



氷川町食育推進計画【概要版】



計画期間：令和8年度～令和12年度

計画策定の趣旨

本町では、社会環境の変化による食生活の乱れや生活習慣病の増加という課題を踏まえ、町民一人ひとりが生涯を通じて健康的な食習慣を実践できる環境づくりを目指します。特に肥満や糖尿病の発症予防・重症化予防を重点に、各ライフステージに応じた知識の向上を促すために、地域で食育を推進していきます。

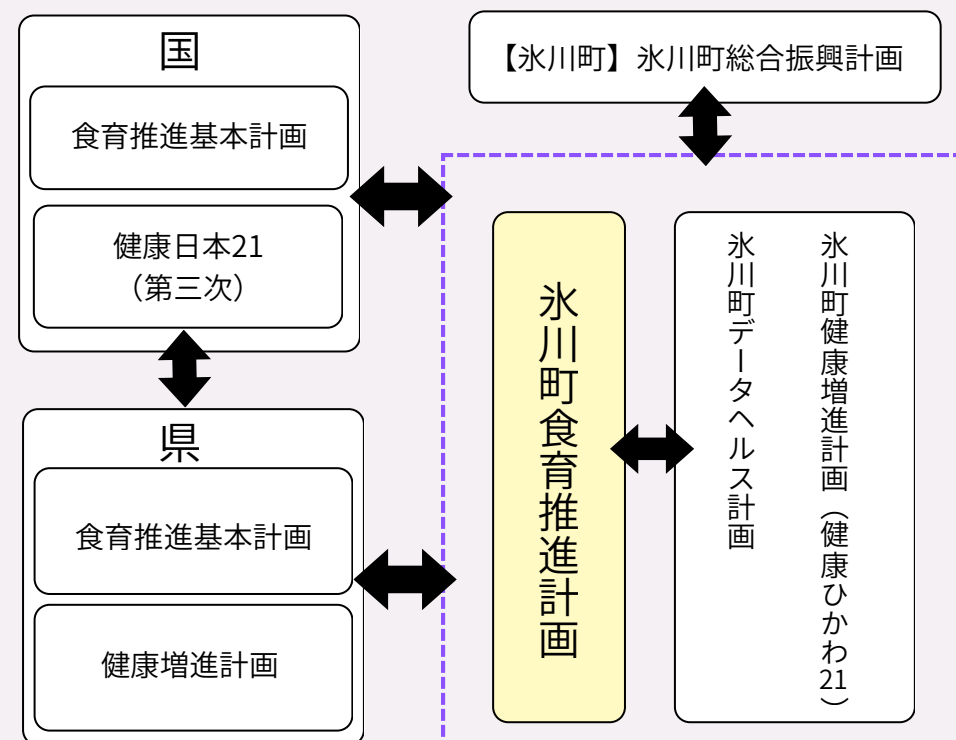
基本方針

ライフコースアプローチを意識した食育の推進

妊娠期 乳幼児期 学童期 成人期 高齢期

生涯を通じた健康づくりのため、生活習慣病予防やフレイル予防など「予防」の視点を持ちライフコースに応じて食育を推進します。町民が「**食べたもので体は作られている**」事への理解を深め、健康な体をつくるために各ライフステージで「何を」「どれだけ」食べたら良いのかを啓発していきます。

食育推進計画の位置づけ



施策1：こどもの食育の推進

【現状と課題】

- 朝食欠食の幼児・児童がいる
- 妊婦・幼児・児童の栄養バランスの偏り

【主な取組】

- 妊婦への栄養指導の充実
- 乳幼児を持つ保護者への栄養指導の充実
- 保育所・学校での食育活動
- 朝食摂取の啓発強化
- 親子料理教室の実施



【目標】

項目	目標
妊娠中の適正体重増加の割合	現状より増加
胎児の適正体重での出生（2500 g 未満、4000 g 以上）の人数	現状より減少
1 歳児教室のカウプ指数が肥満の割合	現状より減少
1 歳半健診・3 歳児健診時の肥満度での肥満割合	現状より減少
3 歳児健診時の食事の適正摂取割合	現状より増加
朝ご飯を食べている児の割合（3 歳）	100%
肥満傾向児の割合（小学 6 年）	現状より減少
朝ご飯を毎日しっかり食べている割合（小学生/中学生）	90%以上/85%以上

施策2：成人の食育の推進

【現状と課題】

- メタボリックシンドローム該当者の増加
- HbA1c 高値者の割合が高い
- 間食・夜食の習慣化
- 野菜摂取量の不足

【主な取組】

- 特定健診結果を活用した食事指導
- 糖尿病予防の啓発
- 減塩・野菜摂取の推進
- 働き盛り世代への情報発信



【目標】

項目	目標
朝食を週 3 回以上抜く人の割合	現状より減少
就寝前の 2 時間以内に夕食を摂ることが週に 3 回以上ある人の割合	現状より減少
毎日朝昼夕の 3 食以外に間食や甘い飲み物を摂取している割合	現状より減少
メタボリックシンドローム該当者の割合	2.5%減少

施策3：高齢者の食育の推進

【現状と課題】

- 低栄養・フレイルのリスク増加
- 1日3食摂取できていない高齢者
- 孤食の増加

【主な取組】

- 低栄養予防の啓発
- 配食サービスの活用
- 共食の場づくり（サロン等）
- 介護予防と連携した食支援



【目標】

項目	目標
3食きちんと食べている割合	現状より増加
低栄養傾向（BMI20以下）の高齢者の割合	現状より減少

施策4：食文化・食環境の持続

【現状と課題】

- 和食や地域の食文化の継承が難しくなっている
- 食品輸送や食品廃棄による環境負荷がある

【主な取組】

- 地産地消の推進
- 学校給食での地元食材活用
- 郷土料理の伝承活動
- 食品ロス削減の啓発
- 農業体験・収穫体験の実施



施策5：安全安心な食の推進

【現状と課題】

- 豪雨災害等の大規模災害が頻発しており、災害知識の普及が必要

【主な取組】

- 災害時の食の備えの啓発（ローリングストック法）

