

第2期 奥出雲町食育推進計画

学び つたえて ふるさとが つながる
奥出雲の食育



平成 27 年 3 月
奥出雲町

目 次

I 章	計画の基本的事項	
1	計画の趣旨	2
2	計画の位置づけ	2
3	計画の期間	3
4	推進体制	3
5	推進体制図	3
II 章	食の現状と課題	
1.	食の現状	5
2.	現状から見た課題	13
III 章	基本理念	
IV 章	食育推進のための柱と展開	
1	重点施策	14
2	基本目標	15
3	ライフステージごとの展開と個人・団体の役割	20
4	目標の改善状況と目標値	23
V 章	計画の推進状況の把握と評価・見直し	
1	進行管理と評価	26
2	公表	26
3	計画の見直し	26
	※【調査概況】	
	※【用語解説】	
資 料 等		
資料1	奥出雲町食育推進委員会設置要綱	
資料2	奥出雲町食育推進委員会 委員名簿	
資料3	奥出雲町内の保育所・幼児園・幼稚園における農作業・調理体験一覧表 奥出雲町内の小学校・中学校における農作業・調理体験一覧表	
資料4	食事バランスガイド 栄養成分表示を活用しましょう	
資料5	朝食を毎日食べよう ふるさと奥出雲のおいしい食材を味わおう	

注計画本文中の※印の付いた語句については、巻末の※【用語解説】に解説を掲載しています。
注グラフの出典は、※【調査概況】に掲載しています。

I 章 計画の基本的事項

1 計画の趣旨

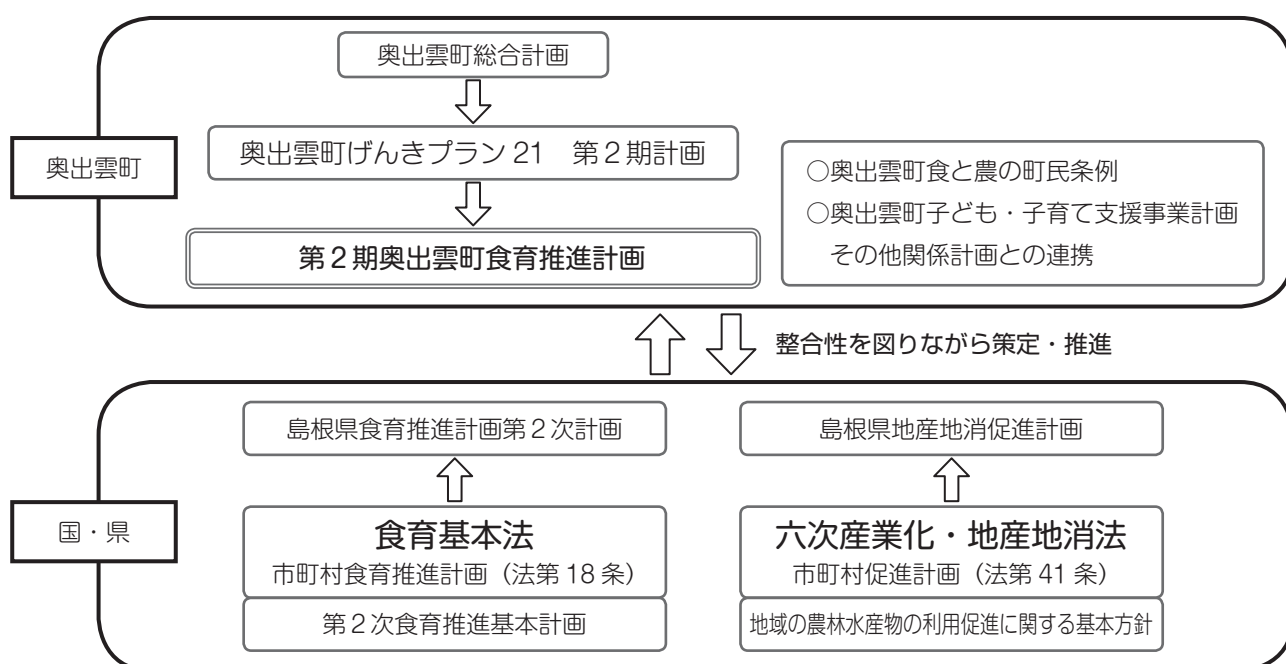
少子高齢化が進行する中、ライフスタイルや価値観の多様化に伴い、食生活を取り巻く環境が大きく変容し、その結果、食習慣の乱れ、栄養の偏り、更には、脂質異常症や糖尿病、肥満などの生活習慣病の増加や重症化など課題が顕在化しています。こうした背景から食育※に関する施策を総合的、計画的に推進し、健康で文化的な生活と豊かで活力ある社会の実現を目的に、平成 17 年に食育基本法※が制定されました。

本町においては、豊かな自然・風土・地域の人材に恵まれたふるさと奥出雲の特性を活かし、食べる知恵※の習得、ふるさとを思う心や食への感謝の心を育むことを願い、平成 22 年 3 月に奥出雲町食育推進計画を策定し、町民、関係機関、行政が連携を図り、食育推進に取り組んできました。奥出雲町食育推進計画に基づく各種取り組み実績の評価と課題の整理を行い、今後の方向性を明確にするため、第 2 期奥出雲町食育推進計画を策定しました。

また、「地産地消」※の推進が健全な食生活の実現や伝統的な食文化の伝承、郷土愛を育てる教育などの役割があることから、本計画では、「地産地消計画」と一体的に策定しています。

2 計画の位置づけ

- (1) 食育基本法第 18 条第 1 項に基づく市町村食育推進計画とし、本町が今後進めていく食育推進施策の方向性や目標を定めています。併せて六次産業化・地産地消法※第 41 条に基づく市町村地産地消計画とします。
- (2) 「第 2 次食育推進基本計画※」「島根県食育推進計画第 2 次計画」「奥出雲町総合計画」「奥出雲町健康づくり計画～奥出雲町げんきプラン 21 第 2 期計画～」※等の関連するほかの計画と整合性をもったものとして定めています。
- (3) 家庭・学校・地域等様々な分野における関係機関・団体等の食育推進活動の共通指針として活用します。



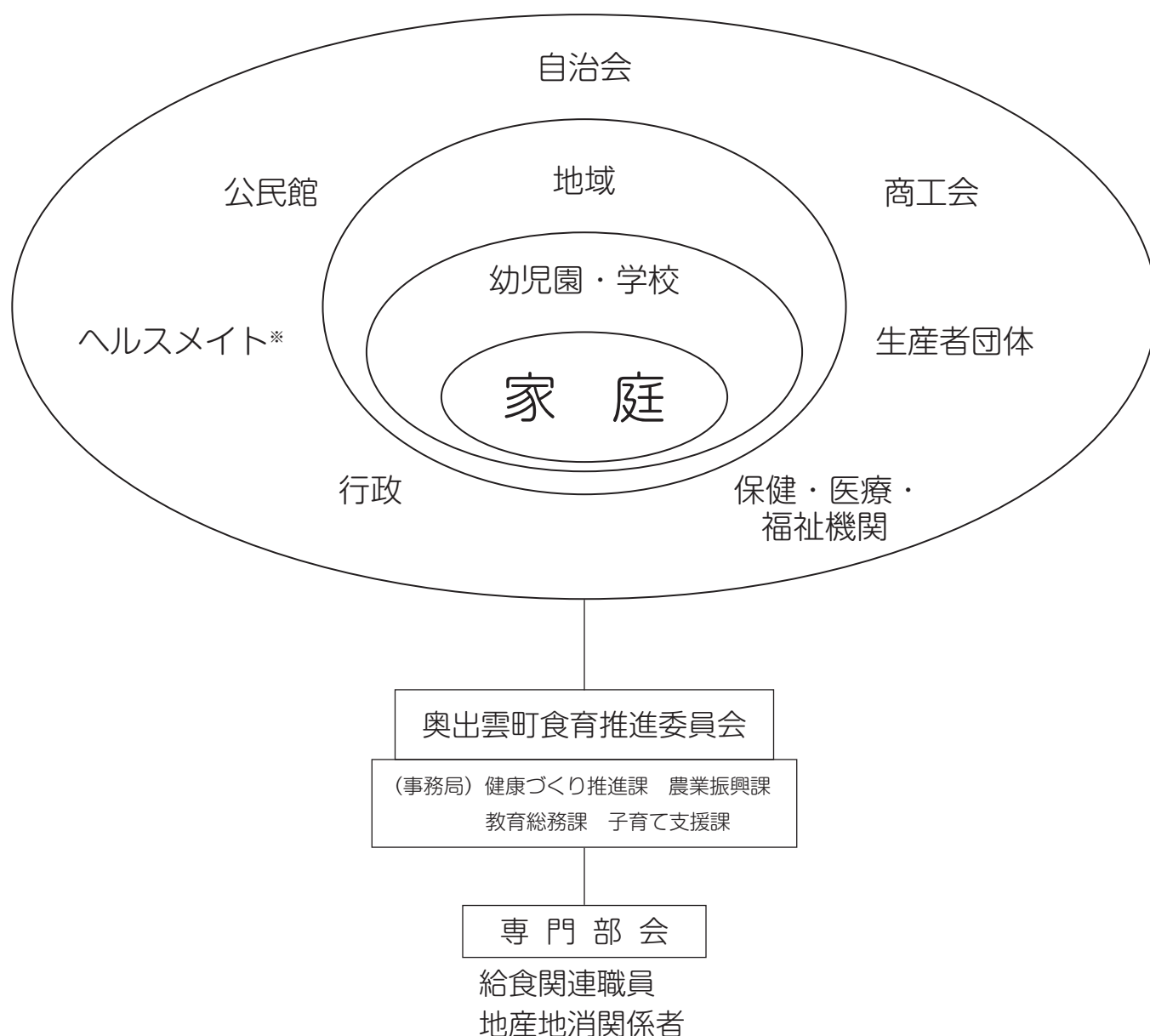
3 計画の期間

「奥出雲町げんきプラン21」の第2期計画の期間が、平成24年（2012年）度から平成33年（2021年）度の10年間となっており、整合性を図るためこの計画の期間を平成27年（2015年）度から平成33年（2021年）度までの7年間とします。

4 推進体制

食育は幅広い分野に関わることから、様々な関係機関が連携し、総合的、計画的に取り組む必要があります。そのためには、家庭、幼児園※、学校、地域が中心となり、各関係機関が担う役割を明確にし、相互の連携を図りながら食育を推進します。

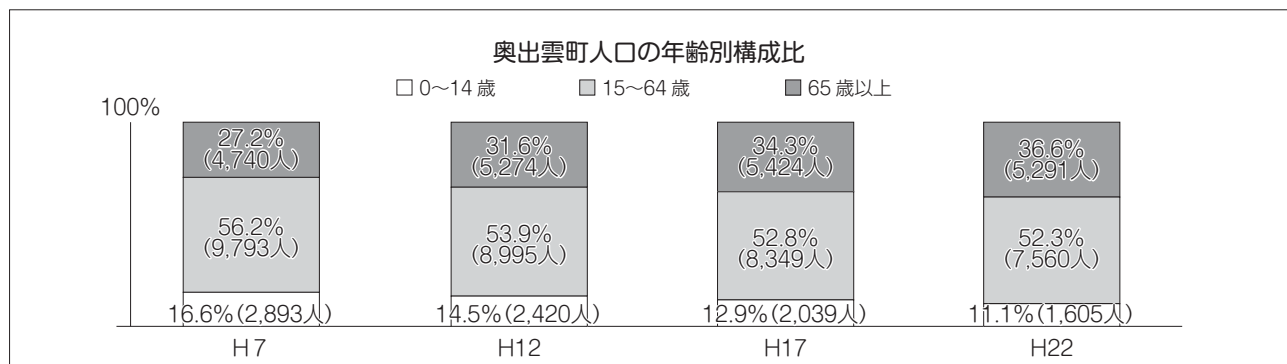
5 推進体制図



Ⅱ章 食の現状と課題

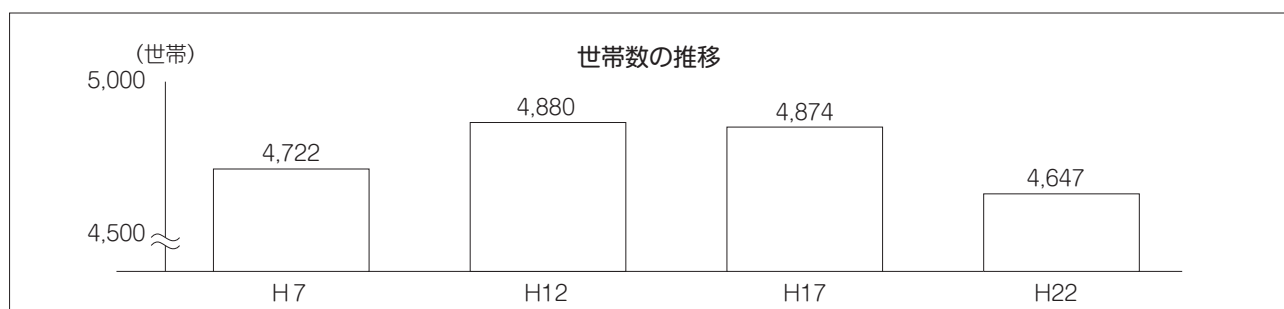
近年、食生活をめぐる環境が大きく変化したことにより、栄養の偏り、不規則な食事による肥満や生活習慣病などが増加しています。そこで、奥出雲町の「食」についての5年間の経過と課題を整理しました。

