

みんなと一緒に「いただきます」

～食育は未来へつながる道しるべ～

長与町食育推進計画

ダイジェスト版



平成22年2月


長与町

1 計画策定の趣旨

本町では、住民一人ひとりが「食」について改めて意識を高め、自然の恵みや「食」に関わる人々の様々な活動への感謝の念や理解を深めつつ、「食」に関して信頼できる情報に基づき適切な判断を行う能力を身に付けることが必要となっています。このため、健全な食生活を実践できる住民が増え、次の世代に受け継がれていく活力のある社会を実現することができるよう、家庭、幼稚園・保育所（園）・学校、地域等を中心に、「食育」を総合的、計画的に推進するための「長与町食育推進計画」を策定します。

2 計画の期間

平成 22 年度から平成 26 年度までの 5 年間とします。

平成 22 年度	23 年度	平成 24 年度	平成 25 年度	平成 26 年度
				

3 基本理念

本町の食育に関する課題に取り組んでいくためには、食育基本法における目的等を踏まえて、人と人、家庭と地域、消費者と生産者がつながって、「食」について考え、「食」をテーマにして集い、行動することによって、健康で豊かな生活を目指していくことが必要です。このため、

人と人、家庭と地域、消費者と生産者がつながり、「食」について考え行動し、健康で豊かな生活を目指します。

を基本理念として定めます。

4 基本目標

基本理念に掲げる本町の食育のあるべき姿を実現するため、次の基本目標を掲げ、食育の推進に取り組みます。

基本目標Ⅰ 心や体と食のつながりを知り、健康的な生活を目指します。

基本目標Ⅱ 地域の人々の暮らしと食のつながりを大切にし、豊かな生活を目指します。

基本目標Ⅲ 地域の農産物と暮らしのつながりを知り、次世代に継承します。

5 基本施策

基本理念

人と人、家庭と地域、消費者と生産者がつながり、「食」について考え行動し、健康で豊かな生活を目指します。

基本目標

I
心や体と食のつながりを知り、健康的な生活を目指します。

II
地域の人々の暮らしと食のつながりを大切に、豊かな生活を目指します。

III
地域の農産物と暮らしのつながりを知り、次世代に継承

基本施策	具体的な施策
1 家庭における食育の推進	(1) 生活リズムの向上 (2) 望ましい食生活や知識の習得 (3) メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）予防のための取り組み (4) 環境に配慮した取り組み
2 幼稚園・保育所（園）・学校などにおける食育の推進	(1) 年齢や発達段階に応じた食育の推進 (2) 幼稚園・保育所（園）・学校給食の充実 (3) 家庭や地域との連携の強化
3 地域における食育の推進	(1) 日本型食生活の実践 (2) “食生活指針”や“食事バランスガイド”の普及促進 (3) 地域・ボランティア団体による食育推進活動
4 生産者と消費者との交流の促進	(1) 地産地消の推進 (2) 幼稚園・保育所（園）・学校等における教育ファームの推進
5 食文化継承活動の推進	(1) 食文化に関する知識の普及や情報の提供 (2) 旬の食材や季節料理を伝える取り組み
6 食の安全の確保の推進	(1) 正しい情報の発信
7 食育推進運動の展開と関係団体との連携強化	(1) 食育の情報発信など環境整備の強化 (2) 関係団体との連携強化

6 具体的施策の展開

1 家庭における食育の推進

基本的方針

近年、子どもの生活は「夜型化」し、朝食の欠食など生活習慣に乱れが生じています。また、家族それぞれの生活時間の違いから、家族そろって食卓を囲む機会が減っています。本来、「食」に関する知識やマナー、食文化を身につけていくという食育の中心となるべき家庭において食習慣が大きく変化している現状にあります。

子どもの頃から健全な食生活を実践することが生涯の健康につながることから、家庭において、毎日3食食べる、家族そろって食べる、バランスよく食べることを目標とします。

具体的施策

(1) 生活リズムの向上

健やかな身体をつくるためには規則正しい生活を送ることが大切です。このため「早寝、早起き、朝ごはん」を実践するよう妊娠期から高齢期までを対象に健康相談、健康教育の充実や情報の発信等を行っていきます。特に幼稚園・保育所(園)・学校においては保健だよりの発行や講演会等を通して保護者との連携を深め、健全な生活リズムの定着に取り組みます。

(2) 望ましい食生活や知識の習得

「家族そろって、バランスよく、3食食べる」という食習慣の確立に努めるとともに、健診や相談、健康教育を通して、妊娠期・乳幼児期から高齢期まで、それぞれの年代に応じた「食」や健康に関する知識が習得できるよう取り組みます。

(3) メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群) 予防のための取り組み

食事の乱れや、運動不足、不規則な生活習慣が肥満や生活習慣病につながります。メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)^{注2} 予防のため、食事・運動の大切さについて知識が習得できるよう取り組みます。

