

那賀町食育推進計画

令和 8 年 8 月
那賀町

目 次

I. 計画の基本的事項	P 1
1. 計画の趣旨	P 1
2. 計画の位置付け	P 1
3. 計画の期間	P 1
II. 食をめぐる現状と課題	P 1
III. 那賀町における食育のこれまでの取組と今後の推進方針	P 3
1. 家庭における食育の推進	P 3
2. 生涯を通じた心身の健康を支える食育の推進	P 3
3. 学校における食育の推進	P 3
4. 地産地消の推進と食農教育の推進	P 4
IV. 那賀町のさらなる食育の推進に向けての目標および取組	P 4
1. 食育の定義	P 4
2. 食育の目標	P 5
3. 食育の推進方向	P 5
V. 那賀町における食育の実践項目	P 5
VI. 那賀町における食育の実施策	P 5
VII. 用語解説	P 8

I. 計画の基本的事項

1. 計画の趣旨

「食育」とは、生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきもので、様々な経験を通して「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てる食育を推進することが求められている。（食育基本法）

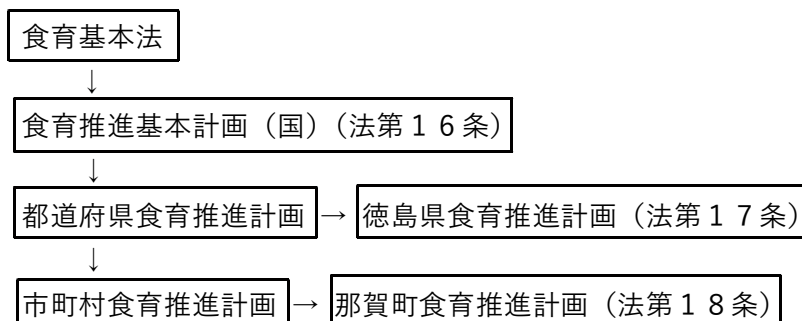
食育は、「食」に関する体験活動等を通じて自然の恩恵や農林漁業者をはじめとする食に関わる人々への感謝の念を深め、豊かな人間性を育むものです。

徳島県では、県民が生涯にわたり健全な心身を培い、豊かな人間性を育むことができるよう、家庭、学校、保育所、地域等を中心に、関係者が連携して、食育を推進するための基礎となる「徳島県食育推進計画」の基本理念を継続し、一層、食育を推進するための計画を策定しています。

こうしたことから、本町においても、食育の推進をより計画的に家庭や学校、地域等が連携して取り組むため、「那賀町食育推進計画」を策定します。

2. 計画の位置付け

この計画は、食育基本法第18条第1項に基づく市町村推進計画として位置づけ、食育を具体的に推進するための計画として策定しました。



3. 計画の期間

この計画の期間は、令和8年度から令和12年度までの5年間とします。

社会経済情勢等の様々な状況の変化により、計画の変更が必要になった場合は、町民や関係機関等の意見を聞いて見直しを行います。

II. 食をめぐる現状と課題

近年、食をめぐる社会情勢等が変化し、食生活の乱れや栄養の偏り、さらには生活習慣病の増加など様々な問題が生じています。特に若い世代の食生活に関しては、栄養の偏りや欠食など改善すべき点が少なくありません。

働き方が多様化し、世帯構成が変化したこと、また消費者と生産者との関係が希薄化していることが課題となっています。さらに、食べられるのに廃棄される食品ロスの問題があり、良質な食料の安定的な確保の面からも「食」の在り方を学ぶことが求められています。

国の第5次食育推進基本計画では、重点事項として「学校等での食や農に関する学びの充実」、「健全な食生活の実現に向けた大人の食育の推進」、「国民の食卓と生産現場の距離を縮める取組の拡大」を掲げ、食育の取組においてもSDGsの考え方を踏まえて推進することが必要となります。

