

第三次長崎県食育推進計画

～いただきます 元気ながさき おいしか県～

平成23年度～平成27年度



平成23年3月

 長崎県

長崎県食育推進県民会議

はじめに

食べることは心身ともに健康な生活を送るための基本であり、家族で囲む食卓は、会話によるコミュニケーションと食の知識及び食事マナーなどの学びの場であり、健全で豊かな心の形成にかけがえのないものです。

しかしながら、近年、ライフスタイルの変化により、家族で食卓を囲む機会の減少をはじめ、不規則な食生活による栄養バランスや健康面での問題などが懸念されています。

一方、産地偽装事件や輸入食品の汚染問題などにより、県民の食の安全・安心に対する関心は高まっています。

本県では、このような食をめぐる様々な課題に対応し、食育に関する取組を県全体で計画的に進めていくため、平成18年10月に「長崎県食育推進計画」を策定しました。

県内各地では、この計画に基づき、地域でのボランティアによる郷土料理の伝承や料理教室による食育活動、保育所や教育現場における給食を通した食育指導、農業体験、調理実習などの食育体験学習が行われているほか、生ごみのリサイクルによる土づくりを通した食育、「弁当の日」の実施による食育、食品の安全・安心の情報提供による食育など、関係者、関係団体が連携した多彩な食育活動が行われています。

このような取組もあり、5年前に比べ、栄養教諭の配置拡大等により、家庭での児童生徒の朝食欠損率は低下し、学校給食への地場産品の使用率も増加いたしました。

また、グリーン・ツーリズム等農林漁業者による消費者との交流受け入れ組織数も増加しており、食育が着実に推進されている手ごたえを感じます。

加えて、各市町においても、平成22年度末までに食育推進計画が策定されたことから、県内各地域で、それぞれの独自性を生かした食育の推進がなされていくことが、今後、期待されます。

そのため、県では、この度、これらの取組をベースに、県民運動としての食育のさらなる展開を目指し、新たに、ライフステージに応じた生涯にわたる間断のない食育の推進を掲げるとともに、市町及び関係団体とのより一層緊密な連携体制の構築を明示した「第二次長崎県食育推進計画」を策定いたしました。

食育は一生涯にわたるものです。あらゆる世代の県民お一人おひとりが、健全な食生活を実践し、健康で文化的な生活を実現できるよう、この計画に基づき県民の皆様と一緒にになって食育を推進してまいりますので、一層のご理解とご協力をお願ひいたします。

結びに、本計画の策定にあたり、熱心にご審議いただきました「長崎県食育推進県民会議」の委員の皆様をはじめ、ご協力をいただきました多くの皆様に心から感謝申し上げます。

平成23年 3月

長崎県食育推進県民会議

会長 長崎県知事 中村法道



目 次

第1章 計画策定の基本的な考え方	1
第1節 策定の趣旨	2
第2節 計画の役割と目標	3
第3節 計画の期間	3
第2章 食育をめぐる現状と課題	4
第3章 食育推進の基本的な進め方	14
第1節 責務及び役割	15
1. 県及び市町の責務	
2. 教育関係者等の役割	
3. 農林漁業者等の役割	
4. 食品関連事業者等の役割	
5. 県民の役割	
第2節 基本的な方針	16
第3節 計画の体系	17
第4章 食育推進の展開方向	19
1. 家庭における食育の推進	
(1) 基本的な食習慣の実践	20
(2) 望ましい食習慣・知識の習得と食を楽しむ機会の提供	21
(3) 発達段階に応じた栄養指導の推進	21
(4) 適切な栄養管理に関する知識の普及や情報の提供	23
(5) 食品廃棄物の発生抑制・再生利用	23
2. 保育所・幼稚園・認定こども園、小・中学校、 高等学校、特別支援学校における食育の推進	
(1) 保育所・幼稚園・認定こども園における食育推進	24
(2) 指導体制の整備・充実（小・中学校）	26
(3) 指導内容の充実（小・中学校）	26
(4) 体験活動を通じた食への理解の促進（小・中学校）	27
(5) 地域の特色を生かした学校給食の充実（小・中学校）	27
(6) 高等学校における食育推進	28
(7) 特別支援学校における食育推進	28
(8) 子ども・保護者への普及・啓発	29
3. 成人期以降の食育推進	
(1) 大学生の食育推進	30
(2) 社会人の食育推進	31
(3) 高齢者の食育推進	32
(4) 食育に関する普及及び啓発活動の推進	32
(5) 保健所、市町、医療機関等関係団体における普及・啓発	32
4. 地域における食生活改善のための取組の推進	
(1) 食生活に関する指針等の策定・普及	33
(2) 日本型食生活の普及	33

(3) 専門的知識を有する者の養成及び資質の向上	3 3
(4) 外食産業・食品関連事業者等による食育推進	3 4
5. 生産者と消費者との交流の促進	
(1) 都市と農山漁村の共生・対流の促進	3 5
(2) 農林漁業者等による食育推進	3 5
(3) 地産地消の推進	3 6
(4) 食品リサイクルの推進	3 7
6. ながさきの食文化継承のための活動の推進	
(1) ボランティア活動への支援	3 8
(2) 学校給食における郷土料理等の積極的な導入	3 8
(3) 食文化に関する知識の普及及び情報提供	3 8
7. 食品の安全性、栄養その他の食生活に関する調査、研究、情報の提供	
(1) リスクコミュニケーションの充実	4 0
(2) 食品の安全性や栄養等に関する情報提供	4 0
(3) 基礎的な調査・研究の実施	4 1
8. 食育推進の連携と啓発の強化	
(1) 「市町食育推進計画」との連携	4 2
(2) 各種団体等との連携・協力体制の確立	4 2
(3) 食育月間における取組の促進	4 3
(4) 民間の取組に対する表彰の実施	4 3
(5) 県民運動に資する情報提供	4 3
(6) 食育に関する県民の理解の増進	4 4
第5章 食育の推進体制	4 5
1. 長崎県食育推進県民会議	4 6
2. 長崎県食育推進会議	4 6
3. 県・市町食育推進スクラム会議	4 6
4. 食育推進広域ブロック会議	4 6
特 集	
食育活動の事例	4 8
保育所・幼稚園、学校等における取組事例	
ボランティア団体による取組事例	
生産者団体による取組事例	
企業等による取組事例	
参考資料	6 4
市町の取組状況	6 5
長崎県食育推進県民会議条例	6 7
長崎県食育推進会議設置要綱	6 9
長崎県食育推進計画の検討経過	7 1
用語の解説	7 2
別冊 数値目標	

第1章

計画策定の基本的な考え方

第1節

策定の趣旨

人の命と健康は、食べ物で支えられています。「食育」は生きる力を育て、生涯にわたって健康で豊かな生活を実現させるものです。

しかしながら、近年、核家族化やライフスタイルの多様化にともない、家族と食卓を囲み、会話をしながら食事のマナーやしつけをする機会が減少し、不規則な食事や栄養の偏りによる肥満、生活習慣病の増加など様々な問題が生じています。また、多くの食料を外国から輸入しながら、食べ残しや消費期限切れに伴う食品が廃棄されるなど、食べ物に対する感謝の念も薄らいできていることが懸念されています。

一方、度重なる食品偽装表示、輸入食品の汚染問題など、消費者の食の安全・安心に関する関心は高まる一方です。このような状況の中、長崎県では平成18年10月に、国の食育基本法※を受けて「長崎県食育推進計画」を策定し、各関係機関、団体等と連携しながら、「食育」を県民運動として展開してきました。

その結果、家庭や保育所・幼稚園をはじめ、小・中学校での食育の取組等が着実に推進され、食育関係ボランティアによる多彩な食育活動が主体的に行われています。また、各市町の食育推進計画も策定され、市町の特性に合わせた食育が推進されています。

しかしながら、まだまだ、若い世代における朝食の欠食や成人期以降の生活習慣病対策などの課題が見られる状況です。

食育はあらゆる世代の県民に必要なものであり、ライフステージ※に応じた生涯にわたる食育の推進が望まれます。

第一次計画では、心身の成長及び人格の形成に大きな影響を及ぼす子どもたちに焦点をあて、取り組んで来ましたが、今後は、義務教育後の高等学校や大学生への取組をはじめ、成人期の食育の推進、高齢者の食育の推進が新たな強化すべき課題となっています。

幸いにも、本県は、歴史的にも、外国との交流の中で、多彩な食文化を築きあげてきました。海の幸、山の幸にめぐまれた豊富な食材、豊かな食文化があり、この文化を次世代につなげていこうという取組が活発に行われています。

このような県の特性を背景に、現行計画の5年間における取組の成果をふまえ、市町及び地域における関係者との連携を更に強化し、今後の食育をめぐる社会情勢の変化にも対応できるよう、新たな食育推進計画を策定するものです。

第2節

計画の役割と目標

計画は、長崎県内において実施する食育推進のための各種施策を掲げ、食育に関する施策を総合的かつ計画的に推進するためのものであり、食育を県民運動として連携・協力して取り組むためのものです。

食育推進にあたっては、食に関する感謝の念と理解を深め、健全な心と身体を培い、豊かな人間形成を推進し、健康で文化的な県民の生活、豊かで活力のある社会の実現を目指します。

第3節

計画の期間

計画の期間は、平成23年度から平成27年度までの5年間とします。

さらに、社会環境の変化に対応するため、必要に応じて見直しの必要性や時期等を適時・適切に検討することとします。

第2章

食育をめぐる現状と課題

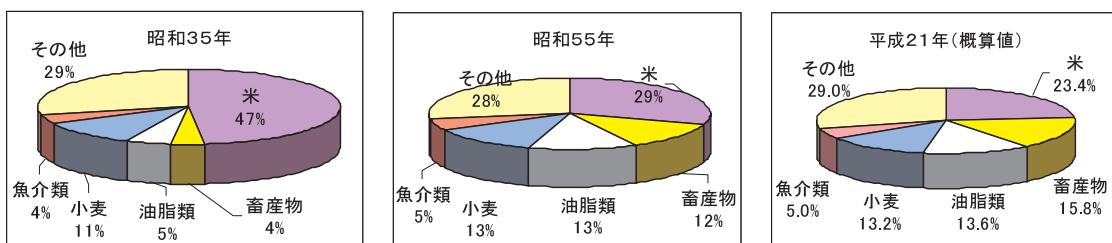
食育をめぐる現状と課題

1 食生活と健康

〈食生活の変化〉

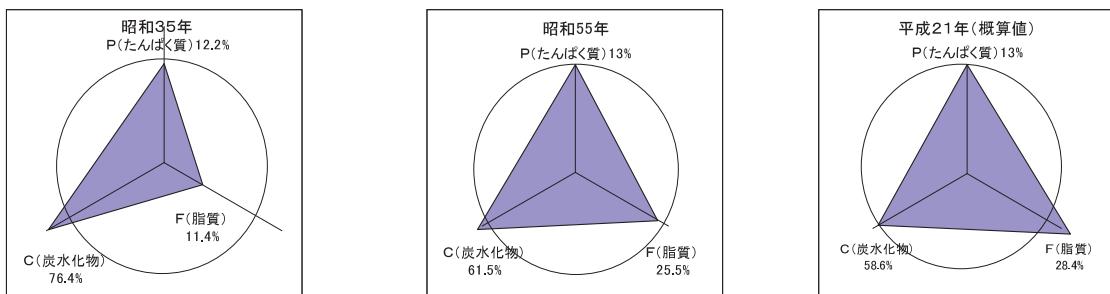
我が国における食料消費の割合は、日本の気候・風土に適し、自給可能な米の消費は減少する一方、畜産物、油脂類等が増大し、昭和55年代の栄養素(PFC)の熱量バランスがほぼ適正であった「日本型食生活」が、大きく変化し、平成21年度の状況は脂質が28.4%と適正值を上回るなど、栄養バランスの崩れが見られます。また、米の摂取状況も年々減少し、米ばなれが進んでいます。米食を中心に、脂質の多い食事を控えるなど、栄養バランスのとれた食事をすすめていくことが必要です。

○ 食料消費割合の変化（1人1日当たり：供給熱量ベース）



資料：農林水産省「食料需給表」

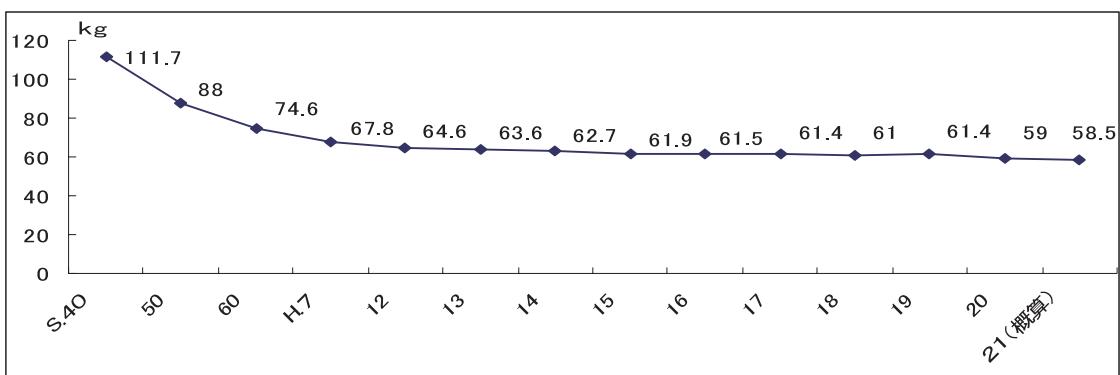
○栄養バランスの変化：農林水産省「食料需給表」を改変



注：適正比率は、「食料・農業・農村基本計画」における平成22年度の目標値

P(たんぱく質) 13%、F(脂質) 27%、C(炭水化物) 60%

○国民1人当たりの1年間の米の消費量



資料：農林水産省「食料需給表」

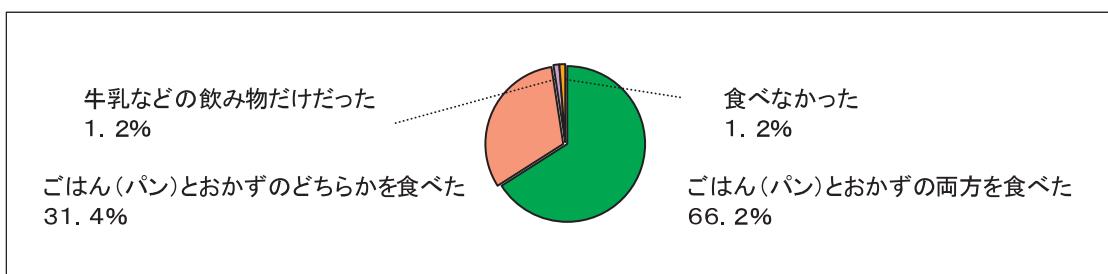
〈朝食の摂取状況・孤食の状況〉

本県の朝食を食べない児童生徒の割合は減少傾向にあり、平成21年度長崎県教育委員会学校運営調査によると、1.2%が何も食べなかつたと答えています。

また、平成19年度児童生徒の食生活実態調査報告書によると朝食を「1人で食べている」本県の児童生徒は、小学生で13.5%、中学生で31.1%であり、夕食を「こどもだけ及び1人で食べている」児童生徒は、小学生で4.3%、中学生で8.1%であり、年齢が高くなるほど孤食となる傾向があります。家族全員で夕食を食べる家庭はどちらも約半数でした。

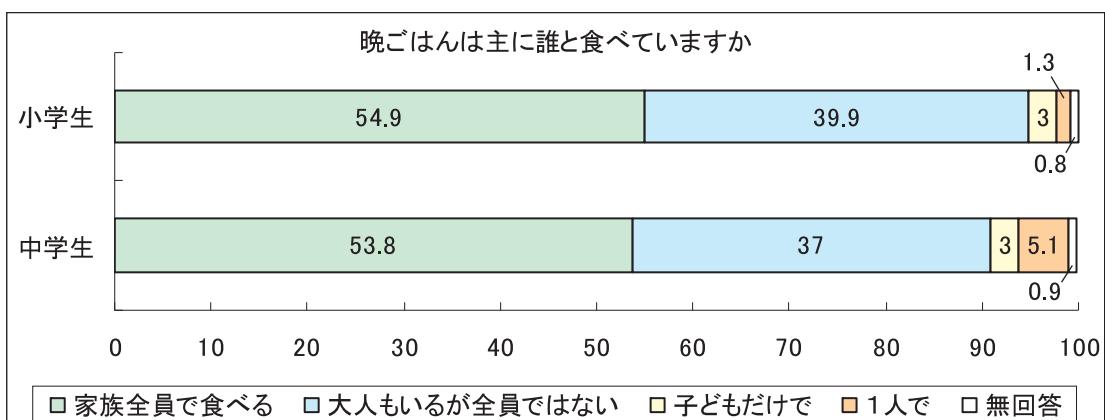
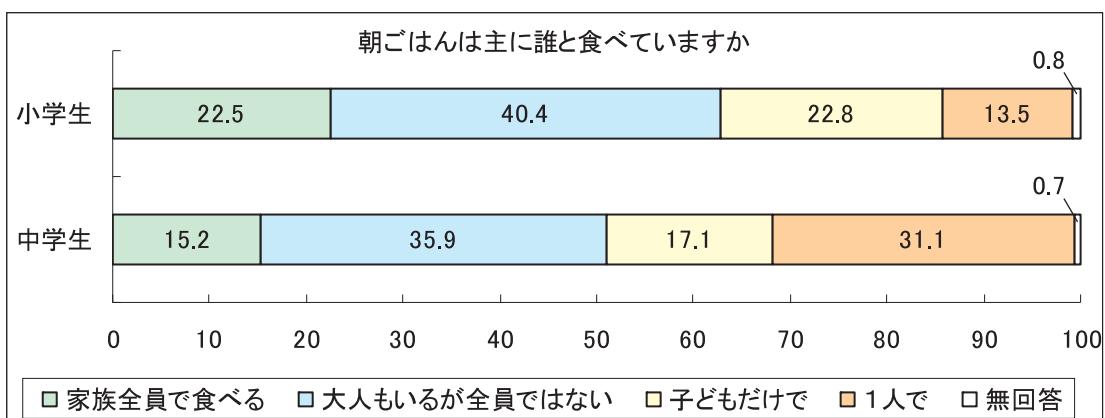
今後も、さらに朝食を食べない児童生徒を減少させ、孤食とならないよう家族そろって食卓をかこむ機会を増加させる取組が必要です。

○児童生徒の朝食摂食状況



資料：平成21年度長崎県教育委員会学校運営調査

○児童生徒の孤食状況



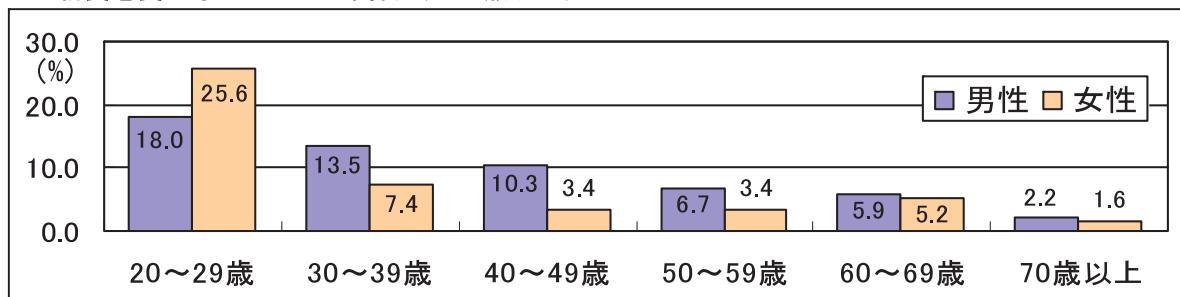
資料：平成19年度 長崎県教育委員会 児童生徒の食生活実態調査報告書

平成18年度県民健康・栄養調査による20歳以上の朝食の欠損調査では、全国と比較すると、男女とも欠損率は低くなっていますが、男性では約5人に1人、女性では約4人に1人が欠食し、20～29歳は男女とも他の年齢層に比べて高い傾向になっています。20歳代が、毎日、きちんと朝食を食べるような取組が必要です。

