

奈良県食育推進計画



平成19年3月
奈良県食育推進会議

はじめに

「食」は命の源であり、私たち人間が生きていく上で非常に重要なものです。

しかし、近年、子どもの朝食の欠食や孤食の増加、家族揃っての食事や食の生産に触れる機会の減少により、食を楽しむ、食を大切にすることを育てる「食育」が難しくなっています。さらに、食習慣の乱れや栄養バランスの偏りによる生活習慣病の増加をまねいています。



そこで、奈良県ではこうした背景を踏まえ、食育を計画的・総合的に推進するため、「奈良県食育推進計画」を策定しました。これは、食育の推進に関する施策の基本的な方針と重点的に取り組むべき目標を定めたものです。この計画に基づき「食」や「命」を大切にすることを育む「食育」を進めてまいりたいと思います。

まほろばの地である本県では、さまざまな行事・習慣を各地で継承し、「命を大切にすることを育まれてきました。奈良時代から行われてきた「放生会（ほうじょうえ）」などの行事は、供養のために、捕らえた生き物を池や野に放し、頂いた命に感謝する伝統行事です。こうした行事や習慣が根付いた奈良の地においてこそ、家庭、学校、地域が関係団体及び市町村等と相互に連携協力しながら「食育」を県民運動として展開していくことが重要です。何卒県民の皆様や各分野の関係者の皆様のご理解を賜り、積極的な取り組みをすすめていただきますようお願い申し上げます。

最後に、計画の策定にあたり、熱心なご審議をいただきました「奈良県食育推進会議」の委員の皆様をはじめ、貴重なご意見をお寄せくださいました県民の皆様に深く感謝申し上げます。

平成 19 年 3 月

奈良県食育推進会議 会長 柿本 善也

計画策定の趣旨

「食」は命の源であり、私たち人間が生きていく上で非常に重要なものです。

近年、社会経済情勢がめまぐるしく変化する中で、奈良県においても、朝食の欠食や栄養の偏りなどの食習慣の乱れ等による肥満や生活習慣病の増加、家族のコミュニケーションの場となる食卓において家族揃って食事をする機会の減少による家族関係の希薄化など、「食」を巡る問題は多様化、深刻化しています。また、牛海綿状脳症（BSE）や残留農薬の問題など国内外の事例から、食の安全・安心に対する県民の関心が高まっています。

日本は、「食」を大きく海外に依存していることから安定的な食料の確保を図るため、国内の生産力を高めることが必要です。また、農林水産物の生産や加工の過程に触れる機会が減ったことなどから、食料や農林水産業に対する関心の低下が進んでいます。現在、世界中で8億人を超える人々が飢餓や栄養不足で苦しんでいる一方で、わが国では食べ残しなどにより食品が廃棄されるなど「食」を大切に作る心が薄れつつあり、このため、「食」についての心身の健康に関わる知識だけでなく様々な体験を通じた理解の向上が必要となっています。

さらに、「食」については、健全な食生活の実践に加え精神的な豊かさや暮らしの中での楽しみといった要素もあることから、多忙な生活の中で「食」についての利便性や効率性のみを追求するのではなく、地域の食材を使った郷土色豊かな料理や行事食などの食文化を見直すことも重要です。

このため、県民のみなさんが、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ため、地域や社会をあげての「食育」の推進が急務となっています。

このような中、国民が生涯にわたって健康で豊かな人間性を育むため、「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国民運動として推進していくため、平成17年7月に食育基本法が施行されました。

さらに、平成18年3月には食育推進基本計画が作成され、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に必要な基本事項が定められ、食育を国民運動として強力に展開することにより、国民が生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性を育むことができる社会の実現を目指すこととされました。

本県では既に、「奈良の『食』行動計画」、「健康なら21計画」、「なら食の安全安心確保の推進基本方針」、「新 結婚ワクワクこどもすくすくプラン」、「奈良県農林振興ビジョン21」等の計画・指針により、食に関わる施策を推進するため、関係機関において様々な取り組みが進められていますが、食育を総合的、計画的に推進するため、本県の自然環境や歴史文化に関連した食文化や、「やまと21世紀ビジョン」のプロジェクトであるスローフードの推進など本県の特性を活かした「奈良県食育推進計画」として策定します。

食育とは？

生きるための基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきもの。

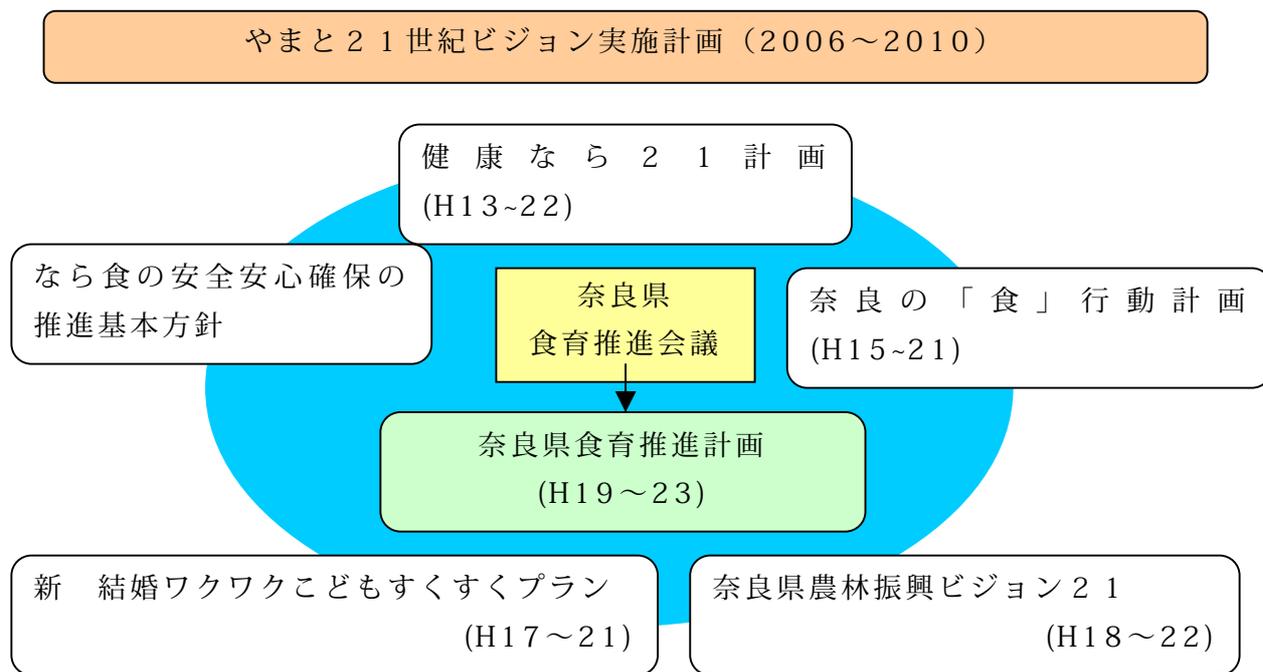
様々な経験を通じて、「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てること。

(食育基本法より)

計画の位置づけ

この計画は、食育基本法第17条に基づく都道府県食育推進計画であり、「食育」の推進を通じて目指す方向と、その実現に向けた方策を示したものであり、食育推進県民運動の基礎となるものです。

なお、本計画は、本県の関係計画・指針等と調和を図りながら実施するものとします。



計画期間

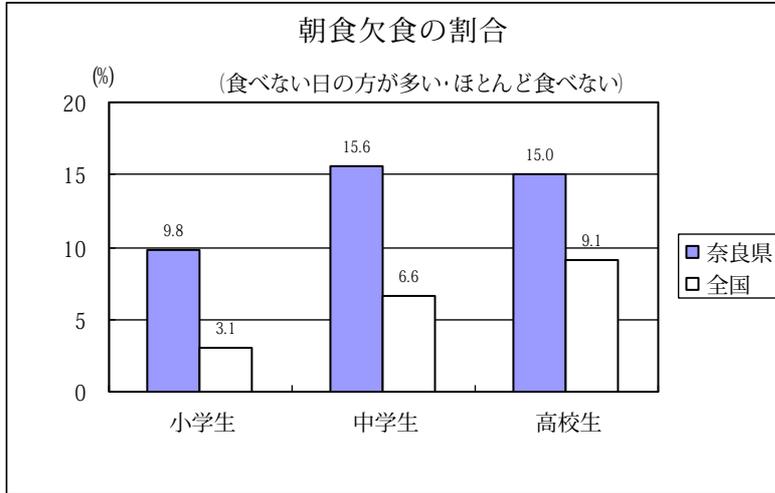
本計画の期間は平成19年度から平成23年度までの5年間とし、計画期間中に状況の変化などが生じた場合には、必要に応じて見直すこととします。

食育をめぐる現状と課題

1. 食生活について

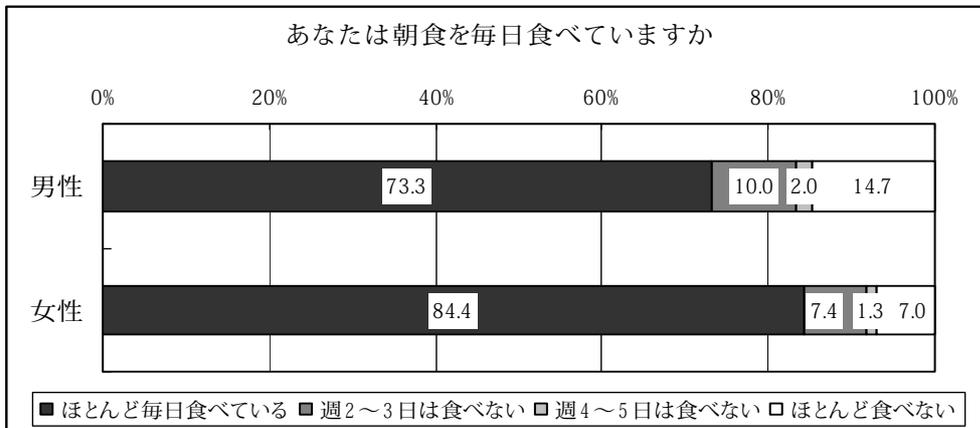
朝食の欠食

奈良県の小中高校生は、全国に比べて朝食欠食率が高い傾向にあります。



(平成 16 年「子どもの生活習慣病予防調査」奈良県)

(平成 16 年度「児童生徒の健康状態サーベイランス事業」(財)日本学校保健会)
成人の約 1 割が朝食をほとんど食べていません。



(平成 16 年度「県民健康生活調査」奈良県)

学校に行く日の朝食を食べていない(「食べない日の方が多い」と「ほとんど食べない」)割合は、小学生、中学生、高校生とも全国よりも高くなっており、約 1 割が朝食をほとんど食べていません。

また、成人でも男性で 14.7%、女性で 7.0% がほとんど朝食を食べておらず、毎日食べていない(「週 2～3 日は食べない」、「週 4～5 日は食べない」と「ほとんど食べない」)人は男性で 26.7%、女性は 15.7% います。

健康的な生活を送るためには 1 日 3 度の食事を規則正しく摂ることが重要です。規則正しい食事のリズムが好ましい生活習慣を形成し、健康にもつながります。

「こ食」の増加

高校生の約 6 割が朝食を 1 人で食べています。



(平成 16 年「子どもの生活習慣病予防調査」奈良県)

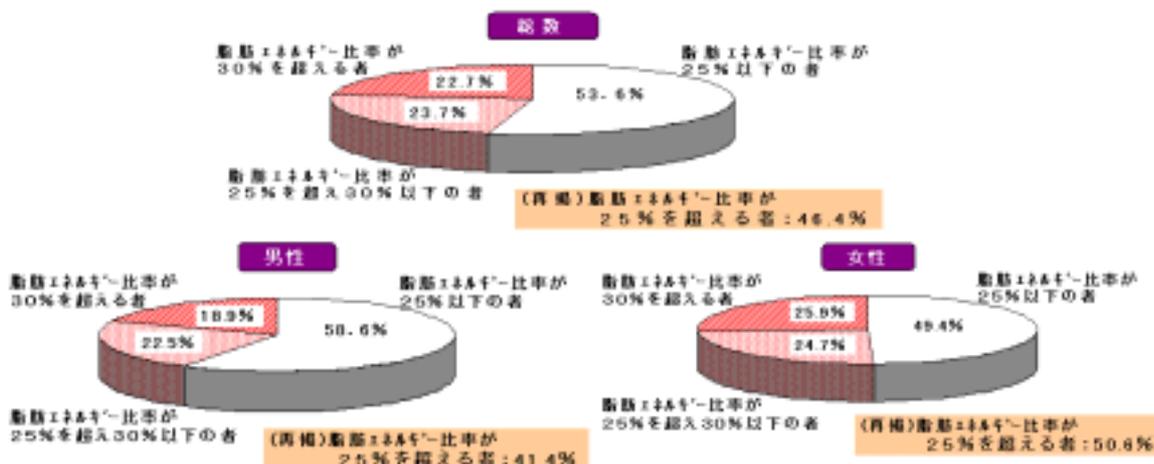
朝食を一人で食べている割合は、男子では小学生 27.0%、中学生 50.3%、高校生 63.6%、女子では小学生 24.4%、中学生 47.7%、高校生 60.9% となっており、男女とも学年が上がるにつれて高くなっています。

子どもや若年層に多い、乱れた食生活をあらわす言葉として、注目を集めているのが「こ食」です。「孤食」「個食」「固食」「小食」「粉食」「濃食」の 6 つがあります。「孤食」は、ひとりで寂しく食べること、「個食」は、家族それぞれがバラバラに好きなものを食べること、「固食」は、食が固定化し、好きなもの、同じものしか食べないこと、「小食」は、食欲がなく食べる量が少ないこと、「粉食」は、パンやうどんなど、粉を使った主食ばかりを摂ること、「濃食」は、中食、外食等が増えたことにより、濃い味を好み微妙な味の差がわからなくなることと言われています。これらは、身体だけでなく心の成長にも悪影響を与えます。また、正しい食習慣も身につかず、食事のマナーや食文化も受け継がれません。

食事を通して家族や仲間などの人とのコミュニケーションを図り、おいしく、楽しく食事を食べる機会を作ることが大切です。

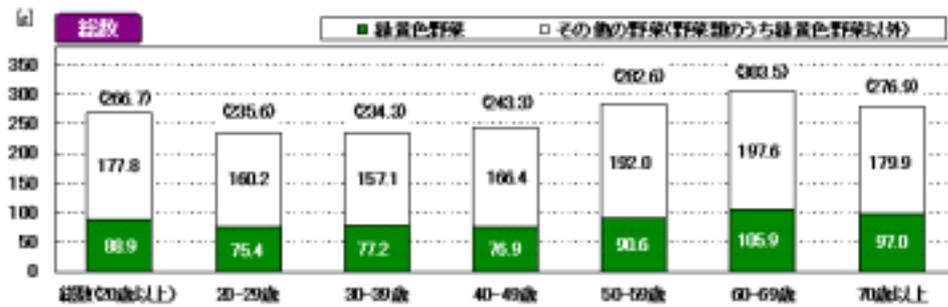
栄養の偏り

成人男性の約 4 割、女性の約 5 割が脂肪からのエネルギー摂取が適正比率の 25% を超えています。



(平成 16 年「国民健康・栄養調査」厚生労働省)

