

IV 安堵町食育推進計画

1 食育に関する課題

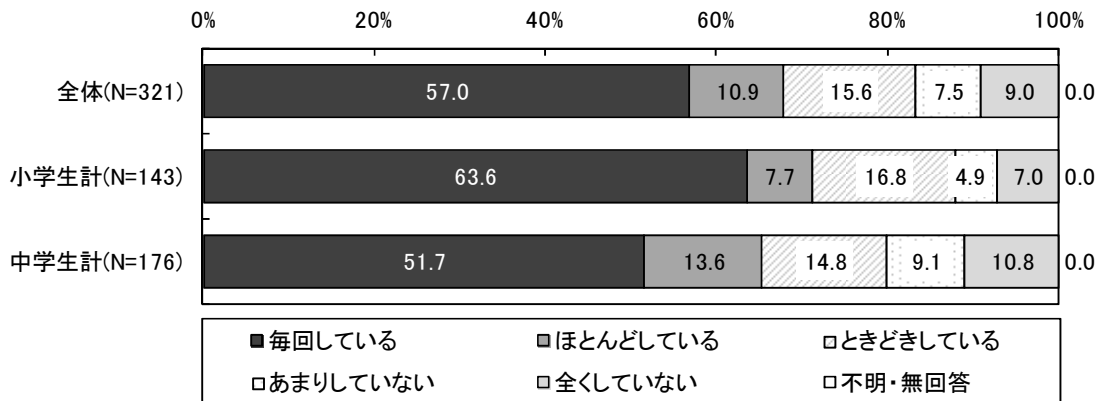
食育について平成 22 年に作成した「安堵町食育推進にむけて」に掲げた「食べ物の命を感じる力を育む」「身体を大事にできる力を育む」「食を選ぶ力を育む」の3つのビジョンにそって推進してきました。

住民の食生活に関する取り組みや意識、食育や地産地消に関する関心等を「町民アンケート調査」「食育アンケート調査」から把握し、課題を明らかにしました。

(1) 食べ物の命を感じる力を育む

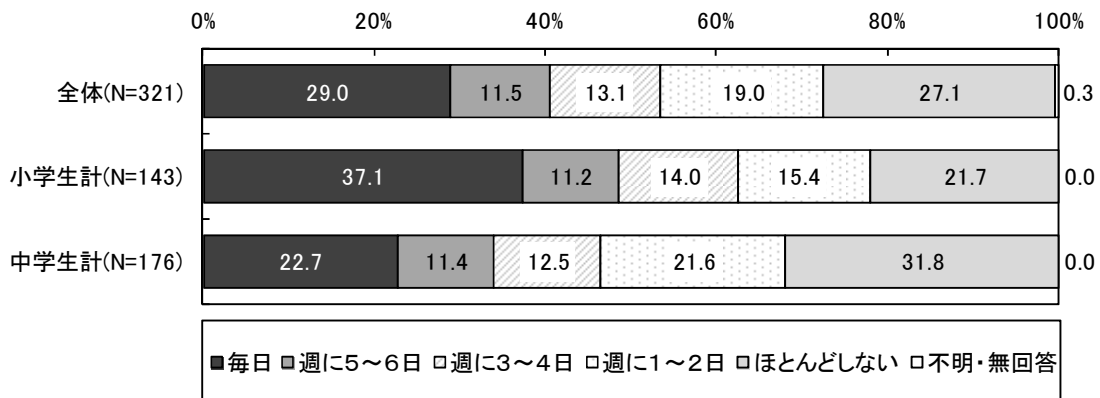
- 小中学生が『「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしているかどうか』について、約6割が「毎回している」と回答しているが、小学生より中学生で低くなっている。

■「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつの状況（小中学生別）



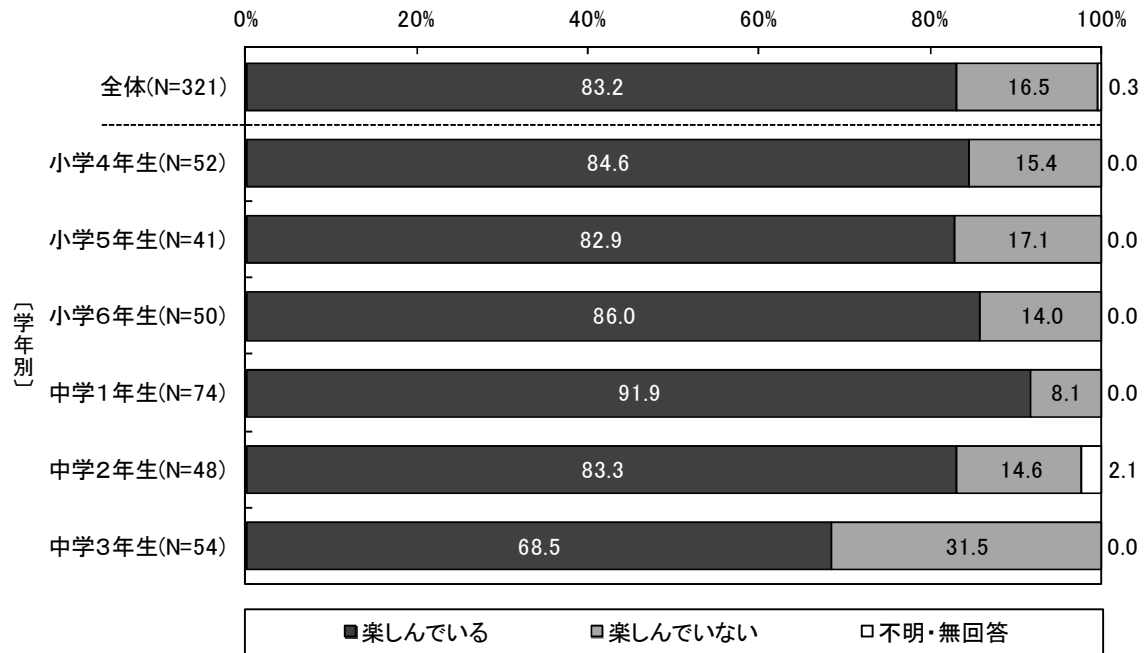
- 小中学生が『家で食事の準備や手伝いをしているかどうか』について、3割が「毎日」と回答しているが、中学生では小学生より頻度が少なくなる傾向にある。また、小中学生が『家でする手伝い』について、「食卓の準備」「食器をさげる」といった配膳・片付けに関することがそれぞれ7割と高くなっている。一方、「買い物」「調理」といった食材に触れる機会は2～3割とやや低くなっている。

