

第4章

食育の取組と指標・目標の設定

第1節 信州の食を育む環境づくり

県民が生涯にわたって健全な食生活を培い、豊かな人間性を育むためには、県民一人ひとりが食育に関心を持ち、様々な機会を通じて自ら食育に関する取組が実践できる社会環境を整えることが必要です。

長野県では、これまで行政や関係機関、食育ボランティア等が様々な活動を展開してきていますが、食育に関心のある15歳以上の割合は約5割とまだまだ不十分な状況です。

したがって、県や市町村が中心となり、関係機関・団体等との連携を強化し、子どもから高齢者まで生涯にわたる間断のない食育が進むような体制づくりを進めるとともに、食育ボランティア活動が活発である本県の特長を生かして県民運動を展開します。

目指すべき姿

- 県民が食育に関心を持っています。
- 食育活動に取り組むボランティアが増加しています。
- 生産から消費に至るまでの食に関する様々な実践活動・体験等の場が拡大しています。
- 子どもから成人、高齢者に至るまで、生涯にわたって、各ライフステージに応じた食育が取り組まれています。

県民自らの取組として望まれること

- 県民1人ひとりが食育の重要性を認識し、関心を持ちます。
- 各ライフステージに応じた食育活動の機会に積極的に参加し、知識を習得します。
- 食育ボランティアに参加します。
- 食に関する体験実践活動に参加します。
- 家族や友人等2人以上での食事、楽しい食事をします。

関係機関・団体の取組として望まれること

(1) 全機関・団体

- 行政・関係機関が連携して食育活動を展開します。
- 「食育月間」(6月)、「健康増進普及月間」(9月)、「食育の日」(毎月19日)、家庭の日(毎月第3日曜日)等に合わせた普及啓発を行います。
- 報道機関の協力を得て、食育関係のイベントや研修会等をPRします。
- 地域の食育ボランティアを把握し、県民が楽しく食育を学べるよう、食育指導者も学習を継続します。

(2) 市町村

- 計画的かつ総合的に食育を推進するため、市町村の実情に応じた食育推進計画を策定します。
- 地域における食育を進める上での課題等を共有し、連携を深めるための協議・検討の場を設けます。
- 食生活改善推進員等の食育ボランティアの養成及び育成を行います。
- 市町村が把握する食育ボランティアの情報を保育所・幼稚園・学校等へ提供します。
- 食育ボランティアと連携した食育活動を行います。
- 食育ボランティアによる地域での食育活動を支援します。

(3) 保育所・幼稚園・学校等

- 食育推進に関する計画を見直しながら、計画的に食育活動に取り組みます。
- 関係機関や地域の農業関係者等と連携した食育活動に取り組みます。
- 食に関する体験活動を実施します。

(4) 関係機関・団体・NPO等

- それぞれの団体の特徴を生かした、食育活動を推進します。
- 学校等や市町村と連携し食育を推進します。
- 関係機関・団体相互の情報交換、連携・協力した普及啓発を行います。
- 県内の養成施設において、食育の専門知識をもった管理栄養士^{※1}・栄養士・専門調理師^{※2}・調理師等食育指導者となる人材を養成します。
- 子どもたちに農産物の生産から収穫、加工、調理・販売までの一連の作業を体験してもらう農業体験の場の拡大を推進します。
- 県民を対象とした「信州の食と農のセミナー」による、農業体験や加工、郷土料理等の講習会を開催することにより、積極的な地域農産物の活用や、食や農に関する理解を深める環境づくりを進めます。

長野県の実践

- 県の関係部局が連携し、食育推進施策を展開します。
- 信州の食を育む県民会議を開催し、県民運動としての食育推進について検討します。
- 食を育む県民大会を開催し、県民の食育に関する様々なテーマについて県民へPRします。

※1 管理栄養士

栄養士の資格を持ち、栄養士として厚生労働省令で定める施設において栄養士養成施設の修業年限に応じて一定の実務経験を経た者で、栄養士法第5条の2に基づいて実施される管理栄養士国家試験に合格した者。

