

第3章 健康づくりの推進					
2. 社会環境の質の向上	最終評価結果	取り組みの方向	行動目標 ※市民（家庭）の行動目標なし		
			行政・関係団体		
(1) 社会とのつながり・こころの健康の維持及び向上	・高齢期において、「週2～3日以上外出する人」の割合は減少し、「生きがいや趣味がある人」「地域活動に参加している人」の割合は増加。 ・宇治市健康づくり・食育アライアンス加入団体数は増加し、目標値を達成。 ・宇治市食生活改善推進員協議会「若葉の会」会員数は減少。	人々の健康は、その人を取り巻く社会環境に影響を受けることが明らかになっている。地域の身近な場所に「居場所」や「社会参加」につながるコミュニティが形成され、社会参加を促すことを目指す。	・身近で人とのつながりが持てる居場所や地域づくりに取り組む ・子育て世代がつながり、交流できるよう、地域子育て支援拠点等の地域資源の情報提供を行う ・様々な世代・場所で共食の機会を増やす ・仕事など地域での役割を持ち続けられる環境づくり（協議会意見より）		
(2) 自然に健康になれる環境づくり		健康寿命の延伸には、無関心層を含む、幅広い層に対してアプローチを行うことが重要であり、そのために、市民が無理なく自然に健康な行動を行うことができるような環境整備を行うことを目指す。	・健康志向のお惣菜やメニュー等を提供する店舗・飲食店の増加 ・自ら食を選択することができるよう、分かりやすい食品表示に努める ・きょうと健康づくり実践企業の増加 ・企業との連携により、職域での健康づくりを支援（協議会意見より） ・ウォーキングアプリの活用等楽しみながら運動できる取り組みの実施		
(3) 誰もがアクセスできる健康増進のための基盤づくり		企業や民間団体といった多様な主体による健康づくりが広まっているが、科学的根拠に基づいた健康に関する情報を入手・活用できる基盤整備を行っていくとともに、無関心層を含めた効果的な周知啓発の取組を推進していくことを目指す。	・健康に関する情報の集約と発信 ・SNSの活用などターゲットに合わせた普及啓発を行う		
第4章 食育の推進					
1. 多様な主体による食育の推進	最終評価結果	取り組みの方向	行動目標		
			行政・関係団体		市民（家庭）
(1) みんなで食卓を囲む機会を増やす	・「週3日以上、家族そろって朝食または夕食を食べている人」の割合は乳幼児期から壮年前期で増加し、高齢期では減少。 ・「家庭で食事の基本的なマナーを伝えたい人」の割合は目標を達成。	「共食（きょうしょく）」は、子どもがいる家庭では、食事のマナー等を子どもに伝える良い機会にもなり、高齢者では、低栄養の予防や外出機会の拡大、生きがいづくりにつながる。 また、家族や友人等とともに食事づくりや食事をする中でコミュニケーションを図り、その楽しさを実感することにもつながるため、みんなで食卓を囲む機会を増やしていくことを目指す。	小中学校、 保育所等	・友人や身近な大人と一緒に楽しく食べる機会をつくる ・食事の時間等を利用して、食事のマナーや作法、栄養バランスについて伝える	・家族や友人等、みんなで食事づくりや食事を通じて交流する ・みんなで食事をする中で、食事のマナーを伝えていく
			地域	・行事等を活用し、様々な年代の人が一緒に食事をする機会をつくる	
			行政	・家族や友人等と一緒に食事づくりや、食事をする事の大切さについて普及啓発する	
(2) 食品ロスを減らすために、できることから始める	・「食事を食べ残さないようにしている人」の割合は増加し、目標値を達成。	近年では、食品が食べられる状態で廃棄される「食品ロス」の増加が問題になっている。 自分に適切な量を把握し、買い過ぎや作り過ぎに注意する。また、食品ロスの現状やその必要性について認識を深め、食べ物への「もったいない」の気持ちを大切にし、自ら主体的に取り組めることを目指す。	小中学校、 保育所等	・食品ロスに関して学ぶ機会をつくる ・自分の適量を知る	・「もったいない」の意識を大切にし、食べ残しを出さないようにする ・買い過ぎ、作り過ぎに注意して、食べ残しのない適量を心がける ・賞味期限や消費期限を考えて食材を利用する
