

第 2 次栗山町食育推進計画

平成 30 年 3 月

栗 山 町

目 次

1	趣旨・目的	1
2	計画の位置づけ	2
3	計画の期間	3
4	食育をめぐる現状と課題	4
5	食育の推進目標と基本方針	5～12
6	各計画の概要と食育に関する取り組み	13～26
	【参考資料】 用語解説	27～33

1 趣旨・目的

人と地域が共に育つ食育推進を目指し
食育推進の考え方の統一・共有を図ります。

栗山町は、国蝶オオムラサキが飛び交う豊かで清らかな自然環境の恩恵を受け、農業を中心として地域の歴史・文化・産業が築き上げられてきました。

平成17年に「食育基本法^{*1}」が制定、同年「北海道食の安全・安心条例」が施行されて以降、食育の推進は日本全国・全道共通の取り組みとして進められています。

これらの背景から栗山町では、国・道が策定した食育推進計画を前提とし、栗山町の恵まれた環境や風土によって授かる「食」について、栗山町に暮らす人と地域が共に健康的に育む食育推進を目指した計画を平成24年に策定し、家庭、生産者、事業者、地域団体が連携し、食育の推進に努めてきました。この取り組みを維持、推進するため、この度第2次栗山町食育推進計画（栗山町地産地消促進計画）を策定します。

※^{*}は用語解説に記載



2 計画の位置づけ

国と道。そして、栗山町の食育に関する各計画をつなぎます。

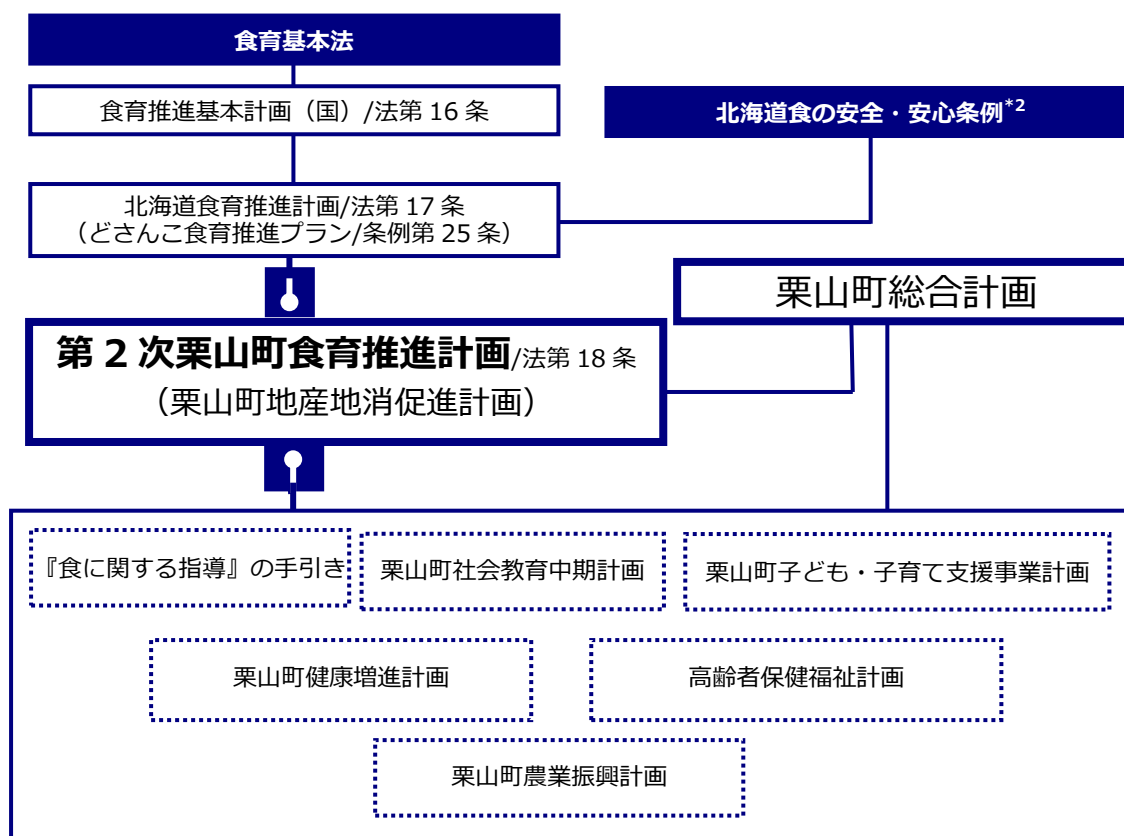
本食育推進計画は、食育基本法第18条第1項に基づく市町村推進計画です。

国・道において、食育推進計画を策定しているほか、栗山町内においても食育に関する各分野において事業計画が策定されており、関係機関団体と連携して栗山町民が「健康で長生き、楽しく心豊かな食生活の実現」を目指すものであり、総合的には栗山町食育推進計画は次のとおり位置づけされます。

※なお、この計画は栗山町地産地消促進計画としても位置づけするものです。

- ① 国・道が策定した食育推進計画と、町内各分野において策定された事業計画を、食育の観点で繋ぐもの。
- ② 国・道の計画を前提とし、栗山町が重点化する食育を明確にしたもの。

図1：各計画との関係図



3 計画の期間

平成30年度から34年度の5年間とします。

この計画の期間は、平成30年度から平成34年度までの5年間とします。

社会経済情勢や食育に対する考え方の変化等によって、計画の変更が必要になった場合には、関連する各計画の内容を考慮し見直しを行います。

表1：各計画の期間

	H 18	H 19	H 20	H 21	H 22	H 23	H 24	H 25	H 26	H 27	H 28	H 29	H 30	H 31	H 32	H 33	H 34
栗山町食育推進計画																	
食育推進基本計画(国)																	
北海道食育推進計画																	
栗山町総合計画																	
栗山町第1期健康増進計画																	
高齢者保健福祉計画																	
栗山町子ども・子育て支援事業計画(次世代育成支援行動計画)																	
栗山町社会教育中期計画																	
『食に関する指導』の手引き(給食)																	
栗山町農業振興計画																	

※「栗山町次世代育成支援行動計画」は、平成27年度から「子ども・子育て支援事業計画」に変更

4 食育をめぐる現状と課題

町民が健全で安全な食生活を実現できるよう、食育を推進します。

食育をめぐる現状と課題については、国・道の計画において把握されており、栗山町においても同様の現状・課題があると考えられます。

栗山町は、豊かな自然の中で水稻のほか、野菜の多種多品目が栽培されている農業の盛んな地域です。その中で各団体のイベントや町の事業など、各分野で食育に関する取り組みが行われています。

