

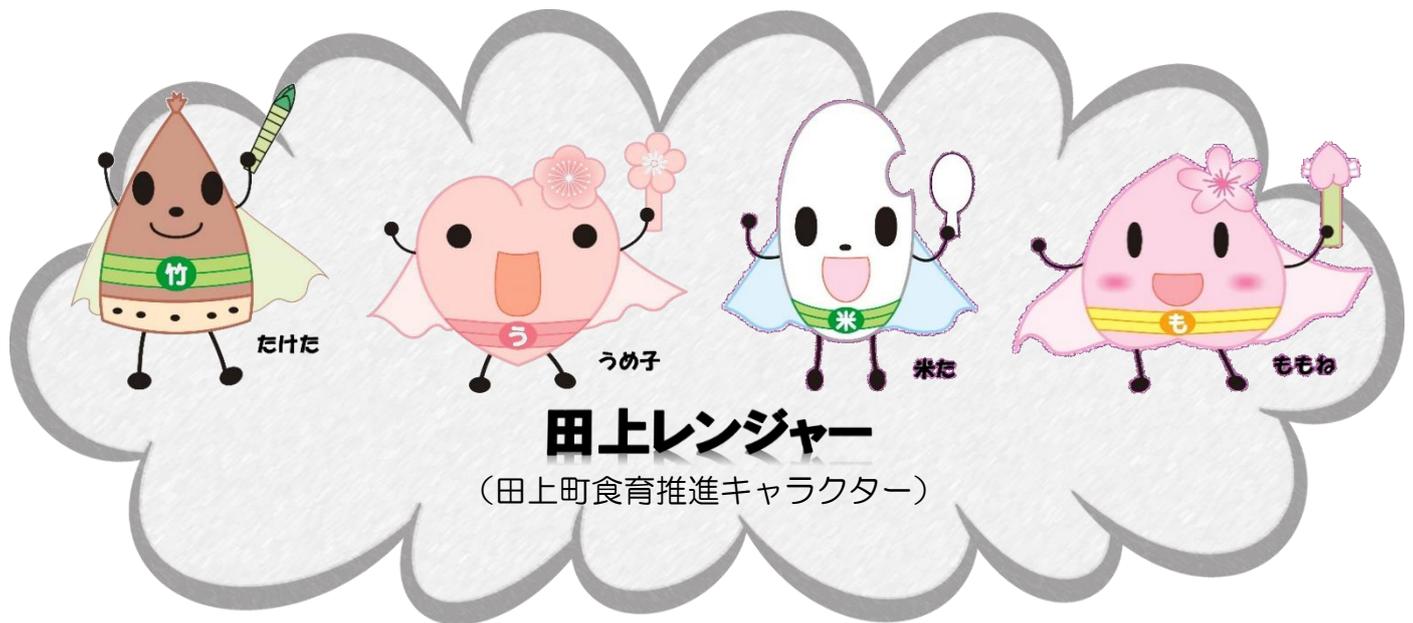
第3次田上町食育推進計画

< 令和3年度～令和8年度 >

(概要版)

基本理念 食を通じて、健全な心身を培い、豊かな人間性を育む

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連携した食育の推進



計画の趣旨

- 田上町では平成21年度に「田上町食育推進計画」、平成27年度には「第2次田上町食育推進計画」を策定し、食育の推進に取り組んできました。
- 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すため、引き続き令和3年度より「第3次田上町食育推進計画」を策定します。

計画の位置づけ

- 本計画は、食育基本法第18条第1項に基づく計画です。
- 第5次田上町総合計画を上位計画とし、関連する他計画と整合性を有する個別計画です。

食育とは？

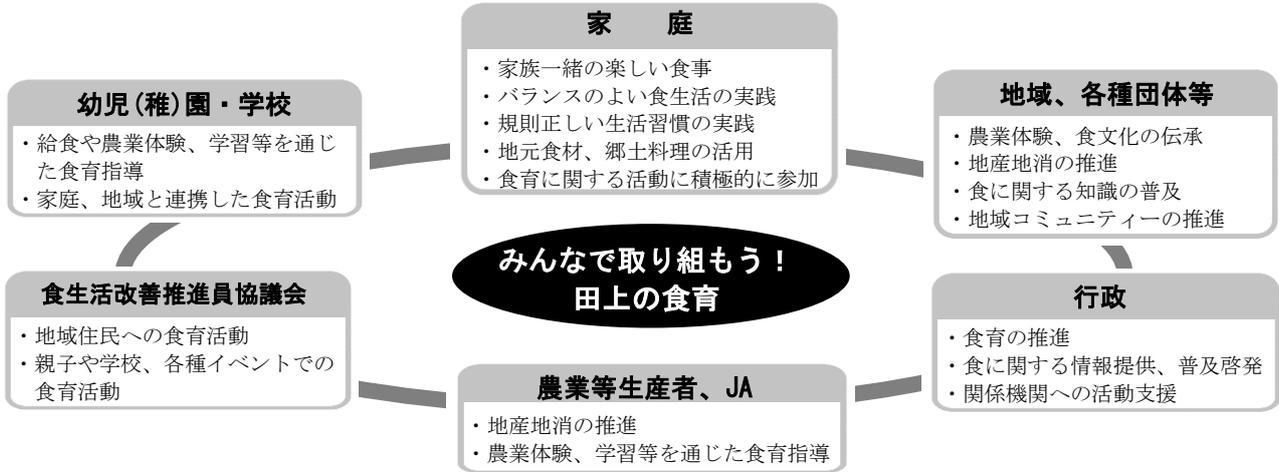
- 生きる上での基本であり、さまざまな経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てることをいいます。

