



# 第 3 章

## 食育の推進



## 第3章 食育の推進

### I 食をめぐる現状

私たち人間が生きていくために食は欠かせないものであり、健全な食生活を日々実践し、おいしく楽しく食べることは、人に生きる喜びや楽しみを与え、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、急速に少子高齢化が進行し、世帯構造や社会環境の変化により、県民の食に関する価値観や食生活のあり方も多様化してきており、核家族化や流通技術の進歩などにより、食の大切さに対する意識が希薄化するとともに、健全な食生活を実践する力の低下や、地域の産物を生かした食文化や郷土料理の伝承が失われつつあることが危惧されます。

さらに、「SDGs（持続可能な開発目標）」の観点から、食べ残しや食品廃棄等の大量の食品ロスの問題は見直すべき課題となっています。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活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、食の循環を意識する視点も求められています。

加えて、情報通信技術をはじめとした様々な技術革新や、昨今の新型コロナウイルス感染症などの影響から、食に関する情報へのアクセス手段や食事のとり方、更には消費行動や生活様式そのものも大きく変わりつつあり、ICT活用の推奨など、食育においても新しい生活様式に対応した取組の推進が求められています。

また、近年、異常気象に伴う自然災害が頻発する等、気候変動の影響が顕在化しており、非常時に命を守るための「食の備え」が必要とされています。食の在り方を考える上で環境問題を避けることはできなくなっています。

### II 施策の大綱

#### 1 基本指針

##### (1) 食育の概念

食育は、食に関する様々な経験を通じての健康な人づくりであり、知育・徳育及び体育の基礎となるものです。WHO（世界保健機関）では、「健康とは、単に、病気でないとか、弱っていないということではなく、肉体的にも、精神的にも、そして社会的にも、すべてが満たされた状態にあること」と定義しています。

食育については、学校や地域、企業や団体、行政などがそれぞれの立場や特性を

生かしながら、多様に連携・協働することで、健全な心身を培い、円滑な人間関係を築き、ひいては、「健康な人づくり・地域づくり」につながります。

## (2) 食育推進の柱

平成30（2018）年3月に策定した「岡山県食の安全・食育推進計画」では、目指す方向性を「食を通じた健康な人づくり・地域づくり～実践の環を広げよう～」と明示し、健全な食生活を送るように意識し実践するだけでなく、「生産から食卓までの食べ物の循環」や「生涯を通じた食の営み」にも目を向け、実践の環を広げていくことを目指してきました。

今後も、さらに実践の環を広げていく必要があることから、引き続き「食を通じた健康な人づくり・地域づくり～実践の環を広げよう～」をスローガンに、次の3つの柱により食育を推進します。

### スローガン

## 食を通じた健康な人づくり・地域づくり ～実践の環を広げよう～

### 3つの柱

- ①人と人をつなぐ ②健康な身体をつくる ③豊かな心を育む

### ① 人と人をつなぐ

次代を担う子どもたちが、正しい生活習慣を身に付けるためには、家庭や地域の役割が重要です。家族や地域の人などと一緒に食卓を囲むことによって、様々な話題で会話が生まれ、人と人との絆が深まります。また、「いただきます」や「ごちそうさま」などの礼儀や作法、地域の伝統的な食文化などが継承されます。社会生活においても誰かと一緒に食事をする事は、知人、友人、職場の同僚等とのコミュニケーションを促進し、良好な人間関係を築くことにつながります。

また、農林漁業体験に参加し、地場産物を意識することは、食べ物を身近に感じられるようになり、生産者と消費者をつなぐきっかけになります。



## ② 健康な身体をつくる

生涯にわたって健康な身体をつくるためには、栄養バランスのとれた食事を取り、規則正しい食生活を維持することが重要です。食育の基礎を形成する幼少期から食に関する知識や取組を伝えることで、良い食習慣の定着につながります。

また、食環境の改善は県民の健康に影響を及ぼすことから、学校や職場など関係機関や団体、食品関連事業者等、様々な関係者が主体的に連携を図ることで、将来において健康な身体をつくることにつながります。

## ③ 豊かな心を育む

自然や社会環境との関わりの中で、食べ物の生産から食卓に至るまでの循環を意識し、食が生産者をはじめとして、多くの関係者により支えられていることを理解することは、食への感謝の念や、生命観・倫理観を深めることにつながります。また、伝統ある食文化や地域の特性を生かした食生活への関心と理解を深めます。

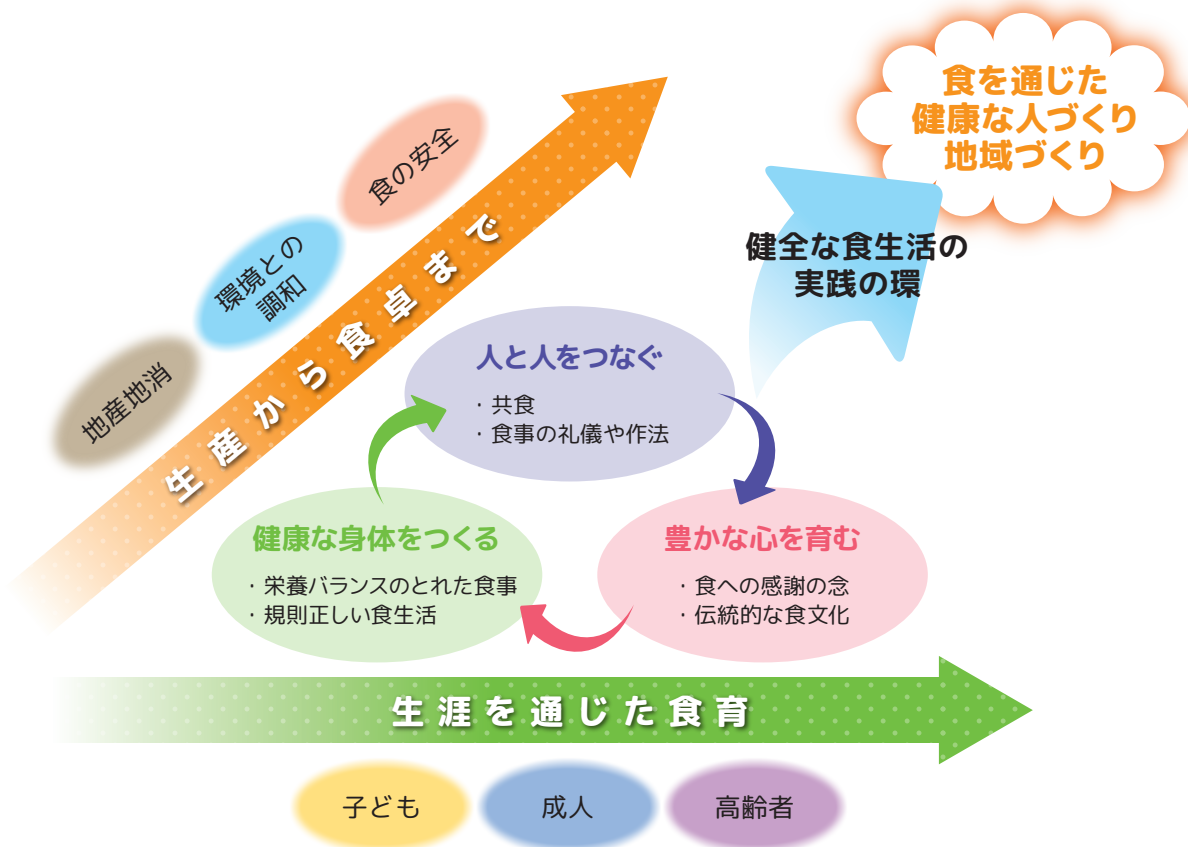


図 3-2-1 食育の概要図

## 2 食育を推進していくために重要な視点

### (1) 生涯を通じた食育の推進

食習慣を形成する第一歩となる乳幼児期、食習慣が確立する学童期や思春期、進学・就職・結婚等により、生活習慣や食生活が大きく変化する成人期、身体的・精神的な機能を維持するために食事が重要な役割となる高齢期のそれぞれのライフステージやライフスタイル、多様な暮らしに応じた食育を推進することが、健康な人づくり・地域づくりにつながります。

特に成人男性の肥満や若い女性のやせ、高齢者の低栄養等、食生活に起因する課題が多くあります。

生活習慣病の予防や健康寿命の延伸を実現し、健全な食生活の実践につなげていけるよう、家庭、学校・保育所、職場、地域等の各場面において、地域や関係団体等の連携・協働を図りつつ、生涯を通じた食育を推進していくことが必要です。

### (2) 生産から食卓までを通じた食育の推進

食は観念的なものではなく、日々の調理や食事等とも深く結びついている極めて体験的なものです。食育活動が食卓のみにとどまることなく、生産から食卓に至るまでのそれぞれの段階で推進されることにより、食育の実践の環が広がります。食料資源や環境への負荷の増加にも目を向け、食品ロスの削減に取り組むなど、環境とも調和した食育を推進する必要があります。県民が健全な食生活を送るためには、その基盤として持続可能な環境が不可欠です。

また、近年、生活様式の多様化により、地場産物を生かした郷土料理やその食べ方、食事の際の作法等、優れた食文化が十分に継承されず、その特色が失われつつあります。生産者と消費者の交流を進め、信頼関係を構築していくことが必要です。

### (3) 関係機関・関係団体等との連携

食育の推進のために活動するボランティア団体、農林漁業者、教育関係者、市町村等と連携を図ることが必要です。

#### ① ボランティア組織等

地域における食育の推進に当たっては、地域の健康づくりボランティアである岡山県栄養改善協議会や岡山県愛育委員連合会、岡山県消費生活問題研究協議会などの団体等との連携を図ります。

## 健康づくりボランティア

### ■ 岡山県愛育委員連合会

乳幼児から高齢者まで、すべての住民にとって健康で明るく住み良い地域の推進に向け、行政と協力しながら、「健やか親子21（生育医療等基本方針に基づく国民運動）」や「第3次健康おかやま21」等の推進に向け、活動している地域の健康づくりボランティア組織です。愛育委員が全県的に組織されているのは本県だけです。

### ■ 岡山県栄養改善協議会

「私達の健康は私達の手で」をスローガンに、県民一人ひとりが充実した豊かな人生を過ごせるよう食生活の改善や健康づくりのための普及活動を行っている地域の健康づくりボランティア組織です。食育の推進は、活動の根幹となっています。

## ② 岡山県食の安全・食育推進協議会

食育について県民一体となった取組を推進するため、広く県民各層の意見を施策に反映させる場として、「岡山県食の安全・食育推進協議会」を設置しています。関係機関・団体等との情報交換と相互連携の強化を図ります。

## ③ 農林漁業者・教育関係者等

食育の重要性が認識され、農林漁業者や教育関係者等においても、各分野の特性を生かした食育活動を展開しています。特に、子どもたちへの取組として農作物を育て、収穫する喜びを伝える農業体験等は、単に、農作物を育てて収穫することだけを目的とするものではなく、四季折々の田んぼや畑で見られる・感じられる光景から、自然や食べ物の大切さ、情緒を育てることにもつながります。

## ④ 管理栄養士、栄養士等

食育の取組は、栄養・食生活の専門職が関与することによって、より効果的になります。現在、市町村や保健所（支所）では、管理栄養士等が中心となって、乳幼児から高齢者までを対象に幅広い食育活動を展開しています。

また、栄養教諭や岡山県栄養士会、学校、病院等、他領域の栄養士との連携により、効率的かつ効果的な食育活動が展開されることも期待されます。

## ⑤ 市町村・保健所（支所）等

地域住民に近い市町村や保健所（支所）では、地域の特性を把握した施策や事業に取り組んでおり、地域の実情に適した活動を展開しています。市町村においては、親子料理教室などライフステージを通じた食育活動を展開し、保健所（支所）では、市町村や関係機関・団体等が一体となって食育活動を展開できるよう、連携を図っています。

