

# 大淀町食育推進計画(第3次)

「食」がつくる 健やかなまち 大淀



令和7(2025)年3月

大 淀 町

## 《 目 次 》

### はじめに

#### 第 1 章 計画の概要

1. 計画策定の趣旨 ..... 1
2. 計画の位置づけ ..... 2
3. 計画の期間 ..... 2

#### 第 2 章 大淀町の食育に関する現状

1. 概況 ..... 3
2. 産業 ..... 3
3. 人口動態 ..... 4
4. 平均寿命・健康寿命 ..... 5
5. 大淀町の食を取り巻く現状  
    子どもの現状 ..... 6  
    大人の現状 ..... 9

#### 第 3 章 大淀町食育推進計画(第 2 次)の評価と課題

1. 数値目標の達成状況 ..... 16
2. 食育の取り組みと今後の課題 ..... 17

#### 第 4 章 大淀町のめざす食育

1. 基本理念・体系 ..... 19
2. 施策の展開 ..... 20

#### 第 5 章 食育推進の取り組み

1. ライフステージに応じた食育の取り組み ..... 21  
    乳幼児期(0 歳～6 歳) ..... 21  
    学童期・思春期(7 歳～18 歳) ..... 23  
    妊娠期・青年期・壮年期(19 歳～64 歳) ..... 25  
    高齢期(65 歳～) ..... 27  
    ロジックモデル ..... 29

#### 第 6 章 計画の推進体制 ..... 31

#### 資料

- 大淀町食育推進計画(第 3 次)指標一覧 ..... 32
- 大淀町食育推進計画策定委員会設置要綱 ..... 35
- 大淀町食育推進計画策定委員会名簿 ..... 37

## はじめに

「食」は、生きていくうえでの基本であり、私たちの健康を支えるために欠かせない命の源です。しかしながら、近年、人々の価値観やライフスタイルの多様化などに加え、新型コロナウイルス感染症の影響により食を取り巻く環境は大きく変化し、食に対する意識の低下や働く世代の食生活の乱れによる生活習慣病の増加、高齢者の低栄養など新たな課題が生じており、食の重要性がより一層高まっています。

このような状況から、町では平成31年3月『「食」がつくる健やかなまち大淀～楽しく、おいしく、元気で長生き～』を基本理念と定め、食育に関する取り組みを総合的に推進していくために「大淀町食育推進計画(第2次)」を策定いたしました。この計画をもとに、町民の皆様一人ひとりがあらゆる機会を通して食育への関心を深め、生涯を通じて健康で豊かな生活ができることをめざし食育施策の充実に努めてまいりました。6年間の結果(評価)として目標を達成したのものもありましたが、改善があまりみられないものなどいくつかの課題が残りました。

これらの反省と「第4次大淀町総合計画」などの関連計画との整合性を図りながら、このたび「大淀町食育推進計画(第3次)」を策定いたしました。これまでの計画の基本理念を継承し引き続き関係機関や団体と連携し、子どもから高齢者に至るまで望ましい食習慣が実践できるようライフステージに応じた切れ目のない食育を推進します。さらには食や環境の循環型社会の形成に向けた「誰ひとり取り残さない」持続可能な食育の推進を重点的に進めてまいります。

子どもから高齢者までのすべての世代が健康であることは、本町のまちづくりの基本理念・将来像である「来たい 住みたい 住み続けたいまち 大淀町～次世代へつなぐ 共創のまちづくりをめざして～」をめざすための重要な柱となるものです。

本計画の推進には、認定こども園、学校、地域、生産者、ボランティア、行政と町民の皆様との連携が不可欠であります。町民の皆様にも、一人ひとりが自らの健康づくりを実践していただくとともに、地域と行政が協働で取り組む健康なまちづくりへの一層のご協力をお願い申し上げます。

結びに、本計画の策定にあたり、アンケート調査などにご協力いただきました町民の皆様と、ご指導ご協力いただきました関係機関並びに関係者の方々に心から感謝を申し上げます。

令和7年3月

大淀町長 辻 本 眞 宏

# 第 1 章 計画の概要

## 1. 計画策定の趣旨

私たちが生涯にわたって、健康で心豊かな生活を送るためには「食」は欠かせないものです。また、健全な食生活を実践し、楽しく・おいしく食べることは生きる喜びを与え、健康で心豊かな暮らしの実現に大きく寄与するものです。しかし、我が国の食をめぐる環境は大きく変化しており、健全な食生活を送ることが難しい場面もみられます。さらに新型コロナウイルス感染症の流行は私たちの生活に大きな影響を及ぼし、食を取り巻く産業や環境にも大きな影響を与えました。しかし、この間試行錯誤のなかで新しいアプローチも生まれつつあります。

このような中、平成 17 年 7 月に施行された「食育基本法」に基づき、国は令和 3 年に「第 4 次食育推進基本計画」を、また奈良県でも令和 6 年「第 4 期奈良県食育推進計画」が策定されました。本町においても、平成 31 年 3 月『「食」がつくる健やかなまち大淀～楽しく・おいしく元気で長生き～』を基本理念に「大淀町食育推進計画（第 2 次）」を策定しました。食育活動を行う関係機関・団体と行政がそれぞれの役割を果たし、連携・協力しながら食育を推進してきました。この計画の期間終了に伴い、さらに町の食育の取り組みを総合的かつ計画的に推進していくための指針として「大淀町食育推進計画（第 3 次）」を策定しました。

この計画の作成に伴い、計画策定と食育推進の基礎資料とするため、健康と食育に関する調査を実施しました。

### 令和 6 年度大淀町健康意識調査

【実施期間】 令和 6 年 5 月

【対象者】 20 歳以上の町民（年代別に抽出）

【方法】 アンケート調査・郵送法

【有効回答数／発送数】 1,166／2,982（回答率 39.1%）

### 令和 6 年度大淀町食育調査

【実施期間】 令和 6 年 5 月

【対象者および方法】

中学生（2 年） 学校において配布・記入・回収

小学生（高学年・5 年） 学校において配布・記入・回収

小学生（低学年・2 年） 学校において配布・記入・回収

幼児（年長児保護者） こども園を通じて配布・回収

【有効回答数／配布数】

中学生（2 年） 102／115（回答率 88.7%）

小学生（高学年・5 年） 97／104（回答率 93.3%）

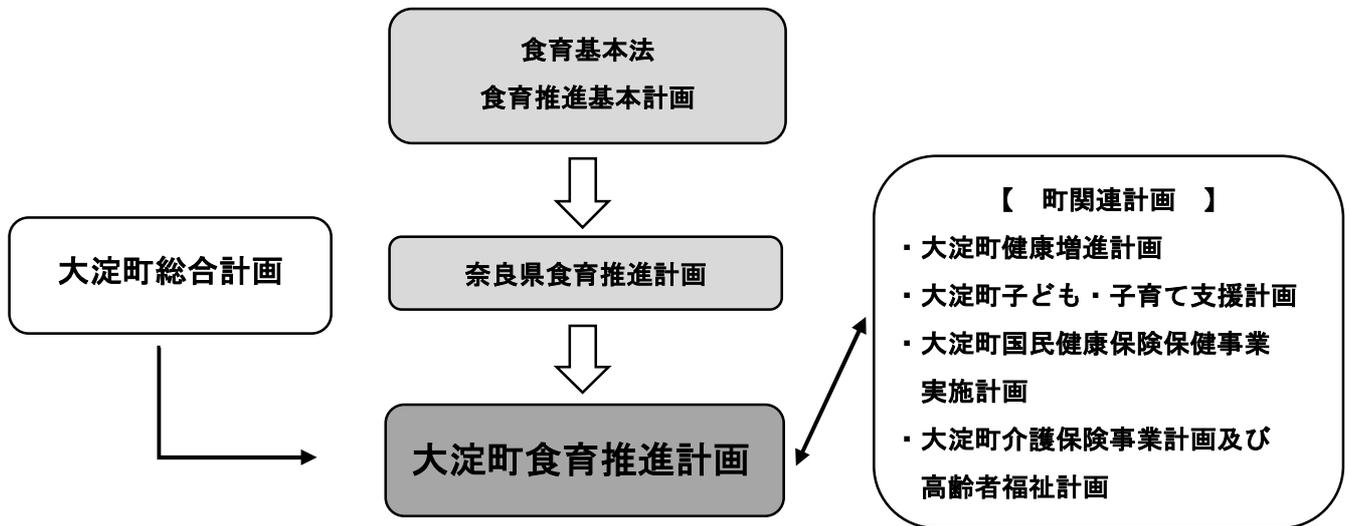
小学生（低学年・2 年） 85／90（回答率 94.4%）

幼児（年長児保護者） 59／78（回答率 75.6%）

※各項目の集計は無回答を除外して表示しています。

## 2. 計画の位置づけ

この計画は、食育基本法第 18 条に基づく市町村食育推進計画と位置づけ、食育基本法の考え方や国の「第 4 次食育推進基本計画」、奈良県の「第 4 期奈良県食育推進計画」、本町の「第 4 次大淀町総合計画」及び「大淀町健康増進計画（第 3 次）」等の関連計画と整合性を図り、ともに推進するものとします。



## 3. 計画の期間

この計画の期間は令和 7 年度を初年度として令和 18 年度までの 12 年間とします。  
また、「大淀町健康増進計画（第 3 次）」と併せて、令和 12 年度には中間評価を行います。



### — 食育とは —

- ・生きる上での基本であって、知育・徳育・体育の基礎となるべきもの
- ・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 （食育基本法より）

## 第2章 大淀町の食育に関する現状

### 1. 概況

大淀町は奈良県の中央やや西寄りに位置し、東西約 11km、南北約 5km、面積は 38.10km<sup>2</sup>の町です。下市町・吉野町との境に沿って吉野川が流れ、面積の 64%を森林が占めるなど自然豊かな環境です。

「第 4 次大淀町総合計画」では、町の特性・資源である『都心へのアクセスが容易なまち』『医療施設が充実しているまち』『歴史・文化が息づくまち』『快適住環境のまち』『「ひと」と「マンパワー」が充実したまち』としてその特性をさらに伸ばすため、様々な施策に取り組んでいます。また、基本理念・将来像として『来たい、住みたい、住み続けたいまち 大淀町～次世代へつなぐ 共創のまちづくりをめざして～』を掲げ、吉野郡内において活気ある中核の役割を担っています。

### 2. 産業

本町は吉野郡の玄関口として古くから商工業が栄え、また、農業では梨やお茶などの生産地としても知られています。令和 2 年現在の就業者数は 7,492 人。内訳は、第 1 次産業（農業・林業等）が 4.2%、第 2 次産業（製造業・建設業等）が 26.2%、第 3 次産業（商業・運輸・通信・金融・公務・サービス業等）が 67.6%となっています。就業者のうち約 47.3%が町外に職場を持ち、多くの方が県外へ通勤しています。

参考：令和2年国勢調査

#### 大淀町の特産品

##### 《大淀日干番茶》



日干番茶の特徴は深い香ばしい渋みの少ないソフトな味わいとのごしの良さです♪

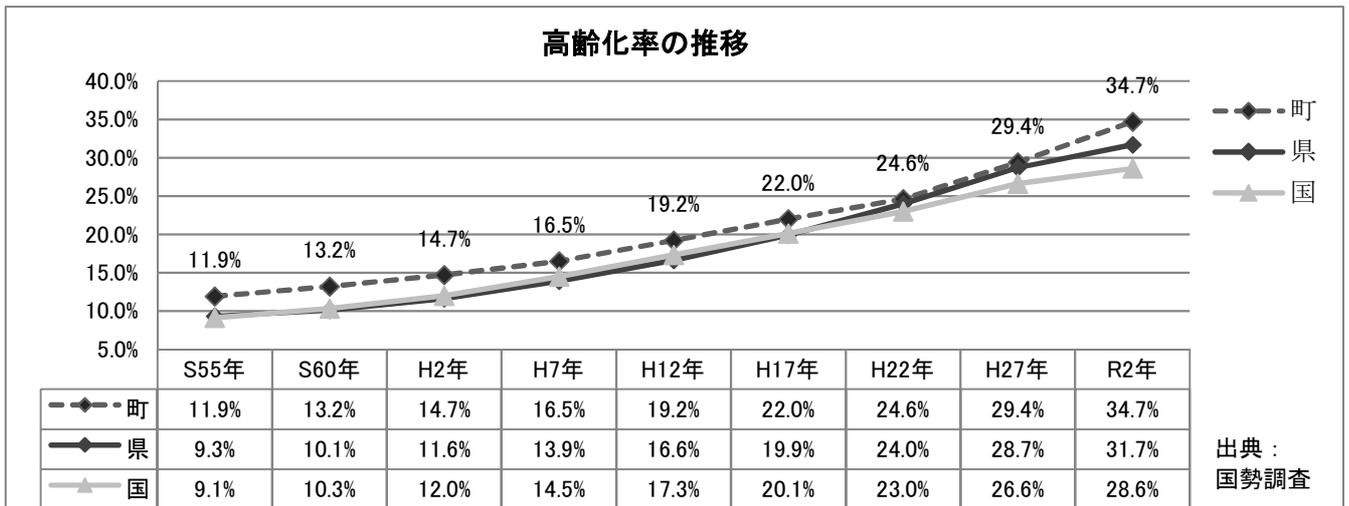
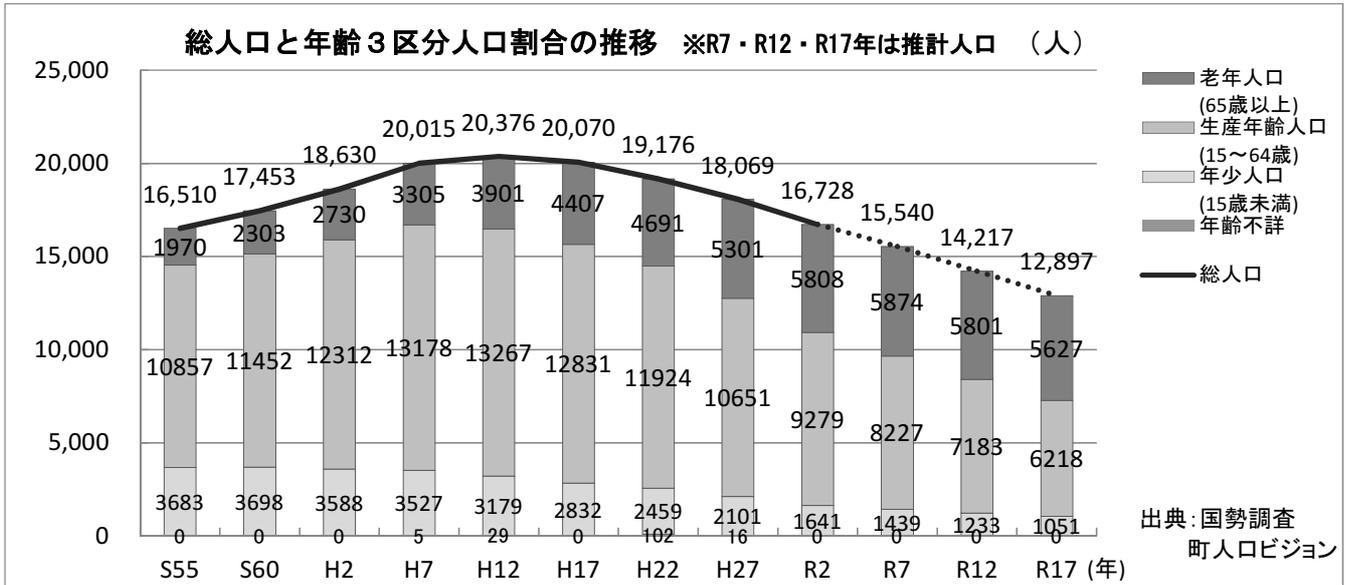
##### 《梨》



