
第1章 基本的な考え方

1. 計画策定の趣旨

近年、社会経済構造の変化とともに「食」をめぐる状況は大きく変化し、人々の心身の健康や人間形成、地域社会などにさまざまな問題をもたらしています。

このような状況の中、生涯にわたって健康で豊かな生活を実現するため、国では国、地方公共団体及び国民の食育の推進に関する取り組みを総合的かつ計画的に推進するため「食育基本法」（平成17年法律第63号）を制定、また「第2次食育推進計画」を策定（平成23年3月）しています。また、県では、「滋賀県食育推進計画（第2次）～まるごとおうみいただきますプラン～」（平成25年3月）を策定しています。

野洲市では、「野洲市食育推進計画」を平成21年3月に策定し（計画期間：平成21～25年度（5年間））、行政、民間、地域、家庭が連携を図りながら「食育」を推進してきました。今後も、「食育」を総合的かつ計画的に推進するため、「野洲市食育推進計画（第2次）」を策定し、野洲市の特性を生かし、市民と行政が役割を分担・連携しながら、総合的かつ計画的な食育の推進を目指します。

食育

食育とは、国民一人ひとりが、生涯を通じた健全な食生活の実現、食文化の継承、健康の確保などが図れるよう、自らの食について考える習慣や食に関する様々な知識と食を選択する判断力を身につけるための学習などの取り組みのことです。

食育基本法での位置づけ

- ①生きる上での基本であって、知徳、徳育、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

野洲市の食育推進マスコット
「おちゃわんくん」です

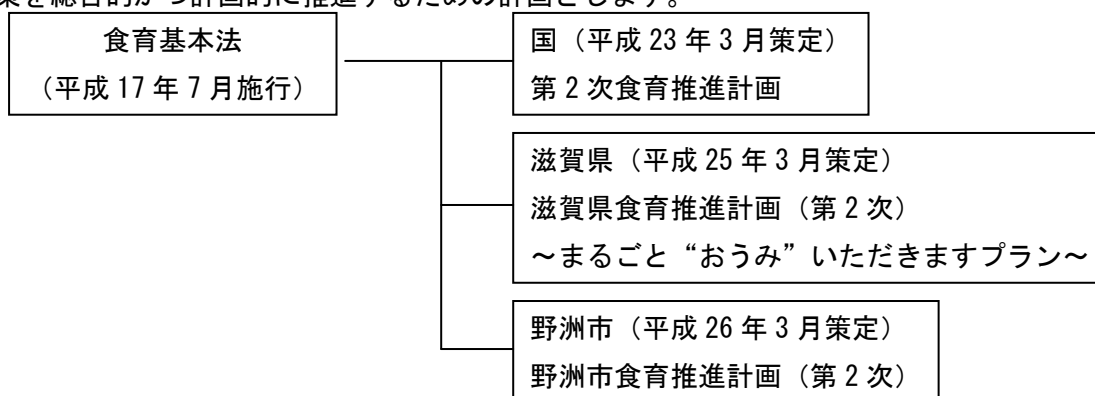


2. 計画期間

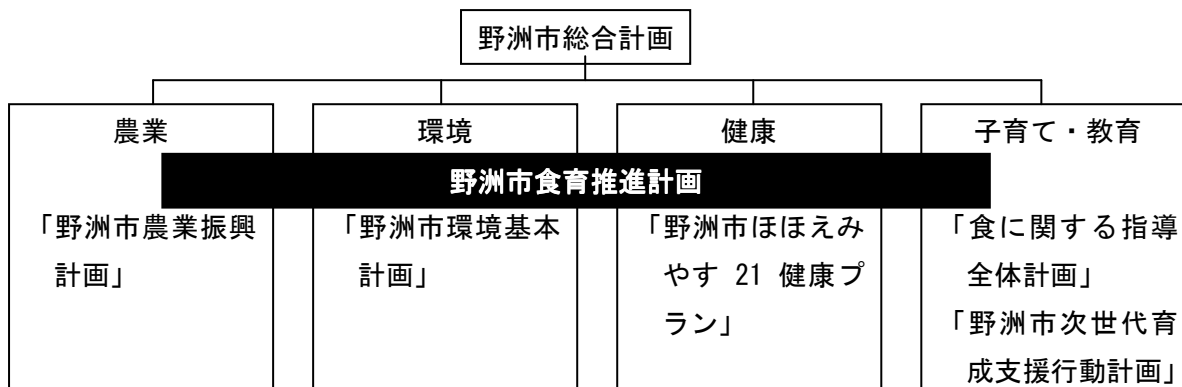
本計画の期間は、平成 26 年度から平成 30 年度までの 5 年間とし、中間年である平成 28 年度に中間評価を行い、必要に応じて追加見直しを行うものとします。

3. 計画の位置づけ

本計画は、平成 17 年 6 月に制定された食育基本法第 18 条の規定に基づき、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計画とします。



野洲市総合計画の個別計画として策定し、関連計画における食育に関する施策・事業については、この計画との整合・調整を図るものとします。



4. 計画の全体像

基本理念

家族みんなが新鮮で安全な地場産物を使った料理の並ぶ食卓を囲み、
生涯にわたって健康で心豊かな生活が送れるまち

- 重点目標① おいしいね 早寝 早起き 朝ごはん～夕食は野菜多めに腹八分目～
- 重点目標② やすのがええやん！地産地消でいただきま～す
- 重点目標③ 食卓に彩りを 語りつごう食の文化

5. 重点目標

野洲市では3つの重点目標を掲げ、食育を推進します。

1) おいしいね 早寝 早起き 朝ごはん～夕食は野菜多めに腹八分目～

朝ごはんは、体温を上げ、脳にエネルギーを補給する効果があります。体や脳が活発に働き、集中力も高まります。また、排便を促し体調を整えます。1日を元気で活動的に過ごすには、朝ごはんをきちんととることが不可欠です。しかし、20代、30代の若い世代を中心に朝食を欠食する人がいます。朝ごはんを食べないと、昼食や夕食を摂り過ぎ体脂肪をためやすくなります。遅い時間に夕食を食べると、朝はお腹がすかず、食欲が出ません。夕食量を減らしたり、野菜を多めにしたりすることで、翌朝、空腹で目覚めることができ、朝ごはんをおいしく食べることができます。

誰かと一緒に「おいしいね」と朝ごはんをはじめ三食をきちんと食べること、野菜摂取量350gをめざすこと、よく噛んで食べることは、肥満改善、ひいては生活習慣病予防にもつながります。食べ方の基本を一人ひとりが身につけ、望ましい食習慣を実践できることが大事です。

キーワード

三食、食べ方の基本、食習慣、生活習慣病予防、早寝早起き朝ごはん、野菜摂取量増加

食事バランスガイド

「食事バランスガイド」は健康で豊かな食生活の実現を目的に策定された「食生活指針」（平成12年3月）を具体的に行動に結びつけるものとして、

平成17年6月に農林水産省と厚生労働省により決定されました。「食事の基本」を見つけるための望ましい食事のとり方やおよその量をわかりやすく示しています。

食事バランスガイドの詳細は、ホームページ

(http://www.maff.go.jp/j/balance_guide/)
をご参照ください。



2) やすのがええやん！地産地消でいただきま〜す

地域でつくったものを地域で食べる、地産地消は安全安心な食のために望ましいことです。昔は、長い距離の輸送ができなかったため、家の周囲でつくったものを食べるのが当たり前でした。郷土料理もほとんどが地域の食材を使ってつくられていました。