成人の野菜の平均摂取量は 266.7g で目標とされる 350g を大きく下回っています。



(平成 16 年「国民健康・栄養調査」厚生労働省)

脂肪からのエネルギー摂取が 25% を超えている者の割合は、成人で男性の約 4 割、女性の約 5 割であり、うち男性の約 2 割、女性の約 2.5 割が 30% を超えています。

野菜類の 1 日あたり摂取量の成人全体における平均は 266.7g、最も多い 60 歳代の平均で 303.5g であり、また、男女とも 20～40 歳代で少なくなっています。

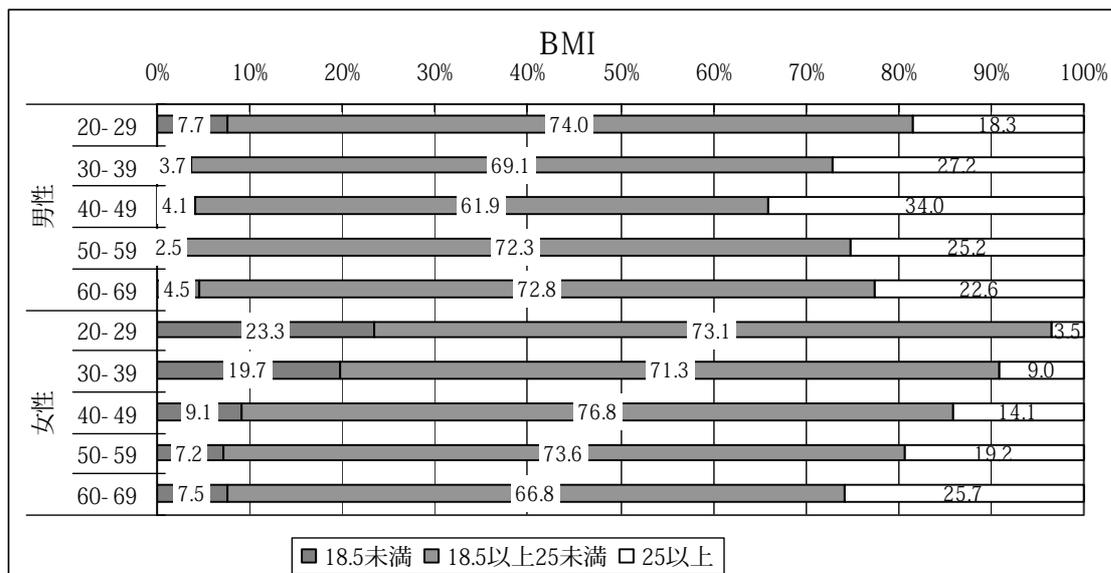
奈良県の野菜類の成人 1 日あたり摂取量が 271g と全国で 4 番目に低いという結果も出ています (平成 14 年厚生科学研究で平成 7～11 年の「国民栄養調査」(厚生労働省) 結果を分析)。「県民健康生活調査」(平成 16 年度・奈良県) では「緑黄色野菜を食べるようにしている」と答えた者は男性で 89.4%、女性で 94.4% と高い割合でした。

健康でいきいきとした毎日を過ごすためには、食に関する正しい知識と食を選択する力を習得し、健康的なバランスのとれた食生活を実践することが重要です。

2. 生活習慣病について

肥満の増加

30～50 歳代男性の約 3 割が肥満です。

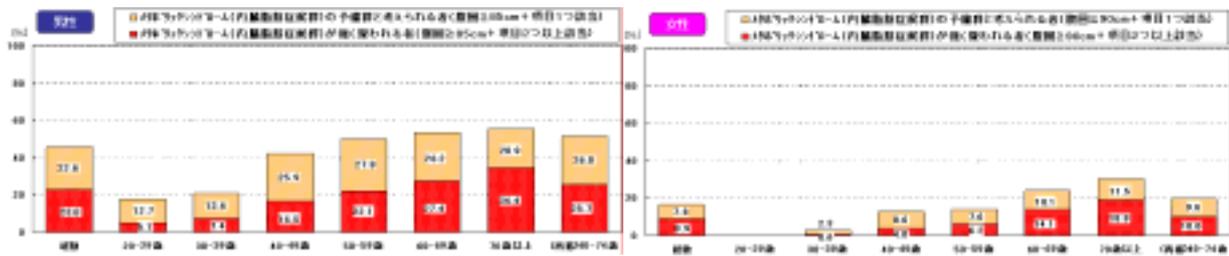


(平成 16 年度「県民健康生活調査」奈良県)

男性では、30～50 歳代男性の約 3 割が肥満 (「BMI25 以上」) です。逆に女性では 20～30 歳代の約 2 割がやせ (「BMI18.5 未満」) となっています。

生活習慣病の増加

40～74 歳では男性の 2 人に 1 人、女性の 5 人に 1 人がメタボリックシンドロームまたは予備群です。



(平成 16 年「国民健康・栄養調査」厚生労働省)

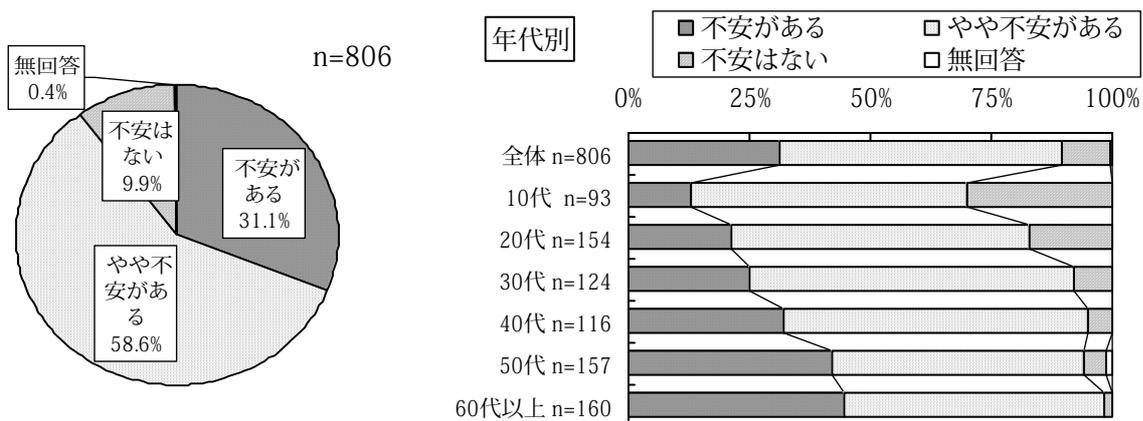
20 歳以上において、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）が強く疑われる者の割合は、男性 23.0%、女性 8.9%、予備群と考えられる者の割合は、男性 22.6%、女性 7.8%と、いずれも男性が高くなっています。また、強く疑われる者の割合は、男性では 40～50 歳代で約 2 割、60 歳以上で約 3 割であり、強く疑われる者と予備群と考えられる者を併せた割合は、男性では 30 歳代の約 20%から 40 歳代で 40%以上、女性では 30 歳代の約 3%から 40 歳代で 10%以上と、男女とも 40 歳以上から特に高くなっています。

適切な食習慣や運動習慣を身につけ、肥満及び生活習慣病を予防及び改善することが重要です。

3. 食の安全・安心について

食生活の不安

食の生産から消費に至るまでの関係者の相互理解の不足などから県内の消費者においても約 9 割の人が、食生活に不安又はやや不安があると答えています。



(平成 16 年「食の安全・安心に関する意識調査」奈良県消費生活ネットワーク)

近年の食品製造技術の高度化及び輸入食品の増加等により、県民の食生活を取り巻く環境が著しく変化し、食に関する様々な問題が発生しています。

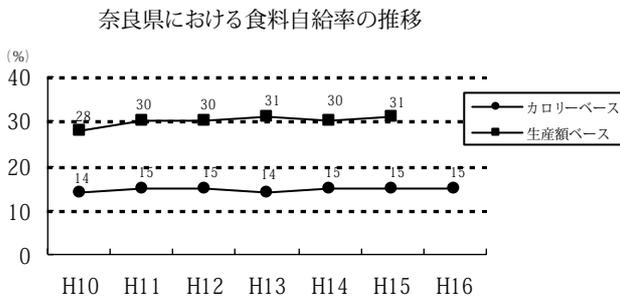
食生活の不安について、具体的には産地等の偽装表示 68%、輸入食品 56%、食品添加物 53%の順に不安を感じています。

食品の安全・安心に関する情報が関係機関及び関係団体で共有され、迅速かつ正確に県民に情報提供されることが重要です。

4. 食の安定供給について

見直される地産地消

奈良県の食料自給率はカロリーベースで 15%、生産額ベースで 31% です。



(平成 16 年「都道府県別食料自給率について」農林水産省)

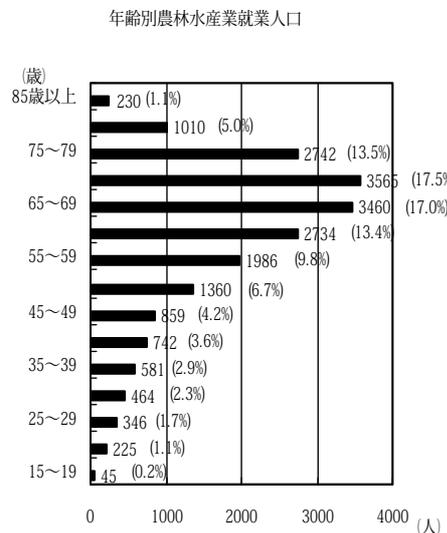
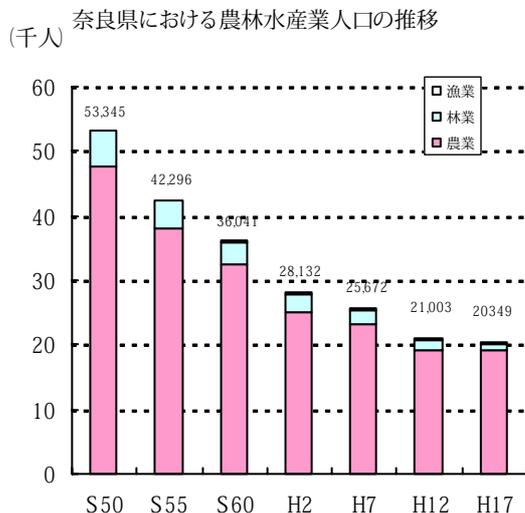
奈良県は、柿や茶、軟弱野菜等の生産県ですが、概すれば食料の消費県であり、カロリーベースの自給率では 15%、生産額ベースでは 31% となっています。

都道府県別食料自給率については、各地域の自然・社会・経済的な諸条件が異なることから、その水準を各都道府県間で単純に比較できるものではありませんが、各都道府県における食料自給率向上に向けた積極的な取組を推進するためのツールとして活用されているものです。

「地産地消」や「食育」など生産、流通、消費が一体となった取り組みを進め、計画的、戦略的に農林水産物や畜産物の自給力の向上を図ることが重要です。

農林水産業の担い手の育成・確保

奈良県の農林水産業就業人口は平成 7 年から平成 17 年の 10 年間で 27% 減少しており、65 歳以上が約 5 割を占めています。



(平成17年「国勢調査」総務省統計局)

平成17年における農林水産業就業人口(15歳以上)は、20,349人(うち、農業19,149人、林業1,060人、漁業140人)と、全就業人口の約3.2%を占めており、平成7年から比べると10年間で約27%減少しています。また、65歳以上が約5割を占め、高齢化が進んでいます。

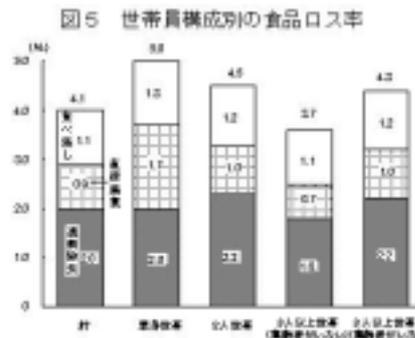
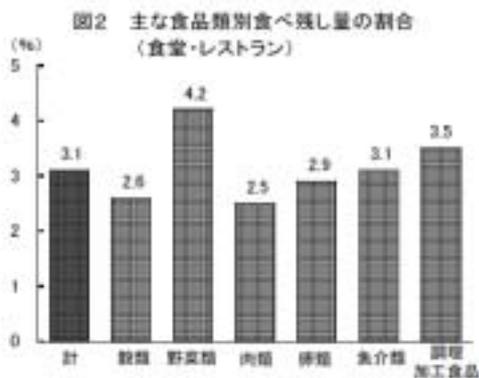
産業として魅力ある農林水産業とするため、農林水産業経営の安定・向上を図りつつ、幅広い人材の新規参入を促進することが重要です。

5. 食べ残し・食料廃棄について

外食産業・家庭などにおける食品廃棄物の増加

食堂・レストランで昼食時には3.1%の食べ残しが出ています。

家庭でも、食べ残しや直接廃棄等による食品ロスが4.1%あります。



(平成18年「食品ロス統計調査(外食産業調査)」農林水産省)

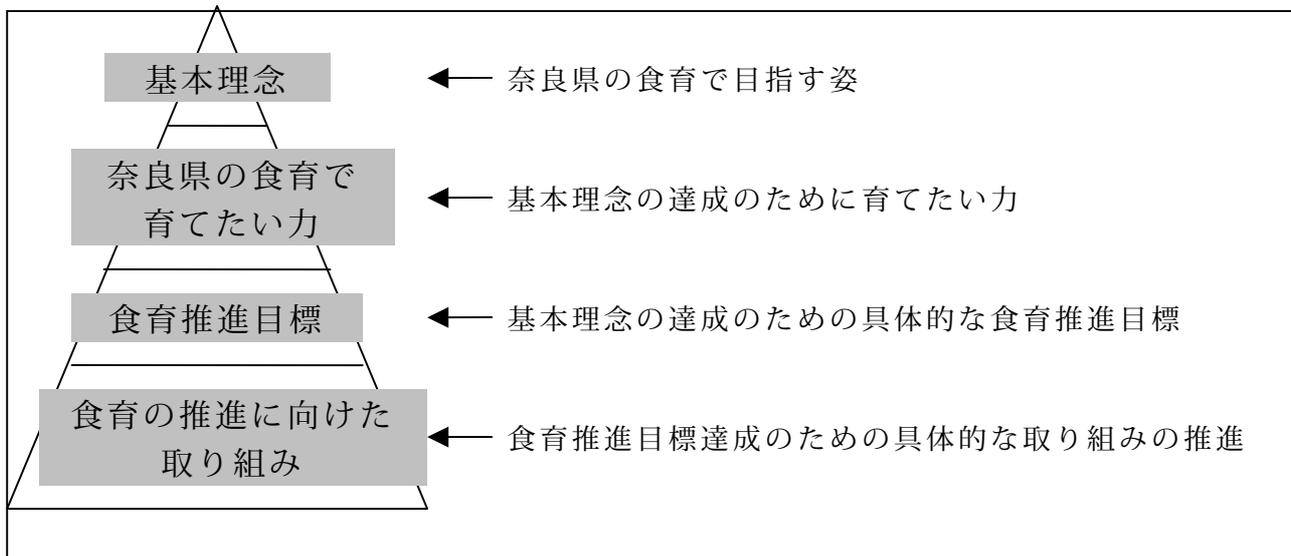
(平成17年「食品ロス統計調査(世帯調査)」農林水産省)

