

第4次

福井市食育推進計画

令和4年度～令和8年度



福井市



計画策定の趣旨

本市では、平成20年3月に「福井市食育推進計画」を策定し、2度の計画改定を経る中で、日本で初めて食育という考え方を提唱した本市出身の医師「石塚左玄」の積極的な周知や毎月19日の「家族でいただきますの日」といった家族との共食の日の制定など、本市独自の取組を盛り込み、特色ある食育の推進を図ってきたところです。

新たな第4次福井市食育推進計画では、これまでの進捗状況や課題を整理する形で基本的には前計画を継承しつつ、推進していく食育の取組には、SDGsの開発目標を設定し、本市の大切な食や食文化など食育の精神を次世代に引き継いでいくことを基本理念に盛り込みました。

今後も、多様な関係者との連携・協働により、市民が主体的に食育活動を実践する社会となるよう、引き続き、粘り強く必要な施策を総合的かつ計画的に推進していくために策定するものです。



計画の位置付け

本計画は、食育基本法の目的、基本理念を踏まえ、同法第18条第1項に基づく市町村食育推進計画として位置付けています。また、第八次福井市総合計画を上位計画とし、他の関連計画とも連携・補完しながら調和を保つものとします。



計画期間

令和4年度から令和8年度までの5年間

食育とは…

「生きる上での基本であって、知育、徳育及び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)

食育の祖「石塚左玄」



日本で初めて「食育」を提唱した人物は、本市出身の医師「石塚左玄」です。左玄は、今から125年も前の明治時代に「食育の重要性」を提唱しました。その食育の考え方が、食育基本法(平成17年制定)の礎になったのです。その意味では、左玄は「食育基本法の生みの親」であり、左玄が生まれた福井市は「食育のふるさと」といえます。

石塚左玄
(明治10年撮影)

(写真提供：NPO 法人フードヘルス石塚左玄塾)



計画の基本理念と取組

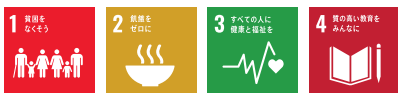
【基本理念】

ふくいのを通じて心身ともに健康で豊かな食文化をつないでいく

【取組の方向性】

～食で健康に！～

1. 若い世代から望ましい食習慣を形成する



【基本的施策】

- ① 家庭における食育の推進
- ② 学校、保育園等における食育の推進
- ③ 栄養バランスのとれた「福井型食生活」の推進

～食に感謝しよう！～

2. 食の大切さを学び、理解を深め、実践する



- ① 農林漁業体験活動を通じた食の大切さの理解促進
- ② 地産地消の推進
- ③ 食品ロス削減や食品リサイクルの推進

～食を伝えよう！～

3. 食を守り、未来につなぐ食育を推進する



- ① 食文化継承のための活動の支援
- ② 持続可能な食を支える情報発信
- ③ 多様な関係者との連携による食育の推進



施策の展開

市民が食育に関する幅広い知識を身に付け、食育を実践しやすい社会となるよう、「行政・農林漁業者等の関係者による施策の展開」と、市民一人ひとりによる「市民の取組」によって食育を推進します。

I 行政・農林漁業者等の関係者による施策の展開

基本的施策に基づく具体的施策について、多様な関係者が連携・協働しながら進めます。

II 市民の取組

子ども・大人・高齢者それぞれのライフステージに応じた食育の実践ポイントを参考に、市民一人ひとりが食育に取り組めます。



施策の体系

毎年6月は
「食育月間」

毎月19日は「食育の日」
「家族でいただきます!の日」

市民の取組

【ライフステージごとの食育実践ポイント】

子ども

- 早ね早おきをしましょう!
- 朝ごはんを食べましょう!
- 家族みんなでごはんを食べましょう!
- 料理の基礎を身に付け、手伝いをしましょう!
- いろいろなものを食べましょう!
- 残さず食べましょう!
- 正しい箸使いなど食事のマナーを知り守りましょう!
- 食育の祖「石塚左玄」を知りましょう!
- 「いただきます」「ごちそうさま」を言いましょう!
- 農林漁業体験や自分で野菜を育ててみましょう!

大人

- 朝食を食べましょう!
- 栄養バランスを考えて食事をとりましょう!
- 家族みんなで食事をしましょう!
- 農林漁業体験や家庭菜園などを通して、生産から消費までの循環を理解し、食への感謝の気持ちを養いましょう!
- 郷土料理や伝承料理、保存食などを作り、食べ、ふるさと福井の食の魅力を学びましょう!
- 行事や行事食を大切にしましょう!
- お米など地元の旬の食材を食べましょう!
- 箸使いなどの食事のマナーや食文化を教え、伝えましょう!
- 福井市出身の食育の祖「石塚左玄」の訓えを学びましょう!
- 食品ロスの削減に取り組みましょう!
- 食品表示など安全、安心な食に関心を持ちましょう!