R8 食育推進アンケート結果から見える課題

令和8年度に町内小中学校の児童生徒（小学校213名、中学校99名、合計312名）を対象に実施した食育推進アンケート結果から、以下の課題が明らかになりました。

【朝食に関する課題】

朝食を毎日食べる児童生徒は89.7%と高い水準を維持していますが、朝食の内容に課題があります。朝食を主食のみ（パン・ごはんのみ）で済ませる児童生徒が38.8%（小学校42.3%、中学校31.3%）と最も多く、主食とおかずと汁物をそろえて食べる割合は全体で13.1%にとどまっており、朝食のバランスが偏りがちです。。

【食べ物の好き嫌いに関する課題】

苦手な食べ物がある児童生徒の割合は81.7%（小学校80.8%、中学校83.8%）と8割を超えており、特に野菜（32.3%）、豆（11.8%）、魚（10.8%）が苦手とされています。給食に苦手な食べ物が出た場合、「全部食べる」と答える割合は63.8%（小学校56.3%、中学校79.8%）となっています。

【食べ物を残すことに対する意識の課題】

「食べ物を残すことはよくない」と答える割合は74.0%（小学校74.6%、中学校72.7%）となっています。食品ロスや「もったいない」の心を育むことが大切です。

【食事マナーと食習慣に関する課題】

よくかんで食べている（20～30回）児童生徒は31.1%（小学校37.1%、中学校18.2%）で、特に中学生の咀嚼習慣の改善が課題です。食事マナーについては、「食器を持って食べる」が最も多く（全体19.7%）、「食べものや農家の人に感謝する」（17.1%）、「おはしを正しく持って食べる」（17.0%）などの実践が課題としてあげられます。

【地産地消と地域食文化に関する課題】

徳島県の特産物を「知っている」と答える割合は46.8%（小学校39.9%、中学校61.6%）で、徳島県の郷土料理を「知っている」と答える割合は56.1%（小学校45.1%、中学校79.8%）となっています。

こうした背景から、本町の地域における健康づくりや生涯学習として食育を進めるため、朝食の栄養バランスの改善、苦手な食べ物への対応と食べ物を大切にする心の育成、咀嚼習慣と基本的な食事マナーの定着、地産地消と郷土料理の啓発強化に重点を置いた取り組みが必要です。

Ⅲ. 那賀町における食育のこれまでの取組と今後の推進方針

1. 家庭における食育の推進

家庭は、健全な食生活を確立するための重要な役割を担っています。生活の多様化が進む中、子どもの頃から食に関する様々な経験や親子で参加する体験を通じて、保護者や子ども自身が食に対する関心と理解を深め、健全な食習慣の確立に努めます。

日常生活の中で、買い物や料理の手伝いを通して食材選びや調理法、食品に含まれる栄養素や体に対する働きを学んだり、食事のマナー、地域の食材や郷土料理、環境などへの理解が深められるよう、家族と一緒に食卓を囲んで楽しい食事を心がけることを推進します。

朝食の栄養バランスの改善に向けて、主食だけでなくおかずや汁物を含めた「朝食の三つの基本」（主食・主菜・副菜）の啓発を強化し、保護者向けの情報提供と家庭での実践支援を充実させます。

2. 生涯を通じた心身の健康を支える食育の推進

妊産婦や、乳幼児から高齢者に至るまで、多様な暮らしに対応し、家庭、学校・子ども園等、地域の各段階において、切れ目なく生涯を通じた心身の健康を支える食育を推進し、それぞれに適応した栄養・食生活指導を行い、理解を深め、実践に結びつけられるよう本町では、次のような取り組みを行っています。

- ①母子栄養指導
- ②成人栄養指導
- ③健康教育

また、町民が生涯を通じて、自分の歯でおいしく食べることができるよう、「8020運動」を推進します。そして、高齢者へは、低栄養・フレイル予防に重点を置き、いつまでもいきいきと活動できる活力を維持するための食育を推進します。