一方、近年食生活はライフスタイルの多様化などに伴い大きく変化し、食に対する意識の変化が懸念されています。また、食の外部化^{*3}や核家族化などから、家庭や地域で受け継がれてきた食文化が消えつつあります。

さらに、朝食の欠食などに見られる食習慣の乱れ、「孤食^{*4}」や「個食^{*4}」などによる栄養の偏り、生活習慣病^{*5}の増加、また、食べ残しなどに伴う食品の廃棄など、さまざまな問題も見受けられます。

こうしたことから、町民が「食」について考える習慣を身に付け、健全で安全な食生活を実現できるよう、食育を推進していくことが課題といえます。

5 食育の推進目標と基本方針

健康で長生き、楽しく心豊かな食生活の実現を目指します。

暮らしの中にある豊かな自然、文化、歴史などの地域資源を活用し、「健康で長生き、楽しく心豊かな食生活の実現」に向けて、主に家庭への「教育」・「健康」を基本とした食育を推進します。

● 栗山町の目標 「健康で長生き、楽しく心豊かな食生活の実現」

- 地産地消^{*6}で豊かな食生活
 - 朝食の大切さを知り、元気で健康な食生活
 - 家族団らんで楽しい食生活（共食）
- ※共食…家族が食卓を囲んで、一緒に食事をとりながらコミュニケーションを図ること。

● 目標実現のための基本方針

目標実現のための基本方針	食育で学び行動する15の柱
○方針 1 健康な食生活を実現する食育の推進 生涯にわたって健やかで元気な生活を送ることはすべての町民の願い。乳・幼児期から高齢期まで健康な食生活を実現できるように食育を推進する。	①自分の健康状態を知る
	②食べものと心や体の関係を知る
	③自分の適量を知る
	④栄養のバランスをとる
	⑤食べ方の工夫をする
	⑥食の情報を正しく理解する知識を身につける
○方針 2 食を知り心豊かな食生活を実現する食育の推進 生涯にわたっておいしさや楽しさなど食生活を通して精神的に満たされ、心豊かな食生活を実現できるように食育を推進する。	⑦日本型食生活の良さを知る
	⑧食べものの大切さを知り、自然の恵みに感謝する
	⑨食べものの作られる過程などを理解する
	⑩基本的な調理技術を身につける
	⑪味覚を育てる
	⑫食を楽しむ
	⑬食を通して環境について考える
○方針 3 栗山らしい食生活を実現する食育の推進 栗山町は豊かな自然の中で、新鮮な農産物を多数生産している地域。こうした特色を生かした食生活を実現できるよう食育を推進する。	⑭地産地消の大切さを知る
	⑮地域の農林水産業や食品産業を知る

●食育で学び行動する15の柱

食育の目標を達成するために、3つの基本方針の下、食育で学び行動する15本の柱を立て、取り組みを進めます。

【方針1】健康な食生活を実現する食育の推進

食は人々の生命と健康の基本であり、生涯にわたって健やかで元気な生活を送ることはすべての市民の願いです。

近年、脂質の過剰摂取や野菜の摂取不足など栄養の偏りから肥満や生活習慣病の増加が見られ、健全な食生活が失われつつある中で、食べものと心や体の関係を知るとともに、身体によい食品の適切な選択ができるよう食の情報を正しく知る知識を身につけ、乳・幼児期から高齢期まで、健康な食生活を実現できるように食育を推進します。

①自分の健康状態を知る

体調と体重・身長バランス、BMI^{*7}体格指数と肥満度、健康診査の受診、食生活改善への知識、生活習慣と生活習慣病の関連などについて知る

②食べものと心や体の関係を知る

○自分の体の仕組みを知る

脳、歯、唾液腺、舌、食道、胃、脾臓、十二指腸、小腸、肝臓、胆のう、大腸及び骨の機能を知る

③自分の適量を知る

年齢に合った栄養素量や食事量を知り、暴飲暴食を避ける

④栄養のバランスをとる

食品の組合せや食品群（栄養成分の類似性から、食品をいくつかのグループに分類し食品を上手に組み合わせるとる考え方。例えば、赤群：魚、肉など主に体をつくるもとになるもの、黄群：穀物など主にエネルギーのもとになるもの、緑群：野菜など体の調子を整えるもの）の考え方、主食・主菜・副菜のバランス、一日に摂取する食品数、栄養と生活習慣病の関連などについて知り、実践する

○規則正しく食べる（生活スタイルに応じて適切に食べる）

1日3食などの生活リズム、間食・夜食に関する知識、運動（遊び）の習慣と食生活のリズム、食べる心地よさを味わう（乳児）

⑤食べ方の工夫をする

○味付け（うす味）、間食のとり方を意識する

○噛むことの大切さを知る

噛むことは、歯やあごの発達、口の中の病気（むし歯、歯周病）の予防免疫、リラックスなどの効果があることを知る

○食べものの働きを知る

栄養素^{*8} とその働き、水分や食物繊維^{*9} の働き、機能調整の働きについて知る

⑥食の情報を正しく理解する知識を身につける

○体によいもの、安全な食べものを知る

食品の機能性に関する知識を学ぶ

○食品衛生の知識を得る

食中毒の予防や鮮度の見分け方、食品添加物^{*10} の知識などを学ぶ

○JAS法^{*11} などにに基づく食品の表示を知る

賞味期限・消費期限^{*12} や栄養表示基準^{*13}、原産地表示、マークによる表示（JAS、有機JAS^{*14}、特別用途食品^{*15} など）、遺伝子組換え食品^{*16}、食品添加物の表示や有機農産物を理解する

○食の安全性に関する情報を知る

道や国のホームページ、報道などを通じ、食の安全・安心に関する情報を積極的に収集する

○北海道独自で行っている表示を知る

道産食品独自認証制度^{*17} や道産食品登録制度^{*18}、 YES ! clean 表示制度^{*19}を理解する



【方針２】食を知り心豊かな食生活を実現する食育の推進

食生活は、健康の維持・増進の基本であるばかりでなく、生活の質との関連が深いものです。人々がおいしさや楽しさなど食事に求めるものは多様なものがあり、食べることにより精神的に満たされることも重要な要素になっています。

食材の生産と利用、食文化など食に関する幅広い知識を習得するとともに、楽しく食卓を囲む機会を多く持つなど、食を通じたコミュニケーションを深め、生涯にわたって精神的に満たされ、心豊かな食生活を実現できるように食育を推進します。