8月中旬から10月上旬にかけてみずみずしく甘みたっぷりの梨を味わうことができます♪

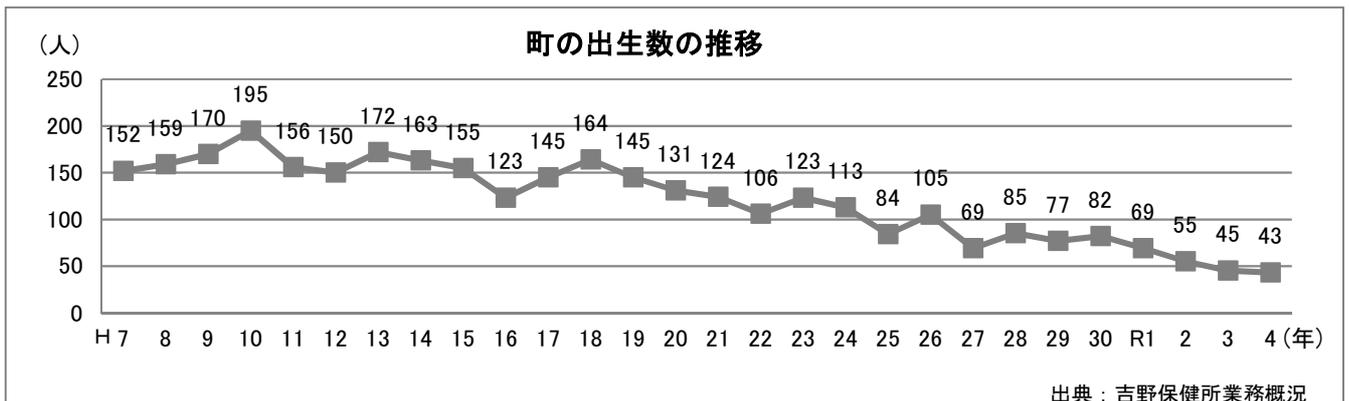
### 3. 人口動態

町の人口は昭和 55 年以降増加傾向でしたが、平成 12 年をピークに減少に転じています。令和 2 年(16,728 人)は、ピーク時と比べて3,648 人減少しています。



老年人口は平成 12 年には年少人口(15 歳未満)を上回り令和 2 年には年少人口の約 3.5 倍になっています。高齢化率は年々上昇し、令和 2 年には 34.7%と県・国と比較しても高くなっています。

《用語説明》 **高齢化率**  
人口に占める 65 歳以上人口の割合



出生数は、年によって増減があるものの、経年的には減少し続けています。

## 4. 平均寿命・健康寿命

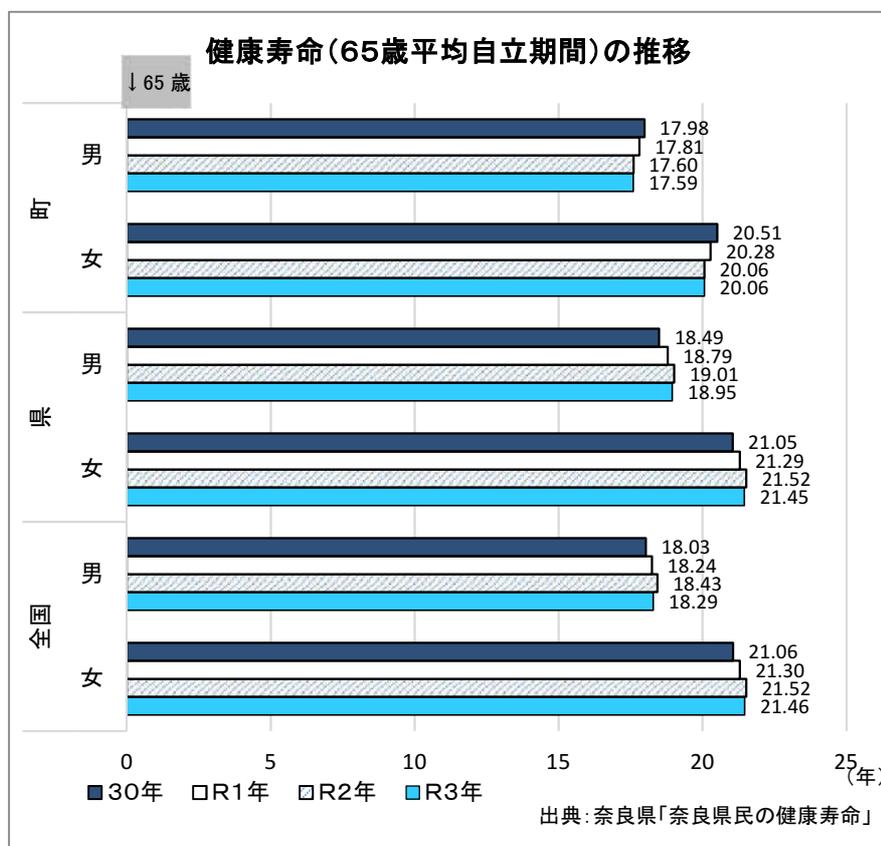
町の平均寿命は、男性が84.1歳と全国平均よりも1.4歳短く、女性も88.1歳と1.8歳短くなっています。健康寿命(65歳平均)も男女とも経年的に短くなっており、国や県と比較しても短い状況です。

平均寿命(令和2年・厚生労働省)

	男性	女性
町	84.1歳	88.1歳
県	85.7歳	90.2歳
国	85.5歳	89.9歳

### 《用語説明》 平均寿命

0歳の平均余命で、その年に生まれたばかりの0歳児が平均して何歳まで生きられるかの期待値を、人口と人口動態統計から算出したもの。保健福祉水準を測る指標になります。

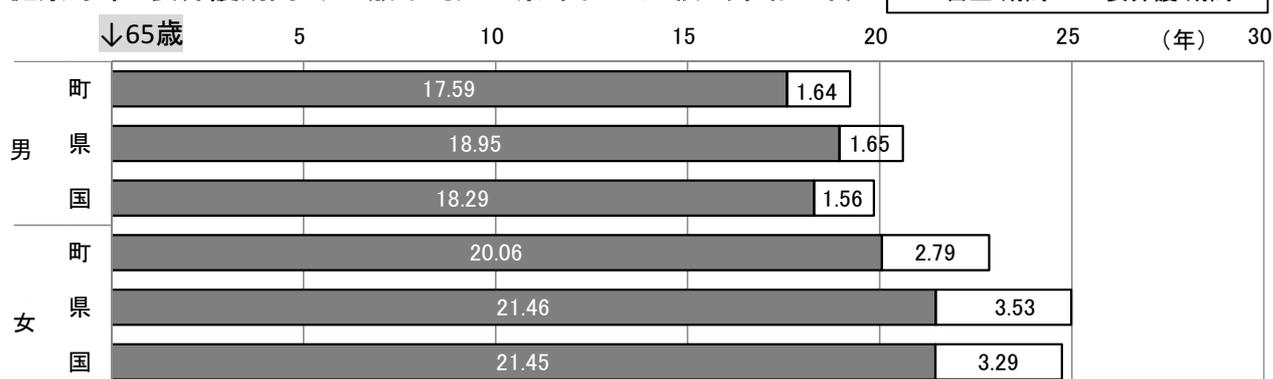


### 《用語説明》 健康寿命

健康寿命＝平均自立期間＝日常的に介護を必要とせず自立した生活ができる期間

※ 全国的には統一した指標がありませんが奈良県では、介護保険の要介護2～5に認定されていることを要介護状態として算出しています。

### 健康寿命と要介護期間(65歳平均)の県・国との比較(令和3年)

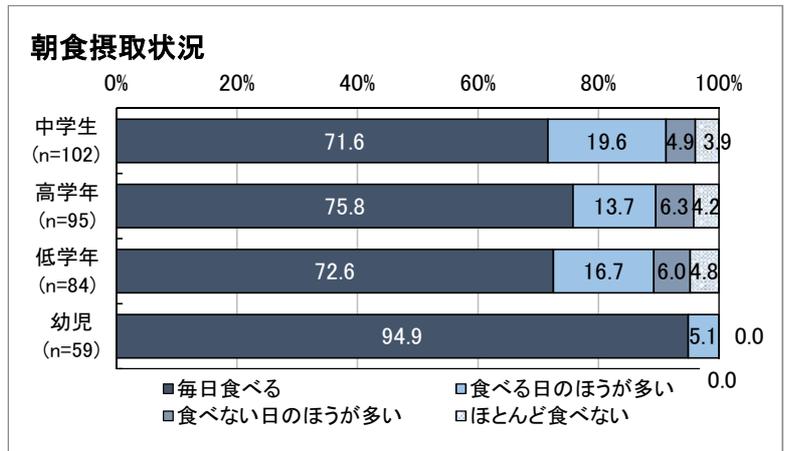


## 5. 大淀町の食を取り巻く現状

### ◎子どもの現状

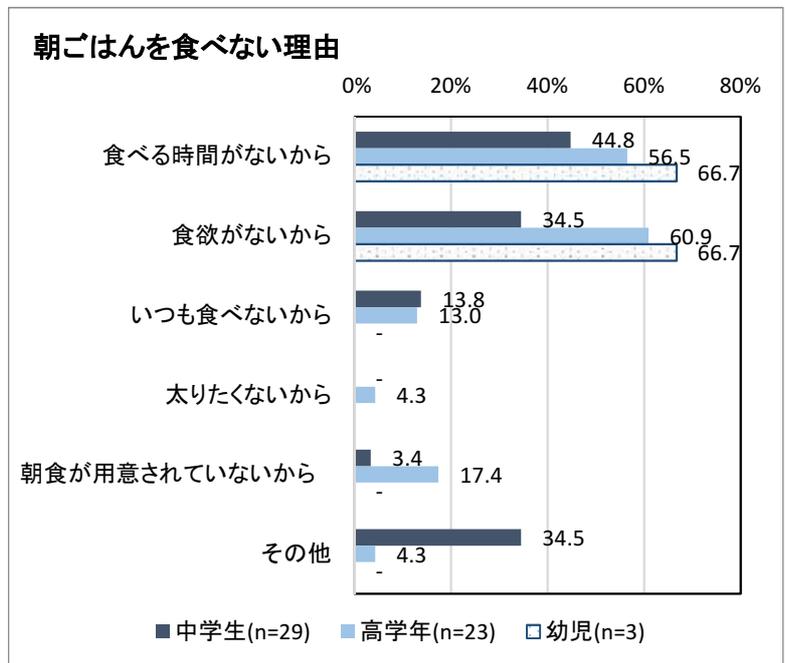
#### ①朝食の摂取状況

朝食を毎日食べる子どもの割合は、中学生 71.6%、高学年 75.8%、低学年 72.6%、幼児 94.9%となっています。「食べない日の方が多い」と「ほとんど食べない」を合わせると、小・中学生で1割程度います。

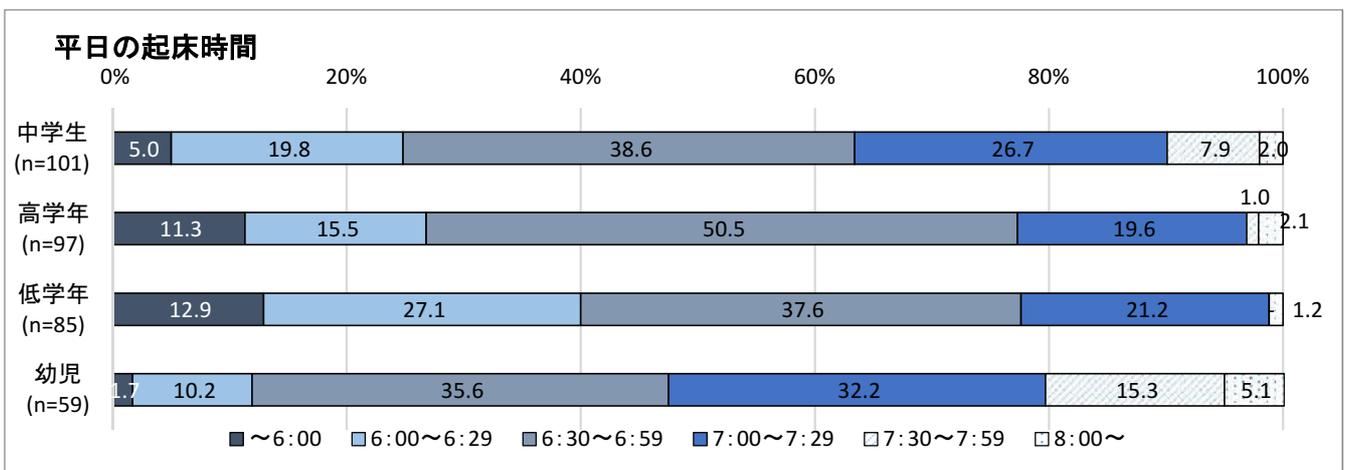


#### 【食べない理由】

朝食を毎日食べない理由は、中学生では「食べる時間がない」が多く、高学年では「食欲がない」、「食べる時間がない」が上位になっています。平日の起床時間と合わせて生活リズムと食事のとり方を見直す必要性があります。また、「朝食が用意されていないから」が高学年では17.4%となっており、自身でも朝食を準備できるような簡単な朝食メニューなど子どもたちへ指導することも必要です。



#### ②平日の起床時間

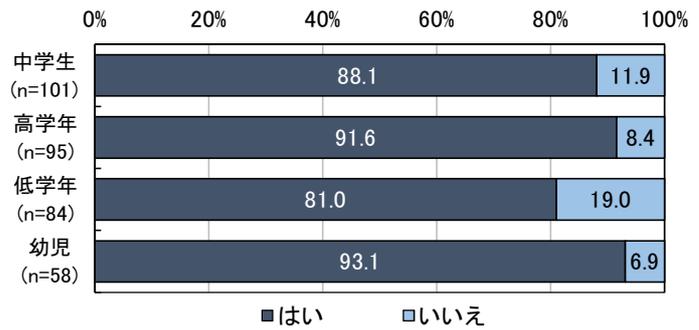


平日の朝7時以降に起床する子どもの割合は、中学生 36.6%、高学年 22.7%、低学年 22.4%、幼児 52.6%となっています。

### ③食事が楽しいと思う子どもの割合

食事が楽しいと思う子どもの割合は、中学生 88.1%、高学年 91.6%、低学年 81.0%、幼児 93.1%となっています。ほとんどの子どもが「食事が楽しい」と思っています。

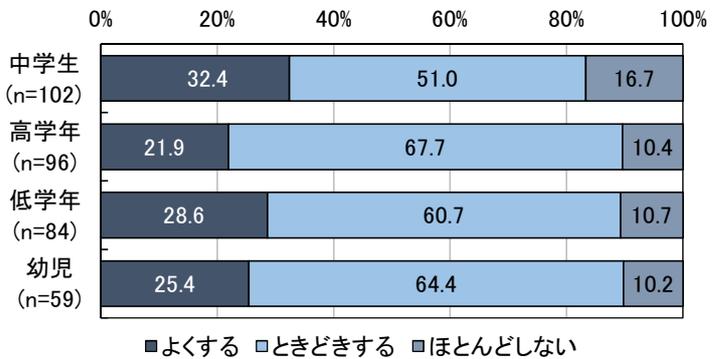
食事が楽しいと思う子どもの割合



### ④家庭でのお手伝い

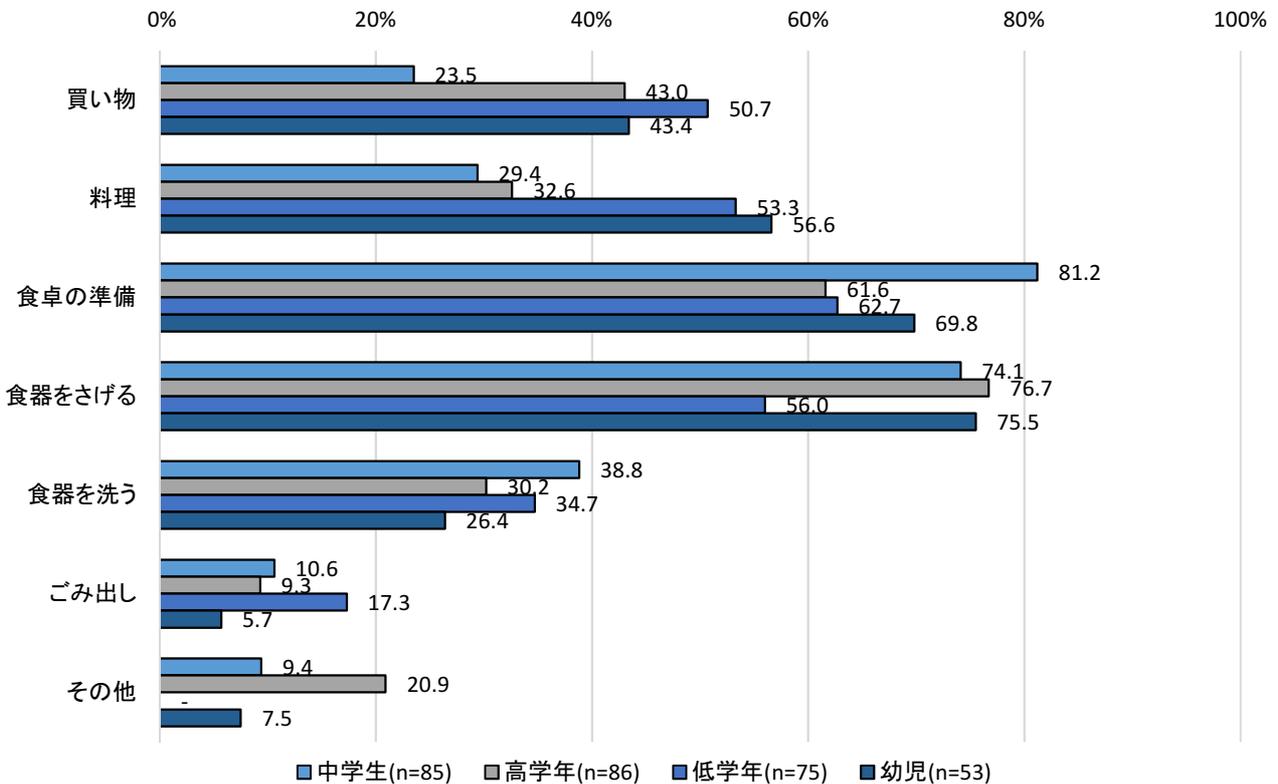
家庭でのお手伝いについては、どの学年も「ときどきする」が最も多く、次に「よくする」となっています。「ときどきする」と「よくする」を合わせると、中学生 83.4%、高学年 89.6%、低学年 89.3%、幼児 89.8%でした。

