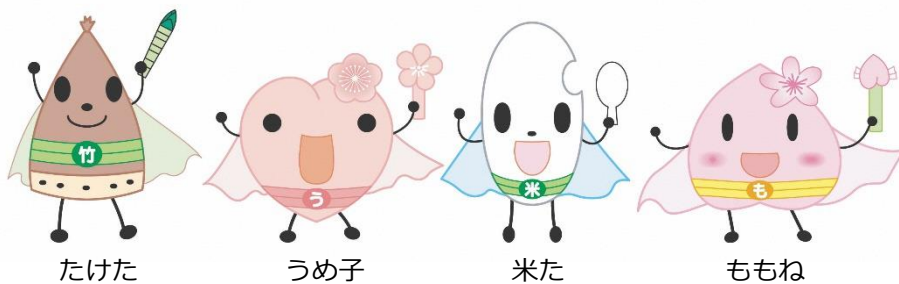


## 第 2 編

# 第 3 次田上町食育推進計画

田上町食育推進キャラクター 田上レンジャー





## 第2編 第3次田上町食育推進計画

### 第1章 計画の策定にあたって

#### 1 計画策定の趣旨

食えることは生涯にわたって続く基本的な営みであり、健全な食生活を実践することは、健康で豊かな人間性を形成する基礎となるものです。

近年、生活環境が大きく変わる中、食の欧米化、外食産業の発展など、「食」をめぐる状況も変化しています。そのような状況の中で、栄養の偏りや不規則な食事などによる肥満や、生活習慣病の増加、健康寿命の延伸や低栄養予防を中心とした高齢者の健康づくり、災害時への食の備えなどに対する取り組みの必要性も高まってきています。

田上町では平成21年度に「田上町食育推進計画」（以下、第1次計画）、平成27年度に「第2次田上町食育推進計画」（以下、第2次計画）を策定してきました。今後も食に関する知識を理解し、健全な食生活を実践するための力を身につけ、豊かな人間性を育むことを目指し、町民の健康づくりの基盤となる、「第3次田上町食育推進計画」（以下、本計画）を策定します。

#### ● 食育とは？（食育基本法より抜粋）

- ① 生きるうえでの基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきもの
- ② 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

#### 2 計画の位置づけ

本計画は、食育基本法第18条第1項に基づく計画であり、国の「第4次食育基本計画および県の「第3次新潟県食育推進計画」と整合性を図り、食育の取り組みを効果的に推進するための具体的な目標と方向性を示します。

#### 3 計画の期間

計画の期間は、令和3（2021）年度から令和8（2026）年度の6年間とします。

なお、今後の計画に対する意識の変化や国・県の動向を踏まえ、随時見直しを行うこととします。

## 4 基本理念

食育には、身体の成長に必要な栄養や食について理解することだけでなく、食事の楽しさを理解し家族や仲間と共有すること、食に対する感謝の気持ちを持つことなど、心身の健康や豊かな人間性を育むために重要なことが含まれます。

このような考え方にに基づき、これまでの基本理念を継承し、子どもとその家庭を中心とした食育を推進し、さらに生活習慣病の予防や健康寿命の延伸に向けた健全な食生活を地域全体で取り組むことを基本的な視点とします。

### ● 基本理念 ●

食を通じて、健全な心身を<sup>つちか</sup>培い、豊かな人間性を<sup>はぐく</sup>育む

### ● 基本的視点 ●

子どもとその家庭を中心に、  
地域住民と関係機関が連携した食育の推進



## 5 基本目標

### 基本目標 1 健全な食生活の実践

幼児（稚）園や学校、家庭をはじめとした町民の食生活習慣にかかわる関係機関が情報を共有し、連携・協働による取り組みを進め、一人ひとりが、食育を自分や家庭の課題として認識し、健全な食生活の実践のための環境づくりを推進します。

### 基本目標 2 地産地消の推進

食は自然の恩恵の上に成り立っていること、また、生産者をはじめ、たくさんの人の苦勞や努力によって成り立っていることを感じ取れるよう、学校給食に地場産の食材を取り入れるとともに、農業体験や生産者との交流会等を通して働きかけを行います。

また、町民が自家製の野菜や地元産の食材に関心を持ち、活用できるよう普及啓発に取り組み、地産地消を推進します。

### 基本目標 3 食文化の伝承、食を通じた交流の推進

食べるということは、エネルギーや栄養を摂取するだけでなく、誰かと一緒に料理をしたり、家族や仲間と会話をしながら楽しく食べることで、コミュニケーションやマナーなどの社会性を身につけることにつながります。

また、地区行事や世代間交流を通じ、親から子へ、子から孫へと、共に食べることの喜びや郷土料理が継承されていくよう支援します。

## 6 食育の推進体制

本計画を効果的に推進していくためには、町民一人ひとりが主体となって健康づくりに取り組むことが必要です。

その取り組みを支えるため、家庭、学校、職場、地域、医療、関係機関、団体等が連携し、それぞれの役割に応じて計画を推進し、総合的な健康づくりに努めます。



### 食生活改善推進員協議会とは

昭和59年度に発足し、食生活改善推進員（令和2年度 会員数74人）として食育を推進するボランティア団体です。町との連携を取りながら、子どもから高齢者までを対象にした「食」に関する活動を行うとともに、地域における食育の推進に努めています。

## 第2章 田上町の食育に関する現状と課題

### 1 第2次計画の取り組みと評価

味覚の形成や食への興味、関心、さらには心身の成長および豊かな人間性を育む基礎となる場として、家庭はもちろんのこと、幼児（稚）園・学校もその大きな役割を担っています。

乳幼児期から学齢期までの継続した啓発のため、母子健診時の栄養相談や指導、幼児（稚）園・学校、食生活改善推進員協議会や農業従事者などの関係機関が連携し、親子対象の食育講座や劇、料理教室、子どもたちへの朝食指導や生産農家との交流などを実施してきました。

青年期・壮年期・高齢期における食事は、肥満だけでなく、生活習慣病予防や重症化予防、低栄養予防において大きな影響を与えます。特定健診の結果による事後指導や健診結果に基づいて実施される各種教室において、個人の健診結果や食習慣に応じた栄養指導を実施し、一人ひとりの食習慣の改善のための指導やアドバイスを行いました。

#### 評価結果

第2次計画の指標の達成状況について、基準を設け、6区分で評価しています。

区分	計	乳幼児期・学齢期	青年期・壮年期・高齢期
☆（達成）	12（25.0%）	8（33.3%）	4（16.7%）
◎（改善）	6（12.5%）	2（8.3%）	4（16.7%）
○（やや改善）	6（12.5%）	3（12.5%）	3（12.5%）
△（変化なし）	2（4.2%）	1（4.2%）	1（4.2%）
▽（改善が必要）	20（41.7%）	8（33.3%）	12（50.0%）
—（判定不可）	2（4.2%）	2（8.3%）	0（0.0%）
計	48（100.0%）	24（100.0%）	24（100.0%）

#### ■ 評価の基準

評価区分	評価基準
☆	目標値を達成（改善率：100%以上）
◎	目標値には達しなかったが、改善傾向にある（改善率：50%以上 100%未満）
○	目標値には達しなかったが、改善傾向にある（改善率：10%以上 50%未満）
△	変化がみられない（改善率：-10%以上 10%未満）
▽	達成に向け、改善を要する（改善率：-10%未満）
—	直近値の値がないなど、評価ができなかった

改善率 = (令和2年度実績値 - 平成26年度実績値) ÷ (令和2年度目標値 - 平成26年度実績値) × 100  
 ※令和2年度実績が集計されていない項目については令和元年度実績値で計算

## 2 田上町の食の現状

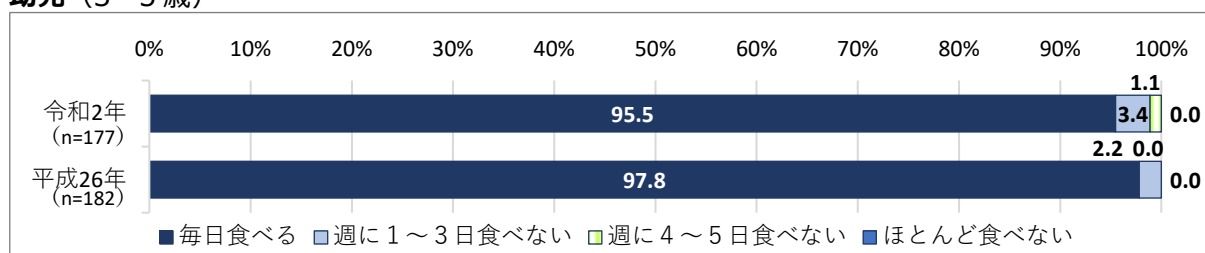
### (1) 朝食について

#### 1. 朝食を食べる頻度（幼児期・学齢期）

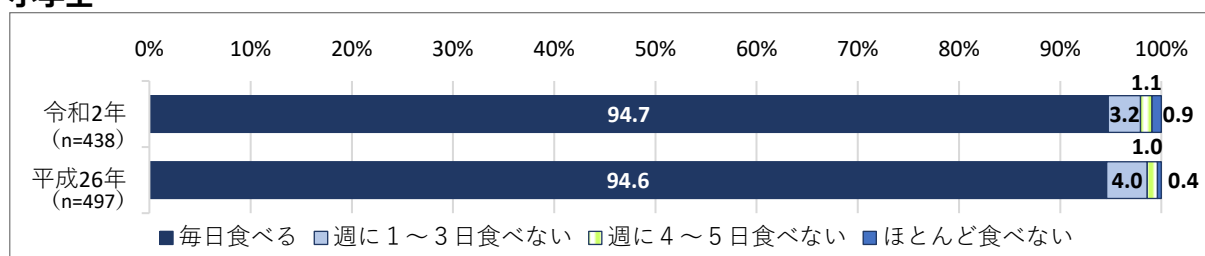
朝食を「毎日食べる」割合は、平成26年調査時と比較して幼児では2.3ポイント、中学生では2.9ポイント減少しています。

