

第2次京丹波町食育推進計画

**2019年(平成31年) 3月
京丹波町**

は じ め に

「食」は私たちが生きていくために欠かせないものであり、「食育」の推進は健全な心身を培い、こころ豊かな人格の形成に最も重要とされています。

近年、わが国では人々の生活スタイルや価値観、ニーズが多様化、高度化する中、「食」を取り巻く環境の変化も著しく、生活習慣病をはじめとする健康問題、食の安全問題、食に関する感謝や理解の欠如、伝統的な食文化の喪失など、さまざまな課題が生じています。



本町では平成 26 年度に「第 1 次京丹波町食育推進計画」を策定し、「笑がおで食育」を基本理念に、関係団体と連携しながら食育を推進してまいりました。

このたび、第 1 次の計画期間が終了することから、今までの取組の成果と課題を踏まえ、更なる食育の推進を図るために「第 2 次京丹波町食育推進計画」を策定しました。

本計画は、関連性の深い京丹波町健康増進計画（第 2 次）の計画期間にあわせ、2019 年（平成 31 年度）から 2026 年度までの 8 年間とし、「笑がおで食育～「やさしい」と「適塩」でつながる健康の里づくり～」を基本理念として、町民一人ひとりが食育を実践し、心身ともに健康増進できるよう、食育に関する取組を総合的かつ計画的に推進していくものです。

また、対象者は 18 歳までの子どもとその保護者とし、町内の保育所、幼稚園、各学校等で構成する「食育推進連絡会」において、共通理解のもと、子ども世代の食育を一層充実してまいります。

最後になりましたが、本計画の策定にあたり、御尽力いただきました「京丹波町健康づくり推進協議会」の委員の皆様をはじめ、貴重なご意見をいただきました関係の皆様方に心から感謝を申し上げます。

2019 年（平成 31 年）3 月

京丹波町長 太田 昇

〔目 次〕

第1章 計画の策定にあたって 1

- 1 計画策定の背景と趣旨
- 2 計画期間
- 3 計画の位置づけ

第2章 京丹波町の「食」を取り巻く現状 2～9

- 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 10～17

- 1 第1次食育推進計画の評価
- 2 目標数値及び達成状況

第4章 第2次食育推進計画 18～24

- 1 基本理念 『笑がおで食育』
～「やさい」と「適塩」でつながる健康の里づくり～
- 2 基本方針
 - 1) 食が育てる
 - 2) 食を育てる
 - 3) 食で育てる
- 3 重点施策 ～みんなでつながる食育～
- 4 取組内容
- 5 食育推進計画数値目標

第5章 資料 25

- 1 計画策定の経過

1. 計画策定の背景と趣旨

近年、「食」をめぐる環境が大きく変化し、「食」への関心が薄れるとともに、栄養バランスの偏った食事や、不規則な食生活から肥満や生活習慣病（高血圧、糖尿病など）が増加しています。また伝統的な食文化が失われつつあるなど、多様な暮らしに対応した食育を推進することが求められています。

本町では、平成26年度に5年計画の「京丹波町食育推進計画」を策定し、「笑がおで食育」を基本理念に定め、子どもの食習慣の確立及び食生活の改善を中心に目標に向かって取組を進めてまいりました。

また、平成28年度には町内の学校をはじめ関係機関16団体による食育推進連絡会を設置し、町ぐるみで子どもたちの健康課題を共有しながら「食育」を推進しています。

このような中で、国の「健康日本21（第2次）」「第3次食育推進基本計画」や京都府の「きょうと健やか21（第3次）」「第3次京都府食育推進計画」の趣旨に基づき、保育や教育の現場、生産者、「食」に関わる機関や団体、行政などが連携し、京丹波町の特色を活かした「食育」を推進するため「第2次京丹波町食育推進計画」を策定するものです。

2. 計画の期間

- 2019年（平成31年）度から8年間の計画とし2026年度を目標年次とします。
- 中間評価を2022年度に行います。

3. 計画の位置づけ

1) 法的根拠

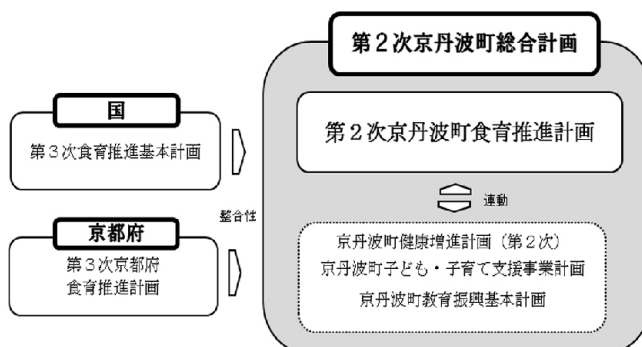
食育基本法第18条第1項に基づき策定します。

＊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。）を作成するよう努めなければならない。

2) 他計画との関係

本計画は「第2次京丹波町総合計画」を上位計画とし、「京丹波町健康増進計画（第2次）」「京丹波町子ども・子育て支援事業計画」「京丹波町教育振興基本計画」など関連する計画との連動を図るとともに、国の「第3次食育推進基本計画」及び京都府の「第3次京都府食育推進計画」等との整合性を図ります。



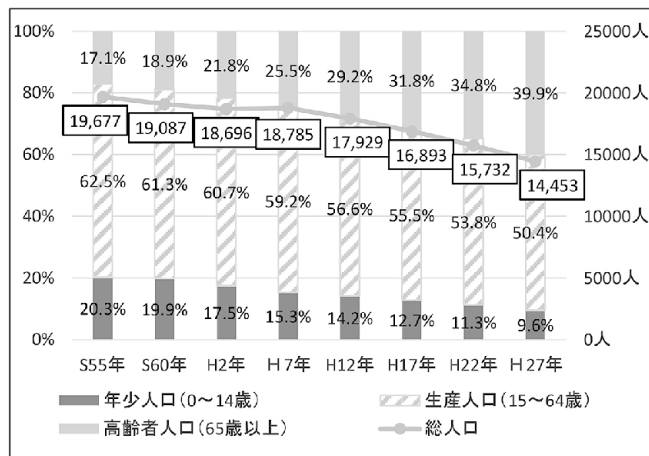
3) 計画の策定体制

計画の策定にあたっては「京丹波町食育推進連絡会」において評価及び情報収集、課題分析、取組の方向性を検討し、「京丹波町健康づくり推進協議会」を開催し、幅広い意見の反映に努めました。

1. 人口に関する状況

1) 人口の推移

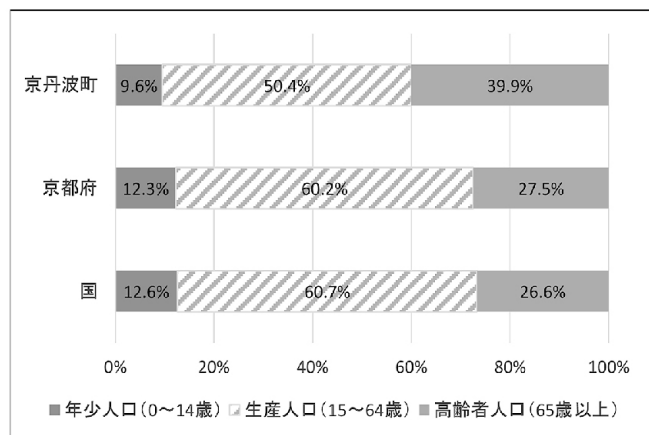
■ 総人口、年齢3区分人口構造



(資料：国勢調査)