※2 専門調理師

調理師の資格を持ち、一定の実務経験を経た者で、調理師法の第8条の3に基づいて実施される調理技術審査に合格した者。

- 10 圏域ごとに地域における食育推進のための課題等の共有、連携を行うための「地域連絡会議」を開催します。
- 10 圏域ごとに 地域の課題やテーマに沿った地域食育フォーラムを開催します。
- 市町村や学校等（保育園、幼稚園、学校）における食育推進計画の策定を支援します。
- 市町村及び関係機関・団体等が協働した食育活動が広がるよう支援します。
- 市町村や旅館・ホテル、飲食店等の関係者と連携して「おいしい信州ふード（風土）」SHOPを情報発信拠点として信州の食の魅力を発信する環境づくりに取り組みます。
- 飲食店や宿泊施設等と協力・連携し、総合的に食育に取り組む「信州食育発信 3つの星レストラン」を増やし、食育の情報を県民に発信します。
- 食生活改善推進員の養成講座の開催を支援します。
- 農村女性マイスターを養成し、活動の一環として食育活動を積極的に推進します。
- 食生活改善推進員等の食育ボランティアの資質向上のための研修等を開催します。
- 県内で行われている関係機関・団体等の活動等の情報収集と県民に向けて情報を発信します。
- 食育ボランティア等が活動するうえで役立つ食育に関する情報を提供します。
- 食育ボランティアの活動状況を把握し、その情報を保育所や幼稚園、学校、市町村等へ情報提供します。
- 食育推進に関する施策の企画立案や効果的な広報活動を検討する基礎資料とするため、県民健康・栄養調査等を実施し県民の食育に関する意識等を把握します。

指標・目標の一覧

目指すべき姿

指 標	現 状	目標(H29)	備考（出典等）
食育に関心がある県民の割合	〈H22〉 51.5%	65%以上	県民健康・栄養調査

県民自らの取組

指 標	現 状	目標(H29)	備考（出典等）
食育ボランティア数	〈H23〉 17,338 人	20,000 人	内閣府調査
家族や友人等 2人以上での食事、楽しい食事をする者の割合(15 歳以上)	〈H22〉	80%	県民健康・栄養調査
朝食	61.2%		
夕食	74.6%		

関係機関・団体の取組

指 標	現 状	目標(H29)	備考（出典等）
市町村食育推進計画の策定割合	〈H24 年度末〉 49 市町村(63.6%)	100%	内閣府調査
計画的に食育を進めている保育所の割合	〈H24〉 100%	100%	県教育委員会調べ
計画的に食育を進めている幼稚園の割合	〈H24〉 100%	100%	総務部、教育委員会調べ
計画的に食育を進めている小・中学校の割合	〈H24〉 100%	100%	学校経営概要
食生活改善推進協議会が組織されている市町村数	〈H24〉 64 市町村	維持	健康福祉部調べ

長野県の取組

指 標	現 状	目標(H29)	備考（出典等）
信州の食を育む県民会議の開催	〈H24〉 年 2 回	現状維持	健康福祉部調べ
信州の食を育む県民大会の開催	〈H24〉 年 1 回	現状維持	健康福祉部調べ
圏域ごとの地域連絡会議の開催	〈H24〉 10 圏域各年 2 回	現状維持	健康福祉部調べ
圏域ごとの食育地域フォーラムの開催	〈H24〉 10 圏域各 1 回	現状維持	健康福祉部調べ
「おいしい信州ふーど（風土）」SHOP	〈H24〉 150 店	800 店	農政部調べ
食生活改善推進員養成講座の開催	〈H24〉 保健福祉事務所 各 1 コース	現状維持	健康福祉部調べ
食生活改善推進員リーダー研修会	〈H24〉 保健福祉事務所 各 1 コース	現状維持	健康福祉部調べ
農村生活マイスターの養成講座の開催	〈H24〉 年 5 回	継続	農政部調べ
県民健康・栄養調査、児童生徒の食生活に関する実態調査の実施	〈H24〉 概ね 3 年に 1 度 年 1 回	継続	健康福祉部等

第2節 未来を担う子どもの食育

生涯にわたる食育の推進にあたり、基本的な生活習慣や健全な食習慣の確立と健康な心身を育む時期である子どもに対する食育は、未来を担う人づくりの基本となるものであり、重点的に取り組むテーマです。

子どもたちが健全な食習慣や食に関する正しい知識と実践力を身に付け、健康で豊かな人間性を育むためには、乳幼児期から学童期、思春期など発達段階に応じた適切な食育の推進が重要であることから、保育所、幼稚園、小・中学校等で食育活動が計画的に進められています。

しかし、朝食の食べ方や栄養のバランスなどに課題がみられることから、保護者の世代の関心を高め、祖父母の世代の協力を得る必要もあります。

そこで、子どもたちが心身ともに健やかに成長するため、家庭を中心に、学校、保育所等や地域が連携して子どもの食育を進めます。

目指すべき姿（子どもの姿）

- 子どもたちは食に関する経験を通じて、食べる意欲を持ち、生きる力の基礎を身に付けています。
- 子どもたちは家族や友だちと一緒に食事をし、食の楽しさを実感しています。
- 子どもたちは「早寝・早起き・朝ごはんをきちんと食べる」など、基本的な生活習慣を身に付けています。
- 子どもたちは健全な食生活を実践し、健康で豊かな人間性を育ていけるよう、発達段階に応じて、次のような力を身に付けています。
 - ・食事の重要性が理解できる。
 - ・心身の成長や健康のために望ましい栄養や食事のとり方を理解し、自ら管理することができる。
 - ・正しい知識・情報に基づいて、食品を選択することができる。
 - ・食物を大事にし、食物の生産等に関わる人々への感謝の心をもつことができる。
 - ・食事のマナーなどの社会性をもつことができる。
 - ・各地域の産物、食文化や食にかかわる歴史等を理解し、尊重する心をもつことができる。