また、「ほとんど食べない」割合は、平成26年調査時と比較して小学生では0.5ポイント、中学生では0.4ポイント増加しています。

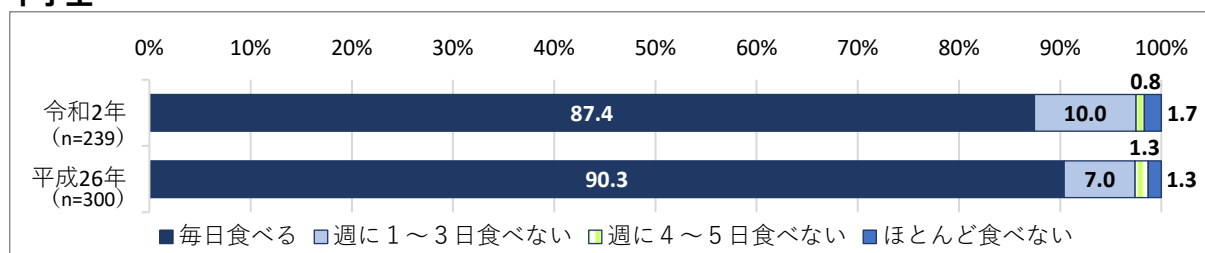
#### 幼児（3～5歳）



#### 小学生



#### 中学生

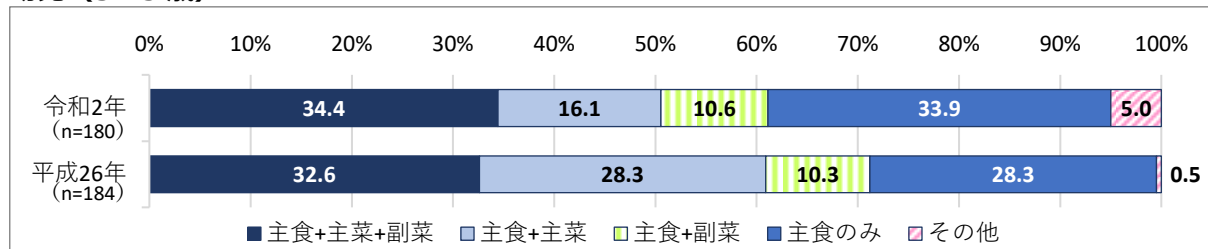


資料：令和2年度及び平成26年度食育に関するアンケート調査

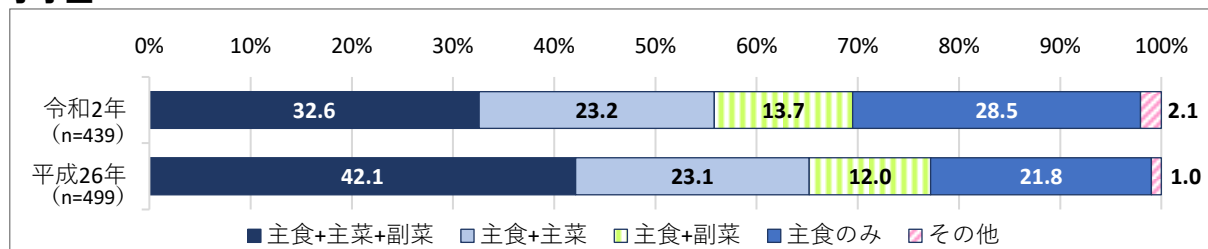
## 2. 朝食の内容（幼児期・学齢期）

朝食に主食・主菜・副菜がそろった食事をしている割合は、平成26年調査時と比較すると小学生は9.5ポイント減少しています。一方で「主食のみ」の割合は幼児と小学生で増加しています。

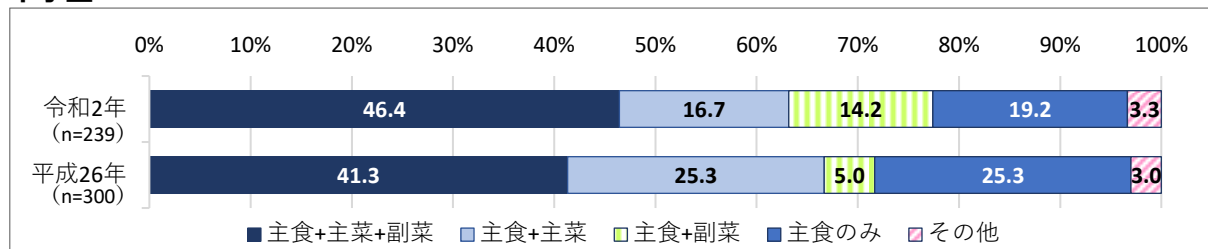
### 幼児（3～5歳）



### 小学生



### 中学生



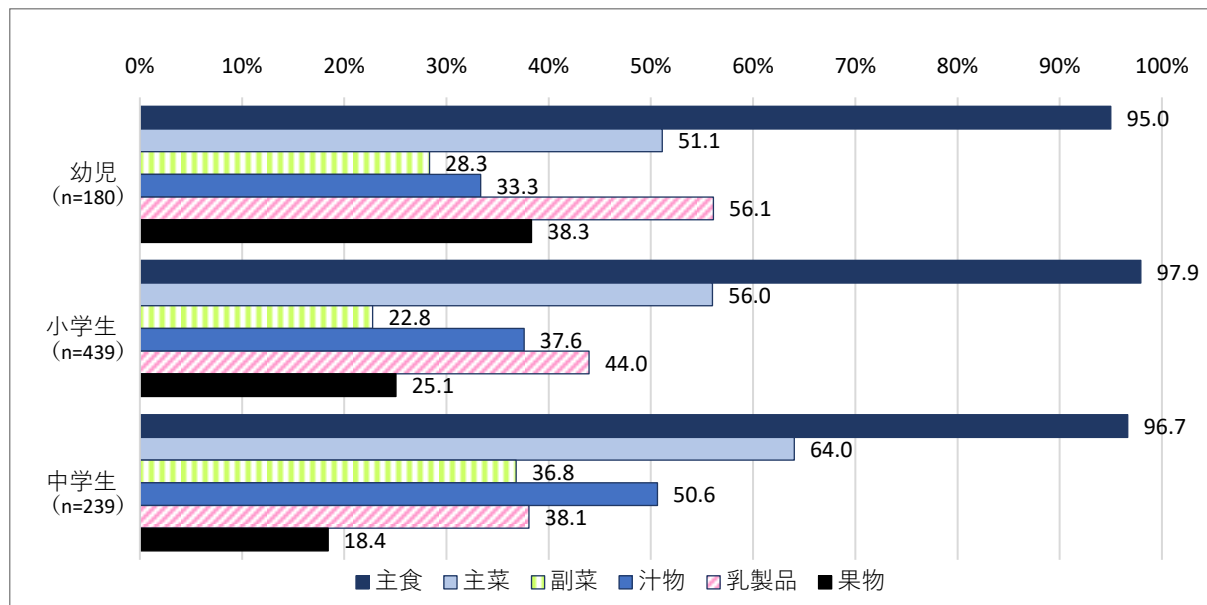
資料：令和2年度及び平成26年度食育に関するアンケート調査



### 3. 朝食で食べているもの（幼児期・学齢期）

朝食に主食がある割合は95%以上となっており、主菜、汁物は年齢が上がるほど食べている割合が高くなっています。

一方で、乳製品、果物は年齢が上がるほど食べている割合が低くなっています。



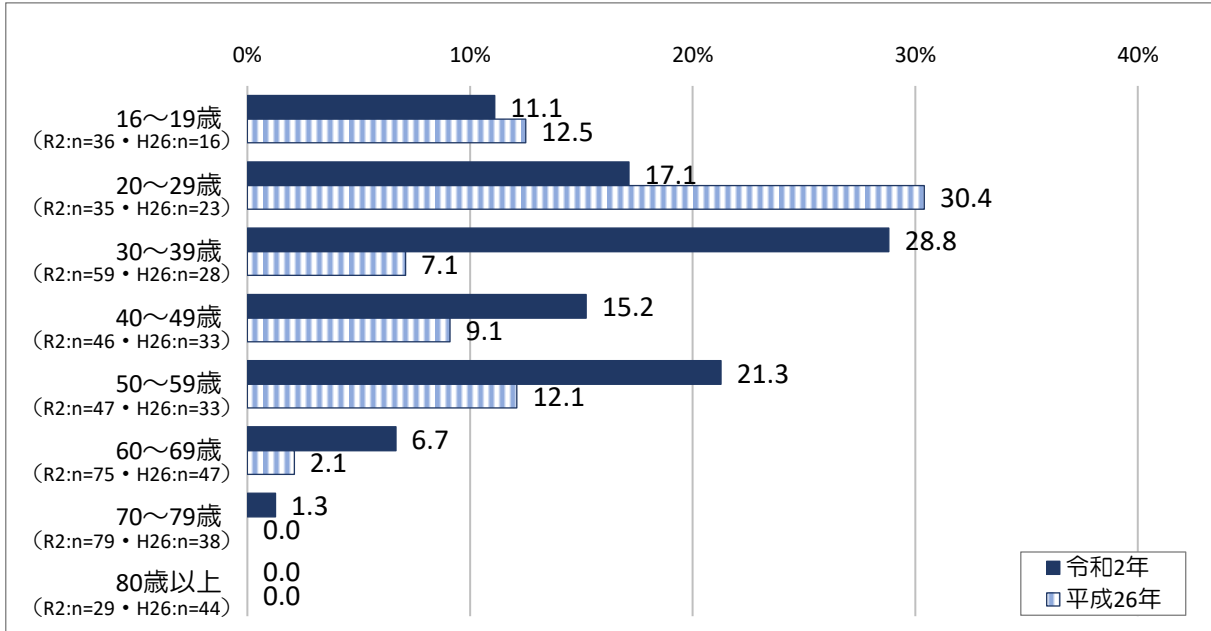
資料：令和2年度食育に関するアンケート調査



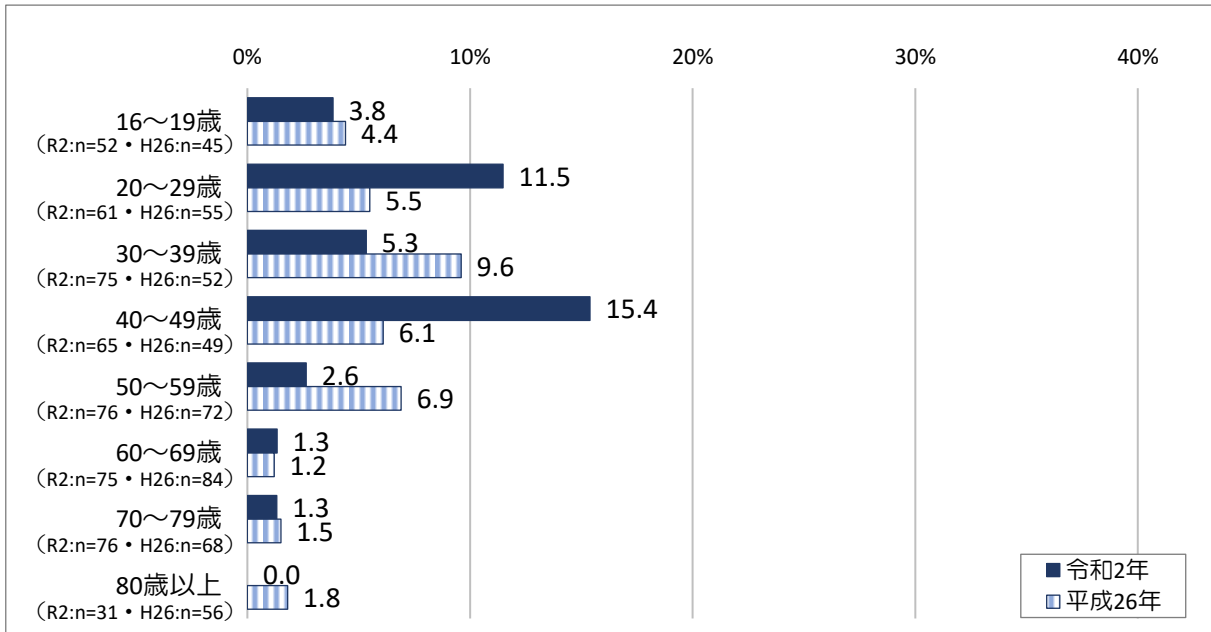
#### 4. 朝食の欠食率（青年期・壮年期・高齢期）

朝食の摂取頻度について「ほとんど食べない」と回答した人の割合を性別・年齢別にみると、男性の割合が高くなっています。平成26年調査時と比較すると、30歳代男性が大きく増加しており、女性は20歳代、40歳代で割合が高くなっています。

