

# 第3次富士川町食育推進計画

~健やかで笑顔があふれるまちづくり~



令和4年 3月



# 目次

## 第1章 ～ 計画の基本的な考え方



1 計画の趣旨	1
2 計画の位置づけ	3
3 計画の期間	4
4 「食」をめぐる現状と課題	5
5 取り組みの方向性	10
6 計画の評価	11

## 第2章 ～ 重点的な取り組み



具体的な施策体系	12
----------	----



具体的な施策	13
--------	----



### 参考資料

資料 1 富士川町における食育の取り組み	23
----------------------	----

資料 2 富士川町食育計画の達成状況	29
--------------------	----

別紙 1 第2次富士川町食育推進計画 評価指標及び各年度の達成目標値	35
------------------------------------	----

別紙 2 第3次富士川町食育推進計画 評価指標及び各年度の達成目標値	36
------------------------------------	----

## 1 計画の趣旨

### □ 食を取り巻く現状と課題

近年、ライフスタイルや個人嗜好が多様化する中で、「食生活」の中心となる家庭における「食のスタイル」も大きく変化しています。忙しい日々の中で、「食」の大切さに対する意識が希薄化すると共に、飽食の時代にあって、真の「豊かな食」とは何かが問われています。

また、不規則な食生活による肥満や生活習慣病の増加、女性の過度な痩身志向、高齢者の低栄養など健康に関わる問題、伝統的な食文化の喪失及び食糧自給率の低下、食品ロスなどの課題が顕在化しており、健康教育、文化教育、生活環境などの観点から「健全な食生活」の必要性が求められています。

### □ 食育をめぐる動き

国は、国民の「食」をめぐる環境が変化し、その影響が顕在化していることから、国民が生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性を育むための食育を推進することの重要性に鑑み、平成17年6月に食育基本法を制定し、平成18年3月には食育推進計画が策定され、山梨県においても令和3年3月に第4次やまなし食育推進計画が策定されました。

食育基本法では、『国民一人ひとりが「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こと』を課題としています。（※次ページ：食育の環 参照）

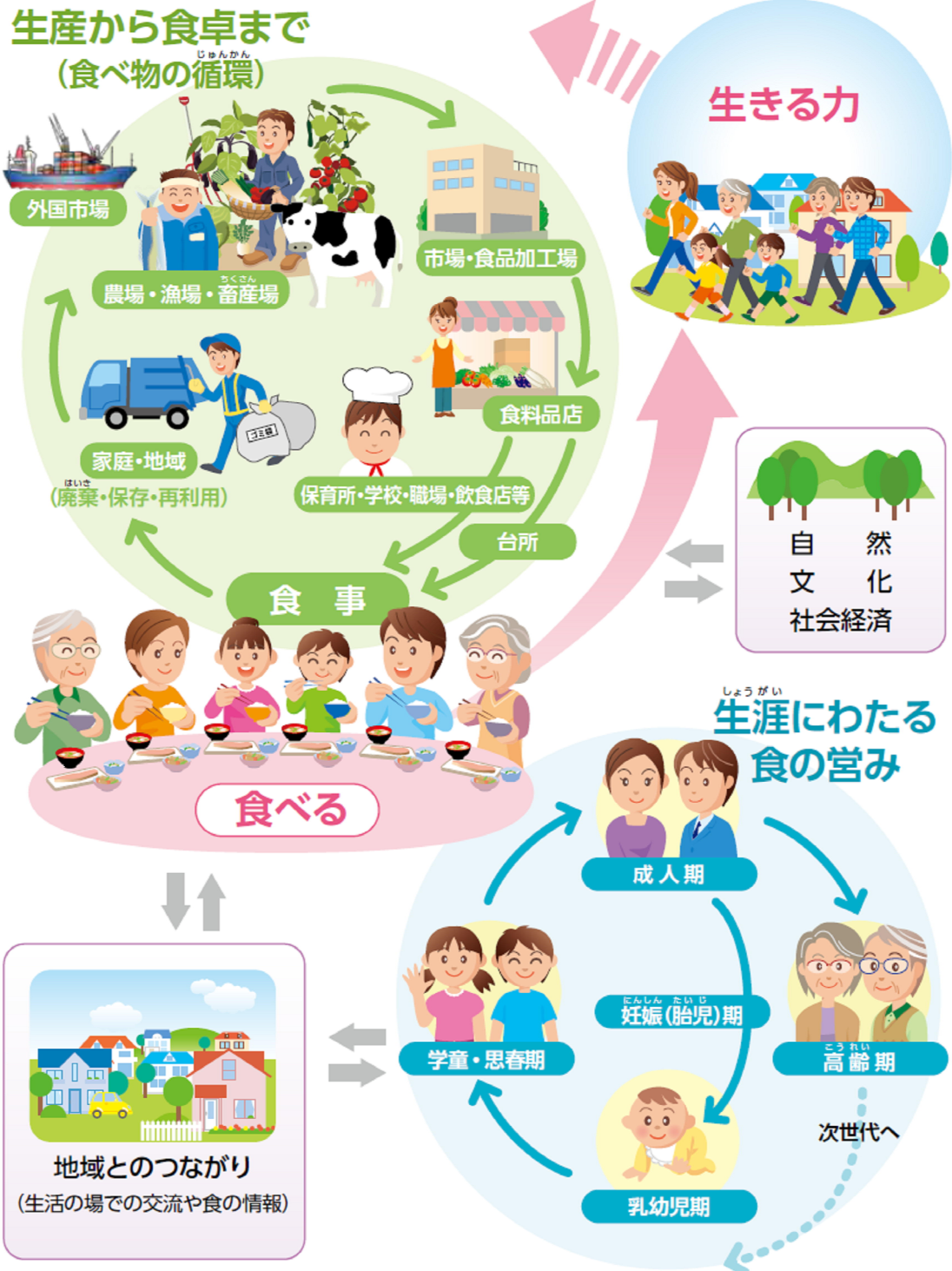
こうした経緯から、「食育」に関する総合的な計画や具体的な施策を明確にすることで私たちが地域の農産物と共に生きていることを知り、地域の人々の暮らしと食、心や身体と食など、「食」のつながりに視点をおき、地域の食を知り、様々な「食」に関する知識と理解を深め、家庭や地域、学校などにおいて健全な食生活を実践すると共に、子どもから大人、家庭、地域、保育・教育機関、食料生産者など、食に関わる関係機関・団体などが連携を図りながら富士川町らしい「食育」を推進するため「第3次富士川町食育推進計画」を策定します。

#### 食育とは

子どもたちが豊かな人間性をはぐくみ、生きる力を身に付けていくためには、何よりも「食」が重要である。今、改めて、食育を、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食育を推進することが求められている。

（食育基本法 前文の抜粋）

# 食育の環

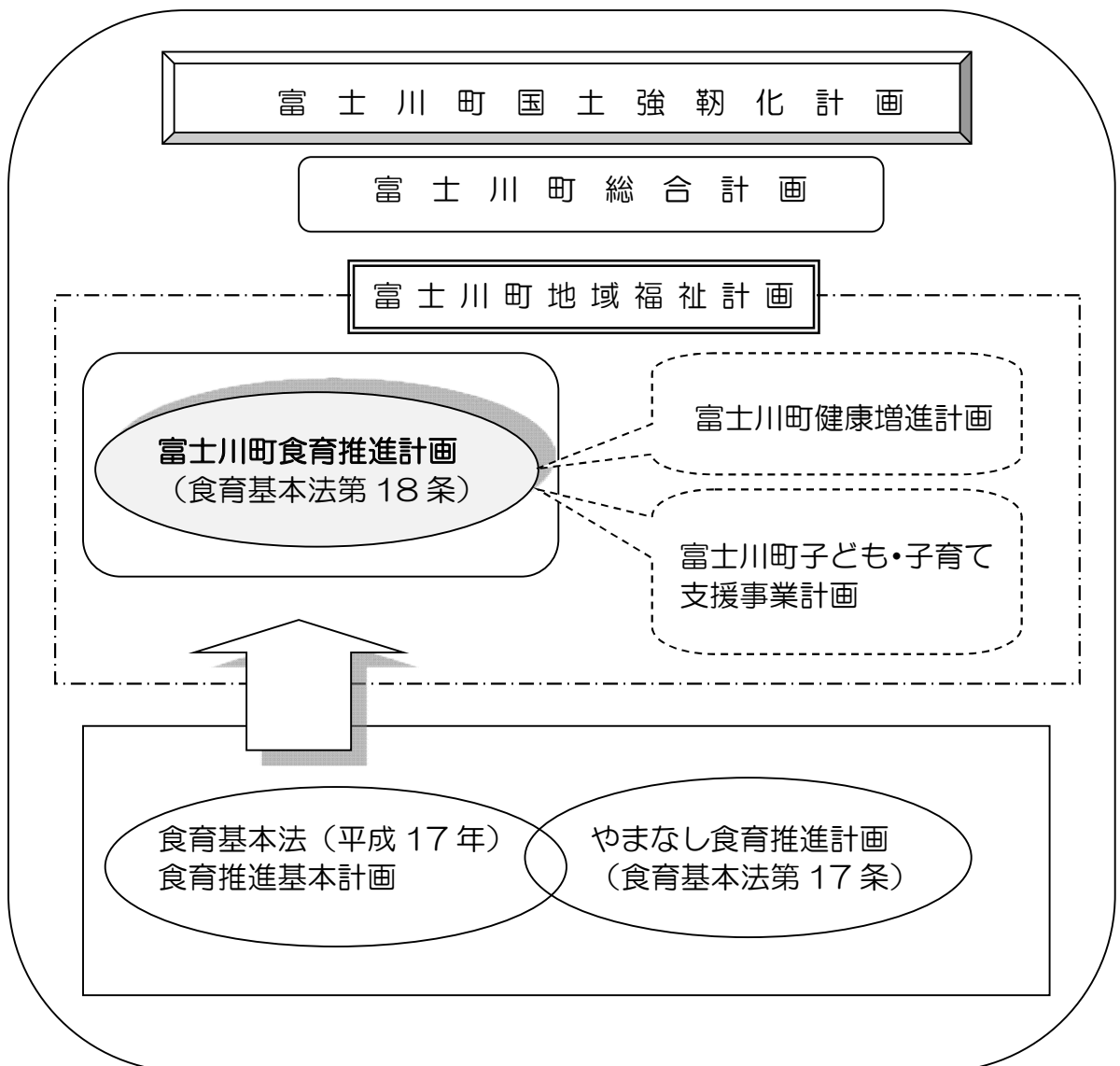


内閣府作成 「できることから始めよう！食育ガイド」より引用

## 2 計画の位置づけ

本計画は、食育基本法の目的及び基本理念をふまえ、同法第 18 条第 1 項に基づく市町村食育推進計画として、また、国、県の食育推進計画及び「富士川町総合計画」における生活環境、文化教育、健康づくりなどの各施策と整合を図りながら、本町における「健全な食生活」を目指して、「食育」に関する基本的な事項について定めるものであり、本町における関連計画などとして、健康づくりの分野では「富士川町健康増進計画」、子どもの健全育成の分野では「富士川町子ども・子育て支援事業計画」などの各分野において、食育と関わりを持つ諸計画との調和を取る中で、食に関わる関係機関・団体などが連携を図りながら「食育」の推進に取り組みます。

【図 1-1】関連計画との関係図



### 3 計画の期間

本計画の期間は、令和4年度～令和8年度までの5年間とし、令和4年度からの各年度における施策目標値に対する達成状況の評価を実施します。



学校給食での地場産物「とうもろこし」提供



富士川まつり「みみ」の提供



保育所「食育ボード」



保育所での環境教室(食品ロスを減らそう！)



食生活改善推進員会による、令和2年度増穂商業高校での伝承料理教室

## 4 「食」をめぐる現状と課題

### 【富士川町の概要】

富士川町は、甲府盆地の南西端に位置し、町の西部には標高 2,052m の楕円山や 2,000m 近い山々が連なり、それらを源とする戸川や大柳川などの河川が町内を縦断し富士川に注ぐ地域に位置しており、自然豊かな環境にあります。



