

城里町食育推進計画

平成22年3月

茨城県城里町

目 次

第1章 計画の概要	1
1 計画策定の趣旨	1
2 計画の期間	1
3 計画の位置づけ	2
第2章 「食」をめぐる現状と課題	3
1 本町の概況	3
2 健康の状況	5
3 食生活の状況	7
4 食育における課題	12
第3章 計画の基本的な考え方	14
1 基本理念	14
2 基本目標	15
第4章 施策の展開	17
施策体系	17
基本施策1 家庭における食生活の基盤づくり	18
基本施策2 学校などにおける食育の実践	20
基本施策3 地域における食育活動の支援	22
第5章 年齢に応じた食育の推進	24

第 1 章 計画の概要

1 計画策定の趣旨

核家族化の進行や生活スタイルの多様化、流通の発展など情勢の変化は、食生活にも大きな影響を及ぼしています。一方、健康や安全に対する関心の高まりは「食」にも向けられています。

国は、平成 17 年 7 月に「食育基本法」を施行するとともに、「食育推進基本計画」を策定しています。ここでは、食育の推進に関する施策についての基本的な方針、食育の推進にあたっての 9 項目の目標値を掲げるとともに、食育の総合的な促進に関する事項として取り組むべき施策等を提示しています。また、県では、平成 18 年度に「茨城県食育推進計画」を策定し、基本理念および 3 つの施策の柱を示し、その実現に向けた県の取り組みと関係者に期待する取り組みを定めています。

本計画は、こうした国や県の方針・取り組みを踏まえつつ、本町の地域資源である農産物や伝統的な食文化、食に携わるさまざまな人材等を活かしながら、本町らしい「食育」を推進するために策定するものです。

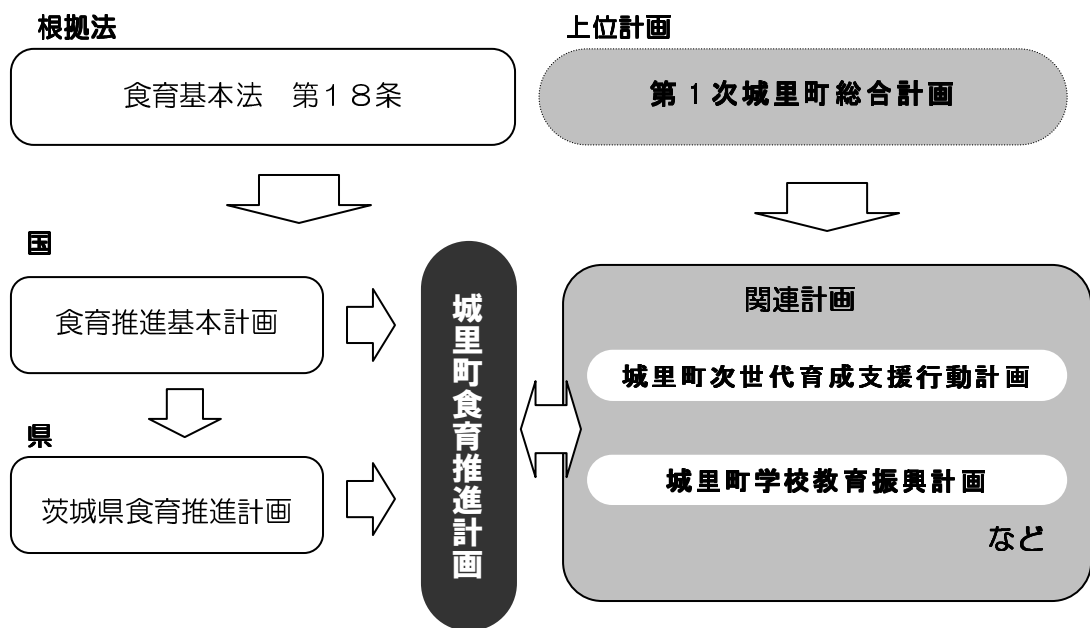
2 計画の期間

本計画は、平成 22 年度から平成 26 年度までの 5 年間を計画期間とします。なお、計画期間中であっても、社会情勢等が大きく変化した場合など、必要に応じて見直すこととします。

3 計画の位置づけ

本計画は、「食育基本法」第18条に規定されている「市町村食育推進計画」として位置付けられ、国の「食育推進基本計画」及び県の「茨城県食育推進計画」を基本に作成するものです。

また、さまざまな分野の取り組みを総合的、一体的に進めるため、総合計画をはじめ、町、県、国の関連計画との整合性を持って定めます。



第2章 「食」をめぐる現状と課題

1 本町の概況

(1) 人口

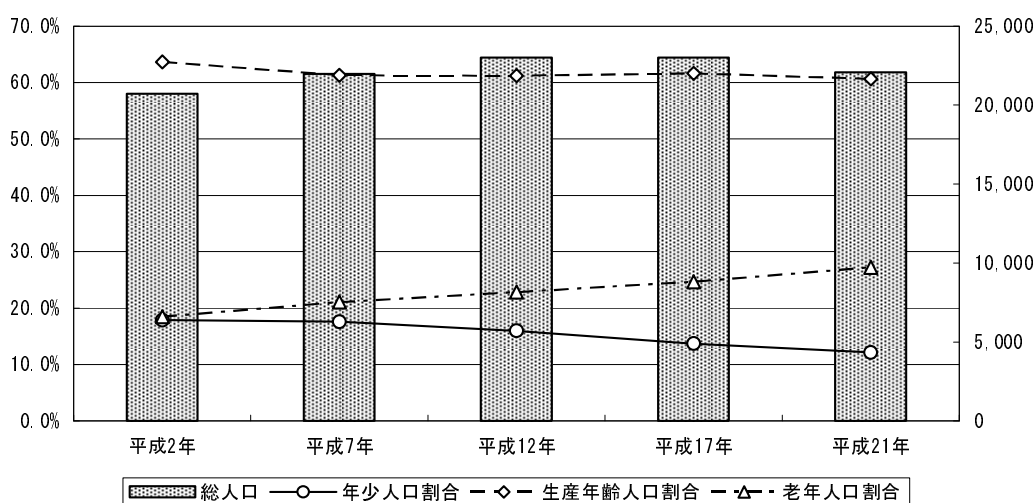
本町の総人口は、平成21年10月1日現在で22,073人となっています。
 年齢3区分別にみると、平成12年以降、年少人口が大きく減少し、老年人口が増加し続けており、少子高齢化が急速に進んでいる状況となっています。