##### 朝食をほとんど食べない割合（男性）



##### 朝食をほとんど食べない割合（女性）



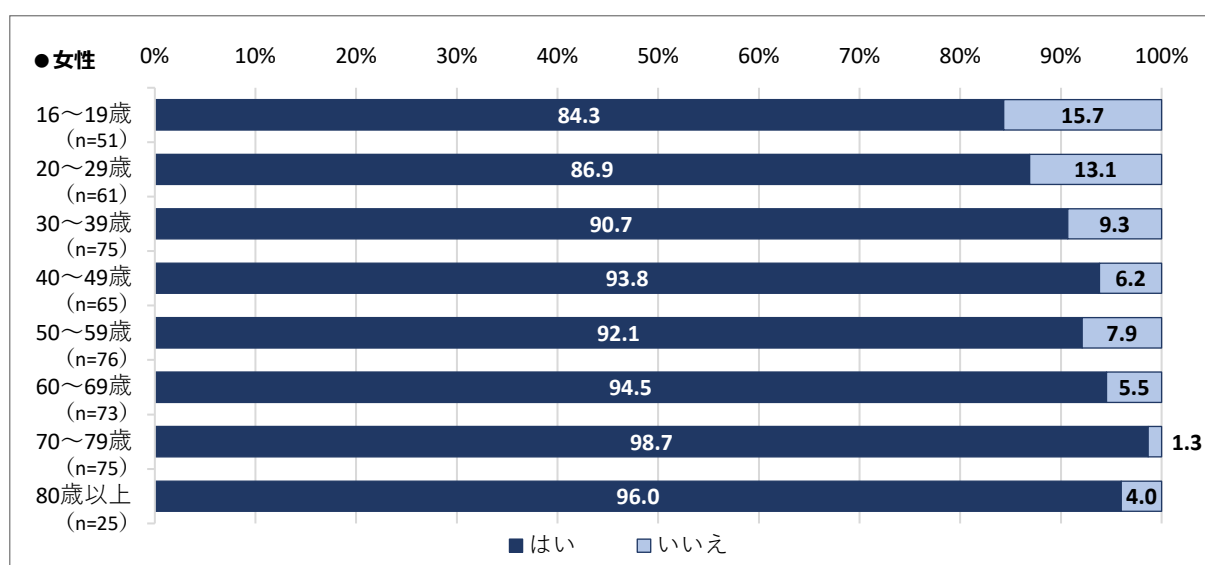
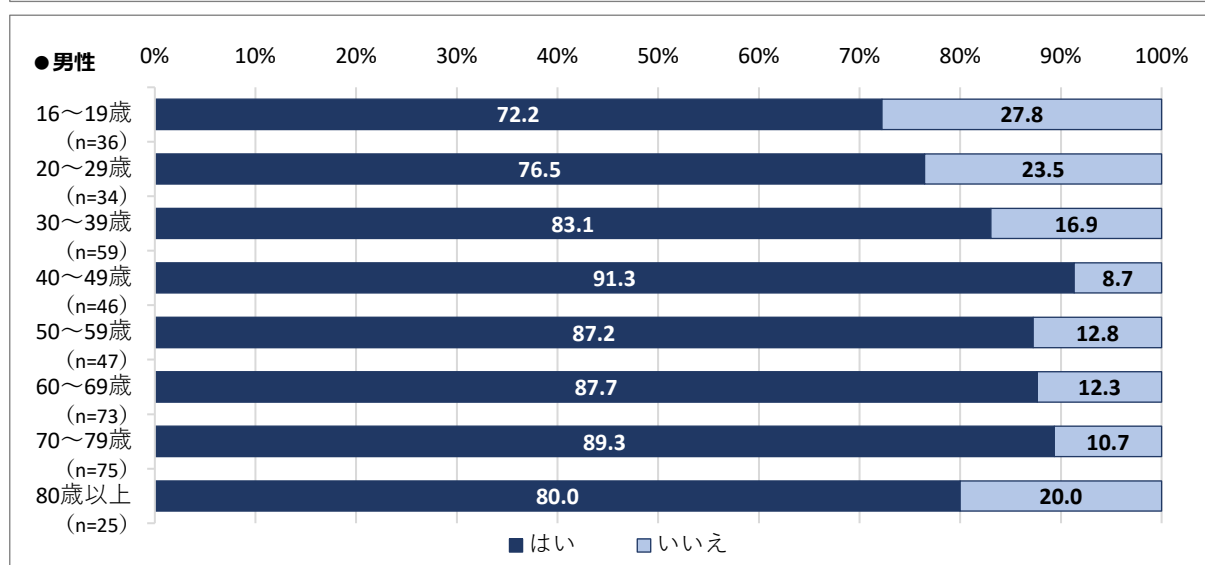
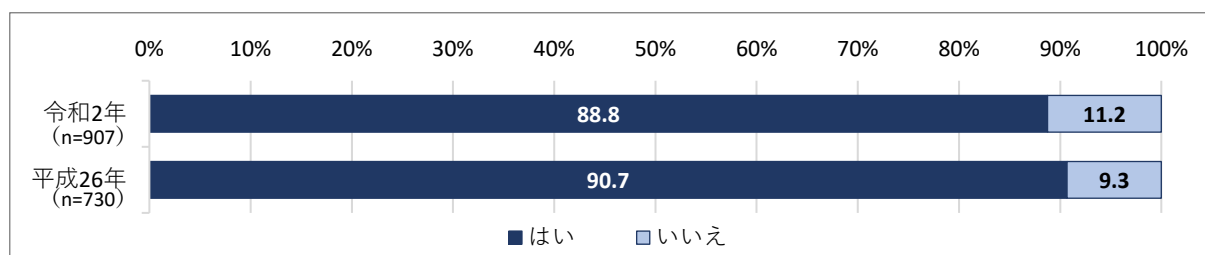
資料：令和2年度及び平成26年度町民の健康に関するアンケート調査

## (2) 食生活について

### 1. 野菜の摂取

#### 問 野菜を食べるようにしていますか

すべての年齢層で女性の方が「はい」の割合が高くなっています。また、男性・女性ともに70%以上が野菜を食べるように意識しています。



資料：令和2年度及び平成26年度市民の健康に関するアンケート調査

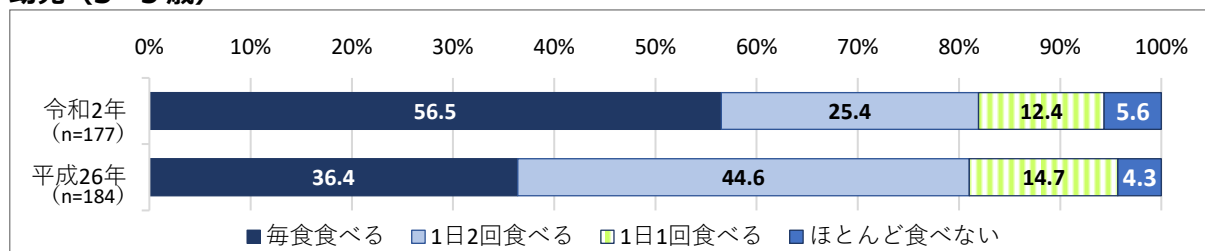
### 問 野菜料理をどのくらいの頻度で食べますか

野菜料理を食べる頻度は、幼児、小学生では平成26年調査時と比較して、「毎食食べる」割合が20ポイント以上高くなっています。中学生は6.8ポイント増加しています。

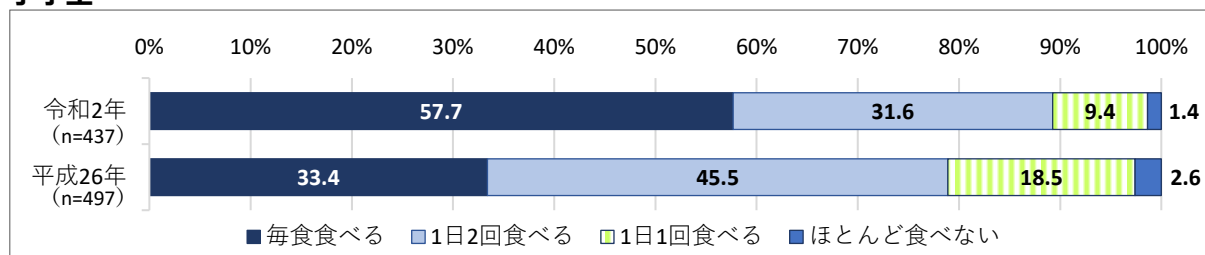
一方で、16歳以上の「毎食食べる」割合は、平成26年調査時と比較して6.1ポイント減少しています。

