

# 三重県食育推進計画



平成 19 年 3 月

三 重 県

第1	はじめに	1
	1. 計画策定の趣旨	1
	(1) 食を取り巻く現状と課題	1
	(2) 食育をめぐる動き	1
	(3) 三重県食育推進計画の策定	2
	2. 計画推進の方向性	3
	(1) 食に関わる三重県の特長	3
	(2) 食育の取組方向	3
	(3) 食育によるめざすべき姿	4
第2	具体的施策	
	1. 家庭における食育の推進	5
	(1) 生活リズムの向上	5
	(2) 子どもの肥満・過度の痩身の予防の推進	6
	(3) 望ましい食習慣や知識の習得	6
	(4) 妊産婦や乳幼児に関する栄養指導	7
	(5) 青少年及びその保護者に対する食育推進	7
	目標値	8
	2. 学校、保育所等における食育の推進	9
	(1) 指導体制の充実	9
	(2) 子どもへの指導内容の充実	10
	(3) 学校給食の充実	10
	(4) 食育を通じた健康状態の改善等の推進	11
	(5) 保育所等での食育推進	11
	目標値	12
	3. 地域における食育の推進	13
	(1) 栄養バランスが優れた「日本型食生活」の実践	14
	(2) 「みえの食生活指針」や「食事バランスガイド」の活用促進	14
	(3) 専門的知識を有する人材の養成・活用	14
	(4) 健康づくりにおける食育推進	15
	(5) 食品関連事業者等による食育推進	15
	(6) 農林漁業体験を通じた食育推進	16

（7）地産地消の推進	16
目標値	17
4. 食文化の継承に関する取組	18
（1）ボランティア活動等における取組	18
（2）学校給食における郷土料理等の積極的な導入とイベントの活用	19
（3）食文化の普及・活用	19
目標値	20
5. 食の安全・安心確保に関する取組	21
（1）食の安全性に関する情報提供	21
（2）リスクコミュニケーションの充実	22
（3）食の安全・安心を確保する県民運動の展開	22
目標値	23
6. 食育推進運動の展開	24
（1）食育月間の推進	24
（2）継続的な食育推進運動	24
（3）連携・協力体制の強化	24
（4）食育に資する調査研究と情報提供	25
（5）食育に関する県民の理解の増進	25
○用語の解説	26
○食育基本法	31

## 第1 はじめに

### 1. 計画策定の趣旨

#### （1）食を取り巻く現状と課題

近年の急速な経済発展や核家族化などの社会情勢の変化に伴い、食を取り巻く環境は大きく変化しています。食の外部化や簡便化などにより、県民の食生活はますます多様化していますが、その一方で、食の大切さに対する意識は薄れ、健全な食生活が失われつつあります。

このような食をめぐる状況の変化は、肥満や生活習慣病の増加の一因となっているほか、子どもたちに栄養の偏りや食習慣の乱れ、孤食等の食環境の悪化などを引き起こしていることから、速やかに改善を図らなければならない課題となっています。

また、農林水産業をはじめとした食を生み出す背景を知る機会が少なくなっており、食に関する感謝の念や農林水産業の重要性に対する認識の低下が懸念されています。これからの時代を担う子どもたちが、豊かな人間性を育むためには、食を育む自然の恩恵や食に関わる人々の活動に対する理解や感謝を深める必要があります。

さらに、近年の健康意識の高まりに加え、BSE（牛海綿状脳症）問題、食品表示偽装問題などの発生により、県民は食品の安全に対して強い関心を持っており、総合的な食の安全確保が求められています。

一方、多様な食生活が楽しめるようになった反面、本県の特徴ある地勢や気候風土に育まれた食に関する文化が失われつつあります。地域で育まれたこの食文化は、県民にとっての貴重な財産であり、豊かな食生活を実現するためにも、次世代に継承していく必要があります。

#### （2）食育をめぐる動き

このような食を取り巻く状況は、全国的な問題となっています。

国ではこれらの諸問題に対処し、食に関する知識と食を選択する力を習得して、健全な食生活を実践することができる人を育てる食育を国民運動として推進するため、平成17年7月に食育基本法が施行されました。

この法律に基づき、平成18年3月には、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められています。

県においては、県民の健康づくりを戦略的・効果的に推進するため、平成13年3月に健康づくり総合計画「ヘルシーピープルみえ・21」を策定し、平成14年4月には健康増進法に先駆けて、計画を支える法的基盤となる「三重県健康づくり推進条例」を制定しました。

「ヘルシーピープルみえ・21」では、重点領域の一つとして「栄養・食生活」を設定しており、市民団体や企業、市町等と協働して、バランスの取れた食生活が促進されるための普及啓発や、食生活改善推進員<sup>\*1</sup>による保健・福祉分野における食生活改善活動など民間レベルでの活動が県内各地で進められています。

また、学校においては、総合的な学習の時間等を活用した食育の取組や栄養教諭<sup>\*2</sup>の配置などの食育推進に向けた取組が進められています。

さらに、地域で生産された農林水産物や農林水産業に由来するサービスを地域で消費・享受することを通じて、地域の住民が自らの生活や地域の在り方などを見つめ直す「地産地消運動」が官民の協働で積極的に進められており、地域の食材に親しみ、理解を深める取組が県内各地で展開されています。

これらの取組により、食に関する意識や知識の醸成が図られるとともに、農林水産業や農山漁村に対する理解が得られつつありますが、県民が本県に住むしあわせを実感し、健康で豊かな生活を実現するためには、県において総合的、計画的な食育の推進を図る必要があります。

### (3) 三重県食育推進計画の策定

食育は、心身の成長と人格の形成に大きな影響を及ぼし、生涯にわたって健全な身体と心を培い、豊かな人間性を育んでいく基礎となるべきものです。

近年の食を取り巻く情勢を鑑みると、県民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に対する感謝の念や理解を深めつつ、食に関する適切な判断能力を身に付けることによって、心身の健康を増進する健全な食生活を実践することが必要です。

また、今後とも豊かな食を享受していくためには、農林水産業や農山漁村に対する一層の理解促進が必要です。

さらに、食に関わるすべての人々が、食生活の改善指導や安全・安心な食の供給など、県民の健全な食生活の実現に向けて、それぞれの立場で役割を果たしていく必要があります。

三重県食育推進計画は、これらの食育の重要性と食を取り巻く本県の現状を踏まえ、多様な主体の協働により取り組むべき食育の推進方向を定めるものです。

また、県の総合計画である県民しあわせプランの基本理念を基礎とし、国及び県

の関係計画や指針等と調和を図りながら進めることとします。

本計画の期間については、平成19年度から22年度までの4年間としますが、食育を取り巻く情勢の変化等を踏まえ、必要な場合には計画の見直しを行うこととします。

## 2. 計画推進の方向

### (1) 食に関わる三重県の特徴

本県は、南北に長く、平地や山間地域、沿岸地域などには様々な特色ある地勢に恵まれ、豊かな自然も残されています。

また、人口が集中する都市部が県内に分散しており、それぞれの地域ごとに都市と農山漁村の距離が近いことも本県の特徴となっています。

気候は総じて温暖ですが、地域によって内陸型気候<sup>\*3</sup>や南海型気候<sup>\*4</sup>を有しており、各地域の気候・風土に応じた様々な農林水産物が生産されています。

さらに、貴重な海産物が豊富であることから、古代より「御食つ国<sup>\*5</sup>」として呼ばれた歴史を持つとともに、東西の結節点に位置することから、多様な食文化を育んできました。

一方で、本県は、食生活が一因となっている糖尿病等、生活習慣病による死亡率が全国に比較して高い傾向にあることや、農林水産業の従事者の高齢化が進行するなど、解決すべき問題も有しています。

本計画は、これらの諸問題を念頭に置きながら、豊かな自然条件や食文化などの優位性を踏まえ、本県の特徴を生かした内容としました。

### (2) 食育の取組方向

食育は家庭や地域、食に関わる民間事業者やNPO、教育機関、行政機関などの多様な主体が、それぞれの役割分担の下で、協働しながら進めるべき取組です。

また、県では「新しい時代の公<sup>\*6</sup>」への取組を進めていますが、食育についても県民が主体となった普及活動や実践活動などの取組を促進していきます。

食育推進の手法は、教育・指導、ボランティア活動、社会貢献活動、コミュニティービジネス<sup>\*7</sup>など、様々なアプローチがあることから、それぞれの主体の役割に応じた取組を促進していきます。

また、食育を進めるフィールドは、家庭をはじめ、公共施設や商業施設、生産現場などが想定されることから、これらのフィールドの活用促進を図っていきます。

一方、食育は子どもから高齢者に至るまでのすべての世代を通して進める必要があります。

次世代を担う子どもたちに対する食育は極めて重要ですが、食生活が乱れがちな若者や、生活習慣病を発症する危険性が高くなる中高年、さらには今後ますます増加する高齢者など、各世代に応じた対応が必要です。

また、農林水産業や農山漁村に対する理解などは、幅広い世代で得られるよう取り組むべき課題です。

これらのことを踏まえ、様々なライフステージに応じた食育の推進を図っていきます。

### (3) 食育によるめざすべき姿

適切な判断力に基づいた健全な食生活の実践は、健康の維持・増進につながるものであると同時に、食べることの楽しさや喜びを知ることにより、健全な精神を育むことにつながります。

