

# 第3次三重県食育推進計画



「赤ちゃんからお年寄りまで

みえの地物でみんなで食育！」

平成28年7月

三 重 県

○第3次三重県食育推進計画の概要	1
<b>第1</b> 三重県の食育の現状と今後の展開	2
1 これまでの取組と課題	2
2 第3次三重県食育推進計画の策定の方向性	2
<b>第2</b> 「みえの食育」に取り組む方針	3
1 赤ちゃんからお年寄りまでの食育	3
2 みえの地物で食育	3
3 みんなで食育	3
4 食卓囲んでコミュニケーション	3
5 学ぼう、食の安全・安心	4
<b>第3</b> 具体的施策	
1 家庭における食育の推進	4
（1）生活リズムの向上	4
（2）望ましい食習慣や知識の習得	4
（3）妊産婦や乳幼児に関する栄養指導	5
（4）青少年及びその保護者に対する食育推進	5
2 学校、保育所等における食育の推進	5
（1）学校における食に関する指導の充実	5
（2）学校給食の充実	6
（3）食育を通じた健康状態の改善等の推進	6
（4）就学前の子どもに対する食育の推進	6
3 地域における食育の推進	7
（1）若い世代や多様な暮らしを営む県民への食育推進	7
（2）健康寿命の延伸につながる食育推進	7
（3）栄養バランスが優れた「日本型食生活」の実践	8
（4）食品関連事業者等による食育推進	8
（5）地産地消の推進と食文化の維持・継承	8
（6）農林漁業体験を通じた食育推進	8
（7）食品ロス削減や食品リサイクルに関する取組	9
（8）専門的知識を有する人材の養成・活用	9
（9）食の安全・安心確保に関する取組	9
<b>第4</b> 目標値	10
○用語の解説	12

# 第3次三重県食育推進計画の概要

## 赤ちゃんからお年寄りまで みえの地物でみんなで食育！

### 第1 三重県の食育の現状と今後の展開

これまでの取組と成果をふまえ、キャッチフレーズ「赤ちゃんからお年寄りまで みえの地物でみんなで食育！」を新たに掲げ、「みえの食育」に取り組みます。

(キャッチフレーズに込められた思い)

- ・ 乳幼児から高齢者に至るまで、さまざまな生活を営む全ての県民の皆さんが健全で充実した食生活を実現すること
- ・ 私たちの財産である、各地域の気候・風土に育まれた農林水産物と地域に伝わる料理や風習等の食文化を次世代へ維持・継承すること
- ・ 食に関わる全ての皆さんが、ともに助け合い、支え合いながら、それぞれの立場での食育を実践すること

### 第2 「みえの食育」に取り組む方針

#### 1 赤ちゃんからお年寄りまでの食育 **新規**

乳幼児から高齢者に至るまで、さまざまな生活を営む全ての県民の皆さんが健全で充実した食生活を実現できるよう、施策を講じます。また、少子高齢化が進む中で、健康づくりや生活習慣病の予防等、健康寿命の延伸につながる取組を推進します。

#### 2 みえの地物で食育 **新規**

地域の農林水産物を活用した食育活動を推進し、食生活に係る地域の風習等の食文化が次の世代へ維持・継承されるよう支援します。また、食品ロスの削減、リサイクル等環境を意識した食育を推進します。

#### 3 みんなで食育 **新規**

多様な関係者との連携・協力を図りながら、食に関わる全ての皆さんが主役となって、それぞれの立場で役割を果たしていく、県民力による「協創」の三重づくりの一環として推進します。また、市町による食育推進計画の策定と、これに基づく施策の展開について必要な支援に取り組みます。

#### 4 食卓囲んでコミュニケーション

食を通じたコミュニケーションに着眼し、みんなと食卓を囲む共食(きょうしょく)への理解を促進します。

#### 5 学ぼう、食の安全・安心

食の安全に関する知識と理解を深め、自らの食を自らの判断で正しく安心して選択していくことができるよう、情報発信や学習機会の提供を推進します。

### 第3 具体的施策

#### 1 家庭における食育の推進

- (1) 生活リズムの向上
- (2) 望ましい食習慣や知識の習得
- (3) 妊産婦や乳幼児に関する栄養指導
- (4) 青少年及びその保護者に対する食育推進

