

埼玉県食育推進計画

埼 玉 県

目 次

第1章 計画策定の基本的な考え方	1
1 計画策定の趣旨	1
2 計画の位置付け	1
3 計画の期間	1
第2章 食をめぐる現状・課題	2
1 現 状	2
(1) 食の多様化	2
(2) 食習慣の乱れなど	2
(3) 食への感謝の念の希薄化	2
(4) 食の外部化	2
(5) 食文化の継承	2
(6) 食の生産	2
(7) 食品の安全性	3
2 課 題	3
(1) 健全なからだを育む必要性	3
(2) 豊かな心を培う必要性	3
(3) 正しい知識を養う必要性	4
第3章 埼玉県の食育の基本理念、基本方針及び目標	5
1 基本理念	5
2 基本方針	5

(1) 健全なからだを育む	5
(2) 豊かな心を培う	5
(3) 正しい知識を養う	5
3 埼玉県の実育の目標	5
第4章 健康長寿埼玉プロジェクトにおける取組	7
1 市町村における取組	7
(1) 「健康長寿モデル事業」の推進	7
(2) (1)以外の市町村での取組	7
2 企業・団体における活動の促進	7
3 県民の皆さんの健康づくりの支援	7
4 特定健診受診キャンペーンなど啓発活動の実施	7
第5章 食育推進の展開	9
1 健全なからだを育む ―食育が健康づくりの第一歩―	9
(1) めざす方向	9
(2) 取り組むべき施策	9
2 豊かな心を培う ―食育で心豊かな人づくり―	10
(1) めざす方向	10
(2) 取り組むべき施策	10
3 正しい知識を養う―家族で意識「食の安全」―	12
(1) めざす方向	12
(2) 取り組むべき施策	12

第1章 計画策定の基本的な考え方

1 計画策定の趣旨

- ・ この計画は、食育基本法第17条に基づき定める県の食育推進計画です。
- ・ 「埼玉県食育推進計画」（平成20年度～平成24年度）が終了することから、国の第2次食育推進基本計画に基づき、第2次の埼玉県食育推進計画を策定します。
- ・ また、本県では、いつまでも健康で生き生きと暮らすことを目指した「健康長寿埼玉プロジェクト」を推進しています。
- ・ 埼玉県食育推進計画は、この「健康長寿埼玉プロジェクト」を食育の面から推進する計画でもあります。
- ・ 食育を、「周知」から「実践」へと進め、県民の皆さんとともに、様々な課題を解決するための施策を推進していきます。

2 計画の位置付け

- ・ 県の総合計画である埼玉県5か年計画並びに、埼玉県地域保健医療計画の下位計画に当たります。
- ・ 以下の県のお他計画との整合を図り策定します。
「埼玉県健康長寿計画」、「埼玉県歯科口腔保健推進計画」、「埼玉県食の安全・安心の確保に関する基本方針」、「埼玉農林業・農山村振興ビジョン」、「生きる力と絆（きずな）の埼玉教育プランー埼玉県教育振興基本計画ー」

3 計画の期間

- ・ 国の食育推進基本計画（平成23年度～平成27年度）に終期を合わせるため、平成25年度～平成27年度の3年間の計画とします。
- ・ 社会情勢の変化や、国の食育推進基本計画に新たな項目等が盛り込まれた場合には、この計画期間内であっても見直す場合があります。

第2章 食をめぐる現状・課題

1 現 状

(1) 食の多様化

- ・ 食のスタイルが、主食の米と副食からなる日本型の食生活から、個人の好みに合わせた食生活へと多様化しています。

(2) 食習慣の乱れなど

- ・ 栄養の偏りや、朝食の欠食に代表される食習慣の乱れは、肥満や過度の痩身、生活習慣病といった様々な問題を引き起こしています。
- ・ 子どもの頃からの肥満だけではなく、若い世代を中心とした強い痩身志向からの過度のダイエットによる健康への悪影響も、指摘されています。

(3) 食への感謝の念の希薄化

- ・ 世界では、未だ飢餓や栄養不足に苦しむ人々がいる中で、我が国では、食べ残しや食品の廃棄などを大量に発生させている実態があります。
- ・ 食に関する感謝の念とその理解が薄れがちになっています。

(4) 食の外部化

- ・ ライフスタイルの多様化や食品産業の発展などに伴い、家庭での料理の機会が減っています。
- ・ 外食や調理済み食品・そうざいといったいわゆる「中食（なかしょく）」の利用など、食の外部化が進んでいます。

