

# 第2次小野市食育推進計画

平成28年3月

小野市

# 目 次

第1章 計画策定の概要	1
1. 計画策定の趣旨	1
2. 食育推進の基本理念と基本方針	2
3. 計画の位置づけ	3
4. 計画の期間	4
5. 計画策定の経緯	4
第2章 小野市の食を取り巻く現状	6
1. 食生活と健康	6
2. 地産地消と食文化	13
3. 食育活動	15
第3章 第1次食育推進計画の成果と課題	18
1. 健康に過ごすための基本的な食生活の実践	18
2. 小野市の自然と恵みを活かした農と食育活動の推進	19
3. 伝統的な食文化の継承と新しい食文化の創造	19
4. 食育活動と関係機関・団体の連携の推進	19
第4章 食育推進の展開	20
1. 取り組みの4つの柱	20
2. 具体的な施策展開	20
3. 目標達成に向けての展開	27
4. 施策体制表	28
資料編	30

# 第1章 計画策定の概要

## 1. 計画策定の趣旨

小野市は、川と緑の美しい自然に恵まれ、地域の文化や伝統に育まれた多彩な社会資源のなかで築かれた快適な環境を基盤として市民の生活が営まれてきた地域です。

こうした小野市においても、私たちを取り巻く社会環境や生活環境の変化とともに「食」の環境も大きく変わっております。飽食の時代に多忙な生活を送る中で、食に対する意識が希薄になり、健全な食生活が失われつつあります。不規則で偏りのある食生活、生活習慣病の増加などに加え、「食」の安全安心の問題や情報の氾濫、食文化の継承など、日々の食生活にもさまざまな問題が生じています。

このような背景により、国においては健康で豊かな人間性を育めるよう、「食育」を社会問題として捉え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。これに基づき平成18年3月に、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「食育推進基本計画」が策定されました。県においては「食の安全安心と食育に関する条例」に基づき、平成19年に「食育推進計画」を策定し、平成24年3月には「実践と連携」をコンセプトに①子育て世代の食育力の強化、②未来を担う世代への食育の推進、③地産地消による食育の推進、④地域における食育活動の連携強化を重点課題として、「食育推進計画（第2次）」が策定されました。

こうした状況を踏まえ、第1次小野市食育推進計画を改定するにあたり、食育に関する施策や活動を検証し、次世代を担う子どもをはじめとし、市民が「食」についての意識を高め、心身の健康を増進する食生活を実践し、豊かな食文化の継承と発展を実現することなど、全ての市民と関係機関がそれぞれの役割を担い、連携して食育の推進に取り組んでいくために「第2次小野市食育推進計画」を策定します。

### 「食育」とは

食育基本法（平成十七年六月十七日法律第六十三号）  
～前文より抜粋～

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」が重要である。今、改めて、食育を、生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基礎になるべきものと位置付けるとともに、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食育を推進することが求められている。

## 2. 食育推進の基本理念と基本方針

### 基本理念

#### 小野市食育推進計画の基本理念

自然豊かな小野市で生産された農産物を活用し、  
心身ともに健やかな生涯を送ることができるよう、  
生きる基本となる「食」を大切にするまちづくりを目指します。

私たちが毎日の生活を楽しく元気に過ごしていくためには、心も身体も健康であることが大切です。そして生きていく上で食べる事は欠かすことのできない生活の営みです。

小野市の恵まれた自然環境を活かし、生きる基本である「食」とおして、市民の健康と生きがいをづくりを目指します。

### 基本方針

#### 小野市食育推進計画の基本方針

- ① 子どもから大人まで市民一人ひとりが「食」を楽しみ、健やかな食生活を実践する。
- ② 小野の自然の恵みと地域のつながりを大切にし、郷土を愛する心を育てる。
- ③ 小野の伝統的な食文化を継承するとともに、新しい食文化を創造する。

①「食」は身体の成長だけでなく、心の成長にとっても大切です。食べることの楽しさを実感できる心を育むとともに、あらゆる機会を捉えて健康的な食習慣の実現を考えていくことが必要です。

②人々の生活様式の都市型志向は、人・物・経済・文化などの様々な社会資源の地域離れを加速させてきました。その中で「食」を通じて小野市の自然や文化を見直し、人と人とのつながりを深めることにより、郷土を愛する心を育てていきます。

また、「地産」と「地消」を併せて推進していくうえで、安全安心や嗜好という消費者の需要にそった小野市の農作物や加工品の普及啓発を推進します。

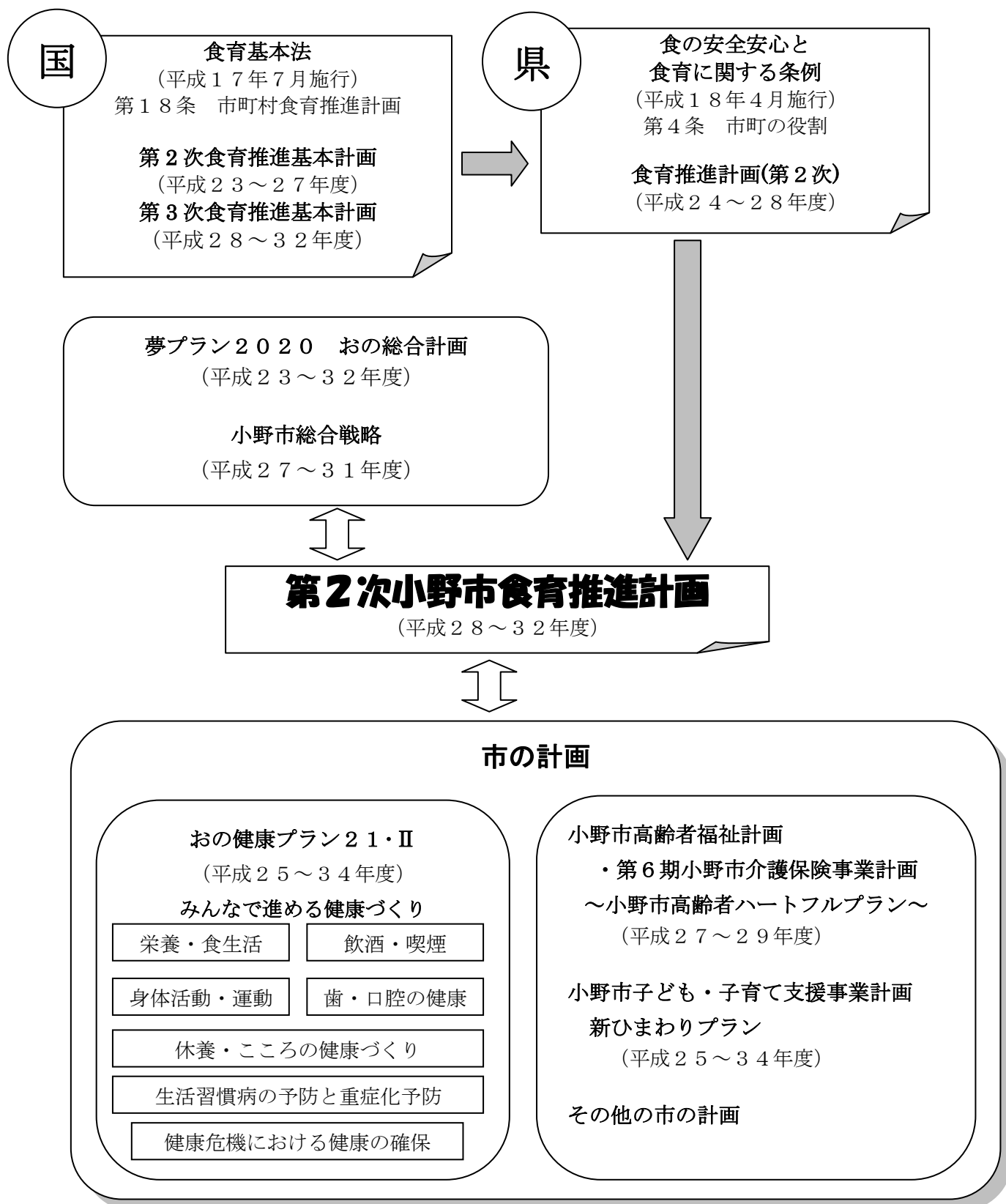
③小野市の歴史、産業の営み、行事や作法と結びついた伝統的な食文化及び、暮らしている地域の食文化に関する理解を深め継承していくことは、それら食文化が生まれた云われや感謝の気持ち、他者への思いやりなど、心を受け継ぐことでもあります。

その食文化が生まれ、受け継がれてきたことの意味を知り、市民一人ひとりが地域を理解し、愛着を持ち、大切に思う心を育むことで食を通じた人づくりを図り、さらには地域の活性化を図ります。

### 3. 計画の位置づけ

本計画は、食育基本法の目的・基本理念を踏まえ同法第18条第1項に規定する「市町村食育推進計画」、及び県の「食の安全安心と食育に関する条例」第4条に基づき、小野市食育推進計画として位置づけられるものであり、平成23年3月に策定した「小野市食育推進計画」の見直しを含めた計画です。

なお、この計画は兵庫県が進める「食育推進計画」や、平成25年3月に改正した「おの健康プラン21・II」、その他小野市が策定する関連計画との整合性を図りつつ総合的に推進していきます。



#### 4. 計画の期間

「第2次小野市食育推進計画」の期間は、平成28年度から32年度までの5年間とします。

なお、社会情勢の変化等によって見直しが必要になった場合には、随時適切に見直しを行うこととします。

#### 5. 計画策定の経緯

小野市食育計画（平成23～27年度）を改定するにあたり、その基礎資料として、市民アンケート調査や市民ヒアリング調査を実施し、その結果から、市民や活動団体の意識や課題等を把握しました。

また、市内各分野の食育推進関係者で構成する「食育推進協議会」で協議しながら計画づくりを進めました。

##### (1) 市民アンケート調査の実施

本計画を策定するにあたり、食生活や食育に関する現状や課題を把握し、施策等の検討に活用するとともに、施策の目的達成度を測るための成果指標として活用し、食育推進計画に反映させました。（平成27年6月～10月）

##### 《市民アンケート調査の結果》

###### ○市民アンケート調査の概要

市民の食生活・食習慣の現状と、食育の推進に関する要望と課題・問題点を把握・分析し、計画策定の基礎資料とすることを目的として、住民を対象とした「食事についての市民アンケート調査」を実施しました。

###### ○調査の対象と回収状況

平成27年6月～10月に実施した町ぐるみ総合健診、子育て教室・乳幼児健診・妊婦教室を受けられる18歳以上の市民4024人を対象者としました。また、子育てサロン料理教室参加者や、健康づくりボランティアを対象にヒアリングを行い、その調査結果を集計しました。

市民アンケート調査配付数	回収数	回収率
4,024 件	2,695 件	66.9 %

###### ○調査方法

郵送及び直接手渡しによる調査票の配付、健診や教室の会場での回収（無記名）

###### ○調査の期間

配付：平成27年6月～10月

回収：平成27年10月末日

###### ○年代別割合

年代	18～29歳	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳以上	年齢不明	合計
人数	60人	205人	336人	351人	968人	628人	144人	3人	2,695人

(2) 市民ヒアリング調査の実施 (32 頁参照)

本計画を策定するにあたり、健康づくりボランティア及び幼児の保護者の 2 グループを対象に、食生活や食育に関する現状や課題を把握し、反映させました。(平成 27 年 9 月 15 日、平成 27 年 9 月 24 日、平成 27 年 10 月 8 日、平成 27 年 10 月 22 日)

(3) 小野市食育推進協議会における協議

本計画を策定するにあたり、保健・農業・食品流通・行政等の分野から各団体代表者、住民等の参画する「食育推進協議会」において、各分野からの幅広い意見の集約及び協議を行いました。(平成 27 年 12 月 21 日、平成 28 年 2 月 12 日)

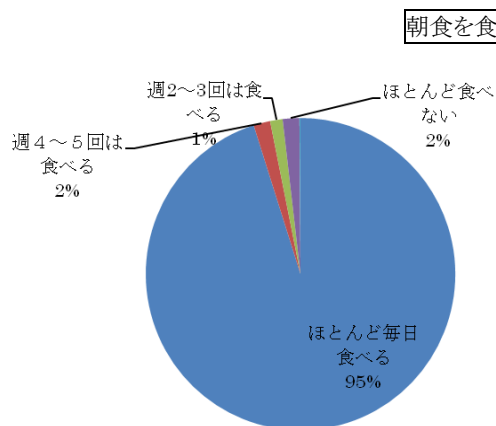
## 第2章 小野市の食を取り巻く現状

### 1. 食生活と健康

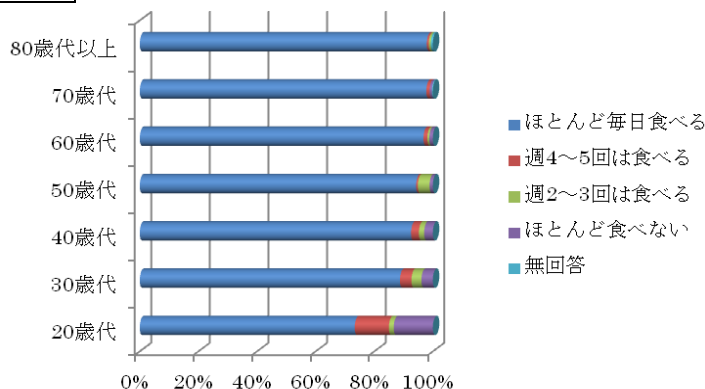
#### (1) 食生活の状況

##### ①朝食の状況

「朝食を毎日食べる人の割合」は、95%となっており、ほとんどの人が朝食を摂取しています。年代別で最も高いのが80歳代以上、もっとも低いのが20歳代と、若い年代ほど朝食を食べる割合は少ない結果となっています。