高齢者

- 欠食をしないようにしましょう!
- フレイル※予防のために、栄養バランスの取れた食事を3食しっかりとりましょう!
- 口腔ケアをしましょう。
- よく噛んで食べましょう!
- 行事食や伝承料理、保存食、家庭料理を次世代に伝えましょう!
- 塩分のとり過ぎに注意しましょう!
- 水分を十分とるようにしましょう!
- 箸使いなどの食事のマナーや食文化を教え、伝えましょう!
- 福井市出身の食育の祖「石塚左玄」の訓えを学びましょう!
- 安全、安心な食に関心を持ちましょう!

※フレイルとは…
加齢により体や心の働き、社会的なつながりが弱くなった状態

【食育ワンポイントアドバイス】

- その1 朝食を食べよう!
- その2 農林漁業体験をしてみよう!
- その3 行事食を知ろう!
- その4 食育の祖「石塚左玄」について知ろう!
- その5 野菜をとろう! 一日に必要な野菜の量を知ろう!
- その6 食品ロス削減に取り組もう!
- その7 災害時に備えて食品を備蓄しよう!

【基本理念】

ふくいの食を通じて心身ともに健康で豊かな食文化をつないでいく

行政・農林漁業者等の関係者による施策の展開

【取組の方向性】

食で健康に!

1. 若い世代から望ましい 食習慣を形成する



【基本的施策】

① 家庭における食育の推進

【具体的施策】

- 基本的な生活習慣と食習慣の習得
- 共食の推進
- 家庭や学校、地域など関係団体の連携強化

② 学校、保育園等における食育の推進

- 学習による食育活動
- 給食による食育活動
- 人材活用による食育活動
- 食育に関する教職員等の意識の向上

③ 栄養バランスのとれた「福井型食生活」の推進

- ベジ・ファーストの推進と野菜の摂取促進
- 「福井型食生活」の周知と推進
- バランスのよい食事の実践

食に感謝しよう!

2. 食の大切さを学び、 理解を深め、実践する



① 農林漁業体験活動を通じた食の大切さの理解促進

- 農林漁業者等との交流や体験活動の推進

② 地産地消の推進

- 直売所を活用した地産地消の推進
- 学校給食等における利用促進
- 地元食材を活用した食の知識とレシピの普及促進

③ 食品ロス削減や食品リサイクルの推進

- 食べ残し防止等による食品ロスの削減
- 食品リサイクルの推進

食を伝えよう!

3. 食を守り、未来につなぐ 食育を推進する



① 食文化継承のための活動の支援

- 伝統的な行事食、郷土料理や伝承料理の情報提供
- 教室や講座、講演会による食文化の継承
- 学校給食への伝承料理等の活用推進

② 持続可能な食を支える情報発信

- 福井の旬の食材コーナーの充実
- 安全安心な食品の情報提供
- 新たな日常やデジタル化に対応した情報提供

③ 多様な関係者との連携による食育の推進

- 食品流通業者との連携協力による食育の推進
- ボランティア及び関係団体等との協働
- 「おいしいふくい条例」の普及促進



計画の数値目標

本市の食育を効果的に推進するため、今後5年間における数値目標を次のとおりとし、取り組みの達成状況や成果を測る指標とします。

取組の方向性	項目	計画策定時 (令和3年度)	目標値 (令和8年度)
若い世代から望ましい食習慣を形成する	① 朝食を欠食する子どもの割合 ＜小学校 5・6 年生＞ ＜中学生＞	(小) 5.1% (中) 8.7%	(小) 0% (中) 0%
	② 朝食を欠食する若い世代の割合	14.7%	5% 以下
	③ 朝食を家族と一緒に食べる「共食」の市民の割合	59.7%	80% 以上
	④ 夕食を家族と一緒に食べる「共食」の市民の割合	85.6%	90% 以上
	⑤ 学校給食における地場産農林水産物の使用品目数	20 品目	25 品目以上
	⑥ 栄養バランスを考えた食事をとっている市民の割合	84.1%	90% 以上
食の大切さを学び、 理解を深め、実践する	⑦ 農林漁業体験に参加したことがある市民の割合	56.0%	60% 以上
	⑧ 直売所及びインショップの販売額	21.3 億円	22 億円以上
	⑨ 食品ロス削減のために何らかの行動をしている市民の割合	87.0%	90% 以上
食を守り、未来につなぐ 食育を推進する	⑩ 地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理等を継承している市民の割合	51.9%	60% 以上
	⑪ 食品の安全性に関する基礎的な知識を持っている市民の割合	61.0%	80% 以上
	⑫ 「おいしいふくい条例」に掲げる市民の役割(※)を実践している割合	80.3%	85% 以上

