

京極町食育推進計画

～ 地域を生かした食育の推進 ～



令和2年3月

京 極 町

(はじめに)

私たちにとって、「食」は、生命と健康の基本であり、日々の食事は、家族や友人とのコミュニケーションを通じ、私たちの「心」の健康、生きる喜びをつくり上げてくれるものです。

広大な農地を有し、羊蹄山の豊かな恵みを受けた京極町は、その自然環境を活かし、町内、道内、国内の皆さまに安全でおいしい「食」を提供する重要な役割を担うとともに、町内では、各種の食を通じた健康づくりの取組をはじめ、親子を対象にした調理実習、地域産業である農業の学習を進める事例など関係者の皆さんが連携し、主体的に食育に取り組む動きが進んできています。

このため、当町では、このような食育の取組を支援するとともに、食育の効果的な推進を図るため、この度「京極町食育推進計画」を策定し、地域と一体となった食育の取組を進めることといたしました。

町民の皆様には、家庭はもとより、学校や地域など生活の様々な場面において、食育推進に参加し、実践していただくことで心と身体を健康に保ちながら活力にあふれたまちづくりを実現できるよう、一層のご理解とご協力をお願いします。

令和2年3月

京極町長 梅 田 禎 氏

目 次

1	本計画の趣旨・目的	・ ・ ・ ・	p 1
2	食育の定義	・ ・ ・ ・	p 2
3	本計画の位置付け	・ ・ ・ ・	p 2
4	計画の期間	・ ・ ・ ・	p 3
5	京極町の食をめぐる現状と課題	・ ・ ・ ・	p 3
	(1) 食をめぐる社会情勢の変化	・ ・ ・ ・	p 3
	(2) 食生活の乱れと健康への影響	・ ・ ・ ・	p 3
	(3) 北海道（京極町）における食料生産の現状	・ ・ ・ ・	p 3
	(4) 食文化の伝承と環境問題	・ ・ ・ ・	p 3
	(5) 食育に対する理解と取組	・ ・ ・ ・	p 4
6	食育に関する3つの基本目標	・ ・ ・ ・	p 5
7	食育を進める分野ごとの行動目標と連携	・ ・ ・ ・	p 7
8	食育推進に当たっての数値目標	・ ・ ・ ・	p 10

1 本計画の趣旨・目的

食は命の源であり、私たち人間が生きていくためには欠かせないものです。

しかし、現在、国内では肥満や生活習慣病の増加、過度の痩身等、また児童生徒の朝食欠食などの問題が見られる状況があります。さらに世界的な食料需給の逼迫に伴う食料の安定供給の確保、安全・安心な食品に対する消費者の関心の高まりへの対応、食べものと生産現場のつながりの確保や、家庭や地域で受け継がれてきた伝統的な食文化の継承、食品ロスといった食に関する課題が引き続き存在しています。

このような国民の食生活をめぐる環境の変化に伴い、国は、食育に関する施策を総合的かつ計画的に進めるため、平成 17 年 6 月に「食育基本法」を制定し、平成 28 年 3 月には「実践の輪を広げよう」をコンセプトとした「第 3 次食育推進基本計画」を作成しました。また、北海道では、平成 31 年 3 月に「地域における多様な食育の継続的な実践」を目標とした「どさんこ食育推進プラン」（北海道食育推進計画【第 4 次】）を作成し、道内の食育を総合的に進めることとしています。

京極町でも、他の地域と同様に食生活の変化に伴うさまざまな課題が見られますが、町内にはおいしく新鮮な食材があり、また、生産地が近く、消費者と生産者の顔が見える関係が築きやすく、そうした食材を活用した料理や、特色ある食文化が育まれるため、食育を行うのに恵まれた環境にあります。