人口は年々減少傾向にあり、平成27年には14,453人となっています。

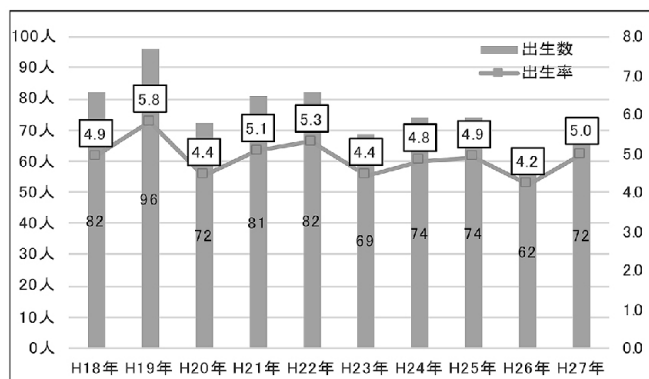
■ 人口構造（国・京都府との比較）



(資料：平成27年国勢調査)

国・京都府と比較すると年少人口(0～14歳)の割合は低く、高齢者人口(65歳以上)の割合が高い状況となっています。

■ 出生の状況（出生数・出生率）



(資料：京都府保健福祉統計)

※出生率とは、人口1,000人あたりにおける出生数の割合

出生数は減少傾向にあります。しかし、人口も減少しているため、平成18年から出生率は5前後で推移しています。

2. 保育・教育に関する状況

1) 保育所・幼稚園・学校施設の状況

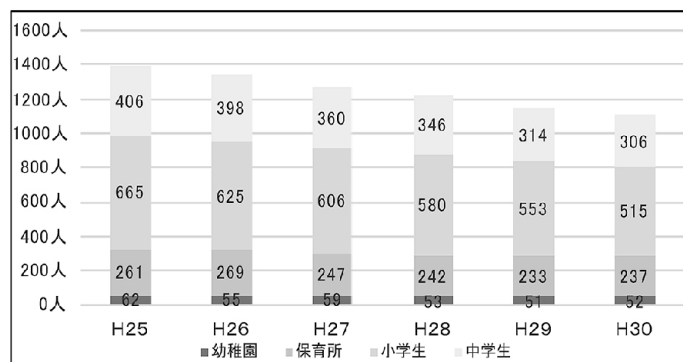
■ 町立保育所・幼稚園・学校施設の状況

	箇所数	名 称
保育所	4	上豊田、上豊田（下山分園）、みずほ、わち
幼稚園	1	須知
小学校	5	竹野、丹波ひかり、下山、瑞穂、和知
中学校	3	蒲生野、瑞穂、和知

*上豊田（下山分園）は平成24年から休園しています。

2) 園児・児童・生徒数の推移

■ 園児・児童・生徒数の推移



園児、児童、生徒数は年々減少傾向にあります。

資料：学校基本調査（幼稚園・小学生・中学生）

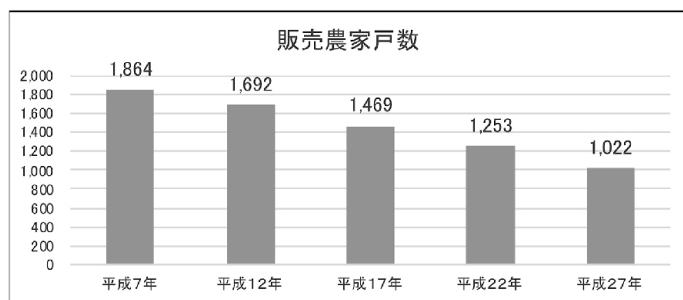


京丹波 味夢くん

3. 生産に関する状況

1) 農家戸数の推移

■ 販売農家戸数の推移（単位：戸）



（資料：農林業センサス）

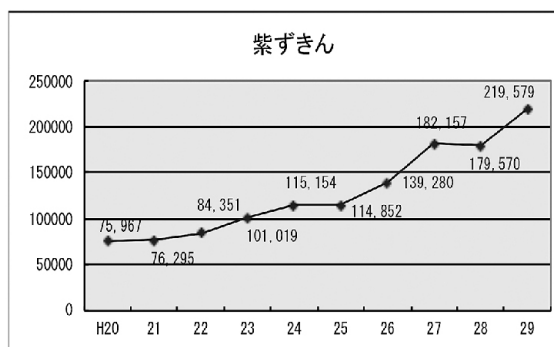
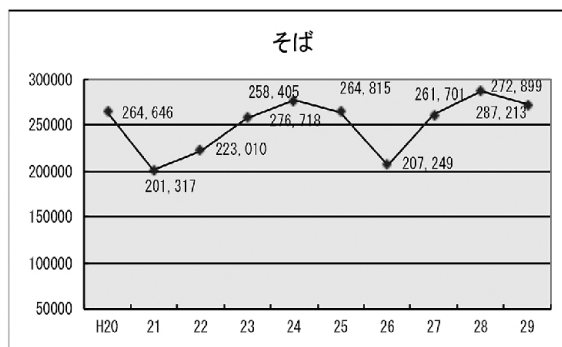
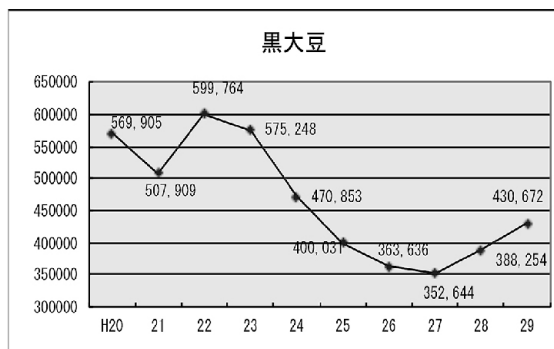
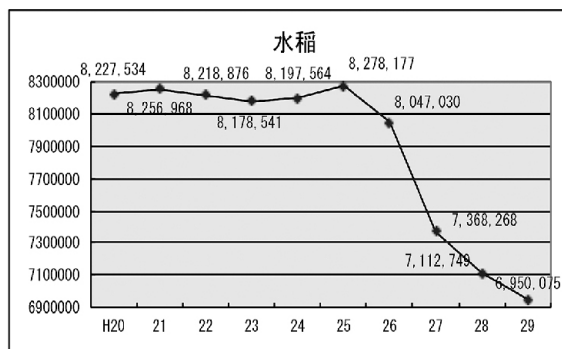
農家戸数は減少しており、平成7年から800戸以上の減少がみられます。