このような豊かな環境下で町の特産品である「ゆず」や「西洋ナシ」などの果樹栽培が盛んです。また、郷土料理として「みみ」も町の特産として継承しています。

人口は 14,225 人（令和 2 年国勢調査）で、平成 27 年国勢調査と比較すると人口減少が進んでおり、65 歳以上の高齢者の人口は年々増加し、14 歳以下の年少人口は年々減少を続け少子高齢化が進んでいます。

### 【社会的課題】

男女共同参画社会の進展による女性の社会進出や就業形態の多様化、核家族化の進行などに伴うライフスタイルの変化により、家族が一緒に食卓を囲む機会が減少する中で、子どもたちの孤食化や朝食の欠食傾向の増加、米食からパン食への移行など「食」をとり巻く環境は大きく変化しています。

町内や近郊には 24 時間営業のコンビニエンスストアやファストフード店、飲食店などが出店し、利用しやすい「中食」や「外食産業」の普及と共に「食」の簡便化思考が高まる中で、こうした手をかけない食事への依存度が増加しています。



また、少子高齢化が進む中、世帯構造や社会環境も変化し、単独世帯や 1 人親世帯が増える一方で、貧困の状況にある子どもに対する支援が重要な課題になるなど、家庭生活の状況が多様化し、家庭や個人の努力のみでは健全な食生活の実践につなげていくことが困難な状況も見受けられます。

このほか、新型コロナウイルス感染症の拡大防止の影響で家庭内食の機会が増加しています。また、様々な分野でデジタル化が急速に普及しています。このような暮らしの変化に対応していく必要があります。

注 1：中食（なかしょく）

外食と家庭での食事の中間にあるものとして、惣菜や弁当類などを買って家で食べること。核家族化、個食化、家庭での料理の簡便化から、また、外食ほど経費がかからないこともあり、年々、家庭での利用が増えています。

## 【健康課題】

食生活の欧米化が進み、私たちの食生活を取り巻く環境は大きく変化しています。こうした食生活環境の変化に伴い、脂質摂取量や濃い味付け嗜好による塩分摂取量の増加、また、野菜の摂取不足などから栄養バランスの崩れた食生活を送っている人が増加しています。こうした食生活は子育て世代や働き盛り世代における習慣化が顕著となっており、健康への影響が危惧されています。

また、栄養バランスの崩れた食生活に運動不足が加わることで、メタボリックシンドロームやその予備群が発生し、生活習慣病を引き起こしやすい健康状態にある人が年々増加しています。

本町の生活習慣病の状況は、国民健康保険加入者の受診件数（令和2年度）で見ると、1位は高血圧性疾患、2位は糖尿病、3位は脂質異常症であり、医療費では1位が腎不全となっています。

また、令和2年度の特定健診における検査項目では、HbA1cの異常者は県平均の68.8%より低い43.6%となっています。平成21年度が74.3%であったことから、年々改善が見られているものの、特定健診受診者の3分の1以上がHbA1cの異常者です。

こうした状況から、メタボリックシンドロームや生活習慣病への対策が求められる中、これらへの影響が大きいといわれる若い世代からの食生活の見直しと改善が本町の最重要課題となっています。

さらに、高血圧や腎不全は塩分の過剰摂取が原因の1つとなることから、減塩も含めた食生活の見直しが必要となっています。

高齢者においては、移動手段がないことにより、保存できる食事になりがちであったり、食事準備の難しさから手軽にとれるものに頼り、栄養バランスを考慮した食事をとることが難しい現状にあります。その結果、低栄養の危険もあるため課題の1つと言えます。



## 【安全課題】

食品偽装表示問題を発端として、消費者の食の安全性に対する関心が急速に高まる中、生産者においても、安全な農産物生産のため、化学肥料や農薬をなるべく使わない土作りへの意識が高まっています。

人々の健康にとって、その土地で生産された食材を活用した食事がよいとされる考え方から、地元で生産された食材の提供と共に、食材の原材料表示や品質管理の徹底が望まれています。

また、原発事故による放射能飛散や鳥インフルエンザの発生などから、消費者の食に対する安全性が懸念される中、生産、流通段階における正確な情報の提供が求められており、最近では、食品の生産段階から、出荷・流通・消費のどの段階においても製品情報の追跡把握ができる「トレーサビリティ」という流通監視システムが取り入れられてきています。



## 【食文化の課題】

かつては、町内でも祝い事や祭りの時には特別な食事をするという風習がありましたが時代と共に次第になくなり、日常的な食生活との区別がなくなってきています。また、食文化や食事作法なども親から子へ伝えられなくなってきています。昨今、飽食の時代といわれながらも、インスタント食品やファストフードなどによる簡易な食事形態が増え、煮炊きなどの手間ひまをかけずに食事が摂れる時代となり、若い世代には包丁を使えない人もいます。

こうした現状から、家族がそろって温かい食事を食べ、会話を楽しみ、食べられることへ感謝の気持ちを培ってきた日本本来の食事の風景は失われつつあります。

古くから本町の十谷地区で行事食として伝承されてきた、「みみ」などの伝統料理を地域文化として次の世代に伝えていくことは大切です。先人から受け継いだ文化を絶やすことのないよう、地域での調理講習会や学校教育の一環として、地域の食文化学習を取り入れることも必要です。このような取り組みを通して地域の文化を次の世代へつなげることは、地域に生きる私たち一人ひとりの責務でもあります。



十谷地区の伝統料理「みみ」

## 【生産課題】

町の総面積 11,200ha のうち、山林が 81% とその大部分を占める中で、第一次産業である農業従事者は、高齢化や後継者不足などにより年々減少し、耕作放棄地が増加しており、農業振興のためには、新規就農者の確保が課題の一つとして挙げられます。

本町の農業は、一部の専業農家を除き、生産規模が小さく、地域の立地条件に適した作物を生産する自給的農家が大半を占めていますが、特産であるゆず・西洋ナシなどの果樹やきのこ類、鶏卵についてはある程度の生産量があるため、地域の食材として利用されています。

また、地元で採れた野菜などは、直売所などで販売されており、おいしい旬のものを食べて味わうことができ、十谷地区には、地域食材を活用し、郷土料理を作る・食べる・感じるができる体験交流施設「つくたべかん」が整備されています。

さらに、食材の大切さや安全に留意した農産物の生産を行う農家や、体験農業を通して農業への関心を深めてもらう活動を進めている平林地区の「平林農業小学校」などと連携し、農業への理解を深めながら地域の特産物を広めていく取り組みが必要です。



穂積地区の「ゆず」

最勝寺地区の「ラ・フランス」

## 【子どもの育成課題】

昨今の食生活環境の変化に伴い、子どもの食生活においても毎日の生活リズムとしての規則正しい食事や栄養バランスなどが崩れ、健全な食生活が失われつつあります。

子どもたちの健全な食習慣を形成するためには、保護者自身が子どもにとっての望ましい食と身体の関係を知る必要があり、特に母親は、妊娠期から胎児への影響を意識した食生活を心がけることが大切です。

また、乳幼児期からの規則正しい生活が子どもの成長に大きく影響することから、十分な睡眠や食事、規則正しい生活リズムといった基本的な生活習慣を身に付けることが重要であり、よく遊ぶことで空腹感や食欲を感じ、食事をとることで、それを適切に満たす心地よさを経験することも大切です。



学童期においては、家庭での食生活の乱れから朝食欠食や偏食傾向のある子どもが多くみられ、肥満や過度の痩身など健康状態の悪化が懸念されています。

学校では、「生きた教材」である給食の時間を中心に、食に関する指導内容や指導方法を工夫しながら、子どもたちに正しい知識を習得させ、さらに食への関心を持たせることが大切です。

食をめぐる社会環境の変化やライフスタイルの多様化に伴い、家族そろって食事をする共食の機会が減り、1人で食事する「孤食」やそれぞれが好みの食事を別々でとる「個食」が増えているといわれています。家族と一緒に楽しく食卓を囲むことにより、良好なコミュニケーションが作られ、安心感や信頼感を深めていくことで、人や社会との関わりを広げていくことができると共に、食事に関するマナーや知識の習得、食文化を伝える場にもなります。

また、こうした食生活の乱れにより、食に対する感謝の気持ちやもったいないという気持ちが希薄になっていることから、食べることの大切さを理解し、食への感謝の心を育むための意識啓発や支援が重要です。

子どもたちが将来、自立した食生活を営むためにも、成長や発達段階に応じた調理体験などの実践活動を通して、食への興味や楽しさを育み、肥満や糖尿病などの生活習慣病予防、生涯を通じた歯・口腔の健康づくりなど、子どもの頃から自らの健康管理ができる力を身に付ける取り組みを行っていく必要があります。



## 【環境の課題】

私たちの日常生活では、様々な「ごみ」が排出されています。その中で「食生活」に着目すると「食の製造過程で発生するごみ」「流通・販売過程で発生する食品廃棄物」「家庭などでの食べ残しや食品の容器包装ごみ」など、大量の食品に関するごみが排出されています。これらから発生するごみを抑制し、減量化していくためには、環境へ配慮した「4つのR」を実践する取り組みと意識啓発を行うことが重要です。

### 〔4つのR〕

リフューズ  
・ Refuse . . . 不要なものは買わない・断る。



リユース  
・ Reuse . . . 再使用する。



リデュース  
・ Reduce . . . 原材料やごみを減らす。



リサイクル  
・ Recycle . . . 再資源化する。



## 5 取り組みの方向性

### (1) 基本理念

豊富な食料や簡便さを享受する時代にあって、町民一人ひとりが、食に関する知識や食を選択する力を身に付け、食べることの大切さを理解し、「健全な食生活を実践する」、「楽しい食を育む」、「地産地消と伝統ある食文化の継承に努める」、「食の安全性に対する知識と理解を深める」、「環境に配慮した食生活を実践する」ことを通して、健康で豊かな食生活を育み、誰もが健やかで笑顔があふれるまち「ふじかわ」の実現を目指します。

### (2) 基本目標

第1次富士川町総合計画では、「健やかで笑顔があふれるまちづくり」を健康づくりの基本目標としています。

本計画は、この基本目標をもとに「心や身体と食のつながり」、「地域の暮らしと食のつながり」、「地域の農産物と食のつながり」を通して、食に関わるあらゆる関係機関・団体などが連携を図り、以下の5つの目標を掲げ、生涯にわたる食育を推進していきます。



#### 食と健康に関心を持つ

食は、健康な心身を育むうえで欠かせないものです。身体の健康のためには栄養バランスのとれた食事や食べ物が大切であることを理解し、健全な食習慣を身に付ける力を養います。

子どもの頃から「早寝・早起き・朝ごはん」の生活リズムや正しい食習慣を身に付けます。



#### 楽しい食を育む

家族や友だちと一緒に食卓を囲みながら食事をとることで、食べることの楽しさやコミュニケーションの輪を広げ、食材がもたらす季節感や食文化に触れ、食材選びや調理方法などの知識を培います。



#### 地産地消と伝統ある食文化の継承

地域で採れる農産物と食のつながりに関心を持ち、地域食材を活用した食事をとることで地産地消を推進し、地域で古くから受け継がれてきた食材や加工方法、また、食や農に関わる祭事の伝統料理や郷土料理などの食文化を絶やすことなく次世代へ継承していくことに取り組みます。



### 食の安全性に対する知識と理解を深める

食品の安全性が損なわれれば私たちの健康に重大な影響を及ぼします。食品の安全性やどのようにして私たちの食卓に届くのか、正しい情報を学び食生活に関する正しい知識と理解を深める力を身に付けます。



### 環境に配慮した食生活を実践する

豊かな自然に恵まれた富士川町の環境を守るため、資源循環型社会の構築を目指し環境に優しい食生活を推進します。

## 6 計画の評価方法

「富士川町食育推進計画」では、計画の推進と共に評価を実施します。

評価にあたっては、食育推進施策の中で、「※ 別紙 1 評価指標及び各年度の達成目標値」を設定し、本計画の達成度を評価します。また、各施策についてどのような取り組みを行ったのか、その過程の検証も併せて実施します。