家庭でのお手伝い



### 【お手伝いの内容】

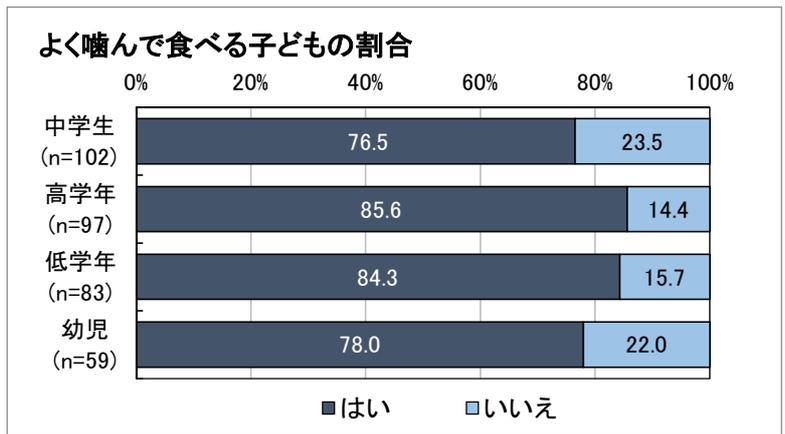
お手伝いの内容



お手伝いの内容は、中学生、低学年が「食卓の準備」、高学年、幼児が「食器を下げる」が一番多くなっています。

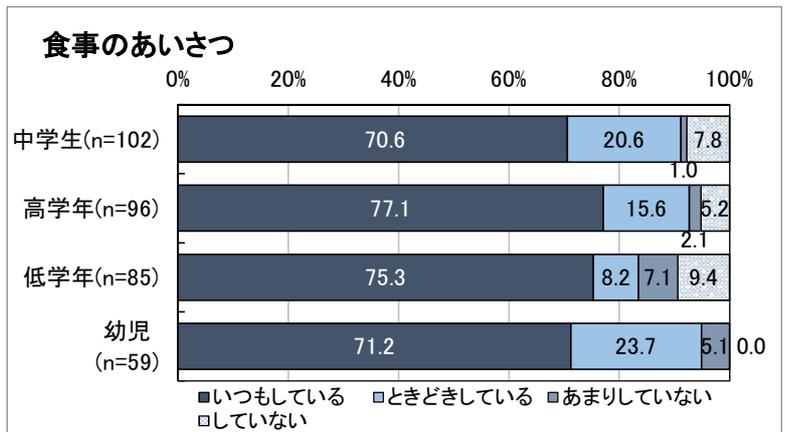
⑤ ゆっくりよく噛んで食べる子どもの割合

ゆっくりよく噛んで食べる子どもの割合は、中学生 76.5%、高学年 85.6%、低学年 84.3%、幼児 78.0%となっています。



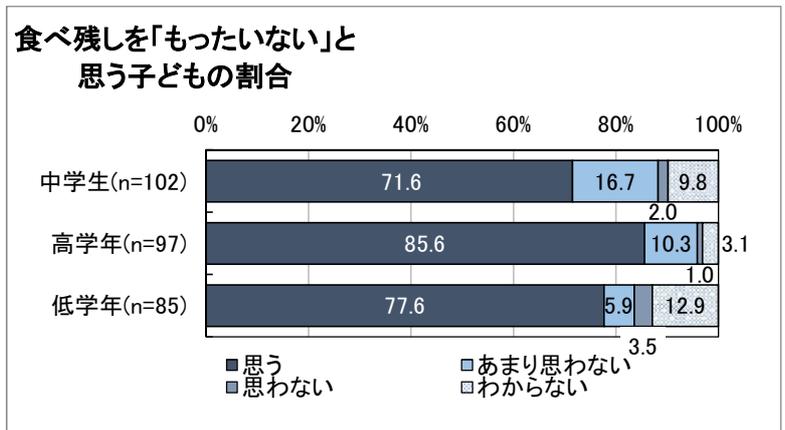
⑥ 食事のあいさつ

「いただきます」・「ごちそうさま」の食事のあいさつをいつもする子どもの割合は、中学生 70.6%、高学年 77.1%、低学年 75.3%、幼児 71.2%となっています。



⑦ 食べ残しについて「もったいない」と思う子どもの割合

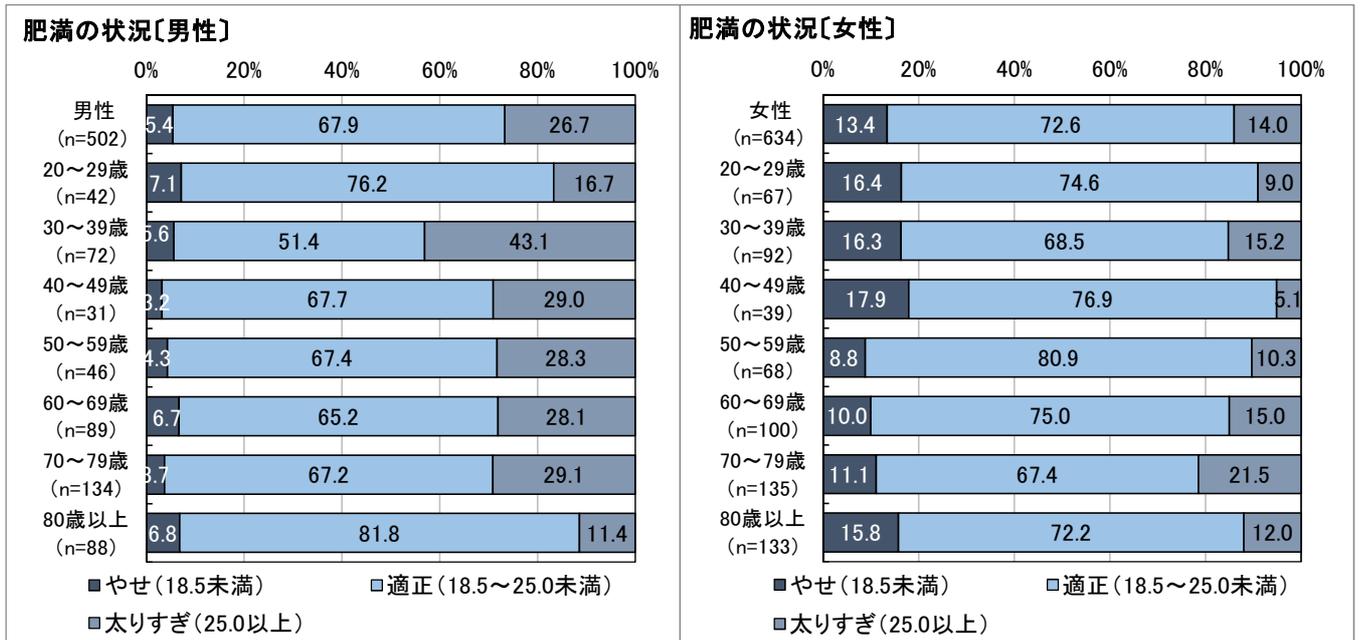
食べ残しについて「もったいない」と思う子どもの割合は、中学生 71.6%、高学年 85.6%、低学年 77.6%となっています。



「食育月間」や「食育の日」をきっかけに「食べること」を考えてみましょう！

## ◎大人の現状

### ①肥満



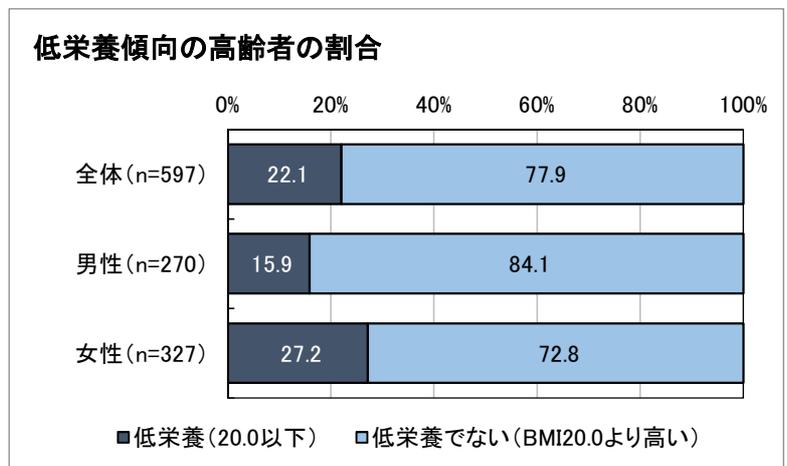
肥満 (BMI25 以上) の人の割合は、男性が 26.7%で 4 人に 1 人、女性が 14.0%で 7 人に 1 人です。男性では 30 歳代の肥満の割合が最も多くなっています。30 歳代以降の各年代では、肥満者の割合は横ばいです。女性は 20 歳代から 40 歳代までは肥満よりやせの割合の方が高く、50 歳代から 70 歳代になると肥満の割合の方が高くなっています。

各年代の女性のやせ (BMI18.5 以下) の人の割合は、男性のやせの人の割合の 2 倍程度であることがわかります。

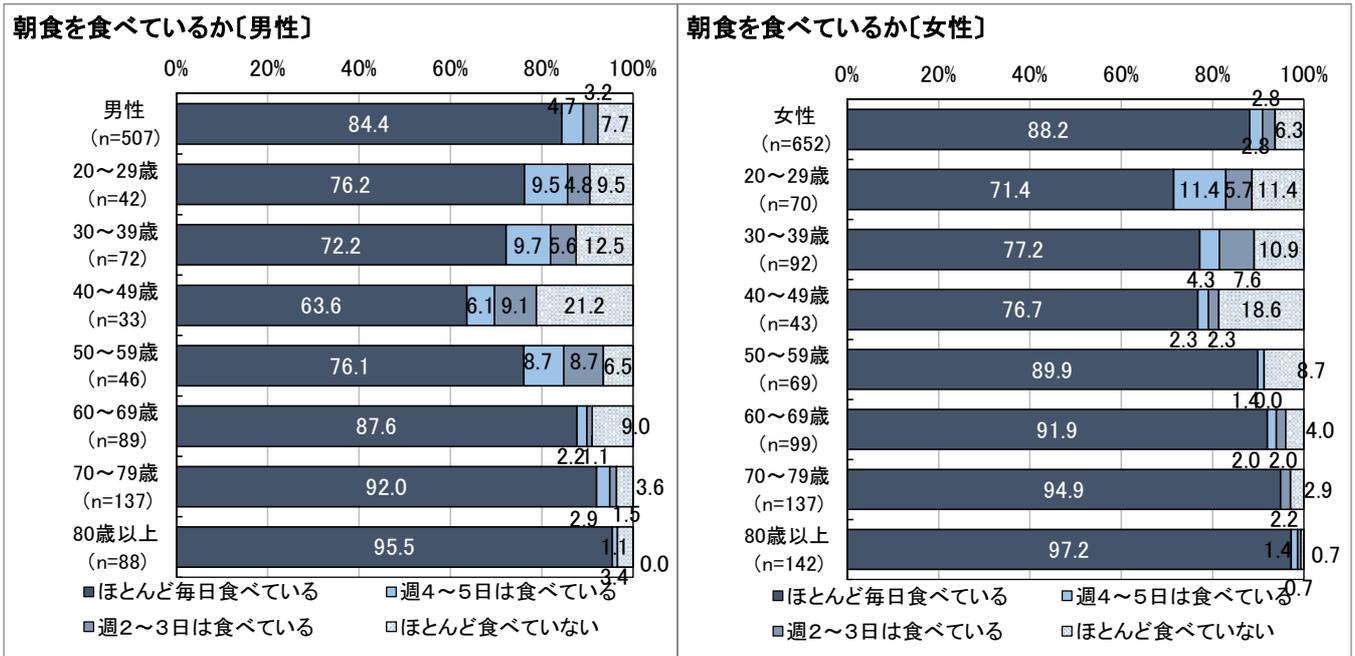
肥満は生活習慣病発症の大きな要因となり、若い世代から肥満の予防に取り組む必要があります。また、やせの状態が将来、骨粗鬆症やサルコペニア、フレイルなどを引き起こす要因となるため肥満だけでなくやせの予防にも取り組む必要があります。

### ②低栄養

低栄養傾向 (BMI20 以下) の高齢者の割合は全体で 22.1%。男女別では男性 15.9%、女性 27.2%です。男性よりも女性の方が低栄養傾向である割合が高くなっています。