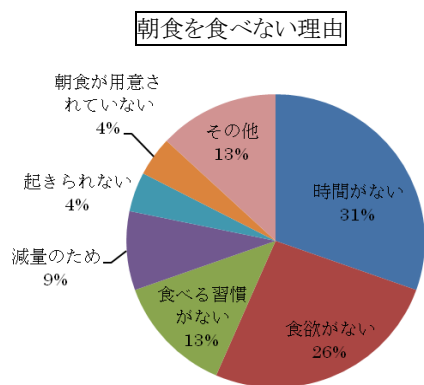


[平成27年度市民アンケート調査]

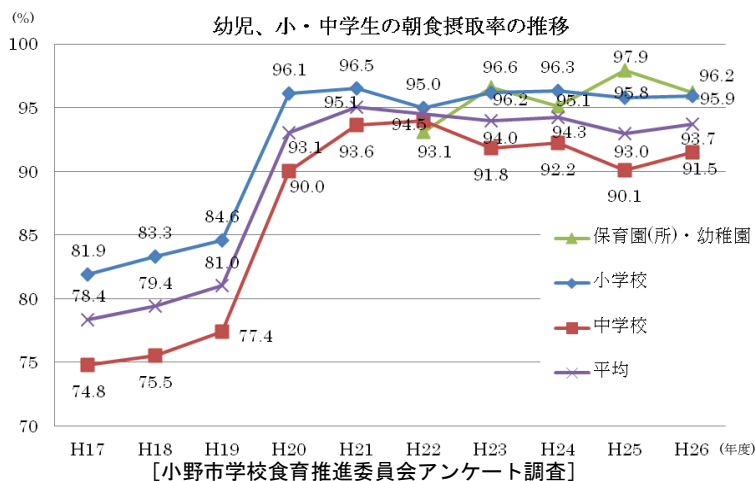


[平成27年度市民アンケート調査]

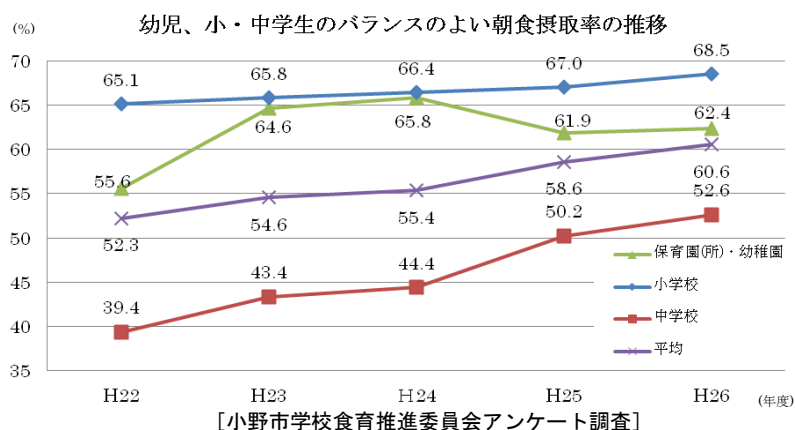
朝食を食べない理由としては、「時間がない」が31%と最も多く、次いで「食欲がない」が26%「食べる習慣がない」が13%となっています。



[平成27年度市民アンケート調査]



[小野市学校食育推進委員会アンケート調査]



[小野市学校食育推進委員会アンケート調査]



保育園（所）、幼稚園や小・中学校における朝食摂取の取り組みは、「ひまわりカード※」を活用しており、前頁のグラフに示されるように、平成 17 年度では 78.4%であった朝食摂取率が平成 26 年度には 94.5%と向上しています。また、バランスのよい朝食の摂取率については、平成 22 年度では 53.4%であったのが、平成 26 年度には 61.2%と向上しています。

※ひまわりカード…小野市学校食育推進委員会が作成した、バランスのよい朝食摂取率の向上を推進するためのツールです。

【ひまわりカード(幼・保・小学生用)】

**ひまわりカード**

1月26日(月)~1月30日(金)

HA 年 級 MA 年 級

学校・幼稚園 名 前

保育所・保育園 名 前

朝食に、赤色の食品を食べたら、花の中心(緑のてきとところ)に色をぬりましょう。  
 緑色の食品を食べたら、葉っぱに色をぬりましょう。  
 黄色の食品を食べたら、茎ひらに色をぬりましょう。

赤・緑・黄色が全部ぬれた日はいくつあるかな？

朝食に、ご飯(お米)を食べたら、穂穂に色をぬりましょう。  
 穂穂に色をぬれた日を数えてみよう！

赤色の食品：おちこ体をつくる食品(肉・牛乳・魚・卵・豆・豆腐・納豆)  
 緑色の食品：おちこ体の補子を養える食品(野菜・果物など)  
 黄色の食品：おちこエネルギーのもとになる食品(米・パン・麺・いも・油類など)

お家の方一言

小野市学校食育推進委員会

【ひまわりカード(中学生用)】

**ひまわりカード**

1月26日(月)~1月30日(金) ( )中学校

年 組 番

名 前

★自分の朝食をチェック！摂取した食品群に○を入れよう！

		26日	27日	28日	29日	30日	○の
		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	合計数
(赤) 体の組織を作る。	たんぱく質	1群	魚・豆製品・肉・卵等				
	無糖質	2群	牛乳・乳製品・ヨーグルト				
(緑) 体の調子を整える。	カロテン	3群	緑黄色野菜等				
	ビタミンC	4群	果物・その他(柑橘)				
(黄) エネルギーとなる。	炭水化物	5群	米・パン・麺・いも等				
	油脂	6群	油類等				
	塩質	7群	塩類等				
(赤)1・2群から1つ、(緑)2・4群から1つ、(黄)5・6群から1つ、合わせて3つ以上○が取れた日は、○を入れよう！							
朝食にご飯を食べた日は、○を入れよう！							

★食生活を振り返るの感想★

★お家の方の感想★

小野市学校食育推進委員会

【保護者用チラシ】

ご家族のみみなさまへ

平成26年6月16日  
小野市学校食育推進委員会

**夢と希望をかえるために  
バランスのよい朝食を食べよう！**

小野市学校食育推進委員会では、平成21年度より小野市の全保育所(園)(5歳児)、全児童・児童・生徒を対象に朝食摂取率調査を実施しており、平成26年度から全保育所(園)(4歳児)まで対象をひろげ調査を行っています。調査は1週間連続して「ひまわりカード」に個人の朝食内容を記入していますが、中学生の「バランスの良い朝食摂取率」を調査して初めて 50%を超えることができた。しかし、小学生と比較すると、まだ10%以上のひらきがあります。

中学生になると部活動の朝練習や睡眠時間の不足により、朝食を「おにぎりやパン」だけで朝食を簡単に済ませて登校している生徒が増加傾向にあります。各家庭におかれましては、今一度、バランスの良い朝食の重要性を認識していただき、各家庭での支援をお願いいたします。

**平成 26 年度 ひまわりカード活用による第2回(1月 24日～30日)朝食摂取調査結果**

	調査人数(人)	5日間連続朝食摂取率		バランスのよい食事	
		摂取人数(人)	摂取率(%)	摂取人数(人)	摂取率(%)
小学校(8校)	2908	2786	95.8	1963	67.5
中学校(4校)	1490	1342	90.1	754	50.6
幼稚園(2園)	158	154	97.5	98	62.0
合計(小・中・幼)	4688	4401	93.8	2815	61.8
保育所(14施設)	775	759	97.9	490	63.2

※一皿でも、下記の3つ食品が入った簡単朝食メニュー(野菜たっぷりお味噌汁)

**赤の食品**… 体温を上げる(たんぱく質(アミノ酸))  
 →卵・牛乳・乳製品・豆製品・肉・魚・油類等

**緑の食品**… 値に活力を与える(ビタミン・ミネラル)  
 →野菜・果物等

**黄の食品**… 胃へのエネルギー補給(てんぷたん(ブドウ糖))  
 →米・パン・麺類・いも類・油類等

<平成26年10月29日 小野市教育行政課 川島 隆太 敬称の講演会より>  
 脳の中で前頭前野と呼ばれる部分は、他の動物と比べ人間だけが特に大きく発達し、もっとも高度な働きをしていることが分かっています。この前頭前野を鍛えることで、将来の夢をかえることができると考えられています。前頭前野を鍛えるには、どうすればいいのかわかりませんが、重要なことは「読み・書き・計算」です。読書は黙読より音読、漢字の学習は書きながら覚える、計算は暗算しながら覚えることが効果的です。

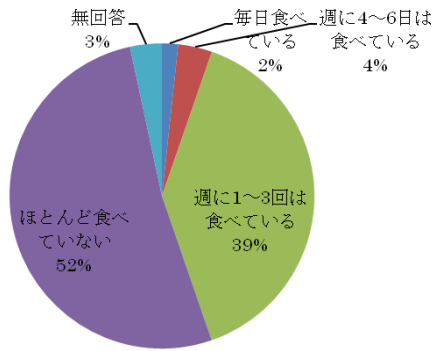
また、前頭前野を鍛えるには、脳を働かせるエネルギーが必要です。ただ食事を摂るだけではいけません。例えば、朝食にパンしか食べていない場合は、何も食べていないのと変わらないことも分かっています。朝食に、バランスのよい食事を摂ることは、夢と希望をかえることにつながります。

**【脳を働かせるエネルギーとは何か】**  
 1つ目は、脳のエネルギー源であるブドウ糖を摂ること  
 2つ目は、ブドウ糖の吸収を助ける補助的な栄養素(ビタミンB群、必須アミノ酸のリジン)をとること

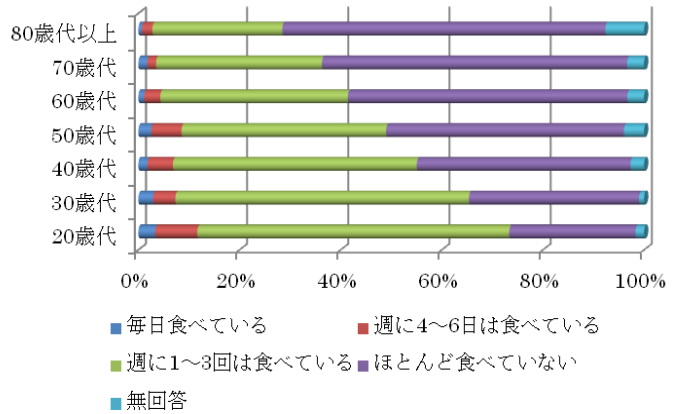
## ②家庭外での食事

外食や中食※の利用頻度については、「毎日食べている」が2%、「週に4～6日は食べている」が4%となっています。「毎日食べている」の年代別では、20歳代が3.3%と最も多く、次いで30歳代が2.9%、50歳代が2.6%となっています。「ほとんど食べていない」は80歳代以上が63.9%、次いで70歳代が60.4%となり若い年代ほど利用頻度が高くなっています。

外食や中食※を食べることはありますか



[平成27年度市民アンケート調査]

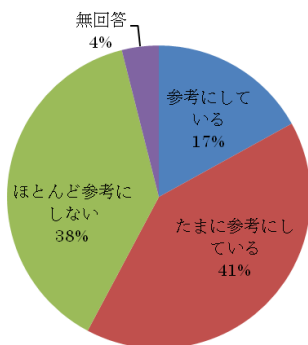


[平成27年度市民アンケート調査]

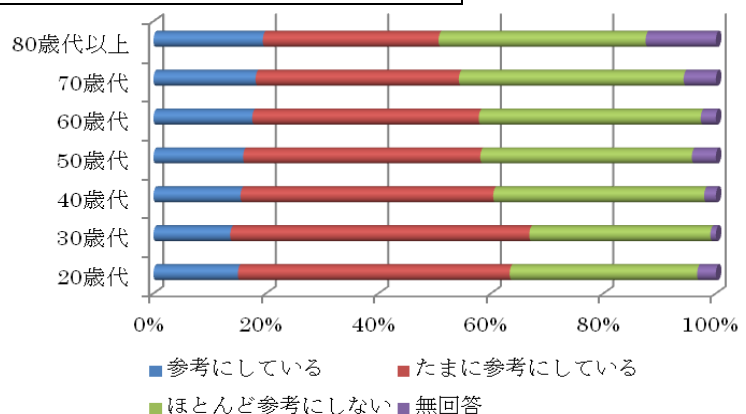
※中食…レストランや定食屋などでの食事「外食」と、家庭で食材から調理する手作りの食事「内食」との中間の調理済み食材や惣菜のこと。家庭外で調理された食品を購入して持ち帰り、家庭で食べる形態のこと。具体的にはスーパーやコンビニエンスストアの弁当・惣菜、冷凍食品、出前、宅配ピザなどが含まれる。

また、「外食する時や食品（清涼飲料水などを含む）を購入する時に、食品栄養成分表示（エネルギーや食塩などの表示）を参考にしていますか」の問いに対して、「参考にしている」及び「たまに参考にしている」を合わせると58%であり、30歳代が66.8%と年代別では最も多く参考にされています。

外食や食品を購入するときに、食品栄養成分表示を参考にしていますか



[平成27年度市民アンケート調査]

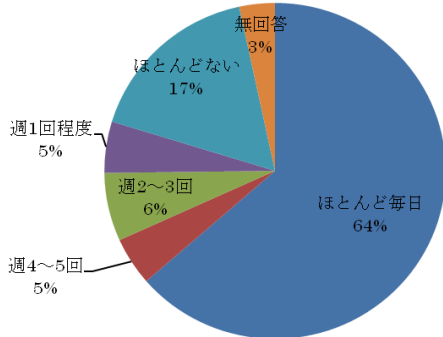


[平成27年度市民アンケート調査]

