

第5章 食育推進計画



1 健全な食生活の推進

すべての住民が「心身の健康の増進」と「豊かな人間形成」を実感するためには、健全な食生活の実践を通じて、生活習慣病の発症・重症化の予防や改善に取り組み、同時に肥満や「やせ」、低栄養の問題解決を図っていく必要があります。

これらについては、栄養の偏りや食習慣の乱れを改善するよう引き続き各種の取組を推進し、健全な食生活を「自ら」実践できるよう施策を展開していくことが求められています。

年齢や健康状態、さらには生活環境によっても異なる部分がありますが、住民の一人ひとりが「食に関する知識や食品の選び方等も含めた判断力」を身に付け、生涯にわたって健全な食生活を実現できるよう、それぞれの立場でできることを確実に実施していくことが大切です。

現状と課題

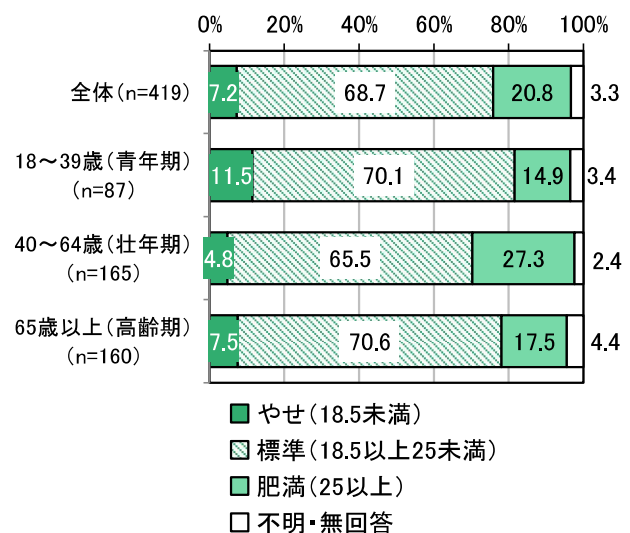
～アンケート調査結果及び統計データより～

○播磨町国民健康保険の生活習慣病の疾病別レセプト件数において、「糖尿病」「脂質異常症」「脂肪肝」「脳出血」「脳梗塞」「心筋梗塞」が国・県を上回っています。播磨町では、「30歳代の基本健康診査」を実施していますが、HbA1c 値や LDL コレステロール値が高い人が多く、将来、糖尿病や脂質異常症をはじめとする生活習慣病につながる可能性があります。バランスの良い食事や減塩、食事の回数等、子どもの頃からの望ましい食習慣の確立が必要です。

○アンケート調査結果によると、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を毎日2回以上とっている成人の割合は6割で、そのうち18～39歳では3割台と特に低くなっています。若い世代へ適切な食生活を促すアプローチが必要です。

○アンケート調査結果によると、40～64歳では肥満が3割弱となっています。高齢になるとフレイル予防のため、低栄養による「やせ」を防ぐことが大切です。令和4（2022）年度後期高齢者健診の結果、やせのリスクがある割合は7.0%であり、県の8.8%よりは低い値となっています。各ライフステージに応じた適正体重の維持や食生活の実践が必要です。

■BMI



○アンケート調査結果によると、朝食をほとんど毎日食べている人の割合が、前回計画策定時と比較して、どの年齢層においても減少しており、特に青年期では、ほとんど食べない人の割合が10%以上増加しています。若いうちからの習慣付けに取り組むことが必要です。

○アンケート調査結果によると、減塩を心がけている人の割合は、前回計画策定時と比較して、どの年齢層においても減少しており、特に青年期が大きく減少しています。健康寿命の延伸の観点から見ても、若いうちからの心がけを促すアプローチが重要と考えられます。

アンケート結果に対する中学生の意見

出されたものを食べているだけだからなあ…。



行政の取組

※関連計画である播磨町健康増進計画と連携しています。

① 正しい食習慣に関する情報発信

- 健診や健康教室等において、ライフステージに応じた正しい食生活について、普及啓発を行います。
- 播磨町のホームページ・広報「はりま」・播磨町公式 LINE 等の様々な媒体を積極的に活用し、正しい食習慣に関する知識に加え、食育事業やイベント、地域での取組等の情報を提供します。
- 小学校・中学校等において、給食を通じた食に関する指導を行うとともに、各学校に設置されている家庭教育推進委員会の食育推進活動を支援し、家庭における食育を推進します。
- 介護予防事業や「保健事業と介護予防の一体的実施」において、高齢者の食に関する情報を提供します。