物流網が整備された現在、遠方からものが運ばれてくるのが当たり前になっています。しかし、誰がどのように育てたか、どこで獲ったか分かっている地元の農林水産物は安心できます。さらに、地元のもの食べることは、地域で農林水産業に携わる人々を応援することにもなり、地域の経済循環を好転させることとなります。また、洪水の防止、美しい景観や生態系の維持など多面的機能の保全を図ることにもなります。

かつては多くの人が農林水産業に携わっていましたが、現在では一部の人のみが担っています。多くの市民が農林水産業の体験をすることで、食材がつけられる環境やつくり出す苦勞と喜びを理解し、食を大切に作る気持ちを育むことは重要です。

キーワード

地産地消、郷土料理、生態系の維持、農業体験、食の恵み、安全安心

地産地消

「地場生産―地場消費」を略したことば。地元でとれた生産物を地元で消費するという意味で使われます。本計画では、特に市内の地場産物の消費を示しています。

農業・農村の多面的機能

農業・農村は、洪水の防止や水資源のかん養、大気の浄化、さらには、人々の心のふるさととも言える美しい景観の形成など、様々な公益的な機能を発揮することにより、国民の生命と財産、豊かな暮らしを守る重要な役割を担っており、このことを「多面的機能」と呼んでいます。

また、歴史と伝統に根ざした地域固有の文化を伝承する役割を果たしているほか、訪れる人が、豊かな自然と美しい景観の中で、ゆっくりと流れる時間を肌で感じながら、その地域でしか味わえない「食」を楽しみ、文化に学び、そこに暮らす人たちの心に触れる機会も提供しています。

環境こだわり農産物

滋賀県が独自に定めた要件を満たして栽培された農産物は、「環境こだわり農産物」として県から認証を受けることができます。その要件とは、「化学合成農薬および化学肥料の使用量を通常の5割以下に削減し、かつ、琵琶湖および周辺環境への負荷を削減する技術で栽培された農産物」というものです。



3) 食卓に彩りを 語りつごう食の文化

食べることは一生のことです。食事が原因で糖尿病などの病気の発症や重症化につながることはよく知られていますが、生活習慣を正すことは難しいのが現状です。わかっているけどできないのに、わかっていなかったら、もっとできません。食について伝えていくことが必要です。

伝えたいことには、食べ物のことや食事の作り方だけでなく、食事のマナーや、地域に伝わる郷土料理や行事食、地場産物、そして、「いただきます」「ごちそうさま」というあいさつがあります。食から感じられる季節感や地域のお祭りにまつわる食を知ることで生活に潤いを与えることもできます。また、「中食」「外食」の機会もあることから、作る人だけでなく食べる人が食べ物を選ぶ力を身につけることも求められています。

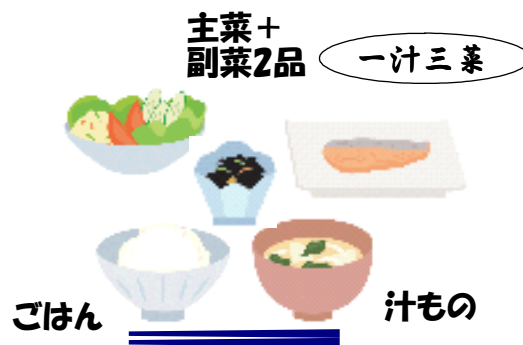
伝えるためには、一から食事を準備する姿を家庭で保護者が子どもに見せること、家族で食事をし（共食）、食卓で会話をするのが大切です。食卓の雰囲気作りで、色とりどりの野菜料理が並ぶ食卓や一汁三菜の食事が器に盛られた食卓を整えることで伝えられることもあるでしょう。また、家庭や地域などの会話の中で食について語ることも重要です。現在の社会情勢の中では、孤食がすすみ、家族がそろって食事することは困難な状況にありますが、家族で楽しく食卓を囲むことで、会話を通じて食を学ぶことにつなげ、子どもの時から望ましい食習慣を身につけることが大切です。

キーワード

共食、あいさつ、マナー、食べ方「肉食」「中食」「外食」、行事食

一汁三菜

一汁三菜とは、ごはん、汁物、主菜（肉や魚、大豆製品、卵が主材料）、副菜2品（野菜や海藻、きのこ類が主材料）をそろえた1食分の食事です。



中食

「なかしょく」とは、レストランなどへ出かけて食事をする「外食」と、家庭内で手作り料理を食べる「肉食」の中間にあって、市販の弁当や惣菜など、そのまま食事として食べられる状態に調理された食品の総称です。

