

第4次帯広市食育推進計画（原案）



令和 年 月

帯広市

目 次

第1章 計画の策定について

- 1 計画策定の背景と趣旨・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 1
- 2 計画の位置付け・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 3
- 3 計画期間・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 3

第2章 これまでの取組の成果と課題について

- 1 第3次計画の主な取組状況・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 4
- 2 食育の現状と指標項目の達成状況・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 7
- 3 食育をめぐる現状と課題・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 16

第3章 計画の基本的な考え方について

- 1 目指す姿・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 17
- 2 基本方針・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 18
- 3 施策の体系・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 19
- 4 食育推進にあたっての指標・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 20

第4章 施策の展開について

- 1 家庭における食育の推進・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 21
- 2 学校、保育所等における食育の推進・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 26
- 3 地域における食育の推進・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 34
- 4 横断的な食育の推進・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 41

第5章 計画の推進体制と進捗管理について

- 1 推進体制・進捗管理・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 45
- 2 食育推進にあたっての役割・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 46

資料編

- 1 (仮称)帯広市食育推進条例(案)概要・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 49
- 2 食育アンケート調査の結果・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 53
- 3 ピザ・いもだんご・豆腐レシピ・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 76

第1章 計画の策定について

1 計画策定の背景と趣旨

「食」は、私たちが生涯にわたって、心身ともに健康で生き生きとした生活を送るために、欠かすことができない大切なものです。

豊かな人間性を育み、生きる力を身につけていくために、様々な経験を通じて食に関する知識や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「食育」の推進が求められています。

また、地域の特性を活かした食生活の実践や地域産業への理解の促進など、食を通じて地域の活性化を促進していくことも期待できます。

国は、国民が生涯にわたって健康で豊かな食生活を実現するための「食育」を重要課題として捉え、国民的な運動として推進していくために平成17年に「食育基本法」を制定した後、平成18年に「食育推進基本計画」を策定しました。

帯広市においても、食や農業などの資源を活かしながら、市民とともに総合的な「食育」を進めることを目的として、平成19年9月に帯広市食育推進計画(平成19年度～23年度)、平成24年3月に第2次帯広市食育推進計画(平成24年度～28年度)、平成29年3月に第3次帯広市食育推進計画(平成29年度～令和4年度)を策定し、各種取組を進めてきました。

これまでの取組により、食育推進計画において設定しているいくつかの指標項目が改善するなど、一定の成果が表れているものの、市民全体の朝食欠食の増加や食育への無関心層の増加など、依然として課題があります。

また、新型コロナウイルス感染症の流行により、健康への関心の高まりや、世界情勢の変動に伴う食料の安定供給への不安など、食を見つめ直す契機となっており、市民の心身の健康の増進や地域の活性化に向けて、食育の重要性が高まっています。

そのため、これまでの食育推進の成果と課題を整理し、食育の意義や大切さを改めて考え、市民や関係機関・団体等が役割を分担しながら、本市の食育を総合的に推進するため「第4次帯広市食育推進計画」を策定するものです。

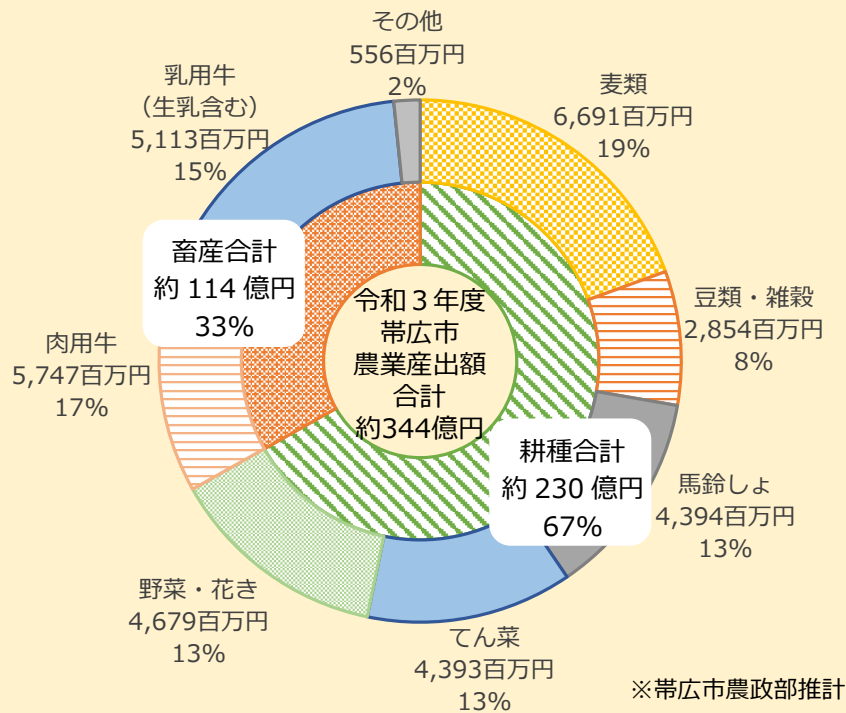
食育とは

生きる上での基本であって、知育・徳育・体育の基礎となるべきものと位置付けるとともに、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されています。

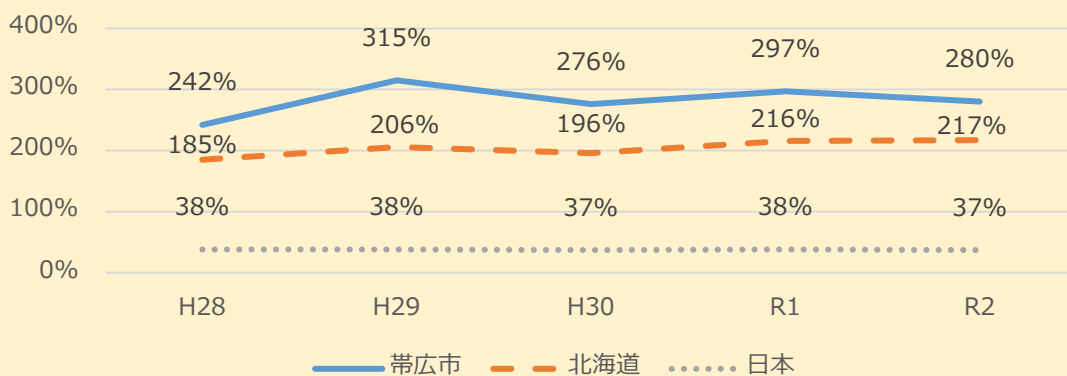
(食育基本法前文より)

帯広市の地域特性

帯広市は長い日照時間、きれいな水と空気など、食料生産に恵まれた自然環境を持ち、畑作4品（小麦・豆類・馬鈴しょ・てん菜）を中心とした畑作体系に基づく大規模で機械化された土地利用型農業が展開され、安全・安心で良質な農畜産物を生み出す「日本の食料基地」といえる地域です。



食料自給率の推移



※帯広市：帯広市農政部算出、国・北海道：農林水産省統計



馬鈴しょの収穫作業



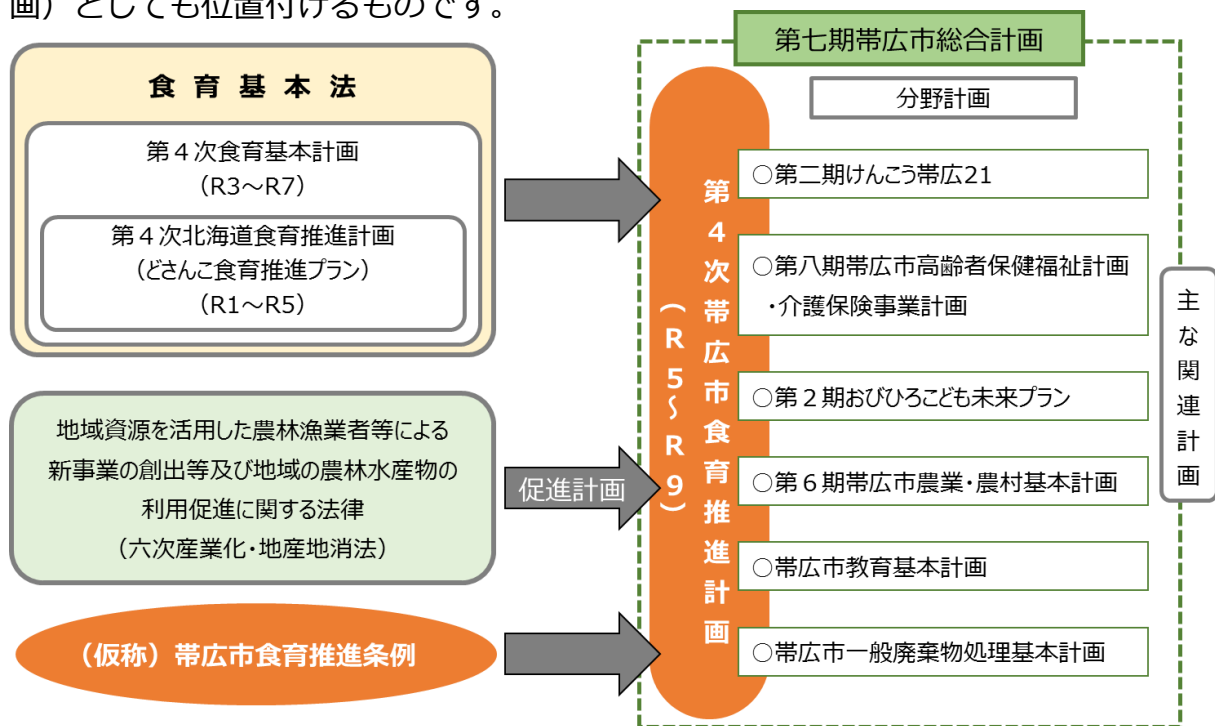
八千代牧場の入牧

2 計画の位置付け

第4次帯広市食育推進計画は、「食育基本法」第18条第1項に基づく市町村食育推進計画と位置付け、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」を踏まえた上で、「第七期帯広市総合計画」における「食育」を具体的に推進するための総合的な指針として、(仮称)帯広市食育推進条例(令和5年4月1日施行予定)に基づき策定するものです。

また、「第二期けんこう帯広21」などの各関連計画とも整合性を図るとともに、連携しながら食育の取組を推進します。

なお、本計画は、地産地消の推進についても取り組むことから、「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」第41条第1項に基づく地域の農林水産物の利用の促進についての計画(促進計画)としても位置付けるものです。



3 計画期間

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、社会経済情勢の変化などによって計画の変更が必要となった場合には、適宜見直すこととします。

<食育基本法>

国民が生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性をはぐくむため、食育に関し、基本理念を定め、国及び地方公共団体等の責務を明らかにするとともに、食育に関する施策の基本となる事項を定めることにより、食育に関する施策を総合的かつ計画的に推進し、もって現在及び将来にわたる健康で文化的な国民の生活と豊かで活力ある社会の実現に寄与することを目的としています。

第2章 これまでの取組の成果と課題について

1 第3次計画の主な取組状況

(1) 第3次計画の概要

【計画期間】 平成29年度～令和4年度

※新型コロナウイルス感染症の影響等により当初の5年間から1年間延長

【基本理念】

すべての市民が生涯にわたって「食」に関心を持ち、健全な「身体」と豊かな「心」を育み、食の魅力があふれる元気な「地域」を目指します

【基本方針】	【基本施策】
1 食の環 ^わ を広げて育む健康な「身体」	1 規則正しい食習慣を身につける 2 栄養バランスに配慮した食生活を実践する
2 食の環 ^わ を広げて育む豊かな「心」	1 食を楽しむ 2 伝統的な食文化への理解を深める 3 食への感謝の心を育む 4 食の安全・安心に対する理解を深める 5 食の循環や環境に対する理解を深める
3 食の環 ^わ を広げて育む元気な「地域」	1 地元の食材を使った豊かな食生活を実践する 2 地域の農業や食産業に対する理解を深める 3 食を通じた人と人とのふれあいや交流を深める

(2) これまでの主な取組

1 食の環^わを広げて育む健康な「身体」

- ・ 保育所入所児童の保護者を対象に、乳幼児期の食生活と健康について関心を深めるため、給食の試食会を実施しました。
- ・ 児童生徒の家庭における望ましい食習慣や、食に関する正しい知識の習得を図るため、食育通信を配布しました。
- ・ 健康づくりに関する知識や技術の普及啓発を図るため、健康づくり講座を実施しました。



食育通信

2 食の環^わを広げて育む豊かな「心」

- ・ 保育所入所児童を対象に、伝統行事にちなんだ給食を実施しました。
- ・ 子どもの食に対する関心を高め、食を楽しむことや、食べ物を大切にする気持ち、食や食に携わる人々への感謝の心を育むため、図書館で食のおはなし会を開催しました。
- ・ 図書館において食に関する関連本を展示する特設コーナーを設置しました。
- ・ 農業者を対象に、環境に配慮した YES! Clean、エコファーマー、特別栽培等のクリーン農業の取組を推進しました。



食のおはなし会

3 食の環^わを広げて育む元気な「地域」

- ・市民農園や学童農園などの農作業体験の場を提供しました。
- ・小学生に対して農業技術センターの食育展示ほ場を利用し、帯広の農業・農作物や農機具の説明、収穫体験などを実施しました。
- ・行政や関係団体が連携し、とかちマルシェにおいて食育推進 PR ブースを出展しました。
- ・サラダ館野菜市、とかち大平原交流センタータ市、おびひろ軽トラ市など生産者と消費者をつなぐ直売所の開催を支援しました。



とかちマルシェでのワークショップ（小麦粉づくり）

<クリーン農業>

たい肥等の有機物の施用などによる土づくりに努め、化学肥料や化学合成農薬の使用を必要最小限にとどめるなど、農業の自然循環機能を維持増進させ、環境との調和に配慮した、安全・安心、品質の高い農産物の生産を進める農業。

<YES! Clean>

クリーン農業によって生産された北海道独自の認証制度。

<エコファーマー>

持続性の高い農業生産方式の導入の促進に関する法律に基づき、都道府県知事が認定した農業者の愛称。

<特別栽培>

農林水産省が定めたガイドラインに従って生産された、化学合成農薬及び化学肥料の窒素成分を慣行レベルから5割以上削減して生産した農産物。

2 食育の現状と指標項目の達成状況

【食育アンケート調査】

調査期間：令和3年11月～12月

対象者：市内全小学6年生 1,230人、中学3年生 1,183人

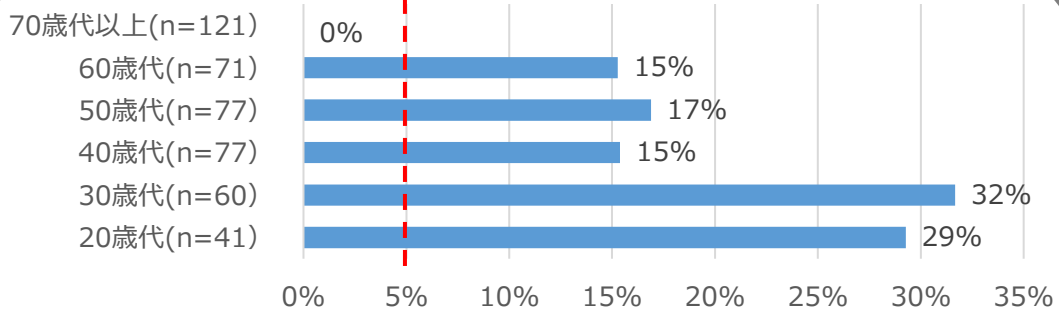
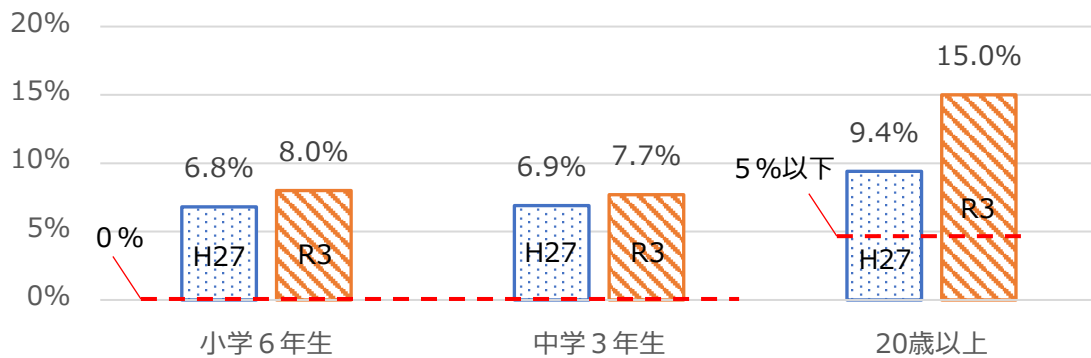
20歳以上の帯広市民 453人

