

学校における第4次札幌市食育推進計画の取組について

○ 施策の体系

基本理念 食を通して豊かな人間性を育みます

基本目標

1 生涯を通じた心身の健康を支える食育の推進

【基本的施策】

ライフステージに応じた心身の健康寿命の延伸につながる食育



- ① 乳幼児期（0歳～）の食育の推進
 - ・保育所等における食育の推進
 - ・乳幼児期の食育の推進
- ② 学童期（6歳頃～）・思春期（12歳頃～）の食育の推進
 - ・小学校、中学校等における食育の推進
 - ・学童期・思春期の食育の推進
- ③ 成人期（20歳頃～）の食育の推進
 - ・若い世代、働く世代の食育の推進
 - ・妊産婦に対する食育の推進
- ④ 高齢期（65歳頃～）の食育の推進
 - ・高齢期における食育の推進
- ⑤ 全世代共通の食育の推進
 - ・健康的な食生活の実践、生活習慣病等の予防、朝食や野菜の摂取、減塩など



○ 学校での取組

学校においては、栄養教諭が中核となって教職員と連携を図り、給食時間や各教科等と関連付けながら、学校教育活動全体を通じて取組を行うことで、各基本目標での働きかけが期待されています。

各基本目標における具体的な取組は以下のとおりです。

- ・朝食の大切さや手軽に準備できる朝食について啓発
- ・望ましい食習慣や栄養バランスのとれた食生活の育成
- ・楽しく会食できるよう環境を整備し、正しい食事マナーについて伝達
- ・「食」の大切さ、感謝の心についての食指導
- ・学校全体での食物アレルギーの調査や対応
- ・札幌市お弁当プロジェクト等、児童・生徒の実践力を養う食育事業への協働
- ・食生活改善普及運動、「栄養の日（4日）」、「食育の日（19日）」等を通じた啓発
- ・野菜摂取強化月間等でポスターの掲示や野菜レシピ集等による啓発
- ・減塩習慣を身につけるための啓発
- ・カルシウム不足を防ぐため、牛乳・乳製品に関する情報提供
- ・食品を選択する力を育むため、栄養成分表示の活用について啓発
- ・よく噛んで食べることの重要性について啓発
- ・給食だよりや給食試食会、子どもへの食に関する指導等を通じた家庭・地域への啓発

基本目標

2 食の循環や環境・安全を意識した食生活の推進と食文化の継承

【基本的施策】

1 「農」とのふれあいを通じた食育の推進

- ① 「農」とのふれあいを通じた食育の推進
- ② 札幌の農業や農産物に関する理解の促進
- ③ 地産地消の推進



2 環境に配慮した食生活の推進

- ① 環境を考えた食生活の普及・啓発及び実現
- ② 食品ロスを少なくする社会環境づくり

3 「食」の安全・安心の確保の推進

- ① 「食」の安全に関する知識の習得
- ② 事業者による自主的な取組の促進
- ③ 市民・事業者との連携・協働による取組の促進

4 食文化継承のための活動への支援

- ① 伝統的な食文化の継承・実践

- ・「さっぽろ学校給食フードリサイクル」を活用し、食や環境教育の充実を図る
- ・地産地消についての食に関する指導
- ・学校給食での北海道産食材の活用
- ・食の安全や衛生についての指導
- ・伝統的な食文化についての情報提供
- ・行事食や郷土料理の提供等を通じた伝統的な食文化等の食に関する指導



基本目標

3 食育推進体制の整備

【基本的施策】

食育推進体制の整備

- ① 食育推進体制の整備
- ② 食育ボランティア等の活動及び活動の支援
- ③ 「新たな日常」やデジタル化に対応した食育の推進



- ・各区の食育推進ネットワーク等と連携した食育の推進
- ・栄養教諭が中核となって教職員と連携を図り、学校教育活動全体を通じた食に関する指導の実施
- ・食に関する指導等を通じて、適正体重やその維持ができるよう、学校全体で指導・支援

早寝・早起き・朝ごはん

小学生の朝食欠食率は増加傾向です。この年代は、保護者の影響を大きく受けるため、学校を通じて朝食の大切さや手軽に準備できる朝食メニュー等について普及・啓発する必要があります。

