

飯南町食育推進計画

～食と農と健康と～

平成20年3月

飯 南 町

はじめに

～食と農と健康と～

この度、町民一人ひとりが「食」への感謝の気持ちを深め、「食」に関する知識と選択する力を学び、健康の源と言える「食」を振り返り、人生を健康で心豊かに生きることができる人を育むことを目的とし、「飯南町食育推進計画」を策定いたしました。

「食」は生命の基本であり、私たちが生活する中で欠かすことのできないものであります。今、季節を問わず多様な食品が手に入り、豊かな食生活が送れるようになりましたが、一方では、食生活の乱れや生活習慣病の増加、医療費の増加、家族がそろっての食事の機会の減少、「食」を大切にする意識の希薄化など、様々な問題が生じております。

こうした中、飯南町では「健康ないいなん21計画」を策定し、健康づくりを推進しているところですが、とりわけ飯南町の将来を支える子どもたちが、健康で豊かな人間性を育むためには、何よりも健全な食生活を実践していくことが大切であり、子どもたちを通じて、大人自身も食生活を見直すことが大切です。

また、本町の高齢率は38.1%と町民の2.6人に一人は65歳以上という状況であり、高齢期になっても健康で生涯現役で生活していくためには、健全な食生活と、自分にあった運動習慣を身につけるように心がける必要があります。

こうした課題を解決するためには、町民と行政がそれぞれの立場から「食」について考え、共に取り組み、「食育」を計画的に進めていくことが必要です。

今後は、この計画に掲げています「食」と「農」と「健康」とをテーマに、家庭、保育所、学校、地域、企業など町民の皆様のご理解とご協力のもと、「食育」を推進してまいります。

最後に、この計画の策定に当たり、熱心なご審議をいただきました「飯南町食育推進計画策定委員会」の委員の皆様をはじめ、多くの方からのアンケート協力もしていただき、貴重なご意見をいただきましたこと、厚くお礼申し上げますとともに、今後推進に当たり一層のご支援、ご協力をいただきますようお願い申し上げます。

平成20年3月

飯南町長 山 碕 英 樹

飯南町食育推進計画 目次

第1章 計画策定にあたって	1
1. 計画策定の趣旨	1
2. 計画の位置づけ	1
3. 計画の期間	1
4. 計画の推進体制	1
第2章 食育推進の基本的な考え方	2
1. 食育の基本理念	2
2. 重点目標	2
3. 計画の推進目標	4
第3章 現状と課題	4
1. 国の食をめぐる現状	4
2. 飯南町の食をめぐる現状	4
（1）食育に対する意識	4
（2）食生活	6
（3）生活リズム	8
3. 健康の状況	10
（1）基本健康診査	10
（2）歯と口の健康状況	13
4. 地産地消の状況	16
（1）地元農産物の保育所、学校給食への利用	16
（2）直売所	17
5. 保育所・学校・地域での食育活動	17
（1）保育所での取組み	17
（2）学校での取組み	19
（3）地域、公民館等での取組み	22
第4章 具体的な施策	24
1. 家庭における食育の推進	24
2. 保育所、学校における食育の推進	26
3. 地域、公民館等における食育の推進	29
4. 農業関係者の取組み	30
5. 行政の取組み	30
参考資料	32

第1章 計画策定にあたって

1. 計画策定の趣旨

近年、少子・高齢化や女性の社会進出等の社会状況の変化に伴い、生活環境は大きく変化しています。特に食生活の変化が大きく、お金さえあればいつでもどこでも好きな食べ物が手に入るようになりました。

しかし、自然や生産者をはじめとする食に関わる多くの人々に対する感謝の念が薄れ、食の大切さを忘れがちになっています。また、朝食の欠食をはじめとした偏った栄養の摂取や食習慣の乱れが、肥満や生活習慣病の増加や病気発症の低年齢化の要因となり、生涯にわたる健康づくりへの深刻な問題となっています。

このような状況の中、国では生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性を育むことができるように、平成17年7月には「食育基本法」を施行し、平成18年3月には「食育推進基本計画」を策定、また、県でも平成19年3月に「食育推進計画」が策定されました。

『食育』とは、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であり、また、豊かな人間性を育み、生きる力を身につけていく上での基礎となるものです。本町では、以前から、学校、保育所、地域などがそれぞれ食育に取り組んできました。

今後は、「健康ないいなん21」計画の基本目標である“町民すべてが生涯を通じて健やかに安心して暮らせるまちづくり”の実現を目指して、健康づくりの重要な役割を担う食育をより一層推進させるため、飯南町の特性を生かした食育を確立するとともに、家庭、保育所、学校、及び地域が連携し、より充実した活動を推進するため、その指針となる「飯南町食育推進計画」を策定するものです。

2. 計画の位置づけ

本計画は、食育基本法第18条に基づく市町村食育推進計画として位置づけます。なお、推進にあたっては「飯南町総合振興計画」のほか、「健康ないいなん21」等との整合性を図りながら進めます。

3. 計画の期間

計画の策定年度は平成19年度とし、この計画の実践は、平成19年度から平成23年度までの5年間とします。

4. 計画の推進体制

飯南町の地域特性などを生かした食育を具体的に推進するため、家庭、保育所、学

校、地域、企業など様々な領域において、総合的に「食育」を進めていく必要があります。

このため、町では関係課が横断的な連携を図りながら、関係機関との連携により、町民一人ひとりに浸透するよう計画を推進していきます。

第2章 食育推進の基本的な考え方

1. 食育の基本理念

生涯にわたって心身の健康を保持増進していくためには、食事、運動、休養などの望ましい生活習慣の確立が必要です。

人が生命を維持していくためには、食べることは不可欠です。したがって、食事をいかに健康的に、またおいしく食べるかということが、生活の質の向上や、豊かな人間性を育むうえで重要になってきます。一方、食べることは、物の生命をいただくことでもあります。ですから、食物をもたらす豊かな自然や、食に関わる人々やその活動に対して感謝の気持ちと理解を深めることが大切です。

私たちは様々な学習と体験活動などを通して、「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、心身の健康を増進させる健全な食生活を実践するために、家庭、保育所、学校、地域が連携・協力して食育の推進に取り組む必要があります。

わが町には豊かな自然があり、おいしいお米や野菜などがたくさん生産されています。これらの地域資源を生かし、安心・安全な地元産食材を学校給食等に積極的に取り入れることは、食の安全性の確保、食料自給率の向上につながり、地産地消を推進することになり、活力のある町づくりにつながります。

以上のことから、健康で生き生きとした生活を送るためには「食」が密接な関係にあることを町民一人ひとりが再認識し、一人ひとりができることから取り組み、それを家庭や地域に根ざした活動にできるよう食育を推進していきます。

2. 重点目標

(1) 望ましい食習慣・生活習慣を身につける

近年における食生活をめぐる環境の変化により、栄養の偏り、不規則な食事、肥満や生活習慣病の増加などが問題になっています。これらを改善するためには、規則正しい生活習慣を身につけ、食生活のバランスを整えることが大切です。家庭では、子どもの頃からの早寝早起きなど規則正しい生活を習慣づけ、朝ごはんをおいしくいただけるようにすることが肝要です。

(2) 食事のあいさつを習慣づける

経済成長とともに食べ物が有り余る時代となりました。そのため、食べ物に対する感謝の念が薄れ、『いただきます』や『ごちそうさま』のあいさつが失われつつあります。食べられることは当たり前ではありません。食べることは物の生命をいただくことであり、自然の恵みや、食に関わる人々やその活動に対して感謝の気持ちを表すあいさつは、とても大切なことです。また、家族団らんや友人といっしょに食事をするのは、食の楽しさを実感させ、精神的な豊かさをもたらします。保育所や学校でしている食事のあいさつを家庭でも実行し、家族みんなで楽しくおいしい食事をとることができるようにします。

(3) 食に関する体験学習を推進する

「食」への関心を育み、その大切さや大変さを理解し、感謝の念を再認させ、子どもたちが自分自身で健康に生活できるような力の基礎を養うことが食育の目標です。そのためには乳幼児期からの生活の中で、発達段階に応じた豊かな食の体験を積み重ねていくことが必要です。このため、農作業や収穫、料理体験（郷土食を含む）など、さまざまな食に関する体験活動を積極的に推進します。

(4) 地産地消を進める

食の安全・安心への関心の高まりとともに、注目されているのが「地産地消」の取り組みです。地元の新鮮な農産物は地域の人々が作っており、身近な場所で採れたもので安心です。

保育所や学校の給食、また家庭の食卓にも地産地消を進めます。

(5) 歯と口の健康づくりと連携した取り組みを進める

健康な食生活を送るためには、歯と口の健康づくりは切り離せません。健康な歯でよく噛み、味わうことは、肥満防止、脳の活性化など全身の健康づくりにつながるだけでなく、生活の質を高める基礎となります。また、最近では、口腔内の状態と糖尿病などの生活習慣病の状態との関わりも指摘されています。

基本健診や事業所健診、また学校歯科保健活動などの歯と口の健康づくりと食育の取り組みを連携させていきます。

3. 計画の推進目標

目 標	現状値	目標値
「食育」という言葉の意味の認知度を高める	42.4%	60%
「メタボリックシンドローム」を理解している人を増やす	61.5%	85%
定期的な歯科受診の人の割合を増加させる	30.8%	増やす
歯科保健活動と関わる食育の指導をしている学校を増加させる	50%	100%
食育の推進に関わるボランティア（食生活改善推進員）の数を増加させる	116名	増やす
地元食材の保育所や学校給食への提供を維持する		維持継続

第3章 現状と課題

1. 国の食をめぐる現状

社会経済情勢がめまぐるしく変化するなかで、次のような問題が生じています。

- ・「食」を大切にする心の欠如
- ・栄養バランスの偏った食事や不規則な食事の増加
- ・肥満や生活習慣病の増加
- ・過度の痩身志向
- ・「食」の安全性の問題発生
- ・「食」の海外への依存
- ・伝統ある食文化の喪失

2. 飯南町の食をめぐる現状

(1) 食育に対する意識

「食育」について、言葉や意味を知っていたと答えた人は42.4%で、半分以上の人が、「言葉のみしか知らない」「知らない」と答えています。

また、食育に関心がある人32.1%と少しある人37.1%をあわせて、約7割の人が食育に関心があると回答し、食育への関心の高さを感じます。一方、関心を持っていない人も2割以上あります。

日々の食生活に関心を持ち、見つめなおし、健全な食生活の実践につながるよう、様々な角度からの食育の推進が求められます。

「食育」の言葉や意味について

	知っていた	言葉のみ	知らない	無回答	合計(人)
男	126	143	121	6	396
女	183	112	34	10	339
性別未記入	49	40	18	2	109
合計	358 42.4%	295 35.0%	173 20.5%	18 2.1%	844 100%

(飯南町食育アンケート)

「食育」に関心がありますか

	ある	少しある	あまりない	ない	分らない	無回答	合計(人)
男	80	134	84	54	40	4	396
女	154	135	22	10	12	6	339
性別未記入	37	44	9	10	8	1	109
合計	271 32.1%	313 37.1%	115 13.6%	74 8.8%	60 7.1%	11 1.3%	844 100%

(飯南町食育アンケート)

食事バランスガイドを見たことがありますか

(男女別)

	ある	ない	無回答	合計(人)
男	144	249	3	396
女	220	109	10	339
性別未記入	51	56	2	109
合計	415 49.2%	414 49.0%	15 1.8%	844 100%

(飯南町食育アンケート)

(年代別)

	ある	ない	無回答	合計(%)
10歳代	66.7	33.3	0.0	100
20歳代	53.7	46.3	0.0	100
30歳代	52.1	47.9	0.0	100
40歳代	65.6	34.4	0.0	100
50歳代	44.2	55.8	0.0	100
60歳代	44.7	53.7	1.6	100

70 歳代	40.3	54.7	5.0	100
80 歳代	48.5	42.4	9.1	100
未記入	50.0	42.3	7.7	100

(飯南町食育アンケート)