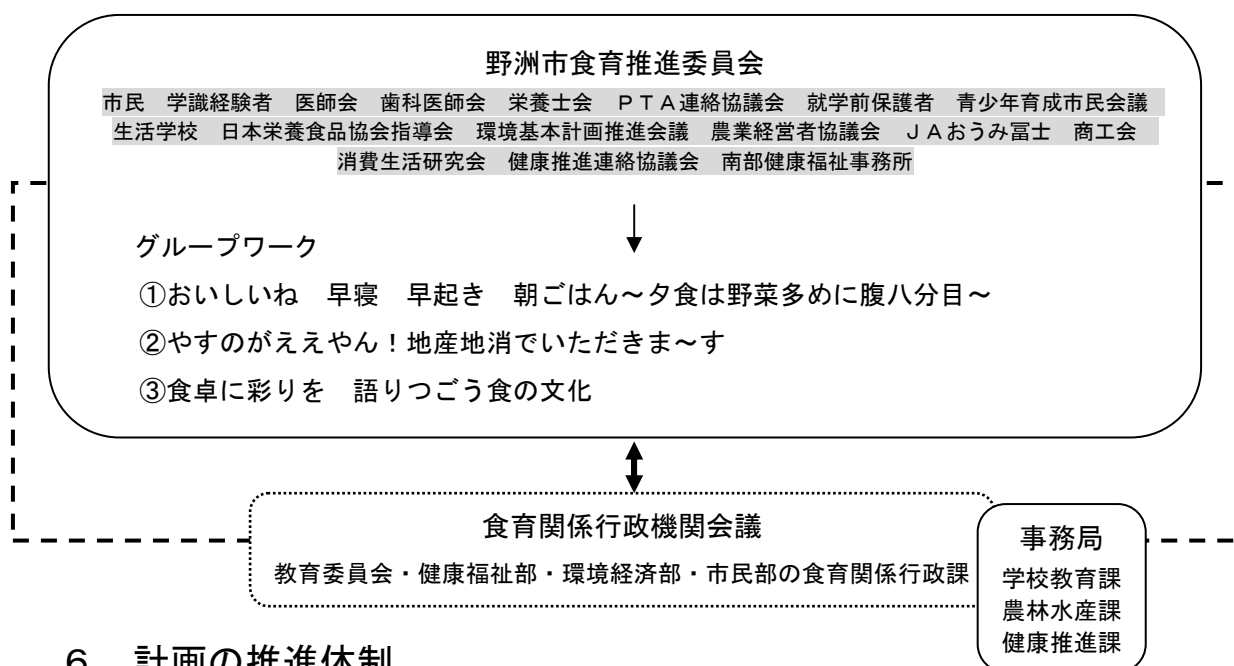
5. 計画策定の体制および進め方

1) 策定期間

平成 25 年 4 月から平成 26 年 3 月

2) 体制および進め方

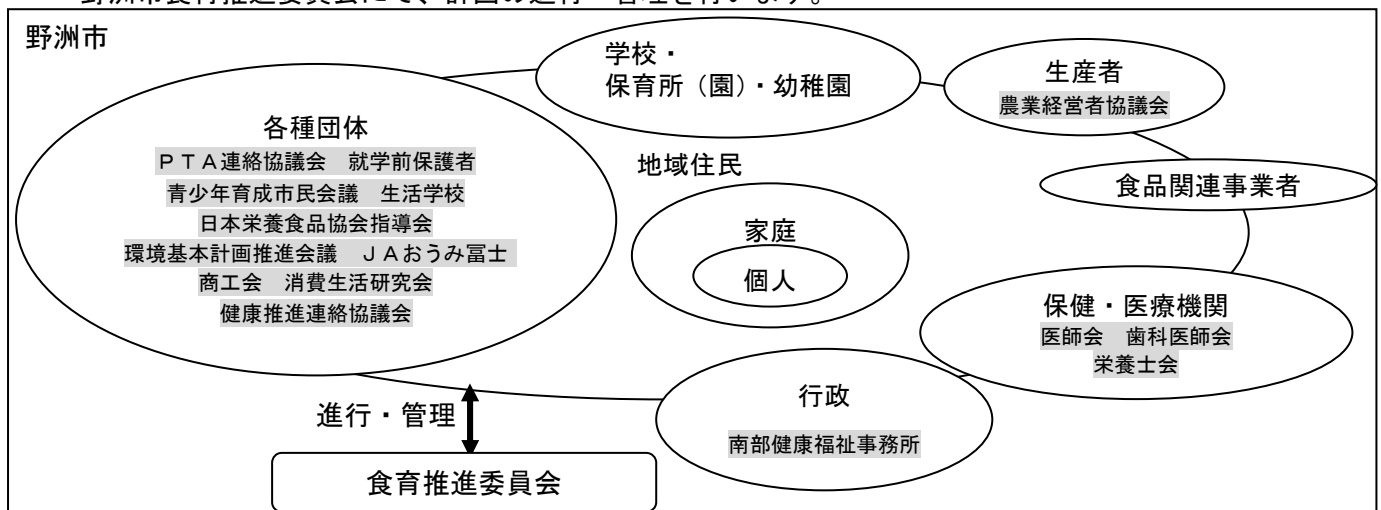
第 1 次計画では、策定委員会において計画策定を進め、終了後に推進委員会に移行したことから、第 2 次計画の策定については、推進委員会で計画策定に関する調査および検討を行いました。なお、食育に関係する行政機関や団体は多岐にわたるため、事務局は農林水産課・学校教育課・健康推進課で構成して進めました。



6. 計画の推進体制

食育を推進するために、各々の立場で他と連携しながら具体的な取り組みを行います。

野洲市食育推進委員会にて、計画の進行・管理を行います。



第2章 「食」をめぐる現状

1. これまでの経過

平成 21 年度から平成 25 年度を計画期間としたこれまでの野洲市食育推進計画では、目標値を定め、3 つの重点目標にそって、食育推進に取り組んできました。平成 25 年度に評価を行ったところ、重点目標に沿った事業を継続して取り組むことにより、20 代の男女の朝食欠食とコミュニティセンターでの農業体験以外は目標を達した、あるいは目標に近づいている状況でした。

食育推進計画における目標値と現状値と評価

	1 次計画策定時	目標値 (H25)	現状値	評価	
食育に関心を持つ市民の割合	－	90%以上	63.0%	－	1)
朝食を欠食する市民の割合					
小学 5 年生	3.2%	減らす	1.7%	○	2)
中学 2 年生	5.3%		4.9%	○	2)
男性 (20～29 歳)	21.2%		39.1%	▲	1)
女性 (20～29 歳)	8.3%		11.1%	▲	1)
成人 (20 歳以上) の野菜摂取量	246.8g	350g に近づける	258.3g	○	1)
学校給食における地場産物使用の割合 (品目ベース)	20.3%	増やす	23.0%	◎	3)
環境こだわり米の栽培面積	386ha	増やす	522ha	◎	4)
農業体験を実施している					
保育所 (園)、幼稚園	14 園	全園 (15 園) ※	全園 (15 園)	◎	5)
小中学校	5 校	全校 (9 校)	小学校全校 中学校 1 校	○	6)
コミュニティセンター	4 ヶ所	全センター (7 ヶ所)	2 ヶ所	▲	7)

- 1) 滋賀の健康・栄養マップ調査 (平成 21 年度)
- 2) 小中学校における朝食摂取率 (平成 25 年 6 月)
- 3) 学校給食地場産物使用 調査結果 (平成 25 年 6 月)
- 4) 環境こだわり農産物栽培面積調査 (平成 24 年度)
- 5) こども課 (平成 25 年)
- 6) 学校教育課 (平成 25 年)
- 7) 各コミュニティセンター (平成 25 年 12 月調べ)

【評価】

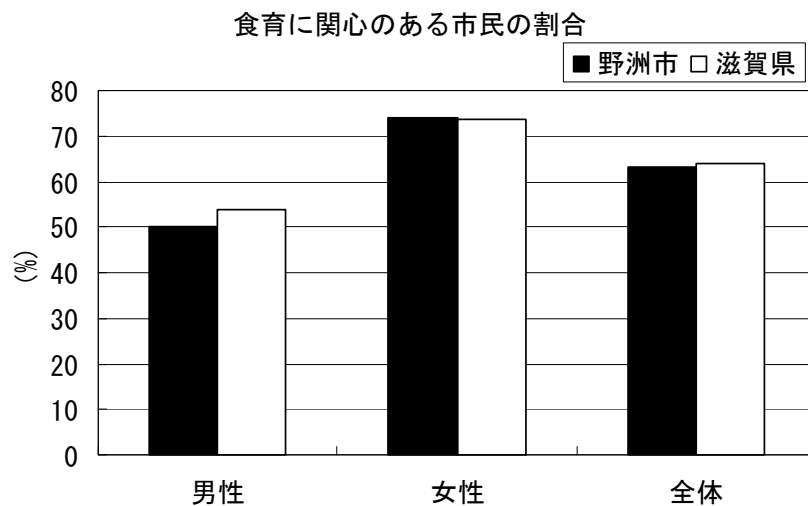
- ◎目標達成
- 目標値に近づいている
- ▲目標値に対して悪くなっている

※平成 23 年度より篠原保育園と篠原幼稚園が篠原こども園となったため、16 園を目標としていたが 15 園とした

2. データからみる野洲市の現状

【食育に関心を持つ市民の割合】

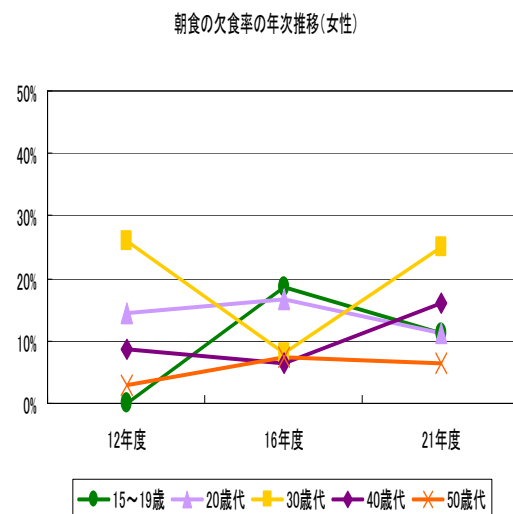
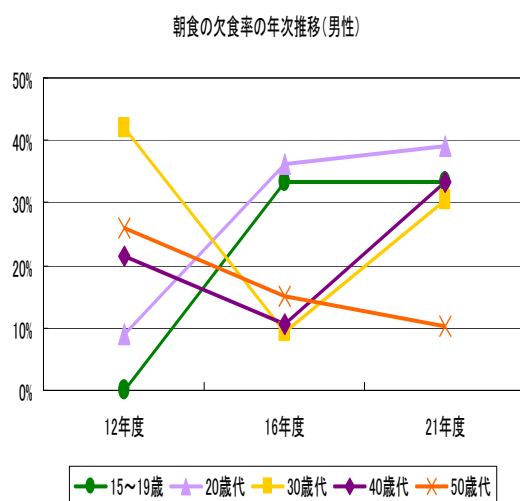
平成 21 年度「滋賀の健康・栄養マップ」調査によると、野洲市で食育に関心を持つ人の割合は 63%で、滋賀県の 64%と同程度です。男女別にみると男性では 50%、女性 74%となっており、男性より女性のほうが関心が高くなっています。



