

興部町食育推進計画

～地域を生かした食育の推進～

令和5年度～令和9年度

令和5年10月

興 部 町

目次

1	本計画の趣旨・目的	1
2	食育の定義	2
3	本計画の位置付け	2
4	計画の期間	2
5	興部町の食をめぐる現状と課題	3
6	食育に関する3つの基本目標	4
7	興部町における食育の取り組み	5
8	ライフステージごとの食育	7
9	関係者の役割・連携	8
10	食育推進に当たっての数値目標	11

1 本計画の趣旨・目的

食は命の源であり、私たち人間が生きていくためには欠かせないものです。

しかし、現在、国内では肥満や生活習慣病の増加、過度の痩身等、また児童生徒の朝食欠食などの問題が見られる状況があります。さらに世界的な食料需給の逼迫に伴う食料の安定供給の確保、安全・安心な食品に対する消費者の関心の高まりへの対応、食べものと生産現場のつながりの確保や、家庭や地域で受け継がれてきた伝統的な食文化の継承、食品ロスといった食に関する課題が引き続き存在しています。

このような国民の食生活をめぐる環境の変化に伴い、国は、食育に関する施策を総合的かつ計画的に進めるため、平成17年6月に「食育基本法」を制定し、令和3年3月には「私たちが育む食と未来」をコンセプトとした「第4次食育推進基本計画」を作成しました。また、北海道では、平成31年3月に「食の力で育む心と身体と地域の元気」をめざす姿とした「第4次北海道食育推進計画（どさんこ食育推進プラン）」を作成し、道内の食育を総合的に進めることとしています。

興部町でも、他の地域と同様に食生活の変化に伴うさまざまな課題が見られますが、町内にはおいしく新鮮な食材があり、また、そうした食材を活用した伝統食や加工食品などがつくられるとともに、生産地が近く、消費者と生産者とが身近に感じられ、食育を行うのに恵まれた環境にあります。

このような背景を踏まえ、興部町においても国や道などと連携しながら、町民皆さんの理解の下、役割分担を行い、より効果的な食育の取り組みを推進するため、「興部町食育推進計画」を策定します。

2 食育の定義

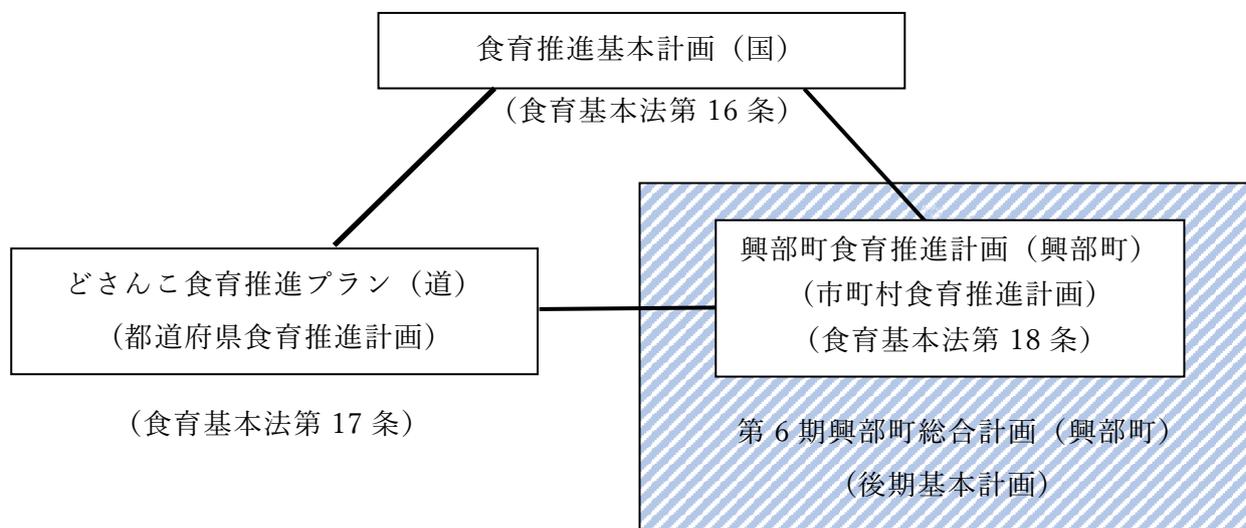
食育とは、様々な経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践できる人間を育てることと定義され、生きる上での基本であって、知育、徳育、体育の基礎となるべきものと位置づけられています。（食育基本法前文）

