剣淵町食育推進計画

～地域の特性を活かした食育の推進～

平成２６年３月

北　海　道　剣　淵　町

全国の４分の１を占める広大な農地を有し、四方を海に囲まれた北海道は、その恵まれた自然環境を生かし、全国の皆さんに安全でおいしい「食」を提供する重要な役割を担っています。

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、生きる喜びをもつくり上げてくれるものです。

また、剣淵町は開拓以来、農業を基幹産業として発展してきました。現在では、『やさしさ奏でる絵本の里づくり』をテーマに、人と人の繋がりや地域の資源を活かした取組みを実施し、町民の健康づくりや栄養指導、農業体験や調理実習、地元農産物を使用した加工品の開発など各地域・各機関等で関係者が連携し、主体的に食育に取り組む動きが芽生えてきています。

このことから食育の効果的な推進を図るため、この度「剣淵町食育推進計画」を策定し、地域住民と一体となった食育の取組みを進めることといたしました。

食育の取組みは、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、すべての町民の皆さんに参加、実践していただくことが重要であることから、この計画の実現に向けて、町民の皆さんをはじめ、各地域・各機関等の関係者と一緒になって「食育推進」に取り組んでまいりますので、一層のご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

平成２６年３月

剣淵町長　早　坂　純　夫

目　　次

１　本計画の趣旨・目的・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　１

２　本計画の位置付け・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　２

３　計画の期間・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　２

４　計画の推進体制・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　２

５　剣淵町の食をめぐる現状と課題・・・・・・・・・・・・・・・・・・　３

（１）食生活・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　３

（２）食と健康・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　３

（３）食文化の継承・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　３

（４）農業・地産地消・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　４

６　食育推進の重点方針・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　５

７　食育に関する基本的な取組方針・・・・・・・・・・・・・・・・・・　５

（１）家庭における食育の推進・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　５

（２）保育所・学校における食育の推進・・・・・・・・・・・・・・・・　６

（３）健康づくりにおける食育の推進・・・・・・・・・・・・・・・・・　６

（４）農業における食育の推進・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　７

（５）行政における食育の推進・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　７

８　剣淵町における食育推進活動（事例紹介）・・・・・・・・・・・・・　８

９　食育に関する用語集・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　14

１　本計画の趣旨・目的

食は、人間が生きていく上での基本的な営みの一つであり、心身の発育に関し重要な役割を担っています。

剣淵町のある北海道には、各地においしく新鮮な食材があり、そうした多様で豊富な食材を活用した郷土料理や、特色のある食文化が育まれてきました。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いなど、全国の中でも恵まれた環境にあります。

しかし、近年、食をめぐる環境は時代とともに変化し続け、世界的に食料需給がひっ迫し、食料の安定供給の確保が求められるとともに、消費者の食に対する信頼を揺るがす出来事が相次いで発生し、安全・安心な食品に対する消費者の関心が高まっています。また核家族化やライフスタイルの変化に伴い、食に感謝する心の欠如、孤食の増加による家庭での教育的機能の低下、偏食や不規則な食事による肥満や生活習慣病の増加、郷土料理・行事食など食文化を伝承する機能の低下など、その課題は広く複雑になってきています。

このため国は平成１７年６月に、生涯にわたって健康で豊かな食生活を実現するための「食育」を重要課題としてとらえ、国民的な運動として推進していくため、「食育基本法」を制定しました。また、北海道においても平成１７年４月に「北海道食の安全・安心条例」を施行し、国に先駆けて食育を積極的に推進する姿勢を打ち出すとともに、平成１７年１２月に「北海道食育推進行動計画」を策定し、北海道の食育を総合的に推進しています。

このような背景を踏まえ、剣淵町においても健康や子どもの教育、農業生産や販売、食文化の継承など食に関わる分野の連携を強化し、町民一人ひとりが食に対する関心を深め、生涯にわたって健康で豊かな生活が送ることができるよう、地域の特性を活かした食育の取組みを推進するため、「剣淵町食育推進計画」を策定します。

食育とは・・・

食育とは、国民一人ひとりが、生涯を通じた健全な食生活の実現、食文化の継承、健康の確保が図られるよう、自らの食について考える習慣や食に関する様々な知識と食を選択する判断力を身につけるための学習等の取組みのことです。