平成17年6月に公表された食事バランスガイドについては、見たことがある人は約半数でした。今後、一層の周知を進め、日々の生活に活用されるようにしていく必要があります。

(2) 食生活

朝食は、一日を活動的に過ごすための大切なエネルギー源です。国の調査では、20, 30代の男性の「朝食抜き」が増えています。朝食の欠食は、生活リズムとの関係が深いものです。遅くまで起きていて朝はなかなか起きられず、時間の余裕もなく、食欲がわからないという状況もあるようです。子どもも大人も朝食の欠食を改善するためには、生活リズムの見直しも必要です。

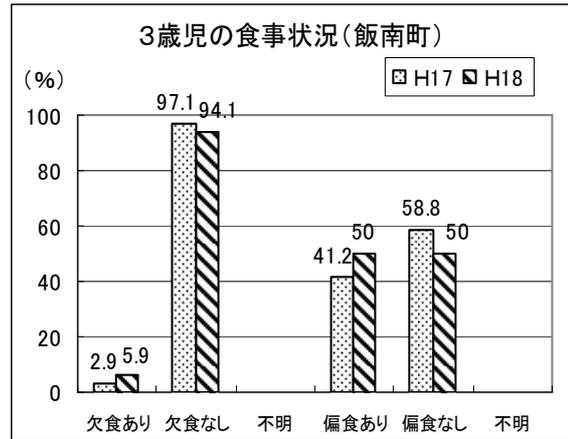
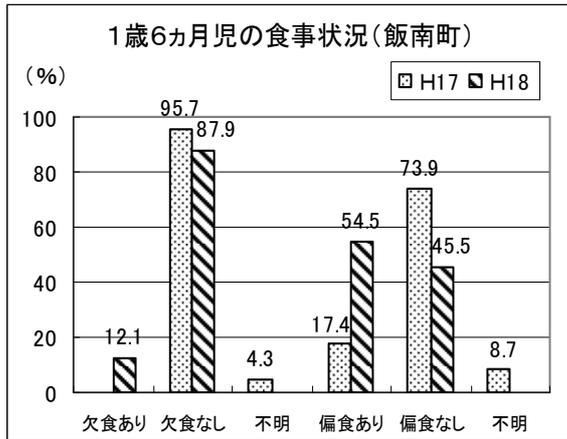
飯南町の児童の食生活調査によると、朝食はほぼ全員が摂っていますが、内容については主食のみ、おかずだけというように、食事の内容・質を考える必要があるようです。また、若い世代における野菜の摂取不足が指摘されています。

また、「毎朝、牛乳を飲みますか」という質問結果では、家庭で牛乳を飲む習慣は少ないことが伺えます。また、「嫌いなものが出たとき残さず食べる」と回答した児童・生徒は、家庭より給食のほうが多いという結果が出ています。

保健事業では、ライフステージにあった食育を推進しており、妊娠期から高齢期まで、食に対する意識づけや栄養バランス、生活習慣の大切さを伝えられるよう保健師や助産師、栄養士による栄養指導や調理実習を取り入れて進めています。

保育所・学校給食では、食べる前と後に、全員で手を合わせて「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしています。家庭でも同じように、大人も子どももあいさつをしたいものです。食材や生産者、調理してくれた人への感謝の気持ちを表わすのが、食前食後のあいさつです。そのあいさつを習慣化することが、好き嫌いをせず残さず食べることにもつながっていきます。

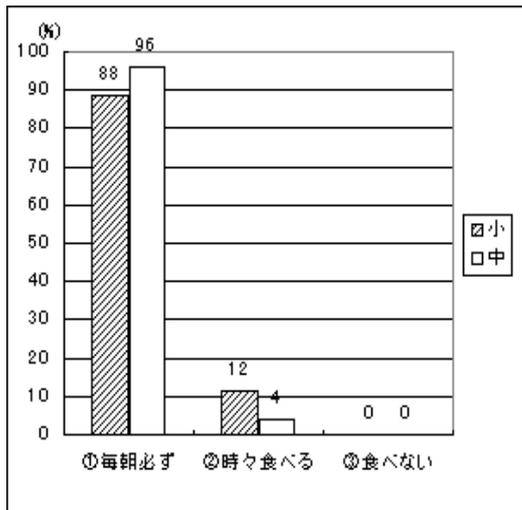
【乳幼児の食事状況】



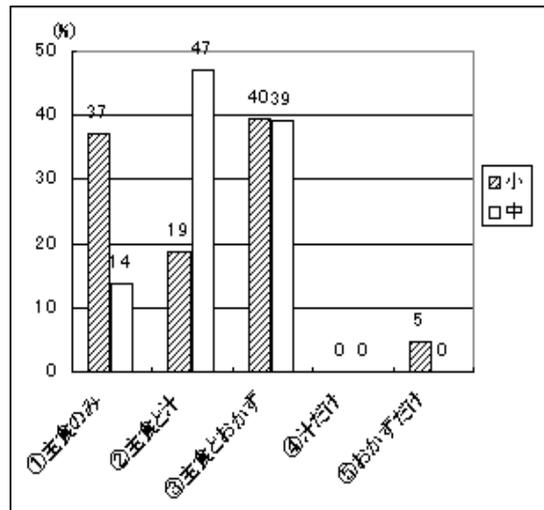
(母子保健事業報告書)

【朝食について】

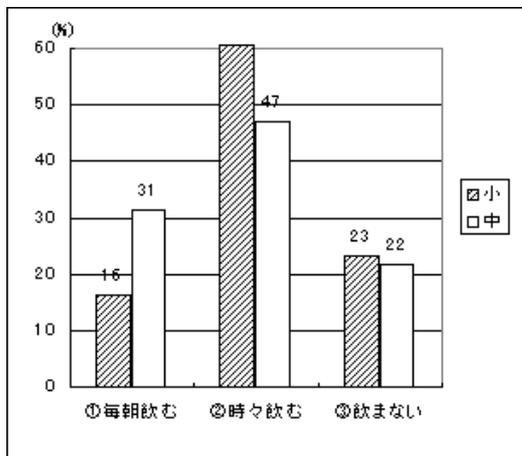
朝食を食べますか。



朝食の内容について

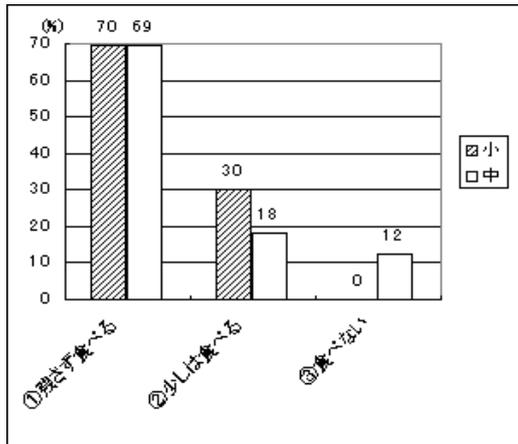


【毎朝、牛乳を飲みますか。】

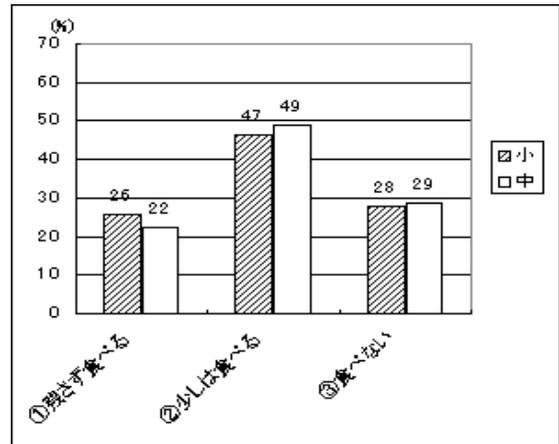


【嫌いなものが出た時はどうしますか。】

給食では



家では



※「児童・生徒の食生活調査」結果使用

【平成18年9月飯南町学校給食会実施、対象：小学5年生43人・中学2年生51人】

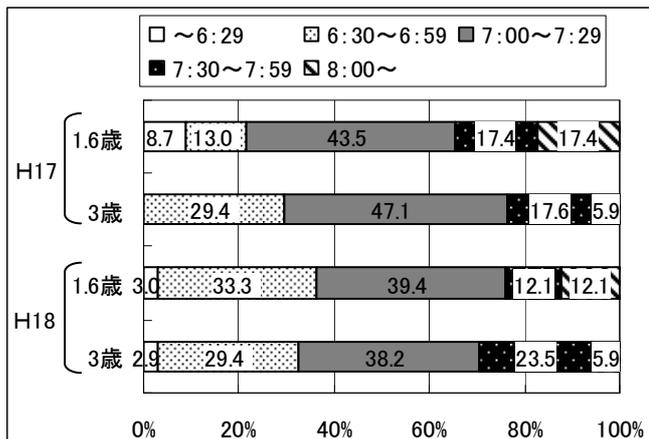
(3) 生活リズム

睡眠時間については、小学生は65%が、また中学生は約50%が8時間くらいと回答しており、睡眠時間はよくとられているようです。しかし中には、就寝時刻が10時から12時、また睡眠時間も6、7時間しかとれていない小学生も見られます。

運動習慣については、小学生は中学生に比べ、運動をすることが少ないようです。毎日運動する児童は約40%、時々が50%です。

排便習慣については、毎日決まった時間に排便があるのが理想です。しかしながら、排便が毎日ある児童は30%、生徒は55%となっています。なかには、一週間に一度というケースも見られます。排便の時間もまばらであり、「特に決まっていない」と回答した児童・生徒も見られます。

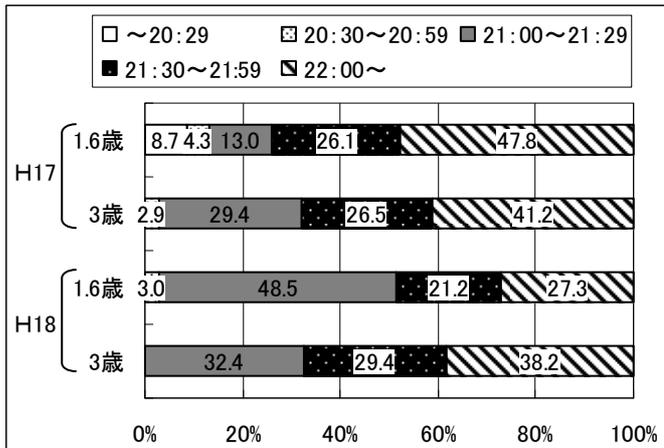
睡眠不足、朝の時間に余裕がない、朝食の欠食、日中の運動不足、排便がないなど生活リズムの乱れが、心身への悪影響を及ぼしているのではないかと懸念されます。 【幼児期の起床時刻】



午前7時30分までに起床する幼児が7割を占めているが、8時以降の幼児もいる。

(平成17.18年度 乳幼児健診)

【幼児の就寝時刻】

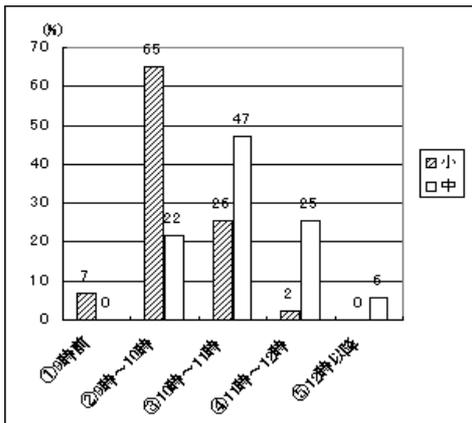


就寝時刻では午後9時以降が大部分を占め、10時以降の幼児も多い。

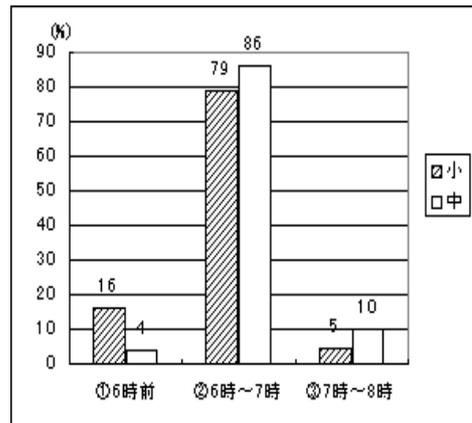
(平成17年度、18年度 乳幼児健診)