このような背景を踏まえ、京極町においても国や道などと連携しながら、町民皆様とともに、より効果的な食育の取組を推進するため、「京極町食育推進計画」を策定します。



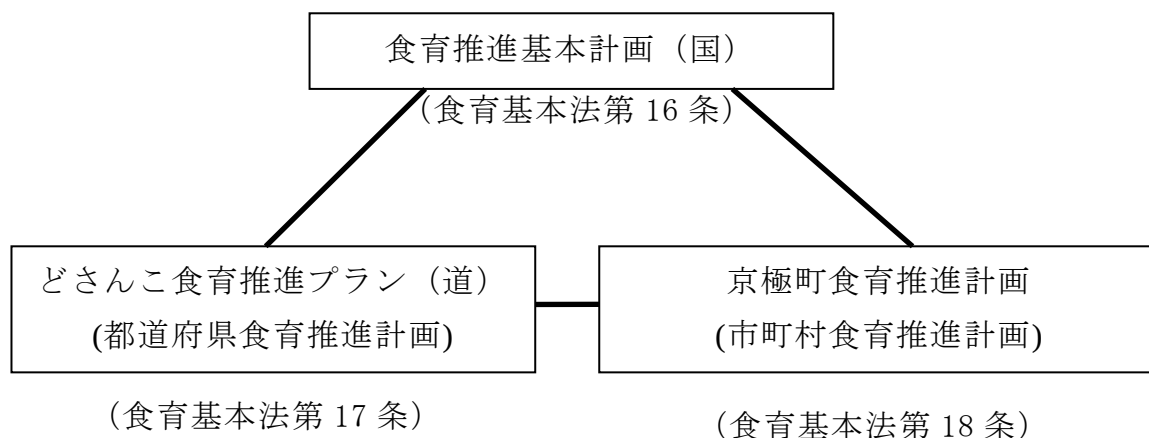
2 食育の定義

食育とは、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できる人間を育てることと定義され、生きる上での基本であって、知育、徳育、体育の基礎となるべきものと位置づけられています。（食育基本法前文）

3 本計画の位置付け

本計画は、食育基本法第 18 条第 1 項に基づき、国の食育推進基本計画や都道府県食育推進計画を基本として作成する市町村食育推進計画として位置付けられ、食育を具体的に推進するための計画として策定しています。

■京極町食育推進計画の位置付け



4 計画の期間

この計画の期間は、平成 30 年度からとし、関係法令の改正や本計画の上位計画の見直しとあわせ、必要に応じて見直しを行います。

(※参考)

- ・第 3 次食育推進基本計画(国)の計画期間(H28-H32)
- ・どさんこ食育推進プラン(北海道食育推進計画【第 4 次】)の計画期間は H31-H35

5 京極町の食をめぐる現状と課題

(1) 食をめぐる社会情勢の変化

京極町においては、人口減少が全国より早いペースで進むとともに、核家族化の進行や女性の就業増加といった動きも見られます。このような社会情勢の変化の中で、食に関する簡便化・中食が進展してきています。

(2) 食生活の変化と健康への影響

国民の食生活は、脂質・塩分の過剰摂取や野菜の摂取不足、朝食の欠食に代表されるような栄養の偏りや食習慣の乱れがみられ、これらに起因して、肥満や生活習慣病の増加などが問題となってきています。この傾向は、京極町においてもみられており、適切な対応が必要とされています。

(3) 京極町における食料生産の現状

京極町は、馬鈴しょ、小麦等の生産をはじめ、農業など食に関連する産業が地域の基幹産業となっています。食料を生産する京極町の特色を生かした食育を推進していくことが重要となっています。

また、農業・農村は次のような機能も有しており、これら資源を有効に活用した「食育」に取り組むことも大切です。

◆農業・農村の多面的機能（農林水産省ホームページから）	
○ 一時的に雨水をためて洪水を防ぐ機能 ○ 土の流出を防ぐ機能 ○ 地下水を作る機能 ○ 生きもののすみかになる機能 ○ 伝統の文化を伝承する機能 ○ 農作業の体験学習の機能	○ 土砂崩れを防ぐ機能 ○ 川の流れを安定させる機能 ○ 暑さをやわらげる機能 ○ 農村の景観を保全する機能 ○ 癒しや安らぎをもたらす機能

