

# 第4次 かがわ食育アクションプラン

令和3年10月

香 川 県



# 1 食育アクションプランとは

## (1) 計画策定の趣旨

本格的な少子高齢社会を迎え、健康寿命の延伸や生活習慣病の予防が重要な課題となる中、世帯構造の変化や食に関する価値観や暮らしの在り方の多様化など、食生活を取り巻く社会環境は大きく変化しています。こうした状況の中で、朝食の欠食に代表される食習慣の乱れや野菜の摂取不足、脂質の過剰摂取等の栄養の偏りに起因する生活習慣病の増加や孤食など様々な問題があり、心身の健康への影響が大きく懸念されています。

また、産業構造の変化や人口の都市部への集中、食の外部化の進展等により、本県においても食料の生産や加工等の場面に触れる機会等が減少し、生産者と消費者の距離が拡大した結果、食の大切さに対する意識が薄れる一方、食品の安全性に関わる事案の発生等により県民の食の安全・安心に対する関心が高まっています。

このため、子どもから高齢者までの県民一人ひとりが食に関する正しい知識や望ましい食習慣を身に付けるとともに、本県の地場産物や食文化についても理解を深め、健全な食生活を実践できるよう、食育の推進が重要な課題となっています。

こうした中、本県では、平成28年3月に策定した「第3次かがわ食育アクションプラン」に沿って、市町や関係団体等と連携して、食の重要性や望ましい食習慣についての普及啓発、学校等における食に関する指導の充実、伝統的なかがわの食文化の継承・発展などの取組みにより食育を推進してきました。

しかしながら、生活習慣の乱れからくる糖尿病等の生活習慣病有病者の増加、若い世代の朝食の欠食、野菜の摂取不足など、食をめぐる諸課題への対応がなお必要であることに加え、環境と調和のとれた食料生産と消費などの課題への対応や、新型コロナウイルス感染症の感染防止のための「新しい生活様式」により、食に関わる意識や行動に変化が生じることへの対応も求められています。こうしたことから、引き続き市町や関係団体と連携し、総合的、計画的に食育を推進していくため、国の第4次食育推進基本計画を踏まえ「第4次かがわ食育アクションプラン（香川県食育推進計画）」を策定するものです。

「食育」とは、生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきもので、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）

## (2) 計画の性格

- この計画は、食育基本法第17条第1項の規定に基づく「都道府県食育推進計画」です。
- また、本県の『「みんなでつくるせとうち田園都市・香川」実現計画』に基づく食育の具体的な推進計画であり、「香川県食の安全・安心基本指針」、「健やか香川21ヘルスプラン」、「香川県健やか子ども支援計画」、「香川県食品ロス削減推進計画」、「香川県農業・農村基本計画」及び「香川県教育基本計画」などとの整合性を持った計画とします。
- この計画は、食育の施策を総合的、計画的に進めるための基本指針であるとともに、県民をはじめ、家庭、地域、学校・保育所等、関係団体、生産者・企業等が一体となって、県

民運動として食育に取り組むための行動指針として位置づけられるものです。

### (3) 計画の期間

この計画の期間は、令和3年度を初年度とし、令和7年度を目標年度とする5年間とします。

## 2 かがわの目指す食育

### (1) 現状と課題

#### ① 現状

##### ● 家庭 **朝食の欠食、健康意識の低下、孤食の増加**

- 朝食を毎日食べている児童生徒の割合は、80%台前半から伸びていません。また、20～30歳代男性の朝食をほとんど食べない人の割合が15%程度みられます。
- 20歳代男性の健康や食生活をよりよくすることを普段から意識している人の割合が低下しています。
- 核家族化の進行や一人暮らしの増加、生活様式の多様化などにより、1日に1回以上、家族といっしょに食事をする人の割合が減少しています。

##### ● 子ども **子どもの生活習慣病、食に関する指導機会の伸び悩み**

- 小学校4年生を対象に行った小児生活習慣病予防健診の結果では、「肥満傾向」「脂質異常」「糖尿病リスクの指標であるHbA1c 5.6%以上」がそれぞれ1割程度みられます。
- 幼稚園や高校における食育教室の実施数、また、栄養教諭・学校栄養職員による教科や学級活動における食に関する指導を行っている学校の割合が伸び悩んでいる状況です。

##### ● 健康・食生活 **栄養バランスの偏り、野菜の摂取不足、男性の肥満**

- 主食・主菜・副菜をそろえて食べるようにする人の割合が低く、ある栄養素のとり過ぎ、または、一部の栄養素の不足など栄養バランスに偏りがみられます。
- 県民の野菜摂取量は、平成28年で男性が285g、女性が261gと減少傾向にあり、成人1人1日当たりに必要とされている350gより80g程度少ない状況です。
- 30歳以上の男性の肥満者の割合は30%以上であり、20歳代から30歳代にかけて約3倍の増加がみられます。
- メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）該当者及び予備群の合計の割合が増加傾向にあります。

##### ● 食品ロス **食品ロスの発生**

- 県民1人1日当たりの食品ロス発生量（106g：平成29年度）は、全国平均（132g：平成29年度）を下回っているものの、県全体では毎日100トンを超える食品ロスが発生しているものと推計されます。

##### ● 地産地消・地場産物の活用 **食と農水産への理解の希薄化**

- 地域と連携した体験活動を行う小学校の割合や学校給食における地場産物を活用する割合が伸び悩んでいます。

## ② 課題

### ● 家族ぐるみでの望ましい生活習慣の定着

- 子どもが朝食を毎日食べるためには、早寝早起きなどの生活習慣を身に付けることが重要ですが、子どもだけでなく、その家族が一緒になり、望ましい生活習慣が定着するよう働きかける必要があります。
- 「新しい生活様式」に対応しながら、家庭や地域で共食が推進できるよう、家庭、学校・保育所等、職場、地域の連携・協働を図る必要があります。

### ● 児童生徒の発達段階に応じた食に関する指導の充実

- 食に関する指導の時間が十分確保されるよう、栄養教諭を中心として教職員が連携・協働し食育を推進していく必要があります。
- 小中学生、高校生等それぞれに対しあらゆる機会を通して、望ましい食習慣について学ぶ機会を提供する必要があります。

