

1. 基本理念

ひろげよう食の環^わ ～食ではぐくむ健康なまち府中～

これまで市では、市民が食の大切さを理解し、健全な心身を育み、社会との交流を実践できるまちを目指して、健全な食生活に関する情報の発信に取り組むとともに、栄養バランスのとれた食事の重要性や食の安全性を意識する機会の充実を図ってきました。また、ライフステージに応じた食に関する情報発信や体験機会の充実により、生涯にわたり切れ目のない食育の推進を図ってきました。さらに、食を通して市民同士の交流の機会を充実させるとともに、市内の関係各課や市内の関係機関と連携のもと、食の循環への理解や食文化の継承、食環境整備を推進してきました。

一方、平均寿命は延伸していますが、健康寿命は伸び悩んでいます。また、中年期や高齢期で健康リスクが高まる市民や、一人暮らし・少人数世帯の増加に伴う孤食の進行、栄養バランスや野菜摂取、減塩など健全な食生活を実践する機会を十分に確保できない人も多いことが調査から分かっています。このため、健全な食事の大切さやその実践方法についての情報発信や体験の機会を充実させるとともに、地域や職域との連携をより一層強化するための取組などを、ライフコースアプローチを踏まえて推進することが求められています。

また、食品ロスの削減や地産地消などの持続可能な食の実現、食文化の継承、災害時の食への備えなど、食育の課題をさまざまな視点から考えていく必要があります。

現在、そして今後起こり得る課題に対して的確かつ柔軟に対応するためには、これまで培ってきた食育の基盤をいかすとともに、今まで以上に地域社会のつながりを重視してライフコースアプローチの視点のもと、市民、関係機関、団体、企業、行政が一体となって食育を推進することが必要です。

以上のことを踏まえ、市では本計画の基本理念を「ひろげよう食の環 ～食ではぐくむ健康なまち府中～」と定め、具体的な取組を展開します。

「食育」とは

- 食育は、生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきものである。
- 食育は、様々な経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てることである。

食育基本法前文より

2. 基本方針

第4次食育推進計画では、基本理念である「ひろげよう食の環 ～食ではぐくむ健康なまち府中～」の実現に向けて、次の3つの基本方針を定め、具体的な取組を展開します。

(1) ライフコースアプローチを踏まえた食育の推進

食べることは、生涯を通して営まれ、生きる力の基礎となるものです。市民一人ひとりが食に関心を持ち、健全な食生活を送るための知識と行動を身につけ、実践し、次世代に伝えていくことが重要です。この実現に向け、市では健全な食生活が健康にもたらす効果や、それらを無理なく実践する方法などの情報発信や体験の機会を充実させる取組を推進します。

また、人生の各段階で、食に関する課題は異なります。これらは個々のそれまでの生活習慣や社会環境等の影響を受けて生じた可能性があり、将来の健康にも影響を及ぼす可能性があります。そのため、各段階を個別に考えるのではなく、生涯を通じた連続的な視点で捉えることが重要です。早期からの支援や望ましい食環境の整備によって、生涯にわたる健康の保持増進と健康格差の縮小を目指すライフコースアプローチの考えに基づき、取組を推進します。

(2) ソーシャルキャピタルを活用した食育の推進

食を通じた交流の機会の減少は、市民一人ひとりの健康課題につながるため、健全な食生活を実践する取組を続けると共に、地域で食育を推進する人材や関係機関、企業等との協働により、地域全体で食育を推進することが必要です。

市では、地域に根ざした信頼や社会規範、ネットワークといった人と人とのつながりがもたらす力を指す「ソーシャルキャピタル」の醸成・発展に取り組んできました。今後も社会環境の変化に対応し、市民の健全な食生活の維持・向上を図るため、これまで培ってきたソーシャルキャピタルの活用により、地域全体で食育を推進します。

(3) より良い食環境づくりの推進

食品ロスの削減や地産地消などの持続可能な食の実現、食文化の継承、災害時の食への備えなどといった課題は、市民や関係機関、事業者等、市内の多様な主体が連携して取り組む必要のある、長期的な課題です。市では、これらの課題に対し、情報発信、実践活動、体制整備を総合的に進めるとともに、より良い食環境の形成を推進します。

3. 施策体系

基本理念	基本方針	具体的取組(頁数)	主な取組
「食ではぐくむ健康なまち府中」	1 ライフコースアプローチを踏まえた食育の推進	(1)情報発信や支援体制を充実する(PO)	ア)健全な食生活を啓発するための機会の充実
		(2)体験活動を通じた取組を充実する(PO)	イ)ライフステージの特性に応じた健全な食生活を促す支援の推進
	2 ソーシャルキャピタルを活用した食育の推進	(1)食育推進リーダーを育成・支援する(PO)	ア)乳幼児・学齢期の健全な食生活を確立
		(2)協働による食育を推進する(PO)	イ)若年期・中年期・高齢期の心身の機能を保つ食生活を実践
	3 より良い食環境づくりの推進	(1)食の循環を支え、食文化を継承する(PO)	ア)食育推進リーダー等食育の推進を担う人材の育成
		(2)食の安全・安心につながる情報を提供する(PO)	ア)企業や団体等との連携による食育の推進
			イ)食を通じた交流の促進
		(2)食の安全・安心につながる情報を提供する(PO)	ア)地産地消・伝統的な食文化の推進
			イ)食品ロスの削減に向けた取組の推進
		(2)食の安全・安心につながる情報を提供する(PO)	ア)災害時の食生活に向けた支援
			イ)食の安全性や食品表示等に関する情報提供の充実

基本方針１ ライフコースアプローチを踏まえた食育の推進

各期の特徴

	特徴
乳幼児期（０～６歳）	・心身・味覚・咀嚼機能が大きく発達する時期 ・規則正しい食事と睡眠の習慣が身につく時期
学齢期（７～１７歳）	・心身の発達が著しい時期 ・乳幼児期からの望ましい食生活が確立する時期 ・家庭や学校給食を通して食への関心が深まる時期
若年期（１８～３９歳）	・生活や環境が大きく変化する時期（就職・結婚・出産・子育てなど） ・生活や環境の変化により、食生活の偏りが生じやすい時期
中年期（４０～６４歳）	・家庭・職場で重要な役割を担う人が多い時期 ・規則正しい生活や食生活が乱れやすい時期 ・偏った食生活で、生活習慣病やフレイルのリスクも高まる時期
高齢期（６５歳以上）	・加齢による体力低下や身体機能の変化が見られる時期 ・低栄養を引き起こすリスクが高い時期
妊産婦期	・子育てにおける食習慣の基盤形成のきっかけとなる時期 ・妊娠期からの健全な食生活の支援が重要な時期

