

# 第2次富士川町食育推進計画

~ちゃんと食べよう! 朝ごはん~



平成29年 3月



# 目次

## 第1章 ～ 計画の基本的な考え方



- 1 計画の趣旨・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・1
- 2 計画の位置づけ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・3
- 3 計画の期間・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・4
- 4 「食」をめぐる現状と課題・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・5
- 5 取り組みの方向性・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・10
- 6 計画の評価・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・11

## 第2章 ～ 重点的な取り組み



具体的な施策体系・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・12



具体的な施策・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・13



参考資料

資料 1 富士川町における食育の取り組み・・・・・・・・・・・・・22

資料 2 富士川町食育計画の達成状況・・・・・・・・・・・・・28

別紙 1 第1次富士川町食育推進計画 評価指標及び各年度の達成目標値・・・・・・・・・・・・・34

別紙 2 第2次富士川町食育推進計画 評価指標及び各年度の達成目標値・・・・・・・・・・・・・35

## 1 計画の趣旨

### □ 食を取り巻く現状と課題

近年、ライフスタイルや個人嗜好が多様化するなかで、「食生活」の中心となる家庭における「食のスタイル」も大きく変化しています。忙しい日々のなかで、「食」の大切さに対する意識が希薄化するとともに、飽食の時代にあって、真の「豊かな食」とは何かが問われています。

また、不規則な食生活による肥満や生活習慣病の増加、過度の痩身志向など健康に関わる問題、伝統的な食文化の喪失及び食糧自給率の低下、食べ残しや廃棄による食料資源の浪費などの課題が顕在化しており、健康教育、文化教育、生活環境などの観点から「健全な食生活」の必要性が求められています。

### □ 食育をめぐる動き

国は、国民の「食」をめぐる環境が変化し、その影響が顕在化していることから、国民が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の食育を推進することの重要性に鑑み、平成17年6月に食育基本法を制定し、平成18年3月には食育推進計画が策定され、山梨県においても平成28年3月に第3次やまなし食育推進計画が策定されました。

食育基本法では、『国民一人ひとりが「食」について改めて意識を高め、自然の恩恵や「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く適切な判断を行う能力を身に付けることによって、心身の健康を増進する健全な食生活を実践するために、今こそ、家庭、学校、保育所、地域等を中心に、国民運動として、食育の推進に取り組んでいくこと』を課題としています。（※次ページ：食育の環 参照）

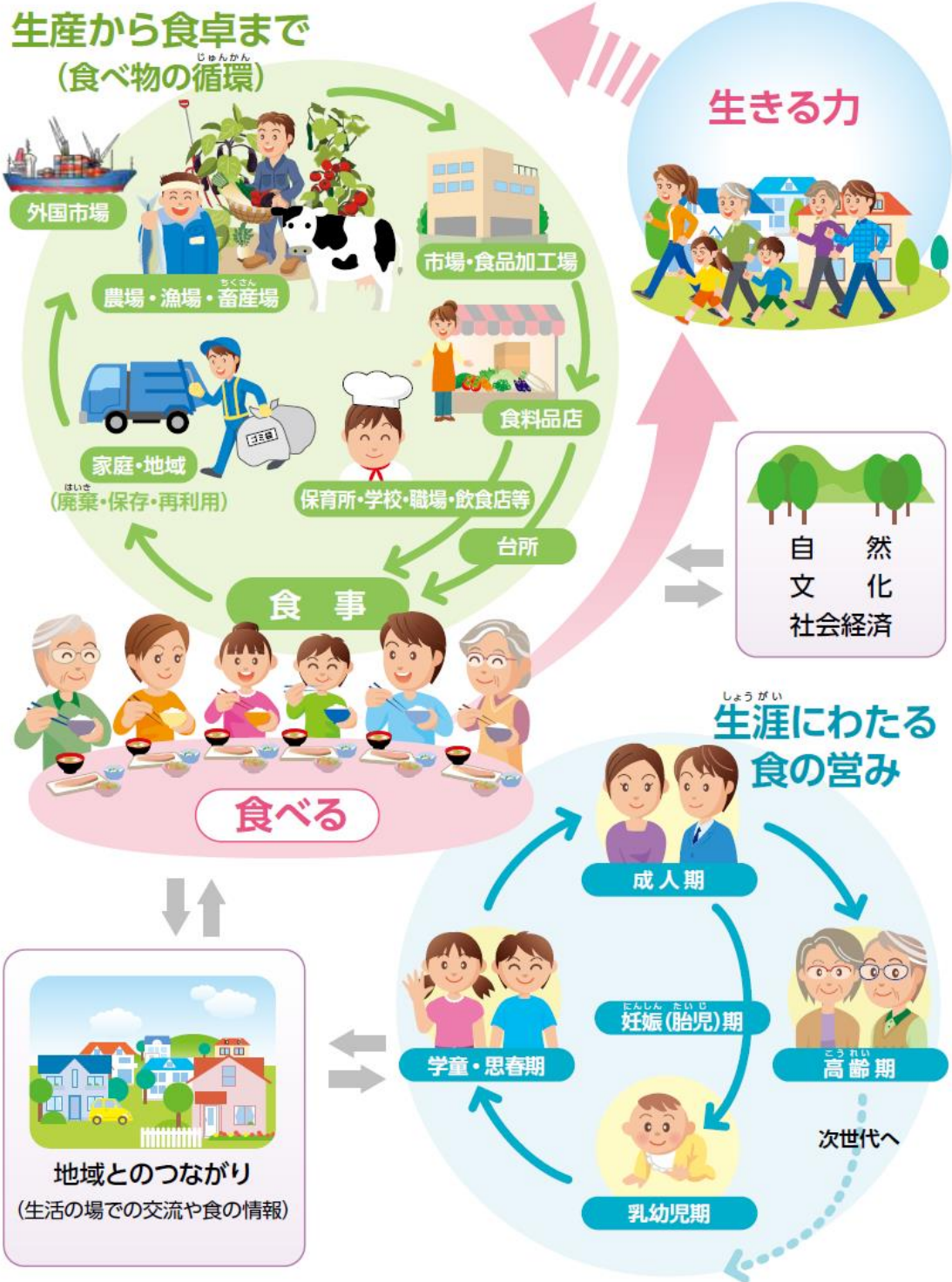
こうした経緯から、「食育」に関する総合的な計画や具体的な施策を明確にすることで私たちが地域の農産物とともに生きていることを知り、地域の人々の暮らしと食、心や身体と食など、「食」のつながりに視点をおき、地域の食を知り、さまざまな「食」に関する知識と理解を深め、家庭や地域、学校などにおいて健全な食生活を実践するとともに、子どもから大人、家庭、地域、保育・教育機関、食料生産者など、食に関わる関係機関・団体などが連携を図りながら富士川町らしい「食育」を推進するため「第2次富士川町食育推進計画」を策定します。

#### 食育とは

子どもたちが豊かな人間性をはぐくみ、生きる力を身に付けていくためには、何よりも「食」が重要である。今、改めて、食育を、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と位置付けるとともに、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食育を推進することが求められている。

（食育基本法 前文の抜粋）

# 食育の環

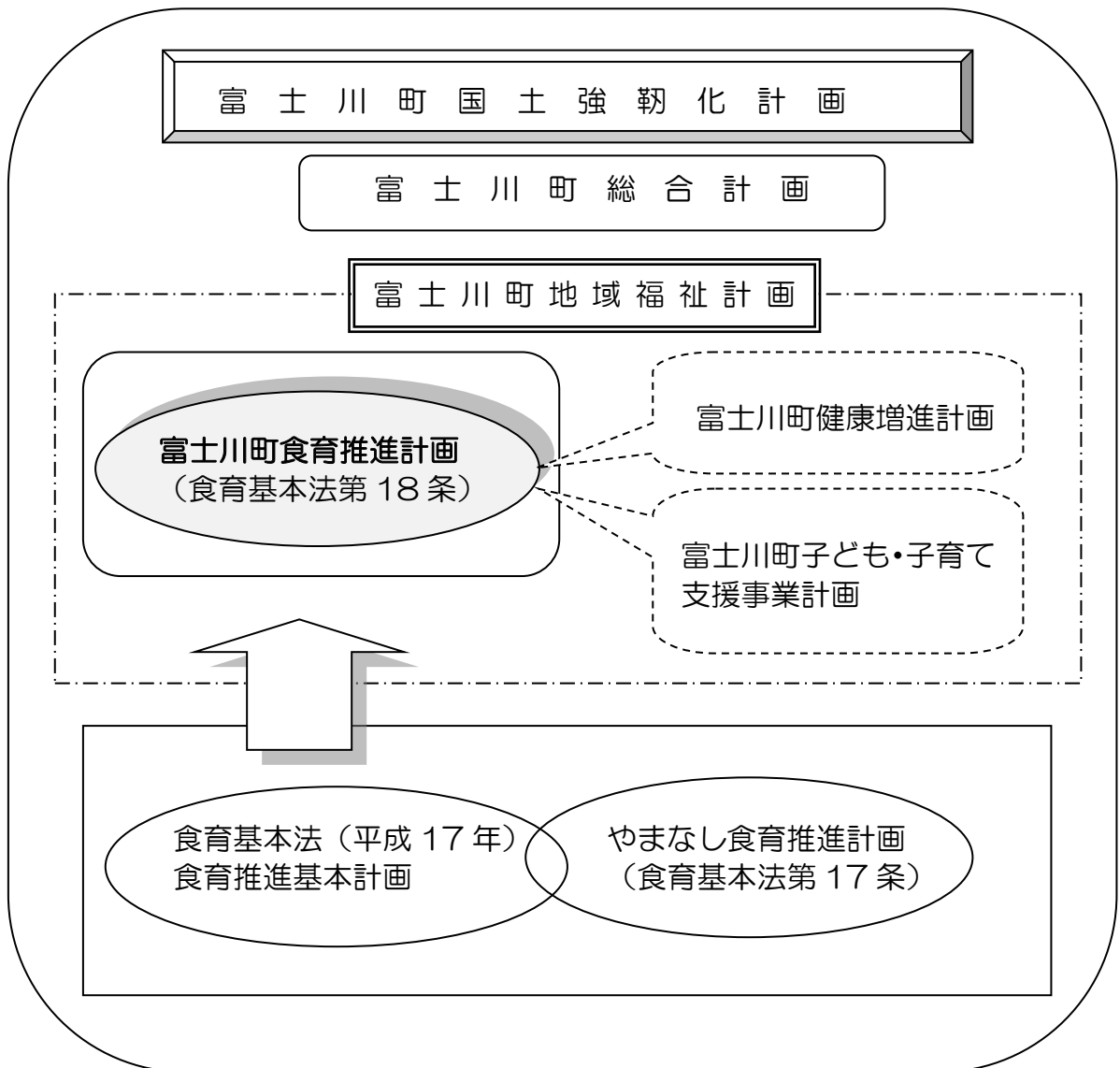


内閣府作成 「できることから始めよう！食育ガイド」より引用

## 2 計画の位置づけ

本計画は、食育基本法の目的及び基本理念をふまえ、同法第 18 条第 1 項に基づく市町村食育推進計画として、また、国、県の食育推進計画及び「富士川町総合計画」における生活環境、文化教育、健康づくりなどの各施策と整合を図りながら、本町における「健全な食生活」を目指して、「食育」に関する基本的な事項について定めるものであり、本町における関連計画などとして、健康づくりの分野では「富士川町健康増進計画」、子どもの健全育成の分野では「富士川町子ども・子育て支援事業計画」などの各分野において、食育と関わりを持つ諸計画との調和を取るなかで、食に関わる関係機関・団体などが連携を図りながら「食育」の推進に取り組みます。