本調査の欠損とは、調査日（指定された1日）において、以下の項目に該当した人を朝食の欠損として示している。（習慣的な欠食状況を示したものではない。）

- ・菓子、果物、乳製品、嗜好飲料などの食品のみを食べた場合。
- ・錠剤などによる栄養素の補給、栄養ドリンクのみの場合
- ・食事をしなかった場合

○朝食を食べなかった人の割合（20歳以上）

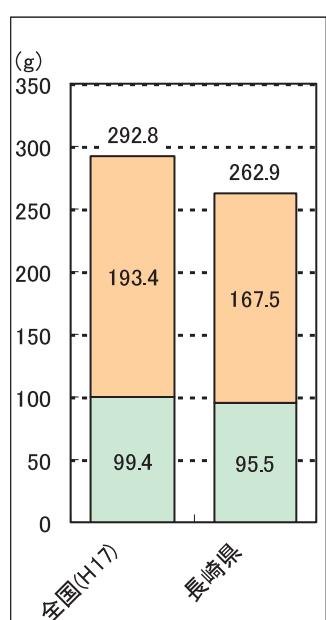


資料：平成18年度 長崎県県民健康・栄養調査報告書

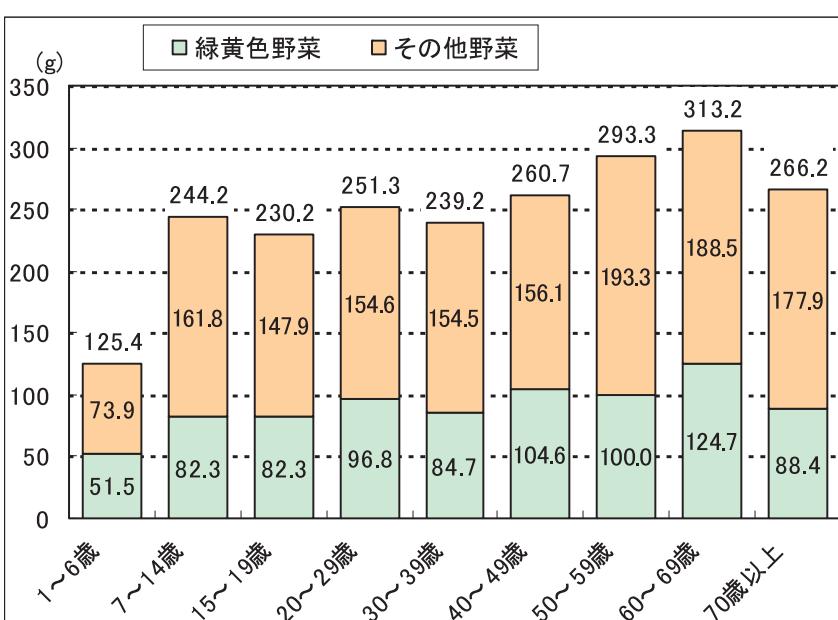
〈野菜の摂取量〉

平成18年度に策定した「長崎県健康づくり計画」の野菜摂取量目標値は1日当たり350gとしていますが、平成18年度県民健康・栄養調査結果では262.9gと全国平均より低くなっています。もっとも多い60歳代を見ても313.2gで目標には達していません。また、緑黄色野菜の目標値である120gを達成しているのは、60歳代のみです。栄養バランスのとれた食事内容とするために、目標値へ向けてもっと野菜の摂取量を増やす取組が必要です。

○野菜摂取量（国との比較）



○県内の野菜摂取量（年齢別）



資料：平成18年度 長崎県県民健康・栄養調査報告書

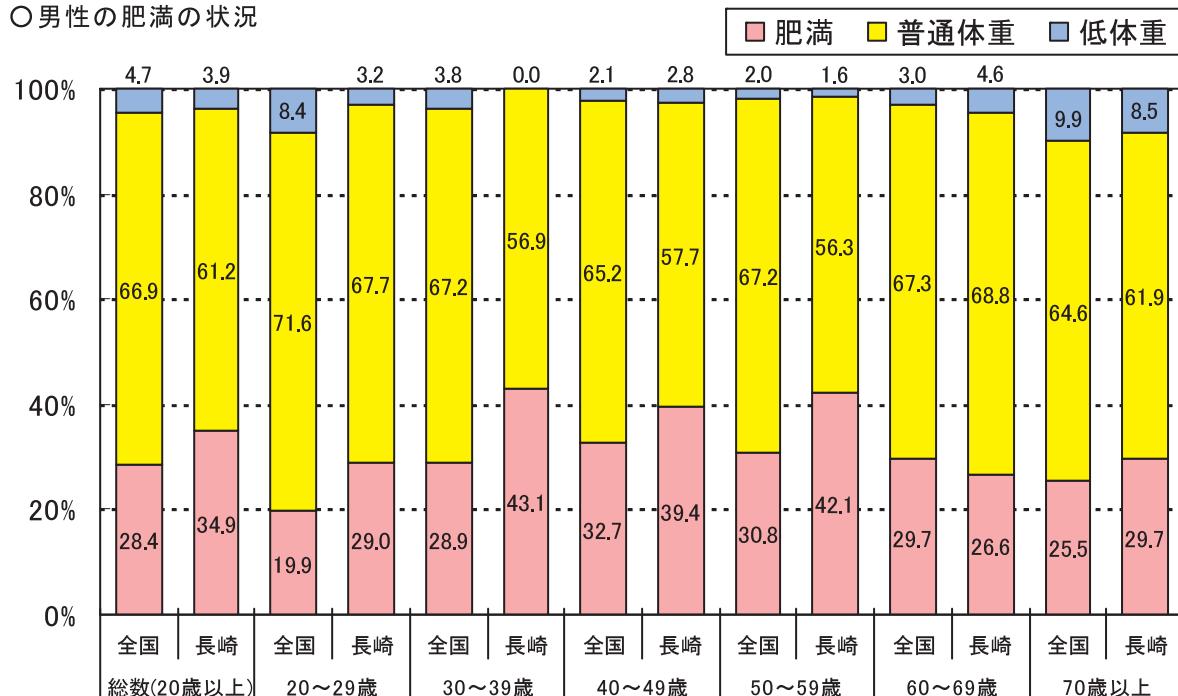
〈肥満の状況〉

平成18年度の県民健康・栄養調査結果では、全国の結果（平成16年実施分）と比較し、男女ともほとんどの年代で肥満者の割合が高くなっています。年齢ごとでは、全国で男女とも40代以降に肥満者の割合が増えているのに対し、本県男性では30歳代から増加しており、その後、横ばいとなっています。

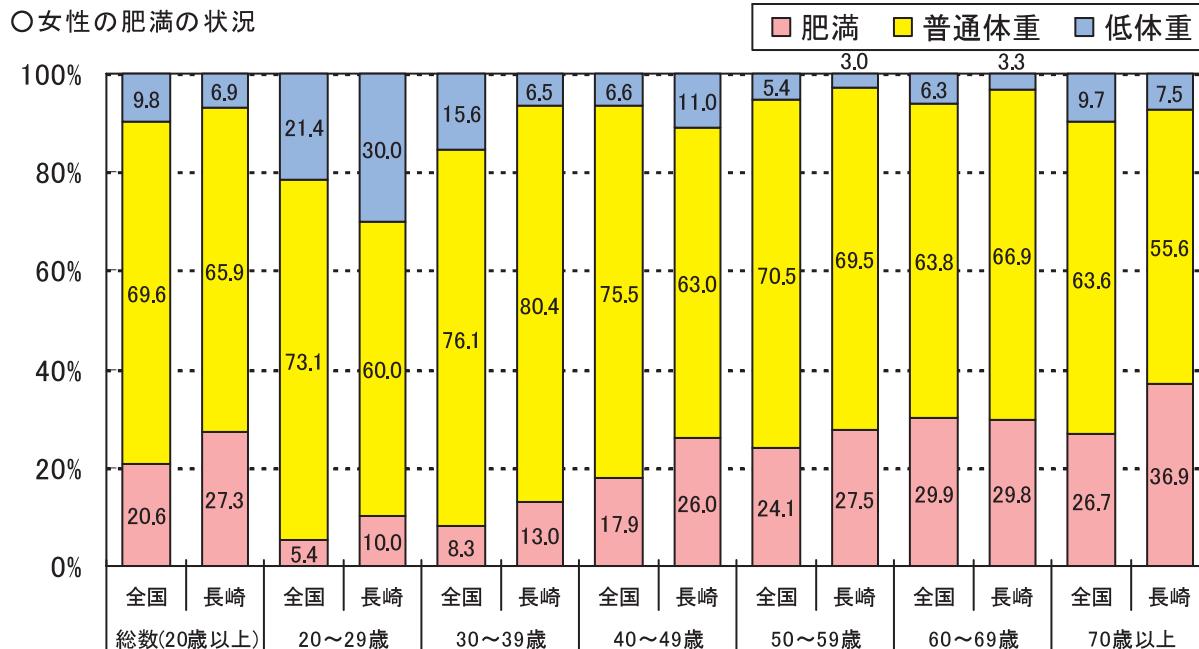
平成13年度に実施した県民栄養調査で、30～49歳男性の肥満者は31.5%であったものが、30歳代で43.1%、40歳代で39.4%とそれを上回る結果となっています。20歳以上は男性の3人に1人、女性の4人に1人が肥満となっています。

肥満は生活習慣病につながります。肥満予防のため、適正な栄養バランスのとれた食事と運動をすすめていくことが必要です。

○男性の肥満の状況



○女性の肥満の状況



資料：平成18年度 長崎県県民健康・栄養調査報告書

〈メタボリックシンドローム*の状況〉

20歳以上において、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）が強く疑われる者または予備群と考えられる者の割合は、男女とも全国より若干多くなっています。また、男性では30歳代から増えており、40歳代以降はほぼ横ばいです。

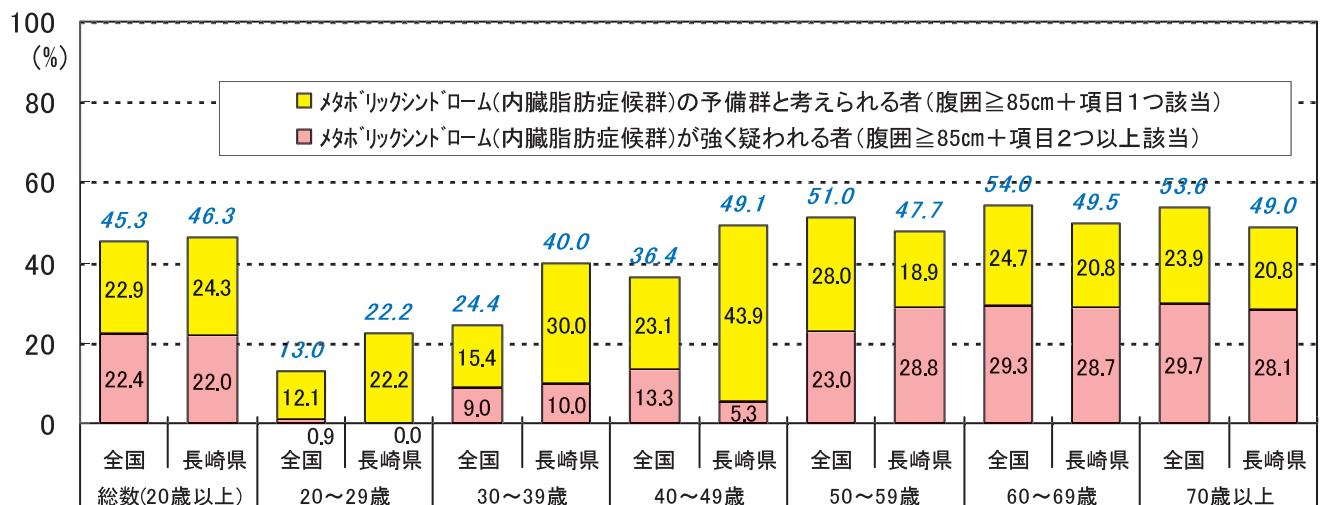
女性は、年を追うごとに増えており、60歳代では4人に1人、70歳代では3人に1人となっています。（全国の結果は平成17年実施分）

メタボリックシンドロームを予防させるためには、適正な栄養バランスのとれた食事と運動をすすめていくことが大切です。特に若い世代の食生活改善は重要です。

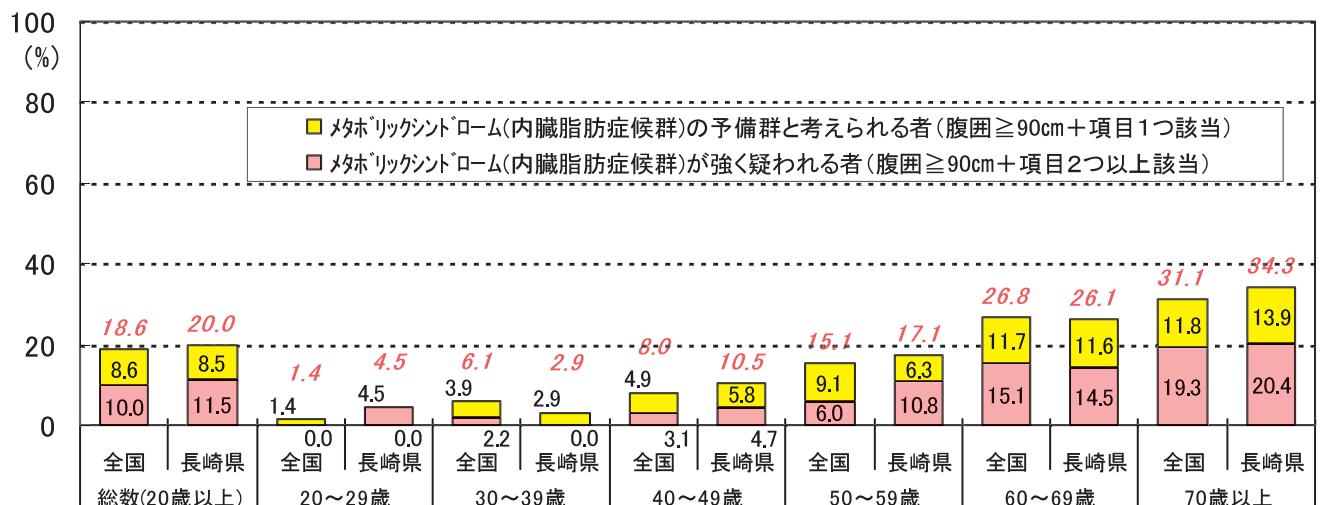
メタボリックシンドロームの診断基準

- 必須項目腹囲（おへその高さの腹囲）：男性85cm以上、女性90cm以上
- 上記に加えて下記の1～3のうち2つ以上
 1. 中性脂肪値150mg/dl以上、HDLコレステロール40mg/dl未満のいずれかまたは両方
 2. 最大血圧（収縮期）130mmHg以上、最小血圧（拡張期）85mmHgのいずれかまたは両方
 3. 空腹時血糖値110mg/dl以上

○男性のメタボリックシンドロームの状況



○女性のメタボリックシンドロームの状況



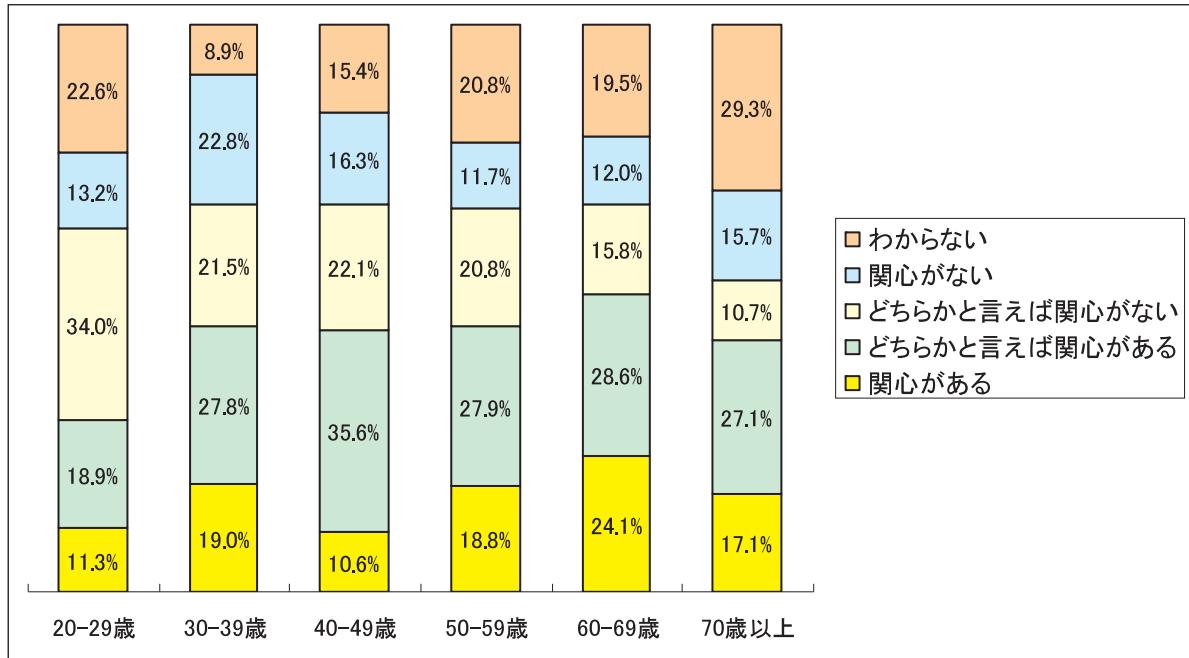
資料：平成18年度 長崎県県民健康・栄養調査報告書

〈食育に関する関心度〉

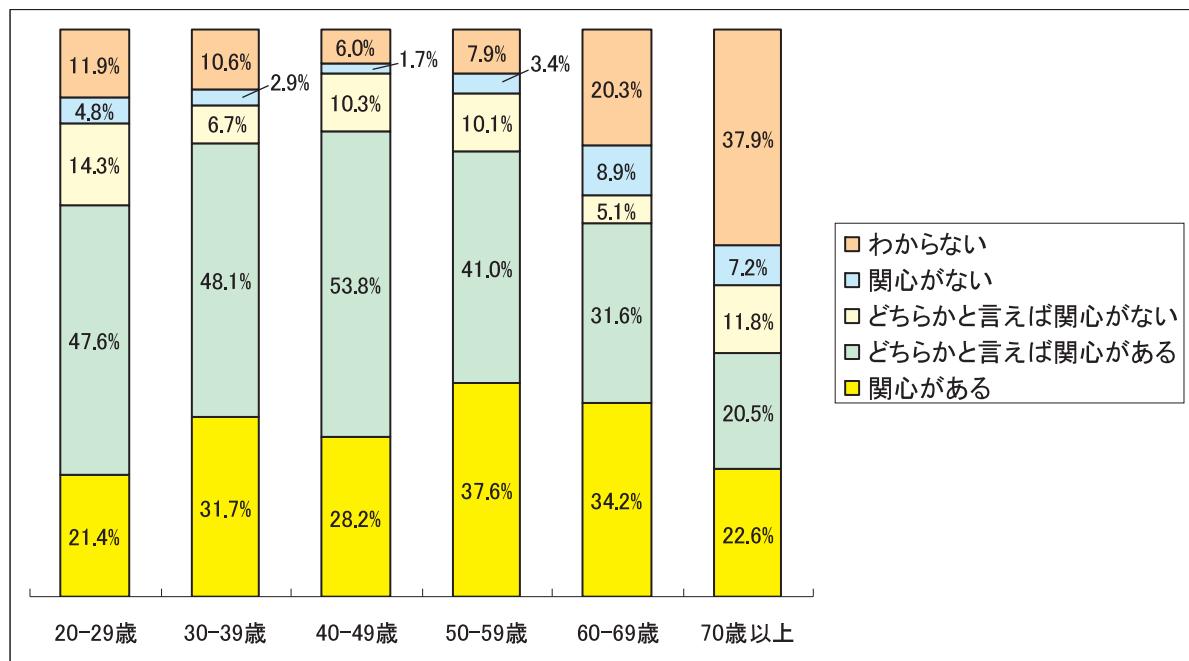
平成18年度長崎県健康・栄養調査では、20歳代以上の食育に関する関心度は、「関心がある」、「どちらかと言えば関心がある」を含め、男性より女性の方が高く男女ともに20歳代は低い傾向にありました。

今後、若い世代に対する食育に対する関心度を上げることが大切です。特に男性の関心度を引き上げる必要があります。この世代は、自分自身のためだけでなく次の世代を担う子ども達を育していくためにも食育の啓発は重要です。

○男性の食育への関心度



○女性の食育への関心度



資料：平成18年度 長崎県県民健康・栄養調査報告書

〈食事の早さと噛む回数でみた体重の変化〉

20歳時の体重から、10kg以上の増加があった35歳以上の人々の割合を見ると食べる速度が速く、かつ、噛む回数が少ない人は増加する傾向があります。

肥満予防のために、しっかりとよく噛むことは大切です。また、口腔機能※を維持し、生涯にわたって味わって食事を楽しむためにも、「よく噛んで食べる」ことの啓発は重要です。