(5) 食文化の継承

- ・ 平成21年度県民の健康に関する意識及び実態調査では、次世代に伝えたい家庭料理や伝統料理等について、男性では、約43%、女性では、約23%の人が「伝えるつもりはない」または「伝えたい料理はない」と回答しています。
- ・ 「食」は精神的な豊かさや地域の文化を生み出す源でもあります。先人に培われた多様な食文化を次世代に伝え、時代に応じた優れた食文化、豊かな味覚を育むことが大切です。

(6) 食の生産

- ・ 本県は大消費地の中の農業県であり、また、食品産業の立地・集積が進んでいます。
- ・ 食料などの安定供給を確保し、豊かな食生活を将来にわたって実現するため、

県産農産物の消費を高めていく必要があります。

(7) 食品の安全性

- ・ 平成24年度埼玉県政世論調査報告書では、63.8%の人が食品の安全性について、不安があると回答しています。
- ・ 食に関する様々な情報の中から適切に選択できるよう、正しく分かりやすい情報の提供が必要です。

2 課 題

(1) 健全なからだを育む必要性

ア 食事のバランスの崩れ

- ・ 脂質の過剰摂取や野菜の摂取不足など栄養の偏りがみられます。
- ・ 糖尿病などの生活習慣病の発生要因となるメタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）が疑われる人とその予備群が増加しています。
- ・ 本県の医療費のうち生活習慣病が約1／3を占め、生活習慣病の発症増加は医療費の行政コストを増加させています。

イ 朝食を欠食する人の増加

- ・ 朝食の欠食は、子どもから大人への広がりが目立つようになっています。
- ・ 朝食の欠食は、朝食以外の食事が過食につながる可能性もあり、肥満や生活習慣病の発症を助長するなど、健康への悪影響が多く指摘されています。

(2) 豊かな心を培う必要性

ア 食の大切さへの意識の希薄化

- ・ 日常生活において食料が豊富に存在することが、当たり前のように受け止められる傾向にあります。
- ・ 食は動植物の「命」を受け継ぐこと、食生活は生産者を始め加工や流通等の多くの人々に支えられていることを、実感しにくくなっています。

イ 「食」を通じたコミュニケーションの機会の減少

- ・ 生活時間の多様化、単独世帯の増加等も相まって家族等と食卓を囲む機会が少なくなっています。
- ・ 独りだけで食事をする「孤食」や、同じ食卓にしながら別々の料理を食べる「個食」では、家族間の心の交流が減り、情緒の安定や生きる力、思いやりの心が弱まります。

ウ 伝統ある食文化の継承の機会の減少

- ・ 多様な食生活を楽しむことができるようになる一方、地域の気候風土等と結びついた伝統ある優れた食文化の継承の機会が少なくなりつつあります。

(3) 正しい知識を養う必要性

ア 食に関する正しい情報の選別や活用

- ・ 食に関する情報が社会に氾濫していることから、消費者が食に関する正しい情報を適切に選別し、活用することが必要となっています。
- ・ 健全な食生活の実現に欠かせない食に関する知識や判断力が低下しています。

イ 食品の安全性に対する県民の関心の高まり

- ・ 食品の安全性が損なわれると、健康に影響を及ぼし、時には重大な被害を生じるおそれがあります。
- ・ 近年の食品の安全性を脅かす問題の発生などにより、食品に対する消費者の意識や関心は高まり、その安全性に向けられています。

第3章 埼玉県の食育の基本理念、基本方針及び目標

1 基本理念 『食育で豊かな健康づくり』

「食を通じた県民の心身の健康増進と、豊かな人間形成を目指すとともに、食への感謝の念と理解を深める」

2 基本方針

県の課題を踏まえ、3つの基本方針を掲げ、基本理念の実現を目指します。

(1) 健全なからだを育む 『食育が健康づくりの第一歩』

健全なからだを育むため、望ましい食習慣や生活のリズムを身につけていくよう取り組みます。

(2) 豊かな心を培う 『食育で心豊かな人づくり』

豊かな心を培うため、家庭、食料生産の場、料理など様々な「食」に関する経験、体験等を通じて「食」に対する感謝の気持ちを育成し、楽しさを実感できるよう取り組みます。

(3) 正しい知識を養う 『家族で意識「食の安全」』

正しい知識を養うため、「食」に関する幅広い情報を適切に得ることができるよう取り組みます。

3 埼玉県の食育の目標

本計画を着実に推進するためには、県民の皆さんを始め食育に係る関係機関、市町村、学校等の共通の理解の下、協力していくことが必要です。そのため、食育に関する分かりやすい目標を設定し、取組を進めていきます。