## 第2章

## 重点的取り組み



### 具体的な施策体系

#### 1 家庭における食育の推進

- (1) 生活リズムの向上
- (2) 共食の推進
- (3) 歯の健康維持
- (4) 望ましい食習慣や知識の習得
- (5) 妊産婦や乳幼児に関する栄養指導
- (6) 災害時の食の備えに関する普及啓発

#### 2 地域における食育の推進

- (1) 栄養バランスの優れた「日本型食生活」の普及
- (2) 食に関する専門的な知識を有する人材の育成と活用
- (3) 健康づくりにおける食育の推進
- (4) 貧困家庭への支援
- (5) 食料の生産現場である農林水産業への理解
- (6) 農林水産業者における食育の推進

#### 3 保育所・幼稚園・学校における食育の推進

- (1) 保育所・幼稚園における食育の推進
- (2) 学校における食育の推進
- (3) 教育活動全般における食育の推進

#### 4 地産地消による食育の推進

- (1) 地域で生産される地場産物の活用

#### 5 食文化継承への取り組み

- (1) 地域で育まれた伝統的な食文化の継承
- (2) 国際交流による食文化交流

#### 6 食の安全・安心確保への取り組み

- (1) 食品の安全性に関する情報提供と知識の習得

#### 7 環境に配慮した食生活の推進

- (1) 環境を守る意識の普及
- (2) 食品ロスの削減促進
- (3) 食品廃棄物の減量化と再利用

#### 8 食育推進運動の推進

- (1) 「食育の日」の普及啓発
- (2) 「食事バランスガイド」の普及啓発
- (3) 「新たな日常」やデジタル化に対応した食育の推進



## 具体的な施策



### 1 家庭における食育の推進

家庭における食習慣や食文化は、世代を超えて受け継がれてきました。家庭は、食事のマナーや食に関する知識を学ぶ場であり、生涯を健康で過ごせるよう、正しい食生活を身に付ける場でもあります。

また、家族や友だちと一緒に食卓を囲みながら食事を楽しむことで、コミュニケーションの輪を広げる場としての役割も果たしています。

このことから、「家庭」を、食の有用性や知識を高め、健全な食習慣を確立するための場として位置づけ、子どもから高齢者に至るまで生涯を通じた取り組みを支援します。

#### (1) 生活リズムの向上

- 子どもたちが健やかに成長していくためには、適度な運動、バランスの良い食事、十分な休養・睡眠が大切です。また、子どもの基本的な生活習慣の乱れが学習意欲や体力、気力の低下の要因の1つとして指摘されていることから、規則正しい生活のリズムづくりを形成するために、家族みんなで「早寝・早起き・朝ごはん」の推進に取り組みます。
- 高齢者の健康の保持増進や認知症、寝たきり、低栄養などの予防には、規則正しい食習慣と主食・主菜・副菜がそろった食事が重要であることについて啓発を図ります。

#### (2) 共食の推進

- 家族そろっての食事が、食の楽しさを実感させ、栄養や食材・料理に関する知識や食事のマナーを学ぶ場となることから、共食の推進により食への関心や興味を深めていきます。
- 1人暮らしの高齢者が集まり、コミュニケーションをとる場づくりに取り組みます。

#### (3) 歯の健康維持

- おいしく食事をするためには、健康な歯を保つことが大切です。家族みんなで健康意識を高め、食後の歯みがき習慣や正しい歯みがきを実践できるよう啓発します。
- 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共に、歯科健康診査や歯科保健指導の充実を図ります。
- よく噛んで食べることは、健康を保つうえで重要な役割を担っています。食材選びや調理方法を通して、食べてから飲み込むまでの機能を正しく理解し、咀嚼力を育てるための取り組みを進めます。
- 高齢になると、歯の欠損や口腔状態の悪化による、食への影響があるため、口腔機能の維持・改善に努めます。



#### (4) 望ましい食習慣や知識の習得

- 家庭における食育の大切さを周知し、食への関心や理解が深まるよう町広報誌やホームページ、イベントなどを活用し、食育の普及啓発を推進します。

#### (5) 妊産婦や乳幼児に関する栄養指導

- 妊娠期、産後、育児の期間を健康に過ごすためには、自分にあった食事バランスを知り、適切な食習慣を続けることが大切です。母子健康手帳の交付時に、産前の食育アドバイスを行い、出産に至るまで栄養・健康教室や相談を実施し、妊産婦の正しい食生活を実践できるよう支援します。
- 子どもの食習慣のスタートとなる離乳食教室や子育て相談・家庭訪問などを通して、乳幼児の発育・発達状態に応じた栄養指導を行います。
- 幼児の健康診査において、年齢に応じた正しい食習慣を身に付けるための集団指導や個別指導を行います。
- 乳幼児健康診査において、初期から完了期までの離乳食や、偏食・アレルギーなどの悩みに対して栄養士や保健師が個別の栄養相談を実施します。

#### (6) 災害時の食の備えに関する普及啓発

- 地震や台風などの大規模災害など、いかなる場合においても可能な限り健全な食生活が実践できるよう、それぞれの状況に応じた食料・飲料水などの備蓄をはじめ、限られた食品や資源をもとに栄養に配慮した食事を作るなど、非常時にも対応できる力を身に付けておくための情報の提供に努めます。

## 2 地域における食育の推進

すべての町民が、健康で安心した生涯を過ごすためには、一人ひとりが自身の健康状態に応じた食生活の改善や運動などの健康づくりを実践していくことが重要です。

それぞれのライフステージを通じ、生活習慣病や低栄養などを予防するためには、家庭や地域、保育所、幼稚園、学校、生産者などが協働して取り組んでいく必要があります。こうした予防のための実践方法の啓発や情報提供、また、地域の人材や組織育成を図り、関係者が連携し食育実践の輪を広げるための活動を行います。また、高齢者の1人暮らしや1人親家庭など、家庭環境や生活様式の多様化により家族との共食が難しい町民に対し、地域における共食の場づくりを推進し、コミュニケーションや豊かな食体験につながるよう、取り組んでいきます。



#### (1) 栄養バランスの優れた「日本型食生活」の実践

- 食事の簡便化などから、パン食やインスタント食をとる機会や欧米型の食事が増えるなかで、海外では、健康へ配慮した日本食の良さが見直されています。日本の気候風土に適した多様性のある食として、日本の各地域で生産される豊かな食材を用い、ごはんを主食とし、魚や肉、卵、野菜、果物、海藻、豆類、乳製品などの多彩な食品を組み合わせた「日本型食生活」<sup>注2</sup>を推奨し、その普及啓発に努めます。

注2：日本型食生活

昭和60年代ごろの日本の平均的な食生活で、ごはんを主食としながら、主菜・副菜に加え、適度に牛乳・乳製品や果物が加わったバランスのとれた食事のこと。日本が世界有数の長寿国である理由は、こうした食事内容にあると国際的にも評価されている。



- 塩分の使用量や油脂類の摂取を抑え、バランスのとれた食事に心がけ、安全で新鮮な食品を食べる習慣を身に付けるよう普及啓発を図ります。

(2) 専門的知識を有する人材の養成と活用

- 食育の推進に関わる機関や組織が協働して食育に取り組むため、ネットワーク体制の推進を図ります。
- 地域における食の推進役である食生活改善推進員の養成を行い、地域での主体的な食育活動の支援や調理講習などを通しての食事バランスガイドの周知を図るとともに、食に関する知識や調理技術の向上を推進します。

(3) 健康づくりにおける食育の推進

- 市民の生活習慣病や介護予防を図るため、それぞれの年代やライフスタイル、個人の健康状態に応じた食生活改善のための支援に取り組みます。
- 総合健康診査などを通して生活習慣病の予防・発見に努め、健康相談や保健指導による食習慣の改善を図り、疾病の重症化を防ぎます。
- メタボリックシンドロームや生活習慣病の予防に対する効果が大きいといわれる脂質摂取量の減量、香辛料・旨味・薬味・酸味を上手に使った減塩、野菜摂取量の増加を推進します。また、生活習慣病予防のための慢性腎臓病予防教室や運動習慣のきっかけ作りとなるよう、運動教室などを開催します。
- 高血圧や脂質異常症、糖尿病などの生活習慣病予防を中心に栄養相談、栄養教室を実施します。
- 地域で歯の健康づくりに取り組んでいる愛育会組織と連携し、啓発活動に取り組むと共に、むし歯のない子の表彰事業などを通して、予防意識の向上に努めます。
- 食生活を支える口腔機能の維持向上のため、むし歯予防や歯周病予防について、保健指導や歯科相談などの歯科保健事業を推進します。
- 高齢者の口腔状態の悪化による低栄養や運動機能低下を防止するため、咀嚼<sup>注3</sup>やくや嚥下反射の低下を防ぎ、いくつになっても自分の歯で噛める口腔機能の維持向上の支援に取り組むと共に、低栄養予防のための知識の普及に努めます。

注3：嚥下反射

食物などが咽頭内に入ると反射的に起きる筋収縮のこと。嚥下反射によって鼻、口、耳への逆流を防ぎ、声門も閉じて食物が気道に入りこまないようにする。高齢者は筋肉の機能不全などから喉頭の閉鎖が不十分になると食物が気管に入り誤嚥しやすく、誤嚥すると食物に含まれた細菌が気管から肺に入り込んで肺炎を起こしやすくなる。

#### (4) 貧困家庭への支援

- 貧困家庭に対し、食料支援やフードバンクの紹介など社会福祉協議会と連携し、健全な食生活の実践に取り組めるよう支援します。

#### (5) 食料の生産現場である農林水産業への理解

- 自然の恵みに対する感謝の気持ちや、地域で生産される農産物を知り、食べることで、環境保全の重要性への認識を高め、生産者と連携して豊かな食材を育む農林水産業と触れ合う機会の提供に努めます。
- 各地域の産物や生産活動などについて、町ホームページや広報誌などのメディアを活用し、町民に広く紹介します。
- 食材の栄養素・栄養価・身体への効用などを紹介し、地域食材を活用した郷土料理や日本食のメニューなどの普及・啓発を行います。
- 生産者や生産者団体に対し、地元産物の直売イベントなどへの参加協力を要請すると共に、各種イベント情報について町民に広く周知します。
- 農産物を自ら栽培し、収穫し食べるといった農作業体験をすることは、食を育む産業である農林水産業への理解を深め、食を大切にすることにつながります。また、自分の手で採って味わう体験をすることは、食を楽しみ、食への関心を高めることへもつながります。生産者などと連携し、生産現場の見学や収穫体験など、食を楽しむ機会を創出し、食への理解と感謝する心を養います。

#### (6) 農林水産業者による食育の推進

- 食材を育む農地や山、川などの自然を守り、農林水産業地域の環境保全への取り組みを支援すると共に、その取り組み内容を広く町民に紹介することで、自然の恵みに対する感謝の念を醸成します。
- 食材の調理方法、保存方法など生産者の経験から得た知恵、「旬」の食材に関する生産者の知識・情報を消費者に発信し、食材の活用効果を高めます。
- 農地や農業施設、山林など農山村の持つ地域資源などを活用したイベントや、生産現場と消費者との交流イベントなどの開催を支援します。

### 3 保育所・幼稚園・学校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みられる中で、保育所・幼稚園・学校における食育は、子どもの健全な育成に重要な役割を担っています。また、保育所・幼稚園・学校での食育は、家庭への波及効果が期待できることから、子どもが食の大切さや食べることの楽しさを実感し、望ましい食生活や食習慣を身に付けられるよう家庭や地域と連携しながら食育の推進を図ります。