【睡眠時間について】

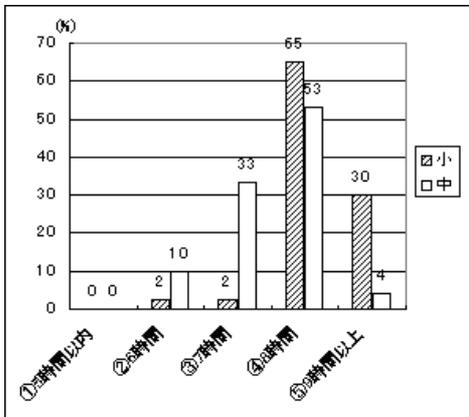
寝る時刻はいつですか。



朝起きる時刻はいつですか。

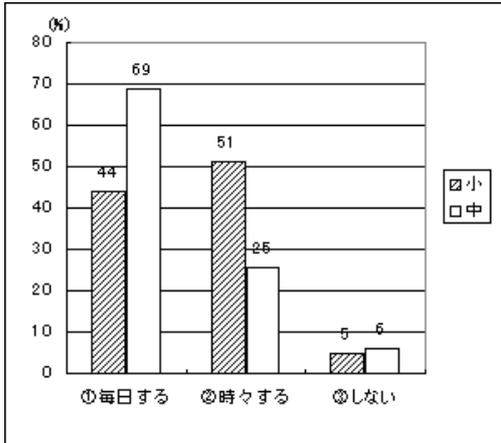


睡眠時間はどれくらいですか。



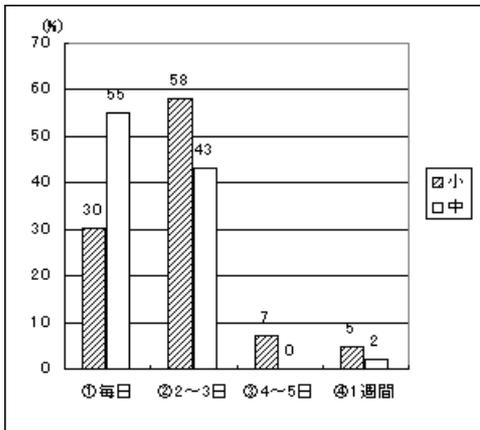
【運動について】

家で運動をしていますか(部活も含め)。

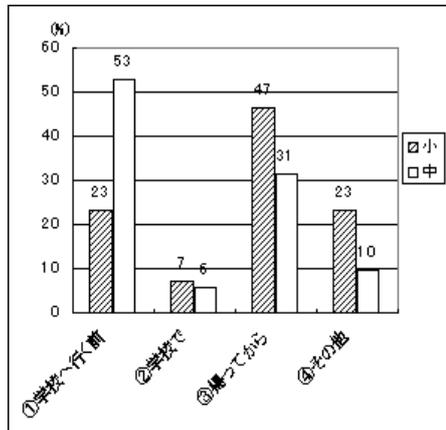


【排便について】

排便はありますか。



いつ排便しますか。



(児童生徒食生活調査)

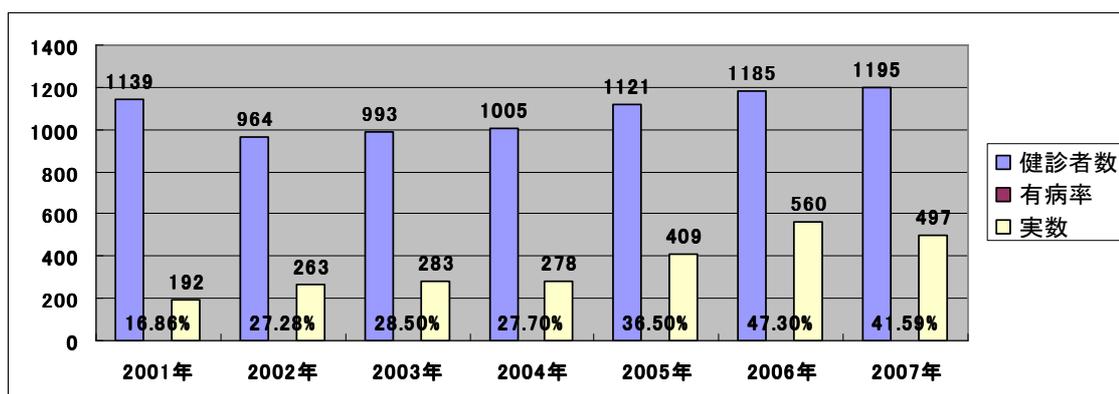
3. 健康の状況

(1) 基本健康診査

健康への意識を向上させるため、生活習慣病予防対策として基本健康診査を実施しています。疾病を早期に発見し治療につなげるとともに、必要な人に対して栄養指導や保健指導を行っています。

飯南町の平成18年度の基本健診受診者数は1,185人で、受診率は43.4%でした。平成19年度は、受診者は1,195人で、受診率は前年と同じ43.4%です。そのうち要医療者は919人で、76.9%という結果が出ています。主要疾病の状況をみると、高血圧が56.3%、心疾患が35.7%、糖尿病が41.6%、高脂血症が20.2%という高い結果が出ており、病気を重複して抱えているのが分かります。高血圧疾患や糖尿病が受診件数・医療費ともに高く、またこれらの疾患が悪化した結果合併症といわれる脳卒中や腎不全などが見られます。

○基本健診結果による糖尿病有病率の年次推移



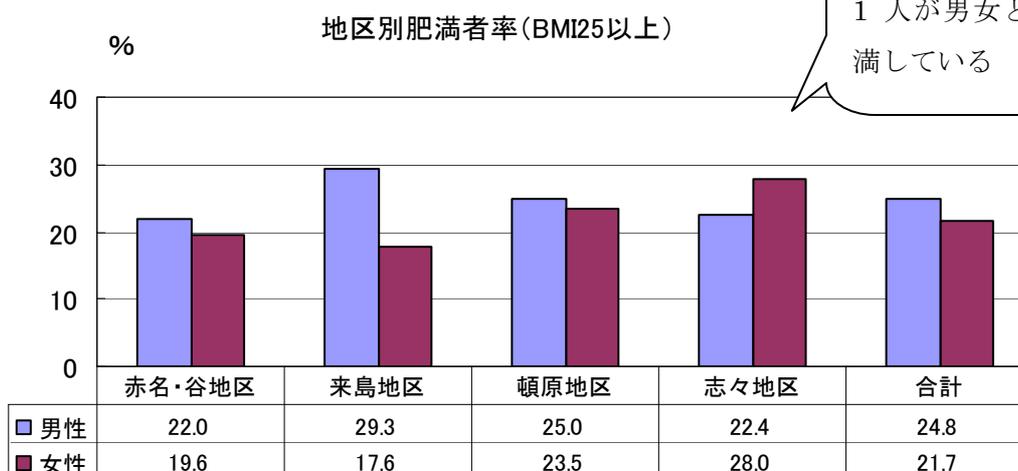
島根県全体で、肥満者(BMI 25以上)が増加している状況にありますが、飯南町でも、平成18年度基本健康診査の結果によると、40歳以上の4人に1人が男女とも肥満しており、加えて男性5人に1人がメタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)という結果が出ています。

○成人における肥満者(BMI 25以上)の割合

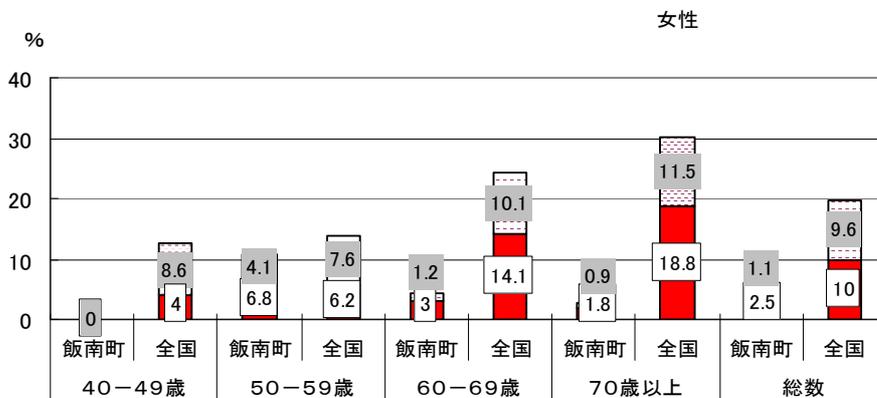
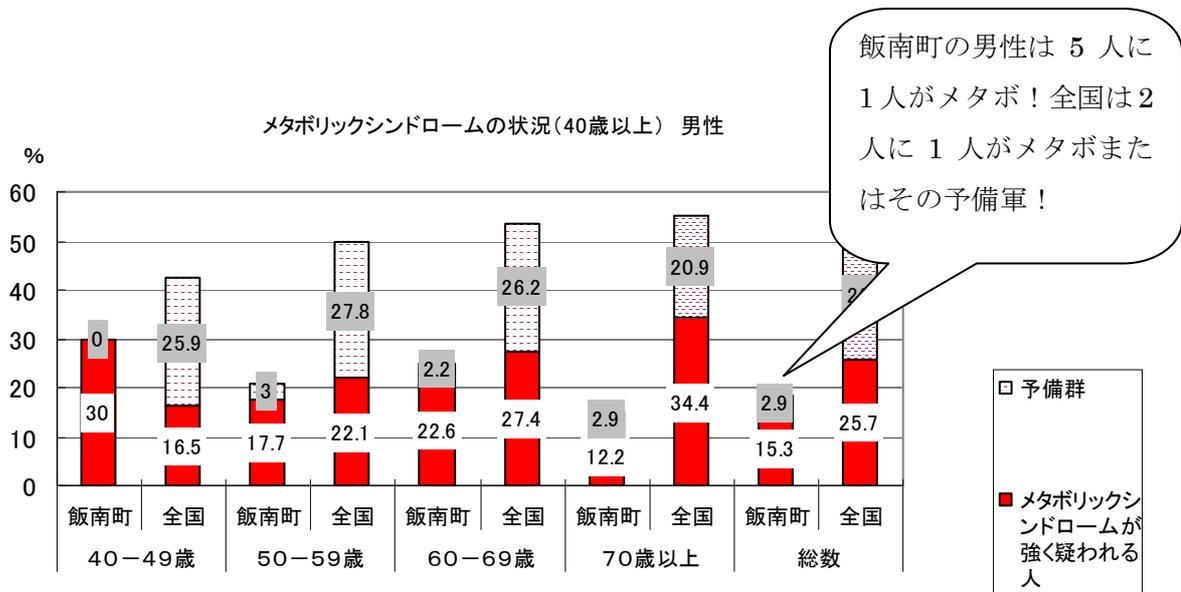
	平成11年度	平成15年度
男	18.7%	22.0%
女	22.3%	22.6%

(平成11年度、15年度基本健康診査：島根県食育推進計画抜粋)

○飯南町肥満者の状況



(H18基本健診結果)



(H18基本健診結果)

○食育アンケートによる飯南町での「メタボリックシンドローム」についての認知度
 メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)について、「内容を知っている」と答えた人は、全体の65.1%でした。今後は、メタボリックシンドロームと生活習慣病の関係についてより理解を深め、食生活に留意し、運動習慣を身につけるなど、自らが病気の予防に努めなければなりません。

「メタボリックシンドローム」(内臓脂肪症候群)とは何か知っていますか?