※「おいしいふくい条例」に掲げる市民の割合

福井の食について理解及び関心を深めるとともに、福井の食を用いるなどその普及に配慮することにより豊かな食生活の実現に努めること



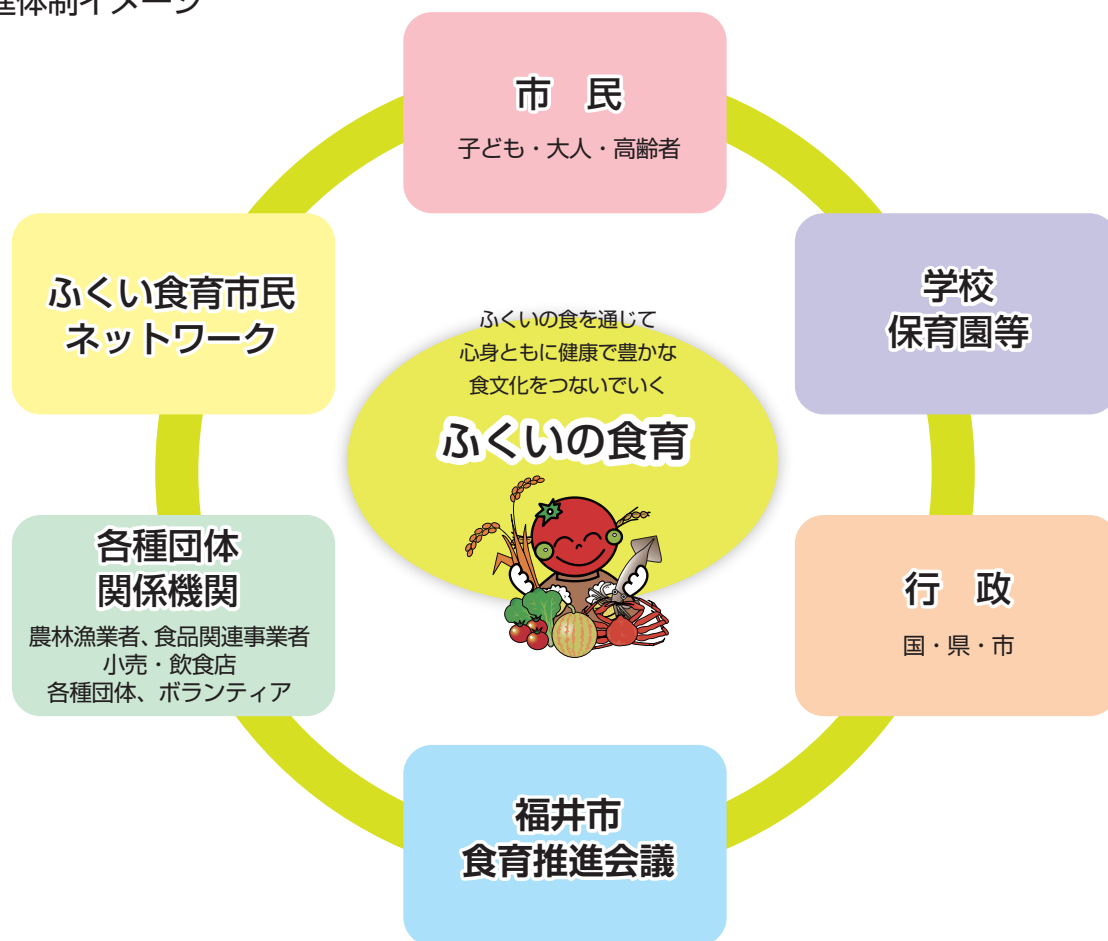
計画の推進体制

食育の推進にあたっては、市民自らが主体的に食育活動に取り組むとともに、家庭、保育園、幼稚園、学校、地域、事業者、行政などにより、実践しやすい環境をつくる必要があります。

この計画は、本市における食育の目指すべき方向性を示し、その実現のために必要な施策を総合的かつ計画的に推進するための指針となるものです。

平成20年6月に設立された、市民主体の食育推進活動を展開するふくい食育市民ネットワークをはじめ、食に関する多様な関係者が連携・協働し、食育を推進します。

●推進体制イメージ



福井市食育マスコットキャラクター「ふくい たべまるちゃん」の紹介



「ふくい たべまるちゃん」は、平成28年に本市の『食育の輪』を市民のみなさんと広めていくための食育マスコットキャラクターとして誕生しました。

市民が自ら取り組む食育を進めるため、また、市や食に関する関係機関が取り組む食育の活動にもぜひご活用ください。

本市を代表する食材であるミディトマト「越のルビー」を顔に、髪には「コシヒカリ」の稲穂、茶わんのポケットには炊き立てご飯が入っていて、福井らしさがうまく取り入れられています。

思わず笑顔になれる表情からは、「ごはんを食べよう！」というメッセージが感じられ、子どもから大人まで幅広く親しみやすいキャラクターとなっています。



第4次福井市食育推進計画

編集・発行 福井市農林水産部農政企画課
〒910-8511 福井市大手3丁目10番1号
TEL 0776-20-5420 FAX 0776-20-5740
発行年月 令和4年3月