

# たはら食育推進計画2026

健康でうるおいと活力のある“たはら”

【改訂】

令和4年3月  
田原市



# も く じ

## 第1章 計画策定にあたって

1 計画策定の背景と趣旨.....	1
2 計画の位置付け.....	2
3 計画の期間.....	2

## 第2章 現状と今後の課題

1 「体」の視点.....	3
2 「心」の視点.....	9
3 「環境」の視点.....	13
4 食育を支える取組の視点.....	17

## 第3章 食育推進の基本的な考え方

1 基本理念.....	19
2 計画を進める基本的な視点.....	19
3 施策の体系.....	20

## 第4章 推進施策

1 施策の体系.....	21
A 食を通じて健康な「体」をつくります.....	22
B 食を通じて豊かな「心」を育みます.....	27
C 食を通じて「環境」に優しい暮らしを築きます.....	32
D 食育を支えるために.....	35
2 ライフステージに応じた食育の取組.....	36
3 計画の推進と数値目標.....	37

参考1 たはら食育推進計画策定体制及び策定経過.....	40
------------------------------	----

参考2 食育推進に関するお問い合わせ先.....	42
--------------------------	----



## 第1章 計画策定にあたって

### 1 計画策定の背景と趣旨

食は、子どもたちの健やかな成長と生涯にわたって健康で活力ある生活を送るためにかかせない命の源です。また、家族や友人等とともに食卓を囲み、おいしく楽しく食べることは、人に生きる喜びや楽しみを与え、健康で豊かな暮らしの実現に大きく寄与するものです。

しかし、高齢化が進行する中、世帯構造の変化やライフスタイルの多様化により、食を取り巻く環境は変化しています。

また、野菜不足や食習慣の乱れなどの栄養の偏り、朝食の欠食のような食習慣の課題、食料自給力や食文化の継承、多量の食品ロスといった食をめぐる様々な問題も生じており、持続可能な食育の推進が求められています。

本市においては、平成17年に施行された食育基本法に基づき、平成20年3月に「たはら食育推進計画」（平成20～23年度）、平成24年3月に「たはら食育推進計画2016」（平成24～28年度）、平成29年3月に「田原食育推進計画2021」を策定し、『健康でうるおいと活力のある“たはら”』の実現を目指し、関係機関や団体等と連携して食育を推進してきました。

市民の食の安全に対する関心・意識はあるものの、食習慣の乱れや栄養の偏り、若者の食育への関心の低さ等、健全な食生活の実現までにはいまだ至っていないため、今後も継続した取組が必要です。

このことから、「たはら食育推進計画2021」の基本理念を引き継ぎ、これまでの食育推進の評価と課題の整理を行い、今後の食育施策を総合的かつ計画的に推進するため、「たはら食育推進計画2026」を策定するものです。

#### 【食育とは・・・】

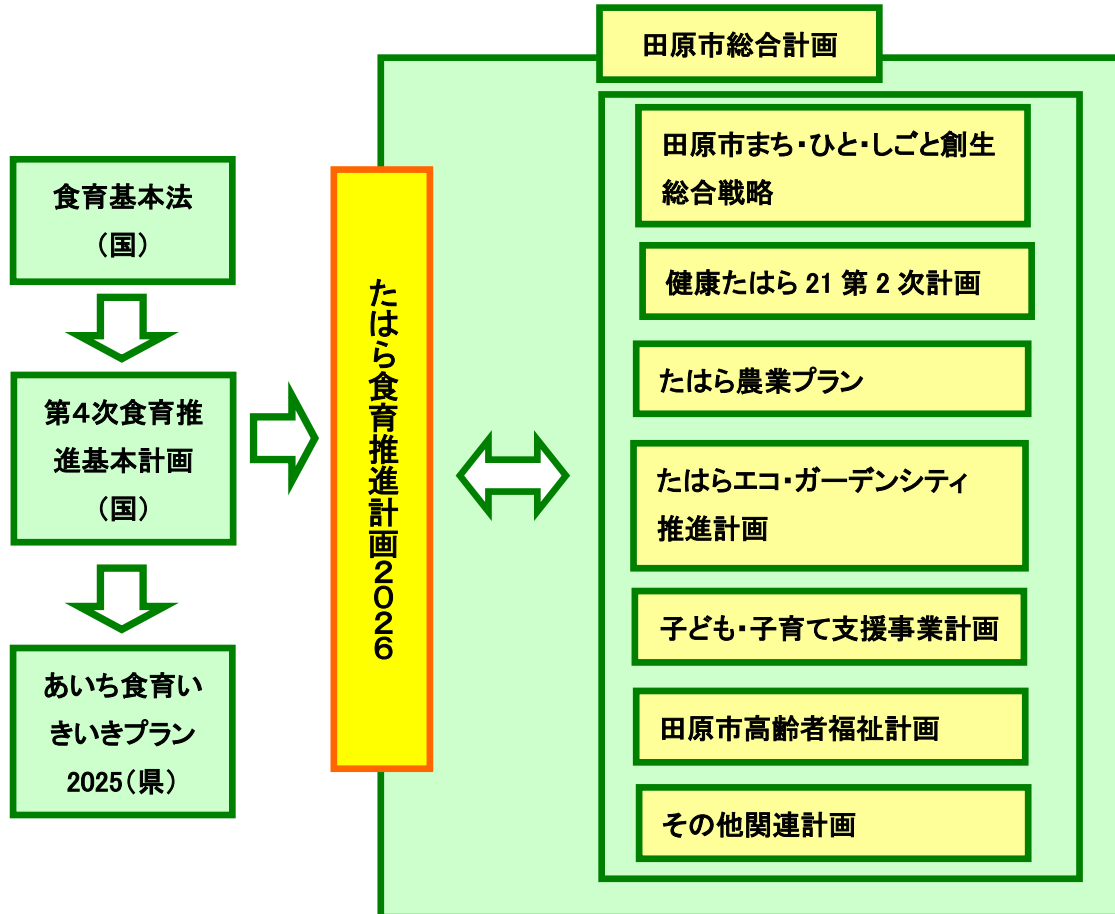
食育基本法では、「生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきものと位置付けるとともに、様々な経験を通じて『食』に関する知識と『食』を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てる」とこととされています。

また、「国民一人一人が『食』について改めて意識を高め、自然の恩恵や『食』に関わる人々の様々な活動への感謝の念や理解を深めつつ、『食』に関して信頼できる情報に基づく適切な判断を行う能力を身に付けることによって、心身の健康を増進する健全な食生活を実践するために、今こそ、家庭、学校、保育所、地域等を中心に、国民運動として、食育の推進に取り組んでいく」とも記載されています。

## 2 計画の位置付け

本計画は、食育基本法第18条に基づく市町村食育基本計画として位置づけられます。その実施にあたっては、「田原市総合計画」、「田原市まち・ひと・しごと創生総合戦略」、「健康たはら21第2次計画」、「たはら農業プラン」等の関連計画と連携し推進していきます。

### ■ 食育推進計画イメージ図



## 3 計画の期間

本計画の期間は、令和4年度(2022年度)から令和8年度(2026年度)までの5年間とします。

なお、情勢の変化があった場合は、計画の期間内であっても必要に応じて見直しを行います。

## 第2章 現状と今後の課題

平成29年3月に策定した「たはら食育推進計画2021」に基づき実施された取り組みについて、「体」、「心」、「環境」の食育の三つの方向に沿った視点、及び食育を支える取組に着目して評価するとともに、今後の展開として必要とされる取組を示しました。

### 1 「体」の視点

#### (1) 望ましい食習慣や知識の習得

##### ○ 主な取組

「早寝早起き朝ごはん」の推進や朝食の重要性を周知し、規則正しい食生活が家庭で実践されるよう、保護者等への栄養指導、健康教室、相談等を実施したほか、「朝ごはんおたすけブック」、「給食だより」等による啓発を行いました。

##### ○ これまでの取組の評価

指 標	平成28年度 の現状値	令和2年度		評価
		現状値	目標値	
朝食の欠食割合				
小学生（5年生） 1)	3.8%	3.5%	0%	○
中学生（2年生） 1)	5.1%	5.2%	0%	△
保護者 2)	6.5%	7.8%	5%以下	△
朝食に野菜料理を食べている小中学生の割合 3)				
小学生（5年生）	51.9%	54.4%	80%以上	○
中学生（2年生）	57.1%	47.9%	80%以上	△

- 出典 1) 田原市食生活実態調査で「食べない、あまり食べない」とした人の割合  
 2) 田原市食生活実態調査で「食べない、週1~2回食べる」とした人の割合  
 3) 田原市食生活実態調査で「よく食べる、時々食べる」とした人の割合

[評価]凡例 以後も同様	
◎ 達成	(目標が達成された事項)
○ 改善	(目標値に近づき改善された事項)
△ 悪化	(策定時値と同じまたは悪化した事項)

○ 朝食の欠食割合に全体的な改善は見られず

子どもや保護者自身の多忙なライフスタイルや食を取り巻く社会環境の変化により、食生活が不規則になっています。

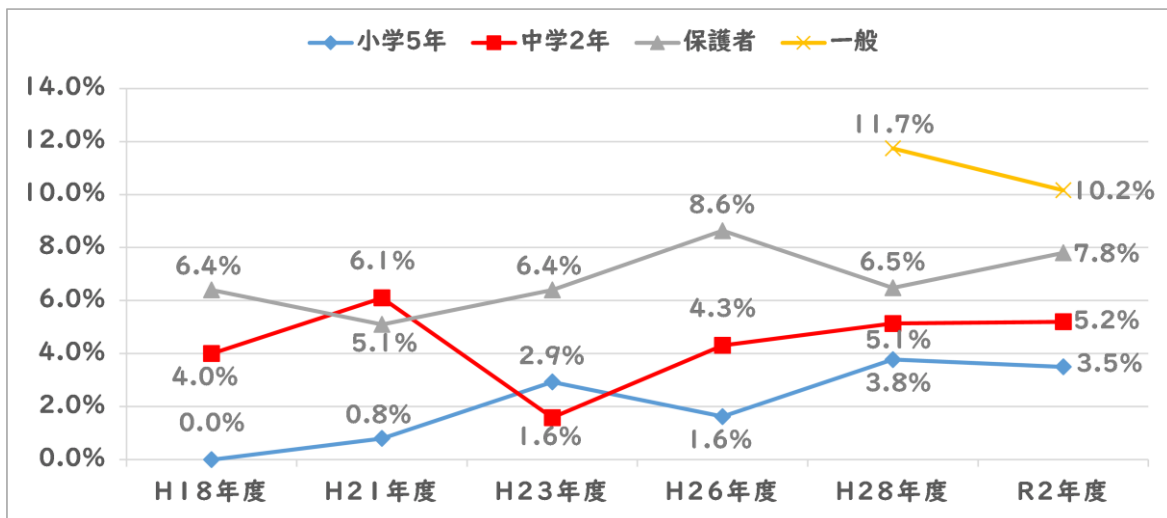
朝食の欠食割合は、平成 28 年度と比べ、中学 2 年生と保護者が増加しています。食べない理由は、前回と変わらず「時間がない」「食べたくない」の回答が多数です。ただ、「太るから」という理由は減っており、正しい認識が広がっているとも言えます。また、15 歳以上 40 歳未満でも、朝食の欠食割合が 10.2%と高い傾向が見られます。1 日のスタートに欠かせない朝食の大切さを理解し、幼児期から生活リズムを整え、朝食をとる習慣を身につけることができるよう、今後も関係機関が連携し「早寝早起き朝ごはん\*」運動などの取組を行うとともに、一層の普及啓発が必要です。