	知っている	言葉のみ	知らない	無回答	合計(人)
男	238	115	38	5	396
女	246	60	22	11	339
性別未記入	65	26	16	2	109
合計	549	201	76	18	844
	65.1%	23.8%	9.0%	2.1%	100%

(飯南町食育アンケート)

(2) 歯と口の健康状況

子どものうちはむし歯により、また、高齢になるとむし歯に加えて歯周疾患によっても噛めなくなり、食べられるものが限られてきて、食事を楽しむ幅も狭まってしまいます。30歳頃からでも、歯周疾患で歯を失うこともあり、歯と口の健康づくりは、食物の咀嚼のほか、食事や会話を楽しむ等、生活の質を向上させる基礎となるものです。

8020達成者は、非達成者と比較して一般医療費が少なくなる傾向にあり、歯と口の健康維持によって、より健康な体の状態を維持できるというデータが出ています。乳幼児期から各ライフステージに応じた歯と口の健康づくりが重要です。

飯南町では、基本健診時に成人歯科健診を実施しており、事業所においては職場歯科健診にも取り組んでいます。また、歯科医師や歯科衛生士、保健師が歯科教育に地区へ出かけることもあります。今後、健診で歯周疾患やむし歯を発見するだけでなく、受診者を増やしていくとともに、具体的に予防および治療を実践することが重要です。そのためにも、かかりつけ歯科医院による定期的な口腔管理へとつなげて行くことが必要です。

この度の食育アンケート調査によると、定期的に歯科受診している人は、回答者の28.1%でした。また、歯磨きについては、1日2回が40.4%で、朝と寝る前が最も多い結果が出ました。しかし、1日1回や、しないと回答した人が29.4%ありました。今後、家族、特に親もいっしょになって、歯磨き、定期受診を習慣づける必要があります。

定期的に歯科受診（健診）していますか？

(男女別)

	はい	いいえ	無回答	合計 (人)
男	106	283	7	396
女	93	236	10	339
性別未記入	38	66	5	109
合計	237 28.1%	585 69.3%	22 2.6%	844 100%

(飯南町食育アンケート)

(年代別)

	はい	いいえ	未記入	合計 (%)
10歳代	0.0	100.0	0.0	100
20歳代	9.0	91.0	0.0	100
30歳代	14.9	85.1	0.0	100

40歳代	21.4	77.9	0.8	100
50歳代	32.0	66.3	1.7	100
60歳代	35.0	65.0	0.0	100
70歳代	37.1	56.6	6.3	100
80歳代	51.5	30.3	18.2	100
未記入	30.8	61.5	7.7	100

(飯南町食育アンケート)

歯磨き（入れ歯の手入れ含む）はいつしますか？→回数に変換

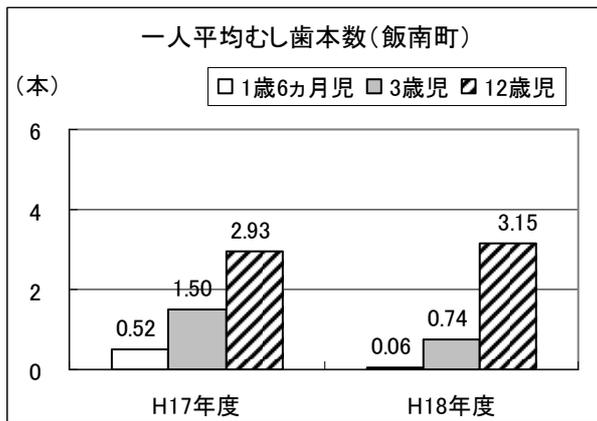
	1回	2回	3回	4回	しない	無回答	合計
男	147	173	54	11	6	5	396
女	55	125	140	16	0	3	339
性別未記入	38	43	22	3	2	1	109
合計	240 28.4%	341 40.4%	216 25.6%	30 3.6%	8 1.0%	9 1.0%	844 100%

(飯南町食育アンケート)

子どもの歯科については、むし歯の本数は年次推移では、全体的に増加傾向です。むし歯の発生予防のためには、幼児では保護者の点検磨きを習慣化すること、生活リズムを整え、だらだらとした食事やおやつなどを食べないようにすること、フッ化物を利用し歯の質の向上を図ること等を、保護者が理解し、むし歯予防につなげていく取組みが必要です。乳幼児健診や育児教室等で、歯科教育を行っています。希望者にはフッ化物塗布・フッ化物洗口を進めています。児童・生徒については、学校保健統計によると、町内の小中学校男女とも、むし歯罹患率と未処置率が県・全国平均よりも高い状況です。

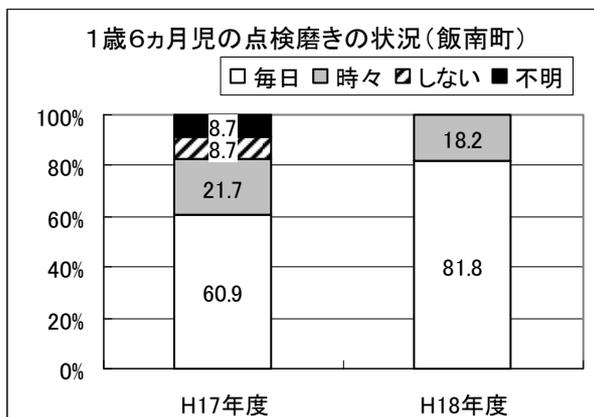
学校によっては、よく噛むことの大切さを学習したり、おやつの糖分調べなどを行っています。また、体や目で体験、実感し、歯科医や栄養士などの話を通して、口腔内の健康づくりに関わる食育の指導を行っています。

【子どものむし歯の本数】



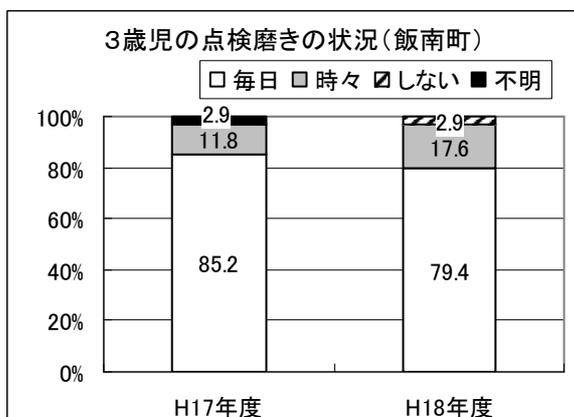
(平成17年度、18年度 乳幼児健診、学校保健統計)

【1歳6ヶ月児の点検磨きの状況】



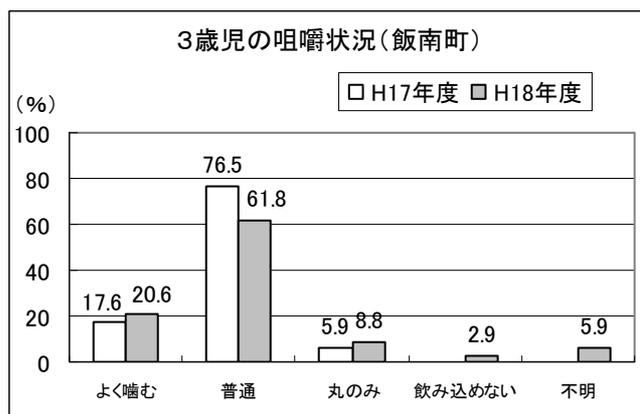
(平成17年度、18年度 乳幼児健診)

【3歳児の点検磨きの状況】



(平成17年度、18年度 乳幼児健診)

【3歳児のそしゃく状況】



(平成17年度、18年度 乳幼児健診)

4. 地産地消の状況

(1) 地元農産物の保育所、学校給食への利用

地元農産物を給食に使用することは、安全で安心な食材の供給につながるとともに、生産者の顔が見えることから、食材に対する感謝の気持ちを養うことにつながります。

飯南町の学校給食への地元農産物の利用については、冬場の問題や天候不良時の価格補償の問題などがありますが、今後、町としてはJAと出荷協議会の協力と連携のもとに、積極的に納入できる生産者を増やし、安定した地元農産物を供給できる体制作りを進めていく必要があります。なお、米や味噌などの加工品はすべて地元産を使っています。

【学校給食における地元食材の導入割合 (H18.4～H19.1)】

品目	総使用量 (kg)	地元産使用量(kg)	割合 (%)
白菜	460	368	80
大根	446	222	50
ねぎ	107	34.5	32
キャベツ	1,142	152	13
セロリー	4	4	100
かぶ	36	18	50
かぼちゃ	130	71	55
玉ねぎ	1,240	100	8
さつまいも	120	60	50

じゃがいも	1,320	530	40
りんご	使用回数 13回	使用回数 9回	69
ミニトマト	使用回数 30回	使用回数 2回	6
舞茸	50	50	100
やまめ	540尾	540尾	100
とうふ、油揚げ 厚揚げ、おから			100
とんぼら漬け	53	53	100
こんにゃく			100
みそ	100	100	100
米 (H19.3 まで見込み量)	5,860	5,860	100

(飯南町学校給食会)

※なお、農産物においては、その年の生産状況等により、出荷される品目・数量には変動があります。

保育所では、出荷協議会や地元の高齢者グループ「保育所給食を考える会」から野菜などの提供を受けています。安全な地元食材を給食に取り入れ、健康で心豊かな子どもたちの育成を目指しています。また、食事会などを通して交流を深め、生きがい作りの場にもなっています。しかし、野菜の供給量や種類には限度もあり、また高齢化や後継者不足という問題も抱えています。

(2) 直売所

飯南町内には7箇所の産直施設があり、地域の生産物を直売施設等により販売する、産直施設の取組みが盛んであり、産直の販売額も順調に伸びています。また、各地域の農産物直売所を拠点として、女性・高齢者が中心となって意欲的に取り組まれています。

このように、産直施設の整備やJAの販路開拓等により、産直体制の開拓等の整備が進んできましたが、今後さらなる消費者ニーズに応じた生産・販売のしくみづくりや消費者と生産者との交流の取組みが求められています。

5. 保育所・学校・地域での食育活動

(1) 保育所での取組み

各保育所では、以前から食育に関連した、さまざまな体験活動に取り組んでいます。(児童数等：平成19年度)

保育所名	事業・内容	課題
桜ヶ台保育所 児童 51 名 職員 8 名	<ul style="list-style-type: none"> ・食生活改善推進協議会との啓発事業 親子調理実習、保護者研修、「食育カルタ」など ・親子おやつ作り（餅つき等） ・野外クッキング（焼きさば、やまめの塩焼き、カレー、焼き芋など） ・菜園活動 ・老人福祉施設との交流（餅つき・そうめん流しなど） ・日々の食事とおやつの手作り ・毎日の給食の展示 ・伝統的行事（七夕、節分、ひな祭りなど） 	<ul style="list-style-type: none"> ・参加者数に問題 ・予算の問題 ・調理の部分に少しずつ子どもの参加する場面をふやす ・畑が狭く場所が問題 ・畑の整備が必要
さつき保育所 児童 18 名 職員 4 名	<ul style="list-style-type: none"> ・安全な地元野菜の提供者（保育所給食を考える会）との交流 ・クッキング（焼きさば、やまめの塩焼き、カレー、焼き芋） ・菜園活動 ・親子おやつ作り ・日々の食事とおやつの手作り ・福祉施設との交流（餅つき） ・食育パネルの展示 ・毎日の給食の展示 ・芋ほり・栗拾い・柿とり 	<ul style="list-style-type: none"> ・通年の野菜提供が困難 ・野菜品目に限定がある ・予算の問題 ・畑作りの知識、手間の不足
赤名保育所 児童 53 名 職員 10 名	<ul style="list-style-type: none"> ・高齢者との交流会（しば餅作り・餅つき） ・他園との交流会（カレー） ・クッキング（クッキー、ケーキ、ホットケーキ、お好み焼き） ・伝統的行事（節分・ひな祭り等の行事） ・毎日の給食の展示 ・菜園活動 ・給食人気メニューレシピ配布 ・野外クッキング（塩さば・塩さんま・ 	<ul style="list-style-type: none"> ・予算の問題 ・出荷協議会による通年の野菜提供が困難 ・野菜品目に限定がある ・家庭との連携（食事マナー等）