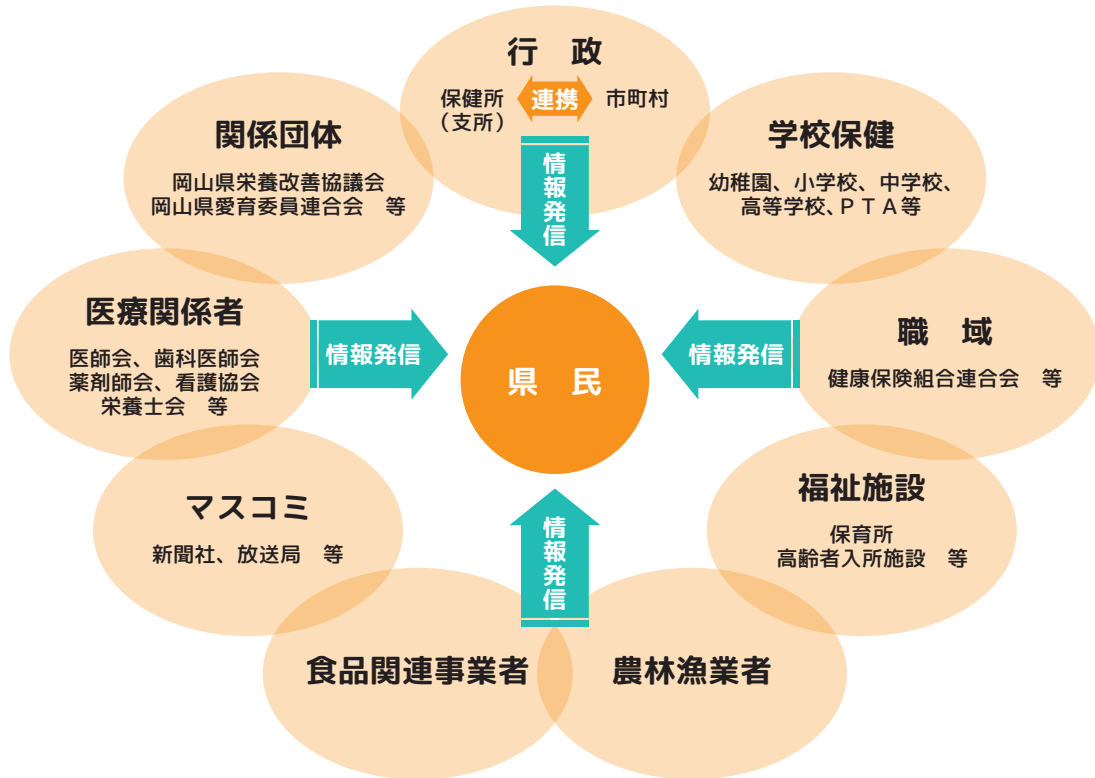


図 3-2-2 関係機関・関係団体との連携図（イメージ）

### （4）普及啓発

健全な食生活を送ることができるよう、「食育ガイド」、「食事バランスガイド」等の活用や食育月間・食育の日等に合わせて、重点的に啓発を行うなど、効果的な普及啓発が必要です。

また、県民が必要な情報を入手・活用でき、自ら主体的に食育を実践できるよう、ホームページの活性化やSNSなどの様々な媒体を活用した食育の推進に取り組みます。

#### ① 「食育ガイド」や「食事バランスガイド」等の活用

望ましい食習慣を身に付けるためのツールとして、国は「食育ガイド」や「食事バランスガイド」、「食生活指針」を策定しています。また、食生活は、生活スタイ

ルやライフステージ、食に対する意識によって異なることから、県では「ライフステージ別食育ガイド」や食生活の課題にターゲットを絞った「食育ナビ」等を作成し、普及啓発を行います。

## ② 食育月間・食育の日

国が定めている、毎年6月の「食育月間」、毎月19日の「食育の日」に合わせて、重点的に普及啓発等を行います。

## ③ 栄養の日

日本栄養士会が定めている、8月4日の「栄養の日」、8月1日から7日の「栄養週間」に合わせて、「栄養を楽しむ」生活の普及啓発等を行います。

## ④ 野菜の日

全国青果物商業協同組合連合会など9団体が「野菜についてもっと認識してもらいたい」と定めている、8月31日の「野菜の日」に合わせて、普及啓発等を行います。

### 食育普及啓発資料

#### 食育ナビ



やさい編



フレイル編



栄養成分表示を活用して健康づくり!



マイスタイル 朝ごはん



かんたん! 健活! 朝ごはん!



減塩編

詳しくはこちら

岡山県保健医療部健康推進課「食育に関する情報」  
<https://www.pref.okayama.jp/soshiki/36/>



## (5) 市町村食育推進計画の策定及び推進

地域に暮らす誰もが、食育に対する認識を共有し、必要な活動を展開するためには、市町村が策定する市町村食育推進計画が有効です。特に、地域の実情を踏まえ、地域の特徴を生かした内容を盛り込むことで、より食育を身近に感じ、住民一人ひとりが食育に取り組みやすい環境をつくることにつながります。

### 用語の解説等

#### 岡山県栄養士会

岡山県内に在住又は勤務する管理栄養士又は栄養士免許を有する会員で構成される職能団体です。

#### 食育ガイド

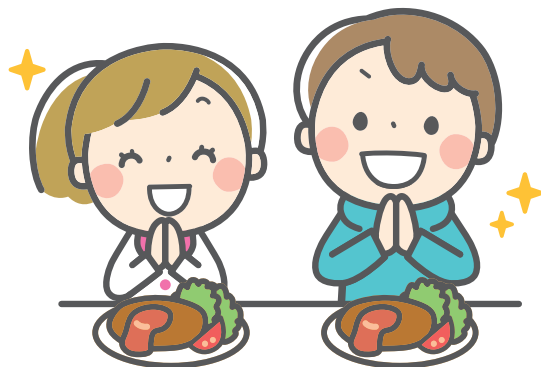
誰でも食育に取り組めるよう、世代に応じた具体的な食育の取組を示したもので、内閣府によって策定されたものです。

#### 食事バランスガイド

健康のため、1日に「何を」「どれくらい食べたらよいか」をイラストで分かりやすく示したもので、食べるものを「つ(SV)」という単位で表しています。食事への関心が低い中高年をターゲットに、厚生労働省と農林水産省により策定されました。同様の媒体は、米国等の諸外国でも策定され、各国での特徴を生かしたものとなっています。「食事バランスガイド」は、日本のコマをデザインし、バランス良く食べなければ倒れることを意味しています。

#### 食生活指針

健康づくりのため、日頃の食生活において、気を付けるポイントをスローガンのように示したもので、平成12(2000)年に農林水産省、厚生省(当時)、文部省(当時)によって策定されました。



### 3 食育推進施策

食育は、家庭や地域、学校、生産流通など様々な食育の関係者が連携して取り組むことが必要です。それぞれの場所で展開される食育推進施策は、「（参考1）令和6（2024）年度からの食育推進施策」に掲載しています。



図 3-2-3 食育の取組のつながり

#### (1) 家庭における食育の推進

##### 現状と課題

##### ○共食の機会

ひとり親世帯、貧困の状況にある子ども、高齢者の一人暮らし等が増えるなど、様々な家庭環境や生活の多様化により、家庭や個人の努力のみでは、健全な食生活の実践につなげていくことが困難な状況も見受けられます。

令和3（2021）年県民健康調査の結果によると、家族と一緒に食事をする小学生、中学生の割合について、朝食については、小学生、中学生ともに共食の割合は減少していました。夕食は、小学生の共食の割合に変化はありませんでしたが、中学生の共食の割合が減少していました（図3-2-4）。

家族との共食頻度が高い学童・思春期の子どもは、野菜や果物の摂取量が多く食事の質が高いこと、不健康な食事が少ないこと、BMIが低いことが報告されています。

世界中で流行した新型コロナウイルス感染症により、食行動や食に対する意識も大きく影響を受けましたが、共食は食育の原点であり、食の楽しさや食に関する基礎知識を習得する重要な機会であるため、誰かと一緒に食事をする共食の機会を増やすことが必要です。

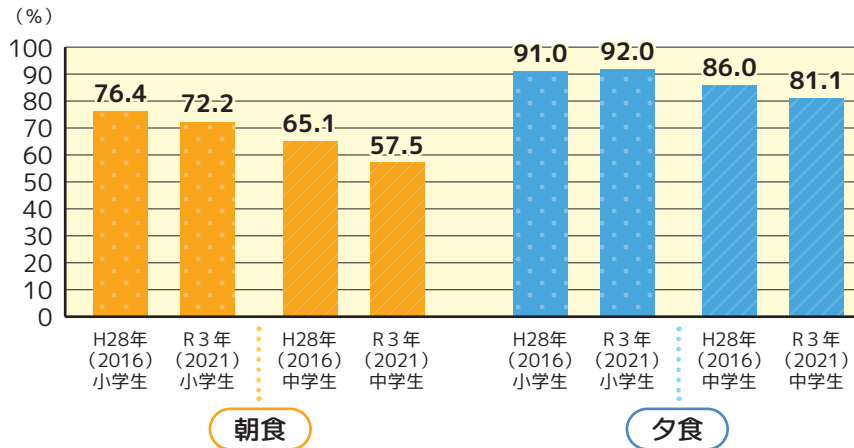


図3-2-4 ほとんど毎日家族と一緒に食事を食べる児童・生徒の割合

(資料：平成28(2016)年・令和3(2021)年県民健康調査)

### ○朝食を毎日食べる者の割合

小学生、中学生ともに朝食を毎日食べる者の割合は、年々減少しており、令和3(2021)年度では、9割を切っています(図3-2-5)。朝食を毎日食べることは基本的な生活習慣を身に付ける上で重要であり、若い世代、特に子どものうちから生活習慣を確立させる必要があります。

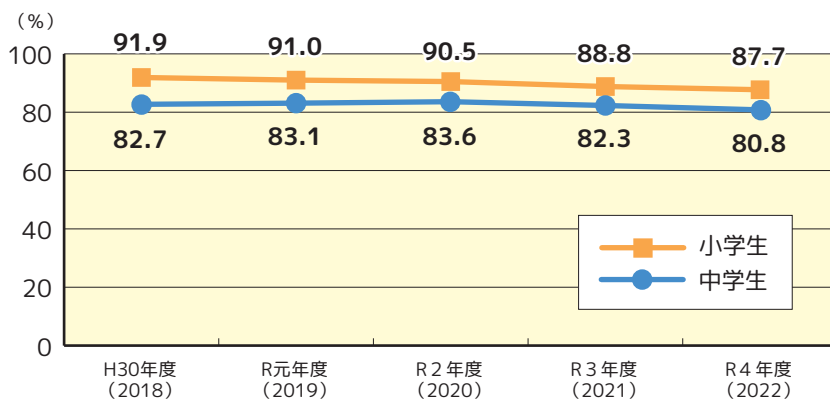


図3-2-5 朝食を毎日食べる児童・生徒の割合(経年変化)

(資料：健康推進課調べ)

## ○適切な量と質の食事をとる者の割合

肥満者の割合は、男性では30～60歳代が高く、女性では平成28（2016）年県民健康調査と比べて30歳代が増加しています。また、20歳代の女性のやせの割合は減少傾向ですが、全世代では最も高くなっており、身長体重から見た肥満度と自己認識のズレが生じているという報告もあります。適正体重を維持するためには、一人ひとりが自身の適正体重を理解するとともに、身長や体重、運動強度にあった適切な量の食事を栄養バランス良くとるための知識を習得する必要があります。

生涯にわたって心身の健康を保持しながら、健全な食生活を実践するためには、栄養バランスに配慮した食事を習慣的にとることが必要です。令和3（2021）年県民健康調査からは、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日がほぼ毎日の者の割合は4割未満となっており、特に、男女ともに20～40歳代で主食・主菜・副菜のそろった食事をしている頻度が低くなっています（図3-2-6、図3-2-7）。レトルト食品や即席食品の活用等、内食から中食・外食への「食の外部的化」が進んでいることから、上手な活用方法等についても普及啓発を行っていく必要があります。

