

第4章 食育を推進するための施策と目標

1 地産地消の推進、主要産業の担い手育成

【現状と課題】

本町では、学校給食の食材に地元の農産物を使用することに努めています。また、漁協では、保育所や学校の依頼で、魚の解体ショーやヒラメの放流体験、養殖力キに関する授業を行っています。また、地元農家の協力を得て、田植え体験、みかんの収穫体験等を実施しています。

一方で、学校への魚の提供は、骨抜き加工などが必要であり、生産者と地元の食材を活用する方法について検討する必要があります。

農林漁業体験を経験した子どもは、食べ物を生産する現場をしっかりと見たことにより、食べ物を大切にする意識や食べ物への関心を持つようになり、食べ残しが少なくなること等が報告されており、子どもの頃の農林漁業体験は重要です。

【目指すところ】

- ① 学校給食における地場産物を活用した取組等を増やす
- ② 農林漁業体験を経験した町民を増やす
- ③ 産地や生産者を意識して農林水産物・食品を選ぶ町民を増やす
- ④ 食品の安全性について基礎的な知識を持ち、自ら判断する町民を増やす

【取組】

〔ライフステージ別の町民の取組〕

主 体	取 組
乳幼児期	<ul style="list-style-type: none"> ・ 様々な食べ物に触れて食体験を広げます。 ・ 地域、保育所などで行われる農林漁業に関する行事やイベントに参加します。
学童期 思春期	<ul style="list-style-type: none"> ・ 地域、学校などで行われる農林漁業に関する行事やイベントに参加します。 ・ 地域で採れる食材を知り、おいしく味わいます。
青壮年期 高齢期	<ul style="list-style-type: none"> ・ 地域で採れる食材について関心を持ち、日々の生活に取り入れ、おいしく味わいます。

第4章 食育を推進するための施策と目標

取組の内容	主体							
	個人	家庭	学校	保育所	地域	事業所	行政	主管課 (関係課)
・親子や祖父母等家族と一緒に料理したり、野菜を育てたり、食に関することを楽しんで行います。	○	○						
・地産地消を心がけます。	○		○	○				
・地元産品を使った調理実習、クッキング等を行います。			○	○				
・農作物づくり等の体験の機会を設けます。			○	○				
・給食に地場産品や子ども達が育てた作物等を取り入れます。			○					
・行事や授業などで農林漁業体験の機会を設けます。			○	○				
・保護者参加型の農林漁業体験活動を検討します。			○	○				
・行政や学校、保育園が実施する農林漁業体験などの事業に協力します。					○			
・保育園児や学生と一緒に畑で農作物を育てるなど、ボランティア活動に取り組みます。					○			
・食生活改善推進員※による食育事業を継続します。					○			
・給食に地場産品を取り入れられるよう協力・支援します。					○	○		
・5、6年生を対象に通学合宿を実施します。大学生ボランティア協力のもと、宿泊を通して食事の買い出しから片付けまでを自分たちで行える内容とします。							○	教育課
・産地や生産者の情報を提供するためのウェブサイト等を開設し、地元食材の魅力を発信します。						○	○	農林水産課 企画商工課
・町内で消費する機会が少ない地元食材を町内で購入できる環境にできないかを検討します。						○	○	農林水産課 企画商工課
・給食に地場産品を取り入れます。							○	教育課 (農林水産課)
・玄海っ子教室で魚釣り体験を実施します。							○	教育課 (農林水産課)
・校外学習などにおける定期的な農林漁業体験実現に向け、関係機関が連携します。			○	○	○	○	○	農林水産課

取組の内容	主体							
	個人	家庭	学校	保育所	地域	事業所	行政	主管課 (関係課)
・地元の農林水産物を手、耳、目で触れることができる機会をつくります。			○	○	○	○	○	農林水産課
・幅広い世代が参加しやすい農林漁業体験ができるイベントや行事を実施します。			○	○	○	○	○	農林水産課
・農林漁業者との交流イベントを実施します。			○	○	○	○	○	農林水産課
・農林漁業体験の後は、使用した食材を使って料理し食べる機会をつくります。			○	○	○	○	○	農林水産課 (こども・ほけん課)
・食生活改善推進協議会と協力し、地元産品を使ったレシピを広報紙に掲載します。							○	こども・ほけん課
・食品の安全性の基準を広報します。また、食中毒の危険性など食品の安全性について、広報紙やホームページで広報します。							○	こども・ほけん課