■家での食事の準備や手伝いの状況（小中学生別）



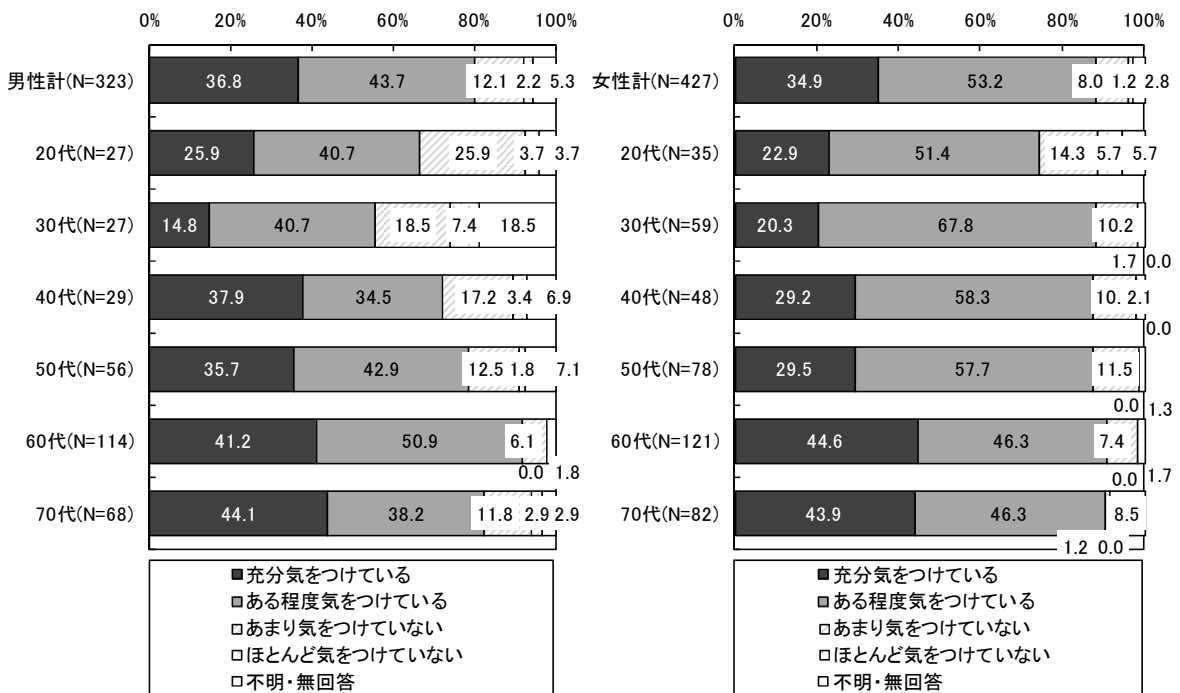
- ・小中学生が『食事を楽しんでいますか』について、中学3年生で「楽しんでいる」と回答した割合が他の学年と比べ低くなっている。

■食事を楽しんでいますか（小中学生別）



- ・『日頃の食事で、食べ残しやごみの減量に気をつけているか』について、「充分気をつけている」「ある程度気をつけている」が8割以上と、気をつけている人が多くを占めているが、20~30代で気をつけている人の割合が低くなっている。