児童生徒の咀嚼習慣の改善に向けて、よくかんで食べることの大切さについての学習と実践を強化し、学校給食を通じた指導と家庭での実践支援を連携させます。

3. 学校における食育の推進

児童生徒の食習慣、運動習慣等の望ましい生活習慣の育成や、健康状態の改善を図るため、学校・家庭・地域が連携した食育の推進に努めます。

学校における食育の中核的な役割を果たす栄養教諭を中心に、児童生徒が農林漁業に関する体験活動を通じて、食を支える農林漁業についての理解と関心を深めるための学習を推進します。農林漁業者その他の人材の活用等を図り、子どもの食に関する理解の促進に努めます。

また、本町の地場産物を広めるために、地域の生産者団体等と連携し、農林漁業体

験等、児童生徒の様々な体験活動を推進し、地産地消及び食文化への理解を深めることに努めます。

食べ物を大切にする心の育成に向けて、苦手な食べ物への対応方法の工夫と、食べ物を残さない取り組みを強化します。特に、野菜・豆・魚など苦手とされている食材を使った調理実習や試食の機会を増やします。

給食の時間を通じて、「いただきます」「ごちそうさま」の挨拶と、食べ物や農家の人をはじめ給食に関わる方々への感謝の気持ちを育む指導を充実させます。

4. 地産地消の推進と食農教育の推進

本町では、水稻を中心に、主に果樹（ゆず、すだち）、いちご、菜の花、オクラ、お茶（緑茶、晩茶）等が栽培されています。これらを含む旬の農産物は、町内の量販店や農産物直売所等において販売されています。

また、町内の飲食店では、地元で採れた食材を利用した料理を積極的に発信することにより、町産物を使った料理を食べることができる機会を増やす取り組みを推進します。

生産者と消費者との信頼関係を構築するため、農林漁業に関する体験の場の提供を拡充し、地場産品や国産品を選ぶようになるための取り組みを推進します。

食農教育の一環として、町内の若手農業者グループ（アグリステーションNAKA）や地域おこし協力隊等の協力のもと児童や園児が、サツマイモの苗付けや芋掘り、晩茶摘み、田植えや稲刈り、ゆずの収穫などの体験活動を行っています。このような体験活動を通じて、自然の恩恵の上に食料生産が成り立っていることや食生活が多くの人の苦労や努力によって支えられていることを実感することにより、食料生産に携わる人々への感謝の気持ちや、地域の文化、伝統に対する関心と理解を深める取り組みを推進します。

また、家庭や外食における食べ残しや食べられるのに捨てられる「食品ロス」を削減し、食事から始める持続可能な食を支える食育を推進します。

地産地消の推進に向けて、児童生徒の地域農産物への認識は比較的高いことを活かし、さらに地域食文化の理解を深める取り組みを強化します。学校給食への郷土料理の導入を拡大します。

学校給食を通じて、地元で採れた農産物がどのように食卓に届くのか、生産者の努力と工夫を学ぶ機会を提供します。

働く世代が健全な食生活を実践できるよう、食に関する理解を深め、食生活の改善や食料の持続的な供給に資する物の選択に努める能力を育むための取り組みを推進します。

IV. 那賀町のさらなる食育の推進に向けての目標および取組

1. 食育の定義

食育とは、様々な経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てることです。

2. 食育の目標

那賀町の豊かな自然の恵みを受け、一人一人が食を大切に考え、生涯を通じて健全な食生活が実現できるよう、食育を推進し、豊かな人間性を育みます。

- 健康で活動的な85歳を目指す
- 楽しく食べ、元気な暮らし
- 地産地消で豊かな食生活
- 元気がもたらす医療費の低減
- 地域の食文化を伝承する
- 食料の安定的な確保に寄与する食育の推進
- あらゆる世代での食育の展開
- 食べ物を大切にする心の育成と食品ロスの削減