⑦日本型食生活^{*20}のよさを知る

- 郷土料理や行事食、保存食など家庭や地域で受け継がれてきた食文化を知り、伝承する
- 米を中心に魚や野菜、大豆を組み合わせた伝統的な食生活に、肉類、牛乳、乳製品、油脂、果物などが豊富に加わって、多様性があり、栄養バランスのとれた「日本型食生活」のよさを見直し、食生活を豊かにする
- 箸の正しい持ち方や使い方などを身につける

⑧食べものの大切さを知り、自然の恵みに感謝する

- 地域で採れた農産物や山菜、きのこ、魚介類など自然の恵みを知る
- 自然環境の保全、洪水や土砂崩れの防止など農山漁業・農林漁村の多面的な機能を知る
- 食べものと自然を大切にすることを育む

⑨食べものの作られる過程などを理解する

- 食べものの生産から流通までの流れなどを知る
- 安全で品質の高い食べものの生産には相応のコストがかかることを知り、再生可能な価格で買い支えることの重要性を理解する
- 旬の味覚を味わう
- 食べものを育てる、作ってみる、収穫してみる。五感（視覚・聴覚・味覚・嗅覚・触覚）を使って、自然や生きものに触れる
- 食料の自給率などについて知る

⑩基本的な料理技術を身につける

- 献立を考える
献立の基本を理解し、栄養のバランスや調理前の安全・衛生を考える
- 器具を使う
材料のはかり方や食材の切り方などを学ぶ
- 味つけをする
- 盛りつけをする
- 衛生的に取り扱う
- 食品の保存の仕方や食べものを大切にする習慣を身につける

⑪味覚を育てる

- 食材の本来の味を知る
- うす味の料理に慣れる
- 甘味、塩味、酸味、苦味、うま味の五つの基本味を知る
- 多くの食べものの味を経験し、食べたいものを増やすなど味覚を育てる

⑫食を楽しむ

- 家族や友人と楽しく食べる場をつくる
- 食べることの心地よさを味わう
- 食事のマナーを身につける
- よく噛んで食べる
- 行事食、保存食、郷土料理など、バラエティ豊かな食材を活用した調理方法を知る
- スローフード運動^{*21} や身土不二^{しんどふじ}*22 の考え方などに理解を深める

⑬食を通して環境について考える

- 食べものの選び方、調理方法や食品の保存方法を工夫する
- 食べ残しなどの食品ロスを少なくする
- 「環境に調和した食生活（エコクッキング）」を考える
- 「もったいない」というモノを大切にする心を育む
- 環境との調和に配慮したクリーン農業^{*23} や有機農業^{*24} などの取り組みについて理解を深める
- 食を通して大気・水の環境など環境問題について考える

【方針3】 栗山らしい食生活を実現する食育の推進

栗山町は豊かな自然環境の中で、新鮮な農産物が多数生産されている食材の宝庫であり、消費者と生産者とが顔の見えるつきあいができる特徴をもった地域です。

本町の基幹産業として発展する農業など食に関する産業の役割や現状について理解を深めるとともに、地産地消の大切さを知り、本町で生産された豊富な食材を生かした栗山らしい食生活を実現できるように食育を推進します。

⑭地産地消の大切さを知る

- 日常の食事に使う食材の生産地や生産者の状況やその栄養素などを知る
- 本町で生産される農産物のよさを理解し、旬のときが一番おいしく栄養も豊富で食材そのものの持つ本来の味であることを知る
- 地産地消は、生産者と消費者の信頼関係を構築するために大切であり、流通コストの削減や地域経済の活性化を図る上で重要であることを知り実践する
- フードマイレージ^{*25}などを理解し、地産地消は環境にやさしいということを知る
- 地域の特色ある食材（農産物）を知りそれを活用した家庭料理を知る

⑮地域の農林水産業や食品産業を知る

- 小・中学校の総合的な学習の時間などにおける体験活動を通して、地域の産業について理解を深める
- 休日には、親子や友達同士でふれあいファーム^{*26}や食育ファーム^{*27}などに出かけ、食に関するさまざまな体験をすることにより、地域農業への理解を深める
- 地域で開催される食品加工場などの見学会への参加に心がけ、食品産業への理解を深める
- 生産者と消費者の信頼関係を深める

●各計画における食育事業と目標

計画名・所管課	事業名	目標
『食に関する指導』の手引き (町教育委員会)	・栄養教諭による食育指導 ・食育の講演会、料理教室の開催 ・手打ちうどん教室	②食べものと心や体の関係を知る ④栄養のバランスをとる ⑦日本型食生活のよさを知る ⑩基本的な調理技術を身につける ⑪味覚を育てる ⑫食を楽しむ ⑬食を通して環境について考える ⑭地産地消の大切さを知る ⑮地域の農林水産業や食品産業を知る
栗山町社会教育中期計画 (町教育委員会)	・生活体験事業 ・町民講座 ・キッズクラブ	⑦日本型食生活のよさを知る ⑧食べものの大切さを知り、自然の恵みに感謝する ⑨食べものの作られる過程などを理解する ⑫食を楽しむ ⑬食を通して環境について考える ⑭地産地消の大切さを知る
栗山町子ども・子育て支援事業計画 (町保健福祉課)	・母親教室 ・離乳食講座 ・もぐもぐ離乳食講座 ・菜園作り ・クッキング教室 ・パクモグ相談	②食べものと心や体の関係を知る ③ 栄養のバランスをとる ⑧食べものの大切さを知り、自然の恵みに感謝する ⑨食べものの作られる過程などを理解する ⑩基本的な調理技術を身につける ⑪味覚を育てる
栗山町健康増進計画 (町保健福祉課)	・妊婦面接、訪問 ・母親教室 ・乳幼児健診 ・もぐもぐ離乳食講座 ・パクモグ相談 ・定例健康相談 ・特定保健指導 ・健康教育	①自分の健康状態を知る ②食べものと心や体の関係を知る ③自分の適量を知る ④栄養のバランスをとる ⑤食べ方の工夫をする ⑦食の情報を正しく理解する知識を身につける ⑧食べものの大切さを知り、自然の恵みに感謝する ⑨食べものの作られる過程などを理解する ⑩基本的な調理技術を身につける ⑪味覚を育てる ⑫食を楽しむ ⑬食を通して環境について考える ⑭地産地消の大切さを知る