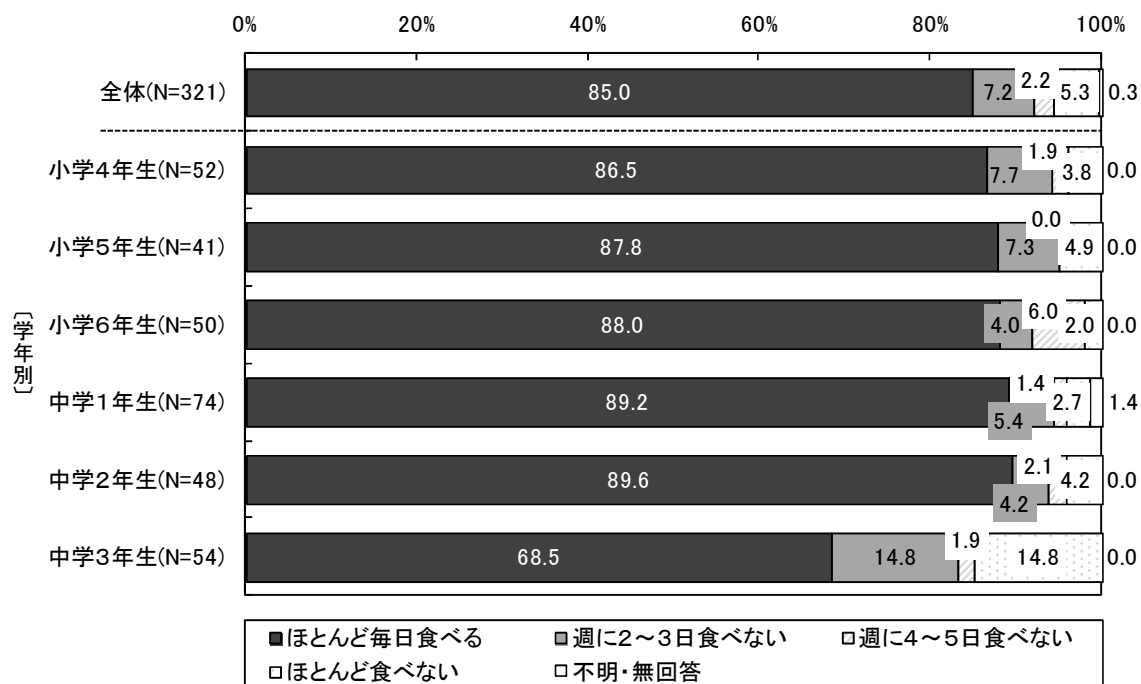
■日頃の食事で、食べ残しやごみの減量に気をつけているか（男女年齢別）



(2) 身体を大事にできる力を育む

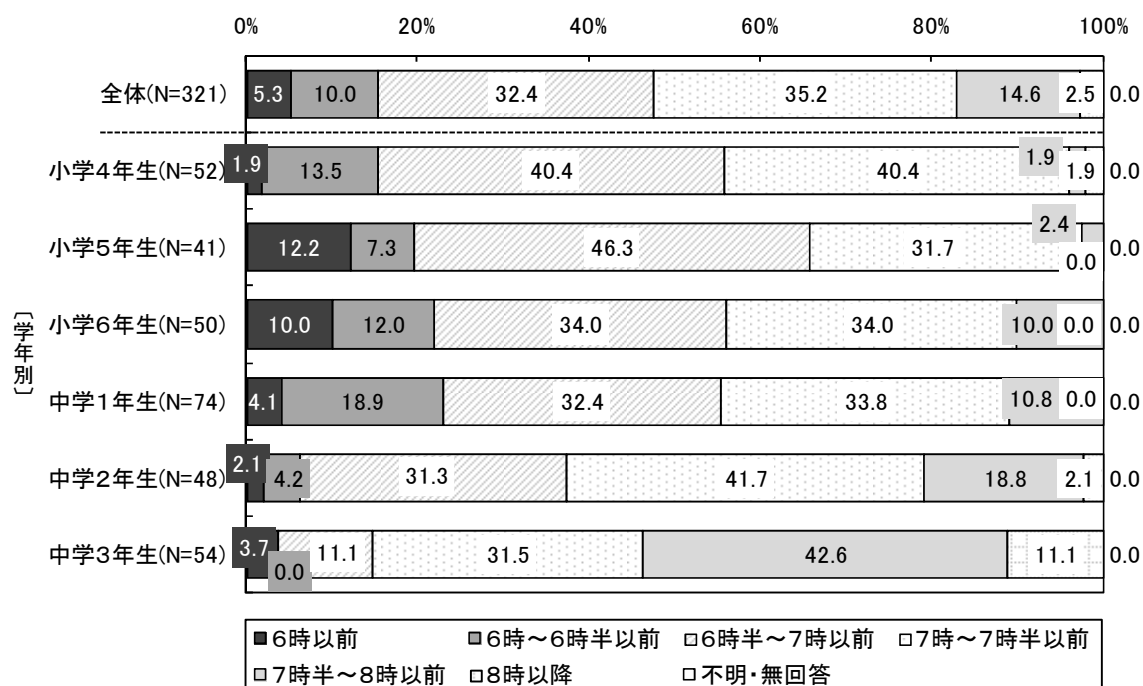
- 小中学生が『学校に行く日の朝食は食べていますか』について、8割が「ほとんど毎日食べる」と回答しているが、中学3年生では他の学年と比べ「ほとんど毎日食べる」が少なくなっている。

■学校に行く日の朝食は食べていますか（小中学生別）



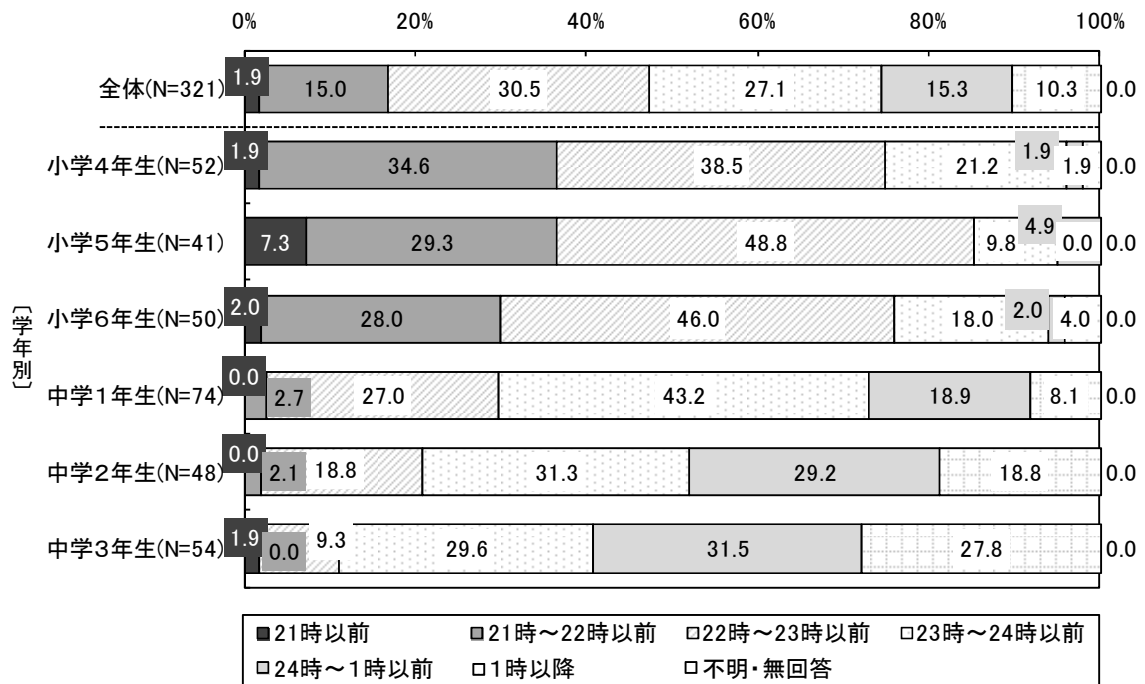
- 小中学生が『いつも何時ごろ起きますか』について、中学3年生で「7時半～8時以前」と起床時間が遅くなっている。