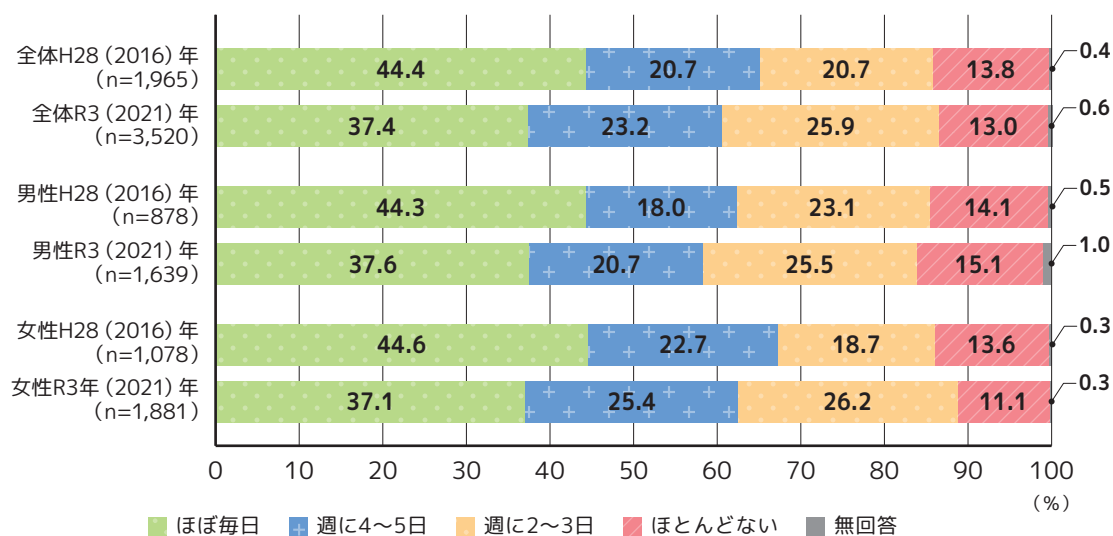


図3-2-6 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日がほぼ毎日の者の割合（経年変化）

（資料：平成28（2016）年・令和3（2021）年県民健康調査）

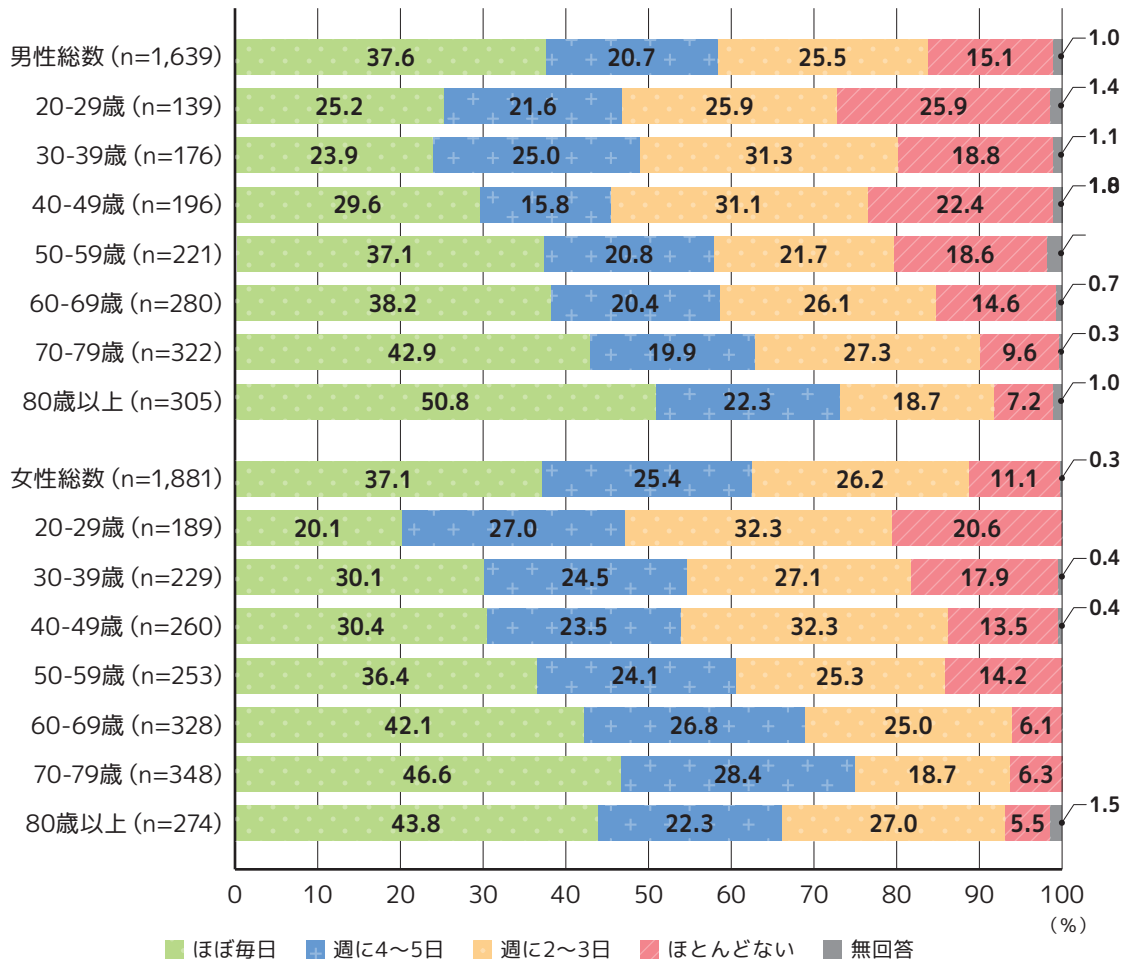


図3-2-7 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日がほぼ毎日の者の割合

(資料：令和3(2021)年県民健康調査)

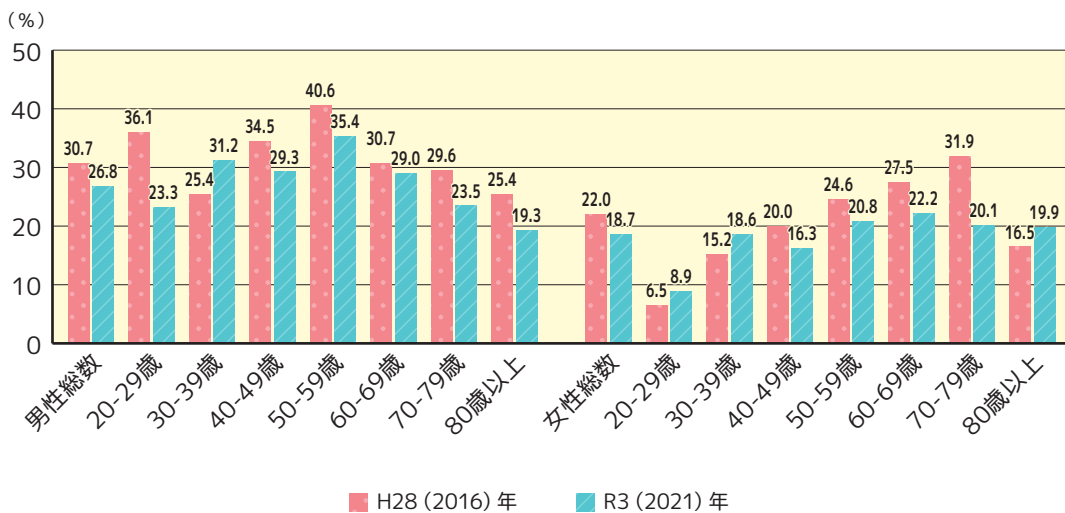


図3-2-8 肥満者 (BMI25以上) の割合

(資料：平成28(2016)年・令和3(2021)年県民健康調査)



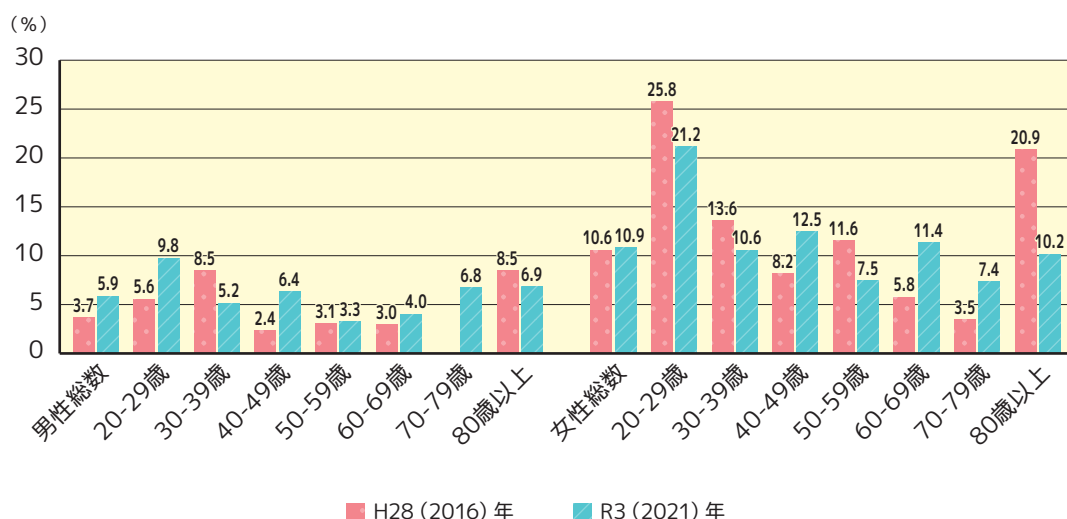


図3-2-9 やせの者（BMI18.5未満）の割合

（資料：平成28（2016）年・令和3（2021）年県民健康調査）

※「肥満」や「やせ」は、BMI（Body Mass Index）を用いて判断します。

$$\text{BMI} = \frac{\text{体重} [\text{kg}]}{(\text{身長} [\text{m}])^2}$$

BMI < 18.5      低体重（やせ）

18.5 ≤ BMI < 25      普通体重（正常）

BMI ≥ 25      肥満

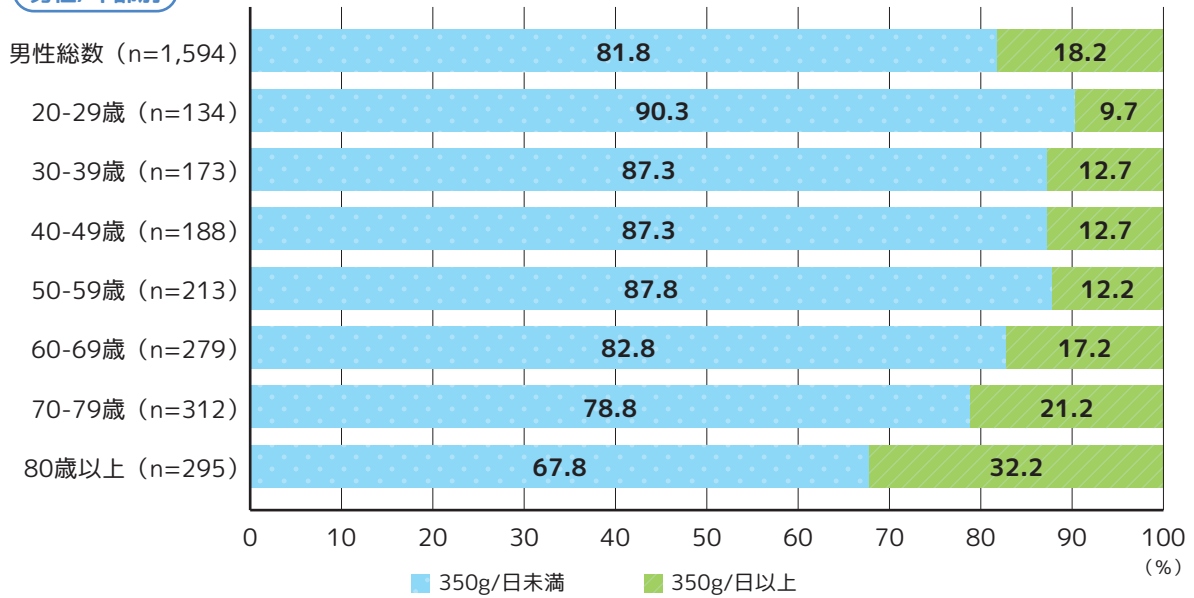
（肥満症診断基準2022）

### ○野菜の摂取量

野菜摂取量は男女ともに目標量350gに達していない者が約8割であり、特に若い世代で少なくなっています（図3-2-10）。栄養バランスに配慮した食生活の実践を促すために、学童期から農業体験を行うなど、野菜摂取に対する意識付けを行い、350gの目安となる両手いっぱい以上の野菜を食べることをより一層強化して普及啓発をする必要があります。



## 男性/年齢別



## 女性/年齢別

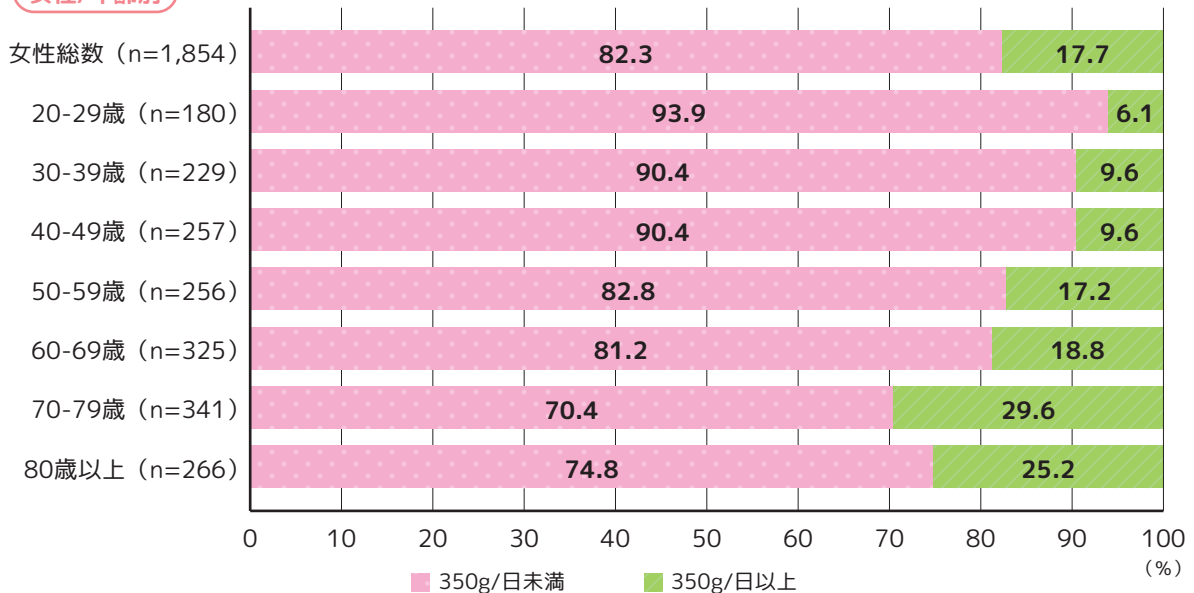


図3-2-10 野菜摂取量

(資料：令和3（2021）年県民健康調査)