(4) 環境に配慮した取り組み

毎日の生活の中で、生ゴミをなるべく出さない買い物や調理を行い、エネルギーや水の節約、生活排水を減らすなど、環境に配慮した調理法を工夫するとともに生ゴミの減量になるよう意識の啓発を進めます。また、EM 菌や生ゴミ処理機の活用を図り、生ゴミの堆肥化による減量にも努めます。このような環境への配慮を普及することで循環型社会を形成し、ひいては地球温暖化の防止につなげます。

数値目標

内 容	現状値	目標値	備 考
朝食を毎日食べている割合	小学6年生 92.3% 中学3年生 87.4%	小学6年生 100% 中学3年生 100%	平成 21 年度全国学力・学習状況調査
家族そろって食べる割合	小学6年生 (朝食) 41.1% (夕食) 68.8% 中学3年生 (朝食) 29.6% (夕食) 55.8%	小学6年生 (朝食) 44.5% (夕食) 76.4% 中学3年生 (朝食) 30.1% (夕食) 62.6%	平成 21 年度全国学力・学習状況調査
食事のバランスがとれている割合	就学前 21.2% 小学生 51.8% 一般住民 25.6% 高齢者 51.4%	就学前 30% 小学生 60% 一般住民 30% 高齢者 60%	住民アンケートにおいて毎食主食・主菜・副菜がそろっていると回答した人の割合
生ゴミの減量化に取り組む人の割合	55.8%	60.0%	住民アンケートにおいて生ゴミの減量化に取り組んでいる住民の割合
メタボリックシンドロームの該当者の割合	男性 18.3% 女性 5.3%	男性 16.5% 女性 4.8%	平成 20 年度特定健診結果

2 幼稚園・保育所（園）・学校などにおける食育の推進

基本的方針

子どもの食生活をめぐる問題が大きくなる中で、子どもの健全な育成に重要な役割を果たす幼稚園・保育所（園）・学校における食育の推進は大いに期待されています。

子どもが「食」に関して自分自身で考え、行動できる知識や能力を身につけるよう、年齢や発達段階に応じた食育に取り組むとともに、家庭、地域との連携を図ります。

具体的施策

（1）年齢や発達段階に応じた食育の推進

幼稚園・保育所（園）・学校において、食育の推進体制を整備するとともに、食育の全体計画や年間指導計画を作成し、年齢や発達段階に応じた食育を進めていきます。

（2）幼稚園・保育所（園）・学校給食の充実

給食を通し、望ましい食生活や「食」の大切さ、伝統的な食文化について、子どもの関心と理解を深めるとともに、地域の「食」を継承する意識を育てます。また、給食の残食が出ないように取り組みます。

（3）家庭や地域との連携の強化

幼稚園・保育所（園）・学校における「食」に関する取り組みや指導などについて積極的に情報提供し、家庭・地域との連携を図ります。

数値目標

内 容	現状値	目標値	備 考
学校における給食の残食率	7%	5%	平成 20 年度町内小中学校の給食の残食率
学校給食での地元の生産物の利用率	67%	70%	平成 20 年度町内小中学校の地元の生産物の利用率

3 地域における食育の推進

基本の方針

近年では脂肪の過剰摂取や不規則な食事形態により、肥満や糖尿病の低年齢化が進んでいます。それを予防するためには、適切な食生活と運動が大切です。このため、地域コミュニティや学校、家庭などと連携しながら地域における食育に取り組みます。

(1) 日本型食生活の実践

米を主食として、農産物、畜産物、水産物などの多様な副食によって構成される“日本型食生活”は炭水化物、たんぱく質、脂肪など栄養バランスが優れています。今後も地域コミュニティやボランティア団体などが行う料理教室や健康教室などを通して、地域ぐるみでその実践に取り組みます。

(2) “食生活指針”や“食事バランスガイド”の普及促進

健全な食生活を送るため、「何を」「どれだけ」食べればよいかを示した“食生活指針”や“食事バランスガイド”の普及促進を、地域コミュニティやボランティア団体など、さまざまな団体と連携して行います。

(3) 地域・ボランティア団体による食育推進活動

地域コミュニティやスポーツ、環境団体、食生活改善推進員協議会などのボランティア団体と連携し、地域に根ざした食育を推進します。

数値目標

内容	現状値	目標値	備考
地域における健康教室等の開催回数	12回	24回	平成20年度健康保険課で実施分

4 生産者と消費者の交流の促進

基本的方針

「食」に対する関心や感謝の念を深めていく上で、農作物が育つ過程を知ることや農作物を作ることの大変さを知ることが大切です。また、食料自給率の向上や安全・安心な食料の供給の面からも生産者の顔が見える関係を築いていく必要があります。このため、幼稚園、保育所（園）、学校等での農作業体験機会を創出していくとともに、地元の生産物の消費拡大を推進します。

具体的施策

(1) 地産地消の推進

地元の産物を優先して購入しやすくするよう、生産者がわかる表示や販売箇所を増やすことを目指し、農協、小売業、スーパー等の協力を得るよう働きかけていきます。また、地元の生産物がより多く消費されるよう、直売所等でのレシピの掲示や配布を行い、幼稚園・保育所（園）・学校においても給食に地元の生産物の使用を推進します。



