

## 第 5 次青森県食育推進計画 骨子（案）

※ 第 4 次計画からの主な追加・  
修正内容が朱書きの部分です。

## 第 1 章 計画策定の趣旨

## 1 食育とは

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できる人間を育てること。県民一人ひとりが、主体的に継続して取り組むことが重要。

## 2 計画策定のねらい

本県の特性を生かした食育を、総合的かつ計画的に継続して推進するための指針として策定。

## 【第 5 次計画の策定に当たり重視した課題】

- こどもの頃からの継続した食育の展開
- ライフスタイルの多様化に対応した行動変容を促す食育の推進（大人の食育）
- 食への関心を高められる農林漁業体験の拡充
- 食育推進体制の充実
- 環境に配慮した食育の推進

## 3 計画の位置付け及び期間

食育基本法に規定する「都道府県食育推進計画」

期間：令和 8 年度～令和 12 年度（5 年間）

## 第 2 章 食育推進の現状と課題

## 1 食をとりまく社会情勢

- 本県人口に対する老年人口の割合は増加傾向。特に、高齢単身者世帯数が大幅に増加。
- 単身世帯の増加やライフスタイルの変化に伴い、食の外部化、簡便化が進行。  
食料品の価格上昇による節約志向。
- コロナ禍を機に、日常での I C T（情報通信技術）やデジタル化が進行した一方、リアルな体験機会が減少。
- 2024(令和6)年「食料・農業・農村基本法」が25年ぶりに改正。同法に基づき、2025(令和7)年4月に閣議決定された新たな「食料・農業・農村基本計画」において、食育の推進について明記。

## 2 食生活と健康

- 本県の平均寿命は男女とも全国最下位で依然として全国との格差の縮小が課題。  
死亡原因は、不適切な食生活や運動不足からくる肥満等を起因とする生活習慣病が多い。
- 高齢者については、栄養の不足等により身体機能等が低下するフレイル（虚弱）

- の予防が全国的な課題となっており、健康寿命を延伸させていくことが必要。
- 本県のう歯（虫歯）被患率は改善傾向にあるが、全国との格差の縮小が課題。
  - バランスの取れた食生活を送っている県民の割合は全国値より高いものの、20歳代及び30歳代の若い世代は、全国値に比べて低い。
  - 県民の食塩の摂取量は微増傾向、野菜・果物の摂取量は、減少傾向。
  - 朝食の欠食率は、こどもから大人まで計画策定時に比べて悪化。遅い時間の夕食や夜型生活など生活リズムの乱れも要因。

### 3 「食」に対する県民の意識

- 食品ロス（未使用食品及び食べ残しの合計）の割合は1割未満で、減少傾向。  
県民1人1日当たりの家庭系、事業系の合計値は、全国値と同じ。
- 産地や生産者を意識して農林水産物・食品を選ぶ県民の割合は減少傾向。
- 食の安全・安心に関する基礎的知識を持ち、自ら判断する県民の割合は減少傾向。
- 県民の「食育」に対する認知度は、7割程度で横ばい。

### 4 第4次計画の指標の達成状況

「食に関する指導を行っている小・中学校の割合」が増加傾向に転じるなど、一定の成果が現れているものの、「朝食を毎日食べる子どもの割合」など、計画策定時より悪化している指標が多い。