また、男性は年齢による明らかな傾向はみられませんでした。女性は年齢が上がるほど「毎食食べる」割合が高くなっています。

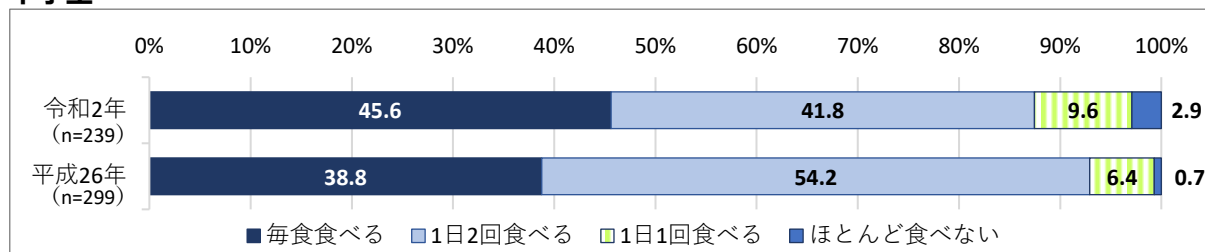
#### 幼児（3～5歳）



#### 小学生

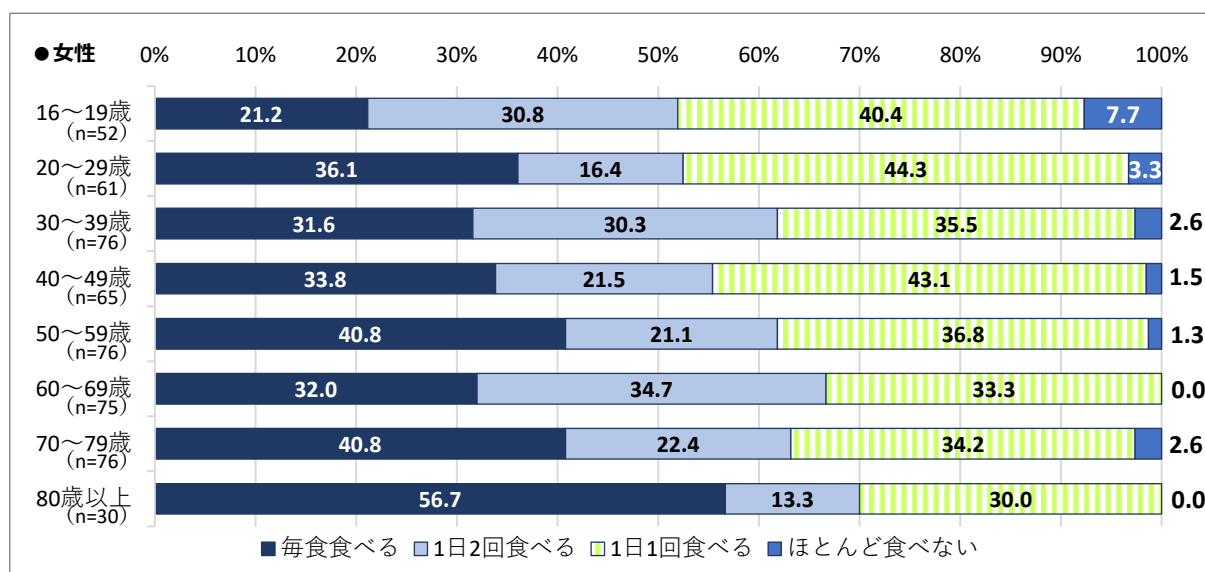
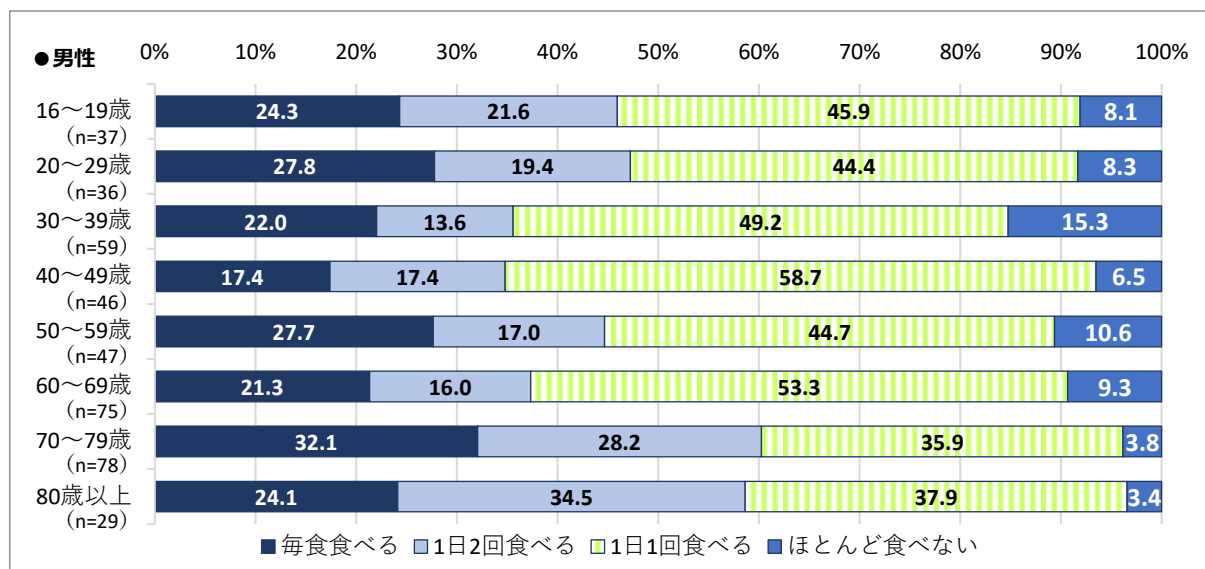
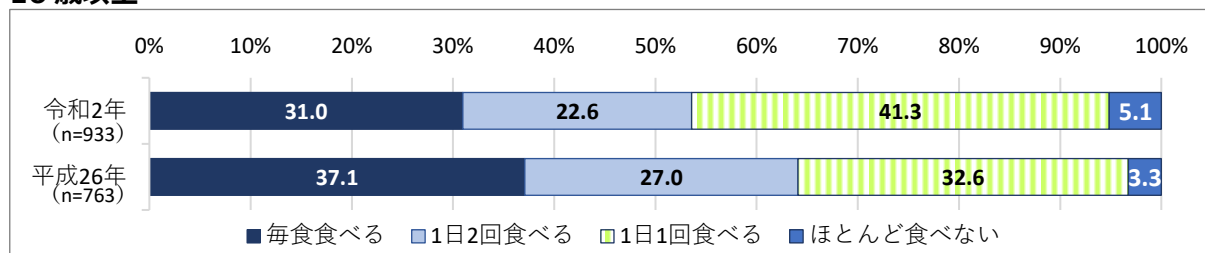


#### 中学生



資料：令和2年度及び平成26年度食育に関するアンケート調査

16歳以上

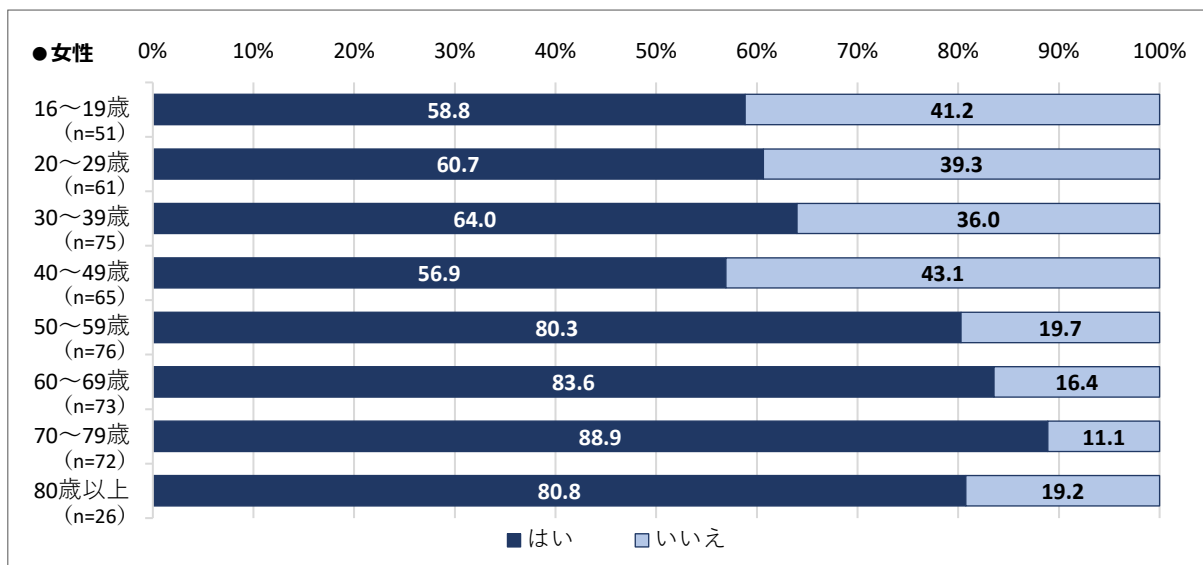
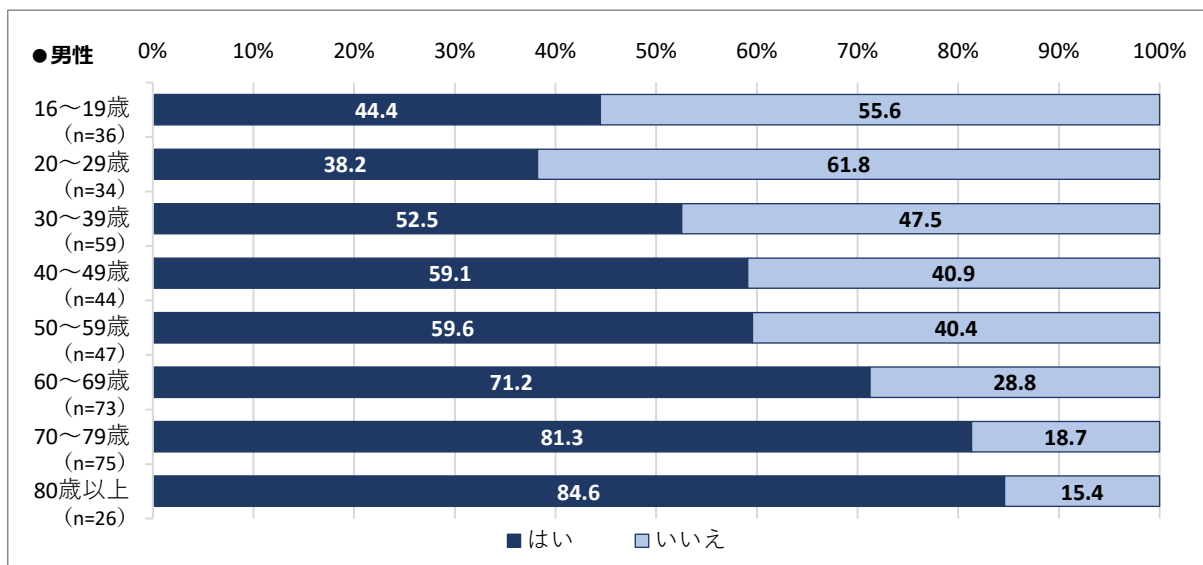
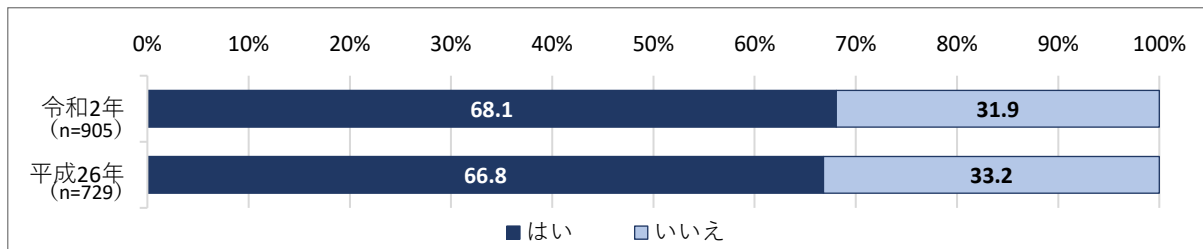


