

# 那須烏山市食育推進計画 第3期



平成30年5月  
那須烏山市

# = 目 次 =

<b>第 1 章 第 3 期 計画策定にあたって</b>	
1. 計画策定の趣旨	1
2. 計画の位置づけ	2
3. 計画の期間	2
4. 第 2 期計画の評価	3
<b>第 2 章 健康と食生活の現状と課題</b>	
1. 家庭における現状と課題	5
2. 学校、幼稚園、保育園等における現状と課題	6
3. 地域における現状と課題	9
4. 安全・安心な食の現状と課題	10
5. 地産地消と農業・食品関連産業などをとりまく現状と課題	10
6. 食に関する情報等の現状と課題	11
<b>第 3 章 基本理念・基本目標</b>	12
<b>第 4 章 施策の展開と指標</b>	
1. 家庭における食育の推進	13
2. 学校、幼稚園、保育園等における食育の推進	16
3. 地域における食育の推進	18
4. 安全・安心な食の推進	21
5. 地産地消と地域をとりまく食育の推進	22
6. 食に関する情報発信等の推進	24
資料編	
1. 人口と世帯構成	26
2. 平成 27 生活習慣実態調査結果（抜粋）	27
1) 18 歳以上の市民の状況	
2) 小学生・中学生・高校生の状況	
3. 食育基本法	

## 第1章 第3期 計画策定にあたって

### 1 計画策定の趣旨

「食」は命の源であり、生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性を育むためには、健全な食生活を実践することが重要です。

国は平成17年6月に食育基本法を制定し、国、地方公共団体等の責務を明らかにするとともに、平成18年3月に第1次食育推進基本計画の策定により、食育に関する施策を総合的かつ計画的に推進するための必要な基本的事項を示しました。それに伴い、県では平成18年12月に栃木県食育推進計画「とちぎの食育元気プラン」を策定しました。

本市においても、平成20年1月に「那須烏山市食育推進計画」を策定し、「食育を通じて市民一人ひとりが食の大切さを理解し、感謝の気持ちを持つことで、こころもからだも健康的な生活を送ることを目的とします」を基本理念と定め、家庭を中心とした食育普及啓発や食育事業などを推進するとともに、平成25年6月には「那須烏山市食育推進計画第2期」を策定し、家庭・地域・教育・産業・行政等の様々な関係機関と連携しながら総合的かつ計画的に推進してまいりました。

食育に関する認識は広まりつつあるものの、不規則な食事や栄養の偏りにつながる朝食欠食、肥満・やせの増加、孤食の現状、安心安全な食の生産・流通・販売など、持続して取り組まなければならない「食」に関する課題は多く、今後も「食育」をより推進していく必要があります。

このことから、食育基本法、第3次食育推進基本計画や第3期栃木県食育推進計画「とちぎの食育元気プラン2020」の趣旨、また、これまでの成果や課題、社会情勢等を踏まえ、本市として施策展開の方向性を示した「那須烏山市食育推進計画第3期」を策定します。

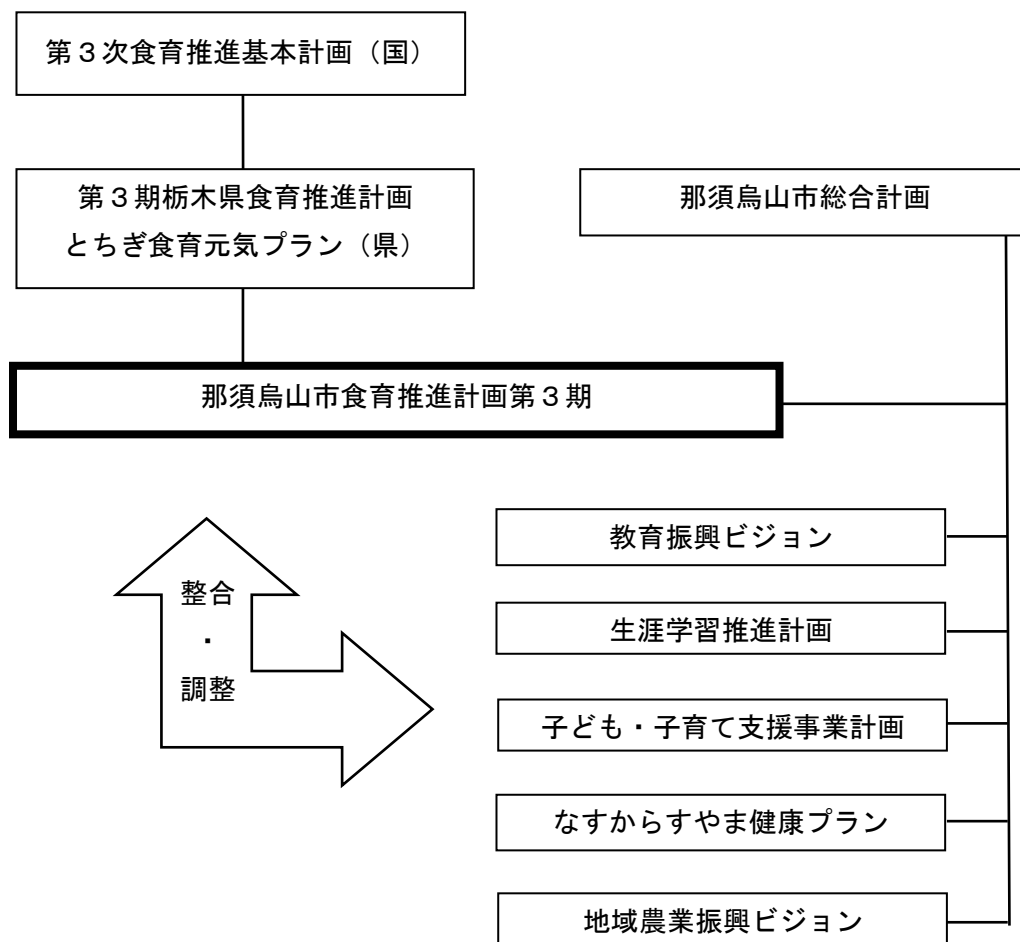
## 2 計画の位置づけ

本計画は、家庭、学校、地域、企業、行政がそれぞれの役割に応じて、連携・協力をしながら、食育に取り組むための基本指針とします。

また、食育基本法（平成17年7月施行）に準じ、国・県の食に関する計画との整合性を図り、市民が生涯にわたって心身ともに健全で、こころ豊かに穏やかに暮らしていくことを推進するために作成します。

なお、実施にあたっては、那須烏山市総合計画をはじめとした関連計画との整合・調整を図るものとします。

### 【関係図】



## 3 計画の期間

計画期間については、平成30年5月（2018年度）～平成33年3月（2021年度）までの4ヵ年計画とします。（なすからすやま健康プランと計画期間調整）

また、計画期間中に施策の成果や社会情勢の変化などが生じた場合には、必要に応じて計画の見直しを行います。

## 4 第2期計画の評価

### (1) 食育推進計画（第2期）指標の達成状況

6分野 28項目について評価を行ったところ、達成状況は次のとおりです。

A「達成している」は32.1%、B「達成していないが、改善傾向にある」は32.1%で合わせると64.2%に一定の改善がみられました。

評価区分	項目数
A 目標値に達成している	9項目 (32.1%)
B 目標値に達成していないが改善傾向にある	9項目 (32.1%)
C 変化していない	1項目 (3.7%)
D 悪化している	7項目 (25.0%)
E その他※	2項目 (7.1%)
合計	28項目 (100%)

