

奈良県における 令和6年度 食育の取組詳細

- ・基本方針1 健康寿命の延伸にむけた食育
体育健康課、健康推進課、保健所
- ・基本方針2 次世代の健全な食習慣形成のための食育
体育健康課、健康推進課、こども保育課、こども家庭課
- ・基本方針3 奈良の食の魅力向上のための食育
体育健康課、豊かな食と農の振興課
- ・基本方針4 食を支える食環境づくり
薬務・衛生課、健康推進課

1

基本方針Ⅰ 健康寿命の延伸にむけた食育

1. 生活習慣病の発症と重症化予防

- (1)健康的な食生活の普及推進
- (2)職場における食育の推進

2. 高齢者の健康づくり

- (3)フレイル・低栄養予防の推進
- (4)オーラルフレイル予防の推進

3. 自然に健康になれる食環境づくり

- (5)食品関連事業者における食育の推進
- (6)給食を通じた食育の推進

2

基本方針Ⅰ 健康寿命の延伸にむけた食育

健康推進課

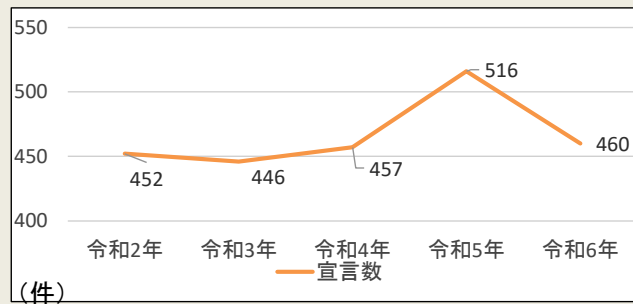
やさしおベジ増し宣言

県民ひとり一人が健康的な食習慣を実践できるよう、主食・主菜・副菜のそろった食事を1日2回以上とることを基本に身体にやさしい塩加減で野菜を増した食生活を実践することを「やさしおベジ増し宣言」と名付けて県内全域に普及啓発しています。



令和7年度より通年で募集

上半期：4月～9月受付分、下半期：10月～3月受付分で集計し、抽選で粗品（予定：日めくりカレンダー）をプレゼント



やさしおベジ増し宣言の応募件数
初回から概ね450件～500件程度で推移

宣言内容（抜粋）

○しょうゆは、スプーンをつかって、かけすぎないようにする。（10歳未満 男児）

○おみそ汁、ラーメンなどにたっぷり野菜を入れます！（40歳代 女性）

宣言は健康推進課HPに掲載しています。



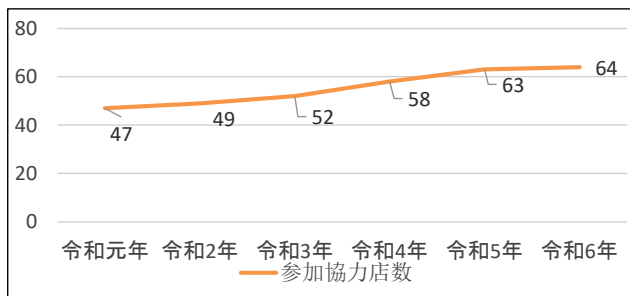
3

基本方針Ⅰ 健康寿命の延伸にむけた食育

健康推進課

やさしおベジ増しプロジェクト

奈良県では健康寿命日本一をめざし、スーパーマーケット等との連携協働により、中食（そう菜や弁当等）の減塩および野菜増量の取り組みを行い、健康な食事が入手できる食環境を作っています。この取り組みを「やさしおベジ増しプロジェクト」と名付け、県内全域への普及を図っています。