食育基本法では食育を

①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

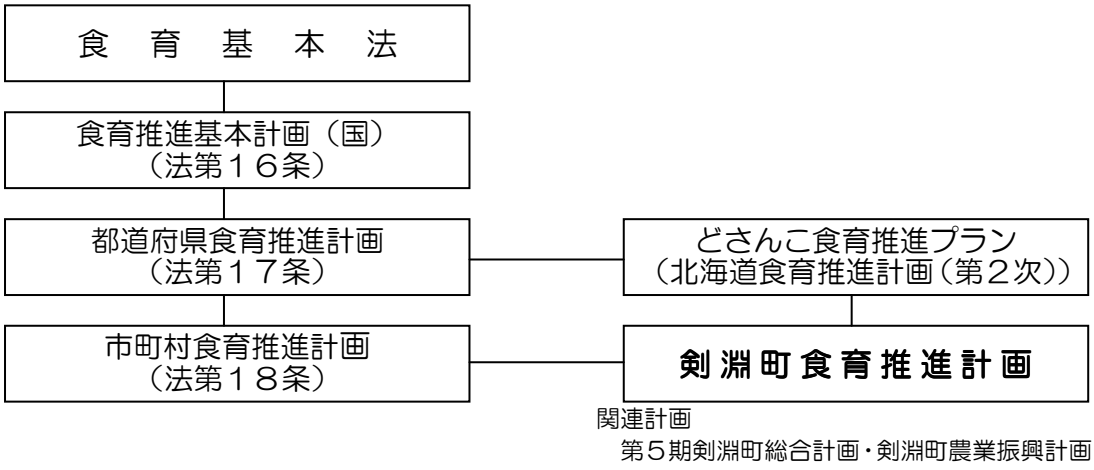
②様々な経験を通じて食に関する知識と食を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てること

と位置づけています。

２　本計画の位置付け

本推進計画は、食育基本法第１８条第１項に基づく市町村推進計画として位置づけ、北海道食育推進計画（第２次）である「どさんこ食育推進プラン」や第５期剣淵町総合計画等と整合を図りながら、食育を具体的に推進するための計画として策定します。

■剣淵町食育推進計画の位置付け

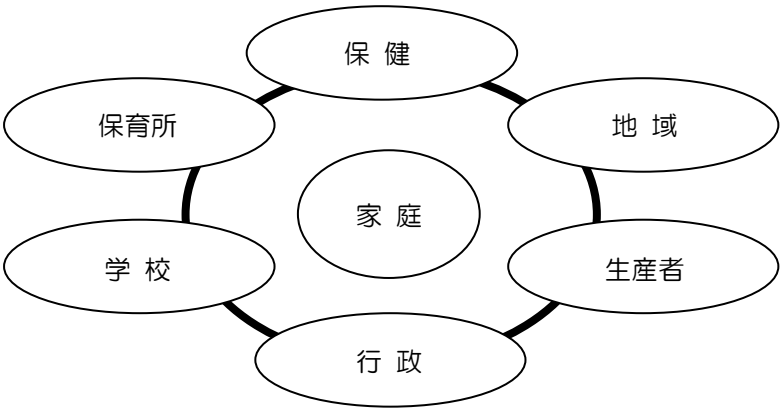


３　計画の期間

この計画の期間は、平成２５年度から平成２９年度までの５年間とし、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うものとします。

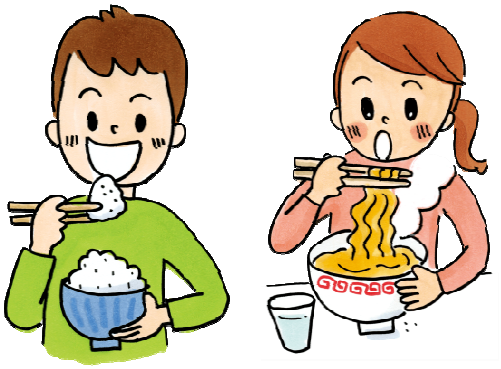
４　計画の推進体制

食育は、その関係する分野が保健、産業振興、保育、教育など多様であることから、日常家庭での食生活や学校、地域住民及び食材の提供をする生産者など食に関連する産業が、食育活動において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い計画の推進に努めます。



