

第4章 食育の総合的な推進

本県の基本理念や重点課題を踏まえ、食育基本法第19条から第25条に規定された基本的な施策において、具体的な取組を展開します。

1 家庭における食育の推進

食に関する情報や知識、伝統や文化等については、従来から家庭を中心に地域の中で共有され、世代を超えて受け継がれてきました。

しかし、社会環境の変化や生活習慣の多様化などにより、家庭における食に関する作法や望ましい食生活の実践等が十分ではなくなり、健康寿命の延伸の観点からも家庭における日々の食生活を見直す必要が生じていることから、次世代に伝え、つなげる食育の推進がこれまで以上に重要となっています。

このため、家庭において食育に関する理解が進むよう、食育活動を通じて学んだことについて、家庭での共有も促進しながら適正に取組を行うことが必要です。

(1) 子どもの基本的な生活習慣の形成

(関連目標5)

近年、子どもたちを取り巻く社会環境の変化等に伴い、偏った栄養摂取、朝食欠食等の食生活の乱れや肥満・痩身傾向が見られるなど食に起因する健康課題が懸念されています。子どもたちが知・徳・体のバランスがとれた「生きる力」を身に付けていくためには、その基盤となる健全な食生活の実践や睡眠時間の確保といった生活習慣の確立が必要です。

各学校においては、「食育」「遊び・スポーツ」「睡眠」の各領域での取組のさらなる充実を図るとともに、「健康教育」としての一体的な取組を促進するための支援や指導を継続して、望ましい生活習慣の定着の取組が図られています。

こうしたことから、全ての教育の出発点である家庭での家族のふれあいは、子どもが様々な生活習慣を形成する上で重要な役割を担っていると考えられます。毎日朝食がしっかりと食べられるように、30分の早寝早起きを呼びかける「早寝早起き朝ごはん」運動の推進をはじめ、遊び・スポーツをする機会の増加や読書の習慣付けといった取組を一体的に進め、学校、家庭、地域が連携して、子どもの基本的な生活習慣の形成に向けた取組を推進します。

(2) 望ましい食習慣や知識の習得

(関連目標 5)

子どもたちが、食習慣や知識を習得することは、生涯にわたって健全な食生活を実践していくために重要です。

そこで、学校では家庭科や学校行事等における調理実習等の体験を通して、児童生徒が食に関する正しい知識や技能を習得できるようにするとともに、家庭での実践につながるよう学校の取組についての情報発信に努めています。

また、児童生徒と保護者が、食事についての望ましい習慣を学びながら一緒に食を楽しむ、親子料理教室や給食試食会等の取組の充実を図っています。

(3) 妊産婦や乳幼児に関する栄養指導

(関連目標 4,8)

近年、若い女性において食事の偏りや低体重（やせ）の者の増加など健康上の問題が指摘されており、妊娠前の体格や妊娠中の体重増加が低出生体重児の出現に影響を与えているといわれています。

このため、妊娠期からの適切な体重管理や食事バランスの確保の観点から、国において平成 18 年（2006 年）2 月に作成された「妊産婦のための食生活指針」等に基づき、妊婦一人一人の状態を踏まえた食を含めた生活全般、体や心の健康にも配慮したきめ細かい指導が妊婦健康診査や各種教室等において実施・活用されるよう普及啓発を図ります。

また、核家族化や少子化の進行などライフスタイルの変容に伴い、乳幼児を取り巻く環境や食に関する問題も変化しています。

授乳期及び離乳期は母子の健康にとって極めて重要な時期であり、心身機能や食行動の発達が著しい時期であることから、乳幼児の栄養指導に当たっては、国において平成 19 年（2007 年）3 月に作成された「授乳・離乳の支援ガイド」や平成 18 年（2006 年）3 月に作成した「乳幼児健康診査マニュアル（改訂版）」を活用しながら、乳幼児の発達段階に応じた栄養指導が実施されるよう普及啓発に努めます。

(4) 子ども・若者の育成支援における共食等の食育推進

(関連目標 2)