② 食と健康を学ぶ機会の提供

- 学校教育や生涯学習等を通じて、朝食欠食や野菜の摂取不足、間食の過剰摂取等のリスクを含め、栄養・食生活の重要性を学習するための機会・場を提供します。また、家庭科の授業等を活用し、自らの食生活について関心を持ち、食について自己管理ができる能力の習得を図ります。
- 子どもから高齢者まで、生涯を通じて「食」について正しい知識が習得できるよう、教室や講座、イベント等を開催し、必要な指導や助言を行うとともに、参加者が「食」について考えるきっかけ・機会・場を提供します。
- 若い世代が集まる場に出向き、「食」に関心が低い人にもアプローチをしていきます。また、若い世代の教室参加促進のために、託児等のニーズに応じられる体制構築を目指します。
- 乳幼児期の健全な発育と食習慣の基礎の形成を図るため、乳幼児健診等において保護者に対しての栄養指導を行うとともに、指導内容の充実を図ります。
- 子育て支援センターにおいて、栄養士による講座の開催等、親子の食育学習を進めます。

地域の取組

- いずみ会等の食育推進団体は、イベントや料理講座等を通じ、ヘルシーレシピの提供等、健全な食生活を実践するための情報を提供しましょう。
- 自治会・シニアクラブ等の地域組織は、活動を通じ、会員の食生活改善に取り組みましょう。
- 医療機関は、診療や講座等を通じ、適正体重と活動量にあった食事等について、指導・助言を行うなど、住民の食生活改善に取り組みましょう。
- 事業所（職場）は、従業員が食生活改善に取り組むことができる環境づくりを進めましょう。

評価指標

目標	評価指標		現状値 令和5年度	目標値 令和11年度	出典
適正体重※1を維持している人の増加	肥満児の割合	小学5年生男子	18.9%	減少	2
		小学5年生女子	13.1%	減少	2
	肥満の割合	20～60歳代男性	30.8%	減少	1
		40～60歳代女性	14.0%	減少	1
	20歳代女性のやせの割合		23.1%	減少	1
朝食を毎日食べる人の増加	毎日朝食を食べる人の割合	小学6年生	81.0%	増加	3
		中学3年生	76.1%	増加	3
		高校生	81.3%	増加	1
		20歳代	54.1%	増加	1
		30歳代	79.5%	増加	1
適切な量と質の食事をとる人の増加	★主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を毎日2回以上とっている成人の割合		60.1%	75%	1
減塩を心がける人の増加	減塩を心がけている成人の割合		56.3%	増加	1

※1：適正体重の「肥満」及び「やせ」については、小学生は村田式判定による割合、成人はBMI判定による割合。

★はチャレンジ目標です。

【チャレンジ目標の設定根拠】兵庫県食育推進計画（第4次）の目標値75%以上に合わせて設定。

【出典】

- 1 住民アンケート
- 2 播磨町教育委員会事務局地域学校教育課
- 3 全国学力・学習状況調査

※なお、本分野の地域の取組と評価指標については、第4章 健康増進計画と同じ内容としています。

2 食を通じた豊かな人間形成

我が町の未来を担う子どもへの食育推進は、健全な心身と豊かな人間性を育てていく基礎をなす重要なものであるため、父母その他の保護者や教育、保育に携わる関係者等の意識の向上を図るとともに、相互が密接に連携し、それぞれの場所で子どもが楽しく食について学ぶことができるような取組を推進する必要があります。

世界に目を向けると、食料事情は、現在、約6.9億人の人々が飢餓や栄養不足で苦しんでいることをはじめとして、楽観視できない状況にあります。このような世界の厳しい状況を理解し、食事ができることに感謝の念を持ちつつ、国内においては大量の食料が食べられないまま廃棄されているという食料資源の浪費や環境負荷の増加が生じており、こうした実情にも目を向け、食品ロスの削減に取り組むことが大切です。