【図 1-1】関連計画との関係図





### 3 計画の期間

本計画の期間は、平成 29 年度～平成 33 年度までの 5 年間とし、平成 29 年度からの各年度における施策目標値に対する達成状況の評価を実施します。



#### 写真の説明

- ①保育所の給食で食べるとうもろこしの皮むき
- ②食生活改善推進委員会による『薄味に慣れよう！おいしく減塩教室』
- ③JA まつり内の農産物直売
- ④甲州富士川まつり内でリユース食器を利用した郷土料理『みみ』の提供
- ⑤学校の給食

## 4 「食」をめぐる現状と課題

### 【富士川町の概要】

富士川町は、甲府盆地の南西端に位置し、町の西部には標高 2,052 m の楕形山や 2,000m 近い山々が連なり、それらを源とする戸川や大柳川などの河川が町内を縦断し富士川に注ぐ地域に位置しており、自然豊かな環境にあります。



このような豊かな環境下で町の特産品である「ゆず」や「西洋ナシ」などの果樹栽培が盛んです。

また、郷土料理として「みみ」も町の特産として継承しています。

人口は15,290人（平成27年国勢調査）で、平成22年国勢調査と比較すると人口減少が進んでおり、65歳以上の高齢者の割合は年々増加し、14歳以下の年少人口は年々減少しており少子高齢化が進んでおります。

### 【社会的課題】

男女共同参画社会の進展による女性の社会進出や就業形態の多様化、核家族化の進行などに伴うライフスタイルの変化により、家族が一緒に食卓を囲む機会が減少するなかで、子どもたちの孤食化や朝食の欠食傾向の増加、米食からパン食への移行など「食」をとり巻く環境は大きく様変わりをしています。

また、町内や近郊には24時間営業のコンビニエンスストアやファストフード店、飲食店などが出店し、利用しやすい「<sup>注1</sup>中食」

「外食産業」の普及とともに「食」の簡便化思考が高まるなかで、こうした手をかけない食事への依存度が増加しています。



注1：中食（なかしょく）

外食と家庭での食事の中間にあるものとして、惣菜や弁当類などを買って家庭で食べること。核家族化、個食化、家庭での料理の簡便化から、また、外食ほど経費がかからないこともあり、年々、家庭での利用が増えています。



## 【健康課題】

食生活の欧米化が進み、外食の機会が増えるなど、私たちの食生活を取り巻く環境は大きく変化しています。こうした食生活環境の変化に伴い、脂質摂取量や濃い味付け嗜好による塩分摂取量の増加、また、野菜の摂取不足などから栄養バランスの崩れた食生活を送っている人が増加しています。こうした食生活は子育て世代や働き盛り世代における習慣化が顕著となっており、健康への影響が危惧されています。

また、栄養バランスの崩れた食生活に運動不足が加わることで、メタボリックシンドロームやその予備軍が発生し、生活習慣病を引き起こしやすい健康状態にある人が年々増加しています。

本町の生活習慣病の状況は、国民健康保険加入者の受診件数（平成27年度）で見ると、高血圧性疾患が1位、糖尿病が3位であり、医療費では1位が腎不全となっています。

また、平成27年度の特健診における検査項目では、血糖値検査の異常者が県平均の58.7%とほぼ同じ56.7%となっています。平成21年度が74.3%であったことから少しずつ改善は見られているものの、依然特定健診受診者の半数以上が血糖値検査の異常者です。

こうした状況から、メタボリックシンドロームや生活習慣病への対策が求められる中、これらへの影響が大きいといわれる若い世代からの食生活の見直しと改善が本町の最重要課題となっています。

さらに、高血圧や腎不全は塩分の過剰摂取が原因の一つとなることから、減塩も含めた食生活の見直しが必要となっています。

高齢者においては、移動手段がないことにより、保存できる食事になりがちであったり、食事準備の困難さにより手軽にとれるものに頼り、栄養バランスを考慮した食事をとることが難しい現状にあります。その結果、低栄養傾向の危険もあるため課題の一つと言えます。



## 【安全課題】

食品偽装表示問題を発端として、消費者の食の安全性に対する関心が急速に高まるなか、生産者においても、安全な農産物生産のため、化学肥料や農薬をなるべく使わない土作りへの意識が高まっています。

人々の健康にとって、その土地で生産された食材を活用した食事がよいとされる考え方から、地元で生産された食材の提供とともに、食材の原材料表示や品質管理の徹底が望まれます。

また、原発事故による放射能飛散や鳥インフルエンザの発生などから、消費者の食に対する安全性が懸念されるなか、生産、流通段階における正確な情報の提供が求められており、最近では、食品の生産段階から、出荷・流通・消費のどの段階においても製品情報の追跡把握ができる「トレーサビリティ」という流通監視システムが取り入れられてきています。





## 【食文化の課題】

### 1 日常食文化

かつては、町内でも祝い事や祭りの時には特別な食事をするという風習がありました。たが時代とともに次第になくなり、日常的な食生活との区別がなくなってきています。また、食文化や食事作法なども親から子へ伝えられなくなってきています。

昨今、飽食の時代といわれながらも、インスタント食品やファストフードなどによる簡易な食事形態が増え、煮炊きなどの手間ひまをかけずに食事が摂れる時代となり、若い世代には包丁を使えない人もいます。

こうした現状から、家族がそろって温かい食事を食べ、会話を楽しみ、食べられることへ感謝の気持ちを培ってきた日本本来の食事の原風景を思い、懐古する声もあります。



### 2 郷土料理の継承

古くから本町の十谷地区で行事食として伝承されてきた「みみ」などの伝統料理を地域文化として次の世代に伝えていくことは大切です。先人から受け継いだ文化を絶やすことのないよう、地域での調理講習会や学校教育の一環として、地域の食文化学習を取り入れることも必要です。このような取り組みを通して地域の文化を次の世代へつなげることは、地域に生きる私たち一人ひとりの責務でもあります。



十谷地区の伝統料理「みみ」

## 【生産課題】

町の総面積 11,198ha のうち、山林が 82.1%とその大部分を占めるなかで、第 1 次産業である農業従事者は、高齢化や後継者不足などにより年々減少し、耕作放棄地が増加しており、農業振興のためには、新規就農者の確保が課題の一つとして挙げられます。

本町の農業は、一部の専業農家を除き、生産規模が小さく、地域の立地条件に適した作物を生産する自給的農家が大半を占めていますが、特産であるゆず・西洋ナシなどの果樹やきのこ類、鶏卵についてはある程度の生産量があるため、地域や学校給食の食材として利用されています。

また、地元で採れた野菜などは、直売所などで販売されており、おいしい旬のものを食べて味わうことができ、十谷地区には、地域食材を活用し、郷土料理を作る・食べる・感じることができる体験交流施設「つくたべかん」が整備されています。

さらに、食材の大切さや安全に留意した農産物の生産を行っている農家や、体験農業を通して農業への関心を深めてもらう活動を進めている平林地区の「平林農業小学校」などと連携し、農業への理解を深めながら地域の特産物を広めていく取り組みが必要です。



穂積地区の「ゆず」

最勝寺地区の「ラ・フランス」

## 【子どもの育成課題】

昨今の食生活環境の変化に伴い、子どもの食生活においても毎日の生活リズムとしての規則正しい食事や栄養バランスなどが崩れ、健全な食生活が失われつつあります。

子どもたちの健全な食習慣を形成するためには、保護者自身が子どもにとっての望ましい食と身体の関係を知る必要があり、特に母親は、妊娠期から胎児への影響を意識した食生活に心がけることが大切です。

また、乳幼児期からの規則正しい生活が子どもの成長に大きく影響することから、十分な睡眠や食事、規則正しい生活リズムといった基本的な生活習慣を身につけることが重要であり、よく遊ぶことで空腹感や食欲を感じ、食事をとることで、それを適切に満たす心地よさを経験することも大切です。



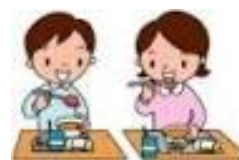
学童期においては、家庭での食生活の乱れから朝食欠食や偏食傾向のある子どもが多くみられ、肥満や過度の痩身など健康状態の悪化が懸念されています。

学校では、「生きた教材」である給食の時間を中心に、食に関する指導内容や指導方法を工夫しながら、子どもたちに正しい知識を習得させ、さらに食への関心を持たせることが大切です。

食をめぐる社会環境の変化やライフスタイルの多様化に伴い、家族そろって食事をする機会が減り、「孤食」や「個食」が増えているといわれています。家族と一緒に楽しく食卓を囲むことにより、良好なコミュニケーションが作られ、安心感や信頼感を深めていくことで、人や社会との関わりを広げていくことができるとともに、食事に関するマナーや知識の習得、食文化を伝える場にもなります。

また、こうした食生活の乱れにより、食に対する感謝の気持ちやもったいないという気持ちが希薄になっていることから、食べることの大切さを理解し、食への感謝の心を育むための意識啓発や支援が重要です。

子どもたちが将来、自立した食生活を営むためにも、成長や発達段階に応じた調理体験などの実践活動を通して、食への興味や楽しさを育み、肥満や糖尿病などの生活習慣病予防、生涯を通じた歯・口腔の健康づくりなど、子どもの頃から自らの健康管理ができる力を身につける取り組みを行っていく必要があります。



注2：さまざまな“こ食”

「孤食」…独りで食べる

「個食」…家族がそれぞれ自分の好きなものを食べる

「固食」…いろいろ食べず、自分の好きなものだけを食べる

「小食」…いつも食欲がなく、少しの量しか食べない

「粉食」…パンや麺類など粉製品を主食として好んで食べる

「濃食」…味の濃いものを好んで食べる

「戸食」…外食ばかりの食事

「子食」…子どもだけで食べる

「虚食」…むなしい朝、食欲もなく何も食べない

## 【環境の課題】

私たちの日常生活では、さまざまな「ごみ」が排出されています。その中で「食生活」に着目すると「食の製造過程で発生するごみ」「流通・販売過程で発生する食品廃棄物」「家庭などでの食べ残しや食品の容器包装ごみ」など、大量の食品に関係するごみが排出されています。これらから発生するごみを抑制し、減量化していくためには、環境へ配慮した「4つのR」を実践する取り組みと意識啓発を行うことが重要です。

## 〔4つのR〕

リフューズ  
・ Refuse ・ ・ ・ 不要なものは買わない・ 断る。



リユース  
・ Reuse ・ ・ ・ 再使用する。



リデュース  
・ Reduce ・ ・ ・ 原材料やごみを減らす。



リサイクル  
・ Recycle ・ ・ ・ 再資源化する。



## 5 取り組みの方向性

### (1) 基本理念

豊富な食料や簡便さを享受する時代にあつて、町民一人ひとりが、食に関する知識や食を選択する力を身につけ、食べることの大切さを理解し、「健全な食生活を実践する」、「楽しい食を育む」、「地産地消と伝統ある食文化の継承に努める」、「食の安全性に対する知識と理解を深める」、「環境に配慮した食生活を実践する」ことを通して、健康で豊かな食生活を育み、誰もが健やかで笑顔あふれるまち「ふじかわ」の実現を目指します。

### (2) 基本目標

第1次富士川町総合計画では、「健やかで笑顔あふれるまちづくり」を健康づくりの基本目標としています。

本計画は、この基本目標をもとに「心や身体と食のつながり」、「地域の暮らしと食のつながり」、「地域の農産物と食のつながり」を通して、食に関わるあらゆる関係機関・団体などが連携を図り、生涯にわたる食育を推進していきます。



#### 食と健康に関心を持つ

食は、健康な心身を育むうえで欠かせないものです。身体の健康のためには栄養バランスのとれた食事や食べ物が大切であることを理解し、健全な食習慣を身につける力を養います。