○食事の早さと噛む回数でみた体重の変化



資料：(社)長崎県歯科医師会
「かむかむダイエットによる生活習慣病」
平成21年度事業報告書

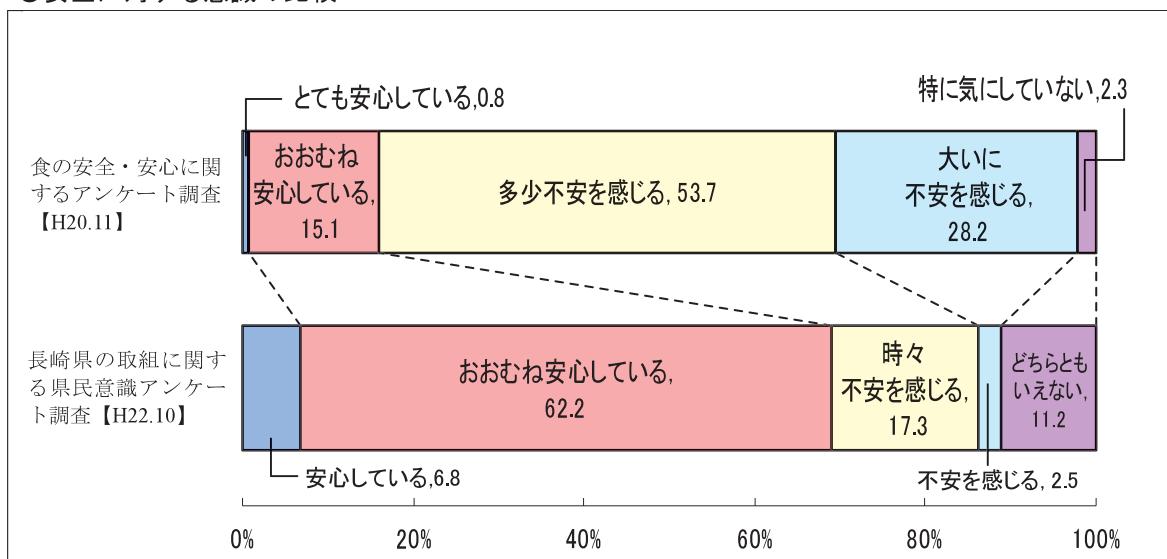
2 「食」の安全上の問題

1. 平成22年度「長崎県県民意識アンケート調査」結果

平成20年度に実施した「食の安全・安心に関する長崎県県政アンケート調査」では「あなたは最近、食品全般の安全性について、どのように感じていますか。」の問いに「多少不安を感じる」「大いに不安を感じる」の回答が合わせて80%以上と高い値でした。平成22年度に実施した「長崎県の取組に関する県民意識アンケート調査」では、「長崎県の「食の安全・安心」について、どのように感じていますか。」の問い合わせに対して「とても安心している」「おおむね安心している」との回答が約70%という回答でした。

食生活が豊かになる一方、食品の安全・安心に対する県民の関心度は高くなっています。今後も、食品の安全・安心に関する取組が重要です。

○安全に対する意識の比較



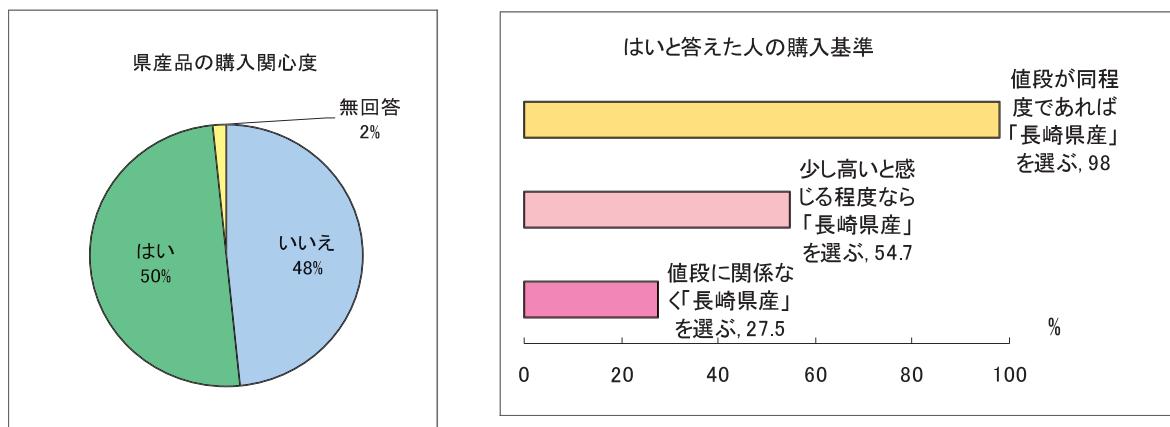
3 地産地消

〈長崎県产品購入の関心度〉

平成21年度4月県政世論調査によると、長崎県产品であることを重視して買物するかを尋ねたところ、重視しているは全体で50%に上がるなど高い割合となりました。また、購入層の5割以上は他県産等よりやや値段が高くても購入する傾向がありました。

特に高年代ほど重視する傾向が強く、一方で10代から40代までは平均を下回るなど意識の違いが見られました。

食育の観点（身土不二※やフードマイレージ※）から、土地でできたものを食べるとの大切さを啓発していくことが重要です。



資料：平成21年度県政世論調査

4 食料自給率

〈我が国の食料自給率〉

我が国の食料自給率（カロリーベース）は、昭和40年度の73%から50年度には54%へと短期間に大きく低下しました。その後、ほぼ横ばいで推移しましたが、60年度以降再び大きく低下し、平成10年度には40%となり、それ以降はほぼ40%と横ばいで推移しています。

食糧自給率の向上は、世界的視野からみても重要課題です。生産者と消費者間の食に関する理解と関心を深めていくことが重要です。

〔食料自給率とは〕

その国で消費される食料がどのくらい国内で生産されているかを示す指標です。

(注) 畜産物については、輸入飼料に依存している分を除いています。

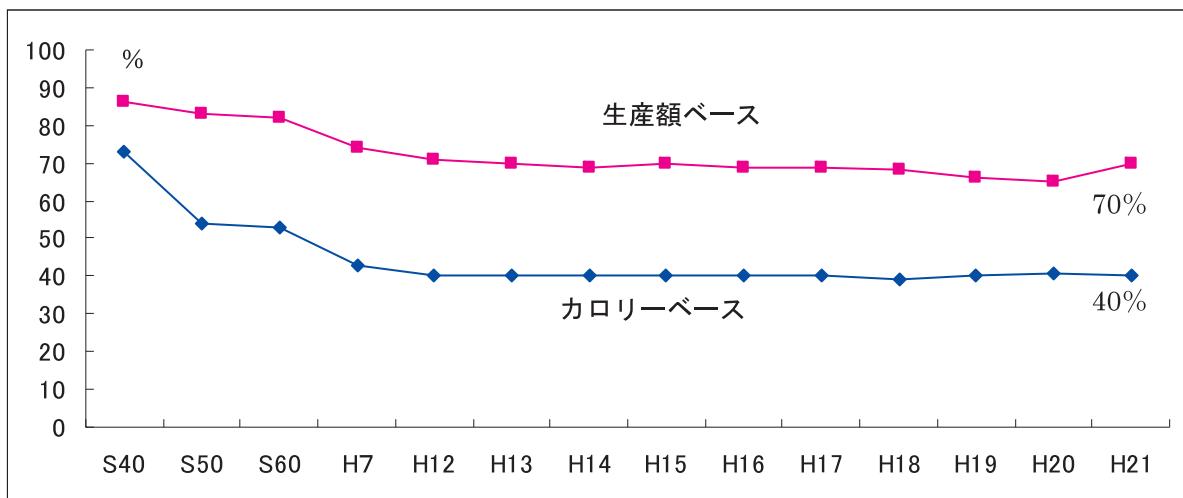
例：豚肉の自給率 53% × 豚の飼料自給率 9.7% = 豚肉のカロリー自給率 5%

$$\text{カロリーベースの食料自給率} = \frac{\text{国民一人1日当たりの 国産熱量 (1,029 kcal)}}{\text{国民一人1日当たりの 供給熱量 (2,588 kcal)}} \times 100 = 40\%$$

(注) 畜産物及び加工食品については、輸入飼料及び輸入食品原料の額を除いています。

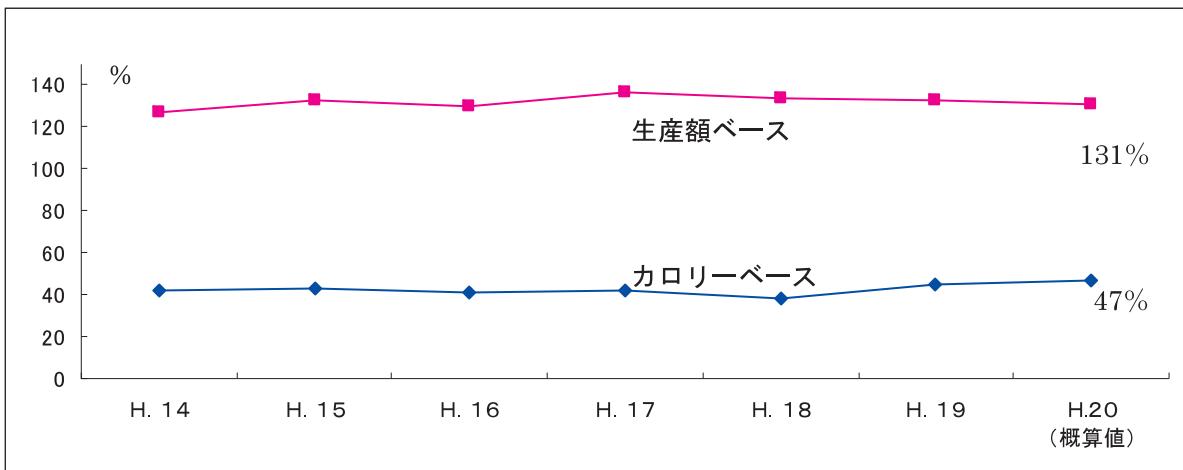
$$\text{生産額のベースの食料自給率} = \frac{\text{食料の国内生産額 (10.6兆円)}}{\text{食料の国内消費仕向額 (15.2兆円)}} \times 100 = 70\%$$

○我が国の食料自給率の推移



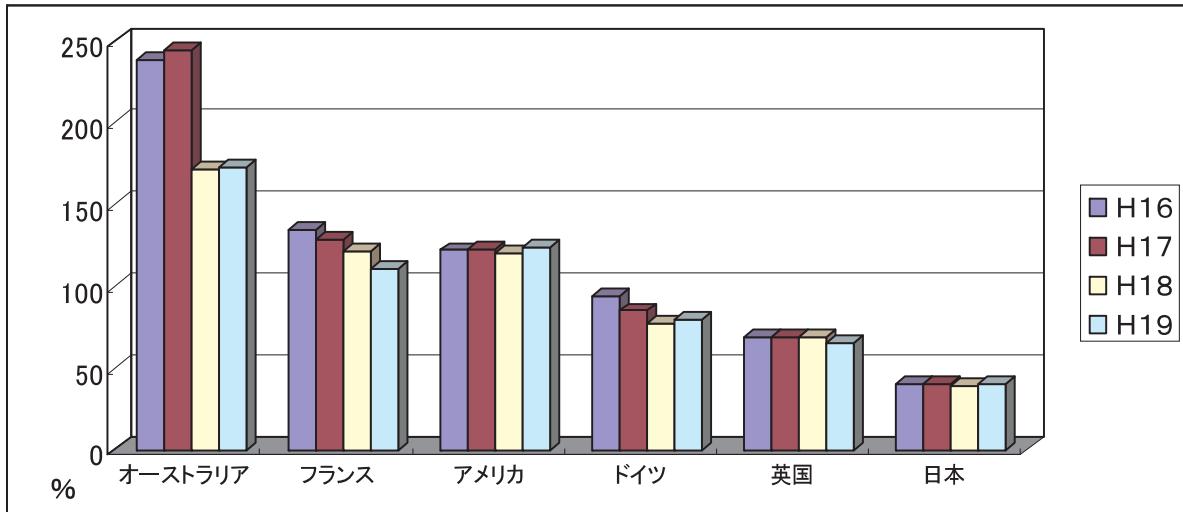
資料：農林水産省 平成21年度食料自給率をめぐる事業

○長崎県の食料自給率の推移



資料：農林水産省 都道府県の食料自給率の推移

○主要先進国 の食料自給率（カロリーベース）



資料：農林水産省 平成21年度食料自給率をめぐる事業

第3章

食育推進の基本的な進め方

第1節

責務及び役割

1. 県及び市町の責務

県及び市町は、食育の推進に関し、国や関係者・機関・団体等との連携を図り、地域の特性を生かした施策を食育推進計画に基づき、実施する責務があります。

2. 教育関係者等の役割

教育、保育、介護その他の社会福祉、医療・保健の関係者、機関、団体は、食に関する関心及び理解を増進する上で重要な役割があることから、あらゆる機会とあらゆる場所を利用して、積極的に食育を推進するよう努めるとともに、他の者の行う食育の推進に関する活動に協力するよう努めます。

3. 農林漁業者等の役割

農林漁業者及びその団体は、農林漁業に関する体験活動等が消費者等の食に関する関心及び理解を増進する上で重要な役割があることに鑑み、農林漁業に関する多様な体験の機会を積極的に提供し、自然の恩恵と食に関わる人々の活動の重要性について、県民の理解が深まるよう努めるとともに、教育関係者等と相互に連携して食育の推進に関する活動を行うよう努めます。

4. 食品関連事業者等の役割

食品の製造、加工、流通、販売、食事の提供を行う事業者及びその団体は、その事業活動に関し、自主的かつ積極的に食育の推進に自ら努めるとともに、県・市町が実施する食育の推進に関する施策等に協力するよう努めます。

5. 県民の役割

県民は、家庭、保育所、幼稚園、学校、地域その他の社会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るとともに、食育の推進に寄与するよう努めます。

第2節

基本的な方針

1. 県民の心身の健康の増進と豊かな人間形成

食に関する適切な判断力を養い、生涯にわたって健全な食生活を実現することにより、県民の心身の健康の増進と豊かな人間形成を図ります。

2. 食に関する感謝の念や理解

様々な体験活動を通じて、食に関する感謝の念や理解を深めます。

3. 子どもや児童生徒の食育における保護者、教育関係者の意識向上と相互の連携

父母やその他の保護者や教育、保育等に携わる者の意識の向上を図り、家庭や教育、保育の場が果たすべき重要な役割についての自覚を促すとともに、相互の密接な連携の下、子どもが楽しく食を学ぶことができる取組を積極的に実施します。

4. 成人期以降まで間断のない生涯を通じた食育の推進

栄養の偏りや食習慣の乱れによる生活習慣病を予防するため、三食きちんとバランス良く食べる習慣を継続させるとともに、「食べること」を大切にし、楽しむことができるよう食育の意識の向上を図ります。

5. 食に関する体験活動と食育推進活動

家庭、保育所、幼稚園、学校、地域等社会の様々な分野において、教育関係者、農林漁業者、食品関連事業者等多様な主体により、食を学ぶ機会が提供され、多くの県民が食に関する体験活動に参加するとともに、意欲的に食育の推進のための活動を実践します。

6. 伝統的な食文化の継承や農山漁村の活性化と食料自給率の向上

伝統的な食文化や長崎県の特性を生かした食生活の継承・発展に配慮するとともに、食料需給への県民の理解の促進、都市と農山漁村の共生・対流や生産者と消費者の交流等を通して農山漁村の活性化と食料自給率の向上へ貢献します。

7. 食品の安全性の確保

食品の安全性をはじめ、食に関する幅広い情報を多様な手段で提供するとともに、行政、関係団体・事業者、消費者等の間の意見交換を積極的に推進します。

8. 食育推進運動の展開

県民や民間団体の自発的意思を尊重するとともに、地域の特性に配慮し、食育に関係する人や団体等が連携と協力のもと、食育を県民運動として展開します。

また、食育推進運動を県民運動として展開するため、市町の食育推進計画を踏まえながら、地域における関係者のネットワーク化を図るなど連携・協働体制を構築します。

第3節

計画の体系

計画は、8つの基本的施策ごとに、38の施策を体系化しています。

目 標

健康で文化的な県民の生活・豊かで活力のある社会の実現

健全な心と身体を培う・豊かな人間性を育む

県民運動としての食育推進の展開

基 本 的 施 策

1. 家庭における食育の推進

2. 保育所・幼稚園・認定こども園、
小・中学校、高等学校、特別支援学校における食育の推進

3. 成人期以降の食育の推進

4. 地域における食生活改善のための
取組の推進

5. 生産者と消費者との交流の促進

6. ながさきの食文化継承のための活
動の推進

7. 食品の安全性、栄養その他の食
生活に関する調査、研究、情報の
提供

8. 食育推進の連携と啓発の強化

施 策

- (1) 基本的な食習慣の実践
- (2) 望ましい食習慣・知識の習得と食を楽しむ機会の提供
- (3) 発達段階に応じた栄養指導の推進
- (4) 適切な栄養管理に関する知識の普及や情報の提供
- (5) 食品廃棄物の発生抑制・再生利用

- (1) 保育所・幼稚園・認定こども園における食育推進
- (2) 指導体制の整備・充実（小・中学校）
- (3) 指導内容の充実（小・中学校）
- (4) 体験活動を通じた食への理解の促進（小・中学校）
- (5) 地域の特色を生かした学校給食の充実（小・中学校）
- (6) 高等学校における食育推進
- (7) 特別支援学校における食育推進
- (8) 子ども・保護者への普及・啓発

- (1) 大学生の食育推進
- (2) 社会人の食育推進
- (3) 高齢者の食育推進
- (4) 食育に関する普及及び啓発活動の推進
- (5) 保健所、市町、医療機関等関係団体における普及・啓発

- (1) 食生活に関する指針等の策定・普及
- (2) 日本型食生活の普及
- (3) 専門的知識を有する者の養成及び資質の向上
- (4) 外食産業・食品関連事業者等による食育推進

- (1) 都市と農山漁村の共生・対流の促進
- (2) 農林漁業者等による食育推進
- (3) 地産地消の推進
- (4) 食品リサイクルの推進

- (1) ボランティア活動への支援
- (2) 学校給食における郷土料理等の積極的な導入
- (3) 食文化に関する知識の普及及び情報提供

- (1) リスクコミュニケーションの充実
- (2) 食品の安全性や栄養等に関する情報提供
- (3) 基礎的な調査・研究の実施

- (1) 「市町食育推進計画」との連携
- (2) 各種団体等との連携・協力体制の確立
- (3) 食育月間における取組の促進
- (4) 民間の取組に対する表彰の実施
- (5) 県民運動に資する情報提供
- (6) 食育に関する県民の理解の増進

第4章

食育推進の展開方向

本章で記載している個々の取組の実施主体としては、以下により表示しています。

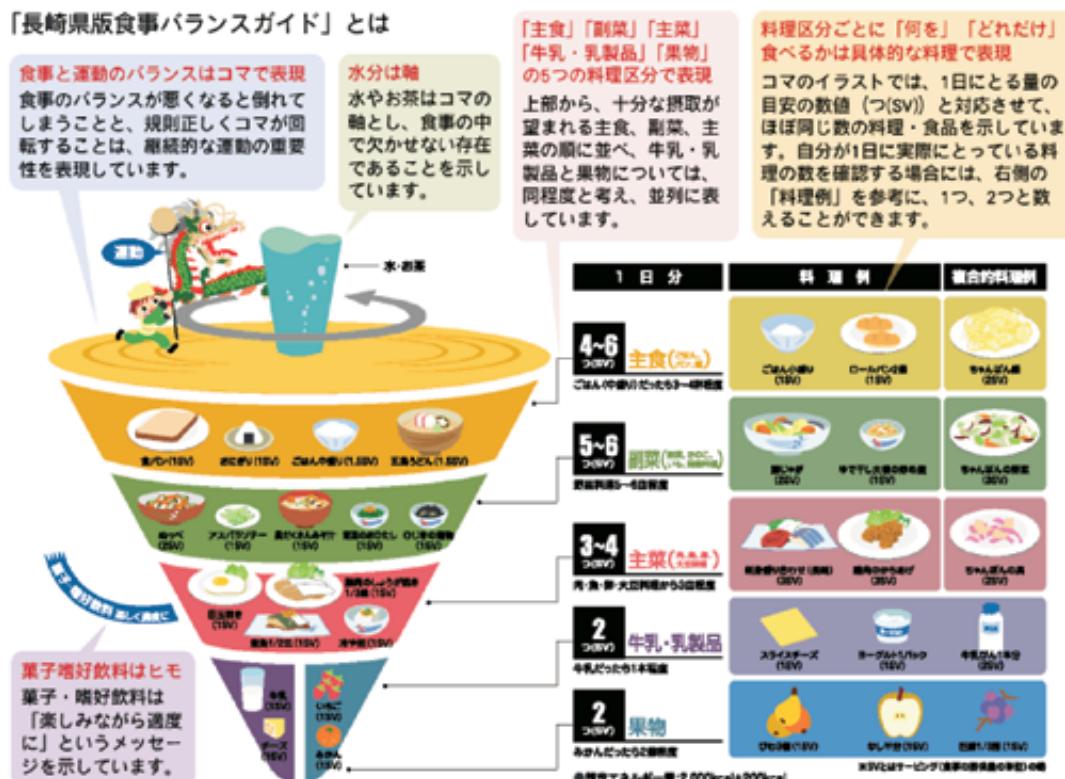
- 【 】 …… 県の関係課
- () …… 施策に関係する県以外の機関、外部団体等