			地域	・食品は小分けにして、必要量だけを購入できるように努める	
			行政	・家庭での食べ残しをなくすために、食材を使い切るなどの食品ロスの削減について周知する	
(3) 郷土料理・行事食等の食文化を次世代に伝える	・「家庭で郷土料理や行事食を伝えたい人」の割合が増加。	家族規模の縮小等により、地域の伝統的な食文化が世代間で継承されにくくなってきているため、子どもの頃から地元の食材に直接ふれて、食事づくりや食事をする機会を増やし、食文化への関心を高めるとともに、次世代へ伝える機会を充実させていくことを目指す。	小中学校、 保育所等	・給食等において郷土料理・行事食を提供し、食文化の継承や郷土への理解を深める	・家庭の食卓に郷土料理・行事食を取り入れ、子どもに伝える
			地域	・郷土料理・行事食について学ぶ機会をつくることに努める	
			行政	・料理教室等において郷土料理や行事食を取扱い、食文化の継承や郷土への理解を推進する ・郷土料理や行事食について、情報提供に努める	

(4) 農業体験等の体験を行う	・「農業体験をしたことがある人」の割合は高齢期では減少しているものの、小学生から壮年前期にかけて増加し、中学生、青年期、壮年前期では目標値を達成。	生産者と消費者との交流を図り、日々の食事が食に関わる多くの人々や自然の恵みによって支えられていることや、お茶や野菜等の農産物を育てる楽しさ、収穫の喜びを知ることによる食育への関心を高める。	小中学校、 保育所等	・農業体験など体験活動の実施に努める ・生産者との交流の機会を持つ	・農業体験をする ・生産者とふれ合える場に積極的に参加する
			地域	・生産者と消費者が交流できる機会をつくる	
			行政	・生産者と消費者が交流できる機会等の情報提供に努める	
(5) 地産地消や四季を通じた旬産旬消に努める	・「農産物を購入する際に、京都府内産のものを購入する人」の割合は減少。 ・「家庭で京都府内産の食材の利用を伝えていきたい人」の割合は増加し、目標値を達成。	地域でできたものを地域で消費する地産地消は、身近な地域の産物という新鮮さ、安全・安心の面や、地元の生産業を支援するという面、栄養価の高さ、さらに輸送エネルギーを減らすという環境面からも重要な取組である。四季を楽しむ旬の時期に旬のものを消費する旬産旬消と併せ、積極的に推進していく。	小中学校、 保育所等	・給食等に地元産物の使用を進め、四季の味覚を味わう ・地元産物についての学習や体験の機会をつくる	・地元産物の購入に努め、地産、旬産の食材を家庭の食事に取り入れる
			地域	・地元産物が買えるお店の情報を提供する ・飲食店や食品販売店等では地元産物の表示をするよう努める。	
			行政	・関係機関が連携し、地域の食材等の情報を把握し、発信する ・地産、旬産の食材を料理教室等において取り入れるよう努める	
(6) お茶に親しみ、豊かなこころを育む	・「緑茶をほぼ毎日飲んでいる人」の割合が減少。 ・「急須で淹れたお茶を飲んでいる人」の割合が減少。	宇治茶は鎌倉時代から続くと言われている本市の特産品であり、生産、加工、流通、その他の関連する産業は本市にとって重要な産業になっている。 宇治市内産の宇治茶の周知を図るとともに、お茶を通じて家族や地域と交流を深めるために、お茶に親しむ機会をつくり、豊かなこころの醸成を図ることを目指す。	小中学校、 保育所等	・お茶摘み体験や茶道体験等、お茶にふれる機会をつくる ・給食等でお茶に親しむ機会をつくるよう努める	・急須を使ったお茶の淹れ方を子どもに伝える ・お茶を通じた家族の団らんの時間を持つよう努める
			地域	・お茶摘み体験や茶道体験等、お茶にふれる機会をつくる ・行事や会合の際にはお茶を出すよう努める ・地域でお茶を通じた交流の機会を持つよう努める	
			行政	・宇治市内産のお茶の特徴を知る機会をつくる ・宇治茶の普及、生産振興に努める ・各種事業等に積極的にお茶を取り入れる	