### ● 若い世代や働き盛り世代が自ら取り組む適切な食生活の実践や食を通じた健康づくり

- 若い世代や働き盛り世代が食に関する理解や関心を深めることができるよう、ライフスタイルに応じ、栄養バランスに配慮した食生活の実践等について効果的に情報提供することが必要です。
- 一日のうち多くの時間を過ごす職場等で健全な食生活が実践できるように環境を整えることが必要です。

### ● 環境を意識した食の理解の浸透

- 県民や事業者が食品ロスの現状と問題点、削減の意義について理解するとともに、その削減に向けた行動を実践することが必要です。
- 食品ロスの削減に向けた理解と行動の変革が広がるよう事業者、消費者、県、市町、関係団体等の多様な主体が連携・協働することが必要です。

### ● 地産地消・体験活動の実践

- 食べ物が食卓にのぼるまでの過程への理解や食に対する感謝の念が子どもの頃から身に付けられるよう、家庭、地域、学校・保育所等が連携した体験活動等の取組みを促進する必要があります。
- 産直施設や農林漁業者、食品関連事業者等による食に関する情報提供に努め、地産地消や体験活動、生産者と消費者との交流等を通じた食の理解の促進に取り組むことが必要です。

## ● 関係団体等と連携した地域全体の食育推進体制の強化

- すべての県民が健全な食生活が実践できるよう、家庭、地域、学校・保育所等、関係団体、生産者、企業等などの幅広い関係者が連携・協働しながら、それぞれの役割を果たすことにより、食育を推進する必要があります。
- 「新しい生活様式」の中でも、県民が必要な情報を入手・活用でき、また、自ら主体的に食育が実践できるよう、健康増進アプリやSNSなどの様々な媒体を活用し食育を推進することが必要です。

## ● 新しい情報の収集及び正確な情報の発信

- 国内外の社会経済情勢は常に変化しており、今後、食生活をめぐる状況も大きく変わることが十分考えられるため、食生活に関する新たな知見や研究結果を注視していく必要があります。
- SNS等の普及により、食生活に関する様々な情報があふれている中においても、自分自身の身体状況等を知ったうえで適切に情報を選択し、望ましい食生活が実践できるよう、科学的根拠に基づいた正確な情報を発信する必要があります。

## (2) 基本目標

### 生涯にわたって心身ともに健やかな県民生活の実現

食育の推進に当たっては、かがわの食文化が本県の歴史、風土及び環境から育まれてきたことを踏まえ、食に対する親しみや感謝の念を持ち、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、生涯にわたって健全で豊かな食生活を実践できる人間を育む食育を、県民運動として展開していくことが重要です。

このため、家庭や学校での食育、食品ロス削減や地産地消の取組み、体験活動の充実、我が国の伝統的な食生活の尊重や郷土の豊かな食文化の継承、食の安全・安心に関する情報提供などを進めるとともに、関係機関・団体が連携して、ライフステージに応じた切れ目のない支援を行う必要があります。

こうしたことから、「生涯にわたって心身ともに健やかな県民生活の実現」を基本目標として設定し、県を挙げて食育の推進に取り組みます。

### (3) 基本方針

この基本目標を実現するため、次の3つの基本方針を設定します。

#### **生涯を通じた心身の健康を支える食育**

すべての世代が望ましい食習慣を身に付け、健康に配慮した食生活が実践できるよう、家庭、地域、学校、関係団体等と連携し、ライフステージに応じて、生涯を通じた心身の健康を支える食育を推進します。

#### **持続可能なかがわの食を支える食育**

ボランティアや生産者、学校、関係団体等と連携し、食品ロス削減や地産地消の取組みと体験活動を通じて、環境と調和のとれた食と農水産への理解を促進するとともに、受け継がれてきた豊かな食文化を継承・発展させることで、持続可能なかがわの食を支える食育を推進します。

#### **かがわの食を育む環境づくり**

県民一人ひとりが「食」について自ら考え、判断できる知識を身に付け、生涯を通じて心身ともに健康で豊かな生活が実現できるよう、家庭、地域、学校、関係団体等と連携・協働して、県民運動の推進や人材育成など、効果的に食育活動が展開できる環境づくりを推進します。

また、新型コロナウイルス感染症の感染防止のための「新しい生活様式」による、食に関わる意識や行動の変化に対応した食育を推進します。



### 3 基本的な施策の推進

基本目標、基本方針に基づき、本県の特性を生かした食育を次のとおり総合的かつ計画的に推進します。

基本方針	施策	施策の内容	
(1) 生涯を通じた心身の健康を支える食育	①家庭における食育の推進	家族ぐるみでの生活習慣づくり	
		子育て家庭に対する食育支援	
		子どもの生活習慣病予防	
		妊産婦に対する栄養指導や乳幼児の発育・発達段階に応じた食育	
		望ましい食習慣の普及啓発等	
	②学校・保育所等における食育の推進	就学前	「食育の計画」等に基づく食育の推進等
			家庭に向けた啓発活動と連携の促進
			地域と連携した体験活動の充実
			給食の充実・活用
			個別指導の充実及び情報提供
		小・中学校 特別支援 学校	推進体制の強化・充実
			食に関する指導の充実
			家庭に向けた啓発活動と連携の促進
			地域と連携した体験活動の充実
			「生きた教材」としての学校給食の充実・活用
			個別指導の充実
		高校	食に関する指導の充実
			健康の保持増進と生活習慣病予防
		③ライフステージに応じた食育の推進	減塩、野菜摂取量の増加、栄養バランスに配慮した食事の実践
			若い世代の生活習慣づくり
働き盛り世代の生活習慣病予防			
高齢者の低栄養対策			
歯科保健活動における食育推進			