令和元年から開始した本事業は7年目となり、参加協力店数も増加中です。
令和11年年度の最終評価で**76店**を目指しています。

啓発ツールの例



（HPに掲載しています）



4

基本方針Ⅰ 健康寿命の延伸にむけた食育

健康推進課

健康関係3計画普及啓発事業

イオンモール大和郡山での「健康づくり啓発」イベント

令和6年9月29日(日)10:00～15:00

健康に関心の薄い層も含めた、様々な方が集まるイオンモール大和郡山の一角で、様々な体験を通じた普及啓発を行いました。



- エコフィットネス 泉先生による運動体験コーナーの実施
- 食育SATシステムを使用した栄養相談の実施
- 血管年齢、骨の健康度測定会の実施

令和7年度は9月27日(土)に開催予定

5

基本方針Ⅰ 健康寿命の延伸にむけた食育

郡山保健所

食育月間における普及啓発事業

令和6年5月31日(金)10:00～12:00

コープたつたがわの来場者を対象に、「野菜たっぷりおいしく減塩！」をテーマとした食育月間の普及啓発イベントを実施しました。※世界禁煙デー普及啓発と同時実施



実施内容

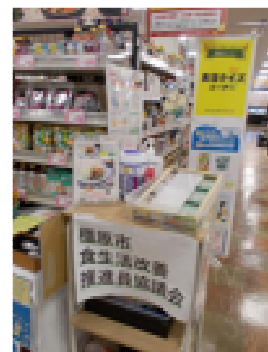
- 食育体験「野菜350gを計ってみよう」の実施
- げんえもんリーフレット、野菜クリアファイル等の媒体配布
- 野菜、塩分の一日の摂取量についてパネル展示

6

食生活改善普及運動(9月)における普及啓発事業

令和6年8月30日(金)10:00～15:00

やさしおベジ増しプロジェクト参加協力店舗であるスーパーヤオヒコますが店(檀原市)の来場者を対象に、「野菜たっぷりおいしく減塩!」をテーマに、やさしおベジ増しプロジェクト登録お惣菜のPRおよび野菜摂取量の増加と減塩の普及啓発イベントを実施しました。



- やさしおベジ増しプロジェクト登録お惣菜の試食会
- 野菜摂取量の増加への啓発
- 旬の野菜のレシピおよび種の配布
- スーパーで販売されている減塩食品の啓発



詳細は中和保健所HPに掲載しています

令和7年度は8月29日(金)にオークワ葛城忍海店で開催予定!

7

栄養管理における多職種連携強化支援事業研修会

令和7年2月21日(金)13:30～16:00

在宅関係職種向けに、在宅療養者のフレイル予防に関する栄養管理や、多職種間での連携、在宅の栄養管理の拠点の活用方法について研修会を開催しました。



研修会内容

- 継続的な栄養管理を目指した中和保健所の取り組みについての情報提供
- 在宅療養者のフレイル予防についての講演
- 栄養ケアステーションの活用についての講演
- 多職種連携による栄養改善例についての事例報告



詳細は中和保健所HPに掲載しています8

食育月間における普及啓発事業

令和6年5月31日(金)14:00～16:00

ライフ大淀店の来場者を対象に、「減塩・野菜摂取・フレイル予防」をテーマとした食育月間の普及啓発イベントを実施しました。※世界禁煙デー普及啓発と同時実施



実施内容

- フレイルチェック・減塩クイズの実施
- げんえもんリーフレット配布
- 減塩食品コーナーの設置(ライフ大淀店の取組)

9

基本方針Ⅱ 次世代の健全な食習慣形成のための食育

4. 健やかな発育、基本的な生活習慣の形成

- (7) 保育所・幼稚園等における食育の推進
- (8) 小・中学校等における食育の推進
- (9) 子育て家庭・地域における食育の推進

5. 健康的な食生活の定着と実践

- (10) 若い世代に対する取組の推進

子どもたちの心身の健やかな育ちの支援を図るとともに、こどもの発育・発達に応じた保育の質向上及び安全な食事提供を通じた、園児の健全な食習慣の形成のための人材育成を行いました。