生活様式が多様化し、消費意識も大きく変わる中で、鮮度志向などにより、消費段階で大量の食べ残しが発生し、多くの食品にかかる資源が浪費されています。食品廃棄物をめぐる状況は深刻化しており、これらがもたらす環境への負荷は大きな社会問題となっています。また、食料の多くを輸入農林水産物に依存している日本では、大量の食品を廃棄すること自体が深刻な問題となっています。

食べものを大切にする県民意識を育むために、作りすぎ、買いすぎを控えて食品廃棄物の発生抑制について、県民全体で考え、実践していくことが大切です。

食育推進の基本的方針

奈良県食育推進計画の体系



基本理念

「食」を通して健全な心身を培い、豊かな人間性を育む

全ての県民が、生涯にわたって様々な経験を通じて、「食」に関心を持ち、「食」の安全性や栄養、食文化などの「食」に関する知識を身につけ、健全な心身を培うための「食」を選択する力を養うとともに、「食」に対する感謝の気持ちや「食」を大切にすることを目標とします。

奈良県の食育で育てたい5つの力

基本理念を反映して、奈良県の食育の推進を通して老若男女を問わず身につけたい具体的な5つの力を以下のように設定します。

① 食を楽しむ

家族や友人と楽しく会話しながらの食事は、食の楽しさを実感でき、精神的な豊かさがもたらされることから、食を楽しむことが重要です。また、よく噛むことによって食べものの味を感じ、味がわかる喜びを知ることや、自ら作って食べる楽しみとともに、他の人に食を供し感謝される楽しみを体験することが重要です。さらに、一緒に食べる人たちが心地よく食を楽しめるよう、食事のマナーを身につけることが重要です。

② 食に対する感謝の気持ちを持ち、食を大切にする習慣を身につける

食物が我々の口に入るまでには、自然の恩恵や食に関わる多くの人の日々の努力と様々な取り組みに支えられていることを理解するとともに、世界には当たり前のように食べることのできない人々もいることを忘れずに、食べることへの感謝の気持ちを持つことが重要です。また、食を大切にし、食べ残しや食料を無駄に廃棄しない習慣を身につけることが重要です。

③ 食を通して規則正しい生活習慣を身につける

運動・睡眠などとともに、食事を規則正しい生活習慣として身につけることが健康な身体を維持する上で大切であることを理解し、実践することが重要です。

④ 健康な身体のために、自分に適した食を選ぶ力を身につける

食べ物と健康との関係を理解し、「食事バランスガイド」等を参考にして自分に適した食事の種類や量を判断しながら食べ物を選ぶ力を身につけることが重要です。また、健康食品等に関する情報を取捨選択する能力や食品の表示の確認、衛生的な取り扱いなどの知識や習慣を身につけて食の安全に配慮した食生活を送ることが重要です。

⑤ 農業や地域の食文化、食の歴史を理解する

食の根幹となる農業、水産業、畜産業などの生産現場の体験を通じて理解を深めることが重要です。また、郷土料理や行事食など奈良の食文化や食の歴史について理解し、次世代に継承していくことが重要です。

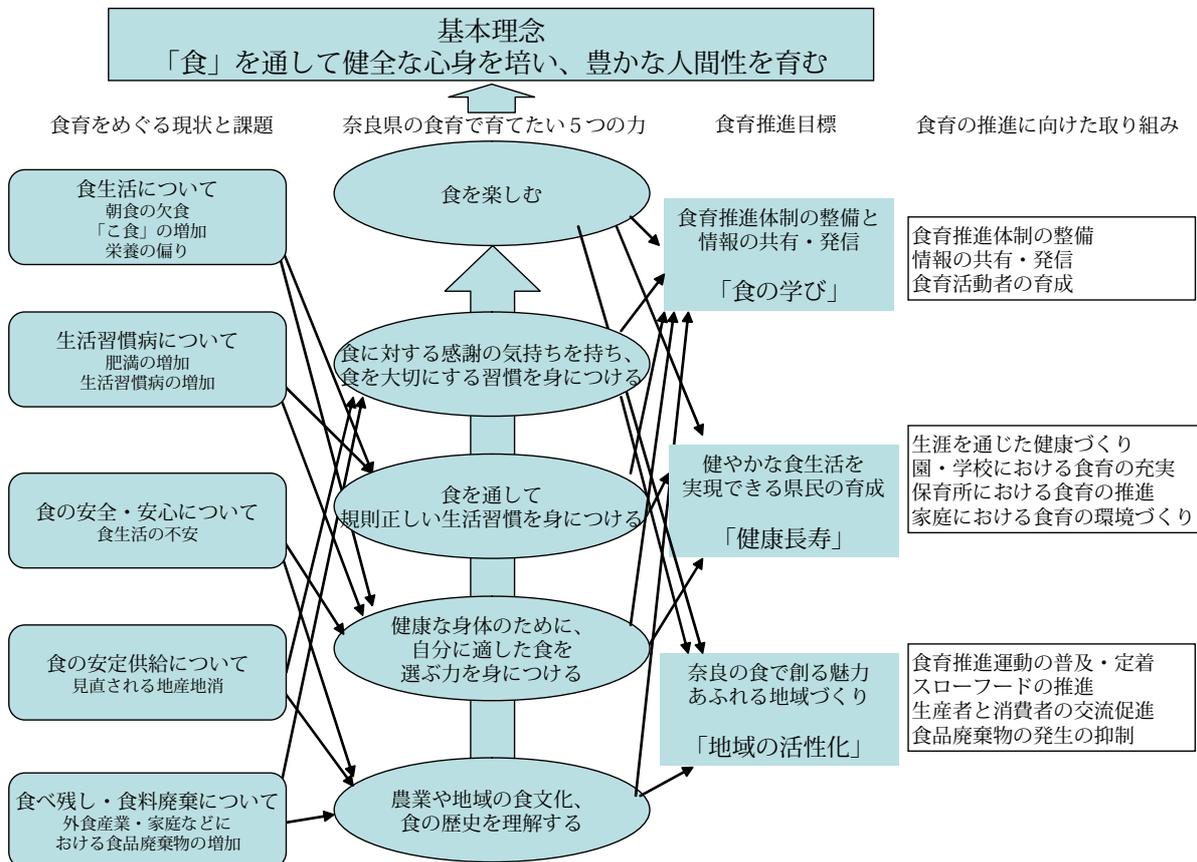
食育推進目標

奈良県食育推進計画の基本理念の達成のためには、多くの県民及び関係者が食育について共通の認識を持ち、積極的に食育の推進に向けて協働し、家庭、地域、保育所、幼稚園、学校、企業等あらゆる場で食育を県民運動として推進することが必要となります。

そのため、基本理念を反映した3つの食育推進目標を設定します。

1. 食育推進体制の整備と情報の共有・発信 → 「食の学び」
2. 健やかな食生活を実現できる県民の育成 → 「健康長寿」
3. 奈良の食で創る魅力あふれる地域づくり → 「地域の活性化」

奈良県食育推進計画の体系図



食育の推進に向けた取り組み

この計画の基本理念の達成に向け、食育推進目標に基づき以下の取り組みを総合的に推進します。

1 食育推進体制の整備と情報の共有・発信

(1)食育推進体制の整備

(各種団体等との連携・協力体制の確立)

食育推進運動は、関係者がそれぞれの立場から取り組むとともに、相互に連携・協力することでより大きな成果が期待できます。このため、行政と食育を推進する各種団体、ボランティアやNPO等が連携し、一体的な食育推進運動を展開することができるよう、これらの団体等の横断的な連携・協力を呼びかけ、県民運動として食育を展開していくための活動を推進します。

今後の展開方向（主な取り組み）

- 奈良県食育推進会議を中心に、食育の意義や取り組みが周知されるための基本指針を明確にし、食育に関する各種施策を総合的に推進していきます。
- 保健所の管理栄養士・保健師等が中心となり、地域の特性を生かした市町村食育推進計画の策定を支援します。
- 食育推進ネットワークの構築及び推進をしていきます。
- 県民の意見を反映させるため、県民参加の食育推進体制の整備を進めます。
- 健全な食生活を実践できる人づくりや魅力あふれる地域づくりに県民自らが参加できる体制を整備します。

(2)情報の共有・発信

(食育の推進のための情報提供)

食育の関係者はもとより、広く県民の食育への関心と理解を深めるため、食育に関する施策や本計画の推進状況、各種団体、ボランティアやNPO等における取組状況等必要な情報を容易に入手できるよう、総合的な情報提供を行います。

さらに、様々な分野での食育を推進し、全県的な運動として促進するため、県内各地で創意工夫を凝らしながら食育を推進して成果を挙げている事例や手法を収集し、広く情報提供します。

また、ホームページやパンフレット等を通じて県民にわかりやすい形で食に関する情報を普及啓発します。

今後の展開方向（主な取り組み）

- 食育の活動事例や手法、国や研究機関などから収集した食品の安全性、栄養、食生活などの幅広い情報を、ホームページやパンフレットなど多様な手段によりわかりやす

い形で県民に提供します。

- 生活習慣病等を予防し、健康な生活を確保するため、「健康なら21計画」による健康づくり運動として、食生活の改善に必要な情報の普及啓発を図ります。
- 県産農産物のPR活動を奈良の歴史や観光と関連付けて実施します。
- 学校での特産品調査活動や自発的な協力者（ベジタブル&フルーツマイスター等）と協力した食情報の提供活動を実施します。

（リスクコミュニケーションの充実）

食品の安全性に関する県民の知識と理解を深めるとともに、食育の推進を図るため、行政、関係団体が連携しつつ、消費者、食品関連事業者、専門家等の関係者相互間において双方向に情報及び意見の交換を行うリスクコミュニケーションを積極的に実施します。

今後の展開方向（主な取り組み）

- 「なら食の安全安心確保の推進基本方針」に基づき、食の安全安心の確保を図るとともに、食品の安全性に関する県民の知識と理解を深めるため、生産・流通・消費にわたる各団体の代表等で構成する「奈良県食品安全・安心懇話会」を開催し、リスクコミュニケーションを推進します。

（食品情報に関する制度の普及啓発）

食品表示の適正化を進めていくため、表示制度の見直しを行うほか、「食品表示サポーター」の配置、「食品表示110番」の設置等による監視指導体制の充実を図るとともに、消費者向けパンフレットの作成・配布等を行い、表示制度の普及・定着を図ります。

また、農薬や肥料の使用状況の生産履歴情報を提供する奈良県産情報開示農産物の表示制度の普及を図ります。

今後の展開方向（主な取り組み）

- 消費者を対象とした食品表示基礎講座を実施し、受講者のうち希望する方を「食品表示サポーター」として登録します。
- 「食品表示110番」に寄せられた表示疑義情報に対して調査・指導を行い、食品表示の適正化を推進します。
- 食品の安全・安心に対する県民のニーズに応えるため創設した、消費者からの要請に応じて農薬や肥料の使用状況の生産履歴情報を提供する奈良県産情報開示農産物の表示制度の普及を図ります。

(3)食育活動者の育成

(専門的知識を有する人材の活用)

県民一人一人が食に関する知識を持ち自らこれを実践できるようにするため、学校、各種施設等との連携の下、食育に関し専門的知識を備えた管理栄養士・栄養士や調理師等の人材やその団体による多面的な食育活動が推進されるよう取り組みます。

また、地域において食育の推進が着実に図られるように、市町村における管理栄養士等の配置を推進するとともに、地域において栄養指導にあたる管理栄養士等の資質向上を図るため、研修会等を開催します。

今後の展開方向（主な取り組み）

- 栄養士養成施設や調理師養成施設において、学生が地域の食育の取組に積極的に参加するなど、県民の食生活の改善と健康の増進に向けた取組を推進するとともに、卒業後にそれぞれの立場で食育推進のための活動ができるよう、資質の向上を目指した教育を進めます。
- 管理栄養士・栄養士、食生活改善推進員等のボランティアやNPO等による「食生活指針」及び「食事バランスガイド」の普及啓発活動や親子料理教室等の体験活動を支援します。

(ボランティアやNPO等の活動への支援)

食育の推進は、県民一人一人の食生活に直接関わる取組であり、これを県民に浸透させていくためには、行政による取組だけでなく、県民の生活に密着した活動を行っているボランティアやNPO等の役割が重要であることから、その取組が活発化されるよう環境の整備を図ります。

特に、食生活改善推進員をはじめ、食に関し豊かな知識や経験を有するボランティアやNPO等が行っている様々な普及啓発活動等を支援します。

今後の展開方向（主な取り組み）

- 食生活改善推進員等のボランティアやNPO等が行っている親子料理教室等の体験活動や様々な普及啓発活動等を支援します。
- 農林水産業関係者などに対して、体験活動の受け入れや技術指導などのボランティア活動を推進するとともに、自ら行う食育活動を支援します。
- 農村女性による都市住民や若い世代を対象にした農村に伝わる料理技術や農村の文化の伝承活動を実践します。
- 農村の起業活動を通じ、農村の伝統的料理や加工技術の伝承や生産現場の情報提供を

行い、地域の料理技術・地域農産物を通じた食の教育の場として位置づけ、活動を続けていきます。

2 健やかな食生活を実現できる県民の育成

(1)生涯を通じた健康づくり

(健康教育等地域における食育推進)

食育を通じて生活習慣病等の予防を図るため、保健所、保健センター、医療機関等における食育に関する普及啓発活動を推進します。また、市町村等が行っている健康診断等に合わせて、かかりつけ医、管理栄養士・歯科衛生士・保健師等が一人一人の健康状態に応じた栄養、運動や口腔保健の指導の充実を図ります。