3 本計画の位置付け

本計画は、食育基本法第 18 条第 1 項に基づき、国の食育推進基本計画や都道府県食育推進計画を基本として作成する市町村食育推進計画として位置付けられ、食育を具体的に推進するための計画として策定しています。

また、この計画は本町における食育を具体的に推進するための総合的な指針とし、「持続可能な開発目標（SDGs）」の達成に資するものです。

■興部町食育推進計画の位置付け



4 計画の期間

この計画の期間は、令和 5 年度から令和 9 年度までの 5 年間とし、関係法令の改正や本計画の上位計画の見直しとあわせ、必要に応じて見直しを行います。

(※参考)・第 4 次食育推進基本計画(国)の計画期間(R3-R7)

・第 4 次北海道食育推進計画(どさんこ食育推進プラン)の計画期間(H31-H35)

5 興部町の食をめぐる現状と課題

(1) 食をめぐる社会情勢の変化

興部町においては、高齢化が全国より早いペースで進むとともに、核家族化の進行や女性雇用者（共働き）の増加も見られます。このような社会情勢の変化の中で、食に関する簡便化・外部化が進展してきています。

*高齢化率（65歳以上の割合）は令和2年時点で33.3%（全国28.7%）総務省「国勢調査」より

(2) 食生活の変化と健康への影響

全国的な傾向として、脂質の過剰摂取や野菜の摂取不足などの栄養の偏りにより、肥満や生活習慣病の増加が問題となっています。興部町においても同様の傾向が見られており、適切な対応が必要とされています。

(3) 興部町における食料生産の現状

興部町は酪農と漁業の町です。酪農は、362.55平方キロメートルという広大な面積を生かして盛んに取り組まれています。牛乳の生産をはじめ、アイスクリームやナチュラルチーズ、ヨーグルト、バターなどの乳製品の加工や、ハム、ソーセージなどの肉製品の加工も行われています。これらは生産者自ら販売も行っています。また、漁業も盛んでオホーツク海の豊かな海が育んだ、ホタテやサケ、マス、毛ガニなどが水揚げされており、ホタテの干し貝柱や筋子、イクラなどの加工品も作られています。興部町の漁業は、海産物を獲るだけでなく、育てることを大切にしているのが特徴で、稚魚の放流事業、養殖技術の向上、水源を確保するための植樹や、世界初の防氷堤によって、コンブやウニを流氷から守る活動も行っています。

(4) 食に関する環境問題

世界的な食料需給の逼迫、食料不足が問題となる中で、我が国においては、食べ残しなどに伴う大量な食品の廃棄が行われており、これらの削減による環境負荷の低減などが求められています。食べ物を大切にすることを育み、食に対する感謝の気持ちを培うことが必要です。

(5) 食育に対する理解と取組

興部町では、食育に係る機関・団体などがそれぞれの役割に応じて食育の推進に取り組んでおり、食育の認知度・関心度も徐々に高まりつつあると考えられますが、正しい食習慣と生活習慣の形成による町民の健康づくりを進めるためには、食育の実践的な取り組みを充実していく必要があります。

6 食育に関する3つの基本目標

食育をめぐる現状と課題などを踏まえ、興部町では食育の推進を効果的に図るため、次の3つの基本目標に基づき、食育を推進します。

基本目標Ⅰ	町民の健康づくりにつながる食育の推進
-------	--------------------

脂質の過剰摂取や野菜の摂取不足などの栄養の偏りや朝食の欠食は、肥満や生活習慣病の危険因子とされています。また、食品衛生など食品の安全性に関わる知識も健康の維持に必要です。食べ物と心や体の関係を知るとともに、身体によい食品の適切な選択の実践などにより、食品の情報や健康との関係を学ぶことで、乳幼児期から高齢期までの健康の維持・増進につながる食育の取り組みを推進します。

基本目標Ⅱ	未来を担う子どもを育む食育の推進
-------	------------------

食育はすべての町民に必要なものですが、特に子どもたちに対する食育は、心身の成長及び人格の形成に大きな影響を及ぼし、生涯にわたって健全な心と体を培い豊かな人間性を育てていく基礎となるものとして重要です。幼稚園・保育所や学校での活動を中心として、各家庭を含め、食に関する幅広い知識を習得し、子ども達が正しい食習慣・生活習慣を身につけるための取り組みを推進します。

基本目標Ⅲ	地産地消と一体となった食育の推進
-------	------------------

興部町は豊かな自然に恵まれ、四季折々の旬を感じさせる食材があり、消費者と生産者とが身近に感じられる地域です。

各種体験活動により、本町の基幹産業である農畜水産業など、食に関連する産業の役割や現状について理解を深めるとともに、地産地消の大切さを知り、実践する食育の取り組みを推進します。

