

# 八頭町食育推進計画（第3次）



令和4年3月

八頭町



はじめに

「食」は、私たちが生命を維持するエネルギーを確保し、健康で豊かな生活を送るうえで欠かせないものです。



しかし、近年、人々の食に関する価値観やライフスタイル等の多様化により、食の環境は大きく変化し、食品ロスなど新たな食の課題、さらには、一昨年からの新型コロナウイルス感染症の感染拡大を受け、食育においても新しい生活様式に対応した取り組みの推進が求められています。

このような中、八頭町では平成24年3月に「八頭町食育推進計画」、平成29年3月に「八頭町食育推進計画(第2次)」を策定し、家庭や地域、学校、保育所などとの連携のもと、食育を推進してまいりました。一方で、少子高齢化、働き方や暮らし方の多様化等を背景に、核家族化や高齢・独居世帯などの増加に伴い、私たちの食を取り巻く環境は大きく変わってきたところです。そういった面では、今後、町民の皆様方一人ひとりに食育に関心を持っていただき、主体的な取り組みと健康、教育、農業など、様々な分野の連携が必要であると考えております。

この度、令和3年度末をもって、第2次の計画期間が終了するにあたり、町民の皆様方の食に関する課題や社会環境などの変化の検証と計画の見直しを行い、「八頭町食育推進計画(第3次)」を策定いたしました。本計画では引き続き、第2次計画の基本理念をもとに、八頭町の豊かな農産物を生かした健全な食生活を実践し、食への感謝の心を育み、家族・地域とのつながりを深めながら、さらには、「誰一人取り残さない」という SDGsの精神に基づき、新たな視点を踏まえた食育の推進についても取り組んでまいります。

これからも町民の皆様方へ食育の大切さを広め、次世代に伝えていけるような食育を推進するとともに、食に関わります関係機関・団体等とさらなる連携・協働のもと、食育の推進を図ってまいりますので、町民の皆様方の一層のご理解・ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

最後に、本計画の策定にあたり、アンケート調査にご協力いただいた町民の皆様をはじめ、貴重なご意見、ご提言をいただきました八頭町食育推進計画(第3次)策定委員会や関係機関の皆様へ、厚くお礼申し上げます。

令和4(2022)年3月

八頭町長 吉田英人

## 目次

1. 計画策定の趣旨	1p
2. 計画の位置づけ・期間	2p
3. 第2次計画評価指標から見える課題	3p
4. 第3次計画の方向性	7p
5. 計画の基本理念・目標・推進体制	9p
6. 目標ごとの評価指標と推進施策	12p
資料	27p~42p

## 1. 計画策定の趣旨

「食育」とは、生きるうえでの基本であり、知育、徳育及び体育の基礎となるべきものであって、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とされています。（食育基本法より）

八頭町では、健全な食生活の実現と長年培ってきた食文化を大切に、健やかで心豊かな暮らしの実現を図るため、平成24年3月に「八頭町食育推進計画」を策定しました。その後、国や県の食育推進計画の改定を受け、平成29年3月に「八頭町食育推進計画(第2次)」を策定し、各分野で取り組んできました。その間、社会構造の変化やライフスタイルの多様化、新型コロナウイルス感染症の影響により食生活のあり方も変化しています。地域の食に関する行事が減少してきている一方で、地産地消をはじめとした地域の食材や特産品に対する意識は高まっています。また、学校、保育所等の食育活動において、地域性を活かした活動が行われたりと、町民の食育への関心は着実に高まっています。

食育をさらに推進していくためには、子どもから高齢者まで生涯を通じた食育を一層推進するとともに、様々な家族の状況や生活環境等、多様な暮らしや社会状況等にに応じた食育の充実を目指す必要があります。

第3次計画では、さらに町民一人ひとりが心身ともに健全な食生活を実践できる環境づくりを図るため、食育の普及啓発及び実践的な取組を総合的かつ計画的に推進するとともに、町民との協働によって、その推進に努めていきます。



八頭町マスコットキャラクター「やずびよん（食育やずびよん）」

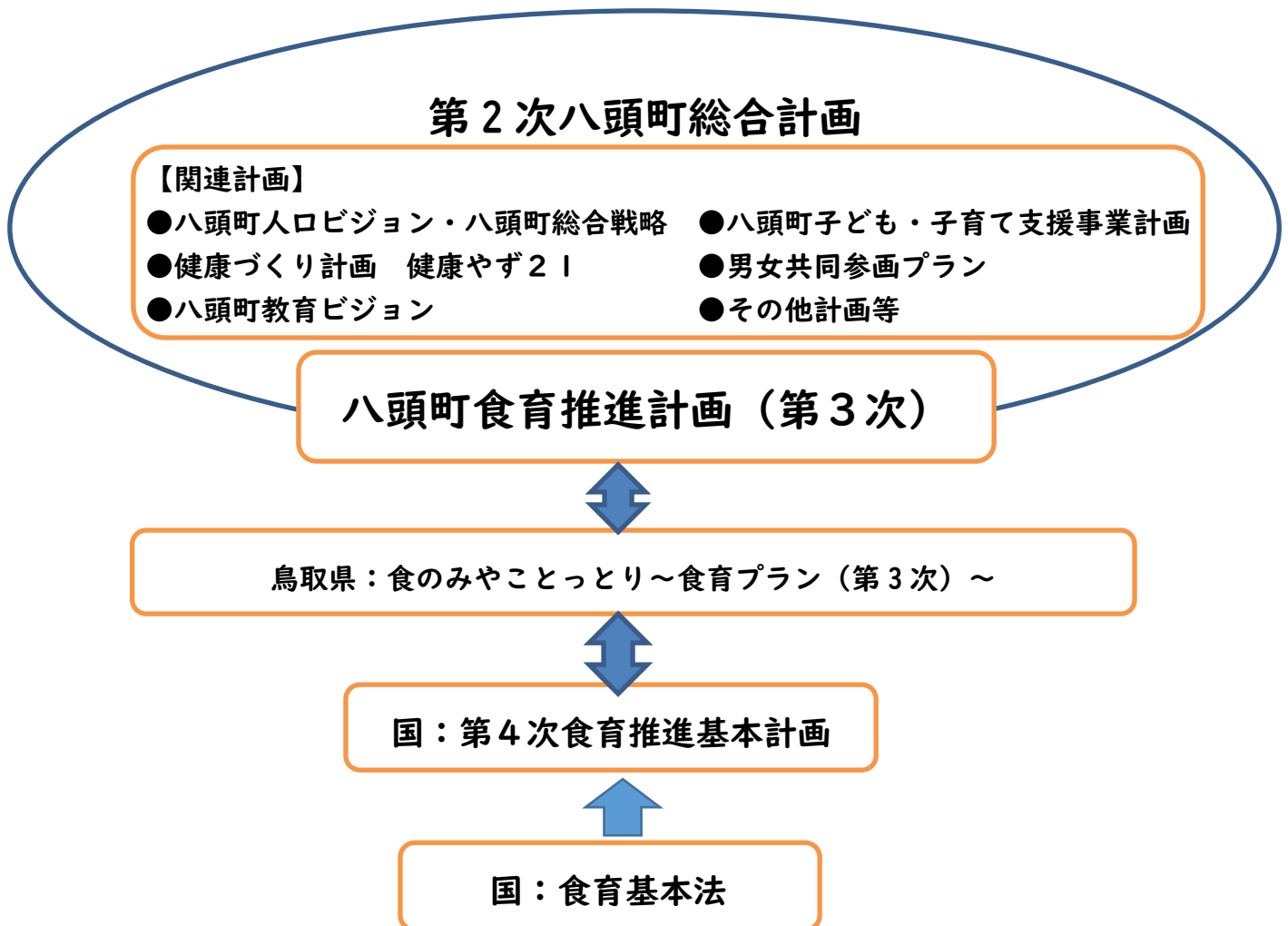
## 2. 計画の位置づけ・期間

本計画は、まちづくり計画である「八頭町総合計画」を受け、「健康やず21計画」等の関連する諸計画を推進するとともに、国の「食育推進基本計画」、県の「食のみやことっとり～食育プラン～」を参考に策定しています。

そして、「食育基本法」の目的・基本理念を踏まえ、同法第18条第1項に基づく市町村食育推進計画として位置付けます。

本計画の期間は、令和4年度～令和8年度までの5年計画とします。

### 八頭町食育推進計画（第3次）イメージ図



### 3. 第2次計画評価指標から見える課題

#### (1) 八頭町食育推進計画（第2次）の内容と評価指標

八頭町食育推進計画（第2次）（以下、第2次計画）では、基本理念「八頭町の自然豊かな農産物を生かし、生涯を通じて健全な食生活を実践しながら食への感謝の心を育み、家族・地域とのつながりを深め、健康に暮らしていきます」のもとに、3つの重点目標「食を通して健やかな体をつくろう」、「食に対する豊かな心を養おう」、「地産地消をすすめ、食文化を伝えよう」を掲げて推進してきました。

これらの評価指標全36項目について、令和3年7月～8月に「八頭町食育アンケート」を実施し、評価を行いました。

#### (2) 目標ごとの評価

評価について（第2次計画の評価基準をもとに設定）

- ◎目標達成 : 令和3年度(平成33年度)目標数値を超えたもの
- 改善・維持 : 令和3年度目標数値には届かないものの、数値に近づいている、  
または数値が平成28年度調査結果より±5%未満で推移しているもの
- ▲悪化 : 平成28年度調査結果より5%以上下がったもの

#### 重点目標 1. 食を通して健やかな体をつくろう

##### 1-1 1日3食、栄養のバランスを考えて食べよう

評価指標	令和3年度目標		調査結果%		評価
			H28	R3	
毎日朝食を食べる人の増加	全体	95%以上	78.4	78.5	○
	子ども	98%以上	96.4	95.9	○
主食・主菜・副菜をそろえて食べる人の増加	全体	90%以上	82.3	80.9	○
	子ども	90%以上	79.3	76.7	○
食事をよく噛んで食べる人の増加	全体	80%以上	61.8	65.8	○
	子ども	90%以上	64.7	86.3	○
寝る前に歯磨きをする人の増加	全体	85%以上	75.8	80.3	○
	子ども	95%以上	85.4	94.5	○

評価指標	令和 3 年度目標		調査結果%		評価
			H28	R3	
寝る 2 時間前にものを食べない人の増加	全体	70%以上	62.6	64.4	○
	子ども	90%以上	78.1	79.7	○
おやつ(間食)の時間を決めて食べる人の増加	全体	70%以上	54.2	54.9	○
	子ども	70%以上	56.1	69.9	○
定期的に運動する人の増加(週 1 回以上)	全体	60%以上	37.7	48.8	○

- ・「週 1 回以上運動する人の割合」、「寝る前に歯磨きをする人の割合」、子どもにおける「食事をよく噛んで食べる」「寝る前に歯磨きをする」「おやつの時間を決める人の割合」については増加傾向にあります。
- ・「朝食を食べる人の割合」、「主食・主菜・副菜を揃えて食べる人の割合」、「寝る 2 時間前にものを食べない人の割合」は横ばいとなっています。

## 1-2 安心安全な食材を選ぼう

評価指標	令和 3 年度目標		調査結果%		評価
			H28	R3	
食の安全について気をつける人の増加	全体	90%以上	89.0	86.9	○
食品表示を確認する人の増加	全体	80%以上	73.9	75.6	○

- ・食品を選ぶ際に何らかの行動をしている人は 8 割を超えており、おおむね横ばいで推移しています。
- ・食品表示を確認する人の割合についても、おおむね横ばいです。

## 重点目標 2. 食に対する豊かな心を養おう

### 2-1 マナーを身につけ楽しく食べよう

評価指標	令和 3 年度目標		調査結果%		評価
			H28	R3	
食事前後にあいさつをする人の増加	全体	75%以上	51.5	55.9	○
	子ども	90%以上	81.7	87.7	○
正しく箸を使うことができる人の増加	全体	95%以上	86.6	87.2	○
	子ども	90%以上	85.3	87.6	○



評価指標	令和3年度目標		調査結果%		評価
			H28	R3	
テレビを消して食べる人の増加	全体	40%以上	27.1	28.0	○
	子ども	60%以上	37.9	53.4	○
食事を残さず食べる人の増加	全体	90%以上	87.3	86.1	○
	子ども	90%以上	75.6	77.8	○

- ・「食事前後にあいさつをする人の割合」については増加傾向にあります。
- ・「正しく箸を持つことのできる人の割合」「食事を残さず食べる人の割合」は、横ばいとなっています。
- ・「テレビを消して食べる人の割合」のうち子どもでは増加傾向にあります。

## 2-2 みんなで作る・食べる喜びを味わおう

評価指標	令和3年度目標		調査結果%		評価
			H28	R3	
食育に関心を持っている人の増加	全体	70%以上	69.3	66.6	○
食育に関するボランティア活動をする人の増加	全体	10%以上	3.4	1.5	○
朝食または夕食を毎日複数で食べる人の増加	全体	80%以上	64.7	67.3	○
	子ども	98%以上	93.9	93.2	○
週3回以上家族全員で食べる人の増加	全体	80%以上	64.5	58.9	▲
週に1回以上食事づくりを行う人の増加	全体	80%以上	65.9	66.3	○
食事の手伝いをする子どもの増加	子ども	70%以上	56.0	61.1	○
農作物を作っている人の増加(家庭菜園を含む)	全体	70%以上	68.6	59.2	▲

- ・「週に3回以上家族全員で食べる人の割合」が前回より悪化していますが、「朝食または夕食を毎日複数で食べる人の割合」は、16歳以上で増加傾向にあります。
- ・「食事の手伝いをする子どもの割合」は前回より増加しています。
- ・「農作物を作っている人の割合」は前回より減少しています。

## 重点目標 3. 地産地消をすすめ、食文化を伝えよう

### 3-1 地元の食材を知り、利用しよう

評価指標	令和3年度目標		調査結果%		評価
			H28	R3	
地産地消の言葉を知っている人の増加	全体	90%以上	89.5	92.3	◎
地産地消を実践している人の増加	全体	60%以上	36.0	48.0	○
町の特産品を5つ以上答えられる人の増加	全体	40%以上	33.4	24.7	▲

- ・「地産地消の言葉を知っている人の割合」は目標を達成しました。また、「地産地消を実践している人の割合」について、目標には達していないものの増加傾向にあります。
- ・「町の特産品を5つ以上答えられる人の割合」は減少しています。

### 3-2 じげの味を伝えよう

評価指標	令和3年度目標		調査結果%		評価
			H28	R3	
行事食を年に5回以上自宅で食べる人の増加	全体	80%以上	72.6	67.6	▲
家庭で伝統的な料理を伝える必要があると考える人の増加	全体	90%以上	74.1	66.8	▲