今後の展開方向（主な取り組み）

- 子どもに対する食育を通じて、その保護者や祖父母を対象に食に対する関心と理解を深め食生活の改善を促します。
- 管理栄養士・栄養士、食生活改善推進員等のボランティアやNPO等が実施する親子料理教室等において、保護者への食生活の改善を働きかけます。
- 食を通して健康づくりに寄与する店舗を募集し、「健康なら21応援団」として登録し、県民に健康情報の提供などを行います。
- 生活習慣病を予防するための適切な情報を広く県民へ周知します。
- 「健康なら21計画」に基づき、食を通じた県民の健康づくりを推進するための環境整備を行います。
- 栄養バランスに優れた日本型食生活に基づく「食事バランスガイド」やメタボリックシンドロームや生活習慣病の予防のための運動について示した「エクササイズガイド」など具体的な健康づくりの実践方法を広く県民に周知し、生活習慣の改善を促します。

(職域における食育推進)

職場での定期的な健康診断等に基づき、食生活の改善を促すための産業医・保健師等による保健指導の充実が図られるよう支援します。また、社員食堂等の給食施設の巡回・指導等の他、利用の多い外食や中食でのヘルシーメニューの提供などを通じて、利用者の生活習慣病予防対策のための食生活の改善を推進します。

今後の展開方向（主な取り組み）

- 職場の健康診断の結果に基づき、必要な栄養指導や保健指導が実施されるとともに、職場内で継続して健康情報が提供されるよう支援を行います。
- 特定給食施設に対する指導を通じて、利用者の生活習慣病予防のための食生活の改善を推進します。

(よく噛んで食べる食生活の推進)

食育に関する普及や啓発活動を推進するとともに、食生活を支える健全な口腔機能の維持等についての指導を推進します。さらに、関係団体が協働して、よく噛んで食べることについての効果的な事業を進めていくための相互学習を進めます。

今後の展開方向（主な取り組み）

- 歯科医師会、歯科衛生士会、栄養士会、言語聴覚士会などの関係団体が連携し、フォーラム等の開催により、噛むことの大切さや食育に関しての情報提供を行います。
- 食生活改善推進員連絡協議会などの食に関するボランティアやNPO等で、かみかみレシピの配布など食と歯の健康についての関わりなどの普及啓発を行います。

(介護予防における取り組み)

「食」は身体の健康を維持するだけでなく、高齢者にとっては楽しみであり、食べるリズムは生活のリズムを作り、生体機能を向上して食欲を引き出し、生きる意欲につながるものです。いつまでも生き生きと食べることを楽しんで暮らせるように、低栄養状態を予防・改善するためのサービス提供体制を整備します。

今後の展開方向（主な取り組み）

- 介護予防事業において、栄養改善事業や口腔機能向上等に取り組む市町村を支援します。

(2)学校（園）における食育の充実

(指導体制の充実)

平成17年度から制度化された栄養教諭は、食育を推進していく上で中核的な役割を担う教員であることから、その職務の重要性についての普及啓発を進め、学校への配置を推進します。

また、学校（園）の教育活動全体を通じて食育を組織的・計画的に推進します。

そのために、食に関する指導計画の作成や食に関する指導を行う上での手引を作成・配付し、各学校での指導の充実に役立てるとともに、学校（園）長・教職員等が食育の重要性等についての理解を深めるよう意識啓発を推進します。

今後の展開方向（主な取り組み）

- 食育の推進を学校教育の指導方針の重点課題に位置づけ、すべての学校（園）における取組を推進します。
- 県では奈良県学校食育推進委員会を設置するとともに、食育推進のプログラムを作成し、市町村に学校（園）食育推進委員会が設置されるよう積極的な取組を促します。また、公立学校（園）に学校食育推進委員会（仮称）を設置するとともに、「食育推進

部及びチーム」を設置するなど、学校（園）における指導体制の整備を推進します。

- 食育の中核となる教職員を対象とした「食育指導者研修会」を実施するなど、教職員の食に関する意識の啓発と指導力の向上に努めます。

（子どもへの指導内容の充実）

学校（園）における食に関する指導を充実するためには、子どもが食について計画的に学ぶことができるよう、各学校（園）において食に関する指導に係る全体計画が策定されることが必要であり、その実施にあたっては、学校（園）長のリーダーシップの下に教職員が学校医、学校歯科医などと連携・協力しながら、組織的な取組を進めることが必要です。

各教科、特別活動、総合的な学習の時間等との関連を踏まえ、食に関する指導を行うために必要な時間が十分に確保されるよう、学校における取組を促進します。

さらに、地域の生産者団体等と連携し、農林水産業体験、食品の流通や調理等に関する体験といった子どもの様々な体験活動等を推進します。

学校教育外でも、食料の生産・流通・消費に対する子どもの関心と理解を深めるため、行政関係者や関係団体等と連携し、これら関係者による子どもへの指導を推進します。

今後の展開方向（主な取り組み）

- 先進的な実践発表を組み入れた研修会の開催や実践事例の収集と啓発に努め、指導の充実を図ります。
- 食に関する指導のモデル校事業などを通して各学校（園）の指導内容の充実を図ります。
- 学校（園）における食に関する指導教材を開発し、指導の充実に役立てます。
- 必要に応じて、地域の生産者との交流の場を設け体験学習を推進します。
- 地産地消を推進し、地域の生産者を外部指導者として子どもへの直接指導に活用する等の取組を促進します。

（学校給食の充実）

子どもの望ましい食習慣の形成や食に関する理解の促進のため、学校給食の一層の普及や献立内容の充実を促進するとともに、関連教科等においても学校給食が「生きた教材」としてさらに活用されるよう取り組むほか、食物アレルギー等への対応を推進します。

また、望ましい食生活や食料の生産等に対する子どもの関心と理解を深めるとともに、地産地消を進めていくため、生産者団体等と連携し、学校給食における地場産物の活用の推進や米飯給食の一層の普及・定着を図りつつ、地域の生産者や生産に関する情報を子どもに伝達する取組を促進します。

今後の展開方向（主な取り組み）

- 地域の産物を知り、地域の伝統的な食文化を大切にする心や食物の生産などにかかわる人々へ感謝する心を育てるために、「学校給食やまとの日」や「やまと給食マップ」を通じて学校給食における地産地消の取り組みを進めます。
- 学校給食における日本の伝統食材の活用・推進や米飯給食の普及・定着を図ります。

（食育を通して健康の保持増進を図る取組）

子どもの健康を保持増進し、学習等に対する意欲の向上を図るため、朝食欠食など食生活に課題のある子どもへの指導を充実するとともに、食に関する様々な情報を家庭・地域に発信します。

また、子どもへの指導においては、過度の痩身や肥満が心身の健康に及ぼす影響等健康状態の改善等に必要な知識を普及し、その実践を図ります。

今後の展開方向（主な取り組み）

- 学校医、学校歯科医などと連携し、栄養教諭・学校栄養職員を中心に教職員が行う個別指導の充実を図ります。
- 各学校（園）の学校食育推進委員会や学校保健委員会を通じて、食に関する様々な情報を教職員や家庭に提供し、家庭・地域と連携した食に関する指導をさらに推進します。

（学校（園）・家庭・地域との連携の推進）

子どもが望ましい食習慣等を身に付けるためには学校（園）、家庭、地域社会の連携が重要であり、学校と家庭や地域社会との連携の要である栄養教諭・学校栄養職員による積極的な取組が望まれます。

また、栄養バランスのとれた食事や家族そろって楽しく食事をとることの重要性等への理解を深めることができるよう、保護者や教職員等を対象とした食育の普及啓発や栄養教諭による実践指導の紹介等を推進します。

今後の展開方向（主な取り組み）

- 給食だよりなどを活用し、子どもの食生活実態や学校（園）における食育の取組を保護者に知らせるなど、家庭と連携した食に関する指導を推進するため学校（園）から食に関する情報を積極的に提供します。
- 各学校（園）の学校食育推進委員会や学校保健委員会にPTAや地域保健の関係者の参加を得て、食に関する課題についての協議が進められるよう促します。

(3) 保育所における食育の推進

(指導体制の充実)

保育所における食育を組織的・計画的に推進するための食育の計画の作成や食育を行う上での手引を作成・配付し、各保育所での指導の充実に役立てるとともに、所長をはじめとする全職員が保育所における食育の重要性等についての理解を深めるよう研修会を開催するなど意識啓発等を推進します。

今後の展開方向（主な取り組み）

- 豊かな食の体験を通して、子どもの食への関心を育み、「食を営む力」の基礎を培う「食育」の実践について「保育計画」、「指導計画」に明文化し、年間計画として位置づけます。
- 所長をはじめとする全職員が、保育における食育の重要性を十分認識し、積極的に子どもの食育に関する活動に取り組む体制づくりを図ります。

(保育所での食育推進)

保育所は、乳幼児が生涯にわたる人間形成の基礎を培う極めて重要な時期に、その生活の多くの時間を過ごすところであり、食材との触れ合いや食事の準備をはじめとする食に関する様々な体験や指導を通じ、乳幼児期からの適切な食事のとり方や望ましい食習慣の定着、豊かな人間性の育成等を図ることが重要です。

このため、乳幼児期から発達段階に応じて豊かな食の体験を積み重ねていくことにより、子どもが食について計画的に学ぶことができるような計画が策定されることが必要です。平成16年3月に作成・公表された「保育所における食育に関する指針」を参考に、保育所において、所長、保育士、調理員、栄養士等の協力の下、保育計画に連動した組織的・発展的な「食育の計画」の策定等が推進されるよう支援を行います。

また、子どもを通じて保護者にも食に対する関心と理解を深めるため、保護者向けパンフレット等を作成・配布するとともに、行政関係者や関係団体等と連携し、これら関係者による保護者への指導を推進します。あわせて、保育所の関係者は、在宅の子育て家庭からの乳幼児の食に関する相談への対応や情報提供に努めるほか、地域と連携しつつ、積極的に食育を推進するよう努めます。

今後の展開方向（主な取り組み）

- 保育所における食育は食事の時間を中心としつつも、入所している子どもたちの生活全体を通して進め、「楽しく食べる子どもに～保育所における食育に関する指針～」を参考に全職員の共通理解のもとに計画的・総合的に展開します。
- 飼育や栽培を通じて、いのちの大切さ、自然の恵みを知るとともに、いのちと食事、自然と食事のつながりに気づくよう配慮した取組を行います。
- 配膳や片づけを通じて、食事と主体的に関わり、感謝の気持ちや思いやりの心を育む

よう配慮した取組を行います。

- 調理体験を通じて、素材に関心を持ったり、調理器具の使い方を学んだり、食べたいものを考えたりするなど、食に対して主体性を育むよう配慮した取組を行います。
- できるだけ多くの種類の食べものや料理を味わい、食事量の調節ができる環境を整え、食べものや健康に関心を持ち主体的に食べること、食欲を感じる量を調節するよう配慮した取組を行います。
- 地域の伝統的な食事を通して、地域文化と関わり、郷土への親しみを感じるよう配慮した取組を行います。
- 給食日より等の配付を通じて食の情報を家庭へ知らせ、給食の展示、給食試食会の実施、保護者を対象とした食に関する相談や講習会等を行います。
- 地域の高齢者や子どもたちと一緒に食事をする機会を通じ、人とかかわることの楽しさを感じ、一緒に食事を楽しむことの喜びが体験できるよう配慮した取組を行います。
- 地域の子育て家庭からの食に関する相談に応じ、地域の子育て家庭対象の食に関する講習会や勉強会を行います。

(4)家庭における食育の環境づくり

(望ましい食習慣や知識の習得)

朝食をとることや早寝早起きを実践することなど、子どもの基本的な生活習慣を育成し、生活リズムを向上させるための普及啓発活動を行うとともに、家族が食を楽しみながら望ましい食習慣や知識を習得することができるよう、保育所・学校及び地域を通じて保護者に対し、大切な家族のために正しい食のしつけをすることの重要性や健康美を含めた適切な栄養管理に関する知識等の啓発に努めます。

また、家庭における食育の推進に役立てるため、食育に関する内容を含め家庭でのしつけや子育てのヒント集である「家庭教育手帳」や「親学サポートブック 子どもと向きあって」を乳幼児や小学生等を持つ保護者に配付し、その活用を図ります。

さらに、生活習慣病につながるおそれのある肥満を防止するためには、子どもの時期から適切な食生活や運動習慣及びよく噛んで食べる習慣を身に付ける必要があることから、子どもの栄養や運動等に関する実態を把握するとともに、栄養と運動及びよく噛んで食べることを通じての肥満予防対策を推進します。

今後の展開方向（主な取り組み）

- 保護者が食育について関心を持つよう、関係団体・機関及び地域が一体となって保護者を対象にした子どもの食に関する講習会などを開催します。
- 管理栄養士・栄養士、食生活改善推進員等のボランティアやNPO等が開催する親子料理教室などにおいて、地域に伝わる郷土料理や伝統料理などを取り入れるなど、食の楽しさを感じて地域の食文化を体験し、親子で学ぶ機会を作ります。

(妊産婦や乳幼児に対する栄養指導等)

妊産婦の安全な妊娠・出産と産後の健康の回復に加えて、子どもの生涯にわたる健康づくりの基盤を確保するため、妊産婦等に対する栄養指導の充実を図り、平成18年2月に作成・公表された「妊産婦のための食生活指針」の普及啓発を進めます。

また、乳幼児期は心身機能や食行動の発達が著しい時期であることから、乳幼児期から思春期に至る発育・発達段階に応じた食育を推進することを目的として平成16年2月に作成・公表された「楽しく食べる子どもに～食からはじまる健やかガイド～」の普及啓発を進めるとともに、母乳育児の推進等を盛り込んだ授乳・離乳の支援ガイドを配布するなどし、親子の心のきずなを深めることにもつながるよう、保健医療機関等における乳幼児の発達段階に応じた栄養指導の充実を図ります。

また、「健やか親子21」に基づき、乳幼児期における食べる意欲につながるような食体験を積み重ねていけるような取り組みを進めます。

今後の展開方向（主な取り組み）

- 市町村保健センター等における両親学級や乳幼児健診等を通じて、家庭において、出産前から食育の重要性を意識し、乳幼児期からの望ましい食習慣の形成を図るための相談や指導の充実を図ります。
- ホームページやパンフレットの配付などによって、食に関する正しい情報や栄養管理に関する知識の普及を図ります。

(青少年及びその保護者に対する食育推進)

食育を通じて青少年の健全育成を図るため、青少年育成に関するイベントや情報提供活動等において食育の普及啓発を推進します。

今後の展開方向（主な取り組み）

- 郷土の食材を使った料理教室を青少年活動に取り入れ、食育を通じた健全育成に取り組みます。

3 奈良の食で創る魅力あふれる地域づくり

(1)食育推進運動の普及・定着

(食育に関する県民の理解を深めるための普及啓発)

食をめぐる諸課題や食育の意義や必要性等について広く県民の理解を深め、一人でも多くの県民が自ら食育に関する活動を実践できるよう様々な機会をとらえて普及啓発活動を展開します。これにあたっては、子どもと保護者のみならず、食育への関心が薄い世代等に対する普及啓発にも十分配慮しつつ取り組むこととします。

