

# 第2次上毛町 食育のまちづくり推進計画



平成31年3月



上毛町



# 目次

## 第1章 計画の位置づけと目指す方向

1	計画の位置づけ	1
2	計画の基本的な考え方	1
3	計画期間	2
4	目標	2
5	目指す方向	2

## 第2章 食や健康と農林水産業をめぐる現状と課題

1	食生活と健康	4
2	食に関する習慣づくり	8
3	食育・地産地消に関する状況	10

## 第3章 計画の方向性と目標

1	家庭・地域における食育の推進	13
2	学校・保育所等における食育の推進	14
3	地産地消の推進	15
4	地域が一体となった食育の推進	17
5	施策の目標	18

資料編	19
-----	----

## はじめに

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、生きる喜びに寄与するものです。

上毛町は、自然環境を生かし、町内はもちろんのこと、町外の多くの皆さまにも安全でおいしい「食」を提供する重要な役割を担うと共に、各種の食を通じた健康づくりに関する取り組みをはじめ、食生活改善推進協議会、食育ボランティアグループなど、関係者が連携し、主体的に食育に取り組む動きが進んでいます。

当町では、平成 21（2009）年に第 1 次上毛町食育のまちづくり推進計画、平成 27（2015）年には上毛町食育のまちづくり推進計画（第 1 次改訂版）を策定し、様々な食育に関する取り組みに対し、力を注いでまいりました。

しかし、ライフスタイルの変化に伴う生活習慣病の増加、食をとりまく様々な環境の変化など食育に関する問題は依然として残っています。そこで、今までの取り組みを評価するとともに、食育のまちづくりのさらなる推進、生活習慣病予防、地産地消の推進を目指し、第 2 次上毛町食育のまちづくり推進計画を策定しました。

食育の取り組みは、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、全ての町民の皆さまに参加・実践していただくことが重要であります。

この計画の実現に向けて、町民の皆さまと一緒に食育・地産地消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お願いいたします。

平成 31 年 3 月

上毛町長 坪根 秀介

# 第1章 計画の位置づけと目指す方向

## 1 計画の位置づけ

本計画は、食育基本法第18条に基づく町食育推進計画と位置づけ、国の食育推進基本計画、福岡県食育・地産地消推進計画、第2次上毛町総合計画、上毛町健康増進計画、上毛町データヘルス計画、その他関連計画との整合性を図りつつ総合的に推進していきます。

## 2 計画の基本的な考え方

食は命の源であり、私たちが生きていくために欠かせないものです。

しかしながら、近年食に関する価値観やライフスタイルの多様化が進んでいます。一方で、食生活においては、エネルギー量や塩分の過多、野菜・果物の摂取不足などによる栄養の偏り、朝食の欠食や不規則な食事など食習慣の乱れが認められます。

これらに起因する肥満や生活習慣病の割合は依然として高く、若い女性のやせや高齢者の低栄養傾向もみられます。

国では、健康で文化的な国民の生活と豊かで活力ある社会の実現に寄与することを目的として、平成17(2005)年6月に食育基本法を制定し、平成28(2016)年3月に「第3次食育推進基本計画」を策定しました。

また、福岡県では、平成30(2018)年度から5ヵ年間の計画期間とする「福岡県食育・地産地消推進計画」を策定し、食育・地産地消のさらなる推進を図るとしています。

上毛町では、平成19(2007)年3月に策定した「第1次上毛町総合計画」において「みんなでひらく上毛の未来」をテーマに協働のまちづくりとともに、健康で豊かな人間形成のため、「食育の推進」と「地産地消の取り組み強化」を基本計画の目標に設定しました。その後、平成20(2008)年9月に「上毛町食育のまちづくり条例」を制定、11月に「上毛町食育のまちづくり推進会議」を設立し、人材の育成を基本理念に掲げ、食育の推進に力を注いできました。平成21(2009)年12月に「第1次上毛町食育のまちづくり推進計画」(平成21(2009)年度～25(2013)年度)、平成27(2015)年11月には改訂版(第1次)を策定し、家庭や地域、保育所、学校での取り組み等、食育に関する普及啓発を行ってきました。平成29(2017)年3月に策定した「第2次上毛町総合計画」においては、「みんなが輝くまち上毛」をテーマに、「食育のまちづくりの推進」、「生活習慣病予防」、「地産地消の推進」を主要施策に設定し、食育に関する認知度の上昇、食育推進体制の構築などに取り組みました。

しかし、ライフスタイルの多様化、外食産業や流通の発展、食を取り巻く環境の変化などにより、家族で食卓を囲む機会の減少や栄養の偏り、食習慣の乱れからくる生活習慣病の増加など、依然として食を取り巻く問題は顕在化しています。

そこで、これまでの取り組み状況やその成果、食や健康、農林水産業を取り巻く環境の変化を踏まえ、食育の推進を総合的かつ計画的に進めるため、今後の施策の方向性を示した本計画を策定しました。

### 3 計画期間

町が策定している健康増進計画、データヘルス計画との整合性を持たせるため、計画期間を平成 30（2018）年度から 35（2023）年度までの 6 年間とします。計画期間中に関係法令の改正や、本計画の上位計画の見直しなどが生じた場合には、必要に応じて見直しを行うこととします。

### 4 目標

- 町民の健康で豊かな生活の実現
- 食を支える農林水産業への町民の理解と支持の拡大

### 5 目指す方向

食育のさらなる推進のため、次の 4 つの目指す方向のもと、施策を総合的に展開します。

#### （1）家庭・地域における食育の推進

町民の心身の健康増進と豊かな人間性を育むため、町民一人ひとりが食育への関心と理解を深め、ライフステージに応じた健全な食生活の実践を推進します。

また、地域の伝統的な食文化の継承にも努めます。

#### （2）学校・保育所等における食育の推進

子どもたちが自分で考え、食を選ぶ力を身に付け、心身ともに豊かに成長していけるよう、家庭や関係機関等と連携し食育を推進します。

#### （3）地産地消の推進

農林水産業への理解を深め、自然の恵みや生産者への感謝の気持ちを持ち、地域とのつながりを大切にすることを通し、地元産農林水産物の積極的な利用を促進します。

#### (4) 地域が一体となった食育の推進

食育は、保健、医療、商工業、教育、行政（上毛町食育のまちづくり推進会議）など多様な分野が関係しています。

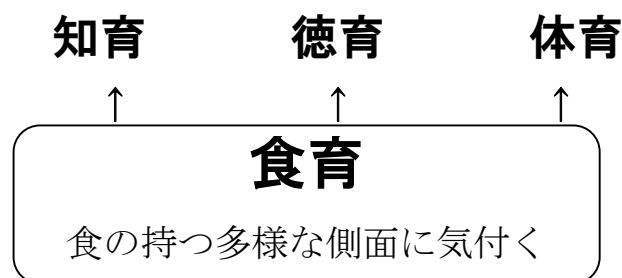
家庭や学校、企業や事業者、ボランティア団体、生産者など、それぞれの特性を活かしつつ、相互に連携しながら食育を推進します。

#### <食育とは>

私たちの心も身体も全ては「食」の上に成り立っていると言えます。健全な食生活を送るために、その「食」を自分自身で管理する力を身につける取り組みが「食育」です。

食育基本法の中では「食育」を次のように位置づけています。

- ・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
- ・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