栗山町農業振興計画 (町産業振興課)	・ 農家体験 ・ 教育ファーム^{*28} ・ 農産物直売所 ・ 田植え・稲刈り ツアー ・ 学校給食地場産品 向上 ・ 食育パンフレットの 作成 ・ パクモグ相談 (保健福祉課との連携)	⑥食の情報を正しく理解する知識を身につける ⑧食べものの大切さを知り、自然の恵みに感謝 する ⑨食べものの作られる過程などを理解する ⑫食を楽しむ ⑬食を通して環境について考える ⑭地産地消の大切さを知る ⑮地域の農林水産業や食品産業を知る
-------------------------------	--	--

6 各計画の概要と食育に関する取り組み



第3次食育推進基本計画（国）

所管：農林水産省

概要：国が定める食育推進に関する計画



食育白書（国）

所管：農林水産省

概要：国においてまとめた食育の推進施策の報告



どさんこ食育推進プラン

北海道食育推進計画【第3次】

所管：北海道農政部食の安全推進局食品政策課

概要：道が定める食育推進に関する計画



栗山町第6次総合計画

所管：町経営企画課地域政策グループ

概要：栗山町全体の運営に関する計画

＜食育に関連する取り組み＞

- ・消費生活相談

※他の計画と重複しない取り組みを掲載。



『食に関する指導』の手引き

所管：町教育委員会学校教育グループ

概要：学校における食に関する指導の手引き

-基本方針に基づく食育事例- 地場産品使用率の向上

学校給食への地場産品使用率を高めるため、米、じゃがいも、小麦(ラーメン用)、かぼちゃ、グリーンアスパラ、なす、トマト、メロン、生椎茸、鶏卵については100%使用。平成28年度の重量ベースで21.5%であるが今後23%を目標とする。

栗山町4Hクラブと教育委員会の共催により、町内の小学生を対象とした手打ちうどん教室を開催し、麦の栽培、生産者の声、調理体験などを通じて食育教室を行っている。



栗山町社会教育中期計画

所管：町教育委員会社会教育グループ

概要：社会教育に関する計画

栗山町社会教育中期計画

【平成27年度～平成34年度】



～人々が輝くふるさとづくり～
栗山町教育委員会

＜食育に関する取り組み＞

- ・栗山キッズクラブ
- ・町民講座
- ・いきいきスクール
- ・くりやま生涯学習塾
- ・親子もちつきのつどい
- ・くりやま地域大学

※過去に食育に関連した事業実績のある取り組みを掲載。

基本方針に基づく食育事例

ハサンベツ里山

体験田んぼを造成しNPO法人雨煙別学校や社会教育団体と連携して、田植え、草取り、収穫、食べるまでの一連の流れを体験している。

また、田んぼを取り巻く生物の多様性についても学んでいる。



第1期栗山町子ども・子育て支援事業計画
(平成27年度～平成31年度)