- ・「行事食を年に5回以上自宅で食べる人の割合」、及び「家庭で伝統的な料理を伝える必要があると考える人の割合」について、いずれも減少しています。

## (3) 課題及びまとめ

- ・目標達成に向けて、引き続き取組が必要な項目が多くみられます。世帯構成や生活環境の変化など、社会的な状況も影響していると考えられることから、こうした背景を考慮しながら進めていく必要があります。
- ・子どもについての基本的な生活習慣や食習慣に関する項目で増加傾向がみられ、働きかけが浸透してきていると考えられます。
- ・地産地消について認知度や実践度は高まっています。八頭町の農産物などの特産品を積極的に食事に取り入れたり、家庭での会話の話題にあげていくなど、より関心を高めていく必要があります。
- ・その他、国の動向などを踏まえた上で、今後の取組について検討していく必要があります。

## 4. 第3次計画の方向性

目標達成に向けて、引き続き取組を行うため、基本理念、スローガン、基本理念達成のための目標を引き継ぐとともに、国や県の計画における新たな視点を踏まえ、一部変更して進めていきます。

- ・目標達成に向けた継続した食育の推進
- ・健康寿命延伸のための基本的な生活習慣や食習慣の確立
- ・コロナ禍を踏まえての取組や、収束後を見据えた共食（複数で食卓を囲むこと）等の推進
- ・環境にも配慮した食育の推進
- ・行事食や伝統的な食事などの「和食」の継承
- ・八頭町の農産物を中心とした野菜や果物の摂取の促進

国の「第4次食育推進基本計画」では、国際的な取組になっている国連のSDGsの視点(次項参照)のほか、生涯を通じた心身の健康を支える食育の推進(国民の健康の視点)、持続可能な食を支える食育の推進(社会・環境・文化の視点)、「新たな日常」やデジタル化に対応した食育の推進(横断的な視点)の、3つの重点事項を基に食育推進の目標と目標値が設定されており、八頭町ではこれらを踏まえた計画とします。

### 「第4次食育推進基本計画」に関連する八頭町食育アンケート調査結果

項目	%	参考値(第4次食育推進基本計画より)
うす味を心がけた食事をする人の割合	60.4	1日当たりの食塩摂取量の平均値 10.1g
毎日野菜を350g以上食べる人の割合	20.5	1日当たりの野菜摂取量の平均値 280.5g
毎日果物を100g以上食べる人の割合	25.0	1日当たりの果物摂取量100g未満の者の割合 61.6%
環境に配慮した農林水産物を選んでいる人の割合	46.8	環境に配慮した農林水産物・食品を選ぶ国民の割合 67.1%
行事食や伝統的な食事を家庭で教わったり伝えている人の割合	34.4	地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承し、伝えている国民の割合 50.4%

## 食育による SDGs 達成への貢献

SDGs (Sustainable Development Goals) とは、2015 年 9 月の国連サミットにおいて採択された 2030 年までの間に達成すべき国際目標です。「誰一人取り残さない」持続可能で多様性と包摂性のある社会実現のため、貧困や健康、教育、不平等、気候変動等の様々な社会問題の解決に向けた 17 の目標と 169 のターゲットで構成されています。

本計画においても、食育推進事業の実施により、町民の健全な食生活の実現、地域社会の活性化、食品ロス削減による持続可能な食料の生産・消費の推進などを図るものであり、SDGs の目標である「2. 飢餓をゼロに」、「3. すべての人に健康と福祉を」、「4. 質の高い教育をみんなに」、「12. つくる責任つかう責任」、「17. パートナーシップで目標を達成しよう」と目指すべき方向が一致することから、各事業を推進するにあたっては、SDGs の視点を活かしつつ、家庭や地域、関係団体などと連携して社会全体で取組を推進し、SDGs の達成に貢献することを目指します。

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS



## 5. 計画の基本理念・目標・推進体制

### <基本理念>

八頭町の自然豊かな農産物を生かし、生涯を通じて健全な食生活を実践しながら食への感謝の心を育み、家族・地域とのつながりを深め、健康に暮らしていきます。

### <スローガン>

おいしいね みんなの笑顔で心も体もかがやく八頭町  
～やってみよう！ずっと未来へつながる食育～

### 基本理念達成のための目標

#### ●重点目標1

#### 食を通して健やかな体をつくろう

- ①1日3食、栄養のバランスを考えて食べよう
- ②安全安心な食材を選ぼう

#### ●重点目標2

#### 食に対する豊かな心を養おう

- ①マナーを身につけ楽しく食べよう
- ②みんなで作る・食べる喜びを味わおう

#### ●重点目標3

#### 食の循環を意識して、地産地消をすすめ、食文化を伝えよう

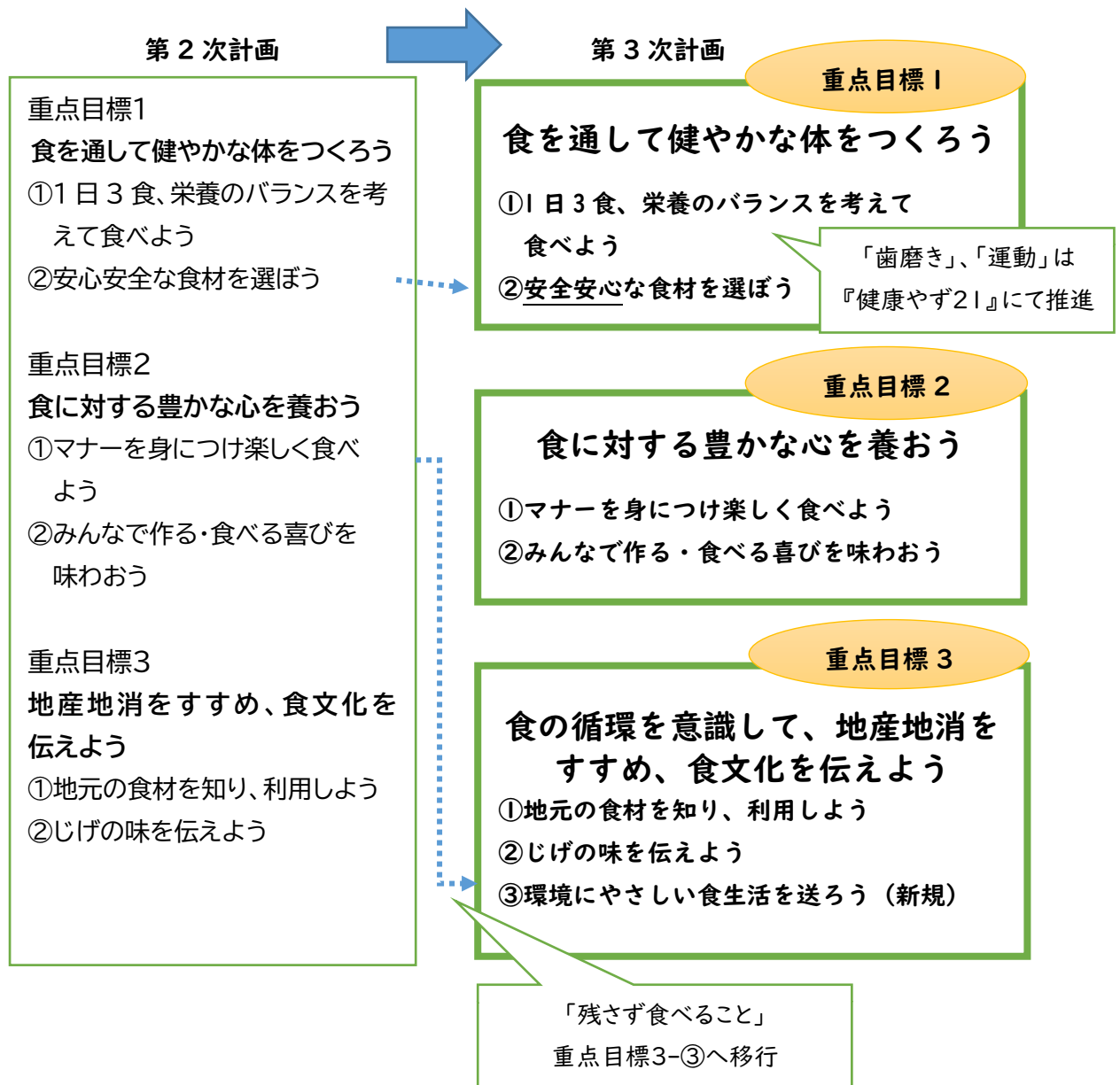
- ①地元の食材を知り、利用しよう
- ②じげの味を伝えよう
- ③環境にやさしい食生活を送ろう（新規）

## ＜第2次計画からの主な変更点＞

国の「第4次食育推進基本計画」の考え方を踏まえ、重点目標3を「食の循環を意識して、地産地消をすすめ、食文化を伝えよう」へ変更し、目標については「③環境にやさしい食生活を送ろう」を追加します。また、残さず食べることについて、重点目標2「①マナーを身につけ楽しく食べよう」から、重点目標3「③環境にやさしい食生活を送ろう」へ移行します。さらに、県の計画と表記を揃えるため、重点目標1「②安心安全な食材を選ぼう」を、「安全安心な食材を選ぼう」とします。

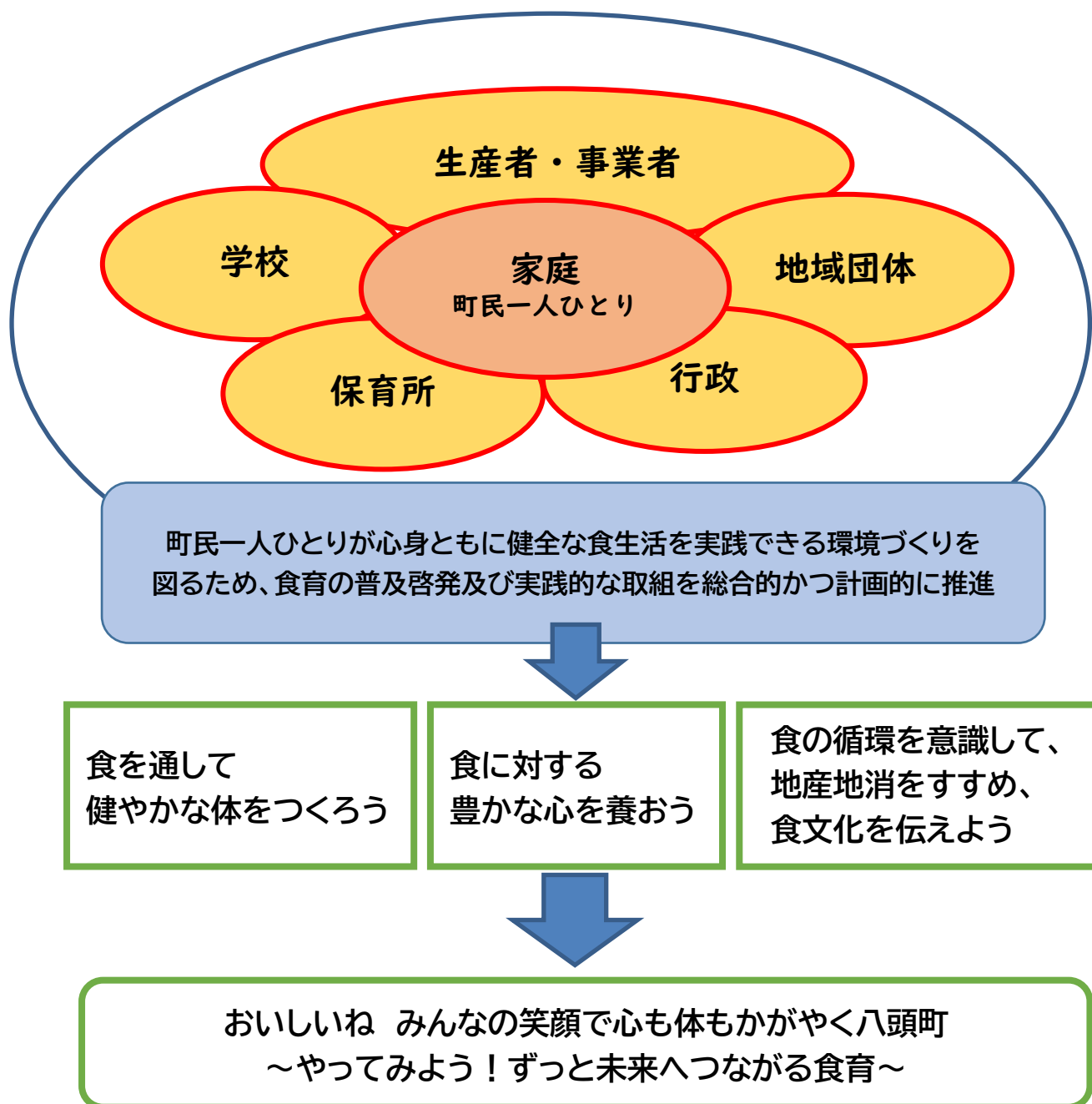
歯磨きに関すること、運動に関することについては、健康づくり計画『健康やず21』にて推進します。

目標を達成するため、評価指標を精査し、客観的指標を含めた評価指標により評価していきます。第2次計画において、達成状況が低い項目については引き続き取り組むほか、町報、ケーブルテレビ、ソーシャルメディア等を活用し、広報による啓発を強化していきます。



### <推進体制>

本計画の推進に当たって、家庭、保育所・学校、生産者・事業者、地域の団体等、町内の関係機関と連携して横断的な施策に取り組むとともに、他の行政機関等とも連携して、多くの方の意見を取り入れながら推進に努めます。また、本計画に定めた各種事業は、その進捗状況を毎年度点検・評価します。



## 6. 目標ごとの評価指標と推進施策

### 重点目標 1

#### 食を通して健やかな体をつくろう



生涯を豊かに暮らしていくためには、体づくりが大切であり、そのために食事は欠かせません。食に関する知識を持ち、食事を規則正しくとることが、体づくり、元気に活動を行うための原動力につながります。また、健全な食生活を実践していくためには、適切に食品を選択していくことも重要です。

#### 1-① 1日3食、栄養のバランスを考えて食べよう

健全な生活リズムや生活習慣を確立するために、3食規則正しく食べることが大切です。そのためには、日頃から望ましい食生活を意識し、実践することが重要です。栄養面以外にも、「よく噛んで味わって食べる」等の食べ方についても気をつけることで、健やかな体づくりにつながっていきます。

##### <基本方針>

- ・規則正しい食習慣を確立するため、子どもや子育て世代を中心に、毎日朝食を食べる人を増やすことを目指します。
- ・主食・主菜・副菜を揃える等、栄養バランスに配慮した食事について、国が作成する指針等を活用しながら啓発し、健全な食事をする人を増やすことを目指します。
- ・栄養面とともに、「よく噛んで食べる」等の食べ方に気をつける人を増やすことを目指します。



