

長野県食育推進計画（第3次）の概要

第1章 計画の基本的事項

1 計画策定の趣旨

- 経済状況の変化、ライフスタイルの変化、核家族の増加などを背景に、食の多様化がさらに進んでいる。
 - 食育の重要性を普及し、実践する県民を増やすとともに、課題が多い若者・働き盛り世代の「学び」や、共食並びに郷土食、伝統食の継承などを推進するために、関係機関・団体、関係者、県の役割を明確にし「自治の力」を活かし、計画的かつ組織的に食育活動を展開する。
- *食育とは：知育、徳育、体育の基礎となるべきもので、「食」の知識、選択する力を習得し、健全な食生活を実践する人を育てること。

2 計画の位置づけ

- 食育基本法第17条に規定された都道府県食育推進計画
- 長野県総合5か年計画、第2期信州保健医療総合計画、第3期長野県食と農業農村振興計画等と整合し、一体的に推進を図るもの。

3 計画の期間

平成30年度（2018年度）～2022年度（5年間）

4 計画の推進体制

- 「信州の食を育む県民会議」における計画の推進・評価
- 「信州の食を育む県民会議」の構成団体による食育の推進
- 保健福祉事務所ごとに設置している「地域連絡会議」による取組の実践

5 計画の進捗管理・評価、公表

- 関係機関・団体及び長野県は「信州の食を育む県民会議」等を活用し、連携
- 統計資料等を活用し、計画に記載されている指標の進捗状況を数値で把握し、必要なアンケートを実施するほか、関係機関等の取組状況等を確認
- 進捗管理、評価を毎年実施し、必要があれば修正
- 県は施策の取組状況を県ホームページへの掲載等により公表

第3章 基本理念

～信州の食でつながる、人づくり・地域づくり～

第2章 現状と課題

若い世代への食育

- ・20～30歳代の若者や保護者の食育への関心を高める必要がある。
- ・一人又は子どもだけで食事をしている児童生徒の割合に改善が見られないことから、保護者への働きかけと共に地域における「共食」の場が必要。
- ・20～30歳代の男女の朝食欠食率が高い。
- ・子ども自身が、バランスの良い食事を作るスキルを身に付ける必要がある。

世界一の健康長寿を目指す食育

- ・成人男性の3人に1人は肥満。
- ・県民の食塩摂取量は男性11.2g、女性9.5gであり、減らす必要がある。
- ・20歳～50歳代の野菜の摂取量が少ない。
- ・65歳以上の女性の低栄養傾向者が増加しており、低栄養の予防が必要。
- ・何でも嗜んで食べられる人は約8割。

食の循環と地域の食を意識した食育

- ・食べ物を残すことをもったいないと思う児童生徒は約8割。
- ・郷土料理や、伝統料理を1種類以上作ることができる人は20歳代で少ない。
- ・1人1日当たりの一般廃棄物の排出量は836gで減少傾向にある。
- ・食品に関する正しい情報が必要。

信州の食を育む環境へ

- ・食育に関心がある県民の割合は男性約3割、女性約6割。
- ・食育ボランティアは、全体では増加しているが、減少している団体も見られる。
- ・地域において食に関わる様々な人が、連携して地域全体の食育に対する意識を高める必要がある。
- ・市町村食育推進計画の策定率が7割弱。

第4章 目指すべき姿と目標

- 子どもの親や若い世代が食育に関心を持つ。
 - 家族や友人、地域などで様々な人と一緒に楽しく食事をする機会を持つ。
 - 幼児期から基本的な生活習慣を身に付ける。
 - 子どもや若い世代がバランスのとれた食事を準備できるスキルや知識を身に付ける。
- ※食育に関心がある若い世代の割合 20歳代男性 (2016年度) 18.1%→(2022年度) 33%
ひとり又は子どもだけで朝食を食べる児童・生徒の割合 (2016年度) 小5:28.1%、中2:39.1% →(2022年度) 減少

- 適正体重の維持。
 - メタボリックシンドロームが強く疑われる人・予備群の割合が減少。
 - 成人の糖尿病が強く疑われる人・予備群の割合の減少。
 - 成人の高血圧者・正常高値血圧の人の割合が減少。
 - 低栄養傾向 (BMI20以下) の高齢者の減少。
 - 何でも嗜んで食べられる人の増加
- ※低栄養傾向の高齢者 (65歳以上女性) (2016年度) 23.6%→(2022年度) 22%

- 地消地産などの郷土への理解を深める。
 - 食に関する感謝の気持ちを持つ。
 - 食品ロスの削減に取り組む。
 - 食品に関する信頼できる情報に基づき、適切な判断をし、健全な食生活が行われる知識を持つ。
- ※作ることができる郷土料理や伝統食が1種類以上ある県民の割合 (H28) 45.7%→(2022年度) 48%
1人1日当たりの一般廃棄物排出量 (2015年度) 836g/人・日→(2020年度) 795g/人・日

- 県民が食育に関心を持つ。
 - 食育のボランティア活動に参加する県民が増加する。
 - 生産から消費に至るまでの実践活動・体験等の場に参加する県民が増える。
 - 子どもから成人、高齢者に至るまで、生涯にわたり、ライフステージに応じた食育が取り組まれている。
- ※食育ボランティア数 (2015年度) 18,522人→(2022年度) 20,000人

第4章 重点的な取組

- 保育所・学校関係者等の資質向上を支援**
 - 入学の機会やクラス懇談会等、様々な場を活用し、生活リズム、食事のバランス、共食などについて普及するために関係者を対象とした研修を実施。
- 共食の場を支援**
 - 「信州こどもカフェ」や「こども食堂」等の共食の場における食育の取組を支援。
- 若い世代に対して食の「学び」を支援**
 - 食育ボランティア等と県内大学生との交流を通じた「学び」の場の創出。

- 働き盛り世代の「食」を支援**
 - 事業所給食における健康に配慮したメニュー提供への支援。事業所において食生活講座の実施。
- 外食・中食における健康づくりの推進**
 - 「野菜たっぷり」、「減塩」及び「適量の選択」など健康に配慮したメニューを提供する飲食店を登録・支援。
- 高齢者の「食」に関する普及・啓発**
 - フレイル予防に関する専門職の理解を深めるための「長野県版フレイル予防人材育成研修プログラム」を開発・普及。
 - オーラルフレイル（口腔の虚弱）対策の取組。

- 食文化の継承・“地消地産”の推進**
 - 食と農を関連付けた「学び」の場の充実。
 - 女性農業者や食育ボランティア等の情報交換及び研修の実施
 - 調理師専門学校生、栄養士、若手シェフを対象とした地域食材活用のための普及・啓発。
 - 学校給食における地産物活用のための情報提供の実施
- 食品ロス削減・食品安全の取組**
 - 食品ロス削減に向け意識向上のため「残さず食べよう！30・10運動」の推進。
 - 食品の安全性に関する関係者の相互理解の推進と県民への情報提供。

- 「食育」についての普及・啓発**
 - 子どもから高齢者までが集い、食育を推進するための地域住民の交流を推進。
- 食育を推進するための人材育成**
 - 食育ボランティアの養成・育成・活動への支援。
- 信州の「食」に関する情報発信**
 - 「おいしい信州ふーど（風土）SHOP」、「信州食育発信3つの星レストラン」を拠点とした信州の食の魅力を発信。
- 関係者における食育の推進方策の検討**
 - 関係者が連携し、県民の食育の実践を促すために関係機関・団体等と検討・意見交換を実施。