(4) 食文化の伝承と環境問題

国内では、食生活の多様化や簡便化が進む中で、これまで先人から受け継がれてきた伝統的な食文化が失われることが懸念されており、こうした食文化を伝承し、さらに発展させていくことが必要となっています。

また、世界的な食料需給のひっ迫、食料不足が問題となる中で、我が国においては、食べ残しなどに伴う大量の食品廃棄が行われており、これらの削減による環境負荷の低減などが求められています。

(5) 食育に対する理解と取組

京極町において、食育に関係する機関などが役割を分担しながら、食育の推進に取り組まれており、食育の周知度・関心度は高まりつつあると考えられますが、肥満率、地域産物の活用など、実際の行動で改善、維持していくべき課題があります。

さらに、食料自給率の向上や食の安全・安心の確保などが大きな課題となる中、引続き、食育の大切さを周知し、取組の実践・継続を図っていく必要があります。



6 食育に関する3つの基本目標

食育をめぐる現状と課題などを踏まえ、京極町では食育の推進を効果的に図るため、次の3つの基本目標に基づき、食育を推進します。

基本目標Ⅰ	町民の健康づくりにつながる食育の推進
-------	--------------------

脂質・塩分の過剰摂取や野菜の摂取不足などの栄養の偏りや朝食の欠食は、肥満や生活習慣病の危険因子とされています。また、食品衛生など食品の安全性に関わる知識も健康の維持に必要です。食べものと心や体の関係を知るとともに、身体によい食品の適切な選択ができるよう、町の管理栄養士・保健師・京極町栄養士連携協議会と連携を図り、乳幼児期から高齢期まで、健康の維持・増進につながる食育の取組を推進します。

基本目標Ⅱ	地産地消と一体となった食育の推進
-------	------------------

京極町は豊かな自然に恵まれ、新鮮で上質な食材があり、消費者と生産者とが顔の見えるつきあいができる特徴を持った地域です。各種体験活動により、本町の基幹産業である農業など、食に関連する産業の役割や現状について理解を深めるとともに、地産地消の大切さを知り、実践する食育の取組を推進します。

基本目標Ⅲ	未来を担う子どもを育む食育の推進
-------	------------------

食育はすべての町民に必要なものですが、特に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体を培い豊かな人間性を育んでいく基礎となるものとして重要です。食育基本法でも、食育を知育・徳育・体育の基礎となるべきものと位置づけられており、町としても保育園や学校教育での活動を中心に、乳幼児から各家庭で、食に関する指導、学習できる機会を設けていきます。

京極町における食育の取組

健康づくりにつながる 食育の推進

1. 栄養士による栄養指導
2. 乳児健診
4. もぐもぐ教室（離乳食）
5. ばくばく教室（幼児食）
6. 離乳食相談・指導
7. 町広報「にこにこ栄養相談室」
8. 親子☆キッチン
9. キッズ☆ファーム
10. キッズ☆キッチン
11. 料理教室
12. チャレンジ教室
13. ちゅうりっぷ農園
14. 親子給食
15. 1歳6ヶ月児・3歳児健診
16. 2歳児健康相談
17. 特定保健指導
18. 健康づくり教室
19. 健康教育
20. 介護予防センター栄養改善月間健康教育
21. 高齢者栄養状態把握事業
22. ひまわりクリニック栄養相談
23. 給食だより発行

地産地消と一体となっ た食育の推進

1. キッズ☆ファーム
2. 給食だより発行
3. 町広報「にこにこ栄養相談室」
4. 自然教室(じゃがいも植付・収穫体験)
5. ちゅうりっぷ農園
6. 学童保育野菜作り
7. 羊蹄山麓愛食デー

