

～みどり豊かな恵みに感謝し、みんなで、楽しく生き生き食育～

## 第2次 広陵町食育推進計画



令和2年 3月

はじめに

近年、食に関する価値観やライフスタイルの多様化により、めまぐるしく変わる社会情勢とともに食を取り巻く環境が大きく変化してきています。「食」は人が生きていくうえで欠かせないものであり、健やかな心身をつくる基礎となるものであることから、「食」についての意識を高め、食を楽しむことは、体の健康だけではなく、食べ物や自然の恵みへの感謝、思いやり、命の尊さへの理解など、生涯にわたって生き生きとくらすことにつながります。



本町では、平成27年3月から「食育推進計画（第1次）」に基づいて食育を推進してまいりました。就農支援事業を行うとともに、園や学校などと生産者が接する農業体験を通じた食への関心や知識を深める活動が増えた一方、若い世代の食の乱れは、引き続き課題となっております。また、食育の推進と併せて、地域包括ケアシステムの構築に向けて、食育を通じたネットワークづくりを拡充する地域のつながりが更に必要になってまいります。

また、平成28年度からスタートした中学校給食において、学校給食を「生きた教材」として活用しながら食育を推進するとともに、食に関する指導を充実させるため、地元食材の利用促進を図っているところです。しかしながら、中学校給食におきましては、残食が課題となっており、成長盛りの子どもたちへの食育をしっかりと進めなければなりません。

3月に入って、新型コロナウイルス感染症の世界的まん延により、学校等の休業、経済活動の休止、自粛などで暮らしに大きな影響を与えています。この危機を乗り越えるには医療の充実はもちろんですが、人々が免疫力を高めるための食育、生活習慣の見直しも必要です。皆さんと共に健康で明るい町づくりに取り組むべく「第2次 広陵町食育推進計画」を策定いたしました。広陵町の食に関する課題解決に向けて、家庭や各関係機関の皆様とより一層の連携をはかり、町民の皆様が「食」を楽しみ、心身ともに健康で豊かな生活を営むことができるまちづくりを実現してまいります。

最後に、本計画策定にあたりアンケートにご協力いただきました町民の皆様や幅広い見地から熱心にご審議をいただきました「広陵町食育推進会議」の委員の皆様及び関係各位に心から感謝を申し上げます。

令和2年3月

広陵町長

山村吉由

# 目次

|     |                         |    |
|-----|-------------------------|----|
| 第1章 | 食育推進計画策定にあたって           | 1  |
| 1.  | 計画策定の趣旨                 | 1  |
| 2.  | 計画の位置づけ                 | 2  |
| 3.  | 計画の期間                   | 2  |
| 第2章 | 現状と課題                   | 3  |
| 1.  | アンケート調査による現状            | 3  |
| 2.  | 第1次食育推進計画の目標項目の評価       | 10 |
| 1)  | 食でつくろう心と体の健康            | 10 |
| ①   | 目標値の達成状況                | 10 |
| ②   | 行動目標と取り組み実績             | 11 |
| ③   | 今後の課題・取組の方向性            | 13 |
| 2)  | 地産地消と安心・安全な食            | 14 |
| ①   | 目標値の達成状況                | 14 |
| ②   | 行動目標と取組実績               | 15 |
|     |                         | 16 |
| ③   | 今後の課題・取組の方向性            | 16 |
| 3)  | 食の楽しみと感謝の心              | 17 |
| ①   | 目標値の達成状況                | 17 |
| ②   | 行動目標と取組実績               | 18 |
| ③   | 今後の課題・取組の方向性            | 19 |
| 1.  | 第1次食育推進計画の最終評価を踏まえた重点課題 | 20 |
| 第3章 | 計画の基本的な考え方              | 21 |
| 1.  | 基本理念                    | 21 |
| 2.  | 3つの重点目標                 | 22 |
| 3.  | ライフステージごとの目指す姿          | 23 |
| 第4章 | 取り組みの方向性と展開             | 25 |
|     | (具体的な取り組みについて)          | 25 |
| 1.  | 食でつくろう心と体の健康            | 25 |
| 2.  | 地産地消と安心・安全な食            | 31 |
| 3.  | 食の楽しみと感謝の心              | 35 |
| 第5章 | 今後の推進体制と関係者の役割          | 38 |
| 1.  | 計画の目標値と評価               | 38 |
| 2.  | 推進体制                    | 38 |
| 資料編 |                         | 40 |

# 第1章 食育推進計画策定にあたって

## 1. 計画策定の趣旨

広陵町では、「食育推進計画（第1次）」を平成27年3月に策定し、食育の推進に取り組んできました。

平成31年度が計画期間の最終年であるため、第1次計画を評価、見直し、第2次計画を策定するものです。

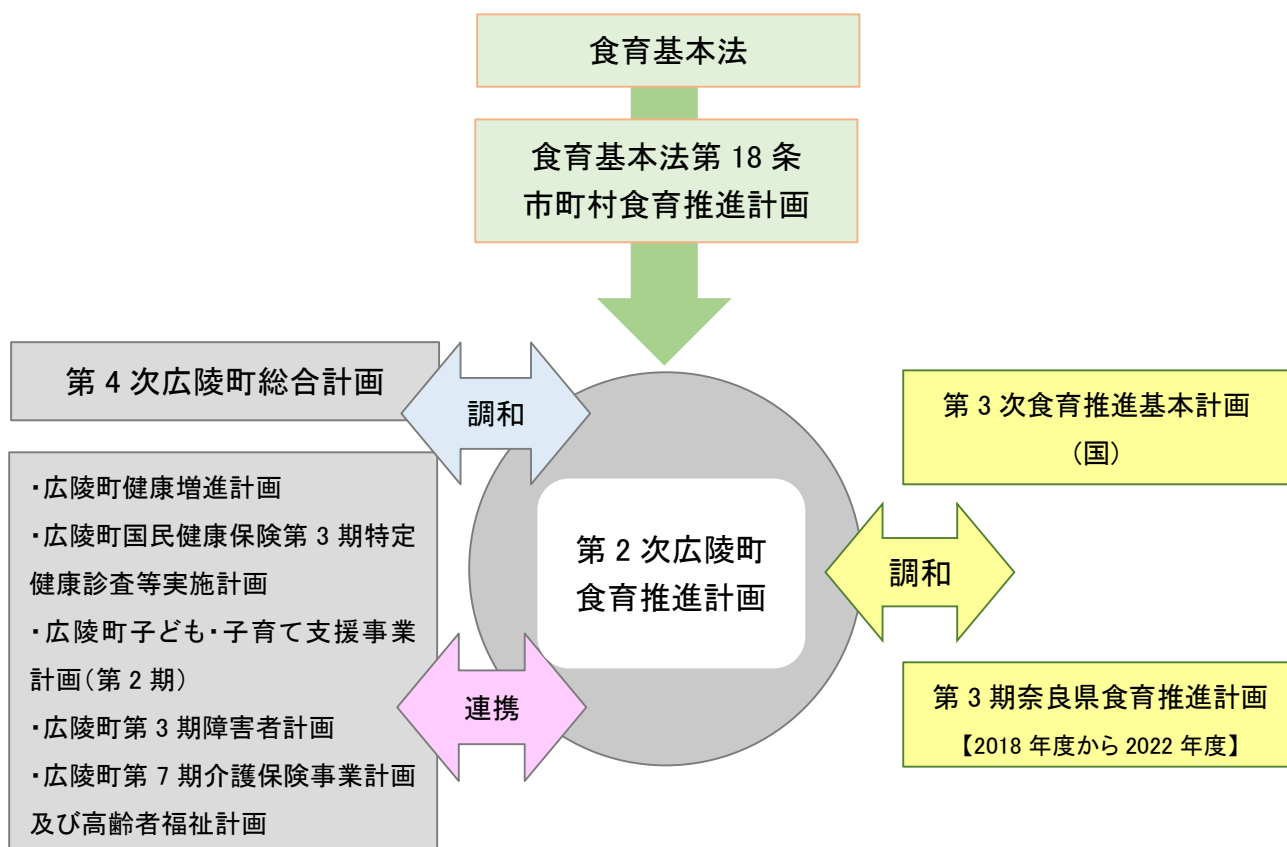
広陵町では、米、野菜など四季折々の旬の食べ物が身近に生産されています。このような中、自然の恩恵や「食」にかかわる全ての人々への感謝の気持ちをはぐくみ、郷土に対する関心を高め、「食」に関する正しい知識と選択する力を身につけていくことが大切です。

本計画を基に、町民や行政、家庭、保育園・認定こども園・幼稚園、学校、地域などそれぞれの立場から、共に学び、共に取り組み、共に実践できるような、町民運動としての食育を計画的に推進し、心身ともに健全な食生活を実践できるよう食育を推進していきます。



## 2. 計画の位置づけ

本計画は、食育基本法第 18 条第 1 項に基づき作成した第 2 次広陵町食育推進計画として位置づけ、「第 4 次広陵町総合計画」の内容を踏まえた計画とし、各分野における個別計画との整合性を図っています。関係機関と調和を図りながら町民の豊かな地域生活と健康の実現に向け、食育推進の基本的な考えを示すと共に、町民が楽しく実践するための指針として位置づけます。



## 3. 計画の期間

令和 2 年度から令和 6 年度までの 5 年間を期間とし、食育施策の計画的展開により、施策の効果や社会情勢の変化により随時見直し、最終年度に計画の達成度についての評価を行います。

## 第2章 現状と課題

### 1. アンケート調査による現状

令和元年7月～8月「栄養・食生活・食育についてのアンケート調査」を実施しました。調査の概要は、以下のとおりです。

- 調査方法 郵送調査法（郵送配布、郵送回収）
- 調査対象 20～64歳の男女3,500人
- 回収結果 回収率40.8%（有効回収率 38.7%）

#### ●食育への関心

食育に関心がある人（「関心がある」と「どちらかといえば関心がある」の合計）の男女の割合は男性68.9%、女性75.6%です。

「関心がある」人は、男女ともに30歳代が最も高く、いずれの年代においても女性の方が高くなっています。

図1：食育への関心（男性N=553）

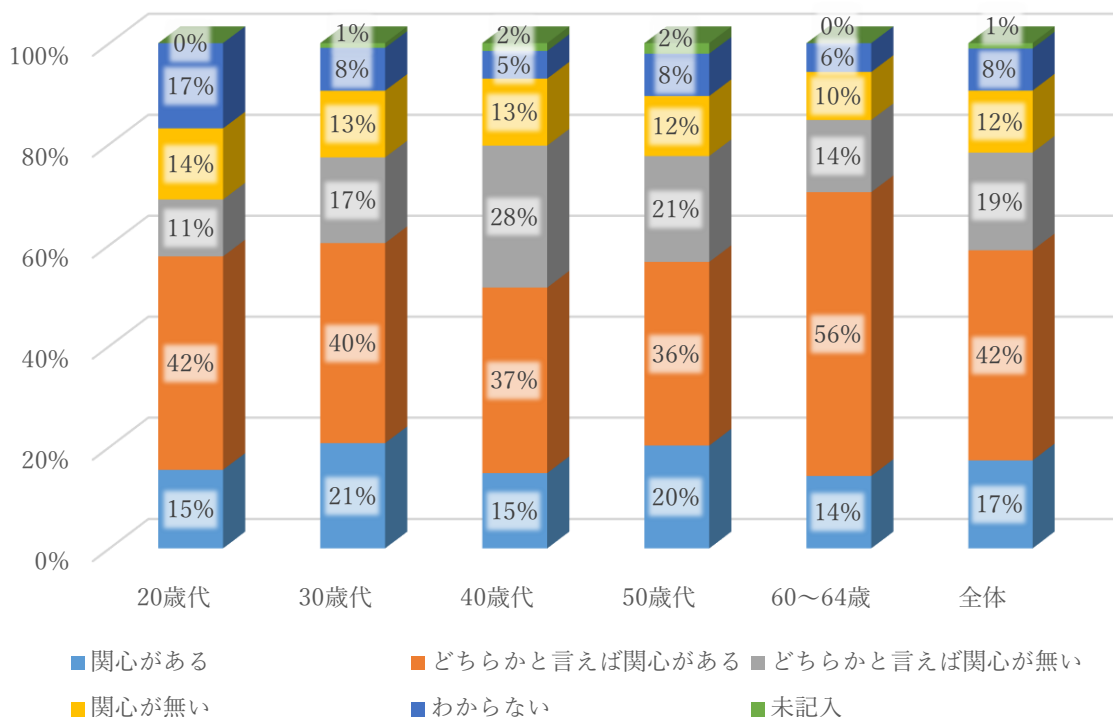
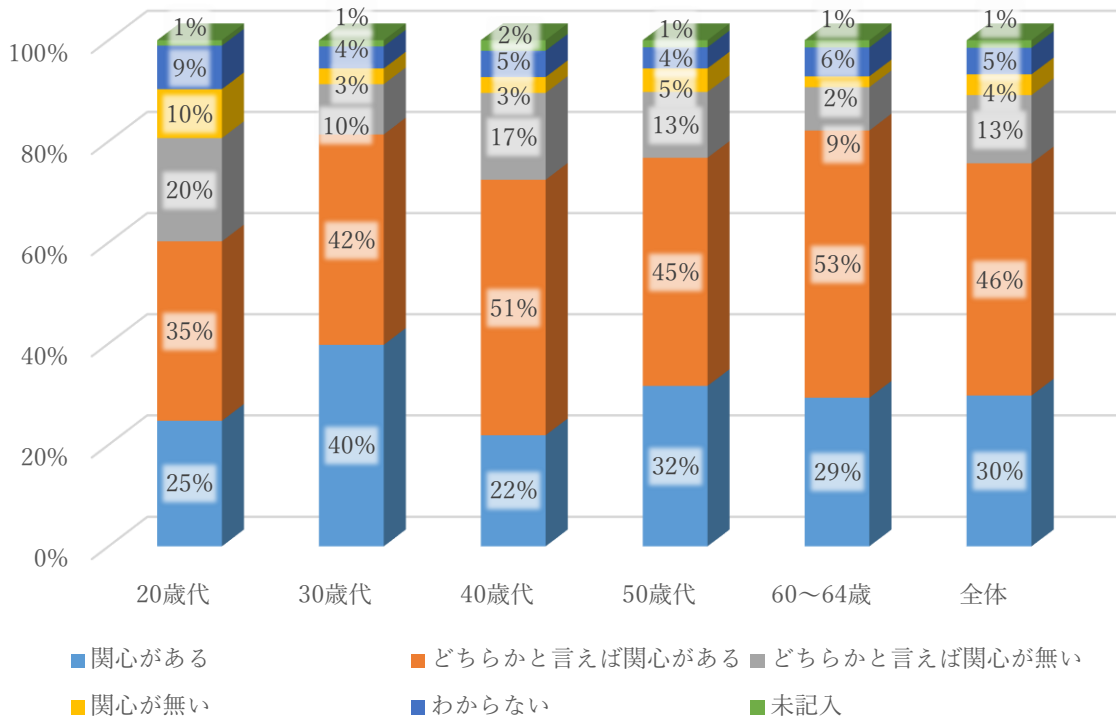


図2：食育への関心（女性N=801）



注) 食育とは、心身の健康の増進と豊かな人間形成のために、食に関する知識や食を選択する力を身につけ、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。

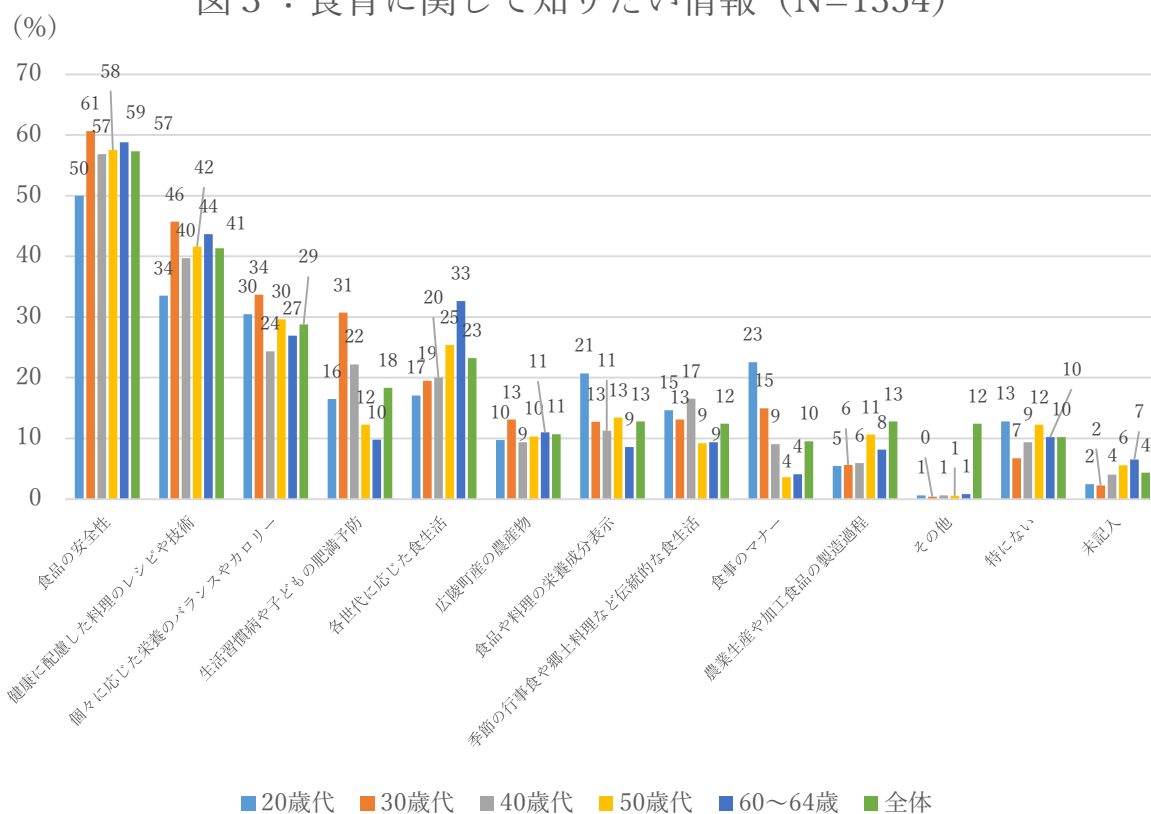
規則正しい食生活や栄養バランスのとれた食事などを実践したり、食を通じたコミュニケーションやマナー、あいさつなどの食に関する基礎を身につけたり、自然の恵みへの感謝や伝統的な食文化などへの理解を深めたりすることを含みます。



食育に関する情報は、20～30歳代はインターネット、40歳代～64歳はテレビ・ラジオから得ている人が多い状況です。

食や食育に関して、知りたい情報は、「食品の安全性」(57.3%)で、どの年代においても多く、次いで「健康に配慮した料理のレシピや技術」(41.4%)「個々に応じた栄養のバランスやカロリー」(28.8%)と続きます。

図3：食育に関して知りたい情報 (N=1354)



食育を推進するために、重点的に取り組む必要がある事柄で、一番多いのが、「安全な食品選択に関する正しい情報の普及・啓発」(28.7%)と「地場産物の給食での利用など地産地消の推進」(28.7%)次いで、「食の楽しみと感謝の心を育むことへの普及・啓発」(25.4%)です。

## ●地産地消

地産地消という言葉を知っている人は、言葉も意味も知っている人が全体で79.8%で、男性の方が女性よりやや多い傾向にあります。



注) 地産地消とは、「地域生産・地域消費」を略した言葉で、地域で生産された様々な生産物や資源（主に農産物や水産物）をその地域で消費するという取組で、以下のような利点があります。また、直売所や加工の取組などを通じて、6次産業化にもつながるものです。

- ・旬の食べ物を新鮮なうちに食べられる。
- ・生産や流通の過程がわかりやすく食料自給率の向上につながる。
- ・生産者と消費者が顔の見える関係を構築でき、消費者は新鮮な農産物などを安心して消費でき、生産者は消費者ニーズに対応した生産が展開できる。
- ・地域の食材を活用して地域の伝統的な食文化の継承につながる
- ・流通コストが削減され、輸送距離を短くして地球温暖化等の環境問題に貢献できる。





## ●食生活と健康

健康な食習慣のために、半年以上継続している取り組みが「ある」人は男性 40%、女性 48%で、取り組みの内容は男女ともに「野菜料理を食べる」が最も多く、男性では、「休肝日をつくる」「3食ご飯を食べる」女性では、「牛乳・乳製品を食べる」「10分以上かける」と続きます。

普段の食生活で薄味にするよういつも心がけている人は男性 21.3%、女性 33.6%でどの年代においても、女性が多いです。「時々心がけている」人も含めると、男性 50.8%、女性 72.9%です。

図4：薄味を心がけているか（男性N=553）

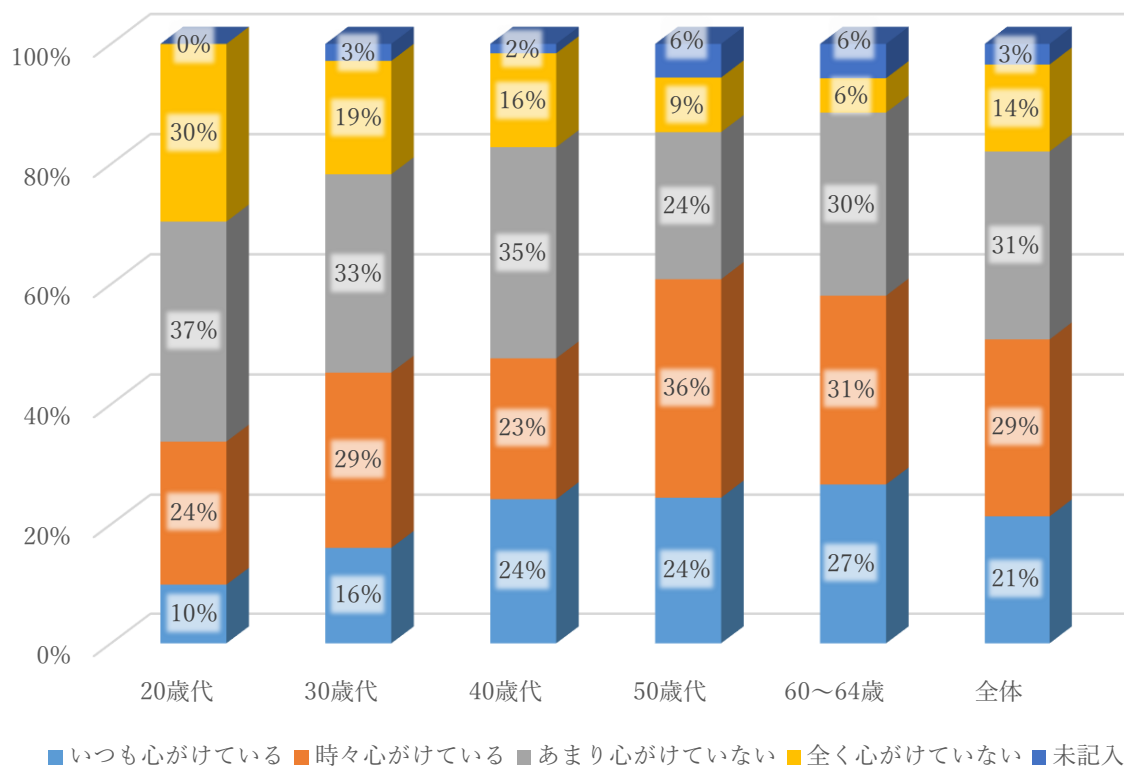
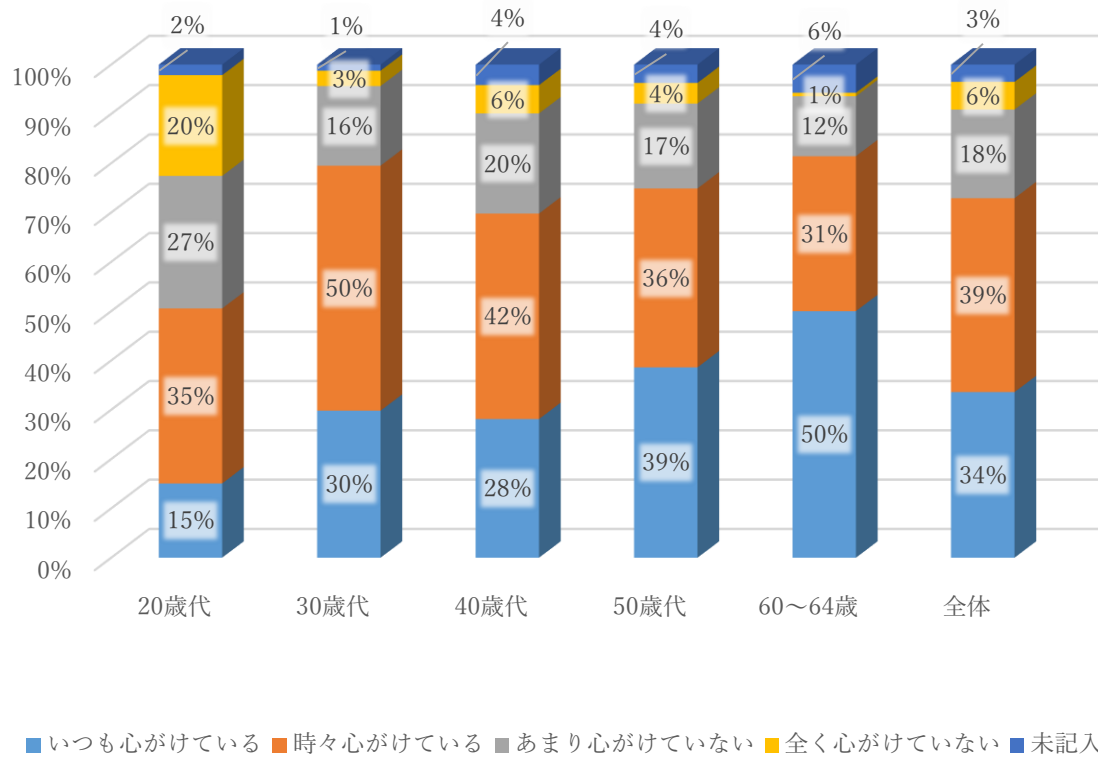