◇年齢3区分別人口の推移（各年10月1日現在）

単位：人

	平成2年 (1990)	平成7年 (1995)	平成12年 (2000)	平成17年 (2005)	平成21年 (2009)
総人口	20,721	21,979	23,007	22,993	22,073
0～14歳（年少人口）	3,703	3,872	3,675	3,152	2,676
	17.9%	17.6%	16.0%	13.7%	12.1%
15～64歳（生産年齢人口）	13,190	13,476	14,077	14,165	13,389
	63.7%	61.3%	61.2%	61.6%	60.7%
65歳以上	3,828	4,631	5,255	5,676	6,008
	18.5%	21.1%	22.8%	24.7%	27.2%

（資料：国勢調査 平成21年は茨城県常住人口調査）



(2) 世帯

世帯数は増加傾向にあり、平成17年には7,206世帯となっています。一方、1世帯あたり人員は減少し続けており、平成17年には3.2人まで減少していますが、全国(2.6人)や県(2.8人)と比較するとやや高い値となっています。

◇世帯数・世帯人員の推移

単位：世帯、%

	平成2年 (1990)	平成7年 (1995)	平成12年 (2000)	平成17年 (2005)	茨城県 (2005)	全国 (2005)
世帯数	5,609	6,256	6,820	7,206	1,029,481	49,062,530
1世帯あたり人員	3.7	3.5	3.4	3.2	2.8	2.6

(資料：国勢調査)

(3) 産業

本町における第一次産業従事者の割合は平成17年で15.4%と、県や全国と比べると高く、農業が盛んな地域といえます。しかしながら、近年では販売農家が減少傾向にあり、農業就業人口も減ってきています。

◇産業別就業人口(平成17年)

単位：人、%

	第一次産業	第二次産業	第三次産業
就業者数	1,841	3,163	6,872
割合	15.4	26.5	57.5
(茨城県)	7.4	30.3	60.8
(全国)	4.8	26.1	67.2

(資料：国勢調査)

◇農家数及び農業人口の推移

単位：世帯、人

	平成7年	平成12年	平成17年
総農家数	2,668	2,456	2,280
自給的農家	578	607	699
販売農家	2,090	1,849	1,581
農業就業人口	3,055	2,784	2,477

(資料：農林業センサス)

2 健康の状況

(1) 肥満度

子どもの肥満度をみると、乳幼児（1歳6か月児および3歳児）のやせ・肥満はここ3年間で増加傾向が見られます。また、小学生の14%、中学生の11.4%が肥満となっており、中学生になるとやせの割合が増えてきています。

◇乳幼児の肥満度

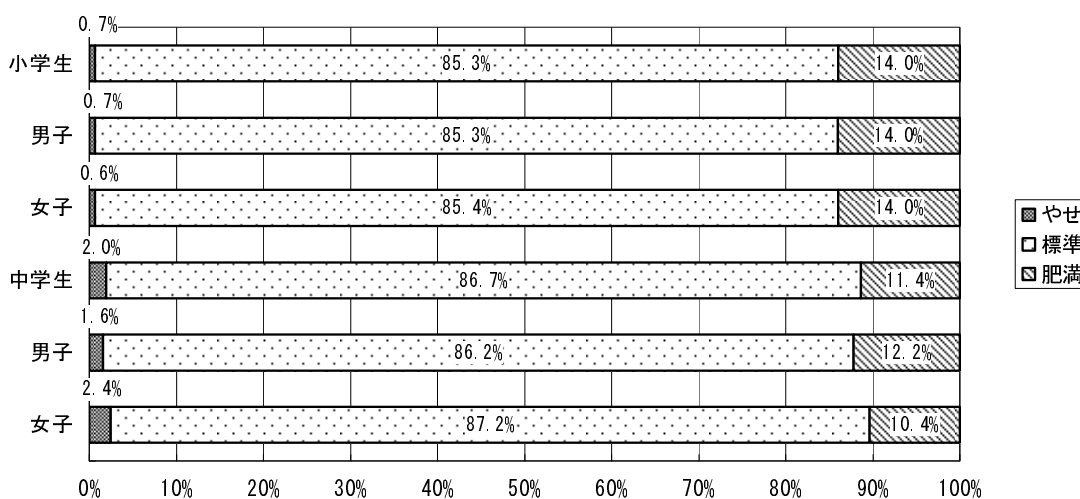
		や せ		肥 満	
		要指導	要観察	要指導	要観察
1歳6か月児	平成18年度	0	—	0	0
	平成19年度	0	—	13	0
	平成20年度	1	—	17	3
3歳児	平成18年度	0	—	1	1
	平成19年度	0	—	1	1
	平成20年度	3	—	4	1

※カウプ指数＝体重[g]÷身長[cm]²×10

要指導…18.6～20.5（軽度肥満） 要観察…20.6～23.4（中等度肥満）

（資料：健康福祉課）

◇小中学生の肥満度（平成20年度）



※ローレル指数＝体重[kg]÷身長[cm]³×10⁷

標準…116～144

（資料：健康福祉課）

(2) むし歯の状況

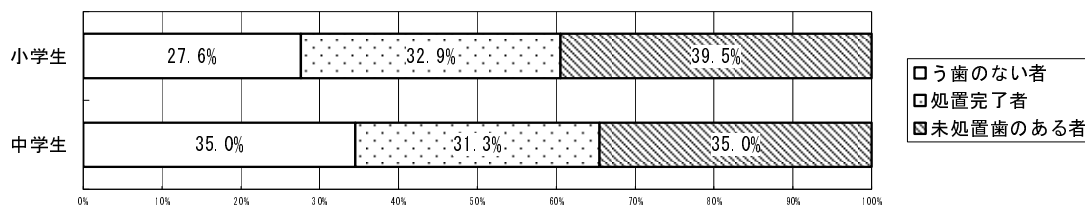
子どものむし歯の状況を見ると、1歳6か月児健診時では「要指導」の人数が増えてきており、平成20年では半数以上が要指導となっています。3歳児では3割前後が「むし歯あり」となっています。小学生では「う歯のない者」は3割以下となっており、中学生より高くなっています。