野菜は、各種ビタミンやミネラルを含み、健康づくりに大切な食品です。朝食に野菜料理を食べている人の割合が減っており、愛知県の 1 人あたりの野菜摂取量（年調査値）は 229g（H28）と全国的にみても低い水準となっています。また、アンケート結果でも朝食に野菜を食べている人の割合が 15 歳以上 40 歳未満、中学 2 年生の順に低く、野菜をとることの重要性や調理方法等を啓発し、栄養バランスにも配慮した望ましい食習慣や知識の習得ができるよう、生涯を通じた継続的な働きかけが必要です。

\*「早寝早起き朝ごはん」運動

地域、学校等、家庭が一体となって、子どもの基本的な生活習慣を整えるため、平成 18 年 4 月から文部科学省や日本PTA全国協議会などが全国展開している運動のことです。

◆朝食の欠食割合（田原市食生活実態調査・食育に関するアンケート【R2 年度】）

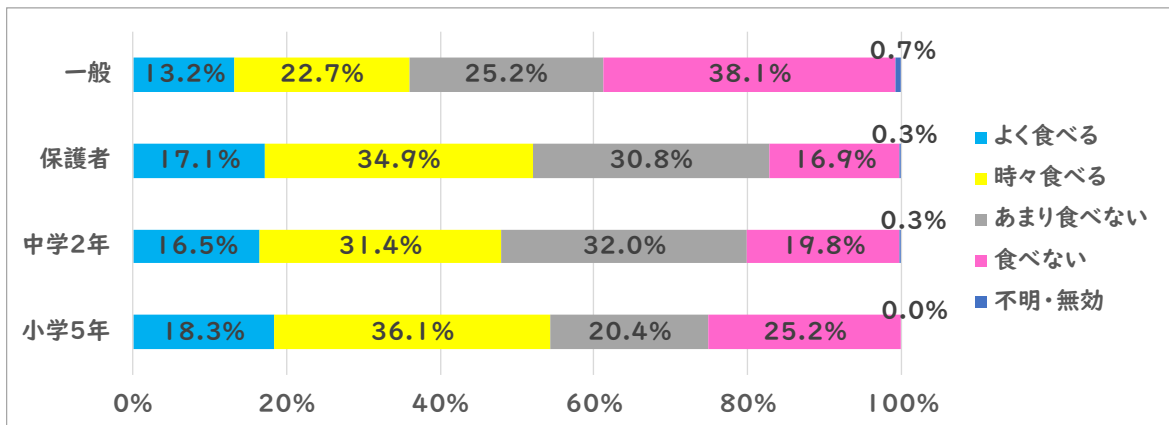


注)一般:「食育に関するアンケート」については平成 28 年度数値から



◆朝食に野菜料理を食べている人の割合

(田原市食生活実態調査・食育に関するアンケート【R2 年度】)



(2) 栄養バランスのとれた食事による生活習慣病や過度の痩身等の予防

○ 主な取組

食生活の改善や向上を図るため、「食事バランスガイド」を用いた講座や、生活習慣病、高齢者の低栄養予防等に関する相談・指導等を実施しています。

また、野菜摂取に関する健康教育を実施したほか、「野菜たっぷりヘルシーレシピ」の啓発や広報等による野菜レシピ紹介、学校での野菜に関する栄養指導を行っています。

○ これまでの取組の評価

指 標	平成 28 年度 の現状値	令和 2 年度		評価
		現状値	目標値	
肥満者の割合 1)	【H27】			
小学生 (5 年生)	9.0%	14.0%	6%以下	△
中学生 (2 年生)	6.0%	8.0%	7%以下	△
40～60 歳代男性	35.4%	37.3%	15%以下	△
40～60 歳代女性	21.4%	22.1%	12%以下	△

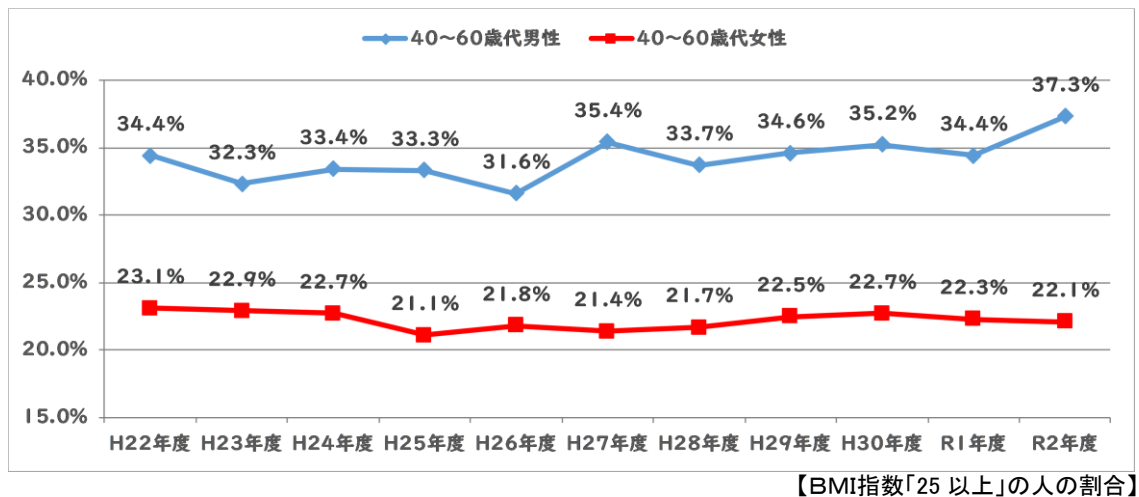
出典 1) 小中学生は学校保健統計調査で、肥満度「軽度肥満～高度肥満」の人の割合  
40～60 歳代は田原市特定健康診査で、BMI 指数「25 以上」の人の割合

○ 肥満者の割合は増加傾向

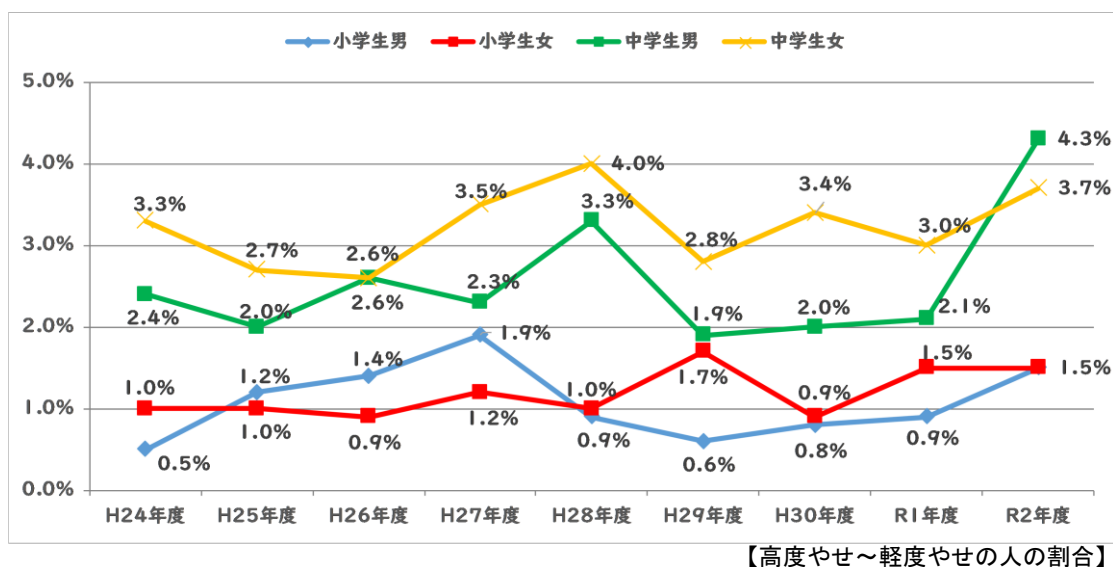
小中学生、40～60 歳代男性に肥満者の割合は増加しており、特に 40～60 歳代男性では、約 3 人に 1 人が肥満者であり、生活習慣病が懸念されています。予防のためには、運動習慣や食生活、疲労、喫煙、飲酒など毎日の生活習慣の改善が重要であり、健康診査、保健指導の充実と並行した肥満予防の取組が求められます。

また、近年、本市においても思春期、青年期の過度の痩身志向が懸念されています。調査結果では中学生男子、中学生女子、小学生男子で増加傾向にあり、中学生男子では前年に比べ 2.2 ポイント、中学生女子では 0.7 ポイント、小学生男子では 0.6 ポイント高くなっています。思春期にやせの状態であると、身体の発育不全につながる恐れがあることから、過度の痩身願望に警鐘を鳴らし、適正体重についての理解を深める必要があります。

肥満の割合(H22～R2 田原市特定健康診査)



やせの割合(学校保健統計調査)



### (3) おいしく食べるための歯の健康の確保

#### ○ 主な取組

いつまでも健康な歯を保ち、生涯にわたり歯の健康を維持できるよう、学校、保育園・認定こども園ではフッ化物洗口の実施や、よい子の歯みがき運動を行っています。

また、高齢者への口腔機能向上教室や成人歯科検診、妊婦歯科健診等も行っています。

#### ○ これまでの取組の評価

指 標	平成 28 年度 の現状値	令和 2 年度		評価
		現状値	目標値	
健康な歯を持つ人の割合 1)	【H27】			
むし歯のない3歳児	82.6%	87.8%	90%以上	○
第一大臼歯がむし歯でない小学3年生	96.3%	95.7%	90%以上	◎
進行した歯周炎を有しない40歳	72.6%	81.6%	90%以上	○

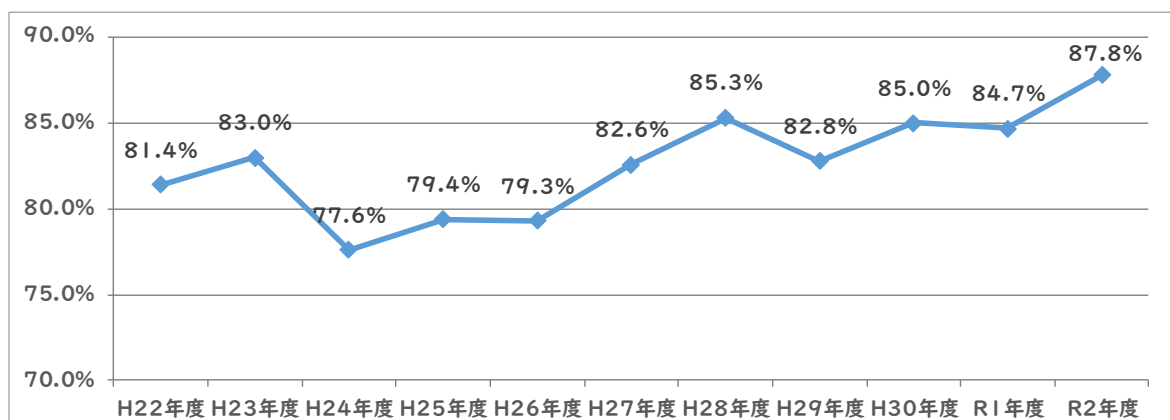
出典 1) 田原市3歳6か月児健診、愛知県地域歯科保健業務状況報告、田原市成人歯科検診

