

第3次

西目屋村食育推進計画

令和2年3月

西目屋村

## 目 次

第1章 計画策定の趣旨	
1. 計画策定のねらい	1
2. 計画の位置付け	1
3. 計画の期間	1
第2章 食をめぐる現状	
1. 食を取り巻く社会情勢	2
2. 食生活の現状	3
3. 食に関連する健康問題	5
4. 地産地消の推進	7
第3章 食育の取組と課題	
1. 食育の取組	8
2. 食育の課題	10
第4章 西目屋村が目指す食育の方向	
1. 食育推進の基本方向	11
2. 基本方向の重点目標と具体的取組	12

## 第1章 計画策定の趣旨

### 1. 計画策定のねらい

西目屋村では、食育基本法を受けて、平成23年3月に「西目屋村食育推進計画」を策定し、家庭、学校などにおける食育の推進、地産地消の推進体制の整備に取り組んでいます。

本村をはじめとして日本における現在の食生活では、朝食の欠食、野菜の摂取不足、脂肪や塩分のとり過ぎ、カルシウム不足等が見られ、肥満者の増加の一方で女性の痩せ過ぎもあるなど、多様な問題が複雑に現れています。前回の計画策定時より各生活習慣病が死因全体を占める割合は6割超から5割へとやや低下していますが、依然として医療費支出額中の約6割を占めています。とりわけガンに係る医療費については、この10年で約3兆円から約4兆円を越す等、目下大きな課題として留まり続けています。

こうした中で、子どもからお年寄りまで、あらゆる世代にあった形で主体的に食育に取り組む「生涯食育社会」の実現に向けた環境整備や地域ぐるみの食育活動の支援体制を構築していくことが求められているほか、情報過多の反面、食の安全・安心に対する消費者の関心の高まり等を背景に、食に関する正確な情報の伝達も求められています。

このような状況を踏まえ、第2次計画に基づく取組状況や課題などを基に、本村の特徴を生かした「食育」を、総合的かつ計画的に推進するため「第3次西目屋村食育推進計画」を策定します。

### 2. 計画の位置付け

この計画は食育基本法第18条第1項に規定する「市町村食育推進計画」及び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（六次産業化法）第41条に規定する、市町村による「地域の農林水産物の利用の促進についての計画」として位置付けます。