県民自らの食育の取組として望まれること

(1) 子ども

- 早寝・早起きをします。
- 朝食をきちんと食べます。
- 好き嫌いをしないで、いろいろな食物を食べます。
また、主食・主菜・副菜（野菜料理や汁物）をそろえた食事をします。
- よく嚙（か）んで、食べます。
- 家族や友達と一緒に楽しく食事をします。



- お手伝いをたくさんし、食事づくりや片づけなどにも参加します。
- 地域、保育所・幼稚園、学校等で行う食育に関する行事に積極的に参加します。

(2) 保護者・大人

- 家族の食生活に関心を持ち、子どもの食生活や食育の重要性を理解します。
- 子どもがいろいろな食べ物を見て、触って、味わうことを経験できるようにします。
- 市町村が開催する妊産婦対象の教室（パパママ教室等）や健診、離乳食教室等に参加し、子どもの発達段階に応じた食育を実践するための知識を習得します。
- 子どもの食事等で困ったことがあれば、子育ての経験者である両親や祖父母、市町村や保育所、幼稚園、学校の栄養士等に相談します。
- 子どもの心身の成長や発達段階に応じた、食事やおやつを提供します。
- 主食・主菜・副菜（野菜料理や汁物）のそろった朝食を準備します。
- 子どもと一緒に楽しく食事をし、子どもが食事のマナーやあいさつ習慣など、食生活に関する基礎が身に付けられるようにします。
- 子どもと一緒に食事づくりをするなど、子どもが自分で料理をつくる機会を増やします。
- 食や農に関する体験の機会を多く用意します。
- 子どもが保育所・幼稚園や学校で学んだことが日常生活で実践できるよう、協力します。

関係機関・団体の取組として望まれること

(1) 保育所・幼稚園・学校

- 家庭や地域との連携による食育の充実を図ります。
 - ・ 給食だよりや保健だより等の配布、給食試食会の開催、PTA活動等を通じ、子どもの食生活の大切さや保育所・幼稚園・学校における食育の実践内容、食育に関する情報等を家庭や地域に発信します。
 - ・ 保護者会やPTAと連携した親子料理教室を開催する等、楽しく料理をつくる体験を通して、子どもたちの食に対する関心を高めます。
 - ・ 地域の農産物等の生産者や食育ボランティア等、地域と連携した食育を進めます。
 - ・ 家庭での食育が進むよう、保護者からの食に関する相談に応じる等、保護者への支援を行います。
 - ・ 食育に関するイベント（給食展、市町村の健康まつり、地域食育フォーラム等）に参画し、家庭や地域へ食育の大切さを伝えます。
- 保育所では食育を保育の内容として位置付け、計画的に実践していきます。
- 学校における食育を計画的に推進します。
 - ・ 学校では、栄養教諭を中心とした教職員の連携・協力により、食に関する指導の全体計画を見直しながら、発達段階に応じた食に関する指導が進められるよう、学校教育全体で計画的に食育に取り組みます。

- ・ 関係する教科や特別活動、総合的な学習の時間等に「食事の重要性」、「心身の健康」、「食品を選択する力」、「感謝の心」、「社会性」、「食文化」の6つの目標を踏まえながら、体系的・継続的に食に関する指導を行います。
- ・ 子どもたちが朝食づくりのスキルを身に付けられるよう、家庭科等の教科や特別活動で朝食をテーマとした食に関する指導に取り組みます。
- 高校においては「家庭」や「保健体育」を中心とした各教科・科目等において、また保健指導、定時制課程における給食指導などの健康に関する指導を通じて、これまで蓄えてきた食に関する知識や技術をさらに充実させ、生涯を通じ健全な食生活が実践できるようにします。
- 保育所では、離乳期から幼児期の子どもの望ましい食事の見本となるよう、成長や発達段階にあわせた調理形態や内容の給食を提供します。
- 乳幼児期の子どもたちが、食に関わる体験により、楽しく食事をするためのマナーや健全な食習慣を身に付けるよう取り組みます。
- 「食」と「歯」の健康の関係について学び、「よく噛（か）むこと」や「歯みがき」の習慣が身に付くよう取組を進めます。
- 保育所、学校では、食に関する健康課題をもつ幼児・児童・生徒に対する個別的な相談指導等を実施します。
 - ・ 肥満・やせ傾向、偏食、食物アレルギー等、食に関する個別的な対応や相談指導が必要な幼児・児童生徒に対して、保育士、学級担任、養護教諭、栄養教諭等の関係教職員及び学校医等が保護者と連携のうえ、個別的な対応を進めます。
- 栄養教諭・学校栄養職員を中心に学校給食が食育の「生きた教材」として活用されるよう、充実を図ります。
 - ・ 栄養バランスのとれた食事の見本となるよう、献立内容を充実します。
 - ・ 行事食や郷土料理等を取り入れ、地域の伝統的な食文化を継承します。
 - ・ 地場産物を活用するとともに、生産者との交流や生産地の訪問等を通じ、食料の生産や地域の自然、産業等への理解を深めます。

