

### 第3章 基本目標と評価の目安

第3次計画では、第2次計画の評価をし、見直し修正を加え、食をめぐる現状や策定趣旨を踏まえ、町が目指す食育をより効果的に展開するため、5つの基本目標を設定しました。

これらの目標を軸として、関係部署、機関、団体、住民組織がそれぞれに、あるいは連携して、引き続き食育の推進に努めていきます。

#### 目標1 朝食を食べよう

##### 【小目標】

- 朝食がなぜ必要なのかわかる
- 朝食を食べるための生活リズムを整える（早寝・早起き）
- 家族と一緒に食べる習慣をつける

##### 【評価の目安】

指 標	2018 年	目 標
朝食を毎日食べる 児童・生徒の割合	保育園年中 93.8%	現状より増加
	小学校2年 89.6%	
	小学校5年 86.8%	
	中学校2年 97.4%	
	全体の平均 91.9%	

(現状：平成30年度実施「子どもの食に関するアンケート」結果より)

## 目標2 主食、主菜、副菜をそろえよう

### 【小目標】

- 主食・主菜・副菜について知り、揃える必要性が理解できる
- 主食・主菜・副菜をそろえるための工夫を知り、食生活に活かす

### 【評価の目安】

指 標	2019 年	目 標
朝食で主食・主菜・副菜を食べる児童・生徒の割合	保育園年中 47.9% 小学校2年 24.6% 小学校5年 48.3% 中学校2年 60.5%	現状より増加

(現状：平成30年度実施「子どもの食に関するアンケート」結果より)

## 目標3 「適塩」をこころがけよう (今よりちょっと薄味に慣れよう)

### 【小目標】

- 塩分と健康の関係について知り、適塩の必要性が理解できる
- 自分がどのくらい塩分を摂っているか知る
- 適塩の具体的な方法について知り、食生活にいかせる

### 【評価の目安】

指 標	2018 年	目 標
塩分チェックシートによる塩分摂取量の目安	○合計点数の平均 男性 15.5点 女性 13.2点 ○「多め」「かなり多い」の比率 男性 65.0% 女性 44.7%	男性 13点以下 女性 12点以下 男性 減少 女性 減少

(現状：平成30年度集団健康診査受診者を対象とする、塩分チェックシートによるアンケート結果より)

## 目標4 糖分の摂りすぎに気を付けよう

### 【小目標】

- 糖分と健康の関係について知る
- 糖分が多い食品について知り、食生活に活かせる
- 嗜好品の摂りすぎに気を付ける

### 【評価の目安】

指 標	2018 年	目 標
空腹時血糖が高い人の割合	男性 60.7% 女性 43.5%	現状より減少

(現状：平成 30 年度国保データシステム 特定健診実施結果所有者状況より)

## 目標5 食に関する体験を増やそう

### 【小目標】

- 子どもや男性が食事作りに参加できる
- 食に対する感謝の心が持てる
- 地元食材を活用する
- 郷土食・伝統食について知る

### 【評価の目安】

指 標	現 状	目 標
食事の手伝いをするところがある割合	保育園 90% 小学 2 年 82%	現状より増加

(現状：平成 30 年度実施「子どもの食に関するアンケート」結果より)

指 標	目 標
週に何食の食事を作るか	R3 年度に集団健診にて実態把握する。