

松川村第3次食育推進計画

令和2年度～令和6年度

『食育キャッチフレーズ』

ま・つかわの

つ・ちで育ったお米と野菜

か・ぞくで食べよう

わ・きあいあいと

松 川 村

令和2年4月

村 長 あ い さ つ

松川村では、健全な食生活を実践する人を育てることを目的に、平成23年3月に「第1次松川村食育推進計画」を策定し、村民や地域の関係団体と連携して、様々な体験を通じた「食育」の推進に取り組んできました。平成27年度からは第2次計画の取り組みを進めて参りましたが、令和元年度がこの計画の最終年度にあたるため、この度、令和2年度から令和6年度を計画期間とする「第3次松川村食育推進計画」を策定いたしました。



「食育」に関し食育基本法では『食育は、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であり、「食」に関する知識と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を育てること、もとより、食育は、あらゆる世代の国民に必要なものであるが、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身体を培い豊かな人間性を育てていく基礎となるものである。』と位置付けられています。

松川村は自然豊かな環境の中、平成25年には「男性長寿日本一」となるなど、全国トップクラスの長寿を誇る村となっています。これからも健康寿命の延伸を目指し、生涯元気に生き生きと暮らすためにも「食」を大切に考えていく必要があります。

本計画により、村の宝である子どもたちが、健全な食生活を身に付け、健康に過ごすことで、村民の生涯にわたる健康へと繋がります。家庭や地域、学校などと連携をとりながら、食に対する正しい知識と意識の向上を図り、心身ともに健康で生き生きと暮らすことのできる村を実現します。

最後に、本計画の策定にご尽力をいただいた「松川村食育推進協議会」の委員の皆様には、心より感謝申し上げますとともに、今後ともご協力を承りますようお願い申し上げます。

令和2年4月
松川村長 平林 明人

松川村食育推進計画 目次

第1章 今なぜ「食育」か	3
1 食育推進計画策定の背景・趣旨	
2 計画の性格	
3 計画期間	
4 計画の対象及び担い手	
第2章 食を取り巻く現状と課題	4
1 若い世代への食育	
2 健康長寿を目指す食育	
3 食の循環と地域の食を意識した食育	
4 食を育む環境づくり	
第3章 食育計画の方向性	6
1 基本理念	
2 食育目標	
第4章 食育推進の役割	8
1 家庭の役割	
2 保育園 学校・給食センターの役割	
3 地域の役割	
4 行政の役割	
第5章 施策の展開	10
1 若い世代への食育	
2 健康長寿を目指す食育	
3 食の循環と地域の食を意識した食育	
4 食を育む環境づくり	
第6章 食育推進計画の推進体制	16
第7章 行動指針	17
1 妊娠期・乳児期	
2 幼児期（保育園）	
3 学童期（小学生）	
4 思春期（中学生）	
5 青年期（高校生）	
6 成人期・高齢期	
巻末	
数値目標	18
食育推進協議会委員名簿	19

松川村食育推進計画

第1章 今なぜ「食育」か

1 食育推進計画策定の背景・趣旨

「食」は命の源であり、人間が生きていくために欠かせないものです。

近年、食べたいものが、いつでも、どこでも食べられる「便利で豊かな社会」になりました。一方で、栄養の偏りや朝食の欠食など食生活の乱れ、働き盛り世代の肥満や生活習慣病予防の必要性、また、社会環境の変化による共食の機会の減少や郷土食、伝統食の継承、そして環境問題への関心の高まりとともに注目されている食品ロスの削減など、取り組むべき課題は多く、積極的な対応が求められています。

特に、子どもたちの「食」については、「便利で豊かな社会」による影響は大きく、「食」を大切にすることが指摘されています。このような状況を踏まえ、本計画は、県と連携しながら施策を進める為、県計画の基本分野である「若い世代への食育」「健康長寿を目指す食育」「食の循環と地域の食を意識した食育」「食を育む環境づくり」という4つの基本分野を設定し、村民の目指すべき姿を明らかにするとともに、食育活動を担う関係者と協力し、総合的かつ計画的に食育活動を展開します。