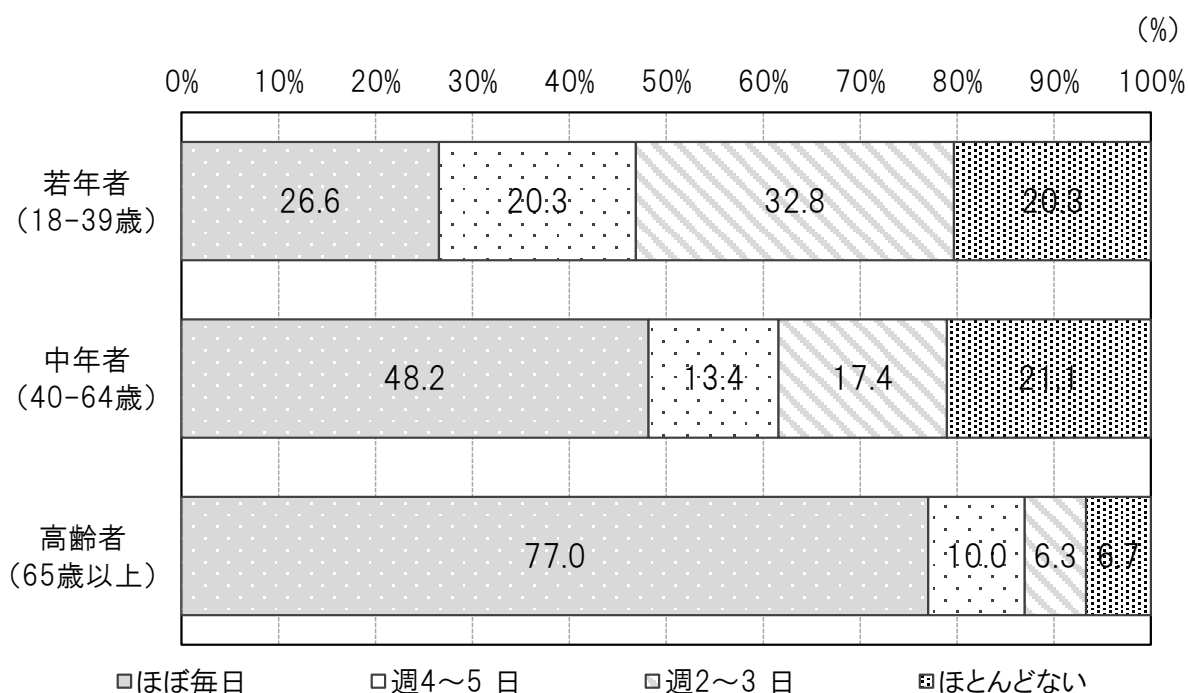
具体的取組１ 情報発信や支援体制を充実する

① 現状

市民アンケート調査によれば、若い世代ほどバランスのとれた食事や野菜の摂取、減塩などの健康な食を実践するという意向を持っておらず、それらは時間がないことが主な理由になっています。また、減塩の取り組みにおいて特に顕著ですが、女性のほうが健康的な生活習慣を実践する傾向が強く、逆に男性は「特に意識していない」と回答する傾向が強くみられました。

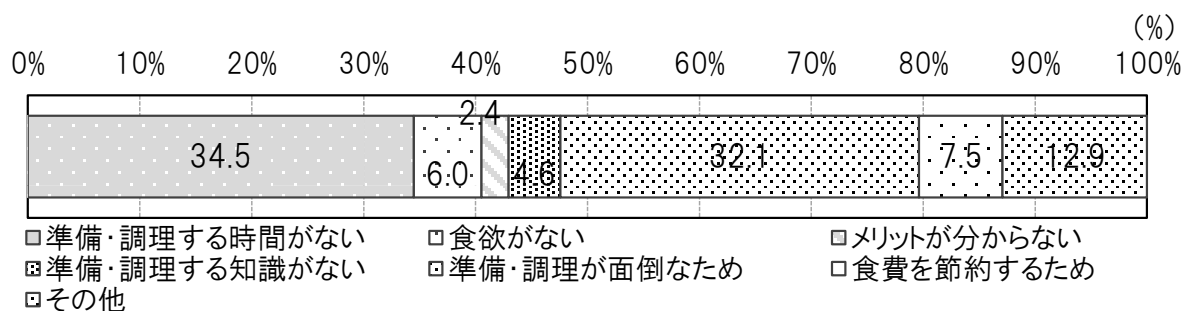
・

図表 1 年齢層別のバランスの取れた食事を食べる頻度



【出典】 令和7年度 府中市「『健康と安全・安心な暮らし』に関する市民アンケート調査」

図表 2 バランスの取れた食事を食べない理由



【出典】 令和7年度 府中市「『健康と安全・安心な暮らし』に関する市民アンケート調査」

- 健全な食生活を長く続けるためには、自身での取組に加え、継続的に自分の歯・口腔を診てもらえる「かかりつけ歯科医」を持つことが重要ですが、市民アンケート調査によれば、かかりつけ歯科医について「かかりつけ医で定期健診、歯石除去を受けている」という市民は年齢が下がるほど割合が少ない傾向にあります（P○参照）。

② これまでの取組

- 市では、健全な食生活の普及に向け、ライフスタイルに応じた講座等の充実を図ってきました。ただ、これらの講座の実際に知識として身に付いたのか、さらには次の段階である健全な食生活を意識できるようになったかどうかの把握はできていない状況です。同様に、様々な広報ツールを活用している情報発信も、どの程度市民に浸透しているのかを定期的に把握する必要があります。また、「健康応援ガイド」の全戸配布や、学校教育の食に関する指導（食育授業）・給食センターへの社会科見学などにより、幅広い市民に情報を届けてきたほか、乳幼児健診事業においても、受診率が

100%付近という高い受診率を維持するなど、着実な成果を上げてきました。

- メタボリックシンドローム（予備群含む）と判定された市民を対象とする特定保健指導では、栄養指導を実施してきたほか、若年層健診の保健指導においても、事業を利用した市民に生活習慣の改善等が見られるなど、一定の成果が確認されています。対象者の中で実際に申し込んでくる者は少ない状況です（P〇参照）。対象者に改善の意向を持ってもらえよう、受診によるメリットと放置することによるデメリットを簡潔なメッセージで伝える等の工夫が引き続き必要です。
- 歯科医療連携推進事業では、自身では歯科診療を受けることが困難な市民を対象に毎年度数十名程度の市民にかかりつけ歯科医を紹介しているほか、かかりつけ歯科医と専門医療機関等との機能分担の明確化・連携システムの確立などに取り組んできました。また、成人歯科健診の受診率が減少傾向にある一方、妊婦歯科健康診査の利用者数は近年ほぼ横ばいです。

③ 計画にて対応する必要がある課題

- 健康な生活習慣を実践する時間に取りにくい背景には、日常生活の中で他に優先されていることがあるためと考えられます。このため、健全な食生活が将来の健康につながるについて分かりやすく伝え、市民一人ひとりがその大切さを実感し、生活の中での優先度を高めていくことが重要です。あわせて、これまでの取組の広がりや行動へのつながりを把握しながら、効果的な進め方となるよう見直しを重ねていく必要があります。
- 特定保健指導をはじめとする、健全な食生活を促す支援は、利用した市民に生活習慣の改善が見られる一方で、対象者に対する利用率の向上が課題となっています。このため、対象者が改善の必要性を実感し、参加しやすくなるよう、分かりやすく簡潔なメッセージを対象者が慣れ親しんだ媒体を介して伝える等の工夫が引き続き必要です。