(2) 市町村

- 妊産婦の時期から栄養バランスのとれた食生活が実践できるよう、栄養・食生活に関する講座や相談指導を行います。
- 乳幼児が発達段階に応じた離乳食やバランスの良い食事を取り、規則正しい食生活ができるよう、乳幼児健診や離乳食教室等において、栄養・食生活の相談指導を行い、保護者を支援します。
- 食育講座や子育てセミナー等を開催し、子どもの食生活の大切さを子育て中の保護者等に伝えます。
- 乳幼児期～幼児期～学童期～思春期～青年期の食育が間断なく行われるよう、関係機関の連携を密にします。

(3) 関係機関・団体、食育ボランティア団体、NPO、子育てサークル等

- 子どもや保護者を対象とした料理教室等、望ましい食生活を学びながら、楽しい体験ができる機会を提供します。
- 地域の農家やボランティアの協力により、子どもたちが野菜づくり等の農業体験ができる機会を提供します。
- 保育所や幼稚園、学校等の給食に地場産物の活用が進むよう、地域の農業関係者は給食関係職員との話し合いの場に積極的に参加し、地場産物の提供に協力します。

長野県の実践

- 保育専門相談員（管理栄養士）による保育所の訪問を行います。
- 子どもの食育に携わる専門家の資質向上を図るため、保育所給食担当者研修会を開催します。
- 学校における食育推進の中核となる栄養教諭の配置を拡充します。
- 「『朝ごはんを食べよう、いっしょに食べよう』食育キャンペーン」を学校・関係機関等と連携して実施し、子どもがつくる朝食コンクールの開催や先進的食育実践例の紹介、広報活動等を展開します。
- 食育に関わる全ての教職員が、共通理解のもとに食に関する指導ができるよう、関係者の研修会等を開催します。
- 子どもの食に関する課題を把握し、実態に合った効果的な食育が推進できるよう、児童生徒の食に関する実態調査を継続的に実施し、食育推進のための基礎資料を提供します。

指標・目標の一覧

目指すべき姿

指 標	現 状	目標(H29)	備考（出典等）
毎日朝食を食べる児童生徒の割合	〈H24〉 小6 91.2% 中3 85.1%	小6 93% 中3 87%	全国学力・学習状況調査
共食が楽しいと思う児童・生徒の割合	今後調査	増加	児童生徒の食に関する実態調査

県民自らの実践

指 標	現 状	目標(H29)	備考（出典等）
ひとり又は子どもだけで朝食を食べる児童・生徒の割合	〈H22〉 小5 24.8% 中2 40.3%	小5 22% 中2 37%	児童生徒の食に関する実態調査
バランスの良い朝食を食べている児童・生徒の割合	〈H22〉 小5 43.5% 中2 44.2%	小5 50% 中2 50%	児童生徒の食に関する実態調査

関係機関・団体の取組

指 標	現 状	目標(H29)	備考（出典等）
学校給食での県産農産物利用率	〈H23〉 42.3%	45%	農政部、教育委員会調べ

長野県の取組

指 標	現 状	目標(H29)	備考（出典等）
公立小・中・特別支援学校への栄養教諭の配置数	〈H24〉 63名	120名以上	教育委員会
保育所給食担当者研修会の開催数	〈H24〉 10回	10回	健康福祉部調べ

第3節 健康づくりと食育

県民一人ひとりが健康で長生きできる健康長寿県を実現するためには、子どもの頃から望ましい栄養・食生活を身につけるなど、生涯を通じた健康づくりの基盤としての食育が重要です。

しかし、不適切な食習慣などによる肥満や高血圧症等の生活習慣病が増加しており、バランスのとれた食生活の実践や健全な口腔機能の維持が不可欠となっています。

このため、子どもはもとより、成人期・高齢期まで全年齢層へ食育に関する普及啓発活動を進めるとともに、県民一人ひとりが生活習慣病の予防と改善につながる望ましい栄養・食生活を身につけるよう、県、市町村、関係機関・団体等の幅広い連携と協力による取組を実施し、健康長寿を実現する食育を推進していきます。