まちという名の家族

～子どもがキラキラ育つまち～

平成27年3月

栗山町

栗山町子ども・子育て支援

事業計画

所管：町保健福祉課福祉・子育てグループ

概要：児童福祉に関する計画

＜食育に関する取り組み＞

- ・子育て情報誌の作成
- ・妊婦・乳幼児栄養指導
- ・子どもクッキング教室
- ・保育所、幼稚園、学校での食指導
- ・給食食材への地産地消の推進

基本方針に基づく食育事例

栗産栗消レシピの普及

美味しく栄養バランスの取れた、地場産食材を使ったレシピを町の管理栄養士が考案し、町広報へ連載。

また、健康相談時には、地場産品を活用した栄養指導を行っている。



第 1 期栗山町健康増進計画

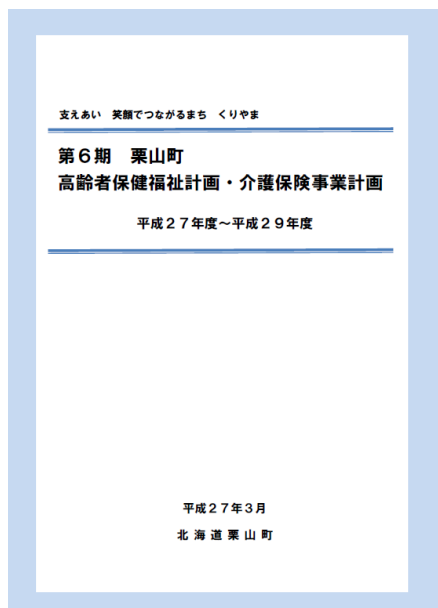
所管：町保健福祉課

概要：健康づくりを支援する計画

＜食育に関する取り組み＞

栄養に関する以下の取り組み

- ・健康診査
- ・健康相談
- ・健康教育
- ・保健指導
- ・訪問活動
- ・電話相談



高齢者保健福祉計画

所管：町保健福祉課

高齢者・介護グループ

概要：高齢者の保健福祉に関する計画

＜食育に関する取り組み＞

栄養に関する以下の取り組み

- ・後期高齢者健診（いきいき健診）
- ・健康教育
- ・保健指導
- ・電話相談
- ・健康相談
- ・訪問活動



栗山町農業振興計画

所管：町産業振興課

概要：栗山町の農業振興に関する計画

＜食育に関連する取り組み＞

- ・地産地消と食育の推進
- ・都市農村交流の推進

基本方針に基づく食育事例

農家体験

栗山町グリーン・ツーリズム^{*29}推進協議会が主体となり、主に中学・高校生の修学旅行生の農家体験を受入れている。

人と人とのふれあいを基本とし、農業者と過ごす時間の中で食の大切さを伝えている。



●食育事業の取組一覧

(1) 農業体験・料理教室などの体験を通じた取組

	名 称	目 的	概 要(時期、場所など)	担当部課名
1	栗山キッズクラブ 「農園体験」	手作業での田植え、イモ 植えを体験することで 作物の大切さを学ぶ。	□時期:平成 29 年 5 月 28 日(日) □場所:ハサンベツ里山 □対象:キッズクラブ会員(小学 4～中学生)16 人 □概要:田植え作業(イモ植えは雨のため中止)	教育委員会
2	栗山キッズクラブ 「農園体験、キノコ収 穫体験」	収穫体験することで作物 の大切さを学ぶ。	□時期:平成 29 年 9 月 23 日(土) □場所:ハサンベツ里山・北海道きのこ生産総合研 究所 □対象:キッズクラブ会員(小学 4～中学生)13 人 □概要:稲刈り、はさがけ、イモ掘り、きのこ工場見 学収穫	教育委員会
3	栗山キッズクラブ 「脱穀作業」	手作業での脱穀を体験す ることで作物の大切さを 学ぶ。収穫を体験し収穫 したジャガイモを活用した 食を作ることで、調理の 楽しさを体感する。	□時期:平成 29 年 10 月 8 日(日) □場所:ハサンベツ里山 □対象:キッズクラブ会員 (小学 4 年生～中学生)8 人 □概要:餅米の脱穀、収穫したジャガイモの実食	教育委員会
4	栗山キッズクラブ 「餅つき」	昔ながらの餅つきを体験 すると同時に、自ら田植 え・収穫したもち米が食卓 に並ぶまでの苦労・大変 さを学ぶ。	□時期:平成 29 年 12 月 10 日(日) □場所:開拓記念館 □対象:キッズクラブ会員 (小学 4 年生～中学生)16 人 □概要:生活体験事業「親子もちつきの集い」に参加	教育委員会
5	生活体験事業 「親子もちつきの集い」	昔ながらの食文化を見直 すとともに、ふるさと「栗 山」の歴史・生活文化を 体験し、生活文化の保存 と伝承を図る。	□時期:平成 29 年 12 月 10 日(日) □場所:開拓記念館 □対象:町民(親子)80 人 □概要:杵と臼を使ったもちつき	教育委員会

6	通学合宿 「睡眠と栄養」 「地域の人と調理実習」	自ら献立を考え、地域の方と一緒に調理するという過程を通して、食の大切さに気付くと共に、家庭の一員としての自覚を醸成する。	☐ 時期:第1期 平成29年6月11日(日)～6月14日(水)、7月2日(日)～7月5日(水) 第2期 11月5日(日)～11月8日(水) ☐ 場所:雨煙別小学校 コカ・コーラ環境ハウス、朝日会館、松風会館、農村環境改善センター、常正寺 ☐ 対象:栗山町内4～6年生及び保護者 第1期 50人、第2期49人 ☐ 概要:「睡眠と栄養」を通して子どもの成長について学ぶ。「地域の人と調理実習」メニュー作りから食材の購入、調理を通して食事のバランスなど考える。	教育委員会
7	パクモグ相談 「芋掘り体験」	幼児期に親子で自然体験を楽しむことで良い親子関係が築けるとともに、食に対して興味・関心を持ち地産地消を意識してもらう。	☐ 時期:平成29年9月15日(金) ☐ 場所:ハサンベツ里山 ☐ 対象:親子(乳幼児)7組 ☐ 概要:じゃがいもの栄養・レシピ(ミニ講話)、芋掘り体験	保健福祉課 産業振興課
8	離乳食講座	保護者が乳児にあった離乳食をすすめられるよう支援する。	☐ 時期:5月・7月・9月・11月・1月・3月 ☐ 場所:子育て支援センター スキップ ☐ 対象:離乳食初期(5～7ヶ月頃)の乳児と保護者 ☐ 参加人数:20組(平成30年1月までの実績) ☐ 内容:講義・調理実習(すりつぶし)・試食	保健福祉課
9	乳幼児栄養相談 パクモグ相談	保護者が乳幼児にあった食生活を考えることができるように支援する。	☐ 時期:4月・7月・8月・10月・11月・1月・2月 第3金曜日 ☐ 場所:子育て支援センター スキップ ☐ 対象:乳幼児の保護者 ☐ 参加人数:125組(平成30年2月までの実績) ☐ 内容:調理体験・レシピ紹介豆知識・試食・個別相談	保健福祉課
10	ぷちママサロン (知っておきたい食事のこと栄養のこと)	妊娠・出産・育児に関する知識・情報を提供し、安心して妊娠期を送り、出産を迎えることができる。	☐ 時期:5月・8月・11月・2月(栄養講座のみ) ☐ 場所:子育て支援センター ☐ 対象:妊娠中の方 ☐ 参加人数:6人 ☐ 内容:講義・調理実習・試食	保健福祉課

11	男の料理教室「膳」	自主サークルで調理実習の補助と健康(特に栄養)に関する講話を実施する。	☐ 時期:毎月最終火曜日 ☐ 場所:総合福祉センターしゃるる調理室 ☐ 参加人数:実/延べ:17人/150人 ☐ 内容:季節や年齢に合った栄養に関する講話を実施	保健福祉課
----	-----------	-------------------------------------	---	-------

(2) 広報誌を活用した食育啓発の取組

	名 称	目 的	概 要	担当部課名
1	広報くりやま 「今月のいただきます」	旬の農産物を使用したレシピを提供することにより、健康及び地産地消を意識してもらう。	☐ 時期:4月～3月の計12回 ☐ 内容:美味しく栄養バランスの取れた、地場産食材を使ったレシピを町の管理栄養士が考案し、町広報の「くらしのカレンダー」に連載	保健福祉課

(3) フォーラム・セミナー等の食育啓発の取組

	名 称	目 的	概 要(時期、場所など)	担当部課名
1	おいしい！楽しい！ 食べるの大好き！～ 栗山の味を体験しよう～ (パクモグ相談、食育月間事業)	育児世代の母親を対象に、食を通して地産地消の大切さ及び健康意識を高める。	☐ 時期:平成29年6月16日(金)10:00～12:00 ☐ 場所:子育て支援センター スキップ ☐ 対象:乳幼児とその保護者 15組(31名) ☐ 概要:フードモデル及びパネル展示、クイズコーナー、体験コーナー、食事バランスチェック、試食コーナー(町内産の旬の農産物を使用したメニュー) ☐ 参加者の感想や意見:「塩分や糖分の摂り方を気をつけたい」「栗山産の食材がおいしかった」など食生活を意識する意見が多数	保健福祉課 産業振興課
2	子どもフェスティバル、食育コーナー「おいしい栗山町産の食材を知ろう!!」	育児世代の父親・母親に対し、試食や展示を通して食に対する健康意識を高めてもらう。また、町内産の農産物を使用したレシピの紹介・試食を通して地産地消の大切さを知ってもらう。	☐ 時期:平成29年10月1日(日) ☐ 場所:総合福祉センター「しゃるる」 ☐ 対象:就学前の児童とその保護者 70組(160人) ☐ 概要:パネル展示(くりやま旬の農作物カレンダー)・スマイルボール等の紹介ブース・栗山産の大豆を使ったレシピ試食・野菜効果、野菜の1日の摂取量の展示、歯科相談実施	保健福祉課 産業振興課