2 計画の性格

この計画は、第2次計画に引き続き松川村第7次総合計画、長野県食育推進計画（第3次）と整合を図りながら、食育推進施策として総合的かつ計画的に推進するものです。

3 計画期間

この計画は、松川村第7次総合計画と整合をとり、計画期間を令和2年度から令和6年度までの5年間とします。

なお、計画期間中に社会情勢の変化等が生じた場合には、必要に応じて見直しを行います。

4 計画の対象及び担い手

この計画は、食育基本法の目的・基本理念を踏まえ、家庭、保育園、学校・給食センター、地域等が連携を図る中で、村民が一人ひとりの共感と自発的な意志に基づいて食育を推進するための基本指針とします。

特に大人は、子どもの規範として一人ひとりが食育の担い手として自覚し、食育の知識を身につけ実践と指導に努めます。

また、教育分野、福祉・医療分野、農業分野、食の関係団体、学識経験者等で構成する「松川村食育推進協議会」を母体として、食育に必要な事業を展開するとともに、必要な情報の提供、食育活動を積極的に推進します。

第2章 食を取り巻く現状と課題

◆ 1 若い世代への食育

- ① 20歳～30歳代の若い世代の食育への関心が低い状況にあります。この世代は親から独立し自分自身で健康管理をしていく時期であり、食生活の自己管理ができるようになる必要があります。また、将来、家庭を持ち次世代へ食育をつなぐ世代でもあることから自ら食の大切さを学ぶ必要があります。 (食育への関心)
- ② 核家族や共働き世帯が増加する中で、子どもだけで食事をする機会が多くなっているという傾向が見受けられます。村では朝食を子どもだけで食べている割合は小学校5年生が29.5%、中学校2年生が48.2%となっており、家族と一緒に楽しく食事をする機会をもつ必要があります。 (共食)
- ③ 乳幼児から子どもたちの就寝時間が遅いなど、大人中心の生活になりがちな傾向があります。村では毎日朝食を食べない子どもの割合は、小学校5年生が10.3%、中学校2年生が12.0%となっており増加しています。また、学校外の活動等で帰宅時間が遅く、規則正しい食事が取れない子どもも見受けられます。乳幼児期から生活習慣を整え、正しい食習慣を身につけるける必要があります。 (朝食、生活習慣)
- ④ 若い世代、特に児童・生徒の「食」に関して、栄養バランスの偏り、不規則な食事、脂質の過剰摂取や野菜の摂取不足等、種々の問題があります。小・中学生においても信州大学医学部の協力により行う、血液検査の結果、小学5年生の受診者67名のうち6名(約9%)、中学2・3年生の受診者136名のうち49名(約35%)は指導が必要とされました。
小中学生の頃から、生活リズムを整える事やバランスの取れた食生活を身につけさせることが重要です。 (食生活、バランス食)

◆ 2 健康長寿を目指す食育

- ① 成人期は働き盛りの毎日を送る中、家族と楽しく食卓を囲む機会も減少し、不規則・不適切な食生活になりがちです。また、運動不足にもなりやすい年代から、肥満やメタボリックシンドローム、生活習慣病が心配されます。 (肥満、メタボ予防)
- ② 高齢期は、加齢により体や心に変化が現れてきます。核家族化による孤食や世代別の食事の習慣により、個人にあった食事の量やバランスの取れた食事を取ることを

心がける必要があります。フレイル予防を食事の面から実践し、低栄養傾向の高齢者の減少を目指す必要があります。
(フレイル・低栄養予防)

- ③ 固いものが食べにくくなったり、食べこぼし、むせなどの口腔機能の衰え（オーラルフレイル）は全身の機能低下につながりやすいため早めの予防が必要です。
(オーラルフレイル予防)

- ④ 食塩摂取量は男女共に年々減少傾向にあるものの脳血管疾患等の生活習慣病予防のためには、引き続き「減塩」に取り組んでいく必要があります。
(生活習慣病予防)