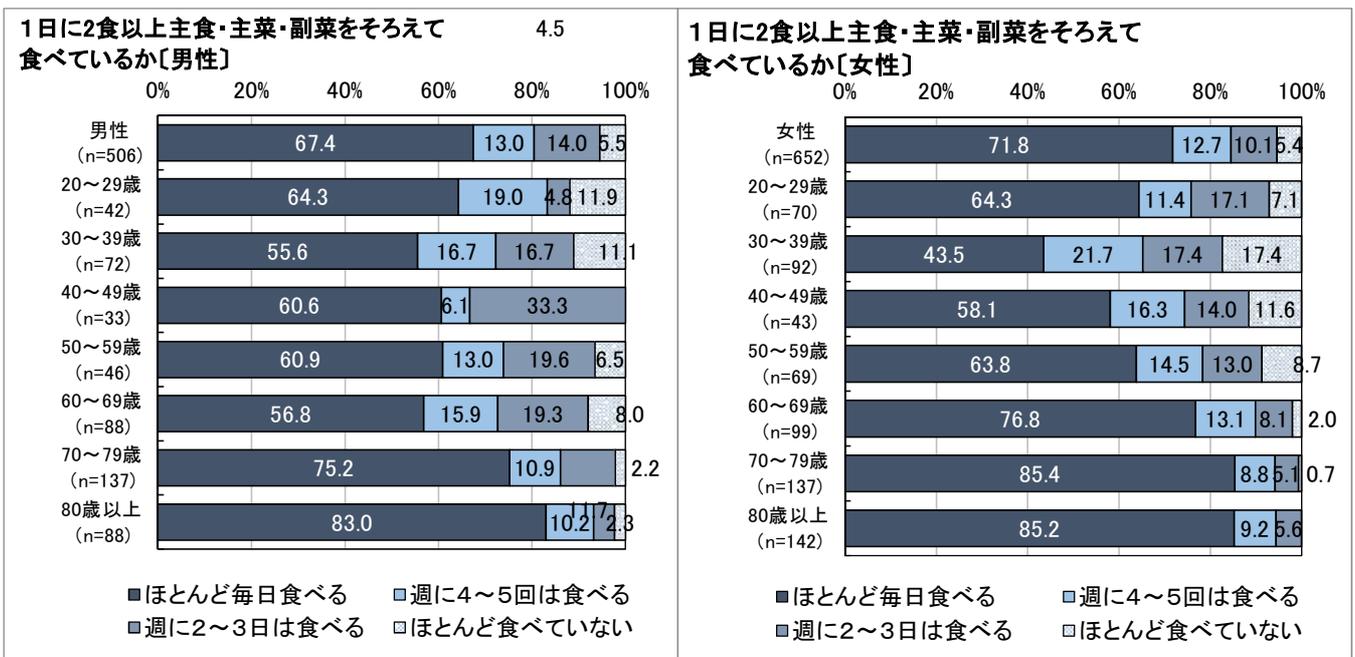


### ③朝食の摂取状況



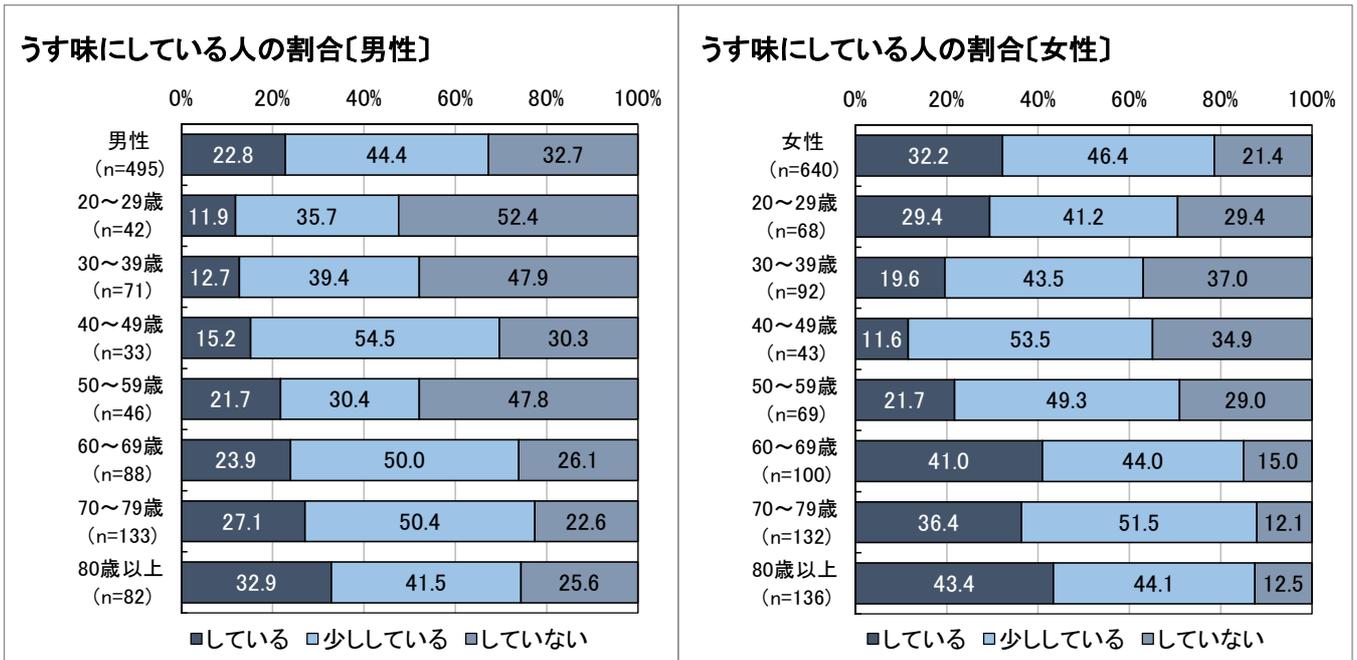
朝食をほとんど毎日食べている人の割合は、男性 84.4%、女性 88.2%です。男女とも 40 歳代で朝食をほとんど食べない人の割合が最も多くなっています。男性では 60 歳代以降、女性では 50 歳代以降で朝食をほとんど毎日食べる人の割合が増加しています。

### ④1日2食以上、主食・主菜・副菜をそろえて食べている人の割合



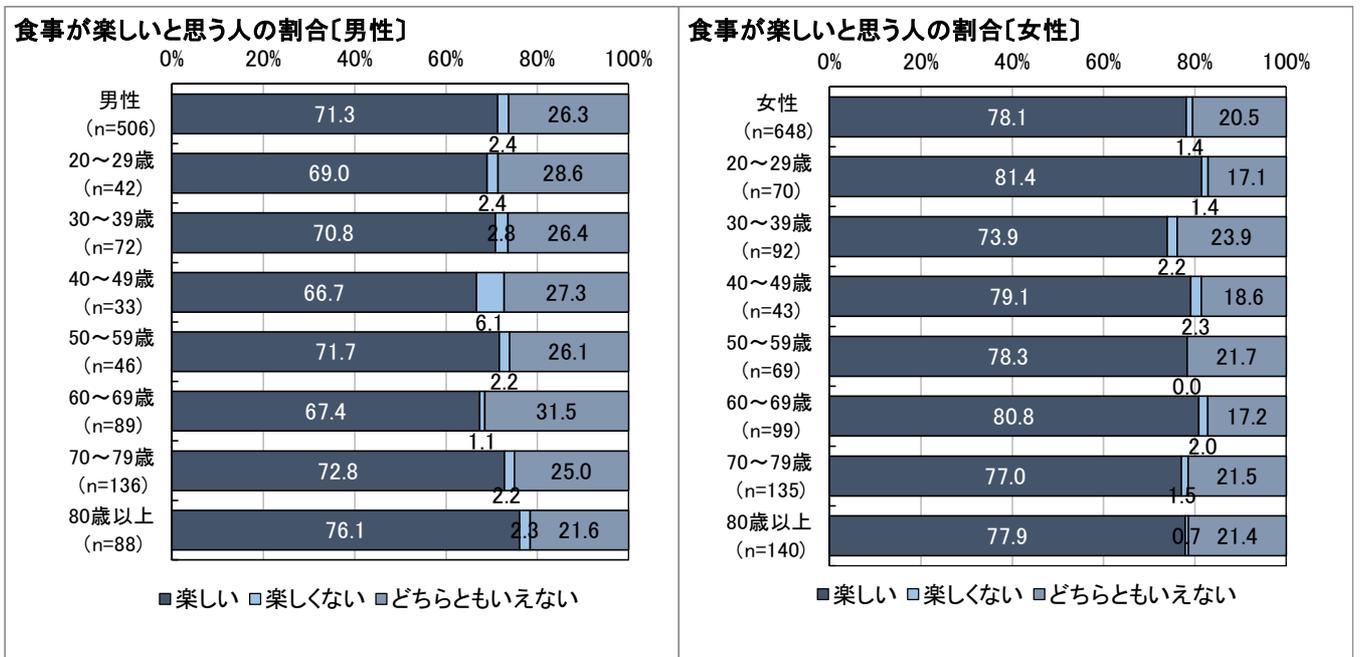
1日に2食以上、主食・主菜・副菜をそろえて食べている人の割合は、男性 67.4%、女性 71.8%となっています。また男性では 70 歳代・80 歳代で多くなっています。女性は 60 歳代から 80 歳代で多くなっています

⑤うす味にしている人の割合



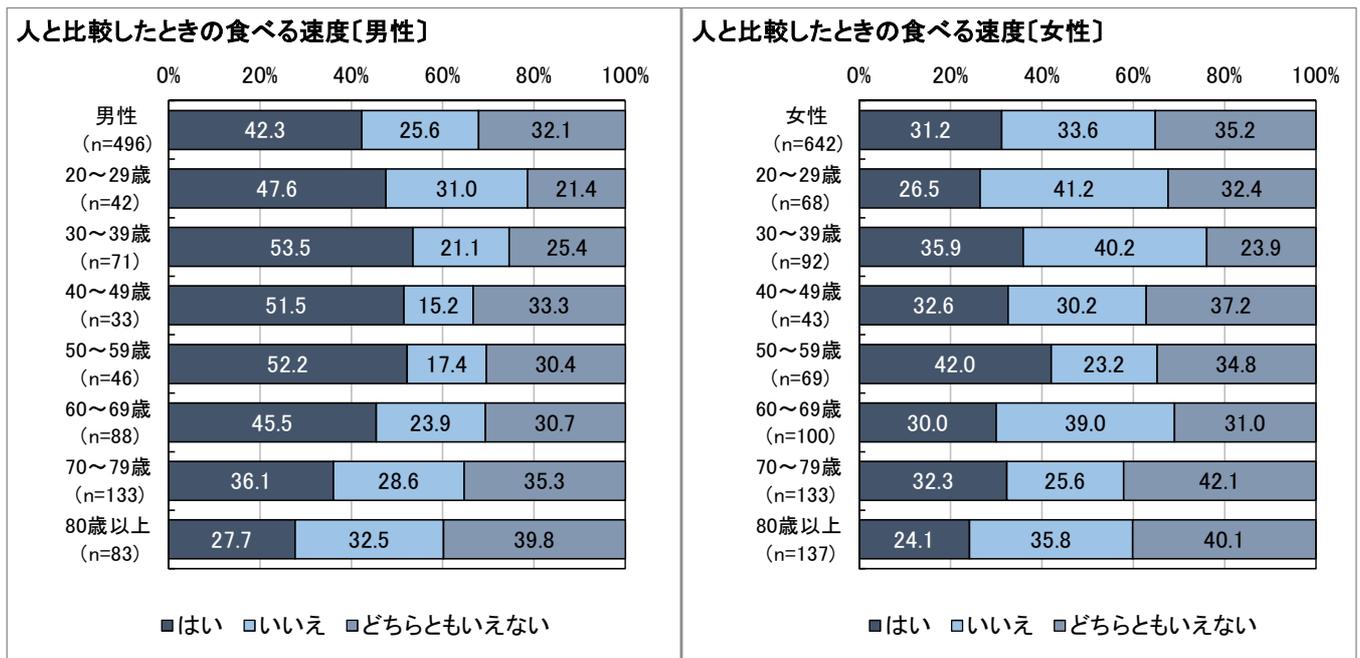
食事や調理するときうす味にしているかについて、「している」は男性 22.8%で、女性 32.2%です。男性は年齢とともにうす味にしている人の割合が高くなる傾向が見られます。

⑥食事が楽しいと思う人の割合



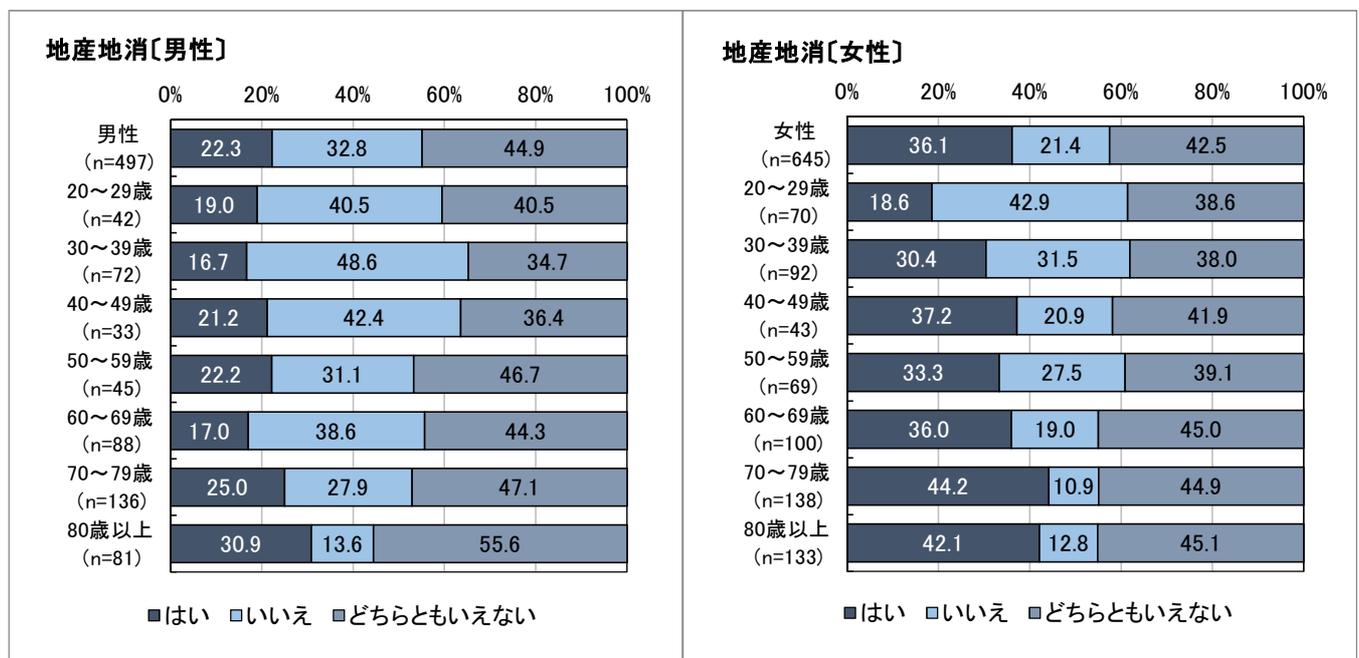
食事が楽しいと思う人の割合は、男性 71.3%、女性 78.1%となっています。

## ⑦食べる速度について



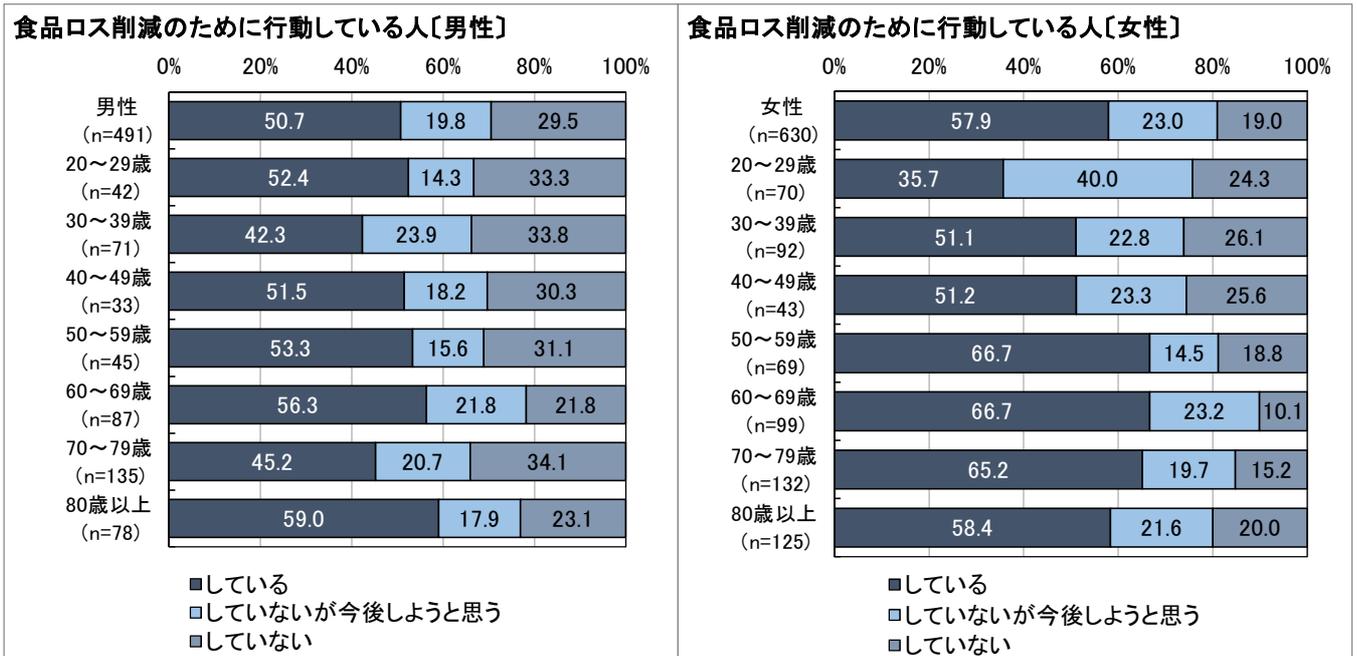
人と比較して食べる速度が速い人の割合は、男性 42.3%、女性 31.2%となっています。特に男性では、30代・40代・50代の働き盛り世代で人と比較して食べる速度が速い人が多くなっています。

## ⑧地産地消



地元食材の購入を心がけていると回答した人の割合は、男性 22.3%、女性 36.1%となっています。特に女性の方が割合が高く、男女ともに年齢があがるにつれて地産地消を心がけている人の割合が増加しています。