## ○果物の摂取量

果物の摂取量は、1日の摂取量が100g未満の割合が、男女ともに約6.5割となっており、若い年代ほど少なくなっていました。果物の摂取は、カリウムや食物繊維などの供給源でもあり、高血圧、肥満、2型糖尿病などの生活習慣病発症のリスク低下との関連も報告されています。果物の摂取量が0gの者も一定数存在することから、引き続き、摂取量の少ない者の割合を減少させる必要があります。

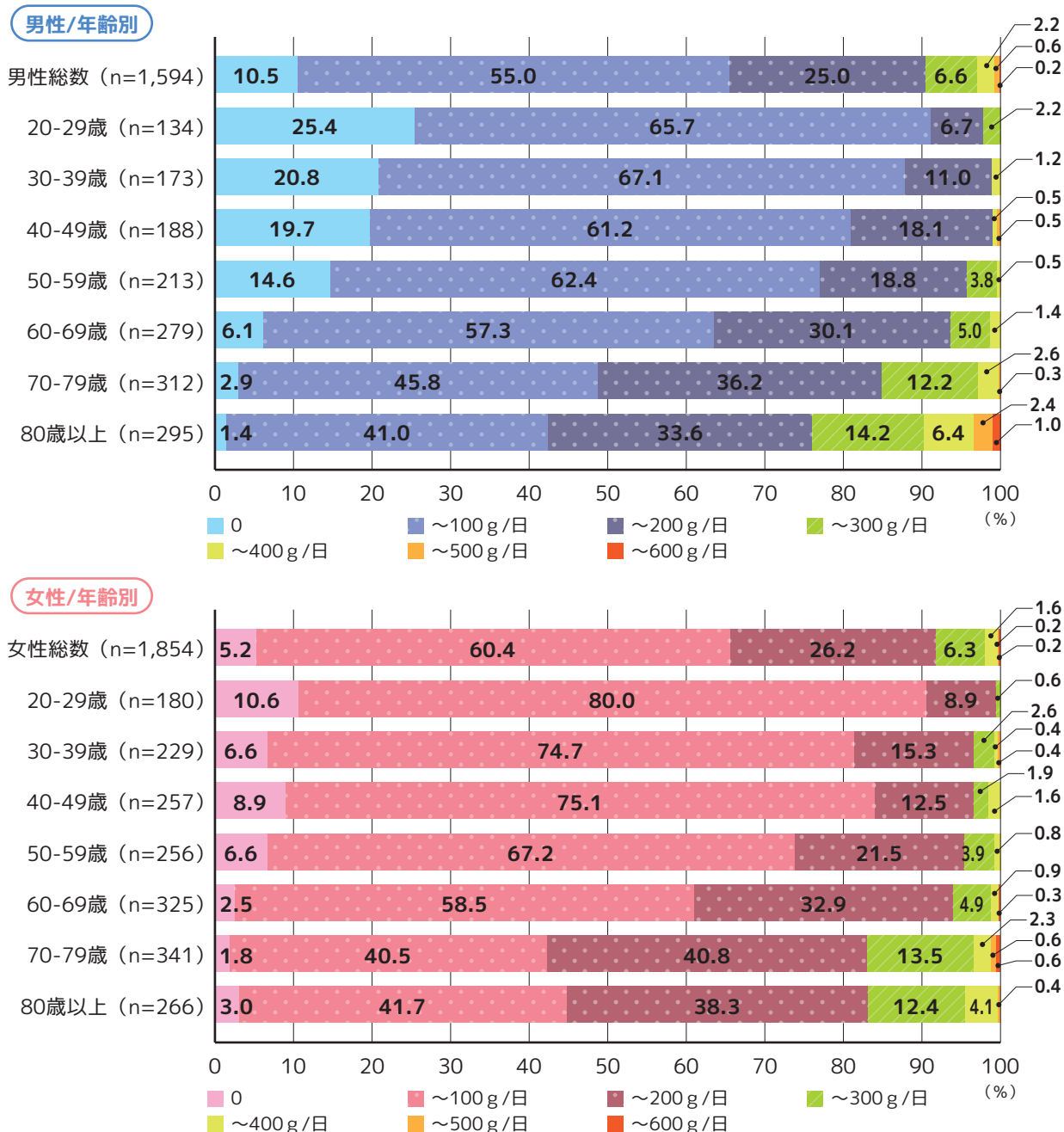


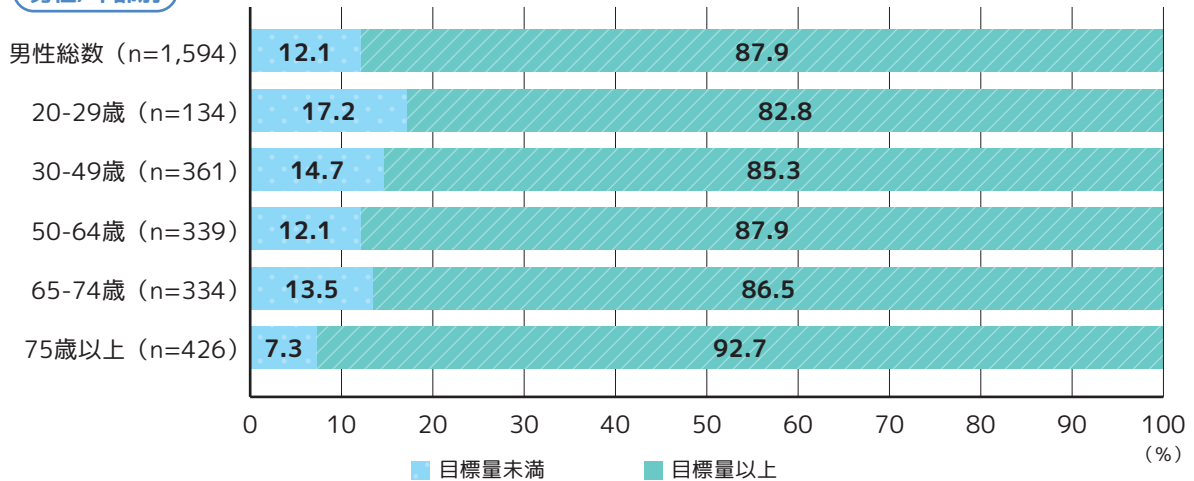
図3-2-11 果物摂取量

(資料：令和3(2021)年県民健康調査)

### ○食塩の摂取量

食塩摂取量は、国民の健康の保持増進を図る上で摂取することが望ましいエネルギー及び栄養素を示す「日本人の食事摂取基準(2020年版)」の目標量である男性7.5g未満、女性6.5g未満を達成している者は男女ともに約1割であり、ほとんどの者は目標量よりも多く摂取しています(図3-2-12)。過剰な食塩摂取は、脳血管疾患や心疾患などを引き起こす高血圧の原因となることから、味覚が形成される幼少期から、うす味に慣れるよう減塩に配慮した食生活の実践について普及啓発を行う必要があります。

## 男性/年齢別



## 女性/年齢別

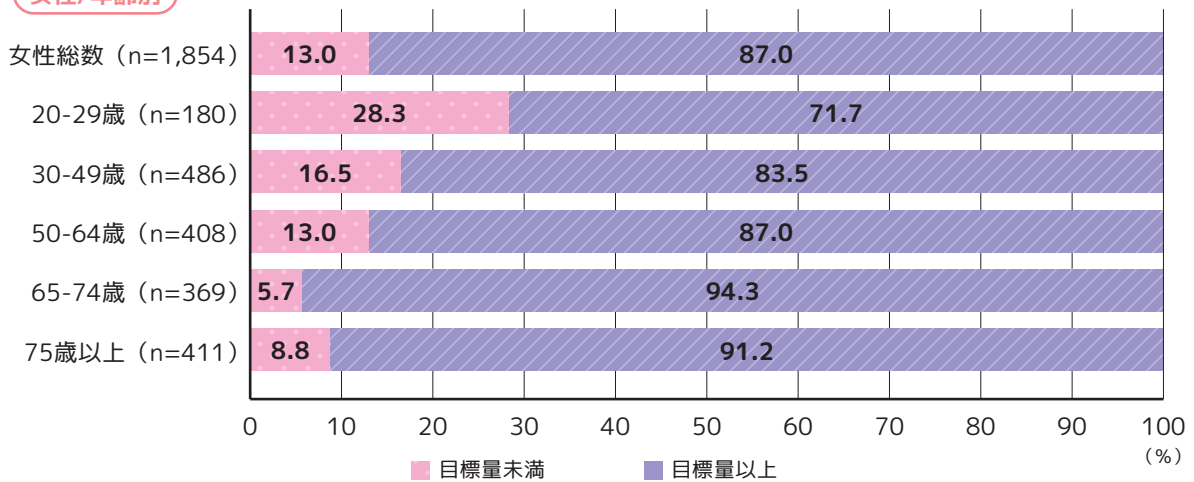


図3-2-12 食塩摂取量

(資料：令和3(2021)年県民健康調査)

## 方向性

家庭においては、その地域に伝わる伝統料理や行事食が日々の生活の中で受け継がれてきました。しかし、社会環境が変化し、生活様式が多様化する中で家族と一緒に食事をする機会が減少し、「いただきます」や「ごちそうさま」などの礼儀や、箸の正しい持ち方などの食に関する作法、望ましい食生活の実践等が十分ではないとされています。

また、共食の割合も低下してきており、望ましい食習慣の形成に課題があります。

子どもの食育の場として、家庭の食卓の果たす役割は大きいことから、子どもだけでなく、父母その他の保護者に対しても食育への関心と理解が図られるよう取り組むことが重要です。

## 取り組むべき施策

### ○共食の推進（健康推進課、生涯学習課）

誰かと一緒に食卓を囲み、共に食事をとりながらコミュニケーションを図る共食の機会を推進するとともに、食に関する学習や体験活動の充実等を通じて、家庭と地域が連携した食育の推進を図ります。

### ○望ましい食習慣や生活リズムの向上（健康推進課、生涯学習課）

朝食をとることや早寝早起きを実施することなど、子どもの基本的な生活習慣の形成について、個々の家庭や子どもの問題として見過ごすことなく、社会全体の問題として企業や地域が一丸となり、子どもの基本的な生活習慣を育成し、生活リズムの向上を図ります。また、生活圏の拡大や行動の多様化等により生活リズムが乱れやすい環境にある中学生、高校生等に向けた普及啓発にも取り組みます。

## 目 標

### ①共食の機会の増加

家庭環境や生活の多様化など、様々な要因で家族が揃って食事をする機会が減少していますが、誰かと一緒に食事をする事により、食の楽しさを実感するだけでなく、食事の礼儀や作法はもとより、食材や食文化に関する知識を身に付けることで豊かな心が育まれます。また、会話をすることで、人と人との絆を深め、心を癒す機会になります。そのため、小学生及び中学生がほとんど毎日家族と一緒に食事を食べる共食の機会を増やすことを目標とします。

#### 目標 共食の機会の増加

（ほとんど毎日家族と一緒に食事を食べる児童・生徒の割合の増加）

### ②朝食を毎日食べる者の増加

朝食を毎日食べることは、規則正しい生活の基本であり、子どもの頃の生活習慣が、将来の生活習慣に影響を与えることを考えると、学童期や思春期に朝食を食べる習慣を身に付けておくことが必要です。そのため、朝食を毎日食べる小学生及び中学生の割合を100%にすることを目標とします。

#### 目標 朝食を毎日食べる児童・生徒の割合 100%



### ③適切な量と質の食事をとる者の増加

健全な食生活を実践するためには、栄養バランスに配慮した食事を習慣的にとることが必要です。食事全体のバランスを良くする方法としては、主食・主菜・副菜を揃えた食事をとることが効果的な目安となります。そのため、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日がほぼ毎日の者の割合を50%にすることを目標とします。

#### 目標 適切な量と質の食事をとる者の割合 50%

(主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日がほぼ毎日の者の割合 50%)

### ④野菜摂取量の増加

野菜摂取量の増加は、バランスの良い食生活の実践にとって重要です。カリウム、ビタミンC、食物繊維等の適量摂取が期待される量として、野菜摂取量が1日当たり350g以上の者の割合の増加を目標とします。

#### 目標 野菜摂取量が1日350g以上の者の割合の増加

### ⑤果物摂取量の改善

果物は、野菜と同様、カリウム、ビタミンC、食物繊維等の供給源です。野菜に加えて果物の摂取量も考慮する必要があることから、果物摂取量が1日当たり100g未満の者の割合の減少を目標とします。

