

第2章

各論

1 計画の体系図

食を大切にしている人々を育むまち

将来像

基本目標

1. 望ましい食習慣を身につける

2. 食の基本的な知識、スキルを養う

3. 食を通じて、家族、地域、自然とつながる

4つの戦略

1
生涯を通じた
心身の健康を支える
食育の推進

2
食の安全・
安心の推進

3
地域や関係者が
つながる
食育の推進

4
食と環境の
調和の推進

9つの作戦



【共創による食育】

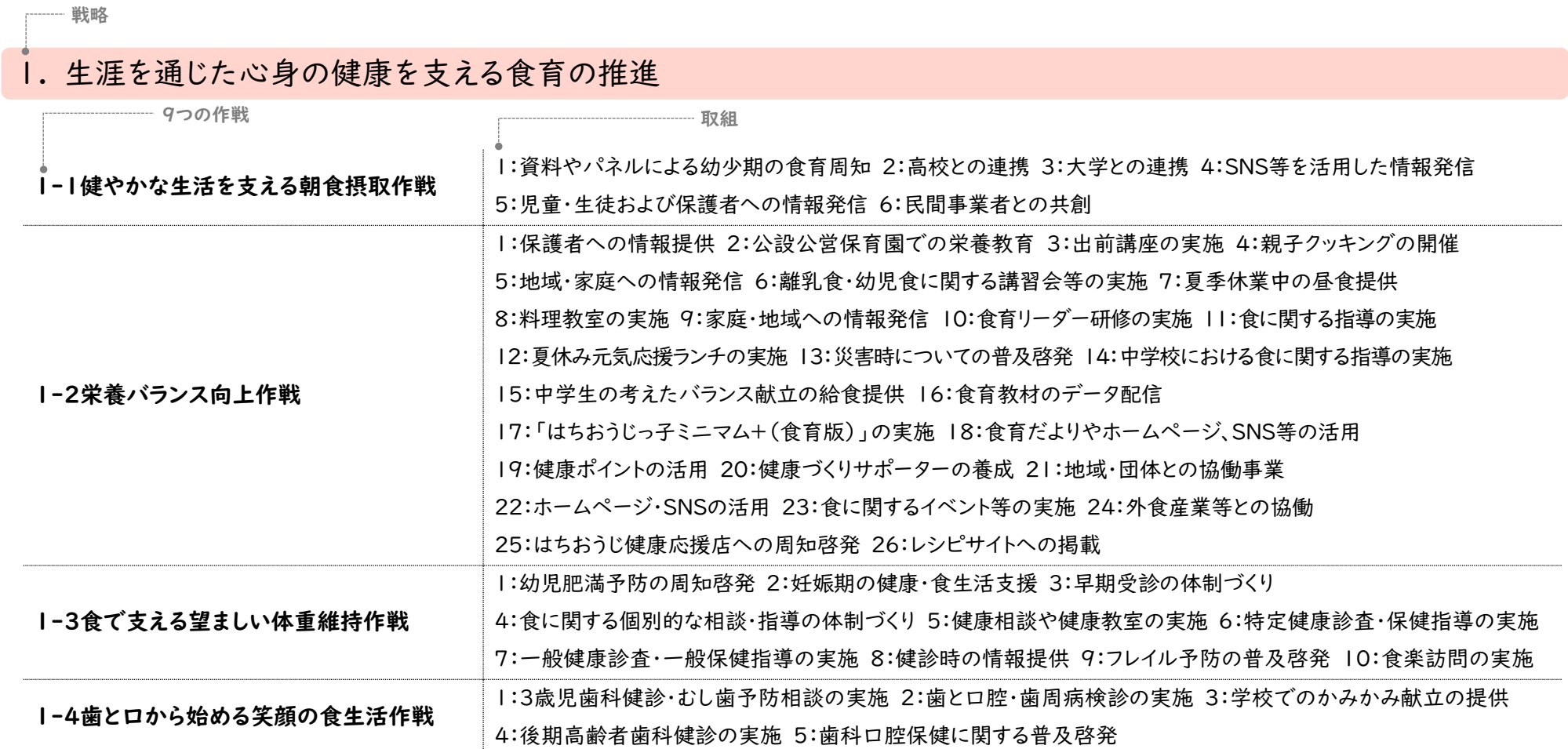
朝食摂取

地産地消

幼年期 少年期 青年期 壮年期 中年期 高年期 取組数

1-1	健やかな生活を支える朝食摂取作戦						6	
1-2	栄養バランス向上作戦						26	
1-3	食で支える望ましい体重維持作戦						10	
1-4	歯と口から始める笑顔の食生活作戦						5	
2-1	みんなで守る食の安全・安心作戦						7	
2-2	食と命を守る災害対応作戦						6	
3-1	地域で育む食文化継承・共食作戦						16	
4-1	つくる想い・つなぐふるさと愛作戦						11	
4-2	未来にやさしい 食のサステナブル作戦						11	
							合計	98

【各論体系図】



2.食の安全・安心の推進

2-1みんなで守る食の安全・安心作戦

1:公設公営保育園での食の安全啓発 2:食育の日の普及啓発 3:食の安全に関する授業の実施
4:児童・生徒および保護者への情報発信 5:出前講座の実施 6:食品衛生講習会の実施
7:特定給食施設への個別指導の実施

2-2食と命を守る災害対応作戦

1:災害時についての普及啓発(再掲) 2:防災食体験による防災意識の向上 3:防災訓練等による防災意識の向上
4:災害時の食に関する意識啓発 5:災害時の連携体制強化 6:災害時の給食センターの活用

3.地域や関係者がつながる食育の推進

3-1地域で育む食文化継承・共食作戦

1:給食を通じたマナー指導 2:給食を通じた伝統行事体験 3:子ども食堂との連携 4:伝統食に関わる授業の実施
5:地域の食文化の継承 6:不登校児童・生徒への給食提供 7:大学との連携 8:おはし名人の取組実施
9:ファミリーサポーターへの食に関する啓発事業 10:給食センターでの中学生の職場体験の実施
11:日本遺産に関する食文化の理解・継承 12:給食センターでの食育イベント
13:フードバンク団体との連携・協働 14:100年フード「桑都・八王子のふるさと料理」の普及啓発
15:行政栄養士の人材育成 16:食育推進会議の実施

4.食と環境の調和の推進

4-1つくる想い・つなぐふるさと愛作戦

1:公設公営保育園での食育体験 2:八王子産米を食べる日の実施 3:生産者からのメッセージ伝達
4:給食を通じた地場農産物の提供 5:学校給食畑で有機農法による野菜の生産
6:地産地消を目指した地場農産物の加工 7:道の駅を活用した地産地消の促進 8:農業祭の開催
9:はちおうじ農産物直売所マップの配布 10:収穫体験の実施
11:夕やけ小やけふれあいの里での食に関わる体験の実施

4-2未来にやさしい食のサステナブル作戦

1:学校農園での体験・活動の実施 2:「もったいない大作戦」の実施
3:たい肥化や食品リサイクルに関連した食育の実施 4:食品ロス削減を目指した地場農産物の加工
5:SDGsに関連した食育の実施 6:フードライブの周知啓発 7:ダンボールコンポストを活用した事業の実施
8:家庭における生ごみ資源化を促進 9:食品ロス削減の推進 10:食品ロス削減の促進
11:食品ロス削減の周知啓発

2 施策の展開

戦略Ⅰ 生涯を通じた心身の健康を支える食育の推進

作戦Ⅰ-Ⅰ 健やかな生活を支える朝食摂取作戦

現状と課題

- 「令和6年度(2024年度)八王子市民の食育に関する意識調査」(以下:「意識調査」)の結果において、朝食を「ほぼ毎日食べている」と回答した割合が7割強となっています。一方で、大学生では4割台半ばにとどまり、若い世代の朝食摂取率が低い傾向にあります。
- 朝食を食べない理由としては、「時間がないから」が5割近くと最も多く、次いで「食欲がないから」「食べない方が体調が良いから」などが挙げられています。
- 朝食を欠食することにより、肥満などの生活習慣病の発症リスクが高まることから懸念されます。そのため、朝食の重要性を理解し、朝食摂取の習慣を定着させる必要があります。

今後の方向性

- 自ら食を選び始める若い世代(大学生等)に対して、食育の充実を図ります。
 - 市民、民間事業者、大学等との共創によって、市民全体への朝食摂取の定着を推進します。
- ※朝食摂取に関する取組は「共創による食育」に掲載しています。
- 食習慣の基本である朝食摂取の重要性について理解を深めるため、保育園や学校などでの啓発を進めます。

WS について: 第4期食育推進計画策定にかかるワークショップで出た取組アイデア

NEW について: 第4期食育推進計画からの新規の取組



評価指標

中間アウトカム	対象	現状値 (令和6年度)	目標値 (令和11年度)
朝食を「食べていない」人の割合	幼稚園・保育園児	1.1%	0%に近づける
	小学生	1.9%	
	中学生	7.8%	
	高校生	17.6%	5%
	大学生	37.7%	15%
	一般 (18歳~74歳)	13.5%	5%