(1,000人に対して郵送及び市公式 Facebook・Twitter からアンケートを呼びかけ、Web 回答により回収)

① 朝食を欠食する市民の割合【指標項目】

----- 第3次計画の目標値

朝食を欠食する市民の割合については、基準値（平成27年の数値）より小学6年生で1.2ポイント、中学3年生で0.8ポイント、市民で5.6ポイント増加しました。特に20・30代の若い世代の朝食の欠食率が高くなっています。



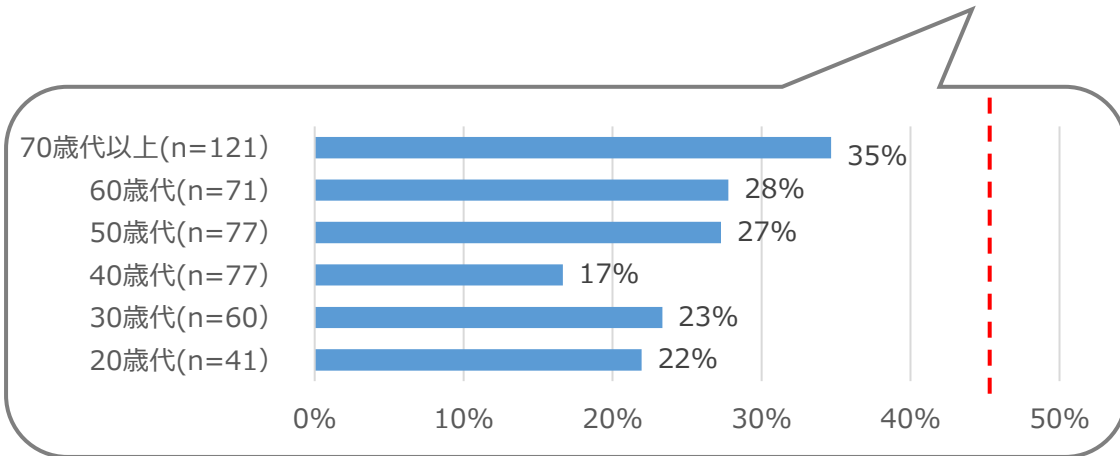
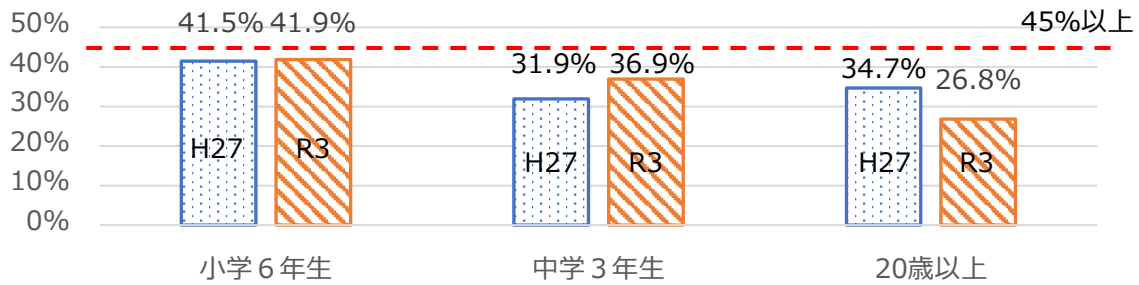
※食育アンケート調査より

② 野菜を1日3回食べる市民の割合【指標項目】

野菜を1日3回食べる市民の割合については、基準値より小学6年生で0.4ポイント、中学3年生で5.0ポイント増加しましたが、目標に到達していません。

市民においては7.9ポイント減少し、目標に到達していません。

若い世代のほうが野菜を毎日食べる人が少ない傾向にあります。



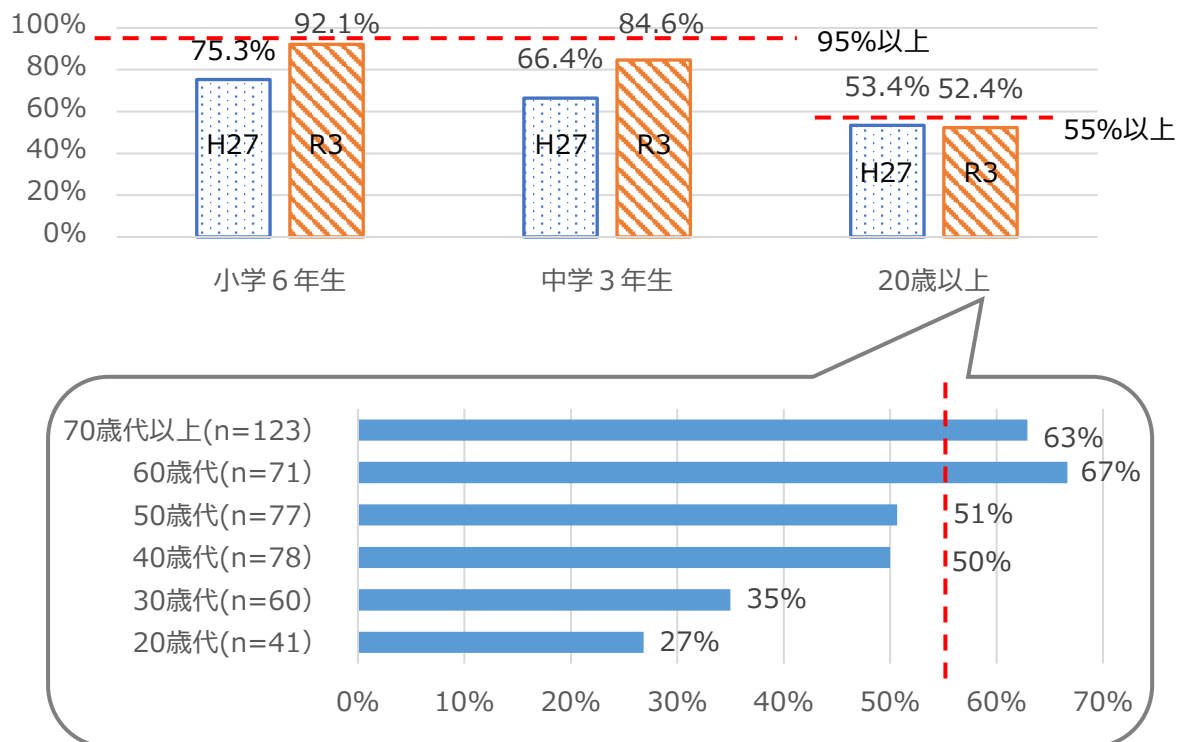
※食育アンケート調査より

③ 牛乳・乳製品を週5日以上とる市民の割合【指標項目】

牛乳・乳製品を週5日以上とる市民の割合については、数値は上昇しましたが、目標に到達していません。

市民においては1.0ポイント減少し、目標に到達していません。

60代以上で目標に到達しているものの、若い世代は牛乳・乳製品を週5日以上とる人が少ない傾向にあります。

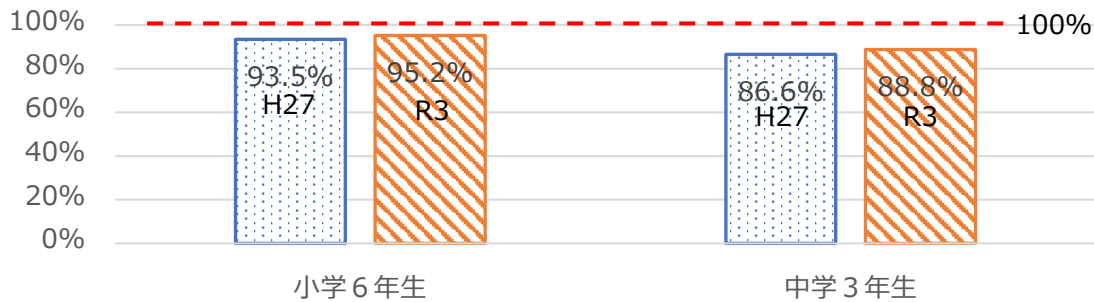


※食育アンケート調査より

④ 食事を家族などと一緒に食べる児童・生徒の割合【指標項目】

食事を家族などと一緒に食べる児童・生徒の割合については、基準値より小学6年生で1.7ポイント、中学3年生で2.2ポイント増加しましたが、目標に到達していません。

ひとりで食べる理由としては、「家族と食事の時間が合わないから」が最も多くなっています。

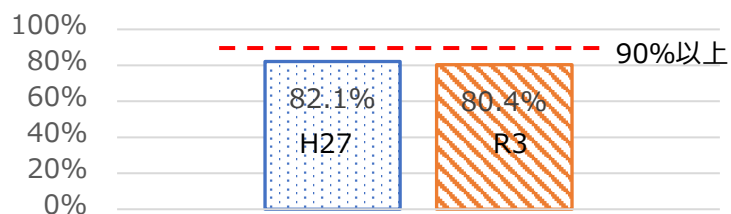


※食育アンケート調査より

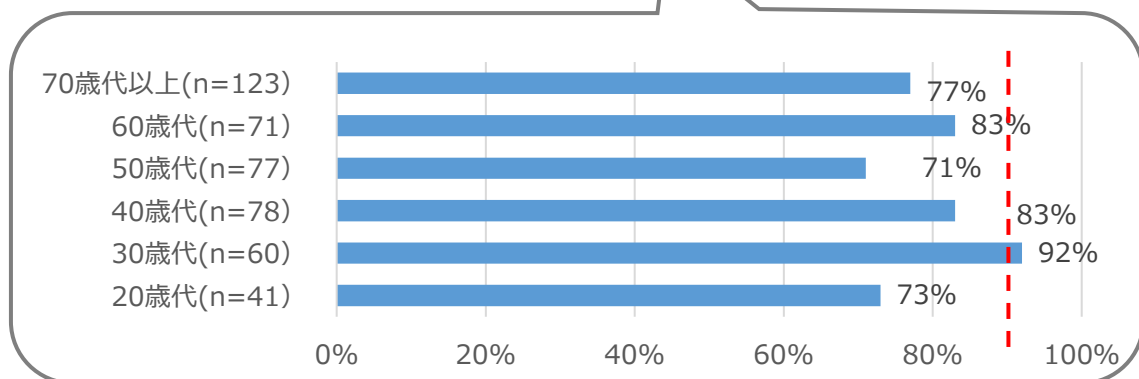
⑤ 食育に関心を持っている市民の割合【指標項目】

食育に関心を持っている市民の割合については、基準値より1.7ポイント減少し、目標に到達していません。

子育て世代である30・40代は他の世代より食育に関心があり、30代のみ目標に到達しています。



20歳以上

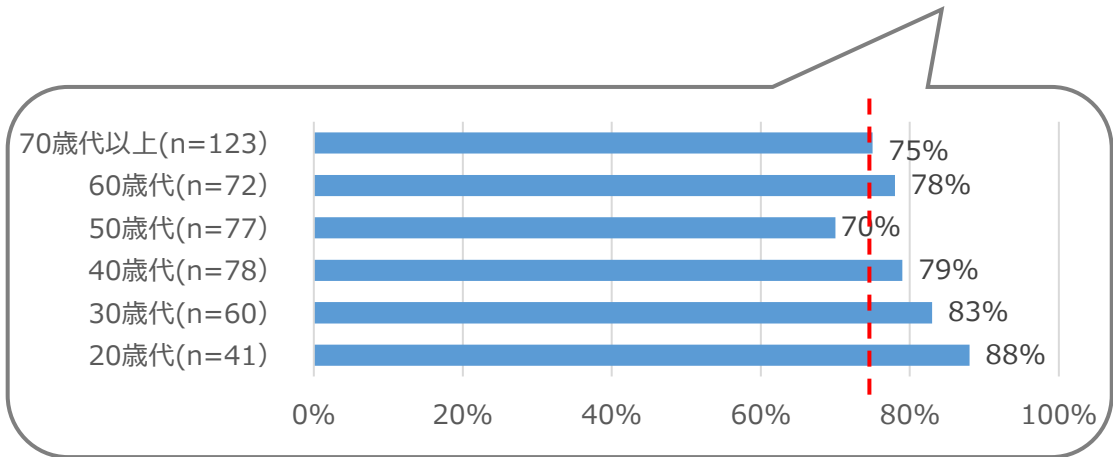
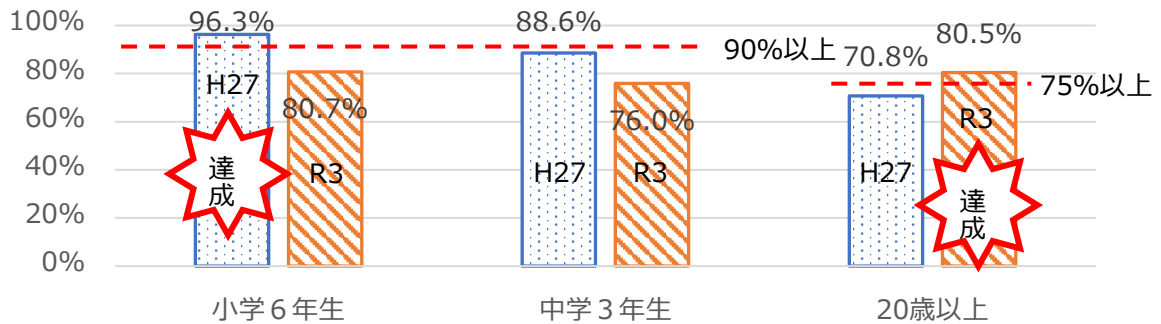


