

# 滋賀県食育推進計画(第4次)

令和6年(2024年)3月

滋賀県

## 滋賀県食育推進計画(第4次)目次

第1章 はじめに .....	1
1. 計画策定の趣旨	
2. 計画の位置づけ	
3. 計画期間	
4. SDGs(持続可能な開発目標)への貢献	
5. MLGs(「琵琶湖」を切り口とした持続可能社会目標)への貢献	
第2章 食をめぐる現状と課題 .....	4
1. これまでの食育の取組状況	
2. 滋賀県食育推進計画(第3次)目標項目の評価と課題	
第3章 計画のめざすもの .....	12
1. 基本理念	
2. 滋賀の食育を進めるための3つの視点	
第4章 施策の展開 .....	13
1. 子どもから大人までの生涯にわたる食育の推進 .....	13
(1)家庭における食育推進	
(2)学校、保育所等における食育推進	
(3)地域、企業等における食育推進	
(4)多様な暮らしに対応した食育推進	
(5)豊かな高齢期のための食育推進	
(6)デジタル化に対応した食育推進	
2. 持続可能な食を支える環境の整備 .....	20
(1)地域の食文化の継承と創造	
(2)地産地消の推進	
(3)生産者と消費者の交流促進	
(4)環境に配慮した食育推進	
3. 県民との協働による食育運動の展開 .....	24
(1)食育推進体制の整備	
(2)食育推進活動者等の育成・支援	
(3)食育推進運動の普及・定着	
第5章 食育の推進に向けて .....	26
1. 食育推進の体制と役割	
2. 計画推進に向けた指標と数値目標	
3. 計画の進行管理	

# 第1章 はじめに

## 1. 計画策定の趣旨

「食」は命の源であり、生きていくために食は欠かせません。また、県民が健康で心豊かな暮らしを送るためには、健全な食生活を日々実践し、おいしく、楽しく食べることやそれを支える社会や環境を持続可能なものにしていくことが重要です。

現代は、食を取り巻く社会環境が大きく変化し、いつでも、どこでも食べ物を手にすることができる便利な世の中になりました。便利な反面、食の価値観が多様化し、食べ物により生かされていること、食べ物を作り育て調理する人への感謝の気持ちを感じることができなくなっています。また、世帯構造も変化し、家庭生活の状況が多様化する中で、こころと体を育む「食」を知り、感じ、身につけられる食育が改めて必要な時代になっています。

本県は、平成 19 年度に「滋賀県食育推進計画」を策定し、琵琶湖やそれを囲む豊かな自然を活かし、「食で育む 元気でこころ豊かにくらす滋賀」を目指して、関係団体・地域・学校・行政等が連携・協力して食育の推進に取り組んできました。

これまでの計画の推進により、食に関わる様々な機関・団体において食育事業が実施され、県内全市町において食育推進計画が策定されました。また、第3次計画においては、バランスのとれた食事に気をつけている人の割合の増加や環境こだわり農業の県民の認知度の向上や「おいしが うれしが」キャンペーンの県内登録店数の増加など、食育の取組が進んできました。

一方、子どもや若い世代における朝食欠食率や若い女性のやせ、働き盛り世代の肥満者の割合は増加傾向、食育に関心を持つ県民の割合は減少傾向にあるなど、食に関する課題は依然として多く残っています。

また、家庭の状況や生活が多様化する中で、誰一人取り残すことなく食育が広く浸透するよう、市町をはじめ関係団体など多様な食育関係者との連携がますます重要になっています。

さらに、食育活動は、新型コロナウイルス感染症の影響を大きく受けたことから、今後「新たな日常」においても食育を着実に実施するため ICT(情報通信技術)等のデジタル技術を有効活用して効果的な情報発信を推進していく必要があります。

今般、これまでの食育推進の成果や課題、食をめぐる現状や新たな課題について、本県の特性を生かし、総合的かつ計画的に食育を推進するため、「滋賀県食育推進計画(第4次)」を策定します。

## 2. 計画の位置づけ

本計画は、食育基本法の目的・基本理念を踏まえ、同法第 17 条第 1 項に定める「都道府県食育推進計画」として、すべての食育関係者(行政、教育、農林漁業者、

関連事業者)ならびに県民がそれぞれの役割に応じて連携・協力しながら食育に取り組むための基本指針とします。

なお、本計画は本県の「健康いきいき 21—健康しが推進プラン—」「滋賀県食の安全・安心推進計画」「滋賀県農業・水産業基本計画」「滋賀の教育大綱(滋賀県教育振興基本計画)」等関係計画との整合と調和を図りながら実施するものとします。

### 3. 計画期間

本計画の期間は、関連計画である「健康いきいき 21—健康しが推進プラン—」と同様、令和 6 年度(2024 年度)から令和 11 年度(2029 年度)までの 6 年間とし、計画期間中に状況の変化等が生じた場合には、必要な見直しを行うものとします。

### 4. SDGs(持続可能な開発目標)への貢献

SDGs は、2015 年(平成 27 年)9 月の国連サミットで採択された「持続可能な開発のための 2030 アジェンダ」に掲げられたもので、2030 年(令和 12 年)までに持続可能な世界の実現を目指す国際目標です。誰一人取り残さない持続可能な社会の実現のため、17 の目標と 169 のターゲットが定められています。

本計画では、17 の目標のうち主に以下の関する施策を展開し、SDGs の目標達成に貢献します。

	貧困をなくそう		飢餓をゼロに
	すべての人に健康と福祉を		質の高い教育をみんなに
	住み続けられるまちづくりを		つくる責任つかう責任
	陸の豊かさも守ろう		パートナーシップで目標を達成しよう

### 5. MLGs(「琵琶湖」を切り口とした持続可能社会目標)への貢献

MLGs は、琵琶湖版の SDGs として、2030 年(令和 12 年)の環境と経済・社会活動をつなぐ健全な循環の構築に向け、琵琶湖を切り口として独自に 13 の目標を設定しています。

本計画では、13の目標のうち主に以下に関する施策を展開し、MLGsの目標達成に貢献します。

	<p>生業・産業に地域の資源を活かそう</p>		<p>地元も流域も学びの場に</p>		<p>つながりあって目標を達成しよう</p>
---	-------------------------	---	--------------------	--	------------------------

～コラム～ 食育とは

生きる上での基本であって、知育・徳育・体育の基礎と位置づけられ、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、健全な食生活を実現することができる人間を育てることであり、食育基本法に定められています。



## 第2章 食をめぐる現状と課題

### 1. これまでの食育の取組状況

「国民が生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性をはぐくむ」(食育基本法第1条)ことを目的として、平成17年6月に食育基本法(平成17年法律第63号)が制定されました。

本県では、同法第17条第1項に基づく都道府県食育推進計画を平成19年6月に作成し、県、市町、関係機関、団体等が連携協力しながら基本施策に基づく食育の取組を進めてきました。平成24年度に第1次計画の評価を行ったところ、食育推進計画を策定している市町数、食育体験を実施する小学校数が増加するなど、食育推進体制が整い、子どもたちの食育体験が進みました。

第2次計画(平成25年度～平成29年度)の評価では、第1次計画の評価を踏まえ体験を通じた子どもへの食育をさらに進めるとともに、生活習慣病予防のための食育推進、家庭や地域における共食の推進により、食を通じた豊かな人間形成への取組を進めてきました。

第3次計画(平成30年度～令和5年度)では、バランスのとれた食事に気を付けている人の割合や環境こだわり農業の県民の認知度、「おいしが うれしが」キャンペーンの県内登録店数は増加しましたが、子どもや若い世代における朝食欠食率や若い女性のやせ、働き盛り世代の肥満者の割合は増加傾向にあり、食育に関心を持つ県民の割合は減少傾向にあります。また、新型コロナウイルス感染症の影響を大きく受け、対面を中心とした多くの食育活動は中止を余儀なくされました。反面、オンラインやデジタル技術の活用が浸透するきっかけとなりました。

