

西桂町

第2次食育推進計画

平成30年3月

西 桂 町

目次

I.	計画の策定にあたり	1
	1. 食をめぐる現状と課題	
	2. これまでの取組と今後の展開	
II.	計画策定の基本的な考え方	2
	1. 計画の位置づけ	
	2. 計画の期間	
III.	食育推進の基本的な考え方	3
	1. 基本理念と基本目標	
	2. 基本方針	
IV.	第1次計画の目標達成状況	4
	1. 子どもの基本的な生活習慣の形成	
	2. 子ども・若者の育成支援における共食等の食育推進	
	3. 食育を通じた健康状態の改善等の推進	
	4. 生活習慣病の予防および改善につながる食育推進	
	5. 歯科保健活動と高齢者に対する食育推進	
	6. 地産地消の推進	
V.	食育推進に関する施策	7
	1. 食育を推進し、生活習慣の改善を促します	
	2. 歯科教育の推進を図ります	
	3. 地産地消の推進を図ります	
	4. 食育推進を行うための体制を整備します	
VI.	計画の推進にあたって	14
	1. 推進体制	
	2. 計画の進行管理	
VII.	参考資料	15
	1. アンケート調査結果	
	(1) 調査内容について	
	(2) 集計結果	
	2. 計画策定委員会	
	(1) 計画策定委員会要綱	
	(2) 計画策定委員会構成員	
	3. 西桂町食育推進計画策定作業部会	
	(1) 作業部会構成員	

I. 計画の策定にあたり

1. 食をめぐる現状と課題

近年、核家族化の進行や共働き世帯の増加などのライフスタイルの多様化により、朝食の欠食の増加や夕食の時間帯が遅いなどの食習慣の乱れが見られています。また、食習慣の乱れや運動不足など不規則な生活習慣等により、メタボリックシンドロームや生活習慣病が増加しています。

また、食育基本法（平成 17 年 6 月 17 日法律第 63 号）の前文には次のとおり記されています。

『子どもたちが豊かな人間性をはぐくみ、生きる力を身に付けていくためには、何よりも「食」が重要であり、私たちには、食生活の改善の面からも、「食」の安全の確保の面からも、自ら「食」のあり方を学ぶことが求められています。そして、私たちは、心身の健康を増進する健全な食生活を実践するため、一人一人が「食」について改めて意識を高め、自然の恩恵や「食」に関わる人々の様々な活動への感謝の念や理解を深めつつ、「食」に関して信頼できる情報に基づく適切な判断を行う能力を身に付ける必要があります。このため、家庭、学校、保育所、地域等を中心に、食育の推進に取り組んでいくことが私たちに課せられている課題となっています。』

2. これまでの取組と今後の展開

平成 17 年 7 月に施行された食育基本法に基づき、国及び県では、国民（県民）運動として食育に取り組み、国民（県民）が生涯にわたり健全な心身を培い、豊かな人間性を育むことができる社会の実現を目指すとしました。

国においては、平成 18 年 3 月に「食育推進基本計画」を策定し、平成 28 年 3 月には平成 32 年度までの 5 年間の「第 3 次食育推進基本計画」を策定しました。同様に、山梨県においては、平成 18 年 12 月に「やまなし食育推進計画」、平成 28 年に「第 3 次やまなし食育推進計画」が策定されています。