資料：令和2年度及び平成26年度市民の健康に関するアンケート調査

## 2. 減塩の取り組み

### 問 塩分をとり過ぎないようにしていますか

性別・年齢別にみると、女性の方が「はい」の割合が高くなっています。

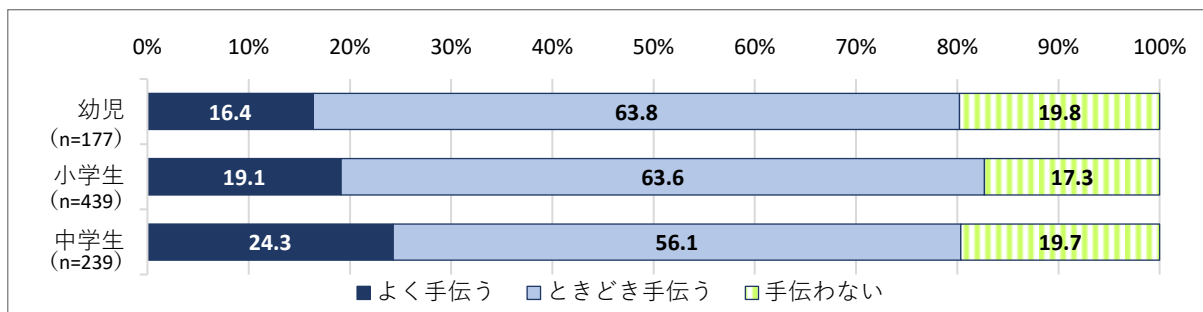


資料：令和2年度及び平成26年度町民の健康に関するアンケート調査

### 3. 食事づくりや後片付けの手伝い（幼児期・学齢期）

問 お子さんは食事の準備や後片付けなどの手伝いをしますか

「よく手伝う」割合は年齢が上がるほど増加しています。

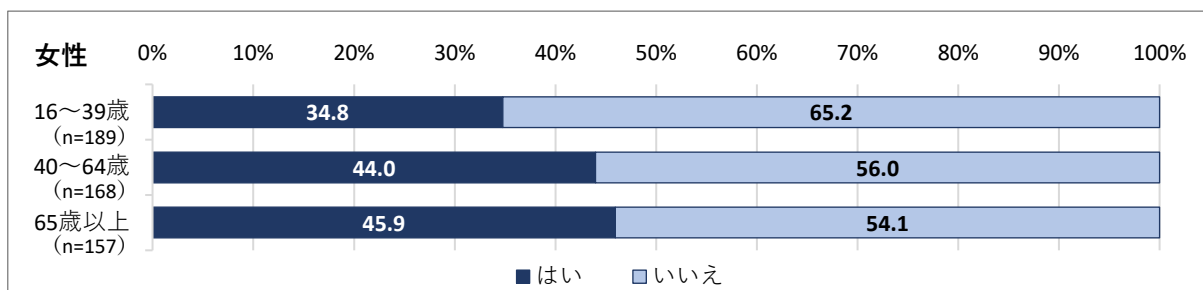
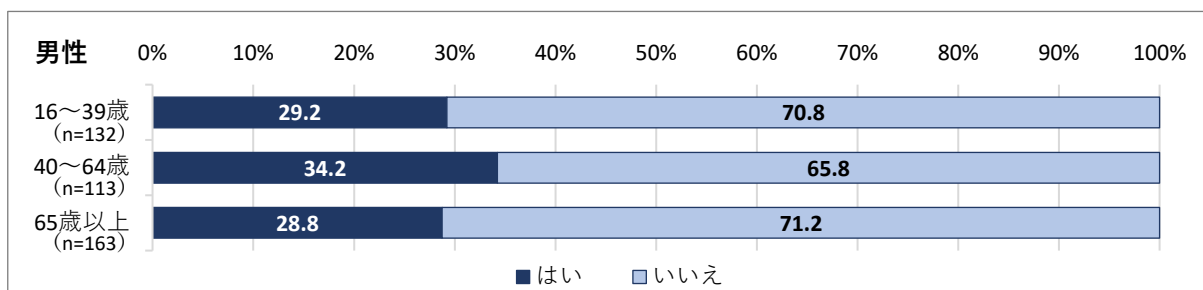
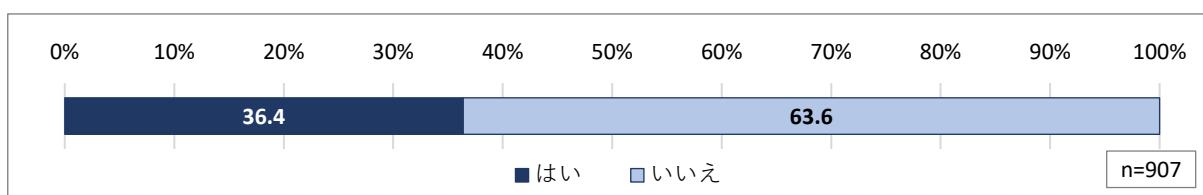


資料：令和2年度食育に関するアンケート調査

### 4. 災害時に備えた食料品の備蓄

問 災害時に備えた食料品（缶詰、レトルト、水等）を備蓄していますか

女性の方が「はい」の割合が高くなっています。



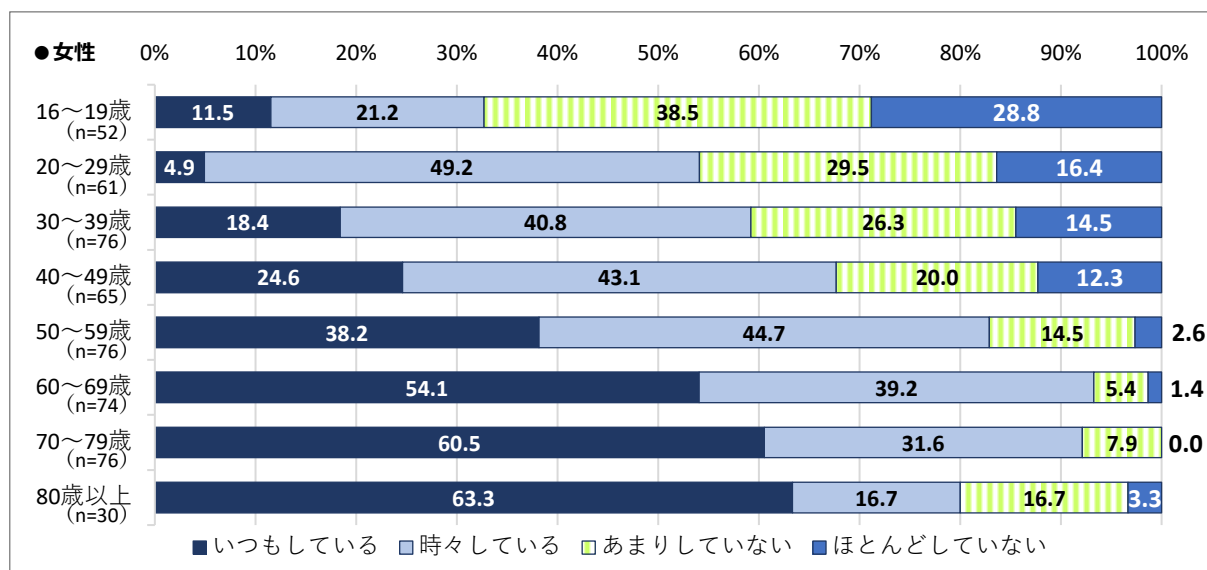
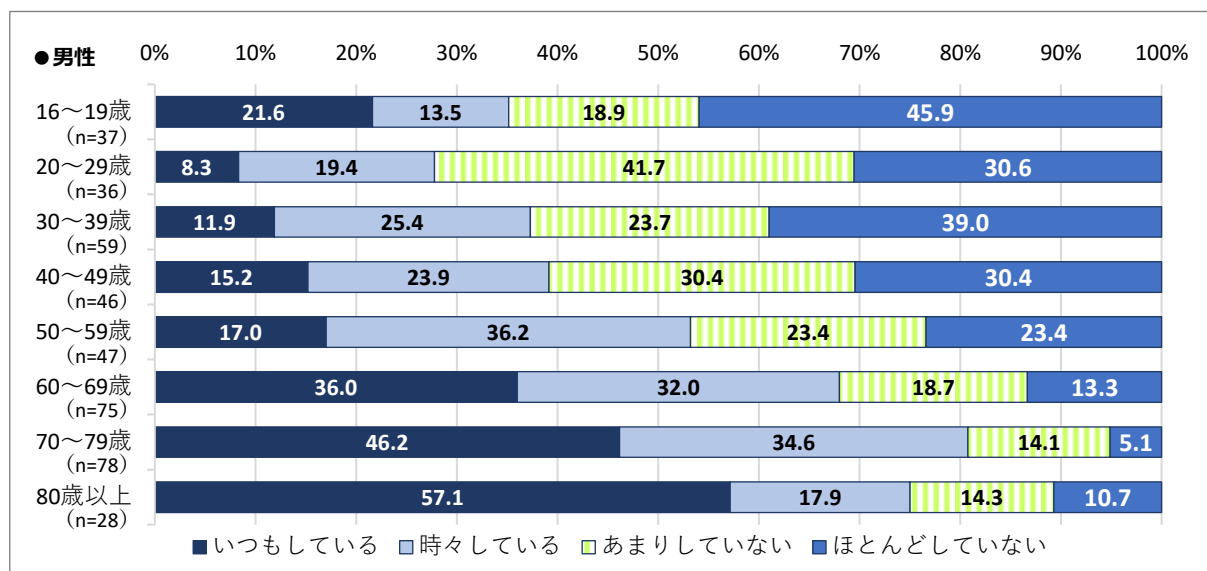
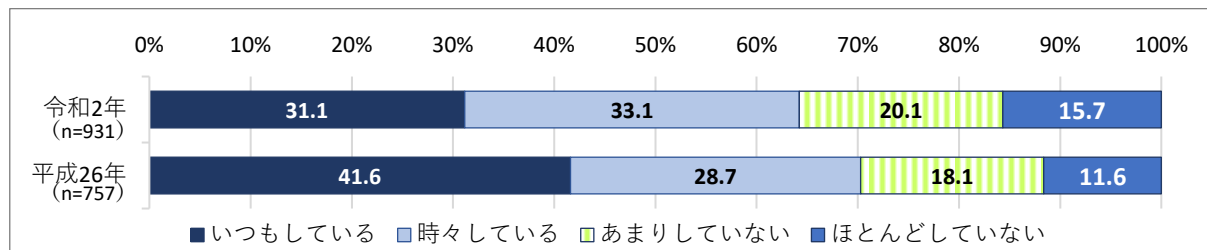
資料：令和2年度町民の健康に関するアンケート調査

### (3) 地産地消について

#### 1. 地元産の野菜

**問** 野菜を選ぶとき、地元（新潟県内）で採れたものを選ぶようになっていますか

「いつもしている」割合は、平成26年調査時と比較して10.5ポイント減少しています。性別・年齢別にみると、女性の方が地産地消を意識している割合が高くなっています。また、男性・女性ともに年齢があがるほど「いつもしている」割合が高くなっています。