(平成 21 年度「滋賀の健康・栄養マップ」調査より)

【朝食を欠食する市民の割合】

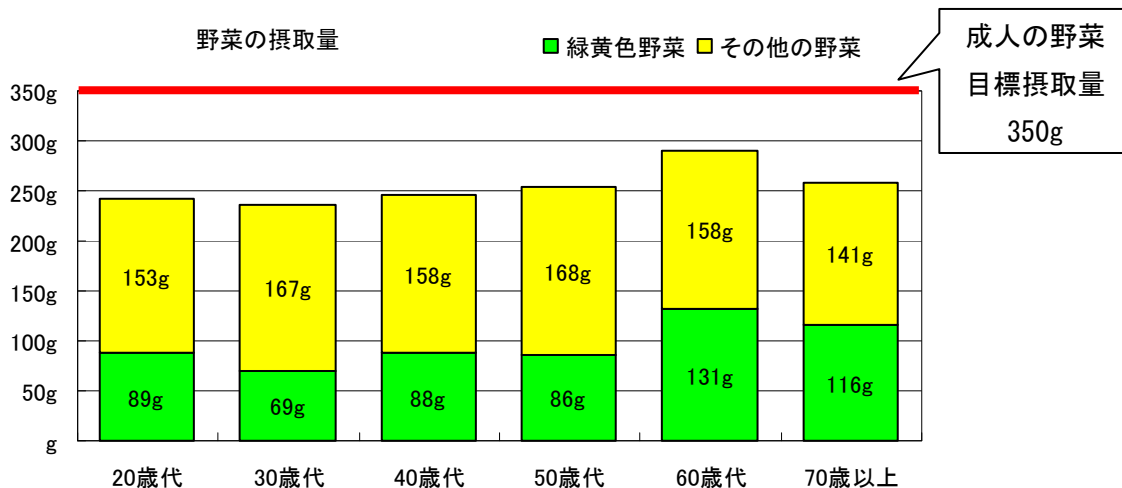
平成 21 年度「滋賀の健康・栄養マップ」調査によると、野洲市で朝食を欠食する人の割合は 14%であり、男性では 18%、女性では 11%と、特に男性の欠食率が高くなっています。



(「滋賀の健康・栄養マップ」調査より野洲市データ)

【成人（20 歳以上）の野菜摂取量】

国が「健康日本 21」で推奨している成人の野菜の目標摂取量は 350g で、これは循環器疾患やがんなどの生活習慣病を予防するために必要と推定される量です。しかし、平成 21 年度「滋賀の健康・栄養マップ」調査によると、どの年代も「350g」には達していません。



（平成 21 年度「滋賀の健康・栄養マップ」調査より野洲市データ）

【学校給食における地場産物使用の割合（品目ベース）】

全体の食材数のうち、地場産物（滋賀県産、野洲市産）の食材の割合を示しています（品目ベース）。米と味噌は 100%野洲市産で、天候の影響はあるものの 20～30%で推移しています。野洲市は生産者やおうみ富士農業協同組合の協力もあり、価格も比較的低価で提供していただいています。

	平成 22 年 6 月	平成 23 年 6 月	平成 24 年 6 月	平成 25 年 6 月
野洲市 (%)	29.9	24.5	23.1	23.0
滋賀県 (%)	23.1	23.5	23.7	24.9