●人口の年齢別構成比



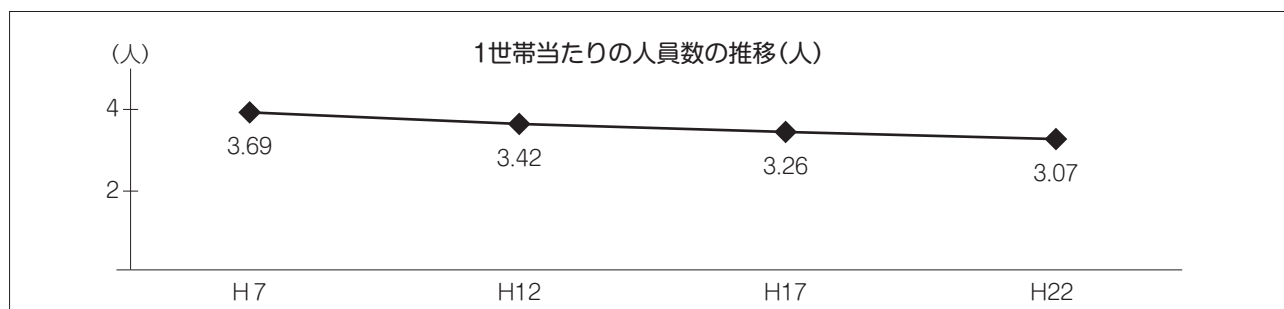
国勢調査

●世帯数の推移



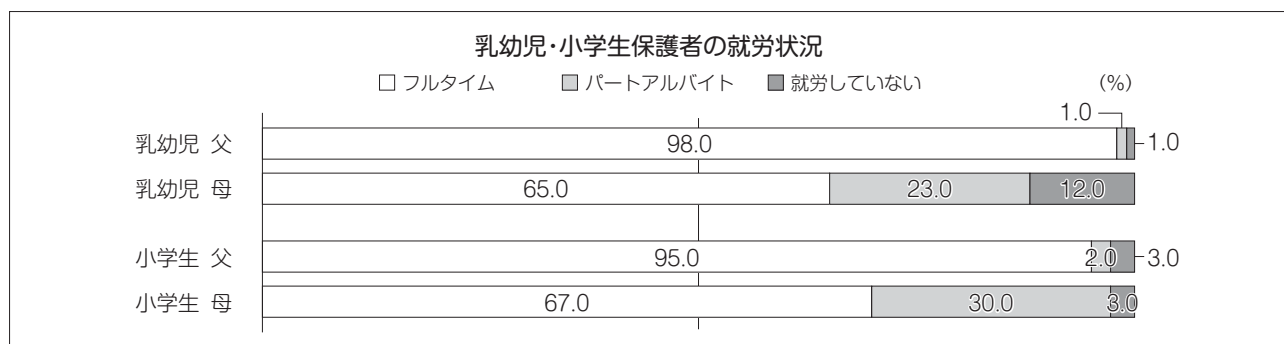
国勢調査

●1世帯あたり人員数の推移



国勢調査

●乳幼児・小学生保護者の就労状況



調査概況⑫

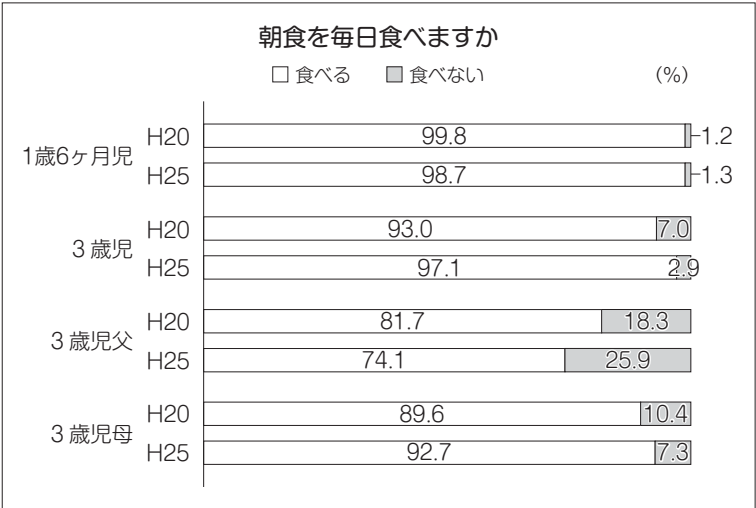
1 食の現状

(1) 朝食の摂食状況

高校生・壮年期*の朝食の欠食率が増加傾向にある。

朝食の状況は、どの年代も「毎日食べる」と答えた人の割合が約 9 割で推移しています。

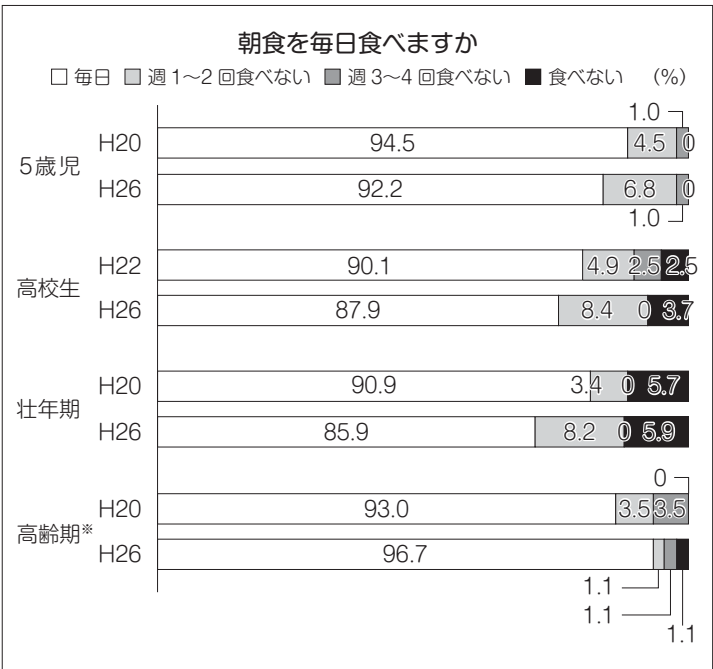
中学生で「食べない」と答えた人の割合が減少傾向にあります。一方、高校生・壮年期で「食べない」と答えた人の割合が増加傾向にあります。



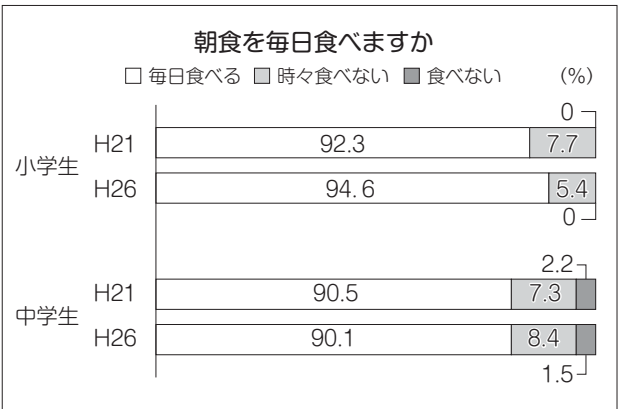
調査概況⑨



3歳児の父親の朝食欠食率は18.3%から25.9%と増加しています。



調査概況①③④⑦



調査概況②⑧

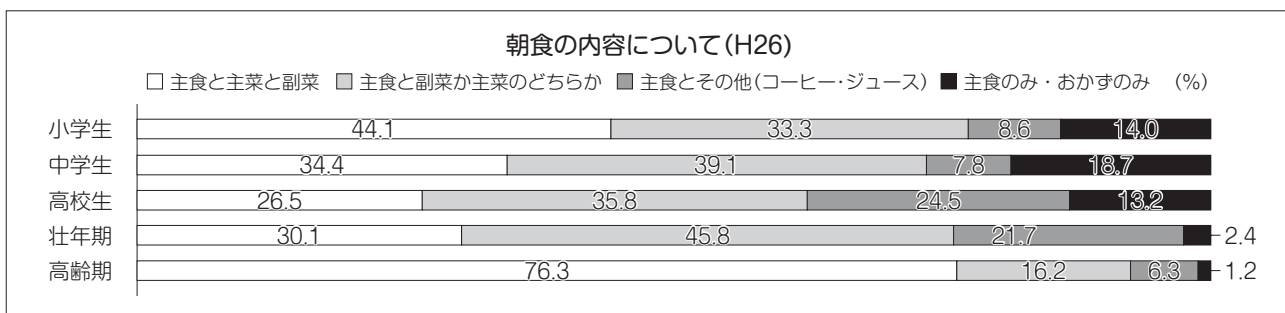
(2) 食事の内容

朝食の内容が「主食・主菜・副菜がそろっている」と答えた人の割合は、小学生は改善傾向にある。

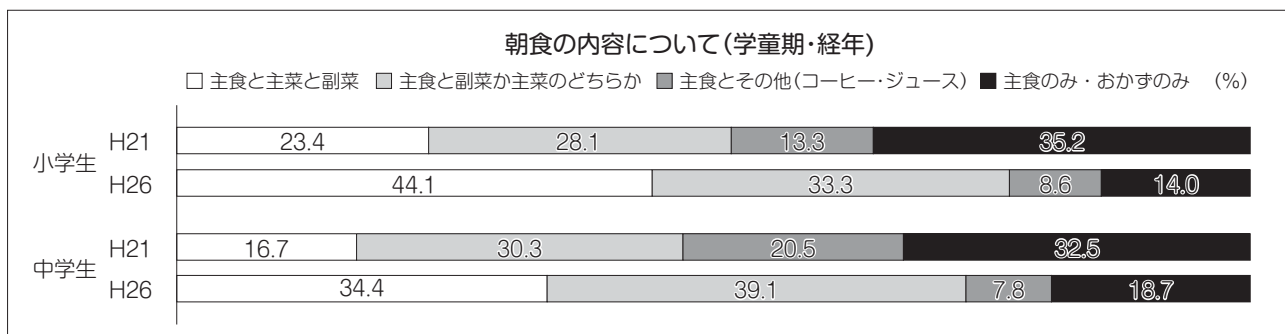
「主食・主菜・副菜がそろっている」と答えた人の割合は、高齢期では 76.3% でしたが、中学生では 34.4%、高校生では 26.5%、壮年期では 30.1% でした。

また、「朝食に野菜を毎日食べている」と答えた人の割合は、高齢期を除いて、すべての世代で 3～5 割で推移しています。特に、中学生で朝食に野菜を食べていない人の割合が増加傾向にあります。