【成果指標と目標値】

番号	項目	単位	現状値 (令和4年度)	目標値 (令和14年度)	データソース
1	栄養教諭による地場産物に係る食に関する指導の平均取組回数	回 / 月	1	2	教育課調べ
2	学校給食における唐津玄海町産農林水産物等を使用する割合(唐津、玄海町産食材数 / 全食材数)	%	22 (令和4年11月)	増やす	学校給食における県産農林水産物等利用状況調査
3	学校給食における国産農林水産物等を使用する割合(国産食材数 / 全食材数)	%	92 (令和4年11月)	増やす	学校給食における県産農林水産物等利用状況調査
4	食育の推進に関わるボランティア数(食生活改善推進員以外)		2団体6人	増やす	食育推進計画等に関する調査

2 生涯を通じた心身の健康を支える食育の推進

【現状と課題】

家庭での共食[※]は、食育の原点であり、食を楽しむ家族とのつながりを大切にする食育を推進することは重要なことと言えます。一方で、アンケート調査では、18歳以上の成人について、夕食を家族ととる人が74.3%ですが、19～29歳の31.7%が一人で食事をしています。

乳幼児期や就学時期は、成長や発達が著しく、生涯にわたる健康づくりの基盤となる重要な時期であり、成長や発達の段階に応じて、望ましい食習慣を定着させる必要があります。

本町の死亡原因は、がん、心疾患、脳血管疾患、高血圧性疾患などの生活習慣病が上位を占めており、健康寿命を延伸する上では健全な食生活が欠かせません。このため、家庭、学校、地域等が連携・協働して食生活の改善が図られる取組が必要です。

【目指すところ】

- ① 食育に関心を持っている町民を増やす
- ② 朝食又は夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数を増やす
- ③ 地域等で共食したいと思う人が共食する割合を増やす
- ④ 朝食を欠食する町民を減らす
- ⑤ 栄養バランスに配慮した食生活を実践する町民を増やす
- ⑥ 生活習慣病の予防や改善のために、ふだんから適正体重の維持や減塩等に気をつけた食生活を実践する町民を増やす
- ⑦ ゆっくりよく噛んで食べる町民を増やす
- ⑧ 食育の推進に関わるボランティアの数を増やす

【取組】

〔ライフステージ別の町民の取組〕

主 体	取 組
妊娠期	<ul style="list-style-type: none"> ・母子の健康のため、適切な食習慣を確立します。 ・栄養バランスの良い食事を心がけます。
乳幼児期	<ul style="list-style-type: none"> ・規則正しい生活リズム、食事のリズムを身に付けます。 ・家族と一緒に食事を楽しみ、食事の挨拶やマナーを身に付けます。
学童期 思春期	<ul style="list-style-type: none"> ・体験や学習を通して、食に関する正しい知識を身に付けます。 ・早寝早起き朝ごはんを実践します。
青壮年期	<ul style="list-style-type: none"> ・生活習慣病の予防のために、減塩やバランスのとれた食事など、望ましい食習慣を実践します。
高齢期	<ul style="list-style-type: none"> ・低栄養[*]の予防、減塩やバランスのとれた食事の実践など、健康状態に応じた食生活を実践します。

取組の内容	主 体							
	個人	家庭	学校	保育所	地域	事業所	行政	主管課 (関係課)
・親子や祖父母等家族と一緒に料理をしたり、野菜を育てるなど、食に関することを楽しんで行います。(再掲)	○	○						
・家族そろって食事をするを心がけ、できる限り誰かと一緒に食べ、一人でたべません。	○	○						
・早寝、早起き、朝ごはんに取り組み、1日3食栄養バランスの良い食事をします。	○	○						
・栄養成分表示を確認します。	○							
・1日に必要な野菜摂取量を知り、野菜の摂取を心がけます。	○							
・薄味を意識し、心がけます。	○	○						
・親子クッキングなど食への関心を高めってもらうための行事を実施します。				○				
・配布物で保護者へ子どもの規則正しい生活習慣形成のための情報を提供します。			○	○				
・授業や給食の時間に栄養職員から「栄養・食生活」についての話をします。			○	○				
・給食試食会で保護者に対し、子どもの規則正しい生活習慣形成のための話をします。			○					
・食生活改善推進員による食育事業を継続します。(再掲)					○			