基本方針	施策	施策の内容
(2) 持続可能な かがわの食 を支える食 育	①環境と調和のとれた食と農 水産への理解の促進	体験や交流などを通じた食と農水産への理解の 促進
		食品ロスの削減の推進
		食の理解の促進のための情報提供等
	②地産地消の取組みの推進	県産農水産物を利用しやすい仕組みづくり
		地産地消の実践に向けての啓発
	③かがわの食文化の継承	かがわの食文化の啓発・継承
地場産物を活用した日本型食生活の推進		
(3) かがわの食 を育む環境 づくり	①食育推進のための県民運動	県民運動の推進
		「かがわ食育月間・食育の日」の推進
	②食の安全・安心の推進	香川県食の安全・安心基本指針の推進
		食品等事業者への衛生管理の普及啓発
		食の安全等に関する情報提供等
		食品表示についての監視指導や活用方法の啓発 等
	③関係団体等との連携・協働に よる食育の推進	地域におけるネットワーク等を活用した食生活 改善
		メタボリックシンドロームを考慮した普及啓発
		飲食店等と連携した普及啓発や食育支援
		健康教育・栄養相談等による普及啓発
		食育ボランティアの活用
食育推進のための人材育成		
情報収集・発信及び調査研究		
「新しい生活様式」やデジタル化に対応する食 育の推進		

### 本計画と方向性を同じくするSDGsのゴール

本計画は、「3 すべての人に健康と福祉を」、「4 質の高い教育をみんなに」、「12 つくる責任つかう責任」及び「17 パートナリーシップで目標を達成しよう」の理念と方向性が同じです。



## (1) 生涯を通じた心身の健康を支える食育

### ● 施策の方向

生涯にわたって健全な心身と豊かな人間性を育むために、望ましい生活習慣を身に付けるとともに、食に関する正しい知識と食を選択する力を習得し、健康管理と健康に配慮した食生活を自ら行うことができるように、家庭や地域、学校、関係団体等と連携して、子どもの発育・発達段階に応じた食育など、子どもから成人、高齢者に至るまで、生涯にわたる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。

### ● 施策の内容

#### ① 家庭における食育の推進

(家族ぐるみでの生活習慣づくり)

- 朝食をとることや早寝早起きの実践など、子どもの学習意欲や気力、体力の向上などを図るうえで望ましい生活習慣の定着に向けて家族ぐるみで取り組めるよう、家庭、地域、学校が連携し、子どもとその保護者の意識を高め、行動するための取組みを推進します。

(子育て家庭に対する食育支援)

- 保育所、幼稚園、認定こども園等（以下「保育所等」という。）に入所していない子どものいる家庭など、食に関する相談や支援を受ける機会の少ない子育て家庭を対象に、保育所等や地域子育て支援拠点、NPO、関係団体等が連携・協働し、乳幼児期からの望ましい食習慣の形成に向けた取組みを促進します。

(子どもの生活習慣病予防)

- 健診等において、子どもの食生活や運動に関する実態及び地域課題を把握・分析するとともに、食生活と運動の両面から子どもの生活習慣病予防対策を促進します。  
また、母子保健関係者に対して、低出生体重児における身体発育の経過観察や3歳児健診等での幼児肥満のスクリーニング及び栄養・運動指導等の必要性について啓発を進めます。
- 小学生及び中学生を対象に実施している小児生活習慣病予防健診の結果を踏まえ、子どもとその保護者に対して、家族ぐるみで食生活や運動等の生活習慣の改善について取り組めるよう普及啓発を進めます。

(妊産婦に対する栄養指導や乳幼児の発育・発達段階に応じた食育)

- 市町が行う妊娠届出時の面談や両親学級等の機会を通じた妊産婦への栄養指導や、乳幼児健診、離乳食教室、育児相談等の機会を通じた乳幼児への授乳や離乳、食生活指導の実施を支援することにより、妊産婦に対する適切な栄養指導や乳幼児の発育・発達段階に応じた食育を推進します。

### (望ましい食習慣の普及啓発等)

- 様々な健診の機会を捉え、望ましい生活習慣や食習慣を啓発し、子どもの健やかな発育とともに、大人が自らの健康に対する意識を向上させるよう努めます。
- 地域のボランティアや支援団体等が、無料又は安価で子どもたちに食事を提供するいわゆる子ども食堂は、地域における子どもの居場所であるとともに、地域の方と共に食事をとりながらコミュニケーションを図る「共食」の場としても期待されています。こうした取組みが安定的に継続できるよう、市町や関係団体、企業等と連携し、地域における支援ネットワークの構築・強化を図ります。
- 子どもが実際に自分で料理をつくるという体験を増やしていくとともに、親子料理教室など学びながら食を楽しむ機会を提供する活動を学校や関係団体と連携して推進します。  
また、家族が食卓を囲んで共に食事をとりながらコミュニケーションを図る共食や、高齢者の通いの場やボランティアによる食を通じた交流の場など地域やコミュニティなどの様々な場を活用した共食を、「新しい生活様式」に対応しながら推進するとともに、食に関する学習や体験活動の充実等を通じて、家庭と地域等が連携した食育の推進を図ります。

## ② 学校・保育所等における食育の推進

### <就学前>

#### (「食育の計画」等に基づく食育の推進等)

- 各保育所等において作成した「食育の計画」などに基づき、子どもの発育及び発達のプロセスに応じて、組織的、計画的に食育を実施・評価し改善が行われるよう指導・助言を行います。
- 食育の重要性や食育目標、具体的な取組みについて、職員や保護者等が共通理解を持ち、連携・協働して食育が推進されるよう、研修会等を通じて指導・助言を行います。

#### (家庭に向けた啓発活動と連携の促進)

- 栄養バランスに配慮した食事や家族そろって楽しく食事をとることの意義についての理解を深めるため、保育所等において給食試食会や給食参観、親子料理教室等の開催や給食だよりの発刊、デジタル化に対応した情報発信等を通じてより効果的な啓発を図ります。
- 保育所等の多様な人的・物的資源を生かし、家庭での子どもの食生活に関する相談に応じ、助言・支援が行われるよう努めます。
- 幼児期は健康な生活のリズムを身に付け、自立の基礎が培われていく大切な時期であることから、望ましい食習慣の定着を図るため、朝食を毎日食べることなど、家庭や地域を巻き込んだ「早寝早起き朝ごはん」の取組みを推進します。

- 幼児期から食に関する興味や関心を高めるために、地域の関係団体等と連携し、子どもやその保護者に対して、劇や講話などを通じて楽しく学ぶ食に関する教室等を開催します。