図5：薄味を心がけているか（女性N=801）



### ●朝食の摂取状況

朝食を「ほぼ毎日食べる」人は、男性 75.0%、女性 82.9%です。また、「ほぼ毎日食べない」人は男性 13.0%、女性 5.4%で、若い年代ほど多い傾向にあります。

朝食を食べない理由で一番多いのは、男女とも「起床が遅く時間がないため」が 34.6%、次いで、「食欲がないため」が 31.6%です。

### ●食事のバランス

主食・副菜・主菜を組み合わせた食事が、朝食・昼食・夕食それぞれ週に何回あるかを尋ねたところ、夕食でほぼ毎日食べている人は 63.6%であるのに対し、朝食では、20.8%、昼食では、33.7%です。

普段の食生活で野菜を食べることをいつも心がけている人は、男性 43.9%、女性 63.7%です。

また、野菜料理を何皿食べるかでは、「毎日5皿以上」が6.1%、「毎日3~4皿程度」が50.3%です。

図6：1日に食べる野菜料理（男性N=553）

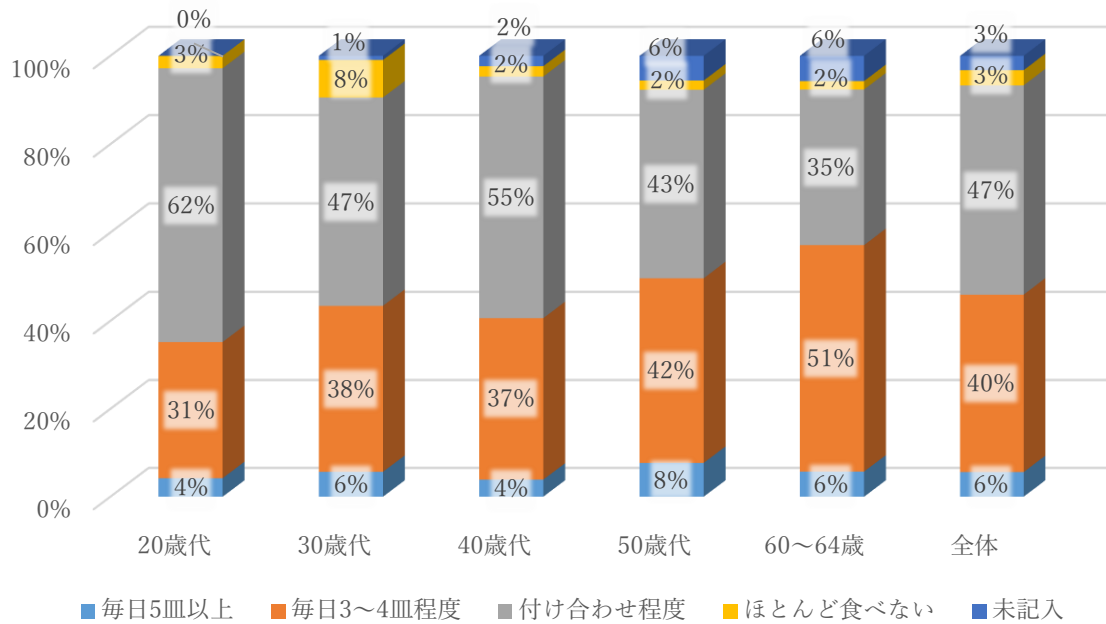
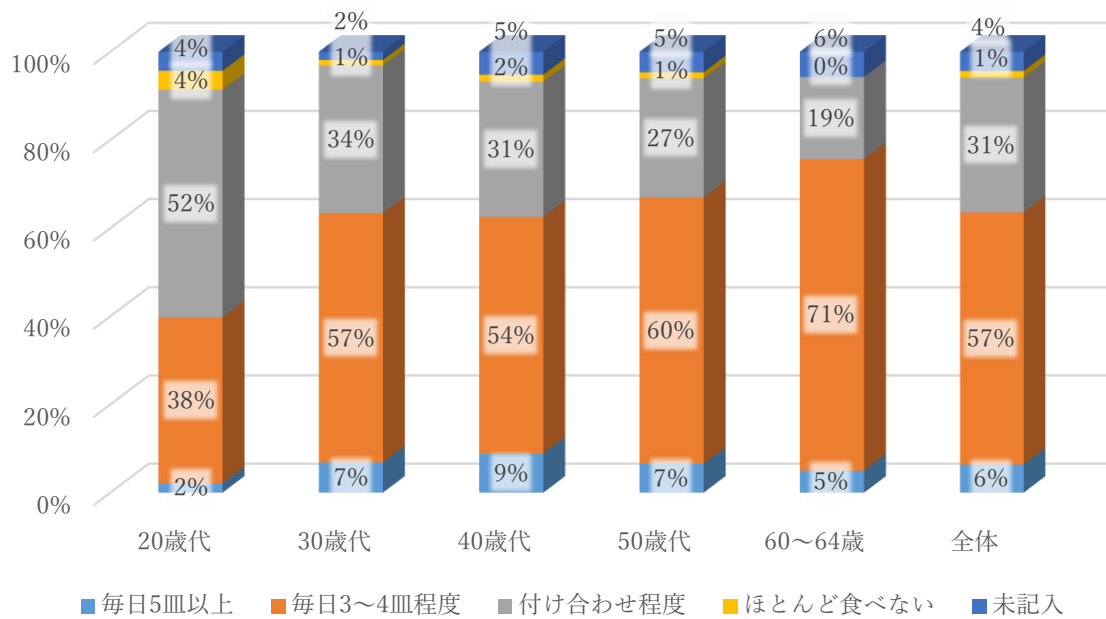


図7：1日に食べる野菜料理（女性N=801）



## 2. 第1次食育推進計画の目標項目の評価

第1次食育推進計画では目標項目を設定し、その達成を目指しながら関係団体・機関が連携・協働して食育の推進を図ってきました。「食育推進会議」に参画する食育関係団体と食育関係担当課で取り組みや進捗状況について報告し、意見を交わして食育を進めてきました。

計画に定めた取り組みの柱ごとの目標達成状況について、最終評価を行いました。

### 【数値目標の判定基準】

|   |                     |
|---|---------------------|
| ○ | 目標が達成できた            |
| △ | 目標が達成できなかったが数値が向上した |
| × | 計画策定時よりも数値が下降した     |
| — | 判定できない              |

## 1) 食でつくろう心と体の健康

### ① 目標値の達成状況

| 評価指標項目                  | 対象      | H26(策定)<br>現状値 | H31<br>実績値        | H31(最終)<br>目標値 | 達成状況 |
|-------------------------|---------|----------------|-------------------|----------------|------|
| う蝕有病者数の割合               | 3歳児     | 29.7%          | 14.5%             | 20%未満          | ○    |
| 平均う歯数                   | 3歳児     | 1.03本          | 0.50本             | 1本未満           | ○    |
| 朝食を食べない、または食べない日が多い人の割合 | 小学生     | 1.8%           | 8.3%              | 0%             | ×    |
|                         | 20歳代男性  | 26.7%          | 20.0%<br>※(44.4%) | 20%            | —    |
|                         | 30歳代男性  | 40.4%          | 0%<br>※(6.3%)     | 30%            |      |
|                         | 20歳代女性  | 27.8%          | 50.0%<br>※(26.8%) | 20%            |      |
|                         | 30歳代女性  | 26.2%          | 19.5%<br>※(16.9%) | 20%            |      |
| BMIがふつうの人の割合            | 特定健診受診者 | 男性 66.2%       | 67.3%             | 70%            | △    |
|                         |         | 女性 71.2%       | 72.2%             | 75%            | △    |

※20歳代30歳代H26の値は若年者健診のデータを使用。当初、健診対象者は国保被保険者のみとしていたが、H26以降は全住民に拡大した。このため、H31の国保被保険者受診者が減少し、対象者数が非常に少なく比較が難しい。上段は国保被保険者の割合。( )内は全体の割合。

### 【平均う歯数】

- ・う蝕有病者数の割合はH26年 29.7%、H29年 14.0%、H31年 14.5%と、改善傾向がみられました。
- ・平均う歯数はH26年 1.03本、H29年 0.42本、H31年 0.50本と、同様に改善傾向にあります。



### 【朝食を食べない、または食べない日の方が多い人の割合】

- ・朝食を食べない、または食べない日の方が多い人の割合は、小学生で増加しました。

(※20歳代 30歳代は若年者健診のデータを使用していたが、当初国保被保険者のみの健診対象者を全住民対象に変更したことにより、国保被保険者の受診者が更に減少したため、対象者数が非常に少ない。( )内は全体の割合)

### 【BMIが普通の人割合】

- ・広陵町における平成30年度の特定健診受診者の中で、BMIがふつうの人の割合は男性で67.3%、女性で72.2%とやや改善しました。

以下、データはありませんが、BMI 25以上の人の割合は、男性29.1%、女性18.0%です。奈良県をみると男性30.3%、女性18.4%であり差は見られませんでした。

同様に、令和元年10月末時点における広陵町の特定健診受診者のBMIの状況を見ると、男性女性を合わせた総数が23.5%であり、奈良県の22.6%を若干上回っています。

## ② 行動目標と取り組み実績

### 行動目標


規則正しい生活リズムを身につけよう。  
主食・副菜・主菜を組み合わせたバランスの良い食生活を実践し  
生活習慣病を予防しよう。



●取組実績

| 項目           | 対象                 | H27～H31 の主な取組内容  |
|--------------|--------------------|--|
| う歯予防         | 乳幼児                | <ul style="list-style-type: none"> <li>・乳幼児健診で歯科相談や歯科診察を実施。むし歯予防パンフレットを配布。間食や食事時間についての指導。</li> <li>・1歳児相談：歯科相談</li> <li>・1歳6か月児健診、3歳6か月児健診：歯科診察・歯科相談</li> </ul>                  |
|              | 保育園・認定こども園・幼稚園     | <ul style="list-style-type: none"> <li>・むし歯予防教室を実施。</li> <li>・3,4,5歳児：う歯についての紙芝居・おやつ指導</li> <li>・4～5歳児のはみがき指導</li> <li>・ハブラシ指導・個別相談を実施。</li> <li>・馬見労務保育園ではフッ化物洗口を実施。</li> </ul> |
|              | 小学校                | <ul style="list-style-type: none"> <li>・5校中4校でう歯予防を目的とした教室を実施。</li> <li>・保健委員等が啓発ポスターや歯磨きの仕方等の放送を実施。</li> </ul>  |
|              | 小学2年生までの子と保護者      | <ul style="list-style-type: none"> <li>・いのちを守るまちづくり体験型イベントで、歯科健診とフッ素塗布を実施。（フッ素塗布は2歳半以上でぶくぶくうがいが出る子）</li> </ul>   |
|              | 中学校                | <ul style="list-style-type: none"> <li>・保健委員がう歯の治療率をグラフ化したものを掲示。</li> <li>・保健だよりを配布し、啓発している。</li> </ul>  |
| 朝食欠食予防       | 乳幼児<br>成人          | <ul style="list-style-type: none"> <li>・健診、相談等で朝食の大切さやバランス良く食べることの大切さを伝える。</li> </ul>  |
|              | 保育園・認定こども園・幼稚園、小学校 | <ul style="list-style-type: none"> <li>・「早寝、早起き、朝ごはん」の推進として横断幕やポスターを作成。</li> <li>・給食だよりやリーフレットを配布。</li> </ul>  |
| 肥満予防         | 事業主                | <ul style="list-style-type: none"> <li>・健康診査を通じた肥満予防の啓発を実施。</li> </ul>   |
|              | 住民                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>・町内医療機関で肥満の指導を実施。</li> <li>・広報に「BMI」についての記事を掲載</li> <li>・健康教室で適正体重についての講義を実施。</li> </ul>  |
| 行動目標に対する推進活動 | 乳幼児                | <ul style="list-style-type: none"> <li>・乳幼児健診や離乳食教室で発育段階に合わせた食事指導、栄養相談を実施。</li> </ul>  |
|              | 小学校                | <ul style="list-style-type: none"> <li>・米飯給食の推進（平成28年度から米飯の割合が増加）</li> </ul>   |
|              | 住民                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>・いのちを守るまちづくり体験型イベントの食育コーナーで食事バランスチェックを実施。</li> <li>・「食でつくろう心と体の健康」をテーマとした食育啓発チラシを作成し、保健事業等で配布。</li> </ul>                                 |

### ③ 今後の課題・取組の方向性

| 課題           | 取組の方向性  |
|--------------|---|
| う歯予防         | <ul style="list-style-type: none"> <li>・乳幼児、認定こども園、保育園、幼稚園、小学校、中学校の取り組みを継続します。</li> <li>・教育機関で保護者を対象としたセミナーや教室の実施を推進します。</li> </ul>   |
| 小学生・若年者の朝食欠食 | <ul style="list-style-type: none"> <li>・小学生、20～30歳代男女に朝食摂取の改善がみられませんでした。このことから、乳幼児健診等の若年者が参加する保健事業や教育機関での取り組みを通して、小学生・若年者へのはたらきかけが必要です。</li> <li>・「早寝・早起き・朝ごはん」を推進し、生活リズムを形成するための取組が必要です。</li> </ul>  |
| 適正体重の維持      | <ul style="list-style-type: none"> <li>・40歳以上のBMIの改善については、目標値までの改善が見られませんでした。</li> <li>また、1日の目標となる量の野菜料理を食べている人は少なく(6.1%)、薄味をいつも心がけている人も少ない(男性21.3%、女性33.6%)ため、薄味や野菜たっぷりの食習慣を身につけることができるように支援が必要です。</li> <li>このことから、健康教室やイベントで、運動習慣の定着とともに、望ましい食生活の普及・啓発を図る必要があります。</li> <li>・若年から食生活に対する意識を高めるために、教育機関から保護者への働きかけが必要です。</li> <li>・高齢者の食生活の特徴と加齢に伴う身体機能の低下から低栄養やフレイルになる可能性が高くなるため、望ましい食生活の普及・啓発を図る必要があります。</li> </ul> <div data-bbox="1070 1391 1358 1682" style="text-align: right;">  </div> |

## 2) 地産地消と安心・安全な食

### ① 目標値の達成状況

| 評価指標項目               | 対象    | H26(策定)<br>現状値 | H31<br>実績値 | H31(最終)<br>目標値 | 達成状況 |
|----------------------|-------|----------------|------------|----------------|------|
| 給食で広陵町産の作物<br>を使う施設数 | 保育園   | 3園             | 6園         | 6園             | ○    |
|                      | 小・中学校 | 5校             | 7校         | 7校             | ○    |
| 農業塾生者数(延)            | —     | 7人             | 27人        | 30人            | △    |
| 新規就農者数(延)            | —     | 0人             | 5人         | 15人            | △    |

#### 【給食で広陵町産の作物を使う施設数】

- ・給食で広陵町産の作物を使う施設数は、保育園で6園です。  
うち保育園3園では地元農家からの食材提供で、おやつとして果物を提供しています。
- ・小・中学校では5校から7校に増加しました。

#### 【農業塾生者数・新規就農者数】

- ・平成26年から「農業塾」を開講し、新規就農者の育成を行っていますが、目標値には達しませんでした。



## ② 行動目標と取組実績

### 行動目標

食卓に地場産農産物を取り入れよう。  
食の体験、農業の体験を通して食と農のつながりを理解しよう。

### ●取組実績

| 項目               | 対象                  | H27～H31 の主な取組内容   |
|------------------|---------------------|---|
| 給食で広陵町産の作物を使う取組  | 保育園・認定こども園・幼稚園、小中学校 | <ul style="list-style-type: none"> <li>施設側が給食に使う広陵町産の食材の仕入れ方法等が分からない状況にあったため、農家との調整など行い、広陵町産の作物を使う施設が増えました。</li> </ul>  |
| 農業塾生者数・新規就農者数の増加 | 農業に興味のある人           | <ul style="list-style-type: none"> <li>平成 26 年に開講した農業塾は、新たに農業に取り組む者の研修の場と、販売できる農作物を生産するための研修・勉強の場として農業の経験の有無にかかわらず入塾し、知識経験を得られています。</li> <li>現在では就農にとどまらず、6 次産業化を見据えて入塾される方もあり、それに対応した講義内容を組み入れています。</li> <li>農業塾の取り組みとしては、町内の直売所「わたしのたからもの」に出品しています。また、修了生は町内各直売所で販売をしています。</li> <li>さらに、平成 31 年 4 月から農業版コワーキング施設を開設したことにより、イチゴ栽培での新規就農者の増加が見込まれます。</li> </ul> |
| 行動目標に対する推進活動     | 小中学校                | <ul style="list-style-type: none"> <li>毎月 19 日は「食育の日」のため、給食に奈良県産の食材を使用。</li> </ul>  |
|                  | 住民                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>広陵町の PR するパンフレットの作成。</li> <li>いのちを守るまちづくり体験型イベントで、広陵町産の米やなすを配布。</li> <li>広報に「わたしの町の野菜自慢」を掲載。</li> <li>「地産地消と安心・安全な食」をテーマとした食育啓発チラシを作成し、広陵町産の野菜を販売している店舗等に設置。</li> <li>なすレシピコンテストを実施。</li> </ul> <p>最優秀作品：いのちを守るまちづくりイベントの食育コーナーで試食として提供。また、小学校給食で提供。<br/>広報「こうりょう」にレシピを掲載。</p> <p>入賞作品：レシピ集を作成し、町内スーパーや直売所に設置。</p>       |



### ③ 今後の課題・取組の方向性

| 課題                        | 取組の方向性   |
|---------------------------|--|
| <p>広陵町産の作物を給食で使う体制の整備</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 広陵町産の作物を使っている施設数は、保育園で6園、小・中学校では7校です。小・中学校と保育園（2園）は広陵町産の「なす」を給食に使用しています。保育園の残りの1園では、給食で使用している食材はほとんどが広陵町産になっています。</li> <li>・ 広陵町産の作物が給食で使われていない施設の課題としては、生産者が給食に提供できる程の量を確保できないということが挙げられます。</li> <li>・ そのため、関係機関（地域振興課、JA、農家、保育園等）が連携して、給食に広陵町産の作物が使用できる体制を維持し、すべての施設で広陵町産の作物を給食に使用することを目指します。</li> <li>・ また、地元の食材を活用したレシピの開発、地元野菜のPRなど店舗や企業などと連携することにより推進していきます。</li> </ul> |
| <p>農業塾生・新規就農者数の増加</p>     | <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 農業塾については、目標値に達成していないことから、さらなる取り組みの検討が必要です。</li> <li>・ 新規就農者については、農業塾と連携し町内就農者を増やす取り組みが必要です。</li> </ul>  |



### 3) 食の楽しみと感謝の心

#### ① 目標値の達成状況

| 評価指標項目                      | 対象             | H26(策定)<br>現状値 | H31<br>実績値 | H31(最終)<br>目標値 | 達成<br>状況 |
|-----------------------------|----------------|----------------|------------|----------------|----------|
| 生産者と接した<br>農業体験を実施<br>する施設数 | 保育園・認定こども園・幼稚園 | —              | 12園        | 12園            | ○        |
|                             | 小中学校           | —              | 5校         | 7校             | —        |

- ・食を大切にする心を育てるためには、食に対する感謝の心を育て、自然や社会環境の中で食べ物の生産から消費に至るまでの『食の循環』を理解し、広陵町産の農作物への関心、理解を深めることが重要です。

生産者と接した農業体験を実施する施設数は保育園・幼稚園で12園、小・中学校で5校です。徐々に、生産者と施設のつながりが広がっています。



## ② 行動目標と取組実績

### 行動目標

食事のあいさつやマナーを身につけよう。  
 家族、友人とともに食事をし、食事を楽しもう。

### ●取組実績

| 項目                     | 対象             | H27～H31 の主な取組内容  |
|------------------------|----------------|--|
| 生産者と接した農業体験を実施する施設数の増加 | 保育園・認定こども園     | なす、さつまいも、いちご、米などの栽培、育った野菜等の調理を実施。  |
|                        | 小学校            | 芋堀り体験やなす畑の収穫、米作り等を実施。  |
| 行動目標に対する推進活動           | 保育園・認定こども園・幼稚園 | 給食だよりに食事マナーや感謝の心についての記事を掲載。  |
|                        | 小学校            | 給食だよりに食事マナーや感謝の心についての記事を掲載。<br>酒屋、和菓子屋の見学を実施。<br>平成 30 年度に行われた「広陵フェス」での「一日農園社長体験」が好評であったことにより、令和元年度においても「こども農業体験」として事業を継続。<br>10 月から 12 月まで 6 回の体験を通じて、野菜の植え付け、収穫、販売体験を実施。 |
|                        | 中学校            | 給食だよりに食事マナーや感謝の心についての記事を掲載。<br>「お弁当をつくる日」を実施。  |
|                        | 住民             | 婦人会で発酵食品（味噌やキムチ）づくりを実施。<br>JAならけんでは、キッズクラブで田植え体験、いちご狩り、さつまいも堀りを実施。<br>食育啓発チラシを作成し、イベントや保健事業等で配布。   |



### ③ 今後の課題・取組の方向性

| 課題                        | 取組の方向性   |
|---------------------------|--|
| 保育園・認定こども園・幼稚園、小中学校での農業体験 | <ul style="list-style-type: none"> <li>・保育園・幼稚園・認定こども園、小学校では生産者と接した農業体験の実施が定着しています。</li> <li>・中学校においても自分で弁当を作る「弁当の日」の取り組みや生産者からの学び（講義、農業体験など）の活動を通して、食への関心や知識を深める機会をつくります。</li> <li>・今後も、継続して効果的な方法を検討していきます。</li> </ul>   |
| 施設以外での農業体験                | <ul style="list-style-type: none"> <li>・地域の農業体験について情報提供を積極的に行い、家庭や地域の中で農業体験ができる機会が増えることを目指します。</li> </ul>  |
| 食品ロス削減の取り組み               | <ul style="list-style-type: none"> <li>・日本の食料自給率は約4割で、残りは海外からの輸入に頼っています。日本では、年間2,759万トンの食品が廃棄されており、うち643万トンが食品ロスにあたります。これは、国民全員がお茶碗1杯分のご飯を毎日無駄にする量に相当します。</li> <li>・食品ロスの問題は、これからの社会をかたち作る子どもたちへの継続的な食育によって、10年後20年後の未来が変わるよう、今から取り組む必要があります。</li> <li>・広陵町では、平成30年度からフードバンクの取り組みを行っていますが、まだまだ周知できていない状況にあります。</li> <li>・町民の関心の高まりと社会情勢を考慮して、食の循環や環境を意識した食育を推進していきます。</li> </ul> |