1 家庭における食育の推進

- 栄養の偏りや食習慣の乱れなど、食をめぐる様々な課題の解決には、家庭における食育の推進が基本です。
- 家庭は、健全な食習慣を形成する基礎となる場であり、家庭教育を通して「食」の大切さや「食」に対する考え方を育てるという大きな役割を担っています。
- 家族そろって食卓をかこむことは、家族とのコミュニケーションを図り、食事マナーのしつけをする上でかかせないことです。
- 県民一人ひとりが家庭において自分自身や子どもの食生活を大切にし、健全な食生活を実践し、健全な食習慣を確立することが大切です。

(1) 基本的な食習慣の実践

- 長崎県版食事バランスガイド※を活用し、個人が適正な食生活を実践できるよう、健康づくりにおける食育の推進を図ります。
【国保・健康増進課】
(各市町、(社)長崎県栄養士会、食生活改善推進連絡協議会)



- 朝食をとることや早寝早起きを実践することなど、子どもの基本的な生活習慣を育成するため、家庭教育支援プログラムを活用した普及啓発活動を行うとともに、地域ぐるみで取り組む活動を推進します。

【こども未来課、こども家庭課、国保・健康増進課】
(各市町)

- 子どもの栄養や運動に関する実態を把握するとともに、子どもの健全な発育を促すよう栄養と運動の両面からの肥満予防対策を推進します。
【体育保健課】
(各市町教育委員会)

- 基本的な食習慣形成のため、家族とコミュニケーションを取り、食事を通したしつけができるよう、家族で食卓をかこむ機会を増やすことを推進します。
【食品安全・消費生活課】
(各市町)



(2) 望ましい食習慣・知識の習得と食を楽しむ機会の提供

- 学校を通じて保護者に対し、食育の重要性や健康美あふれる身体づくりなどの適切な栄養管理に関する知識等の啓発に努めます。
【体育保健課】
(各市町教育委員会)

- 食育に関する内容を含め家庭でのしつけや子育てのヒント集として文部科学省が作成した家庭教育手帳を、乳幼児や小学生等を持つ保護者に周知し、その活用を図ります。
【こども未来課】
(各市町)

- 幼児・児童・生徒及びその保護者を対象に、旬のものや地域の素材を生かした料理教室やおやつ作り教室など、楽しみながら望ましい食習慣や味覚を身に付ける活動を関係機関が連携して推進します。

【こども未来課、学事振興室、国保・健康増進課、体育保健課】
(各市町、各市町教育委員会、(社)長崎県栄養士会、食生活改善推進連絡協議会)

(3) 発達段階に応じた栄養指導の推進

- 世代別食事バランスガイド※を活用し、ライフステージに対応した食育の推進に努めます。
【国保・健康増進課】
(各市町、食生活改善推進連絡協議会、(社)長崎県栄養士会)



食生活改善推進員による料理教室

- 妊娠期の女性やその配偶者を対象に、各市町において料理の基礎を習得する調理実習や食生活講話を実施するなど、妊婦や生まれてくる子どもの健康増進に努めます。

【こども家庭課】
(各市町)

- 乳児期の保護者を対象に、各市町において乳児期の食生活講話・離乳食調理実習・家庭訪問を実施するなど、乳児期の食経験の大切さに関する理解を促進します。

【こども家庭課】
(各市町)

- 市町において、乳幼児期の保護者を対象に、人が食べるための口腔機能の健全性を保つことが必要であるという理解を広めるため、食品の栄養面だけでなく、口腔機能の発達に応じた噛みごたえのある食品の摂取について指導が行われるよう努めます。

【こども家庭課、国保・健康増進課】
(各市町、(社)長崎県歯科医師会、(社)長崎県栄養士会)

- 幼児・児童・生徒及びその保護者を対象に、食習慣の形成と情緒の発達、健康への影響などに関する学習会を開催するなど、「食」に関する正しい知識と習慣の普及に努めます。

【こども未来課、こども家庭課、国保・健康増進課、生涯学習課、体育保健課】
(各市町、(社)長崎県栄養士会、食生活改善推進連絡協議会)

- 子どもの発育にとって、栄養面や運動面と並び健全な口腔機能の保持・増進が重要であることから、指導の場面において噛みごたえのある食事内容や食事時間を十分にとったそしゃく（食べ方）が行える食習慣の推進を図ります。

【こども家庭課、体育保健課】
(各市町、(社)長崎県歯科医師会、(社)長崎県栄養士会)

- 成人者を対象に、生活習慣病※予防のため、栄養士による栄養指導やボランティアとの協働による講座開催の充実を図ります。

【国保・健康増進課】
(各市町、(社)長崎県栄養士会、食生活改善推進連絡協議会)



栄養士会による活動（健康料理教室deメタボ予防教室）

(4) 適切な栄養管理に関する知識の普及や情報の提供

- 成長期の子どもから高齢者まで男女を問わず、望ましい食習慣を身につけてもらうため、各世代の健康課題に応じた講習会等の実施や情報提供を関係機関と連携して推進します。 【国保・健康増進課】
(各市町、(社)長崎県栄養士会、食生活改善推進連絡協議会)



男性料理教室

- 食育を通じて青少年の健全育成を図るため、青少年育成に関するイベントや情報提供活動等において食育の普及啓発を推進します。 【こども未来課】
(各市町)

(5) 食品廃棄物の発生抑制・再生利用

- 市町、関係団体と連携して、家庭における食品廃棄物の減量化や再生利用等に関する活動の普及推進を図ります。 【未来環境推進課】
(各市町、生ごみ減量化リーダーネットワークながさき)

コラム 〈6つの「こ食」〉

孤食	ひとりで食べること
個食	自分の好きなものを各々が食べること
粉食	スパゲッティやパンなど粉を使った主食を好んで食べること
固食	固定された自分の好きなものしか食べないこと
濃食	マヨネーズ、ケチャップなどをかけて味を濃くして食べること
小食	食べる量が少ないこと

※ 「こ食」は栄養の偏りのみならず、社会性・協調性にも影響を与えます。
時間を作つて、家族そろって食卓をかこみ、同じ料理を食べながら会話を楽しむことがたいせつです。



2 保育所・幼稚園・認定こども園、小・中学校、高等学校、特別支援学校における食育の推進

- 保育所・幼稚園・認定こども園※、小・中学校は子どもの食生活の改善を進めていく場として、大きな役割を担っているとともに、子どもを通して家庭への波及効果をもたらすことも期待されています。
- 保育所・幼稚園・認定こども園、小・中学校における魅力ある食育推進活動を通して、子どもの健全な食生活の実現と健全な心身の成長を図ることが大切です。
- 高等学校においては、生涯を通して健康で健全な食生活を営めるよう、家庭科等において、栄養、食品、調理及び食品衛生などについて科学的に理解させ、知識と技術を実生活への活用につなげることが大切です。
- 特別支援学校※においては、子どもたち一人ひとりの実態に応じたきめ細やかな食に関する指導を通して、食べる意欲や食べる機能、食事動作の向上など、将来自立し社会参加するために必要な基盤をつくることが大切です。

(1) 保育所・幼稚園・認定こども園における食育推進

- 食育の推進について、保育及び教育内容の一環として位置づけ、「食を営む力」の基礎を培うために、各保育所・幼稚園・認定こども園（以下「園」という。）の創意工夫のもとに推進されるよう支援を行います。 【子ども未来課】

(各市町、(社)長崎県保育協会、長崎県国公立幼稚園協会、
長崎県私立幼稚園連合会)

- 食育計画の作成について、保育所保育指針※及び幼稚園教育要領※に基づき、子どもが主体的に食育の取り組みに参画できるよう保育課程及び教育課程と連動して食育の目標を定め、食事の提供を含む組織的な「食育計画」の策定等が推進されるよう支援を行います。 【子ども未来課】

(各市町、(社)長崎県保育協会、長崎県国公立幼稚園協会、
長崎県私立幼稚園連合会)

- 各園における「食育計画」に基づき食育が推進されるよう、支援を行います。 【国保・健康増進課】

●食事の提供

- ・各園における食事の提供は食育の一部であることから、『「食事の提供に係る業務」実施要領』を定め、安全・安心な食事の提供と、食事の提供をとおして食習慣やマナーの形成につながるような食育が推進されるよう支援を行います。
- ・また、各園の食育の取組を保護者や地域に向けて積極的に発信し、家庭での食育の実践につながるような取組がなされるよう支援します。
- ・子どもの嗜む力を育てるために、嗜みごたえのある食品の種類や形態及び調理法に配慮した食事の提供がなされるよう支援します。

【子ども未来課、国保・健康増進課】

(各市町、(社)長崎県保育協会、長崎県国公立幼稚園協会、
長崎県私立幼稚園連合会)

●体験型食育活動の実施

- ・各園が実施するクッキング保育など、年齢に応じた調理体験活動を通して、子どもたちの食べる楽しみや人と関わる力が育成されるよう支援します。

【こども未来課、国保・健康増進課】
(各市町、(社)長崎県保育協会、長崎県国公立幼稚園協会、長崎県私立幼稚園連合会)



保育園でのパン作り体験

- ・各園が実施する種まき、収穫等の農業体験活動を通して、食への関心と理解を高め、感謝の気持ちが育つような実践活動を関係団体と連携して推進されるよう支援します。

【こども未来課】
(各市町、(社)長崎県保育協会、長崎県国公立幼稚園協会、長崎県私立幼稚園連合会)



保育園での芋ほり体験

- ## ●各園の食事の提供にあたり、地産地消の推進や、行事食・郷土料理を通して伝統ある食文化の継承につとめ、地域に対する関心が深まるよう支援します。

【こども未来課】
(各市町、(社)長崎県保育協会、長崎県国公立幼稚園協会、長崎県私立幼稚園連合会)

- ## ●子どもの食生活に関する悩み等が子育て不安の一因とならぬよう、各園が、在宅子育て家庭からの乳幼児の食に関する相談や情報提供等を行い、在宅の子育て支援に努めるよう支援します。

【こども未来課】
(各市町、(社)長崎県保育協会、長崎県国公立幼稚園協会、長崎県私立幼稚園連合会)

- ## ●各園の調理担当者や職員等を対象に、栄養、衛生、食物アレルギー※、噛むことの効用等に関する資質向上のための研修を、関係者が連携して実施されるように努めます。

【こども未来課、国保・健康増進課】
(各市町、(社)長崎県保育協会、長崎県国公立幼稚園協会、長崎県私立幼稚園連合会)

- ## ●給食施設巡回指導を通し、各園における適切な食事の提供が行なわれるよう、指導・助言を行います。

【国保・健康増進課】

(2) 指導体制の整備・充実（小・中学校）

- 学校における食育を推進するため、食に関する指導の中心的な役割を持つ栄養教諭の配置拡大を図っていくとともに栄養教諭※が行う食に関する指導を支援するため、資質向上のための栄養教諭研修を実施します。また、栄養教諭免許取得のための認定講習会を引き続き開催します。
【義務教育課、教職員課】
- 各学校において、食に関する指導の全体的な指導計画を作成し、食育の一層の充実を図るとともに、栄養教諭を中心として地域内の学校が連携協力して取り組めるよう、各市町における食育推進委員会等の整備・活用を推進します。
【義務教育課】
(各市町教育委員会)

(3) 指導内容の充実（小・中学校）

- 教職員や保護者、学校給食関係者等を対象に、学校給食を通した食育の推進について、各学校等での実践指導の紹介等を行う研究大会を開催し、食育の重要性と意識啓発を行います。
【体育保健課】
- 学習指導要領※を踏まえた効果的な食育の在り方についての実践的な研究を進めるとともに、各教科・領域や給食の時間等、教育活動全体を通じて食に関する指導の一層の充実を図ります。
【義務教育課、体育保健課】
(各市町教育委員会)
- 早起きして朝食をしっかりとる習慣を身に付けさせることは、学力向上を図る上で重要な要素であることから、実態調査を行いながらその徹底を図ります。
【義務教育課】
(各市町教育委員会)
- 健康教育を通して、研究を進める学校給食研究校を指定するとともに研究発表会を実施し、その成果と指導効果を県内各校に普及するよう努めます。
【体育保健課】
(各市町教育委員会)
- 学校の健康教育の一環として、食生活を支える口腔機能の重要性を普及するため、学校歯科医、歯科衛生士や栄養教諭等による講話などの充実を図ります。
【体育保健課】
(各市町教育委員会、(社)長崎県歯科医師会、
(一般社団法人)長崎県歯科衛生士会)
- 新規採用学校栄養職員を対象に研修会を実施し、健康教育の視点に立った学校給食指導に関する基本的事項について理解を深め、より適切な食育の推進が図られるよう努めます。
【体育保健課】
(各市町教育委員会)

- 校長、教頭、教諭、栄養教諭、学校栄養職員※、調理員、教育委員会学校給食担当者等を対象として、研修会等を開催し、学校給食の衛生管理体制の強化、多様な食形態への対応、食に関する指導の充実を図ります。

【体育保健課】
(各市町教育委員会)

- 肥満傾向や食物アレルギー等の児童生徒に対する個別指導については、「学校給食の手引き」※を活用し、適切な対応を行うよう、学校給食関係者への啓発に努めます。

【体育保健課】
(各市町教育委員会)

- 小中学校教員を対象に、農業大学校等において農業に関する基礎研修を実施し、小・中学生の農業体験学習を推進します。

【農業経営課】
(各市町教育委員会)

(4) 体験活動を通じた食への理解の促進（小・中学校）

- 家庭科や給食の時間はじめ、様々な教科や学習活動を通して、児童・生徒が、料理の作り方、用具の取扱いなどの技術習得や配膳の仕方、食事の作法などのマナー習得ができるように努めます。

【義務教育課、体育保健課】
(各市町教育委員会)



小学校での農業体験

- 生産者団体やボランティアグループ等が連携し、子どもの農林漁業体験や食品廃棄物の再生利用等に関する各種体験活動等を推進するとともに、体験活動に関する指導者の研修を実施します。

【未来環境推進課、農政課】

(各市町、各市町教育委員会、生ごみ減量化リーダーネットワークながさき、各NPO、環境関係団体、農業関係団体)

- 各教科や総合的な学習の時間等において、生産体験や食品の流通・処理等に関する調査活動、調理実習等の様々な体験活動を通して食に対する関心を高め、理解を深めます。

【義務教育課】
(各市町教育委員会)

(5) 地域の特色を生かした学校給食の充実（小・中学校）

- 学校給食に地場産物を使用し、郷土料理のメニューを実施することにより、新鮮で安全な食材を確保するとともに、児童生徒の郷土に対する愛着や理解を深めるため、「学校給食における地場産品使用推進週間」※を設定し、県内一斉に取り組みます。

【体育保健課】
(各市町教育委員会)

- 地場農林水産物を学校給食へ供給するためのシステム作りに取り組む市町等を支援し、地元の特色を生かし、安全・安心な農林水産物の提供に努めます。

【水産振興課、農政課】
(各市町、水産関係団体、農業関係団体)

- 県内各学校へ配付している郷土料理や地場産物を使った学校給食レシピ集※を活用して、給食関係者が郷土料理等に関する理解を深め、献立への普及推進を図ります。

【体育保健課】
(各市町教育委員会)

- 県産農林水産物を学校給食に利用促進するため、関係団体等が連携して学校給食メニューの開発を推進します。

【水産振興課、農政課、体育保健課】
(各市町、各市町教育委員会、水産関係団体、農業関係団体、
(財) 長崎県学校給食会、(社) 長崎県栄養士会)

(6) 高等学校における食育推進

- 新学習指導要領※で示された、「学校における食育の推進」について、教育課程説明会や家庭部会総会、研究発表会等の機会を活用し、情報提供と周知に努めます。

【学事振興室、高校教育課】
(各市町教育委員会)

- 家庭科の地区部会や研修会等の機会に、特色ある取組を紹介したり、教育センターで実施する食育の研修への参加を呼びかけます。 【学事振興室、高校教育課】

- 卒業後に欠食のない正しい食習慣の定着と、基本的調理技術の習得ができるよう、関係団体と連携し啓発活動等を実施します。

【学事振興室、国保・健康増進課、高校教育課】
(各市町教育委員会、(社) 長崎県栄養士会、食生活改善推進連絡協議会)

(7) 特別支援学校における食育推進

- 各特別支援学校においては、食に関する指導に係る全体計画を作成し、食育の一層の充実に努めるとともに、地域の特色を生かした魅力ある学校給食を推進します。

【特別支援教育室】

- 各教科や総合的な学習の時間等において、児童生徒が、生産体験や調理実習、食品流通に関する調査などの様々な体験活動を通して、食に対する関心を高めるとともに、食事や調理に関する基礎的な知識と技能の習得ができるように努めます。

【特別支援教育室】

- 食に関する指導においては、子どもたち一人ひとりの実態把握に努め、自立活動の目標や内容等と関連づけた指導や、学校歯科医等と連携を図った指導を展開し、食に関する指導内容や方法等の充実に努めます。 【特別支援教育室】

((社) 長崎県歯科医師会)

- 学校における食育を推進するため、食に関する指導の中心的な役割を持つ栄養教諭の配置拡大を図っていくとともに栄養教諭が行う食に関する指導を支援するため、資質向上のための栄養教諭研修を実施します。 【特別支援教育室】



特別支援学校の給食の工夫

(8) 子ども・保護者への普及・啓発

- 各種食育教材（食育ぬりえ、食事バランスガイド等）を活用し、親子で一緒に学ぶ正しい食習慣の形成を推進します。 【こども未来課、国保・健康増進課】
(各市町、(社)長崎県栄養士会、食生活改善推進連絡協議会)
- 家庭への食育の浸透のため、保護者のための食育研修会を関係団体が連携して実施します。 【こども未来課、国保・健康増進課、生涯学習課】
(各市町、各市町教育委員会、(社)長崎県栄養士会、食生活改善推進連絡協議会)
- 子どもや保護者を対象に、過度の痩身や肥満が心身の健康に及ぼす影響など健康状態の改善等に必要な知識の普及に努めます。
【こども未来課、こども家庭課、学事振興室、国保・健康増進課、体育保健課】
(各市町、各市町教育委員会、(社)長崎県栄養士会、食生活改善推進連絡協議会)

3 成人期以降の食育の推進

- 成人期以降においては、栄養の偏りや食習慣の乱れによる生活習慣病を予防するため、三食きちんと食事を選んで食べる習慣を継続させることが基本です。
- 特に成人期は、外食や中食※を利用する機会が多いため、バランス良く選んで食べる「食を選ぶ力」を培うことが大切です。
- 高齢者においては、心身の機能が低下しやすく、口腔機能を維持させ、食べることをアプローチし、日常生活のクオリティーを向上させることが大切です。

(1) 大学生の食育推進

- 大学生に対し、食育の考え方を認識させ、「食を選ぶ力」を養い、食の自立が図られるよう、パンフレット等を作成・配布し、大学生協等を通して食育の啓発に努めます。
【食品安全・消費生活課】
(大学生協)
- 栄養・健康学科を有する県内各大学における食育の取組を、ホームページや、あらゆる機会を通して情報提供します。
【食品安全・消費生活課】

【各大学における食育の推進】

- ・食生活実態調査、食育に関する調査等を実施し、学生の食に対する意識の向上については実践につなげていくことを目指します。
- ・食に関するポスターを定期的に掲示し、大学生の食生活向上および健康の維持増進を目指します。
- ・学生自身が長崎県内の地産地消、食育に関わるイベントなどに参加し、体験を通して食行動変容につなげていくような環境づくりを進め支援していきます。
(活水女子大学)
- ・学内菜園づくり、学生対象の料理教室開催を主活動とするクックベジサークルにおいて、学生の食育に関する意識向上を図るとともに、食の大切さを共有する場として、地域と連携した食育活動を行っていきます。
- ・全学生対象に食生活に関する調査を毎年行い、学生の食生活状況の現状把握に努めます。
(長崎県立大学シーボルト校)
- ・学生が自らが行う栄養調査・評価を通して、より良い食生活の認識の高揚をはかれるように努めます。
- ・食品や食材についてのより広くて深い食知識の構築に努めています。
(長崎国際大学)
- ・平成22年度大学教育・学生支援推進事業大学教育推進プログラム（文部科学省）において採択されたテーマである「長崎食育学を活かした食文化伝承と情報発信」に沿い、食育を進めていきます。
(長崎女子短期大学)