目指すべき姿

- 肥満（BMI25 以上）ややせ（BMI18.5 未満）の者が減少し、適正体重を維持する者が増加します。
- 低栄養（BMI20 以下）の高齢者（65 歳以上）をが減少します。
- メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）が強く疑われる者・予備群の者の割合が減少します。
- 成人の高血圧者・正常高値血圧の者の割合が減少します。
- 生活習慣病や肥満、低栄養を予防するために、主食・主菜・副菜をそろえ、栄養バランスのとれた食事をする人が増加します。
- 口腔の状態に満足している人が増加します。

県民自らの取組として望まれること

- 塩やみそ、しょうゆなどの量だけでなく、合わせだれのような複合調味料の量にも気を付けて、薄味を心がけ、食塩摂取量を減らします。
- みそ汁などの汁ものは野菜などの具をたっぷり入れて作ります。
- 外食でも「野菜たっぷり」の食事を選ぶ等、積極的に野菜を食べます。
- 果物を食べていない人は食べるようにします。
- 朝食を食べます。
- 適切なエネルギーや食塩を摂取するために、食事バランスガイドや栄養成分表示を利用します。
- 自分の健康状態を知るため、毎年、健康診査を受けます。
- 健康診査の結果に基づき、必要な保健指導や医療機関の診療を受けます。
- 自分の血圧値を知り、生活習慣の改善や受診につなげます。
- 歯や口腔の健康づくりに関する正しい知識をもちます。
- しっかり噛（か）んで食べます。

関係機関・団体の取組として望まれること

(1) 市町村

- 「野菜たっぷり」や「減塩」等のレシピを普及啓発します。
- 共食や朝食喫食に関する普及啓発を行います。
- 生活習慣病予防のための健康教室を開催します。
- 介護予防のための介護予防教室を開催します。
- 歯科保健に関する普及啓発や健康教育を実施します。

(2) 関係機関・団体

- 食に関する情報の提供や相談を行うため、地域で栄養相談室を開催します。
- 県民が身体の状態を正しく理解し、生活習慣病予防や介護予防等ができるよう支援します。
- 県民が気軽に血圧や体重を計測できるような機会を増やすとともに、健診や受診の機会を活用して県民に血圧値や血圧コントロールの重要性を伝えます。
- 歯科保健に関する普及啓発や健康教育を充実します。

(3) 飲食店・食品製造者

- 「野菜たっぷり」や「減塩」、「ごはんの適量の選択（小盛りの選択等）」等の健康づくりメニューを提供します。
- 食事バランスガイドや栄養成分表示を行い、県民の適正な食事量の選択を支援します。
- 製品に含まれる食塩の量をできるだけ減らすよう取り組みます。

長野県の取組

- 県民が食事バランスガイドや栄養成分表示を活用できるよう、普及啓発を行います。
- 市町村や関係機関・団体等と連携し、「減塩」と「野菜摂取量の増加」を目標とする「健康長寿ながの県民減塩運動～今より1g塩を減らそう運動～」に取り組みます。
- 県民が適正な食事量を選択する食環境を整えるため、「野菜たっぷり」や「減塩」、「ごはんの適量の選択（小盛りの選択等）」等の健康づくりメニューの提供をする飲食店等を登録し、県民に情報提供します。
- 飲食店等に対して、食事バランスガイドの活用方法や栄養成分表示方法等に関する相談・支援を行います。
- 食に関する情報の提供・共有を行うため、市町村管理栄養士や給食施設等の従事者及び企業や関係機関・団体等を対象に会議や研修会を開催します。
- 適切な栄養管理を行えるよう、特定給食施設等への研修会、巡回指導を実施します。
- 特定健康診査・特定保健指導の従事者に対する研修会を開催します。
- 特定健康診査・特定保健指導、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）予防に関する普及啓発を行います。
- 歯科保健に関し、普及啓発に努めるとともに、関係機関等との連携体制の構築を進めます。

- 食生活改善や介護予防事業の先進事例・好事例等を収集し、市町村や関係機関・団体に情報提供を行います。

指標・目標の一覧

目指すべき姿

指 標	現 状	目 標 (H29)	備 考 (出典等)
肥満者 (BMI25 以上) の割合	<H22>		県民健康・栄養調査
20～69 歳男性	28.9%	22%	
40～69 歳女性	15.1%	11%	
やせ (BMI18.5 未満) の割合	<H22>		県民健康・栄養調査
20～39 歳女性	25.6%	23%	
低栄養傾向 (BMI20 以下) の高齢者の割合	<H22>		県民健康・栄養調査
65 歳以上男性	13.9%	現状維持	
65 歳以上女性	16.5%		
しっかり噛 (か) んで食べられる者の割合	今後調査	増加	長野県歯科保健実態調査
介護予防事業 (二次予防事業) 対象者の割合 栄養改善	<H22> 1.2%	0.9%	介護二次予防事業対象者把握事業
メタボリックシンドロームが強く疑われる者・予備群の割合 (40～74 歳)	<H22>		県民健康・栄養調査
男性	52.7%	40%	
女性	14.2%	10%	
高血圧者・正常高値血圧の者の割合 (40～74 歳)	<H22>		県民健康・栄養調査
男性	73.2%	55%	
女性	45.8%	35%	