市民の取組

- ・朝ごはんを食べる必要性について知りましょう。
- WS** ・まずは朝食を摂取するところから始めます。



地域・団体の取組

- WS** ・翌日の朝食にそのまま出せるお弁当等を販売したり、温め不要で気軽に食べやすい朝食メニューの販売を目指します。
- WS** ・社員食堂や学食、カフェテリア等で朝食を提供することを検討します。



市の取組

	取組名	取組目標	指標名	現状値 (令和6年度)	目標値 (令和11年度)	ライフステージ						担当課
						幼年期	少年期	青年期	壮年期	中年期	高年期	
1	資料やパネルによる幼少期の食育周知	幼児健診時に朝食摂取に関する資料配布やパネル掲示を行うことで、乳幼児期からの基本的な食生活の獲得に向けた支援ができています。	3歳児健康診査実施回数	72回	現状維持	○			○			こども家庭センター
2	高校との連携	市内高校における「総合的な探究の時間」において、生徒に取り組んでほしい八王子の地域課題の一つとして、朝食摂取の推奨等、食育に関する課題を共有し、アンケート調査を行うことで朝食摂取の大切さなど食への意識が高まっている。	出前講座実施回数	-	6校				○			青少年若者課 健康づくり推進課
3	大学との連携	PBL授業や大学コンソーシアム八王子のネットワークを活用して学生へ朝食摂取など食育事業の周知啓発を行うことで、大学等と市との連携事業数の増加に向けた取組が進められている。	大学等と市との食育に関する連携事業数	179件	244件				○			学園都市文化課 健康づくり推進課
4	SNS等を活用した情報発信	若い世代(大学生等)を対象に朝食摂取に関する情報をホームページやSNS等で発信している。	SNS等閲覧数	-	月1,000回				○			健康づくり推進課

NEW

	取組名	取組目標	指標名	現状値 (令和6年度)	目標値 (令和11年度)	ライフステージ						担当課
						幼年期	少年期	青年期	壮年期	中年期	高年期	
5 NEW	児童・生徒および保護者への情報発信	食育教材の活用と家庭への情報発信により、朝食の大切さが児童・生徒および保護者に伝わり、家庭での食への意識が高まっている。	朝食に関するミニ指導の実施回数	各校年1回	各校年1回		○	○	○	○		学校給食課
			朝食に関する家庭への情報発信頻度	各校年1回	各校年1回							
6	民間事業者との共創	朝食摂取に関する取組を民間事業者と共創することで、朝食習慣の定着や食の大切さの理解が促進されている。	取組の実施件数	-	年1件	○	○	○	○	○	○	健康づくり推進課

コラム ～なぜ朝食は大切？ 知っておきたいポイント♪～

朝ごはんの5つのいいこと

- ◎ 脳と体を目覚めさせ、一日のリズムを整える
- ◎ 活動や成長に必要なエネルギーと栄養を補給する
- ◎ バランスの良い朝食は、胃や腸を動かして、排便を促す
- ◎ 体温を上げ、基礎代謝量を増やし、脂肪を燃焼しやすい体にする
- ◎ 家族や仲間とコミュニケーションをとる時間になる



よくかんで食べることで、腸が動きはじめ、朝の排便習慣につながります。



朝食で差がつく！ 学力・体力

毎日朝食を食べる子どもほど、学力調査の平均正答率や全国体力調査の体力合計点が高い傾向*

※(参考)農林水産省ホームページより



朝ごはん習慣3つのステップ！

- ◎ 無理せずできることから、少しずつステップアップしていくことが大切です！



脳のエネルギー補給を！

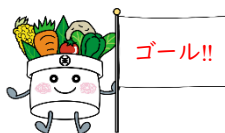
主食

例) ごはん、パン、うどん



主食+もう1品

例) 卵、豆腐、納豆、ツナ缶、ハム、ウインナーなど



主食+もう2品

例) サラダ、果物、牛乳・乳製品など

栄養バランスだけでなく、食事としての満足度もアップ



コラム ～クックパッド公式『はちおうじ元気ごはん』でレシピ公開中！～

皆さまの普段の料理作りの参考になればとの思いから、料理レシピサービス「クックパッド」に「はちおうじ元気ごはん」という市のアカウントでレシピを掲載しています。



◎地元の野菜をたっぷり使ったレシピ



◎小学校・保育園で人気のメニュー



◎八王子オリジナルの料理献立



◎平常時、災害時にも役立つレシピ

ぜひ、「はちおうじ元気ごはん」を参考に美味しい料理を作ってみてくださいね。皆さまの「つくれぽ」投稿お待ちしております！

- ▶スマートフォンで二次元コードを読み込んでレシピをチェック！



- ▶又は、インターネットで「はちおうじ元気ごはん」で検索↓



はっちくんの
アイコンが目印だよ /

はちおうじ元気ごはん



<https://cookpad.com/jp>

戦略I 生涯を通じた心身の健康を支える食育の推進

作戦 1-2 栄養バランス向上作戦

現状と課題

- 意識調査の結果において、日頃の食生活で「主食・主菜・副菜をそろえる」「野菜を十分にとる」ことに『気をつけている』と回答した割合は8割台半ばにのびります。
- 「主食・主菜・副菜をそろえる」ことに『気をつけていない』と回答した割合は、年代が低いほど多い傾向が見られます。
- 食生活の基盤を確立するためには、保育園や学校などで、幼年期から望ましい食習慣を身につける必要があります。

今後の方向性

- 保育園や学校などを通じて、規則正しい生活リズムと食習慣の定着を目指した食支援を行います。
- 夏季休業中の小・中学生に対しては、栄養バランスのとれた昼食を提供する取組を進め、児童・生徒の健康の保持増進を図ります。
- 地域や関係団体との連携を強化し、健康的で持続可能な食環境の整備を推進します。



評価指標

中間アウトカム	対象	現状値 (令和6年度)	目標値 (令和11年度)
子どもの食生活に当てはまることで「野菜を食べる量が少ない」と回答した人の割合	幼稚園・ 保育園児・ 小学生	37.1%	25%に 近づける
子どもの食生活に当てはまることで「好き嫌いが多い」と回答した人の割合		36.1%	
子どもの食生活に当てはまることで「ながら食が多い」と回答した人の割合		31.7%	



市民の取組

- ・規則正しい生活リズムを作りましょう。
- ・1日3食、バランスの良い食事を心がけましょう。



地域・団体の取組

- ★WS 栄養バランスや正しい食習慣の普及に取り組みます。
- ・減塩や野菜摂取の推進に取り組みます。




市の取組

	取組名	取組目標	指標名	現状値 (令和6年度)	目標値 (令和11年度)	ライフステージ						担当課
						幼年期	少年期	青年期	壮年期	中年期	高年期	
1	保護者への 情報提供	給食関連の情報提供(献立表の配付、展示、たよりの発行、レシピ掲載など)を行うことで、保護者と子どもがコミュニケーションをとるきっかけとなり、保護者への適切な情報提供の場となっている。	給食献立表の配付	月に1回	月に1回以上							子どもの 教育・保育 推進課
			給食の展示	給食実施日	給食実施日							
			給食だよりの発行	月に1回	月に1回以上							
			ホームページへの レシピ掲載	月に1回	月に1回以上	○				○		
			クックパッドを活用 した情報提供	月に1回	月に1回以上							
			月間★すくすくメー ルを活用したレシ ピ提供	年1回程度	年1回程度							
2	公設公営保 育園での栄 養教育	公設公営保育園での栄養教育を行うことで子どもたちに食の大切さが伝わっている。	公設公営保育園での栄養教育の実施回数	3回	4回以上	○						子どもの 教育・保育 推進課
3	出前講座の 実施	地域の広場等に定期的に出向き、出前講座『乳幼児の食生活』を実施することで、保護者が子育ての不安を一人で抱え込まずに済み、乳幼児の食生活形成と生活習慣への意識付けができています。	出前講座実施回数	18回	18回	○						こども家庭 センター
4	親子 クッキング の開催	親子クッキングを開催することで、親子で食について学び、家庭で保護者から子どもへ食について伝える機会を作る。	親子クッキング開催	5回 満足度100%	6回 満足度100%	○						子どもの 教育・保育 推進課