学校給食地場産物使用調査（滋賀県教育委員会より）

地場産物を使った学校給食の献立例



ごはん 牛乳 こあゆのからあげ
きゅうりとたくわんのごまあえ
具だくさんのみそ汁

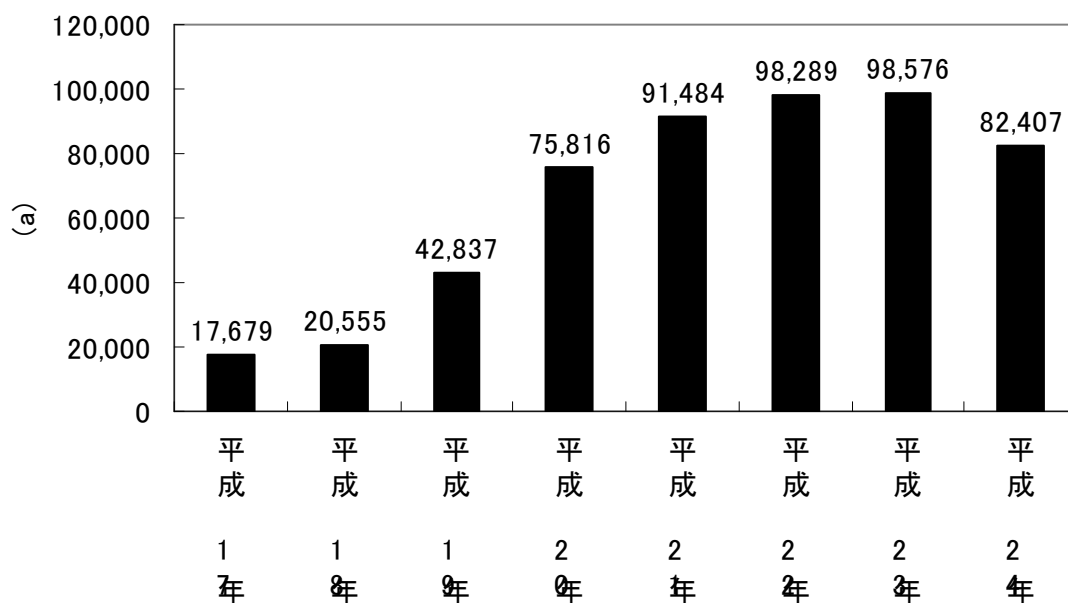
野洲市産 : 米、みそ、きゅうり、
じゃがいも、たまねぎ、
青ねぎ

滋賀県産 : こあゆ、牛乳

【環境こだわり農産物の栽培面積】

環境こだわり農産物の栽培面積は平成 23 年度まで年々増加しています。平成 24 年度の減少は大豆の栽培に対する国の補助金制度変更の影響によるものです。

環境こだわり農産物栽培面積の推移



畑に看板が出ているのも関心を高める効果があるようです。



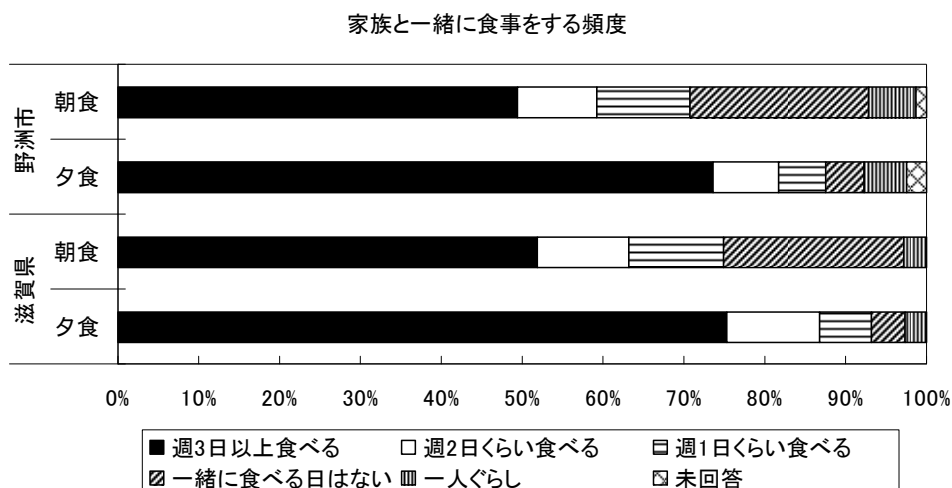
【農業体験の実施】

保育所（園）や幼稚園では全園で実施しています。小学校は全校、中学校は就労体験として 1 校にて実施しています。

コミュニティセンターでは畑等の施設がある 2 ヶ所（ぎおう・みかみ）で実施しています。中間評価を実施した平成 23 年度の時点では計画策定時と同じ数の 4 ヶ所（やす・しのはら・みかみ・ひょうず）で実施されていました。参加者固定のために農業体験から料理教室に変更されるなど、農業体験を実施していないコミュニティセンターでも食育に関する事業には取り組んでいます。

【一人で食事をする人の割合】

平成 21 年度「滋賀の健康・栄養マップ」調査によると、食事を一人で食べている割合は朝食が 22.1%、夕食が 4.8%です。滋賀県でも野洲市と同じように朝食の方が夕食より家族と一緒に食べる日はないという人が多くなっています。

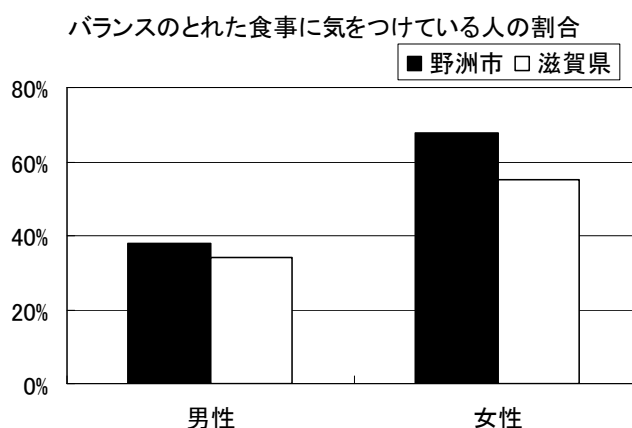


(平成 21 年度「滋賀の健康・栄養マップ」調査より)

【バランスの取れた食事に気をつけている人の割合】

平成 21 年度「滋賀の健康・栄養マップ」調査によると、食生活でバランスの取れた食事について気をつけている人の割合は男性で 38%、女性で 68%となっています。

滋賀県でも、男性 34%女性 55%と、特に男性は気をつけている人の割合が低い状況です。



(平成 21 年度「滋賀の健康・栄養マップ」調査より)

【参考：よく噛んで味わって食べることに関心のある人の割合】

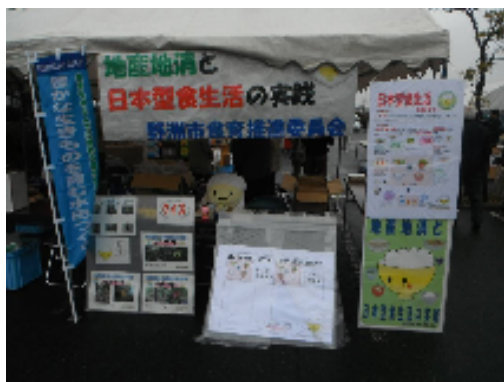
平成 24 年滋賀の医療福祉に関する県民意識調査によると、よく噛んで味わって食べることに関心のある人の割合は滋賀県で 53.9%です。

3. 推進委員会でのこれまでの取り組み

【にっこりまつり「収穫祭」】

以下の内容で毎年啓発を行いました。

	内容（試食のレシピは資料編）
平成 21 年度	郷土料理の試食（いもつぶし、お講汁、アメノイオ御飯） 「食育推進計画ダイジェスト版」の配布 食育推進の紙芝居
平成 22 年度	郷土料理の試食（おかん入りみそ汁、ねごんぼ） おにぎりつくろう体験コーナー シールアンケート（今日の朝ごはんは何を食べましたか？） 啓発資料の配布（お食べやす朝ごはん/朝食にもう一品！お手軽☆野菜レシピ）
平成 23 年度	郷土料理の試食（たてぼし御飯、わかさぎの南蛮漬け、むらさき芋団子）、郷土料理についてのアンケート
平成 24 年度	郷土料理の試食（こあゆのピーナッツからめ、かぼちゃのいとし煮、切干大根のハリハリ漬け） クイズ（この花な～に？） シールアンケート（日本型食生活のご飯とみそ汁の正しい配置）
平成 25 年度	食育アンケート

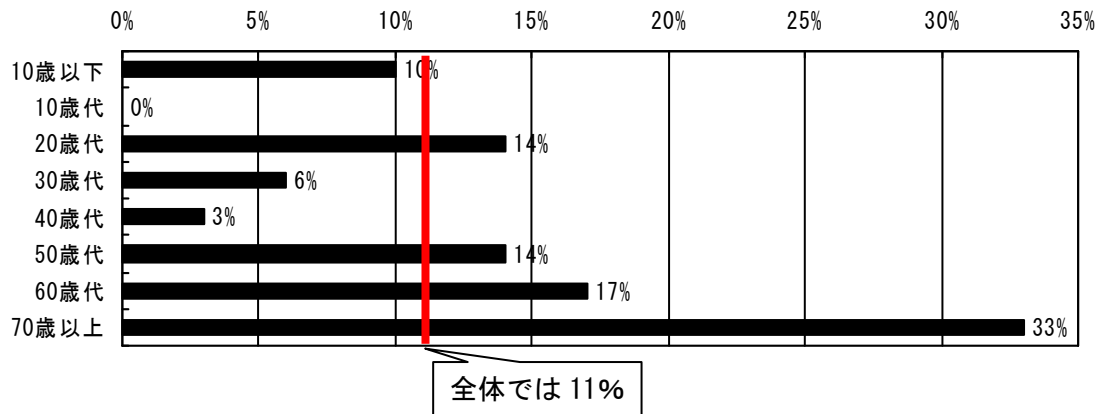


啓発のために来場者へ実施したアンケートの結果は以下のとおりです。

今日の朝ごはんは何を食べましたか（平成 22 年度・参加者 447 名）

	全体	食べた			食べていない	合計
		ごはん	パン	その他		
大人	241 人 (54%)	106 人 (24%)	124 人 (28%)	11 人 (2%)	15 人 (4%)	256 人 (58%)
子ども	185 人 (41%)	67 人 (15%)	109 人 (24%)	9 人 (2%)	6 人 (1%)	191 人 (42%)
合計	426 人 (95%)	173 人 (39%)	233 人 (52%)	20 人 (4%)	21 人 (5%)	447 人 (100%)

