
第7編 第3次食育推進計画

令和2年3月

綾川町

目 次

第1章 計画策定にあたって	1
第1節 計画策定の趣旨	1
第2節 計画の期間	1
第3節 計画の位置づけ	2
第2章 本町の食育推進の現状と課題	3
第1節 アンケート調査から見た本町の食育推進の現状	3
第3章 基本的な方向性	7
第1節 基本理念	7
第2節 基本目標と基本施策	8
第3節 各部門の役割分担とネットワーク	9
第4章 分野別施策の展開	11
第1節 食育に関心を持つまち	11
第2節 食べることを知り、選び、楽しむまち	13
第3節 食生活から健康になるまち	15
第4節 地元の食材に親しむまち	17
第5節 食育を通してつながるまち	18
第5章 計画推進にあたっての目標値	19

第1章 計画策定にあたって

第1節 計画策定の趣旨

食をめぐるっては、食の安全性に対する関心や健康志向が高まる一方で、生活様式が変化し、外食や調理済食品利用の傾向が進み、朝食の欠食に代表される食習慣の乱れや、野菜の摂取不足、脂肪の過剰摂取といった栄養バランスの偏りが顕著となり、健康への影響が大きく懸念されています。

また、日常生活の中で食の大切さに対する意識や自然の恵みに対する感謝の意識も希薄となり、地域の伝統的な食文化が失われようとしている問題が指摘されています。

このような背景をもとに、国においては、「食」についてのあり方を方向づけ、国民が生涯にわたって健康で豊かな人間性を育むための「食育」※を国民運動として推進していくため、平成17年6月に「食育基本法」を制定しました。さらに、広く食に関する知識と食を選択する力の習得を支援し、健全な食生活を実践することができるよう、平成28年3月には「第3次食育推進基本計画」を策定しました。

香川県においては、平成28年3月に、食育の施策を総合的、計画的に進めるための基本指針「第3次かがわ食育アクションプラン（香川県食育推進計画）」を策定し、県民運動として食育に取り組むための行動指針として位置づけています。

綾川町においても、平成26年度に第2次食育推進計画を策定し、施策を推進してきましたが、同計画の計画期間の満了に伴い、計画を改定することが必要です。

そのため、国や県の動向を踏まえつつ、これまで行われてきた子育て、農業、教育、保健分野での「食育推進」に関する取組を活かしながら、町民運動として食育を一層推進していくために、第3次食育推進計画を策定します。

※食育：「食育」とは、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で、様々な経験を通して「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。（食育基本法）

