



食でつながる元気なまちづくり

推進計画



目 次

第1章 計画の策定にあたって	1
1 計画策定の趣旨	1
2 計画の位置づけ	3
3 計画の期間	4
第2章 基本理念と目標	5
1 基本理念	5
2 目 標	6
第3章 食を取り巻く現状と課題	7
第4章 基本的な方向と施策	11
1 基本的な方向と施策	11
2 各施策における取組項目	12
1) 健康の保持・増進	12
(1) 食からの健康	
(2) 望ましい食習慣の習得	
2) 食の教育と食文化の継承	13
(1) 食の知識と選択する力を高める	
(2) 食文化の継承	
(3) 栽培・調理等の体験活動	
3) 産業の振興	15
(1) 地場産農林水産物、加工品の利用拡大	
(2) 付加価値の向上	
(3) 後継者の確保・育成	
4) 観光の振興と交流の促進	17
(1) 体験交流型観光と産業観光の推進	
(2) 魅力の向上・発信	
5) 環境の保全	18
(1) 地域環境の保全	
(2) 循環型社会の構築	

第5章 前期5か年の重点的な取組	19
1 重点的な取組の考え方	19
2 重点的な取組	20
1) 健康の保持・増進	
2) 食の教育と食文化の継承	
3) 産業の振興	
4) 観光の振興と交流の促進	
5) 環境の保全	
第6章 計画の推進に向けて	23
1 計画の推進体制	23
2 評価指標	24
資料編	25
1 検討体制	25
・魚沼市食のまちづくり検討委員会設置要綱	
・魚沼市食のまちづくり検討委員会名簿	
・魚沼市食のまちづくり連絡調整会議設置要領	
・魚沼市食のまちづくり推進チーム設置要領	
2 推進計画策定の経過	28
3 パブリックコメントの結果	29
4 農林水産物の消費動向に関する市民アンケート調査結果	30
5 魚沼市民の健康と食に関するアンケート調査結果	38

第 1 章 計画の策定にあたって

1 計画策定の趣旨

「食」は、私たちの生活にとって毎日欠かすことのできないものであり、いのちをつなぎ、健康を維持する源です。

「食」は健康、福祉、教育の分野のみならず、農林水産業、製造業、飲食業、観光業など幅広い産業にも関係があります。しかし、「食」をめぐる環境は食料自給率の低下、食料資源の浪費、食生活の乱れ、生活習慣病の増加など様々な問題が発生しています。その一つの要因に「食」と「農」、つまり「消費者」と「生産者」の距離が広がったことがあげられます。

魚沼市には豊かな森林資源と深雪が生み出す良質な水と豊かな土壌に育まれた米、山菜、野菜、魚など豊富な「食」が存在し、その恵まれた自然環境の中で私たちは生活しています。

魚沼産コシヒカリを始めとした豊かで新鮮な食材の供給産地である魚沼市でも、「食」に関する様々な課題を抱えており、これまで、第一次魚沼市総合計画において、地産地消の推進、各世代に応じた食育の推進、農業と観光を組み合わせた「農観業^{※1}」の取組、循環型社会の創造などを掲げ、それに基づいた各分野別計画を策定し、課題解決に取り組んできました。

「食」は様々な分野と関連しており、その課題解決のためには農業、健康、教育、観光、商工、環境の各分野別計画に基づく取組に加えて、それぞれの分野を超えて連携した取組が重要です。

しかし、「食」に関する課題は行政の取組だけで改善できるものではなく、市民の食生活に関するものが多いのが現状です。例えば、食の多様化や米の消費量の減少、不規則な食事などといった食生活の変化が生活習慣病の増加の原因の一つと考えられていることや、流通網の発達により世界各国の食材が現地に行かなくても入手可能となり、食料自給率の低下や食材の旬が分かりづらくなり食の大切さを忘れがちになってきているとの指摘もあります。

これらを解決するためには、市民、生産者、事業者、行政が一体となって、食の安全・安心と健全な食生活を営むための知識を習得し、日々の生活の中で実践していくことが必要です。

また、本市の国勢調査人口は、平成 22 年の時点で 40,361 人でしたが、平成 27 年には 37,370 人^{※2} となっています。平成 37 年に本市の人口が 32,700 人^{※3} までに減少すると見込まれており、急速な社会構造の変化による市民の社会・経済的な負担増が予想されます。

少子高齢化・人口の減少社会を迎えるにあたり、活力があり持続できるまちづくりを進めるため、健康づくりと産業の振興の両輪の取組が必要です。

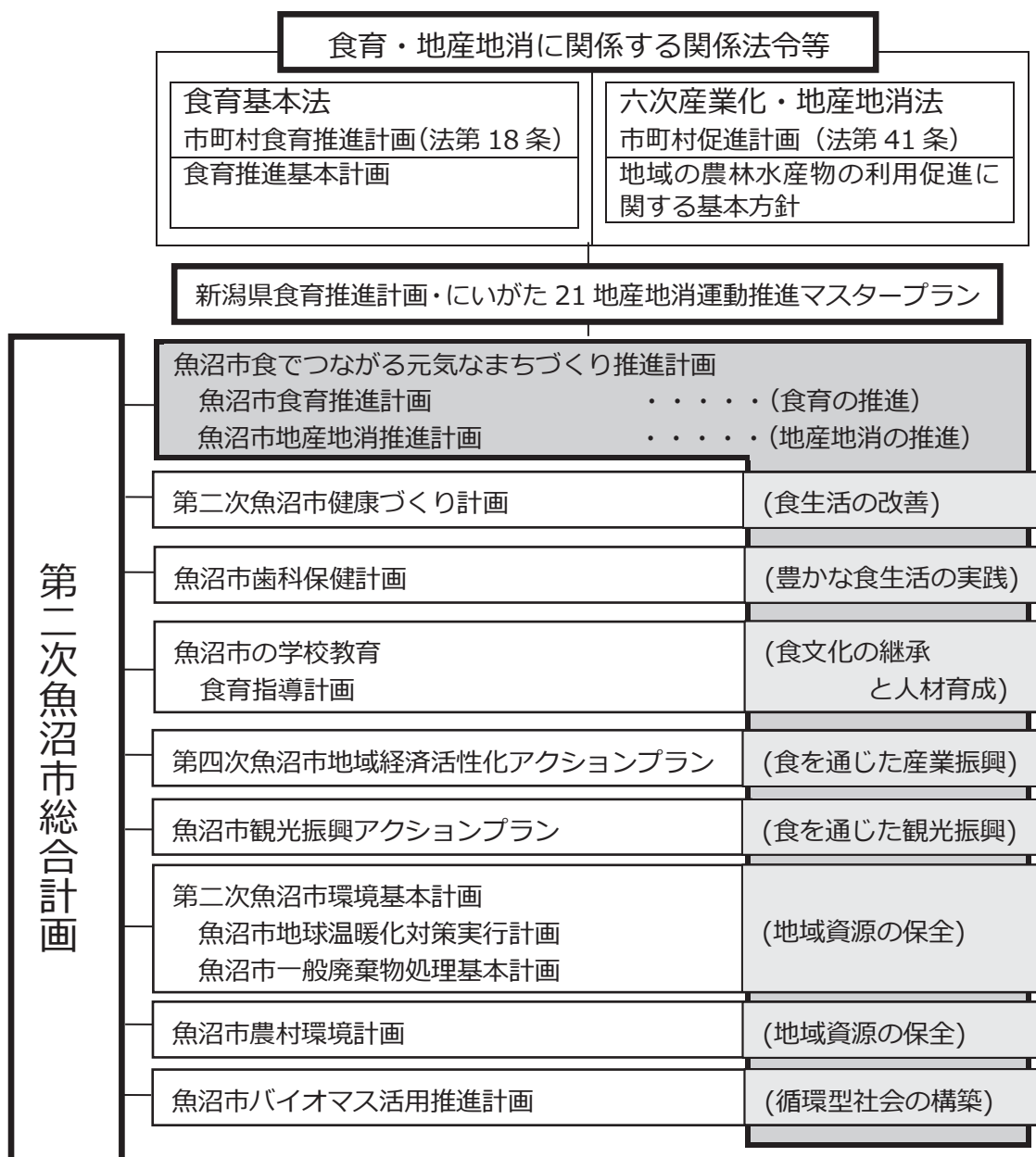
本計画は「つなぐ」をキーワードにして、「食」の課題に連携して取り組み、豊かな地域資源や本市の特性を活かした施策の展開によって、市民の健康で心豊かな食生活の実現と産業の活力を向上させ、地域の魅力を高めるための指針として策定します。

- ※1農観業とは、農業と観光を有機的に融合させて、相乗効果をあげながら互いの活性化を図ろうとする取組。造語。（魚沼市農観業推進方針より）
- ※2平成27年国勢調査速報（新潟県速報集計）より
- ※3国立社会保障・人口問題研究所による将来推計より

2 計画の位置づけ

本計画は「第二次魚沼市総合計画」に基づく食の分野の個別計画として位置づけるものであり、関連する計画との整合性を図り相互に連携・補完しながら、効果的な推進を図るものとします。

具体的には、食育基本法（平成 17 年法律第 63 号）第 18 条に基づく市の食育推進計画であり、地域資源を活用した農林漁業者等による新事業の創出等及び地域の農林水産物の利用促進に関する法律（平成 22 年法律第 67 号）「通称：六次産業化・地産地消法」第 41 条に基づく地域の農林水産物の利用促進についての計画として位置づけ、国や県の計画との整合、連携を図るものです。



3 計画の期間

上位計画である魚沼市総合計画の計画期間と整合性を確保し、中長期的な展望に立つ食に関する総合的な計画として、平成28年度を初年度とする平成37年度までの10か年を計画期間とします。

計画期間の中間年にあたる平成32年度に本計画の達成状況を評価し、内容の再検討を行います。

H28	H29	H30	H31	H32	H33	H34	H35	H36	H37
食でつながる元気なまちづくり推進計画（H28～H37）									
				目標達成評価 ・見直し					評価・次期 計画策定
第二次魚沼市総合計画（H28～H37）									
前期基本計画（H28～H32）					後期基本計画（H33～H37）				