### 2. 滋賀県食育推進計画(第3次)目標項目の評価と課題

滋賀県食育推進計画(第3次)において設定した10の項目の達成状況については表1のとおりです。

第3次計画策定時と直近値を比較し、目標達成した項目は◎、目標値に近づいている項目は○、改善していない項目は△としました。

表1 滋賀県食育推進計画(第3次)目標項目と基準値、現状値、目標値、評価

目標項目	基準値 【第3次計画策定時】 (H27年度)	現状値 (R4年度)	目標値 (R5年度)	評価	
①やせの人の割合の減少 ※1					
15～19歳女性	20.5%	27.7%	15.0%	△	
20歳代女性	20.4%	18.6%	15.0%	○	
②肥満者の割合の減少 ※1					
20～60歳代男性	25.8%	28.0%	22.0%	△	
③朝食の欠食率の減少					
※2	小5	2.8%(H28)	4.2%	1.0%	△
	中2	5.1%(H28)	6.6%	3.0%	△
	高2	8.4%(H28)	10.7%	5.0%	△
※1	20歳代男性	24.3%	29.1%	15.0%	△
	30歳代男性	18.7%	29.6%	15.0%	△
④バランスのとれた食事に気をつけている人の割合の増加 ※1					
20歳代男性	18.1%	60.7%	30.0%	◎	
20歳代女性	33.3%	65.5%	55.0%	◎	
30歳代男性	28.0%	61.5%	35.0%	◎	
30歳代女性	55.1%	76.3%	65.0%	◎	
40歳代男性	28.8%	73.0%	45.0%	◎	
40歳代女性	62.1%	82.0%	70.0%	◎	
⑤良く噛んで味わって食べることに興味のある人の割合の増加	72.5%(H28)※3	57.6%※1	80.0%	△	
⑥学校給食における地場産物を使用する割合の増加 (食材数ベース) ※4	29.7%(H28)	29.7%	30.0%	○	
⑦環境こだわり農業の県民の認知度の向上	47.1%(H28)※5	54.5%※6 (参考値)	50.0%(R2)	◎	
⑧「おいしが うれしが」キャンペーンの県内登録店数の増加 ※5	1,388店舗(H28)	1,681店舗	1,600店舗 (R2)	◎	
⑨食育に関心を持つ県民の割合の増加 ※1	60.1%	54.7%	90.0%以上	△	
⑩食育ボランティア数の増加 ※7	4,157人	3,714人 (R4.3)	4,500人	△	

※1 「滋賀の健康・栄養マップ」調査(滋賀県)

※2 朝食摂取状況調査(滋賀県教育委員会)

※3 滋賀の医療福祉に関する県民意識調査(滋賀県)

※4 学校給食における地場産物活用状況調査(滋賀県教育委員会)

※5 滋賀県みらいの農業振興課調べ(滋賀県)

※6 県政モニターアンケート(滋賀県)

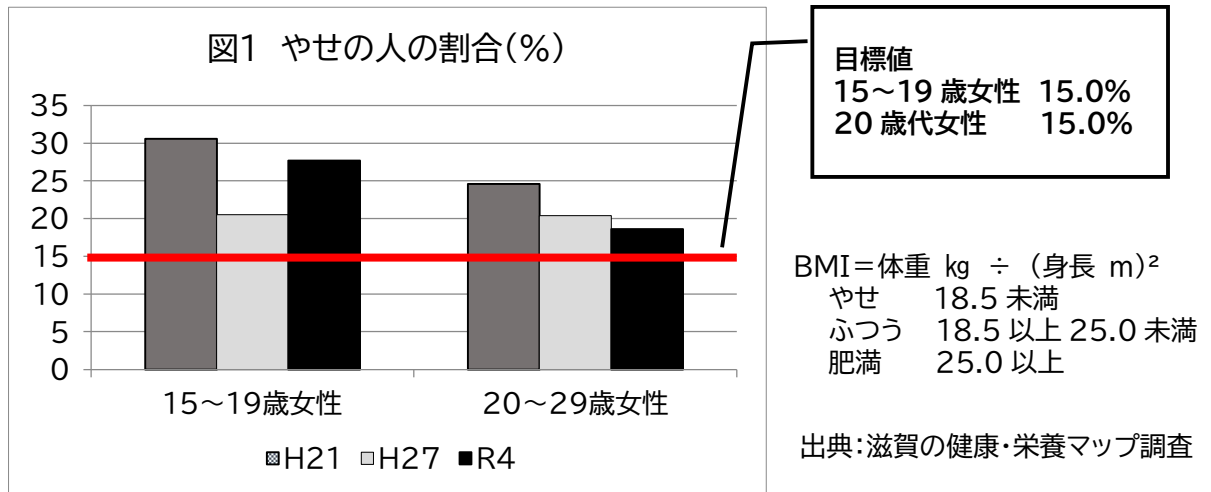
※7 食育推進計画等に関する調査(農林水産省)

※環境こだわり農業の県民の認知度および「おいしが うれしが」キャンペーンの県内登録店数の目標値年度は、「滋賀県農業・水産業基本計画」の終期に合わせ、令和2年度としている。

### (1) やせの人の割合

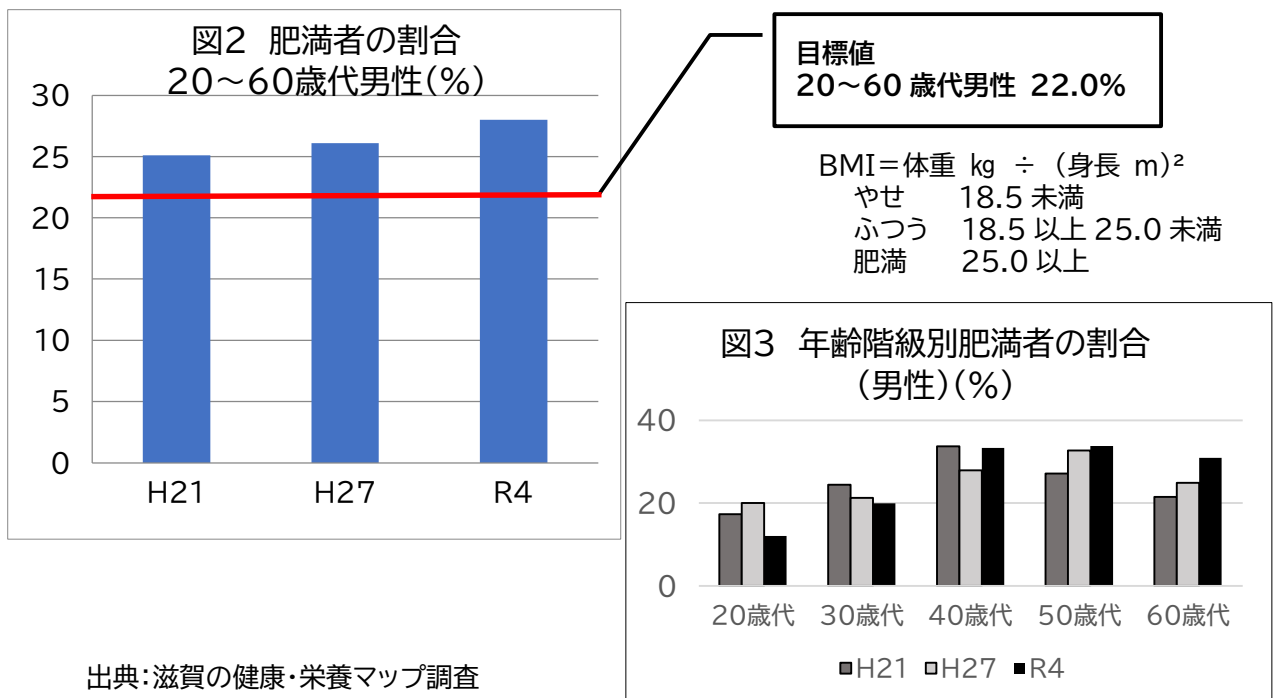
令和4年度と平成27年度を比較すると、15～19歳のやせの人の割合は増加し、20歳代のやせの割合はやや減少しています。しかしながら、どちらの年代も目標値には達成していません。

若い女性のやせは、低出生体重児増加の要因の一つでもあるため、引き続き適正体重の維持ややせの弊害について普及啓発が必要です。



### (2) 肥満者の割合

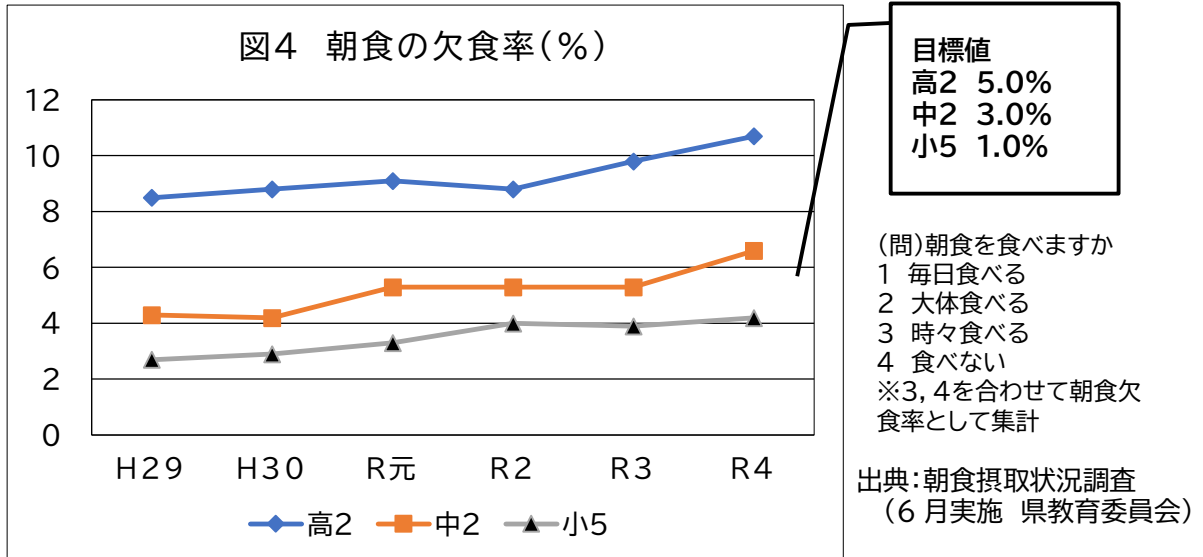
20～60歳代男性の肥満者の割合は平成21年度以降増えています。肥満は循環器疾患や糖尿病等の生活習慣病の発症リスクであることから、若い世代からの肥満対策が必要です。