## 1. 第1次食育推進計画の最終評価を踏まえた重点課題

### ① 若い世代・子育て世代への食育推進の強化

子どもの望ましい食習慣の定着や食への関心を高めるために特に若い世代の食育力を強化する必要があります。

同時に、保育園、認定こども園、幼稚園、小中学校での食育活動を家庭につなげる取り組みをさらに充実させます。

### ② 健康課題解決に向けた食育の推進

若い世代で朝食を食べることが規則正しい食生活の実践につながることであると認識してもらう必要があります。また、1日の目標となる量の野菜を食べている人は少なく、薄味を心がけている人も少ないため、薄味や野菜たっぷりの食習慣を身につけることができるよう支援し、適正体重を維持する食事量を知ってもらうことで、肥満、食生活の乱れを改善することが必要です。

### ③ 地産地消の意識の定着と地元野菜への理解を深める取り組みの推進

地産地消の意識を定着させ、地域の農作物への理解を深めるための取り組みを推進していきます。

広陵町産の作物を給食で使うには、十分提供できる量の生産体制ができていないことから、奈良県産の食材に拡大して推進していきます。

農家と施設、地域との関係をつくるための体制を整えます。

### ④ 食育を通じたネットワークの拡充

各世代を通じて食育への関心を高め、庁内食育関係各課及び関係団体とのネットワークづくりを拡充し、食育に関する様々な団体との協働を推進していきます。

## 第3章 計画の基本的な考え方

### 1. 基本理念

「食」は、個々の健康の維持・増進という“目的”と同時に、コミュニケーションの“手段”という側面をもっており、町民や地域の精神的・社会的な豊かさを高める有効な媒体となり得るものです。それを踏まえ、私たちが目指すべき健康づくりのあるべき姿として、この計画の基本理念を「**食を通して家族や地域が繋がり、健康な心身をつくる**」としました。また町では季節ごとに様々な作物ができ、身近に食と農の結びつきを感じることができることから、スローガンを「**～みどり豊かな恵みに感謝し、みんなで、楽しく生き生き食育～**」とし、食と農と健康を結びつけた総合的な食育を推進していきます。

**食を通して家族や地域が繋がり、健康な心身をつくる**

**～みどり豊かな恵みに感謝し、みんなで、楽しく生き生き食育～**

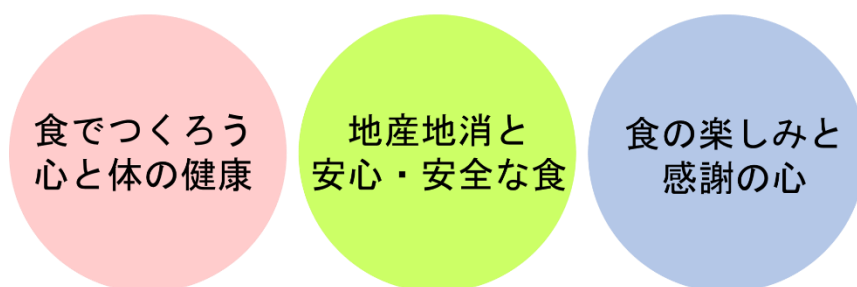


## 2. 3つの重点目標

食育推進のため、まず第1次計画に基づいた過去5年間の取り組みを振り返り、さらに町民への食育に関するアンケート調査を実施し、課題を整理しました。第1次計画では解決できなかった課題があることから、第1次計画に引き続き3つの重点目標をたて、継続して推進します。

広陵町における食の現状と課題を踏まえ、食育を推進していくための重点目標に対し、行政をはじめ、家庭、保育園・認定こども園・幼稚園、学校、地域、事業者、団体など様々な関係機関が協働し、食育を推進します。

### 3つの重点目標



#### 【食でつくろう心と体の健康】

子どものうちから、発達や発育に合わせた食事をとることで健やかな心身を育むと同時に、生涯にわたる健康の礎となる食習慣を確立します。

#### 【地産地消と安心・安全な食】

町民が地元でとれる農産物や食品が作られる過程や方法等を知り、食べることへの感謝の気持ちを養い深めます。

#### 【食の楽しみと感謝の心】

食事のあいさつや食事マナーを身につけることで、社会のルールや人に対する感謝と思いやりの心を養います。また、生産者と接することで、作物を育てることの大変さや収穫の喜びから食べ物を無駄にしない心、食に感謝する心を育みます。

### 3. ライフステージごとの目指す姿

|                          |  |
|--------------------------|--|
| <p>乳幼児期<br/>(0～6 歳)</p>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・規則正しい生活リズムを身につける。</li> <li>・様々な食べ物を味わうことにより、味覚の基礎を養う。</li> <li>・楽しい食の経験を通して、食べ物への関心を引き出す。</li> <li>・食べ物をゆっくりよく噛んで食べる。</li> <li>・歯みがき習慣を身につける。</li> </ul>   |
| <p>少年期<br/>(7～18 歳)</p>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・「早寝・早起き・朝ごはん」を実践する。</li> <li>・主食・副菜・主菜を組み合わせた、バランスの良い食事を<br/>する。</li> <li>・家族や友人との食事、学校給食などを通して食事のマナーを<br/>身につける。</li> <li>・農作物の栽培や収穫、調理の経験を通して、食に関心を持つ。</li> <li>・食べ物をゆっくりよく噛んで食べる。</li> <li>・食べ物を大切に、残さず食べる。</li> <li>・食後の歯みがき習慣を身につける。</li> <li>・食育月間、食育の日を知る。</li> </ul>   |
| <p>青年期<br/>(19～39 歳)</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・食への関心を高め、食生活が自分の健康に与える影響を知<br/>る。</li> <li>・家族や仲間と一緒に食事をする。</li> <li>・体に必要な食べ物を理解し、主食・副菜・主菜を組み合わ<br/>せた、バランスの良い食事を<br/>する。</li> <li>・農作物の栽培や収穫など、自然とふれあう機会を持つ。</li> <li>・旬の食材や地域の食材に関心を持つ。</li> <li>・食育月間、食育の日を知り、自分ができる食育活動を実践す<br/>る。</li> <li>・食べ過ぎを防ぐため、ゆっくりよく噛んで食べる。</li> <li>・食後の歯みがきを実施する。</li> <li>・買物時に「買いすぎない」、料理を作る際「作りすぎない」、<br/>外食時に「注文しすぎない」、そして「食べきる」ことを意<br/>識する。</li> </ul> |

|                          |   |
|--------------------------|---|
| <p>壮年期<br/>(40～64 歳)</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 食への関心を高め、食生活が自分の健康に与える影響を知る。</li> <li>・ 家族や仲間と一緒に食事をする。</li> <li>・ 農作物の栽培や収穫など、自然とふれあう機会を持つ。</li> <li>・ 旬の食材や地域の食材に関心を持つ。</li> <li>・ 食の知識を子どもや孫、地域に伝える。</li> <li>・ 食品を無駄にしないことなど、環境を考えた食生活を心掛ける。</li> <li>・ 農作物直売所の利用など、地域の食材を食生活に取り入れる。</li> <li>・ 体に必要な食べ物を理解し、主食・副菜・主菜を組み合わせたバランスの良い食事をとる。</li> <li>・ 食後は、歯みがきなどで歯と口腔のケアをする。</li> </ul> |
| <p>高齢期<br/>(65 歳以上)</p>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 望ましい食生活を維持し、健康管理に努める。</li> <li>・ 家庭食や行事食、地場産物等について次世代に伝える。</li> <li>・ 低栄養から要介護状態になることを予防するためにバランスの良い食生活を実行する。</li> <li>・ むせや誤嚥（誤嚥性肺炎）を予防するために、よく噛んで食べる。</li> <li>・ 口腔ケアの必要性を理解し、歯と口腔のケアを実践する。</li> </ul>   |



## 第4章 取り組みの方向性と展開

### (具体的な取り組みについて)

#### 1. 食でつくろう心と体の健康

##### 〈現状・課題〉

##### (1) 歯・口腔

- ・よく噛んで食べる習慣がついていない子どもが多く見られます。
- ・健康と密接な関係にある歯と口腔の健康は、食事を摂り、体の機能を維持することのみでなく、食べる楽しみや人と会話するなど、社会生活を豊かにし、生活の質を保つために不可欠であると考えられています。乳幼児期から生涯を通じてのライフステージに応じた歯と口の健康づくりへの取り組みが必要です。

##### (2) 食生活

- ・小学生の朝食欠食率が増加しています。
- ・家庭での生活習慣の変化がみられます。(規則正しい食生活の乱れ、孤食、食の重要性や食の知識が不足)
- ・世帯構造の変化から、高齢者になると独居もしくは高齢者世帯、日中独居になり、同じものばかり食べる、食事回数が減る、食事への関心が薄れるなどの特徴が見受けられます。

##### (3) 生活習慣病予防・介護予防

- ・適正体重を維持できていません。
- ・若年者健康診査の結果、生活習慣病予備群が多く見受けられ、食生活の乱れが懸念されます。
- ・生活習慣病予防及び改善が必要です。
- ・加齢に伴い外出する機会が減り、運動不足による食欲低下や食事量の減少などに繋がります。
- ・高齢者の食生活の特徴と加齢に伴う身体機能の低下から低栄養や誤嚥性肺炎などになり要介護状態になる可能性が高くなります。

##### (4) アンケート結果からみた「外食、減塩意識」

- ・男性で外食の回数が平日1日2回以上、又は1回以上と答えた人は、50～64歳に多く20%以上です。しかし、この年代に薄味を心がけているかどうかをたずねたところ、いつも心がけている、時々心がけている人が他の年代より多い特徴がありました。男性は年齢を重ねるほど、薄味を心がける人が多くなる傾向にあります。

女性で外食の回数が平日1日2回以上、又は1回以上と答えたのは、20歳代に多く19%です。薄味を心がけている人は他の年代より少ない状況です。

## 〈取り組みの方向〉

- ① 年齢発達段階に応じた食育をさらに推進し、食育への関心を高め、食育の実践を目指します。
- ② 生活リズムの形成と、望ましい食習慣の習得を目指します。
- ③ 歯と口腔の健康づくりを推進します。
- ④ 健康長寿に向けた高齢期の食の健康を推進します。
- ⑤ 食を通じたネットワークづくりを拡充します。

### 【乳幼児期】

- ・ 妊娠期から健康管理や適切な食生活が営めるようにします。
- ・ 野菜が苦手な子どもへのアプローチを強化します。
- ・ よく噛んで食べることの大切さを周知していきます。
- ・ 食を中心にした早寝早起きの生活リズムの確立や咀嚼など口腔機能の発達を促します。



### 【少年期】

- ・ 保護者や子どもに正しい食生活の重要性やバランスのとれた食事等について情報を提供し、家庭で実践できるようにします。
- ・ 肥満・痩身傾向、偏食、食物アレルギー等、食に関する個別的な対応や相談支援が必要な子どもに対して、関係機関が連携し細やかな対応を行います。
- ・ 朝食の重要性や正しい食習慣について、引き続き正しい知識の普及に取り組みます。
- ・ 生活リズムを整え、早寝早起きを習慣にして、朝食の欠食をなくしていきます。

### 【青年期】

- ・健康的な食習慣を知り、家族で実践できるようにします。
- ・健康診査を受け、生活習慣病予防に努めます。
- ・健診後の支援の充実を図ります。
- ・1日野菜 350g（小鉢5皿程度）摂取を推進します。



### 【壮年期】

- ・食育に関する効果的な情報提供をします。
- ・食育月間、食育の日等の普及啓発と取り組みの充実を図ります。
- ・関係団体や食育の推進にかかわる人と連携、協力した食育を推進します。
- ・食を通じた健康づくりを実践できるようにします。
- ・健診後の支援を充実します。
- ・メタボリックシンドロームや生活習慣病を予防する観点からも、適正体重を維持するための取り組みを推進します。

### 【高齢期】

- ・地域ぐるみの自主的な健康づくり活動を通して正しい知識の普及に努めます。
- ・次世代と交流できる場づくりと高齢者の役割づくりを推進します。
- ・低栄養やフレイル予防のための食生活に関する知識の普及啓発を図ります。
- ・口腔ケアに関する知識の普及啓発を図ります。



## 〈目標実現に向けた取り組み〉

|                         | 食でつくろう心と体の健康   |
|-------------------------|--|
| 家庭<br>(保護者などに期待される取り組み) | <ul style="list-style-type: none"> <li>・朝食を食べる習慣を身につける。</li> <li>・食欲がない、時間がないという人は、バナナ1本、ヨーグルト1個からでも朝食を食べる習慣を身につける。</li> <li>・乳幼児期から早寝、早起きの習慣を身につける。</li> <li>・1日3回の食事をきちんととり、おやつは内容、量、時間を決めて、食べる時間や量に配慮する。</li> <li>・食べ過ぎ、むせや誤えんを防ぐために、ゆっくりよく噛んで食べる。</li> <li>・野菜料理をプラス1品加えたり、外食時に意識して野菜料理を選ぶ。</li> <li>・主食・副菜・主菜を組み合わせたバランスの良い食生活を実践する</li> <li>・薄味を心がけ、素材の味がわかるような味覚を育む。</li> <li>・日常生活の中で体を動かす機会を増やす。</li> </ul> |
| 園や学校                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>・試食会や食育講座等を通じて、子どもの健全な成長段階に応じた食について、保護者とともに考える機会をつくり、家庭との連携に取り組む。</li> <li>・食育の年間計画を立て、食育を推進する。</li> <li>・給食だより等で、保護者や子どもに正しい食生活の重要性やバランスのとれた食事等について情報を提供する。</li> <li>・肥満・痩身傾向、偏食、食物アレルギー等、食に関する個別的な対応や相談支援が必要な子どもに対して、関係機関が連携し、細やかな対応を行う。</li> <li>・給食サンプルの展示などで、バランスのとれた食事の啓発をする。</li> </ul>  |
| 地域                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>・介護予防のためのサロンや通いの場などで健康教室を実施し、栄養バランスのとれた食事、野菜を取り入れた食事などについて情報交換する。</li> <li>・子どもから高齢者まで、「早寝・早起き・朝ごはん」の大切さについて考え、学ぶ場を増やす。</li> </ul>  |
| 生産者・事業者                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>・健康診査を通じて肥満予防の啓発を実施する。</li> <li>・「やさしおベジ増しプロジェクト」として野菜摂取、減塩等、健康的な食生活を推進する。</li> </ul>   |



|   |  |
|---|--|
| 町 | <ul style="list-style-type: none"> <li>・「早寝・早起き・朝ごはん」を20代30代を中心に取り組みを進める。</li> <li>・主食・副菜・主菜を組み合わせたバランスの良い食生活の普及・啓発をする。</li> <li>・生涯を通じた口腔ケアについての知識の普及啓発と実践の推奨をする。</li> <li>・乳幼児健診や離乳食教室で発育段階に応じた栄養相談や栄養バランスの良いおすすめ献立の実演やアレンジなどを紹介し、具体的にわかりやすく支援する。</li> <li>・町が共働で取り組む介護予防や健康づくりの自主活動グループやリーダーの育成、支援を通じ、地域での食育を促進する。</li> <li>・調理時間を短縮するアイデアやお手軽バランス朝食レシピなどを活用し、朝食を食べるための取組や工夫を推進する。</li> <li>・生活習慣病予防及び改善につながる取組を推進する。</li> <li>・適正体重を維持するための取組を推進する。</li> <li>・高齢者の食生活支援を充実する。</li> <li>・「やさしおベジ増しプロジェクト」で飲食店や小売業、直売所等と連携し、啓発に取り組む。</li> <li>・野菜を取り入れた食事メニューレシピを事業者、店舗などと連携して提供する。</li> </ul> |
|---|--|

注)「やさしおベジ増しプロジェクト」とは、奈良県とスーパーマーケット等が協働し、中食(そう菜や弁当等)の減塩や野菜の増量に取り組むことです。





## 〈目標と評価指標〉

| 重点目標        | 項目                             | 対象                   | 現状値<br>(令和元年)            | 目標値<br>(令和6年)        |
|-------------|--------------------------------|----------------------|--------------------------|----------------------|
| 食でつくる心と体の健康 | 食育に「関心がある」「どちらかといえば関心がある」人の割合  | アンケート                | 男性 59.0%<br>女性 75.6%     | 男性 75.0%<br>女性 90%以上 |
|             | 朝食を欠食する人の割合                    | 小中学生                 | 8.4%                     | 0%                   |
|             |                                | 20歳代                 | 36.0%                    | 20.0%以下              |
|             | 時間をかけてよく噛んで食べる人の割合             | アンケート                | 17.7%                    | 19.5%                |
|             | 肥満者（BMI 25以上）の割合               | 特定健診受診者<br>※KDB参考    | 男性 29.1%<br>女性 18.0%     | 男性 26.0%<br>女性 14.0% |
|             | 1日に野菜5皿以上食べる人の割合               | アンケート                | 6.1%                     | 6.7%                 |
|             | 低栄養傾向（BMI 20以下）の後期高齢者の割合の増加の抑制 | 健康診査受診者              | 20.1%<br>※後期健康診査システムから抽出 | 21.2%                |
| 薄味を心がける人の割合 | アンケート                          | 男性 50.8%<br>女性 72.9% | 男性 68.5%<br>女性 85.0%     |                      |



## 2. 地産地消と安心・安全な食

### 〈現状と課題〉

#### (1) 給食

- ・ 町内全ての小中学校で広陵町産の作物を給食に取り入れています。
- ・ 広陵町産の作物が給食で使われていない施設の課題としては、施設側が給食に使う広陵町産の食材の仕入れ方法等が分からないことと、作り手が給食に提供できる程の量を確保できないということが挙げられます。

#### (2) 就農者・農家等

- ・ 農業塾については、目標値に達成していないことから、さらなる取組の検討が必要です。
- ・ 新規就農者については、農業塾と連携し町内就農者を増やす取組が必要です。

#### (3) アンケート結果からみた「食育について知りたい情報」

- ・ 食育に関して知りたい情報、食育を推進するために重点的に取組む必要があることとして、「食品の安全性」「安全な食品選択」という意見が多くありました。食の安全性に関する正しい知識をもち、実践するための情報発信が必要です。

### 〈取り組みの方向〉

- ① 保育園、認定こども園、幼稚園、小学校、中学校、地域、保護者の連携を強化します。
- ② 食を通じた交流の場づくりを推進します。
- ③ 食に関する正しい知識の習得から、食の安全安心を確保します。
- ④ 農を身近に感じる食育を推進します。

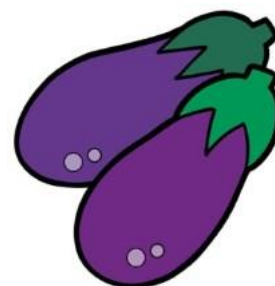
### 【乳幼児期】

- ・畑や田んぼ、ビニールハウスなどは町内に身近にある環境です。食を支える産業である農業を植え付けから収穫までの農作物を育て、調理して食べるなどの体験する機会を作ります。これらの体験を通じて農業の現場での様々な苦勞を知ることや、感謝の気持ち、豊かな想像力を育む機会を地域の協力を得ながら継続します。



### 【少年期】

- ・安全で新鮮な地場産物を学校給食に取り入れることで、地域の産業への理解を深めるとともに、地場産物の消費拡大へとつなげていきます。これらを意識し、給食における広陵町産、奈良県産の食材の使用割合の増加を目指します。



### 【青年期・壮年期・老年期】

- ・地産地消に向けた取組、農作物直売所等の利用を推進します。
- ・農作物の栽培や収穫をはじめとした自然とふれあう機会をつくることで、地域の農作物や直売所など関心を持つ人の増加を目指します。
- ・食品の安全安心に関する情報提供と、情報を得やすい環境を整備します。
- ・農の6次産業化により安全安心な地元農産物を使った加工品やレシピの開発を推進します。
- ・災害時に備え、非常用食料などの備蓄に関心を持ち、対応できることを目指します。

## 〈目標実現に向けた取り組み〉

|                         | 地産地消と安心・安全な食  |
|-------------------------|---|
| 家庭<br>(保護者などに期待される取り組み) | <ul style="list-style-type: none"> <li>・地域のスーパーや直売所、田畑などに興味を持ち、地元の食材について理解を深める。</li> <li>・食卓に地場産食材を取り入れ、家庭で話題にしたり、味わう。</li> <li>・農業体験に参加し、広陵町でとれる食材について学ぶ。</li> <li>・食に関する正しい情報を理解する。</li> <li>・食品表示の見方や食中毒予防についての知識を学ぶ。</li> <li>・調理前や食事前に手洗いの習慣を身につける。</li> <li>・災害などに備え、1人3日分程度の水や食料を確保する。</li> </ul>                                  |
| 園や学校                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>・身近に採れる地場産農産物を生きた教材として、積極的に給食に使用する。(広陵町産のみにとらわれず、奈良県産も使用する。)</li> <li>・地場産食材の生産者との交流を通して情報収集をすることで、地域の自然や文化、農業について理解を深める。</li> <li>・給食だより等に、給食で利用している食材の情報を掲載し、保護者への普及啓発を図る。</li> <li>・食品表示の見方や食中毒予防についての知識を学ぶ。</li> <li>・食事の準備から後片付けまで衛生管理に気を配り、食中毒を予防する。</li> <li>・学校給食の食中毒予防対策を徹底する。</li> </ul> |
| 地域                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>・サロンや集いの場で、地元野菜を使った料理を紹介するなど地場産農作物に興味をもてるメニューを組み込む。</li> <li>・地場産農作物が購入できる場所の情報交換を行う。</li> <li>・消費者と生産者が「顔が見え、話ができる」関係をつくるための「交流活動」を行う。</li> <li>・介護施設、助産院などで地場農産物を取り入れる。</li> <li>・災害時の非常用食料について地域、家庭で備蓄するものについて、話し合い対応する。</li> </ul>   |
| 生産者・事業者                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>・農業体験、イベント等を実施し、生産者と消費者の交流を促進する。(関係機関)</li> <li>・食中毒予防、食の安全の知識の普及をする。</li> <li>・直売所では地産地消の推進、店舗、商品開発など地場産物を意識した取り組みを推進する。</li> <li>・町産野菜の知名度を上げ、消費喚起につなげるため、飲食店に「なす」や町産野菜を使ったメニューを提供する。</li> </ul>   |

|   |   |
|---|---|
| 町 | <ul style="list-style-type: none"> <li>・「生産者」と「消費者」を結ぶ仕組みと「安心・安全」という信頼関係づくりを構築する。</li> <li>・食に関する様々な情報が氾濫する中で、食中毒の三原則や、食の安全性に関する正しい知識を持ち、実践することの普及・啓発を行う。</li> <li>・食中毒予防街頭キャンペーンの実施や、ポスターの掲示、広報、ホームページ等で情報発信を行う。</li> <li>・地場産農作物を使用したメニューレシピや直売所等の情報を提供する。</li> <li>・学校給食における地場農産物の利用拡大に向け、地域関係者の協力を得ながら食材の安定的な供給体制を構築する。</li> <li>・広陵町でとれる農産物、購入できる場所などを広報やホームページ上で紹介する。</li> <li>・地元の食材を使ったバランスの良い食生活の実践を啓発する。</li> </ul> |
|---|---|

### 〈目標と評価指標〉

| 重点目標         | 項目                        | 対象    | 現状値<br>(令和元年) | 目標値<br>(令和6年) |
|--------------|---------------------------|-------|---------------|---------------|
| 地産地消と安心・安全な食 | 学校給食で地場産物を活用している割合        | 小中学校  | 22.6%         | 26.9%         |
|              | 農業塾生者数の増加                 | —     | 27人           | 35人           |
|              | 新規就農者数（延べ）の増加             | —     | 5人            | 15人           |
|              | 広陵町産農産物を意識して購入している人の割合の増加 | アンケート | 27.4%         | 45.0%         |

### 3. 食の楽しみと感謝の心

#### 〈現状と課題〉

##### (1) 中学生への取組

小学校では農業体験等を実施していますが、中学校では実施ができていません。中学校において授業カリキュラムの中でどのように食に関する活動を取り組むかが課題です。

##### (2) 食品ロスの削減

町では、平成 30 年度からゴミ減量フェアの開催にあわせて、フードドライブを行っています。1 年目に比べ、2 年目の開催時は、品物が集まりました。

食べ残しや手つかず食品の増加をはじめとする環境問題が課題のひとつとなっています。一人ひとりが食を通じて環境問題への関心と理解を深め、環境に配慮した食育を実践することが重要です。 unnecessary食品を買わない、調理を工夫して食べられるところを廃棄しないなど、意識を変えることで大きく減らすことができます。今後、環境に配慮した食生活を実践することについて普及・啓発を行うとともに、環境にやさしい農業を推進する必要があります。

#### 〈取り組みの方向〉

- ① 体験活動による「農」への理解を推進します。
- ② 食品ロスの削減に向けた取り組み、環境に配慮した食育を推進します。
- ③ 楽しい食卓、環境づくりから共食を推進します。

