

食のみやことっとり ～食育フロン（第3次）～

食を通じて健やかに「生きる力」を育むために



平成30年度～35年度

鳥 取 県

目次

第1章 計画作成にあたって	・・・	1頁
1 計画の趣旨（理念）		
2 計画の位置づけ		
3 計画の期間		
第2章 鳥取県のこれからの食育	・・・	3頁
1 目指す姿		
2 基本方針		
第3章 今後の取組に向けた推進方策	・・・	5頁
1 推進体制		
2 県の果たす役割と具体的な取組		
第4章 関係者に期待する役割と具体的な取組	・・・	8頁
1 家庭で取り組むこと		
2 保育所・幼稚園が取り組むこと		
3 学校（幼稚園を除く）が取り組むこと		
4 生産者団体が取り組むこと		
5 食品事業者が取り組むこと		
6 地域の団体等が取り組むこと		
7 市町村が取り組むこと		
第5章 計画の点検・評価	・・・	14頁

参考資料

- 1 鳥取県における食をめぐる現状
- 2 「食のみやこととり～食育プラン～（H30～35）」目標値の出典
- 3 「食のみやこととり～食育プラン～（H25～29）」目標値の達成状況
- 4 「食のみやこととり～食育プラン～（H30～35）」作成経過
- 5 食育の推進に関する指針等
- 6 関係法令（抜粋）

表紙写真出典「食のみやこととりキラリと光る食育推進活動知事表彰事例集」

上段左：平成26年度受賞団体「境港市渡地区食生活改善推進委員会」

上段右：平成28年度受賞団体「倉吉市立社保育園」

中段左：平成25年度受賞団体「子どもと共に食文化の大切さを学ぶ料理教室“ひまわりの会”」

中段右：平成25年度受賞団体「境港ベニガニ有志の会」

下段左：平成28年度受賞団体「JA全農ミートフーズ株式会社鳥取営業所」

下段右：平成27年度受賞団体「岩美町立岩美中学校給食委員会」

第1章 計画作成にあたって

1 計画の趣旨（理念）

鳥取県では、平成16年3月に『とっとりの食』行動計画」を策定し、「日常生活における健全な食習慣の定着」、「食生活の見直し」、「とっとりの食文化の確立」、「とっとりの食の情報発信」を柱として、全国に先駆けて食に関する取組を開始しました。

その後、食育を国民運動として取り組むため、国において平成17年に食育基本法が施行されたことで、全国的に食育が推進されるようになりました。

鳥取県においても、『とっとりの食』行動計画」を見直し、平成20年4月に「食のみやことっとり～食育プラン～（計画期間：平成20～24年度）」、平成25年3月に「食のみやことっとり～食育プラン～（計画期間：平成25～29年度）」を策定して、食育を総合的かつ計画的に推進してきました。

その結果、地産地消を知っている子どもが増える、学校給食における地産地消率が目標としていた60%を大きく越える、地域の産物や旬を知っている県民が増える、など、食育は着実に進展しています。

一方で、成人男性の朝食欠食率が悪化したこと、主食・主菜・副菜の揃った食事をする県民の減少など、鳥取県における課題は残されており、今後も引き続き食育に取り組んでいく必要があります。

国の食育推進会議においても、平成28年3月に第3次食育推進基本計画を策定し、「実践の環を広げよう」をコンセプトに、若い世代を中心とした食育、多様な暮らしに対応した食育、健康寿命の延伸につながる食育、食の循環や環境を意識した食育、食文化の継承に向けた食育の推進の5つの「重点課題」を掲げ、食育に係る様々な関係者が主体的かつ多様に連携・協働して取り組むための情報提供等適切な支援を強化していくこととしています。

そこで、鳥取県におけるこれまでの取組の評価や国の動きを踏まえ、「食のみやことっとり～食育プラン～（計画期間：平成25～29年度）」の改定を行いました。重点目標に「食の循環や環境を意識した活動を実践する」を新たに掲げ、食品ロス削減に向けた食べ残しの削減や余剰食品等の有効活用の促進、社会的価値を考えた消費活動（エシカル消費）の理解促進を図っていきます。

