

智頭町食育推進計画 (第2次)

ちいきで育む豊かな食
づっと健康 笑顔のまち

～ちづ町 食育プラン～

令和4年3月

智頭町

はじめに

私たちが目指す『ちづ暮らしの道しるべ「一人ひとりの人生に寄り添えるまちへ」(第7次智頭町総合計画)』を実現するためには、次代を担う子どもたちが健全な心と身体を培うとともに、すべての町民が心身の健康を確保し、生涯にわたって生き生きと笑顔で暮らすことができるようにすることが大切です。そして、その基礎となるのは、毎日の生活に欠かせない「食」であると考えます。

また、「食」は健康のみならず、環境、農業、教育、文化、経済等、多くの分野が関与しており、「東京栄養サミット 2021」においても、SDGs で示されているように、人々を幸せにする原点であると認識されています。子どもや若い世代が望ましい食生活により健全な心身を養うこと、「食」を通して地域の農業や伝統文化を学び、社会とのつながりを結んでいくことが、子どもの頃から生きる幸せを感じ、こころ豊かに暮らしながら、「この町に住んでいてよかった」という誇りを持つことに繋がるものと考えます。

智頭町では、平成29年3月に「第一次智頭町食育推進計画」を策定し、健全な食生活の実現と長年培ってきた食文化を大切に、健やかで心豊かな暮らしの実現を図るよう、町民の皆様と一緒に取り組みを進めてまいりました。その結果、保育所、学校、地域などを中心にさまざまな関係機関や団体と連携した取り組みが増加してきております。

本計画では、町民一人ひとりが、生涯を通じて健康づくりに取り組むことのできる健康意識の高いまちを目指し、智頭町の豊かな気候風土を活かして子どもから高齢者、そして次世代へといった「生涯にわたる食の営みの循環」を地域でつなげ、広げていくことを目指します。計画の推進につきましては、町民に本計画の趣旨をご理解いただくとともに、関係団体と連携して取り組みたいと考えています。

本計画の策定にあたり、アンケート調査にご協力いただいた皆様をはじめ、ご協議を重ねていただいた智頭町食育推進計画策定委員会及び関係機関の皆様にも、厚くお礼申し上げます。



令和4年3月
智頭町長 金兒 英夫

目次

第1章 計画策定にあたって	1
1. 計画策定の背景と趣旨	
2. 計画の期間	
3. 計画の位置づけ	
第2章 智頭町の「食」を取り巻く現状	2
1. 人口に関する状況	
2. 保育・教育に関する状況	
3. 生産に関する状況	
4. 健康に関する状況	
第3章 第1次食育推進計画総括	8
1. 重点目標に応じたこれまでの食育の取り組み	
2. 第1次食育推進計画の評価	
3. まとめ	
第4章 第2次食育推進計画	22
1. 基本理念	
2. 基本方針	
3. 重点施策	
4. 数値目標と推進施策	
5. 推進体制	
資料編	37
1. 健康づくりに関するアンケート調査結果	
2. 智頭町食育推進計画策定委員名簿	
3. 智頭町食育推進計画の策定経過	
4. パブリックコメントの募集	



第1章

計画の策定にあたって

1. 計画策定の背景と趣旨

「食」は私たちが健康で豊かな生活を送るうえで欠くことのできないものであり、生活の中における重要な役割を担っています。また、地域で長い年月をかけて築き上げてきた食文化にふれたり、安心・安全な地場産物や地産地消について学ぶことは、豊かな人間性を育むためにもとても重要です。しかし、少子高齢化、生活環境の多様化などライフスタイルの変化により、食を取り巻く状況は大きく変化し、生活習慣や食習慣の乱れなどに起因する肥満、高血圧、糖尿病といった生活習慣病の増加など、依然として多くの課題が見られます。

こうした状況を踏まえ、智頭町では平成29年3月に「智頭町食育推進計画」を策定し、健全な食生活の実現と長年培ってきた食文化を大切に、健やかで心豊かな暮らしの実現を図るよう、町民の皆様と一緒に取り組みを進めてまいりました。

家庭はもとより、保育園、学校、地域、生産者など食に関わるあらゆる関係機関・団体等が連携し、望ましい食習慣の形成や農産物等の生産・食品の製造や安全性に対する正しい理解、環境への配慮、食文化の継承などの施策を総合的かつ計画的に推進します。

2. 計画の期間

この計画の期間は、令和4年度から令和8年度までの5年間とします。なお、計画の期間中でも状況に変化があった場合は、必要に応じて目標値等の見直しを行います。その際には、国及び県の食育推進基本計画を反映させることとします。

3. 計画の位置づけ

1) 法的根拠

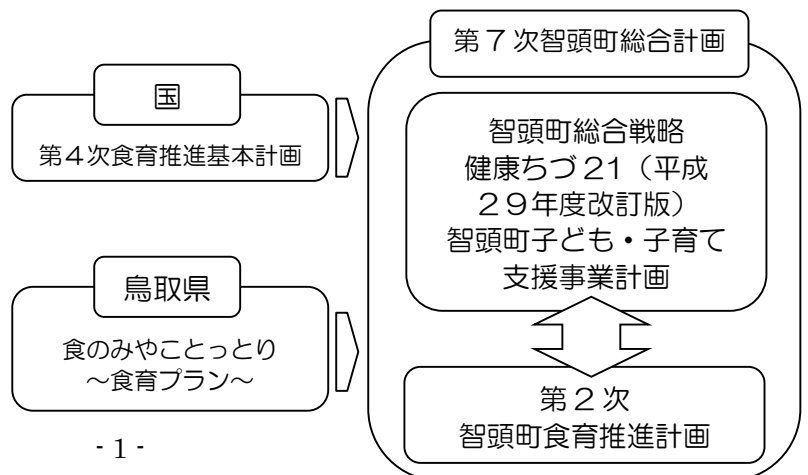
食育基本法第18条第1項に基づき策定します。

*食育基本法第18条第1項「市町村食育推進計画」

市町村は食育推進基本計画（都道府県食育推進計画が作成されているときは、食育推進基本計画及び都道府県食育推進計画）を基本として、当該市町村の区域内における食育の推進に関する施策についての計画（以下「市町村食育推進計画」という。）を作成するように努めなければならない。

2) 他計画との関係

本計画は「第7次智頭町総合計画」を上位計画とし、「智頭町総合戦略」、「健康ちづ21（平成29年度改訂版）」、「智頭町子ども・子育て支援事業計画」など関連する計画との連動を図るとともに、国の「第4次食育推進基本計画」及び鳥取県の「食のみやことっとり～食育プラン～」等との整合性を図ります。



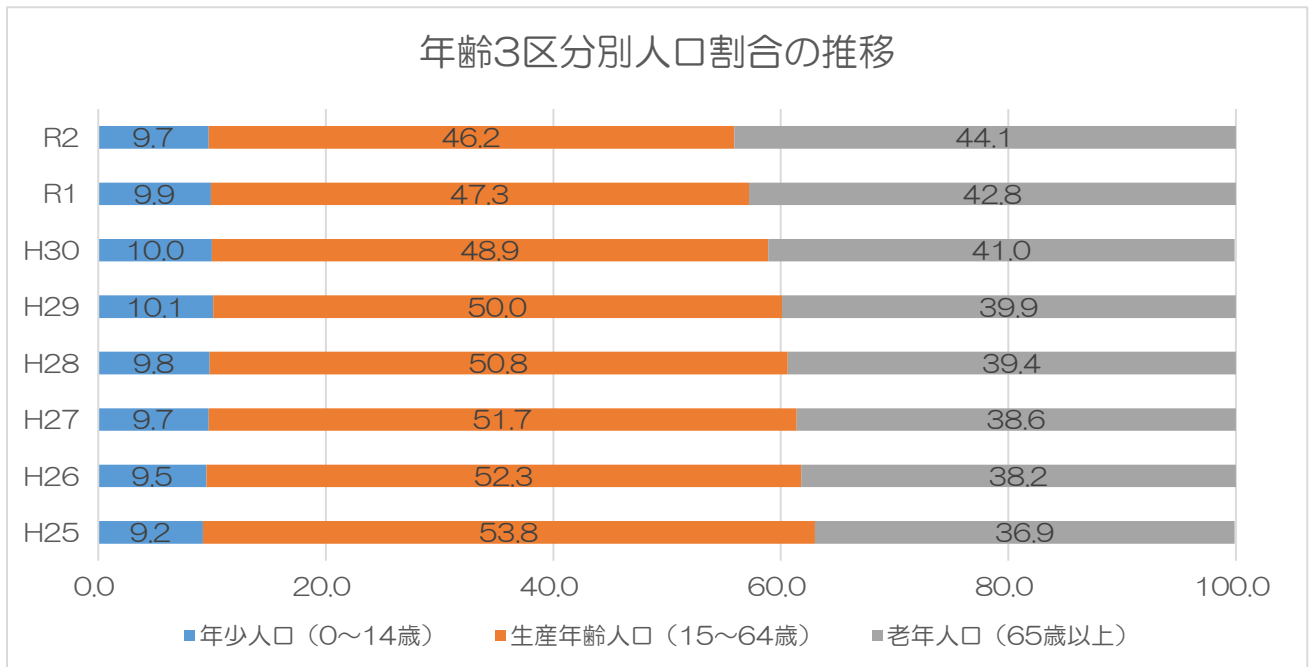
第2章

智頭町の「食」を取り巻く現状

1. 人口に関する状況

1) 人口の推移

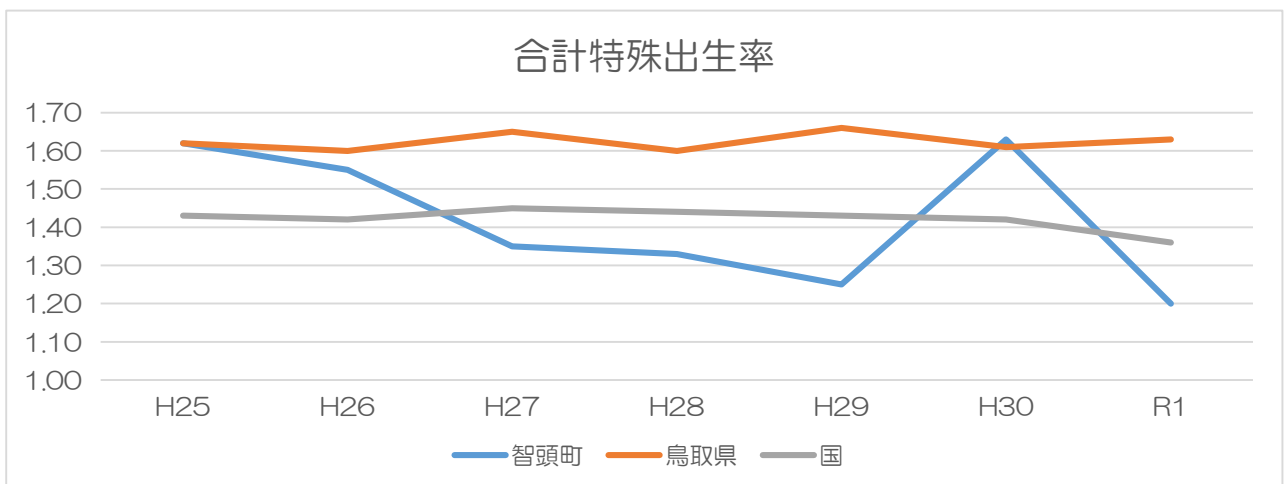
本町の人口は、昭和30年の14,643人をピークに年々減少しています。近年では2～3%と緩やかな減少ですが、年少人口（0歳～14歳）が平成16年から平成25年までの10年間で約350人減少し、少子高齢化が確実に進んでいます。



【図1 年齢3区分による人口と世帯規模の推移】（県人口動態調査）

2) 合計特殊出生率

平成22年以降は県平均を下回る傾向が続いています。共働き世帯が増えるなか、出産・育児と仕事が両立しやすい環境の整備が求められます。

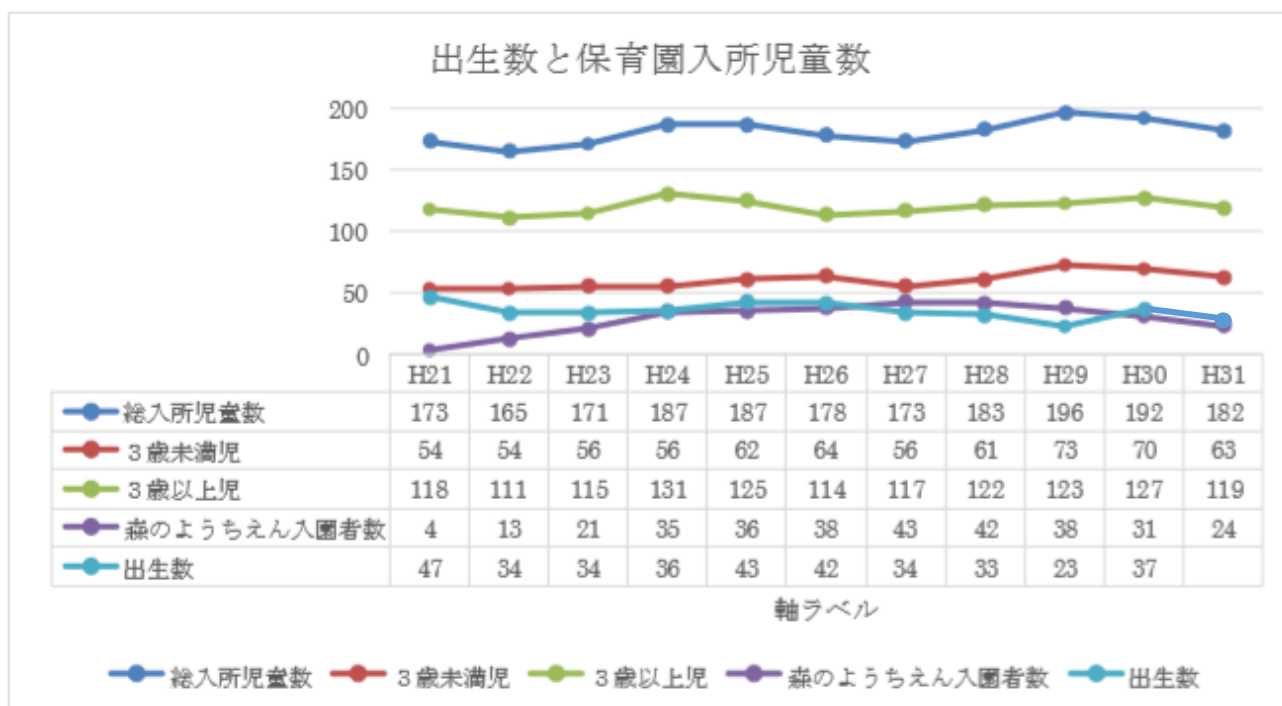


【図2 合計特殊出生率の推移】（県人口動態調査）

2. 保育・教育に関する状況

1) 保育園の入所児童数

少子化に伴い、平成19年度に保育園を統合し、あたご保育園（3歳未満児）と、諏訪保育園（3歳以上）2園化とし、平成29年4月には2園を統合し、ちづ保育園に一園化しました。出生数は30～40人前後を保っていますが、入所児童数が増加傾向にあり、母親の就業との関係がうかがえます。



【図3 出生数と保育園入所児童数】（智頭町子ども・子育て支援事業計画より）

2) 小学校・中学校の児童・生徒数

小学校児童数の推移(人)								中学校生徒数の推移(人)			
年度	1年	2年	3年	4年	5年	6年	合計	1年	2年	3年	合計
26年度	51	48	43	39	44	55	280	48	55	57	160
27年度	44	52	46	44	40	47	273	53	48	55	156
28年度	52	44	51	47	45	40	279	47	53	48	148
29年度	43	54	44	53	45	45	284	39	47	54	140
30年度	51	42	53	43	53	46	288	45	39	47	131
元年度	51	50	40	49	39	48	277	47	42	39	128

【表1 小学校児童数・中学校生徒数の推移】（智頭町子ども・子育て支援事業計画より）

3. 生産に関する状況

1) 農家・農地等の状況（令和3年3月31日現在）

本町の農業は、水稻、畜産、園芸作物が主要作物であり、今後もこれらが中心となると思われるが、高齢化の進行により遊休農地の増加が懸念されていることから、その発生防止・解消に努めていく一方、水稻経営等の担い手への農地利用の集積・集約化に取り組んでいく必要があります。

	農家数(戸)
総農家数	657
自給的農家数	369
販売農家数	285
主業農家数	16
準主業農家数	25
副業的農家数	244

※ 農林業センサスに基づいて記入。

	農業者数(人)
農業就業者数	302
女性	119
40代以下	16

※ 農林業センサスに基づいて記入。

	経営数(経営)
認定農業者	7
基本構想水準到達者	4
認定新規就農者	0
農業参入法人	0
集落営農経営	1
特定農業団体	0
集落営農組織	1

※農業委員会調べ

単位:ha

	田	畑	畑			計
			普通畑	樹園地	牧草畑	
耕地面積	497	57	57	0	0	554
経営耕地面積	193.4	29	25.1	1.9	2	222.4
遊休農地面積	26.7	0.2	0.2	0	0	26.9
農地台帳面積	546.5	111.2	111.2	0	0	657.7

【表2 農家・農地等の概要】（令和3年度農業委員会活動計画より）

2) 高収益作物や転換作物等の状況（令和3年度）

本町は鳥取県の南東部に位置する山間地域で、農用地が少なく農家一戸当たりの耕作面積は34aと少ないです。水田面積は460haでコシヒカリ、ひとめぼれ等の稲作を中心に、転作作物としてJA鳥取いなばの重点作物の白ネギ、アスパラガス、ブロッコリー、ホウレンソウ、生姜、智頭町特産作物の自然薯、りんどう、どうだんつつじ、テッポウユリ、キクイモ、ルバーブ、その他の多品目野菜が栽培されています。