未来を担う子どもたち への食育の推進

1. 乳児健診
2. もぐもぐ教室（離乳食）
3. ばくばく教室（幼児食）
4. 親子☆キッチン
5. 管理栄養士による栄養相談
6. キッズ☆ファーム
7. キッズ☆キッチン
8. 町広報「にこにこ栄養相談室」
9. ちゅうりっぷ農園
10. チャレンジ教室
11. 保育園食育指導計画
12. 行事食を取り入れた献立の実施
13. 自然教室(じゃがいも植付・収穫体験)
14. 給食試食会
15. 学童保育野菜作り
16. 学童☆キッチン
17. ジュニア☆キッチン
18. 防災給食
19. 羊蹄山麓愛食デー
20. 料理教室
21. 給食だより発行

【関係団体・行政機関】

- ・健康推進課
- ・住民福祉課
- ・産業課
- ・教育委員会
- ・保育園
- ・京極町認定農業者協議会
- ・京極町学童保育なかよしクラブ
- ・ひまわりクリニックきょうごく
- ・京極町デイサービスセンター
- ・京極町居宅介護事業所
- ・京極町地域包括支援センター
- ・京極町介護予防センター
- ・京極町栄養士連携協議会
- ・京極町健康推進員協議会

- ・健康推進課
- ・住民福祉課
- ・産業課
- ・教育委員会
- ・保育園
- ・京極町認定農業者協議会
- ・京極町学童保育なかよしクラブ
- ・京極町4Hクラブ

- ・健康推進課
- ・住民福祉課
- ・産業課
- ・教育委員会
- ・保育園
- ・京極町認定農業者協議会
- ・京極町学童保育なかよしクラブ
- ・京極町4Hクラブ
- ・京極町栄養士連携協議会

7 食育を進める分野ごとの行動目標と連携

京極町においては、3つの基本目標をベースに、地域住民や生産者、農業関係団体、地域団体、教育機関等がそれぞれの視点で地域にあった食育の取組に連携を図りながら次の行動目標に即して、推進していきます。

1	家庭における食育の推進
---	-------------

※ 子どもの基本的な食生活習慣を形成するため、朝食をとることや「早寝早起き朝ごはん」を推奨するなど、関係機関・団体が連携し普及啓発活動の展開を図ります。

また、子どもが将来、身体によい食品を適切に選択できる力を養うため、子どもの料理教室、野菜の栽培・収穫体験教室や親子料理教室を開催する。学校を通じて保護者に対し、食育の重要性や適切な栄養管理に関する知識等の啓発に努めます。

2	学校等における食育の推進
---	--------------

※ 学校、保育園などにおいて、子どもが食に関する正しい知識を学ぶため、地域の生産者団体等と連携して農業体験や調理に関する体験、昼食時間での食事マナー学習などを計画的に推進します。

3	地域における食育の推進
---	-------------

※ 地域住民が、生涯健康で暮らす基本となる良好な食生活や食習慣の確立を図るため、国が策定した「食事バランスガイド」等を活用し、関係機関や関係団体はもとより、家庭・学校・小売店・飲食店・会社・町内会等を通じて住民への普及啓発を図ります。