#### 2 学校、保育所等における食育の推進

- (1) 学校における食に関する指導の充実
- (2) 学校給食の充実
- (3) 食育を通じた健康状態の改善等の推進
- (4) 就学前の子どもに対する食育の推進

#### 3 地域における食育の推進

- (1) 若い世代や多様な暮らしを営む県民への食育推進 **新規**
- (2) 健康寿命の延伸につながる食育推進 **変更**
- (3) 栄養バランスが優れた「日本型食生活」の実践
- (4) 食品関連事業者等による食育推進
- (5) 地産地消の推進と食文化の維持・継承
- (6) 農林漁業体験を通じた食育推進
- (7) 食品ロス削減や食品リサイクルに関する取組 **新規**
- (8) 専門的知識を有する人材の養成・活用
- (9) 食の安全・安心確保に関する取組

### 第4 目標値

○朝食を毎日食べている子どもたち（小中学生）の割合の増加

現状値	小学生86.5%	→	目標値	小学生90.5%
	中学生84.0%			中学生88.0%

○学校給食における地場産物使用割合(食材数ベース)の増加

現状値	31.2%	→	目標値	38.0%
-----	-------	---	-----	-------

○栄養バランス等に配慮した食生活を実践する人の割合の増加 **変更**

現状値	49.5%	→	目標値	55.0%
	20歳代及び30歳代38.9%			20歳代及び30歳代45.0%

○生活習慣病の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人の割合の増加 **新規**

現状値	70.4%	→	目標値	75.0%
-----	-------	---	-----	-------

○県の「食の安全・安心」の取組の認知度の増加

現状値	47.7%	→	目標値	55.0%
-----	-------	---	-----	-------

○市町食育推進計画の策定率の増加 **新規**

現状値	41.4%	→	目標値	80.0%
-----	-------	---	-----	-------

※新規：第3次三重県食育推進計画で新たに加えた項目、変更：第2次三重県食育推進計画から変更のあった項目

# 第3次三重県食育推進計画

## 第1 三重県の食育の現状と今後の展開

### 1 これまでの取組と課題

平成17年に食育基本法（以下「法」という）が施行され、法に基づき、平成18年に国が食育推進基本計画を策定し、食育推進の全国的な展開が始まりました。三重県では平成19年3月に策定した「三重県食育推進計画」に引き続き、平成24年2月に「第2次三重県食育推進計画（以下「県2次計画」という）」を策定し、これに基づきさまざまな取組を推進してきました。

この結果、家庭において、生活リズムの向上や望ましい食習慣に関する意識の向上が見られるとともに、学校においては、「食に関する指導の全体計画」の策定が進むなど、食育の指導体制づくりが図られました。また、地域においてさまざまな主体が連携した普及啓発等が行われた結果、栄養バランスに配慮した食生活をしている人の割合が増加するなど、地域での食育実践の輪は着実に広がりつつあります。

しかしながら、食育を次世代につなげていくための若い世代に対する取組や、生活習慣病の予防等、健康寿命の延伸につながる取組をさらに充実させる必要があること、農林水産物とその生産現場への関心・理解を深めることや地域の食文化の継承等が課題となっていることから、食に関わる皆さんが、連携を強めながら今後も主体的に食育に取り組んでいく必要があります。また、平成28年5月に開催された伊勢志摩サミットにより、三重の食への関心が高まっています。これを契機に食に関わる全ての皆さんが改めて自分達の食を見つめ直し、食育の推進につなげていく必要があります。

### 2 第3次三重県食育推進計画の策定の方向性

今後の食育の推進にあたっては、「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を実現することにより、国民の心身の健康の増進と豊かな人間形成に資すること」（食育基本法第2条）を旨とし、これまで行ってきた取組とその成果をふまえ、次のキャッチフレーズを掲げ、「みえの食育」に取り組めます。

#### 「赤ちゃんからお年寄りまで みえの地物でみんなで食育！」

（キャッチフレーズに込められた思い）

- ・ 乳幼児から高齢者に至るまで、さまざまな生活を営む全ての県民の皆さんが健全で充実した食生活を実現すること
- ・ 私たちの財産である、各地域の気候・風土に育まれた農林水産物と地域に伝わる料理や風習等の食文化を次世代へ維持・継承すること
- ・ 食に関わる全ての皆さんが、ともに助け合い、支え合いながら、それぞれの立場での食育を実践すること