第2節 計画の期間

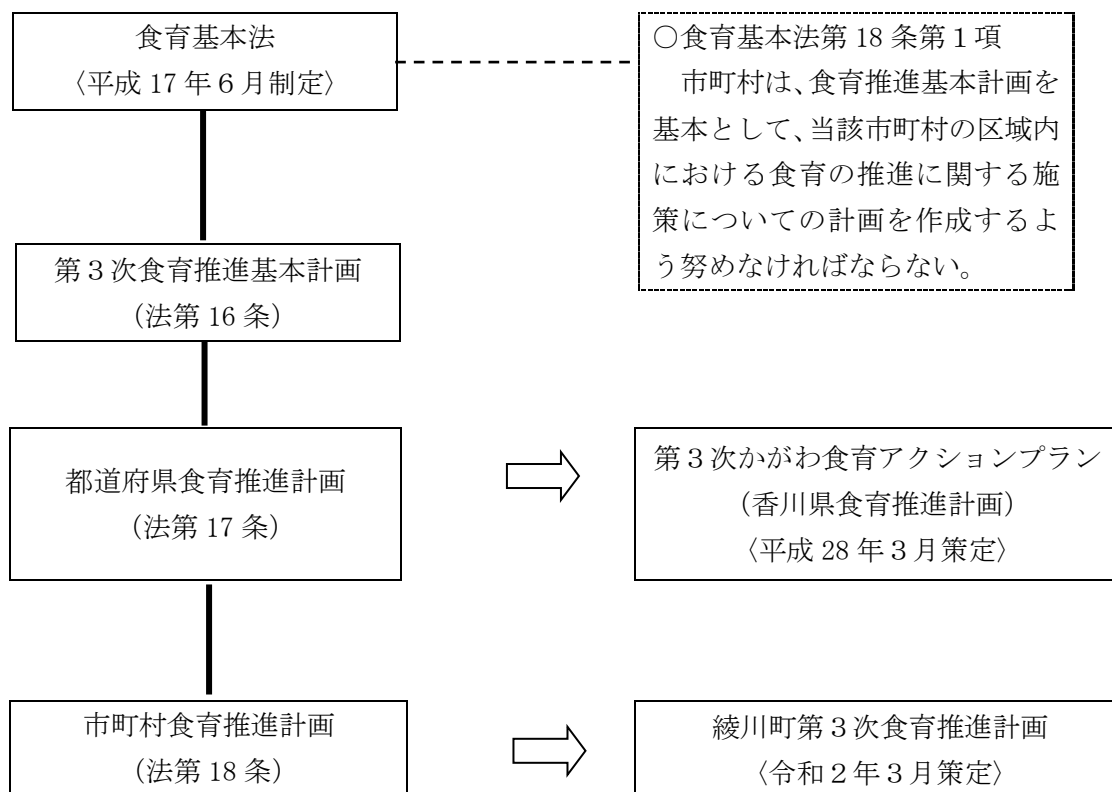
計画期間は令和2～6年度の5年間とします。

年度(令和)						
1	2	3	4	5	6	7
第2次	第3次食育推進計画の期間					第4次

第3節 計画の位置づけ

綾川町第3次食育推進計画は、食育基本法に基づく市町村食育推進基本計画で、本町の食育を進めるための基本的な考え方を明らかにするとともに、食育を具体的に推進するための総合的な指針として策定します。

計画の位置づけ

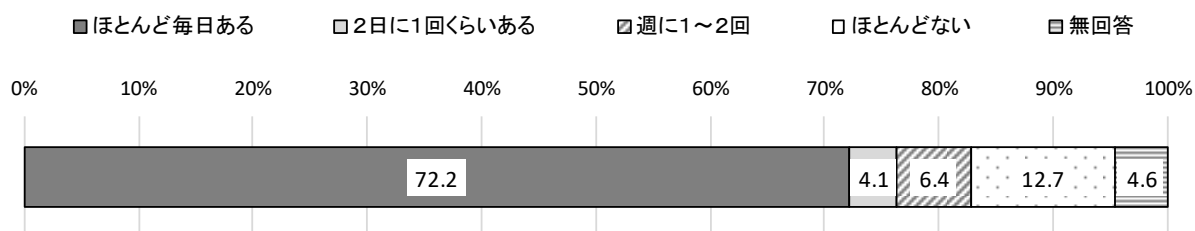


第2章 本町の食育推進の現状と課題

第1節 アンケート調査から見た本町の食育推進の現状

1 1日1回以上の家族との食事の有無

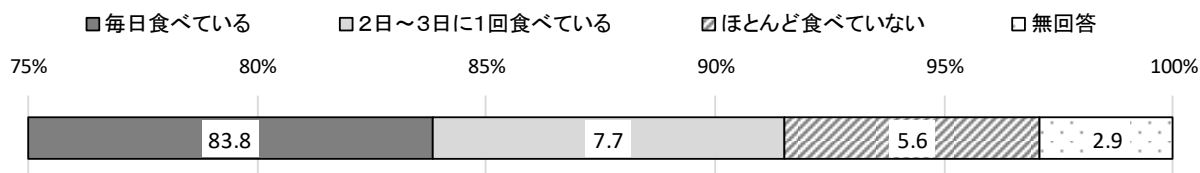
- ・1日1回以上、家族と食事をする機会が「ほとんど毎日ある」人の割合を年代別にみると、最も高いのが「60～79歳」で80.9%、最も低いのが「80歳以上」で59.5%となっています。
- ・1日1回以上、家族と食事をする機会が「ほとんどない」と回答した人の割合は12.7%となっています。



	人数 (人)	割合 (%)				
		ほとんど毎日ある	2日に1回くらいある	週に1～2回	ほとんどない	無回答
全体	482	72.2	4.1	6.4	12.7	4.6
男性	189	69.8	5.8	6.3	14.3	3.7
女性	240	77.5	2.5	6.7	10.8	2.5
18～39歳	52	69.2	3.8	11.5	13.5	1.9
40～59歳	107	66.4	13.1	7.5	10.3	2.8
60～79歳	230	80.9	1.3	6.5	7.4	3.9
80歳以上	84	59.5	1.2	2.4	28.6	8.3

2 朝食の有無

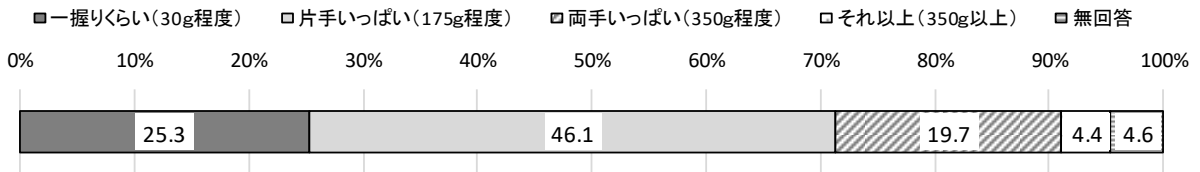
- ・朝食を「毎日食べている」人の割合は、今回調査が83.8%、前回調査が93.2%で、9.4ポイント減少しました。一方、「ほとんど食べていない」は1.7ポイント上昇しました。