	取組名	取組目標	指標名	現状値 (令和6年度)	目標値 (令和11年度)	ライフステージ						担当課	
						幼年期	少年期	青年期	壮年期	中年期	高年期		
5	地域・家庭への情報発信	地域の子育て家庭へ広く情報発信をすることで、食に関する知識の普及が図られ、子育て中の不安や悩みが軽減できている。また、適切な食生活形成と生活習慣の意識付けができています。	保育園・はちびば子育てひろば事業での離乳食～幼児食講話回数	年10回	年10回	○			○			子どもの教育・保育推進課 青少年若者課	
6	離乳食・幼児食に関する講習会等の実施	離乳食・幼児食に関する講習会や講演会を実施することで、乳幼児期から適切な生活リズムと望ましい食生活形成といった、適切な食習慣の基礎作りができています。また、知識の普及を図り、子育ての中での不安や悩みの軽減について支援できている。	離乳食講習会対面	18回	24回							こども家庭センター	
			オンライン講習会	12回	24回	○			○				
			幼児食講演会	1回	1回								
7 NEW	夏季休業中の昼食提供	夏季休業中に小学校給食室や給食センターを活用して調理を行い、学童保育所及び放課後子ども教室等で児童にバランスのとれた昼食を提供することで児童の健康の保持増進および食支援が実施できている。	昼食提供の実施か所数	80か所 (58校)	91か所 (68校)				○			学校給食課	
8	料理教室の実施	夏季休業中等に、児童や保護者が参加できる料理教室を実施することで、児童が楽しみながら食について学び、健康で安全な食生活を実践できる力が育っている。	料理教室の実施校数	12校	30校				○	○	○	学校給食課	
9	家庭・地域への情報発信	食に関する指導の全体計画・年間計画を基に、家庭・地域へ情報発信することで全教職員が協力しながら、継続的・体系的な食育が行われている。	家庭・地域への情報発信頻度	月1回程度	月1回程度				○	○	○	○	教育指導課
10	食育リーダー研修の実施	食育リーダー研修を実施することで、各校の取組などの成果と課題を共有し、食育の推進が図られている。	食育リーダー研修	1回	1回				○	○			教育指導課
11	食に関する指導の実施	食に関する指導の全体計画及び年間指導計画を基に、教員と栄養士等が連携しながら、授業時間に食に関する指導を実施することで児童・生徒が食に関する理解を深め、望ましい食習慣が身についている。	教員と栄養士等が連携しながら、授業時間に食に関する指導を実施した学校数	46校	50校				○	○			学校給食課

	取組名	取組目標	指標名	現状値 (令和6年度)	目標値 (令和11年度)	ライフステージ						担当課
						幼年期	少年期	青年期	壮年期	中年期	高年期	
12 NEW	夏休み元気応援ランチの実施	給食センターを活用し、夏季休業中に「夏休み元気応援ランチ」を実施し栄養バランスのとれた昼食の提供を行うことにより、児童・生徒の健康の保持増進および食支援が図られている。	夏休み元気応援ランチの実施回数	各センター 5日間	各センター 5日間		○	○				学校 給食課
13 NEW	災害時についての普及啓発	給食センターにおいて、親子料理教室や「災害時の備え」などテーマを設定した食育講座を実施することで、食の大切さや災害時の食の取組について普及啓発が図られている。	給食センターを活用した料理教室、食育講座の実施回数	8回	8回		○	○	○	○		学校 給食課
14 NEW	中学校における食に関する指導の実施	食に関する指導の全体計画及び年間指導計画を基に、給食センター栄養士が中学校を訪問し、給食時間に食に関する指導を実施する。	食育訪問の実施回数	1校あたり 11回	1校あたり 11回		○	○				学校 給食課
15	中学生の考えたバランス献立の給食提供	生徒が家庭科の授業で学習した内容を活かして『中学生の考えたバランス献立』を考案し、給食で提供することで、児童・生徒が健康の保持増進のために望ましい食習慣が身についている。	「中学生の考えたバランス献立」の実施回数	12回	12回		○	○				学校 給食課
16 NEW	食育教材のデータ配信	食育教材をモニター等で投影できるようデータ配信することで、ICTを活用した食育により食に関する情報の視覚的な理解が促され、児童・生徒に望ましい食習慣が身についている。	データ配信用食育教材数	月平均 15種類	月平均 15種類		○	○				学校 給食課
17 NEW	「はちおうじっ子ミニマム+（食育版）」の実施	基礎的な食育について、学習用端末上で児童を対象にテストを行い定着度を把握するとともに、関連する食に関する情報を学べる『はちおうじっ子ミニマム+（食育版）』を導入・実施することで、児童が食育の基礎を段階的に習得し、その定着度を把握することにより、食に関する自己管理能力の向上が図られている。	「はちおうじっ子ミニマム+（食育版）」の実施校	4校 (試行実施)	69校		○					学校 給食課
18	食育だよりやホームページ、SNS等の活用	食育だよりやホームページ、SNSや学習用端末を活用して、家庭へ学校での食育の様子や食に関する情報を発信することで、家庭での食育が充実している。	家庭への情報発信頻度	給食提供日 (月20日)	給食提供日 (月20日)		○	○	○	○		学校 給食課
19 NEW	健康ポイントの活用	健康ポイントてくぽを活用することでバランスの良い食事を摂る習慣ができています。	食食品目の目標を10日以上達成したてくぽ登録者の割合	37%	41%					○	○	高齢者いきいき課

	取組名	取組目標	指標名	現状値 (令和6年度)	目標値 (令和11年度)	ライフステージ						担当課
						幼年期	少年期	青年期	壮年期	中年期	高年期	
20	健康づくりサポーターの養成	地域における食育の普及啓発を行うため、健康づくりサポーターを養成することで、地域における食育の普及啓発が進められている。	食育に関する講座の実施回数	2回	1回				○	○	○	健康づくり推進課
21	地域・団体との協働事業	地域で活動する団体や栄養士会に対して食に関する情報提供や活動支援、協働事業を行うことで、地域における食育の普及啓発が進められている。	在宅栄養士会に対する活動支援数	23回	24回				○	○	○	健康づくり推進課
22	ホームページ・SNSの活用	ホームページやSNSを活用して食育に関する情報を発信することで、情報提供の充実が図られている。	ホームページ閲覧数	年間28,535ページビュー	年間30,000ページビュー	○	○	○	○	○	○	健康づくり推進課
23	食に関するイベント等の実施	食に関するイベント等を実施することで、市民や地域団体に対して食育に関する情報の普及啓発が広く行われている。	食育に関する情報提供を行うイベント数	5回	6回	○	○	○	○	○	○	健康づくり推進課
24	外食産業等との協働	外食産業等に対して健康に配慮した取組の働きかけや食育に関する情報発信を行うことで、食育の普及啓発が進められている。	はちおうじ健康応援店への情報発信回数	2回	2回	○	○	○	○	○	○	健康づくり推進課
25	はちおうじ健康応援店への周知啓発	食環境整備事業であるはちおうじ健康応援店への周知啓発を行うことで、市民の生活習慣病予防につながっている。	はちおうじ健康応援店登録店舗数	164店舗	200店舗	○	○	○	○	○	○	健康づくり推進課
26 	レシピサイトへの掲載	国内最大のレシピサイト『COOKPAD』に月1回以上、野菜摂取・減塩・学校給食・郷土料理など多様なレシピを掲載することで、より多くの市民に対して八王子の食文化や食育に関する情報提供が行われている。	COOKPAD掲載レシピを作った人数	11,864人	15,000人	○	○	○	○	○	○	健康づくり推進課

コラム ～給食センター「はちっこキッチン」から広がる食育の輪～

令和6年度(2024年度)に5つの給食センター「はちっこキッチン」が完成し、市内全ての児童・生徒に、栄養バランスがとれたあたたかい給食を提供できるようになりました。

また、給食センターには以下のような様々な役割があります。



▲給食センターでの調理の様子



▲はちっくん
(はちっこキッチンフェスタにて)

1.食育の拠点

試食会や「はちっこキッチンフェスタ」、料理教室などを開催し、地域に向けて給食の魅力や給食センターの役割を発信しています。

3.子どもへの食支援

夏休みに、給食センターで昼食を提供する「元気応援ランチ」や学童保育所への昼食提供を実施し、子どもの健康増進と保護者の負担軽減を図っています。

今後も、給食センターでは、子どもたちの健やかな成長を支えながら、地域の食育推進に取り組んでいきます。

2.災害時の食支援

災害時、避難所にあたたかい食事を届けます。また、災害時に役立つパッククッキング料理教室などを通じて、平常時からの備えについて普及啓発を行っています。

4.安心できる居場所づくり

不登校児童・生徒へ給食センターを開放し、給食提供を通じて、社会とつながるきっかけとなるよう支援しています。

戦略Ⅰ 生涯を通じた心身の健康を支える食育の推進

作戦 1-3 食で支える望ましい体重維持作戦

現状と課題

- 意識調査の結果において、「普通体重」は6割台半ば、「肥満」は約2割、「低体重(やせ)」は1割近くとなっています。
- 「低体重(やせ)」は女性の10~20代で2割弱と高く、一方で「肥満」は男性の50代で約4割と高い傾向が見られます。
- 適正体重を維持するためには、妊娠期・幼年期・少年期から望ましい食生活を意識付けることが必要です。

今後の方向性

- 健康相談や健康教育の実施、健診に合わせた栄養相談を通じて、健康的な食事への意識を高め、適正体重の維持に向けた支援を行います。
- 妊娠期からの母子保健活動において、望ましい食生活への意識付けを行い、生活習慣病の予防につなげます。
- 民間事業者との連携を強化し、健康的で持続可能な食環境の整備を推進します。