指標	現状値	目標値
朝食を欠食する子どもの割合（小学校6年生）	7.1%	0%

◆学校での取組例

- ・給食だよりや試食会で朝食の大切さや手軽にできる朝食メニューの啓発
- ・「食育月間」リーフレット等の活用（札幌市保健所HP）
- ・札幌市学校栄養士会 食生活調査の活用
- ・小学校家庭科「食事の役割」、中学校家庭科「食事の役割と中学校の栄養の特徴」、中学校保健体育科「食生活と健康」の内容との関連付け

共食と朝食習慣

朝食を誰かと一緒にとる子どもの割合は前回調査と比べ増加していました。食を通じたふれあいや食事マナーの育成、家族全体での朝食習慣の確立のためにも、継続した働きかけが必要です。

指標	現状値	目標値
朝食を誰かと一緒にとる子どもの割合（小学5年生）	80.2%	90%以上

◆学校での取組例

- ・給食だよりや試食会で共食や家族全体の食事について啓発
- ・「食育月間」「食生活改善普及月間」等での働きかけ

食事をおいしく、バランスよく

主食・主菜・副菜のそろった食事をする人の割合は前回調査と比べ減少していました。引き続きバランスのよい食事の大切さについて働きかける必要があります。

指標	現状値	目標値
主食・主菜・副菜を組み合わせ合わせた食事をする人の割合（1日2回以上）（全年代）	49.2%	50%

◆学校での取組例

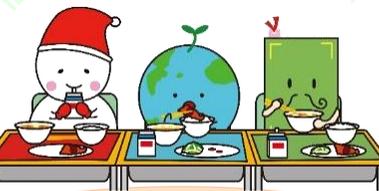
- ・給食だよりや試食会で栄養バランスの良い食事について啓発
- ・「食生活改善普及月間」等での働きかけ
- ・小学校家庭科「栄養を考えた食事」、中学校家庭科「中学生に必要な栄養を満たす食事」、中学校保健体育科「食事の役割」の内容との関連付け

第4次札幌市食育推進計画基本理念

食を通して豊かな
人間性を育みます

重点項目

学校から
家庭・地域へ
の普及啓発



食に関する指導の
全体計画に基づく食育

・「健やかな体」
育成プログラムとの連動

野菜は1日350g（5皿）

札幌市民は野菜摂取量が不足気味です。生活習慣病予防の観点から、家庭でも積極的に野菜を食べるような働きかけが必要です。

指標	現状値	目標値
1日当たりの野菜摂取量（20歳以上）	284.2g	350g以上

◆学校での取組例

- ・給食だよりや試食会で野菜摂取に関する啓発
- ・「野菜摂取強化月間」での働きかけ
- ・「さっぽろ学校給食フードリサイクル」の仕組みを活用した栽培活動
- ・地場の野菜についての学習、給食への活用

食育推進運動の活用

国や札幌市が行う食育推進運動については、全校で積極的に取り組み、食育の充実と定着を図ります。

6月食育月間

（農林水産省）
規則正しい生活習慣
の確立と朝食摂取

8月野菜摂取強化

月間（札幌市）
野菜摂取量の増加
地産地消の推進

9月食生活改善

普及月間（厚生労働省）
バランスの良い食事、
減塩、乳製品の摂取

◆学校での取組例

- ・給食だより、食育だより、給食カレンダー等での啓発
- ・保健所作成のポスター、リーフレットの活用
- ・教科等における食に関する指導
- ・給食時間における食に関する指導
- ・家庭や地域との連携

様々な食育の取組

さっぽろ学校給食 フードリサイクル

学校給食の調理くずや食べ残しの生ごみを堆肥化し、その堆肥で育てた野菜の学校給食への提供や、堆肥を活用した教材園等での栽培活動を通じて食育・環境教育の充実を図ります。

ランチルームを活用した楽しい会食

ランチルームは単に食事をする場所としてではなく、集団での食事のマナーや自主性・協調性等を身に付けるために、楽しく会食しながら食について学ぶ場として効果的です。学校の状況に応じて活用します。

「高校生のための食生活指針」の活用