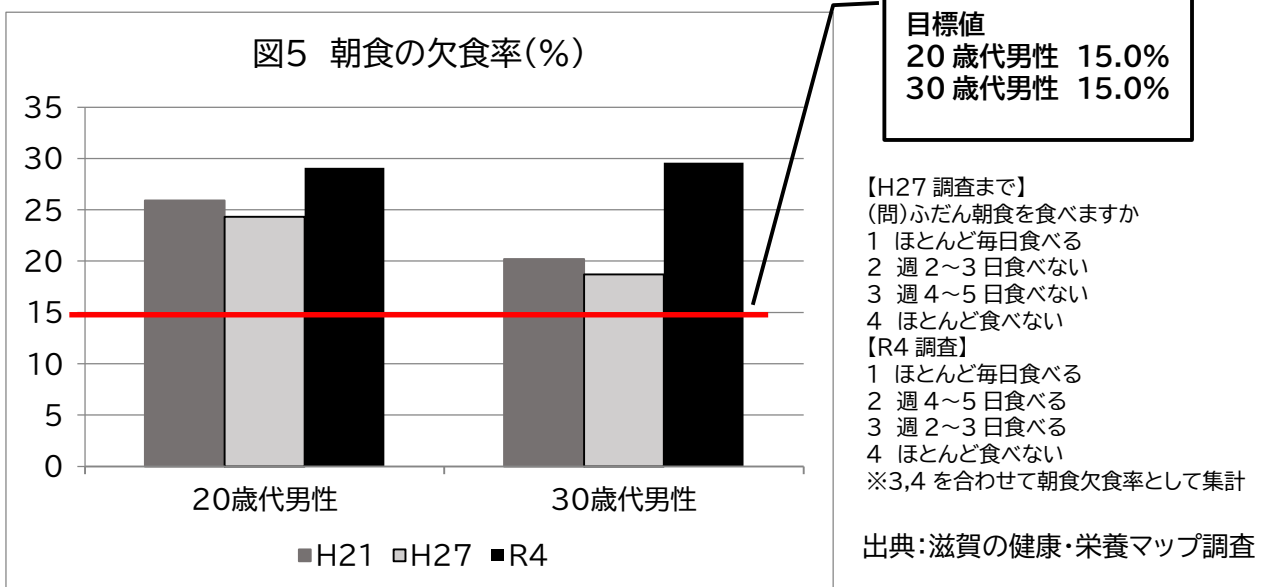


### (3)朝食の欠食率

小学校5年生・中学校2年生・高等学校2年生を対象に、県教育委員会が毎年6月に実施している朝食摂取状況調査結果によると、いずれの校種においても朝食欠食率が増加の傾向にあります。



20～30歳代男性の朝食欠食率は、令和4年度と平成27年度を比較すると、20歳代、30歳代ともに増加しています。

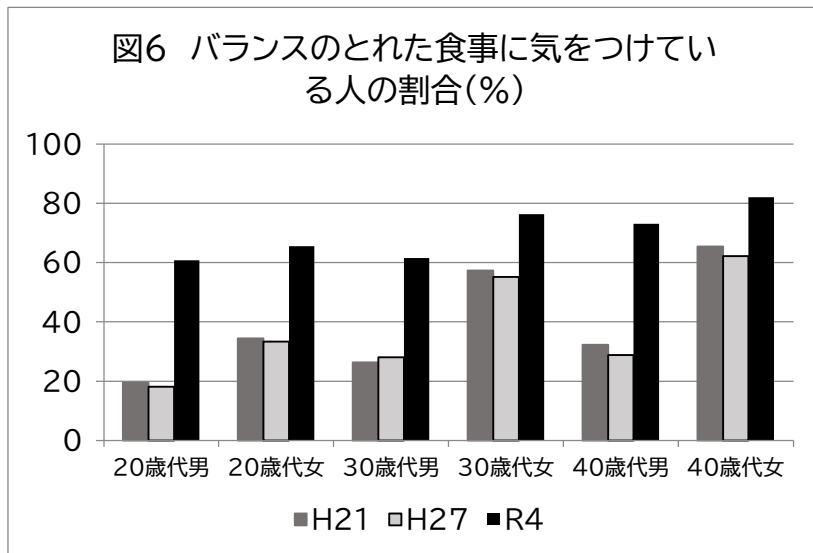


朝食を毎日食べることは、健康的な生活リズムや生活習慣の確立につながります。また、望ましい生活習慣を子どものころからつくるためにも習慣的な朝食の摂取は重要です。しかしながら、計画策定以降、目標値には届いておらず、特に若い世代については今後も引き続き取組を推進する必要があります。

#### (4) バランスのとれた食事に気をつけている人の割合

バランスのとれた食事に気をつけていると回答した人の割合は、前回調査と比較して、いずれの年代でも増加し、目標を達成することができました。

今後は、より一層望ましい食生活につなげることができるよう食育活動を継続して行う必要があります。



##### 目標値

20歳代男性	30.0%
20歳代女性	55.0%
30歳代男性	35.0%
30歳代女性	65.0%
40歳代男性	45.0%
40歳代女性	70.0%

##### 【H21、27 調査】

(問)食生活で気をつけていることの問題に「穀類と魚介類、肉類、卵類、大豆製品と野菜を組み合わせた食事を心がけている」と回答した人の割合を集計

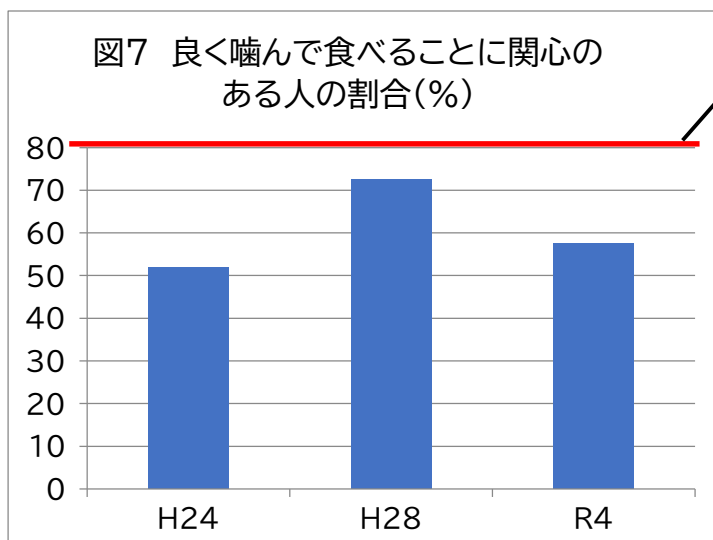
##### 【R4 調査】

(問)バランスのとれた食事(主食、主菜、副菜のそろった食事)を心がけているで「はい」と回答した人の割合を集計

出典:滋賀の健康・栄養マップ調査

#### (5) 良く噛んで味わって食べることに関心のある人の割合

良く噛んで食べることを心がけていると回答した人の割合は令和4年度の調査では、57.6%であり、目標値も達成には至っていません。引き続き、食べることへの関心が高められるような食育が必要です。



目標値 80.0%

##### 【H28 調査】

(問)「良く噛んで味わって食べるなど、健康を意識した食べ方に関心があるか」

- 1 関心がある
- 2 どちらかといえば関心がある
- 3 どちらかといえば関心がない
- 4 関心がない
- 5 わからない

※1, 2を合わせて「関心がある」と集計

出典:滋賀の医療福祉に関する県民意識調査

##### 【R4 調査】

(問)「あなたは、普段の食事の中で、よく噛んで食べることを心がけていますか」

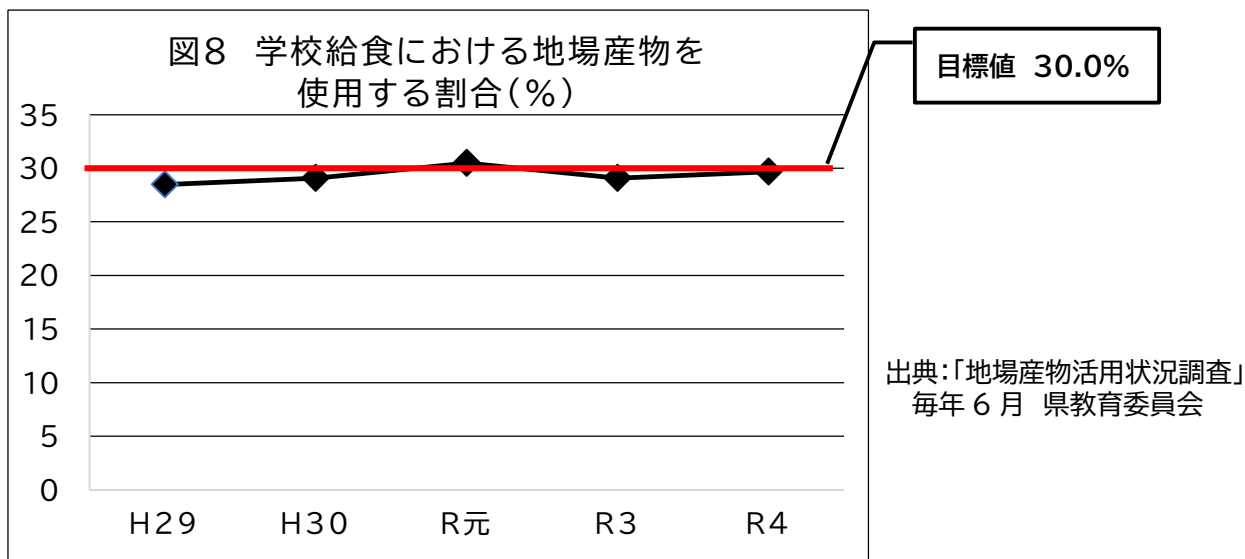
- 1 はい
- 2 いいえ

出典:滋賀の健康・栄養マップ調査

## (6)学校給食における地場産物を使用する割合

県教育委員会が毎年6月に行う「地場産物活用状況調査」によると、全食材数に対する県内産と市町内産の農作物や湖魚などの合計数の割合は、令和元年度を除き、30.0%をわずかに下回っている状況にあります。