### 5 今後の展開に向けた課題

#### (1) こどもの頃からの継続した食育の展開

食生活や健康に関する正しい知識や適切な食習慣が身に付くよう、こどもの頃からの継続した取組が必要。

#### (2) ライフスタイルの多様化に対応した行動変容を促す食育の推進

暮らし方・働き方（ライフスタイル）に合った効果的な手法で行動変容を促す食育（大人の食育）が必要。

#### (3) 食への関心を高められる農林漁業体験の拡充

食育を実践していくためには、食への関心を高められる農林漁業体験を増やし、地元の生産物や農林水産業への理解や感謝の気持ちの醸成が必要。

#### (4) 食育推進体制の充実

県民の食育を支える専門家、教育機関、自治体等の連携体制の強化が必要。

#### (5) 環境に配慮した食育の推進

環境と調和のとれた食料生産や消費について理解を深めることが必要。

### 第3章 青森県の食育推進方向

#### 1 目指す姿

**あおもりの「食」と「農」を生かした健康で活力に満ちた「暮らし」の実現**

※「食」…食料、食文化      ※「農」…農林水産資源、生産基盤

本県の食の豊かさと食を育む環境（農林水産資源とそれを守る人々）に感謝し、県民が健康かつ長生きで活動的に暮らせる青森県を目指す。

#### 2 基本方向

##### (1) 暮らし方・働き方に対応した健全な食生活の実現

こどもの頃からの継続した食育に加え、ライフスタイルの多様化に対応した行動変容を促す食育（大人の食育）を推進

##### (2) 「食」と「農」で紡ぐ地元愛の醸成

地域の「食」への関心を高められる農林漁業体験機会を増やし、地産地消や食文化の継承等を推進し、地元愛を醸成

##### (3) 青森の「食」を支える環境づくり

専門家、教育機関、自治体等関係者間の連携体制を強化するとともに、環境に配慮した食育を推進

#### 基本方向1 暮らし方・働き方に対応した健全な食生活の実現

##### ① こどもに対する食育

- 家庭・保育所・地域等の連携による乳幼児の成長過程に応じた食習慣づくりや口と歯の健康づくりの促進
- 家庭と学校の連携による児童生徒の規則正しい生活習慣・食習慣の促進
- 学校給食等の活用による児童生徒の発達段階に応じた食に関する指導の充実
- 医療・保健・福祉関係者や食育関係団体による健康講座やイベント等を通じた指導や情報提供
- 子ども食堂等における食育活動や健康に配慮した食事の提供

##### ② 大人に対する食育

- ホームページやSNS等を活用した健康的な「食」に関する情報の発信
- 県・市町村によるバランスの良い食生活の実践に向けた調理講座や研修会開催等による普及啓発
- 医療・保健・福祉関係者や食育関係団体による健康講座やイベント等を通じた指導や情報提供(再掲)
- 大学等による若い世代への食育の推進
- 飲食店や量販店等と連携した健康に配慮したメニュー提案や情報発信
- 社員食堂等での健康メニューの提供や栄養成分等の表示

- 社員の生活習慣病予防等健康づくりの啓発
- 高齢者サロン等における食育活動や健康に配慮した食事の提供
- 市町村等による妊産婦や高齢者の食生活に関する指導や情報提供

## 基本方向2 「食」と「農」で紡ぐ地元愛の醸成

### ① 農林漁業体験を通じた農林水産業への理解

- こどもから大人までを対象とした農林漁業体験の推進による消費者の理解促進
- 学校における生産者と連携した農林漁業体験の推進
- 農林水産団体等による体験機会の提供
- 体験受入団体等による情報発信

### ② 地産地消の推進と食文化の継承

- 県・市町村による県産食材の魅力についての情報発信
- 県内量販店等と連携した地産地消フェア等の実施
- 県内量販店等による旬の食材、地場製品の販売を通じた地産地消の推進
- 産地直売施設等における地場製品等の販売
- 県内飲食店等における県産食材の利用促進と郷土料理の提供による本県食文化の普及
- 学校給食での地元食材の活用や郷土料理の提供による本県食文化の普及
- 食育関係団体による調理講座や食育授業の開催
- 子ども食堂や高齢者サロン等の「共食の場」における郷土料理の提供や調理講座の開催

## 基本方向3 青森の「食」を支える環境づくり

### ① 食育推進体制の充実

- 県・市町村による関係機関・団体の連携強化
- 県・市町村による食育指導者の養成・資質向上
- 行政機関、マスコミ、消費者団体、NPO等による普及啓発活動

### ② 食の安全・安心や環境に配慮した食育の推進

- 農林漁業者による安全・安心な農林水産物の生産及び環境に配慮した事業活動
- 食品関連事業者による食の安全・安心の確保や食品ロスの削減に配慮した事業活動及び消費者に対する情報提供・啓発活動
- 消費者による食品ロスの削減、エシカル消費、ローリングストックの推進

## 3 数値目標

別紙のとおり

## 4 食育推進体制

### (1) 全県的な推進体制

- 青森県食育推進会議において、本計画に基づく施策の進捗状況を管理・評価
- 全県挙げての食育県民運動として、行政、関係機関・団体等が連携して、県民が主体的に食育を実践する環境整備を推進
- 「食育月間」や「食育の日」を定め、食育啓発活動を重点的・全県的に実施