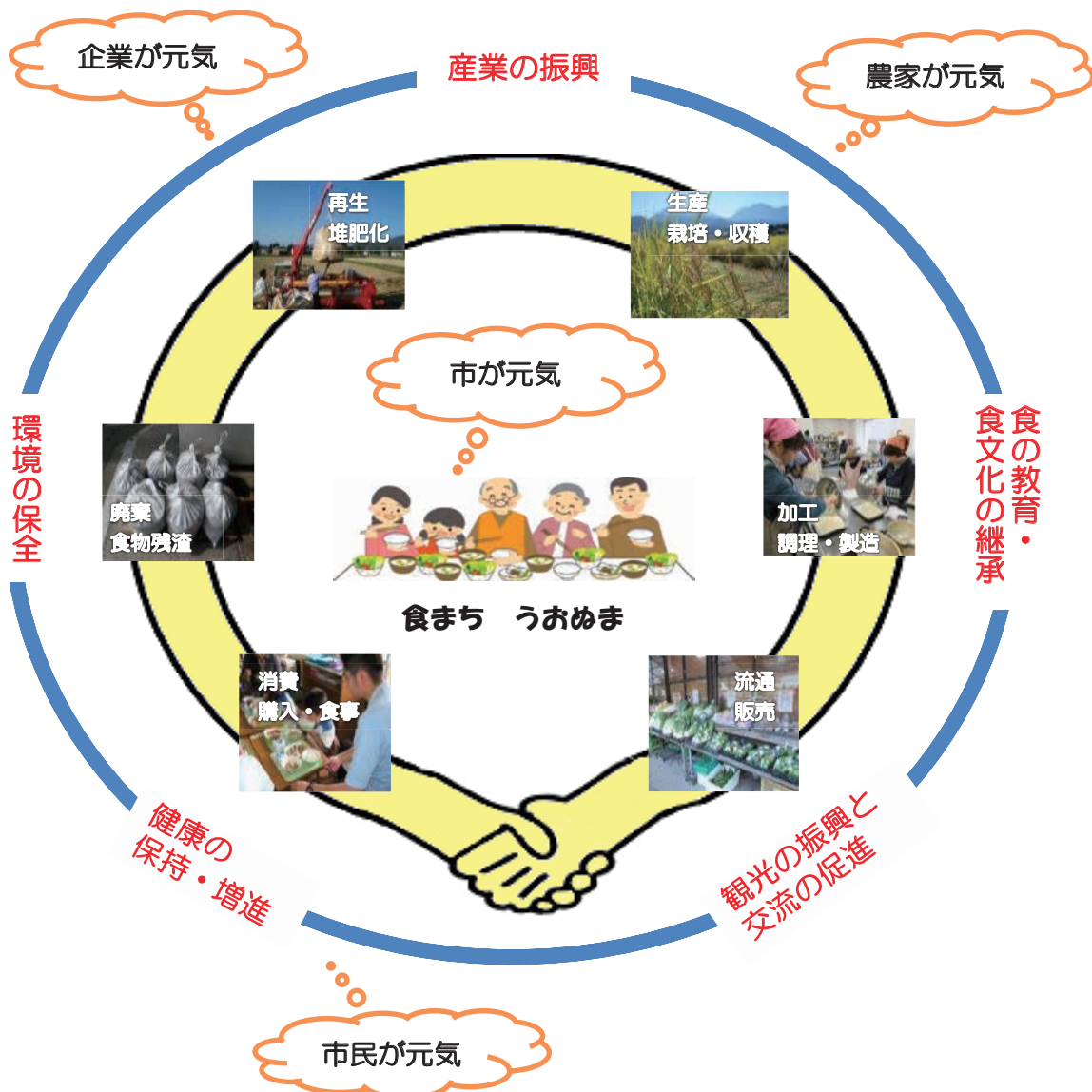
第2章 基本理念と目標

1 基本理念

健康づくりや食育だけでなく、地域活性化や産業振興についても、「食」をテーマとしてお互いを結びつけ、「市民が元気」、「農家が元気」、「企業が元気」、そして「市が元気」になることを目標に資源の循環と生産者と消費者、事業者をつなぐ取組「食でつながる元気なまちづくり（通称：食まち うおぬま）」を基本理念とします。

食でつながる元気なまちづくり

これにより、市民の健康で心豊かな食生活の実現と産業の活力を向上させ、「食」によるまちづくりを市民とともに推進します。



2 目 標

本計画は、魚沼市における食育推進計画・地産地消計画と位置づけており、国の食育基本法と六次産業化・地産地消法（地産地消関係）の基本理念を基にして、「食でつながる元気なまちづくり」を達成するための目標を次のとおり掲げます。

1 •健全な食生活により、心身の健康の増進と豊かな人間性形成を目指します。

2 •食育には、家庭が重要な役割を持っていることを認識し、保育や教育、生涯学習等においても、地域みんなで積極的な普及活動を推進します。

3 •伝統的な食文化や豊富な食資源を活用し、農業、観光、商工業と産業全体の発展を目指します。

4 •市民、生産者、事業者、学校等の食に関するニーズの把握、情報の提供と共有に努め、地産地消・地消地産※を推進します。

5 •食の安全・安心を確保するために、食品の安全性及び品質を向上させる取組を推進します。

6 •食は、食を育む山、川などの自然環境と一体となって成り立っていることを認識し、環境負荷を低減させ、大切に守り育てるよう環境の保全を推進します。

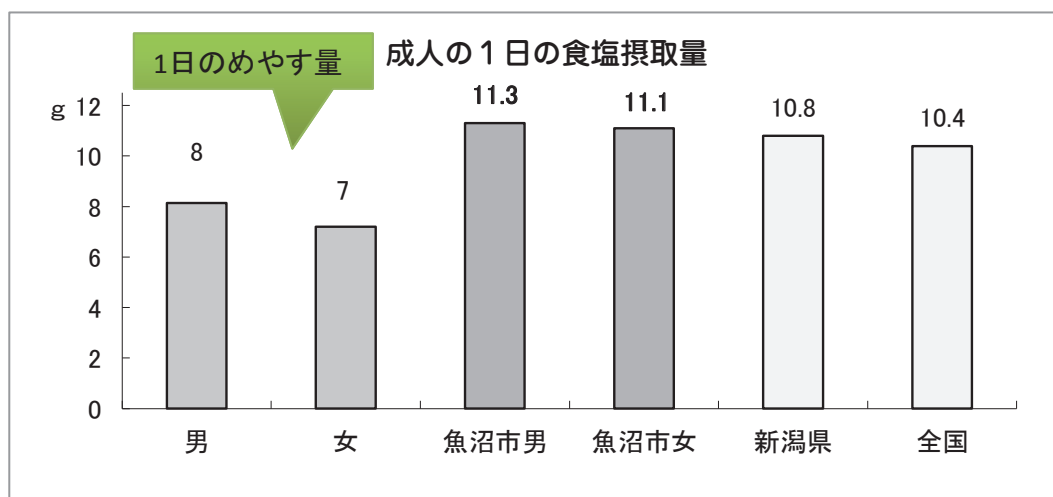
※地消地産とは「地域で生産されたものを地域で消費しよう」という地産地消の考え方を一歩進めて、「地域の消費者が求めるものを、地域の中で生産しよう」という、生産者と消費者（使う側）が、一緒になって活動しようという考え方。

第3章 食を取り巻く現状と課題

魚沼市は、地元産コシヒカリを始め、新鮮でおいしい野菜・山菜・きのこ・魚などが身近に豊富にあり、学校給食でも地元産コシヒカリや旬の地元産食材を積極的に活用しています。また、魚沼ブランド推奨制度や直売所マップ、旬の食材を利用したレシピ紹介、農業・自然体験学習の受入れなど各分野で「地産地消と地消地産」、「食育」、「食文化の継承」、「循環型社会の構築」に関する様々な取組を進めています。

しかし、魚沼市でも食を取り巻く環境には、様々な課題が発生しています。

これまでの米中心の日本型食生活から脂質を多く取る洋風な食生活への変化は、様々な生活習慣病の一因となっています。健康志向が高まってきている中で健康寿命の延伸のため全国的に食事バランスや減塩の取組が進められていますが、魚沼市民の食塩摂取量は全国的に見ても多く、高血圧症や脳血管疾患といった生活習慣病の発症が懸念され、各年代にあった適塩の啓発運動をさらに進めていく必要があります。

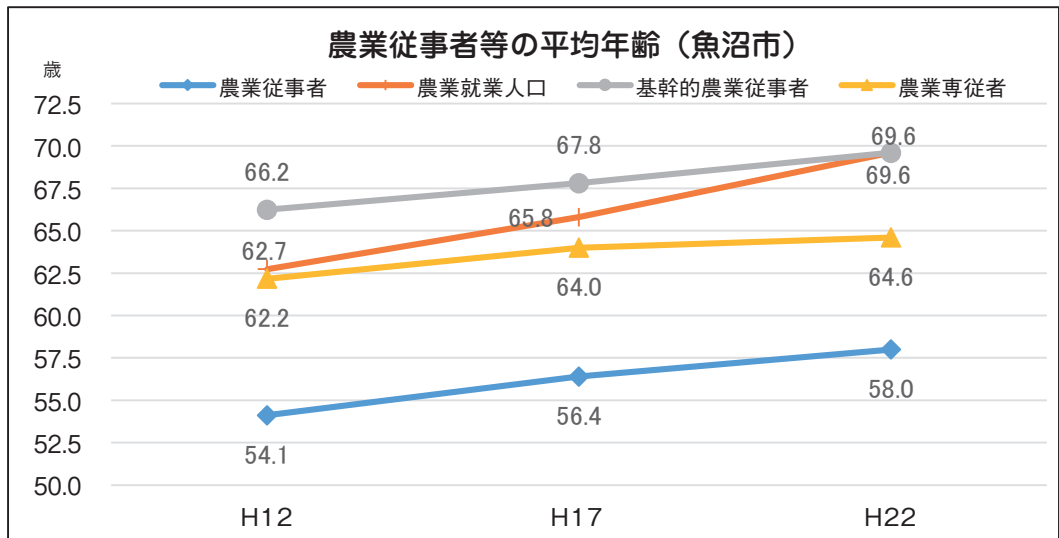


出典：H23 県民健康・栄養実態調査 H23 国民健康栄養調査

食文化の継承では、ぜんまい煮物、ホッケずしなどの郷土料理は手間も時間もかかり、また家族の形態は核家族化が進んだため、親から子へと伝える機会が減少し、その結果作ることのできる人や食べる機会も少なくなってきました。地域で食文化を伝えていく取組を実践している団体等の皆さんの協力を得ながら作る・食べる機会を増やしていかなければなりません。

魚沼市の稲作を中心とした基幹産業である農業は、生産者の高齢化や人口減少、米価の下落による収入の減少等により将来展望が描きづらくなっています。これらに伴い、後継者不足や耕作放棄地の増加が顕著になっています。

今後の地域農業のあり方や農地の管理・集積の状況を確認しながら、離農者等の農地が意欲ある担い手に円滑に集積されるような体制づくりを進める必要があります。



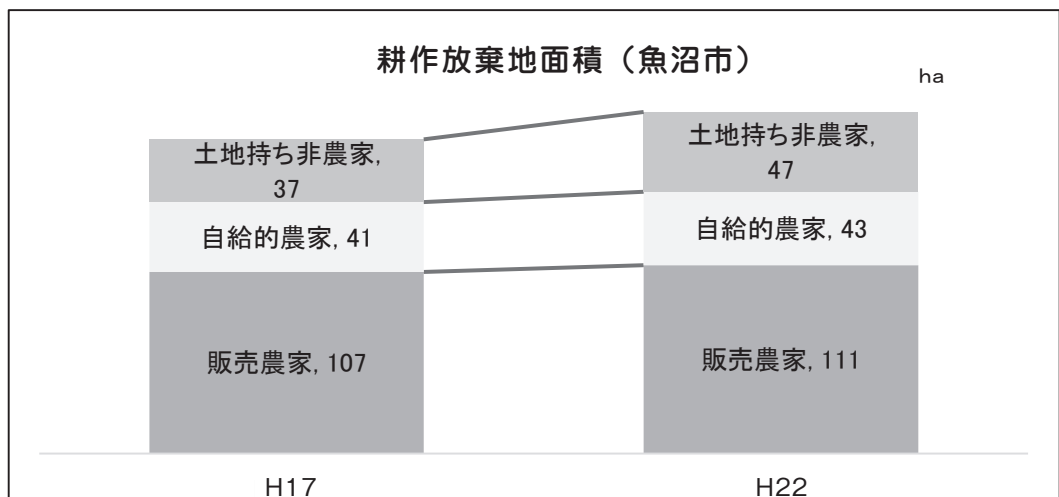
出典：農林漁業センサス

農業従事者：15歳以上の世帯員のうち、調査期日前1年間に自営農業に従事した者をいう。

農業就業人口：自営農業に従事した世帯員（農業従事者）のうち、調査期日前1年間に自営農業のみに従事した者又は農業とそれ以外の仕事の両方に従事した者のうち、自営農業が主の者をいう。