○ 食育に関心を持っている県民の割合の増加

現状値 68.3% → 目標値 90%以上
(平成24年度) (平成27年度)

○ 栄養バランス等を参考にメニューを考えている県民の割合の増加

現状値 53.5% → 目標値 60%以上
(平成24年度) (平成27年度)

○ 野菜摂取量の増加

現状値 322g → 目標値 330g
(平成21年) (平成27年度)

○ 食塩摂取量の減少

現状値 11.2g → 目標値 10.2g
(平成21年) (平成27年度)

○ よく噛んで味わって食べるなどの食べ方に関心のある県民の割合の増加

現状値 65.3% → 目標値 80%以上
(平成24年度) (平成27年度)

○ 朝食を欠食する県民の割合の減少

① 子ども（小学生）

現状値 1.0% → 目標値 1.0%未満
(平成23年度) (平成25年度)

② 20～30歳代男性

現状値 30.7% → 目標値 15%以下
(平成20年) (平成27年度)

○ 朝食または夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数の増加

現状値 週9.2回 → 目標値 週10回以上
(平成24年度) (平成27年度)

○ 学校給食における地場産物を使用する割合（食材の種類）の増加

現状値 20.4% → 目標値 30%以上
(平成22年度) (平成27年度)

○ 食育推進計画を作成・実施している市町村数の割合の増加

現状値 31.7% → 目標値 100%
(平成23年度) (平成27年度)

ただし、目標については、国の第2次食育推進基本計画において「食育は、食育基本法の目的や基本理念を踏まえて、地域の実態や特性等に配慮して推進されるべきものであり、安易に目標値の達成のみを追い求めることのないよう留意する必要がある。」と示されています。

第4章 健康長寿埼玉プロジェクトにおける取組

健康長寿埼玉プロジェクトにおいて、「食」に関し以下の取組を進めることにより、県民の皆さんが、日々健康で生き生きと暮らせることを目指すとともに、医療費の抑制を図っていきます。

1 市町村における取組

(1) 「健康長寿モデル事業」の推進

健康長寿埼玉を実現するためには、県民の皆さんに身近な市町村が主体となって取り組んでいく必要があります。「食」に関し県では次のモデル事業を推進し、随時、成果を情報発信していきます。

○ 「野菜もりもり促進事業」について（坂戸市における取組）

- ・ 食による認知症予防の講習会や個別栄養指導の実施
- ・ 小中学校でのきめの細かい食育授業を行う「食育推進事業」の実施
- ・ 血液検査やアンケートによる効果の検証

(2) (1)以外の市町村での取組

「健康長寿モデル事業」の拡大を図ります。

2 企業・団体における活動促進

県内企業・団体の社員・職員の健康づくりを進めるために、企業・団体が「健康長寿プロジェクト宣言！」を行い、「食」に関する取組などを促進するとともに、健康長寿埼玉県民会議の一員として健康長寿埼玉の実現に向けた活動を推進していきます。

