

浜中町食育推進計画



令和2年3月
北海道浜中町

目 次

第1章 計画の策定にあたって

1 計画策定の目的	1
2 食育の定義	2
3 計画の位置づけ	2
4 計画期間	2

第2章 浜中町の食をめぐる現状と課題

1 浜中町の農業・漁業	3
2 学校給食における地場産物の使用	4
3 食と健康	5

第3章 食育を推進するための基本理念と目標

1 基本理念	8
2 基本目標と行動目標	8
3 食育推進にあたっての目標	9

第4章 食育を推進するための協働の取組

1 各分野・関係機関の役割	10
2 ライフステージごとの食育のポイント	13

資料編

・ 浜中町食育連携会議設置要綱	15
-----------------	----

第1章 計画の策定にあたって

1 計画策定の目的

「食」は、生涯を通じて健康でいきいきと暮らすために欠かせない命の源であると同時に、おいしさや食事の楽しさから、心も豊かにしてくれるとても大切なものです。

生涯を通して明るく充実した生活を送るためには、食事や運動等、健康的な生活習慣を身につけ、生活習慣病を予防することが重要です。なかでも、次世代を担う子どもたちの食生活は、心身の成長だけではなく、基本的な人格形成にも大きな影響を及ぼします。しかし、近年では、核家族化の進行や共働き世帯の増加が見られるなど、ライフスタイルの多様化に伴い、「食」を取り巻く環境は大きく変化しています。

また、地域で生産される食べ物を地域で消費する「地産地消」を通じて、町民一人ひとりが食や食の関連事業について認識を深めることが必要です。

このため国は、平成17年6月に「食育基本法」を制定し、平成28年3月には「第3次食育推進基本計画」を作成しました。また、北海道では、平成17年12月に「北海道食育推進行動計画」を、平成31年3月に「第4次北海道食育推進計画」（どさんこ食育推進プラン）を策定し、北海道の食育を総合的・計画的に推進することとしています。

本町は、豊かな自然環境を保全し、良質で安全な農水産物が生産され、生産者と消費者の顔が見える関係が築きやすいなど、食育を行うのに恵まれた環境にあります。

このような背景を踏まえ、本町においても地域・家庭・保育所・学校・行政等食育に関わる全ての関係者が連携し、食育を総合的かつ計画的に推進していくため、「浜中町食育推進計画」を策定します。



2 食育の定義

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することができる人間を育てることと定義され、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づけられています。(食育基本法前文)

3 計画の位置づけ

本計画は、食育基本法第18条第1項に基づく市町村食育計画として位置づけ、本町の食育を総合的・具体的に推進するために策定するものです。

また、国の食育推進基本計画や北海道食育推進行動計画を踏まえた上で、「第5次浜中町新しいまちづくり総合計画」や「浜中町健康増進計画」などの本町が策定する諸計画との整合性を図り連携しながら推進する計画です。

4 計画期間

本計画の期間は、令和元年度から令和5年度までの5年間とし、関係法令の改正や本計画の上位計画にあわせ、必要に応じて見直しを行います。

第2章 浜中町の食をめぐる現状と課題

1 浜中町の農業・漁業

本町は、農業と漁業を基幹とする一次産業が盛んな町です。

農業は、冷涼な気候と恵まれた土地資源を背景に発展し、内陸に広がる丘陵性台地には「酪農王国はまなか」の名にふさわしい農村地帯が形成されています。乳用牛は約2万3千頭以上が飼育されており、年間10万トン以上の生乳生産を誇り、人気の高い「ハーゲンダッツアイスクリーム」の原料乳となるなど、高品質の生乳が生産されています。

漁業は、昆布漁を中心とした沿岸漁業とサケ・マス漁などの沖合漁業が中心です。また、恵まれた沿岸の自然条件を活かしながら、ウニやアサリ、カキをはじめとする栽培漁業を推進し、採る漁業だけでなく作り育てる漁業に積極的に取り組んでいます。