基幹的農業従事者：農業就業人口のうち、ふだん仕事として主に農業に従事している者をいう。

農業専従者：調査期日前1年間に自営農業に150日以上従事した者をいう。



出典：農林漁業センサス

販売農家：経営耕地面積が30a以上又は調査期日前1年間における農産物販売金額が50万円以上の農家をいう。

自給的農家：経営耕地面積が30a未満で、かつ、調査期日前1年間における農産物販売金額が50万円未満の農家をいう。

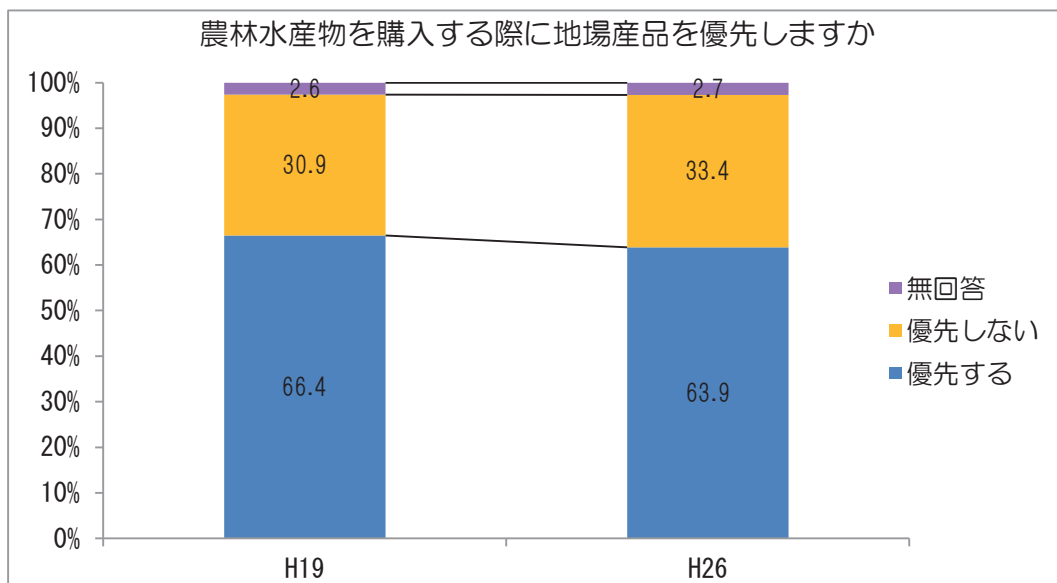
土地持ち非農家：農家以外で耕地及び耕作放棄地を合わせて5a以上所有している世帯をいう。

食を消費する消費者としては、食料品の生産技術や流通システムの発達により、年間を通し様々な食べ物が、いつでも何でも手に入り便利になった反面、「食べ物の旬」を感じられなくなっています。また、「市内で何が生産され、どこで売っているのかわからないから地場産の食材を使いたくても使えない」との声も聞かれます。

さらに、生活の多様化や低価格志向、食への関心の薄れなどから、市民が必ずしも地元産コシヒカリや地場産品を食べているという状況ではありません。

魚沼市には良い食が多くありますが、市民がその価値に気付かずにいることもあり、市内外へのPRが進んでおらず、魅力の発信がされていません。魚沼市の食文化、食材、加工品などの魅力と価値を市民に伝え、そして市外へ拡大していく取組が必要です。

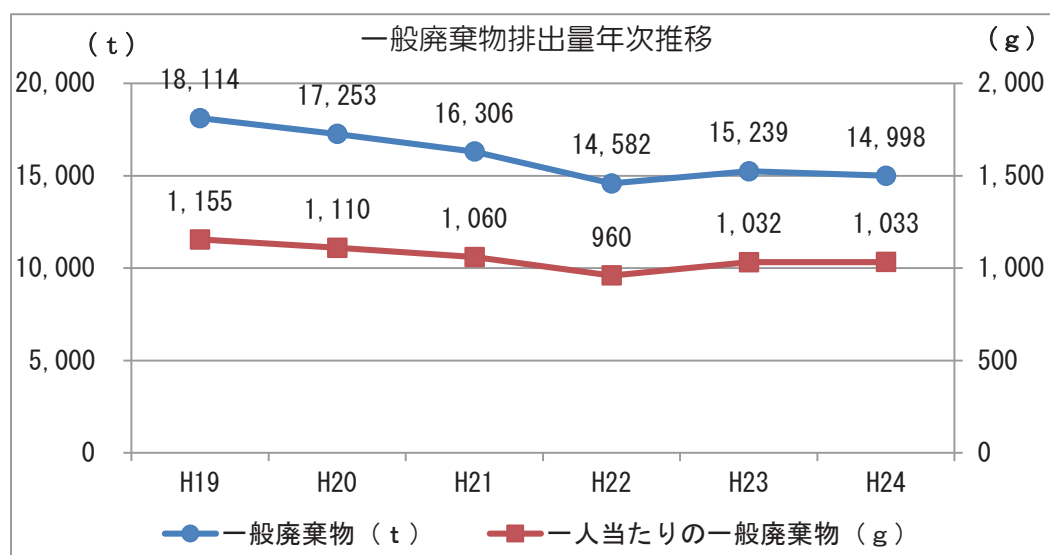
また、旅館・飲食店・直売所など、地場産農林水産物の提供や販売、農業体験などを行っているところもありますが、さらに、本市の食を観光資源として活かしていかなければなりません。



出典：農水産物の消費動向に関する市民アンケート調査

昨今、食べ物が季節に関係なくいつでも手に入ることや、作り手の顔が見えないなどから食への感謝が薄れ、食べ残し、鮮度・賞味期限や食品形状に対する過度のこだわり等により、食品が廃棄されています。食料の生産、配送などの過程で使われる土地や水、エネルギー等も無駄になっていることから、関心を持ち一人ひとりの意識改革・行動改革が必要です。市では、食べ物の大切さを伝える取組や生ごみ処理機器の購入助成など、ごみの減量と再利用の取組を行っていますが、なかなか進まない現状があります。

こうした様々な課題に対し、市民、生産者、事業者、行政が一体となって魚沼の食の重要性を再認識し、課題解決に取り組んでいくことが必要です。



出典：魚沼市環境基本計画 後期実施計画

第4章 基本的な方向と施策

1 基本的な方向と施策

計画推進には、魚沼市の豊富な食材と食文化に注目し、食べることで健康の保持・増進、環境の保全、そして産業の振興へとつながっていくといった市民生活の食の循環の中での仕組みづくりを考えていくことが大切です。

消費者のニーズを活かして市内で生産され、市民の手に渡り、調理、消費から、生活や交流に広がっていく過程で課題解決を図るということ、つまり、魚沼市の豊かな自然の恵みを、市民が健康で心豊かな食生活を営める社会の実現と地域の活力につなげていくことが、魚沼市らしい課題解決となっていきます。

本計画の目標達成のための施策を下記5項目にまとめ、進めることで、「食でつながる元気なまち」を実現します。

1) 健康の保持・増進 目標1, 2

- 市民が健康で日常生活を制限されることなく自身で生活できる期間(健康寿命)が延伸できるよう、健康づくりの推進に取り組みます。

2) 食の教育と食文化の継承 目標1, 2, 3, 6

- 食への感謝や正しい食習慣の習得・実践へ取り組みます。また、家庭における食育の意識向上を図ります。

3) 産業の振興 目標3, 4, 5

- 地場農産物の利用拡大や生産拡大、関連した商工業の振興に取り組みます。また、安全・安心な食を提供するよう推進に取り組みます。

4) 観光の振興と交流の促進 目標3, 4

- 魚沼の食の魅力を向上・発信することで魚沼がにぎわい、交流の拡大へつながるよう取り組みます。

5) 環境の保全 目標5, 6

- 食は豊かな自然が育てていることを認識し、食の循環の意識醸成を図ります。

2 各施策における取組項目

1) 健康の保持・増進

取組項目

(1) 食からの健康

①生活習慣病の予防

食は、健康な生活を送る上で必要なことと理解し、正しい食生活から生活習慣病予防に取り組みます。野菜を取り入れた望ましい食生活の定着や適正体重の維持など、市民の継続した健康づくりの取組を支援します。特に、減塩には重点的に取り組みます。

また、栄養情報や健康に配慮したメニュー等を提供しているにいがた健康づくり支援店[※]の情報発信に努めます。

※にいがた健康づくり支援店とは、健康に配慮した「情報」・「メニュー」・「サービス」などの提供ができるお店として、新潟県又は新潟市が指定したお店のことをいう（健康にいがた2 1より）

②食生活改善運動の推進

食生活改善推進員の育成を行うとともに、食育活動に取り組むボランティア団体等への支援を行います。

また、食事の塩分量を知り、適塩の食事ができるよう情報発信していきます。

(2) 望ましい食習慣の習得

①世代・年齢に応じた食生活支援

乳幼児、児童・生徒、成人、妊婦、高齢者など各世代・年齢に応じた食生活支援を関係機関と連携し実施していきます。

②食習慣を身につけるための情報提供

主食・主菜・副菜が揃ったバランスの良い食生活と規則正しい生活のリズムを身につけるため、国の食生活指針・食事バランスガイド、うおぬま家族の元気ごはんなどの情報を出前講座等のあらゆる機会を活用して周知し、普及啓発に努めます。

2) 食の教育と食文化の継承

取組項目

(1) 食の知識と選択する力を高める

①食への関心を高める

動物や植物の命をいただいていること、また、収穫や調理をしてきている人への感謝の気持ちを持ち、食べ残しや好き嫌いについて考える取組を進め、給食の使用食材の紹介や、生産者との交流を行います。

②食事をする際の基本的なマナーの習得

保育園・幼稚園、学校等で、食に関する指導計画に基づき、あいさつ、姿勢、食器の持ち方、お箸の持ち方・使い方、配膳、食べ方などの食事をする際の基本的なマナーを身につけ、一緒に食事をする人と楽しく食べられるよう取組を進めます。

③食について学ぶ

栄養バランスに優れた学校給食等の献立や調理方法を学ぶ機会を増やします。健康な心身を育むために必要な食の情報提供を行います。

魚沼の食材の安全性や旬、選び方、また、魚沼の保存食が防災食として活用できることなどを学ぶ機会を増やします。

④家庭における食の教育

学校における「早寝、早起き、朝ごはん」運動の必要性を認識し、全市的な運動として展開していきます。また、主食・主菜・副菜という日本型食生活が栄養バランスにも優れていることを認識し、実践に努め、家族と食事をする楽しみを大切にしながら1日3食の食習慣を身につけられるよう、家庭と連携して取組を進めます。

(2) 食文化の継承

①郷土料理の継承

食に関わる組織と連携し、魚沼の伝統ある行事食、郷土料理など食文化に関する情報を発信するとともに、食文化フォーラムや料理講習会等の開催時にあたり、子育て世代を対象とするようなテーマも設定するなど次の世代に興味を持ってもらえる内容を企画し、将来に渡り継承されるようその普及に努めます。

また、栄養士と連携を取り、保育園・幼稚園・小、中学校等の給食に活用するとともに学校行事として子どもと保護者が共同で調理体験できる機会を設けるなど、行事食、郷土料理などを次世代に受け継いでいきます。

(3) 栽培・調理等の体験活動

①農業体験と調理実習

食材の廃棄部分を、農作物の堆肥として循環させる事などを盛り込んだ農業体験の仕組みづくりを進めるとともに、自分たちが育てた農作物を使って調理し食することの楽しさや喜びを体験し、食物に対する感謝の気持ちを持つことができるような体験活動を実施します。