県民自らの取組

指 標	現 状	目 標 (H29)	備 考 (出典等)
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	今後調査	増加	県民健康・栄養調査
成人 1 人 1 日当たりの食塩摂取量	<H22> 11.5g	9g	県民健康・栄養調査
野菜摂取量 (1 人 1 日当たり)	<H22>		県民健康・栄養調査
成人	320g	350g	
参考 20～49 歳	293g		
成人 1 人 1 日当たりの果物摂取量が 100g 未満の者の割合	<H22>		県民健康・栄養調査
男性	61.5%	45%	
女性	44.3%	35%	

指 標	現 状	目 標 (H29)	備考 (出典等)
食事バランスガイド等の利用率 成人	<H22> 35.7%	60%	県民健康・栄養調査
栄養成分表示がされた食品の利用者の割合 15歳以上	<H22> 39.6%	60%	県民健康・栄養調査
栄養成分表示を食事の適量を判断するために利用している者の割合 15歳以上	<H22> 22.5%	60%	県民健康・栄養調査
朝食欠食率 20歳代男性 20歳代女性 30歳代男性 30歳代女性	<H22> 20.3% 14.6% 16.3% 7.0%	10% (30歳代女性は増加させない)	県民健康・栄養調査
日頃よく噛(か)むこと意識している人の割合	<H22> 26.5%	増加	長野県県民歯科保健実態調査

関係機関・団体の取組

指 標	現 状	目 標 (H29)	備考 (出典等)
食事バランスガイドや栄養成分などの表示をする飲食店の割合	<H24> 5.3%	5.4%以上	健康長寿課調べ
食品中の食塩や脂肪の低減に取り組む食品企業及び飲食店の増加 食品企業 飲食店	<H24> 0社 88店舗	10社 700店舗	企業：厚生労働省 (Smart LifeProject) 飲食店：県、長野市計
利用者に応じた食事の計画、調理及び栄養の評価、改善を実施している特定給食施設の割合	<H23> 63.8%	72%	特定給食施設等 栄養管理報告
噛(か)むことを意識した健康教育の実施市町村数	<H22> 58市町村	増加	健康福祉部調べ
介護予防事業二次予防事業の栄養改善に取り組む市町村数 通所型(栄養改善単独) 訪問型(栄養改善(配食支援以外))	<H22> 12市町村 11市町村	77市町村	介護二次予防事業(地域支援事業)の実施状況に関する調査

長野県の取組

指標	現状	目標 (H29)	備考 (出典等)
健康づくりメニューの提供飲食店増加のための研修会の開催	(新規)	実施	健康福祉部調べ
市町村管理栄養士等への研修会の開催	〈H23〉 10 保健福祉 事務所 62回 1,000人	現状維持	健康福祉部調べ
特定給食施設等への研修会の開催 特定給食施設等への巡回指導回数	〈H23〉 10 保健福祉 事務所 46回 2,336人 679件	現状維持	健康福祉部調べ
食品衛生責任者補習講習会等で食事バランスガイドや栄養成分表示等について情報提供	〈H23〉 23回 2,909人	現状維持	健康福祉部調べ
健康長寿ながの 県民減塩運動～今より1g塩を減らそう運動～	(新規)	実施	健康福祉部調べ
介護予防事業の先進事例・好事例等の情報提供	年1回	年1回	健康福祉部調べ

第4節 信州の食の理解と継承

「食」は命の源であり、私たちの生活に欠かせないものです。その一方で、私たちは、日常生活において食料が豊富に存在することを当たり前のように受け止め、食べ残しや食品の廃棄を大量に発生させており、世界に通じる「もったいない」という精神が薄れがちになっています。

また、産業構造の変化や食の外部化等が進んでいく中で、食料生産の場面に直接触れることができる機会が減少し、限られた土地や水資源といった自然の恩恵の上に食料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労や努力に支えられていることを実感しにくくなっています。