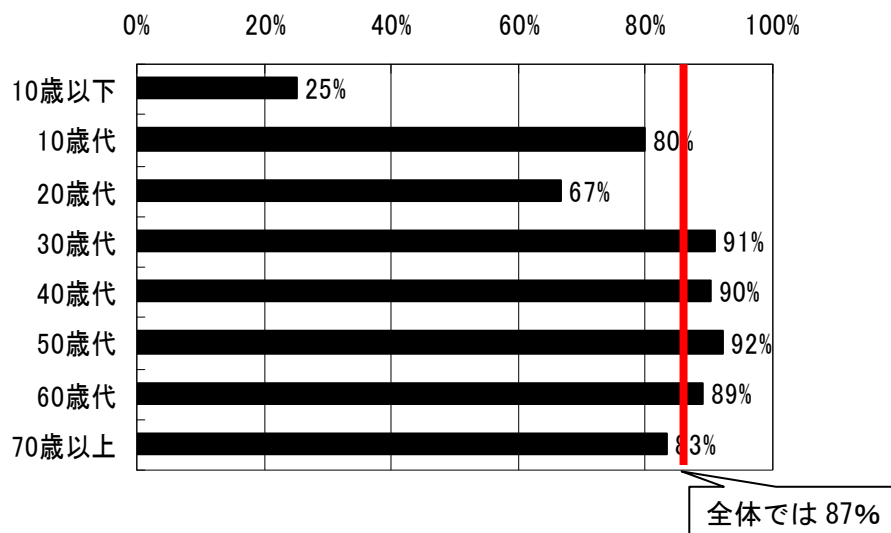
たてぼし（イシガイ）を食べたことがあると回答した人の割合
（平成 23 年度・参加者 212 名）



わかさが琵琶湖に知っているのと回答した人の割合（平成 23 年度・参加者 212 名）



「食育」という言葉を知っていると回答した人の割合（平成 24 年度・317 名）



【郷土料理講習会】

講師（滋賀短期大学名誉教授 小島朝子先生・平成 21～24 年度 野洲市食育推進委員会 委員長）を迎え、郷土料理講習会を実施しました。



	メニュー（レシピは資料編）
平成 21 年度	アメノイオ御飯、つ리카ぶらのみそ汁、おあえ団子、春菊ケーキ
平成 22 年度	おかん入りみそ汁、えび豆、ねごんぼ、えんとつパン
平成 23 年度	たてぼし御飯、わかさぎの南蛮漬け、芋団子、かんぴょうと里芋の煮物
平成 24 年度	こあゆのピーナッツあえ、さといものいとし煮、干しずいきの白和え、切干大根のみそ汁

【まるかじりツアー】

野洲の食と文化を訪ねることを目的に実施しました。



	見学ルート
平成 21 年度	森林生産組合・大篠原・小堤里山⇒中道農園⇒あやめ漁港 ⇒吉川出荷組合⇒ちゅうずドリームファーム
平成 22 年度	祇王寺⇒学校給食センター⇒小比江野菜出荷組合⇒いちご屋 ⇒すまいる市駅前店
平成 24 年度	手作り舎「ふぁ～もあ」⇒図司穀粉⇒南農園⇒すまいる市駅前店

【やすっこフェスタ】

以下の内容で啓発を行いました。

	実施内容
平成 22 年度	シールアンケート（今日の朝ごはんは何を食べましたか？）、朝ごはん〇×クイズ、啓発資料の配布（お食べやす朝ごはん/まずはここから！お手軽☆朝食レシピ）
平成 23 年度	シールアンケート（「いただきます」「ごちそうさま」を言っていますか）、クイズ（「どちらがお米でしょうか？」「どちらがアユでしょうか？」）

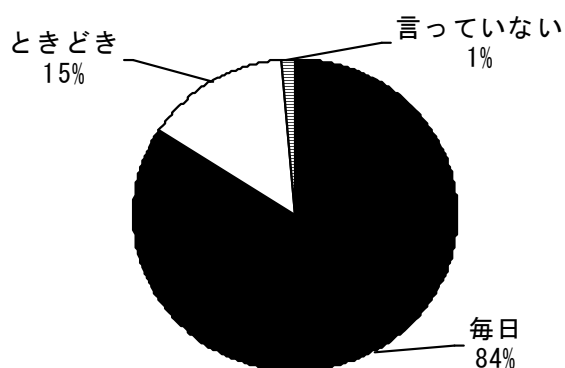


啓発のために来場者へ実施したアンケートの結果は以下のとおりです。

今日の朝ごはんは何を食べましたか（平成 22 年度・参加者 861 名）

全体	食べた		食べていない	合計
	ごはん	パン		
804 人（93%）	354 人（41%）	450 人（52%）	57 人（7%）	861 人（100%）

「いただきます」「ごちそうさま」を言っていますか？（平成 23 年度・参加者 867 名）



【やすまる広場・平成 24 年度】

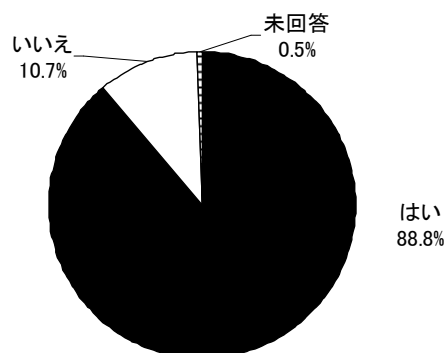
展示コーナーで「お米が出来るまで」や「給食の献立が地産地消であることがわかる」などのパネルを展示しました。紙芝居「ごはんですよー」も実施しました。