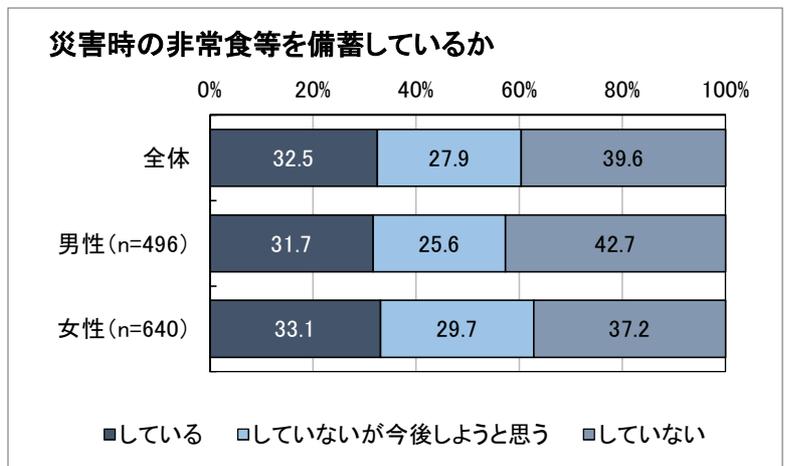
## ⑨食品ロス削減



食品ロス削減のために行動している人の割合は、男性 50.7%、女性 57.9%となっています。特に女性では年齢が上がるにつれて意識も高くなっています。

## ⑩災害時の非常食材等を備蓄している人の割合

災害時の非常用食材等を備蓄している人の割合では、男性 31.7%、女性 33.1%となっています。全体の約 4 割の人が備蓄をしていないと回答していました。



## ローリングストックでいざというときに備えよう！

「ローリングストック」とは、普段の食品を少し多めに買い置きしておき、賞味期限を考えて古いものから消費し、消費した分を買い足すことで、常に一定量の食品が家庭で備蓄されている状態を保つための方法です。災害時に使用する「非常食」だけでなく、日常で使い、災害時にも使える食品を「ローリングストック」としてバランスよく備えることが大切です。

参考：農林水産省「災害時に備えた食品ストック」

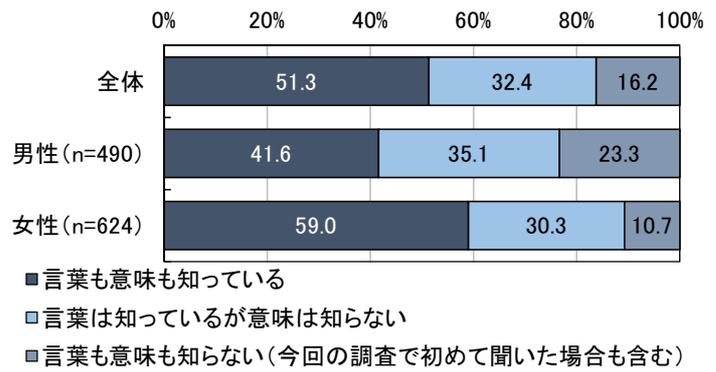


## ①食育

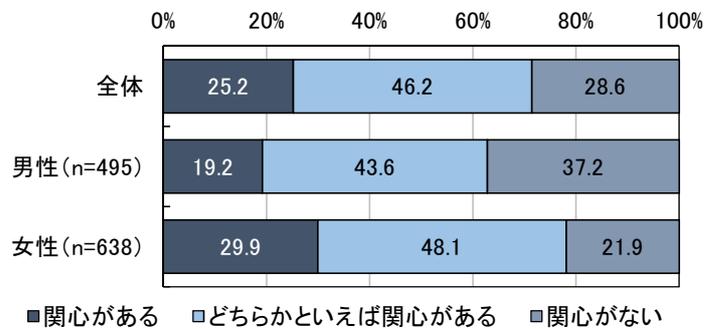
『食育』という「言葉も意味も知っている」人の割合は、男 41.6%、女性 59.0%となっています。

また、食育に「関心がある」「どちらかといえば関心がある」人の割合は、男性 62.8%、女性 78.0%となっています。

### 「食育」という言葉を知っている人の割合

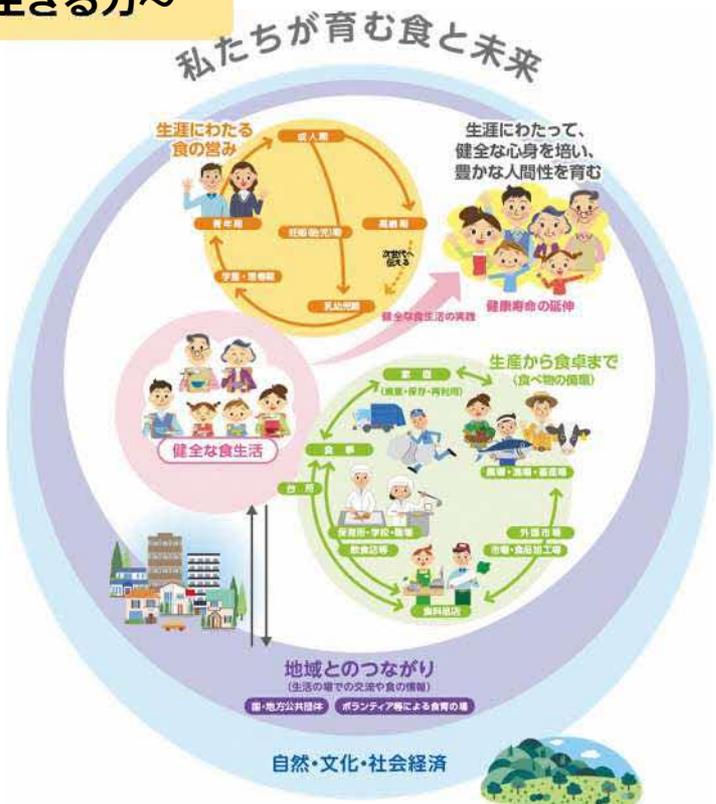


### 「食育」に関心がある人の割合



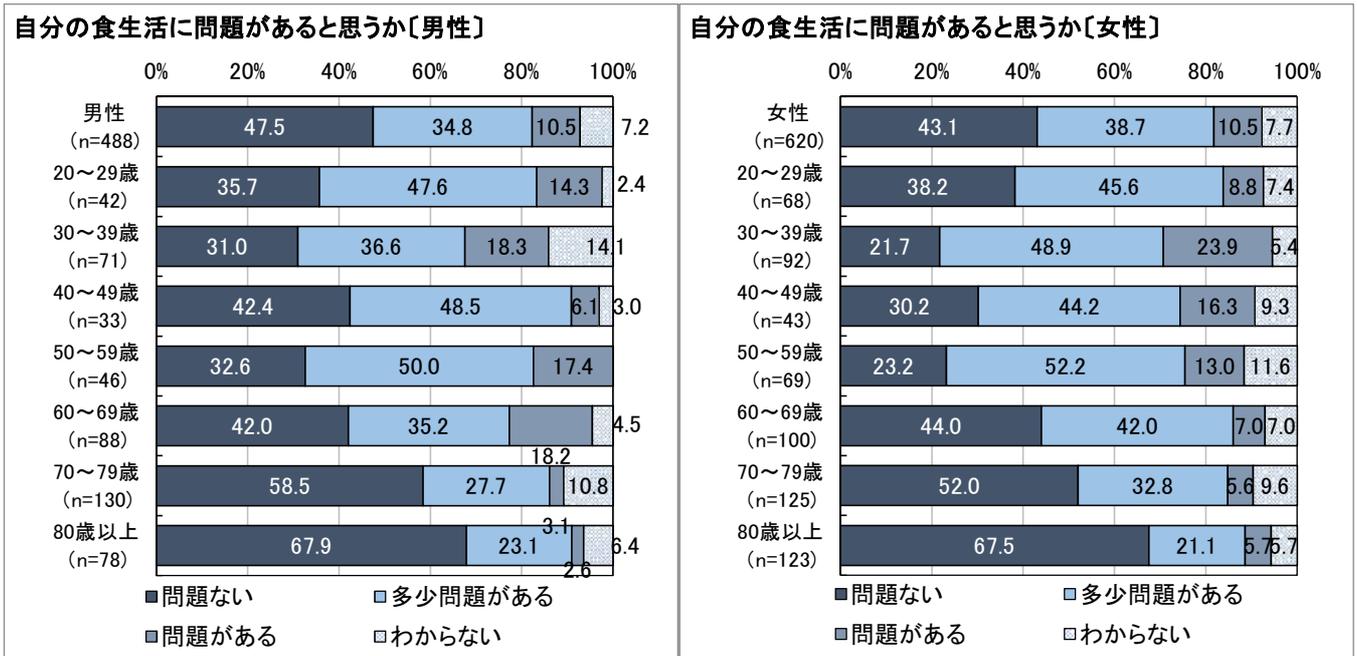
## 食育の環（わ） ～食べる力=生きる力～

「食育の環」とは、生産者から食卓までの「食べ物の循環」、子どもから高齢者、そして次世代へといった「生涯にわたる食の営みの循環」を示します。また、食育は、豊かな自然、先人から受け継がれてきた食文化、社会経済といった環境と密接な関係を持ち、生活の場としての地域のつながりとも関連しています。



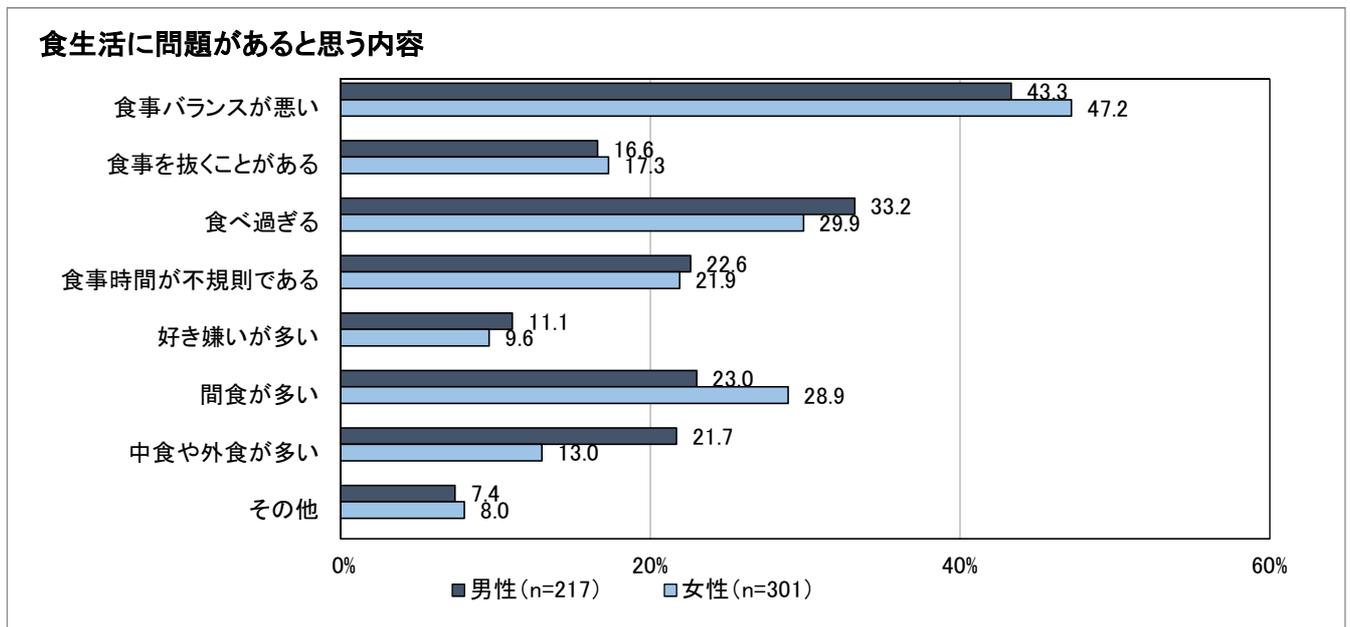
参考: 第4次食育推進基本計画

## ②現在の食生活



自分の食生活に問題がないと思う人の割合は、男性 47.5%、女性 43.1%です。男女ともに60歳代以降では問題がないと思っている人の割合が多くなっています。

### 【食生活に問題があると思う内容】



食生活に問題があると思う内容では、男女ともに「食事バランスが悪い」が1番多く、男性が43.3%、女性が47.2%となっています。次いで、「食べ過ぎる」が多く、男性が33.2%、女性が29.9%となっています。「中食や外食が多い」では男性の方が多く、「間食が多い」では女性の方が多くなっています。

※特に出典の記載がないグラフは、町が令和6年度に実施した健康意識調査と食育調査の結果です。

### 第3章 大淀町食育推進計画(第2次)の評価と課題

大淀町では、平成31年4月から令和7年3月までの間、「大淀町食育推進計画(第2次)」に基づき食育に取り組みました。評価は次の通りです。

#### 1. 数値目標の達成状況

	指 標	計画策定時 (H29))	目標値	現状値 (R6)	評価	
①	朝ごはんを毎日食べる人の増加	年 長	90.0%	100%	94.9%	B
		低学年	82.5%	100%	72.6%	D
		高学年	83.9%	100%	75.8%	D
		中学生	69.3%	100%	71.6%	C
		大人(男性)	85.9%	90%	84.4%	C
		大人(女性)	89.1%	95%	88.2%	C
②	ゆっくりよくかんで食べる人の増加	年 長	79.0%	90%	78.0%	C
		低学年	65.1%	90%	84.3%	B
		高学年	75.8%	90%	85.6%	B
		中学生	76.0%	90%	76.5%	C
		大 人	32.7%	40%	30.1%	D
③	「いただきます」「ごちそうさま」の食事のあいさつをいつもしていることものの増加	年 長	75.7%	100%	71.2%	D
		低学年	66.7%	100%	75.3%	C
		高学年	81.9%	100%	77.1%	D
		中学生	73.0%	100%	70.6%	C
④	自分で料理をする中学生の増加	中学生	56.0%	65%	53%	D
⑤	肥満者(BMI 25以上)の減少	20~60歳代男性	27.2%	男性 24%	男性 30.3%	D
		40~60歳代女性	15.2%	女性 13%	女性 11.5%	A
⑥	低栄養傾向(BMI 20以下)の高齢者の減少	65歳以上の大人	22.5%	22%	22.1%	B
⑦	主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上毎日食べている人の増加	大 人	56.0%	70%	69.9%	B
⑧	野菜を毎食食べる人の増加	大 人	34.8%	50%	38.5%	C
⑨	うす味にしている人の増加	大 人	32.0%	40%	28.1%	D
⑩	食育という言葉の意味を知っている人の増加	大 人	46.7%	60%	51.3%	B
⑪	幼稚園・保育所(園)・学校の給食での地元野菜などの使用の増加	月に3~4回	増加	月5回	A	
⑫	食育推進に関わるボランティアの増加	27名	増加	29名	A	

#### ■評価基準について

A：目標達成 →直近値が目標に達したものの

B：目標値に達していないが改善傾向にある →策定時の値と目標値との差の30%以上改善したものの

C：変わらない →A、B、Dに該当しないもの

D：悪化している →策定時の値から5%以上悪化したもの

E：評価困難

## 2. 食育の取り組みと今後の課題

「大淀町食育推進計画(第2次)」では、「元気なからだをつくる」「食を楽しみ、食への感謝の心を育む」「もっと地元を知って、伝統食・郷土食を受け継ぐ」の3つの基本目標を設定し、ライフステージに応じた取り組みを展開してきました。毎年開催する食育ネットワーク連絡会では、関係機関・団体が食育推進計画の進捗状況を確認し、課題等を共有するなど連携しながら取り組みました。しかし、新型コロナウイルス感染症対策により、これまで積み上げてきた食に対する体験や学習、また共食の機会が大きく制限されることとなり、各機関で新しい食育のあり方について模索しながらの取り組みとなりました。

### 【主な取り組み】

#### 《保育所・認定こども園・小中学校》

- 早寝・早起き・朝ごはん運動や生活チェック等実施し、生活リズムを整え朝食摂取ができるよう取り組みました。
- 給食時間を活用して食事のあいさつやマナー、よく噛むことなどを指導しました。
- 毎月食育だよりを配布し継続して保護者へ啓発しました。
- 給食では「減塩」を共通テーマとし、天然だしの使用や汁物の塩分濃度測定、おいしい減塩メニューの提供等5年間継続してうす味習慣の定着に取り組みました。「減塩」は主観的になりがちですが、塩分測定器を使用することにより客観的に評価し継続することで適正な塩分の汁物の標準化が定着してきました。

#### 《生産者や事業者》

- 地元事業者からの安全安心な食材や町の特産物の給食への提供を実施しました。

#### 《地域》

- 食生活改善推進員は従来の親子や高齢者を対象とした料理教室に加え、町内の学童保育所や地元高校へ出向いて食育講座を行う等若者世代への普及啓発を新たに取り組みました。