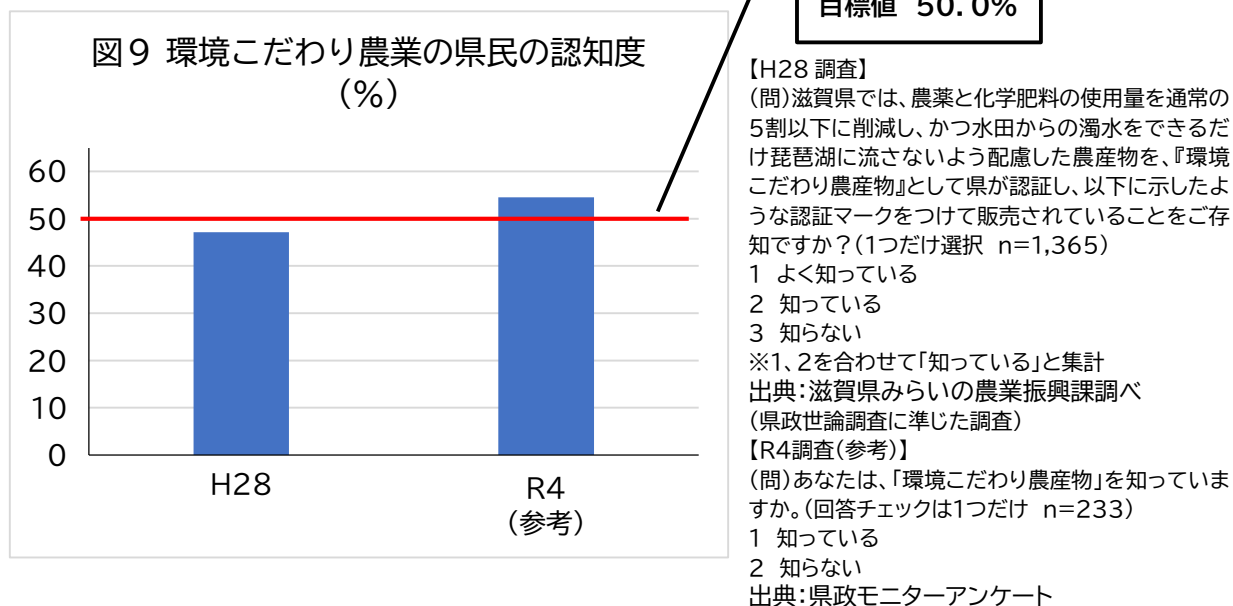
農家やJAなどと連携することにより、地場産物の活用推進に取り組んでいます。



## (7)環境こだわり農業の県民の認知度の向上

環境こだわり農業の県民の認知度については、令和4年度は54.5%でした。

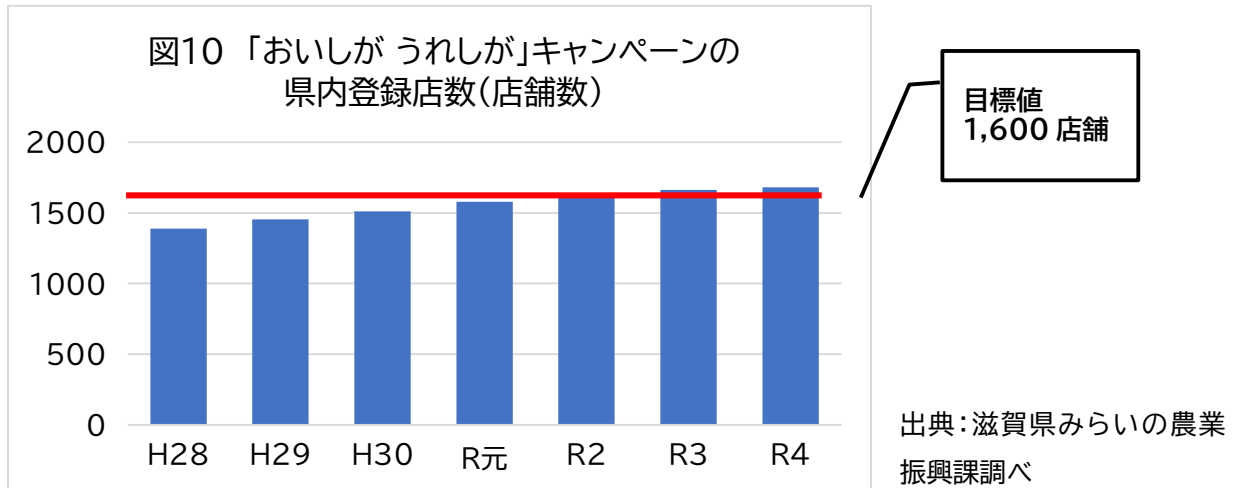
今後も引き続き関係団体等と連携して取組を実施し、環境こだわり農業の推進につなげることが必要です。



### (8)「おいしが うれしが」キャンペーンの県内登録店数

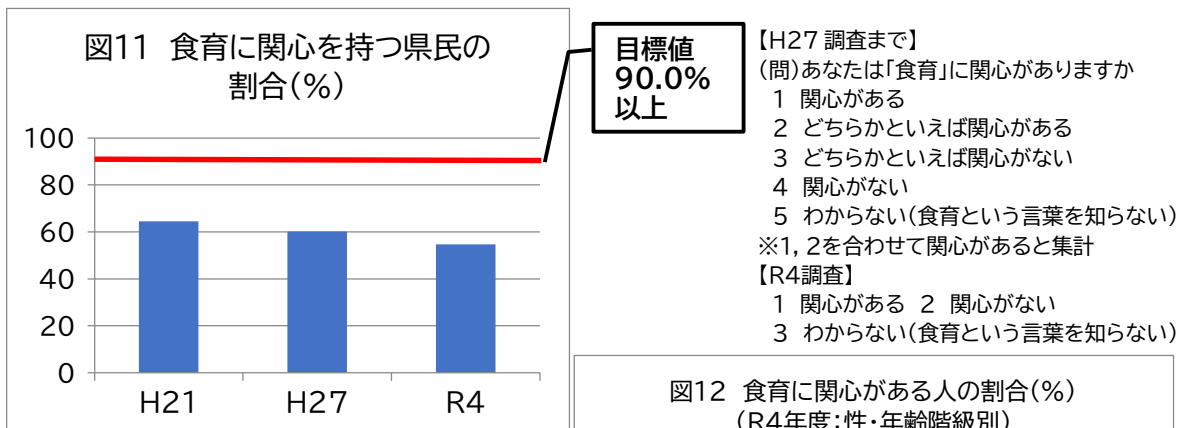
「おいしが うれしが」キャンペーンの県内登録店舗数は、年々増加し、令和 4 年度末時点で 1,681 店舗となり、目標を達成しています。

今後も滋賀県の食材を取り扱っている事業者に対して登録の働きかけを行うとともに、事業者間の自主的な活動を促進し、キャンペーンの裾野拡大を図っていきます。

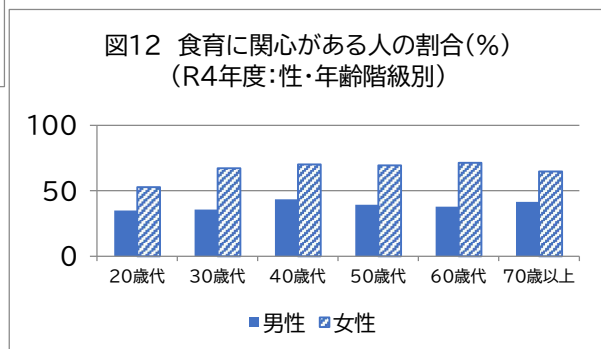


### (9)食育に関心を持つ県民の割合

食育に関心を持つ県民の割合は、前回調査と比べてやや減少し、目標達成には至っていません。また、性・年齢階級別にみると、どの年代においても女性より男性の割合が低い状況です。引き続き、県民全体への働きかけを行うとともに、さらに男性が関心を持てるよう取組を進める必要があります。