	山女焼き、焼き芋、飯ごう炊さん ・ 日々の食事とおやつの手作り	
来島保育所 児童 51 名 職員 9 名	・ 老人会交流会（お月見団子、流し雛） ・ 地域の皆さんとの交流会（餅つき） ・ 出荷協議会交流会 ・ 他園との交流会（乙立幼稚園） ・ 菜園活動 ・ 伝統的行事（七夕・節分・ひな祭り） ・ クッキング（カレーライス、シチュー、ホットケーキ、クッキー等） ・ 野外クッキング（塩さば・塩さんま焼き、カレー等） ・ 献立表配布、給食人気メニューレシピ配布 ・ 毎日の給食の展示 ・ 日々の食事とおやつの手作り	・ 予算の問題 ・ 出荷協議会による通年の野菜提供が困難 ・ 野菜品目に限定がある ・ 家庭との連携（食事マナー等）

（２）学校での取組み

学校では、食育活動がすでに進んでいます。特に小中学校においては、町内ほとんどの学校が「食に関する指導の全体計画」を策定して、給食時間をはじめ学校教育活動の中で幅広く食育を進めています。

また、野菜やお米の栽培活動や収穫体験、食体験を積んだり、生産者・保護者・栄養士・給食の調理員さんたちとの会食を行ったり、地域の方々から行事食を学んだり、様々な体験を積んでいます。こういう取組みを通して、食に関心を持ち、それに係わるたくさんの物、人への感謝の気持ちを養い、食の豊かさを知り、豊かな心を育む活動を行っています。平成 18 年度は、各学校が次のような取組みをしました。（児童・生徒数等：平成 19 年度）

学校名	事業・内容
赤名小学校 児童 77 名 教職員 13 名	・ 食・生活習慣をテーマに「食の学習ノート」を活用した公開授業 ・ 地域の方との交流、行事食作り（だんご、手作りおやつ、そば打ち） ・ やまめの養殖ややまめつり体験（地域のよさを知り、地域の方の思い、ふるさとへの愛着を深める） ・ 米・さつま芋・野菜の栽培、収穫祭（食の豊かさを体験） ・ 生産者・給食センター栄養士・調理員との会食（生産者の苦労や思

	<p>いを知り、感謝の気持ちを育てる)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・親子給食会（給食懇談会の開催、保護者・学校・栄養士との意見交換） ・バイキング給食を通して食べる量や栄養バランスについて学ぶ ・農家の野菜作り見学 ・日常の給食時の児童委員会活動（手洗い調べ、マナーの呼びかけなど） ・望ましい生活習慣の見直しの取組み（すくすくチェックカードの活用、すくすくだよりなど） ・学校給食週間中の活動（給食の歴史等の啓発活動） 他
<p>来島小学校 児童 73名 教職員 13名</p>	<p>○子ども・保護者・親子・地域その他を対象にした各活動</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「食の学習ノート」の活用による指導（学校と家庭の連携） ・「食の教育」公開授業（旬のもの、よくかんで食べること、食事バランス、衛生等についての学習） ・毎月の食の日の給食目標に合わせた指導 ・PTA親子活動での「学校の野菜を使ったカレー作り」「こんにゃく作り」など各学年での取組み、学校便りやホームページによる食の活動PR ・生産者、給食センターの方々との会食（生産者の苦労や思いを聞き、理解し感謝の気持ちを持たせた） ・公民館活動でのお菓子作りの参加PR ・ふれあい農園での野菜作り・収穫祭 他
<p>志々小学校 児童 20名 教職員 8名</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・夏野菜作り、大豆栽培、豆腐作り、飯ごう炊さん、地元の無農薬野菜栽培畑の見学、地元探検：特産品・やまめ養殖場見学 ・みのり活動（田植え、稲刈り、餅つき、収穫祭） ・田植神事、田植料理「さんばいさん」を味わう ・全校バイキング給食と食の指導強化週間（食の学習ノート活用） ・栄養士・調理員さんとの会食 ・親子給食 ・一口栄養メモの作成、発表 ・清涼飲料の糖度調べ 他
<p>頓原小学校 児童 82名 教職員 14名</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・「食の学習ノート」活用による指導（学校と家庭の連携） ・栄養士と一緒に、食事の栄養バランス、おやつについて考える ・「総合的な学習の時間」を活用し、ふるさとで出来る野菜を育てたり、加工したりする。 ・お世話になった人や生産者との交流（作った米や地域の食材を使っ

	<p>た食事会。伝統食、保存食について学ぶ。)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・バイキング給食を通して食べる量や栄養バランスについて学ぶ ・衛生面での学習 他
<p>赤来中学校 生徒 95名 教職員 15名</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・日常の給食指導（栄養のバランス、栄養摂取量、衛生面、マナー面、おやつ、食品添加物等年間を通じた取組み） ・弁当バイキング（栄養士、調理員と）：高校生活での弁当作りへの指導 ・健康診断に関わる食指導（血液検査・骨密度検査の事前・事後指導） ・歯科衛生教育と食指導（学校歯科医による講話） ・生活点検活動による指導（朝食摂取の有無、バランスチェック） ・給食週間中の活動（残量チェック、給食の歴史等の啓発活動など） ・食育月間・食の日のPR ・保健室における個人指導（来室時の調査表からの食生活のアプローチ及び指導） ・健康カウンセリング（全校生徒、食の実態を含めた健康状況の検討） ・学校だより・保健だより・ホームページによる食に関する啓発活動 他
<p>頓原中学校 生徒 92名 教職員 13名</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・日常の給食指導（栄養のバランス、衛生面、マナー面等年間を通じた取組み） ・学校、栄養士、調理員による指導：給食の歴史、衛生管理、感謝して食べることなど ・弁当バイキング（栄養士・調理員と）：高校生活での弁当作り、バイキングのマナーについての指導 ・健康診断に関わる食指導（血液検査・骨密度検査の事前・事後指導） ・保健だよりによる食に関する啓発活動 ・生徒保健委員会による啓発活動（食をテーマにした壁新聞の作成など） 他
<p>飯南高校 生徒 162名 教職員 40名</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・一日に必要な野菜・果物の摂取量、廃棄量についての学習 ・だしのとり方（だしがしっかりとれると、薄味で食材の味も分りおいしく食べれることを学ぶ） ・魚中心の食事への見直し（いわしのさばき方） ・日本の伝統料理（地域の食材使用の山菜おこわ・豆腐作り） ・日本の食料自給率について ・朝食の献立作り ・地域の食材を使った調理実習（食生活改善推進委員と）

(3) 地域、公民館等での取組み

○公民館の取組み

公民館では、小学校児童や一般の方を対象に次のような取組みが行われています。

活 動 名	目 的	対 象 者	活 動 内 容
頓原公民館 ・生活体験通学合宿どんぐりディズ	・生活体験を通じ生活力を身につける ・調理の基礎を学ぶ	小学3年生以上	・4泊5日の合宿生活で調理・洗濯等の生活体験 ・バランスのとれたメニュー作成 ・偏食の矯正 ・食事マナーの学習
・タンポポ畑料理教室	・調理の基礎を学ぶ ・調理の楽しさを学ぶ	小学生	・低学年でもできる簡単なレシピで調理の基礎・楽しさを学ぶ
・とんばら探検隊	・各種体験活動を通じ生きる術を身につける	小学生	・農作物栽培、味噌・豆腐作り ・生きた鶏の解体・調理を通し命と食を考える
・いきいき教室	・食の安全について学ぶ	一般	・食品添加物・食品表示等学習
志々公民館 ・家庭の味まつり	・四季を通じた食のあり方を考え、地域を考えるきっかけとする	一般	・参加者が家庭の料理を一品持参し、作り方や思いを語り合いながら食す

来島公民館 ・子ども料理教室	・親子の絆と調理への理解を深める	小学生と親	・「食」に関する講演 ・飲茶（やむちや）教室（公民館・社協）において、保健師から食事と健康について学ぶ
赤名公民館 ・親子料理教室	・親子の絆を深めるとともに、調理の基礎、楽しさを学ぶ	小学生と親	・クッキーやパン作り

○健康なまちづくり推進協議会の取組み

飯南町民のすべてが生涯を通じて健やかで安心して暮らせるまちづくりをめざして、「健康ないいなん21」計画を町民・行政・各機関が目的を共有して推進をしています。平成18年度から健康づくりの主要推進課題として、『毎日、誰もが朝ごはんを食べましょう！』（朝食には必ず ごはんにたんぱく質と新鮮な野菜を添えましょう）に取り組んでいます。実践しやすいように、地域の食習慣や身近な野菜を使った朝食メニュー集を作成し、普及啓発を行っています。

また、町民まつりにあわせ地元の野菜等を使って、簡単にできる朝食の一品を募集し意識づけを行いました。

ライフステージにあわせた専門部会では、健康づくりの主要推進課題をそれぞれの部会で話し合い取組みを行っています。

○食生活改善推進協議会の取組み

食生活改善推進協議会では、基本健診時、朝食メニュー集のPRを兼ねて、メニュー集の中の一品や野菜をしっかり摂るための簡単なメニューの試食を作り、朝食をきちんと食べることを伝えていくための啓発活動を行っています。

また、飯南高校2年生を対象に、食の自立へ向けて、生活に役立つ一人暮らしの簡単クッキングの講習会などを開催しています。

○老人クラブの取組み

町内には高齢世帯や単身世帯が多く、また後期高齢者も年々増加してきており、食事の栄養バランスが取れているか（低栄養になっていないか）が問題です。単位クラブで健康教室を開催していますが、限られた方だけが出席される傾向にあります。

す。特に、男性の出席率が低い状況で、誰もが食を含めた健康づくりにもっと関心を持つ必要があります。

また、高齢者には生活習慣病（糖尿病、高血圧、高脂血症など）や、これらを原因とする脳血管疾患も多く、医療費にも影響しています。これからも生活習慣病予防に重点を置き、生涯現役を目指すことが必要です。

○婦人会の取組み

町内の婦人会では、島根農政事務所の出前講座による、「食の安全・安心」についての講座を開催し、食に関する理解を深める活動などを行っています。

○自治会などの取組み

各自治会でも様々な取組みが行われています。子どもから高齢者まで一緒に参加してのそば打ちや餅つきなど、体験を通じた交流会を開催して、地域の食文化を継承したり、豊かな心を育むための活動を行ったりしています。また、地域住民全体で食について考えるきっかけ作りとするため、島根農政事務所の出前講座を利用した「食」に関する講演会を開催したり、毎年健康まつりを開催して、生涯現役で地域の皆が生き生きと暮らせることを目指した取組みを行ったりしています。

第4章 具体的な施策

食育は、栄養や健康、食べ物の生産・安全性に関すること、食事のマナーや食文化、学校教育との関わりなど、広範囲に及びます。食育推進計画を実効性のあるものにしていくためには、町民一人ひとりが食育に対する関心を高め、健全な食生活を実践することが大切です。これまでも、保育所や学校などで取組みがなされてきましたが、今後は、家庭や地域、保育所、学校、農業関係者など様々な人たちが食を大切にする意識を持ち、それぞれの役割を明確にしながら連携すべきは連携して、取組みを進める必要があります。

1. 家庭における食育の推進

自らの心身の健康は、自ら守り作るという意識を持って、自分自身や家族のバランスのとれた食生活の実践に努めることが重要です。また、家庭は食生活や食習慣の形成に重要な役割を担っています。家族と一緒に農作業をしたり、調理をしたりして共に食卓を囲み、楽しい食事を心がけることも重要です。家庭においても自発的に食育に取り組んでいきます。

①子どもの生活リズムの向上を図る

保護者は、子どもには子どもの生活リズムがあるということを認識し、こころも体も健やかな飯南っ子を育てるため、小さい頃からできる良い生活習慣や食習慣を身につけるための取組みをしていきます。

②望ましい食習慣や知識の習得を図る

自分に合った食事量を知り、過食や食べ残しをしないことは、健康維持や環境のためにも大切なことです。生活習慣病の発症の低年齢化が進む中で、望ましい食習慣として何をどれくらい食べたらよいのかを知り、それを実践していかなければなりません。また、食卓を囲んで食事をする中で、家族みんなが食事のあいさつをすることや感謝して食べること、また、正しい箸の使い方ができるなどの食事のマナーを身につけることも大事です。正しい知識を得るには、大人も子どもも健康教室や食講座、体験教室など様々な機会をとらえ、積極的に参加します。