(1) 農家戸数と飼養家畜頭数

年	乳用牛		肉用牛	
	戸数	頭数	戸数	頭数
平成28年	193戸	22,959頭	36戸	1,349頭
平成29年	193戸	22,997頭	39戸	1,854頭
平成30年	187戸	23,239頭	40戸	2,203頭

資料：町勢要覧

(2) 農作物別収穫量・粗生産額

		乳量	肉用牛
		平成28年	数量 106,919 t
	金額 10,401,979 千円	1,751,313 千円	
平成29年	数量 105,655 t	9,008頭	
	金額 10,568,836 千円	1,809,774 千円	
平成30年	数量 101,146 t	9,190頭	
	金額 10,245,494 千円	1,924,472 千円	

資料：農林課

(3) 漁業従事者数

年	漁家数	組合員数
平成28年	495 戸	513 人
平成29年	488 戸	496 人
平成30年	479 戸	484 人

資料：浜中町の水産概況及び漁業協同組合聞取

(4) 魚種別漁獲高

年		合計	こんぶ	さけ	さんま	たこ類	ほっき貝	つぶ類	かに類	うに	その他
平成 28年	数量	3,129	1,338	879	676	1,129	313	251	135	18	1,346
	金額	1,524	1,533	571	143	510	123	96	242	411	651
平成 29年	数量	4,020	1,448	223	233	831	296	222	71	20	845
	金額	1,507	1,725	238	52	471	132	77	143	525	630
平成 30年	数量	3,481	1,436	317	344	987	309	175	94	24	1,275
	金額	1,481	1,768	292	51	626	105	54	39	615	668
合計	数量	10,630	4,222	1,419	1,253	2,947	918	648	300	62	3,466
	金額	4,512	5,026	1,101	246	1,606	361	226	424	1,551	1,949

(単位：数量 t、金額：百万円)

資料：北海道水産現勢

2 学校給食における地場産物の使用

学校給食において、可能な限り、地元で生産された農林水産物を食材として使用しているほか、釧路管内産・道内産・国内産の順で食材確保に努めています。

本町は、地域食材や食文化を学び、「ふるさと浜中」の素晴らしさを認識する機会づくりとして、給食に地元食材を積極的に活用しています。

(1) 平成29年度浜中町内学校給食における地場産物使用状況

区分	市町村産率	道産率	国産率
米・小麦・牛乳	8.2%	99.8%	100.0%
その他	5.5%	49.0%	100.0%
合計	6.5%	67.5%	100.0%

資料：学校給食センター

(2) 学校給食の食品購入金額に占める地場産物の割合

	北海道（平成23年）	浜中町（平成29年）
主食・牛乳 計	96.9%	99.8%
主菜・副菜等 計	49.4%	49.0%
合計	70.4%	67.5%

※地場産物とは、道内で収穫（生産）された産物及び北海道沖（漁獲水域）または道内養殖地で水揚げされたものをいう。

3 食と健康

(1) 肥満とやせ

小中学生では、全国と比較して全ての年齢で、全道と比較すると9歳を除く全ての年齢で肥満傾向の子どもが多くなっています。やせ傾向の子どもは、全国全道と比較すると8～11歳で割合が多くなっています。また40～74歳では、男女ともに全国全道より肥満傾向の割合が高くなっています。男性では、約3.8人に1人、女性は3.6人に1人は肥満となっています。