食に関する課題を解決するためには、県民一人ひとりが「食」の持つ意味を今一度しっかりと認識し、日々の生活の中の様々な活動や学習、経験を通じて、自ら主体的に健全な食生活を実践できる知恵と力を習得していくことが必要です。

「食のみやことっとり～食育プラン～」は、未来を担う子どもたちはもとより、全ての県民が、この豊かな大自然と四季折々の気候風土に恵まれた鳥取県で、食を通じて健やかに『生きる力』を育み、心身ともに充実した生活を実現できるよう、県と県民の皆様が手を取り合って食育を推進していくためのひとつの指針となるものです。

2 計画の位置づけ

この計画は、食育基本法（平成17年法律第63号）第17条第1項に基づく「食育の推進に関する施策についての計画（食育推進計画）」として、また、地域資源を活用した農林漁業者による新事業の創出等及び地域の農林水産物の利用促進に関する法律（平成22年法律第67号）第41条第1項に基づく「地域の農林水産物の利用の促進についての計画（促進計画）」として位置づけています。

3 計画の期間

6年間（平成30年度から平成35年度まで）

鳥取県では、概ね5年ごとに県民健康・栄養調査を実施しており、次回の調査は平成32年に実施します。その調査結果を基にこの計画を評価し、目標の達成状況を検証します。

なお、鳥取県健康づくり文化創造プラン、鳥取県がん対策推進計画等との整合性を図っています。

第2章 鳥取県のこれからの食育

1 目指す姿

**食を通じて健やかに「生きる力」を育み、
心身ともに充実した生活を実現する**

2 基本方針

鳥取県のこれからの食育は、次の2つを基本に推進する。

豊かな人間性を育む食育～「栽培・料理・共食」の実践～

私たちは毎日食事をして生活していますが、その食事は、生涯にわたって健全な心と身体を培い豊かな人間性を育てていく基礎となるものです。

家庭や地域で家族や友人と一緒に囲む食卓は、人と人を結ぶ大事なコミュニケーションの場であり、食を通じたコミュニケーションにより心の豊かさを育むことができます。

五感すべてを使う栽培、収穫、料理などの体験を通じて、自分の手で成し遂げる喜びを積み重ねることで「生きる力」の基礎を育てています。

また、体験を通じて、食べることは命を受け継ぐことであることを実感し、「食」や「食」を支える全ての人、自然の恩恵に対する感謝の心を養うことができるとともに、生産から消費まで「食」の循環や、食品ロスの削減など環境にも配慮した食育にもつながっていきます。