#### 目標 果物摂取量が1日100g未満の者の割合の減少

### ⑥食塩摂取量の減少

食塩の過剰摂取は、脳血管疾患や心疾患などを引き起こす高血圧の原因のひとつとなります。日本型の食事の特長を保ちつつ食塩摂取量を減少させるため、食塩摂取量が1日当たり7g未満の者の割合の増加を目標とします。

#### 目標 食塩摂取量が1日7g未満の者の割合の増加

## 用語の解説等

### 共食

家族等と一緒に食事をとりながらコミュニケーションを図ることです。

### 日本人の食事摂取基準（2020年版）

日本人が健康を維持するために必要なエネルギーや栄養素の量を性・年齢別に示したもので、厚生労働省によって策定され、5年毎に改定されます。

## (2) 地域における食育の推進

### 現状と課題

食育は家庭が中心となって行われることが基本ですが、社会環境が変化し、不適切な食生活が原因の一つとなる肥満や糖尿病などの生活習慣病の増加、高齢者のフレイル、サルコペニア等の増加をみると、食育の推進を家庭だけに委ねることは困難となっています。

また、生活様式や食生活、世帯構造の変化等により、これまで家庭や地域で受け継がれてきた地域の伝統食や行事食等の食文化の継承が困難になることが危惧されています。特に「日本型食生活」の推進を行う上で欠かせない米の消費量は一貫して減少傾向にあり、一人当たりの米の消費量はピーク時から半減しています。米離れを加速させないため、若い世代に対して、米やごはん食の大切さの啓発、米や米粉の利用促進を図る必要があります。

### 方向性

生涯にわたって生き生きと暮らしていくために、ライフステージに応じた継続性のある食育を地域で推進していく必要があります。健康づくりや生活習慣病の予防及び改善につながる健全な食生活の推進には、家庭、企業、市町村や保健所、健康づくりボランティア等が連携し、取り組むことが重要です。

地域では、市町村や栄養委員等による食育教室などが開催され、その中で健康づくりのための食育を行うほか、地域の伝承料理や特産物を使った料理を作るなどの体験型食育活動を展開していきます。

さらに、多くの人々が一日のうち多くの時間を過ごす、職場における健康の保持増進の取組も重要です。

加えて、近年多発する大規模災害に対する備えの観点から、食料備蓄を推進するなど、災害に備えた取組を推進します。

### 取り組むべき施策

#### ○健康寿命の延伸につながる食育の推進（健康推進課）

生活習慣病の予防及び改善につながる食育を推進するとともに、生活習慣病を予防し、健康寿命の延伸を図ることを目的とした健康づくり運動（「第3次健康おかやま21」）等を通じて、健全な食生活、健康づくりのための身体活動の実践につながる取組を推進します。

### ○歯科保健活動における食育の推進（健康推進課）

健康寿命の延伸には、健全な食生活が大切であり、よく噛んでおいしく食べるためには口腔機能が十分に発達し維持されることが重要です。このため、摂食・嚥下等の口腔機能について、乳幼児期における機能獲得から高齢者における機能の維持・向上等、生涯を通じてそれぞれの時期に応じた歯と口の健康づくりを推進します。

### ○食品関連事業者等における食育の推進（健康推進課）

健康で豊かな食生活を支える役割を担う食品関連事業者等においては、健康に配慮した商品やメニューの提供、減塩など健康づくりに関する取組等を行うように働きかけます。

### ○職場における従業員等の健康に配慮した食育の推進（健康推進課）

従業員等が健康であることは、従業員等の活力や生産性の向上等の組織の活性化をもたらすことから、職場の食堂等においては、望ましい食生活を実践できるよう、対象者に合わせた給食、健康に配慮したメニューの提供、食に関する情報の提供などが行われるよう働きかけます。

また、生活習慣病予防を推進するため、市町村やボランティアと連携して働き盛り世代の健康づくりに取り組みます。

### ○食文化の継承（健康推進課、農産課、農村振興課）

伝統的な食文化については、子どもが早い段階から興味・関心を持って学ぶことが大切です。地域では、市町村やボランティアが行う食育教室や体験活動等において、地域の伝承料理や特産物を使った料理を作るなど、食文化の普及と継承に向けた取組を展開していきます。

### ○日本型食生活の実践の推進（健康推進課、農政企画課）

ごはん等を主食としながら、主菜・副菜を組み合わせ、栄養バランスに優れた「日本型食生活」を実践することが大切です。関係機関・団体と連携のもと、若い世代に対する米やごはん食の大切さの啓発、米飯給食の推進、地産地消の推進を通じた県産米の利用促進を行い、食や農林水産業への県民の理解を深めます。

### ○災害時に備えた食育の推進（健康推進課）

大規模災害等に備えた防災知識の普及は重要です。また、国の物資支援による食料品の提供や、県や市町村、民間企業等における食料品の備蓄に加え、家庭での取組も重要です。

家庭においては、最低でも3日分、できれば1週間分程度備蓄する取組を推進し、災害時に使用する非常食のほか、ローリングストック法による備蓄など各家庭に合った備えをするよう情報発信を行います。

## 用語の解説等

### 健康寿命

健康状態で生活することが期待される平均期間、またはその指標の総称を差すものであり、次の3指標を参考にしています。

- ① 日常生活の制限のない期間の平均
- ② 自分が健康であると自覚している期間の平均
- ③ 日常生活が自立している期間の平均

### フレイル

加齢とともに、心身の活力（例えば運動機能や認知症機能等）が低下し、複数の慢性疾患の共存の影響もあり、生活機能が障害され、心身の虚弱化が出現した状態であるが、一方で適切な介入・支援により、生活機能の維持向上が可能な状態のこと。

### サルコペニア

高齢になるに伴い、筋肉の量が減少していく現象。

## コラム

### ローリングストック法

「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。

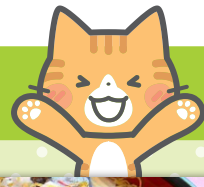
家族構成（乳幼児、高齢者等）や食物アレルギー等にも配慮した食品を備えておくことが大切です。



（出典）農林水産省：家庭備蓄ポータルサイト  
<https://www.maff.go.jp/j/zyukyu/foodstock/index.html>







### 【まつり寿司 / ばら寿司】

江戸時代、備前岡山藩主、池田光政の「儉約令」において、食膳は一汁一菜とするとされました。すしの上にたくさんうまいものをのせ、一菜とし、魚や野菜をすし飯に混ぜ込み、これに一汁を加えたものです。体裁だけは一汁一菜とした「知恵と工夫」により、現在のばら寿司が誕生しました。

古くから岡山米は、良質米としての名声も高く、この良質米で作られたばら寿司は、岡山の名物であり、最高の晴れ食、行事食です。



### 【ままかり料理】

岡山では「さっぱ」は「ままかり」と呼ばれ、「ままかり料理」として多く消費されています。

おいしくて食がすすみ、隣にまま（米飯の岡山方言）を借りに行く、ということからままかりと名づけられました。

「ままかり料理」には酢漬け、塩焼き、から揚げなどがあります。祭りや祝い事の際には、ままかりの開きを酢漬けにしてにぎり寿司にした「ままかり寿司」がよく用いられます。



### 【さば寿司】

室町時代から、県内を南北に通じた河川交通が頻繁であり、高梁、旭、吉井の三大河川で、県北からの帰り荷に、瀬戸内海産の塩いわしや塩さばが運ばれました。また、県北には、日本海産の塩さばが山陰から入り、秋祭りの姿寿司のさば寿司が晴れ食として伝わっています。



### 【蒜山おこわ】

蒜山地方には、大山の信仰が厚く、西北にそびえる霊峰を崇拝していました。

この大山参りの土産として持ち帰られた大山おこわが、蒜山おこわの起源と言われ、地元では、田植えの後の「しろみて」の行事食、晴れ食として親しまれています。



詳しくはこちら

・岡山県栄養改善協議会「～大切にしたい、岡山の味～郷土料理レシピ集」

[https://www.pref.okayama.jp/uploaded/life/885250\\_8432655\\_misc.pdf](https://www.pref.okayama.jp/uploaded/life/885250_8432655_misc.pdf)

・農林水産省「うちの郷土料理」

[https://www.maff.go.jp/j/keikaku/syokubunka/k\\_ryouri/search\\_menu/area/okayama.html](https://www.maff.go.jp/j/keikaku/syokubunka/k_ryouri/search_menu/area/okayama.html)

## 「和食；日本人の伝統的な食文化」とは

平成25（2013）年12月に「和食；日本人の伝統的な食文化」がユネスコ無形文化遺産に登録されました。登録された「和食」とは、料理そのものではなく、「自然を尊ぶ」という日本人の気質に基づいた「食」に関する「習わし」と位置づけています。

## 「和食」の4つの特徴

## ① 多様で新鮮な食材とその持ち味の尊重

日本の国土は南北に長く、海、山、里と表情豊かな自然が広がっているため、各地で地域に根差した多様な食材が用いられています。また、素材の味わいを活かす調理技術・調理道具が発達しています。

## ② 健康的な食生活を支える栄養バランス

一汁三菜を基本とする日本の食事スタイルは理想的な栄養バランスと言われています。また、「うま味」を上手に使うことによって動物性油脂の少ない食生活を実現しており、日本人の長寿や肥満防止に役立っています。

## ③ 自然の美しさや季節の移ろいの表現

食事の場で、自然の美しさや四季の移ろいを表現することも特徴のひとつです。季節の花や葉などで料理を飾りつけたり、季節に合った調度品や器を利用したりして、季節感を楽しみます。

## ④ 正月などの年中行事との密接な関わり

日本の食文化は、年中行事と密接に関わって育まれてきました。自然の恵みである「食」を分け合い、食の時間を共にすることで、家族や地域の絆を深めてきました。



今一度、  
和食の良さを日々の生活の中で考え、  
見直してみましょう。

出典：農林水産省ホームページ

### (3) 学校園・保育所等における食育の推進

#### 現状と課題

保育所においては、「幼稚園教育要領」、「保育所保育指針」、「幼保連携型認定こども園教育・保育要領」に沿って、食育の推進を図っており、学校においては栄養教諭が「食に関する指導に係る全体計画」の作成、見直しを行い、計画的、継続的な指導を行っているところですが、依然として、朝食の欠食、偏った栄養摂取、肥満や過度のやせ等が現在の児童生徒の食生活や健康に関する課題として、指摘されています。

岡山県学校保健概要によると、小学校、中学校及び高等学校においては、肥満及び痩身ともに発現率が令和3（2021）年度より増加しています。

児童生徒がそれぞれの成長期に応じて適切に発育発達するためには、引き続き、成長や活動に必要なエネルギーや栄養素を適切に食事から摂取できるようにし、望ましい食習慣を定着させる必要があります。