(2) 社会人の食育推進

- 「長崎県健康づくり応援の店」※を活用し、外食・中食を利用する機会が多い世代に対し、情報提供を行ないます。

【国保・健康増進課】

あなたの健康づくりをお手伝いします。



長崎県健康づくり応援の店

長崎県

長崎健康づくり応援の店

- 関係機関と連携し、メタボリックシンドローム予防のためのリーフレット等を配布するなど、啓発活動に努めます。

【国保・健康増進課】

(各市町)

- 成人者を対象に、生活習慣病予防のため、栄養士による栄養指導やボランティアとの協働による講座開催の充実を図ります。(再掲) 【国保・健康増進課】

(各市町、(社)長崎県栄養士会、食生活改善推進連絡協議会)

- 事業所等の給食施設を対象に、巡回指導や給食関係者研修会を実施し、各施設における栄養管理状況の向上及び食育推進を支援します。 【国保・健康増進課】

- 職場の食堂等において、より一層健康に配慮したメニューの提供や栄養食生活等に関する情報提供がなされるよう、市町、関係団体と連携して支援します。

【国保・健康増進課】

(各市町、企業等)

- 成人期において、よく噛んで食べる「食べ方」や自分の歯・口の状態にあった食の選択や栄養バランス、家庭の団らんなど食の選択力など生活習慣病対策に関する支援を提唱する「噛ミング30(ガミングサンマル)」を意識した普及啓発を関係機関と連携して行います。

【国保・健康増進課】

((社)長崎県歯科医師会、(一般社団法人)長崎県歯科衛生士会、(社)長崎県栄養士会)



コラム 〈噛ミング30(ガミングサンマル)〉

地域における食育を推進する一助として、より健康な生活を目指す観点から、「ひとつくち30回以上噛むこと」を目標とした、厚生労働省の検討会で提唱されたキャッチフレーズです。子どもから高齢者まで、生涯を通じ、「食べ方」からむし歯や病気予防、さらに心身の健康につながる食育を推進するのがねらいです。

(3) 高齢者の食育推進

- 高齢者の食生活の改善・支援のため、在宅高齢者の栄養及び口腔の実態を把握するとともに、訪問等による栄養指導の充実及び口腔機能の向上を図ります。

【長寿社会課】

(各市町、(社)長崎県歯科医師会、(一般社団法人)長崎県歯科衛生士会、
(社)長崎県栄養士会)

- 高齢者において、食べることの大切が再認識され、食べることを楽しみながら心身機能を維持し、日常生活が過ごせるよう、パンフレット等を作成、配布し、食育の啓発に努めます。

【食品安全・消費生活課】

(4) 食育に関する普及及び啓発活動の推進

- 食育を推進している団体の代表者を対象として、それぞれが担うべき役割を認識し、協働しながら食育推進を図るための関係機関会議及び研修会を開催します。

【食品安全・消費生活課、国保・健康増進課】

- 市町と連携し、食育総合展示会等の開催や食育推進リーダーの育成及び活動の促進などを行います。

【農政課】

(各市町、食育関係団体)

(5) 保健所、市町、医療機関等関係団体における普及・啓発

- 市町が実施している健康診断に基づき、住民一人ひとりの健康状態に応じた栄養や運動の指導の充実を市町と連携して推進します。

【国保・健康増進課】

(各市町、医療機関等)

- 各地域におけるイベント等を通して、食生活改善、生活習慣病予防、むし歯や歯周病予防などに関する正しい知識の普及を推進します。

【国保・健康増進課】

(各市町、(社)長崎県歯科医師会)

- 保健所、市町、医療機関等の関係団体が連携し、情報交換を行なうことで、より効果的に生活習慣病予防のための食育の普及・啓発活動が実施できるよう努めます。

【国保・健康増進課】

(各市町、医療機関等)

コラム <中食（なかしょく）>

家庭外で調理された食品を購入して持ち帰り、家庭の食卓で食べる食事の形態をいいます。持ち帰り弁当、スーパーなどの総菜、冷凍食品、出前、宅配ピザなど含まれます。家庭内で調理して食べる「内食」、家庭外で調理されたものを家庭外で食べる「外食」との中間に位置することからきた造語です。



4 地域における食生活改善のための取組の推進

○食育の推進は、あらゆる世代の県民に必要であり、県内全域にわたり、県民一人ひとりに定着を図っていくには、その地域の特性や課題を踏まえた地道な取組が必要です。

○地域において、日本型食生活の普及や食生活の改善、生活習慣病を予防して健康を増進させるためには、行政と各関係団体、外食産業等との連携と協働が不可欠です。

(1) 食生活に関する指針等の策定・普及

- 本県特有の郷土料理や食材を盛り込んだ「長崎県版食事バランスガイド」を活用し、食事による健康づくりと食文化の伝承・地産地消※の普及推進に努めます。

【国保・健康増進課、農政課】

(各市町、食生活改善推進連絡協議会、(社)長崎県栄養士会)

- 日々の生活において「食事バランスガイド」及び「食生活指針」※が活用されるよう、市町、関係団体、事業所などと連携し、県民への浸透を図ります。

【国保・健康増進課】

(各市町、食生活改善推進連絡協議会、(社)長崎県栄養士会)

(2) 日本型食生活の普及

- 米を中心に農林畜産物、水産物等多様な副食から構成され、栄養バランスが優れた「日本型食生活」※の実践を促進するため、関係機関が連携して、シンポジウムの開催やマスメディア等の多様な媒体等の活用等を通じて、米や野菜、果実、牛乳、きのこ類、魚介類、発酵食品（味噌、醤油、漬け物など）等に関する情報提供を行います。

【国保・健康増進課、水産振興課、農政課、農産園芸課、畜産課、林政課】

(各市町、食生活改善推進連絡協議会、水産関係団体、畜産関係団体)

(3) 専門的知識を有する者の養成及び資質の向上

- 食育に関し専門的知識を備えた管理栄養士※や栄養士、調理師等の養成を図るとともに、学校、各種施設等の連携の下、食育の推進に向けてこれらの人材や団体による多面的な活動が推進されるよう取り組みます。

【国保・健康増進課】

- 市町における管理栄養士等の配置を推進するとともに、管理栄養士等の資質の向上を図るため研修会等を開催します。

【国保・健康増進課】

((社)長崎県栄養士会)

- 地域において適正な食生活や運動実践ができる者を増やすため、特定健診・保健指導従事者※を対象に、食事や運動等に関する研修会を実施します。

【国保・健康増進課】
(各市町)

- 地域で活動する食生活改善推進員※の資質の向上、地区活動のあり方の検討、相互連携を図るため、食生活改善推進員研修会の充実・強化に努めます。

【国保・健康増進課】
(各市町)

- 発達段階に応じた口腔機能を獲得できるよう、食品の栄養面だけでなく噛みごたえに関する知識を普及するため、研修会等を通じて食生活・栄養関係者や歯科衛生士等の資質向上を図ります。

【国保・健康増進課】

(4) 外食産業・食品関連事業者等による食育推進

- 飲食店、弁当等製造販売店、旅館、ホテル等の食事提供施設での、健康づくりに関する情報発信の機会を増やし、施設利用者の健康づくりへの関心を高めるため、「健康づくり応援の店」の登録を推進します。

【国保・健康増進課】

- 職場の食堂等において、より一層健康に配慮したメニューの提供や栄養食生活等に関する情報提供がなされるよう、市町、関係団体と連携して支援します。(再掲)

【国保・健康増進課】
(各市町、企業等)

- 口の状態や機能にあった食形態及び栄養や噛むことなどを考えた調理の普及を促進し、栄養士会や歯科衛生士会等の関係機関と連携を図ります。

【国保・健康増進課】
((社) 長崎県栄養士会、(社) 長崎県歯科医師会、
(一般社団法人) 長崎県歯科衛生士会)

コラム 「健康づくり応援の店」

健康づくり応援の店登録店の弁当。「油は控えめに、地元の食材を使って、デザートも入れて」との依頼にメニューを作成。包み紙には食事バランスガイドによる表示と弁当の栄養価が書かれています。認定基準と登録店の一覧は「長崎県国保・健康増進課」のホームページをご覧ください。



5 生産者と消費者との交流の促進

- 生産者と消費者との交流は、食への感謝の心や食の大切さを学ぶ絶好の機会です。また、体験活動や地産地消を通して、農林漁業や地域産業への理解と関心を深めることは、地域の活性化と生産性の向上に大きな成果が期待できます。
- 生産者と消費者との信頼関係を築き、県民の食に関する理解と関心を深めることが大切です。

(1) 都市と農山漁村の共生・対流の促進

- グリーン・ツーリズム※やブルー・ツーリズム※を通じた都市住民と農林漁業者との交流を促進するため、各種イベントやメディア等を通じた都市住民や子どもたちへの農山漁村の情報提供、農山漁村での受け入れ体制の整備等を推進します。

【漁政課、農政課】

(各市町、長崎県グリーン・ツーリズム推進協議会、
グリーン・ツーリズム実践者組織)

- 子どもから大人までを対象に、種まきから収穫などの農業体験や牧場、乳業工場での酪農体験等を実施する教育ファーム※等の活動を通じて、食への関心と理解を高め、感謝の念を育む交流を関係団体が連携して推進します。 【農政課、畜産課】
(各市町、農業関係団体、(社)長崎県畜産協会、長崎県酪農業協同組合連合会)



子ども達の田植え体験

- 食料の生産から消費に対する消費者の関心と理解を深めるため、地域の実情に応じたパンフレット等を作成・配布するとともに、出前講座やイベント等による情報提供を推進します。

【水産振興課、農政課】

(水産関係団体、農業関係団体)

(2) 農林漁業者等による食育推進

- 農林漁業関係者と学校、幼稚園、保育所等の教育関係者が連携して、農林漁業に関する多様な体験を支援します。 【水産振興課、農政課、畜産課】
(各市町、各市町教育委員会、各保育所、各幼稚園、水産関係団体、農業関係団体、酪農業関係団体、畜産関係団体)

- 消費者を対象に、「見て、触って、実感してもらう」牧場での酪農体験等を関係機関が連携して実施し、生産者と消費者の相互理解の醸成と交流の促進を図ります。

【畜産課】

(佐世保市、長崎県酪農業協同組合連合会、(社)長崎県畜産協会)

- 主に児童・生徒や教職員を対象に、魚をさばく、おろすなどの体験を通じて魚への関心を高める魚料理教室の実施を、関係機関が連携して支援します。 【水産振興課】

(水産関係団体、(社)長崎県栄養士会)



子ども達の漁業体験

(3) 地産地消の推進

- 地産地消推進計画に基づき、市町、関係団体等と連携して、地産地消の推進を充実強化します。 【農政課】

(各市町、農業関係団体)

- 地産地消活動の核となる人材の育成、関係者のネットワークづくり、情報提供の強化等を推進するとともに、地産地消の核となる直売施設や消費者との交流施設の整備等を推進します。 【農政課】

(各市町、農業関係団体)

- 各種イベントを通して、長崎の農林水産物のPR、県産品を活用した料理コンクール、生産者と消費者との交流などを行い、県産品愛用の促進を図ります。 【物産流通推進本部、水産振興課、農政課】

(水産関係団体、農業関係団体)

- 主に児童・生徒や教職員を対象に、関係団体が連携し、魚食講習会、魚食料理実習等を実施し、地域水産物利用を推進します。 【水産振興課】

(水産関係団体)

- 県内の百貨店、スーパーマーケット等において県内各地の生鮮農水産物、加工品のPR販売を行うとともに、直売所や加工グループの情報提供を充実・強化し、県民への県産品愛用、地産地消の推進を図ります。 【物産流通推進本部、水産振興課、農政課】

(水産関係団体、農業関係団体、生産者)

- 農水産物直売所、地産地消こだわりの店※、お魚食堂、農水産加工品、平成「長崎俵物」※、郷土料理レシピ、イベント情報などをホームページに掲載し、消費者への情報提供を推進します。

【水産振興課、農政課】

- 農産物直売所を中心に技術面・運営面で支援を実施し、「安全・安心」「新鮮」「品揃え」などの消費者ニーズに対応した直売所の充実・強化を推進します。

【農政課】



ながさき地産地消こだわりの店認定証

- 県内産の牛乳、食肉、鶏卵、きのこ類等の県内での消費拡大を図るため、関係団体と連携して、供給体制を整備し、県内での消費拡大のためのPR等を実施します。

【畜産課、林政課】

(各市町、畜産関係団体、長崎県牛乳普及協会、茸類生産者団体)

(4) 食品リサイクル※の推進

- 食品リサイクルに関する食品関連事業者や消費者の理解を深めるため、パンフレット等を配布し、食品リサイクルの必要性等を推進します。

【農産園芸課】

(各市町、農業関係団体)

- 家庭や外食産業、食品産業における食品廃棄物の発生量や再生利用等の状況を国や市町と連携をとりながら把握し、食品残さの再資源化を促進していきます。

【未来環境推進課】

(各市町、食育関係団体)



生ごみをリサイクルした土で元気な野菜作り



生ゴミ減量化ボランティア団体の活動

6 ながさきの食文化継承のための活動の推進

- 食文化はその地域ならではの大事な宝であり、食へのこだわりや地域の活性化にとっても貴重な資源です。
- 日本型食生活の減少や、食の外部化が進展する中で、家庭や地域において継承されてきた食文化が失われつつあります。
- 地域に伝わる優れた食文化を継承していくことが大切です。

(1) ボランティア活動への支援

- ボランティアグループが学校、幼稚園、保育所、地域等で行う郷土料理や伝統ある食文化の普及と継承活動を、市町と連携して支援します。

【国保・健康増進課、水産振興課、体育保健課】
(各市町、各市町教育委員会、食生活改善推進連絡協議会、各保育所
各幼稚園、水産関係団体)

(2) 学校給食における郷土料理等の積極的な導入

- 学校給食において、郷土料理や伝統的な食文化を継承した献立を取り入れ、児童、生徒へ地域の食文化の伝承や食を通して郷土の学習を推進します。 【体育保健課】
(各市町教育委員会)

(3) 食文化に関する知識の普及及び情報提供

- 地域の食文化等に精通した人材を積極的に活用し、各種イベントやシンポジウムにおいて、地域の伝統ある食文化、郷土料理や伝統料理等の紹介や体験を盛り込み、多くの県民がこれらに触れる機会の提供を図ります。 【水産振興課、農政課】
(水産関係団体、農業関係団体)

- 生産者と消費者が交流する各種イベントや飲食店に対する取組等を通して、地元食材のPR、郷土料理、地元の特色ある食材を活用した料理等のPRを行います。
【物産流通推進本部、水産振興課、農政課、農産園芸課、畜産課、林政課
観光振興推進本部】
(各市町、水産関係団体、農業関係団体、畜産関係団体、グリーン・ツーリズム実践者組織、長崎県牛乳普及協会)

- 学習指導要領を踏まえた伝統的な食文化について、各学校における指導の充実が図られるよう、研修会等を通じて教職員の意識啓発と指導力の向上を図ります。 【義務教育課】

- 郷土料理に関する情報をホームページで提供します。 【食品安全・消費生活課】
(各市町、(社)長崎県栄養士会)

- 長崎の豊かな食文化の醸成を図るため、料理教室や体験活動、各種イベント等において調理師等の活用を図ります。【食品安全・消費生活課、国保・健康増進課】
(長崎県食育ボランティア、各市町のボランティア)



調理師による食育活動

- 「長崎県の食」情報の集積を行い、食のデータベースを構築し、一元的な情報発信・PRを行うことにより、新たな需要の掘り起こしや何度も訪れたくなるような観光素材となりうる地域の食を活かしたツーリズムの構築を行います。

【観光振興推進本部】



島原の郷土料理 仔りす



大村の郷土料理 おおむらすし



長崎新感覚鯨料理



生活学校の郷土料理教室

7 食品の安全性、栄養その他の食生活に関する調査、研究、情報の提供

- 近年、食品の安全性に対する関心の高まりとともに、食に関する情報の氾濫により、正しい情報を適切に選別活用できない状況も見受けられます。健全な食生活を実践するためには、食品の安全・栄養・食習慣・食文化などの食生活に関する正しい知識を持ち、自らの判断で食を選択することが大切です。
- 県民が適切な食生活の選択をするためには、食生活に関する情報を適時・適切に提供することや、その前提となる調査・研究の実施が重要です。

(1) リスクコミュニケーション*の充実

- 食品の安全性に関する知識と理解を深め、消費者、食品関連事業者及び行政間の相互理解を促進するため、関係者相互間の情報及び意見の交換を行い、食品の安全・安心に関する情報を共有するとともに、提案された意見を食品の安全・安心対策に反映します。

【生活衛生課、食品安全・消費生活課】
((社)長崎県食品衛生協会、消費者団体、食品関連業者)



食品安全・安心リスクコミュニケーション

(2) 食品の安全性や栄養等に関する情報提供

- 食品の安全性に関する様々な情報を県民が入手できるよう、パンフレットやホームページ等を通じて県民にわかりやすい形で情報提供を行います。【生活衛生課、食品安全・消費生活課】
- 生活習慣病を予防し、健康な生活を確保するため、ホームページやイベント等を通じて県民健康・栄養調査等に基づく食生活の改善に必要な情報の普及啓発を図ります。

【国保・健康増進課】
(各市町、(社)長崎県栄養士会)



食品クイズ

(3) 基礎的な調査・研究の実施

- 県民の栄養状況、健康状態、健康づくりに対する意識等の実態を把握し、県民の食生活改善、疾病予防及び健康づくり対策の推進に必要な基礎資料を整備し、県民の健康増進の総合的な推進を図るため、県民健康・栄養調査を実施します。

【国保・健康増進課】

- 食生活や栄養と健康に関する科学的根拠の蓄積が必要であることから、大学をはじめ関係研究機関と連携しつつ、様々な分野にわたるデータの総合的な情報収集や解析等を推進し、その成果を公表します。

【こども未来課、国保・健康増進課、体育保健課】

(各大学、各研究機関)

- 農林技術開発センター、総合水産試験場、環境保健研究センター等において、農水産物等の生産・加工段階等における安全性を高めるための調査や技術開発を行います。

【科学技術振興課】



ジュニア食品安全セミナー



BSE 検査

8 食育推進の連携と啓発の強化

- 食育の理解と関心を深めていくには、県民運動として、様々な取組を行っていく必要があります。この食育推進運動は行政や教育機関、生産者などの関係者や関係団体をはじめ、県民一人ひとりの理解と実践によって展開されるものです。
- 「長崎県総合計画」*や「長崎県健康増進計画」*をはじめ、各市町の「食育推進計画」など関係する様々な計画との調和を図る必要があります。
- 食育推進の全県的な展開と関係者相互間の連携・協力を図り、食育を県民運動として、さらに、展開していくことが大切です。

(1) 「市町食育推進計画」との連携

- 県内各地で食育推進を県民運動として継続的に推進するため、県・市町食育推進スクラム会議等を開催し、各市町の食育推進計画が円滑に実施されるよう、県は助言や情報提供等を行います。
【食品安全・消費生活課】
(各市町、食育関係団体)

(2) 各種団体等との連携・協力体制の確立

- 地域における関係者と市町、関係団体との連携・協働体制を図るため、食育推進広域ブロック会議等を開催し、地域の特性を生かした食育推進を県民運動として展開します。
【食品安全・消費生活課】
(各市町、各市町教育委員会、食育関係団体)

- 県内各地で食育推進活動に取り組んでいる個人及び団体を登録し、食育に取り組む環境を整備します。
【食品安全・消費生活課、生涯学習課】

- 食に関する様々な分野で実施されているボランティア活動に対して支援を行うとともに、新たなボランティア活動の育成を行います。
【男女参画・県民協働課、食品安全・消費生活課、国保・健康増進課】

- 食育勉強会、料理教室、体験学習など食育推進のための事業について、関係団体が相互に連携・協働して実施します。
【食品安全・消費生活課、国保・健康増進課、水産振興課、農政課、畜産課】

(各市町、長崎県食育ボランティア、食育関係団体、水産関係団体、農業関係団体、畜産関係団体、長崎県牛乳普及協会)



食育ボランティアによる活動

- 各ライフステージにわたり、歯・口の機能の発達、生活習慣病対策に関する支援、口腔機能の維持や機能衰退による誤嚥・窒息防止など食べ方の支援として、歯・口の健康と食育を提唱した「噛ミング30（ガミングサンマル）」の普及啓発を関係機関と連携して行います。