私たちの食生活は、地域の気候・風土、伝統を背景に育まれてきた文化でもあり、伝統料理や郷土料理を次世代に伝えていくことが必要です。

さらに、食に関する正しい知識を習得し、実践することで、「知識」を「知恵」や「技術」として的確に活用する力を身につけることができます。

食のみやこである鳥取県の特性を活かした食育

鳥取県は、豊かな大自然と四季折々の気候風土に恵まれていて、県内各地で米・野菜・果物・畜産物などをバランスよく生産しており、全国的にも有名な特産物が多くあります。

また、水産業も各地で盛んに行われており、中でも境港は全国でも有数の漁業基地として知られています。

このような豊富な食材を使った地域独自の食文化や郷土料理がたくさんあり、伝承活動が盛んに行われています。

さらに、都市部に比べて、農林水産業の現場と消費者との距離が近く、食を身近に感じることができるといった利点もあります。

食を通じて健やかに「生きる力」を育み、心身ともに充実した生活を実現する

基本方針

- ◎豊かな人間性を育む食育～「栽培・料理・共食」の実践～
- ◎食のみやこである鳥取県の特性を活かした食育

県民みんなで実践する5つの重点目標と14の目標

重点目標

ライフステージに応じた健全な食習慣を実践する

食に対する感謝の心を養う

食の循環や環境を意識した活動を実践する

豊かな食文化を継承する

食に関する正しい知識を持つ

目標

家庭や地域で家族や友人と楽しく食卓を囲む

主食・主菜・副菜を揃えた食事をする

1日3食、規則正しく食事をする

体験活動を通して食と農林水産業の関わりを理解する

食事づくりや準備に関わる

食事のあいさつを実践する

食べきり運動等による食べ残しの削減を行う

余剰食品等を有効に活用する

地元のおいしい食材の良さを学び活用する

地域の郷土料理を学び、継承する

とっとりの食を情報発信する

食の安全について正しく理解する

食品表示を参考に食品を選択する

食生活と生活習慣病の関わりを学ぶ

図1 鳥取県のこれからの食育

第3章 今後の取組に向けた県の推進方策

1 県の果たす役割と具体的な取組

(1) 県の果たす役割

県民一人ひとりが重点目標を実践していくためには、住民に身近な食育活動が地域で定着し、充実していくことが必要です。

そのため、市町村や地域で行われる活動を支援することを県の果たす役割の基本方針として位置づけました。

具体的には、①地域が行う食育活動指導者の育成（体制づくり）、②各団体・地域のネットワークづくり、③食育に関する情報提供などを行い、県及び関係機関が連携して食育に取り組んでいきます。

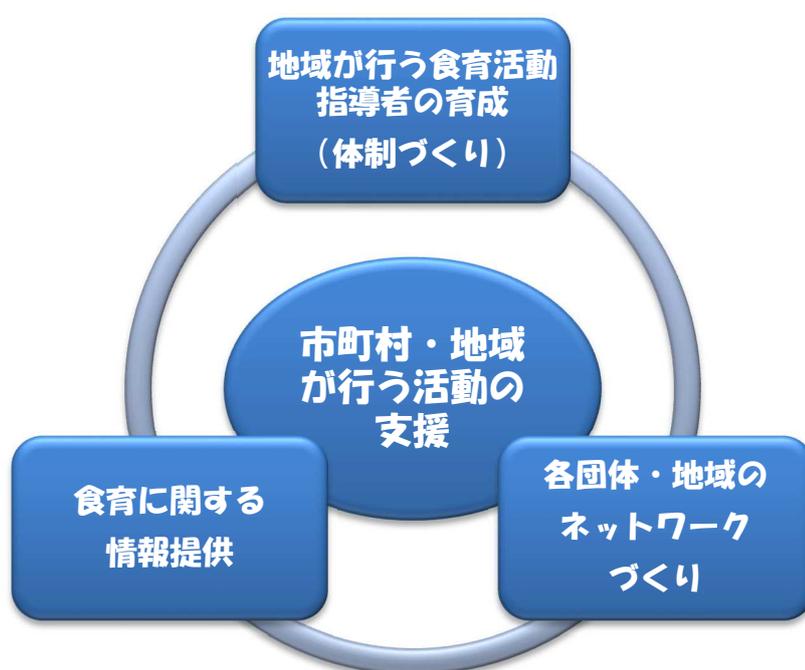


図2 県の果たす役割

(2) 具体的な取組

県民が重点目標を実践できるよう、次の取組を行います。

①食育の総合的な推進を図るための取組

●県食育推進計画の策定・推進

- ・「健康を支える食文化」専門会議、食育推進関係課会議

●食育推進体制の充実

- ・食育に関する情報発信・情報提供
- ・食育活動指導者の育成、連携強化

②各分野における食育の推進を図るための取組

●食を通じた健康づくりや生活習慣病予防対策の推進

- ・ライフステージに応じた食と健康の関わりに関する正しい知識の普及
- ・健康的な食生活を実践しやすい食環境の整備
- ・栄養改善指導者・食育活動団体等の育成・支援
- ・食育や介護予防との連携による口腔機能の獲得、維持・向上する取組の推進

(健康医療局健康政策課)

●子どもの居場所（こども食堂等）による共食の推進

- ・こども食堂等における食生活改善推進員等と連携した食育の推進
- ・こども食堂等の活動についての積極的な情報発信、PR

(ささえあい福祉局福祉保健課)

●子どもの生きる力の育成と教育の充実

- ・保育・幼児教育における食育の充実
- ・体験活動を通じた豊かな人間性の育成

(子育て王国推進局子育て応援課)

●食品ロス削減の推進

- ・幼少期からの食べものを大切にする意識の醸成
- ・30・10（さんまる・いちまる）食べきり運動による食べ残しの削減
- ・余剰食品等の有効活用の促進

(循環型社会推進課)