#### 《保健センター》

- 妊娠期より乳幼児期まで、離乳食の進め方や乳幼児の食生活の栄養指導を個別指導と集団指導を組み合わせ実施し、一人ひとりに応じた指導を実施しました。
- 生活習慣病予防のため健康教室等を実施しました。新型コロナウイルス感染症対策により対面による指導の実施が困難な状況時には、離乳食や高血圧予防、減塩レシピなど啓発動画作成し、普及啓発しました。
- 食育の普及啓発活動では、6月の食育月間に役場でのロビー展、広報紙やホームページへの掲載、あらかしテレビでの放映等様々な方法で周知しました。

### 【今後の課題】

「女性の肥満割合」「給食での地元野菜などの使用の増加」「食育に関わるボランティア数」は目標達成し、「主食・主菜・副菜をそろえて食べる人の割合」も大幅に改善しました。

しかし、多くの指標が目標達成に至りませんでした。特に「朝食摂取」は20~40代の若い世代と小・中学生において低い数値になっています。子どもの頃から規則正しい食習慣を身につけるよう働きかけていく必要があります。また「男性の肥満の割合」は30代以上の働き世代で多く見られ、減塩や野菜の摂取量を増やすなど正しい食習慣の確立や適正体重の維持について、ライフステージに応じた取り組みを進めることがより重要となります。

# ～食育の取り組み～

## 認定こども園での取り組み



## 小学校中学校での取り組み



## 減塩の取り組み



**食育だより**

2学期に実施しました、大塚町統一給食「おなじみの減塩メニュー」をご紹介します。

※減塩メニューの提供は、10月1日より実施いたします。

献立	減塩メニュー	減塩率
【肉類の炒め物】	鶏肉の炒め物	20%
【肉類の煮込み】	豚肉の煮込み	20%
【肉類の焼く】	豚肉の焼く	20%
【肉類の揚げ物】	鶏肉の揚げ物	20%
【肉類の焼く】	豚肉の焼く	20%

※減塩率の目安は、1食あたり1g未満です。



## 地域、保健センターでの取り組み



## 第4章 大淀町のめざす食育

### 1. 基本理念・施策の体系

住民一人ひとりが生涯にわたって健康で元気に過ごすため、食育の重要性を意識し、健康でいきいきとしたまちづくりをめざし、前計画からの基本理念を引き継ぎます。

#### 基本理念

「食」がつくる 健やかなまち 大淀  
～楽しく、おいしく、元気で長生き～

#### めざす姿

- (こども) 食を楽しみ、こころも体も健やかに成長できる
- (大人) 食を楽しみ、生活習慣病の発症・重症化を予防し、健康でこころ豊かに生活できる

#### 施策の柱

次世代の健康を育む食育の推進

健康づくりに取り組む食育の推進

食に関する普及啓発

減塩・野菜摂取に関する取り組みの推進

食育推進を充実させる環境づくり

## 2. 施策の展開

基本理念と施策の体系をもとに、それぞれのライフステージごとに目標を定め、ライフコースアプローチの考え方を踏まえて関係機関・団体で連携しながら取り組みます。

乳幼児期	学童期・思春期	妊娠期・青年期・壮年期・高齢期
★基本的な生活（食）習慣を身につける ★食を楽しみ感謝の気持ちを持つ	★基本的な生活（食）習慣の確立と自立に向けた実践力を身につける ★食を楽しみ感謝の気持ちを持つ	★健康的な食習慣を身につける ★食に関心を持ち、食を大切にする

《用語説明》 ライフコースアプローチ

現在の健康状態は、これまでの生活習慣や健康づくりの影響を受け、次世代の健康にも影響を及ぼすものであることを踏まえ、胎児期から高齢期に至るまで人の生涯を経時的に捉えた健康づくりのこと。健康日本21計画（第3次）において新たに提示された。

### ライフステージにあった食育の推進



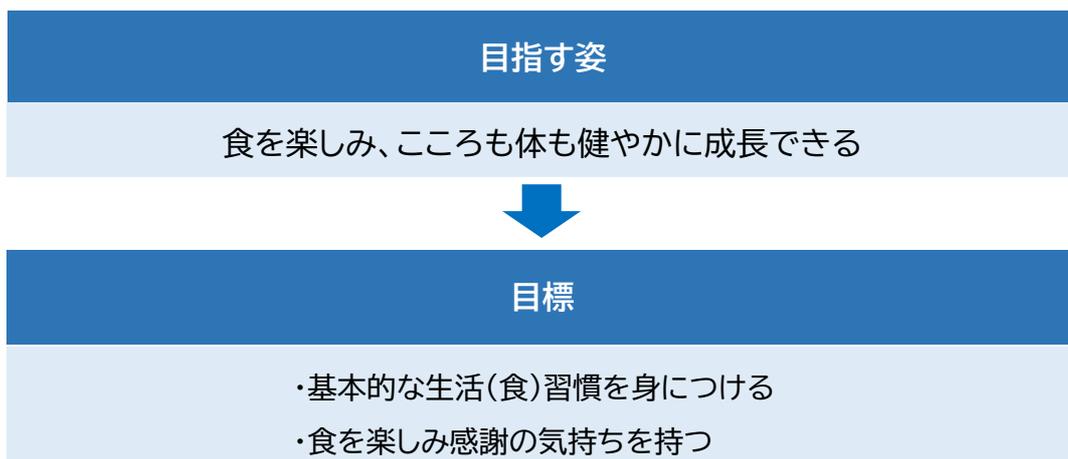
## 第5章 食育推進の取り組み

### 1. ライフステージに応じた食育の取り組み

食べることは生涯を通して営まれ、生きる力の基礎となるものです。一人ひとりが健全な心身を培い豊かな人間性を育むためには、世代に応じた食習慣を身につけ実践することが大切です。そこでライフステージを設定し、生涯を通して切れ目のない食育の推進に取り組めます。

#### 乳幼児期(0歳～6歳)

乳幼児期は身体が発育し、味覚をはじめとする感覚機能、咀嚼機能などの発達が著しくなる時期で、生涯の生活習慣の基礎が形成される大切な時期です。また、食べることを通してこころの成長や豊かな人間性も育まれます。この時期の食育は家庭が中心になりますが、認定こども園等の子どもを取り巻く関係機関が連携し食育を推進していくことが大切です。



#### 【目標達成のため取り組むこと】

次世代の健康を育む食育の推進	担当課
乳幼児健康診査時全員に栄養指導を行い、保護者に望ましい食生活に関する情報提供を行う	保健センター
離乳食講座において月齢や発育状況に応じた離乳食のすすめ方や栄養に関する知識を普及啓発する	保健センター
乳幼児相談において乳幼児の食事について支援を行う	保健センター
給食を通して食事のあいさつや姿勢、箸の持ち方など食事のマナーについて継続して指導を行う	認定こども園
食事の準備や片付けについて、継続して指導を行う	認定こども園
よく噛むことを意識した献立を取り入れ、ゆっくりよく噛んで食べることを指導する	認定こども園

食に関する普及啓発	担当課
町立認定こども園と連携して食育指導を実施する	保健センター
町内全ての認定こども園に対して「町統一食育だより」を発行する	保健センター
保護者へ食育だよりやホームページ・SNS を活用して啓発する	認定こども園

減塩・野菜摂取に関する取り組みの推進	担当課
季節の野菜を育て収穫したり調理体験の実施を行い、旬の食べものを味わう機会をつくる	認定こども園
適塩献立の給食を提供し、うす味習慣の定着をめざす	認定こども園
安全安心な地元食材や町特産物を給食へ提供する	認定こども園 生産者・事業者

### 《住民一人ひとりができること》

- ・家族そろって食事をするなど、楽しく食べることを大切に、食事マナーを身につける
- ・食生活のリズムをつけるため「早寝・早起き・朝ごはん」を習慣づける
- ・楽しみながら食事づくり等を体験し、感謝の気持ちを育てる

## 毎日の食事のなかで伝えよう！

### 《家庭の味》



料理のお手伝いや毎日の食事や会話を通して伝えることができます。



### 《食事のあいさつ》

食事のあいさつ「いただきます」「ごちそうさま」自然の恵みや食べ物・食事を作ってくれた人への感謝の気持ちを表す言葉です。気持ちを込めてあいさつします。

《食事のマナー》 食事のマナーは、気持ちよく楽しく食事するための大切な約束事です。小さいころから身に着けたいものです。

### 正しい姿勢

ひじ・ひざ・こしは90度になるように意識しましょう

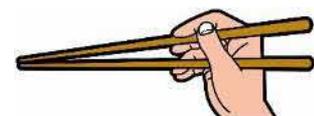


足が床についている

背筋をのばす

テーブルに向かってまっすぐに座る

### 箸の持ちかた

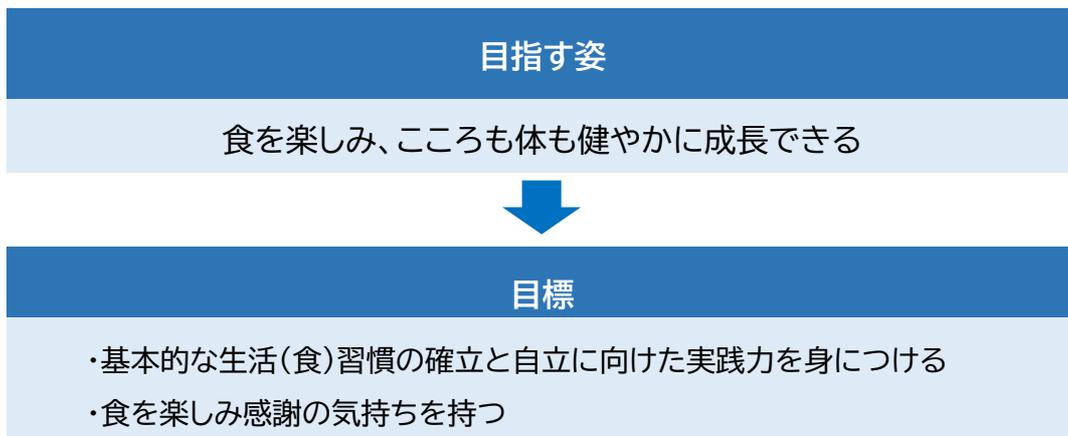


親指と人差し指・中指を使って上のお箸だけを動かします。下のお箸は動かしません。

## 学童期・思春期(7歳～18歳)

学童期は心身の発達が著しく、生涯にわたる食習慣の基礎が定着する重要な時期です。様々な学習や体験を通して、家族や友達と一緒に食を楽しみ、食に関する知識を学びます。

思春期は成長期の最終段階で、子どもから大人への移行期に入り、少しずつ自立に向けた食生活を実践していく必要があります。家庭・学校・地域など様々な関係機関が連携することや、自分で正しい情報を収集したり、自分にあった食生活を選択できる力を身につけることが必要です。



### 【目標達成のため取り組むこと】

次世代の健康を育む食育の推進	担当課
「食に関する年間計画」の作成、活用し教科と連携し、学校全体で食育を推進する	小中学校
早寝・早起き・朝ごはんの啓発活動・生活チェックを実施する	小中学校
給食時間に食事のマナーやよく噛むことなど指導する	小中学校
給食時間の放送や、掲示物等を活用し食について啓発する	小中学校
よく噛むことを意識した献立を取り入れ、ゆっくりよく噛んで食べることを指導する	小中学校

食に関する普及啓発	担当課
保護者へ食育だよりやホームページ・SNSを活用して啓発する	小中学校
食生活改善推進員が、「おやこ食育教室」を開催したり、学童保育所で食育講座を実施したりする	地域ボランティア
食生活改善推進員が、地元高校などで若い世代に望ましい食習慣や郷土食についての普及啓発を行う	地域ボランティア
町内全ての小中学校に対して「町統一食育だより」を発行する	保健センター

減塩・野菜摂取に関する取り組みの推進	担当課
適塩献立の給食を提供し、うす味習慣の定着をめざす	小中学校
安全安心な地元食材や町特産物を給食へ提供する	小中学校 生産者・事業者

### 《住民一人ひとりができること》

- ・家族そろって食事をするなど、楽しく食べることを大切にし、食事マナーを身につける
- ・生活リズムをつけるため「早寝・早起き・朝ごはん」を定着させる
- ・食事の手伝い等を通して料理の楽しみを覚え、感謝の気持ちを育てる
- ・旬の野菜や地元食材を取り入れた食事や行事食を家族で楽しむ

## 合言葉は「早寝・早起き・朝ごはん」

朝の光を浴び、朝食をとると体内時計がリセットされ一日の生活リズムが整います。また、朝ごはんを食べると体温が上がり、体や脳にエネルギーが届き頭がスッキリ目覚めます。朝ごはんを食べて元気な1日をスタートさせましょう。

《早寝》ぐっすり眠ると朝すっきりと起きることができます。



《早起き》光を浴びると体内時計がリセットされます。

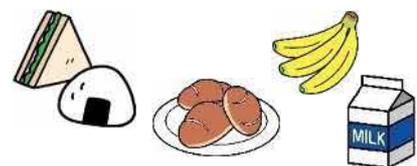
《朝ごはん》

体や脳に栄養が運ばれて元気に活動できます。



### 朝ごはんのポイント

- ★まずは“食べる習慣”をつける  
「何か食べる事」から始めてみましょう。  
慣れてきたら栄養のバランスについて考えましょう。
- ★毎日決まった時間に食べる  
同じ時間に食べることで、お腹がすくリズムができます。
- ★誰かと一緒に食べる  
一緒に食べることでより食欲がわいてきます。

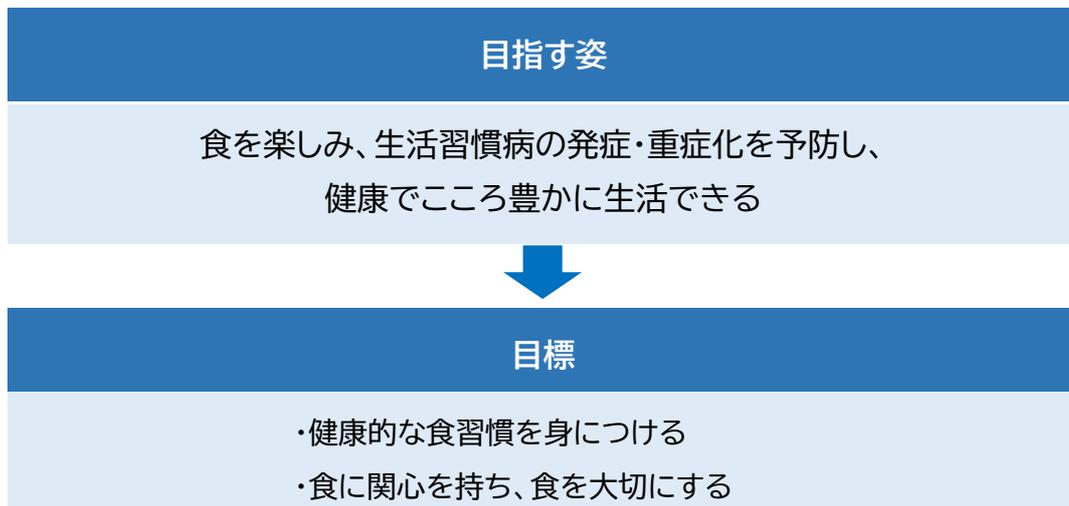


## 妊娠期・青年期・壮年期(19歳～64歳)

妊娠期はお母さんの健康と赤ちゃんの健やかな成長にとって大切な時期です。妊娠をきっかけに食の大切さに気づき、自身や家族の食生活を見直し、子育てにおける食習慣の基盤を作り始めることが大切です。

青年期は就職や結婚・出産・子育て等により生活が大きく変化する時期です。生活の変化により食生活の乱れが起こりやすくなります。食習慣を見直し、自分にあった食生活を実践することが重要です。また、子育て世代でもあり、自己管理と子どもたちが健全な食習慣を実践できるよう育てることも大切です。

壮年期は働き盛りで仕事・家庭でも忙しく、自らの健康に関心を持ちにくい時期でもあります。生活習慣病予防の観点からも、食事や運動を含めた生活習慣全般を見直し、自らの健康管理に努めることが重要です。また、家庭や地域における食育の担い手として、行事食や食文化を次世代へと伝承する役割が期待されます。



### 【目標達成のため取り組むこと】

次世代の健康を育む食育の推進（妊娠期）	担当課
母子健康手帳発行時に個別に保健指導を実施する	保健センター
マタニティクラスでは食事記録を実施し、栄養・食生活について指導する	保健センター