不規則な食事時間や過剰エネルギー摂取、運動不足などの生活習慣が肥満につながり、肥満がメタボリックシンドロームを招きます。

① 小学校・中学校の肥満・やせ

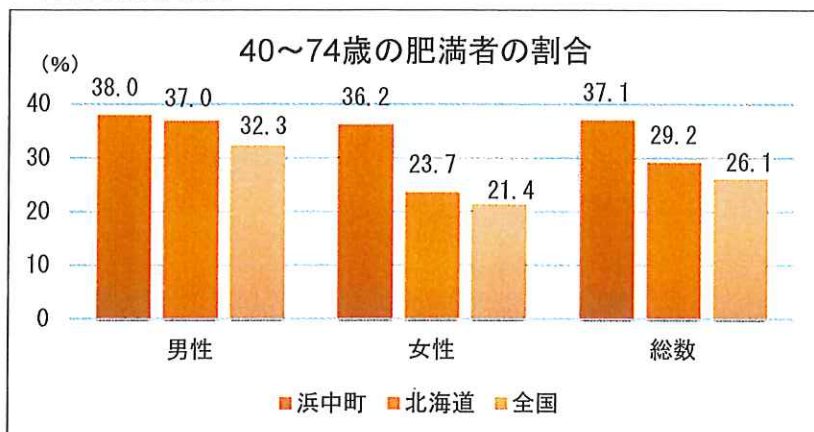
区分	肥満傾向児の出現率 (%)			痩身傾向児の出現率 (%)			
	浜中町	北海道	全国	浜中町	北海道	全国	
	平成30年	平成30年	平成30年	平成30年	平成30年	平成30年	
男女計	小学校 6歳	<u>7.89</u>	6.67	4.49	0.00	0.23	0.47
	7歳	<u>23.40</u>	7.70	5.89	0.00	0.60	0.46
	8歳	<u>19.14</u>	10.64	7.10	<u>6.38</u>	1.64	1.07
	9歳	11.90	12.25	8.63	<u>4.76</u>	2.14	1.70
	10歳	<u>20.93</u>	11.33	9.00	<u>6.97</u>	2.40	2.77
	11歳	<u>21.27</u>	12.30	9.41	<u>8.51</u>	2.93	3.05
	中学校 12歳	<u>26.00</u>	14.50	9.55	0.00	3.49	3.47
	13歳	<u>15.38</u>	13.00	8.06	0.00	2.19	2.75
	14歳	<u>14.00</u>	10.97	7.81	2.00	2.33	2.48

※浜中町の下線は、北海道より高い数値

資料：＜北海道・全国＞平成30年度学校保健統計確報

＜浜中町＞平成30年度学校保健統計基礎資料

② 青壮年期の肥満



資料：平成30年度国民健康保険特定健診（報告値）

(2) 子どもの朝食・共食

朝食を毎日食べない5歳児は13.6%、10歳児は25.0%、15歳では25.8%という現状があります。朝食は1日の力の源であり、脳と体を元気にするために、しっかり摂ることが大切です。朝食を摂ることで、体のリズムを整えたり、脳へのエネルギー補給となることからやる気と集中力アップにつながります。

また、1日1回以上両親と食事をする10歳児は、90.0%います。食事は空腹を満たすだけでなく、大事なコミュニケーションの場でもあります。特に子どもにとって家族や親しい人との食事は、食べる楽しみや美味しさを実感させると共に、心の豊かさや情緒の安定、さらには基本的な食事のマナーの習得につながり重要な役割を果たします。

① 5歳、10歳、15歳の朝食

1週間の朝食を食べる回数割合

	5歳（保育所年長）	10歳（小学校5年生）	15歳（高校2年生）
毎日	86.4%	75.0%	74.2%
週5～6日	13.6%	17.5%	16.1%
週2～4日		2.5%	6.5%
週1日以下	0.0%	5.0%	3.2%