●食の安全性の確保にかかる相互理解の促進

- ・食品の表示や安全に関する知識の普及

(くらしの安心局くらしの安心推進課)

●食品購入にかかる「エシカル消費」(人や社会、環境への配慮など、商品やサービスの背景にある社会的価値を考えた消費活動)の理解促進

- ・児童、保護者、教員を中心としたエシカル消費に関する知識の普及
- ・消費行動としての実践環境の整備促進

(くらしの安心局消費生活センター)

●地元農林水産物や食と農林水産業の関わりの理解促進

- ・農林水産業に関する体験活動の推進
- ・有機・特別栽培農産物に対する消費者理解の促進

(農業振興戦略監とっとり農業戦略課〔農林水産部各課(室)〕)

●食のみやこ鳥取県の推進、県産食材の活用促進

- ・郷土の食を理解し継承するための取組支援
- ・生産者のこだわり、商品の良さなどのとっとりの食の効果的な情報発信、PR
- ・命の大切さを伝える食育活動の促進（ジビエの活用等）

（市場開拓局食のみやこ推進課）

●学校における食育推進体制の整備

- ・食に関する指導の充実
- ・栄養教諭・学校栄養職員の資質向上
- ・学校給食における県産食材の活用促進

（体育保健課）

2 推進体制

食育を総合的かつ計画的に推進するために、引き続き、『健康を支える食文化』専門会議を設置し、食育に関わる関係者の意見を取り入れながら、本プランを推進します。

県庁内でも「食育推進関係課会議」を定期的に行い、県組織においても連携・協力しながら取り組みます。

圏域における個別具体的な課題に対しては、各圏域の地方機関等が意見交換及び食育交流会等を開催し、ネットワークづくりを進めながら解決に取り組みます。

第4章 関係者に期待する役割と具体的な取組

食に関わる取組を効果的に実践するためには、県だけではなく、保育所、幼稚園、認定こども園、学校、生産者団体、食品事業者、地域の団体等、市町村がその役割と特性を活かすことが不可欠です。