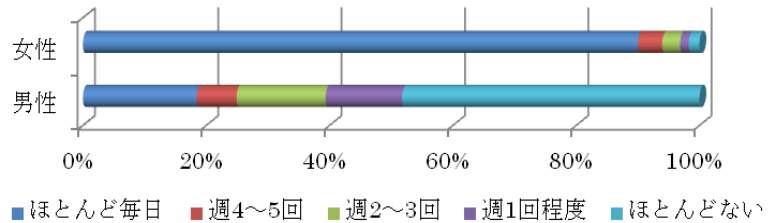
### ③食事の用意などへの参加

「どれくらいの頻度で食事作り（食品の買い物や調理、後片付けなど）をしていますか」の問いに対して、「ほとんどない」が17%でした。週1回以上食事作りに関わっている男性は51.8%、女性は98.3%で、そのうちほとんど毎日食事作りに関わる男性は18.4%、女性は90%となっています。

どのくらいの頻度で食事作り(食品の買い物や調理、後片付けなど)をしていますか

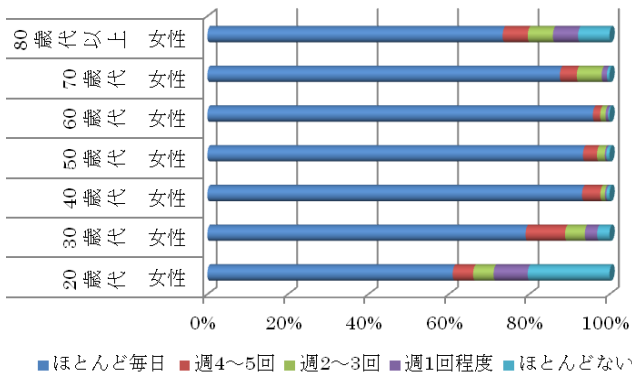


[平成27年度市民アンケート調査]

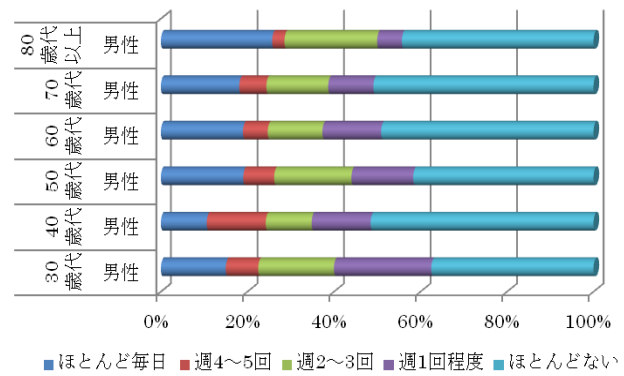


[平成27年度市民アンケート調査]

食事作りをする人の年齢と性別の割合



[平成27年度市民アンケート調査]

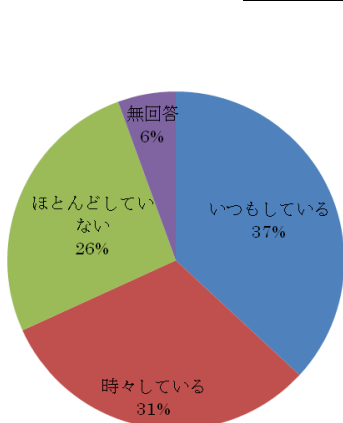


[平成27年度市民アンケート調査] 20歳代男性回答なし

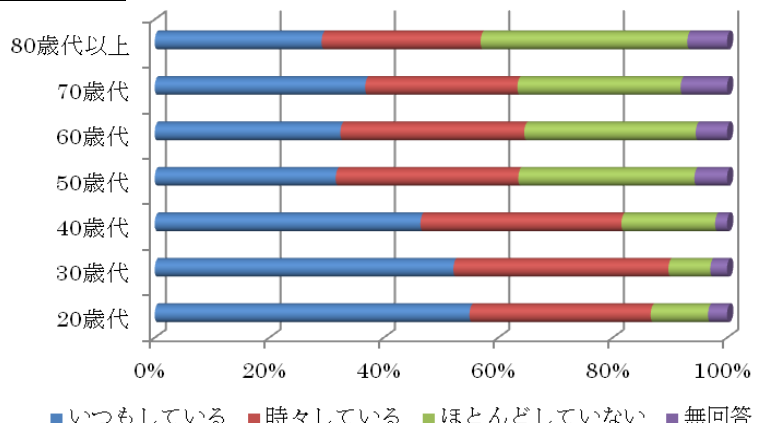
### ④食事のあいさつ

「いただきます」「ごちそうさま」は、食事において感謝の気持ちを表す大切なあいさつで、人と人の心をつなぐ基本的なマナーです。「いつもしている」は20歳代が最も多く55%となっており、年代によってばらつきがあります。「ほとんどしていない」は、80歳代以上で36.1%と最も多く、50歳代~70歳代で約30%となっています。

食事のあいさつをしていますか



[平成27年度市民アンケート調査]

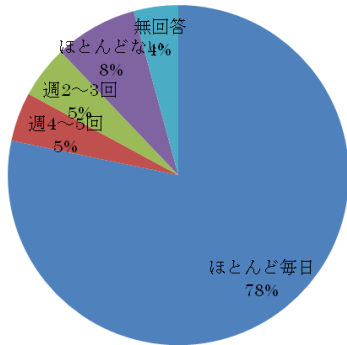


[平成27年度市民アンケート調査]

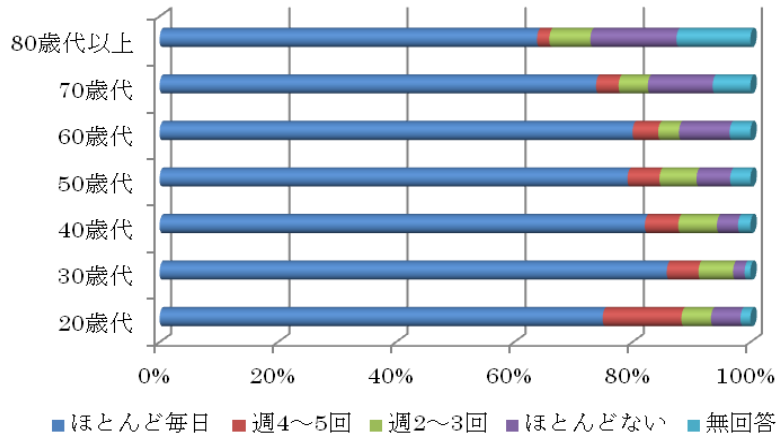
⑤家族や友人との共食

「家族や友人と一緒に食事をとりますか。(1日1回以上)」の問いに対して、ほとんど毎日とっている人は全体では78%で、30歳代が85.9%と最も多くなっています。

家族や友人と一緒に食事をとりますか(1日1回以上)



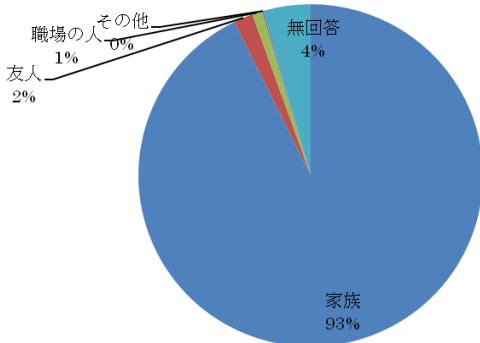
[平成27年度市民アンケート調査]



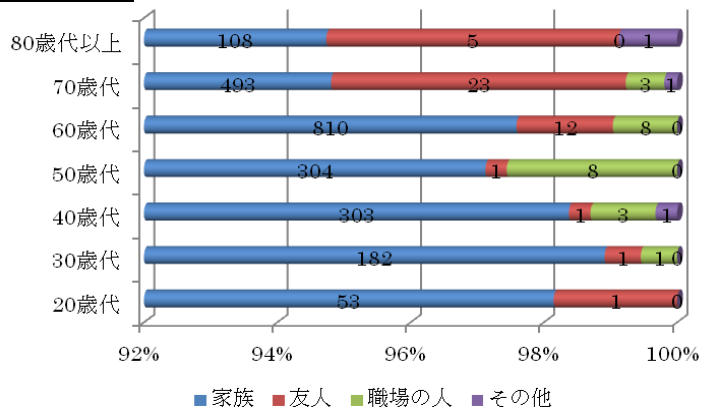
[平成27年度市民アンケート調査]

「主に誰と食えることが多いですか」の問いに対して、93%の人が家族となっています。次いで、60歳代~80歳代以上が「友人」、30歳代~50歳代が「職場の人」の順で多くなっています。

主に誰と食事を食べますか



[平成27年度市民アンケート調査]

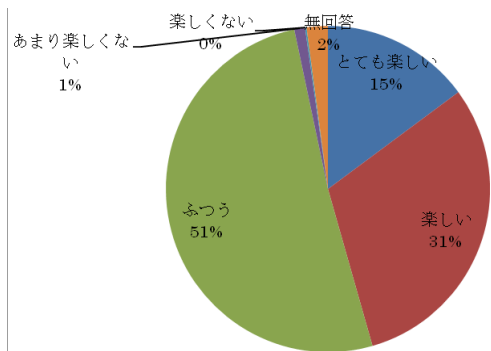


[平成27年度市民アンケート調査]

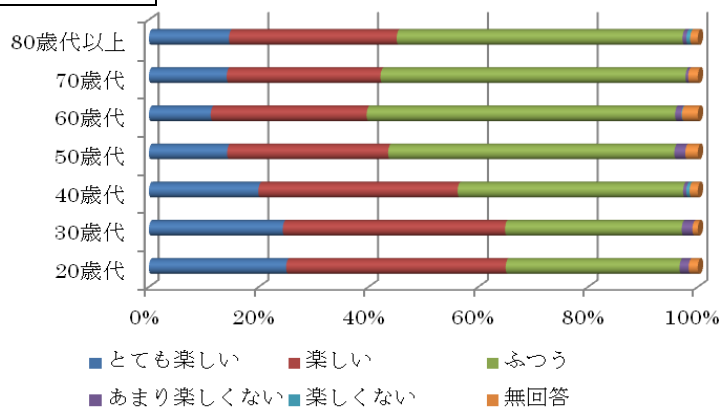
⑥食事の楽しみ

「食事の時間が楽しいですか」の問いに対して「楽しくない」「あまり楽しくない」は1.2%で、ほとんどの人が「とても楽しい」「楽しい」あるいは「ふつう」となっています。「とても楽しい」あるいは「楽しい」は20歳代が65%と最も多く、次いで30歳代が64.9%、40歳代が56.3%となっています。

食事の時間が楽しいですか



[平成27年度市民アンケート調査]



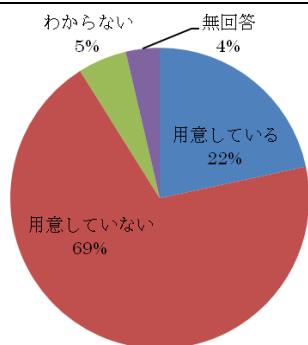
[平成27年度市民アンケート調査]

⑦非常時に備えた食品

「災害に備え非常用の食料・食器・熱源などを用意していますか」の問いに対して「用意している」が22%、「用意していない」が69%となっています。

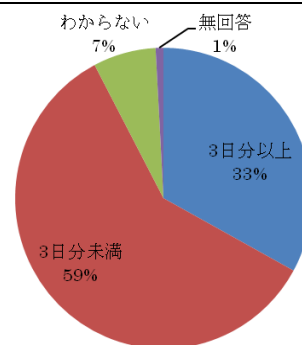
兵庫県や、北播磨圏域と比較しても備蓄をしている人の割合が少なくなっています。「非常用の食料・食器・熱源などは何日分用意していますか」の問いに対して「3日分以上」が33%、「3日分未満」が59%となっています。

災害に備え非常用の食料・食器・熱源などを用意していますか



[平成27年度市民アンケート調査]

非常用の食料・食器・熱源などは何日分用意していますか



[平成27年度市民アンケート調査]

非常用食料品等の備蓄状況の年次推移（圏域別）

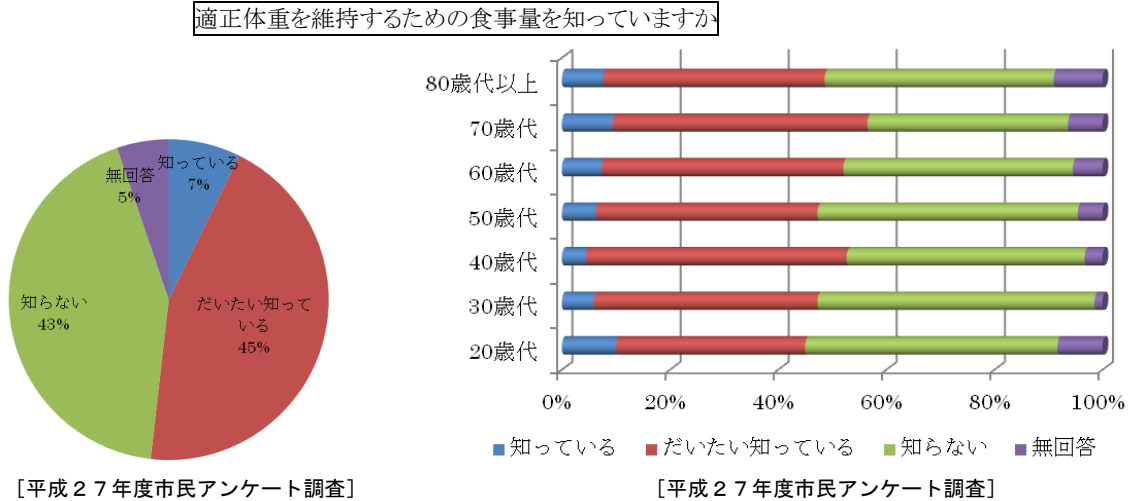
圏域名	平成15年		平成20年	
	割合 (%)	対象世帯数 (人)	割合 (%)	対象世帯数 (人)
総数	34.7	2876	41.9	2185
神戸	55.7	106	59.8	122
阪神南	47.1	376	54.3	219
阪神北	46.1	373	51.3	271
東播磨	38	326	47	253
北播磨	26.3	335	41.9	222
中播磨	33.7	202	38	192
西播磨	23.6	394	32.1	243
但馬	27.4	281	31.5	216
丹波	23.3	180	35.6	219
淡路	32.7	303	32.9	228