健康づくりに取り組む食育の推進	担当課
健康教室では調理実習などを取り入れ、日頃の食生活を振り返り食習慣の改善につなげられるよう、具体的な提案をする	保健センター
町内の機関や団体に向けて生活習慣病予防に関する出前講座を開催する	保健センター
特定保健指導対象者に対し、メタボリックシンドロームを中心に生活(食)習慣の改善に向けて支援する	保健センター
健康・栄養について、いつでも相談できる体制をつくる	保健センター

食に関する普及啓発	担当課
おたよりや PTA 活動など子どもを通して保護者へ啓発する	認定こども園 小中学校
食生活改善推進員が、町文化祭などのイベントで啓発活動を行う	地域ボランティア
広報紙やホームページ・あらかしテレビ・SNS を活用し、食育・栄養に関する普及啓発を充実させる	保健センター
地元食材や特産品の PR を強化する	建設産業課 生産者・事業者
食品ロス削減にむけた普及啓発に取り組む	保健センター 環境整備課
災害時の非常用食材等について住民に周知する	保健センター 総務課

減塩・野菜摂取に関する取り組みの推進	担当課
食生活改善推進員が、減塩・野菜摂取についての普及啓発を行う	地域ボランティア
安全安心な地元食材や町特産物を提供する	生産者・事業者

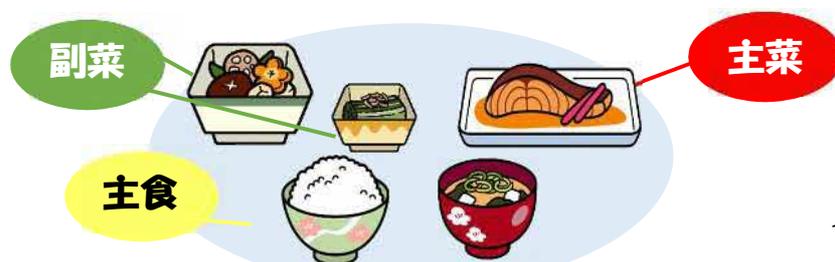
食育推進活動を充実させる環境づくり	担当課
ヘルスサポーター(食生活改善推進員)を育成、活動を支援する	保健センター
ヘルスサポーター(食生活改善推進員)と協働し、親子や高齢者を対象にした料理教室の実施や減塩・野菜摂取など健康づくりに取り組む	保健センター
毎年食育ネットワーク連絡会を開催し計画の進捗状況を確認する	保健センター 関係機関

### 《住民一人ひとりができること》

- ・家族や仲間と楽しく食事をする機会を増やす
- ・うす味で主食・主菜・副菜をそろえた食事を心がける
- ・肥満予防のため、よく噛んで食べることを心がける
- ・適正体重を知り、年に1回は定期健(検)診を受け、健康管理に努める
- ・食事マナーや家庭料理や行事食等の知識や調理方法を子どもに伝える
- ・旬の野菜や地元食材を取り入れた食事や行事食を家族で楽しむ

### 主食・主菜・副菜をそろえよう！

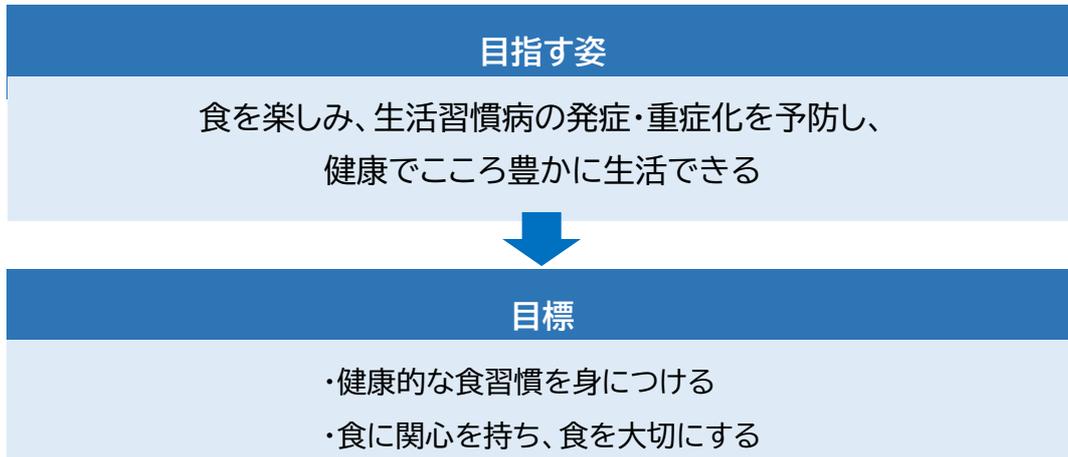
主食・主菜・副菜をそろえた食事は健康な食事への第一歩です。色々な食品を組み合わせることで体に必要な栄養をとることができます。



1食にとりたい野菜量120g

## 高齢期(65歳～)

高齢期は退職や子どもの自立など生活環境の変化や加齢に伴う身体の変化・体力の低下がみられる時期です。身体の変化に合った適切な食生活を心がけ、家族や仲間などと食を楽しむ機会を持つ、地域の活動に参加するなど食を通じた交流の場が大切です。また食に関する豊かな知識と経験を活かし、行事食や食文化を次世代へと伝承する役割が期待されます。



### 【目標達成のため取り組むこと】

健康づくりに取り組む食育の推進	担当課
健康教室では調理実習などを取り入れ、日頃の食生活を振り返り食習慣の改善につなげられるよう、具体的な提案をする	保健センター
町内の機関や団体に向けて生活習慣病予防に関する出前講座を開催する	保健センター
生活習慣病とあわせて日常生活に支障をきたさないよう、低栄養やフレイル予防に関する健康教室の開催や個別指導を実施する	保健センター
健康・栄養について、いつでも相談できる体制をつくる	保健センター

食に関する普及啓発	担当課
食生活改善推進員が、町文化祭などのイベントで啓発活動を行う	地域ボランティア
食生活改善推進員が、高齢者や男性を対象にした料理教室を開催する	地域ボランティア
食生活改善推進員が、地域で開催されるサロンやカフェで食育講座を実施する	地域ボランティア
広報紙やホームページ・あらかしテレビ・SNS を活用し、食育・栄養に関する普及啓発を充実させる	保健センター
地元食材や特産品のPRを強化する	建設産業課 生産者・事業者
食品ロス削減にむけた普及啓発に取り組む	保健センター 環境整備課
災害時の非常用食材等について住民に周知する	保健センター 総務課

減塩・野菜摂取に関する取り組みの推進	担当課
食生活改善推進員が、減塩・野菜摂取についての普及啓発を行う	地域ボランティア
安全安心な地元食材や町特産物を提供する	生産者・事業者

食育推進活動を充実させる環境づくり	担当課
ヘルスサポーター(食生活改善推進員)を育成、活動を支援する	保健センター
ヘルスサポーター(食生活改善推進員)と協働し、親子や高齢者を対象にした料理教室の実施や減塩・野菜摂取など健康づくりに取り組む	保健センター
毎年食育ネットワーク連絡会を開催し計画の進捗状況を確認する	保健センター 関係機関

### 《住民一人ひとりができること》

- ・家族や仲間たちと楽しく食事する機会を増やす
- ・うす味を心がけ、一日3食おいしく食べ、栄養の過剰摂取や低栄養を予防する
- ・かかりつけ医をもち、年1回は定期健(検)診を受け、健康管理に努める
- ・噛む力・飲みこむ力に合わせた食べものの大きさや形などを工夫し、安全に食べる
- ・家庭料理や行事食・伝統料理などの知識や調理方法を子どもたちや孫に伝える

## 「フレイル」を予防しよう

「フレイル」とは、健康な状態と日常生活で介護が必要な状態の間で筋力の低下や社会とのつながりが減少し、身体的、精神的、社会的に虚弱な状態のことです。病気や寝たきりなど健康障害を引き起こすことから、早い段階で予防することが大切です。



### フレイル予防の3つのポイント

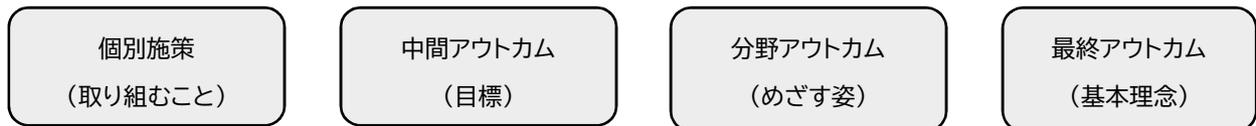
- 栄養** 1日3食きちんと食べましょう。  
食欲がないときはおかずから食べましょう。
- 運動** 適度な運動は筋力の維持・強化・食欲増進につながります。無理のない範囲で体を動かしましょう。
- 社会参加**  
家に閉じこもりがちになると、フレイルが進行しやすくなります。趣味やボランティアなど外出や交流を楽しみましょう。



### 《用語説明》 ロジックモデル

ロジックモデルとは、施策が目標とする成果を達成するに至るまでの原因と結果の因果関係の論理的構造図のことです。「何のために何を」を視覚的にとらえやすく示しています。本計画では目標（最終アウトカム・分野アウトカム・中間アウトカム）・個別施策・指標・目標値をロジックモデルで表しています。

### 本計画におけるロジックモデルのイメージ



「何のために、何を」という視点で見る方向(右から左へ見る)

## 大淀町食生活改善推進員協議会

「私たちの健康は私たちの手で守りましょう」をスローガンに、子どもから高齢者まで幅広い世代の食生活改善をめざして活動しています。「食推さん」の愛称で親しまれ、食育の担い手としての活動は、ますます広がっています。



**おいしく・楽しく・簡単レシピ**

**野菜のロール巻き** 主菜

＜材料＞2人分	
豚ロース	200g
にんじん(中)	1/4本
なすび	1/2本
アスパラ	2本
プロセスチーズ	2個
★しょうゆ・砂糖	各大さじ1
ホウレンソウ	小さじ1
オリーブ油	大さじ1
小麦粉	大さじ1



【大淀町食生活改善推進員協議会】

＜作り方＞

- ①にんじんは細切りに、なすびは半分は切り4つ割りに切る。アスパラは等分に切る。チーズは1/4に切る。
- ②豚肉を広げて塩こしょうし、小麦粉をさっとふり、①の野菜を密にのせて巻く。
- ③フライパンにオリーブ油をひいて②のどし目を下にして、ころがしながら焦げ目をつける。一旦火を止めて、★の調味料を入れて、再び火をつけ炒りつける。

（ローメキ）  
子どもの苦手な野菜をすばい！嬉しい野菜でもおいしく食べる魔法のレシピ！  
ほろほろのワインがおいしいお仕立てです。



対象者に対する指導率	100%	100%	
6か月児健診栄養指導	対象者に対する指導率	40.4%	100%
6か月児健診栄養指導	対象者に対する指導率	25.3%	100%
乳食講座（中期）	対象者に対する実施率	38.7%	50%
認定こども園における食育指導 食育だより等食育の推進	実施回数	11回	継続
認定こども園給食における 献立の実施	食塩摂取基準にそった 適塩献立の実施	実施	継続
認定こども園給食における 地産地消の促進	地場産物の使用割合	令和7年度把握	令和7年度 設定

習慣を身につける	(年長)の割合	78.0% (R6)	88%
	朝7時までに起きる子ども (年長)の割合	71.2% (R6)	増加
食を楽しみ感謝の 気持ちを持つ	食事の挨拶をする子ども (年長)の割合	71.2% (R6)	78%
	お手伝いをする子ども (年長)の割合	89.8% (R6)	90%

食を楽しみ、こころも体も 健やかに成長できる	満)にある中学生の割合	33.0% (R6)	減少
	食事を楽しんでいる子ども (年長、小学2年、5年、中学2年 の割合)	幼児 93.1% (R6) 小学2年 81.0% (R6) 小学5年 91.6% (R6) 中学2年 88.1% (R6)	増加

小学校での食育の実践	「食に関する指導年間計画」 の作成、食育の実施	100%	実施
小学校での給食時間を活用した食育 講座	朝食摂取・食事の大切さや食事 マナー・よく噛んで食べる事等 の指導	実施	継続
食育教室の実施	実施回数	1回	継続
保育所食育講座の実施	実施施設数	全施設実施	継続
児童への食育普及啓発	実施回数	1回	継続
給食における適塩献立の実施	食塩摂取基準にそった 適塩献立の実施	実施	継続
給食における地場産物等の活用	地場産物の使用割合	小学校 23.4% 中学校 30.6%	維持または 増加

基本的な生活（食） 習慣の確立と自立に むけた実践力を身に つける	毎日朝食を食べない子ども (小学2年、5年、中学2年)の割合	小学2年 4.8% (R6) 小学5年 4.2% (R6) 中学2年 3.9% (R6)	減少
	よく噛んで食べる子ども (小学2年、5年、中学2年)の割合	小学2年 84.3% (R6) 小学5年 85.6% (R6) 中学2年 76.5% (R6)	小学2年 92% 小学5年 95% 中学2年 85%
	朝7時までに起きる子ども (小学2年、5年、中学2年)の割合	小学2年 88.2% (R6) 小学5年 88.7% (R6) 中学2年 82.2% (R6)	増加
食を楽しみ感謝の 気持ちを持つ	食事の挨拶をする子ども (小学2年、5年、中学2年)の割合	小学2年 75.3% (R6) 小学5年 77.1% (R6) 中学2年 70.6% (R6)	小学2年 83% 小学5年 85% 中学2年 79%
	お手伝いをする子ども (小学2年、5年、中学2年)の割合	小学2年 89.2% (R6) 小学5年 89.5% (R6) 中学2年 83.3% (R6)	小学2年 90% 小学5年 90% 中学2年 90%

健康手帳発行時の保健指導	対象者に対する指導率	100%	100%
ミニティークラスでの栄養指導	対象者に対する指導率	17.0%	20%
食育だよりを通して保護者への啓発	各施設食育だより発行 町統一食育だより発行	1回/月 1回/年	継続
食育に関する教室・相談	実施人数	18人	増加
食育に関する教室・相談	実施人数	670人	増加
食育実習を伴う健康教室	実施人数	36人	増加
食育保健指導	実施率	3.7%	60%

健康的な食習慣を 身につける	毎日朝食を食べる人の割合	男性 84.4% (R6) 女性 88.2% (R6)	男性 90% 女性 90%
	主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を 1日2回以上毎日食べている人の割合	69.9% (R6)	75%
	うす味にしている人の割合	28.1% (R6)	30%
	人と比較して食べる速度が 速い人の割合	36.0% (R6)	40%
	毎日飲酒している人の割合	男性 26.4% (R6) 女性 5.8% (R6)	男性 21.2% 女性 4.3%