◇乳幼児の歯科健診の状況

		要指導	むし歯あり
1歳6か月児	平成18年度	57(38.8%)	3(2.0%)
	平成19年度	40(31.7%)	3(2.4%)
	平成20年度	51(35.7%)	5(3.5%)
3歳児	平成18年度	58(38.7%)	50(33.3%)
	平成19年度	36(26.9%)	33(24.6%)
	平成20年度	51(35.9%)	43(30.3%)

(資料：健康福祉課)

◇小中学生のむし歯の状況（平成20年度）



(資料：健康福祉課)

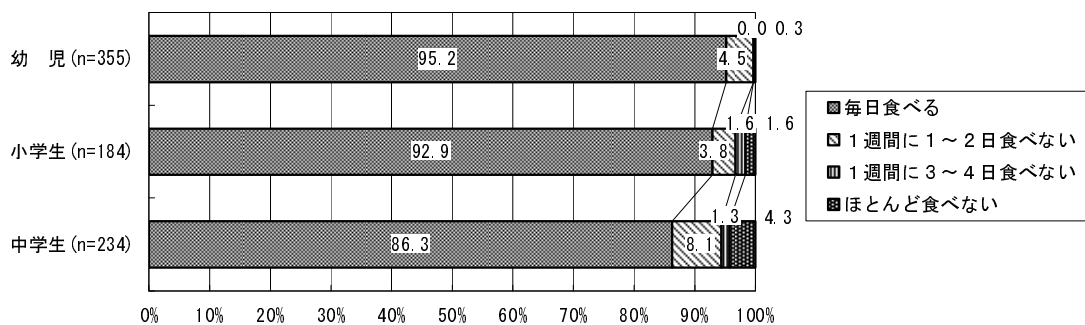
3 食生活の状況

(1) 朝食の状況

子どもの朝食の欠食状況をみると、年齢が上がるごとに朝食を食べない子どもの割合が増えてきており、中学生では 13.7%の人が平日、毎日食べていない状況となっています。

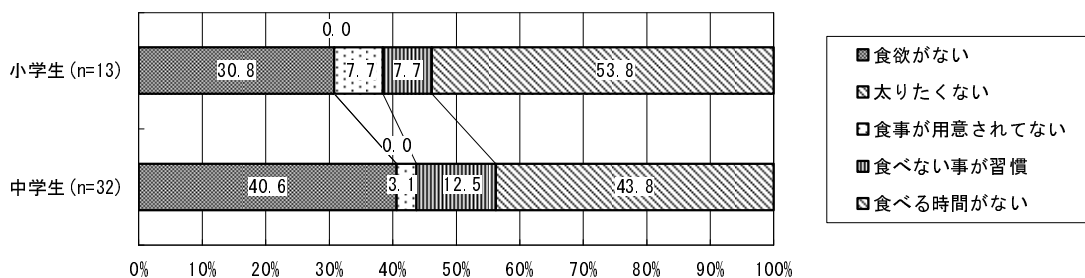
朝食を食べない理由として、「食べる時間がない」、「食欲がない」の割合が高くなっており、早寝早起きの生活習慣が朝食摂取に関係していることがうかがえます。

◇朝食の欠食状況（平日）



(資料：平成 20 年度 食育に関するアンケート調査)

◇朝食を食べない理由（平日）

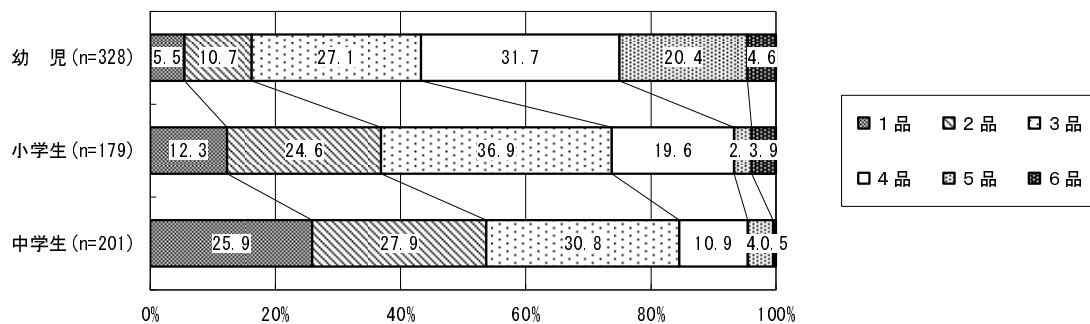


(資料：平成 20 年度 食育に関するアンケート調査)

朝食の料理数をみると、幼児では「3品」、「4品」の割合が高くなっていますが、年齢が上がるごとに「1品」あるいは「2品」の割合が高くなっています。

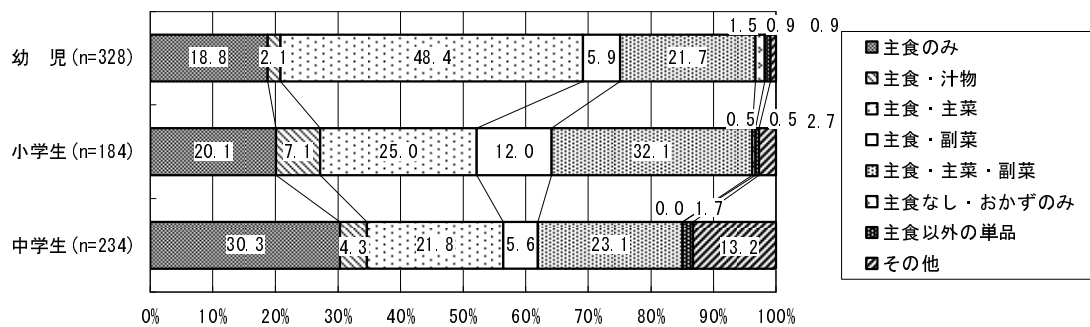
朝食の内容をみると、「主食+主菜+副菜」といったバランスのよい朝食を食べている人は2〜3割にとどまっており、中学生では3割以上が「主食のみ」と回答しています。