## 第2章 食や健康と農林水産業をめぐる現状と課題

### 1 食生活と健康

#### ○栄養バランス

厚生労働省が推進する健康づくり運動「健康日本 21」(※1)では、カリウム、食物繊維、抗酸化ビタミンの適量摂取による循環器疾患・糖尿病等の生活習慣病及びがん予防と健康増進の観点から1日350g以上の野菜(※2)、1日200g以上の果物(※3)を食べることを目標にしていますが、全ての年代において目標量に達していない状況にあります。また、福岡県食育・地産地消推進計画(※4)では、野菜摂取の目標量を1日350g以上、果物摂取の目標を1日100g未満の人の割合の減少と定めています。しかし、平成28(2016)年度の県民健康づくり調査によると、1日当たりの野菜総摂取量の平均は、男性297.3g、女性272.2g、果物摂取量100g未満の人の割合については全体で62.5%となっています。野菜摂取量は平成23(2011)年度の前回調査より増加していますが、摂取目標量(350g)には達していません。また果物摂取量も前回調査より改善したものの、目標には達していません。

さらに、平成30年(2018)年度上毛町食生活についてのアンケート調査(※5)(以下「2018年度食生活アンケート」という)でも、野菜を1日に350g以上食べている人の割合は男性38.5%、女性35.6%で、男女ともに半数に達していません。特に20~50歳代では3割に達しておらず、若い世代ほど野菜の摂取量が少ないことがわかります。

今後は栄養バランスのとれた食生活のため、野菜や果物等の適切な摂取を促進する取り組みが必要です。

#### (※1)健康日本 21

21世紀において日本に住む一人ひとりの健康を実現するための、新しい考え方による国民健康づくり運動

#### (※2)1日350g以上の野菜

野菜350gの目安：1日小皿5皿以上(1皿70g)

#### (※3)1日200g以上の果物

果物200gの目安：みかん…2個分、りんご…1個分、バナナ…2本分

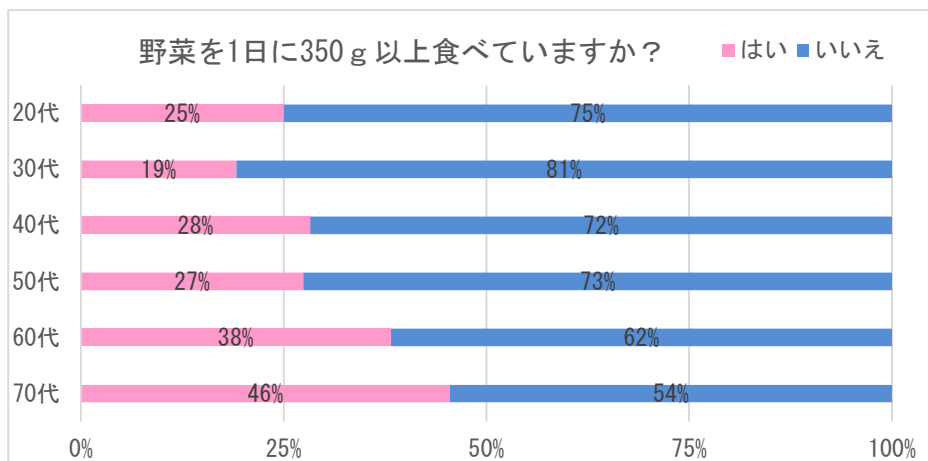
#### (※4)福岡県食育・地産地消推進計画

食育・地産地消の更なる推進を図るため、食や健康、農林水産業を取り巻く環境の変化を踏まえた計画(平成25年、平成30年策定)

#### (※5)平成30年(2018)年度上毛町食生活についてのアンケート調査

平成30年(2018)年度がん検診受診者、若年特定健康診査受診者等1,163人に対して、食生活に関するアンケート調査を実施。アンケート回収者数1096人(回収率94.2%)

調査内容は、野菜摂取量、食生活、生活習慣病、食育、地産地消に関する関心度など9項目。



※資料：平成30年（2018）年度上毛町食生活についてのアンケート調査

### ○生活習慣病の状況

上毛町国民健康保険特定健康診査（以下「上毛町特定健診」という）の平成29（2017）年度データと平成25（2013）年度データを比較してみると、生活習慣病に関するデータは全体的に見て改善傾向にあることがわかりました。今後、生活習慣病を予防するためにさらなる食生活改善の取り組みが重要になってきます。

#### ・肥満の状況（BMI）

肥満者（BMI $\geq$ 25）の割合は、平成29（2017）年度は男性33.6%、女性18.6%で、平成25（2013）年度の男性33.5%、女性22.7%と比べ男性は横ばいであるのに対し、女性は減少傾向にあります。肥満は生活習慣病と密接な関係があることから、男性の肥満改善に向けた取り組みが必要です。

#### ・高血圧の状況

I度以上高血圧者（収縮期血圧140mmHg以上または拡張期血圧90mmHg以上）の割合は、平成29（2017）年度は男性23.5%、女性24.9%で、平成25（2013）年度の男性25.2%、女性25.6%比べて男女ともにわずかですが減少傾向にあります。

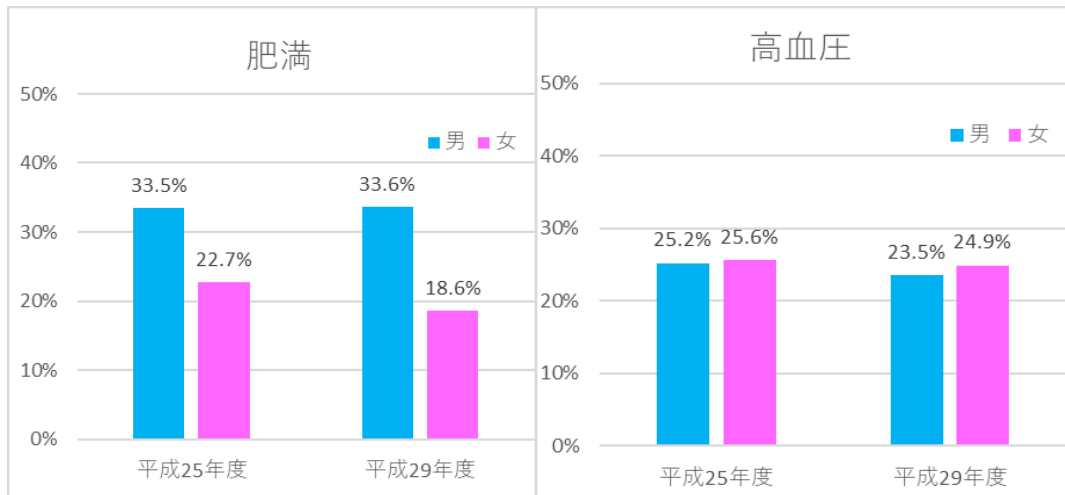
#### ・脂質異常症の状況

脂質異常症が疑われる人（LDLコレステロール160mg/dl以上）の割合は、平成29（2017）年度は男性14.0%、女性13.6%で、平成25（2013）年度の男性16.5%、女性24.6%に比べて男女ともに減少傾向にあり、特に女性の改善率が大きくなっています。医療機関を受診し、治療につながっていることがわかります。