【こども未来課、こども家庭課、国保・健康増進課、長寿社会課、体育保健課】

(社)長崎県歯科医師会、(一般社団法人)長崎県歯科衛生士会、

(社)長崎県栄養士会

(3) 食育月間*における取組の促進

- 6月の「食育月間」において、市町、関係団体と連携し、食育推進運動を重点的かつ効果的に実施し、県民への食育の周知と定着を図ります。

【食品安全・消費生活課、国保・健康増進課、水産振興課農政課、義務教育課、高校教育課】

(各市町、各市町教育委員会、水産関係団体、農業関係団体)



(4) 民間の取組に対する表彰の実施

- 民間の団体等が自発的に行う食育に関する活動が県内各地で展開され、関係者間の情報共有が促進されるよう、民間の食育活動に関する表彰を行います。

【食品安全・消費生活課】

(5) 県民運動に資する情報提供

- 県民の食育に対する関心と理解を深めるとともに、食育に関する施策、推進計画の進捗状況、取組状況など必要な情報を入手することができるよう、総合的な情報提供に努めます。また、各地で創意工夫を凝らしながら食育を推進して成果を挙げている事例や手法を収集し、その情報提供に努めます。

【食品安全・消費生活課、国保・健康増進課、水産振興課、農政課、義務教育課】



長崎県食育推進活動表彰(知事表彰)

(6) 食育に関する県民の理解の増進

- 食育の意義や必要性等について広く県民の理解を深め、一人でも多くの県民が自ら食育に関する活動を実践できるよう、イベント等様々な機会を活用して啓発活動を推進します。

【食品安全・消費生活課、国保・健康増進課、水産振興課、農政課、生涯学習課】
(各市町、各市町教育委員会、水産関係団体、農業関係団体)

開催日時	会議日時	会議場所
令和3年2月14日(金)	14:00~(会議室会議室)	長崎県農林水産部 農業政策課
令和3年2月15日(土)	10:00~(会議室)	長崎県農林水産部 農業政策課
令和3年2月16日(日)	13:30~(会議室)	長崎県農林水産部 農業政策課
令和3年2月17日(月)	13:30~(会議室)	長崎県農林水産部 農業政策課
令和3年2月18日(火)	13:30~(会議室)	長崎県農林水産部 農業政策課
令和3年2月19日(水)	13:30~(会議室)	長崎県農林水産部 農業政策課
令和3年2月20日(木)	13:30~(会議室)	長崎県農林水産部 農業政策課
令和3年2月21日(金)	13:30~(会議室)	長崎県農林水産部 農業政策課

びわ太郎食育通信

食品の安全・安心と食育のホームページ

びわ太郎

第5章

食育の推進体制

食育を県内一円に普及させるためには、県民が一体となって推進することが重要です。市町の食育推進計画が策定されたことから、各地域の特性を生かした食育の推進がなされるよう、市町や地域の食育活動団体との連携を密にし、食育を県民運動として展開していきます。

1. 長崎県食育推進県民会議

健康・栄養関係者、教育関係者、消費者団体、生産者・事業者団体、学校給食関係者、地域活動団体、学識経験者、行政等で構成する長崎県食育推進県民会議により、食育の推進に関する重要事項について審議するとともに、食育に関する施策を推進します。

また、本県の特性を生かし、県内における関係者のネットワーク化と連携・協働体制を確立し食育推進を県民運動として展開します。

※地域活動団体：長崎県食生活改善推進連絡協議会、長崎県生活学校連絡協議会、（財）長崎県地域婦人団体連絡協議会、長崎県生活研究グループ連絡会、ボランティア団体等



平成22年度第1回長崎県食育推進県民会議（7月16日開催）

2. 長崎県食育推進会議

本推進計画に基づく食育に関する施策を効果的かつ計画的に推進するためには、副知事並びに府内関係部局の緊密な連携と協力が不可欠です。

このため府内組織として関係部局長及び教育長で構成する長崎県食育推進会議を設置し、食育に関する施策を効果的に推進するため、進捗状況や成果を評価、検証する場として位置づけます。

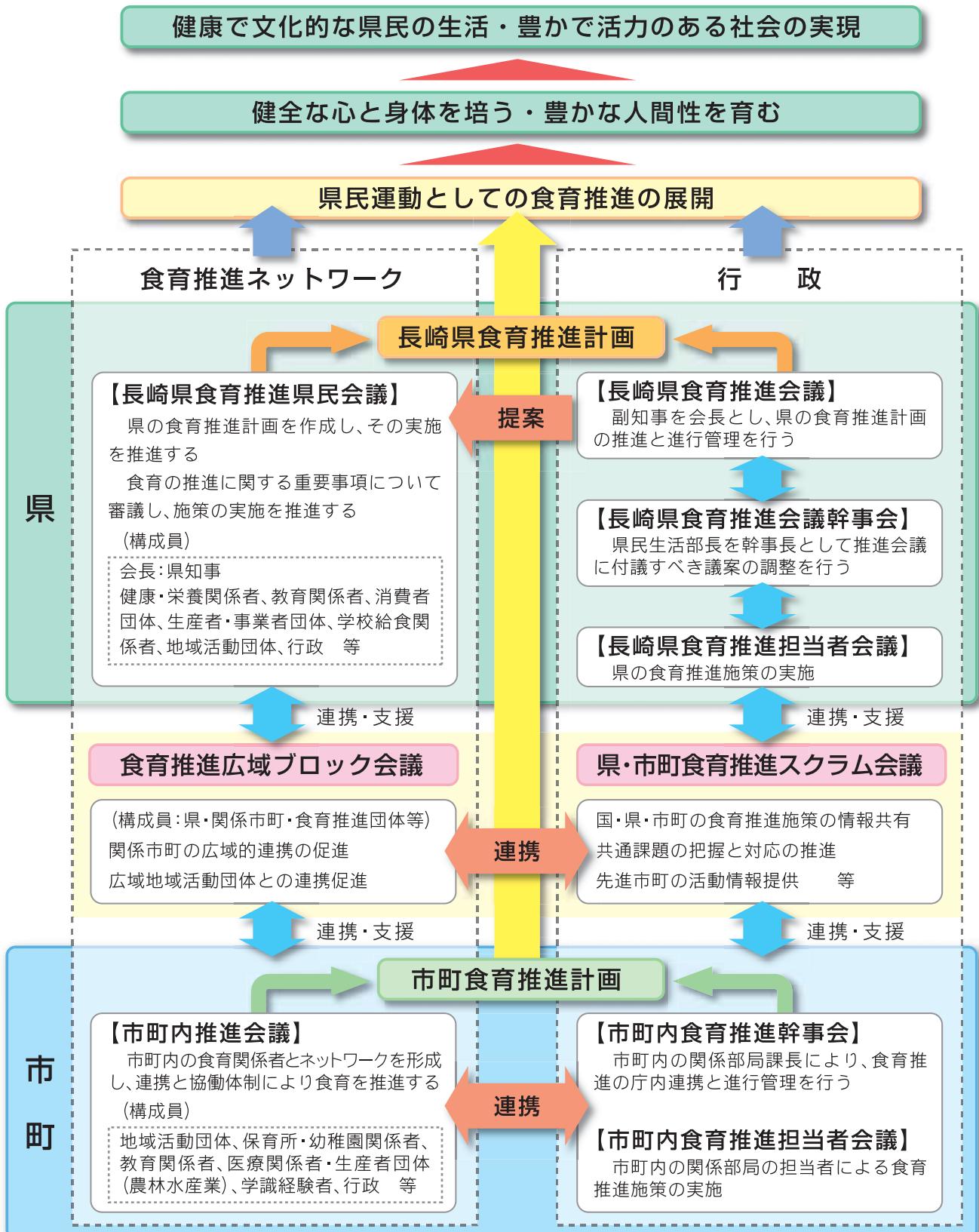
3. 県・市町食育推進スクラム会議

各市町食育推進計画が円滑に実施されるよう、情報交換及び意見交換のための会議を開催し、先進地の情報提供をはじめ、共通課題の解決等を図りながら、地域における食育を推進します。

4. 食育推進広域ブロック会議

複数市町にまたがり広域的に活動する地域活動団体等と行政との連携を図るため、食育推進広域ブロック会議を開催し、地域の特性に合わせた食育を推進します。

推進体制図



特 集

食育活動の事例

食育活動取組事例

○保育所・幼稚園、学校等における取組事例

- ① 雲仙保育園の活動 （「食を楽しむ」その、心とかたち）
- ② くるみ幼稚園の活動 （おいしく食べよう！ 楽しく食べよう！）
- ③ 大崎小学校の活動
(学校・育友会・地域連携で、育て、生かして共に楽しむ食育活動)
- ④ 世知原中学校の活動 （「自分で作る弁当の日」の取り組み）
- ⑤ 佐世保特別支援学校の活動 （「校産校消」への取り組み）
- ⑥ 活水女子大学の活動
- ⑦ 長崎県立大学の活動
- ⑧ 長崎国際大学の活動
- ⑨ 長崎女子短期大学の活動 （長崎食育学）

○ボランティア団体による取組事例

- ⑩ 諫早市食生活改善推進連絡協議会の活動
(わたしたち、健康づくりの食育推進リーダー！！)
- ⑪ おおせとオヤジ夜究教室の活動 （オヤジの力発揮！食育の実践）

○生産者団体による取組事例

- ⑫ 新松浦漁協女性部の活動
- ⑬ J Aながさき西海させぼ地区青年部の活動

○企業等による取組事例

- ⑭ チョーコー醤油の活動 （醤油・味噌を通して食の大切さを伝えたい）
- ⑮ 生活協同組合ララコープの活動

①雲仙保育園の活動

「食を楽しむ」その、心とかたち

平成17年、食育基本法が成立し、各地、各所で理念にのっとった取組がなされています。筆者（園長）が、「食育」という言葉に出会ったのは、保育に従事して間もないころ、とある農業雑誌であったと記憶しています。

「体育、德育、知育の根元は食育にある」と、誰の言葉であったかは定かではないが、ずっと心にとどまっていた言葉でもありました。

本園が掲げている「食を楽しむ」のテーマもそんな記憶から導きだされたものでもあります。これまでにも園児たちと実に多くの食の体験、経験を楽しみました。

野菜の栽培はもとより、とりわけ暑い日が続いた今年の夏はアイスクリーム作りを楽しみました。

出来上がったアイスクリームを口にした子ども達の笑顔は、どんな言葉にも言い尽くせない表情がありました。お母さんと一緒に作ったパイは、絵本からのヒント。

そして今、春から初夏に掛けて白い花を咲かせた、園庭のやまぼうしの木がすっかり葉を落とし、今度は干し柿のオブジェとなり園庭を飾ります。

「特別に構えることなく、気付いたらそこには、食育があった」そんな環境を、これからも大切に守って生きたいと想いを新たにしているところです。



②くるみ幼稚園の活動

おいしく食べよう！ 楽しく食べよう！

幼児期からの適切な食事のとり方や正しい食習慣、食体験は、生涯における健康づくりの基礎となります。子どもにとって『食』とは、単に空腹を満たすためだけではなく、健全な心と身体の成長を促します。又、食を通しての他者との関わりは、情緒の発達や思いやりの心の芽生えへと繋がります。更に、農作物の栽培・収穫・調理を体験することで、食への興味を促し、自然を愛する心、食べ物を大切にし、感謝する心を育み、豊かな人間性を形成していくことができます。これらのこと踏まえ、くるみ幼稚園では、次の活動を日々の保育や年間行事を通して行っています。

1 給食を活用した食育指導

- ・食事前後の挨拶や、食事中のマナーの指導
- ・好き嫌いを少しでも減らす声かけ（食の大切さを知らせる）
- ・給食当番による配膳の手伝い



2 食農活動

- ・トマト、きゅうり、ナスのプランター栽培及び収穫
- ・秋の芋ほり遠足



3 調理体験活動

- ・やきそば鉄板焼きパーティー（野菜を切る体験、食す体験）

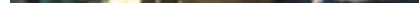


4 家庭への食育情報の提供

- ・園便りでの親子クッキングの紹介、食べ物の知識の提供
- ・献立表（材料や栄養カロリーの記載）

5 食文化の継承

- ・行事食 烤芋・もちつき体験



6 食育あそび

- ・紙芝居・パネルシアター・集団クイズ・ゲームなどで、食について、学んだり、考えたり、知らせるあそびを行う。

このように、普段の生活の中で、楽しく遊びながら『食』を体験する機会を設けています。

③松浦市立大崎小学校の活動

学校・育友会・地域連携で、育て、生かして共に楽しむ食育活動

大崎小では、米・野菜・さつま芋などを、育友会・地域の支援で育て、収穫しています。収穫した米・野菜等は、サラダパーティーや収穫祭などで生かし、育友会地域の方々とともに育てる楽しみと食する楽しみを共有しています。

1 育友会・地域の支援のもと、全校児童で取り組む米づくり

平成9年度から地域の方の田んぼを借りて、全校児童で米作りを行っています。播種・田植え・稲刈り・陰干しまでの作業を全児童で、脱穀を5・6年生が行っています。これらの作業では、育友会の方が講師となって全面的に支援を続けてくださっています。田の耕作や肥料蒔き・イノシシ対策なども育友会の皆さんのが継続的にお世話をしてくれています。精米は、地域の精米所の方がボランティアで支えてくださっています。



2 長生会・保護者支援のもと、1・2年生で取り組む野菜育て

1・2年生は、元気畑で野菜育て。野菜苗と畑の耕作は、農家の保護者の方が毎年支援してくださっています。苗の植え付けや支柱立てなどは、長生会（老人会）の方々が支援を継続してくださっています。



3 育てた野菜や米などを生かして、共に食を楽しむ場作り

(1) サラダパーティー 1・2年生は、元気畑で育てた野菜を生かして毎年サラダパーティー。感謝を込めて長生会の方々を招待し、野菜当てクイズや野菜劇などを取り入れて楽しく会食。



(2) 収穫祭 平成9年度から続けている収穫祭。学年ごとに親子で餅つき。昼食には、5・6年生が保護者の支援で、おにぎりと味噌汁のレストラン開設。

5・6年で育てた冬瓜・わけぎなども活用。1・2年生は、長生会の支援で焼き芋。



大崎小では、命を育む豊かな活動を、年間を通して学校・家庭・地域が一体となって取り組み、親子の絆・郷土愛などを深めつつ、食育推進に努めています。

④佐世保市立世知原中学校の活動

「自分で作る弁当の日」の取組

平成13年香川県滝宮小学校で、日本で最初に始められた竹下和男校長先生の話を聞いたのがきっかけで世知原中学校でも平成21年度から取り組みました。取組はいたって簡単。家庭の協力を得られれば良い。即、実施にいたったのはどこの学校にもある学校保健委員会という組織で提案し賛同を得、職員会で了承してもらうだけ。提案した内容は次の通り。1、実施の目標として①自分が食べるものを自分で作ることで手間がかかることを実感させ食べることの大変さを学ぶ。②食べ物が命を育てる。食べ物には命があることを実感させ食べ物を粗末にしない態度を育てる。③弁当作りを通して自分が家族の一員として役に立つ喜びを実感させる。④台所に親子、家族で立つことでコミュニケーションの機会をふやす。

2、実施要領 「弁当の日」の原則として

- ①生徒だけで作る ②年4回 ③全校生、全職員で取り組む

問題点は実施期日。給食が予定されていないスケッチ大会や始業式など行事時に実施すると好都合。あと給食がある日も2日間だけ実施しました。それには家庭の協力が必要。反対意見もないわけではないが実施することでの先進校のメリットを伝えることで納得していただきました。それは「弁当作りを経験することで自らたくましく豊かな人生を切り開いていくことが可能になる」という大きな力。その可能性を信じて「弁当の日」を実践しています。「弁当の日」を通して子どもが、学校が、家庭が変わってきました。何より子ども達が早起きして苦労して自分の弁当を仕上げることで一人で作ったという「達成感」を味わいその積み重ねが生きる自信をつけていく。それを支える親の目が変わる。教師も「手作り弁当」という作品を通して家庭のドラマがみえてくる。会話が増えてくることはごく当然。今、この当たり前のことができないから子どもの問題が深刻になっています。「弁当作り」が子どもたちを幸せな人生に導いてくれると確信しています。



⑤長崎県立佐世保特別支援学校の活動

「校産校消」への取組

本校は「知的障害教育部門」と「肢体不自由教育部門」が設置されています。各部門には小学部から高等部まであり、「健康・協力・自立」の校訓のもと、「健康でたくましく生きぬく児童生徒」の育成をめざし、日々の学習に取り組んでいます。

本校では、児童生徒の食に対する関心を高めるために、地域の特産物や地場産物だけではなく、中学部や高等部の生徒が授業のなかで栽培した農作物を給食に利用しています。ただ利用するだけではなく、例えば、小学部の児童にグリンピースのサヤから豆を取り出す体験をさせることで、食材に対する興味・関心や、栽培や給食作りにかかわった人たちへの感謝の気持ちを高めるような指導の工夫も行っています。もちろん後輩たちの感謝の気持ちを耳にした中学部や高等部の生徒たちにとっては、さらなる栽培意欲の向上にもつながっているようです。

このようにして、校内で生産から消費までを身近に学習することができる「校産校消」を進めることで、本校の学校給食はより「生きた教材」としての力を発揮しています。



丹精込めてつくりました！
(中学部・高等部)



グリンピースってこうなっているんだ。
中学部・高等部のみなさんありがとう！
(小学部)



小学部のみなさんありがとう！
(調理員)



三色どんぶり



毎日おいしい給食をありがとうございます！
(児童生徒一同)

⑥活水女子大学の活動

本学では、全学生対象に食育普及啓発の一環として、食に関するポスター等を学生がよく目にする場所に定期的に掲示しています。食事のバランス、話題の栄養素、美肌やダイエットなど、学生が興味のあることに対して、正しい情報を得られる食環境の整備を目指しています。この活動は、栄養教育分野のセミナーを履修している食生活健康学科の学生が中心となって実施しており、学生ならではの感性を活かした内容となっています。ポスターを制作する学生達にとっては、自らの食生活を見直す機会となります。見る側の学生達にとっては、同世代が情報提供しているため興味を持ちやすく、食意識の向上につながりやすいと考えられます。

また、産官学連携活動も行っています。その事例として、平成 21 年度に、県産品を用いたお弁当の開発・販売を通して、地域の皆様の健康づくりに関わらせていただきました。



平成 22 年度は、「ながさき実り・恵みの感謝祭 2010」や「大学生の農に関わる現地研修会」に参加し、体験を通して様々なことを学ぶことができました。これらの取り組みは、多くの学生にとって、地産地消など食に対して興味を持つ良い機会となりました。今後もできる限り参加したいと考えています。



上記と並行して、大学生の実態を把握するために、継続的に食事調査を実施しています。食物摂取頻度調査、秤量記録法、簡易なアンケートなど、対象者や状況に合わせて調査しています。学生自身はこのような調査に関わることで、自分の食生活を見直すきっかけとなるようです。調査結果を大学生の食生活支援の資料とし、今後の食育支援や教育方法などを検討していきます。

一般的に 20 代の女性は美に対して強い興味を持ちますが、健康には無頓着なケースが多く見られます。その興味を無視して健康教育を行っても、根本の解決にはつながりにくいようですが、彼女達の気持ちを尊重して、健康美を目指すことを取り入れながら教育を進めていますと、学生は食に対して非常に強い興味を示してくれます。今後の健康の維持増進につなげてもらうために、これからも様々な情報や体験する場を提供し、大学生の食生活を支援していきたいと考えています。

☆活水女子大学健康生活学部食生活健康学科アドレス☆

<http://www.kwassui.ac.jp/college/gakubugakuin/kenkou/syokusei/syokusei-top.html>

⑦長崎県立大学の活動

長崎県立大学看護栄養学部栄養健康学科では、学生の専門知識及びその活用能力の向上と本学学生の食生活改善を目指した取組を2008年度より行っています。栄養に関する専門知識を活かして、学生生活を支え、その活動を地域の協力も得ながら支援していく制度を現在構築中です。

これまでの取組



栄養健康学科1~3年生有志が2009年度クックベジサークルを結成し、以下のような食に関する活動を行っています。

- 1) 学内菜園作り：食（野菜）の生長・生産の場を知るために白菜、キャベツ、トマト、きゅうり、タマネギなど、年間15種類程度の野菜を無農薬・有機肥料で栽培し、料理教室や調理実習などに使用しています。
- 2) 料理教室の開催：毎月1回程度テーマを設け、他学科（他大学学生を含む）を主対象とした料理教室を開催しています。シーボルト校学生の食生活状況を調査し、問題点を改善できるようなメニュー作成に取り組んでいます。
- 3) 地域交流：2009年度は島原のレタス農家においてレタス収穫とレタス料理交流、JA青年部との意見交換会をはじめ、食と農に関する長崎県内のいくつかのイベントに参加し、外部との交流（地域交流）の機会を増やしています。2010年度は、料理研究家黒川陽子氏を迎えて、伝統野菜を使用した料理教室を開催したり、大学近隣の保育園児と野菜栽培や収穫を一緒に行っています。収穫したさつまいもを使用してスイートポテトやケーキを作り、学祭で販売し、地域の方々にも食べていただきました。