第4章 食育を推進するための施策と目標

取組の内容	主体							
	個人	家庭	学校	保育所	地域	事業所	行政	主管課 (関係課)
・運動会やスポーツ大会等のイベントの後の地区の公民館での打ち上げなど、共食の機会を増やします。					○			
・食を通じた近隣同士の交流を深めます。					○			
・町等が企画した栄養・食生活に関する展示等の依頼に協力します。			○	○	○	○		
・「いただきます」「ごちそうさま」など食べ物を大切にすることを子どもたちに伝えます。		○	○	○	○	○	○	こども・ほけん課
・食生活改善推進協議会と協力し、自宅や地域でみそ汁の塩分濃度を計測します。また、地域差や経年変化を把握したり、塩分の高い食事や塩分を減らす工夫を紹介します。					○		○	こども・ほけん課
・食生活改善推進協議会と連携し、食育のための活動を推進します。					○		○	こども・ほけん課
・大人世代に向けて食育の大切さを理解してもらえるように啓発します。					○		○	こども・ほけん課
・定期的に食生活改善推進員養成講座を開催し、食生活改善推進員の養成に務めます。食生活改善推進員の養成にあたっては、ポイント制を導入します。							○	こども・ほけん課
・食生活改善推進協議会活動を支援し、活動内容を広報します。							○	こども・ほけん課
・朝食の欠食が体にどのような影響を与えるのかを広報紙等に掲載し、広報します。							○	こども・ほけん課
・広報紙等で、野菜の適正摂取量や野菜摂取の大切さを周知します。また、食事の味付けや野菜の摂取が生活習慣病のリスクと関連することを周知します。							○	こども・ほけん課
・健康情報の広報の手段として YouTube や行政放送を活用します。							○	こども・ほけん課
・朝時間がない時のお勧めの食事メニューなど手軽に調理できる方法等の紹介をします。							○	こども・ほけん課
・食育ネットワークさがの会員を増やすため、活動等を広報します。							○	こども・ほけん課
・玄海町で「一緒にご飯を食べる日」を設定し、食育の日※（毎月19日）を積極的に普及します。							○	こども・ほけん課

取組の内容	主体							
	個人	家庭	学校	保育所	地域	事業所	行政	主管課 (関係課)
・保育園や学校で食育の体験や講話を行います。					○		○	こども・ほけん課
・学校や保育所の参観日に合わせて、食生活改善推進員協力のもと、栄養・食生活（飲み物の砂糖量、食品に含まれる塩の量）等を行います。							○	こども・ほけん課
・家族の誰かと一緒に食事を食べることの楽しさを実感してもらうために、教育課と連携し、保護者と一緒に食事を作り食べる機会をつくります。			○				○	こども・ほけん課 (教育課)
・「子どもがつくる弁当の日」など、すべての児童・生徒が携わる取組の企画を考えます。			○				○	こども・ほけん課 (教育課)
・土曜日、長期休暇の児童館利用者の昼食について支援を検討します。							○	こども・ほけん課 (教育課)
・高齢者と子どもたちが一緒に共食できる多世代食堂の実施等を検討します。					○	○	○	こども・ほけん課 福祉・介護課

【成果指標と目標値】

番号	項目	単位	現状値 (令和4年度)	目標値 (令和14年度)	データソース
1	食育に関心がある人の割合	%	【成人】 70.1 【後期課程】 45.5 【16~18歳】 42.2	増やす	住民アンケート
2	一人で朝食又は夕食を食べることが多い人の割合	%	【成人】 朝食 40.0 夕食 21.6 【16~18歳】 朝食 45.3 夕食 10.9	減らす	住民アンケート
3	朝食を欠食する児童・生徒（「週に4~5日食べる」「週に2~3日食べる」「全く食べない」の合計）の割合	%	【保育園児】 5.1 【前期課程】 24.6 【後期課程】 31.4 【16~18歳】 26.6	減らす	住民アンケート