５　食をめぐる現状と課題

（１）食生活



高齢者世帯、ひとり暮らし世帯、核家族化や共働き世帯の増加など、様々なライフスタイルの方がおり、食に関する考え方も多種多様な現状です。そのような中、家庭内で行われていた調理や食を家庭外に依存する傾向や、惣菜や弁当などの食に関する簡便化、外部化も否定できません。

幼少期からの食習慣は、その生涯にわたって大きな影響を及ぼすものであることから、食に関心が持てるよう子どもの食育を重点的に進めていくことが求められます。

（２）食と健康

栄養や食生活は健康づくりの基本ですが、最近では核家族や一人暮らし世帯の増加、仕事や生活様式の多様化といった社会変化により、一人での食事や不規則な食生活を送る方が増えています。また、外食や冷凍食品などの利用の増加などの栄養の偏りや、食習慣の乱れから肥満や生活習慣病の増加が問題になっています。

そのため、将来にわたって健康で過ごせるよう、幼少期からの食育への意識や必要性に対する理解を深める必要があり、食と健康に関する正しい情報をわかりやすく提供することが求められています。

（３）食文化の継承

食事の内容が多様化してきたことや核家族化の進行、地域行事の減少などによって、次の世代に郷土料理や家庭の味など食文化を伝えていく機会が少なくなることが懸念されています。また、生産技術の進歩や物流の発展によって、四季を問わず多様な生鮮食品類が購入できるため、旬の食材を使った料理を学び、食す機会が貴重となってきています。

そのため、食を通して地域文化の大切さを伝え、郷土を愛する豊かな心を育むため、地域における郷土料理を見直し、地元で採れる旬の食材を再認識していくことが求められています。

（４）農業・地産地消

地域で生産された農産物をその地域で消費していく取組みとして３０年ほど前から始まった「地産地消」は、国内の安全、安心、高品質の農産物が評価され、各地でその取組みが展開されています。

剣淵町でも農業者の高齢化や担い手の不足、国の農業政策の変遷などにより、農業を取り巻く環境が厳しい中にあって、地産地消への取組みが行われてきています。しかし、その取組みは学校給食への食材の提供、道の駅・軽トラマルシェにおける地場農産物の直売などであり、町内商店や飲食店への提供により消費されることは多くありません。また、食に対する理解を深めてもらうことは、農業を基幹産業とする町にとって大切であるものの、農業体験を中心とした取組みに留まっている状況です。

このため、農業者はもちろんのこと、関係機関・団体が連携して、地域住民をはじめ、企業、団体などに食に対する理解と知識を深めてもらう取組みを進めていく必要があります。

また、地場の安全で安心、高品質の農産物の提供を積極的に取り組むことにより、都市の消費者にも生産地と食への理解を深めていくことも重要です。

こうした中、食育に関係する機関・団体などが役割を分担しながら、食育の推進に取り組んでいますが、食の安全・安心の確保などが大きな課題となる中、これまで以上に食育の取組みの充実を図ります。

６　食育推進の重点方針

剣淵町の食育をめぐる現状と課題などを踏まえ、食育の推進を効果的に図るため、次の３つの重点方針に基づき、食育活動を推進します。

Ⅰ　家庭における正しい食生活習慣を身につける
Ⅱ　食に関心を持って心身の健康づくりを進める
Ⅲ　地元の食材について知識を深めて安全で安心な食について考える

７　食育に関する基本的な取組方針

剣淵町においては、先に記述した３つの重点方針をベースとし、保育所、学校、地域住民や生産者、関係団体等がそれぞれの役割を再認識し地域に合った食育活動の取組みを行っていきます。

また、総合的な視野から行政のそれぞれの分野で連携を図り、円滑に取組みが進むように次の基本方針に即して、食育活動を推進していきます。

（１）家庭における食育の推進

①食の関心と感謝の心を育みます
②食事のマナーを身につけます

家庭は、食育における最も基本的な場であり、家族そろって食べる食卓は箸の使い方などマナーや、それぞれの家庭に昔から伝わる郷土料理や季節の食事、行事食などの食文化を伝え、食べ物や調理をする人への感謝の気持ちを培い、家族の絆を育み、生涯にわたり健全な食生活習慣を育む場となっています。