#### ○ 健康な歯を持つ人は増加

乳幼児歯科保健事業の充実やむし歯予防の啓発が進んだことにより、健康な歯を持つ人の割合は、むし歯のない3歳児、進行した歯周炎を有しない40歳では改善し、小学3年生では目標を達成しています。今後も学校、保育園・認定こども園でのフッ化物洗口等を実施するとともに、若い世代からの歯肉炎予防の強化や定期的な歯科受診の勧奨など継続した取組が必要です。

また、一生、自分の歯でおいしく食べるために、噛むことの大切さやライフステージに合わせた歯と口腔の健康に関する正しい知識・情報等の普及・啓発も重要です。

むし歯のない3歳児の割合(田原市3歳6か月児健診)



#### (4) 食の安全性の確保

##### ○ 主な取組

安全・安心な農産物を生産するため、農産物への残留農薬分析、低農薬栽培や土づくりを推進しています。

また、給食における安全性を確保するため、衛生講習会の実施や、給食物資選定委員会において食材の安全確認を行っています。

食物アレルギーに対しては、給食でのアレルギー対応を行うほか、学校等においてアレルギーに関する情報提供を行っています。

##### ○ 食の安全性に対する不安

残留農薬や輸入食品の安全性、食品の偽装表示等、私たちの食の安全性に対する不安が増大しています。また、食物アレルギーを有する児童が、学校給食後にアナフィラキシーショックの疑いにより亡くなるという事故が発生したことから、文部科学省では、安全性を最優先する大原則の下に「学校給食における食物アレルギー対応指針」を示しました。

#### (5) 今後の課題

##### ○ 望ましい食習慣や知識の習得

子どもの頃から、規則正しい生活、望ましい食習慣、食の知識や料理技術を身につけるため、子どもとその保護者への啓発をする必要があります。

また、若い世代のライフスタイルへの適合や低栄養の高齢者を減少させるため、食生活改善の必要があります。

##### ○ 適正体重の維持を心掛けた食生活の推進

栄養バランスのとれた食事で適正体重を維持することは、生活習慣病につながる肥満ややせ・低栄養等の予防や改善につながるため、適正体重についての正しい意識啓発が必要です。

##### ○ おいしく食べるための歯の健康の確保

ライフステージに応じた歯と口腔の健康に対する正しい知識や自己管理できる知識・技術を身につける取組が必要です。

##### ○ 食の安全性の確保

食品表示を始めとした食の安全に関する正しい知識を普及するとともに、近年増加する食物アレルギーに対応するため、食物アレルギーに対する正しい理解を促進し、学校給食においては安全性を最優先とするアレルギー対応が必要です。

食によって健康を脅かされないよう、安全性の確保が求められます。

## 2 「心」の視点

### (1) 食を通じたコミュニケーションの確保

#### ○ 主な取組

「食育の日」、「家族団らん」について啓発するとともに、親子料理教室の開催、保育園等での保護者給食試食会の実施等、食を通じたコミュニケーションの確保に取り組んでいます。

#### ○ これまでの取組の評価

指 標	平成 28 年度 の現状値	令和 2 年度		評価
		現状値	目標値	
家族そろって食事をする人の割合 1)	56.5%	63.6%	80%以上	○
子どもと一緒に食事づくりをしている家庭の割合 2)	38.7%	46.4%	60%以上	○

出典 1) 田原市食生活実態調査 保護者を対象 「いつもしている」とした人の割合

2) 田原市食生活実態調査 保護者を対象 「いつもしている、時々している」とした人の割合

#### ○ 家族そろって食事をする機会が増加

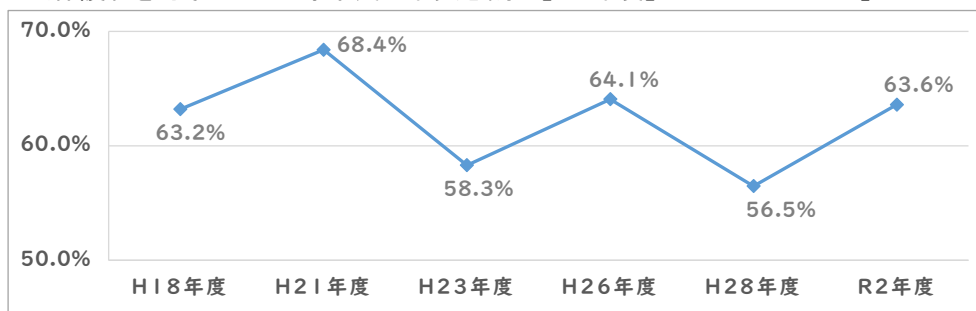
コロナ禍において、家で食事する機会が増え、家族そろって食事をする割合が増加しています。コミュニケーションの場となる食事づくりについても、子どもが手伝っている家庭の割合は、46.4%となっており、平成 28 年度と比べ 7.7 ポイント増加しています。食習慣の基礎を身につける子どもの時期に、保護者が食育に関心を持ち、日々子どもへの食育に取り組むよう意識を高めることが重要です。

一方、若者の朝食の欠食や孤食が増加しています。若者は、これから親になる世代でもあり、次世代に伝えていく役割を担っていきます。そのために若者へ食育について啓発していく必要があります。

また、高齢者の低栄養が問題になっています。厚生労働省「国民生活基礎調査」(令和元年)によると、要介護の原因の第 3 位が「高齢による衰弱」となっており、低栄養は衰弱の原因の一つになることから、健全な食生活を確保することは重要です。

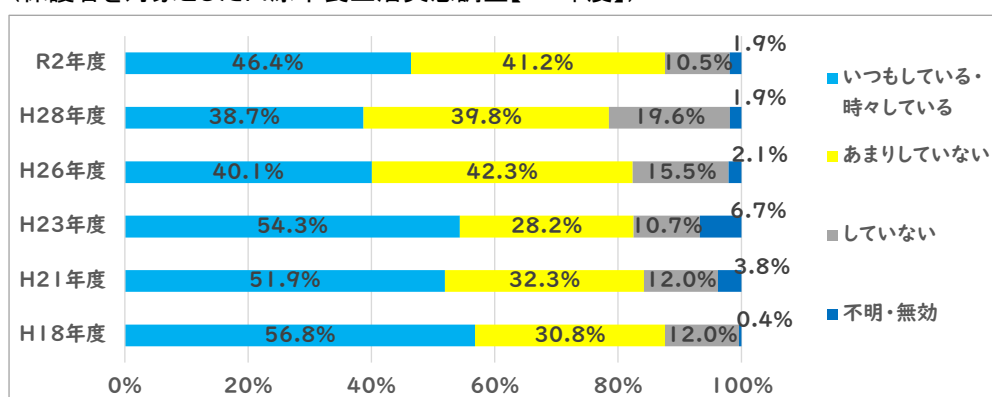
◆家族そろって食事をする人の割合

(保護者を対象とした田原市食生活実態調査【R2年度】で「いつもしている」とした人の割合)



◆子どもと一緒に食事作りをしている家庭の割合

(保護者を対象とした田原市食生活実態調査【R2年度】)



(2) 体験や生産者等との交流を通じた食への理解促進

○ 主な取組

学校、保育園・認定こども園での野菜の栽培・収穫体験のほか、市民ふれあい農園等による農業体験機会の提供、栽培・収穫体験のイベントでの生産者等との交流の場の確保に取り組んでいます。

○ これまでの取組の評価

指 標	平成28年度の現状値	令和2年度		評価
		現状値	目標値	
農林漁業体験学習を実施している学校・保育園・認定こども園の数 <sup>1)</sup>	【H27】			
小学校	18校/18校	18校/18校	18校/18校	◎
保育園・認定こども園	22園/22園	21園/21園	21園/21園	◎

出典 1) 田原市教育委員会学校教育課、田原市健康福祉部子育て支援課調べ

○ 学校、保育園・認定こども園等における農林漁業体験学習の進展

野菜の栽培をする学校、保育園・認定こども園が増えたことで、子どもが土や野菜と触れあう機会が増えています。農作業や自分たちが育てた野菜の調理等の体験活動は、自然の恩恵や食に関わる人々の様々な活動への感謝の念や理解を深めることができると考えられます。今後も多種多様な体験学習が必要です。

(3) 食文化や食事作法等の理解促進

○ 主な取組

給食にて郷土料理、行事食を提供しています。また、学校、保育園・認定こども園で食事作法等の指導のほか、家庭と連携して食育を推進するため、郷土料理、行事食、食事作法等の情報提供を行っています。

○ これまでの取組の評価

指 標	平成 28 年度 の現状値	令和 2 年度		評価
		現状値	目標値	
食事のあいさつ（いただきますなど）をしている家庭の割合 1)	57.4%	60.2%	70%以上	○

出典 1) 保護者を対象とした田原市食生活実態調査で「いつもしている」とした人の割合

○ 食文化や食事作法等の理解と継承

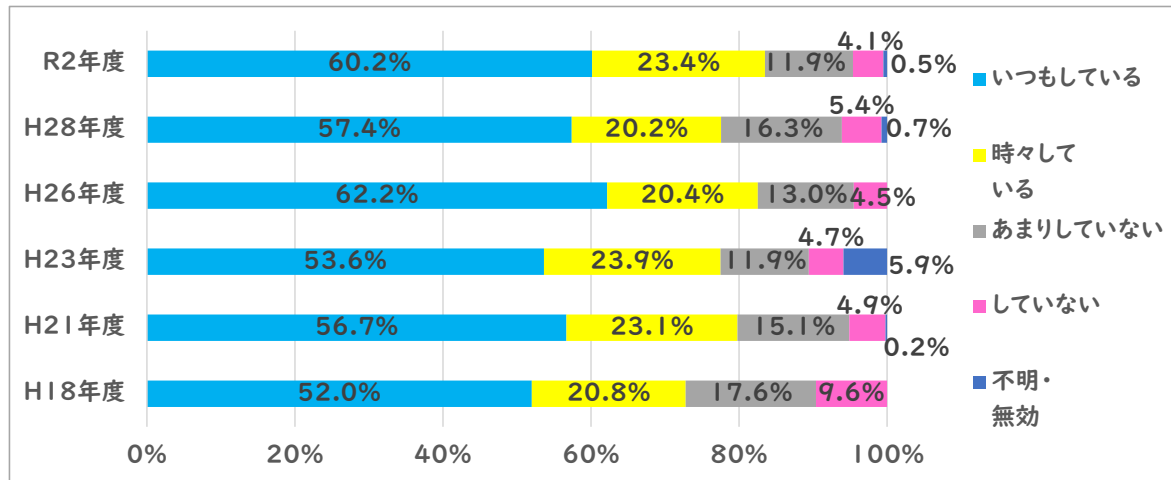
家庭、学校、保育園・認定こども園での食事作法の習慣化により、食事のあいさつをしている家庭の割合については、「いつもしている」と回答した割合は 60.2% となっており、平成 28 年度と比べ 2.8 ポイント増加しています。