食育は一人ひとりが主体的に取り組み、家庭で実践することが基本であり、関係者は様々な機会を活用して、家庭での実践を応援していくことが必要です。

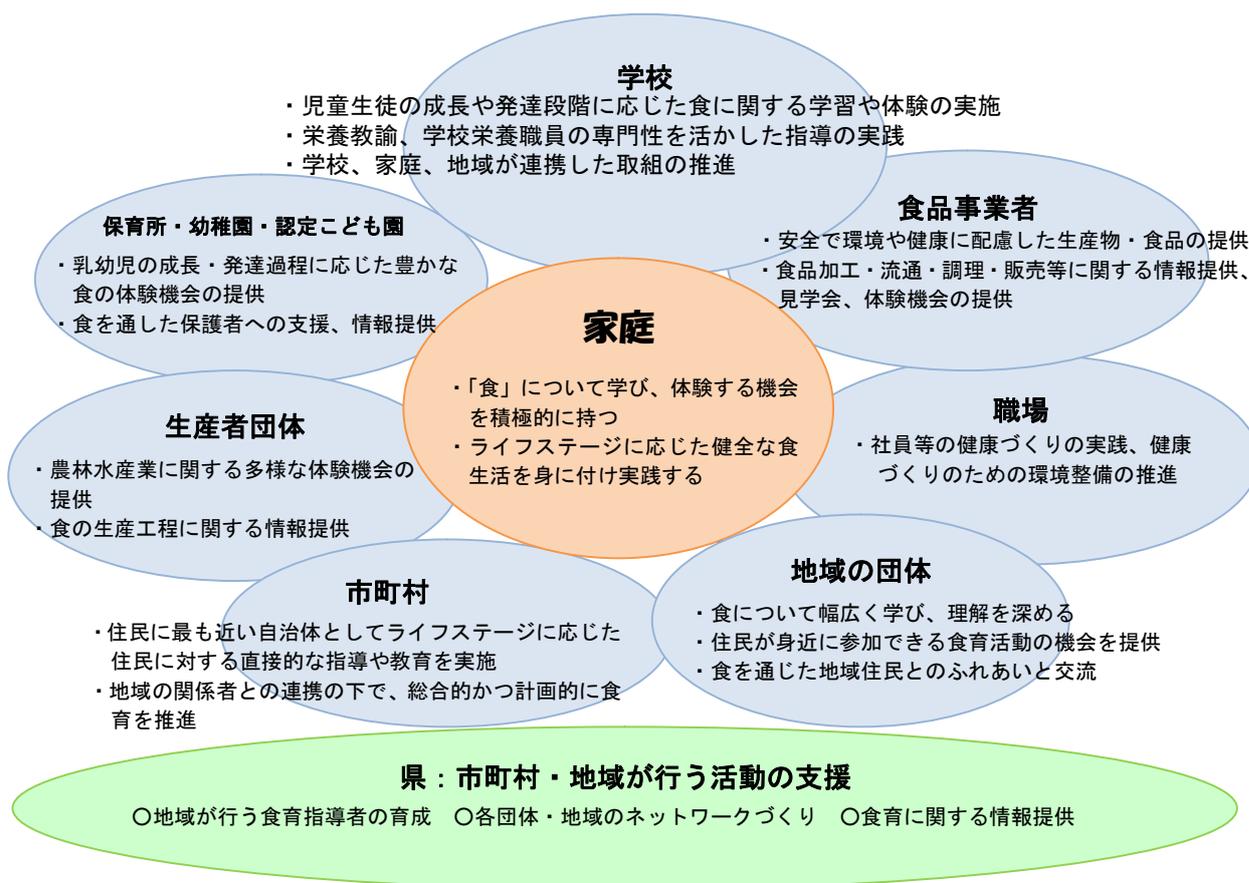


図3 県及び関係者の役割

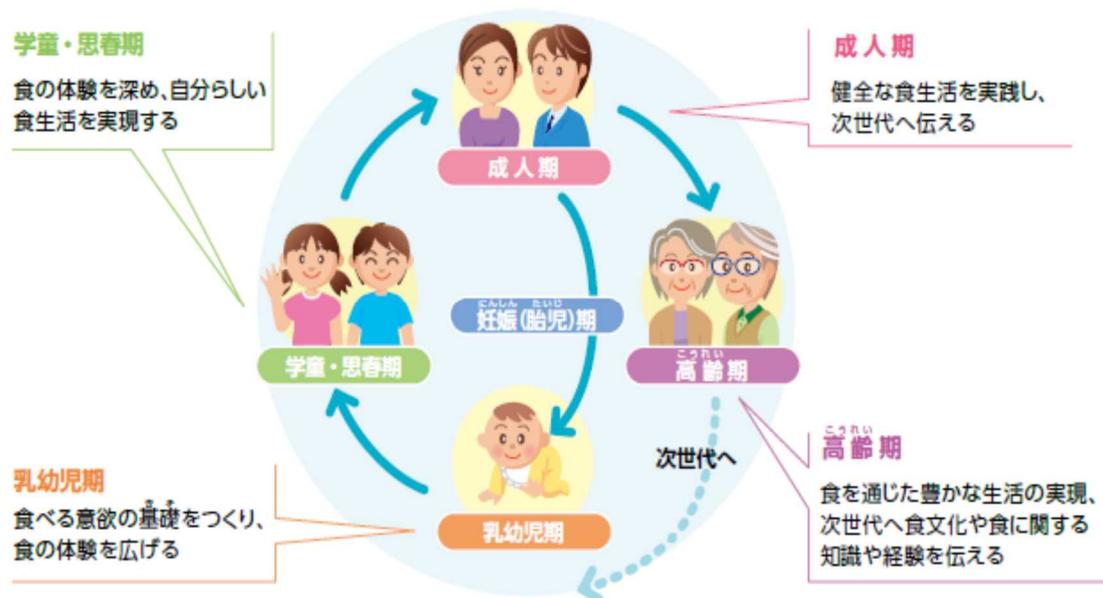
1 家庭で取り組むこと

○「食」について学び体験する機会を積極的に持つ。

○ライフステージに応じた健全な食生活を身につけ実践する。

<具体的な取組例>

- ・食卓を楽しく囲む家族や友人との団らん
- ・食事の挨拶の実践（「いただきます」「ごちそうさま」）
- ・正しいマナー・作法で食事をする（箸の持ち方、姿勢、配膳方法等）
- ・規則正しい生活リズムを身につける～早寝・早起き・朝ごはん～
- ・栄養のバランスのとれた食事をする～主食・主菜・副菜を揃える～
- ・ゆっくりよく噛んで味わって食べる
- ・家庭での料理の実践、料理講習会への参加
- ・家庭菜園、農林漁業体験への参加
- ・食と健康、食の安全について学ぶ
- ・食材の買いすぎ、料理の作りすぎ防止による食べ残しの削減
- ・食材を無駄にしない調理方法の実践
- ・食品の生産背景や廃棄後の工程について学ぶ