◇朝食の摂取状況（料理数）



（資料：平成20年度 食育に関するアンケート調査）

◇朝食の摂取状況（内容）



（資料：平成20年度 食育に関するアンケート調査）

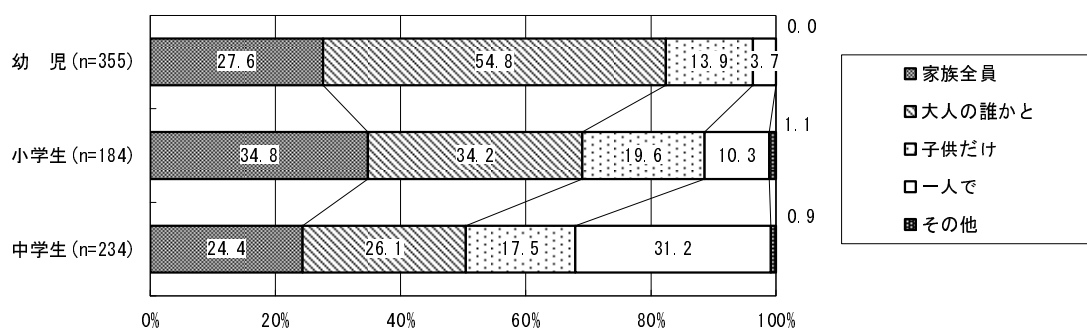
【コラム】朝食はどうして大切なのか？

- (1) 朝食を摂ることで、脳のエネルギー源であるブドウ糖が補給され、睡眠中に低下した体温が上がります。
- (2) 腸の活動が活発になり、排便を促します。
- (3) 朝食を食べない人は肥満になることが多いです。これは、昼・夕のまとめ食い、夜遅い夕食、夜食などが原因と考えられています。

(3) 子どもの孤食の状況

朝食と一緒に食べる人について、「家族全員」と回答した人は3割前後となっています。年齢があがるにつれ、「一人で」食べる人の割合が増え、中学生では3割以上が一人で朝食を食べています。

◇朝食と一緒に食べる人

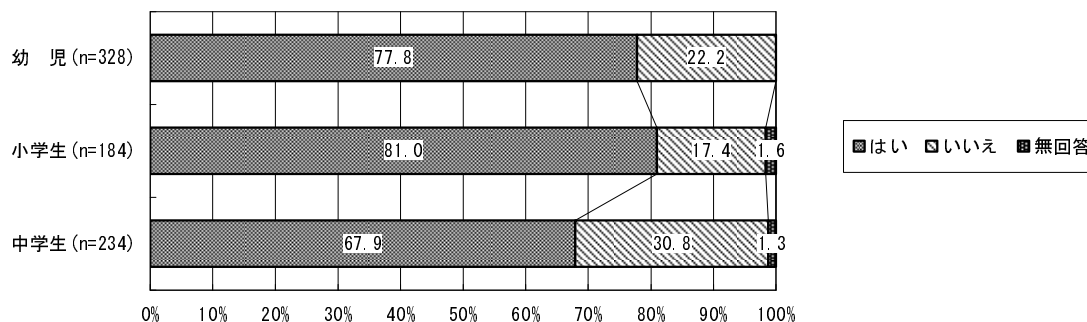


(資料：平成20年度 食育に関するアンケート調査)

(4) 排便の習慣

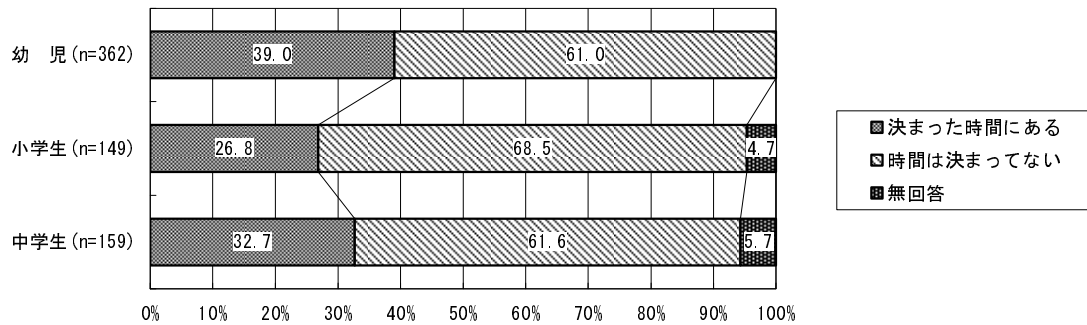
子どもの排便の習慣について、毎日排便がある人は幼児、小学生では8割、中学生では7割以下となっています。また、毎日排便がある人でも決まった時間に排便する人は3割前後にとどまっています。

◇毎日排便があるか



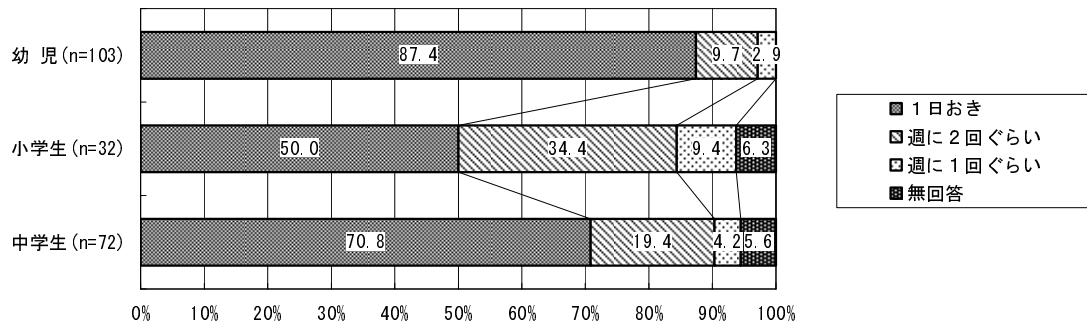
(資料：平成20年度 食育に関するアンケート調査)