資料：＜5歳＞平成30年度保育所年長児生活習慣アンケート

＜10歳＞平成30年度小児生活習慣アンケート

＜15歳＞平成30年度高校生食生活アンケート

② 子どもの共食

父親または母親と一緒に食事をする10歳児の割合

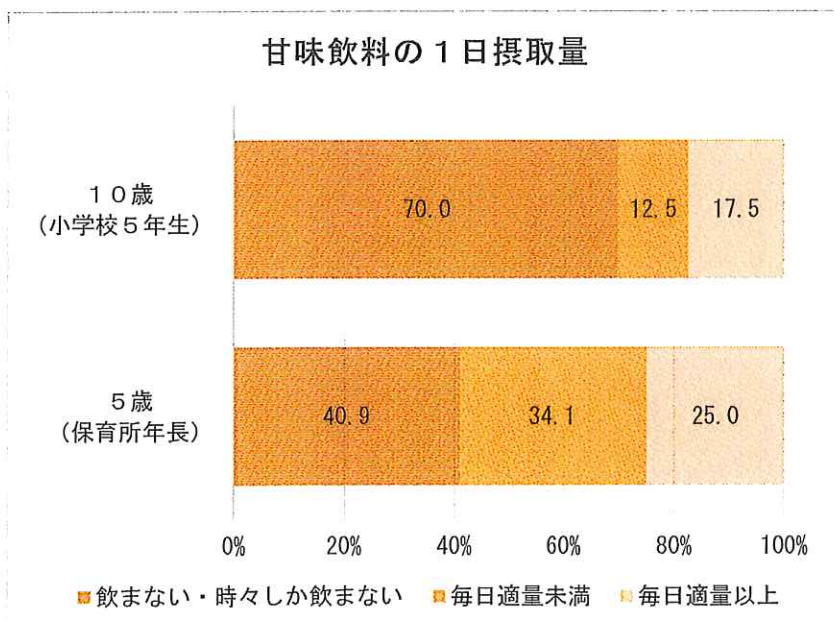
項目	割合
ほぼ毎食一緒	62.5%
1日1回は一緒	27.5%
ほとんど別	10.0%

資料：平成30年度小児生活習慣アンケート

(3) 子どもの甘味飲料の摂取

毎日甘味飲料を飲む5歳児は59.1%、10歳児は30.0%と、年齢とともに割合は減少しています。子どもが毎日甘味飲料を飲むことは、肥満になりやすい、むし菌が増える、お腹が空きにくくなり食事に影響を与えるなど悪影響があります。また、だらだら飲むことで、高血糖状態が続き、生活習慣病のリスクが高まります。保護者が買い与える習慣があるなど、保護者も含め幼少期からの習慣が影響していることが考えられます。

