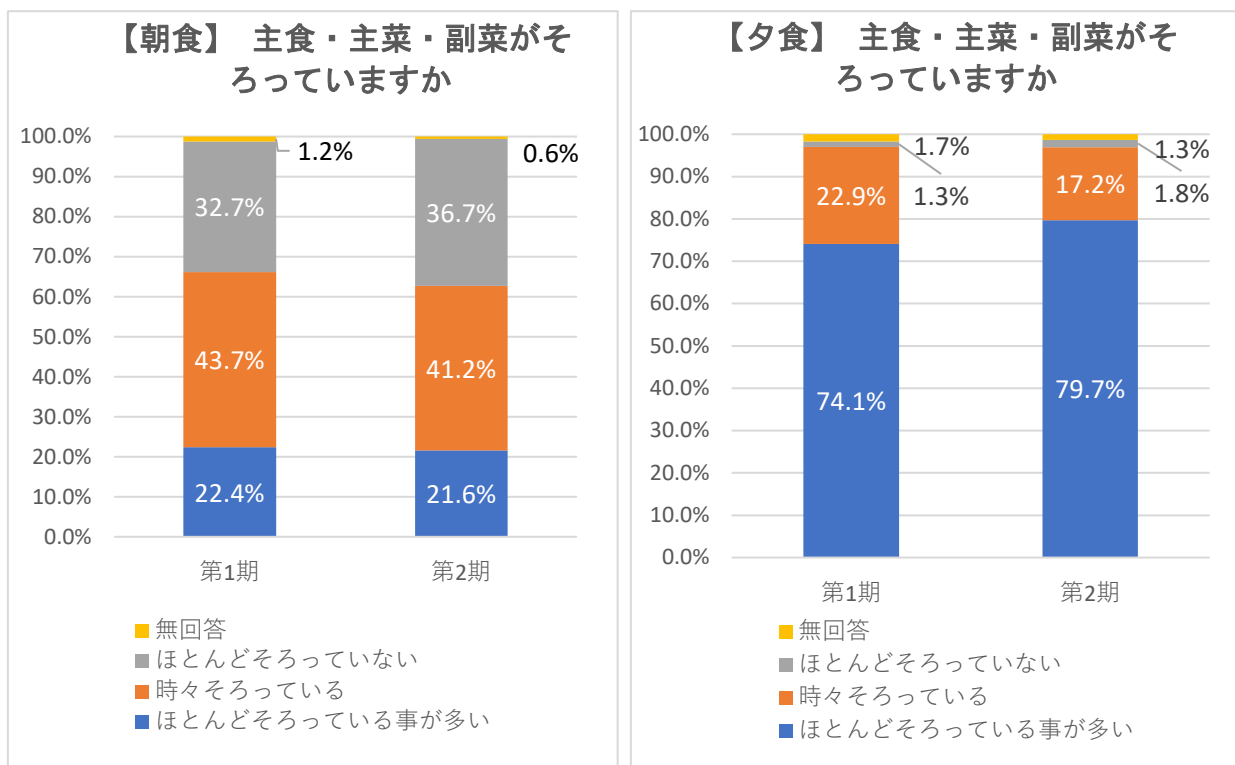
朝食を毎日食べるとどんないいことがあるの？

出典 農林水産省



## (2) バランスの取れた食事の習得

主食・主菜・副菜がそろっている家庭は 朝食 21.6%、夕食 79.7%である



※主食とは、炭水化物の供給源であるご飯・パン類・麺類

主菜とは、たんぱく質の供給源となる肉・魚・卵・大豆製品などを主に含むおかず

副菜とは、各種ビタミン、ミネラル及び食物繊維の供給源となる野菜、きのこ、海藻類を主に含むおかず

第1期と比較すると、朝食において、主食・主菜・副菜がほとんどそろっている家庭は22.4%から21.6%に減少し、夕食においては、74.1%から79.7%に増加しました。バランスの良い食事の必要性について引き続き啓発することが大切です。

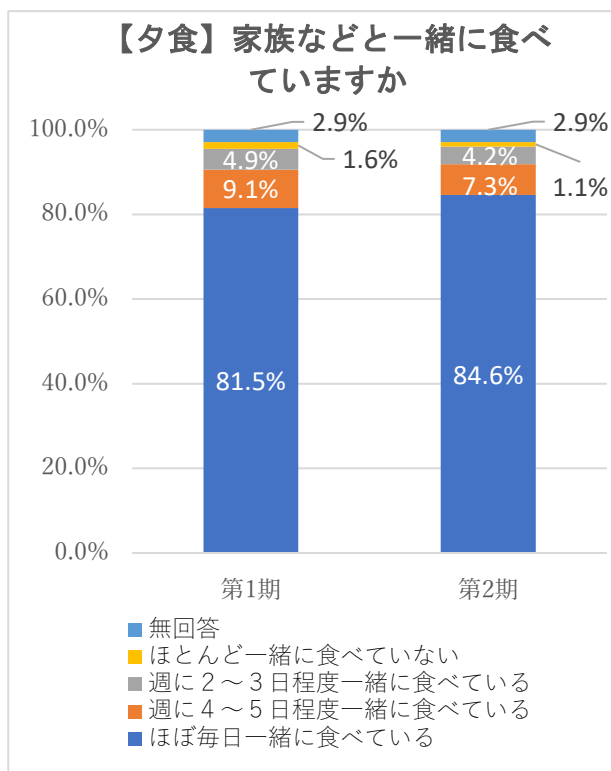
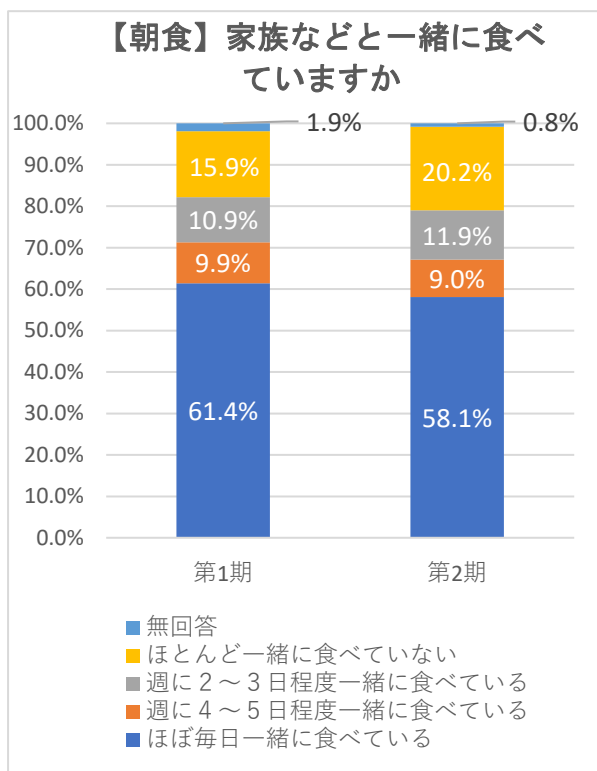
詳しくは