このため、毎月19日の「食育の日」、6月の「食育月間」、10月の「食生活改善普及月間」等を活用し、行政や関係団体等が協力して、食育推進運動を重点的かつ効果的に実施し、食育の県民への浸透を図るため、各種広報媒体やイベント等を活用してその周知と県民への定着を図ります。

また、県民の食生活の改善を進めるとともに、健康増進や生活の質的向上及び食料の安定供給の確保等を図るための指針として平成12年3月に決定・公表された「食生活指針」及び平成17年6月に決定・公表された「食事バランスガイド」が、日々の生活において活用されるよう関係機関や関係団体はもとより、小売や外食、職場の食堂等を通じて県民への浸透を図ります。

今後の展開方向（主な取り組み）

- 食育推進運動を重点的かつ効果的に実施し、食育の県民への浸透を深めるために食育月間等を活用し、食育の普及と定着を図ります。
- 県民に食育の意義や必要性を周知し、県民運動として展開を図るためホームページやパンフレットなどによる啓発活動を行います。
- 食育に関するセミナーなどを開催し食育の普及・啓発を行うとともに、あらゆる機会を捉えて食生活指針及び食事バランスガイドの普及・啓発を進めます。

(食品関連事業者等による食育推進)

食品関連事業者等は、食育に関心を持っていない人々も含めた消費者との接点を多く有していることから、様々な体験活動の機会の提供、より一層健康に配慮した商品やメニューの提供、食中毒予防等の食品の安全性に関する情報をはじめとした食に関するわかりやすい情報や知識の提供といった食育の推進のための活動について、積極的に取り組まれるよう支援します。

職場の食堂等においても、より一層健康に配慮したメニューの提供や栄養、食生活等に関する情報提供がなされるよう、これらの活動を支援するため、県や市町村において必要な情報提供等を行います。

今後の展開方向（主な取り組み）

- 外食の栄養成分表示やヘルシーメニューの提供、ヘルシーオーダーの実施など食を通

して健康づくりに寄与する店舗を募集し、「健康なら21応援団」として登録し、県民に健康情報の提供などを行います。

(2) スローフードの推進

(地産地消の推進)

生産者と消費者の信頼関係の構築、食に関する県民の理解と関心の増進等を図るため、地域で生産された農林水産物をその地域で消費する地産地消を全県的に展開します。このため、各地域において、市町村、生産者団体、消費者団体等の関係者による地産地消を推進するための実践的な計画の策定・実施を促進します。また、地産地消活動の核となる人材の育成、関係者のネットワークづくり、情報提供の強化等を推進するとともに、地産地消の核となる直売施設や消費者との交流施設の整備を支援します。

今後の展開方向（主な取り組み）

- 県内で生産された農林水産物を県民が愛用する「地産地消」の県民運動の展開を目指します。
- 県産品の紹介活動や体験活動を通じて奈良の食材、食文化、農林水産業への理解を深める取組を進めます。
- 消費者に信頼される「奈良県産農林水産物」を提供し、その活用を進めます。
- 生産者団体、消費者団体、流通業界など一体となった取組を進めます。
- 特産品情報誌を発行・配布し、地産地消の理解を促します。
- 大和野菜などの奈良の特徴ある農産物の需要開拓を図るため、生産者と流通・食品加工業者等の連携を推進します。
- 農協女性部などの活動で、大和野菜など地域に根ざした食材をレストランや食品加工業者に提案するための調理法の掘り起こしや情報提供活動を支援します。
- 地域との連携により学校給食などでの県産食材利用を促進します。
- トレーサビリティシステムの活用やHACCP方式による衛生管理の推進により、高品質で信頼性の高い農林水産物づくりを進めます。
- 地産地消の核となる直売施設や農産物加工施設等の整備を支援します。

(ボランティアやNPO活動等における食文化の継承と発展のための取組)

食生活改善推進員等のボランティアやNPOが行う親子料理教室や体験活動等において、地域の郷土料理や伝統料理を取り入れることにより、食文化の普及と継承を図ります。

また、もてなしの心あふれる魅力ある奈良県づくりを推進する「もてなしアドバイザー」による郷土料理や地元の食材を使った料理などによる地域でのもてなし活動を推進するとともに、農業振興はもとより、都市との交流など新たな視点から魅力ある農村づくりを進める「里づくりの達人（食の達人）」により、地域食材を活用した料理や農産加工品の開発・掘り起こし・技術指導を通じて地域の活性化を支援します。

今後の展開方向（主な取り組み）

- 奈良県食生活改善推進員連絡協議会などの活動によって、地域や学校などにおいて、奈良県の食材や食文化（郷土料理、伝統料理など）の継承活動や情報提供を進めます。
- 「もてなしアドバイザー」のスローフードによるもてなしのまちづくり推進活動を支援します。
- 地域食材を活用した料理や農産加工品の開発・掘り起こし・技術指導を得意とする人を「里づくりの達人（食の達人）」として登録し、要望に応じ派遣します。

（学校給食での郷土料理等の積極的な導入）

奈良の伝統的な食文化について子どもが早い段階から関心を抱き理解することができるよう、学校給食において郷土料理や伝統料理等の伝統的な食文化を継承した献立を取り入れ、食に関する指導を行う上での教材として活用されるよう促進します。

今後の展開方向（主な取り組み）

- 学校給食では、すでに取り入れている郷土料理や伝統料理等の伝統的な食文化を継承した献立について、今後ともより一層の推進を図ります。

（イベントの活用及び関連情報の収集と発信）

食育推進運動を展開するために、地域の食文化等に知見を有する高齢者等の活用にも留意しつつ、県内各地で開催するイベントやシンポジウム等や奈良の伝統ある食材、食文化、地域の郷土料理等の情報提供、また、体験を盛り込んだ交流会の開催などを実施することで、多くの県民がこれらに触れる機会を提供します。

また、「奈良のうまいもの」づくり事業において、奈良の食文化の継承に関する取組を行います。

今後の展開方向（主な取り組み）

- 農村女性による都市住民や若い世代を対象にした農村に伝わる料理の紹介や体験活動を進めていきます。
- 農村の起業活動を通じ、農村の伝統的料理や加工品などの情報を提供します。
- 奈良の「食」に関心のある一般県民を、なら食と農（みのり）のサポートリーダーとして広く募集し、奈良の「食」に係わる情報提供を行うとともに「食生活指針」の普及及び食農体験学習などの活動展開を行います。
- 奈良に伝わる郷土料理と特産品を使った料理を組み合わせた「奈良のうまいもの（郷土・特産品料理／朝食／夕食）」の普及促進、登録販売店の増加に努めます。
- 奈良の食文化（郷土料理の由来、いわれ、食べ方など）について、「奈良のうまいもの」ホームページなどで紹介します。
- 地域農産物直売所などにおける地域に残る固有食材の発掘・継承活動を支援するとと

もに、ホームページなどにより情報発信を行います。

- 在留外国人への日本及び奈良の食文化を伝承するための「食育」を実施します。

(3)生産者と消費者の交流促進

(都市と農山村の共生・交流の促進)

グリーン・ツーリズム等を通じた都市住民と農林水産業者の交流を促進するため、各種広報媒体やイベント等を通じた都市住民への農山村の情報提供や交流拠点施設等の整備を支援します。

今後の展開方向（主な取り組み）

- ホームページやメールマガジン、キャンペーン事業等により、農林業農山村情報を都市住民へ発信します。
- 農山村地域のグリーン・ツーリズム実践者等を支援するため、各種研修会を開催します。
- 都市住民と農村との交流を促進するため、交流拠点施設等の整備を支援します。

(農林水産業体験活動の促進と消費者への情報提供)

農林水産物の生産における様々な体験の機会を拡大し、食に対する関心と理解を深めるため、情報提供の強化、受入体制の整備等を進めます。

また、食料の生産から消費に対する消費者の関心と理解を深めるため、地域の実情に応じたパンフレット等を作成・配布するとともに、イベント等による情報提供等を行います。

今後の展開方向（主な取り組み）

- 幼少期から農林水産業との関わりを深めるため、子どもを対象とした農林水産業体験教室、地域の農林水産業関係者、ボランティアやNPO等による出前講座など幅広い取組を推進します。
- 農林水産業関係者などによる地域や学校における食と生産の体験学習の取組を進めます。
- なら食と農（みのり）のフェスティバル、畜産フェアなどのイベントを通じ、生産者と消費者の交流を図ります。

(農林水産業者等による食育推進)

農林水産業に関する体験活動は、農林水産物の生産現場に関する関心や理解を深めるだけでなく、県民の食生活が自然の恩恵の上に成り立っていることや食に関わる人々の様々な活動に支えられていること等に関する理解を深める上で重要であることから、農林水産業者やその関係団体は、学校、保育等の教育関係者と連携し、農林水産業に関する多様な体験の機会を積極的に提供するよう努めます。

なお、これらの活動を支援するため、県や市町村において必要な情報提供等を行います。

今後の展開方向（主な取り組み）

- 県産品の紹介活動、体験活動、情報提供などを通じた交流を進めます。
- 農林水産物の生産、食品の製造、流通などにおける現場の体験活動を進めます。
- 都市住民等の消費者が農山村地域を訪れ、農林業農山村体験等の活動により、生産者との交流が促進されるよう、情報発信や受け入れ体制の整備を推進します。

(4)食品廃棄物の発生の抑制

(食品廃棄物の発生の抑制)

食べ物を大切にすることを育てるため、地球温暖化防止及び循環型社会形成の一環として、「物の使い捨て」につながる「食べ残し」の防止に向けた取組を進めます。家庭、外食施設及び学校給食における食べ残し及び食品廃棄の抑制や、食品産業及び食品流通過程における食品廃棄物の発生抑制の必要性を県民に啓発します。

今後の展開方向（主な取り組み）

- これまでの大量生産、大量消費、大量廃棄型のライフスタイルを見直し、3Rの取り組みを進めることで、食の大量廃棄の減少に努めるとともに、生産から製造、販売、消費そしてさらに生産へと続く食の循環社会の形成に努めます。
- 食べ残し防止に関する啓発チラシの作成・配布、管理栄養士・栄養士、食生活改善推進員等による啓発活動、情報パネル展を実施し、県民に食べ残し防止の普及啓発を進めます。
- 飲食店等における食べ残し防止のため、量の調節ができる等の配慮をする飲食店を増やす取組を進めます。

食育の推進に向けた取り組みを進めるために必要な事項

奈良県食育推進計画に定めた食育の推進に向けた取り組みを進めるため、市町村及び国との連携と県民との協働を進めるとともに、計画的な推進・進行管理を行います。

1. 多様な関係者の連携・協力の強化

食育の推進においては、施策体系に示したように、幅広い分野にわたる取組が大切です。

国、都道府県、市町村など行政機関はもとより、教育、保育、社会福祉、医療及び保健の関係者、農林水産業の関係者、食品の製造、加工、流通、販売、調理等の関係者、料理教室その他の食に関わる活動等の関係者、大学及び研究部門、さらには様々な民間団体、ボランティアやNPO等に至る多様かつ多数な主体があります。

このため、食育に関する施策の実効性を高めていく上で、これらの関係者が密接に連携・協力することが重要であるため、その強化に努めます。また、その際には、これらの関係者による創意工夫を凝らした取組が、これまで以上に活動の幅を広げつつ自発的かつ積極的になされるよう配慮していきます。

2. 市町村による推進計画の策定とこれに基づく施策の促進

食育基本法においては、市町村に対し、食育推進基本計画及び県の食育推進計画を基本として推進計画を作成するよう努めることを求めています。

食育を県民運動として推進するためには、より県民に身近な存在である市町村の積極的な取組が欠かせません。また、地域の多様な関係者の連携・協力を確保しつつ、地域の特性に応じた実効性の高い運動を進めていく上でも、市町村の主体的かつ計画的な取組が重要です。

このため、市町村による推進計画が可能な限り早期に作成され、関連する施策との有機的な連携を図りつつ県内各地で地域に密着した活動が推進されるよう、県から積極的に働きかけるとともに、資料や情報の提供等適切な支援を行います。

3. 積極的な情報提供と県民参加の推進

食育は、個人の食生活に関わる問題であることから、県民一人一人による理解と実践を促進することが何よりも重要です。

このため、多様な手段を通じた広報啓発活動を展開し、食育に対する県民の関心や意識を高めていくことが必要です。より多くの県民が食育に興味を持ち、食についての正しい理解が促進されるようにする観点から、食育に関する様々な情報をわかりやすい形で提供します。

また、食育の推進やそのための個別の施策に対する県民の理解と協力を確保するとともに、その実効性と透明性を高めていくためには、広報啓発活動や情報の提供に加えて、県民の意見や考え方等を積極的に把握し、施策に反映させるよう努めます。

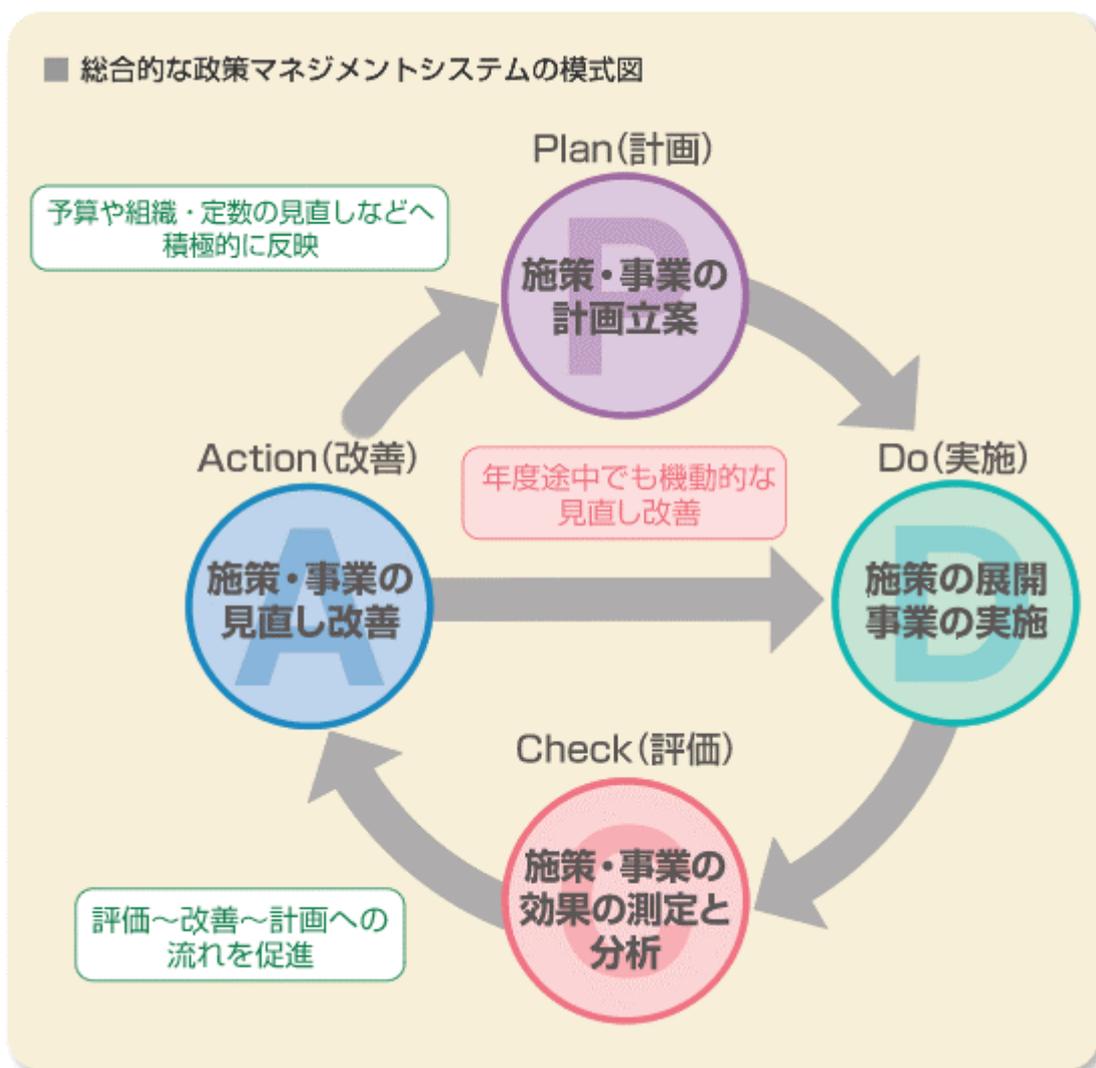
4. 推進状況の把握と効果等の評価及び財政措置の効率的・重点的運用

食育に関する施策を計画的に推進するためには、その推進状況を把握しつつ取り組むとともに、限られた予算を有効利用することが必要です。特に、食育は幅広い分野に関わり、多様な関係者による一体的な取組が必要です。