#### 【乳幼児期】

- ・毎月 19 日は家族団らんの日をポスターや給食だより等で保護者に周知し、共食がもたらす良い効果や大切さを伝えます。

#### 【少年期】

- ・子どもの頃からの食事のあいさつやマナー等を含めた正しい食習慣の定着に取り組みます。
- ・給食や調理実習を通じて、食への関心を高め、基本的な調理技術を身につけられることを目指します。
- ・生産者と接する農業体験や食に関する活動を通じて、食べ物を無駄にしない心、食に感謝する心を育てます。
- ・家族や友達と一緒に食べることを楽しみ、心の豊かさを培います。

【青年期・壮年期・高齢期】

- ・「もったいない」意識から、食品ロスの削減や環境を考えた食生活を推進します。
- ・農業体験の少ない地域と農家との交流、生産者と消費者の交流を促進します。
- ・購入する食べ物の選択、食材の使用、食べきれる量の把握など食品ロス削減のための情報を得る機会を増やします。
- ・身近な所から環境に配慮した食生活を実践することができるようにする。

〈目標実現に向けた取り組み〉

|                         | 食の楽しみと感謝の心  |
|-------------------------|---|
| 家庭<br>(保護者などに期待される取り組み) | <ul style="list-style-type: none"> <li>・「いただきます」「ごちそうさま」の食事のあいさつを家族みんなでする。</li> <li>・箸の持ち方、スプーンの持ち方等を教える。</li> <li>・「おいしいね」と話しながら食事をする。</li> <li>・親子で料理をする等、子どもが食材に触れる機会を増やす。</li> <li>・食事の楽しさを味わい、食文化や食事マナーを身につけ、次世代に伝える。</li> <li>・一人ひとりが、食品ロスの現状やその削減の必要性について認識を深める。</li> <li>・食品ロス削減のために、買いすぎ、作りすぎに注意し、食べ残しのない適量を心がける。</li> <li>・地域の行事や世代間交流を通じ、地域の食文化を学ぶ。</li> </ul> |
| 園や学校                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>・給食を学びの場として、栄養バランスのとれた食事や、食事のあいさつ、マナー等について理解を深める。</li> <li>・農業体験等を通じて食に関する活動に取り組み、一人一人が食を通じて環境問題への関心と理解を深め、環境に配慮した食育を実践することで、不要な物は買わない、調理を工夫して食べられるところを廃棄しないなど、食に感謝する心を育てる。</li> <li>・給食を友達と一緒に食べることを楽しむ。</li> <li>・給食参観や栄養教諭、専門知識を持つ外部講師との連携、協力で生徒、保護者への普及啓発をする。</li> </ul>   |
| 地域                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>・男性の料理講習会や親子クッキング等の公民館活動や自主活動を通して、食への興味を深める。</li> <li>・専門知識を活かし、外部講師として参画し、食を通じて世代間や他の地域と交流する。</li> <li>・介護予防のためのサロンや通いの場などで誰かと共食する機会を増やす。</li> <li>・防災備蓄食品の入れ替えに際し、有効活用する。</li> </ul>   |

|         |   |
|---------|---|
| 生産者・事業者 | <ul style="list-style-type: none"> <li>・町内の飲食店と生産者が連携して「広陵町産農産物」ふんだんに使った郷土料理、だれもがおいしく食べられるメニューや開発したレシピ等の提供により、郷土料理を次の世代に伝え、地域や食に関する町民意識の向上に取り組む。</li> </ul>   |
| 町       | <ul style="list-style-type: none"> <li>・家庭、学校、地域と連携して、家族揃って食卓を囲めるよう、早めの帰宅を促すなど、毎月19日の食育の日を「家族団らんの日」とし、普及・啓発をする。</li> <li>・町民が農業に関する体験活動を経験し、農業についての知識や理解を深め、食生活が事前の恩恵の上に成り立っていることや食に関わる人々の様々な活動によって支えられている事について理解を深める。</li> <li>・食事の楽しさや食事マナーの習得に向けた支援をする。</li> <li>・賞味期限が近い防災備蓄食品を啓発や試食品として参加者に配布するなど、有効活用する。</li> </ul> |

### 〈目標と評価指標〉

| 重点目標       | 項目                        | 対象 | 現状値<br>(令和元年) | 目標値<br>(令和6年) |
|------------|---------------------------|----|---------------|---------------|
| 食の楽しみと感謝の心 | 農業体験を経験した人の増加             | 成人 | 未把握           | 40.0%以上       |
|            | 食品ロスという言葉を知っている人の割合       | 成人 | 未把握           | 80.0%以上       |
|            | 食品ロス削減のために何らかの行動をしている人の増加 | 成人 | 未把握           | 80.0%以上       |



## 第5章 今後の推進体制と関係者の役割

### 1. 計画の目標値と評価

計画を着実に推進するため、令和6年（2024年）までの目標値を設定し、取り組み内容を点検、評価します。

評価と次期計画にあたり令和5年度にアンケートを実施します。

また、令和4年に中間評価を行います。ただし、アンケートは行わず、取組内容の確認と実施状況の評価とします。

国の動向や社会情勢の変化などへの対応が必要となった場合は、適宜見直しを行います。

#### 【目標値の考え方】

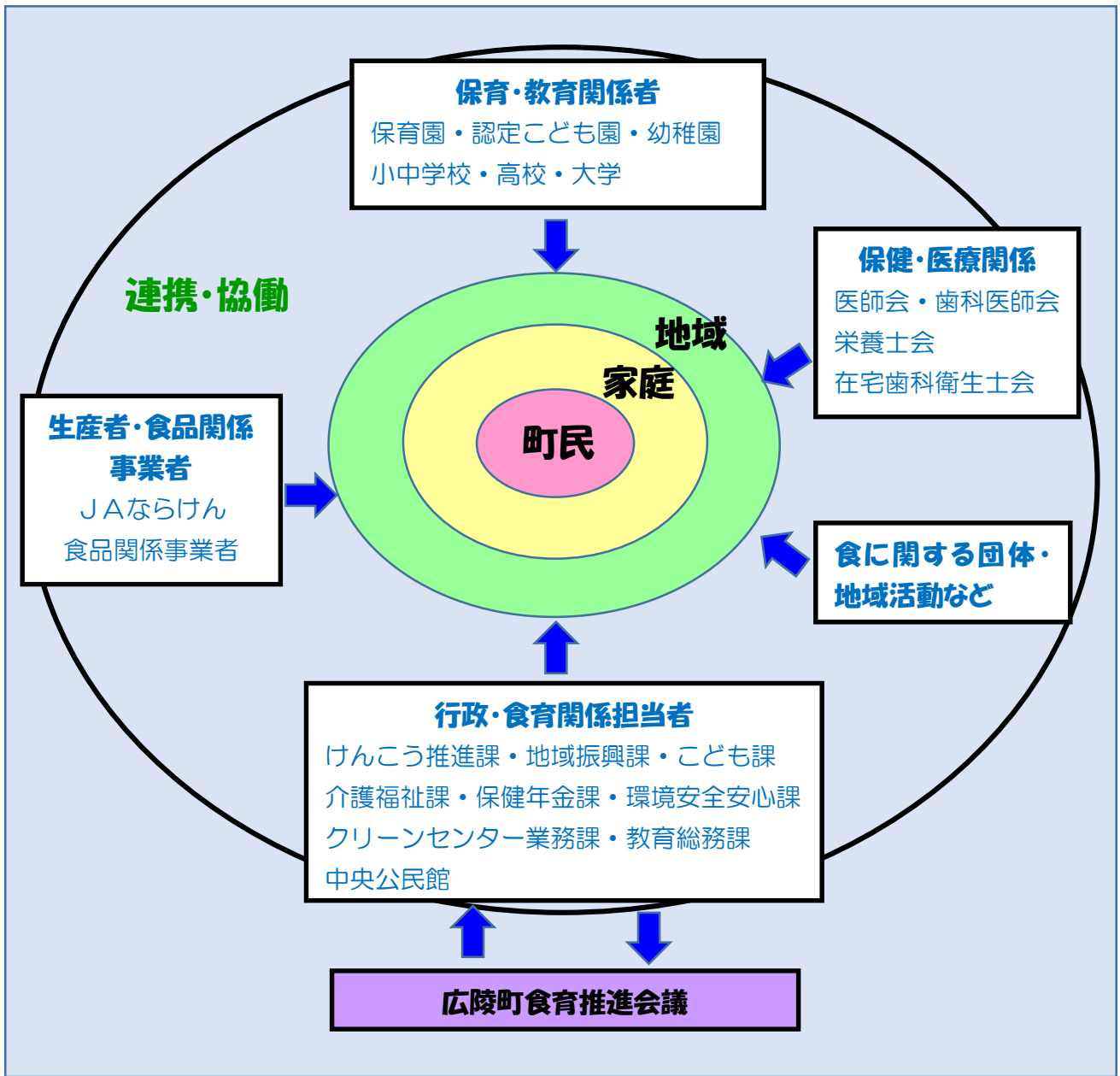
- ① 国や県の目標設定を考慮し、目標値を定めます。
- ② 町の関連計画の目標設定を考慮し、目標値を定めます。
- ③ 町独自で設定した指標についての5年間の改善率は、策定時値のおおむね10%とします。

### 2. 推進体制

町民一人ひとりが食育に関心を持ち、食育実践へつなげるために、関係団体と行政が連携・協働し、総合的に取り組むことが必要です。

このため、食育推進会議において、家庭・保育園・認定こども園・幼稚園・学校・地域・生産者等が相互に連携し、食を通じたネットワークづくりを拡充し、町民活動として食育の推進に取り組みます。

# 広陵町の食育推進体制



# 資料編

## 広陵町の「栄養・食生活・食育」に関するアンケート調査の概要

### 1 調査の目的

町民の食生活の実態や意識の現状を把握し、広陵町食育推進計画の推進評価と第2次計画策定のための基礎資料として活用することを目的とする。

ただし、第2次広陵町健康増進計画中間評価のための調査を兼ねる。

### 2 調査対象および回収結果

- ・ 調査の対象：町内在住の20歳以上65歳未満の町民
- ・ 配布数：3,500人
- ・ 抽出方法：住民基本台帳による無作為抽出
- ・ 調査方法：郵送による配布・回収
- ・ 調査期間：令和元年7月
- ・ 回収結果：回収数（1,427件）有効回答数（1,354件）回収率（40.8%）



<ご本人がアンケートに記入できない場合について>

① 理由を次の中から選んで、○で囲んでください。

1. 長期不在のため      2. 病気などのため      3. その他

② ご本人がこのアンケートに記入できない場合は、以下の質問にお答えいただかなくても結構ですが、必ずご返送くださいますようお願い申し上げます。

※ アンケートを折りたたんで同封の返信用封筒に切手を貼らずに、令和元年8月16日(金)までにポストへ投函してください。

<記入に際してのお願い>

ご回答にあたっては質問をお読みいただき、該当する回答番号を○で囲んでください。

問4、7、21については、回答欄へ右詰めで数字をご記入ください。

※ご回答いただきました内容は、すべて統計的に処理し、調査の目的以外に使用することは一切ありません。

また、畿央大学に対し、統計的な情報のみを提供して、広陵町の健康づくりの推進に取り組んでいただきます。皆さまのご理解をお願いいたします。

あなた自身のことについておたずねします。

問1. あなたの性別についてお答えください。

1. 男性      2. 女性

問2. あなたは、令和元年8月1日現在の時点でいくつですか。

満   歳

問3. あなたがお住まいの小学校区をお答えください。(1つに○)

1. 西校区(大塚、安部、平尾、疋相、三吉、笠)
2. 東校区(南郷、古寺、百済、広瀬)
3. 北校区(沢、大野、萱野、南、弁財天、的場、大場、中、寺戸)
4. 真美2校区(馬見北1～9丁目、馬見中1～5丁目)
5. 真美1校区(馬見南1～6丁目、みささぎ台)

問4. 現在あなたと一緒に住んでいる(同居)人数を記入してください。いなければ0と記入してください。

人

上記同居人に75歳以上の方はいますか。

1. いる      2. いない

問5. 現在のあなたのお仕事についてお聞きます。(1つに○)

1. 働いていない(定期的な収入の無い方、年金生活者、学生を含む)
2. 農業に従事して収入を得ている
3. 自営業(自分で営む商店、その家族従業員など)
4. 勤務している(正規)
5. 勤務している(非正規)、パート、アルバイト、内職など

問6. 現在、あなたが加入されている医療保険をお答えください。(保険証で確認してください。)(1つに○)

- |                    |              |
|--------------------|--------------|
| 1. 協会けんぽ(全国健康保険協会) | 2. 会社の健康保険組合 |
| 3. 共済組合            | 4. 国民健康保険    |
| 5. その他( )          |              |

問7. あなたの身長と体重をお答えください。(小数点以下は四捨五入してください。)

|   |   |
|---|---|
| ①身長   | ②体重   |
| <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> cm | <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> kg |

問8. あなたは、現在の暮らし(経済的)の状況を総合的にみて、どう感じていますか。(1つに○)

- |             |             |        |
|-------------|-------------|--------|
| 1. 大変苦しい    | 2. やや苦しい    | 3. ふつう |
| 4. ややゆとりがある | 5. 大変ゆとりがある |        |

問9. あなたは、現在のご自身の生活に満足していますか。(1つに○)

- |              |              |             |
|--------------|--------------|-------------|
| 1. 非常に満足している | 2. 満足している    | 3. やや不満足である |
| 4. 不満足である    | 5. どちらともいえない |             |

問10. あなたは現在、毎日の生活のなかで時間的ゆとりがありますか。(1つに○)

- |            |           |              |
|------------|-----------|--------------|
| 1. 十分にある方だ | 2. まあある方だ | 3. あまりゆとりはない |
| 4. ほとんどない  |           |              |

生活習慣についておたずねします。

問11. あなたは、現在、毎日の生活の中で困っていること、悩みや不安を感じていることなど解決したいことがありますか。  
それぞれの項目について、あなたの考えにもっとも近い回答番号を○で囲んでください。

|                            | そう<br>だ | そ<br>ど<br>ち<br>ら<br>か<br>と<br>い<br>え<br>ば | そ<br>ど<br>ち<br>ら<br>か<br>と<br>い<br>え<br>ば | そ<br>う<br>で<br>は<br>な<br>い |
|----------------------------|---------|---|---|----------------------------|
| ア. 酒を飲む機会や量が多いこと           | 1       | 2   | 3   | 4                          |
| イ. たばこを吸うこと                | 1       | 2   | 3   | 4                          |
| ウ. 間食が多く、なかなかやめられないこと      | 1       | 2   | 3   | 4                          |
| エ. 塩っ辛いものが好きで、やめられないこと     | 1       | 2   | 3   | 4                          |
| オ. 油っぽいものが好きで、やめられないこと     | 1       | 2   | 3   | 4                          |
| カ. 甘いものが好きで、やめられないこと       | 1       | 2   | 3   | 4                          |
| キ. 散歩や運動など、からだを動かす機会が少ないこと | 1       | 2   | 3   | 4                          |



問12. あなたは、健康な食生活習慣のために、半年以上継続している取り組みがありますか。

1. ある                      2. ない

あると答えた方にお聞きします。

どのような取り組みですか。

|  |       |        |
|--|-------|--------|
| ア. 食事は腹八分目にしている                          | 1. はい | 2. いいえ |
| イ. 食事は10分以上かけている                         | 1. はい | 2. いいえ |
| ウ. 毎日牛乳または乳製品をとっている                      | 1. はい | 2. いいえ |
| エ. 毎日野菜料理を食べている                          | 1. はい | 2. いいえ |
| オ. 毎日果物を食べている                            | 1. はい | 2. いいえ |
| カ. 味噌汁やスープなどは1日2杯以上飲まないようにしている           | 1. はい | 2. いいえ |
| キ. 油の多い料理を控えている                          | 1. はい | 2. いいえ |
| ク. 肉より魚を食べるようにしている                       | 1. はい | 2. いいえ |
| ケ. 外食をしないようにしている                         | 1. はい | 2. いいえ |
| コ. アルコール休肝日を作っている                        | 1. はい | 2. いいえ |
| サ. 地元野菜を食べている<br>(地元野菜コーナーを利用している、作っている) | 1. はい | 2. いいえ |
| シ. 3食ごはんを食べる                             | 1. はい | 2. いいえ |

問13. あなたは、時間をかけてよく噛んで(ひと口20~30回)食べていますか。(1つに○)

1. よく噛んで食べている                      2. よく噛んで食べていない                      3. わからない

問14. あなたは、身体を動かす運動やスポーツ(散歩やジョギングを含む)をどれくらいしていますか。(1つに○)

1. 毎日している  
2. 週あたり2回以上している  
3. 週あたり1回程度している  
4. 月あたり1~2回している  
5. ほとんどしていない

毎日している、または、週あたり2回以上していると答えた方にお聞きします。

1回あたりの運動の持続時間が30分以上で、かつ、この運動を1年以上つづけていますか。

1. はい                      2. いいえ

問15. あなたは、「ロコモティブシンドローム」を知っていますか。(1つに○)

1. 言葉も内容も知っている      2. 言葉は知っているが内容は知らない      3. 知らない

問16. あなたは外出せず、主に家及びその周辺で過ごす日が週何日ありますか。

週  日 程度

問17. あなたは、COPD(慢性閉塞性肺疾患)を知っていますか。(1つに○)

1. 言葉も内容も知っている      2. 言葉は知っているが内容は知らない      3. 知らない

問18. あなたは、アルコール類を飲みますか。(1つに○)

1. ほとんど毎日飲んでいる      2. 毎日ではないが、週3日以上飲む      3. 週1～2日飲む  
4. たまに飲む      5. 飲まない

問19. あなたは、たばこを吸っていますか。(1つに○)

1. 現在吸っている      2. 以前は吸っていたが、現在は吸っていない  
3. 以前から吸っていない

現在吸っていると答えた方にお聞きます。

あなたは、たばこをやめたいですか。

1. やめたい      2. やめたくない

たばこをやめる治療をする医療機関が町内や職場の近くなどにあることを知っていますか。

1. 知っている      2. 知らない

問20. たばこの煙を吸わされる機会(受動喫煙)がありますか。(1つに○)

1. 大いにある      2. 時にある      3. ほとんどない

問21. あなたの平日の睡眠時間は、平均何時間くらいですか。  
おおよその就寝時間と併せてお答えください。

睡眠時間:   時間くらい

就寝時間:   時頃 (24時間表記でご記入ください。例:午後9時の場合、21 と記入)



問22. あなたは、過去1か月間にストレスを感じたことがありますか。(1つに○)

1. よくある              2. すこしある              3. 全然ない

よくある、または、すこしあると答えた方にお聞きします。

ストレスを感じる内容はどれですか。

- |  |       |        |
|--|-------|--------|
| ア. 職場の人間関係   | 1. はい | 2. いいえ |
| イ. 仕事の問題(量・質・適性)                                       | 1. はい | 2. いいえ |
| ウ. 健康面の問題  | 1. はい | 2. いいえ |
| エ. 経済面の問題  | 1. はい | 2. いいえ |
| オ. 家族の問題   | 1. はい | 2. いいえ |
| カ. その他(    ) | 1. はい | 2. いいえ |

問23. 専門家によるストレスなどの相談を身近で受けられますか。(1つに○)

1. 受けられる              2. 受けられない              3. わからない

医療と健康に関することについておたずねします。

問24. あなたの現在の健康状態はいかがですか。(1つに○)

1. よい              2. まあよい              3. ふつう              4. あまりよくない              5. よくない

問25. あなたは、健康上の問題で、日常生活に何か支障はありますか。

- |  |       |        |
|--|-------|--------|
| ア. 日常生活動作<br>(起床、衣服着脱、食事、入浴など)                         | 1. はい | 2. いいえ |
| イ. 外出<br>(時間や作業量などが制限される)                              | 1. はい | 2. いいえ |
| ウ. 仕事、家事、学業<br>(時間や作業量などが制限される)                        | 1. はい | 2. いいえ |
| エ. 運動(スポーツ含む)  | 1. はい | 2. いいえ |
| オ. その他(    ) | 1. はい | 2. いいえ |

問26. これまでに次のような病名で医師による診断を下されたことがありますか。

- |                                    |       |        |
|------------------------------------|-------|--------|
| ア. 高血圧症                            | 1. はい | 2. いいえ |
| イ. 脂質異常症<br>(コレステロールが高い、中性脂肪が高いなど) | 1. はい | 2. いいえ |
| ウ. 糖尿病                             | 2. はい | 2. いいえ |

問27. あなたは現在、次の病気で通院や治療をしていますか。

- |                                    |       |        |
|------------------------------------|-------|--------|
| ア. 高血圧症                            | 1. はい | 2. いいえ |
| イ. 脂質異常症<br>(コレステロールが高い、中性脂肪が高いなど) | 1. はい | 2. いいえ |
| ウ. 糖尿病                             | 1. はい | 2. いいえ |

問28. あなたは、過去1年間に、内科的な健康診断(血液検査、尿検査、血圧測定を実施するもの・人間ドックを含む)を受診しましたか。

1. 受診した                      2. 受診していない

問29. あなたは、定期的(1年に1回以上)に歯の検診を受けていますか。

1. 受けている                      2. 受けていない

問30. あなたは、がん検診(胃、肺、大腸、乳房、子宮がん等)を受診したいですか。

1. 受診したい                      2. 受診したくない

問31. あなたは、過去2年間に、がん検診を受診しましたか。

1. 受診した                      2. 受診していない

受診していないと答えた方にお聞きます。

あなたが、がん検診を受けなかった理由は何ですか。

- |                                |       |        |
|--------------------------------|-------|--------|
| ア. 検診があることを知らなかったから            | 1. はい | 2. いいえ |
| イ. 受診方法(場所・時間など)がわからなかったから     | 1. はい | 2. いいえ |
| ウ. 病気で医師にかかっているから              | 1. はい | 2. いいえ |
| エ. 健康なので必要ないと思うから              | 1. はい | 2. いいえ |
| オ. 結果を信用していないから                | 1. はい | 2. いいえ |
| カ. 時間的な余裕がないから                 | 1. はい | 2. いいえ |
| キ. 面倒だから                       | 1. はい | 2. いいえ |
| ク. 費用がかかるから                    | 1. はい | 2. いいえ |
| ケ. 結果を知るのが怖いから                 | 1. はい | 2. いいえ |
| コ. 職場で受けられないから                 | 1. はい | 2. いいえ |
| サ. その他(                      ) | 1. はい | 2. いいえ |

地域との関わりについておたずねします。

問32. あなたは現在、地域で次のような活動をされていますか。

- |  |       |        |
|--|-------|--------|
| ア. 地縁的な活動<br>(自治会、婦人会、老人会、青年団、消防団、子ども会等)                                   | 1. はい | 2. いいえ |
| イ. スポーツ・趣味・娯楽活動<br>(各種スポーツ関係のグループやクラブ、芸術文化活動、生涯学習等)                        | 1. はい | 2. いいえ |
| ウ. ボランティア・NPO・住民活動<br>(まちづくり、高齢者・障害者福祉や子育て、スポーツ指導、美化、防犯、防災、環境、国際協力、提言活動など) | 1. はい | 2. いいえ |

問33. あなたは、近所で信頼して相談できる人がいますか。

1. いる                      2. いない

問34. あなたは、ご近所の方とどのようなおつきあいをされていますか？つきあいの程度について、あてはまるものを1つ選んでください。

1. 互いに相談したり日用品の貸し借りをするなど、生活面で協力しあっている人がいる
2. 日常的に立ち話をする程度のつきあいはしている
3. あいさつ程度の最小限のつきあいしかしていない
4. つきあいはまったくしていない

問35. つきあっている人の数について、あてはまるものを1つ選んでください。

1. 近所のかかなり多くの人と面識・交流がある (概ね20人以上)
2. ある程度の人との面識・交流がある (概ね5～19人)
3. 近所のごく少数の人とだけと面識・交流がある (概ね4人以下)
4. 隣の人がだれかも知らない

老後への不安、準備についておたずねします。

問36. あなたは自分の老後においてどのようなことが不安ですか。

- |                      |       |        |
|----------------------|-------|--------|
| ア. 自分自身のからだのこと       | 1. はい | 2. いいえ |
| イ. 経済的ゆとりのこと         | 1. はい | 2. いいえ |
| ウ. 介護する立場になるかもしれないこと | 1. はい | 2. いいえ |



|                         |       |        |
|-------------------------|-------|--------|
| エ. 介護される立場になるかもしれないこと   | 1. はい | 2. いいえ |
| オ. 家族のつながりが弱くなること       | 1. はい | 2. いいえ |
| カ. 近所や知人・友人のつながりが弱くなること | 1. はい | 2. いいえ |
| キ. 妻または夫が病弱になること        | 1. はい | 2. いいえ |
| ク. 現在の住宅の構造のこと          | 1. はい | 2. いいえ |
| ケ. その他( )               | 1. はい | 2. いいえ |

