

第 4 次青森県食育推進計画骨子（案）

※ 第 3 次計画からの主な変更部分を朱書きしています。

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 4 次計画の策定に当たり重視した点】

- 若い世代や高齢者に対する食育
- 企業における食育の取組
- 共食の場における食育
- 食品ロスの削減等環境に配慮した食育
- 新たな日常や社会のデジタル化に対応した食育
- SDG s の視点による食育

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 3 年度～令和 7 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

- 老年人口割合や高齢単身者世帯数が増加するなど家族形態が変化するとともに、就労時間や勤務形態が多様化し、孤食や栄養バランスの偏りが顕在化。
- 加工食品の利用が増加するなど、食の外部化、簡便化が進行。
- 新型コロナウイルス感染症の影響で外食が減少し、自宅で食事する機会が増加。
- 2015年に国連サミットで採択されたSDG s（持続可能な開発目標）の達成に向け、国際社会全体で取組が進行。

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全国との格差の縮小が課題。生活習慣病による死亡率が高く、喫煙や過度の飲酒、不適切な食生活や運動不足からくる肥満等の生活習慣等が原因。
- 本県は、子どもから大人まで肥満者の割合が高い。一方、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。
- 本県のうち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。
- 家庭や学校から離れた若い世代は、生活が不規則になりがちで、バランスのとれた食生活を送っている割合や野菜・果物の摂取量が少なく、朝食の欠食率が高い。

3 食品ロスの状況

- 食品ロス率はやや減少傾向。
- 生ごみのうち、食べられるのに捨てられている部分（食品ロス）は約3割。

4 「食育」に対する県民の意識

食育に対する認知度は横ばい。食育を実践しない人は、仕事等での多忙や経済的な理由が多い。

5 青森ならではの食の力

- 本県は農林水産資源や生産基盤、地域ならではの食文化等に恵まれ、地産地消の活動が活発。
- 本県農林水産物や食文化等について県民の知識を問う「あおもり食育検定」の実施や、「あおもり食命人」による健康に配慮した料理の提供、県民の食習慣改善に向けた「だし活+だす活」など独自の取組が展開。

6 第3次計画の指標の達成状況

〔基本方向1 ライフステージに応じた食育の推進〕

全体的に改善傾向にあるが、市町村の食育推進計画策定率は悪化。

〔基本方向2 青森ならではの食の力を生かした「食」と健康を育む環境づくり〕

「学校給食における県産食材の使用割合」や「野菜の摂取量」等が改善している一方、「朝食の欠食率」や「肥満者の割合」は悪化。

7 今後の展開に向けた課題

(1) 家庭における食育の推進

家庭は子どもの食育を進める拠点であり、家庭での食育を社会全体で支援することが必要。

(2) 若い世代や高齢者に対する食育の推進

家庭や学校を離れた若い世代等については、ライフスタイルに合った効果的な手法での情報提供や、1日の多くの時間を過ごす職場での食育の取組が必要。また、高齢者については、地域における配食サービスの充実や、低栄養状態を防ぐための栄養指導が必要。

(3) 地域コミュニティ等における共食の機会の提供

家族と共に食事をするのが難しい人が増加しており、地域コミュニティ等による共食の機会の提供により、食育を推進することが必要。

(4) 環境に配慮した食育の推進

食品ロスの削減等、環境と調和のとれた食料の生産・消費の推進が必要。

(5) 新たな日常や社会のデジタル化への対応

新型コロナの影響により、食について考える機会が増加している一方、集合型のイベント等は実施が困難。こうした中、デジタル化（オンライン）の推進や、暮らし方・働き方の変化に応じた食育の推進が必要。

(6) 食育によるSDGsへの貢献

食育の推進が持続可能な社会の実現に向けた重要な取組であることを意識しつつ推進していくことが重要。

第3章 青森県の食育推進方向

1 目指す姿

健康で活力に満ちた「暮らし」と持続可能な社会の実現

2 基本方向

(1) ライフステージや暮らし方・働き方に対応した食育の推進

「家庭」、「保育所・学校」、「企業」等の取組現場において、それぞれ主なターゲットを設定し、ライフステージに応じた食育を推進

(2) 健全で充実した食生活の実現に向けた支援

「食」を通じた健康づくりや、食の安全・安心の確保等の取組を推進。また、地域コミュニティ（共食の場）における食育活動を推進

(3) 青森の「食」を支える環境づくり

地域の「食」や農林水産業に関する理解促進、食文化の継承・発展、持続可能な食料生産と消費への配慮を推進

基本方向1 ライフステージや暮らし方・働き方に対応した食育の推進

① 子育て家庭における食育（～子ども・保護者・妊産婦に対する食育～）

- 保護者（妊産婦を含む。）による食に関する正しい知識の習得と望ましい食習慣の形成、子どもの生活リズム向上の取組
- 学校や地域等と連携した子どもの肥満・痩身等の健康問題、将来の生活習慣病予防のための取組
- よく噛む習慣づくりや歯磨き等、口と歯の健康づくりへの取組
- 「家族団らん」の食卓づくりを通じた、「食べることの楽しさ」を実感し、食べ物に感謝する心を育む取組