### 3. 計画の期間

計画期間は令和2年度から令和6年度までの5年間とします。

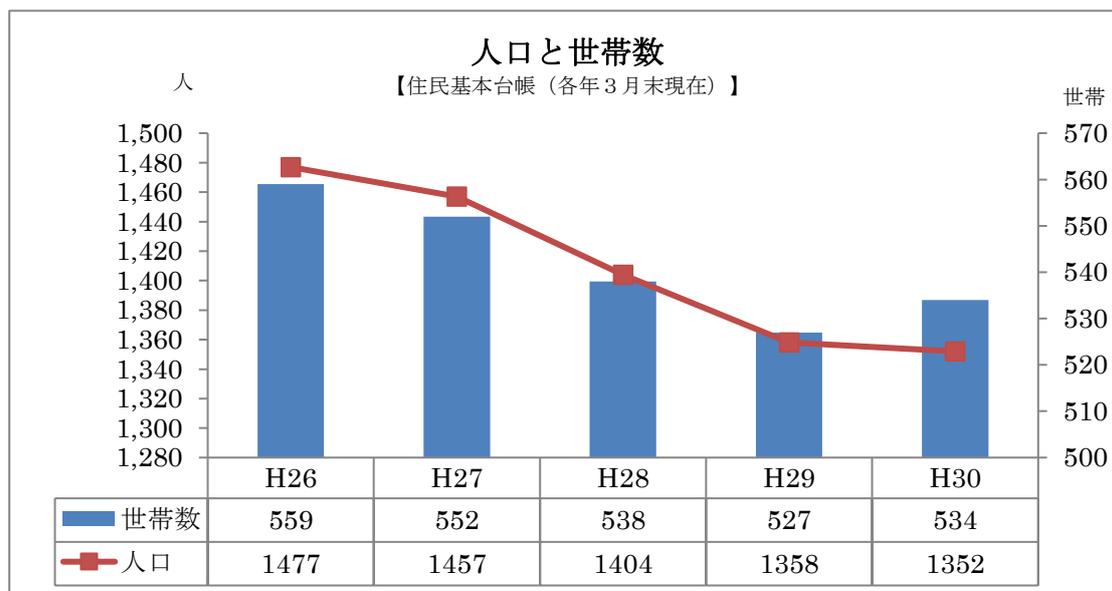
ただし、社会情勢の変化などにより見直しが生じた場合は、必要な見直しを行います。

## 第2章 食をめぐる現状

### 1. 食を取り巻く社会情勢

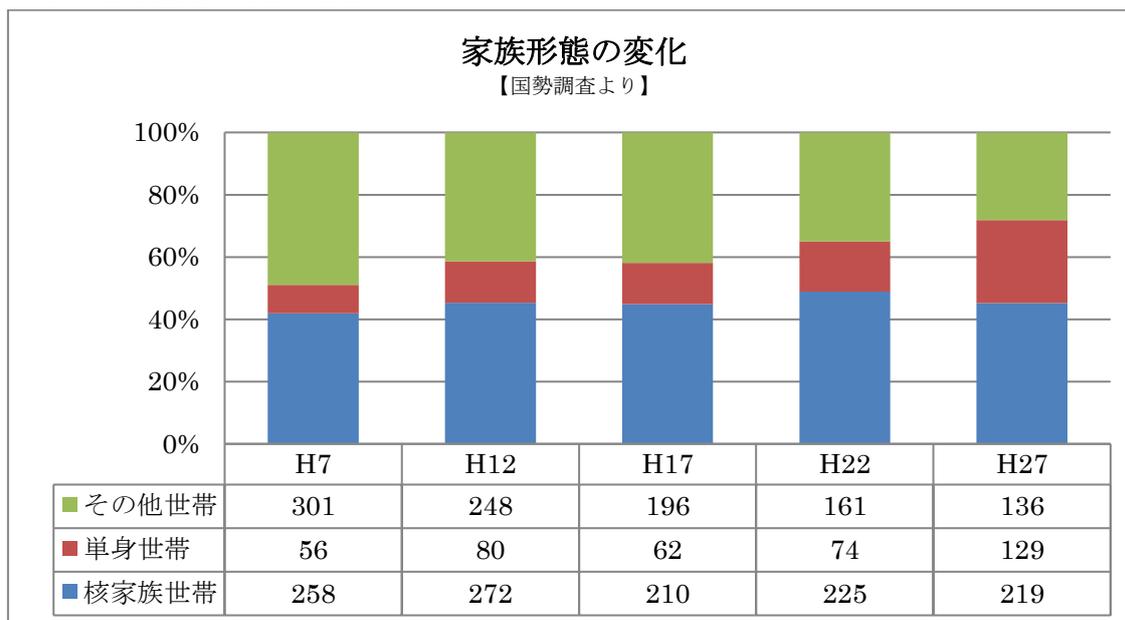
#### (1) 人口と世帯数

本村の人口・世帯数は年々減少傾向にあります。直近では移住政策の影響により上昇傾向にあります。