\* 北播磨…西脇市・三木市・小野市・加西市・加東市・多可町  
平成20年度ひょうご健康食生活実態調査より（兵庫県実施主体）

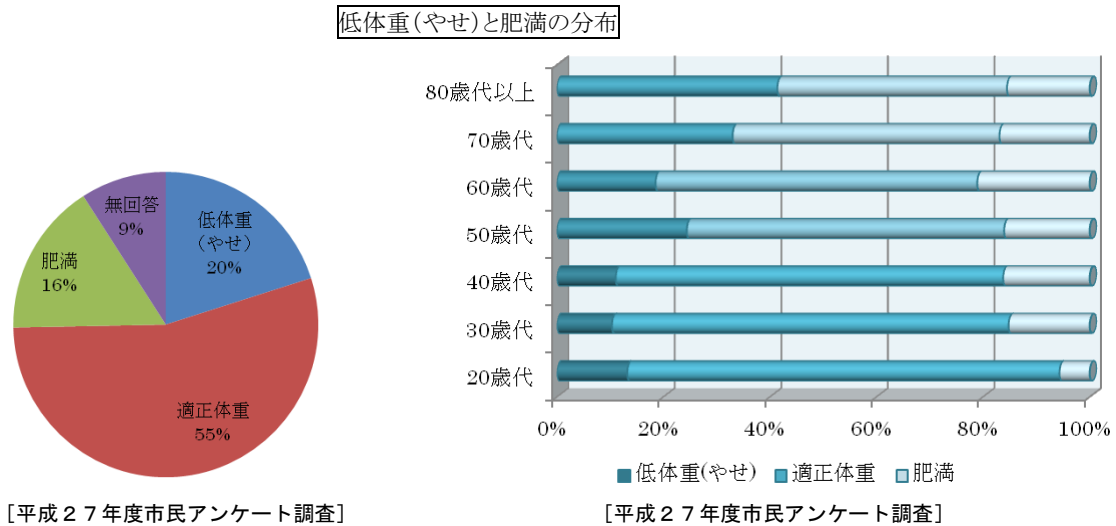
(2) 健康の状況

①適正体重の維持

「適正体重を維持するための食事量を知っていますか」の問いに対して20歳代～50歳代の44～51.2%とほぼ半数が「知らない」となっています。「知っている」「だいたい知っている」は70歳代が最も多く56.5%となっています。



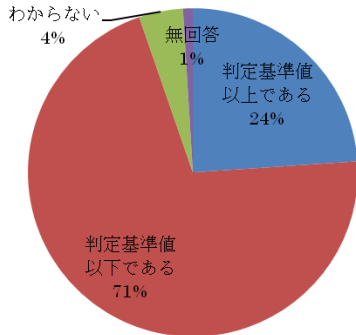
BMI※で求められた値により算出した適正体重を維持できている人は55%、低体重（やせ）が20%、肥満が16%でした。年代別割合については、低体重の割合が70～80歳代で最も多く30.1～33.3%、次いで50歳代22.5%、60歳代17%でした。肥満の割合は60歳代が最も多く19.4%、30歳代～50歳代と70歳代は約15%、20歳代が5%と少なくなっています。適正体重の割合は20歳代が71.7%で最も多く、80歳代が34.7%と最も少なくなっています。



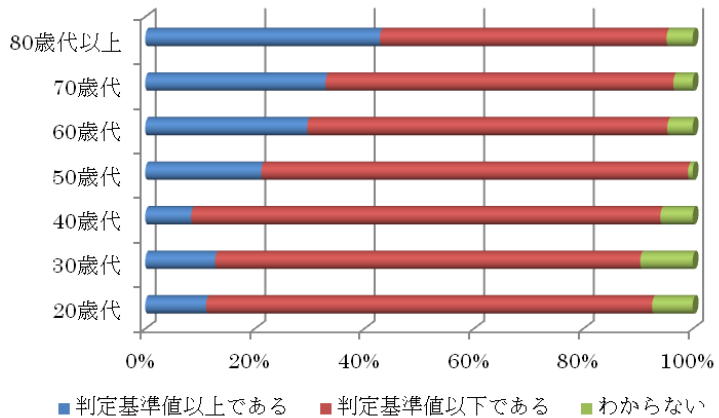
※BMI…身長と体重から  $BMI (body\ mass\ index) = \frac{体重(kg)}{身長(m)^2}$  で求められた値22が最も病気にかかりにくい**適正体重**であるとしています。

「腹囲はメタボリックシンドロームの判定基準値（男性：85 cm以上、女性：90 cm以上）ですか」の問いに、「基準値以下である」は71%であり、40歳代が最も多く85.3%でした。

腹囲はメタボリックシンドロームの判定基準値(男性:85cm以上、女性:90 cm以上)ですか



[平成27年度市民アンケート調査]



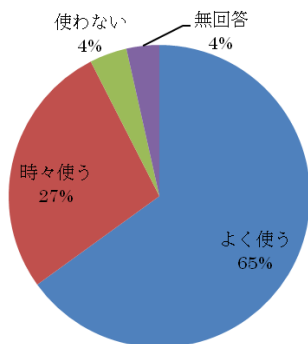
[平成27年度市民アンケート調査]

## 2. 地産地消と食文化

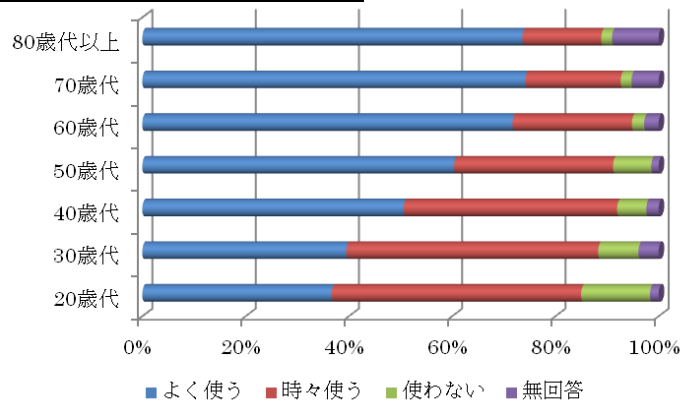
### ①農産物の調達

「自分の家や地元でとれた農作物を料理に使っていますか」の問いに、「よく使う」は65%、「時々使う」は27%で両者を合わせると89%で、ほとんどの人が地産地消を実践しています。「よく使う」と答えられた人を年代別にみると、70歳代が最も多く、若い世代ほど少なくなっています。

自分の家や地元でとれた農作物を料理に使っていますか



[平成27年度市民アンケート調査]

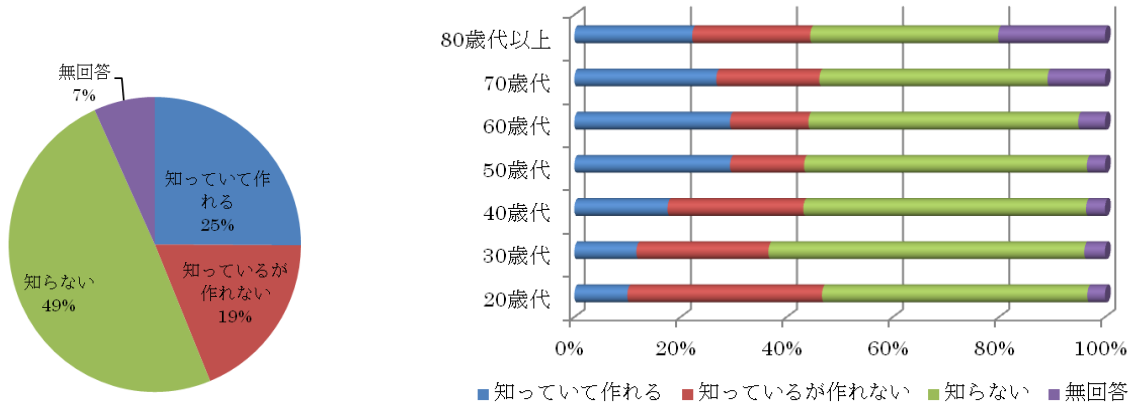


[平成27年度市民アンケート調査]

## ②郷土料理の認識

「地域の行事食（おせち料理、ちらし寿司など）や郷土料理（かしわ飯など）を知っていますか。また、作れますか。」の問いに対して、「知らない」は49%でした。また、「知っているが作れる」は50歳代～60歳代が29.3%で最も多く、次いで、70歳代26.8%、80歳代22.2%と多くなっています。「知っているが作れない」を年代別にみると、20歳代が36.7%と最も多く、30歳代～40歳代では約25%、59～60歳代が約15%となっています。

地域の行事食や郷土料理を知っていますか

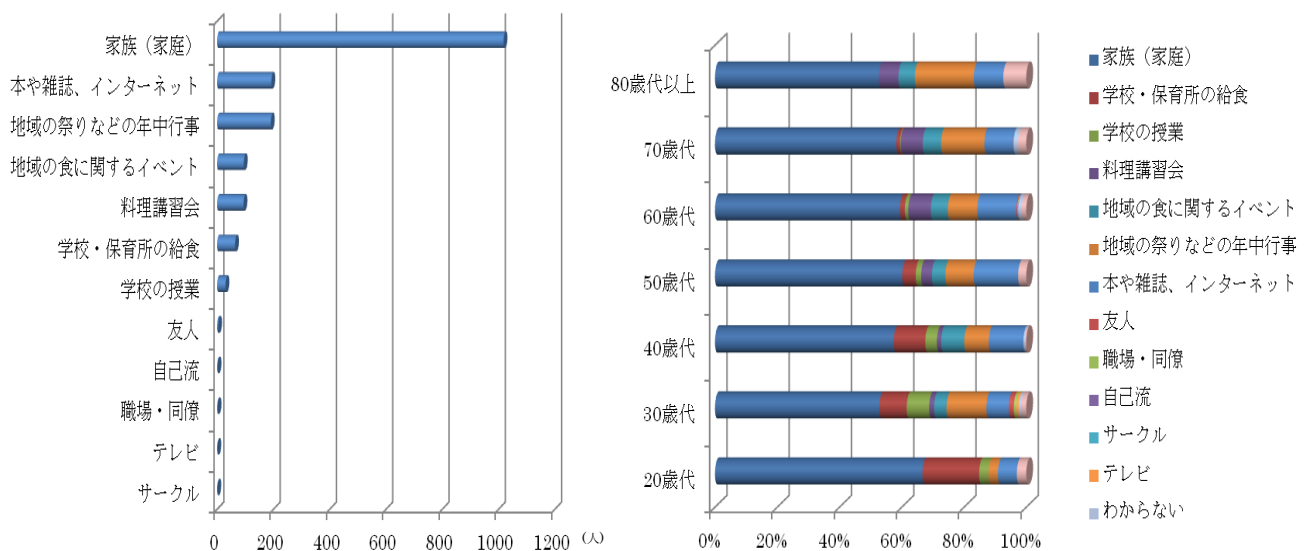


【平成27年度市民アンケート調査】

【平成27年度市民アンケート調査】

「郷土料理をどこで知りましたか。（複数回答）」の問いに対して、「家族（家庭）」が1018人と最も多く、次いで、「本や雑誌、インターネット」193人、「地域の祭りなどの年中行事」191人、「地域の食に関するイベント」95人、「料理講習会」94人の順になっています。「家族（家庭）」の他では、20～40歳代は学校や保育園、30歳代以上では地域、40歳代～60歳代では本や雑誌、インターネットで郷土料理を知る人が多い結果になっています。

郷土料理をどこで知りましたか(複数回答可)



【平成27年度市民アンケート調査】

【平成27年度市民アンケート調査】

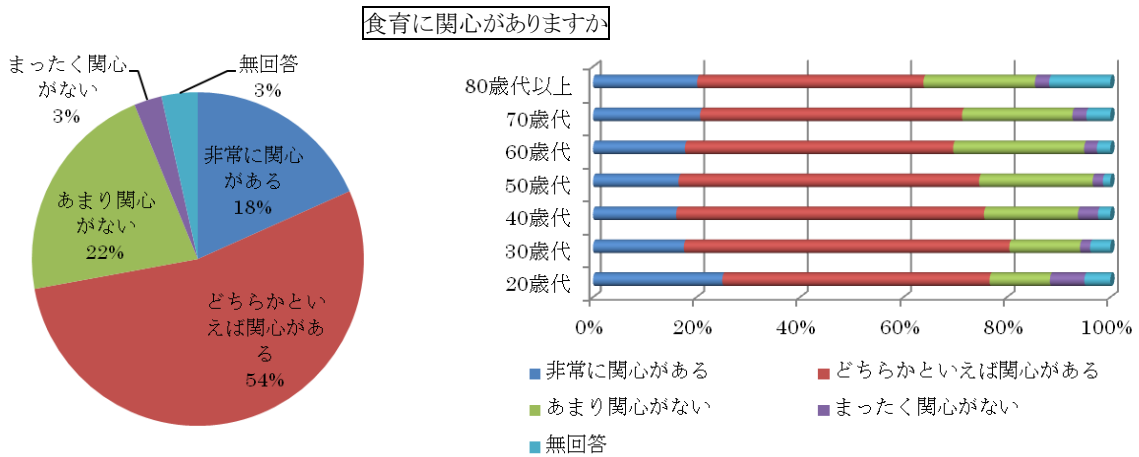


### 3. 食育活動

#### ①食育の認識

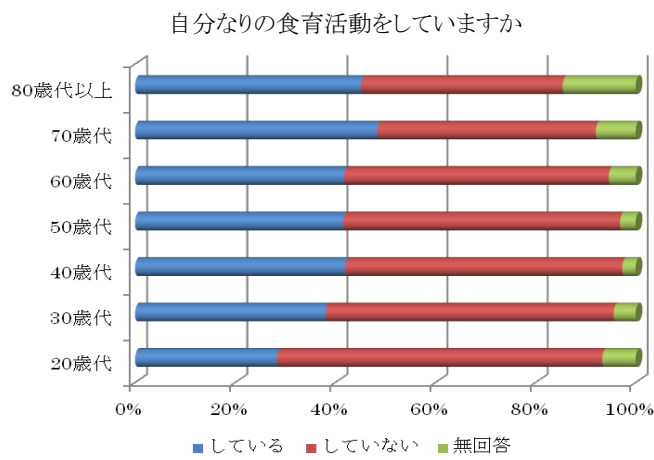
「食育に関心がありますか」の問いに対して「非常に関心がある」「どちらかといえば関心がある」は、72%となっています。30歳代が最も多く80.5%、次いで20歳代76.7%、40歳代75.6%と子育て世代の食育への関心が高くなっています。