③子どもへ食に関する体験を勧める

食の大切さを理解し、食に感謝の念を持つためには、食物がどのようにして作られているかを知ることが重要です。子どもたちも家族の一員として一緒に農作業や収穫の手伝いをしたり、一緒に調理をして、その作業過程の大変さや楽しさを実感する機会を増やします。そして、自然に感謝し、家族に感謝し、物を大切にすることへとつなげていきます。

④地元産食材の活用

飯南町の自然の恵みを受けた旬の野菜など地元農産物を食材として使い、それを食べることは、安全で安心な食生活を送ること、ひいてはそれが地産地消の推進につながります。そこで、幅広い年代の人々に地元農産物の良さを知ってもらい、家庭で活用していきます。

⑤歯と口の健康づくりを進める

体全体の健康に大きく作用する歯と口の健康について、生涯にわたる健康の基礎であること、そして医療費の削減についても認識を深める必要があります。そこで、こどもからお年寄りまでいつまでも家族そろっておいしく楽しい食事が出るよう、口腔内の環境や予防についての意識を高め、子どもの点検磨きの推進や、定期的な歯科受診などに努めます。

家庭では

- ・食事のときに「いただきます、ごちそうさま」のあいさつをする。
- ・子どもと一緒に野菜づくりや食事づくりをする。
- ・地元の食材を使う。
- ・早寝・早起きをして朝ごはんをしっかり食べる。
- ・1日1回は家族そろって食事をする。
- ・いろいろな調理方法を取り入れる。
- ・食事の後には、歯みがきをする。
- ・一食に一品は野菜を食べる。
- ・しっかりかんで、ゆっくり食べる。
- ・健康教室、料理教室、体験活動等に参加する。
- ・だしをうまく使って、減塩を心がける。

2. 保育所、学校における食育の推進

小児期から望ましい食習慣の確立を図り、生きる力を育むためには、学校、保育所でそれぞれの発達段階にあった、食に関する知識の習得と様々な体験学習や活動の機会を多く設けることが重要です。それとともに、生活習慣の見直しを含めた家庭への働きかけを継続することが大切です。

【保育所における食育の推進】

①食育計画の策定と推進

保育計画と連動した食育計画の推進に努め、家庭、地域と連携して食に関する指導等を実施します。また、施設長、保育士、調理師が所内会議、町内担当者会、研修参加などを通じて共通の意識を持って連携し、保育活動を通じた食育の推進に努めます。

②食事の時間を利用した指導

食事のあいさつ・・・「いただきます。」「ごちそうさま。」のあいさつをすることを通して、食物に対する感謝の気持ち、食事を作ってくれた人に対する感謝の気持ちを持つことを知らせていきます。

食事のマナー・・・子どもの年齢、発達に応じた指導（姿勢、箸や茶碗や皿の持ち方など）を行います。

偏食をなくす・・・好き嫌いなく、何でも食べられるよう指導していきます。

③食に関する体験活動の推進

子どもの成長の段階をしっかりと見極めながら、子どもの成長に合わせた「食」の取り入れ方を考えていきます。食に関心を持ち、食べる意欲を育てるために、菜園活動、クッキング、各種団体との交流会、伝統食体験など様々な体験活動を実施します。その体験を通して、作業の大変さや食べ物の大切さ、全ての人や物に感謝する気持ちを養い、豊かな心を育む基礎を築きます。

④地元産食材の活用

旬の野菜など地元産食材の使用に努め、季節感のある、新鮮で安心・安全な食事作りをします。また、生産者の方との交流の機会を設けたり、地元産の食材について知らせたりして、地元への関心を深め、感謝の気持ちを育てるようにします。

⑤施設内給食の実施

施設内で調理することにより、子どもたちが香りや音など、五感を通じて食事が出来ていく過程を知り、食べる意欲を育てます。

⑥食に関する啓発活動の推進

給食便り、連絡ノート、展示食、レシピ配布、パネル展示、保育公開、交流会、地域開放などを活用して、生活習慣や食に関する情報を保育所から保護者や地域へ発信して、食育に対する意識を高めるよう努めます。

【小中学校における食育の推進】

①望ましい食習慣・生活習慣を身につける

食に関する指導は教育の一環として位置づけられており、給食の時間を始めとし、学校の教育活動の中で幅広く行われています。中でも学校給食は「生きた教材」として活用されています。また、国や県が作成した食生活学習教材を活用し、児童生徒の発達段階に応じた指導も行われています。今後も、自ら判断し、実践をしていく能力や規則正しい生活リズムを身につけさせるよう、継続的な指導を行っていきます。また、PTAの行事や学校行事などを通じて、家庭や地域への啓発活動を行います。

②食事のあいさつをする

各小中学校では給食の始めと終わりに皆でそろって挨拶をし、感謝の気持ちと食べ物を大切にする気持ちを育てています。また、手洗いや食器の並べ方、食事時のマナーについても指導を行っています。今後も継続的に指導を行い、児童生徒に食事をいただける事の感謝の心や、食事の際の基本的なマナーを身につけて

いきます。

③食に関する体験活動の推進

飯南町においては農業に関わっている家庭が多い反面、農業体験をしている児童生徒は少ない状況です。しかしながら、各学校では野菜や米の栽培、教科や総合学習において調理実習を行っており、作物の栽培、食事ができるまでの大変さを学んでいます。今後も学校での体験活動を通し、作物や食事を作ることの大変さや、ありがたさを児童生徒が実感でき、家庭においても活かせるように指導していきます。

④地元農産物の使用

学校給食センターでは地元生産者の協力により、多くの地元農産物を使用しています。その事により新鮮な食材で旬を味わう事ができ、また、地元の食材を知ることで郷土愛を育んでいます。今後も季節感や自分たちの住んでいる地域を感じることができる地元食材の活用にも努めていきます。また、安全安心な食材を提供してもらっていることを知るためにも、地元生産者との交流会も行っていきます。

⑤歯と口の健康づくりと食育の連携

飯南町では各学校において年2回の歯科検診を行っています。またそれに併せて歯が健康であることが食をおいしく食べることにつながり、それが健康につながっていくという指導をしている学校もあります。しかしながら、町全体で見るときに歯科口腔衛生についての意識は高くありません。今後、栄養士や歯科衛生士等の専門家との連携を図り、歯や口の健康が自身の健康に結びついていくことを全ての学校で指導していきます。

【高校における食育の推進】

学校給食が終了し、食生活の自己管理が要求される大切な時期です。また、社会へ出てからの健康を守るための基礎を身につける時期でもあります。食の自立に向け、自ら考え、実践できるための知識と技術力を身につけるよう取り組みます。

- ・ 日常の食事と関連づけて具体的に考えられる力がつくよう、栄養学の知識を高めます。
- ・ 今の自分の食生活を振り返り、健康面と照らし合わせて、間違ったり偏ったりした習慣を軌道修正できる判断力と行動力を身につけます。
- ・ 日常の調理技術を身につけます。
- ・ 食生活改善推進協議会との交流を通して、食の自立に向けた、一人暮らしの生活

に役立つ知識や技を身につけます。

- ・生活習慣病の、食に関わる原因について考え、その実態や予防法について調査・研究をし、健康に対する意識を高めます。
- ・毎日の弁当を作ってくれる人への感謝の気持ちを育て、時には自分で作ってみようとする意欲へとつなげていきます。

3. 地域、公民館等における食育の推進

○公民館

①郷土料理や郷土食等の食文化の伝承

行事食や郷土食の食文化など、様々な視点からの食に関する学習を推進します。子どもと高齢者との食を通じたふれあいや親子料理教室などの世代間交流の場で伝統料理を取り入れるなど、地域の食文化を次世代に継承していきます。

②食への関心の育成

生活体験通学合宿、子どもの料理教室など、楽しく料理をする体験を通して食に関心を持ち「生きる力」を育むとともに、自ら料理をすることによって好き嫌いをなくし、食の大切さを学ぶ活動を進めます。

③農林漁業体験活動の促進

体験型学習を通して食を大切にする心を育て、自らが栽培した農作物を食べることにより、自然の恵みと収穫の喜びを共有し、生産の大変さや命の尊さを学ぶ活動を実施します。

④「食育」への理解の普及

子どもたちの食を家庭でも意識してもらうよう、（これから親になる人を含め）親を対象にした学習の場を提供します。

○食生活改善推進協議会

地域に根づいた活動と実践に取り組みます。

- ・学習したことを地域に伝えていきます。
- ・食べることの大切さ、料理を作ることの楽しさ等を親子体験学習を通して推進し、よい食事習慣を育てていきます。
- ・健診の場で食生活改善の啓発活動を進めます。
- ・飯南高校生を対象に、食の自立に向けた、生活に役立つ一人暮らしの簡単クッキングを伝えます。

○老人クラブ

食を含めた健康づくりに力を入れ、健康保持が出来るよう取り組みます。

- ・ 地元の野菜を多く摂取するようにします。(自給自足に力を入れます。)
- ・ 男性料理教室を開催し、食事のバランスを考えた簡単な食事作りをPRしていきます。
- ・ 健康づくりに関心を持つように研修会を開催し、食事・運動・休息・栄養バランスについて知識を高め、実践へとつなげます。

○婦人会

食に関することや運動に関する事など、健康保持、増進のための講演や健康教室、調理実習など積極的に参加するよう努めます。お互いに声を掛け合い、自分の習得したものを家庭、会員同士、地域へと広めるよう努めます。

○自治会など

それぞれの自治会の活動や行事を通して、伝統行事やその地域の食文化にふれた交流や体験活動などの取組みをすすめます。子どもや家族だけでなく、地域全体の問題として食に関する正しい知識を身に付け、講演会などに積極的に参加します。

4. 農業関係者の取組み

地産地消の推進

- ・ 安全安心な農産物の提供を行うため、農作業の工程管理（GAP）の導入や環境にやさしい農業の取組みを行います。
- ・ 地元で生産された農産物を産直施設で安定的に提供できる取組みを行い、直売施設を介した消費者との交流による、地域農林業や食文化への理解を進めます。
- ・ 農産物直売所では、旬の野菜や調理方法のPRを進めます。

農業体験や交流の場の提供の推進

- ・ 保育所や学校と連携して、食に関する体験活動や交流の機会を増やし、子どもたちが地元や農業に対する理解を深め、感謝の心を育てるきっかけづくりとします。また、生産者は、安全な野菜作りへの意識を高め、生きがい作りにつなげていきます。

5. 行政の取組み

生涯を通じて健やかで安心して暮らせるまちづくりを進めるため、健康づくりや生活習慣病予防を推進したり、食や生活リズムの大切さを伝えたりしていきま

す。これは、健康なまちづくり推進協議会を母体として取り組んでいきます。また、専門部会ではライフステージごとに具体的な取組みを展開します。

○健康なまちづくり推進協議会・専門部会と連携した取組み

- ・健康づくりの主要推進課題をポスターにし、公共の場や施設に掲示したり、ケーブルテレビや広報で周知します。
- ・健康づくりの主要推進課題を各部会にあわせた方法で推進します。
- ・健康まつりで取組み状況を報告します。
- ・バランスのとれた朝食をとる意識づけ、地産地消をすすめるために情報提供をします。

○ ライフステージに対応した栄養指導・運動指導等の取組みの強化

○ 町内の医療機関との連携による口腔機能の維持に関する取組み

○生活習慣病予防、メタボリックシンドローム予防の知識の普及・啓発への取組み

○食生活改善推進協議会の組織強化への取組み

○食事バランスガイドの普及

○「食育月間」「食育の日」の普及・啓発への取組み

ケーブルテレビ、町広報などにより、毎年6月の「食育月間」、毎月19日の「食育の日」の普及を通じて、日ごろの食を見直すなど、食についての意識づけのきっかけとします。