■いつも何時ごろ起きますか（小中学生別）

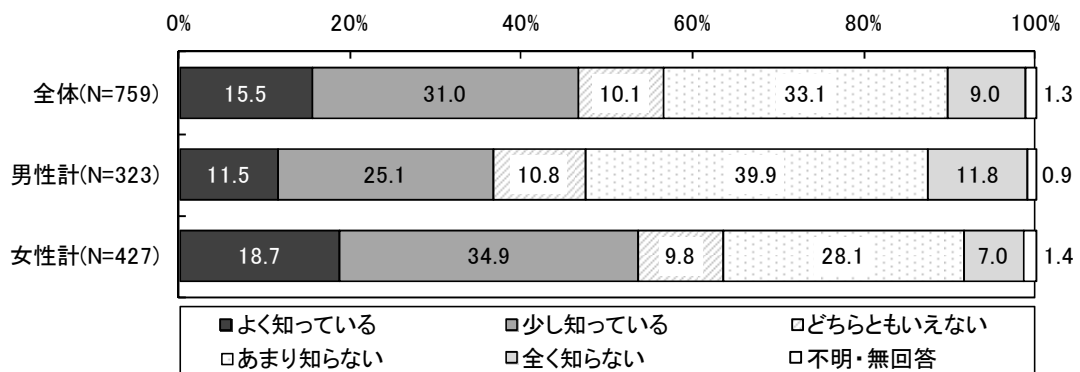


- ・小中学生が『いつも何時ごろ寝ますか』について、学年が上がるにつれて就寝時間が遅くなっている。

■いつも何時ごろ寝ますか（小中学生別）



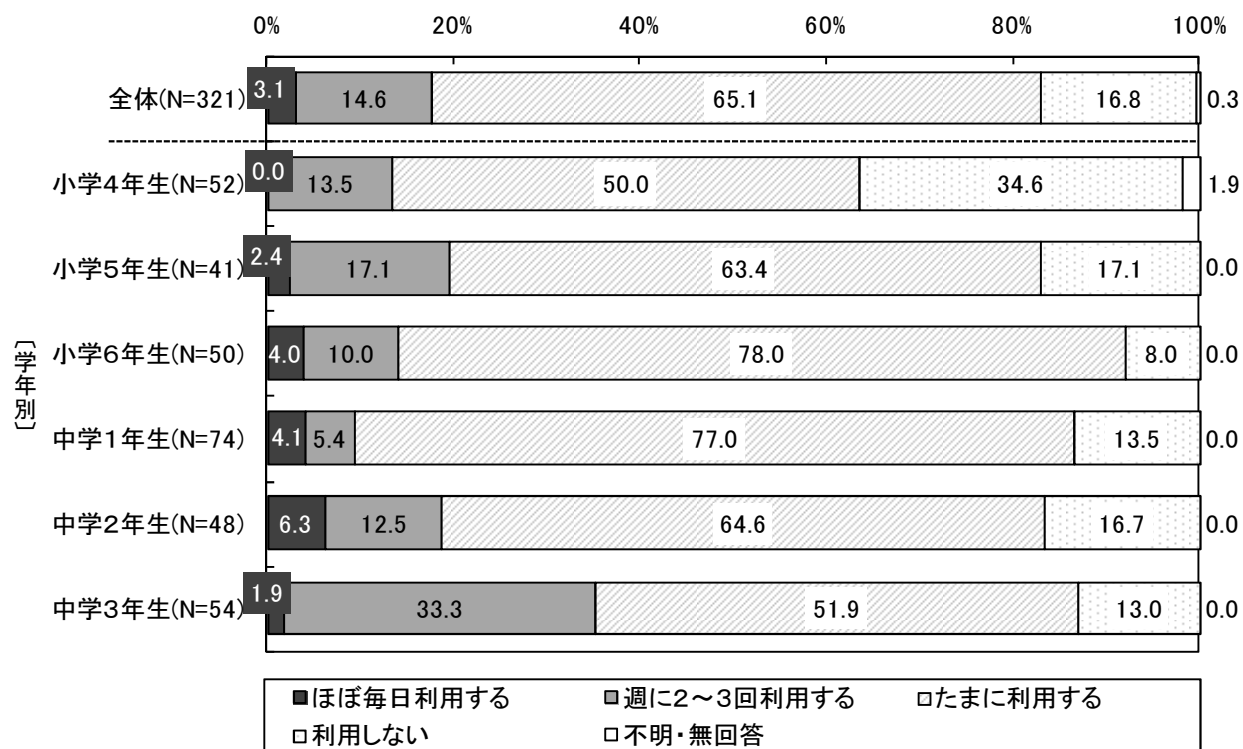
- ・『健康を維持するために自分に適した1食の量とバランス』について、「よく知っている」「少し知っている」が半数いるが、「全く知らない」人も1割となっており、男性の認識が女性に比べて低くなっている。