<評価指標>

項目(食育アンケートより)	現状(令和3年度)	目標(令和8年度)
毎日朝食を食べる人の増加	78.5% (国 78.5)※1	85%以上 (国85%以上)※1
	95.9% (国 95.4)※2	98%以上 (国 100%)※2
主食・主菜・副菜をそろえて食べる人の増加	80.9% (国 36.4)※3	85%以上 (国 50%以上)※3
	76.7%	
食事をよく噛んで食べる人の増加	65.8% (国 47.6)※4	75%以上 (国 55%以上) ※4
野菜を毎日 350g 以上食べる人の増加	20.5% (国 280.5g)※5	30%以上 (国 350g 以上) ※5
うす味を心がけた食事をする人の増加	60.4% (国 64.3)※6	70%以上 (国 75%以上) ※6
果物を毎日 100g 以上食べる人の増加	25.0% (国 38.4)※7	40%以上 (国 70%以上)※7

出典 (国:第4次食育推進基本計画)

※1:朝食を欠食する若い世代(20・30代)の割合(現状21.5%、目標15%以下)を100%から引いた値

※2:朝食を欠食する子どもの割合(現状4.6%、目標0%)を100%から引いた値

※3:主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている国民の割合

※4:ゆっくりよく噛んで食べる国民の割合

※5:1日あたりの野菜摂取量の平均値

※6:生活習慣病予防や改善のために、ふだんから適正体重の維持や減塩等に気をつけた食生活を実践する国民の割合

※7:1日あたりの果物摂取量100g未満の者の割合(現状61.6%、目標30%以下)を100%から引いた値

[※1、※2、※7 比較しやすくするため出典元の表現と変更して掲載しています。]

項目	現状 (令和3年度)	目標 (令和8年度)
低栄養傾向(BMI20以下)にある高齢者の割合の増加抑制(75歳以上)	19.8%	19%以下
メタボリックシンドローム該当者の減少	21.5%	16%以下
メタボリックシンドローム予備群の減少	10.1%	7%以下

出典:KDBシステム(令和2年度八頭町国保特定健康診査結果、後期高齢者健康診査結果)

<各分野における取組>

家庭	保育所・学校	生産者・事業者・地域の団体等
<ul style="list-style-type: none"> <li>・規則正しい生活リズムを身につける～早寝・早起き・朝ごはん～</li> <li>・栄養素のバランスのとれた食事をする～主食・主菜・副菜を揃える～</li> <li>・よく噛んで味わって食べる</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・味覚や身体発育、口腔機能の発達を促す給食を提供する</li> <li>・食事が果たす役割や健康と食事のかかわりへの理解を深める</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・食について幅広く学び、理解を深める</li> </ul>

<<目標達成に向けた推進施策（行政）>>

推進施策	目標に対する取組内容	担当課
乳幼児健康診査での啓発	保護者に対し、朝食摂取をはじめとした望ましい食習慣について、リーフレットを配布し個々に説明しながら啓発を行います。	保健課
離乳食講習会	保護者に対し、発育の状況に合わせた離乳食の量や回数、固さ、バランスの取れた組み合わせ等の情報提供、調理法や歯の手入れの指導等を行い、子どもの食習慣の基礎づくりを推進します。	保健課
保育所における食に関する指導	自分の体について関心を持ち、健康な生活に必要な習慣や態度を身につけられるよう指導します。また保護者と連携し、子どもが空腹を感じるリズムある生活を送り、食べることを楽しむことができるよう取り組みます。	各保育所 町民課
給食時間における食に関する指導	学年に応じた内容で計画的に栄養士が各クラスに訪問し、朝食や咀嚼、栄養のバランス等について指導を行います。	各小中学校 学校給食共同調理場
やずっ子の日の実施	毎月“8”のつく日を「やずっ子の日」とし、「あいさつ運動」と「生活リズム向上運動」に取り組みます。早寝早起き朝ごはんの推進等の啓発を行います。	社会教育課
各種健康教室での啓発	地域に出向いて健康づくりに関する講話を行うほか、健診で要指導となった方を対象に講話や調理実習を実施し、3食規則正しい食事やよく噛んで食べること等についての啓発を行います。	保健課

推進施策	目標に対する取組内容	担当課
各種健康相談での食生活指導	保健師・栄養士による一般健康相談、健診後の結果相談、医療機関と連携した健康相談を実施します。	保健課
健康講座	医師・歯科医師等による講演や運動実技、図書コーナーを設置して、健康に関する知識やよりよく健康に過ごすための方法等を伝えます。	保健課
介護予防教室における啓発	高齢者に対し、食べる機能や運動機能を維持し、要介護状態にならないための講話、運動実技や調理実習を含めた教室を実施します。	保健課
食生活改善推進員研修会	地域で活動する食生活改善推進員に対し、健康づくりに関する情報提供、食事づくりについての指導を行います。	保健課
食生活改善料理講習会	食生活改善推進員が研修会で学習した健康づくりに関する講話・調理実習を各集落等で伝達します。	保健課
食育コーナー設置	町主催のイベント等において、幅広い年代に向けて朝食摂取、野菜摂取、果物摂取、減塩等の啓発を行います。	保健課
食育ポスター掲示	町民に対し、朝食摂取、野菜摂取、果物摂取、減塩等の身近な内容についての啓発を行います。(保健センター、小中学校、保育所、福祉施設等に掲示)	保健課

## 1-② 安全安心な食材を選ぼう

健全な食生活の実践のためには、食品を選ぶ際に、食品の安全性に関する情報を持ち、適正に選択する力を身につけることが大切です。生産者や販売者等が食品の安全性の確保に努め、正確な情報を発信していくとともに、消費者も食品の安全性に関する情報を正しく受け止め、自らの判断で正しく選択していくことが必要です。

### <基本方針>

- ・食品の安全に関心を持ち、食品表示等を確認し、正しく選択できる人を増やすことを目指します。
- ・保育所・学校給食において、安全に配慮した給食を提供するとともに、保護者等に情報提供し、給食への安全安心に対する理解を深めます。

<評価指標>

項目(食育アンケートより)	現状(令和3年度)	目標(令和8年度)
食品表示を確認する人の割合	75.6% (国 75.2%)※7	80%以上 (国 80%以上)※7

出典 (国:第4次食育推進基本計画)

※7:食品の安全性について基礎的な知識を持ち自ら判断する人の割合

<各分野における取組>

家庭	保育所・学校	生産者・事業者・地域の団体等
・食品を購入する際、食品表示を確かめる	・給食を通して、食の安全等の理解を深める	・適切な表示により消費者へ情報提供をする

<<目標達成に向けた推進施策(行政)>>

推進施策	目標に対する取組内容	担当課
保育所給食における情報提供	各保育所で、給食だよりや掲示物を通じて保護者に情報提供します。	各保育所 町民課
学校給食における情報提供	献立表や提供給食をホームページに掲載し、情報提供します。	各小中学校 学校給食共同調理場
食中毒予防に関する広報	食中毒予防等について、町報及び字幕画面放送等による広報を行います。	保健課
各種健康教室における啓発	講話や調理実習において、食品の選び方、食品表示の見方、食品衛生についての注意点等について啓発を行います。(集落における教室、糖尿病予防教室、慢性腎臓病予防教室等)	保健課

## 重点目標 2

### 食に対する豊かな心を養おう



食は体の栄養だけでなく、私たちの心を満たすためにも不可欠なものです。食卓を囲んだり、食に関わる活動を多くの人と行うことで、食への関心が高まっていくことが期待できます。

#### 2-① マナーを身につけて楽しく食べよう

食事のマナーを身につけることは、食事を楽しむ食べるために必要なことです。長年身についた食習慣を改めることは難しいため、子どものうちに正しい食習慣を身につける必要があります。そのためには、子どもだけでなく、周りの大人が正しい手本を示していくことが大切です。

##### <基本方針>

- ・食事の前後に「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをして食べる等、食事のマナーを身につけている人の増加を目指します。
- ・テレビ等のメディアを見ながら食べるといった、「ながら食べ」を行わず食事をする人の増加を目指します。

##### <評価指標>

項目(食育アンケートより)	現状(令和3年度)	目標(令和8年度)
食事前後にあいさつをする人の増加	55.9%	70%以上
	(県 88%)※8	(県 100%)※8
(子ども)	87.7%	90%以上
「ながら食べ」せず食事をする人の増加	28.0%	40%以上
	(子ども)	53.4%

出典 (県:食のみやこととり～食育プラン(第3次)～)

※8:食事のあいさつをする県民の割合

<各分野における取組>

家庭	保育所・学校	生産者・事業者・地域の団体等
<ul style="list-style-type: none"> <li>・家族や友人と食事を楽しく囲む</li> <li>・食事のマナーを身につける（ながら食べしない等）</li> <li>・食事の挨拶の実践</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・給食時の食事のマナーの実践</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・食事のマナー等の働きかけをする</li> </ul>

<<目標達成に向けた推進施策（行政）>>

推進施策	目標に対する取組内容	担当課
乳幼児健康診査における啓発	乳児健康診査、5歳児健康診査等の各種健診時に資料を個々に配布しながら、食事前後のあいさつ、正しい姿勢で食べること等の啓発を行います。	保健課
保育所給食における食事マナー指導	食事前後のあいさつや姿勢等、年齢や発達に応じた食事マナーが身につけられるよう努めます。	各保育所
学校給食における食事マナー指導	発達段階に合わせ、食器や箸を正しく持つなど、食事マナーが身につけられるよう啓発します。	各小中学校 学校給食共同調理場
やずっ子の日の実施	毎月“8”のつく日を「やずっ子の日」とし、「あいさつ運動」と「生活リズム向上運動」に取り組みます。あいさつの推進やノーテレビデーの啓発等を行います。	社会教育課
通学(体験)合宿事業	宿泊体験を通して、基本的な生活習慣やマナー、忍耐力、協調性等を身につけます。食事作りでは、食物のありがたさを感じ、バランスを考えた献立作りや調理の仕方を学びます。	社会教育課
食育コーナー設置	町主催のイベント等において、幅広い年代に向けて食事のマナーについての啓発を行います。	保健課
食育ポスター掲示	子どもやその保護者等に対し、食事のマナー等身近な内容についての啓発を行います。 (保健センター、小中学校、保育所、福祉施設等に掲示)	保健課 学校給食共同調理場

## 2-② みんなで作る・食べる喜びを味わおう

食育を進めていくためには、多くの人に関心を持ち、行動することが不可欠です。食べ物を育てること（栽培）、料理を作ること（調理）等を1人ではなく、周りの人と一緒に行うことは、自分が楽しいだけでなく、ふだん当たり前に食べている食べ物のありがたさや、作る人の大変さを知るきっかけにもなります。

また、家族そろって食事をする機会が様々な原因で減っていますが、家族等複数の人と食卓を囲むこと（共食）は、望ましい食習慣の実践や、食の楽しさを実感させ心の豊かさをもたらすと考えられており、この機会をできるだけ持つことが大切です。

### <基本方針>

- ・食物を育てる「栽培」・食事を作る「調理」・複数で食卓を囲む「共食」をはじめ、さまざま食育活動に関わる人を増やすことを目指します。
- ・広報等による啓発を行い、食育に関心を持つ人の割合を増やすことを目指します。

### <評価指標>

項目(食育アンケートより)	現状(令和3年度)	目標(令和8年度)
食育に関心を持っている人の増加	66.6% (国 83.2%)	70%以上 (国 90%以上)
朝食または夕食を毎日複数で食べる(全体) 人の増加(子ども)	67.3%	80%以上
	93.2%	98%以上
週1回以上食事を作る人の増加	66.3%	80%以上
食事の手伝いをする子どもの増加	61.1%	70%以上
農産物を作っている人の増加(家庭菜園を含む)	59.2% (国 65.7%)※9	70%以上 (国 70%以上)※

出典(国:第4次食育推進基本計画)

※9:農林漁業体験をした国民(世帯)の割合

項目	現状(令和3年度)	目標(令和8年度)
食育に関するボランティア活動をする人の増加	112人	120人以上

出典:八頭町食生活改善推進員協議会 会員数(令和3年4月現在)



<各分野における取組>

家庭	保育所・学校	生産者・事業者・地域の団体等
<ul style="list-style-type: none"> <li>・料理の実践、料理講習会へ参加する</li> <li>・家庭菜園、農林漁業体験へ参加する</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・子どもの成長・発達段階に応じた食の学習・体験機会を提供する</li> <li>・食育に関する様々な情報を提供する</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・見学・体験機会を提供する</li> <li>・食を通じた地域住民とのふれあいと交流の場を持つ</li> </ul>

《目標達成に向けた推進施策（行政）》

推進施策	目標に対する取組内容	担当課
保育所での共食	みんなで楽しく食べられるような雰囲気づくりをし、子どもが、みんなで食べるとおいしいという体験を、積み重ねていけるようにします。	各保育所 町民課
保育所での菜園活動	菜園活動を通して食材を知り、食材への興味関心を育てます。自分たちで栽培することで、食べてみたい物が増え、進んで食べようとする気持ちを育てます。	各保育所 町民課
保育所でのクッキング活動	クッキング活動を通して、食への興味関心を高め、意欲的に食べようとする気持ちを育てていきます。また、食べ物を大切にしたり、用意してくれる人への感謝の気持ちを育てます。	各保育所 町民課
子ども向けクッキング活動	子育て家庭が気楽に利用できる自由な交流の場や講座等親子でふれあう機会を通して、食育にかかわる相談や情報提供を行います。さらに食育の発信拠点のひとつとして、保健センター等関係機関や地域との緊密な連携のもと、その推進を図ります。子育て家庭を対象に、おやつ作り等、作って食べる楽しみを体験する様々な講座を開催します。	子育て支援センター 町民課 保健課
児童生徒による給食献立の作成と実施	委員会活動や家庭科などで児童生徒が作成した献立を給食で実施することで、自分の給食をみんなに食べてもらえる喜びや楽しさを感じられるようにします。	各小中学校 学校給食共同調理場
通学(体験)合宿事業	友だち同士で楽しく食事を作ることで、作る喜びを知るとともに、自分たちで作った料理を食べることで、みんなと食べることの楽しさを知ることができるよう行います。	社会教育課



推進施策	目標に対する取組内容	担当課
食生活改善推進員研修会	地域で活動する食生活改善推進員に対し、食事づくりについて指導します。	保健課
食生活改善料理講習会	食生活改善推進員による講話・調理実習を各集落等で実施し、家庭での食事づくりに関する情報提供を行います。	保健課
食生活改善推進員養成講座	食事づくりや健康づくりについての講話・調理実習を行い、修了後は食生活改善推進員として地域で食育活動を行うボランティア活動できるよう指導します。	保健課
各種料理教室	中央公民館、各地区公民館で、男性向け・女性向け料理教室、手打ちそば作り等の料理教室を行い、調理技術の習得や料理の楽しさを学べるよう推進します。	中央公民館
稲荷体験農園賃借事業	農業生産活動を体験する場を提供し、農業への理解を深めるよう推進します。	産業観光課
共食や食事づくりに関する広報	町報、ケーブルテレビ、ソーシャルメディア等を活用して行います。	保健課