飯南町の基幹産業は「農林業」です。農林業の振興を進めていくためには、地域の農林産物の消費の拡大（地産地消）を図るとともに、町民みんなが農業を貴重な財産として、基幹産業として育むことが必要です。生産者、JAなど関係機関との協力・連携のもと、農林業の振興に取り組んでいきます。

- ・地産地消の推進として、生産者とJAなど関係機関との連携を強化し、技術の向上を目指します。
- ・飯南町の豊かな自然を活かして作られた農林産物についての理解を深め、町民一人ひとりが体に良いものを摂り、健康で暮らすことへの関心を高めます。
- ・健康維持につながると思われる薬草木や機能性食品等の研究開発を行い、食に関する産業の振興を図ります。

參考資料

飯南町食育アンケート結果

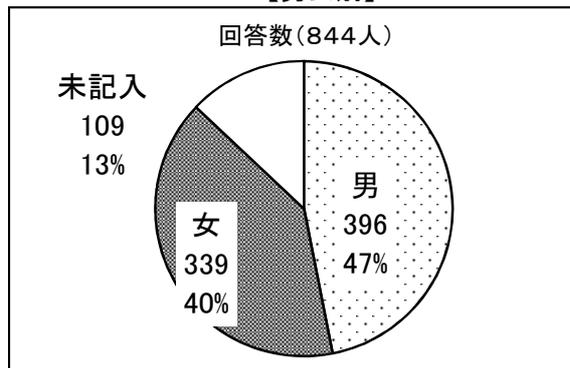
調査時期等：平成19年5月から8月実施の住民基本健診13会場にて配布・回収
平成19年8月に町内27事業所へ配布・回収

回答数：844

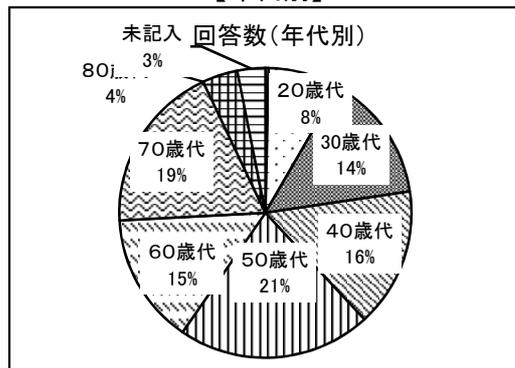
回答者について

	男	女	不明	合計(人)
10歳代	2	1	0	3
20歳代	38	19	10	67
30歳代	86	34	1	121
40歳代	55	65	11	131
50歳代	95	65	21	181
60歳代	49	52	22	123
70歳代	54	78	27	159
80歳代	8	19	6	33
未記入	9	6	11	26
合計	396	339	109	844

【男女別】

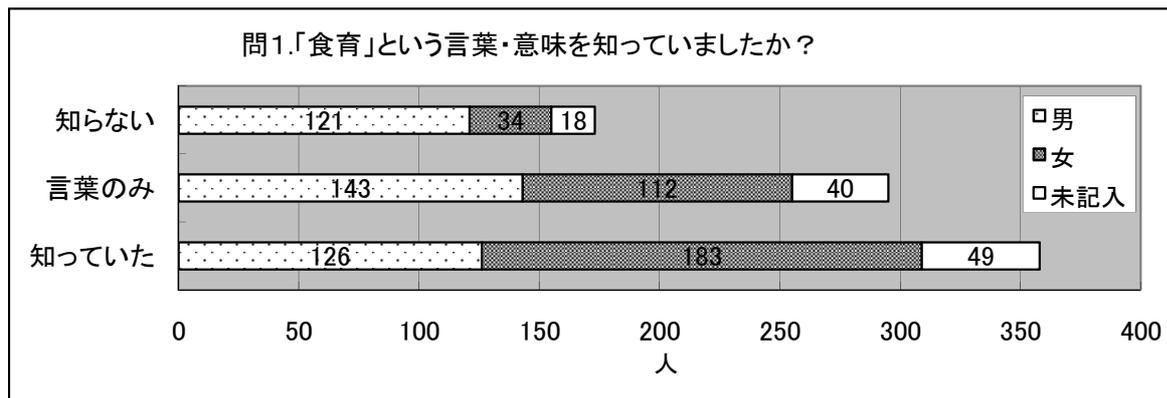


【年代別】



問1 「食育」の言葉や意味について

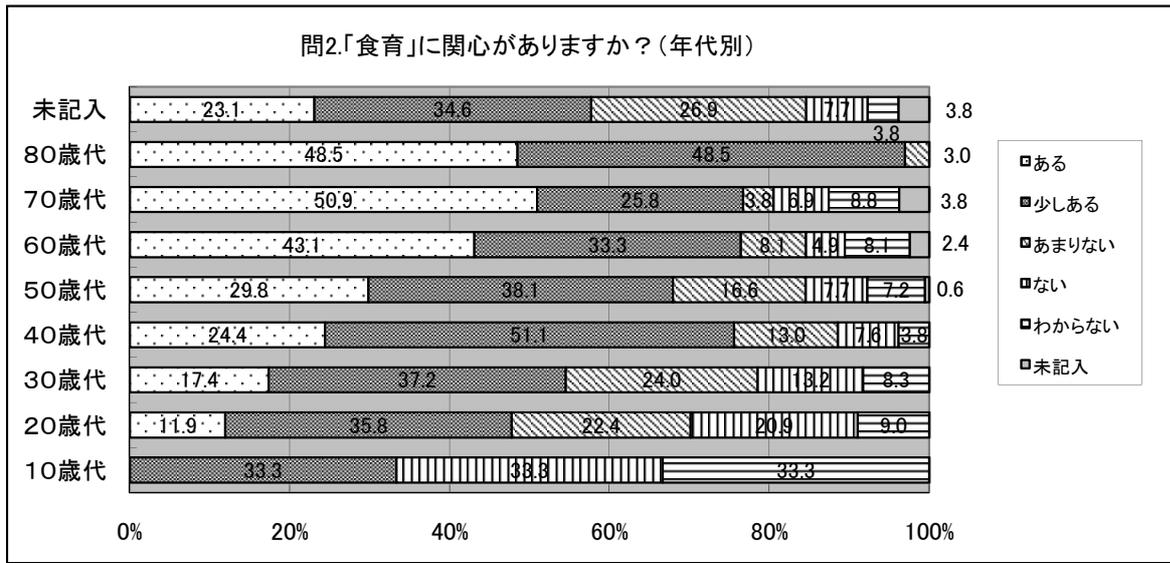
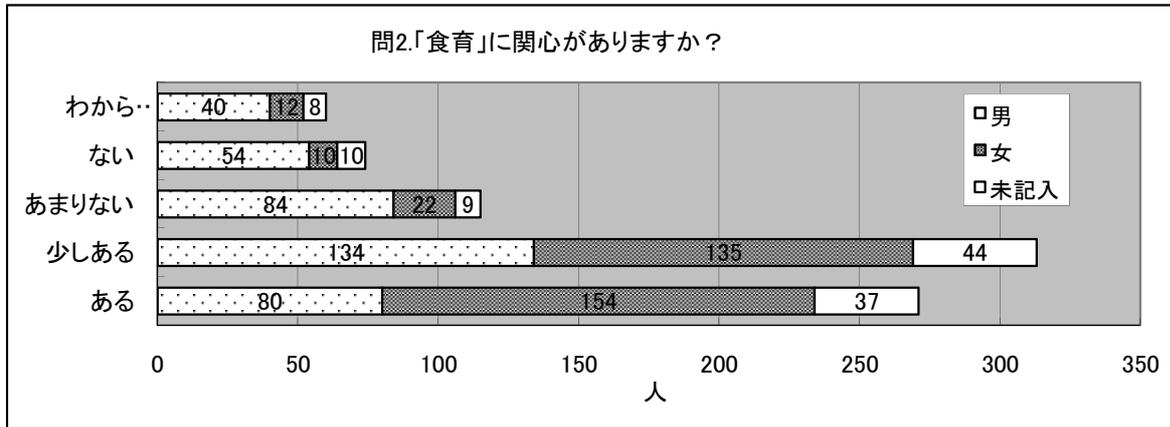
	知っていた	言葉のみ	知らない	無回答	合計(人)
男	126	143	121	6	396
女	183	112	34	10	339
性別未記	49	40	18	2	109
合計	358	295	173	18	844
割合	42.4%	35.0%	20.5%	2.1%	100%



・全体の4割以上の人を知っていると答えており、そのうち半数以上が女性である

問2 「食育」に関心がありますか

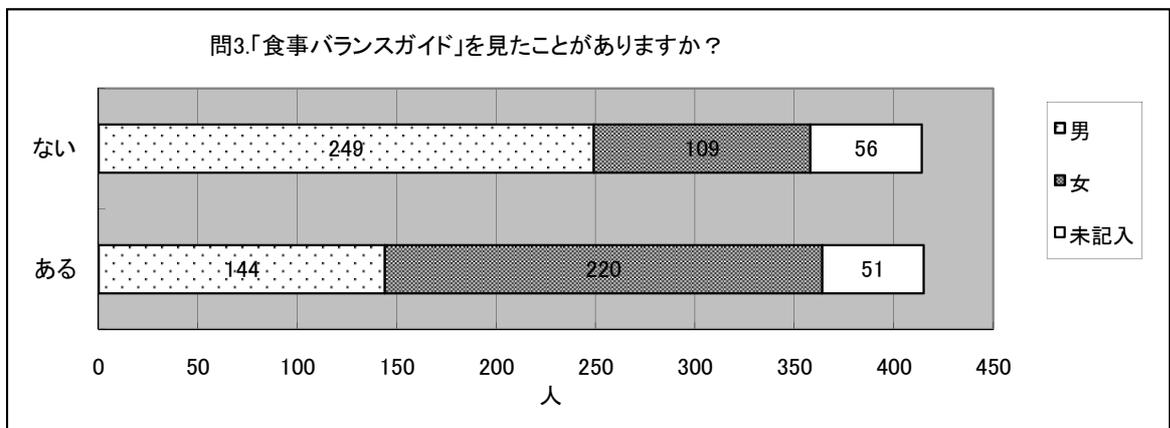
	ある	少しある	あまりない	ない	分らない	合計(人)
男	80	134	84	54	40	396
女	154	135	22	10	12	339
性別未記	37	44	9	10	8	109
合計	271	313	115	74	60	844
割合	32.1%	37.1%	13.6%	8.8%	7.1%	100%



- ・全体の約7割の人が関心を持っているが、ない人も2割以上いる
- ・女性のほうが関心を持っている
- ・40歳代以上がより関心を持っている

問3 「食事バランスガイド」を見たことがありますか

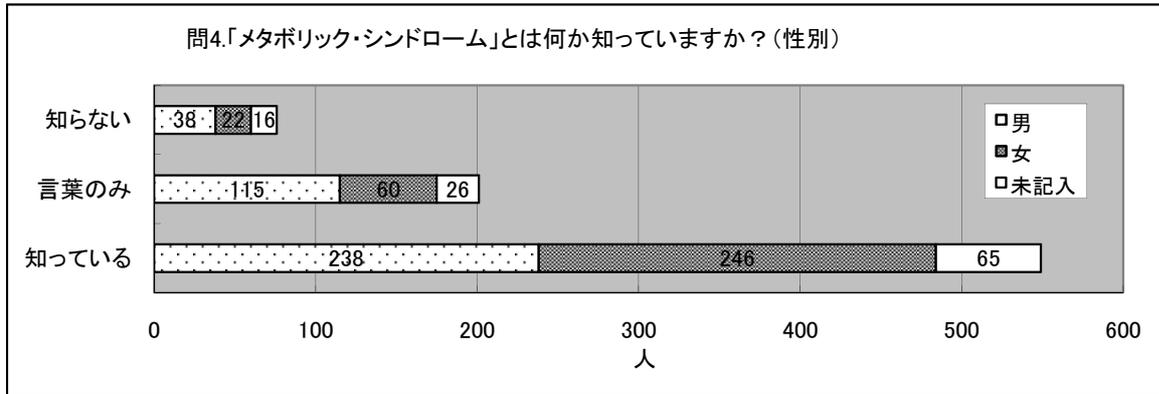
	ある	ない	無回答	合計(人)
男	144	249	3	396
女	220	109	10	339
性別未記入	51	56	2	109
合計	415	414	15	844
	49.2%	49.0%	1.8%	100%