② 保育所や幼稚園、学校等における食育（～園児・児童・生徒・学生に対する食育～）

- 指導計画の作成や栄養教諭等の配置による食と健康に関する指導
- 研修会等による保育士や幼稚園教諭、教職員等の資質向上
- 保育所等における肥満予防や歯と口の健康づくり
- 地域の農林漁業者等と連携した農林漁業体験等の取組
- 地元食材を活用した郷土料理や、健康に配慮した食事を給食として提供
- 保護者や地域関係者に対する情報提供等の食育の支援

③ 企業における食育（～若い世代・働き盛り世代に対する食育～）

- 食育に関する研修会や料理教室の開催
- 社員食堂での栄養成分等の表示や、健康メニューの提供
- 定期健康診断や人間ドッグ等の受診の働きかけ、特定健康診査等の利用啓発

④ 飲食店や量販店等における食育（～若い世代・働き盛り世代・高齢者に対する食育～）

【飲食店】

- 健康に配慮したメニューや各世代の課題に対応したメニューの開発と提供
- 「青森のおいしい健康応援店」への認定取得
- エネルギーや塩分等の栄養成分の表示
- 「あおもり食命人」による健康に配慮したメニュー提供や、地域ならではの食育活動の展開
- 衛生面への配慮、食中毒の防止

【量販店・コンビニエンスストア、食品加工・製造業者】

- 旬の食材、地場製品の販売を通じた地産地消の推進
- 健康に配慮したメニューやレシピ、各世代の課題に対応したメニューやレシピの開発と提供
- 旬の食材・弁当・総菜の宅配システムの導入等
- 地域住民に対する食育関連情報の発信等

⑤ 地域における食育（～**全世代**に対する食育～）

- 市町村や地域食育ネットワーク協議会等による地域の食育推進方策（高齢単身世帯等支援のあり方等）の検討
- 地域包括支援センター等による高齢者の食生活に関する相談活動
- 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
- 食育関係団体による「食」の体験機会の提供や知識・技術の普及啓発

基本方向 2 健全で充実した食生活の実現

① 専門家等と連携した生活習慣病の予防・改善

- 栄養士会、調理師会等の食育関係者による「日本型食生活」の普及・啓発
- 保健関係機関等による適正体重の維持や減塩、野菜摂取等の必要性の普及・啓発、食事バランスガイド等の活用促進
- 働き世代に対する特定健康診査等の利用の啓発
- 若い世代に対する効果的な手段（SNS等）の活用や、ライフスタイルに合ったアプローチ
- 歯科医療関係者等による歯と口の健康づくりの推進
- 保健・医療の専門家による専門的立場からの技術的支援や人材派遣等支援
- 県・市町村による関係機関・団体の連携強化や、健康づくり事業の実施

② 食の安全・安心の確保

- 農林漁業者による農林水産物の安全や品質確保
- 食品関連事業者による食品の衛生管理の徹底
- 消費者による食品に関する知識の習得・安全対策の実施
- 行政機関による食品の監視指導・検査体制の充実
- 県による緊急時の体制整備等（災害時の食糧確保等）

③ 地域コミュニティ（共食の場）における食育活動の推進

- 「共食の場」（子ども食堂、高齢者サロン等）の運営者による、地場産品を使った料理の提供等を通じた食文化の普及・継承や食事マナーの指導
- 「共食の場」の運営者による、地域の農林漁業者や食文化の継承者を招いた、食や農林水産業への理解を深める食育活動
- 産地直売施設等による「共食の場」への農産物等の食材提供の支援
- 県・市町村等による「共食の場」の活動に係る情報発信や食材提供者とのマッチングの支援、関係者のネットワークづくりに向けた情報提供等

基本方向3 青森の「食」を支える環境づくり

① 販売や交流を通じた「食」や農林水産業への理解促進

- 農林漁業者自らによるイベント販売等を通じた県産農林水産物の魅力の発信
- 産地直売施設等における地場産品等の販売、学校給食への供給、情報発信
- 教育関係者と連携した農林漁業体験の受入の推進
- 消費者による農林水産業や農山漁村の重要性の理解、地産地消

② 食文化の継承・発展

- 食育関係者による郷土料理や地場産品活用メニューの紹介
- 教育関係者による学校給食での郷土料理等の導入・食育教材としての活用
- 料理人による県民の食生活の改善や日本型食生活の啓発、本県食文化の醸成
- 地域の関係団体等による郷土料理の商品化やご当地グルメの開発・普及
- 県・市町村による県民の学習機会の提供等