平成 20 年度（2008 年度）に厚生労働省の補助事業で日本保育協会が実施した「保育所における食育に関する調査研究」によると、朝食を家族全員でとる割合は 29.5%、夕食については 49.2%となっており、夕食に限っていえば、子どもだけで食事をとる割合は 1.8%

となっています。

子どもの健全な食事のあり方として、家族がそろって食事をするのが家族の絆を深めるうえでも重要であることから、保育所や地域子育て支援拠点、幼稚園等での食育を通じて、共食の意義を子ども及び保護者にしっかり理解してもらうよう援助します。

2 学校、保育所等における食育の推進

子どもの頃に身に付いた食習慣を大人になって改めることは困難であることを考えると、乳幼児期や学童期は、食べることの基本を身に付け、「食を営む力」の基礎を培う大変重要な時期です。このため、子どもの成長に応じた健全な食習慣が形成されるよう食育を推進していく必要があります。

偏った栄養摂取や朝食の欠食、孤食などの状況が見受けられる中、子どもたちが「いただきます」という食物への感謝の気持ちを持ち、食の大切さや楽しさを実感できる環境づくりを進めていくことが重要です。

学校、保育所、幼稚園等の給食を通じた指導や食育の推進は、望ましい食習慣の定着や食を通じた豊かな人間性の育成などを図る上で重要な役割を担っています。

こうしたことから、食育を推進するためには、家庭、学校、保育所、幼稚園等が連携しながら取り組んでいく必要があります。

(1) 食に関する指導の充実

(関連目標 5)

学校における食育の推進のためには、各学校において、組織的かつ継続的、体系的な指導を行っていくことが必要です。学習指導要領では、食育の推進に当たっては、児童生徒の発達の段階を考慮して、学校の教育活動全体を通じて適切に行うことと規定されています。

そのためには、給食の時間、特別活動、各教科等の様々な教育の内容を関連付け、体系的、計画的に指導を進めることができるような「食に関する指導の全体計画」の作成や見直しを行うこと、栄養教諭をはじめとする全教職員が、食育についての正しい理解・認識をもち、連携して食育に取り組むことができるような推進体制を整備することが大切です。このために、栄養教諭だけでなくその他の教職員を対象とした食に関する指導についての研修の充実に取り組んでいます。

また、子どもの食については、その大部分を家庭が担っているという実態を踏まえると、食に関する指導の効果を上げるためには、学校での取組と併せて、各家庭や地域においても積極的な取組を進めるようにすることが重要です。このために、学校での食に関する指導の取組状況等を積極的に情報提供するとともに、保護者や地域との連携・協力体制をつくるよう努めています。

(2) 学校給食の充実

(関連目標 6)

① 生きた教材としての魅力のある献立の作成

学校給食の献立は、食に関する指導を効果的に進めるための重要な教材として教育的な配慮がなされたものであることが重要です。そのために、栄養教諭・学校栄養職員等が、積極的に地場産食材を活用したり、教科等の指導との関連を図ったりしながら、栄養バランスのとれた魅力あるおいしい給食となるよう工夫して献立を作成しています。

② 給食の時間における指導の充実

給食の時間は、準備、会食、後片付けなどの一連の指導を、実際の活動を通して繰り返し行うことができるという大きな特長があります。また、献立等の工夫により、教科等と関連付けた指導が可能であり、「食事」という体験を通して、教科等で得た知識を具体的に確認したり深めたりすることで、学習効果を高めることができます。

これらの特長を生かしながら、学級担任が中心となって、児童生徒が食に関する正しい知識や望ましい食習慣、食事のマナー等を身に付けるとともに、食べ物や食に関わる人々に対する感謝の念を醸成していけるよう、指導の充実を図っています。

(3) 食育を通じた健康状態の改善等の推進

(関連目標 5)

児童生徒をとりまく生活環境・食環境の変化に伴って、児童生徒の健康状態や栄養状態も多様化・複雑化しており、肥満、過度の痩身、生活習慣病の若年化等の課題が指摘されています。このような中で、児童生徒が、食に対する正しい知識と食品を選択する能力等を身に付け、家庭での実践を図れるように、学級担任、養護教諭、栄養教諭・学校栄養職員等と保護者が連携しながら、食に関する指導の充実を図っています。