このため、基本的な食生活習慣を形成するため、生活リズムを整え、ライフステージにあわせた栄養バランスのとれた食事や旬の食材に関する基礎的知識・能力を身につけるなど、関係機関・団体が連携し普及・啓発活動の展開を図ります。

（２）保育所・学校における食育の推進

①食べ物の生命の大切さを伝えます
②農業体験や調理、後片づけなどの実践を推進します

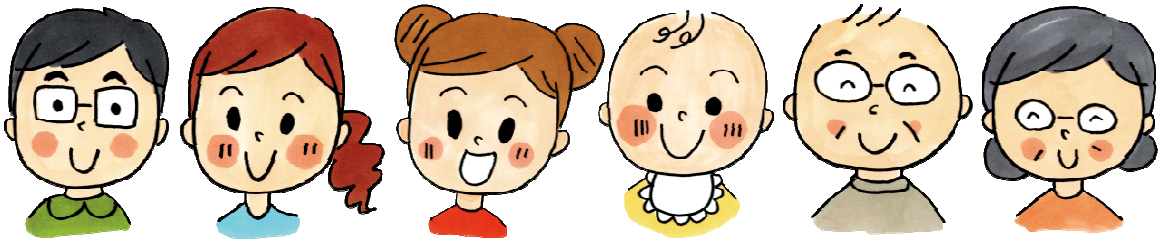
保育所・学校は集団で食育に取り組むことができる場です。成長期の子どもたちが多くの期間を過ごす場であり、子どもが食に関する正しい知識を学ぶため、地域の生産者団体等と連携して農業体験や調理に関する体験など、日々の生活に定着するよう努めます。

また、保育所・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などの啓発に努めます。

（３）健康づくりにおける食育の推進

①栄養バランスの知識の普及を図ります
②体と食事との関連性の啓発を推進します

地域住民が、乳幼児から高齢者まで、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、生活習慣病等の予防に努めるとともに、食育に関する普及や啓発活動を推進し、各個人の健康状況に応じた保健活動の充実を図ります。



（４）農業における食育の推進

①地元農産物の供給、情報の提供を図ります
②生産者と消費者の交流を図ります

食の基となる農業は、剣淵町の主要産業であり、地産地消の推進は地域の活性化にも繋がります。消費者に農業の現状や食を育む環境への理解を促進するため、体験の場としての生産現場の提供や、生産者と消費者の積極的な交流を図ります。

消費者においても、安全性や栄養成分等に関する知識と理解を深め、自らの食を自らの判断で正しく選択することができるよう、提供や啓発などに努めます。

（５）行政における食育の推進

①関係分野と連携し食育を推進します
②食育に係る情報の普及啓発に努めます

行政（町）は、食育の推進に向け、庁内関係各課・関係機関等で実施している食育に関する各種事業の調整・連携を図りながら、効率的な事業展開を推進します。

また、町民一人ひとりが食育に取り組めるよう、食育推進計画及び食育に関する各事業の普及・啓発に努め、更に庁内関係各課において事業内容の確認と進行状況の評価を行い、問題点を探るとともに事業内容を検討し、必要に応じて計画の見直しを図りながら食育を推進します。

８　剣淵町における食育推進活動（事例紹介）

剣淵町では、食育推進に係る取組みが各地で行われています。

【事例紹介①】剣淵町保育所における食育の取組み

乳幼児期から発育段階に応じて豊かな食の体験を積み重ねていくことにより、生涯にわたって健康で生き生きとした生活を送る基礎となる「食を営む力」を培うことは重要なことです。このことから、保育所における「食育」は保育所保育指針を基本とし、子どもが身近な大人からの援助を受けながら、他の子どもとの関わりを通して、豊かな食の体験を積み重ね、楽しく食べること、食への関心を育むこと、食材そのものや給食を作ってくれる人への感謝の気持ちを育てることなど、「食を営む力」を培うことを目標として実施しています。