※ 甘味飲料：甘みのある飲料のこと。ジュース、100%果汁ジュース、果汁を含む野菜ジュース、乳酸菌飲料、スポーツドリンクなども含む。



資料：平成30年度小児生活習慣アンケート

※適量：5歳（保育所年長）120ml、10歳（小学校5年生）200ml

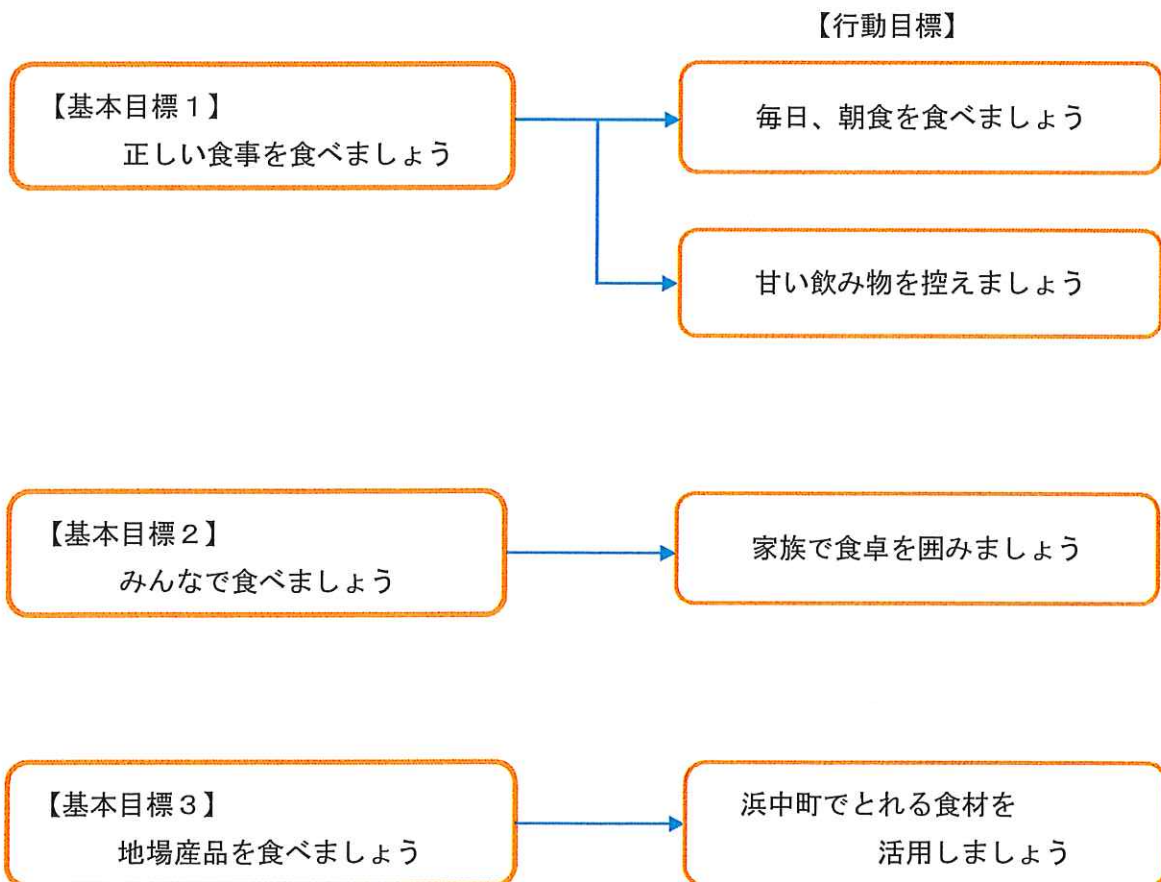
第3章 食育を推進するための基本理念と目標

1 基本理念

正しい食事 みんな笑顔で 健康家族

町民一人ひとりが自らの健康を意識した食生活を実践し、おいしく食べることは、生きる喜びや楽しみを感じ、様々な世代との関わりの中で、健康で心豊かな暮らしを育むことを目指します。

2 基本目標と行動目標



3 食育推進にあたっての目標

基本理念の実現に向け、施策の成果や達成度、実態を客観的に把握するため、目標を設定します。

基本目標	指標	現状値・年度			目標
正しい食事を食べましょう	朝食を毎日食べている人の割合	5歳	86.4% 【保育所年長児生活習慣アンケート】	平成30年	100%
		10歳	75.0% 【小児生活習慣アンケート】	平成30年	
		15歳	74.2% 【高校生食生活アンケート】	平成30年	
	甘味飲料を多く飲む人の割合	5歳	25.0% 【保育所年長児生活習慣アンケート】	平成30年	減少
		10歳	17.5% 【小児生活習慣アンケート】	平成30年	
	肥満の割合（※1） （※1）5歳：肥満度15%以上 10歳：肥満度20%以上 成人：BMI25以上	5歳	11.4% 【保育所年長児生活習慣アンケート】	平成30年	減少
		10歳	20.0% 【小児生活習慣アンケート】	平成30年	減少
		成人男性	38.0% 【国民健康保険特定健診（報告値）】	平成30年	24.7%以下
		成人女性	36.2% 【国民健康保険特定健診（報告値）】	平成30年	23.5%以下
	みんなで食べましょう	1日に1回以上家族そろって食事をする子どもの割合	10歳	90.0% 【小児生活習慣アンケート】	平成30年
地場産品を食べましょう	学校給食における北海道産食品の導入割合 （うち浜中町産食品の導入割合）		67.5% (6.5%) 【給食センター】	平成29年	増加
	「食育」を知っている人の割合	保育所保護者	74.5% 【子ども子育て支援事業計画策定のためのアンケート調査】	平成30年	増加
		小・中保護者	68.9% 【子ども子育て支援事業計画策定のためのアンケート調査】	平成30年	