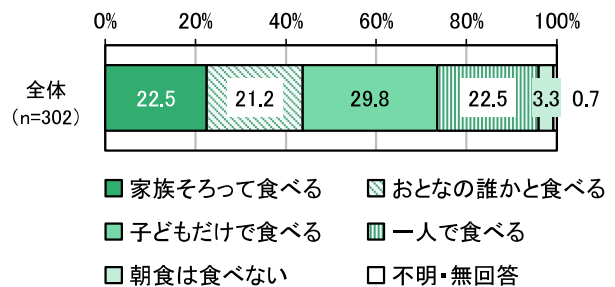
また、豊かな人間形成には、人と人とのつながりが必要不可欠です。社会環境の変化や様々な生活様式等、食をめぐる状況の変化に伴って、健全な食生活を送ることが難しい子どもの存在や孤食化が進む年齢層・地域にも配慮したうえで、先人によって培われてきた多様な食文化を後世に伝えつつ、時代に応じた優れた食文化や豊かな味覚を育てていくことが求められています。

現状と課題

～アンケート調査結果及び統計データより～

○アンケート調査結果によると、朝食を一人で食べる子どもの割合は、小学生で22.5%、中学生で42.7%、高校生で56.3%となっており、前回計画策定時よりも増加しています。

■朝食を誰と食べるか（小学生）



○アンケート調査結果によると、夕食を一人で食べる子どもの割合は、小学生で2.6%、中学生で4.8%となっており、前回計画策定時よりも増加しています。

○アンケート調査結果によると、食事のあいさつをいつもする子どもの割合は、小学生で68.2%となっており、前回計画策定時よりも減少していますが、中学生では71.7%、高校生では67.5%となっており、前回計画策定時よりも増加しています。

○アンケート調査結果によると、食事づくりにほとんど毎日参加する人の割合は、小学生で27.8%、20歳以上女性で71.6%となっており、前回計画策定時よりも減少しています。

○アンケート調査結果によると、郷土料理や伝統料理、家庭の味を受け継いでいる人の割合は、20歳代で5.4%、30歳代で11.4%となっており、前回計画策定時よりも減少しています。

○アンケート調査結果によると、食品ロスを軽減するために「残さず食べる」に取り組んでいる人の割合は、青年期では72.4%、壮年期では69.7%となっており、どの世代でも前回計画策定時よりも増加しています。

行政の取組

① 食事に関する感謝の念と理解の推進

- 小さい子どもや普段料理をしない人でも簡単に作れる料理教室を実施するなど、食事づくりの関心を高める環境構築に取り組みます。
- 給食やお弁当を通じて、健全な人間形成に必要な食のあり方について啓発します。
- 学校等において、生産者（農業・漁業者など）や関係機関・団体等の協力を得て、生産・収穫（漁獲）体験を行い、食への感謝の気持ちを育めるよう支援します。

② 地域の食文化の継承

- 食をテーマとした世代間交流を進め、交流を通して、播磨町の行事食や伝統料理、食事マナーの伝承を図ります。
- 給食献立での地産地消や行事食の取組を推進します。
- いずみ会等の食育推進団体と連携し、食事のマナーや播磨町の郷土料理、行事食の伝承を推進します。

③ 食品ロスの削減

- 播磨町のホームページや広報「はりま」等、様々な媒体を積極的に活用して、家庭でできる食品ロス削減の取組を紹介するとともに、フードドライブ等の取組を継続して実施します。

④ 家庭や地域における共食の推進

- すべての世代、特に小学生や高齢者の孤食を減らすため、家族や地域の人と食卓を囲む文化の醸成やコミュニケーションの大切さの啓発に取り組みます。

地域の取組

- いずみ会等の食育推進団体は、イベントや料理講座等を通じ、地域に郷土料理や伝統料理、食のマナーを伝えましょう。
- 生産者（農業・漁業者など）は、生産・収穫（漁獲）体験の機会を提供しましょう。
- 遊休農地所有者は、農業体験の場を提供するよう努めましょう。
- 地域行事の中で、地域の仲間が楽しく食事ができる機会をつくり、参加者間でコミュニケーションを図るとともに、食事のマナーや作法を次世代に伝えましょう。