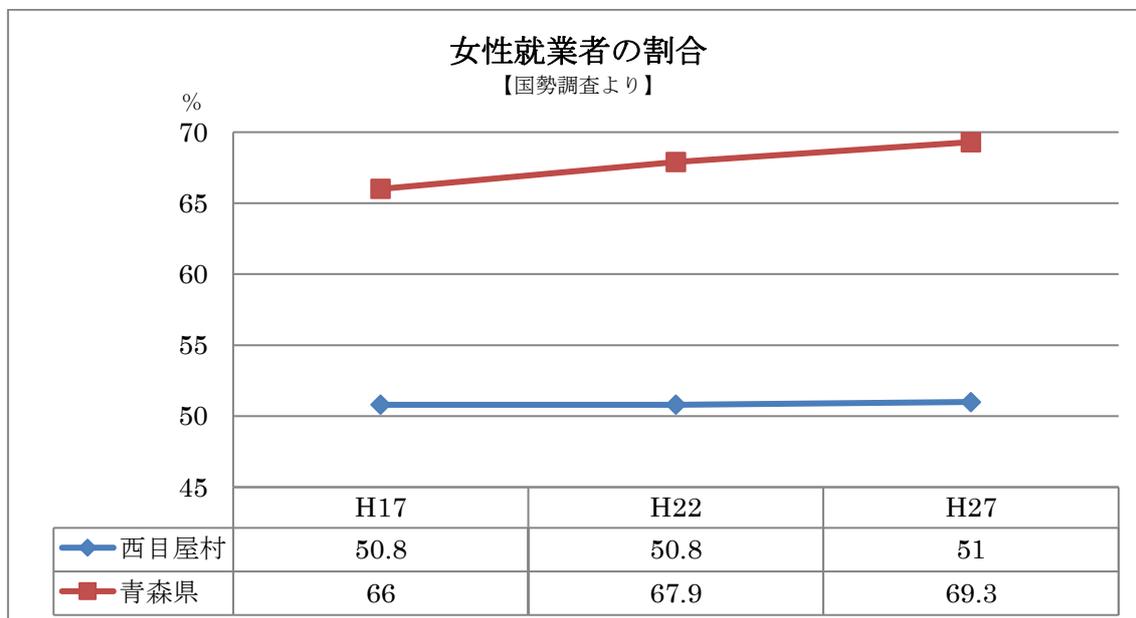
#### (2) 家族形態の変化

本村の世帯構成は核家族化が近年やや減少傾向にあり、高齢者を含めた単身世帯の割合が年々増加傾向にあります。



### (3) 食の外部化、簡便化の進展

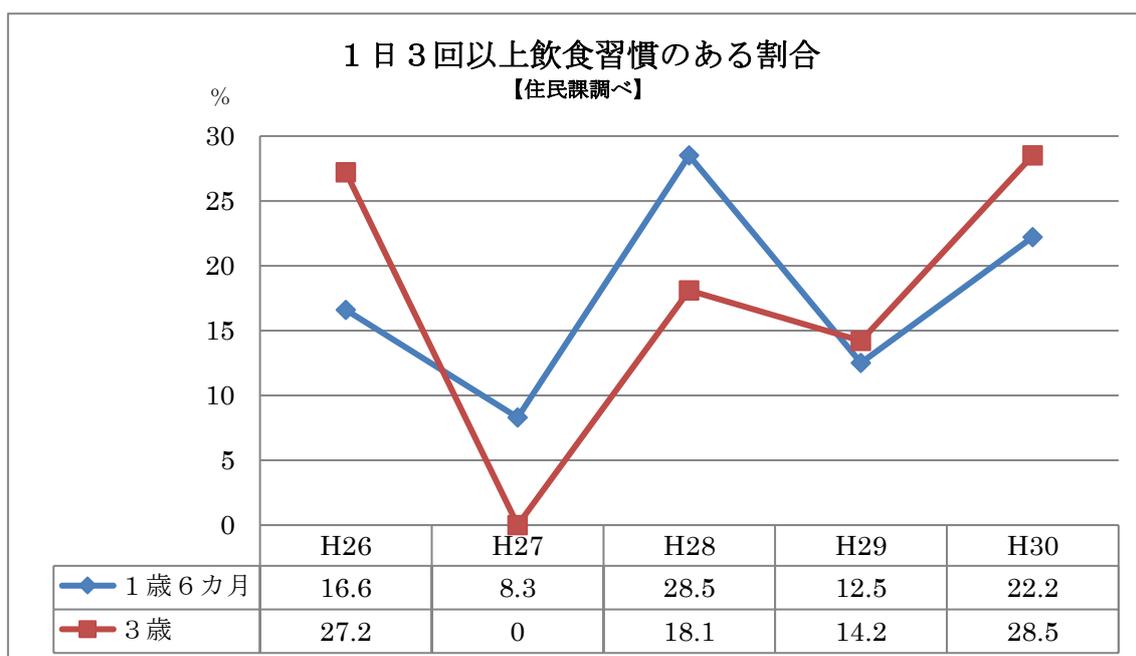
青森県が全国的増加傾向をなぞる様に近年微増しており、西目屋村においても女性の就業者割合はわずかではありますが増加しています。