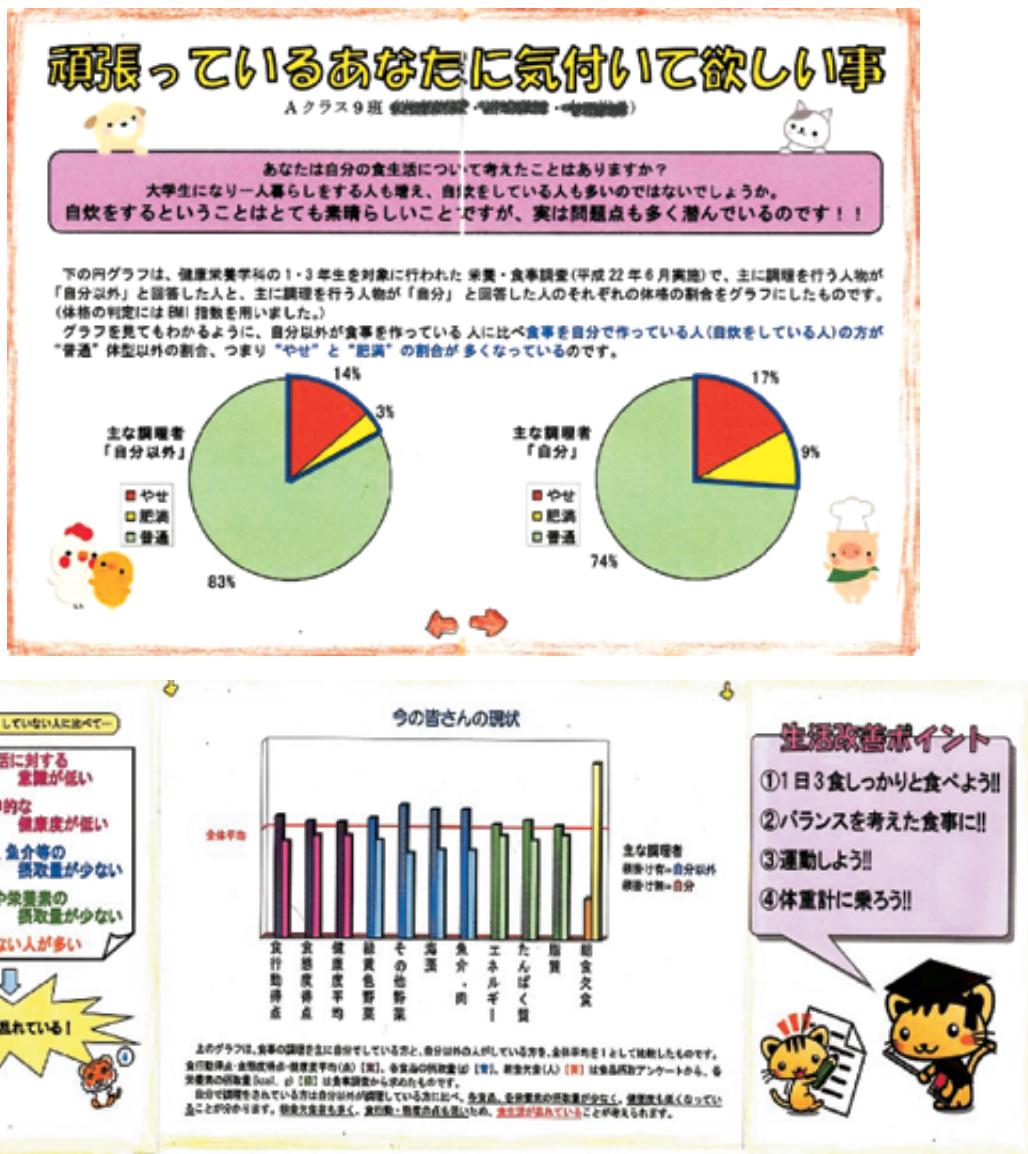


長崎県立大学看護栄養学部栄養健康学科アドレス：<http://sun.ac.jp/department/nursing/nutritional/>

⑧長崎国際大学の活動

3年次学生が学生実習の一環として、本学科学生を対象とした栄養調査(食事調査、身体状況調査、食習慣調査等)と集計解析を経年的に行い、学生自身が食生活実態を把握し、これを契機としたよりよい食生活への認識の高揚に努めています。

また、調理実習等で廃棄されることの多い食材料(だし取り後の昆布・かつお節、豆腐製造時のおからなど)の有効利用に向けた加工品製造や、学生自身にさらなる用途拡大の発想の機会を提供するなど、食品あるいは食材を身近に、そして大切に感じる広くて深く奥行きのある生活知識の構築に努めています。



3年生自身と1年生に対して栄養調査を行い、問題点を見いだして改善するためのリーフレットを作成し、展示・発表しています。専門研究（卒業論文）を履修する学生は、栄養調査をもとに更に深く分析しています。

☆長崎国際大学健康管理部健康栄養学科アドレス☆

<http://www1.niu.ac.jp/course/health-nutrition.html>

⑨長崎女子短期大学生活科食物栄養専攻の活動

「長崎食育学」

「長崎食育学」とは、平成13年より食物栄養専攻で開講されている本学独自の専門科目のことです。長崎の食文化を栄養士教育に取り入れるために開講しましたが、充実を図るためブラッシュアップを心がけているうちに「長崎食育学」を柱とした教育支援が本専攻の特徴といえるまでになりました。

なぜ、本学の栄養士教育に長崎の食育が必要と考えたのか、理由は下記のとおりです。

- ・人生の根幹に地域の食文化があることの意識を持たせる。
- ・郷土愛の強い女性を輩出させる。
- ・食文化の伝承や情報発信ができる栄養士を養成する。
- ・現代の食文化のルーツである長崎の食文化の学びに誇りを持たせる。
- ・学生の長崎の食文化に対する知識が断片的なため系統立てた食育が必要である。

「長崎食育学」は、1年生を対象とした初年次教育として開講されます。授業は、長崎の食材、伝統料理、加工食品、食文化、流通などについて、専任教員を中心に長崎で活躍されているプロの講師を迎え、演習形式で進められます。この授業を受けることにより、1年生は地域の食の意識が高まります。そして、この流れは、専攻独自の行事である卓袱料理試食会をはじめ、長崎伝統野菜の栽培、卒業研究における「長崎よか膳料理」と名付けた創作料理の研究などへと続き、本学における長崎食育が完結します。

代表的な行事である卓袱料理試食会を紹介しましょう。教員の教育支援のもと、2年生が試食会の計画・運営を行うもので、当日は1年生をお客様に迎え、調理配膳するというものです。2年生は長崎ならではのもてなしの心を、1年生は長崎の食文化やマナーを実際に学ぶ絶好の機会になります。

このような地域密着型の食育を「長崎食育学を活かした食文化伝承と情報発信」という目標に沿い、食物栄養専攻だけでなく全学的に取り組むことが平成22年度、文部科学省の大学教育推進プログラムに採択され、今後、本学では地域の食育を基盤とした地域密着型のコミュニティーカレッジとしての教育支援のモデルケースとして情報発信することになりました。「長崎食育学」の長崎女子短期大学として認知されますよう全学的に努力していきます。



(卓袱試食会風景)



(伝統野菜苗植え)

長崎女子短期大学生活科食物栄養選考アドレス：http://www.nagasaki-joshi.ac.jp/course/leaflet_s.html

⑩諫早市食生活改善推進協議会の活動

わたしたち、健康づくりの食育推進リーダー！！

諫早市食生活改善推進協議会は、健康づくりの食育推進リーダーとして、健康づくりの実践者を増やすための“健康いさはや21サポーター講習会”、食事バランスガイドの活用を促進するための“いさはや版食事バランスガイドマニュアルの伝達”、そして6月19日にはスーパーや学校の校門前等で早寝・早起き・朝ごはんのチラシとティッシュを1,000個配布し、食育の日をPRしています。

他にも、“いさはや 元気いっぱい 食育カード”を活用して、郷土料理や特産品を使った健康レシピの伝達も行っています。

健康で生き生きと暮らしていくためには、家庭や学校、関係団体等と連携しながら、地域における食育の推進に貢献してまいります。



いさはや版食事バランスガイドマニュアルの伝達

健康いさはや21
サポーター事業



食育の日の取り組み

⑪おおせとオヤジ夜 究 教室の活動

オヤジの力発揮！食育の実践

【食育支援の取り組み】

おおせとオヤジ夜究教室は男性を中心とした生涯学習の団体であり基本的には男の自立を目指し料理教室を中心とした活動を展開しています。

料理教室の講師は学校給食の栄養士、地域内の婦人のリーダー、料理店の料理長など多くの方の指導を受けながら行っています。また、会員の年齢構成からすれば、生活習慣病が気になるところであり、予防のため栄養士を招いての生活習慣病予防料理にも積極的に取り組んでいます。料理のメニューは和食から洋食まで多種に及び今では料理のレシピ集が発行できる程度までになっています。

食育推進計画にもあるように、特にこだわりとして、食の安全を求め、地元で採れた食材や会員が生産した食材を主として料理を行うことを基本としており、地産地消（身土不二）の取組と合わせて活動を行っています。

また、地域との連携を深めボランティア活動の一環として市内小学校の児童、老人福祉施設の入所者の方々と会員が栽培したソバを使ってのソバ打ち交流会も行っております。この活動を展開する中で古くから伝承されてきている料理について先輩からの教示を受けることができています。



食育活動の一環として地元小学校の子どもたちに対して自分たちで育てることで食の大切さを学ばせるために、会員による体験農業の実践にも取り組んでいます。また自前で作成した石窯を使い、ピザ焼きやパン焼きを自分たちで一から作るという普段家庭では出来ない食育体験も行っており、小中学校の児童生徒や地元婦人会を中心にした利用がなされています。



今後は地域での食育推進のため、小中学校の児童生徒や保護者ほか、他の組織などと連携を密にし、農作物の生産や料理を体験できる機会を多く作り食育推進活動を開いていきたいと考えています。

⑫新松浦漁協女性部

人が生きていく上で最も大切なのは「食」であり、それは、親子のコミュニケーションにも関係しています。近年、様々な事件を起こす子供達が増えました。それは「食」のみだれにも関係があると考えられます。だからこそ、家族揃って食事ができる環境作りが大切ではないでしょうか。私達女性部の活動のひとつに親子料理教室というのがあります。魚食普及活動や、子ども達向けの食育活動をしていて、とても貴重な活動のひとつです。

地元の小学5年生を対象に、その日は給食をやめ、朝から下処理もしていないアジとの格闘です。



昼の献立として近所の田んぼを借りて作った米を、炊き込みご飯に、新鮮なアジを刺身とフライに、骨に付いた実をスプーンで取ってすり身汁に、子ども達が切った太い千切りキャベツ。とても豪華なメニューの完成です。親子での参加、おばあちゃんとの参加と様々ですが、丸ごとの魚を自分の手でさばいて調理している子ども達の目は輝いています。

何より、魚に対するイメージが変わり、魚料理を普段あまり食べない子ども達が、「美味しい！」とおかわりをする姿をみていると、十年以上続いているこの活動をこれからも継続していかなければと思います。又、新たに数年前から都市部の中学生・高校生の修学旅行生と共に体験するという活動を始めました。最近、スーパーに並ぶ魚は切り身の状態、まして一匹丸ごとの魚を最初からさばく、とても貴重な体験です。ウロコをとり、頭と内臓を取って、三枚におろす。新鮮なアジでつくるアジフライは、私たちにとっては、なんでもない普通のアジに、子どもは目を輝かせ美味しいと感激してくれます。最後は骨せんべいにして全てを食べつくします。近年手を加えないで簡単に口にすることができる食品が溢れる子ども達の魚離れが深刻な問題になる中、私達女性部が行う、魚料理教室は食育の面からも大変意義のある活動だと思います。

そして活動に参加してくれる子ども達が大人になったとき、次の世代までも食育活動をつないでくれることを願っています。



⑬JAながさき西海させぼ地区青年部の活動

1. 組織の概要

J A ながさき西海させぼ地区青年部は佐世保市で農業を営む中核農家124名をメンバーとする組織です。

「長崎県JAグループ食農教育基本方針」をふまえ①日本型食生活を基本とする健全な食生活の実現②地産地消運動の展開による食料自給率の向上③生産者と消費者の交流による農業・農村の活性化を目的として、農業体験学習を柱とする食農教育活動に取り組んでいます。

活動にあたっては同JA女性部や佐世保市青年農業者連絡協議会と連携し、食農教育活動推進のための実行委員会を設立し、地域密着型の活動を行っています。

2. 取り組み内容

同青年部の代表的な取り組みである「ひろっ子ファーム」は、平成19年度から佐世保市立広田小学校と始めた食農教育活動。

遊休農地6・6アールを開墾し農園をつくり、同校の児童にサツマイモ、ニンジン、ジャガイモ、大豆など多品目での栽培体験を提供。さらに品目は年度毎に変更を加え、多様な角度から作物の特徴を学べるようにしています。

また、児童が栽培体験をまとめた「壁新聞」のコンクールでは児童自らプレゼンテーションすることで自主性、創造性を養っているほか、JA職員による授業での講話、味噌の加工体験なども行い、食農教育の効果が高まるよう工夫を重ねています。



3. 食農教育活動の効果

保護者から「家の食べ残しが減った」「子どもがスーパーに行くと、まずは農産物コーナーに足を運ぶようになった」という感想もいただいています。

この一連の活動は平成21年度に開かれた全国のJA青年部員が集まる「JA全国青年大会」で発表され、組織活動実績発表部門の日本一にあたる「千石興太郎賞」に輝き、させぼ地区青年部の活動活性化にもつながっています。

⑯ チヨーコー醤油株式会社

醤油・味噌を通して食の大切さを伝えたい

チヨーコー醤油株式会社は、1941年の創業当時より、醤油味噌を通じて健康で豊かな生活を送っていただけるよう「健康と美味しさをお届けします」をモットーにした商品作りをしております。そして、食育元年と言われる2005年、改めて自分達が出来る「食育」について考え、社内では、定時終業日を設けその日は早く家に帰り家族団らんの食卓でご飯を食べる日としました。また、対外的には小学生を対象とした「工場見学」や「しょゆ博士の出前授業」また「親子料理教室」や「味噌作り体験」などを随時実施しております。

『味噌作り体験』は、地元で収穫された大麦（はだか麦）を使い、お味噌が出来るまでの工程を実際に作業しながら説明します。いつもなにげなく食べているお味噌がどんな原材料から出来ているのか、出来上がるまでにどれくらい時間がかかるのか、“発酵”とはどういうものなのなど、どうやってお味噌になるのかを教え伝えています。



味噌づくり体験

⑯生活協同組合ララコープの活動

ララコープでは、世界の食料事情と日本の農業の現状について学習し、生産者と消費者のネットワークを更に前進させ、食卓の視点から自給率の向上に寄与する活動を行なっていくことを重点に取り組んでいます。また、食育、産地（生産者）交流、地産地消の活動を、たべる*たいせつ活動と称して、ララコープ全体の取組みと、県下を5エリアに分けた各地域でのエリアの活動として取り組んでいます。

五島エリア 地元漁師さんの協力を借りて、地引網を開催！お父さんの出番もありましたよ。生きた魚を目にしてさわり“いのち”を感じる、海の恵みに感謝する大切さを学びました。

県北エリア 地元の北村製茶との産地交流、秋の三番茶のお茶摘みができてビックリでした。大地といのちの会の吉田俊道先生の講演会を開催。また、産直野菜を生産者と一緒に、皆さんに広げる活動を行いました。

県南エリア お茶摘みバスハイク、有機・無農薬に取り組む北村製茶（北松浦郡佐々町）へのお茶摘み・生産者の北村さんとの交流を行ないました。また、減農薬に取り組む松信農園（長崎市鳴見町みかん生産者）との交流、7月に摘果作業でお手伝い、10月に収穫、みかんジャムの試食を行ないました。



諫早・島原エリア 産直米ながさき「にこまる」の田植えを7月に行い9月に稲刈り、お昼ご飯は、おにぎりと郷土料理の「鶏めし」を頂きました。また、1月には産直の野菜やお肉を使っての鍋料理を囲んで、生産者の方と交流を行いました。

東彼・大村エリア ジャガイもの植付け援農体験を東彼杵地縊地域の生産者（双葉会）と行いました。9月に植付けを体験、12月に育ったジャガイもを収穫「大きなジャガイもがとれたよ！」元気に収穫したあとは、産直豚生産者の大西海ファームの方を交えてのバーベキュー！生産者の方との交流を行いました。

食育に関する通信型教材「たべる*たいせつキッズクラブ」（日生協）にて、家庭における親子のふれあいや子ども自身の自主的な活動・行動を応援することを目的に取り組んでいます。2010年度メンバー数49名。*2009年にこの取組みが、長崎県食育推進活動において評価され、長崎県より表彰を受けました。

わたくしたちは、これからも地域での食の環境づくりを生産者・行政・他団体とのネットワークを通じ、食生活のさまざまな問題点の解決に向けて取り組んで参ります。

～ もっとイキイキ・ひと・まち・くらし ～

生活協同組合ララコープ。

参考資料

- 資料 1 市町の取組状況
- 資料 2 長崎県食育推進県民会議条例
- 資料 3 長崎県食育推進会議設置要綱
- 資料 4 長崎県食育推進計画の検討経過
- 資料 5 用語の解説

資料 1 市町の取組状況

各市町食育月間の取組（平成 22 年度）

市町名	取組内容
長崎市	○生産者出前講座 ○広報誌・テレビでの食育月間周知活動
佐世保市	○「食育の日」懸垂幕での呼びかけ
島原市	○広報誌による食育月間周知 ○出前講座 ○「FMしまばら」番組内での食育啓発
諫早市	○「食育の日」に保育所・スーパー・直売所等で「いさはや版食事バランスガイド」ちらし等を配布 ○男の料理教室、食生活改善学習会の開催 ○食生活改善推進連絡協議会リーダー研修会、健康ながさき 21 推進リーダーの育成講座
大村市	○おおむら食育祭 IN オムジャスの開催
平戸市	○各小学校での食育指導 ○小学校 PTA による簡単レシピ集作成・配布
松浦市	○食事バランスガイドの啓発
対馬市	○各小学校での食育指導 ○お口の健康フェスティバル ○水産教室（定置網漁業体験・魚さばき方教室）
壱岐市	○スーパー・朝市・農産品直売所における食育の日 PR ○郷土料理教室 ○市民による古代米の田植え
五島市	○保育園児と保護者とのお弁当づくり
西海市	○保育園における食育指導 (元気野菜作り・カレークッキング・父と児のパックドック作り) ○高齢者学級・出前講座（食育あらかると） ○「食育の日」のぼりによる食育月間の周知
雲仙市	○広報誌による食育月間周知
南島原市	○「食育月間」ポスターの掲示
長与町	○野菜料理の普及、特產品レシピづくり、お母さんの料理教室 ○保育所のおやつづくり
時津町	食生活改善推進協議会定例会
東彼杵町	広報誌、ポスターによる食育月間周知
川棚町	食育講演会「食育からはじまる心と身体の成長」
波佐見町	○食生活改善推進員実践講座 ○保育所・幼稚園児への「おやつの食べ方と歯磨き指導」
小値賀町	「食育月間」ポスターの掲示
佐々町	広報誌による食育月間周知
新上五島町	虫歯予防のための親子食育セミナー