なお、本計画は法第 17 条に基づく都道府県食育推進計画として策定されるもので、計画期間については、平成 28 年度から平成 32 年度までの 5 年間としますが、食育を取り巻く情勢の変化等をふまえ、必要な場合には随時計画の見直しを行うこととします。

## 第 2 「みえの食育」に取り組む方針

### 1 赤ちゃんからお年寄りまでの食育

乳幼児から高齢者に至るまで、さまざまな生活を営む全ての県民の皆さんが健全で充実した食生活を実現できるよう、施策を講じます。特に、生涯にわたる食習慣の基礎となる、子どもへの食育の取組を確実に推進するとともに、20 歳代及び 30 歳代を中心とする若い世代が、食に関する知識や活動を適切に次世代につないでいけるよう、取組を推進します。

また、少子高齢化が進む中で、健康づくりや生活習慣病の予防等、健康寿命の延伸につながる取組を推進します。

### 2 みえの地物で食育

平成 28 年 5 月に開催された伊勢志摩サミットにおいて、県産農林水産物を使用したさまざまな料理が提供されたことにより、三重の食の豊かさや価値が広く認識されました。これを契機と捉え、地域の農林水産物を活用した食育活動を推進し、食生活に係る地域の風習等の食文化が次の世代へ維持・継承されるよう支援します。

特に、地産地消運動や、農林漁業の体験活動に係る施策等を講じることにより、県民の皆さんが県産農林水産物に触れ親しむ機会や、生産者をはじめとする多くの関係者により食が支えられていることを知る機会を増やすよう取り組みます。

また、これらにより、食への理解と感謝の念を醸成するとともに、食品ロスの削減、リサイクル等環境を意識した食育を推進します。

### 3 みんなで食育

食育の取組は幅広い分野にわたるため、多様な関係者との連携・協力を図りながら、食に関わる全ての皆さんが主役となって、それぞれの立場で役割を果たしていく、県民力による「協創」の三重づくりの一環として推進します。

また、市町による食育推進計画の策定と、これに基づく施策の展開について必要な支援に取り組みます。

### 4 食卓囲んでコミュニケーション

家族等と一緒に食事をする事は、食の楽しさを知る機会であり、行儀作法や栄養バランス等、適切な食のあり方を学ぶ機会であるとともに、お互いの絆を深め、精神的な豊かさをもたらすものです。そこで、食を通じたコミュニケーションに着眼し、みんなと食卓を囲む共食（きょうしょく）（※1）への理解と実践を促進します。

## 5 学ぼう、食の安全・安心

食の安全・安心の確保は、食生活における基本となるものであり、継続的に取り組んでいくべき課題です。食の安全に関する知識と理解を深め、自らの食を自らの判断で正しく安心して選択していくことができるよう、情報発信や学習機会の提供を推進します。

### 第3 具体的施策

#### 1 家庭における食育の推進

家庭は、日々繰り返す食生活の中で、食事や団らんを楽しみながら親から子、孫へと食に関する習慣や知識が受け継がれていく、重要な場です。

また、子どもの頃に身に付けた食習慣は生涯にわたって影響するものであり、子どものうちに健全な食生活を確立することが重要です。

そこで、日常生活の基盤である家庭において、食育の取組が確実に実施されるよう、施策を展開します。

##### (1) 生活リズムの向上

適切な生活リズムを身に付けることは、健全で充実した生活を実現する上で重要なものです。とりわけ、食に関する生活リズムは健康に関わるものであり、家庭において身に付けていくことが非常に重要です。

そこで、食に関する適切な生活リズムの習得と質の向上、特に、一日の始まりである朝食の欠食の減少と質の向上について取り組むため、地域住民、民間団体、企業、学校、保育所、市町等への支援を行いながら情報発信や啓発を行います。

##### (2) 望ましい食習慣や知識の習得

家族等と食卓を囲んで楽しく食事をとりながらコミュニケーションを図る共食は、食育の原点ともいえるものであり、食文化や作法の継承、世代間交流等、子育てにとって重要なものと考えられます。

また、生涯にわたる健康づくりと健全な食習慣の基盤として、幼少期から健康や栄養、さらに食の安全、食べ残し等の食に関する環境問題等について正しい知識を学び、適切な食習慣を習得することが重要です。