## 2. 食生活の現状

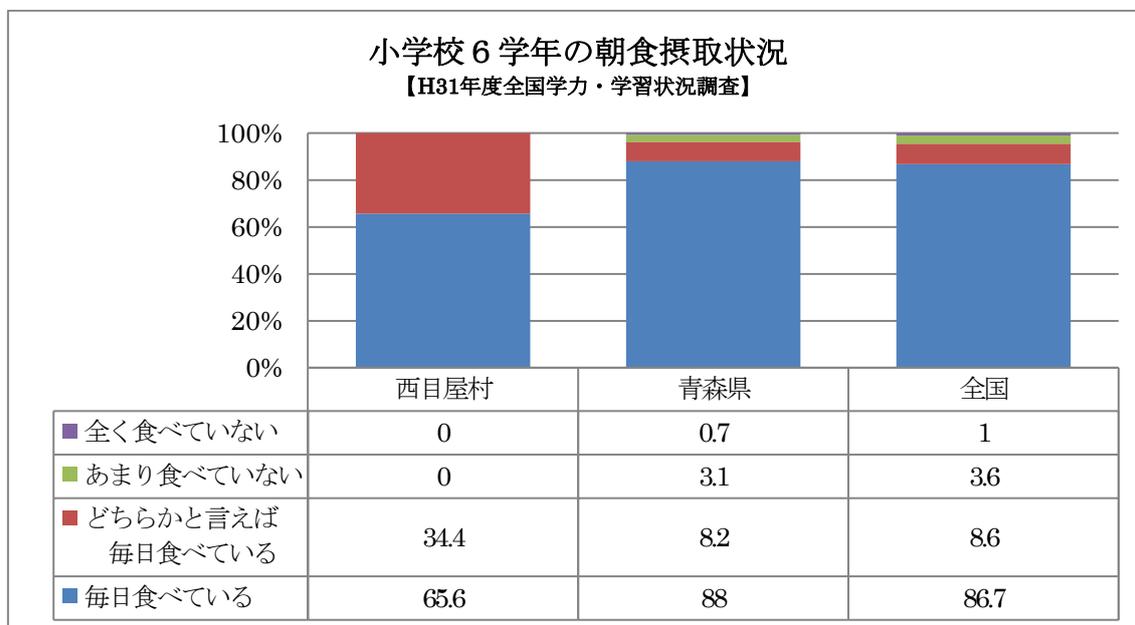
### (1) 間食の習慣

おやつの飲食習慣をみると、前回食育計画策定時より平均値が全体的に上昇している傾向にあります。



## (2) 朝食の摂取状況

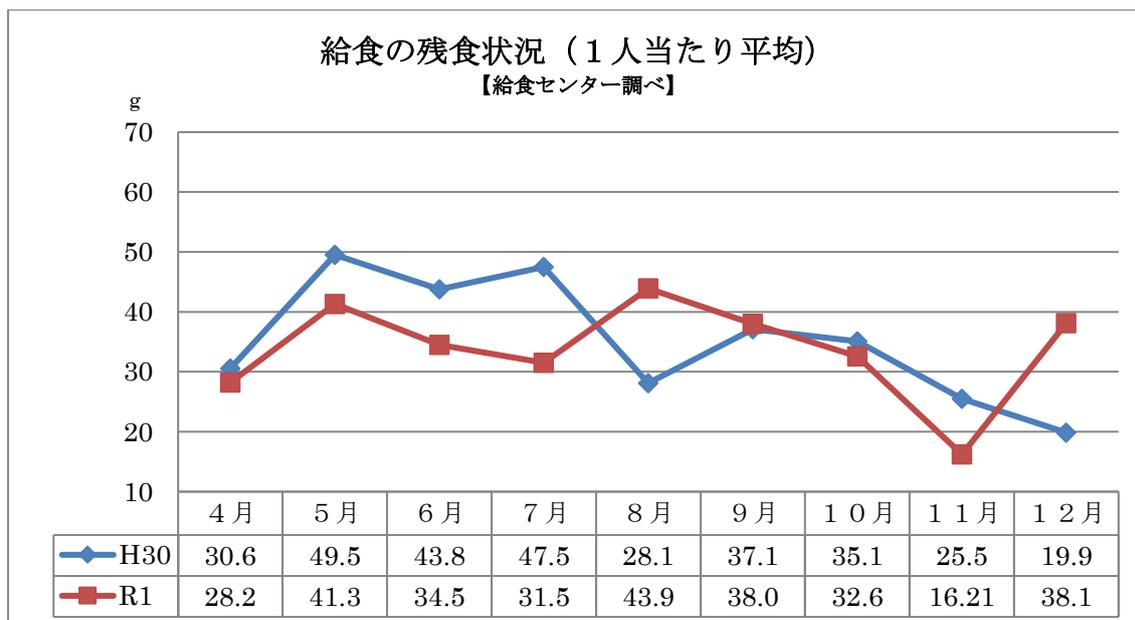
村内小学生へのアンケート結果では、すべての児童が毎日朝食を食べてきている状況ですが、3割近くは「主食のみ」食べているという回答になり、栄養バランスにおいて課題が残る状況が浮かび上がっています。



※西目屋村のみ小学3年生以上を対象にした校内アンケートを基にデータ作成。

## (3) 学校給食の残食状況

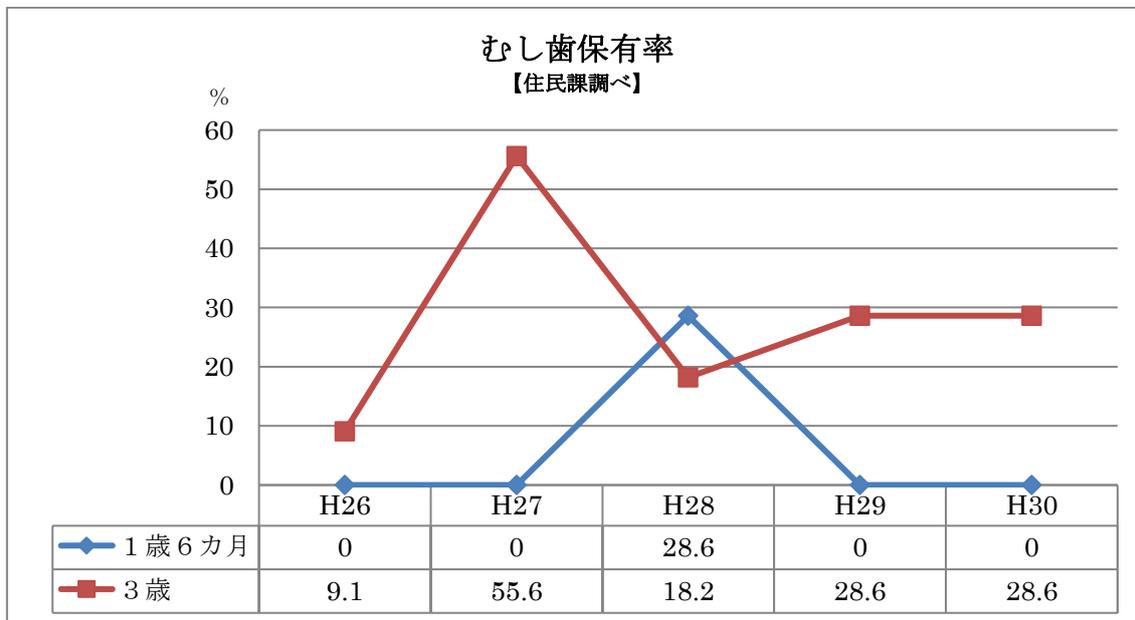
学校給食の残食状況は、ここ2年においてほぼ同様の傾向がみられる結果となり、前回食育計画策定時より平均残量は微減していると考えられます。