※食育アンケート調査より

⑥ 農業（畑作・酪農）体験をしたことのある市民の割合【指標項目】

農業（畑作・酪農）体験をしたことのある市民の割合については、小中学生において、数値が低下しました。

一方で、市民は若い世代のほうが農業体験をしたことがある人が多い傾向にあり、9.7ポイント増加し、目標に到達しました。

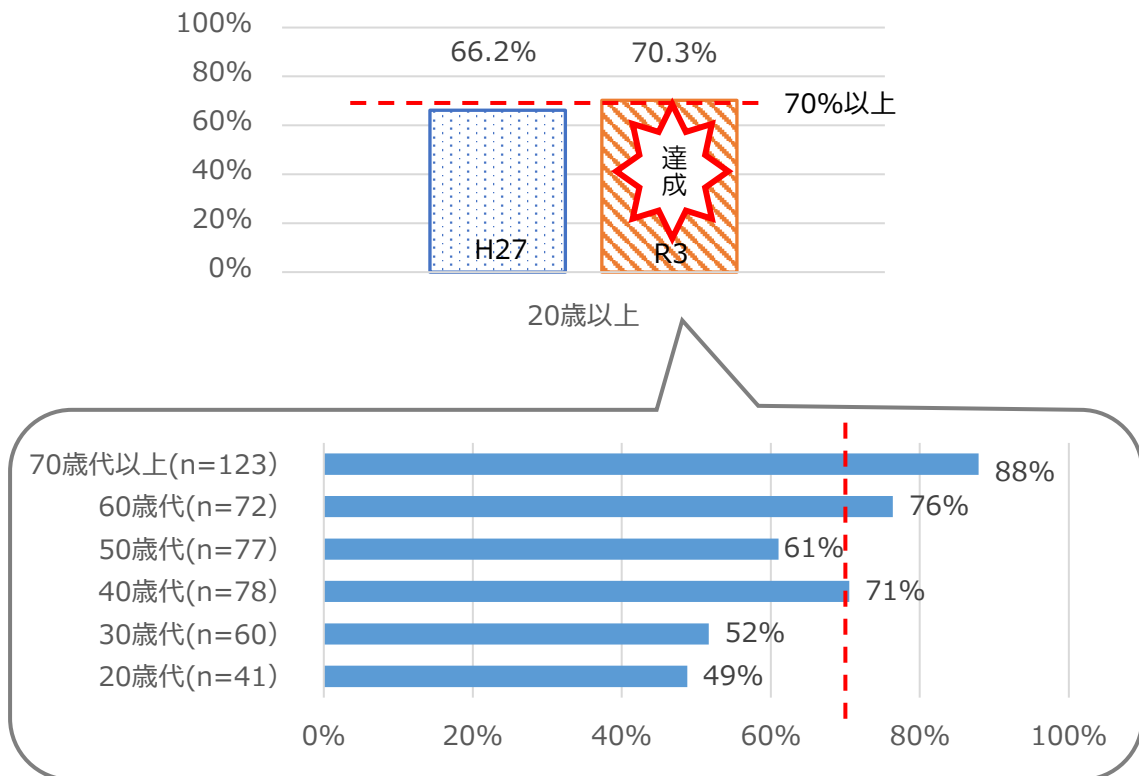


※食育アンケート調査より

⑦ 地元の農畜産物をよく使う市民の割合【指標項目】

地元の農畜産物をよく使う市民の割合については、計画時より 4.1 ポイント増加し、目標に到達しました。

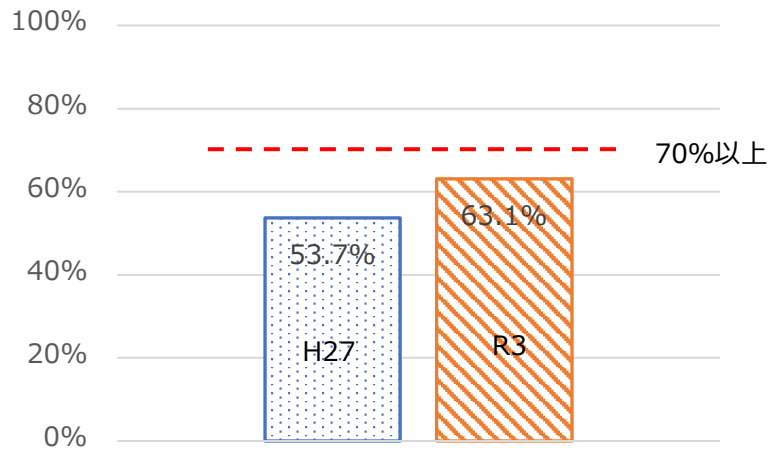
若い世代は地元の農畜産物をよく使う人が少ない傾向にあり、世代別では目標に到達していません。



※食育アンケート調査より

⑧ 学校給食における地場産野菜の導入率【指標項目】

学校給食における地場産野菜の導入率については、基準値より 9.4 ポイントの増加となりましたが、目標に到達していません。



※学校給食センター調べより

⑨ 食育推進サポーター登録数【指標項目】

食育推進サポーター登録数については、基準値より 8 個人・団体の増加となりましたが、目標に到達していません。

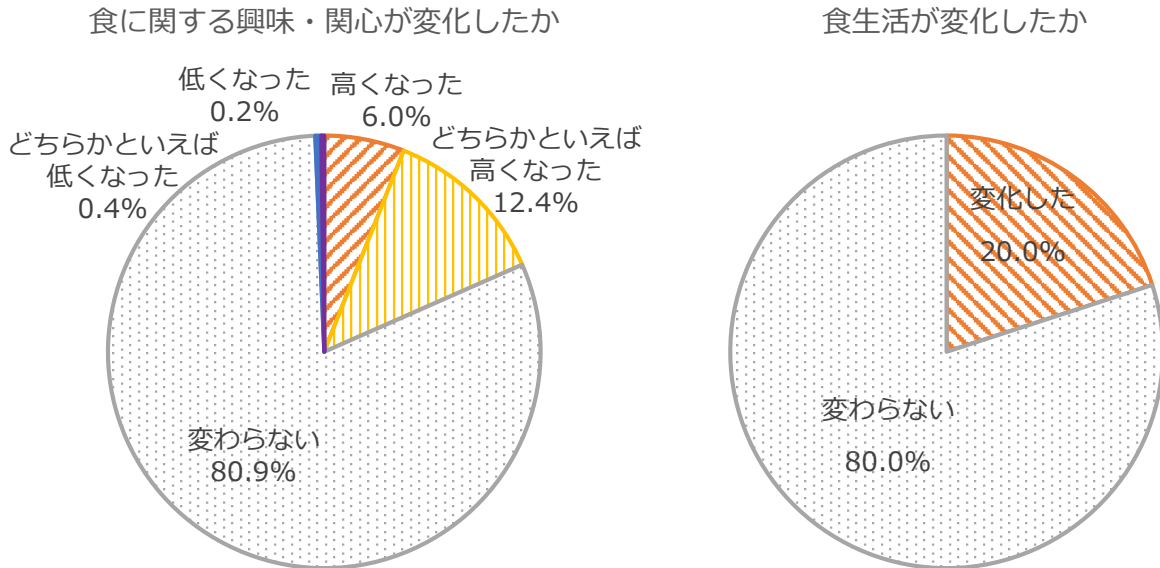
	H27	R3	増△減	目標
登録者数	26 個人・団体	34 個人・団体	8 個人・団体	35 個人・団体

※農政課調べより

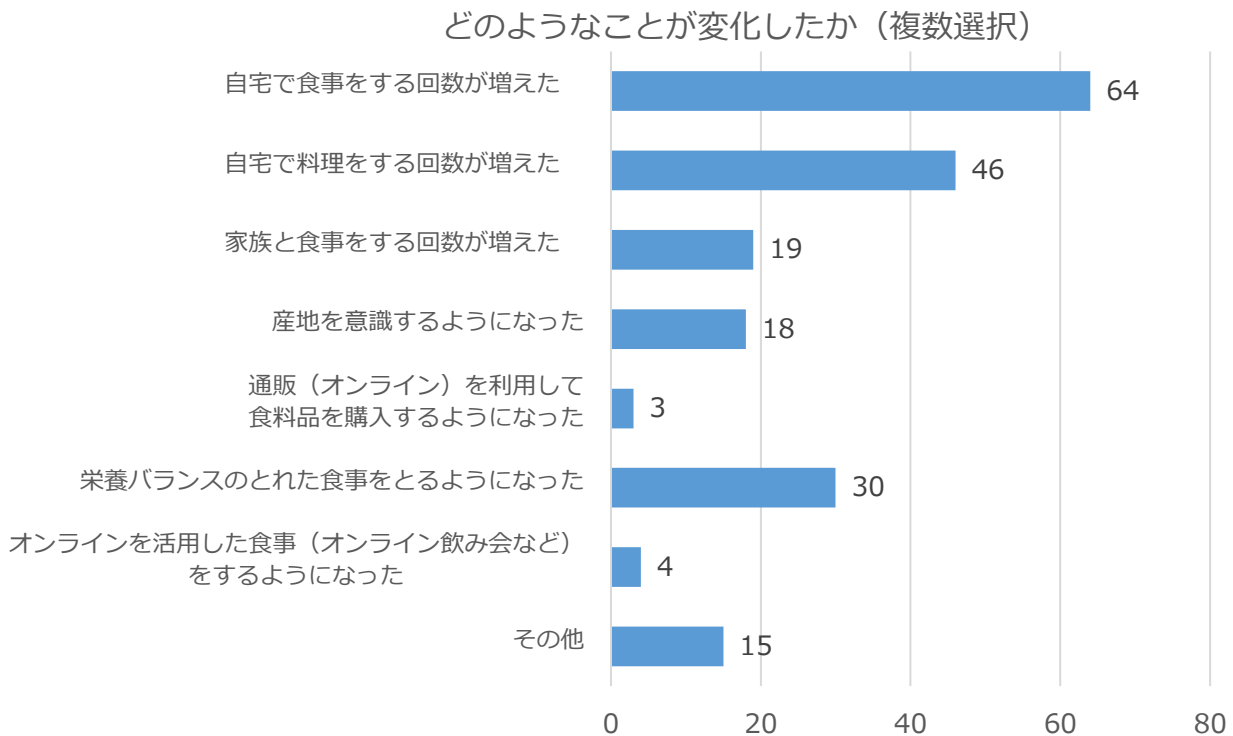
⑩ 新型コロナウイルス感染症による食生活への影響

新型コロナウイルス感染症により、食に関する興味・関心や食生活が変化したと回答した割合はいずれも約2割でした。

具体的な食に関する興味・関心の変化としては、「栄養バランスのとれた食事をするようになった」「自宅で食事をする回数が増えた」などとなっており、コロナ禍が食生活を見つめ直すきっかけとなっていることがうかがえます。



※四捨五入の関係で合計が100%になっていません



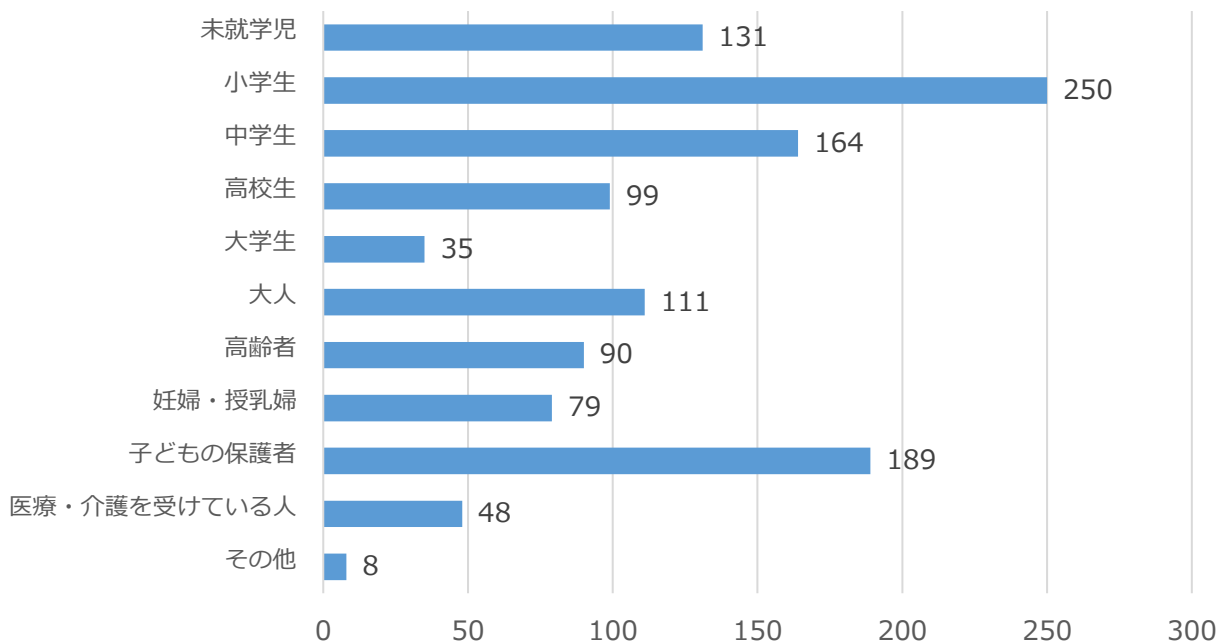
※食育アンケート調査より

⑪ 食育に関する市民ニーズ

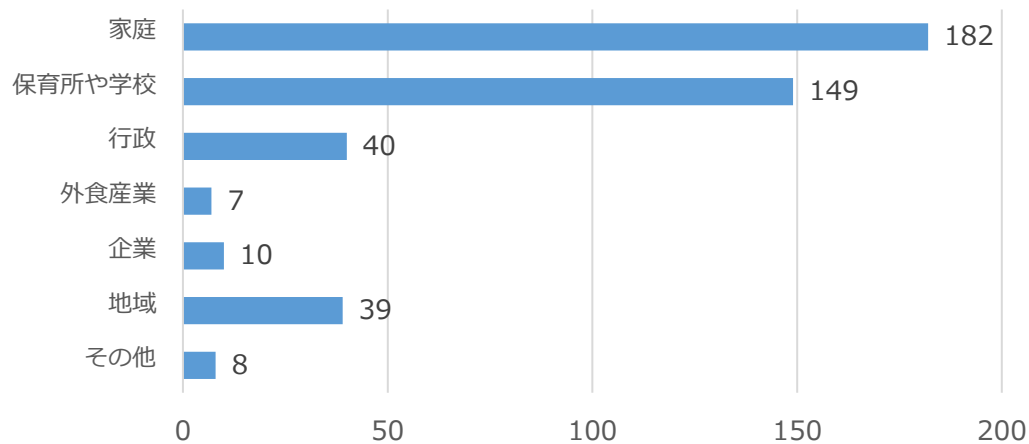
食育に取り組むべき対象については、小中学生や子どもの保護者に回答が集中しました。

食育に取り組むことが効果的な場面としては家庭が最も多く、次いで保育所や学校に回答が集中しました。

どのような対象について取り組むことが大切か（3つまで選択）



どこで取り組むことが最も効果的だと思うか（1つのみ選択）



※食育アンケート調査より

3 食育をめぐる現状と課題

第3次計画では、「実践の環」を広げ、健康な身体、豊かな心、元気な地域を育むことを基本方針とし、関係機関や団体等と連携しながら食育の推進に取り組んできました。

その結果、農業体験をしたことがある市民の割合や、地元の農畜産物をよく使う市民の割合が目標を達成するなど、これまでの取組の成果が表れてきています。

しかしながら、市民全体の朝食の欠食率が増加していることや、若い世代の野菜や牛乳・乳製品の摂取が少ないといった栄養バランスの偏り、食育への無関心層の増加が見受けられます。

また、新型コロナウイルス感染症の流行により市民の食や健康に対する意識の変化が見られた中、食育活動が十分に行えていません。こうしたことから、下記の現状と課題を踏まえて、食育推進に取り組んでいく必要があります。