#### (地域と連携した体験活動の充実)

- 子どもが意欲をもって菜園活動や調理体験などの食に関わる体験を積み重ね、食べ物への興味関心を持ち、食の大切さに気付き、進んで食べようとする気持ちを育めるようにするとともに、地域の伝統的な食文化や郷土食にも関心を持つことができるよう、関係機関や地域の食に関するボランティア団体等との連携を促進します。

#### (給食の充実・活用)

- 給食を通じて子どもに食事の大切さや楽しさを伝えるため、「保育所給食の手引き」等を参考にした円滑な給食運営と、子どもの発育・発達段階に応じた栄養バランスに配慮した食事の提供について、給食担当者をはじめとした保育所等の職員に対する啓発や指導に努めます。
- 子どもが友達や職員と和やかな雰囲気の中で、安心して食べることのできる環境を整えるとともに、節句などの伝統的な行事食や季節の行事食を取り入れるなど、みんなで食べるとおいしい、楽しいという体験、食文化に親しむことを積み重ねていけるような取組みを促進します。

#### (個別指導の充実及び情報提供)

- 食物アレルギーや肥満傾向など食に関する健康課題を有する子ども、食行動に問題を抱える子どもやその保護者に対し、市町や医療機関等と連携した個別指導の促進を図ります。
- 保育所等における食育の状況を把握し、他施設で実施されている食育活動について情報提供することで、食育のさらなる内容充実に努めます。

#### <小・中学校、特別支援学校>

#### (推進体制の強化・充実)

- 学校給食、特別活動、各教科、道徳科及び総合的な学習の時間などの学校教育活動全体を通じて、栄養教諭や学校栄養職員と全教職員が相互に連携・協働し、組織的・計画的に食育の推進が図られるよう支援します。  
さらに、全教職員が各学校における食育の目標や具体的な取組みについて共通理解を持ちながら、食に関する指導の推進が図られるよう、研修会等の充実に努めます。

#### (食に関する指導の充実)

- 学校の「食に関する指導の目標」に基づき、各学年で育成する資質・能力を「各学年の目標」で明らかにし、目標達成するために「いつ・誰が・どのように」を明確にした「食に関する指導の全体計画」に沿って、組織的に食に関する指導が行われるよう支援

します。

また、教職員が食の指導を行うためには、食に関する幅広い知識の修得が必要であることから、指導資料の配付や研修会の開催を促進します。

さらに、食に関する指導内容の充実を図るため、栄養士会や食の専門家の活用に努めます。

#### (家庭に向けた啓発活動と連携の促進)

- 家庭における食育が大切であることから、家庭の食に対する関心を高めるため、親子料理教室等の開催や給食だよりの発刊、デジタル化に対応した情報発信等を通じてより効果的な啓発活動等を推進します。

また、児童生徒の望ましい食習慣の定着を図るため、朝食を毎日食することなど、家庭や地域を巻き込んだ「早寝早起き朝ごはん」の取組みをさらに推進します。

#### (地域と連携した体験活動の充実)

- 地域の生産者や関係団体等と連携し、農業などの体験活動や調理実習等への協力、農業・漁業・農水産物等に関する情報提供などを行い、学校における体験活動の推進を支援します。

#### (「生きた教材」としての学校給食の充実・活用)

- 学校給食を生きた教材として活用し、日本の伝統的な食生活の根幹である米飯による給食を推進するとともに、積極的に地場産物を活用したり、郷土食や行事食を提供したりすることを通じ、児童生徒が地域の産業や文化、伝統に対する興味・関心を深め、食料の生産等に関わる人々へ感謝する心を持つなど、食に関する指導が行われるよう支援します。

#### (個別指導の充実)

- 栄養教諭や養護教諭を中心に教職員や学校医、関係機関が連携し、児童生徒の食生活や健康に関する実態を把握するとともに、食物アレルギー、肥満・やせ傾向、偏食等の食に関する健康課題を有する子ども、食行動に問題を抱える子どもやその保護者に対して、個別の事情に応じた相談や指導が行われるよう支援します。

また、過度のやせや肥満、偏食等が心身の健康に及ぼす影響とその改善に必要な知識を普及し、望ましい食習慣が身に付くよう支援します。

### <高校>

#### (食に関する指導の充実)

- 生徒が、自らの健康を管理し、生涯を通じて健康・安全で活力ある生活を送るための基礎が培われるよう、家庭科教諭や養護教諭等が中心となり、地域の関係団体等と連携して、家庭科はもとより、各教科等の特質に応じた授業の充実を図るとともに、高校生向けの食に関する講習会等を開催します。

#### (健康の保持増進と生活習慣病予防)

- 家庭や地域、関係団体等と連携し、文化祭などの学校行事等の機会を活用して、健康の保持増進や生活習慣病の予防につながる、食事を含む調和のとれた生活を実践することの必要性について理解を図ります。

### ③ ライフステージに応じた食育の推進

#### (減塩、野菜摂取量の増加、栄養バランスに配慮した食事の実践)

- 県民の食塩摂取量は減少傾向にありますが、ほとんどの人は必要量を超える量を摂取していることから、食塩摂取量の減少に向けて、調理方法の工夫や栄養成分表示の活用など、具体的な減塩方法について普及啓発に取り組みます。
- 「1日3食 まず野菜！」をキャッチフレーズに、関係団体や学校・保育所等と連携し、野菜を活用した調理実習や講話など、子どもの頃からの野菜摂取の習慣化に取り組み、野菜摂取量の増加を促進します。  
また、県民が多く集まる場でのキャンペーン等を通じて、望ましい食生活に関する情報発信を積極的に行います。
- 県民一人ひとりが1日に必要なエネルギー量の目安を知り、ある栄養素のとり過ぎ、または、一部の栄養素の不足などの栄養バランスの偏りがないう、出前講座等を通じて個々の身体状況に適した必要な知識を普及するとともに、主食・主菜・副菜がそろい、野菜たっぷりの健康に配慮したランチメニューを提供している「三つ星ヘルシーランチ店」の登録を推進し、健康や食に関して無関心な層も含め、行動経済学に基づく手法の1つであるナッジを活用した自然に健康になれる食環境の整備を図ります。
- 家庭環境や生活の多様化、また、「新しい生活様式」への対応に伴う暮らし方や働き方の変化により、惣菜や弁当等の中食の利用が増加していることから、健康管理の面からも、自分に合った中食を選択できる力を身に付けられるよう、バランスの良い料理の選び方や食べ方等について普及啓発に取り組みます。