田上レンジャーとは？

- 平成22年に町の小・中学生から募集し、寄せられた多数の中から選ばれた食育キャラクターです。
- 町のおいしい食材を多くの人に食べてほしいとの思いが込められています。

1. 食育推進の体制

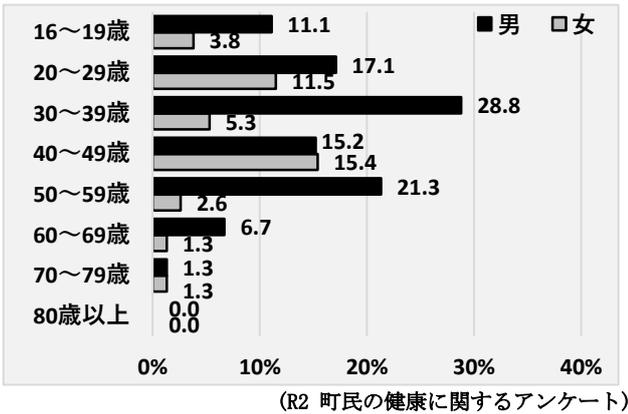
本計画を推進するには、町民一人ひとりが主体となって健康づくりに取り組むことが必要であり、そのために家庭や学校、各関係機関が役割に応じた連携し、総合的な健康づくりに努めます。