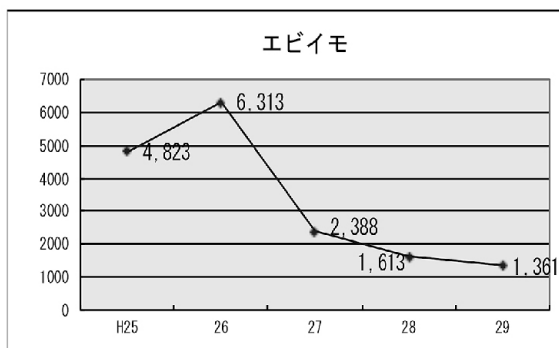
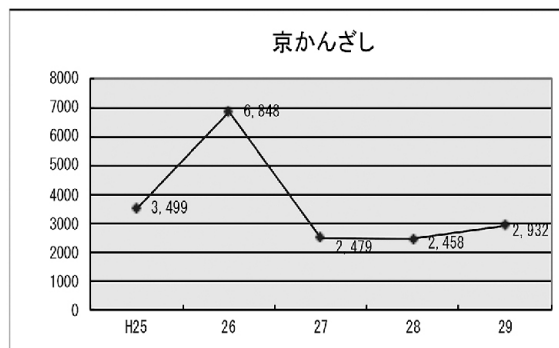
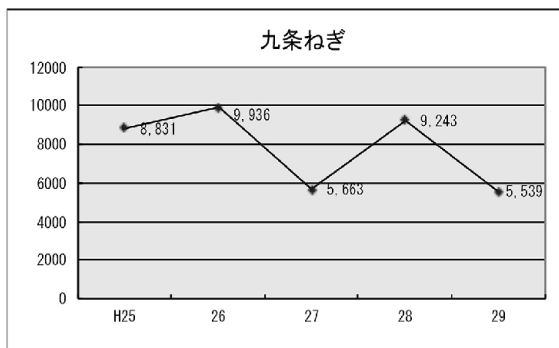
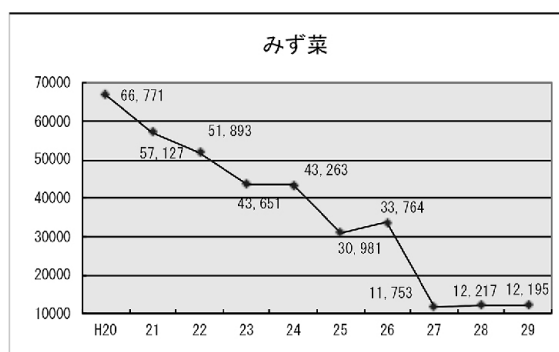
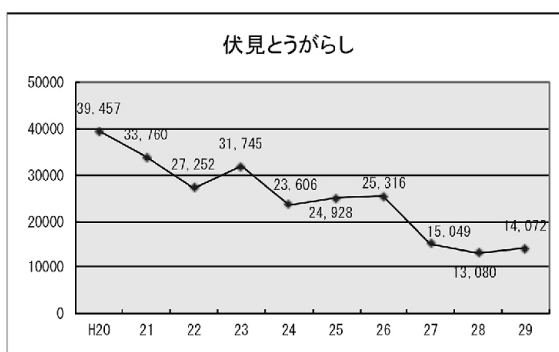
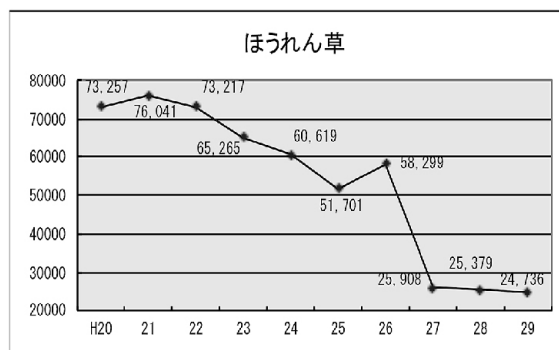
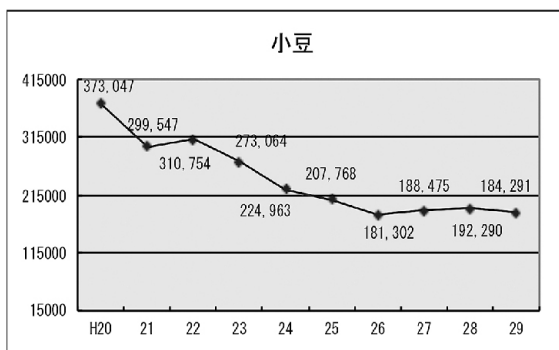
※販売農家とは、経営耕地面積が30a以上または調査期日1年間における農産物販売金額が50万円以上の農家

2) 特産品生産面積の推移

紫ずきんについては増加傾向にあります。その他の特産物については減少傾向にあります。特にほうれん草、みず菜については平成20年から7割以上減少しています。

■ 特産物の生産面積推移（単位：㎡）

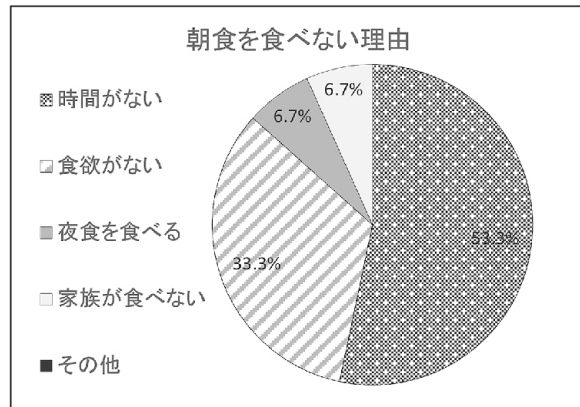
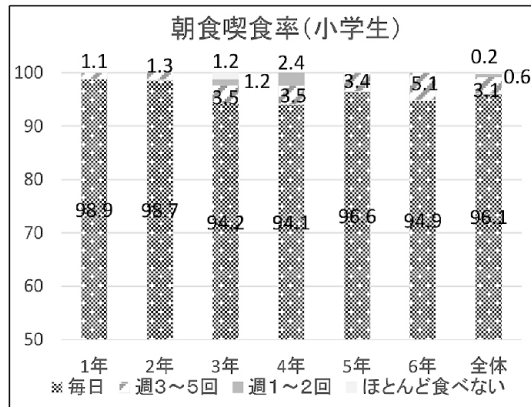




4. 健康に関する状況

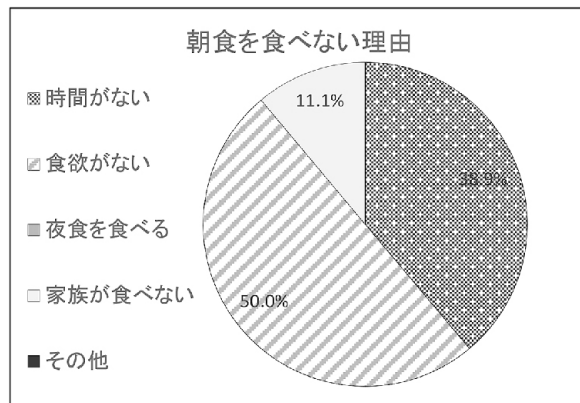
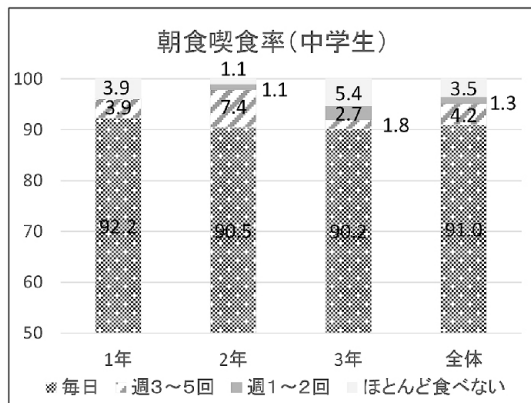
1) 朝食喫食率

■ 小学生（平成 28 年生活習慣調査）



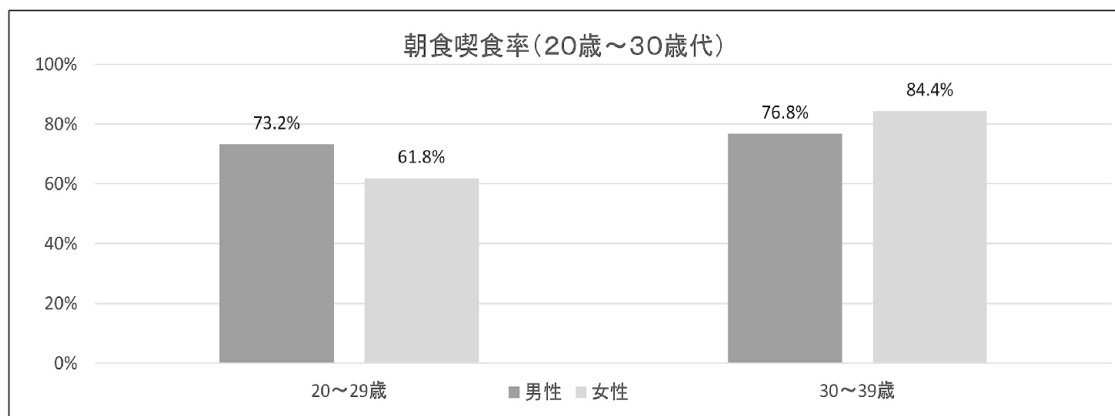
小学生においては、大半の者が朝食を食べていますが、朝食を食べない者の理由として「時間がない」があげられます。