◇決まった時間に排便があるか（毎日ある人）



（資料：平成 20 年度 食育に関するアンケート調査）

◇どのくらいで排便があるか（毎日ない人）



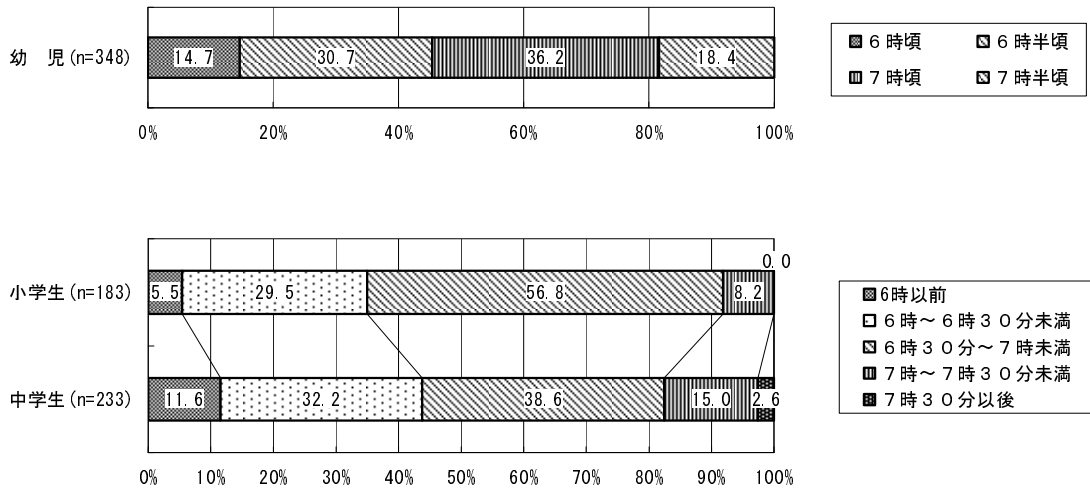
（資料：平成 20 年度 食育に関するアンケート調査）

（5）起床・就寝

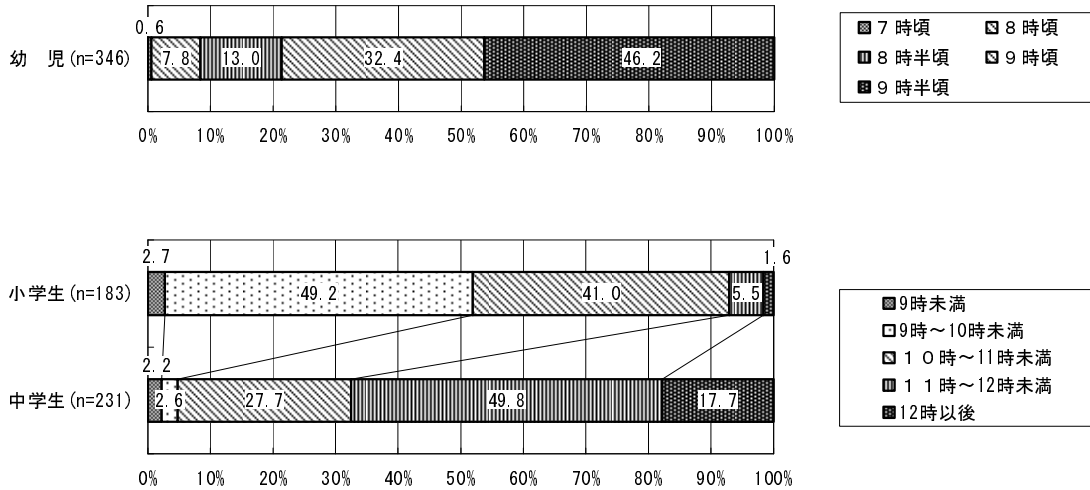
子どもの起床時間をみると、幼児では7時頃、小中学生では6時30分～7時未満の時間帯が最も多くなっています。中学生になると、6時以前あるいは7時以降の割合が増えています。

就寝時間をみると、幼児では9時半頃が最も多くなっています。小学生でも9時代が最も多く、9割以上が11時前には就寝していますが、中学生になると11時代が約半数、7割近くが11時以降に寝ており、中学生になると起床・就寝時間が大きく変化していることがわかります。

◇起床時間（平日）



◇就寝時間（平日）



4 食育における課題

(1) 健全な食習慣の確立に向けた取り組み

核家族化や就労形態の多様化などライフスタイルの変化は、家庭での食生活にも変化をもたらしており、特に、朝食を簡単に済ませる家庭や、個々の生活時間に応じた「個食」「孤食」が増えてきています。

本町でも、朝食の欠食や偏った食事、一人で朝食をとる子どもがみられ、中学生になるとその割合が高くなっています。

家族が楽しく食卓を囲み、栄養バランスのとれた食事をとることは、子どもの健全な成長と豊かな人間形成をもたらします。親の意識や働き方の見直し等も含め、子どもごころからの健全な食習慣の確立が課題となっています。

(2) 食の大切さに対する意識啓発

コンビニやスーパーなどに行けばいつでも食料品が売られ、また、食料を生産する場に触れる機会が減ってきており、食の大切さを意識することが薄れてきています。その結果、給食で食べ残しても平気な子どもが増えるなど、食べ残しや食品の破棄を大量に発生させている状況となっています。

本町においても、基幹産業である農業が減少傾向にあるなど、食料の生産体験や生産者との交流がしにくい環境に変わりつつあります。自然の恩恵の上に食糧生産が成り立っていること、食という行為は動植物の命を受け継ぐことであること、そして食生活は生産者をはじめ多くの人々の苦勞や努力によって支えられていることを実感でき、食に関して感謝の念と理解を深められるような取り組みが求められています。

(3) 食に対する正しい知識の普及と実践支援

食文化が多様化してきており、ファーストフードやインスタント食品など料理に手間ひまかけなくても簡単に安く食べられるようになってきました。国内外から多様な食品・食材が供給され、外食の機会も増えています。一方で、偏食や食べ過ぎ、不規則な食事などが生活習慣病の要因となり、また食品偽装や BSE 問題といった「食の安全」が脅かされる状況もみられます。

子どもたちが生涯にわたって健全な食生活を自ら実践していくためにも、食に関する正しい知識や的確な判断力を主体的に身に付けていくための取り組みをすすめていかなければなりません。

(4) 地域の食文化の継承と地産地消の推進

本町には、米やレッドポアロー（赤ねぎ）、しいたけをはじめ、さまざまな特産品が栽培され、全国に出荷されています。第1次産業従事者も15%を超え、農業が盛んな地域といえます。しかしながら、近年では、食文化の変化や外国産野菜の輸入等により、こうした特産品を家庭で食する機会が減ってきており、地域の伝統的な食文化や郷土料理などが失われつつあります。

地域の豊かな食文化を次代に伝えていくためにも、子どもたちが地域で育まれる農産物や食文化に愛着や誇りを感じ、自らの食生活に積極的に取り入れていくような取り組みを推進していくことが必要です。