また、食の大切さや食に関わる人々への感謝の念の醸成、食文化の理解促進などは、豊かな人間形成につながります。

さらに、毎日の食生活が食に関する人々の様々な知恵や活動によって支えられていることを認識することが必要です。

食育は、県民一人一人の生活の質や独自の生き方、暮らしの中のしあわせ感を大切にして取り組むべきものであり、県民の自発的運動として展開されるべきものです。

このため、県民自らが、さまざま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、望ましい食生活を実践することが重要です。

本計画は、県民の心身の健康増進と豊かな人間形成を目的としています。「文化力<sup>\*8</sup>」の視点を踏まえ、豊かな資源を活用して文化力を高め、「暮らしを楽しむ三重」をめざすものとして、人と人の絆や郷土を誇りに思う「みえけん愛を育む“しあわせ創造県”」の実現につなげていく計画とします。

## 第2 具体的施策

### 1. 家庭における食育の推進

食に関する知識や文化等については、従来、家庭において世代を越えて受け継がれてきました。

家庭は、食べる姿勢や箸の使い方、食事前の手洗いなどマナーや食習慣について学ぶ場であり、また、食事の準備や手伝いに参加しながら、料理を作る楽しさや味覚を身に付けていく場でもあります。

しかし、社会状況の変化や人々の価値観の多様化などにより、県民のライフスタイルの変化や食の外部化等様々な食をめぐる環境変化の中で、食習慣の乱れや食への関心の薄れが問題となっています。

また、家族が揃って食事をする機会の減少は、一人で食事をする「孤食」や、家族が揃っていてもそれぞれ好きなものを食べる「個食」の増加につながり、子どもたちの好き嫌いを助長させるほか、家庭内で受け継がれるべき食習慣の継承がなされなくなる一因となっています。

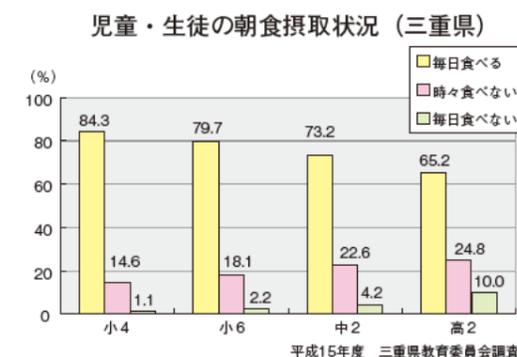
このことから、家庭を、食に対する関心を高め健全な食習慣を確立するための場として位置づけ、子どもから高齢者までのすべての世代が実践できるよう、以下の施策に取り組みます。

#### (1) 生活リズムの向上

社会環境の変化等により県民の生活リズムが不規則になってきています。夜更かしや間食による、朝食の欠食者の増加など、特に子どもの生活の変化は著しいものがあります。

このことから、子どもの健康的な生活習慣を形成するため、「早寝、早起き」や1日の活動源である「朝食の喫食<sup>\*9</sup>」の実践を促すために、保護者等へ啓発するとともに、「望ましい朝食メニュー」などの具体的な情報を提供していきます。

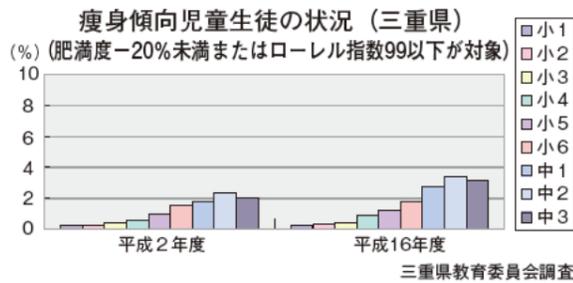
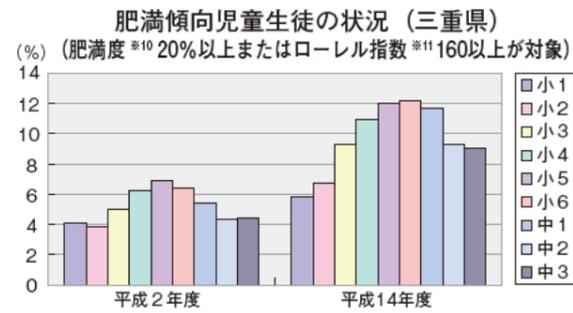
また、学校や保育所等において、子どもや保護者に向けた「三重の子のすこやか食生活指針」の啓発を行い、家庭での実践を促します。



## (2) 子どもの肥満・過度の瘦身の予防の推進

子どもの肥満は生活習慣病の大きな因子であり、また過度の瘦身は健やかな成長を阻害する要因となります。肥満と過度の瘦身の予防には、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。

このため、子どもや保護者等に対して健全な食事・運動を維持するための啓発を行うとともに、家庭や地域において栄養摂取や運動の両面から適正な実践が図られることにより健康的な生活習慣が形成されるよう推進します。



## (3) 望ましい食習慣や知識の習得

家庭における食育は、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、祖父母から孫へと食に関する習慣や知識が受け継がれていくことが大切です。

このため、しつけや世代間交流も含めた子育て支援や、地域づくり活動などの機会を通じた食への取組、農林漁業体験などにより、家庭と地域が連携した食育を推進します。

また、学校を通じて保護者に対し、給食だよりやリーフレット、家庭教育手帳<sup>\*12</sup>等を配布し、食育の重要性や適切な栄養管理に関する知識等の啓発に努めるとともに、各地域の栄養教諭を中核として、学校、家庭、さらには地域住民や保育所等、PTA、生産者団体、栄養士会等の関係機関・団体が連携・協力し、様々な

### 豆知識1 朝食をしっかりとって、いきいきスタート

人間の身体には体内時計と呼ばれる機能があり、ほぼ24時間周期で睡眠や体温、血圧、ホルモン分泌などの変化をつかさどっています。

食事は体内時計と密接な関係にあります。食事のタイミングや内容によって、身体のリズムを正しく保つことも狂わせることもできるのです。

朝食を食べない人は、午前中、血液の中にブドウ糖が不足しているため、身体は動いても頭はボンヤリということになりがちです。さらに昼食や夕食を食べすぎ、翌朝は胃がもたれるために欠食し、ボンヤリと午前中を過ごすという繰り返しになり、夜型生活になる傾向も見られます。

朝、すっきりと目覚め夜ぐっすりとするには、朝食をしっかりとって1日のリズムを整えることが大切です。

（財団法人 日本食生活協会発行  
Let's try 食事ハ'ラソカ'イ'食生活指針 より抜粋）

食育推進のための取組や、家庭に対する効果的な働きかけの方策等の実践的な調査研究、食育に関する情報発信等を行います。

さらに、生涯にわたる健康づくりの基盤として、幼少期から健康美を含めた健康知識、栄養知識の啓発や共食<sup>\*13</sup>体験の実践に努めるとともに、料理体験等を通じ、具体的な技術の習得に向けた取組を推進します。

## (4) 妊産婦や乳幼児に関する栄養指導

妊産婦自身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、妊産婦等への栄養指導、食生活指導の充実を促すことにより、食生活への関心を高めるよう努めます。

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、発育・発達段階に応じた食生活を促すことにより健康的な食習慣、生活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、母子保健計画や次世代育成支援行動計画等との整合を図り、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。

## (5) 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、ストレスの増大などにより不規則な食生活や栄養バランスの欠如等が顕著な時期であることから、健康美を含めた健康意識の啓発に努めます。

また、若者に関心の高い郷土料理や地域食材を活用した料理体験やイベント等への参加を推進します。

## 目標値

### ○ 朝食を毎日食べる小学生の割合の増加

朝食は、1日の活力の源であり、正しい生活リズムの基本となるものであることから、子どもの頃から朝食を食べる習慣を身に付けることが大切です。このため、朝食を毎日食べる小学生（6年生）の割合の増加を目標とします。

具体的には、平成15年度に79.7%となっている割合について、平成22年度までに100%となることをめざします。

目標指標	現状値（平成15年度）	平成22年度
朝食を毎日食べる小学生の割合（%）	79.7	100

### ○ 肥満者の割合の減少

健康的な生活を営むためには、健全な食生活や適度な運動を通して年齢や性別に応じた適正体重を維持する必要があります。

このため、下記のとおり現状の肥満者（傾向）の割合を減少させることを目標とします。

なお、この目標は、ヘルシーピープルみえ・21において、設定されている数値目標です。

目標指標	現状値（平成16年度）	平成22年度
20～69歳男性の肥満者の割合（%）	24.2	15
40～69歳女性の肥満者の割合（%）	21.3	20
12～14歳生徒の肥満傾向の割合（%）	9.5	7

## 2. 学校、保育所等における食育の推進

食生活を取り巻く社会環境が大きく変化し、食生活の多様化が進む中で、朝食の欠食や偏食など子どもの食生活の乱れが問題となっています。

また、肥満や過度の痩身等が増加傾向にあり、生活習慣病と食生活の関係も指摘されています。

さらに、近年子どもの体力が低下傾向にあることが、文部科学省の「体力・運動能力調査」から明らかになっていますが、その要因の一つとしても、夜更かしや栄養バランスを欠いた食生活など子どもの生活習慣の乱れが挙げられています。

このことから、子どもが将来にわたって健康に生活していけるよう、栄養や食事のとり方などについて自ら判断し、望ましい食習慣を実践していく食の自己管理能力を身に付けさせることが重要です。

また、栽培収穫体験などにより、食べ物が生産される過程を体感することで、食の大切さや食に関わる人々に対する感謝の気持ちを知ってもらうなど、豊かな感情を育むことも大切です。