④ 目指す方向性

- 市民一人ひとりが食に関心を持ち、バランスのよい食事を日常的に実践できることを目指し、健全な食生活を実践する方法などの分かりやすい情報発信と行動変容を促す取組を推進するとともに、その効果を踏まえつつ、施策の充実を図っていきます。
- 健康状態の把握及び食事を含む生活習慣の改善を目的に、引き続き健（検）診の実施、および必要に応じたその後の治療継続の支援を推進します。いずれの事業においても、対象者の属性に応じた方法で受診・利用を勧めていきます。また本市で生まれる市民全員が健全な食生活の基礎を作ることができるようにするため、高い利用率のもと成果を上げてきた妊産婦期・乳幼児期の市民を対象とした事業にも引き続き注力します。

⑤ 主な取組

(ア) 健全な食生活を啓発するための機会の充実

市民一人ひとりが食に関心を持ち、健全な食生活を送ることができるようになるために、健康にもたらす効果や、それらを実践する方法などを伝える取組を推進します。

A) 子どもが健全な食生活を確立することの重要性を啓発するための機会の充実

乳幼児期から学齢期までの、心身の発達が著しく、食習慣が確立していく時期に、1日3回食事をとることや栄養バランスの大切さを理解し健全な食生活を送ることができるようにするために、学校教育や子育て家庭の現場での取組を推進します。

具体的には、給食センターの栄養教諭や栄養士、調理員と小・中学校が連携し、訪問により子どもたちの喫食状況等を把握します。給食センターの給食展など学校外の場合も含めて子どもたちとその保護者に向けて啓発します。また、食育授業など、児童・生徒が食に関する知識を深め実践することができる機会を増やします。

市民が自ら申し込むプログラムだけでなく、SNSによる発信や、献立表などの給食に関する情報提供・ランチタイムズの配布による直接的なアプローチ等、情報を届けたい市民の属性に応じた適切な手法を都度検討して啓発を行うことで、より効果的な啓発を図ります。

市民に期待する取組	● 子どもが1日3回欠食せずに食べる習慣を身につける ● 家族で給食について話すなど、栄養バランスのとれた食事の重要性について理解を深める
市の主な事業や取組	● 保育所・小・中学校での献立表などの給食に関する情報提供・ランチタイムズの発行 ● 給食センターでの給食展の開催 ● 小・中学校の食に関する指導（食育授業）

B) 食生活を見直し、健康を管理することの重要性を啓発するための機会の充実

若年期以降も、市民が自身の食生活を見直し、改善することができるようにするために、そのきっかけとなるような情報発信を推進します。特に、健全な食生活の重要性を理解していてもそれを実践する時間がない市民が少なくないと推定されることから、なるべく簡潔なメッセージで手軽な実践方法を発信します。

市民が自ら申し込む講義・体験プログラムや、街頭や建物内におけるポスター・リーフレットの設置だけでなく、SNSによる発信や、「健康応援ガイド」の全戸配布による直接的なアプローチ等、情報を届けたい市民の属性に応じた適切な手法を都度検討して啓発を行うことで、行動変容を促すことができる啓発を推進します。

これらの取組がどの程度市民に浸透しているのか把握するために、必要に応じて参加者や対象者にアンケートを行うなど、取組がどの程度の成果を上げているか評価します。

市民に期待する取組	● 野菜摂取や減塩など、食や健康に関する情報を得ようとする ● 日頃の食事のバランスを振り返る ● 1日3回、主食・主菜・副菜をそろえた食事を心掛け、手軽に実践できる方法を調べる
市の主な事業や取組	● 食や健康に関する情報発信 ● 食育の日の啓発

(イ) ライフステージの特性に応じた健全な食生活を促す支援の推進

健康状態の把握及び健全な食生活の確立・改善を図るため、ライフステージに応じた健（検）診の機会を充実し、生活習慣の改善や継続的な受診が必要とされた市民には必要な保健指導や治療継続の支援を実施します。

A) 乳幼児期の特性に応じた健全な食生活を促す支援の推進

乳幼児期の市民が健康な身体と食生活を作り上げていけるようにするために、母親が妊娠をした段階から様々な健（検）診の機会を充実させます。具体的には妊婦歯科健康診査や歯科衛生士等による講座・相談対応などの取組や、乳幼児に定期的に行う健診・歯科健診などを推進します。

市民に期待する取組	● 健康診断の情報を調べ、毎年受診する ● 各種健（検）診の結果から把握できる健康状態の内容を理解し、必要に応じ治療を受けたり、生活習慣を改善したりする ● 乳幼児が食への意欲をもち、成長に応じた食生活を送る
市の主な事業や取組	● 子育て相談室 ● 乳児・1歳6か月児・3歳児健診 ● 離乳食教室

B) 高齢期に至るまで健全な食生活を続けられる支援の推進

若年期から高齢期までを通して、健康状態の把握及び健全な食生活の確立・改善を図るため、健（検）診の機会を充実し、保健指導等の支援を実施します。

中年期・高齢期の市民にはメタボリックシンドロームに着目した特定健康診査・特定保健指導を実施するほか、健康審査の未受診者に対して郵便・ショートメッセージを用いた直接的なアプローチによって受診を促します。特定健康診査の受診後、結果に糖尿病を含む生活習慣の改善や継続的な受診が必要とされた市民や、医療機関受診が確認できない市民には、同様のアプローチで特定保健指導や医療機関の受診、管理栄養士・保健師による支援を実施し、生活習慣病の発症や重症化を防ぎます。

若年期の市民にも、若年層健康診査の結果によっては管理栄養士・保健師の支援を行い、生活習慣改善を目指します。

また、健康や介護に関する困りごとを相談でき、適切な行動がとれるよう支援する相談対応の取組や、市民にかかりつけ歯科医を紹介する歯科医療連携推進事業などに取り組みます。

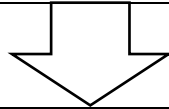
市民に期待する取組	● 健康診断の情報を調べ、毎年受診する ● 各種健（検）診の結果から把握できる健康状態の内容を理解し、必要に応じ治療を受けたり、自身の生活習慣を改善したりする ● 歯周病を予防するために、口腔ケアを実践し、かかりつけ歯科医を定期的に受診する
市の主な事業や取組	● 特定保健指導 ● 歯科医療連携推進事業 ● 保健相談室