第3章 計画の基本的な考え方

1 基本理念

健全な食生活は健康で豊かな人間性の基礎となるものです。特に、子どもの頃に身についた食習慣を大人になって改めることは困難であることから、本町においては、子どもたちが生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性を育むことができるよう、子どもの成長に合わせた食育を推進していきます。

食育を通じて、子どもたちが

生涯にわたって健全な心身を培い

豊かな人間性を育む

2 基本目標

基本理念を踏まえ、計画における基本的な目標を以下の4項目とします。あわせて、目標の達成度合いを図るための指標を設定します。

目標1 子どものうちから健全な食習慣を身につけ、自ら実践できる正しい知識と的確な判断力を身に付ける

適切な食事のとり方や望ましい食習慣の定着を図るとともに、食に関する知識や判断力の習得を図り、子どもたちが生涯にわたって健全な食生活を自ら実践していくことを目指します。

		現状値	目標値
平日、毎日朝食を食べる子どもの割合	幼 児	95.2%	100%
	小学生	92.9%	
	中学生	86.3%	
朝食で主食・主菜・副菜を食べる子どもの割合	幼 児	21.7%	50%
	小学生	32.1%	
	中学生	23.1%	

目標2 家庭でも学校でも、楽しく食卓を囲み、豊かな心を育む

家庭や学校において、家族や友人等と楽しく食卓を囲む機会の充実を図り、子どもたちが食の楽しさを実感でき、豊かな心を育てていくことを目指します。

		現状値	目標値
家族全員または大人の誰かと朝食を食べることが多い子どもの割合	幼児	82.4%	90%
	小学生	69.0%	75%
	中学生	50.5%	70%

目標3 子どもたちがさまざまな体験を通じて、食に関する感謝の念と理解を深める

農作業体験をはじめ、地域資源を生かしたさまざまな体験を通じて、子どもたちが自然に食に関する感謝の念と理解を深めていくことを目指します。

		現状値	目標値
農業体験学習に取り組んでいる 学校等の数	保育園(所) 幼稚園	7園中7園	全園
	小学校	10校中10校	全校
	中学校	3校中1校	全校
教育ファームに取り組んでいる 学校数	小学校	10校中0校	全校
	中学校	3校中1校	全校

※教育ファーム…農林漁業者などが一連の農作業等の体験を提供する。同一作物について、同一人物(全ての対象者)が指導を受けて、2つ以上の作業を年間2日以上行なう。

目標4 地域の特性を生かした食生活や伝統ある食文化を継承する

地域の気候風土と結びついた食材や郷土料理を子どもたちに伝え、本町の豊かな食文化を代々に継承していくことを目指します。

		現状値	目標値
学校給食において地場産物(地域+ 県内)を使用する割合(食材数ベー ス)	常北	51.0%	55%
	桂	42.0%	
	七会	42.0%	
保護者や地域の人を招いて「食」に 関する地域の伝統行事や体験事業 を行っている学校数	小学校	10校中8校	全校
	中学校	3校中0校	全校

※食材数ベース…使用食材数のうち地場産の使用食材数の割合
(食品成分表の「菓子類」「嗜好飲料」「調味料及び香辛料類」を除く。)

第4章 施策の展開

施策体系

【基本理念】

食育を通じて、子どもたちが、生涯にわたって健全な心身を培い豊かな人間性を育む

【基本目標】

- 1 子どもの中から健全な食習慣を身につけ、自ら実践できるだけの正しい知識と確かな判断力を身に付ける
- 2 家庭でも学校でも、楽しく食卓を囲み、豊かな心を育む
- 3 子どもたちがさまざまな体験を通じて、食に関する感謝の念と理解を深める
- 4 地域の特性を生かした食生活や伝統ある食文化を継承する

【基本施策】

家庭 における食生活の基盤づくり

- (1) 規則正しい食習慣の促進
- (2) 栄養バランスのとれた食生活の実践
- (3) 食を通じたコミュニケーションづくり

学校など における食育の実践

- (1) 発達段階に応じた食育の推進
- (2) 給食を通じた食育の推進
- (3) 家庭・地域との連携

地域 における食育活動の支援

- (1) さまざまな体験を通じた食育の推進
- (2) 地域の食文化の継承

基本施策1 家庭における食生活の基盤づくり

食生活の基本の場である家庭において、食に対する関心と理解を深め、健全な食習慣を確立することができるよう支援します。

◇施策がめざす姿

スローガン

「早寝・早起き・朝ごはん・テレビを消して食べましょう」

- ・ 1日3食、規則正しい食事をする
- ・ 栄養バランスのとれた食事をする（主食・主菜・副菜を毎食そろえる）
- ・ 間食を控え、肥満にならないようにする
- ・ 「いただきます」「ごちそうさま」など、あいさつをきちんとする
- ・ 食事における基本的なマナーを身に付ける
- ・ 家族そろって食事をする

◇施策の方向性

（1）規則正しい食習慣の促進

家族が楽しみながら1日3食きちんと食事をすることの大切さについて啓発し、家庭での規則正しい食習慣の確立を促進します。特に、生活リズムの乱れが食生活に影響していることから、早寝早起きを推奨し、子どもの朝食の欠食をなくしていくよう努めます。

（2）栄養バランスのとれた食生活の実践

さまざまな場面や機会を活用し、積極的に情報発信しながら、食材や栄養等についての正しい知識の普及を図るとともに、各家庭で主食・主菜・副菜の揃った栄養バランスのとれた食事が実践できるための支援に取り組みます。

（3）食を通じたコミュニケーションづくり

食事づくりや食事中の会話など、食を通じた家族間のコミュニケーションを深めることができるよう、家族揃った食事の大切さを保護者や地域全体が理解し、実践していくための啓発活動を推進します。

◇具体的な取り組み

事業・施策名	実施概要
「朝ごはん食べた？」声かけ運動の推進	家族や隣近所、学校等での「朝ごはん食べた？」の声かけ運動を推進します。 (健康福祉課・教育委員会)
発達段階に応じた栄養指導の実施	各種健診や相談、訪問指導などの母子保健事業において、妊娠・育児中における栄養バランスのとれた食事の実践に向けた指導を行います。 (健康福祉課)
食に関する学習機会の充実	公民館や食生活改善推進員等による料理教室など、食に関する学習機会の充実を図ります。
「食育の日」「家庭の日」の周知・啓発	毎月19日を「食育の日」、毎月第3日曜日を「家庭の日」として広く周知するとともに、家族揃った食事の大切さを啓発します。 (健康福祉課・教育委員会)
多様な働き方の実現に向けた取り組み	子育て家庭に配慮した就労環境の整備や働き方の見直しを促進し、仕事と生活の調和の実現を図ります。 (産業振興課・総務課)