そのため、学校や保育所等（認定こども園<sup>\*14</sup>を含む。以下、同様とする。）の関係者はあらゆる機会とあらゆる場所を利用して、積極的に食育の推進に努める必要があります。そして、子どもが食の大切さや楽しみを実感することによって、家庭への良き波及効果をもたらすことも期待できるため、家庭や地域と連携しつつ、適切な取組を行うことが大切です。

学校、保育所等において、魅力ある食育推進活動を行い、子どもの健全な食生活の実現と豊かな人間形成を図るため、市町等と連携し、以下の施策に取り組みます。

### （1）指導体制の充実

平成18年度から一部の公立小中学校に配置した栄養教諭は、栄養に関する専門性と教育に関する資質を併せ持つ教員として、教科・特別活動等における指導、個別的な相談指導、教職員間や家庭、地域との連携・調整等食に関する指導において、中核的な役割を担います。

今後、各学校における指導体制の要として、栄養教諭の配置の拡大を図ります。

また、食に関する指導の充実を促進するため、各小中学校及び特別支援学校<sup>\*15</sup>において、校務分掌に「食育担当者<sup>\*16</sup>」を位置づけるとともに、「食に関する指導計画<sup>\*17</sup>」を策定し、関係教職員が連携しながら、給食の時間、家庭科、体育科、社会科、理科等の各教科、総合的な学習の時間、特別活動、道徳等の学校教育活動全体で食育を組織的・計画的に推進します。

さらに、食に関する指導を行ううえでの手引や実践事例集、学習教材を作成・配付し、各学校での指導の充実に役立てるとともに、各種研修会を開催して、校長・教職員等の指導力の向上を図ります。

## (2) 子どもへの指導内容の充実

学校における食育の推進のためには、子どもが食について計画的に学ぶことができるよう、各学校において食に関する指導計画の策定を促進します。その際には、校長のリーダーシップの下に関係教職員が連携・協力しながら、栄養教諭及び食育担当者が中心となって組織的な取組を進めることが必要です。

また、各教科、総合的な学習の時間、特別活動、道徳等の学校教育活動全体を通じて、食生活と健康、規則正しい生活の大切さ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、学校における取組を推進します。

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、食品廃棄物の再生利用等に関する体験といった子どもの様々な体験活動を推進します。

これらの取組を踏まえ、学校の関係者は、家庭や地域と連携しつつ、積極的に食育の推進に努めます。

## (3) 学校給食の充実

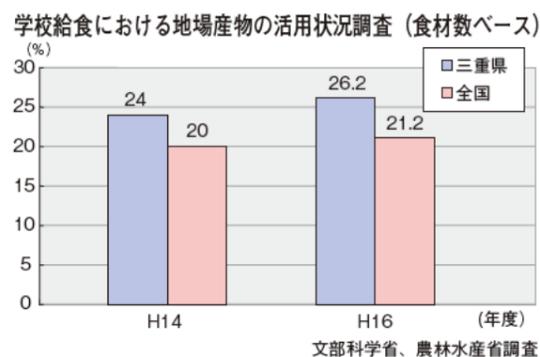
子どもの望ましい食習慣の形成や食に関する理解の促進のため、中学校における学校給食の一層の普及や献立内容の充実を促進するとともに、各教科等においても学校給食が「生きた教材」としてさらに活用されるよう取り組みます。

また、望ましい食生活や食料の生産等に対する子どもの関心と理解を深めると

ともに、地産地消を進めていくため、生産者や関係団体等と連携し、生産者側からの地域の農産物の生産状況等の情報や、「三重の地域食材を活用した学校給食献立事例集<sup>\*18</sup>」を活用しながら、学校給食における地場産物の活用の推進を図ります。

さらに、子どもたちが地域の農林水産業について理解を深めるために、ゲストティーチャー<sup>\*19</sup>等の活用や、子どもたちが栽培、収穫したものを給食の食材に活用するなどの取組を促進します。

食物アレルギーを有する子どもへの対応については、食物アレルギーを有する子



どもの割合が増加傾向にあることから、教職員の研修を行い対応能力の向上を図るとともに、子どもの実態把握をしながら、栄養教諭や学校栄養職員<sup>\*20</sup>を中心として、個別的な相談指導や除去食<sup>\*21</sup>など個に応じた給食の提供の推進を図ります。

## (4) 食育を通じた健康状態の改善等の推進

栄養教諭をはじめ、学級担任や養護教諭、学校医等が連携して、偏食傾向、肥満傾向等の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。

また、子どもへの指導においては、肥満や過度の痩身が心身の健康に及ぼす影響等健康状態の改善などに必要な知識を普及し、その実践を図ります。

さらに、食育の推進を通じて子どもの健康状態の改善や学習等に対する意欲の向上等を図るため、栄養教諭と養護教諭が連携し、子どもの食生活が健康や意欲に及ぼす影響等を調査研究するとともに、その成果を生かした効果的な指導方法を研究し、実践します。

## (5) 保育所等での食育推進

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あることから、保育所等においては、離乳食や給食を通じて、一人一人に応じた適切な食事の取り方や食材とのふれあい、食事の準備をはじめとする食に関する様々な生活体験によって豊かな人間性を育むことが必要です。

家庭においては、核家族化や少子化により食生活の知恵や調理技術、食文化の継承等が十分でないこともあります。

これらのことから、保育所等においては、保育士、管理栄養士<sup>\*22</sup>、栄養士、調理員等職員が連携・協力して食育を実践し、園児だけでなく保護者や地域の在宅子育て家庭への情報発信源となることが求められています。平成16年3月に公表された国の「保育所における食育に関する指針」を参考に、各保育所等の策定する保育計画に食育が盛り込まれ、園児の発育・発達に応じたものとなるよう取り組みます。

### 豆知識2 食べたいもの、好きなものを増やす力を育むために

「食べる意欲」は「食べる力」の原点です。特に幼児期は、さまざまな食べ物と出会い、それらの食べ物に親しんでいくことによって、食べたいもの、好きなものが増えていく重要な時期にあります。

食べ物との出会いが限られ、食べ物に親しむ機会が少ないと、食べ慣れないもの、嫌いなものが増えてしまうことになります。

「味覚などの五感を味わう」「栽培、収穫、調理を通して、わくわくしながら食べ物に触れる」「家族と一緒に食べることを楽しむ」「食べ物や身体のことを話題にする」といったさまざまな体験が、「食べたいもの、好きなものを増やす」ことにつながっていきます。

（「食を通じた子どもの健全育成のあり方に関する検討会」報告書／厚生労働省 より抜粋）

また、国の「楽しく食べる子どもに」の他、「みえの食育」「三重の子のすこやか食生活指針」の普及啓発により、食育実践の定着を図るとともに、地域の食材や郷土食を積極的に活用し、園児の食への関心を高めます。

## 目標値

### ○ 学校給食における地場産物を使用する割合（食材数ベース）の増加

学校給食に地場産物を使用し、食に関する指導の「生きた教材」として活用することは、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、食への感謝の念を育むうえで重要です。このため、学校給食において地場産物を使用する割合の増加を目標とします。

具体的には、平成16年度に県平均で26.2%となっている割合（食材数ベース）について、平成22年度までに30%以上となることをめざします。

目標指標	現状値（平成16年度）	平成22年度
学校給食における地場産物を使用する割合（食材数ベース）（%）	26.2	30

### ○ 中学校における学校給食を実施する割合の増加

学校給食は、栄養バランスのとれた豊かな食事を子どもに提供することにより、子どもの健康の保持増進、体位の向上を図るとともに、食に関する指導を効果的に進めるために、「生きた教材」として活用することができるものであり、大きな教育的意義を有しています。このため、中学校において学校給食（完全給食）を実施する割合の増加を目標とします。

具体的には、平成17年度に42.4%となっている割合について、平成22年度までに60%となることをめざします。

目標指標	現状値（平成17年度）	平成22年度
中学校における学校給食（完全給食）を実施する割合（%）	42.4	60

#### 《参考》

公立中学校における学校給食（完全給食）を実施する割合〔全国〕

平成17年度：79.4%

## 3. 地域における食育の推進

全ての県民がいきいきと暮らす地域であるためには、県民一人一人が生き甲斐を持ち健康的な生活を送ることが重要です。

そのためには、県民の健康を損なう生活習慣病の予防や高齢者の低栄養の予防に対する食生活の改善、運動習慣の定着に取り組んでいく必要があります。

これらの取組は、子どもだけでなくそれぞれのライフステージを通じて継続的に行われることが必要であり、家庭や学校、保育所等と連携しつつ、食に関係する専門職種や生産者、企業やボランティア等地域の人材や資源を活用し、協働して推進することが求められています。

このような中、地域においては、食に関する専門的知識を有する管理栄養士や栄養士、食生活改善推進員などによる食生活改善に向けた活動が展開されており、小売業者などの事業者においても食育の取組が始められています。

また、農林漁業者の協力の下、地域の農林漁業を活用した体験の取組も増加しています。

さらに、本県においては、これまで取り組んできた地産地消運動の浸透により、食に関する意識の高まりが見られます。

これらの動きを停滞させることなく、それぞれの活動がさらに充実するよう環境整備を行っていく必要があることから、県民に対し実践方法などの啓発や情報提供を実施する他、地域の人材や組織の育成、関係者等のネットワーク化等を推進し、食育実践の輪を広げるため、以下の施策に取り組みます。