評価指標

中間アウトカム	対象	現状値 (令和6年度)	目標値 (令和11年度)
BMIが「普通体重」*の人の割合	全体 (18歳~74歳)	65.4%	70%

*普通体重とはBMI(肥満度を評価するための指標)18.5~25.0未満を指す



市民の取組

- ・自身の適正体重について知りましょう。
- ・自身の食事量と内容を見直しましょう。



地域・団体の取組

- ・個々にあった適正な食事量と内容について、啓発活動に努めます。
- ・中食、外食でも健康的な食事を選びやすくすることで、適正体重の維持を支援します。



市の取組

	取組名	取組目標	指標名	現状値 (令和6年度)	目標値 (令和11年度)	ライフステージ						担当課
						幼年期	少年期	青年期	壮年期	中年期	高年期	
1 NEW	幼児肥満予防の周知啓発	健診を通して八王子市医師会小児科部会と作成したポスターを掲示することで、養育者に乳幼児期からの肥満対策の重要性が周知され、幼児期の肥満予防につながっている。	幼児肥満に関するチラシの配布数	144回	144回	○						こども家庭センター
			1歳6か月児健診、3歳児健診実施回数	144回	144回							
2	妊娠期の健康・食生活支援	パパママクラス(保健・栄養)やオンライン講座を実施することで、妊婦自身や家族の食事を見直す機会となり、出産後の望ましい食生活が生活習慣病予防につながるという意識付けがされている。	パパママクラスの実施回数	15回	12回							こども家庭センター
			オンラインパパママクラスの実施回数	3回	1回				○			
3 NEW	早期受診の体制づくり	児童生徒の定期健康診断結果から作成される成長曲線を活用し、治療が必要なやせや疾患の可能性がある場合に、早期に医療機関への受診を勧奨できる体制づくりに向けた検討が行われている。	検討委員会の開催	2回	1回			○	○			教育指導課
4 NEW	食に関する個別的な相談・指導の体制づくり	肥満・やせ傾向等の児童・生徒が望ましい食生活を送れるよう、食に関する個別的な相談・指導ができる体制づくりに向けた検討を行う。	検討会の開催	0回	1回			○	○			学校給食課
5	健康相談や健康教室の実施	個別の健康相談や健康教室、講演会を実施することで、自分自身の体を振り返り状況を知る機会が提供され、生活習慣病の予防につながっている。	健康相談者数	-	150人					○	○	保健福祉センター
			健康教育の実施回数	-	6回							
6	特定健康診査・保健指導の実施	特定健康診査・特定保健指導を実施することで、目標値の達成が進み、メタボリックシンドローム該当者の減少につながっている。	特定健康診査受診率	45.0%(R6法定報告値)	60%							成人保健課
			特定保健指導実施率	25.4%(R6法定報告値)	60%				○	○	○	
			メタボ減少率	20.3%(R6法定報告値)	26%							

	取組名	取組目標	指標名	現状値 (令和6年度)	目標値 (令和11年度)	ライフステージ						担当課
						幼年期	少年期	青年期	壮年期	中年期	高齢期	
7	一般健康診査・一般保健指導の実施	一般健康診査や一般保健指導を実施することで、市民の健康状態の把握と生活習慣病予防に向けた支援ができています。	一般健康診査受診者数	1,737人	継続実施				○	○	○	成人保健課
			一般保健指導実施者数	11人								
8	健診時の情報提供	健診時にパンフレットを配布し、保健指導時に対象に応じた情報提供を行うことで、生活習慣病予防につながっている。	パンフレット配布率	100%	100%				○	○	○	成人保健課
9	フレイル予防の普及啓発	通いの場等でフレイル予防の普及啓発を行うことで、高齢者が予防法を知り、実践するきっかけとなり、介護予防につながっている。	高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施における通いの場等でのポピュレーションアプローチの実施回数	75回	80回						○	保健福祉センター
10	食楽訪問の実施	訪問型短期集中予防サービス『食楽訪問』の実施により、高齢者が元気だった時の食生活を取り戻すことができるよう、管理栄養士が3か月間の短期集中的な面談を中心とした支援を行い、「楽しく・楽に食べる食生活」の獲得・維持につなげていく。	訪問支援の利用件数	40回	60回						○	高齢者いきいき課

コラム

～楽しく食べて健康に!「食ナビ訪問」～

要介護認定者を除く65歳以上の皆様に、

①食欲が落ちている、②飲み込むとおせる、③口臭が気になる、などの「食べること」

に関する困りごとや、偏った食事をしているなどの「栄養」に関する心配ごとに対して、高齢者あんしん相談センターの職員又は担当ケアマネジャーと一緒に言語聴覚士・管理栄養士・歯科衛生士の専門職がご自宅を訪問し、今後の暮らしに向けた助言を行います。



▲食ナビ訪問の様子

コラム ～減塩で健康生活～

食塩をとり過ぎると、血圧が上がることで、心臓や脳の病気が起こりやすくなったり、胃がんのリスクが上昇したりします。

日本人の食事摂取基準(2025年版)によると、生活習慣病の発症予防を目的とした食塩摂取量の目標量は、男性7.5g未満、女性6.5g未満とされています。一方、令和6年(2024年)国民健康・栄養調査によると、日本人の1日あたりの食塩摂取量は、男性10.5g、女性8.9gという結果が示されています。

だしを使ったり、減塩の調味料を使用したり、風味づけに香味野菜を使うなど、できることから減塩に取り組んで、徐々にうす味に慣れていきましょう。

<まずは食品の栄養成分表示を確認してみましょう>

高血圧予防のため、
食塩相当量をチェック!

減塩には、高血圧の予防や
管理に効果があります。

栄養成分表示 1食(10g)当たり

エネルギー	0kcal
たんぱく質	0g
脂質	0g
炭水化物	0g
食塩相当量	0g

▲栄養成分表示の例

コラム ～生活習慣病の予防に向けた取組～

大横・東浅川・南大沢保健福祉センターでは、市民の健康をサポートする取組を行っています。「健康診断の結果が届いたけど見方がわからない」「結果で気になるところがあるけど何から取り組んだらよいかわからない」などの相談を保健師・栄養士が個別で対応しています。

また自分の健診結果を理解し、運動や食に関する正しい知識を身につけ、自ら生活習慣病の予防に取り組むことができるように、保健師・栄養士などによる講話等も行っています。



▲生活習慣病予防教室の様子

戦略Ⅰ 生涯を通じた心身の健康を支える食育の推進

作戦 Ⅰ-4 歯と口から始める笑顔の食生活作戦

現状と課題

- 「第4期八王子市保健医療計画」及び「第2期八王子市がん対策推進計画」に係る市民意識調査では、歯科検診を「受けていない」と回答した人が4割弱となっています。
- 歯科疾患の早期発見・早期治療や口腔機能の維持のため、歯科検診の受診を引き続き推奨することが重要です。
- 高年期における摂食・嚥下（えんげ）障害や誤嚥性肺炎（ごえんせいはいえん）の予防、オーラルフレイル対策は、健康寿命の延伸に効果的であり、口腔機能の維持・向上が求められています。

今後の方向性

- 生涯自分の歯を保ち、口腔の健康を維持するために、定期的な歯科検診や相談を通じて、むし歯や歯周病などの歯科疾患を早期発見し、口腔機能の維持・向上を図ります。
- 市民が口腔保健の重要性を理解し、適切な口腔ケアを実践できるよう、講演会やセミナー等を開催し、普及啓発活動を行います。
- 嚥下（えんげ）機能の低下や低栄養、口腔乾燥症などのオーラルフレイルに関する適切な予防方法について周知啓発を行い、歯科検診等を実施します。



評価指標

中間アウトカム	対象	現状値 (令和6年度)	目標値 (令和11年度)
食育に関することで、「ゆっくりよく噛んで食べることについて関心がある」人の割合	全体 (18歳~74歳)	23.2%	55%



市民の取組

- ・かかりつけ医をもち、定期的に歯科検診を受けましょう。
- ・消化促進や嚥下（えんげ）機能の低下を防ぐため、一口に30回以上噛むことを心がけ、正しい姿勢で食事をします。



地域・団体の取組

- ・定期的な歯科検診の重要性について、市民に啓発します。
- ・動画やリーフレットを活用し、口腔保健の重要性をわかりやすく伝えます。



市の取組

	取組名	取組目標	指標名	現状値 (令和6年度)	目標値 (令和11年度)	ライフステージ						担当課
						幼年期	少年期	青年期	壮年期	中年期	高年期	
1	3歳児歯科健診・むし歯予防相談の実施	3歳児歯科健診・むし歯予防相談の実施により、むし歯のない者の増加につながっている。	(令和6年度(2024年度)) 3歳児歯科健診実施回数 (令和11年度(2029年度)) 3歳児歯科健診のむし歯のない者	72回	増加	○						こども家庭センター
2	歯と口腔・歯周病検診の実施	歯と口腔・歯周病検診の実施により歯周病の予防や早期発見につながっている。	歯と口腔・歯周病検診の受診率	40歳:3.9% 50歳:3.3% 60歳:4.6% 70歳:4.8%	継続実施 (※前年度よりも実施率を上回ることを目標とする。)			○	○	○	○	成人保健課
3	学校でのかみかみ献立の提供	歯と口の健康週間やいい歯の日に合わせて、かみかみ献立を提供するとともに、歯科衛生士によるメッセージを盛り込んだ食育教材を活用してかむことの大切さを伝え、児童・生徒がよくかんで食べる習慣を身につける。	かみかみ献立の実施回数	各校2回	各校2回		○	○				学校給食課
4	後期高齢者歯科健診の実施	後期高齢者歯科健診の実施により、高齢者のオーラルフレイルの予防ができています。	後期高齢者歯科健診受診率	76歳:5.6% 80歳:5.0%	継続実施 (※前年度よりも実施率を上回ることを目標とする。)						○	成人保健課
5 NEW	歯科口腔保健に関する普及啓発	歯科口腔保健に関するリーフレットの配布や講演会を実施することで市民の生涯にわたる健康の保持及び増進が図られている。	講演会開催回数 リーフレット配布数	1回 3,866枚	1回 4,000枚	○	○	○	○	○	○	健康づくり推進課 口腔保健支援センター