一方で、米を中心とした日本の伝統的な食生活が失われつつあり、国連教育科学文化機関（ユネスコ）は平成 25 年 12 月に和食を日本人の伝統的な食文化としてユネスコ無形文化遺産に登録しました。

今後、栄養バランスに優れた健康的な食事スタイルである日本の食文化を見つめ直すとともに、次世代に向けて保護・継承していくことが求められています。

◆ 食事のあいさつ(いただきますなど)をしている家庭の割合

(保護者を対象とした田原市食生活実態調査【R2年度】)



#### (4) 今後の課題

##### ○ 食を通じたコミュニケーションの確保

家族や友人等と食卓を囲んで共に食事を取りながらコミュニケーションを図る共食は、食事作法や食に関する感謝の心の体得、食に関する学習や実践、食文化の継承にも役立つことから、「共食」を啓発し、毎月19日の「食育の日」、「おうちでごはんの日（愛知県が設定）」の普及啓発が必要です。

##### ○ 体験や生産者等との交流を通じた食への理解促進

食料の生産から消費に至るまでの循環を理解する機会や、食に関する体験や交流の機会の充実を図る等の取組が必要です。

##### ○ 食文化や食事作法等の理解促進

日本の伝統的な食文化や地域の特性を生かした食生活への理解を促進し、継承・発展させるための取組が必要です。

食事作法等のしつけの基本となる家庭と連携しながら、作法の習得が円滑に行われるような取組が必要です。



### 3 「環境」の視点

#### (1) 食生活における環境への配慮の徹底

##### ○ 主な取組

保育園・認定こども園では紙芝居、人形劇等を用いて「もったいない」に関心を持つような取組や「もったいない運動」を実施しています。また、食品廃棄物の減少や省エネ活動についての理解を深めるため、説明会や講座を開催しています。

##### ○ これまでの取組の評価

指 標	平成28年度 の現状値	令和2年度		評価
		現状値	目標値	
むだや廃棄の少ない食事づくりを積極的に行っている人の割合 1)	42.0%	44.2%	60%以上	○
給食における残食率 2)	【H27】 1.7%	0.7%	3%以下	◎

出典 1) 保護者を対象とした田原市食生活実態調査で「いつもしている」とした人の割合

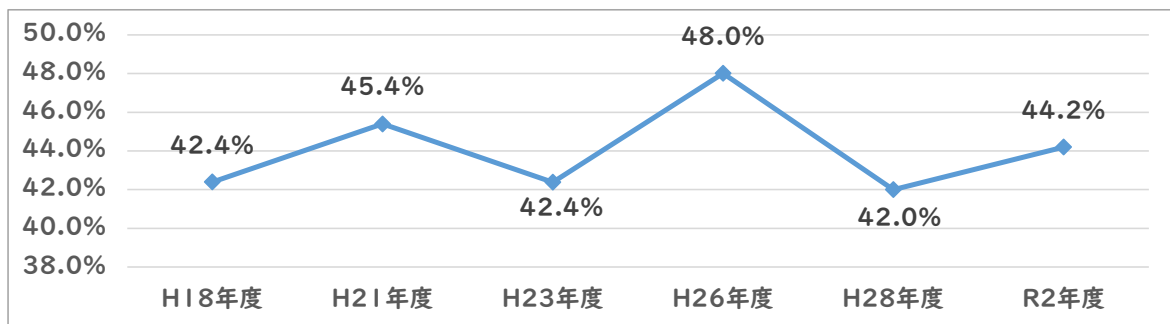
2) 田原市給食センター調べ

##### ○ むだや廃棄の少ない食事づくり

「買いすぎない」、「作りすぎない」等の家庭でできる食品ロス削減について、ごみの減量という視点で啓発してきました。むだや廃棄の少ない食事づくりを積極的に行っている人の割合は2.2%増加しましたが、まだ半数にも届いておらず、食品ロスの現状やその削減の必要性についての認識を深め、自ら主体的に取り組んでもらえるよう「もったいない」意識の浸透を図ることが必要です。

#### ◆ むだや廃棄の少ない食事づくりを積極的に行っている人の割合

(保護者を対象とした田原市食生活実態調査【R2年度】)

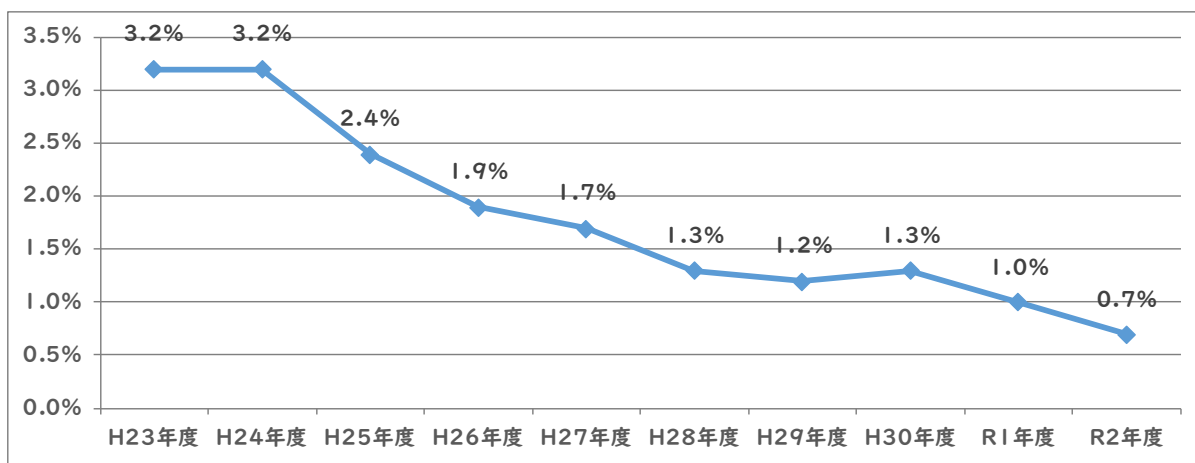


○ 給食における残食率は減少傾向

魅力ある献立作成や給食指導により、給食の残食率は年々減少しています。学校、保育園・認定こども園では、「もったいない」に関心を持つような取組や「もったいない運動」の継続が必要です。

しかし、食べ残しや消費期限・賞味期限切れ等に伴う食品の廃棄（食品ロス）は、家庭や食品関連事業者から発生しています。外食産業、宿泊施設や宴会場においては、客がメニューの量や内訳を選択できない等の原因により多くの食べ残しが発生しています。

◆給食における残食率(田原市給食センター調べ)



(2) 地産地消の促進

○ 主な取組

レシピの紹介や料理教室の開催により、地場産物の利用拡大を図っています。

○ これまでの取組の評価

指 標	平成 28 年度 の現状値	令和 2 年度		評価
		現状値	目標値	
給食において地場産物を活用する割合 1)	【H27】 39.2%	40.9%	45%以上	○
「いいともあいち推進店」の登録数 2)	【H27】 36 店	38 店	38 店以上	◎

出典 1) 田原市給食センター調べで、食品数に占める県産食品数の割合

2) 愛知県農林水産部調べ

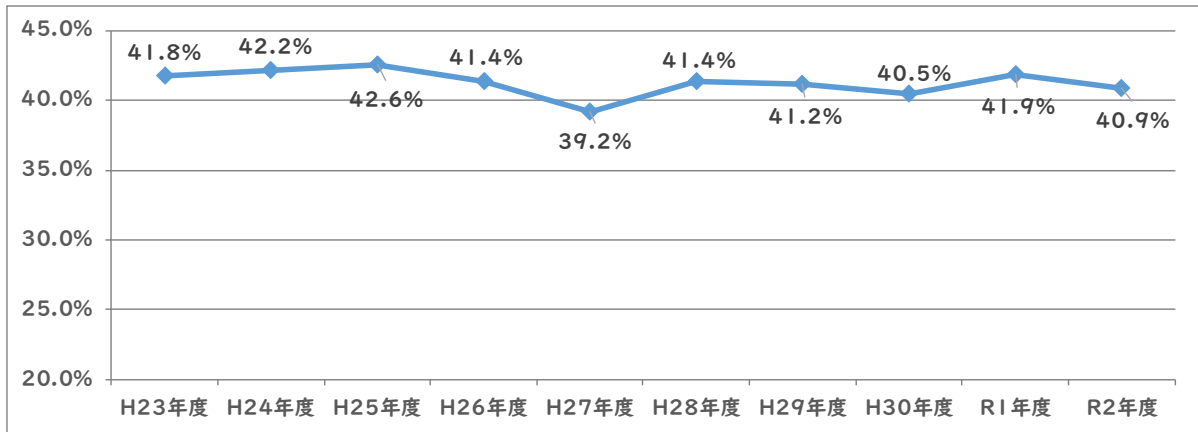
## ■ 第2章 現状と今後の課題

### ○ 給食における地場産物の活用

地場産物やその生産等についての関心や理解を深めるため、給食のメニューに地場産物や郷土料理を取り入れています。

地場産物を活用する割合は、献立の内容や地場産物の供給状況により変動しますが、地域の特性を生かしながら地場産物の活用に取り組むことが重要です。

◆給食において地場産物を活用する割合(田原市給食センター調べ)



### ○ 「いいともあいち推進店\*」の登録数の増加

地産地消を進めることで、輸送にかかるエネルギーを節約できます。県内産の食材を積極的に扱う「いいともあいち推進店」の登録数は、令和2年度は38店舗となり、平成28年度と比べ2店舗増えています。

#### \*いいともあいち推進店

「いいともあいち運動」の趣旨に賛同し、愛知県農林水産物を積極的に販売する店舗や食材として利用する飲食店等が、県に登録されています。

田原市内の登録店舗については、下記アドレスからご覧ください。

愛知県HP <https://www.pref.aichi.jp/nourin/iitomo/iitomoaichi/>

## (3) 環境に優しい生産体制の促進

### ○ 主な取組

安全・安心な農産物を推進するため、農産物への残留農薬分析、低農薬栽培や土づくりを推進しています。

また、菜の花エコプロジェクトについての総合学習・環境学習を実施し、資源循環、環境、食、農業の関わりを学ぶ機会を提供しています。

○ これまでの取組の評価

指 標	平成 28 年度 の現状値	令和 2 年度		評価
		現状値	目標値	
残留農薬の分析を行った農作物の点数 1)	【H28】 267 点	231 点	220 点	◎

出典 1) 田原市産業振興部農政課調べ

○ 残留農薬分析

輸入農産物の残留農薬、無登録農薬、適用外作物での農薬使用等が大きな問題となる中、登録農薬を適切に使用している産地・作物に対して、残留分析や安全証明を求める動きが広がってきており、農産物の安全性を証明するための残留分析は欠かすことができません。また、農業生産における化学肥料や化学合成農薬の使用を減らすことで、海や河川、地下水等、環境への負荷の軽減を図っています。