②家庭での食事作り体験

自立した食習慣が得られるよう、家庭において年齢に応じた食事作りの体験を実践するよう促進します。また、家庭での取組を支援するよう努めます。

3) 産業の振興

取組項目

(1) 地場産農林水産物、加工品の利用拡大

①保育園・幼稚園・学校の給食における利用拡大

保育園・幼稚園・学校の給食において、年間に使用する食材の量を生産者に依頼し、市産食材の利用拡大に努めます。

保育園・幼稚園・学校の給食で魚沼市産コシヒカリを引き続き使用していきます。また、給食での地場産食材調査を実施し、各施設へ食材の利用促進を図ります。

②家庭における利用拡大

地場産農林水産物を食べることが産業の活性化につながり、環境にもやさしいことなど、食への関心を高める取組を通じ、家庭における利用拡大を図ります。

③直売所の利用拡大

消費者の需要の声を生産に活かし、供給量の増加が消費拡大に直結するよう、関係者との情報の共有や発信に努めます。

④飲食店などへの利用拡大

飲食店・宿泊施設・食品加工業者など、生産者との情報交換による生産拡大や新たな特産物の開発に努めます。

(2) 付加価値の向上

①農業における付加価値の向上

農業の6次産業化^{*}を促進し、地場産農林水産物の付加価値の向上に努めます。また、6次産業化による商品の活用、販路の開拓などを支援します。

②魚沼ブランド創出による付加価値の向上

魚沼ブランド推奨制度や推奨品をPRし、ブランドの付加価値向上を目指します。

市内製造業者が新規に取り組む商品開発の支援を重点的に行います。

ふるさと納税の感謝品への魚沼ブランド推奨品の積極的活用を図ります。



魚沼ブランド推奨マーク

③安全安心高品質な地場産農林水産物の提供

安全・安心・高品質な地場産農林水産物を消費者に提供するため、魅力とこだわりのある農林水産物の掘り起こしから生産までを生産者等とともに推進します。

※6次産業化とは農林漁業を1次産業としてだけでなく、加工などの2次産業、さらにはサービスや小売などの3次産業まで含め、1次から3次まで一体化した産業として農林漁業の可能性を広げようとするものです。

(3) 後継者の確保・育成

①生産への興味の促進

地場産農林水産物の生産に興味を持ってもらうため、関係機関等と連携し、講習会などの実施に努めます。

②後継者の育成

将来の農業後継者を育成するため、保育園・幼稚園・小中学校等で家庭・事業者・地域と連携した栽培・収穫・調理等の体験学習を実施するとともに、新規就農者を支援します。

また、価値観の多様化を踏まえて定年後の新規就農やU・Iターンを促進する施策を進めるなど、就農しやすい環境を推進することにより新規就農者の育成に取り組めます。

③意欲的な経営者の育成

農業経営の改善を図るため、意欲的な経営者を支援します。

④新規起業者への支援

空き店舗などを活用した食に関する新規起業者を支援し、商店街の活性化を図ります。

4) 観光の振興と交流の促進

取組項目

(1) 体験交流型観光と産業観光*の推進

①地域交流の推進

農業と観光に地域との交流を組合せ、豊かな地域素材を活かした体験交流型観光の取組を推進します。

消費者が直接生産者と交流できる場の設定や農業体験、農業施設見学等の実施を促進します。

②体験交流型観光と産業観光メニューの開発

様々な観光ニーズに対応すべく、体験交流型観光と産業観光メニューの開発を促進し、併せて市内で行われている体験プログラムの情報を収集・活用することで誘客を図ります。

※産業観光とは、産業に関する施設や技術等の資源を用い、地域内外の人々の交流を図る観光のことをいう。(観光立国行動計画より)

(2) 魅力の向上・発信

①魚沼の魅力発見

市民が魚沼市の自然、食、環境、文化など様々な資源を知り、魚沼市の魅力を見つけ、磨き上げる取組を実施します。また、魚沼市を訪れる方々の目線で市の魅力やニーズを把握し、新たな魅力づくりや魅力の向上を図ります。

②ツアー・イベントの支援

民間企業や生産者、旅館・民宿等が実施する、市民・観光客を対象とした地場産農林水産物の紹介や、「食」の魅力をアピールするためのツアー・イベントを支援します。

消費者と生産者、事業者等が交流するイベントの開催を支援します。

③魚沼特使や郷人会と連携した魅力アピール

魚沼特使や郷人会と連携し、魚沼市の魅力を効果的にアピールしていきます。

5) 環境の保全

取組項目

(1) 地域環境の保全

①森林保全

森林がもつ環境保持・国土保全機能を維持するため、森林資源の循環が図られるよう森林保全事業や森林の果たす役割についてPR活動を進めます。

②里山保全

里山環境の保全を図るため、市民協働を主体とする交付金事業の推進や近年手の入らなくなったばい山^{*}の活用を図るとともに、自然に優しい環境保全型農業を推進します。

豊かな自然を保全するためには自然環境の状態を把握していくことが必要です。継続して自然環境保全調査や水質検査を実施します。

※ばい山とは、燃料用の「ばい(=粗朶(そだ))」を採取する雑木山。

③環境にやさしいライフスタイル

環境にやさしいライフスタイルづくりの支援と、地域や学校での自然環境保全の啓発に取り組みます。

買い物にはマイバックの利用を進めます。

飲食店では、使い捨ての箸を使用せず、洗浄する箸やマイ箸を使用します。

イベント時における容器、箸の再利用・資源化に努めます。

(2) 循環型社会の構築

①生ごみの減量化

生ごみを出さない料理法や食材を無駄にしない購入などにより、生ごみの減量を進めます。

家庭や学校給食等で発生する生ごみの堆肥化を進めるため、家庭、学校等への生ごみ処理機導入を進め、学校畑等での利用に取り組みます。また、保育園、病院、老人ホーム等で発生する生ごみの堆肥化の方策を検討します。

②バイオマス活用の推進

家畜排せつ物やおから等の食品加工残渣などの有機資源を原料とした堆肥の安定供給と、流通体制を充実し良質な土壌づくりを進めます。また、有機センターの見学会や家庭での堆肥づくりなどを通じて、食の循環の理解を進めます。



魚沼市エコマーク

第5章 前期5か年の重点的な取組

1 重点的な取組の考え方

少子高齢化・人口の減少社会が進行している現状に鑑み、本計画においても当該対策を優先的・積極的に取り組む必要があり、前期5か年では、「つなぐ」をキーワードとして健康寿命の延伸と食に関連する産業や組織の連携強化による需要拡大のための施策展開が重要です。

このため前期（平成28～32年度）で、「第4章 基本的な方向と施策」の下記の5項目を重点的な取組として位置づけて推進します。

【重点的な取組】

施策

各施策における取組項目

1) 健康の保持・増進

- ◆ 食からの健康

2) 食の教育と食文化の継承

- ◆ 食の知識と選択する力を高める

3) 産業の振興

- ◆ 地場産農林水産物、加工品の利用拡大

4) 観光の振興と交流の促進

- ◆ 魅力の向上・発信

5) 環境の保全

- ◆ 循環型社会の構築

2 重点的な取組

1) 健康の保持・増進

◆食からの健康

生活習慣病を予防し、健康寿命を伸ばすには、栄養・食生活の改善が大切です。

野菜を積極的に取り入れた正しい食生活の定着や減塩、適正体重の維持など、食からの健康づくりの取組を支援します。

学校、保育園・幼稚園、職場、ボランティア団体等、地域全体で家庭における食育を支援する環境づくりに取り組みます。

- 健康ポイント制度の活用
- 健康づくり標語の普及
- 健康づくり協力事業所の登録
- 学校給食等レシピの広報
- 毎月19日は食育の日の普及

2) 食の教育と食文化の継承

◆食の知識と選択する力を高める

食の知識と選択する力を高めるための情報の発信や、食について学ぶ機会を増やします。

また、生産者と消費者の交流や体験活動を通して食への関心を高め、生産者の努力や役割を理解し、感謝の心や郷土愛を醸成するような食育活動に取り組みます。

- ホームページ・食育通信の発行
- 食育イベントの開催

3) 産業の振興

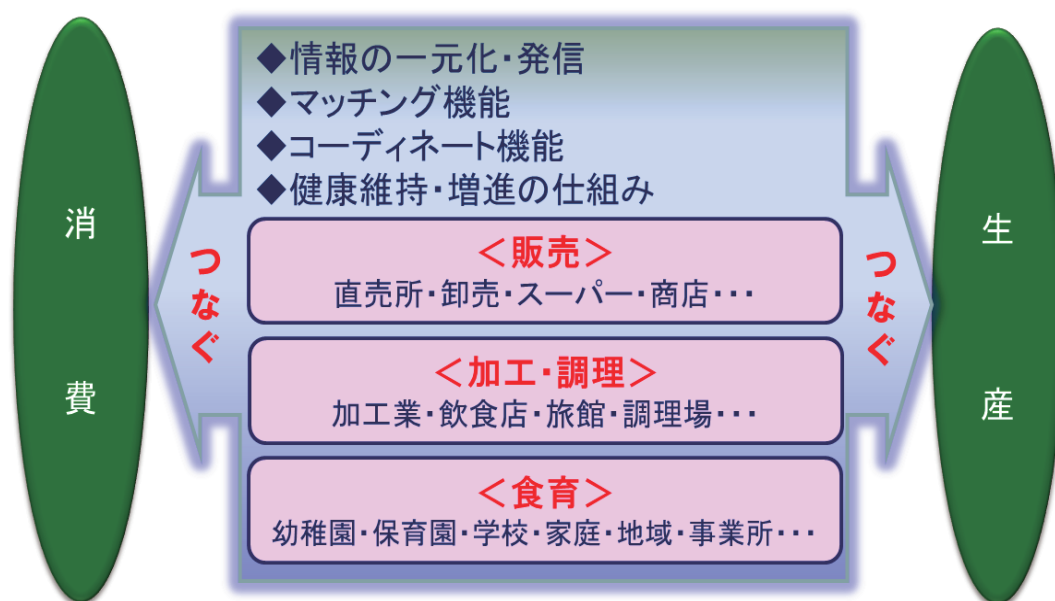
◆地場産農林水産物、加工品の利用拡大

消費者のニーズを生産に活かし、農産物等の流通と消費の活性化を図るため、生産者と消費者とのマッチング、市内で生産される地産地消の様々な仕組みをコーディネートします。

また、食に関連する産業や組織の連携強化による需要拡大のため、官民協働での事業展開に取り組みます。

- 産地直売の推進
- 学校給食・飲食店等での地産地消の推進
- 農業の6次産業化の推進
- 食の複合施設の整備
- インショップ※、食の見本市への参加
- 食まちうおぬまネットワーク推進協議会（仮称）立ち上げ

※インショップとは、デパートやショッピングセンターなどの大型店の売場に、比較的小規模の独立した店舗形態の売場を設置すること



生産と消費をつなぐイメージ図

4) 観光の振興と交流の促進

◆魅力の向上・発信

市民一人ひとりが地域での暮らしや豊かな地域資源への理解を深め、訪れた人との交流を通じて魚沼の魅力を伝え、人與人、人と地域をつなぐ活動を促進します。

「食べたい、購入したい、魚沼に来たい」と思わせるような魅力の向上を図り、食に関連する情報の受発信の活動を、官民協働で充実していきます。

- ホームページ・広報誌等による情報発信
- 魚沼応援団の立ち上げ
- 友好都市との交流活動
- 食のイベントの開催

5) 環境の保全

◆循環型社会の構築

食の生産は自然の恩恵の上に成り立ち、さらに生産者をはじめ多くの人々に支えられ成り立っています。安全・安心な食を持続して供給するために、地球温暖化防止や生物多様性の保全など自然環境保全の重要性を市民一人ひとりが認識し、地産地消の取組や、生産者の活動に対する市民の理解促進を進める取組など市民、事業者、行政が連携する仕組みづくりを推進します。