(2) 幼稚園・保育所（園）・学校等における教育ファームの推進

現在行っている農業体験を充実させるとともに、広報等で学校や保育所（園）等の農業体験をサポートしている生産者を紹介することにより、農作業を受け入れてくれる協力者を増やし、教育ファームの推進を図ります。

数値目標

内容	現状値	目標値	備考
幼稚園、保育所（園）で教育ファームを実施している園の数	1園	3園	町内7保育所（園）、3幼稚園の20年度の状況
直売所でのレシピの配布回数	0回	4回	まんてん、じげもんでの配布回数
地元産を優先して購入する人の割合	56.7%	65.0%	一般住民アンケートにおいて「地元産を購入する」住民の割合

5 食文化継承活動の推進

基本的方針

日本には伝統ある優れた食文化があります。また、地域においても季節に合った新鮮な旬の食材や特産品を使った料理などの食文化があります。「食」の多様化などにより、地域の伝統的な食文化は、コミュニティの希薄化などとともに失われつつありますが、家庭の食事、幼稚園、保育所（園）、学校の給食やコミュニティ（自治会等）での活動において旬の食材や特産品を活用した料理を導入し、次世代への継承を実践します。

具体的施策

(1) 食文化に関する知識の普及や情報の提供

地域コミュニティや食生活改善推進員協議会などの団体と連携し、また、地域での料理教室や学校給食などの機会を捉え、「食」の文化や歴史などに関する知識を普及し、情報を提供します。

(2) 旬の食材や季節料理を伝える取り組み

家庭や幼稚園、保育所（園）、学校において、栄養価が高く安全な旬の食材を用いた献立を積極的に導入し、子どもたちに意識付けを行います。また、各種料理教室などにおいて季節料理を取り入れます。

数値目標

内 容	現状値	目標値	備 考
料理教室を開催している公民館等の数	5 館	7 館	平成 20 年度町内 6 公民館等、南交流センターでの状況

6 食の安全の確保の推進

基本的方針

食の安全・安心を揺るがす問題があとを絶ちません。原産国や賞味期限・消費期限などの食品表示への関心が高まってはいますが、情報の氾濫なども心配され、正しい情報を届けることが必要です。

具体的施策

(1) 正しい情報の発信

食品表示等の見方について広報やホームページ等を通して啓発を行うとともに、食品衛生週間においては食中毒の予防等について正しい知識の普及に努めます。

数値目標

内 容	現状値	目標値	備 考
食品表示を毎回確認して購入する人の割合	64.4%	70%	一般住民アンケートにおいて食べ物を購入する際に食品表示を「毎回確認する」と回答する住民の割合
表示の見方等について広報紙に掲載する回数	0回	2回	—

7 食育推進運動の展開と関係団体との連携強化

基本的方針

食育については、これまでも教育・保育、農林漁業、食品関係事業者など様々な関係者がそれぞれの立場で取り組んできたところです。

今後は市内の食育に関連する部署の連携はもとより、食育をめぐる関係者が共通認識を持ち、一体的に住民に働きかけていく必要があります。

具体的施策

(1) 食育の情報発信など環境整備の強化

本計画に基づき食育に関する情報の一元化を図り、総合的な食育情報の発信に取り組んでいきます。

また、国の「食育推進基本計画」により定められた毎年6月を「食育月間」、毎月19日を「食育の日」とし、食事の大切さを考える日とします。

(2) 関係団体との連携強化

食育の推進は、住民一人ひとりが「食」の重要性に気づき、主体的に選択し取り組むことを基本とするもので、家庭は食育を実践する場となります。

今後は、家庭を取り巻く地域・学校・職場など日常の暮らしの場で、食育に関係する様々な団体や行政（町）が協働して取り組み、推進の輪を広げていきます。

7 食育の推進の体制

この「食育推進計画」推進するために役場内では下記のような体制で取り組みます。

(1) 庁内の推進体制の確立

本計画を総合的、全庁的に推進するためには、関係各課と課題の共有化と互いの連絡調整を図りながら、総合的、計画的に推進していく必要があります。このため「長与町健康づくり幹事会」の充実を図り、庁内における推進体制を確立していきます。

(2) 実効性の確保

本計画を総合的、継続的に推進するため、「長与町健康づくり幹事会」において数値目標に対する達成度を把握し、施策（事業）の成果と課題を検証します。

(3) 事業の実施及び目標の達成

本計画を実行し、目標を達成させるためには、各所管課がそれぞれの目標を認識し、事業を実施する必要があります。そのため、「長与町健康づくり幹事会」の定期的開催や担当者レベルでの会議等の開催により課題の共有化を図り、各所管課及び関連団体との連携を深めながら、事業の計画・推進・評価を行います。また、各所管課において具体的な実施内容を定め、目標達成に向けた着実な事業を展開していきます。

みんなで一緒に「いただきます」

～食育は未来へつながる道しるべ～

長与町食育推進計画

平成 22 年 2 月発行

発行・編集 長与町健康保険課
住 所 〒851-2185
長崎県西彼杵郡長与町嬉里郷 659-1
電 話 095-883-1111
F A X 095-883-2061
E - M A I L kenkou21@nagayo.jp
U R L <http://webtown.nagayo.jp/>