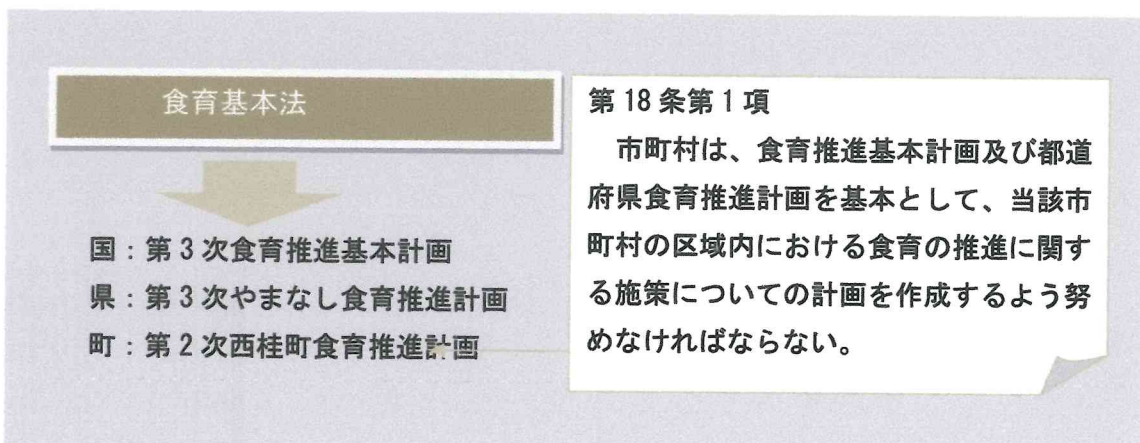
西桂町においても、「西桂町食育推進計画」を策定し、これにより食育の推進に関する施策の総合的かつ計画的な推進を図り、生涯にわたって間断なく食育を推進する生涯食育社会の構築を目指します。

Ⅱ. 計画策定の基本的な考え方

1. 計画の位置づけ

西桂町食育推進計画は、食育基本法第18条第1項の規定に基づく計画です。

推進にあたっては国の第3次食育推進基本計画及び山梨県の第3次やまなし食育推進計画と連携を図ります。さらに、西桂町第5次長期総合計画や各種の計画（西桂町地域福祉計画・西桂町高齢者福祉介護保険事業計画・西桂町保健事業計画・西桂町子ども・子育て支援事業計画等）と整合性を図り推進いたします。



2. 計画の期間

西桂町食育推進計画は、2018年度から2022年度までの5年間の計画とします。

ただし、国内外の社会経済情勢は常に変化しており、今後、食育をめぐる諸情勢も大きく変わることが十分考えられます。また、目標の達成状況や施策の推進状況等によっても、基本計画の見直しが必要となる場合が考えられます。このような場合、この西桂町食育推進計画については、計画期間終了前であっても必要に応じて見直しを行うこととします。

Ⅲ. 食育推進の基本的な考え方

1. 基本理念と基本目標

西桂町食育推進計画の推進にあたり、基本理念と基本目標は、西桂町第5次長期総合計画との整合性を図り、次のとおりとします。

【基本理念】 ひとりひとりが笑顔にあふれ、生涯にわたって健康で、互いに支えあい、いきいきと暮らしていけることを目指します。

【基本目標】 住民ひとりひとりが「食」の大切さの意識を高め、健全な食生活を実践するとともに、健康で自立した心豊かな町民を育てます。

2. 基本方針

西桂町食育推進計画の推進にあたり基本方針は、山梨県の第3次やまなし食育推進計画及び西桂町第5次長期総合計画と整合性を図り、次のとおりとします。

【基本方針】 家庭、学校、保育所、地域等、社会の様々な分野の関係者が連携して食育に取り組むなかで、地域と人を輝かせるため、生涯にわたって健全な食生活を実践できる人材育成を推進します。

IV. 第1次計画の目標達成状況

平成23年度に策定した前回計画では、「子どもの基本的な生活習慣の形成」、「子ども・若者の育成支援における共食等の食育推進」、「食育を通じた健康状態の改善等の推進」、「生活習慣病の予防および改善につながる食育推進」、「歯科保健活動と高齢者に対する食育推進」、「地産地消の推進」を重点項目に掲げ、食育推進に取り組んできました。

1. 子どもの基本的な生活習慣の形成

小中学生の朝食欠食率（学校アンケート（平成29年7月）より）
（西桂小学校）

項目	2012年度現状 （平成24年度）	2017年度目標 （平成29年度）	2017年度実績 （平成29年度）	備考
食べない日のほうが多い	3.9%（12/310人）	0%に近づける	—	項目削除
食べない	0.3%（1/310人）		2.3%（5/213人）	

（西桂中学校）

項目	2012年度現状 （平成24年度）	2017年度目標 （平成29年度）	2017年度実績 （平成29年度）	備考
食べない日のほうが多い	4.1%（6/146人）	0%に近づける	—	項目削除
食べない	0.7%（1/146人）		5.2%（8/153人）	