このため、食品の安全性に関する情報発信のほか、地産地消や様々な体験活動等を通じて、県民の食に関する感謝の心や理解の向上と食文化の継承のための食育を推進します。

目指すべき姿

- 自然豊かな信州で生産される信州農畜産物への関心と理解が深まり、県民が様々な立場から地産地消に取り組んでいます。
- 日々の食生活は、自然の恩恵の上に成り立ち、生産者を始めとして多くの人々の苦労や努力によって支えられていることが実感され、食に関する感謝の念と理解が深まっています。
- 食品の安全性の確保は、科学的根拠に基づき行われ、県民が食品に関して信頼できる情報に基づいて適切な判断を行い、健全な食生活に活かすことができています。
- 日々の生活や生産活動の中で、「もったいない」の気持ちを県民一人ひとりが持ち、発生抑制を最優先に、資源の循環利用や再資源化が社会全体に浸透しています。
- 本県の風土に生まれ、先人により培われた伝統ある食文化や食習慣が県民に継承されています。

県民自らの取組として望まれること

- 自然豊かな信州で生産される信州農畜産物を積極的に購入するとともに、自らがその魅力を県内外の皆さんに発信します。
- 農家や食育ボランティア等の地域住民が食の先生となり、農業体験や地域特有の郷土料理づくりなどを通じて、農業や信州の伝統的食文化、歴史、作法といった学びの充実に取り組みます。
- 食品に関する正しい知識の習得を通して、食の安全性や表示についての理解を深め、適切な判断による食品選択に努めます。
- 買い過ぎ、作り過ぎ、頼みすぎをなくすなど、「もったいない」の考え方に即した意識・行動による食品廃棄物の発生抑制に努めます。
- 伝統料理や郷土食を伝統行事等と結びつけながら、家庭を中心として次代を担う子どもたちに食文化を伝えます。

関係機関・団体の取組として望まれること

- マーケットニーズに対応した地場産物の生産に取り組みます。
- 自然豊かな環境で生産された安全で良質な信州農畜産物の積極的な生産・販売・活用に取り組みます。
- 旅館・ホテル・飲食店の他、学校給食等において、信州農畜産物を用いたメニューの考案・活用に努めます。
- 都市住民が自然や食文化とふれあう機会の拡大を図るため、消費者ニーズに合ったグリーン・ツーリズム※情報誌の作成に努めます。
- 食への関心を高め、農業・農村の役割、地域の食文化、命と健康の尊さなど食に対する感謝の心を深めるために、家庭における食事や学校給食、農業体験等を通じて行う食農教育の充実に努めます。
- 食品関連企業においては、消費者の皆様へ食品への適正な表示及び正確な情報提供を行うよう努めます。
- 小売業者や外食産業においては、食品廃棄物をなるべく出さない方法、宴会やパーティー等で消費者にあった量を提供するなど食べ残しが出ない取組に努めます。
- 食生活改善推進員や農村女性団体等において、伝統食や郷土食の料理体験教室等の開催を通じて、食文化の伝承に努めます。
- 学校給食や保育所給食等の集団給食において郷土食や伝統食を提供し、地域の食や文化、歴史などの理解を深め、郷土への愛着が持てる取組を実践します。

長野県の取組

- 「おいしい信州ふード（風土）」の積極的な展開により、自然豊かな環境で生産される安全で良質な信州農畜産物の情報発信を行います。
- 「おいしい信州ふード（風土）大使」と連携し、児童・生徒の調理実習体験など学校における地産地消をはじめとする食育の推進を図ります。
- 生産者と消費者との顔が見える農産物直売所の拡大・支援に取り組みます。
- 児童生徒の年間を通じた農業体験や農作業の楽しさを学ぶ学習活動を推進します。
- 食に関する感謝の心や理解を深めるために、子どもたちの農業体験を行う団体の活動を支援します。
- 自然や食文化とのふれあいを通じ、食への感謝の心を育むため、グリーン・ツーリズムに関する情報発信の強化や新たな旅行商品の開発を推進します。
- 食品衛生法に基づく長野県食品衛生監視指導計画を策定し、食品事業所への立入検査、流通食品等の食品検査等を実施し、食品の安全性の確保を図ります。

※グリーン・ツーリズム

緑豊かな農山村地域において、自然、文化、農林業とのふれ合いや人々との交流を楽しむ滞在型の余暇活動。産直等農産物の販売から、ふるさと祭り等のイベント、市民農園、田植え・稲刈り作業等への参加による農業・農村体験まで、広く都市農村交流一般をさす用語としても使われている。