保育所では「保育所保育指針」、幼稚園では「幼稚園教育要領」、学校では「学習指導要領」に基づいて食育を進める必要があります。

## (1) 保育所・幼稚園での食育の推進

- 保育・教育の全体計画と連動した食育計画に基づき、食育を展開します。
- 和やかな雰囲気の中で、保育士・教諭と子どもたちが一緒に食べる喜びや楽しさを味わえるよう食環境を整えます。
- 食事の基本的なマナーや望ましい食習慣の習得、また、食事が生活に果たす役割や健康との関わりなどについて理解を深めるため、食に関する指導内容や方法を工夫します。
- 給食の献立に、季節の行事食や郷土食を取り入れ、郷土の食文化や地域文化への関心を高めます。
- 作物の栽培や収穫体験、調理などを通して食べ物に触れる機会を持ち、命や食べることの大切さを知り、食への理解を深める体験を実施することで、自然の恵み、生産者や調理をしてくれた人への感謝の気持ちや食べ物を大切にすることを養います。
- 咀嚼機能の向上やむし歯予防のため、よく噛んで味わって食べることの大切さや歯みがきの習慣が身に付くよう指導します。
- 給食だよりや献立表の配付などを通して、情報を発信し、食育の大切さを家庭へ働きかけます。
- 食物アレルギーを持つ子どもへの給食の充実を図りながら、保護者への支援を行います。



## (2) 学校における食育の推進

- 各教科・総合的な学習の時間・特別活動など学校教育活動のあらゆる教育現場で、子どもの生活実態や地域の特性を活かした食育への取り組みを進めます。
- 栄養教諭などの専門性を活かし、食に関する指導を進めます。
- 農業生産者との交流や学校農園での農作業体験活動などを通して、地場産物を知ることや、自分たちで栽培し、収穫した野菜などを味わうことで食への関心を持ち、食に対する感謝の心を育みます。
- 保護者へのお便りによる食育の情報発信や、高齢者との郷土料理作り・給食試食会など、食をテーマとした交流学习を通して食育の啓発を推進します。
- 子どもの頃からの偏った食生活などによる肥満や、思春期やせ症などの健康課題に対して、食事と早期生活習慣病の関係などの学習や相談指導を実施し、食と健康への理解を深める機会を充実します。
- 給食を通して、食べ物を大切にすることを育成し、残さず食べる習慣や配膳・後片付け、食事マナーの学習など食指導の充実を図ります。
- 給食を通して、食材の有用性や食事バランスに対する理解を促進します。
- 栄養バランスのとれた給食献立を心がけ、給食だよりや給食試食会などを通して、保護者が給食を知る取り組みを進めます。

### (3) 教育活動全般における食育の推進

- 栄養教諭などが中心となり、教職員の食育意識を高め、学校や幼稚園の教育活動の中で、子どもたちに体系的な食に関する学習への取り組みを行います。
- 子どもの頃からの健全な食生活を実践することが、生涯にわたる健全な心身の育成につながることから、家庭における食育を支援していくため、地域や団体、保育所・幼稚園・学校などが連携しながら食育を推進します。
- 富士川町学校給食における食物アレルギー対応ガイドラインに基づき、食物アレルギーを持つ子どもへの給食の対応を行います。

## 4 地産地消による食育の推進



### (1) 地域で生産される地場産物の活用

- 地域で生産される農林水産物を知り、理解を深めると共に、地域内での消費による地域の活性化や農業環境の保全及び健康的な食生活への意識啓発を行い、食育活動と密接な関係にある地産地消を推進します。
- 地域の直売所や各種イベントなどによる生産者と消費者の交流を通して、地場産物の消費・普及に努めます。
- 保育所や学校給食での地場産物の利用促進を図ります。

## 5 食文化継承への取り組み

私たちが生まれ育った富士川町には、この地域の気候、風土に育まれた食材を使い、長い歴史の中で調理法が伝えられてきた伝統料理や郷土料理、親から子へと引き継がれてきた家庭料理があります。

生活の基盤である食は、そこに暮らす人々の健康を育んでいます。この町で採れる旬の食材や風土に合った料理を食することの大切さを知り、地域の伝統的な食文化を次世代へ引き継ぎ、守る取り組みを推進します。



### (1) 地域で育まれた伝統的な食文化の継承

- 給食献立への活用、調理講習会や各種イベントを通して、町民が郷土料理に触れ、作り、味わう機会の創出に努めます。

### (2) 国際交流による食文化交流

- 富士川町には、現在20カ国、152人の外国人が住んでいます。（令和3年7月1日現在）

「富士川町国際交流協会」で開催する「ワールドグルメプラザ」は自国の料理を作って食べることにより、在住外国人と町民との相互理解を深めるイベントです。こうした活動を通して国々の食文化を理解し交流を進めます。

## 6 食の安全・安心確保への取り組み



食品や食材の品質・表示に関する事、食品添加物や残留農薬、食物アレルギーなど、食に対して不安を抱く方が多くなっています。食の安全・安心確保は、食生活における基本的な問題であり、安心できる食品を選ぶためには、生産者、加工・流通業者の適正な生産活動と共に、消費者も正しい知識を得ながら適切な消費を行うことが必要です。

### (1) 食品の安全性に関する情報提供と知識の習得

- 有機農業や無農薬栽培などによる食の安全・安心確保に取り組む生産者に対して関係機関が連携し、情報提供や様々な支援に努めます。
- 国・県などと連携しながら、食品の安全性や食に関する情報・学習機会の提供を行い、町民が安心して食生活を送れるよう支援します。

## 7 環境に配慮した食生活の推進

富士川町の豊かな自然が織りなす営みの中で、様々な食が生み出されています。こうした恵まれた環境を守るため4Rの推進に努め、環境にやさしい食生活、環境負荷の少ない資源循環型社会（SDGs）<sup>注4</sup>の構築を目指します。



### (1) 環境を守る意識の普及

- 環境にやさしい農産物の生産を支援すると共に、環境にやさしい商品購入について、消費者の理解促進を図ります。
- 環境を守る意識の普及・啓発に努め、買い物袋やエコバッグの持参を推進します。
- 小中学校では、食のサイクルについての学習機会を設け、環境保全に対する意識啓発に努めます。
- 幼児から児童生徒への環境教育を勧め、環境意識向上に努めます。

### (2) 食品ロスの削減促進

- 農業体験や調理体験などの活動を通して、食べ物やそれを作る人への感謝の気持ちや残さず食べる「もったいない」という気持ちを育み、食べ残しの削減に努めます。
- 給食の食べ残しを減らす指導を行い、食品ロスの削減に取り組みます。
- 家庭などでは、「食材を買い過ぎない」、「料理を作り過ぎない」、「食事を食べ残さない」ことへの意識啓発に努めます。

### (3) 食品廃棄物の減量化と再利用

- 食の製造・流通過程では、様々な容器包装材が使用されています。家庭ではごみをなるべく出さないよう、工夫した買い物・調理を行うなどの取り組みやリサイクルステーションなどの活用による、ごみの分別及びリサイクルの推進などの意識啓発を進め、ごみの発生抑制・減量化を推進します。
- イベントなどでリユース食器を用いて食品を提供することを推進し、使い捨て容器などの使用を減らして、ごみの減量及びリユース意識の普及啓発を行います。
- 限りある生活資源に配慮し、環境を意識した調理法の工夫などの普及を通して、循環型社会の形成と地球温暖化防止に取り組みます。
- 家庭から出るごみのうち、大きな割合を占める食品廃棄物の約 8 割は水分であると言われていていることから、生ごみの堆肥化や水切りの推進など意識啓発に努めます。
- 食品関連事業者や消費者の食品リサイクルに関する理解を促進するため、食品リサイクルの必要性などについて普及啓発を図ります。
- 給食の食べ残しなどの、食品廃棄物の堆肥化を促進します。また、生ごみの堆肥を学校農園で使用するなど、持続可能な生産消費形態の確保に取り組みます。
- 家庭から排出される廃食油を収集し、バイオディーゼル燃料等への資源化の推進を図ります。
- <sup>注5</sup>農業系バイオマスの<sup>注6</sup>コンポスト化、飼料化などバイオマス利活用の取り組みを進めます。

注 4：SDGs

Sustainable Development Goals の略で、日本語で「持続可能な開発目標」

注 5：農業系バイオマス

家畜排せつ物や生ごみ、木くずなどの動植物から生まれた再生可能な有機性資源。

注 6：コンポスト

家畜排せつ物や生ごみなどを発酵させて作った堆肥。

## 8 食育推進運動の推進

町民に、富士川町の食育の浸透を図るため、地域や団体・生産者、あらゆる関係機関が連携し、食育の普及や意識啓発などの活動を推進します。

### (1) 「食育の日」の普及

- 毎月19日の「食育の日」には、家族一緒に家庭で食卓を囲むよう、「みんなで食べよう！ タごはん」普及キャンペーンを推進します。

### (2) 「食事バランスガイド」の普及

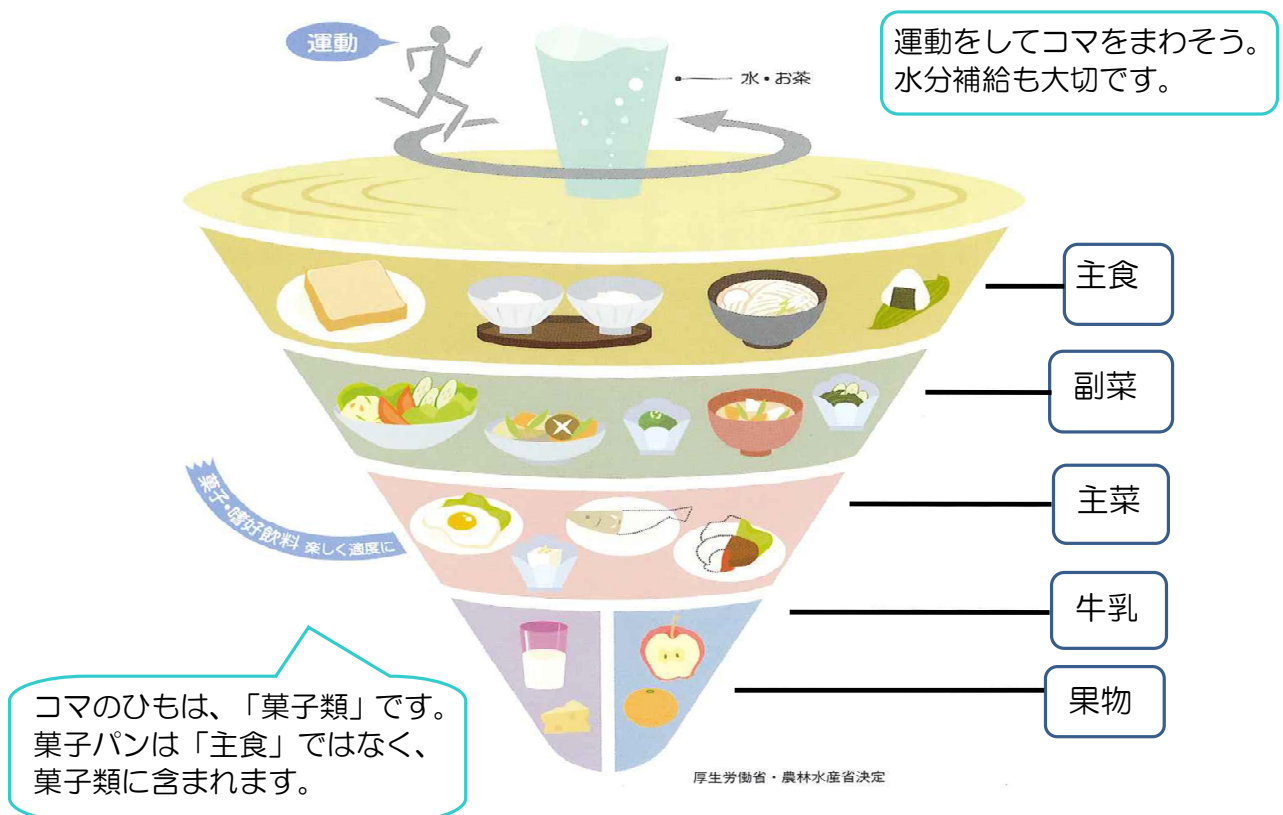
- 家庭・地域・保育所・幼稚園・学校などにおいて、食事バランスガイドの普及を推進し、バランスのとれた食生活の普及に努めます。

### (3) 「新たな日常」デジタル化に対応した食育の推進

- より多くの住民が主体的、効果的に食育を実践できるよう、<sup>注7</sup>ICTなどのデジタル技術を上手に活用した情報発信や啓発イベントなど、多様な学びの場の提供に努めます。

注7：ICT

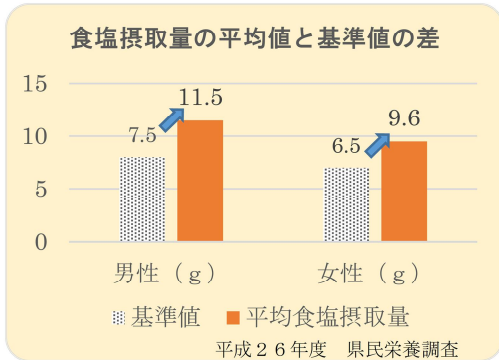
「Information and Communication Technology（インフォメーション・アンド・コミュニケーション・テクノロジー）の略で、意味は「情報通信技術」



あなたも！

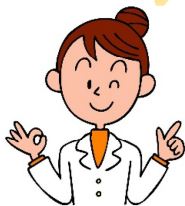
# 減塩しませんか？

生活習慣病予防のため、食事摂取基準で食塩摂取量は、男性7.5g、女性6.5gとなっています。しかし、現状はもっと多くの食塩を摂取しています。健康でいつまでも長生きするために、減塩に取り組みましょう！



減塩あと3~4g!