このため、家庭では食文化や作法等さまざまな食の情報が子どもに伝えられ、また、なにより食を楽しめるものと感じるように、家族との食事の機会を増やしていくことが重要です。

このような家庭での取組を支援するため、子育て支援活動や地域づくり活動等の機会を通じて、共食の重要性とともにさまざまな食育に関する情報発信を行い、地域と連携した食育を推進します。

また、学校、保育所等の保護者に対し、給食だよりやリーフレット等を配付し、適切な栄養管理等食育に関する知識等の啓発に努めます。

### **(3) 妊産婦や乳幼児に関する栄養指導**

妊産婦の安全な出産と産後の健康回復に加えて、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には、妊産婦が食生活への関心を高めて正しい知識を身に付け、健全な食生活を実践することが重要です。

そこで、妊産婦等への栄養指導、食生活指導の充実を促し、さまざまな機会を通じて啓発を行うことにより、食生活への関心が高まるように努めます。

また、乳幼児期は心身の機能や食行動が著しく発達する時期であることから、保護者に対して子どもの発育・発達段階に応じた食生活の実践を促すことにより、健康的な生活リズムや食習慣が定着するよう努めます。

これらについては、市町と協働し、母子保健計画（※2）等との整合を図り、保健医療、子育て支援等の連携と栄養指導の充実に努めます。

### **(4) 青少年及びその保護者に対する食育推進**

青少年期は、食への無関心さ、過度の痩身志向、ストレスの増大等による不規則な食生活や栄養バランスの欠如等が問題となりやすい時期です。このため、生活習慣の基本となる家庭において、正しい食への知識と理解があり、健全な食生活が実践されていることが重要です。そこで、適正な食生活と適正体重、痩身による弊害等についての啓発に努めます。

また、県産農林水産物を活用した料理体験等への参加を促し、食文化ならびに地域食材への理解醸成に努めます。

## **2 学校、保育所等における食育の推進**

成長期にある子どもたちにとって、食育は、生涯にわたって健やかな心と体を培い豊かな人間性を育んでいく基礎となる重要なものです。

そこで、学校、保育所等において、市町や関係機関等と連携しながら、それぞれの地域や学校等の実態や子どもたちの発達段階に応じた食育を推進し、子どもたちの健全な食生活の実現と豊かな人間形成を図るよう、施策を展開します。

### **(1) 学校における食に関する指導の充実**

小学校、中学校、高等学校、特別支援学校の学習指導要領の総則に「学校における食育の推進」が明記されており、給食の時間、各教科、総合的な学習の時間等、学校教育活動全体を通じた食育の推進を図る必要があります。そのため学校は、子どもたちが食について計画的に学ぶことができるよう、校長がリーダーシップをとり、食育担当者（※3）や栄養教諭（※4）を核とし、全教職員の共通理解のもと、食に関する指導の全体計画を作成し、より効果的な指導を推進します。

また、学校教育活動のさまざまな場面を通じて、食生活と健康、規則正しい生活の大切さ、食文化、食の安全・安心等の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

う努めます。

さらに、地域の生産者団体等と連携し、農林漁業体験、食品の流通や調理に関する体験、食品廃棄物の再生利用等に関する体験等、子どもたちのさまざまな体験活動を進めます。

なお、学校における食育の推進については、家庭や地域と連携し、積極的に取り組みます。

## **(2) 学校給食の充実**

子どもたちの望ましい食習慣の形成や食に関する理解を促進するため、学校給食の一層の充実を推進します。

学校給食に地場産物を使用することや郷土料理を取り入れることは、子どもたちが地域の自然や文化、産業等に関する理解を深めるとともに、生産等に携わる皆さんや食への感謝の気持ちを育むなど、大きな教育的意義を有しています。このため、農林漁業者等地域の皆さんとの交流を促進するとともに、子どもたちが栽培、収穫したものの給食食材への活用等を行い、学校給食が食に関する指導の「生きた教材」として一層活用されるよう取り組むことで、地域の食文化への理解を深め、食への感謝の念の醸成を図ります。

農林漁業者や関係団体等と連携し、学校給食への地場産物の安定的な納入体制づくりの支援を行うとともに、「みえ地物一番給食の日」(※5)の取組を定着させるなど、学校給食における地場産物の活用を推進します。

