

うきは市食と農と健康を結ぶ

## 第3次食育推進計画

— 健康で心豊かな暮らしの創造、全ては食育から —



平成30年3月

福岡県うきは市

「うきは市食と農と健康を結ぶ食育推進条例」

(平成 18 年うきは市条例第 47 号)

( 前文 )

生涯にわたって健康で心豊かな暮らしを実現するためには、何よりも食育が重要である。

食育基本法では食育は生きるうえでの基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきものと位置づけられているように、私たちの心も身体も全ては「食」の上に成り立っていると言える。特に子どもたちに対する食育は、人格形成に大きな影響を及ぼし、豊かな人間性を育ていく基礎となるものである。

農業、教育、保健、医療及び福祉等の課題の解決に食育は深く関わってくる重要な要素であり、市民一人ひとりが健康で心豊かな暮らしを創造できるよう、あらゆる分野で食育の観点を取り入れたまちづくりを推進していくことが重要である。

このため、うきは市は、食育のまちづくりの基本理念を明らかにし、すべての市民の参加と協働のもと、食育の学習とその実践の取り組みを総合的かつ計画的に推進することを決意し、この条例を制定する。

— 目 次 —

I	食育をめぐる動き	
1	国・県での食育の取り組み	1
2	うきは市での食育の取り組み	1
	(1) 総合的な食育推進の取組み	
	(2) 地産地消の動き	
	(3) うきは市民の健康度と健康づくり	
	(4) 学校・保育所等における食育	
	(5) 地域・事業所と連携した食育	
II	食育推進計画の基本方針	
1	計画策定の趣旨	7
2	基本理念	7
3	食育推進の4つの柱	7
4	食育推進計画の期間	7
5	施策の進行管理	7
6	推進計画の見直し	7
III	食育推進の目標	
1	推進目標の設定	8
2	具体的目標	8
IV	市民等が自発的に行う食育活動等の促進 (食育の普及啓発方針)	
1	家庭、学校、保育所等における食育の促進	9
2	地域や家庭で受け継がれる伝統的な料理や作法等の継承推進	9
3	地産地消の促進	9
4	1日の野菜摂取量350g <sup>※</sup> の推進	10
V	食育推進施策の展開	
1	施策の大綱	11
	三つの基本方針	
2	具体的施策	11
	(1) 農業生産の面	
	(2) 学校・保育所等教育の面	
	(3) 健康促進の面	
VI	食育推進体制	
1	食育推進会議の役割	14
2	食育推進体制の確立と強化	14
	【参考】うきは市における食育推進団体等による取組み事例	15

## I 食育をめぐる動き

### 1 国・県での食育の取り組み

食は命の源となるものであり、心と体の健康に欠かすことの出来ないものです。

人は、食をとおして人間関係を育み食習慣や地域の食文化を受け継ぎ、生きる上での基本を身につけていきます。しかし、近年生活スタイルの多様化とともに食生活も大きく変化し、肥満に起因する生活習慣病や高齢者の低栄養など食に関する問題が増えてきているのも事実です。

国は、このような状況を受け平成 17 年に「食育基本法」を制定し、翌 18 年には「食育基本計画」を策定し、食育推進運動を展開してきました。また、平成 25 年には「和食」が世界に誇るべき食文化であり、次世代に残さねばならない日本の食文化として、ユネスコの世界無形文化遺産に登録されました。

福岡県では、食に対する重要性及び農林水産業と農山漁村の果たす役割について県民の理解促進を図ることにより、県民の健康で豊かな生活に寄与することを目的に、平成 17 年 6 月に「ふくおかの食と農推進会議」が設置されました。

また、平成 18 年 3 月には「ふくおかの食と農推進基本指針」が策定され、さらなる食育・地産地消の推進を図るため、今後の方向性を示した「福岡県食育・地産地消推進計画」を平成 25 年に策定しました。

### 2 うきは市での食育の取り組み

うきは市では平成 17 年 4 月、合併後の新体制発足と同時に「食育の推進」を基本方針として掲げたところであり、平成 17 年 12 月に「うきは市食と農と健康を結ぶ食育推進協議会」を設置し、具体的事業として付加価値の高い農産物づくりのための土壌診断の実施、地元産農産物（注）を利用した学校給食の促進、健康調査を踏まえた食生活の改善等を進めるモデル地域（能楽区、小塩中通り区）の設定等を実施しました。

うきは市では、これまで食育推進の拠りどころとなる食育推進条例の制定や推進体制の整備など基礎条件を整えてきましたが、今後は市民をはじめ各関係者（機関）が食育の重要性を認識のうえ、それぞれに役割と責務を担い一体となって取り組むことが課題であり、これが十分に実践された時にはじめて「健康で心豊かな暮らしができるまち」、「うきは市に住んで良かったと言われるまち」になるものと期待しています。

（注）地元産農産物とは米・野菜・果物・肉類等を含みます。

#### （1）総合的な食育推進の取り組み

平成 19 年 4 月には、全国的にも珍しく、食育推進係が企画課に設置されました。平成 24 年度には企画課から保健課に移り、翌 25 年度に現在の保健課において食育・健康対策係となりました。保健課をはじめそれぞれの課で実施している食育関連事業を連携させ、うきは市全体の食育の推進を行っています。