◆ 3 食の循環と地域の食を意識した食育

- ① 社会経済構造の変化により、ライフスタイルや価値観が多様化し、食をめぐる環境も大きく変化してきています。村においても核家族化が進み、祖父母とともに食事する家庭が少なくなっています。こうした中で伝統食、食文化、行儀作法等を、子どもたちが学ぶ場が失われつつあります。

地域活動の中で世代間の交流を深めることにより、伝統的な食事の良さ、食文化等を次世代に継承していく取り組みが必要です。
(地域食、食文化の継承)

- ② 地元で収穫された食材を使う地産地消は、食の安全性への理解を深めることや、旬の野菜を旬の時期に消費すること、つまり、旬産旬消への理解を深める事にもつながるため、保育園や学校給食では可能な限り活用することに努めています。

この取り組みは更に、生産者をはじめ多くの人々の苦労や努力に支えられていることが実感でき、地域の交流を深めることに繋がります。今後は、保育園や学校給食での更なる活用と、家庭へ波及させる取り組みが必要です。
(食の安全、地産地消)

- ③ 保育園や小学校では農業小学校などによる野菜や米作り、中学校ではりんごの摘果作業など、食農体験をしています。子どもの頃から土と親しみ農作業を体験することにより、地元食材へ関心や、自然への感謝、食べ物を大切にする心などを育む事を目的に活動しています。

一方、消費社会の慣れによる意識の低下により、食品業者や家庭においては食べ残しや食品の廃棄が問題となっています。“もったいない”という物（命）を大切にする気持ちを培い、ごみにしない、無駄にしない取り組みが必要です。また、地球温暖化防止や循環型社会を形成するため、食品リサイクルの推進等環境に配慮することが大切です。
(食農体験・食品ロス削減)

- ④ 食に関する情報の氾濫等により、食に関する正しい情報を適切に選び活用する事が困難な状況があります。適切な食品選択や食事準備に必要な知識・技術を習得することが大切です。(食の安全)

◆ 4 食を育む環境づくり

- ① 食育を村民総参加の運動として推進していくため、村民一人ひとりが食育を理解し、実践できる人を増やしていくことが必要です。(村民総参加)
- ② 食育は様々な分野、幅広い年齢層で取り組むことが大切です。多くの村民に食育を理解し、実践してもらうため、家庭、保育園、学校・給食センター、地域、企業等が協働して進めていくことが必要です。(連携、協力)

第3章 食育計画の方向性

1 基本理念

将来に向けた本村の食育推進の方向性を明らかにするため、第2次計画の基本理念を継承し食育の推進に取り組んでいきます。

**生涯を通じて心身ともに健康でいきいきと暮らす、
豊かな人間性の実現**

2 食育目標

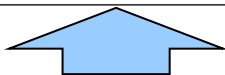
村民一人ひとりが、食に対して親しみや感謝の念を持ち、様々な体験を通して、食に関する知識と食を選択する力の習得に努めるとともに、家庭、保育園、学校・給食センター、地域等が連携する中で、食育の推進を図る必要があります。

本計画においては県と連携しながら施策を進める為、県計画の基本分野を踏襲した上で、村の地域性を活かした食農体験を基盤とした食育を推進するため、次の目標を掲げ村民運動として取り組みます。

基本理念を実現するために3つの分野とこの3分野を支える為の1分野を設定し、各分野の「目指すべき姿」を下記のとおりとします。

理念

生涯を通じて心身ともに健康でいきいきと暮らす、
豊かな人間性の実現



◆ 3食の循環と地域の食

◆ 1 若い世代への食育

目標

正しい食について自分で判断できる力を身につけます

具体的な姿

- 子どもの親や20～30代の若い世代が食育に関心を持ちます。
- 家族と一緒に楽しく食事をする機会を増やします。
- 幼児期から毎日朝食を食べることを始め、基本的な生活習慣を身につけます。
- 小中学生から30代までの若い世代が食の大切さや自分に必要な食事を選択できる知識を持ちます。
- 子どもたちがバランスの取れた食事を準備できるスキルを持ちます。