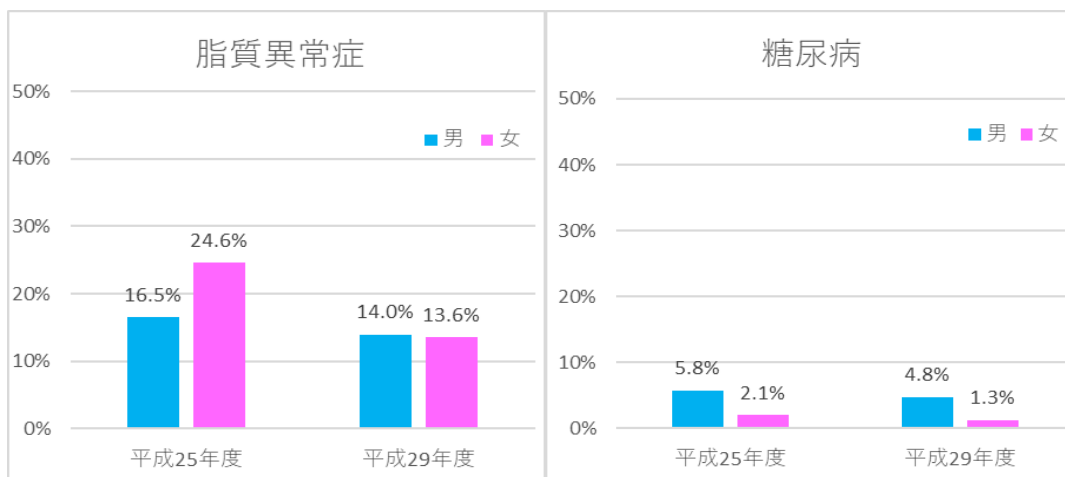
#### ・糖尿病の状況

糖尿病が強く疑われる人（HbA1c7%以上）の割合は、平成29（2017）年度は男性4.8%、女性1.3%で、平成25（2013）年度の男性5.8%、女性2.1%に比べて男女ともに減少傾向にあります。現在、糖尿病性腎症重症化予防事業は全国的な取り組みがなされており、本町においても様々な保健事業を展開し、人工透析に移行しないための取り組みに力を入れています。



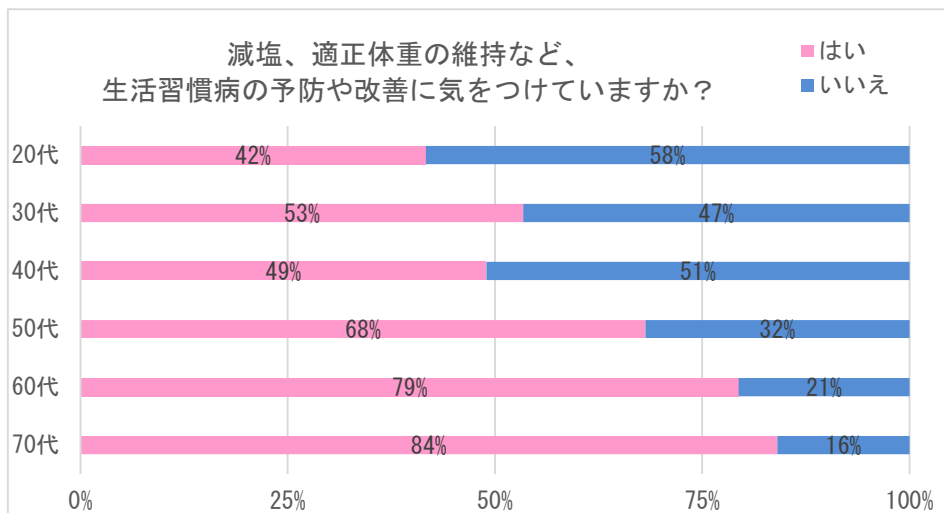


※資料：国保データベース（KDB）システム



※資料：国保データベース（KDB）システム

2018年度食生活アンケートによると、減塩、適正体重の維持など、生活習慣病の予防や改善に気を付けている人の割合は60歳代以上で約8割、20～50歳代は約5割です。とくに生活習慣病は若い世代からからの予防が重要であるため、この世代に向けた啓発活動が喫緊の課題です。健康づくりのための知識の習得や実践する力を養うとともに、個人の取り組みをサポートする仕組みづくりが必要です。



※資料：平成 30 年（2018）年度上毛町食生活についてのアンケート調査



特定健診試食の様子



特定健診試食（減塩味噌汁）

## 2 食に関する習慣づくり

### ○児童の朝食摂取の状況

世帯構造や社会環境の変化、生活スタイルの変化は、子どもたちの食生活にも影響を及ぼしています。平成30年度の町内小学校における「早寝・早起き・朝ごはん」の調査によると、朝食を食べる習慣が定着している児童の割合は94.7%でした。平成17年度に取り組みが開始され、現在は栄養バランスの取れた朝食を食べる習慣が定着している児童の割合となっています。平成28(2016)年度の全国学力・学習状況調査による福岡県の結果は93.7%であり、比較するとわずかに上回っています。

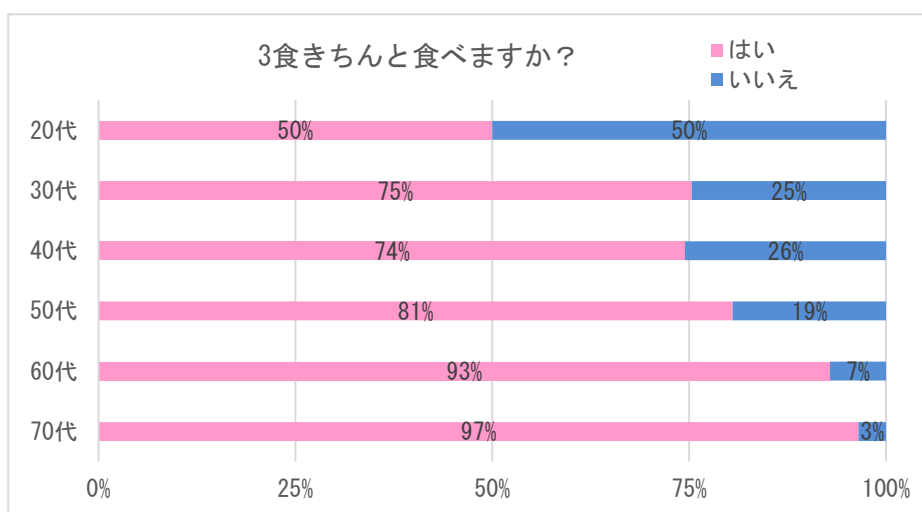
幼少期から朝食を食べることの重要性を理解し、生涯を通じて健康で豊かな生活を送ることができるよう、望ましい食習慣を身に付けることが必要です。

農林水産省が作成した『「食育」ってどんないいことがあるの？～エビデンス(根拠)に基づいて分かったこと～』によると、朝食を食べる習慣がある児童・生徒は習慣のない児童・生徒と比較して、穀類、野菜類、卵類などの摂取量が多い、早寝、早起きが多い、睡眠の質が良い、イライラや集中力の低下などの訴えが少ない、心の状態が良好である、肯定感が強い、学力や体力にも良い影響を与えることなどが報告されています。