#### (若い世代の生活習慣づくり)

- 若い世代はその他の世代と比べると、朝食の欠食や肥満、やせ、栄養バランスの偏り等、食生活に起因する課題が多いことから、若い世代が食育に関心を持ち、自ら食生活の改善等に取り組んでいけるよう、健康増進アプリやSNS等を活用し、時短レシピや調理済み食品を活用したバランスの良い食事の提案など、ライフスタイルに合った情報提供に努めます。
- 進学や就職と同時に一人暮らしを始める人は、生活環境及び食環境の変化により、食生活が大きく乱れやすいため、大学、企業、関係団体、地域等が連携し、学生食堂、社員食堂、スーパーやコンビニエンスストア等の場を利用して、健康に配慮した食事や健康づくりに資する情報を入手しやすい食環境の整備に努めます。

- 若い世代が望ましい生活習慣づくりの意識を高め、実践できるよう、関係団体、家庭、地域等と連携し、高校や大学の文化祭などの学校行事等の機会を利用した情報提供や出前講座等を開催します。

#### (働き盛り世代の生活習慣病予防)

- 従業員が健康であることは、従業員の活力向上や生産性の向上等の組織の活性化をもたらし、結果的に企業の業績向上につながると期待されています。従業員の健康管理とその一環としての食育の推進という観点から、職場等で朝食や栄養バランスに配慮した食事を入手しやすくする等、健康づくりに取り組む企業への支援が広がるよう、関係者との連携・協働を深めます。
- 働き盛り世代の肥満や生活習慣病の予防及び改善に向け、企業や関係団体、地域と連携し、栄養バランスに配慮した食事や夜遅くなった時の食事のとり方、G I 値（グリセミック・インデックス）の低い食物を食べることなど、健全な食習慣の実現や適切な食生活の実践について普及啓発に努めます。

#### (高齢者の低栄養対策)

- 高齢期では栄養状態の低下が老化を加速させ、疾病の発症を引き起こすものとなることから、生活の質（QOL）や身体機能を維持し、生活機能の自立を確保するため、市町、地域、関係団体等と連携して、主食・主菜・副菜がそろい、多様性に富んだ食事を1日3食食べるなど個人の状態に応じた適切な食事のとり方や共食の重要性の啓発に努めます。  
また、通いの場やボランティアによる食を通じた交流の場など地域やコミュニティの様々な場を活用して共食の機会の提供を行うことにより、低栄養・フレイル予防を実施し、効果的・効率的な健康支援につなげます。

#### (歯科保健活動における食育推進)

- 80歳になっても自分の歯を20本以上保つことを目的とした「8020（ハチマル・ニイマル）運動」とともに、口腔機能の低下により心身の虚弱が進行するオーラルフレイルについて、県民への普及啓発と予防、早期発見、対策を歯科医師・歯科衛生士との連携を図りながら取り組みます。
- 小児期から青年期にかけては、間食の内容や栄養バランスに配慮した食習慣を身につけるとともに、むし歯や歯周病で歯を失うことのないように、若いうちからの口腔状態のメンテナンスを意識するよう働きかけます。また、高齢者はいつまでも自分の歯で様々な食品をおいしく食べられるよう、食べ方や食形態についての支援に加え、咀嚼機能や嚥下機能の維持・改善を目指すなど、ライフステージに応じて、歯と口の健康づくりを通じた食育を推進します。



● 取組指標 ((1)生涯を通じた心身の健康を支える食育)

項 目		前計画 策定時 (平成26年度)	現 状 (令和2年度)	目 標 (令和7年度)
<b>① 家庭における食育の推進</b>				
朝食を毎日食べている児童生徒の割合	小学校6年生	87.0%	85.2%	87.5%
	中学校3年生	83.0%	82.5%	83.0%
朝食をほとんど食べない人の割合	20歳代	—	14.9%	12.5%
	30歳代	—	15.5%	15%
健康や食生活をよりよくすることを普段から意識している人の割合	男性	78.1%	82.8%	90%
	女性	86.9%	90.8%	95%
1日に1回以上、誰か(友人・知人等家族以外も含む)と いっしょに食事をする人の割合		73.6% (参考値) 家族といっしょ	72.9% (参考値) 家族といっしょ	85%
<b>② 学校・保育所等における食育の推進</b>				
幼稚園における食育教室の実施数(累計) (教育委員会他も含む)		267 (参考値) 教育委員会分	317 (参考値) 教育委員会分	395
栄養教諭・学校栄養職員による教科等における食に関する指導※を行っている学校の割合	小学校	94.2% (参考値) 教科や学級活動における食に関する指導	96.0%	100%
	中学校	88.6% (参考値) 教科や学級活動における食に関する指導	79.1%	100%
地域と連携した体験活動を行っている小学校の割合		94.2%	77.5%	100%
学校給食における地場産物を活用する割合(金額ベース)		—	54.3% (参考値) 抽出調査	維持向上
肥満傾向児童生徒の出現率の平均 (各校種の出現率5年間平均)	小学校	—	7.76%	現状からの減少
	中学校	—	9.27%	
	高校	—	10.11%	
高校における食育教室の実施数(累計) (教育委員会他も含む)		75 (参考値) 教育委員会分	159 (参考値) 教育委員会分	255
<b>③ ライフステージに応じた食育の推進</b>				
食塩の摂取量(1日1人当たり)		—	男性10.6g 女性8.6g	8g
野菜の摂取量(1日1人当たり)		男性307g 女性287g	男性285g 女性261g	350g
主食、主菜、副菜をそろえて食べるようにする人の割合	男性	79.0%	74.5%	90%
	女性	86.9%	86.7%	90%
うどんを食べるときに副食を添える人の割合		62.6%	63.1%	75%
三つ星ヘルシーランチ店登録数		50	64	80

項 目		前計画 策定時 (平成26年度)	現 状 (令和2年度)	目 標 (令和7年度)
朝食をほとんど食べない人の割合（再掲）	20歳代	—	14.9%	12.5%
	30歳代	—	15.5%	15%
20歳代女性のやせの者の割合（BMI 18.5未満の者）		22.2%	16.1%	15%
メタボリックシンドローム該当者及び予備群の合計の割合（40～74歳）	男性	40.5%	42.4%	28.7%
	女性	12.7%	13.0%	10.6%