◆ 2 健康長寿を目指す食育

目標

心身の健康を育むため健全な食生活を実践します。

具体的な姿

- 肥満とやせの人が減少し適正体重を維持する人が増加します。
- メタボリックシンドロームとその予備群が減少します。
- 低栄養傾向の高齢者(概ね65歳以上)が減少します。
- なんでも嚙んで食べられる人が増加します。
- 成人の糖尿病や高血圧者とその予備軍が減少します。

を意識した食育

目標

自然の恵みに感謝し食べ物を大切にします。

具体的な姿

- 地域の農畜産物や食文化に関心を持ち、地産地消を実践します。
- 食に関する感謝の気持ちを持ち、食品ロスの削減を実践します。
- 健全な食生活を送るため、安心・安全な食品の選択を実践します。



◆ 4 食を育む環境づくり

- 子どもから成人、高齢者に至るまで生涯にわたって村民総参加により、各ライフステージに応じた食育に取り組みます。
- 家庭、保育園、学校・給食センター、地域、企業、行政が協働して食育を進めていきます。

第4章 食育推進の役割

食育は、あらゆる年齢層を対象としています。一人ひとりの取り組みが大切ですが、家庭、保育園、学校・給食センター、地域等様々な主体がそれぞれの役割や責務を果たすことが求められています。

それぞれの活動ごとに目標を設定し、村民一人ひとりが「食」について考えられるような環境づくりを進めるとともに、さまざまな組織や人々と協働によって、食育を村民運動として展開します。

1 家庭の役割

家庭は、食生活の礎を築く重要な場であり、正しい食品の選び方や食習慣、調理方法、環境問題などを学ぶ重要な役割を果たす場です。

家庭での食育は、「いただきます」「ごちそうさまでした」のあいさつを通して自然の恵みや動植物の命を頂くこと、食事を作ってくれた方への感謝の気持ちや食事マナーを身につけることとともに、家族と食卓を囲み楽しく食事をする共食や、野菜などの食べ物を作り育て、調理して食べる食農体験の機会を積極的につくり、楽しく食について学べるよう努めます。

また、食中毒等の予防や食の安全についても身につけられるようにします。

2 保育園 学校・給食センターの役割

保育園、学校・給食センターでは、魅力ある食育の推進によって、子どもたちの健全な食生活を実現し、心身の成長を図ることができます。

多くの仲間と一緒に学ぶこの時期の食育は、心や身体の成長や人格形成に大きな影響を及ぼします。また、生涯にわたって豊かな人間性を育んでいく基礎にもなります。そのため、村では、この時期の食育推進体制を強化するとともに、関係職員の意識や資質向上、食に関する指導の充実に努めます。

日々の給食では、地場産物の利用を積極的に行い、生産者と交流給食を実施することや、食生活と健康との関わりを子どもたちに学ばせることで、「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得させます。また、地域住民や保護者に対しては試食会などを開催し、食育についての理解を深めます。

健全な食生活確立する為には、3食を規則正しく取ることが基本となります。特に、一日の生活リズムを整える朝食が決め手となるので、家庭と連携を密にし、朝食の摂取率の向上を図ります。

3 地域の役割

地域で食育を担う方々の一層の資質向上を図り、食育についての理解を深め、村民自らが主体となって食育に取り組めるよう、関係団体と連携し、教室やイベントなどの機会を提供します。

また、地域社会に伝わる行事食や保存食、郷土料理等の食文化を伝承するため、高齢者の豊かな知識や経験を活かした生涯学習教室を開催し、次世代に伝承されるように努めます。

生産者は、地元の新鮮で、安心・安全な農産物を提供し、生産するための苦労や環境との共生、自然の恵みに感謝することに理解が深められるよう情報提供を行います。また、食品が村民の食卓にたどり着くまで、どのように生産され、どのように流通しているのかを体験から学ぶ機会を提供します。