また、「自分なりの食育活動をしていますか」の問いに対して「している」は70歳代が最も多く、若い世代になると減少し20歳代は28%となっています。



[平成27年度市民アンケート調査]

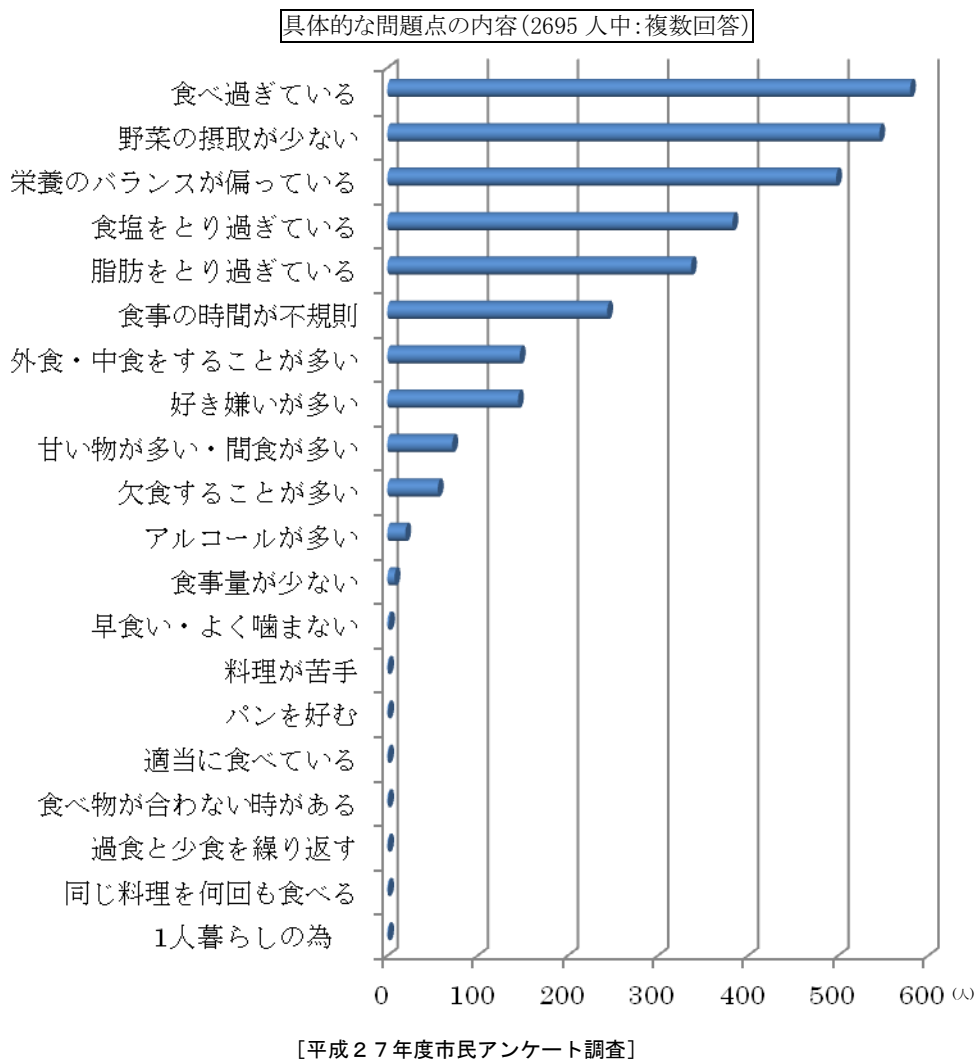
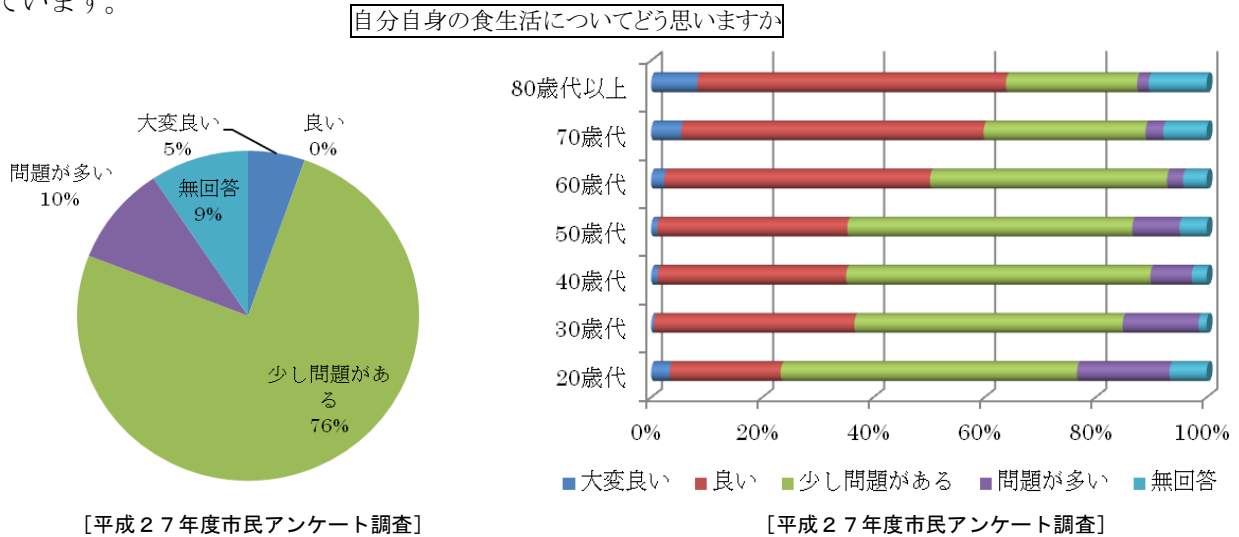
[平成27年度市民アンケート調査]



[平成27年度市民アンケート調査]

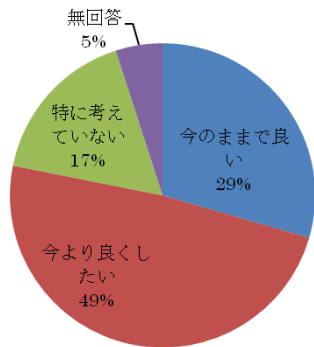
## ②栄養・健康への意識

「自身の食生活についてどう思われますか」の問いに対して、「少し問題がある」「問題が多い」を合わせると86%であり、多くの方が自分自身の食生活に何らかの問題があると認識しています。「大変良い」または「良い」と答えた方はわずか5%です。具体的な問題点は「食べ過ぎている」「野菜の摂取が少ない」「栄養のバランスが偏っている」等であり、食事の全体的な分量、内容や質についての関心が高くなっています。

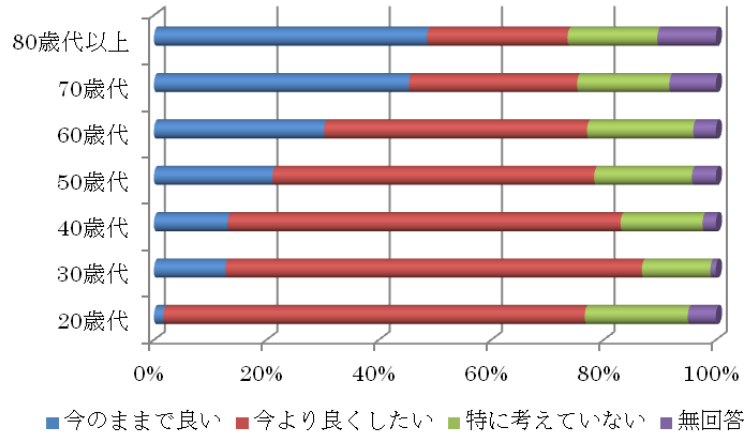


「食生活について、今後どのようにしたいと思っていますか」について、「今より良くしたい」が49%であり、年代別でみると若い世代ほど問題意識が高くなっています。

適正体重を維持するための食事量を知っていますか



[平成27年度市民アンケート調査]

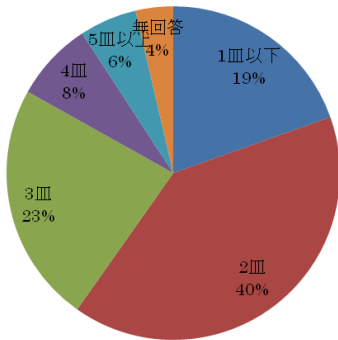


[平成27年度市民アンケート調査]

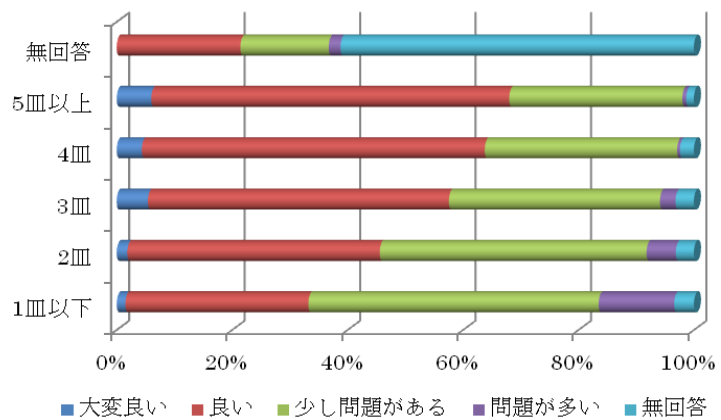
「ふだん野菜料理を1日に何皿程度食べていますか」の問いに対して、1日に必要な野菜摂取量の「5皿以上」がわずか6%でした。

前項の食生活の問題点で「野菜の摂取が少ない」が2695人中546人の20.2%であり、1日に食べる野菜料理の皿数別にみると、前項の「自身の食生活が大変良い」「良い」で野菜摂取量4皿は63.7%、3皿は57.5%、2皿は45.5%、1皿は33.2%で、野菜の摂取不足に対する問題意識が低くなっています。

適正体重を維持するための食事量を知っていますか



[平成27年度市民アンケート調査]



[平成27年度市民アンケート調査]

### 第3章 第1次食育推進計画の成果と課題

第一次計画では、「自然豊かな小野市で生産された農産物を活用し、心身ともに健やかな生涯を送ることができるよう、生きる基本となる食を大切にすまちづくり」を基本理念とし、4つの柱により、12の数値目標を設定しました。

「適正体重を達成、維持している人の割合」「地元でとれた農産物を使っている人の割合」については目標を達成し、「朝食を食べる人の割合」「地域の郷土料理を知っている人の割合」「食育に関心がある人の割合」等については、改善がみられました。

しかし、「楽しみながら食事をする人の割合」「災害に備え非常用食料等を備蓄している世帯の割合」等は減少し、意識向上等について課題がみられました。

家庭は、子どもたちが食事を摂る習慣やマナー等の基礎的な食習慣を身につける等の様々な学習の場でもあります。しかし、核家族の増加、親の就業等により、子どもが一人で食事をする「孤食」が増えており、家族と一緒に食卓を囲む機会が少なくなっています。また、核家族化により保護者自身の食に関する基礎的な知識の不足や調理の簡素化も指摘されています。家族のあり方や個々のライフスタイルの変容とともに、食に対する価値観や食行動が多様化し、食生活にも影響を及ぼしています。

#### 1. 健康に過ごすための基本的な食生活の実践

「朝食を食べる人の割合」「食事づくりに参加する人の割合」「適正体重を達成、維持している人の割合」は、目標値には達していませんが増加しており、保育園（所）、幼稚園、学校で朝食摂取を推進する「ひまわりカード」の実施、成人対象の健康教室の実施、広報活動等により、食事摂取や量に関しては取り組まれていると考えられます。しかし、他の項目は低下しており、特に「災害に備え非常用食料等を備蓄している世帯の割合の増加」は約20%減少しています。育児教室や親子料理教室、男性の料理教室の実施、イベント等に災害時の非常用食品やメニューの展示等を実施してきましたが、実践につながっていないため、さらに取り組みを充実させることが必要です。今後、食と健康への関心を高め、幼児や保護者を中心に食育を推進するとともに、食事のマナー、家族や友人等との食卓を通じたコミュニケーション、食事づくりへの参加に関する取り組みを進めていくことが重要です。また、様々な機会に災害時の危機管理意識を高め、備蓄食品について具体的に伝えていくことが求められています。