調味料には、意外に多くの食塩が含まれています。



食事を作るとき・食べるときに、麺類のスープを残したり、減塩調味料を使用することで減塩することができます。

毎日の食事で少しずつ、減塩のポイントを試してみましょう！



●だしを効かせる  
だしの風味を味わいましょう

●麺類のスープを残す  
スープには2~3gの塩分があります

●漬物は少量  
浅漬けがおすすめ

●みそ汁は具たくさん  
同じ塩分濃度でも減塩になります

●しょうゆはかけるよりつける

●スパイスで味にメリハリを  
辛味や酸味で、薄味を感じなくなります

●カリウム食品を多く食べる  
カリウムは塩分を排出します。野菜や果物に多く含まれます

●料理は温かいうちに  
冷めると薄味に感じます

●加工食品を控える  
知らない間に塩分を摂ってしまいます

●薄味に慣れる  
特に小さい頃から薄味に慣れておきましょう

●食膳に調味料を置かない  
塩分の追加をしないようにしましょう

●減塩の調味料を使う



## 参考資料

### 資料1 富士川町の関係機関・団体における食育の取り組み

#### (1) 保育所

事業名	取り組み内容
給食	<ul style="list-style-type: none"><li>○ バランスのとれた献立を心がける。</li><li>○ 季節の行事食、バイキング形式やリクエストメニューによる給食を実施する。</li><li>○ よく噛んで食べる習慣を身に付ける。</li><li>○ 手作りおやつを提供を行う。</li><li>○ 給食の展示を行う。</li><li>○ 食物アレルギー対応食の提供を行う。</li></ul>
給食だより	<ul style="list-style-type: none"><li>○ 給食だよりを毎月発行し、保護者へ献立やレシピの紹介、健康・衛生・食習慣についての情報提供を行う。</li></ul>
体験活動	<ul style="list-style-type: none"><li>○ さつまいも・ピーマン・ミニトマト・なす・オクラなどの野菜の栽培、収穫体験を行う。</li><li>○ カレー・クッキー・スイートポテト・焼き芋・ケーキの飾り付けなどのクッキング体験を行う。</li><li>○ 給食の準備や片付けなど、給食当番活動を行う。</li></ul>
食生活調査	<ul style="list-style-type: none"><li>○ 家庭における子どもの食生活を把握する。</li></ul>
食指導	<ul style="list-style-type: none"><li>○ 食事のマナーやはしの持ち方・咀嚼機能の向上など、年間指導計画による食育指導を実施する。</li><li>○ ポスターの掲示を行う。</li></ul>
ごみの減量化・資源化	<ul style="list-style-type: none"><li>○ 環境教室を開催する。</li><li>○ 生ごみの堆肥化やごみの分別・リサイクルを実施する。</li><li>○ 食べ残しの減量に向けた啓発活動を行う。</li></ul>
試食会	<ul style="list-style-type: none"><li>○ 年少児の保護者を対象に、給食試食会を開催する。</li></ul>

## (2) 私立たんぽぽ子どもの家（保育園）

事業名	取り組み内容
給食	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 栄養バランスのとれた給食を提供する。</li> <li>○ 雑穀・分づき米を取り入れ、和食を基本とし、野菜を多く取り入れた給食を提供する。</li> <li>○ 年齢に応じた食事マナーを身に付けるための指導を行う。</li> <li>○ 噛む力の育成を行う。</li> <li>○ 2回食から、月齢に応じた調理形態での離乳食提供を行う。</li> <li>○ 家庭及び診断医療機関と連携し、アレルギー除去食の提供を行う。</li> <li>○ 生協（コープやまなし）から、食材購入及び自家製みそ使用など安全な給食の提供を行う。</li> <li>○ 4回食の考えから、午後のおやつは手作りの軽食の提供を行う。</li> </ul>
献立	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 給食だよりを毎月発行する。</li> <li>○ 多彩なメニューを取り入れた1回転/月献立による給食を実施する。</li> <li>○ 季節に応じたメニューを計画する。</li> <li>○ 行事食・噛む力・マナー・食の楽しみなど、喫食に関する話題の情報提供を行う。</li> </ul>
体験活動（食材への関心と食への意欲を育てる）	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ トマト・ナス・ピーマン・枝豆・大根・じゃがいも・さつまいもなどの野菜の植え付け、栽培、収穫の体験を行う。</li> <li>○ もみまきから稲刈りまでの米作り体験を行う。</li> <li>○ キイチゴ・クワノミ・ピワ・イチジク・柿など、地域の農園で栽培されている農産物や地域の自然食材の収穫体験を行う。</li> <li>○ お月見団子、豚汁、カレー、柏餅、ヨモギ団子、ホットケーキ、お好み焼き、餃子、干柿、梅漬け作りなどのクッキング体験を行う。</li> <li>○ 親子で餅つき、みそ造り体験を行う。</li> <li>○ 給食室から依頼された食材を店舗で探して購入し、買い物体験を行う。</li> </ul>

## (3) 峡南幼稚園

事業名	取り組み内容
体験活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 幼稚園の農園でのナス、トマト、芽キャベツなどの夏野菜やさつまいも栽培を通して、草取りや水やりの世話をしながら、成長を観察し、植え付けから収穫までを体験することで、食物を身近に感じながら食べることに興味を持たせる。</li> <li>○ 収穫した芋でスイートポテトを作って食べ、食事マナーや地域の食文化を学ぶ。</li> <li>○ 子どもたちが近所のお店から購入してきた食材を使い、カレー・月見だんご・炊き込みご飯などを作って食べるといった体験を通して、今まで嫌いで食べられなかったものも、より身近に感じ、食べることができるよう、好き嫌いをなくす取り組みを行う。</li> </ul>

#### (4) 小学校

事業名	取り組み内容
給食	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 地場産物を利用する。</li> <li>○ 郷土食や行事食の提供を行う。</li> <li>○ 給食ひとことメモの配布を行う。</li> <li>○ 保護者対象の給食試食会を開催する。</li> <li>○ 担任や栄養教職員による給食指導を行う。</li> <li>○ 学校給食週間に保護者へのお便り配布と地場産物や郷土食の紹介を行う。</li> <li>○ 手洗い、身支度（エプロン・帽子・マスク）の徹底をする。</li> <li>○ アレルギー除去食の対応を行う。</li> </ul>
学級活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 各学年における食育の月別年間計画に合わせた指導を行う。 <ul style="list-style-type: none"> <li>● 給食活動の組織作りを行う</li> <li>● 食育の基本マナーを身に付ける</li> <li>● 丈夫な骨や歯を作るための食生活を心がける</li> <li>● 夏の健康と食事を考える</li> <li>● スポーツのための効果的な食事を知る</li> <li>● 冬の健康と食事を考える</li> <li>● 地域の食材や食文化について理解する</li> <li>● 自分の食生活を見直し、健全な食生活を実践する</li> </ul> </li> </ul>
展示物	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 郷土料理や行事食、月別の指導内容に基づいた内容をテーマにした展示物の作成を行う。</li> </ul>
手洗い指導	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 感染症予防を含めた、食前の手洗い指導、保健委員会や各クラスにおいて正しい手洗い・うがい指導を行う。</li> </ul>
委員会活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 毎年、食に関するテーマを設定し、劇や紙芝居などで栄養や食習慣について学習する給食集会を行う。</li> <li>○ 給食の残量調べを行う。</li> <li>○ 給食のマナー点検を行う。</li> <li>○ 給食目標などの掲示物の作成をする。</li> </ul>
体験活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 野菜の栽培及び収穫体験活動を行う。</li> <li>○ 収穫した食材を使用した調理実習を行う。</li> </ul>
地域高齢者との交流事業	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 料理クラブにおいて、高齢者と料理を通じた交流活動を行う。</li> <li>○ 高齢者の指導による、郷土食作り体験を行う。</li> </ul>
健康相談	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 発育測定や保健室訪問などの機会を利用して、食事・運動・おやつなどのとり方についての指導を行う。</li> <li>○ 健康診断結果に基づいた児童の健康状態を、保護者に情報提供する。</li> </ul>
学校保健委員会	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 「早寝・早起き・朝ごはん」のアンケートを実施し、その結果を</li> <li>○ 家庭に報告し、家庭での望ましい生活習慣を身に付けるための意識啓発の推進を行う。</li> <li>○ 食育学習会を行う。</li> </ul>

## (5) 中学校

事業名	取り組み内容
給食	○ 小学校と同様
学級活動	
掲示物	
手洗い指導	
委員会活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 「早寝・早起き・朝ごはん」の呼びかけを行う。</li> <li>○ 熱中症予防の呼びかけを行う。</li> <li>○ 食前の手洗いの呼びかけを行う。</li> <li>○ 食後の歯みがきの呼びかけを行う。</li> <li>○ 給食の残量調べを行う。</li> <li>○ 牛乳パックの片付けや布巾の洗濯を行う。</li> </ul>

## (6) 町の食育担当課

事業名	取り組み内容	担当
子育て支援栄養相談	○ 妊産婦・乳幼児などへの個別栄養相談を年間12回実施し、電話相談などにも随時対応する。	子育て支援課
母子健康手帳交付	○ 妊娠中からの食生活の大切さ、妊娠時期に合った食生活についての個別指導を実施する。	子育て支援課
母親学級	○ 全妊婦とその家族を対象に年間6回開催し妊娠中の食生活について指導する。	子育て支援課
妊産婦・乳幼児訪問指導	○ 母乳指導も含め各時期に応じた個別指導、必要なケースには栄養士の訪問指導を実施する。	子育て支援課
乳幼児健康診査	○ 毎月1回、乳幼児健診時に年齢や月齢に応じた個別栄養指導を栄養士及び管理栄養士が実施する。	子育て支援課
離乳食教室	○ 生後6～7か月児を対象に離乳食初期～中期について管理栄養士が講義を実施し、調理実習と試食を取り入れ集団指導を行う。	子育て支援課
体験活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ ゴーヤ、かぼちゃ、さつまいもなどの栽培をする。</li> <li>○ 昨年度収穫した野菜の種、苗を購入し、苗付から栽培、収穫までを体験する。</li> </ul>	子育て支援課 (児童センター)
ぴよぴよクラブ	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 乳幼児の保護者を対象に食生活改善推進員による手作りおやつ提供と食に関する勉強会及び相談を実施する。</li> <li>○ 乳幼児の保護者を対象に栄養士による食に関する勉強会を実施する。</li> </ul>	子育て支援課 (児童センター)
早期生活習慣病予防事業	○ 小中学校の児童・生徒に、各小中学校が抱える生活習慣病や健康に関する課題をテーマに、学校ごとに教室を開催する。	福祉保健課