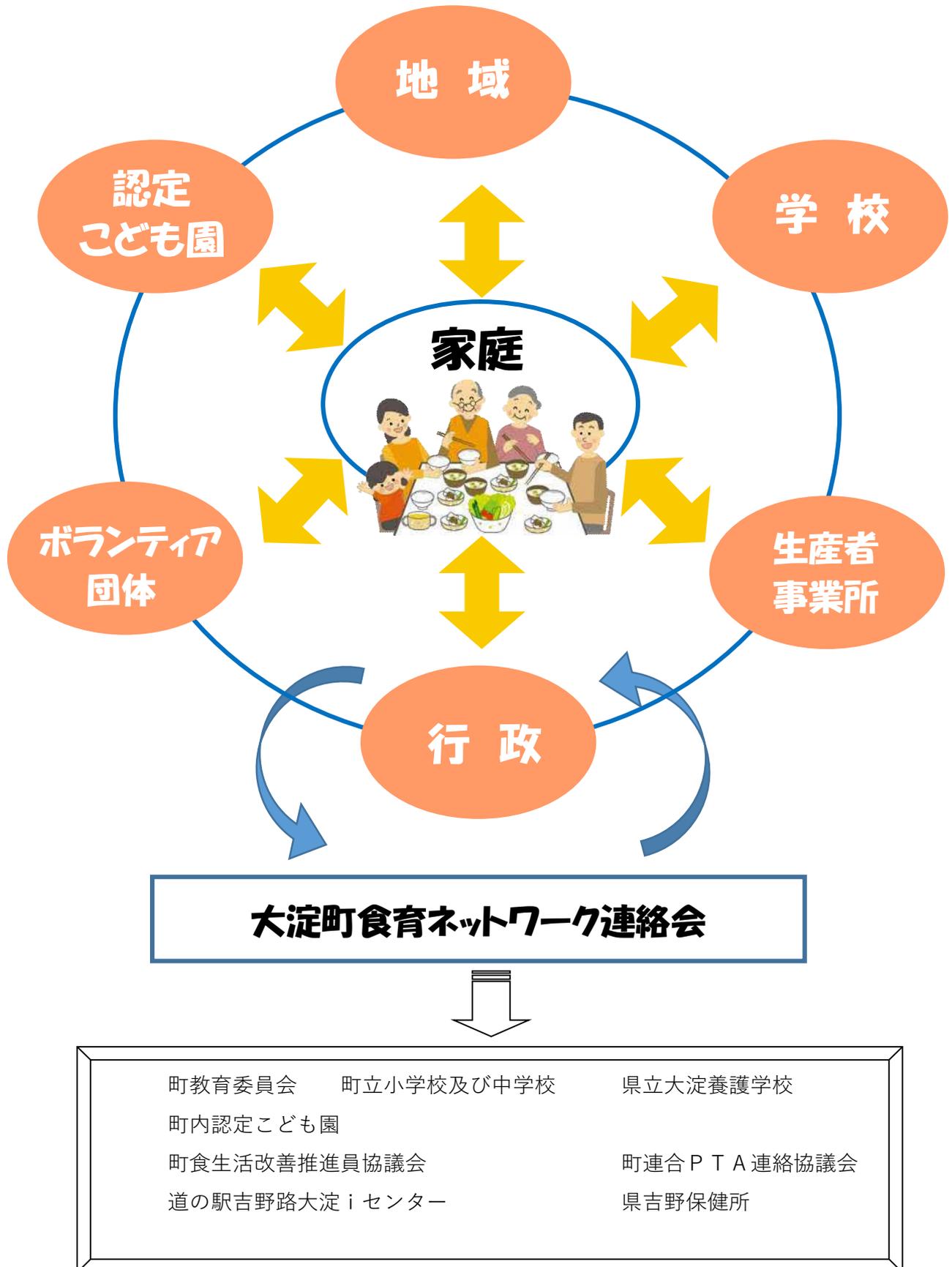
食を楽しみ、生活習慣病 の発症・重症化を予防し 健康でこころ豊かに生活 できる	肥満者の割合 (20～60代男性BMI25以上)	30.3% (R6)	減少
	肥満者の割合 (40～60代女性BMI25以上)	11.5% (R6)	減少
	低栄養傾向の人の割合 (65歳以上BMI20以下)	22.1% (R6)	16.8%
	血圧の有所見者の割合 (収縮期血圧130mmHg以上)	50.9%	減少
	脂質の有所見者の割合(LDLコレステロール120mg/dl以上)	47.3%	減少
	血糖の有所見者の割合 (HbA1c 5.6以上)	57.3%	減少
	糖尿病有病者の割合 (HbA1c 6.5以上)	男性 13.5% 女性 6.5%	減少
	血糖コントロール指標における コントロール不良者の割合 (HbA1c 8.0以上)	0.6%	減少
食事を楽しんでいる人の割合	75.1% (R6)	増加	

食に関心をもち 食を大切にす	食育について「関心がある」「どちら かといえば関心がある」人の割合	71.4% (R6)	80%
	地産地消を心がけている 人の割合	30.1% (R6)	増加
	食品ロス削減のために 取り組んでいる人の割合	54.8% (R6)	増加
	災害時の非常用食料等を備蓄 している人の割合	32.5% (R6)	増加

食育月間(6月)における普及啓発	実施回数	年1回	継続
食育・栄養に関する普及啓発	実施回数	実施	増加
食品ロス削減にむけた普及啓発	実施回数	未実施	増加
災害時の非常用食料等の備蓄について 普及啓発	実施回数	未実施	増加
安心野菜の給食への提供	実施回数	実施	継続
安心野菜や特産物のPRの強化	実施回数	実施	継続
食育サポーター（食推）の育成	会員数	31人	増加

## 第6章 計画の推進体制

食育に関する課題の解決や目標達成のためには、食に関わる関係機関・団体が役割を担い、特性を活かして一体的に食育を推進していくことが不可欠です。基本理念に基づいた円滑な推進に向けて、大淀町食育ネットワーク連絡会を中心として食育を総合的・計画的に推進します。



大淀町食育推進計画（第3次）指標一覧

分野別目標		指標	基準値 (R5)	目標値 (R17)	出典
分野 アウトカム	食を楽しみ、こころも体も健やかに成長できる	肥満傾向児（中等度・高度肥満）にある小学生の割合	5.0% (R6)	減少	学校保健実態調査
		肥満傾向児（中等度・高度肥満）にある中学生の割合	6.0% (R6)	減少	
		食事を楽しんでいる子どもの（年長、小学2年、5年、中学2年）の割合	幼児 93.1% 小学2年 81.0% 小学5年 91.6% 中学2年 88.1% (R6)	増加	食育アンケート
	食を楽しみ、生活習慣病の発症・重症化を予防し健康でこころ豊かに生活できる	肥満者の割合（20～60代男性BMI25以上）	30.3% (R6)	減少	健康意識調査
		肥満者の割合（40～60代女性BMI25以上）	11.5% (R6)	減少	
		低栄養傾向の人の割合（65歳以上BMI20以下）	22.1% (R6)	16.80%	
		血圧の有所見者の割合（収縮期血圧130mmHg以上）	50.9%	減少	KDB
		脂質の有所見者の割合（LDLコレステロール120mg/dl以上）	47.3%	減少	
		血糖の有所見者の割合（HbA1c 5.6以上）	57.3%	減少	
		糖尿病有病者の割合（HbA1c 6.5以上）	男性 13.5% 女性 6.5%	減少	
血糖コントロール指標におけるコントロール不良者の割合（HbA1c 8.0以上）		0.60%	減少		
食事を楽しんでいる人の割合	75.1% (R6)	増加	健康意識調査		
中間 アウトカム	基本的な生活（食）習慣を身につける	毎日朝食を食べる子ども（年長）の割合	94.9% (R6)	100%	食育アンケート
		よく噛んで食べる子ども（年長）の割合	78.0% (R6)	86%	
		朝7時までに起きる子ども（年長）の割合	71.2% (R6)	増加	
	食を楽しみ感謝の気持ちを持つ	食事の挨拶をする子ども（年長）の割合	71.2% (R6)	78%	食育アンケート
		お手伝いをする子ども（年長）の割合	89.8% (R6)	90%	
	基本的な生活（食）習慣の確立と自立にむけた実践力を身につける	毎日朝食を食べない子ども（小学2年、5年、中学2年）の割合	小学2年 4.8% 小学5年 4.2% 中学2年 3.9% (R6)	減少	食育アンケート
		よく噛んで食べる子ども（小学2年、5年、中学2年）の割合	小学2年 84.3% 小学5年 85.6% 中学2年 76.5% (R6)	小学2年 92% 小学5年 95% 中学2年 85%	
		朝7時までに起きる子ども（小学2年、5年、中学2年）の割合	小学2年 88.2% 小学5年 88.7% 中学2年 82.2% (R6)	増加	
	食を楽しみ感謝の気持ちを持つ	食事の挨拶をする子ども（小学2年、5年、中学2年）の割合	小学2年 75.3% 小学5年 77.1% 中学2年 70.6% (R6)	小学2年 83% 小学5年 85% 中学2年 79%	食育アンケート
		お手伝いをする子ども（小学2年、5年、中学2年）の割合	小学2年 89.2% 小学5年 89.5% 中学2年 83.3% (R6)	小学2年 90% 小学5年 90% 中学2年 90%	
健康的な食習慣を身につける	毎日朝食を食べる人の割合	男性 84.4% 女性 88.2% (R6)	男性 90% 女性 90%	健康意識調査	
	主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上毎日食べている人の割合	69.9% (R6)	75%		
	うす味にしている人の割合	28.1% (R6)	30%		
	人と比較して食べる速度が速い人の割合	36.0% (R6)	40%		
	毎日飲酒している人の割合	男性 26.4% 女性 5.8% (R6)	男性 21.2% 女性 4.3%		
食に関心を持ち食を大切にす	食育について「関心がある」「どちらかといえば関心がある」人の割合	71.4% (R6)	80%	健康意識調査	
	地産地消を心がけている人の割合	30.1% (R6)	増加		
	食品ロス削減のために取り組んでいる人の割合	54.8% (R6)	増加		
	災害時の非常用食料等を備蓄している人の割合	32.5% (R6)	増加		

分野別目標	指標	基準値 (R5)	目標値 (R17)	出典
<b>■乳幼児期 次世代の健康を育む食育の推進</b>				
4か月児健診栄養指導	対象者に対するの指導率	97.4%	100%	保健センター事業報告書
10か月児健診栄養指導	対象者に対するの指導率	100%	100%	
1歳6か月児健診栄養指導	対象者に対するの指導率	40.4%	100%	
3歳6か月児健診栄養指導	対象者に対するの指導率	25.3%	100%	
離乳食講座（中期）	対象者に対するの指導率	38.7%	50%	
<b>■乳幼児期 食に関する普及啓発</b>				
町立認定こども園における食育指導及び食育だより等食育の推進	実施回数	11回	継続	栄養改善事業報告書
<b>■乳幼児期 減塩・野菜摂取に関する取り組みの推進</b>				
町立認定こども園給食における適塩献立の実施	食塩摂取基準にそった適塩献立の実施	実施	継続	認定こども園
町立認定こども園給食における地産地消の促進	地場産物の使用割合	令和7年度把握	令和7年度設定	
<b>■学童期・思春期 次世代の健康を育む食育の推進</b>				
小中学校での食育の実践	「食に関する指導年間計画」の作成、食育の実施	100%	実施	小中学校
小中学校での給食時間を活用した食育指導	朝食摂取・食事の大切さや食事マナー・よく噛んで食べる事等の指導	実施	継続	
<b>■学童期・思春期 食に関する普及啓発</b>				
おやこ食育教室の実施	実施回数	1回	継続	栄養改善事業報告書
学童保育所食育講座の実施	実施施設数	全施設実施	継続	
高校生への食育普及啓発	実施回数	1回	継続	
<b>■学童期・思春期 減塩・野菜摂取に関する取り組みの推進</b>				
学校給食における適塩献立の実施	食塩摂取基準にそった適塩献立の実施	実施	継続	小中学校
学校給食における地場産物等の活用	地場産物の使用割合	小学校 23.4% 中学校 30.6%	継続または増加	
<b>■妊娠期 次世代の健康を育む食育の推進</b>				
母子健康手帳発行時の保健指導	対象者に対するの指導率	100%	100%	保健センター事業報告書
マタニティクラスでの栄養指導	対象者に対するの指導率	17.0%	20%	
<b>■青年期 食に関する普及啓発</b>				
食育だよりを通して保護者への啓発	各施設食育だより発行 町統一食育だより発行	1回/月 1回/年	継続	栄養改善事業報告書
<b>■青年期 健康づくりに取り組む食育の推進</b>				
健康に関する教室・相談	実施人数	18人	増加	保健センター事業報告書
栄養に関する教室・相談	実施人数	670人	増加	
調理実習を伴う健康教室	実施人数	36人	増加	
特定保健指導	実施率	3.7%	60%	
<b>■高齢期 健康づくりに取り組む食育の推進</b>				
フレイル予防に関する健康教室	実施回数	9回	増加	保健センター事業報告書
低栄養予防の個別健康教育	指導人数	2人	増加	

個別  
施策

分野別目標		指標	基準値 (R5)	目標値 (R17)	出典
個別 施策	■全体 食に関する普及啓発				
	食育月間(6月)における普及啓発	実施回数	年1回	継続	栄養改善事業報告書
	健康・栄養に関する普及啓発	実施回数	実施	増加	
	食品ロス削減にむけた普及啓発	実施回数	未実施	増加	
	災害時の非常用食料等の備蓄についての普及啓発	実施回数	未実施	増加	
	■全体 野菜摂取に関する取り組みの推進				
	安全安心野菜の給食への提供	実施回数	実施	継続	事業所・生産者調べ
	地元野菜や特産物のPRの強化	実施回数	実施	継続	
	■全体 食育推進活動を充実させる環境づくり				
	ヘルスサポーター(食推)の育成	会員数	31人	増加	栄養改善事業報告書
	ヘルスサポーター(食推)の活動支援	実施回数	19回	増加	
	ヘルスサポーター(食推)の普及啓発	啓発人数	374人	増加	
	食育ネットワーク連絡会	開催回数	1回	継続	

## 大淀町食育推進計画策定委員会設置要綱

### (目的)

第1条 この計画は、食育基本法（平成17年法律第65号）第18条に基づく「市町村食育推進計画」について、本町の総合計画や健康増進計画等との関連性を図りつつ、国・奈良県が示す計画策定の基本指針に基づき、本町の食育推進の方向性を示し、「食」がつくるすこやかなまち大淀をめざして「大淀町食育推進計画」を策定するため、大淀町食育推進計画策定委員会（以下「委員会」という。）を設置することを目的とする。

### (所掌事項)

第2条 委員会は、計画の策定に関し、次に掲げる事項を審議する。

- (1) 食育推進計画案の検討及び総合調整及び策定に関すること。
- (2) 前号に掲げるもののほか、必要な事項に関すること。

### (組織)

第3条 委員会の委員（以下「委員」という。）は、20人以内をもって組織する。

2 委員は、次に掲げるものうちから町長が委嘱する。

- (1) 食育推進事業に関し識見を有する大学の教授又は准教授（これらに準ずる職にある者を含む。）
- (2) 奈良県が推薦する保健師、看護師、管理栄養士、歯科衛生士その他食育推進に関し識見を有する者
- (3) 大淀町立中学校及び小学校
- (4) 奈良県立大淀養護学校
- (5) 大淀町内認定こども園
- (6) 大淀町食生活改善推進員協議会
- (7) 大淀町PTA連合会
- (8) 道の駅吉野路大淀iセンター
- (9) 行政関係担当者

### (委員長及び副委員長)

第4条 委員会には、委員長及び副委員長を置く。

2 委員長は委員の互選とし、副委員長は委員長が指名する。

3 副委員長は、委員長を補佐し、委員長に事故がある時又は委員長が欠けた時は、その職務を代理する。

(任期)

第5条 委員の任期は、計画の策定が完了した時までとする。

2 委員に欠員が生じた場合、補欠委員の任期は、前任者の残任期間とする。

(会議)

第6条 委員会の会議は、町長が委員会の会議の開催に係る通知をもって招集し、委員長がその議長となる。

(報酬及び費用弁償)

第7条 委員には、報酬を支給しない。ただし、委員長に対しては、特別職の職員で非常勤のものものの報酬、費用弁償及び期末手当に関する条例（昭和31年12月大淀町条例第19条）第4条の2及び別表第1第7項の規定により支給する。

(庶務)

第8条 委員会の庶務は、住民福祉部健康子ども課保健センターにおいて処理する。

(その他)

第9条 この要綱に定めるもののほか、委員会に関し必要な事項は、別に定める。

附則

この要綱は、令和6年4月1日から施行する。

## 大淀町食育推進計画策定委員会名簿

任期：令和6年12月23日～令和7年 3月31日

(敬称略)

選 出 区 分		所 属	役 職	委員氏名
1	学識経験者を有する者	畿央大学健康科学部 健康栄養学科	教授	上地 加容子
2	奈良県が推薦する食育推進に 関して識見を有する者	奈良県吉野保健所	管理栄養士	森田 ひろ子
3	"	奈良県吉野保健所	歯科衛生士	堀内 香余
4	保育及び教育関係	大淀中学校	栄養職員	木村 理絵
5	"	大淀桜ヶ丘小学校	栄養職員	栗光 紘子
6	"	大淀緑ヶ丘小学校	養護教諭	橋本 万里子
7	"	大淀希望ヶ丘小学校	養護教諭	前垣 侑子
8	"	奈良県立 大淀養護学校	栄養教諭	久米 沙由香
9	"	認定こども園 みくる	園長補佐	桶田 雪子
10	"	認定こども園 延明保育園	栄養士	新田 真生
11	"	認定こども園 花吉野えんめい保育園	栄養士	坂本 南
12	"	認定こども園 きたの学園	園長	西尾 あかね
13	地域関係団体を代表する者	大淀町食生活改善 推進員協議会	会長	梶嶋 節子
14	"	大淀町連合PAT 連絡協議会	会長	喜多村 繁一
15	"	道の駅吉野路 大淀iセンター	駅長	仲川 雅己
16	行政関係を代表する者	大淀町教育委員会 学務課	課長補佐	本山 理恵

大淀町住民福祉部健康こども課  
保健センター  
令和7年3月