参考：食育ガイド，内閣府，2012

図4 それぞれのライフステージで大切にしたい食育の取組

2 保育所・幼稚園・認定こども園が取り組むこと

保育所では「保育所保育指針」、幼稚園では「幼稚園教育要領」、認定こども園では「幼保連携型認定こども園教育・保育要領」に基づき、教育及び保育の一環として食育計画を作成し、各施設で創意工夫し取り組む。

○乳幼児の成長・発達段階に応じた豊かな食の体験機会を提供する。

○食を通じた保護者への支援、情報提供を行う。

<具体的な取組例>

- ・季節や行事、地域の食文化を感じる給食の提供
- ・味覚や身体発育、口腔機能の獲得・発達を促す給食の提供
- ・給食時の食事の挨拶の実践（「いただきます」「ごちそうさま」）
- ・ゆっくりよく噛んで味わって食事を楽しむ共食の実践
- ・菜園活動、幼児が主役のクッキング活動
- ・食育集会、食育教室の開催
- ・選果場、漁業施設、市場、直売所、スーパーマーケット等の見学
- ・食育だより、給食だよりの配付
- ・給食食材提供者や地域住民との交流会
- ・保護者の食に関する相談や援助
- ・保護者参観日等を活用した保護者への啓発
- ・食べものを大切にする心を育む環境学習

3 学校（幼稚園を除く）が取り組むこと

学習指導要領、学校給食法に基づき食に関する指導計画を作成し、学校教育活動全体を通じて食育の推進を図る。

○児童生徒の成長や発達段階に応じた食に関する学習や体験活動を行う。

○栄養教諭、学校栄養職員の専門性を生かした指導を実践する。

○学校、家庭、地域が連携した取組を推進する。

<具体的な取組例>

- ・学校給食の充実（地場産物の利用、献立を教材とした食に関する指導、生産者との交流、郷土料理の提供）
- ・給食指導の充実（当番活動、食事の挨拶の実践、楽しく会食するための食事マナーの実践、十分な咀嚼）
- ・家庭科や体育科などの教科における食に関する学習（栄養を考えた食事、調理の基礎、食と健康）
- ・社会科や総合的な学習などにおける農林水産業についての学習
- ・特別活動における学習（学級活動、委員会活動、食育集会、食育教室）
- ・家庭や地域への啓発（食育だより、食育講演会、交流給食会、親子料理教室）
- ・食べものを大切にする心を育む環境学習に関する出前講座

- ・エシカル消費の視点を踏まえた商品選択に関する研修会

4 生産者団体が取り組むこと

○農林水産業に関する多様な体験機会を提供する。

○食の生産工程に関する情報を提供する。

＜具体的な取組例＞

- ・地域の食材に関する情報発信
- ・適切な食品表示による消費者への情報提供
- ・農林水産業に関する体験活動～栽培、飼育、収穫、漁業、養殖など～
- ・農林水産業に関する施設見学～農場、漁場、養殖場、選果場、市場など～
- ・生産者と消費者との交流会
- ・地元産食材の給食への提供
- ・地元の食文化の伝承活動
- ・地元食材を活用した加工食品の開発、販売
- ・規格外品の有効活用（フードバンクへの提供等）
- ・食材を無駄にしない保存方法や調理方法に関する情報提供