### 3. 食に関連する健康問題

#### (1) むし歯の状況

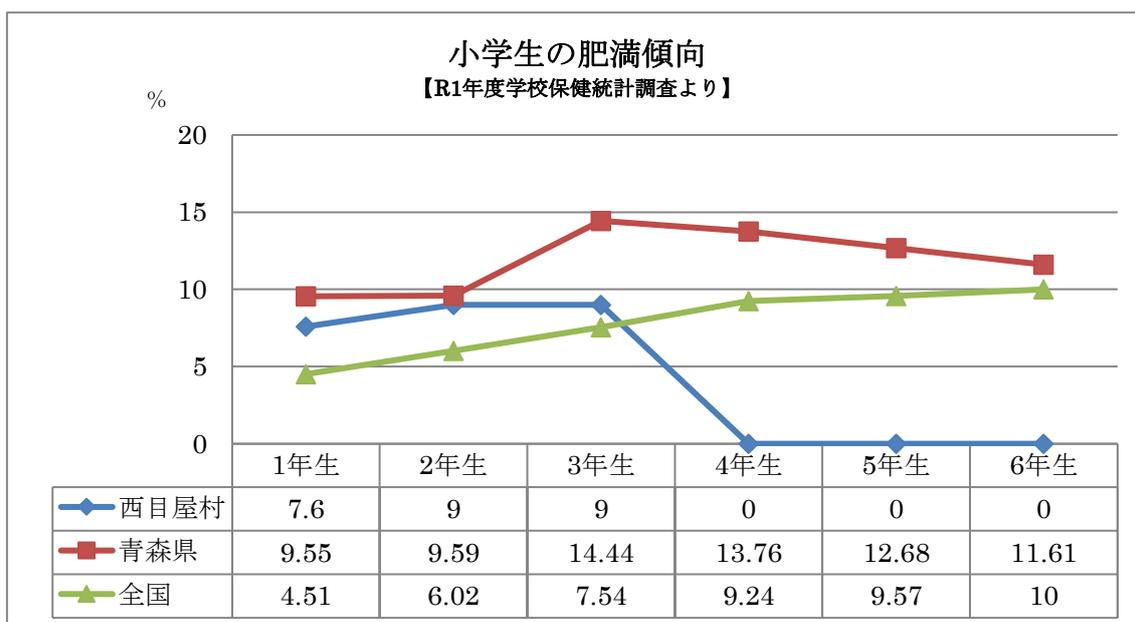
1歳6カ月児のむし歯保有率は低い傾向が続きますが、3歳児のむし歯保有率を見ると各年一定の割合で存在している状況が続いています。



