

飯島町食育推進計画(第3次)【概要版】

1 計画策定の趣旨

国では平成 17 年に「食育基本法」を施行し、県では平成 20 年に「長野県食育推進計画」を策定しました。町では、平成 24 年に「飯島町食育推進計画」を策定、平成 29 年に第 2 次計画を策定し、健全な食を土台にして、自然豊かな飯島町の農にふれ、みんなが生涯を通して健康で活気に満ちた暮らしの実現を目指し、家庭、保育園、学校、関係団体が連携を取り合いながら、ライフステージに応じた食育の推進に努めてきました。これまでの取り組みの成果と課題を踏まえ、引き続き食育に関する施策を総合的に推進するため、「飯島町食育推進計画（第 3 次）」を策定します。

2 計画の期間

令和 4 年度から令和 8 年度

3 基本理念

飯島町の食で育む 豊かなところと健康なからだ

～生涯を通して健康で活気に満ちた「暮らし」を実現するために～

4 基本目標

- 1 生涯健康で過ごすための健康づくりと食育
- 2 食を大切に作る心を育むための食育
- 3 飯島町の食を理解し地産地消を推進する食育

5 飯島町の「食」をめぐる現状

【本編 P.6～8】

食育への関心

「食育に関心がある町民」は 68.2%から 69%に微増しました。保育園、小中学校と連携した食育活動の展開、食育キャラバン隊活動、健康福祉大会での食育活動を PR したこと等、活動を強化したためと考えられます。しかし、まだ目標値に達していない為、さらに活動を行う必要があります。

生活習慣病

「メタボリックシンドロームの予防や改善のための活動を実践していると回答する」割合は、平成 28 年度から増えることなく、目標値には届いていません。「食事バランスガイド等指針の利用率」は、平成 28 年度 33.8%から 59%に増加しました。

朝食欠食

「20 代・30 代・40 代の朝食欠食率について、毎日食べる、以外の回答をする」割合は、平成 28 年度と比べ 20 代・30 代で悪化しました。ただし、「朝食を食べない習慣」と答えた割合は全体では平成 28 年度より減少し、毎日ではないが欠食