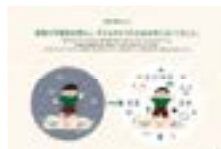
○対象：保育施設に勤務する、職員（保育士、保育教諭、栄養士、調理従事者等）

●奈良っ子はぐくみワークブック「ひとたね」を活用した研修会の実施



○奈良っ子はぐくみワークブック「ひとたね」

「自然保育」「食育」「芸術」をテーマとした日常保育の実践に役立つ、保育者向けワークブック



奈良っ子はぐくみ
ワークブック「ひとたね」

○奈良っ子はぐくみスクール

【ひとたね講座(全3回)_オンライン】

日程：令和6年①10月10日 ②10月28日 ③11月19日

【奈良っ子はぐくみラボ(ワークショップ&交流会)_集合】

日程：令和7年2月5日 会場：橿原市役所分庁舎 ミグランス

○奈良っ子はぐくみフォーラム2024

日程：令和7年2月28日

会場：なら芸術文化村芸術文化体験棟ホール

内容：「ひとたね」のポイント解説と

テーマ別の好事例発表会



11

●児童福祉施設給食関係者研修会「こどもの発育・発達に応じた食支援」



・日程：令和6年7月2日 14:00～16:30

・会場：奈良県社会福祉総合センター

・講師：畿央大学健康科学部健康栄養学科 野原 潤子 氏

<内容>

「乳幼児食事相談の主訴別支援策チャート(奈良県栄養士会)」の具体的な活用方法と、園児の食事中の様子で気になる事例(事前アンケートより収集)検討を他職種で行いました。

詳細は、こども保育課ホームページに掲載しています。(右記QRコード)



●保育所等における事故防止研修会「食物アレルギー」

・日程：令和6年10月16日 14:00～16:45

・会場：奈良県社会福祉総合センター

・講師：国保中央病院小児科・小児アレルギーセンター
センター長 中農 昌子氏

<内容>

アレルギー疾患についての講義他、同病院看護師・小児アレルギーエド
ュケーターよりエピペンの実技やヒヤリハット事例を用いたグループワーク
を他職種で行いました。



こども食堂支援事業

奈良こども食堂サポート事業

- こども食堂コーディネーターによるこども食堂の運営のサポート(県社会福祉協議会に委託)
- 市町村が主体となった「こども支援地域ネットワーク」の構築を検討してもらうよう、こども食堂コーディネーターとともに、設置率の低い市町村へ訪問し、県として直接働きかけや意見交換に参加(訪問市町村:10市町村)

こども食堂はぐみ活動支援事業

- 利用料を無料にした「こども食堂」の開催に要した経費を補助
- 延べ46団体(30団体)へ補助

こども食堂認証制度事業

- 衛生面等の安心・安全をより確保する「こども食堂」を、県が認証する制度
- 21団体認証
- 認証を満たすために、「こども食堂」で衛生管理等を行うために必要な経費を補助
- 7団体へ補助

<参考:県内こども食堂の状況>

①こども食堂の設置数

19箇所 平成29年3月末



173箇所 令和7年3月末

②市町村毎の設置状況



12市町村 平成29年3月末



28市町村 令和7年3月末

③小学校区に対する設置率

8.5% 平成29年3月末
(17/201小学校区)55.1% 令和7年3月末
(103/187小学校区)

※令和7年度～新規事業

企業版ふるさと納税を活用して「こども食堂スタートアップ事業」として、開設経費を補助

13

4. 健やかな発育、基本的な生活習慣の形成 (8)小・中学校等における食育の推進

学校における食に関する指導を組織的・継続的・計画的に実施

栄養教諭や学校栄養職員等を対象に食育推進状況調査の結果の共有及び資質向上を図るための研修会の実施

○連絡会や研修会の実施

→「食に関する指導の全体計画」の作成とそれに基づく組織的な食育の推進について県立学校および各市町村教育委員会に周知する。

- ・健康教育担当者連絡協議会(市町村教育委員会・県立学校)
- ・管理職研修会
- ・栄養教諭・学校栄養職員等研修会

○食育推進状況調査の実施

→小・中・高・特別支援学校を対象に年度末に実施

栄養教諭・学校
栄養職員等研修会

学校給食を教材とした食に関する指導の充実

○栄養教諭・学校栄養職員等研修会の実施

○学校保健会栄養教職員部会との連携

→学校給食を生きた教材と捉え、日々の給食指導や関連する教科及び総合的な学習の時間等を活用し、学校全体での組織的な取組を推進する。



学校保健会栄養教職員部会

学校給食における地産地消の推進

○地場産物の活用推進

(農林部豊かな食と農の振興課、県学校給食会、JAならけん、体育健康課)