※各教科、道徳科、外国語活動、総合的な学習の時間、特別活動における食に関する指導

## (2) 持続可能なかがわの食を支える食育

### ● 施策の方向

都市と農山漁村の共生・対流や生産者と消費者との間の交流を促進することにより、それらの信頼関係を構築し、県民の食に関する理解と関心の増進に努めるとともに、食品ロス削減に取り組むことにより、環境と調和のとれた持続可能なかがわの食を支える食育の推進に努めます。

また、地域において、食育ボランティアや関係団体と連携し、郷土食の保存活動や地産地消の取組み等を通して、かがわの食文化の継承や食の理解の促進を図り、食文化を生かした地域づくりを推進します。

### ● 施策の内容

#### ① 環境と調和のとれた食と農水産への理解の促進

(体験や交流などを通じた食と農水産への理解の促進)

- 農業・漁業体験や加工・流通現場の見学、農水産業者や食品業者との交流などの取組みを促進し、生産から加工・流通・消費にわたる一連の流れや食の安全、環境に配慮した食と農水産業についての理解を深めます。
- うどん打ちやオリーブ収穫体験などの農林漁業体験施設を活用して、豊かな自然や地域色豊かな伝統文化活動・観光資源などを効果的に組み合わせ、農業・農村にふれあう、魅力あふれるかがわのグリーン・ツーリズムを推進します。

(食品ロスの削減の推進)

- 食品ロスの削減が国際的な問題となっており、本県でも毎日100トンを超える食品ロスが発生していると考えられることから、香川県食品ロス削減推進計画に基づき、多様な主体が連携・協働して食品ロスの削減を推進します。
- 食品ロスを減らす生活習慣「スマート・フードライフ」の定着に向けた普及啓発を行うほか、「かがわ食品ロス削減協力店制度」や先進的な事例に対する表彰等により、県民及び事業者の食品ロス削減に向けた取組みを促進します。
- フードバンク活動の認知度の向上と理解の促進に取り組むほか、フードバンク団体の活動基盤の強化に向けて、必要な支援を検討します。

(食の理解の促進のための情報提供等)

- 農水産業や県産農水産物の魅力や重要性について、子どもから大人までの幅広い世代の理解を深めるため、県産農水産物に関する出前授業や生産者との交流会などを、行政や関係機関・団体等と連携して開催・支援します。
- ホームページや広報誌、SNSなどを活用し、より一層、農水産業や地域の食文化、旬の県産農水産物などに関する情報を幅広く発信します。

- 学校や地域等において、食品ロス削減の重要性についての理解と関心を高めるため、環境キャラバン隊やくらしのセミナー等の環境教育や環境学習を実施するとともに、SNS等を活用して幅広い世代に情報発信します。

## ② 地産地消の取組みの推進

(県産農水産物を利用しやすい仕組みづくり)

- 県産農水産物を利用しやすいように、県産農水産物を積極的に販売・利用する「かがわ地産地消協力店」における地産地消の取組みを支援します。  
また、流通システムづくりや、学校給食用の生産者グループの育成、栄養教諭との連携など、関係機関・団体の協力のもと、県産農水産物の安定供給に向けた取組みを推進し、大規模化に対応した県産農水産物の納入体制づくりなどを支援します。
- 「新しい生活様式」の定着や脱炭素社会の実現など様々なニーズに対応した販売体制が求められていることから、宅配サービス等を活用する農業者・漁業者などの情報をポータルサイトにて発信します。

(地産地消の実践に向けての啓発)

- 市町や生産者、流通団体等と連携して、食に関するイベントを実施し、高品質で特長ある県産農水産物について情報発信するとともに、「地産地消推進月間」を中心に、関係機関・団体が実施する多様な活動を支援し、地産地消の実践に向けた取組みを促進します。

## ③ かがわの食文化の継承

(かがわの食文化の啓発・継承)

- 地域に密着した取組みを行っている食生活改善推進員等の食に関するボランティアや県が認定した「さぬきの食文化博士」などが行う料理教室等の実施や食育のホームページ「かがわの食育 おいしいね！かがわネット」などによる情報発信等を行い、本県の伝統的な行事食や郷土料理を知る機会を提供するなど、豊かな食文化の啓発・継承を図ります。
- 農山漁村地域の食文化に関わる知識や技術等を有する高齢者を「むらの技能伝承士」として登録し、学校や地域における伝承活動を支援します。  
また、食生活改善推進員や生活研究グループ員等がそれぞれの能力を生かし、主体的に郷土料理の伝承や食文化の継承に取り組めるよう支援します。

(地場産物を活用した日本型食生活の推進)

- 県産米や瀬戸内海の魚、多彩な旬の野菜や果実等を活用して、栄養バランスの良い日本型食生活の実践を促進するとともに、県産農水産物に関する情報提供などにより、望ましい食生活の普及・定着を推進します。

● 取組指標 ((2)持続可能なかがわの食を支える食育)

項 目	前計画 策定時 (平成26年度)	現 状 (令和2年度)	目 標 (令和7年度)
<b>① 環境と調和のとれた食と農水産への理解の促進</b>			
家庭で食品ロスを出していないと思う人の割合	—	39.2%	50%
かがわ食品ロス削減協力店数	—	127	300
地域と連携した体験活動を行っている小学校の割合 (再掲)	94.2%	77.5%	100%
<b>② 地産地消の取組みの推進</b>			
学校給食における地場産物を活用する割合 (金額ベース) (再掲)	—	54.3% (参考値) 抽出調査	維持向上
かがわ地産地消協力店数	313	351	410

### (3) かがわの食を育む環境づくり

#### ● 施策の方向

家庭、地域、学校・保育所等、関係団体や生産者、企業等が、それぞれの役割分担のもと、相互に緊密な連携協力を図りながら、県内全域で食育活動が展開されるよう推進体制の充実を図ります。