※「E その他」は実績値の算出が不能になってしまった項目

6分野の主な評価は次のとおりでした。

A 目標に達成している	<ul style="list-style-type: none"> <li>・肥満の人の割合（40～60歳代男性）</li> <li>・県産農産物を3品以上活用した給食日数の割合</li> <li>・食育教室の実施回数（施設独自・行政連携）</li> <li>・毎日野菜を食べる人の割合（20、30、40歳代男性）</li> </ul>
B 目標に達成していないが 改善傾向にある	<ul style="list-style-type: none"> <li>・朝食を欠食する人の割合（小中学生、20歳代男性）</li> <li>・メタボリックシンドロームを認知している市民の割合</li> </ul>
C 変化していない	<ul style="list-style-type: none"> <li>・とちぎ食育応援団の登録者数</li> </ul>
D 悪化している	<ul style="list-style-type: none"> <li>・朝食を欠食する人の割合（20歳代女性）</li> <li>・肥満の人の割合（40～60歳代女性）</li> <li>・調理体験を実施している幼稚園、保育園の割合</li> <li>・伝統食、郷土食の学校給食への導入数</li> <li>・食育の推進に関わるボランティアの数</li> </ul>

## (2) 指標の評価

- ・朝食を欠食する割合は、朝食の大切さが浸透し全体的に改善傾向にあるものの、20歳代女性の欠食率が策定時の3倍に増加しており、若い世代へのアプローチができていなかったことが考えられます。
- ・朝食欠食児童・生徒は小学校、中学校でも増加しており、親も欠食しているケースが多く見られます。欠食が習慣化している家庭への改善指導を行っていますが、なかなか改善が図られていない現状にあります。
- ・学校、幼稚園、保育園においては、それぞれ行政とも連携を図り食育事業に力を入れたことで、食育教室の回数が大幅に増えていますが、調理体験についてはなかなか取り組みができていない現状にあります。
- ・毎日野菜を食べる男性が増加しており、肥満男性も減少したことから、男性の健康意識が高まったことが考えられます。一方、女性の朝食欠食率（20歳代）、肥満者（40～60歳代）の増加が見られたことから、女性の意識の低下も考えられます。

## 第2章 健康と食生活の現状と課題

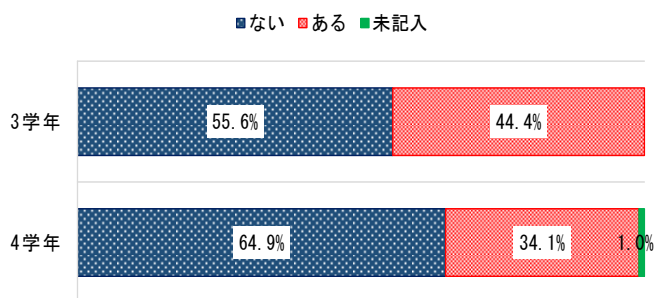
### 1. 家庭における現状と課題

#### 1) 共食※の状況

家での食事で1人または兄妹だけで食事をすることがあるかのアンケート結果(図1)では、保護者と一緒に食事をしていない児童が3～4割程度いる状況でした。頻度は週に1～2回が多く、中には週4日以上や毎日という児童も見られました。家族構成やライフスタイルの変化等により、共食が難しくなっている現状がうかがえます。

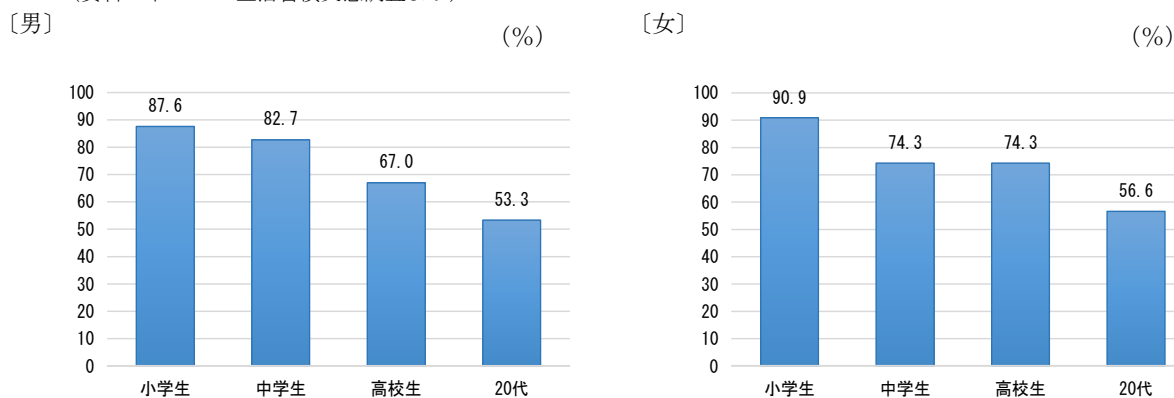
※ 共食：誰かと食事を共にすること。

図1 家での食事で1人または兄妹だけで食事をするかどうか  
(資料：H28 市内3・4年生対象食育教室終了後アンケートより)



#### 2) 朝食の摂取状況

図2 朝食を毎日食べる人の割合  
(資料：市=H27 生活習慣実態調査より)



年代が上がるにつれて、朝食を毎日食べる人の割合が減少傾向にあります。また、全体的に女性に比べ男性の欠食率が高いことが伺えます。20代においては男女とも約半数が朝食を毎日食べない状況にあり、就職や進学などに伴う環境の変化が食生活に大きく影響していることが考えられます。

#### 〔課題〕

家庭は、食の楽しさや必要な知識を身につける重要な場ですが、家族との共食が難しい現状から、家庭で楽しく食事をする機会や食を学ぶ機会が減っていることがわかります。

小学校からすでに欠食がみられ、中学校、高校と進むにつれ欠食率が増えていく傾向にあります。欠食の原因の一つとしては、子どもを生み育てる親世代の欠食の習慣化が考えられます。如何にして家庭へアプローチするかが重要です。

また、児童・生徒のライフスタイルは様々です。塾や習い事、一方ではスポーツ少年団や部活動等による曜日によって食べる時間、一緒に食べる人も変わります。家族で食べる楽しい食事の共食の推進、啓発も必要不可欠です。

食の習慣は子どもの頃からの生活習慣が土台となり、健全な人格を形成していくうえでとても重要ですが、家族関係の希薄化や食生活の乱れは子どもの成長に大きく影響し、将来肥満ややせなどの生活習慣病の原因になる他、ストレスや問題行動等の要因になる可能性が考えられます。

〔 方向性 〕

食育の基本は家庭であることを踏まえ、市民がより理解を深め、家庭における食育を実践できるよう関係機関が支援していくことが必要です。

## 2. 学校、幼稚園、保育園等における現状と課題

学校給食に対して、小学5年生と中学2年生に実施した「給食と食生活に関するアンケート」から、「おいしい」「みんなと一緒に食べられる」という理由で、給食を好きな児童生徒が多い現状がうかがえました。

学校や幼稚園・保育園等では、楽しい食事ができる環境づくりに努めています。また、学校給食の食材には地場農産物の利用を推進し、地産地消に取り組んでいます。

さらに、学校で行われている健康診断の結果から体格の変化や、平成23年度より開始された小児生活習慣病予防健診の結果から児童生徒の健康状態が明らかになってきました。

### 1) 「給食が好きですか」の回答

学校給食が好きかのアンケート結果（図3）では、小学生、中学生ともに96%が「好き」と答えています。また、給食が好きな理由（図4）として一番多かったのが「おいしいから」で、小学生、中学生ともに約4割を占めています。ついで、「一緒に食べられるから」が小学生27.7%、中学生が16.9%と多く、共食が食の楽しさに繋がっていることがわかります。