3 県民の皆さんの健康づくりの支援

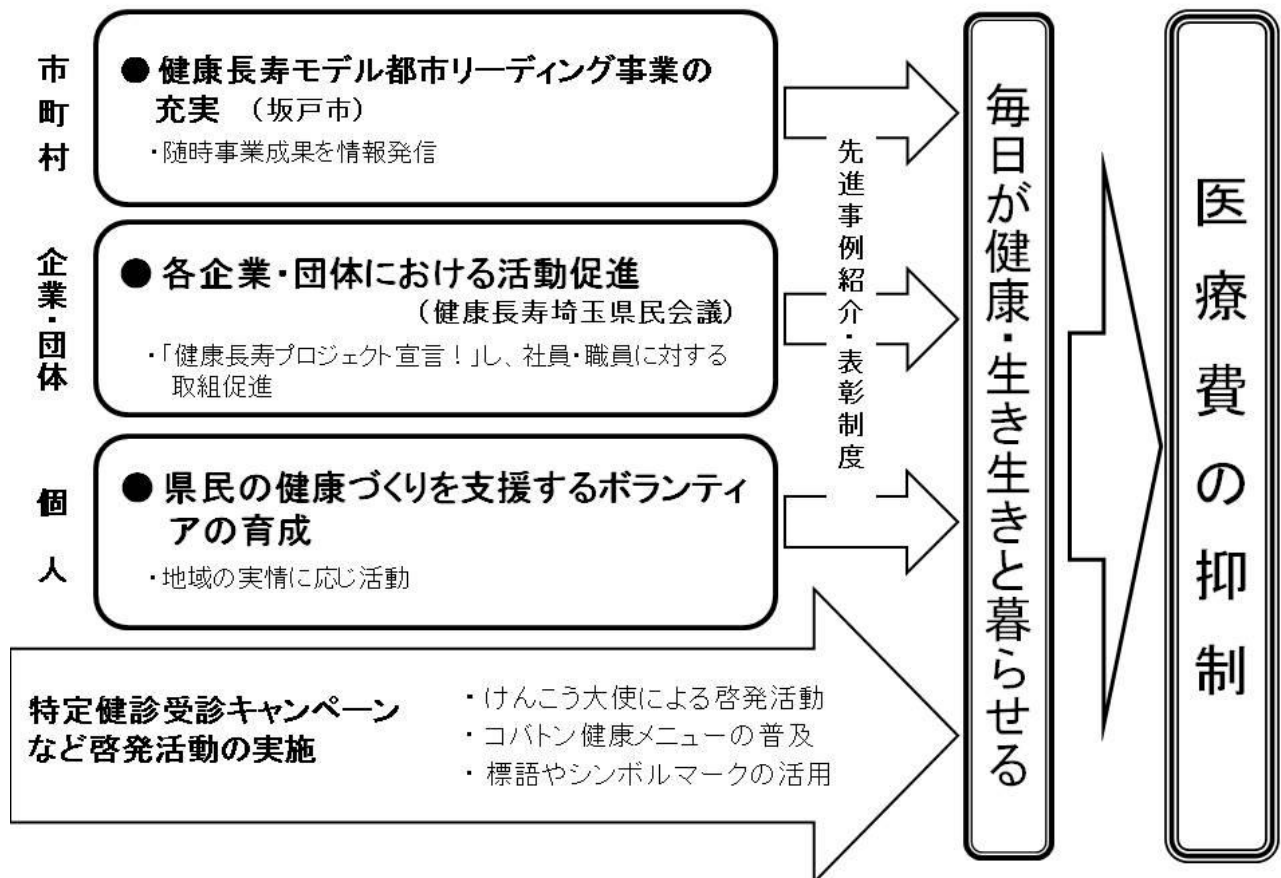
日常生活において県民の皆さんの健康づくりを支援するため、「食」など健康に関する基礎的な知識を持ち、身近な人に対して啓発活動を行うことができるボランティアを養成する仕組みを検討します。

4 特定健診受診キャンペーンなど啓発活動の実施

健康長寿埼玉プロジェクトの推進のため、以下の啓発活動を実施します。

- ・ 「けんこう大使」による特定健診やがん検診の受診促進キャンペーン
- ・ 食塩使用量が少なく野菜使用量の多い「埼玉県コバトン健康メニュー」の普及
- ・ 標語やシンボルマークの活用

健康長寿埼玉プロジェクトの推進



健康長寿モデル都市のリーディング事業



第5章 食育推進の展開

食育の推進には、ライフステージや、食育の場面ごとに様々な取組を進め、生涯にわたって健全な食生活をおくることが必要です。

このため、食育推進の展開に当たっては、ライフステージと食育へ取り組む場面をそれぞれ3つずつ分けて整理しました。

○ ライフステージ：「乳幼児」「児童・生徒」「成人」

○ 食育へ取り組む場面：「家庭」「学校等」「地域」

1 健全なからだを育む ―食育が健康づくりの第一歩―

(1) めざす方向

毎日の食生活を通じて、栄養バランスのとれた食習慣の実現など正しい食習慣や生活のリズムを身につけていくように取り組み、健全なからだを育みます。

(2) 取り組むべき施策

ア 栄養バランスのとれた食生活

(ア) 妊産婦の健康な体づくり

a 家庭における乳幼児

- ・ 妊産婦に対する栄養バランスのとれた食生活の指導
- ・ 妊娠期から育児期の母子の健康管理のための食育に関する知識の普及啓発

(イ) 生活習慣病と肥満の予防

a 家庭における児童・生徒

- ・ 子どもの時期からの適切な食生活や運動習慣の確立
- ・ 生活習慣病につながるおそれのある子どもの肥満の予防

b 家庭における成人

- ・ 栄養バランスのとれた食生活や運動習慣の推進
- ・ 1日に「何を」「どれだけ」食べたらよいかをイラストで示した「食事バランスガイド」や「食育ガイド」の普及促進
- ・ 生活習慣病につながるおそれのある肥満の予防