食生活指針について  
出典 厚生労働省



### (3) 共食について

家族などと一緒に食べていない児童生徒は、朝食 20.2%、夕食 1.1%である



第1期と比較すると、朝食においては、朝の忙しい時間帯もあり、家族などと一緒に食べていない児童生徒が 15.9%から 20.2%に増加し、夕食においては、家族などと一緒に食べていない割合は、1.6%から 1.1%に減少しました。朝食における共食の機会を増やすことが大切です。

詳しくは

共食をするとどんないことがあるの？

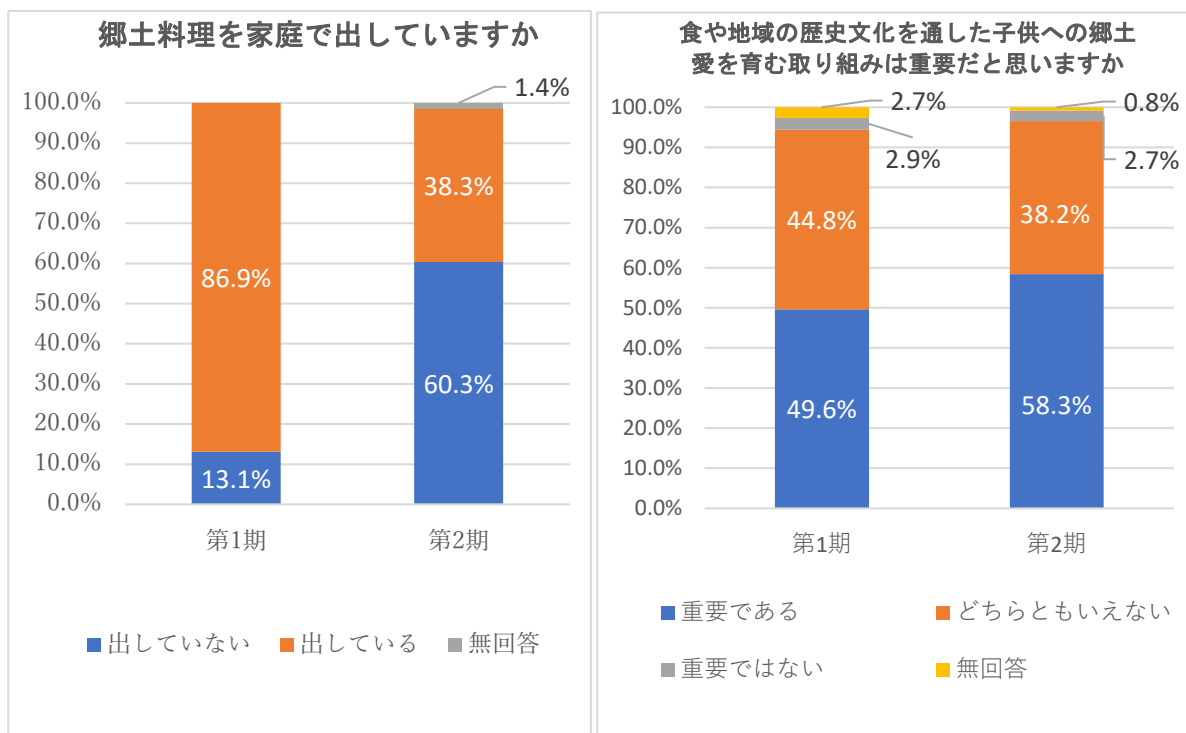
出典 農林水産省





#### (4) 郷土料理について

郷土料理を家庭で出している割合は 38.3%  
食を通じた郷土愛を育む取り組みを 58.3%が重要と感じている



第1期と比較すると、郷土料理を出している家庭は 86.9%から 38.3%に大幅減少し、食や地域の歴史文化を通じた子供への郷土愛を育む取り組みは重要だと思う割合は 49.6%から 58.3%に増加しました。家庭や学校、地域で郷土料理への関心や理解、伝承を深める取り組みが必要です。

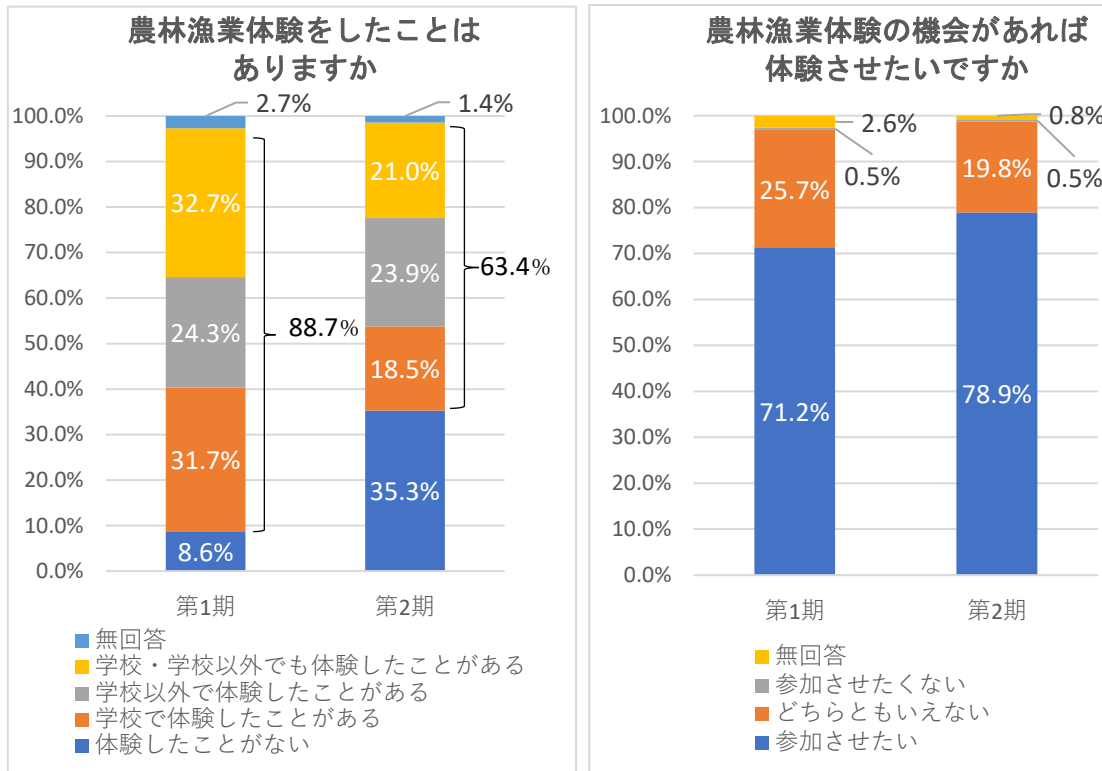
詳しくは

食文化  
出典 農林水産省



(5) 農林漁業体験について

農林漁業体験をしたことがある児童生徒は 63.4%  
体験の機会を望む保護者は 78.9%



第1期と比較すると、農林漁業体験をしたことがある児童生徒は 88.7%から 63.4%に減少しました。コロナ禍による学校等での体験の制限が要因と思われます。体験の機会を望む保護者は 71.2%から 78.9%に増加しました。体験を通じて地域の農林水産業に対する関心と理解を深める取り組みが必要です。