評価指標

目標	評価指標		現状値 令和5年度	目標値 令和11年度	出典
食事を一人で食べる子どもの減少	朝食を一人で食べる子どもの割合	小学生	22.5%	減少	1
		中学生	42.7%	減少	1
		高校生	56.3%	減少	1
	夕食を一人で食べる子どもの割合	小学生	2.6%	減少	1
		中学生	4.8%	減少	1
		高校生	11.3%	減少	1
食事のあいさつができる子どもの増加	食事のあいさつをいつもする子どもの割合	小学生	68.2%	増加	1
		中学生	71.7%	増加	1
食事づくりに参加する人の増加	食事づくりにほとんど毎日参加する子どもの割合	小学生	27.8%	増加	1
		中学生	33.8%	増加	1
食文化を受け継いでいる人の増加	行事食や郷土料理を作ることができる人の割合	20歳代	5.4%	増加	1
		30歳代	11.4%	増加	1
食品ロス削減へ取り組んでいる人の増加	食品ロスを削減するために何等かの取組をしている成人の割合		95.0%	増加	1
地域や職場等で共食したいと思う人の増加	地域や職場等で共食したいと思う成人の割合		23.6%	増加	1

【出典】

1 住民アンケート

3 食の安全・安心の確保

食品の安全性の確保は、住民の健康と健全な食生活の実現に当たって基本的な問題であり、住民の関心が非常に高い分野です。このことについては、食品の提供者が食品の安全性に万全を期すだけではなく、食品を消費する立場にある住民一人ひとりが食品の安全性をはじめとする食に関する知識と理解を深めるよう努めるとともに、自分の食生活について、自ら適切に判断し、選択していくことが必要です。

住民一人ひとりの食の安全に対する意識を高めるため、食の安全性や食の選択に関する正しい知識の普及とともに、食の安全の確保に向け、生産者（農業・漁業者など）と消費者をつなげる地産地消を推進することが求められています。

また、相次ぐ災害に備えた食料の備蓄の必要性は年々高まっており、住民の意識も上昇傾向にあります。食料の備蓄に取り組めていないご家庭が多く存在している状況も認められ、さらなる意識向上に努める必要があります。

現状と課題

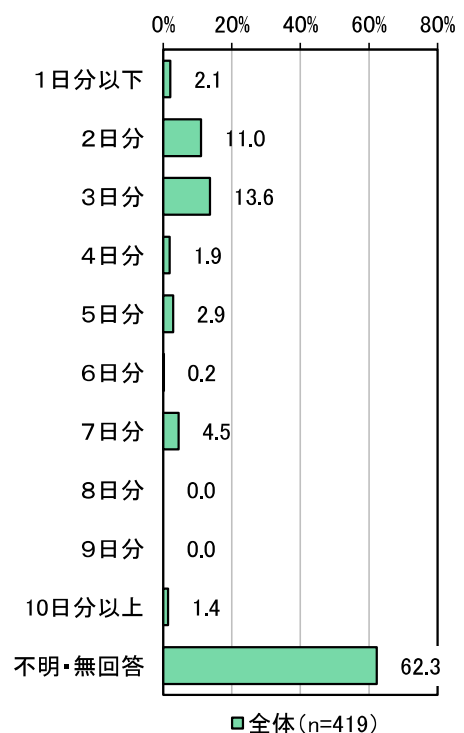
～アンケート調査結果及び統計データより～

○直売所の利用については、年齢が上がるにつれて利用割合が高くなっています。

○地元産や県内産の米を買っている成人の割合は 33.4%、地元産や県内産の野菜を買っている成人の割合は 32.0%、地元産や県内産の魚介類を買っている成人の割合は 16.0%と前回計画策定時よりも減少しています。

○アンケート調査結果によると、災害時に備えて食料等を備蓄している成人の割合は 40.8%と増加傾向にあります。7日分以上の備蓄をしている人の割合は、6%程度に留まっていることから、播磨町地域防災計画が定める食料備蓄の目標数量等を具体的に情報発信し、さらなる意識啓発に取り組むことが必要と考えられます。