(ウ) 適正な特定健康診査・特定保健指導の普及

a 地域における成人

- ・ 特定健康診査の結果に基づく特定保健指導による食生活・食習慣の改善
- ・ メタボリックシンドロームについての普及促進

(エ) 歯科口腔保健の推進

a 共通

- ・ 生涯にわたり自分の歯を保ち、食生活を楽しむための歯科口腔保健の推進
- ・ 埼玉県歯科口腔保健推進計画の推進

イ 食生活リズム（望ましい食習慣の形成）

（ア）生活リズムの基礎づくり

a 家庭における乳幼児

- ・ 規則正しい生活や間食を含めたバランスのとれた食生活の推奨
- ・ 乳幼児の成長過程に応じた生活リズムの基礎づくりの促進

（イ）児童・生徒の望ましい食習慣の形成

a 家庭における児童・生徒

- ・ 子どもの成長に必要な栄養バランスのとれた食生活の推奨
- ・ 子どもの規則正しい生活リズムの定着のための「早寝・早起き・朝ごはん」等の取組

b 学校等における児童・生徒

- ・ 朝食の大切さの理解のための「早寝・早起き・朝ごはん」運動の推奨
- ・ 栄養教諭等を中核として、全教職員の理解と協力を図りながら、学校給食等を通じた望ましい食習慣の形成

（ロ）大人の規則正しい生活リズムの定着

a 家庭・地域における成人

- ・ 家庭、地域、職場等を通じた、朝食や運動習慣、睡眠時間の確保など生活リズムの改善についての普及・啓発

2 豊かな心を培う ―食育で心豊かな人づくり―

（1）めざす方向

おいしくて楽しい食生活の実現や、「食」に対する感謝の気持ちを育成できるように取り組み、豊かな心を培います。

（2）取り組むべき施策

ア 食を通じたコミュニケーション

（ア）豊かな心と体を育成

a 家庭における乳幼児及び児童・生徒

- ・ 家族そろって語らいながら楽しく食事をする「共食」の推奨
- ・ 命を受け継ぐ「食」の意義と、食べられる環境に生まれ育つ感謝の念の醸成
- ・ 家庭の食事を通しての、正しいマナー作法の習得

- ・ 食に関わる人々への感謝の念の醸成
- b 学校等における児童・生徒
 - ・ 食生活が自然の恩恵の上に成り立っており、食に関わる人々の様々な活動に支えられていることについて、学校給食を通して理解を深め、感謝の念を醸成
- (イ) 食を楽しむ環境づくりの推進
 - a 家庭における乳幼児、児童・生徒
 - ・ 各種ボランティア団体・企業等による、料理を通した楽しい食事づくりや食卓づくりの促進
 - b 学校等における児童・生徒
 - ・ 学校給食を通して、学校生活を豊かにし、明るい社交性等を育成
 - ・ 学校等の場で子どもが楽しく食について学ぶことができるような取組の促進
- (ウ) 食育関係団体の活動に対する支援
 - a 地域における成人
 - ・ 様々な場所や機会において、自発的に食育に取り組める地域活動への支援
 - ・ 生産者、消費者、食品関連事業者、食生活改善推進員団体連絡協議会などのボランティア団体の食育活動への支援と連携の促進

イ 食文化（食文化の継承）

- (ア) 食文化の情報収集と発信
 - a 共通
 - ・ 県内各地の伝統的な料理など、食文化に関する情報の収集
 - ・ イベントでの食文化の紹介や体験などを活用した、次世代に伝えたい埼玉の食の伝承の促進
- (イ) ボランティアとの連携
 - a 共通
 - ・ 生産者、消費者、食品関連事業者、ボランティア団体等が連携した健全な食生活の普及・啓発
 - ・ 食文化の継承に取り組むボランティア団体等と連携による郷土料理の継承の推進
- (ウ) 食文化への理解
 - a 家庭における乳幼児、児童・生徒
 - ・ 地域に伝わる食文化に触れ日本の食文化を見直す、家庭においての郷土料理の促進

b 学校等における児童・生徒

- ・ 学校給食や農業体験を通じての食や地域の農業に対する理解の学習
- ・ 学校給食等での郷土料理を取り入れた献立など、地域に伝わる食文化に触れる機会づくりの促進