また、食物アレルギー等の課題を有する児童生徒に対して、個別的な相談指導ができるよう、校内の体制整備と学校医・関係機関等との連携に努めています。

(4) 就学前の子どもに対する食育の推進

(関連目標 1,5)

乳幼児期における食育を通じた望ましい食習慣の形成の重要性に鑑み、平成 20 年(2008 年) 3 月に告示された保育所保育指針及び幼稚園教育要領に食育に関する内容が追加されました。それぞれの保育所や幼稚園で食べる喜びや楽しさ、食物への興味・関心を育むこ

とができるよう、研修会や子育て支援事業等を通して食育に対する取組を進めていきます。

保育所は、乳幼児が1日の生活時間の大半を過ごすところであり、保育所における食事の意味は大きく、食事は空腹を満たすだけでなく、人間的な信頼関係の基礎をつくる営みでもあります。保育士による援助や他の子どもとのかかわりを通して、豊かな食の体験を積み重ね、楽しく食べる体験を通して、子どもの食への関心を育み、食を営む力の基礎を培う「食育」を実践していくことが重要です。

今後も引き続き、各保育所において、所長、保育士、栄養士、調理員等全職員の協力のもと、保育計画に連動した「食育計画」が作成され、子どもの生活に沿った柔軟な援助が積極的に行われるよう支援します。

家庭との連携については、給食だよりの配布や給食の実物の展示、保育参加時の講演会・親子クッキング等を通じて保護者が食育に関心がもてるよう意識啓発が行われていますが、家庭からの食に関する相談に応じ、助言・指導ができる体制整備が行われるようさらに支援します。

また、保育所は地域の子育て支援の役割を担っていることから、在宅の子育て家庭に対する食に関する支援や地域と連携した食育活動の積極的な展開を促進します。

3 地域における食生活の改善のための取組の推進

心身の健康を確保し、生涯にわたっていきいきと暮らしていくためには、人生の各段階に応じて、一貫性・継続性のある食育を推進することが求められており、特に、生活習慣病を予防し健康寿命を延伸する上では、健全な食生活が欠かせません。

このため、家庭、学校、保育所、生産者等と連携して、生活習慣病の予防や生活習慣の改善をはじめとした健康づくりにつながる健全な食生活の推進を行います。

また、高齢者の単独世帯やひとり親世帯、貧困の状況にある子どもなど、家庭だけでは健全な食生活の実現が困難な者も存在することから、地域で行われる取組が一層重要となっています。生活習慣病の予防と合わせて、家庭における食育に資するよう、地域における食育を推進します。

(1) 健康寿命の延伸につながる食育推進

(関連目標 9,10)

生活習慣病の発症・重症化の予防や改善に向けて、健全な食生活を実践できるよう食育を推進するとともに、健康寿命の延伸を図ることを目的とした「健康やまぐち 21 計画（第 2 次）」に基づいて、市町や関係機関と協力し、生活習慣の改善及び取り巻く環境を整備します。

また、食塩摂取量の減少が血圧の上昇を抑え、結果的に循環器疾患の減少につながると考えられていることから、家庭や関係者等と連携して食塩摂取量の減少に取り組みます。

(2) 歯科保健活動における食育推進

(関連目標 11)

健全な食生活の実現に向けて、口腔機能が十分に発達し維持されることが重要であることから、市町や関係団体と一体となって「8020 運動」や「噛ミング 30」の推進を通じて、乳幼児から高齢者までの各ライフステージに応じた食べ方の支援や摂食・嚥下等の口腔機能の維持・向上等、歯科保健分野からの食育を推進します。

(3) 栄養バランスのとれた食生活の実践の推進

(目標 4, 7, 8)

県民一人一人が自分に合った食事量やバランスのとれた内容の食事を摂取し、健全な食生活を実践するため、「食生活指針」の活用促進を図るとともに、「食事バランスガイド」

に基づいたイラスト表示により、バランスのとりのやすい食事を提供する飲食店等を「やまぐち健康応援団」として登録するなど、市町や関係者等と連携した取組を促進します。

(4) 貧困の状況にある子どもに対する食育推進

(関連目標 1,2,5,13)