○市民全体の朝食欠食の増加

小中学生を含めた市民全体に朝食を欠食する人が増加しています。

朝食の欠食は生活習慣病のリスクを高めるため、朝食をきちんと食べる市民を増やすことが必要です。

○若い世代の食生活の乱れや栄養バランスの偏り

若い世代は朝食を欠食する割合が高く、野菜や牛乳・乳製品の摂取が少ない傾向にあり、栄養バランスの偏りが生じています。

若い頃の食生活は、将来の自身の健康だけでなく、次世代の食生活にも影響が生じることから、健全な食生活を促すことが必要です。

○食育への無関心層の増加

生活に困らないからなどの理由で食育に関心がない人が増加しています。

新型コロナウイルス感染拡大に伴う食育イベントの中止・縮小などの影響により、無関心層への働きかけの機会が減少していることから、様々な機会や媒体を活用し幅広く食育の取組を進めることが必要です。

○新型コロナウイルス感染拡大や世界情勢の変動に伴う食に対する関心の高まり

新型コロナウイルス感染拡大や世界情勢の変動に伴い、市民の食や健康に対する意識の変化が生じています。

こうした変化を食を見つめ直すきっかけと捉え、食育の取組を進めることが必要です。 など

第3章 計画の基本的な考え方について

1 目指す姿

すべての市民が生涯にわたって「食」に関心を持ち、
健全な「身体」と豊かな「心」を育み、
食の魅力があふれる元気な「地域」を目指します

「食」は生きていく上での基本であり、私たちが健康で豊かに生活するためには欠かせないものです。

帯広市には、広々とした田園空間の中で展開される大規模農業により生産された新鮮で美味しい農畜産物が豊富にあり、私たちの「食」を支えています。

食育の推進にあたっては、私たちが有している「食」や農業などの資源を活かしながら、「フードバレーとかち」の取組を進め、すべての市民が生涯にわたって「食」に関心を持ち、健全な「身体」と豊かな「心」を育むとともに、「食」の魅力があふれる元気な「地域」を目指します。

2 基本方針

これまでの食育の取組の成果や課題を踏まえて、3つの基本方針を設定します。

基本方針1 食生活を見つめ直す

市民全体の朝食欠食が増えており、特に若い世代において、食生活の乱れや栄養バランスの偏りが見受けられます。

また、新型コロナウイルス感染拡大や世界情勢の変動に伴う食に対する意識の変化は食生活を見つめ直すきっかけとなっていることから、市民が健全な食生活を送るための取組を推進します。

基本方針2 食を大切にする

SDGsの観点から食品ロス削減に向けた取組や啓発活動が推進されているため、食品ロス量は減少していますがより一層食を大切にする取組が必要です。

本市の地域特性を活かしながら、持続可能な食料生産から消費までの食の循環、食と環境とのかかわりを正しく理解してもらうための取組を推進します。

基本方針3 食から地域を理解する

これまでの取組により農作業体験をしたことのある人や地元の農畜産物を選ぶ人が増えてきています。

さらなる広がりを目指し、食を通じて地域を理解し、元気な地域にするための取組を推進します。

<SDGs (Sustainable Development Goals : 持続可能な開発目標) >

2015年9月の国連サミットで採択された2030年までに持続可能でよりよい世界を目指す国際目標です。17のゴール(意欲目標)と169のターゲット(行動目標)から構成され、地球上の「誰一人取り残さない」ことを誓っています。

3 施策の体系

目指す姿の実現に向け、3つの基本方針に沿って、「家庭における食育の推進」「学校や保育所等における食育の推進」「地域における食育の推進」といった施策を実施する場面を意識したものとし、それぞれに関わっているものについては、「横断的な食育の推進」として、具体的な施策を展開していきます。

目指す姿

すべての市民が生涯にわたって「食」に関心を持ち、
健全な「身体」と豊かな「心」を育み、
食の魅力があふれる元気な「地域」を目指します

基本方針

食生活を見つめ直す

食を大切にする

食から地域を
理解する

施策の展開

○家庭における食育の推進

- ①望ましい食習慣や知識の習得
- ②環境にやさしい食生活の推進
- ③妊産婦等や乳幼児への食育の推進

○学校、保育所等における食育の推進

- ①食育指導体制の充実
- ②給食を活用した食育や地産地消の推進
- ③農作業や調理等の体験活動の充実
- ④食文化への理解促進
- ⑤保護者への啓発の推進

○地域における食育の推進

- ①多様な体験活動を通じた農業理解の推進
- ②直売所を通じた生産者と消費者の交流の促進
- ③地産地消の促進
- ④若い世代をはじめとした各世代への食育の推進

○横断的な食育の推進

- ①食育に関する啓発の推進
- ②食育に取り組む関係者との連携の推進
- ③新たな日常や食をとりまく環境の変化を意識した食育の推進

4 食育推進にあたっての指標

目指す姿の実現に向けた基本施策の成果や達成度を把握するため、指標となる項目と目標値を設定します。

指標項目		現状値	目標値 (R9)
朝食を欠食する市民の割合	小学6年生	8.0%	0%
	中学3年生	7.7%	
	市民	15.0%	5%以下
野菜を1日3回食べる市民の割合	小学6年生	41.9%	45%以上
	中学3年生	36.9%	
	市民	26.8%	
牛乳・乳製品を週5日以上とる市民の割合	小学6年生	92.1%	95%以上
	中学3年生	84.6%	55%以上
	市民	52.4%	
食事を家族などと一緒に食べる児童・生徒の割合	小学6年生	95.2%	100%
	中学3年生	88.8%	
食育に関心を持っている市民の割合		80.4%	90%以上
畑作4品を知っている児童・生徒の割合	小学6年生	8.4% ※1	50%以上
	中学3年生	11.6% ※1	
農業(畑作・酪農)体験をしたことのある市民の割合		80.5%	80%以上
地元の農畜産物をよく使う市民の割合		70.3%	70%以上
食品ロス削減のために何らかの行動を行っている市民の割合		77.8%	80%以上
食育推進サポーター活用件数		13件 ※2	25件以上

現状値は食育アンケート調査(令和3年度)より(P.53より掲載)

※1:追加アンケート調査(令和4年度)より(P.75より掲載)

※2:令和3年度農政課調べより

第4章 施策の展開について

1 家庭における食育の推進

家庭は、子どもが基本的な生活習慣を身につける上で、最も大切な食育の「学びの場」であるとともに、「実践の場」として大きな役割を担っています。

特に、乳幼児期、学童期においては、家庭での食生活は心身の成長を育むとともに、基本的な食習慣が形成される大切な場所となることから、家庭における食育推進の取組が重要です。

①望ましい食習慣や知識の習得

食習慣と健康は深く関係しています。

朝食を欠食すると、1回の食事の量が増えて食べ過ぎることがあり、このことが習慣化した場合、肥満や生活習慣病の発症につながるリスクをはらんでいます。

また、朝に栄養を補給できないことは、午前中の勉強や仕事への集中力に影響するといわれています。

健康な身体を育むためには、正しく食事をするのとあわせて、栄養バランスに配慮した食生活を実践することが重要です。

こうしたことから、すべての市民が正しい食生活を実践し、栄養に関する正しい知識を身につけられるよう、1日3食、食事をすることの重要性の意義や栄養バランスのとれた献立の普及、栄養に関する相談などの取組を通じて市民の望ましい食習慣や知識の習得を推進します。

主な取組	取組内容	担当課
栄養相談・家庭訪問・ ミニ講座	乳幼児期の栄養に関する正しい情報の提供や助言等を行うため、乳幼児の親を対象に栄養相談・家庭訪問・ミニ講座を実施	健康推進課
親子料理教室	子育て世帯を対象に栄養バランスや食への感謝の気持ちなど、食の大切さを伝えるため、親子料理教室を実施	健康推進課、 学校給食センター

栄養相談

健診結果を踏まえ、食生活や栄養の面で栄養士が個別に相談を受けています。



朝ごはんを食べよう

朝ごはんを食べないと体温が上がらず、エネルギーが不足して集中力や記憶力の低下につながります。また、朝ごはんを食べる人は睡眠の質がよい人が多いことや不眠傾向の人が少ないことが報告されています。朝ごはんを食べて脳と身体をしっかり目覚めさせましょう。

まずは簡単な食事から



②環境にやさしい食生活の推進

食は自然の恩恵の上に成り立っており、環境とのかかわりや生産から消費までの循環について、その実態を把握し、正しく理解することが重要です。

そのため、食の生産から消費、また次の生産へとつながる「食の循環」について、理解を促す取組を推進します。

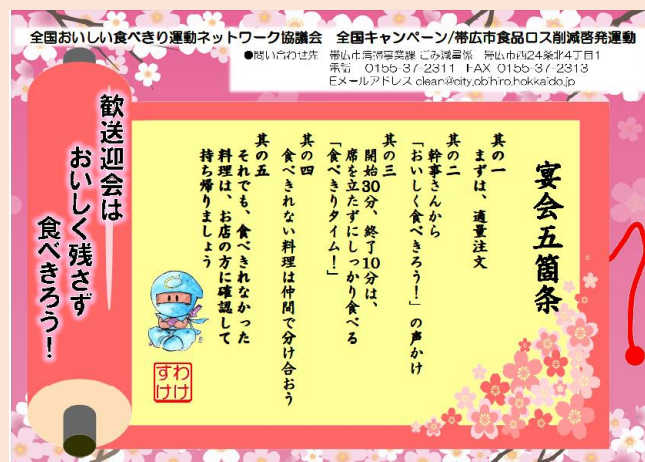
また、SDG s の観点から食品ロスの削減などの身近なことから実践できる取組や、クリーン農業、有機農業への理解の促進など、食を通じた環境負荷の軽減に対する意識啓発を行います。

主な取組	取組内容	担当課
クリーン農業等への理解促進	環境との調和に配慮した、減肥・減農薬等クリーン農業を推進し、食を通じた環境負荷の軽減に対する意識の普及啓発を実施	農政課
食品ロス削減に向けた啓発	食品ロス削減や食材の有効活用を促すための啓発活動を実施	清掃事業課

宴会五箇条チラシ

食品ロス削減のため、宴席や会食の機会に合わせた「宴会五箇条」チラシを作成しています。

https://www.city.obihiro.hokkaido.jp/kurashi/gomi/kyouryoku_tiikikatudo/1002790.html



3キリ運動

燃やすごみの約5割を占める生ごみを減らす方法の1つである「3キリ運動」の実践手法として、料理の食べきを推進しています。

みんなで実践「3キリ運動」

帯広市では、燃やすごみの約5割を占める生ごみを減らすため、食材は最後まで使い切ろうの「**使いキリ**」、おいしく残さず食べようの「**食べキリ**」、生ごみはしっかりひとしぼりの「**水キリ**」、を合言葉とした「**3キリ運動**」による生ごみの減量を推進しています。

使いキリ

- ・買い物前には冷蔵庫の中身をチェック
- ・献立を考えて使うものだけを買うカゴへ
- ・余った食材は違う料理にアレンジ



食べキリ

- ・料理は食べきれぬ量だけ作って残さず食べる
- ・食べきれない場合は、冷蔵・冷凍で保存
- ・外食時には食べきれぬ量を注文



水キリ

- ・使えない食材部分は洗う前に切り落とす
- ・生ごみを出す前にひとしぼり
- ・お茶がらや果物などの皮は乾燥させる



食品ロスとは

本来食べられるにも関わらず捨てられてしまう食品を「食品ロス」と言います。日本では1年間に522万t（令和2年度推計）が捨てられています。1人当たりで換算すると1年で約41kgになり、毎日お茶碗一杯分のご飯を捨てていることに相当します。

食品ロスを減らすための工夫

- ・必要な分だけ買おう！
- ・冷蔵庫の在庫を確認しよう！
- ・冷凍保存を活用しよう！
- ・残さず食べよう！
- ・食べきれなかったものをリメイクしよう！



ちょっとした行動で食品ロスを減らすことができます。

③妊産婦等や乳幼児への食育の推進

妊娠期や授乳期において、健康の保持・増進を図ることは重要です。

加えて、乳幼児期は成長や発達が著しく、生涯にわたる健康づくりの基盤となる重要な時期です。

そのため、妊産婦等の悩みの解消につながるよう食生活に関する適切な情報提供を行います。

主な取組	取組内容	担当課
乳幼児健診時の栄養相談	食事や栄養に関する助言などを行うため、乳幼児健診時に栄養相談を実施	健康推進課
ほんわかファミリー教室	妊娠中の食生活について必要な情報を提供	健康推進課
すくすく教室	離乳食の開始・進め方について講話を実施	健康推進課
子育て支援センターにおけるミニ講座・個別栄養相談	帯広市内6か所にある地域子育て支援センターに訪問し、ミニ講座や個別栄養相談を実施	健康推進課

すくすく教室

生後3か月の第1子を持つ親を対象に開催しています。離乳食の展示品を用意し、離乳食の開始や進め方について講話します。



2 学校、保育所等における食育の推進

学校や保育所等は、子どもの成長・発達段階に応じ、健全な食習慣の形成と豊かな人間性を育む上で、重要な役割を担っています。

食に関する基本的な習慣を身につける重要な時期ですが、朝食欠食の増加など食習慣の乱れが生じています。

学校や保育所等での食育の取組だけではなく、保護者に対する啓発などにより学校と家庭の両輪で子どもが食の大切さや楽しさを学び、健全な食習慣を身につけることができるよう、食育を推進します。

①食育指導の充実

学校現場において食育活動を実施する上で、食育活動を担う関係者との連携が重要です。

そのため、栄養教諭や栄養士、食育指導専門員、食育推進サポーター等による食育指導体制を整え、学校において様々な食育活動の機会を提供します。

主な取組	取組内容	担当課
食育指導専門員による活動	栄養教諭や栄養士、関係部署等と連携した食育の推進	学校教育指導課
おびひろ市民学（授業・調理実習など）	栄養教諭や栄養士、食育指導専門員、食育推進サポーター等と連携した授業を実施	学校教育指導課、農政課

食育指導専門員による活動

令和2年度作成の「おびひろらしい食育プログラム」をもとに、栄養教諭と協力しながら、市内小・中学校、義務教育学校で食育の出前授業を行っています。

日々授業内容の改善を図り、ICTを活用した新たな教材の開発等に取り組んでいます。



おびひろ市民学とは

ふるさとの自然環境や歴史、文化、産業、地域住民とのかかわりを通して、「ふるさと帯広」に対する誇りと愛着を育み、地域社会の一員として、よりよい地域づくりに関わる子どもを育てることを目的として令和2年度より市内全小中学校でスタートしました。

食育分野は小学校1年生から始められていて、栄養教諭や栄養士、食育指導専門員、食育推進サポーター等が授業を行っています。

また、学校給食の提供に必要な食材の生産、製造、流通に携わる人々の紹介とその想いを紹介する動画を製作し、おびひろ市民学での活用等を通じて、食への感謝を育むとともに、食育の推進を図ります。



いもだんごづくり



大豆についての授業



ピザづくり



石窯が無くても作れるレシピ
(P.76 に掲載)