## (1) 栄養バランスが優れた「日本型食生活」の実践

本県の恵まれた気候・風土や様々な生産技術により育まれた地域食材を日常の食生活に活用することは、栄養バランスの優れた「日本型食生活」の実践につながります。

このことから、これらの地域食材の情報提供を行うとともに、主食・主菜・副菜等に地域食材を活用する食生活の普及を図っていきます。

### 豆知識 3 世界が目にした「日本型食生活」

最近では、脂質のとり過ぎなどが指摘されていますが、昭和50年代頃の日本人の食事は、世界各国と比較しても栄養バランスの面で優れていると評価されていました。いわゆる「日本型食生活」の特徴は、ごはんを主食としてしっかり食べ、魚や肉、卵、野菜、果物、海藻、豆類、乳製品などを使った、多彩な食品を組み合わせるところです。

ごはんを中心とした食事の長所の一つは、炭水化物、脂質、たんぱく質から摂取するエネルギーの比率が理想に近くなることです。

単品で私たちの身体に必要な栄養素を満たせる食品は存在しないため、複数の食品を組み合わせることで補い合う必要がありますが、ごはんを中心とした食事はさまざまな食品との相性がよく、補い合いがしやすいのです。

(財団法人 日本食生活協会発行  
Let's try 食事バランスガイド 食生活指針 より抜粋)

## (2) 「みえの食生活指針」や「食事バランスガイド<sup>※23</sup>」の活用促進

県民が食への関心を高め、食生活を改善するための実践指標となる「みえの食生活指針」(平成13年度策定)の普及啓発に引き続き取り組んでいきます。

また、県民が食生活指針の実践を踏まえた健康的な食習慣の定着を図るため、「何を」「どれだけ」食べるかをわかりやすく示した「食事バランスガイド」の普及と日々の生活における活用を進めます。さらに小売りや外食、職場の食堂等給食施設を通じて県民への啓発、情報発信に努めます。

## (3) 専門的知識を有する人材の養成・活用

学校、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、農林水産業における生産者、企業や団体等、食に関わる人々に対して、連携して食育を推進するよう資質の向上に向けた研修会を開催するとともに、地域ごとのネットワークの構築を図るなど、協働して食育に取り組む体制づくりを推進します。

また、地域で活動するボランティア組織の育成と活動の活性化を支援し、県民一人一人への働きかけを促します。

## (4) 健康づくりにおける食育推進

県民の生活習慣病予防や介護予防の観点から、年代やライフスタイルに応じた食生活指導や運動指導が一人一人の健康状態に応じて適切に実施されるよう保健所・保健センター等、県や市町が連携を深め、食育に関する普及・啓発活動を推進します。

また、食生活を支える口腔機能の維持等を高めるため、う歯(むし歯)予防や歯周病予防など歯科保健活動を推進します。

## (5) 食品関連事業者等による食育推進

食品小売業者をはじめとする食品関連事業者は、食の供給を通して県民との接点が多く、食育を進めるうえでの影響は非常に大きいと考えられます。

このことから、出来るだけ多くの食品関連事業者が食育に取り組めるよう環境整備に努める必要があります。

そこで、食品関連事業者が行う様々な体験活動機会の提供や、健康に配慮した商品やメニューの提供、科学的知見に基づいたわかりやすい情報や知識の提供などを促進するため、食育に積極的に取り組む事業者と協働し、食育に関する情報を円滑に提供していきます。

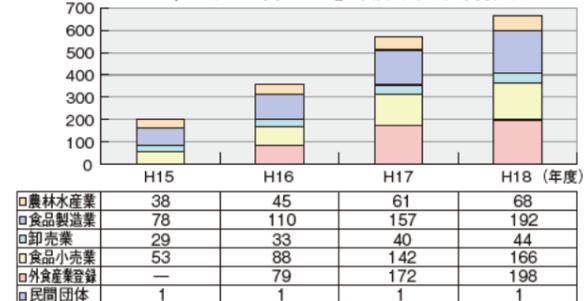
### 豆知識 4 メタボリックシンドローム

メタボリックシンドロームは、心筋梗塞や脳梗塞といった動脈硬化性疾患の危険性を高める複合型リスク症候群のことで、内臓脂肪型肥満の人が、高血糖、高血圧又は高脂血を複数あわせて有している状態をいいます。

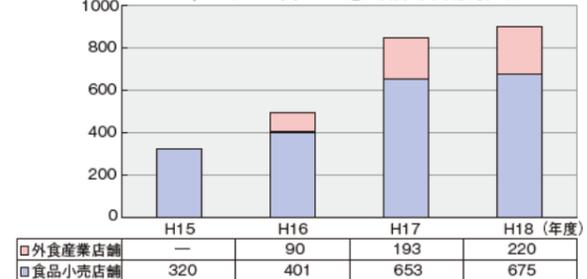
診断基準では、ウエスト周囲径が男性で85cm、女性で90cm以上であることを必須項目とし、

- ① 血清脂質異常(トリグリセリド値150mg/dL以上、またはHDLコレステロール値40mg/dL未満)
- ② 血圧高値(最高血圧130mmHg以上、または最低血圧85mmHg以上)
- ③ 高血糖(空腹時血糖値110mg/dL)の3項目のうち2つ以上を有する場合をメタボリックシンドロームと診断すると規定しています。

(事業者) 「地物一番の日」協賛事業者推移



(店舗) 「地物一番の日」協賛店舗推移



三重県農水商工部資料

## (6) 農林漁業体験を通じた食育推進

食べ物を大切に思う心や食に関する感謝の気持ちを養うためには、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。

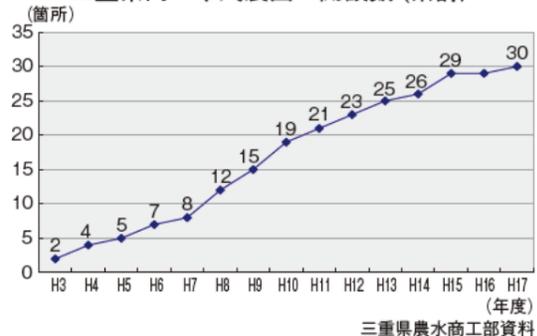
特に、本県は特色ある風土に育まれた農山漁村が県内に散在し、四季を通じて豊かな農林水産物が供給されるとともに、都市と農山漁村の距離が近いなど、食育を進めるうえで良好な環境に恵まれています。

このことから、県内において様々なスタイルで営まれる農林漁業や豊かな文化、自然に恵まれた農山漁村の価値を再認識し活用することで、子どもから高齢者までの幅広いライフステージや多様なニーズに対応した農林漁業体験や地域の食体験などの取組を支援します。

また、県内の農山漁村においては、交流を目的として農林漁業体験や地域食材の提供に取り組む地域が増加している状況を踏まえ、これらの地域における食育の取組を支援するとともに、県民に対する情報提供を行います。

さらに、農業体験等を通じた食育の展開を図るため、市民農園等の体験施設の整備や利活用を促進します。

市民農園整備促進法及び特定農地貸付法による三重県内の市民農園の開設数(累計)



## (7) 地産地消の推進

食育は、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、心身の健康の増進と豊かな人間形成に資することを目的として取り組まれるものですが、そのためには、食に対する基本的な理解が必要不可欠です。

一方、地産地消は、県民が身近な食で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在り方を見つめ直すとする県民運動として展開しています。具体的には、生産者と消費者の交流を密接にし、お互いの信頼関係の架け橋づくりを通じて、地域で生産される農林水産物への理解を深め、地域の活性化や環境保全、健康的な食生活への意識向上等をめざして展開しており、その意味から食育と表裏一体の関係があります。

食育の推進が地産地消の展開につながり、地産地消が幅広く展開されることにより、さらなる食育の推進につながる結果となることから、双方の取組を一体的に行うことにより、相乗効果が期待できると考えています。

本県においては、これまでの地産地消に関する積極的な事業展開により、民間活

動主体である「NPO 法人地産地消ネットワークみえ<sup>\*24</sup>」の設立や「みえ地物一番の日<sup>\*25</sup>」の普及など、県民意識の高まりが見受けられますが、地産地消が県民運動として定着するためには、引き続き取り組んでいく必要があります。

このため、県民の主体的な地産地消運動の定着に向けて、民間活動の展開を促進するとともに、「みえ地物一番の日」などの供給者側と需要者側の協調による活動展開や、県民の意識向上に対応するための「人と自然にやさしいみえの安心食材<sup>\*26</sup>」の拡大、地域の食材の魅力づくりに取り組んでいきます。

### 目標値

#### ○ 県内産品を意識的に購入する人の割合の増加

県民が、本県の食や食を育む環境について理解し、豊かで健全な食生活の実現のために県内産品を活用している状況をはかる指標として、県内産品を意識的に購入する人の割合の増加を目標とします。

具体的には、平成22年度までにそれらの人々が、県民の過半数となることをめざします。

目標指標	現状(平成17年度)	平成22年度
県内産品を意識的に購入する人の割合(%)	28	51

#### ○ 食事のセルフコントロールができる人の割合の増加(自分の適正な栄養量を知っている人の割合の増加)

健康的な食習慣を定着させるためには、正しい栄養知識に基づき食生活を営むことが大切です。

このことから、下記のとおり、食事のセルフコントロールができる人(自分の適正な栄養量を知っている人)の割合を増加させることを目標とし、平成16年度に男性20.9%、女性27.5%となっている割合について、平成22年度までに男女とも50%となることをめざします。

なお、この目標は、ヘルシーピープルみえ・21において、設定されている数値目標です。

目標指標	現状(平成16年度)	平成22年度
食事のセルフコントロールができる人(自分の適正な栄養量を知っている人)の割合(%)	(男性) 20.9	50
	(女性) 27.5	