目 標	平成22年度	第1次計画 目標値	平成27年度 現状値
① 朝食を食べる人の割合の増加	89.9%	100%	95.1%
② 食事のあいさつができる人の割合の増加	39.3%	100%	36.9%
③ 楽しみながら食事をする人の割合の増加	52.5%	70%	45.6%
④ 食事づくりに参加する人の割合の増加	72.3%	80%	79.7%
⑤ 適正体重を達成、維持している人の割合の増加	40.6%	50%	54.6%
⑥ 災害に備え非常用食料等を備蓄している世帯の割合の増加	41.9%	50%	21.6%

## 2. 小野市の自然と恵みを活かした農と食育活動の推進

学校給食に、積極的に小野市産農産物を使用し、目標を達成しました。小野市産農産物を学校給食で使用するためには、一度に多くの農産物量を確保しなければいけないため、安定した生産体制の確立が課題となっています。また、学校独自の取り組みとして、学童が栽培し、収穫した農産物を調理実習に使用し、食育を推進しています。

目 標	平成 22 年度	第1次計画 目標値	平成 27 年度 現状値
① 学校給食の小野市産農産物使用割合の増加 (地産地消100%の日を増やす)	1 回/年 ※小野市産米飯給食 …週 3 回	年に1回ずつ 増加	0 回/年 ※小野市産農作物使用 回数…20 回/年 ※小野市産米飯給食… 週 4 回

## 3. 伝統的な食文化の継承と新しい食文化の創造

「地元でとれた農産物を使っている人の割合」は、29.6%増加し目標値を達成しています。「地域の郷土料理を知っている人の割合」は、目標値には達していませんが 14.5%増加しています。

「保育園（所）、幼稚園、学校の給食、地域でのイベント開催時の試食提供、生産販売事業者による地場産物の販売、地域のコミュニティレストラン等飲食店によるメニューの提供・レシピ配付、育児教室での周知、小野市食育推進協議会が作成した「おのっこ産レシピ集」の配付等により、地場農産物の使用や行事食等の郷土料理に関する意識が高まっていると考えられます。今後も取り組みを継続するとともに、食に関する機関・団体の連携を強化し、普及に向けて一層取り組みを充実させることが重要です。

目 標	平成 22 年度	第1次計画 目標値	平成 27 年度 現状値
① 地域の郷土料理を知っている人の割合の増加	29.5%	60%	43.8%
② 地元でとれた農産物を使っている人の割合の増加	62.4%	80%	92.5%

## 4. 食育活動と関係機関・団体の連携の推進

「食育に関心がある人の割合」は、目標値には達していませんが 12.8%増加しています。一方、「食育の意義を理解し食育活動を実践している人の割合」は、4.1%減少しています。食育に関心はあるものの、実践には結びついていないのが課題となっています。今後、調理実習や授業、講座等を通じて毎日の食事に習慣化し、実践に結びつけることができるよう普及方法の工夫・充実を図り、きめ細かく食育活動を推進していくことが必要です。

目 標	平成 22 年度	第1次計画 目標値	平成 27 年度 現状値
① 食育に関心のある人の割合の増加	59.2%	100%	72.1%
② 食育の意義を理解し食育活動を実践している人の割合の増加	47.1%	100%	42.9%
③ 朝食を食べる人の割合の増加(再掲)	89.9%	100%	95.1%

## 第4章 食育推進の展開

本計画の基本理念である「自然豊かな小野市で生産された農産物を活用し、心身ともに健やかな生涯を送ることができるよう、生きる基本となる『食』を大切にすまちづくり」を目指し、個人、家庭、保育園（所）、幼稚園、学校、地域、食の関連事業者、その他関係機関、団体等、行政が多くの関係者の理解のもと、取り組みの目標を掲げ、その達成を目指して連携・協働して取り組むことが重要です。関係機関・団体の活動の充実、連携の強化を図り、市民主体の食育を推進します。

また、食育を推進していくうえで、取り組みの成果を客観的な指標により把握するため指標及び目標値を設定し、その達成が図られるよう食育活動に関する取り組みを推進していきます。

ただし、目標値の達成のみを追い求め、その結果だけを重視するのではなく、食育に取り組む姿勢や、そこに至る過程も大切にします。

### 1. 取り組みの4つの柱

#### 取り組みの4つの柱（基本施策）

- ①健康に過ごすための基本的な食生活の実践
- ②市の自然と恵みを活かした農と食育活動の推進
- ③伝統的な食文化の継承と新しい食文化の創造
- ④食育活動と関係機関・団体の連携の推進

### 2. 具体的な施策展開

#### ①健康に過ごすための基本的な食生活の実践

私たちは、五感（視覚、触覚、味覚、嗅覚、聴覚）で食べ物を選び、味わい、栄養としています。この五感を養い、食事を摂るマナーや食習慣を身につける場として家庭での食生活は大変重要です。しかし、食の多様化、生活スタイルの変化に伴い、欠食・偏食・外食などによる偏った食生活や一人で食事をする「孤食」が増えています。心と身体の健康を維持していくためには、自分の身体に合った食を選択し、日々の食生活で実践していくことが大切です。望ましい食生活に関する知識を得ることにより食を選択する力を習得し、健康で安全な食生活を送ることができるよう支援します。

目 標	現状値	目標値
① 朝食を食べる人の割合の増加	<幼児、小・中学生> 93.7% <20～30 歳代> 85.3%	<幼児、小・中学生> 100% <20～30 歳代> 90%以上
② 食事のあいさつができる人の割合の増加	36.9%	100%
③ 家族と一緒に食べる共食*の回数の増加	-	週 11 回
④ 地域等で共食*したいと思う人が共食する割合の増加	-	70%
⑤ 食事づくりに参加する人の割合の増加	79.7%	90%
⑥ 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を 1日2回以上ほぼ毎日食べている人の割合の増加	-	70%以上 <20～30 歳代> 55%以上
⑦ ゆっくりよく噛んで食べる人の割合の増加	-	55%
⑧ 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	-	75%
⑨ 災害に備え非常用食料等を備蓄している世帯の割合の増加	21.5%	60%

\* 共食… 複数の人が一緒に食事を摂ること。

#### 《家庭》

- ・1日2回以上は主食・主菜・副菜を組み合わせるバランスよく食べましょう。  
朝食を欠食することなく3食きちんと食べることは、食事に関心を持つこと、食事内容を整えること、楽しく食べることに繋がります。健全な食習慣が形成される小・中学生においてはもちろんのこと、ともに生活する家族も含め、全ての年代にとって大切です。
- ・食事のあいさつやマナーを身につけましょう。  
食事は、材料となっている生き物の命をいただくことであり、「いただきます」「ごちそうさま」の食事のあいさつは、命をいただくことへの感謝、生産者や食事を作ってくれた人への感謝の気持ちを育み、思いやりの心につながります。また、食事をするための姿勢を整えるというだけでなく、コミュニケーションの始まりでもあり、食事のあいさつを身につけるためには、孤食ではなく、家族や仲間等、誰かと一緒に食卓を囲むことも大切で、その中から社会性や、お箸の使い方等のマナー、食の伝承等への理解も育まれると考えられます。
- ・家族や友人、地域等で楽しく食事をしましょう。  
食事は食品から栄養素を摂取して生命を維持することだけが目的ではなく、楽しみながら食事することにより、栄養素の吸収がよくなると同時に豊かな人間性が育まれます。
- ・食事はゆっくりよく噛んで食べましょう。
- ・積極的に食事づくりに参加しましょう。  
買い物や調理、後片付けなど食事づくりに参加することにより、食への興味や関心が高まります。そして、食事作りは五感が刺激され毎日の生活がますます豊かなものになります。また、子どもの場合は、家族のコミュニケーションを図る大切な時間となります。
- ・食と健康のつながりに関心を持ち、心身の健康づくりに取り組みましょう。  
自分の身体にとってよい食生活を学び、心身の健康づくりに取り組みましょう。
- ・適正体重を知り、維持しましょう。

肥満は、生活習慣病の危険因子であり、肥満予防が疾病の発症予防にもつながります。適正体重を正しく認識し管理することは、健康管理の基本であり健全な食生活を実践するための第一歩です。

- ・生活習慣病の予防や改善のために減塩や野菜摂取等、体調に合わせた食生活に心がけましょう。
- ・災害に備えて、非常用食料等を備蓄しましょう。

日頃から災害などの非常事態が発生した場合等の食生活を意識し、対応できるスキルを身につけておくことで、個人や地域の危機管理を進め、災害時においても食生活上の被害を最小限にすることができます。

#### 《保育園（所）・幼稚園》

- ・給食を通してバランスの良い食事を体験し、楽しくマナーを身につけます。
- ・給食やおやつについて食物アレルギー表示等、アレルギーに対する配慮を推進します。
- ・栄養バランスのとれた給食献立づくりをします。
- ・早寝、早起き、バランスのとれた朝ごはんの推進をします。

#### 《学校》

- ・早寝、早起き、バランスのとれた朝ごはんの推進をします。
- ・ひまわりカードを活用したバランスのよい朝ごはん摂取の推進をします。
- ・「川島理論」\*に基づいて、朝食の質にこだわったバランスのよい朝食摂取の推進をします。
- ・食育授業、栄養教諭による出前授業・食育（栄養）指導を推進します。
- ・給食について食物アレルギー表示等、アレルギーに対する配慮を推進します。

#### 《地域》

- ・食に関心を持ち、食育に関する催しに参加できる機会を提供します。
- ・男性を対象とした料理教室を推進します。
- ・料理教室を通して減塩と野菜の摂取、食事をゆっくりよく噛んで食べることを推進します。
- ・様々な機関と連携し、共食の機会を提供します。

#### 《生産販売事業者》

- ・パンフレット等により「食」に関する情報を発信します。
- ・健康を意識した食育、メニューの提案を充実します。
- ・旬の食材、惣菜の提供等により食育、健康づくりを推進します。

#### 《行政》

- ・乳幼児健康診査、子育て教室、子育て講座等において各年代に応じた食育を推進します。
- ・未来のパパママ教室において妊娠期に適した食育を推進します。
- ・健康講座等で健康課題に向けた食習慣改善のアドバイスとともに食と健康に関する知識を普及します。
- ・適性体重、身体の状況に合せた食習慣に関するアドバイスを集団的・個別的に実施します。
- ・生活習慣病の予防や改善のために減塩や野菜摂取等、体調に合わせた食生活を推進します。
- ・「おのっこ産レシピ集～朝食編～」等を活用し、バランスのとれた朝食を推進します。
- ・健康教室等において、食事をゆっくりよく噛んで食べることを推進します。
- ・地域の集まりの場等の情報提供を行います。
- ・共食を推進します。
- ・主食・主菜・副菜を組み合わせた食事について情報提供を行い、バランスのとれた食事を推進します。

\* 川島理論 東北大学教授の川島隆太氏の「脳科学と教育」を理念とした取り組みを推進しています。2005年に小野市教育  
… 行政顧問に就任。



## ②市の自然と恵みを活かした農と食育活動の推進

本市は豊かな自然に恵まれ、様々な農産物が生産されています。地域で生産された旬の農作物は新鮮でおいしく、安心して食べることができ、四季に合わせた料理を楽しむことができます。最近、手軽に食べ物が手に入る環境にあり、自然の恵みや食に関わる活動への感謝を感じる事が少なくなっています。多くの食に関する課題が指摘されるようになってきた現代こそ、市民一人ひとりが食の安全に関心を持ち、健やかな食が実践できるようにするため知識を普及することが大切です。また、若い世代の方が農作物を育てる大切さや楽しさを学べる機会を提供するとともに、消費者のニーズにそった農作物の生産販売や情報提供が重要です。地元の農作物の恵みを活かし、地域内で消費する地産地消の取り組みを推進します。

目 標	現状値	目標値
① 農業体験等を経験した人の割合の増加	-	40%
② 食品の安全性について関心を持ち、自ら判断する人の割合の増加	-	80%以上 <20～30歳代> 60%以上
③ 学校給食における地場産物の使用回数の増加	20回/年 ※小野市産米飯給食 …週4回	25回/年 ※小野市産米飯給食 …週4回
④ 学校給食における国産食材を使用する割合	81.6%	80%以上の保持

### 《家庭》

- ・家庭菜園、農業体験等を積極的にしましょう。  
野菜づくり等の体験を通じて、食に関わる方々への感謝の気持ちが育まれます。
- ・食の安全に対する知識を得よう。
- ・地場産物を使った料理をメニューに取り入れましょう。
- ・生産者や農業関係者の方へ感謝の気持ちを持って食べましょう。

### 《保育園（所）・幼稚園》

- ・地場産物を使った給食を推進します。
- ・親子の料理教室、調理体験を推進します。
- ・子どもと一緒に身近な野菜を育て、食材への興味、食への関心を高めます。
- ・地域の人との交流、農業体験等を推進します。

### 《学校》

- ・学校給食において、地場産物を使用するメニューを計画、推進します。  
市の学校給食の主食である米は小野市産のヒノヒカリを使用しており、市内の集落営農組織が栽培した野菜を使用している時期があります。
- ・学校給食において、国産食材を使用する料理を推進します。
- ・栽培や関係機関との連携により食育体験学習を実施し、収穫した野菜等を使った調理等を推進します。
- ・地場産物を使用したクッキングコンテスト等により、食育への関心を高め家庭での食育を推進します。

### 《地域》

- ・地場産物を使った試食の提供等により地場産物を使った料理を普及啓発します。
- ・お米の消費拡大を推進します。

### 《生産販売事業者》

- ・地場産物の販売、消費者と生産者の交流を推進します。

- ・関係団体が連携を強化し、地産地消の仕組みづくり、需要に基づく生産量の確保などを推進します。地域でとれた新鮮で安全な食品が入手しやすくなるように、生産者から消費者に情報を発信し、距離を近づけ互いに顔の見える関係の構築を推進します。
- ・小学生を対象に播種授業を実施します。
- ・消費者と収穫祭を行い、生産者と消費者の顔が見える関係づくりを行い、食への信頼性を高めます。
- ・安心安全な食の提供と食を通じた人との触れ合いを進めます。