図3 給食が好きか

（資料：H28 給食と食生活に関するアンケートより）

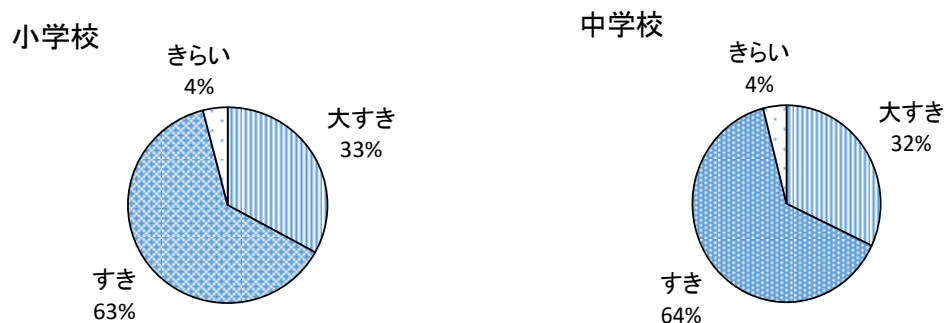
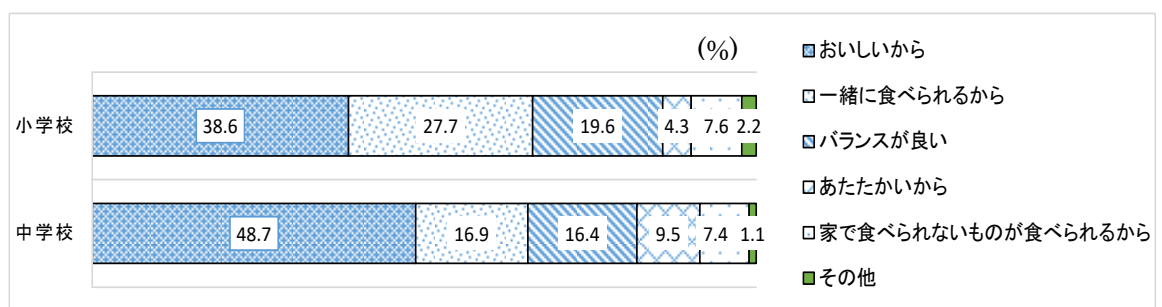


図4 給食が好きな理由

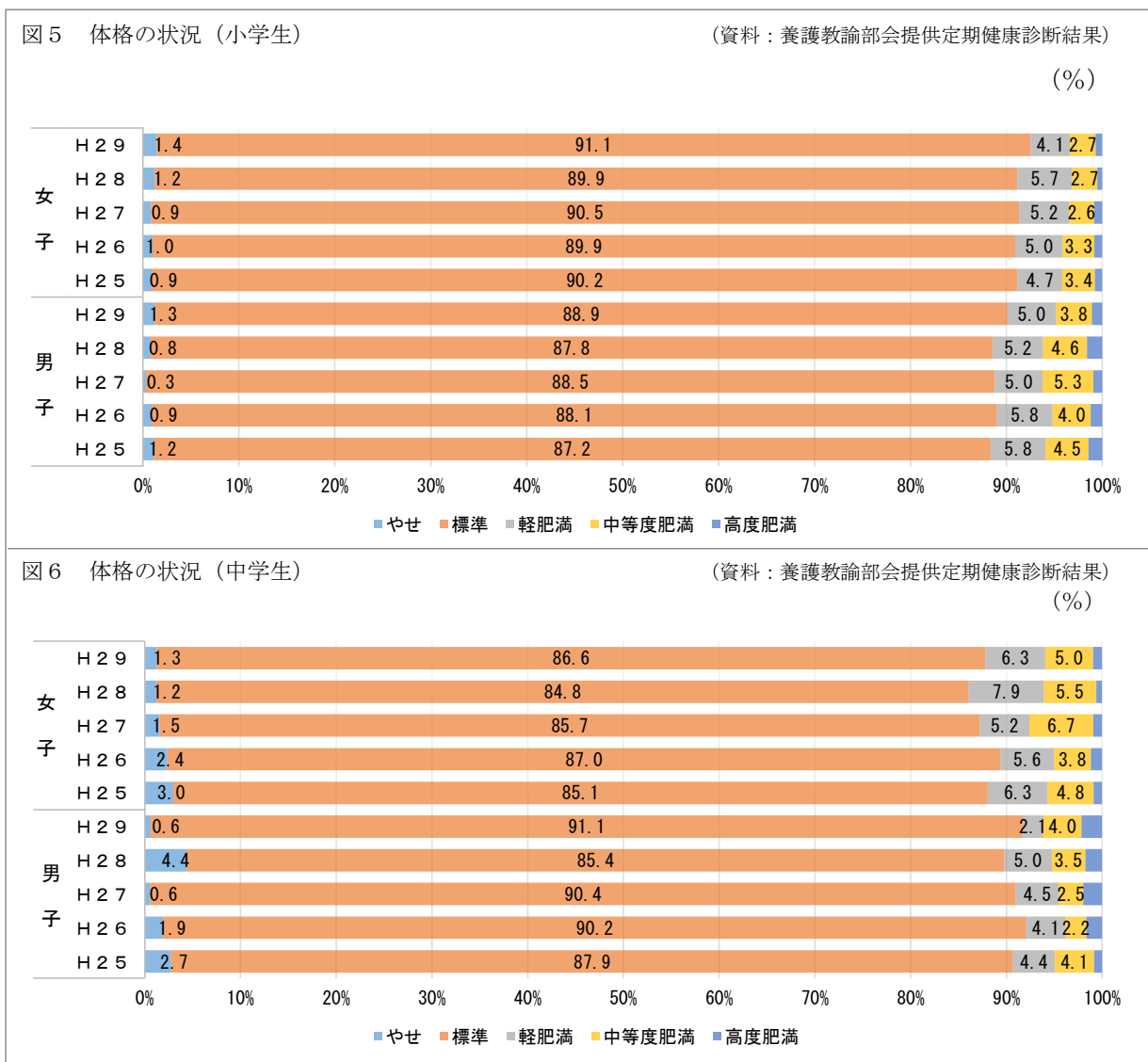
（資料：H28 給食と食生活に関するアンケートより）





## 2) 小学生の肥満とやせの状況

図5・6から、全体的には「標準」の占める割合が約8割以上となっており、平成25年と比べると改善しています。平成25年度と平成29年度を比較すると、男女とも大きな変化は見られませんが「やせ」より「肥満」の占める割合の方が多く、小学生男子、中学生女子においては約1割となっています。



## 3) 小児生活習慣病予防健診結果の状況

小児生活習慣病予防健康診断とは、小学5年生・中学2年生を対象に毎年市の事業として行っている血液検査によるもので、肥満度、血圧、脂質検査、家族歴、糖尿病の有無で総合判定の結果が出ます。

図7・8から、要医療・要経過観察・要生活指導の児童・生徒が、男子は小学生で2～3割、中学生で約1割となっています。女子は小・中学生ともに同じ傾向で2割程度となり、中学生男子以外では要生活指導の児童・生徒が多く見受けられます。

図7 小学生の状況

(資料：小児生活習慣病予防健診結果)

(グラフ内の数値：人数)