(4) 今後の課題

○ 食生活における環境への配慮の徹底

毎日の食生活において、生産から消費までの一連の食の循環を意識しつつ、食品ロスの削減等、環境に配慮した食生活の実践に取り組む人材を育成するため、子どもに対する環境学習を推進するとともに、環境に配慮した食料品等の適量購入等を啓発する必要があります。

○ 地産地消の促進

地域で生産された農水産物は、安全・安心で新鮮であるとともに、流通コストの削減や環境にも優しいものです。また、生産者と消費者の相互理解、地域の伝統的な食文化の継承にもつながる地産地消の取組を進める必要があります。

○ 環境に優しい生産体制の促進

今後も食料の生産から生じる環境への負荷を軽減するよう取り組むとともに、環境に配慮した生産体制を推進する必要があります。

## 4 食育を支える取組の視点

### (1) 食育に取り組む多様な関係者との連携・協力体制の強化

#### ○ 主な取組

ベジエール渥美\*や田原市食生活改善健康づくり会\*等の活動を支援しています。

#### ○ これまでの取組の評価

指 標	平成 28 年度 の現状値	令和 2 年度		評価
		現状値	目標値	
「ベジエール渥美」が実施する食育講座等の開催回数 1)	6 回	3 回	6 回以上	△
「田原市食生活改善健康づくり会」が実施する事業数 2)	36 回	17 回	30 回以上	△

出典 1) 田原市産業振興部農政課調べ

2) 田原市健康福祉部健康課調べ

#### ○ コロナ禍における活動機会の減少

「ベジエール渥美」が実施するこども園・保育園・認定こども園での食育講座は、令和 2 年度はコロナ禍で 2 園中止となり、3 園での実施となりました。

また、「田原市食生活改善健康づくり会」が実施する事業数も、コロナ禍で中止となった事業があり、平成 28 年度の 36 回から、令和 2 年度は 17 回と減少しました。

こうした食育に関わる様々な関係者と情報を共有し、ポストコロナ社会の「新たな日常」の中で、食育を推進することができるよう連携を図ることが必要です。

### (2) 食育情報の発信

#### ○ 主な取組

イベントの開催やホームページ、広報等を活用し、情報提供等を行っています。

### (3) 今後の課題

#### ○ 食育に取り組む多様な関係者との連携・協力体制の強化

今後も食育に関わる様々な関係者が本市の食育推進の中核的役割を担うことを期待されています。多様な関係者と情報を共有し、連携を図る必要があります。

○ 食育情報の発信

イベント等の機会やインターネットや SNS 等の各種広報媒体を活用して、市民の食育に対する関心を高め、主体的な行動につながるよう、幅広い分野にわたり総合的な啓発を図る必要があります。また、食育の機会が減少しないように、「新たな日常」の中で ICT 等のデジタル技術を活用しながら、地域に根差した食育活動を進める必要があります。

\* ベジエール渥美

「ベジタブル=野菜(果物も含む)」「エール=応援」「渥美=渥美半島」田原市の農産物の魅力を発信する応援隊として、平成 26 年 4 月に発足した野菜ソムリエ以上の資格者が所属する団体。市民の皆さんに新鮮な野菜等が身近にある「幸せ」を感じてもらえるよう、渥美半島の野菜・果物の魅力を伝えています。



▲ベジエール渥美の活動の様子

\* 田原市食生活改善健康づくり会

田原市が開催する栄養生活講座と食生活改善サポーター養成講座の受講者で組織され、会員は食生活改善サポーターとして食を通じた健康づくり活動を行っています。本市では、平成 10 年度に田原町健康づくり食生活改善協議会が設置され、平成 28 年度に田原市食生活改善健康づくり会に改名し、地域での活動を広めています。



▲田原市食生活改善健康づくり会の活動の様子

## 第3章 食育推進の基本的な考え方

### 1 基本理念

「食べる」ことは栄養をとるだけでなく、精神面への影響も大きく、人間形成の基本といえます。市民一人一人が健全な食生活を実践するためには、生涯にわたり切れ目のない食育が必要です。

食を通じて健康な体をつくり、豊かな心を育み、環境に優しい暮らしを築くことにより、健康でうるおいと活力のある“たはら”の構築を目指します。

市民一人一人の「体」、「心」、「環境」の視点による健全な食生活の実践と、多様な関係者との連携により食育を推進します。

このような考え方から、本計画の基本理念を以下のように定めます。

環境との共生による  
健康でうるおいと活力のある“たはら”の構築

### 2 計画を進める基本的な視点

食育の推進にあたっては、次の4つの視点に基づき取組を進めていきます。

視点A 食を通じて健康な「体」をつくります

視点B 食を通じて豊かな「心」を育みます

視点C 食を通じて「環境」に優しい暮らしを築きます



視点D 食育を支えるために

### 3 施策の体系

基本理念	視点	施策の柱
環境との共生による健康でうるおいと活力のある“たはら”の構築	A 食を通じて健康な「体」をつくります	① 望ましい食習慣や知識の習得
		② 健康な体を作る食生活の実践
		③ 食の安全・安心のための理解を深める
	B 食を通じて豊かな「心」を育みます	④ 食を通じたコミュニケーションの確保
		⑤ 体験や生産者等との交流を通じた食への理解促進
		⑥ 食文化や食事作法等の理解促進
	C 食を通じて「環境」に優しい暮らしを築きます	⑦ 食生活における環境への配慮の徹底
		⑧ 地産地消の促進
		⑨ 環境に優しい生産体制の促進
	D 食育を支えるために	⑩ 食育に取り組む多様な関係者との連携・協力体制の強化
		⑪ 食育の普及啓発



## 第4章 推進施策

### 1 施策の展開

4つの視点に基づき、それぞれの施策を展開していきます。「市民・家庭の取組」と「市・関係団体等の取組」に分けて示します。

#### 市・関係団体等の取組

##### 取組主体について

地域＝自治会・家庭関係   
 その他＝職場、農林水産業・食品産業、医療・保健・栄養関係  
保認＝保育園・認定こども園   
 学校＝学校関係   
 行政

### ○食育ピクトグラム

4つの視点ごとに、関連のある食育ピクトグラムを表示しています。

※食育ピクトグラム：食育の取組を分かりやすく単純化して表現したものです。食育の取組についての情報発信、普及・啓発を行うことを目的として定められたものです。

 <p><b>1</b> みんなで楽しく食べよう</p>	<p>家族や仲間と、会話を楽しみながら食べる食事は、心も体も元気にします。</p>	 <p><b>2</b> 朝ごはんを食べよう</p>	<p>朝食の摂取は、健康的な生活習慣につながります。</p>
 <p><b>3</b> バランスよく食べよう</p>	<p>主食・主菜・副菜の組み合わせた食事で、バランスの良い食生活になります。</p>	 <p><b>4</b> 太りすぎない やせすぎない</p>	<p>適正体重の維持や減塩に努めて、生活習慣病を予防します。</p>
 <p><b>5</b> よくかんで食べよう</p>	<p>よくかんで食べるにより歯の発達・維持、食べ物による窒息を防ぎます。</p>	 <p><b>6</b> 手を洗おう</p>	<p>食品の安全性等についての基礎的な知識をもち、自ら判断し行動する力を養います。</p>
 <p><b>7</b> 災害にそなえよう</p>	<p>いつ起こるかも知れない災害を意識し、非常時のための食料品を備蓄しておきましょう。</p>	 <p><b>8</b> 食べ残しをなくそう</p>	<p>SDGs の目標である持続可能な社会を達成するため、環境に配慮した農林水産物・食品を購入したり、食品ロスの削減を進めたりします。</p>
 <p><b>9</b> 産地を応援しよう</p>	<p>地域でとれた農林水産物や被災地食品等を消費することは、食を支える農林水産業や地域経済の活性化、環境負荷の低減につながります。</p>	 <p><b>10</b> 食・農の体験をしよう</p>	<p>農林漁業を体験して、食や農林水産業への理解を深めます。</p>
 <p><b>11</b> 和食文化を伝えよう</p>	<p>地域の郷土料理や伝統料理等の食文化を大切にして、次の世代への継承を図ります。</p>	 <p><b>12</b> 食育を推進しよう</p>	<p>生涯にわたって心も身体も健康で、質の高い生活を送るために「食」について考え、食育の取組を応援します。</p>

## A 食を通じて健康な「体」をつくります



### ① 望ましい食習慣や知識の習得

子どもの頃に「早寝早起き朝ごはん」で規則正しい生活リズムを確立し、家族や友人と一緒に食事をとりながら望ましい食習慣を身につけることは、生涯にわたって心身ともに健康に過ごすための基礎となります。

家庭における食育の重要性とともに、食に関する正しい知識と選択する力を身につけ、望ましい食習慣を自ら実践できることを目指します。

#### 市民・家庭の取組

- 早寝・早起きを心がけ、生活リズムを整えます
- 朝食は毎日きちんと食べます
- 朝食を始めとする規則正しい食生活の重要性を理解し、毎日実践します
- 食に関する正しい知識と選択する力を身につけます

#### 市・関係団体等の取組

主な取組	取組内容	取組主体
(1) 「早寝早起き朝ごはん」運動の推進	子どもの基本的な生活習慣を形成し、生活リズムを整えるため、「早寝早起き朝ごはん」運動を推進し、保護者等に対し朝食の必要性を啓発します。	地域 保認・学校 行政
(2) 健全な食生活の普及啓発	生涯を通して健康的な食生活が実践できるよう、朝食を始めとする規則正しい食習慣について普及啓発します。	地域 保認・学校 行政
(3) 乳幼児期における基本的な食習慣の確立に向けた普及啓発	望ましい食習慣の形成や食への関心を持つための基礎がつかれるよう、保護者等に必要な知識を提供するとともにその実践を促します。	地域 保認・学校 行政

### ② 健康な体を作る食生活の実践

市民一人一人が自分に適した栄養バランスのとれた食事をとり、適正体重を維持する等の健康管理が行えるよう、望ましい食習慣を身につけることが必要です。

主食、主菜、副菜がそろった食事を心がけ、特に不足しがちな副菜となる野菜について、意識してとるよう啓発します。

また、歯が健康であれば、いつまでもおいしく食べられ、体の健康も保たれます。歯を失う最大の原因は、むし歯と歯周病です。生涯を通して自分の歯でよく噛んで味わって食べることができるよう、ライフステージに応じた取り組みを進めます。

**市民・家庭の取組**

- 主食・主菜・副菜を組み合わせた栄養バランスのよい食事を心がけます
- 不足しがちな野菜を積極的にとります
- 自分の食生活や健康状態を知り、生活習慣病の予防に努めます
- 自分に適した食事の内容や量を知り、食事の自己管理をします
- 生涯を通じて適正体重の維持を心がけます
- 定期健診（特定健診・歯科検診）等により、健康状態をチェックします
- よく噛んで食べます
- 食後は丁寧に正しく歯を磨きます