4	生産者団体等における食育推進
---	----------------

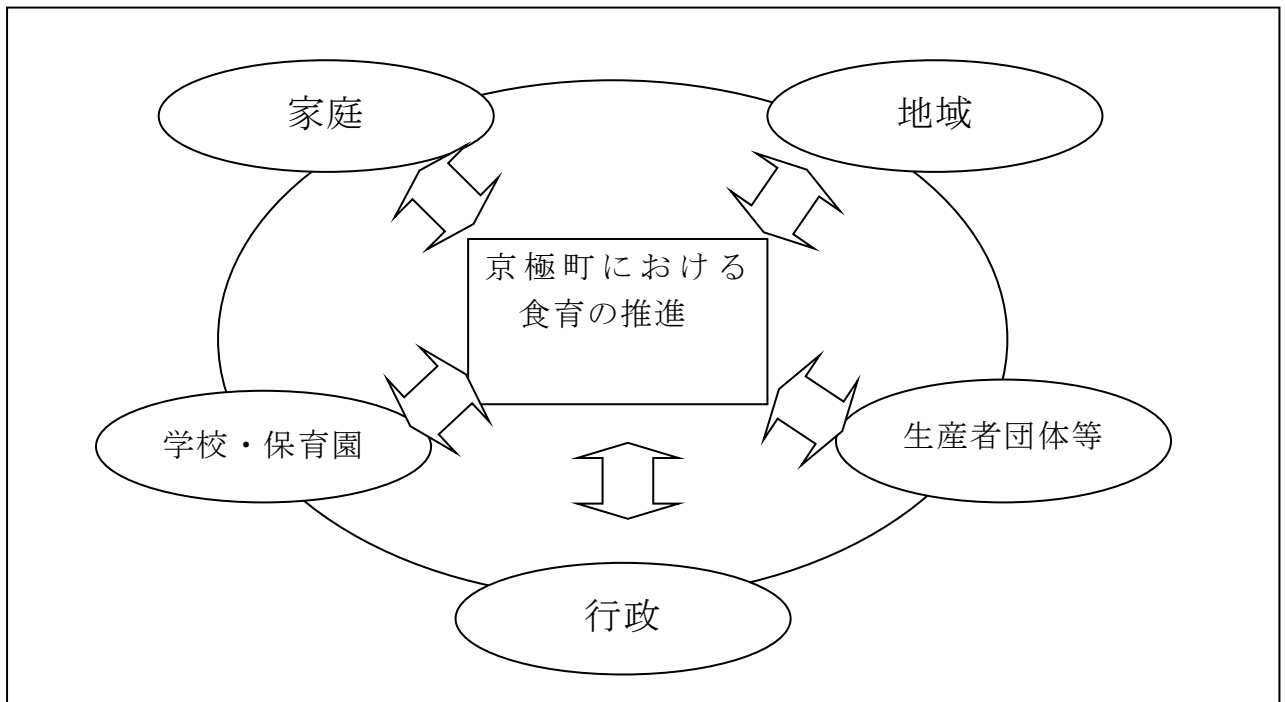
※ 品質の高い食品を安定的に供給することとあわせて、各種体験活動の実施、協力など学習機会の提供を通じて、地域の生産物や生産、流通に関わる人々の営みへの理解を深め、その大切さを伝える取組などを進めます。

5	行政における食育の推進
---	-------------

※ 食を通じて生活習慣病等の予防を図るため、健康推進課を中心に関係機関において、食育に関する普及や啓発活動を推進するとともに、町が行っている健康診断に併せて、各個人の健康状況に応じた栄養相談や運動指導の充実を図ります。

また、地域住民や農業者の自主的な取組を支援し、また協働するとともに、食育を推進するために、幅広い食育の取組に関わっていきます。

食育の推進には、日常の家庭での食生活や学校、地域住民、食材の提供をする生産者などが、それぞれの役割を理解し、相互に連携や補完をしながら活動を行っていくことが求められます。このため、住民と行政だけでなく保健・医療、産業、教育など多様な分野の関係する関係機関・団体等とが横断的な連携を図りながら、ライフステージに応じた計画の推進に積極的に努めます。