戦略2 食の安全・安心の推進

作戦 2-1 みんなで守る食の安全・安心作戦

現状と課題

- 意識調査の結果において、「食育について関心のある内容」として「食品の安全性」と回答した割合が5割強となっており、市民の関心が高まっています。
- こうした関心に応えるため、市民に対して正確でわかりやすい情報を迅速に提供し、食品衛生や食の安全・安心に関する知識の普及啓発を進めることが重要です。
- 食や健康に関する情報があふれる中、正しい知識や情報を見極める力を育むことが求められています。

今後の方向性

- 食物アレルギーや食中毒などへの対策として、授業や講習会を通じて、食の安全に関する適切な知識の普及啓発を進めます。
- 食品関連事業者に対し、講習会等を実施することで、食品衛生管理の徹底を図り、市民の食に対する安全に努めます。
- 保育園等の給食においては、誤嚥や窒息を予防する献立を提供し、安全・安心な食環境づくりを推進します。



評価指標

中間アウトカム	対象	現状値 (令和6年度)	目標値 (令和11年度)
食品購入時に「食品表示(栄養成分やアレルギー表示等)に気をつけている」人の割合	全体 (18歳~74歳)	30.2%	70%



市民の取組

- ・調理や食事をする前は、丁寧な手洗いや手指消毒を行きましょう。
- ・食品の購入時や外食、中食を利用する際は、栄養成分表示やアレルギー表示を確認するように意識しましょう。



地域・団体の取組

- ・食品の栄養成分表示やアレルギー表示の適正な管理と提供をします。
- ・食中毒などの発生を防ぐため、食品の適切な管理と衛生環境の維持に努めるとともに、HACCP(食品の製造工程で食中毒などを防ぐために、重要なポイントを監視・管理する仕組み)に沿った衛生管理を実施します。



市の取組

	取組名	取組目標	指標名	現状値 (令和6年度)	目標値 (令和11年度)	ライフステージ						担当課
						幼年期	少年期	青年期	壮年期	中年期	高年期	
1 NEW	公設公営 保育園での 食の安全啓発	給食だよりへの掲載、栄養教育、誤嚥や窒息 予防献立の提供を行うことで、保護者および 園児の誤嚥・窒息防止に関する知識が向上し ている。	給食だよりへの掲載 回数	年1回	年1回							子どもの 教育・保育 推進課
			栄養教育実施回数	年1回以上	年1回以上	○			○			
			誤嚥や窒息予防献立 の提供回数	年2回	年2回							
2	食育の日の 普及啓発	毎月19日の食育の日の普及啓発や、学期に 一度の児童・生徒集会での取組、食の安全に 関する授業を行うことで、児童・生徒が身に つけさせたい力を育むことができている。	食育の日の普及啓発 頻度	学期に 1回程度	学期に 1回程度		○	○				教育 指導課
3	食の安全に 関する授業 の実施	特定給食施設への個別指導(巡回)および集 団指導を実施することで、教科・領域の中で食 の安全に関する学習が実践できている。	食の安全に関する 学習の授業数	学期に 1回程度	学期に 1回程度		○	○				教育 指導課
4	児童・生徒 および保護 者への情報 発信	食育だより等を活用して食物アレルギーや食中 毒予防に関する情報を家庭へ発信することによ り、児童・生徒および保護者の食の安全・安心 に関する適切な知識の普及啓発ができている。	食物アレルギーや 食中毒予防に関す る家庭への情報 発信頻度	各校年1回	各校年1回		○	○	○	○		学校 給食課
5	出前講座の 実施	市民への出前講座を実施することで、食の安全 や食品に関する正確な情報が市民に広く提 供されている。	出前講座実施回数	0回	年1回以上			○	○	○	○	生活 衛生課
6	食品衛生 講習会の実施	食品関連事業者への実務講習会を実施する ことで、営業者の食品衛生管理の徹底が図ら れている。	実務講習会実施回数	2回	年1回以上			○	○	○	○	生活 衛生課
7	特定給食施設への個別 指導の実施	特定給食施設への個別指導(巡回)を年20 回実施し、また、講習会の充実を図ることで、給 食施設における栄養管理・衛生管理の資質向 上を目指す。	特定給食施設への 個別指導(巡回) 施設数	23施設	20施設以上			○	○	○	○	生活 衛生課
			講習会の実施回数	11回	5回以上							

戦略2 食の安全・安心の推進

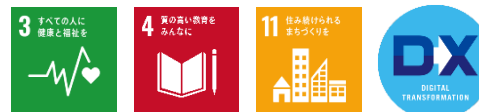
作戦 2-2 食と命を守る災害対応作戦

現状と課題

- 意識調査の結果において、災害時に備えた食料を「備蓄している」と回答した市民は6割台半ばにのぼります。
- 備蓄している食料の内容としては、「精米、無洗米、パックご飯」が7割強と最も多くなっています。
- 備蓄の重要性や災害時の栄養・食生活に関する課題への理解を広げるため、引き続き、普及啓発を進める必要があります。

今後の方向性

- 市民が「自助・共助」の意識を高め、平常時から備えを行い、有事の際、助け合いができるよう、定期的な防災訓練の実施や情報提供を継続し、安全・安心な生活の実現を目指します。
- 有事の際にも安全・安心な生活を維持できるよう、災害時の食を支える連携体制の強化を図ります。
- 子どもの頃から災害への備えを意識できるよう、知識や理解を深める講座や体験活動を実施します。



評価指標

中間アウトカム	対象	現状値 (令和6年度)	目標値 (令和11年度)
食料を「備蓄している」人の割合	全体 (18歳~74歳)	64.6%	70%



市民の取組

- ・災害時に備えてローリングストックを活用しながら、3日分の食料を備蓄しましょう。
- ・防災意識の向上のため、防災訓練や講座等に参加しましょう。



地域・団体の取組

- ・備蓄の重要性について伝えます。
- ・関係者同士の連携体制を強化します。



市の取組

	取組名	取組目標	指標名	現状値 (令和6年度)	目標値 (令和11年度)	ライフステージ						担当課
						幼年期	少年期	青年期	壮年期	中年期	高年期	
1 NEW	災害時についての普及啓発(再掲)	給食センターにおいて親子料理教室や『災害時の備え』などのテーマを設定した食育講座を実施することで、食の大切さや災害時の食の取組についての普及啓発が図られている。	給食センターを活用した料理教室、食育講座の実施回数	8回	8回		○	○	○	○		学校給食課
2	防災食体験による防災意識の向上	小学校で給食にアルファ米・乾パン・クラッカー等を取り入れることで、児童が日常生活の中で防災を身近に感じ、防災意識の醸成につながっている。	給食でのアルファ米等を使用する学校数	34校	50校		○	○				防災課
3	防災訓練等による防災意識の向上	出前講座や防災訓練において、備蓄について言及することで、非常時に備えた物資の備蓄の必要性について、地域住民の理解促進と意識向上が図られている。	出前講座等での講座数	30回	40回		○	○	○	○	○	防災課
4	災害時の食に関する意識啓発	イベントなどの際に、地域の栄養士会や関係団体・所管課と連携して災害時における食について情報提供することで、市民に災害時の食に関する理解促進と取組の推進が図られている。	災害時における食に関する展示回数	2回	2回	○	○	○	○	○	○	健康づくり推進課 はちおうじ健康づくり推進協議会
5	災害時の連携体制強化	パンデミックや災害等有事の際の食育の進め方やあり方を検討することで、災害時における連携体制の構築が進められている。	災害時における連絡体制のための検討会の実施回数	5回	6回	○	○	○	○	○	○	健康づくり推進課 (各栄養業務関係所管課)
6 NEW	災害時の給食センターの活用	給食センターにおいて、災害時に避難所等へあたたかい食事を提供する食支援体制を整備し、イベント等でその機能について普及啓発を行うことで、市民の防災意識が高まっている。	災害時の食支援体制が整備されているセンター数	5センター	5センター	○	○	○	○	○	○	学校給食課