**市・関係団体等の取組**

主な取組	取組内容	取組主体
(4) ライフステージに合わせた栄養指導や食生活の情報提供	ライフステージに応じて、適切な食生活が送れるよう、栄養指導や情報提供を行います。	地域 保認・学校 その他 行政
(5) 高齢期における食による健康維持の推進	身体機能や食欲の低下等から低栄養状態になりがちです。加齢による体の変化や栄養バランスを考えた食事等、正しい知識を習得する機会を提供します。	地域 その他 行政
(6) 肥満予防、思春期からの過度の痩身の予防の推進	全ての年代において肥満予防の啓発や改善に取り組みます。 また、適正な食生活と適正体重、痩身による弊害等についての啓発に努めます。	地域 保認・学校 その他 行政
(7) 健康診査・保健指導の充実	糖尿病等の生活習慣病の発病や重症化を予防するため、健康診査を積極的に受診するよう啓発します。また、保健指導の充実を図ります。	地域 その他 行政
(8) 野菜摂取の増加に向けた普及啓発	全国有数の農業先進地域である本市において、野菜の必要量（1日350g）を毎日摂取できるように、朝食から野菜を摂取することを普及啓発します。	地域 保認・学校 その他 行政
(9) むし歯予防・歯周病予防の推進	むし歯や歯周病に関する正しい知識の普及啓発を行うとともに、歯科検診や歯科保健指導の充実を図ります。	地域 保認・学校 その他 行政



▲市政ほ一もん講座等での高齢者への健康教育



▲学校、保育園、認定こども園でのフッ化物洗口

\*まずは1日1皿プラスで野菜を食べよう！

野菜や果物には、ビタミンやミネラル、食物繊維等、体を健康に保つ栄養素がたっぷり含まれています。

大人が1日に必要とする野菜の目標摂取量は350gとされており、これは日本人の大人の平均摂取量280.5g(令和元年国民健康・栄養調査結果)に野菜料理をもう1皿加えた量にあたります。

1皿=野菜70g



野菜炒め



野菜たっぷりみそ汁



青菜のおひたし



切り干し大根の煮物



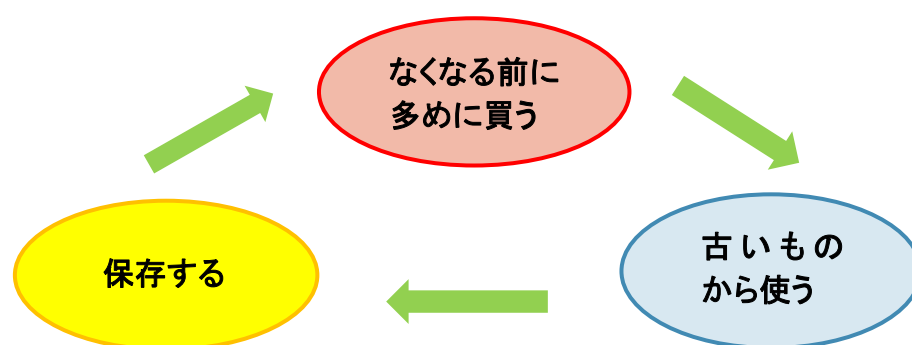
野菜サラダ

\* 災害時にも食の備えを

災害発生から災害支援物資が 3 日以上到着しないことや、物流機能の停止によって、1 週間は食品が手に入らないことが想定されます。最低 3 日分～1 週間分×人数分の食品の家庭備蓄が望ましいといわれています。

【食べながら備える ローリングストック法】

普段の食品を少し多めに買い置きし、消費した分を補充する方法です。手軽に備蓄できる上に、普段から食べ慣れている食品があれば、災害時もストレスが軽減されます。



\* 生涯を通じて自分の歯でよく噛んで食べましよう

8020運動

「8020(ハチマルニイマル)運動」は、「80 歳になっても 20 本以上自分の歯を保とう」という運動です。80 歳になっても自分の歯が 20 本以上あると、ほとんどのものをおいしく食べることができるといわれており、生涯、自分の歯で食べる楽しみを目標にこの運動が始まりました。8020運動の達成者は、歯だけでなく体も健康で、長生きと言われています。

噛ミング30

「噛ミング30(カミングサンマル)」とは、一口 30 回以上噛むことを目標としたキャッチフレーズです。

これは、歯科保健のターゲットとして「むし歯」や「歯周病」の改善に加え、「食育」や「高齢者への誤嚥<sup>ごえん</sup>や窒息防止に重点を置いた対応」が重要であるとの考え方に基づいた取組のひとつです。

### ③ 食の安全・安心のための理解を深める

食に関する様々な情報があふれる中、食品の安全性に関する正しい知識を持ち、自らの判断で食品を選択する力を身につけるため、食の安全・安心に関する知識の普及啓発を図ります。また、学校給食等における食物アレルギーへの対応を進めます。

#### 市民・家庭の取組

- 食品品質表示\*を確認して、安全・安心を基準に食材を選びます
- 台所の衛生管理に努めます
- 食物アレルギーに関する知識を持つよう心がけます

#### 市・関係団体等の取組

主な取組	取組内容	取組主体
(10) 食の安全・安心に関する情報提供及び連携	生産者、流通業者、販売業者、消費者、行政等の関係者が連携して、食の安全・安心の確保に努めます。	地域 その他 行政
(11) 給食における安全性の確保	給食については、学校給食衛生管理基準に従い徹底した衛生管理に努めます。 また、学校、給食関係者等が食物アレルギーに関する正しい知識と理解を深めるよう研修等を行い、安全性を確保した上で、食物アレルギーに対応した給食を提供します。	保認・学校 行政

#### \* 食品品質表示

消費者に販売されるすべての飲食料品に品質表示が義務付けられ、表示事項、表示方法等は、加工食品品質表示基準、生鮮食品品質表示基準、遺伝子組換えに関する表示の基準、玄米及び精米品質表示基準、水産物表示基準など、飲食料品の種類に応じて定められています。



▲給食センターのアレルギー室での調理風景



▲通常食(左)とアレルギー除去食(右)

## B 食を通じて豊かな「心」を育みます



### ④ 食を通じたコミュニケーションの確保

食事は、空腹を満たしたり栄養をとったりするだけでなく、家族や仲間との大事なコミュニケーションの場でもあります。食卓を囲らんの場、食育の場として捉えることが大切です。一緒に料理をすることや、会話をしながらの楽しい食事は、豊かな心を育み、食への興味・関心を高めます。

#### 市民・家庭の取組

- 家族や友達と一緒に楽しく食事をするように心がけます
- 子どもたちと一緒に食事作りや後片付けをする機会を持ちます
- 地域の人たちと楽しく交流しながら料理や食事をする機会を持ちます

#### 市・関係団体等の取組

主な取組	取組内容	取組主体
(12)「食育の日」「共食*」の普及啓発	毎月19日は、国の食育推進計画で食育推進運動を継続的に展開し、食育の一層の定着を図るため、「食育の日」と定められています。また、家族団らんの大切さを社会全体で認識するよう、愛知県が独自に設定した「おうちでごはんの日」でもあります。家族や友人と一緒に食卓を囲む「共食」の楽しさ・大切さを普及啓発します。	地域 保認・学校 その他 行政
(13)食を通じたコミュニケーションの場の提供	会話をしながら楽しく親子で料理することやみんなで食べることは、心の癒し・心の安定をもたらします。このため、家族や友人と料理や食事をとることのできるゆとりの場の提供を図ります。 また、一人暮らしの高齢者等の孤食による食事に対する意識の減退に対応するため、地域が連携して、食を通じた人とのふれあい、食の楽しさ、大切さを感じる機会づくりに努めます。	地域 保認・学校 その他 行政



毎月19日は「おうちごはんの日」

\* 共食(きょうしょく)

共食とは、誰かと食事を共にする(共有する)こと。

家族や友人、仲間等と同じ場所、時間を共有して、同じ食卓を囲むこと。精神面の安心感に加え、生活や食事の質を向上させる等の効果がある。

「7つのコショク」

「孤食」「子食」「個食」「固食」「小食」「粉食」「濃食」

これらの言葉は全て、コショクと読みますが、意味はそれぞれ異なります。

今から20数年前に、テレビ放映で子どもだけで食事をする「孤食」が問題視されるようになり、弊害として栄養面からと精神発達面からの問題があり、食とのかかわりが大きいことが指摘されました。また、家族そろっての食事においても、家族皆が別々のものを食べる「個食」では、個人の好みを尊重した食べ方という見方もできますが、同じものを食べるという食の共有感が生まれないと指摘されています。

このように現代の食生活において、いろいろと問題視されている「コショク」の解消には、食事面だけでなく人と人とのコミュニケーションづくりが重要と考えられます。

食を通し、家族や仲間、さらには地域を含めた心のつながりをもちましょう。

(参考:笑う食卓シリーズ「食育の本」服部 幸應 著)

コショク	「コショク」の意味	「コショク」による悪影響
孤食	一人で食べる	・好き嫌いを増やす ・発育に必要な栄養が足りない ・社会性、協調性がなく、ひきこもりになりやすい
子食	子どもだけで食べる	・好き嫌いを増やす、栄養の偏り ・協調性がなく、わがままになりやすい
個食	それぞれ個別のものを食べる又は個室で食べる	・好き嫌いを増やす、栄養の偏り ・協調性がなく、わがままになりやすい ・他人の意見を聞かない
固食	自分の好きな決ったものだけを食	・栄養の偏り ・肥満、生活習慣病を増やす ・キレやすい ・わがままになりやすい
小食	少ししか食べない	・発達に必要な栄養が足りない ・栄養の偏り
粉食	パスタやパンなど、粉製品を原料とした食事を好んで食べる	・エネルギー(カロリー)が高い ・噛む力が弱い
濃食	味の濃いものを好んで食べる	・塩分や糖分過多による、味覚が鈍感になる恐れ ・肥満、生活習慣病を増やす



### ⑤ 体験や生産者等との交流を通じた食への理解促進

経済成長に伴い、外食や調理済み食品の利用が多くなりました。いつでもどこでも食べることができるという環境は、食べ物大切さを忘れがちです。農作業や調理等の体験活動や食べ物の生産過程の学習により、自然の恩恵や食に関わる人々の様々な活動への感謝の念、食への理解を深めることができると考えられます。家族全員で「いただきます」、「ごちそうさま」と言葉で表し、食べ物への感謝の気持ちを持ちます。

#### 市民・家庭の取組

- 食材や料理のできる過程を学びます
- 栽培や収穫の体験を通じて、食べ物大切さを学びます
- 農業・漁業への知識を深め、食材への感謝の気持ちを持ちます

#### 市・関係団体等の取組

主な取組	取組内容	取組主体
(14) 学校・保育園・認定こども園等における栽培・収穫体験活動の充実	子どもたちが、自然の恵みを実感し、食べ物大切さを学ぶため、農作業や調理等の体験の機会を充実させます。	地域 保認・学校 その他 行政
(15) 食に関する体験活動の充実	食と農の関わりについて理解を深めるため、「サンテパルクたはら」を食や農業に関する体験・学習の場として提供します。また、市民が身近に「農」に親しめるよう、体験農園や市民農園の利用を促進します。	地域 保認・学校 その他 行政
(16) 生産者や地域の人たちと交流できる機会の提供	自然への恩恵や生産者への感謝の念、そして食への理解促進を図るため、消費者と生産者との交流を図ります。また、地域の食文化に触れ、地域への愛情を育てるために、地域の人たちと交流する機会づくりに努めます。	地域 その他 行政