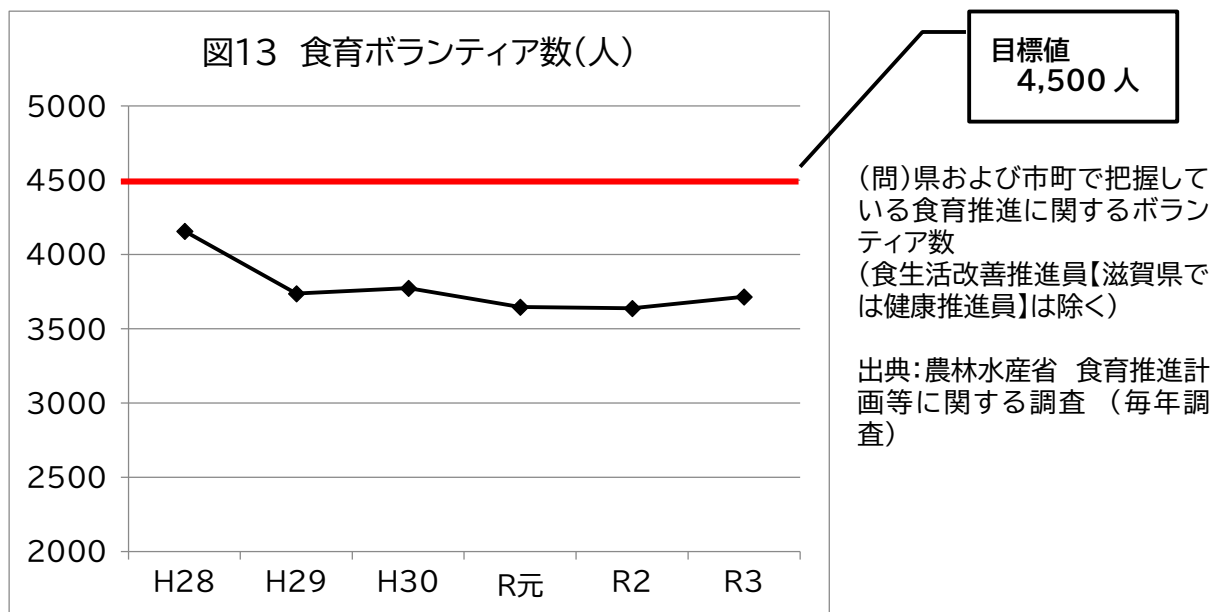
出典:滋賀の健康・栄養マップ調査



## (10)食育ボランティア数

令和3年度のボランティア数は3,714人であり、計画策定時の4,157人と比べて減少しています。

地域や学校・保育所等における食育活動の充実のためにも、また、多様な暮らしに対応した食育を進めるためにも、食育ボランティア数を増やすことが重要です。



## 【参考】県内市町の食育推進計画

市町村名	計画の名称
大津市	第3次いのちをはぐむ大津市食育推進計画
草津市	第3次草津市食育推進計画
守山市	第2次守山市食育推進計画
栗東市	第3次栗東市食育推進計画
野洲市	野洲市食育推進計画(第3次)
甲賀市	第3次健康こうか21計画(健康増進計画・食育推進計画)
湖南市	健康こなん21計画【健康増進計画・食育推進計画】(第2次)
近江八幡市	近江八幡市食育推進計画(第2次)
東近江市	健康ひがしおうみ21(第3次)食育推進計画(第2次)
日野町	日野町健康づくり・食育計画
竜王町	りゅうおう健康プラン(第2次竜王町食育推進計画)
彦根市	ひこね元気計画21(第3次)
愛荘町	第3次愛荘町食育推進計画
豊郷町	豊郷町第2期健康増進計画及び食育推進計画
甲良町	甲良町食育推進計画および健康増進計画
多賀町	第2期健康たが21
長浜市	健康ながはま21(第4期)
米原市	米原市いきいき食のまちづくり計画【第3次】
高島市	高島市食育推進計画(第3次)

出典:食育推進計画等に関する調査(毎年調査:R5.3 末)(農林水産省)

## 第3章 計画のめざすもの

### 1. 基本理念

子どもの頃から、食に関する知識や食を選択する力を身につけ、食を通して生きる力をはぐくみ、自然の恵みと関係する多くの人々への感謝の気持ちを養うとともに、地域において人と人との結びつきを深めながら、健康長寿のためのより健全な食生活が実践できるよう、生涯を通じた食育を進めます。

#### 基本理念

誰もが自分らしく幸せを感じられる「健康しが」の実現  
～食で育み 誰もが元気でこころ豊かに暮らす滋賀の食育～

### 2. 滋賀の食育を進めるための3つ視点

計画の目標達成に向けて、「健康」「環境」「協働」の3つの視点で食育を推進します。

#### 「子どもから大人までの生涯にわたる食育の推進」

「健康」を視点として、子どもの頃から食に関心を持ち、正しい知識や食を選ぶ判断力を身につけられるよう、家庭、保育所、学校、職場、地域等の各場面において、地域や関係団体と連携・協働を図りつつ、生涯を通じた食育を推進します。

#### 「持続可能な食を支える環境の整備」

「環境」を視点として、持続可能な食を支えるために、生産者、流通事業者、消費者が交流し相互に理解を深められるよう、また、身近なところで農業体験を楽しむことができよう滋賀の特徴を活かした食育推進のための環境を整備します。

#### 「県民との協働による食育運動の展開」

「協働」を視点として、県内各地域において県民の積極的な参画により、あらゆる世代の人たちが主体的に食育を推進する地域づくりをめざします。

## 第4章 施策の展開

### 1. 子どもから大人までの生涯にわたる食育の推進

#### (1)家庭における食育推進

家庭は、食育の場として重要であり、基本的な生活習慣づくりをはじめ、心身の健康と豊かな人間性を育むなど大きな役割を担っています。

また、家族で囲む食卓は、コミュニケーションを図る基礎になり、会話を通じて、望ましい食習慣や食事のマナーなどを身につけられるようにするとともに、食べ物に携わる人々への感謝の気持ちを育てます。

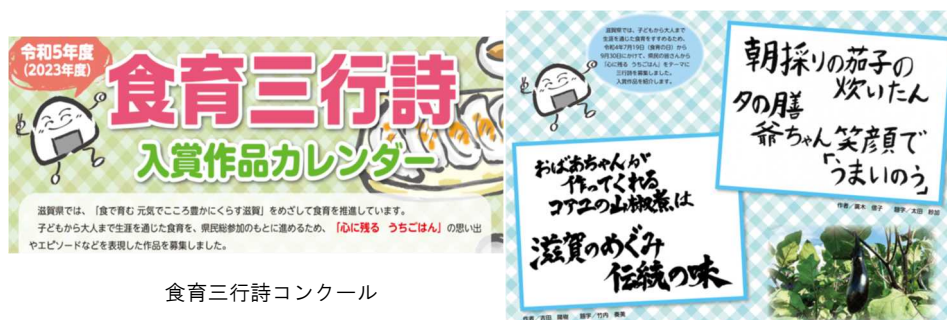
#### 【具体的取組】

##### ①「早寝・早起き・朝ごはん」の取組推進

子どもの望ましい生活習慣を育成し、いきいきとした生活を送れるようにするとともに、地域全体で家庭の教育力や子どもの育ちを支える社会的気運を盛り上げるため、市町や団体等と連携し、主に乳幼児期から中高生を対象に「早寝・早起き・朝ごはん」の取組を推進します。

##### ② 家族そろっての食事の推進

家族で囲む食卓は、食の楽しさが実感できるだけでなく、食や生活に関する基礎を習得する機会になります。また、子どもへの食育を通じて、家族一人ひとりが食に対する関心と理解を深め、食生活の改善が図られるよう、家族そろっての食事の大切さを啓発します。



食育三行詩コンクール

#### (2)学校、保育所等における食育推進

学校、保育所等における食育は、子どもの健全な食習慣や食の安全についての理解を確立するために重要な役割を果たしており、子ども一人ひとりの「食を営む力」が豊かに育まれるよう推進します。また、栽培活動や食に関する様々な体験、給食の時間における楽しい食事や給食当番活動などを通して、子ども同士や、教



職員、保育士等と子どもたちが心を通わせることにより、豊かな心や望ましい人間関係を築き、地域の食文化に触れ、郷土への関心を深められるようにします。

## 【具体的取組】

### ① 食育推進体制の整備

学校においては、学校長のリーダーシップのもと、栄養教諭等が中心となり、関係教職員が連携・協力して、組織的な取組を進めます。

効果的な食育の推進を図るために、家庭や地域との連携が重要であることから学校、家庭、PTA、関係団体等が連携・協働した取組を進めます。

### ② 食に関する指導の充実

学校においては、学習指導要領に基づき、食に関する指導の全体計画を策定し、学校教育活動全体を通じて主体的に行動できる子どもを育成するための食育を組織的・計画的に推進します。