戦略3 地域や関係者がつながる食育の推進

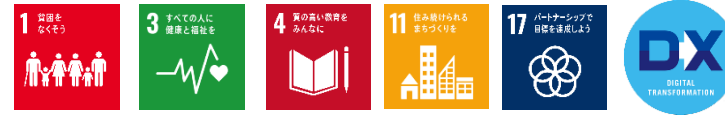
作戦 3-1 地域で育む食文化継承・共食作戦

現状と課題

- 意識調査の結果において、平日・休日の3食すべてを「ひとりで食事をする」と回答した割合は1割近くとなっています。
- 地域コミュニティの希薄化や単身世帯の増加、働き方の多様化により孤食が増加しており、栄養バランスの低下や食事マナーの悪化につながる可能性があります。そのため、家庭・地域・職場・学校などで、誰かと一緒に食事をする機会を増やし、食を楽しみながら正しい食習慣を身につけることが重要です。
- 核家族化や単身世帯の増加、外食・中食の利用、食のグローバル化の進行により、郷土料理や行事食等の伝統的な食文化に触れる機会が減少しています。地域に根ざした食文化を守り、次世代へ継承していくことが求められています。

今後の方向性

- 家族・地域・職場・学校などで食事を共にする機会を推進することで、食を通じたコミュニケーションの充実や社会とのつながりの形成を図ります。
- 子ども食堂等、共食の場の提供支援を通じて、共食を希望する人が安心して参加できる環境づくりを進めます。
- 給食や授業を通じて、子どもたちが食事のマナーを学び、郷土料理や行事食に触れることで、地域の食文化を理解し、次世代へ継承します。



評価指標

中間アウトカム	対象	現状値 (令和6年度)	目標値 (令和11年度)
食文化を次世代へ伝えていくことを「大切だと思う」人の割合	全体 (18歳～74歳)	87.6%	100%に 近づける
平日3食及び休日3食すべて「ひとりで食事をする」人の割合	全体 (18歳～74歳)	8.3%	0%に 近づける



市民の取組

- ・地域の郷土料理や行事食などについて知りましょう。
- ・季節ごとに旬の食べ物に触れ、味わってみましょう。



地域・団体の取組

- ・地域で食事をする機会を提供します。
- ★WS・子ども食堂同士で定期的に話し合いやイベントができるよう検討します。



市の取組

	取組名	取組目標	指標名	現状値 (令和6年度)	目標値 (令和11年度)	ライフステージ						担当課
						幼年期	少年期	青年期	壮年期	中年期	高年期	
NEW	給食を通したマナー指導	給食を通して食事のマナー指導を行うことで、子どもたちの食事のマナーが身についている。	給食を通した食事のマナー指導回数	給食実施日数	給食実施日数	○						子どもの教育・保育推進課
2	給食を通した伝統行事体験	給食に伝統行事食を取り入れることにより、子どもたちが食べ物の旬や郷土料理、伝統行事食に触れる機会が設けられている。	季節の行事食を給食に取り入れる回数	11回	18回	○						子どもの教育・保育推進課
3	子ども食堂との連携	子ども食堂連絡会や支援講座の開催により、子どもたちが地域の方とともに食事ができる場が確保されている。	子ども食堂の登録団体がある中学校区数	26区	37区	○	○	○				子どものしあわせ課
4	伝統食に関わる授業の実施	行事食や伝統食の学習に関わる授業により子どもが郷土料理や行事食、伝統食について学び、体験できている。	行事食や伝統食の学習に関わる教科や授業数	1学期に1回程度	1学期に1回程度		○	○				教育指導課
NEW	地域の食文化の継承	日本遺産献立や郷土料理の給食提供、食育教材の活用によって、児童・生徒の郷土愛が醸成され、食文化の継承につながっている。	地域の食文化を伝える給食の提供回数	各校16回	各校16回		○	○				学校給食課
NEW	不登校児童・生徒への給食提供	給食センターを活用し、不登校児童・生徒へ給食の提供を行うことにより、食を通じて社会とつながる機会が創出されている。	実施センター数	5センター	5センター		○	○				学校給食課
NEW	大学との連携	SDGsや食文化の継承等大学の専門性を活かした連携により、児童・生徒が食に関する理解を深め、望ましい食習慣が身についている。また、大学生が食に触れる機会となり、地域全体の食育推進が図られている。	大学と連携した延べ取組数	0回	3回		○	○				学校給食課
8	おはし名人の取組実施	食育月間に「おはし名人」取組の実施により、児童・生徒が食事のマナーを身につけ健全な食生活を実践できる力が育っている。	おはし名人の取組を実施した学校数	全校	全校		○	○				学校給食課

	取組名	取組目標	指標名	現状値 (令和6年度)	目標値 (令和11年度)	ライフステージ						担当課
						幼年期	少年期	青年期	壮年期	中年期	高年期	
9 NEW	ファミリーサポーターへの食に関する啓発事業	ファミリーサポート養成講座等における離乳食、幼児食の講義により、ファミリーサポーターの知識向上が図られている。	取組の実施回数	4回	3回以上				○	○	○	子どもの教育・保育推進課
10 NEW	給食センターでの中学生の職場体験の実施	中学生が給食センターにおいて献立作成や調理、食育訪問等栄養士や調理員の業務を体験することで、食への関心や理解が深まるとともに感謝の心が育まれている。	実施センター数	5センター	5センター		○	○				学校給食課
11 NEW	日本遺産に関する食文化の理解・継承	民間事業者や大学等との連携による取組を通じて、日本遺産に関する食文化の理解・継承ができています。	日本遺産に関する食文化の理解・継承に向けた、民間事業者や大学等との取組数	2件	5件以上			○	○	○	○	日本遺産推進課
12	給食センターでの食育イベント	給食センターにおいて、地域住民を対象とした食育イベントや試食会の実施により、学校給食の普及啓発と地域全体の食育推進が図られている。	食育イベント開催回数 試食会開催回数	各センター 年1回 各センター 月3~4回	各センター 年1回 各センター 月3~4回	○	○	○	○	○	○	学校給食課
13	フードバンク団体との連携・協働	フードパントリーの開設支援など、フードバンク団体との連携によって、生活困窮者への支援体制が地域で強化・展開されている。	市からフードバンク団体への支援依頼件数	821世帯	800世帯	○	○	○	○	○	○	生活自立支援課
14 NEW	100年フード「桑都・八王子のふるさと料理」の普及啓発	100年フード「桑都・八王子のふるさと料理」の普及啓発により、市民の郷土愛が醸成されている。	100年フード関連食育教材数 100年フード関連食品の商品化など普及啓発活動数	月1回 1回	月1回 1回	○	○	○	○	○	○	学校給食課
15 NEW	行政栄養士の人材育成	本市の行政栄養士による組織横断的な人材育成や業務推進により、市民が自然に健康になれるよう食育が推進されている。	人材育成検討部会の実施回数	5回	6回	○	○	○	○	○	○	健康づくり推進課 (各栄養業務関係所管課)
16	食育推進会議の実施	食育推進会議を実施し、各団体がそれぞれの立場から意見交換を行うことで、市民一人ひとりが食に関する正しい知識・情報を得られる環境づくりにつながっている。	八王子市食育推進会議実施回数	3回	3回	○	○	○	○	○	○	健康づくり推進課

コラム ～共食をするとこんないいこと～

食を共にすること、「共食(きょうしょく)」には、「一緒に食べる」ことだけではなく、「何をつくろうか?」、「おいしかったね」と話し合うことも含まれます。共食をするために、工夫できることを考えてみることも大切です。

<家族や仲間と一緒にできること、やってみたいことにチェックしてみましょう。>

- どの食事にするかを考える
- 材料をそろえる(買い物、収穫など)
- 料理を作る(下ごしらえ、調理、盛り付けなど)
- 配膳、食卓の準備、声かけをする
- 食べる
- 後片付けをする(食器を片づける、洗う、廃棄、保存)
- 感想を話したり、聞いたりする

公設公営保育園では、給食だよりの中で共食についても紹介しています。また市内小学校でも給食の時間に食育教材を使って「みんなで食べたらおいしいね」「食後に食べた感想を話したり、学校でのできごとを話したりすると、心も体も元気になります」といったミニ指導を行っています。健康的な食習慣を子どものうちに身につけることは、将来大人になってからの健やかな心と体を育む基礎になります。

コラム ～「道の駅八王子滝山」が食文化ミュージアムに認定されました!～

令和7年(2025年)4月、文化庁の事業である「食文化ミュージアム」に、東京唯一の道の駅である、「道の駅八王子滝山」が認定されました。「食文化ミュージアム」とは、地域に根差した食文化又は特定分野の食文化を発信する施設であり、道の駅八王子滝山では、地場農産物や郷土料理をいつでも購入・飲食することができます。

市内の農家が丹精込めて育てた四季折々の新鮮野菜をはじめ、江戸東京野菜に認定された川口エンドウ、八王子ショウガのほか、ふるさと料理「かてめし」や、ご当地グルメ等の提供により、東京・八王子の食文化の魅力発信に取り組んでいます。