詳しくは

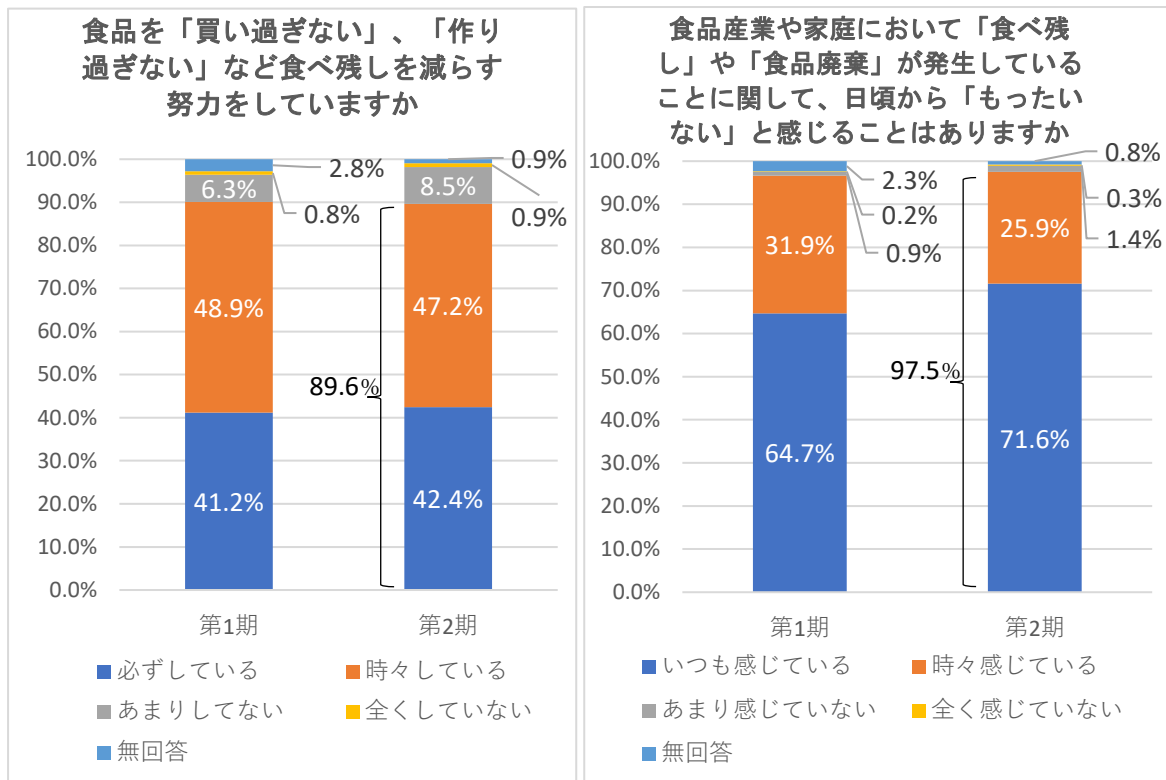
教育ファーム等の  
全国農林漁業体験スポット一覧  
出典 農林水産省



## (6) 食品ロスについて

食べ残しを減らす努力をしている家庭は 89.6%

食品廃棄等の発生に対してもったいないと感じている割合は 97.5%



「食品の食べ残しを減らす努力」を必ず又は時々している割合と、「食品廃棄等の発生に対してもったいない」といつも又は時々感じている割合がともに約9割。第1期とほぼ同じ回答でした。

国の第4次食育推進基本計画における、食品ロス削減のために何かしらの行動をしている国民を増やす目標値は80%以上となっており、本市においては意識や関心が高いものの引き続き意識向上に向けた啓発が必要です。

詳しくは

食品ロス・食品リサイクル  
出典 農林水産省



## (7) 新型コロナウイルス感染症による食生活の変化

	増えた・広がった	変わらない	減った・狭まった	もともとない	無回答
①栄養バランスのとれた食事	10.4%	86.0%	1.6%	1.0%	1.0%
②自宅で料理を作る回数	36.5%	61.7%	0.7%	0.2%	0.9%
③自宅で食事をする回数	42.4%	56.0%	0.4%	0.1%	1.1%
④家族と食事を食べる回数	12.8%	84.8%	0.8%	0.3%	1.3%
⑤オンラインを利用して家族や友人と食事を共にすること	2.2%	12.1%	1.1%	82.0%	2.6%
⑥おいしさや楽しさなど食を通じた精神的な豊かさ	7.0%	86.0%	3.4%	2.3%	1.4%
⑦地場産物の購入	9.6%	78.1%	2.1%	8.9%	1.2%
⑧通販(オンライン)を利用した食品購入	12.9%	38.5%	0.8%	45.9%	1.9%
⑨食事作りに要する時間や労力	26.0%	71.2%	1.2%	0.6%	1.0%
⑩食品の安全性への不安	9.4%	86.3%	0.8%	2.5%	1.0%
⑪安定的な食料供給への不安	12.8%	81.6%	1.1%	3.5%	1.0%
⑫食に関する情報の入手	9.2%	85.4%	0.8%	3.6%	1.0%
⑬規則正しい食生活リズム	6.9%	89.6%	1.6%	1.1%	0.9%

新型コロナウイルス感染症による食生活の変化において、家庭での食生活はほとんどの方が「変わらない」としてはいますが、外出自粛により、自宅で料理を作る回数や食事をする回数、食事作りに要する時間や労力に対し「増えた・広がった」の回答割合が高い傾向にあります。

また、学校や地域において新型コロナウイルス感染症の影響は、給食の黙食や時間短縮、体験活動・行事の中止など起きていることが自由意見からわかりました。

《自由意見（一部抜粋）》

（子どもが）給食で色々な地域の郷土料理が出たときに、「今日は〇〇県の料理を食べたよ」と楽しそうに話してくれたので、今後も給食などで郷土料理のメニューを増やしたり、その際に先生からその地域や食材などの話しや説明もあると、楽しく学べてよいと思います。