資料：令和2年度及び平成26年度町民の健康に関するアンケート調査

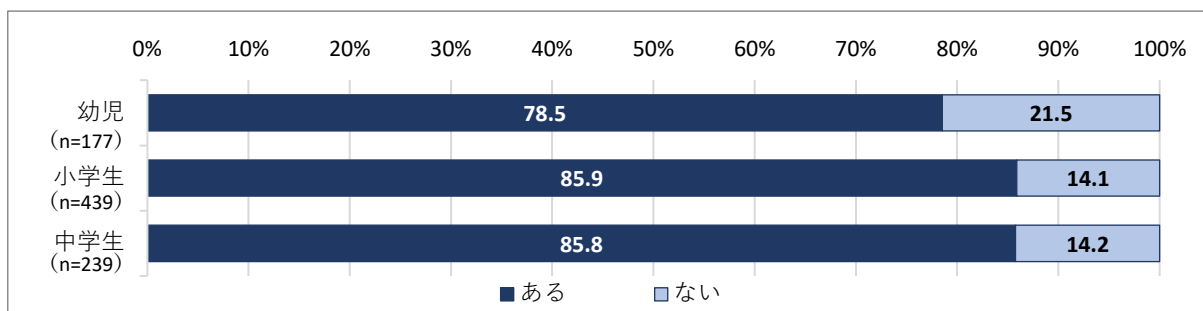


## (4) 食文化の伝承

### 1. 家庭料理や郷土料理

問 お子さんのはのっぺや煮菜などの郷土料理を食べる機会がありますか

「ある」割合は、小学生、中学生と比較して、幼児ではやや低くなっています。

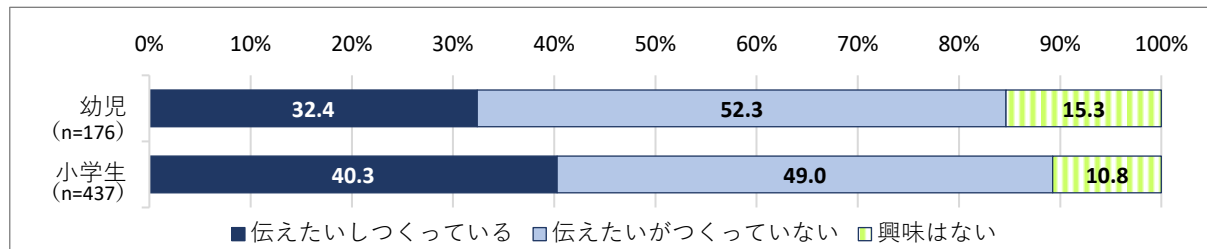


資料：令和2年度食育に関するアンケート調査



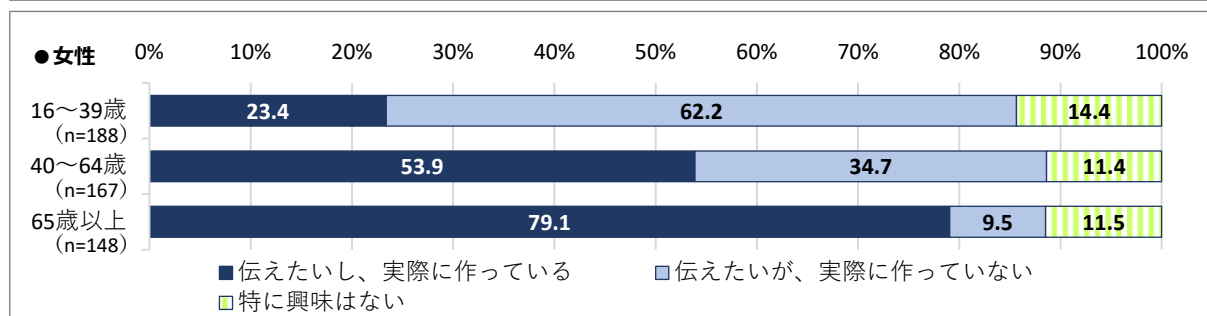
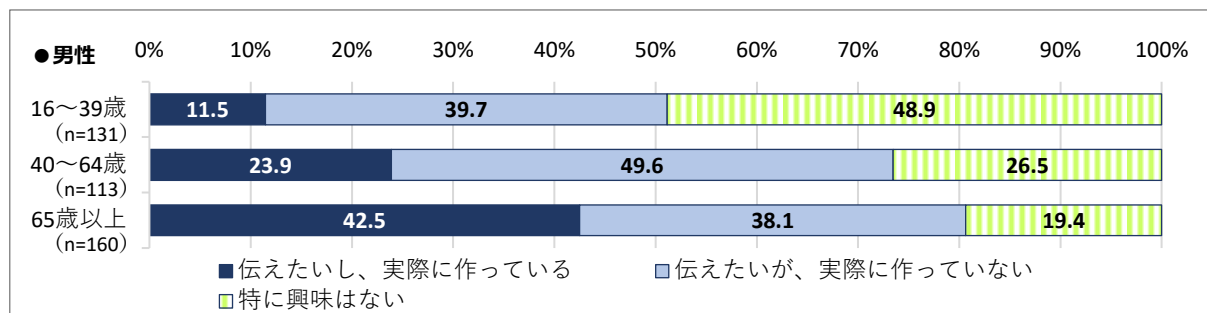
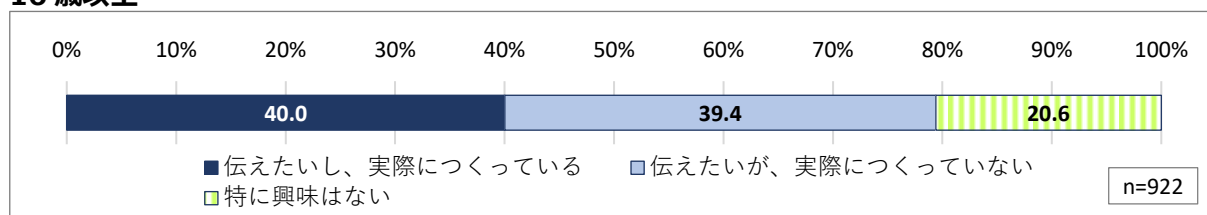
**問** のっぺや煮菜などの郷土料理や地域、家庭で受け継がれてきた料理を次世代に伝えていきたいですか。また実際につくっていますか（頻度は問いません）

幼児、小学生の保護者、16歳以上のいずれにおいても80%以上が郷土料理等を次世代に伝えたいと感じています。一方で「特に興味はない」割合は男性で高くなっています。



資料：令和2年度食育に関するアンケート調査

**16歳以上**



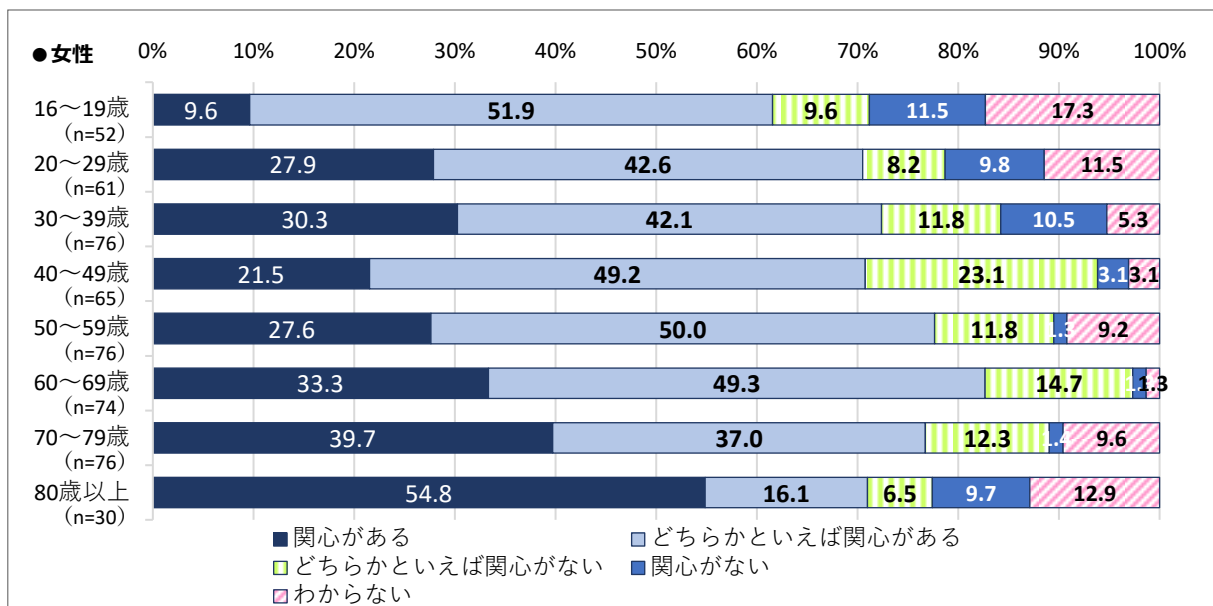
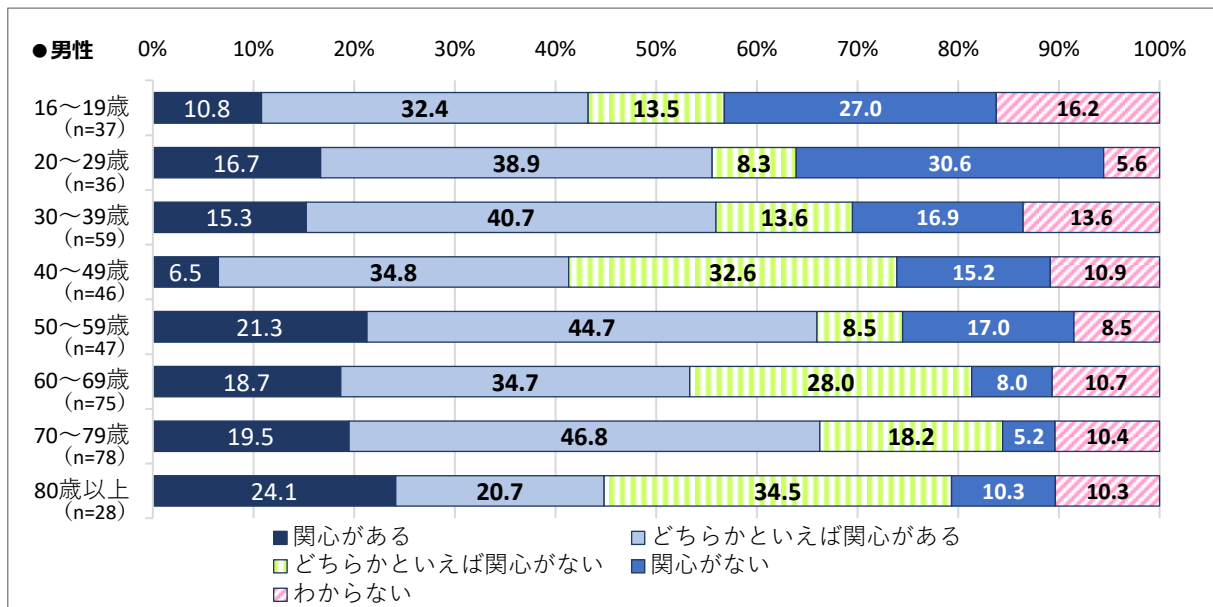
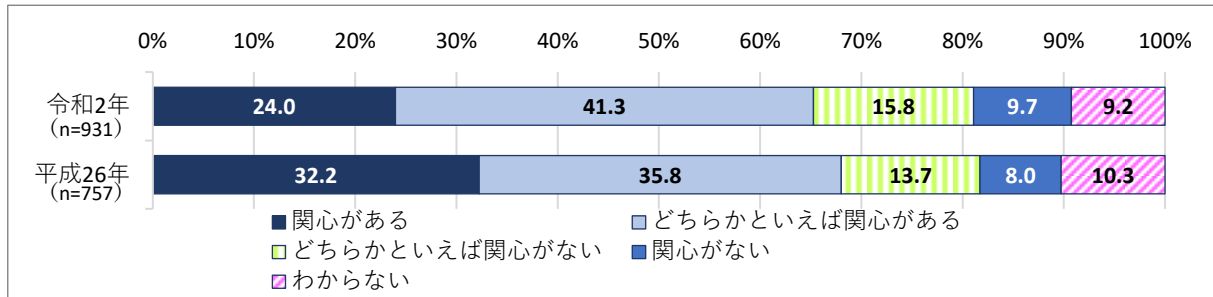
資料：令和2年度市民の健康に関するアンケート調査