市内で生産された「祝だいこん(大和の伝統野菜)」を「奈良の雑煮(郷土料理)」に使用し、食育指導を実施した葛城市の事例(R6)

14

6. 奈良の食の理解と実践 (11)地産地消の推進 (12)食文化(郷土食)の継承

学校給食における地産地消の推進(再掲)

地場産物・国産食材の使用状況調査 文部科学省調査

- 学校給食に地場産物・国産食材を使用している割合
(金額ベース)
・令和3年度より、県内7施設を対象に継続調査

	R3	R4	R5	R6
地場産物	32.4%	33.8%	31.9%	31.2%
国産食材	83.3%	83.2%	85.1%	85.5%

地場産物等実態調査 奈良県調査

- 学校給食に地場産物及び県内製造品を使用している割合(品目ベース)
・平成28年度より悉皆調査

R3	R4	R5	R6
28.5%	29.5%	30.6%	30.8%

学校給食における奈良県産食材を使用する割合が現状値より維持増加した市町村の割合: **52%**

学校給食において郷土料理を取り入れた献立の実施

郷土料理等調査 奈良県調査

- 学校給食における郷土料理・伝統料理(行事食)等の実施回数について調査
・令和5年度より悉皆調査
【月に1回以上実施している市町村の割合】

R5	R6
50.0%	66.7%

学校給食献立コンテストの実施(栄養価・減塩・地場産物・郷土愛・季節感等を審査)

- 奈良県学校給食栄養研究会主催の「学校給食献立コンテスト」の受賞献立等の中から、教育委員会内で投票を実施→得票数の最も多い献立に教育長賞を授与



教育長賞を受賞した
宇陀市立学校給食センターの献立(R6)

15

イオンリテール(株)・奈良県・ヘルスチーム菜良協議会による食環境整備事業

県民の健康的な食生活の実践を支援するため、誰もが自然に健康的な食事が入手できる環境を整備することを目的に、イオンリテール株式会社(奈良県と包括連携協定締結)及びヘルスチーム菜良協議会(県内管理栄養士養成4大学)と協同し、健康や栄養面に配慮した弁当を販売する。

産 イオンリテール株式会社

Take
○大学や官公庁との協働による販売促進
○健康増進の視点を取り入れた弁当レシピ開発
○社会貢献による企業価値向上

Give
○商品化のノウハウ・販売場所の提供
○イベント実施場所の提供



学 ヘルスチーム菜良協議会

Take
○学生の学び(県施策や社会ニーズ等)
○実践の場

Give
○管理栄養士学生による技術・アイデアの提供

産学官連携

官 奈良県

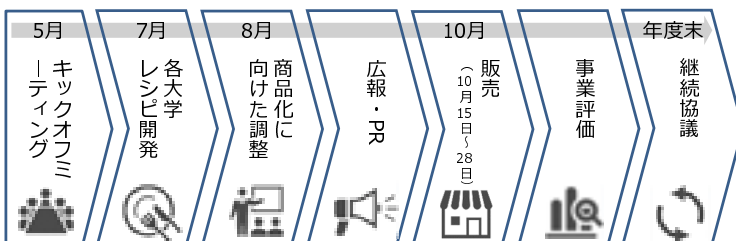
Take
○自然に健康になれる環境整備にむけたステークホルダーの獲得

Give
○事業にかかる予算
○県民へのPR
○県民の健康課題・データ

令和6年度実績(一部)



R7年度事業スケジュール



今後の方向性

- 他の事業者への波及(参加協力店・商品数の増加、販売期間長期化)
- 関係機関の広がり(市町村、栄養士会、栄養ケアステーション)
- やさしおベジ増しプロジェクトに発展・継続