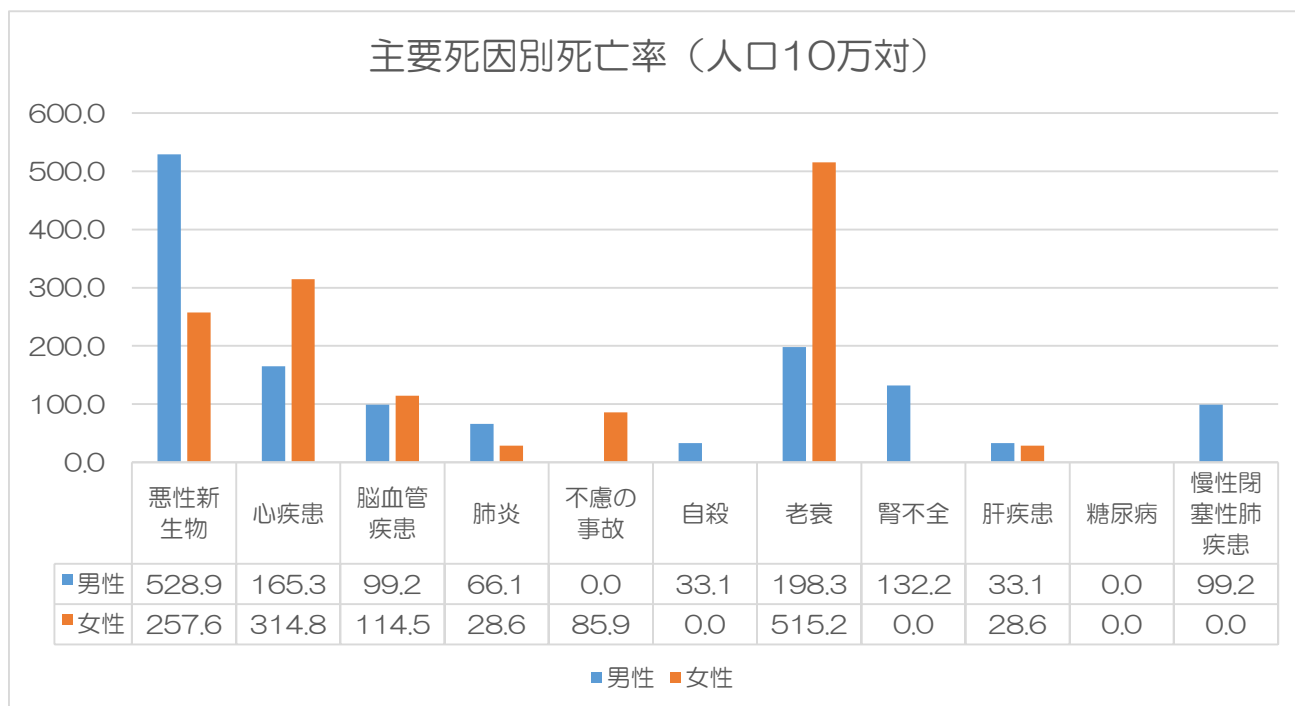
作物		前年度の作付面積 (ha)	当年度の作付予定面積 (ha)	令和5年度の作付目標面積 (ha)
主食用米		236.5	235.4	235.4
大豆		2.1	2.1	2.2
そば		2.2	2.0	2.2
作高物収益	野菜	45.2	46.1	47.0
	花き、花木	7.7	7.8	7.9
	果樹	2.2	2.2	2.2
その他	きのこ、山菜他	3.5	3.5	3.5

【表3 作物ごとの作付予定面積】（令和3年度智頭町地域農業再生協議会水田収益力強化ビジョンより）

4. 健康に関する状況

1) 主要死因別死亡率（人口10万人当たりの人数に換算したもの）

男女どちらも、老衰を除いて「悪性新生物（がん）」「心疾患」「脳血管疾患」の3大死因が高い死亡率を示しており、生活習慣病予防が重要となっています。



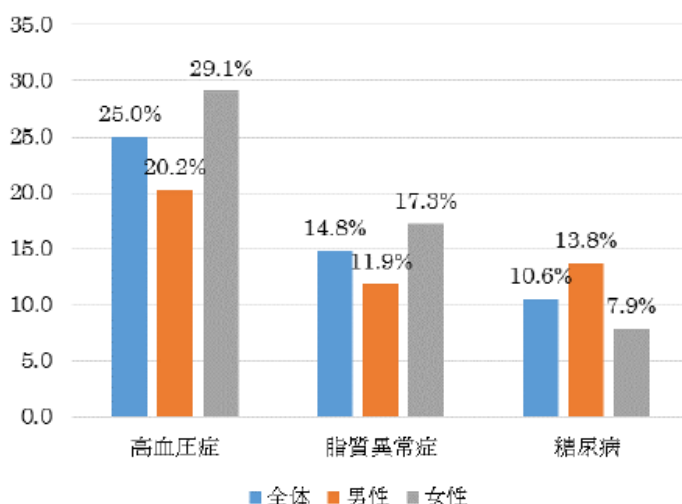
【図4 主要死因別死亡率】（令和元年度鳥取県人口動態統計より）

2) 生活習慣病の有所見者割合

高血圧症、脂質異常症、糖尿病の中では高血圧症と診断されている人が一番多く、25.0%でした。高血圧症対策として、減塩の推進と野菜摂取の増加を図る取り組みが必要です。

		全体	男性	女性
高血圧症	人数(人)	59	22	37
	割合(%)	25.0	20.2	29.1
脂質異常症	人数(人)	35	13	22
	割合(%)	14.8	11.9	17.3
糖尿病	人数(人)	25	15	10
	割合(%)	10.6	13.8	7.9

【表4 三疾病の有所見者割合】



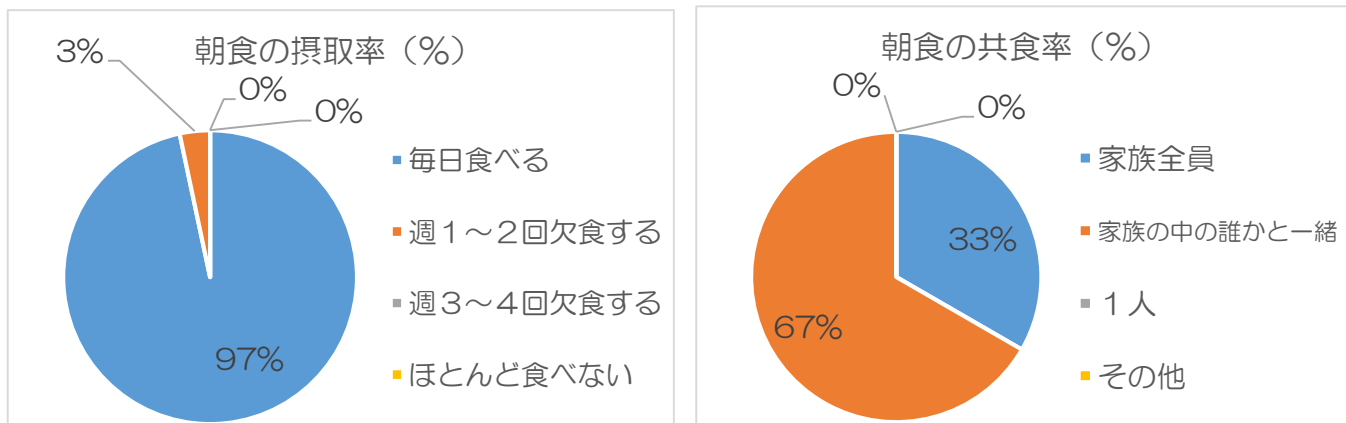
【図5 三疾病の有所見者割合】

健康ちづ21 平成29年度改訂版より

3) 朝食の摂取率（令和3年度 健康づくりアンケート）

◆保育園児（5歳児）

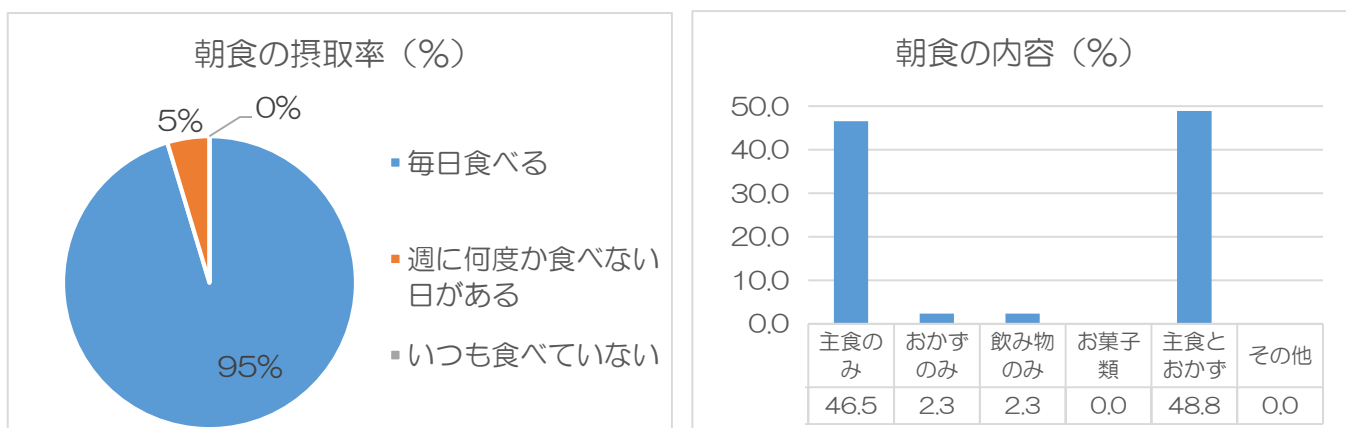
ほとんどの家庭で食べられていましたが、週1～2回欠食する家庭がありました。また、朝食の共食率については、1人での“孤食”は0%という結果でした。



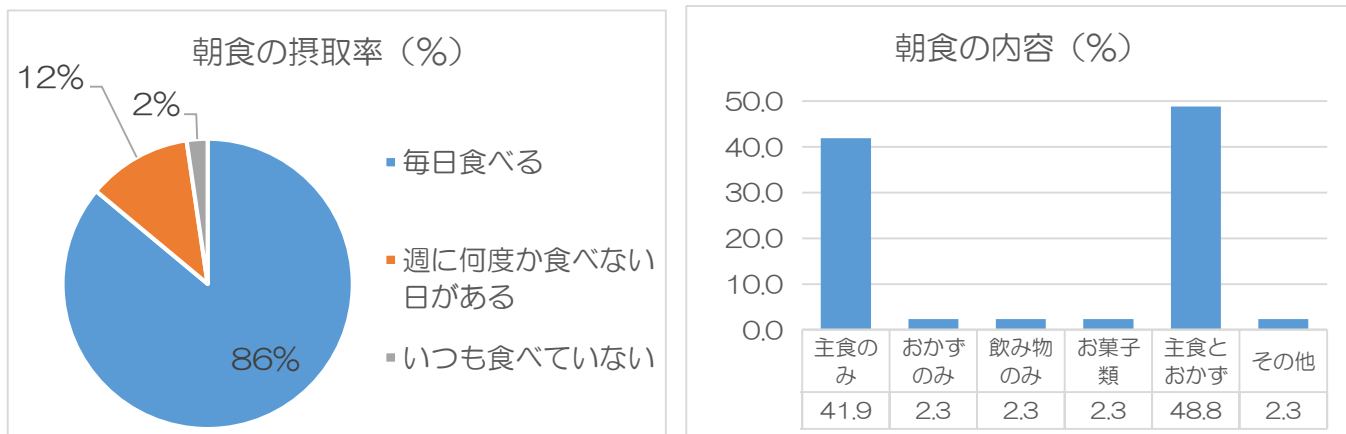
【図6 保育園児の朝食摂取率と共食率】（健康づくりアンケートより）

◆児童生徒（小学5年生）

8～9割の家庭で食べられていましたが、中学生について「いつも食べていない者」が2%でした。朝食の内容については、「主食のみ」「主食とおかず」が大半を占めていました。



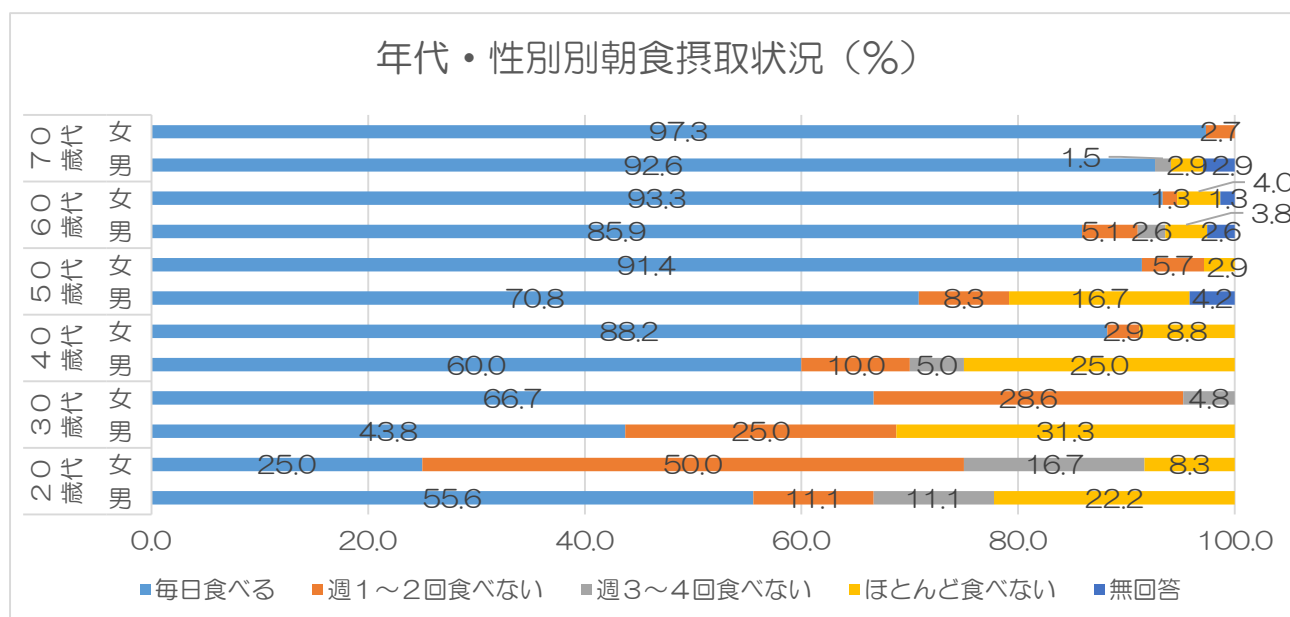
◆児童生徒（中学2年生）



【図7 児童生徒の朝食摂取率と共食率】（健康づくりアンケートより）

◆成人（20歳以上）

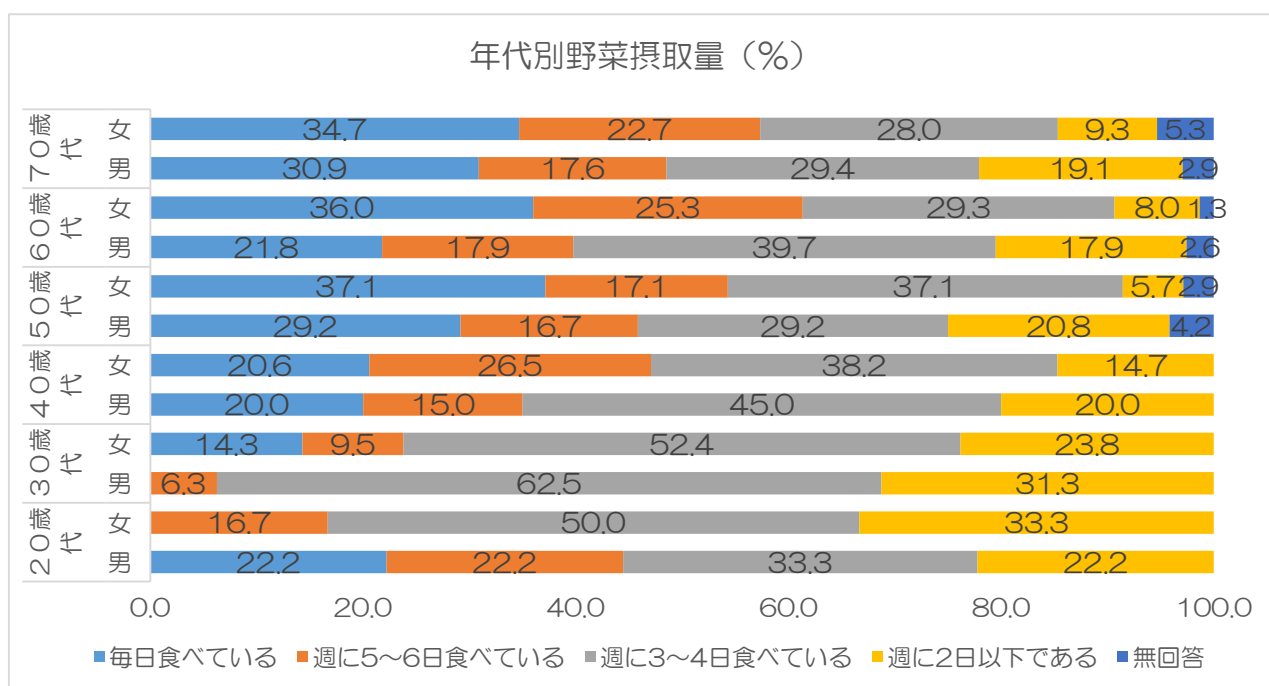
成人の朝食摂取率については、20～30歳代の若い世代で低く、特に20～59歳の男性については朝食の欠食率が23.2%と高くなっています。