## 4. 食文化の継承に関する取組

本県では、特色ある気候・風土や地理的条件、歴史的背景などから、各地域において、地域の食材を用いた料理や調理方法、食生活に係る地域の風習などの独自の食文化が生み出され、現代に伝えられてきました。

特に、郷土食や伝統食は、地域の食材を有効に活用する独自の技術が生かされ、地域固有の文化として引き継がれてきました。

また、これらの食文化は、季節感や素材の味を伝えるとともに、味覚を育て、郷土愛を醸成する役割を果たしてきました。

一方で、県民のライフスタイルは多様化し、核家族化が進行しているとともに、地域においては、高齢化や都市住民との混住化により、地域コミュニティが弱体化しています。

このような家庭や地域を取り巻く変化により、これまで培ってきた食文化の維持・継承が困難になってきています。

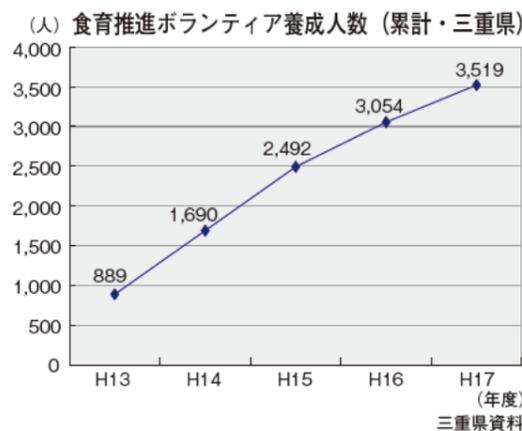
これらのことを踏まえると、食文化は、地域の貴重な財産であり、魅力的な地域づくりや地域産業の振興につなげるためにも、維持・継承していく必要があります。様々な役割を果たしている食文化を、次の世代へと継承するとともに、積極的に活用することによる健康づくりや地域づくりを推進するため、以下の施策に取り組みます。

### (1) ボランティア活動等における取組

食育が県民に浸透していくには行政だけでなく、より県民に身近なところで活動しているボランティアの役割が重要です。

このことから、県内市町で活動する食生活改善推進員や子育てグループ等が行う食育の活動に「三重の食文化活用版（仮称）」等を用いた料理講習会や講話活動を盛り込み、健康や地域の特性を生かした「三重の食文化」を啓発し、普及していきます。

また、食生活改善グループなどの地域活動組織が行う食文化の保存や活用に関する取組を促進します。



### (2) 学校給食における郷土料理等の積極的な導入とイベントの活用

本県の伝統的な食文化について、子どもが早い段階から関心を持ち理解することができるようにするため、学校給食において郷土料理や伝統料理等の伝統的な食文化を継承した献立を取り入れ、食に関する指導を行ううえでの教材として活用されるよう促進します。

また、県内各地で開催されるイベントにおいて、各地域に代々伝わる郷土料理や伝統料理を作る体験や食べる機会を提供します。

### (3) 食文化の普及・活用

県内各地の食文化を調査し、各地域で育まれてきた郷土食や行事食、日常食を集大成するとともに、現代の食生活に活用できるよう健康面や食材のアレンジを加えた「みえの食文化」を編集します。

これらを市町、学校、保育所、関係団体等各方面に配布し、活用することにより、普及定着を図ります。

また、管理栄養士、栄養士、栄養教諭、調理師、農林漁業者等、各方面の食の関係者が、自らの資格や技術を用いて、県民に対し健康的な食習慣や食文化の知識と技術の啓発に努め、効果的に地域の食文化の継承に取り組めるよう、食育の情報発信と連携・協働を呼びかけます。

さらに、地域における農林水産物などの食材の魅力や機能性の理解を深め、日常の食生活における活用を促進するため、情報発信やPRを行うとともに、伝統的な食材の掘り起こしなどを通じて、地域の食の文化的価値の向上や魅力づくりにつなげていきます。

#### 豆知識5 旬のものを見直そう

日本には1年を通じていろいろな行事がありますが、その際に食べられる行事食も食文化を担う重要な役割を果たしています。

1年の始まりを祝い、健康を祈って食べられるお餅やおせち料理は、「ごまめを食べてまめに暮らす」「数の子を食べて子宝に恵まれる」といった、日本人の美徳観や生き方を反映したものであり、また無病息災を祈って食べられる七草がゆや、夏バテ防止のために食べる土用のうなぎは、栄養学的にも理にかなったものであり、先人の深い知恵を感じさせます。

しかし、行事食のつくられ方や食べられ方も時代とともに変化し、忘れられつつあるものもあります。一方で、各国の料理や調理法を知るとともに、他国の食文化への理解や敬意を育てるとともに、自国の食文化を見直すきっかけにもなります。食のグローバル化が進めば進むほど、食の伝統、食文化の重要性は高まるのではないのでしょうか。

（財団法人 日本食生活協会発行  
Let's try 食事ハラスカ'ト' 食生活指針 より抜粋）

## 目標値

### ○ みえの食を自慢できる人の割合の増加

本県の多様な食文化の県民への浸透をはかる指標として、みえの食を自慢できる人の割合の増加を目標とします。

具体的には、平成16年度に80%となっている割合について、平成22年度までに90%以上となることをめざします。

なお、この目標は、ヘルシーピープルみえ・21において、設定されている数値目標です。

目標指標	現状(平成16年度)	平成22年度
みえの食を自慢できる人の割合(%)	80	90

## 5. 食の安全・安心確保に関する取組

健康な心と体を育むためには、安全で安心な食生活を送ることが大切です。

食の安全性を確保することは、食生活における基本です。また近年、BSE(牛海綿状脳症)の発生や食品の虚偽表示、無登録農薬の違法販売や使用などを契機に、県民の安全な食へのニーズが高まっており、県では、「三重県食の安全・安心確保基本方針」を策定し、食の安全・安心の確保に努めています。

県民が安心して安全な食生活を実践していくには、まず、食品を提供する立場にある生産者や製造・加工業者等が、その安全性の確保に万全を期すことが必要です。

また、様々な情報媒体から食に関する多様な情報が溢れ、消費者は情報を適切に選択し活用することが難しくなっています。消費者は、食品の安全性をはじめとする食に関する正しい知識と理解を深めるよう努め、自ら食べるものは自らの判断で正しく選択していくことが必要です。

これらのことを踏まえ、県民の安全で安心な食生活を今後とも確保していくために、以下の施策に取り組みます。

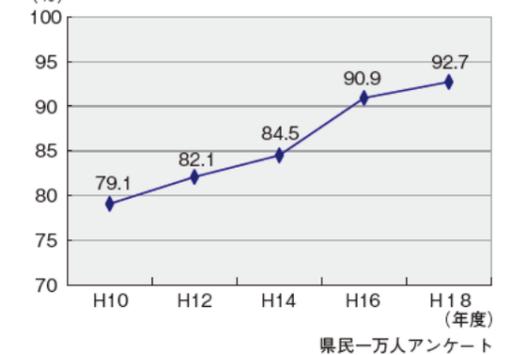
### (1) 食の安全性に関する情報提供

食品の安全性、食品表示制度等に関する様々な知識と正確な情報を県民が多様な方法で入手し、活用できるよう、研修会の開催や、情報紙、メールマガジン等の発行、ホームページの充実等を通じて県民に分かりやすい形での情報提供を行います。

また、食品の生産・製造・加工現場におけるHACCP<sup>\*27</sup>やISO22000<sup>\*28</sup>の考え方を取り入れた自主管理や、安全・安心な農林水産物を県民に提供する「人と自然にやさしいみえの安心食材」、「みえのカキ安心システム<sup>\*29</sup>」など、食の安全・安心に関する取組について、情報を提供します。

さらに、生産者や製造・加工業者の生産現場等における自主管理や消費者への情報公開などの取組を広げるとともに、消費者や事業者間の情報のネットワーク化を進めます。

「食の安全」について「重要」「どちらかといえば重要」と感じる人の割合(三重県)



## (2) リスクコミュニケーション※30の充実

食品の安全性に関する県民の知識と理解を深めるとともに、食育の推進を図るため、市町、関係団体等の多様な主体との連携・協働を図りながら、フォーラムや消費者と事業者との交流会の開催、インターネットを活用した情報交流などに取り組み、消費者、事業者、学識経験者、行政等の関係者相互において情報及び意見の交換を行うリスクコミュニケーションを積極的に推進します。

### 豆知識6 「賞味期限」と「消費期限」

「賞味期限」は、品質の劣化が比較的ゆるやかな食品に適用されます。食品の製造者によって、微生物や食味などの検査結果をもとに、安全を考慮して余裕をもって設定されることが一般的であり、この期限を超えてもただちに食べられなくなるとは限りません。

「消費期限」は、弁当やお惣菜、生菓子など、5日以内に品質が急速に劣化する食品に適用されます。期限が過ぎたら飲食を避けましょう。

食品を買う時にはこうした期限の確認や計画的な購入を意識するとともに、冷蔵庫の中の食品はこまめにチェックし、早めに使い切りたいものは手前に置くなど工夫し、無駄や廃棄を少なくしましょう。

(財団法人 日本食生活協会発行  
Let's try 食事ハラスカト 食生活指針 より抜粋)

## (3) 食の安全・安心を確保する県民運動の展開

県民が「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。

家庭では、子どもから大人まで家族全員が食の安全性確保を心がけ、日常生活の中で指導や実践を行うことが大切です。また、地域では、郷土食や伝統食に息づく、食の安全性確保のための知恵を三重の食文化として伝えていくことが必要です。