〇年間食育計画の策定

保育所児童が行事やさまざまな体験を通して「食」に関する興味や知識を習得できるよう、保育計画に位置付けたプログラムを作成し、実践しています。

〇お餅つき会の開催

日本の食文化、伝統行事を見たり、体験し楽しむことをねらいに、うすと杵を使った餅つきやつきたて餅を丸めるなどの体験を通して、伝統的な食品加工を楽しみながら味わいます。

〇菜園による自然との関わり

保育所敷地内の菜園に野菜の苗を植え付け、栽培・収穫した食材や季節感のある食材を料理して味わいます。

〇給食を楽しむ

給食は友達と一緒に食べる、保育士と一緒に食べることで、人との関わりや感謝の気持ちを育て、併せて食事のマナーを学びます。

〇食育だよりの発行

保育所の給食に関する情報提供、食材の成分、栄養価、体に働きかける力などの内容を掲載した食育だよりを毎月発行し、保護者との連携を図っています。

〇食事アンケートの実施

起床から朝食までの様子、夕食から就寝までの様子など家庭における生活習慣などを中心に調査し子どもの生活、食事の状況を共有し、家庭での食への関心を高め、協力し合って「食を営む力」の基礎を培うための支援を行います。

【事例紹介②】保健活動における食育の取組み

食を通じた心と体の健康づくりを基本とし、食事リズム、栄養バランス、安全な食材の選択など、食を大切にする心を育むための活動を行っています。

母子保健事業では、妊婦個別栄養指導、妊婦交流会、乳幼児健診時栄養指導、離乳食教室、幼児食教室等を実施しています。妊娠期から食を通じた健康な母体と児の成長を関連づけて考え、出産後も母親自身と子供、家族を含めて食の大切さを意識できるよう支援しています。

また、成人保健事業では、訪問や来所による個別栄養相談、健康栄養教室、高齢者栄養教室等、食を通じた健康づくりから、生活習慣病予防を意識し、生涯健康で暮らせることを目指した活動を行っています。

【事例紹介③】学校給食における食育の取組み

地産地消を基本に、国内産の食材を利用した安全で安心して美味しく食すことのできる給食を提供するために迅速な調理や徹底した衛生管理、食材の厳選を実践し、バランスの良い栄養摂取を図っています。また、東日本大震災の影響により、食品の安全性が不安視されているなか、食品放射能測定器を購入し毎日測定することで、学校給食で提供する食材の安全性をより確実なものとしています。さらに、栄養教諭の食育の授業により、児童生徒の食に関する関心や「食べる」ことの重要性が高まりつつあります。

【事例紹介④】「お弁当の日」の取組み

小中学校を対象に家庭教育の一環として、家庭内のコミュニケーションを深め、自ら食に関する様々な知識を高めることを目的に、年に２回「お弁当の日」を実施しています。お弁当は基本的には「自分で作る」こととして、献立から始まり、自宅での食材又は買い物をした食材で調理し、弁当詰めをした後の片付けまで、親子でふれ合いながら進めます。この「お弁当を作る」ことにより、家庭の中で食べ物の大切さや作る楽しみ、食べ物や作ってくれる人への感謝の気持ちが育まれるような取組みとなるよう今後も推進していきます。

【事例紹介⑤】地域連携教育「農の日」の取組み

小学校において、地域の自然や農業についての体験的な学習を通じ、郷土を深く理解し「食」を大切にする心を養うため、剣淵高等学校との連携事業や「農の日」を実施しています。剣淵高等学校との連携事業では、田植えから稲刈り脱穀までを体験し、収穫した米を利用して栄養のバランスを考えながら調理計画をたて、グループ毎に調理試食をしています。「農の日」では地域の農家の協力のもと農業体験をし、農作業の大変さや収穫の喜びを味わう中で、食を巡る問題や自分たちの食習慣を見直し、よりよい健康生活を実践できるように学習していきます。

【事例紹介⑥】剣淵高等学校での取組み

剣淵高等学校の農業国際系列では、町の特産品や菓子作りを研究し、栽培からその加工、販売に至るまでのフードシステムを学習するため、多くの実践活動を実施しています。町内の栽培・加工・販売団体との連携も深め、菓子類を中心とした加工食品の商品化に向けた開発事業の推進を図って行く中で、食の大切さや安全で安心して食べられる食品加工を学んでいます。