## (5) 食育について

### 1. 食育への関心

食育に「関心がある」割合は、平成26年調査時より8.2ポイント減少しました。

性別・年齢別にみると、女性の方が「関心がある」割合が高く、年齢が上がるほど「関心がある」割合が高くなっています。



資料：令和2年度及び平成26年度町民の健康に関するアンケート調査

### 3 今後の課題

#### 課題1 朝食を毎日食べる割合の増加

第2次計画では、乳幼児期、学齢期、青年期、壮年期において「早寝、早起き、朝ごはん」を行動目標に掲げていましたが、食育に関するアンケート結果から、朝食を「毎日食べる」幼児、中学生の割合は平成26年調査時と比較して減少しています。また、朝食をほとんど食べない割合は、小学生は0.9%、中学生は1.7%で、割合としては低いものの平成26年調査時よりは微増しています。

さらに、町民の健康に関するアンケート結果からも、朝食をほとんど食べない割合は16～20歳代で減少している一方で、30～70歳代で割合が増加しています。特に30歳代男性では平成26年調査時と比較して21.7ポイント増加して28.8%となっています。女性は20歳代、40歳代で割合が高くなっています。

朝食をとることで、寝ている間に低下した体温が上昇し、身体が活動するための準備が整います。また、朝食の欠食が肥満や生活習慣病につながることもあるため、朝はしっかり食べ、生活のリズムをつくっていくことが、健康的な生活習慣につながります。

特に、成長期にある乳幼児や小学生、中学生の食生活は家庭の影響を大きく受けます。

16歳以上を対象とした町民の健康に関するアンケート調査では、朝食を毎日食べない理由として、「食べる時間がない」が45.5%と最も高く、次いで「食べる習慣がない」が30.5%、「食欲がない」が27.9%となっています。20～40歳代の働き盛り世代、子育て世代は就労や家事などからくる多忙により、生活習慣の乱れや睡眠不足があると考えられますが、子どもころから朝食を毎日食べる習慣をしっかりと身につけることが重要であり、家庭でも子どもと一緒に「早寝・早起き・朝ごはん」を引き続き推進していくことが必要です。

#### 課題2 青年期・壮年期の男性の「野菜を食べる」頻度の増加

町民の健康に関するアンケート調査では、「野菜を食べるようにしている」割合は88.8%で、平成26年調査時とほぼ変化はみられませんでした。

しかし、野菜料理を食べる頻度については、幼児、小学生、中学生で「毎食食べる」割合が大きく増加している一方で、16歳以上では平成26年調査時より6.1ポイント減少しています。特に、男性における「毎食食べる」割合が低く、16～60歳代では、「1日1回食べる」、「ほとんど食べない」の割合が半数以上となっています。

最近、外食やコンビニエンスストア、スーパー等のお弁当や総菜等であっても、野菜が多いことをうたっている商品が多くなっています。意識としては「野菜を食べるようにしている」一方で、実際には1日に2回以上野菜料理を食べることができないでいる要因について検討し、「野菜を食べる」ことを実践できるよう啓発を進めていく必要があります。

### 課題3 地元で採れた食材の活用推進

第2次計画の基本目標のひとつとして地産地消の推進に取り組んできましたが、町民の健康に関するアンケート調査では、野菜を選ぶとき、地元（新潟県内）で採れたものを選ぶように「いつもしている」割合は、平成26年調査時と比較して10.5ポイント減少して31.1%となっています。

男性・女性ともに年齢があがるほど「いつもしている」割合は高くなっていますが、全体の31.1%と比較して高くなっているのは50歳代以降となっており、それ以下の年代では「いつもしている」割合は低くなっています。

地場産の新鮮野菜を使ったレシピの紹介や購入しやすい環境づくり、生産者の顔が見えるような情報提供に取り組むとともに、関係機関と連携し、小学生、中学生の農業体験や野菜の栽培体験を行い、子どもの頃から安全で新鮮な野菜を食べることへの関心を喚起する必要があります。

### 課題4 家庭料理や郷土料理の継承

のっぺや煮菜などの郷土料理を食べる機会がある子どもの割合は、小学生と中学生では85%以上となっていますが、幼児では78.5%とやや低くなっています。

郷土料理を次世代に伝えたいと感じている割合は、幼児の保護者では約85%、小学生の保護者では約90%となっていますが、実際につくっている割合は、幼児の保護者では32.4%、小学生の保護者では40.3%となっています。

16歳以上については、郷土料理を次世代に伝えたいと感じている割合は約80%で、その約半数にあたる40.0%は「伝えたいし、実際につくっている」と回答しています。

一方で、「特に興味はない」とする割合は男性で高くなっており、16～39歳男性では48.9%となっています。

核家族化、ライフスタイルの多様化などにより食文化が継承されにくい現状もありますが、地区行事や世代間交流を通じ、親から子へ、子から孫へと、共に食べることの喜びや郷土料理が継承されていくよう支援します。

### 課題5 町ぐるみの食育の推進

町民の健康に関するアンケート調査では、食育に「関心がある」割合は、平成26年調査時より8.2ポイント減少して24.0%となっています。年齢が上がるほど「関心がある」割合が高くなっていますが、子どもから大人まで、あらゆる世代で食育は重要です。

その中でも、成長期の子どもに対する食育は、子どもたちが一生涯にわたって健やかに生きていくための基礎となるものです。子どもの頃に身についた食習慣を大人になってから改めることは難しいため、生活習慣病の予防は子どもの頃の食生活からともいえます。

子どもの食生活に多くかかわる家庭をはじめ、幼児（稚）園、学校、職域などの関係機関と情報共有し、町民一人ひとりに食育を普及啓発していく必要があります。

## 第3章 食育の取り組みと対策

### 1 目標達成のために

本計画を効果的に推進していくために、基本目標の達成に向けた具体的な行動目標を定め、町民一人ひとりの望ましい食生活習慣の実践を目指します。

#### 基本目標 1 健全な食生活の実践

##### 行動目標

- 1 家族みんなで早寝・早起きをして毎日朝ごはんを食べます
- 2 「主食・主菜・副菜」をそろえたバランスのよい食事をとります
- 3 野菜に関心を持ち毎食、野菜料理を食べます

#### 基本目標 2 地産地消の推進

##### 行動目標

- 1 安心安全な地元の食材を積極的に活用し、食べ物の旬や素材本来の味を知ります
- 2 野菜づくりや稲作体験等の農業体験の機会を増やし生産者との交流を図ります

#### 基本目標 3 食文化の伝承・食を通じた交流の推進

##### 行動目標

- 1 家族で楽しく食事を囲みます
- 2 食事の手伝い、マナー、感謝の気持ちを子どもに伝えます
- 3 よくかんで味わって食べます
- 4 のっぺや煮菜などの郷土料理や家庭料理を次世代に伝えます
- 5 地域の食育活動を推進し参加します

## 2 ライフステージに応じた取り組み

乳幼児から高齢者に至るまで、ライフステージのつながりを大切にし、町民一人ひとりがそれぞれの世代に応じた食育に関する取り組みを、生涯にわたり自ら実践できるよう施策を推進します。

### ●乳幼児期● 0～6歳

#### 行動目標



家族みんなで、早寝・早起きをして、毎日朝ごはんを食べます  
よくかんで味わい、食べ物の匂や素材本来の味を知ります  
箸の持ち方や、食事のあいさつを学び楽しく食べます

#### 具体的な取り組み

#### 乳幼児期

- 適切な睡眠時間を確保し「早寝・早起き・朝ごはん」の必要性を啓発します。
- 適正な食習慣の形成のために、離乳期から素材そのもののおいしさを体験する機会が増えるように働きかけます。
- 給食を通して、食への関心や望ましい食習慣が身につくように働きかけます。
- 保護者へ家庭における食育の大切さについて情報提供と連携を図ります。
- 農作物の栽培、収穫体験を通して、食と農への興味関心を深め、生産者との交流を支援します。  
給食での地場農産物の活用を推進します。
- 給食に行事食や郷土料理などを取り入れ、次世代に伝えるようにします。

● 学齢期 ● 7～15歳

行動目標



家族みんなで、早寝・早起きをして、毎日朝ごはんを食べます  
「主食・主菜・副菜」をそろえたバランスのよい食事をとります  
食事の手伝いや食事のあいさつが自然にできるようになります

具体的な取り組み

学齢期

- |  |  |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• 適切な睡眠時間を確保し「早寝・早起き・朝ごはん」の必要性を啓発します。</li> <li>• 「主食・主菜・副菜」をそろえたバランスのよい食事を推進します。</li> <li>• 日頃の活動に見合った食事をとり、適正体重を維持できるように支援します。</li> <li>• 給食を通して、食への関心や望ましい食習慣が身につくように働きかけます。</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 給食での地場農産物の活用を推進します。</li> <li>• 農作物の栽培、収穫体験を通して、食と農への興味関心を深め、生産者との交流を支援します。</li> <li>• 給食に行事食や郷土料理などを取り入れ、次世代に伝えます。</li> <li>• 食生活改善推進員活動や交流会館事業を通して、料理を作る楽しさや皆で食べることの大切さを伝えます。</li> </ul> |
|--|--|





● 青年期 ● 16～39歳

行動目標



家族みんなで、早寝・早起きをして、毎日朝ごはんを食べます  
 「主食・主菜・副菜」をそろえたバランスのよい食事をとります  
 家族で楽しく食卓を囲み、食事の手伝いやマナー、  
 感謝の気持ちを子どもに伝えます

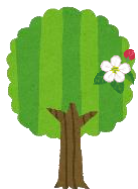
具体的な取り組み

青年期

- |  |  |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• 生活リズムの見直しや、朝食の必要性について啓発をします。</li> <li>• 「主食・主菜・副菜」をそろえたバランスのよい食事を啓発します。</li> <li>• 日頃の活動に見合った食事をとり、適正体重を維持できるように支援します。</li> <li>• 生活習慣病予防のため、塩分、糖分、脂肪のとり方に関する情報提供や保健指導を行います。</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 食事の手伝いやマナー、家族みんなで楽しく食べる大切さを啓発します。</li> <li>• 親子が一緒に食事をつくり、味わう楽しさや大切さを体験する機会をつくれます。</li> <li>• 地元食材や野菜を使ったレシピや給食メニューの紹介、調理の工夫等について情報提供をします。</li> </ul> |
|--|--|

● 壮年期 ● 40～64歳

行動目標



家族みんなで、早寝・早起きをして、毎日朝ごはんを食べます  
「主食・主菜・副菜」をそろえたバランスのよい食事をとります  
のっぺや煮菜などの郷土料理や、家庭料理を次世代に伝えます