②給食を活用した食育や地産地消の推進

学校、保育所等における給食は、子どもたちの食育の場として「生きた教材」としての重要な役割を担っています。

給食を通じて食を楽しみながら正しい食習慣を学ぶ中、「ふるさと給食」などを通じ、地場産食材や生産者への理解を深め、郷土を大切に作る心を育みます。

主な取組	取組内容	担当課
給食だより・食育通信	献立や安全安心な給食の取組及び健康・栄養・食材・食生活の注意事項等についての啓発をするため、給食だより・食育通信を配布	学校給食センター、こども課
バイキング給食	児童生徒が楽しみながら自らの健康を考え、献立を適切に選択する力と正しい食習慣を育むため、バイキング給食を実施	学校給食センター
給食試食会	保育所入所児童の保護者を対象に、子ども向けの味付けや、調理方法を知ってもらうほか、乳幼児期の食生活と健康について関心を深めるため、給食試食会を実施 また、学校給食の理解促進を図るため給食試食会を実施	学校給食センター、こども課
行事食	日本の歴史と伝統的な食文化への理解を深めるため、子どもの日やひな祭り等の伝統行事にちなんだ給食を実施	学校給食センター、こども課
ふるさと給食	十勝・帯広の安全で新鮮な農畜水産物を保育所と学校の給食の食材として使用することで、児童生徒の地場産食材や生産者への理解を深め、郷土を大切に作る心を育むため、ふるさと給食を実施	学校給食センター、こども課
地場産野菜等の導入促進	生産者や農協などとの連携により、地場産野菜等の導入を促進	学校給食センター、こども課

学校給食週間	学校給食の意義や役割を学ぶほか、他都市の食文化を知り、食や郷土への理解を深めるため、地場産食材を多く使用した、特別献立を給食で提供	学校給食センター
農作業・調理体験	保育所入所児童を対象に、自ら作物を育て、収穫した野菜を調理して食べるまでの一連の食の体験をさせるため、農作業・調理体験を実施	こども課
おびひろ市民学 (給食動画)	おびひろ市民学において給食動画を活用した授業を実施	学校教育指導課、 学校給食センター

帯広らしい学校給食の提供

学校給食において地元の農業関係者等と連携し、地場産野菜等を取り入れた、帯広らしい学校給食を提供しています。

「トカプチの恵み～おびひろふるさと給食～」(9月～11月の各月・3コース各1日)では、帯広牛と豊西牛を使った「帯広牛トンすき焼き丼」や帯広市川西農協青年部が育てた野菜を使用した「川西カレーライス」を提供するなど、地場産食材を積極的に活用し、地域の食や産業への理解促進を図っています。



③農作業や調理等の体験活動の充実

農作業や調理等の体験活動は、食の大切さや地場産業への理解につながる重要な役割を担っています。

また、畑作4品をはじめとした本市の主要作物を知ることは、地域農業の理解につながるため、農業を基幹産業とし、豊富な食材が揃っている地域特性を活かした農業体験学習やこどもクッキング等を行います。

主な取組	取組内容	担当課
料理体験教室	学校給食で提供しているメニューを実際に調理して食べ、給食や栄養、地場産食材についての理解を深めるため、料理体験教室を実施	学校給食センター
こどもクッキング	保育所入所児童を対象に、食への関心を高め、食を通して「楽しい」を実感してもらうため、児童自ら調理をするこどもクッキングを実施	こども課
農業体験学習	地域農業の理解を促進するため、農業技術センターの食育展示ほ場等を活用して、農業や農作物の説明、収穫体験を実施	学校教育指導課、農政課
食育体験学習	児童会館で宿泊研修を受ける小学生を対象に、食育体験学習を実施	児童会館

食育展示ほ場

小学3年生を対象に、農業技術センターのほ場で栽培している畑作4品をはじめとした農作物や農機具の紹介等を実施することで帯広市の農業について理解と関心を深めます。



④食文化への理解促進

食生活の多様化や簡便化が進み、日本や地域独自の食文化が徐々に失われつつある中、地域の歴史と伝統的な食文化を理解し、継承していくことが重要です。

そのため、学校や保育所等において、地域に昔から伝わる料理や、季節・行事にちなんだ料理を提供するなどの取組を行います。

主な取組	取組内容	担当課
行事食（再掲）	日本の歴史と伝統的な食文化への理解を深めるため、子どもの日やひな祭り等の伝統行事にちなんだ給食を実施	学校給食センター、こども課
ふるさと給食（再掲）	十勝・帯広の安全で新鮮な農畜水産物を保育所と学校の給食の食材として使用することで、児童生徒の地場産食材や生産者への理解を深め、郷土を大切にする心を育むため、ふるさと給食を実施	学校給食センター、こども課
おびひろ市民学（授業・調理実習など）（再掲）	栄養教諭や栄養士、食育指導専門員、食育推進サポーター等と連携した授業を実施	学校教育指導課、農政課

ふるさと給食

公立保育所では十勝や北海道産の食材を使用した「ふるさと給食」を、収穫時期に合わせて年4回実施しています。



日本型食生活のすすめ



「日本型食生活」とは昭和 50 年代頃の食生活で、ごはんを主食としながら、主菜・副菜に加え、適度に牛乳・乳製品や果物が加わったバランスのとれた食事です。日本が世界有数の長寿国である理由は、こうした優れた食生活が影響していると考えられています。

忙しくて準備が大変という人もいつもの食事に少しの工夫でバランスのよい食事に！

スーパーやコンビニの
総菜を活用しよう



鍋料理は野菜をたくさん
食べられる優秀メニュー



野菜が不足しがちな外食では
サラダをプラス



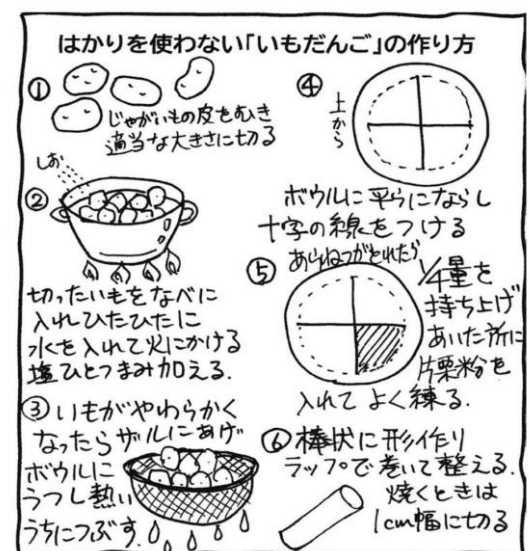
いもだんご

帯広・十勝を代表する農作物のひとつであるじゃがいもを使って家庭で手軽に作れる郷土料理です。

小学校の調理実習などで、いもだんごづくりを行っています。(はかりを使わない「いもだんご」レシピ P.77 に掲載)



食の寺子屋直歩塾流 はかりを使わない「いもだんご」レシピ



⑤保護者への啓発の推進

子どもの食生活は保護者の食生活の影響を大きく受けるため、学校や保育所等を通じた保護者への普及啓発が必要です。

子どもが学校や保育所等で得た学びを家庭での食育活動へとつなげるために、食育の重要性や食に関する正しい知識を保護者が学ぶ機会を提供します。

主な取組	取組内容	担当課
食育講演会	子どもへの食に関する取組を推進していくため、教師向け、保護者向けなど対象やテーマを絞り、食育講演会を実施	学校教育指導課
食育リーフレット	食育に関する実態調査をもとに、小中学生、保護者、教職員を対象に実践的な内容を掲載した食育リーフレットの作成・配布	学校教育指導課
食育講座	保育所入所児童の保護者を対象に、乳幼児期の食に関する様々なテーマの講話を実施	こども課

食育講演会

学校食育推進会議の附属組織として活動している「食育推進部会」の活動において、食育に関わる専門家を招いた保護者・教職員向けの食育講演会を実施し、食育に関わる啓発活動を充実させています。



3 地域における食育の推進

農業を基幹産業としている本市においては、食を通じた地域活性化の取組を進めています。

なかでも、地元の豊富な食材を地元で消費する「地産地消」の推進は、消費者が地域の農業や食産業への理解を深めるとともに、直売所等における生産者との交流を通じて、作り手の想いを直に感じることもつながります。

また、本市ならではの豊かな食を通じ、生産者と消費者のほか、人と人とのつながりや交流をさらに深めていくことが大切です。

地産地消の取組をはじめ、地域の農業や食に関わる産業への理解、ふれあいや食を通じた交流を深めることにより、元気な「地域」を目指します。

①多様な体験活動を通じた農業理解の推進

食を生み出す場としての農業や食品の製造・加工などの現場を知ることは、食への関心を高め、地域の主要な産業をより身近なものとして理解するために重要です。

地域の農業や食産業に対する関心と理解を深めるために、市民農園や学童農園の活用や生産者との連携により農業体験の機会の提供などを行います。

主な取組	取組内容	担当課
農作業体験の場の提供	野菜の栽培などの体験を通じて、地域の農業について理解を深めることを目的として、市民農園や学童農園などの農作業体験や等身大模型を活用した搾乳体験などの場を提供	農政課
農業理解、地産地消を取り入れた講座	地域の農業や地産地消への理解を深めるため、講座を実施	生涯学習文化課

市民農園・学童農園

市民が野菜や花の栽培を通じて自然にふれあうことにより、余暇活動の充実を図るとともに、農業や農村に関する理解促進のため市民農園事業を実施しています。

また、市内の子供たちを対象に、播種や収穫体験を通じて自然とふれあい、食や農業に関する理解促進のため学童農園事業を実施しています。



②直売所を通じた生産者と消費者の交流の促進

地域の特色である豊かな食を通して、生産者と消費者、地域の人同士など、多様な人と人とのつながりや交流を深め、活力ある地域づくりへとつなげていくことが大切です。

食を通じた人と人とのふれあいや交流を深めるため、地場農産物を直売する野菜市・夕市等の開催支援及びそれらに関する情報発信を行います。

主な取組	取組内容	担当課
直売所の開催支援	生産者と消費者がふれあいながら、野菜の販売・購入ができる直売所の開催を支援	農政課

おびひろ農産物直売所マップ

市内には新鮮野菜の直売所がたくさんあります。

ホームページには直売所の紹介動画を掲載しています。

<https://www.city.obihiro.hokkaido.jp/sangyo/nougyou/shokuiku/1005659.html>



毎週どこかで開催中！ おびひろの野菜直売所



③地産地消の促進

地産地消の取組は、地域の食や農業に関する理解を深め、食べ物や生産者への感謝の気持ちを育むことにつながります。

地元の食材の良さを知り、地元の旬の食材を食べることは、心身の健康や豊かな食生活を実践するために大切なことです。

そのため、生産者自らが地場農産物を活用した料理教室の実施を支援するなどにより地産地消の取組を行います。

主な取組	取組内容	担当課
地場農産物を活用した料理教室	地産地消の推進や農業の理解を深めるため、生産者自らが地場農産物を活用した料理教室を実施	農政課
農業理解、地産地消を取り入れた講座（再掲）	地域の農業や地産地消への理解を深めるため、講座を実施	生涯学習文化課
直売所の開催支援（再掲）	生産者と消費者がふれあいながら、野菜の販売・購入ができる直売所の開催を支援	農政課

帯広市民大学講座

帯広・十勝の地域特性を知る講座や地域づくりに役立つ講座、趣味・教養に関する講座などを年間を通して開催し、生涯にわたって学ぶ機会を提供しています。

市民大学では毎月様々なジャンルの講座を提供しています。お好きな講座を選んで、お気軽にご参加ください！帯広市、十勝管内に限らずどなたでもご参加いただけます♪

かわいい内容は裏面をチェック！

Zoom受講可

第9集 とかちマッシュの歴史

日程：7月5日(火) 14:30~16:00 会場：とかちプラザ 2階 視聴覚室
 講師：菊地 博 氏 定員：70名
 (農業法人鎌田きのこ(株) 代表取締役) 受講料：無料
 ※Zoom受講希望者は7月1日(金)までに、HPから申込み

地場農産物を活用した料理教室

市民を対象に、地元で採れた農産物をより美味しく味わってもらうため、味噌や豆腐等を作る料理教室を実施しています。



④若い世代をはじめとした各世代への食育推進

20～30代はアンケート結果等からも食への意識が低く、学業や仕事などが忙しいため、食について学ぶ機会が少なくなっています。

若い世代は食育を次世代につなげていく世代でもあり、食に関する意識を高め、健全な食生活を実践する必要があります。

そのため、若い世代や食育に関心のない人にも情報が届くように SNS 等を活用した情報提供やイベント等を通じた啓発活動を行います。

また、若い世代にとどまらず、各世代に対して切れ目のない食育活動を行います。

主な取組	取組内容	担当課
料理教室	生活習慣病予防の実践や地産地消の促進のため、地場産食材を使用した料理教室、減塩・栄養バランス食の料理教室を実施	健康推進課、生涯学習文化課
食の自立支援事業	高齢、虚弱等により介護予防や生活支援を要する高齢者に対し、計画的、有機的に配食サービスを提供することにより、高齢者の健康で自立した在宅生活を支援	介護高齢福祉課
地域リハビリテーション活動支援事業	栄養士や歯科衛生士、リハビリ職等の専門職を派遣し、介護予防に関する知識や情報を普及啓発することにより、高齢者の自主的な活動を支援	地域福祉課
高齢者学級	「健康づくり」や「食育」をテーマとした講座を実施	生涯学習文化課
健康相談	食習慣などについて取組みやすい目標をたてるほか、アドバイスをするため、特定健診の保健指導において個別の健康相談を実施	健康推進課
栄養相談	生活習慣病予防のため、栄養バランスがとれた食事について説明するなど、食生活・日常生活についての正しい知識の普及のため、個別の栄養相談を実施	健康推進課

健康づくり講座	生活習慣病やこころの健康づくりに関する知識や技術の普及啓発を図るため、健康づくり講座を実施	健康推進課
ホームページやSNSによる情報発信	若い世代にも情報が届くように SNS 等を活用し、様々な食関連情報を発信	関係各課
イベント等を通じた啓発	関係各課が開催するイベント等において、食育に関する啓発活動を実施	関係各課

食の自立支援事業

高齢、虚弱等により介護予防や生活支援を要する高齢者に対し、食の自立支援の観点から、十分なアセスメント及び「食」に関わるサービス（以下「配食サービス」という。）の利用調整を行い、計画的、有機的に配食サービスを提供することにより、高齢者の健康で自立した在宅生活の支援をします。



地域リハビリテーション活動支援事業

帯広市内で活動する自主活動団体へ、栄養士を含むリハビリ専門職を派遣し、栄養等に関する知識や技術を提供することにより、介護予防活動の継続を促します。

**65歳以上の
団体専用**

**リハビリ専門職
を派遣します**

令和4年度帯広市一般介護予防事業 地域リハビリテーション活動支援事業
リハビリ専門職派遣事業

【派遣する職種】

- 栄養士
- 歯科衛生士
- リハビリ職 ※理学療法士、作業療法士、言語聴覚士のいずれか

【派遣までのながれ】

① 申し込む



申込書①及び②に記入し、地域福祉課へ提出します。

② 調整する



派遣決定後、決定通知が前きます。その後、専門職と日程などの詳細を調整します。

③ 当日



活動日当日、指定の会場へ専門職がお伺いします。

<SNS (Social networking service) >

登録された利用者同士が交流できる Web サイトの会員制サービス。Twitter や Facebook など。

4 横断的な食育の推進

食育は、栄養に関することをはじめ、規則正しい食習慣の形成、食べ物や食に関わる人への感謝の心、生産から消費までの食の循環や環境への正しい理解など、幅広い分野にわたります。

誰もが「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よう、市民、学校・保育所、生産者、食品関連事業者、保健医療関係者、行政等がそれぞれの役割のもと連携を図り、横断的に食育を推進します。