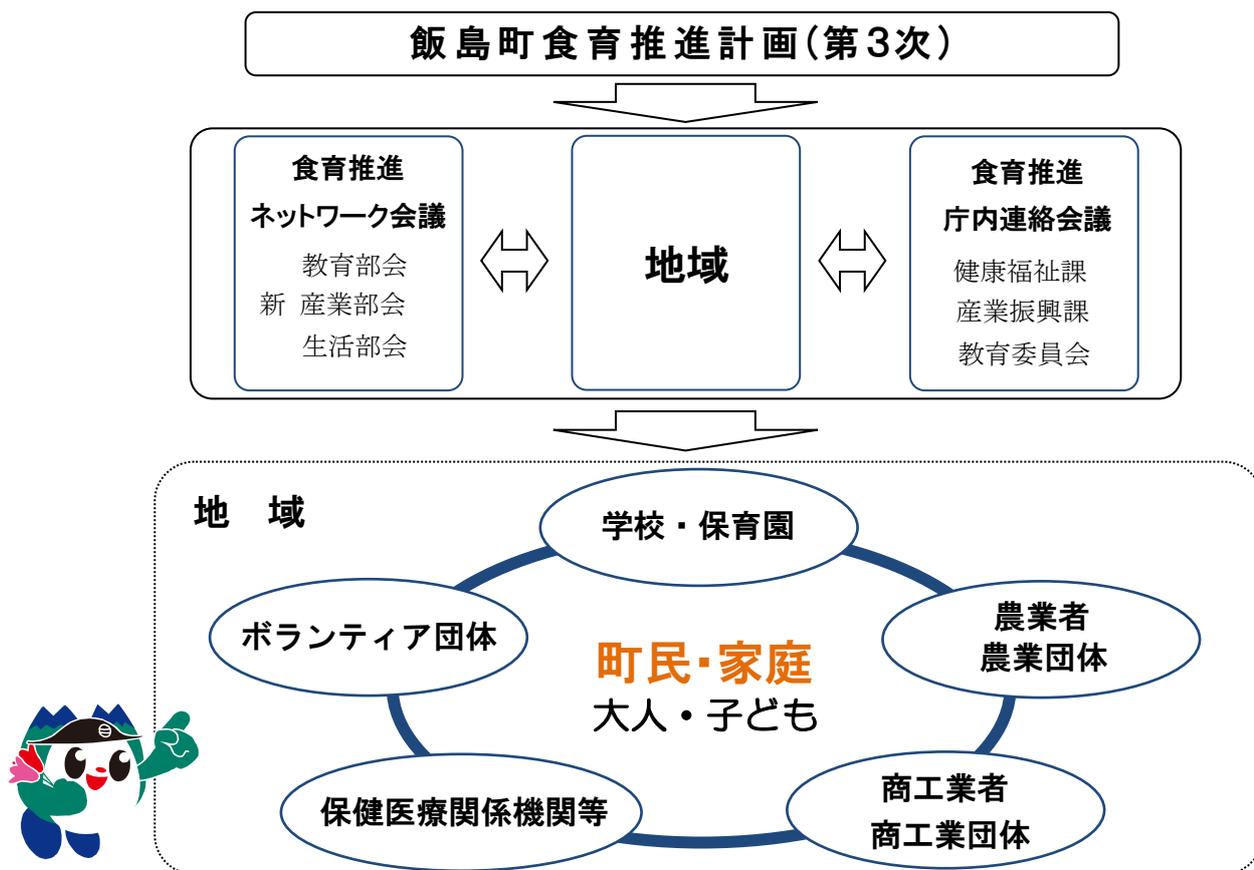
がある人への習慣化が課題です

地産地消

「地産地消に関心がある町民」は、平成 28 年度より増加し 70%を超えましたが、目標値には届いていません。町内産の農作物を取り扱う販売店の紹介や、地産地消につながる取り組みが必要です。

6 計画の推進体制

地域の中で、家庭・町民一人ひとりを中心に、食育に関する活動を行う関係機関が一体となって、食育の推進を町民運動として取り組みます。



7 基本目標に関する取り組み

【本編P.11～15】

基本理念を実現するために3つの基本目標を設定しました。各目標における「主要施策」を記載します。

① 生涯健康で過ごすための健康づくりと食育

町民が生涯にわたって健全な食生活を営み、豊かな人間性を育むためには、町民一人ひとりが食育に関心をもち、様々な機会を通じて自ら食育に関する取り組みが実践できる環境を整える事が必要です。1日3食バランスの良い食事を摂り、適度な運動を継続するなどし、生活習慣病などの予防活動に意識的に取り組み、生涯健康でいられるために食育活動の取り組みを進めます。

主要施策

- 子どもから成人、高齢者に至るまで、町民が生涯にわたって各ライフステージに応じた食育に取り組む。
- 食に関する経験を通じて、食べる意欲を持ち、生きる力の基礎を身につける。
- 「早寝・早起き・朝ごはん」など基本的な生活習慣を身につける。
- 自分の食事の適量を知り、主食・主菜・副菜がそろったバランスの良い食生活を送る。
- 生活習慣病の予防・改善のための生活を継続的に取り組む。
- 食中毒・食物アレルギー・食（会食等）を介しての感染症など、疾病の予防に取り組む。
- 災害時の食料や備蓄についての知識を普及する。

達成目標



指 標	現 状 (R3)	目 標 値 (R8)
-----	----------	------------

食育に関心がある町民の割合（15歳以上）	69.0%	90%以上
毎日朝食を食べる子どもの割合	保育園…94% 小学校…95% 中学校…90%	100%
朝食欠食率「食べない習慣」と答える者の割合	13%	10%未満
主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている者の割合	47%	50%以上
ゆっくりよく噛んで食べる者の割合	69%	70%以上
自分の適正体重を知っている者の割合	45%	75%以上
減塩を実践している者の割合	50%	75%以上