また、学校給食での地場産物の利用拡大を図るため、食品関連事業者や生産者団体等と学校給食従事者との情報・意見交換を行う場を設置し、新たな地域食材を活用した食品の開発支援等に取り組みます。

さらに、伊勢志摩サミット開催に合わせて実施した「サミット給食」の取組を契機として、外国の食文化及び本県の郷土料理等への理解が一層深まるよう、学校給食を通じて取り組みます。

食物アレルギーを有する子どもへの対応については、「学校におけるアレルギー疾患対応の手引」(平成28年2月 県教育委員会作成)をもとに、子どもたちの実態を把握し、個に応じた給食の提供を進めるとともに、安全性を優先した適切な対応ができるよう取り組みます。

## **(3) 食育を通じた健康状態の改善等の推進**

子どもの肥満は生活習慣病の大きな要因であり、また過度の痩身は健やかな成長を阻害する要因となります。肥満と過度の痩身の予防には、早期から適切な食生活や運動の習慣を身に付けることが重要です。そのため、子どもやその保護者等に対して啓発を行うとともに、学級担任や栄養教諭、養護教諭、学校医等が連携して、偏食や、肥満・痩身の傾向にある子どもとその保護者への個別的な相談指導を推進します。

## **(4) 就学前の子どもに対する食育の推進**

乳幼児期は生涯にわたる生活習慣の基礎を培い、健康的な心と体を形成する重要な時期で

す。

保育所等においては、家庭や地域社会と連携のもと、保育士・幼稚園教諭・保育教諭、管理栄養士（※6）、栄養士、調理員等、職員が協力して食育を実践するとともに地域の子育て家庭への食育の情報発信拠点となるよう、啓発に努めます。

### 3 地域における食育の推進

食育は、乳幼児から高齢者に至るまで継続的に行うべきものであり、「生涯食育社会」の視点で取り組んでいくことが必要です。

また、農林水産業の営みをはじめとする食に関するさまざまな取組は、日々の生活とともに特色ある地域文化の基礎ともなっており、地域社会全体で理解を深めながら取り組んでいくことが重要です。

さらに、全ての県民の皆さんがいきいきと暮らす地域であるためには、生活習慣病の予防や高齢者の低栄養への対策、運動習慣の定着等に取り組んでいく必要があります。

そこで、地域における管理栄養士や栄養士、食生活改善推進員（※7）等による活動や、食品関連事業者による取組、さらにさまざまな地域活動と連携し、地域全体で食育実践の輪が広がるよう、施策を展開します。

#### （1）若い世代や多様な暮らしを営む県民への食育推進

20歳代及び30歳代を中心とする若い世代は、これから親になる世代であり、食に関する知識や活動を適切に次世代につないでいけるよう、食に関する知識を深めるとともに意識を高めていくことが重要です。

そこで、さまざまな主体と連携した地産地消の取組、農林漁業体験、消費喚起の取組、健康づくりの取組等を通じて、食に関する効果的な情報提供に努めます。

また、社会環境が変化する中で、子どもから高齢者に至るまで、多様な暮らしを営む県民の皆さんが食への知識と理解を深められるよう、情報発信や学習機会の提供に努めます。

#### （2）健康寿命の延伸につながる食育推進

県民の皆さんの健康寿命の延伸のためには、糖尿病等の生活習慣病の予防や肥満、過度の痩身、高齢者における食生活の質の改善等に努めることが重要です。

そこで、生活習慣病の予防及び改善、介護予防の視点から、県民の皆さんが年代やライフスタイルに応じて、望ましい食生活や適度な運動ができるように引き続き「みえの食生活指針」（※8）の普及と定着に取り組みます。

また、豊かな食生活を過ごすためには、十分な口腔機能の発達や維持と、味わいやころのくつろぎにつながる食べ方に関心を持つことが重要であり、関連する情報の提供や歯科保健活動を推進します。

これらの取組については、「三重の健康づくり基本計画」との整合を図りながら、NPO、企業、関係機関・団体、大学、市町と連携して推進します。

### **(3) 栄養バランスが優れた「日本型食生活」の実践**

主食・主菜・副菜をそろえ栄養バランスに優れた「日本型食生活」(※9)は、健全な食生活を送る上で重要であり、また、本県の恵まれた気候・風土やさまざまな生産技術により育まれた地域食材や食文化を見つめ直すきっかけとしても期待されます。