また、個々の活動はもちろん、家庭、学校、地域、そして消費者と生産者が連携して横断的に活動の場を広げていくことが食育の発展へとつながります。

平成 19 年度から継続的に取り組んできたのが講話の提供でした。平成 26 年度までは、およそ年に 1 回のペースで食育関連の講師を招き講演会を開催し様々な内容で講演会を実施しています。

#### 【食育推進講演会実施状況】

実施年度	講 師 名
平成 19 年	西日本新聞記者 佐藤 弘 氏
平成 20 年	料理研究家 服部幸應 氏
平成 21 年	ジャーナリスト 安部 司 氏
平成 22 年	大地といのちの会 理事長 吉田俊道 氏
平成 23 年	久留米ヤクルト株式会社 櫻井みづほ 氏
平成 24 年 7 月	野菜ソムリエ 桑原ナミ 氏、カラーセラピスト 久保田みき 氏
同 10 月	ふるさと料理人 藤 清光 氏
平成 25 年	古川クッキングスクール校長 古川年巳 氏
平成 26 年	別府医療センター臨床研究部長 矢野篤次郎 氏
平成 28 年	子どもが作る「弁当の日」提唱者 竹下和男 氏

平成 19 年度には、「早寝早起き朝ごはん」の看板を市内主要施設 42 ヶ所に設置し、その運動の浸透に努めました。平成 20 年度には、家族団らんでの食事の薦めを内容としたポスターを作成しました。各分館をはじめ、商店街にも貼付していただき、家庭での実践を奨励しました。平成 19 年度からは、月 1 回発行の広報うきはに食育関連記事の掲載を開始しました。大学の先生から執筆いただき、関連の 4 コマ漫画を挿入し、市民に読んでいただくように記事の工夫をしました。

平成 20 年の秋から 1 年数ヶ月をかけて、うきはの伝統食 38 品目を取材し、冊子「伝えたい うきはのごはん」を編さんしました。貴重な伝統食を文字・写真として残し、親しまれてきた大切な文化「伝統食」を後世に残すためです。購入目的のひとつに「娘や孫に渡すため」との理由が多く、多くの市民にこの編さん目的を強く共感いただいたことは大きな喜びでありました。

平成 22 年 3 月には、初めての取組み「うきはの食と農と健康まつり」を開催しました。祭という形で「食・農業・健康」の大切さを知ってもらうためです。

また、開催目的のひとつに食育推進のための官民共同の基盤作りがありましたが、市内外 30 の団体に参加いただき、その目的は達成されました。さらに、当日の来場者数は約 6,000 人をおぼえ、開催意義が広く認められたことを確認しました。平成 25 年度より会場を新たに「うきはアリーナ」に移し開催。さらに翌年平成 26 年度からは、うきは祭りとの同会場同時開催を実施し、イベント同士の相乗効果を感じており、今後もこのイベントを継続していくこととしています。

## (2) 地産地消の動き

うきは市での地産地消は、農産物直売所を核として進めており、その本格的な取り組みは、地元で取れた農産物を顔の見える形で販売し地元で消費することと、併せて消費者との触れ合いを深めることを狙いとして、平成12年4月に整備された「道の駅うきは」に始まります。この「道の駅うきは」では、約730名の生産者が日常的に栽培している農産物を出荷しており、その売上額は平成28年度で約9億5,900万円となっています。

その後、平成16年4月には、「JAにじ」の各作物部会員約850名が出荷する農産物直売所「にじの耳納の里」が設置されました。平成28年度の出荷者数は1,143名、売上額は約11億8,200万円となっており、両直売所は地産地消の拠点施設として発展し続けています。

		H25	H26	H27	H28
道の駅うきは	出荷者数	740	726	732	730
	売上額(千円)	783,301	842,068	927,615	959,408
にじの耳納の里	出荷者数	1,121	1,150	1,129	1,143
	売上額(千円)	1,106,000	1,115,000	1,192,000	1,182,000
合計	出荷者数	1,861	1,876	1,861	1,873
	売上額(千円)	1,889,301	1,957,068	2,119,615	2,141,408

農政関係の取り組みでは、農産物の地産地消及び消費拡大を推進するため、市内10の小学校における米粉パンの助成を行っています。また、平成26年からは小・中学校で米粉パスタの助成も行っています。これにより米粉パンのおいしさを知ってもらうばかりでなく、米の新たな形での消費拡大へのつながりを期待しています。

うきは茶振興会がうきは産の茶葉100%を使った商品(ペットボトル茶)を平成22年8月より販売を開始しました。銘柄茶としてのうきは茶の知名度向上と、地元の方にもっと飲んでもらいたい、との思いから「JAにじお茶部会」の有志で商品化の検討を始め、現在、「にじの耳納の里」、「道の駅うきは」、市役所の自販機など市内各所で販売しています。

また、学校現場においては、全小中学校で給食が実施され、学校給食における地元産農産物の活用をより推進していくために、定期的に生産者・農協・行政・栄養教諭等による話し合いが行われています。この話し合いによって、より安全・安心で定量・定時に安定して供給することが出来ています。

