

始良市食育推進計画

(第 3 次)

～ 知ろう！食べよう！楽しもう！“あいらの食”～



あい裸麦 親子麦刈体験

鹿児島県始良市

第1章 計画の策定にあたって

1 国及び県の動向

① 国の動向

我が国の社会経済構造が大きく変化していく中で、ライフスタイルや価値観の多様化に伴い、食生活やそれを取り巻く環境が変化し、その結果、食習慣の乱れ、栄養の偏り、生活習慣病の有病者や予備軍の増加など、食に起因する様々な問題が発生しています。

これらの状況を解決するために、国は平成17年6月に「食育」を国民運動として本格的に取り組むために「食育基本法」を制定し、これに基づき平成18年3月に「食育推進基本計画」を、平成23年3月に「『周知』から『実践』へ」をコンセプトとした「第2次食育推進基本計画」を、平成28年3月には新たな状況や課題を踏まえた「第3次食育推進基本計画」を策定しました。

さらに昨今の社会情勢の変化や技術革新を踏まえ、3つの重点事項を柱に食育に関する施策を推進していく「第4次食育推進基本計画」を策定しました。

《国の「第4次食育推進計画」の概要》

◆ 重点事項

- 生涯を通じた心身の健康を支える食育の推進
子供の基本的な生活習慣の形成、学校、保育所等における食育の推進、健康寿命の延伸につながる食育の推進、貧困等の状況にある子供に対する食育の推進
- 持続可能な食を支える食育の推進
食と環境の調和、農林水産業や農山漁村を支える多様な主体とのつながりの深化、日本の伝統的な和食文化の保護・継承
- 「新たな日常」やデジタル化に対応した食育の推進

⇒ これらをSDGsの観点から相互に連携して、総合的に推進

② 県の動向

鹿児島県においては、「地域で生産された農林水産物をその地域で消費する」いわゆる「地産地消」を基本とした県民の健康で豊かな食生活の更なる普及・定着を進めるため、「かごしまの“食”交流推進計画（第1次：目標平成22年度）」を策定しています。また、平成23年3月には「かごしまの“食”交流推進計画（第2次）」を、平成28年3月には「かごしま“食”交流推進計画（第3次）」を策定しています。

そしてこれまでの取組状況や成果、環境の変化を踏まえて、令和3年3月には5つの推進方策と施策を示した「かごしま“食”交流推進計画（第4次）」を策定しています。

《かごしま“食”交流推進計画（第4次）の概要》

食育・地産地消に関する施策を総合的かつ計画的に推進するために、県の基本的な考え方や方向性、具体的な施策の展開を体系化したもので、県関係部局、関係機関・団体等が連携して食育・地産地消を推進するための計画です。

◆ かごしまの“食”とは？

鹿児島の新鮮で安心・安全な農林水産物及びそれを食材として積極的に活用する「健康で豊かな食生活」を指しています。

◆ 基本目標（めざす姿）

地産地消を基本とした健康で豊かな食生活の実現

◆ かごしまの“食”交流推進方策と施策

○ ライフステージに合わせた食育の推進

- 1 家庭における「食育」の推進
- 2 学校、保育所等における「食育」の推進
- 3 地域における「食育」の推進

○ 効果的に食育を推進するための取組

- 4 生産者と消費者の交流による地産地消の推進
- 5 食品の安心・安全、栄養その他の食生活に関する情報発信

2 計画策定の趣旨・位置付け

国の動向でも述べましたが、近年、ライフスタイルや価値観が多様化するとともに、外食産業等の発達に伴い食の外部化が進むなど、食を取り巻く環境は大きく変化しています。

また、栄養の偏りなどの食生活の乱れによる肥満や生活習慣病の増加、食料自給率低下の一方で、食べ残しによる食料の無駄、食品の安全性への不安など、食に関わるさまざまな問題が生じています。

このような問題の解決を目指すために、本市においては、家庭や地域、保育所・幼稚園・小中学校等、また食料生産者など食に関わる関係機関・団体等が連携して、健全な食生活・食習慣、食文化の継承、食の安全などの施策を総合的かつ計画的に推進する必要があるため、平成26年に「始良市食育推進計画」（以下第1次計画）を、令和元年度には「第2次始良市食育推進計画」（以下第2次計画）を策定して、食育を推進してきました。今後もより一層の食育の取り組みを広げていくため、第1次計画および第2次計画の基本方針や取組理念を踏襲しつつ、現状の課題や成果、食を取り巻く環境等の変化を考慮して、今回「第3次始良市食育推進計画」を策定しました。