#### (2) 小学生の肥満傾向

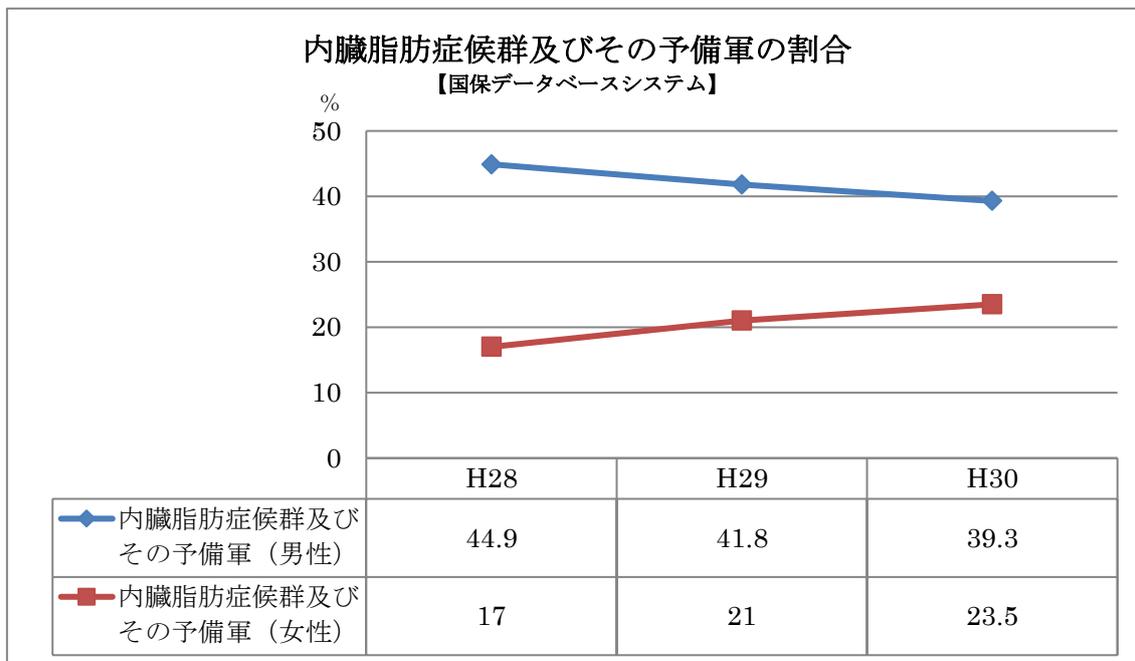
全国平均と比較して、本県は全体的に肥満率が高い傾向にあります。

西目屋村においては、全校生徒数に対して肥満傾向にある対象児童は5.6%となり、わずかに対象児童が見られる結果となっています。



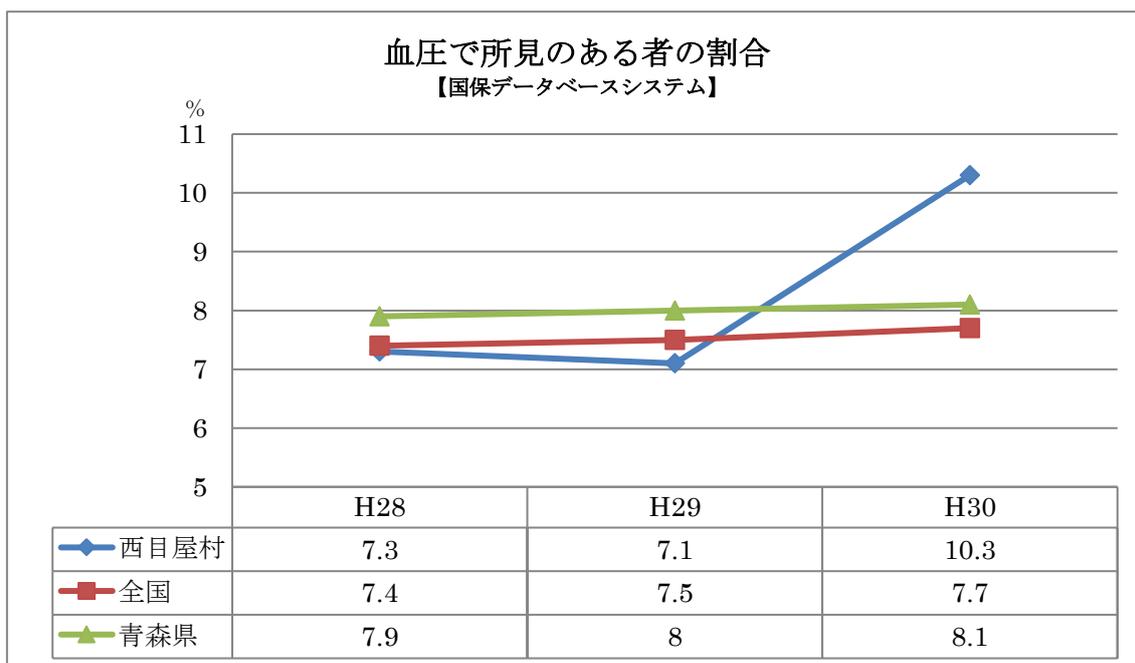
(3) 成人者の肥満割合

本村の内臓脂肪症候群及びその予備軍の割合は男性側が減少傾向、女性側が増加傾向となりつつあります。また女性に比べると、全体に占める割合は男性側が高い傾向が続いています。



(4) 成人者の血圧状況

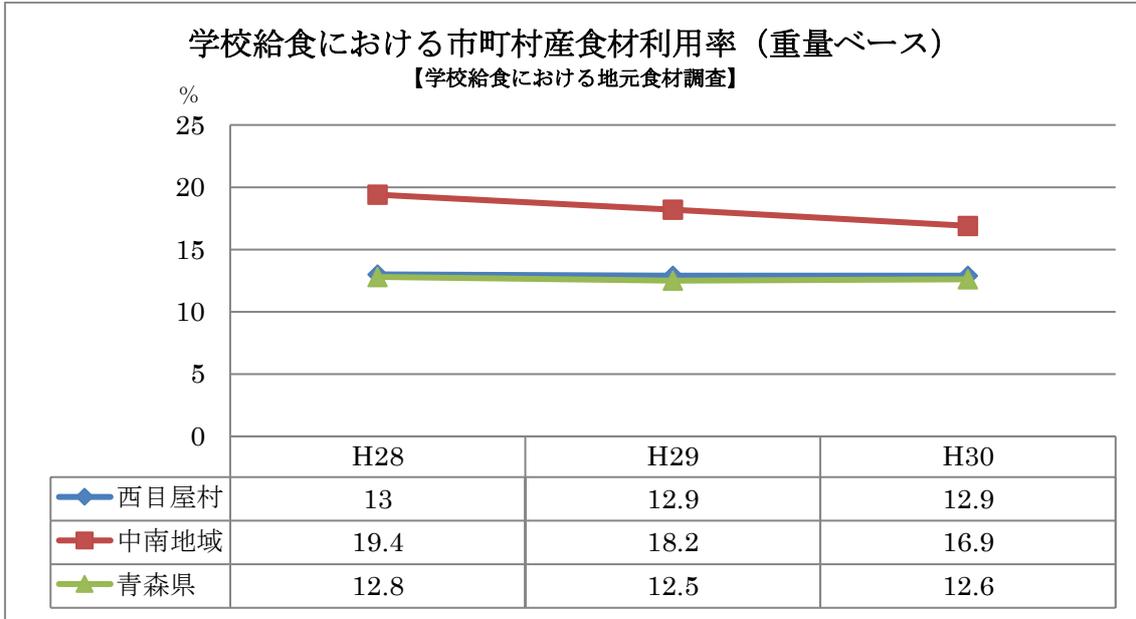
本村の血圧で有所見のある者の割合は、近年高くなりつつあります。



#### 4. 地産地消の推進

##### (1) 学校給食における地産地消

本村の学校給食における地元食材利用率（重量ベース）は青森県全体平均と同程度ですが、中南地域平均と比べるとやや低い傾向が続いています。



#### ■食育とは？

食育基本法の中では、「食育」を

- ①生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきもの
- ②様々な経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てること、と位置づけています。

村民一人ひとりが

- 「食」について意識を高め、
  - 自然の恩恵や「食」に関わる人々への感謝の念や理解を深めるとともに、
  - 「食」に関して信頼できる情報を集め、
  - 正しい情報に基づく適切な判断力を身に付けて、
- 食生活を実践するならば、生涯をとおして心身ともに健全な生活を実現できるようになります。

## 第3章 食育の取組と課題

### 1. 食育の取組

#### (1) 保健・福祉分野における取組

##### ①乳幼児健康診査での栄養指導を通じた食育

- ・食の入り口である離乳食の指導（開始の目安、注意したい食品、段階にあった離乳食の進め方、基本的な調理法や味付けなど）
- ・手作りおやつ指導（食の楽しみや心理的満足感を満たす楽しい時間、親子でコミュニケーションが図りやすく心を育む時間）
- ・働きかけによる食意識・食に対する態度の形成と食生活リズムの確立