食品ロスが起きている現場を見学し、より身近に感じる取り組みや、食品ロスを減らす方法を学習の中で考え、行動してみるなどもったいないと感じられる学習を進めて欲しい。

食育は乳幼児期、むしろ妊娠期から始まっていると思います。家庭でできる当たり前のことを継続していくのが難しい現代なので、食事を楽しむこと、食材を一緒に買ったり、手伝ってもらったり、食事に関する時間で親子の会話を楽しむこと等を、大人側に意識してもらえような大人への食育をお願いしたいです。何歳になっても心と体を豊かにするための食育は必要だと思います。

学校の給食の時間が短くて、食べたいのに食べられないことが多々あるようで、もう少しゆっくり食べられるようになればいいですね。

コロナで、様々な見学・行事が中止になってしばらく経ちます。その貴重な学校行事の中に食育につながるものもありますよね。また、昼食の机1：1人、黙食も政府の動向と共に宣言外では緩和すべきで、班作りしての昼食を工夫して再開して頂きたいです。

子どもたちに食べ物のありがたさを伝えてほしい。どのように作られ、手をかけて作ったかなどの思いを知って、食べ物大切さを感じてほしい。

食育は家庭で絶対に必要です。子どものうちに食の大切さ、色々なものを口にする機会、農水産物がどのように収穫されて家庭まで届くのかも含めて興味を持ってもらうことが大人になってからの食生活に繋がるからです。学校・こども園でも沢山取り組んでもらいたいです。海も畑もたくさんあるのに体験できずもったいないです。

## 第3章 石狩市が目指す食育のイメージ

### 3-1 目指す姿

食をめぐる課題や情勢変化等を踏まえながら、食育を推進することは、国民が生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性を育むことに資するとともに、国民の食生活が自然の恩恵の上に成り立ち、食に関わる人々の様々な行動に支えられていることへの感謝の念や理解を深めることにつながるものであり、持続可能な社会の実現に向けた重要な取り組みです。食育は、あらゆる世代に対し実施するものですが、本市では、食育の基礎をつくることができる子どもの時期から、生涯にわたって食育を推進するため、第2期石狩市食育推進計画においても、子どもを中心に目指す姿を次のとおり定め、取り組めます。

## 子どもの未来をつなぐ！ いしかりっ子食育計画

～「食べて」「見て」「ふれて」「学ぶ」食の力を身につけよう～

目指す姿：食を通じて子どもの心身の健康と生きる力を育む

### 食育とSDGsの関係性

2015年9月の国連サミットにおいて、2016年から2030年までの国際目標である「SDGs（持続可能な開発目標）」が採択されました。

SDGsは、持続可能な世界を実現するため、17の目標と169のターゲットから構成され、地球上の「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、「2. 飢餓をゼロに」「4. 質の高い教育をみんなに」「12. つくる責任つかう責任」などの食育と関係が深い目標があり、計画に反映することでゴールの達成を目指します。