(7) 「食」の安全・安心に関する知識を身につける	・「食の安全に関する知識を持っていると感じている人」の割合が増加し、目標値を達成。	健全な食生活の実現のためには、食品の選び方や適切な調理・保管の方法等について基礎的な知識を持ち、その知識を踏まえて行動していくことが重要であり、引き続き、食品の安全性に関して、基礎的な知識に基づき、自分自身でより良い選択ができる力を身につけることを目指す。	小中学校、 保育所等	・給食等の食材の選択や管理などの安全確保を図る ・食品の安全について学ぶ機会をつくり、食品を選択する力を育てる	・食品表示等について学び、食品を選択する力を身につける ・食事を摂るとき、作るときは手洗いなど衛生面に十分気を付ける
			地域	・飲食店や食品販売店等では、食の安心・安全のために衛生管理を徹底する ・生産者、加工業者、流通業者、販売業者、飲食店等は「食」に関する正しい情報を消費者に向けて提供するよう努める	
			行政	・食品の表示、食物アレルギー、食中毒予防等「食」の安全・安心についての情報を提供する	
(8) 災害時のために、しっかりと備えておく（新項目）	※新項目のため最終評価なし	災害発生からライフライン復旧まで1週間以上を要するケースが多くみられ、また、災害支援物資が3日以上到着しないことや、物流機能の停止によって、1週間は食品が手に入らないことが想定される。災害が起きたときも困らないために、日頃から備蓄や災害時の調理法等、「災害時を意識した食の備え」について知識を持ち、行動できることを目指す。	小中学校、 保育所等	・備蓄食品や災害時の食事についての学習や体験の機会をつくる。	・最低3日分の人数分の食品を備蓄する。 ・普段食べている食品を少し多めに買い置きして、食べたならその分を買い足すローリングストック法を実践する。
			地域	・自主防災訓練において備蓄食品や災害時の食事についての学習や体験の機会をつくる。	
			行政	・食品備蓄・ローリングストック法等の災害時を意識した食の備えについての知識の普及啓発や、パッキング等、災害時の調理等を体験する機会をつくる。	
2. 食育の効果的な推進	最終評価結果	取り組みの方向	行動目標 行政・関係団体 ※市民（家庭）の行動目標なし		
(1) 食に関する多様な主体と市民との交流や体験など、食を身近に感じる取組の推進	・食育に関心を持っている人は、少年期（小学生・中学生）、壮年前期、壮年後期、高齢期で増加しているが、青年期では減少。	ライフスタイルの多様化等の中で、誰もが食に親しみ、広く食育が推進されることを目指して、お茶や野菜等宇治市ならではの食材・食文化を発信し、人材をつなぎ、生かすことで、地産地消を推進するとともに、市民全体の食育への関心を高める。また、地域の旬の食材・食文化に対する理解の促進や地産地消、食への感謝の気持ちの醸成や食品ロス削減に資する取組などにより、食育を推進する。	・健康づくり・食育アライアンス加入団体やきょうと食いく先生等の活用により、保育所（園）・幼稚園・こども園・小中学校、地域等での農業体験や食品加工・調理等の五感を使った食に関する体験を重視した食育の推進を行う。		
(2) ICTを活用した情報発信等、多様な学びの場の提供	・食育推進ボランティア数は増加。 ・宇治市健康づくり・食育アライアンス加入団体数は増加し、目標値を達成。 ・宇治市食生活改善推進員協議会「若葉の会」会員数は減少。	新型コロナ感染症を経て、家庭内食の増加や生活へのICTの更なる浸透など暮らしに大きな変化が起きている。このような新しい生活様式・新たな日常の中でも、望ましい食生活や家庭での郷土料理の調理方法等について理解を深めるとともに、作る楽しさを味わうことができるよう、ICTを活用した情報発信等の取組を推進する。	・SNS等を活用した、多様な方法での「食」に関する情報発信を行う。		
(3) 「食」に関するネットワークの構築		食育を推進する上で、家庭や保育所（園）・幼稚園・こども園・小中学校、地域、行政等の連携は重要であり、それぞれの特性を活かし、現在あるネットワークをさらに広げることで食育のさらなる推進に取り組む。	・「食」に関するネットワークの強化のため、様々な分野の関係者間で連携を図り、食育を推進するための仕組みづくりを行う。（協議会意見より） ・健康づくり・食育アライアンスや「若葉の会」等の「食」に関する地域団体の活動支援や他機関との連携により、地域のネットワークを強化する。（協議会意見より）		