■ 自宅で災害時に備えて食料等を備蓄している量



アンケート結果に対する中学生の意見



災害食が家にあるかも知らないや…。

行政の取組

① 食の安全性に関する情報提供

- 播磨町のホームページや広報「はりま」等の様々な媒体を積極的に活用して、食の安全性、食の選択に関する情報提供を行います。
- 各種教室やイベントを通して、食品表示を確認する大切さについて普及啓発を図ります。

② 地産地消の推進

- 各種教室やイベントを通して、地域の食材利用の推進（地産地消）を図ります。
- 給食献立に地元食材や県内産の食材を積極的に取り入れます。
- いずみ会等の食育推進団体と連携し、食事のマナーや播磨町の郷土料理、行事食の伝承を推進します。
- 播磨町商工会、播磨町漁業協同組合、兵庫南農業協同組合、播磨町が連携して開催する「朝市」を今後も継続して実施します。

③ 災害時に備えた食に関する知識と実践力の育成

- 「播磨町地域防災計画」に沿って、災害時の食料備蓄のあり方や災害時の食の供給体制等について積極的に情報提供を行います。

地域の取組

- いずみ会等の食育推進団体は、イベントや料理講座等を通じ、食の安全性に関する情報を提供するとともに季節の野菜や地元食材を使ったレシピを提供しましょう。
- 生産者（農業・漁業者など）は、地元食材の生産拡大に取り組むとともに、農産物直売所等での収穫物の販売を行うなど、地元での消費拡大に取り組みましょう。
- 播磨町商工会、播磨町漁業協同組合、兵庫南農業協同組合、播磨町が連携して開催する「朝市」を今後も継続して実施し、地元食材等を販売、活用した商品の販売促進等に取り組みましょう。
- 消費者協会等の消費者支援団体は、食品表示に関する学習会の開催等、消費者向けの啓発活動を継続して実施できるよう努めましょう。

評価指標

目標	評価指標	現状値 令和5年度	目標値 令和11年度	出典
地産地消の推進	地元産や県内産の米を買っている成人の割合	33.4%	増加	1
	地元産や県内産の野菜を買っている成人の割合	32.0%	増加	1
	地元産や県内産の魚介類を買っている成人の割合	16.0%	増加	1
災害時への備え	災害時に備えて食料等を備蓄している成人の割合	40.8%	増加	1
	災害時に備えて食料等を3日以上備蓄している成人の割合	24.5%	増加	1
	災害時に備えて食料等を7日以上備蓄している成人の割合	5.9%	増加	1

【出典】

1 住民アンケート

4 食育活動の推進と連携体制の強化

食育の推進に当たっては、今後も継続して国をはじめ、県、教育関係者、農林漁業者、食品関連事業者、各種ボランティア等、食育に係る多様な関係者や食育に新たな広がりをもたらす多方面の分野の関係者が主体的かつ多様に連携・協働してネットワークを築き、明るく楽しく多様な広がりを持つ活動として展開していく必要があります。

国レベルでも若い世代等、食育に対して無関心な層に食育への関心を持ってもらうことが課題とされているため、食育推進の取組に関する情報等の発信力の強化が求められています。

また、食をめぐる諸課題や食育の意義・必要性等について広く住民の理解を深め、あらゆる世代や様々な立場の人が、自ら食育に関する活動を実践できるよう、ライフステージに応じた具体的な実践や活動を提示して理解の増進を図り、継続的に食育推進運動を展開し続けることが重要です。

なお、これらの活動を行うに当たっては、世代区分やその置かれた生活環境、健康状態等によっても必要な情報が異なる場合があることに配慮するとともに、各種広報媒体等を通じて提供される食に関する様々な情報に過剰反応することがないように「国内外の科学的知見や伝統的な知恵に基づき、的確に判断をすることが重要である」との認識が住民一人ひとりに十分理解されるよう留意しつつ取り組むことが大切です。

