

# 国見町食育推進計画

概要版

国見の食を囲み、  
みんなで楽しく食わねがい！  
ほだない！



平成29年3月

国見町

## 計画策定の背景・趣旨

核家族の増加とともに、人々の生活パターンが多様化し、家族がそろって食事をする機会が減少することで、栄養バランスの偏りや不規則な食生活による体の不調を招いたり、また、これまで自然に親から子へ、子から孫へと受け継がれてきた地域の行事食や郷土料理なども受け継がれなくなってきました。さらに、農業においても、農家数、農業就業者数の減少や高齢化など、食料自給率のさらなる低下が懸念されています。食を取り巻く問題は、もはや個人だけのものではなく、社会全体のものとして捉えなければなりません。

町では、『食を学び、食を伝える』を基本理念に町民の心身の健康の増進と豊かな人間形成、子どもの食育の推進、地域の特色ある食文化の継承及び地域の活性化等を図るため国見町食育推進計画を策定しました。

## 計画の期間

本計画の期間は、平成29年度から平成33年度までの5年間の計画です。

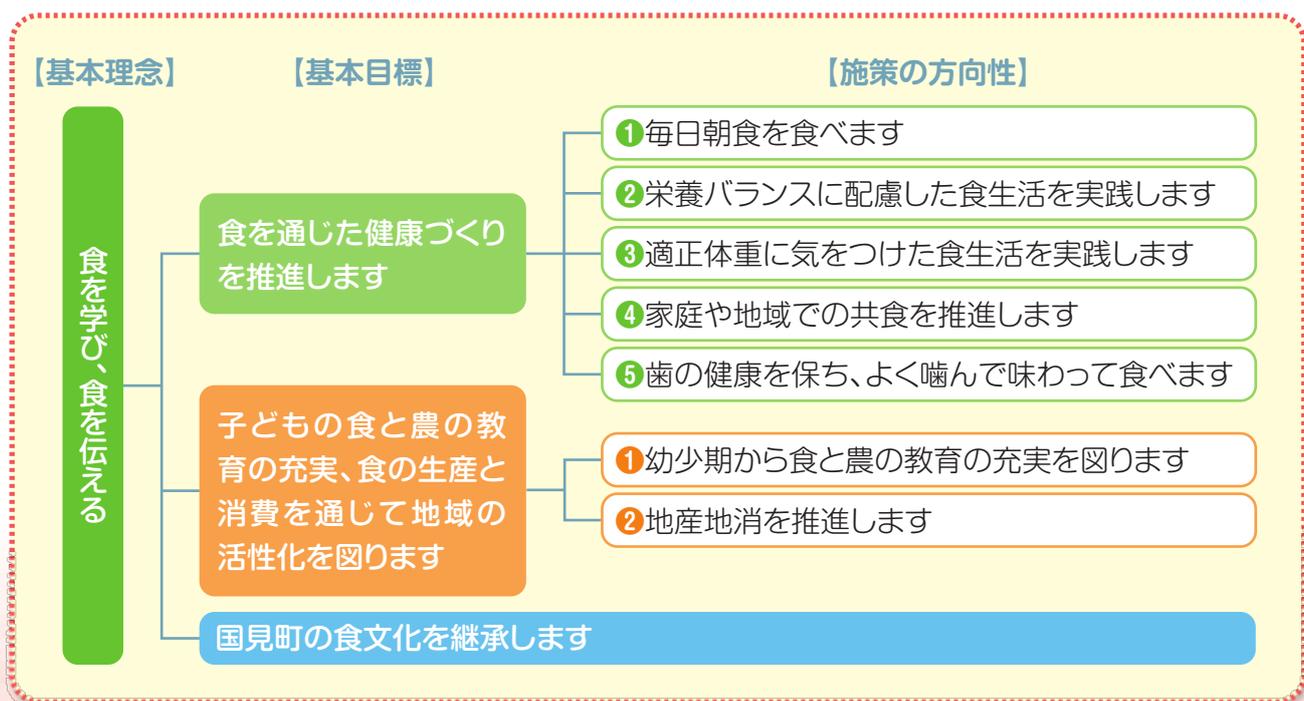


## 計画の性格・位置づけ

本計画は、食育基本法第18条に基づくもので、国の「第3次食育推進計画」や県の「第3次福島県食育推進計画」との整合性を図り策定したものです。

また、「第5次国見町振興計画（後期計画）」「1000年のまち。これから100年のまちづくり基本計画」「国見町まち・ひと・しごと創生総合戦略」を上位計画とし、その食育の推進に係る部分を具体化したものであり、町における食育の方向性を定め、そのための施策を総合的、計画的に推進するための基本的指針となるものです。

## 施策の体系





# 基本目標 1 食を通じた健康づくりを推進します

## 施策の方向性

### ① 毎日朝食を食べます

朝食は、元気に1日を始めるためのエネルギーになります。また、健康を考えた食事を規則正しくとることは、生活習慣病などの予防につながります。

望ましい生活習慣の確立や規則正しい食事のリズムの大切さに対する理解を深めるために、「早寝早起き朝ごはん」運動等を推進します。



- 主な取り組み ● 「早寝早起き朝ごはん」運動の推進 ● 「くにみっ子さわやかチェック」の実施 ● 6月の食育月間の周知 等