② 食を大切にすることを育むための食育

生涯にわたる食育の推進にあたり、誰もが食を大切にできるよう、子どもの頃から「食を大切にする」ことに関心をもてるようにします。その中で「共食」をする（誰かと一緒に食事をする）ことは健康な食生活に関係すること、また、限りある食資源を無駄にすることなく大切に、有効活用できるように啓発します。

主要施策

- 家族や友人と一緒に食事をし(共食)、食の楽しさを実感する。
- 「もったいない」の気持ちを町民一人ひとりが持ち、資源の循環利用や再資源化が町全体に浸透する。
- 健全な食生活を実践し、健康で豊かな人間性を育ていけるよう「生産・加工・流通」などの様々な食の過程に触れ、食を大切にすることを育む。

実践

達成目標

指標	現状 (R3)	目標値 (R8)
朝食または夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数	—	「共食」 週11回以上
食育推進ネットワーク会議からフードバンクへ寄贈した量 ※1	21名 88点 (R2)	R2より増加

※1 食育推進ネットワーク会議の活動で、個人・企業・団体等からの余剰食品や寄付を受け飯島町社会福祉協議会のフードバンクへ寄贈した食品の量

③ 飯島町の食を理解し地産地消を推進する食育

地産地消のメリットとして、地元の新鮮な食材が手に入り、旬の物を美味しく食べられる事、消費者自らが生産状況を確認でき、安心・安全な食生活を営めること等があります。またそれは地域の伝統的な食文化について、理解を深める機会となり地元への愛着を深めることともつながります。持続可能な食づくり・食生活を営むため、地域全体で自然豊かな飯島町の食や食文化の継承のための食育を推進します。

- 地元農産物への関心と理解が深まり、町民が様々な立場から地産地消に取り組む。
- 伝統ある飯島町の食文化や家庭で受け継がれてきた食習慣が町民に継承される。
- 学校給食へ町内農産物を利用できる組織づくりを行い、実行する。

実践

達成目標

指 標	現 状 (R3)	目標値 (R8)
郷土食を実践または伝えている者の割合	36%	55%以上
町内店舗で町内産食材を購入したことがある者の割合	39% ※2 参考値	50%以上
学校給食の町内産農産物利用率（数量）	米 100% きのこ 13.3% 野菜 17.4%	米 100% きのこ 15.0% 野菜 18.0%

※2 参考値 R3 アンケート問 31 「飯島町産の農産物（米・野菜・果物・花など）であれば価格が少し高くても買いますか。」 → 「買う」と回答した割合

8 各部会の取り組み

それぞれの分野ごとに専門部会を設置します。専門部会では、それぞれの立場でライフステージに応じた食育活動を行い、連携を図りながら食育の取り組みを進めます。

教育部会

子育て・保育園・学校
生涯学習関係

- ◆子育て支援センター、保育園、学校等で子どもや保護者に向けて「食育」について啓発。
- ◆「早寝・早起き・朝ごはん」の啓発。
- ◆給食を通して、バランスの良い食事の推進。
- ◆農業の大切さ、楽しさを学ぶ学習活動の推進。
- ◆給食において地元産の食材使用率を向上する。

生活部会

ライフステージ全般の食生活・
栄養に関する健康増進

- ◆児の発達段階に応じた食支援。
- ◆家族の健康なからだ作りのための栄養バランスに配慮した食について啓発。
- ◆個人の健康状態に合わせた食支援の実施。
- ◆キャラバン活動等で食を大切にす気持ちや食に対する意欲を育てる。

産業部会

農業・商工会・食関連産業

- ◆飯島町の豊かな自然を生かし、安心・安全な農作物作りを進める。
- ◆学校給食に「環境共生米」を中心とした地元農産物の利用を進める。
- ◆町内産業である発酵食品関連企業と連携し、健康づくりを進める。
- ◆保育園・学校での農業体験メニューの充実、また町内の農林業・農産物生産等について学ぶ機会作りを働きかける。