### ○成人の欠食に関する状況

20～30歳代の若い世代は、健康であるが故に食に関する必要性を感じていない、また、食に関する情報や取り組みが十分に届いていないなどの要因で、欠食や栄養バランスの偏りが多い状況にあります。

2018年度食生活アンケートによると、3食きちんと食べている人の割合は50歳代以上では9割を超えており、若い世代ほど朝食の欠食率が高い状況にあります。このことから、幼少期から朝食を摂ることの重要性について啓発することが重要になってきます。

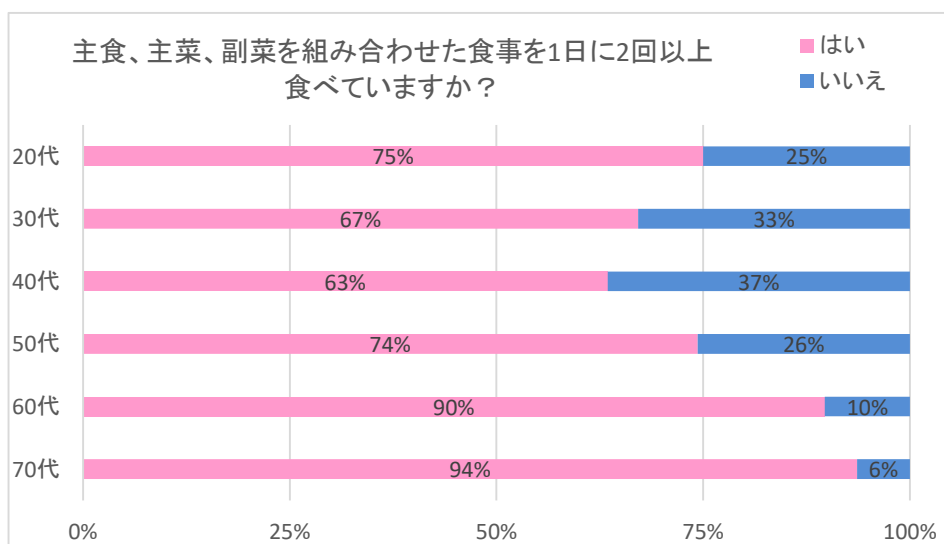


※資料：平成30年(2018)年度上毛町食生活についてのアンケート調査

○主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日がほぼ毎日の人の割合

生涯にわたって心身の健康を保つためには、主食・主菜・副菜を組み合わせた献立を意識し、栄養バランスに配慮した食事を摂ることで、生活習慣病の予防をすることが重要です。

2018年度食生活アンケートによると、主食、主菜、副菜を組み合わせた食事を1日2回以上食べている人の割合は、20～50歳代で約7割、60歳代以上で9割であり、若い世代ほどバランスの良い食生活が難しい状況にあります。農林水産省が作成した『『食育』ってどんないいことがあるの？～エビデンス（根拠）に基づいて分かったこと～』によると、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を摂取している人はしていない人と比較して、栄養素や食品をバランスよく摂れる、病気のリスクが低下する、長寿とも関係していることがわかっています。



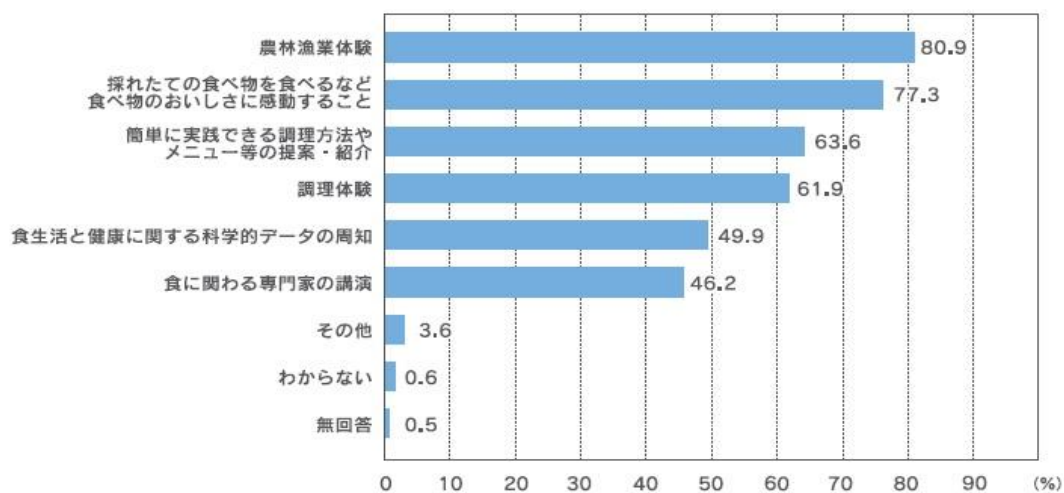
※資料：平成30年（2018）年度上毛町食生活についてのアンケート調査

### 3 食育・地産地消に関する状況

#### ○食育活動

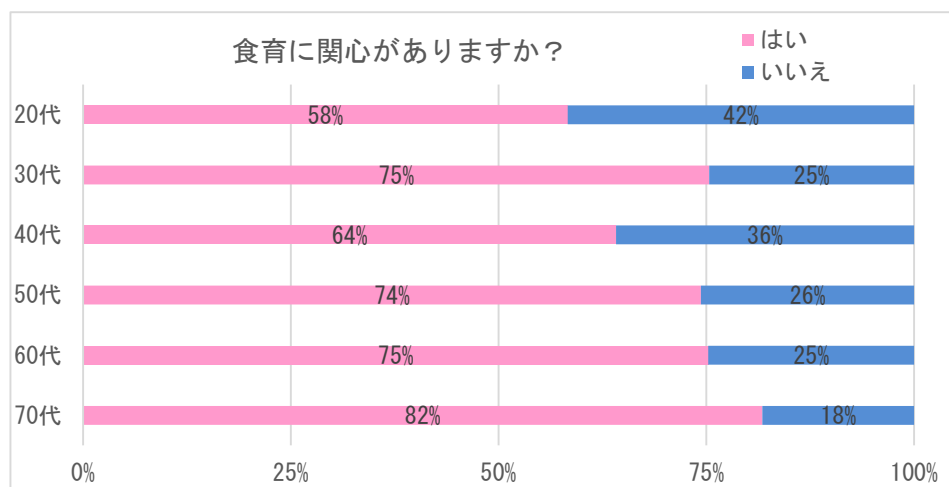
国が平成 29（2017）年度に行った食育活動及び国産農林水産物・食品に関する意識・意向調査によると、食に対する考え方や実際の食生活を改善するために効果が高いと考えられる食育活動は、「農林漁業体験」と回答した割合が 80.9%と最も高く、次いで「採れたての食べ物を食べるなど食べ物のおいしさに感動すること」（77.3%）、「簡単に実践できる調理方法やメニュー等の提案・紹介」（63.6%）等となっています。このような実体験を伴う効果が高い食育活動を進めることが必要です。