小中学校ともに、朝食の欠食率は増加しています。今後はさらなる取り組みが必要といえます。

2. 子ども・若者の育成支援における共食等の食育推進

小中学生の朝食孤食率（学校アンケート（平成29年7月）より）
（西桂小学校）

項目	2012年度現状 （平成24年度）	2017年度目標 （平成29年度）	2017年度実績 （平成29年度）	備考
自分だけで食べる	17.4%（54/310人）	10%以下	—	項目削除

（西桂中学校）

項目	2012年度現状 （平成24年度）	2017年度目標 （平成29年度）	2017年度実績 （平成29年度）	備考
自分だけで食べる	33.3%（48/144人）	10%以下	—	項目削除

平成29年度はアンケートの項目が削除されているため、評価困難でした。

3. 食育を通じた健康状態の改善等の推進

小中学生の肥満度（学校健診調査より）

（西桂小学校）

項目	2012年度現状 （平成24年度）	2017年度目標 （平成29年度）	2017年度実績 （平成29年度）	備考
小学生軽度肥満	4.9% (15/306人)	0%に近づける	3.7% (8/213人)	
小学生中等度肥満	2.3% (7/306人)		3.2% (7/213人)	
小学生高度肥満	0.0% (0/306人)		0%	

（西桂中学校）

項目	2012年度現状 （平成24年度）	2017年度目標 （平成29年度）	2017年度実績 （平成29年度）	備考
中学生軽度肥満	7.6% (11/144人)	0%に近づける	5.2% (8/153人)	
中学生中等度肥満	5.6% (8/144人)		2.0% (3/153人)	
中学生高度肥満	1.4% (2/144人)		0.7% (1/153人)	

小学校については、中等度肥満児の割合が増加していました。中学校については、すべてにおいて改善がみられます。今後も継続した取り組みが必要といえます。

4. 生活習慣病の予防および改善につながる食育推進

成人の朝食欠食率（町集団健診受診者の問診票より）

項目	2012年度現状 （平成24年度）	2017年度目標 （平成29年度）	2017年度実績 （平成29年度）	備考
朝食を週3回以上抜く	31.9% (106/332人)	15%以下	4.0% (16/403人)	

町集団健診受診者の問診票の結果では、朝食を週3回以上抜く人の割合は減少し、目標値を達成できています。

成人の運動状況（町集団健診受診者の問診票より）

項目	2012年度現状 （平成24年度）	2017年度目標 （平成29年度）	2017年度実績 （平成29年度）	備考
運動している	40.1% (133/332人)	60%以上	24.1% (97/403人)	

運動習慣がある人の割合は減少しています。運動習慣の確立にむけた支援が必要です。

5. 歯科保健活動と高齢者に関する食育推進

3歳児う歯罹患状況（3歳児健診実施報告より）

項目	2012年度現状 (平成24年度)	2017年度目標 (平成29年度)	2017年度実績 (平成29年度)	備考
う歯罹患率	31.0% (9/29人)	0%に近づける	16% (4人/25人中)	

3歳児歯科検診における虫歯罹患率は減少がみられましたが、目標値に近づけるためにはさらなる取り組みが必要です。

高齢者の口腔の状況（基本チェックリストより）

項目	2012年度現状 (平成24年度)	2017年度目標 (平成29年度)	2017年度実績 (平成29年度)	備考
お茶や汁物でむせる	20.4% (130/638人)	0%に近づける	—	

※基本チェックリスト実施終了のため、評価困難。

高齢者の標準体重の状況（基本チェックリストより）

項目	2012年度現状 (平成24年度)	2017年度目標 (平成29年度)	2015年度実績 (平成27年度)	備考
BMIが18.5以下	6.7% (43/645人)	0%に近づける	—	

※ BMI 身長からみた体重の割合を示す体格指数 BMI 指数=体重(kg) ÷ {身長(m) × 身長(m)}

※ 基本チェックリスト実施終了のため、評価困難。

6. 地産地消の推進

学校給食における地産地消（重量ベース）

項目	2012年度現状 (平成24年度)	2017年度目標 (平成29年度)	2017年度実績 (平成29年度)	備考
学校給食 (西桂小中学校)	41.1%	45%	—	品目数：28