《行政》

- ・親子の食育教室等により、地場産物等を使った調理体験や試食を含めた食育を推進します。
- ・「小野うまいもんブランド」を認定し、本市の優れた農産物特産品の知名度の向上と農業の振興を図ります。
- ・地場産物を提供できる集落営農組織等の増加を推進します。
- ・学校給食に地場産物を提供できる農業者等の増加により、地場産物の安定的な供給体制づくりに取り組みます。
- ・食の安全に関する情報提供に努めます。
- ・安全・安心な水を継続して供給します。

### ③伝統的な食文化の継承と新しい食文化の創造

本市には、「さば寿司」「白蒸し」「かしわご飯」等の行事食や作法に込められた伝統的な郷土料理があり、家庭の味が伝承されてきました。また、多彩なすぐれた農産物特産品が「小野うまいもんブランド」として認定され新しい食文化が創造されています。地産地消を推進するとともに、この受け継がれてきた食文化を守り、豊かな味覚、新たな食文化を創造することにより、市の食文化を貴重な財産として次世代に継承していくことが大切です。

目 標	現状値	目標値
① 地域の郷土料理を知っている人の割合の増加	43.8%	60%
② 地域の郷土料理を作る人の割合の増加	25.1%	30%
③ 地場産物を使用する人の割合の増加	92.5%	95%

《家庭》

- ・地域の郷土料理を知り、作りましょう。  
地域の郷土料理を日々の食生活に取り入れることは、その土地の自然の恵みや四季の変化を感じ、楽しむことにつながります。また、家族・友人・地域の人々と食卓を囲むことにより、行事や作法に込められた願いや思いも、ともに次世代へ伝えることができ、家族や地域の人々とのふれあいや活性化が図られ、絆も深められます。ふるさとへの理解・誇り・愛着が生まれ、地域の食文化を通じた交流から人や地域のつながりが築かれます。
- ・地場産物を使用して料理をし、家庭の味を伝えましょう。  
地場産物を使用することにより、その地域の特性に応じた食生活が形成されます。また、地場産物を積極的に使用することにより、地域の活性化にもつながり、地場産物や馴染み親しまれた食生活が次世代へと受け継がれていくことで、新しい食文化の形成にもつながります。

《保育園（所）・幼稚園》

- ・給食や農産物の栽培・体験、調理等を通して郷土料理等を伝えます。
- ・親子の料理教室・調理体験を推進します。

#### 《学校》

- ・給食や農産物の栽培・体験、調理、学習等を通して郷土料理や食文化等を伝え、児童生徒の健やかな心身の発達を促します。
- ・次世代の食を担う立場として、食文化について学ぶ機会をもち、継承を推進します。
- ・地場産物を使ったクッキングコンテストを推進します。

#### 《地域》

- ・地場産物を使った料理の普及啓発など、市民が交流する機会を提供し地元の味を伝えます。
- ・イベント等で地場産物を使った郷土料理等の試食を提供し、郷土料理の普及に努めます。

#### 《生産販売事業者》

- ・地場産物の販売、消費者と生産者の交流を推進します。
- ・地場産物の販売や加工体験、それらを調理提供する施設が地域のコミュニティの拠点等となり、地産地消を推進します。
- ・集落営農組織等が栽培する農産物を直売所、学校給食へ安定的の供給を推進します。

#### 《行政》

- ・おのっこ産レシピ集～郷土料理編～を活用し、郷土料理を普及します。
- ・市内において生産又は製造された農産物等で、小野市へのこだわり、商品へのこだわり、信頼性及び販売実績のある商品を「小野うまいもんブランド」として認証し、小野市の優れた農産物特産品の知名度の向上、また農業の振興を図ります。
- ・学校給食において地場産物の利用を推進します。
- ・地場産物を使った新しい食文化の創造を推進します。
- ・健康講座等を通じて郷土料理を普及します。
- ・食の健康協力店の普及推進等充実した食環境の整備を図ります。

### ④食育活動と関係機関・団体の連携の推進

核家族化や共働き世帯の増加等による社会環境の変化、外食や調理済み食品利用の増加等により、子どもたちの食を取り巻く環境が変化中、子どもたちに食への関心を高め、望ましい食習慣を身につけることは、健康で豊かな人間性の基礎となるものであり、生きる力を育むためにも大切です。子どもの成長に合わせて、切れ目のない食育を推進することにより、食育への関心が深まります。また、成年期・高齢期の食生活は、欠食や主食のみの食事、やせ型志向の女性の過度の食事制限等、不適切な食生活が継続しやすい現状です。食を大切に、日々の食生活に必要な知識と判断力を習得するため、家庭での食育の重要性について理解を深めることが必要です。

食育を推進するにあたっては、家庭、地域、保育園（所）、幼稚園、学校、事業者、関係機関・団体、行政などが連携し、あらゆる機会や場所で食育を推進していくことが重要です。

食育活動が市民運動として展開されるような取り組みと、それらを支える体制として食に携わるボランティア活動の充実・強化を推進するとともに、食育活動の推進にあたっては、「小野市食育推進協議会」において協議し、連携強化を図り、取り組みを推進します。

目 標	現状値	目標値
① 食育に関心のある人の割合の増加	72.1%	100%
② 食品ロス削減のために何らかの行動をしている人の割合の増加	-	80%
③ 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人の増加	35名	70名

#### 《家庭》

- ・食に関心を持ち、家族で食について楽しく話をする機会をもちましょう。
- ・家族で楽しく食事を作りましょう。
- ・朝食を食べ、1日3食バランスよく食べるとともに、早寝早起きをして生活リズムを整えましょう。
- ・家族や友人、仲間と一緒に食事をしたり、食について話をする場をもちましょう。
- ・食材や食品を上手に使用し、食品を残さない工夫をしましょう。

#### 《保育園（所）・幼稚園》

「食育の日」\*「食育月間」\*の取り組みを推進します。

#### 《学校》

- ・保護者・家庭・地域が一体となった食育を推進します。
- ・給食を通じてバランスのよい食事を体験し、楽しく食べるとともに食事のマナーを身につけることができるよう進めていきます。
- ・小野市学校食育推進委員会において、食育推進体制を整備し取り組みを推進します。

#### 《地域》

- ・育児教室等において手作りおやつを試食提供を行い、家庭における食育の取り組みを推進します。
- ・料理教室や市民の交流の場で食育について学ぶ機会を図り、食を育て、選び、調理する力を高めていきます。

#### 《生産販売事業者》

- ・「食育の日」\*「食育月間」\*の取り組みを推進します。
- ・食育に関する情報を発信します。
- ・学校、保育園、高齢者施設等と連携し、幅広い年代の方へ食育支援を行います。

#### 《行政》

- ・「食育の日」\*「食育月間」\*の取り組みを推進し、食育の重要性について啓発します。  
食育について正しい知識を持ち、それぞれの立場で食育を実践することが必要です。「食育の日」\*「食育月間」\*を定着し、食育への関心を高めます。

**\*食育の日…毎月19日 \*食育月間…毎年6月 \*ひょうご食育月間…毎年10月**

- ・小野市食育推進協議会において、食育推進における関係機関との連携・ネットワークの強化を図ります。
- ・健全な食生活をサポートするため、地域ぐるみで食生活改善に取り組めるよう、よりよい食環境づくりに努めます。
- ・食育を推進する地域ボランティアの育成、支援を推進します。
- ・食育を地域、そして市民運動として推進するため、多方面から食の知識を得る体制を整備します。  
ボランティア団体や地域関係団体機関などのネットワークを構築し、地域の食育の架け橋となる人材の確保に努めます。
- ・食べ残し、過剰除去、直接廃棄等による食品ロス削減を推進します。
- ・生鮮食品等について、賞味期限・消費期限の食品表示確認、廃棄量軽減メニューの紹介等により食品ロス削減を推進します。

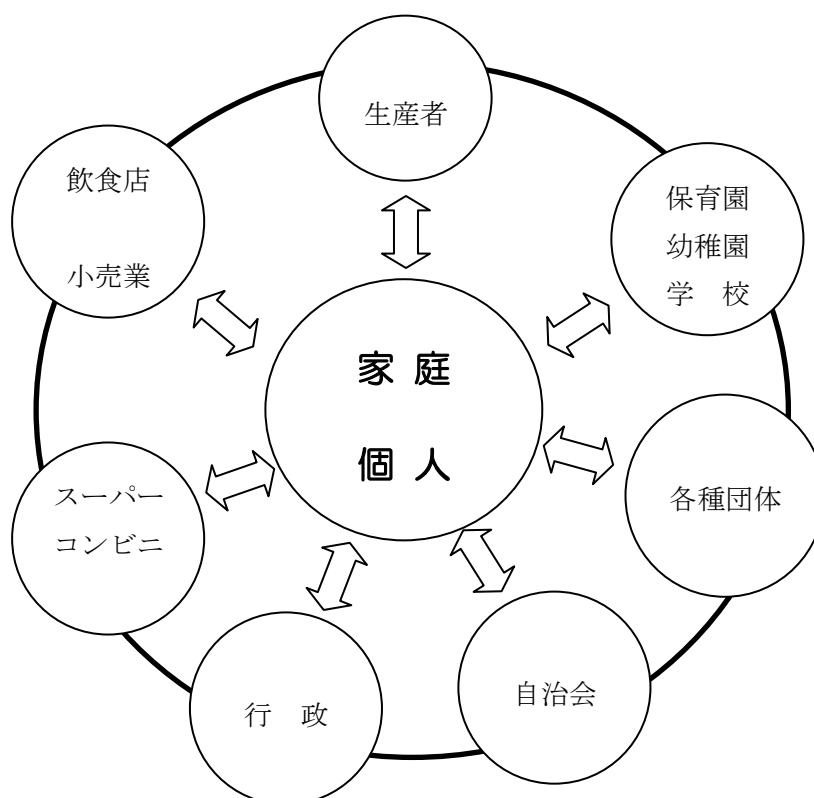
### 3. 目標達成に向けての展開

この計画の目標達成に向け、家庭をはじめ、関係機関・団体が各役割を担い、連携を強化して食育を推進していく必要があります。

小野市においては、これまで食育の取り組みとして各部署が様々な施策を推進してきており、地域においても生産者や関係機関・団体による取り組みが行われています。

さらに、個人や各種機関・団体の取り組みを広げ、充実させるとともに、各分野で実施している取り組みをつながりのある活動にしていくための連携体制を強化し、小野市の課題を共通認識しながら理解を深め、小野市のめざす食育活動が実践できるよう推進します。

#### 各種機関・団体の連携による推進



#### 4. 施策体系表

基本理念	基本施策 (4本柱)	取り組み 主体	主な取り組み
<b>生きる基本となる「食」を大切に作るまじっくづくりを目指します</b>	健康に過ごすための基本的な食生活の実践	家庭	食と健康のつながりに関心を持ち、自ら学びます。
			「早寝早起き朝ごはん」運動を推進します。
			1日3食バランスよく食べます。
			食事のあいさつをします。
			家族や友人と楽しく食事をします。
			積極的に食事作りに参加します。
			食と健康のつながりに関心を持ち、心身の健康づくりに取り組みます。
			災害に備えて、非常用食料等を備蓄します。
		保育園(所)・幼稚園	「早寝早起き朝ごはん」運動を推進します。
			ひまわりカードを活用し、「川島理論」*に基づいて、バランスのよい朝食の推進に取り組みます。 給食を通じてバランスのよい食事を体験するとともに、食事マナーを楽しく身につけます。
		学校	「早寝早起き朝ごはん」運動を推進します。
			ひまわりカードを活用し、「川島理論」*に基づいて、バランスのよい朝食の推進に取り組みます。
			給食を通じて食育を推進します。
	食育事業、栄養教諭による食育指導を充実します。		
	地域	「食」に関心を持ち、食育に関する催しに参加できる機会を提供します。	
	生産販売事業者	食育に関する情報を発信します。	
		食材、メニューの提供により食育を推進します。	
	行政	子育て講座、健康講座等において年代に応じた食育を推進します。	
		おのっこ産レシピ集を活用し、バランスのとれた朝食摂取を推進します。	
	小野市の自然と恵みを活かした活動の推進	家庭	家庭菜園や農業体験等を積極的にします。
地場産物を使ったメニューを取り入れます。			
保育園(所)・幼稚園		地場産物を使った給食を推進します。	
		子どもと一緒に身近な野菜を育て、食材への興味、食への関心を高めます。	
学校		地場産物を使った給食を推進します。	
		農作物の栽培・収穫・調理実習を通して、体験学習を推進します。	
地域		地場産物を使った料理を普及啓発します。	
生産販売事業者		地場産物の販売や、消費者と生産者の交流を推進します。	
行政	「小野うまいもんブランド」を認定し、本市の優れた農産物特産品の知名度の向上と農業の振興を図ります。		
	安全安心な食の提供と食を通じた人との触れ合いを進めます。		
	地場産物を提供できる農業者の増加を推進します。		