ウ 自然の恩恵等への感謝・生産者等への感謝

(7) 体験交流の拡大

a 共通

- ・ 農作業に触れる「埼玉県みどりの学校ファーム」や料理実習等の体験活動の推進
- ・ 正しい食の成り立ちや、食と地域農業への理解の醸成
- ・ 親子で学ぶ料理教室や農作業の体験等を通じた食や地域の農業に対する理解の促進
- ・ 家庭における、豊かでバランスのとれた楽しい食生活や望ましい食習慣の実践

3 正しい知識を養う ―家族で意識「食の安全」―

(1) めざす方向

「食」への関心を高め、自分に合った方法で生活に取り入れ、「食」に関する正しい情報を幅広く適切に得られるように取り組み、正しい知識を養います。

(2) 取り組むべき施策

ア 食に関する基本的な事項（食に関する知識、食を選択できる力の習得）

(7) 食に関する普及・啓発

a 共通

- ・ 広く県民の皆さんに食育を実践していただくため、国の定めた食育の日（毎月19日）を活用した食育推進運動の重点的かつ効果的な推進
- ・ 埼玉県健康長寿計画などを活用した栄養バランスのとれた食習慣の普及・啓発
- ・ ライフステージに応じた肥満や生活習慣病の予防の推進
- ・ 生涯を健康で過ごすための食に関する自己管理能力の向上
- ・ 生活習慣病につながるおそれのある肥満を予防する個別指導の充実
- ・ 「食生活指針」「食事バランスガイド」等を活用した栄養バランスに優れた望ましい食生活の普及・啓発
- ・ 外食等で自分に合った食事、食品の適切な選択を支援する埼玉県健康づくり協力店等の普及

- ・ 国外での飢餓や栄養不足、日本の食料事情についての知識の向上
- b 学校等における児童・生徒
 - ・ 栄養教諭等を中核として、全教職員の理解と協力を図りながら、学校給食等を通じ、日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を養成
- c 地域における成人
 - ・ 栄養関係業務に関与する者への支援
 - ・ 食育に関する更なる知識の向上や食育の普及・啓発の促進

イ 食品の安全性（食品の安全性に関する普及・啓発と理解）

(7) 「埼玉県食の安全・安心の確保に関する基本方針」（平成19年3月策定）の推進

- a 共通
 - ・ 安全な食品の生産・供給の促進
 - ・ 生産から消費にわたる監視・指導の徹底
 - ・ 県民参画による相互理解と信頼関係の構築

(4) 食品表示に関する知識の普及・啓発

- a 地域における成人
 - ・ 食に関わる栄養士、調理師等に対して知識の向上への取組

(7) 食の安全等に関する理解の推進

- a 地域における成人
 - ・ 消費者、農業生産者を含む食品関係事業者及び行政の相互理解の促進
 - ・ リスクコミュニケーション（消費者、事業者、行政などの関係者の間で情報や意見を交換すること）の推進
- b 共通
 - ・ 地場農産物の正しい知識についての理解・活用の促進
 - ・ 各種団体等の協力による生産体験などを通じた普及活動の推進

ウ 食料事情ほか（農林業への理解、食育活動に対する支援）

(7) 地産地消運動の展開（県産農林産物に関する情報、供給・消費拡大）

- a 学校等における児童・生徒
 - ・ 学校給食における地産地消割合の向上
- b 共通
 - ・ 家庭・地域への地産地消の普及・啓発
 - ・ 米粉の調理方法などの県民への発信
 - ・ 米粉の学校給食パンなど、原料としての利用促進

- ・ 地場農産物の情報システムを活用した新製品や既存品への利用促進
- ・ 農業等の体験や食料資源の有効利用などを通じた農林業や食と地域農業への理解を深める普及・啓発活動の促進
- ・ 生産者や消費者、食品関連事業者等が一体となった連携体制による安全・安心な農産物の地産地消の促進

(イ) 環境保全を配慮した生産方法の推進

a 共通

- ・ 飲食店や小売業などの食品関連事業者を中心とした、食品廃棄物の削減など環境保全を考慮した取組の推進