出典：国際連合広報センター

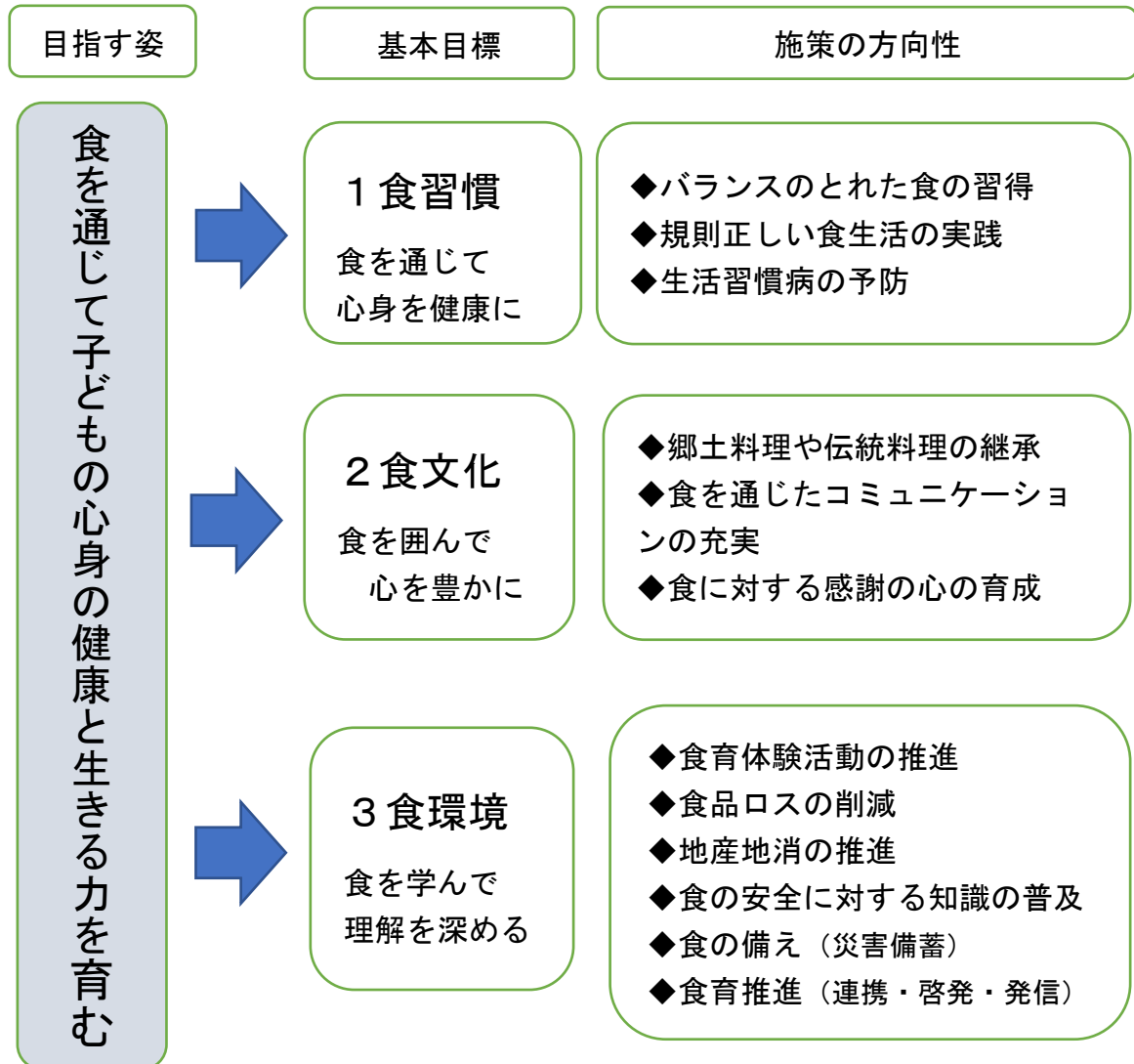
詳しくは

SDGs とは？ 出典 外務省









### 3-2 基本方針

目指す姿を実現するために、3つの基本目標と12の施策の方向性を定め、食育の理解を深め、基本目標に沿った施策に取り組むことで、課題の解決を目指します。



### 3-3 数値目標と現状値

指標項目		H28年度	現状値 ※1 R3年度	目標値 R13年度	
食習慣	1	朝食を毎日食べている児童・生徒の割合	91.6% 	92.5%	100%
	2	栄養バランスに配慮した食生活を実践する家庭の割合（主食・主菜・副菜をそろえた食事）	朝食 22.4% 夕食 74.1%	朝食 21.6% 夕食 79.7%	増加
食文化	3	食事を誰かと一緒に食べる「共食」の割合（夕食）	81.5% 	84.6%	
	4	食を通じて郷土愛を育む取り組みが重要だと思っている保護者の割合	49.6% 	58.3%	増加
食環境	5	学校給食における地場産物を使用する割合	53.7% 	55.4% ※2	55%以上 ※3
	6	農林漁業体験を経験した子どもの割合	88.7% 	63.4%	増加
	7	食品ロス削減のために食べ残しを減らす努力を必ずしている家庭の割合	41.2% 	42.4%	増加

※1 現状値は、令和3年9月に実施した食育アンケートから算出。

※2 石狩市学校給食センターの実績値（R2）

※3 地場産野菜は収穫時期の大半が夏から秋までと限定されることから、目標値はR2実績値を参考に設定。



# 食育ピクトグラムについて

食育ピクトグラムは、食育の取組を子どもから大人まで誰にでもわかりやすく発信するため、農林水産省が制作しました。  
(出典：農林水産省)



1 みんなで楽しく  
食べよう  
**共食**



2 朝ごはんを  
食べよう  
**朝食欠食の改善**



3 バランスよく  
食べよう  
**栄養バランスの良い食事**



4 取りすぎない  
やせすぎない  
**生活習慣病の予防**



5 よくかんで  
食べよう  
**歯や口腔の健康**



6 手を洗おう  
**食の安全**



7 災害に  
そなえよう  
**災害への備え**



8 食べ残しを  
なくそう  
**環境への配慮(調和)**



9 産地を  
応援しよう  
**地産地消等の推進**



10 食・農の  
体験をしよう  
**農林漁業体験**



11 和食文化を  
伝えよう  
**日本の食文化の継承**



12 食育を  
推進しよう  
**食育の推進**

## 第4章 施策の展開

### 4-1 具体的な取り組み

#### 1 食習慣

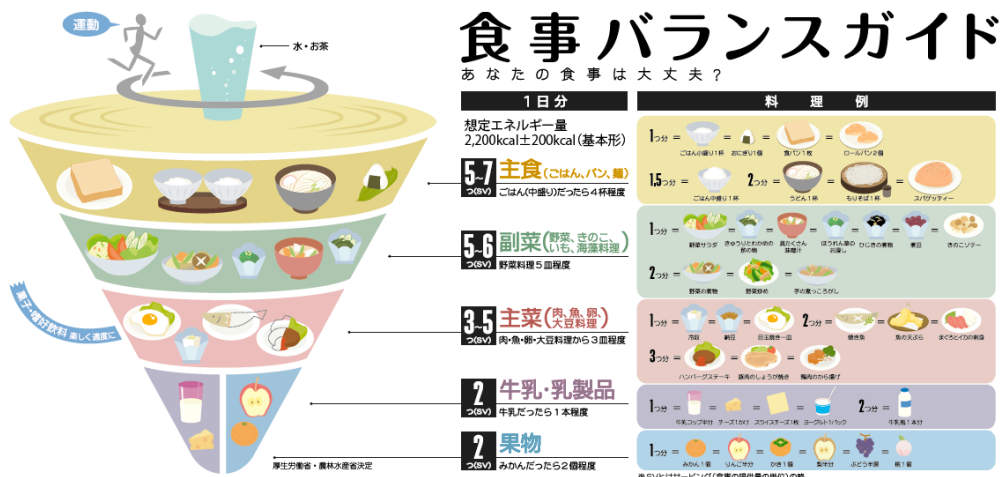
食は健康な生活を営むための基本であり、心身の健やかな成長、健康の維持管理、生活習慣病の予防など生涯にわたる健康づくりのために最も大切な要素です。特に子どもの時期は、将来の食習慣を方向付ける上でとても重要な時期です。子どもと保護者が一緒に意識を高め、行動するための発達段階に応じた食の体験学習を積み重ね、食を選択する能力を身につけることが必要です。

#### (1) バランスのとれた食事の習得



健康な体づくりをするためには、栄養バランスのとれた食習慣を身につけることが大切です。食事は、毎日の生活の中で大きな楽しみであるとともに、生涯を健康に暮らしていくための大切な要素です。心身が健やかに成長するためには、毎日の食事をバランスよく食べることが大切であることを理解し、実践する力を身につけるために一貫性・持続性のある食育を推進します。

◎推進テーマ 主食、主菜、副菜をそろえたバランスの良い食事の普及  
学校における食に関する指導の充実



出典：農林水産省

詳しくは [栄養バランスに配慮した食生活には  
どんないいことがあるの？](#)  
出典 農林水産省

## (2) 規則正しい食生活の実践



1日3回の食事、なるべく決まった時間に規則正しく食べ、生活のリズムを整えることが大切です。特に朝食は1日を元気に活動するために重要です。成長期においては、心身の発達のために沢山の栄養が必要となるため、朝食をきちんととることや規則的な食生活リズムの大切さなど、基本的な食習慣に関する正しい知識の普及、啓発します。

- ◎推進テーマ 「早寝早起き朝ごはん」の推進  
乳幼児期から生活リズムを整え、1日3食食べる習慣の普及  
学校における食に関する指導の充実

## (3) 生活習慣病の予防



子どもの頃からの食習慣の乱れや野菜の摂取不足などの栄養の偏りが肥満や生活習慣病などの問題を引き起こしています。食への関心を高め、重要性を学ぶことにより、食に関する知識や選択する力を身につけ、健康的な食習慣の実践につなげていけるように支援します。