「山口県子どもの貧困対策推進計画」(平成27年(2015年)7月策定)に基づき、全ての子どもが健やかに成長できるよう、市町・関係団体と連携し、地域における食育の推進を図ります。

また、市町において、ひとり親家庭の子どもに対し学習支援や食事の提供等を行う「子どもの居場所づくり」への支援を行います。

さらに、貧困の状況にある子どもたちに食事の提供等を行うNPO等に対して情報提供を行います。

学校においては、児童生徒が、家庭での実践につながる食に関する正しい知識と技能等を習得できるよう、生産者や関係機関等と連携しながら、食に関する体験的な活動等の充実に努めています。

(5) 若い世代に対する食育推進

(関連目標 5)

健康な心と体を育てるための食育を通じた望ましい食生活の形成の重要性について幼稚園教育要領で示されています。それぞれの幼稚園で食べる喜びや楽しさ、様々な食べ物への興味・関心を育むことができるよう、研修会や子育て支援事業等を通して食育に対する取組を促進します。

また、若い世代での望ましい食生活の実践につながるよう、学校において児童生徒に対する食に関する指導の充実を図るとともに、幼・保、小・中学校、高等学校等で継続した指導が行えるよう、異校種間の連携した取組を進めています。

(6) 高齢者に対する食育推進

(関連目標 1,11)

要支援・要介護状態になるおそれのある高齢者や要支援者を対象に、栄養改善・口腔機能向上のプログラムが、本人の状態に応じて、通所または訪問により、適切に実施される

よう市町等の取組を支援し、高齢者の生活機能の向上を図ります。

適切な食事の調達が困難な、あるいは、低栄養状態のおそれのある在宅の高齢者に対する配食サービスが適切に実施されるよう市町等の取組を支援し、高齢者の栄養改善を図ります。

また、高齢者を対象に、食育に対する意識が高まるよう、講演会及び介護予防教室の開催や基本的な知識を習得してもらうためのパンフレットの配布等が適切に実施されるよう市町等の取組を支援し、高齢者の食生活の改善を図ります。

(7) 食品関連事業者等における食育推進

(関連目標 1,6,14)

食品関連産業者等は、広く消費者と接点を有していることから、県産原料使用の表示など県民にわかりやすい情報の提供や、食に関する知識の普及啓発といった食育の推進のための取組に努めるよう促します。

県は、健康で豊かな食生活を支える役割を担う食品関連事業者等と連携して、信頼関係を築き、「顔が見える関係づくり」を進めるとともに、消費者に対して、商品やメニュー等食に関する情報提供、工場・店舗の見学等の取組を推進します。

(8) 専門的知識を有する人材の養成・活用

(関連目標 7,8,9)

県民一人一人が食に関する知識をもち、自らこれを実践できるようにするため、食生活や健康づくりに関する専門的な知識をもつ管理栄養士や栄養士、健康や食材に関する幅広い知識をもつ調理師の養成支援を行うとともに、その人材を活用した食育活動の推進に取り組めます。

また、地域において、食育の推進が着実に図られるよう、市町における管理栄養士等の人材を確保するとともに、資質向上を図るため研修の開催や充実を図ります。

4 食育推進運動の展開

これまで、毎年6月の「食育月間」、毎月19日の「食育の日」を中心に、県内各地で様々な関係者とそれぞれの立場から食育活動に取り組み、食育推進運動を展開してきました。

今後も、市町をはじめ関係機関やボランティア等、食育に係る関係者が主体的かつ多様に連携・協働して地域レベルのネットワークを構築し、多様な食育推進運動を引き続き展開していくことが必要です。

特に、若い世代に食育への関心を持ってもらうため、マスコミやインターネット等を効果的に活用することや、県民自らが食育の推進に積極的に携わることができるようにボランティアの取組支援などを行います。

(1) ボランティア活動への支援

(関連目標 13)