(3) 食を選ぶ力を育む

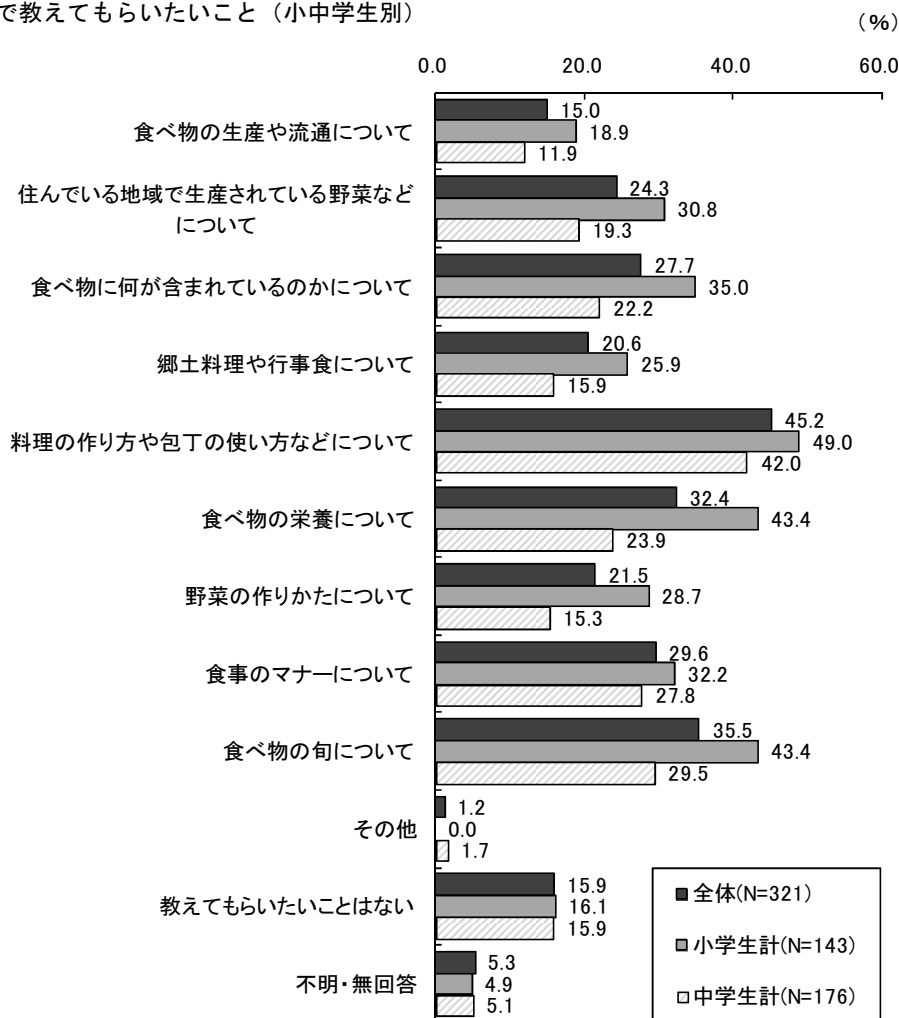
- ・『自分で、食べ物や飲み物を買うために、コンビニ等をどのくらい利用しているか』について、「ほぼ毎日利用する」はわずかで、「たまに利用する」が5割以上を占めているが、中学3年生では「週に2～3回利用する」が33.3%と、他の学年に比べ高くなっている。

■子どものコンビニ等の利用状況



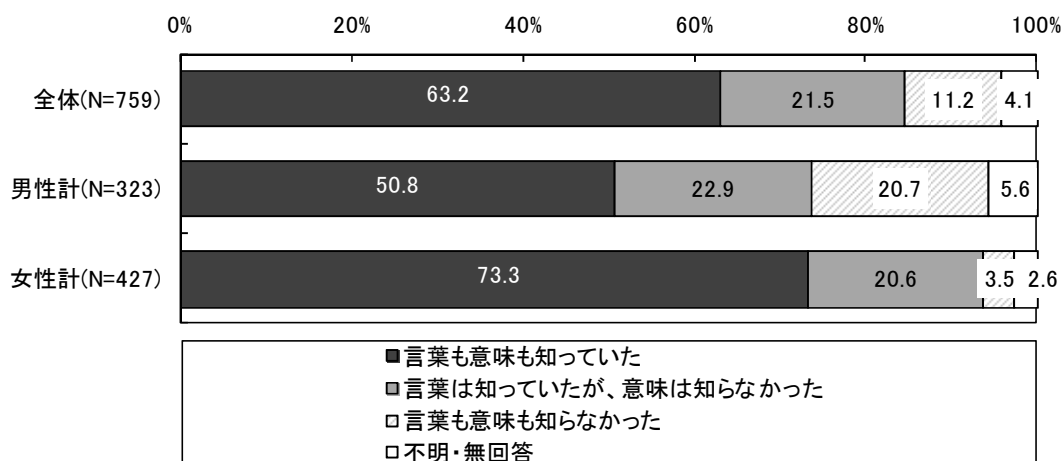
- ・小中学生が『学校で教えてもらいたいこと』について、「料理の作り方や包丁の使い方などについて」が45.2%と最も高く、調理への興味が高いことがうかがえる。

■学校で教えてもらいたいこと（小中学生別）



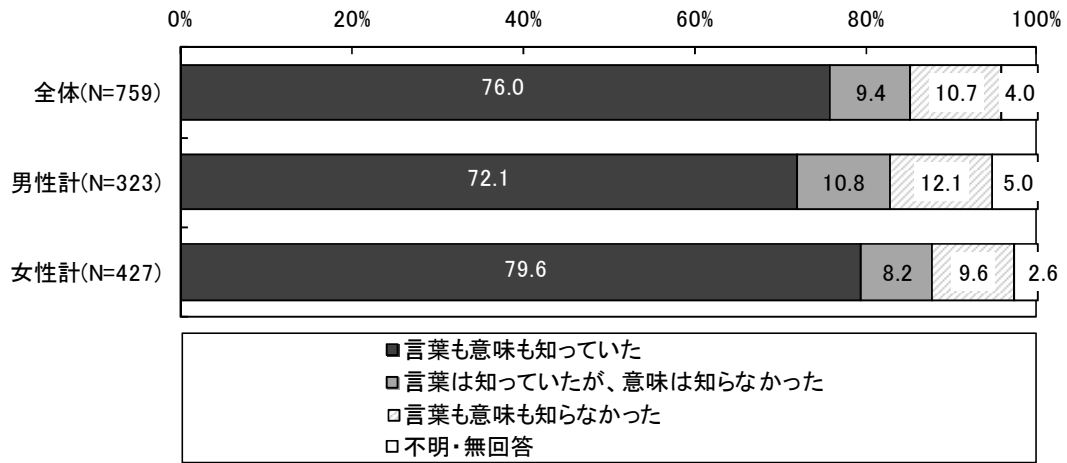
- ・『「食育」への関心』について、「非常に関心がある」「どちらかといえば関心がある」と回答した人は64.0%で、女性の方が関心は高くなっている。