また、全体指導では解決しにくい課題を抱える児童生徒については、養護教諭等と連携し、個別的な相談指導を行う必要があります。

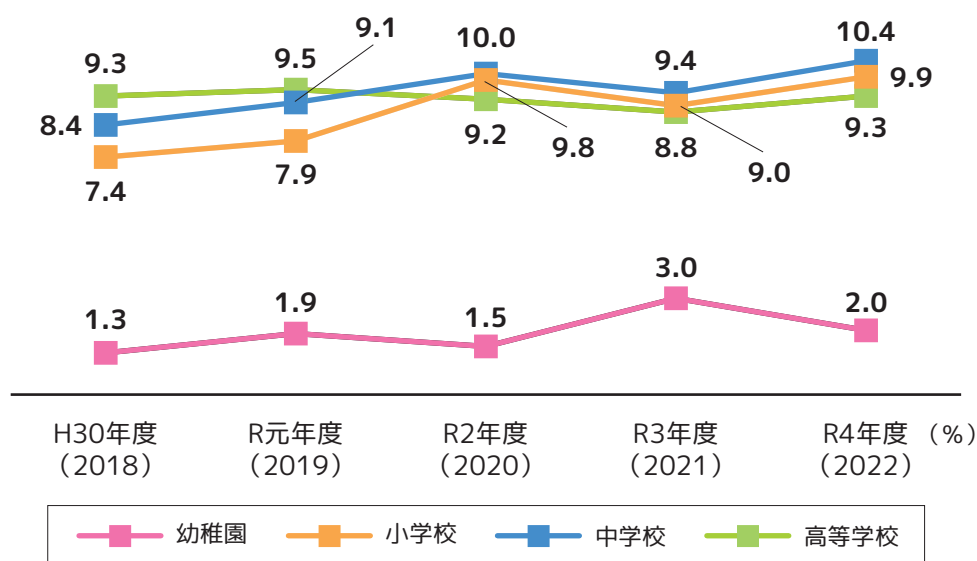


図3-2-13 肥満の状況（肥満度20%以上）

（資料：岡山県学校保健概要）

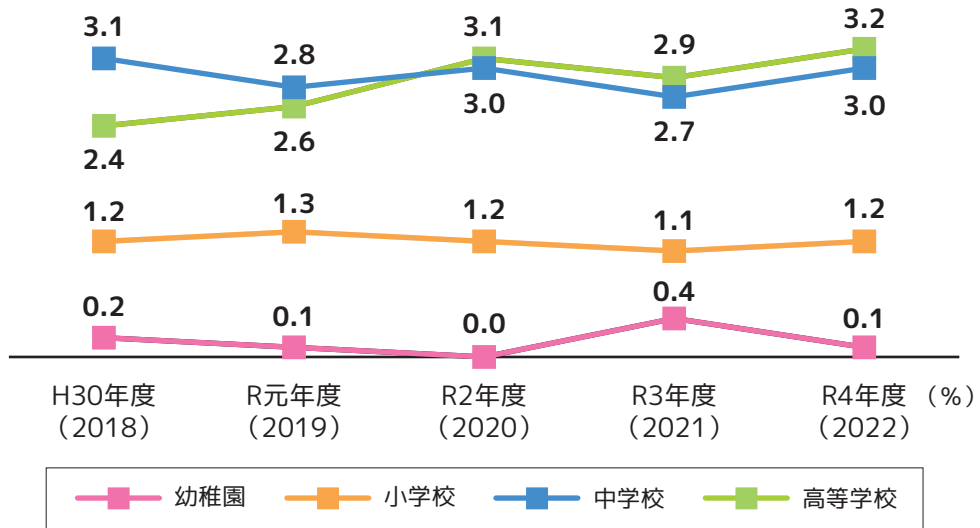


図3-2-14 瘦身の状況（肥満度-20%以下）

（資料：岡山県学校保健概要）

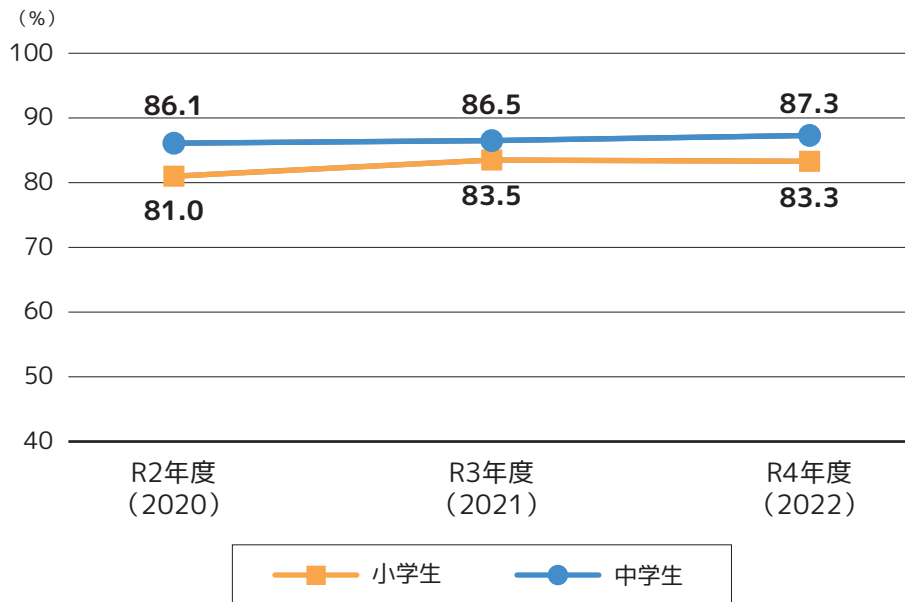


図3-2-15 栄養バランスを考えて食事をとることは大切だと思う児童生徒の割合の推移

（資料：児童生徒の食に関する意識調査）

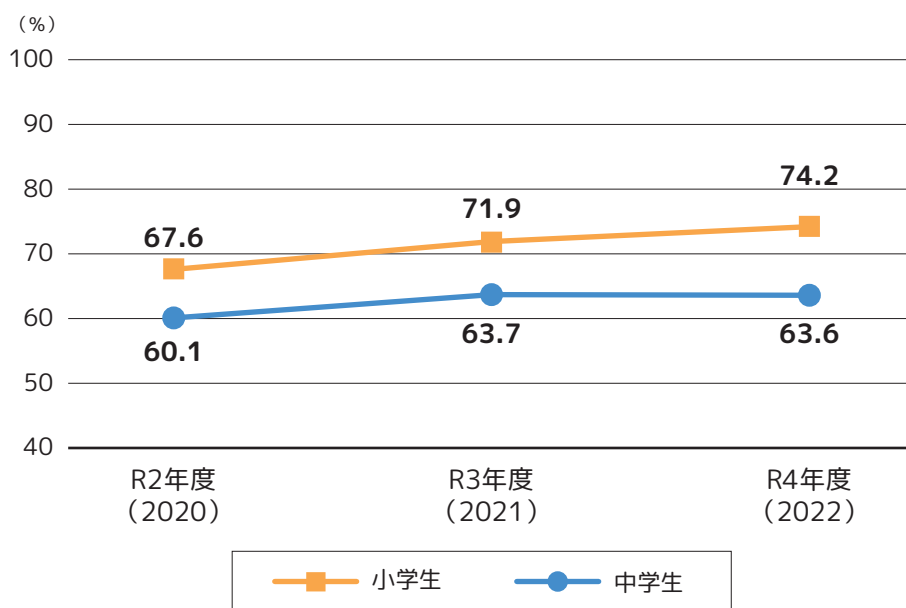


図3-2-16 家族などと一緒に食事をとることは大切だと思う児童生徒の割合

(資料：児童生徒の食に関する意識調査)

県産食材の使用割合は、現状を維持または向上させることを目標とし、学校給食への活用を推進しています。しかし、物価高騰等の影響もあり、食材料費とのバランスを見ていく必要があります。

また、「伝統的な食文化や行事食を学ぶことは大切だと思う」と答えた児童生徒は約半数となっており、今後も地場産物を使った郷土食や行事食を積極的に学校給食に取り入れ、無形文化遺産である「和食」の継承に努める必要があります。

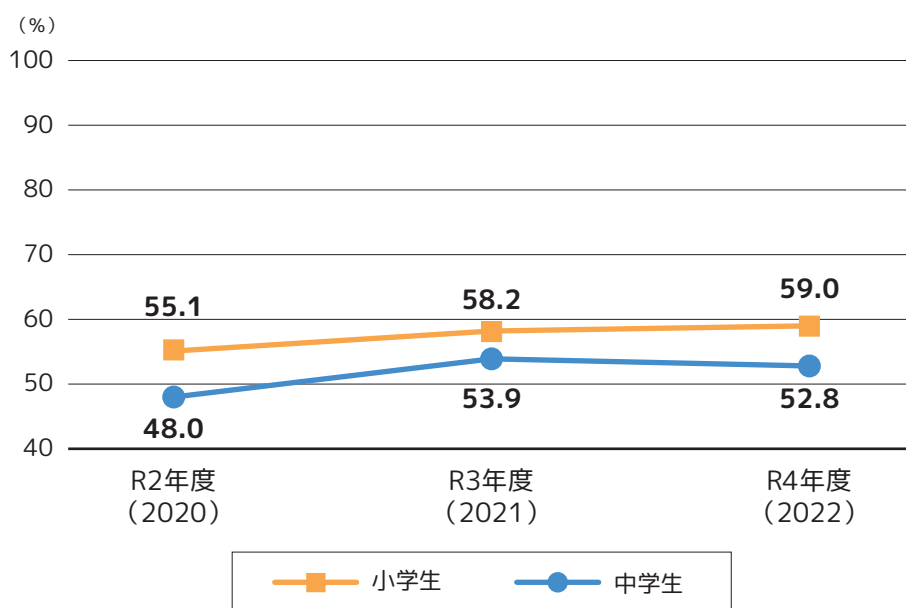


図3-2-17 伝統的な食文化や行事食を学ぶことは大切だと思う児童生徒の割合

(資料：児童生徒の食に関する意識調査)



## 方向性

学校園、保育所等には、食育を進めていく場として役割を担うことが求められています。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、豊かな人間性を育む基礎となるものです。

児童生徒が「朝食を毎日きちんと食べること」や生活習慣病予防のための「うす味」、「野菜摂取」など、食に関する正しい知識や望ましい食習慣を身に付け、適切な栄養の摂取による健康の保持増進が図られるよう、給食内容や指導内容の充実を推進していきます。

また、肥満等、栄養の過剰摂取に加え、やせ傾向にある若い女性が増加しているなどの問題も生じています。栄養士や栄養教諭等が中心となって、身体活動の観点も含めた、食と健康に関する総合的な対策を推進していきます。

## 取り組むべき施策

### ○食に関する指導の充実（保健体育課）

学校では、学習指導要領に示された食育の推進を踏まえ、給食の時間、家庭科や保健体育科をはじめとする各教科、総合的な学習の時間等、学校教育活動全体を通じて食育を組織的・計画的に推進します。栄養教諭が中心となり、学校の実態に応じて教職員の連携・協働を踏まえた「食に関する指導の全体計画」の改善と、その実施を推進します。

さらに、効果的な食育の推進を図るために、各学校において、校長のリーダーシップのもと、学校、家庭、地域、関係団体等が連携・協働して取組を推進します。

### ○学校給食の充実（保健体育課）

学校給食において県産食材や郷土食を献立に活用することは、地域の食文化の伝承や農林水産業への理解を深める上で大変重要です。市町村が中心となり、県産食材の利用促進のため、農林水産部局や農林水産業関係者、生産者団体、流通関係者等のネットワーク体制をつくり、学校給食への県産食材の安定供給に努めます。また、学校給食の食べ残し削減に取り組むなど、食べ物への興味・関心や、食を大切にする気持ちを育み、学校給食を食に関する指導の生きた教材としてより効果的に活用します。



## ○就学前の子どもに対する食育の推進

### （総務学事課、子ども未来課、義務教育課）

乳幼児期は、生涯にわたる健康づくりの基盤となる重要な時期であることから、就学前の子どもへ、発育・発達段階に応じて健全な食生活を実践し、望ましい食習慣を定着させるとともに、豊かな食体験を積み重ねていくことができるよう、幼稚園、保育所及び認定こども園等において、家庭や地域と連携しつつ、様々な取組を推進します。

また、食育の指導に当たっては、施設長、幼稚園教諭、保育士、保育教諭、栄養士、調理員等の協力のもとに食育計画を作成し、食を通じて、健康な心と身体、人と関わる力を養い、伝承されてきた食文化への関心、自然の恵みとしての食材や、調理する人への感謝の気持ちを育むように努めます。



## 食事のマナー

食事中の姿勢やあいさつ、食器やはしの持ち方、並べ方など、基本的なマナーを習得し、楽しい雰囲気ではみんなと一緒に会食ができるようになることは、相手を思いやることに繋がり、豊かな人間関係を作る能力を身につけることにもなります。

### ■ あいさつの意味

#### 食事を始める前の「いただきます」

「いただきます」には、「野菜や肉や魚などの生き物の命をいただいて、私の命とさせていただきます」という感謝の気持ちが込められています。

#### 食べ終わったら「ごちそうさま」

「ごちそうさま」は、「ご馳走様」。馳走は走り回るという意味です。食事を作るために食材を育てたり、集めたり、料理をしたりしてくれたことへの感謝の気持ちが込められています。

### ■ 正しいはしの持ち方

はしの持ち方にはマナーがあり、食事作法の基本となります。



①正しいえんぴつの持ち方ではしを1本もつ。



②はしを「1の字」を書くようにたてにうごかす。



③もう1本のはしを親指のつけねから、中指とくすり指の間に通す。



④上のはしだけを動かすように練習する。



### ■ よくないはしの使い方



どれを食べようか、迷ってはしを動かすこと



遠くから挟んで、汁をたらしながら、はしを動かすこと



はしで食器をよせること



はしで食べ物をさして食べること



はしを持ったまま、食器を同じ手で持つこと



はし同士で料理をわたすこと

出典：文部科学省「楽しい食事 つながる食育」

## (4) 生産流通等における食育の推進

### 現状と課題

食料及び飼料等の生産資材の多くを海外からの輸入に頼っている一方で、日本では、世界全体の食料援助量を大きく上回る量の食品ロスが発生しています。

食品ロスは、「食」に関するさまざまな場面で発生しており、令和3（2021）年度の全国の食品ロス量は523万トンで、国民1人当たり1日約114g（茶碗約1杯のご飯の量に近い量）、年間約42kg（年間1人当たりの米の消費量（約51kg）に近い量）に相当するといわれています。

また、事業系の食品廃棄物等のうち、規格外品、返品、売れ残り、食べ残しなど、可食部分と考えられる量が、全国で約279万トン、家庭系の食品廃棄物のうち、食べ残し、過剰除去など、可食部分と考えられる量が、全国で約244万トン（令和3（2021）年度推計）といわれています。