問37. あなたは、ご自分の老後に向けての準備のために、県や町役場などで実施してほしい催しがありますか。  
それぞれの項目について、あなたの考えにもっとも近い回答番号を○で囲んでください。

|                          | 教室や勉強会 | 広報などの情報提供のみ | 必要を感じない |
|--------------------------|--------|-------------|---------|
| ア. 年金・保険について             | 1      | 2           | 3       |
| イ. 寝たきり予防のための、健康管理に関すること | 1      | 2           | 3       |
| ウ. 福祉制度や福祉サービスについて       | 1      | 2           | 3       |
| エ. 介助・介護方法について           | 1      | 2           | 3       |
| オ. 運動やスポーツ               | 1      | 2           | 3       |
| カ. 疾病(病気)の予防や健康づくりに関すること | 1      | 2           | 3       |

栄養・食生活・食育についておたずねします。

問38. あなたは「食育」という言葉を知っていますか。(1つに○)

※食育とは、「食」をめぐる問題の解決をめざし、あらゆる生活の基本である「食」について、さまざまな体験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、自分自身で「食」を管理する力を身につけるための取組の事です。

1. 言葉も意味も知っている
2. 言葉は知っているが、意味は知らない
3. 言葉も意味も知らない

問39. あなたは食育について関心がありますか。(1つに○)

1. 関心がある
2. どちらかといえば関心がある
3. どちらかといえば関心がない
4. 関心がない
5. わからない

問40. あなたは広陵町が発行している食育啓発チラシ(3種類)や広陵町食育推進計画概要版を知っていますか。それぞれの項目について回答番号を1つ○で囲んでください。

|             | 知っているし<br>活用している | 知っているが<br>活用していない | 知らない |
|-------------|------------------|-------------------|------|
| ア. 食育啓発チラシ① | 1                | 2                 | 3    |
| イ. 食育啓発チラシ② | 1                | 2                 | 3    |
| ウ. 食育啓発チラシ③ | 1                | 2                 | 3    |
| エ. 概要版      | 1                | 2                 | 3    |



問41. あなたは食育に関する情報をどこから得ていますか。(あてはまるものすべてに○)

1. テレビ・ラジオ
2. 新聞・雑誌・本
3. インターネット
4. 家族・親族・友人
5. 広報こうりょう
6. 行政からの情報(ホームページやチラシ)
7. スーパーや飲食店などの食品関連企業
8. その他( )

問42. あなたは、食や食育に関して、知りたい情報は何か。(〇は3つまで)

1. 食品の安全性
2. 健康に配慮した料理のレシピや技術
3. 個々に応じた栄養のバランスやカロリー
4. 生活習慣や子どもの肥満予防
5. 各世代に応じた食生活
6. 広陵町産の農産物
7. 食品や料理の栄養成分表示
8. 季節の行事食や郷土料理など伝統的な食生活
9. 食事のマナー
10. 農業生産や加工食品の製造過程
11. その他( )
12. 特にない

問43. 広陵町では、食育を推進するために、どんなことを重点的に取り組む必要があると思いますか。(〇は3つまで)

1. 食の楽しみと感謝の心を育むことへの普及・啓発
2. 正しい食事マナーや作法の習得促進
3. 地場産物の給食での利用など、地産地消の推進
4. 農産物の栽培、収穫、加工体験の機会提供など、農業体験の推進
5. 地域で培われた郷土食や行事食の体験、伝承の推進
6. 朝食の欠食など、不規則な食生活の改善推進
7. 「早寝・早起き・朝ご飯」の推進など、子どもの生活習慣確立の促進
8. 肥満等の生活習慣病予防につながる講座等の充実
9. 日本型食生活の良さとバランスのとれた食生活の普及・啓発
10. 調理方法や技術の習得促進
11. 安全な食品選択に関する正しい情報の普及・啓発
12. その他( )
13. 特にない

問44. あなたは、朝食を食べていますか。(1つに〇)

- |              |              |
|--------------|--------------|
| 1. ほぼ毎日食べる   | 2. 週4～5日は食べる |
| 3. 週2～3日は食べる | 4. ほぼ毎日食べない  |

問44で「2」「3」「4」を選んだ方におたずねします。

朝食を食べない理由は何ですか。(あてはまるものすべてに〇)

- |                   |                   |
|-------------------|-------------------|
| 1. 起床が遅く時間がないため   | 2. ダイエットのため       |
| 3. 食欲がないため        | 4. 朝食を食べない習慣のため   |
| 5. 食事が準備されていないため  | 6. 食事を準備するのが面倒なので |
| 7. 仕事などで時間が不規則だから | 8. なんとなく(深い理由はない) |
| 9. その他( )         |                   |



問45. あなたは、主食・主菜・副菜を3つそろえて食べることがあるのは、朝食・昼食・夕食それぞれで週に何回ありますか。それぞれの項目について回答番号を1つ〇で囲んでください。

※主食・・・ごはん、パン、麺など  
 主菜・・・肉、魚、卵、大豆製品などを使ったメイン料理  
 副菜・・・野菜、きのこ、いも、海藻などを使った小鉢・小皿料理

|       | ほぼ毎日 | 週に2～3回 | 週に4～5回 | ほとんどない |
|-------|------|--------|--------|--------|
| ア. 朝食 | 1    | 2      | 3      | 4      |
| イ. 昼食 | 1    | 2      | 3      | 4      |
| ウ. 夕食 | 1    | 2      | 3      | 4      |

問46. あなたは、普段の食生活で野菜を食べることを心がけていますか。(1つに〇)

1. いつも心がけている
2. 時々心がけている
3. あまり心がけていない
4. 全く心がけていない

問47. あなたは、1日に野菜料理を何皿食べますか。料理例を参考にお答えください。

1. 毎日5皿以上
2. 毎日3～4皿程度
3. 付け合わせ程度
4. ほとんど食べない

【料理例】※各1人前の量です。

～1皿分の目安各例～



おひたし 野菜サラダ 具だくさんみそ汁

～2皿分の目安量～



野菜炒め 野菜の煮物

野菜料理1皿分: 小皿や小鉢に盛られた量

野菜料理2皿分: 中皿や中鉢に盛られた量

問48. あなたは、普段の食生活で薄味にするよう心がけていますか。(1つに〇)

1. いつも心がけている
2. 時々心がけている
3. あまり心がけていない
4. 全く心がけていない

問49. あなたは普段外食をすることがありますか。(1つに〇)

※外食とは飲食店での食事や職場など家庭以外の場所で市販のお弁当や出前を食べる場合とします。

1. 平日は1日2回以上外食している
2. 平日は1日1回外食している
3. 毎日していないが週に数日外食している
4. ほとんど外食しない

問50. あなたは、夕食で調理済み食品(お弁当、お惣菜、レトルト食品、冷凍食品などですぐに食べられるもの)を利用しますか。(1つに〇)

1. ほぼ毎日
2. 週5～6回
3. 週3～4回
4. 週1～2回
5. ほとんど利用しない



問51. あなたは「地産地消」という言葉を知っていますか。(1つに○)

※地産地消とは、地域で作られたものをその地域で消費することです。

1. 言葉も意味も知っている
2. 言葉は知っているが、意味は知らない
3. 言葉も意味も知らない

問52. 地産地消を推進する上で必要だと思うことは何ですか。(○は3つまで)

1. 地場産であることの表示
2. 価格が安い
3. 年間を通じた安定的な品揃え
4. 学校・保育園給食等での使用
5. 販売店での地場産コーナーの設置
6. 生産者から直接取引できるシステムづくり
7. 地場産への理解促進のための生産者との交流
8. ブランド化の推進とPR
9. 地場農産物を使った加工品の開発
10. 飲食店などでの利用促進
11. その他( )

問53. あなたは、「広陵町産農産物」を意識して購入していますか。(1つに○)

1. 購入している
2. 購入したいが場所が分からない
3. 購入していない

問53で「1」を選んだ人におたずねします。

どこで購入していますか。(あてはまるものすべてに○)

1. はしお元気村朝市
2. わたしのたからもの
3. DCMダイキ広陵店
4. 旬の里まみが丘
5. イズミヤスーパーセンター広陵店
6. 瀧本農園
7. 近商ストア 近鉄プラザ真美ヶ丘店
8. その他( )

問54. あなたは、広陵町の特産品が「なすび」だと知っていますか。(1つに○)

1. 知っている
2. 知らない

ご協力いただきましてありがとうございました。

記入もれがないか、今一度お確かめください。

記入したアンケートを折りたたんで同封した返信用封筒に切手を貼らずに、

**令和元年8月16日(金)まで**にポストへ投函してください。

よろしくお願いいたします。

# アンケート調査集計

## 1. 回答者の情報

図1：性別と年齢区分の内訳(N=1354)

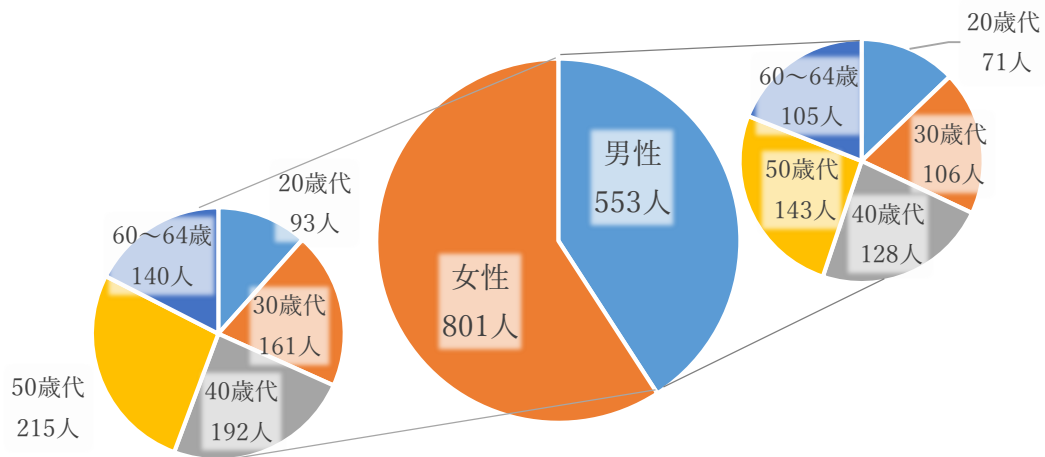
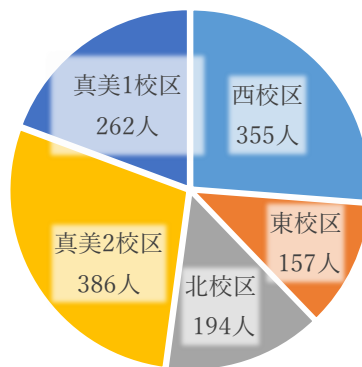


図2：小学校区の内訳(N=1354)



## 2. 身体状況

図3：やせ(BMI 18.5未満)の人の割合

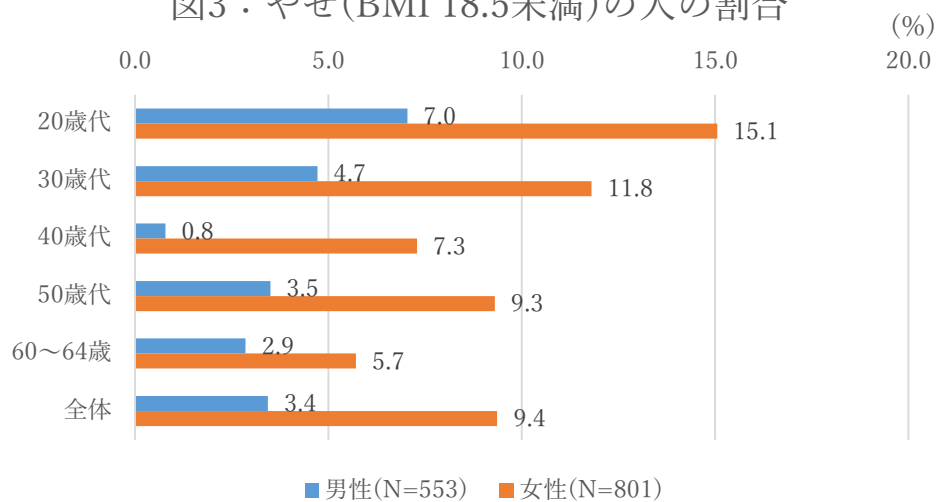
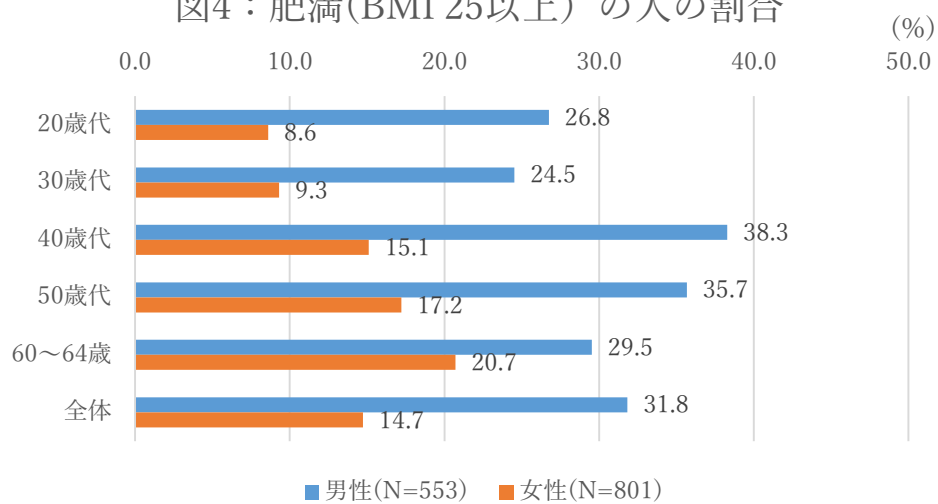


図4：肥満(BMI 25以上)の人の割合



### 3. 生活習慣病リスク

図5：生活習慣病リスク者の割合（男性N=553）

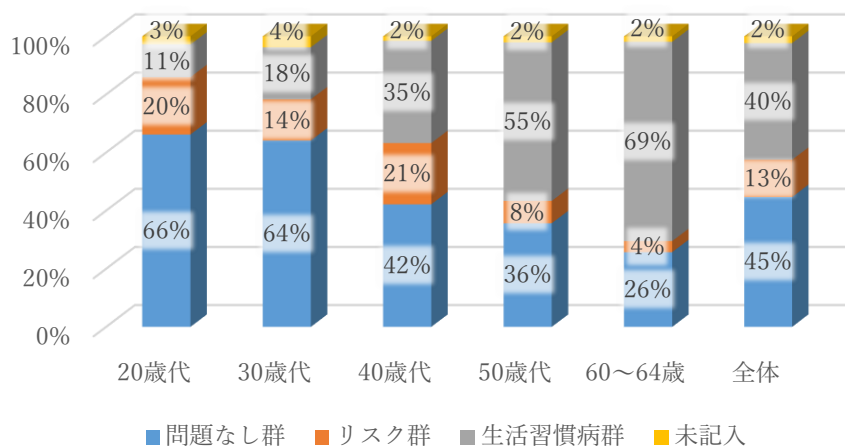
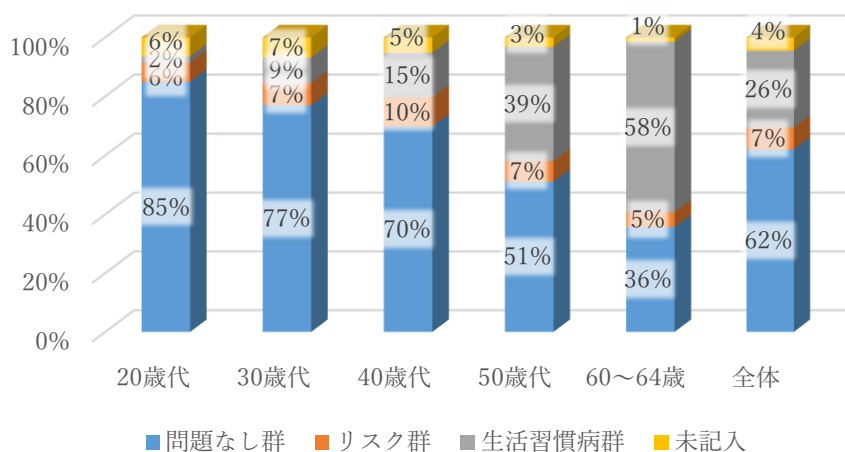


図6：生活習慣病のリスク者の割合（女性N=801）



#### 4. アンケート

問 12. あなたは、健康的な食習慣のために、半年以上継続している取り組みがありますか。

図7：継続している取り組みがあるか(男性N=553)

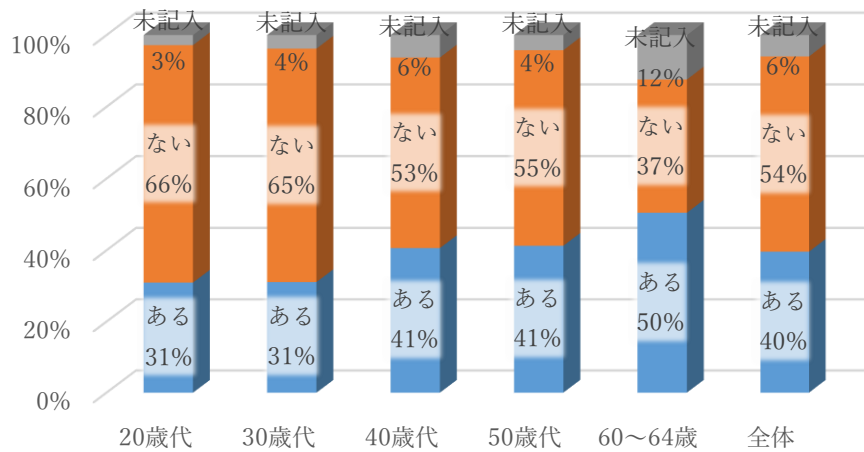
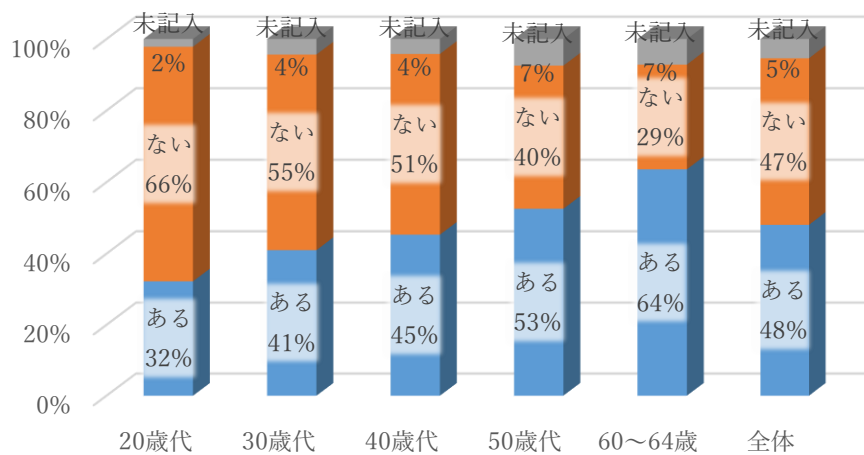


図8：継続している取り組みがあるか(女性N=801)

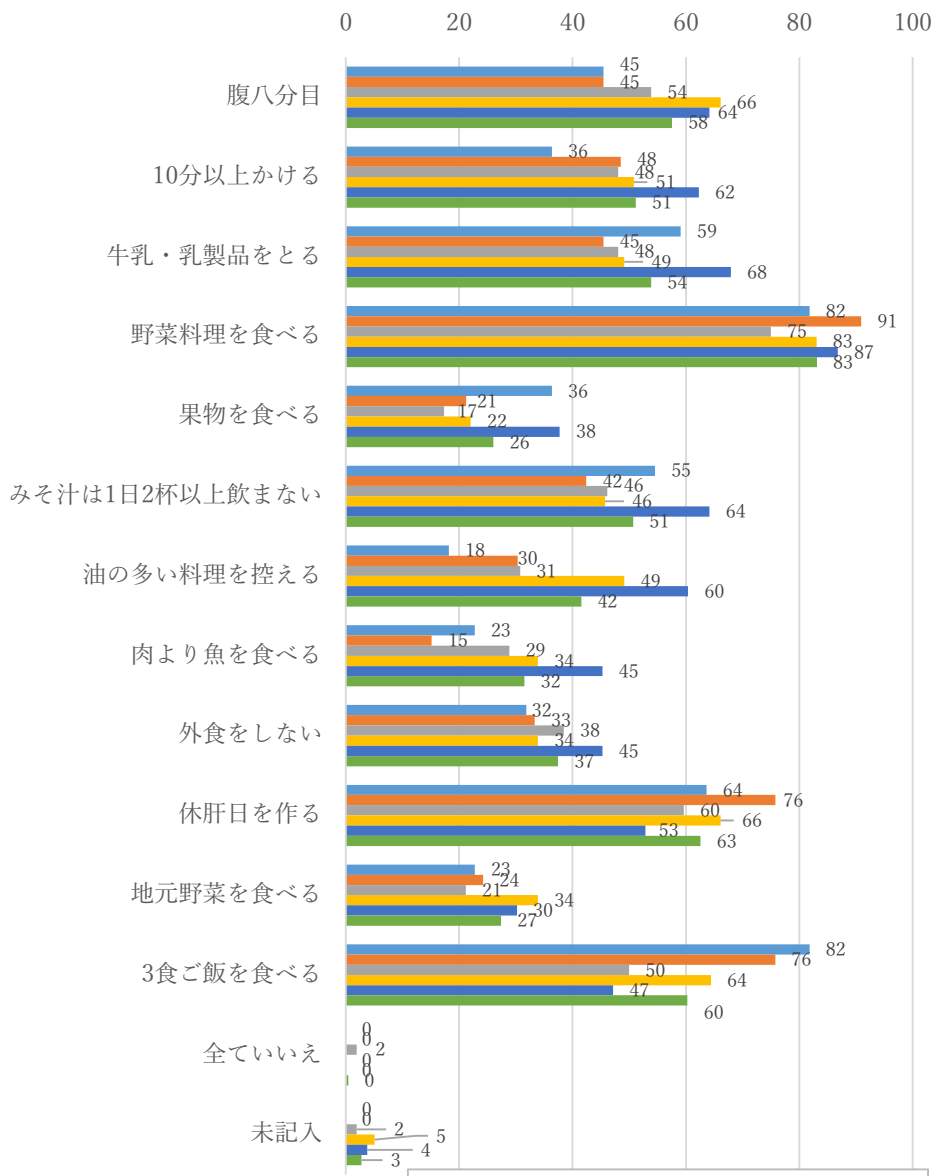


どのような取り組みですか。

図9：食生活習慣のために継続している取り組み内容

(男性N=219)

(%)



