

島根県食育推進計画 第三次計画

概要版

～みんなで広げよう食育の輪！ 生かそうしまねの豊かな地域力～

おいしい・たのしい・ためになる
しまねの食育



地域全体で島根を支える力
地域力

平成29年3月

島根県

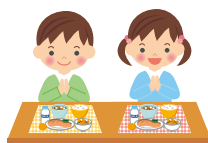
地域力を活かした食育の推進

学校や保育所等、農林漁業者、食に関するボランティア、食品関連事業者、行政など様々な関係団体・機関による横断的な食育活動を推進します。

関係機関・団体等の役割

保育所、幼稚園、 学校等教育関係機関の役割

- 保育所では、保育の一環として食育を位置づけ、食育計画を作成して、各保育所の創意工夫により推進します。
- 学校等においては、食に関する指導の全体計画及び年間指導計画を作成し、関連する教科等をはじめとして、教育活動全体で食育を推進します。
- 栄養教諭等を中心に、家庭・地域と連携した食に関する指導等を行います。
- 地場産物を活用した給食の提供に努めます。
- 教職員等の食育への意識改革と指導力向上を図るために、教職員等研修の充実に努めます。
- 子どもの成長に応じた食の自立に向け、支援します。
- 給食を教材に、食育の実践、郷土料理・伝統食の伝承に努めます。
- 食に関して幅広く体験でき、学ぶことができる環境づくりに努めます。



公民館等社会教育施設の役割

- 世代間交流により郷土食等食文化の継承や自然体験等を進めます。
- 食料資源の有効活用等環境を考慮した取組を進めます。
- 食や健康について誰もが気軽に相談できる場、互いに相談しあえるコミュニケーションの場づくりに努めます。
- 食や健康についての情報発信の場づくりに努めます。

ボランティアの役割

- 地域に根付いた食文化の継承に努めます。
- 食に関する様々な体験の場を提供します。
- 学校、公民館等関係機関と連携し、より効率的な活動を進めます。
- 親子料理教室等を通じて食生活改善活動に取り組みます。

事業所の役割

- 従業員の健康管理、健康づくりに努めます。
- 従業員とその家族に健康や食に関する情報発信を行うよう努めます。

行政(県、市町村)の役割

- 島根県食育推進計画及び市町村食育推進計画に基づき、食育の推進を図ります。
- 県及び圏域において、関係機関・関係団体間でのネットワークづくりを進め、島根らしい食育活動を促進します。
- 毎年6月の「食育月間」、毎月19日の「食育の日」、毎月第3日曜日の「しまね家庭の日」、毎月第3週の金曜日・土曜日・日曜日の「しまね・ふるさと食の日」、6月・11月の「しまね・ふるさと給食月間」にあわせ食育の周知を図るとともに、関係機関・団体等と協力して食育の推進に取り組みます。

生産者を含む食品関連業者の役割

- 保育所、学校等と連携し、農林漁業や食品の製造・加工・流通に関する様々な体験や見学の機会を提供するよう努めます。
- 生産者と消費者の交流等に取り組みます。
- 安全、安心な食品の提供に努めます。
- 島根県の農林水産物等の安全性や品質の高さのPRを積極的に行い、地産地消を推進します。
- 食品表示に関し、適切な情報提供を行います。
- 飲食店等におけるメニューの栄養成分表示等食に関する分かりやすい情報提供を行います。



県民一人一人の実践に向けて

島根県の食育の取り組みのキーワードは、「おいしい たのしい ためになる」です。
次の取り組みを、一人一人できることから、取り組んでみましょう。

- お おいしい食事 ゆっくりかんで 味わって
- い いろいろな食品を 組み合わせて 食べましょう
- し しっかり野菜を食べて 塩分は控えめに
- い いっぱいある地元の食材 作って 食べて地産地消

- た 楽しく食卓を囲もう 家族や仲間とともに
- の 伸ばそう 育もう 子どもの頃から食事を作る・食べる・選ぶ力
- し 食事の時は「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつを
- い いきいきとした一日の始まりは 朝ごはんから

- た 食べ残し 作りすぎなど食べ物の「もったいない」を意識しよう
- め メディアを活用し、食品衛生の知識を得よう
- に 日本の食文化を大切に 地域や家庭の料理や作法を伝えよう
- な 仲間や家族で 食事づくり 野菜づくり等の体験活動に参加しよう
- る ルールある食品表示を参考に 食材選びに役立てよう