	人数 (人)	割合 (%)			
		毎日食べている	2日～3日に 1回食べている	ほとんど 食べていない	無回答
全体 (今回調査)	482	83.8	7.7	5.6	2.9
全体 (前回調査)	310	93.2	2.3	3.9	0.6
男性	189	82.0	7.9	6.9	3.2
女性	240	85.4	7.9	4.6	2.1
18～39 歳	52	61.5	25.0	11.5	1.9
40～59 歳	107	75.7	13.1	9.3	1.9
60～79 歳	230	90.0	3.9	3.0	3.0
80 歳以上	84	91.7	1.2	3.6	3.6

3 1日に摂取する野菜の量

- ・1日に摂取する野菜の量が「350g程度」「350g以上」の人を合わせた割合は、今回調査が24.3%、前回調査が27.1%で、2.8ポイント減少しました。また、「男女別」の割合では、男性が16.4%、女性が30.8%で、女性の方が1日に摂取する野菜の量が多い傾向が分かりました。



	人数 (人)	割合 (%)				
		一握りくらい (30g程度)	片手いっぱい (175g程度)	両手いっぱい (350g程度)	それ以上 (350g以上)	無回答
全体 (今回調査)	482	25.3	46.1	19.7	4.4	4.6
全体 (前回調査)	310	24.8	45.8	21.0	6.1	2.3
男性	189	33.3	46.0	13.8	2.6	4.2
女性	240	19.2	46.3	25.4	5.4	3.8
18~39歳	52	26.9	51.9	13.5	5.8	1.9
40~59歳	107	23.4	47.7	22.4	4.7	1.9
60~79歳	230	21.7	47.8	20.4	5.7	4.3
80歳以上	84	34.5	36.9	19.0	0.0	9.5

4 食生活

- ・食生活の改善について、「女性」、「18～39 歳」、「40～59 歳」は「今よりよくしたい」が最も高くなっています。一方、「男性」、「60～79 歳」、「80 歳以上」は「今のままでよい」が最も高くなっています。
- ・食生活の改善ポイントは、「野菜をたくさん食べる」が 71.0%で最も高くなっています。

●食生活の改善

	人数 (人)	割合 (%)			
		今よりよくしたい	今のままでよい	特に考えていない	無回答
全体	482	43.6	44.4	10.6	1.5
男性	189	31.7	52.4	13.8	2.1
女性	240	53.3	37.1	8.8	0.8
18～39 歳	52	63.5	30.8	5.8	0.0
40～59 歳	107	61.7	29.0	9.3	0.0
60～79 歳	230	36.5	50.0	10.9	2.6
80 歳以上	84	27.4	57.1	15.5	0.0

●食生活の改善ポイント

	人数 (人)	割合 (%)										
		決まった時間に食事を する	1日3食食べるように する	外食(市販の弁当等を含む) を控える	栄養バランス良く食べる	塩分を控える	野菜をたくさん食べる	脂肪を摂り過ぎない	好き嫌いをしない	腹八分目にする	その他	無回答
全体	210	20.5	13.8	16.2	61.4	43.8	71.0	46.7	9.0	51.0	1.4	0.0
男性	60	26.7	15.0	13.3	65.0	53.3	75.0	43.3	15.0	50.0	0.0	0.0
女性	128	15.6	11.7	17.2	60.9	39.8	70.3	48.4	7.8	53.1	1.6	0.0
18～39 歳	33	27.3	15.2	39.4	72.7	21.2	78.8	48.5	12.1	45.5	3.0	0.0
40～59 歳	66	9.1	6.1	16.7	63.6	34.8	74.2	59.1	1.5	50.0	0.0	0.0
60～79 歳	84	22.6	13.1	7.1	59.5	57.1	76.2	41.7	8.3	57.1	2.4	0.0
80 歳以上	23	30.4	34.8	17.4	52.2	52.2	30.4	30.4	30.4	43.5	0.0	0.0

第3章 基本的な方向性

第1節 基本理念

食育の推進にあたっては、この地域の食文化が綾川町の風土や環境からはぐくまれてきたことを踏まえた上で、食に対する親しみや感謝の念を持ち、様々な経験を通じて、食に対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できる人間を育む食育を町民運動として展開していく必要があります。また、伝統的な食文化の継承、食の安全・安心に関する情報提供などを進め、町民一人ひとりが、自らの判断で食を正しく選択できるよう、支援する必要があります。