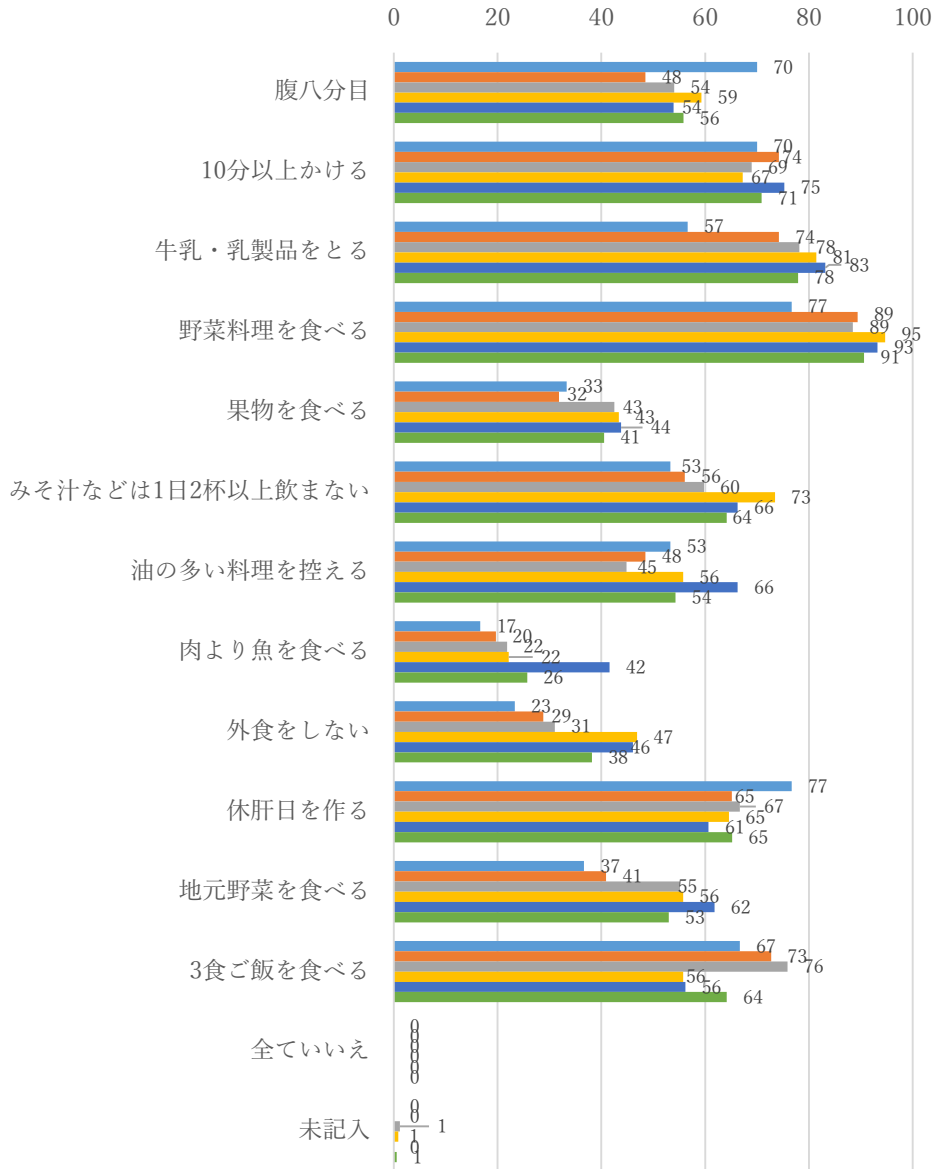
※各年齢区分の取り組みがある集団に対する割合

■ 20歳代 ■ 30歳代 ■ 40歳代 ■ 50歳代 ■ 60～64歳 ■ 全体

図10：食生活習慣のために継続している取り組み内容

(女性N=385)

(%)



■ 20歳代 ■ 30歳代 ■ 40歳代 ■ 50歳代 ■ 60～64歳 ■ 全体



問 13. あなたは、時間をかけてよく噛んで（ひと口 20～30 回）食べていますか。

図11：よく噛んで食べているか（男性N=553）

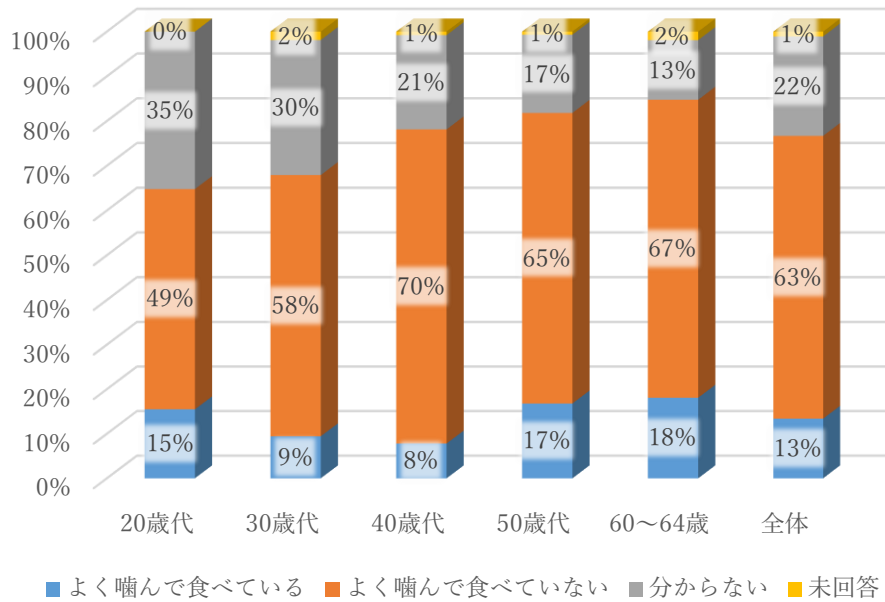
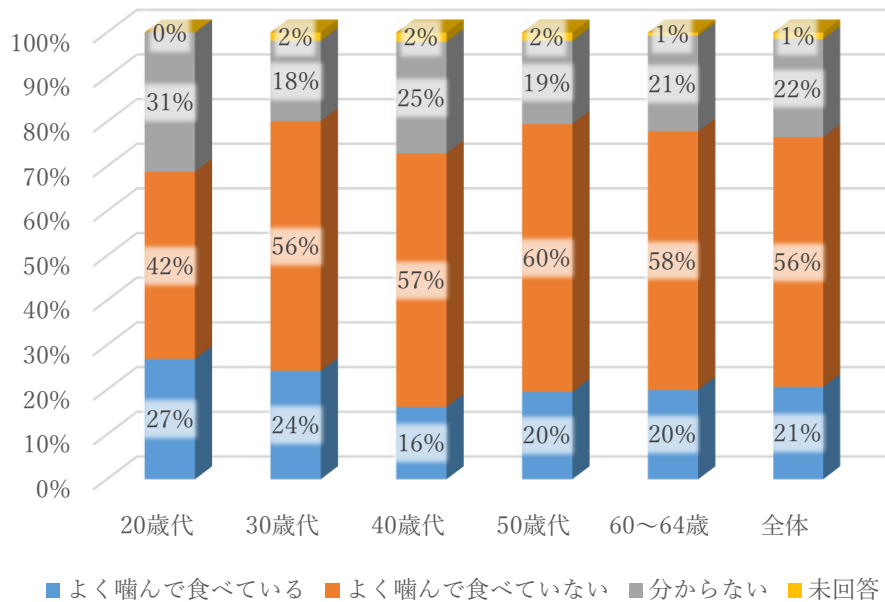


図12：よく噛んで食べているか（女性N=801）



問 38. あなたは「食育」という言葉を知っていますか。

図13：「食育」を知っているか(男性N=553)

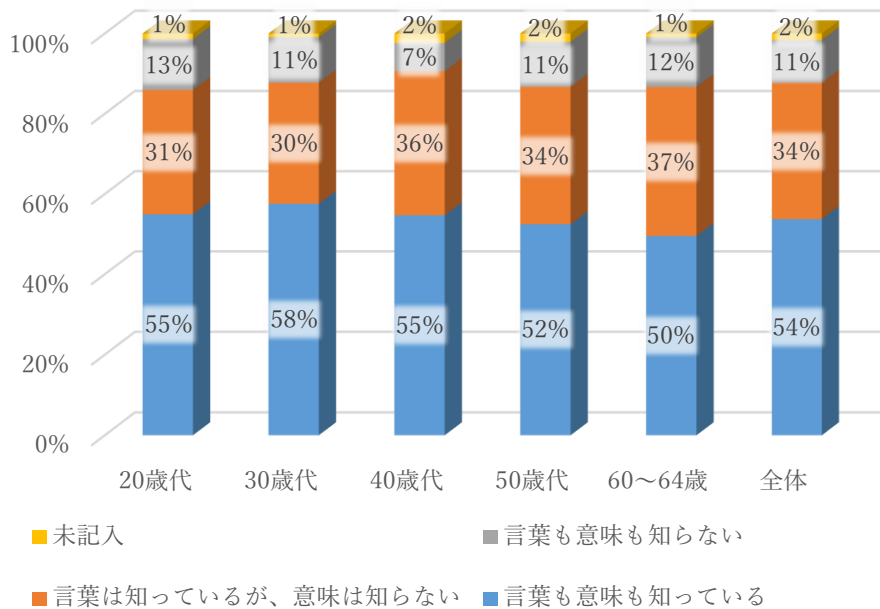
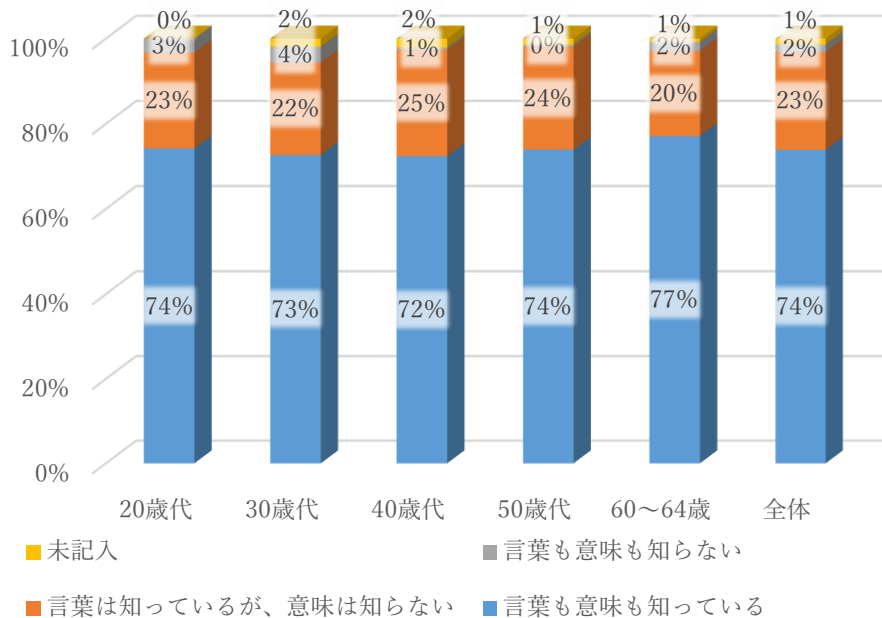


図14：「食育」を知っているか(女性N=801)



問 39. あなたは食育について関心がありますか。

図15：食育への関心（男性N=553）

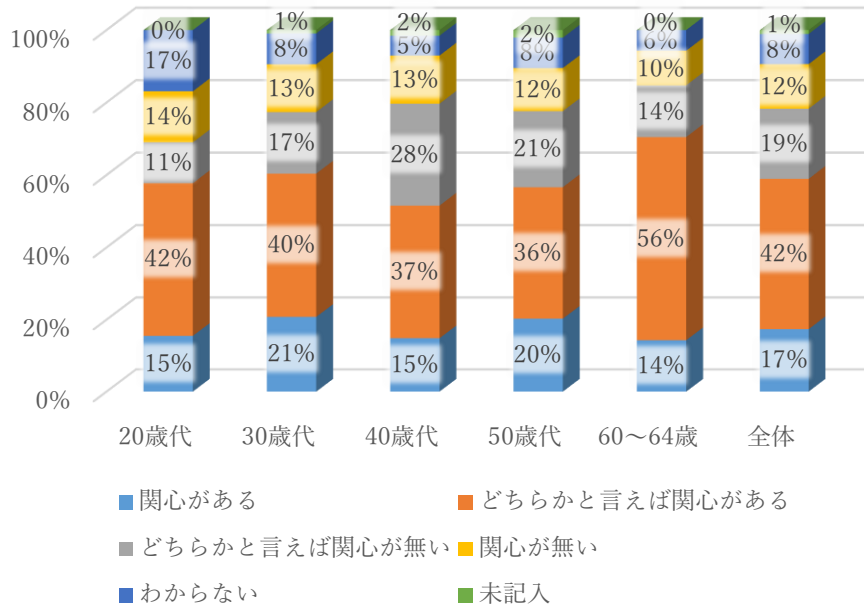
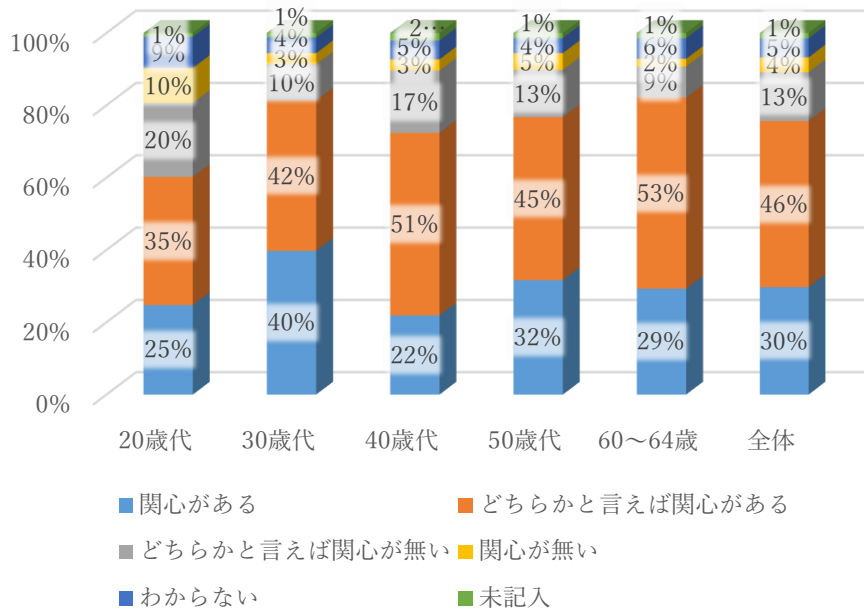


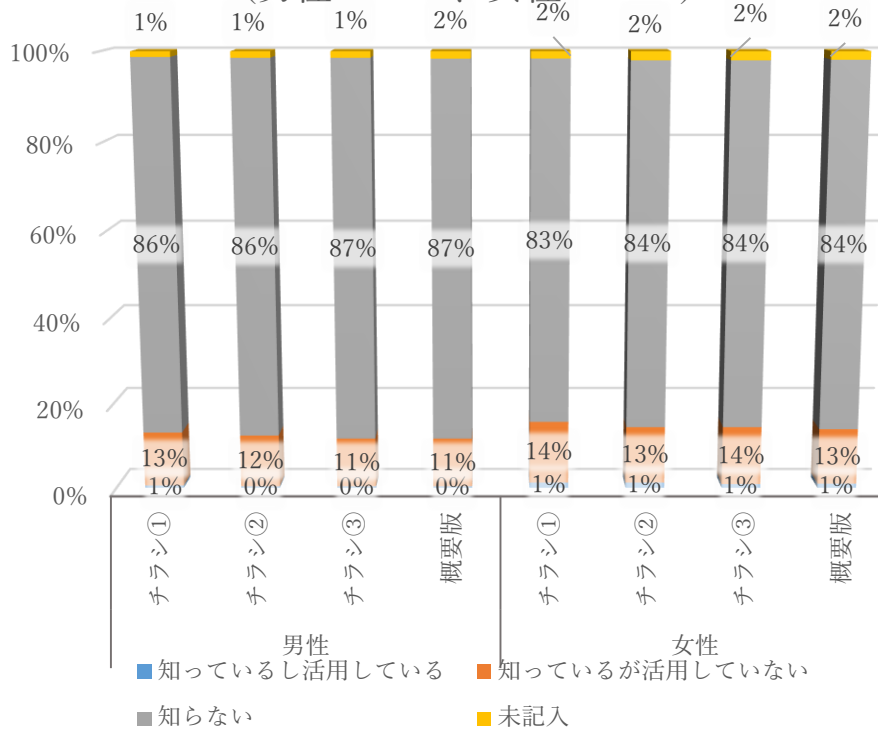
図16：食育への関心（女性N=801）



問 40. あなたは広陵町が発行している食育啓発チラシ（3種類）や広陵町食育推進計画概要版を知っていますか。

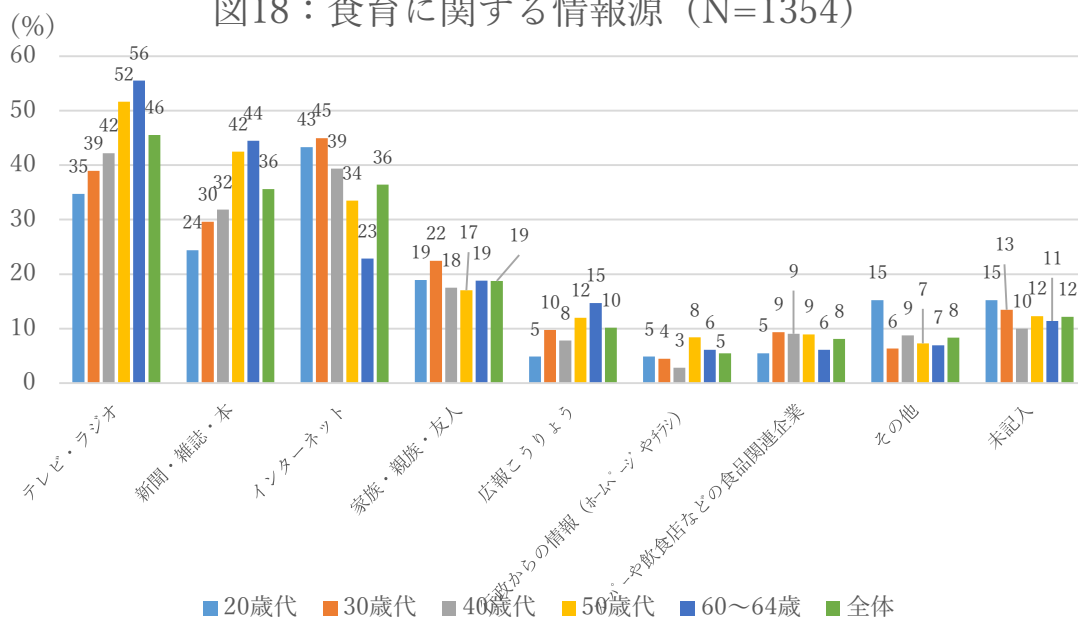
図17：食育啓発チラシを知っているか

(男性N=553、女性N=801)

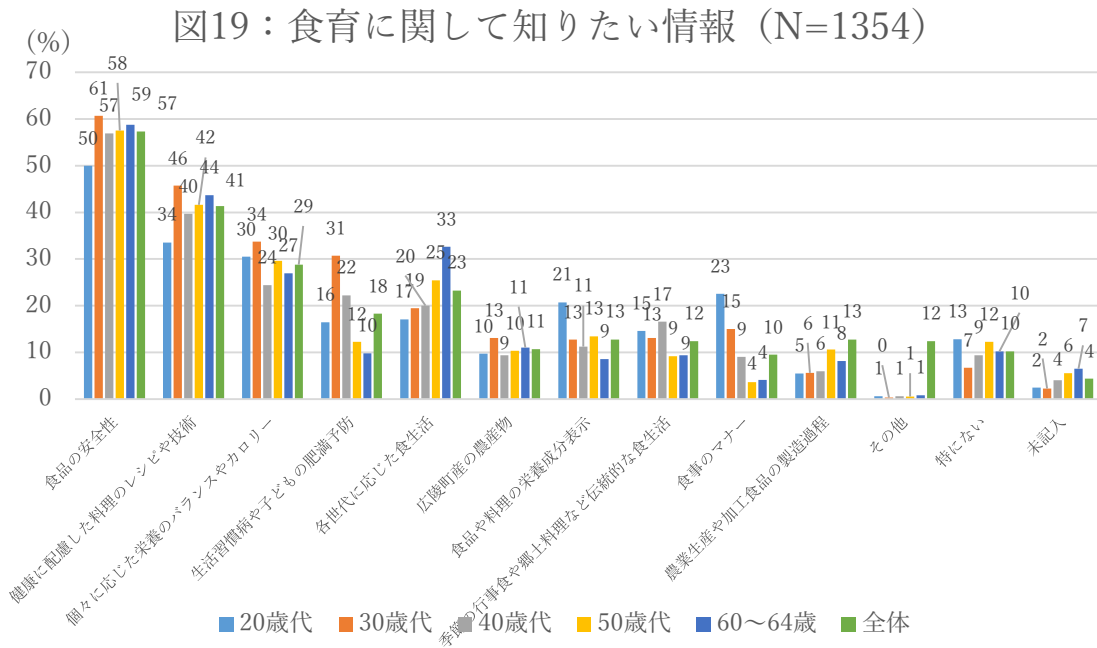


問 41. あなたは食育に関する情報をどこから得ていますか。(あてはまるもの全てに○)

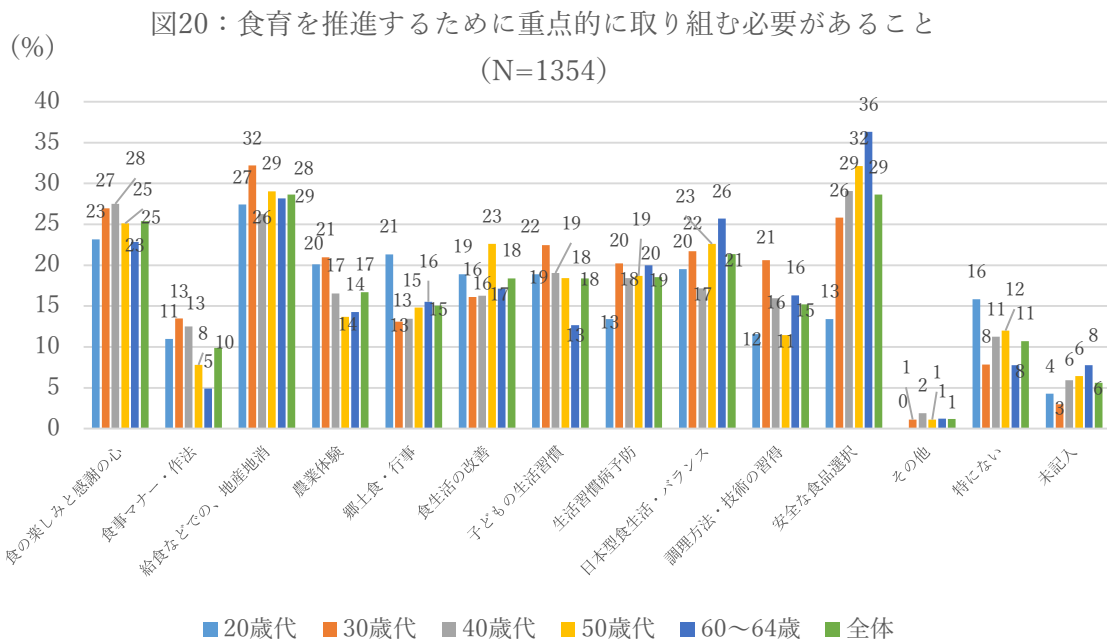
図18：食育に関する情報源 (N=1354)



問 42. あなたは、食や食育に関して、知りたい情報は何か。(〇は3つまで)



問 43. 広陵町では、食育を推進するために、どんなことを重点的に取り組む必要があると思いますか。(〇は3つまで)