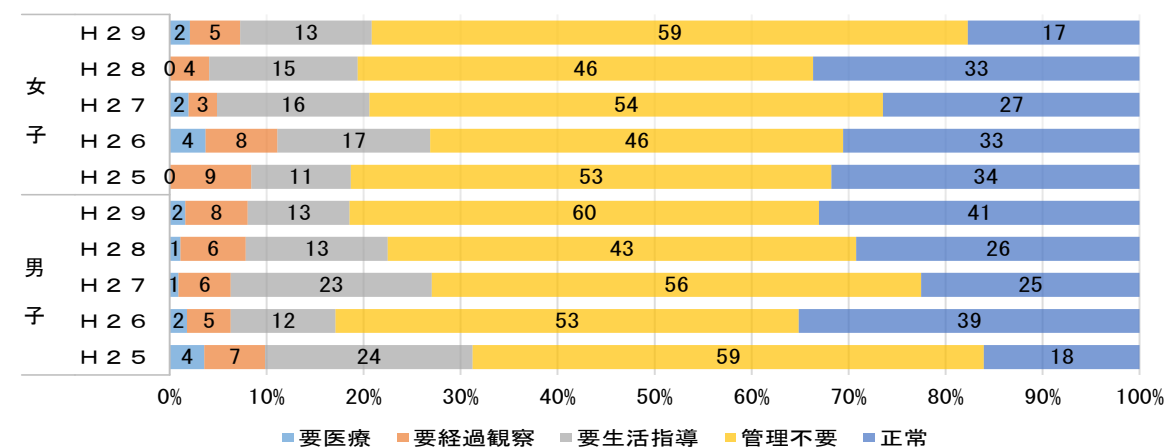
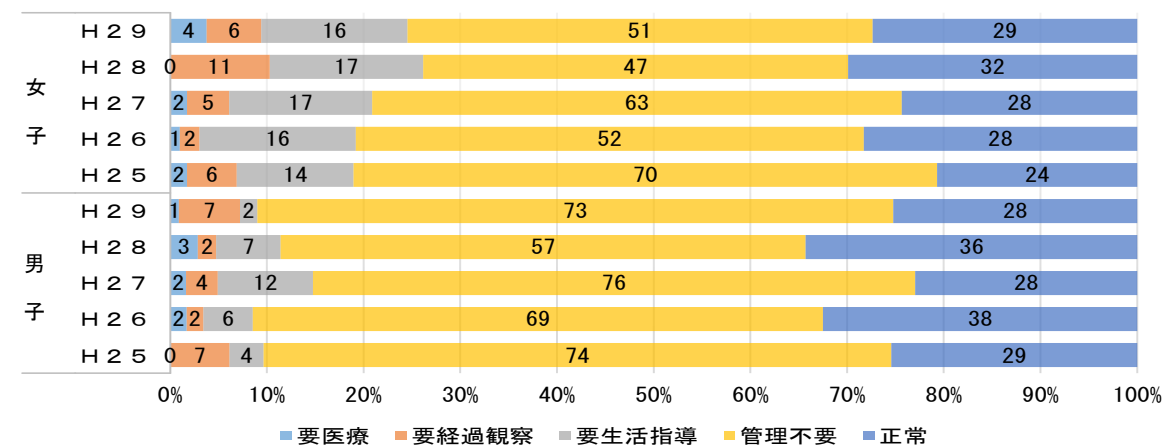


図8 中学生の状況

(資料：小児生活習慣病予防健診結果)

(グラフ内の数値：人数)



[ 課題 ]

小児生活習慣病予防健診結果より、支援や生活習慣の見直しが必要な児童・生徒が約2割となっています。児童・生徒本人に対する支援はもちろんですが、保護者にも働きかけ、家族ぐるみで生活習慣の改善に取り組むことが欠かせません。学校と行政で連携・実施する食生活相談等を活用し、生活習慣の見直し・改善を図る必要があります。

学校や幼稚園・保育園等においては、子どもたちが食育活動を通して、望ましい食生活や食事のマナーを身につけ、健全な心身を育てる場として大きな役割があります。

給食では、地場農産物を使用し、給食そのものを「生きた教材」として食に関する指導に活用し、食材や健康な身体をつくる栄養などについて学ぶとともに、学校や幼稚園・保育園等および地域での食育体験等を通し、食の大切さ・望ましい食習慣について学ぶ機会を今後も継続していく必要があります。

肥満とやせ、小児生活習慣病では、食事や運動、生活スタイルが大きく関わってきます。加重的な運動になっている児童・生徒がいる反面、殆ど、外遊びや運動をしない児童・生徒もいて両極化の状況にあります。バランスの良い食事の指導と合わせて運動の大切さも一緒に指導する必要

があります。

〔 方向性 〕

学校、幼稚園、保育園等では、朝食を食べることや、家族揃って楽しく食事をすることの大切さなど、幼少期から規則正しい食習慣や食事のマナーなどを身に付けるため、保護者も巻き込んだ取り組みを関係機関と連携しながら今後も行っていく必要があります。

### 3. 地域における現状と課題

近年、急速な少子高齢化が進み、65 歳以上の単身者世帯や高齢者世帯、核家族世帯なども増え、ライフスタイルが変化しています。子どもの肥満・やせなども課題となっていますが、成人においても、偏った食事や運動不足等の毎日の積み重ねが原因となって起こる生活習慣病の予防、改善など地域全体での取り組みが必要となっています。

その他、食べたい物をいつでもどこでも食べられる「便利で豊かな社会」になったことで、外食や中食などが増え、食生活状況も変化し、家庭料理はもとより、伝統食や郷土食などの食文化への市民の関心が薄れていく傾向があります。

#### 1) 肥満者の状況

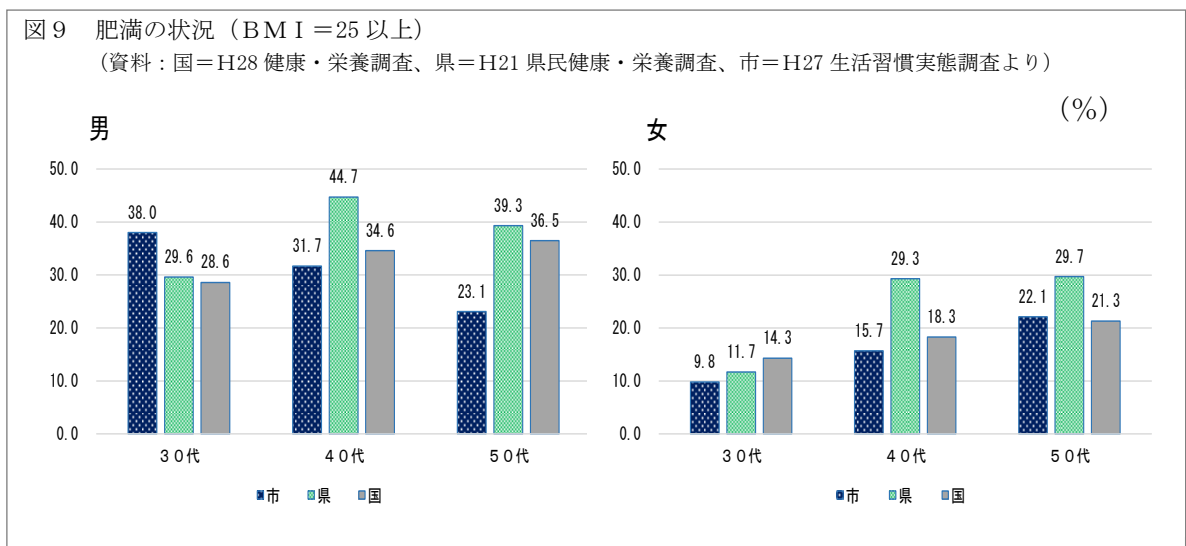


図9から、男性では30代の4割、女性では50代で2割が肥満者であり、全国に比べ高い状況です。女性は年代が上がるにつれ肥満の割合が増える傾向にあります。

〔 課題 〕

生活習慣病の予防・改善に関しては、地域の食に関わる関係機関と連携し取り組むことが大切です。地域で活動する食育関係ボランティアの食の知識や調理技術を有する人材を育てることや、地域の飲食店等における栄養成分表示の普及など、一層の食育推進を図り、市民が知識を得る機会や体験できる機会を増やすことが必要です。