また、給食時間に動画教材を活用した指導を行うなど、ICT を積極的に活用し、食に関する指導の更なる充実を図ります。さらに、保護者に対する効果的な啓発活動や情報発信を行うことにより、家庭において健全な食習慣の定着が図られるよう働きかけるとともに、PTAや地域等と連携した取組を進めます。



食に関する指導

### ③ 学校における「食育の日」の取組推進

毎月一回の「食育の日」を食に関する指導の全体計画に位置付け、地域・学校の特色や実態にあわせて実施します。

月ごとの目標にそって、食に関する指導を工夫して実施するとともに、児童会・生徒会による発表や情報発信、伝統的な食文化に触れる機会の提供や地域の生産者等との交流の場になるように取組を進めます。

### ④ 地場産物を取り入れた学校給食の実施

身近にとれる地場産物を学校給食に使用することにより、学校給食を「生きた教材」として活用し、子どもたちが食材を通じて地域の自然や文化、滋賀の農業等について理解を深め、食べ物と生産者への感謝の気持ちを持てるようにします。



また、関係者と連携を図り各地域の地場産物の生産現場を紹介するなど魅力の発信に努めます。



地場産物を使った給食「月1回の高島デー」

#### ⑤ 体験活動の推進

学校内外で取り組まれている農林漁業体験活動を、食に関する指導と関連させることにより効果的に活用していきます。

特に小学校においては、子どもたち自らが「育て」「収穫し」「食べる」という一貫した農業体験学習(「たんぼのこ体験事業」等)の実施やフローティングスクールの食育タイム等、様々な機会をとらえた体験活動や調理実習を通して食べ物や食べることの大切さ楽しさを学ぶ食育を推進します。



たんぼのこ体験事業

#### ⑥ 就学前の子どもに対する食育推進

保育所、幼稚園および認定こども園等における食育は、「保育所保育指針」、「幼稚園教育要領」、「幼保連携型認定こども園教育・保育要領」などを基本とし、健康な生活の基本としての「食を営む力」の育成に向け、その基礎を培うことを目標とする全体的な計画に基づいた食育計画を作成し、食育を教育および保育の一環として位置付け、職員の共通理解、連携のもと、創意工夫と組織的な活動が展開されるよう進めます。

また、保育所等から家庭への通信、保護者参加による調理実践、食に関する行事、地域における子育て家庭からの乳幼児の食に関する相談への対応や情報提供など、保護者や地域の多様な関係者との連携・協働により取組が推進されるよう努めます。

### (3)地域、企業等における食育推進

生活習慣病の予防には、日常から望ましい食生活を意識し、実践することが重要です。このため、県民一人ひとりが、主食・主菜・副菜がそろった栄養バランスに優れた「日本型食生活」を実践し、健全な食生活が実践できるように取組を進めます。また、県民の食生活の状況や生活習慣に関する状況を把握するため「滋賀の健康・栄養マップ」調査を実施し、必要な取組を進めます。

これらの取組を進めるため、健康や食に関して無関心な層も含め、自然に健康になれる食環境づくりに努めます。

食育を効果的に推進するために、食生活に関する基本的な指針を定めた「食生活指針」や、「何を」「どれだけ」食べたらよいかをわかりやすく示した「食事バランスガイド」、世代区分等に応じた具体的な取組を提示する「食育ガイド」を活用します。

#### 【具体的取組】

##### ① 生活習慣病予防のための食育推進

「滋賀の健康・栄養マップ」調査の結果から把握した県民の食生活や健康についての課題解決にむけ、健康推進員等関係団体が行う食育活動を推進します。

さらに、行政、医療機関、保険者が行う各健康診断等に合わせて、健康を維持するための望ましい食事のとり方や身体活動・運動の大切さに関する指導等を進めます。

#### ～コラム～ 肥満と健康

健康づくりにおいて肥満の予防は重要な位置づけを持ちます。肥満度の判定にはBMI (Body Mass Index) が用いられますが、同じBMI でもどこに脂肪がついているかで健康への危険性は大きく異なります。

肥満のタイプは「内臓脂肪型肥満」と「皮下脂肪型肥満」に分けられ、前者の方が生活習慣病を発症するリスクが高いことがわかっています。「内臓脂肪型肥満」の人は、糖尿病、高血圧、脂質代謝異常などを発症する確率が高くなります。

(出典：厚生労働省 e-ヘルスネット)



##### ② 若い世代への食育推進

若い世代は、食に関する知識や意識、実践状況で、他の世代より課題が多く、食育への関心も低い世代です。食生活や食習慣は将来の健康に大きく影響することから自らの食生活に関心を持ち、食に関する正しい知識や食を選択する力を身につけ、健全な食生活を実践できるような取組を、大学、企業等と連携、協力して進めます。

### ③ 歯科保健活動における食育の推進

県民が生涯を通じて健やかで豊かな生活を過ごすために、何でも噛んで食べられることや食べる速さにも着目し、口腔の健康や口腔機能の獲得・維持・向上の観点からの食育を推進します。

具体的には「8020 運動」の推進によって、80 歳になっても自分の歯を 20 本以上保ち食生活の質を高めることや、むせや滑舌の低下等、比較的若い世代から実感できる口のはたらきの衰え(オーラルフレイル)への気づきから、意識してよく噛み、よく話すことを啓発するなど、歯科保健分野からの食育を推進します。

### ④ 食品関連事業者および給食施設における食育の推進

消費者との接点を有する食品関連事業者等が行う食に関する情報や様々な体験活動の機会の提供が積極的に取り組まれるように支援します。

また、企業の社員食堂等において、健康に配慮したメニューや栄養・食生活など望ましい食環境に関する情報提供を支援します。

### ⑤ 食の安全・安心に関するリスクコミュニケーションの推進

県民(消費者)、食品関係事業者(生産者を含む)、県の三者による情報共有・相互理解を推進するため、食の安全・安心に関する意見交換会等を開催します。

## (4)多様な暮らしに対応した食育推進

核家族や共働き家庭、高齢者の一人暮らしが増えるなど家庭環境や生活の多様化に伴い、共食が難しい家庭が増加しています。

一方、地域において様々な世代と共食する機会を持つことは、食の楽しさを実感するだけでなく、食や生活に関する基礎を伝え習得する観点からも重要です。

このため、子ども食堂をはじめとした共食の場は、欠食防止や食習慣の形成などにおいて重要な役割を担っていることから、子どもから大人まで食への興味・関心を高める取組を推進します。

### 【具体的取組】

#### ①子ども食堂等による食育推進活動の展開

子どもや高齢者を含むすべての県民が健全で充実した食生活を実現できるよう、地域の支えあいの場である子ども食堂、地域食堂等の活動を通じ、食を通じたコミュニケーションや豊かな食体験につながる共食の機会を提供します。

#### ②支援を必要とする家庭等への支援

子ども食堂や児童館において、食事の提供を行うことにより子どもたちの生活

の質の向上を図ります。

また、備蓄している災害救助物資で更新を迎える食料については、フードバンク等と連携し、支援を必要とする家庭等に提供します。

### (5)豊かな高齢期のための食育推進

高齢期は、そしゃく能力の低下、消化・吸収能力の低下、運動量の低下に伴い食事摂取量の低下が起りやすくなります。これらは個人差が大きく、高齢者の多くが何らかの疾患を有しているという特徴が挙げられることから、年齢だけでなく、個人の状態に応じた身体・生活機能の維持向上のための取り組みを推進します。

高齢者の生活の質の向上につながる低栄養・フレイル予防に向けた正しい知識を周知啓発し、身体・生活機能の維持向上のための食育を推進します。

また、高齢者の持つ食文化や食に関する知識や経験を次世代に伝える食育を推進します。

#### 【具体的取組】

##### ① 低栄養・フレイル予防のための食育推進

健康寿命の延伸に向けて、個々の高齢者の特性に応じて生活の質の向上が図られるよう、主食・主菜・副菜がそろった栄養バランスのとれた食生活や、よく噛んでおいしく食べることの重要性について、市町が行う介護予防の取組や、関係団体が行う講習会を通じて普及啓発活動を推進します。

##### ② 高齢者自らが伝える食育の推進

地域において、高齢者自らが食文化や食に関する知識、経験を次世代に伝える食育活動を推進します。



子どもたちに伝えたい  
滋養の味

### (6)デジタル化に対応した食育推進

食育に関するさまざまな情報が発信されている中、健全な食生活を通して、健康を維持するためには、食品の安全性をはじめ、食に関する正しい知識の発信が重要であり、今後は、ICT やデジタル技術を活用し、食育に関する関係者と連携し、多様で広がりのある食育情報を発信します。

例えば、オンラインを活用した生産現場の紹介をはじめ、調理現場の動画配信による学習、いつでも気軽に活用できる食育アプリなどの食育関連情報について情

報発信を行い、県民が食育に関心を持つきっかけづくりを促進します。

一方、デジタル化に対応することが困難な人に向けては、わかりやすい情報提供に努めます。

【参考:食育関係情報】

 <p>「みんなで楽しく滋賀の食育」 (県ホームページ)</p>	 <p>@KENKOSHIGA 「健康しが」Instagram</p>
 <p>「おいしが うれしがクックパッド」</p>	 <p>「おいしい滋賀野菜」Instagram</p>
 <p>「滋賀のおいしいコレクション」 ホームページ</p>	 <p>「食の安全情報」(県ホームページ)</p>
 <p>「“しっかり朝食”応援プロジェクト ～作って食べよう！1日のスタートは朝食から！！～(朝食レシピの紹介、作り方の動画)」 (県ホームページ)</p>	