問 44. あなたは、朝食を食べていますか。

図21：朝食摂取状況（男性N=553）

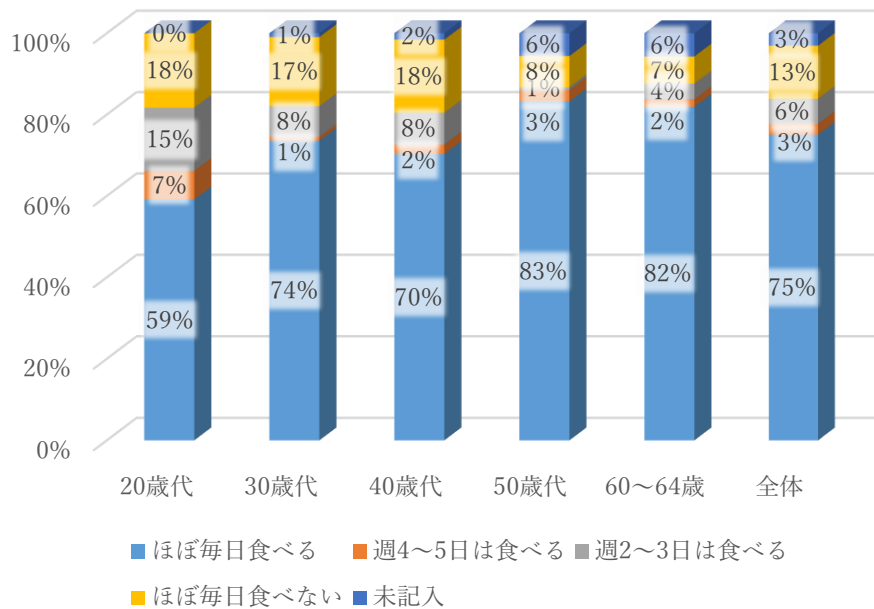
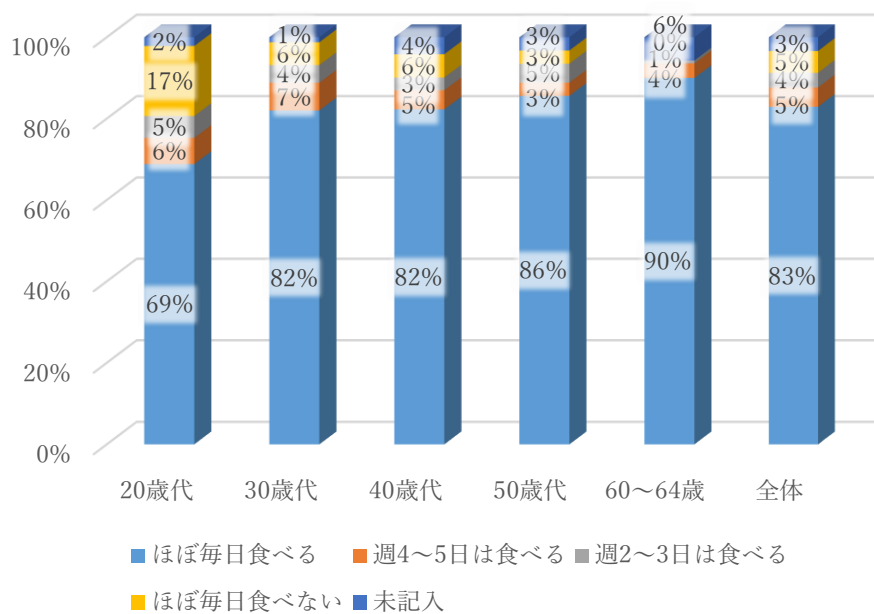
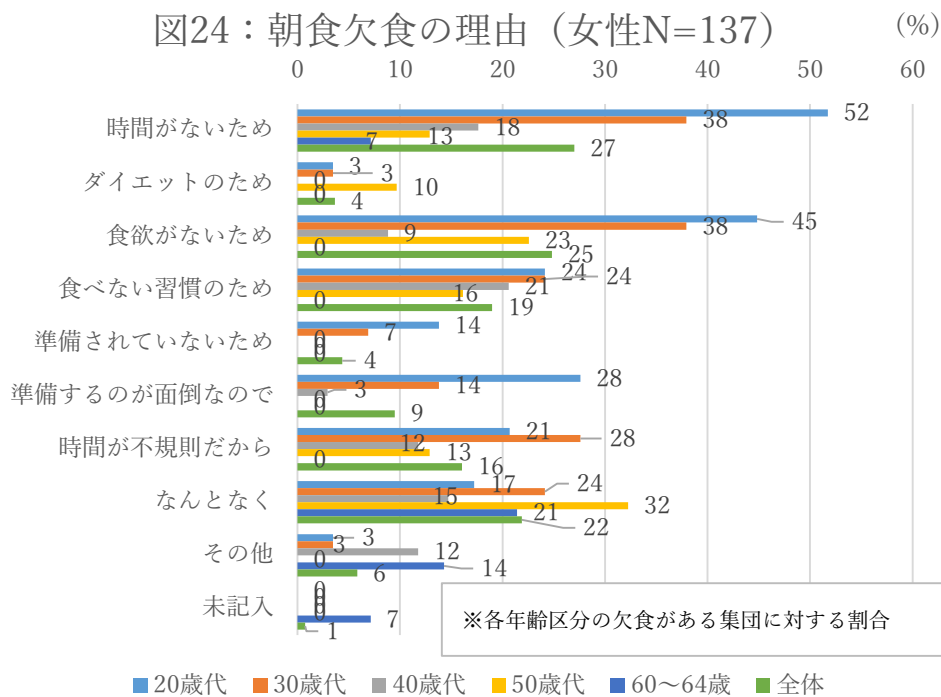
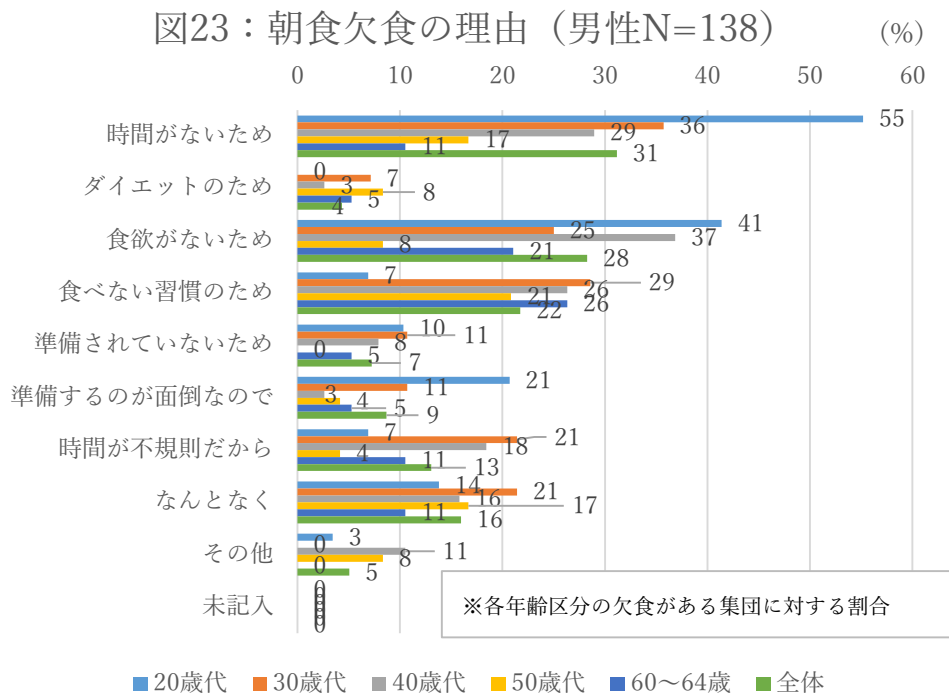


図22：朝食摂取状況（女性N=801）



朝食を食べない理由は何ですか。(あてはまるもの全てに○)





問 45. あなたは、主食・主菜・副菜を3つそろえて食べることがあるのは、朝食・昼食・夕食それぞれ週に何回ありますか。

図25：朝食で主食・主菜・副菜がそろう回数（男性N=553）

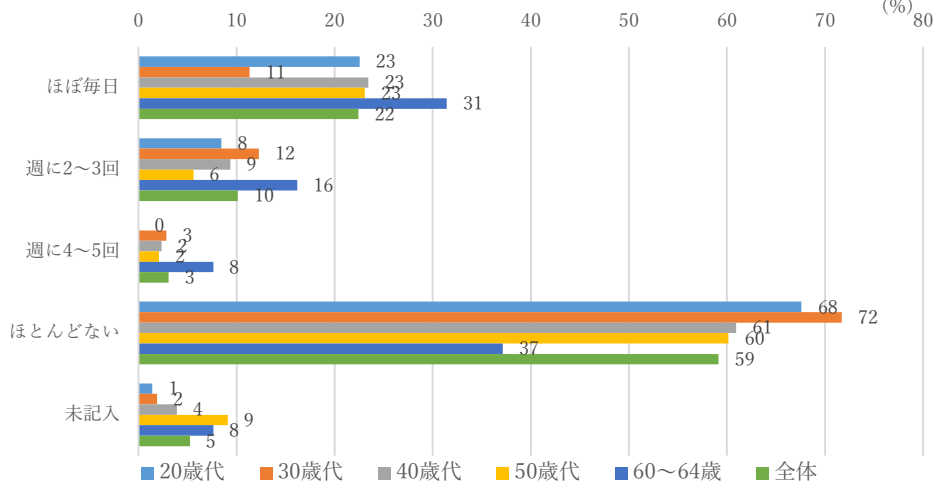


図26：昼食で主食・主菜・副菜がそろう回数（男性N=553）

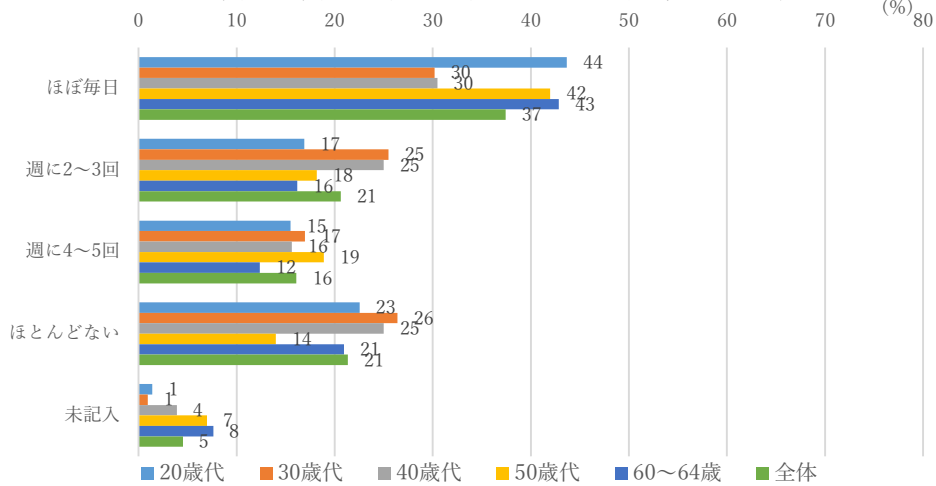


図27：夕食で主食・主菜・副菜がそろう回数（男性N=553）

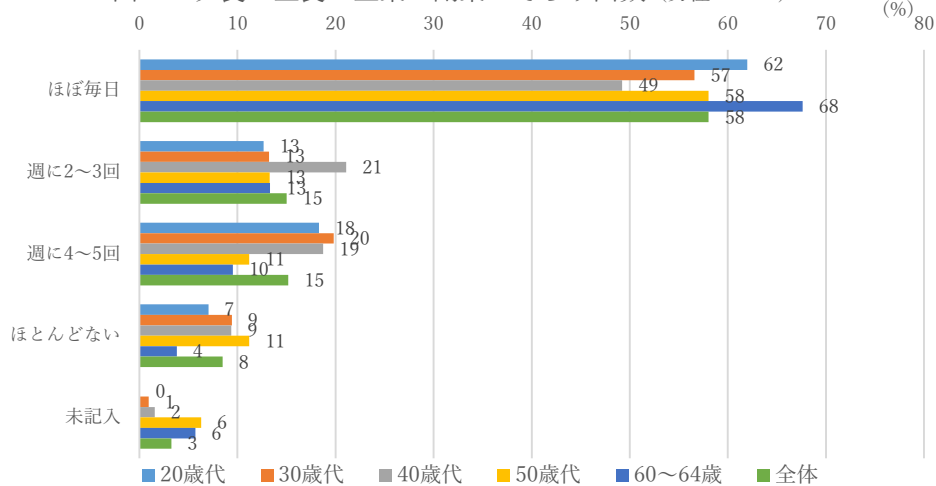


図28：朝食で主食・主菜・副菜がそろそろ回数（女性N=801）

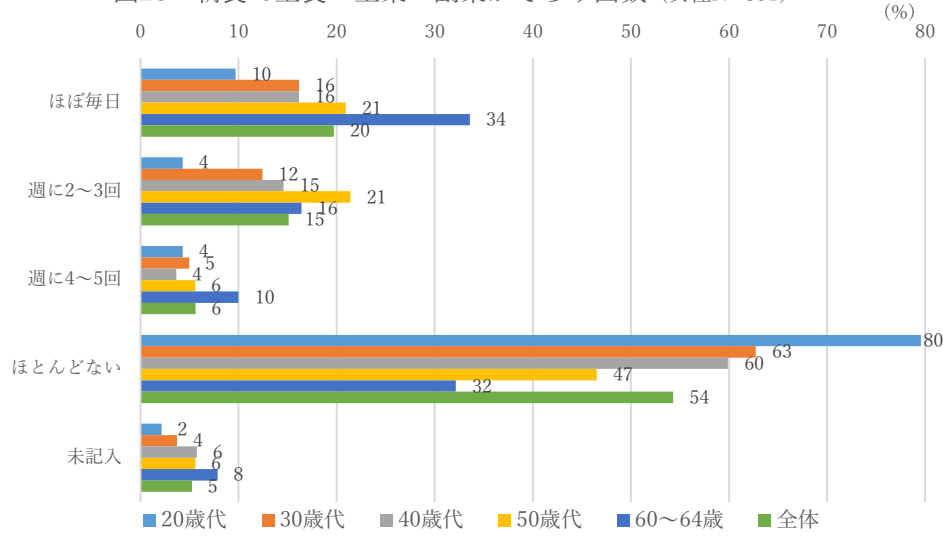


図29：昼食で主食・主菜・副菜がそろそろ回数（女性N=801）

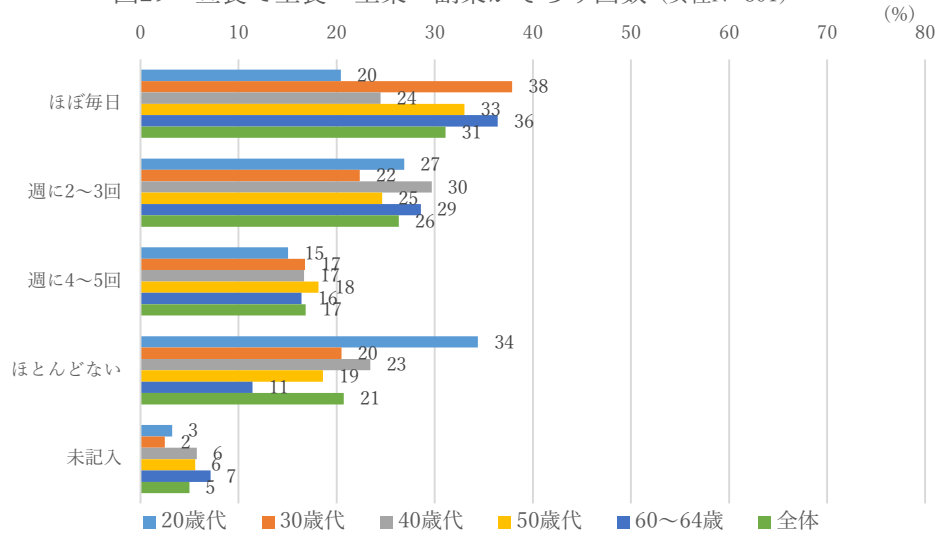
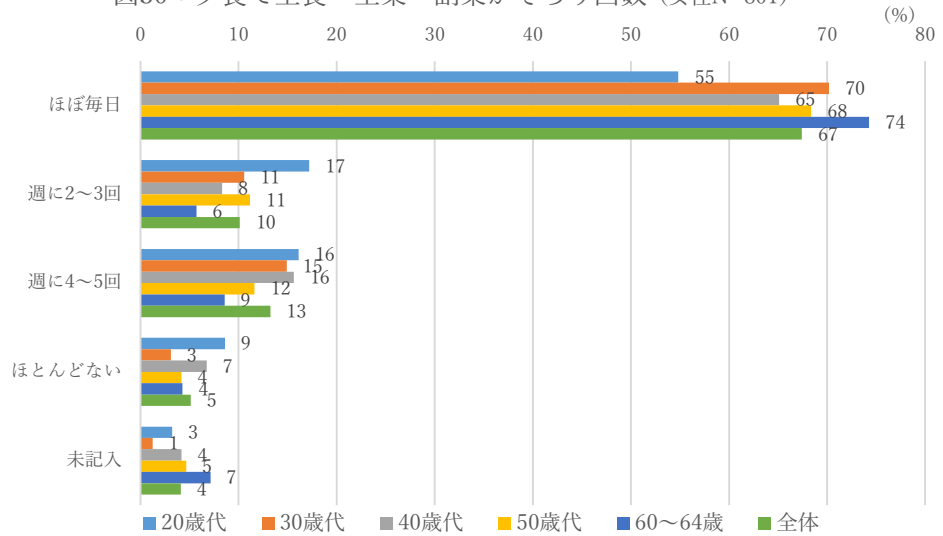


図30：夕食で主食・主菜・副菜がそろそろ回数（女性N=801）



問 46. あなたは、普段の食生活で野菜を食べることを心がけていますか。

図31：野菜を食べることを心がけているか（男性N=553）

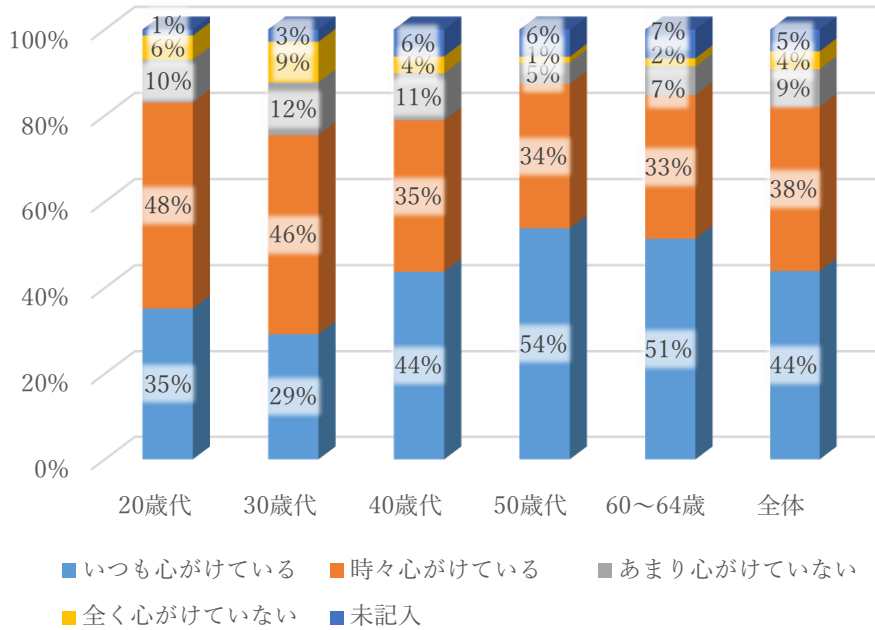
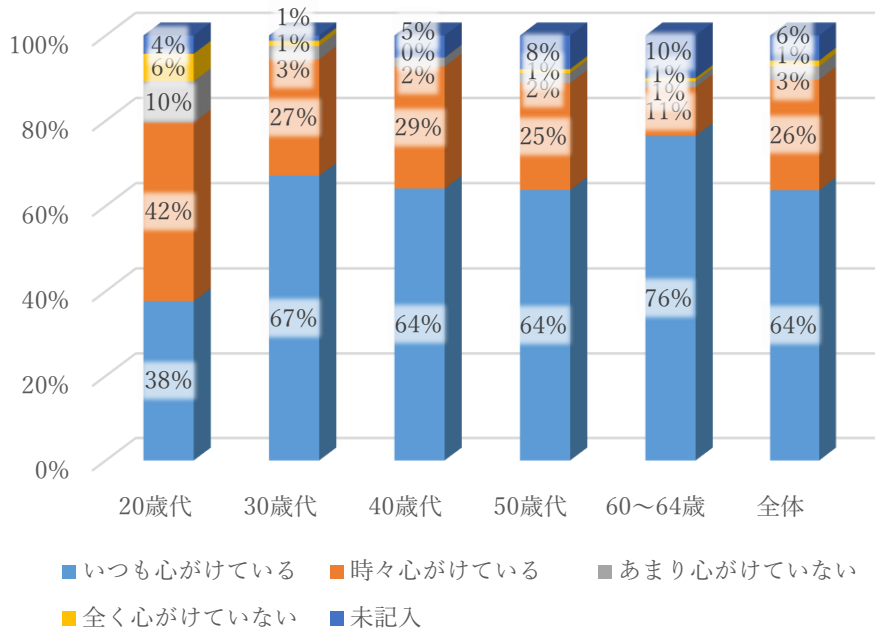


図32：野菜を食べることを心がけているか（女性N=801）



問 47. あなたは、1日に野菜料理を何皿食べますか。

図33：1日に食べる野菜料理（男性N=553）

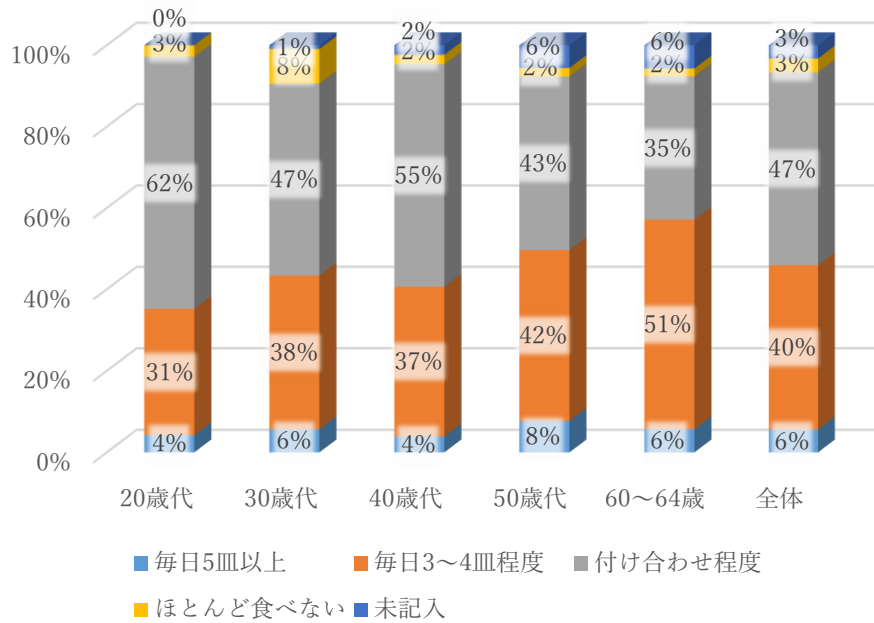
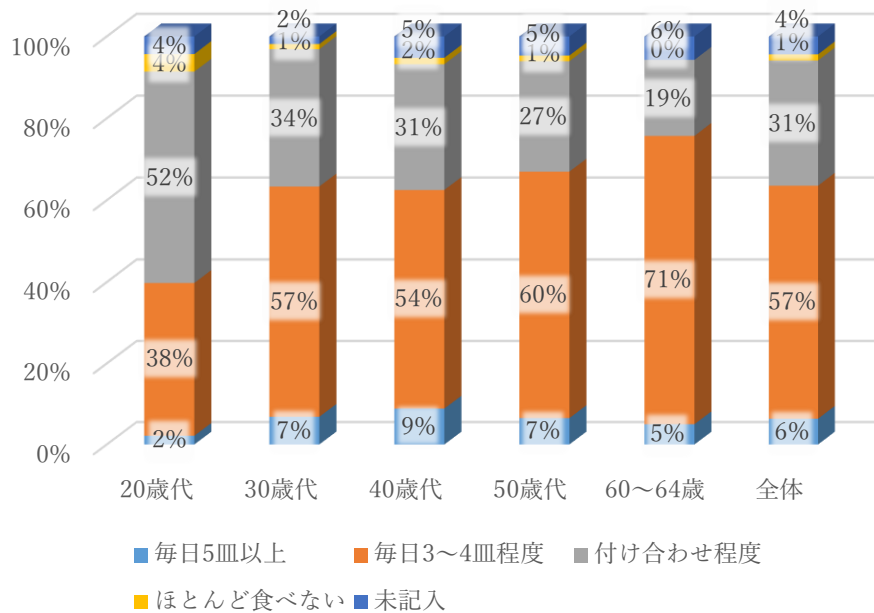