4 行政の役割

乳幼児から高齢者にいたるまでのライフステージに応じた、健康診査や各種相談事業を通して、村民の食育への関心を高めます。特に、乳幼児をもつ家庭の食育支援を強化し、幼少期からの食育を通じた健全な生活習慣の習得を目指します。また、関係職員の資質の向上を図ると共に、地域で活動する団体に対しても引き続き支援に努めます。

更に、食育が、総合的かつ計画的に推進できるように、国や県、医療機関、関係団体との連携を密にして、松川村食育推進協議会が中心となって食育の事業を展開します。

第5章 施策の展開

◆ 1 若い世代への食育

家庭における食育の推進

○家庭での体験活動の実践

家庭において、野菜や果物等を栽培することや、子どもが保護者の調理する姿を見たり、様々な食材を手に取り調理を手伝うことは、食への関心を育むだけでなく、自立した食生活を送るためには不可欠です。「食を営む力」の基礎を養うために、若い世代が積極的に食育に関心を持てるよう努めます。

(食育への関心、自然への恩恵・感謝の心)

○家族そろっての食事（共食）の推進

家族だんらんでの食事は、本来とても楽しいことであり、会話の中から食への関心も高まります。また、食事の際のあいさつや箸の使い方など食事マナー、社会のルールや人に対する思いやりの心を養う場となります。そこで、家族が目をかけてあげる為にも家族がそろって一緒に食事を楽しく取れるように工夫します。

(共食)

○「朝ごはんを毎日食べる」運動の展開

日々3食をなるべく決まった時間に、おいしく食べられることが基本であることを理解し、生活のリズムを整え、規則正しい食習慣を身につけます。

(朝食、生活習慣)

保育園 学校・給食センターにおける食育の推進

○組織的な食育の実践

保育園、学校・給食センターでは、策定した年間計画に基づき、組織的に食育の推進に努めます。

具体的には、給食では給食がバランスのとれた食事の見本であることを伝えると共に、友だちと一緒に楽しく食事をする事、食事のマナーや感謝の心などを学ぶことができるようにします。また、家庭科や総合的な学習の時間に食に関する内容を幅広く学べる工夫をします。

(年間計画、課程)

○家庭との連携

保護者に対して生活習慣や食事のバランスのほか共食などの重要性を伝えるため、保育園や小中学校において、「保育園だより」「学校だより」等により、食育の実践内容や食育に関する情報等を発信し、保護者と連携した取り組みを推進します。

また、アレルギー対応食の指導については、子どもの特性に応じた食材の選択について細心の注意を払い継続して取り組みます。 (保護者への情報提供)

地域における食育の推進

○地域における食農体験

地域の農家や農産物生産事業所、ボランティア等の協力により、子ども達が野菜作りや収穫体験、加工や調理などの食農体験ができる機会を提供します。

(食農体験の提供)

行政における食育の推進

○健全な食生活の支援

妊産婦の時期から生活習慣を整え、栄養バランスのとれた食生活が実践できるよう相談・指導を行います。また、乳幼児は発達段階に応じた適正な食生活ができるよう乳幼児健診や離乳食教室等において保護者を支援します。

(乳幼児期からの食育)

○食育推進体制の構築

乳幼児期～学童期～思春期～青年期の食育が途切れる事なく行われるよう、家庭や地域、保育園、学校・給食センター、食育ボランティア等連携できるためのしくみを構築します。 (連携)

◆ 2 健康長寿を目指す食育

家庭における食育の推進

○家庭での適正な食事の提供

年齢や自分の身体の状態に合った適正な量や内容を知り、バランスのとれた食事を心がけ、メタボリックシンドロームや糖尿病の予防に努めます。

また、特に高齢者は低栄養の予防を意識した食事を心がけます。

(生活習慣病予防・フレイル予防)

○家庭での減塩の実践

若い世代から減塩を心がける事により、将来の脳血管疾患などの生活習慣病を予防できることを理解し、調味料の量に気を付けるなど薄味を心がけ、リスクの軽減に努めます。

(生活習慣病予防：減塩)