- 小中学校の農業体験
- 地産地消の推進
- 食の循環の意識醸成

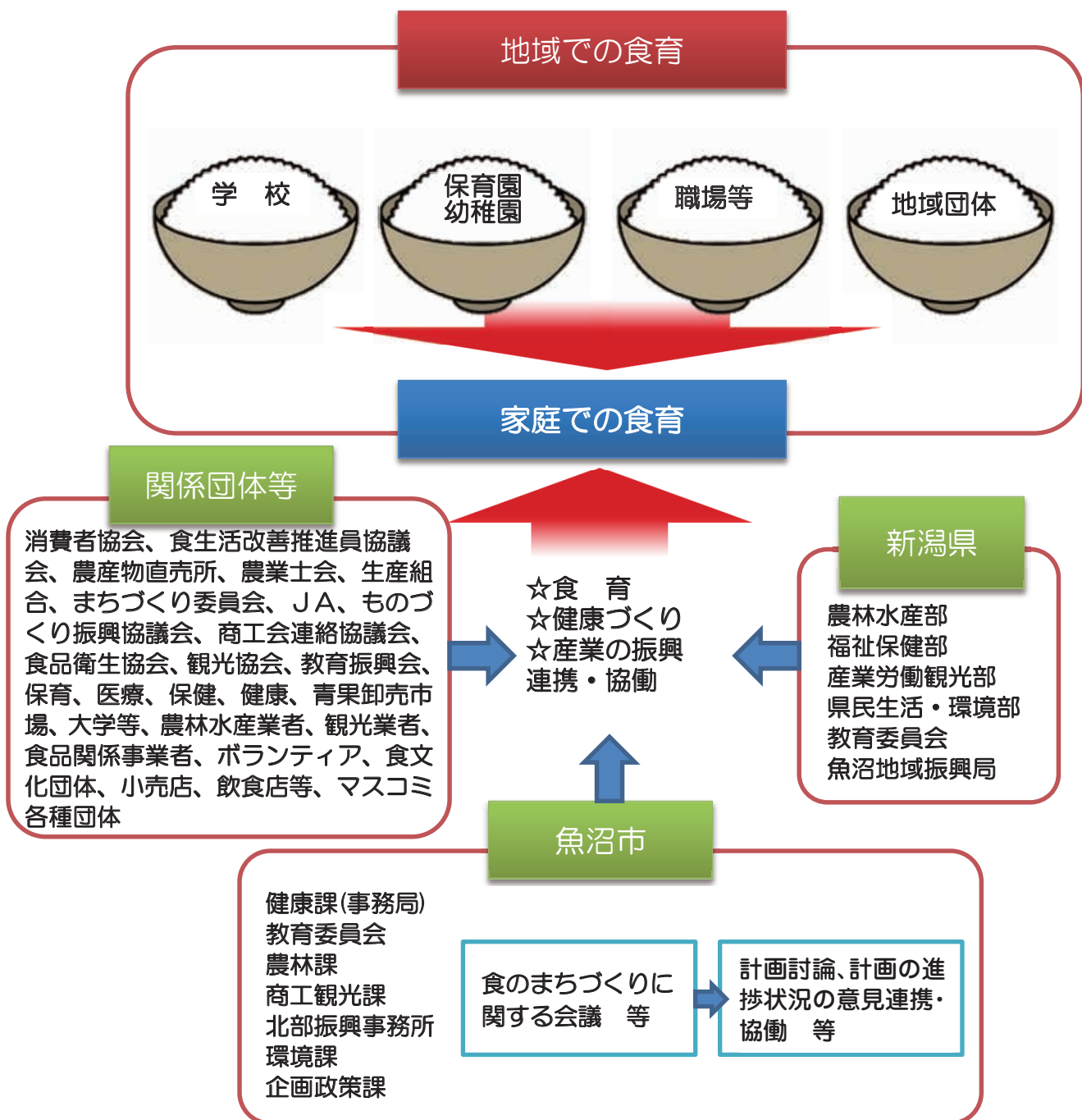
第6章 計画の推進に向けて

1 計画の推進体制

庁内関係部局と連携し、第4章の施策の各分野における方策を検討し取り組みます。

また、食のまちづくりに関する会議や関係団体、関係機関等がそれぞれの特徴を活かし、互いに連携・協働をしながら、本計画に基づく取組を推進していきます。

なお、食育活動は家庭での営みを基本とし、地域社会がその活動をサポートする役割を担うことで、食育活動につながるという考えに基づき、推進していきます。



2 評価指標

指標は、施策の効果が反映され、実行可能性のあるものを設定します。

指標の目標設定は、10年間を見据えた設定（平成37年度）を行った上で、平成32年度までの目標値としています。

指 標		現状値 (H26)	目標値 (H32)	長期目標値 (H37)	
健康の保持・増進	主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上取る人の割合	80.7% (H27調査)	83%	85%以上	
	適正体重（BMI値18.5以上25未満）の人の割合 ※40～64歳特定健診受診者	71.4%	73%	75%以上	
	適塩を意識している人の割合	53.5% (H27調査)	62%	70%以上	
継食承の教育と食文化の	郷土料理、行事食等の料理教室の参加者数（年間）	65人	100人	150人	
	栄養・食生活に気を付けている人の割合	50.6% (H27調査)	62%	70%以上	
	肥満傾向にある子ども もの割合 (小学5年生)	男子	16.99%	減少させる	減少させる
		女子	9.33%	減少させる	減少させる
産業の振興	学校給食年間使用食材数における市内産食材使用割合	9.5%	10.5%	12.0%	
	農産物直売所販売額	223,975千円	270,000千円	300,000千円	
	魚沼ブランド推奨品数（累計）	44品	70品	90品	
	新規就農者数（累計）	7人	35人	70人	
	市内食品製造業者等による 新商品開発支援数（延数）	1件	5件	10件	
	食に関連した新規起業者への支援数（延数）	2件	5件	10件	
の興観 促と光 進交の 流振	体験型観光の受け入れ人数 (延べ泊人数)	21,988人	24,000人	25,000人	
	年間観光入込客数	1,384,050人	1,500,000人	1,550,000人	
環境の保全	環境学習講座等の参加者数 (年間)	1,525人	1,600人	1,700人	
	堆肥販売量（年間）	2,300トン	2,420トン	2,520トン	
	森林資源の利用量（年間）	1,723トン	3,300トン	3,300トン	

資料編

1 検討体制

魚沼市食のまちづくり検討委員会設置要綱

平成 26 年 7 月 8 日

告示第 97 号

(設置)

第 1 条 魚沼市の食でつながる元気なまちづくりに関する取組の方向性について協議し、施策の推進と事業の円滑な実施を図るため、魚沼市食のまちづくり検討委員会(以下「委員会」という。)を設置する。

(所掌事項)

第 2 条 委員会は、次の各号に掲げる事項について検討する。

- (1) 食のまちづくりに関する施策の取組に関すること。
- (2) 食のまちづくり推進計画(仮称)の策定に関すること。
- (3) その他目的の達成に必要な事項に関すること。

(組織)

第 3 条 委員会の委員は、25 人以内で組織する。

2 委員は、次の各号に掲げる者のうちから、市長が委嘱し、又は任命する。

- (1) 消費者を代表する者
- (2) 生産者を代表する者
- (3) 関係団体等を代表する者
- (4) 関係行政機関等を代表する者
- (5) その他市長が必要と認めた者

3 委員会に部会を設けることができる。

(任期)

第 4 条 委員の任期は、2 年とする。ただし、再任を妨げない。

2 委員が欠けた場合の補欠委員の任期は、前任者の残任期間とする。

(会長及び副会長)

第 5 条 委員会に会長及び副会長を各 1 名置き、委員の互選によってこれを定める。

2 会長は、委員会を代表し、会務を統括する。

3 副会長は、会長を補佐し、会長に事故があるとき、又は会長が欠けたときは、その職務を代理する。

(アドバイザー)

第 6 条 委員会は、必要に応じてアドバイザーを置くことができる。

(会議)

第 7 条 委員会の会議(以下「会議」という。)は、会長が招集し、会長がその議長となる。

2 会長は、必要があると認めるときは、会議に関係する者の出席を求めてその意見を聴き、又は資料の提出を求めることができる。

(主管課)

第 8 条 委員会の庶務は、健康課で主管し、事務局を設置する。

(その他)

第 9 条 この要綱に定めるもののほか、必要な事項は、会長が別に定める。

附 則

この要綱は、平成 26 年 7 月 8 日から施行する。

魚沼市食のまちづくり検討委員会名簿（関係団体代表）

〔会長〕大平 實 〔副会長〕渡辺 あや子

氏名	備考	氏名	備考
渡辺 あや子	消費者を代表するもの	井上 陽子	関係行政機関等を代表するもの H27.4.1～
酒井 イホ		丸山 辰志	
富永 智子		安中 憲一	
湯本 智	生産者を代表するもの	片桐 美保子	H27.4.1～
滝沢 恒夫		清野 一善	～H27.3.31
桜井 良夫		高野 直行	～H27.3.31
石塚 重良		岡村 豊子	その他（市職員）
米山 幸子	星 正人		
鈴木 貢	関係団体等を代表するもの	金澤 真	アドバイザー
坂西 正信		平田 治美	
大平 實		高橋 栄雄	
永山 和夫			
桑原 幸子			
和田 利則		H27.4.1～	
南雲 文夫		～H27.3.31	

事務局（健康課 健康増進室）

氏名	備考	氏名	備考
佐藤 洋子	～H27.3.31	関 祐樹	H27.4.1～
吉田 淳	H27.4.1～	渡邊 香理	
星 裕樹	～H27.3.31		

（農林課 農政室）

氏名	備考	氏名	備考
星野 隆	～H27.3.31		
渡邊 和雄	H27.4.1～		
井口 洋子			

魚沼市食のまちづくり連絡調整会議設置要領

平成 26 年 5 月 29 日
訓令第 16 号

（設置）

第 1 条 魚沼市の食でつながる元気なまちづくりに関する施策の実効性ある推進を図ることを目的とし、魚沼市食のまちづくり連絡調整会議(以下「調整会議」という。)を設置する。

2 調整会議は、魚沼市庁議規程(平成 21 年魚沼市訓令第 8 号)第 8 条に規定する特定事項調整会議とする。

（所掌事務）

第 2 条 調整会議は、主に次の業務を行う。

- (1) 魚沼市食のまちづくり推進チームでの検討内容の審議
- (2) 食のまちづくりに関する施策の取組推進
- (3) 食のまちづくり推進事業の進行スケジュール管理
- (4) その他目的の達成に必要な事項に関すること。

（組織）

第 3 条 調整会議は、会長、副会長及び委員で組織する。

2 会長は、健康課長をもって充て、副会長は農林課長を充てるものとする。

3 委員は、企画政策課長、北部振興事務所長、商工観光課長、環境課長及び教育次長をもって充てる。

4 調整会議に、アドバイザーを置くことができる。

(会長及び副会長)

第4条 会長は、調整会議を代表し、会務を統括する。

2 副会長は、会長を補佐し、会長に事故のあるとき、又はその他の事由により会長が欠けたときは、副会長がその職務を代理する。

(会議)

第5条 会議は、会長が招集し、会長がその議長となる。

2 会長は、必要があると認めるときは、会議に関係する者の出席を求めてその意見を聞き、又は資料の提出を求めることができる。

(主管課)

第6条 調整会議の庶務は、健康課で主管し、事務局を設置する。

(設置の期間)

第7条 調整会議の設置期間は、平成26年6月1日から平成28年3月31日までとする。ただし、必要に応じて変更するものとする。

(その他)

第8条 この要領に定めるもののほか、必要な事項は、会長が別に定める。

附 則

この要領は、平成26年5月29日から施行する。

魚沼市食のまちづくり推進チーム設置要領

平成26年4月30日

訓令第13号

(設置)

第1条 魚沼市の食でつながる元気なまちづくりを推進するに当たり必要な事項の検討をすることを目的として、魚沼市食のまちづくり推進チーム(以下「チーム」という。)を設置する。

2 チームは、魚沼市プロジェクト・チーム設置規程(平成17年魚沼市訓令第1号)に準じ、設置する組織とする。

(所掌事務)

第2条 チームは、主に次の業務を行う。

- (1) 地消地産に関する検討
- (2) 食育に関する検討
- (3) 環境に関する検討
- (4) 食でつながる元気なまちづくりのPRに関する検討

(構成)

第3条 チームの構成員は、市職員のうちから市長が任命した職員をもって構成する。

2 チームにオブザーバーを置くことができる。

(主管課)

第4条 チームの庶務は、健康課で主管し、事務局を設置する。

(設置の期間)

第5条 チームの設置期間は、平成26年5月1日から平成28年3月31日までとする。ただし、必要に応じて市長が変更できるものとする。

(その他)

