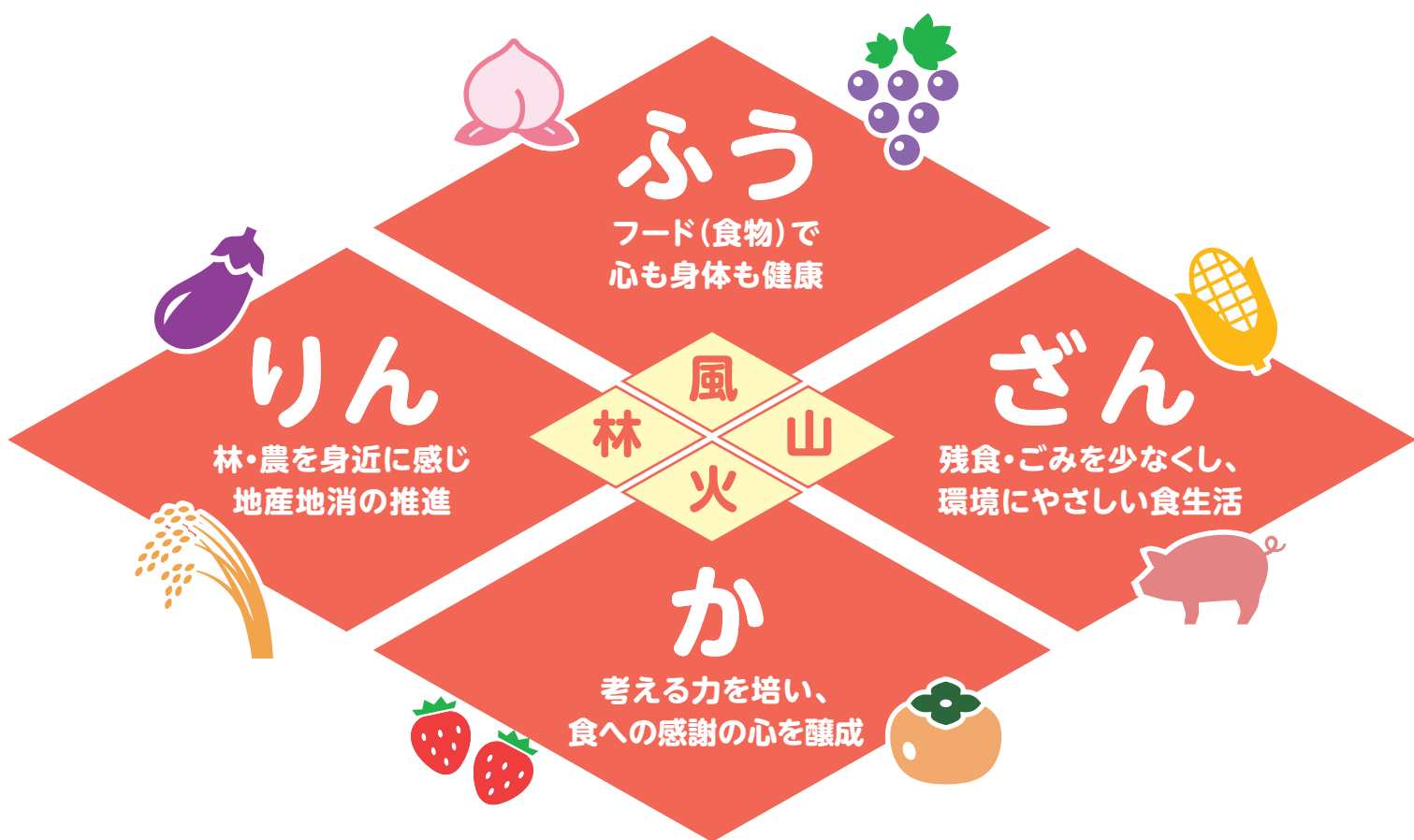


第3次

2019~2023年度

# 甲府市食育推進計画

よく噛んで たのし食 おいし食 バランスよ食



甲 府 市

平成31(2019)年3月

# はじめに

---

本市は、周囲を秩父山系、御坂山地、南アルプスなどの山々に囲まれた、甲府盆地に位置しており、夏と冬の寒暖差が大きく、また、年間日照時間が長い自然豊かな美しいまちです。

また、本市の歴史は古く、武田信虎公がつつじが崎に館を構えた永正 16（1519）年の開府から 500 年という節目を、本年迎えたところであります。

このような風土と長い歴史の中で、「ぶどう」「もも」「いちご」をはじめとするフルーツや「なす」「とうもろこし」などの野菜、また、「ほうとう」「甲府鳥もつ煮」等の郷土料理などの食文化が、はぐくまれてきました。

いつの時代も「食」は人の生活の中心にあるものであり、生涯にわたって続く基本的な営みです。

このため、食文化の継承や健康の確保などが図れるよう、自らの食について考える習慣や、食に関する様々な知識と食を選択する判断力を身につけるための取組が重要となります。