また本計画は、本市の食育を推進していくための、食育基本法第18条第1項に基づく市町村食育推進計画及び「地域資源を活用した農林漁業者等による新事業の創出等及び地域の農林水産物の利用促進に関する法律（平成22年法律第67号）」第41条に基づく計画として位置付けます。

3 計画の性格・期間

この計画は、食育基本法第18条第1項に規定される市町村食育推進計画で、国の「食育推進基本計画」、県の「かごしまの“食”交流推進計画」と連携を図るとともに本市の「総合計画」、「健康増進計画（健康あいら21）」及び「教育振興基本計画」等の各種計画との整合を図ることとします。

また、この計画の期間は、令和6年度から令和10年度までの5年間とし、計画期間中の状況の変化によっては、必要に応じて見直しを行うこととします。

食育の定義

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をいいます。

具体的には、国民一人ひとりが、生涯を通じた健全な食生活の実現、食文化の継承、健康の確保等が図られるよう、自らの食について考える習慣や食に関する様々な知識と食を選択する判断力を楽しく身に付けるための学習等の取組みを指します。

食育基本法では、生きるための基本的な知識であり、知育・徳育・体育の基礎となるべきものと位置付けられ、食に対する心構えや栄養学、伝統的な食文化、食ができるまでの第一次産業についての総合的な教育のことを意味しています。

第2章 始良市の“食”をめぐる現状と課題

本市では、平成23年度において、市民の主体的な健康づくりを推進する方針として、平成24年度から平成26年度までを計画期間とする「健康あいら21～始良市健康増進計画」（以下第1次計画）が策定されました。また、第1次計画を検証し、新たな目標設定のもと、生活習慣病対策に重点を置いた、今後8年間における市民の健康増進の指針となるための「健康あいら21～第2次始良市健康増進計画」（以下第2次計画）が平成28年3月に策定されました。

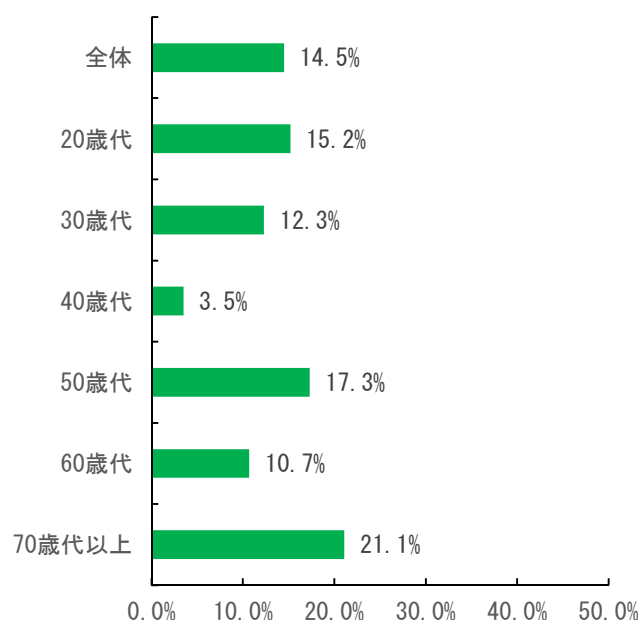
ここでは、第2次計画の期間中、市民の生活習慣の実態を把握するため、平成30年に行われた生活習慣実態調査の栄養・食生活に関する事項について記述し、“食”をめぐる現状と課題を整理することとします。

① 朝食の欠食状況

朝食を欠食する人の割合は、成人で14.5%であり、平成28年度の13.5%とほぼ同じ割合となっており、引き続き改善を図っていく必要があります。

また、中学生では9.7%から11.0%へ1.3%増、高校生では11.5%から12.2%へ0.7%増と、青少年期の朝食の欠食状況はわずかに改善していますが、引き続き対策を進めていく必要があります。