また、製品化された加工品の品質向上や技術の向上を図るとともに、付加価値の高い地域に根ざした農業振興の一躍を担う教育を目指しています。

【事例紹介⑦】農村女性グループの活動

剣淵町特産研究グループ「福有会」では、平成６年から地産地消を目的に農産物加工研究活動を始めました。設立当初は漬物の製造・販売をしていましたが、平成 10 年より手作り味噌の製造を始め、平成 14 年には北海道味噌品評会において最優秀賞にあたる「北海道味噌醤油工業協同組合理事長賞」を受賞しました。学校給食には平成 13 年から定価の半額で提供されていましたが、子ども達には地元で生産された有機大豆と特別栽培米を使用した、安全・安心な味噌を食べてもらいたいという想いから、平成 21 年より無償で提供されています。

【事例紹介⑧】グリーンツーリズムの取組み

剣淵町の農業・農村の魅力を伝えるため、都市部の中学生・高校生を対象とした農業体験の受入れを平成 19 年より実施しています。町内 20 戸の農家が４～６名の生徒を受入れ、作物の種蒔きや草取り、収穫作業といった農作業体験や、昼食時には自家野菜を使用した料理を食すなどの農村生活体験を提供しています。次代を担う子ども達が農業とふれあい、農業に興味を持つことができるよう、農業体験等の機会を創出するとともに、「食育」を農業者や関係団体等と一体となって推進しています。

【事例紹介⑨】地産地消の取組み

　剣淵町では多様な農産物が生産され地産地消の取組みも行われています。生産者が協議会を組織し、道の駅「絵本の里けんぶち」での農産物直売所の運営や、農業後継者が軽トラックの荷台で農産物を販売する「軽トラマルシェ」の取組み等により、生産者と消費者の距離が近くなり、安全・安心な地域の農産物を購入する機会を提供することで、地産地消の活動と地域農業と関連産業の活性化を図っています。また、町内の加工グループによって地場農産物を利用した加工品の製造・販売や学校給食においても地場農産物を積極的に活用しています。

９　食育に係る用語集

『孤食』

家族が違う時間に一人一人食事をとること。これに対し、一人一人が違う料理（献立）をとることを「個食」という。

『生活習慣病』

食習慣、運動習慣、休養、喫煙、飲食などの生活習慣が、その発達と進行に関与する疾患群のこと。代表例に、糖尿病、脳卒中、心臓病、高脂血症、高血圧、肥満などがあり、日本人の３分の２近くがこの病気によって亡くなっている。

『地産地消』

地域で生産されたものをその地域で消費すること。道内各地で生産者による新鮮な地場産品の直売や生産者等との消費者の交流活動等、多様な取組が展開されている。

『食料自給率』

その国の食料消費がどの程度、自国の生産で賄えているかを示す指標のこと。食料全体における自給率を示す指標として、供給熱量（カロリー）ベースと生産額ベースの２通りの方法で算出しています。

『フードシステム』

食料品の生産から流通・消費までの一連の領域・産業の相互関係を一つの体系として捉えること。

『有機栽培』

有機農業の推進に関する法律において、化学肥料や化学合成農薬の使用しないこと並びに遺伝子組み換え技術を利用しないことを基本として、農業生産に由来する環境への負荷をできる限り低減した農業生産の方法を用いて行われる栽培方法。

『特別栽培』

たい肥等の有機物の施用等による土づくりに努め、化学肥料や化学合成農薬の使用を必要最小限にとどめるなど、農業の自然循環機能を維持増進させ、環境との調和に配慮しながら農業生産の方法を用いて行われる栽培方法。

『グリーンツーリズム』

農村地域において、その自然や文化、人々と交流を楽しみながら、ゆとりのある休暇を過ごす滞在型の余暇活動のことで、農業生産活動や農産物を仲立ちとした人的な交流を主体としたものを指す。田植え・稲刈りなどの農業体験、ファームイン、農家レストラン、農産物直売所、観光農園などの取組みがある。

剣 淵 町 食 育 推 進 計 画

担当：経済課・健康福祉課・住民課・教育課
〒０９８－０３９２
北海道上川郡剣淵町仲町３７番１号
TEL　０１６５（３４）２１２１
FAX　０１６５（３４）２５９０