##### ②暗門大学、認知症カフェや自主的サロンの集まりにおける栄養指導を通じた食育

- ・村の食材を利用した試食体験やおいしく食べることへのアドバイスの実施
- ・季節感に合わせたメニューを題材にして、集団で楽しくコミュニケーションを図りながら調理実習を実施

##### ③社会福祉協議会による高齢者の食育

- ・安心見守り配食サービス（高齢者向け弁当）による、高齢者の食生活改善と向上及び健康保持



## (2) 教育分野における取組

### ①給食を通じた食育

- ・献立表や給食だよりによる食育の普及・啓発（食べ物への感謝、食事のマナー、地産地消、生活リズム、行事食や文化と食事など）
- ・学習参観日に保護者を対象とした給食試食会を実施

### ②地場産品の利用

- ・米飯に村内産「つがるロマン」を使用
- ・地場産品の利用促進（米、りんご、りんごジュース、りんごジャム、白神そばの利用について補助）

### ③小学校における食育学習

- ・小学校給食時に食に関する様々な題材についてミニ講話を実施

### ④JAつがる弘前による食農体験学習

- ・小学校を対象に食農体験学習の実施（農作物の作付け、収穫、加工、販売体験等）

## (3) 産業分野における取組

### ①直売所での地産地消の推進

- ・物産センタービーチにしめやにて地元で採れた野菜、山菜などの農産物や農産加工品を販売するほか、併設レストランにて地元産そばの提供を実施。

### ②地域素材を生かした食の推進

- ・白神そばの推進（宿泊施設等でのそばの提供やそば焼酎、そばアイスクリーム等の加工品の開発、販売）
- ・目屋豆腐文化の継承（村の伝統食として学校給食で提供するほか、豆腐を活用した観光コンテンツの検討）

### ③農業体験の推進

- ・村内の生産組織（集落営農組合）が生産する農作物の収穫や販売体験の実施



## 2. 食育の課題

### (1) 各世代に応じた食育

「食」は命の源であり、生活の基盤です。近年、食生活に関連する心身の健康問題は大きく、また、食に関する正確な情報が求められています。

本村においても、より充実した食育を進めるため、村民の嗜好、喫食状況など食生活の実態を把握し、乳幼児から高齢者まで、各世代に応じたきめ細やかな施策が必要となります。

### (2) 地産地消の推進と体験・交流を通じた食育

本村給食センターでは地場産品の「価格」「数量」「品質」など様々な理由から利用が困難となっており、利用率においても、青森県、中南地域と比べ低い状況です。さらに産直施設や宿泊施設においても、地産地消への意識の醸成や地場産品の利用体制の整備など利用拡大に向けた課題が多く残っています。

また、地域の自然、産業、食文化への理解を深め、食育活動を地域活性化につなげるためにも、保育園、学校等における農業体験の充実やグリーン・ツーリズム等を通じた都市住民との交流機会の創出等が重要となります。

### (3) 食育における情報共有と連携

食育は幅広い分野に係る取り組みです。本村においても食育を一層効果的で円滑な活動にするため、村民とともに様々な関係者・団体が、それぞれの立場から食育活動を進め、情報を共有し、共通した目標を掲げた上で連携・協力することがより重要となってきます。



## 第4章 西目屋村が目指す食育の方向

### 1. 食育推進の基本方向

食育の推進にあたり、基本的な方向として次の3つを定めます。

#### (1) ライフステージに応じた食育の推進

家庭、保育園、学校、地域等において、それぞれの食育の取り組みの充実を図るとともに、相互の連携をより深め、乳幼児から高齢者まで、ライフステージに応じたきめ細やかな食育を推進します。

#### (2) 地域や産業と連携した食育の推進

本村の特性を最大限に生かし、農業体験や食文化への理解を深める取り組みを促進するとともに、地産地消や食育を通して地域や産業の活性化を進めます。

#### (3) 食育推進体制の充実

村民一人ひとりが食育への理解を深め、主体的に実践していくことを支援するとともに、効果的な食育活動を展開できるような体制づくりを推進します。

#### ■ 「食育月間」と「食育の日」

「食育月間」である「6月」には、国、地方公共団体、関係団体等が協力して、食育推進運動を重点的かつ効果的に実施し、国民へ食育の浸透を図ることとしています。青森県では「6月」に加え、農林水産物が豊富に食卓に上る「11月」も食育月間となっています。

一方「食育の日」である「毎月19日」は、食育推進運動を継続的に展開し、食育の一層の定着を図るために定められました。

食育の「育(いく)」という言葉が「19」という数字を、また、「食育」の「食」も、「しょ→初→1、く→9」という考え方から「19」を連想させること、そして、国の第1回食育推進会議が平成17年10月19日に開催されたことにも関連付けて「19日」となりました。