■ 中学生（平成 28 年生活習慣調査）



小学生に比べ中学生は、朝食を食べない者の割合が増加し、週 2 回以下の者が 4.8%みられます。朝食を食べない理由として「食欲がない」が半数を占めています。

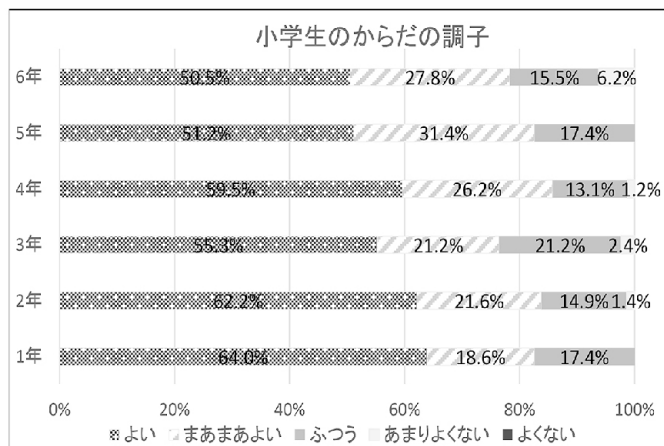
■ 20 歳代・30 歳代（平成 28 年生活アンケート）



男性 20 歳代 30 歳代ともに 7 割が朝食を食べています。女性は 20 歳代では朝食を食べている割合は 6 割程度でしたが、30 歳代になると 8 割程度に増加しています。

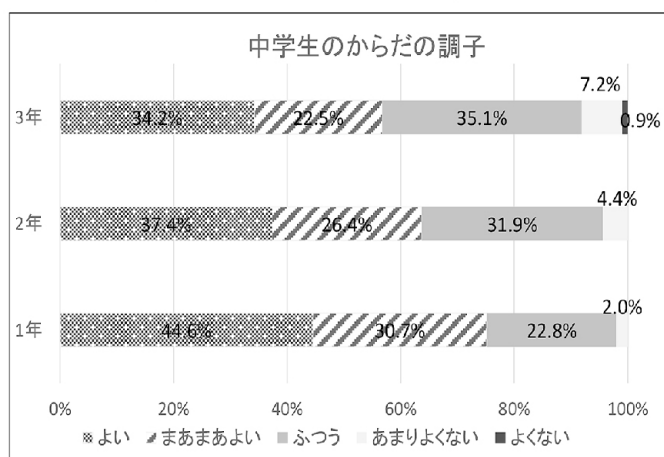
2) 小学生中学生のからだの調子

■ 小学生（平成 28 年生活習慣調査）



小学生ではからだの調子が「よくない」と回答した者はいませんでした。しかし、「よい」と回答した者は6年生で半数となっています。

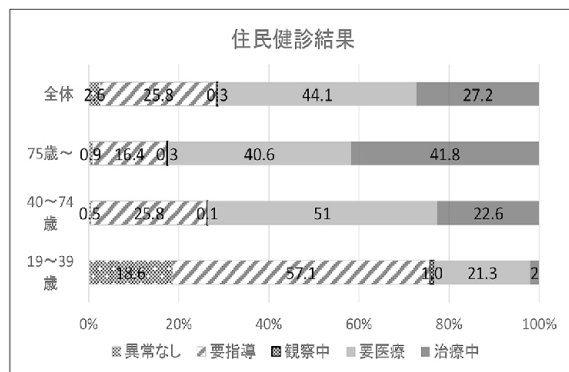
■ 中学生（平成 28 年生活習慣調査）



中学生については「よい」と回答した者は学年があがるにつれて減少します。反対に「あまりよくない」と回答した者は学年があがるにつれ微増しています。

3) 住民健診結果

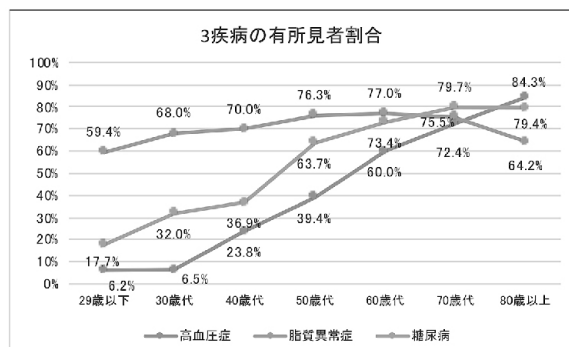
■ 総合判定結果（平成 29 年度）



19～39歳では「異常なし」の割合は2割程度です。

40～74歳では「異常なし」はほとんどおらず、「要医療」「治療中」の割合が増加しています。

■ 3疾病の有所見者割合



高血圧症は40歳代から有所見者率が増加しています。

脂質異常症は全ての年代で多いです。

糖尿病は50歳代から有所見者の割合が増加しています。

4) 尿中塩分測定実施結果

■ 平成 29 年度乳児前期健診対象者の保護者への尿中塩分測定

	男性		女性	
	推定一日食塩摂取量	Na/K	推定一日食塩摂取量	Na/K
平均値	10.7	4.5	9.4	4.1
目標値	8.0未満	4.0未満	7.0未満	4.0未満
最高値	22.6	14.4	16.3	9.5
最低値	4.3	0.7	4.3	0.7

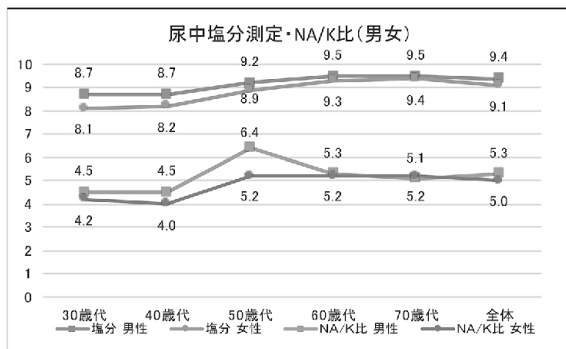
乳幼児を持つ保護者の食塩摂取量及びナトリウムカリウム比 (Na/K) は目標値を達成できていません。

■ 小学生を対象とした尿中塩分測定 小学 4 年生時と 6 年生時の比較 (平成 27 年度平成 29 年度比較)

			今回の結果		目標値	
			推定一日食塩摂取量 (参考値) (g/日)	Na/K (mEq 比)	推定一日食塩摂取量 (g/日)	Na/K (mEq 比)
平成 27 年度	4 年生時	男子	4.9	4.2	5.5未満	4.0未満
		女子	5.1	5	6.0未満	
平成 29 年度	6 年生時	男子	6.8	5	6.5未満	
		女子	6.5	4.4	7.0未満	

食塩摂取量は4年生のときは目標値を達成できていましたが、6年生になると男子は食塩摂取量が目標値を達成できていません。

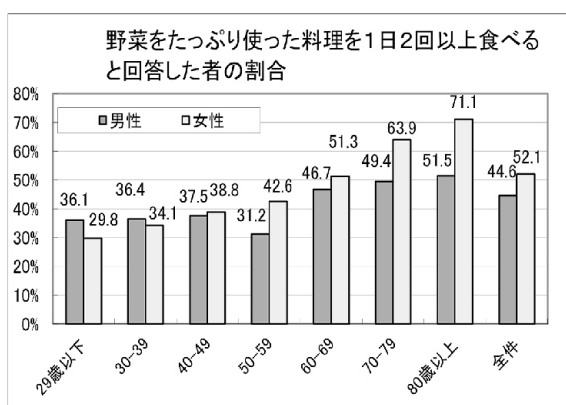
■ 平成 26 年度住民健診における尿中塩分測定の結果



塩分については男性女性ともに年齢が上がるごとにゆるやかに増加します。またナトリウムカリウム比については男性50歳代が高いです。

全ての年代で食塩摂取量、ナトリウムカリウム比ともに目標値を達成できていません。

▶ 5) 野菜の摂取状況（平成28年生活アンケート）



*たっぷりとは両手のひらに一杯程度

20歳代が野菜をたっぷり使った料理を1日2回以上食べている割合は低い状態であり、年齢が上がるにしたがってその割合は高くなっています。



京丹波 味夢くん

第 1 次食育推進計画総括

平成 26 年度に「京丹波町食育推進計画」を策定し、平成 30 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組を進めてきました。