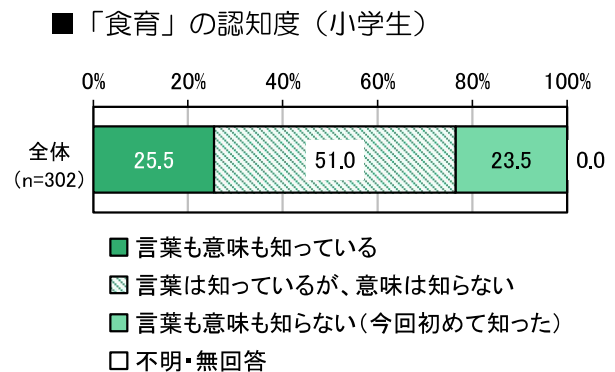
現状と課題

～アンケート調査結果及び統計データより～

○「食育」という言葉の認知度について、15～18歳、18～39歳（青年期）、40～64歳（壮年期）、65歳以上（高齢期）では4割以上が「言葉も意味も知っている」としている一方、小学生、中学生では認知度が低くなっています。

○食育に関心がある成人の割合は51.1%と前回計画策定時よりも減少しています。

○小学生、中学生において食育の認知度が低くなっているため、家庭や学校、地域、関係団体等あらゆる関係者が連携し、学校における食育を強く推進していくとともに「食」への関心を高める取組を積極的に実施する必要があります。



アンケート結果に対する中学生の意見



「食育」のことはYouTubeで見えて知ったかな。



親子で珍しい食材の料理をしていたね。

行政の取組

① 食育活動の推進

- 食育月間の周知だけではなく、各種機会において、「食」に関する啓発活動を行います。
- 学校給食においても継続して食育月間、和食の日、地元食材給食事業の日など、機会をとらえた情報発信を行います。
- 国の食育月間（6月）、兵庫県の食育月間（10月）、毎月の食育の日（19日）を積極的に周知し、「食育」の定着を図ります。
- 地域の食育に取り組んでいる関係機関や団体等に行政の情報を提供するなど、活動内容の充実に向けた支援を行います。

② 連携体制の強化

- 食育活動を総合的・計画的に推進するため、庁内での連携を強化し、関係課が連携した食育のモデル事業を模索します。
- いずみ会等の食育推進団体と連携し、行政が実施する事業への支援を依頼し、各種団体が開催する教室を合同開催するなど具体的な取組を検討します。
- 播磨町商工会、播磨町漁業協同組合、兵庫南農業協同組合、播磨町で締結した「産業振興に関する連携協定」を維持・促進し、産業、観光、文化、まちづくりの各分野での連携体制について、より良いあり方を検討します。

地域の取組

- いずみ会等の食育推進団体は、地域に根差した食育活動を行う担い手としての意識を持ち、各種団体等と相互に連携し、住民が楽しく食育を学ぶことができる機会をつくりましょう。
- 自治会やシニアクラブ等の地域組織は、各種活動を通じて、地域に食育の環を広げましょう。
- 保育園や認定こども園、幼稚園等で開催される食育関連行事について、地域住民や食育関係者に対する参加呼びかけや協働の申し出があったときは、積極的に参画するようにしましょう。

- 生産者（農業・漁業者など）、食品関連事業者（食品製造業・流通業・販売業者・飲食店など）は、食育活動の場の提供、食の安全・安心に関する情報の提供、製品情報（栄養成分表示等）の提供、健康メニューの提供など、健全な食生活を実践するための環境整備を進めるとともに、災害時の支援や連携協定等、食に関連した社会貢献活動の充実に積極的に取り組みましょう。
- 播磨町商工会、播磨町漁業協同組合、兵庫南農業協同組合、播磨町が連携して開催する「朝市」を今後も継続して実施し、地元食材等を販売、活用した商品の販売促進等に取り組みましょう。
- 消費者協会等の消費者支援団体は、食品表示に関する学習会の開催等、消費者向けの啓発活動を継続して実施できるよう努めましょう。

評価指標

目標	評価指標	現状値 令和5年度	目標値 令和11年度	出典
食育に関心のある人の増加	食育に関心がある成人の割合	51.1%	増加	1
食育の意義を理解して実践する人の増加	食育を実践している成人の割合	22.0%	増加	1
食育事業への参加者の増加	「ひょうご食育月間」における食育事業の参加人数（延べ人数）	16,246人	増加	2

【出典】

- 1 住民アンケート
- 2 播磨町教育委員会事務局教育総務課