食をめぐる現状

食生活と健康

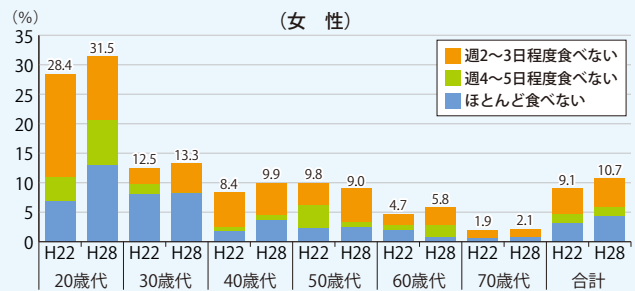
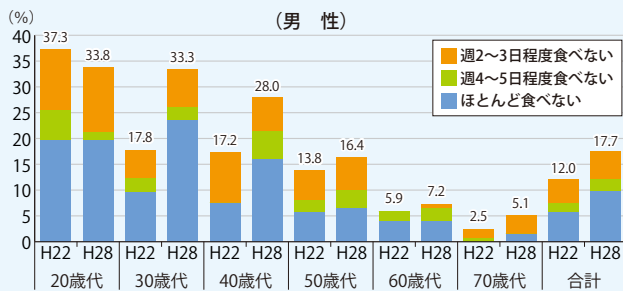
若い世代の食生活に課題

- 20歳以上で朝食を毎日食べる習慣がない人の割合は男女とも増加しています。特に、20歳代の男女、30歳代の男性は約3人に1人が朝食を毎日食べる習慣がありません。また、児童生徒の朝食の欠食率は、学年が上がるにつれて高くなる傾向がみられます。
- 日常生活で塩分を摂り過ぎないようにいつも気をつけていない人は、男性では30歳代、女性では20歳代で最も多いです。

引き続き若い世代を中心に食育を進めていく必要があります。

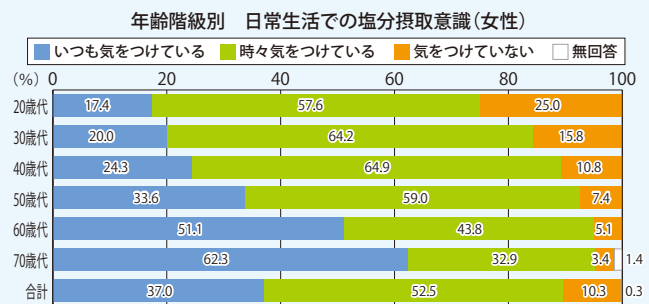
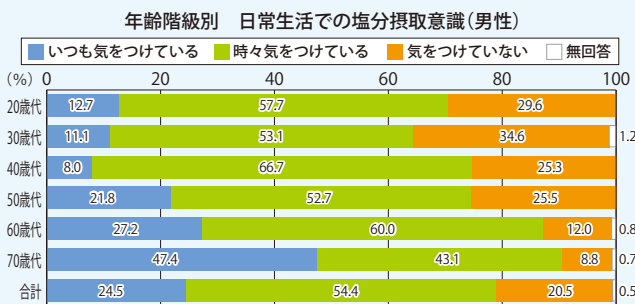
朝食を毎日食べる習慣のない者の割合（20歳代～70歳代）

資料：平成28年度島根県健康調査



日常生活での塩分摂取意識（20歳代～70歳代）

資料：平成28年度島根県健康調査



生活習慣病が増加、特に男性が多い傾向

- 男性は女性より若い年代から脳卒中を発症しており、発症率も高い状況です。糖尿病有病率も女性より男性の方が多く、いずれもこの5年間は横ばい傾向です。
- 子どもの頃からよく噛んで食べる習慣が身についていません。