③ 食品ロス削減等、持続可能な食料生産と消費への配慮

- 食品関連事業者による事業活動で発生する食品ロスの削減や、消費者に対する情報提供・啓発活動
- 農林漁業者による環境に配慮した事業活動の推進
- 消費者による食品ロスの削減や環境等に配慮した消費生活の推進
- 行政機関、マスコミ、消費者団体、NPO等による普及啓発活動

3 配慮すべき事項

(1) 新たな日常や社会のデジタル化に対応した食育の推進

- 家族で過ごす時間の増加を生かした家庭における食育の推進
- 感染症予防に向けた健康的な食生活の普及啓発
- 対面活動が制限される状況下での「オンライン食育」等の活用

(2) SDGsの視点による食育の推進

- 食育の推進は、県民が生涯にわたって健全な心と身体を培うことに資するとともに、我々の食生活が自然の恩恵の上に成り立ち、食に関わる人々の様々な行動に支えられていることについて感謝の念や理解を深めること。
- これらが持続可能な社会の実現につながるものであることを意識しつつ取組を進めるとともに、県民の理解促進を図っていくことが重要。

4 数値目標

別紙のとおり

第4章 食育推進の体制づくり

1 推進体制

(1) 全県的な食育推進体制

- 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
- 全県あ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) 地域における食育推進体制

- 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) 人財の育成

- あおり食育検定委員会は「食育検定」を実施し、県はこれを支援
- 県は適任者を「あおり食育サポーター」として登録し、活動を支援
- 市町村は「食生活改善推進員」を養成し、活動を支援
- 管理栄養士・栄養士・調理師養成施設等は食育指導者を養成し、活動を支援

2 関係者の役割

- 県民
- 地域食育ネットワーク協議会
- 医療、保健、栄養、福祉関係者
- 食品関連事業者等
- 県
- 青森県食育県民会議
- 教育・食育関係者等
- 農林漁業者等
- 市町村

(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	－ (国:56.1%(R1))	70%以上 (R7)		○		・国の指標に合わせ、現行の指標を見直し（併せて、若い世代を対象に追加） ・目標値は、国の目標値や、現行計画における指標の達成状況を参考に設定
	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の割合（20～39歳）	－ (国:37.3%(R1))	55%以上 (R7)				
	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	124団体 (R1)	150団体 (R7)	○			目標達成につき、目標値を上方修正（現行：80団体）
	4 あおもり食育サポーター等による年間活動回数	330件 (R1)	350件 (R7)	○			目標達成につき、目標値を上方修正（現行：200件）
	5 食に関する指導を行っている小・中学校の割合	85.7% (H30)	100% (R7)	○			目標値据え置き
	6 【新規】食育を意識して活動している「共食の場」の割合	－	80%以上 (R7)			○	目標値は、平成29年度に農林水産省が全国の子ども食堂を対象に行ったアンケート調査結果を参考に設定
	7 学校給食における県産食材の使用割合（使用量）	66.5% (R1)	68.6% (R5)	○			目標値を上方修正（攻めの農林水産業推進基本方針における目標）
	8 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	79.4% (R1)	85%以上 (R7)	○			ほぼ目標達成につき、目標値を上方修正（現行：80%以上）
	9 市町村食育計画策定率	85% (R1)	100% (R7)	○			目標値据え置き
長期指標	1 朝食の欠食率（成人）	11.1% (H28)	5% (R7)	○			目標値据え置き
	2 朝食の欠食率（児童）	12.3% (H30)	5% (R5)	○			目標値据え置き（第3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（成人）	300g (H28)	350g (R5)	○			目標値据え置き（健康あおもり21（第2次）における目標）
	4 【新規】果物の摂取量（成人）	111.3g (H28)	200g (R7)			○	目標値は、「食事バランスガイド」における目標を採用
	5 食塩の摂取量（成人）	10.5g (H28)	8g (R5)	○			目標値据え置き（健康あおもり21（第2次）における目標）
参考指標	1 虫歯のない3歳児の割合	76.9% (H30)	90%以上 (R5)	○			目標値を上方修正（健康あおもり21（第2次）における目標）
	2 10歳（小学5年生）肥満傾向児の割合	15.1% (H30)	10% (R5)		○		健康あおもり21（第2次）中間評価における見直し内容に合わせて指標を見直し
	3 成人の肥満者の割合（男性20～60歳代）	41.2% (H28)	34% (R5)	○			目標値据え置き（健康あおもり21（第2次）における目標）
	4 成人の肥満者の割合（女性40～60歳代）	24.8% (H28)	19% (R5)				

<参考；廃止する指標>

指標	廃止の理由
間食として甘味食品を頻回摂取する幼児の割合	目標を達成したため
顧客に対する食育情報の発信など食育に取り組む小売店・飲食店の数	〃
脂肪エネルギー比率（20～39歳）	〃
農林漁家民宿宿泊者数	県民対象の指標となっていないため