①食育に関する啓発の推進

様々な情報発信やイベント等を通じて、市民の食育に対する関心を高め、幅広い分野にわたる食育について総合的な啓発を図ります。

主な取組	取組内容	担当課
ホームページやSNSによる情報発信（再掲）	若い世代にも情報が届くように SNS 等を活用し、様々な食関連情報を発信	関係各課
食関連図書の情報提供	食文化コーナーの設置や食育月間に合わせた食関連の特設展示等により情報を提供	図書館
食関連おはなし会	食育月間に合わせておはなし会を実施	図書館
イベント等を通じた啓発（再掲）	関係各課が開催するイベント等において、食育に関する啓発活動を実施	関係各課
牛乳・乳製品消費拡大事業	様々なイベント等の機会を通して牛乳・乳製品消費拡大に向けた取組を実施	農政課

食関連特設展示

図書館では毎月様々なテーマで、毎日の生活をお助けするレシピ本などの展示・貸出をしています。

展示の内容については、帯広市図書館のホームページよりいつでもチェックできます。



<https://www.lib-obihiro.jp/TOSHOW/asp/index.aspx>



牛乳・乳製品消費拡大事業

イベント等の機会を利用し、等身大模型を活用した搾乳体験や牛乳の無料配布等を行い、市民に酪農への理解や関心を深めてもらうことで、牛乳・乳製品の消費拡大を図っています。



②食育に取り組む関係者との連携の推進

食育の推進においては、行政のみならず多様な企業やグループ、個人などがそれぞれの持つ知識や技術を活かし、様々な取組を行っています。

こうした関係者の取組を後押しするとともに、連携を図りながら、効果的に食育活動を行います。

主な取組	取組内容	担当課
食育推進サポーターによる活動	食育推進サポーター制度の周知を行い、学校や地域などで食育活動を実施	農政課
食生活改善推進員による活動	食生活改善推進員の養成・育成を行い、料理教室や食生活に関する啓発活動を実施	健康推進課

食育推進サポーターとは

平成 25 年度より、食育を推進するため、学校や町内会など地域からの依頼に応じて、食育の知識がある人などが講師として訪問する「食育推進サポーター事業」を実施しています。

農作物の栽培技術、郷土料理の作り方、栄養や健康のことなど、食に関する様々な技術や知識を持つ個人、企業、グループが「食育推進サポーター」として登録され、市民等からの依頼内容に応じて、市がサポーターと依頼者のマッチングを行っています。



食育推進サポーター登録リスト

<https://www.city.obihiro.hokkaido.jp/sangyo/nougyou/shokuiku/1011040/index.html>



納豆についての授業



豆腐づくり体験

(P.78 に大豆から作る「豆腐」レシピ掲載)

③新たな日常や食をとりまく環境の変化を意識した食育の推進

新型コロナウイルス感染症による新たな日常に対応するため、関係各課、関係団体の取組において、オンラインを活用した食育活動などを行います。

また、新型コロナウイルス感染拡大や世界情勢の変動に伴う食をとりまく環境の変化による市民の食や健康に対する関心の高まりが見られる現状も意識しながら、各場面での食育活動を推進します。

主な取組	取組内容	担当課
オンラインを活用した食育活動	各場面において、オンラインを活用した食育活動を実施	関係各課
家庭、学校・保育所等、地域における食育の推進	食をとりまく環境の変化に対応した食育活動を実施	関係各課

動画施設見学

人気の献立が出来上がるまでの工程を紹介しながら学校給食センターの魅力を発信しています。

児童生徒に大人気の「肉じゃが」やこだわりのつまんだ「オビリースープ」の調理過程が分かります。



<https://www.youtube.com/watch?v=cZYhtYIXaS0>

第5章 計画の推進体制と進捗管理について

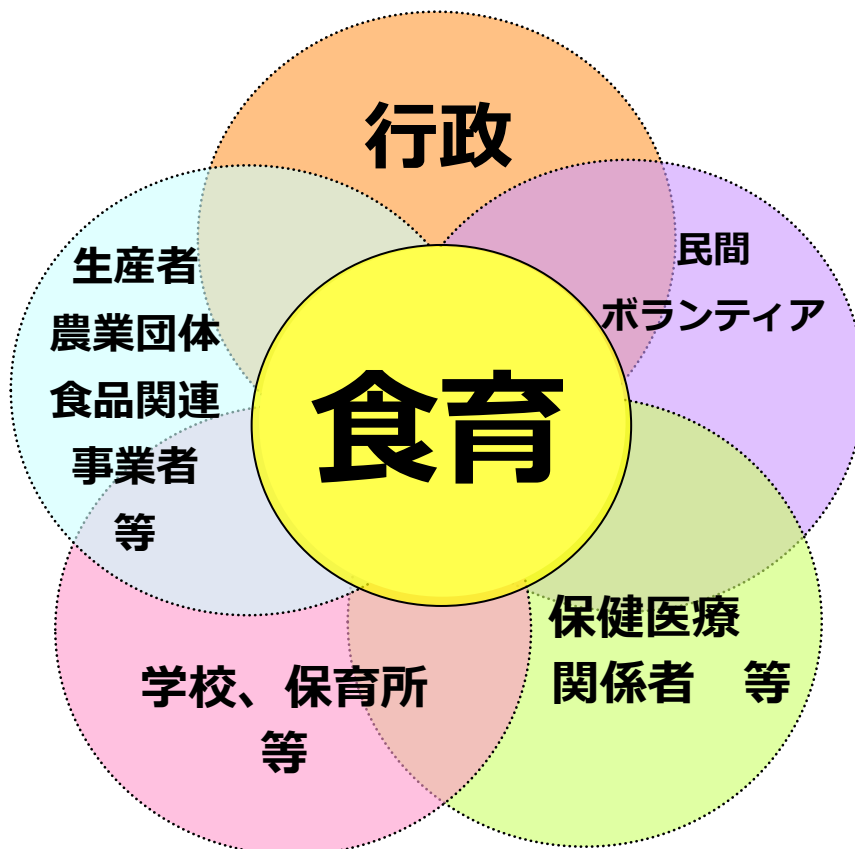
1 推進体制・進捗管理

食育は、栄養に関することをはじめ、規則正しい食習慣の形成、食べ物や食に関わる人への感謝の心、生産から消費までの食の循環や環境への正しい理解など、幅広い分野にわたります。

食育の推進にあたっては、市民、学校・保育所、生産者、食品関連事業者、保健医療関係者、行政等がそれぞれの役割のもと連携を図り、取り組む必要があります。

本計画の推進にあたっては、庁内の関係部署や食育推進サポーターをはじめとする市民団体等が連携を図り、総合的に食育の取組を推進します。

また、計画の進捗管理については、指標値により推進状況を把握し、庁内の関係部署で構成する「食育推進委員会」において行います。



食育推進体制のイメージ

2 食育推進にあたっての役割

(1) 市民・家庭・地域の役割

市民一人ひとりが食への関心を高め、自ら食に関する正しい知識や情報を選択する力を身につけ、生涯にわたり健康で心豊かな生活を実践することが必要です。

市民は、地域社会の一員として、関係団体、行政等と連携し、地域全体で食育に取り組んでいく必要があります。

家庭は、子どもが基本的な生活習慣を身につける上で、最も大切な食育の「学びの場」であるとともに、「実践の場」として大きな役割を担っています。

家族一緒に食卓を囲むことを通して、食に関する正しい知識を身につける、食の楽しさを実感するなど、日常生活の中で自ら食育を実践することが必要です。

さらに、核家族、単身者、高齢者世帯の増加などの家族形態や社会構造の変化などに伴い、食を取り巻く環境が変化していることから、食育を通じて地域のつながりを一層深め、互いに支えあうことが重要です。

(2) 学校、保育所等の役割

学校や保育所等の教育現場は、子どもの成長・発達段階に応じ、健全な食習慣の形成と豊かな人間性を育む上で、重要な役割を担っています。

学校や保育所等が、家庭や地域、関係団体、行政等と連携を図り、子どもが食の大切さや楽しさを学ぶことができるよう、食に関するあらゆる機会や場所を利用し、食育を推進することが大切です。

(3) 関係団体等の役割

家庭、学校や保育所等における取組のほか、食育を社会全体で推進するためには、生産者や農業団体、食品関連事業者、保健医療関係者、民間ボランティア等自主的な活動をしている団体等による幅広い活動が必要です。

食育を地域に根付いたものとするためにも、関係団体等がそれぞれの立場でそれぞれの役割を担い、市民や学校・保育所、地域、行政等と連携した活動を自ら進めることが重要です。

(4) 帯広市の役割

食育に関係する各部署が横断的に連携し、市民や関係団体等の理解を得るよう努めながら食育に関する施策に取り組み、保育、教育、健康、農業等様々な分野における施策を総合的・計画的に進めていきます。

また、食育推進サポーターをはじめ、様々な市民団体等による食育活動をサポートすることや、各団体、市民が連携して食育に取り組めるよう、それぞれがつながることができる場を設けながら食育活動を行います。

資料編

1 (仮称) 帯広市食育推進条例(案) 概要

1 条例制定の趣旨

十勝・帯広は、日高山脈や大雪山系などに囲まれ、十勝川水系の清流や国内有数の日照時間など、恵まれた自然環境を有する地域です。明治16年の晩成社の入植以来、先人たちのたゆまぬ努力により、広大な原野に豊かな耕地が開かれ、今日では国内有数の食料基地にまで発展してきており、私たちはこの地で生産される安全で良質な農畜産物を生活に取り入れながら、豊かな暮らしを営んできました。

「食」は、生命の源であり、健全な食生活は、健康で心豊かな生活を送る上での基礎となるものです。しかしながら、近年、社会経済情勢や人々の生活スタイルが大きく変化し、時間的・精神的・経済的にゆとりのない生活を送る中で、私たちは「食」の大切さを忘れてしまいがちです。それに伴い、不健全な食生活による生活習慣病等の増加をはじめ、大量の食品廃棄物の発生や家庭等における食の伝承力の低下、産地や安全性などにこだわらず食材等を選択する人の増加など、様々な問題が生じてきています。

こうした状況の中、市民一人ひとりが、今一度「食」の大切さを見直し、「食」に関する正しい知識と「食」を選択する力を身につけるとともに、我が国を代表する食料基地に住む私たちが、十勝・帯広産の安全で良質な農畜産物に誇りを持ち、積極的に消費していく必要があります。

そのため、食育に関する基本理念を明らかにし、豊かな自然と食に恵まれ、食や農業などの資源を最大限に生かしたまちづくりを進めているこの帯広市において、すべての市民が一丸となって「食育」に関する取組を推進していくため、この条例を制定するものです。

2 条例案の内容

(1) 目的

この条例は、食育の推進に関する基本理念を定め、市、市議会、市民、教育関係者等、保健医療関係者等、農業者等及び食品関連事業者等の役割を明らかにするとともに、食育に関する施策の基本となる事項を定めることにより、市、市議会及び市民等が一丸となって、食育に関する取組を推進し、もって市民が心身ともに健康で心豊かな生活を送ることができる社会の実現に寄与することを目的とします。

(2) 定義

この条例において、次の各号に掲げる用語の意義は、以下のとおりです。

- ① 食育 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をいいます。
- ② 教育関係者等 教育及び保育に関する職務に従事する者並びに教育及び保育に関する団体をいいます。
- ③ 保健医療関係者等 保健、医療（歯科医療を含む。以下同じ。）及び介護その他の社会福祉（以下「保健医療等」という。）に関する職務に従事する者並びに保健医療等に関する団体をいいます。
- ④ 農業者等 農業を営む者及び農業に関する団体をいいます。
- ⑤ 食品関連事業者等 食品関連の事業者及び食品関連事業に関する団体をいいます。

(3) 基本理念

- ① 食育は、食に関する適切な判断力を養い、生涯にわたって健全な食生活を実現することにより、市民の心身の健康の増進及び豊かな人間形成に資することを基本として行われなければなりません。
- ② 食育は、日常の食生活が自然の恩恵及び食に関わる様々な人々の活動に支えられていることへの認識や感謝の気持ちを育むことに加え、生産から消費に至るまでの「食の循環」が、環境に与える影響に関する理解を深めることにより、食品廃棄物の削減等、市民の環境に配慮した食生活等の実現に資することを基本として行われなければなりません。
- ③ 食育は、食に関する多様な体験機会の提供のほか様々な活動を展開し、十勝・帯広の農畜産物及び食文化等に対する市民の関心及び理解を深めることにより、地産地消及び食文化の継承に資することを基本として行われなければなりません。

(4) 市の役割

- ① 市は、前条に定める基本理念（以下「基本理念」という。）にのっとり、食育の推進に関する総合的な施策を策定し、計画的に実施するものとします。
- ② 市は、市民に対して食育に関する施策の普及啓発に取り組み、市民の理解を得るよう努めるものとします。
- ③ 市は、市議会、市民、教育関係者等、保健医療関係者等、農業者等及び食品関連事業者等との協働により、食育の推進に取り組むよう努めるものとします。

(5) 市議会の役割

市議会は、基本理念にのっとり、市の食育に関する施策が効果的に推進されるよう、施策の実施状況の確認等に努めるとともに、市及び他のものが実施する食育の推進に関する活動に協力するよう努めるものとします。

(6) 市民の役割

① 市民は、基本理念にのっとり、食に関する理解を深め、適切な判断力を養うことで、健全な食生活の実現に努めるとともに、市が実施する食育の推進に関する施策に協力するよう努めるものとします。

② 保護者は、食生活の中で、子どもたちが健全な心身を培い、豊かな人間性を育むことができるよう、子どもたちに必要な教育等を行うよう努めるものとします。

(7) 教育関係者等の役割

教育関係者等は、基本理念にのっとり、食に関するあらゆる機会及び場所を利用して、子どもたちの食に関する関心及び理解を深めるよう努めるとともに、他のものが実施する食育の推進に関する活動に協力するよう努めるものとします。

(8) 保健医療関係者等の役割

保健医療関係者等は、基本理念にのっとり、食に関するあらゆる機会及び場所を利用して、市民の食に関する関心及び理解を深めるよう努めるとともに、他のものが実施する食育の推進に関する活動に協力するよう努めるものとします。

(9) 農業者等の役割

農業者等は、基本理念にのっとり、農業に関する情報及び体験機会を積極的に提供し、自然の恩恵や食を生産する仕事の重要性について、市民の理解を深めるよう努めるとともに、他のものが実施する食育の推進に関する活動に協力するよう努めるものとします。

(10) 食品関連事業者等の役割

食品関連事業者等は、基本理念にのっとり、安全性の高い食品の提供及び食に関する幅広い情報提供に努めるとともに、他のものが実施する食育の推進に関する活動に協力するよう努めるものとします。

(11) 家庭における食育の推進

市は、家庭における食育の推進のため、食に関する知識の普及及び情報の提供等により、市民の健全で環境にやさしい食生活の実践が図られるよう必要な施策を講ずるものとします。

(12) 学校、保育所等における食育の推進

市は、学校、保育所等における効果的な食育の推進を図るため、食に関する指導内容及び食に関する多様な体験機会の充実等により、子どもたちの食に関する関心及び理解が深まるよう必要な施策を講ずるものとします。