第6条 この要領に定めるもののほか、必要な事項は、市長が別に定める。

附 則

この要領は、平成26年4月30日から施行する。

2 推進計画策定の経過

開催年月日	開催会議
平成26年 4月23日	食のまちづくり連絡調整会議
5月30日	食のまちづくり推進チーム・連絡調整会議合同会議
6月27日	食のまちづくり連絡調整会議
9月 8日	食のまちづくり検討委員会
11月12日	食のまちづくり連絡調整会議
11月17日	食のまちづくり検討委員会
12月25日	食のまちづくり推進チーム・連絡調整会議合同会議
平成27年 1月23日	食のまちづくり推進チーム・連絡調整会議合同会議
2月26日	食のまちづくり検討委員会
4月27日	食のまちづくり推進チーム・連絡調整会議合同会議
5月 8日	食のまちづくり連絡調整会議
5月25日	食のまちづくり推進チーム・連絡調整会議合同会議
6月29日	食のまちづくり検討委員会
8月 5日	食のまちづくり連絡調整会議
10月 1日	食のまちづくり推進チーム・連絡調整会議合同会議
10月19日	食のまちづくり検討委員会
10月30日	食のまちづくり推進チーム・連絡調整会議合同会議
11月12日	食のまちづくり連絡調整会議
11月18日	食のまちづくり検討委員会
平成28年 1月28日	食のまちづくり検討委員会

3 パブリックコメントの結果

「魚沼市食でつながる元気なまちづくり推進計画（案）」に係る

パブリックコメント募集の結果について

パブリックコメント募集期間	平成27年12月16日から 平成28年 1月15日まで
提出された件数	0件
公表資料（結果）	なし
結果の公表場所	・魚沼市ホームページ ・健康課（市役所湯之谷庁舎） ・各市民センター ・北部振興事務所及び入広瀬分室窓口
担当部署	魚沼市健康課健康増進室 〒946-8511 魚沼市大沢213番地1 TEL 025-792-9763 FAX 025-792-7600 Eメール uc903901@city.uonuma.niigata.jp

4 農林水産物の消費動向に関する市民アンケート調査結果

- 調査目的 地産地消推進計画（後期計画）で設定した目標がどれだけ達成されているのかを把握し、今後さらなる効果的な地産地消事業計画を策定するため
- 調査時期 平成 27 年 1 月
- 調査方法 郵送による配布及び回収
- 調査対象者 20 歳以上の市民 1,000 人
- 回答者数 563 人（回収率 56.3%）

※ 前回構成比とは、平成 19 年 7 月の調査時

〔アンケート結果〕

問 1 あなたの性別は

	人数	構成比	前回構成比
男	259	46.0%	47.3%
女	301	53.5%	51.4%
無回答	3	0.5%	1.3%

問 2 あなたの年齢は

	人数	構成比	前回構成比
20～29 歳	30	5.3%	6.4%
30～39 歳	58	10.3%	9.9%
40～49 歳	75	13.3%	16.5%
50～59 歳	109	19.4%	23.6%
60～69 歳	150	26.6%	20.2%
70 歳以上	138	24.5%	22.8%
無回答	3	0.5%	0.5%

問 3 一緒に住んでいる家族構成についてお答えください。

	人数	構成比	前回構成比
一人暮らし	48	8.5%	5.1%
夫婦のみ	96	17.1%	18.0%
親と子（2 世代）	237	42.1%	41.3%
親と子と孫（3 世代）	144	25.6%	28.8%
その他	32	5.7%	5.6%
無回答	6	1.1%	1.2%

問4 あなたのご家庭では、農林水産物を主にどこから購入していますか。(項目ごとに○は3つまで)

○米

	人数	構成比	前回構成比
食品スーパー	153	19.9%	17.1%
専門店(米屋)	21	2.7%	3.9%
農産物直売所(食品スーパー内の直売コーナー含む)	50	6.5%	3.0%
生産者から直接	222	28.8%	29.1%
生協	23	3.0%	1.6%
インターネット、通信販売	4	0.5%	0.3%
自分で作っている	216	28.1%	34.6%
コンビニエンスストア	5	0.6%	0.5%
全く購入しない	30	3.9%	6.0%
その他	41	5.3%	2.8%
無回答	5	0.6%	1.0%

○野菜

	人数	構成比	前回構成比
食品スーパー	497	42.3%	43.7%
専門店(八百屋)	20	1.7%	2.3%
農産物直売所(食品スーパー内の直売コーナー含む)	210	17.9%	13.2%
生産者から直接	73	6.2%	5.3%
生協	48	4.1%	4.0%
インターネット、通信販売	1	0.1%	0.1%
自分で作っている	285	24.2%	28.5%
コンビニエンスストア	6	0.5%	0.2%
全く購入しない	3	0.3%	0.4%
その他	28	2.4%	2.1%
無回答	5	0.4%	0.3%

○肉・魚

	人数	構成比	前回構成比
食品スーパー	542	70.5%	70.8%
専門店（肉屋・魚屋）	62	8.1%	11.7%
農産物直売所（食品スーパー内の直売コーナー含む）	47	6.1%	5.6%
生産者から直接	3	0.4%	0.2%
生協	85	11.1%	9.5%
インターネット、通信販売	7	0.9%	0.7%
コンビニエンスストア	7	0.9%	0.5%
全く購入しない	1	0.1%	0.1%
その他	9	1.2%	0.4%
無回答	6	0.8%	0.5%

○果物

	人数	構成比	前回構成比
食品スーパー	535	62.9%	66.8%
専門店（八百屋・青果店）	40	4.7%	7.3%
農産物直売所（食品スーパー内の直売コーナー含む）	117	13.7%	8.5%
生産者から直接	45	5.3%	2.5%
生協	56	6.6%	6.5%
インターネット、通信販売	7	0.8%	1.1%
自分で作っている	24	2.8%	4.6%
コンビニエンスストア	2	0.2%	0.2%
全く購入しない	3	0.4%	0.1%
その他	12	1.4%	0.6%
無回答	10	1.2%	1.9%

問5 農林水産物を購入する際に、重視する点は何ですか。(項目ごとに○は3つまで)

○米

	人数	構成比	前回構成比
味	174	16.8%	16.7%
品種(ブランド)	107	10.3%	8.8%
価格	164	15.9%	13.7%
特売品	16	1.5%	1.0%
鮮度	73	7.1%	8.6%
有機・減農薬	30	2.9%	3.9%
生産者がわかる	152	14.7%	12.5%
栽培方法がわかる	12	1.2%	2.6%
産地	51	4.9%	6.2%
信用できるお店	37	3.6%	3.9%
特にない	19	1.8%	0.8%
普段買わないのでわからない	153	14.8%	16.0%
その他	28	2.7%	2.3%
無回答	18	1.7%	3.0%

○野菜

	人数	構成比	前回構成比
味	159	12.1%	10.2%
品種(ブランド)	29	2.2%	1.8%
価格	322	24.5%	21.9%
特売品	55	4.2%	2.3%
鮮度	337	25.7%	28.4%
有機・減農薬	52	4.0%	7.5%
生産者がわかる	73	5.6%	5.2%
栽培方法がわかる	6	0.5%	0.8%
外観	27	2.1%	1.6%
産地	115	8.8%	9.0%
信用できるお店	59	4.5%	6.1%
特にない	28	2.1%	1.1%
普段買わないのでわからない	22	1.7%	3.1%
その他	15	1.1%	0.1%
無回答	13	1.0%	0.8%

○肉・魚

	人数	構成比	前回構成比
味	146	10.6%	8.2%
品種（ブランド）	38	2.8%	1.4%
価格	340	24.7%	19.8%
特売品	54	3.9%	1.9%
鮮度	380	27.6%	29.9%
消費期限	118	8.6%	11.9%
生産者がわかる	12	0.9%	1.6%
飼育方法・漁法がわかる	9	0.7%	1.0%
外観	23	1.7%	1.4%
産地	124	9.0%	10.7%
信用できるお店	92	6.7%	8.8%
特にない	20	1.5%	0.7%
普段買わないのでわからない	4	0.3%	0.4%
その他	5	0.4%	0.1%
無回答	12	0.9%	2.1%

○果物

	人数	構成比	前回構成比
味	250	19.0%	18.1%
品種（ブランド）	52	3.9%	1.1%
価格	311	23.6%	19.8%
特売品	41	3.1%	1.1%
鮮度	306	23.2%	27.3%
有機・減農薬	33	2.5%	5.3%
生産者がわかる	29	2.2%	1.9%
栽培方法がわかる	4	0.3%	0.9%
外観	44	3.3%	2.9%
産地	125	9.5%	10.7%
信用できるお店	66	5.0%	6.4%
特にない	21	1.6%	0.7%
普段買わないのでわからない	5	0.4%	0.8%
その他	3	0.2%	0.1%
無回答	28	2.1%	2.8%

問6 あなたは、農林水産物を購入する際に、地場産品を優先しますか。(○は1つだけ)

	人数	構成比	前回構成比
優先する	360	63.9%	66.4%
優先しない	188	33.4%	30.9%
無回答	15	2.7%	2.6%

問6-① (優先すると答えた方) どういった点から優先しますか。(○は3つまで)

	人数	構成比	前回構成比
鮮度や品質がよいから	277	32.4%	34.1%
健康・体によさそうだから	57	6.7%	9.3%
安全・安心だから	209	24.4%	24.5%
生産者を身近に感じられるから	169	19.8%	19.1%
安いから	80	9.4%	7.4%
輸送コストをかけないなど、環境にやさしいものだから	57	6.7%	5.4%
特にない	3	0.4%	0.1%
わからない	1	0.1%	0.0%
無回答	2	0.2%	0.1%

問6-② (優先しないと答えた方) 優先しない理由はありますか。(○は3つまで)

	人数	構成比	前回構成比
鮮度や品質に差がないから	89	34.4%	30.9%
鮮度や品質が悪いから	2	0.8%	1.8%
健康・体によさそうとは思わないから	7	2.7%	4.2%
安全・安心だとは思わないから	14	5.4%	5.6%
価格に差がないから	34	13.1%	18.9%
価格が高いから	46	17.8%	12.3%
特にない	60	23.2%	22.5%
わからない	3	1.2%	3.2%
無回答	4	1.5%	0.7%

問7 地産地消とは“地場で生産した農林水産物をその地域で消費する”取組みです。

地産地消について、その言葉や内容について知っていますか。(○は1つだけ)

	人数	構成比	前回構成比
言葉は聞いたことがある	112	19.9%	24.1%
言葉やおよその内容は知っている	338	60.0%	42.5%
言葉や内容はもちろん行政や民間企業が行っている取組みについても知っている	67	11.9%	9.1%
知らない	35	6.2%	22.3%
無回答	11	2.0%	2.0%

問8 地産地消でいう「地場産品」の範囲はどこまでだと考えますか。(○は1つだけ)

	人数	構成比	前回構成比
魚沼市内	236	41.9%	29.8%
近隣の市町を加えた範囲	178	31.6%	33.4%
新潟県内	139	24.7%	31.2%
その他	2	0.4%	0.8%
無回答	8	1.4%	4.8%

問9 魚沼市では、平成24年度から「魚沼ブランド推奨制度」という魚沼市産の農産物等を観光協会や魚沼地域振興局からなる推奨委員会で定める一定の要件をクリアするものを「魚沼ブランド推奨品」として認定する制度を行っています。

「魚沼ブランド推奨制度」または「魚沼ブランド推奨品」について知っていますか。(○は1つだけ)

	人数	構成比	前回構成比
知っている	191	33.9%	—
知らない	364	64.7%	—
無回答	8	1.4%	—

問9-①(知っていると答えた方) 魚沼ブランド推奨制度または魚沼ブランド推奨品をどこで知りましたか。

(複数回答可)

	人数	構成比	前回構成比
市報うおぬま	116	43.6%	—
魚沼市ホームページ	20	7.5%	—
魚沼ブランド推奨品紹介パンフレット	74	27.8%	—
魚沼ブランド推奨品販店	28	10.5%	—
市内外イベント	14	5.3%	—
その他	11	4.1%	—
無回答	3	1.1%	—