これらのことから、綾川町では、本計画の基本理念を「食べることを大切にする人づくりのまち」と定めます。

【基本理念】

食べることを大切にする人づくりのまち

第2節 基本目標と基本施策

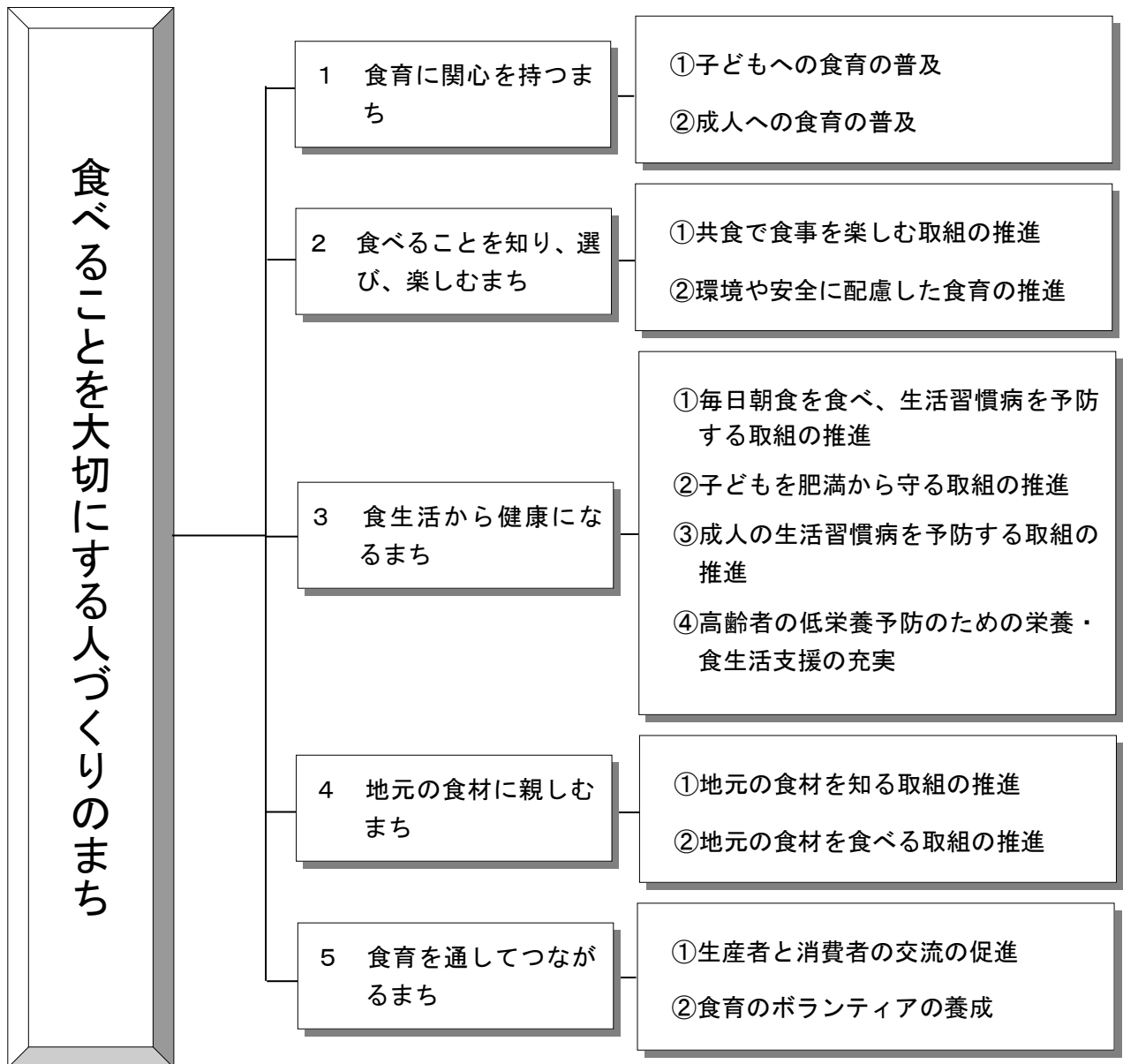
基本理念をめざし、以下の5つの基本目標のもと、12の基本施策を推進します。

施策の体系

<基本理念>

<基本目標>

<基本施策>



第3節 各部門の役割分担とネットワーク

本計画は、以下の役割分担で推進していきます。

1 家庭の役割

家庭は、最も大切な食育の場です。家族そろって食べる食卓は、食事のマナーを知り、「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつで食べ物への感謝の気持ちを培い、食を共にすることの楽しさを感じとり、家族とのコミュニケーションを図る場となります。

また、健康の知識を学ぶ場、家族の健康状態を知る場として、重要な役割を果たしています。

さらに基本的な生活リズム形成のため、「早寝、早起き、朝ごはん」の習慣をつくることが大切です。このように、食育推進の基本となる家庭の役割は重要であり、子どもの望ましい食習慣の形成に努めます。