【家庭・地域・事業者に期待する役割】

家庭では	<ul style="list-style-type: none"> ・子どもを大人のリズムに合わせずに「早寝早起き朝ごはん」を実践しましょう。 ・できるだけ家族揃って食事をするように心がけましょう。 ・「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしましょう。 ・食や食材への関心を高め、栄養バランスのよい食事を心がけましょう。 ・「もったいない」精神をもち、できるだけ食べ残しや食材の廃棄をしないようにしましょう。
地域では	<ul style="list-style-type: none"> ・「朝ごはん食べた？」の声かけを実践しましょう。
事業者は	<ul style="list-style-type: none"> ・栄養バランスのとれた食事メニューを提案していきましょう。 ・企業等は、できるだけ家族揃った食事を取ることができるよう、多様な働き方ができる就労環境づくりに取り組みましょう。

基本施策2 学校などにおける食育の実践

給食や授業、農業体験等を通じて、子どもたちが食の楽しさや大切さを実感し、健全な食生活を送ることができる能力を身に付けるための取り組みを推進します。

◇施策がめざす姿

- ・ 子どもたちが食について自らの確かな判断ができる力を身に付ける
- ・ 給食を通して地域の特産物を生かしたおいしい食事や伝統料理を知る

◇施策の方向性

(1) 発達段階に応じた食育の推進

食を大切にする心や食に関する正しい理解と知識の普及を図るため、保育所、幼稚園および学校において、子どもの発達段階に応じた食育に計画的に取り組むことができるよう支援します。

(2) 給食を通じた食育の推進

栄養バランスのとれた楽しい給食により、子どもの心身の健全な育成を図るとともに、給食をきっかけとした食材への理解や、地元の農産物や郷土料理への愛着と誇りを醸成する取り組みを推進します。

(3) 家庭・地域との連携

学校などで推進する食育を積極的に発信し、家庭での理解を得ながら協力して取り組んでいくとともに、農業従事者や保健・福祉・医療の関係者、子育て支援団体等と連携しながら、より効果的な食育を推進します。

◇具体的な取り組み

事業・施策名	実施概要
食育計画・年間指導計画の策定支援	保育所・幼稚園・学校における食育計画や食に関する年間指導計画の策定を支援し、ねらいを明確にした計画的な食育を推進します。 (教育委員会)
栄養教諭の活用	学校における食育の中核的な役割を担う栄養教諭が、各学校での創意工夫ある食育を推進します。 (教育委員会)
子どもの肥満予防への取り組みの推進	健康診断の結果等を踏まえ、家庭での食事の改善を基本とし、医療・保健関係機関との連携を図りながら、望ましい食習慣や適切な運動習慣、正しい歯みがき習慣に向けた指導を行います。 (教育委員会・健康福祉課)
給食における地産地消の推進	地元の農産物を活用した郷土料理を多く取り入れるなど、給食における地産地消を推進します。 (教育委員会・産業振興課)
学校等における食育に関する情報発信	保育所や幼稚園、学校で取り組んでいる食育の状況を積極的に家庭に発信していくことを促進します。 (教育委員会・健康福祉課)
学校等における教育ファームの推進	農業従事者や関係団体等との連携により、農作業の一連の流れを体験する「教育ファーム（農業体験）」の取り組みを推進します。 ※農作業の対象となる作物は米、野菜、きのこなどとしします。 (産業振興課・教育委員会)

【家庭・地域・事業者に期待する役割】

家庭では	・保育所や幼稚園、学校で取り組んでいる食育に関心を持ち、家庭でも実践・協力しましょう。
地域では	・学校等が取り組む食育活動に対し、講師の派遣や体験活動の場の提供など、連携した取り組みに協力しましょう。
事業者は	・学校等が取り組む食育活動に対し、講師の派遣や体験活動の場の提供など、連携した取り組みに協力しましょう。
農業者は	・農業体験の推進に協力しましょう。

基本施策3 地域における食育活動の支援

「食」に関連する人材や団体など本町の地域資源を活かしながら、子どもたちが地域ならではの食文化への関心を高め、実践できるよう支援します。

◇施策がめざす姿

- ・さまざまな体験を通じて食への関心が高まり、食の大切さを感じる
- ・地域特性を生かした食事や伝統的な食文化を子どもや若者が実践している

◇施策の方向性

(1) さまざまな体験を通じた食育の推進

農業従事者や食生活改善推進員、食育推進ボランティアなど食に関わる人材や関係団体等が行う活動を支援し、さまざまな体験や交流を通じて、子どもたちが食への関心を高め、食の大切さを実感できる機会の充実を図ります。

(2) 地域の食文化の継承

各種イベントや広報活動、料理教室など、さまざまな機会において地域の農産物や伝統的な料理等を紹介する活動を推進し、子どもたちが地域の食文化に愛着と誇りを感じ、実践していくことができるよう支援します。

◇具体的な取り組み

事業・施策名	実施概要
農業体験受け入れ農家の確保	学校等で推進する「教育ファーム（農業体験）」の受け入れ先を確保します。 (産業振興課)
親子料理教室	食生活改善推進員の協力を得ながら、地域の特産物等を使った料理を紹介する料理教室を開催します。 (健康福祉課)
「食育の日」におけるイベント等の開催	「食育の日」において各種イベントや講演会等を開催すると同時に食育マップを配布し、食育活動に対する気運の醸成と町民の意識啓発を図ります。 (教育委員会・健康福祉課)
関係団体・事業者等による食育活動に対する支援	農業関係団体や食生活改善推進員、食品関連業者などが行う「食」に関わるさまざまな活動に対して支援します。 (健康福祉課・産業振興課)