7 興部町における食育の取り組み

基本目標Ⅰ 町民の健康づくりにつながる食育の推進

- ・「早寝早起き朝ごはん」を心がけ、朝食の習慣化や生活リズムの推進に努めます。
- ・3食規則正しく食事を取り、生活リズムを整えることが大切であることなど、離乳期から色々な食品に親しみながら、望ましい食習慣の定着が図られるよう食に関する指導を行います。
- ・乳幼児を持つ親を対象として、離乳食指導や・栄養指導を行い、食についての情報提供や教室活動等を実施します。
- ・噛むことの大切さや、歯の健康について情報提供し、丈夫な歯を育てることについて普及啓発や指導に努めます。
- ・保育所給食・学校給食の食事内容を充実させるとともに、給食の時間をはじめ各教科等において、望ましい栄養や食事のとり方を理解し、自ら管理する能力を身につけることができるよう、食に関する指導を行います。
- ・健診などにおいて健康に関する正しい情報を伝え、望ましい食生活の指導に努めます。
- ・給食だよりや町の広報誌、結果説明会等を活用し、栄養のバランスや生活習慣病と食との関わり等について普及啓発を行います。
- ・日本の食生活の伝承や食器の並べ方、箸の持ち方などマナーを身に付ける指導に努めます。
- ・給食時間をはじめ、家庭科など関連する教科等の時間において、正しい知識・情報に基づいて、食物の品質及び安全性等について自ら判断できる能力を身に付けることができるよう食に関する指導を行います。
- ・食の安全・安心に関し、食品の安全性に関わる施策等について情報提供を行います。

〈関係機関〉 幼稚園・保育所・小学校・中学校・学校給食センター・福祉保健課

基本目標Ⅱ 未来を担う子どもを育む食育の推進

- ・親と子が一緒に作ったものを一緒に食べ、誰かの為に作る楽しさや喜びを伝えます。
- ・子どもの食への関心を育み「食を営む力」の基礎を培い、子ども達が大人になっても健康で質の高い生活を送ることができるよう、食育、保健教育と連携した健康教育に取り組みます。

- ・旬の食材のおいしさなどを子ども達に伝えます。
- ・幼稚園・保育所・学校の給食を通じて食事のマナーを身に付け、友達と食べる楽しさを指導します。
- ・教室活動などを通じて、調理技術や家族・友達と食事をとる楽しさを伝えます。
- ・学校給食に地域で生産された旬の食材を活用し、食材本来の味を味わい、味覚を育てます。
- ・給食だより等を活用し、廃棄などの食品ロスの現状やその削減の必要性についての認識の普及啓発に努めます。
- ・残さず食べる習慣を身に付けるとともに、環境問題について考え、食べ物を大切にし、自然の恵みや生産者等に感謝する心を育みます。
- ・農業体験や漁業体験等を通じて、興部町の伝統料理や食の良さ、自然（生命）を大切にすることを伝えます。

〈関係機関〉 幼稚園・保育所・小学校・中学校・学校給食センター・教育委員会
社会福祉課・福祉保健課・食を考える協議会星火塾

基本目標Ⅲ 地産地消と一体となった食育の推進

- ・興部町で生産される酪農水産物の良さを知ってもらうために、幼稚園・保育所・学校給食等で活用し、食に関する指導を行い、郷土を愛する心を育みます。
- ・北海道や興部町で採れる新鮮な食材を使い、作って食べる体験を通し、地域の豊かな自然環境について子ども達に伝えます。
- ・地元食材の給食への食材の提供等、子ども達に興部町産の食材の魅力を伝えます。
- ・町内外のお祭りやイベントで地元特産物のPR、地産地消の普及啓発、情報提供に努めます。
- ・地元の食材を使い加工食品（肉製品）製造に努めます。
- ・給食だより等を活用し、保護者に学校での地元食材利用の取り組みを紹介します。

〈関係機関〉 学校給食センター・産業振興課・まちづくり推進課・福祉保健課・商工会・商工会青年部・商工会女性部・JA北オホーツク・JA女性部・沙留漁業協同組合・沙留漁協女性部・食を考える協議会星火塾・農業科学研究センター

8 ライフステージごとの食育

生涯にわたって健康で豊かな生活を送るため、各世代に応じた食育を実践する必要があります。本計画では、「乳幼児期」「学齢期」「思春期」「青年期」「壮年期」「高齢期」に分け、各世代の特徴に応じた食育の取り組みの方向性を示し進めていきます。

