

指標	計画策定時 現状値	現状値					目標値	担当課	根拠資料等	
		令和3年度	令和4年度	令和5年度	令和6年度	令和7年度				
①主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている市民の割合	若い世代	36.1%	47.0%				55%	保健福祉部 健康増進課	市民の健康意識・生活習慣 アンケート調査	
	市民	57.9%	56.5%				70%			
②野菜をほぼ毎食食べる市民の割合		43.9%	37.2%				50%			
③食塩（塩分）摂取を控えるようにしている市民の割合		67.9%	62.1%				75%			
④朝食を毎日食べる市民の割合	小学生	84.5%	81.0%				87%	教育委員会 教育指導課	全国学力・ 学習状況調査	
	中学生	79.5%	77.7%				83%			
⑤朝食を抜くことが週3回以上ある市民の割合	若い世代	32.7%	32.9%				30%	保健福祉部 健康増進課	市民の健康意識・生活習慣 アンケート調査	
	市民	20.9%	12.4%				15%	市民部 国保年金課	函館市国民健康保険 特定健診結果	
⑥就寝時間の遅い子どもの割合	小学生	29.4%	R3から 調査無し				24%		学習意識調査	
	中学生	35.6%					34%			
⑦適正体重者の割合	小学生	男	81.8%	78.7%				86%	教育委員会 教育指導課	全国体力・運動能力、運動習 慣等調査 函館市の結果概要
		女	86.9%	84.3%				89%		
	中学生	男	86.0%	80.7%				89%		
		女	87.5%	87.8%				90%		
	若い世代	男	63.9%	64.4%				65%	保健福祉部 健康増進課	市民の健康意識・生活習慣 アンケート調査
		女	67.1%	60.5%				70%		
	市民	男	51.1%	58.5%				55%	市民部 国保年金課	函館市国民健康保険特定健診 結果
		女	52.0%	65.3%				55%		
⑧ヘルスマイト（食生活改善推進員）の人数		92人	74人					現状以上	保健福祉部 健康増進課	函館市食生活改善協議会実績

**第3次函館市食育推進計画
指標に係る取り組みについて**

指標		現状値		目標値	根拠資料 所管課	これまでの取組内容	現状・要因分析等
		計画策定時	令和3年				
①主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている市民の割合が増える	若い世代 (20～30歳代)	36.1% (H28値)	47.0%	55.0%	保健福祉部 健康増進課	<ul style="list-style-type: none"> ・食に関する健康教育（出前講座） 地域・職場からの依頼に基づき、食や栄養に関する講話を随時実施している。 ・健康づくり相談 相談者が正しい知識のもと、健康管理できるように、保健師や管理栄養士が相談者の個別性に合わせて必要な情報提供を随時行っている。 ・はこだて市民健幸大学“ベジプラ！楽うまレシピ”コンテスト開催 市民の野菜摂取拡大を図るため、市民およびはこだて健幸応援店から、野菜をメインに使い簡単に調理できる料理を募集し、ホームページ等で紹介した。 ・はこだて市民健幸大学 みんなde健康づくり (1)『中華のプロから学ぶ 働き世代のための時短クッキングコース』 対象 働く若い世代（20～39歳） 日程 令和3年8月4日（水） 講師 中国料理桃華 相馬 浩美 氏 参加 10名 (2)『洋食のプロから学ぶ 料理男子への第一歩！きっかけコース』 対象 男性・初心者向け 日程 令和3年10月23日（土） 講師 レストランnana-papa 池田 洋二 氏 参加 10名 ・はこだて健幸応援店“スマートバランスレストラン”事業 市民の健康的な食事の選択や家庭での実践につながる仕組みを作るため、栄養バランスや野菜、減塩等に配慮した食事を提供している飲食店を登録・紹介している。 	令和3年度に実施した市民の健康意識・生活習慣アンケート調査の結果について、現在分析を行っている。分析を終えれば、函館市民の食生活の実態や健康課題について、さらに詳細を把握でき、それを活かすことで、より効果的な働きかけができると思われる。 函館市民の高血圧治療における患者数は多く、特定健診の結果でも、収縮期血圧の有所見者数は全国よりも多くなっている。高血圧をはじめとする生活習慣病の予防には、減塩や野菜の摂取、バランスの良い食事が重要となる。はこだて市民健幸大学や“ベジプラ！楽うまレシピ”の普及啓発、はこだて健幸応援店“スマートバランスレストラン事業”等で、手軽に継続して家庭で取り組める方法を広め、目標値に近づけるよう、粘り強くアプローチしていきたい。
	市民 (20歳以上)	57.9% (H28値)	56.5%	70.0%			
②野菜をほぼ毎食食べる市民の割合		43.9% (H28値)	37.2%	50.0%			
③食塩（塩分）摂取を控えるようにしている市民の割合		67.9% (H28値)	62.1%	75.0%			