コラム ～100年フード認定「桑都・八王子のふるさと料理」～

本市の学校給食では、古くから伝わる「かてめし」や地域にゆかりのある桑の葉を使用した「桑都焼き」、そうめんを絹糸に見立てた「絹のお吸い物」など、八王子の里山や畑で収穫される地場農産物を使用し、地域の歴史や文化に触れられる「ふるさと料理」を提供してきました。

令和6年(2024年)3月、これらの地場農産物や歴史、文化を取り入れた「桑都・八王子のふるさと料理」が、文化庁の100年フードに認定されました。100年フードは、地域で100年続く食文化として継承していくことを目指す文化庁の事業です。

これからも、給食を通して子どもたちへふるさとの魅力を伝えていきます。



▲食育教材一例

コラム ～地域に根ざした朝食提供の子ども食堂

バラエティクラブの取組～

南大沢で平成20年(2008年)に発足したバラエティクラブは、地域のつながりを育む場として、子ども食堂を運営し、学校の夏季休業中には朝食も毎日提供しています。食事の提供を通じて、子どもの健やかな成長や居場所づくりを支える役割を担っており、不登校の子どもも安心して通える環境が整えられています。さらに、地元農家や店舗から食材を調達することで、地域資源を活かした自立的な運営を続けています。



▲バラエティクラブの様子

こうした地域コミュニティの力による支え合いの仕組みが、持続可能な食育活動の基盤となっています。

コラム ～地域で食育活動を支える栄養士活動団体～ 「八王子管理栄養士の会 ダイエタリー・フレンズ」「八王子地域活動栄養士会」

本市には地域で活動する栄養士団体が2団体あり、日々市民の健康づくりを食の面からサポートする活動を行っています。今回は「八王子管理栄養士の会 ダイエタリー・フレンズ」と「八王子地域活動栄養士会」の活動内容をご紹介します。

「八王子管理栄養士の会 ダイエタリー・フレンズ」は、生活習慣病予防を踏まえた料理教室、子どもから高齢者まで、地域住民の健康づくりを支える活動に取り組んでいます。地域イベントでの食育教室、季節の食材を使ったレシピ紹介、栄養相談などの活動を行っています。



▲八王子管理栄養士の会
ダイエタリー・フレンズ



▲料理教室の様子

「八王子地域活動栄養士会」は、健康フェスタ・食育フェスタをはじめとする市関連のイベントや市民センターまつりなどに参加、料理教室の講師派遣などを通して、子どもから高齢者まで地域の健康づくりをサポートする活動に取り組んでいます。



▲八王子地域活動栄養士会



▲いちょうまつりでの出展の様子

戦略4 食と環境の調和の推進

作戦 4-1 つくる想い・つなぐふるさと愛作戦

現状と課題

- 本市は豊かな食資源に恵まれ、都内でも随一の農業生産高を誇っています。
- 意識調査の結果において、八王子産の農産物を「購入している」と回答した割合は4割強となっています。一方で、「購入したことがない」「わからない」と回答した人の理由として、「八王子産の表示がないので分からない」が3割近くと最も多くなっています。
- 実際に地場農産物の購入・消費につながる行動を促すためにも、更なる地産地消の推進が必要です。

今後の方向性

- 保育園や学校の給食に八王子産の農産物を積極的に活用することで、子どもたちが地場農産物に親しみ、地域の自然・文化・産業への理解を深めるとともに、食の楽しさや大切さ、食への感謝の心、郷土愛を育むことを目指します。
- 生産者との交流や農業体験等を通じて、生産から消費までの過程への理解を深め、食への関心を高める取組を推進します。
- 給食に有機農法による野菜を取り入れることで、地産地消や環境保全に関する理解と関心を高め、地域の自然・文化・産業への理解を深める取組を進めます。
※地産地消に関する取組は「共創による食育」に掲載しています。



評価指標

中間アウトカム	対象	現状値 (令和6年度)	目標値 (令和11年度)
八王子産の農産物を「購入している」人の割合	全体 (18歳~74歳)	43.8%	60%



市民の取組

- ★WS・八王子産の農産物を購入する機会を増やしましょう。
- ・農業体験等を通じて、食の楽しさや大切さを実感しましょう。



地域・団体の取組

- ★WS・農業体験やイベント、ツアー等を実施し、農業の理解促進を図ります。
- ★WS・市と連携しながら、地域の農産物の魅力を発信し、地産地消の推進や農業への理解促進、地域資源の活用を図る取組を進めます。



市の取組

	取組名	取組目標	指標名	現状値 (令和6年度)	目標値 (令和11年度)	ライフステージ						担当課
						幼年期	少年期	青年期	壮年期	中年期	高年期	
1	公設公営 保育園での 食育体験	おにぎりづくりや野菜に触れる体験、栽培・収穫、収穫祭、調理保育などの活動を通して、食べ物を身近に感じられるようになっているほか、料理ができるまでの過程や、食べ物に関わる様々な人の存在を理解することができるようになっている。	おにぎりづくり体験	各園年1回以上	各園年4回以上	○						子どもの 教育・保育 推進課
			野菜に触れる体験	各園月1回以上	各園月2回以上							
			野菜の栽培・収穫	各園月1回以上	各園年2回以上							
			収穫祭の実施	市立みなみ野 保育園1回	市立みなみ野 保育園1回							
			調理保育の実施	各園年2回以上	各園年2回以上							
2	八王子産米 を食べる日 の実施	保育園・幼稚園・小学校が連携して「八王子産米を食べる日」を設けるほか、園児を対象とした学校給食体験を実施することで、子どもたちの食への関心が高まり、食べ物に関わる人々への感謝の心や、地域の食材を通じた郷土愛が育まれている。	「八王子産米を食べる日」の実施回数	各校1回	各校1回	○	○	○				学校 給食課
3	生産者からの メッセージ 伝達	地域の生産者の体験や食育教材を通じて、生産者からのメッセージ等を児童・生徒に伝えることで、子どもたちの食べ物に対する感謝の心や、社会性が育まれている。	食育教材への生産者メッセージの掲載回数	各校13回	各校13回		○	○				学校 給食課
4	給食を通じた 地場農産物 の提供	年間を通じて地場農産物を給食で提供することで、児童・生徒が地域の自然・文化・産業などへの理解を深めるとともに、食べ物への感謝の心や郷土愛が育まれている。	学校給食の食材に地場農産物を使用している割合	36.9%	30%以上		○	○				学校 給食課

	取組名	取組目標	指標名	現状値 (令和6年度)	目標値 (令和11年度)	ライフステージ						担当課
						幼年期	少年期	青年期	壮年期	中年期	高年期	
5 NEW	学校給食畑で有機農法による野菜の生産	JA八王子と連携し、市内の学校給食畑で生産した有機農法による野菜を給食に使用するとともに、地産地消や環境保全に関する食育教材を作成して児童・生徒に発信することで、地産地消や環境保全の意識が高まるとともに、地域の自然・文化・産業への理解が深まり、感謝の心や郷土愛が育まれている。	学校給食畑で生産した有機農法による野菜の使用回数	0回	2回		○	○				学校給食課
6 NEW	地産地消を目指した地場農産物の加工	パッションフルーツや山ぶどう等、給食がない三期休業中に収穫できる地場農産物を給食センターや小学校の給食室で加工し、給食で使用することで、地産地消の推進が図られている。	加工した地場農産物の使用回数	2回	2回		○	○				学校給食課
7	道の駅を活用した地産地消の促進	道の駅八王子滝山における地場農産物の売上高の向上を目指して地産地消を推進することで、地域の農業振興につながるとともに、地場農産物への関心が高まり、地域とのつながりを意識する機会が生まれている。	道の駅八王子滝山における地場農産物の売上額	360,327,161円	400,000,000円			○	○	○	○	農林課
8	農業祭の開催	JA八王子と連携し、JA農業祭や春・秋の植木市を開催することで、新鮮で安全な地場農産物を広く市民にPRするとともに、地場農産物への関心や愛着が醸成されている。	農業祭来場者数	7,000人	7,500人							農林課
			春の植木市来場者数	3,000人	3,500人			○	○	○	○	JA八王子
			秋の植木市来場者数	3,000人	3,500人							
9	はちおうじ農産物直売所マップの配布	JA八王子と連携し、「はちおうじ農産物直売所マップ」を隔年で改版することで、地場農産物の販売促進につながるとともに、市民の地産地消への関心や理解が深まっている。	「はちおうじ農産物直売所マップ」の配布					○	○	○	○	農林課
			ホームページへの掲載									JA八王子

	取組名	取組目標	指標名	現状値 (令和6年度)	目標値 (令和11年度)	ライフステージ						担当課
						幼年期	少年期	青年期	壮年期	中年期	高年期	
10	収穫体験の実施	稲作体験、ジャガイモ掘り、サツマイモ掘り、搾乳体験、収穫体験(市主催)などの各種農業体験を実施することで、児童・生徒は、地域の自然・文化・産業への理解を深めるとともに、食べ物への感謝の心や郷土愛が育まれている。	農業体験の実施事業数	稲作体験 16組43名 ジャガイモ掘り 15組45名 ブルーベリーの収穫 12組38名 野菜の収穫 5組16名 サツマイモ掘り 24組81名 搾乳体験 280名	8件	○	○	○	○	○	○	農林課
11 NEW	タヤけ小やけふれあいの里での食に関わる体験の実施	タヤけ小やけふれあいの里において、施設的环境を活かした「田植え・稲刈り・餅つき」の一連の米作り体験や、「ニジマスつかみ・焼き体験」などの食に関わるプログラムを実施することで、地域の農業や漁業への理解が促進されるとともに、食物を育てる大変さや命をいただくことへの感謝の気持ちを育む機会につながっている。	食に関わるプログラム参加者数	3,470名	3,500名	○	○	○	○	○	○	観光課

