

智頭町食育推進計画

計画期間：平成29年度～平成33年度



概要版

ち

いきで育む豊かな食

づ

っと健康 笑顔のまち



ちづ町のみどりあふれる豊かな自然を活かし、
健康・笑顔の環（わ）を地域でつなぎ、広げよう！

『智頭町食育推進計画』を策定しました。

この計画は、町民が健やかで豊かな食生活が送れるように、町民が主役となり、家庭・保育園・学校・地域・生産者団体・関係機関・行政などが連携して食育を進めていくことを目指した計画です。

“食育”とは・・・

食育とは、様々な経験を通じて食に関する知識及び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をいいます。

計画の基本的な考え方

【趣旨】

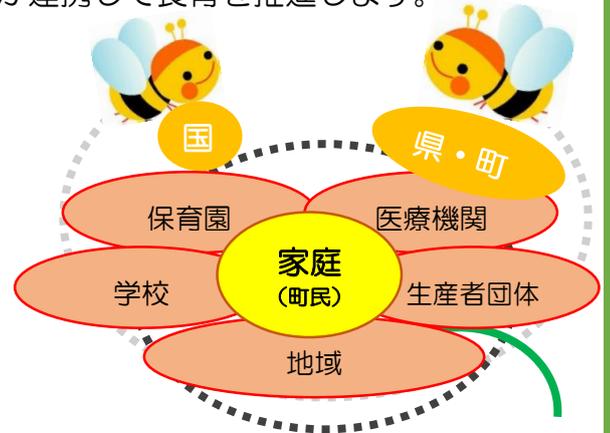
未来を担う子どもたちが健全な心と身体を培うとともに、すべての町民が心身の健康を確保し、生涯にわたって生き生きと笑顔で暮らすことができるよう、食育に関する施策を総合的かつ計画的に推進するための指針として計画を策定しました。