このため、奈良県食育推進会議を中心に計画に基づく施策の総合的かつ計画的な推進を図るとともに、目標の達成状況を含めてその推進状況を適切に把握し、これを行政関係者だけでなく、広く県民にも明らかにするよう努めます。

また、PDCA サイクルの考え方により、実施した施策については、その効果等を評価し、その結果を県民に明らかにするとともに、これを踏まえた施策の見直しと改善に努めます。

さらに、厳しい財政事情の下で限られた予算を最大限有効に利用する観点から、選択と集中の強化、施策の重複排除、部局間連携の強化、官民の適正な役割分担と費用負担、執行状況の反映等の徹底を図ります。



食育推進の主要指標

1. 目標の考え方

食育を県民運動として推進するためには、多くの関係者の理解の下、共通の目標を掲げ、その達成を目指して協力して取り組むことが重要となります。また、より効果的で実効性のある施策を展開していく上で、その成果や達成度を客観的な指標により把握できるようにすることが必要です。

このため、食育を推進するための目標値を設定し、その達成が図られるような取組を推進します。目標値の設定にあたっては、奈良県の食育が、「やまと 21 世紀ビジョン実施計画（2006～2010）」とともに推進されるよう、同実施計画と関連する項目については平成 22 年度の目標値を設定しました。また、国の食育推進基本計画と関連する項目についても同様に同基本計画と同じ平成 22 年度の目標値を設定しました。

2. 食育の推進に当たっての目標値

食育推進体制の整備と情報の共有・発信のための目標値

(1)食育推進ネットワークの参加団体数の増加

0 団体（平成 18 年度）→100 団体（平成 22 年度）

食育の推進においては、行政機関はもとより、教育、保育、社会福祉、医療及び保健の関係者、農林水産業の関係者、食品の製造、加工、流通、販売、調理等の関係者、料理教室その他の食に関わる活動等の関係者、さらには様々な民間団体やボランティアや N P O 等に至るまで多様かつ多数な主体が密接に連携・協力することが重要です。このため、食育に関係する多くの団体が情報交換等を行う食育推進ネットワークの参加団体数の増加を目標とし、平成 22 年度までに 100 団体以上とすることを目指します。

(2)食育の推進に関わるボランティアの数の増加

2,144 名（平成 18 年度）→2,500 名（平成 22 年度）

食育を県民運動として推進し、これを県民一人一人の食生活において実践してもらうためには、食生活の改善等のために県内各地で県民の生活に密着した活動を行っているボランティアが果たすべき役割が重要です。このため、食育の推進に関わるボランティア団体等において活動している県民の数の増加を目標とし、平成 18 年度の 2,144 名から平成 22 年度までに 2,500 名以上とすることを目指します。

(3)「なら食と農（みのり）のサポートリーダー」登録者数の増加

263 名（平成 18 年度）→1,000 名（平成 22 年度）

奈良の「食」に関心のある一般県民及び団体を広く募集し、奈良の「食」に係わる情報提供を行い、機会あるごとに P R 活動を推進する草の根の活動に取り組んでいただく、「なら食と農（みのり）のサポートリーダー」を、平成 18 年度の 263 名から平成 22 年度までに 1,000 人以上とすることを目指します。

(4)食育推進計画を作成・実施している市町村の割合

0%（平成18年度）→50%以上（平成22年度）

食育を県民運動として推進していくためには、県内各地においてその取組が進められることが必要であり、食育基本法においては、市町村に対し、食育推進基本計画及び県の食育推進計画を基本として食育推進計画を作成するよう努めることが求められています。このため、食育推進計画を作成・実施している市町村の割合を平成22年度までに50%以上とすることを目指します。

健やかな食生活を実現できる県民の育成のための目標値

(5)毎日朝食を摂る児童生徒の割合の増加

73.2%（平成16年度）→83%（平成22年度）

県民の食生活については、様々な問題が生じていますが、その代表的なものの一つに朝食の欠食があり、若い世代を中心に年々その割合は増加傾向にあります。

このため、毎日朝食を摂る児童生徒の割合の増加を目標とします。具体的には、生活習慣の形成途上にある児童生徒については、毎日朝食を摂る児童生徒の割合を、平成16年度の73.2%から平成22年度までに83%とすることを目指します。

(6)肥満者の割合の減少

男性 25.2%（平成16年度）→男性 15%以下（平成22年度）

女性 14.1%（平成16年度）→女性 10%以下（平成22年度）

内臓脂肪型肥満が、多くの生活習慣病の発症リスクを高めることが明らかとなっています。県民の壮年期死亡の減少、健康寿命の延伸と生活の質の向上を目指すためには適切な食習慣や運動習慣を身につけ、肥満を予防及び改善することが重要です。このため、肥満者の割合の減少を目標とし、具体的には、平成16年度に男性25.2%、女性14.1%となっている割合を平成22年度までに男性15%以下、女性10%以下とすることを目指します。

奈良の食で創る魅力あふれる地域づくりのための目標値

(7)学校給食における地場産物を使用する割合の増加

10.7%（平成16年度）→15%以上（平成22年度）

学校給食に「顔が見える、話ができる」生産者等の地場産物を使用し、食に関する指導の「生きた教材」として活用することは、子どもが食材を通じて地域の自然や文化、産業等に関する理解を深めるとともに、それらの生産等に携わる者の努力や食への感謝の念を育む上で重要であるほか、地産地消を推進する上でも有効な手段です。このため、学校給食において県内の地場産物を使用する割合の増加を目標とし、具体的には、平成16年度に10.7%となっている割合（食材数ベース）について、平成22年度までに15%以上とすることを目指します。

(8)県民1人1日当たりの厨芥類（ちゅうかいるい）の量の減少

150g（平成14年度）→130g以下（平成22年度）

食べものを大切にする県民意識を育むために、作りすぎ、買いすぎを控えて食品廃棄物の発生を抑制するとともに、食べ残しの防止に向けた取り組みについて、県民全体で考え、実践していくことが大切です。このため、平成14年度に県民1人1日あたり150gとなっている厨芥類（ちゅうかいるい）の量を平成22年度までに130g以下とすることを目指します。

食育の推進に当たっての目標値一覧

目標項目	現状値	目標値 (平成22年度)
食育推進ネットワークの参加団体数の増加	0 団体 (平成18年度)	100 団体
食育の推進に関わるボランティアの数の増加	2,144 名 (平成18年度)	2,500 名
「なら食と農（みのり）のサポートリーダー」登録者数の増加	263 名 (平成18年度)	1,000 名
食育推進計画を作成・実施している市町村の割合	0 % (平成18年度)	50%以上
毎日朝食を摂る児童生徒の割合の増加	73.2% (平成16年度)	83%
肥満者の割合の減少	男性 25.2 % 女性 14.1 % (平成16年度)	男性 15%以下 女性 10%以下
学校給食における地場産物を使用する割合の増加	10.7% (平成16年度)	15%以上
県民1人1日当たりの厨芥類（ちゅうかいるい）の量の減少	150g (平成14年度)	130g以下

用語解説（50音順・アルファベット順）

牛海綿状脳症（BSE）

1986年にイギリスで発見された牛の病気で、発症した牛は、脳に無数の空胞ができ海綿状（スポンジ状）になるため、BSE（Bovine Spongiform Encephalopathy）と呼ばれる。発症すると体重減少、起立不能などの症状を呈する。

栄養教諭・学校栄養職員

食生活を取り巻く社会環境が大きく変化し、食生活の多様化が進む中で、朝食を摂らないなど子どもの食生活の乱れが指摘されており、子どもが将来にわたって健康に生活していけるよう、栄養や食事の摂り方などについて正しい知識に基づいて自ら判断し、食をコントロールしていく「食の自己管理能力」や「望ましい食習慣」を子どもたちに身につけさせることが必要となっている。このため、学校における効果的な食に関する指導体制を整備するため、学校教育法等の一部を改正する法律により平成17年4月から栄養教諭制度が開始された。栄養教諭は、教育に関する資質と栄養に関する専門性を併せ持つ職員として、食に関する指導（肥満や偏食などの児童生徒に対する個別指導等）と学校給食の管理（栄養管理、衛生管理等）を一体のものとしてその職務としている。

文部科学省 栄養教諭制度について

http://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/eiyou/index.htm

エクササイズガイド2006

「健康づくりのための運動基準2006」に示された生活習慣病を予防するための身体活動量・運動量及び体力の基準に基づき、安全で有効な運動を広く国民に普及することを目的に策定された「健康づくりのための運動指針2006」の通称。

厚生労働省 運動施策の推進

<http://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/undou.html>

親学サポートブック

家庭の教育力の低下が指摘される中、家庭教育の支援の一つとして、子育て中の親たちが、親として、無理なく、自信をもって、喜びを感じながら子育てができるように、家庭教育のヒント集として作成し、平成15年度より保健センター等で1歳6か月児健康診査を受診する子どもの保護者や保育所（園）・幼稚園・幼稚園の家庭教育学級を対象に配布をしている。

奈良県教育研究所家庭教育部

<http://www.nara-c.ed.jp/katei/16oyagakusapo-tobukku/16oyagakusapo-tobukku.htm>

介護予防

要介護状態の発生をできる限り防ぐ（遅らせる）こと、そして要介護状態にあってもその悪化をできる限り防ぐこと。

介護予防とは、単に高齢者の運動機能や栄養状態といった個々の要素の改善だけをめざすものではない。むしろ、これら心身機能の改善や環境調整などを通じて、個々の高齢者の生活行為（活動レベル）や参加（役割レベル）の向上をもたらし、それによって一人ひとりの生きがいや自己実現のための取り組みを支援して、生活の質（QOL）の向上をめざすものである。これにより、国民の健康寿命をできる限りのばすとともに、真に喜ぶに値する長寿社会を創成することをめざしている。

厚生労働省 介護予防関連

<http://www.mhlw.go.jp/topics/kaigo/hoken/yobou.html>

学校給食やまとの日

奈良県の学校給食の充実を図るため、学校給食を活用した取り組みを行う日として「学校給食やまとの日」を定めている。

学校給食における地場産物活用促進事業の取組として、地域生産者との交流等を行い、地域の産物を知り、地域の伝統的な食文化を大切にする心や食物の生産などに係わる人々への感謝の心を育てていく。また、給食のメニューを利用した親子料理教室の実施などにより学校給食への理解を深め、普及推進を図る取組を行う。

（財）奈良県学校給食会

<http://www.nara-kyusyoku.or.jp>

家庭教育手帳

保護者が家庭を見つめ直し、自信を持って子育てに取り組んでいく契機となるよう、文部科学省では平成10年度から「家庭教育手帳」、「家庭教育ノート」を配布しており、平成15年度からは、より子どもの発達段階に応じた内容とするため、従来の2分冊から、「ドキドキ子育て（乳幼児編）」「ワクワク子育て（小学校低学年～中学年編）」「イキイキ子育て（小学校高学年～中学生編）」の3分冊の「家庭教育手帳」として配布している。その中で、「食生活の乱れは、心身のバランスも乱す」「一日のスタートは朝食から」「一緒に食事をするってとても大切」等、食育に関する内容が盛り込まれている。

また、平成18年度からは、新たに、子どもの生活リズムの章を設け、従来の食育に関する内容に加え、「早寝早起き朝ごはん」といった子どもの生活リズムの向上に関する記述を追加するなど、内容の充実が図られた。

文部科学省 新家庭教育手帳・家庭教育ビデオ

http://www.mext.go.jp/a_menu/shougai/katei/main8_a1.htm

管理栄養士・栄養士

管理栄養士は、厚生労働大臣の免許を受けて、管理栄養士の名称を用いて、傷病者に対する療養のため必要な栄養の指導、個人の身体の状態、栄養状態等に応じた高度の専門的知識および技術を要する健康の保持増進のための栄養の指導並びに特定多数人に対して継続的に食事を提供する施設における利用者の身体の状態、栄養状態、利用の状況等に応じた特別の配慮を必要とする給食管理およびこれらの施設に対する栄養改善上必要な指導等を行うことを業とする者をいう。

栄養士は、同法に基づき都道府県知事の免許を受けて、栄養士の名称を用いて栄養の指導に従事することを業とする者をいう。

(社) 日本栄養士会

<http://www.dietitian.or.jp/>

(社) 奈良県栄養士会

<http://www4.kcn.ne.jp/%7En-eiyou/index.htm>

グリーン・ツーリズム

グリーン・ツーリズムとは、「緑豊かな農山村で、その自然、文化、人々との交流を楽しむ滞在型の余暇活動」、つまり、「農山村でゆっくり楽しむ休暇」のこと。農山村に住む人々にとっても、都市に住む人々との交流により、地域が活性化され、新たなビジネスのチャンスも開けるとともに、自然環境への意識も高まり、農山村の良さを生かしたむらづくりへと繋がる。