●朝食の内容（主食・主菜・副菜がそろっている人）

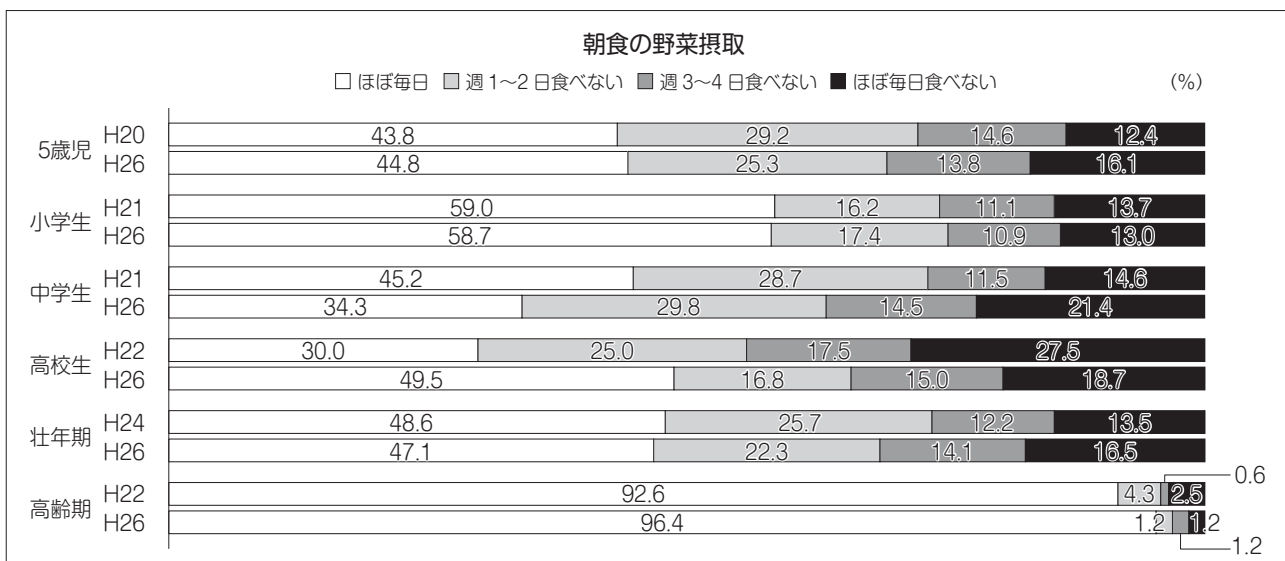


調査概況⑦⑧



調査概況②⑧

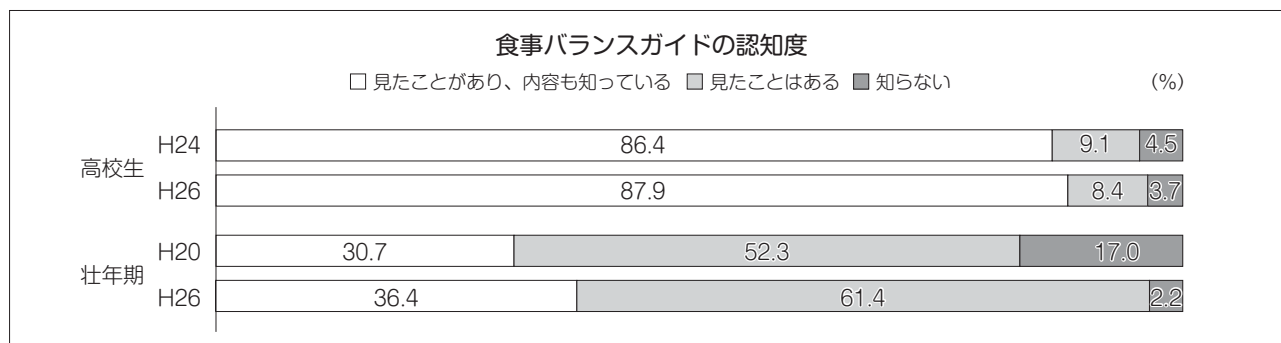
●野菜の摂取頻度



調査概況①②③⑤⑦⑧

●食事バランスガイドの認知度について

食事バランスガイドについて、「見たことあり・内容も知っている」と答えた人の割合は、壮年期より高校生の認知度が高い傾向にあります。

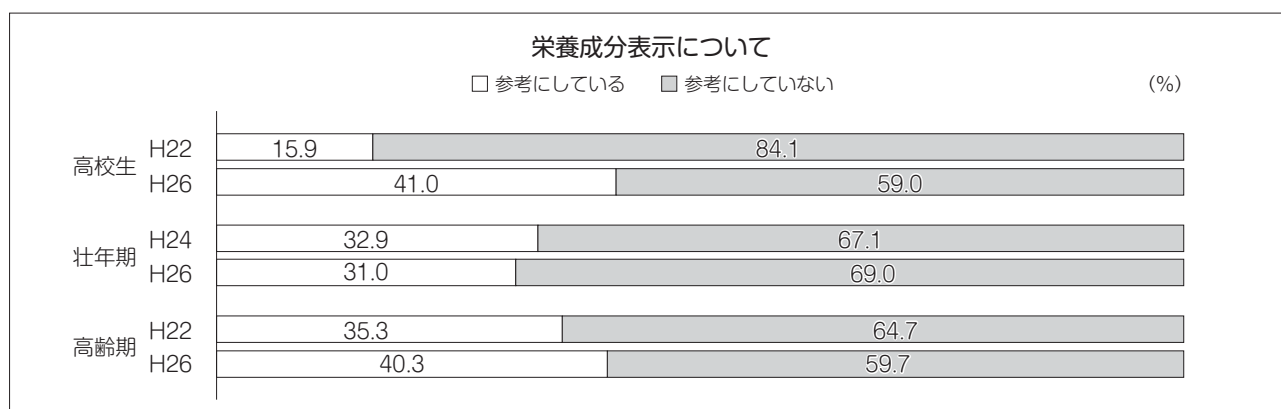


調査概況①⑤⑦

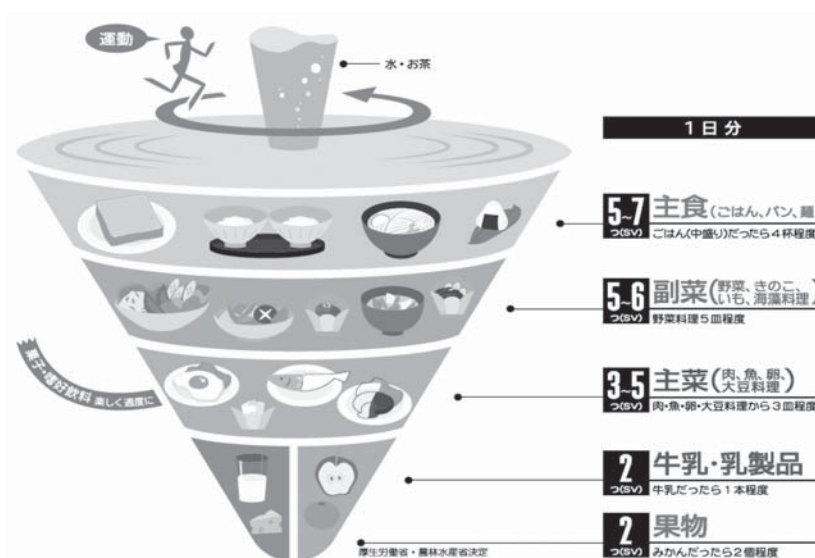
●栄養成分表示について

高校生では、栄養成分表示を参考にしている人が増加傾向にあります。

壮年期・高齢期ともに栄養成分表示を参考にしている人は3～4割で推移しており、引き続き、活用方法などについて普及・啓発が必要です。



調査概況③④⑤⑦

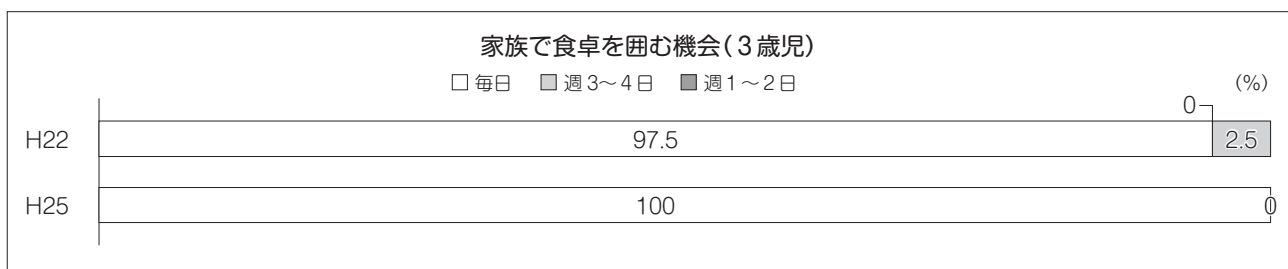


(3) 家庭での食を通したふれあいの機会

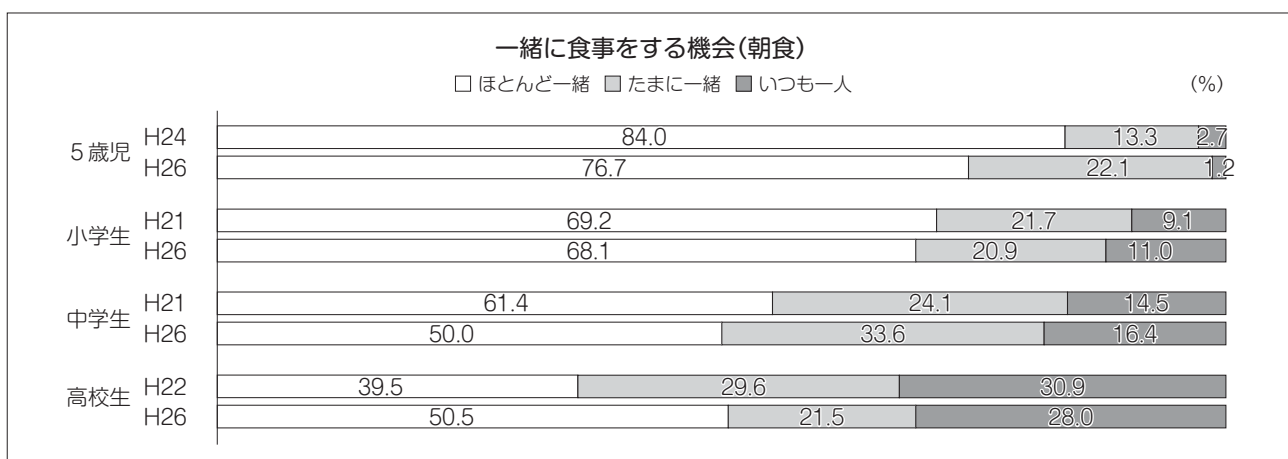
家族で食卓を囲む機会は、朝食については、中学生において他の年代に比べ「ほとんど一緒・たまに一緒」に食事していると答えた人の割合が減少している。

以前は、家族そろって食事をするのが当たり前でしたが、社会環境の変化に伴い、家族そろって食事をする機会が減少しているといわれています。そうした中、奥出雲町においても、朝食については、5歳児・小学生・中学生とともに一緒に食事をする機会は減少傾向にあります。