## (3) うきは市民の健康度と健康づくり

「高齢者の医療の確保に関する法律」に基づき、40歳から74歳の国民健康保険被保険者、被扶養者について、平成20年度から糖尿病等の生活習慣病に着目した特定健康診査及び特定保健指導を実施しています。

平成28年度の特定健康診査の受診状況をみますと2,228名が受診されています。受診率は38.2%です。

年 度	対象者数	受診者数（法定報告数）	受診率
平成 26 年度	6,199 人	2,523 人	40.7%
平成 27 年度	6,065 人	2,344 人	38.6%
平成 28 年度	5,837 人	2,228 人	38.2%

市民の受診状況をみてみると、高齢期に向けて生活習慣病の外来受療率が徐々に増加し、75歳頃を境に生活習慣病の入院者が増加しています。

これを個人に置き換えると、不適切な食生活や運動不足等の不健康な生活習慣がやがて糖尿病、高血圧症、脂質異常症、肥満症等（以下「糖尿病等」といいます。）の生活習慣病の発症を招き、外来通院及び投薬が始まり、生活習慣の改善がないままに、その後こうした疾患が重症化し、虚血性心疾患や脳卒中等の発症に至るといった経過をたどることになります。

このため、生活習慣の改善により若い時からの糖尿病等の生活習慣病の予防対策を進め、糖尿病等を発症しない境界域の段階で留めることができれば、通院患者を減らすことができ、更には、重症化や合併症の発症を抑え、入院患者を減らすことができます。この結果、市民の生活の質の維持及び向上を図りながら医療費の伸びの抑制を実現することが可能となります。こうした事実を多くの市民が認識し、特定健康診査を受診することで自分の健康度を知っていただき、これまで以上に食と農と健康の関わりをしっかりと見つめなおして生活習慣を変えていく必要があります。

これらのことから、家庭での栄養管理の担い手である母親への啓発と将来の生活習慣病のリスクである低出生体重児を減らすために、妊娠期からの支援が重要であると考え、母子手帳交付時や母親学級において妊娠中から産後における健康的な食生活について講話や試食、野菜・ごはんの計量などを行い食の大切さを伝えています。

併せて、産後に行われる乳幼児健診や離乳食教室においても、離乳食や幼児食の講話・試食を行いながら母親に向けて食事や生活習慣が子どもの健康に与える影響について、家族を含めた改善ができるように指導を行っています。母親自身の健康の意識を高め、さらには家族へと健康づくりの関心が広がるよう努めています。

また、市内の食育ボランティアを育成するため、食育アドバイザー養成講座を開催し食育アドバイザー（食生活改善推進員）の養成に努めています。食生活改善推進会員として地域における食育推進の担い手として幅広く活躍しています。

#### （４）学校・保育所等における食育

学校における食育の中心は「給食」です。食に関する年間指導計画を作成し、各教科や給食時間において、給食を生きた教材として活用した食育を行っています。特に地元産農産物を活用した「うきは献立」や毎月19日（食育の日）を「朝ごはんの日」として朝ごはんにも活用できる献立を実施しています。

栄養教諭等が中心となり、献立作成から各教科や給食時間における指導、食育だよりや試食会・生産者との交流給食等の実施を通して、学校・家庭・地域をつなぎ、うきは市内の学校全体の食育推進に取り組んでいます。各小学校では、「食と農理解促

進事業」をとおして地域の方々との交流を図り、様々な食に関する体験活動を実施しています。

小中学校では、食生活調査を行い実態把握に努めています。平成 28 年度に行った調査では、朝ごはんを「毎日食べる」「だいたい食べる」人の割合は、小学 5 年生で 93.3%、中学 2 年生で 90.0%となっています。生活スタイルの変化等もあると考えられますが、同じ学年である H25 の小学 5 年生と H28 の中学 2 年生で比較すると「あまり食べない」「食べない」児童生徒の割合が、中学生になって 4%程度増加していることが分かります。

栄養バランスのとれた朝ごはんを食べることを目指し、「早寝・早起き・朝ごはん」運動のさらなる推進が必要と思われます。

うきは市 児童生徒の朝食についての調査

	小学 5 年生				中学 2 年生			
	H25	H26	H27	H28	H25	H26	H27	H28
毎日食べる	84.3%	89.1%	84.8%	81.4%	79.7%	80.5%	76.6%	77.0%
だいたい食べる	9.6%	7.4%	10.3%	11.9%	10.8%	11.4%	12.8%	13.0%
(小計)	93.9%	96.5%	95.1%	93.3%	90.5%	91.9%	89.4%	90.0%
あまり食べない	6.1%	2.5%	2.1%	3.7%	5.2%	4.8%	6.9%	7.5%
食べない	0.0%	1.0%	2.8%	3.0%	4.2%	3.3%	3.7%	2.5%

学校給食会実施「食生活アンケート」より

保育所（園）での食育は、食育体験教室や毎日の給食を通して「食と心身の健康について」や食文化および食生活の大切さや楽しさ等を伝えています。また保護者に対して、乳幼児期における基本的食生活の確立の重要性等に関して、その啓発活動に努め、各園の調理職員は、毎月の市内給食研修および県保育協会主催等の食育研修会に積極的に参加することにより、うきは市内保育所（園）全体で充実した質の高い食育への取り組みを、推し進めています。