子どもの頃から「早寝・早起き・朝ごはん」の生活リズムを身につけ、正しい食習慣を身につけます。



#### 楽しい食を育む

家族や友だちと一緒に食卓を囲みながら食事をとることで、食べることの楽しさやコミュニケーションの輪を広げ、食材がもたらす季節感や食文化に触れ、食材選びや調理方法などの知識を培います。



#### 地産地消と伝統ある食文化の継承

地域で採れる農産物と食のつながりに関心を持ち、地域食材を活用した食事をとることで地産地消を推進し、地域で古くから受け継がれてきた食材や加工方法、また、食や農に関わる祭りの伝統料理や郷土料理などの食文化を絶やすことなく次世代へ継承していくことに取り組みます。





### 食の安全性に対する知識と理解を深める

食品の安全性が損なわれれば私たちの健康に重大な影響を及ぼします。食品の安全性やどのようにして私たちの食卓に届くのか、正しい情報を学び食生活に関する正しい知識と理解を深める力を身につけます。



### 環境に配慮した食生活を実践する

豊かな自然に恵まれた富士川町の環境を守るため、資源循環型社会の構築を目指し環境に優しい食生活を推進します。

## 6 計画の評価方法

「富士川町食育推進計画」では、計画の推進とともに評価を実施します。

評価にあたっては、食育推進施策のなかで、「<sup>※別紙1</sup>評価指標及び各年度の達成目標値」を設定し、本計画の達成度を評価します。また、各施策についてどのような取り組みを行ったのか、その過程の検証も併せて実施します。



## 第2章

## 重点的取り組み



### 具体的な施策体系

#### 1 家庭における食育の推進

- (1) 生活リズムの向上
- (2) 共食の推進
- (3) 歯の健康維持
- (4) 望ましい食習慣や知識の習得
- (5) 妊産婦や乳幼児に関する栄養指導

#### 2 地域における食育の推進

- (1) 栄養バランスの優れた「日本型食生活」の普及
- (2) 食に関する専門的な知識を有する人材の育成と活用
- (3) 健康づくりにおける食育の推進
- (4) 食料の生産現場である農林水産業への理解
- (5) 農林水産業者における食育の推進

#### 3 保育所・幼稚園・学校における食育の推進

- (1) 保育所・幼稚園における食育の推進
- (2) 学校における食育の推進
- (3) 教育活動全般における食育の推進

#### 4 地産地消による食育の推進

- (1) 地域で生産される地場製品の活用

#### 5 食文化継承への取り組み

- (1) 地域で育まれた伝統的な食文化の継承

#### 6 食の安全・安心確保への取り組み

- (1) 食品の安全性に関する情報提供と知識の習得

#### 7 環境に配慮した食生活の推進

- (1) 環境を守る意識の普及
- (2) 食品廃棄物の排出抑制・減量化
- (3) 食品廃棄物の再利用

#### 8 食育推進運動の推進

- (1) 「食育の日」の普及啓発
- (2) 「食事バランスガイド」の普及啓発



## 具体的な施策



### 1 家庭における食育の推進

家庭における食習慣や食文化は、世代を超えて受け継がれてきました。

家庭は、食事のマナーや食に関する知識を学ぶ場であり、生涯を健康で過ごせるよう、正しい食生活を身につける場でもあります。

また、家族や友だちと一緒に食卓を囲みながら食事を楽しむことで、コミュニケーションの輪を広げる場としての役割も果たしています。

このことから、「家庭」を、食の有用性や知識を高め、健全な食習慣を確立するための場として位置づけ、子どもから高齢者に至るまで生涯を通じた取り組みを支援します。

#### (1) 生活リズムの向上

- 子どもたちが健やかに成長していくためには、適度な運動、バランスの良い食事、十分な休養・睡眠が大切です。また、子どもの基本的な生活習慣の乱れが学習意欲や体力、気力の低下の要因の一つとして指摘されていることから、規則正しい生活のリズムづくりを形成するために、家族みんなで早寝早起き朝ごはんの推進に取り組みます。
- 高齢者の健康の保持増進や認知症、寝たきりなどの予防には、規則正しい食習慣と栄養バランスのとれた食事が重要であることについて啓発を図ります。

#### (2) 共食の推進

- 家族そろっての食事が、食の楽しさを実感させ、栄養や食材・料理に関する知識や食事のマナーを学ぶ場となることから、共食の推進により食への関心や興味を深めていきます。

#### (3) 歯の健康維持

- おいしく食事をするためには、健康な歯を保つことが大切です。家族みんなで健康意識を高め、食後の歯みがき習慣や正しい歯みがきを実践できるよう啓発します。
- むし歯や歯周病に関する正しい知識の普及啓発を行うとともに、歯科健康診査や歯科保健指導の充実を図ります。
- よく噛んで食べることは、健康を保つうえで重要な役割を担っています。食材選びや調理方法を通して、口から飲み込むまでの機能を正しく理解し、咀嚼力を育てるための取り組みを進めます。
- 高齢になると、歯の欠損や口腔状態の悪化により食への影響があるので、口腔機能の維持・改善に努めます。



#### (4) 望ましい食習慣や知識の習得

- 家庭における食育の大切さを周知し、食への関心や理解が深まるよう町広報誌やホームページ、イベントなどを活用し、食育の普及啓発を推進します。

### (5) 妊産婦や乳幼児に関する栄養指導

- 妊娠期、産後、育児の期間を健康に過ごすためには、自分にあった食事バランスを知り、適切な食習慣を続けることが大切です。母子健康手帳の交付時に、産前の食育アドバイスを行い、出産に至るまで栄養・健康教室や相談を実施し、妊産婦の正しい食生活を実践できるよう支援します。
- 子どもの食習慣のスタートとなる離乳食教室や子育て相談・家庭訪問などを通して、乳幼児の発育・発達状態に応じた栄養指導を行います。
- 幼児の健康診査において、年齢に応じた正しい食習慣を身につけるための集団指導や個別指導を行います。
- 乳幼児健康診査において、初期から完了期までの離乳食や、偏食・アレルギーなどの悩みごとに対して栄養士や保健師が個別の栄養相談を実施します。

## 2 地域における食育の推進

すべての町民が、健康で安心した生涯を過ごすためには、一人ひとりが自身の健康状態に応じた食生活の改善や運動などの健康づくりを実践していくことが重要です。

それぞれのライフステージを通じ、生活習慣病や低栄養化などを予防するためには、家庭や地域、保育所、幼稚園、学校、生産者などが協働して取り組んでいく必要があります。こうした予防のための実践方法の啓発や情報提供、また、地域の人材や組織育成を図り、関係者が連携し食育実践の輪を広げるための活動を行います。



### (1) 栄養バランスの優れた「日本型食生活」の実践

- 食事の簡便化などから、パン食やインスタント食をとる機会や欧米型の食事が増えるなかで、海外では、健康へ配慮した日本食の良さが見直されています。日本古来の伝統を受け継ぎながら、地域の風土で育まれてきた日本食についてもう一度見直し、ごはんを主食とし、魚や肉、卵、野菜、果物、海藻、豆類、乳製品などの多彩な食品を組み合わせた「日本型食生活」を推奨し、その普及啓発に努めます。

注3：日本型食生活

昭和60年代ごろの日本の平均的な食生活で、ごはんを主食としながら、主菜・副菜に加え、適度に牛乳・乳製品や果物が加わったバランスのとれた食事のこと。日本が世界有数の長寿国である理由は、こうした食事内容にあると国際的にも評価されている。



- 塩分の使用量や油脂類の摂取を抑え、バランスのとれた食事に心がけ、安全で新鮮な食品を食べる習慣を身につけるよう普及啓発を図ります。

### (2) 専門的知識を有する人材の養成と活用

- 食育の推進に関わる機関や組織が協働して食育に取り組むため、ネットワーク体制の推進を図ります。
- 地域における食の推進役である食生活改善推進員の養成を行ない、地域での主体的な食育活動の支援や調理講習などを通しての食事バランスガイドの周



知を図るとともに、食に関する知識や調理技術の向上を推進します。

### (3) 健康づくりにおける食育の推進

- 市民の生活習慣病や介護予防を図るため、それぞれの年代やライフスタイル、個人の健康状態に応じた食生活改善のための支援に取り組みます。
- 総合健康診査などを通して生活習慣病の予防・発見に努め、健康相談や保健指導による食習慣の改善を図り、疾病の重症化を防ぎます。
- メタボリックシンドロームや生活習慣病の予防に対する効果が大きいといわれる脂質摂取量の減量、香辛料・旨味・薬味・酸味を上手に使い塩分摂取量を減らしたり、野菜摂取量の増加を推進します。また、生活習慣病予防のための慢性腎臓病予防教室や、運動不足解消のためのウォーキング教室などを開催します。
- 高血圧や高脂血症、糖尿病などの生活習慣病予防を中心に栄養相談、栄養教室を実施します。
- 地域で歯の健康づくりに取り組んでいる愛育会組織と連携し、啓発活動に取り組むとともに、むし歯のない子の表彰事業などを通して、予防意識の向上に努めます。
- 食生活を支える口腔機能の維持向上のため、う歯予防や歯周病予防について、保健指導や歯科相談などの歯科保健事業を推進します。
- 高齢者の口腔状態の悪化による低栄養や運動機能低下を防止するため、咀嚼<sup>注4</sup>やくや嚥下反射の低下を防ぎ、いくつになっても自分の歯で噛める口腔機能の維持向上の支援に取り組みます。

注4：嚥下反射

食物などが咽頭内に入ると反射的に起きる筋収縮のこと。嚥下反射によって鼻、口、耳への逆流を防ぎ、声門も閉じて食物が気道に入りこまないようにする。高齢者は筋肉の機能不全などから喉頭の閉鎖が不十分になると食物が気管に入り誤嚥しやすく、誤嚥すると食物に含まれた細菌が気管から肺に入り込んで肺炎を起こしやすくなる。

### (4) 食料の生産現場である農林水産業への理解

- 自然の恵みに対する感謝の気持ちや、地域で生産される農産物を知り、食べることで、環境保全の重要性への認識を高め、生産者と連携して豊かな食材を育む農林水産業と触れ合う機会の提供に努めます。
- 各地域の産物や生産活動などについて、町ホームページや広報誌などのメディアを活用し、市民に広く紹介します。
- 食材の栄養素・栄養価・身体への効用などを紹介し、地域食材を活用した郷土料理や日本食のメニューなどの普及・啓発を行います。
- 生産者や生産者団体に対し、地元産物の直売イベントなどへの参加協力を要請するとともに、各種イベント情報について市民に広く周知します。
- 農産物を自ら栽培し、収穫し食べるといった農作業体験をすることは、食を育む産業である農林水産業への理解を深め、食を大切にすることにつながります。また、自分の手で採って味わう体験をすることは、食を楽しみ、食への関心を高めることへもつながります。生産者などと連携し、生産現場の見学や親子収穫体験など、食を楽しむ機会を創出し、食への理解と感謝する心を養います。

### (5) 農林水産業者による食育の推進

- 食材を育む農地や山、川などの自然を守り、農林水産業地域の環境保全への取組を支援するとともに、その取り組み内容を広く町民に紹介することで、自然の恵みに対する感謝の念を醸成します。
- 食材の調理方法、保存方法など生産者の経験から得た知恵、「旬」の食材に関する生産者の知識・情報を消費者に発信し、食材の活用効果を高めます。
- 農地や農業施設、山林など農山村の持つ地域資源などを活用したイベントや、生産現場と消費者との交流イベントなどの開催を支援します。

## 3 保育所・幼稚園・学校における食育の推進

社会状況の変化に伴い、子どもたちの食の乱れや健康への影響がみられるなかで、保育所・幼稚園・学校における食育は、子どもの健全な育成に重要な役割を担っています。また、保育所・幼稚園・学校での食育は、家庭への波及効果が期待できることから、子どもが食の大切さや食べることの楽しさを実感し、望ましい食生活や食習慣を身につけられるよう家庭や地域と連携しながら食育の推進を図ります。