(1) 乳幼児期 (0～5 歳)

成長発達が著しく、十分な睡眠の確保やバランスのとれた食生活などの生活習慣を身に付ける時期です。この時期は、生涯にわたる食習慣の基礎を作る大切な時期で、家庭における食育の取り組みが大きく影響することから、乳幼児期に必要な食生活・食習慣について、正しい知識を習得し、親子が一緒に食を楽しむことができるような取り組みを進める必要があります。

(2) 学齢期 (6～12 歳)

心身の発達が著しく、乳歯から永久歯へと生えかわり、骨や筋肉も発達する時期です。また、食への興味や関心が深まり、個が確立する時期です。食生活の基礎が完成するこの時期は、家族や友達と一緒に食事を楽しみ、食に関わる学習や活動を通して、食に関する知識や望ましい食習慣を身につけることが大切です。

(3) 思春期 (13～18 歳)

身体的、精神的変化が著しく、性差や個人差も大きい時期です。夜遅くまで勉強をしたり、テレビやゲームに夢中になって就寝時間が遅くなるなど、生活リズムが乱れやすくなります。また、思春期は自意識が高まり、ダイエットに関心を示すことが多くなる時期で、将来の健康に影響を及ぼすような健康課題も見られます。

(4) 青年期 (20～39 歳)

気力・体力ともに充実した働き盛りの世代で、就職や結婚、出産、子育て等により生活が大きく変化する時期です。生活習慣病予防のためにも、適正体重の維持や自分にあった食事量を理解し、実践することが重要です。また、次世代の育成を担う大切な時期でもあり、自己管理はもちろんのこと、子ども達が家族団らんを通して健全な食習慣を実践できるよう育てることも大切です。

(5) 壮年期 (40～64 歳)

働き盛りで仕事でも家庭でも忙しく、自分の健康に関心を持ちにくい時期ですが、メタボリックシンドロームへの対策など生活習慣予防の観点から、生活習慣、運動習慣、食習慣を見直し、自らの健康管理に努めることが重要な時期です。

(6) 高齢期 (65 歳以上)

定年による退職など生活環境の変化や、加齢に伴う身体の変化・体力の低下が見られる時期です。介護予防の観点からも、栄養バランスのとれた食事と、噛む力、飲み込む力を維持し、自分に合った食生活を実践することが必要ですし、家族や友人と食事を楽しんだり、地域の食事会に参加したりするなど、「食」を通じた交流の場も大切です。また、次世代に食文化や食に関する知恵を伝えることも重要です。

9 関係者の役割・連携

興部町においては、3 つの基本目標をベースに、地域住民や生産者、農畜水産業関係団体、商工団体、学校、保育所等がそれぞれの視点で地域にあった食育の取り組みを行っていきます。

また、総合的な視野から行政のそれぞれの分野で連携を図り、円滑に取り組みが進むように次の基本目標に即して、食育を推進していきます。

1	家庭における食育の推進
---	-------------

家庭は最も大切な食育の場です。家族が囲む食卓は、食事のマナーや食文化、栄養に関する事などに関する様々な知識を学ぶ場であるとともに、家族の健康状態を知る場でもあります。また、食卓での家族とのコミュニケーションは、子どもが豊かな人間性を育むための重要な役割を担っています。

このように、食育の基本となる家庭における食育を充実させる取り組みを進めます。

2	学校等における食育の推進
---	--------------

児童・生徒が生涯を通じて健康で安全な生活を送ることができるよう、家庭と連携しながら、食に関する様々な体験や指導に取り組み、望ましい食習慣と豊かな人間性の育成を図ります。

3	地域における食育の推進
---	-------------

地域は様々な世代の人が生活を営む場であり、ライフステージに応じた食生活や豊かな食文化が見られます。健康づくりや食への関心を高めるとともに、家庭や幼稚園・保育所、学校等と連携しながら、関係機関や関係団体を通じて食育が地域に定着するための取り組みを進めます。