芋掘り体験の様子（子育て支援センター）

## 重点目標 3

### 食の循環を意識して、地産地消をすすめ、 食文化を伝えよう



自然豊かな八頭町において、農作物をはじめ様々な食材が生産されています。地域でとれる食材を地域で消費する「地産地消」をすすめていくことが、農業等の産業の振興、自然環境の保護にも結び付いていきます。

さらに、八頭町で昔から食べられている、自然や文化に合った食事を楽しみ、次世代へ伝えていくことにより、地域に親しみを持ち、長期間にわたって関心を持つきっかけにもつながっていくと考えられます。

#### 3-① 地元の食材を知り、利用しよう

地域で生産される食材を知ることは、地域の自然や文化、産業を知ることにもつながります。また、地元の食材を利用することは、地産地消をすすめるほか、生産者と消費者の互いの顔が見えるといった安心感にもつながります。

##### <基本方針>

- ・ 保育所や学校給食において地産地消を推進します。
- ・ 地元食材の利用を促進し、地産地消を実践する人の増加を目指します。

##### <評価指標>

項目(食育アンケートより)	現状(令和3年度)	目標(令和8年度)
地産地消を実践している人の増加	48.0% (国 73.5%)※10	60%以上 (国 80%以上)※10
町の特産品を5つ以上答えられる人の増加	24.7%	40%以上

出典 (国:第4次食育推進基本計画)

※10:産地や生産者を意識して農林水産物・食品を選ぶ国民の割合

<各分野における取組>

家庭	保育所・学校	生産者・事業者・地域の団体等
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 地元の食に関するイベント等に参加する</li> <li>・ 地元の特産品を知る</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 給食に町内産食材を積極的に取り入れる</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 地域の食材に関する情報発信をする</li> <li>・ 地元産食材の給食への供給</li> <li>・ 地元食材を活用した商品開発、販売</li> </ul>

《目標達成に向けた推進施策（行政）》

推進施策	目標に対する取組内容	担当課
保育所給食での地産地消の推進	地産地消に努め、子どもに町内産食材や旬の食材を紹介し、地域に親しみが持てるようにします。	各保育所 町民課
学校給食における地産地消の推進	献立表や給食時間の放送で生産者や特産品について知らせ、地産地消への理解や関心を高めます。	学校給食共同調理場
地域内販売等を通じた地産地消の推進	町内で食をテーマにしたイベント（八頭町マルシェ）等開催し、町内外の来場者に対し特産品の販売、試食、コンテスト等を行うことで地産地消を推進します。	産業観光課 商工観光室
	地元の産品を購入できる場所をつくることを通じて、地産地消を推進できる環境づくりに努めます。	産業観光課 商工観光室
特産品開発・販売の促進	地元食材等を活用した新商品開発・販路開拓を支援することで、地産地消に取り組む事業者の増加を目指します。	産業観光課 商工観光室
八頭町フルーツの里推進事業	農協を通じて果樹（梨、柿、りんご、ぶどう等）を3本以上購入した生産者に対して助成を行うことで、果樹の生産振興を図ります。	産業観光課
食生活改善料理講習会での地産地消推進	旬の野菜や地元の加工品等を使用したメニューを普及することにより、地産地消を推進します。	保健課

### 3-② じげの味を伝えよう

伝統食や行事食、食文化については、従来家庭を中心に地域の中で共有され、世代を超えて受け継がれてきました。しかし、社会環境の変化や生活様式の多様化の中で、家庭で食べる機会が減りつつあります。家庭だけでなく、地域の中で伝統的な食を親しむことで、地域の文化を大切にし、愛着を持つことにつながると考えられます。

#### <基本方針>

- ・行事食や伝統的な食事について、保育所や学校等で伝えていくことにより、食事に親しみをもち、地域や次世代へ伝えていく人が増えることを目指します。

#### <評価指標>

項目(食育アンケートより)	現状(令和3年度)	目標(令和8年度)
行事食を年に5回以上自宅で食べる人の増加	67.6%	75%以上
行事食や伝統的な料理を家庭で教わったり伝えたりしている人の増加	34.4% (国 50.4%)※11	45%以上 (国 55%以上)※11

出典 (国:第4次食育推進基本計画)

※11:地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法を継承し伝えている国民の割合

#### <各分野における取組>

家庭	保育所・学校	生産者・事業者・地域の団体等
・伝統料理や郷土料理を学び、伝える	・行事食や伝統料理を給食に取り入れる	・郷土料理や地元産食材を利用した調理実習 ・郷土の食文化の伝承活動

#### <<目標達成に向けた推進施策(行政)>>

推進施策	目標に対する取組内容	担当課
伝統の食文化の体験(保育所)	給食献立に、和食や伝統料理(行事食)を多く取り入れ、親しむようにします。	各保育所 町民課
食育の日の活用	毎月19日の食育の日に、県内の食材を生かした献立を提供することで郷土愛を育てます。(特別献立の実施、おたよりでの周知)	学校給食共同調理場
我が家の自慢料理の募集と実施	地元食材を使った料理を募集することで、家庭における地産地消の意識を高めます。(八頭郡内で共同実施)	学校給食共同調理場

推進施策	目標に対する取組内容	担当課
各種料理教室	中央公民館、各地区公民館で、高齢者と子どもたちの異世代交流と伝統行事について学ぶ教室を行います。	社会教育課
地域外販売等を通じた特産品提供	地元産品等を各種事業・イベント等を通じて、町出身者や町外者へ販売・提供することで、本町の地元の味に親しみをもち、伝えていく人を増やしていきます。(八頭ふるさと便事業、ふるさと納税事業の実施)	産業観光課 商工観光室
食生活改善料理講習会での伝統的な料理の普及	伝統的な料理等をメニューに取り入れることにより、家庭への普及を促します。	保健課
行事食等に関する広報	行事食や伝統的な料理についての広報を町報、ケーブルテレビ、ソーシャルメディア等を活用して行います。	保健課

### 3-③ 環境にやさしい食生活を送ろう

健全な食生活の基盤として持続可能な環境が不可欠であり、食育においても食を支える環境を持続するために、環境を意識した取組を実施していくことが大切です。

#### <基本方針>

- ・食の循環が環境へ与える影響を配慮して、食品ロス削減を推進します。
- ・食べ物を大切に作る観点から、食事をなるべく残さず食べるよう啓発します。
- ・環境に配慮した栽培方法や販売方法で流通する食品の利用を推進します。

#### <評価指標>

項目(食育アンケートより)	現状(令和3年度)	目標(令和8年度)
食事を残さず食べる人の増加 (全体)	86.1%	90%以上
	(国 76.5%)※12	(国 80%以上)※12
(子ども)	77.8%	85%以上
環境に配慮した農林水産物を選ぶ人の割合	46.8%	55%以上
	(国 67.1%)	(国 75%以上)

出典 (国:第4次食育推進基本計画)

※12:食品ロス削減のために何らかの行動をしている国民の割合



項目	現状(令和3年度)	目標(令和8年度)
食品ロスの認知度	— (国 79.4%)※13	80%以上

出典 (国:食品ロスの認知度と取組状況等に関する調査結果)

※13:食品ロスの認知度

<各分野における取組>

家庭	保育所・学校	生産者・事業者・地域の団体等
・食品ロス削減を意識した食生活の実践(買い過ぎない、使い切る、食べきる)	・食品ロス削減に取り組む	・食品ロスを減らすための働きかけをする

<<目標達成に向けた推進施策(行政)>>

推進施策	目標に対する取組内容	担当課
食品ロス減少のための取組	ちらし配布等、県と連携を図りながら啓発に努めます。	町民課
環境保全型農業直接支援事業	環境負荷低減農業(有機農業等)に取り組む生産者に対して助成を行うことで、環境に優しい農業を推進します。	産業観光課
新規就農支援事業	就農直後の農業経営を確立するための資金を支援します。	産業観光課
調理実習等における食品ロス削減の呼びかけ	調理実習や調理デモンストレーションにおいて、食材を有効に使うことや食材を長く保存する方法などを紹介しながら食品ロスを減らすよう啓発します。	保健課
学校給食における食品ロス削減	給食を残さず食べることができるよう啓発します。	各小中学校 学校給食共同調理場

## 資料

- ・八頭町食育アンケート結果・・・・・・・・ 27p~38p
- ・用語解説・・・・・・・・・・・・・・・・ 39p~40p
- ・策定経過・・・・・・・・・・・・・・・・ 41p
- ・委員名簿・・・・・・・・・・・・・・・・ 42p





## 「八頭町食育アンケート調査」結果概要

### 1. 調査の目的

「八頭町食育推進計画(第2次)」(計画期間:平成29年度~令和3年度)の目標の達成状況や取り組みの成果を検証し、第3次計画策定のための基本資料として活用する。また、今後の食育推進の施策展開に反映させる。

### 2. 調査の方法

- (1) 調査対象 八頭町に居住する16歳以上の男女1,000人
- (2) 抽出方法 住民基本台帳からの層化二段無作為抽出法
- (3) 調査方法 郵送およびインターネットを用いた自記式  
(とっとり電子申請システム電子アンケートを使用)
- (4) 調査票 別添様式のとおり(無記名)

### 3. 調査期間

令和3年7月20日(火)~令和3年8月5日(木)

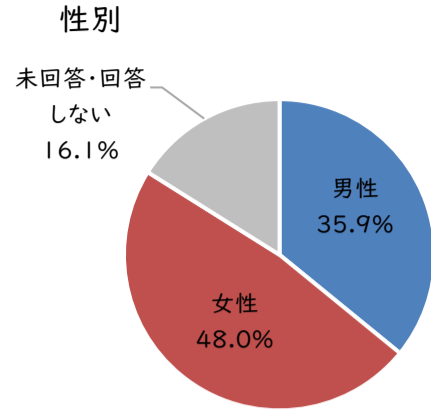
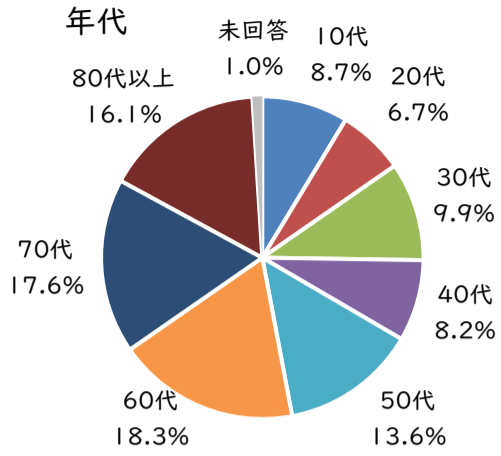
### 4. 調査の内容

- (1) 「食育」について
- (2) 食生活について
- (3) 健康づくりに関することについて
- (4) 食の安全に関することについて
- (5) 地域の「食」について
- (6) 八頭町の食育推進について
- (7) 子どもの食に関することについて ※15歳以下の子どもと同居している方のみ

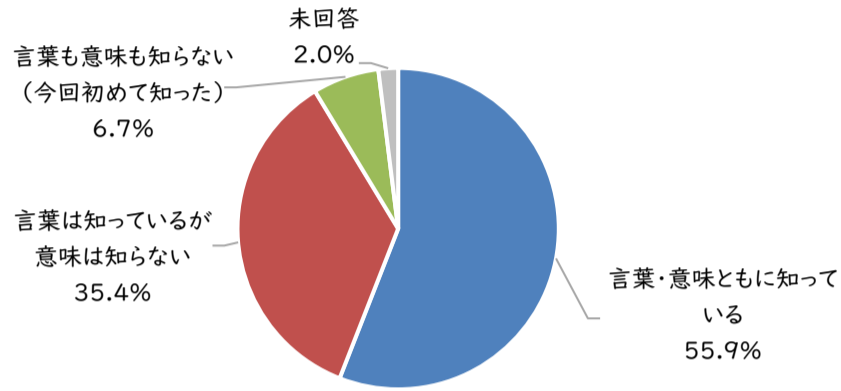
### 5. 配布数及び回答数

	配布数(人)	有効回答数(人)	回答率(%)
10代(16~19歳)	125	35	28%
20代	125	27	22%
30代	125	40	32%
40代	125	33	26%
50代	125	55	44%
60代	125	74	59%
70代	125	71	57%
80代以上	125	65	52%
未回答		4	
全体	1,000	404 (うち電子回答55)	40%
子ども(3歳~15歳)	-	73	