行政における食育の推進

○健診等における生活習慣病予防・高齢者のフレイル予防

特定健診、長寿医療健診等の結果に基づいた保健指導の機会を活用し、食生活の改善指導を行います。

健康長寿を実現するため、若い世代からの生活習慣病予防や高齢者の低栄養対策、フレイル予防等について、医療機関や地域包括支援センター等と連携し普及啓発を図ります。また、各予防対策についての研修会を、保健指導員を中心に実施し、村民に普及啓発します。

(生活習慣病予防・フレイル予防等)

○生活習慣病予防と食育推進

食育を通じて生活習慣病の予防を図るため、信州大学医学部、県保健福祉事務所、各医療関係機関等との連携を密にする中で、食育の啓発活動の一層の推進に努めます。米を主食とし副食をとる日本型食生活のよさを知り、実践するとともに、体によい食品を選ぶ知識を身につけます。また、各種健康診査により村民一人ひとりの健康状態に即した栄養指導や運動指導にも努めます。

(生活習慣病予防)

◆ 3 食の循環と地域の食を意識した食育

家庭における食育の推進

○環境への配慮の実践

買いすぎ、作りすぎ、頼みすぎをなくすなど、限りある資源を大切にし、食品ロスの削減に努めます。

また、食に関する環境への負荷を学び、資源ごみの分別など環境に配慮した行動ができる力を身につけるように努めます。

(食品ロス削減、環境への配慮)

○安心・安全な食品の選択

食品の安全性に関する正しい情報を得ると共に、食品の表示を見て、健康に配慮された食品を適切に選ぶように心がけます。

(食の安全)

保育園 学校・給食センターにおける食育の推進

○体験活動を通じた食農教育の推進

総合的な学習や農業小学校などの食農体験の場を設け、地域で作られている農作物や農業の役割、行事食や食の歴史などの村の食文化、食料の流通や食品ロスによる環境への影響など理解を深めると共に、命を育む食べ物大切さ、自然の恩恵や食に関わる人々への感謝の心を養いながら、より良い食を選択する能力を身につけられるように努めます。

さらに、優れた栄養バランスであると国際的にも評価の高い日本型食生活(和食)の良さを理解する取り組みを推進します。(食農教育)

○地産地消と環境へ配慮された給食への取り組み

身近で採れる地場産物を学校給食や保育園での給食に今後も積極的に使用し、生産者との交流給食会等により、食に対する感謝の気持ちを持てるようにします。

また、食の循環と地域を意識した食育についての学びの実践として、給食の食品ロス削減等に取り組みます。(地産地消、食品ロス削減)

○食の安全性を確保するための知識の習得

生活の中で必要とされる食の安全性を確保するための知識や習慣を身につけます。また、食べ物と健康との関係を理解するため、食品の栄養素や働きを学ぶとともに、食中毒予防についても対処できる知識を身につけます。

(食と健康、食の安全)

地域における食育の推進

○食文化の継承と情報の提供

村には、四季折々の食材を使用した伝統食や行事食があります。中でも厳しい冬を過ごすための保存食等の食文化を親から子へ伝えていくことは、「食」を学ぶ上で大きな役割を果たしています。村内各種団体と連携し食文化の継承活動や情報提供に努めます。(地域の食)

○地産地消の推進

村では近年、非農家が著しく増加しており、新鮮で安心・安全な農産物を求める消費者も増えています。こうした中、村民が食を通して地域の農産物を意識し、手軽に入手できるよう努めます。

また、地域の農業関係者は、保育園や学校給食に地元農産物の活用が進むよう、給食関係職員と協力して取り組みます。(食の安全、地産地消)

○環境に配慮した食生活の推進

関係機関と連携を図る中で、排水対策等水環境の保全と食生活に伴う食品ロスの削減に努め、環境に配慮した取り組みを実践します。(環境への配慮)

行政における食育の推進

○地域の食文化の継承

地域で伝承されている地域食、伝統食の情報を発信し、地域食材の理解を深め、食文化の継承を推進します。(食文化の継承)

○食品ロスの削減

県が推進する食べ残しを減らそう県民運動「残さず食べよう！30・10(さんまる・いちまる)」運動に伴い、村では「残さず食べよう！20・10運動」の周知・啓発に取り組み、食品ロスの削減を行います。(食品ロス削減)