こうした取組は、家庭から地域へ、地域から県全体へ広げていき、県民運動として、普及・啓発を推進することが必要です。

県民の食への関心を高めながら、県民運動を核となり展開する人材を養成するとともに、市町、関係団体、NPOなど多様な主体と連携・協働を深め、地域に根ざした活動となるよう様々な支援を行います。

## 目標値

### ○ 県の「食の安全」の取組の認知度の増加

県民が安心して安全な食生活を実践し、県民運動が広く展開されていくには、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。このため県民運動の広がりをはかる指標として一万人アンケートにおける県の「食の安全」の取組の認知度の増加を目標とします。

具体的には、平成18年度に44%となっている割合について、平成22年度までに48%となることをめざします。

目標指標	現状（平成18年度）	平成22年度
県の「食の安全」の取組の認知度（%）	44	48

### ○ 外食や食品を購入するときに成分表を参考にする人の割合の増加

健全な食生活の実践には、食生活や健康に関する正しい知識を持ち、自らの判断で食を選択していくことが必要です。

このため、外食や食品を購入するときに成分表を参考にする人の割合の増加を目標とし、平成16年度に男性22.7%、女性46.7%となっている割合について、平成22年度までに男女とも50%となることをめざします。

なお、この目標は、ヘルシーピープルみえ・21において、設定されている数値目標です。

目標指標	現状（平成16年度）	平成22年度
外食や食品を購入するときに成分表を参考にする人の割合（%）	（男性）22.7	50
	（女性）46.7	

## 6. 食育推進運動の展開

食育を推進する担い手は幅広い分野にわたるため、様々な関係者や団体との連携が必要です。行政では、健康、教育、生産の各分野が密接に連携して取り組むとともに、民間の自発的な啓発活動を促すため、民間企業や学識経験者と協働した、産学官が連携した取組を展開する必要があります。

また、より効果的に食育を推進するため、各種資料や情報の収集分析を行いながら、科学的な根拠や統計データに基づいた適切な情報を県民に提供することが大切です。

県民が食育を実践する機会を増やすとともに、食育に関する県民の理解を深めるため、様々な関係者や団体が連携をしながら以下の取組を実施します。

### (1) 食育月間の推進

国の食育推進基本計画においては、食育推進運動を重点的かつ効果的に実施するために毎年6月を「食育月間」と定めています。県においても、6月にあわせて、食育啓発イベントやキャンペーンなどを実施し、県民に食育を意識する機会を提供していくとともに、ポスターやパンフレット、ラジオ等の活用により情報を発信し、食育月間の普及・定着に努めます。

### (2) 継続的な食育推進運動

食育月間と同様に、毎月19日が「食育の日」と定められていることから、毎月第3日曜日の「家庭の日」と合わせて、家族みんなで食事をする機会を持ち、話し合いやだんらんの時間を持つよう呼びかけます。

特に、毎月第3日曜日とその前日は「みえ地物一番の日」として、県内産の農林水産物に触れ親しむ機会を提供していることから、地域の食材を見つめ直すきっかけとする運動としても展開していきます。

### (3) 連携・協力体制の強化

県においては、県民が地域に関わり自らの思いを実現しながら地域を作っていく「地域主権の社会」をめざしています。

このことを踏まえ、食育の推進においても、様々な関係者や団体、行政などの多様な主体が参画し、連携・協力して取り組めるよう協働の輪を広げます。

### (4) 食育に資する調査研究と情報提供

食育を効果的に推進するためには、地域における食生活や健康に関する特性や問題点を把握しておく必要があります。

このため、既に展開している三重の健康づくり総合計画「ヘルシーピープルみえ・21」と連携しながら、食育推進に必要な県独自のデータを収集し、県民にわかりやすい形で情報を提供します。

### (5) 食育に関する県民の理解の増進

食育が効果的に県民に定着するためには、食育に対する正しい理解と自ら食育を実践しようとする意識の高揚が必要です。このため、種々の広報媒体や機会を捉え、食育の必要性や重要性について継続的に啓発していくとともに、県民にわかりやすい媒体や教材を用いて、県民の健康的な食生活に資する各種の情報を適切に提供していきます。

また、溢れる情報に惑わされることなく、自ら判断できるよう科学的根拠のある確かな情報の提供を行います。

さらに、地域における食育の理解を促し、具体的な食生活への取組を広める地域リーダーの育成や活動団体への支援を通じて、多くの県民の食育に対する理解を深めます。

## 1. 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、「ヘルスメイト」の愛称で地域での料理講習会など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。

## 2. 栄養教諭

児童・生徒の栄養の指導及び管理を担当する教員。平成16年5月の学校教育法の改正で創設され、栄養状態の管理や、栄養教育の推進をめざして、三重県では平成18年度に11名が配置されている。

## 3. 内陸型気候

内陸側に見られる気候。雨が少なく、夏と冬、昼と夜の寒暖差が激しい。

## 4. 南海型気候

太平洋側に見られる気候。暖かい日本海流（黒潮）の影響で温暖で雨が多い。東紀州地域が該当する。

## 5. 御食つ国

日本古代から平安時代まで、天皇家・朝廷に海水産物を中心とした御食料（穀類以外の副食物）を貢いだと推定される国を指す。若狭国・志摩国・淡路国などが推定されている。

## 6. 新しい時代の公

公（公共領域）の活動に、多様な主体（県民一人一人、NPO、地域の団体、企業、市町等地域のために活動する個人、団体など）が参画し、みんなで支える社会の在り方、及び形成に向けた諸活動。

## 7. コミュニティービジネス

地域の人々が地域の資源を活用し、地域に密着して行う比較的小さなビジネスのこと。個人、NPO、民間企業、農業法人などが主な運営主体になることが多く、利潤追求だけでなく、地域の問題を解決していくことが期待されている。

## 8. 文化力

文化の持つ、人や地域を元気にし、暮らしをより良くしていく力、及び人や地域が持っている人々を引き付け魅了する力。三重県では、平成18年5月に策定した「みえの文化力指針」に基づき、「文化力」を政策のベースに位置づけた取組を行っている。

## 9. 朝食の喫食

朝食を食べること。

## 10. 肥満度

標準体重を100とした場合の増減を表したもの。20%以上が肥満傾向、-20%未満が痩身傾向とされる。

## 11. ローレル指数

児童生徒の栄養状態の判定に用いられる指数で以下の式により求められる。

$$\text{ローレル指数} = (\text{体重 (kg)} / \text{身長 (cm)}^3) \times 10^7$$

160以上が太りすぎ、99以下がやせすぎとされている。

## 12. 家庭教育手帳

文部科学省が作成した家庭教育を支援するための資料。乳幼児期～中学生までの子どもの家庭教育・しつけに関して、具体的な手法などを紹介している。

## 13. 共食

家族や友人などと一緒に食事を楽しむこと。

## 14. 認定こども園

少子化や就労形態の多様化等を背景として、教育・保育ニーズが多様化していることから、就学前の子どもに教育・保育・子育て支援を一体的に提供する施設として、都道府県の認定を受けた施設。

## 15. 特別支援学校

平成18年6月の「学校教育法等の一部を改正する法律」の成立により、平成19年4月1日から特別支援学校制度に移行し、これまでの盲・聾・養護学校は、複数の障がい種別に対応できる特別支援学校となる。

## 16. 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・調整など、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盲・聾・養護学校（平成19年度より特別支援学校）の校務分掌に位置づけている。

## 17. 食に関する指導計画

各学校における食育を学校教育活動全体の中で計画的、体系的、継続的に推進するための指導計画。

## 18. 三重の地域食材を活用した学校給食献立事例集

三重県内の地域食材の紹介や、地域食材を活用した学校給食の献立例、食に関する指導の取組事例などを掲載した冊子。

## 19. ゲストティーチャー

学校などが、専門的な知識や技術などをもつ人材を講師として招く制度。また、そのような講師。

## 20. 学校栄養職員

学校給食の栄養管理や衛生管理といった給食管理業務を担う職員。

## 21. 除去食

アレルギーの原因食品、例えば牛乳、果物、ゆで卵等を除いた食事。

## 22. 管理栄養士

栄養士や調理師を指導する立場にあり、一定規模以上の集団給食施設には、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。

栄養士法に基づき厚生労働大臣の免許を受けて、

①傷病者に対する療養のため必要な栄養指導

②個人の身体の状態、栄養状態等に応じた高度の専門的知識及び技術を要する健康の保持増進のための栄養指導

③特定多数人に対して継続的に食事を供給する施設における利用者の身体の状態、栄養状態、利用の状況等に応じた特別の配慮を必要とする給食管理及びこれらの施設に対する栄養改善上必要な指導等を行うことを業とする者。

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、学校・病院・施設・行政などにおいて、栄養の指導などに従事することを業とする者のこと。

## 23. 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。厚生労働省と農林水産省が共同で、「フードガイド（仮称）検討会」を設けて検討を進め、平成17年6月に公表された。

## 24. NPO 法人地産地消ネットワークみえ

地産地消を県民運動として進めていくことを目的として、各方面の有志が中心となって平成12年7月に立ち上げた民間組織。ニュースレターやホームページによる情報発信などを通じ、三重県内で地産地消運動を実践する個人や団体、事業者をつなぐ、生産・流通・消費の架け橋として、活動している。