### ② 栄養バランスに配慮した食生活を実践します

生涯にわたって心身の健康を確保しながら、健全な食生活を実践するためには、主食・主菜・副菜・汁物を組み合わせ、栄養バランスに配慮した食事をとることが必要です。

町民一人一人が食育に関する取り組みを実践できるよう、食事バランスガイドの普及啓発など、健康的でバランスのとれた食事に関する取り組みを推進します。

- 主な取り組み ● くにみ幼稚園食育教室 ● 親子料理教室 ● 「くにみっ子マイランチ」の実施 ● 妊婦への栄養指導 ● 食生活改善普及講習会 等

### ③ 適正体重に気をつけた食生活を実践します

体重は、健康と大きく関わっています。肥満は、がん、循環器疾患、糖尿病などの生活習慣病と関連し、やせすぎは若い女性では、骨量減少や低出生体重児出産などのリスクを高め、高齢者では衰弱を招きます。

ふだんから自分の適正体重を意識した食生活を実践するための取り組みを推進します。

- 主な取り組み ● 健診での保健指導 ● 未就学児体力向上支援事業 ● 「すくすくカード」の配布 等



### ④ 家庭や地域での共食を推進します

家庭内での共食を基本としながらも、近年、様々な家族の状況や生活の多様化により、家族との共食が難しくなってきました。栄養バランスの良い食事を摂るなど食に関する正しい知識を子どもたちに教えていくため、家庭内だけでなく地域での共食も考えていかなければなりません。

家族や地域の方との共食を通じて、食の楽しさを実感するだけでなく、食生活に関する基礎を習得する機会にもなっていきます。

町では毎月19日を「みんなで食べる国見の日」と位置付け、家庭や地域における共食を推進します。

- 主な取り組み ● 「みんなで食べる国見の日」の推進 ● 子ども食堂の支援 等

### ⑤ 歯の健康を保ち、よく噛んで味わって食べます

歯と口腔の健康は、生涯にわたり健康を保つために欠くことのできないものです。食べる喜び、話す楽しみなどを保つ上で重要であり、身体的な健康のみならず、精神的、社会的な健康にも大きく関係しています。

生涯にわたって自分の歯で食べることによって生活の質を上げ、健康寿命を延ばしていくため、乳幼児期から高齢者までライフステージに応じた口腔機能の保持向上に向けた取り組みを推進します。