具体的な取組み内容は以下のとおりで、平成 23 年度より「JA にじ」の協力を得て、園児の食育体験事業として、保育所（園）の就学前児童を対象に農業収穫体験を開始、平成 24 年度には減塩みそ作り体験を追加、平成 26 年度には米粉入りピザ作り体験を実施し、幼児期から食に関わる体験を充実させました。

さらに、新たな取組として「うきは市林業研究グループ」の協力でマイ箸作り体験を開始しました。この取組では、地元産の檜と椿油を箸の材料に使用し園児自らがヤスリで削り椿油を塗り込む作業をとおして、物に対する愛着や物を大切に作る心を育てることができただけでなく、正しい箸使いを習得することに繋がっています。

次に日常保育では、絵本・紙芝居等の教材を使っての食育指導に努めています。元気に遊んだり、一生懸命に考えたりするためには、偏食をせず、バランスのとれた食



事を、規則正しい時間にいただくことの大切さを伝えています。また、給食時には、食材への感謝の気持ちも忘れず食前・食後の挨拶をしたり、お箸やスプーンの正しい持ち方の指導や、食事の基本的な作法を伝えています。更に、毎朝「早寝、早起き、朝ごはん」の確認を行い、毎月 19 日の食育の日には、テレビを消して家族で食卓を囲み、家族団らんの食事ができるように勧めています。

給食室では、調理師と栄養士が協力し合って、保育と連携しながら季節に応じた年間食育計画を作成し、生活習慣病にならないように乳幼児の栄養のバランスに配慮した献立を作成しています。さらに、旬の食材や和食・行事食を取り入れた美味しい出来たての給食を提供し、園児の健康増進や食文化の伝承に努めています。園児が栽培し収穫した野菜等を使用する場合は、そのことを園児に伝え、園児の食への関心が向上するよう取り組んでいます。最近では、「道の駅うきは」や「にじの耳納の里」などから地元産の野菜を購入することができ、より一層、新鮮な給食を提供できるようになりました。また、食物アレルギーの園児には、保護者や医療機関と連携しながら、研修で学んだことも加味しつつ、個々の園児に応じた、安全で美味しい給食を提供しています。

さらに保護者に対しては、毎月の献立表や給食だより、レシピの配布、毎日の給食サンプルを展示するなど情報提供に努めるとともに、試食会や食育研修会、また栄養士による保護者向けの講演会等を開催しています。これらを通して子どもや家族の食生活に関心を持っていただくように努め、乳幼児期の食事の大切さや基本的食生活の確立の意義を伝えています。

## (5) 地域・事業所と連携した食育

うきは市では J A グループと連携し、早くから農業の大切さ、とりわけ食の大切さを消費者に知ってもらう運動として「食農教育」を実施し、消費者と農業の距離を近づけることを提唱してきました。

この一環として「J A にじ」では、食（消費者）と農（農業）の共生を図るという視点から平成 14 年 4 月に「食と農・うきは地域フォーラム」が設立されました。

以来、ここまでの間「食育基本法」の制定、「うきは市食と農と健康を結ぶ食育推進条例」の制定等がありましたが、こうした状況を踏まえ「J A にじ」では食（消費者）と農（農業）の共生を基本に、幅広く食育の視点から「地産地消」「農業体験」「安全な農産物作り」「たべものと命を考えるシンポジウム」等を積極的に開催しています。

この結果、地元農産物を学校給食に提供する地産地消グループや農業体験を指導する女性グループ（新鮮ぐみ）が積極的に活動するなど大きな成果をあげています。

平成 20 年度に実施した「教育ファーム」、平成 21 年度から開催した「家族で味噌作り体験教室」、平成 23 年度から「家族で減塩みそ作り体験、高菜漬教室、梅干し作り体験、白菜漬教室、クッキーづくり体験、田植え・稲刈り体験、米粉入りピザ作り体験」など、子どもから大人まで参加出来る体験教室を開催するなど、行政との連携を強化した食育推進事業が行われています。

## II 食育推進計画の基本方針

### 1 計画策定の趣旨

うきは市では、「うきは市食と農と健康を結ぶ食育推進条例」を制定し食育のあるべき姿を明らかにしました。この計画では条例の趣旨を踏まえ、また平成 23 年度から 5 年間実施した食育事業を検証し、家庭・学校・保育所・地域・生産者及び市が役割と責務を担い、どのような基本方針の下に具体的施策を組み立て推進するかを定めるものです。