(13) 生産者と消費者との交流の促進

市は、生産者と消費者との交流の促進等により、両者の相互理解が進み、食や生産者への感謝の気持ちが深まるよう必要な施策を講ずるものとします。

(14) 地産地消の促進

市は、十勝・帯広で生産された農畜産物の学校、保育所等における利用を促進するとともに、地域内における積極的な消費が図られるよう必要な施策を講ずるものとします。

(15) 食文化の継承の促進

市は、十勝・帯広の特色ある食文化が引き継がれていくよう必要な施策を講ずるものとします。

(16) 食育推進計画

市は、食育に関する取組を総合的かつ計画的に推進するため、食育基本法の規定により、帯広市食育推進計画を策定するものとします。

(17) 財政上の措置

市は、食育の推進のために、必要な財政上の措置を講ずるよう努めるものとします。

(18) 委任

この条例に定めるもののほか、この条例の施行に関し必要な事項は、市長が別に定めます。

3 条例の施行時期

令和5年4月1日（予定）

2 食育アンケート調査の結果

■対象者

- ・市内全小学6年生・中学3年生
- ・20歳以上の帯広市民

■調査方法

- ・小中学生

各学校のタブレットを活用し、Google フォームでの回答により回収。

- ・帯広市民

無作為抽出により抽出した市民 1,000 人に対して郵送により発送し、紙及び Web 回答により回収。さらに、帯広市公式 Facebook・Twitter からアンケートの協力を呼びかけ Web 回答により回収。

■調査期間

令和3年11月15日～12月17日

■回収結果

- ・小中学生 合計 2,413 人（小学6年生 1,230 人、中学3年生 1,183 人）
- ・帯広市民 有効回答数 453 人

調査方法	発送数	有効 発送数	回収・回答数			回収率
郵送	1,000	994	423			42.6%
			内 訳	紙	324	
				Web	99	
Facebook・ Twitter からの回答	-	-	-	回答数	うち市民	-
			-	41	30	-

小学6年生

※四捨五入の関係で合計が合わない場合があります

問1 あなたは、いつもだいたい、何時に就寝しますか？		
選択項目	回答数	構成比
21 時以前	112	9.1%
21～22 時の間	541	44.0%
22～23 時の間	406	33.0%
23～24 時の間	113	9.2%
24 時以降	58	4.7%
計	1,230	100.0%

問2 あなたは、いつもだいたい、何時に起床しますか？		
選択項目	回答数	構成比
5 時以前	41	3.3%
5～6 時の間	205	16.7%
6～7 時の間	765	62.2%
7 時以降	219	17.8%
計	1,230	100.0%

問3 あなたは、朝ごはんを食べていますか？		
選択項目	回答数	構成比
毎日食べる	1,005	81.7%
週に1～2日食べないことがある	126	10.2%
週に3～4日食べないことがある	33	2.7%
ほとんど食べない	66	5.4%
計	1,230	100.0%

問4 (ほとんど食べない)を選んだ理由はなんですか？		
選択項目	回答数	構成比
朝ごはんを食べる時間がないから	24	36.4%
朝は食欲がないから	28	42.4%
朝食を食べる習慣がないから(いつも食べないから)	4	6.1%
朝食が用意されていないから	4	6.1%
その他	6	9.1%
計	66	100.0%

問5 あなたは、1日の食事のうち、野菜を何回食べますか？		
選択項目	回答数	構成比
1日に3回食べる（毎食）	515	41.9%
1日に1回は食べる	668	54.3%
ほとんど食べない	47	3.8%
計	1,230	100.0%

問6 （ほとんど食べない）を選んだ理由はなんですか？		
選択項目	回答数	構成比
野菜があまり好きではないから	32	68.1%
食べる習慣があまりないから	5	10.6%
食事に野菜が入っているかどうかわからないから	7	14.9%
その他	3	6.4%
計	47	100.0%

問7 あなたは、学校給食で牛乳を飲んでいますか？		
選択項目	回答数	構成比
週に5日（毎日）	1,000	81.3%
週に3～4日	82	6.7%
週に1～2日	34	2.8%
ほとんど飲まない	114	9.3%
計	1,230	100.0%

問8 （ほとんど飲まない）を選んだ理由はなんですか？		
選択項目	回答数	構成比
あまり好きではないから	60	52.6%
アレルギーがあるから	8	7.0%
お腹が痛くなるから	25	21.9%
その他	21	18.4%
計	114	100.0%

問9 あなたは、学校給食以外で牛乳または乳製品（チーズ、ヨーグルト、バター、生クリーム、乳酸菌飲料、練乳、アイスなど）をとっていますか？		
選択項目	回答数	構成比
週に5日以上	516	42.0%
週に3～4日	470	38.2%
週に1～2日	195	15.9%
ほとんどとっていない	49	4.0%
計	1,230	100.0%

問10 （ほとんどとっていない）を選んだ理由はなんですか？		
選択項目	回答数	構成比
あまり好きではないから	20	40.8%
アレルギーがあるから	5	10.2%
家においていないから	14	28.6%
牛乳・乳製品をとる習慣が無いから	7	14.3%
その他	3	6.1%
計	49	100.0%

※給食で週5日飲んでいない人は、給食以外とあわせて週5日以上とっていれば対象人数にカウント

問11 あなたは、朝食や夕食を誰と食べることが多いですか？		
選択項目	回答数	構成比
家族全員	588	47.8%
家族の誰かと	579	47.1%
家族以外の誰かと	4	0.3%
一人が多い	59	4.8%
計	1,230	100.0%

問12 （一人が多い）を選んだ理由はなんですか？		
選択項目	回答数	構成比
家族と食事の時間が合わないから	35	59.3%
食事が用意されていないから	1	1.7%
一人で食べるのが好きだから	14	23.7%
その他	9	15.3%
計	59	100.0%

問 13 あなたは、今まで1度でも農作業体験（学校の授業やイベントなどでの収穫体験・乳しぼり体験、家庭菜園などを含む）をしたことがありますか？		
選択項目	回答数	構成比
ある	992	80.7%
ない	238	19.3%
計	1,230	100.0%

問 14 「ない」を選んだ方へご質問です。選んだ理由を以下の項目からひとつ選んでください。		
選択項目	回答数	構成比
どこで農作業体験できるか知らなかったから	35	14.7%
農作業体験をする機会がなかったから	108	45.4%
農作業体験に興味がないから	82	34.5%
その他	13	5.5%
計	238	100.0%

中学3年生

※四捨五入の関係で合計が合わない場合があります

問1 あなたは、いつもだいたい、何時に就寝しますか？		
選択項目	回答数	構成比
21時以前	91	7.7%
21～22時の間	296	25.0%
22～23時の間	475	40.2%
23～24時の間	307	26.0%
24時以降	14	1.2%
計	1,183	100.0%

問2 あなたは、いつもだいたい、何時に起床しますか？		
選択項目	回答数	構成比
5時以前	22	1.9%
5～6時の間	118	10.0%
6～7時の間	664	56.1%
7時以降	379	32.0%
計	1,183	100.0%

問3 あなたは、朝ごはんを食べていますか？		
選択項目	回答数	構成比
毎日食べる	978	82.7%
週に1～2日食べないことがある	114	9.6%
週に3～4日食べないことがある	36	3.0%
ほとんど食べない	55	4.6%
計	1,183	100.0%

問4 (ほとんど食べない)を選んだ理由はなんですか？		
選択項目	回答数	構成比
朝ごはんを食べる時間がないから	11	20.0%
朝は食欲がないから	26	47.3%
朝食を食べる習慣がないから(いつも食べないから)	14	25.5%
朝食が用意されていないから	2	3.6%
その他	2	3.6%
計	55	100.0%

問5 あなたは、1日の食事のうち、野菜を何回食べますか？		
選択項目	回答数	構成比
1日に3回食べる（毎食）	437	36.9%
1日に1回は食べる	715	60.4%
ほとんど食べない	31	2.6%
計	1,183	100.0%

問6 （ほとんど食べない）を選んだ理由はなんですか？		
選択項目	回答数	構成比
野菜があまり好きではないから	20	64.5%
食べる習慣があまりないから	5	16.1%
食事に野菜が入っているかどうかわからないから	2	6.5%
その他	4	12.9%
計	31	100.0%

問7 あなたは、学校給食で牛乳を飲んでいますか？		
選択項目	回答数	構成比
週に5日（毎日）	848	71.7%
週に3～4日	72	6.1%
週に1～2日	36	3.0%
ほとんど飲まない	227	19.2%
計	1,183	100.0%

問8 （ほとんど飲まない）を選んだ理由はなんですか？		
選択項目	回答数	構成比
あまり好きではないから	110	48.5%
アレルギーがあるから	6	2.6%
お腹が痛くなるから	85	37.4%
その他	26	11.5%
計	227	100.0%

問9 あなたは、学校給食以外で牛乳または乳製品（チーズ、ヨーグルト、バター、生クリーム、乳酸菌飲料、練乳、アイスなど）をとっていますか？		
選択項目	回答数	構成比
週に5日以上	464	39.2%
週に3~4日	420	35.5%
週に1~2日	237	20.0%
ほとんどとっていない	62	5.2%
計	1,183	100.0%

問10 （ほとんどとっていない）を選んだ理由はなんですか？		
選択項目	回答数	構成比
あまり好きではないから	23	37.1%
アレルギーがあるから	2	3.2%
家においていないから	16	25.8%
牛乳・乳製品をとる習慣が無いから	19	30.6%
その他	2	3.2%
計	62	100.0%

問11 あなたは、朝食や夕食を誰と食べることが多いですか？		
選択項目	回答数	構成比
家族全員	493	41.7%
家族の誰かと	558	47.2%
家族以外の誰かと	0	0.0%
一人が多い	132	11.2%
計	1,183	100.0%

問12 （一人が多い）を選んだ理由はなんですか？		
選択項目	回答数	構成比
家族と食事の時間が合わないから	104	78.8%
食事が用意されていないから	4	3.0%
一人で食べるのが好きだから	20	15.2%
その他	4	3.0%
計	132	100.0%

問 13 あなたは、今まで1度でも農作業体験（学校の授業やイベントなどでの収穫体験・乳しぼり体験、家庭菜園などを含む）をしたことがありますか？		
選択項目	回答数	構成比
ある	899	76.0%
ない	284	24.0%
計	1,183	100.0%

問 14 「ない」を選んだ方へご質問です。選んだ理由を以下の項目からひとつ選んでください。		
選択項目	回答数	構成比
どこで農作業体験できるか知らなかったから	29	10.2%
農作業体験をする機会がなかったから	155	54.6%
農作業体験に興味がないから	93	32.7%
その他	7	2.5%
計	284	100.0%

帯広市民

※四捨五入の関係で合計が合わない場合があります

問1 年齢		
選択項目	回答数	構成比
20歳代	41	9.1%
30歳代	60	13.3%
40歳代	78	17.3%
50歳代	77	17.0%
60歳代	72	15.9%
70歳代以上	124	27.4%
無回答	1	-
計	453	100.0%

問2 世帯1		
選択項目	回答数	構成比
一人暮らし	75	16.6%
夫婦のみ	163	36.1%
親子（親族の同居を含む）	167	36.9%
三世帯（親族の同居を含む）	28	6.2%
兄弟姉妹など	3	0.7%
その他	16	3.5%
無回答	1	-
計	453	100.0%

問2-1 世帯2		
選択項目	回答数	構成比
未就学児	68	29.1%
小学生	49	20.9%
中学生	26	11.1%
高校生以上	91	38.9%
無回答	9	-
計	243	100.0%

問3 あなたの健康状態について教えてください。		
選択項目	回答数	構成比
大変良い	56	12.6%
良い	300	67.4%
あまり良くない	81	18.2%
良くない	8	1.8%
無回答	8	-
計	453	100.0%

問4 あなたは「食育」に関心がありますか。		
選択項目	回答数	構成比
ある	120	26.7%
どちらかといえばある	241	53.7%
どちらかといえばない	50	11.1%
ない	14	3.1%
分からない	24	5.3%
無回答	4	-
計	453	100.0%

問4-1 「ある」「どちらかといえばある」と回答した方へお聞きします。あなたが食育に関心を持つ理由はどのようなことが考えられますか。		
選択項目	回答数	構成比
生活習慣病の増加が問題になっているから	137	38.1%
食生活の乱れが問題になっているから	47	13.1%
子供の心身の健全な発育のために必要だから	119	33.1%
食の循環や環境に対する理解が必要だから	31	8.6%
食文化を守ることが重要だから	10	2.8%
消費者と生産者間の交流が足りないと思うから	7	1.9%
その他	9	2.5%
無回答	1	-
計	361	100.0%

問 4-2 「ない」「どちらかといえばない」と回答した方へお聞きします。理由は何ですか。

選択項目	回答数	構成比
食事や食生活を特に意識しなくても生活には困らないから	27	43.5%
活動や行動をしたくても情報が入手できないから	1	1.6%
保育所や学校などで行っているので、必要ないと思うから	1	1.6%
自分の健康に不安がないから	7	11.3%
周囲（家族や友人）が取り組んでいないから	6	9.7%
取り組む理由が分からないから	4	6.5%
食育という言葉の意味が分からないから	10	16.1%
その他	6	9.7%
無回答	2	-
計	64	100.0%

問 5 あなたは朝食を毎日食べていますか。

選択項目	回答数	構成比
毎日食べる	345	77.2%
週に1~2日食べないことがある	35	7.8%
週に3~4日食べないことがある	15	3.4%
ほとんど食べない	52	11.6%
無回答	6	-
計	453	100.0%

問 5-1 「毎日食べる」「週に1~2日食べないことがある」「週に3~4日食べないことがある」と回答した方へお聞きします。理由は何ですか。		
選択項目（複数選択）	回答数	選択割合
朝食が用意されていないから	5	3.2%
時間が無くて食べられないから	30	19.4%
朝早く起きられないから	16	10.3%
夕食や夜食を多く食べているから	9	5.8%
朝は食欲がないから	40	25.8%
ダイエットをしているから	7	4.5%
朝食を食べる習慣がないから	18	11.6%
休みの日は朝食を食べないから	9	5.8%
その他	21	13.5%
回答数	155	-
無回答	1	-

問 6 あなたは1日の食事のうち、野菜を何回食べていますか。		
選択項目	回答数	構成比
1日に3回食べる（毎食）	120	26.8%
1日に1回は食べる	312	69.8%
ほとんど食べない	15	3.4%
無回答	6	-
計	453	100.0%

問 6-1 「ほとんど食べない」と回答した方へお聞きします。理由は何ですか。		
選択項目	回答数	構成比
あまり好きではないから	2	13.3%
食べる習慣があまりないから	5	33.3%
野菜を食べる必要がないと感じているから	0	0.0%
調理して食べるのが面倒だから	4	26.7%
野菜を使ったレシピをよく知らないから	0	0.0%
サプリメントなどで必要な栄養を補っているから	0	0.0%
その他	4	26.7%
無回答	0	-
計	15	100.0%

問7 あなたは牛乳または乳製品（コーヒー牛乳・チーズ・ヨーグルト・バター・生クリーム・乳酸菌飲料など）を週何日くらいとりますか。

選択項目	回答数	構成比
週に5日以上	236	52.4%
週に3~4日	100	22.2%
週に1~2日	71	15.8%
ほとんどとっていない	43	9.6%
無回答	3	-
計	453	100.0%

問7-1 「ほとんどとっていない」と回答した方へお聞きします。理由は何ですか。

選択項目	回答数	構成比
あまり好きではないから	7	16.3%
アレルギーがあるから	1	2.3%
家に置いていないから	6	14.0%
牛乳・乳製品をとる習慣がないから	13	30.2%
その他	16	37.2%
無回答	0	-
計	43	100.0%

問8 あなたは食材を購入するときどのようなことを意識していますか。

選択項目（3つまで選択）	回答数	選択割合
産地	273	60.5%
価格	315	69.8%
鮮度・見た目（美味しそうに見えるか）	274	60.8%
安全であること	189	41.9%
内容量	75	16.6%
生産者の取組等の情報 （生産者が分かる・有機（オーガニック）野菜など）	69	15.3%
特に意識していることはない	15	3.3%
回答数	451	-
無回答	2	-