### (2) 地域における推進体制

- 市町村は、「市町村食育推進計画」を策定
- 市町村及び「地域食育ネットワーク協議会」参画団体等は、地域の実情に応じた食育を推進するとともに、企業や民間団体等の取組を支援

### (3) 関係者の役割

- 県民：健全な食生活実現への努力、地産地消推進による農林水産業振興への協力
- 青森県食育推進会議：県計画の進捗状況評価や施策への提言
- 地域食育ネットワーク協議会：地域の実情に応じた食育推進
- 教育・食育関係者等：食育指導体制整備、学校給食の地元食材利用拡大等
- 医療、保健、栄養・福祉関係者：食に関する指導、保健指導等
- 農林漁業者等：安全・安心な農林水産物の生産、農林漁業体験機会の提供、地産地消の推進等
- 食品関連事業者：食の安全・安心の確保、食に関する体験機会の提供や情報発信
- 市町村：地域の実情に応じた食育推進
- 県：関係機関と連携した気運醸成

(別紙)

## 数値目標

		指標名	現状値	目標値	継続	見直し	新規	備考
短期指標	1	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県民の割合	35.4% (R6)	70%以上 (R12)	○			目標値据え置き
	2	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若い世代(20歳代及び30歳代)の割合	32.0% (R6)	55%以上 (R12)	○			目標値据え置き
	3	あおもり食育サポーター等を活用し、食育活動に取り組んだ団体数	108団体 (R6)	150団体 (R12)	○			目標値据え置き
	4	あおもり食育サポーター等による年間活動回数	282件 (R6)	350件 (R12)	○			目標値据え置き
	5	食に関する指導を行っている小・中学校の割合	96.4% (R6)	100% (R12)	○			目標値据え置き
	6	学校給食における県産食材の使用割合(使用量)	65.3% (R5)	68.6% (R12)	○			目標値据え置き
	7	食の安全・安心に関する基礎的知識を持ち、自ら判断する県民の割合	67.3% (R6)	85%以上 (R12)	○			目標値据え置き
	8	産地や生産者を意識して農林水産物・食品を選ぶ県民の割合	68.1% (R6)	90%以上 (R12)	○			目標値据え置き
	9	市町村食育推進計画の策定率	70% (R6)	100% (R12)	○			目標値据え置き
長期指標	1	朝食の欠食率(20歳以上)	14.7% (R4)	5% (R12)		○		目標値据え置き(表記を第三次青森県健康増進計画に合わせる)
	2	朝食を毎日食べる子どもの割合(小・中学生)	85.3% (R6)	95%以上 (R12)	○			目標値据え置き(第4次青森県学校保健推進計画における目標)
	3	野菜の摂取量(20歳以上)	279.5g (R4)	350g (R17)		○		目標値据え置き(表記を第三次青森県健康増進計画に合わせる)
	4	果物(ジャム・果実飲料を除く)の摂取量100g未満の者の割合(20歳以上)	66.0% (R4)	28.0% (R17)		○		指標及び目標値を、第三次青森県健康増進計画における指標に合わせて見直し。
	5	食塩の摂取量(20歳以上)	10.9g (R4)	8g (R17)		○		目標値据え置き(表記を第三次青森県健康増進計画に合わせる)

参考指標	1	3歳児でう歯（虫歯）がない者の割合	85.4%（R4）	90%（R17）		○	目標値据え置き（表記を第三次青森県健康増進計画に合わせる）
	2	10歳（小学5年生）肥満傾向児の割合	16.7%（R6）	10%（R17）	○		目標値据え置き（第三次青森県健康増進計画における目標）
	3	成人の肥満者の割合（男性20～60歳代）	41.5%（R4）	34%（R17）	○		目標値据え置き（第三次青森県健康増進計画における目標）
	4	成人の肥満者の割合（女性40～60歳代）	34.6%（R4）	19%（R17）			

<参考；廃止する指標>

指標	現状値	目標値	廃止の理由
食育を意識して活動している「共食の場」の割合	84.8%（R6）	80%以上（R7）	目標を達成したため