効果の高い食育活動（複数回答）



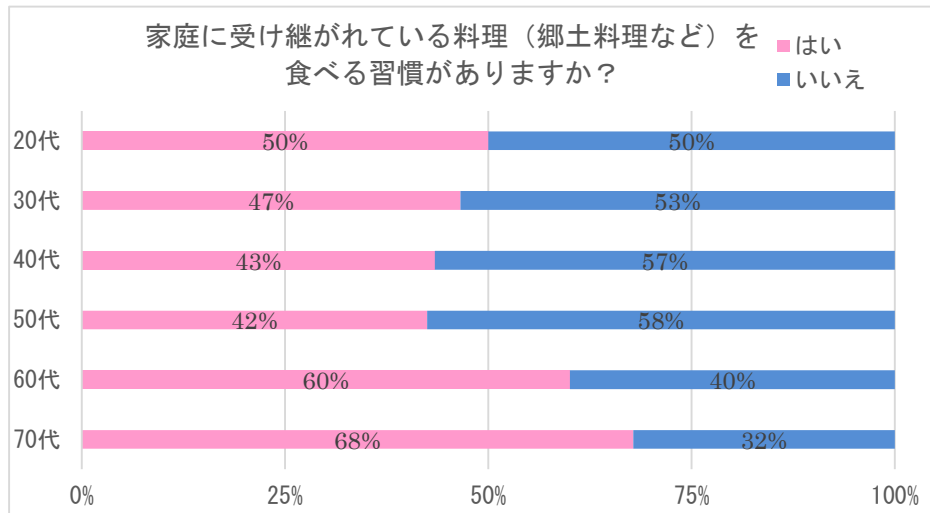
資料：食育活動及び国産農林水産物・食品に関する意識・意向調査(農林水産省、H29)

2018 年度食生活アンケートによると、食育に関心がある人の割合は全体で約 7 割であり、50 歳以上では約 8 割の人が関心を持っていることがわかります。今後も食育に関心を持つ人が 1 人でも多くなるよう、普及啓発が必要です。



※資料：平成 30 年（2018）年度上毛町食生活についてのアンケート調査

また、家庭に受け継がれている料理（郷土料理など）を食べる習慣がある人の割合は全体で約5割であり、50歳以上では約6割の人で習慣化されており、今後は若い世代へ継承されることが課題になってきます。

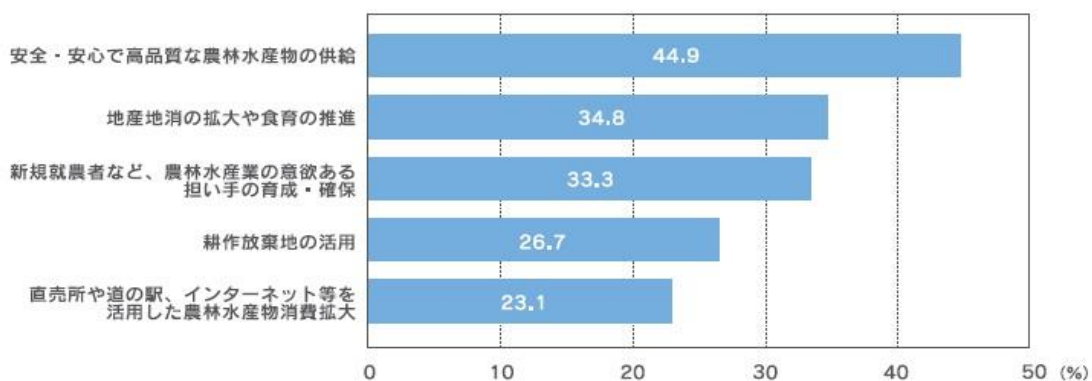


※資料：平成30年（2018）年度上毛町食生活についてのアンケート調査

#### ○農林水産業の振興に必要な施策

平成28（2016）年度に行った県民意識調査によると、安全・安心で高品質な農林水産物の供給や、食育・地産地消の推進を求める割合が高くなっています。町民のニーズを踏まえた取り組みが必要です。

#### 農林水産業を振興するために必要と思う施策について（上位5項目）



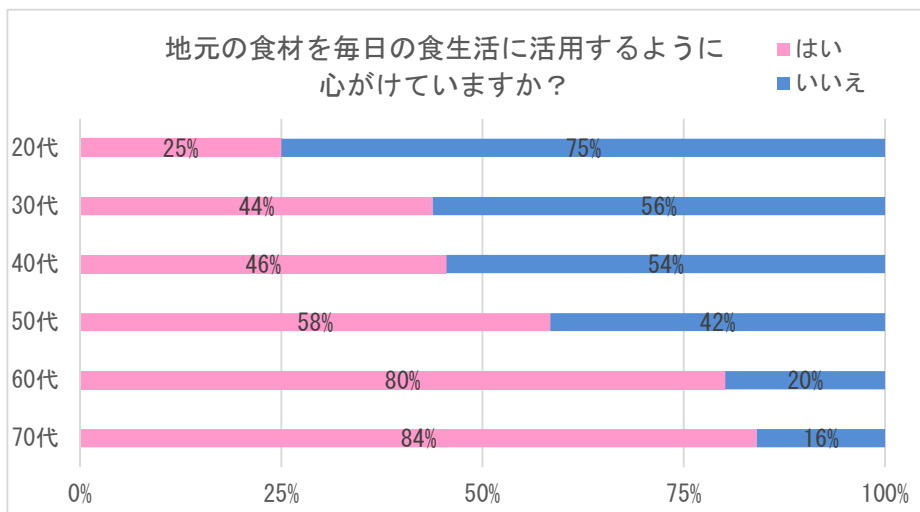
資料：県民意識調査（H28）

平成 29（2017）年度学校給食における地元産青果物（※6）の利用割合は 15.8%であり、福岡県平均の 12.9%をわずかに上回っています。県産青果物の利用割合は 22.9%であり、福岡県平均の 24.5%をわずかに下回っています。

2018 年度食生活アンケートによると、地元の食材を毎日の食生活に活用するように心がけている人の割合は、60 歳以上の年齢層で約 8 割に達しており、若い年齢層ほど低い割合でした。今後は、保護者や子どもたちが県産、地元産の青果物について身近に感じるとともに、地産地消に関する普及啓発が重要になってきます。