NPO 法人地産地消ネットワークみえホームページ

<https://www.chisan-chisho.net/mie/>

## 25. みえ地物一番の日

毎月第3日曜日とその前日（土曜日）。地産地消運動の一環で、県産食材に触れ、親しむことにより、その背景にある自然、文化、農林漁業の営みなどについて、見つめなおしていただくためのキャンペーンとして、協賛いただいている事業者により、三重県産食材がそれぞれの手法でPRされている。

みえ地物一番の日ホームページ

<http://www.pref.mie.jp/chisanm/hp/jimonoichiban/>

## 目次

前文
第一章 総則（第一条—第十五条）
第二章 食育推進基本計画等（第十六条—第十八条）
第三章 基本的施策（第十九条—第二十五条）
第四章 食育推進会議等（第二十六条—第三十三条）
附則

二十一世紀における我が国の発展のためには、子どもたちが健全な心と身体を培い、未来や国際社会に向かって羽ばたくことができるようにするとともに、すべての国民が心身の健康を確保し、生涯にわたって生き生きと暮らすことができるようにすることが大切である。

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と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。もとより、食育はあらゆる世代の国民に必要なものであるが、子どもたちに対する食育は、心身の成長及び人格の形成に大きな影響を及ぼし、生涯にわたって健全な心と身体を培い豊かな人間性をはぐくんでいく基礎となるものである。

一方、社会経済情勢がめまぐるしく変化し、日々忙しい生活を送る中で、人々は、毎日の「食」の大切さを忘れがちである。国民の食生活においては、栄養の偏り、不規則な食事、肥満や生活習慣病の増加、過度の瘦身志向などの問題に加え、新たな「食」の安全上の問題や、「食」の海外への依存の問題が生じており、「食」に関する情報が社会に氾濫する中で、人々は、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る。また、豊かな緑と水に恵まれた自然の下で先人からはぐくまれてきた、地域の多様性と豊かな味覚や文化の香りあふれる日本の「食」が失われる危機にある。

こうした「食」をめぐる環境の変化の中で、国民の「食」に関する考え方を育て、健全な食生活を実現することが求められるとともに、都市と農山漁村の共生・対流を進め、「食」に関する消費者と生産者との信頼関係を構築して、地域社会の活性化、豊かな食文化の継承及び発展、環境と調和のとれた食料の生産及び消費の推進並びに食料自給率の向上に寄与することが期待されている。

国民一人一人が「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ことによって、心身の健康を増進する健全な食生活を実践するために、今こそ、家庭、学校、保育所、地域等を中心に、国民運動として、食育の推進に取り組んでいくことが、我々に課せられている課題である。さらに、食育の推進に関する我が国の取組が、海外との交流等を通じて食育に関して国際的に貢献することにつながることも期待される。

ここに、食育について、基本理念を明らかにしてその方向性を示し、国、地方公共団体及び国民の食育の推進に関する取組を総合的かつ計画的に推進するため、この法律を制定する。

## 第一章 総則

## (目的)

第一条 この法律は、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、豊かな人間性をはぐく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、及び国、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する。

## (国民の心身の健康の増進と豊かな人間形成)

第二条 食育は、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を旨として、行われなければならない。

## 26. 人と自然にやさしいみえの安心食材

三重県内の生産者が、環境に配慮した生産方法や食の安全・安心を確保する生産管理の実施に取り組み、その生産履歴を積極的に公開することにより消費者が安心して購入できるようにする制度。三重県産の農産物が消費者の安全安心志向に応えるための仕組として、財団法人三重県農林水産支援センターが運営している。

人と自然にやさしいみえの安心食材ホームページ

<http://www.mie-ansinsyokuzai.org/>

## 27. HACCP

危害分析重要管理点方式 (hazard analysis and critical control point)。食品の製造過程で発生する可能性のある衛生・品質上の危険性を分析し、安全性確保のために監視すべき重要管理点を定め、厳格に管理・記録を行うシステム。NASA (アメリカ航空宇宙局) が宇宙食の安全性を高度に保証するために考案した衛生管理の手法。

## 28. ISO22000

HACCPシステムにISO9001 (品質マネジメントシステム規格) を組み込んだ食品安全を目的としたISOマネジメント規格。人が摂取する段階の食品安全を確保するため、農場から食卓までの食品に関連するあらゆる組織が、食品の安全に対する危害要因を管理していくために必要な内容を規定したもの。

## 29. みえのカキ安心システム

カキの衛生的な作業手順の徹底と、養殖海域情報の積極的な公開を目的とした制度。南勢志摩地域の生産者、消費者、行政が一体となって「みえのカキ安心協議会」を立ち上げ、このシステムの普及啓発を行っている。

みえのカキ安心システムホームページ

<http://www.pref.mie.jp/NHOKEN/kaki/>

## 30. リスクコミュニケーション

消費者、事業者、研究者、行政等が食品のリスクに関する情報及び意見を交換し、相互の信頼を築き理解しあうために対話を進めていくこと。

#### (食に関する感謝の念と理解)

第三条 食育の推進に当たっては、国民の食生活が、自然の恩恵の上に成り立っており、また、食に関わる人々の様々な活動に支えられていることについて、感謝の念や理解が深まるよう配慮されなければならない。

#### (食育推進運動の展開)

第四条 食育を推進するための活動は、国民、民間団体等の自発的意思を尊重し、地域の特性に配慮し、地域住民その他の社会を構成する多様な主体の参加と協力を得るものとするとともに、その連携を図りつつ、あまねく全国において展開されなければならない。

#### (子どもの食育における保護者、教育関係者等の役割)

第五条 食育は、父母その他の保護者にあつては、家庭が食育において重要な役割を有していることを認識するとともに、子どもの教育、保育等を行う者にあつては、教育、保育等における食育の重要性を十分自覚し、積極的に子どもの食育の推進に関する活動に取り組むこととなるよう、行われなければならない。

#### (食に関する体験活動と食育推進活動の実践)

第六条 食育は、広く国民が家庭、学校、保育所、地域その他のあらゆる機会とあらゆる場所を利用して、食料の生産から消費等に至るまでの食に関する様々な体験活動を行うとともに、自ら食育の推進のための活動を実践することにより、食に関する理解を深めることを旨として、行われなければならない。

#### (伝統的な食文化、環境と調和した生産等への配慮及び農山漁村の活性化と食料自給率の向上への貢献)

第七条 食育は、我が国の伝統のある優れた食文化、地域の特性を生かした食生活、環境と調和のとれた食料の生産とその消費等に配慮し、我が国の食料の需要及び供給の状況についての国民の理解を深めるとともに、食料の生産者と消費者との交流等を図ることにより、農山漁村の活性化と我が国の食料自給率の向上に資するよう、推進されなければならない。

#### (食品の安全性の確保等における食育の役割)

第八条 食育は、食品の安全性が確保され安心して消費できることが健全な食生活の基礎であることにかんがみ、食品の安全性をはじめとする食に関する幅広い情報の提供及びこれについての意見交換が、食に関する知識と理解を深め、国民の適切な食生活の実践に資することを旨として、国際的な連携を図りつつ積極的に行われなければならない。

#### (国の責務)

第九条 国は、第二条から前条までに定める食育に関する基本理念（以下「基本理念」という。）にのっとり、食育の推進に関する施策を総合的かつ計画的に策定し、及び実施する責務を有する。

#### (地方公共団体の責務)

第十条 地方公共団体は、基本理念にのっとり、食育の推進に関し、国との連携を図りつつ、その地方公共団体の区域の特性を生かした自主的な施策を策定し、及び実施する責務を有する。

#### (教育関係者等及び農林漁業者等の責務)

第十一条 教育並びに保育、介護その他の社会福祉、医療及び保健（以下「教育等」という。）に関する職務に従事する者並びに教育等に関する関係機関及び関係団体（以下「教育関係者等」という。）は、食に関する関心及び理解の増進に果たすべき重要な役割にかんがみ、基本理念にのっとり、あらゆる機会とあらゆる場所を利用して、積極的に食育を推進するよう努めるとともに、他の者の行う食育の推進に関する活動に協力するよう努めるものとする。

2 農林漁業者及び農林漁業に関する団体（以下「農林漁業者等」という。）は、農林漁業に関する体験活動等が食に関する国民の関心及び理解を増進する上で重要な意義を有することにかんがみ、基本理念にのっとり、農林漁業に関する多様な体験の機会を積極的に提供し、自然の恩恵と食に関わる人々の活動の重要性について、国民の理解が深まるよう努めるとともに、教育関係者等と相互に連携して食育の推進に関する活動を行うよう努めるものとする。

#### (食品関連事業者等の責務)

第十二条 食品の製造、加工、流通、販売又は食事の提供を行う事業者及びその組織する団体（以下「食品関連事業者等」という。）は、基本理念にのっとり、その事業活動に関し、自主的かつ積極的に食育の推進に自ら努めるとともに、国又は地方公共団体が実施する食育の推進に関する施策その他の食育の推進に関する活動に協力するよう努めるものとする。

#### (国民の責務)

第十三条 国民は、家庭、学校、保育所、地域その他の社会のあらゆる分野において、基本理念にのっとり、生涯にわたり健全な食生活の実現に自ら努めるとともに、食育の推進に寄与するよう努めるものとする。

#### (法制上の措置等)

第十四条 政府は、食育の推進に関する施策を実施するため必要な法制上又は財政上の措置その他の措置を講じなければならない。

#### (年次報告)

第十五条 政府は、毎年、国会に、政府が食育の推進に関して講じた施策に関する報告書を提出しなければならない。

## 第二章 食育推進基本計画等

### (食育推進基本計画)

第十六条 食育推進会議は、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、食育推進基本計画を作成するものとする。