なお、保育所保育指針、幼稚園教育要領、学習指導要領では、各成長段階における食育の取り組みの目標や方法の基本が示されています。

### (1) 保育所・幼稚園での食育の推進

- 保育・教育の全体計画と連動した食育計画に基づき、食育を実践します。
- 和やかな雰囲気の中で、保育士・教諭と子どもたちが一緒に食べる喜びや楽しさを味わえるよう食環境を整えます。
- 食事の基本的なマナーや望ましい食習慣の習得、また、食事が生活に果たす役割や健康との関わりなどについて理解を深めるため、食に関する指導内容や方法を工夫します。
- 給食の献立に、季節の行事食や郷土食を取り入れ、郷土の食文化や地域文化への関心を高めます。
- 作物の栽培や収穫体験、調理などを通して食べ物に触れる機会を持ち、命や食べることの大切さを知り、食への理解を深める体験を実施することで、自然の恵み、生産者や調理をしてくれた人への感謝の気持ちや食べ物を大切にすることを養います。
- 咀嚼機能の向上やむし歯予防のため、よく噛んで味わって食べることの大切さや歯みがきの習慣が身につくよう指導します。
- 給食だよりや献立表の配付などを通して、情報を発信し、食育の大切さを家庭へ働きかけます。
- 食物アレルギーを持つ子どもへの給食の充実を図りながら、保護者への支援を行います。



## (2) 学校における食育の推進

- 各教科・総合的な学習の時間・特別活動など学校教育活動のあらゆる教育現場で、子どもの生活実態や地域の特性を活かした食育への取り組みを進めます。
- 栄養教諭・学校栄養職員の専門性を活かし、食に関する指導を進めます。
- 農業生産者との交流や収穫体験、学校農園での農作業体験活動などを通して、地場産品を知ることや、自分たちで栽培し、収穫した野菜などを味わうことで食への関心を持ち、楽しい食を育みます。
- 保護者への便りによる食育の情報発信や、高齢者との郷土料理作り・親子給食会など、食をテーマとした交流学習を通して食育の啓発を推進します。
- 子どもの頃からの偏った食生活などによる肥満や思春期やせ症などの健康課題に対して、食事と早期生活習慣病の関係などの学習や相談指導を実施し、食と健康への理解を深める機会を充実します。
- 給食を通して、食べ物を大切にする「もったいない」の心を醸成し、残さず食べる習慣や配膳・後片付け、食事マナーの学習など食指導の充実を図ります。
- 給食食材を通して、食料の有用性や食事バランスに対する理解を促進します。
- 栄養バランスのとれた給食献立に心がけ、給食だよりや保護者試食会などを通して、保護者が給食を知る取り組みを進めます。

## (3) 教育活動全般における食育の推進

- 栄養教諭・学校栄養職員が中心となり、教職員の食育意識を高め、学校や幼稚園の教育活動のなかで、子どもたちに体系的な食に関する学習への取り組みを行います。
- 子どもの頃からの健全な食生活を実践することが生涯にわたる健全な心身の育成につながることから、家庭における食育を支援していくため、地域や団体、保育所・幼稚園・学校などが連携しながら食育を推進します。
- マニュアルに基づき、食物アレルギーを持つ子どもへの給食の対応を行います。

## 4 地産地消による食育の推進



### (1) 地域で生産される地場産品の活用

- 地域で生産される農林水産物を知り、理解を深めるとともに、地域内での消費による地域の活性化や農業環境の保全及び健康的な食生活への意識啓発を行い、食育活動と密接な関係にある地産地消を推進します。
- 地域の直売所や各種イベントなどによる生産者と消費者の交流を通じて、地場産品の消費普及に努めます。
- 保育所や学校給食での地場産品物の利用促進を図ります。

## 5 食文化継承への取り組み

私たちが生まれ育った富士川町には、この地域の気候、風土に育まれた食材を使い、長い歴史の中で調理法が伝えられてきた伝統料理や郷土料理、親から子へと引き継がれてきた家庭料理があります。



生活の基盤である食は、そこに暮らす人々の健康を育んでいます。この町で採れる旬の食材や風土に合った料理を食することの大切さを知り、地域の伝統的な食文化を次世代へ引き継ぎ、守っていきましょう。

### (1) 地域で育まれた伝統的な食文化の継承

- 給食献立への活用、調理講習会や各種イベントを通して、町民が伝統料理にふれ、作り、味わう機会の創出に努めます。

### (2) 国際交流による食文化交流

- 富士川町には、現在14カ国、175人の外国人が住んでいます。（平成28年4月1日現在）

「富士川町国際交流協会」で毎年開催される「ワールドグルメプラザ」は自国の料理を作って食べることにより在住外国人と町民との相互理解を深めるイベントです。こうした活動を通して国々の食文化を理解し交流を進めます。

## 6 食の安全・安心確保への取り組み



食品や食材の品質・表示に関する事、食品添加物や残留農薬、食物アレルギーなど、食に対して不安を抱く方が多くなっています。食の安全・安心確保は、食生活における基本的な問題であり、安心できる食品を選ぶためには、生産者、加工・流通業者の適正な生産活動とともに、消費者も正しい知識を得ながら適切な消費を行うことが必要です。

### (1) 食品の安全性に関する情報提供と知識の習得

- 有機農業や無農薬栽培などによる食の安全・安心確保に取り組む生産者に対して関係機関が連携し、情報提供やさまざまな支援に努めます。
- 国・県などと連携しながら、食品の安全性や食に関する情報・学習機会の提供を行い、町民が安心して食生活を送れるよう支援します。



## 7 環境に配慮した食生活の推進

富士川町の豊かな自然が織りなす営みのなかで、さまざまな食が生み出されています。こうした恵まれた環境を守るため4Rの推進に努め、環境にやさしい食生活、環境負荷の少ない資源循環型社会の構築をめざします。



### (1) 環境を守る意識の普及

- 環境にやさしい農産物の生産を支援するとともに、環境にやさしい商品購入について、消費者の理解促進を図ります。
- 環境を守る意識の普及・啓発に努め、買い物袋やエコバッグの持参を推進します。
- 小中学校では、食のサイクルについての学習機会を設け、環境保全に対する意識啓発に努めます。
- 幼児から児童生徒への環境教育を勧め、環境意識向上に努めます。

### (2) 食品廃棄物の排出抑制・減量化

- 農業体験や調理体験などの活動を通して、食べ物やそれを作る人への感謝の気持ちや残さず食べる「もったいない」という気持ちを育み、食べ残しや調理くずなどの食品廃棄物の排出抑制に努めます。
- 給食の食べ残しを減らす指導を行い、食品廃棄物の抑制に取り組みます。
- 家庭などでは、「食材を買い過ぎない」、「料理を作り過ぎない」、「食事を食べ残さない」ことに心がけましょう。
- 食の製造・流通過程では、さまざまな容器包装材が使用されています。家庭ではごみをなるべく出さないよう、工夫した買い物・調理を行うなどの取り組みやリサイクルステーションなどの活用によるごみの分別及びリサイクルの推進などの意識啓発を進め、ごみの発生抑制・減量化を推進します。
- イベントなどでリユース食器を用いて食品を提供することを推進し、使い捨て容器などの使用を減らして、ごみの減量及びリユース意識の普及啓発を行います。
- 限りある生活資源に配慮し、環境を意識した調理法の工夫などの普及を通して、循環型社会の形成と地球温暖化防止に取り組みます。
- 家庭から出るごみのうち大きな割合を占める食品廃棄物のほとんどは水分であることから、生ごみの堆肥化や水切りの推進など意識啓発に努めます。

### (3) 食品廃棄物の再利用

- 食品関連事業者や消費者の食品リサイクルに関する理解を促進するため、食品リサイクルの必要性などについて普及啓発を図ります。
- 給食の食品残さなど、食品廃棄物の堆肥化を促進します。また生ごみの堆肥を学校農園で使用するなど資源循環型社会の構築を目指します。
- <sup>注5</sup>農業系バイオマスの<sup>注6</sup>コンポスト化、飼料化などバイオマス利活用の取り組みを進めます。

注5：農業系バイオマス

家畜排せつ物や生ごみ、木くずなどの動植物から生まれた再生可能な有機性資源。

注6：コンポスト

家畜排せつ物や生ごみなどを発酵させて作った堆肥。

- 家庭から排出される廃食油を収集し、バイオディーゼル燃料等への資源化の推進を図ります。

## 8 食育推進運動の推進

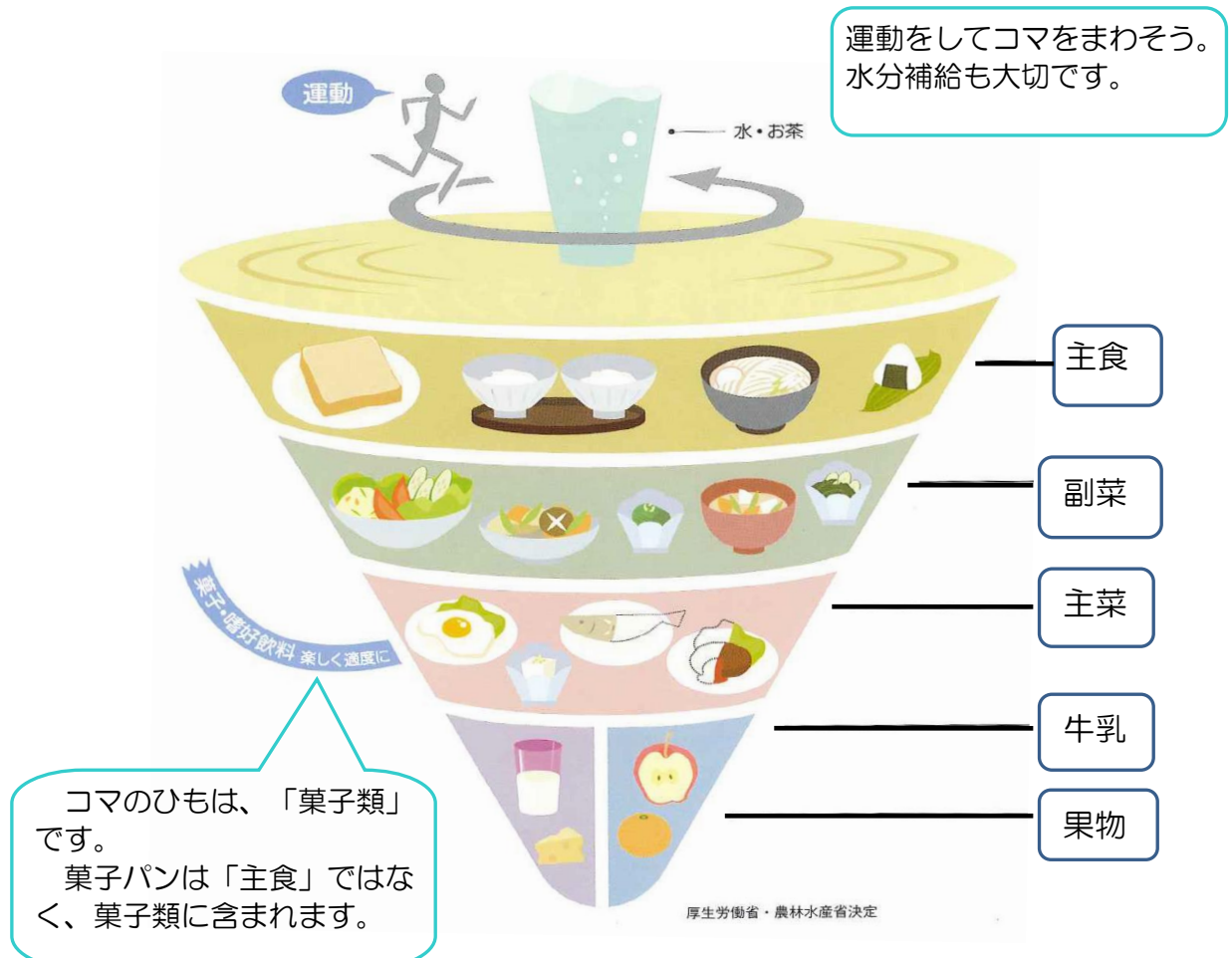
町民に、富士川町の食育の浸透を図るため、地域や団体・生産者、あらゆる関係機関が連携し、食育の普及や意識啓発などの活動を推進します。