【図8 年代別朝食の摂取状況】（健康づくりアンケートより）

4) 野菜の摂取状況（令和3年度 健康づくりアンケート）

野菜を両手一杯分食べる者の割合について、20～30歳代の若い世代で摂取率が低く、20歳代女性及び30歳代男性については毎日食べる者は0%であった。野菜摂取は生活習慣病予防に欠かすことのできないものであるため、必要性や手軽に摂取できる方法等を周知していく必要があります。



【図9 年代別野菜の摂取量】（健康づくりアンケートより）

第3章

第1次食育推進計画総括

平成28年度に「智頭町食育推進計画」を策定し、令和3年度までの5年間、関係機関が連携しながら食育に関する取り組みを進めてきました。

未来を担う子どもたちが、健全な心と身体を培うとともに、すべての町民が心身の健康を確保し、生涯にわたって生き生きと笑顔で暮らすことができるよう、「ちいきで育む豊かな食 ずっと健康 笑顔のまち」を基本理念として計画を推進してまいりました。

計画を推進するにあたり、2つの基本方針を掲げ、智頭町のみどりあふれる豊かな自然を活かし、生産から食卓までの「食べ物の循環」、子どもから高齢者、そして次世代へといった「生涯にわたる食の営みの循環」を地域でつないでいく取り組みを進めてまいりました。

基本理念

ちいきで育む豊かな食
ずっと健康 笑顔のまち

基本方針

ちづ町のみどりあふれる豊かな自然を活かした食育
地域でつなげ、広げる食育～健康・笑顔の環（わ）～

1. 重点目標に応じたこれまでの食育の取り組み

重点目標1. 食と健康

食と健康に関心をもち、食に関する正しい知識を習得する

●乳幼児健康診査

	取り組み内容	担当課
各健康診査において個別相談・指導を実施	乳児健康診査、1歳6か月児健康診査、2歳児歯科健診、3歳児健康診査、5歳児健康診査等の各種健診時に朝食摂取等の望ましい食習慣、歯磨きや噛むことの重要性について啓発。	福祉課

●離乳食講習会

	取り組み内容	担当課
3～4か月児の保護者を対象に実施	口腔機能や発育・発達の状況に合わせた離乳食の進め方等についての講話や調理体験、歯の手入れ等についての情報提供を行い、子どもの食習慣の基礎づくりを推進。	福祉課

●保育園における食に関する生活指導

	取り組み内容	担当課
給食だよりでの啓発 給食サンプルの展示 給食試食会 うがい、歯磨きの実施	給食だよりや給食サンプルの展示をとおして、保護者へ情報提供。 また、給食試食会で噛むことの大切さや地産地消について啓発。 食後の歯磨きやぶくぶくうがいの練習を行い、口腔衛生を推進。	保育園 福祉課

●健康な身体と歯をつくる食育推進事業（令和3年度から）

	取り組み内容	担当課
保育園の年中児、年長児を対象に実施	毎月1回、紙芝居やエプロンシアター等で虫歯にならない健康な歯をつくる方法や、食事のバランス等について勉強する機会を設けた。また、保護者に向けた啓発資料を配布。	福祉課 保育園

●給食時間による食の指導

	取り組み内容	担当課
小中学校各クラス4回 ずつ実施	学年に応じた内容で、月に2学年、2クラスずつ訪問して、バランスのとれた食事等について指導。 新型コロナウイルス感染拡大防止のため、令和元年～平均各クラス2回ずつ訪問指導。	給食センター

●全校放送を使った食の指導

	取り組み内容	担当課
小中学校で毎日実施	各月の給食の目当てや、その日の給食に関する様々な食の知識や情報を全校の児童生徒に向けて啓発。	小中学校 給食センター

●学校給食試食会

	取り組み内容	担当課
年に1回、小中学校で 実施	保護者を対象とした給食の試食会を行う際に、望ましい生活リズムや食生活についての重要性を啓発。また、智頭町の給食の特色やこだわり等について、講演会を実施。	小中学校 給食センター

●かみかみ給食の提供

	取り組み内容	担当課
小中学校で実施	毎月8のつく日に、噛み応えのある食材を使用した給食や、カルシウムの多い食材等を用いた給食の提供を行い、よく噛んで食べることの大切さについて啓発。	小中学校 給食センター

●各種健康教室

	取り組み内容	担当課
各集落における教室 糖尿病予防教室 ブルーリボンの会 (糖尿病予防教室卒業 者対象)	地域に出向いての健康づくりに関する講話を行うほか、健診で要指導となった方を対象に、講話やバランスの良い食事の試食体験等を実施し、3食規則正しく食べることやよく噛んで食べることの大切さ等について啓発。併せて、教室卒業者を対象にしたフォロー教室を開催し、継続した食習慣改善のサポートを実施。	福祉課

●いきいき百歳体操

	取り組み内容	担当課
森のミニデイ、各地区ミニデイ、サロン等で口腔体操を実施	高齢者の筋力向上と口腔機能の維持を目的に、住民主体の居場所である「森のミニデイ」や、各地区ミニデイ、サロン等で週に1～2回、いきいき百歳体操と併せて口腔体操を実施。	福祉課

●食生活改善推進員研修会・料理講習会

	取り組み内容	担当課
会員の資質向上を目的とした研修会を実施	地域で活動する食生活改善推進員に対し、健康づくりに関する情報提供、食事づくりについての指導を実施。 食生活改善推進員が地域住民に対し、健康づくりに関する講話や調理実習を各集落等で実施。	福祉課

●食育PR事業

	取り組み内容	担当課
保健センター、保育園、小中学校等で実施	子どもやその保護者等に対し、朝食摂取の大切さや、早起き・早寝・朝ごはんといった規則正しい生活習慣等の身近な内容について啓発。	福祉課 保育園 小中学校

●おはなし会

	取り組み内容	担当課
未就園児とその保護者を対象に実施	毎月ちづ図書館が主催している「おはなし会」の場を活用し、食に関する絵本の読み聞かせや紙芝居を通して、子どもに楽しんでもらいながら食について学んでもらい、また保護者を対象に、栄養に関する情報や離乳食の取り分けレシピなどの情報を提供。	教育課 福祉課

●全国学校給食週間の取組

	取り組み内容	担当課
1月24日から1月30日に実施	地域住民等を対象とした学校給食展を開催し、バランスのとれた食事や朝食摂取の大切さ等について啓発。	給食センター

重点目標2. 食への感謝

食を通して豊かな心を育み、食に対する感謝の心を養う

●ノーマディアデー、メディアコントロールweek

	取り組み内容	担当課
保育園、小中学校で実施	毎月19日をノーマディアデーとし、家族団らんの食卓を推進。メディアコントロールweekでは「早起き・早寝・朝ごはん」の生活リズムの定着を推進。	保育園 小中学校 教育課

●給食における指導

	取り組み内容	担当課
保育園及び小中学校で実施	給食を『生きた教材』として活用し、配膳や食事前後のあいさつ等のマナーを身につけた。また、保育者や友達と一緒に食べることで、みんなで食べると楽しい、美味しいという共食の大切さを啓発。 保育所給食から学校給食への移行準備として、年長児を対象に配膳や学校給食の食器を使って食べる練習を実施。	保育園 小中学校 給食センター

●菜園活動とクッキング

	取り組み内容	担当課
保育園で実施	智頭農林高等学校の生徒に苗の植え付け、草とりや水やり等の育て方を教わりながら菜園活動を実施。収穫した野菜は給食やクッキング活動に使用。 クッキングは月齢に合わせた内容で行い、作る楽しみや食べる楽しみを体験。	保育園

●各教科における授業チームティーチング（TT）

	取り組み内容	担当課
小中学校で実施	家庭科だけでなく、学級活動や様々な教科において、食と関連する分野を教科担当と栄養教諭が連携して食の指導を実施。	小中学校 給食センター

●学校における専門委員会（給食委員会）による食に関する取り組み

	取り組み内容	担当課
小中学校で実施	給食委員会が中心となって、全校児童生徒に対して啓発活動を実施。また、給食集会では児童が「やさいをたべよう」という寸劇を通して野菜摂取の大切さを啓発。	小中学校 給食センター

●子ども向けクッキング活動

	取り組み内容	担当課
こどもおやつ作り教室	夏休みや冬休み等を利用して、給食センターの調理員が講師となり、子どもたちが自分で作る体験活動を実施。	教育課 給食センター

●共食の場を活用した食育活動

	取り組み内容	担当課
子ども食堂で実施	家族や友達等と一緒に食事をしたり、食べ終わった食器等は自分で片づけることで、食事の楽しさやマナーを学ぶ機会とした。 また、賞味期限間近の食材を提供してもらい活用することで、食品ロスの削減を推進。	福祉課 (まんぷく食堂「えん」に委託)

重点目標3. 食の営み

地域の産物、郷土の食文化を理解して次世代に継承する

●保育所給食における地産地消

	取り組み内容	担当課
業者に県内産食品使用を依頼など	県内産食材の使用状況を把握し、地産地消に努めた。また、園内の菜園で採れた野菜を給食に使用することで、園児や保護者に向けて地産地消を啓発。	保育園

●学校給食における地産地消

	取り組み内容	担当課
全校放送による紹介 献立表による啓発など	毎日の給食委員会による放送や掲示マップで、児童生徒に地元食材を伝え、毎月の献立表で、町産・県産食材を紹介。	小中学校 給食センター

●生産者等との交流給食

	取り組み内容	担当課
保育園、小中学校で実施	生産者や給食センター職員が訪問し、子どもたちと一緒に給食を食べながらふれあい、地産地消への理解や関心を高めた。	保育園 小中学校 給食センター

●社会科見学

	取り組み内容	担当課
小学校で実施	町内の生産者のもとへ出向き、生産過程等について学び、見学した農産物はその日の給食に提供することで、子どもたちの理解を促進。	小中学校 給食センター

●全国学校給食週間の取組

	取り組み内容	担当課
1月24日から 1月30日に実施	県内や町内の特産品を活用した給食や郷土料理を提供し、食に関する意識を高めた。また、学校給食や食育の取り組みについて、理解と関心を深めてもらい、より良い学校給食にしていこうことを目的に、地域住民等を対象とした、学校給食展を開催。	給食センター

●クッキングとおやつレストラン

	取り組み内容	担当課
保育園で実施	春にはヨモギを摘んで団子にして食べたり、2月にはかき餅、3月にはどんを作って食べるなど、季節や行事に沿った食の体験を実施。 また、伝統食については、給食に取り入れたり、給食の時間に話をしたりして、小さな頃から食文化や伝統食について学ぶ機会を設けた。	保育園

●栃の森づくり事業

	取り組み内容	担当課
小学校で実施	地元の方の指導を受けながら、町内の山林に出向いて栃の実の収穫、皮むきや灰汁合わせ等の過程を体験。処理した栃の実は栃餅にして食べることで、地域の伝統技術や伝統料理について学ぶ体験活動を実施。	山村再生課

●食育の日の活用

	取り組み内容	担当課
毎月19日の食育の日に実施	毎月19日の食育の日に、鳥取県の食材を生かした献立や郷土料理を提供したり、献立表や給食だよりを用いて啓発。	給食センター

●智頭町の『じげの味』の伝承

	取り組み内容	担当課
広報紙で紹介	智頭町の食に携わる方々に、古くから食べられ、語り継がれてきた味や、新たな伝統食となっていくじげの味について、広報紙で紹介し、町民に伝承。	福祉課

●食生活改善料理講習会

	取り組み内容	担当課
地域伝達講習会の実施	食生活改善推進員が地域住民に対し、郷土料理や行事食に関する講話や調理実習を各集落等で実施。	福祉課

●特産品販路開拓支援事業

	取り組み内容	担当課
町の補助事業を活用して実施	町内外で実施されるイベント等で智頭町産の特産品販売 PR を行うことで、販路の開拓と特産品の生産振興を図った。	山村再生課

●智頭町ふるさと納税事業

	取り組み内容	担当課
ふるさと納税者に対して実施	特産品の詰め合わせセットを町外のふるさと納税寄付者に贈ることで、特産品の消費拡大とPR活動を実施。	総務課

●智頭町疎開保険

	取り組み内容	担当課
疎開保険加入者に対して実施	保険加入の特典として、智頭町自慢のお米や野菜、工芸品などの特産品を贈ることで、特産品の消費拡大とPR活動を実施。	企画課

●とっとり共生の里づくり支援事業

	取り組み内容	担当課
農村と企業が連携して実施	五月田集落と株式会社鳥取銀行が連携して、集落の遊林農地にブルーベリーやさつまいもを植え付けたり、もち米の田植え、ビールの原料となるホップ栽培の管理等を行い、収穫した農産物は加工して販売することで、地域資源の保全、農業の活性化や特産品づくりを6次産業化に発展。	山村再生課

●ホンモノの農産物づくり推進事業

	取り組み内容	担当課
農産物フェスタ 智頭の農市 自然栽培の推進 ジビエの利用促進	町内外で実施されるイベント等で智頭町産の特産品の販売やPRを行うことで、地産地消を推進。 県内外の郵便局と連携して行われる農市で、智頭町産の特産品販売 PR を行うことで、販路の開拓と特産品の生産振興を図った。 新たな特産品の開発として、自然栽培野菜やジビエ利用を推進。	山村再生課

2. 第1次食育推進計画の評価

平成29年3月に策定した「智頭町食育推進計画」で設定した目標の達成状況は下記のとおりです。評価指標については、令和3年8～9月に実施した健康づくりに関するアンケート調査と、各事業実施結果などから達成度を評価しました。

評価区分		該当項目数（割合）	
◎	令和3年度目標数値を超えたもの	7項目	18.4%
○	令和3年度目標数値には届かないものの、数値に近づいている、または数値が平成28年度調査結果より±5%未満で推移しているもの	21項目	55.3%
▲	平成28年度調査結果より5%以上下がったもの	10項目	26.3%
合計		38項目	100%

重点目標1. 食と健康

食と健康に関心を持ち、食に関する正しい知識を習得する

具体的目標

- *元気な1日は朝ごはんから！朝・昼・夕と3食 食べる
- *『歯』は健康のバロメーター！ゆっくりとよく噛んで食べる
- *1日、両手一杯分の野菜を！主食・主菜・副菜をそろえて食べる

(年度)

評価指標	令和3年度目標値		調査結果 (%)		評価
			H28	R3	
朝食欠食率の減少	児童	0%	6.8	4.7	○
	生徒	0%	15.7	14.0	○
	20～59歳の男性	10%以下	12.3	23.2	▲
1日1回以上 主食・主菜・副菜をそろえて食べる	幼児	100%	93.8	93.3	○
	児童	100%	81.8	83.7	○
	生徒	100%	68.6	83.7	○
	成人	80%	73.1	90.4	◎
緑黄色野菜を食べる	幼児	100%	84.4	80.0	○
	児童	100%	88.6	62.8	▲
	生徒	80%	58.8	76.7	○

野菜を両手一杯分食べる	成人	50%	29.2	27.9	○
	20歳代男性	10%	5.0	11.2	◎
1口30回を目安によく噛んで食べる	幼児	80%	34.4	23.3	▲
	児童	80%	29.5	32.6	○
	生徒	80%	35.3	27.9	▲
	成人	50%	10.3	21.4	○
仕上げ磨きをする	幼児	100%	40.6	100	◎
朝晩の歯磨きをする	児童	100%	84.1	62.8	▲
	生徒	100%	78.4	81.4	○
	成人	85%	69.4	66.0	○
栄養表示を見る町民の増加	成人(男性)	50%	36.9	20.5	▲
	成人(女性)	80%	63.8	27.5	▲

評価と課題

朝食の摂取と食事バランスについて

子どもの朝食欠食率は改善傾向にあります。主食・主菜・副菜を揃えて食べるなど、食事内容についての課題が見受けられます。また、20～59歳代の男性については欠食率が増加しており、働き世代への啓発が必要です。

野菜の摂取について

子どもの野菜摂取率については改善が見られず、元気な身体をつくるために欠かせない野菜の大切さと、手軽に摂取できる方法など家庭への啓発が必要です。摂取率の低かった20歳代男性については目標を達成しましたが、野菜を両手一杯分食べる者の割合（成人）については横ばい傾向で、継続して摂取量を増やす働きかけが必要です。

歯の健康について

1口30回を目安によく噛んで食べる子どもの割合は減少しており、早食いや丸のみになっていることが考えられます。また、成人についても目標には届いておらず、いずれの年代においてもよく噛んで食べることの大切さを意識づけしていく必要があります。また、虫歯予防に欠かせない口腔ケアについて、幼児の仕上げ磨きの実施率は目標に達しましたが、その他の年代では朝晩の歯磨きの実施率に改善が見られておらず、継続して口腔ケアの必要性や定期的な歯科受診の大切さ等について啓発する必要があります。

食に関する知識について

健康的な食生活を実践する上で欠かせない栄養表示について、活用している者は2～3割の者とかなり低く、表示の見方や活用方法等について啓発していく必要があります。

重点目標2. 食への感謝

食を通して豊かな心を育み、食に対する感謝の心を養う

具体的目標

- * 食事作り・手伝い等を通して、食の楽しさを共有する
- * 家族や友人と食事を共にすることでマナーや社会性を身につける
- * 「いただきます」「ごちそうさま」食前食後のあいさつをする

(年度)

評価指標	令和3年度目標値		調査結果 (%)		評価
			H28	R3	
食事のあいさつをする	幼児	100%	90.6	90.0	○
	児童	100%	100	83.7	▲
	生徒	100%	84.0	88.4	○
家族そろって夕食を食べる	幼児	100%	90.6	100	◎
	児童	100%	79.5	77.0	○
	生徒	100%	49.0	72.1	○
食事を作ったり手伝いをする	児童	30%	15.9	16.3	○
	生徒	20%	11.8	4.7	▲
家庭で食事を作る	成人(男性)	50%	25.0	21.4	○
	成人(女性)	85%	77.4	80.6	○