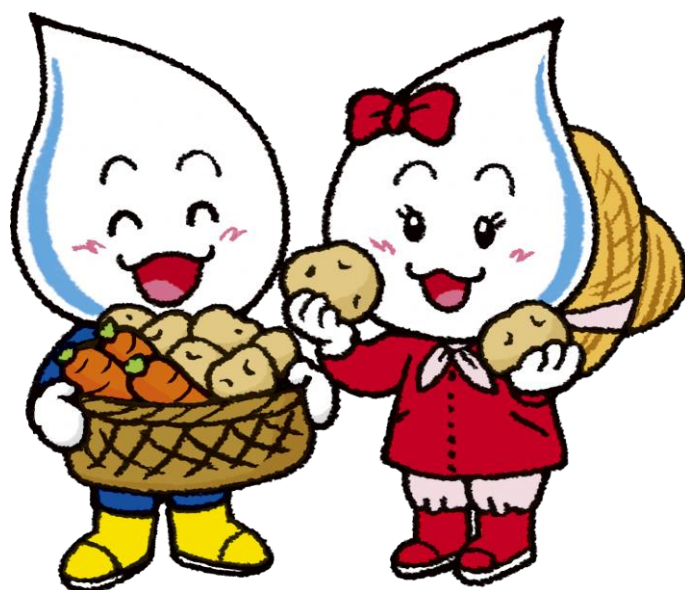
京極町の食育の取組（ライフステージ別）

	対象	乳幼児期	学校教育期	青年期	中年期	高齢期
学校等	機関 教育委員会・学校		○自然教室 ○チャレンジ教室 ○羊蹄山麓愛食デー	○給食だより ○親子給食 ○行事食	○食育授業 ○料理教室	
	保育園	○ちゅうりっぷ農園 ○行事食を取り入れた献立の実施 ○献立表の配布	○保育園食育指導計画 ○主食計測 ○給食試食会	○防災給食		
団生 体産 等者	京極町4Hクラブ		○自然教室			
	認定農業者協議会		○キッズ☆ファーム			
地 域	京極町栄養士連携協議会		○キッズ☆キッチン			
	京極町健康推進員協議会			○健康づくり教室		
行 政	健康推進課	○乳児健診 ○もぐもぐ教室 ○1歳6ヶ月児・3歳児健診 ○2歳児健康相談 ○もぐもぐ教室（離乳食） ○キッズ☆ファーム ○キッズ☆キッチン ○ぱくぱく教室（幼児食） ○親子☆キッチン	○栄養相談 ○学童☆キッチン ○ジュニア☆キッチン	○広報誌「にこにこ栄養相談室」	○特定保健指導 ○健康づくり教室 ○健康教育 ○ひまわりクリニック栄養相談	○介護予防センター栄養改善月間健康教室 ○高齢者栄養状態把握事業
	住民福祉課		○学童保育野菜作り ○料理教室			
	産業課		○キッズ☆ファーム			
	京極町学童保育なかよしクラブ		○学童保育野菜作り ○料理教室			
	ひまわりクリニックきょうごく			○ひまわりクリニック栄養相談		
	京極町居宅介護事業所					○高齢者栄養状態把握事業
	京極町通所介護事業所					○高齢者栄養状態把握事業
	京極町地域包括支援センター					○高齢者栄養状態把握事業
	京極町介護予防センター					○介護予防センター栄養改善月間健康教室 ○高齢者栄養状態把握事業

8 食育推進に当たっての数値目標

指標	現状値 (平成 30 年)	目標 (令和 4 年)
年に 1 回以上食育事業に参加する者の割合 (未就学児)	39.8%	50.0%
適正な塩分を摂取している 3 歳児の割合	25.0%	30.0%
調理の手伝いをしている 3 歳児の割合	75.0%	80.0%
肥満者 (BMI25.0 以上) の割合 (40 歳～74 歳の男性)	39.3%	35.0%
肥満者 (BMI25.0 以上) の割合 (40 歳～74 歳の女性)	21.2	20.0%
野菜を適量摂取している者の割合 (40 歳～74 歳)	5.8%	8.0%
高齢者の「低栄養」の割合 (65 歳以上の男女)	2.1%	2.0%
高齢者の「低栄養のおそれあり」の割合 (65 歳以上の男女)	18.8%	15.0%
朝食を取る小学生の割合	93.0%	95.0%

(注 1 : 本計画を地産地消促進計画に位置づける場合は、指標に含めることを検討願います。)



京極町食育推進計画

令和2年3月

担当：京極町役場産業課、健康推進課

住民福祉課、京極保育園

京極町教育委員会

〒044-0101 京極町字京極527番地

T E L : 0136-42-2111

F A X : 0136-42-3155