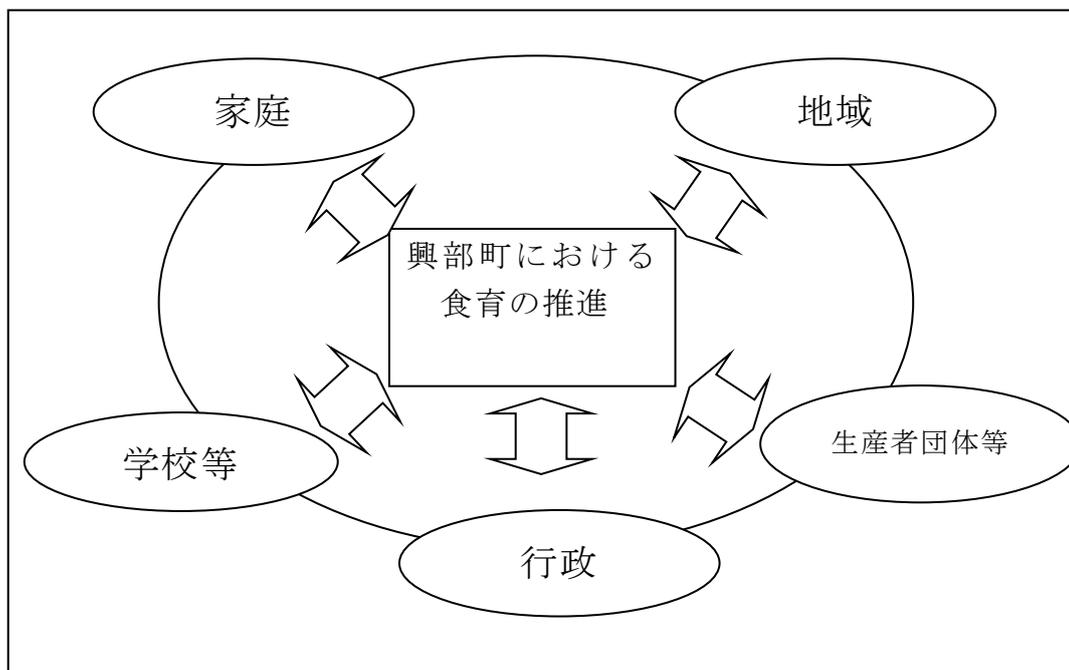
4	生産者団体等における食育推進
---	----------------

興部町は消費者にとって生産者の現場が身近で、生産物のことを知るにはとても恵まれた環境にあります。このような地域の特性を活かし、安全で安心な地元農畜水産物への理解と関心の増進を図るため、地産地消を推進します。

5	行政における食育の推進
---	-------------

地域住民が、生涯健康で暮らす基本となる良好な食生活や食習慣の確立を図るため、町が行っている特定健診・がん検診を受けるよう受診の勧奨に努め、各個人の健康状況に応じた栄養相談や運動指導の充実を図ります。
(健康体操の推進、栄養相談など開催)

さらに、食育は、その関係する分野が保健、医療、産業振興、教育など多様であることから、日常の家庭での食生活や学校、地域住民、食材の提供をする生産者など食関連産業及び消費者団体が、食育活動においてそれぞれの役割を理解し、相互に連携や補完をしながら活動を行い、計画の推進に努めます。



※関係する部署と住民・組織・関係機関・団体等とが横断的な連携を図りながら計画の推進に積極的に努めます。

10 食育推進に当たっての数値目標

指標	対象者	現状値 令和4年度	目標値 令和9年度
<p>幼児（3歳児）の肥満の割合</p> <p>*乳幼児健診結果</p> <p>乳幼児健診・乳幼児相談等で食生活の相談や糖質を多く含む食品（菓子・ジュース）、栄養バランスについての情報を提供する。</p>	3歳児	4.8%	0%
<p>成人（40歳～74歳代）の肥満の割合</p> <p>*特定健診結果</p> <p>個別対応による運動処方、結果説明会で個人に合った食事量やバランスのよい食事について情報提供する。</p>	成人（BMI25以上）	33.3%	33.3%未満
<p>幼児（3歳児）の朝食を毎日食べている児の割合</p> <p>*乳幼児健診結果</p> <p>乳幼児健診・乳幼児相談等で、1日3食食べること、特に朝食は大事であることについての情報提供をする。</p>	3歳児	95.2%	100%
<p>成人（40歳～74歳）週3回以上朝食を抜く割合</p> <p>*特定健診結果</p> <p>結果説明会等で個人に合った食事量やバランスのよい食事、特に朝食は大事であることについての情報提供をする。</p>	成人	13.9% (国は10%)	10%未満
<p>高齢者（65歳以上）のやせの割合の減少</p> <p>*特定健診結果</p> <p>結果説明会等で個人に合った食事量やバランスの良い食事内容について情報提供をする。高齢者向きの運動教室への参加勧奨をする。</p>	65歳以上でBMI20以下の人	11.6%	11.6未満

興部町食育推進計画

令和5年10月

担当：興部町福祉保健総合センター「きらり」

福祉保健課 健康推進係

〒098-1603 興部町東町

TEL：(0158) 82-4170

FAX：(0158) 88-2130