評価と課題

食事のあいさつの実践について

食事のあいさつの実践についてはいずれの年代においても改善が見られず、児童については実施率が低下していました。食事のあいさつは食材や調理従事者への感謝の心を養うために大切なことであり、すべての世代で実践されることが望ましいため、教育現場だけでなく家庭でも実践されるように働きかけが必要です。

食事作りと共食について

食事を一緒に作ったり食べたりすることは、食べることの楽しみやマナー、社会性を身につけるためにも重要なことです。共食の実践については、幼児は目標に達しましたが、その他の年代では目標に達しておらず、いずれの年代においても100%の実施率を目指して今後も意識づけをしていく必要があります。また、食事作りをとおした食育の実践については、子どもの頃からの習慣も重要となるため、家族みんなで食事作りを推進できるような取り組みが必要です。

重点目標3. 食の営み

地域の産物、郷土の食文化を理解して次世代に継承する

具体的目標

- * 地域の産物の新鮮なおいしさや、行事食、郷土料理を味わう
- * 地域に伝わる郷土料理を理解し、親から子へ正しく継承する
- * 食事は季節感を大切に、地域の旬の食材を活用する

(年度)

評価指標	令和3年度目標値		調査結果 (%)		評価
			H28	R3	
地域の特産品を知っている	成人	40%	25.0	54.0	◎
地元の産物を活用する	成人	85%	77.4	68.5	▲
地域の郷土料理を知っている	児童	80%	47.7	49.8	○
	生徒	80%	60.0	57.2	○
	成人	50%	39.4	53.3	◎
地域の郷土料理を食べたことがある ※郷土料理を知っていると回答した者の内	成人	60%	41.1	94.1	◎

評価と課題

地産地消の推進について

地域の特産品については半数以上の者が知っていると回答し、目標を達成しましたが、地元の産物を活用する者は減少しており、地産地消についての意識づけが必要です。智頭町の特産品については町内外のイベントや返礼品等でPRをしていますが、地域内消費については取り組みが少なく、町民に知ってもらい、消費してもらう取り組みが必要です。

郷土料理、地域の食文化について

子どもについては学校給食で提供したり、地域の食文化に触れたりする機会がありますが、目標には達しておらず、継続して普及啓発していく必要があります。成人については半数以上の者が知っていると回答し、目標を達成しました。また、郷土料理を知っている者の内、食べたことがあると回答した者は9割以上でした。地域の食文化や郷土料理が、大人から子どもに、そのまた子どもに引き継がれていくように、幅広い世代への働きかけをしていく必要があります。

3. まとめ

全体の目標達成状況について、「◎：令和3年度目標数値を超えたもの」は18.4%、「○：令和3年度目標数値には届かないものの、数値に近づいている、または数値が平成28年度調査結果より±5%未満で推移しているもの」は55.3%、「▲：平成28年度調査結果より5%以上下がったもの」は26.3%となっています。「◎」と「○」の評価を合わせた改善傾向にある項目は全体の73.7%を占めていました。

子ども世代への食育の取り組みの成果としては、多くの項目で改善が見られましたが、目標には達していません。食生活の基礎を身につけ、心と身体が成長する子ども世代（乳幼児から思春期）への食育の取り組みは、家庭をはじめ教育現場や各種関係機関等が連携し、今後も継続的に働きかけていく必要があります。

20～50歳代の働き世代は、食に関する知識や意識、実践状況等の面で他の世代よりも課題が多くみられました。特に20～30歳代といった若い親世代、または、将来親になる世代は実践力の向上だけでなく、食に関する知識や取り組みを次世代に伝えつなげていくことが必要となります。

新たな課題として、高齢者の単独世帯やひとり親世帯が増加するなど家庭の状況が多様化し、個人や家庭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にあり、食をめぐる支援が必要です。また、健康寿命の延伸に向け、食育の視点を踏まえた健康づくりのための取り組みの強化が必要です。

地産地消の意識醸成を図るとともに、より多くの町民が、町の特産品や農産物等を積極的に選択・購入できる機会の拡大を図ることが必要です。また、持続的に地域の「食」や「農」に親しんでもらうための機会の提供や情報発信の充実が必要です。

食育の取組は、成果が見えるまでに時間がかかる場合が多いため、長い目で取り組んでいく必要があります。さらに、食育に関する行動は、個人の意識の問題だけではなく家族構成や生活環境の変化等、社会環境による原因も考えられることから、幅広い世代に向けた継続的な食の支援、取り組みの強化を図っていく必要があります。

第4章

第2次食育推進計画

1. 基本理念

「食育」は身体の健康や心の豊かさを育てるために重要なことであり、第1次計画の基本理念を引き継ぎ、未来を担う子どもたちが、健全な心と身体を培うとともに、すべての町民が心身の健康を確保し、生涯にわたって生き生きと笑顔で暮らすことができるよう、「ちいさくで育む豊かな食 ずっと健康 笑顔のまち」を目指して食育を進めます。

2. 基本方針

1) ちづ町のみどりあふれる豊かな自然を活かした食育

町の総面積の約93%が山林であり、みどり豊かな自然に囲まれた本町は、水と空気がきれいであり、その土地で採れる米・野菜は全国的にも高く評価されています。

私たちの食生活は、地域の気候・風土、伝統を背景に育まれてきた文化でもあり、伝統料理や郷土料理を途切れることなく、次世代に伝えていくことが必要です。

さらに、食に関する正しい知識を習得し、実践することで、「知識」を「知恵」や「技術」として的確に活用する力を身につけることができます。



2) 地域でつなげ、広げる食育～健康・笑顔の環（わ）～

私たちは1日3回、毎日食事をして生活しています。「食べること」は「生きること」につながり、その食事は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ります。家族や友人と一緒に囲む食卓は、人と人をつなぐ大事なコミュニケーションの場であり、食を通じたコミュニケーションにより心の豊かさを育むことができます。

また、生産から食卓までの「食べ物の循環」、子どもから高齢者、そして次世代へといった「生涯にわたる食の営みの循環」は地域でつなげ、広げていくものです。



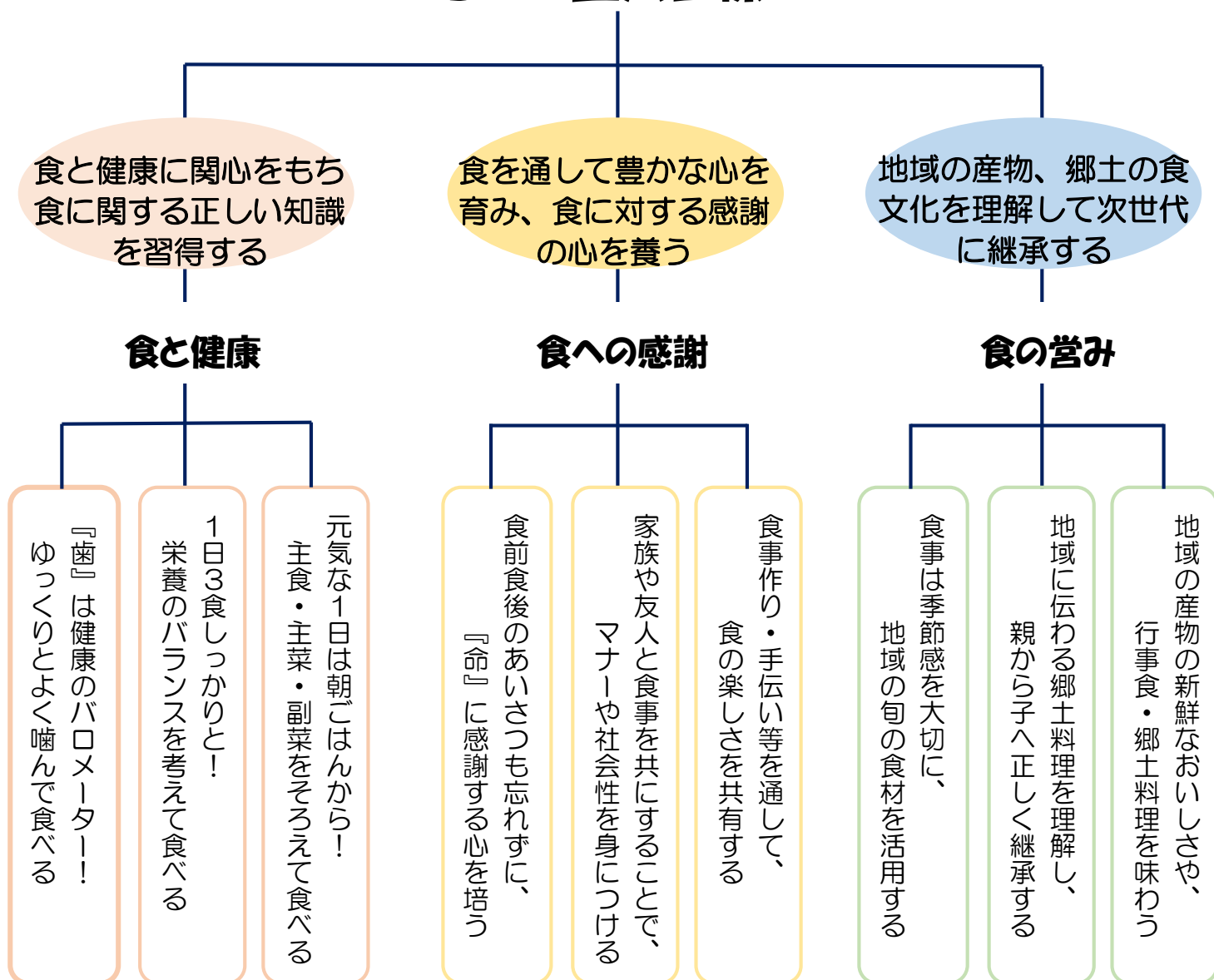
3. 重点施策

生涯をとおして健全な食生活を実践し、豊かな人間性を育むためには、子どもの頃からの食育が重要です。子どもの基本的な生活習慣は、家庭、保育所や幼稚園、学校で身につけることになるため、各々重要な役割を担っています。

しかし、ライフスタイルの多様化により子どもへの食育の実施が難しくなっております。そこで、外部からの色々な情報や地域のイベントなどを利用しながら食育に取り組めるよう努めます。また、子どもだけでなく、高齢期までのライフステージに応じた食育を推進します。

目指す姿を実現するための3つの重点目標と9つの目標

3つの重点目標



4. 数値目標と推進施策

食と健康

食と健康に関心をもち食に関する正しい知識を習得する

①元気な1日は朝ごはんから！主食・主菜・副菜をそろえて食べる

<評価指標>

項目	令和8年度目標 (%)	
朝食欠食率の減少	児童 (小学校5年生)	0%
	生徒 (中学校2年生)	0%
	20~59歳男性	10%以下
1日1回以上 主食・主菜・副菜 をそろえて食べる人の増加	幼児 (5歳児)	100%
	児童 (小学校5年生)	
	生徒 (中学校2年生)	
	成人	

②1日3食しっかりと！栄養のバランスを考えて食べる

<評価指標>

項目	令和8年度目標 (%)	
緑黄色野菜を食べる人の増加	幼児 (5歳児)	100%
	児童 (小学校5年生)	80%以上
	生徒 (中学校2年生)	
野菜を両手一杯分食べる人の増加	成人	50%以上
	20歳代男性	20%以上
栄養表示を見る町民の増加	成人(男性)	50%以上
	成人(女性)	

③『歯』は健康のバロメーター！ゆっくりとよく噛んで食べる

<評価指標>

項目	令和8年度目標 (%)	
食事をよく噛んで味わって食べる人の増加	幼児 (5歳児)	50%以上
	児童 (小学校5年生)	
	生徒 (中学校2年生)	
	成人	
仕上げ磨きをする人の増加	幼児 (5歳児)	100%
朝晩の歯磨きをする人の増加	児童 (小学校5年生)	100%
	生徒 (中学校2年生)	
	成人	80%以上

<推進施策>

事業・取り組み	令和8年度目標	担当課
乳幼児健康診査	各種健康診査において個別相談・指導を実施する。	福祉課
離乳食講習会	継続実施するとともに、未参加者へのフォローを行う。	福祉課
保育園における食に関する生活指導	給食だよりでの啓発：1回/月 給食サンプルの展示：毎日 給食試食会：各クラス3回/年 うがい、歯磨きの実施：毎日	保育園 福祉課
健康な身体と歯をつくる食育推進事業	保育園の年中児、年長児を対象に、各クラス月1回、計12回実施する。	福祉課 保育園
給食時間による食の指導	小中学校各クラス2～4回ずつ実施する。	給食センター
全校放送を使った食の指導	小中学校で毎日実施する。	小中学校 給食センター
学校給食試食会	小中学校で1回/年実施する。	小中学校 給食センター
こどもおやつ作り教室	年に2回実施する。	教育課 給食センター
かみかみ給食の提供	小中学校で毎月8のつく日に実施する。 保育園で毎月8日に実施する。	給食センター 保育園
各種健康教室	各集落における教室：依頼に応じて実施 糖尿病予防教室：7回/年 ブルーリボンの会：2回/年	福祉課
いきいき百歳体操	実施集落や団体の増加。 16団体 → 20団体	福祉課
食生活改善推進員研修会・料理講習会	年に2回実施する。 地域伝達講習会を各地区4回ずつ、計28回実施する。	福祉課
食育PR事業	6月の食育月間や、19日の食育の日に併せて、保健センター、保育園、小中学校等で実施する。	福祉課 保育園 小中学校
おはなし会	ちづ図書館と共催で、4回/年実施する。	福祉課 教育課
食育の日の活用	毎月19日の食育の日に、告知端末や広報紙、マチコミ等を活用して、朝食や野菜摂取の増加、よく噛む人の増加などを目標して、レシピ等を配信する。	福祉課

食への感謝

食を通して豊かな心を育み、食に対する感謝の心を養う

①食事作り・手伝い等を通して、食の楽しさを共有する

<評価指標>

項目	令和8年度目標 (%)	
食事を作ったり手伝ったりする人の増加	幼児 (5歳児)	10%以上
	児童 (小学校5年生)	30%以上
	生徒 (中学校2年生)	20%以上
家庭で食事を作る人の増加	成人 (男性)	30%以上
	成人 (女性)	85%以上

②家族や友人と食事を共にすることでマナーや社会性を身につける

<評価指標>

項目	令和8年度目標 (%)	
家族そろって夕食を食べる人の増加	幼児 (5歳児)	100%
	児童 (小学校5年生)	90%以上
	生徒 (中学校2年生)	
	成人	75%以上
食事を家族や友人と楽しく囲む人の増加	幼児 (5歳児)	80%以上
	児童 (小学校5年生)	65%以上
	生徒 (中学校2年生)	
	成人	60%以上

③食前食後のあいさつも忘れずに、『命』への感謝の心を培う

<評価指標>

項目	令和8年度目標 (%)	
食事のあいさつをする人の増加	幼児 (5歳児)	100%
	児童 (小学校5年生)	
	生徒 (中学校2年生)	
	成人	65%以上
食事を残さずに食べる人の増加	幼児 (5歳児)	90%以上
	児童 (小学校5年生)	
	生徒 (中学校2年生)	
	成人	85%以上

<推進施策>

事業・取り組み	令和8年度目標	担当課
ノーメディアデー、メディアコントロールweek	毎月19日に食育の日と併せて、家族団らんの食卓や、一緒に食事を作ったり手伝ったりする家庭の増加を目指す。	保育園 小中学校 教育課
給食における指導	保育園及び小中学校で継続実施する。	保育園 小中学校 給食センター
菜園活動とクッキング	保育園で継続実施する。	保育園
各教科における授業チームティーチング	小中学校で継続実施する。	小中学校 給食センター
給食委員会による食に関する取り組み	小中学校で継続実施する。	小中学校 給食センター
こどもおやつ作り教室	年に2回実施する。	教育課 給食センター
あいさつ日本一の学校づくり	あいさつ日本一の学校づくりを目指し、食前食後の「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつ運動にも力を入れる。 家庭でもあいさつが推進されるように、啓発活動を行う。	小中学校 教育課 福祉課
ジビエの利用促進	保育園、小中学校の給食でジビエを利用し、食材の命に触れる教育を行う。	保育園 小中学校 給食センター
子ども食堂での食育の推進	共食の場の提供：毎週水曜日（継続実施） 食器具の片付けや食事のあいさつを行う。 食品ロス削減の推進を継続実施し、家庭でも意識するように啓発する。	福祉課 （まんぷく食堂「えん」に委託）
食品ロス削減の取り組み	町内のスーパーや小売店と連携して「てまえどり」等の食品ロス削減の取り組みを推進する。 家庭でも食品ロス削減の取り組みが進むように広報紙や告知端末等で周知、啓発をする。	福祉課

食の営み

地域の産物、郷土の食文化を理解して次世代に継承する

①地域の産物の新鮮なおいしさや、行事食・郷土料理を味わう

<評価指標>

項目	令和8年度目標 (%)	
地域の郷土料理を知っている人の増加	児童 (小学校5年生)	60%以上
	生徒 (中学校2年生)	70%以上
	成人(20~40歳代)	65%以上
	成人(50~70歳代)	
地域の郷土料理を食べたことがある人の増加	児童 (小学校5年生)	30%以上
	生徒 (中学校2年生)	50%以上
	成人(20~40歳代)	100%
	成人(50~70歳代)	

②地域に伝わる郷土料理を理解し、親から子へ正しく継承する

<評価指標>

項目	令和8年度目標 (%)	
地域の郷土料理を作ったことがある人の増加	成人(20~40歳代)	25%以上
	成人(50~70歳代)	45%以上

③食事は季節感を大切に、地域の旬の食材を活用する

<評価指標>

項目	令和8年度目標 (%)	
地域の特産品を知っている人の増加	児童 (小学校5年生)	60%以上
	生徒 (中学校2年生)	70%以上
	成人 (20歳以上)	65%以上
地元の産物を活用する人の増加	成人 (20歳以上)	75%以上