### (1) 「食育の日」の普及

- 毎月19日の「食育の日」には、家族一緒に家庭で食卓を囲むよう、「みんなで食べよう！ たごはん」普及キャンペーンを推進します。

### (2) 「食事バランスガイド」の普及

- 家庭・地域・保育所・幼稚園・学校などにおいて、食事バランスガイドの普及を推進し、バランスのとれた食生活の普及に努めます。



(3) 減塩リーフレット

# あなたも！減塩しませんか？

生活習慣病予防のため、食事摂取基準で食塩摂取量は、男性8g、女性7gとなっています。しかし、現状はもっと多くの食塩を摂取しています。健康でいつまでも長生きするために、減塩に取り組みましょう！



あと  
3gの減塩！

**食塩 1g に相当する調味料の量**

濃口醤油	減塩醤油	中濃ソース	マヨネーズ	ケチャップ	甘味増
小さじ1杯強 (7g)	小さじ2杯 (12cc)	大さじ1杯弱 (17g)	大さじ4杯半 (56g)	大さじ2杯 (30g)	大さじ1杯弱 (16g)

**減塩** 調味料には、意外に多くの食塩が含まれています。



食事を作るとき・食べるときに、麺類のスープを残したり、減塩調味料を使用することで減塩することができます。毎日の食事で少しずつ、減塩のポイントを試してみましょう！

- **だしを効かせる**  
だしの風味を味わいましょう
- **麺類のスープを残す**  
スープには2~3gの塩分があります
- **漬物は少量**  
漬物がおすすめ
- **しょうゆはかけるよりつける**
- **スパイスで味にメリハリを**  
辛味や酸味で、薄味を感じなくなります
- **カリウム食品を多く食べる**  
カリウムは塩分を排出します。野菜や果物多く含まれます
- **加工食品を控える**  
知らない間に塩分を摂ってしまいます
- **薄味に慣れる**  
特に小さい頃から薄味に慣れておきましょう
- **食膳に調味料を置かない**  
塩分の追加をしないようにしましょう
- ④ **減塩の調味料を使う**
- ⑧ **みそ汁は具たくさん**  
同じ塩分濃度でも減塩になります
- ⑫ **料理は温かいうちに**  
冷めると薄味に感じます



## 参考資料

### 資料1 富士川町の関係機関・団体における食育の取り組み

#### (1) 保育所

事業名	取組内容
給食	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ バランスのとれた献立に心がける。</li> <li>○ 季節の行事食、バイキング形式やリクエストメニューによる給食を実施することで、食文化や食べることの楽しさ、食への関心を高める。</li> <li>○ よく噛んで食べる習慣を身につける。</li> <li>○ 手作りおやつ</li> <li>○ 給食の展示</li> <li>○ 食物アレルギー対応食の提供</li> </ul>
給食だより	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 毎月発行</li> <li>● 給食だよりを発行し、保護者へ献立メニューやレシピの紹介、健康・衛生・食習慣についての情報提供を行う。</li> </ul>
体験活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 野菜の栽培、収穫体験を通して、食べ物への親しみや感謝の気持ちを育む。</li> <li>● さつまいも・ピーマン・ミニトマト・なす・オクラなどの栽培、収穫</li> <li>○ クッキング体験を通して、作り味わう楽しさを学習する。</li> <li>● カレー・クッキー・スイートポテト・焼き芋・ケーキの飾りなど</li> <li>○ 給食当番活動</li> <li>● 園児が給食の準備体験などを通して、食事に必要な基本的習慣や態度を身につける。</li> </ul>
食生活調査	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 家庭における食生活を把握する。</li> </ul>
食指導	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 年間指導計画による食育指導</li> <li>● 食事のマナーやはしの持ち方など</li> <li>○ ポスターの掲示</li> </ul>
試食会	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 給食への理解促進</li> <li>● 年少児の保護者を対象に給食試食会を開催する。</li> </ul>

#### (2) 私立たんぽぽ子どもの家（保育園）

事業名	取組内容
給食	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 栄養バランスのとれた給食の提供</li> <li>○ 雑穀・分つき米を取入れ、和食を基本とした野菜多めのメニュー</li> <li>○ 年齢に応じた食事マナーを身につけるよう指導</li> <li>○ 噛む力の育成</li> <li>○ 離乳食</li> </ul>



	<ul style="list-style-type: none"> <li>●2回食から、月齢に応じた形態・調理による提供</li> <li>○アレルギー除去食の提供</li> <li>●家庭及び診断医療機関との連携</li> <li>○安全な食材の調達</li> <li>●生協（コープやまなし）からの食材購入及び自家製みそ使用などによる安全な給食の実施。</li> <li>○4回食の考えから、午後のおやつは手作りメニューによる軽食を提供。</li> </ul>
献立	<ul style="list-style-type: none"> <li>○給食だよりの毎月発行</li> <li>○多彩なメニューを取入れた1回転/月献立による給食を実施。</li> <li>○季節に応じたメニューを計画。</li> <li>○喫食に関する話題の提供</li> <li>●季節食・かむ力・マナー・食の楽しみなど。</li> </ul>
体験活動（食材への関心と食への意欲を育てる）	<ul style="list-style-type: none"> <li>○栽培・収穫</li> <li>●もみまきから稲刈りまでの米作りへの参加。</li> <li>●種・苗を購入し、植え付けから栽培までの野菜作りを体験する。（トマト・ピーマン・ナス・枝豆・ターサイなど）</li> <li>○地域の農園で栽培されている農産物や地域の自然食材を自分で採って食べる体験を行う。（キイチゴ・クワノミ・ピワ・イチジク・カキなど）</li> <li>○クッキング</li> <li>●お月見団子、豚汁、カレー、柏餅、ヨモギ団子、ホットケーキ、お好み焼き、餃子、干柿、梅漬け作りなど</li> <li>●親子で餅つき、みそ造り</li> <li>○買い物体験</li> <li>給食室から依頼された野菜を八百屋さんで探して買ってくる。</li> </ul>

### (3) 峡南幼稚園

事業名	取組内容
体験活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>○幼稚園の農園でのさつま芋栽培を通して、草取りや水やりの世話をしながら、成長を観察し、植え付けから収穫までを体験することで、食物を身近に感じながら食べることに興味を持たせる。</li> <li>○収穫した芋でスイートポテトを作って食べ、食事マナーや地域の食文化を学ぶ。</li> <li>○子どもたちが近所のお店から購入してきた食材を使い、カレー・月見だんご・炊き込みご飯などを作って食べるといった体験を通して、今まで嫌いで食べられなかったものも、より身近に感じ、食べることができるよう、好き嫌いをなくす取り組みを行う。</li> </ul>

### (4) 小学校

事業名	取組内容
給食	<ul style="list-style-type: none"> <li>○地域の特産品・農産物の利用</li> <li>○郷土食や行事食の実施</li> <li>○保護者対象の給食試食会を開催</li> <li>○担任や栄養職員による給食指導</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 給食週間の取り組み <ul style="list-style-type: none"> <li>● 毎年テーマを決め、1 週間を通して特別献立を実施する。</li> <li>● 保護者へのお便り配布</li> <li>● 郷土食の紹介</li> <li>● 給食残量調べを実施し、残菜減少に向けた呼びかけを行う。</li> </ul> </li> <li>○ 1 年 給食室見学 <ul style="list-style-type: none"> <li>● 栄養士と調理員の苦勞を知り、給食づくりへの理解を深め、給食への感謝の気持ちを養う。</li> </ul> </li> <li>○ 交流給食 <ul style="list-style-type: none"> <li>● 学年縦割りグループで給食を食べ交流を深める。</li> </ul> </li> <li>○ 手洗い、身支度（エプロン・帽子・マスク）の徹底</li> <li>○ 献立名と食材の三つの食品群（黄色・赤色・緑色）の発表を通じた食品知識の習得や理解を深める。</li> <li>○ ふれあい給食 <ul style="list-style-type: none"> <li>● 調理員を招いた給食を実施し、給食作りの苦勞話を聞いたり、地域の特産物が給食にどれくらい使われているかなどを質問したりして食への関心を深める。</li> </ul> </li> </ul>
健康相談	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 肥満度が高い児童とその保護者へ早期生活習慣病予防指導や相談支援の実施。</li> <li>○ 発育測定や保健室訪問時などを利用して、食事・運動・おやつなどのとり方について指導。</li> <li>○ 健康記録に基づいた児童の状態を保護者へ連絡するとともに関係資料などを配付する。</li> </ul>
学校保健委員会	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 「早寝・早起き・朝ごはん」アンケートを実施し、その結果を家庭に報告し、家庭での望ましい生活習慣を身につけるための意識啓発を図る。</li> <li>○ 食育学習会の実施。</li> </ul>
集会	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ ビデオ放送による給食集会の実施。 <ul style="list-style-type: none"> <li>● 毎年食に関するテーマを設定し、劇や紙芝居などで栄養や食習慣について学習する。</li> </ul> </li> <li>○ 歯と口の健康習慣に関連し、食事と歯磨きとの関係について学習。</li> <li>○ 目の愛護デーに目に良い食べ物について学習。</li> </ul>
学級活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 食育の年間計画に合わせた指導 <ul style="list-style-type: none"> <li>● 家庭での朝ごはんの摂取チェックと内容チェックをし、朝ごはんの必要性を指導する。</li> </ul> </li> <li>○ じょうぶな体を作る食べ物について学習する。</li> </ul>
掲示物	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 食に関する様々なテーマで、展示を行い、子どもたちの食への興味や理解を深める。</li> </ul>
手洗い指導	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 風邪予防も含めた食前の手洗い指導 <ul style="list-style-type: none"> <li>● クラスごとや保健委員会による正しい手洗い・うがいの指導。</li> </ul> </li> </ul>
体験活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 野菜の栽培及び収穫体験活動</li> <li>○ 収穫した食材を使用した調理実習や三世代交流会の開催。</li> </ul>
給食委員会	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 栄養や食習慣、マナーなどについて劇やクイズなどで学習する。</li> <li>○ 間食調べの実施</li> </ul>
地域の高齢者との交流事業	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 料理クラブによる高齢者との料理を通じた交流活動。</li> <li>○ 高齢者の指導により、収穫食材を使った「郷土食作り」体験を行い、郷土を大切に作る心を育てる。</li> </ul>

## (5) 中学校

事業名	取組内容
給食だより	○ 保護者向けに学校給食だよりを発行
保健だより	○ 保健だよりを通して「早寝、早起き朝ごはん」の大切さを知らせる。
保健委員会活動	○ 「早寝、早起き、朝ごはん」の呼びかけ ○ 熱中症予防の呼びかけ ○ 食前の手洗いの呼びかけ ○ 食後の歯みがきの呼びかけ
給食委員会活動	○ 日本人の食べ残しの量について学習
特別活動	○ 月別指導計画に沿って、資料を毎月配布。 ○ 食の重要性や流通の課題、会食のマナーなどについて随時指導。