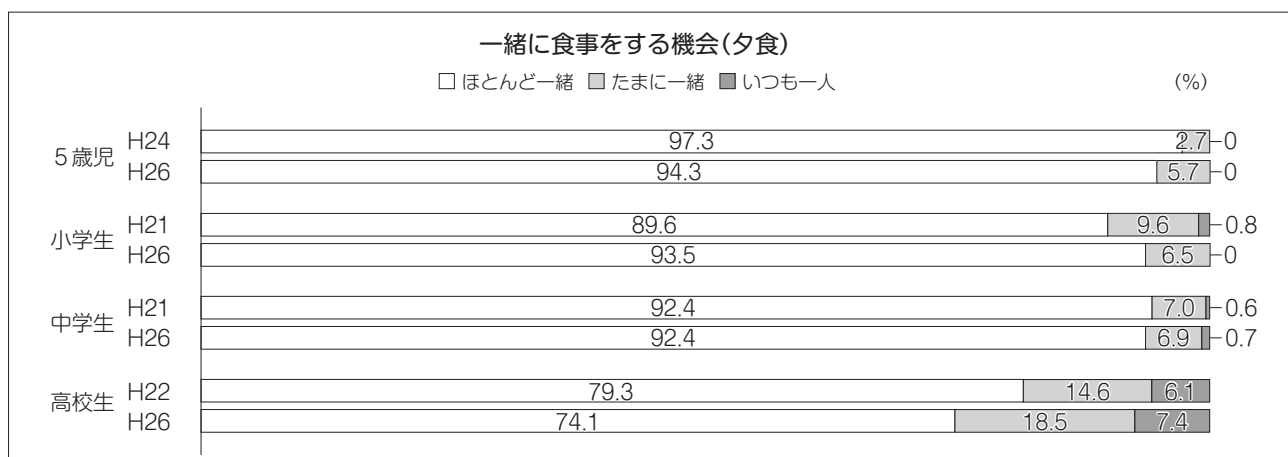
●一緒に食事をする機会



調査概況⑨



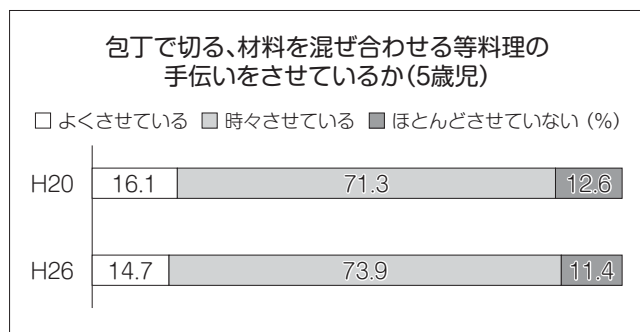
調査概況②③⑤⑦⑧



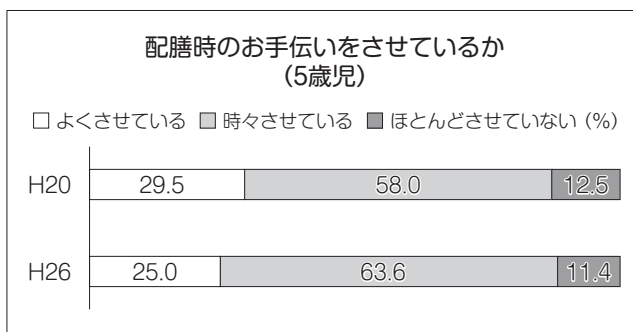
調査概況②③⑤⑦⑧

●家での食事の手伝い

5 歳児では調理の手伝い、配膳等の手伝いともに、「よくさせている・ときどきさせている」と答えた人の割合は 88.6% で推移しています。

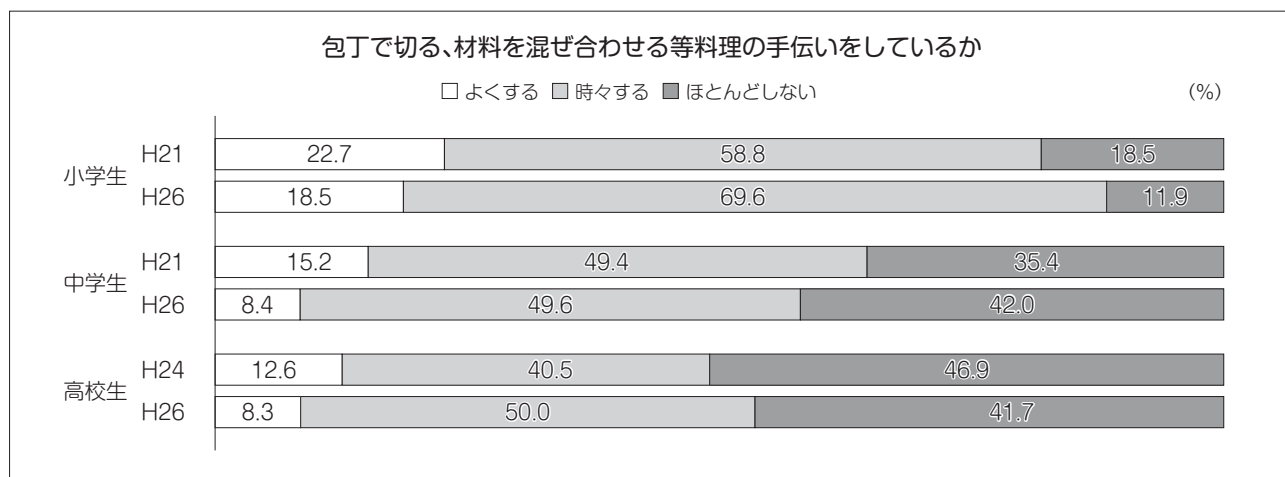


調査概況①⑦

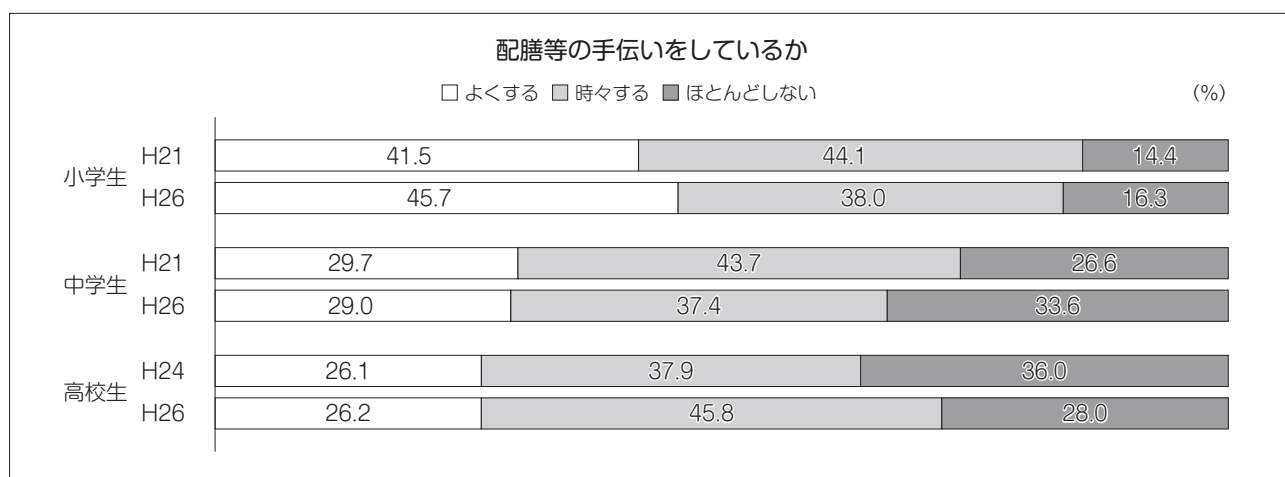


調査概況①⑦

小学生から高校生では、年代が上がるにつれてだんだんと調理の手伝い、配膳の手伝いともに減少傾向にあります。



調査概況②⑤⑦⑧



調査概況②⑤⑦⑧

(4) 生活習慣病や肥満などの状況

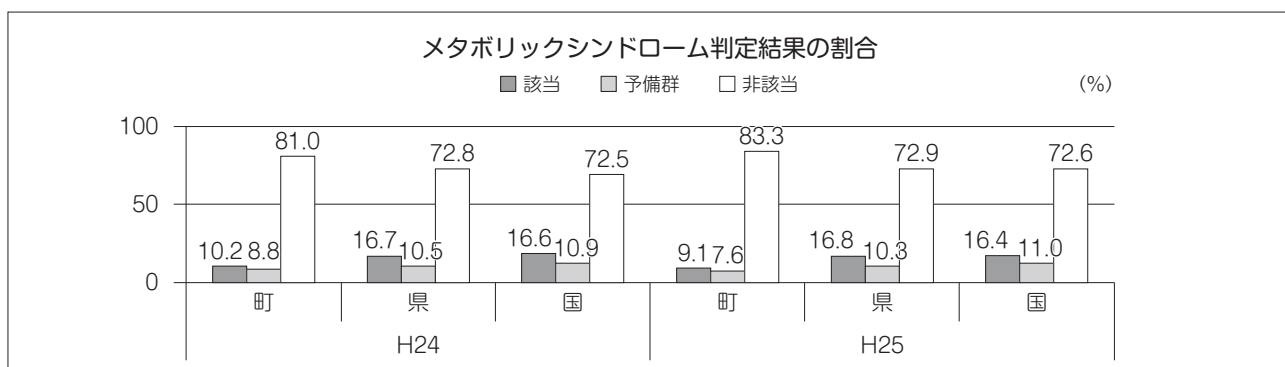
**HbA1c※・LDL コレステロール※・血圧とも県平均より高い傾向にある。
また、非肥満で高血糖※の方の割合が増加している。**

●特定健康診査結果からみる健康課題

奥出雲町は、国・県に比べメタボリックシンドローム※の割合が少ない傾向にあります。

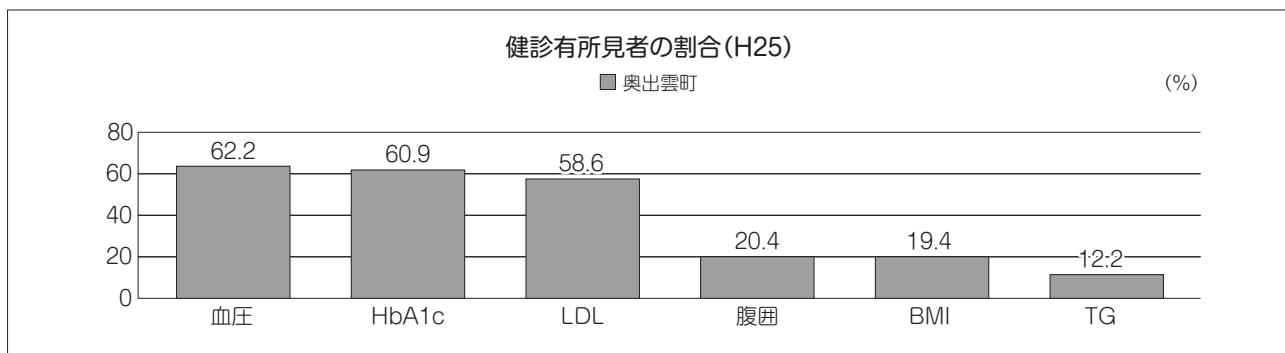
健診有所見者※において半数以上は、血圧、HbA1c、LDL コレステロールが多い状況です。一方、非肥満で高血糖の割合をみると、H24は3.8%がH25は7.6%と増加し、県・国の割合より多く、奥出雲町では、非肥満で高血糖の割合が増加傾向にあります。

①メタボリックシンドローム判定結果



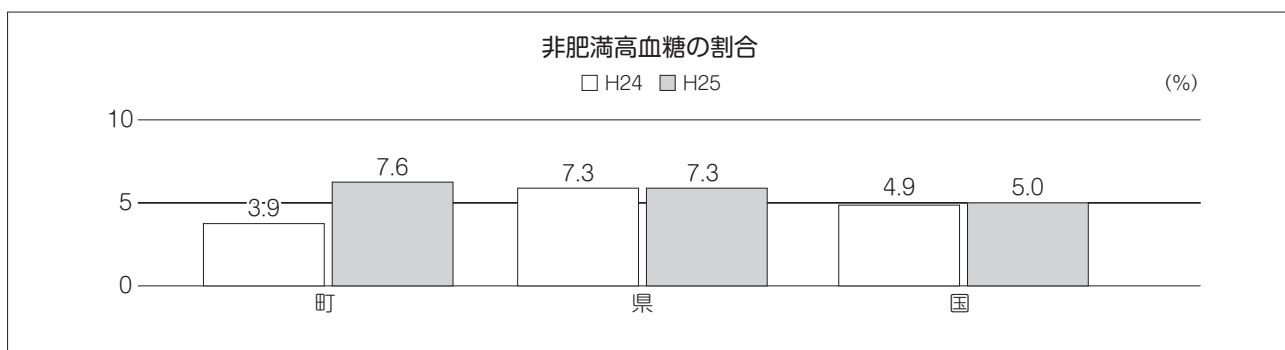
調査概況①

②健診有所見者の割合



調査概況①

③非肥満高血糖



調査概況①

●小学生・中学生の肥満・痩身（やせ）の状況

小学生・中学生の肥満・痩身（やせ）の状況は、男子・女子とも痩身（やせ）が増えています。

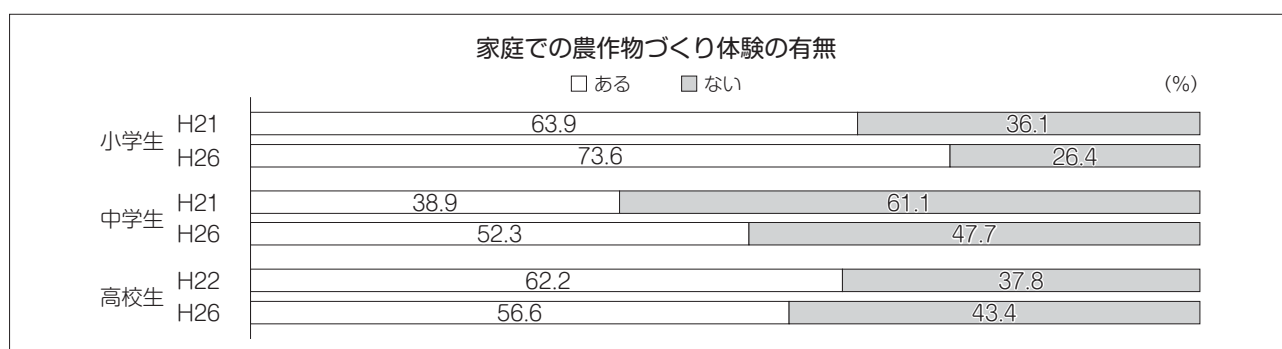
	小学生				中学生			
	男子		女子		男子		女子	
	H20	H25	H20	H25	H20	H25	H20	H25
や せ (-20～29%)*	0.7%	1.3%	0.5%	1.1%	1.3%	2.7%	2.5%	2.8%
標 準 (19%～-19%)	92.0%	92.3%	92.5%	90.7%	91.0%	90.3%	88.8%	87.6%
軽度肥満 (29～20%)	3.4%	2.6%	4.3%	5.0%	1.7%	1.1%	5.4%	4.5%
中等度肥満 (49～30%)	2.9%	3.2%	2.4%	2.5%	4.3%	4.8%	2.5%	4.5%
高度肥満 (50%以上)	1.0%	0.6%	0.3%	0.7%	1.7%	1.1%	0.8%	0.6%

調査概況⑩

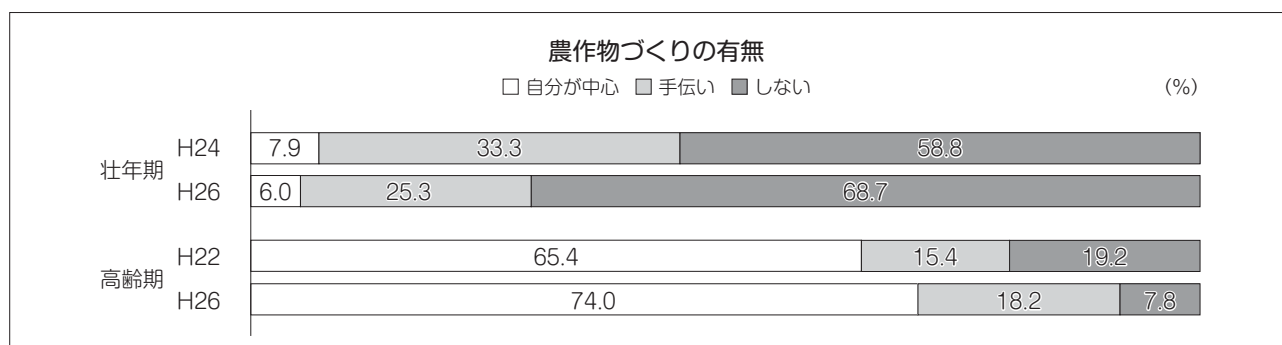
(5) 農作物づくりの実施状況

小学生・中学生では、家庭での農作物づくりの体験の割合が増加している。

小学生・中学生の農作物づくりの体験をしたことがあると答えた人の割合は増加しています。
農作物づくりについては、高齢期を中心に行われています。



調査概況②③⑦⑧

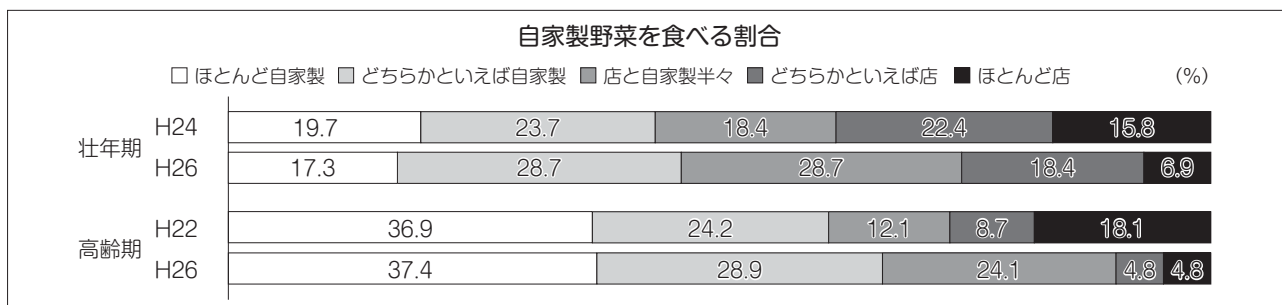


調査概況④⑤⑦

(6) 地場産物・自家製野菜の活用状況

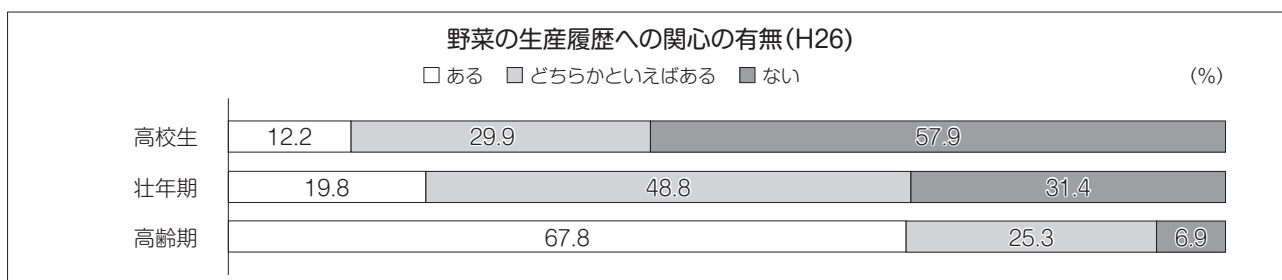
年代が上がるにつれ、生産履歴(農薬や肥料の使用)への関心が高くなっている。

自家製野菜については、「ほとんど自家製」・「どちらかといえば自家製」と答えた人の割合をあわせると、高齢期では増加傾向にあるが、壮年期では減少傾向にあります。また、年代が上がるにつれて「ほとんど自家製・どちらかといえば自家製」と答えた人が増加しています。