- ◎推進テーマ 健康を考えた食を選択する能力の習得  
栄養に関する知識の習得

### ◎主な取り組み

取り組み	内容	対象	実施機関
妊婦栄養相談	母子手帳交付時に妊婦へ栄養相談を行い、子どもが生まれる前から食育への関心を高めます。	妊婦	保健推進課
離乳食教室	離乳食の進め方や調理法を講話や試食から理解し、不安解消に繋げる「はじめての離乳食教室」「ステップアップ離乳食教室」を実施します。	子ども 保護者	保健推進課
乳幼児健診時の栄養相談	乳幼児健診時に、発達や発育に応じた乳幼児の食事に関する知識の普及、悩みや不安を解消するため相談会を実施します。	子ども 保護者	保健推進課
栄養ミニ講話・調理実習	地域の子育て支援センター等で食べることの大切さや栄養についてのミニ講座、調理実習を実施します。	未就園時 の保護者	保健推進課

親子料理教室	親子で料理することで食への関心を高めるため、就学前の子ども（年長・年中）と保護者を対象に料理教室を実施します。	子ども 保護者	保健推進課
その他栄養相談	子どもの発育段階に応じた栄養相談を随時実施します。（電話、来所、訪問での対応）	子ども 保護者	保健推進課
こども園等での食育	子どもの成長発達に応じて、レシピの配布、試食会、給食展示、三色食品群の掲示など食育を行います。	子ども 保護者	子ども家庭課 こども園等
学校での食育	食事の大切さを学び、食事の量やバランスを子ども自身が理解できるよう食に関する指導や講演会を実施します。	子ども 教職員	学校給食センター
スポーツ・食育講座	小学生と保護者・指導者を対象に食事と運動の大切さを学ぶ講座等を実施します。	子ども 保護者 指導者	スポーツ健康課
健康づくり教室	健康づくりのための栄養講座や調理実習を実施します。	市民	保健推進課
栄養相談	若年期から健康づくりに取り組むきっかけとして、食事や栄養面についての個別相談を実施します。	市民	保健推進課
男性の料理教室	高齢者、特に男性が在宅で自立した生活を送るための、料理教室を実施します。	市民	保健推進課 食生活改善推進協議会
健診事後教室	健診の結果、生活習慣病等の疑いがあり、改善を目的とした栄養講話と調理実習を実施します。	市民	保健推進課
町内会等での栄養教室	町内会等からの依頼により、地域や対象者に合わせた栄養教室を実施します。	市民	保健推進課
食生活改善推進員養成・育成	地域の食のボランティアである食生活改善推進員を3年毎に養成し、食生活改善推進員の知識向上のための講演会や調理実習など活動を支援します。	市民	保健推進課
食生活改善推進員による料理教室	市民や会員対象の調理実習を実施します。	市民	食生活改善推進協議会

## 2 食文化

食事をするときの挨拶やマナーといった基本的な事柄は、食を通じたコミュニケーションや食体験によって、大人から子供へと受け継がれてきました。しかし、核家族化やライフスタイルの多様化に加え、コロナ禍も拍車をかけ、地域の食文化、郷土料理や伝統料理の作り方や食べる機会が減ってきています。

そのため、今後は家庭だけではなく、学校、職場及び地域などの様々なコミュニティにおいて、食に関する知識を共有するとともに、皆と一緒に食べることの喜びと楽しさを感じることで、食への関心や感謝の気持ちを育て、人々の豊かな心を培っていくことが必要です。また、地元を受け継がれてきた食文化を次の世代に引き継いでいくことも、郷土愛を深める上で重要です。

### (1) 郷土料理や伝統料理の継承



先人たちが地元の食材と知恵を絞って作り出した郷土料理や伝統料理を次の世代に引き継いでいくことが郷土愛を深めることにつながります。学校給食を始めとした学校教育活動において、地域の食文化を知り、料理教室や体験活動などで郷土料理や伝統料理を継承します。また、情報発信や人材育成に努めます。

◎推進テーマ 郷土料理や伝統料理、和食文化の継承



石狩の郷土料理 石狩鍋

### (2) 食を通じたコミュニケーションの充実



食事は、単に体の栄養をとり込むためだけでなく、食の楽しさを実感することができるものです。コロナ禍において、「黙食」を実践する状況ですが、子どもを含む全ての方が、家族や仲間と一緒に食事をする「共食」を通じて、コミュニケーションを充実させるため、共食の重要性を普及、啓発します。

- ◎推進テーマ 「共食」の普及・啓発  
 学校における食に関する指導の充実  
 共働き世帯やひとり親家庭に対する食育支援  
 地域における共食の推進（子ども食堂など）



(3) 食に対する感謝の心の育成

食材の生産から消費に至るまでの間、多くの人々が関わることで食が支えられています。一連の食の循環を意識して食べ物を大切にする心を持つことが、食べ残しを減らすことにもつながります。また、毎日の食材や調理してくれた人に対する感謝の念を持ち、しっかりとした食事マナーを身につけることも大切です。食の循環に関する啓発や生産者のことを知る機会の提供に努めます。

- ◎推進テーマ 食の循環に関する啓発  
 市民と生産者との交流の促進  
 食事のマナーを習得する機会の提供  
 食に関する指導を通した「食を大切にする意識」の醸成

◎主な取り組み

取り組み	内容	対象	実施機関
食育授業	P T Aや町内会などを対象に、大人向けの食育授業を実施します。	保護者 町内会	学校給食センター
「いしかりデー」の実施	通常よりも多くの地元食材を利用した学校給食を提供する「いしかりデー」を実施します。	子ども	学校給食センター
こども園等での食育	食育関連図書の貸し出し、地域との交流会、季節行事等を実施します。	子ども 保護者	子ども家庭課 こども園等
子どもの居場所開設支援	子どもたちに共食の機会を提供するような地域の取り組みを支援します。	子ども 保護者	子ども政策課 市民団体・N P O
サケやニシン等の歴史・文化の発信	子どもたちを中心に総合学習活動やイベント等の開催によりサケやニシンの歴史・文化を伝承します。	子ども	商工労働観光課
学校での食育	食事の大切さを学び、食事の量やバランスを子ども自身が理解できるよう食に関する指導や講演会を実施します。	子ども 教職員	学校給食センター



学校給食の様子

献立名	食 材		
	熱やエネルギーのもと (黄)	からだ肉・骨をつくる (赤)	からだの調子を整える (緑)
15日 (水)	イエスクリーン米		
小学校 682kcal	じゃがいも・きび糖 バター	とり肉	人参・玉ねぎ・にんにく キャベツ・しめじ トマト・りんご 生姜・なつめやし
中学校 833kcal	バター	ウインナー	コーン・枝豆
	玉ねぎドレッシング		ピーズ・大根