- ・見たことがある人と無い人が半々である
- ・見たことがある人の半数は女性である

問4 「メタボリックシンドローム」について

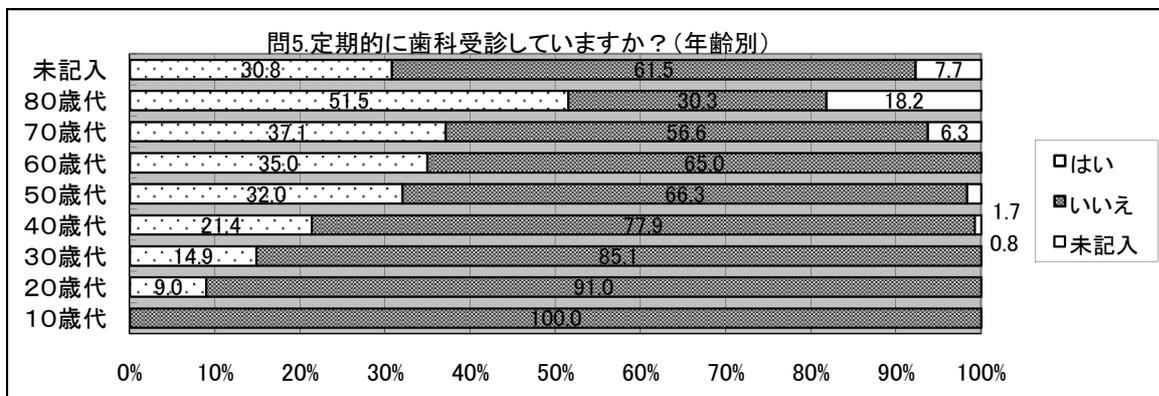
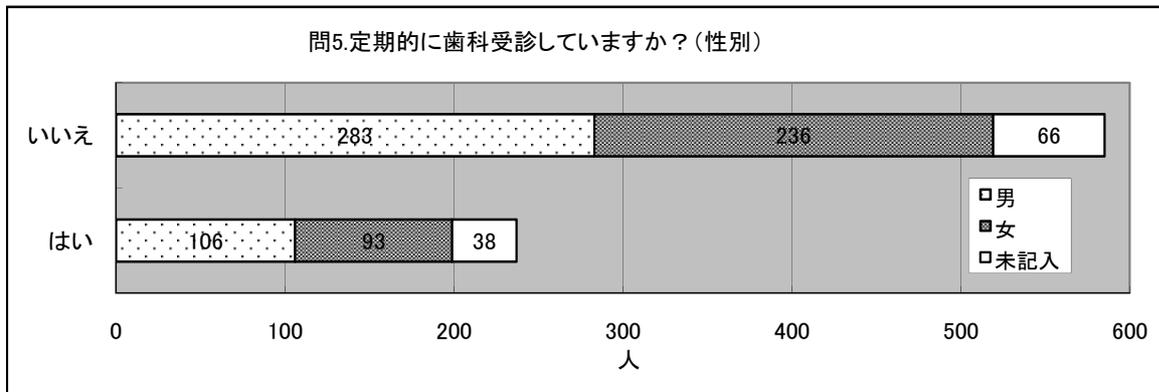
	知っている	言葉のみ	知らない	無回答	合計(人)
男	238	115	38	5	396
女	246	60	22	11	339
性別未記入	65	26	16	2	109
合計	549	201	76	18	844
	65.1%	23.8%	9.0%	2.1%	100%



・全体の65%以上が知っている

問5 定期的に歯科受診(健診)していますか

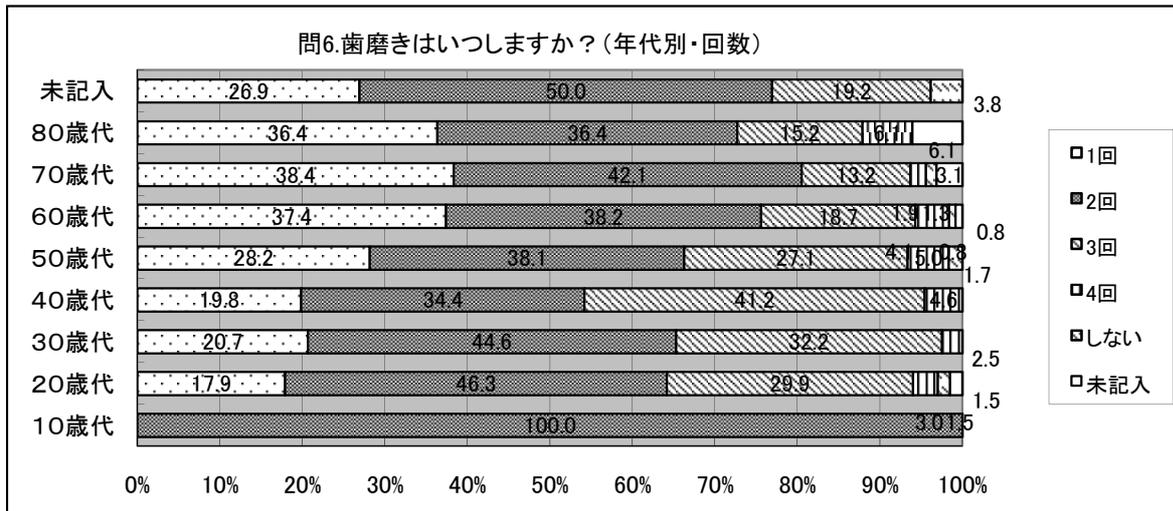
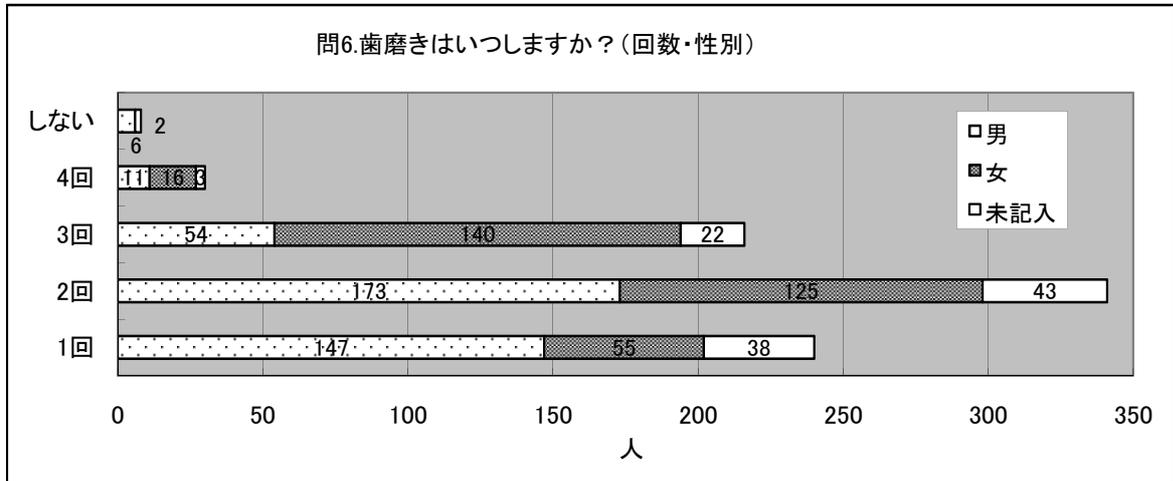
	はい	いいえ	合計(人)
男	106	283	389
女	93	236	329
性別未記入	38	66	104
合計	237	585	822
	28.1%	69.3%	



・定期的に歯科受診している人は、全体の28%と少ない
 ・50歳代以上は、定期的に歯科受診をしている人が3割を越えている

問6 歯磨き(入れ歯の手入れ含む)はいつしますか?→回数に変換

	1回	2回	3回	4回	しない	合計(人)
男	147	173	54	11	6	391
女	55	125	140	16	0	336
性別未記	38	43	22	3	2	108
合計	240	341	216	30	8	835
	28.4%	40.4%	25.6%	3.6%	1.0%	



- ・1日2回歯磨きをする人が最も多く約4割である。
- ・女性は1日3回に次いで2回が多いが、男性は2回に次いで1回が多い。
- ・1日1回しか歯磨きをしない人は28.4%で多く、50歳代からが多い。

アンケートご意見・ご感想

- ・理解し実践したいことなのに、日々の生活に追われ、おろそかになる分野だと思います。手軽に取り組める方法だといいますが・・・
- ・言葉は色々なところで聞いていますが、詳しい内容までは知らない部分が多い。(略) 早寝早起き朝ごはんと言われてはいますが、単に食べるだけでなく、バランスが一番で運動も欠かせません。要は規則正しい生活ですが、今日の社会においてはとても難しいところもあるので、それをいかに個人個人に理解してもらい、実践していくかが大切だと思います。
- ・朝食の重要性和地産地消を推進することが大切だと感じています。
- ・成長期の子供を持ち、食事バランス等とても気を使っています。食事は毎日の積み重ねで、子どもの体の状態を作っていくので、とても考えさせられます。
- ・最近は食事に気を使って食べるようにしています。

ご協力ありがとうございました。

※アンケートの際、問の付番に誤りがありましたこととお詫びいたします。

飯南町食育推進計画策定委員会設置要綱

(設置)

第1条 食育基本法第18条の規定に基づく市町村食育推進計画を策定するため、飯南町食育推進計画策定委員会（以下「委員会」という。）を設置する。

(協議事項)

第2条 委員会は、飯南町食育推進計画策定に関する事項について協議する。

(組織)

第3条 委員会の組織委員は、次に掲げる者のうちから町長が委嘱する。

- (1) 住民
- (2) 関係団体を代表するもの
- (3) その他町長が必要と認めた者

(任期)

第4条 委員の任期は、計画の策定が完了するまでの間とする。

(委員長及び副委員長)

第5条 委員会に会長及び副会長1名を置き、委員の互選によりこれを定める。

- 2 会長は、会務を総理し、委員会を代表する。
- 3 副会長は、会長を補佐し、会長に事故あるときは、その職務を代理する。

(会議)

第6条 委員会の会議は、会長が招集し、議長となる。

- 2 会長は、必要があるときは、委員以外の者の出席を求め、意見または説明を聴くことができる。

(意見の庶務)

第7条 委員会の庶務は、保健福祉課において処理する。

(委任)

第8条 この告示の施行に関し必要な事項は、町長が別に定める。

附 則

- 1 この告示は、平成19年8月1日から施行する。
- 2 第6条第1項の規定に関わらず、最初に開かれる委員会は、町長が招集する。

飯南町食育推進計画策定委員会名簿

役 職	氏 名	所 属 ・ 役 職
委 員	奥 野 恵 子	住民代表
委 員	烏 田 勝 信	飯南町学校長会会長
副会長	塚 原 勉	飯南町施設野菜生産組合組合長
委 員	寺 西 正 和	飯南町老人クラブ連合会事務局長
委 員	永 田 隆	J A 雲南飯南営農経済センター センター長代理
委 員	信 高 淳 子	飯南町食生活改善推進協議会会長
委 員	深 石 順 子	飯南町学校給食共同調理場学校栄養主幹
委 員	藤 原 昌 巳	住民代表
会 長	別 木 康 吉	飯南町健康なまちづくり推進協議会副会長
委 員	松 村 治 香	飯南病院歯科口腔外科歯科衛生士
アドバイザー	坂 本 弘 子	島根県雲南保健所主幹

計画策定の経緯

委員会開催日	
平成19年8月22日	第1回食育推進計画策定委員会
平成19年12月13日	第2回食育推進計画策定委員会
平成20年2月12日	第3回食育推進計画策定委員会
平成20年2月28日	第4回食育推進計画策定委員会