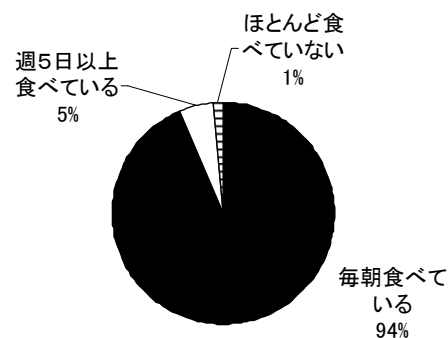
【JA まつり・平成 25 年度】

新しい計画の啓発のために食育アンケートを実施しました（参加者 205 名）。

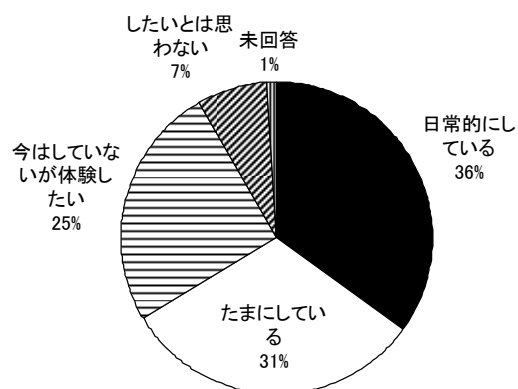
食育という言葉を知っていますか



毎朝、朝ごはんを食べていますか



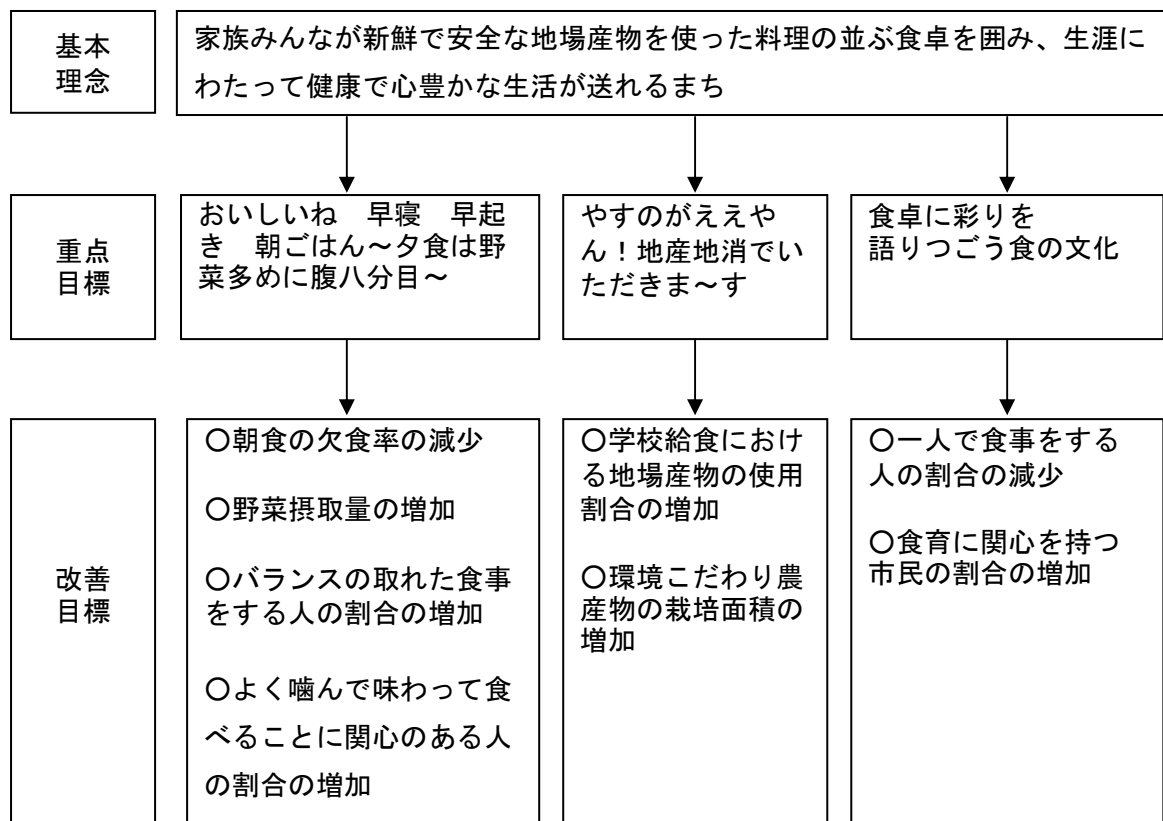
普段、農業体験をしていますか、したいと思いますか



第3章 わたしたちの取り組み

1. 改善目標を含めた計画の全体像

計画の推進にあたって、重点目標に応じた改善目標を定め、計画の進捗状況を把握していきます。



2. 重点目標ごとの取り組み

家庭や団体、行政など各々の立場で他と連携しながら、具体的な取り組みを進めていきます。

1) おいしいね 早寝 早起き 朝ごはん～夕食は野菜多めに腹八分目～

家庭

- ・ 「規則正しい食事」「早寝早起き」など可能な限り生活リズムを見直す
- ・ 可能な限り早起きし、朝食を作り、食べる時間を確保する
- ・ 食事は菓子や菓子パンだけで済まらず、主食(ごはん・パン等)と副食(おかず)を食べる
- ・ 体を動かし、おいしく食べられるようにする
- ・ 食事バランスガイドを意識して献立をたてる
- ・ 自分にあった食事量を知る
- ・ 家族の健康課題を知る
- ・ 間食や飲酒は、内容や量、時間帯などを考える
- ・ 新鮮な素材を選び、手料理をすすめ、添加物を減らす
- ・ 食品のエネルギーや栄養素、原材料の産地など食品の表示に関する知識を高め、活用する

各種団体

- ・ 日本型食生活についての啓発を行う

日本型食生活

「日本型食生活」とは、一汁三菜を基本とした昭和 40～50 年代に実践されていた日本の気候風土に適した米を中心に水産物、畜産物、野菜等多様な副食から構成された食生活です。

従来の日本の伝統的食生活は、「ごはん」を中心として、大豆、野菜、魚など国内で生産、捕獲される素材を用い、しょうゆ、みそ、だしなどにより調理、味付けされた副食を組み合わせるものが典型的でした。昭和 40 年以降になり、肉類や牛乳・乳製品、油脂類の消費も増えてくると主食であるお米を中心として畜産物や果実などがバランスよく加わり、健康的で豊かな食生活「日本型食生活」が実現しました。当時アメリカで問題視されていた肥満や生活習慣病を予防するための食事目標として、理想的な栄養バランスである日本型食生活へ注目が集まりました。

「日本型食生活」は、栄養バランスに優れているだけでなく、日本各地で生産される農林水産物を多彩に盛り込んでいる特徴を持ちます。このため、「日本型食生活」の実践を促進することが、食料自給率の向上や古くから育まれてきた貴重な食文化の継承にもつながるとして期待されています。

- 低カロリーメニュー、野菜をたくさん使ったメニュー、栄養バランスのとれたメニュー、旬の食材を使ったメニューなどを提供する
- スポーツ関連団体などに食生活教室の開催を働きかける
- コミセンや自治会館など身近な場所で気軽に参加できる「食の講座」を設ける

保健・医療機関

- 健診や健康相談・教育などで、食事バランスガイドを活用して情報提供や一人ひとりの健康状態に応じた栄養や運動のアドバイスを行う
- 個別相談などを通じ、個々に合わせた食育情報の提供を行う
- 専門知識を生かし、食育の重要性を行政との連携により市民に情報提供する
- 生涯にわたって食べることを楽しむことができるよう、歯の健康づくりや、よく噛んで食べることの大切さを普及する

食品関連事業者

- 栄養成分表示を行う

学校・保育所（園）・幼稚園

- 毎日の給食において栄養バランスのとれた食事を提供し、望ましい食事（内容、量、組み合わせ、マナー等）について学ぶ機会とする
- 給食の試食会や親子料理教室を開催する
- 「給食だより」などを発行し、家族への情報発信を行う
- 給食メニューを募集し、実際の給食として提供する取り組みを進める
- 学校給食を「生きた教材」として活用した指導を進める

行政

- 健康増進事業（健康相談や健康教室等）を通じ、健康づくりを推進する
- 野菜を取り入れた、簡単に作れる朝食メニューの情報提供を行う

2) やすのがええやん！地産地消でいただきま〜す

家庭

- 農業体験に参加する【新】
- 食材を無駄なく調理する
- 旬の地場産物の活用で、四季を感じる食事を心がける
- 郷土料理を献立に取り入れる
- 朝市を利用する
- 家庭菜園などで土と親しむ
- 収穫祭等のイベントに参加する
- 生産者と知り合いになる
- 食べ物は近くの店で買う



農業体験

- 水を汚さないことや食べ残しによる安易な食品の廃棄をしない
- 地場産物を積極的に日常で使う
- 地場産物を使った料理や郷土料理を家庭でも実践し、食文化の伝承につなげる



地場産物（しゅんぎく娘）

各種団体

- 地場産物や郷土料理を活用したレシピを作成し試食会等で情報提供する
- 朝市・直売所の情報を集め、発信する
- 出前講座や研修会を行い、地産地消の重要性や農業に対する理解を広める
- 地域の郷土料理や手づくりの加工品（みそ、梅干、漬物等）の作り方について、気軽に学べる機会をつくる
- 旬の食材について情報提供を行う【新】
- 望ましい食材の選び方・買い方と、食材を無駄なく使う調理方法の啓発を行う【1次計画で未実施】
- 生産者と連携し、農業体験を推進する
- 農産物の基盤である土づくりを中心に、環境に配慮した農業を推進する
- 畑の観察や農作業の様子、農業関係施設を見学する
- 地域農林水産業の経営体を育成・支援する
- 耕作放棄地の解消に努める
- 各種収穫祭やイベントを通じて、消費者と生産者の交流を深める
- 野菜作りを気軽に教えてもらえる場所をつくる