そこで、地域食材・食文化に関する情報提供を行うとともに、食生活改善推進員との連携等による日々の食事での地域食材の活用や、一日の食事の組み合わせ等を示した「食事バランスガイド(※10)」等の普及を図り、「日本型食生活」の実践に取り組みます。

### **(4) 食品関連事業者等による食育推進**

県民の皆さんの、生活習慣病の予防や健康増進を推進するには、家庭の食事だけでなく、外食や惣菜・持ち帰り弁当等を家庭で食べる中食(なかしょく)を含めた食事の管理が大切です。

そこで、「健康づくり応援の店」(※11)や「みえ地物一番の日」(※12)キャンペーン協賛の事業者による取組等と協働し、栄養成分表示や「野菜たっぷり」、「低脂肪」、「塩分控えめ」等の健康に配慮したメニュー等を通じ、バランスのよい食事に役立つ情報を提供する機会を増やすとともに、食品関連事業者が行う食育に関する体験活動の取組を推進します。

### **(5) 地産地消の推進と食文化の維持・継承**

地産地消については、身近にある地域の農林水産物やそれらに由来するサービスを消費・享受することを通じて、自らの生活や地域のあり方を見直そうとする県民運動として推進しており、この取組は、県民の皆さんが、地域の農林水産業の営みや食文化について見つめ直すきっかけとしても期待されます。

このため、食品関連事業者等と連携した「みえ地物一番の日」キャンペーンや農林漁業者と連携した「人と自然にやさしいみえの安心食材表示制度」を推進する中で、農林水産業の営みの「見える化」や農林水産物等の県産品の魅力発信に取り組みます。

さらに、農林漁業者、生産者団体、食品関連事業者等と連携し、県内で生産されるさまざまな農林水産物等の食材の魅力を伝え、日常の食生活等における活用を推進します。

また、地産地消の取組は、地域の産品を用いた料理や調理方法や食生活に係る地域の風習等、本県の貴重な財産である食文化を県民の皆さんに見つめ直していただく取組でもあります。このため、「和食；日本人の伝統的な食文化」が、ユネスコ無形文化遺産に登録(平成25年12月)されたこともふまえ、さまざまな主体と連携しながら、情報発信とともに、食文化の維持・継承に向けた取組を推進します。

### **(6) 農林漁業体験を通じた食育推進**

県民の皆さんが、食べ物を大切に思う心や食に関する感謝の念を養うためには、農林漁業

者をはじめとする多くの関係者により食が支えられていることを知り、食を生み出す農林漁業や農山漁村への理解を深めることが重要です。

このため、農林漁業体験や地域の食体験により、各地域の気候や風土に応じて営まれる農林漁業やさまざまな生産物、それを育む農山漁村に、子どもから高齢者までの幅広い世代の県民の皆さんに触れ、親しんでいただけるよう、農林漁業者、関係団体、企業、教育関係者等さまざまな主体の連携を深めるとともに、情報発信や研修会の開催等に取り組みます。

#### **(7) 食品ロス削減や食品リサイクルに関する取組**

家庭から排出されるごみのうち、約4割を生ごみが占めており、その中には食べられるのに捨てられてしまう食品（食品ロス）が多く含まれています。

そこで、地域で活動する関係団体、NPO、市町等さまざまな主体と連携し、食品ロスの削減に向けて「もったいない」という環境意識を育むための普及啓発を行います。特に、子どもたちに対しては、学校や地域において自発的・自主的に食べ残しのない食生活が実践できるよう環境学習を推進します。

また、食品関連事業者等の食品リサイクルの取組と連携した食育の推進に努めるとともに、地域で発生した食品循環資源を再生利用した肥料等を使って生産された農林水産物の消費を、地産地消の取組として推進します。

#### **(8) 専門的知識を有する人材の養成・活用**

乳幼児から高齢者に至るまで、多様な暮らしを営む県民の皆さんに対して食育を進めていくためには、個々の主体だけでなく、地域全体として取り組むことが重要であり、そのためには地域の取組の核となる専門的な知識を有する人材が必要となります。