問10 魚沼ブランド推奨制度または魚沼ブランド推奨品について、どのようなPR法が有効だと思いますか。

(複数回答可)

	人数	構成比	前回構成比
雑誌・パンフレット等による啓発	177	15.6%	—
インターネットによる啓発	163	14.4%	—
イベント等の開催	296	26.1%	—
マスコミへの情報提供	210	18.5%	—
市・農協等広報誌	223	19.7%	—
その他	20	1.8%	—
無回答	45	4.0%	—

問 1 1 魚沼市では「食でつながる元気なまちづくり」を進めています。

進めるために、今後力を入れたほうが良いと思うものは何ですか。(〇は3つまで)

	人数	構成比	前回構成比
食のまちづくりの取組を普及するための啓発	123	8.5%	—
幼児から高齢者まで生涯にわたる食育の推進	137	9.4%	—
「早寝早起き・朝ごはん」の促進	79	5.4%	—
望ましい食生活を実践するための 研修会の開催や情報の発信	74	5.1%	—
健康相談や健康講座の開催	36	2.5%	—
郷土料理を普及するための研究や伝承	129	8.9%	—
体験型食育講座の開催（農業体験や料理教室など）	62	4.3%	—
幼稚園、保育園や学校給食における市内農産物の利用促進	265	18.3%	—
飲食店やホテル、旅館等における市内農産物の利用促進	165	11.4%	—
有機栽培や特別栽培など環境保全型農業の推進	75	5.2%	—
食に係るごみの減量化や再資源化の取組	32	2.2%	—
特産物を使った料理や特産品の開発	159	11.0%	—
国内や海外市場等へ特産物などの販路拡大	83	5.7%	—
無回答	32	2.2%	—

5 魚沼市民の健康と食に関するアンケート調査結果

- 調査目的 健康づくり計画及び食でつながる元気なまちづくり推進計画の基礎資料とするため、市民の健康づくりや食に対する意識・関心、健康状態、生活習慣などの実態を把握する。
調査結果をもとに、計画における取組の方向や健康の指標等を設定するための資料とする。
- 調査期間 平成 27 年 4 月 1 日～4 月 27 日
- 調査対象者 無作為抽出した 20 歳以上 90 歳未満の市民 1,000 人
- 調査方法 上記の対象者へ調査票を郵送し、返信用封筒により回答
- 回答者数 516 人
- 回収率 51.6%

※ 前回構成比とは、平成 25 年 6 月調査時

〔アンケート結果〕

【I 共通項目】

はじめに・・・あなたご自身についてお聞きます。

問1 あなたの性別を教えてください。

	回答数	構成比	前回構成比
1. 男性	234	45.3%	46.3%
2. 女性	277	53.7%	53.7%
3. 無回答	5	1.0%	0.0%

問2 あなたの 4 月 1 日現在の年代を教えてください。(○は 1 つ)

	(参考男女内訳)	回答数	構成比	前回構成比
1. 20 歳代	(男 17 女 22)	39	7.6%	8.7%
2. 30 歳代	(男 22 女 45)	67	13.0%	12.2%
3. 40 歳代	(男 25 女 30)	55	10.7%	11.7%
4. 50 歳代	(男 30 女 42)	72	14.0%	16.3%
5. 60 歳代	(男 33 女 49)	83	16.1%	17.5%
6. 70 歳代	(男 56 女 42)	100	19.4%	18.9%
7. 80 歳以上	(男 51 女 47)	100	19.4%	14.7%
8. 無回答		0	0.0%	0.0%

※性別無回答の方がいるため、参考男女内訳と回答数で一致しない箇所があります。

問3 現在住んでいる地区名(旧町村名)をお聞かせください。(○は 1 つ)

	回答数	構成比	前回構成比
1. 堀之内	88	17.1%	16.5%
2. 小出	91	17.6%	17.0%
3. 湯之谷	79	15.3%	14.9%
4. 広神	83	16.1%	18.5%
5. 守門	93	18.0%	16.0%
6. 入広瀬	81	15.7%	16.0%
7. 無回答	1	0.2%	1.1%

問4 世帯構成を教えてください。(〇は1つ)

	回答数	構成比	前回構成比
1. 3世代	127	24.6%	23.9%
2. 2世代	206	39.9%	47.5%
3. 夫婦のみ	110	21.3%	18.6%
4. ひとり暮らし	36	7.0%	6.0%
5. その他	27	5.2%	2.0%
6. 無回答	10	1.9%	2.0%

問5 あなたの職業等を教えてください。(〇は1つ)

	回答数	構成比	前回構成比
1. 自営業	45	8.7%	12.8%
2. 正社員	153	29.7%	27.2%
3. パート・アルバイト・非常勤	69	13.4%	14.0%
4. 派遣・登録社員	8	1.6%	0.7%
5. 在宅就労・内職	13	2.5%	1.3%
6. 家事(専業)	83	16.1%	17.0%
7. 学生	6	1.2%	0.7%
8. 仕事をしていない	110	21.3%	19.6%
9. その他	21	4.1%	5.4%
10. 無回答	8	1.6%	1.3%

【Ⅱ 健康づくりに関する項目】

「健康」についてお聞きします。

問6 ご自身の健康状態をどのように感じていますか。(〇は1つ)

	回答数	構成比	前回構成比
1. 健康である	100	19.4%	21.9%
2. 健康なほうである	296	57.4%	52.4%
3. あまり健康でない	94	18.2%	18.6%
4. 健康でない	16	3.1%	5.9%
5. 無回答	10	1.9%	1.2%

問7 健康のためにどのようなことをしていますか。(○はいくつでも)

	回答数	構成比	前回構成比
1. 栄養・食生活に気をつける	261	50.6%	13.2%
2. 食後の歯みがきをする	222	43.0%	10.7%
3. 適度な身体活動・運動をする	199	38.6%	9.4%
4. 睡眠や休養を十分とる	271	52.5%	13.7%
5. 飲酒を控える	133	25.8%	6.5%
6. たばこを吸わない	244	47.3%	11.9%
7. 規則正しい生活をする	198	38.4%	9.3%
8. ストレス発散や気分転換をする	191	37.0%	9.7%
9. 身近な人や仲間との交流を大切にする	208	40.3%	11.1%
10. 特に何もしていない	61	11.8%	4.1%
11. その他	12	2.3%	0.4%
12. 無回答(※今回追加)	3	0.6%	—

問8 健康維持の目安として、家庭で血圧を計測していますか。

	回答数	構成比	前回構成比
1. はい	156	30.2%	33.1%
2. いいえ	356	69.0%	65.6%
3. 無回答	4	0.8%	1.3%

問9 過去1年間に健康診断を受けたことがありますか。

(職場での健康診断や、市の住民健診、個人的な健康診断など)

	回答数	構成比	前回構成比
1. はい	457	88.6%	88.5%
2. いいえ	54	10.5%	10.5%
3. 無回答	5	1.0%	1.0%

問10 健康寿命を知っていますか。(○は1つ) ※今回追加

	回答数	構成比	前回構成比
1. はい	201	39.0%	—
2. いいえ	304	58.9%	—
3. 無回答	11	2.1%	—

「運動習慣」についてお聞きします。

問11 運動を継続して行っていますか。(継続の目安：1日30分以上、週2日以上、1年以上継続)

	回答数	構成比	前回構成比
1. はい	162	31.4%	25.9%
2. いいえ	348	67.4%	65.9%
3. 無回答	6	1.2%	8.2%

問12 趣味や楽しみのため、月1回以上運動をしていますか。

	回答数	構成比	前回構成比
1. はい	168	32.6%	32.8%
2. いいえ	334	64.7%	59.1%
3. 無回答	14	2.7%	8.1%

問13 問12で「はい」とお答えの方にお聞きします。どのくらいの頻度で運動をしていますか。(○は1つ)

	回答数	構成比	前回構成比
1. 月1回	26	15.5%	16.6%
2. 月2回	27	16.1%	16.6%
3. 月3回	17	10.1%	11.6%
4. 月4回以上	91	54.2%	51.7%
5. 無回答	7	4.2%	3.5%

問14 問11、問12で「はい」とお答えの方にお聞きします。

① どのような運動をしていますか。(○はいくつでも)

	回答数	構成比	前回構成比
1. ウォーキング	109	50.2%	33.4%
2. ジョギング	30	13.8%	9.0%
3. サイクリング	5	2.3%	5.5%
4. 野球	6	2.8%	1.0%
5. サッカー	0	0.0%	1.4%
6. テニス	2	0.9%	1.0%
7. バレーボール	2	0.9%	3.1%
8. 体操	45	20.7%	10.7%
9. ダンス	14	6.5%	3.5%
10. 水泳	5	2.3%	1.7%
11. スポーツジム	7	3.2%	2.1%
12. 運動教室	15	6.9%	3.5%
13. その他	60	27.6%	24.1%
14. 無回答(※今回追加)	13	6.0%	—

② その運動を継続できている、または継続している理由を教えてください。(○はいくつでも)

	回答数	構成比	前回構成比
1. 仲間の存在	63	29.0%	15.0%
2. 体力や筋力をつける	91	41.9%	18.3%
3. 体重を減らす	40	18.4%	7.9%
4. 内容が魅力的	22	10.1%	7.1%
5. ストレス解消	68	31.3%	16.6%
6. 達成感があるから	31	14.3%	6.5%
7. 健康維持	141	65.0%	24.3%
8. その他	14	6.5%	4.3%
9. 無回答(※今回追加)	9	4.1%	—

問15 市の「新潟県健康ウォーキングロード」を知っていますか、また、利用したことがありますか。

(○は1つ)

	回答数	構成比	前回構成比
1. 利用したことがある	33	6.4%	5.4%
2. 知っているが利用したことがない	100	19.4%	29.2%
3. 知らない	374	72.5%	57.3%
4. 無回答	9	1.7%	8.1%

問16 ロコモティブシンドローム(運動器症候群)を知っていますか。(○は1つ)

	回答数	構成比	前回構成比
1. はい	96	18.6%	8.7%
2. いいえ	406	78.7%	82.9%
3. 無回答	14	2.7%	8.4%

「たばこ」についてお聞きします。

問17 たばこを吸いますか。(○は1つ)

	回答数	構成比	前回構成比
1. 吸っている	76	14.7%	19.4%
2. 以前は吸っていたがやめた	103	20.0%	20.3%
3. 吸わない	331	64.1%	59.1%
4. 無回答	6	1.2%	0.9%

問18 問17で「吸っている」とお答えの方にお聞きします。

① 自身の喫煙について、どう考えますか。(○は1つ)

	回答数	構成比	前回構成比
1. やめるつもりでいる	14	18.4%	20.3%
2. 迷惑がかからないように吸いたい	57	75.0%	72.9%
3. 周囲の人を気にせず吸う	4	5.3%	5.9%
4. 無回答	1	1.3%	0.9%

② 子どもや家族の前で吸わない配慮をしていますか。(たばこを吸う場所を決めるなど)

	回答数	構成比	前回構成比
1. はい	59	77.6%	66.1%
2. いいえ	17	22.4%	32.2%
3. 無回答	0	0.0%	1.7%

問19 公共の場での禁煙・分煙の状況についてどう思いますか。(○は1つ)

	回答数	構成比	前回構成比
1. もっと進めるべき	144	27.9%	26.7%
2. この程度でよい	219	42.4%	38.0%
3. 行き過ぎ	25	4.8%	7.9%
4. 考えたことがない	31	6.0%	7.6%
5. 無回答	97	18.8%	19.8%