⑥ 指標と目標

2026 年 7-8 月 にか け 検 討 予 定

【事業実施による成果】

事業	指標	現状値	目標・目指す方向
特定保健指導	特定保健指導の利用率	〇〇〇	上げる



【府中市と府中市民の状態】

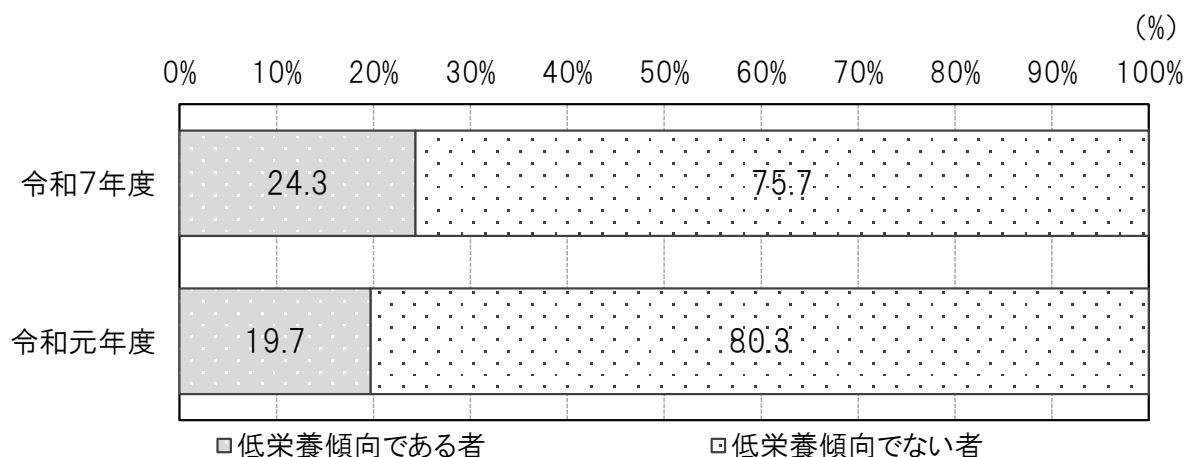
指標	現状値	目標・目指す方向
ほぼ毎日バランスの取れた食事を食べる市民の割合	〇〇〇	上げる
メタボリックシンドローム該当者の割合	〇〇〇	下げる
かかりつけ歯科医で定期健診等を受けている市民の割合	〇〇〇	上げる

具体的取組２ 体験活動を通した取組を充実する

① 現状

- 東京都の小学５年生・中学２年生・高校２年生を対象とした「東京都児童・生徒体力・運動能力、生活・運動習慣等調査」によれば、調査を再開した令和３年以降、朝食を毎日食べない児童・生徒の割合は横ばいの中学２年生の男子を除いて、いずれも増加傾向にあります。また、本市の「子ども・子育て支援に関する市民意向調査」によれば、平成３０年度から令和５年度にかけて、就学前児童または小学生の子どもをもつ家庭において、フルタイムで就労中の親の割合は両親ともに増加していることから、本市においても家庭における食育や健全な食生活を支える時間的余裕の減少が懸念されます。
- 市民アンケート調査では、若い世代ほどバランスのとれた食事や野菜の摂取、減塩などの健康的な食習慣を意識する人の割合が低い傾向がみられ、その主な理由として「時間がない」ことが挙げられています。（Ｐ〇参照）。また低栄養傾向（BMI20.0以下）にある高齢者は増加しており、世代を問わず健全な食生活を送るための取組が必要であるといえます。

図表１ 高齢者の低栄養傾向の推移



【出典】府中市「『健康と安全・安心な暮らし』に関する市民アンケート調査」

② これまでの取組

市では、市内各所の文化センターにて、小学生を対象に、様々なテーマでの体験型講座を実施してきました。いずれも申込者数が多く、一定の人気を得ている一方で、参加者には元々食への関心が高い層が多いと考えられ、講座やイベントの参加を促す広報の方法を引き続き検討する必要があります。また、市内の保育所では野菜の栽培・収穫や調理体験、三色食品群の学習などの取組を、小中学校では給食センターへの社会科見学やリクエスト給食などの取組を実施してきており、体験活動を通して食への関心を高め、食生活の基礎を形作ることに繋がる取組を進めてきました。乳幼児期から学齢期では、家庭での食習慣や学校教育、学校給食等を通じて、望ましい食生活を学び、栄養バランスを意識した健全な食生活に触れる機会が多いと考えられます。

- 高齢者を中心に、成人した市民が心身の機能を保てるような食生活の実践を支援してきました。栄養・口腔機能・筋力の向上を図る３か月間のプログラムを提供する「食べるカムくらぶ」「栄養・口

腔マシン教室」では参加者にプログラム終了後も継続する意志が見られました。介護予防講座・食生活応援講座などの講座も含め、これまで関心がなかった層が体験活動を通して食への関心を高められるように、講座やイベントへの参加を促す広報の方法を引き続き検討する必要があります。

③ 計画にて対応する必要がある課題

- 乳幼児期・学齢期では、家庭や学校教育・給食によって健全な食生活を実践できますが、共働きの子育て世帯の増加や朝食を毎日食べない児童・生徒の割合の増加などから、家庭で健全な食生活を実践する時間的余裕は減少している可能性があります。そのため、家庭以外場で健全な食生活の重要性を学び、体験する機会を確保することが必要です。学校では、給食センターへの社会科見学や家庭科の授業など、食に関する体験の機会は既に多く、引き続き子どもの理解につながる工夫が必要です。また、学校以外場では、文化センターでの小学生対象の講座をはじめとする各種講座は、これまで関心がなかった層が体験活動を通して食への関心を高められるように、参加を促す広報の方法を引き続き検討する必要があります。
- 若い世代ほど健康的な食を実践につなげる意識が低く、また低栄養傾向の高齢者が増加していることから、高齢者の口腔機能の維持のためのプログラムをはじめ各種取組の規模を必要に応じて現状よりも拡大し、より多くの市民が体験活動を通して健全な食生活の意義を理解し実践できるよう意識付けていく必要があります。また若い世代のうちから健全な食生活を習慣化できるような、啓発や取組が必要です。さらに既存の取組がどの程度知識として身に付いたのか、次の段階である健全な食生活を意識できるようになったかどうかを把握することで、取組がどの程度の成果を上げているかを評価し、必要に応じアプローチを改善する必要があります。

④ 目指す方向性

- 乳幼児期から学齢期までに健全な食生活確立できるよう、学校教育や地域の様々な拠点での取組を推進します。学校や保育所では、食に関する体験活動にあたって、子どもたちの興味・関心を高め、理解につながるよう発達段階に応じたプログラム内容の充実を図ります。また学校以外場においても、これまで意識が向いていなかった層が体験活動を通して食生活を改善するきっかけを得られるように、各種体験講座への参加を促す広報の方法を引き続き検討します。
- 若年期以降の市民を対象とした取組では、より多くの市民が体験できるよう、食生活への関心を保ち、見直すことができる内容の充実を図るとともに、若い世代において、これまで関心を向けることのなかった層が食生活の見直しや改善に取り組みたくなるような情報発信を検討します。

⑤ 主な取組

(ア) 乳幼児・学齢期の健全な食生活確立

乳幼児期から学齢期までの、心身の発達が著しく、食習慣が確立していく時期に、1日3回食事をとることや栄養バランスの大切さを理解し健全な食生活を送ることができるようにするために、学校教育や地域の様々な拠点での取組を推進します。