5 食品事業者が取り組むこと

○安全で環境や健康に配慮した生産物・食品を供給する。

○食品加工・流通・調理・販売等に関する情報の提供や見学・体験機会を提供する。

＜具体的な取組例＞

- ・適切な食品表示による消費者への情報提供
- ・健康づくり応援施設（食事分野）等の飲食店や食品事業者と連携し、栄養成分表示等による健康的な食生活を実践しやすい食環境の整備
- ・健康に配慮した商品（料理等）の提供
- ・地元産食材の積極的な利用・販売促進
- ・旬の食材や郷土料理の提供、消費者への情報提供
- ・地元食材を活用した商品開発、消費者への情報提供
- ・消費者が量を選択できる商品（料理等）の提供（ばら売り、少量パックによる販売、小盛りメニューの設定など）
- ・割引販売等による商品廃棄量の削減（期限間近の商品の割引販売等）
- ・余剰食品の有効活用（フードバンクへの提供等）

6 地域の団体等が取り組むこと

- 食について幅広く学び、理解を深める。
- 県民が身近に参加できる食育活動の機会を提供する。
- 食を通じた地域住民のふれあいと交流の場を持つ。

<具体的な取組例>

- ・料理教室や健康教室における栄養指導・食育指導
- ・食生活を支える口腔機能の向上・維持に関する知識の普及
- ・食の安全や健康に関する学習会
- ・郷土料理や地元産食材を利用した調理実習
- ・地元農林水産物についての学習会、体験活動
- ・生産者と消費者との交流活動
- ・郷土の食文化の伝承活動
- ・食品ロス削減に関する講習会
- ・フードバンク活動への参加
- ・こども食堂等における食生活改善推進員等と連携した食育活動

7 市町村が取り組むこと

- 住民に最も近い自治体として、ライフステージに応じた住民に対する直接的な指導や教育を行う。
- 地域の関係者との連携の下で、総合的かつ計画的に食育を推進する。

<具体的な取組例>

- ・健康診査や健康教室、離乳食講習会における食事相談
- ・食生活を支える口腔機能の向上・維持に関する知識の普及
- ・農林水産業に関する体験活動～栽培、飼育、収穫、漁業、養殖など～
- ・農林水産業に関する施設見学～農場、漁場、養殖場、選果場、市場など～
- ・郷土料理の学習会や調理実習
- ・地元食材の情報提供
- ・食育講演会の開催
- ・健康的な食生活を実践しやすい食環境の整備
- ・食品ロス削減に関する普及啓発、取組支援
- ・食育を推進するこども食堂等についての支援、住民への情報発信、PR
- ・地域の食育を進める人材の育成・活用

8 職場で取り組むこと

○社員等の健康づくりの実践、健康づくりのための環境整備を推進する。

＜具体的な取組＞

- ・ 特定健診・保健指導等の推進、健康経営マイレージ事業への参加等による社員の健康づくりを進める。
- ・ 食品ロス削減に関する普及啓発、取組の推進

第5章 計画の点検・評価

食育の成果や達成度を客観的な指標で把握できるようにするため、主要な項目について、計画の最終年度を目途とした定量的な目標値を設定しますが、目標値の達成のみにとらわれず、目指す姿、基本方針のもとで地域における食育を推進することとします。

食育の成果は、短期間で明らかになるものもあれば、成果が明らかになるまで10年以上の長期間かかるものもあるため、短期的な数値だけで評価するのではなく、長期的な視点で息の長い取組を推進していくことが必要です。

ライフステージに応じた健全な食習慣を実践する

指標	現状	目標
1日1回以上、主食・主菜・副菜の揃った食事をする県民の増加	88%	95%
朝食を食べる県民の増加	(児童・生徒) 86%	100%
	(成人男性) 76%	90%

食に対する感謝の心を養う

指標	現状	目標
家庭で食事をつくる県民の増加	(成人男性) 38%	45%
	(成人女性) 91%	95%
食事のあいさつをする県民の増加	88%	100%

食の循環や環境を意識した活動を実践する

指標	現状	目標
食品ロス削減のために何らかの行動をしている県民の増加	72%	80%

豊かな食文化を継承する

指標	現状	目標
地域の産物や旬の食材を知っている県民の増加	76%	80%
地産地消を知っている子どもを増やす	60%	70%
学校給食用食材の県産品利用率	71%	70%以上 で向上を図る

食に関する正しい知識を持つ

指標	現状	目標
食品の表示の見方を知っている県民の増加	65%	75%