〔 方向性 〕

市民の食に対する関心や、食の知識・調理技術等を向上させ、生活習慣病の予防・改善のため、より一層地域関係機関との連携を図ることが必要です。

#### 4. 安全・安心な食の現状と課題

放射性物質、残留農薬の問題をはじめとして、食中毒や異物混入、産地偽装表示、食品添加物不適正使用など、食品に対する安全性や信頼性を失う問題が起きています。農業においては、減農薬・減化学肥料栽培や出荷前の（放射性物質検査等）検査の徹底に取り組んでいます。

〔 課題 〕

食の安全を取り巻く問題の発生など、消費者の食に対する不安や不信感が高まっており、安全・安心な食が求められています。

生産・流通・販売に携わる供給者が安全に対する知識や技術の向上に努めていくとともに、消費者も安全に対する知識を高めていくことが必要です。

また、食品等による衛生上の危害の発生を未然に防止するため、関係者に対する監督指導等を通して食品の安全確保を図る必要があります。

〔 方向性 〕

食の安全・安心に対して不安を持つ市民が増えているため、生産者や食品事業者が食に関する安全性や信頼性確保に向けた取り組みなどの情報を提供し、消費者に正しく伝える取り組みを進めることが必要です。

#### 5. 地産地消と農業・食品関連産業などをとりまく現状と課題

本市では稲作をはじめ畑作、園芸、果樹等の幅広い品目の農畜産物が生産されています。

また、市内各所において地場農産物の直売所が開かれており安全・安心な農産物の販売、さらには農産加工の取り組みも進んでいます。

〔 課題 〕

地元で生産されている食材、食料品の情報があまり知られていないことから、消費者との交流や体験活動を通して地元の食材・食料品の生産・製造の過程を知り、農業や食品加工業など地元産業への理解と愛着を高めてもらうことが大切です。

消費者と生産者の顔が見える関係づくりを進め、地場農産物の良さを消費者に伝えることや地元で生産する良質な農産物や加工食品をより多くの市民に届けるためのシステムを構築することが必要です。

〔 方向性 〕

市民が、生産者の顔が見える安全・安心な新鮮地場農産物を気軽に手に入れられるよう、消費者ニーズに合った地産地消を進めることが必要です。

## 6. 食に関する情報等の現状と課題

食品表示において、添加物、原材料生産地や、生産者等に関心を持つ市民が多くなっており、購入の場においても、栄養成分表示を参考にしている消費者が増えています。

様々な情報が増えている中で、食に関する情報も氾濫しています。

### 〔 課題 〕

食に関する情報が氾濫する中、食品の安全性や市民の生活スタイルに応じた食事や栄養に関する適切な情報を提供していく必要があります。

### 〔 方向性 〕

食に関する誤った情報が氾濫しないよう、正しい食の情報を市民に発信していく必要があります。

### 第3章 基本理念・基本目標

#### 1. 基本理念

食育を通じて市民一人ひとりが食の大切さを理解し、感謝の気持ちを持つことで、「こころ」も「からだ」も健康的な生活を送ることを目的とします。

#### 2. 基本目標 ～ わたしが、家族が、地域が目指す3つの目標 ～

##### 1) 食に親しむ機会を増やし、感謝するこころを持ちます

- 家族や誰かと一緒に食事をする共食の重要性を理解します
- 料理・農業体験などに参加する機会を増やします
- 食文化や郷土料理など、地域の特徴を大切にします

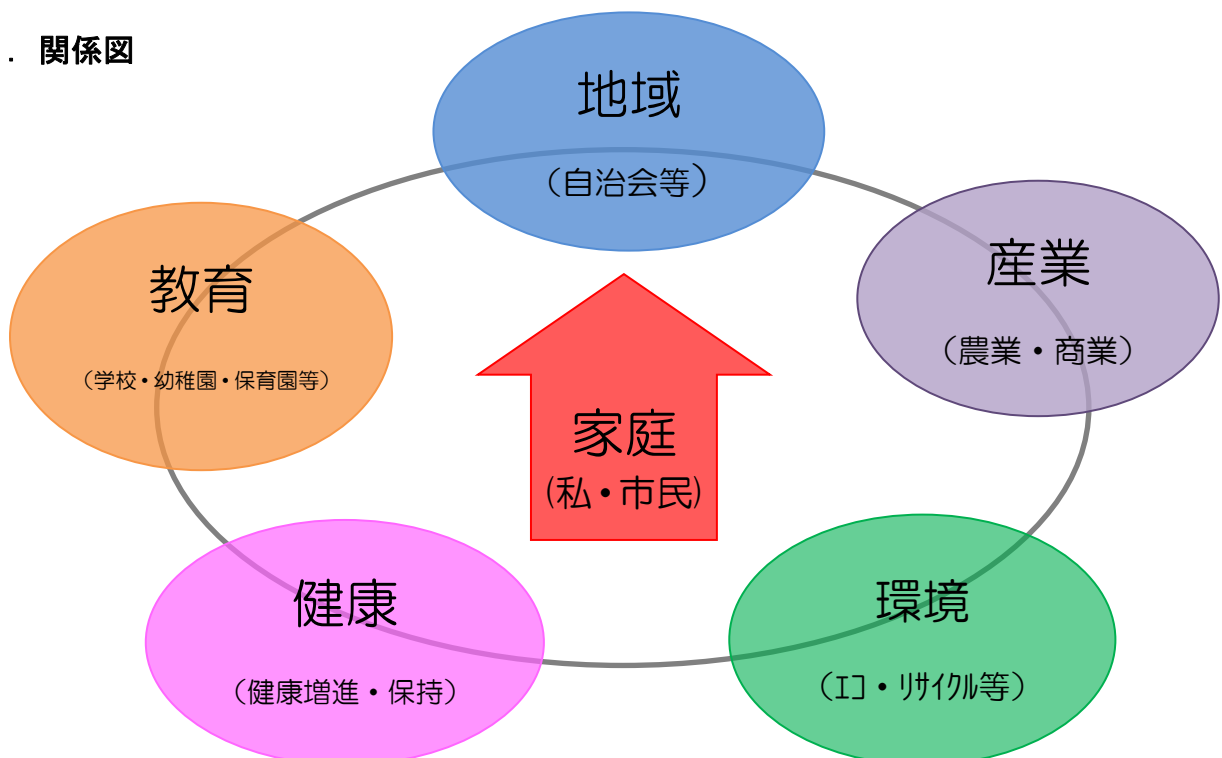
##### 2) 健康的な食生活を送ることができる知恵と力を身に付けます

- 早起き・早寝、1日3食を習慣づけ、健全な心身を養います
- 食がからだに与える影響を知り、子どもの頃から生活習慣病を予防します
- 栄養バランスを考えた食生活を送ります

##### 3) 食の安全に対する生産者・消費者の相互理解を深め、地産地消を広げます

- 食品に関する正しい情報を提供し、また、情報を得る機会を増やします
- 地場農産物の利用を増やし、地産地消の拡大に取り組みます
- 県、市、J A、生産者等関係機関は連携し、安全・安心な地場農産物の生産流通に努めます

#### 3. 関係図



## 第4章 施策の展開と指標

食育の推進は、市民の主体的な取り組みであるとともに、地域に根付いた活動であることが重要です。

食育は、家庭はもとより、幼稚園や小・中学校等の学校教育関係、保育園や医療福祉施設等の健康福祉関係、商業や農業等の産業関係など、多様な場面で個人や団体によって取り組まれています。

食育を効果的かつ計画的に推進していくために一定の方向性を示すことで、多くの関係者によって実践されている食育推進活動の連携を深めます。

食育を市全体において推進するためには、関係者の理解のもと、共通の目標を掲げ、その達成を目指し、連携して取り組むことが有効です。より効果的で実効性のある施策を展開していくうえで、その成果や達成度を客観的な指標により把握します。食育を推進するにふさわしい定量的な目標値を設定し、その達成が図られるよう取り組みを推進します。