学校や保育所では、特色ある給食の提供や給食センターへの社会科見学、野菜の栽培や食育に関する各種の授業など、食に関する体験ができる機会の提供、子どもの理解につながるプログラムの向上を続けます。また、保護者等を対象とした給食センターの見学も受け付けるなど、給食を通して子どもだけでなくその保護者の理解も促す取り組みを進めます。

学校以外の場においてもこれまで意識が向いていなかった層が食生活を改善するきっかけを得られるように、市内各所の文化センターにて実施している小学生を対象とした講座をはじめ、各家庭でも実践しやすい手軽な方法を啓発するなど、各種体験講座への参加を促す広報・プログラムの内容についても引き続き改善を行います。

市民に期待する取組	● 食に関する体験活動に参加し、関心を持つ ● 家族で給食について話すなど、栄養バランスのとれた食事の重要性について理解を深める
市の主な事業や取組	● 文化センター子供向け料理講座 ● 保育所、小中学校での給食の提供

(イ) 若年期・中年期・高齢期の心身の機能を保つ食生活を実践

若年期以降も市民一人ひとりが食生活を見直し、健康を管理することができるようにするために、若年者から高齢者まで、各種体験講座を拡大させると共に、これまで関心を向けるゆりのなかった層の関心を引き出せるような広報を行います。

高齢者に向けては、これまで成果を上げてきた栄養・口腔機能・筋力の向上を図る取組を拡充するほか、調理体験等により参加者同士の交流を促進し食事への関心を保てるようにします。

食生活応援講座や食育講演会などの若年者も対象とする取組においても、講座のテーマやプログラム内容は興味・関心を喚起し、自発的な取り組みにつながる内容となるよう工夫すると共に、参加を促進する表現へ見直し、多くの参加者が望める広報を行います。

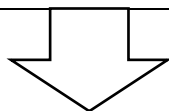
市民に期待する取組	● 食に関する各種講座に参加する等で、自分の食生活や生活習慣を振り返る方法を学び、それを実践する
市の主な事業や取組	● 介護予防講座 ● 栄養・口腔マシン教室 ● 食生活応援講座

⑥ 指標と目標

2026 年 7-8 月 に向け検討予定

【事業実施による成果】

事業	指標	現状値	目標・目指す方向
文化センター子供向け料理講座	講座を受けて何らかの食生活の改善・実践をした市民の割合	〇〇〇	上げる
介護予防講座	講座を受けて何らかの食生活の改善・実践をした市民の割合	〇〇〇	上げる



【府中市と府中市民の状態】

指標	現状値	目標・目指す方向
朝食を欠食している子ども・成人の割合	〇〇〇	下げる

低栄養傾向の高齢者の割合	〇〇〇	下げる
主食・主菜・副菜のそろった食事を 1 日 2 回以上ほぼ毎日と っている成人の割合	〇〇〇	上げる

基本方針2 ソーシャルキャピタルを活用した食育の推進

具体的取組1 食育推進リーダーを育成・支援する

① 現状

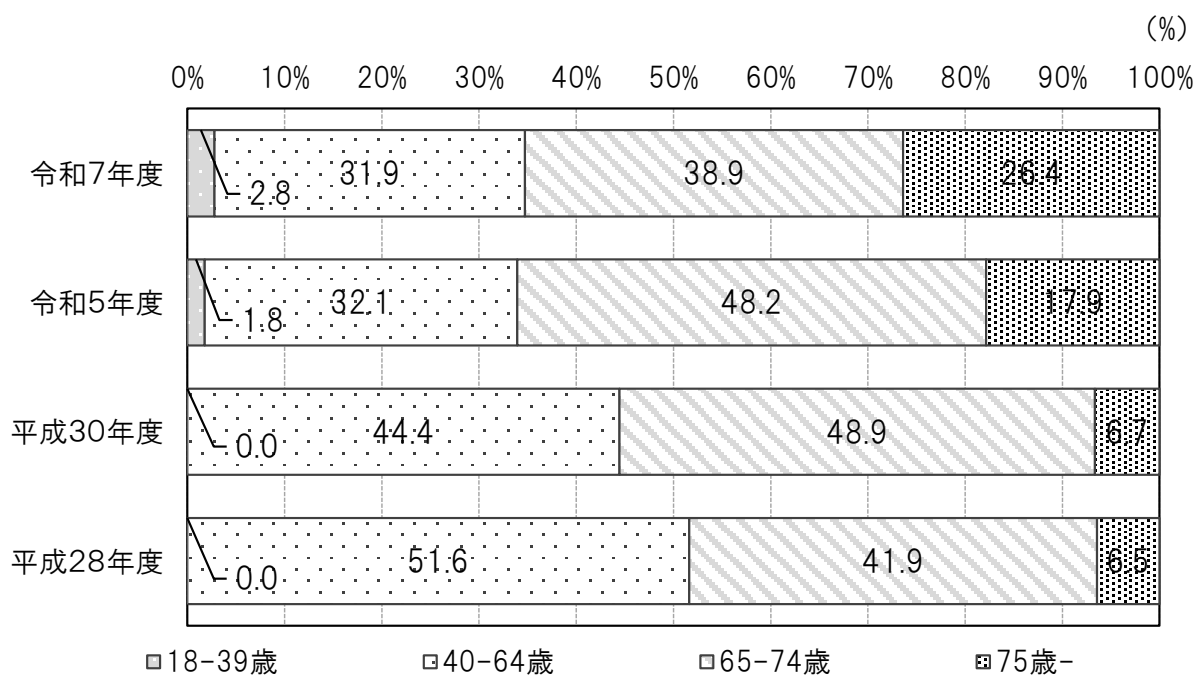
- 食育を広く推進していくことを目的に、保健計画及び食育推進計画の趣旨を理解してバランスのとれた食生活を地域に広めていくなど地域における食育推進の担い手となる食育推進リーダーを育成してきました。食育推進リーダーの人数は、平成28年度の31名から令和7年度の72名まで増加しました。その中に占める女性の割合、および75歳以上の後期高齢者の割合は増加しています。

図表1 男女別 食育推進リーダーの数¹

データ確認中

【出典】府中市資料

図表2 年齢別 食育推進リーダーの数



【出典】府中市資料

② これまでの取組

- 食育推進リーダー養成講座を隔年度で実施してきたほか、食育推進リーダー及び「食育推進リーダー パブリカ」の活動を支援してきました。市と連携した取組には、食生活応援講座・食育講演会や子どもを対象としたお箸の持ち方教室等の講座の運営補助・活動紹介、農業まつり・消費生活展

¹ 隔年度で人数を集計しています。なお、令和元～4年度は新型コロナウイルス感染症の流行に伴い、養成講座を実施していないため人数・構成に変化ありません。

での啓発、市内各所へ考案したレシピの掲載・配架などがあります。

③ 計画にて対応する必要がある課題

- 食育推進リーダーの減少・高齢化に対応し、リーダーの存在を知らない市民・団体や、リーダーへの参加を迷っている市民・団体などに登録を促す等の工夫が必要です。また、活動支援・連携では、リーダーと共に活動を期待する場を検討し、食育推進リーダーの力を更に市民の食育に活かしていく必要があります。