## (6) 町の食育担当課

事業名	取組内容	担当
子育て支援栄養相談	○ 妊産婦・乳幼児・小学生など調理実習や試食も含む個別栄養相談。年間12回実施のほか電話相談などにも随時対応している。	子育て支援課
母子健康手帳交付	○ 妊娠中から食生活の大切さ、妊娠時期に合った食生活の個別指導。	子育て支援課
母親学級	○ 全妊婦とその家族を対象に年間6回開催。妊娠中の食生活について指導する。	子育て支援課
妊産婦・乳幼児訪問指導	○ 母乳指導も含め各時期に応じた個別指導。栄養士の訪問指導も行っている。	子育て支援課
乳幼児健康診査	○ 毎月1回、乳幼児健診時に年齢や月齢に応じた個別栄養指導を管理栄養士が実施。 ○ 1歳6か月健診では管理栄養士が集団指導を実施。	子育て支援課
離乳食教室	○ 生後6～7か月児を対象に離乳食初期～中期について管理栄養士が調理実習と試食を集団指導する。	子育て支援課
クッキング教室	○ 小学生を対象 ○ クッキング教室（おにぎり・ヨーグルトパフェ・ピザなど）	子育て支援課 （児童センター）
ぴよぴよクラブ	○ 乳幼児の保護者を対象 ○ 食生活推進員による手作りおやつ提供と、食に関する勉強会及び相談を行う。 ○ 栄養士による食に関する勉強会	子育て支援課 （児童センター）
早期生活習慣病予防事業	○ 対象者 ● 小中学校の児童・生徒及び保護者 ○ 内容 ● 各小中学校が抱える生活習慣や健康に関する課題をテーマに学校ごとに教室を開催し、子ども自身や家族の健康課題について考える機会とする。	福祉保健課
栄養相談	○ 対象者	福祉保健課

	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 申し込みがあった希望者及び、町の健康診断の結果、高血圧や高脂血症、高血糖、腎機能低下などで食事指導が必要とされる者</li> <li>○ 内容 <ul style="list-style-type: none"> <li>● 毎月 1 回、管理栄養士による相談を実施。食事内容を記載したものを持参してもらい、個々の身体状態に合わせて食事のアドバイスを実施する。</li> </ul> </li> </ul>	
大自然体験会	○ 夏休みに小学 4 年生～中学生を対象に開催する「大自然体験会」において、地元で作られた食材を活用した調理を行い、自ら作って食べる楽しみと地域食材への理解を深める。	生涯学習課
廃食油収集	○ 家庭から出る廃食油について、月 1 回の拠点収集やリサイクルステーション収集により、バイオディーゼル燃料としてリサイクルし、ゴミ収集車の燃料として使用。	町民生活課
リユース食器導入促進事業補助金	○ 富士川町内の自治会や団体が行うイベントなどで、リユース食器を使用する際に費用の一部を補助している。また NPO とともに及び町内事業者働きかけ、町内利用者は 0 円で利用できる町ぐるみの取り組みを行っている。このことにより、イベントごみの減量化が図られていることから、このシステムをさらに推進し、焼却ごみの減量及びリユース意識の普及啓発とともに、ごみの焼却に伴う二酸化炭素の排出を抑制する。	町民生活課
保育所、学校などの食品残渣、堆肥化推進	○ 富士川町内の学校及び、保育所の給食室から出る食品残渣を堆肥化する。また、堆肥化したものは学校農園など無料で提供し焼却ごみの減量化と食品廃棄物の再利用を合わせて施行していく。	町民生活課
広報	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 住民に、食育の必要性や関心を深めてもらうため、町広報誌やホームページなどを通して、町内のさまざまな食育に関する取り組みの紹介や情報発信を行う。</li> <li>● 町広報誌に、地域での食育の取り組み、栄養教室の様子やレシピ、食生活改善推進員の活動紹介など、食に関する記事を掲載し、食育啓発を行う。</li> </ul>	

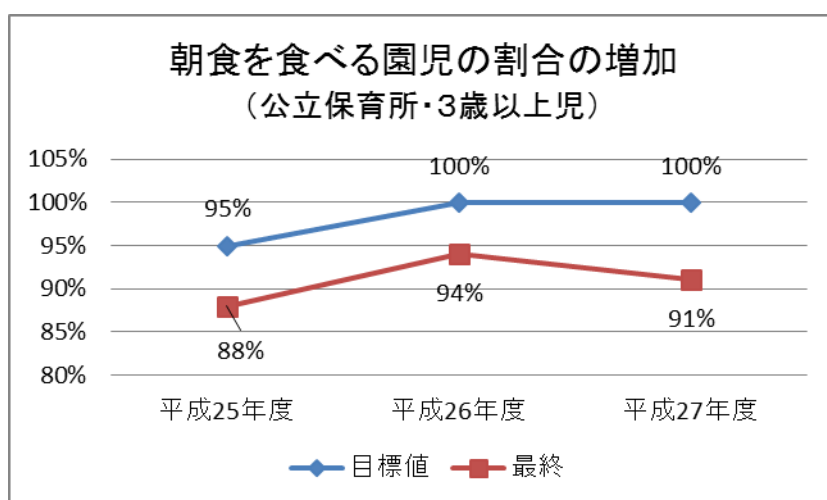
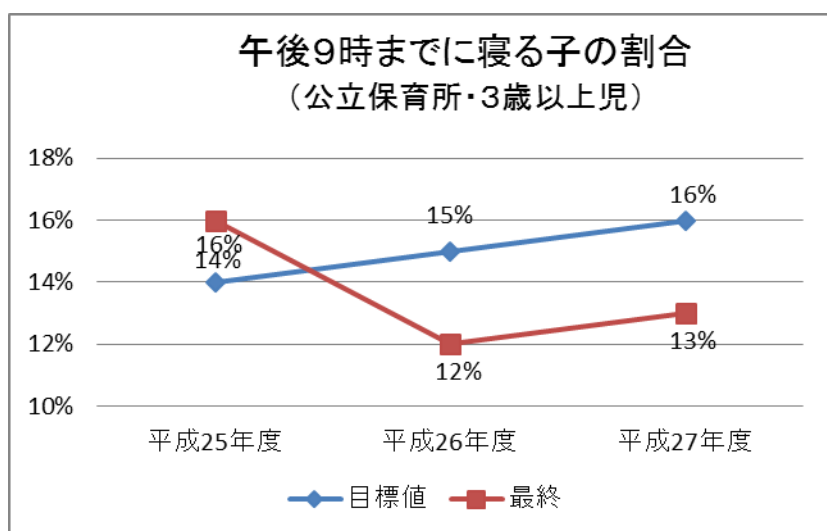
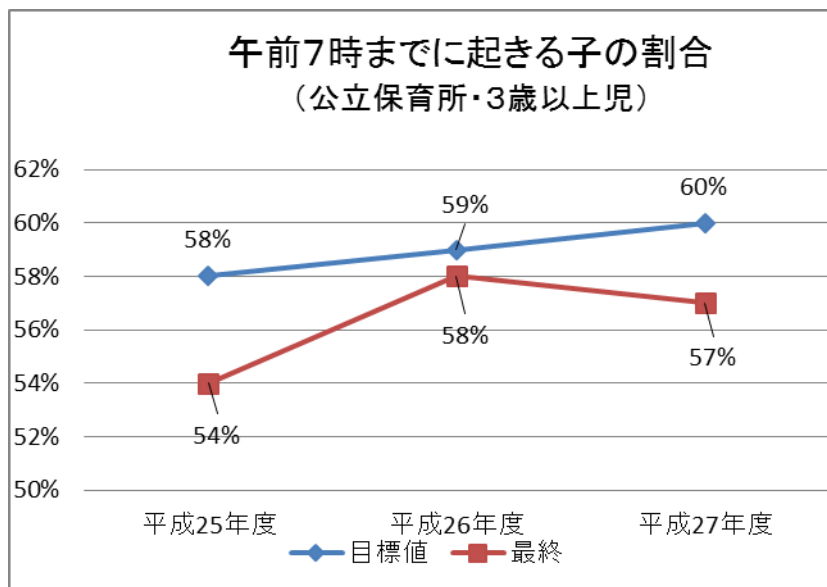
## (7) 各種団体

事業名	取組内容	団体
歯の健康づくり	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 活動内容 <ul style="list-style-type: none"> <li>● 地域の健康増進活動の一環として歯の健康づくりに取り組んでいる。声かけ活動と合わせて、歯みがきカレンダーの配布やむし歯のない子の表彰事業を行ない、予防意識の向上を啓発している。</li> </ul> </li> </ul>	愛育会
食生活改善活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 活動内容 <ul style="list-style-type: none"> <li>● 「私たちの健康は私たちの手で」をスローガンに、食から始める健康づくりを町民に広める活動を行う。会員自身が生活習慣を振り返り、正しい知</li> </ul> </li> </ul>	食生活改善推進委員会



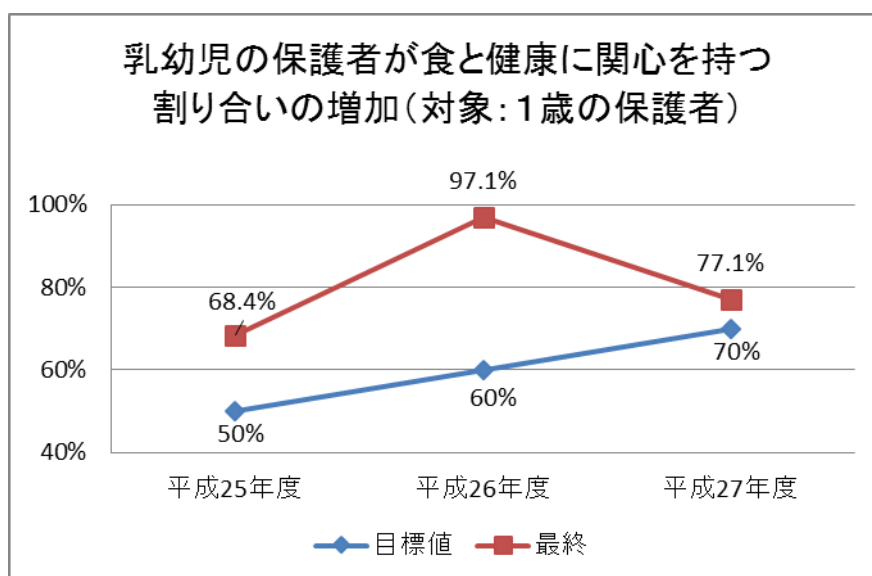
	<p>識を広めるための研修を行い、地区の行事や子育て広場などの機会を活用し、学習会の開催や食事の提供を通して住民に食の大切さを伝える。また、地産地消を推進するため、特産品である「みみ」料理やゆず・大根などを使ったレシピを学び、地域へ「富士川町の味」を伝承する取り組みを行う。</p>	
昔ながらの料理 伝承事業	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 対象者 <ul style="list-style-type: none"> <li>● 小学 1 年～4 年生対象。定員 30 名。</li> </ul> </li> <li>○ 時期 <ul style="list-style-type: none"> <li>● 夏休みおよび冬休み期間中にそれぞれ 2 回行う。</li> </ul> </li> <li>○ 内容 <ul style="list-style-type: none"> <li>● 「夏のあのねのね」と「冬のあのねのね」において、昔ながらの郷土料理などを高齢者と一緒に作り、味わい、世代間の交流を図る。</li> </ul> </li> </ul>	社会福祉協議会
配食サービス	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 一人暮らしや食事準備の困難な方を対象に、栄養バランスのとれた昼食の配食サービスを実施。(月～土)</li> </ul>	社会福祉協議会
老壮大学	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 高齢者のための栄養指導（講師：食生活改善推進委員会）</li> </ul>	社会福祉協議会
いきいきサロン	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 内容 <ul style="list-style-type: none"> <li>● 地区ごとにいきいきサロンを開催。高齢者に合った昼食を食生活改善推進員が作り、食事会を行う。また高齢者が講師となり、子どもや親に「だんご」や「ほうとう」作りを教えている。</li> </ul> </li> </ul>	社会福祉協議会