「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、「笑顔」でいる状態が身体も心も良好な状況の象徴と捉え、子どもたちが健やかに笑顔で成長する姿を理想として「笑がおで食育」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、3 つの基本方針をかげ、「食」を通じて感謝するところを育み、つくる喜びや食文化の継承、さらに食の知識や判断力を身につけるなどの取組を進めてまいりました。

基本理念

笑がおで食育

「食」を通じて子どもの健やかな成長を

「食」を通じてみんなが笑顔の交流を

基本方針

- (1) 食が育てる ～感謝するところ～
- (2) 食を育てる ～つくる喜び・食文化～
- (3) 食で育てる ～食の知識・判断力～

1. 第1次食育推進計画の評価

基本方針 1

食が育てる ～感謝するところ～

子どもたちが「食」を通じて、人とのつながりを楽しみ、食べることに感謝し、「食」の大切さを感じることができる支援を関係機関が連携し行います。

具体的目標

- ・食事のマナーを身につけて、みんなで楽しく食べよう。
- ・食事のあいさつをしよう。
- ・食べ物を大切にしよう。
- ・よく噛んで味わって食べよう。
- ・季節や地域の「食」を見つけよう。
- ・「やさい」を育てよう。

取組内容

- ☐ 食事のあいさつやマナー等、それぞれの年齢に応じた食習慣の指導を実施
 - ・給食やお弁当の時間を利用し、食器、スプーン、お箸の持ち方を指導し、あいさつやマナーの習慣づけを行いました。
- ☐ 季節の野菜を植え、育てる取組を通じて地域の「食」について学ぶ機会を得るとともに、生産者や自然の恵に感謝して食べるような取組の実施
 - ・年齢に応じた野菜の栽培や収穫、料理などの実践的な食育活動を、地域の生産者等の支援のもと、積極的に取組むことができました。
 - ・地域の生産者等とのふれあいや給食を通じ、生産に携わる人々への感謝する心を育むことができました。
- ☐ 楽しく食事をするのが人と人とのつながりを深め、豊かな食生活につなげることに関連する取組を実施
 - ・給食、弁当指導を通じて、食事の時間が楽しくなるよう心がけるとともに、豊かな心や人間関係を育むことができました。
 - ・小学校、中学校において、健康に関する学習の中で、食べることの重要性を学び自己管理能力を養う指導を行いました。
 - ・幼稚園、保育所においては餅つきなどの行事を行うなど、五感を通じた体験を実施しました。
 - ・PTA等と連携し保護者対象の「食」に関する指導を実施しました。
- ☐ よく噛んで食べる指導の実施
 - ・子どもたちの噛む力を育てるため、給食に野菜を多く使用しました。
 - ・母子保健事業で、噛み応えのある手作りおやつ等を提供し、「咀嚼」※に着目した保健指導を行いました。
 - ・歯科保健指導で、歯の健康や噛むことの大切さを学ぶ指導を行いました。
- ☐ 「子どもの食生活に関する研修会」の開催
 - ・食育推進連絡会において、子どもたちの課題としてあげられた「咀嚼」をテーマに管理栄養士、作業療法士、歯科医師を講師に迎え、研修会を実施しました。

※咀嚼とは、摂取した食べ物を歯で噛み砕くこと。これにより消化を助ける。

取組の評価（総括）

「食」で人を育てる取組は、保育所、幼稚園、小学校、中学校の「食」に関する指導の年間計画に基づき、あいさつやマナーを含め、集団保育や教育の中で年齢にあわせ積極的に行いました。今後さらに関係者が同じ目標に向かい情報交流を図りながら、家庭や地域を巻き込む取組を充実させる必要があります。

また、野菜を植え、育てるという体験を通じ、収穫した作物を調理し、感謝しながら食べるという実践が取組まれ、地域の農業に従事している方との交流も継続的に行われています。京丹波町の特産物である野菜を通じ、食文化の継承という点からも、実践型の食育活動の継続が効果的と思われます。

食育に関わる関係団体（機関）で構成する食育推進連絡会において、健康課題の共有と、関係者の資質向上を図ってまいりました。特に、「咀嚼」に関しては今後も継続して取組んでいく必要があります。

今後の課題として、生活全般が豊かになる中で、「食」に対し感謝する気持ちの育ちにくさを感じます。食べ物に感謝し、人に感謝できる人間性を育む方法として、実践型食育活動※や、地域との交流を進めながら、各年代における課題を共有し継続的に関っていく必要があります。

※実践型食育活動とは、農業や栽培の体験、調理実習、地域の生産者等との交流などの実践的な活動。



京丹波 味夢くん

「食」をつくる喜びを感じることができるよう農林業体験や食文化を継承する取組を実践するとともに、「食」をつなぐ役割を果たす担い手の育成や、特産物の生産拡大に取り組めます。

具体的目標

- ・ 就農希望者を支援しよう。
- ・ 「やさい」をつくろう。
- ・ 「やさい」の生産体験を通じて交流しよう。
- ・ 「やさい」を売りだそう。
- ・ 地産地消※を推進しよう。
- ・ 生産者等の生きがいつくりに取り組もう。

※地産地消とは、地域で生産された農林水産物を地域で消費しようとする取組。
食料自給率の向上に加え、直売所や加工の取組などを通じて、生産者と消費者の結びつきの強化や地域の活性化につなげる。

取組内容

□ 「きょうと食いく先生」※事業の活用

- ・ 幼稚園と小学校1校のみの活用でしたが、「栽培」「収穫」「調理」の過程を体験する貴重な機会となりました。また「農家の仕事」や「地域の特産物」等を学ぶことができました。

□ 地元の高校や地域住民との交流

- ・ 須知高校と、さつまいもの苗植えや収穫体験を実施することができました。また中学生、須知高校生が京都大学の学生とともに、里山について学びあい、たけのこ掘り体験や、たけのこピザを作るなどの校種間交流を図ることができました。
- ・ 小学校においては、地域の生産者等と黒豆等の栽培、収穫体験、また招待給食※等を通じて積極的な交流を行いました。

□ 地域の特産物や季節を意識した給食の実施

- ・ 献立に、季節ごとの地元食材を取り入れるとともに、地元の食材であることがわかるように献立表の工夫をしました。
- ・ 学校においては、「地元食材の日」として、特に町内産の野菜を多く使用した給食の提供を継続して実施しました。

□ 就農研修制度による新規就農者への支援

- ・ 国、府等の補助金事業を活用し、新規就農者への資金、養成場所、指導者の確保等、農業経営を支援しました。

※「きょうと食いく先生」とは、京都府が認定している食農体験の指導者であり、農産物の栽培や調理、食品加工等の専門家で食育授業などを実施。

※招待給食とは、栽培や収穫体験活動を支援いただいた地域の生産者等を学校に招き、収穫した作物を使った料理と一緒に会食すること。

取組の評価（総括）

「食」で郷土を守る取組は、子どもたちと地域の生産者等と交流し、「栽培」「収穫」「調理」の実践型食育を通じて、つくる喜びや食文化を継承、生産者にとっては子どもたちへ教え、伝えることで生きがいへとつながる活動ができたと考えます。今後も実践型食育を通じた地域の生産者等との交流は継続していく必要があります。第1次計画では「食のボランティア制度の設置」までには至りませんでした。地域の生産者等の支援による実践型食育が行われるなど、一定の目的は達成されたものと考えられます。