### 2 基本理念

食育を市民の間に広げることを基本に、次の事項を推進します。

- (1) 食と農と健康を総合的かつ有機的に結びつけるため、家庭や学校・保育所、地域、農業等食料生産の現場、健康・保健を維持促進する職場等あらゆる場所を通じて食に関する理解を深め、主体的かつ積極的に食に関する様々な学習及び体験活動の実践を推進します。
- (2) 市民の心身の健康増進と豊かな人間性を育むため、市民一人ひとりが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が実践されるようにします。
- (3) 市民の食生活が自然の恩恵の上に成り立っていることから、食物がもたらす感謝の念と理解を深めるとともに、豊かな自然を保全するようにします。
- (4) 本市の観光産業、観光交流の促進と農山村の活性化に役立つよう、伝統的な食文化及び地域特性を生かした食生活に配慮し、食料の生産者と消費者の交流を図る等地産地消を積極的に推進します。
- (5) 食品の安全性が確保され安心して消費できることが健全な食生活の基礎であることから、食品の安全性をはじめとする食に関する幅広い情報の提供に努めます。

### 3 食育推進の 4 つの柱（基本目標）

- (1) 健康的な生活を目指します。
- (2) 豊かな心を育みます。
- (3) 食の安全・安心な環境をつくります。
- (4) 連携・協働で食育を進めます。

### 4 食育推進計画の期間

平成 29 年度から平成 31 年度までの 3 年間とします。

### 5 施策の進行管理

毎年度、進捗状況を明らかにし、食育推進会議の意見等を踏まえながら施策の進行管理を行います。

### 6 推進計画の見直し

推進計画の期間中であっても、必要に応じ見直しを行います。

### Ⅲ 食育推進の目標

#### 1 推進目標の設定

食育を具体的に進めるに当たって、市民の皆さんが食と農と健康の関係について十分に理解を深め、それぞれの役割と責務を認識して積極的に実践される目標を設定することが何よりも大切です。また、より実効性のある効果的な施策を組み立て推進する上からも、その成果や達成度を客観的に把握できるようにすることが大切です。

例年実施している「食生活アンケート（うきは市学校給食会）」、「学校給食における地場農畜産物利用状況調査(福岡県）」、「全国学力学習状況調査(文部科学省）」、「食育に関する意識調査(農林水産省 H28 実施)」の結果を基に、平成 31 年度までの目標を設定します。

#### 2 具体的目標

(1) 食育に関心を持っている市民を増やします。

食育事業を推進するためには、関係する個人や団体が連携した推進体制を構築することも大事ですが、その受け皿となる市民一人一人が自ら実践を心がけるような仕組みを作ることも重要な要素のひとつです。

そのために、食育に関する講演会や学校・保育所での食育体験等、数多くの啓発活動を行い食育に関心を持っている市民を増やします。

具体的な数値目標は、平成 28 年度に農林水産省が実施した「食育に関する意識調査」の結果（関心がある 42%、どちらかといえば関心がある 37.6%）を踏まえ、平成 31 年度までに市民の 85%が食育に関心を持つようにします。

なお、計画の見直し等を図るために平成 31 年度に市民意識調査を行い、目標値の検証についても併せて行います。

(2) 朝食を毎日食べる児童生徒の割合を増やします。

朝食を毎日食べることは、基本的な生活習慣を身に付ける観点から非常に重要であるため、子どもたちの朝食欠食をなくすことを目標とします。

学校給食の場を活用し「親子給食」や「弁当の日」など様々な事業を通し、子どもと保護者を対象とした啓発を行い、生活習慣の改善につなげていきます。

全国学力学習状況調査（H29.4 実施）の国平均を基に目標値を設定します。

① 「毎日食べる」「だいたい食べる」（小学校 5 年生）の割合

平成 28 年度 93.3%(国 95.5%) → 平成 31 年度 95.5%

② 「毎日食べる」「だいたい食べる」（中学校 2 年生）の割合

平成 28 年度 90.0%(国 93.3%) → 平成 31 年度 93.3%

(3) 学校給食における地元産青果物の利用割合を増やします。

学校給食に地元産青果物を使用し食に関する「生きた教材」として活用することは、地域の自然や文化、産業等に関する理解を深めるとともに、生産者の努力や、食に関する感謝の念を育む上で重要であるほか、地産地消の有効な手段であるため、学校給食における地元産青果物の利用割合を増やすことを目標とします。

ただし、青果物については天候不順等により一定量が揃わず納品ができなくなり、地元産以外のものを利用せざるを得ないことが多々有ります。このため目標値の検証については、計画段階と成果の両面で行うこととします。

① 地元産青果物(米・野菜・果実・肉類他) ※重量ベース

平成 27 年度 40.4%、平成 28 年度 32.7% → 平成 31 年度 40.0%

#### IV 市民等が自発的に行う食育活動等の促進

##### (食育の普及啓発方針)

食育は市民一人ひとりが健康にかかわる課題として認識し、自ら積極的に取り組んだときに初めて成果が期待されるものです。このため、関係者相互の情報を交換する会議の開催や市が発行する広報紙等を通じ、食と農業の関わり、食と健康の関わり等について普及啓発し市民の理解を深めると同時に、栄養教諭、管理栄養士、食生活改善推進員等による地域活動の強化によって市民自らが行う食生活改善等の実践を引き続き支援します。

##### 1 家庭、学校、保育所等における食育の促進

子どもたちの心身の健康を確保するため、栄養教諭、管理栄養士等との連携により、食と健康に関する知識を更に高めるとともに、教育の一環として食料の生産から消費に至るまでの食に関する様々な体験活動や、子供が作る「弁当の日」の取り組みを積極的に支援します。