※ 重量については、山梨県で生産された食品の使用重量÷給食に使用した食材の全体重量×100

※ 重量算出未実施のため、品目を参考値として備考に標記

V. 食育推進に関する施策

1. 食育推進し、生活習慣の改善を促します

西桂町民の食に関する実態と意識に関する調査（以下、アンケートとする）結果では、朝食を食べない日が週の半分以上ある人の割合は約1割おり、小中学校のアンケート結果でも、朝食を食べないと回答した人の割合は増えています（Ⅱ-5）。朝食を食べない理由としては、「食欲がわからない」、「食べる時間がない」、「朝食を食べるより寝ていたい」という回答でした（Ⅱ-5-1）。また、普段夕食を食べる時間が20時以降であると回答した人が約1割おり、それに加え、就寝時間が0時以降である人の割合が約1割でした。さらに、「食べる時間がない」と回答した人のうち7割が23時以降に就寝しており、「朝食を食べるより寝ていたい」と回答した人のうち約6割が0時以降に就寝していることがわかりました。そのため、夕食を食べる時間や就寝時間が遅くなることから、朝食の欠食に影響していることが言えます（Ⅱ-6,7）。また、朝食を食べない理由として、「以前から食べる習慣がない」、「食べたり準備する習慣がない」との回答もあり、親の生活習慣が子どもに反映されていること、さらに、「減量のため」に朝食を食べていないといった回答もあり、朝食摂取に関する正しい知識の不足もあることがわかります（Ⅱ-5-1）。

食生活については、主食・主菜・副菜を基本に食事のバランスに気をつけている人の割合は7割以上おり、食塩を1日8g未満になるようにしていると回答した人の割合は半数以上、健康のため食生活を見直すよう心がけている人も7割弱の人が回答しています（Ⅱ-3②,③,⑦）。しかし、食品を購入する際に重視する点は、「栄養バランス」や「カロリー」よりも、「価格」、「好み」が多くなっています（Ⅱ-11）。さらに、普段中食・外食をする人の割合が3割弱おり、利用する理由としては、「時間が節約できるから」、「調理をするのが面倒だから」という回答が多い状況でした（Ⅱ-9,10）。中食、外食の利用は塩分、カロリーが高くなると言えるため、食生活のバランスや減塩に気をつけてはいても、中食や外食により塩分等を多くとる生活になっていることが言えます。

また、平成22年度と比較すると、「運動をしている」人の割合は少なくなっています。しかし、アンケートでは、食育や運動を含め健康づくりに関する教室が必要と感じている人も半数以上いることがわかります（Ⅳ-3）。また、ウォーキングやストレッチなど運動に関する事業が必要と感じている回答もありました（Ⅴ-4）。

朝食をしっかり食べることは一日の生活リズムを整え、健全な食習慣へと導きます。家庭や学校、地域における教育力や生活力の向上も見据えながら、基本的、健康的な生活習慣の確立や生活リズムの向上、健全な食生活や運動習慣への意識の向上を図るよう、次のような取り組みを行います。

【施策の方向性】

① 基本的な生活習慣の形成

- (ア) 早寝早起きをし、朝食を摂るといった基本的な生活習慣が形成できるよう個に応じた指導に努めます。
- (イ) 朝食摂取の重要性について、肥満やダイエットに関する知識を含め正しい知識の普及に努めます。
- (ウ) 乳幼児健診や教室等において、小さい頃からの生活習慣が及ぼす影響等の情報提供を行い、親への教育を行います。
- (エ) 学校や保育所では、給食だより等の配布や給食に関する取り組みの中で、食習慣と生活習慣の関連についての知識の普及に努めます。
- (オ) 健康的な生活習慣の形成のため、運動習慣の確立を促します。

② 望ましい食習慣や知識の習得

- (ア) 保健事業や食生活改善推進員の活動を通して、地域、家庭における食生活に関する正しい情報を発信し、食生活や食習慣が心身の健康に及ぼす影響や改善に必要な知識の普及に努めます。
- (イ) 減塩等、生活習慣病予防のための正しい知識を普及し、望ましい食習慣の形成に向けた取り組みを推進します。

【目標指標】

○朝食を欠食する割合の減少

(西桂小学校)

項目	2017年度現状 (平成29年度)	2022年度目標	備考
朝食を食べない	2.3% (5/213人)	0%に近づける	学校アンケートより

(西桂中学校)