- 主な取り組み ● 健口キッズの広報掲載 ● フッ化物洗口の実施 ● 「くにみっ子むし歯ゼロ運動」の推進 ● 8020運動の推進 等



## 数値目標

項目	現状値	目標値 (平成33年度)
朝食を毎日食べる子どもの割合	87.3%	90.0%
主食・主菜・副菜をほとんど毎日そろえて食べる人の割合	66.7% (H25)	80.0%
適正体重の人の割合※	64.8% (H25)	70.0%
夕食を家族といっしょに食べる人の割合	児童・生徒83.3%	90.0%
	大人77.6%	80.0%
3歳児でう蝕のない者の割合	70.8% (H27)	90.0%
中学1年生の1人平均う歯数(永久歯)	1.11本	0.8本

※BMI=体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)で求められる。

やせ(BMI 18.5未満) 普通(BMI 18.5以上25.0未満) 肥満(BMI 25.0以上)



# 基本目標② 子どもの食と農の教育の充実、食の生産と消費を通じて地域の活性化を図ります

## 施策の方向性

### ① 幼少期から食と農の教育の充実を図ります

将来の国見町の発展には、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することができる人間を育てていかなければなりません。

町では、将来の国見町を担う人材を育成するため、幼少期から身近な地域での農業体験や地域の人々からの学び、交流活動など食育に関わるプログラムを体系的に整備し、食と農との関連など、私たちが暮らす地域への理解を深める取り組みを進めていきます。



### ② 地産地消を推進します

#### ① 6次産業化の推進による地産地消の推進

6次産業化は、1次産業としての農業と、2次産業としての製造業、3次産業としての小売業等の事業との総合的かつ一体的な推進を図るもので、農産物などの地域の多様な資源を活用して新たな産業を創出するものです。

町では、『国見町6次産業化推進戦略』により、農業と商工業が連携することで町全体の産業の発展を目指します。6次産業化を推進していく過程で町内産の農産物の活用により地産地消を推進します。

#### ② 学校給食を活用した地産地消の推進

町では、子どもたちへの安全安心な給食の提供を最優先にしながら、道の駅国見出荷組合と連携し、町内産の農産物や6次化商品などを学校給食に取り入れる体制を構築し地産地消を推進します。

また、子どもたちが考案した国見町の農産物を取り入れたレシピを給食で採用し、そのレシピを家庭にも広めていくなど、子どもたちが学校給食を通して、国見町の農業や食について理解を深め、郷土愛を育む取り組みを推進します。



#### ③ 食に関する情報発信の強化

地産地消を通じて地域を活性化していくためには、生産者と消費者の「顔の見える」信頼関係の構築が重要です。

生産者と消費者の結びつきを強め、消費者が安心して国見町の農産物を消費することができるようにするため、生産者のこだわりと消費者のニーズや関心がマッチした情報をホームページや広報紙、道の駅を拠点として発信していきます。



## 食と農の教育の取り組み

具体的な取り組み(事業名)	内容
国見町の旬の農産物を理解する取り組み	食育カレンダーを作成し、「やさいを育てよう」などの事業で保育所児や幼稚園児が栽培し、収穫した野菜を味わう体験を通して、国見町の旬の農産物の理解と「食」や「農」への関心を深める取り組みを進める。
農業体験の実施	小学生が田植えや稲刈り、野菜づくりをし、収穫した農産物を味わうといった体験を通し、食や農業について理解を深める。
	少年仲間づくり教室の中で、町内の生産者の方と稲刈りなどの農業体験を実施する。
	親子農業体験を実施し、子どもとついでに保護者も「食」の大切さについて理解したり「農」への関心を深めたりする。

## 地産地消の取り組み

具体的な取り組み(事業名)	内容
6次産業化の推進による地産地消の推進	6次産業化を推進していく過程で町内産の農産物の活用による地産地消の推進、6次化商品の消費による地産地消の推進を図る。
学校給食を活用した地産地消の推進	道の駅国見出荷組合と連携して、学校給食を活用して地産地消を推進する。
食に関する情報発信	広報くみや町のホームページ、TwitterやFacebookの活用、また道の駅国見を拠点として、食に関する情報を発信し、地産地消を推進する。
国見町の食文化の継承による地産地消の推進	国見町の食材を使って、家庭や地域で受け継がれてきた家庭料理や行事食などを道の駅レストランや学校給食等に取り入れ、子どもから大人まで広めていくことで、町の地産地消を推進する。