2 認定こども園の役割

乳幼児期は、豊かな人間性の育成を図るとともに、規則正しい生活習慣や、バランスのとれた食生活などを習得する大切な時期です。

そこで、認定こども園においては、生涯にわたって健康で質の高い生活を送る基本としての「食を営む力」の育成に向け、その基礎を培うことと目標とし、家庭との連携を大切に食育推進します。

また、給食は地元の食材を紹介する場にもなっており、食育の重要な場と位置付け、給食を通じた食育を推進していきます。

3 学校の役割

学校は、健康な心身を培うための基礎となる重要な場です。教育カリキュラムや給食の時間、P T A活動を通して食文化、マナー、食材の選び方や調理の仕方、自然の恵みや食べ物の恩恵、生産者への感謝など食行動や食生活を学ぶ機会を提供していきます。

また、地域や家庭との連携のもと幅広い食育活動を推進していきます。

4 地域の役割

乳幼児から高齢者まで、一生を通して生活を営む場です。健康でいきいきと暮らしていくためには、地域ぐるみで食生活改善に取り組んでいく必要があります。また、地域住民の健康増進を図るためには、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）予防を実践し、関係者、各種関係団体が連携し、一体的に取り組んでいくことが大切です。さらに、高齢化が進んでいる本町においては、一人世帯の高齢者への食生活に関する支援なども重要です。

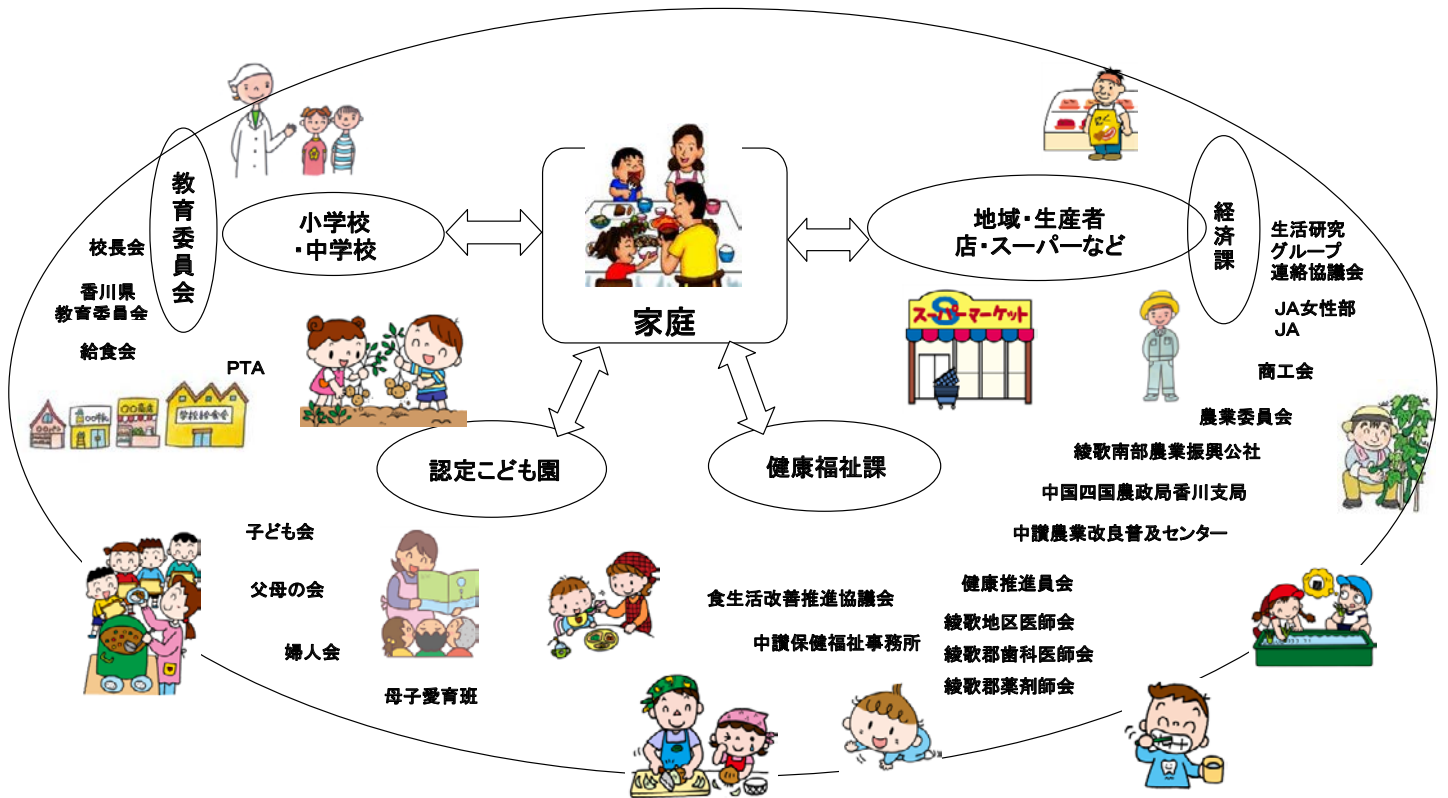
このように、地域で食育を推進するためには、食生活改善推進員など食育推進に関わるボランティアの人材育成、ボランティア団体育成等の推進体制を充実していく必要があり、各種施策で推進していきます。