地域で活動している食生活改善推進員や食育の推進に関わるボランティア等、多くのボランティアによる食育活動が活発に行われ、ボランティア活動に参加する県民が増加するよう市町と連携して取組を支援します。

(2) 食育推進運動の展開における連携・協力体制の確立

(関連目標 13)

行政をはじめ、教育関係者、農林漁業者、食品関連事業者、ボランティア等の多様な関係者による主体的な取組を促すとともに、関係者相互の横断的な協力を呼びかけ、情報や意見の交換、連携した取組の促進を図ります。

(3) 食育推進運動に資する情報の提供

(関連目標 1,3)

食に関係する様々なイベントや各種広報媒体を活用することで、県民に対して、食育の意義や必要性について広く周知し、知識や実践の定着に努めます。

特に、食育月間や食育の日を中心として、市町や関係者等と連携し、マスコミやインターネット等を通じて県民へ働きかけるなど、効果的な普及活動を実施します。

5 生産者と消費者との交流の促進、環境と調和のとれた農林漁業の活性化等

生産者と消費者が交流し、生産の喜びや苦勞、消費者の希望や励ましなどの情報を交換することで、お互いの顔が見える関係を構築し、理解を深めることで、県産農林水産物の需要拡大や生産拡大、農山漁村の活性化を図る必要があります。

また、農林水産物に対する新鮮・安心・安全志向が高まる中、県内の身近な農林水産物を県内で消費する「地産・地消」の取組が一層重要になっており、産地から食卓までの距離（フードマイレージ）を短縮し、食料の輸送に要するエネルギーを軽減できるため、地球環境の保全という点からも注目されています。

さらに、生産者や事業者、消費者等がスクラムを組んで「地産・地消」や食品ロスの削減に取り組むことで、環境と調和のとれた農林漁業・農山漁村の活性化に資することが期待されます。

(1) 農林漁業者等による食育推進

(関連目標 1)

農山漁村の女性・高齢者等による暮らしの中で培われた知恵・技、文化の継承活動や、関係団体等と連携した農林漁業に関する体験の機会を積極的に提供することにより、農林漁業・農山漁村の理解促進に努めます。

(2) 子どもを中心とした農林漁業体験活動の促進と消費者への情報提供 (関連目標 12)

農業・農村に関心のある若者を対象にしたホームステイにより、農業生産や自然と共生する暮らしの中で育まれてきた知恵や技、生活文化に触れる機会をつくります。

また、子どもへの教育効果が期待される体験型教育旅行については、効果的なPR活動などによる誘致対策の強化、受入家庭の確保をはじめとする受入体制の拡充、地域間連携などの広域的な取組を推進することにより、受入者数の増加を図り、農林漁業・農山漁村への理解を促進します。

(3) 都市と農山漁村の交流の促進

(関連目標 12)

都市と農山漁村との交流の一層の拡大のため、農林漁業体験民宿の開業促進や体験プログラム充実などにより、地域の魅力をゆっくり楽しむ「やまぐちスロー・ツーリズム」の推進を図ります。

(4) 地産・地消の推進

(関連目標 6)

①生産、流通・加工、消費が協働した県産農林水産物の需要拡大

生産者と消費者の結びつき強化や、県産農林水産物の積極的なPRなど、県民が新鮮で安心・安全な県産農林水産物を選ぶことができる取組を着実に推進し、県産農林水産物の需要拡大に努めます。

②学校給食における地場産物の使用促進

学校給食の食材として、地場産の農林水産物の使用を促進することは、食料生産等に対する子どもの関心と理解を高めるだけでなく、地産・地消による地場産の農林水産物の需要拡大という観点でも高い効果が期待されます。こうしたことから、学校、生産者、生産者団体、加工業者、流通業者等の連携を強化し、学校給食への地場産農林水産物の供給が円滑に行われる体制を整備するとともに、県産の米、麦、大豆を使用したご飯、パン、麺、豆腐や副食における農林水産物の使用を推進していきます。

(5) 食品ロス削減を目指した県民運動の展開

(関連目標 16)