【計画期間】

平成29年度～平成33年度までの5年間。

【推進体制】

人と人、地域や団体などのつながりを大切に、家庭を中心として、様々な関係機関が連携して食育を推進します。



計画の概要

【目指す姿と基本方針】

ちいきで育む豊かな食 と健康 笑顔のまち

- ・ちづ町のみどいあふれる豊かな自然を活かした食育
- ・地域でつなげ、広げる食育～健康・笑顔の環(わ)～

食育推進の取り組みの柱と目標

食と健康に関心を持ち
食に関する正しい知識
を習得する

食と健康

1日、両手一杯分の野菜を！
主食・主菜・副菜をそろえて食べる

『歯』は健康のバロメーター！
ゆっくりとよく噛んで食べる

元気な1日は朝ごはんから！
朝・昼・夕・夜 食べる

食を通して豊かな心を
育み、食に対する感謝
の心を養う

食への感謝

「いただきます」「ごちそうさま」
食前食後のあいさつをする

家族や友人と食事を共にすることで
マナーや社会性を身につける

食事作り・手伝い等を通して、
食の楽しさを共有する

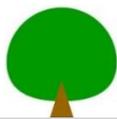
地域の産物、郷土の食
文化を理解して次世代
に継承する

食の営み

食事は季節感を大切に、
地域の旬の食材を活用する

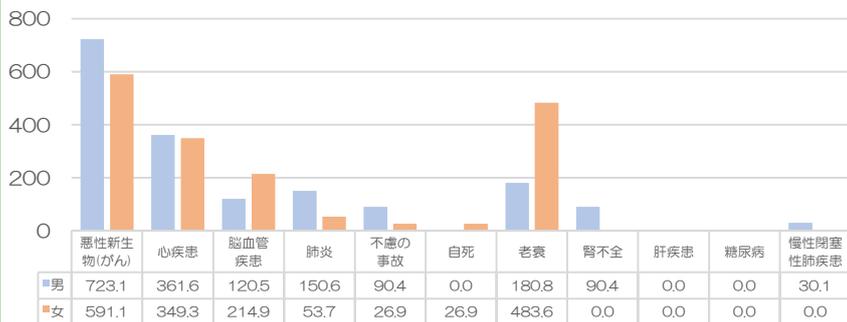
地域に伝わる郷土料理を理解し、
親から子へ正しく継承する

地域の産物の新鮮なおいしさや、
行事食、郷土料理を味わう

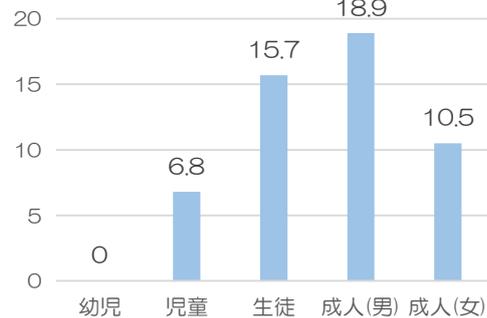


智頭町の現状と課題

主要死因別死亡率（人口10万人当たりの人数に換算したもの）

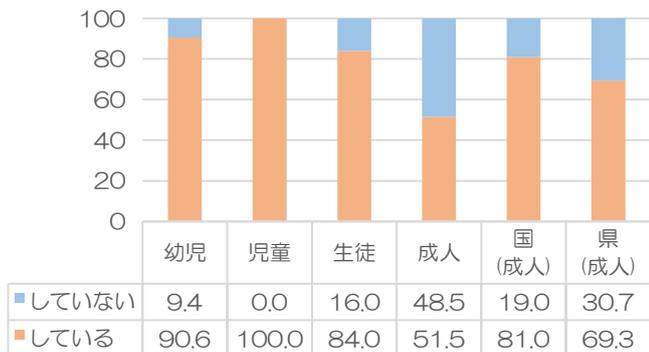


年代別 朝食の欠食率

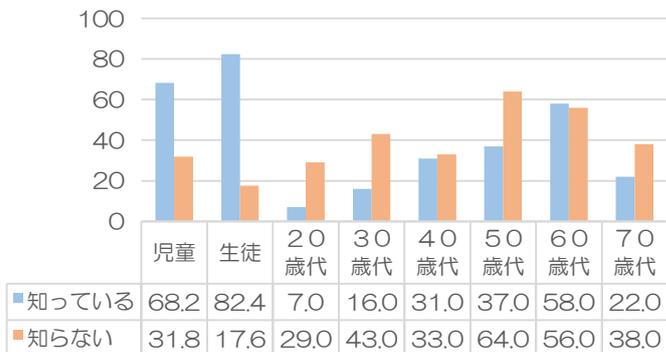


●食生活の現状は、朝食の欠食や孤食といった食習慣の乱れ、野菜の摂取不足や栄養等の偏り、またこれらに起因する肥満や生活習慣病を原因とした心疾患、脳血管疾患の割合が高いといった問題があります。

食事の挨拶の実践率 (%)



郷土料理の認知状況 (%)



●食事のあいさつについて、国や県に比較して成人の実践率が低く、子どもの手本となるためにも率先して取り組む必要があります。また、郷土料理については20～40歳代という若い世代の認知度が低く、次の世代に継承していくためにも働き世代への周知が必要です。

ライフステージで大切にしたい食育の取り組み





智頭町の食育の目標

食を取り巻く様々な課題を解決するために、3つの柱（重点目標）に沿って目標を定め、食育の推進に取り組みます。※目標値は平成33年度です

取り組みの柱	内容	対象	現状値	目標値
食と健康	朝食欠食率の減少	児童（小学5年生）	6.8%	0%
		生徒（中学2年生）	15.7%	0%
		20～59歳 男性	12.3%	10%以下
	1日1回以上『主食・主菜・副菜』をそろえて食べる	幼児（5歳児）	93.8%	100%
		児童（小学5年生）	81.8%	100%
		生徒（中学2年生）	68.6%	100%
		成人（20歳以上）	73.1%	80%
	緑黄色野菜を食べる	幼児（5歳児）	84.4%	100%
		児童（小学5年生）	88.6%	100%
		生徒（中学2年生）	58.8%	80%
	野菜を両手一杯分食べる	成人（20歳以上）	29.2%	50%
		20歳代 男性	5.0%	10%
	1口30回を目安によく噛んで食べる	幼児（5歳児）	34.4%	80%
		児童（小学5年生）	29.5%	80%
		生徒（中学2年生）	35.3%	80%
		成人（20歳以上）	10.3%	50%
仕上げ磨きの増加	幼児（5歳児）	40.6%	100%	
朝晩の歯磨きをする	児童（小学5年生）	84.1%	100%	
	生徒（中学2年生）	78.4%	100%	
	成人（20歳以上）	69.4%	85%	
栄養表示を見る	男性（20歳以上）	36.9%	50%	
	女性（20歳以上）	63.8%	80%	
食への感謝	食事のあいさつをする	幼児（5歳児）	90.6%	100%
		児童（小学5年生）	100%	100%
		生徒（中学2年生）	84.0%	100%
		成人（20歳以上）	51.5%	100%
	家族そろって夕食を食べる	幼児（5歳児）	90.6%	100%
		児童（小学5年生）	79.5%	100%
		生徒（中学2年生）	49.0%	100%
	食事の手伝いをする	児童（小学5年生）	15.9%	30%
		生徒（中学2年生）	11.8%	20%
	食事を作る	男性（20歳以上）	25.0%	50%
女性（20歳以上）		77.4%	85%	
食の営み	特産品を知っている	成人（20歳以上）	25.0%	40%
	地元産物を活用する	成人（20歳以上）	77.4%	85%
	地域の郷土料理を知っている	児童（小学5年生）	47.7%	80%
		生徒（中学2年生）	60.0%	80%
		成人（20歳以上）	39.4%	50%
郷土料理を食べる	成人（20歳以上）	41.1%	60%	