(左) 田植体験  
(右) ポップコーンづくりのために乾燥させたとうもろこしを収穫する様子

▲ 学校における栽培・収穫活動

## ⑥ 食文化や食事作法等の理解促進

郷土料理や行事食等の食文化は、その地域の自然環境との関わりの中で、長い間培われてきたかけがえのない財産です。それぞれの家庭や地域で受け継がれてきた料理・食文化についての理解を深めるとともに、次世代へ継承する取組を進めます。

また、食事のあいさつ、箸使いや食事の姿勢等の食事作法は、みんなが気持ちよく食べるための基本です。家庭における習得が円滑に行われるよう理解促進に努めます。

### 市民・家庭の取組

- 伝統的な郷土料理や行事食を次世代に伝えます
- 食事のマナーを家族みんなで守るように心がけます

### 市・関係団体等の取組

主な取組	取組内容	取組主体
(17) 郷土料理や行事食の継承	郷土料理や行事食を PR するとともに、それらの食文化に触れる機会を設けます。	地域 保認・学校 その他 行政
(18) 子どもに対する食事作法の習得	「いただきます」に始まり「ごちそうさま」に終わる食事作法等の習得は家庭で行うことが大切です。家庭において食事作法の習得が行われるよう啓発を行います。	地域 保認・学校 行政
(19) 多様な食文化を理解し、食に対する感謝の気持ちを育む	食に関する感謝の気持ちを育むため、多様な食文化への理解と関心の向上に努め、食文化の継承を図ります。	地域 保認・学校 その他 行政

\*「いただきます」、「ごちそうさま」の意味

「いただきます」とは、動植物の命をいただき、私のこの命を保持させていただくことへの感謝の言葉です。

「ごちそうさま」の「馳走ちそう」とは、「四里四方を走り回る」という意味であり、走り回って集めた食材で料理を作ってくれた人に感謝する言葉です。



▲七夕の行事給食

郷土料理や行事食を提供し、献立表などで紹介している

受け継がれる郷土料理 ～ 田原のごちそう ～

\* 八杯汁(はちはいじる)

豆腐一丁で8人分の汁ができる、あるいはおいしくて8杯もおかわりすることから名がついたと言われています。大きく切った豆腐とたくさんの野菜等をしょうゆ味に仕上げた汁で、冠婚葬祭や行事のご馳走として振る舞われます。

\* じょじょ切り

小麦粉で作る太めの麺のことで、ジョキジョキと切ることから、あるいはジョジョ(方言でジョウのこと)のような姿をしていることから名がついたともいわれ、しょうゆ味の汁で煮てご飯代わりに食べる場合と、甘味(汁粉)として食べる場合があります。

※その他の料理 … 農休みまんじゅう、大晦(おおつごもり)の大ごちそう、煮味噌等があります。



八杯汁



じょじょ切り

\* 和食;日本人の伝統的な食文化

平成 25 年 12 月に「和食;日本人の伝統的な食文化」が「自然の尊重」という日本人の精神を体現した食に関する「社会的習慣」としてユネスコ無形文化遺産に登録されました。

「和食」の 4 つの特徴

- (1) 多様で新鮮な食材とその持ち味の尊重
- (2) 健康的な食生活を支える栄養バランス
- (3) 自然の美しさや季節の移ろいの表現
- (4) 正月などの年中行事との密接な関わり

C 食を通じて「環境」に優しい暮らしを築きます



⑦ 食生活における環境への配慮の徹底

毎日の食生活における環境への影響に関する理解を深め、食品ロス削減のため「もったいない」意識の浸透を図り、環境に配慮した食生活の実践に取り組みます。

**市民・家庭の取組**

- 残さず食べるようにします
- 買いすぎ、作りすぎに注意して、食品の無駄をなくします
- 水・電気・ガスを大切に使います
- マイバッグの利用や食品容器のリサイクルに協力します
- 廃食用油の回収に協力します

**市・関係団体等の取組**

主な取組	取組内容	取組主体
(20) 食品ロスの削減	食品ロス削減のため、「もったいない」意識の浸透を図り、食べ残しや食品廃棄を減らし、食品リサイクルの実践を促進します。給食でも、食に関する指導を実施し、残食を減らします。	地域 保認・学校 その他 行政
(21) エコライフの推進	食品廃棄物の減量化や調理する際の電気、ガス、水等の消費を抑えた食生活の普及を推進します。また、マイバックの活用や、包装、容器等の簡素化を推進し、資源の有効利用やごみの減量化について普及啓発します。	地域 保認・学校 その他 行政
(22) 資源循環型社会の構築	生ごみの資源化や廃食用油の回収等、廃棄物に含まれる貴重な資源をリサイクルして再利用する、資源循環型社会の構築に取り組みます。	地域 保認・学校 その他 行政

\* フードドライブ

主に家庭で余っている食べ物を持ち寄り集めて、地域の福祉団体やフードバンク等へ寄付することです。

田原市社会福祉協議会では、市民から寄付を募り、生活困窮者へ食品を届ける活動をしています。平成 28 年度から生活困窮者支援事業を開始し、令和 2 年度に企業からコロナ禍で流通できなかった商品を多く寄付していただき、本格的に活動を開始しました。



▲ 寄付された食料

## ⑧ 地産地消の促進

身近なところでとれた食材は、新鮮・安心であるとともに、輸送にかかるエネルギーが少なく、環境に優しいものです。地場産物の消費拡大を図るため、関係団体等と連携を図りながら、地産地消の取組を進めます。

### 市民・家庭の取組

- 地元の食材に関心を持ちます
- 地元の食材を優先的に購入し、地産地消を心がけます
- 地元の食材や旬の食材を活かした食事づくりをします

### 市・関係団体等の取組

主な取組	取組内容	取組主体
(23) 地産地消の理解と利用の促進	地産地消の内容や意義について、情報提供します。 食品販売店等の店頭や直売イベント等において、新鮮・安心な地場産物をPRするとともに、地場産物の消費拡大を図ります。 また、消費者が地域の食材を使って豊かな食生活を楽しむことができるよう、地場産物を使った料理レシピの普及啓発を図ります。	地域 保認・学校 その他 行政

#### \* 地産地消

地元で生産されたものを地元で消費することを地産地消といいます。

地産地消は、生産者と消費者を結び付ける取組であり、生産者の顔が見えることで、地元の農産物への愛着心や安心感が深まるとともに、食への感謝の念を育み、旬を知る機会にもなります。また、輸送にかかるエネルギーが節約でき、排出ガスが軽減されるため、環境保護にもつながります。



(左)冬キャベツのファルシ  
(右)イチジクの天ぷらパニラアイス添え

▲ベジエール渥美が考案した地元産の食材を使用したレシピ 広報たはらやクックパッド等で定期的に紹介している

### ⑨ 環境に優しい生産体制の促進

環境に優しい農業を推進するため、化学肥料や化学合成農薬の低減、資源循環等に取り組めます。

#### 市民・家庭の取組

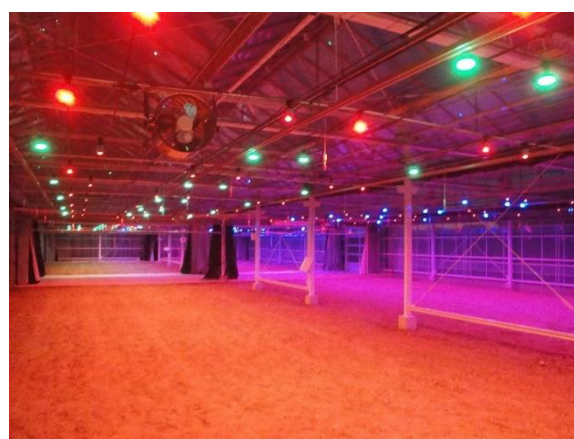
- 農林水産業に理解を持ち、地元の農林水産物の積極的な利用を心がけます

#### 市・関係団体等の取組

主な取組	取組内容	取組主体
(24) 環境保全型農業の促進	化学肥料や化学合成農薬をできるだけ減らし、環境保全と生産性の維持が調和した、環境に優しい農業に取り組めます。	地域 その他 行政



▲緑肥を利用した土作り



▲低炭素施設園芸モデルハウス(LEDライト)



▲菜の花エコプロジェクト環境学習



▲低炭素施設園芸モデルハウス(太陽光発電)

## D 食育を支えるために



### ⑩ 食育に取り組む多様な関係者との連携・協力体制の強化

食育の推進においては、行政のみならず多様な関係者がそれぞれの持つ知識や特性を生かし、様々な取組を行っています。こうした関係者と情報を共有し、連携を図ります。

#### 市民・家庭の取組

- 食育に関連する活動に積極的に参加します

#### 市・関係団体等の取組

主な取組	取組内容	取組主体
(25) 食育に関わる多様な人材の育成と活動の促進	市民一人一人の主体的な取組がより効果的なものとなるよう、その取組を支援する人材の育成と活動の充実を図ります。	地域 その他 行政
(26) 食育推進体制の充実	効率的な食育が推進できるよう、関係者との連携を強化し、情報交換などが行える体制を整備します。	地域 保認・学校 その他 行政

### ⑪ 食育の普及啓発

市民一人一人が食に関心を持ち、自ら実践するためには、効果的な普及啓発が必要です。

各種広報媒体やイベント等の機会を活用して、市民の食育に対する関心を高め、主体的な行動につながるよう、幅広い分野にわたる食育について総合的な啓発を図ります。

#### 市民・家庭の取組

- 食育に関連する活動に積極的に参加します

#### 市・関係団体等の取組

主な取組	取組内容	取組主体
(27) 食育情報の発信	食育に関する情報を発信するとともに、食や健康に関連する講座等を開催します。	地域 保認・学校 その他 行政

## 2 ライフステージに応じた食育の取組

健全な食生活を実践するためには、生涯にわたり切れ目のない食育が必要です。各ステージに応じて、日常生活の中で自分のできる食育から取り組みましょう。

育ち・学び世代 (乳幼児期～青年期)	働き・子育て世代 (成人期)	成熟世代 (高齢期)
<ul style="list-style-type: none"> <li>・毎日朝ごはんを食べる。</li> <li>・早寝早起きの生活リズム、基本的な食習慣を身につける。</li> <li>・歯磨きを習慣化し、むし歯を予防し、かむ力を身につける。</li> <li>・五感（視覚、聴覚、触覚、味覚、嗅覚）を使って食に触れ食べることを楽しみ、食べる力を身につける。</li> <li>・調理や片付けの手伝いをする。</li> <li>・不足しがちな野菜を積極的にとる。</li> <li>・孤食等を少なくし、家族で食卓を囲んでコミュニケーションを図る。</li> <li>・食への関心を深め、感謝の気持ちを養う。</li> <li>・自立に向け、バランスのとれた食を選ぶ力や作る力を身につける。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・主食・主菜・副菜を組み合わせた栄養バランスのよい食事を心がける。</li> <li>・不足しがちな野菜を積極的にとる。</li> <li>・子どもの孤食等に配慮し、家族団らんを通じて、家庭の食育に取り組む。</li> <li>・旬の食材や地場産物の利用を心がけ、地域活動等に参加し、行事食や郷土料理等を地域や家庭等で継承する。</li> <li>・食べ残しや食品の廃棄を減らす。</li> <li>・健康診断の結果から、生活習慣や食生活を見直し、健康維持に努める。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・生活習慣病や低栄養予防のため、バランスのよい食事をとる。</li> <li>・友人や地域組織等との交流により、楽しい食生活を実践する。</li> <li>・自分の口腔内の状態を知り、いつまでも自分の歯で噛めるようにする。</li> <li>・旬の食材や地場産物の利用を心がけ、地域活動等に参加し、行事食や郷土料理等を地域や家庭等で継承する。</li> </ul>