○食の安全に関する情報提供

食中毒による健康被害防止や食品の安全性に関する情報提供を行います。また、旬の食材やより良いよい食材の選び方、食品表示等の食の安心・安全に関する情報を村民に提供します。(食の安全)

◆ 4 食を育む環境づくり

○食育サポーターによる活動促進

食育サポーター「すずりん」、食を楽しむ会、農業委員会、保健補導員会、生活改善グループ、JA女性部、村リーダー会等を中核とした、食育にかかわるサポーターの技術、経験を活かし、地域で行っている食育推進活動を支援します。また、食文化の伝承事業を推進する人材を育成し、食育推進活動の促進を図ります。

(食育ボランティア)

第3次計画『食を育む環境づくり』の構成

区分及び分野	◆若い世代への食育 (教育部会)	◆健康長寿を目指す食育 (健康部会)	◆食の循環と地域の食を意識した食育 (地産地消部会)
1 家庭における食育の推進	①家庭での体験活動の実践による食への関心	①家庭での適正な食事の提供	①環境への配慮の実践
	②家族そろっての食事(共食)の推進	②家庭での減塩の実践	②安心・安全な食品の選択
	③食事のマナーを身につける		
	④「朝ごはんを毎日食べる」運動の展開		
	⑤組織的な食育の実践		③体験活動を通じた食農教育の推進
2 保育園 学校・給食センターにおける食育の推進	⑥家庭との連携		④地産地消と環境に配慮された給食の推進
			⑤食の安全性を確保するための知識を身につける
3 地域における食育の推進	⑦地域における食農体験	③食育サポーターによる活動の推進	⑥食文化の継承と情報の提供
	⑧食育サポーターによる活動の推進		⑦地産地消の推進
			⑧環境に配慮した食生活の推進
		④健診等による生活習慣病予防	⑨地域の食文化の継承
4 行政における食育の推進	⑨健全な食生活の支援	⑤高齢者のフレイル予防・オーラルフレイル予防	⑩食品ロスの削減
	⑩食育推進体制の構築	⑥医療関係機関等との連携	⑪食の安全に関する情報提供
食育推進の各立場での役割			

第6章 食育推進計画の推進体制

「松川村食育推進協議会」を母体として、家庭、地域、保育園、学校・給食センター、行政が連携を図る中で、村民一人ひとりが主体的に「食育」に取り組めるよう体制を整えます。

また、協議会には3つの専門部会を設置し、それぞれの分野毎の目標達成に向け、取り組みます。

部会名	役割
教育部会	家庭や地域を通して子どもを対象に、生活習慣の見直しや望ましい食習慣の定着を推進します。 (若い世代への食育)
健康部会	健康づくりに関心を持たせ、望ましい食生活の普及、実践活動を推進します。 (健康長寿を目指す食育)
地産地消部会	地域で生産したものを地元で消費することや、生産者と消費者の交流、地域の食文化の伝承等を推進します。 (食の循環と地域の食を意識した食育)

第7章 行動指針

1 妊娠期・乳児期

「食事を通して家族みんなが健康的な生活を送る。」

- ・ 妊娠期から家族全体の食生活を見直し、食に対する意識を高めましょう。
- ・ 各健診と育児教室、離乳食教室等積極的に参加しましょう。
- ・ 家族そろって食事を楽しみましょう。

2 幼児期（保育園）

「何でも食べられる元気な子になる。」

- ・ 家族や仲間と一緒に食べる楽しさを覚えましょう。
- ・ 栽培、収穫、調理を通して食べ物の大切さを理解し、感謝の気持ちを育てましょう。
- ・ 心身が健康に発達するよう、好き嫌いない食習慣を身につけましょう。

3 学童期（小学生）

「自分の健康に関心を持ち、生活を見返して、より健康に生活しようとする心を育む。」

- ・ 食べ物に興味関心を持ち、働きを知りましょう。
- ・ 好き嫌いなく楽しく食べましょう。
- ・ バランスのとれた食事の大切さを知りましょう。
- ・ 食文化や食品の生産、流通、消費について理解を深めましょう。