このため、教育、医療、福祉、行政等の各職域で栄養指導等を行う管理栄養士や栄養士、給食施設、飲食店等に従事する調理師、農林漁業者、企業や団体等、食に関わる皆さんに対して、資質の向上に向けた研修会等を開催し、協働して食育に取り組む体制づくりを推進します。

#### **(9) 食の安全・安心確保に関する取組**

県民の皆さんが「安全で安心な食生活」を主体的に実践するためには、自ら食を選択し、適切に食を扱う力を習得することが重要です。

平成20年6月に制定した「三重県食の安全・安心の確保に関する条例」(※13)に基づく「三重県食の安全・安心確保行動計画」(※14)により、県民の皆さんが食の安全・安心に関する知識と理解を深め適正な判断、選択を行えるよう、情報提供を充実させるとともに、関係団体、市町等さまざまな主体との連携・協働を深め、食の安全・安心確保に関する取組が地域に根ざした活動となるよう推進します。

## 第4 目標値

本計画の推進にあたり、次の6つの目標を定め、計画に基づく活動を展開し目標達成をめざします。なお、これらは5年後に向けた目標値ですが、今後食育を進めていくうえでこの値が最終的な到達点ではなく、よりよい状況を目指していくものです。

### ○朝食を毎日食べている子どもたち（小中学生）の割合の増加

子どもたちの健やかな成長には、健全で規則正しい食生活を送ることが大切です。望ましい食習慣の形成を図る指標として、朝食を毎日食べている小学生（6年生）及び中学生（3年生）の割合の増加を目標とします。

目標指標	現状値 (平成27年度)	目標値 (平成32年度)
朝食を毎日食べている子どもたち（小中学生） の割合（%）	小学生 86.5	小学生 90.5
	中学生 84.0	中学生 88.0

### ○学校給食における地場産物使用割合（食材数ベース）の増加

学校給食は、食に関する指導の「生きた教材」であり、地場産物を活用することは、食料生産等に対する子どもたちの関心と理解を深めるとともに、地産地消の有効な手段であるため、学校給食における地場産物使用割合の増加を目標とします。

目標指標	現状値 (平成26年度)	目標値 (平成32年度)
学校給食における地場産物使用割合（%）	31.2	38.0

### ○栄養バランス等に配慮した食生活を実践する人の割合の増加

健全な食生活を実践するためには、一人ひとりが「何を」、「どれだけ」食べたらよいかを把握、判断し、個々人に適した食事をとることが必要です。そこで、「食事バランスガイド」や「食生活指針」等、食生活上の指針を参考に主食、主菜、副菜をそろえ栄養のバランスや量に配慮した食生活を送っている人の割合の増加を目標とします。

目標指標	現状値 (平成27年度)	目標値 (平成32年度)
栄養バランス等に配慮した食生活を実践する人 の割合（%）	49.5	55.0
	20歳代及び30歳代 38.9	20歳代及び30歳代 45.0

また、若い頃からの健全な食生活を実践することが必要ですが、若い世代の実践率が低い

傾向であるため、20歳代及び30歳代の目標値を設定し、その割合の増加を目標とします。

### ○生活習慣病の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人の割合の増加

生活習慣病の予防や改善には、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。そこで、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人の割合の増加を目標とします。

目標指標	現状値 (平成27年度)	目標値 (平成32年度)
生活習慣病の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人の割合(%)	70.4	75.0

### ○県の「食の安全・安心」の取組の認知度の増加

県民の皆さんが安心して安全な食生活を実践していくには、まず、行政や事業者の取組を知り、正しい知識と理解を深めることが重要です。このため県民の皆さんの理解を計る指標として「食の安全・安心」の取組の認知度の増加を目標とします。

目標指標	現状値 (平成27年度)	目標値 (平成32年度)
県の「食の安全・安心」の取組の認知度(%)	47.7	55.0

### ○市町食育推進計画の策定率の増加

地域において食育に関する活動が推進されるためには、さまざまな関係者が食育に関する課題や取組の方向性を共有し、それぞれの特性を活かして連携・協力を図りながら、地域が一体となって取り組んでいく必要があります。このため市町食育推進計画の策定率の増加を目標とします。

