

第1章 計画の基本的事項

1 計画策定の趣旨

- 経済状況の変化、ライフスタイルの変化、核家族の増加などを背景に、食における多様化がさらに進んでいる。
 - 食育の重要性をさらに普及し、実践する県民を増やすとともに、課題が多い若者・働き盛り世代の食育への「学び」を推進し、食の原点である共食並びに郷土食、伝統食の継承などを推進するために、関係機関・団体、関係者などの「自治の力」を活かし県の役割を明確にして計画的に展開するものである。
- *食育とは：知育、徳育、体育の基礎となるべきもので、「食」の知識、選択する力を習得し、健全な食生活を実践する人を育てること

2 計画の位置づけ

- 食育基本法第17条に規定された都道府県食育推進計画
- 長野県総合5か年計画、第2期信州保健医療総合計画、第3期長野県食と農業農村振興計画等と整合し、一体的に推進を図るもの。

3 計画の期間

平成30年度（2018年度）～2022年度（5年間）

4 計画の推進体制

- 「信州の食を育む県民会議」における計画の推進・評価
- 「信州の食を育む県民会議」の構成団体による食育の推進
- 保健福祉事務所ごとに設置している「地域連絡会議」による取組の実践

5 計画の進捗管理・評価、公表

- 関係機関・団体及び長野県は「信州の食を育む県民会議」等を活用し、連携。
- 統計資料等を活用し、計画に記載されている指標の進捗状況を数値で把握し、必要なアンケートを実施するほか、関係機関等の取組状況等を確認。
- 進捗管理、評価を毎年実施し、必要があれば修正。
- 県は施策の取組状況を県ホームページへの掲載等により公表。

第3章 基本理念

～信州の食でつながる、人づくり・地域づくり～

第2章 現状と課題

若い世代への食育

- ・20～30歳代の若者や保護者の食育への関心を高める必要がある。
- ・一人又は子どもだけで食事をしている児童生徒の割合に改善が見られないことから、保護者への働きかけと共に地域における「共食」の場が必要。
- ・20～30歳代の男女の朝食欠食率が高い。
- ・子ども自身が、バランスの良い食事を作れるスキルを身に付ける必要がある。

世界一の健康長寿を目指す食育

- ・成人男性の3人に1人は肥満。
- ・県民の食塩摂取量は男性11.2g、女性9.5gであり、減らす必要がある。
- ・20歳～50歳代の野菜の摂取量が少ない。
- ・65歳以上の女性の低栄養傾向者が増加しており、低栄養の予防が必要。
- ・何でも噛んで食べられる人は約8割。

食の循環と地域の食を意欲した食育

- ・食べ物を残すことをもったいないと思う児童生徒は約8割。
- ・郷土料理や、伝統料理を1種類以上作ることができる人は20歳代で少ない。
- ・1人1日当たりの一般廃棄物の排出量は836gで、目標値の800gまでもう少し。
- ・食品に関する正しい情報が必要。

信州の食を育む環境づくり

- ・食育に関心のある県民の割合は男性約3割、女性約6割。
- ・食育ボランティアは、全体では増加しているが、減少している団体も見られる。
- ・地域において食に関わる様々な人が、連携して地域全体の食育に対する意識を高める必要がある。
- ・市町村食育推進計画の策定率が7割弱。

第4章 目指すべき姿と目標

- 子どもの親や若い世代が食育に関心を持つ。
 - 家族や友人、地域などで様々な人と一緒に楽しく食事をする機会を持つ。
 - 幼児期から基本的な生活習慣を身に付ける。
 - 子どもや若い世代がバランスのとれた食事を準備できるスキルや知識を身に付ける。
- ※食育に関心を持つ若い世代の割合 20歳代男性（2016年度）18.1%→（2022年度）33%
ひとり又は子どもだけで朝食を食べる児童・生徒の割合（2016年度）小5:28.1%、中2:39.1% →（2022年度）減少

- 適正体重の維持
 - メタボリックシンドロームが強く疑われる人・予備群の割合が減少
 - 成人の糖尿病が強く疑われる人・予備群の割合の減少
 - 成人の高血圧者・正常高値血圧の人の割合が減少
 - 低栄養（BMI20以下）の高齢者の減少
 - 何でも噛んで食べられる人の増加
- ※低栄養傾向の高齢者（65歳以上女性）（2016年度）23.6%→（2022年度）22%

- 地消地産などの郷土への理解を深める。
 - 食に関する感謝の気持ちを持つ。
 - 食品ロスの削減に取り組む。
 - 食品に関する信頼できる情報に基づき、適切な判断をし、健全な食生活が行われる知識を持つ。
- ※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（H28）45.7%→（2022年度）48%
1人1日当たりの一般廃棄物排出量（2015年度）836g/人・日→（2020年度）795g/人・日

- 県民が食育に関心を持つ。
 - 食育のボランティア活動に参加する県民が増加する。
 - 生産から消費に至るまでの実践活動・体験等の場に参加する県民が増える。
 - 子どもから成人、高齢者に至るまで、生涯にわたり、ライフステージに応じた食育が取り組まれている。
- ※食育ボランティア数（2016年度）18,435人→（2022年度）20,000人

第4章 重点的な取組

- 保育所、幼稚園、学校、家庭、地域と連携し、入学の機会やクラス懇談会等を活用した取組の推進。（生活習慣や、共食など）
- 市町村による食育講座や子育てセミナーの開催。
- 「信州子どもカフェ」や「子ども食堂」における共食の取組。
- 食育ボランティアと県内の大学生との交流を通して、「学び」の場の創出

- 事業所給食における健康に配慮したメニュー提供への支援。事業所への食生活講座の実施。
- 「野菜たっぷり」や「減塩」「適量の選択」など健康に配慮したメニューを提供する飲食店を登録・支援。
- 食育ボランティアと連携し高齢者の低栄養についての周知・啓発。
- 高齢者へのフレイル対策としての栄養管理の観点からの周知・啓発。オーラルフレイル（口腔の虚弱）対策の取組。

- 食と農を関連付けた学びの場の充実。
- 食育ボランティアや食の専門家による郷土食・伝統食、信州農畜産物を活用した料理体験教室の開催。
- 調理師専門学校生、栄養士、若手シェフを対象とした地域食材活用のための普及・啓発。
- 学校給食で一層の地場産物活用のための情報提供の実施
- 食品ロス削減に向け意識向上のため「残さず食べよう！30・10運動」の推進。
- 食品の安全性に関する関係者の相互理解の推進と県民への情報提供。

- 子どもから高齢者までが集い、食育を推進するための地域住民の交流の場の支援。
- 食育ボランティアの養成・育成・活動への支援。
- 「おいしい信州ふーど（風土）SHOP」、「信州食育発信3つの星レストラン」を拠点とした信州の食の魅力を発信。
- 食育に関する効果的な取組を共有するため、関係機関・団体の成果発表、意見交換の場を設ける。