また、新型コロナウイルス感染症の感染防止のための「新しい生活様式」による、食に関わる意識や行動の変化に対応しながら、関係団体等と連携・協働し、様々な機会を活用した食育の普及啓発や、食品の安全性、栄養、その他の食生活に関する情報の提供等に努め、食育をより効果的に推進するとともに、望ましい食習慣の定着を目指した県民運動の推進を図ります。

#### ● 施策の内容

##### ① 食育推進のための県民運動

###### (県民運動の推進)

- 世代を問わず、県民に分かりやすいキャッチフレーズを掲げ、行政、関係団体等が連携・協働し、地域のネットワークや各種広報媒体等による普及啓発を行い、朝食の欠食や野菜の摂取不足等の解消に向けた県民運動の推進に取り組みます。

###### (「かがわ食育月間・食育の日」の推進)

- 1年を通じて継続的に食育を推進するため、毎月19日を「かがわ食育の日」とし、国や市町、関係団体等との連携・協働により、「朝食を毎日食すること」「野菜を毎食食すること」「まず野菜から食すること」「家族そろって楽しく食卓を囲むこと」などが自ら主体的に実践できるよう呼びかけるとともに、食に対する感謝の念や理解が深まるよう普及啓発を図ります。

また、毎年6月を「かがわ食育月間」とし、各団体等との連携・協働により、家庭、地域、学校・保育所等において、様々な食に関する行事に取り組む等、食育を推進するための効果的な運動を展開します。

- 企業、施設等との連携により、毎月19日の「かがわ食育の日」に、主に若い世代や働き盛り世代を対象とした内容の健康情報メールを配信するなど、生活習慣病の予防や改善につながる食育の推進に取り組みます。

##### ② 食の安全・安心の推進

###### (香川県食の安全・安心基本指針の推進)

- 県民の健康の保護が最も重要であるという基本認識のもと、生産から製造・加工、流通・販売、消費に至るまでの各段階において、関係機関等が連携し、「香川県食の安全・安心基本指針」に沿って、食の安全・安心を確保するための必要な措置を講じます。

###### (食品等事業者への衛生管理の普及啓発)

- 食品等事業者に対して、自らが実施する衛生管理の徹底を図り、HACCPに沿った

衛生管理が適切に実施できるよう支援し、食品の安全確保に努めます。

#### (食の安全等に関する情報提供等)

- 食品の安全性に関する様々な情報をパンフレットやホームページ等を通じて県民に提供するとともに、市町、NPO、関係団体等が行う意見交換会等の取組みを支援します。
- 食品の安全性に関する知識と理解を深めるため、国、市町、関係団体等と連携しつつ、消費者、食品関連事業者、専門家等の関係者相互間において双方向に情報及び意見の交換を行うリスクコミュニケーションの充実を図ります。  
また、食の安全について、関係機関・団体等と連携し、地域の実情や当該団体等の活動内容に関する情報を収集・整理し、その提供に努めるとともに、生産履歴などの情報を管理するトレーサビリティシステムの導入・運用を推進します。

#### (食品表示についての監視指導や活用方法の啓発等)

- 食品の製造や加工技術の高度化、食品の多様化、食品流通の広域化及び国際化などに適切に対処していくため、計画的、かつ、効果的な食品監視及び高度な科学的知見に基づく衛生指導の推進を図ります。  
また、適正に表示された食品を流通させるため、店舗等に対する定期的な巡回調査のほか、「食品表示110番」等からの情報に基づく立入調査などを実施し、食品表示に係る監視指導を行います。
- いわゆる「健康食品」について、販売量が増加する一方で、その健康増進効果等について、必ずしも根拠が十分でない情報や医薬品的な効能効果の標ぼうがみられるため、健康の保持増進の効果等に関する虚偽又は誇大な広告や、無承認無許可医薬品の広告に対する監視指導体制の強化を図ります。  
また、商品を買上げて検査を行い、流通実態の把握を行うほか、医薬品成分が検出された場合は無承認無許可医薬品として措置を行うことにより、健康被害の発生を未然に防止します。
- 食品関係団体等に対し、説明会の開催などにより食品表示制度の普及・定着を図るとともに、県民に対しては、食品表示に関する情報を正しく理解し、活用できるよう、広報媒体や研修会を通じ、特定の栄養素が摂取できる、あるいは機能性を有する等を表示した食品はあくまでも補完的に摂取するものであること等、表示の正しい活用方法を啓発します。

### ③ 関係団体等との連携・協働による食育の推進

#### (地域におけるネットワーク等を活用した食生活改善)

- 栄養、健康、生産・流通・消費、教育などの食に関する関係者で構成する「香川県食育推進会議」を中心とした食育の推進体制を強化・充実するとともに、食に関するボランティアや関係団体等と連携・協働し、食育の推進を図ります。  
また、市町におけるより一層の食育の推進を図るため、市町の食育推進体制の強化・

充実や食育推進計画の見直しについて支援を行います。

- 県民一人ひとりが食生活の改善等により、健康の保持増進や生活習慣病の予防等に取り組めるよう、教育・保育、生産者、消費者、ボランティア団体、食品関連事業者等様々な関係者が共通認識を持ち、それぞれの立場から取組みを促進することで、より一層地域での食育を推進します。  
また、調理師・栄養士養成施設と連携し、食育情報の提供等、地域における食育活動が促進されるよう支援します。
- 保健所や市町においては、相互の情報交換、調査研究、講演会、出前講座等の実施により、地域の実情に応じた連携・協働を推進し、ネットワークの強化に努めます。
- 6月の「かがわ食育月間」、9月の「食生活改善普及運動」及び「健康増進普及月間」において、国や市町、関係団体等と連携し、食に関する情報提供や食生活改善の重要性を啓発します。

#### (メタボリックシンドロームを考慮した普及啓発)

- 生活習慣病予防の観点から、運動習慣の定着化、心の健康づくり、喫煙対策、口腔ケアと関連させた食育が、市町や医療機関・関係団体等において効果的に実施されるよう普及啓発に努めます。  
特に、メタボリックシンドロームについては、小児期からの生活習慣の積み重ねが、働き盛りの年代に影響を及ぼすことから、小児生活習慣病予防健診後のフォローアップとして、小児生活習慣病のハイリスクの子どもに対しては、それぞれの要因に合わせた指導を実施するとともに、全ての子ども及びその保護者を対象に適切な食生活と運動習慣等について健康教育が実施できるよう支援します。また、学校・保育所等・企業などと連携し、適切な食生活と運動習慣等について、普及啓発に努めます。