3	食の健康推進事業 「親子で健幸講座」 ～1年後の健康チェック～	①健診受診で自分の体の状態を知る。1 年前の健診結果と比較し生活習慣を振り返ることができる。 ②得られた知識と情報を、日頃の生活に取り入れる機会となる。	□時期:①平成 29 年 11 月 21 日(火) ②平成 29 年 12 月 7 日(木) □場所:栗山赤十字病院健診ルーム □対象:平成 28 年度親子で健幸講座に参加した 11 人 □概要:①健診受診②結果説明 □参加者の感想や意見:事後アンケートを記入式で後日提出実施。昨年度の講座参加からの日常生活に取入れている工夫点(食事や運動)や健診受診に対する考えからも健康に対する意識向上のきっかけになった。	保健福祉課
4	介護予防講話 ～おいしくたのしくバランスよくフレイルを予防しよう～	たんぱく質やエネルギーの不足は筋力や脂肪を減らし、身体機能が低下する原因となる。たんぱく質の栄養状態を良好にすることで、加齢による栄養低下を防ぐことができる。	□場所:いきいき交流プラザ 遊歩道の Eki 継立 □対象:介護予防教室やサークル等に参加した方 □実績:36 人(H30. 2 月末実績) □概要:講話	地域包括支援センター
5	健康教育(栄養)	各団体等からの依頼を受け栄養に関する講話で体験を交えながら実施し、生活習慣病予防の普及啓発、食生活を見直し、食生活に取入れる機会とする。	□時期:依頼に応じて実施 □概要:依頼に応じて栄養をテーマにした内容で講話・個別相談を実施 □実施回数・実績 自治会その他団体:7回・318 人 婦人部:1 回・4 人 老人クラブ:9 回・111 人	保健福祉課

(4) 給食を通じた取組

	学校等名	目 的	概 要(時期、場所など)
1	栗山町立栗山小学校	安全で安心な栄養バランスの良い食に関する指導や、食生活への正しい理解と望ましい食習慣について指導を行う。	各学級へ年1回、給食時間に栄養教諭が訪問し指導を行う。
2	栗山町立角田小学校	安全で安心な栄養バランスの良い食に関する指導や、食生活への正しい理解と望ましい食習慣について指導を行う。	各学級へ年1回、給食時間に栄養教諭が訪問し指導を行う。
3	栗山町立継立小学校	安全で安心な栄養バランスの良い食に関する指導や、食生活への正しい理解と望ましい食習慣について指導を行う。	各学級へ年1回、給食時間に栄養教諭が訪問し指導を行う。
4	栗山町立栗山中学校	安全で安心な栄養バランスの良い食に関する指導や、食生活への正しい理解と望ましい食習慣について指導を行う。	各学級へ年1回、給食時間に栄養教諭が訪問し指導を行う。

(5) 総合学習を利用した取組

	学校等名／名称	目 的	概 要(時期、場所など)
1	栗山町立角田小学校 キャリア教育活動 「稲刈り体験」	稲刈りの体験を通じ、お米作りの苦労と主食である米の大切さを学ぶ	☐ 時期:平成 29 年 9 月 22 日(金) ☐ 場所:角田小学校 ☐ 対象:角田小学校児童 ☐ 概要:春に田植えを行った稲の収穫
2	栗山町立角田小学校 土曜日の教育活動「収穫祭」	自分たちで育てた野菜を収穫し、協力しながら活動を行い、さまざまな活動に協力してくれた人に感謝の気持ちを表す。	☐ 時期:平成 29 年 9 月 30 日(土) ☐ 場所:角田小学校 ☐ 対象:角田小学校児童 ☐ 概要:各学年が育ててきた野菜を使用したカレー作り
3	栗山町立栗山小学校 米作り体験と収穫した米でのカレー作り	地域の水田での田植え・稲刈り体験を行い、とれた米でカレー作りを行う。米作りへの関心を高め、農家のじごと仕事について知り、感謝の気持ちを持つ。	☐ 時期:平成 29 年 12 月 5 日(火)・6 日(水) ☐ 場所:栗山小学校 ☐ 対象:栗山小学校 5 年児童 ☐ 概要:栗山産のもち米を利用したもちつき体験
4	栗山町立栗山小学校 4Hクラブとのうどんづくり	栗山町が誇る農業について学び、地域を支える仕事に対する知識を広げ、そこで働く人々の思いを知る。	☐ 時期:平成 29 年 12 月 12 日(火)・13 日(水) ☐ 場所:栗山小学校 ☐ 対象:栗山小学校 6 年児童 ☐ 概要:栗山産の小麦粉を利用したうどんづくり
5	栗山町立継立小学校 4Hクラブとのうどんづくり	食生活の多様化が進む中、成長期にある子どもたちが健やかに生きるための基礎を培うため、食を通じて地域等を理解することや失われつつある食文化の継承を図るとともに、自然の恵みや勤労の大切さなどを理解すること	☐ 時期:平成 29 年 12 月 19 日(火) ☐ 場所:継立小学校 ☐ 対象:継立小学校 5 年児童 ☐ 概要:栗山産の米、小麦粉を利用したおにぎり・うどん・ピザづくり
6	栗山町立栗山小学校 地域と協働したもちつき体験	栗山町でとれたもち米をもとに、地域関係団体と協働してもちつきを行い、食に関する興味・関心を高め、感謝の気持ちを持つ。	☐ 時期:平成 30 年 2 月 17 日(土) ☐ 場所:栗山小学校 ☐ 対象:栗山小学校全校児童 ☐ 概要:栗山産のもち米を利用したもちつき体験