また、新鮮で安全・安心な旬の食材を家庭や地域で活用するために、消費者と生産者、小売店やスーパー、レストラン・飲食店などのフードサービス事業者等が連携して、地域の活性化を図りながら、地産地消を推進していきます。

さらに、農業者や農業団体等は教育ファームへの取組や農業体験（認定こども園、学校等と連携した学習や体験）など、生産者と消費者の交流の場となる機会を積極的に提供していきます。

家庭を基本に、認定こども園、小学校・中学校、町役場、医療機関などの関係機関、生産者、小売店やスーパー、レストラン・飲食店などの産業従事者、さらには、食生活改善推進員などのボランティアが連携したネットワークを強化していきます。

綾川町の食育ネットワーク



第4章 分野別施策の展開

第1節 食育に関心を持つまち

町民一人ひとりが、生涯にわたって食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身につけ、健全な食生活と適度な運動の実践により、心身の健康増進と心豊かな人間性を育むように取り組みます。

1 子どもへの食育の普及

子どもへの食育の普及は、将来の生活への投資と考え、講習会や講座などを通して食育の様々な知識や考え方を普及させていきます。

通番	取組	内容	関係課
1	乳幼児期の食育の推進	乳幼児健診や離乳食講習会、家庭訪問等の際に、食に関する適切な指導・支援を推進します。	健康福祉課 子育て支援課
2	子育て支援事業での食育の推進	子育て支援事業の中で親子クッキングなどを実施し、参加者へ食に関する適切な支援を推進します。	健康福祉課 子育て支援課

〔地域住民の役割〕

- ・食育に関する理解を深めるとともに、親子で食への関心を高めるように努めます。
- ・子どもの食生活や食習慣に関心を持ち、様々な機会を通して情報を習得し、年齢に応じた食生活の実践に努めます。
- ・認定こども園、学校と連携をとり、「食べる力」の基礎を養うように努めます。
- ・食品の選び方や調理の方法などを、子どもたちに伝えるように努めます。

2 成人への食育の普及

子どもだけでなく、成人にも食育の考え方を普及させることで、町全体として食育を進めていきます。

通番	取組	内容	関係課
3	野菜を食べよう運動の推進	野菜摂取量不足を改善するため、野菜を食べる効果や手軽に食べる方法を啓発します。 また、1日に必要な野菜の量を摂取するため、野菜料理を、毎食欠かさず食べたり、1日に小鉢5皿を目安に食べることを勧めます。	健康福祉課
4	健康相談等での食に関する相談の推進	各種相談事業において、食生活に関する適切なアドバイスに努めます。	健康福祉課

〔地域住民の役割〕

- ・食育に関する理解を深めるとともに、家族で食への関心を高めるように努めます。
- ・食育に関わる教室や講座に参加し、食育への理解を深めます。
- ・自分自身の食習慣を振り返り、欠食、偏食をなくすなど、改善する力を身につけるように努めます。
- ・様々な機会を通して食に関する知識を習得し、家庭で実践するように努めます。

第2節 食べることを知り、選び、楽しむまち

家族と暮らしていても一人で食事をする「孤食」や家族一緒に食卓を囲んでいるのに別々の料理を食べる「個食」も問題となっています。

家族との共食は望ましい食習慣の実践や、食の楽しさを実感させ精神的な豊かさをもたらすと考えられています。朝食の欠食が若い世代を中心に高いといわれており、健康的な生活リズムを確立する必要があります。食を楽しみながら健康的な生活習慣を確立するよう取り組みます。

また、食料の生産は、自然の恩恵の上に成り立っています。その豊かな自然環境から生み出される「食」の尊さを知り、享受しながら自然環境を守ることが大切です。

1 共食で食事を楽しむ取組の推進

家族や仲間、友だちと一緒に食事をするのが、望ましい食習慣や、食の楽しさにつながることを、講座や健診などで知らせていきます。

通番	取組	内容	関係課
5	妊娠期の食育の推進	母乳育児や妊娠中の食生活の大切さ、パパの家事育児への参加の必要性など、食に関する適切な指導・支援を推進します。	健康福祉課 子育て支援課
1	乳幼児期の食育の推進	乳幼児健診や離乳食講習会、家庭訪問等の際に、食に関する適切な指導・支援を推進します。	健康福祉課 子育て支援課