目標指標	現状値 (平成27年度)	目標値 (平成32年度)
市町食育推進計画の策定率(%)	41.4	80.0

## ○ 用語の解説

### 1. 共食

家族や友人等と一緒に食事を楽しむこと。

### 2. 母子保健計画

妊娠、出産、その他子育てに関する現状分析と今後の望ましい方向性等について検討を加え、地域の母子の健康や生活環境の向上を図るための体制の確立や効果的な母子保健施策の推進に資するため、市町や県が策定する計画。

### 3. 食育担当者

「食に関する指導計画」の作成や食に関する指導の内容・方法についての研修、家庭や地域との連携・調整等、学校における食育を推進する中心的な役割を担う者。平成 18 年度から三重県の小中学校及び県立特別支援学校の校務分掌に位置づけている。

### 4. 栄養教諭

児童・生徒の学校給食管理及び食に関する指導を担当する教員。平成 16 年 5 月の学校教育法の改正で創設された。

### 5. みえ地物一番給食の日

「みえ地物一番の日」に合わせ、県教育委員会と連携して、毎月第 3 日曜日をはさみ前後 1 週間で「みえ地物一番給食の日」を設定し、学校給食への地場産物の導入拡大や生産者との交流推進を図っている。

### 6. 管理栄養士

栄養士法に基づき厚生労働大臣の免許を受けて、学校・病院・施設・行政等において、栄養の指導等に従事することを業とする者。一定規模以上の給食施設には管理栄養士を置くことが法律によって義務づけられている。

なお、栄養士は、栄養士法に基づき都道府県知事の免許を受けて、栄養の指導等に従事することを業とする者のこと。

### 7. 食生活改善推進員

「私たちの健康は私たちの手で」を合言葉に、「ヘルスマイト」の愛称で地域での料理講習会等を通して健康な食生活習慣を広めるボランティア。自分や家族の健康管理はもとより、地域住民へ食生活改善の輪を広げ、健康づくりの担い手として活躍が期待されている。

### 8. みえの食生活指針

国による「食生活指針」を県民の皆さんにとって分かりやすく親しみやすい指針として

県が策定したもの。日々の生活の中で、「何をどれだけ食べたらよいか」、「どのように食べたらよいか」等、具体的に食生活を改善する方法を紹介している。

## 9. 日本型食生活

ごはんを主食としながら、主菜・副菜に加え、適度に牛乳・乳製品や果物が加わった、バランスのとれた食事のこと。我が国における昭和 50 年代ごろの食生活をモデルとしている。

## 10. 食事バランスガイド

栄養をバランスよくとるために、1 日にとる料理の組み合わせと、おおよその量をコマのイラストで示したもの。

## 11. 健康づくり応援の店

県では、県民の皆さんの外食や中食を含めた食生活をサポートするために、健康に配慮した食事や健康づくりに関する適切な情報を提供する飲食店等を「健康づくり応援の店」として登録している。

## 12. みえ地物一番の日

地産地消運動の一環として、三重県産の農林水産物やその加工品に触れ、親しむことで、その背景にある自然、文化、農林水産業の営み等について、見つめ直していただく機会を増やすための三重県独自のキャンペーン。

## 13. 三重県食の安全・安心の確保に関する条例

県民の皆さんが豊かな食生活を通じて健康に暮らしていくため、食の安全・安心の確保に関する施策を総合的に推進し、「県民の健康の保護」、「食品関連事業者と県民との間の信頼関係の構築」、「安全でかつその安全性を信頼できる食品の供給及び消費の拡大」に寄与することを目的として、平成 20 年 6 月に制定。

## 14. 三重県食の安全・安心確保行動計画

食の安全・安心に関する施策を効果的、総合的に推進するため、三重県食の安全・安心確保基本方針の「基本的方向」、「実施すべき施策」に沿って具体的な取組を明らかにする年度計画。



○第3次三重県食育推進計画に関するお問い合わせ先  
三重県

農林水産部フードイノベーション課 県産品魅力アップ支援班  
TEL : 059-224-2395 E-Mail : [foods@pref.mie.jp](mailto:foods@pref.mie.jp)

健康福祉部医療対策局健康づくり課 がん・健康対策班  
TEL : 059-224-2294 E-Mail : [kenkot@pref.mie.jp](mailto:kenkot@pref.mie.jp)

教育委員会事務局保健体育課 健康教育班  
TEL : 059-224-2969 E-Mail : [hotai@pref.mie.jp](mailto:hotai@pref.mie.jp)