### 1. 家庭における食育の推進

生涯にわたって継続的に食育を進めていくためには、家庭における食育を充実させていくことが重要であり、保護者に対し学校、幼稚園、保育園等や地域等から働きかけることで食育への関心を高め、望ましい食習慣を形成していくことができるよう支援します。

#### 1) 規則正しい食生活習慣を身に付ける

早起き・早寝、1日3食を食べる生活を実践するとともに主食・主菜・副菜の栄養バランスを考えた生活習慣を身に付け、生涯にわたって元気で健やかな暮らしを築くことができる食育を推進します。

併せて、生活習慣病予防のため、幼少期から『食事・運動・睡眠』に留意した生活習慣を送ることが出来るような働きかけを、学校、幼稚園、保育園等や地域等と協力して行います。

#### 2) 毎日朝食を食べる

早起き・早寝の習慣を身に付けるなど生活のリズムを整え、毎日朝食を食べるようにします。

また、できるだけ家族と食卓を共にし、食事の楽しさや大切さ、食事のマナー、食文化について理解を深められるよう努めます。

#### 3) 食を楽しみ、感謝の気持ちを持つ

家族で一緒にご飯を作り食卓を囲んで楽しく食事することは、家族のきずなを深め安心感にもつながります。幼少期からの食を楽しむ環境づくりや、料理体験、自然とのふれあいなどの食に関する体験ができるような取り組みを行います。

また、そのような体験活動を通して、食についての関心を深め、食や生産者、食に関わる多くの人たちに感謝の気持ちを持ちます。

#### 4) 「家庭の日」を利用した食育の推進

毎月第3日曜日の「家庭の日」を、家族そろった食事を楽しむ日として、家庭での食事の機会を作りやすい環境づくりを推進します。

また、各企業においても、最も基本的な生活の場である家庭において、家族がふれあいをもてる機会を提供するよう努力します。

#### 5) ライフスタイルの変化に応じた家庭での食育の推進

家庭において、家族一人ひとりの食生活を考え、家族みんなが参加して健全な食生活を実践します。

ライフスタイルの多様化などから、家庭で手間をかけて料理することが減っているため、基本的な調理技術の習得や中食等の利用法、行事食等の調理方法など、食についての関心を持ち、家庭での食育に積極的に参加します。

幼少期から食べることの楽しみや大切さを理解し、健全な食生活を実践することができるよう、乳幼児健診・相談、妊産婦サロン、食育教室等、市の事業に積極的に参加し、成長・発達段階に応じた取り組みを行います。

#### 6) 口腔機能の保持・増進

食べるためには、口腔機能の健全性を保つことが必要であることを理解し、食品の栄養面だけでなく、よく噛んでゆっくり食べることを意識します。

#### 7) 環境に配慮した取り組みの推進

食事の時には食べきれない量を作る・注文する、買い物の際は買い過ぎないなど、食べ残しや賞味期限切れによる食品ロスを減らします。

また、マイバック（買い物袋）を持参するなど、不要なレジ袋、過剰な包装を減らします。

ビン、缶、ペットボトルや食品トレーなど再生可能な食品容器のリサイクル活動に積極的に取り組みます。

### ◇ 目 標 1-I 毎日朝食を食べる市民の割合の増加を目標とします。

項 目	直近の実績値	目標値 H33 年度 (2021 年度)
毎日朝食を食べる小学生の割合	89.3%	90.0%
毎日朝食を食べる中学生の割合	78.6%	80.0%
毎日朝食を食べる人の割合 (20 代男性)	53.3%	60.0%
毎日朝食を食べる人の割合 (20 代女性)	56.6%	60.0%

\*資料：市＝H27 生活習慣実態調査より



- ◇ 目 標 1-II 肥満は、糖尿病、高血圧、高脂血症など、生活習慣病の発症に大きく関わっているため、肥満の割合の減少を目標とします。一方、やせの児童・生徒の割合も減少を目標とします。

項 目	直近の実績値	目標値 H33 年度 (2021 年度)
小学生の肥満児童の割合	8.8%	5.0%以下
中学生の肥満生徒の割合	10.2%	7.0%以下
肥満の人の割合 (30 代男性)	38.0%	30.0%以下

\*資料：H29 定期健康診断結果（市養護教諭部会提供）・市＝H27 生活習慣実態調査より

## 2. 学校、幼稚園、保育園等における食育の推進

子どもの健やかなこころと身体の発育のために、乳幼児期から成長段階に応じた豊かな食の体験を積み重ねていくことが大切です。

幼稚園・保育園等においては、感受性を育むのに大切な時期であるため、子どもが食事を楽しく食べることを大切に、望ましい食習慣が定着するよう食育を推進します。

学校においては、人の一生の中で最も学びに適する時期であるため、児童・生徒が食育を通じて食に関する知識と食を選択する力を習得し、健康的な暮らしを送ることのできる基礎を築きます。

子どもたちの食育指導にあたっては、地域の農業や食文化についてなどの幅広い知識、経験が求められます。指導体制の充実を図りながら食育を推進することで、食べ物の大切さやそれを育む自然のすばらしさ、しいては命の大切さや感謝の気持ちを持つなど豊かなこころと身体を育み、生涯を通じて健康に生き抜く力を養うことが重要です。

### 1) 食育授業や食育活動の実施

食育活動年間計画を作成し、栄養教諭や保育士や栄養士等が協力し、食育を授業や活動として計画的に実施します。

教育活動全体を通し、食の楽しさや好ましい人間関係、望ましい食習慣、食の選択能力を身に付けさせるよう、食に関する指導の充実を図ります。

### 2) 給食からの食育推進

地元でとれた地場農産物の使用や、献立に伝統食・郷土食を取り入れたり、調理現場を見学したりと、給食を活用した食育を充実します。米飯を基本とした学校給食は、児童・生徒に望ましい食習慣を定着させるとともに、食育指導の生きた教材となります。

地元食材などをより身近に感じ地域の自然、食文化、産業などについての理解を深めることができるよう、供給体制を整備します。

給食を重要な食育活動の一つとして位置づけ、給食時間の十分な確保に努めます。

給食を通して食の大切さや、食事に関するマナー、伝統食、郷土食などを学んだり、親子ふれあい給食を開催したりして、楽しみながら望ましい食習慣を身に付ける機会を提供します。

### 3) 家庭への食育推進（保護者向けの学習会の開催など）

学校、幼稚園、保育園等での食育を家庭に浸透させるために、給食だよりや親子ふれあい給食、懇談会などを通して、保護者に朝食の大切さ、肥満・やせ防止、子どもの食事の様子や食に関する取り組み等の食育についての情報を提供します。

学校、幼稚園、保育園等は、PTAや保護者会などと連携し、保護者向けの食に関する学習会や体験活動などを通して、保護者の食に対する意識を啓発し、子ども達にとって、望ましい食習慣の定着を目指します。

また、子ども達が正しい食生活の実践に取り組めるよう、子どもの成長・発達段階に応じた取り組みを行うとともに、家庭、学校等、地域で連携した食育を推進します。

4) 高校生を対象とした食育の推進

自分の食事を自己管理し始める世代でもあり、正しい知識を持つことが重要です。  
市内高等学校との情報交換を行い、食育へどのように取り組んでいくか検討していきます。  
また、卒業後親元を離れて一人暮らしをする時期でもあり、栄養バランスのとれた献立づくりや調理の実践等の食育活動をかさね、意識啓発と実践力の向上を図ります。

5) 農業体験などを通じた食育

作物の種まき、栽培、収穫、調理などの一連の体験を通して、子ども達の食への関心と感謝の気持ちを育てます。

◇ 目 標 2-I 子どもの頃から食に対する興味を持たせるため、幼稚園・保育園等で調理体験を行うことを目標とします。

項 目	直近の実績値	目標値 H33 年度 (2021 年度)
調理体験を実施している幼稚園・保育園の割合	3 施設	5 施設

\*H28 調理体験を実施している幼稚園・保育園の施設数

◇ 目 標 2-II 学校給食において、地場農産物を使用する割合（品目数ベース）の増加を目標とします。子どもたちが伝統食や郷土食を食べることにより、食文化や郷土への関心を高められることから、給食への導入数を目標とします。