農林水産省 都市と農山漁村の共生・対流

<http://www.maff.go.jp/nouson/chiiki/gt/index.html>

奈良県 ならグリーン・ツーリズムへようこそ

<http://www.pref.nara.jp/nosei/greentourism/index.htm>

健康なら21応援団

外食の栄養成分表示やヘルシーメニューの提供、禁煙・分煙の推進、健康づくり情報の提供など、県民が健康づくりに取り組みやすい環境づくりに協力する店舗や施設。

奈良県 健康なら21応援団

<http://www.pref.nara.jp/kenko/ouendan/index.htm>

健康なら21計画

健康寿命（心身の状況に応じて活動的な状態で生活できる期間）の延長と早世（若くして亡くなること）の減少を柱に、より健康で、より豊かな長寿社会をめざす、健康づくり運動の計画で、期間は平成13年度から平成22年度までの10か年。

また、この計画の推進のために、住民組織、企業、団体、市町村、大学その他の社会のあらゆる分野において、健康増進に向けての浸透を図り、それぞれの主体的な取り組みと相互理解により全ての県民が健やかで心豊かに生活できる社会を実現するため、なら健康増進戦略会議を設置し、参加団体による健康づくり運動の推進を図っている。

奈良県 健康なら21計画

<http://www.pref.nara.jp/kenko/kenko21/nara21/index.html>

(財) 健康・体力づくり事業財団 健康日本21

<http://www.kenkounippon21.gr.jp/>

里づくりの達人

里づくりの達人は、農業振興はもとより、都市との交流など新たな視点から魅力ある農村づくりを進めるため、地域の活性化を支援する人材として登録され、地域の要望に応じ

て派遣している。地域食材を活用した料理や農産加工品の開発・掘り起こし・技術指導等を得意とする「食の達人」、わら細工や竹細工、木工など農村に伝承されている伝統工芸等を得意とする「農の匠」、花づくりやハーブづくり、ガーデニングなど身近な園芸を得意とする「土と緑の達人」が登録され、地域づくりのための取組に対して、ボランティアとして協力していただいている。

奈良県 里づくりの達人登録制度

<http://www.pref.nara.jp/nosei/tatujin/>

残留農薬

食品衛生法第 11 条第 3 項の規定により、食品は、農薬、飼料添加物及び動物用医薬品（以下「農薬等」という。）が厚生労働大臣の定める量（一律基準）を超えて残留するものであってはならないとされている（ただし、別に食品の規格（残留基準）が定められている場合は、この限りでない。）。

食育基本法

食育に関し、基本理念を定め、及び国・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、もって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に、平成 17 年 6 月に成立し、同 7 月に施行された法律。

内閣府 食育基本法

<http://www8.cao.go.jp/syokuiku/kihon.html>

食育推進基本計画

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に必要な基本的事項を定めるとともに、都道府県食育推進計画及び市町村食育推進計画の基本となるものとして、食育基本法に基づいて作成された計画で、平成 18 年度から平成 22 年度までの 5 年間の対象としている。

内閣府 食育推進基本計画

<http://www8.cao.go.jp/syokuiku/suisin/kihonmokuji.html>

食育月間

多くの国民に食育への関心を高めていただき、年間を通じて健全な食生活を実践する契機としてもらうためには、学校生活や社会生活等の節目にあたる年度明けの時期を食育月間とすることが望ましい。ただし、4 月から 5 月にかけての時期は、進学や就職、転勤等の影響により食生活の見直しに取り組む余裕があまりないと考えられるため、食育月間の実効性を確保する観点から 6 月とすることが最も適当であると判断され、毎年 6 月が食育月間と定められた。また、食育基本法が平成 17 年 6 月に成立したことにも配慮されている。

内閣府 食育月間とは？

<http://www8.cao.go.jp/syokuiku/gaiyou.html>

食育の日

食育の「育（いく）」という言葉が「19」という数字を連想させること及び「食育」の「食」という言葉も、「しょ→初→1、く→9」という考え方から「19」を連想させるために毎月19日が食育の日と定められた。さらに、第1回食育推進会議が平成17年10月19日に開催されたことにも配慮されている。

内閣府 「食育月間」と「食育の日」ができました。

<http://www8.cao.go.jp/syokuiku/gekkan.html>

食事バランスガイド

食生活指針を具体的な行動に結び付けるものとして、食事の望ましい組み合わせやおおよその量をわかりやすくイラストで示したもの。厚生労働省と農林水産省の連携により平成17年6月に決定・公表された。



(財) 食生活情報サービスセンター 食事バランスガイド

<http://j-balanceguide.com/>

厚生労働省 「食事バランスガイド」について

<http://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/eiyou-syokuji.html>

農林水産省 食事バランスガイド

http://www.maff.go.jp/food_guide/balance.html

食生活改善推進員

「私たちの健康は私たちの手で」をスローガンとし、地域において料理講習会などを通して健康な食生活習慣を普及伝達するボランティア。愛称はヘルスメイト。市町村ごとに協議会を持ち、県内の協議会が集まり奈良県食生活改善推進員連絡協議会を組織、保健所管轄ごとに支部を設置している。また都道府県の協議会が集まった全国食生活改善推進員

団体連絡協議会の組織がある。

(財)日本食生活協会

<http://www.shokuseikatsu.or.jp/index.html>

食生活改善普及月間

近年、がん、心臓病、脳卒中、糖尿病などの生活習慣病の増加が大きな健康課題となっているが、栄養・食生活の状況をみると、食生活を取り巻く環境の変化から、加工食品や外食への過度の依存、食卓を中心とした家族団らんの喪失が見受けられるほか、男性の肥満や若い女性のやせの増加などがみられる。

これらの状況を踏まえ、「食事バランスガイド」を活用し、国民一人一人の食生活改善に対する自覚を高め、日常生活での実践を促進するために、10月を食生活改善普及月間として、食生活改善普及運動を展開している。

食生活指針

生活習慣病の増加や食料自給率の問題、食べ残しや食品の廃棄などの背景から、国民の健康の増進、生活の質（QOL）の向上及び食料の安定供給の確保を図るため、文部省、厚生省及び農林水産省（当時）の連携により、10項目からなる「食生活指針」が平成12年3月に策定された。



厚生労働省 「食生活指針」の策定について

http://www1.mhlw.go.jp/houdou/1203/h0323-1_11.html

農林水産省 食生活指針

http://www.maff.go.jp/sogo_shokuryo/syokuseikatu-hp/sisin1.htm

文部科学省 食生活指針の推進について

http://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chousa/sports/004/toushin/030201i.htm

食品表示サポーター

日常の買い物などの中で食品表示を無償で継続的にモニターしていただく県民。この活動を通じて J A S 法に基づく食品表示の適正化を図ることを目的として設置している。

奈良県 食品表示サポーター

http://www.pref.nara.jp/syokuhin/syokuhin/supporter/supporter_index.html

食品表示 1 1 0 番

食品表示に関する問い合わせ、疑問などへの回答のほか、不適正な表示に関する情報について受け付けるために設置している相談窓口。

奈良県 食品表示 1 1 0 番

<http://www.pref.nara.jp/syokuhin/syokuhin/supporter/watch110.html>

新 結婚ワクワクこどもすくすくプラン

次世代育成支援対策推進法に基づき、次代の社会を担う子どもが健やかに生まれ、かつ、育成される環境の整備を図るため、「結婚ワクワクこどもすくすくプラン」(平成 13~17 年度)を前倒しで見直し、各施策・事業をこれまで以上に展開させた、次世代育成支援のための総合的な計画。期間は平成 17 年度から平成 21 年度までの 5 か年。

奈良県 新 結婚ワクワクこどもすくすくプラン

<http://www.pref.nara.jp/kodomo/jisedai/>

健やか親子 2 1

これまでの母子保健の取組の成果を踏まえ、残された課題と新たな課題を整理し、21 世紀の母子保健の主要な取組を提示するビジョンであると同時に、それぞれの課題についての取組の目標を設定し、関係者、関係機関・団体が一体となって推進する国民運動計画で、安心して子どもを産み、健やかに育てることの基礎となる少子化対策としての意義に加え、少子・高齢社会において、国民が健康で明るく元気に生活できる社会の実現を図るための国民の健康づくり運動(健康日本 21)の一環となるもの。対象期間は 2001 年(平成 13 年)から 2010 年(平成 22 年)までの 10 年間。

厚生労働省 健やか親子 2 1 検討会報告書

http://www1.mhlw.go.jp/topics/sukoyaka/tp1117-1_c_18.html

スローフード

ファースト・フードに対し、その健康や情緒に及ぼす影響、ひいては食文化の荒廃を危惧する警鐘として提唱された言葉。1980 年代末にイタリアのピエモンテ州において、食

材や調理法、食べ方において、人工的で不自然なファスト（速い）から、本格的で自然なスロー（ゆっくり）に立ち戻ろうという運動が始まり、近年、世界各国に広まった。

スローフード奈良

<http://www17.ocn.ne.jp/~sfnara/>

楽しい食教育の手引

県内の学校において、教育活動全体で行われる食に関する指導を一層充実させるため、様々な場面で行われる食に関する具体的な指導事例や給食の時間の指導の内容について示すとともに、学校と家庭が子どもの食に関して相互に情報交換しあえるワークシートなども具体的に示した手引。平成17年3月作成。

楽しく食べる子どもに～食からはじまる健やかガイド～

近年、子どもの食をめぐるのは、発育・発達の重要な時期にありながら、栄養素摂取の偏り、朝食の欠食、小児期における肥満の増加、思春期におけるやせの増加など、問題は多様化、深刻化し、生涯にわたる健康への影響が懸念されている。また、親の世代においても食事づくりに関する必要な知識や技術を十分有していないとの報告がみられ、親子のコミュニケーションの場となる食卓において家族そろって食事をする機会も減少している状況にある。

これらの問題に対応するため、食を通じて、親子や家族との関わり、仲間や地域との関わりを深め、子どもの健やかな心と身体の発達を促すことをねらいとし、家庭や社会の中で、子ども一人ひとりの"食べる力"を豊かに育むための支援づくりを進める必要があることから、食を通じた子どもの健全育成のあり方について検討され、平成16年2月に「楽しく食べる子どもに～食からはじまる健やかガイド」として厚生労働省において取りまとめられた。



厚生労働省 「食を通じた子どもの健全育成（一いわゆる「食育」の視点から一）のあり方に関する検討会」報告書について

<http://www.mhlw.go.jp/shingi/2004/02/s0219-3.html>

（財）こども未来財団 楽しく食べる子どもに

<http://www.i-kosodate.net/eating/report1/index.html>

地産地消

「地場生産—地場消費」を略した言葉で、地元で採れた生産物を地元で消費するという意味で使われる。地域の消費者ニーズに即応した農業生産と、生産された農産物を地域で消費しようとする活動を通じて、農業者と消費者を結び付ける取り組み。できるだけ産地に近いところで消費することが環境への負荷を小さくすることにつながると共に、「身土不二（中国の仏教用語で「風土と身体は一体」という意味）」の考え方では、人間が自分の足で歩ける範囲（三里四方とも四里四方と言われている。）で採れたものを食べるのが一番体に良いという食の信条とされている。

調理師

調理師は、同法に基づき都道府県知事の免許を受けて調理師の名称を用いて調理の業務に従事することができる者をいう。

（社）日本調理師会

<http://www.1.biz.biglobe.ne.jp/~nck/>

特定給食施設

特定かつ多数の者に対して継続的に食事を供給する施設のうち栄養管理が必要な施設と

して健康増進法施行規則で継続的に 1 回 100 食以上又は 1 日 250 食以上の食事を供給する施設と定められている。具体的には、病院、学校、児童福祉施設、社会福祉施設、事業所及びその附属寄宿舍、矯正施設、自衛隊等の諸施設のうち、この食数の要件に該当するものが対象となる。これらの施設は健康増進法施行規則第 9 条に定められた栄養管理に関する基準を遵守することとされている。

奈良県 給食施設関係者のみなさまへ

<http://www.pref.nara.jp/kenko/kyusyoku/kyusyoku1.html>

トレーサビリティシステム

食品の生産、加工、流通などの各段階で原材料の出所や食品の製造元、販売先などを記録・保管し、食品とその情報とを追跡・遡及できるようにすることで、食中毒などの原因究明や問題食品の迅速な回収、適切な情報の提供などにより消費者の信頼確保に資するシステム。

農林水産省 トレーサビリティ関係

<http://www.maff.go.jp/trace/top.htm>

奈良県農林振興ビジョン 21

県における農林水産業の振興・農山村の活性化を推進する基本となる計画で「やまと 21 世紀ビジョン」にあわせ、子どもたちが親の世代となる、ほぼ 30 年後の 2035 年（平成 47 年）を目標年次として、奈良の農林水産業・農山村の将来の姿を記載し、さらにその実現のために、2010 年（平成 22 年）までの 5 年間、県が主導的に取り組む具体的な施策及び主要指標を記載している。

この計画は、農林水産業者が創意工夫や自主的に努力し、関係団体・機関が主体的な役割を発揮することはもちろんのこと、県民の協働・参画によって総合的に推進していくものである。

奈良県 奈良県農林振興ビジョン 21 について

<http://www.pref.nara.jp/norinbu/vision/>

なら食と農（みのり）のサポートリーダー

奈良の「食」行動計画を推進する「なら食と農（みのり）の県民会議」を県民誰もが参加できる運動組織とするため、「奈良のうまいもの」づくり（奈良の新名物料理づくり）や奈良特産品・安全安心づくり（安全・安心・新鮮な県産食材づくり）に関心のある一般県民及び企業・団体を「なら食と農（みのり）のサポートリーダー」として登録し、県民の理解と協力のもと、県民が一体となって取り組む「県民運動」としての展開を図っている。

奈良県 なら食と農（みのり）のサポートリーダー

<http://www.pref.nara.jp/norinbu/kenmin-kaigi/suporter-page.html>

なら食の安全安心確保の推進基本方針

食品の安全・安心確保を図る具体的かつ効果的な対応のため、「県民への安全・安心な食品の提供」を目的として、総合的な安全・安心確保対策の根幹となるものとして策定した

方針。この基本方針のもとに、県は、生産者、製造・加工業者、流通・販売業者及び消費者と相互に連携し、県民の安全で安心できる食生活の実現と健康の保護に向けて、積極的に取り組んでいる。

この方針に基づき、実施する事業を毎年「食品の安全・安心行動計画」としてとりまとめ、公表している。

奈良県 なら食の安全安心確保の推進基本方針

<http://www.pref.nara.jp/syokuhin/img/houshin.pdf>

奈良の「食」行動計画

「日本文化の再生と新たな創生」を目指す平城遷都 1300 年（西暦 2010 年）に向け、奈良の新たな食文化の創造と味覚の情報発信を行い、「食」の分野における「関西の憩いのオアシス」を目指して策定された計画で、期間は平成 15 年度から平成 21 年度までの 7 年間。