(6) 農業団体の取組

	団体名／名称	目 的	概 要(時期、場所など)
1	一般財団法人栗山町農業振興公社 くりやま農業女性塾 ヘルシーお手軽料理教室	料理教室を通じて町内の農家のお嫁さんと育児世代の母親との交流を図り、町内の農業や農産物を知ってもらう。	□時期:平成 29 年 12 月 22 日(金) □場所:子育て支援センター □対象:町内の親子 34 人 □概要: くりやま農業女性塾の紹介・講師によりレシピのデモンストレーション・簡単な調理実習・親子で試食
2	栗山町グリーン・ツーリズム推進協議会 農業体験受入れ	農家での農作業体験を通じて、食と農の理解を深め、都市農村交流を図る。	□時期:通年 □場所:町内 □対象:町外の修学旅行生及び町内中学生 □概要:農家での農作業体験 道外高校生 宿泊 150 人・日帰り 27 人 町内中学生 日帰り 12 人
3	JAそらち青年部 田植え体験・稲刈り体験ツアーin くりやま	田植え及び稲刈り体験を通じて栗山の農業を理解してもらい、食や米に対する関心を高めてもらう。	■田植え体験 □時期:平成 29 年 5 月 13 日(土) □場所:町内水田 □対象:札幌市白石区の親子 57 人 □概要:田植え・地元の米を使用したおにぎり、焼肉パーティ ■稲刈り体験 □時期:平成 29 年 9 月 9 日(土) □場所:町内水田 □対象:札幌市白石区の親子 51 人 □概要:鎌を使用した稲刈り・地元農産物を使用したカレーライス提供、もちつき体験
4	栗山町4Hクラブ 手打ちうどん教室 「栗産栗消」	うどん教室を通じて栗山の農業を知ってもらい、地場産農産物をおいしく食べてもらう。	□時期:平成 29 年 12 月(全 3 回) □場所:栗山小学校、継立小学校 □対象:小学 5・6 年生 □概要:青年農業者の指導を受けながら地元の小麦『ゆめちから』を使いうどん、ピザ作りを体験する。

(7) 農業団体以外の団体の取組

	団体名／名称	目 的	概 要(時期、場所など)
1	栗山町消費者協会 第44回消費者まつり	健康に関するブースを出展	□時期:平成 29 年 8 月 27 日(日) □場所:勤労者福祉センター □対象:町民ほか □概要:栗山赤十字病院管理栄養士による調理実演・町保健福祉課と共同で健康に関するブースを出展 糖質を抑える工夫や減塩の工夫についての調理実演 同テーマの試食 栗山町保健福祉課保健師による健康チェック (血圧・血管年齢の測定)などのブースを出展
2	栗山町消費者協会 牛乳料理講習会	元気を支える食生活を考える	□時期:平成 29 年 10 月 15 日(日) □場所:総合福祉センター「しゃるる」 □対象:栗山町消費者協会会員 □概要:牛乳を使った乳和食で松花堂弁当を作る。

※上記取組一覧は、すべて平成 29 年度実施の内容です。

※なお、項目ごとの記載のため、重複内容あり。

【参考資料】用語解説

* 1 【食育基本法】

近年における国民の食生活をめぐる環境の変化に伴い、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ための食育を推進することが緊要な課題となっていることにかんがみ、食育に関し、基本理念を定め、国及び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として、平成17年に制定された法律。食育に関する基本理念については、国民の心身の健康の増進と豊かな人間形成、食に関する体験活動と食育推進活動の実践など7項目が定められている。

* 2 【北海道食の安全・安心条例】

食の安全・安心に関し、基本理念を定め、道及び生産者等の責務並びに道民の役割を明らかにするとともに、道の施策の基本となる事項を定めることにより、食の安全・安心に関する施策を総合的かつ計画的に推進し、もって道民の健康の保護並びに消費者に信頼される安全で安心な食品の生産及び供給に資することを目的として、平成17年3月に制定された道の条例。

* 3 【食の外部化】

女性の社会進出や単身世帯の増加、高齢化の進行、生活スタイルの多様化等を背景に、家庭内で行われていた調理や食事を家庭外に依存するようになること。

* 4 【孤食・個食】

家族一人ひとりが違う料理（献立）をとることを「個食」といい、家族が違う時間に一人ひとり食事をとることを「孤食」という。

*** 5 【生活習慣病】**

食習慣、運動習慣、休養、喫煙、飲酒などの生活習慣が、その発達と進行に關与する疾患群のこと。代表例に、糖尿病、脳卒中、心臓病、高脂血症、高血圧、肥満などがあり、日本人の3分の2近くがこの病気により亡くなっている。

*** 6 【地産地消】**

地域で生産されたものをその地域で消費すること。

*** 7 【BMI】**

肥満ややせ過ぎの判定法。体重 (kg) ÷ 身長 (m) ÷ 身長 (m)。18.5未満がやせ、18.5以上25.0未満が正常、25.0以上で肥満と判断される。

*** 8 【栄養素】**

生物が成長や活動に役立たせるため体外から取り入れる物質。栄養素は生体内で、生体内物質の原料やエネルギー生産に利用される。高等動物では、炭水化物やたんぱく質、脂肪、ビタミン、無機質などがある。

*** 9 【食物繊維】**

人の消化酵素で消化されない食品中の難消化性成分の総体。腸内の有害物質やコレステロールなどの排出を助けたり、便通を改善させるなど体内でいろいろな働きをするため、第6の栄養素といわれている。玄米などの穀類、いも、こんにゃく、野菜、果物、海藻類などに多く含まれる。

*** 10【食品添加物】**

食品衛生法において、「食品添加物」とは、食品の製造の過程において使用されるもの、又は食品の加工若しくは保存などの目的で添加、混和などの方法により使用されるものと定義されている。食品添加物は、食品とともに人が摂取するものであり。安全性が十分確認されたものであることが必要である。このため、食品添加物は食品衛生法に基づき「人の健康を損なうおそれのない場合」として厚生労働大臣が定める（指定する）もの以外は原則として使用が認められない。

*** 11【JAS法（農林物質の規格化及び品質表示の適正化に関する法律）】**

適正かつ合理的な農林物質の規格を制定し、これを普及させることによって、農林物質の品質の改善、生産の合理化、取引の単純公正化及び使用または消費の合理化を図るとともに、農林物質の品質に関する適正な表示を行わせることによって一般消費者の選択に資し、農林物質の生産及び流通の円滑化、消費者の需要に即した農業生産等の振興並びに消費者の利益の保護に寄与することを目的として、昭和25年に制定された法律。通称「JAS法」と呼ばれ、JAS規格による格付検査に合格した飲食料品等にJASマークを付けることを認めるJAS規格制度と、品質表示基準に従った表示を飲食料品の製造業者または販売業者に義務付ける品質表示基準制度の二つの制度を定めている。

*** 12【賞味期限・消費期限】**

賞味期限は、食品を定められた方法により保存した場合に、期待されるすべての品質の保持が十分に可能であると認められる期限を示す年月日のこと。ただし、当該期限を超えた場合であっても、これらの品質が保持されていることはあるとされている。食品の劣化速度が比較的緩慢な食品についての期限表示で、容器包装を開封する前の期限を示す。一方、消費期限は、食品を定められた方法により保存した場合に、腐敗、変敗その他の品質の劣化に伴い、安全性を欠くこととなるおそれがないと認められる期限を示す年月日のこと。品質が劣化しやすく、製造日を含めて概ね5日以内で品質が急速に劣化する食品に表示する。期限表示で容器包装を開封する前の期限を示す。