図1 朝食の欠食状況（年代別）



② 食事に対する評価

食事に対する評価は「問題あり」を回答した人の割合が33.6%で、平成28年調査から4.4%の増加となっています。また、30歳代で「問題あり」という回答割合が高くなっています。

「問題あり」と回答した人の中で、具体的な問題点として、「栄養のバランスが悪い」が48.5%と高くなっています。しかし、「問題あり」と回答した人の中で、食事を改善したいと考えている人は68.9%となっており、改善したいと考えている人をどのように支援していくかが大きな課題となります。

表 2-1 食事に対する評価

	大変よい	よい	少し問題がある	問題が多い
総数	15.5 %	47.5 %	29.4 %	4.2 %
男性	20.1 %	52.8 %	20.4 %	3.7 %
女性	11.7 %	43.4 %	36.4 %	4.7 %
20 歳代	19.6 %	45.7 %	30.4 %	2.2 %
30 歳代	7.0 %	36.8 %	47.4 %	5.3 %
40 歳代	9.4 %	43.5 %	35.3 %	9.4 %
50 歳代	6.7 %	49.3 %	38.7 %	5.3 %
60 歳代	20.7 %	47.1 %	29.3 %	2.1 %
70 歳代以上	18.7 %	52.2 %	18.7 %	3.3 %

図 2-1 食事の問題点（複数回答）

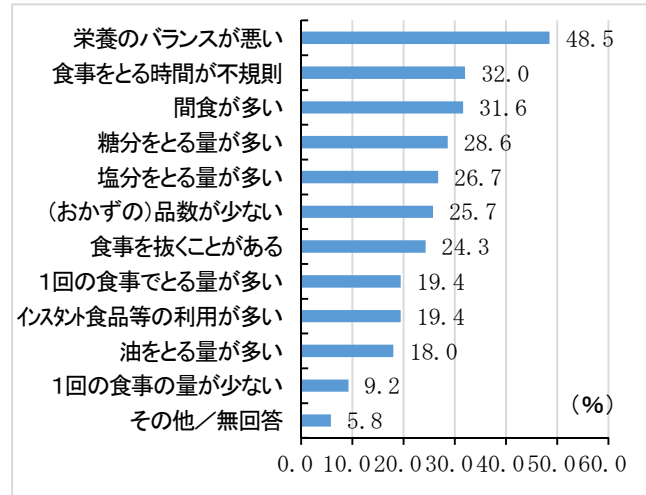
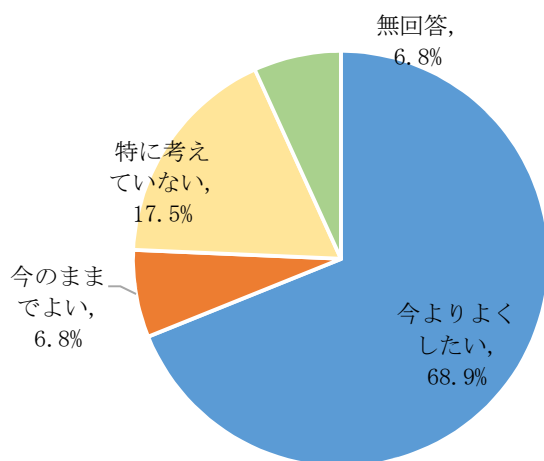


図 2-2 食事の改善に対する意識



③ 食生活に関する行動

食生活に関する行動については、「地産地消を意識している人」が69.5%、「栄養バランスがとれたメニューの利用意向がある人」が58.6%、「栄養成分の表示を意識している人」が53.7%となっており、地産地消や食品表示等に対する意識は比較的高いといえます。