「食と農の共生」の視点に立って、奈良を訪れる人や県民が奈良らしさを体感できる「奈良のうまいもの」づくり（奈良の名物料理づくり）と、奈良特産品・安全安心づくり（安全・安心・新鮮な県産食材づくり）の着実な推進を図っている。

奈良の「食」行動計画

<http://www.pref.nara.jp/norinbu/kenmin-kaigi/koudou-keikaku/index.html>

妊産婦のための食生活指針

近年、若い女性において食事の偏りや低体重（やせ）の者の割合が増加するなど健康上の問題が指摘されており、妊娠期及び授乳期においても、母子の健康の確保のために適切な食習慣の確立を図ることが極めて重要な課題となっている。このため、厚生労働省において、妊娠期及び授乳期における望ましい食生活の実現に向け、何をどれだけ食べたらよいかをわかりやすく伝えるための指針とともに、妊婦個々の体格に応じて適切な体重増加量が確保されるよう、その目安について検討し、その結果を平成 18 年 2 月に「妊産婦のための食生活指針」として公表された。

妊産婦のための食事バランスガイド

～あなたの食事は大丈夫？～

「食事バランスガイド」ってなに？
「食事バランスガイド」とは、1日に「主食」「どれだけの量で」「何を」「どうやって」「食べる」の5つのポイントから、1日の食事を考えるための目安です。「主食」「野菜」「肉・魚・卵」「豆・乳・乳製品」「果物」の5つのグループの料理や食品を組み合わせることで、1日の食事を考えることができます。このガイドを参考に、1日の食事を考えることができます。

妊産前から、健康なからだづくりを
妊産前から、健康なからだづくりを。妊産前から、健康なからだづくりを。妊産前から、健康なからだづくりを。

「主食」を中心に、エネルギーをしっかりと
1日3食、主食をしっかりと。1日3食、主食をしっかりと。1日3食、主食をしっかりと。

不足しがちなビタミン・ミネラルを、「副菜」でたっぷりと
副菜を積極的に食べて、不足しがちなビタミン・ミネラルをしっかりと。副菜を積極的に食べて、不足しがちなビタミン・ミネラルをしっかりと。

からだづくりの基礎となる「野菜」は適量を
野菜を積極的に食べて、不足しがちなビタミン・ミネラルをしっかりと。野菜を積極的に食べて、不足しがちなビタミン・ミネラルをしっかりと。

牛乳・乳製品などの多様な食品を組み合わせて、カルシウムを十分に
牛乳・乳製品などの多様な食品を組み合わせて、カルシウムを十分に。牛乳・乳製品などの多様な食品を組み合わせて、カルシウムを十分に。

母乳育児も、バランスのよい食生活のなかで
母乳育児も、バランスのよい食生活のなかで。母乳育児も、バランスのよい食生活のなかで。

たばこやお酒の害から赤ちゃんを守りましょう
たばこやお酒の害から赤ちゃんを守りましょう。たばこやお酒の害から赤ちゃんを守りましょう。

年齢	主食	副菜	肉・魚・卵	豆・乳・乳製品	果物
0歳～1歳	5～7	—	—	—	+1
1歳～2歳	6～8	—	+1	+1	+1
3歳～5歳	3～5	—	+1	+1	+1
6歳～12歳	2	—	—	+1	+1
13歳～18歳	2	—	+1	+1	+1

厚生労働省 妊産婦のための食生活指針

<http://www.mhlw.go.jp/houdou/2006/02/h0201-3a.html>

ベジタブル&フルーツマイスター

日本ベジタブル&フルーツマイスター協会が認定する資格で野菜・果物の知識を高め、生活の中で活かし、知識をわかりやすく伝えて豊かな食シーンの実現に貢献することを目的としている。通称「野菜ソムリエ」。平成18年12月にベジフルコミュニティ奈良が発足。

日本ベジタブル&フルーツマイスター協会

<http://www.vege-fru.com/>

保育所における食育に関する指針

平成16年3月に作成された保育所保育指針を基本とした「食育の計画」作成のためのガイドライン。健康で質の高い生活を送る基本としての「食を営む力」の育成に向け、その基礎を培うことを保育所の目標とし、子どもの発達段階に応じた食育のねらい・配慮事項等が記述されている。

(財)こども未来財団 楽しく食べる子どもに-保育所における食育に関する指針-

<http://www.i-kosodate.net/eating/report2/index.html>

メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）

メタボリックシンドローム（Metabolic Syndrome）は心筋梗塞や脳梗塞などの動脈硬

化性疾患の危険性を高める複合型リスク症候群で、平成17年4月に、日本肥満学会、日本糖尿病学会、日本動脈硬化学会など8学会が日本における診断基準をまとめ、公表した。

ウエスト（臍の高さ）周囲径が男性で85cm以上、女性で90cm以上を内臓脂肪蓄積（CTスキャンの断面図で内臓脂肪面積が100cm²以上）のマーカースとし、この内臓脂肪蓄積に加え、次の3項目のうち2項目以上に該当する場合をメタボリックシンドロームと診断する。

- ① 血清脂質異常（中性脂肪150mg/dl以上またはHDLコレステロール40mg/dl未満）
- ② 血圧高値（最高血圧130mmHg以上または最低血圧85mmHg以上）
- ③ 高血糖（空腹時血糖110mg/dl以上）

メタボリックシンドローム撲滅委員会 メタボリックシンドローム・ネット

<http://metabolic-syndrome.net/>

厚生労働省 メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）はなぜ重要か

<http://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/metabo/09.html>

もてなしアドバイザー

もてなしの心あふれる魅力ある奈良県づくりを推進するため、地域でのもてなし活動を応援していただくとともに、実践者として自らもてなしの心で来訪者の受け入れを行う等、もてなしのまちづくりを進める原動力として、ご活躍いただく方を「もてなしアドバイザー」として募集し、登録している。もてなしアドバイザーは、市町村や実践グループ等からの派遣依頼により、それぞれの得意分野で「もてなしのまちづくり」の実践方法について、指導や助言、情報提供などアドバイスを行っていただいている。食の分野においては、地元料理の素材や調理に詳しい人、地域の農産加工グループメンバー、奈良の伝統野菜生産者、スローフード研究者等が対象になっている。

奈良県 もてなしアドバイザー

<http://www.pref.nara.jp/kenmin/motenasi/advisor.htm>

やまと給食マップ

奈良県各地の自慢の地場産物を示した地図。奈良県各地の地場産物を子どもたちへ知らせる食育の教材として活用。

やまと21世紀ビジョン

「やまと21世紀ビジョン」は、これからの社会のあり方を根底から変化させる「人口減少」や「地球温暖化」、「科学技術の急速な進歩」などの大きな潮流を前に、県民の皆様と共有する道しるべとして取りまとめた奈良の将来像で、奈良の3つの個性である、「歴史の“奈良”」、「住まいの“奈良”」、「共生の“奈良”」を生かし、住民、企業、行政などが一体となって取り組むことにより、「住む人々には安心でこころ豊かな暮らし」と「訪れる人々には感動と満足するとき」を実現し、基本目標である「世界に光る奈良県づくり」を目指している。

子どもたちが親の世代にかわる、ほぼ30年後の2035年を目標年次とし、住民の皆様の見点から、6つの将来ビジョン（安心、元気、誇り、憩い、未来、地域経営）にわけて

描き出すとともに、その実現のために 47 の数値目標を「なら未来目標」として設定している。

奈良県 やまと 21 世紀ビジョン

http://www.pref.nara.jp/c_sesaku/01.html

リスクコミュニケーション

食品の安全性に関するリスクコミュニケーションとは、リスク分析の全過程において、リスク評価者、リスク管理者、消費者、事業者、研究者、その他の関係者の間で、食品のリスクそのものやリスクに関連する情報や意見を相互に交換すること。具体的にはリスク評価やリスク管理の各過程や決定にあたって留意すべき点や考慮すべき事項について、関係者間で意見交換を行い、制度の円滑な実施に努めることのほか、関係者間で情報の共有化を図ることを指す。

内閣府 リスクコミュニケーション

<http://www.fsc.go.jp/senmon/risk/index.html>

農林水産省 リスクコミュニケーション

http://www.maff.go.jp/syoku_anzen/index6.htm

BMI (Body Mass Index)

肥満の判定に用いられる体格指数。BMI=体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)で表される。BMI は 22 を標準とし、18.5 未満がやせ、18.5 以上 25 未満が標準、25 以上が肥満と判定される。

厚生労働省 肥満ホームページへようこそ

<http://www.mhlw.go.jp/topics/bukyoku/kenkou/seikatu/himan/index.html>

H A C C P (Hazard Analysis Critical Control Point) 方式

アメリカで宇宙食を製造するために開発され、食品工場の衛生管理や衛生監視に導入されている方式。この方式では、食品製造の全ての行程における危害の発生を分析して、重要な管理点を重点的に監視することにより、衛生的な食品を製造する。

(財) 食品産業センター HACCP 関連データベース

<http://www.shokusan.or.jp/haccp/index.html>

3 R

3R は、環境と経済が両立した循環型社会を形成していくためのキーワードで、リデュース(Reduce)、リユース(Reuse)、リサイクル(Recycle)の頭文字の R を指す。

Reduce (リデュース：廃棄物の発生抑制) 省資源化や長寿命化といった取組みを通じて製品の製造、流通、使用などに係る資源利用効率を高め、廃棄物とならざるを得ない形での資源の利用を極力少なくする。

Reuse (リユース：再使用) 一旦使用された製品を回収し、必要に応じて適切な処置を施しつつ製品として再使用を図る。または、再使用可能な部品の利用を図る。

Recycle (リサイクル：再資源化) 一旦使用された製品や製品の製造に伴い発生した副

産物を回収し、原材料としての利用（マテリアルリサイクル）または焼却熱のエネルギーとしての利用（サーマルリサイクル）を図る。

経済産業省 3R 政策

<http://www.meti.go.jp/policy/recycle/index.html>

奈良県食育推進計画の策定経過

平成18年2月8日 平成17年度第1回奈良県食育推進会議庁内連絡会の開催

- ・ 食育基本法について
- ・ 食事バランスガイドについて
- ・ 奈良県食育推進計画の策定及び奈良県食育推進会議の設置について

平成18年4月28日 平成18年度第1回奈良県食育推進会議庁内連絡会の開催

- ・ 食育推進基本計画について
- ・ 奈良県食育推進会議設置条例案について
- ・ 奈良県食育推進会議委員候補者について

平成18年6月30日

- ・ 奈良県食育推進会議条例により奈良県食育推進会議を設置

平成18年7月1日～7月31日

- ・ 奈良県食育推進会議公募委員を募集し2名を選出

平成18年7月3日 平成18年度第2回奈良県食育推進会議庁内連絡会の開催

- ・ 食育に関する現状と課題の分析・整理について
- ・ 奈良県食育推進計画の策定方針について
- ・ 食育推進事業の進捗状況について

平成18年8月22日 平成18年度第3回奈良県食育推進会議庁内連絡会の開催

- ・ 奈良県食育推進計画の基本方針の確認について
- ・ 奈良県食育推進計画を踏まえた事業展開案の検討
- ・ 奈良県食育推進ネットワーク（仮）の設置に関する検討

平成18年9月4日 平成18年度第1回奈良県食育推進会議の開催

- ・ 食育基本法及び食育推進基本計画について
- ・ 奈良県における食育に関する現状と課題について
- ・ 奈良県食育推進計画の策定方針について

平成18年11月2日 食育推進事業市町村説明会の開催

- ・ 食育基本法、食育推進基本計画及び奈良県食育推進計画について
- ・ 市町村食育推進計画の作成及び市町村食育推進事業の推進について

平成18年12月22日 平成18年度第4回奈良県食育推進会議庁内連絡会の開催

- ・ 奈良県食育推進計画の素案の検討

- ・ 奈良県食育推進計画を踏まえた事業展開案の検討

平成19年1月31日 平成18年度第2回奈良県食育推進会議の開催

- ・ 奈良県食育推進計画の策定について
- ・ 奈良県食育推進計画の推進に向けて

平成19年2月16日～3月18日

- ・ 奈良県食育推進計画へのパブリックコメントの実施
意見の提出数 14件

平成19年3月30日

- ・ 奈良県食育推進計画について決定

奈良県食育推進会議委員名簿

◎ 委員（50音順、敬称略）

	氏名	所属・役職等
会長	柿本 善也	奈良県知事
	井上 寿美子	(社) 奈良県栄養士会理事
	岩本 博子	奈良県保育協議会副会長
	浦辻 利宏	(財) 奈良県学校給食会事務局長
副会長	尾川 欣司	スローフードならコンヴィヴィウムリーダー
	車谷 典男	奈良県立医科大学地域健康医学教室教授
	清水 順子	市民生活協同組合ならコープ常任理事
	下谷 幸司	奈良県旅館ホテル生活衛生同業組合理事
	鈴木 洋子	奈良教育大学生生活科学教育講座(家庭科教育)教授
	大門 道子	公募委員
	田村 日出男	近畿農政局奈良農政事務所消費・安全部長
	塚本 幾代	奈良女子大学生生活環境学部食物栄養学科教授
	中西 敏之 (前) 中條 隆司	日本チェーンストア協会関西支部参与
	福谷 亀義	公募委員
	藤岡 庄司	(社) 奈良県医師会理事
	増田 信一	(社) 奈良県歯科医師会常務理事
	松村 圭造	(社) 奈良県食品衛生協会副会長
	森井 恵治	奈良県小学校長会会長
	山中 弓子	(社) 奈良県調理師連合会理事
	吉川 敬代	奈良県PTA協議会副会長
	吉田 和子	奈良県食生活改善推進員連絡協議会副会長
	米田 義直	奈良県農業協同組合組織広報課長

◎ 事務局

企画部総合政策課	観光交流局交流政策課	福祉部長寿社会課
福祉部保険福祉課	こども家庭局こども家庭課	こども家庭局青少年課
健康安全局健康増進課	健康安全局生活衛生課	健康安全局食品・生活安全課
生活環境部県民生活課	生活環境部環境政策課	商工労働部商工課
農林部農政課	農林部農業経営課	農林部農業水産振興課
農林部畜産課	農林部林政課	教育委員会事務局保健体育課

～表紙写真「木守柿」について～



柿の実を採る時に全部を採ってしまわずに1つだけ残しておく風習があります。この残された柿を「木守柿」といい、「きもり」「きまもり」「こもり」などと読まれ、冬を越す鳥たちのために残しておく、来年の豊作を祈るための神様へのお供え、樹木の番人などの意味があります。

(写真提供：東谷宏幸氏)

奈良県食育推進会議

発行：平成19年3月

事務局 奈良県福祉部健康安全局健康増進課

〒630-8501 奈良市登大路町30番地

電話 0742-27-8662 FAX 0742-27-8262

E-mail kenko@office.pref.nara.lg.jp

インターネットホームページ <http://www.pref.nara.jp/kenko/>