■「食育」の認知度（男女別）



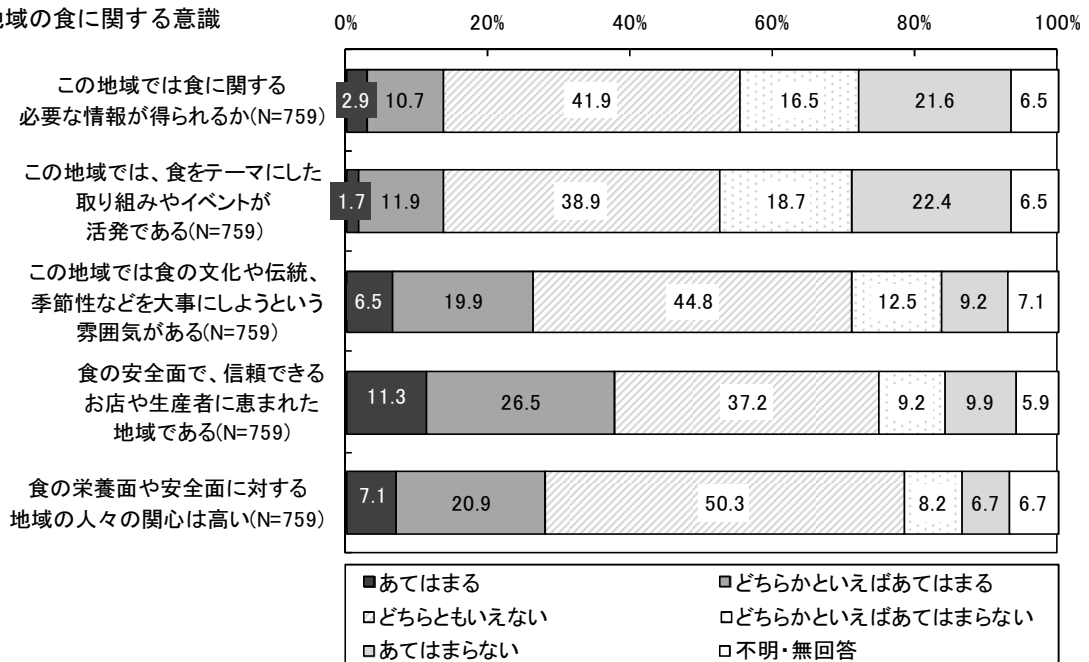
- ・『「地産地消」の認知度』は約8割が「言葉も意味も知っている」が、男女ともに20代で認知度が低くなっている。

■「地産地消」の認知度（男女別）



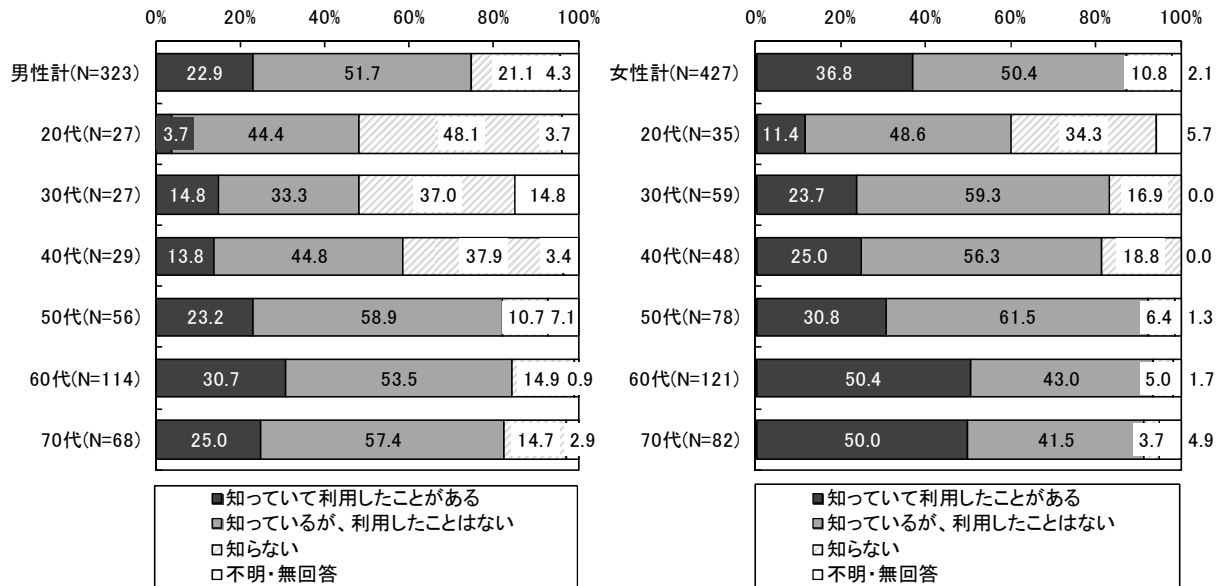
- ・『この地域では食に関する必要な情報が得られるか』について、「あてはまらない」「どちらかといえばあてはまらない」と回答した人が約4割となっている。
- ・『この地域で食をテーマにした取り組みやイベントが活発である』について、「あてはまらない」「どちらかといえばあてはまらない」と回答した人が約4割で、女性に比べて男性の方が高くなっている。
- ・『この地域では食の文化や伝統、季節性などを大事にしようという雰囲気がある』について、「あてはまる」「どちらかといえばあてはまる」と回答した人が26.4%となっている。
- ・『食の安全面で、信頼できるお店や生産者に恵まれた地域である』について、「あてはまる」と「どちらかといえばあてはまる」と回答した人の合計が約4割近くある。町内に店は少ないが、食の安全面で信頼できる環境にあることがうかがえる。
- ・『食の栄養面や安全面に対する地域の人々の関心は高い』について、「あてはまる」と「どちらかといえばあてはまる」と回答した人は3割程度となっている。

■地域の食に関する意識



・『「ほっと安堵朝市」の認知度』は、全体で「知っているが購入したことはない」人が多く
 になっている。また60代以上の女性は半数の人が利用したことがある。

■ 「ほっと安堵朝市」の認知度（性別年齢別）



2 めざすビジョン

「安堵町食育推進にむけて」に掲げた「食べ物の命を感じる力」「身体を大事にできる力」「食を選ぶ力」の3つの重点に育てたい力を継承し、「すこやかな食生活・食習慣を実現できる人・家庭・地域が育つまち」をめざします。