6. 奈良の食の理解と実践

(11) 地産地消の推進

(12) 食文化(郷土食)の継承

17

基本方針Ⅲ 奈良の食の魅力向上のための食育

豊かな食と農
の振興課

6. 奈良の食の理解と実践

(11) 地産地消の推進

協定直売所「地の味土の香」

県と協定を結んでいる直売所「地の味土の香」を中心に、奈良県産食材の新鮮さや美味しさをPRすることで消費拡大と地域活性化につなげる。

今後は、協定直売所「地の味土の香」の魅力向上につながる支援を行うとともに、新規締結の促進と直売所間のネットワーク力の強化を目指す。



令和7年6月現在
協定直売所数 42店舗

検索サイト「奈良コレ」

奈良の食材や特産品、県産食材を使った料理や郷土料理が食べられる飲食店、直売所などを検索できるサイト。

今後は、食品ロス削減のためのマッチングシステムの構築に向けた検討を進める。



18

6. 奈良の食の理解と実践

(12) 食文化(郷土食)の継承

「はじまりの奈良これからの奈良」 シリーズの制作

奈良にルーツを持つ食文化、食材を次世代に伝えていくためにさまざまなコンテンツを制作した。

・展示パネル ・カード ・PR動画



HP「奈良の食文化」の制作と 農林水産省HP「うちの郷土料理」への情報提供

教育現場で教材として、メディア等への情報発信の資料として活用できる。



親子食と農の伝統文化セミナーの実施

子どもを主な対象として食文化や伝統文化について学ぶセミナーや体験教室を開催した。

＜開催テーマ(一部)＞

・柿の葉寿司 ・大和雑煮(きなこ雑煮) ・三輪素麺
・大和茶 ・和菓子



19

基本方針Ⅳ 食を支える環境づくり

7. 食育推進のための体制整備

- (13) 食の担い手の育成と活動支援
- (14) 市町村における食育の推進
- (15) 多様な主体による食育の推進

8. 社会情勢の変化に対応した食育

- (16) 食品ロスの削減にむけた食育の推進
- (17) 食の安全安心の取組推進
- (18) デジタル化に対応した食育の推進
- (19) 災害時の備えの推進

食の安全に関する意見交換

食品安全・安心懇話会の開催

食品の安全・安心の確保に向け、生産・加工・流通等の食品に関する各段階の事業者、学識経験者及び消費者代表と行政関係各課が、幅広く意見交換を行い、年度ごとに策定する「食品衛生監視指導計画」にその事項を盛り込むなど、県の施策に反映させている。

令和6年度は、第42回（令和6年9月6日対面開催）、第43回（令和7年2月書面開催）を実施。

令和7年度も2回開催予定。

なら食に関するリスクコミュニケーション

県民との対話や意見交換を通して、食に関するリスクなどの情報を共有し意思の疎通を図るため、様々なテーマで講演会を開催し情報を発信している。

令和6年度は、令和7年3月12日に「食品安全と健康食品～健康食品のリスクを考える～」を実施。聴講者は58名。

令和7年度も実施予定。

食の安全に関する監視指導・支援

食品衛生監視指導計画に基づく監視指導

食品衛生監視指導計画に基づき、食品関係事業者へ立ち入り、食中毒防止対策や食品表示の監視指導を行うとともに、収去（抜き取り）検査を行っている。特に、食中毒の危険性が大きく増大する夏期（7月～8月）及び食品の流通量が著しく増大する年末（12月）には、食品の一斉取締期間を設け、食の安全・安心に努めている。令和6年度は監視指導、夏期及び年末の一斉取締を実施した。

令和7年度も監視指導を実施中であり、夏期及び年末の一斉取締も実施予定。

21

健康関係3計画普及啓発事業

啓発のためのラップ動画を作成・YouTube配信

内容：健康づくりをテーマに10種類のショート動画を作成、YouTubeで配信

はじめよう健康生活
『YOJO 1STEP』

運動	休養・睡眠	禁煙	検(健)診受診	減塩
歯と口の健康	女性の健康	適正飲酒	肥満予防	野菜摂取

YouTube
(奈良県公式総合チャンネル)
で公開中



22