第4章 食育を推進するための協働の取組

1 各分野・関係機関の役割

(1) 家庭の役割

家庭は、子どもが基本的な生活習慣を身につける上で、最も大切な食育の「学びの場」であるとともに、「実践の場」として大きな役割を担っています。家族一緒に食卓を囲むことを通して、食に関する正しい知識を身につける、食の楽しさを実感するなど、日常生活の中で自ら食育を実践することが必要です。

(2) 保育所・学校等の役割

保育所や学校は、子どもの健全な食習慣の形成と豊かな人間性を育む上で、重要な役割を果たしています。

保育所や学校が、家庭や地域等と連携を図り、子どもが食の大切さや楽しさを学ぶことができるよう、食育を推進することが大切です。



ぱくぱく教室



ぶどう狩り



芋ほり



学校給食

(3) 地域の役割

核家族、単身者、高齢者世帯の増加などの家族形態や社会構造の変化に伴い、食を取り巻く環境が大きく変化していることから、食育を通じて地域のつながりを一層深め、互いに支えあうことが重要です。



地場産品クッキング



地場産品を使用した料理

(4) 産業団体の役割

家庭や学校における取組のほか、食育を社会全体の運動として推進するためには、生産者や農業団体、食品関連事業者、自主的な活動をしている団体等による幅広い活動が大切です。

食育を地域に根付いたものとするためにも、関係団体等がそれぞれの立場でそれぞれの役割を担い、市民や学校、地域、行政と連携した活動を継続していきます。



浜中漁業協同組合（青壮年部）による講話



浜中漁業協同組合（女性部）による調理体験



散布漁業協同組合（青壮年部）による出前講座



ヒーリングラボ



うまいもん市



ど真ん中祭り

(5) 役場の役割

関係する各課が連携しながら、町民や関係団体等とともに食育に取り組み、保育、教育、健康、産業等それぞれの分野における施策を総合的・計画的に進めていきます。

また、町民団体等による食育活動をサポートすることや、各団体、町民が連携して食育に取り組めるよう、それぞれがつながることができる場を設けるなど、食の環を広げる活動を進めます。



水産課による出前講座



わくわくクッキング（親子料理教室）



ど真ん中祭り



オータムフェスタ

2 ライフステージごとの食育のポイント

食育は、生涯を通じて取り組むべきものです。しかし、世代によって食に関する環境や課題は異なるため、ライフステージに応じた食育を推進する必要があります。ポイントは以下のとおりです。

基本目標 1：正しい食事を食べましょう

行動目標：毎日朝食を食べましょう	
妊娠期	・ 1日3食、主食・主菜・副菜をそろえて食べましょう
乳幼児期 (0～5歳)	・ 早寝早起きをして、朝食を食べる習慣を身につけましょう ・ 様々な食べ物に親しみ、味覚の幅を広げましょう
学童・思春期 (6～18歳)	・ 生活リズムを確立し、おいしく朝食を食べましょう ・ 様々な食べ物に親しみ、正しい食の知識や食習慣を身につけましょう
青壮年期 (19～64歳)	・ 1日3食、主食・主菜・副菜をそろえて食べましょう
高齢期 (65歳～)	・ 1日3食、主食・主菜・副菜をそろえて食べましょう ・ 様々な食べ物を食べることで、適正な体重を維持しましょう

行動目標：甘い飲み物を控えましょう	
妊娠期	・ 間食は適正な量を理解し、体重増加に注意しましょう
乳幼児期 (0～5歳)	・ おやつは時間と量を決めましょう
学童・思春期 (6～18歳)	・ 間食は適正な時間と量を理解し、食べすぎに注意しましょう
青壮年期 (19～64歳)	・ 間食は適正な量を理解しましょう
高齢期 (65歳～)	・ 間食は適正な量を理解しましょう