## 2. 基本方向の重点目標と具体的取組

### (1) ライフステージに応じた食育の推進

#### 【重点目標】

- ①子育て家庭での食育の推進
- ②保育園、学校等における食育の推進
- ③働き盛り世代、高齢者の食育の推進



#### 【具体的取組】

##### ①子育て家庭での食育の推進

###### ア. 望ましい食習慣の形成に向けた普及啓発

- ・妊娠期、乳幼児健康診査時の栄養指導の充実
- ・離乳食教室や学校等と連携した親子料理教室など、保護者に対する学習機会の創出

###### イ. 歯や口の健康の大切さの普及啓発

- ・歯科検診の活用と歯科衛生士によるブラッシング指導の強化

##### ②保育園、学校等における食育の推進

###### ア. 家庭と連携した食育の推進

- ・給食だよりの発行等による食に関する情報提供の充実
- ・子どもの食生活や健康に関する実態把握と保健行政と連携した家庭での食習慣の確立支援

###### イ. 食育指導の推進

- ・給食時におけるマナーや食べ残しなどの指導の充実
- ・農業体験や生産者との交流など生きた教材を活用した食育活動の推進

###### ウ. 歯や口の健康の大切さの普及啓発

- ・学校における歯磨き指導の充実

##### ③働き盛り世代、高齢者の食育の推進

###### ア. 生活習慣病対策の推進

- ・特定健診、特定保健指導の積極的な活用の啓発

###### イ. 高齢者の食育の推進

- ・介護予防事業による栄養指導の充実
- ・配食サービス等による食生活の向上
- ・食生活改善推進員と連携した食育指導活動の推進

ウ. 歯や口の健康の大切さの普及啓発

- ・介護予防事業による口腔ケア指導の充実と機能向上の推進

【目標値】

	項目	現状値	目標値
1	1日3回以上おやつ の飲食習慣のある割合 (3歳児)	28.5%	15%
2	朝食の欠食状況 (小学校)	0%	0%
3	給食の残食状況 (1人当たり) (4~12月間平均)	33.8g	30g
4	むし歯保有率 (3歳児)	28.6%	15%
5	小学校の肥満割合	肥満 5.6%	肥満 5%
6	内臓脂肪症候群 (予備軍含む)の割合	男 39.3% 女 23.5%	男 38% 女 15%
7	血圧で所見のある者の割合	10.3%	7%

■生涯食育社会とは？

平成22年12月、政府では「『食』に関する将来ビジョン」を策定しました。このビジョンでは、日本の「食」が持っている可能性を最大限引き出すための10のプロジェクトを打ち出し、今後は政府全体でその実現を目指すこととしています。

このプロジェクトの1つとして、全ての世代、様々な立場の人々が参加する「生涯食育社会」の構築を目指すこととしています。

生涯食育社会を実現するためには、子どもからお年寄りまで全ての人々が、食育を難しいものと考えず、「食について知らないことを学ぶ」、「自分の知っていることを教える」、「学ぶ・教える過程に協力する」という姿勢を持ち、できることから始めることが第一歩です。

## (2) 地域や産業と連携した食育の推進

### 【重点目標】

- ①地産地消の推進
- ②体験・交流による食育の推進



### 【具体的取組】

#### ①地産地消の推進

##### ア. 学校給食での地場食材利用率の増加

- ・給食センターと直売所、生産者とのマッチング機会の創出
- ・食材提供に伴う助成の拡充
- ・地元食材を取り入れたメニューの日「にしめやの日」(毎月24日)の実施

##### イ. 地域全体で進める地産地消

- ・食に関するイベント・講習会などによる地産地消の意識の醸成
- ・直売所を中心に地域活性化に向けた地場産品の生産・活用体制の整備
- ・地場産品を活用した加工品等の商品開発と販路拡大の充実

#### ②体験・交流による食育の推進

##### ア. 農林業体験の推進

- ・児童の食育や観光利用を目的とした農林業体験の受入体制の整備
- ・グリーン・ツーリズムなど農業体験を中心とした観光コンテンツの確立

##### イ. 生産者と消費者の交流促進

- ・直売所での販売等を通じた生産者と消費者の交流機会の創出
- ・県内外のイベント参加による生産者と都市住民との交流機会の拡充

### 【目標値】

	項目	現状値	目標値
1	学校給食地元食材利用率(重量ベース)	12.9%	15%
2	学校給食地元食材利用品目数(利用率50%以上の品目数)	5品目	8品目
3	教育ファームの整備	—	受入ファーム 1件

### (3) 食育推進体制の充実

#### 【重点目標】

- ①村民の主体的な食育活動の支援
- ②関係団体との連携強化



#### 【具体的取組】

##### ①村民の主体的な食育活動の支援

###### ア. 食育の普及と定着

- ・食育月間（6月・11月）、食育の日（毎月19日）における、学校給食や直売所等での食育啓発活動の実施
- ・広報、ホームページ、リーフレット等の活用による、食育情報の提供
- ・食育に親しみを感じてもらうための食育キャラクター等の検討

##### ②関係団体との連携強化

###### ア. 食育の総合的かつ計画的な推進

- ・食育推進計画の進捗状況の把握、評価の実施
- ・地域の特性を生かした食育施策立案・実施

###### イ. 関係団体の密接な連携・協力体制の整備

- ・食育推進会議の定期的な開催による関係団体のネットワークの構築

#### 【目標値】

	項目	現状値	目標値
1	広報紙及びホームページによる食育情報の提供	—	広報紙 年12回 HP 年2回
2	地域住民を対象とした給食試食会の実施	—	年2回
3	食育推進計画の進捗状況の把握、評価の実施	—	年1回