学校・保育所(園)・幼稚園

- 学校給食で地産地消のメニューを提供する
- 農業体験を実施し、子どもの食への興味・関心を高める
- 夏休みや休日を利用して、農家の手伝いをする
- 畑の観察や農作業の様子、農業関係施設を見学する
- 生産者との交流給食などの機会を持つ
- 教育ファームのモデル校づくりを推進する

生産者

- 地場産物のブランド化を図る
- 農産物の基盤である土づくりを中心に、環境に配慮した農業を推進する

- 安全安心な地場産物の提供と経営の改善に努める

食品関連事業者

- 地場産物を生かした商品を作り、販売する【新】
- スーパーに地場産物コーナーを設置する
- 旬の食材や望ましい食材の選び方・買い方について啓発を行う【新】
- 食材を無駄なく使う調理方法の啓発を行う【新】
- 地場産物などで新鮮な食品の提供を行う

野洲たでブランド

「たで」とは、「蓼（たで）食う虫も好き好き」ということわざで知られる和製ハーブです。野洲市の御上神社では、400 年以上も歴史がある「ずいき祭り」が毎年 10 月に行われ、蓼を原料にした「たですし」が奉納されてきました。その伝統食である蓼をたくさんの人に知ってもらい、新たな名産品として野洲市を盛り上げていこうと開発されたのが「野洲たでブランド」商品です。平成 23 年に「たでもち」と「たでうどん」、平成 25 年 10 月に「焼きたでドーナツ」が誕生し、市内の店舗で販売されています。



たでもち



たでうどん

行政

- 郷土料理のレシピを紹介する
- 望ましい食材の選び方・買い方と、食材を無駄なく使う調理方法の啓発を行う【1 次計画で未実施】
- 市民農園の活用や生産者との連携により農業体験を推進する【新】
- 地域農林水産業の経営体を育成・支援する
- 農林水産業に関する就労体験を進める
- 環境こだわり農産物の生産やエコファーマー認定の推進など、環境保全型農業を普及する
- 景観形成作物の作付けなどにより、耕作放棄地の解消に努める
- 農林水産業に接する機会の創出に努める

エコファーマー

「持続性の高い農業生産方式の導入に関する法律」に基づき、土づくりを基本に化学肥料の低減および化学農薬の低減技術を導入し環境と調和した農業を実践するため、その導入計画について知事の認定を受けた農業者をいいます。

魚のゆりかご水田

昔、琵琶湖周辺の田んぼは、魚の餌となるプランクトンが豊富で、外敵が少ないため、ニゴロブナやナマズ、コイなどの湖魚にとって絶好の産卵・繁殖の場所で、まさに「ゆりかご」としての役割を持っていました。大雨が降ると、琵琶湖から水路を通して田んぼに遡上・産卵し、生まれた魚はしばらく田んぼで育って琵琶湖へ下り、大きく成長し、産卵のため再び田んぼへ戻ってくるという生活をしていました。

しかし、戦後、生産性向上のため排水路が深く掘り下げられ落差が大きくなったことで、琵琶湖と田んぼをつないでいた移動経路がなくなり、田んぼに魚たちの姿が見えなくなりました。

「魚のゆりかご水田」は、ニゴロブナなどの在来魚が琵琶湖から水路を通して田んぼに遡上できるよう「魚道」を設置し、再び田んぼで産卵・成育するような、生きもの豊かな水田環境をつくる取り組みです。



魚のゆりかご水田

3) 食卓に彩りを 語りつごう食の文化

家庭

- 家庭でのしつけや食の重要性についての啓発を行う
- 家族や友人などと楽しく食事をするようにする
- 可能な限り家族そろって食事する時間をつくる
- 大勢で食べる献立（鍋料理やお好み焼きなど）を活用する
- 家族の記念日などで食を通して祝い、絆を深める機会をつくる
- 可能な限り日頃から手づくりをして、家庭の味を伝えていく



- 大人が好き嫌いしない姿を子どもに見せる
- 家族で献立を考えたり、料理や買い物をしたりする機会をつくり、食への関心を高める
- 正しい箸の持ち方や、食事のあいさつなど、マナーを身につける
- 外食や中食の時は自分の箸を使う
- 地域の行事に積極的に参加し、行事食にふれる
- 正月料理などの行事食を作り、季節感のある料理や日本の伝統にふれる
- 食育推進の活動に参加する
- 食育の情報を収集し活用する
- 家庭で食べ物のお話をする
- 一人ひとりが「自分の食」について振り返り日常的に食育を意識した生活に努める
- 「食育の日」や「食育月間」を活用して、家庭で食育を実践する

「食育の日」「食育月間」

毎月 19 日は「食育の日」、毎年 6 月は「食育月間」です。食育基本法に基づく「食育推進基本計画」により平成 17 年に制定されました。「しょくいく(19)」の語呂合せです。

学校・保育所（園）・幼稚園

- 子どもが学校、保育所（園）、幼稚園で学んだ食についての活動を、家庭で実践するよう働きかける
- 教職員が食育関連の研修会への参加などで意識を高める
- 日本や世界各国の料理などを取り入れた給食の実施を進める
- 学校給食の「残食ゼロデー」を通して、感謝して残さず食べるよう指導を進める
- 食前の手洗い、食事のあいさつ、スプーンやはしの持ち方、使い方などの基本的なマナーについて適切な食行動ができるように指導する
- PTA 活動や親子活動など、子どもと一緒に取り組む食育の活動を企画し、積極的な参加を呼びかける

各種団体

- 「食育の日」や「食育月間」において、各種団体で食育を実践する
- 食育に関する各種の事業において連携を充実し、より効果的な事業の実施に努める
- 地域における様々な食べ物を通じ、食育の普及に努める
- 団体の活動を積極的に広報するとともに食育を広く普及するための啓発活動を行う
- コミセンや自治会館など身近な場所で気軽に参加できる「食に関する知識や正しい情報を学べる食の講座」を設ける
- イベントなどで、子どもから高齢者まで世代を越えた食に関する交流を行う

3. 食育推進の改善目標

効果的に食育を市民運動として展開していくためには市民をはじめ、家庭や地域、保育所（園）、幼稚園、学校、生産者、飲食店・小売店などの事業者、食に関わる各種団体、行政など、あらゆる関係機関が相互協力・連携して取り組むことが有効です。さらに、その成果を推し量るために、平成 30 年度までに達成していきたい目標を示しました。

	現状	平成 30 年度
朝食を欠食する市民の割合の減少 小学 5 年生 ※1 中学 2 年生 ※1 男性（20～29 歳） ※2	1.7% 4.9% 39.1%	1% 3% 15%
野菜摂取量の増加 ※2 総数	258.3g	350g に 近づける
バランスの取れた食事に気をつけている人の 割合の増加 ※2 男性 女性	38.0% 67.7%	50% 75%
よく噛んで味わって食べることに 関心のある人の割合の増加	—	65%
学校給食における地場産物使用の割合の増加 （食材数ベース）※3	23.0%	28%
環境こだわり農産物の栽培面積の増加 ※4	824ha	1,000ha
食育に関心を持つ市民の割合の増加 ※2	63.0%	90%以上
一人で食事をする人の割合の減少 ※2 朝食 夕食	22.1% 4.8%	減らす

※1 小中学校における朝食摂取率（平成 25 年 6 月）

※2 滋賀の健康・栄養マップ調査（平成 21 年度）

※3 学校給食地場産物使用調査（平成 25 年 6 月）

※4 環境こだわり農産物栽培面積調査（平成 24 年度）