京都府の事業である「きょうと食いく先生」事業では野菜だけでなく様々な「食」の専門家が登録されており、京丹波町でも6名の登録があり活動されています。今後も地域の生産者等と「きょうと食いく先生」を中心として実践型食育の取組を推進していく必要があります。

また学校では給食に地元産食材を積極的に取り入れています。地産地消の推進のため、今後も地元産食材の積極的な利用を推進します。

今後の課題として、農業に携わる後継者の養成が大きな課題です。就農研修制度など、新たに農業を始めるための環境整備を行い、今後も就農支援を継続し実施していく必要があります。



京丹波 味夢くん

子どもたちが、それぞれの年代に応じて健康に関する「食」の知識を身につけ、体験を通じて正しい判断力へとつなげていける支援を関係機関が連携し、実践していきます。

具体的目標

- ・何でもしっかり噛めるようになる。
- ・朝食をしっかり食べて生活リズムを整えよう。
- ・体の発育と「栄養」の関係を知ろう。
- ・「やさい」の重要性を知ろう。
- ・「やさい」を活用した料理を作ろう。
- ・病気と「栄養」の関係を知ろう。

取組内容

- 乳幼児健診や離乳食教室等、様々な事業を通じて「食事」と「健康」の関係について伝え、試食を通じて噛むことの大切さの指導を実施（特に野菜）
 - ・ 毎日の料理に野菜を多く使用することや、適塩やカリウム摂取の重要性を伝え、機会ごとに野菜レシピの配布を行いました。
 - ・ 月齢に応じた「咀嚼」に合わせた離乳食の指導を行いました。
- 朝食と生活リズムの重要性についての指導を実施（特に乳幼児）
 - ・ 生活習慣の課題として、育児をする者が朝食を食べていない傾向にあり、乳幼児期からの「早寝・早起き・朝ごはん」の生活習慣を確立するための指導を行いました。
- 子どもの成長を通じて保護者に対し、疾病予防に必要な栄養について学び実践する人を増やす取組を実施
 - ・ 乳幼児健診や離乳食教室では、適塩やカリウム摂取の重要性を理解してもらうため、試食や試飲の実施、またレシピの配布や掲示物を使って具体的な指導を行いました。
 - ・ PTA 等に対して実施した食事アンケートをもとに、課題に基づいた「食」に関する情報（おたより等）を発信しました。
- 給食、食育だより等で食に関する情報発信
 - ・ 保育所、幼稚園、小学校、中学校において定期的に給食だよりや食育だよりを発行しました。
- 適塩推進のための尿中塩分測定と食事指導を実施（京都府立大学との共同事業）
 - ・ 離乳食の開始にあたり、保護者への適切な塩分摂取についての意識づけを行うため、乳児期の保護者に対し尿中塩分測定を実施し、乳児期、幼児期を通じて「食」に関する指導を行いました。
 - ・ 京都府立大学と連携し、各小学校4年生～6年生に尿中塩分測定を実施し塩分摂取の現状を把握し課題を共有しました。あわせて各小学校で「野菜」と「果物」について食育授業を行いました。

□ 食育推進連絡会の設置

- ・平成 28 年度に、京都府南丹保健所、幼稚園、各小学校、各中学校、教育委員会、農林振興課、子育て支援課（各保育所）及び保健福祉課の食育担当職員で構成する食育推進連絡会を設置し、定期的に情報交換を行いました。

取組の評価（総括）

「食」で健康を育む取組は、規則正しい生活習慣が基本となるものです。特に朝食を摂る習慣は身体づくりだけでなく、活動の意欲にもつながる重要な役割を持っています。

栄養のバランスでは生活習慣病予防の観点から、「野菜摂取量の増加」を共通認識として乳幼児健診や離乳食教室、保育所や学校において、給食やおやつに積極的な野菜の使用等、保健指導や食育授業などを行いました。また、広報紙やレシピを活用し周知、啓発に取組みました。しかし、野菜をたっぷり使った料理を 1 日 2 回以上食べている割合は、男女共に 40% 以下という少ない状況にあるため、今後も積極的に野菜摂取量の向上に取組む必要があります。

また、京都府立大学の協力を得て平成 27 年度には学童の尿中塩分測定及び食育授業、平成 28 年度には乳幼児を持つ保護者の尿中塩分測定を実施したところ、「塩分の摂取量が多い」という結果であったため、新たに課題として追加し「適塩」を目標に取組を始めているところです。

さらに、食べる行為に関連し、子どもたちの噛む力の弱さが共通の課題にあります。食事内容の変化や運動不足による原因が推測されますが、子どもの成長にあわせた「咀嚼」の支援に各関係者が一緒に取組んでいく必要があると考えます。

平成 28 年度に食育推進連絡会を設置し、情報共有及び関係者の資質向上を図ってまいりました。

今後の課題として「野菜の摂取量の増加」「適塩」「しっかり噛む」について継続して取組み、食育推進連絡会において課題の共有及び評価を行う必要があります。

また、本計画では特に 18 歳までの食育を推進することから、高校生世代の生活習慣を把握していく必要があり、今後は高校との連携を図っていきます。

2. 目標数値及び達成状況

【達成状況】

◎目標を達成した

○目標は達成できなかったが改善した

▽目標を達成できず悪化した

－評価できなかった

	目標項目	第1次計画 策定時 (H26)	第1次計画 評価時 (H30)	1次計画 目標値	達成状況
1	野菜まるごと京丹波献立の日	0	0	年3回(各学期)	○
2	統一テーマによる 「食育だより」の発行	0	0	年3回(各学期)	－
3	食のボランティア制度の設置	0	0	設置 登録10件	－
4	朝食を食べない日 がある者の割合	小学校 低学年 1.7% 高学年 5.0%	小学校 低学年 0.8% 高学年 0.7%	0%	○
		中学校 9.8%	中学校 4.8%	0%	○
	朝食をほとんど 食べない者の割合	20歳代 男性 17.7% 女性 6.7%	20歳代 男性 7.0% 女性 13.0%	0%	男性○ 女性▽
		30歳代 男性 11.2% 女性 6.6%	30歳代 男性 7.1% 女性 7.5%	0%	男性○ 女性▽
		40歳代 男性 10.3% 女性 2.4%	40歳代 男性 12.6% 女性 5.2%	0%	▽
	野菜をたっぷり使った料理を 1日2回以上食べている割合	20歳代 男性 32.3% 女性 30.9%	20歳代 男性 36.1% 女性 29.8%	現状より改善	男性◎ 女性▽
30歳代 男性 30.1% 女性 31.9%		30歳代 男性 36.4% 女性 34.1%	◎		
40歳代 男性 25.5% 女性 34.7%		40歳代 男性 37.5% 女性 38.8%	◎		
6	野菜を使ったレシピの紹介	年4回	年4回	年12回	○
7	町内栄養士の連絡会議の設置	なし	設置	設置	◎