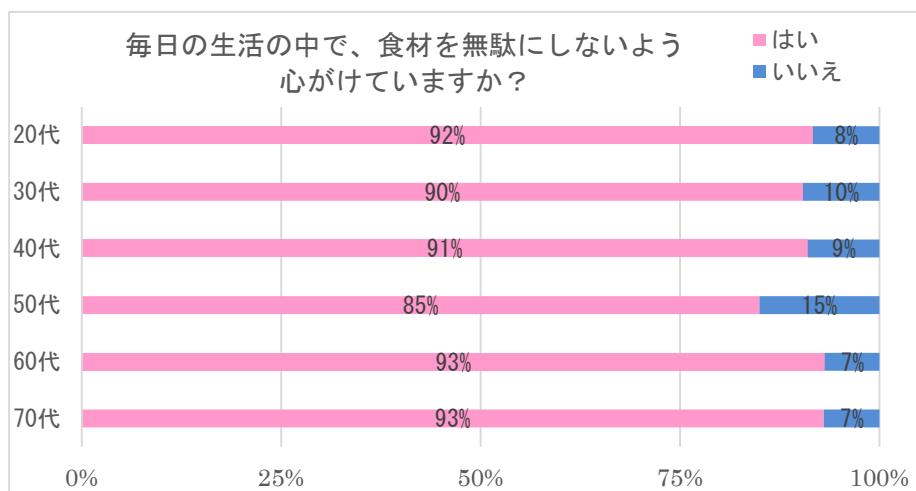
（※6）地元産青果物

市町村内または農協区域内で生産されたもの



※資料：平成 30 年（2018）年度上毛町食生活についてのアンケート調査

また、毎日の生活の中で、食材を無駄にしないよう心がけている人の割合は、すべての年齢層で約 9 割に達しており、食材を大切にしている人が多いことがわかりました。



※資料：平成 30 年（2018）年度上毛町食生活についてのアンケート調査

# 第3章 計画の方向性と目標

## 1 家庭・地域における食育の推進

### 【基本的な考え方】

町民の心身の健康増進と豊かな人間性を育むため、町民一人ひとりが食育への関心と理解を深め、ライフステージに応じた健全な食生活が実践されるよう推進します。

そのために、「上毛町の安全で新鮮な野菜を1日に350g以上食べることを目標に様々な事業に取り組みます。

また、地域の伝統的な食文化の継承にも努めます。

### 【主な施策】

#### (1) ライフステージに応じた食育の推進

##### ・乳幼児期

乳幼児健診、離乳食教室・相談・指導、幼児食教室・相談・指導、育児相談、子育て支援センター事業

##### ・学童期・思春期

早寝・早起き・朝ごはん運動、親子料理教室、子ども料理教室、お弁当作り教室、豆腐作り教室、野菜作り教室、郷土料理教室、食育講演会、通学合宿

##### ・青年期・壮年期

保健指導、健康相談

##### ・高齢期

生涯学習講座、いきいきサロン、老人クラブ

#### (2) 食文化の継承

##### ・地域食材を活用した郷土料理レシピの活用や料理教室の開催

##### ・食生活改善推進協議会、食育ボランティアグループによる健康レシピ、地産地消レシピの広報活動

#### (3) 食生活改善の担い手の育成

##### ・食生活改善推進員、食育ボランティアグループの育成及び支援のための研修会等の実施

##### ・食に関連するボランティア団体からの情報収集



(4) 健康づくりや食の安全に関する情報発信

- ・ 広報、ホームページを活用した食や健康づくりに関する啓発、イベントなどの開催



郷土料理教室（団子汁）



郷土食レシピ集

## 2 学校・保育所等における食育の推進

### 【基本的な考え方】

子どもたちが、自分で考え、食を選ぶ力を身に付け、心身ともに豊かに成長していただけるよう、家庭や学校運営協議会（コミュニティ・スクール）、関係機関等と連携を図り、食育を推進します。

### 【主な施策】

(1) 食に関する指導計画の充実

- ・ 年間指導推進計画に基づいた食に関する取り組みの充実
- ・ 「食育月間」「学校給食週間」「食育の日」の取り組み
- ・ 体験活動を取り入れた授業や地域の人材等を活用した授業の実施
- ・ 小学校における各種体験学習



お弁当作り教室



あおし柿作り体験

- (2) 学校、保育所等の給食の充実
  - ・成長期に必要な栄養を提供するためのバランスのとれた献立の作成
  - ・衛生管理の徹底及び安全な食材確保
  - ・郷土料理、季節の行事食等の活用
  - ・地元食材の給食献立への活用
  - ・栄養士、調理員等を対象とした研修会の実施
  - ・給食試食会の開催
- (3) 家庭・地域・関係機関と連携した取り組みの推進
  - ・保護者や地域に対する講演会、給食だより、食育だより等の資料配布による啓発
  - ・PTA等の関係団体との連携
  - ・食育に関する地域イベント等の実施及び支援

### 3 地産地消の推進

#### 【基本的な考え方】

農林水産業への理解を深め、自然の恵みや生産者への感謝の気持ちをもち、地域とのつながりを大切にするを通し、上毛町食育のまちづくり推進会議を中心に、地元産農林水産物の積極的な利用を促進します。

#### 【主な施策】

- (1) 地元産農林水産物等の利活用の推進
  - ・広報、ホームページ等による道の駅、直売所の情報発信
  - ・食生活改善推進協議会、食育ボランティアグループによる旬の地元産農林水産物を使ったレシピの紹介
  - ・各種イベントでの地元産農林水産物の販売
  - ・地元産農林水産物を利用した料理教室の開催
  - ・地元産農林水産物を活用した6次化商品（※7）の開発と販売の支援
  - ・学校給食への地元農林水産物供給の向上
- (2) 体験を重視した交流等による農林水産業への理解促進
  - ・農林水産業栄養価体験事業の実施  
(スイーツコーン狩り、ゆいきららにおけるイベントなど)
  - ・体験ワークショップの実施
  - ・消費者と生産者等との交流促進

(3) 食品ロス削減の推進

- ・ 食べ残しや期限切れによる廃棄等が原因で発生する食品ロスを減らす取り組みの推進

(※7) 6次化商品

1次産業（農業）、2次産業（食品加工）、3次産業（流通・販売）の取り組みによって出来た加工品



新米フェア



柿・柚子祭り

## 4 地域が一体となった食育の推進

### 【基本的な考え方】

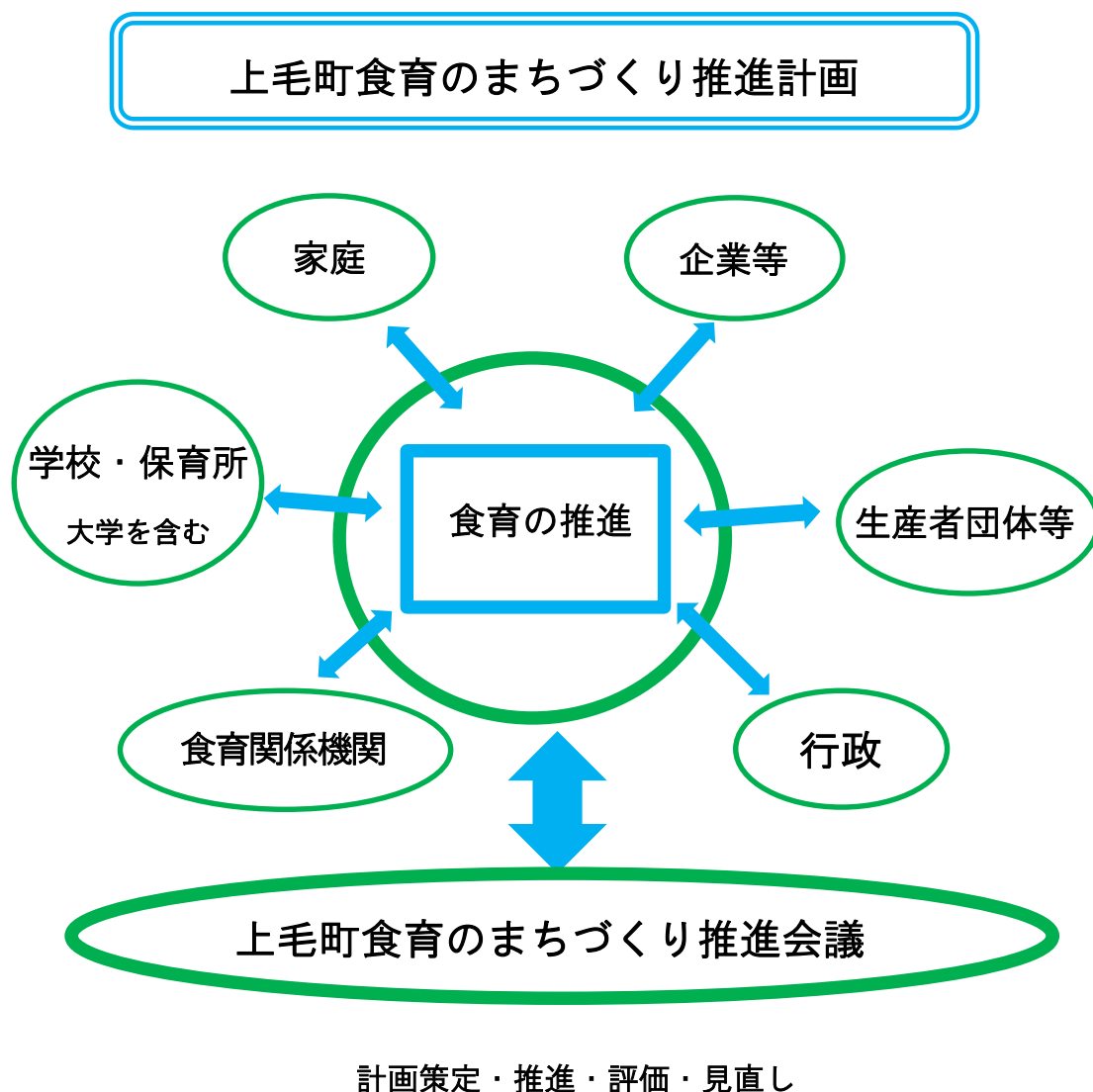
食育は、保健、医療、商工業、教育、行政（上毛町食育のまちづくり推進会議）など多様な分野が関係しています。