④ 目指す方向性

- 食育推進リーダーとの協働を進めリーダーの力を更に市民の食育に活かすべく、リーダーを増やすための情報発信や、リーダーと協働し、活動しやすい環境の整備に引き続き取り組みます。また、既存の食育推進リーダーの活動を期待する場についても引き続き検討します。

⑤ 主な取組

(ア) 食育推進リーダー等健康づくりを担う人材の育成

若年者から高齢者まで多様な世代の市民が地域における食育活動の担い手となるよう、食育推進リーダーの認知度向上と増加を目指し、幅広い主体に情報発信を行います。また、市の様々な企画における連携を検討したりするなど、食育推進リーダーと協働し、活動を期待する場を引き続き検討します。若年者から高齢者まで幅広い市民が食育推進リーダーとして活動しやすい環境を整えていくことで、リーダーの力を更に食育活動に活かしていきます。

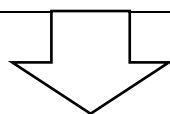
市民に期待する取組	- 自分が食生活の中で気を付けていることについて身近な人と話す機会をもつ - 食育推進リーダーの役割を理解し、食育活動に参加する
市の主な事業や取組	- 元気いっぱいサポート事業 - 食育推進リーダー育成

⑥ 指標と目標

2026 年 7-8 月 かけ検討予定

【事業実施による成果】

事業	指標	現状値	目標・目指す方向
食育推進リーダー育成	食育推進リーダー登録者数	〇〇〇	上げる
—	食育推進リーダーの市との協働による活動回数	〇〇〇	上げる



【府中市と府中市民の状態】

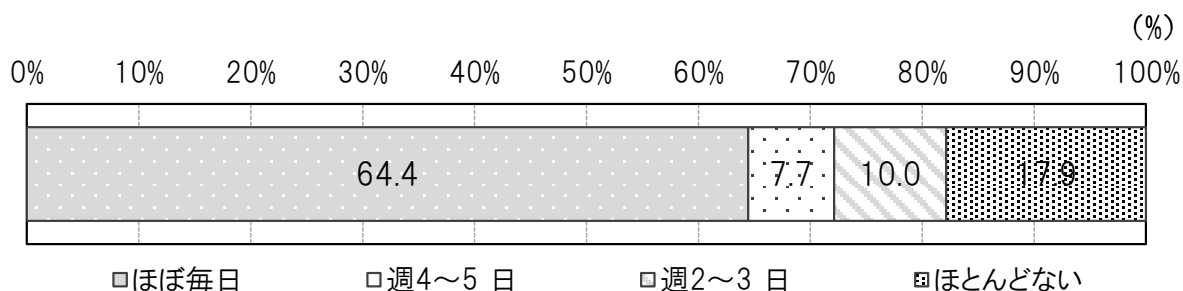
指標	現状値	目標・目指す方向
朝食を欠食している成人の割合	〇〇〇	下げる
主食・主菜・副菜のそろった食事を１日２回以上ほぼ毎日とっている成人の割合	〇〇〇	上げる

具体的取組２ 協働による食育を推進する

① 現状

- 市民アンケート調査によれば、日に一度は他者と食事をとる日数は「ほぼ毎日」、次いで「ほとんどない」という孤食の層が多く、その間の層が少ないことから食生活のスタイルが二極化していることがうかがえます。

図表 3 共食の頻度



【出典】府中市「令和7年度『健康と安全・安心な暮らし』に関する市民アンケート調査」

「ほぼ毎日」と回答した人の多くは、バランスの取れた食事を食べる頻度も「ほぼ毎日」、地域での孤立感は「ほとんどない」と回答しており、孤食・共食はバランスの取れた食事や地域からの孤立を感じる頻度との相関関係が見られます。

② これまでの取組

- 「協働・共創の窓口」にて、健康づくりや食に関する協働事業や市民活動を推進してきました。加えて「市民活動応援助成金」を活用し、民間団体との連携による地域課題解決に向けた取組を推進しています。これまでに、都立農業高等学校の生徒がデザインしたPOPを市内コンビニエンスストアに掲出する野菜摂取の啓発や、不登校の児童生徒が調理を通じて交流する活動、三世代で参加する料理教室など、多様な主体による食を通じた取組が展開されています。また庁内栄養士による連絡会で、食に関する課題の共有と連携を図り、各職域での啓発とあわせて、課題に合わせたレシピ集作成、農業まつりへの出展など、市民全体への効果的な普及啓発を進めてきました。
- 一方で、関係機関と連携し食や健康に関する情報発信は、どの程度市民に浸透しているのか把握することが難しい状況です。「地域子ども・子育て応援事業費補助事業」も、事業費補助を行う子ども食堂を年々増やし、食を通じたコミュニケーションの機会を増やす支援を行ってきました。
- 食に関する学びや実践を通じて健康づくりに主体的に取り組める環境の充実を図るため、地域住民が集い交流できる場として交流サロンや文化センターの運営を行ってきました。また、世代を超えた交流の中で、望ましい食習慣や健康に関する知識を共有・継承する機会を創出し、食を通じた世代間交流の取組を推進してきました。

③ 計画にて対応する必要のある課題

- 地域全体で食育を推進するためには、行政だけではなく、団体や企業等との連携をさらに深め、市民同士の支え合いも活性化させることが必要です。現状では、連携先の状況に左右される側面があることから、より一層の充実を図るために、協働をさらに広げていく取組が求められます。
また、既存の取組がどの程度市民に浸透しているのか、取組の対象となる市民に取組の成果が届いているのかを新たに把握することで、取組がどの程度の成果を上げているかを評価し、必要に応じアプローチを改善する必要があります。
- 市民が子どもから大人まで、食を通してつながりを強め、健康づくりに取り組めるよう、参加を促せるような広報のあり方やプログラムの内容を検討し、既存の取組を継続的に改善していく必要があります。

④ 目指す方向性

- これまでの取組により築いてきた市と団体や企業等との協働関係をより一層活発にし、食育の推進につなげます。市がこれまで実施してきた、市民が実施する協働事業や市民活動の取組を行う団体の活動を支援する取組を一層広げていくとともに、職域とも協力した健康づくりの取組を推進します。
- 市民が日常的なつながりを強めることで、食を通じた健康づくりに取り組めるようにするため、地域住民が集い交流できる場の運営や、世代間が食を通して交流を確保する取組を引き続き推進します。

⑤ 主な取組

(ア) 企業や団体等との連携による食育の推進

市民が食育活動を始め、食生活を見直すきっかけを得られるよう市民同士の支え合いや結びつき、市と団体・企業等との協働関係を発展させ、成果につながる取組を推進します。そのために、取組やその成果の周知を進め、新たな連携・協働を促進すると共に、「協働・共創の窓口」や「市民活動応援助成金」の活用を継続し、取組の継続・発展に向けた支援を行います。