## 2. 持続可能な食を支える環境の整備

### (1) 地域の食文化の継承と創造

本県は、琵琶湖をはじめとする豊かな自然を有し、四季折々の食材に恵まれています。しかしながら、滋賀の食材を使った行事食や伝統的な料理など、栄養バランスに優れた「日本型食生活」が失われつつあることから、これらを伝える人の育成や交流の場の提供を通じて、本県独自の食文化を理解するとともに、その継承に努めます。

また、近年は食に対する価値観やニーズが多様化する中で、健康や共食など食の大切さや楽しさを実感できるよう、新たな時代に対応した食文化の創造に努めます。

さらに、琵琶湖を中心とした豊かな自然に感謝し、食べ物を大切にする心を養い、食品の購入から調理、消費、廃棄までの各段階で環境に配慮した食生活を広めます。

#### 【具体的取組】

##### ① 食文化継承活動や情報提供

本県の豊かな食材、食文化の良さを子どもたちに伝えていくことは食文化の継承のために重要な役割を果たします。

今後、地域や学校などにおいて、食に関する豊かな知識や経験を有する高齢者や団体等と連携することによって、本県の食材や食文化などの継承と創造のための活動や情報提供を進めます。

##### ② 伝統食、行事食の伝承や体験活動等の取組の推進

栄養バランスに優れた日本型食生活の保護と次世代への継承のため、地域の伝統食、行事食の伝承や体験活動などの取組を推進します。



鮎ずし講習会

##### ③ 環境に配慮した食生活の推進

家庭やお店で食べられるのに捨てられてしまう食品(食品ロス)の削減は、資源の有効活用や廃棄物の減量につながります。不要な食材は買わない、お店では食べきれぬ量を注文するといった取組が必要です。製造、流通、消費に至る食品関係事業者、各種団体、行政等が連携を深めながら県民運動を展開し、店頭でのチラシ



配布、ポスター掲示、イベントの開催やホームページでの発信等を通じて環境に配慮した食生活の普及啓発を行います。



フードエコの取り組み

## (2)地産地消の推進

本県は近江米、近江牛、近江の茶、野菜、湖魚など多くの農畜水産物が生産され、特に近江米は、滋賀の自然と豊かな地域の文化の礎であり地域農業の要です。

そこで、近江米の消費拡大を推進するとともに、地域で生産される農畜水産物を地域で消費する地産地消を推進し、地域の農畜水産物の豊かさや魅力、その作り方や食べ方、滋賀ならではの琵琶湖や周辺環境に優しい「環境こだわり農業」、農家の思いなど食べ物をめぐる多くの情報を提供していきます。

### 【具体的取組】

#### ① 地産地消推進キャンペーンの展開

食品販売事業者等と県が協働して地産地消を推進する「おいしが うれしが」キャンペーンの展開や、各地域で開催されている地産地消推進会議等により、関係者が一体となって地域の農畜水産物の利用を促進します。



#### ② 学校給食での地産地消の推進

学校給食において近江米や滋賀県産小麦を 100%使用したパンや麺の利用拡大を図ります。あわせて、各地域の地場産物の安定的な生産・供給について関係機関と連携・協働し、学校給食における地産地消を推進します。

#### ③ 県産食材の消費拡大と情報提供

近江米、近江牛、近江の茶、野菜、湖魚など地域の農畜水産物を取り扱う県内卸

売市場や直売所の活性化、量販店での地場産物コーナーの設置、加工・飲食部門における取扱いの促進などを図り、消費者が県産食材を購入・消費できる機会を拡大します。

また、メディアやホームページ、SNSさらには店頭等において、滋賀ならではの農畜水産物の情報や旬の食べ物がもつ本来の味や季節感、生産者の栽培のこだわりや農業への思いなどを消費者に伝え、地産地消のさらなる推進を図ります。

### (3)生産者と消費者の交流促進

農畜水産物の生産、食品の製造や流通等の現場は、地域で食育を進めていく上で食に関する体験の機会を提供する貴重な機会です。県内においても都市部と農村部が混在しているという本県の地理的特性を生かして生産者と消費者の交流を促進します。

#### 【具体的取組】

##### ① 農業体験や産地訪問を通じた交流の推進

食や農に関する団体等と連携し、身近な農地で田植え体験、収穫体験や生きもの観察会等ができる場や情報をできるだけ多数提供し、生産者と消費者の交流を進めることにより、そのきずなを深めます。

農業の営みは、食を生み出すとともに、多様な生きものの生息場所を確保するなど、様々な役割を果たしていること、また、これらは食に関わる人々の様々な活動に支えられていることなどを出前授業等を通して伝え、子どもたちの農業や食に対する理解促進を図ります。



農村地域で行われる生きもの観察会

##### ② 都市と農山漁村の交流活動の推進

農山漁村は多様な食を生み出す場であるとともに、そこに住む人々によって育まれた文化や景観などを保持しており、食育を進める上で重要な役割を果たすことから農家民宿を始めとする農山漁村滞在型旅行の受入体制の整備やネットワークの構築、人材育成、情報発信等を推進します。

##### ③ 観光客への情報の提供

地場産物に対するニーズの高まりに対応し、近江米、近江牛、近江の茶、野菜、湖魚など滋賀の誇る食材や伝統食の情報、県内の直売所情報、農業体験に関する情報等を提供します。





#### (4)環境に配慮した食育推進

本県では、より安全で安心な農産物を消費者に供給するとともに、琵琶湖の保全はもとより、地球温暖化の防止や生物多様性の保全など地球環境問題にも対応しつつ農業生産を行う「環境こだわり農業」が広がっています。

令和4年7月に世界農業遺産に認定された「琵琶湖と共生する滋賀の農林水産業(琵琶湖システム)」においても、環境こだわり農業は構成要素の一つに位置付けられており、注目度も上がっています。

琵琶湖や身のまわりの自然環境、そして食を大切にする心を養うとともに、この「環境こだわり農業」が琵琶湖などの身近な環境や地球環境を守ることにつながることを広く伝えます。

#### 【具体的取組】

##### ① 琵琶湖に優しい「環境こだわり農業」の理解促進

食や農に関心の高い団体等と連携し、「環境こだわり農業」の取組が農産物のおいしさなどの品質向上にどう結びつくのかなどを、わかりやすく伝えるとともに、「環境こだわり農業」が琵琶湖の水質保全をはじめ、地球環境にも配慮した取組であることを広く県内外に伝え、理解を促進します。

あわせて、「環境こだわり農業」が琵琶湖等の環境保全に果たす役割について分かりやすい学習資材を作成し、学校教育活動全体を通じて活用するなど、子どもたちの理解促進を図ります。

##### ② 「環境こだわり農産物」の利用拡大

「オーガニック栽培」など、環境に配慮して栽培される滋賀県育成の水稻新品種「きらみずき」をはじめ、「環境こだわり農産物」の生産振興を図るとともに、県内直売所や販売店、食品事業者の取扱いの拡大を促進することにより、「環境こだわり農産物」を知って購入できる機会を拡大します。

また、学校給食への「環境こだわり農産物」の導入を推進し、子どもたちの農業や琵琶湖、そして地球に対する愛着心を育てる食育を推進します。



水稻新品種「きらみずき」ほ場

### 3. 県民との協働による食育運動の展開

#### (1)食育推進体制の整備

食育を推進するためには、県民一人ひとりが主体的に実践的な取組をすることが必要です。このため、学校や保育所、家庭や地域、企業などあらゆる場所と機会をとらえ、多くの県民が食育活動に参加することができるよう、県民に食育の意義や必要性を啓発するとともに関係機関、団体が連携・協力し、県民運動としての展開を図ります。

#### 【具体的取組】

##### ① 市町食育推進計画の推進の支援

食育を県民運動として展開するため、各市町食育推進計画に基づく食育が効果的に進められるよう、食育に係る情報の提供や進捗管理、計画評価の支援をします。

##### ②「滋賀県食育推進ネットワーク」による食育推進運動の展開

「滋賀県食育推進ネットワーク」を母体とし、計画推進のための活動の展開および会員相互の連携による食育活動の実践を促進します。

#### (2)食育推進活動者等の育成・支援

地域における食育を効果的に進めるため、食育活動を実践する関係機関、団体と協力して食育推進活動者の育成を進めるとともに、これらの食育推進活動者に関しての情報を広く提供し、子どもから大人までの食育活動を促進します。

#### 【具体的取組】

##### ① 食育推進活動者の育成

家庭、学校、保育所、地域等が連携した食育推進のために、専門知識を備えた管理栄養士、栄養士等の育成に努めます。

また、農畜水産物の生産・加工・流通、食文化継承などの幅広い分野で、子どもから大人まで世代をこえた食育推進活動が実践できるよう、人材育成に努めます。

##### ② 農林漁業者、食品関連事業者などによる体験機会の提供

県民が、食料の生産から消費までの食に関する体験活動に参加するとともに、食育推進のための活動を実践できるよう、農畜水産物の生産や流通に関する体験などの機会を提供することを促進します。