*** 13 【栄養表示基準】**

一般の消費者に販売する食品に、エネルギー等の栄養成分に関する表示をしようとする場合に義務付けられる基準。健康増進法第31条第1項の規定に基づき厚生労働省の告示において定められている。生鮮食品を除く食品及び鶏卵への栄養表示を標準化することで、欠乏しがちな栄養を補い、過剰になりがちな栄養を抑え、バランスのとれた食生活を支援することを目的としている。

*** 14 【有機 J A S】**

JAS法に基づく有機食品の認証制度。有機農産物や有機加工食品などの生産方法についての基準を定め、この基準を満たすものだけを「有機」と表示できるようにしたもので、農林水産省の登録認定機関が認証する。認証された有機農産物や有機農産物加工品には、有機JASマークが付けられる。

*** 15 【特別用途食品】**

厚生労働大臣の許可を受けて、乳児用、幼児用、妊産婦用等の特別の用途に適する旨の表示をして販売する特別用途食品。特別用途食品のうち、身体の生理学的機能等に影響を与える保健機能成分を含んでおり、食生活において特定の保健の目的が期待できる旨を表示できる食品を「特定保健用食品」といい、特定保健用食品マークが付けられている。

*** 16 【遺伝子組換え食品】**

遺伝子組換え技術によって作られた農産物及びこれを加工して製造された食品。遺伝子組換え技術とは、ある生物がもつ有用な遺伝子を取り出して、他の生物に導入することにより、新たな性質を加える技術。

*** 17【道産食品独自認証制度】**

高いレベルの安全・安心を基本として優れた品質の道産食品を認証し、さらに生産工程の審査を行うことにより消費者の信頼を確保し北海道ブランドの向上を図ることを目的として平成16年4月に創設した制度。道産へのこだわり、消費者への情報提供、衛生管理、品質特性及び食味などについて、認証機関が審査し、基準を満たした食品に対しては、認証マーク（愛称「きらりっぷ」）を表示することとされている。

*** 18【道産食品登録制度】**

北海道の豊かな自然環境の下で生産された農産物等の原材料を使用して、道内で製造・加工された道産へのこだわりの加工食品を登録する仕組みとして、道が平成18年1月に創設した制度。道産原材料については、原料の原産地を表示し、商品形態については最終の出荷状態と消費者の入手状態は同一のものとしている。

*** 19【YES！ clean 表示制度（北のクリーン農産物表示制度）】**

道内で生産された農産物を対象に、農産物ごとに定められた化学肥料・化学合成農薬の使用状況や他の農産物との分別収穫・保管・生産集団の構成員による栽培履歴の記帳など、一定の基準をクリアした生産集団が生産・出荷する農産物（YES！ clean 農産物）に「YES！ clean マーク」を表示し、併せて、化学肥料や化学合成農薬の使用回数などの栽培情報を知らせる道独自の表示制度。北海道クリーン農業推進協議会が策定した北のクリーン農産物表示要領に基づいている。

*** 20【日本型食生活】**

米、魚、野菜、大豆を中心とした伝統的な食生活のパターンに、肉類、牛乳・乳製品、油脂、果物などが豊富に加わって、多様性があり、栄養バランスのとれた健康的で豊かな食生活のこと。

*** 21【スローフード運動】**

ファーストフードの反対語としてイタリアで生まれた地産地消運動の一つで、「地域の風土に根ざした食文化を見直し、その地域に伝わる食材や調理法を守っていこうとする」実践的な活動。道では、道民が将来にわたり健康的に暮らすことの豊かさを実感し、命と健康を支える食材の生産地域を健全な姿で次の世代に引き継ぐ運動として平成14年に「北海道スローフード宣言」を策定。

*** 22【身土不二（しんどふじ）】**

食の信条として、また思想として用いられている言葉で、身体(身)と環境(土)とは不可分(不二)であるとし、身近なところ(一里四方、三里四方、四里四方など)で育ったものを食べ、生活するのがよいとする考え方。

*** 23【クリーン農業】**

たい肥等の有機物の施用などによる土づくりに努め、化学肥料や化学合成農薬の使用を必要最小限にとどめるなど、農業の自然循環機能を維持増進させ、環境との調和に配慮した、安全・安心、品質の高い農産物の生産を進める農業をいう。

*** 24【有機農業】**

有機農業の推進に関する法律において、「有機農業」とは、化学的に合成された肥料及び農薬を使用しないこと並びに遺伝子組換え技術を利用しないことを基本として、農業生産に由来する環境への負荷をできる限り低減した農業生産の方法を用いて行われる農業をいう。

*** 25【フードマイレージ】**

英国の消費者運動家ティム・ラングが1994年から提唱している概念で、食料の生産地から食卓までの距離に着目し、なるべく近くでとれた食料を食べた方が、輸送に伴う環境への負担が少なくなるという考え方。輸入食料に係るフードマイレージは、輸入相手国からの輸入量と輸送距離を乗じて求められる。

*** 26【ふれあいファーム】**

道民が気軽に訪問し、農作業体験や農業者との語らいを通して、日ごろ接することの少ない農業の実際の姿に触れ、農村の魅力を感じてもらうための交流拠点の役割を果たす農場。道が平成9年度から、都市住民との交流に意欲的な農業者の農場を対象として市町村の推せんに基づき登録を進めているもので、作物の収穫体験や牛の乳搾り、バター・ジャム等の加工体験、ファームイン、ファームレストラン、農産物や手作り食品の販売など、農場ごとにさまざまなメニューがある。

*** 27【食育ファーム】**

農業体験などを通じて、道民をはじめ多くの人たちが、農業・農村への理解を深め、食の楽しさや大切さなど、自ら食について学ぶことを支援する農場。道が平成21年度から、ふれあいファームのうち食育に関する農業体験メニューを提供できる農場を食育ファームとして登録している。

*** 28【教育ファーム】**

生産者（農林漁業者）の指導を受けながら、作物を育てるところから食べるところまで、一貫した「本物体験」の機会を提供する取り組み。

*** 29【グリーン・ツーリズム】**

農山漁村地域において自然、文化、人々との交流を楽しむ滞在型の余暇活動。

北海道 栗山町



平成30年3月策定

産業振興課

TEL:0123-73-7515/FAX:0123-73-2160

URL : <http://www.town.kuriyama.hokkaido.jp/>