また、関係機関や庁内栄養士が連携し、食や健康に関する情報発信を充実させるほか、子ども食堂への支援を継続し共食の機会の提供を推進します。

市民に期待する取組	● 家族や友人、地域住民とともに食事を楽しむ機会をつくる ● 子ども食堂など、地域で食を通じた居場所作りをしている団体等の取組に参加する
市の主な事業や取組	● 協働・共創の窓口 ● 関係機関と連携した食や健康に関する情報発信 ● 庁内栄養士連絡会

(イ)食を通じた交流の促進

市民一人ひとりが食を通して健康づくりに取り組めるよう、世代や地域を越えた交流の機会を活用した取組を推進します。地域の高齢者の交流サロンや世代間交流を確保する取組、文化センターでの料理教室、子どもの野外調理体験などを通じて、食に関する知識や実践を共有し、日常の健康的な食生活の促進につなげます。

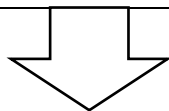
市民に期待する取組	● 家族や友人、地域住民とともに食事を楽しむ機会をつくる ● 住民主体の地域の食に関する取組に参加する
市の主な事業や取組	● いきぶらカフェ ● 地区公民館講座

⑥ 指標と目標

2026 年 7-8 月にかけ検討予定

【事業実施による成果】

事業	指標	現状値	目標・目指す方向



【府中市と府中市民の状態】

指標	現状値	目標・目指す方向
日に一度は共食の機会がある市民の割合	〇〇〇	上げる

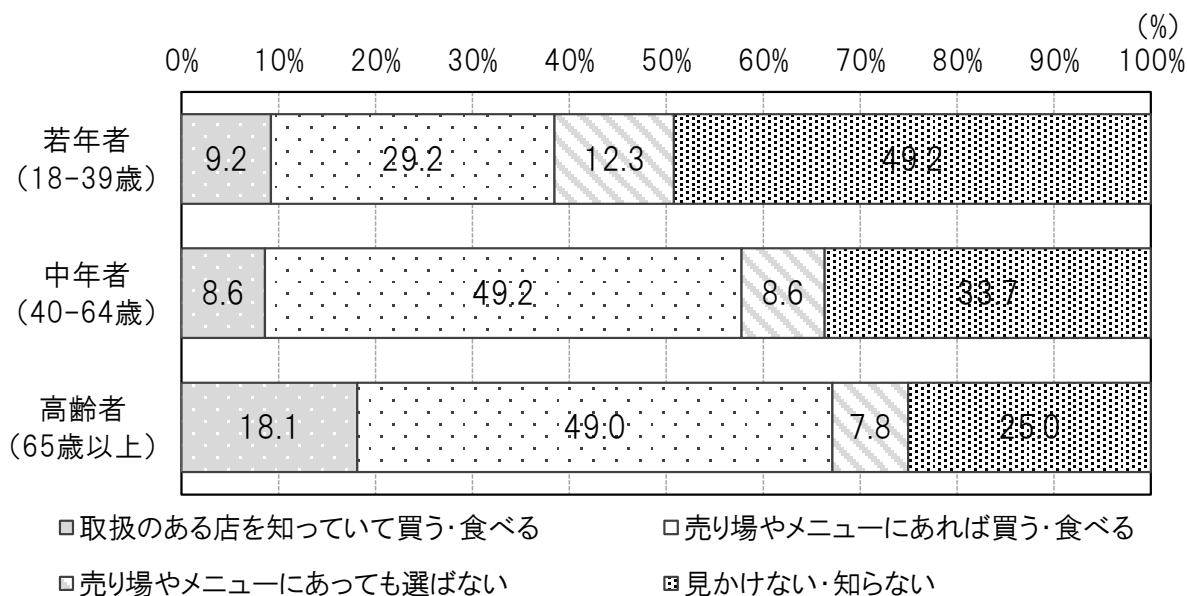
基本方針3 より良い食環境づくりの推進

具体的取組1 食の循環を支え、食文化を継承する

① 現状

- 市民アンケート調査にて府中産農産物への意識を尋ねたところ、中年者・高齢者では「売り場やメニューにあれば買う・食べる」が最も多く、消費意向が高いことが分かりました。一方で若年者では「見かけない・知らない」が最も多く、認知や接点の充実によって更なる消費の広がりが見込まれます。

図表1 年齢層別 府中産農産物への意識



【出典】府中市「令和7年度『健康と安全・安心な暮らし』に関する市民アンケート調査」

- 市民アンケート調査の結果、過半数の市民が食品ロス削減に向けた取組を意識していることが明らかになりました。調理時には「残さずに食べる・残った料理を別の料理に作り替える・冷凍保存するなど、工夫して食べる」、外食時には「注文しすぎない・小盛りメニュー等希望する量で料理を提供する店舗を選ぶ」、購入時には「小分け商品、少量パック商品、バラ売り等、食べきれる量を購入する」などの行動が広く行われています。「取り組んでいることはない」との回答は5.2%にとどまりました。

② これまでの取組

- 地産地消や食文化への理解を深めることを目指す事業を推進してきました。地場産物の学校給食への活用や、保育所における餅つき・箸の持ち方指導など、学齢期までを対象とした取組により、子どもたちが食や地域への理解を深める機会を継続的に提供してきました。また、若年期以降の世代

に対しては、市内農業者を講師に招いた水稻・野菜栽培体験や調理実習などを実施し、参加者の農業や食文化に対する関心と理解を深めてきました。

- ・ 市内店舗でのエコレシピや手前どり POP の設置、小サイズメニューや料理の持ち帰りに対応する「食べきり協力店」等、食品ロスの削減を推進してきました。

③ 計画にて対応する必要のある課題

- ・ 地産地消や食文化への理解を深めることを目指す取組のうち、学齢期までを対象とした取組では、対象者全員に理解を深める機会が確保されています。一方で、若年期以降の世代を対象にした取組は、参加申込型が中心となっており、主に子育て世代を中心とした参加となる傾向が見られます。今後は、地産地消や食文化への関心をより幅広い層が参加しやすい取組の展開を図ることで、関心の向上・定着を目指すことが大切です。特に若年層に対しては、関心の喚起や行動につながる効果的な啓発の方法・メッセージの工夫を進めていく必要があります。
- ・ 市内の事業者とも協働して食品ロスの削減を目指す事業を推進し、多くの市民が調理時・購入時など何らかの形で食品ロス削減を意識し実践している状況です。一方で食品ロスのうち3分の1以上を外食産業が占め、その多くが食べ残しであることを踏まえ、必要に応じ広報などのアプローチを検討し直す必要があります。

④ 目指す方向性

- ・ 地産地消は、市民の生産と消費の関わりへの理解を深め、安全・安心を生むことにつながります。伝統として継承されてきた安全に美味しく食べられる食事のとり方を身につけ、食材の生産者や料理の作り手に対する感謝の気持ちを持つことは、食事が豊かなものになります。これらの実現のため、学齢期までは引き続き対象者全員の理解を深める取組を継続します。また若年期以降の世代を対象にした事業は取組の利用・参加を促し得る啓発の方法・メッセージの内容を新たに検討し、関心を幅広い市民に広げていきます。
- ・ 資源を有効活用し、環境への負荷を低減するために、食品ロスの削減は重要です。既に多くの市民が取り組んでいる調理時・購入時における食品ロス削減の工夫を一層啓発し、市民に広げていきます。また、市内飲食店での取組をはじめ、必要に応じアプローチを検討します。