1. 基本理念

笑 が お で 食育

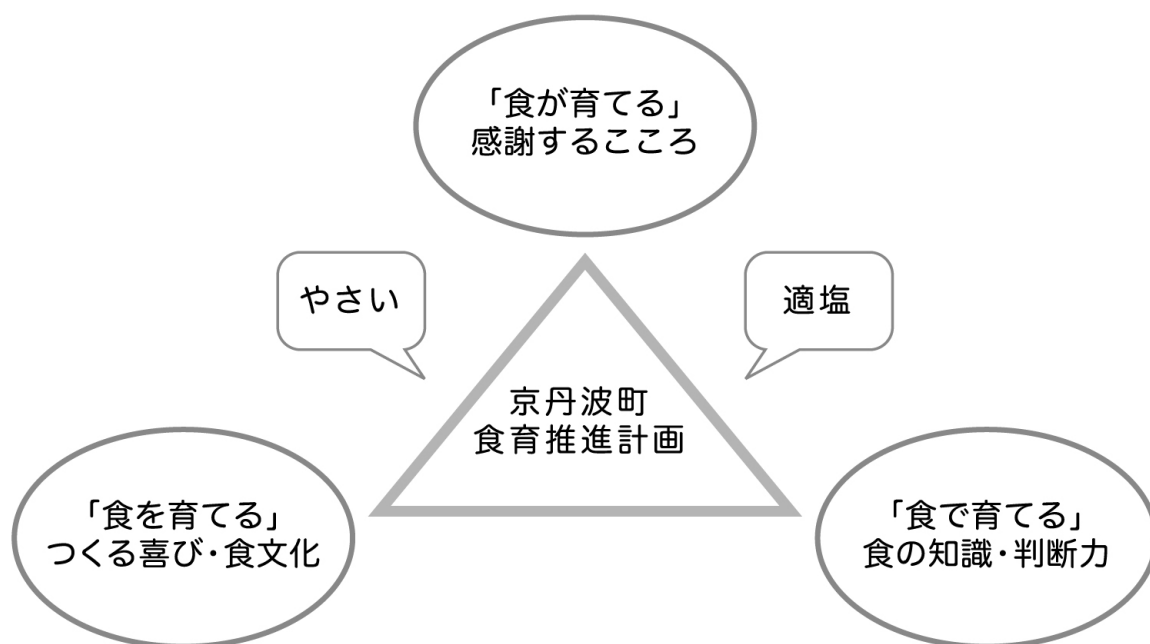
～「やさい」と「適塩」でつながる健康の里づくり～

「食育」は身体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、子どもたちが健やかに笑顔で成長する姿を目指して食育を進めます。

また、町の健康課題である高血圧症、糖尿病対策のため「野菜の摂取」と「適塩」は子どもの頃から取り組むべき重要な項目です。子ども達に関わる関係機関が「やさい」※（栽培、収穫、調理、摂取）と「適塩」※という共通のキーワードのもと、家族が笑顔で食卓を囲み、地域にも笑顔があふれる健康の里づくりに向けて取り組みます。

対象は第1次計画と同様に18歳までの子どもとその保護者とし取り組むこととします。

青年期、壮年期、高齢期への支援については、「健康増進計画」を中心として、他計画と連動し継続性を持って取り組みます。



※「やさい」とは、「野菜」の栽培、収穫、調理、摂取等を含める。

※「適塩」とは、適切な量の塩分を摂ることを示す。

2. 基本方針

1) 食 が 育てる ～感謝するところ～

「食」は人と人とのコミュニケーションの場であり、あいさつやマナーを身に付け、生きる力と命を大切にすることを養う重要な機会です。中でも、「食」に対する感謝の気持ちを育むためには、家庭や地域、保育所や幼稚園、学校などで様々な体験活動をとおして経験しながら培われていくことが重要です。

これらの取組は、保育所、幼稚園、小学校、中学校の「食」に関する指導の年間計画に基づき、あいさつやマナーを含め、集団保育や教育の中で年齢にあわせ積極的に行われています。中でも、野菜を植え育てるという体験をとおし、収穫した作物を調理し、感謝しながら食べるという実践が取組まれ、地域の農業に従事している方との交流も継続的に行われています。

今後の課題として、「食」を含め生活全般が豊かになる中で、感謝する気持ちの育ちにくさがみられることより、食べ物に感謝し、人に感謝できる人間性を育むことが必要になってきます。

関係機関が連携し「食」を通じて感謝するところや、人や物を大切にする気持ち、楽しく食事ができる環境を育む取組を行います。



2) 食 を 育てる ～つくる喜び・食文化～

京丹波町には、豊かな土地や歴史・環境によって培われてきた「食」の文化があります。食文化は世代間の交流を軸として後世に伝えられていくものであり、自然豊かな土地で作物を作ることにより、つくる喜びや大切さを実感することができます。

しかし、近年、農家戸数の減少や、食生活の豊かさから、家庭内における農作物の栽培体験や食事をつくる経験が減少しており、食文化の継承が行いにくい環境にあります。

今後、京丹波町の「食」を次世代につないでいくためには、農林業の担い手の育成と特産物振興を進めていくことが急務であり、農業に携わる後継者の養成が大きな課題です。

また、食育を推進していくためにも、それぞれの地域に残る伝統的な食文化に触れる機会や、親から子へ、子から孫へつくる喜びを伝えていくことが最も重要です。今後も様々な世代に「食」を通じた交流や体験をとおし、食文化の継承やつくる喜びを育む取組を行います。

また、学校給食において地元産食材を積極的に取り入れたメニューの提供を継続させるとともに、町内全体に地産地消、旬産旬消※を推進し、自給自足的循環社会の推進を目指します。

※旬産旬消とは、旬の食材を旬の時期に消費すること。



▶ 3) 食 で 育てる ～食の知識・判断力～

「食」は健全な成長をするために不可欠な栄養です。「食」に関する知識や実践力は家庭や学校、地域で教えられ、体験しながら身につけていくものです。

しかし、「食」で育てる取組は、社会生活の変化や、生活環境の多様化によって、京丹波町においても、子どもの就寝時間が遅い傾向や、噛む力の低下、朝食を欠食する子どもがみられています。

また、特定健康診査の結果から、40代から高血圧の有所見者数は増加しており、住民健診で行った尿中塩分測定では、すべての年代において塩分を取り過ぎている状況がうかがえます。さらに子育て世代でも同様の結果が見られています。

「食」で健康を育む取組は、規則正しい生活習慣が基礎となることから、朝食を摂る習慣の定着と、成長にあわせた「咀嚼」が行われるよう、関係機関が連携して指導にあたる必要があると考えます。また「適塩（減塩）」の取組は各年代において、今後も継続的に必要であり、野菜摂取量の向上と合わせて取り組む必要があります。

さらに、出生から18歳までの子どもたちとその保護者への継続的な関わりの中で、成長に応じた「食」の知識の向上や判断力を養うため、高校生世代の食生活についても把握していく必要があると思われます。

京丹波町の子ども達が「食」に関心を持ち、様々な体験・経験をとおして、「食」に関する知識や判断力を養い、からだに良い食事や正しい食生活習慣を身につけ、生涯にわたって健全な食生活が送れるよう関係機関が連携し実践していきます。



京丹波 味夢くん

3. 重点施策 ～みんなでつながる食育～

子どもは成長の過程の中で様々な人に出会い、様々な体験を通じて成長していきます。「食」に関わる関係者が、同じ目標に向かうことで子どもの知識や体験に一貫した取組を行うことができます。こころ豊かで健全な子どもの育成に寄与するため、関係者みんなでつながることができるよう、主に3点の取組を重点的に行います。

■ 朝ごはんを毎日食べる習慣の推進

目 的	朝ごはんを食べることにより、起床や就寝時間を含めた生活習慣の規則性の推進、生活習慣病予防に繋がります。 乳幼児期、学童期、思春期の各年代で共通して取組むことにより、朝ごはんを毎日食べる習慣を保護者及び本人に積極的に意識づけていきます。
取 組	各事業や学校での生活習慣調査から実態の把握を行い、共通の取組を実施