県民、事業者、関係団体、市町等と連携・協働し、「山口県食品ロス削減推進協議会」による家庭や外食等での食品ロスを削減する取組を全県的に展開していきます。

6 食文化の継承のための活動への支援等

平成 25 年（2013 年）12 月、「和食；日本人の伝統的な食文化」がユネスコの無形文化遺産に登録されたように、我が国の豊かで多様な食文化は世界に誇ることができるものです。

また、三方が海に開かれ、緑の豊かな山口県では、その地域の産物を生かした郷土料理が伝えられてきました。

しかしながら、国民のライフスタイル、価値観、ニーズが多様化する中で、和食の基本形である一汁三菜の献立をベースとした「日本型食生活」や、家庭や地域等で継承されてきた特色ある食文化が失われつつあります。

このため、学校、家庭、地域等が連携しながら、食文化継承のための活動が適切に行われるよう支援します。

(1) ボランティア活動等における取組

(関連目標 13,17,18)

地域で活動している食生活改善推進員等のボランティアが実施する親子料理教室や体験活動等において、地域の郷土料理や伝統料理を取り入れるとともに、食事の作法や食文化の普及と次世代への継承の取組が行われるように支援します。

(2) 学校給食での郷土料理等の積極的な導入や行事の活用

(関連目標 6)

我が国や郷土の伝統的な食文化について、子どもが興味・関心をもって学ぶことができるよう、地域の実情に応じて工夫しながら和食、郷土料理、行事食等を、学校給食の献立に積極的に取り入れ、食に関する指導に活用できるように努めます。

また、給食試食会や親子料理教室等の行事等において、和食や郷土料理等をテーマに取り上げ、家庭や地域等においても食文化を継承できるよう啓発活動を進めます。

(3) 専門調理師等との連携

(関連目標 17,18)

地域に根ざした豊かな食文化を醸成するとともに、地産・地消の取組を進めるため、高度な調理技術を備えた専門調理師等との連携を図ります。

(4) 地域の食文化の魅力を再発見する取組

(関連目標 17,18)

家庭や地域で代々受け継がれてきた郷土料理や家庭料理を含め、地域の誇りとして継承していきたいこと、生産活動や暮らしの中で発展させていくべきものを子どもたちや次世代に伝えるため、農山漁村で培われた知恵や技・文化等がどのように育まれ伝えられてきたかについて、地域の高齢者等への聞き書き活動を推進します。

(5) 関連情報の収集と発信

(関連目標 17,18)

食育推進運動の一環として、食文化の普及啓発に係る国や関係団体の取組等について、情報収集及び情報提供に努め、食文化の継承に向けた機運の醸成を図ります。

7 食品の安全性に関する情報提供等

科学技術の進歩や国際化の進展に伴い、私たちの食生活を取り巻く環境は大きく変化しています。そのような中、食品の安全性や信頼性を脅かす事態が相次いで発生し、県民の食に対する関心は高くなっています。

こうした状況に対処するためには、行政、事業者、県民が責務と役割を一層発揮しながら互いに協働し、地域社会全体で食の安心・安全に取り組むことが重要であることから、「食の安心・安全推進条例」に基づき、「食の安心・安全推進基本計画」を策定し、消費者の視点に立った取組を進めています。

特に、健全な食生活の実践には、食生活や健康に関する正しい知識をもち、自らの判断で食を選択していくことが必要であり、そのためには、最新の科学的知見に基づく客観的な情報の提供を行っていく必要があります。

(1) リスクコミュニケーションの充実

(関連目標 14)

参加者の幅広い年齢層への拡大や自主的な活動の促進など、生産者・事業者、消費者等によるリスクコミュニケーションを推進します。

(2) 食品の安全性や栄養等に関する情報提供

(関連目標 14,15)

県民の食に対する信頼の確保に向け、県の取組や食の安心・安全に関する様々な情報を積極的に発信します。

(3) 食品表示の適正化の推進

(関連目標 14)

食品表示責任者の養成や、表示適正事業所の認定や取得に向けた講習会の開催など、事業者の自主的な取組を促進します。

また、関係機関が連携して、法令や制度等の周知徹底を図るとともに、効果的な監視指導を行います。