食事バランスガイドを「見たことがある人」は42.3%、食事バランスガイドを「参考にしている人」は32.4%となっており、うまく活用されていません。

図 3-1 地産地消に対する意識

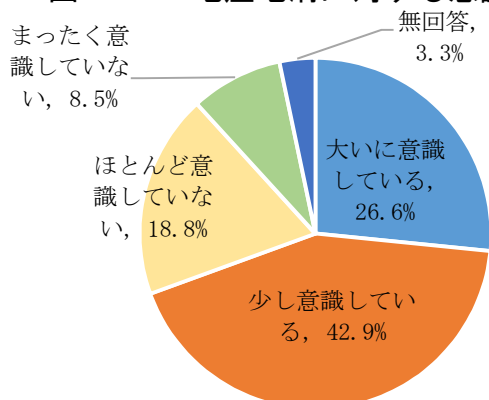
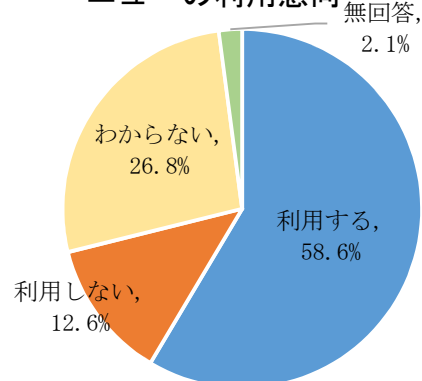


図 3-2 栄養バランスがとれたメニューの利用意向



④ 「健康あいら21」における重点目標・目標数値・基本施策

「健康あいら21」では、「栄養・食生活」の分野においては、次の項目を重点目標としています。

質・量ともにバランスのとれた食事をする人を増やす。

また、基本施策として、次の4項目を挙げており、これらの推進を図っていくこととされています。

● 適切な食生活習慣の実践のための継続的な取組

バランスのとれた食事など、適切な食生活習慣定着のための働きかけを強化します。
各世代に応じた、食に関する情報の提供や栄養相談などの実施に努めます。

● 朝食の重要性の周知と普及

各世代に向けて、朝食をとることの重要性の周知に努め、欠食者の減少を図ります。

● 地場産業の活用と推進

地場産物の紹介と利用について、関係機関と連携して普及に努めます。

● 食育の充実

学校との連携による体験型学習の実施など、次世代への食育を充実させます。
食物の廃棄、食べ残しなど、ごみ・環境問題に視点をおいた取組を強化します。
食について、楽しみながら学べる学習の場を提供します。

基本施策に関連した数値目標は、表4-1のとおりとなっています。

表4-1 「第2次 健康あいら21」における目標数値（抜粋）

項 目	対 象	第2次計画 策定時	現状値 (H30)	目標値
■現在の食事について問題を感じている人の割合の減少	成人	29.2%	33.6%	20.0%
■適切な食事の内容・量を理解している人の増加	成人	71.9%	68.4%	80.0%
■質・量ともにきちんとした食事をする人の増加	成人	66.7%	63.0%	80.0%
■朝食を欠食する人の減少	中学生	9.7%	11.0%	0%
	高校生	11.5%	12.2%	0%
	70歳以上	23.7%	29.2%	0%
■意識して地場産物を利用する人の割合の増加	成人	75.2%	69.5%	80.0%
■学習の場への参加する人の割合の増加	成人	18.3%	16.2%	30.0%

第3章 始良市食育推進計画の基本方針

健康で文化的な生活の基礎となり、地域の活力の源となる「健全な食」を育むためには、市民の健全な食生活、地域社会の活性化、豊かな食文化の継承、地産地消による健康で豊かな食生活、環境と調和のとれた持続可能な食料生産と消費の実現を図る必要があります。

また、食育には、食の大切さや食の乱れから生じる様々な問題について、あらためて認識し、私たちにとっての食のあり方を学び、食に関する知識や食を選択する力を身につけることが求められています。こうした食育は、あらゆる世代で必要なものですが、とりわけ、未来を担う子どもたちが健全な食生活を実践できるようになることは重要です。