<推進施策>

事業・取り組み	令和8年度目標	担当課
保育所給食における地産地消	県内産食品の使用を継続するとともに、町内食品の使用を増やす。	保育園
学校給食における地産地消	全校放送による紹介や献立表による啓発など、継続実施する。	小中学校 給食センター
こどもおやつ作り教室	年に2回実施する。	教育課 給食センター
生産者等との交流給食	保育園、小中学校で実施：1回/年	保育園 小中学校 給食センター
町内生産者等の社会科見学	小学校3年生で継続実施する。	小学校
全国学校給食週間の取組	1月24日～1月30日に実施する。	給食センター
クッキングとおやつレストラン	保育園で継続実施する。	保育園
食育の日の活用	毎月19日の食育の日に、小中学校で県内食材を使った献立や郷土料理を提供する。 告知端末や広報紙、マチコミ等を利用して、町内・県内の特産品を活用した料理や、郷土料理のレシピを配信する。	給食センター 福祉課
特産品の地域内消費の拡大	智頭町の特産品を知ってもらい、地域内消費の拡大を目指して、広報紙や告知端末で紹介し、イベント等でPRする。	福祉課 山村再生課
食生活改善料理講習会	地域伝達講習会を各地区4回ずつ実施する。	福祉課
特産品販路開拓支援事業	継続実施する。	山村再生課
智頭町ふるさと納税事業	継続実施する。	総務課
智頭町疎開保険事業	継続実施する。	企画課
とっとり共生の里づくり支援事業農	新たな集落で実施する。	山村再生課
ホンモノの農産物づくり推進事業	農産物フェスタ：1回/年 智頭の農市：県内外で1回ずつ/年 自然栽培の推進：自然栽培野菜のブランド化 ジビエ：学校給食への利用促進 町内での利用促進（レシピ集の作成）	山村再生課 給食センター 福祉課
行事食・伝統料理の普及啓発	子ども食堂や、ミニデイ・森のミニデイ等の通いの場等で行事食や伝統料理を提供し、郷土の味や日本の伝統を受け継ぐ。	福祉課 地区振興協議会 等

5. 推進体制

本計画の推進にあたって、家庭、保育園・学校、生産者・事業者、地域の団体等、町内の関係機関と連携して横断的な施策に取り組むとともに、他の行政機関とも連携して、多くの方の意見を取り入れながら食育の推進に努めます。また、本計画に定めた各種事業は、その進捗状況を毎年度評価します。

<各分野における取組>

1) 家庭における食育の推進

食育の基本は家庭です。子どもが健全な心と身体を培い、未来に向かって羽ばたくことが出来るように、また、家族みんなが心身の健康を保持し、生涯にわたって生き生きと暮らすことが出来るようにすることが大切です。

毎日食卓に上がる食材が育った大地や水、空気や太陽、季節や風土に対し興味を持つこと、そして、その豊かな自然によって育まれる命のすばらしさ、愛おしさを家族ぐるみで話し合い、学べる環境をつくります。

【取り組みの内容】

食と健康に関心をもち、食に関する正しい知識を習得する

- 生活リズムを整え、早起き・早寝・朝ごはんの習慣をつける
- 主食・主菜・副菜がそろった『和食』を心掛ける
- 緑黄色野菜の摂取を心掛け、1日両手一杯分の野菜（生の状態で両手いっぱい、加熱した状態だと片手いっぱい）を食べる
- よく噛んで食べるように、噛みごたえのある食材・料理を取り入れる
- う歯予防のため、幼児については夜の仕上げ磨きをする

食を通して豊かな心を育み、食に対する感謝の心を養う

- 食事の挨拶の実践（「いただきます」「ごちそうさま」）
- 食事はできる限り家族でそろって食べるようにし、テレビを消すなど、家族団らんの食事環境をつくる
- 家族で食材の買い物に行ったり、食器を運んだりといった食事のお手伝いや、一緒に料理を作ったりする
- 食材を無駄にしないように調理し、食事は残さずに食べる

地域の産物、郷土の食文化を理解して次世代に継承する

- 地域の産物を知り、活用する
- 地域の郷土料理に関心をもち、作ったり食べたりする
- 親から子へ我が家の料理（家庭の味）や旬の味を伝える
- 節句など食に関係する行事を家庭でも行う

2) 保育園、学校などにおける食育の推進

子どもが基本的な生活習慣を身につける場所として、保育園や学校は重要な役割を担っています。子どもたちの健全な食生活の実現と健全な心身の成長のために、食生活について学習しています。また、家庭や地域との連携を図りながら、地元の食材を使うなど地域の特色を生かした学校給食や、食材を作ってくれた人との交流や栽培体験などを通じて、食の大切さと感謝の気持ちを持った元気で健やかな子どもを育てます。

【取り組みの内容】

食と健康に関心をもち、食に関する正しい知識を習得する

- 早起き・早寝・朝ごはん運動を推進する
- 給食試食会やクラス懇談会時に、バランスのよい食事や咀嚼を促す働きかけの大切さなどを知ってもらう
- 給食のサンプルを展示し、園の給食を保護者に伝える
- 学校給食を生きた教材として活用し、各教科・特別活動・総合的な学習時間等の学校教育活動全体を通じて、食に関する基礎知識を習得させる
- 家庭と連絡を取り合い、子どもの嗜好、食生活、生活習慣等を把握する。また、肥満ややせ等の問題について支援する
- 栄養だよりや毎月の献立表を活用し、食に関する正しい知識や情報を家庭に配信する

食を通して豊かな心を育み、食に対する感謝の心を養う

- 家族と一緒に食べることで、食事のマナーや協調性・社会性が身につくことを伝え、「共食」が習慣付くように促す
- 野菜の栽培や収穫、簡単な調理体験を行う
- 給食時の食事の挨拶の実践（「いただきます」「ごちそうさま」）
- 「毎月19日はノーメディアデー、食育の日」を推進し、家族団らんの食事を促す
- 生産者との交流の場をつくる（交流給食など）

地域の産物、郷土の食文化を理解して次世代に継承する

- 給食に地域の産物や行事食、郷土料理を取り入れる
- 栄養だよりや毎月の献立表を通して、旬の食材を家庭に知らせる
- 世代間交流をとおして行事食の楽しさを体験させる
- 生産や流通にかかわる仕事をしている人や地域のボランティア等との交流を図る
- 学校PTAを中心に郷土の料理・おやつクッキング体験を行う

3)生産者、事業者などにおける食育の推進

智頭町は、農林業が基幹産業であり、様々な農産物の生産が行われているというメリットを生かしながら、加工品づくりや豊かな食材を使った郷土料理の提供など、安全・安心な地元食材の活用を進めます。

また、地元の食文化の伝承と郷土の味を通して消費者と生産者との食の交流の推進、安全・安心な食材の提供による信頼の確立など、産地から食育を発信していきます。

【取り組みの内容】

食と健康に関心を持ち、食に関する正しい知識を習得する

- 適切な食品表示による消費者への情報提供を行う
- 安全・安心、生産者の顔が見える食の提供を行う

食を通して豊かな心を育み、食に対する感謝の心を養う

- 農業の体験の場、食品の生産・加工・流通現場などで、見学・体験の場を提供する
- 生産者と消費者の交流の場をつくる

地域の産物、郷土の食文化を理解して次世代に継承する

- 直売・産直への取組を充実するとともに、地元産食材を学校、保育所給食などへ積極的に供給する
- 地元食材を活用した加工食品の開発、販売を行う
- 環境の配慮にもつなげる地産地消を推進する

4)地域における食育の推進

心身の健康を確保し、生涯にわたって生き生きと暮らしていくためには、ライフステージに応じた継続性のある食育の推進が求められます。

特にメタボリックシンドロームのような生活習慣病を予防するためには、食生活や運動などの生活習慣の改善が重要であり、健康づくりにつながる食生活の推進を家庭、保育所、学校、生産者、関係団体などと連携しつつ、地域ぐるみで食育の推進に努めます。

【取り組みの内容】

食と健康に関心を持ち、食に関する正しい知識を習得する

- うす味習慣の普及啓発、野菜料理あと一皿運動等を推進する
- 地域で食育事業を実施し、乳幼児から高齢者までの食育を通じた健康づくりを進める

食を通して豊かな心を育み、食に対する感謝の心を養う

- 食生活改善推進員や婦人会を中心に、講習会や調理実習を通して地元農林水産物への理解や食べ物の大切さを啓発する

地域の産物、郷土の食文化を理解して次世代に継承する

- 食生活改善推進員や婦人会が中心となり、郷土料理や行事食、地域の産物を利用した料理講習会を開催する
- 地域で受け継がれている“じげの味”を守っていく

5)行政における食育の推進

乳幼児から高齢者まで、食育に関係する事業を実施し、本町の食育を総合的かつ計画的に推進していくため、各分野との連携を強化していきます。また、食育に関する情報提供を行い、各分野が主体的に取り組むことができるように支援し、目標達成に努力していきます。

【取り組みの内容】

食と健康に関心をもち、食に関する正しい知識を習得する

- 健康診査や離乳食講習会における栄養・食事相談を行う
- 減塩、野菜の摂取増加を目的とした料理講習会の実施
- 広報誌や告知端末、町公式SNS等での栄養情報の配信
- ポスターやレシピなどの媒体を通して栄養情報を配信
- 食品事業者や給食施設に対して、栄養に関する情報の提供を促すとともに、適正な食品表示や生活習慣病予防の知識についての指導を行う
- 食に関わる地域団体へ、食に関する正しい知識や情報を配信する

食を通して豊かな心を育み、食に対する感謝の心を養う

- 農産物栽培の体験活動を推進する
- 農林業団体が開催する体験学習等に対して支援を行う
- 安全・安心な地元食材の提供ができるよう、広く学べる機会を提供する
- 地元産食材を購入・利用できる環境づくりと情報提供を行う
- 子どもやその保護者等を対象としたクッキング教室を通して、食べ物の大切さや調理をしてくれる人への感謝の心を育む

地域の産物、郷土の食文化を理解して次世代に継承する

- 地元食材の情報提供を行う
- 地元産食材を購入・利用できる環境づくりと情報提供を行う
- 農林業に関する体験活動（栽培、収穫など）の推進を支援する
- 地域で受け継がれている“じげの味”を発見し、保存する
- 広報誌や告知端末、町公式SNS等で郷土料理や特産品の情報を配信する

＜ライフステージにおける取組＞

ライフステージで大切にしたい食育の取り組み



【図10 ライフステージにおける食育の取り組み】

年代	年代の特徴と取り組み
妊産婦期	<p>母親の健康と赤ちゃんの健やかな発育のために、食の安全にも配慮したバランスの良い食生活が大切。食生活を見直す絶好の機会。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自分や家族の食生活を見直し、規則正しく1日3回の食事をする。 ・妊産婦期の食生活の大切さを認識し、食の安全に配慮しながらバランスの良い食事をする。 ・「妊産婦のための食生活指針」や「妊産婦のための食事バランスガイド」などを参考にする。
乳幼児期 (0歳 ～就学前)	<p>離乳食を通じて食べ物に親しみ、味覚の形成、噛む力、食べる意欲など、食習慣の基礎を確立する時期。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・楽しく食べる経験を増やししながら、食べる力や食欲を育て、食事のリズムを作っていく。 ・発達に合わせて少しずつ固さや形のある食事に慣れ、噛む練習をしっかりとしながら、幼児食が食べられるようにする。 ・家族で食卓を囲み、楽しく食事をして、心身の健康を保つ。 ・季節感を大切にしたり、行事にちなんだ食事を楽しむ。 ・栽培、収穫、買い物、調理などとおして身近な食材に触れ、いろいろな食べ物を味わってみる。 ・噛む力を育て、歯磨きの習慣を身につける。

<p>学童期 (小学校)</p>	<p>生活習慣、食習慣が定着する時期。学校給食や体験学習などを通して、食に関する幅広い知識を習得する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・家族で食卓を囲み、楽しく食事をし、家族のつながりを深める。 ・買い物や食事作りの手伝い、後片づけをすすんでする。 ・行事食や郷土料理に親しみ、食文化や食にかかわる歴史にふれる。 ・日々の食事に使われる地域の産物や旬の食材を理解する。 ・栄養のバランスを考え、好き嫌いせずに食べる。 ・おやつは量と内容に注意し、時間を決めて食べるようにする。 ・食事にかかわる多くの人や自然に感謝して、残さず食べる。 ・よく噛むことや歯磨きの大切さを理解する。
<p>思春期 (中学校 ・高校)</p>	<p>自分で食を選択する機会が増えてくる。食の自立に向けて、さらに食に関する知識と技術を習得して実践する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・家族や仲間と楽しく食事をして、人と人とのつながりを深め、心を豊かにする。 ・家族の一員として買い物や食事作りの手伝い、後片づけをすすんで行い、基本的な調理技術を身につける。 ・食の自立に向けて、食品の旬や鮮度、品質などの見分け方、食品の表示（産地、期限表示、栄養成分、食品添加物など）について学ぶ。 ・生産者や自然の恵みに感謝し、食材を無駄にしないように調理し、残さず食べる。 ・食料自給率や世界の食料事情にも目を向け、地域の産物や郷土料理、食文化を大切にする。 ・噛むことの大切さを理解し、歯の健康に関心をもつ。 ・過度のやせまたは肥満にならないよう、適正体重を理解する。
<p>青年期 (高校卒業後 ～20歳代)</p>	<p>生活が大きく変わる時期。食への関心を持ち、健全な食生活を実践し、健康の保持増進に努める。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・1日3回、規則正しく食事をとり、朝食の内容を充実させる。 ・家族や仲間と楽しく食べる機会を増やし、人と人とのつながりを深め、心を豊かにする。 ・食品の購入や外食等を利用する時には表示（産地、期限表示、栄養成分、食品添加物等）を参考にする。 ・食料問題、環境問題などにも関心を持ち、無駄なく調理する等の努力をし、旬の食材や地域の産物を選ぶようにする。 ・主食・主菜・副菜をそろえて食べる。 ・野菜摂取量を増やすために、1日両手一杯分の野菜を意識する。 ・過度のやせまたは肥満にならないよう、適正体重を理解する。

<p>壮年期 (30歳代 ～64歳)</p>	<p>肥満者が増え糖尿病等の生活習慣病が発症しやすい時期。食や健康への関心が徐々に高まってくる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・1日3回、規則正しく食事をとり、朝食も栄養のバランスを考える。 ・家族や仲間と楽しく食べる機会を増やし、人と人とのつながりを深め、心を豊かにする。 ・食品の購入や外食等を利用する時には表示（産地、期限表示、栄養成分、食品添加物等）を参考にする。 ・食料問題、環境問題などにも関心を持ち、無駄なく調理する等の努力をし、旬の食材や地域の産物を選ぶ。 ・食事のマナーや食に関する知識を次世代に伝える。 ・主食・主菜・副菜をそろえて食べる。 ・野菜摂取量を増やすために、1日両手一杯分の野菜を意識する。 ・適正体重維持のため、体重の計測を習慣化する。 ・家族の健康管理にも配慮する。 ・かかりつけ医や歯科医を持ち、定期的に健診を受ける。
<p>高齢期 (65歳以上)</p>	<p>身体機能や食欲が低下する。バランスの良い食事でも低栄養を予防する。食を楽しみ、次世代へ食の知識を伝えていく。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・1日3回、規則正しく食事をとる。 ・家族や仲間と楽しく食べる機会を増やし、人と人とのつながりを深め、心を豊かにする。 ・食事作りに工夫をして、食を楽しむ。 ・行事食や郷土料理、昔の食料事情や食べ物の大切さなど、長年培ってきた知識や経験などを次世代に伝えていく。 ・低栄養にならないように、バランスの良い食事を心がける。 ・買い物や調理方法を工夫して、できるだけ自分で料理を作る。できないときは外食や配食等を上手に利用して、欠食は避ける。 ・適正体重維持のため、体重の計測を習慣化する。 ・かかりつけ医や歯科医を持ち、定期的に健診を受ける。