脳卒中等の生活習慣病の発症や改善のためには、野菜をしっかり食べ、栄養バランスに配慮した食事や減塩、よく噛んで食べることの習慣化に向けての取組が重要です。

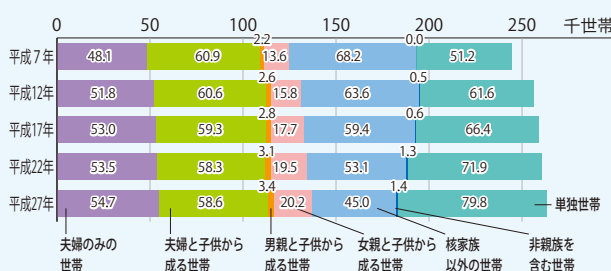
野菜の摂取量が少ない

- 1日に食べている野菜料理（皿数）は、男女とも1～2皿がもっとも多く、野菜の摂取量としては少ない状況です。

多様化している食生活

- 家族形態やライフスタイルが多様化していることから、家庭だけでなく地域や職場など家庭以外でも共食をする機会を持つ等生活状況に配慮した取組が必要です。

家族類型別世帯数の推移（島根県）



地域ぐるみでの取組がますます必要です。

食文化を学ぶ機会の減少

- 核家族化が進み家庭環境が変化中、地域や家庭で受け継がれてきた郷土料理・伝統食の料理方法や食べ方、作法などの食文化は、家庭で教わる機会が少なくなっています。

資料：総務省「国勢調査」

食の体験学習

- 保育所では、食育計画を定め、各園において食についての積極的な取り組みを行っています。
- 学校では、食に関する指導の全体計画・年間指導計画を作成し、教育活動全体を通して計画的・継続的に食に関する指導を行っています。
- 地域ではスーパー等身近な場所での啓発をおこなっています。

引き続き地域ぐるみでの体験の場づくりが必要です。

地産地消の取組

- 学校給食では、地元の農林水産物を積極的に取り入れています。学校給食で地場産物を使うことは地域の良さを改めて知る機会となります。
- 地産地消を推進する上では個人（家庭）消費の拡大が重要です。

学校給食での取組のほか消費者に向けたPRや量販店等での利用拡大取組が必要です。

食の安全・安心

- 平成27年4月から食品表示法が施行され、県民や食品関連事業者の食品表示に対する関心が高まっています。
- 家庭内食中毒が依然として発生しています。

適切な情報提供が必要です。

島根県食育推進計画 第三次計画 を策定しました

計画策定の趣旨

島根県では、食育基本法第17条に基づく都道府県計画として、平成19年3月に「島根県食育推進計画（第一次計画）」、平成24年3月に「島根県食育推進計画（第二次計画）」を策定し、「家庭」「保育所・学校等」「地域」における食育を島根の地域力を生かした県民運動として、10年にわたり食育の取組を推進してきました。

これまでの取り組みの成果や食をめぐる現状や課題等を踏まえ、食育の推進に関する取組を総合的かつ計画的に推進するための指針として、新たに「島根県食育推進計画（第三次計画）」を策定し、島根県における食育を推進します。

計画の位置づけ

食育基本法第17条に基づく都道府県食育推進計画として位置づけます。
また、家庭、学校、幼稚園・保育所、地域等様々な分野における関係機関・団体等の食育推進活動の共通指針として活用します。

計画の期間

平成29年度（2017年度）から
平成34年度（2022年度）の6か年計画です。

食育の総合的な推進イメージ

- 食に関する様々な知識や能力を含め、広く食べる知恵を身につけることが必要です。
- 島根の地域力を生かし、家庭や学校、地域等が連携し、地域全体で県民運動として推進します。

～しまねの豊かな自然環境、地域の人材等を生かした「食育」の推進～

基本理念

県民一人一人が「食べる知恵」を身につけ、食への「感謝の心」を養い、生涯にわたって心身の健康増進と豊かな人間形成を目指すことができるよう、食育をとおして、「生きる力」を育みます。

重点施策

生涯にわたる食育の推進
特に若い世代（高校生、大学生、子育て中の親世代を含む20～30歳代）への食育の推進

県民の**身近なところ**で、食に関する「おいしい・たのしい・ためになる」**体験の場**づくりの推進

食育活動への県民の主体的参加や、**関係機関・団体の連携・協力**による地域力を生かした**多様な暮らしに対応**し、環境にも配慮した食育の充実



家庭における食育の推進

- 子どもの基本的な生活リズムと望ましい食習慣の形成を図る。
- 「食育月間」「食育の日」「しまね家庭の日」を普及する。
- 妊産婦の望ましい食習慣を確立する。
- 青年期の健康的な食生活の実践に取り組む。
- ワーク・ライフ・バランスを推進する（家庭での食育を推進するための環境づくり）。



保育所、幼稚園、学校等における食育の推進

- 保育所保育指針に基づき、保育の一環として食育を位置付け推進を図る。
- 調理担当者等の資質の向上を図る。
- 栄養教諭等を中心とした食育推進体制の充実を図る。
- 子どもの発達の段階に応じた食育の推進を図る。
- 食に関する指導の授業の充実を図る。
- 食育を通じた健康状態の改善等の推進を図る。
- 食べるために必要な口腔機能について、健康教育を通じて理解を深める。
- 生きた教材として地場産物を活用した給食の実施促進に努める。
- 地場産物を味わうことや、地域に根ざした農林漁業体験を通じて、楽しみながら、食の大切さへの子どもたちの理解を促す。