そこで、本市における食育においては、基本目標を「“あいらの食”を基本とした健康で豊かな食生活の実現」と定め、目標に向けた5つの施策に取り組むこととしました。

1 基本目標（目指す姿）

“あいらの食”を基本とした健康で豊かな食生活の実現

本市の多彩な食文化と新鮮な農林水産物を生かし、食に対する正しい知識の習得により、健康で豊かな食生活を実現している姿を目指します。

2 推進目標と推進方策

「“あいらの食”を基本とした健康で豊かな食生活の実現」を図るために、2つの推進目標と5つの推進方策を掲げます

《1》ライフステージに合わせたあいら食育の推進

〈推進方策〉

- ① 家庭における「食育」の推進
- ② 学校、保育所等における「食育」の推進
- ③ 地域における「食育」の推進

《2》効果的にあいら食育を推進するための取組

〈推進方策〉

- ④ あいらの地産地消の推進
- ⑤ 食育の情報発信

第4章 始良市食育推進計画に基づく施策の展開

基本目標である「“あいらの食”を基本とした健康で豊かな食生活の実現」を図るため、5つの推進方策毎に、主要な施策や、本市の取組例について記載します。

なお、主要施策毎の具体的施策の推進に当たっては、市及び各関係機関・団体間で情報の共有を行い、連携を図ります。

推進方策① 家庭における「食育」の推進

食に関する情報や知識、伝統文化等については、従来、家庭を中心に地域の中で共有され、世代を超えて受け継がれてきました。

家庭においては、基本的な生活習慣づくりへの意識を高め、生涯にわたって切れ目なく、心身の健康の増進と豊かな人間性を育む基盤づくりを行うことが重要です。

なかでも、朝食を食べる習慣には、規則正しい就寝・起床などの基本的な生活習慣の影響が考えられます。

社会環境の変化や生活習慣の多様化等により、食に対する意識の希薄化が進む中で、家庭における食育の推進は喫緊の課題であり、まず家庭において食に関する理解が深まるよう、望ましい食習慣の形成や知識の習得に向けた取組を進めるとともに、家庭と地域等が連携した食育を進めます。

施策

① 子どもの基本的な生活習慣の形成

(ア)「早寝早起き朝ごはん」運動等による、食事の重要性や質、食べ方などに関する普及啓発

② 望ましい食習慣や知識の習得

(ア)かごしま版食事バランスガイドや食生活指針の活用促進

(イ)本市における乳幼児健診や児童教室等での乳幼児の栄養に関する情報提供、啓発

取組内容

- 子どもが規則正しい生活（食事の時間、早寝・早起き）ができるよう、家族で取組みます。
- 「もったいない」という気持ちを持ち、食材を捨てたり、食べ残したりしないようにします。
- 家族がそろって食事をするように心がけ、その時間を大切にします。
- 家族が協力して食事の準備・片付けをします。
- 食事バランスガイド等の普及啓発を行います。

推進方策② 学校、保育所等における「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見られることから、学校、保育所等には、子どもたちへの食育を進めて行く場として大きな役割を担うことが求められています。

学校については、給食の時間はもとより、各教科や総合的な学習の時間等、農林漁業体験の機会の提供等を通じた積極的な食育の推進を図ります。

また、保育所・幼稚園等では、成長や発達の段階に応じて、健康な生活を基本とし、望ましい食習慣を身につけるとともに、食に関する体験を積み重ねていくことができるよう、取組を推進します。

施 策

① 就学前の子どもに対する「食育」の推進

(ア) 保育所保育指針、幼稚園教育要領等に基づく、豊かな食体験の取組促進

② 学校における「食育」の充実

(ア) 栄養教諭等を中核として、関係者が連携した体系的・継続的な食育の推進

(イ) 食育に携わる指導者を対象とした指導力向上研修会の実施

(ウ) 児童生徒を対象とした農業体験学習・出前講座等の実施

③ 学校給食等を活用した「食育」の推進

(ア) 学校給食に携わる関係者の情報共有

(イ) 給食だよりや給食年間献立計画内容等の充実

取 組 内 容

- 栄養バランスのよい給食を提供します。
- 給食の献立や食材を活用した食育の推進を充実します。
- 給食での残食を減らす取組を行います。
- 職員の研修を行うなど、食育の推進体制を強化します。
- 学校給食における各関係機関（生産者、ＪＡ、栄養教諭、保健体育課、農政課等）の定期的な情報交換会を行います。
- 郷土料理や地元産物・特産品などについて給食等を通じ、子どもや保護者に啓発します。