また、本計画は、「第2期すこやか安堵21（安堵町健康増進計画）」「第4次安堵町総合計画」「安堵町次世代育成支援行動計画」等と整合を図りながら推進していきます。

すこやかな 食生活・食習慣を実現できる 人・家庭・地域が育つまち



食べ物の命を感じる力

食に対する感謝、命をいただいている意識を持って、食を大切にすることを続ける力を育みます。また、自然の恩恵、食にかかわる多くの人の努力を理解する力を育みます。

身体を大事にできる力

食に関心を持って、自分や家族の身体や生活習慣をふりかえり、その年代に応じた生活習慣を身に付ける方法や改善しようとする力を育みます。

食を選ぶ力

地産地消を推進します。また、健康な身体の維持・増進のため、自分に適した種類・量を判断し、バランスのとれた食を選ぶ力を育みます。

3 施策の展開

1. 食べ物の命を感じる力を育む

(1) 取り組みの方向性

食を通じた親子のふれあいやしつけが、コミュニケーション能力や心の安定に影響します。

料理や家族団らんの機会を通じ、食に関する感謝の気持ちの育成や旬の食材のよさを知ることができる機会の充実をめざし、引き続き、関係団体・関係機関と連携、協力した食育を推進していきます。

(2) 主体別の取り組み

個人・家庭の取り組み	住民同士の取り組み
<ul style="list-style-type: none"> ・好き嫌いなく残さず食べて、食べ物を大切にすることを育てる ・作った人への感謝の気持ちを持って食べる ・正しい箸の持ち方、食事の前後のあいさつなど、基本的な食事マナーを身につける ・家族みんなが食事づくりにかかわり、コミュニケーションの機会を持つ ・家庭菜園や調理など、家庭での食体験を増やし、楽しみながら「食」について興味関心を持つような機会を増やす ・調理の工夫や保存食の活用で、食材の廃棄量、無駄を減らす 	<ul style="list-style-type: none"> ・「食」に関する教室やイベントで、体験を通じて「食」を学ぶ“食体験”の機会を提供する ・高齢者が集まる場を活かして食の機会を提供する ・地域で収穫の喜びを分かちあう機会をつくる（産業フェスティバルなど） ・手軽な野菜の栽培方法等を紹介する
地域・保育園・小中学校・行政の協働による取り組み	
<p>[保育園]</p> <ul style="list-style-type: none"> ・あいさつ（食前食後）を習慣づける ・菜園活動を通じて、旬の食材のよさを知る機会の充実を図る ・調理師と一緒に昼食をとり、食事を作ってくれる人への感謝のこころを育む ・食生活改善推進協議会や老人クラブなどの関係団体とおやつづくりやおもちつきなど、さまざまな食の体験を通じ、感謝の気持ちを育む取り組みをさらに推進する <p>[小学校]</p> <ul style="list-style-type: none"> ・子どもたちが、菜園でつくる野菜にもっと興味を持ち、水をやり、育てることの大変さを知ること、自分たちが育てた野菜を収穫する喜びが、より一層強くなるような取り組みを実施する ・地場産物の収穫体験で、自然の恩恵を感じ、農業の大変さや喜びを感じることができるよう取り組む ・米づくりを通して、農業や食の大切さを学べるよう取り組む ・給食試食会を保護者と意見交換できる場として継続していく 	



[中学校]

- 各教科や委員会活動で食についての理解を深め、命のつながりや食べることができる幸せに気づく機会の充実を図る
- 私たちの命は食事によって維持されていることを学ばせ、地域の方々と調理、会食をする
- 食品の生産から加工、流通、販売などを体験させ、自分の将来について考えを深める
- 畑づくりからはじめて、苗植え、草抜きなどの手入れや管理をさせる、秋にさつまいも掘りを行い、食べ物の生産システムについて、学習体験を中心に進める
- 「ひびき学習」や「PTA チャレンジフェスタ」などで、学年を越えて仲間と調理、会食し、食事の大切さ楽しさを実感させる

[関係団体・行政]

(教育委員会)

- 安堵ヒューライツフォーラムで野菜のでき方・育て方等を勉強するとともに、自分（仲間たち）で育てる楽しさ、喜びを学ぶ。また、学年を越えて仲間と調理、会食する
- 安堵町民俗資料館にて、かきもち、きりこづくりなど楽しく体験をしながら、昔の生活を学ぶ

(社会福祉協議会)

- のびのび教室（療育教室）では、さつまいも掘りやおやつづくりなどの食の体験の機会を通じて発達をうながす支援を行う

(食生活改善推進協議会)

- 親子食育教室を開催する

(健康福祉課)

- 食育を推進するためのボランティアを養成し、活動を支援する

協働・協力団体等

老人クラブ、食生活改善推進協議会、農業者リーダー会議、安堵観光ボランティア、安堵町民俗資料館、体験協力企業等、燈心保存会、民生児童委員、さつまいも畑提供住民

(3) 数値目標

項目	基準値 H24 年度	目標値 H34 年度
毎回「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしている児童の増加	57.0%	65.0%
毎日家で食事の準備や手伝いをしている児童の増加	29.0%	40.0%
食事を楽しんでいる児童の増加（中学3年生）	68.5%	80.0%
日頃の食事で、食べ残しやごみの減量に気をつけている人の増加	84.5%	90.0%
食をテーマにした取り組みやイベントが活発であると感じる人の増加	13.6%	20.0%