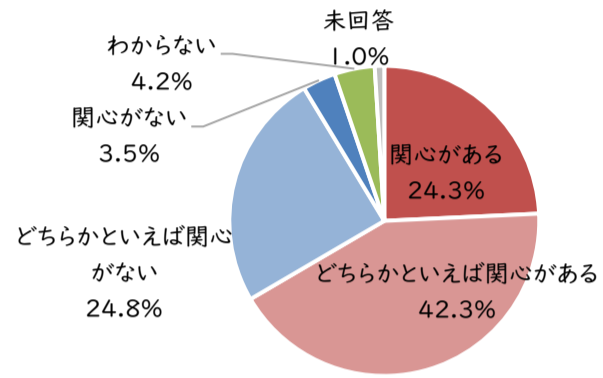
# 八頭町食育アンケート結果（単純集計）



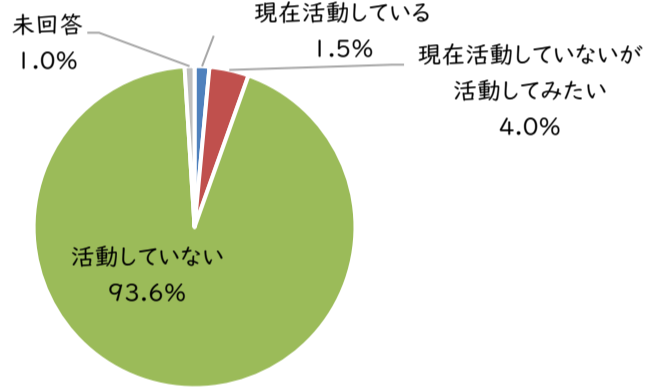
問1. 「食育」という言葉やその意味を知っていますか。



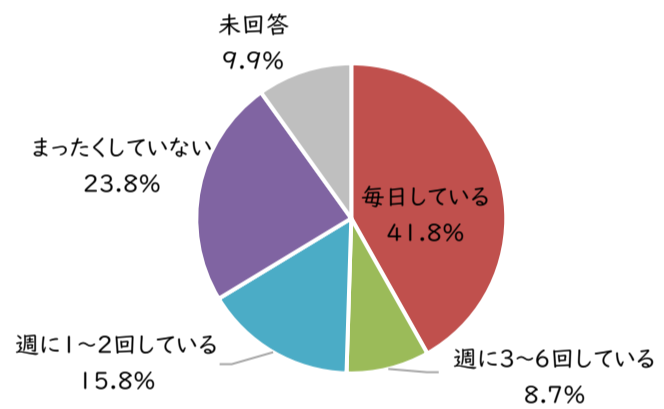
問2. 「食育」について関心がありますか。



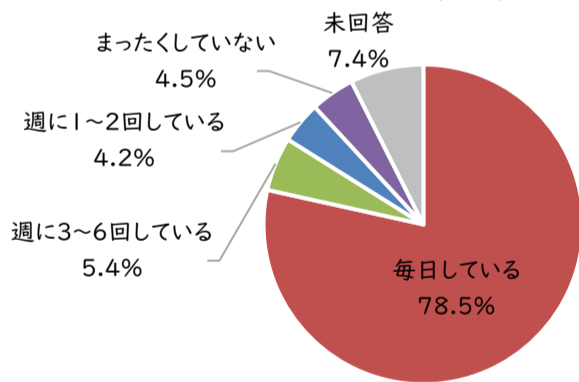
問3. 「食育」に関するボランティア活動を行っていますか。



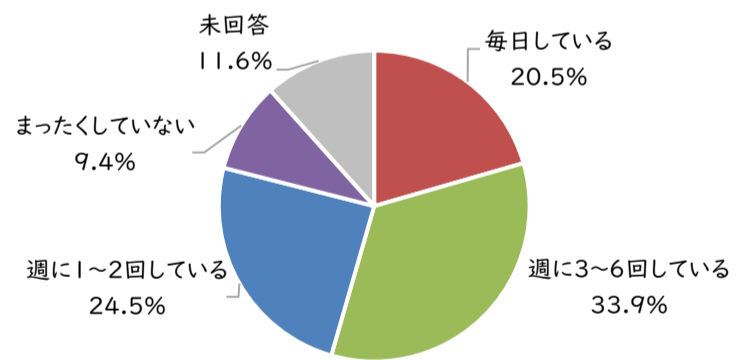
問4-1. 食事を自分で作る



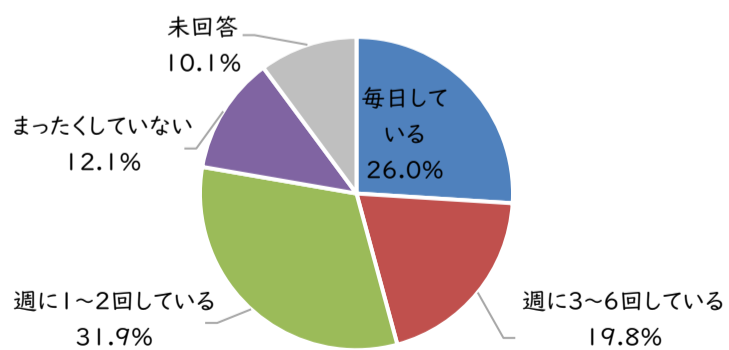
問4-2. 朝食を食べる



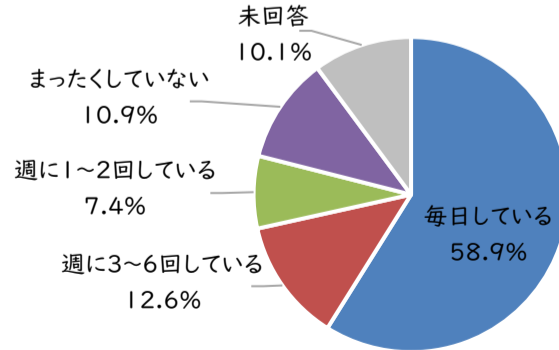
問4-3. 野菜を1日350g以上食べる



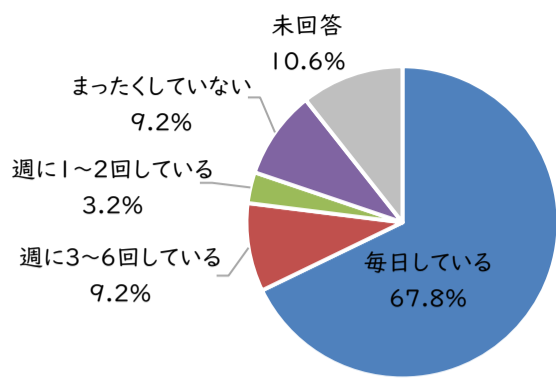
問4-4. 果物を1日100g以上食べる



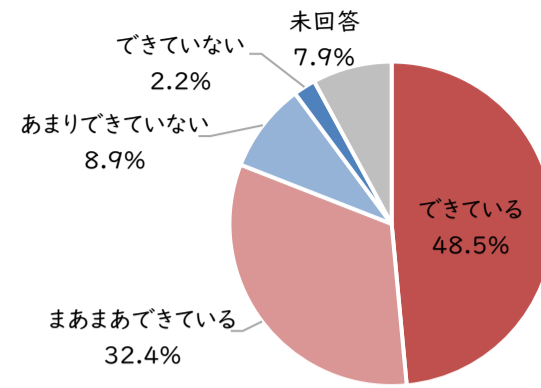
問4-5. 1日1回は家族全員で食べる



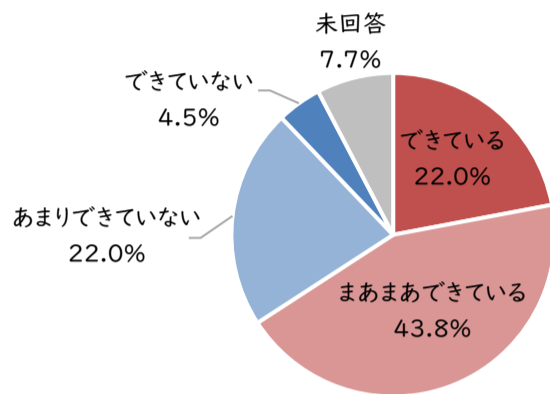
問4-6. 朝食または夕食をだれかと食べる



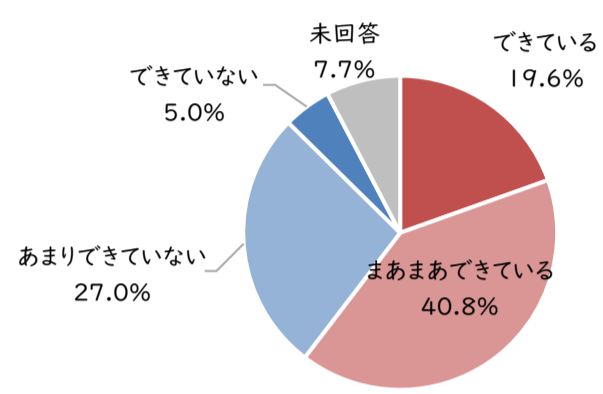
問4-7. 主食、主菜、副菜をそろえて食べる



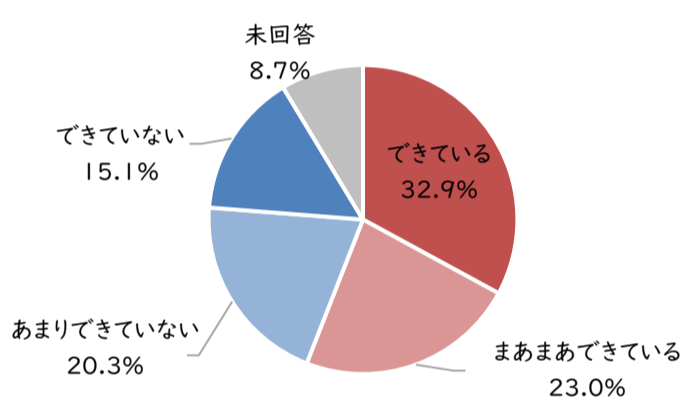
問4-8. ゆっくりよく噛んで食べる



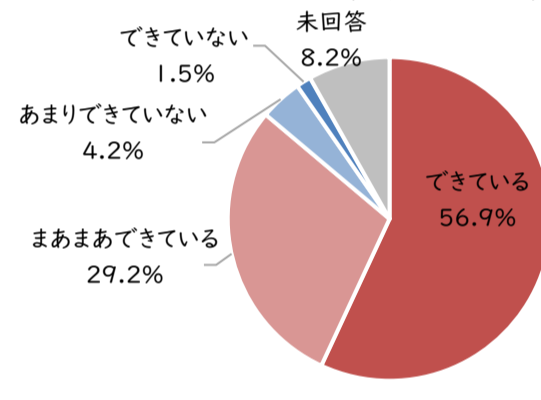
問4-9. うす味を心がけた食事をする



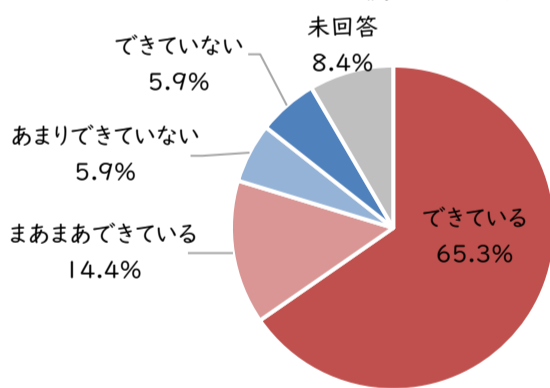
問4-10. 食事の前後に挨拶をする



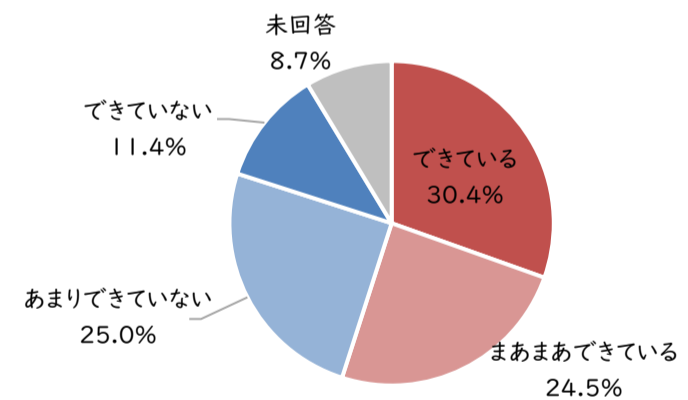
問4-11. 食事を残さず食べる



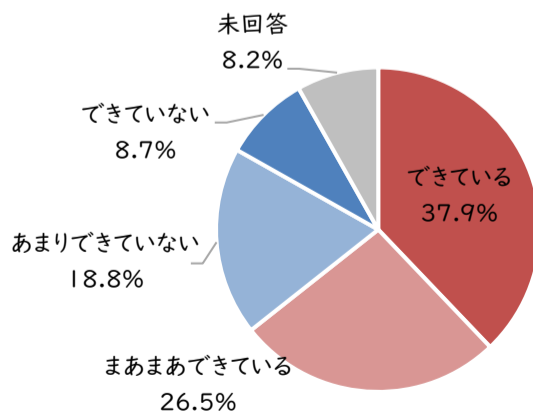
問4-12. 寝る前に歯を磨く



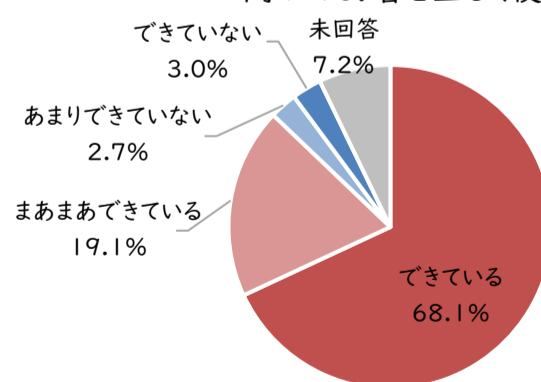
問4-13. 間食(おやつ)の時間を決めてる



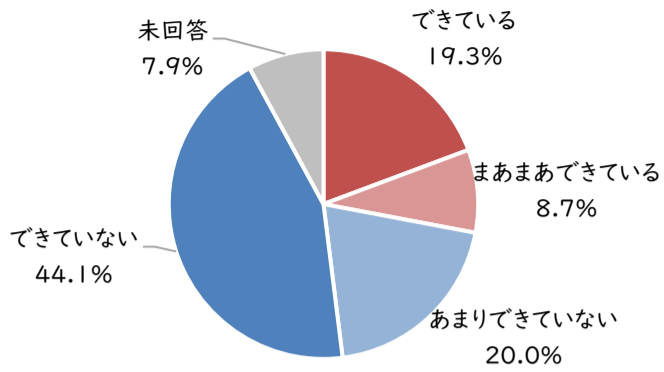