食品ロスを減らすためには、事業者、家庭双方での取組が必要です。

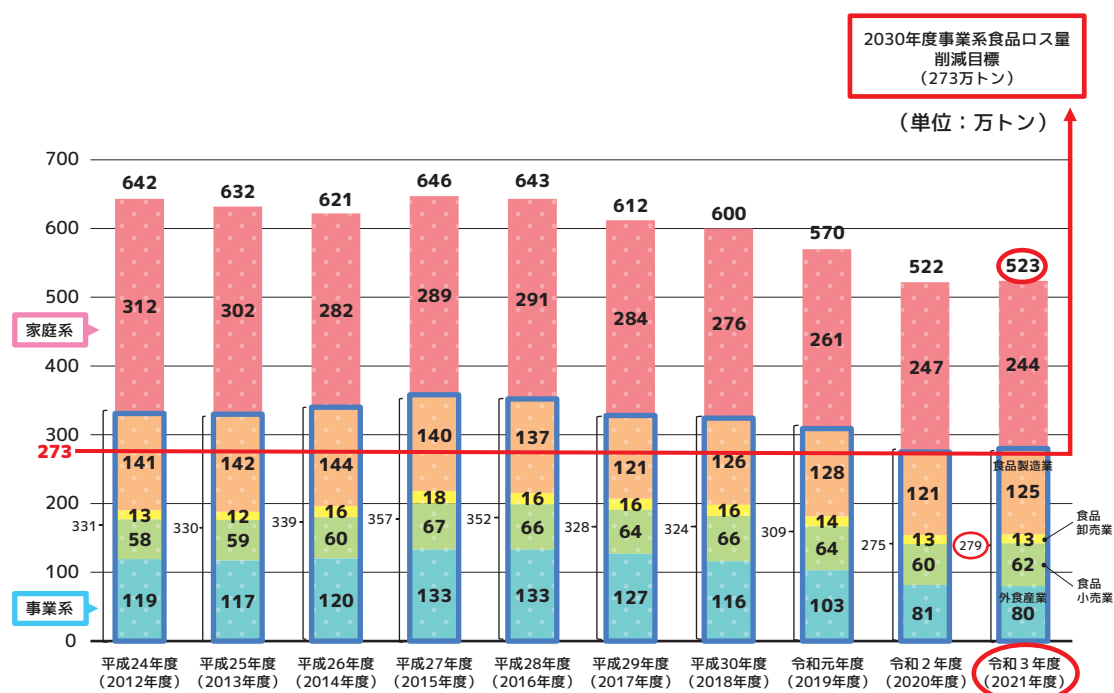


図3-2-18 食品ロス量の推移（平成24（2012）～令和3（2021）年度）

（資料：農林水産省公表資料（一部改変））

## 方向性

食への感謝の念を深めるためには、自然や社会環境との関わりの中で、食べ物の生産から消費に至る食の循環を意識し、生産者をはじめとして多くの関係者により食が支えられていることを理解することが大切です。生産者と消費者との交流の促進や、農林漁業の活性化等を図り、農林漁業への関心と理解を深めていきます。

また、食品ロスが大量に発生することにより、環境への負荷が生じてしまうことから、「もったいない」という精神で、食べ物を無駄にせず、食品ロスの削減に取り組むことは、環境面に配慮した食育として大切です。

## 取り組むべき施策

### ○地産地消の推進（農村振興課）

県産食材を積極的に利用している小売店等を「おかやま地産地消協力店」として認証し、県やJ A等が行うイベント等へ参加を促すとともに、インターネット等を活用し情報を発信することで、地産地消を推進します。

### ○農林漁業者等による食育の推進

#### （農産課、畜産課、農村振興課、水産課）

農林漁業に関する体験活動は、農林水産物の生産現場への関心や理解を深める上で重要であり、農林漁業者自らが、学校、保育所等の教育・保育関係者をはじめとした食育を推進する広範な関係者等と連携し、幅広い世代に対し、農林漁業に関する多様な体験の機会を積極的に提供するよう努めます。

### ○食品ロス削減を目指した運動の展開（循環型社会推進課）

食品ロス削減月間キャンペーンの実施等による啓発や情報発信を通じて、意識を醸成し、実践行動につなげるなど、食品ロスの削減を促進します。



## (5) 県民が自ら食育を実践できる環境づくり

### 現状と課題

当項目については、食の安全「基本施策6 適正な表示の確保」及び「基本施策10 食の安全・安心情報の提供の充実」の記述を参照とします。

### 方向性

健全な食生活を実践するためには、県民自らが、食生活や健康に関する正しい知識や安全で安心な食品を選択できる力を身に付けることが重要です。しかし、インターネット等の普及により、食に関する様々な情報が氾濫し、信頼できる情報を見極めることが難しい状況もあります。このため、食の安全に関する知識の普及、食品の適正表示の推進等、県民が食の安全に関心を持って行動するための施策を推進していきます。

### 取り組むべき施策

#### ○食に関する正確な情報発信（くらし安全安心課、健康推進課、生活衛生課、農産課、畜産課、林政課、水産課）

県民が健全な食生活を実践するために、食品の安全性や栄養等に関する正確な情報について、県民の誰もが分かりやすく入手しやすい環境づくりを推進します。

#### ○食品表示の適正化の推進（くらし安全安心課、健康推進課、生活衛生課、農産課、畜産課、林政課、水産課）

食品の安全性及び消費者の自主的かつ合理的な食品選択の機会を確保するため、食品表示の適正化に取り組めます。また、表示を行う事業者に対し、適正な表示が行われているか確認するとともに、試験検査を行い、添加物、アレルゲン、遺伝子組換え食品等の表示が適正に行われているかを確認します。さらに、機能性表示食品をはじめとした食品の機能性を表示する制度等について、消費者、事業者等の十分な理解の促進を図ります。

## 目 標

### ①食の安全・安心情報の発信回数

健康的な食生活を実践するためには、県民の誰もが食品の安全性や栄養素等に関する正確で分かりやすい情報を入手しやすい環境づくりを推進することが重要です。食に関する正確な情報をより多く発信することを目標とします。

**目標** 食の安全・安心情報の発信回数 300回（累計）

### ②食品衛生監視指導計画の試験目標件数達成率

食品の安全性及び消費者の自主的かつ合理的な食品選択の機会を確保するためには、食品表示の適正化に取り組むことが重要です。試験検査を行い、添加物、アレルギー、遺伝子組換え食品等の表示が適正に行われているかを確認します。

**目標** 食品衛生監視指導計画の試験目標件数達成率 100%以上

※①、②の目標については、「食の安全・安心の確保」における基本施策の達成目標と同様。



## 食品表示を見てみよう！

食品の包装やパッケージには、食品表示法（平成27（2015）年4月1日施行）に基づき、産地や期限、アレルギー物質、栄養成分などの情報が表示されています。表示にはどのような意味があるかを知り、「食品表示」を上手に利用しましょう。

名称：肉だんご ①  
 原材料名：豚肉（国産）、ゼラチン、食塩、砂糖、しょうゆ（大豆、小麦を含む）、香辛料（小麦を含む）、酵母エキス ②  
 添加物：調味料（アミノ酸）  
 内容量：100g  
 賞味期限：2029. 3. 31 ③  
 保存方法：直射日光を避け、常温で保存してください。  
 製造者：〇〇食品株式会社  
 岡山県〇〇市〇〇町××-△△

### ① 原材料の産地の表示

国内で作られた加工食品には、重量割合が最も高い原材料に産地が表示されています。（原材料が加工食品の場合はその製造地）

### ② アレルギー表示

食品による健康被害を防止するため、容器包装された加工食品にはアレルゲンが表示されています。

○表示されるアレルギー物質（特定原材料等について）

必ず表示される8品目（特定原材料）	えび、かに、くるみ、小麦、そば、卵、乳、落花生（ピーナッツ）
表示が勧められている20品目（特定原材料に準ずるもの）	アーモンド、あわび、いか、いくら、オレンジ、カシューナッツ、キウイフルーツ、牛肉、ごま、さけ、さば、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、まつたけ、もも、やまいも、りんご、ゼラチン

※食物アレルギーは極微量でも発症する可能性があることから、加工食品1kgに対して数mg以上含まれる場合は、表示されます。

※特定原材料等の品目名は、令和6年2月現在のものです。

### ③ 期限表示

※未開封の状態で、保存方法に表示されている方法で保存した場合の期限です。

消費期限：品質が保持される期限。

（期限を過ぎると、腐ってしまうなど衛生上の危害が生ずる可能性が高くなる）

弁当や総菜など品質の劣化が早い食品に表示されています。

賞味期限：期待される全ての品質の保持が十分に可能であると認められる期限。

（期限を過ぎてもすぐに食べられなくなるわけではない）

缶詰やスナック菓子など品質が比較的長く保持される食品に表示されています。

### ④ 栄養成分表示

食品や料理にどのような栄養成分がどのくらい含まれているのかを示しています。エネルギー、たんぱく質、脂質、炭水化物、食塩相当量の5項目が義務表示となっています。

#### 栄養成分表示（100g当たり）④

エネルギー	〇〇〇kcal
たんぱく質	〇〇. 〇g
脂質	〇. 〇g
炭水化物	〇. 〇g
食塩相当量	〇. 〇g



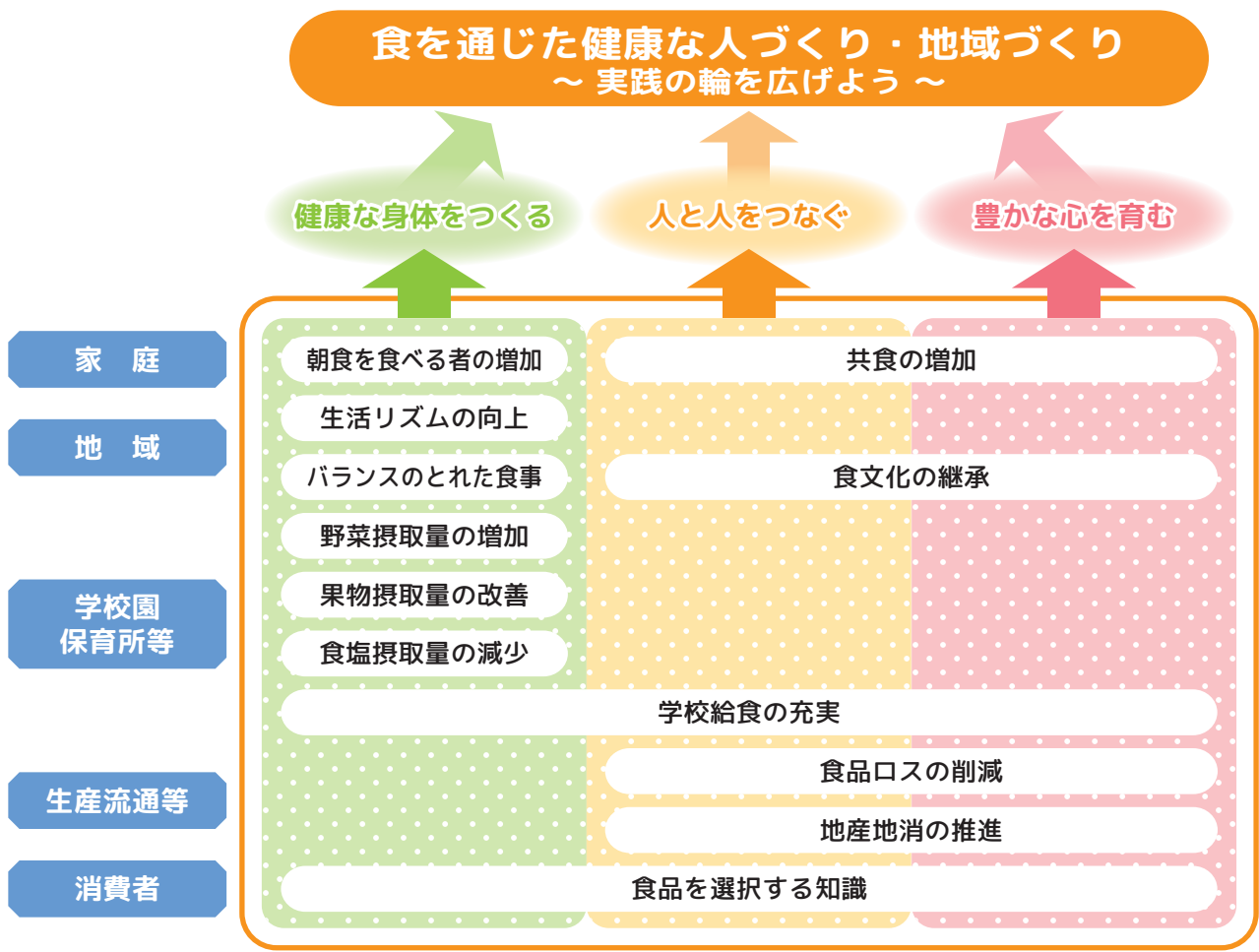


図3-2-19 食育推進施策の方向性

## Ⅲ これまでの成果・取組

### 1 これまでの成果

岡山県食の安全・食育推進計画の中で掲げている目標値について、策定時の値と直近値を比較し、以下の区分で評価した。

評価区分	
A	改善している
B	変わらない
C	悪化している
D	設定した指標又は把握方法が異なるため評価が困難

#### (1) 共食の機会の増加

(ほとんど毎日家族と一緒に食事を食べる子どもの割合の増加)