また、保育所(園)や学校での給食、親子料理教室等の開催により、保育所(園)・学校から家庭への食育の広がりを促進します。

##### 2 地域や家庭で受け継がれる伝統的な料理や作法等の継承の促進

四季や地理的な多様性による特色を有し、地域の伝統的な行事や作法と結びついたわが国の豊かで多様な食文化は、世界に誇るものの出来るものです。しかし近年、核家族化の進展や地域のつながりの希薄化や食の多様化により、日本の食文化の特色が徐々に失われつつあります。平成 25 年 12 月に「和食：日本人の伝統的な食文化」がユネスコの無形文化遺産に登録され、その継承のために必要な措置をとることが求められています。このため、伝統食材を始めとした地域の食材を活かした郷土料理等、地域や家庭で受け継がれてきた料理や味、箸使い等の食べ方・作法を受け継ぎ、地域や次世代へ伝えられるよう食生活改善推進員等による地域活動を通じて、地域の特色ある伝統的かつ優れた食文化の継承を推進します。

##### 3 地産地消の促進

地元産農産物の学校給食への利用を推進するとともに、家庭でも積極的に消費されるよう「道の駅うきは」や「にじの耳納の里」の拠点施設だけでなく、市内のスーパーの地元産農産物販売コーナーを積極的に支援し、生産者と市内外の消費者との交流を促進します。

#### 4 1日の野菜摂取量350gの推進

市民の健康増進のため糖尿病や高血圧症などの生活習慣病予防に必要不可欠な食生活の改善を行います。特に野菜の摂取量が少ないといわれる市民の方たちに向けて「1日の野菜摂取量350g」をテーマに啓発を行います。

野菜の摂取量が少ない根拠については、平成24年に実施した国民健康・栄養調査における福岡県の平均値や、母子保健事業や栄養指導の際に保健課の管理栄養士が529人から聞き取った食事状況から判断したものです。

「目の前に畑があるのに野菜の摂取量が少ない訳がない」と思われがちですが、身近にあるがゆえに「買ってまでは食べない」という意識が働いていることも有るようです。また、うきは市では果樹等の生産が多いことは知られていますが、キャベツやレタスなどの葉物野菜の生産が少ないことは以外に知られていません。これらの事が野菜摂取量を少なくしている要因の一つであると考えられます。

うきは市の人たちには「自家菜園で野菜を作り、旬のものを新鮮に食べることができる」という田舎暮らしならではの大きな恵みがありますが、この事とは別に、「健康に必要な野菜を十分に食べる」ための知識の普及・啓発が重要です。

## V 食育推進施策の展開

### 1 施策の大綱

三つの基本方針

#### (1) 農業生産の面

地域に根ざした信頼される安心・安全で健康的な農産物づくりを基本とします。

#### (2) 学校・保育所等教育の面

食から広がる健康な身体と豊かな心づくりを基本とします。

#### (3) 健康促進の面

すべての市民が健康で長生きしてよかったと思う健康づくりを基本とします。

### 2 具体的施策

施策を進めるに当たっては、特に食と農の正しい理解促進のため、市広報誌による周知、食育講演会や旬の食べ物を大切にする取組み等、市の組織を挙げて啓発に取り組みます。

特に、食育を市全体に広げていくため、食育を学校及び保育所（園）等の給食から家庭・地域の食生活改善へ進展させることを狙いに、親子料理教室の開催をはじめ地域の高齢者や親子などのふれあい給食会・試食会等を実施するとともに、子ども会活動・女性グループ・地域ボランティアグループ等との地域連携を強化します。

#### (1) 農業生産の面から

**：健康な身体づくりの基本は元気な農産物づくり**

— つくる喜び、食べる楽しさ、命の大切さの理解促進 —

自然との共生や創意工夫のもと、おいしい農産物を収穫したときの感動と喜び、また家畜とのふれあいの中で生き物の命の大切さを知り、同時に家族そろって食卓を囲み食べる楽しさが実感できる取組みを推進します。

##### ① 高品質で安定した安全・安心で健康的な農産物の生産

安心・安全で健康的な農産物づくりを推進するためには、先ず、土壌に含まれる窒素・リン酸・カリ等の微量元素の成分が作物の生育に適した状態であるかを診断する必要があります。土壌の状態を知り作物に応じた施肥を行うことで、作物が元気に育つ環境を作ることができます。

また、生育に良好な環境を作ることは、作物が害虫等に対しても強い抵抗力を持つことになり、減農薬・減化学肥料の栽培を可能にします。

そこで、農産物直売所への出荷者等を対象に土壌分析診断の費用を助成し、高品質で安定した安全・安心で健康的な農産物の生産に繋げていきます。

##### ② 身近な農産物の役割を見直す地産地消の推進

地元産農産物の地元消費を推進するため、生産者と消費者の情報交流などにより地元産農産物のPRを積極的に行います。

また、学校や保育所(園)等の給食に地元産農産物の利用を推進するとともに、福祉施設等においても地元産農産物の利用を促進します。

③ 子どもの農業体験を通じた食農教育の推進

農産物をつくる楽しさを体験させるため、米、野菜、果樹作り等を行う食農体験農園の整備を検討し、併せて、現在市内の10の小学校に委託している「食と農理解促進事業」を継承・発展させ、農業の大切さや生き物の命を大切と感じる心を育むため、地元農家との連携を推進します。