問9 あなたは十勝産の食材（野菜・卵・牛乳・バター・チーズ・牛肉・豚肉・鶏肉・羊肉・果実など）をよく使いますか。

選択項目	回答数	構成比
よく使う	317	70.3%
たまに使う	124	27.5%
ほとんど使わない	10	2.2%
無回答	2	-
計	453	100.0%

問9-1 「ほとんど使わない」と回答した方へお聞きします。理由は何ですか。

選択項目	回答数	構成比
国産であれば特にこだわりはないから	2	22.2%
他の産地（他県・外国）のものが安いから	4	44.4%
十勝産の魅力や優位性が分からないから	1	11.1%
産地が分からないから	1	11.1%
その他	1	11.1%
無回答	1	-
計	10	100.0%

問10 あなたは外食を週何日くらいしますか。

選択項目	回答数	構成比
ほとんどしない	277	62.5%
週に1~2回	141	31.8%
週に3~4回	17	3.8%
週に5~6回	6	1.4%
ほぼ毎日	2	0.5%
無回答	10	-
計	453	100.0%

問 11 あなたは中食（スーパーやコンビニ等の弁当や総菜、レストラン等でテイクアウトした料理、レトルト食品やインスタント食品など）を週何日くらい利用しますか。		
選択項目	回答数	構成比
ほとんど利用しない	173	39.1%
週に1～2回	198	44.7%
週に3～4回	55	12.4%
週に5～6回	8	1.8%
ほぼ毎日	9	2.0%
無回答	10	-
計	453	100.0%

問 12 あなたは栄養バランスを考えた食生活を送ることができていますか。		
選択項目	回答数	構成比
ほとんどできている	55	12.4%
概ねできている	250	56.4%
あまりできていない	129	29.1%
全くできていない	9	2.0%
無回答	10	-
計	453	100.0%

問 12-1 「あまりできていない」「全くできていない」と回答した方へお聞きします。理由は何ですか。		
選択項目	回答数	構成比
好きな食材を好きなだけ食べたいから	27	19.9%
手間がかかるから(大変だから・面倒だから)	80	58.8%
必要性を感じないから	2	1.5%
その他	27	19.9%
無回答	2	-
計	138	100.0%

問 13 あなたはご自身の食事について、今後どのようにしたいと思っ ていますか。		
選択項目	回答数	構成比
自分で工夫して今よりよくしたい	242	54.6%
栄養士の指導を受けるなどして今よりよくしたい	18	4.1%
今のままでよい	110	24.8%
特に考えていない	73	16.5%
無回答	10	-
計	453	100.0%

問 14 あなたは新型コロナウイルス感染拡大前と比べて食に対する興味・関心 が変化しましたか。		
選択項目	回答数	構成比
高くなった	27	6.0%
どちらかといえば高くなった	56	12.4%
変わらない	365	80.9%
どちらかといえば低くなった	2	0.4%
低くなった	1	0.2%
無回答	2	-
計	453	100.0%

問 16 あなたは新型コロナウイルス感染拡大前と比べて食生活が変化 しましたか。		
選択項目	回答数	構成比
変化した	90	20.0%
変わらない	361	80.0%
無回答	2	-
計	453	100.0%

問 16-1 「変化した」と回答した方へお聞きします。どのようなことが変化しましたか。		
選択項目（複数選択）	回答数	選択割合
自宅で食事をする回数が増えた	64	32.2%
自宅で料理をする回数が増えた	46	23.1%
家族と食事をする回数が増えた	19	9.5%
産地を意識するようになった	18	9.0%
通販（オンライン）を利用して食料品を購入するようになった	3	1.5%
栄養バランスのとれた食事をとるようになった	30	15.1%
オンラインを活用した食事（オンライン飲み会など）をするようになった	4	2.0%
その他	15	7.5%
回答数	199	-
無回答	4	-

問 17 あなたは朝食や夕食を誰と食べることが多いですか。		
選択項目	回答数	構成比
家族全員（一人暮らしを含む）	254	56.4%
家族の誰かと	141	31.3%
家族以外の誰かと	8	1.8%
一人が多い	47	10.4%
無回答	3	-
計	453	100.0%

問 17-1 「一人が多い」と回答した方へお聞きします。理由は何ですか。		
選択項目	回答数	構成比
家族と食事の時間が合わないから	27	57.4%
家族が朝食または夕食を食べないから	0	0.0%
一人で食べるのが好きだから	11	23.4%
その他	9	19.1%
無回答	0	-
計	47	100.0%

問 18 あなたは食品ロスの削減に取り組んでいますか。		
選択項目	回答数	構成比
取り組んでいる	340	77.8%
取り組んでいない	97	22.2%
無回答	16	-
計	453	100.0%

問 18-1 「取り組んでいる」と回答した方へお聞きします。どのような取組を行っていますか。		
選択項目（複数選択）	回答数	選択割合
食べきれる量を購入する	221	48.9%
冷凍保存を活用する	245	54.2%
料理を作りすぎない	117	25.9%
冷蔵庫等の食材の在庫をこまめに確認する	154	34.1%
残さず食べる	190	42.0%
おすそ分けをする	54	11.9%
賞味期限が切れてもすぐに捨てずに自分で食べられるか判断する	200	44.2%
食べきれなかったものを他の料理に作り替える	105	23.2%
その他	4	0.9%
回答数	452	-
無回答	1	-

問 19 あなたは農作業体験をしたことがありますか。（学校・家庭菜園、職場・イベント等での収穫・搾乳体験を含みます。）		
選択項目	回答数	構成比
ある	351	80.5%
ない	85	19.5%
無回答	17	-
計	453	100.0%

問 19-1 「ない」と回答した方へお聞きします。理由は何ですか。		
選択項目	回答数	構成比
どこで農作業体験をできるか知らなかったから	5	6.0%
農作業体験をする機会がなかったから	52	62.7%
農作業体験をすることに興味・関心がないから	20	24.1%
その他	6	7.2%
無回答	2	-
計	85	100.0%

問 20 あなたは「食育推進サポーター」を知っていますか。		
選択項目	回答数	構成比
知っている	74	16.6%
知らない	373	83.4%
無回答	6	-
計	453	100.0%

問 21 あなたは「食育推進サポーター」を活用したいと思いますか。		
選択項目	回答数	構成比
ぜひ活用したい	93	21.0%
活用しようと思わない	124	28.0%
分からない	226	51.0%
無回答	10	-
計	453	100.0%

問 21-1 「活用しようと思わない」「活用しようと思わない」と回答した方へお聞きします。理由は何ですか。		
選択項目	回答数	構成比
食育活動の機会がないから	131	38.1%
サポーターの活用の仕方が分からないから	56	16.3%
食育活動の必要性を感じないから	50	14.5%
取組内容が分からないから	84	24.4%
その他	23	6.7%
無回答	6	-
計	350	100.0%

問 22 あなたは「食育」を進める上で、どのような対象者について取り組むことが大切だと思いますか。		
選択項目（3つまで選択）	回答数	選択割合
未就学児	131	29.8%
小学生	250	56.8%
中学生	164	37.3%
高校生	99	22.5%
大学生	35	8.0%
大人	111	25.2%
高齢者	90	20.5%
妊婦・授乳婦	79	18.0%
子どもの保護者	189	43.0%
医療・介護を受けている人	48	10.9%
その他	8	1.8%
回答数	440	-
無回答	13	-

問 23 あなたは食に関してどのようなことを学びたいですか。		
選択項目（複数選択）	回答数	選択割合
食の栄養・食品衛生に関する知識	254	57.6%
食材の特性	205	46.5%
地域の食材を使った加工・調理	244	55.3%
食文化に関する知識	124	28.1%
その他	18	4.1%
学びたいことはない	39	8.8%
回答数	441	-
無回答	12	-

問 24 あなたは「食育」を進める上で、どこで取り組むことが最も効果的だと思いますか。		
選択項目	回答数	構成比
家庭	182	41.8%
保育所や学校	149	34.3%
行政	40	9.2%
外食産業	7	1.6%
企業	10	2.3%
地域	39	9.0%
その他	8	1.8%
無回答	18	-
計	453	100.0%

問 25 食育に関して市に取り組んでほしいことは何ですか。		
選択項目（3つまで選択）	回答数	選択割合
食と健康に関する市民講座や教室の開催をする	106	24.3%
学校給食における地元農畜産物の利用の促進を図る	216	49.5%
学校・幼稚園等での作物栽培・料理教室の機会を増やす	124	28.4%
学校・幼稚園等での農業者や料理人等の食に携わる人との交流の機会を増やす	161	36.9%
地元農畜産物の安全性・優位性についての情報発信を積極的に行う	149	34.2%
郷土料理、伝統料理などの優れた食文化の継承をする	95	21.8%
家庭・学校・地域（団体・企業等）との連携を促進する	143	32.8%
子ども食堂の取組	54	12.4%
フードバンク・フードドライブの取組	41	9.4%
その他	14	3.2%
回答数	436	-
無回答	17	-

追加アンケート調査

■対象者

市内小学校3校（6年生）・中学校3校（3年生）

■調査方法

各学校のタブレットを活用し、Google フォームでの回答により回収。

■調査期間

令和4年9月28日～10月14日

※四捨五入の関係で合計が合わない場合があります

あなたは畑作4品を知っていますか。			
		回答数	構成比
小学生			
	すべて知っている	19	8.4%
	一部知っている	95	41.9%
	ひとつも分からない	113	49.8%
	計	227	100.0%
中学生			
	すべて知っている	30	11.6%
	一部知っている	164	63.6%
	ひとつも分からない	64	24.8%
	計	258	100.0%

すべて知っている、一部知っている人のうち正しい回答			
		回答数	構成比
小学生			
	すべて知っている	7	3.1%
	一部知っている	24	10.6%
	計	31	13.7%
中学生			
	すべて知っている	22	8.5%
	一部知っている	57	22.1%
	計	79	30.6%

3 ピザ・いもだんご・豆腐レシピ

○おうちでできる「ピザ」レシピ

用意するもの

●材料

小麦粉、水、塩
 ※インスタントドライイースト
 (※もしあれば、無くても良いです。)
 ピザ用ソース
 ピザ用チーズ
 お好みのトッピングの具材

●道具

ビニール袋
 ベーキングシート
 アルミホイル

●使用する調理器具

※ご自宅にあるもので良いです
 フライパン
 トースター
 魚焼きグリル
 オーブンレンジ



1. 生地を作る

材料 (1枚15cm分) … 小麦粉50g、水30g、塩1g、
 ※もしあれば、インスタントドライイースト1g
 ※なるべく十勝産小麦を使いましょう

① ビニール袋に材料を入れ、袋をふくらませて50回くらい **ふる!** もここが祭! 沢山ふってね!

② 小麦粉と水がまざったら、袋の中で生地をのみながら、さらに良く **まぜる!**

③ 生地を袋から取り出し、手の中で **こねる!**
 半分にちぎってくっつけて、また半分にちぎってくっつけてをくり返す もここが祭!

④ ベーキングシートの上に生地を丸めてのせ、中央から指で押し広げながら **のばす!**

2. ソースをぬってトッピング

材料 (適量) … トマト・バジル・ホワイトソース等
 玉ねぎ・ベーコン・ウィンナー
 ピーマン・コーン・チーズ等
 ※火が通りにくい食材は、あらかじめ加熱調理して下さい。

⑤ 生地にソースをぬり、最初に具材を、最後にチーズをのせて好きな食材を **トッピング!**

3. 焼く フライパン &

トースター or 魚焼きグリル or オーブンレンジ

※ 加熱時間は目安です。オーブンはあらかじめ予熱しておきましょう。
 家電の種類によって異なりますので、出来具合を見て加減して下さい。

⑥ ピザをベーキングシートにのせたまま、**フライパン**にのせ、生地の裏に色がつくまで焼く (中火約3分)

⑦ 生地の裏に焼き色がついたら、フライパンから一度取り出す



トースター

⑧ 具材に火が通り、チーズがとければ完成 (約5~10分)



魚焼きグリル

⑧ アルミホイルの上にピザをのせて焼く (約2~5分)



オーブンレンジ

⑧ 天板にベーキングシートをしきピザをのせて焼く (200~240℃で15~20分前後)




次は、いよいよ、ピザを焼く工程です。
 お家でも出来る方法で、自分でピザを焼いてみましょう!


美味しいピザの **完成!!**
 色々な具材や、焼き方を試してみよう!


○ はかりを使わない「いもだんご」レシピ

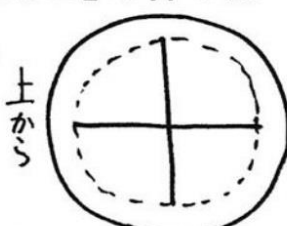
食の寺子屋直歩塾流 はかりを使わない「いもだんご」レシピ

はかりを使わない「いもだんご」の作り方


①  じゃがいもの皮もむき
適当な大きさに切る


②  切ったいもをなべに
入れひたひたに
水も入れて火にかける
塩ひとつまみ加える。

③  いもが「やわらかく
なったらザルにおけ
ボウルに
うっし熱い
うちにつぶす。

④  上から

ボウルに平らにならし
十字の線をつける

⑤  あじねがもれた
1/4量を
持ち上げ
あいた所に
片栗粉を
入れてよく練る。

⑥  棒状に形作り
ラップで巻いて整える。
焼くときは
1cm幅に切る

◆食の寺子屋塾長 村田ナホの覚え書き◆

ゆでてつぶしたじゃがいもに片栗粉を加えて焼いた北海道ではおなじみのいもだんごです。私は9人兄弟の末っ子で、大家族の定番おやつと言えばこれでした。忙しかった母親は材料をはかりで量ったりせず、目分量で作っていたことを思い出します。この方法は比率で作るのでどんな量でも大丈夫です。じゃがいもが出回る季節、家族で楽しみながら作っていただけたら嬉しく思います。

◆タレはお好みで (すべて鍋に入れ混ぜとろみがつくまで火にかける)

水1/2カップ 砂糖大さじ2 醤油大さじ1 みりん大さじ1/2 片栗粉小さじ1

◆レシピ提供

食の寺子屋直歩塾 著作：村田ナホ・浦木明子

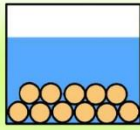
食の寺子屋直歩塾チャンネルにて

動画もご視聴いただけます

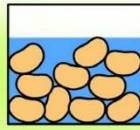


○ 大豆から作る「豆腐」レシピ

豆腐の作り方



十勝産大豆を
水に漬ける。



大豆が膨らむ。
潰け水を捨てる。



大豆に新しい水を加え
大豆を磨り潰す。



ドロドロになった
大豆を煮る。

やけどに注意!



木綿の布に入れて搾る。
豆乳を回収する。

もめん豆腐



熱々の豆乳をかきまぜながら
にがりを加える。
混ぜるのを止める。
豆腐が固まっていく。



固まった豆腐を崩しながら
小さな穴の開いた型枠に入れ、
上から圧力をかけて搾る。



水に晒しながら切って
木綿豆腐のできあがり。

きぬ豆腐



豆乳を冷やす。



冷えた豆乳に、にがり
を加えてよく混ぜる。



乾かないように
蓋をしてから
湯煎して固める。



つるんと滑らかな
絹豆腐のできあがり。

第4次帯広市食育推進計画

発行 令和 年 月

編集 帯広市農政部農政室農政課

〒089-1182 帯広市川西町基線 61 番地

TEL 0155-59-2323 FAX 0155-59-2448

E-mail:agri_center@city.obihiro.hokkaido.jp