⑤ 主な取組

(ア) 地産地消・伝統的な食文化の推進

地場産物に親しむ機会を充実させて地産地消への意識を高め、伝統的な食文化の継承を図るために、世代を問わず体験を通して理解を深められる取組を推進します。保育所では箸の持ち方指導や餅つきなどの体験機会を提供し、小中学校では学校給食における地場産物の積極的な使用、市内農家と連携した授業や水稻栽培などを実施します。さらに、若年期以降の世代を対象にした水稻栽培体験などの取組について、ポスター・リーフレット・SNS での発信など、対象者の属性に応じた情報発信を行うことで、幅広い市民に参加の促進と関心の広がりを図ります。

市民に期待する取組	● 地場産物を積極的に買う・食べる ● 正しい食事マナーや作法を身につける ● 和食や日本の行事食を食生活に取り入れる
市の主な事業	● 学校給食での地場産物の活用

や取組	● 市民農業大学
-----	----------

(イ) 食品ロスの削減に向けた取組の推進

市内で発生する食品ロスを削減するために、既に多くの市民が取り組んでいる調理時・購入時における食品ロス削減の工夫を一層啓発し、市民に広げていきます。具体的には事業者と協働して実施する小学生と保護者に対する環境教育や、市役所や文化センター・地域イベントでのフードドライブ開催、市内店舗でのエコレシビや手前どり POP の設置などを実施します。

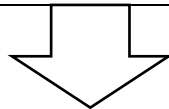
市民に期待する取組	● 食べ物の必要以上の購入を控え、作りすぎないように注意する ● 飲食店では、小サイズメニューの選択や必要以上の注文を控えるなどの取組を行う
市の主な事業や取組	● 手前どり POP の設置 ● エコレシビの作成

⑥ 指標と目標

2026 年 7-8 月にかけて検討予定

【事業実施による成果】

事業	指標	現状値	目標・目指す方向
食べきり協力店制度	食べきり協力店の数	〇〇〇	上げる



【府中市と府中市民の状態】

指標	現状値	目標・目指す方向
府中産農産物を見かけない・知らない市民の割合	〇〇〇	下げる

具体的取組２ 食の安全・安心につながる情報を提供する

① 現状

- ・ 市民アンケート調査では、災害への備えとして「食料品・飲料水」や「懐中電灯」を備蓄している人が多かった一方で、「口腔ケア用品」を備蓄している人は２割を下回りました。また、「何もしていない」人も１割弱存在していました（P○参照）。

② これまでの取組

- ・ 市では令和６年度に修正した「府中市地域防災計画」に基づき、栄養分野を含む災害時の保健衛生活動のあり方等を検討、発生時の対応の周知を推進してきました。また市内保育所では総合防災訓練にあわせて缶詰・乾物類・アルファ化米等の防災備蓄品を使用した給食・おやつを提供を行ってきました。
- ・ 市ではアレルギー表示や加工食品への栄養成分表示について周知・啓発や、手洗いの励行や食品の温度管理等の食中毒予防に向けた啓発を行ってきました。

学校給食センターでは、基本的に国内産の食材を使用するようにしており、食材納入事業者には「産地証明書」の提出を求め、不定期に「産地判別検査」を実施しています。また食物アレルギー関連書類の配付・ホームページへの掲載も行っています。

③ 計画にて対応する必要がある課題

- ・ 市民の多くが食料品・飲料水や懐中電灯など一定の物品を備えている一方で、口腔ケア用品を備える人は少ないなど、備蓄品に偏りがあります。健康リスクの低減を図る観点から、これから取り組むことが期待される市民に対し、備えの必要性の理解を促すとともに、実際の備蓄行動につながる取組を推進する必要があります
- ・ アレルギー表示や加工食品への栄養成分表示についてや食中毒予防に向けた啓発、給食に関する産地の確認、食物アレルギー関連情報の公表など、これまでの取組を引き続き行い、食の安全性や食品表示への市民の理解を高めていく必要があります。

④ 目指す方向性

- ・ 災害はいつ起こるか予測が困難であり、市民が平時より災害に備えた食について考え、備えておくことができるようにするために、毎年度の総合防災訓練の機会を活かして、食料品・飲料水や備える市民が少ない口腔ケア用品の備蓄の必要性について情報発信を推進します。また引き続き「府中市地域防災計画」に基づいて、栄養分野を含む災害時の保健衛生活動のあり方等を検討、発生時の対応の周知を推進します。
- ・ 市民が食品表示を活用し、自らが安全な食を選択できるようにするために、アレルギー表示や加工食品への栄養成分表示に関するルールや、食中毒予防に向けた啓発、給食に関する産地の確認・食物アレルギー関連情報の公表など、これまでの取組を引き続き着実に進めます。

⑤ 主な取組

(ア) 災害時の食生活に向けた支援

様々な媒体を活用して、食料品・飲料水や口腔ケア用品をはじめとする物資の備蓄などの災害対策を

行うことの必要性への意識を持ち行動につながるようなより効果的な普及啓発を推進します。具体的には、災害時の食に関する啓発や市内保育所での防災備蓄品を使用した給食・おやつを提供などの取組を行います。

市民に期待する取組	● 日頃から災害に備えて食料や飲料水、口腔ケア用品等を備蓄する ● ローリングストックの方法を理解し、生活に取り入れる
市の主な事業や取組	● 防災備蓄食材の提供 ● 災害時保健衛生活動

(イ) 食の安全性や食品表示等に関する情報提供の充実

市民が食品表示を活用し、自らが安全な食を選択できるようにするために、アレルギー表示や加工食品への栄養成分表示に関する啓発や、手洗いの励行や食品の温度管理等の食中毒予防に向けた啓発を推進します。また学校給食センターでは、国内産の食材を積極的に使用すると共に、食材納入事業者「産地証明書」の提出要請と不定期の「産地判別検査」を実施します。また食物アレルギー関連書類の配付・ホームページへ掲載します。

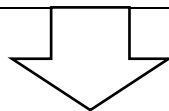
市民に期待する取組	● 食物アレルギーをはじめとする食品表示の内容を理解し、活用する ● 食中毒予防に関する情報を得て、衛生管理に気を配る ● 食品の産地に関心をもち、その内容を理解し、食品の選択に活用する
市の主な事業や取組	● 食品表示の活用に関する普及啓発 ● 食中毒予防に関する普及啓発 ● 給食の食材の産地・食物アレルギー関連情報の公表

⑥ 指標と目標

2026 年 7-8 月 につ け 検 討 予 定

【事業実施による成果】

事業	指標	現状値	目標・目指す方向



【府中市と府中市民の状態】

指標	現状値	目標・目指す方向
食料・飲料水・口腔ケア用品等を備蓄していない人の割合	〇〇〇	下げる