第4章 食育を推進するための施策と目標

番号	項目	単位	現状値 (令和4年度)	目標値 (令和14年度)	データソース
4	朝食を欠食する20～30歳代の割合	%	34.7	減らす	住民アンケート (成人)
5	主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日がほぼ毎日の人の割合	%	34.3	50	住民アンケート (成人)
6	主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日がほぼ毎日の20～30歳代の割合	%	27.6	40	住民アンケート (成人)
7	食事の味付けを薄味にするよう気をつけている人の割合	%	51.3	増やす	住民アンケート (成人)
8	外食や食品購入の際に栄養成分表示を参考にしている人 (「いつも参考にしている」「時々参考にしている」の合計)の割合	%	46.1	増やす	住民アンケート (成人)
9	1日当たりの野菜摂取量の平均	g	146.2	350	住民アンケート (成人)
10	1日当たりの果物摂取量の平均	g	95.1	200	住民アンケート (成人)
11	BMI※18.5以上25未満(65歳以上はBMI20を超え25未満)の人の割合	%	全体 59.2 ①20～60歳代男性の肥満者：32.5 ②40～60歳代女性の肥満者：27.8 ③20～30歳代女性のやせ者：14.6 ④65歳以上のBMI20以下：11.2	全体 66 ①30未満 ②15未満 ③減らす ④減らす	住民アンケート (成人)
12	玄海町食生活改善推進協議会会員数	人	41	増やす	こども・ほけん課資料
13	町内の食育ネットワークさが会員数	事業所	1 (玄海町役場のみ)	増やす	佐賀県くらしの安全安心課

3 伝統的な食文化の保護・継承

【現状と課題】

主要な食文化である和食は、一汁三菜の献立をベースに、ごはん（主食）を中心に、魚、肉、野菜等の多様な副食（主菜・副菜）等を組み合わせ、栄養バランスに優れた「日本型食生活」となっており、日本人平均寿命の延伸にもつながっています。しかし、ライフスタイルの変化や食の多様化により、家庭や地域において継承されてきた特色ある食文化や豊かな味覚が失われつつあります。

特に、本町の郷土料理については、アンケート調査で前期課程では、「押し寿司」を知らないと回答した児童が71.3%、「いりやき」は77.9%が知らないと回答しており、これらの世代や親へ伝えていくことが必要です。

また、SNSの普及等により、食に関する様々な情報があふれています。このため、健全な食生活の実践に当たっては、食生活や健康に関する正しい知識を持ち、自ら適切に食品を選択していく必要があり、そのための適正な情報提供が求められており、食品の安全性等の食に関する適正な情報を多様な手段で発信することが必要です。

【目指すところ】

- ① 地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承し、伝えている町民を増やす

【取組】

〔ライフステージ別の町民の取組〕

主 体	取 組
乳幼児期	・郷土料理に触れたり、地場産物や旬の食材を味わいます。
学童期 思春期	・食に関する正しい知識を身に付けます。 ・地域の食文化について関心を高めます。
青壮年期	・郷土料理や地場産物、旬の食材を日々の食事に取り入れます。
高齢期	・郷土料理や地場産物、旬の食材を活かした食事など、食に関する知識や経験を次世代に伝えます。

第4章 食育を推進するための施策と目標

取組の内容	主体							
	個人	家庭	学校	保育所	地域	事業所	行政	主管課 (関係課)
・学校給食のメニューとして、毎年1回は「押しずし」や「いりやき」を取り入れます。行事と結びつけ、「押し寿司」を紹介します。			○				○	教育課
・玄海町の子どもたちが必ず一度は自分で「押しずし」や「いりやき」を作る体験ができるようにします。				○				
・子どもたちと食生活改善推進員との交流の場を設けます。					○		○	こども・ほけん課
・食生活改善活動の中で町民対象の郷土料理教室を定例化します。					○		○	こども・ほけん課
・家庭で作る美味しい郷土料理レシピを開発し普及させます。					○		○	こども・ほけん課
・郷土料理「押し寿司」について、地域のイベントで紹介します。					○		○	教育課
・玄海っ子教室や教育支援センターで調理を含む食体験活動を実施します。							○	教育課
・シニア世代を講師にして小学生対象の地域の食文化を継承する玄海っ子教室を開催し、シニア、小学生、その親と幅広い世代間の交流を図ります。			○		○		○	教育課