「いしかりデー」献立例



### 3 食環境

本市には、豊かな自然条件の下で育った地場の新鮮な食材や、それらを使った料理・加工食品を食べられる飲食店などが身近にあります。市民に広く周知されているとは言えない状況にあります。

直売所や観光農園など、市民が生産者との交流や農林漁業体験ができる場や機会を提供するとともに、学校給食や市内飲食店等における地場産品の積極的な活用を促進し、市民が地元の農水産物や食に関連する産業の役割について理解を深められるよう、地域全体で地産地消を推進し、食育を通じた市民の豊かな生活の実現につながることを目指します。

#### (1) 食育体験活動の推進



石狩市の景観や農水産物の魅力を最大限に活かし、農林漁業体験を通じて地域産業の理解を深め、生産者との信頼関係を築きます。また、グリーンツーリズム※、調理講習会などの参加により、食に関わる体験を促進します。

※グリーンツーリズムとは、緑豊かな地域において、その自然、文化、人々との交流を楽しみながらゆとりある休暇を過ごす滞在型の余暇活動のこと。(農業体験や農産加工・直売所、観光農園など)

◎推進テーマ 農林漁業体験ができる場やイベントの充実  
都市と農村の交流（グリーンツーリズム）の推進

#### (2) 食品ロスの削減



売れ残りや食べ残しなど、食品関連事業者や一般家庭から発生する食品廃棄物のうち、まだ食べられる状態にあるのに廃棄されるもの「食品ロス」の発生は、様々な要因が複雑に関わっており、ある特定の立場の人に削減の責任があるわけではありません。

行政と市民・事業者等がその必要性を共通認識し、それぞれの立場で取り組むこと、協力しながら取り組むことを意識して食品ロスの削減を目指します。

◎推進テーマ 一般家庭での食品ロス削減につながる行動を啓発  
食品を再利用する取り組みの検討

詳しくは

食品ロスについて  
知る・学ぶ  
出典 消費者庁



学ぼう！有機食品  
出典 農林水産省





### (3) 地産地消の推進



地産地消は、生産者の顔が見える安全・安心な農水産物を求める消費者の声に応え  
るとともに、地域農水産業の活性化につながるものであり、同時にフードマイレージ  
※による環境負荷の低減に貢献するものです。

各種情報の提供、生産者による直接販売の促進など、消費者と生産者の結びつきの  
強化に取り組み、学校給食をはじめ石狩市の食材を積極的に取り入れた食生活を推進  
します。

※フードマイレージとは、食料の生産地から食卓までの距離に着目し、なるべく近くでとれた食料を食べた方が、輸送に伴う  
環境への負荷が少なくなるという考え方

◎推進テーマ 石狩市の食材を取り入れた食生活の推進  
学校給食による地場産品の積極的な活用

### (4) 食の安全に対する知識の普及



食品や食生活の多様化に伴い、食の安全性についての関心は高くなっています。正  
しい食品の選び方や保存方法、食品表示など食に関する知識を正しく理解し、自らの  
判断で適切に食品を選択し、安心して食生活を送ることができるよう情報を提供しま  
す。

◎推進テーマ 食の安全・安心に関する情報の提供  
学校における食に関する指導の充実

### (5) 食の備え（災害備蓄）



災害は、いつ発生するかわかりません。ライフラインが復旧しない場合、災害支援  
物資の到着は遅れ、物流機能の停止で食品が手に入らないことも想定されます。

日頃より災害時に備えた家庭での食品の備蓄を推進します。

◎推進テーマ 災害時に備えた食育の推進

詳しくは

北海道北の災害食レシピ集  
出典 北海道総務部危機対策局





## (6) 食育の連携と情報発信

食育を総合的に推進するためには、情報の一元化や関係団体との連携が必要です。  
また、食育は体験的な活動を通して身につけることが多いですが、コロナ禍においては「新たな生活様式」に対応しデジタル技術を上手に活用した食育の推進に努めます。

### ◎推進テーマ 食育の情報提供の拡充

#### ◎主な取り組み

取り組み	内容	対象	実施機関
認定こども園 PTA 連合会食育 バスツアー	収穫体験バスツアーを実施します。	子ども 保護者	認定こども園 PTA 連合会 子ども家庭課
グリーンツーリ ズムバスツアー	市内の観光農園等を巡回するバスツアーを実施し、農作業や農業に対する理解を深める機会を提供します。	子ども 市民	農政課
こども園等での 食育	野菜の栽培、調理実習、餅つき、焼きいも会、菜園作り等を実施します。	子ども 保護者	こども園等
学校における食 に関する指導に 係る情報提供	石狩にある人材、食材等の情報を整理し、学校等へ提供します。	小中学校	学校教育課
農漁業への理解 を深める機会提 供	農漁業体験や農漁業に関する出前講座等を実施します。	市民 子ども	農政課 林業水産課 関係団体
家庭における食 品ロス削減に係 る情報提供	市の広報誌やイベントなどを通じて家庭での食品ロス削減を啓発します。	市民	農政課
石狩浜学習	石狩浜の環境学習にともない、自生するハマナスについて学ぶとともに、ハマナスの実を使用したジャム作りを実施します。	小中学生	石狩浜海浜植物保護センター
消費生活研修会	市民が賢い消費者となるために食品ロスなど、食に関する知識を習得する研修会を開催します。	市民	消費生活センター

キッズシェフ講座	食の知識や調理を体験する機会をつくるため小学生を対象に講座を実施します。	子ども	保健推進課
「食育月間」を活用した広報啓発活動	毎年6月に定められている「食育月間」に図書館で関連本の特設コーナーを設けるなど広報啓発を実施します。	子ども 保護者	保健推進課
「家庭ごみの出し方ガイド」の発行	「家庭ごみの出し方ガイド」の中で生ごみの減量・リサイクルについて説明します。また、出前講座を実施します。	市民	ごみ・リサイクル課
季節を楽しむ地産消講座	石狩の主要な農産物について栽培から栄養学、調理法までを学ぶ講座を実施します。	市民	食と農の未来づくり 推進委員会 農政課
いしかり食と農のカレッジ	石狩の農産物や農業への理解を深めるための講座を実施します。	市民	食と農の未来づくり 推進委員会 農政課
いしかり地産地消の店認証制度	地場農水産物を積極的に活用する飲酒店等を「地産地消の店」として認証し、地場農水産物のPRや地産地消を推進します。	飲食店等 市民	商工労働観光課
食の情報の発信	食に関する情報（食材、イベント、人材）を広報誌やHPなどに周知します。	市民	農政課 消費生活センター
関係団体との連携	食育を推進するためのネットワークを構築し、企業や関係団体との連携による食育を推進します。	市民	農政課 関係団体