項目	2017年度現状 (平成29年度)	2022年度目標	備考
朝食を食べない	5.2% (8/153人)	0%に近づける	学校アンケートより

(成人期(※))

項目	2017年度現状 (平成29年度)	2022年度目標	備考
朝食を週3回以上抜く	4.0% (16/403人)	0%に近づける	集団健診の問診より

※40歳から74歳までの国民健康保険加入者

○肥満の割合の減少

(西桂小学校)

項目	2017 年度現状 (平成 29 年度)	2022 年度目標	備考
軽度肥満	3.7% (8/213 人)	0%に近づける	学校健診調査より
中等度肥満	3.2% (7/213 人)		
高度肥満	0%		

(西桂中学校)

項目	2017 年度現状 (平成 29 年度)	2022 年度目標	備考
軽度肥満	5.2% (8/153 人)	0%に近づける	学校健診調査より
中等度肥満	2.0% (3/153 人)		
高度肥満	0.7% (1/153 人)		

(成人期 (※))

項目	2016 年度現状 (平成 28 年度)	2022 年度目標	備考
BMI 25 以上	25.3% (79/312)	0%に近づける	特定健診結果より

※40 歳から 74 歳までの国民健康保険加入者

○成人 (※) の運動習慣を有する割合の増加

項目	2017 年度現状 (平成 29 年度)	2017 年度目標 (平成 29 年度)	備考
運動習慣がある	24.1% (97/403 人)	50%以上	集団健診の問診より

※40 歳から 74 歳までの国民健康保険加入者

2. 歯科教育の推進を図ります

口腔内では、食物が口腔内に取り込まれると咀嚼、食塊を形成、飲み込むことを行っています。その為、口腔内の機能の維持向上は、食育推進にとっても重要になります。

今回のアンケート結果より、歯磨きをするタイミングは違ってもほとんどの方に歯磨き習慣があることがわかります(Ⅲ-1)。また、半数以上の方が、過去1年のうちに歯科検診を受けており、約4割の方が歯の健康のために意識をしており、定期検診の受診や歯間ブラシを使用している等、歯の健康について意識し取り組みができていることがわかります(Ⅲ-4, 5, 6)。

しかし、歯磨き習慣が夕食後、就寝前のどちらかもしくは両方ともに磨いている回答した人が8割以上、つまり2割弱の人が夕食を食べた後に歯磨き習慣がないことがわかりま

す（Ⅲ-1）。

唾液の分泌は、細菌の繁殖を抑えたり、むし歯を防ぐ等、口腔内を清潔に健康に保つ働きがあります。唾液の分泌は高齢化や夜寝ているときに少なくなると言われており、歯周病を誘発し、歯周病が誘因となり全身疾患につながりやすいとも言えます。その為、就寝する前に歯磨きを行うことが大切になります。

また、乳幼児期より、食べ物を「口に取り込む」「噛む」「のみ込む」など食べることを学び獲得しています。厚生省「成人歯科保健対策検討会中間報告」（1989年）では、「残存歯数が約20本あれば食品の咀嚼が容易であるとされており、例えば日本人の平均寿命である80歳で20本の歯を残すという、いわゆる8020運動を目標の1つとして設定するのが適切ではないかと考えられる。」とされているため、高齢になっても自分の歯を残すことは重要になります。これらのことから、乳幼児期から高齢者までの継続的な関わりが大切であるため、次のような取り組みを行います。

【施策の方向性】

① ライフステージにおける歯科検診・歯科指導の推進

- (ア) 乳幼児期では、今後も歯科検診及び歯科指導を行い、また様々な機会を捉え個に応じた歯科指導に努めます。
- (イ) 保育所では、歯科検診や在園児や年少児の保護者を対象としたむし歯予防教室における歯磨き指導を行う等、歯科指導に努めます。
- (ウ) 小中学校では、歯科検診や歯科教育の授業、また、ほけんだより等により知識の普及を行います。
- (エ) 住民検診等で歯科医による歯科相談を継続して行い、口腔ケアの重要性の周知に努めます。
- (オ) いきいき交流会等、高齢者が集まる機会を捉え歯科相談や指導を行う等、歯科教育の機会の場を増やします。