問4-14. 寝る前2時間はものを食べない



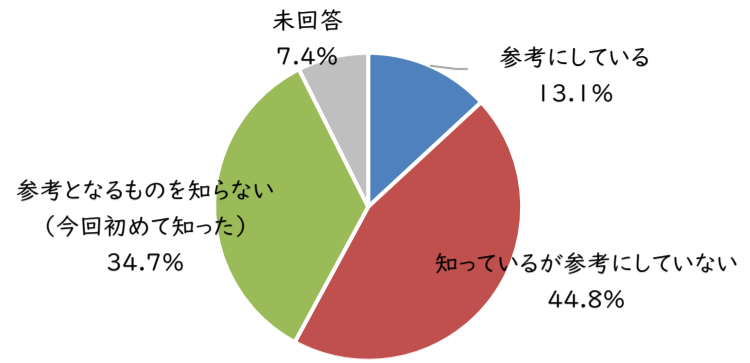
問4-15. 箸を正しく使う



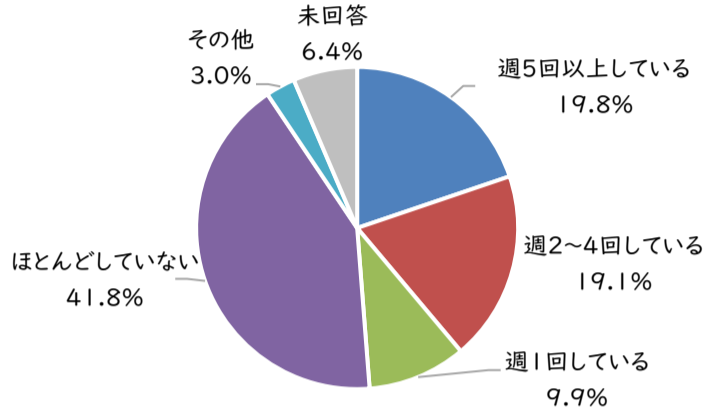
問4-16. 食事中はテレビを消す



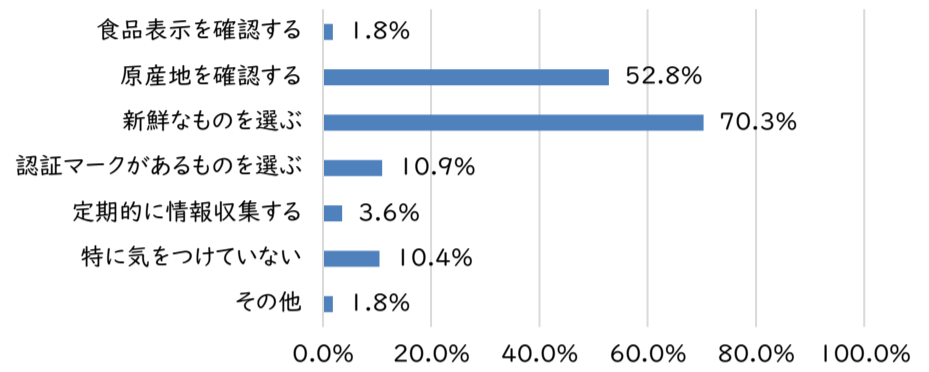
問5. 食事をするとき、「食事バランスガイド」などの目安を参考にしていますか。



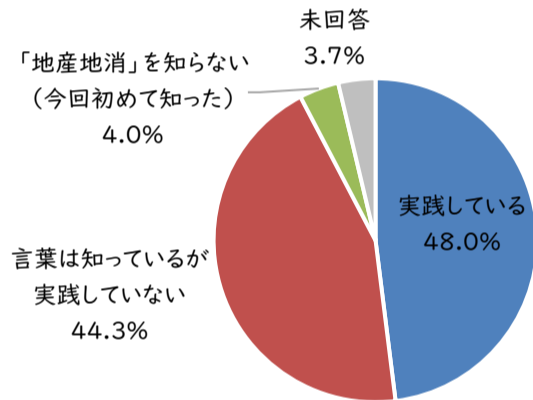
問6. 定期的に運動をしていますか。



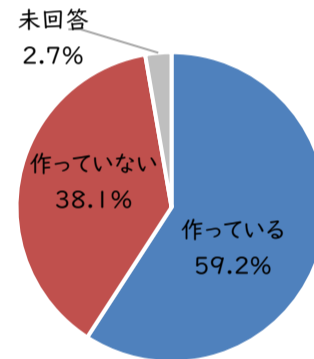
問7. 食品を選ぶときに、安全のために気をつけていることはありますか。



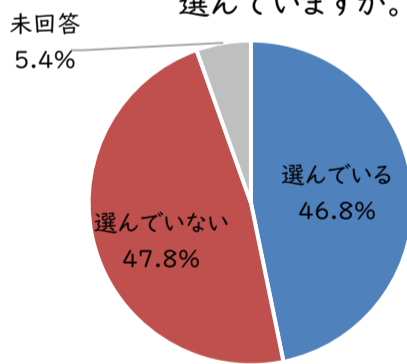
問8. 「地産地消」を意識した食事を実践していますか。



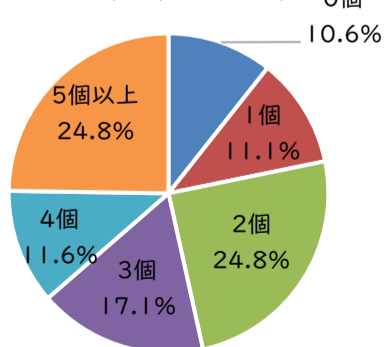
問9. 農作物を作っていますか。(畑、家庭菜園を含みます。)



問10. 環境に配慮した農林水産物や食品を選んでいきますか。



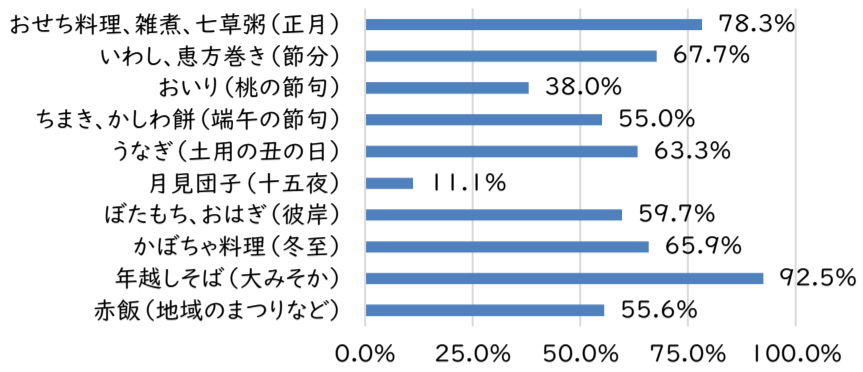
問11. 特産品と聞いて思い浮かべるもの(回答品目数)



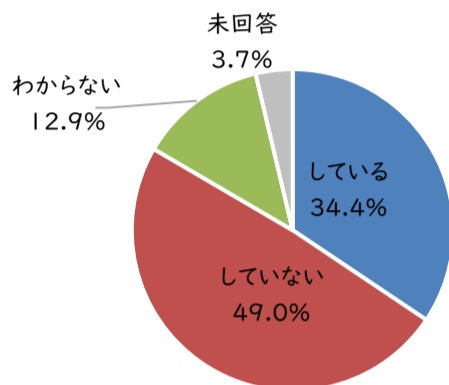
特産品として回答された主なもの(上位15品)

- ・柿(花御所柿、西条柿、富有柿、輝太郎柿を含む)
- ・梨(新甘泉梨、二十世紀梨、幸水梨を含む)
- ・りんご(ふじりんごを含む)
- ・米(神兔、きぬむすめを含む)
- ・ぶどう
- ・しいたけ
- ・ねぎ
- ・たけのこ
- ・エリンギ
- ・卵(天美卵を含む)
- ・ヤマメ
- ・キャベツ
- ・ホンモロコ

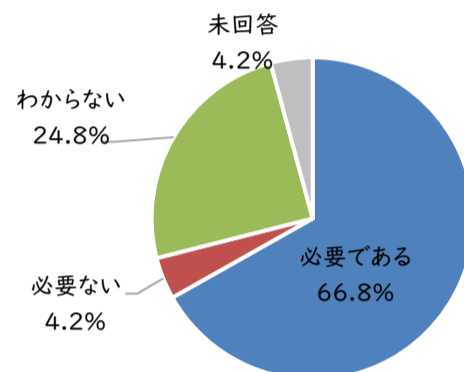
問12. 伝統的な行事の食事の中で、自宅で作った  
り買ったりして食べているものがありますか。



問13. 行事食や伝統的な料理を家庭で教わったり、  
伝えたりしていますか。

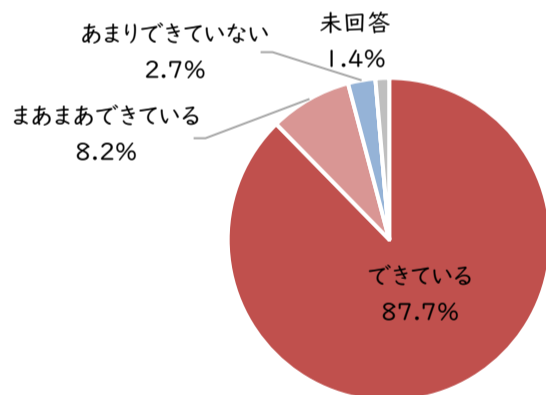


問14. 行事食や伝統的な料理を家庭で伝えることは  
必要だと思いますか。

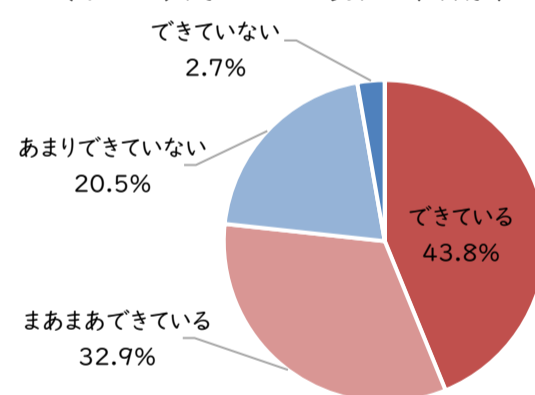


子ども (3歳から15歳)