【家庭・地域・事業者に期待する役割】

家庭では	<ul style="list-style-type: none"> ・地域で開催される食に関する教室やイベント等に積極的に参加しましょう。 ・地元の農産物や郷土料理に関心を持ち、家庭での食卓に積極的に取り入れましょう。
地域では	<ul style="list-style-type: none"> ・郷土料理をつくった際には、隣近所の若い子育て家庭にもお裾分けしましょう。 ・関係団体等は、食に関するイベントや啓発活動を積極的に開催しましょう。
事業者は	<ul style="list-style-type: none"> ・食に関するイベントや啓発活動を積極的に開催しましょう。 ・食品関連事業者は、地元の農産物や郷土料理を積極的に提供していきましょう。

第5章 年齢に応じた食育の推進

(1) 乳幼児

心身の発達が著しく、さまざまな感覚が発達する時期であり、食生活の基礎ができる大切な時期でもあります。

生活リズムの基礎をつくり、望ましい食習慣の形成を図るとともに、楽しい食事のなかから食への関心を持てるようにしましょう。

【推進する取り組み】

- 早寝、早起き、遊びや運動でお腹がすくりズムをつくりましょう。
- いろいろな食べ物を見る、さわる、味わう体験を持たせましょう。
- 好きなものを増やし、何でも食べられるようにしましょう。

(2) 小学生

自分でできることの範囲が広がり、基本的な生活習慣が身についてくる時期です。

さまざまな体験を通して、食への興味や関心を高めるとともに、食に関する知識や技能の習得を図り、学校や家庭での食事において自ら望ましい食生活を実践できるようにしましょう。

【推進する取り組み】

- 好き嫌いをなくし、給食を残さず食べましょう。
- 箸の持ち方など、食事のマナーを身に付けましょう。
- 調理や配膳、後片付けなどの手伝いをしましょう。
- いろいろな話をして、楽しい食事に心がけましょう。

(3) 中学生・高校生

部活動や受験、塾通いなど、自分の生活のリズムに合わせて食事を取る機会が多くなる時期であり、食事のリズムが不規則になりがちです。

健康と食生活の関係を理解し、望ましい食習慣をしっかりと定着させるとともに、健康によい食べ方や食事環境を考慮した食生活を実践するようにしましょう。

【推進する取り組み】

- 1日3食、規則正しい食習慣を継続しましょう。
- 夜食のとり方に気をつけましょう。
- 健康によい食材や食べ方を選択できるようにしましょう。
- 楽しい食事を通じて家族や友だちとのコミュニケーションを深めましょう。

資料編

城里町食育推進会議設置条例

平成 20 年 3 月 25 日

条例第 15 号

(設置)

第 1 条 城里町における総合的な食育の推進を図るため、食育基本法（平成 17 年法律第 63 号。以下「法」という。）第 33 条第 1 項の規定に基づき、城里町食育推進会議（以下「推進会議」という。）を置く。

(所掌事務)

第 2 条 推進会議は、次の各号に掲げる事項を所掌する。

- (1) 城里町食育推進計画（法第 18 条第 1 項に規定する市町村食育推進計画をいう。）を作成し、その実施を推進すること。
- (2) 前号に掲げるもののほか、食育の推進に関する重要事項について審議し、食育の推進に関する施策の実施を推進すること。

(組織)

第 3 条 推進会議は、委員 15 人以内の委員をもって組織し、委員は次に掲げるもののうちから町長が委嘱し、又は任命する。

- (1) 教育又は保育に関する機関又は団体に属する者
- (2) 社会福祉、保健又は医療に関する機関又は関係団体に属する者
- (3) 農業者又は農業、漁業に関する団体に属する者
- (4) 食品の製造、加工、流通、販売若しくは食事の提供を行う事業者又はその組織する団体に属する者
- (5) 食育の推進に関する活動に携わる団体に属する者
- (6) その他町長が必要と認める者

(委員の任期)

第 4 条 委員の任期は、2 年以内とし再任を妨げない。ただし、その職により委嘱された委員の任期は、その職にある期間とする。

(会長及び副会長)

第 5 条 推進会議に会長及び副会長各 1 人を置き、委員の互選によりこれを定める。

- 2 会長は、推進会議を代表し、会務を総理する。

3 副会長は、会長を補佐し、会長に事故あるとき、又は会長が欠けたときは、その職務を代理する。

(会議)

第6条 推進会議の会議は、会長が必要に応じて招集し、会議の議長となる。

2 会長は、必要があると認められるときは、関係者を会議に出席させ、意見若しくは説明を聴き、又は必要な資料の提出を求めることができる。

(庶務)

第7条 推進会議の庶務は、健康福祉課において行う。

(委任)

第8条 この条例に定めるもののほか、推進会議の運営に関し必要な事項は、会長が推進会議に諮り別に定める。

附 則

この条例は、平成20年4月1日から施行する。

平成 21 年度 城里町食育推進計画策定委員会委員 名簿

	所属機関・団体・役職名	氏 名	備 考
1	城里町内医師代表	よつくら まさみ 四 倉 正 彌	
2	城里町内歯科医師代表	いとう ひろし 伊 藤 博 司	
3	水戸常磐小学校嘱託	あらかやま としこ 阿 良 山 俊 子	
4	J A水戸（農協）婦人部長	こいぶち よしこ 鯉 渕 善 子	
5	食生活改善推進協議会会長	とみなが とし い 富 永 ト シ イ	
6	城里町私立保育園代表	せ や とよひこ 瀬 谷 豊 彦	
7	城里町立学校長会会長	うらべ とくや ト 部 徳 也	
8	城里町教育委員会委員長	はぎや たけじ 萩 谷 竹 二	
9	母子愛育会	ときざき きょうこ 時 崎 協 子	
10	ひまわり幼稚舎園長	い い だ かずこ 飯 田 和 子	
11	主任児童委員代表	おおこし わくり 大 越 わ くり	
12	桂幼稚園長	こ や ま しずこ 小 山 静 子	
13	城里町 PTA 連絡協議会会長	こばやし のぶゆき 小 林 伸 行	
14	議会議長	こいぶち ひでお 鯉 渕 秀 雄	委員長
15	議会教育民生常任委員会委員長	なんじょう おきむ 南 條 治	副委員長
16	健康福祉課長	かとうぎ まさる 加 藤 木 賢	

城里町食育推進計画

発行：平成22年3月 茨城県城里町

編集：城里町役場 健康福祉課

〒311-4391 茨城県東茨城郡城里町石塚 1428-1

常北保健福祉センター内

TEL：029-240-6550／FAX：029-240-6466