3. 食育の推進方向

地域住民や生産者、農林水産関係団体、消費者団体、学校などがそれぞれの視点で地域に合った食育に取り組みます。

食育を推進するための活動に当たっては、文化、観光、環境、スポーツその他の各関連分野における施策との有機的な連携を図りつつ展開します。

本町では総合的な視野から行政の中での連携を図り、教育等（教育並びに保育、介護その他の社会福祉、医療及び保健）、農林漁業その他の食育に関する業務を担当する部局の相互の緊密な連携を確保しながら、それぞれの分野で食育を推進します。

さらに、国、地方公共団体、教育関係者等、農林漁業者等及び食品関連事業者等は、基本理念の実現を図るため、食育の推進に関し、相互に連携を図りながら協働するよう努めます。

V. 那賀町における食育の実践項目

1. 食に関心を持つ町民の割合を高めます。
2. 定期的に食事を摂る習慣の普及を図ります。
3. 食材料の地場産品使用の拡大を図ります。
4. 栄養バランス知識の普及を図ります。
5. 食の生産に関する知識、情報の提供を進めます。
6. 地域における食文化、食習慣の普及に努めます。
7. 食料の安定的な確保についての理解を深めます。
8. 働く世代の食育を推進します。
9. 食べ物を大切にする心の育成と食品ロスの削減に取り組みます。

VI. 那賀町における食育の実施施策

1. 食に関心を持つ町民の割合を高めます。

- ①食に関する安全性や健康に関する情報提供（町の広報、ケーブルテレビ、学校での

那賀食だより等)の充実を図ります。

- ②健康相談、健康教育、家庭訪問などの保健サービスの充実を図ります。
- ③学校給食試食参観の開催に向けた取り組みを推進します。
- ④なかメイトが地域住民に対して食育に関する講習を行います。
- ⑤学校給食の時間を通じて食材に関する内容や栄養、安全、マナー等についての指導を行います。

2. 規則的に食事を摂る習慣の普及を図ります。

- ①乳幼児健診・相談・教室において規則的な食習慣の啓発、指導を行います。
- ②乳幼児、児童、生徒の保護者に対し、規則的な食習慣の啓発、指導を行います。
- ③小中学校での学校便りや参観日に食事が心身の成長や人格の形成に大きな影響を及ぼすことについての指導を行います。
- ④朝食の栄養バランスの改善に向けて、「朝食の三つの基本」(主食・主菜・副菜)の啓発を強化します。保護者向けの情報提供と家庭での実践支援を充実させます。

3. 食材料の地場産品使用の拡大を図ります。

- ①地元食材の安全・安心をPRするとともに、直売所における品揃えをさらに増やし、地場産品の消費拡大を図ります。
- ②郷土に対する関心を深め、郷土の良さと心を育むために、生きた教材として地場産品は重要な役割を果たすことからその使用拡大を図ります。
- ③学校給食における地場産物の利用割合(食材数ベース)を引き上げるように努めます。
- ④町内飲食店における地場産品の利用拡大を推進します。
- ⑤農産物直売所の機能充実と利用促進を図ります。
- ⑥学校給食を通じた地産地消の推進を強化し、児童生徒の地域農業への理解を深めます。
- ⑦学校給食への郷土料理の導入を拡大します。

4. 栄養バランス知識の普及を図ります。

- ①新生児訪問時に相談、指導活動の一環として、母子等にとって必要な栄養バランス知識の啓発、指導を行います。
- ②健康診査において、メタボリックシンドロームや糖尿病予備軍等の人に対して、食習慣の改善に向けた指導を行います。
- ③学校給食におけるセレクト給食の取組み等を通じ、自ら食品を選択する力を養えるよう指導していきます。
- ④咀嚼習慣の改善に向けて、よくかんで食べることの大切さについての学習と実践を強化します。学校給食を通じた指導と家庭での実践支援を連携させます。

5. 食の生産に関する知識、情報の提供を進めます。

- ①水、農地、農作物の繋がりを体験学習する場を設けます。

- ②森林からの恵みを体験する場を設けます。
- ③総合的な学習の時間や中学校における職業体験など、農業体験を積極的に行うとともに、学校農園での生産活動の推進を図ります。
- ④農林漁業者等と連携した農林漁業教育を推進し、食を支える農林漁業及びその関連産業についての理解と関心を深めます。
- ⑤農林漁業者その他の人材を活用した食育体験活動を充実させます。