調査概況④⑤⑦

野菜の生産履歴(農薬や肥料の使用)への関心は、年代が上がるにつれて高くなっています。



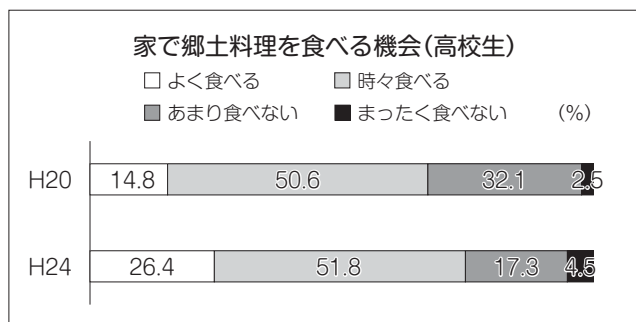
調査概況⑦

(7) 郷土料理にふれる機会

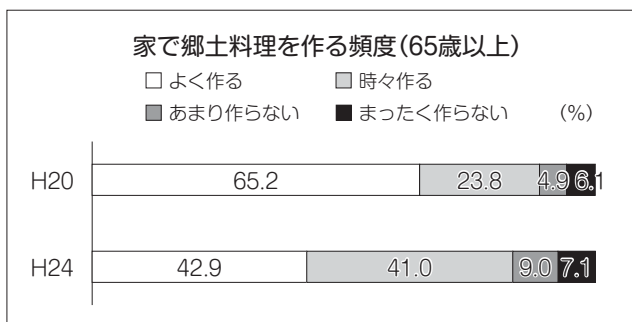
家庭で郷土料理を食べる機会はあるが、料理を作る機会は減少している。

笹まきや煮しめなどの郷土料理を「よく食べる」「時々食べる」と答えた高校生は、増加しており、郷土の料理にふれる機会は増加傾向にあります。また、公民館や自治会でも奥出雲町の食文化を後世に伝える様々な活動が行われています。

65歳以上の郷土料理を作る頻度は、「よく作る」「時々作る」と答えた人の割合が減少しており、家庭での郷土料理を作る機会が減少しています。



調査概況③⑤



調査概況④⑤

2 現状から見た課題

第1期計画の目的は、食育の推進にあたっての啓発や知識の伝達でした。アンケート結果や関係機関の取り組み状況から、現状を振り返り、問題点を整理しました。

○食について学び、食べる知恵を身につけよう

アンケート結果から子どもの世代では学校や地域での積極的な食育の取り組みにより朝食の内容は改善傾向にありますが、野菜の摂取はまだ不足しています。壮年期では、男性の朝食の欠食は以前より増え、朝食の内容の不十分さや野菜摂取の不足などが課題です。

奥出雲町の男性は女性に比べ、脳卒中の年齢調整死亡率*が高く、県内でも高い傾向です。またSMR（標準化死亡比）*では男女とも県内で1位です。

特定健診の結果から奥出雲町の血圧、HbA1c、LDL コレステロールの有所見者が多い傾向です。また、非肥満で高血糖状態の人の割合は増加し、国・県平均より高い傾向です。

食事バランスガイドの認知度や栄養成分表示を活用している人の割合は増加傾向にありますが、自治会や老人会等で食の学習会の開催は慣例化し、新規の団体での開催は少ない傾向にあります。

○農作物を育てよう

子どもは、関係機関や地域の方々の協力により、農作業体験や作物づくりについての機会は増加しました。

家庭では、畑づくりは祖父母中心の家庭が多い傾向です。奥出雲の豊かな自然と食材を生かした生活を維持していく上で、少子高齢化に起因する後継者不足が課題です。

○おいしく作って楽しく食べよう

関係機関の取り組みにより子どもの調理体験の割合や公民館での男性料理教室の実施状況は増加しています。今後も引き続き取り組みを継続、推進します。奥出雲町は、夫婦共働き世帯が多く、毎日の食事の手伝いについても忙しい現状があることから、調理・配膳の手伝いの機会は小学生・中学生で減少傾向にありました。

○地元の食材をえらぼう

家庭では、「なるべく自家製の野菜を選ぶようにしている」と答えた人の割合は高い傾向です。産直市だけでは地元野菜の取り扱い品目、量は限られています。町内の給食施設では、需要量に対し供給量が伴わず不足しているのが現状です。生産者の高齢化などにより、生產品目や量も減少しています。農業人口を維持し、学校給食などへの安定供給体制の整備が課題です。

○奥出雲の食をつたえよう

奥出雲の郷土料理は知っているが、作り方を知らない人が多い現状から、関係機関で三世代交流などの機会に、地域の伝統料理・行事食を伝える取り組みが、盛んに行われています。奥出雲町の食文化や食材の豊かさ、古来の日本食・郷土食のよさ、守り育てている生産者の思いなどを、多くの人に伝えていくことが課題です。

Ⅲ章 基本理念

『学び つたえて ふるさとが つながる 奥出雲の食育』

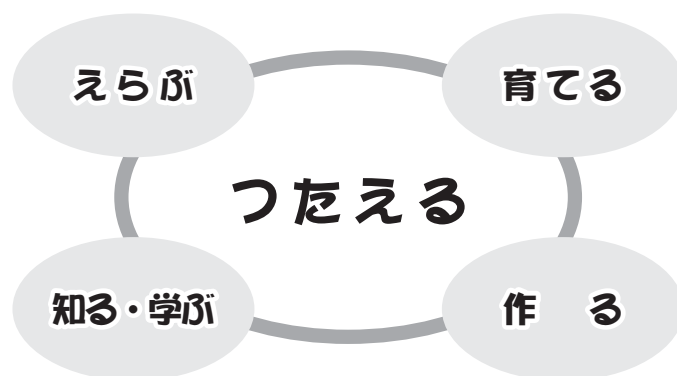
生涯にわたって心身ともに健康で、生き生きと過ごすために「食育」はあらゆる世代に必要です。

奥出雲町食育推進計画では、「知る・学ぶ」、「育てる」、「作る」、「えらぶ」、「つたえる」の5つの基本目標に基づき推進し、食育を広く普及啓発してきました。奥出雲の豊かな自然と食事を生かした生活を維持していくうえで、少子高齢化に起因する後継者不足という課題が様々な場面で判明しました。第2期奥出雲町食育推進計画においては、「食育」・「地産地消」をキーワードに、5つの基本目標が相互に関連し合い、奥出雲の食の豊かさが家庭や地域、さらには次世代へと伝わるよう努めていきます。

そこで、奥出雲町食育推進計画に引き続き「学びつたえて ふるさとがつながる 奥出雲の食育」を基本理念とし、その実現に向けて、家庭、幼稚園、学校、公民館、生産者団体、行政などの関係機関が一体となって、食でつながるネットワークづくりを各場面で展開していきます。そして、奥出雲町らしい「食育」・「地産地消」を推進し、町民一人ひとりの健全な食生活の実践を促します。

基本理念の実現を図るため、次の5つの基本目標を掲げ、食育を推進していきます。

- ◎ 食について学び、食べる知恵を
身につけよう
- ◎ 農作物を育てよう
- ◎ おいしく作って楽しく食べよう
- ◎ 地元の食材をえらぼう
- ◎ 奥出雲の食をつたえよう



Ⅳ章 食育推進のための柱と展開

1 重点施策

- 食育推進力を高めるために主体的に実践する人材を育成し、関係機関のネットワークづくりを推進します
- 地産地消を推進するために、奥出雲の自然と食材の豊かさに気づき、実感できるよう取り組みます

2 基本目標

○食について学び、食べる知恵を身につけよう

「食」を学ぶことは「人がよりよく元気に生きること」につながる
○食についての学習の推進～正しい知識を身につけ、かしこく選ぶ～

(ねらい)

バランスのとれた食事は、健康の維持、心身の成長に欠かせないものであることを学び、自分にとって必要な栄養を学び、食べ物の選択や食べる知恵を身につけることができるよう推進します。

(関係機関の重点施策)

- ◆主食・主菜・副菜をそろえた食事、野菜を食べることの重要性、生活習慣病予防等正しい食習慣を身につけるための支援をします。
- ◆食べる知恵を子どもから高齢者まで習得できるよう学習会等の支援をします。
- ◆町内の給食施設等の食に関する情報を地域に情報提供できる環境整備を図ります。
- ◆関係機関で連携し、生活習慣病予防のための食の知識を家庭へ普及啓発します。
- ◆幼稚園・学校・PTA・公民館が主催する生活習慣病予防のための食の学習会への支援をします。
- ◆食の学習会の開催が増えるよう自治会・公民館・事業所等関係機関への普及啓発パンフレットを配布します。

(活動事例)

幼稚園・学校・地域・行政等町内で食の学習会が盛んに開催されています。



亀嵩小学校のお弁当の日



横田中学校お弁当の日



○農作物を育てよう

からだで感じることはふるさとを思う心につながる
○農作業体験し、育てることの楽しさ・食の大切さを感じる

(ねらい)

食はふるさとを思う心を育てます。小さい時に食べた味は忘れられません。そんな食を土作りからはじめることによって、食べた物の大切さを感じ、作ってくれる人への感謝の心が育つよう、ふるさとを思う心につながるように推進します。

(関係機関の重点施策)

- ◆関係機関と連携して植付けから収穫まで農作業の体験（教育ファーム※）が継続できるよう支援します。
- ◆家庭での取り組みとして、土曜日、日曜日等の農作業体験・収穫したものを家族で食べる野菜づくりの講習会を開催します。

(活動事例)

多くの幼稚園・小学校等で作物を育てる体験が実施されています。また、ほとんどのところで、教育ファームの取り組みがなされています。地域の方々や農家の方の協力のもと、植付けや収穫だけではなく、草取りや水の管理などの作業も体験するという充実した取り組みが実施されています。

特に、奥出雲ならではの仁多米の栽培では、はで干し乾燥をするなど、昔ながらの作業も体験しています。



小学校での農業体験活動

○おいしく作って楽しく食べよう

調理の経験が、将来の「自分の手で作って食べる」行動につながる
○調理体験の推進

(ねらい)

調理の体験をすることで、調理の技術を身につけ、みんなでおいしく食べる喜びを感じ、食事をつくってくれた人への感謝の心を育むよう支援します。そして、自ら調理する意欲や正しい食事のマナーを身につけられるよう関係機関が連携して推進します。

(関係機関の重点施策)

- ◆毎月 19 日の「食育の日」※・毎月第 3 日曜日の「家庭の日」※に家族全員で食卓を囲めるよう普及啓発を図ります。
- ◆自ら育てた農作物を家庭や幼児園・小学校で一緒に調理をして食べる一連の体験活動を継続します。
- ◆家庭で、休日には子どもと一緒に調理や食事の支度をする機会を推進します。(土曜日・日曜日の親子調理体験など)
- ◆イベントにあわせて調理体験・試食の機会を支援します。

(活動事例)

幼児園・学校・地域・行政など町内のあらゆるところで調理体験が開催されています。



幼児園での調理体験



公民館での男性料理教室



公民館での地元野菜教室

(コラム)

天然だしを使っておいしくヘルシーに
簡単・お手軽だしのとりかた

昆布・かつおぶし・いりこなどを容器にいれ、必要な分ほどお湯を入れれば、お手軽だしのできあがり。

減塩したい人はもちろん、添加物の味に慣れてしまった大人が多い中、食生活改善推進協議会の活動では天然のだしの旨味の大切さを子どもだけでなく地域に広く伝えていきます。

○地元の食材をえらぼう

地元の食材を使うことは、地元を元気にすることにつながる
○地場産物※活用の推進

(ねらい)

地元で栽培された新鮮な農産物が年間を通じて豊富に出回り手軽に活用されるよう推進します。また、普段口にしている食べ物はどこからくるのか、奥出雲町ではどのような食材がとられているのか、理解を深める活動を推進します。

(関係機関の重点施策)

- ◆直売所等では、地場産物の活用に関する情報を提供します。
- ◆給食施設等の地場産物の活用を推進するために、生産者と給食施設の話し合いと研修の機会を年2～3回程度確保します。
- ◆食育推進リーダーや農業士等による担い手の育成、地場野菜のよさを伝える講習会を関係機関等と連携して開催します。
- ◆野菜づくりの講習会を継続的に開催し、食材に関心をもつ人を増やします。

(活動事例)