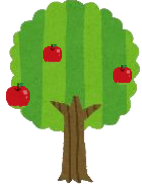
具体的な取り組み

壮年期

- |   |   |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"><li>• 生活リズムの見直しや、朝食の必要性について啓発をします。</li><li>• 「主食・主菜・副菜」をそろえたバランスのよい食事を啓発します。</li><li>• 日頃の活動に見合った食事をとり、適正体重を維持できるように支援します。</li><li>• 生活習慣病予防のため、塩分、糖分、脂肪のとり方に関する情報提供や保健指導を行います。</li><li>• 外食、コンビニ弁当、総菜をバランスよく食べる工夫についての啓発を行います。</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• 地元食材や野菜を使ったレシピや給食メニューの紹介、調理の工夫等について情報提供をします。</li><li>• 食生活改善推進員の研修や各種活動を支援、推進します。</li><li>• 郷土料理や家庭料理を伝える料理教室等を開催します。</li></ul> |
|---|---|

● 高齢期 ● 65歳以上

行動目標



「主食・主菜・副菜」をそろえたバランスのよい食事をとります  
 食事はよくかんで味わって、楽しんで食べます  
 のっぺや煮菜などの郷土料理や、家庭料理を次世代に伝えます

具体的な取り組み

高齢期

- ・「主食・主菜・副菜」をそろえ、3食しっかり食べる大切さを啓発します。
- ・食事をよくかんで、味わって食べるための情報提供や支援を行います。
- ・自分の体を理解し、適正体重を維持できるように支援します。
- ・低栄養やフレイル、サルコペニアを予防するための食事についての啓発を行います。
- ・健康寿命の延伸のため、塩分、糖分、脂肪のとり方に関する情報提供や保健指導を行います。
- ・地元食材や野菜を使ったレシピや調理の工夫等について情報提供をします。
- ・地区組織と連携し、地域での食啓発活動や、地区行事を通じた共食の機会、郷土料理の伝承を支援します。



ももね

### 3 評価指標一覧

#### 乳幼児期（0～6歳）・学齢期（7～15歳）

小学生の学年に応じて就寝時間の評価指標の見直しを行いました。

指標項目	年齢	平成26年度 実績値	前計画目標値 (令和2年度)	令和2年度 実績値	評価	令和8年度 目標値
朝食を毎日食べる割合 *1	幼児（3～5歳）	97.8%	100.0%	95.5%	▽	100.0%
	小学生	94.6%	100.0%	94.7%	△	100.0%
	中学生	94.2%	100.0%	87.4%	▽	100.0%
主食・主菜・副菜が揃った朝食を食べる割合*1	幼児（3～5歳）	32.6%	45.0%	34.4%	○	45.0%
	小学生	42.1%	55.0%	32.6%	▽	55.0%
	中学生	41.3%	55.0%	46.4%	○	55.0%
野菜を毎食食べる割合 *1	幼児（3～5歳）	36.4%	50.0%	56.5%	☆	60.0%
	小学生	33.4%	50.0%	57.7%	☆	60.0%
	中学生	38.8%	60.0%	45.6%	○	60.0%
夜9時までに寝る割合 *1	幼児（3～5歳）	7.1%	15.0%	21.3%	☆	30.0%
	小学1・2年生	—	—	17.4%	—	25.0%
夜9時半までに寝る割合*1	小学3・4年生	—	—	44.5%	—	45.0%
夜10時までに寝る割合 *1	小学1・2年生	85.8%	95.0%	93.3%	◎	—
	小学3・4年生	65.2%	75.0%	80.1%	☆	—
	小学5・6年生	31.9%	45.0%	56.3%	☆	65.0%
夜11時までに寝る割合 *1	中学生	55.0%	60.0%	65.5%	☆	70.0%
学校給食に地場農産物を使用する割合*2		調査実績なし	向上	22.1%	—	向上
食事の準備の手伝いを する割合*1	幼児（3～5歳）	73.9%	85.0%	80.2%	◎	85.0%
	小学生	67.9%	80.0%	82.7%	☆	85.0%
	中学生	調査実績なし	80.0%	80.4%	☆	85.0%
のっぺや煮菜などの郷土料理を食べる機会がある割合*1	幼児（3～5歳）	88.0%	95.0%	78.5%	▽	90.0%
	小学生	86.9%	95.0%	85.9%	▽	90.0%
	中学生	調査実績なし	95.0%	85.8%	—	90.0%
肥満度15%以上の割合 *3	幼児（3～5歳）	4.6%	減少	5.2%	▽	減少
肥満度20%以上の割合 *4	小学生	6.9%	減少	9.2%	▽	減少
	中学生	5.6%	減少	10.5%	▽	減少

※令和8年度目標値が「—」の項目は本計画の評価指標とはしません。

実績値・現状値出典：

\*1：令和2年度食育・歯に関するアンケート調査

\*2：品目ベース地場産調査（令和2年11月末日時点）

\*3：令和2年度新潟県小児肥満等発育調査

\*4：令和2年度定期健康診断統計表

## 青年期（16～39歳）・壮年期（40～64歳）・高齢期（65歳以上）

指標項目	年齢	性別	平成26年度 実績値	前計画目標値 (令和2年度)	令和2年度 実績値	評価	令和8年度 目標値
朝食をほとんど食べない人の割合*1	16～19歳	男性	12.5%	10.0%	11.1%	◎	10.0%
	20歳代	男性	30.4%	25.0%	17.1%	☆	10.0%
		女性	5.5%	3.0%	11.5%	▽	5.0%
	30歳代	男性	7.1%	5.0%	28.8%	▽	15.0%
女性		9.6%	5.0%	5.3%	◎	5.0%	
1日2回は主食・主菜・副菜が揃った食事をとる割合*1	20歳以上	男性	77.7%	85.0%	73.2%	▽	85.0%
		女性	79.9%	85.0%	76.8%	▽	85.0%
野菜を毎食食べる割合*1	20歳以上	男性	31.7%	40.0%	24.8%	▽	40.0%
		女性	38.9%	50.0%	37.4%	▽	50.0%
野菜を食べるようにしている割合*1	20歳以上	男性	86.5%	90.0%	86.1%	▽	90.0%
		女性	95.0%	100.0%	93.0%	▽	100.0%
料理をよくかみ、味わって食べるようにしている割合*1	16歳以上	男性	68.3%	80.0%	74.7%	◎	80.0%
		女性	77.2%	90.0%	83.4%	○	90.0%
塩分を取り過ぎないようにしている割合*1	20歳以上	男性	61.7%	70.0%	65.2%	○	70.0%
		女性	71.5%	75.0%	73.7%	◎	75.0%
地元野菜を選ぶようにいつもしている割合*1	20歳以上	男性	43.3%	50.0%	28.1%	▽	40.0%
		女性	44.8%	55.0%	36.6%	▽	50.0%
ほぼ毎日料理をつくる割合*1	20歳以上	男性	15.6%	20.0%	20.2%	☆	30.0%
		女性	62.4%	70.0%	62.6%	△	70.0%
食育への関心がある割合*1	20歳以上		69.0%	75.0%	66.6%	▽	75.0%
肥満者（BMI25以上）の割合*10	20～69歳	男性	25.3%	減少	32.8%	▽	減少
	40～49歳	男性	42.3%	減少	42.2%	☆	減少
	40～69歳	女性	14.8%	減少	14.1%	☆	減少
郷土料理や地域・家庭で受け継がれてきた料理を次世代に伝えていきたいし実際につくっている割合*2	5歳児・小学5年生の保護者		38.7%	45.0%	40.4%	○	45.0%

実績値・現状値出典：

\*1：令和2年度町民の健康に関するアンケート調査

\*2：令和2年度食育・歯に関するアンケート調査

■ 評価の基準

評価区分	評価基準
☆	目標値を達成（改善率：100%以上）
◎	目標値には達しなかったが、改善傾向にある（改善率：50%以上 100%未満）
○	目標値には達しなかったが、改善傾向にある（改善率：10%以上 50%未満）
△	変化がみられない（改善率：-10%以上 10%未満）
▽	達成に向け、改善を要する（改善率：-10%未満）
—	直近値の値がないなど、評価ができなかった

## 第4章 資料編

## 1 事業一覧

事業名等	○は実施 *は新規				
	乳幼児期	学齢期	青年期	壮年期	高齢期
■ 乳児健診、1歳6か月児健診、3歳児健診	○				
■ たがみっこくらぶ*、育児学級、2か月児学級、10か月児すくすく学級	○				
■ 乳幼児育児用品購入費助成	○				
■ 毎月食育の日（19日）の食事指導	○				
■ 幼児（稚）園、小・中学校の食育指導計画に基づく食育指導	○	○			
■ 幼児（稚）園、小・中学校の給食、保健だよりでの情報発信	○	○			
■ 給食での地場農産物の活用	○	○			
■ 幼児（稚）園、小・中学校の野菜等の栽培、収穫、試食体験	○	○			
■ 給食時の栄養教諭・栄養士の食事指導や校内放送を活用した食育	○	○			
■ 農業生産者との交流給食会	○	○			
■ 子育て支援センター親子クッキング、給食試食会	○		○	○	
■ キッズ健康講座、食育講話、試食	○		○	○	
■ 親子健康教室	○	○	○	○	
■ 食生活改善推進員による食育活動	○	○	○	○	○
■ 食育推進キャラクターを活用した食育活動	○	○	○	○	○
■ 地域での農業体験、地区行事、PTA活動等での食育活動	○	○	○	○	○
■ 夏まつり、産業まつり等のイベントでの食育活動	○	○	○	○	○
■ 小・中学校の総合的な学習、各教科での学校教育活動		○			
■ 栄養教諭による5年生朝食指導		○			
■ 交流会館や食生活改善推進員との食育活動や料理教室		○	○	○	
■ 健康診査受診と事後指導会での栄養、食生活指導			○	○	○
■ 広報誌、ホームページからの情報発信			○	○	○
■ 食生活改善推進員養成講座（栄養教室）			○	○	○
■ 個別での特定保健指導				○	○
■ そう快健康教室				○	○
■ けんこつ教室				○	○
■ 男性のための料理教室				○	○
■ 認知症予防教室					○

## 2 田上町食育推進ワーキング会議名簿

### 委員

(順不同敬称略)

氏名	役職等	備考
田中 宥司	新潟薬科大学 副学長	
関 芳美	三条地域振興局 地域保健課 課長代理	
須 佐 香	田上町立竹の友幼稚園	
遠藤 友華理	田上いずみルーテル幼稚園	
上原 咲輝子	学校給食共同調理場	
島田 正寿	にいがた南蒲農業協同組合南蒲北営農センター 園芸特産課	
高橋 伸一	農家組合長連絡協議会	
古賀 恵子	田上町食生活改善推進員協議会	
白石 寛明	田上町立竹の友幼稚園保護者会	
角田 知美	田上いずみルーテル幼稚園保護者会	
渡邊 隆幸	田上町 PTA 連絡協議会	
大野 秀男	一般公募	
三五 直美	一般公募	
田巻 すみ子	一般公募	
佐藤 みどり	田上町交流会館	
渡邊 智愛	産業振興課 農林係	

令和3年3月現在

### 事務局

氏名	役職等	備考
渡邊 賢	保健福祉課 課長	
棚橋 康夫	保健福祉課 課長補佐	
渡辺 絵美子	保健福祉課 副参事兼保健係長	
長谷川 信子	保健福祉課 保健師長	
本多 由紀	保健福祉課 主査(保健師)	
山本 麻梨子	保健福祉課 栄養士	