2 食育推進基本計画は、次に掲げる事項について定めるものとする。

一 食育の推進に関する施策についての基本的な方針

二 食育の推進の目標に関する事項

三 国民等の行う自発的な食育推進活動等の総合的な促進に関する事項

四 前三号に掲げるもののほか、食育の推進に関する施策を総合的かつ計画的に推進するために必要な事項

3 食育推進会議は、第一項の規定により食育推進基本計画を作成したときは、速やかにこれを内閣総理大臣に報告し、及び関係行政機関の長に通知するとともに、その要旨を公表しなければならない。

4 前項の規定は、食育推進基本計画の変更について準用する。

### (都道府県食育推進計画)

第十七条 都道府県は、食育推進基本計画を基本として、当該都道府県の区域内における食育の推進に関する施策についての計画（以下「都道府県食育推進計画」という。）を作成するよう努めなければならない。

2 都道府県（都道府県食育推進会議が置かれている都道府県にあつては、都道府県食育推進会議）は、都道府県食育推進計画を作成し、又は変更したときは、速やかに、その要旨を公表しなければならない。

### (市町村食育推進計画)

第十八条 市町村は、食育推進基本計画（都道府県食育推進計画が作成されているときは、食育推進基本計画及び都道府県食育推進計画）を基本として、当該市町村の区域内における食育の推進に関する施策についての計画（以下「市町村食育推進計画」という。）を作成するよう努めなければならない。

2 市町村（市町村食育推進会議が置かれている市町村にあつては、市町村食育推進会議）は、市町村食育推進計画を作成し、又は変更したときは、速やかに、その要旨を公表しなければならない。

## 第三章 基本的施策

### (家庭における食育の推進)

第十九条 国及び地方公共団体は、父母その他の保護者及び子どもの食に対する関心及び理解を深め、健全な食習慣の確立に資するよう、親子で参加する料理教室その他の食事についての望ましい習慣を学びながら食を楽しむ機会の提供、健康美に関する知識の啓発その他の適切な栄養管理に関する知識の普及及び情報の提供、妊産婦に対する栄養指導又は乳幼児をはじめとする子どもを対象とする発達段階に応じた栄養指導その他の家庭における食育の推進を支援するために必要な施策を講ずるものとする。

### (学校、保育所等における食育の推進)

第二十条 国及び地方公共団体は、学校、保育所等において魅力ある食育の推進に関する活動を効果的に促進することにより子どもの健全な食生活の実現及び健全な心身の成長が図られるよう、学校、保育所等における食育の推進のための指針の作成に関する支援、食育の指導にふさわしい教職員の設置及び指導的立場にある者の食育の推進において果たすべき役割についての意識の啓発その他の食育に関する指導体制の整備、学校、保育所等又は地域の特色を生かした学校給食等の実施、教育の一環として行われる農場等における実習、食品の調理、食品廃棄物の再生利用等様々な体験活動を通じた子どもの食に関する理解の促進、過度の痩身又は肥満の心身の健康に及ぼす影響等についての知識の啓発その他必要な施策を講ずるものとする。

### (地域における食生活の改善のための取組の推進)

第二十一条 国及び地方公共団体は、地域において、栄養、食習慣、食料の消費等に関する食生活の改善を推進し、生活習慣病を予防して健康を増進するため、健全な食生活に関する指針の策定及び普及

啓発、地域における食育の推進に関する専門的知識を有する者の養成及び資質の向上並びにその活用、保健所、市町村保健センター、医療機関等における食育に関する普及及び啓発活動の推進、医学教育等における食育に関する指導の充実、食品関連事業者等が行う食育の推進のための活動への支援等必要な施策を講ずるものとする。

#### (食育推進運動の展開)

第二十二條 国及び地方公共団体は、国民、教育関係者等、農林漁業者等、食品関連事業者等その他の事業者若しくはその組織する団体又は消費生活の安定及び向上等のための活動を行う民間の団体が自発的に行う食育の推進に関する活動が、地域の特性を生かしつつ、相互に緊密な連携協力を図りながらあまねく全国において展開されるようにするとともに、関係者相互間の情報及び意見の交換が促進されるよう、食育の推進に関する普及啓発を図るための行事の実施、重点的かつ効果的に食育の推進に関する活動を推進するための期間の指定その他必要な施策を講ずるものとする。

2 国及び地方公共団体は、食育の推進に当たっては、食生活の改善のための活動その他の食育の推進に関する活動に携わるボランティアが果たしている役割の重要性にかんがみ、これらのボランティアとの連携協力を図りながら、その活動の充実が図られるよう必要な施策を講ずるものとする。

#### (生産者と消費者との交流の促進、環境と調和のとれた農林漁業の活性化等)

第二十三條 国及び地方公共団体は、生産者と消費者との間の交流の促進等により、生産者と消費者との信頼関係を構築し、食品の安全性の確保、食料資源の有効な利用の促進及び国民の食に対する理解と関心の増進を図るとともに、環境と調和のとれた農林漁業の活性化に資するため、農林水産物の生産、食品の製造、流通等における体験活動の促進、農林水産物の生産された地域内の学校給食等における利用その他のその地域内における消費の促進、創意工夫を生かした食品廃棄物の発生の抑制及び再生利用等必要な施策を講ずるものとする。

#### (食文化の継承のための活動への支援等)

第二十四條 国及び地方公共団体は、伝統的な行事や作法と結びついた食文化、地域の特色ある食文化等我が国の伝統のある優れた食文化の継承を推進するため、これらに関する啓発及び知識の普及その他の必要な施策を講ずるものとする。

#### (食品の安全性、栄養その他の食生活に関する調査、研究、情報の提供及び国際交流の推進)

第二十五條 国及び地方公共団体は、すべての世代の国民の適切な食生活の選択に資するよう、国民の食生活に関し、食品の安全性、栄養、食習慣、食料の生産、流通及び消費並びに食品廃棄物の発生及びその再生利用の状況等について調査及び研究を行うとともに、必要な各種の情報の収集、整理及び提供、データベースの整備その他食に関する正確な情報を迅速に提供するために必要な施策を講ずるものとする。

2 国及び地方公共団体は、食育の推進に資するため、海外における食品の安全性、栄養、食習慣等の食生活に関する情報の収集、食育に関する研究者等の国際的交流、食育の推進に関する活動についての情報交換その他国際交流の推進のために必要な施策を講ずるものとする。

### 第四章 食育推進会議等

#### (食育推進会議の設置及び所掌事務)

第二十六條 内閣府に、食育推進会議を置く。

2 食育推進会議は、次に掲げる事務をつかさどる。

一 食育推進基本計画を作成し、及びその実施を推進すること。

二 前号に掲げるもののほか、食育の推進に関する重要事項について審議し、及び食育の推進に関する施策の実施を推進すること。

#### (組織)

第二十七條 食育推進会議は、会長及び委員二十五人以内をもって組織する。

#### (会長)

第二十八條 会長は、内閣総理大臣をもって充てる。

2 会長は、会務を総理する。

3 会長に事故があるときは、あらかじめその指名する委員がその職務を代理する。

#### (委員)

第二十九條 委員は、次に掲げる者をもって充てる。

一 内閣府設置法（平成十一年法律第八十九号）第九条第一項に規定する特命担当大臣であって、同項の規定により命を受けて同法第四条第一項第十七号に掲げる事項に関する事務及び同条第三項第二十七号の三に掲げる事務を掌理するもの（次号において「食育担当大臣」という。）

二 食育担当大臣以外の国務大臣のうちから、内閣総理大臣が指定する者

三 食育に関して十分な知識と経験を有する者のうちから、内閣総理大臣が任命する者

2 前項第三号の委員は、非常勤とする。

#### (委員の任期)

第三十條 前条第一項第三号の委員の任期は、二年とする。ただし、補欠の委員の任期は、前任者の残任期間とする。

2 前条第一項第三号の委員は、再任されることができる。

#### (政令への委任)

第三十一條 この章に定めるもののほか、食育推進会議の組織及び運営に関し必要な事項は、政令で定める。

#### [委任]

#### (都道府県食育推進会議)

第三十二條 都道府県は、その都道府県の区域における食育の推進に関して、都道府県食育推進計画の作成及びその実施の推進のため、条例で定めるところにより、都道府県食育推進会議を置くことができる。

2 都道府県食育推進会議の組織及び運営に関し必要な事項は、都道府県の条例で定める。

#### (市町村食育推進会議)

第三十三條 市町村は、その市町村の区域における食育の推進に関して、市町村食育推進計画の作成及びその実施の推進のため、条例で定めるところにより、市町村食育推進会議を置くことができる。

2 市町村食育推進会議の組織及び運営に関し必要な事項は、市町村の条例で定める。

#### 附 則

#### (施行期日)

第一條 この法律は、公布の日から起算して一月を超えない範囲内において政令で定める日から施行する。

[平成一七年七月政令二三五号により、平成一七・七・一五から施行]



■三重県食育推進計画についてのお問い合わせ

**三 重 県**

**農水商工部マーケティング室地産地消グループ**

TEL 059-224-2429 E-mail : chisanm@pref.mie.jp

**健康福祉部健康づくり室健康対策グループ**

TEL 059-224-2294 E-mail : kenkot@pref.mie.jp

**教育委員会事務局生徒指導・健康教育室健康教育グループ**

TEL 059-224-2969 E-mail : seikenko@pref.mie.jp  
〒514-8570 三重県津市広明町 13 番地