馬木のグループでは、季節の野菜を中心に学校給食共同調理場や幼稚園に提供しています。

毎月の発注をもとに、グループで打合せ、分担しています。また、こうしたつながりを通じて、交流会に参加し、食への理解を深める活動にも取り組んでいます。



毎月の打ち合わせ
発注を元に割り振りします。



栽培（収穫）
丹精こめて作っています。



納入
直接お届けします。

(活動事例)

食育リーダー育成のための野菜づくりの講習会を開催し、給食野菜についての理解や食育への関心が高まりました。

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月
じゃがいも(男爵)											
キャベツ(春波)											
玉ねぎ(もみじ3号)											
大根(三太郎)											
白菜(晴黄60)											
トマト(アイコ)											
茄子(庄屋大長)											
にんじん(いぬい5寸)											
南瓜(雪化粧)											
さつまいも(金時)											
ねぎ(初外スー)											

給食野菜の年間栽培計画表



○奥出雲の食をつたえよう

ふるさと奥出雲町の豊かな自然と食材が次の世代へ（未来へ）**つながる**
○さまざまな取り組みをつたえあい、実践しよう！

（ねらい）

奥出雲町は、豊かな自然に恵まれ、全国に誇る仁多米をはじめとするさまざまな地元食材があります。町民の一人一人が、郷土食や食にまつわる習慣、行事の体験活動に、家族や友達等と共に参加することにより、この恵まれた環境に気づき、郷土に対する誇りや愛着心を持ち、未来へつたえることが出来るよう支援します。

（関係機関の重点施策）

- ◆健康づくりを支援する食環境整備の推進をします。
- ◆より良い取り組みを行っている団体などを広く町内につたえます。
（毎月 19 日の食育の日・6月の食育月間・各小学校等の取り組み・給食施設への野菜供給の様子等）
- ◆家庭において日ごろから伝統行事に参加し、食文化・郷土料理等を取り入れることができるよう推進します。
- ◆郷土に対する愛着心が育つよう、地域の伝統行事など食文化を学ぶ三世代交流教室等が継続できるよう支援します。
- ◆関係機関で奥出雲の食レシピ集等を活用し、つたえます。

（活動事例）

幼稚園・学校・地域・行政など町内のあらゆるところで郷土料理等の体験が開催されています



幼稚園での笹巻き体験



幼稚園での豆腐づくり



公民館でのそば打ち体験教室

3 ライフステージごとの展開と個人・団体の役割

○食について学び、食べる知恵を身につけよう

朝ごはんを毎日食べ、正しい食習慣を身につけるよう心がける
 朝ごはんの内容の充実や野菜摂取の重要性・肥満予防などの栄養や生活習慣に関する学習の機会に参加する

	乳幼児・学童期	妊娠・青年・壮年期	高齢期
個人・家庭 の役割	・早寝・早起きをする ・家族や友達と外で遊び、食事やおやつを適量食べる ・主食・主菜・副菜をそろえ、野菜を毎食食べる	・朝ごはんを毎日食べる ・自分や家族の適量を知り、実践する ・食の学習会やイベントに参加する ・栄養成分表示や給食だよりなど食の情報を活用する	・自分の適量を知り、健康状態にあった食事をする ・3食を規則正しく食べる ・食の学習会やイベントに参加する
幼稚園・ 学校の役割	・健康な生活リズムを身につける ・学校の食育計画に基づき、食に関する指導の充実を図る ・給食を生きた教材として活用する	・学校やPTAで保護者むけの食の学習会の企画する ・学校だよりなどにより食に関する知識や取り組みの情報発信をする	・祖父母参観を企画する ・学校だよりなどによる食に関する知識や取り組みの情報発信をする
公民館 の役割	・食に関する情報の掲示をする ・食の学習会を開催する		
食品関連事 業者などの 役割	・食や健康に関する情報発信をする ・食の情報の店内掲示や食品表示に関する情報提供、外食栄養成分表示を普及する ・食事バランスガイドの活用、健康に配慮したメニューの提供などをする		
食生活改善 推進協議会 などの役割	・食事バランスガイドについて学びを深め、活用を啓発する ・研修会に参加する ・減塩を推進する		
行政(子育て支援課・ 教育総務課・健康づくり推進課)の役割	・食の学習会の企画、実施をする ・広報媒体を活用した情報提供をする ・奥出雲の食レシピの活用を推進する ・食育を推進するボランティア等の人材の発掘とボランティア活動の支援を継続する ・商工会(飲食店)との課題の共有や連携した食育の推進をする		
	・乳児健診時の食の学習、個別相談等による正しい栄養情報の普及啓発をする ・子育て支援センター事業による在宅児への栄養情報の普及啓発をする	・「奥出雲町げんきプラン21」による自治会での食の健康教室、特定健診、保健指導などを関係機関と連携して企画、実施する	・老人会等の健康教室の支援をする

○農作物を育てよう

農作物づくりの大切さを学び、感謝の心が育つよう農作業体験活動に参加する

	乳幼児・学童期	妊娠・青年・壮年期	高齢期
個人・家庭の役割	・家の畑(家庭菜園)づくりを手伝う	・家庭菜園の継続をする ・家に畑がない人、農業経験のない人はプランターなど簡単な農作物づくりに挑戦する	・畑づくりを継続する
幼稚園・学校の役割	・菜園活動を継続する	・地域の人との農作業体験教室などの企画をする	・農作業など教えてもらう機会を設定する
公民館の役割	・地域行事と連携した食育推進リーダー等による農業体験の推進(企画・調整)をする		
生産者・事業所などの役割	・農業体験の指導や企画をする		
行政(農業振興課・教育総務課)の役割	・植え付けから栽培、収穫したものを調理するまでの体験ができるよう支援をする		

○おいしく作って楽しく食べよう

毎月19日の「食育の日」・毎月第3日曜日の「家庭の日」には早く帰宅し、家族で食卓を囲み食事ができるよう時間をつくる
休日には子どもと一緒に調理や食事の支度をする機会を増やす
調理体験活動へ積極的に参加する
家族や自分の1日の食事の適正量を知り、無駄なく作る

	乳幼児・学童期	妊娠・青年・壮年期	高齢期
個人・家庭の役割	・食べることを楽しむ環境づくりをする ・食事中はテレビを消すなど食事マナーを身につける ・料理の手伝いをする	・食事づくりができるようになる ・給食を参考に家で実践してみる ・レパートリーを増やす ・家族で食卓を囲み、食事ができる時間をつくる	・自分でできる料理は作る
幼稚園・学校の役割	・調理の機会を提供し、みんなでおいしく食べる ・食事マナーを伝える	・関係機関と連携し、調理の機会を提供し、みんなでおいしく食べる	・調理を通し高齢者とのふれあいの機会を提供し、調理の知恵を教える
公民館の役割	・毎月19日の「食育の日」のプレート掲示などの啓発をする ・調理体験活動を企画する		
生産者・事業所などの役割	・毎月19日の「食育の日」のPRをする ・食のイベントを開催する		
行政(子育て支援課・教育総務課・健康づくり推進課)の役割	・毎月19日の「食育の日」・毎月第3日曜日の「家庭の日」には早く帰宅し、食事ができるよう事業所など関係機関に働きかける ・調理して食べる機会が増えるよう、各関係機関と連携をする ・広報媒体を活用し、取り組み予定や実施内容を情報提供する ・青・壮年期に対し、食に関する楽しい体験を取り入れた学習会をイベントに合わせて開催する		

○地元の食材をえらぼう

自分の畑でとれた野菜や地場産物の旬の食材を積極的に利用する
奥出雲の食レシピ集を活用する

	乳幼児・学童期	妊娠・青年・壮年期	高齢期
個人・家庭 の役割	・畑での収穫、産直市などで地場産物の食材にふれる	・自家製の野菜や地場産物の食材を積極的に使う	・地産地消を実践する
幼稚園・ 学校の役割	・畑で収穫して野菜にふれる ・食の生産・流通过程を知る ・給食での地場産物を積極的に活用する	・食育推進リーダー・農業士会・地域の人等を招き、地場産物にふれる企画をする ・食の生産・流通过程を知る機会をふやす	・生産者として研修会に招く
公民館 の役割	・地産地消のPR、地域行事での地場産物の活用を推進する		
生産者・事業所などの 役割	・生産者の顔が見える地場産物を提供する ・地場産物を使った料理の紹介や旬の食材の情報などによる地産地消のPRをする ・野菜の安定供給を図るため、栽培講習会等への積極的な参加を促す		
行政（農業振興課・教育総務課） の役割	・給食施設等の地場産物の活用を推進するために生産者と給食施設の話し合いと研修の機会を年2～3回程度確保し、ネットワークを強化できるよう支援する ・地場産物を使った親子野菜料理教室などの支援をする ・生産者、消費者、販売者の農作業体験を通じた交流を促す		

○奥出雲の食をつたえよう

食の取り組みをつたえあう
三世代交流教室等、日ごろから伝統行事に参加し、食文化・郷土料理などを家庭で取り入れる

	乳幼児・学童期	妊娠・青年・壮年期	高齢期
個人・家庭 の役割	・行事、食文化などにふれ、その意味を知る	・食の取り組みに積極的に参加する ・行事・食文化などを受け継ぐ	・行事、食文化などをつたえる
幼稚園・ 学校の役割	・地域の行事や食文化についてつたえ、行事食や郷土料理を給食に取り入れる	・行事の中に食の取り組みを取り入れる ・ふるさとティーチャーとして招く	・ともに伝統食や郷土料理を作る機会を設ける ・ふるさとティーチャーとして招く
公民館 の役割	・世代間交流事業、地域の伝統行事など食文化を学ぶ機会の提供をする ・伝統行事への支援、ふるさと教育推進事業（ふるさとティーチャー）への支援を継続する		
食品関連事業者などの 役割	・行事食や郷土料理をメニューに取り入れる		
行政の役割	・地域の食文化や郷土料理の活動を情報提供する ・講師紹介等関係部署が連携して食の取り組みのコーディネート、支援する ・CATV等広報媒体を活用し、食育の取り組みを紹介、情報発信をする		

4 目標の改善状況と目標値

◎目標達成

○目標値は達成しなかったが、改善傾向のもの

△やや悪化（計画策定時から5%未満減少）

×悪化傾向（計画策定時から5%以上減少）

○食について学び、食べる知恵を身につけよう

●朝食の摂取状況

		計画策定時	現状値	第1期計画 目標値	改善状況	第2期計画 目標値
幼児期	1歳6ヵ月児	95.3%	98.7%	100%	○	100%
	3歳児	85.9%	97.1%	100%	○	100%
学童期	小学生	92.3%	94.6%	100%	○	100%
	中学生	90.5%	90.1%	100%	△	100%
高校生		90.1%	87.9%	100%	△	100%
壮年期	3歳児保護者	76.5%	83.4%	100%	○	100%
	妊婦	64.0%	65.2%	100%	○	100%
	40～74歳	95.5%	85.9%	100%	×	100%
高齢期		93.0%	96.6%	100%	○	100%

調査概況①②③④⑦⑧⑨⑫

●朝食の内容（主食・主菜・副菜が揃っている人）

		計画策定時	現状値	第1期計画 目標値	改善状況	第2期計画 目標値
幼児期	5歳児	—	44.3%	増加	—	50%
学童期	小学生	23.1%	44.1%	40%	◎	50%
	中学生	16.1%	34.4%	40%	○	50%
壮年期		32.9% (中間値)	30.1%	増加	△	35%
高齢期		80.1% (中間値)	76.3%	増加	△	80%

調査概況②⑤⑦⑧

●朝食の野菜摂取

		計画策定時	現状値	第1期計画 目標値	改善状況	第2期計画 目標値
幼児期	5歳児	43.8%	43.8%	70%	△	70%
学童期	小学生	58.3%	58.7%	70%	△	70%
	中学生	44.9%	34.3%	70%	×	70%
高校生		30.0%	49.5%	50%	○	60%
壮年期		48.6% (中間値)	47.1%	増加	△	50%
高齢期		92.6%	96.4%	継続	◎	97%

調査概況①②③④⑤⑦⑧

●食事バランスガイドの認知度

	計画策定時	現状値	第1期計画 目標値	改善状況	第2期計画 目標値
壮年期	30.7%	36.4%	増加	◎	40%

調査概況⑨

●栄養成分表示を活用している人

	計画策定時	現状値	第1期計画 目標値	改善状況	第2期計画 目標値
高校生	15.9%	41.0%	50%	○	50%
壮年期	32.9% (中間値)	31.0%	増加	△	40%
高齢期	35.3%	40.3%	50%	○	50%

調査概況③④⑤⑦

●各自治会の食の学習会

	計画策定時	現状値	第1期計画 目標値	改善状況	第2期計画 目標値
壮年期・高齢期	13.6%	20.7%	20%	◎	20%

調査概況⑩

○農作物を育てよう

●農業体験活動を実施している

	計画策定時	現状値	第1期計画 目標値	改善状況	第2期計画 目標値
小学校	11校中11校	11校中11校	継続	◎	100%

調査概況⑩

●家庭で農作物づくりをしている・したことがある

		計画策定時	現状値	第1期計画 目標値	改善状況	第2期計画 目標値
学童期	小学生	63.9%	73.6%	継続	◎	74%
	中学生	38.9%	52.3%	継続	◎	53%
高校生		62.2%	56.6%	継続	×	57%
高齢期		80.8%	92.2%	継続	◎	90%

調査概況②③④⑦⑧

○おいしく作って楽しく食べよう

●家族（大人）と一緒に食べる

		計画策定時	現状値	第1期計画 目標値	改善状況	第2期計画 目標値
幼児期		95.4%	94.3%	増加	△	95%
学童期	小学生	89.6%	93.5%	増加	◎	94%
	中学生	92.4%	92.4%	増加	○	93%
高校生		79.3%	74.1%	増加	△	75%
壮年期		—	94.3%	増加	—	95%
高齢期		74.4%	85.1%	増加	◎	85%