〔地域住民の役割〕

- ・家族や仲間、友だちと一緒に食卓を囲み食事を楽しみます。
- ・自分自身の食習慣を振り返り、欠食、偏食をなくすなど、改善する力を身につけるように努めます。

2 環境や安全に配慮した食育の推進

食べ物を無駄にしないよう、必要以上に買わない、作りすぎないことなど、ごみの減量化や食品ロスに関する意識啓発を行うとともに、安全な食品を選択できる正しい知識の普及を進めていきます。認定こども園や学校の給食調理においても、食品ロス削減を推進します。

通番	取組	内容	関係課
6	食の循環を意識した食育の推進	まだ食べられるのに捨てられる食品ロス問題や、食の循環に関する考え方の啓発を行います。	健康福祉課 住民生活課 学校教育課 子育て支援課
7	食に関する選択力の向上	健康に留意した食品や安全な食材を選ぶために、栄養成分表示などに関する知識の普及を進めていきます。	健康福祉課

〔地域住民の役割〕

- ・食品の賞味期限、消費期限などの情報を活用し、計画的に食品を購入することで食品を無駄にしないようにします。
- ・適正な食事量を知り、食事を作りすぎないようにします。
- ・生ごみを減らす工夫をするなど、環境に配慮した食事作りを実践します。
- ・食品ロスについて、関心を持ち何らかの取り組みを実践します。
- ・料理や食品を選ぶために、栄養成分表示を活用します。
- ・食品に関する正しい知識を学び、食品を選択する力を身につけます。

第3節 食生活から健康になるまち

生活習慣病を予防するなど健康な体をつくるために、バランスのとれた食事内容と食事習慣が身に付く施策を推進していきます。

1 毎日朝食を食べ、生活習慣病を予防する取組の推進

朝食を欠かさないことで、食を楽しむ機会を減らさないようにします。また朝食を抜いてしまうことが、生活の中でどのような影響を及ぼしうるかなどについて、周知していきます。

通番	取組	内容	関係課
8	朝食を食べよう運動の推進	朝食を食べよう運動を推進していきます。	健康福祉課

〔地域住民の役割〕

- ・自分自身の食習慣を振り返り、欠食、偏食をなくすなど、改善する力を身につけるように努めます。

2 子どもを肥満から守る取組の推進

バランスのとれた食生活を送ることで、生活習慣病の予防につながります。特に子どもの肥満予防となるような、知識の普及などを推進していきます。

通番	取組	内容	関係課
9	学校健診・小児生活習慣病予防事業等の充実	学校健診を引き続ききめ細かな体制で実施し、疾病などの早期発見・早期治療、子どもの健全育成につなげていきます。 小学4年生、中学1年生を対象に、血液検査等を行う「小児生活習慣病予防事業」、中学1年生を対象とした「骨密度測定事業」を引き続き展開し、事前・事後指導を行うとともに、家庭や医療機関との連携を図りながら、子どもの頃からの生活習慣病予防を推進していきます。	学校教育課 健康福祉課

〔地域住民の役割〕

- ・食事に関する情報を積極的に取り入れ、食への理解を深めるように努めます。
- ・子どもを含め、家族みんなで、バランスのとれた規則正しい食生活や運動量を増やすように心がけます。

3 成人の生活習慣病を予防する取組の推進

バランスのとれた食生活を促し、成人の生活習慣病を予防していきます。野菜の摂取量が目標量よりも足りていない現状から、野菜摂取量が増えるような施策を実施し、食生活の改善を通して生活習慣病の予防をめざしていきます。

通番	取組	内容	関係課
10	食に関する保健指導の充実	糖尿病予防・重症化予防教室、特定保健指導において、食生活改善に関する取組を推進していきます。	健康福祉課
3	野菜を食べよう運動の推進	野菜摂取量不足を改善するため、野菜を食べる効果や手軽に食べる方法を啓発します。 また、1日に必要な野菜の量を摂取するため、野菜料理を、毎食欠かさず食べたり、1日に小鉢5皿を目安に食べることを勧めます。	健康福祉課

〔地域住民の役割〕

- ・生活習慣病予防の食事などへの理解を深め、生活習慣の改善や体調に合った食生活の実践に努めます。
- ・適正体重を維持できるよう、健康的な食生活と運動の実践に努めます。

4 高齢者の低栄養予防のための栄養・食生活支援の充実

気力や体力を保ち、いきいきとした生活を送るために「食べること」は欠かせません。また、「食べること」は買い物、食事づくり、後片付けといった一連の生活行為を含みます。そのため、高齢者個人の食生活環境と、食事システムの地域環境を踏まえながら、総合的なフレイル予防を推進します。