② 優良歯科表彰の開催

- (ア) 福祉健康ボランティアまつりにおいて、3歳児健診時にむし歯のなかった児及び75歳以上で自分の歯が20本以上ある高齢者に対し、優良歯科表彰を行います。

【目標指標】

○むし歯の保有している割合の減少

項目	2017 年度現状 (平成 29 年度)	2022 年度目標	備考
1 歳 6 ヶ月児歯科検診	0% (0 人/31 人中)	0%を維持	幼児健診より
2 歳児歯科検診	17.9% (5 人/28 人中)	0%に近づける	
3 歳児歯科検診	16% (4 人/25 人中)	0%に近づける	
保育所歯科検診 (6 月分)	29.4% (30/102)	0%に近づける	保育所・小中学校 歯科検診より
小学校歯科検診	46.9% (100/213)	0%に近づける	
中学校歯科検診	34% (51/150)	0%に近づける	

○歯の健康のための取り組みをしている割合の増加

項目	2017 年度現状 (平成 29 年度)	2022 年度目標	備考
過去 1 年間に歯科検診を受けたことがある	55% (208/378)	65%	アンケート調査より
歯の健康のために取り組んでいることがある	36% (136/378)	45%	アンケート調査より

3. 地産地消の推進を図ります

アンケート結果より、約 6 割の人が地域の食文化や産物をいかしたり、郷土料理を伝え(Ⅲ-3④、Ⅲ-4)、7 割以上の人が食材を選ぶ際も旬のものを選ぶようにしていることがわかります(Ⅲ-3⑤)。

現在、三ツ峠グリーンセンターの玄関先では地元で生産されている野菜の販売を行っており、西桂保育所では教育ファームや夕市の開催、西桂町農業委員会では小学 5 年生を対象とし「田植え・稲刈り・脱穀」の体験を行っています。また、西桂町生活改善グループ絆会による減塩味噌作りや西桂町食生活改善推進委員会による料理教室等、各種団体により販売・教室の開催をしており、地産地消及び食文化の継承の一助になっていると考えられます。しかし、自由記載においては、「地産野菜や旬の野菜の販売」や「無人でも地域の旬野菜を売る」といった地元で作られた野菜などの販売を求める意見・要望が多くみられました。

これらのことより、農産物の販売や料理教室の開催等に関する周知が十分でないと言え、次のような取り組みを行います。

【施策の方向性】

① 農林漁業者や学校等による食育及び地産地消の推進

- (イ)三ツ峠グリーンセンター等における地元農家の野菜の販売等を通じて食育推進を図ります。
- (ウ)農業関係者等の協力を得て保育所年長児を対象に教育ファームとして農産物の苗植や収穫の体験し、収穫した農産物の給食での利用等を推進します。
- (エ)西桂町農業委員会等の協力を得て小学生を対象とした「田植え・稲刈り・脱穀」の体験をし、食育推進を行います。
- (オ)保育所や学校における給食で地元農産物の利用を行うことで地産地消の推進を図ります。

② 食文化の普及と継承

- (ア)西桂町生活改善グループ細会による減塩味づくりの普及や西桂町食生活改善推進委員会等の料理教室の開催等により食文化の普及と継承事業を推進します。
- (イ)昔から食べられてきた家庭料理など和食の奨励に努め、次世代に継承していきます。

【目標指標】

○地域の食文化や産物をいかした料理を食べるようにしている割合の増加

項目	2017年度の現状 (平成29年度)	2022年度目標	備考
「ほとんどできている」または「おおむねできている」	56.1% (212/378)	65%	アンケート調査より

4. 食育推進を行うための体制を整備します

「食育」に関心がある（または、どちらかといえばある）と回答した人の割合は約7割であり、「食育」について知っていると回答した人は約4割でした（Ⅱ-1,2）。また、「食育月間」や「食育の日」について知らない人は8割以上という結果でした（Ⅳ-2）。

食育を含む健康づくりを推進していくにあたり推進員が必要と答えた人は約3割おり、「食育」に関するPRが必要と感じる人は全体の約3割いました（Ⅳ-1,3）。食育や運動を含め健康づくりに関する教室が必要と感じている人も半数以上いることがわかりました（Ⅳ-3）。