④ 生産者と消費者との交流促進

生産者と消費者の結びつきを強化するため、生産者と消費者の交流や情報交換会の実施、試食会の実施、オーナー園の設置等を推進します。

⑤ 「1日の野菜摂取量350g」に根ざした葉物野菜の生産促進

生活習慣病の予防に必要な食生活の改善。その中でも特に意識を強化しなければならない野菜摂取量を確保するために、うきは市内で不足しがちな葉物野菜の生産量の増大を促進します。

安全で安心な野菜の供給が増えることで、市民の健康増進につながります。

⑥ 農業による生きがいつくりの促進

高齢者の生きがいつくりのため、新規作物の導入や農産物直売所の活用によるつくる喜びと売れる喜びを創りだします。

特に、高齢者の楽しみと健康増進を生かした農産物の生産を推進します。

(2) 学校・保育所等教育の面から

：食を通じた子どもたちの健全な心と身体づくり

— 食生活習慣の見直しと課題改善の推進 —

食を通じた子どもたちの健全な心と身体づくりのため、「児童生徒の食及び生活習慣の実態調査」を行い、これを分析の上、課題解決に向けた適切な食生活を指導します。

① 教育関係者の食育理解促進

教育関係者の食に関する理解を進めるため、学校内外の研修などを通じて共通理解を図り、校長を中心に全教職員で組織的に食育を推進します。

② 食に関する教育目標の明確化と食育活動の充実

食育の年間指導に当たっては、各教科領域等での指導を、給食の時間や学級活動と関連させながら学校教育活動全体で計画的に取り組みます。

このため、食に関する指導の全体計画及び年間指導計画(食育カリキュラム)を

作成します。また、食育指導人材の育成と活用を促進するため、栄養教諭・学校栄養職員・保護者・農業者・食生活改善推進員等との連携を強化し、子どもたちが自分で作る「弁当の日」の取組み、地元の生産者との交流授業や農業体験などの取組みや伝統食・郷土料理づくり体験など、多様な学習活動を展開します。

③ 健康で安全な学校給食の確立と地元産農産物の利用促進

地元産農産物の活用促進のため、給食に必要な供給量の確保や地元産農産物を活用した新レシピ開発などの課題解決に向けて、「JAにじ」・生産者・学校関係者との話し合いを行い、より安心・安全な農産物の活用を更に推進していきます。

④ より充実した学校給食の推進

年間指導計画に基づいて、地元産農産物を活用した「うきは献立」や「朝ごはんの日」、「まるごとうきはの日」を毎月の献立作成委員会で計画し、より充実した学校給食を推進していきます。また、衛生的で安全な給食施設を整備するために、給食施設を計画的に改善します。

⑤ 保育所等における健康な心と身体を育てる年間食育計画の作成と実践

期別毎の食育のねらい及び月間目標を定めるとともに具体的な指導内容を明らかにし、子どもに食事の楽しさや基本的な食習慣を身につけさせる取組みを行います。

また、保育所から家庭に対し旬の食材・郷土食・食物アレルギー児童への対応・月齢に合わせた食事の提供などを知らせる活動を強化し、保育所と家庭が一体となった食育を進めます。

### (3) 健康促進の面から

：食を通じた健康な人が多いまち、健康寿命が長いまちづくり

— 子どもから高齢者までの市民全体の健康促進 —

市民全体の健康を維持増進するため、学校から家庭、食生活改善推進員等との地域連携を図りつつ、食生活の改善を推進し健康なまちの実現を目指します。

① 食を通じた家庭からの健康づくり

食の基本は家庭にあることから、乳幼児健診や離乳食教室などの母子保健事業において、食に対する講話・調理実習を行い食の大切さを認識してもらうことで、乳幼児期からの健康づくりに繋げていきます。

また、乳幼児の保護者である家族にも再認識していただく機会とします。

② 食を通じた生活習慣病対策の実施

出前講座等により、野菜摂取量や減塩などの食生活に関することやロコモティブシンドロームなどの運動の話をするすることで、食育や健康づくりに取り組む団体



の活動を支援し健康と食事の関係の大切さを周知するとともに、団体の活動の活発化ならびに参加者の自発的な取組みを促すよう支援を行い、生活習慣病対策、介護予防の事業に繋いでいきます。

### ③ 地域や個々の食生活に応じた健康対策の推進

平成18年から、小塩中通り区・能楽区の2地区で5年間行ってきた「食育モデル地区事業」では、地域の健康状況を把握し、それぞれの地域の課題として「高血圧の改善」（小塩中通り区）、「メタボリックシンドローム（内臓肥満）の改善」（能楽区）をテーマに運動・食生活改善指導などの健康教育に取り組みました。