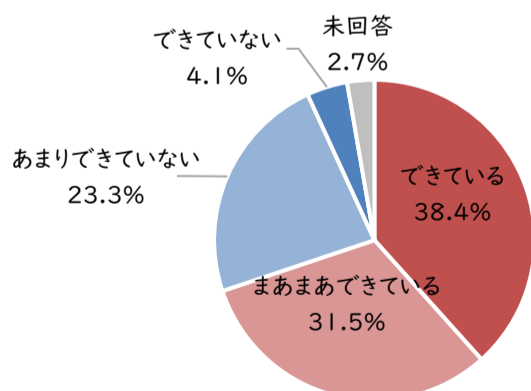
(子ども) 問2-1. 毎日朝食を食べる



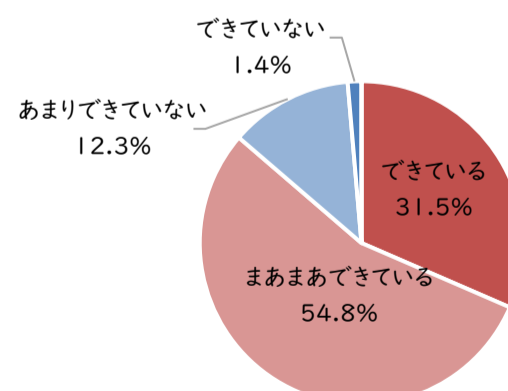
(子ども) 問2-2. 主食、主菜、副菜を揃えて食べる



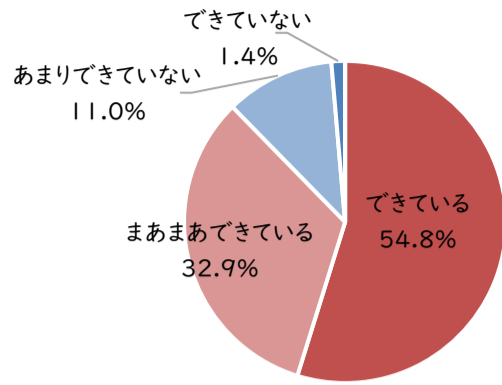
(子ども) 問2-3. おやつ(間食)の時間を決めている



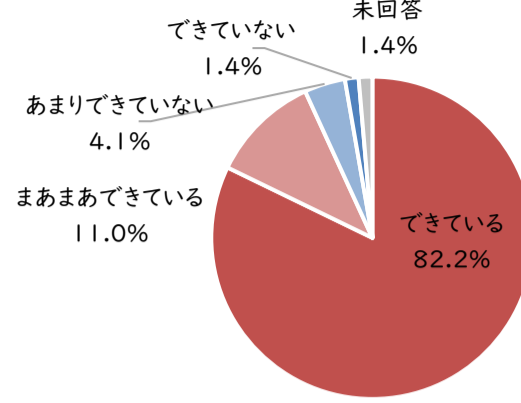
(子ども) 問2-4. よく噛んで食べる



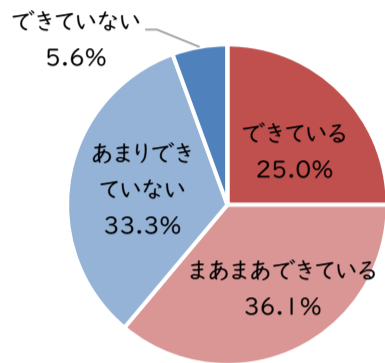
(子ども)問2-5. いただきます、ごちそうさまをいう



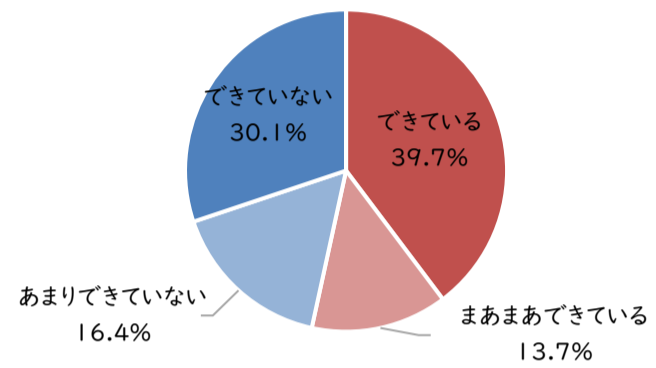
(子ども)問2-6. 家族と一緒に1日1回以上食事をする



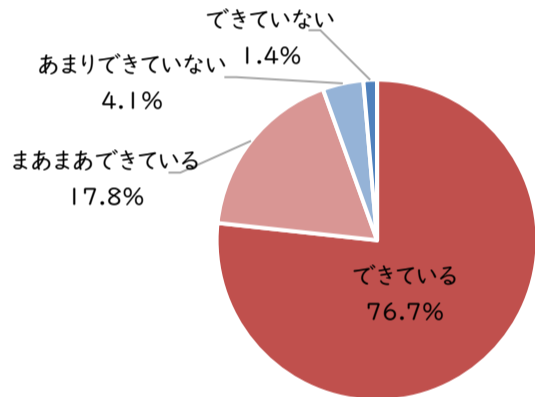
(子ども)問2-7. 家庭で食事の手伝いをする



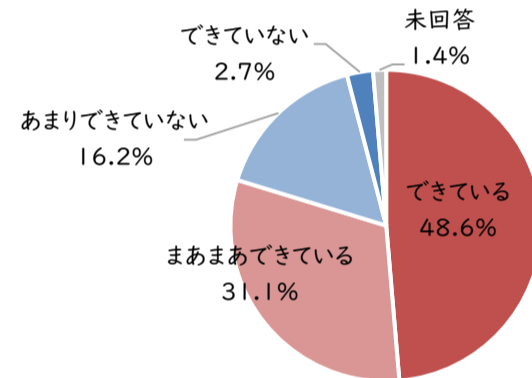
(子ども)問2-8. 食事中はテレビを消す



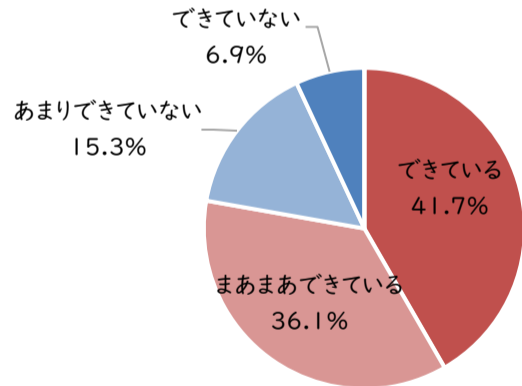
(子ども)問2-9. 寝る前に歯を磨く



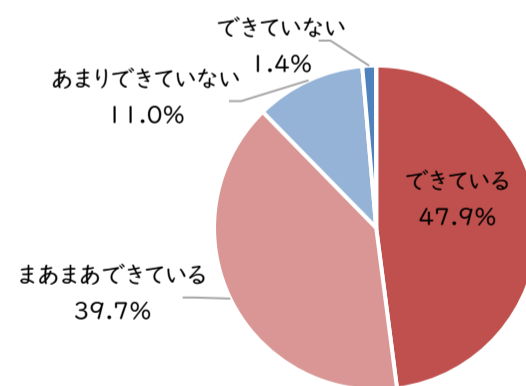
(子ども)問2-10. 寝る2時間前に食べない



(子ども)問2-11. 食事を残さず食べる

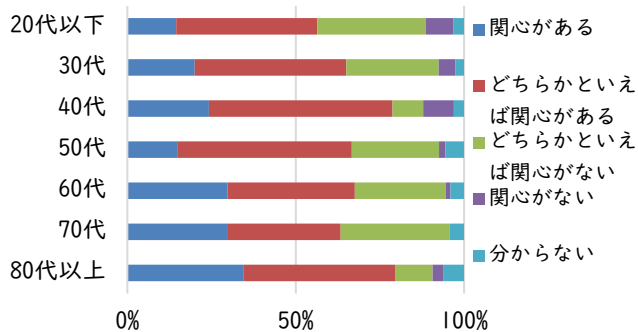


(子ども)問2-12. 箸やスプーンを正しく使う

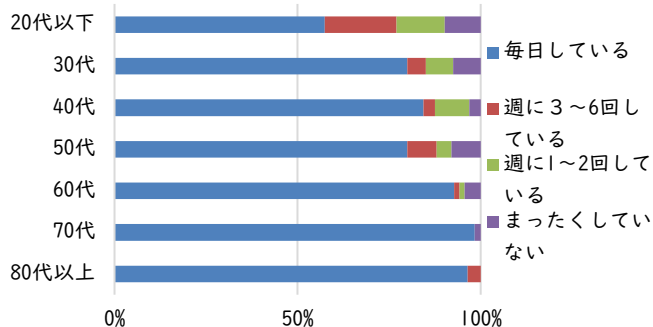


# 八頭町食育アンケート結果（クロス集計） 16歳以上・未回答を除いたもの

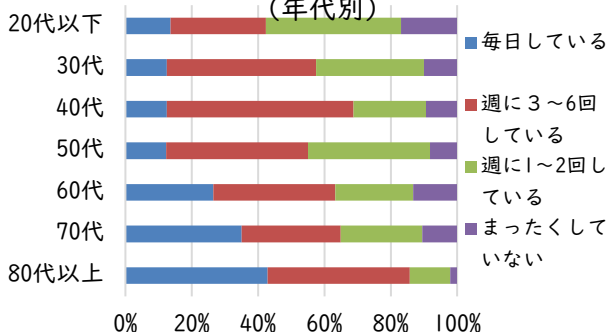
問2 食育の関心度（年代別）



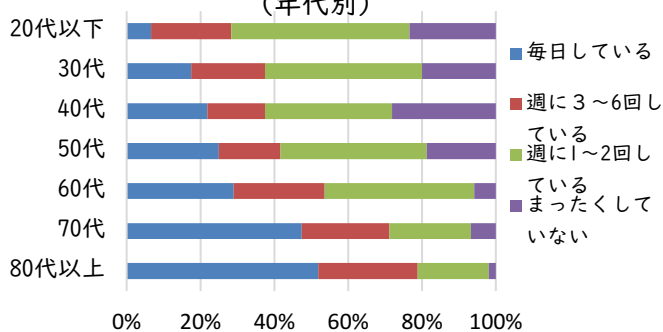
問4-2 朝食摂取状況（年代別）



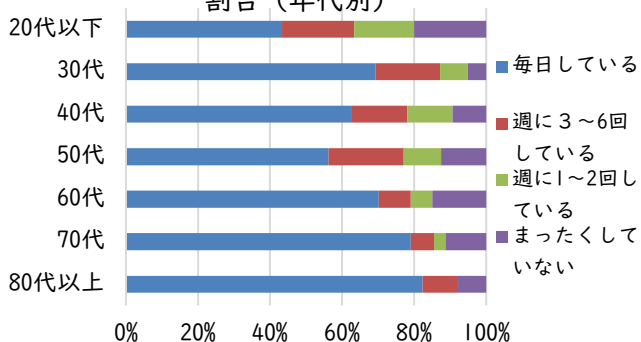
問4-3 野菜350g以上摂取する人の割合（年代別）



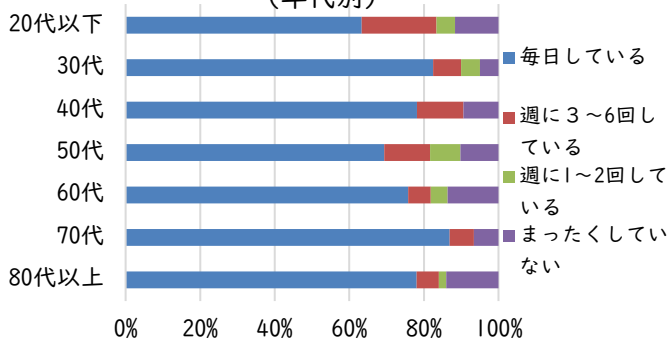
問4-4 果物100g以上摂取する人の割合（年代別）



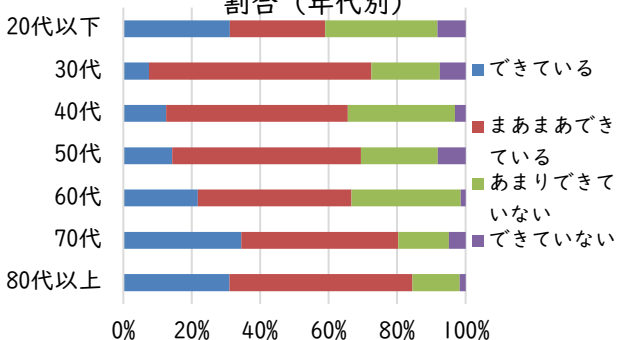
問4-5 1日1回家族全員で食べる人の割合（年代別）



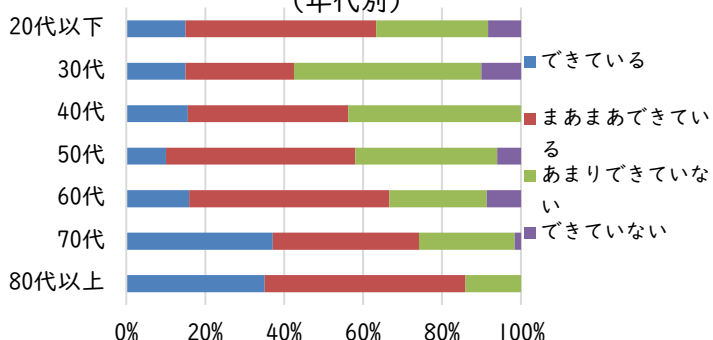
問4-6 朝食または夕食における共食の状況（年代別）



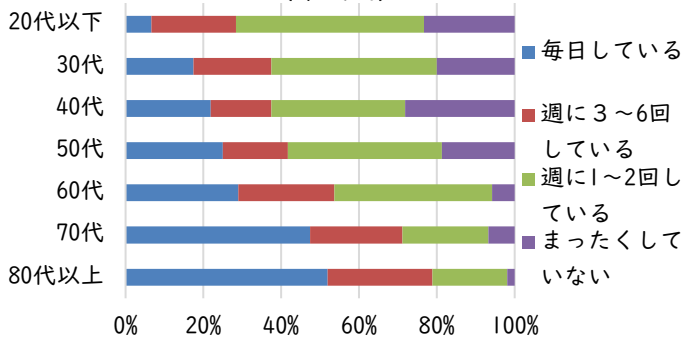
問4-8 ゆっくりよく噛んで食べる人の割合（年代別）



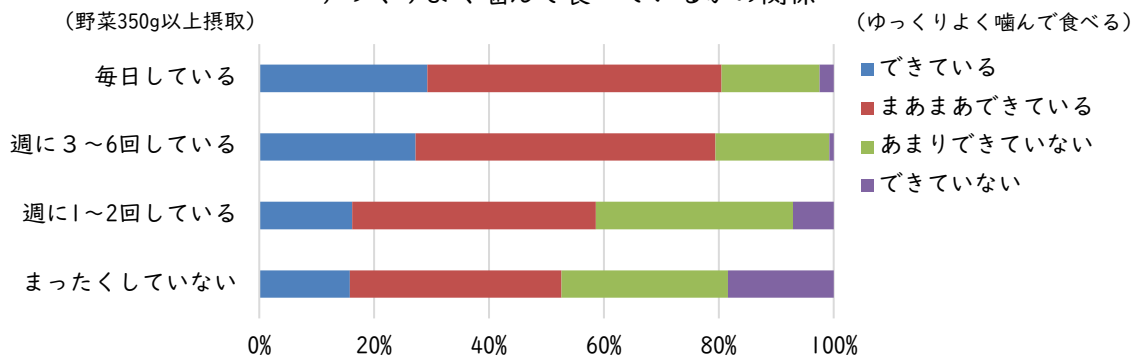
問4-9 うす味を心がけた食事をする人の割合（年代別）



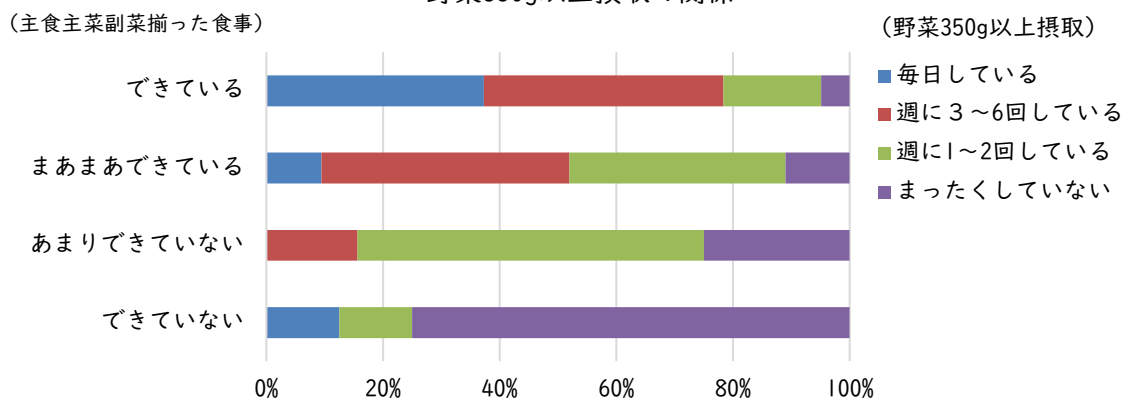
問4-10 食事の前後に挨拶をする人の割合  
(年代別)



野菜を350g以上の摂取頻度と  
ゆっくりよく噛んで食べているかの関係



主食・主菜・副菜の揃った食事と  
野菜350g以上摂取の関係





問15 自由記載 回答

食生活改善推進員の方が、伝達講習をされていることは良いことだと思う。(コロナ禍の状況で実施できないのは残念！)
学校給食での食育教育の充実が必要だと思う。
見た目のきれいな野菜を買って食べるよりなるべく農薬を使わない野菜を自分たちで作って食べる方が良いと思います。
あまり活動しているかどうか知らない
柿は有名ですが、実際どのように料理に活用するか知らないですし、分かりません。コロナ禍で人々のつながりも減っているので伝統を伝える機会も減っていると思います。
まず家族単位で行ってみる。
コロナで地域の行事が少なく、食育に関してどのように工夫しているか分からないが、田舎の特色を大切にして学校教育とタイアップして行うことができたらと思う。
食育について、どのような活動をされているのか町報など知る機会をもちたいです。何をどんなことをされているのか情報がないです。
八頭町食育推進計画というものを、この度初めて知ったので、内容を把握しておかなければならないと感じた。
身体障害者のため、すこやかに入所しており、アンケートには、あまり答えることができません。
隼ラボで食育に関するイベントを開いてみては
各地域の給食が食べれることで、その地域について知ることができていいと思う。
給食のカミカミ献立とかがいいと思います。給食のデザートを増やしてほしいです。
ずっと関心もっていましたが、現在82歳になり、何も意欲が無くなりました。
高齢所帯となり、「育」から今は自分たちの食を「守」る事を大切にしたいと思っています。今までに得た知識を大事に健康に生活できる食生活をしていきたいと思っています。
高齢者2人暮らしの家も多いので、男性(高齢者)対象の料理教室を月に1回程度開いてみてはどうかと思います。「男の料理教室」
みんなでご飯を作る会！(コロナ終息後)
PTA地域の集まりでイベントを行う。啓発を行う。
男性もバランスのとれた食事、段取りができるようになれた方が良いと思う。
私は独居老人です。妻と二人暮らしでしたが、妻が死去したもので食事生活がガラリと変化して先行き不透明でお答えできません。申し訳ないです。
家庭の手作り食事は大人になっても思い出す物だと大切な事だと思うので若いお母さんお父さん頑張ってください。
よく分からないことが多いので、食育推進活動で広めてください。
共稼ぎと核家族化で伝統の継承は非常に難しいと思われ大家族の時代にも戻すことができないので、ある程度時代の流れに合わせ省略していかなければならないと思う。
以前、子育て支援センターで「ちまき作り」に参加して、学びがあり楽しかった。今は家庭で行事食を教わる機会があまりないので今後も機会を増やしてほしい。
学校の給食がどれだけありがたいか。ありがたみを感じます。アレルギー対応もしてくれるので八頭町は住みやすいです。
食育は大切だと思います。80歳まで生きてきて思うこと、若い時に食育について学んだが、今でもそれが活きていると思っています。絶えず、食事について考え家族にも話します。以前に学んだことは忘れません。知らず知らずに役に立っています。
平成16年八頭生活改善実行グループの「八頭のあじ」を参考にしながら調理加工を行っています。とても分かりやすく見ることができて助かっています。令和になり、また「八頭のあじ」を出版していただけたら味の伝承活動に近づけるのではないかと思います。楽しみにしています。
給食ガンバレ！
箸の正しい持ち方→家庭で、鉛筆の正しい持ち方→学校で、きちんと教えるようにしたい。食育は特に学校の給食時間を活用したい。
情報収集が少なく良くわかりません。途中から八頭町住民なのでつながりも少なく分からないことだらけです。
本当は必要だと思う。でも自分ができないので仕方がないです。
地元でとれた農作物を学校給食により多く利用してほしいと思います。
問13に対して、知っている範囲ではするが、教わったり伝えたりはできない。
学校給食に今以上に地元の産物を活用すればいいと思います。