## 資料2 富士川町食育推進計画の達成状況の分析



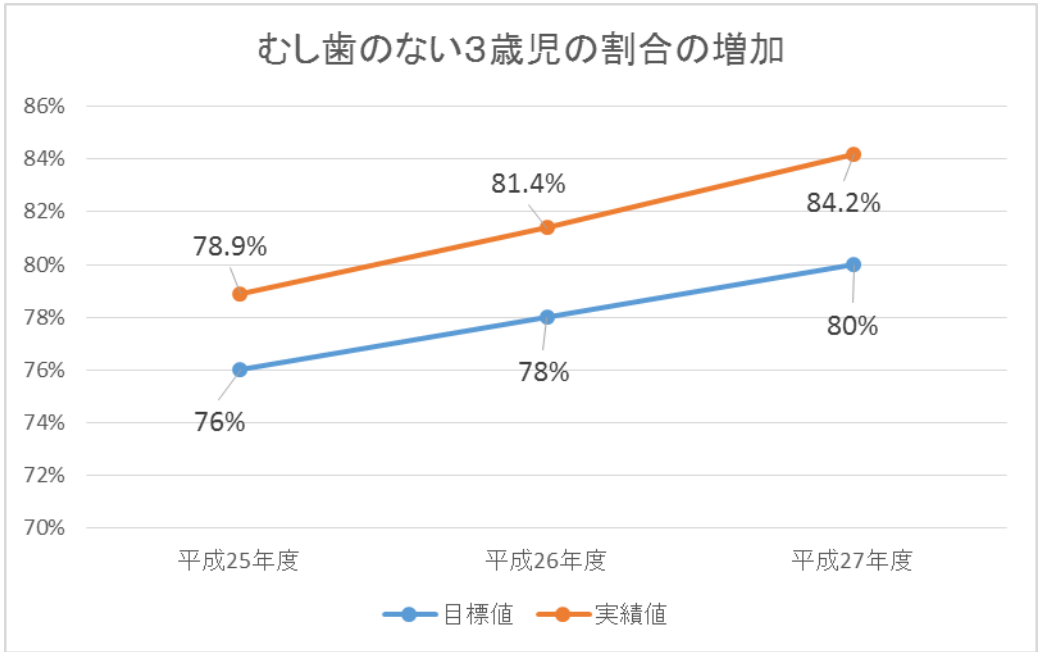
午後9時までに寝る子の割合が、平成25年度は目標値を達成したが、それ以外は目標値を下回り、ほぼ横ばいで推移している。

大人に合わせた生活リズムから早寝早起きができない傾向にある。夜寝る時間が遅くなることで必然的に起床時間が遅くなり、朝ごはんを食べる時間がなかったり、食欲がなかったりする子どもが見受けられる。幼少期はもちろんあらゆる世代の人も規則正しい生活リズムを身につける必要がある。早寝早起きをし、朝ごはんを食べることの大切さについて、園だよりや給食だよりでの啓発など意識向上、習慣化に努めていく。

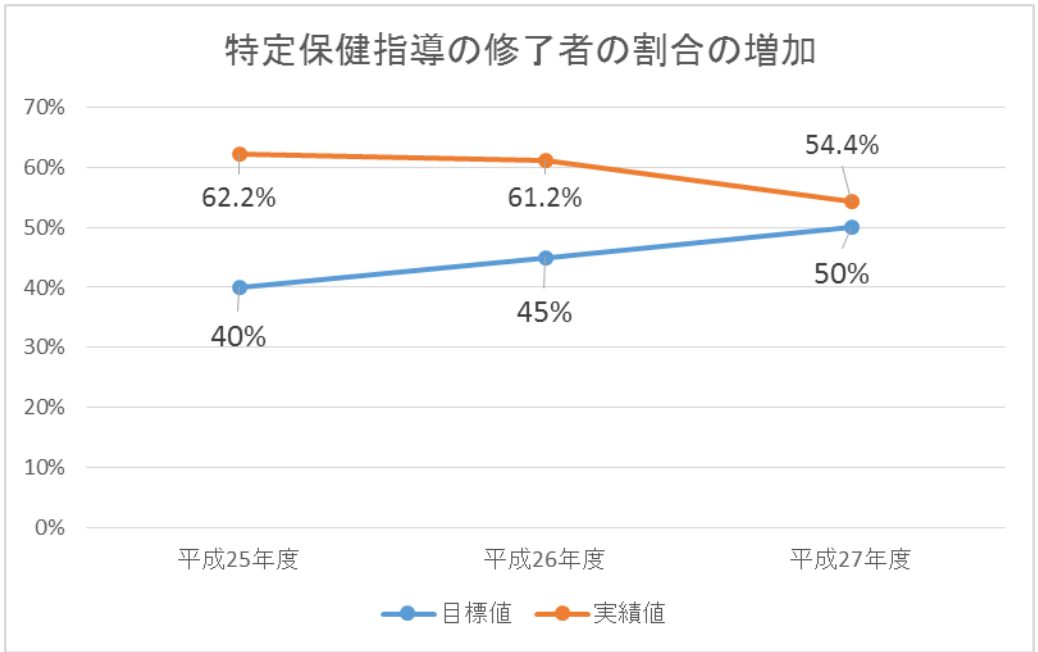


平成27年度は前年より割合が下がっているが、年度毎の目標値は上回っている。妊娠届出時、母親学級などで妊娠期から栄養に関する情報提供を行い、1歳までの乳児健診では離乳食に向けた集団指導や個別栄養指導を行っている。その間、調理実習を含めた個別指導が必要なケースには個別の栄養指導を実施し、平成28年度からは管理栄養士の採用もあり相談指導体制の充実を図ってきた。

妊娠中の栄養相談利用者も増え、関心は高まってきている。今後も管理栄養士を中心に妊娠期から子育て期にかけての食の重要性を伝えていきたい。

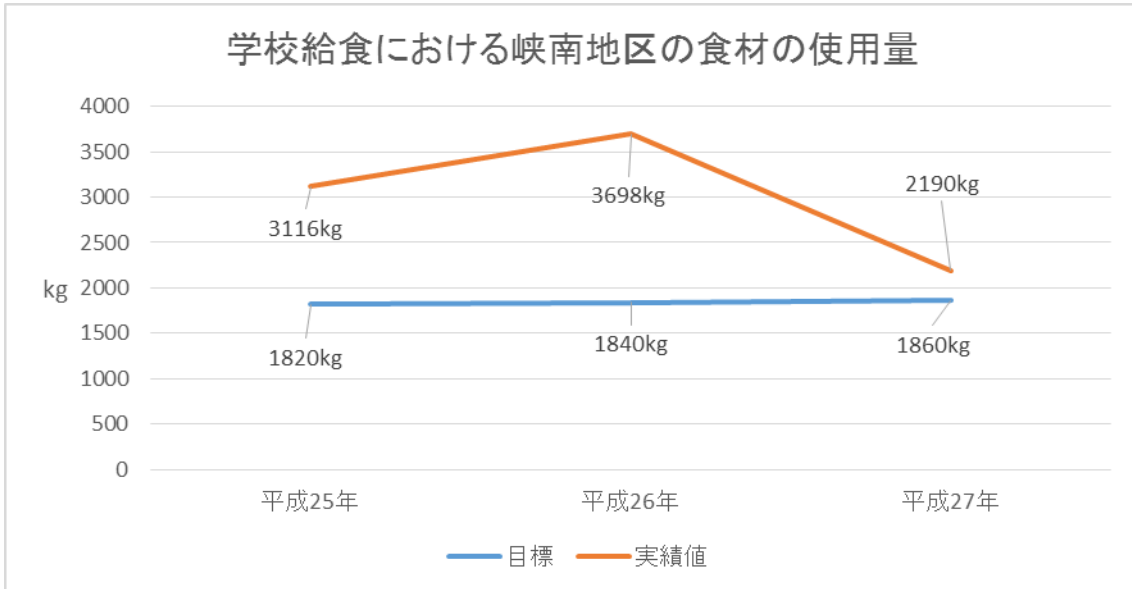


年々増加しており、親の歯科予防への意識が高くなっていると感じられる。今後も乳幼児健診時などの場を活用し、予防の大切さを伝えていく。

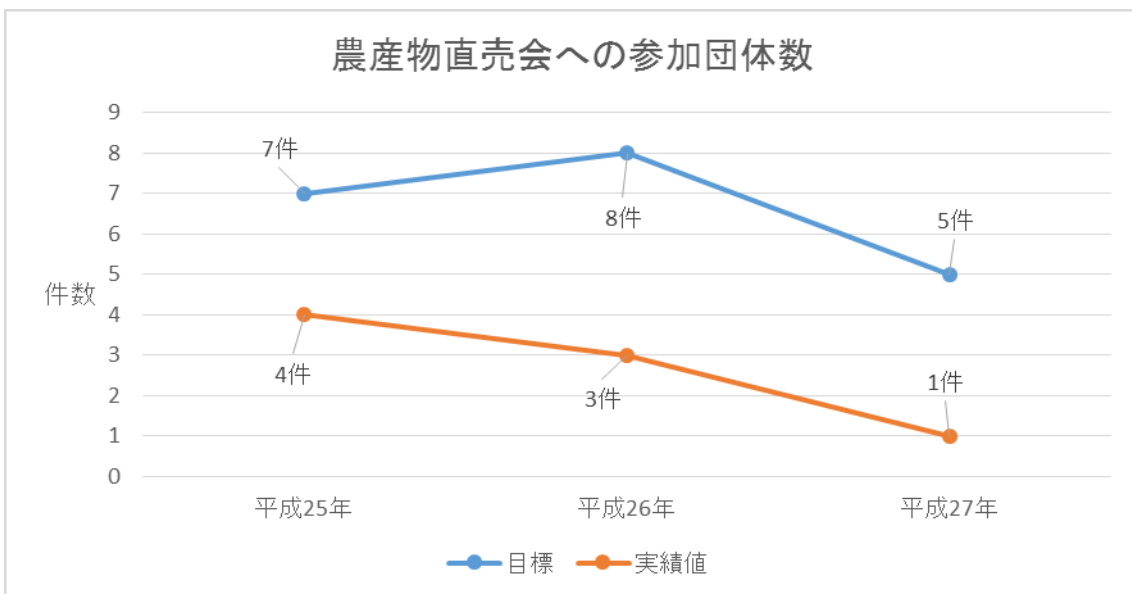


年々減少している。対象者は毎年該当している場合が多く、特定保健指導を受ける意欲が低下しやすい。今後も電話や通知による勧奨を続け、必要性を伝えていくとともに、分かりやすい指導を心がけていく。