コラム

～地元の野菜でつくる、環境にやさしい給食～

学校給食では、地元農家さんの協力のもと、地産地消を推進しています。地元でとれた旬の野菜は新鮮で栄養価も高く、何よりおいしい!さらに、配送や保存にかかるエネルギーやコストの削減にもつながり、環境にもやさしい取組です。農家さんを講師としてお招きして、地元の農産物を使った料理教室も開催しています。

また、市内のひよどり山地区に誕生した学校給食畑では、有機農法による野菜づくりが始まり、ここで収穫された冬瓜などがさっそく給食に登場しました。これからも、環境に配慮した食材を取り入れながら、子どもたちが楽しみにしている給食を充実させていきます。



▲八王子産の旬の野菜



▲料理教室の様子

戦略4 食と環境の調和の推進

作戦 4-2 未来にやさしい食のサステナブル作戦

現状と課題

- 本市では、令和6年度（2024年度）時点で年間約13,800トンの食品ロスが発生しており、家庭から排出される可燃ごみの約11%、事業者では約24%が食品ロスとなっています。
- 意識調査の結果において、食品ロス削減のために取り組んでいることとして、「残さず食べる」と回答した割合が7割弱となっています。
- 持続可能な食の循環や生活環境の維持の観点から、生産・製造・販売・消費の各段階で食品ロスの重要性を理解し、無駄にしない意識の醸成と定着を図り、市民一人ひとりの行動につなげていくことが必要です。

今後の方向性

- 食の大切さや、食料の生産から消費までの循環を理解する機会を提供することで、食品を無駄にしない意識の醸成と定着を促進します。
- 給食や講習会等の場を活用し、生ごみの再生利用・資源化の重要性や、フードドライブなど食品ロス削減に向けた取組について周知啓発を行います。
- 消費者と事業者をつなぐマッチングサービスをアプリやWebシステムで提供し、更なる食品ロス削減を目指します。



評価指標

中間アウトカム	対象	現状値 (令和6年度)	目標値 (令和11年度)
食品ロス削減のために「残さず食べる」人の割合	全体 (18歳～74歳)	69.6%	80%



市民の取組

- ・食品ロスを減らすため、食べきれぬ量だけ作り、残さず食べる習慣を身につけましょう。
- ・食材は必要な分だけ購入しましょう。



地域・団体の取組

- ・販売店では期限が近い食品からの購入を呼びかけ、少量販売を実施したり、割引を行うなど、売り切る工夫を行います。
- ★ 期限間近の食品について、フードパントリーやマッチングサービスを活用して廃棄防止を図ります。



市の取組

	取組名	取組目標	指標名	現状値 (令和6年度)	目標値 (令和11年度)	ライフステージ						担当課
						幼年期	少年期	青年期	壮年期	中年期	高年期	
1	学校農園での体験・活動の実施	学校農園での体験や活動を通して、子どもたちは野菜についての理解を深めるとともに、八王子でつくられる農作物への関心が高まり、「食」への感謝の気持ちや「自然」と共生する姿勢が育まれている。	学校農園の体験、活動回数	1回	1回		○	○				教育指導課
2 NEW	「もったいない大作戦」の実施	10月の食品ロス削減月間に合わせて「もったいない大作戦」を各学校で実施し食育教材を通して児童・生徒の食べることへの意欲(好き嫌いのない、一人分をしっかりと食べる)が向上するとともに、食べ物への感謝の気持ちが育まれている。	「これからも食品ロスを減らしていきたい」と答えた児童の割合	96%	90%以上		○	○				学校給食課 教育指導課
3 NEW	たい肥化や食品リサイクルに関連した食育の実施	給食の食物残さを八王子バイオマス・エコセンターでたい肥化し、たい肥化や食品リサイクルに関連する食育教材を給食時間に児童・生徒へ伝えることで、環境保全の意識が高まるとともに、食べ物を大切に心が育まれている。	給食の食物残さをたい肥化している学校数・センター数 たい肥化や食品リサイクルに関連する食育指導回数	全校(給食室のある学校)・5センター 2回	全校(給食室のある学校)・5センター 2回		○	○				学校給食課
4 NEW	食品ロス削減を目指した地場農産物の加工	形や大きさが不揃いな玉ねぎ等市場に出回らない地場農産物を加工し、給食で使用することで、食品の有効活用が図られている。	加工した地場農産物の使用回数	0回	形や大きさが不揃いで市場に出回らない地場農産物が生じた際に随時		○	○				学校給食課
5 NEW	SDGsに関連した食育の実施	SDGs 関連の食育教材を活用することで、児童・生徒が自然や食物への感謝、環境への配慮の気持ちが育まれている。	SDGs関連食育指導回数 SDGs週間における中学校でのSDGs関連食育教材数	月1回 4種類	月1回 4種類		○	○				学校給食課
6	フードドライブの周知啓発	HPやSNS、イベント等を通してフードドライブの回収拠点やフードバンク団体の活動を周知啓発することで、市民の食品ロス削減への関心が高まり、家庭での実践につながっている。	フードドライブでの食品回収量	141kg	400kg		○	○	○	○	○	資源循環課

	取組名	取組目標	指標名	現状値 (令和6年度)	目標値 (令和11年度)	ライフステージ						担当課
						幼年期	少年期	青年期	壮年期	中年期	高年期	
7	ダンボールコンポストを活用した事業の実施	市内小学校への働きかけを行い、校内活用事業としてダンボールコンポストを活用することで、生ごみの資源化が促進され、家庭においてもダンボールコンポストの周知が図られている。	ダンボールコンポスト校内活用実施校数	4校	6校		○	○	○	○	○	環境学習推進課
8	家庭における生ごみ資源化を促進	SNS等を活用したダンボールコンポスト講習会の周知や、生ごみリサイクルリーダーによる出前講座・イベントでの普及啓発活動を行うことで、家庭における生ごみ資源化の促進につながり、環境保全への意識が高まっている。	ダンボールコンポスト講習会参加者人数	369人	400人		○	○	○	○	○	環境学習推進課
9 NEW	食品ロス削減の推進	コンビニやスーパー等の市内小売店と連携し、「てまえどり」POPを掲示することで、市民に対して食品ロス削減の推進が図られている。	「てまえどり」POPの掲示店舗数 配布枚数	194店 2,540枚	200店 2,600枚		○	○	○	○	○	資源循環課
10	食品ロス削減の促進	タベスケ Hachioji のユーザーや協力店の拡大、マッチング数の増加を図ることで、食品ロス削減が促進されている。	タベスケ Hachioji 取引成立件数 タベスケ Hachioji での食品ロス削減量	1,493件 783kg	2,000件 1,100kg			○	○	○	○	資源循環課
11	食品ロス削減の周知啓発	SNS等を活用した食品ロス削減の周知啓発や、市内施設での啓発ポスターの掲出を行うことで、家庭でできる食品ロス削減の推進が図られている。	SNS等での情報発信件数 食品ロス啓発ポスター掲出施設数	64件 36件	64件 36件	○	○	○	○	○	○	資源循環課

コラム ～冷蔵庫の中、見直してみませんか？～

まだ食べられるのに捨てられてしまう「食品ロス」は、家庭でも多く発生しています。中でも野菜は、使いきれずに傷んでしまうことが多く、廃棄されやすい食品の代表です。

こうしたロスは、冷蔵庫の中を定期的にチェックするだけでも防ぐことができます。買い物前に在庫を確認し、使いかけの野菜は早めに調理。保存方法を少し工夫するだけでも、鮮度を保ちやすくなります。

日々のちょっとした意識と行動が、食品ロス削減につながります。まずは冷蔵庫の中から見直してみましよう。身近な一歩が、持続可能な社会への第一歩です。



コラム ～エシカル消費って何？ あなたの選択が未来をつくる～



エシカル消費（倫理的消費）とは、物やサービスを購入する際に、人や社会、環境に配慮したものを選ぶ消費活動のことをいいます。

東京都は、「ちょっと考えて、ぐっという未来」をスローガンに、「TOKYO エシカル」をスタートしました。

この取組は、一人ひとりがエシカル消費を知り、体験し、楽しみながら暮らしに取り入れていくことを目指しており本市もその理念に共感し、参画しています。

毎日の暮らしの中で、できるところから無理のない範囲でエシカル消費を取り入れてみませんか？

こんなことから始めよう！



マイバックの持参で
CO₂やプラスチック
ごみを削減



食べきれる分だけ
買って食品ロスを
防止



八王子産の食材など
を買うことで輸送
エネルギーを削減