地域における食育の推進

望ましい食生活を実践するための食育の推進

- 食育を推進するボランティア等の活動を支援する。
- 専門知識を有する人材の育成・活用を促す。
- 若い世代への体験型啓発を推進する。
- 事業所（職場）における食育の推進を図る。
- 健康づくり応援店や特定給食施設等における栄養や健康に関する情報発信を推進する。
- 食文化の継承のための活動を推進する。
- 健康づくりや生活習慣病の予防や改善のための食生活改善の実践を支援する。
- 「食生活指針」等の活用促進、県民への普及啓発を図る。
- 高齢者に対する食育の推進を図る。
- 多様な暮らしに対応した食育の推進を図る。

食品に関する知識習得のための取組

- 食品ロス削減を目指した運動を展開する。
- 消費者に信頼される農林水産物の普及・啓発を図る。
- 食品表示・衛生知識等の普及啓発を図る。

生産物、生産者に対する消費者理解促進のための取組

- 都市と農山漁村の共生・対流を促進する。
- 農林水産業、農山漁村の情報発信などを行う。
- 地元農林水産物の利用及び提供の拡大等を通じて理解を促す。

食品の安全・安心に対する取組

- 食品の安全性についてのリスクコミュニケーションを積極的に実施する。
- 食品関連事業者等における食育の推進を図る。



しまねの食育の推進にあたっての目標

この目標は、県民一人一人が実践する目標であるとともに、食育に携わる関係機関・団体・行政の取組目標です。基本理念のもと地域全体で食育を推進していきます。

※は第三次計画で新たに追加した指標

目標及び指標			現状値		目標値		関連計画	
(目標1) 朝食をきちんと食べる								
指標	幼児の欠食者の割合	1.6歳児	%	2.5	H27	0.0	H34	健やか健康しまね計画
		3歳児		4.2		0.0		
	児童、生徒の欠食者の割合	小5 (男)	%	4.4	H24	0.0	H30	しまねっ子元気プラン第二次 (H26年度～H30年度)
		小5 (女)		2.7		0.0		
		中2 (男)		8.6		5.0		
		中2 (女)		9.4		5.0		
		高2 (男)		14.0		10.0		
		高2 (女)		14.7		10.0		
	成人の欠食者の割合	20歳代 (男)	%	33.8	H28	30%以下	H34	
		20歳代 (女)		31.5		20%以下		
		30歳代 (男)		33.3		20%以下		
		30歳代 (女)		13.3		10%以下		
	(目標2) 野菜をしっかり食べ、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事をする							
指標	野菜料理を5皿以上食べている人の割合 ※	男	%	2.7	H28	4.0	H34	
		女		6.2		8.0		
(目標3) 減塩に気をつけた食生活を実践する								
指標	日常生活で塩分をとりすぎないように気をつけている人の割合 ※	男	%	24.5	H28	増やす	H34	
		女		37.0		増やす		
	濃い味付けを好んで食べる人の割合 ※	男	%	38.6	H28	減らす	H34	
		女		22.7		減らす		
(目標4) ゆっくりよく噛んで食べる								
指標	たいていの食べ物は噛んで食べられる者の割合 ※	55～64歳	%	88.5	H27	維持	H34	第2次島根県歯と口腔の健康づくり計画 (H29～H34年度)
	3歳児の不正咬合等認められる児の割合 ※					20.7		
(目標5) 学校や地域における地場産物の使用を推進する								
指標	学校給食における県内産食材の活用の割合		%	51.0	H25	63.0	H31	島根地産地消促進計画 (H27～H31年度)
	地産地消に積極的に取り組む食品量販店舗数 ※		店舗	0	H26	50	H31	
(目標6) 食に関する体験の場を増やす								
指標	関連機関・団体における食育体験活動の回数		回	13,860	H27	増やす	H34	
(目標7) 食品衛生知識の着実な普及を図る								
指標	テレビスポット配信数		数	67	H26	70	H31	食の安全安心確保に係るアクションプラン (第4期)
	講習会参加者数		人	1,588	H26	1,600	H31	
(目標8) 家族や友人などと食卓を囲む								
指標	週に一度は家族そろって食卓を囲む人の割合 ※	男	%	77.3	H28	増やす	H34	
		女		82.4				
	食事をともにする家族や友人がいる人の割合 ※	男	%	87.1	H28	増やす	H34	
		女		90.9				

発行 島根県健康福祉部健康推進課健康増進グループ

〒690-8501 松江市殿町1番地 電話：0852-22-5255 FAX：0852-22-6328

ホームページ <http://www.pref.shimane.lg.jp/medical/kenko/kenko/syokuiku/>