- 香川県食育推進会議や関係団体等とも連携しながら、健康や食に関して無関心な層の食育の実践や生活習慣病予防につながるようなイベント等の実施により、幅広い年代の県民の食育に対する関心を高めます。

#### (飲食店等と連携した普及啓発や食育支援)

- 主食・主菜・副菜がそろい、野菜たっぷりの健康に配慮したランチメニューを提供している「三つ星ヘルシーランチ店」の登録を進め、メタボリックシンドロームや糖尿病等の生活習慣病予防のために、医療機関等とも連携して活用の推進に努めます。  
また、惣菜や弁当等の中食や外食利用者の野菜料理を選択する機会を増やすなど、食を通じた健康づくりを支援します。
- 「三つ星ヘルシーランチ店」が、主体的に県民の健康づくりに取り組めるよう、ヘルシーメニューの提供及び健康情報の発信等について、積極的な支援を行います。



- うどんに偏った食事では、栄養バランスがとりにくいことから、うどん店と連携し、うどんをより健康的に食べる工夫について情報発信に努めます。
- 「かがわ食品ロス削減協力店」と連携して食品ロスの削減に向けた取組みの普及を図るほか、「かがわ地産地消協力店」と連携し、県産農水産物の利用促進を図ります。
- 給食施設において適切な給食が実施されるよう、巡回指導や研修会の開催等を通じて、施設の給食管理・栄養管理を促進するとともに、喫食者やその家族に対する情報提供等を通じて、食育が充実されるよう支援します。

#### **(健康教育・栄養相談等による普及啓発)**

- 市町や関係団体等と連携し、健康教育や栄養士による栄養相談、食生活改善推進員によるボランティア活動等において、バランスのとれた食事の重要性や病気と食生活の関係等について啓発し、食を通じた健康づくりを支援します。

#### **(食育ボランティアの活用)**

- 食育を県民運動として推進するためには、地域に密着して料理教室や体験活動等を行っている食生活改善推進員等の食育の推進に関わるボランティアの役割が重要であることから、その食育活動を積極的に支援し、栄養バランスの優れた日本型食生活や地域の特色ある郷土料理、食文化の継承を図るとともに、野菜摂取量の増加につなげます。

#### **(食育推進のための人材育成)**

- 食育に関する相談や指導を充実するため、研修会等を通じて管理栄養士や栄養士、調理師等の資質の向上を図るとともに、食生活改善推進員等の地域のボランティアの育成に努めます。
- 地域住民にいちばん身近な市町管理栄養士等が中心となって、地域の特性に応じた食育が推進されるよう、食育に関する情報交換や意見交換による連携強化など、その活動を支援します。

#### **(情報収集・発信及び調査研究)**

- 全国や県内各地において創意工夫を凝らした食育の推進により成果を挙げている事例や手法などについて情報を収集し、食育に関する効果的な広報啓発活動の実施や施策の企画立案等に活用します。
- 食生活に関する新しい情報を積極的に収集し、大学等の関係機関と連携・協働しながら科学的根拠に基づいた効果の検証に努めます。  
また、生活習慣病予防が必要な働き盛り世代や低栄養・フレイル予防が必要な高齢世代など、あらゆる世代が自分自身の身体状況に応じて適切に情報を選択し、望ましい食生活が実践できるよう科学的根拠に基づいた正確な情報を食育ホームページ「かがわの食育 おいしいね！かがわネット」や健康情報メール等で発信します。

- 県民健康・栄養調査など、県民の意識や食生活の実態等についての調査研究等を実施し、国民健康・栄養調査等他の調査結果も参考にしながら、県民の身体状況や栄養摂取状況と生活習慣との関係性を関係機関と連携しながら明らかにし、食育の推進のための基礎的な資料として、その成果を活用するとともに、公表し周知します。

**(「新しい生活様式」やデジタル化に対応する食育の推進)**

- 新型コロナウイルス感染症の感染防止のための「新しい生活様式」の中でも食育がより多くの県民の主体的な運動となるよう、SNSの活用や食育のホームページ「かがわの食育 おいしいね!かがわネット」上での動画配信や健康情報メール等でのイベント情報等の発信を行い、食育の推進に努めます。
- 個人がいつでも手軽に使える健康増進アプリ等を活用して健康づくりの実践につながる情報提供を行い、県民の行動変容を促します。
- 「新しい生活様式」により、食に関する県民の意識や食に関わる行動に変化が生じることから、こうした変化を適切に把握して、柔軟な対応に努めます。

● 取組指標 ((3)かがわの食を育む環境づくり)

項 目	前計画 策定時 (平成26年度)	現 状 (令和2年度)	目 標 (令和7年度)
三つ星ヘルシーランチ店登録数 (再掲)	50	64	80
かがわ食品ロス削減協力店数 (再掲)	—	127	300
かがわ地産地消協力店数 (再掲)	313	351	410
1日に1回以上、誰か(友人・知人等家族以外も含む)と いっしょに食事をする人の割合 (再掲)	73.6% (参考値) 家族といっしょ	72.9% (参考値) 家族といっしょ	85%

## 4 計画の推進

### ○ 国、市町及び関係団体等との連携・協働

この計画の目標達成のため、国や市町と連携・協力をを行い、総合的、計画的な食育の施策の推進を図ります。

さらに、行政のみならず、家庭、地域、学校・保育所等、関係団体、生産者・企業等などの幅広い関係者が連携・協働しながら、それぞれの役割を果たすことにより、食育を推進していきます。

### ○ 香川県食育推進会議を中心とする食育推進体制の整備

食育を含む健康づくりの主役は県民であり、個人の努力と実践が基本となりますが、社会全体で食育を推進することが重要です。このため、学識経験者や関係団体等で構成する「香川県食育推進会議」を中心として、県、市町、地域における食育ネットワーク等が丸となって、社会全体で食育を推進するための普及啓発活動や環境整備に努めます。

### ○ 計画の進行管理

この計画の実効性を確保するため、食育の推進状況について、毎年度、香川県食育推進会議に報告し、より効果的な推進策の検討を行います。