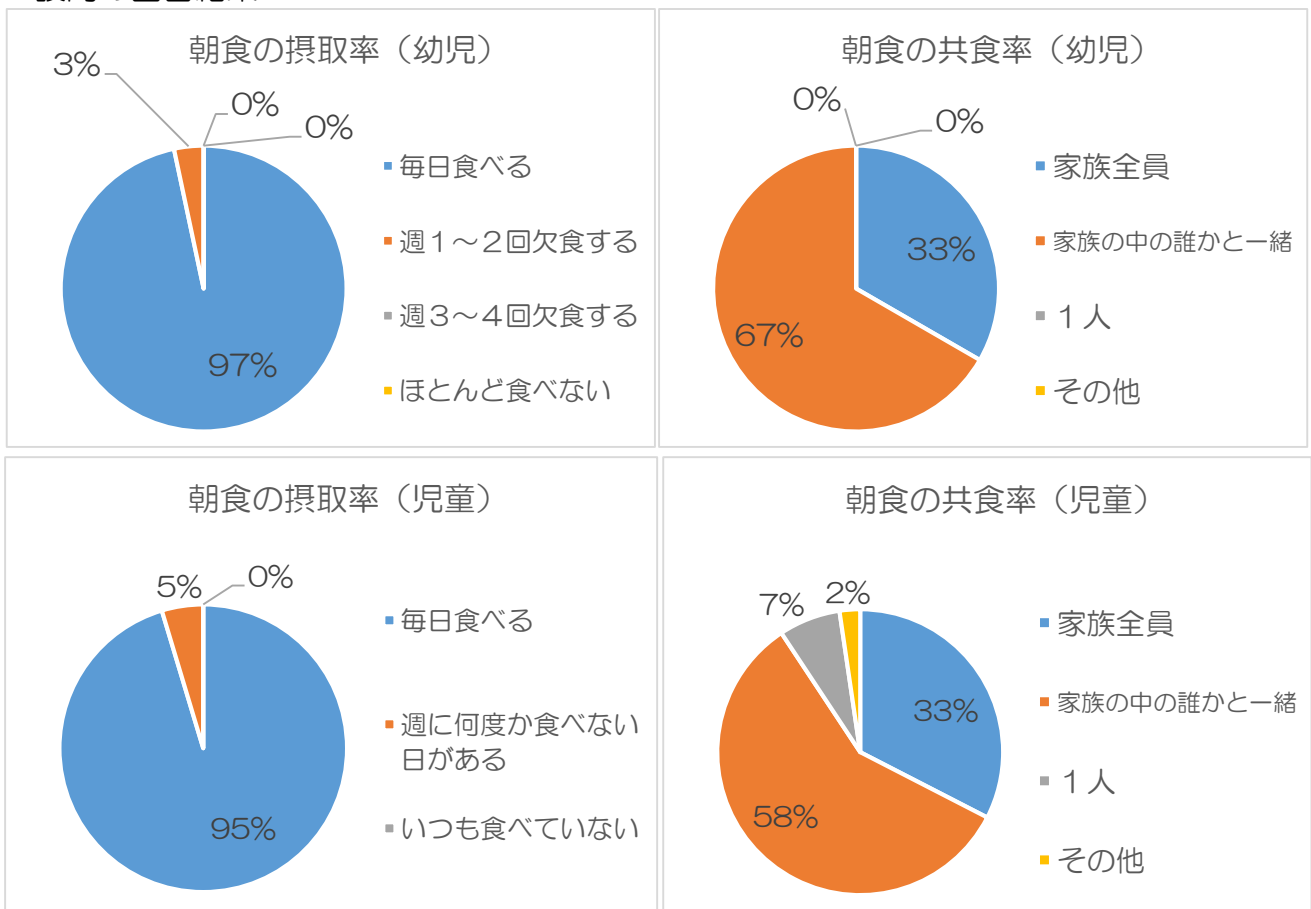
第5章 資料

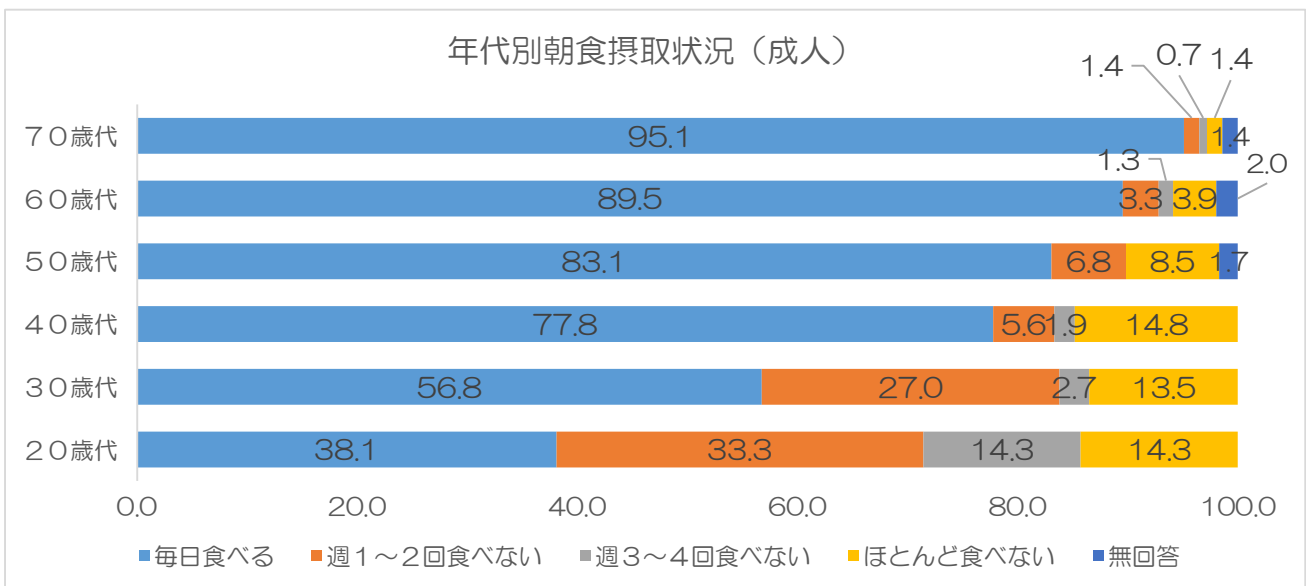
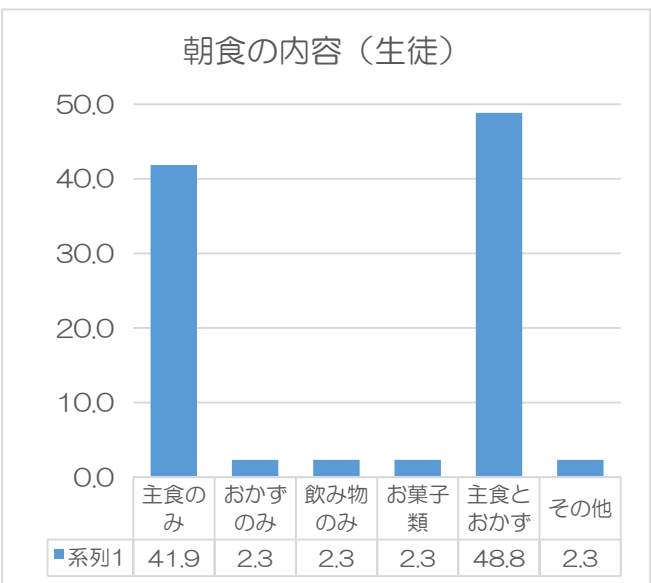
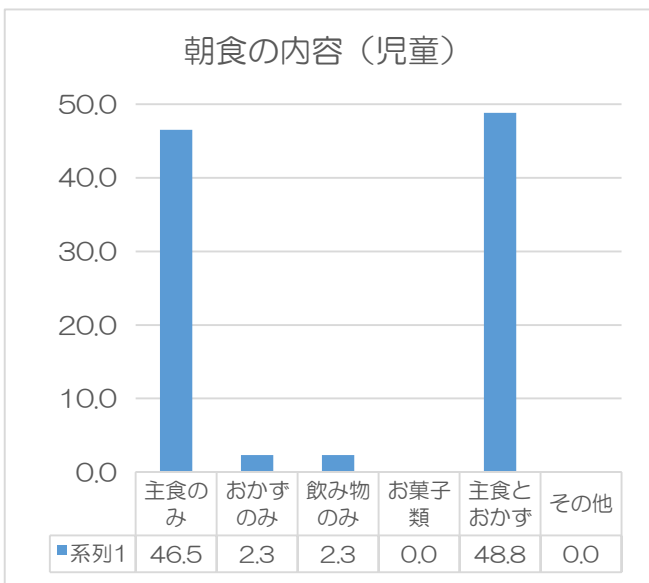
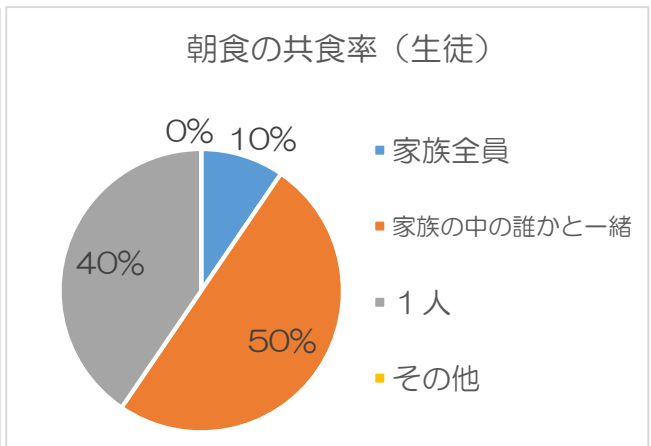
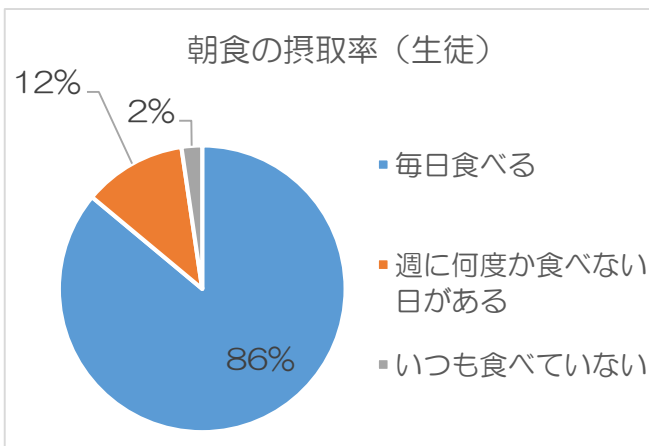
1. 健康づくりに関するアンケート調査結果

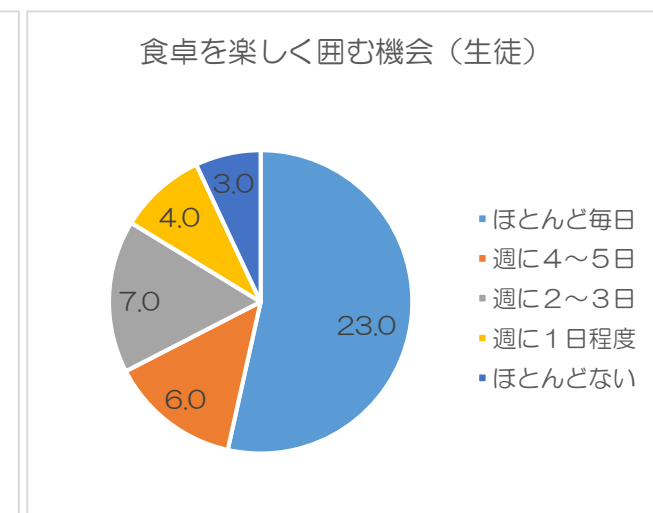
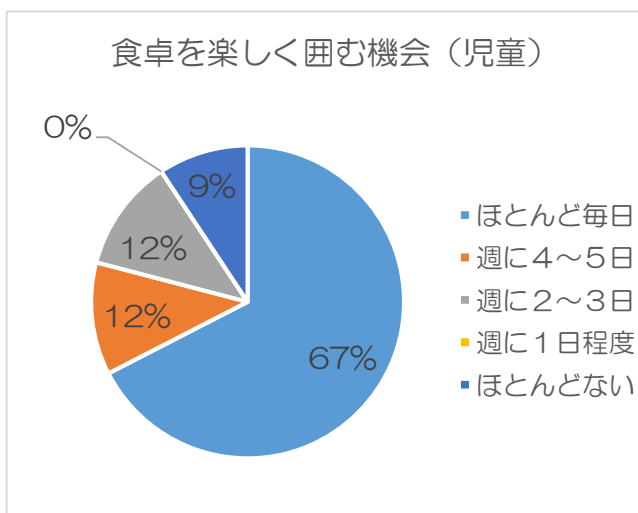
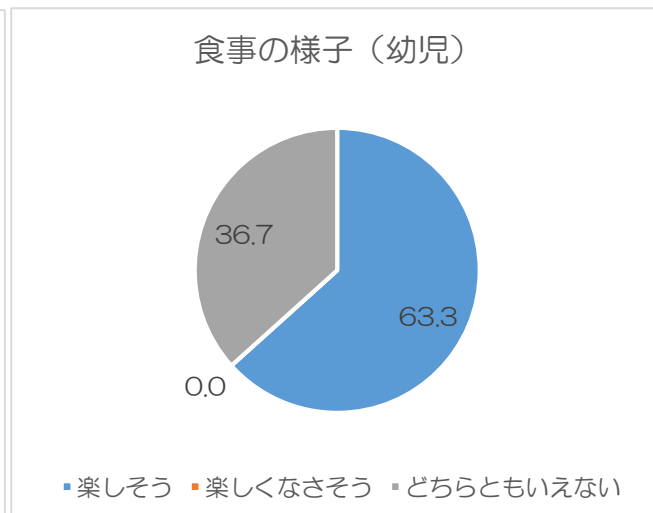
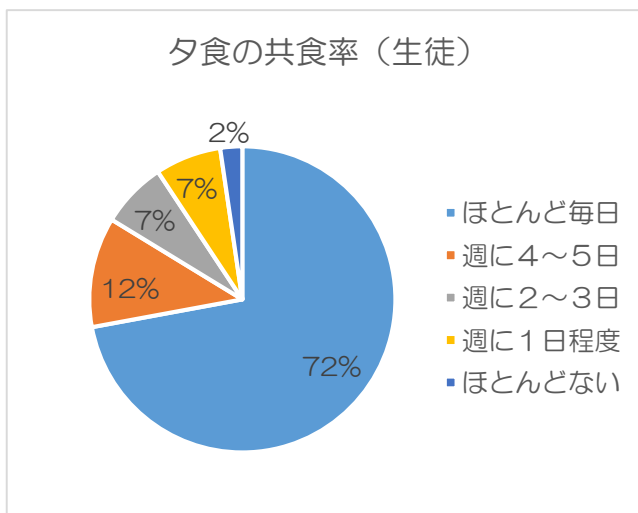
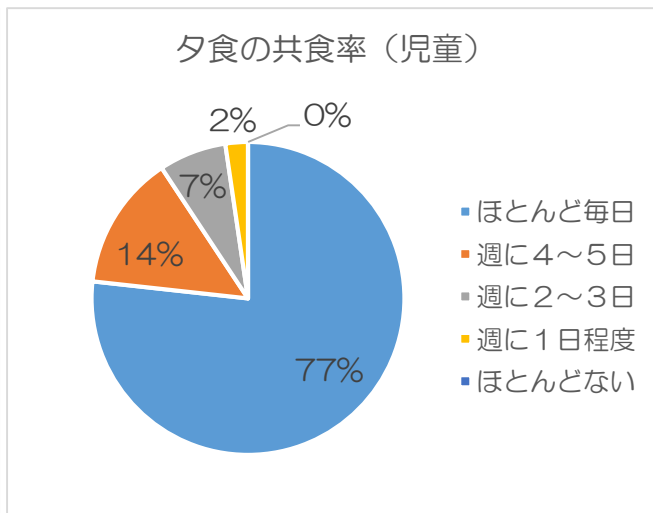
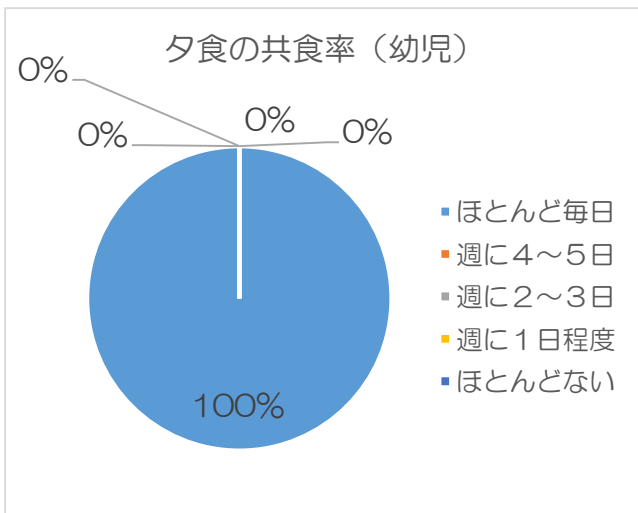
本町の食をめぐる現状を把握し、計画の参考とするため、アンケート調査を実施しました。

	幼児	学童		成人
調査対象	ちづ保育園 5歳児保護者 33人	智頭小学校 5年生 43人	智頭中学校 2年生 47人	町内在住20歳以上 80歳未満の住民 1,000人
有効回収数	30人	43人	43人	473人 男性：215人 女性：252人 無回答：6人
有効回収率	90.9%	100%	96.2%	48.7%
調査方法	直接配布・回収	直接配布・回収		郵送配布・回収
抽出方法	全数	全数		層化抽出(単純無作為)
調査時期	令和3年9月14日～ 9月28日	令和3年8月17日～8月31日		