**第3次函館市食育推進計画
指標に係る取り組みについて**

指標		現状値		目標値	根拠資料 所管課	これまでの取組内容	現状・要因分析等
		計画策定時	令和3年				
④朝食を毎日食べる 市民の割合が増える	小学6年生	84.5% (R1値)	81.0%	87%	教育委員会 教育指導課	<ul style="list-style-type: none"> ・食育指導の全体計画と年間指導計画の作成への指導・助言 ・栄養教諭等における食育に関する授業の推進 ・家庭と連携した食育指導の推進 	<p>・昨年度は、小学6年生が80.7%、中学3年生は74.4%だったことから、小学生、中学生ともに、朝食を毎日食べる子どもの割合が増加傾向にある。これまでの食育指導の効果が少しずつ現れていると考えられる。</p>
	中学3年生	79.5% (R1値)	77.7%	83%			
⑤朝食を抜くことが週3回 以上ある市民の割合が減る	若い世代 (20～30歳代)	32.7% (H28値)	32.9%	30%	保健福祉部 健康増進課	<ul style="list-style-type: none"> ・“はこだてげんきな子”食育啓発事業 子どもたちの食育を実践する最も大切な場所である家庭における食育の推進を図ることを目的として、小学校新1年生対象に、概要版と“はこだてげんきな子”食育啓発ファイルを配布し、保護者や児童に「早寝・早起き・朝ごはん」等の啓発を行っている。 ・食に関する健康教育（出前講座） 地域・職場からの依頼に基づき、食や栄養に関する講話を随時実施している。 ・健康づくり相談 相談者が正しい知識のもと、健康管理できるように、保健師や管理栄養士が相談者の個別性に合わせて必要な情報提供を随時行っている。 	<p>朝食の摂取には、家族構成や就労形態、ライフスタイル、経済状況等が影響している可能性がある。健康づくり相談や健康教育等に対応している個人や特定の集団だけでなく、はこだて市民健康大学や“はこだてげんきな子”食育啓発事業等で、朝食の重要性や家庭で簡単に調理できる方法等を広め、幅広い世代の市民に啓発していきたい。</p>
	市民 (40～64歳)	20.9% (R1値)	12.4%	15%	市民部 国保年金課		

第3次函館市食育推進計画
指標に係る取り組みについて

指標		現状値		目標値	根拠資料 所管課	これまでの取組内容	現状・要因分析等
		計画策定時	令和3年				
⑥就寝時間の遅い子どもの割合が減る	小学生4年生	29.4% (R1値)		24.0%	教育委員会 教育指導課	・家庭と連携した基本的な生活習慣の 確立に向けた指導の充実	スマートフォンや携帯ゲーム機などの 通信機器の長時間利用により、基本的 な生活習慣が損なわれることが、主な 要因と考えられる。
	中学生1年生	35.6% (R1値)		34.0%			

第3次函館市食育推進計画 指標に係る取り組みについて

指標		現状値		目標値	根拠資料 所管課	これまでの取組内容	現状・要因分析等	
		計画策定時	令和3年					
⑦適正体重者の割合 が増える	小学5年生	男	81.8% (R1値)	78.7%	86.0%	教育委員会 教育指導課	<ul style="list-style-type: none"> ・食育指導の全体計画と年間指導計画の作成への指導・助言 ・栄養教諭研修協議会における望ましい栄養教諭の在り方に関する研修の充実 ・家庭と連携した食や健康に対する指導の充実 	<ul style="list-style-type: none"> ・食に対する指導や健康に対する指導により、中学生男子以外は、概ね適正体重である現状を維持している。
		女	86.9% (R1値)	84.3%	89.0%			
	中学2年生	男	86.0% (R1値)	80.7%	89.0%			
		女	87.5% (R1値)	87.8%	90.0%			
	若い世代 (20～30歳代)	男	63.9% (H28値)	64.4%	65.0%	保健福祉部 健康増進課	<ul style="list-style-type: none"> ・食に関する健康教育（出前講座） 地域・職場からの依頼に基づき、食や栄養に関する講話を随時実施している。 ・健康づくり相談 相談者が正しい知識のもと、健康管理できるように、保健師や管理栄養士が相談者の個別性に合わせて必要な情報提供を随時行っている。 	<p>新型コロナウイルス感染症の流行によって、テレワーク等が増えたことで活動時間が減り、体重増加につながった市民もいれば、健康の重要性に気付き、生活習慣を見直した市民もいる可能性がある。適正体重を意識していない市民もいると考えれば、はこだて市民健幸大学等、市民に広くアプローチできる場を活かし、適正体重をキープすることの重要性に加え、食事や間食の適量や摂り方、効果的な運動の方法等について、周知・啓発することが重要である。</p>
		女	67.1% (H28値)	60.5%	70.0%			
	市民 (40～64歳)	男	51.1% (R1値)	58.5%	55.0%	市民部 国保年金課		
		女	52.0% (R1値)	65.3%	55.0%			

第3次函館市食育推進計画
指標に係る取り組みについて

指標	現状値		目標値	根拠資料 所管課	これまでの取組内容	現状・要因分析等
	計画策定時	令和3年				
⑧ヘルスマイト（食生活改善推進員）を増やす	92人 (R1値)	74人	現状以上	保健福祉部 健康増進課	<ul style="list-style-type: none"> ヘルスマイト（食生活改善推進員）の育成 食育推進のボランティア活動を担うヘルスマイト（食生活改善推進員）を養成し、支援する。 	<p>コロナ禍で研修や活動が出来なかったことや高齢、就職などの理由で退会する会員が多かったため、会員数は減少した現状である。</p> <p>会員数を増やす取組に加え、ヘルスマイトの育成を図るとともに、関連部局や関係機関にヘルスマイトの活動について周知を図り、活躍の幅をさらに広げ、充実させる取り組みを検討していきたい。</p>