進めた方が良い
小さい頃からの食育がとても大切だと思います。保育園や小学校などと連携を取りながら進めていくことも良いのではないのでしょうか。個人的には食に関する講座に参加したい気持ちがあります。
地元の産物を取り扱っているお店には頻繁に寄ります。家でも季節の野菜を母から伝えてもらって作ります。
学校地域で伝える場を作っていないと若い人に伝わらないのではないかと思います。
中学校までは給食等で取り上げられ意識する機会も多いが大人になるとあまり目に触れたり耳に入る機会が減り、意識が薄くなってしまいます。
地産地消は今の時代、そしてこれからの子どもたちに大切なことです。野菜を育てることから学びたいし、子どもたちも教わる機会があればと思います。
現代は手の込んだ料理はなかなかできないですが、食品の種類がたくさんあり、何か一つ食品を変えることで八頭町の特産品を使用できると思います。
自分勝手に食べたい物を食べたいだけ食べる生活をしているので、それぞれの年代に応じた食物摂取量など指導していただければと思います。
ホーム隼、給食（小中高）、大江の郷、錦、れんげ、グリーンみやた、こうみえん、さとう、うどん、姫みや、やまめ、姫路公園も智頭町みたき園みたいのをしては？あんとくの里弁当、あんとくの里山菜料理、八頭町の野菜おいしい。甘みがある。八頭町産野菜を作って使って使うことあたりまえ。八東川流し そうめんクラブ
若い世代、子育て世代に伝える必要性は感じるが、具体的にどう伝えていいのかわからない。
コロナ禍なので、ぜひとも食育を通して免疫がつく食事を積極的に実行していくように進めていただきたいです。
「八頭のあじ」を愛読しています。
行事食、昔からの食事を給食にどんどん取り入れてください。
インスタント食品が多い世の中、手作り食事が少ない様に思う。
保育園の給食費を無料にする必要はないと思います。小学校に上がっても払わない方もいると聞きました。
どのような活動が行なわれているのか分からない。
子どもたちが小さかった時は、行事食、誕生会等していたが、成人して外に出ているので1人だけで楽しんで作っている。
自分自身の住む地域においての食育推進の活動がどのようなものがあるのか分かっていない。広報誌等には掲載して下さっていると思うが、見る機会がない働き世代に向けた広報の方法が必要なのではないかと感じる。
八頭町は空気がよく水もきれいで暮らしやすいし田畑も多く米や野菜、果物も多く生産されおいしいです。町内にある直売所（こおげフレンドセンターやはっとうフルーツセンター、やずふれあい市場など）で町内産品の購入や販売に産業課と協力してキャンペーンとか行なうと良いと思う。
男の料理教室等は将来に役立つと思うので機会あれば参加したい
健全な食生活をするには、食育教育がとても大事である。次代を担う若者が関心を持てる、あの手この手の手段を探る。例えば、食育に関するイラスト入りのパンフレット等を配布したり、目や耳に触れる機会を増やす。
食育も大事ですが、食事が楽しいと思うような環境づくりが大事だと思います。
集落で食事を作り共同で食べるような機会を作ってほしい。
ほとんど知らない
父親が参加できる子供の食育に役立つ料理教室等を開催してほしい。
研修会などを町民全体を対象にすれば、食育に興味が無い人は参加しないと思うので、地域や学校など、仲間と参加しやすい環境で開催すれば食育がもっと広まると思う。
今回始めて知りました。少し勉強します。
ちまき・かき餅・正月餅・シソジュース等自分が幼い頃から食べていた物を、叔母等に作り方を教えてもらって子供と一緒に作っています。繰り返し作る事により、子供達に味の記憶と共に作り方の伝承に繋がればと考えています。しかしこれらを作るには材料や道具、コツや、指導してくれる人が必要だったりして簡単な事ではないと思います。町主催の親子クッキング教室があれば地域食の伝承に繋がると考えます。
全然知らない
地産地消、無農薬
何をやっているのかも知らない



八頭町マスコットキャラクター  
「やずびよん（食育やずびよん）」

## 八頭町食育アンケート調査票

### ◆ご記入にあたってのお願い◆

- \* 宛名の方ご本人がお答えください。
- \* ご記入後は、同封の返信用封筒に入れて返送してください。差出人の記入は不要です。  
令和3年8月5日（木）までにご投函くださいますようお願いいたします。



←こちらのQRコードからでも回答できます。

[https://s-kantan.jp/town-yazu-tottori-i-u/offer/offerList\\_detail.action?tempSeq=3418](https://s-kantan.jp/town-yazu-tottori-i-u/offer/offerList_detail.action?tempSeq=3418)  
(電子版で回答していただく場合は、この用紙を投函する必要はありません。)

あてはまるものに○をつけてください。

I. あなたご自身のことについてお答えください。(令和3年7月1日現在)			
年代	( ) 10代・( ) 20代・( ) 30代・( ) 40代	性	( ) 男 ( ) 女
家族構成	( ) 50代・( ) 60代・( ) 70代・( ) 80代以上	別	( ) 独居しているご家族について15歳以下の方がいる ( ) a.15歳以下の方がいる ( ) b.15歳以下の方はいない
※aの場合、その方の年齢はいくつですか。 ( ) a.3歳以上の方がいる ( ) b.2歳以下の方のみ			

### II. 「食育」についておたずねします。

【食育とは?】「食」に関する知識と、バランスの良い「食」を選択する力を身に付け、健全な食生活を実践できる力を育むことをいいます。

問1. 「食育」という言葉やその意味を知っていますか。(○は1つだけ)

- ( ) 1.言葉・意味とも知っている ( ) 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(今初めて知った)

問2. 「食育」について関心がありますか。(○は1つだけ)

- ( ) 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.わからぬ

問3. 「食育」に関するボランティア活動を行っていますか。(○は1つだけ)

- ( ) 1.現在活動している ( ) 2.現在活動していないが活動してみたい  
( ) 3.活動していない

【食育に関するボランティア活動の例】 公民館や学校、地域のサークル活動等において、食に関わる様々な知識や技術を伝えたり教えたりする、自主的な活動をいいます。

### III. 食生活についておたずねします。

問4. 普段の食生活でどれくらい行っているか、それぞれの項目にお答えください。

(○はそれぞれ1つだけ)

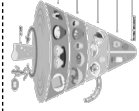
	毎日している	週に3~6回している	週に1~2回している	まったくしていない
(例) 食事を自分で作る	○			
1. 食事を自分で作る				
2. 朝食を食べる				
3. 野菜を1日350g以上食べる [350gの目安(小皿)5皿程度]				
4. 果物を1日100g以上食べる [100gの目安]みかん1個またはバナナ1本程度				
5. 1日1回は家族全員で食べる				
6. 朝食または夕食をたれかと食べる				

	できている	まあまあできている	あまりできていない	できていない
(例) 主食、主菜、副菜をそろえて食べる	○			
7. 主食(ご飯、パンなど)、主菜(魚や肉などのおかず)、副菜(野菜のおかず)をそろえて食べる				
8. ゆっくりよく噛んで食べる				
9. うず味を心がけた食事をする				
10. 食事の前後に挨拶をする				
11. 食事を残さず食べる				
12. 寝る前に歯を磨く				
13. 間食(おやつ)の時間を決めている (食べない場合は決めていません)				
14. 寝る前2時間はものを食べない				
15. 箸を正しく使う				
16. 食事中はテレビを消す				

問5. 食事をするときに、「食事バランスガイド」などの目安を参考にしていますか。

(○は1つだけ)

【食事バランスガイドとは?】「何を」「どれだけ」食べたらよいかを、コマ型のイラストで示したものです。主食、主菜、副菜、果物、牛乳・乳製品の5つの料理区分について、1日に摂取することが望ましい食事の組み合わせと、おおよその量を示しています。



- ( ) 1.参考にしている ( ) 2.知っているが参考にしていない  
( ) 3.参考となるものを知らない(今初めて知った)

IV. 健康づくりに関することについておたずねします。

問6. 定期的に運動をしていますか。(○は1つだけ)

- ( ) 1.週5回以上している ( ) 2.週2~4回している ( ) 3.週1回している  
( ) 4.ほとんどしていない ( ) 5.その他 ( )

V. 食品の安全に関することについておたずねします。

問7. 食品を選ぶときに、安全のために気をつけていることはありますか。

(○はいくつでも)

- ( ) 1.食品表示を確認する (消費期限・賞味期限、アレルギー、原材料など)
- ( ) 2.原産地を確認する ( ) 3.新鮮なものを選ぶ
- ( ) 4.認証マークがあるものを選ぶ (例 有機 JAS マークなど)
- ( ) 5.定期的に情報収集する ( ) 6.特に気をつけていない
- ( ) 7.その他(具体的に )

VI. 地域の「食」についておたずねします。

問8. 「地産地消」を意識した食事を実践していますか。(○は1つだけ)

【地産地消とは?】 地域でとれた農林水産物等の食品を地域で消費することを行います。食を支える農林水産業や地域経済の活性化、環境負荷の低減などにつながります。

- ( ) 1.実践している ( ) 2.言葉は知っているが実践していない
- ( ) 3.「地産地消」を知らない (今回初めて知った)

問9. 農作物を作っていますか。(畑、家庭菜園を含みます。)(○は1つだけ)

- ( ) 1.作っている ( ) 2.作っていない

問10. 環境に配慮した農林水産物や食品を選んでいきますか。(○は1つだけ)

- ( ) 1.選んでいる ( ) 2.選んでいない

【環境に配慮した農林水産物・食品とは?】 有機農産物(化学的に合成された農薬の使用を抑えるなどして栽培された農産物)や過剰包装されていない商品など、食料の生産から消費に至るまでの自然環境への負荷を減らしたもので、持続可能な食の循環につながります。

問11. 「八頭町の特産品(食べ物)」と聞いてどんなものを思い浮かべますか。

具体的に思いつくものをできるだけ多く記入ください。


問12. 以下はおもな伝統的な行事の食事です。この中に自宅で作ったり買ったりして食べているものがありますか。(○はいくつでも)

おせち料理、雑煮、七草粥(正月)	いわし、恵方巻き(節分)
おいり(桃の節句)	ちまき、かしわ餅(端午の節句)
うなぎ(土用の丑の日)	月見団子(十五夜)
ぼたもち、おはぎ(彼岸)	かぼちゃ料理(冬至)
年越しそば(大みそか)	赤飯(地域のまつりなど)
その他( )	

問13. 行事食や伝統的な料理を家庭で教わったり、伝えたりしていますか。

(○は1つだけ)

- ( ) 1.している ( ) 2.していない ( ) 3.わからない

問14. 行事食や伝統的な料理を家庭で伝えることは必要だと思いますか。(○は1つだけ)

- ( ) 1.必要である ( ) 2.必要ない ( ) 1.わからない

問15. 八頭町の食育推進に関することについてご意見を自由に記入ください。

以上で統一の質問は終了です。ご協力ありがとうございました。  
同封の返信用封筒に入れ、8月5日(木)までにご投函ください。

3歳から15歳までのお子様と同居している方はこちらの質問にもご協力をお願いします。

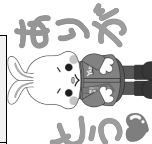
3～15歳までのお様が複数いらっしゃる場合は、最年少のお子様についてお答えください。(例) 同居しているお子様が2歳、4歳、6歳の場合：4歳のお子様を対象(2歳のお子様は対象ではありません)

問1. お答えいただくお子様の年齢は何歳ですか。( ) 歳

問2. お様の普段の生活の中で現在どれくらい行っているかそれぞれの項目にお答えください。(○はそれぞれ1つ)

項目	できている	できていない	あまりできていない	できていない
(例) 毎日朝食を食べる	○			
1. 毎日朝食を食べる				
2. 主食、主菜、副菜を揃えて食べる				
3. おやつ(間食)の時間を決めている				
4. よく噛んで食べる				
5. いただきます、ごちそうさまをいう				
6. 家族と一緒に1日1回以上食事をする				
7. 家庭で食事の手伝いをする				
8. 食事中はテレビを消す				
9. 寝る前に歯を磨く				
10. 寝る2時間前に食べない				
11. 食事を残さず食べる				
12. 箸やスプーンを正しく使う				

以上で質問はすべて終了です。ご協力ありがとうございました。  
同封の返信用封筒に入れ、8月5日(木)までにご投函ください。





## ●食品表示

消費者が、食品を購入するとき、食品の内容を正しく理解し、選択したり摂取する際の安全性を確保したりする上で重要な情報源となっています。平成 27 年 4 月から食品表示法が施行され、様々な規定が定められています。

## ●食品ロス

食べ残しや、手つかずの食品等、食べられるにも関わらずに捨てられている食品をいいます。

## ●地産地消(ちさんちしょう)

地域で生産された食料(農林水産物)をその地域で消費する取り組みです。消費者と生産者の距離が近いため、「顔が見える」という安心感が高まるほか、地域の農業や関連産業の活性化にもつながります。

## ●BMI (Body Mass Index: 体格指数)

体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)で算出する値で、18歳以上の人の肥満ややせの判定に用いられます。BMIが22のとき最も病気にかかりにくい状態とされ、18.5～24.9が普通体重、25以上は肥満、18.5未満は低体重(やせ)に分類されます。

## ●ながら食べ

テレビや新聞、スマートフォン等を見ながら食事をするをいいます。食べる姿勢が悪くなり消化へ負担がかかったり、食事への集中力が低下することにより「むせる」等の影響も及ぼしやすくなります。

## ●認証マーク

食品表示の一部で、国や業界団体などが定めた基準を満たしたものに付けられるマークです。食品をより安心して購入することの目安となります。

(認証マークの一例)



JAS マーク



特定保健用  
食品マーク



鳥取県ふるさと認証  
食品認証マーク

## ●メタボリックシンドローム

内臓脂肪が蓄積することによって、血圧・血糖が高くなったり、血中の脂質異常をおこしたりして、食事や運動等の生活習慣を改善しなければ心臓や脳の血管の病気が起こりやすくなる状態のことをいいます。



## 八頭町食育推進計画(第3次)策定経過

月日	内容	詳細
令和3年5月	保健課打合せ	委員選定について
令和3年6月	取組状況集約	関係課からの取組状況集約
令和3年7月1日 ～7月19日	委員公募	町報・無線放送・ホームページにて募集
令和3年7月20日 ～8月5日	町民アンケート	16歳以上男女1,000名対象(無作為抽出)、404名回収
令和3年9月28日	第1回策定委員会	委員長・副委員長の互選、2次計画取組及びアンケート結果報告、3次計画方向性検討
令和3年10月27日	プロジェクト会議	関係課会議
令和3年12月2日	第2回策定委員会	3次計画素案検討
令和4年1月25日 ～2月14日	町民意見公募 (パブリックコメント)	役場各庁舎、保健センター、中央公民館、ホームページにて掲示
令和4年3月25日	第3回策定委員会	最終案の確認



策定委員会の様子

## 八頭町食育推進計画（第3次）策定委員会 委員名簿

番号	分野	所属・役職	氏名	備考
1	教育	家庭教育支援チーム 代表	中村 恵子	副委員長
2		国中保育所 所長	岸本 由久世	
3		郡家東小学校 父母と教師の会 会長	岡垣 一樹	
4		八頭中学校 校長	橋本 浩之	
5		郡家西小学校 栄養教諭	東郷 明見	
6	農林商工	農業生産者	山上 和子	
7		JA鳥取いなば郡家支店 支店長	堀 英範	
8		こおげの夢豆庵 店長	上野 光廣	
9	地区組織	八頭町女性団体連絡協議会	岸本 静枝	
10		八頭町食生活改善推進員協議会 会長	鎌田 京子	委員長
11	関係行政 機関	鳥取市保健所 健康・子育て推進 課 食育推進係	雲田 奈央	
12	公募	一般 (八頭町健康づくり推進委員会 委員長)	稻中 公子	

### 事務局

事務局	保健課 課長	中村 智恵子
	// 保健係 係長	高橋 和彦
	// 副主幹	加賀田 良子
	// 主任管理栄養士	坂口 真里