地域の状況に応じて行った集団的支援により健診結果等に一定の改善が見られましたが、その一方で改善につながらない方たちがいることも分かりました。

その結果、これら改善されない方たちへは個人に応じた個別の支援が必要であり、集団支援と個別支援を併せて実施していくことが重要であることが明らかになりました。

この実績に基づき、医師・保健師・管理栄養士が連携し、市民の健康状態と問題点を把握し、その課題解決に向けた食生活をはじめとする生活習慣の改善について、集団及び個別に指導管理を行います。

また、栄養指導等の情報共有のため管内の医療機関等に所属する管理栄養士との連携の強化に努めます。

## VI 食育推進体制

### 1 食育推進会議の役割

食育推進会議は「うきは市食と農と健康を結ぶ食育推進会議」として、うきは市食と農と健康を結ぶ食育推進条例第16条に定められています。

また、第17条には、その役割が以下のとおり定められています。

- (1) 食育の推進計画を策定し、その実施を推進すること。
- (2) 前号に掲げるもののほか、広く食育の推進について審議し、関連する施策の実施を推進すること。

### 2 食育推進体制の確立と強化

うきは市における食育推進体制は、食育推進会議を中心に市役所と市内外の関係機関・団体等の連携により構築します。

食育推進会議を定期的開催し行政と会議に参加する機関・団体、参加する機関・団体同士の連携を強化します。

これらに付随して、行政内での情報共有を積極的に行い、事業実施に関する協議等を関係機関・団体等と頻繁に行うことで、うきは市における食育推進体制を強化していきます。

## 【参考】うきは市における食育推進団体等による取組み事例

### 事例 1

「うきは市健康ミネラル栽培農産物普及会」（以降、「普及会」という。）による取組み

土壌分析結果を基に土壌改良を行い、健康な土からの農産物の生産を目標の一つに掲げて活動に取り組んでいます。

56名の会員で構成され、内17名の会員が、土壌分析結果を基に土壌改良を行い、ミネラル農産物として普及会の認証を受けて、「道の駅うきは」や「にじの耳納の里」に出荷しています（平成28年度実績から）。

ミネラル栽培の普及啓発のため、市民向けの栽培講習会の開催や「うきはの食と農と健康まつり」での野菜の食べ比べ・販売、サンプル肥料の無料配布などを行っています。また、会員相互の親睦を図り全体の資質向上を目的に先進地視察などの研修も行っています。

### 事例 2

「うきは市食生活改善推進会」（以降、「食進会」という。）による取組み

食進会とは、地域において食育の推進、健康づくりの担い手として、ボランティアで活動する食生活改善推進員で構成される組織です。

食生活改善推進員とは、戦後の食糧不足の中、保健所が家庭の主婦を対象に行った栄養教室から自主的に健康生活を実践する主婦のグループが誕生したことをきっかけに、昭和34年に厚生省が「栄養及び食生活改善実施地区組織の育成」を目的に、その養成を本格的に開始し数々の法の改正を経て、平成17年「食育基本法」の施行により地域における食育推進の担い手として「食育アドバイザー」が併名され、現在に至ります。時代の変遷とともに栄養不足から栄養過多へ取り組む課題は変化してきましたが、地域住民の健康づくりを中心に地産地消や食文化継承などの活動に取り組んでいます。

現在、48名の会員の協力により、市役所保健課が行う保健事業や学校給食における食と農理解促進事業などへの支援、伝統食や親子・高齢者向けと様々な料理教室の開催、市民献血や食と農と健康まつりなどのイベントに併せて健康づくりに必要なレシピ・試食品を提供するなど幅広く活動を行っています。

また、食生活改善推進員（食育アドバイザー）として活動するためには、市が実施する養成講座を受講しなければなりません。食進会は養成講座の開催にも協力しています。

### 事例 3

「うきは市学校給食会」による取組み

小中学校における学校給食会の取組みについては次項のチラシを参照ください。

地産地消で  
体も元気!

# うきはは産食材を活用した食の取組

県中から広がる健康と食の文化のつどい  
うきは市学校給食会  
平成28年3月

## 平成28年度 福岡県給食レシビ コンクールにおいて最優秀賞に入賞

浮羽中学校2年 安達誠介くん  
給食のタイトル「10種類使用!福岡いっぱい給食」

- とうもろこしご飯
  - れいこんの豚肉焼き
  - アスパラといんげん豆のビーナッツあえ
  - トマトと鷹野豆のスープ
- 応募総数 1,113 作品の中から  
1位、最優秀賞に選ばれました。



## うきはは産食材を活用した学校給食



和食器による和食給食



フランス料理給食



●給食に産食材の活用は、健康づくりの重要な役割を担っています。  
●産地産物と産地産物の活用は、食文化の継承と発展に寄与します。  
●産地産物の活用は、食文化の継承と発展に寄与します。  
●産地産物の活用は、食文化の継承と発展に寄与します。

## 平成28年度 福岡県学校給食料理 コンクール参加 (浮羽中学校)



うきは市を代表して、浮羽中学校が  
平成28年度福岡県学校給食料理コン  
クールに参加しました。

## 家庭科教員と栄養職員による食育公開授業 (吉井中学校)



今、学校では学校給食を中心に、食に関する指導の充実を図るとともに、家庭・地域との連携を深めながら食育の推進に取り組んでいます。