地域におけるあらゆる場面が食育推進の大切な場となるといえます。家庭、学校、保育所、行政が連携しつつ、食育についての様々な関係者が様々な機会をとらえて、地域における子どもから高齢者まで町民ひとりひとりの食生活の改善を進めることが必要であり、そのための体制整備に努めていくことが重要と考え、次のような取り組みを行います。

【施策の方向性】

- ① 食習慣の契機及び定着のため、食育月間及び、食育の日の実施
国が進める食育月間（毎年6月）や食育の日（毎月19日）などに合わせて、食育情報の提供を行ったり、食育に関連した事業展開を行います。
- ② ボランティア活動の活発化と支援
食生活改善推進委員会や農業委員会等の活動を支援し、地域全体に向けた食育を推進します。
- ③ あらゆる場面における情報発信
関係者同士が連携し、町内イベントや事業の際に、対象の年齢にあわせた知識の提供や啓発を実施します。

【目標指標】

○食育について知っている割合の増加

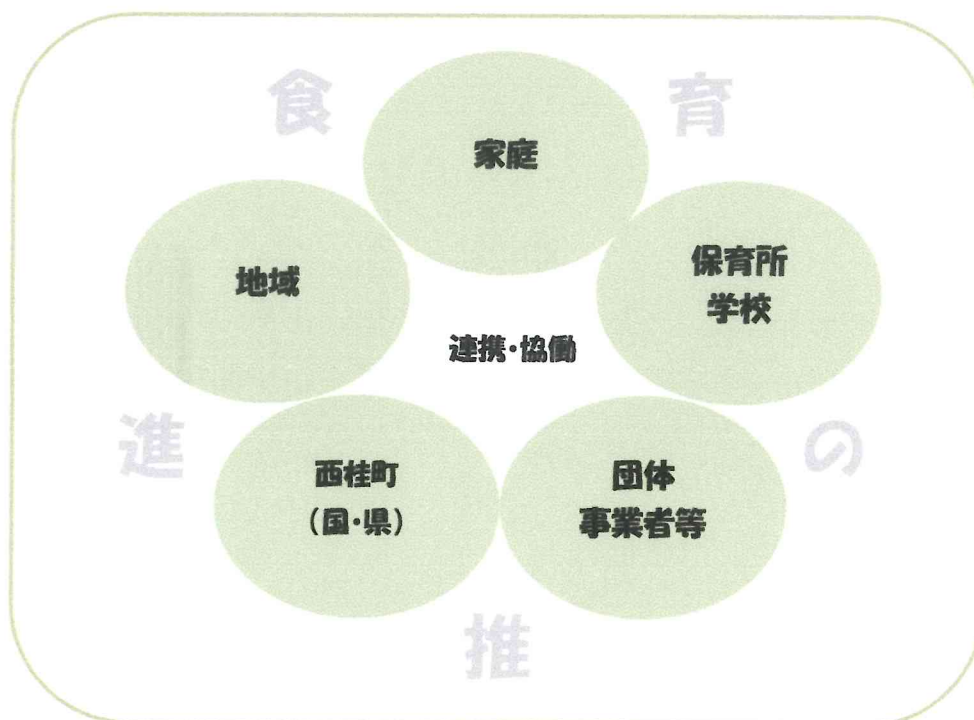
項目	2017年度の現状 (平成29年度)	2022年度目標	備考
「食育」という言葉の内容を知っている	39.7% (150/378)	50%	アンケート調査より
6月が食育月間、毎月19日が食育の日である事を両方知っている	1.3% (5/378)	10%	

VI. 計画の推進にあたって

1. 推進体制

計画の推進にあたっては、様々な分野における連携が必要不可欠です。

従来から、食育に関する事業や取り組みは、保健、福祉、教育、産業等の関係機関や団体、さらにボランティア団体など様々な主体によって、それぞれの立場で実践してきましたが、本計画のもと、さらに効果的・総合的に食育を推進していくため、それぞれの主体が相互に協力・連携して取り組んでいくものとします。



2. 計画の進行管理

本計画の進行管理は、福祉保健課が中心となって、定期的に計画に基づく実施状況を点検、評価し、その結果をもとに、庁内の関係各課や関係機関・団体等と連携して、取り組み内容の改善につなげることで、実効性を高めていきます。