指 標	策定時 (H28 (2016))	実績 (R3 (2021))	目標値	評 価
朝食	小学生	76.4%	増加	C
	中学生	65.1%	増加	C
夕食	小学生	91.0%	増加	B
	中学生	86.0%	増加	C

(資料：県民健康調査)

小学生は朝食の共食の機会の割合は悪化しているが、夕食の共食の割合は変わらない。中学生は朝食、夕食ともに共食の割合は悪化している。

#### (2) 朝食を毎日食べる者の割合の増加

指 標	策定時 (H28 (2016))	実績 (R4 (2022))	目標値	評 価
朝食	小学生	91.7%	100%	C
	中学生	85.3%	100%	C

(資料：健康推進課調べ)

小学生、中学生ともに朝食を毎日食べる者の割合は、策定時と比較して悪化している。

### (3) 適切な量と質の食事をとる者の増加

(主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日がほぼ毎日の者の割合の増加)

指 標	策定時 (H28 (2016))	実績 (R3 (2021))	目標値	評 価
適切な量と質の食事 をとる者の増加	44.6%	37.4%	50%	C

(資料：県民健康調査)

適切な量と質の食事をとる者(主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日がほぼ毎日の者)の割合は、策定時と比較して悪化している。

### (4) 野菜摂取量

指 標	策定時 (H28 (2016))	実績 (R3 (2021))	目標値	評 価
野菜摂取量	262.3g	232.4g	350g	C

(資料：県民健康調査)

野菜摂取量は、策定時と比較して悪化している。

### (5) 食塩摂取量

指 標	策定時 (H28 (2016))	実績 (R3 (2021))	目標値	評 価
食塩摂取量	9.5g	10.8g	8g	C

(資料：県民健康調査)

食塩摂取量は、策定時と比較して悪化している。

### (6) 栄養成分表示の店登録数

食品表示法が施行され「栄養成分表示の店」登録事業の見直しを行ったため、評価困難。

## 2 これまでの取組

### 食育推進施策1 家庭における食育の推進

No.	施策名	部局	事業内容	R4(2022)年実績
1	朝食毎日きちんと食べよう大作戦	保 医 (健推)	朝食欠食率の高い若い世代に対して、朝食の大切さの普及啓発を実施し、「第2次健康おかやま21セカンドステージ」の目標である学童期の朝食摂取率100%の達成に向けて、おにぎりづくりを中心とした普及啓発イベントを行う。	<p>事業名：朝食毎日きちんと食べよう大作戦</p> <p>期 日：令和4(2022)年8月3日</p> <p>場 所：岡山県庁3階大会議室</p> <p>参加者：児童ほっとクラブ13名、県副知事、栄養委員、事務局員</p> <p>内 容：食育〇×クイズ、ミニゲーム「ミニコンビニエンスストアで朝食を選んでみよう!」</p> <p>〇朝食を毎日食べる者の割合 小学生 87.7%、中学生 80.8%</p>
2	「ぱっちり!モグモグ」生活リズム向上キャンペーン	教 育 (生涯)	早寝、早起き、朝ごはんなど、子どもの望ましい基本的な生活習慣を育成し、生活リズムの向上を一層推進するために、市町村をはじめ、学校、幼稚園やPTA等の関係団体、保健医療部局等とも連携し、地域ぐるみで取組を推進する。	<p>キャンペーン月間とキャンペーン週間において、チャレンジカードの活用、家庭や学校での取組についての啓発をした。</p> <p>キャンペーン後の取組では、工夫して取組を行っている9校園を表彰した。さらに、優秀賞の中でも他団体へ普及すべき特に優れた活動を行っている2小学校、1幼稚園を最優秀賞として表彰した。</p>

### 食育推進施策2 地域における食育の推進

No.	施策名	部局	事業内容	R4(2022)年実績
3	給食施設管理者・従事者研修会の開催	保 医 (健推)	給食施設の管理者・従事者に対して、栄養管理・衛生管理等についての研修を行い、利用者の健康保持、増進を図る。	<p>〇給食施設管理者研修会 回 数：5回 参加者：287施設372人</p> <p>〇給食施設従事者研修会 回 数：6回 参加者：227施設340人</p> <p>〇岡山県特定給食関係者研修会（岡山県学校給食協議会委託） オンライン開催（動画配信） 視聴回数：動画6本 計3,831回</p> <p>〇岡山県栄養士研修会（岡山県栄養士会委託） 参加者：97人</p>
4	健康づくり普及事業	保 医 (健推)	「健康づくりのための食生活指針」の基本を踏まえて、住民の健康づくりに対する意識を高め、望ましい食習慣の定着を促進するため、地域の特性に応じた事業を実施する。	<p>〇健康づくり普及教室 (1) 栄養委員研修会 417回、6,472人 (2) 食生活講座 967回、17,076人</p> <p>〇健康づくり普及イベント 136回、10,971人</p>

No.	施策名	部局	事業内容	R4（2022）年実績
5	食育ネクストステージプロジェクト	保 医 （健推）	保健所・支所が中心となり、関係機関・団体等と連携し、小・中学生を対象に、計画に掲げる目標「朝食を毎日食べる者の割合100%」を達成するための事業を展開する。	○ジュニア食育プロジェクト検討会 回数：12回 ○地域版朝食毎日きちんと食べよう大作戦 回数：6回 参加者：440人 ○「食育ナビ～減塩編～」をリニューアルした。
6	ホームページ「第2次健康おかやま21」の充実	保 医 （健推）	21世紀の県民健康づくり指針「第2次健康おかやま21セカンドステージ（食育含む）」を広く県民に普及するために開設したホームページの充実を図る。	健康おかやま21に関する情報をホームページに記載
7	おかやま食育推進協賛事業	保 医 （健推）	地域で活動を行っている各種団体や、学校、企業、市町村等が行う事業で、食育推進の目的に沿って実施される事業を協賛事業として認定し、ホームページ等に掲載し活動を紹介する。よい事例は表彰を行う。	おかやま食育推進協賛事業 1件認定 （当初からの認定数は98件）

### 食育推進施策3 学校園・保育所等における食育の推進

No.	施策名	部局	事業内容	R4（2022）年実績
8	学校給食担当者等研修講座	教 育 （保体）	学校給食と食育（食に関する指導）の意義と役割について認識を深め、安全で魅力ある学校給食及び学校給食指導の充実を目的に実施する。	隔年実施のため令和4（2022）年度は実施なし
9	岡山県学校給食研究協議大会	教 育 （保体）	学校給食の意義と役割について認識を深め、その指導と管理運営の改善充実を図るため、当面する諸問題（衛生管理、栄養管理、健康問題等）について研究協議を行い、学校給食の充実発展と、職員の資質向上を図る。	令和4（2022）年7月26日（火）に岡山県学校給食研究協議大会をコンベックス岡山で開催し、県内の学校給食関係者、栄養教諭・学校栄養職員及び学校給食調理員に対して、効果的な栄養指導についてや、おいしい給食の提供と発信について研修を行った。
10	「運動部活動方針」実践推進事業（部活動を通じた食育の実践）	教 育 （保体）	部活動の場面において、スポーツ栄養に基づく食に関する指導を行い、生徒がそれぞれの成長期に応じて適切に発育発達し、パフォーマンスを最大限に発揮することができるよう実践研究を行う。	各モデル中学校において、公益社団法人岡山県学校栄養士会から派遣された公認スポーツ栄養士のアドバイスの元、運動部活動においてスポーツ栄養学に基づく食に関する指導を行った。 企業、大学とも連携し、食育講演会や講義を実施するなど、該当部活動に限らず学校全体での取組を行った。



No.	施策名	部局	事業内容	R4 (2022) 年実績
11	噛ミング30運動	保 医 (健推)	園児・児童がよく噛んで食べることに関心が持てるよう歯科衛生士を派遣し、学校園と連携して、食べ方の発達支援及び知識の普及啓発を行う。	実施校園 24校園 参加者数 846人
12	岡山県学校歯科保健研修会	保 医 (健推) 教 育 (保体)	学校歯科保健関係者を対象に研修会を開催し、資質の向上を図る。	令和4(2022)年12月8日(木) 岡山市市民会館 主催：岡山県歯科医師会 岡山県教育委員会 対象：歯科医師、歯科衛生士、学校の歯科保健担当者等

## 食育推進施策4 生産流通等における食育の推進

No.	施策名	部局	事業内容	R4 (2022) 年実績
13	食環境整備事業 「栄養成分表示の店」登録事業	保 医 (健推)	飲食店で提供しているメニュー(献立)のうち、提供頻度の高い献立5つ程度について、エネルギー、たんぱく質、脂質、炭水化物、食塩相当量を表示する店舗の登録を行い、食を通じた健康づくりを推進する。	栄養成分表示に協力する施設の数 279施設 (R5(2023).3.31現在)
14	学校給食用牛乳供給事業	農 水 (畜産)	安全で質の高い県産牛乳を学校給食に継続して安定供給することで、児童生徒の体位体力の向上と牛乳の消費拡大に資する。	550校 164,414人 29,562,966本(200ml換算)を供給
15	地産地消の推進	農 水 (農振)	「自分たちの住む地域で作られたものを、その地域で消費しよう」をキーワードに、生産者と消費者の相互理解を深め、安全で安心な県産農林水産物の安定供給と消費拡大を目指す。	地産地消のより一層の普及・定着を図るため、地産地消協力店の登録拡大を進めるとともに、地産地消協力店等をホームページで情報発信することで、地産地消の普及・定着を推進した。 R4(2022).3末：406店舗 R5(2023).3末：406店舗
16	米の消費拡大	農 水 (農企)	米を中心とした栄養バランスに優れた「日本型食生活」を定着させるため、今後の食生活の動向に大きな影響を及ぼす若い世代に重点を置き、米の重要性の啓発とごはん食の普及を進める。	これからの食・農を担う世代の子供たちに、米・ごはん食、稲作についての学びを深めてもらえた。
17	食品ロス・家庭ごみ削減促進事業	環 文 (循環)	食べられるのに廃棄される「食品ロス」の削減を進めるため、多方面への啓発を展開する。	①地域で食品ロス削減の輪を広げよう！モデル事業 県内3カ所(倉敷市2カ所、赤磐市1カ所)で実施 ②食品ロス削減月間キャンペーンの実施 10月1日～10月31日 ③食品関連事業者とフードバンクを繋ぐマッチングシステムの構築

## 食育推進施策5 県民が実践できる食育の推進

No.	施策名	部局	事業内容	R4 (2022) 年実績
18	栄養成分表示見とく(得)事業	保 医 (健推)	保健所・支所で講習会を開催し、加工食品・外食の栄養成分表示や保健機能食品制度に関する知識の普及を図る。	○まちなか講習会 回数：11回 参加者数：436人 ○「あなたの食生活お支えし隊」養成講座 回数：10回 参加者数：193人
19	食品表示に対する消費者の理解の促進	県 生 (安心) 農 水 (農産・畜産・林政・水産) 保 医 (生衛)	消費者が、表示内容を正しく理解し、購入時の選択に役立てたり、適切に食品を取り扱って健康危害が発生しないよう、食品表示に関する知識の普及を行う。	(安心) 会議等の場で周知を図った。 (生衛) 各保健所で衛生講習会を実施した。
20	食品表示法の周知及び相談対応	県 生 (安心) 農 水 (農産・畜産・林政・水産) 保 医 (生衛)	表示を行う事業者に対し、講習会の開催やパンフレットの配布を通じ、食品表示制度の周知を行うとともに、事業者からの相談には各担当課が窓口となって対応を行う。	(農産・安心) 直売所関係者や6次産業化に取り組む農業者、食品関連事業者等を対象に食品表示研修会を3回実施した。また、事業者からの相談に対応した。 (生衛) 各保健所で衛生講習会を実施した。また、衛生事項に関する食品表示相談への対応を行った。
21	表示を行う事業者への監視指導	県 生 (安心) 農 水 (農産・畜産・林政・水産) 保 医 (生衛)	定期的に製造施設や販売店へ立入を行い、適正な表示が行われているか、表示ミスや表示漏れを起こさない管理体制が構築されているかなどを確認する。また、原産地表示の偽装などの通報等に対しては、関係機関と連携し、必要な調査を行い、事実関係に基づいて厳正な対応を行う。	(安心) 表示の遵守状況調査を延べ96店舗に対して実施した。また被疑情報に基づいて13事業者を調査した。 (農産) 立入検査数：43回 (生衛) 立入検査実施店舗：74店舗
22	試験検査による表示の点検	保 医 (生衛)	流通段階の食品については、販売店での目視による点検だけでなく、検査によって添加物、アレルギー物質、遺伝子組換え等の表示が適正に行われているかを確認する。	302件