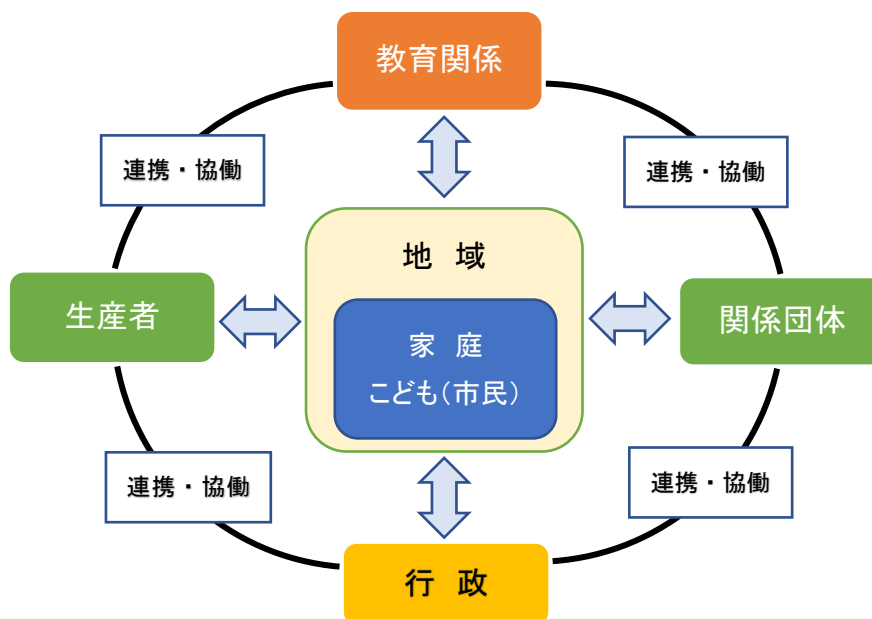
季節を楽しむ地産消講座の様子



北海道石狩翔陽高校 圃場見学の様子

## 4-2 推進体制のイメージ

食育は、幅広い分野に関係することから、効果的に推進していくためには、家庭、地域、教育関係、生産者団体、行政など様々な主体が、それぞれの役割を理解し、相互に連携・補完しながら食育の推進に努めます。



### 【地域】

家庭や個人だけでなく、学校や生産者、企業や関係団体など地域ネットワークを活用して、食育の推進、食生活の改善を図ります。

### 【家庭】

家庭は基本的な食習慣を身につける最も重要な場です。保護者が子どもの食に対する関心や理解を深めるとともに、栄養バランスのとれた規則正しい食生活の実践に努めます。

### 【生産者・関係団体等】

体験や見学の機会を提供し、食に関する関心と理解の増進、地場産品や郷土料理の伝承、生産者と消費者の交流の機会を提供を図ります。

### 【教育関係】

小・中学校、認定子ども園等では、食べる喜びや楽しさ、食の大切さなどを学べるよう教育活動全体を通じて食育の推進を図ります。また、地域の文化や産業等の理解を深め、食に対する感謝の心を育むとともに、地産地消の推進を図るため、学校給食における地場産物の活用を促進します。

### 【行政】

食育を推進するための基盤づくりや、食育の重要性についての指導や情報提供、普及啓発に努めるとともに、地域の関係者と連携・協働し、地域の特性を活かした取り組みの実施に努めます。

## 資料

### 【石狩市食育推進計画策定委員会】

#### ① 策定委員名簿

(敬称略)













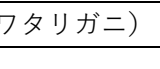
職名	氏名	所属
委員長	村田 まり子	藤女子大学人間生活学部食物栄養学科教授
副委員長	清水 祐美子	石狩市食生活改善推進協議会会長
委員	吉田 絵里	石狩市学校給食センター栄養教諭
委員	納谷 眞智子	石狩トーク☆クラブ
委員	穴田 めぐみ	NPO法人ひとまちつなぎ石狩
委員	本間 敏子	公募委員

任期：令和3年8月31日から令和4年 月 日

#### ② 会議の開催状況

- 第1回 令和3年8月31日（火）石狩市役所 3階 庁議室
- 第2回 令和3年10月28日（木）石狩市役所 5階 第1委員会室
- 第3回 令和3年11月30日（火）石狩市役所 2階 201会議室
- 第4回 令和4年 月 日（ ）石狩市役所 階

# いしかり農水産物カレンダー

品名 \ 月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
長いも 				4月上旬~6月下旬						11月上旬~12月下旬		
ごぼう				4月上旬~6月下旬						9月下旬~12月下旬		
グリーンアスパラ					5月上旬~6月下旬							
ほうれん草					5月上旬~12月下旬							
ハマボウフウ					5月中旬~6月下旬							
レタス 							6月中旬~11月上旬					
ミニトマト 							6月下旬~11月中旬					
さやえんどう 							7月上旬~10月下旬					
ブロッコリー 							7月上旬~11月上旬					
キャベツ							7月上旬~11月上旬					
白菜							7月上旬~11月上旬					
人参							7月上旬~12月下旬					
大根 							7月中旬~11月下旬					
スイートコーン								7月下旬~10月上旬				
じゃがいも								7月下旬~12月下旬				
かぼちゃ 								8月上旬~12月中旬				
米									9月上旬~10月下旬			
落花生									9月下旬~10月上旬			
さつまいも									9月下旬~10月下旬			
たまねぎ									10月上旬~12月下旬			
さくらんぼ 							6月下旬~8月上旬					
うめ							7月下旬~8月上旬					
メロン								7月下旬~10月上旬				
桃								8月中旬~9月下旬				
りんご 								8月中旬~11月上旬				
浜益牛									ほぼ通年			
望来豚									ほぼ通年			
有精卵 (平飼い)									ほぼ通年			
しいたけ									ほぼ通年			
なめこ									ほぼ通年			
ニシン		1月下旬~3月下旬										
ホタテ 			3月上旬~7月下旬							11月上旬~12月下旬		
サケ 									9月上旬~10月下旬			
タコ 									ほぼ通年			
シャコ 					5月上旬~6月下旬							
ヒラメ					5月上旬~12月中旬							
ガザミ (ワタリガニ)					5月下旬~7月上旬							
ナマコ						6月上旬~7月下旬						
ウニ						7月上旬~8月上旬						



## 第 2 期石狩市食育推進計画

〔令和 4 年度～令和 13 年度〕

発行／北海道石狩市 令和 4 年 月

編集／北海道石狩市 企画経済部農政課

〒061-3292 北海道石狩市花川北 6 条 1 丁目 30 番地 2

TEL (0133) 72-3164 FAX (0133) 72-3540

E-mail : nosei@city.ishikari.hokkaido.jp