調査概況①②③④⑦⑧

●調理の体験を実施している

		計画策定時	現状値	第1期計画目標値	改善状況	第2期計画目標値
幼児期	保育所・幼稚園・幼稚園	13園中13園	9園中9園	継続	◎	100%
学童期	小学校・中学校	13校中13校	13校中13校	継続	◎	100%

調査概況⑩

●家庭での調理体験をよくする

		計画策定時	現状値	第1期計画目標値	改善状況	第2期計画目標値
幼児期		83.3%	88.6%	85%	◎	88%
学童期	小学生	81.7%	88.1%		◎	88%
	中学生	63.0%	58.0%		△	85%

調査概況①②⑦⑧

●家庭で配膳などの食事の手伝いをよくする

		計画策定時	現状値	第1期計画目標値	改善状況	第2期計画目標値
幼児期		86.1%	88.6%	90%	○	90%
学童期	小学生	85.7%	83.7%	90%	△	90%
	中学生	73.4%	66.4%	90%	×	90%

調査概況①②⑦⑧

●男性の料理教室をしている公民館

	計画策定時	現状値	第 1 期計画 目標値	改善状況	第 2 期計画 目標値
壮年期	9 施設中 4 施設	9 施設中 7 施設	増加	◎	100%
高齢期					

調査概況⑩

○地元の食材をえらぼう

●自家製の野菜を食べる

		計画策定時	現状値	第1期計画目標値	改善状況	第2期計画目標値
高校生		90.0%	80.7%	継続	×	80%
高齢期		81.9%	95.2%	継続	◎	85%

調査概況③④⑦

●野菜の生産履歴への関心

		計画策定時	現状値	第1期計画目標値	改善状況	第2期計画目標値
高校生		—	42.1%	—	—	45%
壮年期		—	68.6%	—	—	70%
高齢期		—	93.1%	—	—	94%

調査概況⑦

●学校給食への地場産物の活用（地元産食品の使用率）

	計画策定時	現状値	第 1 期計画 目標値	改善状況	第 2 期計画 目標値
学童期（食品数ベース）	16.9%	30.9%	15%	◎	31%

調査概況⑰

○奥出雲の食をつたえよう

●郷土料理を作る・食べる

	計画策定時	現状値	第 1 期計画 目標値	改善状況	第 2 期計画 目標値
高校生	65.4%	78.2%	継続	◎	78%
高齢期	88.5%	83.9%	継続	×	83%

調査概況③④⑤

●食文化に関する事業に取り組む施設

	計画策定時	現状値	第 1 期計画 目標値	改善状況	第 2 期計画 目標値
保育所・幼稚園・幼稚園	13園中13園	9園中9園	継続	◎	100%
公民館	9 施設中 8 施設	9 施設中 9 施設	継続	◎	100%

調査概況⑮

V章 計画の推進状況の把握と評価・見直し

本計画の策定にあたり、奥出雲町食育推進委員会では、実行可能で分かりやすい計画を目指してきましたが、奥出雲町の食育をより実のあるものにするため、今後も計画の進捗状況を確認することとしています。

1 進行管理と評価

- （１）本計画を達成するため、必要に応じて各団体において実施計画を策定します。また、各団体のネットワーク化を進め、情報の共有化を図ります。
- （２）本計画の進捗状況を把握し、評価を行いながら、改善を図ります。また、食育の推進に関する町民の意見や要望を反映します。

2 公表

本計画の実施状況を町のホームページに掲載するとともに、本計画が円滑に推進されるよう、各種広報の活用や会議の開催などにより広く普及を図ります。

3 計画の見直し

社会情勢の変化などにより本計画の見直しが必要な場合は、適宜見直しを行います。

※【調査概況】

本計画中のグラフの出典は次のとおりです。（なお、グラフは無回答を除いています）

①雲南圏域食育ネットワーク会議アンケート（５歳児とその保護者）

雲南管内の保育所・幼稚園に在籍する５歳児の保護者のうち、奥出雲町内の保育所・幼稚園の５歳児の保護者への調査結果を使用

（実施時期）平成20年12月

（対象者）５歳児（年長）クラスに在籍する101名の幼児の保護者

（回収率）88.1%

②雲南圏域食育ネットワーク会議アンケート（小学５年生・中学２年生）

雲南管内の小学５年生・中学２年生のうち、奥出雲町内の小学５年生・中学２年生への調査結果を使用。

（実施時期）平成21年12月

（対象者）小学５年生…122名 中学２年生…168名

（回収率）小学５年生…98.4% 中学２年生…94.0%

③横田高校食生活調査

（実施時期）平成22年2月

（対象者）横田高校３年生82人の生徒

④ふれあいサロン食生活調査

（実施時期）平成22年2月

（対象者）一般高齢者介護予防事業（ふれあいサロン）参加者174名

⑤平成24年度 食育アンケート調査

（実施時期）平成25年3月

（対象者）幼児期：町内保育所、幼稚園、幼稚園に所属する５歳児

青年期：島根県立横田高等学校２年生

壮年期：町内保育所、幼稚園、幼稚園に所属する５歳児の保護者

高齢期：奥出雲町社会福祉協議会が実施するふれあいサロン参加者

（回収率）	配布枚数	回収枚数	回収率
幼児期	91	78	85.7%
青年期	111	111	100.0%
壮年期	91	78	85.7%
高齢期	163	163	100.0%

⑥平成 24 年度 児童・生徒の食生活調査

(実施時期) 平成 24 年 9 月

(対 象 者) 学童期：奥出雲町内の小学 5 年生・中学 2 年生

(回 収 率)	配布枚数	回収枚数	回 収 率
小学 5 年生	117	117	100.0%
中学 2 年生	124	110	88.7%

⑦平成 26 年度 食育アンケート調査

(実施時期) 平成 26 年 7 月～8 月

(対 象 者) 幼児期：町内保育所、幼児園、幼稚園に所属する 5 歳児

青年期：島根県立横田高等学校 2 年生

壮年期：町内保育所、幼児園、幼稚園に所属する 5 歳児の保護者

高齢期：奥出雲町社会福祉協議会が実施するふれあいサロン参加者

(回 収 率)	配布枚数	回収枚数	回 収 率
幼 児 期	92	90	97.8%
青 年 期	110	108	98.2%
壮 年 期	92	90	97.8%
高 齢 期	80	80	100.0%

⑧平成 26 年度 児童・生徒の食生活調査

(実施時期) 平成 26 年 9 月

(対 象 者) 学童期：奥出雲町内の小学 5 年生・中学 2 年生

(回 収 率)	配布枚数	回収枚数	回 収 率
小学 5 年生	93	93	100.0%
中学 2 年生	132	131	99.2%

【健診・統計結果】

⑨平成 20 年度 平成 22 年度 平成 25 年度 奥出雲町 1 歳 6 ヶ月・3 歳児健診アンケート結果

⑩平成 20 年度 平成 25 年度 仁多郡学校保健統計

⑪平成 24 年度 平成 25 年度 特定健康診査結果（国・県・町）

⑫平成 22 年度 平成 25 年度 妊婦アンケート結果

【引用】

⑬奥出雲町子ども・子育て支援事業計画

⑭平成 26 年度仁多郡生活習慣チャレンジシート結果

⑮平成 22 年度 平成 25 年度 げんきプラン 21 実績報告

⑯平成 22 年度 平成 26 年度 奥出雲町保育所・幼児園・幼稚園・学校における農作業・調理体験調査

⑰平成 22 年度 平成 26 年度 学校給食の食材仕入れ状況調査

※【用語解説】

「食育」

食べ物に関する知識や食べ物を選ぶ力、食べ物への感謝の心などを身につけ、心身の健康や豊かな人間性をはぐくむための教育や取り組みを行うこと。

「食育基本法」

食育に関する施策を総合的・計画的に推進することを目的とした法律。平成 17 年 6 月制定。

参 考 (食育基本法より抜粋)

第十八条 市町村は、食育推進基本計画（都道府県食育推進計画が作成されているときは、食育推進基本計画及び都道府県食育推進計画）を基本として、当該市町村の区域内における食育の推進に関する施策についての計画（以下「市町村食育推進計画」という。）を作成するよう努めなければならない。

2 市町村（市町村食育推進会議が置かれている市町村にあつては、市町村食育推進会議）は、市町村食育推進計画を作成し、又は変更したときは、速やかに、その旨を公表しなければならない。

「食べる知恵」

食事量を適切に食べる、食事のリズムをもつ、食事づくりや準備に関わりそれを理解するなど、単に栄養素の知識だけでなく、食材について、調理について、食習慣や食事行動についてなど食に関する様々な知識や能力も含めて広くとらえ「食べる知恵」とした。

「地産地消」

地域で生産されたものをその地域で消費すること。

「6 次産業化・地産地消法」

六次産業化法は、農林水産物等及び農山漁村に存在する土地・水その他の資源を有効に活用した農林漁業者等による事業の多角化及び高度化（農林漁業者による加工・販売への進出等の「6 次産業化」）に関する施策並びに地域の農林水産物の利用の促進に関する施策（「地産地消等」）を総合的に推進することにより、農林漁業等の振興等を図るとともに、食料自給率の向上等に寄与することを目指している。

「第 2 次食育推進基本計画」

「食育基本法」（平成 17 年 6 月 17 日法律第 63 号）第 16 条に基づき「食育の推進に関する施策の総合的かつ計画的な推進を図るため」に、食育推進会議が作成。最初の計画は、平成 18 年度から平成 22 年度までの 5 年間。計画期間は平成 23 年度から 27 年度までの 5 年間について定める。

「奥出雲町健康づくり計画～奥出雲町げんきプラン 21 第 2 期計画～」

奥出雲町民の健康づくり計画。健康寿命（心身ともに自立し、健康的に生活できる期間）の延伸、生涯を通じた健康づくりや生きがい活動の推進による生活の質の向上を基本目標とし、健康づくり推進のための具体的な数値目標や行動目標を掲げる。

計画期間は平成 24 年度から平成 33 年度までの 10 年間。平成 24 年 3 月策定。

「幼稚園」

保育所を経営の基盤とし、幼稚園の教育の良さを活かした幼児教育施設であり、奥出雲町独自の個称である。

「ヘルスメイト（食生活改善推進員）」

「私達の健康は私達の手で」をスローガンに、食生活を通した健康づくりのボランティア活動を行っている団体で、会員数は全国に約 21 万人。奥出雲町では 90 名（平成 26 年度）の会員が正しい食生活の必要性についての伝達活動を行っている。

「壮年期」

青年期を終えた 40 才～ 64 才頃までをさす。

「高齢期」

65 才以上をさす。

「HbA1c（ヘモグロビンエーワンシー）」

糖尿病の検査の 1 つで過去 1 ～ 2 か月の平均的な血糖状態を調べるもの。飲食により変動する血糖値とは異なり、ほとんど変動しないので、糖尿病が疑われた時の検査として有効。

「LDL コレステロール」

脂質異常を調べる検査の一つで、悪玉コレステロールとも呼ばれる。血中の量が多くなると血管内壁にたまり、動脈硬化を進行させ、心臓病や脳卒中などの循環器病を招きやすくなる。

「非肥満高血糖の判定条件」

内臓脂肪型面積の結果値が存在しない男性 腹囲 85cm 未満、女性 腹囲 90cm 未満に該当する者のうち、血糖リスク判定が、

- ①空腹時血糖 $\geq 110\text{mg/dl}$ 、
- ②空腹時の血糖値が存在しない場合は、 $\text{HbA1c} \geq 5.5\%$ （平成 24 年度受診分）、 $\text{HbA1c} \geq 6.0\%$ （平成 25 年度受診分）

「年齢調整死亡率」

年齢構成を調整しそろえた死亡率。島根県：176.2、奥出雲町男性：223.9、奥出雲町女性：67.2（平成 25 年脳卒中発症状況調査より）

「SMR（標準化死亡比）」

人口構成の違いを除去して死亡率を比較するための指標。2010 年を中心とした 5 年平均の SMR は、島根県平均を 100 とすると、奥出雲町男性 127.8、奥出雲町女性：146.6（厚生労働省人口動態統計死亡データより）

「メタボリックシンドロームの基準値」

腹囲が男性 $\geq 85\text{cm}$ ・女性 $\geq 90\text{cm}$ に加え以下のうち 2 項目以上該当者をメタボリックシンドロームと判定し、1 項目該当者を予備群とする。

- 中性脂肪 $\geq 150\text{mg/dl}$ かつ／または HDL コレステロール $< 40\text{mg/dl}$ または、脂質異常に対する薬服用
- 収縮期血圧 $\geq 130\text{mmHg}$ かつ／または 拡張期血圧 $\geq 85\text{mmHg}$ または、血圧を下げる薬服用
- 空腹時高血糖 $\geq 110\text{mg/dl}$ * $\text{HbA1c} \geq 6.0\%$ または、インスリン注射または血糖を下げる薬服用