■ 「やさい」の栽培、収穫を通じた実践型食育の実施

目 的	「やさい」は京丹波町の特産品であり、地域の生産者（住民）との交流は、伝える喜びとして食文化の継承や地域の活性化に繋がります。「やさい」の栽培や収穫を体験することにより、食べ物への感謝、生産者への感謝など「こころを育む」実践型の食育に取組んでいきます。
取 組	地域の生産者（住民）との交流を通じた実践型食育の実施

■ カリウム摂取（野菜・果物等）、適塩（減塩）の推進による生活習慣病予防の推進

目 的	京丹波町の健康課題から高血圧症対策は必須であり、食生活では野菜の摂取、減塩を推進することが必要です。関係機関において本人及び保護者に向けて積極的な意識づけ、教育を行うことで、子どもの頃からのカリウム摂取（野菜・果物等）、適塩（減塩）の食習慣の定着を行います。
取 組	尿中塩分検査を活用した母子保健事業（乳幼児健診、離乳食教室等）及び年齢に応じた生活習慣病予防の教育を実施

4. 取組内容

▶ 1) 校種間や地域の生産者等と連携をし、体験・実践型食育の実施 (栽培活動、クッキング活動等)

地域の生産者等の支援のもと、保育所、幼稚園、小学校、中学校において実施されている体験・実践型食育活動をより一層推進します。また、須知高校との特色を活かした校種間連携の推進を図るとともに、京丹波町の農産物を身近に感じ、様々な体験を通じて「食」に関する知識を習得できる力を養える取組を進めます。

▶ 2) あいさつや食事マナーの指導

保育所、幼稚園、小学校、中学校において実施されている、あいさつや食事マナーの指導を今後も継続していくとともに、家庭や地域においても広めていきます。

▶ 3) 家庭や地域への食育の取組を発信

保育所、幼稚園、小学校、中学校においての食育の取組を、定期的に「食育だより」や「給食だより」等で発信し、家庭や地域における「食育」の普及に努めます。

▶ 4) 「やさい」をつくる活動を通じた地域交流の実施や地域の力の活用 (きょうと食いく先生等)

地域の生産者等の支援のもとに実施されている「やさい」の実践型食育活動をより一層推進します。また、「きょうと食いく先生」の活用を進めていきます。

▶ 5) 自給自足的循環社会を意識した活動の推進

京丹波町には、先人から引き継がれてきた里山をはじめとした豊富な森林資源、良質な農産物を生産する技術があり、「食の宝庫」としての特色を活かした食育を推進します。

▶ 6) 地元産の野菜や特産物の積極的な活用と推進

京丹波町で栽培されている野菜を、給食に積極的に取り入れます。そのために、町内の農家や販売所などと給食提供関係者のつながりを構築していきます。地域で栽培されている農産物を意識した授業や健康教育等での保健指導に努め、地産地消、旬産旬消を推進します。

▶ 7) 「早寝・早起き・朝ごはん」など規則正しい生活習慣づくり

規則正しい生活習慣づくりの基本である「早寝・早起き・朝ごはん」を継続的に推進し、生活リズムを整え、健康的な体づくりを実施します。将来的に生活習慣病を予防できる生活習慣づくりを支援します。

▶ 8) 生活習慣病予防のための適塩（減塩）習慣の推進

京丹波町に多い高血圧症を予防するためには、乳幼児期からの適塩生活が重要です。離乳食教室や各種乳幼児健康診査等を通じて、具体的な適塩（減塩）指導を実践していきます。また、学校給食においても食材の味を活かした調理に努めます。

▶ 9) 生活習慣病予防のための野菜の積極的摂取の推進

体内の塩分を排泄するためには、野菜に多く含まれるカリウムの積極的な摂取が必要です。すべての生活習慣病予防に欠かせない野菜の摂取量を増やす取組を推進します。

▶ 10) 食育活動の広報

「やさい」「適塩」「早寝・早起き・朝ごはん」をキーワードに、健康的な生活を送ることができるよう、離乳食教室等の保健指導や保育所、幼稚園、小学校、中学校で実践されている食育活動を広報紙等に掲載し、町全体で「食」に関する知識を深めていきます。

5. 食育推進計画数値目標

	目標項目	現状		目標
1	京丹波野菜たっぷり献立の日	0 回	平成 29 年度実施状況	年 3 回(各学期)
2	統一テーマによる「食育だより」の発行	0 回	平成 29 年度実施状況	年 3 回
3	実践型食育の実施	100%	平成 29 年度実施状況	現状維持
4	朝食を毎日食べる者の割合	小学校 99.2%	平成 28 年度 生活習慣調査結果	100%
		中学校 95.2%		100%
		20～30 歳代 男性 75.3% 女性 75.0%	平成 28 年度 生活アンケート結果	100%
5	野菜をたっぷり使った料理を 1 日 2 回以上食べている割合 (たっぷりとは両手のひら一杯程度)	20 歳代 男性 36.1% 女性 29.8%	平成 28 年度 生活アンケート結果	現状より改善
		30 歳代 男性 36.4% 女性 34.1%		
		40 歳代 男性 37.5% 女性 38.8%		
6	野菜を使ったレシピの紹介	年 4 回	広報誌掲載回数	年 8 回
7	1 日塩分摂取量 (乳幼児保護者の尿中塩分測定値)	男性 10.7 g 女性 9.4 g	平成 29 年度測定結果	男性 8.0 g 未満 女性 7.0 g 未満

1. 計画策定の経過

年月日	会議・調査等	主な内容
平成 28 年度 ～平成 29 年度	生活習慣調査	・ 町内保育所・幼稚園の保護者、小学校・中学校児童生徒及びその保護者への生活習慣調査の実施と評価 (京丹波町健康増進計画(第2次)の最終評価と同時実施)
平成 30 年 6 月 25 日	第 1 回食育推進連絡会 ※ 1	・ 第 2 次計画策定に向けての説明について
6 月 28 日	第 1 回健康づくり推進協議会	・ 第 2 次計画策定に向けての説明について
7 月 20 日	食育推進連絡会 第 1 回小作業部会	・ 第 1 次計画評価シートと数値目標の説明について ・ 今後の取組について
7 月 31 日	聞き取り調査の実施	・ 食生活改善推進員協議会への聞き取りについて
7 月下旬 ～ 8 月中旬	聞き取り調査の実施	・ 「きょうと食いく先生」への聞き取りについて
8 月 30 日	食育推進連絡会 第 2 回小作業部会	・ 第 1 次評価及び今後の取組内容のまとめについて ・ 第 2 次計画の構成について
9 月 26 日	第 2 回食育推進連絡会	・ 第 1 次計画評価等の見直し及び第 2 次計画素案について
10 月 11 日	食育推進連絡会 第 3 回小作業部会	・ 第 1 次評価と数値目標(達成状況)の修正について ・ 第 2 次計画(案)と数値目標(案)の修正について ・ 第 2 次計画概要(案)について
11 月 7 日	庁舎内会議 ※ 2	・ 第 1 次計画最終評価の確認について ・ 第 2 次計画策定に向けて(素案)の確認について
11 月 27 日	第 2 回健康づくり推進協議会	・ 第 2 次計画策定に向けての協議について
平成 31 年 1 月 18 日 ～2 月 1 日	パブリックコメントの実施	・ 町ホームページ、役場本庁、各支所、瑞穂保健福祉センター、健康管理センターにて閲覧
3 月 1 日	第 3 回健康づくり推進協議会	・ 第 2 次食育推進計画(最終案)について

※ 1 「食育推進連絡会」は町内の食育に関する 16 団体において構成した。

※ 2 「庁舎内会議」は庁舎内関係各課の食育に関する担当において構成した。
(教育委員会・農林振興課・子育て支援課・保健福祉課)

第2次京丹波町食育推進計画

平成31年3月

発 行 京丹波町

編 集 京丹波町保健福祉課

〒622-0311

京都府船井郡京丹波町和田田中6番地1

電 話：0771-86-1800 ファックス：0771-86-1233