項 目	直近の実績値	目標値 H33 年度 (2021 年度)
学校給食における地場農産物活用割合（県産）	48.3%	50.0%
学校給食における地場農産物活用割合（市産）	10.0%	15.0%
伝統食・郷土食※の学校給食への導入数（年平均）	21 回	30 回

※とちぎの主な伝統食、郷土食を導入 P20 参照

\*H29 栃木県の学校給食関係諸調査・H28 伝統食・郷土食の学校給食への導入数

◇ 目 標 2-III 学校・幼稚園・保育園において、食育教室等の実施回数の増加を目標とします。

項 目	直近の実績値	目標値 H33 年度 (2021 年度)
食育教室の実施回数（施設独自）	28	36
食育教室の実施回数（行政連携）	20	24

\*H28 食育教室の実施回数

### 3. 地域・行政等における食育の推進

地域や行政等は、食生活の改善と生活習慣病を予防するうえで重要な役割を担っています。また、地域における食育の推進は、市民の主体的な取り組みとともに、地域に根付いたものであることが重要です。

よって、多様な主体(個人・団体・機関など)の食育への参加を促し、行政等との連携を図るとともに、食育を推進する人材の育成等を進め、地域ぐるみでの活動を推進します。

#### 1) 家庭への食育推進

各世代(妊娠期、乳幼児期、学童・思春期、青壮年期、高齢期)に合わせた内容の食育を家庭に浸透させていくために、地域、行政、企業等が教育関係機関や医療関係機関と連携を図りながら、食に関する事業(普及啓発、体験活動など)を企画し取り組んでいきます。各世代が、個人や家族、友人同士で参加しやすい企画になるよう工夫していきます。

※普及啓発するための具体的な事業(機会)等

【妊娠期】母子健康手帳交付時、妊婦産後ママサロン

【乳幼児期】乳幼児健診・相談での栄養指導、離乳食相談、食育教室、農業体験

【学童・思春期】小児生活習慣病予防個別相談、親子料理教室、高校生健康料理教室

【青壮年期】健診結果説明会・特定保健指導での栄養指導、食生活相談、生活習慣病予防健康教室、親子料理教室

【高齢期】介護予防教室(食事提供・低栄養予防)、配食サービス、料理教室

【全世代】健康福祉まつり等の食育イベント、汁物塩分濃度測定、農業体験等

#### 2) 食環境の整備

市民一人ひとりが、生活習慣病の予防や健康の増進ができるよう、地域で活動する栄養士や食生活改善推進員などが連携して、栄養成分表示や食事バランスガイドなど、地域における食環境の整備に取り組みます。

#### 3) 食に関する人材育成

##### ①食育関連団体などの活動への支援

食生活改善推進員などの食育関連ボランティアによる、地域での食育活動が活発となるよう支援します。重ねて、食生活改善を実践するための人材養成に関する取り組みを行います。

##### ②管理栄養士・栄養士の資質の向上及び配置の推進

食育に関して専門的な知識を持った管理栄養士や栄養士の資質の向上を図ります。さらに、地域において食育の推進が図れるように、管理栄養士や栄養士の配置を促進し、地域住民のニーズにあった栄養改善指導にあたります。

##### ③調理師などの活用

高度な調理技術を備えた調理師などによる食事作法や伝統的な行事食の伝授など、豊かな食生活を行うための料理教室や体験活動などを支援します。

#### ④給食を提供する事業者の食育

事業者は、行政の支援を受けて、適切に栄養管理された給食を提供します。また、地域も含めて健康・栄養情報の提供に努めます。

#### 4) 地域に根付いた食育推進

食文化や郷土料理・伝統料理など、その土地で育まれた地域の特徴を大切にします。地域における食育の重要な役割として、食に関するボランティアなどの協力のもと伝統的な食文化の継承に努めます。

また、地域という身近な場で高齢期の食育活動を活かして、一人暮らしの高齢者を積極的に行事に招くなど、高齢者の引きこもりを防ぐ取り組みを行うほか、地産地消による野菜づくりなどを通じた高齢者のいきがづくりの推進にも努めてまいります。

#### 5) 地域で活動する食に関わる団体等との連携

地域で行われる料理教室や農業体験のような食育に関する実践活動を支援するなどの継続的な食育活動を推進します。

また、食の講習会など食に関する知識を学ぶ機会や、農業や食品加工などの食の体験ができるよう関係団体等と連携を図りながら食育活動に取り組んでいきます。

#### 6) 企業における食育

外食産業においては、県と連携し、栄養バランスに優れた食事の提供、食に関する知識の普及・啓発を図るとともに、地場農産物の利用促進により、地産地消を推進します。

一方、食べられるのに廃棄された食品は年間 600 万トン以上にのぼります。メーカーや小売店などの事業者によるものは 330 万トンで過半数を占める割合となっています。関係機関との連携による、おいしく残さず食べる「食品ロス削減」への取り組みも推進してまいります。

また、ペットボトルや食品トレーなどのリサイクルに協力する団体を増やすような働きかけを行ってまいります。

#### 7) 食育推進のための連携体制の構築

食育を推進するためには、あらゆる分野での協力・連携体制が必要となってきます。そのため、学校、地域、企業、行政などが、横の協力・連携できる体制を構築し、とちぎ食育応援団などを活用して食育を総合的に推進してまいります。

◇ 目 標 3 バランスに留意した食生活を送ることが出来る市民の割合の増加を目標とします。

項 目	直近の実績値	目標値 H33 年度 (2021 年度)
毎日野菜を食べる人の割合 (20 歳代男性)	37.8%	42.0%
〃 (30 歳代男性)	38.9%	43.0%
〃 (40 歳代男性)	42.9%	45.0%

\*資料：市＝H27 生活習慣実態調査より

**伝統食、郷土食とは？**

伝統食とは、正月、ひな祭り、端午の節句など年間行事や、結婚式、法事、宮祭り等に供される料理などがあります。

郷土食とは、地方ごとにある独特な料理のことで、地方の特産品を用いたものや、地理的・歴史的条件により生まれたものなどがあります。

しもつかれ



けんちん汁



かんぴょうの卵とじ汁



(第3期栃木県食育推進計画とちぎ食育元気プラン 2020)

**【とちぎの主な伝統食、郷土食】**

しもつかれ かんぴょうの卵とじ汁 耳うどん けんちん汁 五目ご飯 おにしめ  
すいとん汁 赤飯 きんぴらごぼう 五目煮豆 かんぴょうのごま酢和え 呉汁  
のっぺい汁 白和え 豆の甘煮 おから 芋がらの炒め煮 ふきの煮物等

(参考資料「子や孫に伝えたい 郷土料理 とちぎ」 栃木県農業者懇談会)

#### 4. 安全・安心な食の推進

食の基本となる安全・安心を確保するため、環境保全効果の高い営農活動の推進などにより安全な食品の提供や、食に関する正しい情報やリスクを適切に判断するために必要な情報を提供すること、また、適切な食品表示を行うことに取り組みます。