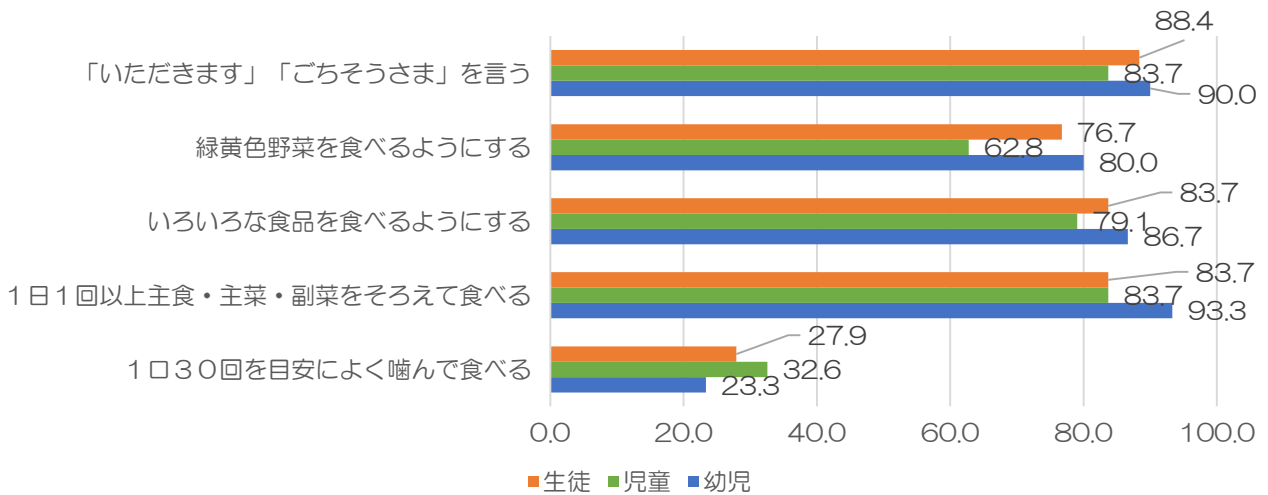
●設問の回答結果



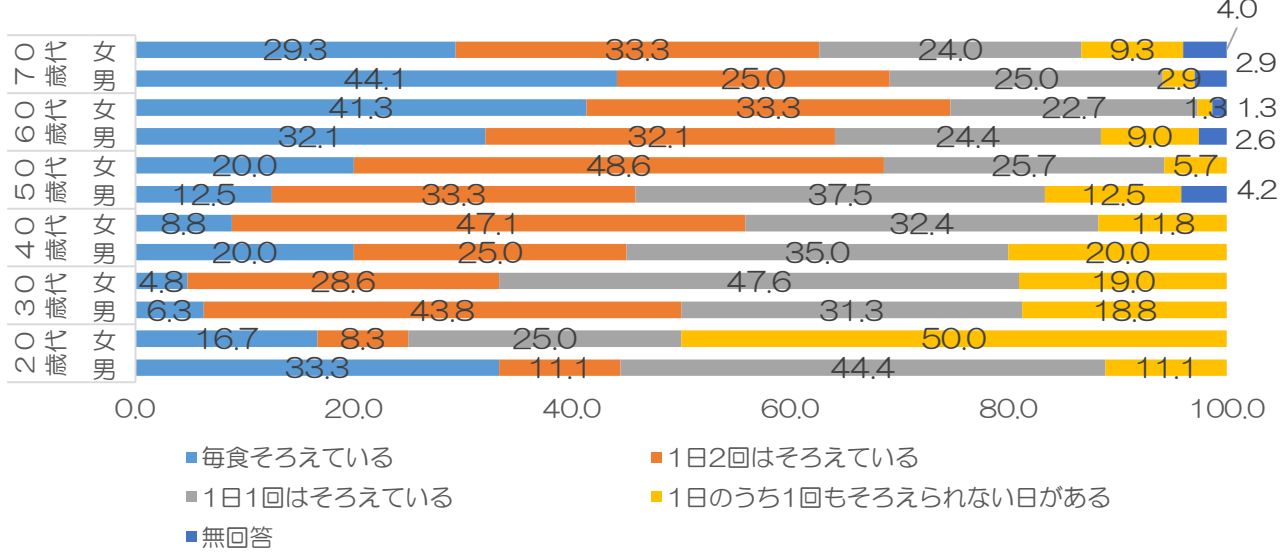




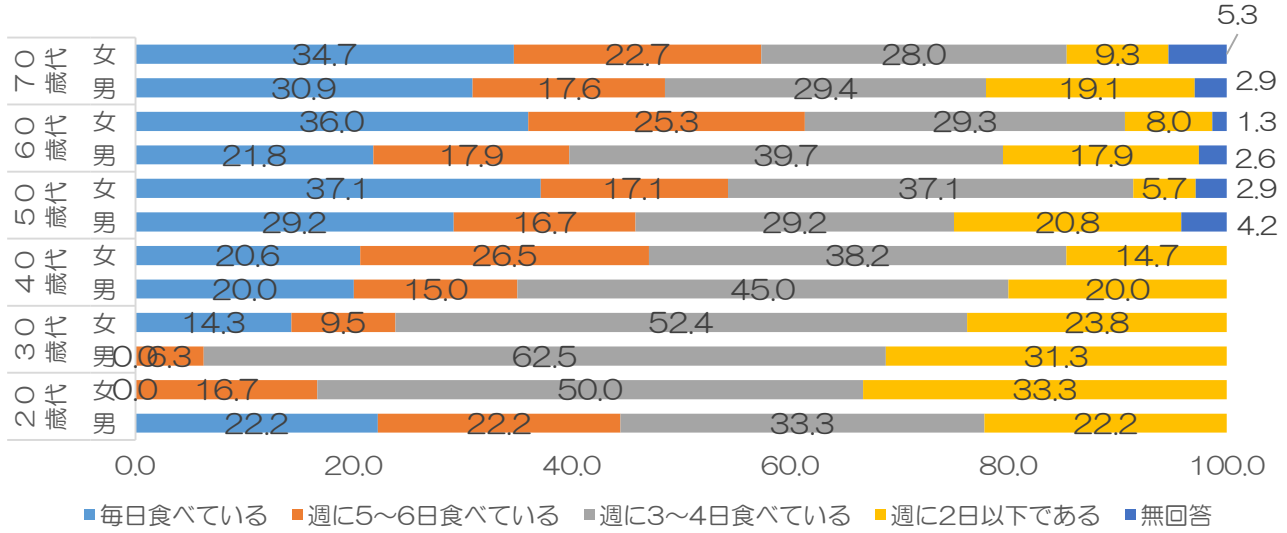
食生活について気をつけている者の割合（子ども）



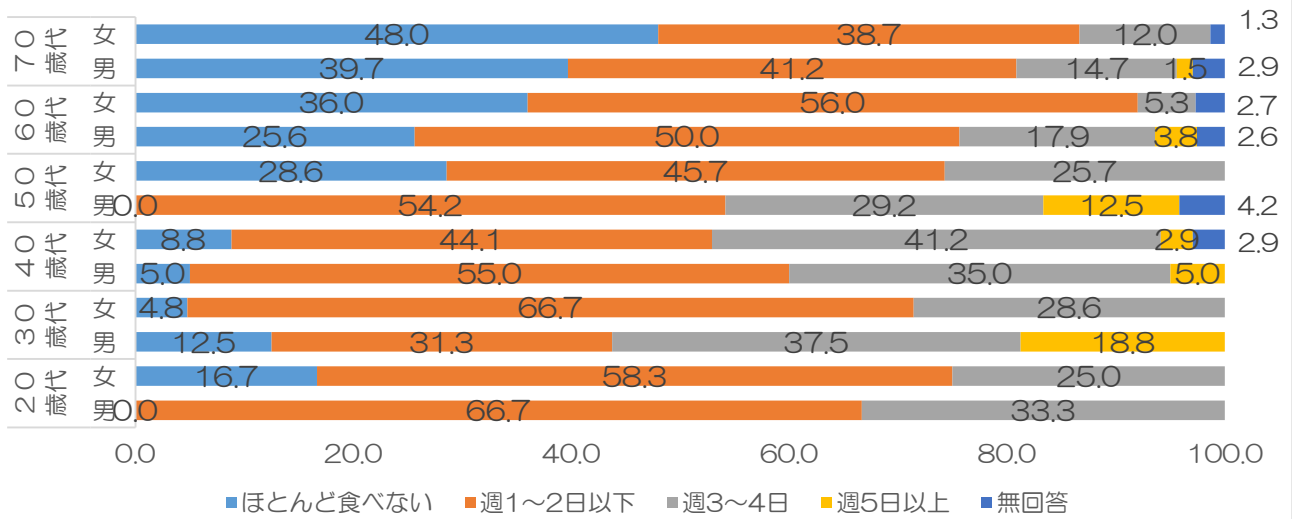
主食・主菜・副菜を揃えて食べる者の割合（成人）



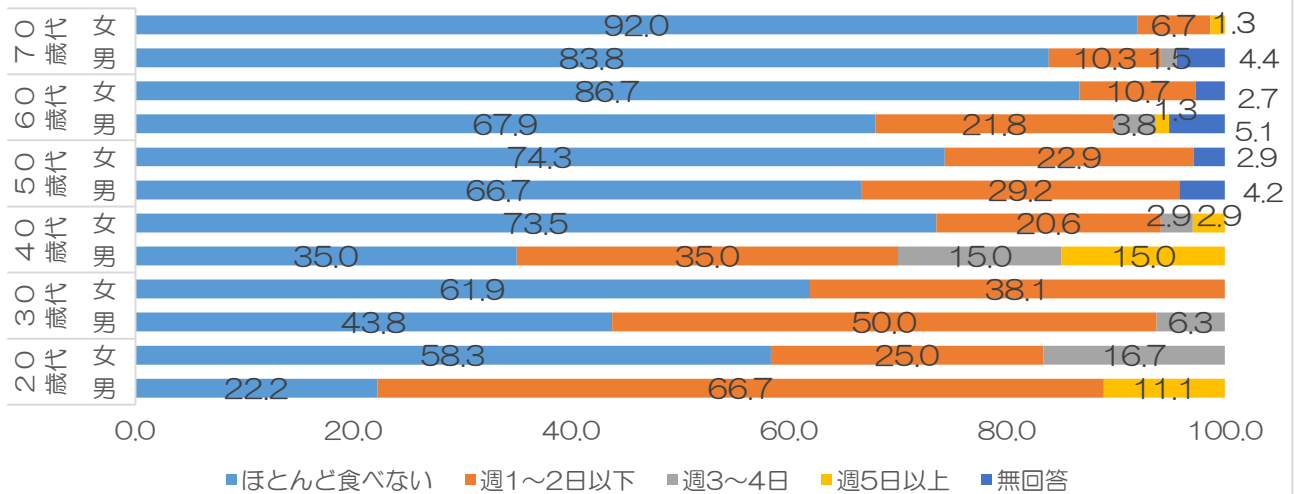
両手一杯分の野菜を食べる者の割合（成人）



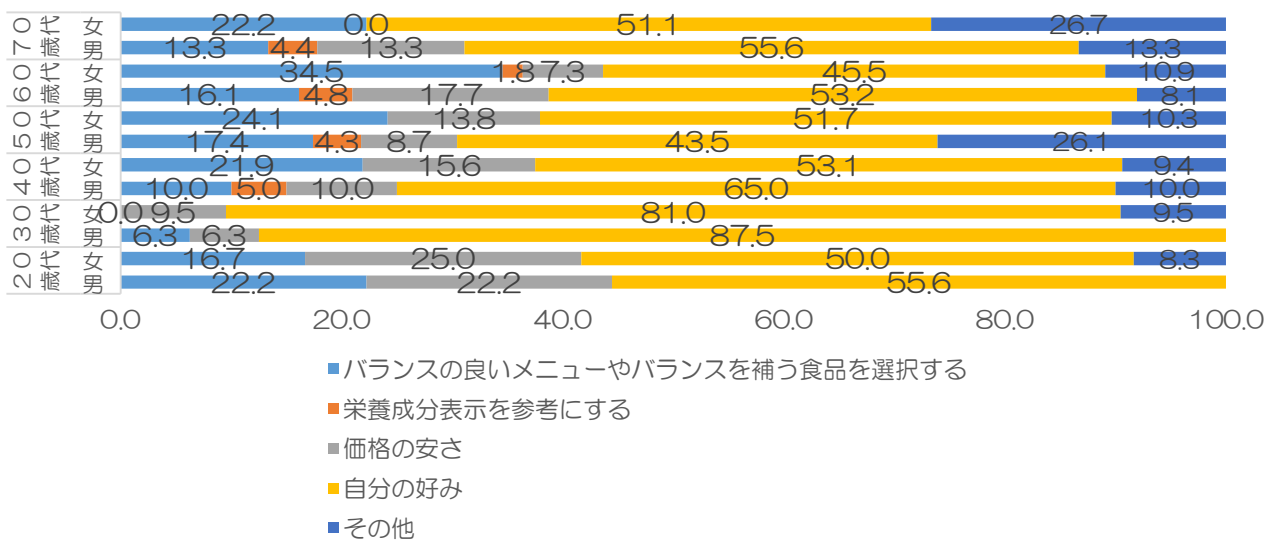
調理済み食品・インスタント食品の利用割合（成人）



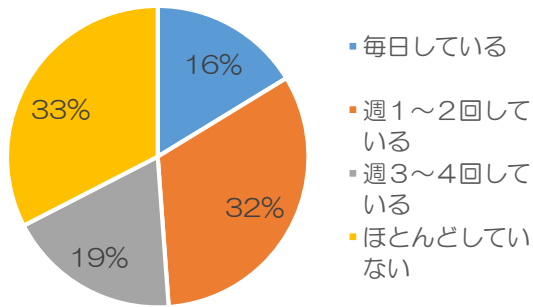
外食の利用頻度（成人）



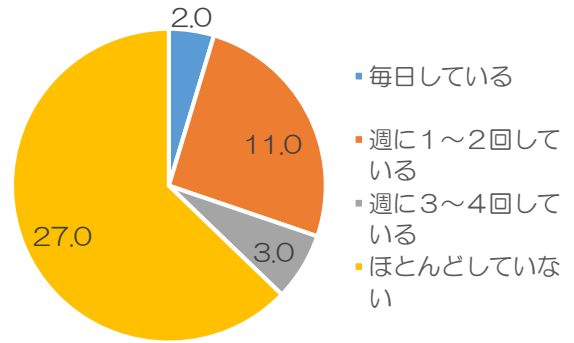
インスタント食品や外食利用時に重視すること（成人）



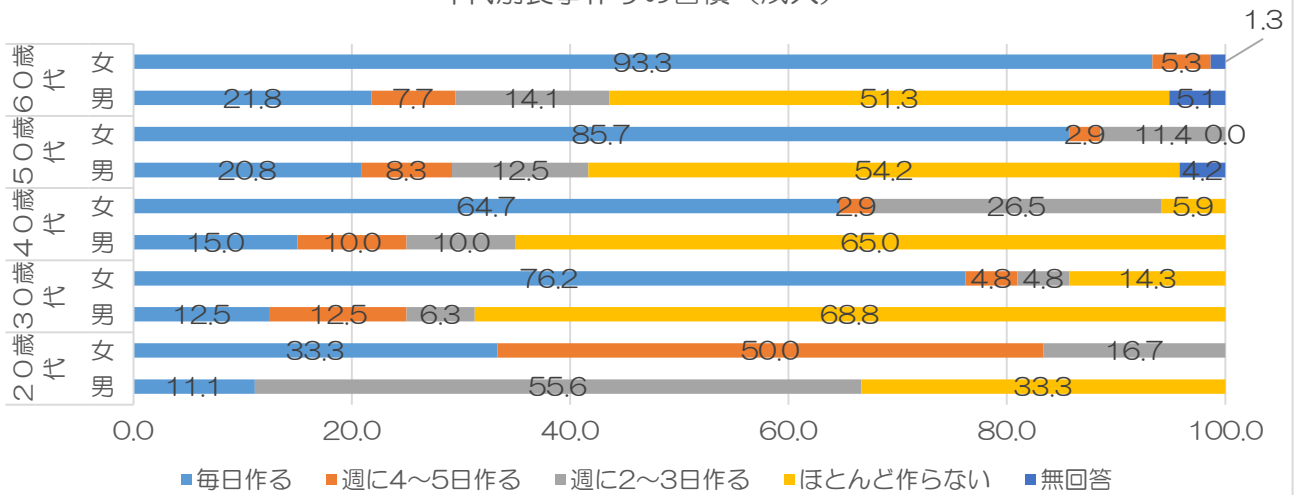
食事づくりへの関与について（児童）



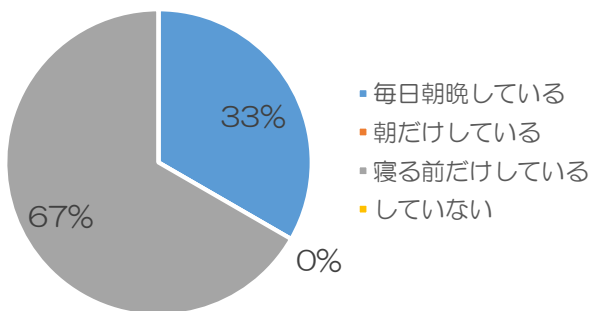
食事づくりへの関与について（生徒）



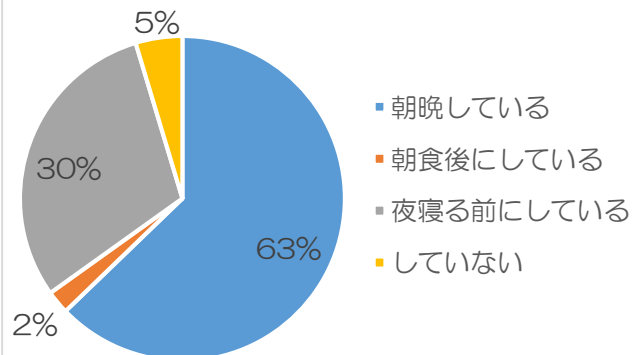
年代別食事作りの習慣（成人）



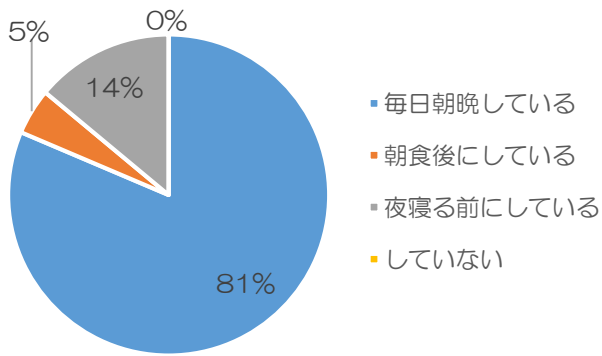
仕上げ磨きの実施率（幼児）



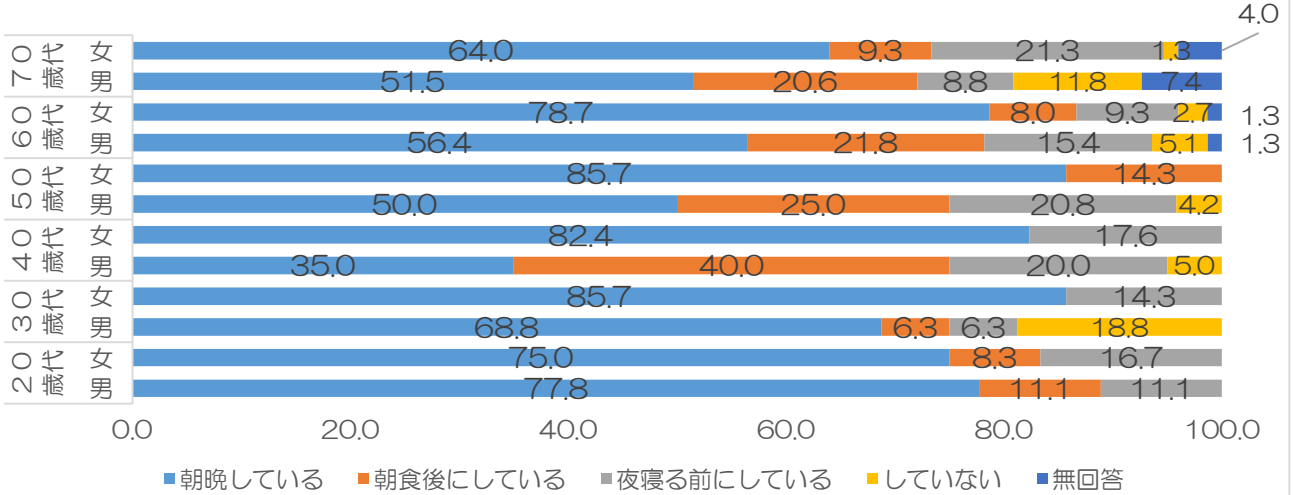
歯磨きの実施率（児童）



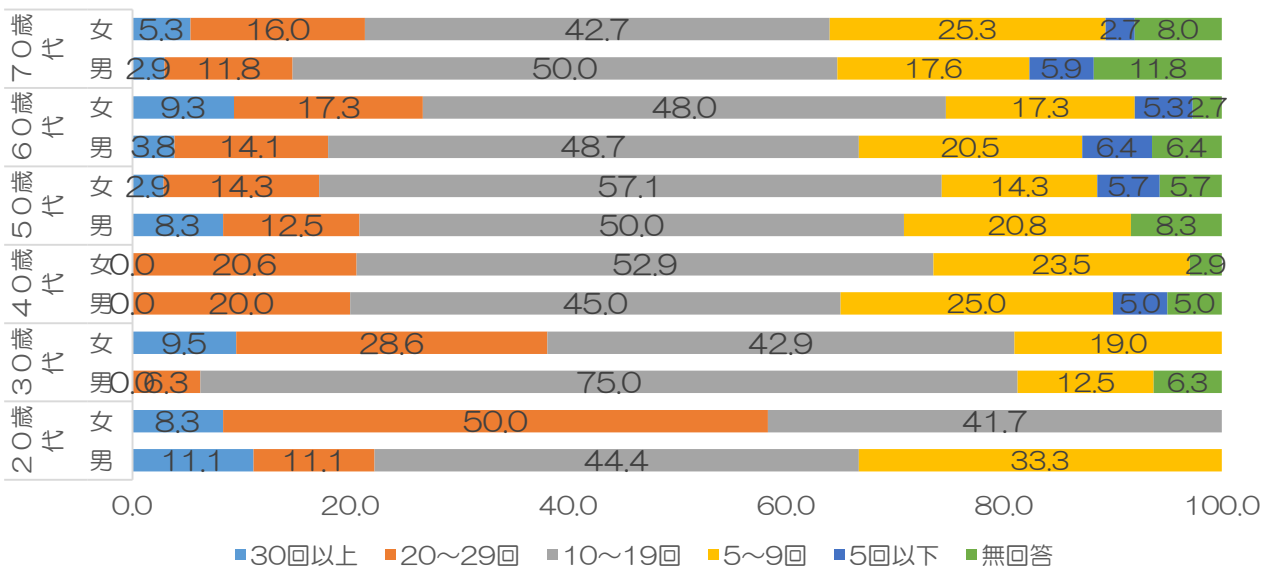
歯磨きの実施率（生徒）

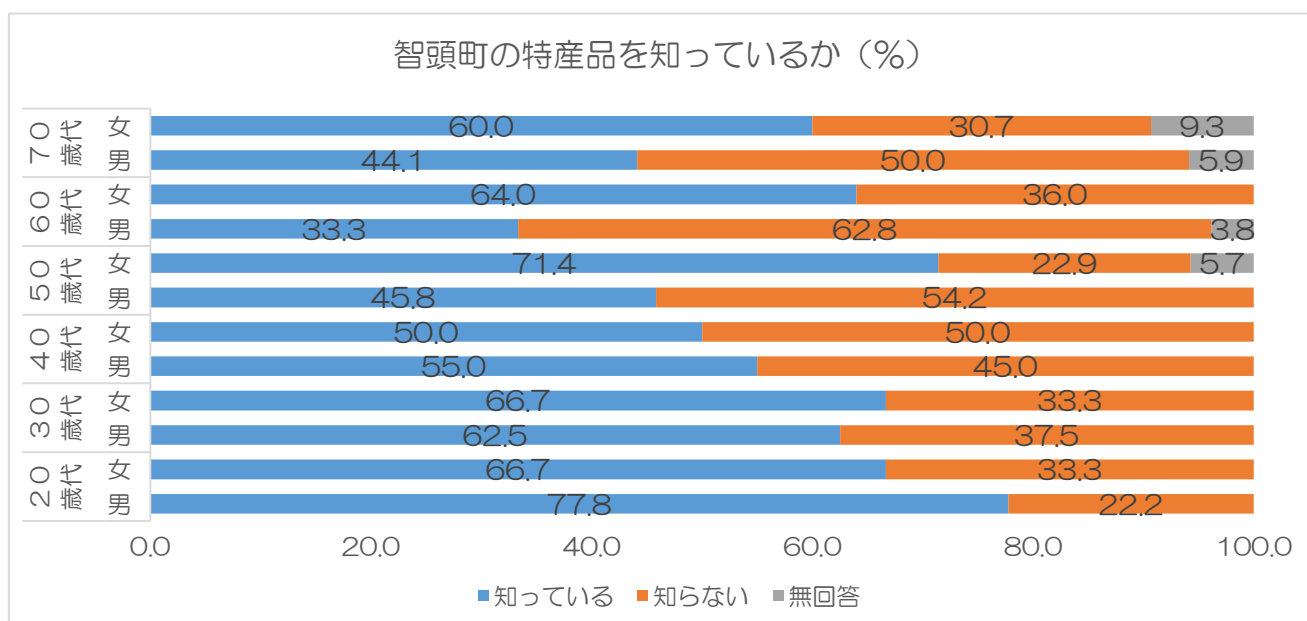
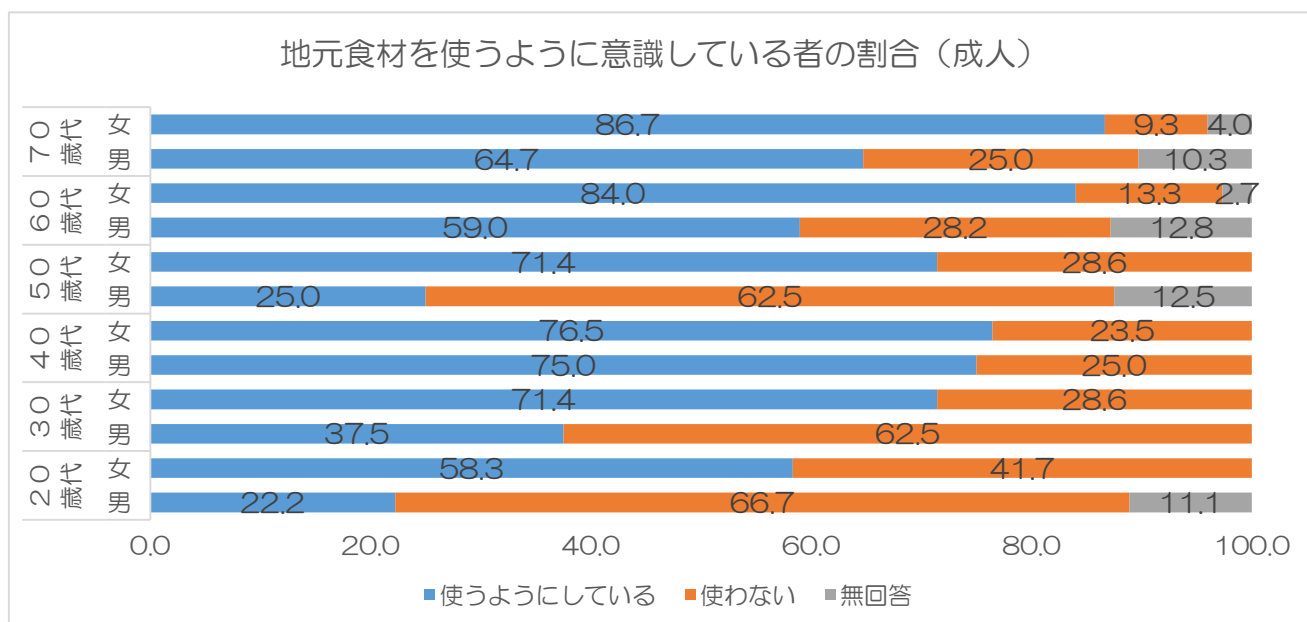
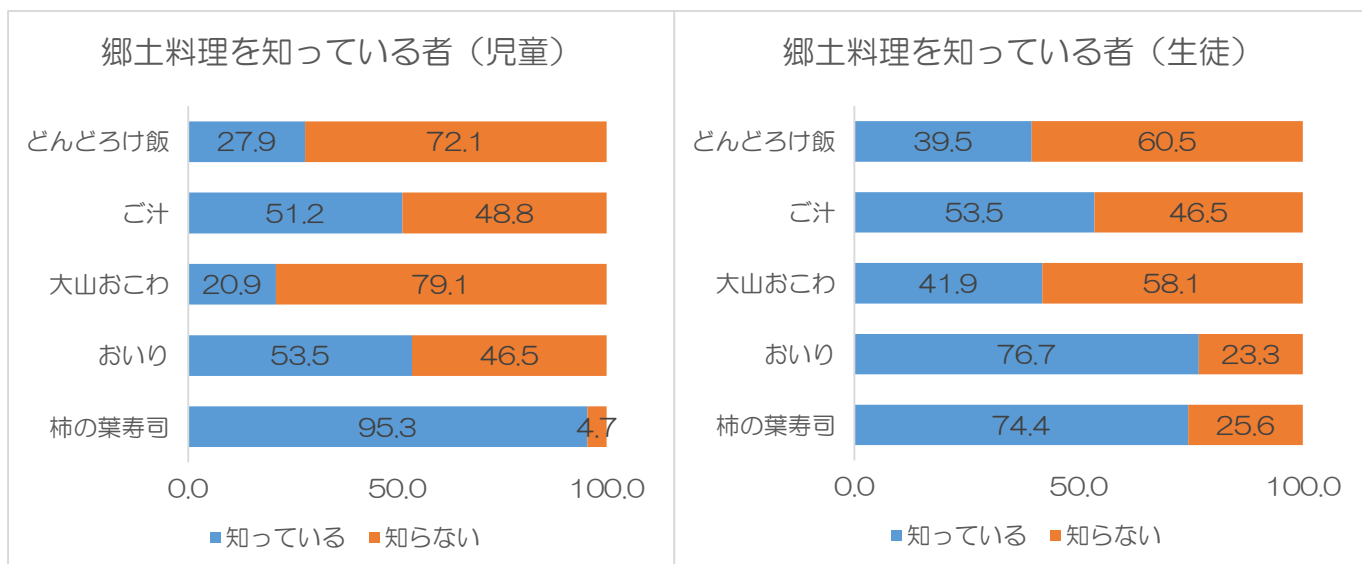


歯みがきについて（成人）

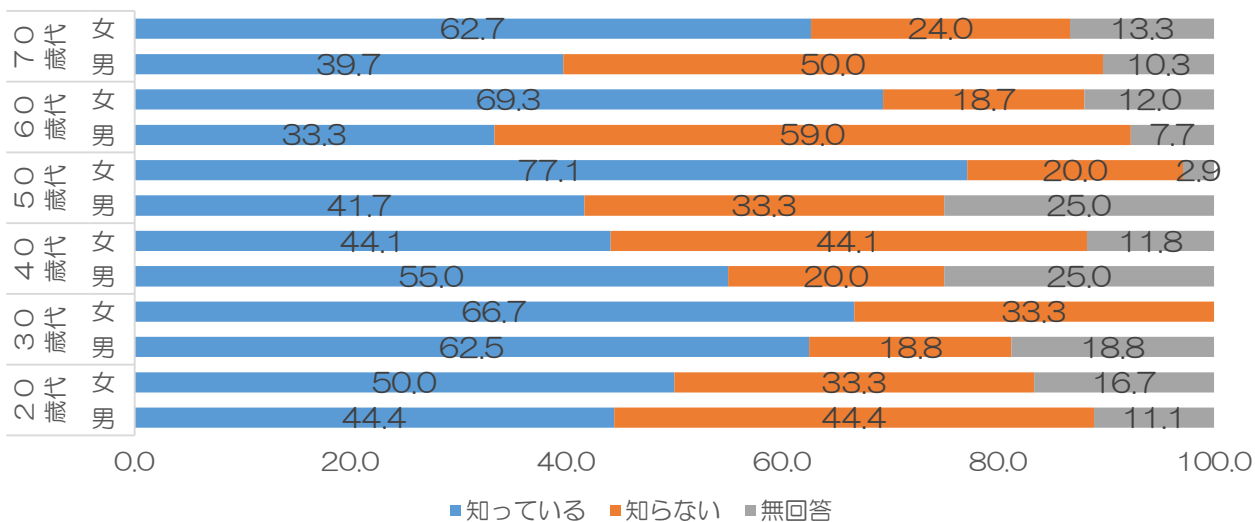


一口の噛む回数について（成人）