【成果指標と目標値】

番号	項目	単位	現状値 (令和4年度)	目標値 (令和14年度)	データソース
1	地元の郷土料理（押し寿司・いりやき）を作る人の割合	%	押し寿司 25.2 いりやき 62.4	増やす	住民アンケート (成人)
2	食文化に関する教育の実施回数	回 /年	1	継続する	教育課調べ

4 新たな時代に対応した食育の推進

【現状と課題】

本町の死亡原因は、がん、心疾患、脳血管疾患など生活習慣病が上位を占めており、健康寿命を延伸する上では健全な食生活が欠かせません。このため、家庭、学校、生産者、企業等が連携・協働して地域で食生活の改善が図られる取組が必要です。

特に、若い世代から健康な生活習慣を身に付ける必要があり、食物や情報へのアクセスなど、健康な生活習慣を実践しやすい食環境づくりが重要です。

また、アンケート調査では、成人の回答で、食べ残しを減らす努力を「必ずしている」が50.6%、「時々している」が34.8%となっており、「もったいない」という精神を持つ人が多いことがうかがえます。しかし、児童・生徒は、家庭での食べ残しが、前期課程で「ときどき残す」「よく食べ残す」が合わせて60.7%、学校でも38.5%となっています。湯食、「削減に配慮した購買行動や、外食時における食べ残しが発生しないよう、料理の食べきりについて、普及啓発を図る必要があります。

さらに、様々な家庭の状況や生活が多様化することにより、家庭での共食や健全な食生活が困難な子どもや保護者等が存在するため、希望者への共食の場や食料の提供等が求められます。

【目指すところ】

- ① 新たな食環境を整備し、健康な生活習慣を実践する町民を増やす
- ② 環境に配慮した農林水産物・食品を選ぶ町民を増やす
- ③ 食品ロス削減のために何らかの行動をしている町民を増やす

【取組】

〔ライフステージ別の町民の取組〕

主 体	取 組
乳幼児期	・食べ物を大切にする気持ちを育みます。
学童期 思春期	・食に関する正しい知識を身に付けます。 ・食べ物を大切にする気持ちを持ち、残さず食べることを心がけます。
青壮年期 高齢期	・食に関する知識や経験を活かし、正しく食を選ぶ力を身に付けます。 ・食品ロス削減に取り組めます。

第4章 食育を推進するための施策と目標

取組の内容	主体							
	個人	家庭	学校	保育所	地域	事業所	行政	主管課 (関係課)
・必要以上の食品は買いません。	○	○						
・食品ロス削減やSDGsに関する教育を充実させます。			○	○			○	教育課
・野菜、魚等の調理の仕方などを子どもに教えます。		○	○	○	○	○		
・環境に配慮した農林水産物・食品を取り扱う事業者が増えるよう、広報の機会を増やします。							○	農林水産課 企画商工課 生活環境課
・規格外の地元産農林水産物を地元で消費できるよう検討します。							○	農林水産課 企画商工課 生活環境課
・食品ロスが何故問題視されているのか、また食品ロスを減らすために家庭内で取り組めることについて広報します。							○	生活環境課
・高齢者と子どもたちが一緒に共食できる多世代食堂の実施を検討します。(再掲)					○	○	○	こども・ほけん課 福祉・介護課

【成果指標と目標値】

番号	項目	単位	現状値 (令和4年度)	目標値 (令和14年度)	データソース
1	高齢者と子どもたちが一緒に共食できる多世代食堂の数	箇所	0	1	こども・ほけん課 調べ
2	「がばい健康企業宣言」「さが健康企業宣言」への登録数	事業所	6	増やす	佐賀県 健康福祉政策課
3	食べ残しを減らす努力をしている(「必ずしている」「時々している」の合計)人の割合	%	85.4	増やす	住民アンケート (成人)
4	学校で食べ残しをすることがある(「ときどき残すことがある」「よく食べ残す」の合計)人の割合	%	【前期課程】 38.5 【後期課程】 40.3	減らす	住民アンケート (前期課程、 後期課程)