- 食中毒等の健康被害や違反食品の発生状況を分析し、監視指導を行い、再発防止を図ります。
- 食品の安全性の確保に関する的確な情報を提供し、県民、食品関連事業者等との意見交換（リスクコミュニケーション※1）を行います。
- 生産者や小売業者等に対して、関係機関と連携し、JAS法※2などに基づく適正な食品表示の徹底を図ります。
- 県民の食に関する感謝の念を深めて、生ごみを減らす行動を推進します。
- 農産物の安全性を確保するため、多くの生産組織がGAP（農業生産工程管理）に取り組めるよう支援します。
- 環境にやさしい農業への取組を支援するとともに、消費者の環境にやさしい農産物に対する理解を促進します。
- 外食産業において小盛りにする等、消費者にあった食事量の提供などによる食べ残しを減らすための取組を推進し、廃棄物の発生抑制に向けた意識の向上を図ります。
- 信州の伝統野菜の認定や調理への活用など、食文化の継承のための活動への支援を行います。
- 地域食材を活用した味のコンクールを開催します。

指標・目標の一覧

目指すべき姿

指 標	現 状	目 標	備 考
食文化や地域の産物を使い、時には新しい料理を作っている県民の割合	〈H23〉 53.9%	60%	県政モニター調査
食べ物を残すことをもったいないことだと思ふ児童生徒の割合	〈H22〉 小5 81.9% 中2 74.2%	85% 80%	児童生徒の食に関する実態調査
作ることができる郷土料理や伝統食が1種類以上ある県民の割合	〈H22〉 50%	70%	県民健康・栄養調査

県民自らの取組

指 標	現 状	目 標	備 考
「おいしい信州ふーど（風土）」の認知度	〈H24〉 県内：24.3% 県外：－	県内：75% 県外：25%	県政モニター調査
1人1日あたり一般廃棄物排出量	〈H22〉 862g/人・日	800g/人・日	一般廃棄物実態調査
作ることができる郷土料理や伝統食が1種類以上ある県民の割合	〈H22〉 50%	70%	県民健康・栄養調査

※1 リスクコミュニケーション

食品の安全性に関する情報の提供や消費者、生産者、事業者の意見表明の場の設定等により、食品の安全性に関する正確な情報を関係者が共有しつつ、相互に意思疎通を図ること。

※2 JAS法

正式名称「農林物資の規格化及び品質表示の適正化に関する法律」。この法律により、一般消費者向けに販売される全ての飲食物品に、名称や原産地などの品質表示が義務づけられている。

関係機関・団体の取組

指 標	現 状	目 標	備 考
生産者GAPに取り組むJA生産部会・ 農産物直売所の割合	〈H23〉 13%	39%	農政部調べ
農家レストラン ^{※1} 数	〈H22〉 79 店	85 店	農林業センサス
市民農園数	〈H23〉 308 箇所	350 箇所	市民農園開設状 況調査
学校給食での県産農産物利用率	〈H23〉 42.3%	45%	農政部、教育委 員会調べ
グリーン・ツーリズム情報誌の発行	〈H23〉 20,000 部/年	20,000 部/年	農政部調べ
食べ残しを減らそう協力店登録数	〈H23〉 252 店舗	300 店舗	環境部調べ

長野県の取組

指 標	現 状	目 標	備 考
地産地消シンポジウムの開催	〈H23〉 1 回/年	1 回/年	農政部調べ
農産物直売所数	〈H22〉 814 店	840 店	農政部調べ
地域の方を講師として活用している小学 校の割合（稲作り）	〈H24〉 81.6%	現状維持	学校経営概要
地域における農業体験実施団体への支援	〈H23〉 延べ 17 団体	延べ 50 団体	農政部調べ
都市農村交流人口 ^{※2}	〈H23〉 549,210 人	600,000 人	農政部調べ
長野県食品衛生監視指導計画に基づく食 品事業所への立入検査等の実施	毎年度計画を策 定し、実施	継続	健康福祉部調べ
小売店等への食品表示調査件数	〈H23〉 713 件	720 件	農政部調べ
生産者GAPに取り組むJA生産部会・ 農産物直売所の割合	〈H23〉 13%	39%	農政部調べ

※1 農家レストラン

自家栽培の野菜や地域の食材を活かして、自ら調理をし、農村ならではの料理を提供する農業者が経営するレストラン。

※2 都市農村交流人口

都市農村交流施設の利用者数や市町村・地域で実施されたイベント等の都市農村交流活動に参加した人数。

指 標	現 状	目 標	備 考
信州の環境にやさしい農作物認証面積	〈H23〉 1,594ha	2,200ha	農政部調べ
食べ残しを減らそう協力店登録数（再掲）	〈H23〉 252 店舗	300 店舗	環境部調べ
信州伝統野菜※の認定・支援事業の実施	〈H23〉 認定 28 回 料理発表 2 回	継続	農政部調べ
信州の味コンクールの開催	〈H23〉 50 作品	継続	農政部調べ

※信州伝統野菜

伝統野菜の保存と継承を目的として、信州の食文化を支える行事食・郷土食の素材として伝承されている野菜を認定する制度