栄養相談	○ 希望者及び、町の健康診断の結果、高血圧や脂質異常症、高血糖、腎機能低下などで食事指導が必要とされる方に、月に1回管理栄養士による個別相談を実施する。	福祉保健課
大自然体験会	○ 夏休みに小学4年生～中学生を対象に開催する「大自然体験会」において、地元で作られた食材を活用した調理を行い、自ら作って食べる楽しみと地域食材への理解を深める。	教育委員会
廃食油収集	○ 家庭から出る廃食油について、月1回の拠点収集やリサイクルステーション収集により、バイオディーゼル燃料としてリサイクルし、ゴミ収集車の燃料として使用する。	町民生活課
リユース食器導入促進事業補助金	○ 富士川町内の自治会や団体が行うイベントなどで、リユース食器を使用する際に費用の一部を補助する。	町民生活課
保育所、学校などの食品食べ残し、堆肥化推進	○ 富士川町内の学校及び保育所の給食室から出る食品の食べ残しを堆肥化する。	町民生活課
30・10運動	○ 食品ロス削減を目標に、宴会五箇条の実践を推奨する。	町民生活課
広報	○ 住民に、食育の必要性や関心を深めてもらうため、町広報誌やホームページなどを通して、町内の様々な食育に関する取り組みの紹介を行い、食育啓発をする。	政策秘書課

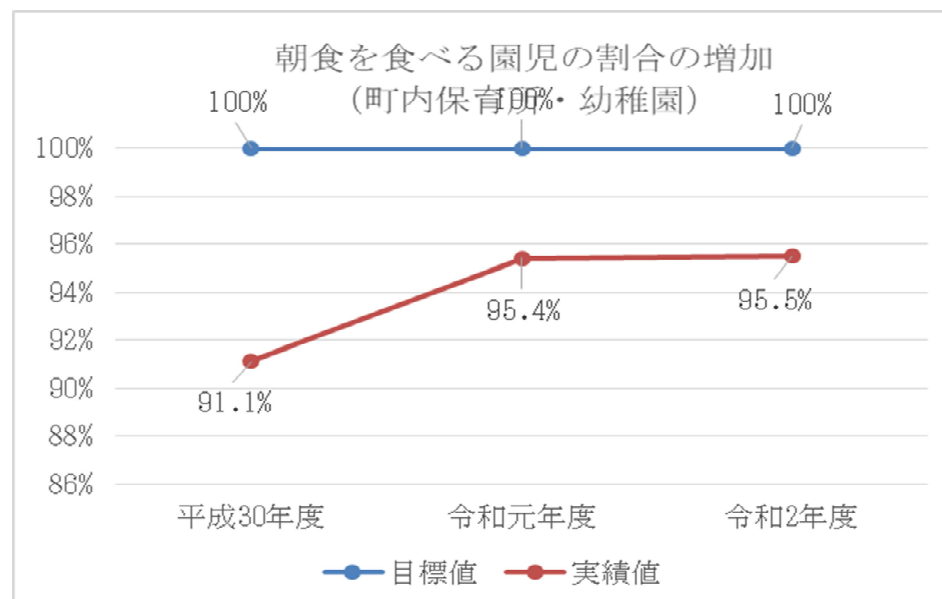
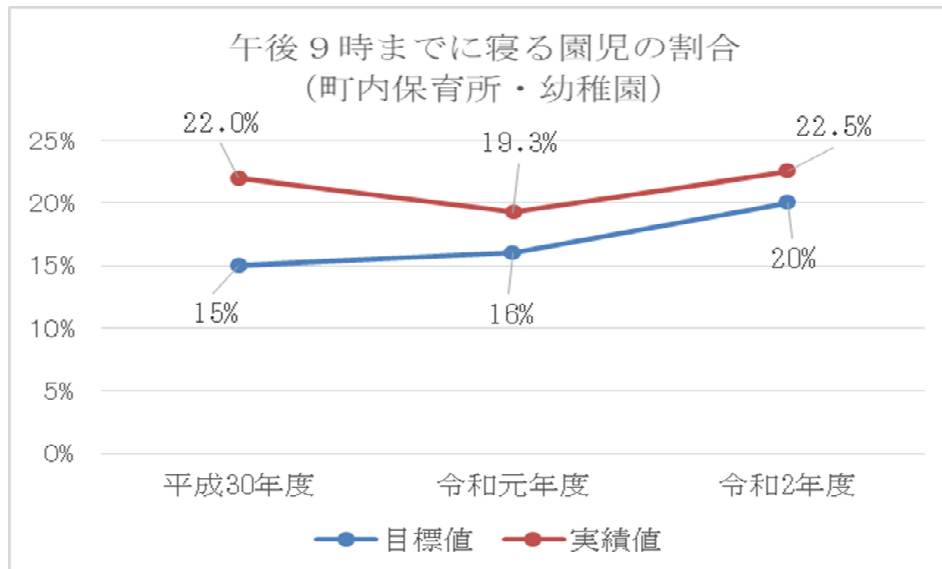
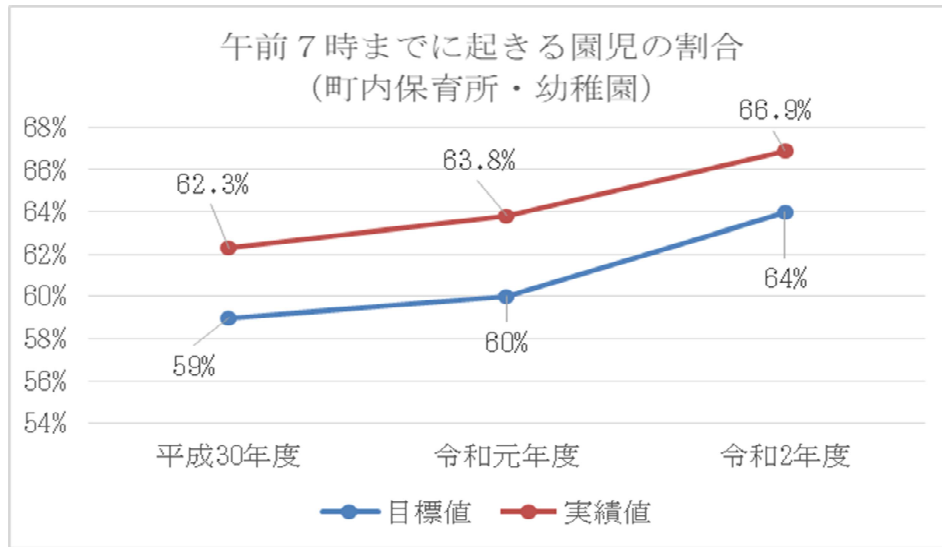
## (7) 各種団体

事業名	取り組み内容	団体
歯の健康づくり	○ 地域の健康増進活動の一環として、歯の健康づくりに取り組み、声かけ活動と合わせて、歯みがきカレンダーの配布やむし歯のない子の表彰事業を行い、むし歯予防を啓発する。	愛育会
食生活改善活動	○ 「私たちの健康は私たちの手で」をスローガンに、食に関する健康づくりを町民に広める活動を行う。 ○ 会員自身が生活習慣を振り返り、正しい知識を広めるための研修を行い、地区の行事などの機会を活用し、学習会の開催や食事の提供を実施し住民に食の大切さを伝える。 ○ 地産地消を推進するため、特産品であるゆずや郷土料理「みみ」などを「富士川町の味」として伝承する活動を行う。	食生活改善推進委員会

昔ながらの料理伝承事業	○ 小学校 1 年～4 年生を対象に、夏休み及び冬休みに 2 回ずつ、「夏のあのねのね」と「冬のあのねのね」において、郷土料理などを高齢者と一緒に調理するなど、世代間の交流を行う。	社会福祉協議会
配食サービス	○ 1 人暮らしや食事準備の困難な方を対象に、栄養バランスのとれた昼食の配食サービスを行う。(月～土)	社会福祉協議会
老壮大学	○ 低栄養予防などの講習会を実施する。 (講師：町管理栄養士)	社会福祉協議会
いきいきサロン	○ 地区ごとにいきいきサロンを開催する。 ○ 高齢者が講師となり、子どもや保護者に「だんご」や「ほうとう」作りなどを伝承する。	社会福祉協議会

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、調理実習や試食を中止したり、取り組み内容を変更して実施している。

## 資料2 富士川町食育推進計画の達成状況の分析

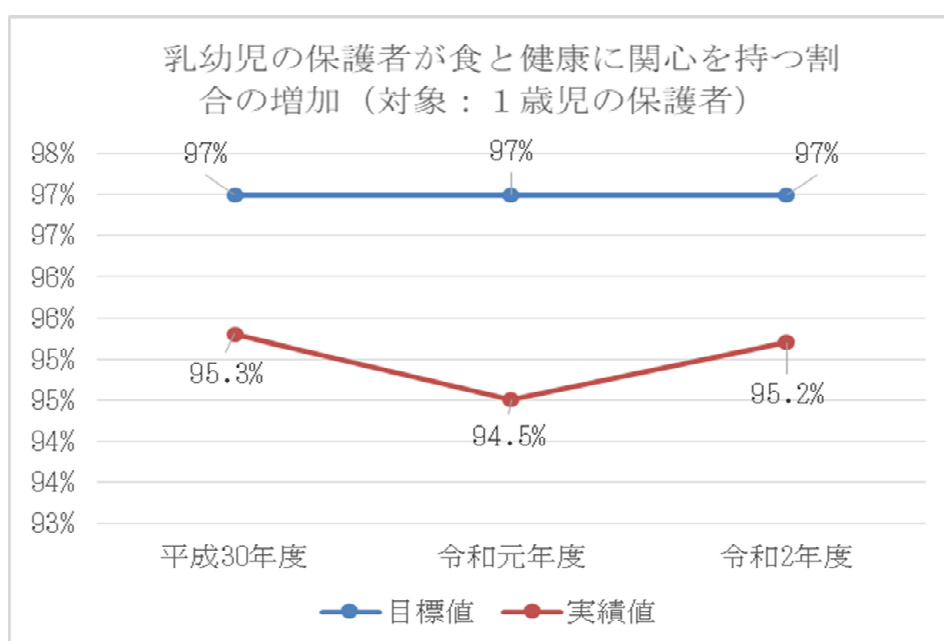


午前7時までには起きる園児、午後9時までには寝る園児の割合は目標値を達成しているが、大人に合わせた生活リズムから早寝・早起きができない傾向にある。施設による差が見られ、保護者の就業や育児などの家庭環境の影響が考えられる。

朝食を食べる園児の割合は増加傾向にあるが、朝食摂取が習慣化されていない園児もいる。

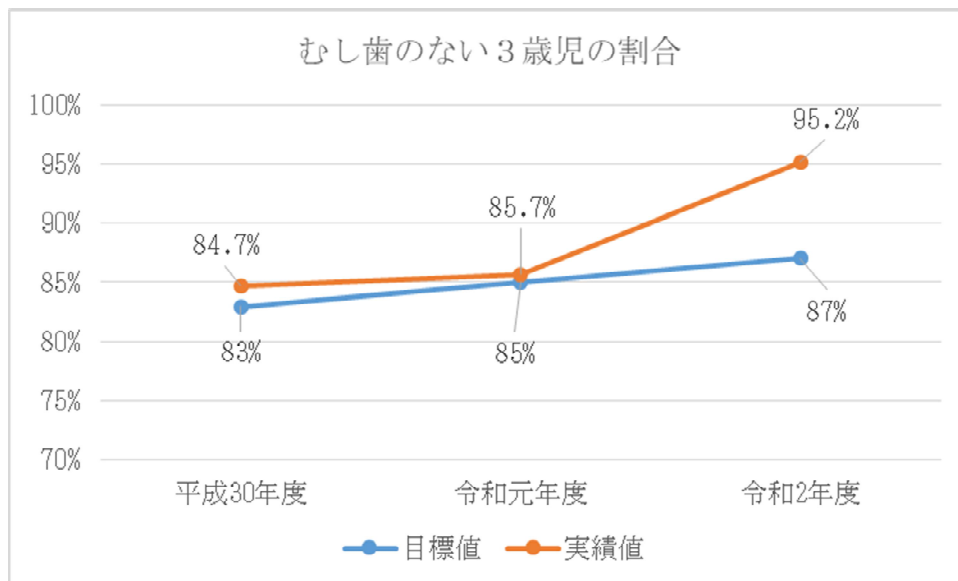
就寝時間が遅くなることで必然的に起床時間が遅くなり、朝ごはんを食べる時間がなかったり、食欲がなかったりすることが見受けられる。