図34：1日に食べる野菜料理（女性N=801）



問 48. あなたは、普段の食生活で薄味にするよう心がけていますか。

図35：薄味を心がけているか（男性N=553）

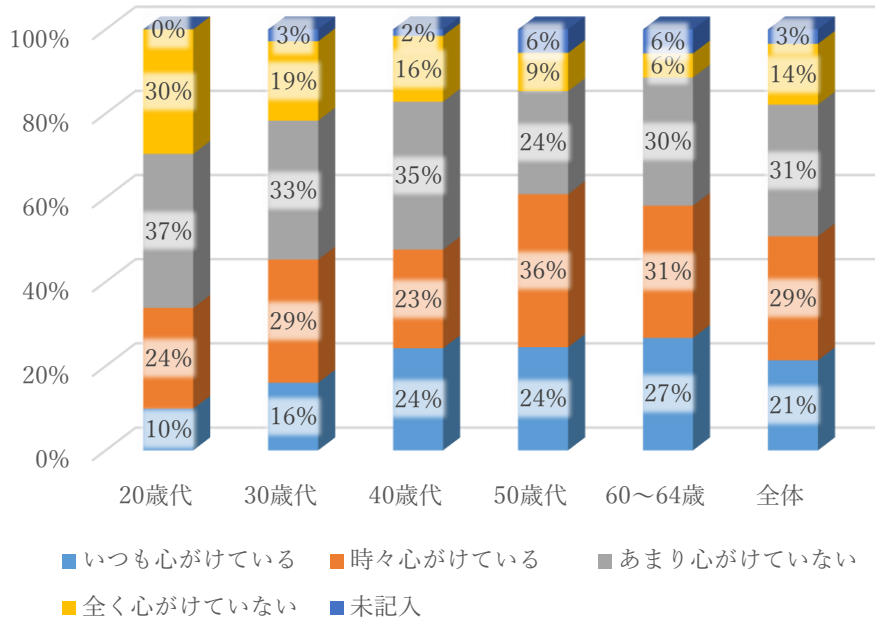
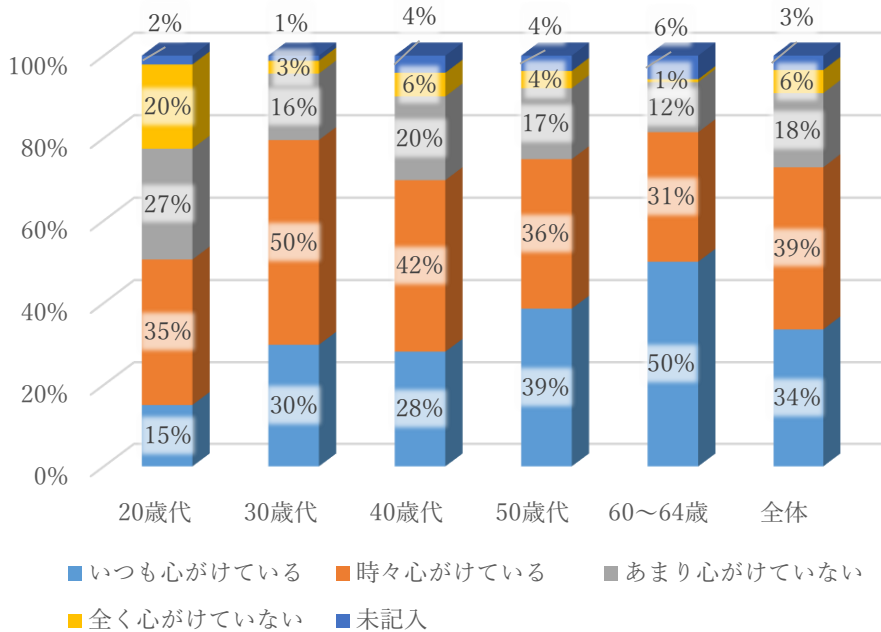


図36：薄味を心がけているか（女性N=801）



問 49. あなたは、普段外食をすることがありますか。

図37：外食をする回数（男性N=553）

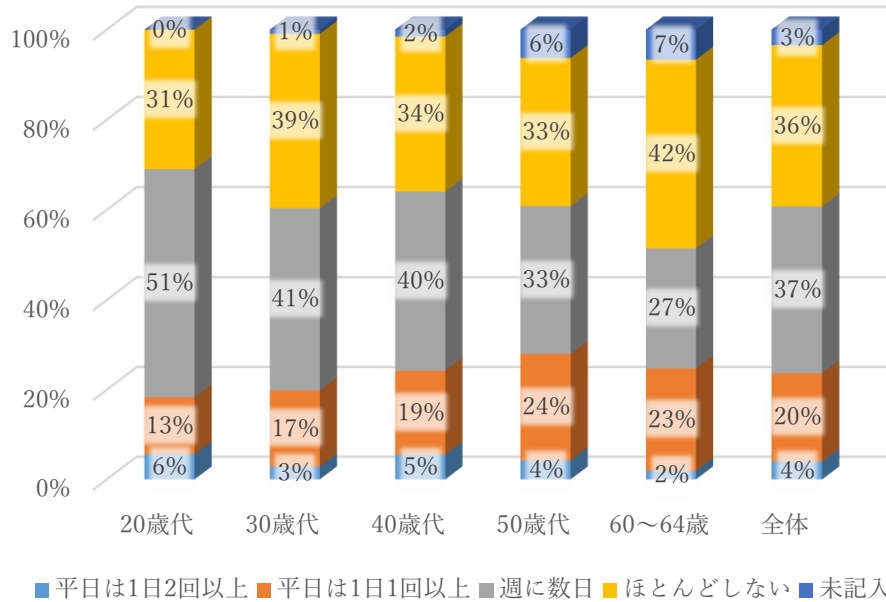
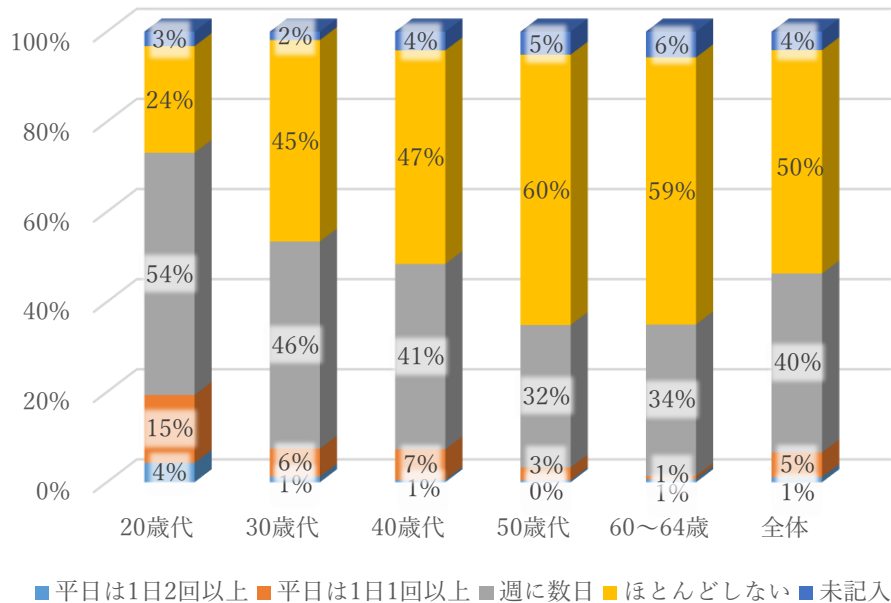


図38：外食をする回数（女性N=801）



問 50. あなたは、夕食で調理済み食品（お弁当、お惣菜、レトルト食品、冷凍食品などですぐに食べられるもの）を利用しますか。

図39：夕食で調理済み食品を利用する回数（男性N=553）

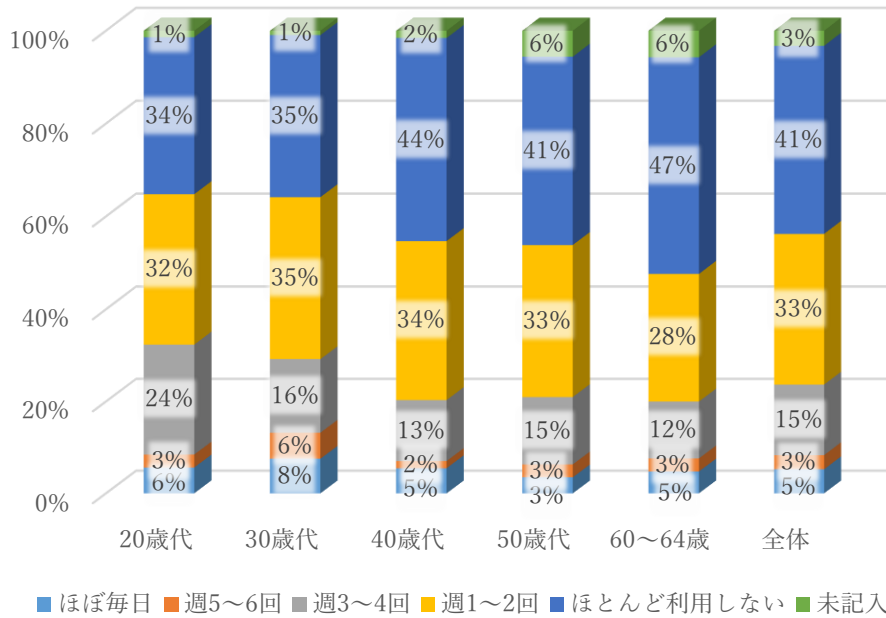
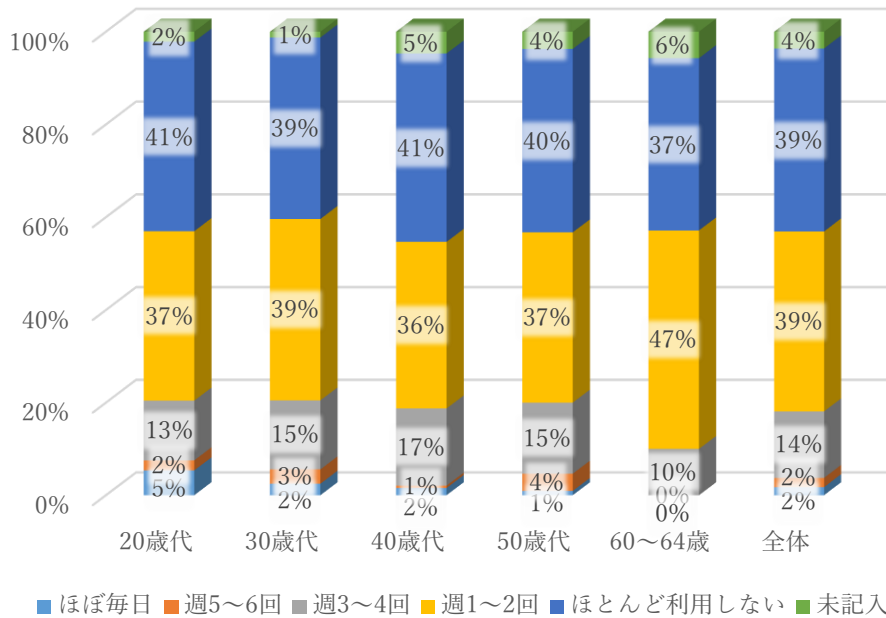


図40：夕食で調理済み食品を利用する回数（女性N=801）





問 51. あなたは「地産地消」という言葉を知っていますか。

図41：「地産地消」を知っているか（男性N=553）

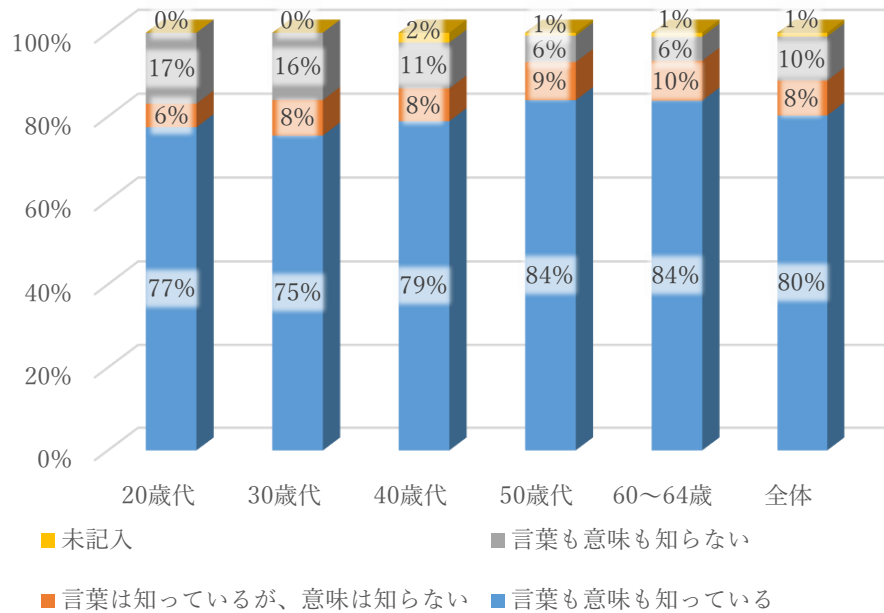
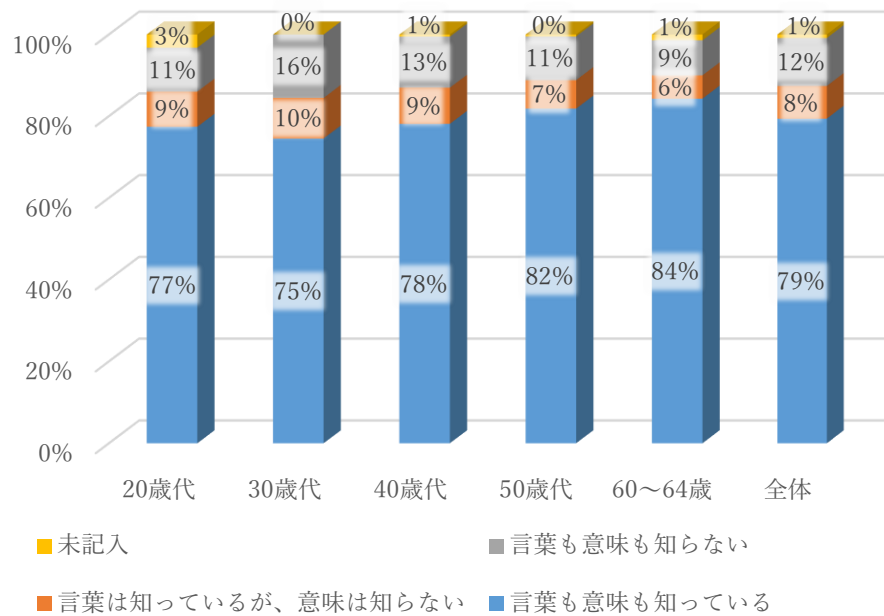
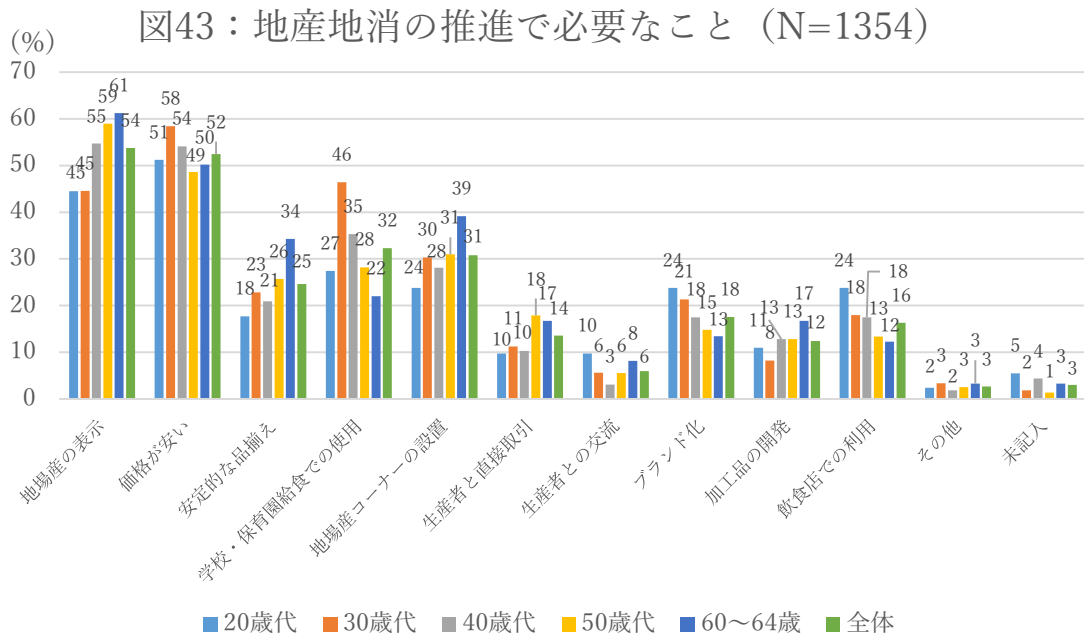


図42：「地産地消」を知っているか（女性N=801）



問 52. 地産地消を推進する上で必要だと思うことは何ですか。(〇は3つまで)



問 53. あなたは、「広陵町産農産物」を意識して購入していますか。

図44：広陵町産農産物を購入しているか（男性N=553）

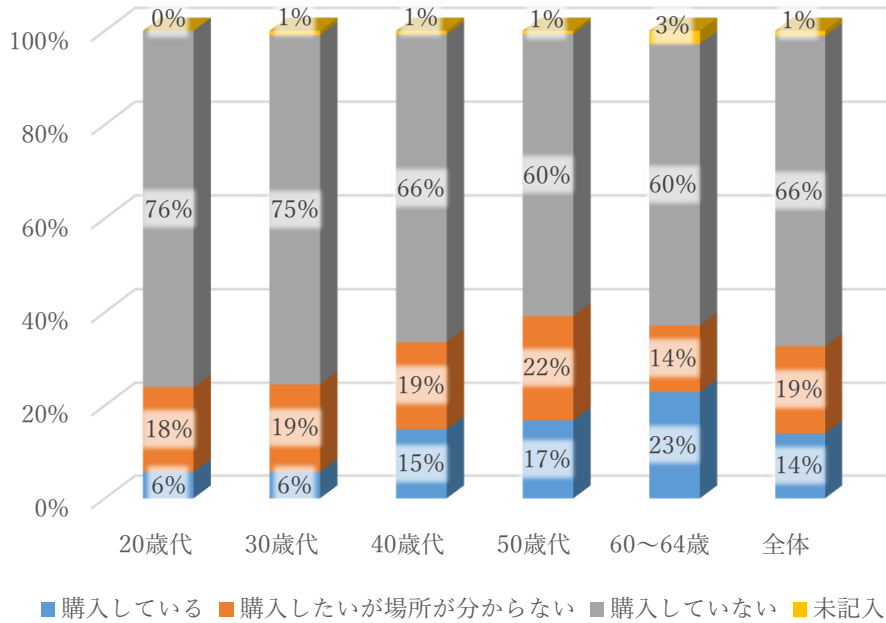
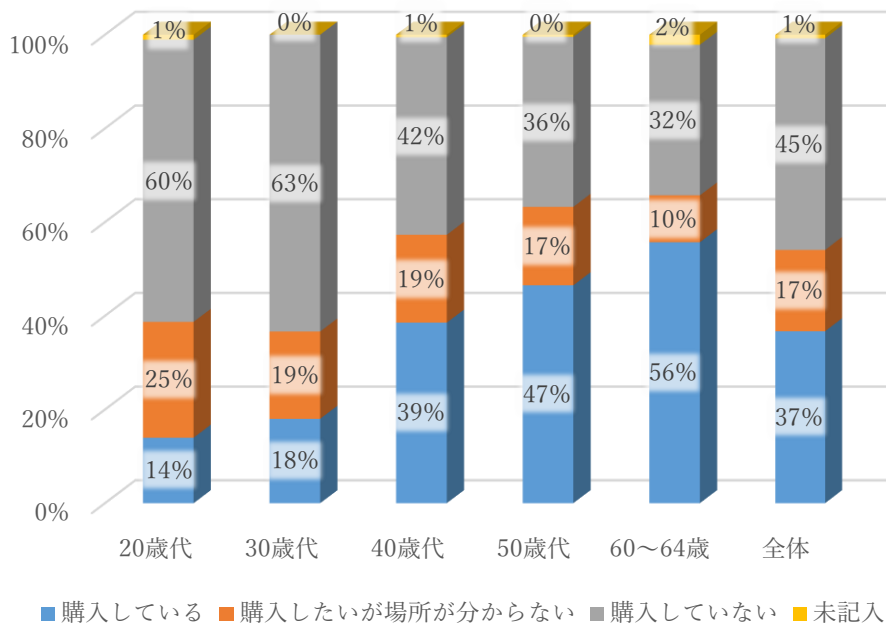
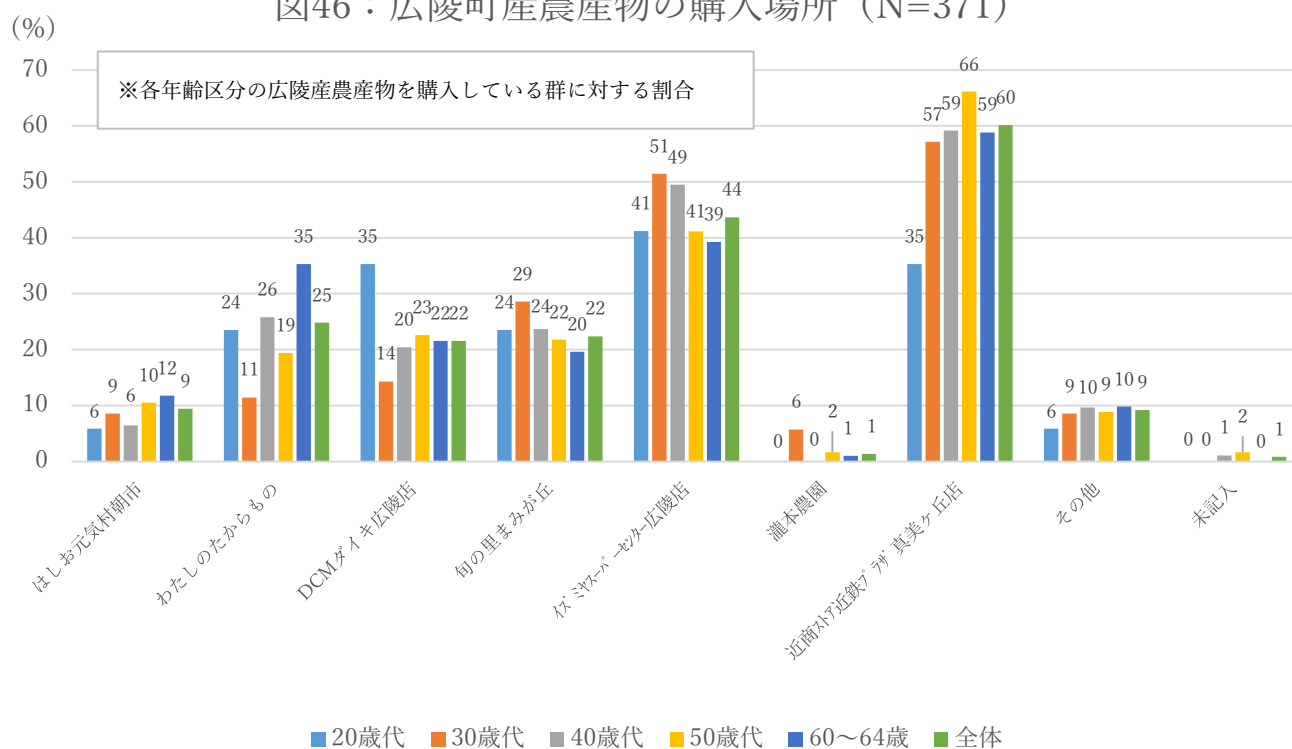


図45：広陵町産農産物を購入しているか（女性N=801）



どこで購入していますか。(あてはまるもの全てに○)

図46：広陵町産農産物の購入場所（N=371）



問 54. あなたは、広陵町の特産品が「なすび」だと知っていますか。

図47：広陵町の特産品がなすびだと知っているか  
(男性N=553)

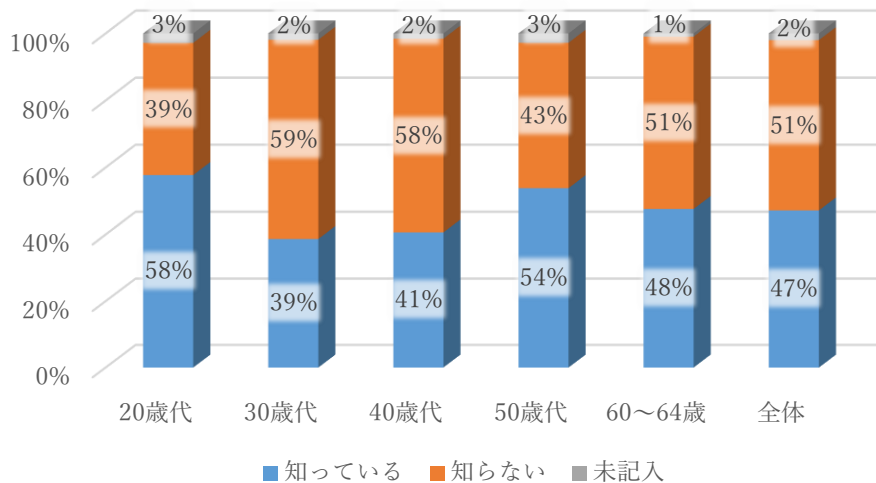


図48：広陵町の特産品がなすびだと知っているか  
(女性N=801)