6. 地域における食文化、食習慣の普及に努めます。

- ①「いただきます」「もったいない」の心の育成、地場産物を使用した郷土料理や行事食の提供により、地域の食文化への関心と理解を深め、日々の食生活に取り入れ食生活全般の指導を行います。
- ②なかメイトを中心に郷土の食文化を活かしつつ、高血圧症等の生活習慣病予防を図り、減塩等の食生活の改善に努めます。
- ③食べ物を大切にすることの育成に向けて、苦手な食べ物への対応方法の工夫と、食べ物を残さない取り組みを強化します。野菜・豆・魚など苦手とされている食材を使った調理実習や試食の機会を増やします。
- ④給食の時間を通じて、「いただきます」「ごちそうさま」の挨拶と、食べ物や農家の人をはじめ給食に関わる方々への感謝の気持ちを育む指導を充実させます。

7. 食料の安定的な確保についての理解を深めます。

- ①農林水産物の生産にかかるコストについての情報提供と学習機会を充実させます。
- ②消費者が地場産品や国産品を選ぶようになるための啓発活動を推進します。
- ③学校給食を通じて、食料の価値と生産者の努力について学習する機会を提供します。
- ④生産者と消費者の交流を促進し、相互理解を深める取り組みを推進します。

8. 働く世代の食育を推進します。

- ①町内企業と連携し、職場での食育講習会の開催を推進します。
- ②働く世代の健全な食生活実践のための情報提供と相談体制を整備します。
- ③職場での食生活改善に関する取り組みを支援します。
- ④食料の持続的な供給に資する物の選択に努める能力を育むための研修を実施します。

9. 食べ物を大切にすることの育成と食品ロスの削減に取り組めます。

- ①学校給食を通じて、食べ物を残さない取り組みを推進します。
- ②苦手な食べ物への対応方法の工夫（調理方法の工夫、少量提供など）を通じて、食べ物を残さない環境づくりを進めます。
- ③家庭や地域における食品ロス削減の啓発活動を推進します。
- ④「もったいない」の心を育むための学習機会を充実させます。

VII. 用語解説

○食育基本法

平成17年6月10日に第162回国会で成立し、同年7月15日に施行されました。食育に関し、基本理念を定め、国、地方公共団体等の責務を明らかにするとともに、食育に関する施策の基本となる事項を定めることにより、食育に関する施策を総合的かつ計画的に推進し、現在及び将来にわたる健康で文化的な国民の生活と豊かで活力ある社会の実現に寄与することを目的としています。

令和8年5月に改正され、食料の安定的な確保に向けた食育、職場を含むあらゆる場所での食育の展開、農林漁業教育の充実等が新たに追加されました。

○食育推進基本計画

国では、食育の推進に関する施策の総合的かつ計画的な推進を図るため、①食育の推進に関する施策についての基本的な方針、②食育の推進の目標に関する事項、③食育の総合的な促進に関する事項、④食育の推進に関する施策を総合的かつ計画的に推進するために必要な事項等が定められています。令和8年度から第5次食育推進基本計画が施行されています。

○地産地消

「地場生産－地場消費」を略した言葉で、地元でとれた生産物を地元で消費するという意味で使われます。生産者と消費者の距離を縮め、食の安全・安心を高める取り組みです。

○フレイル

加齢に伴う予防可能な身体的・認知的・社会的機能の低下の状態を指します。適切な栄養摂取と運動により予防することができます。

○農林漁業教育

食を支える農林漁業及びその関連産業についての理解と関心を深めるための教育を指します。学校における食育の一環として、農林漁業に関する体験活動を通じて推進されます。

○食品ロス

食べられる状態であるにもかかわらず、廃棄される食品のこと。家庭や外食における食べ残しや、食べられるのに捨てられる食品を削減することが重要です。