幼少期はもちろんあらゆる世代の人が、規則正しい生活リズムを身に付ける必要がある。「早寝・早起き・朝ごはん」の大切さについて、園だよりや給食だよりなどで啓発し、意識向上、習慣化に努めていく。経済的、社会的な要因により朝食摂取などが困難な場合もあるため、家庭の状況にも配慮していく必要がある。

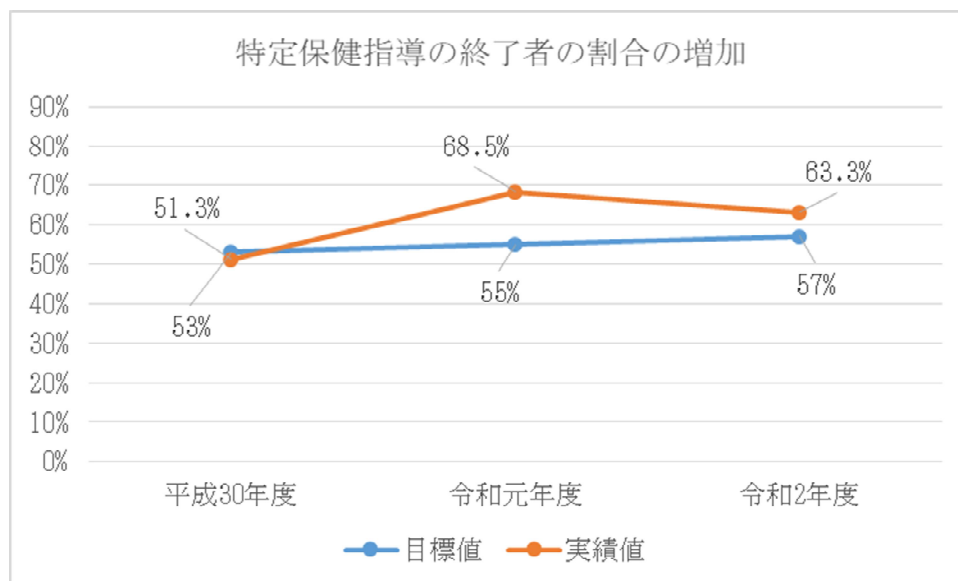


令和元年度に食に関心を持つ割合は、前年より下がっているが、令和2年度は関心が上がってきている。妊娠届出時や母親学級などの機会を捉え、妊娠期から栄養に関する情報提供を行い、また乳幼児健診では栄養に関する個別の相談も実施し、離乳食や食生活全般について指導している。

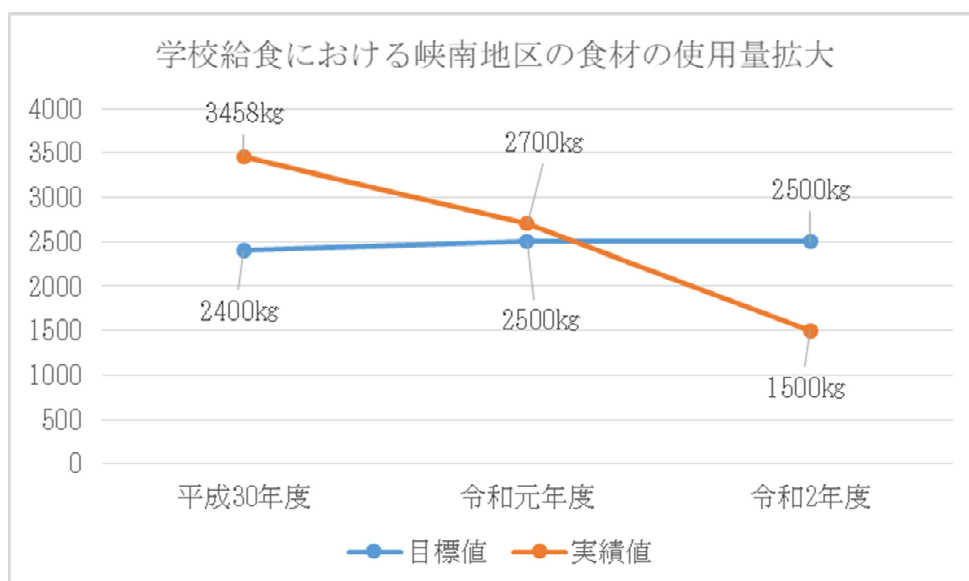
また、離乳食教室や個別栄養相談により相談指導体制の充実を図っている。妊娠中の栄養相談利用者も増え、関心は高まってきており、今後も管理栄養士を中心に妊娠期から子育て期にかけて、食の重要性を伝えていきたい。



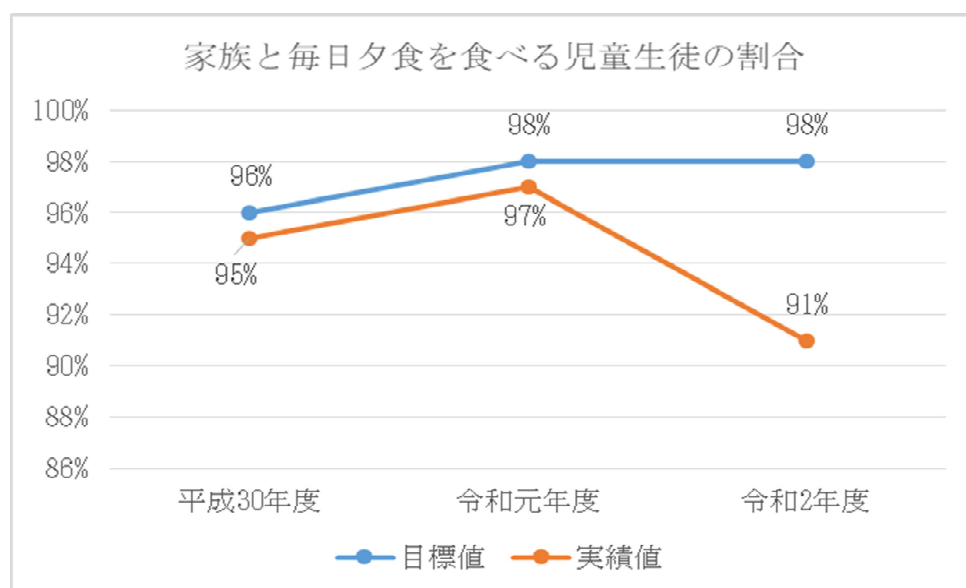
年々増加しており、保護者のむし歯予防への意識が高くなっていることが考えられる。今後も乳幼児健診などの場を活用し、予防歯科の大切さを伝えていく。



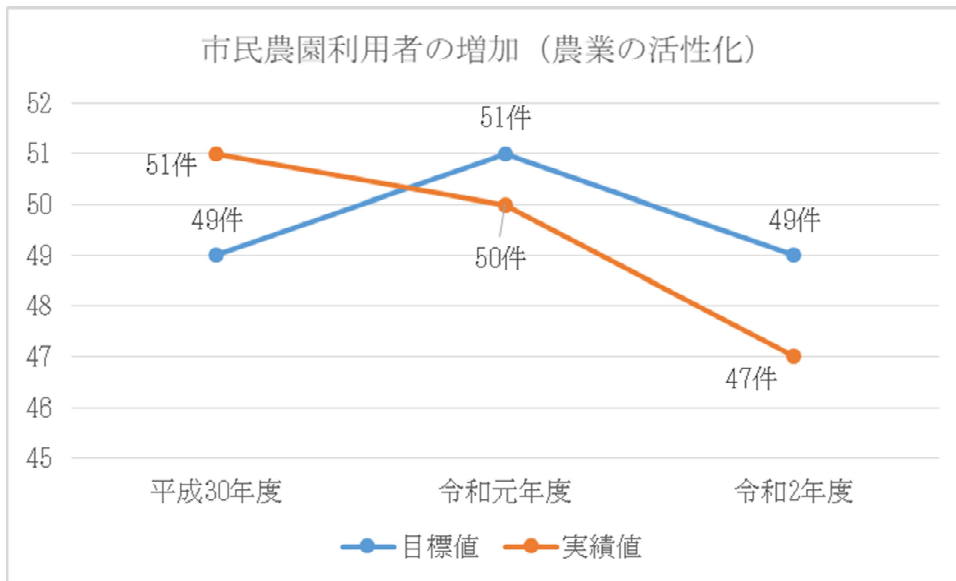
年度によって終了者の数にばらつきがある。毎年該当している方も多く、特定保健指導や生活改善への関心が低くなっている人もいる。今後も、通知や電話による勧奨を行うと共に、対象者の生活改善への意欲を維持できるような指導を心掛け、終了者の割合の増加を目指す。



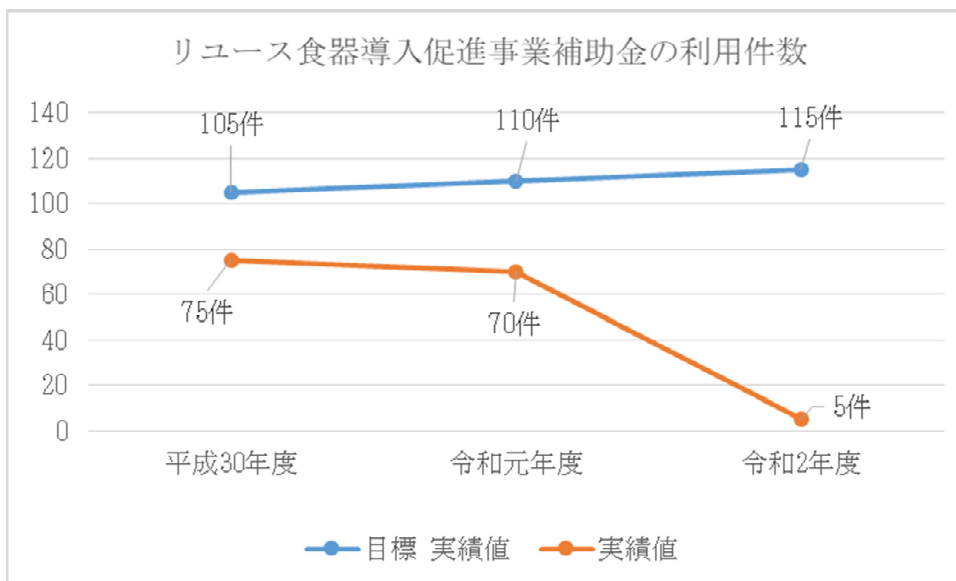
令和2年度は新型コロナウイルスの影響で、学校が休校になった影響もあり、使用量が減少してしまったが、引き続き「生きた教材」として峡南地域の地場産物を積極的に取り入れていく。