### (3)食育推進運動の普及・定着

食育推進にあたっては、県民や関係者がそれぞれの役割に応じて主体的に活動するとともに、連携・協力した取組が実施されるような環境づくりを促進します。

#### 【具体的取組】

##### ①「食育月間」「食育の日」の積極的な展開

国が定める「食育月間(6月)」や「食育の日(毎月19日)」にあわせて、家庭、学校、幼稚園、保育所、食品関連事業者等と連携を図り、広報啓発活動やイベントなどを実施し、食育への関心を高めます。



「食育月間(6月)」「食育の日(毎月19日)」にあわせた啓発

##### ② 各種団体等との連携協力体制の確立

食についての環境は県内でも大きく違うため、PTA等の社会教育関係団体の活動に広く推進を呼びかけ、地域の実情に応じた自然を生かした活動や体験によって楽しく食を学ぶ機会をつくります。

## 第5章 食育の推進に向けて

### 1. 食育推進の体制と役割

食育を県民運動として広く推進するためには、行政をはじめ関係機関、団体や地域、家庭にいたるまでの意識づけと連携を図ることが重要です。そのため各々の立場から役割を明らかにし、課題解決にむけた具体的取組の実効性を高めることとします。

#### (1) 県の役割

県は「滋賀県食育推進計画(第4次)」に基づき食育を県民運動として推進するために、庁内関係課と連携して必要な施策を展開するとともに、食生活や健康づくりの基本である家庭をはじめ、市町、教育関係者、農林漁業者、食品関連事業者、関係機関・団体、企業における自主的な取組を促進します。

そのために、食育に関する多様な関係者からなる「滋賀県食育推進ネットワーク」を推進母体として、食育に関する県民運動を展開するとともに、すべての食育関係者と連携を密にしながら必要な情報の提供、人材の育成など食育活動を積極的に支援します。

#### (2) 市町の役割

市町は、県との連携を図りつつ、本計画を踏まえた食育推進計画を進めるとともに、教育関係者、農林漁業者、食品関連事業者、関係機関・団体等と連携して、その地域の特性を生かした自主的な施策を展開することが求められます。

#### (3) 家庭の役割

家庭は、食生活の礎を築く重要な場であり、家庭での共食は食育の原点となるものです。食を楽しみ、家族とのつながりを大切にする食育を推進し、食事のマナーや感謝の気持ちを身につける機会として重要な役割を担っています。

また、家庭における食事作りは、買い物を通して、食を選択する力を身に付けたり、調理方法を習得したりする力を育てます。

#### (4) 学校、保育所、幼稚園および認定こども園等の役割

学校、保育所、幼稚園および認定こども園等においては、この時期が子どもの発育・発達の重要な時期にあることを踏まえて、食育計画の策定およびその推進体制を整備するとともに、関係職員の意識や資質の向上、食に関する指導の充実に努めます。

また、学校、保育所等における給食が生きた教材となるように地場産物や旬の

食材を活用し、栄養教諭・栄養士等が中核となって、家庭や地域と連携しながら、食に関する指導を行うことで、学校等における食育を推進します。

さらに、子どもの発達段階に応じて、農林漁業体験や栽培活動、調理体験等様々な体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力を育てます。

#### **(5) 企業等の役割**

企業においては、従業員等の健康管理を経営的な視点で考え戦略的に実践する健康経営が広がっていることから、健診結果等を活用した栄養・食生活に関する情報提供をはじめ、社員食堂における健康に配慮したメニューの提供など、従業員等の健康づくりへの支援が求められます。

#### **(6) 関係機関および団体の役割**

県民が主体的に食育を実践するためには、医療および保健、教育、保育、農林漁業、食品関連事業者等の各分野の関係機関が、それぞれの専門的立場から県民に食育の大切さを伝え、実践を支援することが求められます。

また、健康や食事文化継承を推進する団体等食育ボランティアは、地域や他の実施主体と連携した食育の実践が求められます。

#### **(7) 生産者、食品関連事業者の役割**

食べ物の生産から消費までのプロセスを体験し、学ぶことができる農作業体験などを生産者や食品関連事業者が中心となって行うことが期待されます。

また、環境こだわり農産物をはじめ地場産の安全・安心な農畜水産物等の食品の提供に加え、生産するための苦勞、環境との共生や自然の恵みへの感謝の気持ち、生命を育む産業としての重要性などについて理解が深められるような情報を提供し、消費者の理解促進に向けた交流活動を実施することが求められます。

## **2. 計画推進に向けた指標と数値目標**

本計画においては、第3次計画を踏まえ、主要な項目について目標値を設定します。



## 用語説明

### ●栄養教諭

児童・生徒の栄養の指導および管理をつかさどる教員のこと。(学校教育法第28条第8項)小中学校等における食育の推進をめざして平成17年度から設置。

### ●環境こだわり農業

化学合成農薬や化学肥料の使用量を減らしたり、濁水の流出を防止するなど、琵琶湖をはじめとする環境への負荷を減らす技術を用いて行われる農業。

### ●環境こだわり農産物

県が定めた基準に基づき、化学合成農薬や化学肥料の使用量を通常の栽培の5割以下に減らすとともに、濁水の流出を防止するなど、琵琶湖をはじめとする環境への負荷を減らす技術で生産され、県の認証を受けた農産物。

### ●共食

一人で食べるのではなく、家族・友人・職場の人・地域の人などと一緒に食事をすることをいう。それにより、食を通じたコミュニケーションを図り精神的な豊かさ、社会性、思いやりの心が育つと考えられる。

### ●「滋賀の健康・栄養マップ」調査

県民の健康および栄養に関する現状と課題を把握するために、昭和61年度より概ね5年に一度実施している調査。

### ●滋賀県食育推進ネットワーク

滋賀県内の食育関係団体相互間において、情報の交換、交流、活動の協力等を活発に行い、県民の健全な食生活の実現と食育の一層の推進を図ることを目的に設置したもの。

### ●食育ガイド

乳幼児から高齢者に至るまで、ライフステージのつながりを大切にし、生涯にわたりそれぞれの世代に応じた食育の実践を促すため平成24年に内閣府が作成、公表されたもの。

### ●食事バランスガイド

平成17年6月に「食生活指針」を具体的な行動に移すためのものとして、厚生労働省と農林水産省が策定したもの。望ましい食事のとり方やおよその量がわかりやすくイラストで示されている。

### ●食生活指針

10項目から構成される食生活に関する基本的な指針。平成12年3月、当時の文部省、厚生省、農林水産省が、国民の食生活の改善健康の増進、生活の質の向上および食料の安定供給の確保を図るために策定したもの。

●世界農業遺産

持続的で重要かつ特徴的な農林水産業の仕組みを国連食糧農業機関(FAO)が認定し、広く応援を得て、未来に受け継ぐことを目指す制度。その地域ならではの文化、景観、生物多様性を育んできている食糧供給・確保の仕組み(システム)に光を当てるもので、国連内で SDGs を支える位置付けも有している。

●地産地消

地域で生産された食材をその地域で消費すること。地域で生産された農畜水産物を地域で消費する活動を通じて、生産者と消費者を結びつけ、信頼関係を構築する取組。

●日本型食生活

昭和 50 年代ごろの食生活のこと。ごはんを主食としながら、主菜・副菜に加え、適度に牛乳・乳製品や果物が加わって、栄養バランスのとれた健康的で豊かな食生活のこと。

●農家民宿

農林漁業者等が経営し、宿泊客に農作業や郷土料理づくりなどを体験してもらう宿泊施設。

●琵琶湖システム

琵琶湖の伝統漁業や、琵琶湖の魚が産卵や繁殖にやってくる「魚のゆりかご水田」、水環境や生態系の保全に寄与する「環境こだわり農業」や水源林の保全など、滋賀の風土と歴史の中で育まれてきた「琵琶湖と共生する農林水産業」を総称して「琵琶湖システム」と呼ぶ。

●フレイル予防

健康と要介護の中間に位置し、加齢とともに体や心のはたらき、社会的なつながりが弱くなった状態を指す。栄養、身体活動、社会参加を早期に見直し、適切に取り組むことでフレイルを防ぐことができる。

●フローティングスクール

滋賀県の特性を生かして、県内の小学生5年生全員を対象に、学習船「うみのこ」による 1泊2日の宿泊体験学習を行うこと。

●フードバンク

食品関連企業において包装の印字ミス等により販売が困難になった食品、農家における規格外の農作物、家庭で余った食品などの寄付を受け、食糧支援を必要とする家庭や福祉施設などに無償で提供する社会福祉活動およびその活動を行う団体。

●リスクコミュニケーション

リスク分析の全過程において、リスク評価者(食品安全委員会)、リスク管理者(厚生労働省、農林水産省、消費者庁など)、消費者、生産者、事業者、その他の関係者の間で、食品等のリスクに関する情報や意見を相互に交換すること。