4 思春期（中学生）

「生涯にわたって健康で生き生きとした生活を送ることをめざし、生徒一人ひとりが正しい食事のあり方や望ましい食生活を身につけ、食事を通して自らの健康管理ができるようにする。また、楽しい食事や給食活動を通じて、豊かな心を育成する。」

- ・ 食べ物の働きや栄養についての理解を深めましょう。
- ・ 楽しい食事を通じて、望ましい人間関係や豊かな心を育てましょう。
- ・ 準備、交流、片付けなどを通して、協調性や社会性を養いましょう。
- ・ 健康の大切さを知り、望ましい食事の習慣を身につけましょう。

5 青年期（高校生）

「社会に巣立つ時までには、食の自立ができる。」

- ・ 健康的な食生活リズムの実践を行いましょう。
- ・ 自分や家族のために食事の支度ができるようになりましょう。
- ・ 食生活や健康に関する情報を活用しましょう。
- ・ 食べ物の流通や生産を理解して生活しましょう。

6 成人期・高齢期

「健康を守るための適正な食生活の知識や生活習慣を身につける。」

- ・ 健康的な食生活のリズムを実践し、伝えましょう。
- ・ 自分や家族が健康に生活するための食生活を実践しましょう。
- ・ 日々の食事や健康を大切にしましょう。
- ・ 食文化や生活の知恵を地域や子ども達に伝えましょう。
- ・ 季節や行事を大切に食文化を継承し家族に伝えましょう。
- ・ 相手を思いやり社会の中で気持ちよく生活できるようにしましょう。
- ・ できるだけ家族そろって食卓を囲めるよう工夫しましょう。

◆ 数値目標 ◆

(単位:%)

項 目	1次策定時 H23 年 度	2次策定値 H26 年 度	2次目標値 R元 年 度	現状値 R元 年 度	3次目標値 R6 年 度
① 毎日朝食を食べる人の割合					
保育園	94.4	96.0	97.0	92.7	97.0
小学校5年生	94.6	99.0	99.0	89.7	96.8 (2017 県現状値)
中学校2年生	91.9	96.8	98.0	88.0	95.0 (2017 県現状値)
特定健診受診者	95.8	96.0	97.0	100.0	100
② 朝食をひとりで食べる人の割合					
小学校5年生	11.0	8.2	7.0	21.8	減少
中学校2年生	33.1	26.3	25.0	42.2	減少
③ 食べ物を残すことをもったいないと思う人の割合					
小学校5年生	80.4	99.0	99.0	85.9	99.0
中学校2年生	82.6	96.8	98.0	77.1	98.0
④学校給食における 地元農産物の使用量 割合(米・みそ・野菜)	41.0	44.1	50.0	42.9	47.0

◆現状値R現年度について

※保育園は、年少以上、きょうだいで通園している家庭が一番上の年齢の子どもを対象とした。(7月)

※小学校、中学校は「食に関する実態調査」による(7月)

※特定健診受診者は春の健診のデータによる

※数値は小数点以下第2位を四捨五入した。

※④学校給食における地元農産物の使用量割合は、2月末現在の割合。

松川村食育推進協議会委員名簿〈敬称略〉

令和元年度

氏 名	所 属	部 会
高田 光子	教育委員会	教育
帯刀 一江	社会教育委員会	健康
飯嶋 淑恵	地産地消推進対策協議会	地産地消
市川 光代	食を楽しむ会	健康
高田 武	細野集落営農組合	地産地消
渡辺 良枝	農業委員会	地産地消
小山 さとみ	小学校 PTA 代表	教育
寺島 ゆかり	中学校 PTA 代表	教育
久保 里美	公募委員	健康
中牧 美郎	公募委員	地産地消
早川 維子	小学校養護教諭	教育
岩崎 仁美	中学校養護教諭	教育
岩本 瑞恵	栄養教諭	教育
百瀬 玲子	栄養教諭	教育