年々、増加傾向にあったが、児童の家庭状況もあり、令和2年度は例年に比べて低い割合となった。

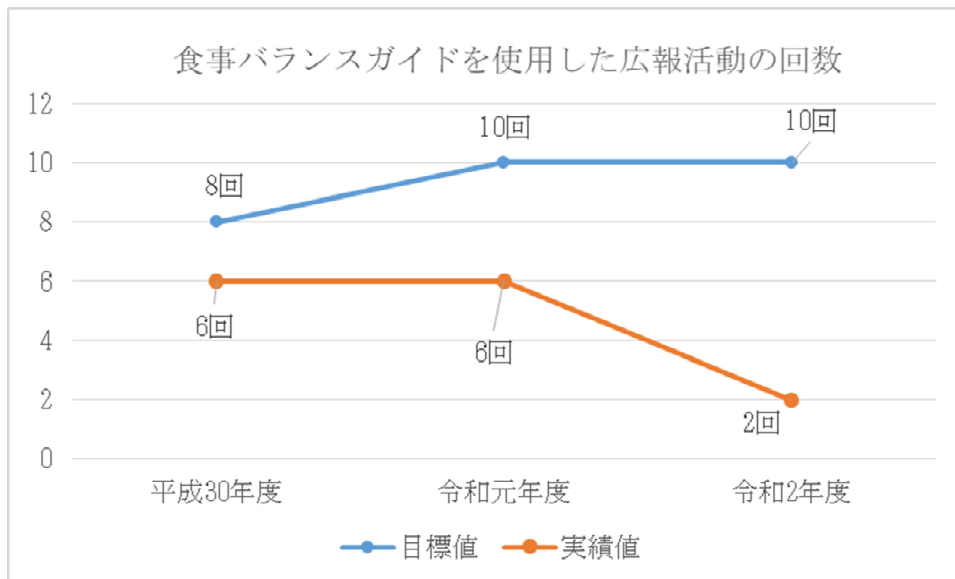
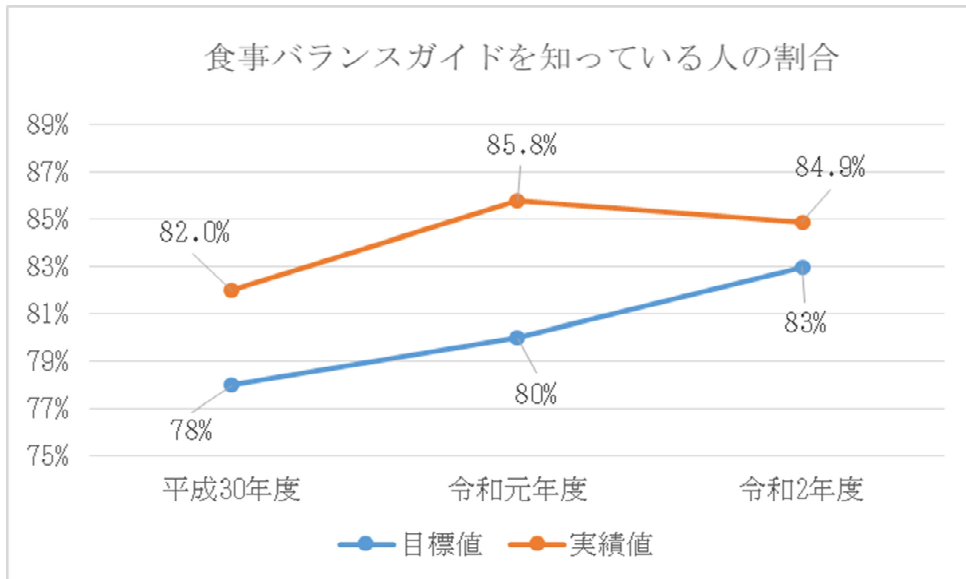


圃場状況悪化により、利用可能な区画数が54区画から49区画に減少したため、利用者も減少した。利用者を増やすため、圃場の改善を行うと共に広報やホームページなどを使い、市民農園のPRを強化していく必要がある。



これまでのリユース食器導入事業補助金に関する周知活動により、平成30年度及び令和元年度は、安定して利用件数を維持することができている。

令和2年度に利用者数が大幅に減少した原因として、新型コロナウイルス感染症蔓延などの影響により、多くのイベントが中止になったことや、令和2年5月31日で企業の協賛やレンタル価格の割引が受けられなくなり、リユース食器レンタル料無料サービスが終了したことが考えられる。



食事バランスガイドを知っていると回答した人の割合は、調査開始以来、年々増加し近年は横ばいとなっている。令和2年度は、新型コロナウイルスの影響で広報活動の回数が減少した。今後も、食事バランスガイドの周知を進め、内容も含め知ってもらえるよう、広報活動できる場や方法を検討する。

別紙1 第2次富士川町食育推進計画 評価指標及び各年度の達成目標値

基本目標					項目	現状	平成29年度		平成30年度		令和元年度		令和2年度		令和3年度		最終評価(H29～R3) 現状と課題、今後の取り組み	
食と健康に関心を持つ	楽しい食を育む	地産地消と伝統ある食文化の継承	環境に配慮した食生活を実践する	食の安全性に対する知識と理解を深める			目標値	最終	目標値	最終	目標値	最終	目標値	最終	目標値	最終		分析
○					午前7時までに起きる園児の割合	55%(平成28年度公立保育所・3歳児以上)	58%	59.0%	59%	62.3%	60%	63.8%	64%	66.9%	68%	64.7%	全ての項目で、令和3年度は平成29年度より増加している。施設による差が見られ、保護者の就業や育児等の家庭環境の影響が考えられる。幼少期はもちろん、あらゆる世代の人が規則正しい生活リズムを身につける必要がある。「早寝早起き朝ごはん」の大切さについて、園だより、給食だよりでの啓発など意識向上、習慣化に努めていく。	
○					午後9時までに寝る園児割合	12.2%(平成28年度公立保育所・3歳児以上)	14%	19.8%	15%	22.0%	16%	19.3%	20%	22.5%	27%	24.7%		
○					朝食を食べる園児の割合の増加	93.5%(平成28年度公立保育園児)	100%に近づける	83.3%	100%に近づける	91.1%	100%に近づける	95.4%	100%に近づける	95.5%	100%に近づける	95.0%		
○	○				家族と毎日夕食を食べる児童生徒の割合	91.8%(平成28年度小学校6年生のみ)	80%	93.7%	96%	95.0%	98%	97.0%	98%	90.8%	96%	88%	年々増加傾向にあったが、児童の家庭状況もあり、令和2年度は例年に比べて低い割合となった。	
○					乳幼児の保護者が食と健康に関心を持つ割合の増加(対象:1歳児の保護者)	96.6%(平成28年度)	97%	96.5%	97%	95.3%	97%	94.5%	97%	95.2%	97%	96.5%	毎年、関心を持っている方の割合は高い水準であるが、今後も妊婦から乳幼児まで、機会を捉え、管理栄養士を中心に食の重要性を伝えていきたい。	
○					むし歯のない3歳児の割合の増加	82.1%(平成28年度)	80%	84.6%	83%	84.7%	85%	85.7%	87%	95.2%	89%	91.3%	年々増加し、令和2年度には90%を超えている。今後も、乳幼児健診などの場を活用し、予防歯科について周知していく。	
○					特定保健指導の終了者の割合増加	51.3%(平成28年度)	50%	47.7%	53%	51.3%	55%	68.5%	57%	63.3%	62%	75.3%	終了率は60%を超えているが、毎年該当している方も多いため、意欲が低下しないよう指導法を検討し、引き続き生活改善の必要性を伝えていく。	
		○	○		学校給食における峡南地区の食材の使用量拡大	4751kg(平成29年度)	2300kg	4751kg	2400kg	3458kg	2500kg	2700kg	2500kg	1500kg	2000kg	2430kg	R2年8月から給食センターが稼働となったが、作物の生育状況や安定した供給量が得られず地場産物の使用が難しい場面があった。今後も使用量が増加するよう関係各位と連携を図っていきたい。	
	○	○			市民農園利用者の増加(農業の活性化)	51区画(平成28年度)	47区画	51区画	49区画	51区画	51区画	50区画	49区画	47区画	47区画	47区画	使用可能な区画が減少し49区画となった。PRを強化し、使用率の向上を図る。	
			○		リユース食器導入促進事業補助金の利用件数の増加	77件(平成28年度)	100件	87件	105件	75件	110件	70件	115件	※5件	50件	3件	数年、リユース食器の利用件数は安定していたが、新型コロナウイルスの影響を受け、令和2年度は大幅に減少した。現状復帰を目指し、今後も、リユース食器に関しての広報活動を続けていく。	
			○	○	食事バランスガイドを使用した広報活動の回数の増加	8回(平成28年度)	7回	5回	8回	6回	10回	6回	10回	2回	5回	5回	イベントや健康教育の場で、食事バランスガイドについて周知している。今後も広報活動を行い、内容も含めた周知活動を実施する。	
○	○	○	○	○	食事バランスガイドを知っている人の割合の増加	79.1%(平成28年度)	75%	79%	78%	82%	80%	84.9%	83%	84.9%	85%	91.2%		

別紙2 第3次富士川町食育推進計画 評価指標及び各年度の達成目標値

基本目標					項目	現状	令和4年度 目標値	令和5年度 目標値	令和6年度 目標値	令和7年度 目標値	令和8年度 目標値
食と健康に関心を持つ	楽しい食を育む	地産地消と伝統ある食文化の継承	環境に配慮した食生活を実践する	食の安全性に対する知識と理解を深める							
○					午前7時までに起きる園児の割合(町内保育所、幼稚園)	66.9%(令和2年度町内保育所・幼稚園)	67%	68%	69%	70%	71%
○					午後9時までに寝る園児の割合(町内保育所、幼稚園)	22.5%(令和2年度町内保育所・幼稚園)	25%	26%	27%	28%	29%
○					朝食を毎日食べる園児の割合の増加(町内保育所、幼稚園)	95.5%(令和2年度町内保育所・幼稚園)	100%に近づける	100%に近づける	100%に近づける	100%に近づける	100%に近づける
○					朝食を毎日食べる児童の割合の増加(町内小学校)	参考:約99%(令和元年山梨県小学6年生)	100%に近づける	100%に近づける	100%に近づける	100%に近づける	100%に近づける
○					朝食を毎日食べる生徒の割合の増加(町内中学校)	参考:約97%(令和元年山梨県中学3年生)	100%に近づける	100%に近づける	100%に近づける	100%に近づける	100%に近づける
○					乳幼児の保護者が食と健康に関心を持つ割合の増加(対象:1歳児の保護者)	96.6%(令和2年度)	97%	98%	98%	98%	98%
○					むし歯のない3歳児の割合の増加	95.9%(令和2年度)	96%	96%	97%	97%	97%
○					特定保健指導の終了者の割合の増加	51.3%(令和2年度)	52%	53%	54%	55%	56%
		○		○	学校給食における峡南地区の食材の使用量拡大	1500kg(令和2年度)	2100kg	2200kg	2300kg	2400kg	2500kg
	○	○			市民農園利用率の増加(農業の活性化)	83.7%(令和2年度)	85%	86%	87%	88%	90%
			○		リユース食器導入促進事業補助金の利用件数の増加	5件(令和2年度)	55件	60件	65件	70件	75件
			○	○	食事バランスガイドを使用した広報活動の回数の増加	2回(令和2年度)	6回	7回	8回	9回	10回
○	○	○	○	○	食事バランスガイドを知っている人の割合の増加	84.9%(令和2年度)	84%	85%	86%	87%	88%

# 富士川町食育推進協議会委員名簿

順不同・敬称略

役職名	氏名	所属
委員	秋葉 ひとみ	食生活改善推進員会
委員	望月 一樹	ふじかわ協業組合
副会長	名執 雅之	ワンドリーズ株式会社
委員	小池 正隆	山梨みらい農業協同組合増穂経済センター
委員	深澤 順美	町校長会会長
会長	海野 美智子	たんぼぼ子どもの家
委員	小林 洋平	P T A 連合会
委員	石川 一也	中央保育所保護者会
委員	伊藤 かおり	第1 保育所
委員	大久保 公生	学校給食センター

富士川町食育推進計画

～健やかで 笑顔があふれるまちづくり～

令和4年 3月

編集/発行 富士川町役場 福祉保健課

〒 400-0505 富士川町長澤 2374-2

TEL 0556-22-7207

FAX 0556-22-7261