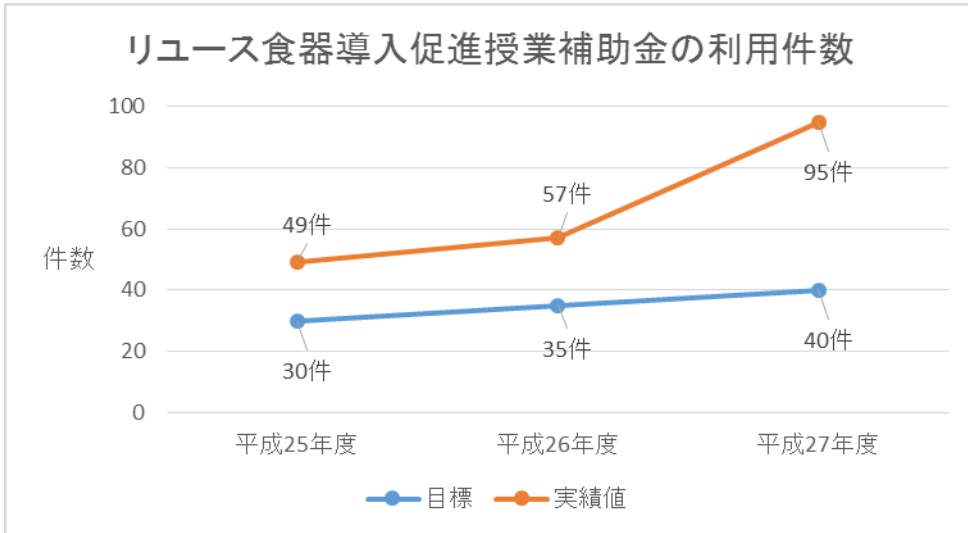




食育教育の一環として、学校給食に峡南地域の農林水産物を積極的に取り入れるよう推進している。



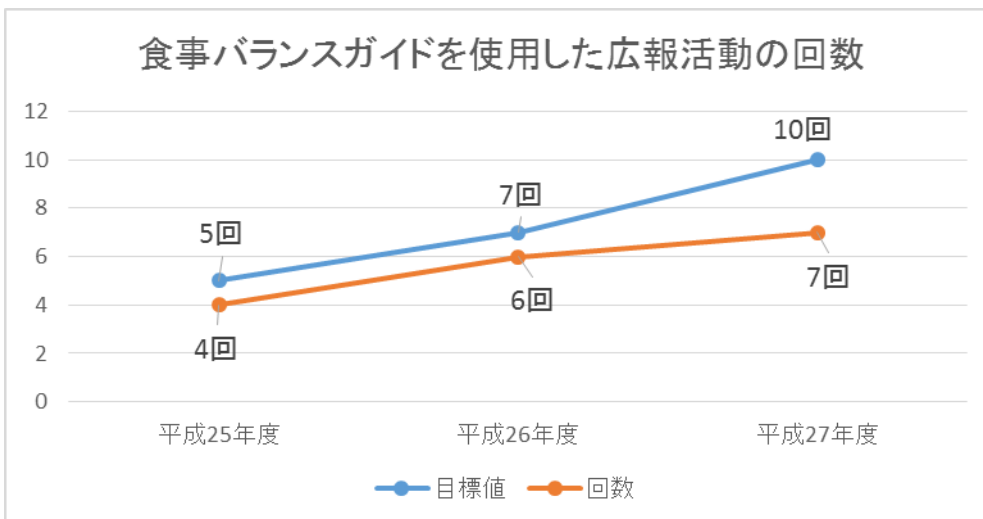
朝市（よりみちマーケット）を始めた当初は、参加団体数は多かったが、年々減少している。道に駅「富士川」がオープンし商品を販売している。また、現在は生産者個人で出店している方が多くなっている。



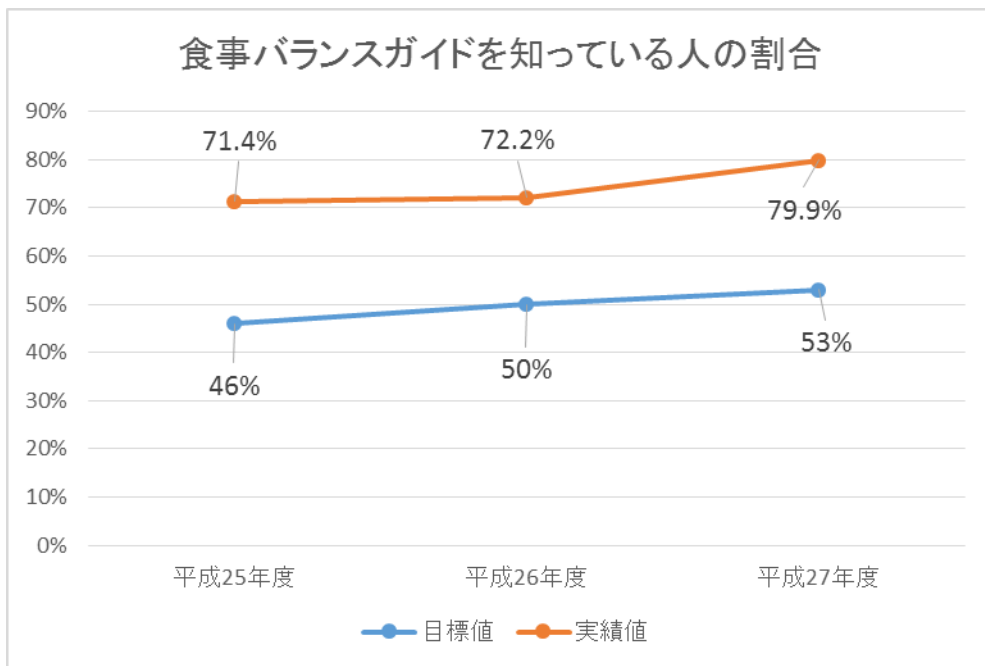
町の補助金制度に加え平成 25 年 7 月からは、スペースふう貸出額減額に及び企業協賛が始まり、町内利用者負担が無料となった。又、ニーズが多かった貸出手続きの簡略化を行い、スペースふうが代理で行えるようになった。その結果、目標に対して上回伸びがみられる。

平成 26 年度、貸出手続きの簡略化を 1 年間実施できたことにより、さらに目標を大きく上回る実績となった。

平成 27 年度は環境省の「2R システム構築モデル事業」に採択されたことにより、PR を充実、協議会を設置し、様々な事業化と調査を行ったことにより、町内外に PR を図ることが出来た。また、平成 27 年度 10 月号の広報から毎月実績と環境への影響についてデータを掲載している。その結果、飛躍的に利用件数は増加した。



バランスガイドを載せた食育用クリアファイルを作成し、イベントや教室で配布した。目標達成に向け、広報活動できる場や方法を検討していく。



知っていると回答した人の割合は年々増加しているが、内容も含めて知っている人は半数ほどであった。今後は目に触れるだけでなく、内容を伝える機会を増やして行く必要がある。

別紙1 第1次富士川町食育推進計画 評価指標及び各年度の達成目標値

基本目標					項目	現状	平成25年度		平成26年度			平成27年度			最終評価(H25～H27) 現状と課題、今後の取り組み
食と健康に関心を持つ	楽しい食を育む	地産地消と伝統ある食文化の継承	環境に配慮した食生活を実践する	食の安全性に対する知識と理解を深める			目標値	最終	目標値	中間	最終	目標値	中間	最終	
○					午前7時までに起きる子の割合	57%(平成24年度公立保育所・3歳以上児)	58%	54%	59%	58%	58%	60%	-	57%	大人に合わせた生活リズムから早寝早起きできない傾向にある。寝る時間が遅くなることで必然的に起床時間が遅くなり、朝ごはんを食べる時間がなかったり、食費がなかったりする子どもが見受けられる。幼少期はもちろんあらゆる世代の人も規則正しい生活リズムを身につける必要がある。早寝早起きをし、朝ごはんを食べることの大切さについて園だより、給食だよりでの啓発など意識向上、習慣化に努めていく。
○					午後9時までに寝る子の割合	13%(平成24年度公立保育所・3歳以上児)	14%	16%	15%	12%	12%	16%	-	13%	
○					朝食を食べる園児の割合の増加	92%(平成24年度公立保育所園児)	95%	88%	100%	94%	94%	100%	-	91%	
○					乳幼児の保護者が食と健康に関心を持つ割合の増加 (対象:1歳児の保護者)	—	50%以上	10月～実施 68.4%	60%以上	100%	97.1%	70%以上	74.3% (H28.1現在)	77.1%	乳幼児健診での栄養相談、個別栄養相談等で食に関する関心も高まってきている。今後も管理栄養士を中心に食の重要性を伝えていきたい。
○					むし歯のない3歳児の割合の増加	74.3%(平成23年度)	76%	78.9% (H24年度)	78%	81.4%	81.4%	80%	84.2%	84.2%	年々増加しており、親の歯科予防への意識が高くなっていると感じられる。今後も乳幼児健診時などの場を活用し、予防の大切さを伝えていく。
○					特定保健指導の終了者の割合増加	38.0%(平成23年度)	40%	62.2% (H24年度)	45%		61.2%	50%		54.4%	年々減少している。対象者は毎年該当している場合が多く、特定保健指導を受ける意欲が低下しやすい。今後も、電話や通知による動員を続け、必要性を伝えていくとともに、分かりやすい指導を心がけていく。
		○			学校給食における峡南地区の食材の使用量拡大	1800kg(平成23年度)	1820kg	3116kg	1,840kg	1,515kg	3,698kg	1,860kg	1,140kg	2190kg	年ごとの作物の出来、生産量や価格の問題で使用量にばらつきがあるが、今後も使用量の拡大を目指していく。
	○	○			農産物直売会への参加団体数	6団体(平成24年度)	7団体	4団体	8団体	3団体	3団体	5団体	1団体	1団体	道の駅富士川のオープンなど、個人で販売している生産者が多くなったため、年々減少している。今後は目標を変更する。
			○		リユース食器導入促進授業補助金の利用件数の増加	25件(平成24年度見込み)	30件	49件	35件	21件	57件	40件	29件	95件	リユース食器が周知されてきていることもあり、年々、使用件数が増加している。特に27年度は前年度と比べて30件弱増加している。今後は広報等により周知し、使用件数を増加させていきたい。
○	○	○	○	○	食事バランスガイドを使用した広報活動の回数の増加	0回(平成24年度)	5回以上	4回	7回以上	2回	6回	10回以上	3回	7回	バランスガイドを載せた食育用クリアファイルを作成し、イベントや教室で配布した。目標達成に向け、広報活動できる場や方法を検討していく。
○	○	○	○	○	食事バランスガイドを知っている人の割合の増加	—	46%	71.4%	50%	72.7%	72.7%	53%以上	-	79.9%	知っていると回答した人の割合は年々増加しているが、内容も含めて知っている人は半数ほどであった。今後は、目に触れるだけでなく、内容を伝える機会を増やしていく必要がある。



別紙2 第2次富士川町食育推進計画 評価指標及び各年度の達成目標値

基本目標									
食と健康に関心を持つ	楽しい食を育む	地産地消と伝統ある食文化の継承	環境に配慮した食生活を実践する	食の安全性に対する知識と理解を深める	項目	現状	平成29年度 目標値	平成30年度 目標値	平成31年度 目標値
					○				
○					午後9時までに寝る子の割合(町内保育所、幼稚園)	13%(平成27年度公立保育所・3歳以上児)	14%	15%	16%
○					朝食を食べる園児の割合の増加(町内保育所、幼稚園)	92%(平成27年度公立保育所園児)	100%に近づける	100%に近づける	100%に近づける
○	○				家族と毎日夕食を食べる児童生徒の割合	91.8%(平成28年度小学校6年生のみ)	94%	96%	98%
○					乳幼児の保護者が食と健康に関心を持つ割合の増加 (対象:1歳児の保護者)	77.1%(平成27年度)	80%	81%	82%
○					むし歯のない3歳児の割合の増加	84.2%(平成27年度)	80%	83%	85%
○					特定保健指導の終了者の割合増加	54.4%(平成27年度)	50%	53%	55%
		○		○	学校給食における峡南地区の食材の使用量拡大	2190kg(平成27年度)	2300kg	2400kg	2500kg
	○	○			市民農園利用者の増加(農業の活性化)	45区画(平成27年度)	47区画	49区画	51区画
			○		リユース食器導入促進事業補助金の利用件数の増加	95件(平成27年度)	100件	105件	110件
			○	○	食事バランスガイドを使用した広報活動の回数の増加	7回(平成27年度)	7回	8回	10回
○	○	○	○	○	食事バランスガイドをしている人の割合の増加	79.9%(平成27年度)	75%	78%	80%以上