伝統的な食文化の継承と新しい食文化の創造	家庭	地域の郷土料理を知り、作ります。	
		家庭の味を伝えます。	
	保育園(所)・幼稚園	給食や体験活動を通して、郷土料理等を伝えます。	
	学校	給食や体験活動を通して、郷土料理等を伝えます。	
		次世代の食を担う立場として、食文化について学ぶ機会をもち、継承を推進します。	
	地域	市内学校において地場産物を使ったクッキングコンテストを推進します。	
		イベント等で地場産物を使った郷土料理等の試食を提供し、郷土料理の普及に努めます。	
	生産販売事業者	地場産物の販売や加工体験、それらを調理提供する施設が地域のコミュニティの拠点等となり、地産地消を推進します。	
	行政	健康講座等を通じて郷土料理を普及します。	
		地場産物を使った新しい食文化の創造を推進します。	
	食育活動の推進	家庭	「食育の日」「食育月間」の取り組みを推進します。
			食に関する正しい情報を得て、自分に適した食物を選択します。
		保育園(所)・幼稚園	「食育の日」「食育月間」の取り組みを推進します。
			保護者・家庭・地域が一体となった食育を推進します。
学校		「食育の日」「食育月間」の取り組みを推進します。	
		保護者・家庭・地域が一体となった食育を推進します。	
地域		小野市学校食育推進委員会において、食育推進体制を整備し、取り組みを推進します。	
		「食育の日」「食育月間」の取り組みを推進します。	
生産販売事業者		「食育の日」「食育月間」の取り組みを推進します。	
		「食育の日」「食育月間」の取り組みを推進します。	
行政		関係機関との連携ネットワークの強化を図ります。	
		食育を推進する地域ボランティアの育成、支援を推進します。	
		食の健康協力店の普及推進等充実した食環境の整備を図ります。	
		食べ残し、過剰除去、直接廃棄等による食品ロス削減を推進します。	

\* 川島理論... 東北大学教授の川島隆太氏の「脳科学と教育」を理念とした取り組みを推進しています。2005年に小野市教育行政顧問に就任。

## 小野市の食育推進取り組み状況

関係団体及び所属	平成 27 年度の取り組み状況
小野市学校食育推進委員会	<ul style="list-style-type: none"> <li>① 小・中・特別支援学校での食育授業</li> <li>② 栄養教諭による食育（栄養）指導 小学 1 年生を対象に、学校給食をもとにした栄養指導</li> <li>③ 食育体験学習 <ul style="list-style-type: none"> <li>・栽培</li> <li>・収穫祭実施後に、収穫した野菜などを使用した調理実習（外部関係機関の協力）</li> </ul> </li> <li>④ 市内小中学校における小野市産農作物を使用したクッキングコンテスト</li> <li>⑤ 中学校において「バランスの良い朝食摂取について」の栄養教諭の説話</li> <li>⑥ 保育園（所）・幼稚園・小学校・特別支援学校保護者への食育講話</li> <li>⑦ 地産地消の推進</li> </ul>
兵庫県保育協会 小野支部	<ul style="list-style-type: none"> <li>① 食事の年間計画作成、取り組み</li> <li>② 市内保育所の給食担当者（調理師、栄養士）が研修会を開催し、栄養バランスのとれた給食献立内容について検討</li> <li>③ 子どもと一緒に身近な野菜を育てることにより、子どもの食材に対する興味、食への関心を高める</li> </ul>
JA 兵庫みらい	<ul style="list-style-type: none"> <li>① 小学校 3 年生対象の黒大豆・白大豆の播種授業（中番小・下東条小）</li> <li>② サンパティオおのにて消費者と収穫祭を実施</li> </ul>
小野市いずみ会	<ul style="list-style-type: none"> <li>① 地域の子育てサロン、児童館の子育てサークルにおいて親子料理教室、伝承料理等の調理実習</li> <li>② 地産地消、郷土料理レシピの紹介</li> <li>③ 2 歳児教室において手作りおやつを試食提供</li> <li>④ 男性対象の料理教室</li> <li>⑤ 「減塩」と「野菜プラス 1 皿」をテーマとした調理実習、栄養講話</li> <li>⑥ 小野陣屋まつりにおいて地産地消推進メニュー「陣屋鍋」の試食提供</li> <li>⑦ 食育フェアにおいて郷土料理の試食提供</li> </ul>
イオンリテール 株式会社 イオン小野店	<ul style="list-style-type: none"> <li>① ホームページ（クックパッド）によるオリジナルレシピの紹介</li> <li>② 「食」を通じた心身の育みを推進</li> <li>③ 豊かで健康的な食生活の実践に向けて、素材の「おいしさ」や「安全」を追求した商品開発や商品調達</li> <li>④ イオンリテール(株)のサイト（レッツ食育）による情報の提案。</li> </ul>
特定非営利法人 ぷらっときすみの	<ul style="list-style-type: none"> <li>① 「安心安全な食の提供」「食を通じて人とのふれあいを拓く」を指針としたサービスの提供</li> <li>② 惣菜を少しでも多く作ることによる顧客満足度の向上</li> <li>③ 若い世代のスタッフが働けるような雇用環境の整備、店の継続に向けた努力</li> <li>④ 保育園（所）・幼稚園・小学校・特別支援学校・老人ホーム等への食育支援</li> </ul>



関係団体及び所属	平成 27 年度の取り組み状況
加東健康福祉事務所	<ul style="list-style-type: none"> <li>① 充実した食環境の整備 <ul style="list-style-type: none"> <li>・食の健康協力店の普及推進</li> <li>・加工食品の栄養成分表示基準制度、健康食品等の虚偽誇大広告等の相談・指導</li> </ul> </li> <li>② 人材組織の育成 <ul style="list-style-type: none"> <li>・いずみ会リーダーの養成、いずみ会の育成・支援</li> <li>・給食施設協議会の育成、支援</li> </ul> </li> <li>③ 食育の基盤整備 <ul style="list-style-type: none"> <li>・食育パートナーシップ会議、実践活動</li> <li>・地域の実態把握、分析</li> </ul> </li> </ul>
小野市くらしの会	<ul style="list-style-type: none"> <li>① お米の消費拡大の推進</li> <li>② 日本食の推進</li> </ul>
教育委員会 体育保健課	<ul style="list-style-type: none"> <li>① 小野市学校食育推進委員会 各小・中学校の担当校長、各幼稚園・小中学校の食育担当者、栄養教諭による小野市学校食育推進委員会を中心とした食育推進体制の構築 ひまわりカードによる「バランスの良い朝食」摂取率の向上</li> <li>② 東北大学 川島隆太教授の理論*に基づき、ひまわりカード活用した「朝食摂取率」「バランスの良い朝食摂取率」の向上</li> <li>③ 各幼稚園・小中学校における食育推進全体計画及び年間計画の作成、事業の推進</li> <li>④ 栄養教諭の出前授業</li> <li>⑤ 市内小中学校における小野市産農作物を使用したクッキングコンテスト</li> </ul>
地域振興部 産業創造課	<ul style="list-style-type: none"> <li>① 地場産物を使用した学校給食の推進</li> <li>② 集落営農組織等が栽培する農産物について直売所、学校給食への安定的な供給の推進</li> </ul>
市民福祉部 健康課	<ul style="list-style-type: none"> <li>① 乳幼児健康診査（4 か月児・1 歳 6 か月児・3 歳児）、育児教室等において各年代に適した食育の推進、個別相談</li> <li>② 未来のパパママ教室において妊娠期に適した食育の推進</li> <li>③ 親子の食育教室において親子の調理実習、栄養講話</li> <li>④ いずみ会との連携による調理実習、試食提供等による食育の推進</li> <li>⑤ 成人対象の栄養講話、個別相談</li> <li>⑥ 食育推進にかかわる人材育成・活用</li> <li>⑦ 広報・回覧、ホームページ、チラシ等による食育情報の発信、普及啓発</li> </ul>

[第 1 回小野市食育推進協議会 資料]

市民ヒアリングの内容（対象：健康づくりボランティア、幼児の保護者）

	健康づくりボランティア	幼児の保護者
食育のイメージ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・食を通して健康を保つこと</li> <li>・毎日の食事が大切であること</li> <li>・子どものこと</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・健康的な食生活</li> <li>・胃にやさしいこと</li> <li>・食を通して子どもを育てること</li> <li>・親子で楽しむこと</li> <li>・「栄養・給食」のイメージ</li> </ul>
買い物	<ul style="list-style-type: none"> <li>・地域の食材を購入する</li> <li>・旬の野菜を購入する</li> <li>・レトルト食品を購入するときは、食品栄養表示を見る、又は購入しない</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・旬の野菜や地場産物を購入する</li> <li>・産地表記を見る</li> <li>・地場産物直売所で野菜を購入する</li> <li>・野菜を購入する頻度が高い</li> <li>・冷凍食品やレトルト食品を購入するときは、食品栄養表示を見る、又は使わないようにしたいが使ってしまう。</li> <li>・アレルギーがあるため、加工品や惣菜はほとんど使用しない</li> <li>・商品パッケージの宣伝表記を見る</li> </ul>
食物を作る	<ul style="list-style-type: none"> <li>・家庭菜園をしている</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・家庭菜園（実家等を含む）をしている</li> <li>・家庭菜園はしたいが、今はできない</li> <li>・親子対象の体験イベントに参加する</li> </ul>
外食・中食	<p>《外食》</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・昼食に利用することが多い</li> <li>・寿司、焼き肉、しゃぶしゃぶ、和食、麺類を食べることが多い</li> </ul> <p>《中食》</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・消費期限を見る</li> <li>・カロリーを見る</li> <li>・購入して、おかずの種類を増やす</li> <li>・野菜の多い物を選ぶ</li> </ul>	<p>《外食》</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・子ども連れで入りやすく、子どもが食べられるメニューがある店を選ぶ</li> <li>・イベントの時、祖父母が訪問した日、休日に出かけた日等に利用する</li> <li>・普段帰宅時間が遅い夫が家にいる時、出張から夫が帰宅した時等に利用する</li> <li>・寿司、ラーメンを食べることが多い</li> <li>・野菜の入っているメニューを選ぶ</li> <li>・ほとんど利用しない</li> </ul> <p>《中食》</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・野菜が、バランスよく、たくさん入っているものを選ぶ</li> <li>・栄養バランスの良いもの、旬のもの、新鮮なものを選ぶ</li> <li>・彩りの良いものを選ぶ</li> <li>・揚げ物はあまり買わない</li> <li>・外出の時、調理を手抜きしたい時に利用する</li> <li>・あまり買わない</li> <li>・レトルトスープを買ったが子どもが食べないのでやめた</li> </ul>
調理	<ul style="list-style-type: none"> <li>・栄養バランスを考える</li> <li>・なるべく野菜を使う</li> <li>・いろいろな食材を使う</li> <li>・手をきれいに洗う</li> <li>・野菜の切り方を工夫し、栄養の損失を防ぐ</li> <li>・減塩を心がける</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・栄養バランスを考える</li> <li>・子ども向けに小さく食べやすく切り、大人向けには子どもより少し濃い味にし、大きめに切る</li> <li>・柔らかく食べやすくする</li> <li>・あんかけにして食べやすくする</li> <li>・子どもと一緒に楽しく作る</li> <li>・親は手間なこともあるが、子どもにお手伝いをしてもらう</li> <li>・野菜を多く使う</li> <li>・薄味に気をつけ、香辛料を使用する・手をきれいに洗う</li> <li>・栄養の損出がないように気をつける</li> <li>・和食中心にする</li> <li>・油の摂り過ぎに気をつける</li> <li>・お弁当に入れると残さず食べる</li> <li>・ご飯をあまり食べないので、おにぎりにする</li> </ul>

	健康づくりボランティア	幼児の保護者
食事内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>・朝食はごはん（又はパン）が多い</li> <li>・和食中心</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・和食中心にしている</li> <li>・洋食、麺類が多い</li> <li>・朝食がパンであるため、パンをよく購入する</li> <li>・栄養バランスを考える</li> <li>・朝ごはんをしっかり食べる</li> <li>・野菜、きのこを多く使う</li> <li>・ハンバーグ、ウィンナー、寿司、カレーなどが多い</li> <li>・好き嫌いはない</li> <li>・祖父母にご飯を作ってもらう事が多い</li> <li>・おにぎりをラップに包んで持って行く</li> <li>・型抜き、彩りなど子どもが喜ぶように考える</li> </ul>
おやつ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・和菓子、洋菓子が多い</li> <li>・市販のおやつを買い置きする</li> <li>・お菓子をよく食べる</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・手作りのものを心がける、経済的にも良い</li> <li>・市販のおやつを買い置きする</li> <li>・市販のおやつは、塩分が少ないもの、歯につきにくいものを選ぶ</li> <li>・ジュースを買う</li> <li>・果物を食べる</li> <li>・時間を決めて食べる</li> <li>・おやつとしてお菓子をあげないようにする</li> <li>・スナック菓子などを年齢に関係なく兄弟で同じものを食べる</li> <li>・ケーキ、チョコレートが多い</li> </ul>
共食	<ul style="list-style-type: none"> <li>・朝食は家族、友人と食べる</li> <li>・家族そろって食べる</li> <li>・食べる時間がバラバラであるため家族一緒に食べられない</li> <li>・定期的に友人や兄弟夫婦と食べる</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・家族そろって楽しく食べる</li> <li>・夜又は休日は、家族そろって食べる</li> <li>・定期的に実家、友人と食べる</li> <li>・朝食は必ず食べる</li> <li>・夫の帰宅が遅い等により母子又は実家で食べる事が多い</li> </ul>
・郷土料理 地産地消	<ul style="list-style-type: none"> <li>《郷土料理》</li> <li>・巻き寿司を作る</li> <li>《地産地消の料理や食品》</li> <li>・そば、ホルモン焼きそば、いちじくを食べる</li> <li>・地場産物を購入する</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>《郷土料理》</li> <li>・知らない</li> <li>・いずみ会の親子料理教室で白蒸しを初めて知った</li> <li>・鯖寿司、いかなごの釘煮を知っている</li> <li>《地産地消の料理や食品》</li> <li>・心がけている</li> <li>・地場産物を購入する</li> </ul>
進 食育推 環 境		<ul style="list-style-type: none"> <li>・食育を心がけている</li> <li>・いずみ会の親子料理教室に参加した</li> </ul>