問20 COPD（慢性閉塞性肺疾患）を知っていますか。

	回答数	構成比	前回構成比
1. はい	171	33.1%	25.4%
2. いいえ	304	58.9%	62.9%
3. 無回答	41	7.9%	11.7%

「こころの健康」についてお聞きします。

問21 物事に興味が持てない、喜びや楽しみを感じられないと思うことが2週間以上続いていますか。

	回答数	構成比	前回構成比
1. はい	29	5.6%	—
2. いいえ	476	92.2%	—
3. 無回答	11	2.1%	—

※今回追加

問22 気分が落ち込み憂うつになることが2週間以上続いていますか。 ※今回追加

	回答数	構成比	前回構成比
1. はい	18	3.5%	—
2. いいえ	487	94.4%	—
3. 無回答	11	2.1%	—

問23 自分なりのストレスの対処法をっていますか。

	回答数	構成比	前回構成比
1. はい	371	71.9%	66.4%
2. いいえ	123	23.8%	27.8%
3. 無回答	22	4.3%	5.8%

問24 ストレスや悩みがあるとき、相談する人がいますか。

	回答数	構成比	前回構成比
1. はい	373	72.3%	70.5%
2. いいえ	127	24.6%	25.0%
3. 無回答	16	3.1%	4.5%

問25 「精神保健相談会」「認知症相談会」を知っていますか。

	回答数	構成比	前回構成比
1. はい	180	34.9%	32.6%
2. いいえ	323	62.6%	64.4%
3. 無回答	13	2.5%	3.0%

問26 市で作成・配布している「(魚沼市版) こころの健康チェック」を知っていますか。

	回答数	構成比	前回構成比
1. はい	151	29.3%	21.6%
2. いいえ	340	65.9%	74.5%
3. 無回答	25	4.8%	3.9%

「歯、口の中の健康」についてお聞きします。

問27 口の中の健康について、健康だと感じていますか。(○は1つ)

	回答数	構成比	前回構成比
1. 健康である	55	10.7%	12.2%
2. 健康なほうである	236	45.7%	41.7%
3. あまり健康でない	170	32.9%	32.6%
4. 健康でない	36	7.0%	10.2%
5. 無回答	19	3.7%	3.3%

問28 毎日の食事がおいしく食べられますか。(○はいくつでも) ※今回追加

	回答数	構成比	前回構成比
1. 何でもおいしく食べることができる	408	79.1%	—
2. 固くて食べにくい食べ物がある	84	16.3%	—
3. 好き嫌が多い	37	7.2%	—
4. 飲み込みにくい	5	1.0%	—
5. 味がわからない	2	0.4%	—
6. 口が乾く	53	10.3%	—
7. その他	9	1.7%	—
8. 無回答	18	3.5%	—

問29 あなたの口の中には何本の歯がありますか。 ※今回追加

	回答数	構成比	前回構成比
1. 0	31	6.0%	—
2. 1～9	47	9.1%	—
3. 10～19	47	9.1%	—
4. 20～23	39	7.6%	—
5. 24～27	81	15.7%	—
6. 28以上	232	45.0%	—
7. 無回答	39	7.6%	—

問30 1年に1回以上、定期的に歯科健診(歯石の除去等含む)を受けていますか。

	回答数	構成比	前回構成比
1. はい	130	25.2%	22.7%
2. いいえ	363	70.3%	73.8%
3. 無回答	23	4.5%	3.5%

問31 1日何回歯をみがきますか。(○はいくつでも)

	回答数	構成比	前回構成比
1. 毎食後	134	26.0%	18.0%
2. 朝	314	60.9%	38.6%
3. 昼	48	9.3%	5.6%
4. 寝る前	301	58.3%	35.5%
5. その他	26	5.0%	2.3%
6. 無回答(※今回追加)	19	3.7%	—

【Ⅲ 食に関する項目】

「食生活」の状況についてお聞きします。

問32 1日3食、食事をしていますか。(○は1つ)

	回答数	構成比	前回構成比
1. 食べている	449	87.0%	80.4%
2. ときどき食べないことがある	28	5.4%	5.9%
3. 1日2食のことが多い	31	6.0%	6.9%
4. 1日1食のことが多い	0	0.0%	0.7%
5. 1日4食以上のことが多い	2	0.4%	0.5%
6. その他(※今回追加)	0	0.0%	—
7. 無回答	6	1.2%	5.6%

問33 問32で、「ときどき食べないことがある」「1日2食のことが多い」「1日1食のことが多い」と答えた方にお聞きします。

食べないこと(抜いてしまうことが)が多いのは、どの食事ですか。(○は1つ)

	回答数	構成比	前回構成比
1. 朝食	37	62.7%	63.4%
2. 昼食	11	18.6%	17.1%
3. 夕食	9	15.3%	11.0%
4. 朝食と昼食	0	0.0%	6.1%
5. 朝食と夕食	0	0.0%	1.2%
6. 昼食と夕食	1	1.7%	1.2%
7. 無回答(※今回追加)	1	1.7%	—

問34 毎食、主食・主菜・副菜をそろえて食べていますか。(○は1つ)

	回答数	構成比	前回構成比
1. ほぼ毎食	265	51.2%	65.2%
2. 1日に2回(※今回追加)	153	29.5%	—
3. 1日に1回(※今回追加)	58	11.2%	—
4. ほとんど食べていない	23	4.4%	1.7%
5. 無回答	17	3.3%	8.6%

問35 食事をしたり、つくったりするときに、どのようなことに気をつけていますか。(○はいくつでも)

	回答数	構成比	前回構成比
1. 塩分・塩からいものを控える	276	53.5%	17.0%
2. 糖分・あまいものを控える	130	25.2%	7.7%
3. 油ものを控える	173	33.5%	10.5%
4. 野菜を積極的にとる	304	58.9%	13.8%
5. 栄養のバランス	115	22.3%	8.7%
6. 6分に合った食事の量	149	28.9%	8.5%
7. 食事にかかる時間(※今回追加)	20	3.9%	—
8. 食べる順番(※今回追加)	51	9.9%	—
9. 決まった時間に食事をとる	201	39.0%	5.1%
10. インスタント食品を控える	132	25.6%	6.9%
11. 特に気をつけていない	85	16.5%	7.8%
12. その他	13	2.5%	0.4%
13. 無回答(※今回追加)	19	3.7%	—

問36 ふだん次の食品をどれくらい食べて(飲んで)いますか。(○はそれぞれ1つ)

① めん類の汁 ※今回追加

	回答数	構成比	前回構成比
1. 全部	109	21.1%	—
2. 半分くらい	192	37.2%	—
3. 1/3くらい	100	19.4%	—
4. ほとんど飲まない	91	17.6%	—
5. 無回答	24	4.7%	—

② つけもの ※今回追加

	回答数	構成比	前回構成比
1. 1日4回以上	4	0.8%	—
2. 1日2~3回	191	37.0%	—
3. 1日1回	157	30.4%	—
4. ほとんど食べない	150	29.1%	—
5. 無回答	14	2.7%	—

問37 1日の食事のなかで、家族や友人と食卓を囲むことはありますか。(〇は1つ)

	回答数	構成比	前回構成比
1. 毎日	382	74.0%	70.0%
2. 週に4~6日	33	6.4%	4.9%
3. 週に1~3日	51	9.9%	9.7%
4. ない	41	7.9%	8.6%
5. 無回答	9	1.7%	6.8%

問38 食品を選ぶときや外食の際、カロリー・栄養成分表示を参考に選んでいますか。(〇は1つ)

	回答数	構成比	前回構成比
1. 参考にしている	59	11.4%	14.7%
2. ときどき参考にしている	164	31.8%	30.5%
3. 参考にしていない(気にしていない)	262	50.8%	44.1%
4. 栄養成分表示を知らない	14	2.7%	3.6%
5. 無回答	17	3.3%	7.1%

問39 食品を選ぶとき、産地表示を参考に選んでいますか。(〇は1つ)

	回答数	構成比	前回構成比
1. 国内産を選ぶようにしている	239	46.3%	45.6%
2. 県内・地場産を選ぶようにしている	64	12.4%	11.2%
3. 産地は見るが、気にしてはいない	136	26.4%	25.9%
4. 見ない	58	11.2%	10.2%
5. 無回答	19	3.7%	7.1%

問40 外食をどのくらいの割合でしますか。(〇は1つ) ※今回追加

	回答数	構成比	前回構成比
1. ほぼ毎日	2	0.4%	—
2. 週に数回	28	5.4%	—
3. 月に数回	277	53.7%	—
4. ほとんど・まったくない	198	38.4%	—
5. 無回答	11	2.1%	—

問41 中食(なかしょく)をどのくらい食べますか。(〇は1つ) ※今回追加

	回答数	構成比	前回構成比
1. ほぼ毎日	28	5.4%	—
2. 週に数回	69	13.4%	—
3. 月に数回	192	37.2%	—
4. ほとんど・まったくない	207	40.1%	—
5. 無回答	20	3.9%	—

問42 食事バランスガイドを知っていますか。

	回答数	構成比	前回構成比
1. はい	224	43.4%	30.1%
2. いいえ	273	52.9%	61.8%
3. 無回答	19	3.7%	8.1%

問43 お酒を毎日3合（ビール大ビン2本、焼酎250cc）以上飲みますか。

	回答数	構成比	前回構成比
1. はい	45	8.7%	7.9%
2. いいえ	460	89.1%	85.7%
3. 無回答	11	2.1%	6.4%

問44 災害時に備えて非常用の食料を用意していますか。

	回答数	構成比	前回構成比
1. はい	95	18.4%	17.5%
2. いいえ	410	79.5%	76.3%
3. 無回答	11	2.1%	6.2%

問45 問44で、「はい」と答えた方にお聞きします。

非常用の食料としてどんなものを用意していますか。（○はいくつでも）

	回答数	構成比	前回構成比
1. 主食（レトルトごはん、ごはんを乾燥させた加工米、乾パン等）	60	63.2%	29.5%
2. 副菜（肉・魚等の缶詰、カレー・シチュー等のレトルト食品等）	71	74.7%	37.6%
3. 飲料（水、お茶等）	61	64.2%	32.9%
4. 無回答（※今回追加）	1	1.1%	—

問46 食の安全に関してどの程度の知識を持っていると思いますか。（○は1つ）※今回追加

	回答数	構成比	前回構成比
1. 持っていると思う	27	5.2%	—
2. ある程度持っていると思う	216	41.9%	—
3. あまり持っていないと思う	155	30.0%	—
4. ほとんど持っていないと思う	85	16.5%	—
5. わからない	26	5.0%	—
6. 無回答	7	1.4%	—

問47 食に関して知りたいと思う情報はどのようなものですか。(〇はいくつでも) ※今回追加

	回答数	構成比	前回構成比
1. 栄養バランス	211	40.9%	—
2. 料理のレシピ	214	41.5%	—
3. 農林漁業体験の機会	20	3.9%	—
4. 食品の安全性	282	54.7%	—
5. 生産者や食品会社の取組み	87	16.9%	—
6. 食事のマナーやしつけ	81	15.7%	—
7. その他	14	2.7%	—
8. 無回答	52	10.1%	—

問48 地場産食材の消費拡大を進めていくためには、何が必要と思いますか。(〇はいくつでも) ※今回追加

	回答数	構成比	前回構成比
1. 行政の支援	203	39.3%	—
2. 民間事業者の参入	97	18.8%	—
3. 地場産食材の加工・販売	211	40.9%	—
4. スーパー・コンビニでの地場産食材の販売	261	50.6%	—
5. 観光業とのタイアップ	105	20.3%	—
6. 消費者ニーズにあった食材の生産	154	29.8%	—
7. 生産者と消費者を結ぶ人や団体	153	29.7%	—
8. 外食・宿泊施設での地場産食材の提供	131	25.4%	—
9. その他	16	3.1%	—
10. 無回答	51	9.9%	—

魚沼市食でつながる元気なまちづくり推進計画

新潟県魚沼市健康課 健康増進室

〒946-8511

魚沼市大沢213番地1 魚沼市役所湯之谷庁舎

TEL 025-792-9763

FAX 025-792-7600

Eメール uc903901@city.uonuma.niigata.jp

ホームページ <http://www.shokumachi-uonuma.jp/>