2. 田上町の食の課題

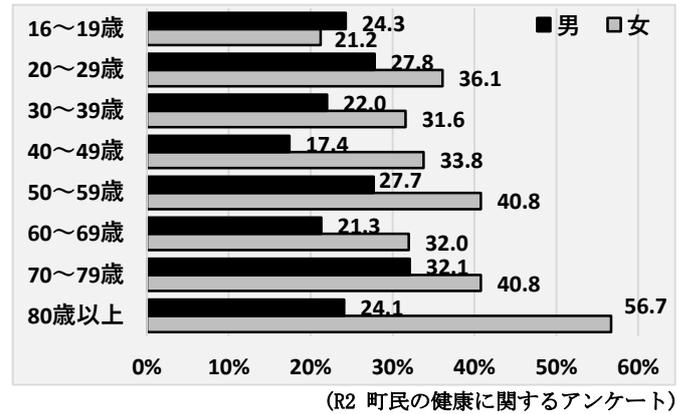
*朝食を毎日食べる割合の増加

朝食をほとんど食べない割合が、男性は30代、女性は40代で高くなっています。※ほとんど食べない割合



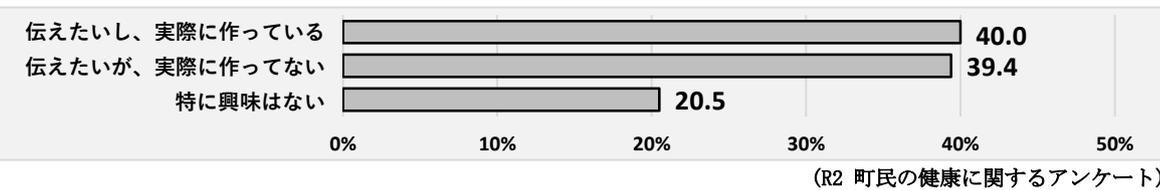
*野菜を食べる頻度の増加

野菜を毎食食べる割合は、男性はどの年代も2～3割前後であり、女性は若いほど割合が低くなっています。※毎食食べる割合



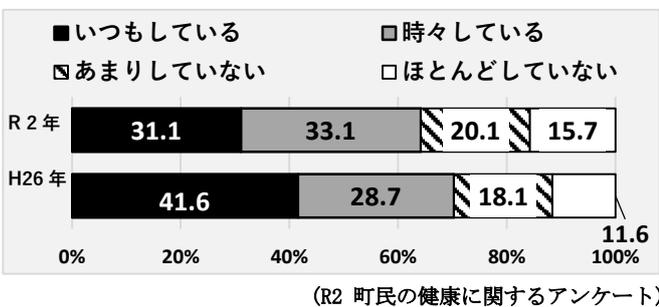
*家庭料理や郷土料理の継承

郷土料理や地域、家庭で受け継がれてきた料理を次世代へ伝えていきたいかについては、実際に作っているかについて、伝えたいが実際に作っていないが約4割です。



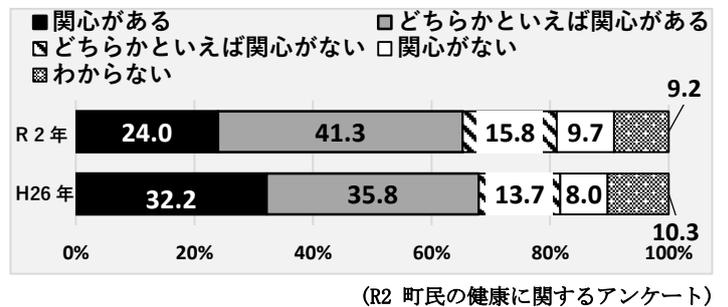
*地元でとれた食材の活用推進

野菜を選ぶとき地元(県内)のものを選ぶかについて、いつも選ぶ割合が平成26年調査時に比べ10.5%減少しました。



*町ぐるみの食育の推進

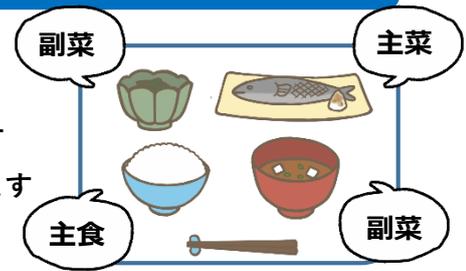
食育に関心があるかについて、関心がある割合が平成26年調査時に比べ8.2%減少しました。



3. 基本目標と主な評価指標と目標値

基本目標1 健全な食生活の実践

- 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
- 野菜に関心を持ち毎食、野菜料理を食べます



評価指標 <<朝食をほとんど食べない割合>>

【30歳代男性】 現状値 (R2 実績値) 28.8% → R8 目標値 15.0%
【30歳代女性】 現状値 (R2 実績値) 5.3% → R8 目標値 5.0%

評価指標 <<主食・主菜・副菜がそろった朝食を食べる子どもの割合>>

【幼 児】 現状値 (R2 実績値) 34.4% → R8 目標値 45.0%
【小学生】 現状値 (R2 実績値) 32.6% → R8 目標値 55.0%
【中学生】 現状値 (R2 実績値) 46.4% → R8 目標値 55.0%

評価指標 <<野菜料理を毎食食べる割合>>

【男 性】 現状値 (R2 実績値) 24.8% → R8 目標値 40.0%
【女 性】 現状値 (R2 実績値) 37.4% → R8 目標値 50.0%

基本目標2 地産地消の推進

- 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
- 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

評価指標 <<地元の野菜(新潟県内)をいつも選ぶようにしている割合>>

【男 性】 現状値 (R2 実績値) 28.1% → R8 目標値 40.0%
【女 性】 現状値 (R2 実績値) 36.6% → R8 目標値 50.0%



基本目標3 食文化の伝承・食を通じた交流の推進

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



評価指標 <<のっぺや煮菜などの郷土料理を食べたことのある子どもの割合>>

【幼 児】 現状値 (R2 実績値) 78.5% → R8 目標値 90.0%
【小学生】 現状値 (R2 実績値) 85.9% → R8 目標値 90.0%
【中学生】 現状値 (R2 実績値) 85.8% → R8 目標値 90.0%

評価指標 <<食事の準備の手伝いをする子どもの割合>>

【幼 児】 現状値 (R2 実績値) 80.2% → R8 目標値 85.0%
【小学生】 現状値 (R2 実績値) 82.7% → R8 目標値 85.0%
【中学生】 現状値 (R2 実績値) 80.4% → R8 目標値 85.0%

4. ライフステージ別の食育の取り組み（行動目標）

【乳幼児期】 0～6歳 食習慣の基礎づくり期 よく眠り、遊び、しっかり食べよう！



- 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

【学齢期】 7～15歳 望ましい食習慣の定着期 家族の一員として食事作りに参加しよう！



- 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

【青年期】 16～39歳 生活習慣病予防の準備期 親子一緒に食育に取り組もう！



- 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

【壮年期】 40～64歳 健康を意識した食生活の実践期 食事の質と量を考えよう！



- 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

【高齢期】 65歳以上 食事の知恵や経験を伝える充実期 いつまでもおいしく食べよう！



- 「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

発行：田上町役場保健福祉課

住所：〒959-1503 新潟県南蒲原郡田上町大字原ヶ崎新田 3070 番地

連絡先：TEL：0256-57-6112

FAX：0256-57-3111

E-mail：t1120@town.tagami.lg.jp