2. 身体を大事にできる力を育む

(1) 取り組みの方向性

生涯を通じた健康づくりには、幼少期からの規則正しい生活習慣が基礎となります。望ましい食習慣を中心とした生活習慣の確立を図る取り組みを充実します。

(2) 主体別の取り組み

個人・家庭の取り組み	住民同士の取り組み
<ul style="list-style-type: none"> ・早寝・早起きと朝ごはんをしっかりと食べることを心がけ、生活リズムを整える ・体によい食べ方を知り、姿勢を正して、よくかんでゆっくり食べることを意識する ・生活習慣病と食生活の関係を理解する ・「主食」「主菜」「副菜」を基本に、薄味で栄養バランスのよい食事内容を心がける 	<ul style="list-style-type: none"> ・各年代・ライフスタイル・健康状態・生活環境に応じた、健全な食生活を実践するための知識や技術を身につけるための学習・体験の場を提供する ・地域の中で、望ましい食生活のあり方や食事内容の普及・啓発を行う
地域・保育園・小中学校・行政の協働による取り組み	
<p>[保育園]</p> <ul style="list-style-type: none"> ・年齢に応じた食生活の確立を支援する ・「朝ごはんでもりもり元気」の紙芝居を使って、栄養士より朝ごはんの大切さを伝える ・歯磨き教室や歯磨きチェック表を通じて、よくかんで食べる習慣を身につける ・給食だより、楽しく食べようニュースを発行する ・興味が持てる給食献立と実物の展示、食品成分表の表示、町ホームページへの掲載を検討する <p>[小学校]</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「栄養三色」、「早寝早起き朝ごはん」、「野菜を食べよう」について各学年に応じ取り組む ・食品の仲間分けを理解し、自分の食べ方を振り返り、自ら改善できるような取り組みを実施する ・歯磨きが生活習慣に結びついていくように歯磨き教室を充実させる ・給食集会の開催や給食だよりを発行し、食に関心を持てるよう機会を充実させる <p>[中学校]</p> <ul style="list-style-type: none"> ・各教科を通じて、正しい生活習慣、食習慣が健康な体づくりの基本であることを学び、定着を図る ・地域の方々と減塩や野菜摂取ができる学習の機会を充実させる。また、朝食の必要性を学び郷土の食材で、栄養バランスのとれた朝食を作る力を養う授業を引き続き実施する ・委員会活動で「保健だより」の配布や啓発ポスターを掲示し、健康な身体づくりに関する情報を啓発する <p>[関係団体・行政]</p> <p>(教育委員会)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・安堵ヒューライツフォーラムで食の大切さについて、仲間同士で協力しながら楽しく学ぶ機会を充実させる <p>(食生活改善推進協議会)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・手づくりおやつや健康づくりメニューの試食、提供を行うとともに、パンフレット等での啓発活動を行う ・実際にだしの取り方、適塩味噌汁の試食を体験して、減塩や適塩について、学ぶ機会を提供する。また、参加者に減塩やだしの使用についてのアンケートを行う 	

(健康福祉課)

- ・妊産婦や乳幼児への栄養について知ることのできる機会を充実する
- ・生活習慣病予防・改善の知識や調理方法等を学ぶ機会を提供する

協働・協力団体等

食生活改善推進協議会、農業者リーダー会議、民生児童委員

(3) 数値目標

項目	基準値 H24 年度	目標値 H34 年度
朝食に野菜料理を食べる児童の増加	10.3%	25.0%
朝食を食べる児童の増加 (中学3年生)	68.5%	80.0%
健康を維持するために自分に適した1食の量とバランスを知っている人の増加	46.5%	60.0%
栄養のバランスを考えて食事している人の増加	68.6%	80.0%



3. 食を選ぶ力を育む

(1) 取り組みの方向性

地元でとれた食材を地元で消費する地産地消の推進や、健康な身体の維持、増進に必要な「食」を選ぶ力を育む取り組みが必要です。

(2) 主体別の取り組み

個人・家庭の取り組み	住民同士の取り組み
<ul style="list-style-type: none"> ・体によい食べ物を選ぶ ・地場産物を購入する ・地産地消についての関心を持つ ・食品品質表示を確認して購入する ・「食」の安全や現状について知る機会を持つ 	<ul style="list-style-type: none"> ・地域に伝わる伝統料理・郷土料理を知る機会やつくる場を提供する ・地場産物を取り扱っている店のPR活動をする ・年齢に応じて「食」と「農」にふれあい、体験し、学べる機会を提供する ・安全な食品・食材を消費者へPRする
地域・保育園・小中学校・行政の協働による取り組み	
<p>[保育園]</p> <ul style="list-style-type: none"> ・保護者を対象としたアンケートを実施し、結果をもとに選ぶ力をもてるよう支援する ・バイキング形式の食事会で選ぶ力をつけ、体験させる <p>[小学校]</p> <ul style="list-style-type: none"> ・学年に応じて、どんな栄養素が必要なのかを、実物に触れ体験を通して理解できるよう機会を充実する ・バイキング給食を実施する ・地場産の野菜を取り入れた給食を引き続き実施する <p>[中学校]</p> <ul style="list-style-type: none"> ・各教科を通じて食材を見る目を養うよう支援する ・安堵町の産業や農業などについて知り、地域で生産された食材を使った体験学習を実施する <p>[関係団体・行政]</p> <ul style="list-style-type: none"> ・年齢や性別等に応じた、健康教育の中で、その人にあった食を選ぶ力を養えるよう支援する ・広報紙、ホームページ等で食の選び方についての情報を提供する ・広報紙、ホームページ等を利用し、「ほっと安堵朝市」のPRをする 	
<p>協働・協力団体等</p> <p>農業リーダー会議、食生活改善推進協議会、安堵町観光ボランティア</p>	



(3) 数値目標

項目	基準値 H24 年度	目標値 H34 年度
『地産地消を意識して農畜産物を購入する』人の増加（よく意識して購入している人とたまに意識して購入している人の合計）	69.5%	80.0%
『食の文化や伝統、季節性などを大事にしている』人の増加（この地域では、食の文化や伝統、季節性などを大事にしている雰囲気があると思う人の割合）	26.4%	40.0%
『「ほっと安堵朝市」を利用する』人の増加	30.7%	45.0%
『食に関する必要な情報が得られると感じている』人の増加	13.6%	30.0%
『外食する時や食品を購入する時に、食品表示を参考にしている』人の増加	42.3%	55.0%