自分の口に入る食べ物がどのような所で作られているか、どのようにして届けられるか等食べ物の生産や流通に関心を持つことの意識付けを行います。

##### 1) 食の安全性に関する情報

放射性物質・残留農薬・食中毒・BSE問題や口蹄疫・高病原性鳥インフルエンザの発生等に対する食の安全性を確保する正しい知識や情報を提供します。

##### 2) 生産者の食の安全性への取り組み

生産者等は、安全・安心な食の推進が求められており、減農薬・減化学肥料栽培などの取り組みは今後重要です。環境保全型農業に取り組む農業者の増加推進を図ります。

##### 3) 食品事業者の食の安全への取り組み

食品の製造・販売・調理等を行う施設の衛生水準の向上や衛生管理の徹底を図るなど、食品の安全を確保するための取り組みを一層推進します。HACCP、GAP、トレーサビリティ※などの情報発信を支援し、食品流通過程への理解、食の安全性への信頼確保に努めます。

##### 4) 食の安全性への理解促進

地域の農業者や団体等と連携して、食料の生産、加工、流通などといった体験活動を促進するとともに、食と農への関心を高めます。

※ HACCP：原材料の受入から最終製品までの工程ごとに、危害防止に繋がる特に重要な工程を連続的・継続的に監視・記録することにより、製品の安全性を確保する衛生管理手法。

GAP：農業生産活動の各工程の正確な実施、記録、点検及び評価を行うことによる持続的な改善活動のこと。

トレーサビリティ：食品がいつ、どこで、どのように生産・加工・流通されたかについての情報を蓄積し、消費者がそれらの情報をさかのぼって確認できる仕組み。

#### ◇ 目 標 4 減農薬・減化学肥料栽培など環境保全型農業への取組者数の増加を目標とします。

項 目	直近の実績値	目標値 H33 年度 (2021 年度)
減農薬・減化学肥料等環境保全型農業取組者	6 件	8 件

\*H28 環境保全型農業取組者数

## 5. 地産地消と地域をとりまく食育の推進

那須烏山市で生産されたものを地元で消費することで、生産者と消費者が互いに顔の見える関係を築き、消費者ニーズに合った地産地消を進めていくことが重要です。

地産地消を基本として、新鮮で安全な食べ物を選ぶことや食への感謝の気持ちを持つことなど地域全体の活動の中で食育への理解を深めます。

また、食農教育を推進することにより食べ物と人とのつながりを深めます。

地球規模で環境の保全が望まれている現在、これら食育による感謝のこころの育みは、環境にやさしい生産活動や消費活動、リサイクル等の重要性に気がつき、自らそれらに取り組む姿勢を生みます。資源を大切に、環境に負荷の少ない循環型社会を推進することで、豊かで美しい地球環境を保全していきます。

### 1) 地産地消の推進

#### ① 農産物直売所での販売促進

現在、運営されている生産者組織の活性化を促進し、野菜振興を盛り上げることで、地場野菜の安定した供給量を確保します。

また、消費者と直売所関係者との相互理解を深めることで、直売所の一層の活性化につなげます。地域食材の魅力を伝え、地産地消の推進に取り組みます。

#### ② 給食への地場農産物の活用

給食は、子どもが食材を通して、それらの生産などに携わる人々や、食への感謝の気持ちを育むために必要です。そのため、学校、幼稚園、保育園等の給食では、地元生産者が育てた地場農産物を計画的に活用することで、地元食材や旬の食べ物に対する食育体験を推進します。

#### ③ 特産品の開発

地域の特性を活かした農林水産物の生産加工に取り組む生産者の育成を図り、新たな地域の特産品の開発を目指します。

また、特産品の知名度を上げ、市内外の消費拡大を推進します。

#### ④ 各種交流イベント

そば祭り、いちご祭り等のイベント開催により、地場農産物の周知と地元での消費拡大を図ります。

#### ⑤ 関係者等の連携

生産者や流通・納入業者、販売者、農協等の関係者が協力して、情報を共有し市全体の地産地消を推進します。

### 2) 農業、食品関連産業の食育推進

#### ① 農業関係者などの協力による体験活動

農業関係者や食品関連事業者、関係団体等の協力より、市民の体験活動を促進します。



② 体験活動に関する情報提供の促進

青少年クラブなど農業関係者や食品関連事業者、関係団体等が行う体験活動などの情報を積極的に提供し、市民の参加を促進します。

農業体験等を通じた交流により、消費者と生産者との信頼関係の構築に取り組みます。

③ 食農教育・教育ファームの取り組み

自然の恩恵や食に関わる人々の様々な活動への理解を深めることなどを目的として、できるだけ多くの生産プロセスの体験機会を提供する教育ファームの取り組みを推進します。作物の種まき、栽培、収穫などの一連の農業体験を通し、子どもの食と農への関心を高めます。

◇ 目 標 5 生活の改善指導や食文化の継承、農業体験の受け入れなど食育の推進を図るうえで大きな役割を担う方の増加を目標とします。

項 目	直近の実績値	目標値 H33 年度 (2021 年度)
青少年クラブ会員数	17 人	19 人
とちぎ食育応援団の登録者数	7 人	10 人

\*H28 青少年クラブ会員数・とちぎ食育応援団登録者数

## 6. 食に関する情報発信等の推進

食育活動に関する行事やイベント等を広報やホームページといった情報伝達ツールを活用し、多くの市民が知るができるよう情報発信を行います。

また、望ましい食生活実践のため、「何を」「どれだけ」食べたらよいか、食事の基本等をわかりやすく示した食育関連リーフレット等の作成・活用を通じ、望ましい食生活に関する知識の普及に取り組みます。

### 1) 「食育の日」などを利用した食育の推進

毎月19日の「食育の日」や様々な機会を捉えて、食育に関する普及啓発活動を広報紙やホームページなどの多様な情報伝達ツールを通して、継続的に実施します。

また、食育フェアや講演会などの開催を通して、食育に関する市民の理解促進を図ります。

### 2) 食育の推進に関わるボランティア団体による普及啓発

地域で食育活動をしている、食生活改善推進員などのボランティア団体のあらゆる活動の機会を通じて、「食事バランスガイド」等の食育関連の情報提供を行います。

望ましい食生活に関する正しい知識の普及啓発を進めることで、市民がそれらを参考に食生活を送れるよう支援します。

### 3) 食に関する教材などによる普及啓発

食物を選択する際に、何をどれだけ食べたら良いかなどの適切な食事の量の理解や食事を作る際に参考になるレシピ集などの教材・媒体を作成して普及啓発を進めます。

### 4) 日本型食生活の普及啓発

家庭において、米を中心に、水産物、畜産物、野菜など多様な副食から構成され、栄養バランスに優れた我が国独自の食生活の実践を促進するための情報提供を行います。

### 5) 自然環境や生活環境に配慮した食生活

エコ・クッキングなどの実践を通して、食材の購入から調理、食事、片付けなどの段階において、環境への配慮を推進します。

市内でペットボトルや食品トレーなどのリサイクルに協力している団体の情報を発信するとともに、マイバック（買い物袋）の持参を推進し、不要なレジ袋、過剰な包装を減らすよう働きかけます。

### 6) 食品衛生に関する普及啓発

食品衛生の講習会や広報紙、パンフレットなどによる情報提供を行い、食品衛生に関する知識の普及と食品の衛生的な取り扱いについての啓発を進めます。

7) 食品の安全性や食品表示の情報提供

食品の安全性や栄養、食習慣、食育に関するイベントなど情報を収集し、広報やホームページなどを利用し提供していきます。特に放射性物質検査等については、正確で市民にわかりやすい方法で情報を発信します。

また、意見交換会等の実施より、食品安全に関する市民の意見、要望の把握に努めます。

食に関する情報が氾濫する中、食事や栄養に関する適切な情報を提供できるよう環境整備に取り組みます。

◇ **目 標 6 食生活の改善など生活に密着した活動を行っているボランティアの役割が重要であるため、食育の推進に関わるボランティア等において活動している市民の数の増加を目標とします。**

項 目	直近の実績値	目標値 H33 年度 (2021 年度)
食育の推進に関わるボランティアの数	59 人	65 人

\* H28 食生活改善推進員数