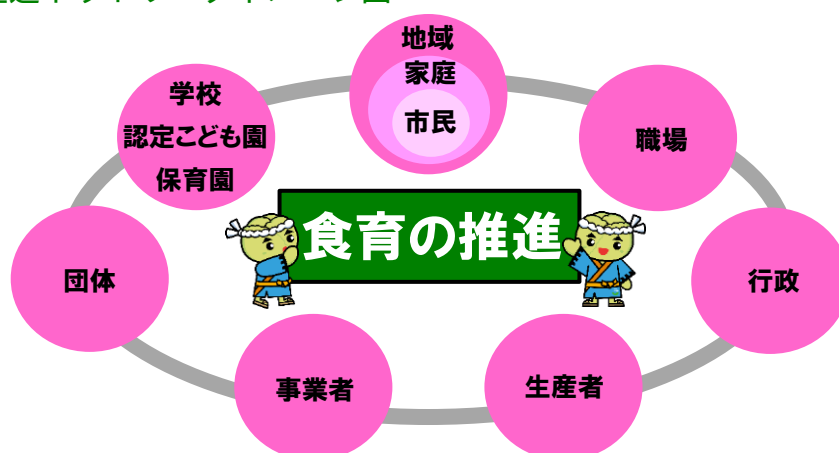
### 3 計画の推進と数値目標

#### ① 計画の推進体制

食育の推進にあたっては、市民、食育に関わる関係機関や団体が情報を共有し、連携を図り、それぞれの役割を果たすことが重要です。そのため、「田原市食育推進会議」を設置し、食育の推進に関する施策を実施します。

この計画に盛り込まれた各施策を総合的かつ効率的に実施していくため、市の各部局との連携強化を図るとともに、市と市民との協働を促進する推進体制の整備を目指します。

#### ■ 食育推進ネットワークイメージ図



#### ② 計画の進捗管理

庁内の関係部局で構成する「田原市食育推進検討会」を設置し、計画に基づく施策の総合的かつ計画的な推進を図るとともに、その進行管理を行います。また、検討会にワーキンググループを置くことで、担当者による事業実施、連絡調整等を行い、進捗状況を定期的に確認するとともに、必要に応じて取組内容を見直します。

#### ③ 新しい生活様式における計画の推進

新型コロナウイルスなどの感染症予防策を日常生活に取り入れた「新しい生活様式」においても、食育を着実に実施していきます。また、より多くの市民が主体的、効果的に食育を実践できるよう、オンラインなど ICT 技術を有効活用していきます。

#### ④ 食育の推進による「SDGs」達成への貢献

食育の推進により、「SDGs」(持続可能な開発目標)に貢献ができると考えます。食育を推進する取組主体が、ネットワーク形成や働きかけ、情報共有などを行い、各課題について連携して取り組むことで、「SDGs」達成へ貢献していきます。

※SDGs：2015年の国連サミットで採択された2030年を年限とする国際社会全体で取り組む持続可能な開発目標のことです。誰一人取り残さない社会の実現を目指し、「貧困をなくそう」、「飢餓をゼロに」など、17のゴール(目標)が設定されています。

⑤ 計画の数値目標（食育の4つの視点の目標）

項目	指 標	内 容	現状値 (令和2年度)	目標値 (令和8年度)
A 健康な「体」をつくる	◎朝食の習慣がある小中学生・保護者の割合 1) 2) 小学生(5年生) 中学生(2年生) 保護者	生活習慣の形成途上であり心身の成長期である小中学生やその保護者等の朝食の習慣をつける。	95.3% 91.6% 85.1%	98%以上 98%以上 91%以上
	◎朝食に野菜料理を食べている小中学生の割合 3) 小学生(5年生) 中学生(2年生)	成長期の朝食は欠食の改善に加え、副菜となる野菜が不足しがちなため、朝食に野菜料理を食べる小中学生の割合を増やす。	59.3% 60.4%	80%以上 80%以上
	◎適正体重の小中学生の割合 4) 小学生(5年生) 中学生(2年生)	適正体重の小中学生の割合を増やす。大人の肥満者の割合を減らす。過度の痩身傾向	83.7% 87.7%	91%以上 91%以上
	◎肥満者の割合 40~60歳代男性 40~60歳代女性	の中学生女子のやせの割合を減らす。	37.3% 22.1%	15% 12%
	◎やせの割合 中学生女子		3.7%	減少
B 豊かな「心」を育む	◎健康な歯を持つ人の割合 5) むし歯の無い3歳児 第一大臼歯がむし歯でない小学3年生 40歳で歯周炎を有する人の割合	むし歯の無い3歳児、第一大臼歯がむし歯でない小学3年生を増やす。40歳で歯周病を有する人の割合を減らす。	87.8% 95.7% 18.4%	90% 95% 20%
	◎家族そろって食事をする人の割合 6)	家族等と一緒に食事をする人の割合を増やす。	63.6%	80%以上
	◎子どもと一緒に食事づくりをしている家庭の割合 7)	子どもと一緒に食事作りをしている家庭の割合を増やす。	46.4%	60%以上
	◎農林漁業体験学習の取組を実施している学校・保育園等の数 8) 小学校 保育園・認定こども園	レジャー的な体験ではなく、一定期間体験学習をする機会を増やす。	18校/18校 21園/21園	18校/18校 21園/21園
	◎食事のあいさつ(いただきますなど)をしている家庭の割合 6)	食事のあいさつをしている家庭の割合を増やす。	60.2%	70%以上

■ 第4章 推進施策

項目	指 標	内 容	現状値 (令和2年度)	目標値 (令和8年度)
C 環境に優しい暮らしを築く	◎むだや廃棄の少ない食事づくりを積極的に行っている人の割合 6)	むだや廃棄の少ない食事作りを積極的に行っている人の割合を増やす。	44.2%	50%以上
	◎給食における残食率 9)	給食における残食の割合を減らす。	0.7%	2%以下
	◎給食において地場産物を活用する割合 9) 全食品数に占める県産食品数の割合 年間に使用した県産食品の種類	給食に使用する食材は、できるだけ地場産物を活用する。	40.9% 78種類	45%以上 60種類以上
	◎「いいともあいち推進店」の登録数 10)	県内産の食材を積極的に扱う「いいともあいち推進店」の登録数を増やす。	38店	38店以上
D 食育を支えるために	◎「ベジエール渥美」が実施する食育講座等の開催回数 11)	「ベジエール渥美」が実施する食育講座の開催回数を増やす。	3回	6回以上
	◎「田原市食生活改善健康づくり会」が実施する事業数 12)	地域で食を学ぶ機会が拡大するよう食生活改善サポーターが実施する事業数を増やす。	17回	20回以上

- 出典
- 1) 愛知県教育委員会「児童生徒の食生活調査」朝食の習慣が「ある」とした人の割合
  - 2) 田原市食生活実態調査「毎日食べている」とした人の割合(保護者)
  - 3) 愛知県教育委員会「児童生徒の食生活調査」朝食に野菜料理「毎日食べている」「ほとんど食べている」「ときどき食べる」の人の割合
  - 4) 学校保健統計調査 小中学生は「適正体重肥満度-20以上~20%未満」  
田原市特定健康診査 40~60歳代はBMI指数「25以上」の人の割合  
学校保健統計調査 中学生女子の肥満度「高度やせ~軽度やせ」の割合
  - 5) 田原市3歳6か月健診、愛知県地域歯科保健業務状況報告、田原市成人歯科検診
  - 6) 田原市食生活実態調査 保護者を対象「いつもしている」とした人の割合
  - 7) 田原市食生活実態調査 保護者を対象「いつもしている、時々している」とした人の割合
  - 8) 田原市教育委員会学校教育課、田原市健康福祉部子育て支援課調べ
  - 9) 田原市給食センター調べ
  - 10) 愛知県農林水産部調べ
  - 11) 田原市産業振興部農政課調べ
  - 12) 田原市健康福祉部健康課調べ

## 参考 1 たはら食育推進計画策定体制及び策定経過

### ●田原市食育推進会議委員名簿（令和3年度）

委員（五十音順、敬称略）

氏 名	所属及び役職	備 考
石 川 昌 男	田原市農業委員会 代表	
伊 藤 幸 子	田原市食生活改善健康づくり会 代表	
光 部 鈴 代	田原市保育園長会 代表	
野 澤 知 代	栄養教諭 代表	
福 井 佐和子	農村輝きネット・あつみ 代表	
間 瀬 浩 文	愛知みなみ農業協同組合 常務理事	
横 田 一 郎	田原市認定農業者連絡会 代表	
渡 邊 宏 光	田原市校長会 代表	

委員（市役所）

氏 名	所属及び役職	備 考
柴 田 高 宏	市民環境部長	
増 田 直 道	健康福祉部長	
増 山 禎 之	教育部長	
鈴 木 隆 広	産業振興部長	

### ●事務局

所属	備 考
農政課	
健康課	
教育総務課	

● 計画策定の経過

開催日	内容
令和3年5月21日	田原市食育推進ワーキンググループ ・ たはら食育推進計画2026策定スケジュールについて ・ たはら食育推進計画2026策定の方向性について ・ たはら食育推進計画2021現状・課題・目標の整理 ・ たはら食育推進計画2026における指標・目標値
令和3年9月22日	田原市食育推進検討会・ワーキンググループ ・ たはら食育推進計画2026（案）について
令和3年10月22日	田原市食育推進会議 ・ たはら食育推進計画2026（案）について
令和4年 月 日	田原市食育推進検討会・ワーキンググループ合同会議 ・ 令和3年度田原市食育新施策評価総括表（総合評価）について ・ たはら食育推進計画2026について ・ 令和4年度各部署の役割分担・田原市食育推進行動計画の策定について
令和4年 月 日	田原市食育推進会議 ・ たはら食育推進計画2026について

## 参考2 食育推進に関するお問い合わせ先

● 田原市

名 称	電話及びファクシミリ	電子メールアドレス
産業振興部農政課 (総合窓口、農林水産関係)	T E L 0531-23-3517 F A X 0531-22-3817	nosei@city.tahara.aichi.jp
健康福祉部健康課 (健康福祉関係)	T E L 0531-23-3515 F A X 0531-23-3810	kenko@city.tahara.aichi.jp
教育部教育総務課 給食センター (教育関係)	T E L 0531-45-5030 F A X 0531-45-3315	kyusyoku@city.tahara.aichi.jp

● ホームページアドレス <http://www.city.tahara.aichi.jp/>

編集 田原市産業振興部農政課  
〒441-3492  
愛知県田原市田原町南番場 30 番地 1  
TEL 0531-23-3517 FAX 0531-22-3817





たはら食育推進計画 2026  
令和4年3月