家庭や学校、企業や事業者、ボランティア団体、生産者など、それぞれの特性を活かしつつ、相互に連携しながら食育を推進します。

### 【主な施策】

関係機関の連携強化

- ・ 関係機関との連絡会議の開催
- ・ 関係機関と連携したイベントの開催や啓発活動の実施



## 5 施策の目標

項 目	基 準 (現状)	目 標 (35(2023)年度)
40歳以上の肥満者（BMI $\geq$ 25）の割合の減少	男性 33.6% 女性 18.6%	減少
減塩、適正体重の維持など、生活習慣病の予防や改善に気を付けている人の割合の増加	73.5%	80%
3食きちんと食べている人の割合の増加	88.7%	90%
野菜を1日に350g以上食べる人の割合の増加	36.7%	50%
主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日がほぼ毎日の人の割合の定着化	84.2%	現状維持
朝食を欠食する児童を0%にする	7.1%	0%
学校給食における地元産青果物を使用する割合の定着化	15.8%	現状維持
地元の食材を毎日の食生活に活用するように心がけている人の割合の増加	71.5%	80%

# 資料編



上毛町食育のまちづくり推進会議委員

(平成31年2月～)

	委員区分	氏名	所属団体	条例15条第2項
1	会長	川口 彰	町(副町長)	4号
2	副会長	道免 隆	町(教育長)	4号
3	委員	武井 一彦	自治会長会	1号
4	委員	新谷 英信	J A福岡京築 築東アグリセンター	3号
5	委員	北野 貴俊	さわやか市	3号
6	委員	大木本 紀代美	食生活改善推進協議会	3号
7	委員	秋吉 信子	食育ボランティアグループ	3号
8	委員	三成 由美	中村学園大学	2号
9	委員	徳井 教孝	中村学園大学	2号
10	委員	宇都宮 正博	行橋農林事務所農業振興課	5号
11	委員	円入 忠義	町(産業振興課)	5号
12	委員	末廣 智香	町(教務課)	5号
13	委員	高橋 欣子	上毛町立南吉富小学校(栄養教諭)	5号

## ○上毛町食育のまちづくり条例

平成20年9月22日  
条例第25号

### 目次

#### 前文

#### 第1章 総則（第1条—第6条）

#### 第2章 食育推進計画等（第7条—第13条）

#### 第3章 食育推進会議等（第14条—第16条）

#### 附則

#### 前 文

「食」は生命の源であり、健全な食生活は、人間が健康で心豊かに生きる上での基礎である。しかし、近年社会経済情勢がめまぐるしく変化し、日々忙しく時間的、精神的にゆとりのない生活を送る中、私たちは、毎日「食」の大切さを忘れがちになり、健全な食生活を失いつつある。それに伴い栄養の偏り、不規則な食事、肥満者や生活習慣病の有病者の増加などに加え、食生活の基本である食の安全性が損なわれる危機的事態が地球規模で発生するなど食を取り巻く環境は大きく変化している。食の安全性と食に対する信頼を確保する「食」の安全安心は、21世紀を生きる人々にとって切実な願いである。

このことから、町民一人ひとりが「食」の安全、栄養及び食料自給率の問題など「食」に関する様々な知識を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てるため食育の推進により、生涯にわたって健全な心と身体を培い、豊かな人間性をはぐくむとともに、豊かな食環境と伝統的な食文化を受け継ぐことは、とても大切なことである。特に、次世代を担う子どもたちが「生きる力」を身につけるためには何より「食」が大切である。

このような認識に基づき、本町の地域資源の活用と町民の健康を守る地産地消、食の安全、環境保全を基本とした食と農のまちづくり及びそのための食育の実践を強力に推し進めることを目標にこの条例を制定する。

#### 第1章 総則

##### （目的）

第1条 この条例は、食育基本法（平成17年法律第63号。以下「法」という。）に基づき、上毛町における食育の推進に関する基本理念を定め、町、町民、及び関係者等（以下「町民等」という。）の責務を明らかにするとともに、町の施策の基本的事項を定め、総合的かつ計画的に食育を推進することにより、健康でいきいきとした町民の生活と活力ある地域社会の実現に寄与することを目的とする。

##### （定義）

第2条 この条例において、次の各号に掲げる用語の意義は、当該各号に定めるところによる。

- (1) 食 食物の生産から流通、加工、調理、食事及び廃棄に至るまでの広範な事象をいう。
- (2) 食育 町民一人ひとりが食に関する様々な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により、町民自らが健康を守り、活力ある人生を生き抜く力を身につけることをいう。
- (3) 食のまちづくり 食を守り、はぐくみ、そして活かすまちづくりにより、ふるさとを愛する心と健康で豊かなくらしを創造することをいう。



- (4) 地産地消 地元で生産された農産物及びそれを原料とする食品を地元で食することをいう。
- (5) 関係者等 教育、保育、社会福祉、医療及び保健に関する職務に従事する者、農林業従事者、食品関連事業者並びにその関係機関、関係団体。

(基本理念)