こうしたことから、本市では平成 26 年に「第 2 次甲府市食育推進計画」を策定し、生活習慣病の予防や改善のため、健全な食生活の推進に取り組んできたところであり、食育に取り組む組織や団体の皆様とともに、食育を啓発する機会や活動の場が広がるなど、一定の成果を得ることができました。

今般、「第 3 次甲府市食育推進計画」の策定にあたり実施した、市民アンケートの結果からは、子育て世代や働き盛り世代は「朝食を食べないことが多い」という割合が高いことなどがわかりました。

こうしたアンケート結果や第 2 次計画の評価結果などを踏まえ、新たな計画における重点的な取組として、「子どもが食事を楽しむ環境づくり」、「自分の体型に対する正しい認識を培う取組」、「子育て世代・働き盛り世代の欠食を減らす環境づくり」、「健康寿命延伸に向けた取組」の 4 つの重点課題を整理し、その対策を盛り込んだところであります。

本市は、本年 4 月に「中核市・甲府」として、新たな第一歩を踏み出します。

新たな時代においても、「食」は人の生活の中心にあり、なおかつ、笑顔を届け、健康をもたらしてくれるものであると考えております。

今後も、「風・林・火・山」になぞらえた、第 3 次計画の基本方針のもと、「食」を通して市民一人ひとりがより一層「笑顔」と「元気」に溢れるよう、食育の推進に取り組んでまいります。

結びに、本計画の策定にあたりまして、貴重なご意見をいただきました皆様や幅広い見地から熱心なご審議をいただきました「甲府市食育推進計画検討委員会」の委員の皆様及び関係各位に深く感謝を申し上げます。

2019 年 3 月

甲府市長 樋口 雄一





# 目次

<b>第1章 計画策定にあたって</b> .....	<b>1</b>
1. 計画策定の趣旨.....	2
2. 位置づけ.....	4
3. 期間.....	4
4. 計画の進行管理と推進体制.....	5
<b>第2章 食を取り巻く現状と課題</b> .....	<b>7</b>
1. 甲府市の概況.....	8
2. 食育の認知度.....	19
3. 食と健康.....	20
4. 食と農業・水.....	31
5. 食と文化.....	34
6. 食と廃棄物.....	38
7. 第1次・第2次計画の目標達成状況.....	40
8. 現状から見える4つの重点課題.....	41
<b>第3章 第3次計画の基本的な考え方</b> .....	<b>43</b>
1. 基本理念、基本方針、基本施策.....	44
2. 施策の体系.....	45
3. 第3次計画の目標値一覧.....	46
<b>第4章 具体的な取組内容</b> .....	<b>47</b>
1. 重点的な取組.....	48
重点1 子どもが食事を楽しむ環境づくり.....	48
重点2 自分の体型に対する正しい認識を培う取組.....	49
重点3 子育て世代・働き盛り世代の欠食を減らす環境づくり.....	50
重点4 健康寿命の延伸に向けた取組.....	51
2. ライフステージに応じた食育のポイント.....	55
3. 基本的な考え方に基づいた取組.....	56
食育の推進全般.....	56
基本施策1 食育に関する意識を向上し、実践する.....	56
ふう：フード（食物）で心も身体も健康.....	57
基本施策2 健康と食生活の関係について理解する.....	57

基本施策3 自分自身にあった食生活を実践し、生涯にわたり健康な身体を培う	58
りん：林・農を身近に感じ、地産地消の推進	59
基本施策4 農業を体験し、食材を知る	59
基本施策5 水を大切にし、豊かな水資源を守る	60
か：考える力を培い、食への感謝の心を醸成	61
基本施策6 多様な暮らしに合わせて食を楽しみ、豊かな人間性をはぐくむ	61
基本施策7 食を通して豊かな文化をはぐくむ	62
基本施策8 食に関する知識と選択する力を身につける	63
ざん：残食・ごみを少なくし、環境にやさしい食生活	64
基本施策9 食品ロスの削減とごみの減量に取り組む	64
市の事業一覧	66

## 資料編..... 69

1. 計画の策定経過	70
2. 甲府市食育推進計画検討委員会	71
3. 甲府市庁内食育検討委員会等	73
4. 市民アンケート調査の実施状況と集計結果	77
5. 用語集	99

### ◆コラム

甲府市が認めたブランド「甲府之証」	18
こうふるふぁーむ	32
あなたの食事は☆いくつ？	37
ごみへらし隊	39
ご存知ですか？フレイル	42
五感を使って食事を楽しもう	52
「口からはじめる健康フェスタ 併催 甲府食育フェスタ」の開催	52
本当に太っていますか？	53
朝ごはん、いきいきスタートができる！	54
甲府のおいしい水	60
食生活改善推進員	65

※年号について：2019年5月以降の和暦については「平成」から新しい名称に変更されることとなっているが、平成31(2019)年3月時点では新名称が未定であることから、本計画では2019年以降は西暦で表記している。