基本目標 2 : みんなで食べましょう

行動目標 : 家族で食卓を囲みましょう	
妊娠期	<ul style="list-style-type: none"> ・ 家庭や仲間と楽しく食事をしましょう ・ 体調に合わせ、食べ物を選択しましょう
乳幼児期 (0～5歳)	<ul style="list-style-type: none"> ・ 家族や友達と食事をし、食べることの楽しさや大切さ、食事のマナーを身につけましょう ・ 家庭でのお手伝いを通して調理や食事についての関心を高めましょう
学童・思春期 (6～18歳)	<ul style="list-style-type: none"> ・ 家族や友達と食事をし、食べることの楽しさや大切さ、食事のマナーを身につけましょう ・ 家庭でのお手伝いを通して調理や食事についての関心を高めましょう
青壮年期 (19～64歳)	<ul style="list-style-type: none"> ・ 家庭や仲間と楽しく食事をしましょう ・ 家庭での食事を通し、次世代に食事のマナーを伝えましょう
高齢期 (65歳～)	<ul style="list-style-type: none"> ・ 家庭や地域の人と楽しく食事をしましょう

基本目標 3 : 地場産品を食べましょう

行動目標 : 浜中町でとれる食材を活用しましょう	
妊娠期	<ul style="list-style-type: none"> ・ 町内でとれる食材を使用した料理を実践しましょう
乳幼児期 (0～5歳)	<ul style="list-style-type: none"> ・ 家庭や保育所などを通し、町内でとれる食材を使用した料理に親しみましょう
学童・思春期 (6～18歳)	<ul style="list-style-type: none"> ・ 家庭や学校などを通して、町内でとれる食材を使用した料理に親しみましょう ・ 町内でとれる食べ物について学びましょう
青壮年期 (19～64歳)	<ul style="list-style-type: none"> ・ 町内でとれる食材を使用した料理を実践しましょう
高齢期 (65歳～)	<ul style="list-style-type: none"> ・ 町内でとれる食材を使用した料理を実践しましょう

地域大感謝祭（散布小中学校）での調理体験（散布漁業協同組合女性部）



ヒーリングラボでの搾乳体験（浜中町農業協同組合青壮年部）



資料編

浜中町食育連携会議設置要綱

(設置)

第1条 食育基本法（平成17年法律第63号）の趣旨に基づき、浜中町における食育を推進するために、浜中町食育連携会議（以下「会議」という。）を設置する。

(所掌事務)

第2条 会議は、次に掲げる事務を所掌する。

- (1) 浜中町食育推進計画（以下「推進計画」という。）の作成に関する検討協議を行うこと。
- (2) 食育に関する各種団体等の意見の掌握及び意見交換を行うこと。
- (3) その他、食育推進に係る必要な事項に関すること。

(構成)

第3条 会議の委員は、別表に掲げる町内の関係団体及び部署等で構成する。

(任期)

第4条 委員の任期は、会議設置の日から推進計画の期間ごととする。

2 委員が欠けた場合における補欠委員の任期は、前任者の残任期間とする。

(会議)

第5条 会議は、福祉保健課長が招集し、開催する。

2 委員は、やむを得ない事情により会議に出席できないときは、代理者を出席させることができる。

(庶務)

第6条 会議の庶務は、福祉保健課において処理する。

(その他)

第7条 この要綱に定めるもののほか、会議の運営に関し必要な事項は、その都度協議して決定する。

附 則

この要綱は、令和元年10月1日から施行する。

別表（第3条関係）

関係団体及び部署
浜中町商工会青年部
浜中町商工会女性部
浜中漁業協同組合青壮年部
浜中漁業協同組合女性部
散布漁業協同組合青壮年部
散布漁業協同組合女性部
浜中町農業協同組合青壮年部
浜中町農業協同組合女性部
浜中町食生活改善協議会
福祉保健課
浜中町立保育所
商工観光課
水産課
農林課
教育委員会管理課
浜中町学校給食センター
教育委員会霧多布高校

浜中町食育推進計画

令和2年3月発行

発行：北海道浜中町福祉保健課

北海道厚岸郡浜中町霧多布東3条1丁目12番地1

〒088-1513 TEL (0153) 62-2307