第3条 本町における食育は、次に掲げる基本理念に基づき推進するものとする。

- (1) 町民一人ひとりが食に関心をもち、食に関する正しい知識と適切な判断力を養い、健全な食生活を実践することにより、町民の健康の増進と豊かな人間形成に資するために行うこと。
- (2) 学校、家庭、地域のあらゆる場所で、町民等が食育の重要性を十分自覚して、積極的に町の食育の推進に関する活動に取り組むこと。
- (3) 伝統的な食文化及び地域の特性を生かした食生活に配慮し、食料の生産者と消費者の交流を図りながら、地産地消に取り組み、本町の産業振興、観光交流の促進と農山村の活性化に資するよう推進すること。
- (4) 食品の安全性が確保され、安心して消費できることが健全な食生活の基礎であることから、食品の安全性をはじめとする食に関する幅広い情報の提供に努めること。

(町の責務)

第4条 町は、前条に定める基本理念（以下「基本理念」という。）に基づき、本町の地域の特性を生かした総合的かつ計画的な施策を実施するよう努めるものとする。

- 2 町は、町民に対し食育の推進に関する施策の普及啓発を図り、関係者等の理解を得るよう努めるものとする。
- 3 食育の推進にあたり町は、必要な財政上の措置を講じるよう努めるものとする。

(町民の責務)

第5条 町民は、基本理念に基づき、家庭、学校、保育所、職場及び地域社会における町民生活のあらゆる分野において、生涯にわたり健全な食生活の実現に自ら努め、食育の推進に取り組むとともに町が実施する食育推進の活動に自主的かつ積極的に参画するよう努めるものとする。

(関係者等の責務)

第6条 関係者等は、基本理念に基づき、事業活動を通じ、自主的かつ積極的に食育の推進に努め、町が実施する食育推進の活動に協力するよう努めるものとする。

## 第2章 食育推進計画等

(食育推進計画の策定)

第7条 町長は、食育に関する施策を計画的に推進するため、国の食育推進基本計画及び福岡県のふくおかの食と農推進基本指針に基づき、上毛町食育推進計画（以下「推進計画」という。）を定めるものとする。

- 2 推進計画は、次に掲げる事項について定めるものとする。
  - (1) 食育の推進に関する施策についての基本的な方針
  - (2) 食育の目標に関する事項
  - (3) 町民等が自主的に行う食育推進活動の促進に関する事項
  - (4) 前3号に掲げるもののほか、食育の推進に関する施策を総合的かつ計画的に推進するために必要な事項
- 3 町長は、推進計画を策定したときは、これを公表するものとする。
- 4 前項の規定は、推進計画の変更について準用する。

(家庭、職場及び地域社会における食育の推進)

第8条 町は、家庭、職場及び地域社会における食育の推進を図るため、栄養職員や関係機関等と連携しながら食と健康の増進に関わる知識の普及啓発を推進し、食に関する理解を深めることなどにより、町民の健全な食習慣の確立がなされるよう努めるものとする。

(学校、保育所等における食育の推進)

第9条 町は、学校、保育所等における効果的な食育の推進を図るため、栄養教諭、栄養職員等と連携を取りながら食と健康に関する知識を高めるとともに、食に関する様々な体験活動を行うことにより、子どもたちの心身の健康を確保するよう努めるものとする。

(地産地消の促進)

第10条 町は、地元で生産、加工された農産物などが学校給食に利用されるよう推進するとともに、町民にも積極的に消費されるよう努めるものとする。

(地域の伝統ある食文化の継承のための支援)

第11条 町は、地域の特色ある伝統的な食文化の継承を推進するとともに優れた食文化を引き継ぐための活動を支援するよう必要な措置を講ずるものとする。

(生産者と消費者との交流の促進)

第12条 町は、生産者と消費者との交流の促進により両者の信頼関係を築き、お互いに感謝の念や理解を深めつつ、相互の連携を図って地域の農林業の活性化に努めるものとする。

(食育の推進に関する普及啓発)

第13条 町は、効率的な食育の推進を図るため、関係者相互の情報交換をする会議等を開催することにより、その普及啓発を行うよう努めるものとする。

### 第3章 食育推進会議等

(推進体制の設置)

第14条 町は、推進計画の策定及び食育の推進に関する施策を実施するため、上毛町食育のまちづくり推進会議（以下「推進会議」という。）を置く。

2 推進会議は、次に掲げる事項について審議する。

- (1) 推進計画の作成及び実施に関すること。
- (2) 前号に掲げるもののほか、食育の推進に関する重要事項

(組織)

第15条 推進会議は、委員20人以内をもって組織する。

2 委員は、次に掲げる者のうちから町長が委嘱する。

- (1) 町民
- (2) 識見を有する者
- (3) 関係団体等の推薦する者
- (4) 行政機関の代表
- (5) その他町長が適当と認める者

3 委員の任期は2年とする。ただし、再任を妨げない。

4 補欠委員の任期は、前任者の残任期間とする。

第16条 この章に定めるもののほか、推進会議の組織及び運営に関し、必要な事項は、規則で定める。

附 則

この条例は、公布の日から施行する。

○上毛町食育のまちづくり推進会議の運営等に関する規則

平成20年9月25日

規則第9号

改正 平成29年3月6日規則第1号

(趣旨)

第1条 この規則は、上毛町食育のまちづくり条例（平成20年上毛町条例第25号。以下「条例」という。）第16条に規定する上毛町食育のまちづくり推進会議（以下「推進会議」という。）の運営に関し必要な事項を定めるものとする。

(組織)

第2条 推進会議に、会長及び副会長を置き、委員の互選によりこれを定める。

2 会長は、会務を総理し、推進会議を代表する。

3 副会長は、会長を補佐し、会長が欠けたとき又は会長に事故があるときは、その職務を代理する。

(会議)

第3条 推進会議は、会長が招集し、会議の議長となる。

2 推進会議は、出席した委員の過半数が出席しなければ会議を開くことができない。

3 推進会議の議事は、出席した委員の過半数で決し、可否同数の場合は、議長の決するところによる。

(部会)

第4条 会長が必要と認めるときは、推進会議の所掌事務を分掌するために部会を置くことができる。

(部会長及び副部会長)

第5条 部会に、部会長及び副部会長を置き、部会委員の互選によりこれを定める。

(庶務)

第6条 推進会議の庶務は、子ども未来課において処理する。

附 則

この規則は、公布の日から施行する。

附 則（平成29年3月6日規則第1号）

この規則は、平成29年4月1日から施行する。

～野菜を1日350g以上食べよう！～  
1日に5皿分（70g×5皿＝350g）が目標



厚生労働省が推進する健康づくり運動（健康日本21）では、1日350g以上の野菜を食べることを目標にしています。350gの野菜の目安は小皿5皿分として考えると覚えやすくなります。

○皿数の数え方

小皿の野菜料理を1皿分（約70g）、大皿の野菜料理なら1品で2皿分と数えます。合わせて1日5皿以上になるようにとります。

1皿分の野菜料理例（70g）



ほうれん草のごまあえ



かぼちゃの煮物



きんぴら



野菜サラダ



具たくさん味噌汁

2皿分の野菜料理例（140g）



野菜炒め



筑前煮



八宝菜



例えば、ほうれん草のごまあえ1皿、かぼちゃの煮物1皿、具たくさん味噌汁1杯、野菜炒め1皿（2皿分と数える）を食べると、これで合計5皿分（350g）の野菜がとれるね！

上毛町の安全で新鮮な野菜を1日350g以上食べよう！



発行：上毛町

〒87-0992

福岡県築上郡上毛町大字垂水 1321 番地 1

上毛町役場 子ども未来課