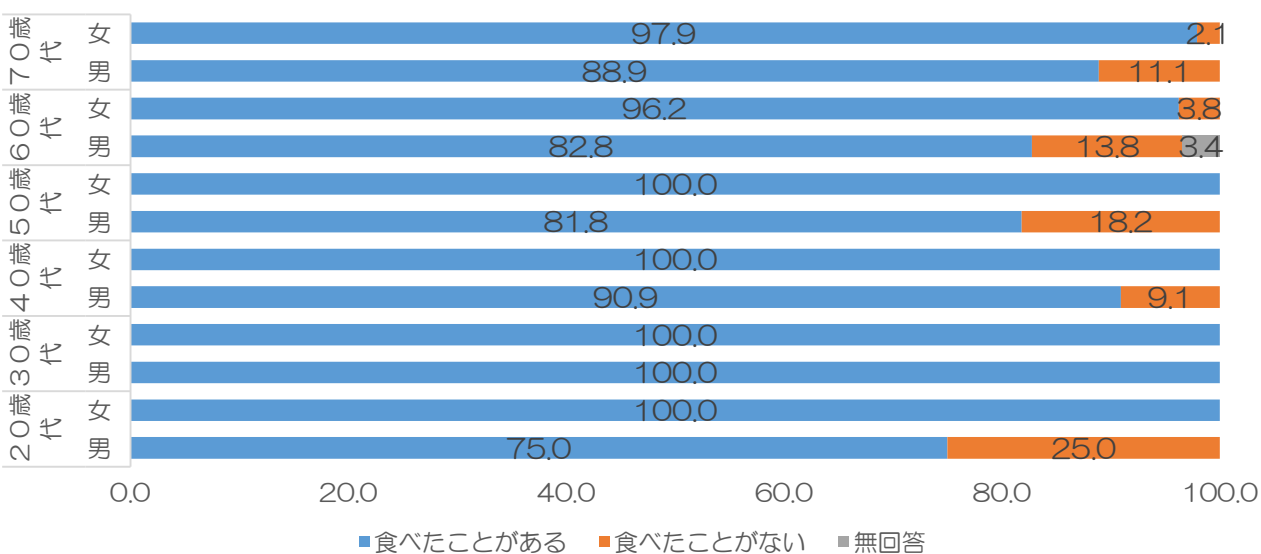




智頭町の郷土料理を知っているか (%)



智頭町の郷土料理を食べたことがある者の割合 (成人)



2. 智頭町食育推進計画策定委員名簿

分野	役職・担当	氏名
教育	教育課長	竹内 学
	ちづ保育園園長	奥村 美佳
	栄養教諭	上田 志津子
地域	食生活改善推進員	会長：綾木 仁美
	食の検討部会	代表：大呂 ひとみ
	まんぷく食堂「えん」	代表：吉澤 三恵
事業者 生産者団体	ちづ Deer's	代表：赤堀 広之
	Hunts Kitchen	代表：寺尾 正
	良菜会	代表：綾木 貞子
	特定非営利活動法人 自然栽培そらみずち	代表：古谷 祥一郎
福祉・健康 (事務局兼務)	福祉課長	小谷 いず美
	課長補佐・保健師	森下 幸子
	管理栄養士	柴田 理江

3. 智頭町食育推進計画の策定経過

◆智頭町食育推進委員会

	開催日時	参加者	内容
第1回	令和3年12月22日 14:00~15:30	委員 12名	議事 <ul style="list-style-type: none"> ・ 第一次食育推進計画について ・ 第二次食育推進計画について ・ 今後のスケジュールについて ・ その他
第2回	令和4年3月14日 15:30~16:30	委員 12名	議事 <ul style="list-style-type: none"> ・ 食育推進計画（案）の変更点について ・ 推進体制について ・ 今後のスケジュールについて ・ その他

◆智頭町食育推進プロジェクト会議

	開催日時	参加者	内容
第1回	令和3年11月25日 15:30~17:15	プロジェクト メンバー7名	議事 <ul style="list-style-type: none"> ・ 第一次食育推進計画について ・ 第二次食育推進計画について ・ 食育推進委員会メンバーについて ・ その他
第2回	令和4年1月24日 15:00~15:45	プロジェクト メンバー7名	議事 <ul style="list-style-type: none"> ・ 第1回策定委員会についての報告 ・ 第二次食育推進計画について ・ 事業評価方法について ・ その他

4. パブリックコメントの募集

実施期間：令和4年3月17日（木）から3月28日（月）

掲載方法：智頭町ホームページ、福祉課窓口

意見等：なし