推進方策③ 地域における「食育」の推進

心身の健康を確保し、生涯にわたって生き生きと暮らしていくためには、人生の各段階に応じた継続性のある食育の推進が重要です。

その中でも、市民 1 人ひとりが食育に関する意識を高め、主体的に食育を実践するためには、地域での取り組みは非常に重要な役割を担っています。

地域における取組の広がりと活性化を図るため、その活動を支援し、担い手となる人材の育成を支援します。

施 策

① 質・量ともにバランスのとれた「食育」の推進

(ア) 地域・職域・医療機関や教育機関等と連携し、各世代に向けての栄養指導や保健指導等を実施。

② 「食育」活動の支援

(ア) 食生活改善推進員や各種団体の活動支援

取 組 内 容

- ライフステージに応じた料理教室、栄養・食生活に関する学習機会を充実します。
- 地域が実施する食生活改善・健康づくりに関する活動へ支援します。
- 講演会や料理教室など「食」の大切さについて学習する機会を提供します。
- 農林水産業等の体験活動や生産者と消費者の交流活動を実施します。
- 栄養や健康づくりに関する学習機会を提供します。
- 地域の特色を活かした「食」に関する行事を行います。

推進方策④ あいらの地産地消の推進

食育を推進する上で、食を生み出す場としての農林水産業に関する理解が重要であり、「食」と「農林水産業」のつながりを深めることが求められています。

農林水産業の体験は、農林水産物の生産現場に対する関心や理解、食生活が自然の恩恵や食に関する人々の様々な活動により成り立つことについての理解を深めるうえで重要です。

本市では、はだか麦や有機農業が盛んであり、生産者が安全・安心な農林水産物を提供できる取組を支援するとともに、六次産業化への取組も支援します。

特に、有機野菜を推進することで、みどりの食料システム戦略を踏まえた環境負荷低減にもつながるものであり、SDGsの観点からも重点的に取り組みを支援します。

また、次世代へ食文化を伝承するために、煮しめグランプリを開催します。

施 策

① 生産者と消費者の交流の促進

- (ア) 農林水産業に関する体験機会の提供
- (イ) 学校等における農林水産業体験学習の実施と活動支援

② あいら産農林水産物の利用促進

- (ア) 学校給食への本市農林水産物の提供
- (イ) 各物産館やイベント等における特産物の活用促進
- (ウ) 六次産業化による新たな特産物の開発支援

③ 農林水産業者等の活動支援

- (ア) 生活改善センターや農産加工センター等の利用促進
- (イ) 農産加工グループや生活研究グループ等の活動支援
- (ウ) 蒲生物産館「くすくす館」との連携の充実
- (エ) 六次産業化の取組支援

④ 食の伝承

- (ア) JA等の関係団体とイベントを通して名物料理や郷土料理等を次世代へ伝承

取 組 内 容

- 各小中学校における農業体験（田植え、稲刈り等）を実施します。
- 煮しめグランプリを開催します。
- 学校給食において有機野菜等を活用します。
- 給食等を通じて郷土料理や地元産物・特産品などを啓発します。

推進方策⑤ 食育の情報発信

情報メディアの多様化等により様々な情報が溢れる中、健康で豊かな食生活の実現のためには、食生活や健康に関する正しい知識を持ち、正しいものを見極め自ら食を選択していくことが必要です。

そのために、食に関する幅広く正しい情報を、広報あいら「Airaview」や市ホームページ、あいらびゅーFM、SNS等の様々な媒体や各種イベント、研修会等を通じ、食育に関する幅広い情報を発信します。

施 策

① 健康寿命の延伸につながる「食育」の情報提供

(ア) 健康づくりのための食生活情報の提供

② 食品ロス削減に関する情報提供

(ア) 食品ロスに関する認知向上のための情報提供

(イ) 農林漁業者による農林水産物の規格外品や未利用部位などの加工・販売等による活用促進

取 組 内 容

- ライフステージに応じた料理教室、栄養・食生活に関する学習の機会の充実を図ります。
- 歯と口腔の健康に関する学習機会・啓発活動の充実を図ります。
- 栄養・食生活、健康づくりに関する相談体制の充実を図ります。
- 食事バランスガイド等の普及啓発の充実を図ります。
- 地元で生産された農林水産物等を紹介するとともに、情報提供の充実を図ります。
- 地元の農林水産物の安全性を確保するとともに、「食」の安全に関する情報提供の充実を図ります。
- 食を通じた市民と生産者の交流の機会の充実を図ります。



第3次始良市食育推進計画

令和6年4月発行

編集・発行/始良市 農林水産部 農政課

〒899-5492 鹿児島県始良市宮島町25番地

TEL : 0995(55)8244 FAX : 0995(66)2370

E-mail : nosei@city.aira.lg.jp

URL : <http://www.city.aira.lg.jp/>