## 数値目標

項目	現状値	目標値(平成33年度)
農業に関心を持つ子どもの割合	—	50.0%
道の駅国見での6次化商品販売額	—	2,000万円※
学校給食の町内農産物活用の割合	5.4%(H27)	30.0%

※国見町まち・ひと・しごと総合戦略と整合性を図っていますが、総合戦略では平成31年度までの目標数値となっているため平成32年度以降は増加を目指します。



## 基本目標③ 国見町の食文化を継承します

国見町の食材を使って家庭や地域で受け継がれてきた家庭料理や行事食などの食文化は、国見の宝であり、後世に引き継いでいかなければなりません。

学校では給食に取り入れ、子どもたちが国見町の食文化に関心を深める取り組みを進めます。地域では、地元の住民が地元の食の良さについて学ぶ場を設け、また道の駅国見で提供することで、町民は国見町の食の豊かさやおいしさを再認識し、町外の利用者には国見町の食文化を知ってもらう機会をつくる取り組みを進めます。

また、毎月19日を「みんなで食べる国見の日」と位置付け、家庭や地域で受け継がれてきた家庭料理を作って食べることを推進します。

19日

みんなで  
食べる  
国見の日

### 国見町の食を食べる取り組み

具体的な取り組み(事業名)	内容
「みんなで食べる国見の日」の推進	毎月19日の「食育の日」を「みんなで食べる国見の日」と位置づけ、国見町の食材を使い、家庭や地域で受け継がれてきた家庭料理を作り、家族で食べられるように普及啓発する。
学校給食の活用	国見町の家庭や地域で受け継がれてきた家庭料理を学校給食に取り入れる。

### 国見町の食を学ぶ・伝える取り組み

具体的な取り組み(事業名)	内容
親子料理教室の開催	食生活改善推進員や栄養士らと国見町の家庭や地域で受け継がれてきた家庭料理や行事食を親子で作りながら学ぶ。
若者向け料理教室の開催	若者を対象とした料理教室を開催し、実際に調理して、食べるといった体験を通じて国見町の家庭や地域で受け継がれてきた家庭料理や行事食を学ぶ。
1食分メニューの募集	給食センターで中学生から国見町の食材を使った一食分メニューを募集する。
地元の豊かな食を再認識する取り組み	地元の食の豊かさを地元の住民が再認識し、それを大事に守っていくことを意識づけする機会として、地元の食の良さについて学ぶ場を積極的に設け、また道の駅等を活用し、行事食の体験イベント等を実施する。
道の駅国見でのメニュー化	国見町の家庭や地域で受け継がれてきた家庭料理を道の駅国見でメニュー化し、利用者に国見町の食を発信する。

### 数値目標

項目	現状値	目標値(平成33年度)
国見町の食材を使い、家庭や地域で受け継がれてきた家庭料理を1週間に2日以上食べている人の割合	—	30%



# 計画の推進体制

行政機関をはじめ、町民や家庭、学校など食育に関わるさまざまな関係者が、それぞれの特性を生かしつつ連携し、子どもから高齢者まで生涯を通じた食育活動に取り組み、心身の健康の増進と豊かな人間形成、子どもの食育の推進、地域の特色ある食文化の継承及び地域の活性化等を図ります。



- 心身の健康の増進
- 豊かな人間形成
- 子どもの食育の推進
- 地域の特色ある食文化の継承
- 地域の活性化



## 国見町食育推進計画

概要版

発行年月：平成29年3月

編集発行：国見町保健福祉課保健係  
〒969-1792

福島県伊達郡国見町大字藤田字一丁田二1番7  
TEL 024-585-2783 FAX 024-585-2181