通番	取組	内容	関係課
11	フレイル予防の推進	加齢による食事摂取量の減少で、低栄養状態に陥り、筋肉量の減少や体力低下などから要介護状態へ移行していく可能性があるため、高齢者の低栄養対策、フレイル予防を推進していきます。	健康福祉課

※ フレイル：加齢に伴い、徐々に心身の機能が衰えていくが、フレイルは「介護が必要となる状態」と「健康」の間の段階で、介護が必要とまではいかないが、様々な機能が衰えてきた状態です。

〔地域住民の役割〕

- ・栄養バランスのとれた食事や、一日3食の食事をしっかり摂り低栄養と深く関係するフレイル予防に心掛けます。

第4節 地元の食材に親しむまち

地域の自然や文化、産業等に関する理解を深め、生産者の努力や食に関する感謝の念を育むために、地産地消を実践する施策を推進していきます。

1 地元の食材を知る取組の推進

地元で採れる食材を地元で食べることを啓発し、地産地消を進めます。

通番	取組	内容	関係課
12	地元の食材・食文化の普及活動の推進	地元の食材や食文化について、町民が理解する機会を設け、地元の自然や文化に親しめる施策を推進します。認定こども園では地域と連携し特産品の栽培・収穫・試食等の体験を実施します。	健康福祉課 経済課 子育て支援課

〔地域住民の役割〕

- ・地元で生産されている食材について情報を積極的に取り入れ、地元の食文化について理解を深めるように努めます。
- ・地元の食材について得た知識を、家族や仲間と共有するように努めます。

2 地元の食材を食べる取組の推進

地元でとれる食材を食する機会を増やし、知識や親しみを持てるような取組を進めていきます。

通番	取組	内容	関係課
13	認定こども園・学校の給食等を通じた食育推進	学校では、地域の食材を積極的に取り入れた給食献立を作成したり、お弁当の日など各学校の年間計画に沿った学級活動等の指導において、子どもたちへの計画的な食育活動を展開します。 認定こども園では、季節を大切に給食を中心に食育を展開します。また、年齢に合わせた食育プログラムを構築します。 農業委員会が毎年2校の小学校を対象として実施している地元食材を使用した食育を引き続き行います。	学校教育課 子育て支援課 経済課

〔地域住民の役割〕

- ・地元で生産された新鮮で安心・安全な旬の食材を活用するよう努めます。

第5節 食育を通してつながるまち

町全体として食育を推進していくには、担い手の養成が必要となってきます。また、生産者と消費者の交流や地産地消の取組などを推進して、食に関わる人々の努力や、食に対する感謝の気持ち、食材の大切さと環境への配慮、食を大切にすることを育むよう取り組みます。

1 生産者と消費者の交流の促進

地元でとれる食材について生産者と消費者が直接交流できる場を設け、生産者への敬意や、食に対する感謝の気持ち、食材の大切さと環境への配慮など、食を大切にすることを育むような取組を進めていきます。

通番	取組	内容	関係課
14	地元生産者との交流	地元の食材生産者と交流する機会を設け、町民が地元の食材について理解を深められる機会を提供していきます。	健康福祉課 経済課

〔地域住民の役割〕

- ・地元の食材の生産者に敬意を払うとともに、地元の生産者と顔が見える関係を築けるように努めます。

2 食育のボランティアの養成

食育を町全体に広めていくには、その担い手が必要となります。教室・講座・研修などを通して食育に精通した人材を育成していきます。

通番	取組	内容	関係課
15	ヘルスマイトの育成	栄養教室（ヘルスマイト養成講座）とフォローアップ研修を継続的に開催し、町民の食に関する健康づくりを先導する食生活改善推進員の資質向上に努めます。	健康福祉課

〔地域住民の役割〕

- ・食育推進に関わるボランティアなどの各団体が実施する事業に積極的に参加し、協力するように努めます。
- ・家族や仲間に声をかけて、食育のボランティアに参加する人が増えるように努めます。

第5章 計画推進にあたっての目標値

食育を町民運動として展開していくために目標を掲げ、その達成を目指し、協力して取り組むことが大切です。食育を推進するために目標値を設定し、その成果や達成度を客観的な数値により把握していきます。

数値目標

項目	現況	目標（令和6年度）
①食育に関心を持っている人の割合	69.7%	90.0%以上
②朝食をほとんど食べていない人の割合 (18～39歳) (40～59歳)	11.5% 9.3%	減少 減少
③1日に1回以上、家族と食事をする人の割合	72.2%	現状値以上
④1日に食べる野菜の量が350g以上の人の割合	24.1%	30.0%以上
⑤旬の野菜を意識して食べている人の割合	79.0%	90.0%以上