市町食育推進計画

N O	市町名	計画の名称	計画策定時 期	総合窓口
1	長崎市	長崎市食育推進計画	H19. 3	健康づくり課
2	佐世保市	佐世保市食育推進計画 ~『食』から始まる豊かなくらし~食育実践都市 ‘させぼ’	H18. 12	健康づくり課
3	島原市	島原市食育推進計画	H22. 3	福祉保健総務グループ
4	諫早市	諫早市食育推進計画	H20. 6	健康福祉センター
5	大村市	大村市食育推進計画 「楽食」から元気で豊かな“おおむら”づくり	H19. 12	国保けんこう課
6	平戸市	平戸市食育推進計画 ~ひと響きあう た・か・ら・じ・ま 平戸~	H22. 3	保健センター
7	松浦市	いきいき松浦 21 松浦市健康づくり総合計画	H20. 3	健康ほけん課
8	対馬市	対馬市食育推進計画 ~対馬の海の幸・山の幸を食卓に~	H22. 3	健康保健課
9	壱岐市	壱岐市食育推進計画 ~楽しい食事 明るい家庭 いきいき未来~	H22. 3	健康保健課
10	五島市	五島市食育推進計画 ごはんを中心 島民の食卓を 海の幸・山の幸で豊にします	H23. 3	健康政策課
11	西海市	西海市食育推進計画	H21. 3	健康づくり課
12	雲仙市	雲仙市食育推進計画 (健康うんぜん21~ホット スマイル うんぜん市~)	H20. 3	健康づくり課
13	南島原市	南島原市こころと体、口腔の健康づくり、食育推進計画 (仮)	H23. 3	健康対策課
14	長与町	長与町食育推進計画 ~食育は未来へつながる道しるべ~	H22. 2	健康保険課
15	時津町	健康とぎつ 21 時津町健康づくり計画 (仮)	H23. 3	国保・健康増進課
16	東彼杵町	東彼杵町食育推進計画	H20. 9	町民生活課
17	川棚町	健康かわたな 21 ~いきいき 元気 かわたなっ子~	H19. 3	健康推進課
		第2期健康かわたな 21 ~いきいき 元気 かわたなっ子~	H22. 3	
18	波佐見町	健康はさみ 21	H19. 6	健康推進課
19	小値賀町	地産地消推進計画兼食育推進計画書	H20. 2	住民課
20	佐々町	佐々町食育推進計画 (仮)	H23. 3	健康相談センター
21	新上五島町	新上五島町健康づくり計画「元気！ げんき！ みんなでつくる 健康！ 新上五島」	H20. 3	こども課



食育月間のイベント



資料 2 長崎県食育推進県民会議条例

長崎県食育推進県民会議条例（平成18年3月31日条例第15号）

（趣旨）

第1条 この条例は、食育基本法（平成17年法律第63号）第32条の規定に基づき、長崎県食育推進県民会議（以下「県民会議」という。）を置き、その組織及び運営に関する必要な事項を定めるものとする。

（所掌事務）

第2条 県民会議は、次に掲げる事務をつかさどる。

- (1) 県の食育推進計画を作成し、及びその実施を推進すること。
- (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について審議し、及び食育に関する施策の実施を推進すること。

（組織）

第3条 県民会議は、会長及び委員30人以内をもって組織する。

（会長及び副会長）

第4条 会長は、知事をもって充て、会務を総理する。

- 2 会長を補佐するため副会長を置き、会長が委員の中から指名する。
- 3 会長に事故があるときは、副会長がその職務を代理する。

（委員）

第5条 委員は、食育に関して知識と経験を有する者及び関係行政機関の職員のうちから、知事が任命する。

- 2 委員の任期は、2年とする。ただし、補欠の委員の任期は、前任者の残任期間とする。
- 3 委員は、再任されることができる。

（会議）

第6条 県民会議は、会長が招集する。

- 2 県民会議は、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 県民会議の議事は、出席した委員の過半数で決し、可否同数のときは、会長の決するところによる。

（専門委員）

第7条 県民会議に、専門の事項を調査させるため、必要があると認めるときは、専門委員を置くことができる。

- 2 専門委員は、当該専門の事項に関して十分な知識と経験を有する者及び関係行政機関の職員のうちから、知事が任命する。
- 3 専門委員は、その者の任命に係る当該専門の事項に関する調査が終了したときは、解任されるものとする。

（雑則）

第8条 この条例に定めるもののほか、県民会議の運営に関し必要な事項は、会長が県民会議に諮って定める。

附 則

この条例は、公布の日から施行する。

長崎県食育推進県民会議（3期メンバー）

委 員 名	所 属 团 体 ・ 役 職	分 野
会 長	中村 法道 長崎県知事	行 政
副会長	藤井 健 長崎県副知事	
副会長	吉田 共栄 (社) 長崎県栄養士会会长	健康と栄養
	蒔本 恭 (社) 長崎県医師会会长	
	許斐 義彦 (社) 長崎県歯科医師会会长	
	河村 綾子 (社) 長崎県薬剤師会常務理事	
	氏田美知子 (社) 長崎県看護協会会长	
	関山美津子 長崎県食生活改善推進連絡協議会会长	
加藤 法城	(社) 長崎県保育協会副会長	学校・保育所等
上野貴美子	長崎県私立幼稚園連合会代表	
永田しのぶ	長崎県P T A連合会副会長	
相川加津美	長崎県生活協同組合連合会（ララコープ副会長）	消費者団体
中原 松代	長崎県生活学校連絡協議会会长	
牟田久美子	(財) 長崎県地域婦人団体連絡協議会会长	
坂口千代能	長崎県生活研究グループ連絡会会长	生産者・事業者
山中 勝義	長崎県農業協同組合中央会会长	
川端 真	長崎県漁業協同組合連合会代表理事長	
松藤 悟	長崎県商工会議所連合会会长	
坂本 洋司	(社) 長崎県調理師協会会长	
徳永 清隆	(社) 長崎県食品衛生協会会长	給食・教育
一瀬 要	長崎県学校給食研究会会长	
福田万喜子	長崎県学校栄養士会会长	
迎 憲二	長崎県学校給食会理事長	地域活動団体
吉田 俊道	大地といのちの会代表	
島田 昌子	おふくろの味を守る会代表	
松永 知恵	活水女子大学健康生活学部食生活健康学科講師	学識経験者
山口 勇	公募委員	公 募
藤原ヒロ子	公募委員	
森山 裕美	公募委員	
田上 富久	長崎県市長会会长	行 政
寺田 隆士	長崎県教育長	

資料 3 長崎県食育推進会議設置要綱

第1 目的

長崎県における食育を全庁的に推進するため、長崎県食育推進会議（以下「推進会議」という。）を設置する。

第2 検討事項

推進会議は、次に掲げる事項について検討する。

- 1 食育推進の施策の推進に関すること。
- 2 食育推進計画の進行管理に関すること。
- 3 食育に係る関係部局相互の協力に関すること。
- 4 食育に係る情報の収集・提供に関すること。
- 5 その他食育の推進に関して必要なこと。

第3 構成等

推進会議は、別表1に掲げる委員により構成する。

- 1 推進会議には、会長及び副会長を置き、会長に副知事を、副会長には県民生部長をもって充てる。
- 2 会長は、推進会議を代表し、推進会議を統括する。
- 3 副会長は、会長を補佐し会長に事故ある時は、その職務を代理する。

第4 会議

- 1 推進会議は、会長が招集し、主宰する。
- 2 会長は、必要に応じて委員以外の者に出席を求め、意見を聞くことができる。

第5 幹事会

- 1 推進会議に付議すべき議案の調整及び会長から命ぜられた案件の処理を行うため、幹事会を置く。
- 2 幹事会は別表2に掲げる幹事により構成する。
- 3 幹事会に幹事長を置き、幹事長には県民生活部部長をもって充てる。
- 4 幹事会は、幹事長が必要に応じ招集し、主宰する。
- 5 幹事長は、必要に応じて幹事以外の者に出席をもとめ、意見を聞くことができる。

第6 事務局

推進会議及び幹事会の事務局は、食品安全・消費生活課に置き、その事務を行う。

第7 その他

この要綱に定めるもののほか、推進会議及び幹事会の運営に関して必要な事項は、会長が別に定める。

附 則

この要綱は、平成18年4月12日から施行する。

別表1 長崎県食育推進会議の構成員

		構 成 員
会 長		副知事
副会長		県民生活部長
委 員		観光振興推進本部長
		物産流通推進本部長
		こども政策局長
		科学技術振興局長
		総務部長
		環境部長
		福祉保健部長
		水産部長
		農林部長
		教育長

別表2 幹事会の構成員

	部　　局	構 成 員	
幹 事 長	県民生活部	部 長	
	観光振興推進本部	副本部長	
	物産流通推進本部	副本部長	
幹 事	こども政策局	こども未来課 こども家庭課	課 長 課 長
	科学技術振興局	科学技術振興課	課 長
	総務部	学事振興室	室 長
	県民生活部	男女参画・県民協働課 生活衛生課	課 長 課 長
	環境部	未来環境推進課	課 長
	福祉保健部	福祉保健課 薬務行政室	課 長 室 長
		国保・健康増進課	課 長
	水産部	漁政課 水産振興課	課 長 課 長
	農林部	農政課 農業経営課 農産園芸課 畜産課 林政課	課 長 課 長 課 長 課 長 課 長
	教育庁	義務教育課 生涯学習課 体育保健課	課 長 課 長 課 長

資料 4 第二次長崎県食育推進計画の検討経過

(平成 22 年 5 月 20 日) 長崎県食育推進担当者会議（第 1 回担当者会議）

- ・食育を推進するうえでの関係各課の連携の確認並びに第二次食育推進計画の方針の検討

(平成 22 年 6 月 2 日) 長崎県食育推進会議幹事会（第 1 回幹事会）

- ・骨子（案）（イメージ）の協議

(平成 22 年 7 月 6 日) 長崎県食育推進会議（第 1 回推進会議）

- ・骨子（案）の協議

(平成 22 年 7 月 16 日) 長崎県食育推進県民会議（第 1 回県民会議）

- ・骨子（案）の審議

(平成 22 年 7 月 29 日) 長崎県食育推進担当者会議（第 2 回担当者会議）

- ・計画素案（案）の検討

(平成 22 年 8 月～9 月)

- ・関係各課担当者とのやりとりによる計画素案（案）作成

(平成 22 年 10 月) 食育推進地域ネットワーク会議

- ・計画素案（案）の市町、外部団体への説明及び意見交換

(平成 22 年 10 月 26 日) 長崎県食育推進会議幹事会（第 2 回幹事会）

- ・計画（素案）の協議

(平成 22 年 11 月 16 日) 長崎県食育推進会議（第 2 回推進会議）

- ・計画（素案）についての協議

(平成 22 年 11 月 24 日) 長崎県食育推進県民会議（第 2 回県民会議）

- ・計画（素案）の審議

(平成 22 年 12 月 20 日～平成 23 年 1 月 20 日) パブリックコメント実施

(平成 23 年 1 月 13 日～1 月 17 日) 食育推進地域ネットワーク会議

- ・計画（素案）の市町、外部団体への説明及び意見交換

(平成 23 年 2 月 4 日) 長崎県食育推進会議（第 3 回推進会議）

- ・食育推進計画（案）についての最終協議

(平成 23 年 3 月 31 日) 第二次長崎県食育推進計画の策定

資料 5 用語の解説

あ 行

栄養教諭

栄養に関する専門性と、教育に関する資質を併せ有する教職員であり、学校において、食に関する指導と学校給食の管理を一体的に行う。

平成17年4月より新設された制度。

か 行

学校栄養職員

栄養士の資格を有する学校職員であり、学校において栄養管理や衛生管理などの給食の管理を主に行っている。最近では、学級担任等の行う教科指導にも、専門的立場から協力しながら健康教育の推進に参画している。

学校給食における地場産品使用推進週間

毎年1月に実施する学校給食週間にあわせて設定しており、献立の食材に地場産品を使用し、郷土料理のメニューを学校給食で実施するとともに、児童生徒の郷土理解を深めるための指導を行う。

学校給食の手引き

学校給食の意義を踏まえ、指導のねらいが達成されるように実施のあり方を示したものである。この手引きは、学校給食に関わる全ての職員を対象に作成している。

学校給食レシピ集

郷土料理を通した食文化の伝承及び地場産の食材を使用した学校給食の食事内容の充実を目的として平成18年3月に作成。学校給食における郷土料理、地場産物を活用した料理のレシピの他、食の指導に生かすための県内産の農水産物に関する資料等を掲載している。

学習指導要領 新学習指導要領

文部科学省が告示する教育課程の基準。小学校、中学校、中等教育学校、高等学校、特別支援学校が各教科で教える内容を定めたもの。各学校における「食育」については、学習指導要領を基本として取り組まれている。

新学習指導要領は、平成23年度から施行。知識、道徳、体力のバランスのとれた力である「生きる力」の育成を実現。

家庭教育支援プログラム

乳幼児から小・中学生まで、家庭の教育力の向上を図るため、行政が支援するためのプログラム。

嚙ミング30（ガミング サンマル）

地域における食育を推進する一助として、より健康な生活を目指す観点から、ひとくち30回以上噛むことを目標とした、厚生労働省の検討会で提唱されたキャッチフレーズ。

管理栄養士

厚生労働大臣の免許を受けて、高度の専門的知識および技術により特別の配慮を必要とする給食管理及びこれらの施設に対する栄養改善上必要な指導等を行う。

教育ファーム

子どもから大人まで、生産者の指導のもと、「種まきから収穫まで」の一連の農作業を体験し、その中で、体験者が自然の恩恵に感謝し、食に関する活動への理解を目的とした農林水産省の食育推進。同一作物について2つ以上の作業を、年間2日以上行うこととしている。

グリーン・ツーリズム

自然が豊かな農山漁村において、その自然・文化・人々との交流を楽しむ滞在型の余暇活動であり、都市側の余暇活動のニーズや自然回帰志向と農村側の地域おこしのニーズの架け橋となっている。

人々は、地域資源や地元住民との交流を通じて、本来の人間らしい生活や田舎暮らしに触れ、農村の価値や魅力を再発見できる。

口腔機能

口は人間の器官であり、その動作の総称を口腔機能という。ものを嚙んだり飲み込んだりする「飲食する」機能や話をするための「発音」機能、呼吸などの「生体」機能など口腔内の歯や舌などの器官とそれに伴う筋肉や神経、感覚など動作に必要な機能を総称する。また、一般的にいう口腔機能は、顎機能を含み総称している。

さ 行

食育基本法

国民が生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性を育むことができるよう、食育を総合的かつ計画的に推進する法律。平成17年7月15日付けで施行された。

食育月間

食育食育推進運動を継続的に展開し、食育の一層の定着を図るため、「食育推進基本計画」により6月と定められた。毎月19日は「食育の日」。

食生活改善推進員

市町村が開催する食生活改善推進員教育事業の教育を修了した者で、健康づくりのための食生活を通したボランティア活動を行う者。

食生活指針

国民の健康の増進、生活の質の向上および食料の安定供給の確保を図るため、食生活において国民一人ひとりが特に留意すべき事項として 10 項目が設定され、また、各項目ごとにその実施のために取り組むべき具体的な内容が示されている。平成 12 年文部科学省、厚生労働省、農林水産省の 3 省で閣議決定された。

食品リサイクル

食品の売れ残り、食べ残し又は製造過程において大量に発生している食品廃棄物の発生抑制・減量化により最終的に処分される量を減少させるとともに、飼料や肥料等の原料として再生利用すること。食品循環資源の再利用のこと。

食物アレルギー

食物を摂取した際、身体が食物（に含まれるタンパク質）を異物として認識し、自分の身体を防御するために過敏な反応を起こすこと。症状としては「かゆみ・じんましん」、「唇の腫れ」、「まぶたの腫れ」、「嘔吐」、「咳・喘息」などがあげられる。重症な場合は、ショック症状（アナフィラキシーショック）が起こり、死に至る場合がある。

生活習慣病

生活習慣に起因する疾病。例えば、喫煙とがん・心臓病、高血圧と脳卒中、肥満と糖尿病など。食生活や運動などの生活習慣の改善によりある程度予防が可能である。

世代別食事バランスガイド

食生活指針を実際の行動に結びつけるものとして、厚生労働省と農林水産省が共同で作成した、食事の望ましい組み合わせやおおよその量をわかりやすくイラストで示したバランスガイドを、若い女性、単身男性、中高年、子育て世代等、世代別に合わせて作成したもの。

身土不二

食の信条として、また思想として用いられる言葉で、「人と土は一体である」「人の命と健康は食べ物で支えられ、食べ物は土が育てる。故に人の命と健康はその土と共にある。」という捉え方。

た 行

地産地消

地域で生産されたものを地域で消費すること。地域の消費者ニーズを的確に捉えて、地域農林水産品の安定的な生産供給を行う側面と、地域で生産されたものを地域で消費することにより生産者を支える側面の両面がある。

地産地消こだわりの店

地産地消にこだわって、年間を通じて概ね 60% 以上は県産食材を用いた料理を提供していること、県産食材の使用をメニュー表示等により PR していること等の要件を満たしているとして県の認定を受けた飲食店等。

地産地消こだわりの店の認定用件

1. 県産食材の使用を、メニュー表示等によりPRしていること。
2. 使用している食材について、説明できるように努めていること。
3. 地産地消にこだわって県産食材を用いた料理を提供していること。
(1)米は、県産米を100%使用していること。
(2)酒及び焼酎を提供している場合は、常に県産品を取り扱っていること。
(3)米及び酒類を除いて、年間通じて概ね60%以上は県産食材を使用していること。
4. 食品衛生法等、関係法令を遵守していること。

特定健診・保健指導従事者

平成20年4月より始まった40歳～74歳までの公的医療保険加入者全員を対象とした保健制度（一般にはメタボ健診と言われている）の実施に携わる者。

特別支援学校

障害の程度が比較的重い子どもを対象として専門性の高い教育を行う学校。幼稚園から高等学校に相当する年齢段階の教育を、特別支援学校のそれぞれ幼稚部・小学部・中学部・高等部で行う。

な 行

長崎県総合計画

県民と力を合わせて、新たな視点での長崎県づくりを進めていくため、「人が輝く、産業が輝く、地域が輝く長崎県づくり」を基本理念に、その実現に向けた各分野の取組の基本的な方向性を示した県の総合計画（平成23～27年度）。

長崎県健康増進計画

「自分の健康は自分でつくる」という基本的な考え方のもと、「健康寿命の延伸」などを目標に、県民が健康づくりに取り組みやすい環境づくりを県と市町、関係団体が連携して推進する総合的な21世紀の健康づくり計画。

長崎県健康づくり応援の店

県民一人ひとりが健康づくりに取り組むことができるような環境整備を目的として、栄養成分表示やヘルシーメニューの提供、禁煙・分煙に取り組んでいる飲食店等として登録された店。登録された店にはステッカーを貼付している。健康づくり応援の店の登録基準や登録店舗の情報等は国保・健康増進課のホームページ参照。

長崎県版食事バランスガイド

長崎県の食材や郷土料理、また、必要な運動量を加えて、より県民に親しみやすく、活用しやすいうように作成された食事バランスガイド。（平成18年度に作成）

中食（なかしょく）

家庭外の店で食べる外食に対し、家庭内で手料理を食べることを内食とし、その中にあたる食事をいう。持ち帰り弁当、スーパー・コンビニエンスストアの弁当、総菜、冷凍食品、出前、宅配ピザなどが含まれる。

日本型食生活

昭和 50 年頃に実践されていた、米を中心に、水産物、畜産物、野菜等多様な副食から構成され、栄養バランスに優れた我が国独自の食生活。

認定こども園

保育所及び幼稚園等における小学校就学前の子どもに対する保育及び教育並びに保護者に対する子育て支援の総合的な提供を行う施設。親の就労に関係なく利用できる。

は 行

フードマイレージ

イギリスのティム・ラング氏が、1994 年に提唱した運動に由来し、食料の生産地から消費地までの距離に着目し、輸送に伴うエネルギーを減らし、環境への負荷を軽減しようという運動。

ブルー・ツーリズム

漁村の自然や文化をありのままに生かした、漁村民宿などによる家族ぐるみの滞在型の旅行形態で、新しい都市・漁村交流の形態。

平成「長崎俵物」

長崎らしさを生かした優れた水産加工品で、県が制定した基準に基づいて、(社)長崎県水産加工振興協会が認定している。

保育所保育指針

厚生労働省が告示する保育所における保育の内容に関する事項及び運営に関する事項を定めたもの。保育所における「食育」については、保育所保育指針を基本として取り組まれている。

ま 行

メタボリックシンドrome

内臓脂肪型肥満（内臓肥満・腹部肥満）に高血糖・高血圧・高脂血症のうち、2つ以上を合併した状態をいい、動脈硬化性疾患の発生頻度が高まる。

や 行

幼稚園教育要領

文部科学省が告示する幼稚園における教育課程の基準。幼稚園における「食育」については、幼稚園教育要領を基本として取り組まれている。

ら 行

ライフステージ

人の一生を幼年期・少年期・青年期・壮年期・高齢期などと分けたそれぞれの段階。

リスクコミュニケーション

食の安全・安心に関する情報を公開し、消費者、食品等事業者、学識経験者及び行政担当者が、食に関するリスクを認識、分析する過程において得られた情報及び意見を相互に交換し、双方向の対話を図ろうとするもの。

第二次長崎県食育推進計画 ~いいただきます 元気 ながさき おいしか県~

発 行 平成23年3月

長崎県県民生活部 食品安全・消費生活課

〒850-8570 長崎市江戸町2番13号

TEL : 095-895-2366

FAX : 095-824-4780

E-mail : s03190@pref.nagasaki.lg.jp

ホームページアドレス

<http://www.pref.nagasaki.jp/shokuhin/index.php>

長崎県 食品安全

検索



いただきます・ごちそうさま



毎年6月は「食育月間」毎月19日は「食育の日」
「家族そろって楽しい食卓を」