「BMI」

肥満とやせの判定に用いられており、次の計算式で計算できる。

$$\text{BMI} = \text{体重 (kg)} \div \text{身長 (m)} \div \text{身長 (m)}$$

【判定基準】やせ（低体重）…18.5 未満 標準…18.5 以上 25 未満

肥満…25 以上 （参考）適正体重は $\text{BMI}22 \times \text{身長 (m)} \times \text{身長 (m)}$ で計算

「健診有所見者」

血圧：収縮期血圧 130mmHg 以上、または拡張期血圧 85mmHg 以上

HbA1c：6.0%以上

LDL コレステロール：130mg/dl

腹囲：男性 85cm以上、女性 90cm以上

BMI：上記参照

TG：150mg/dl 以上

「小学生・中学生の肥満度」

$$(\text{体重} - \text{標準体重}) \div \text{標準体重} \times 100$$

「教育ファーム」

子どもから大人まで、生産者（農林漁業者）の指導を受けながら、作物を育てる一貫した「本物体験」の機会を提供する取り組み。

「食育の日」

食育推進運動を継続的に展開し、食育の一層の定着を図るため、「食育推進基本計画」により、毎月 19 日が「食育の日」と定められた。「食育の日」には国や地方公共団体、関係団体などが協力し、各地で食育の普及啓発活動が行われている。

「家庭の日」

「家庭の日」運動は、昭和 30 年、鹿児島県鶴田町（現在は合併によりさつま町）で「親子の絆や家庭を大切に」という願いと「農業従事者の休息日」を設ける発想から始まった。島根県では、平成 14 年度より毎月第 3 日曜日を「しまね家庭の日」とし、家族で過ごす時間を増やし、きずなを深めてもらうことを目的に様々な取り組みが行われている。

「地場産物」

地元の土地で収穫された農産物・水産物や地元で生産された加工品など。

「食の学習ノート」

島根県教育委員会が作成し、平成 15 年度、県内の全児童に配布している食に関する指導教材。低学年用・中学年用・高学年用がある。

* 平成 22 年度より全児童配布方式から HP ダウンロード方式に変更。

「栄養教諭」

児童・生徒の栄養の指導及び管理をつかさどる教員。平成 17 年度に新しい教員制度として導入された。

奥出雲町食育推進委員会設置要綱

（平成 24 年 3 月 23 日）
（奥出雲町告示第 65 号）

（目的）

第 1 条 この告示は、食育基本法（平成 17 年法律第 63 号）及び奥出雲町食育推進計画（以下「計画」という。）に基づき、食をめぐる現状や課題をふまえ、食育にかかわる関係機関が一体となって、豊かな自然・風土・地域の人材に恵まれた奥出雲町の特性と活かした食の学習や体験活動を推進し、町民一人ひとりの健全な食生活の実践を促すことを目的とする。

（設置）

第 2 条 前条の目的を達成するため奥出雲町食育推進委員会（以下「委員会」という。）を置く。

（所掌事項）

第 3 条 委員会は、次の各号に掲げる事項について審議する。

- （1）食育推進計画の策定及び推進に関すること。
- （2）町民の健全な食生活に対する意識の啓発に関すること。
- （3）食育推進のための関係機関の連携に関すること。
- （4）その他必要な事項に関すること。

（組織）

第 4 条 委員会は、委員 20 人以内をもって組織する。

2 委員は、次の各号に掲げる者及び食育の推進に関し必要と認める者のうちから町長が委嘱する。

- （1）行政機関の職員
- （2）保健・福祉関係の組織団体の職員
- （3）町民組織、各種団体の代表者
- （4）学校関係、学識経験者

（専門部会）

第 5 条 委員会に次の各号に掲げる部会を置く。

- （1）給食関連職員専門部会
- （2）野菜等生産者専門部会

2 前項の部会において、相互に専門の事項を調査、検討する必要があるときは、当該専門の事項に関して、検討会議を実施する。

（委員の任期）

第 6 条 委員の任期は、2 年とする。ただし、再任は妨げない。

2 委員に欠員が生じた場合は、速やかに補充するものとする。

3 前項の委員の任期は、前任者の残任期間とする。

（委員長及び副委員長）

第 7 条 委員会に、委員長 1 人、副委員長 1 人を置き、委員長及び副委員長は委員の中から互選により決定する。

2 委員長は、会務を総理し、委員会を代表する。

- 3 副委員長は、委員長を補佐し、委員長に事故があるとき、又は委員長が欠けたときは、その職務を代理する。

(会議)

第8条 委員会は、委員長が招集する。

- 2 会議の議長は、委員長が当たる。
- 3 委員会の議事は、出席委員の過半数をもって決し、可否同数の場合は、議長の決するところによる。
- 4 委員長は、委員会の運営上必要があると認めたときは、委員以外の出席を求め、説明又は意見を聴くことができる。

(実務者会議)

第9条 委員会は必要に応じて、実務者会議を開催することができる。

(庶務)

第10条 会議の庶務は、町長が指定する課に置く。

(委任)

第11条 この告示に定めるもののほか、委員会の運営について必要な事項は、町長が別に定める。

附 則

この告示は、平成 24 年 4 月 1 日から施行する。

奥出雲町食育推進委員会 委員名簿

	氏 名	団 体 名 等
委 員 長	名 和 田 清 子	島根県立大学
副 委 員 長	安 部 隆	奥出雲町教育委員会
委 員	黒 崎 千 賀 子	雲南保健所 健康増進課
	松 本 修 司	島根県東部農林振興センター 仁多地域振興課
	嵐 谷 康 隆	J A 雲南奥出雲営農経済センター
	田 部 珠 美	給食関連職員専門部会
	陶 山 浩 正	島根県立横田高等学校
	足 立 智 美	仁多郡小・中学校長会
	和 久 利 紀 子	幼稚園長会
	恩 田 恵 美 子	保育所長会
	岸 本 義 弘	奥出雲町 P T A 連合会
	岩 田 年 之	学校給食共同調理場
	若 月 忠 男	奥出雲町野菜生産組合
	藤 原 和 子	奥出雲町野菜市・加工グループ連絡協議会
	高 橋 正 知	よこただんだん市場出荷協議会
	佐 藤 陽 子	奥出雲町食生活改善推進協議会

(敬称略 任期：平成 25 年 8 月 1 日～平成 27 年 7 月 31 日)

奥出雲町内の保育所・幼児園・幼稚園における農作業・調理体験一覧表

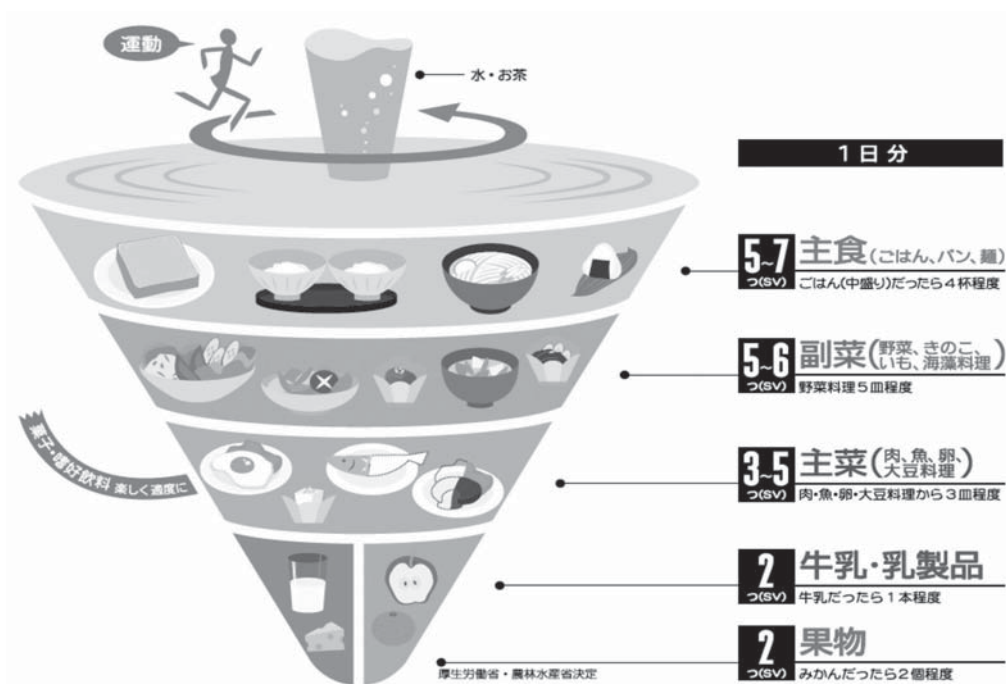
		A	B	C	D	E	F	G	H	I
農 作 業 ・ 調 理 体 験	米	5 歳児	3・4・5 歳児		4・5 歳児		3・4・5 歳児		4・5 歳児	3・4・5 歳児
	たまねぎ		3・4・5 歳児				3・4・5 歳児	5 歳児		5 歳児
	ミニトマト	3 歳児	3・4・5 歳児	3・4・5 歳児	3・4・5 歳児	3・4 歳児	3・4・5 歳児	3・4・5 歳児	3・4 歳児	3・4・5 歳児
	ピーマン	3・5 歳児	3・4・5 歳児	3・4・5 歳児	3・4・5 歳児		3・4・5 歳児	3・4・5 歳児	3・4 歳児	4・5 歳児
	なす	3 歳児	3・4・5 歳児	3・4・5 歳児			3・4・5 歳児	3・4・5 歳児	3 歳児	4・5 歳児
	きゅうり		3・4・5 歳児	3・4・5 歳児		3・4 歳児	3・4・5 歳児	3・5 歳児		4・5 歳児
	オクラ	5 歳児	3・4・5 歳児	3・4・5 歳児			3・4・5 歳児		4 歳児	3・4 歳児
	かぼちゃ	3 歳児		3・4・5 歳児			3・4・5 歳児			4・5 歳児
	ゴーヤ			4・5 歳児						
	すいか	5 歳児	3・4・5 歳児							4・5 歳児
	大豆	5 歳児			4・5 歳児					
	しいたけ		3・4・5 歳児							
	ジャガイモ	3・4・5 歳児	3・4・5 歳児		3・4・5 歳児		3・4・5 歳児	5 歳児	3・5 歳児	3・4・5 歳児
	サツマイモ	4・5 歳児	3・4・5 歳児	3・4・5 歳児	3・4・5 歳児	3・4 歳児	3・4・5 歳児	5 歳児	4 歳児	3・4・5 歳児
	白菜						3・4・5 歳児			5 歳児
	大根	4 歳児					3・4・5 歳児			
	その他	アスパラ、かぶ、里芋	マクワウリ、とうもろこし	ズッキーニ、とうもろこし、芽キャベツ、枝豆、赤しそ、糸瓜	そば、番茶づくり	ズッキーニ、とうもろこし、芽キャベツ、枝豆、赤しそ、糸瓜	とうもろこし、メロン、にんじん、かぶ	すいか	モロヘイヤ、とうもろこし、つるむらさき	そば、いちご、キャベツ、モロヘイヤ
栽培物の活用方法		・給食メニューに活用 ・収穫祭でおにぎり作りをする	・家庭に持ち帰る ・栽培を教えてください方と一緒に収穫した野菜を調理して食べる（カレーライス・豚汁・サラダ等） ・栽培を教えてください方にご案内する	・3 歳児：たけのこ掘りをして、たけのこおにぎりを作る ・4 歳児：梅干しづくり、梅ジュース作り、ご飯を炊く、笹巻きづくり ・5 歳児：同上	・3 歳児：ホットプレートで番茶づくり クッキング ・4 歳児：もちつき そばうち豆腐作り クッキング給食 ・5 歳児：同上	・3 歳児：給食で利用 ・4 歳児：同上	・給食・クッキング	・3 歳児：収穫したてをそのまま食べる、おやつ、給食の材料 ・4～5 歳児：同上 ・クッキング	・3 歳児：収穫して生のまま、その場で食べる 子どもに無理のない調理方法を考えながらメニューを子どもたちと決めてクッキングして食べる 収穫した野菜を持ち帰り家庭でもクッキングしてもらう ・4～5 歳児：収穫祭 子どもたちとメニューを決めて、計画的にクッキングをして食材にふれる、収穫した野菜を生そのまま食べる 収穫した野菜を家庭に持ち帰り家庭でもクッキングしてもらう い味付けや調味料など子供たちが考えたり親子で共通の活動タイムとなる	・給食の材料に取り入れてもらう ・収穫祭にお世話になった方々をお招きして一緒に遊ぶ ・焼き芋会をする ・園行事でおにぎり等する
食の学習			・給食体験を通して、はしの持ち方、食べ方、姿勢、食材について学ぶ ・学級だより、園だよりをとおして栽培活動の様子を伝える ・収穫物の持ち帰りで園児が栽培の喜びを感じていることを伝える ・保護者へはお便りなどで子どもたちの様子を伝える ・園で調理して食べることで普段は食べていない食材にも触れ、なんでも食べるよう促す	・子どもたちにはその日に使う食材を見せたり、触ったり、においを嗅いだりして、野菜の特徴を伝える ・食事のマナー、お箸の持ち方などを個別又はクラスで一緒に体験して、声掛けする ・保護者へはお便りなどで子どもたちの様子を伝える	・田んぼ活動参加へ呼びかけ ・年 1 回親子クッキングを行い、食事作りや食についての研修会を実施また保護者を対象に緑の給食メニューや調理法などの調理実習をおこなっている ・魚の勉強会を毎年おこない保護者へ呼びかけ一緒に経験してもらう		・毎月8日「かみかみデー」とし、献立の記載や給食展示ボードへ記入し知らせる ・だしの勉強(3～5 歳児)…種類、飲み比べ(いりこ、かつお、昆布、混合)	・日々のランチルームでの食事時やメニューで珍しい野菜がきた時、収穫した時が子どもへの食育活動となっている 改めてというのではなく自然な感じで食の学習会となっている ・にこにこクッキングで～を開催(栄養士と調理師が保護者を対象に料理教室をする) ・11 月に収穫祭及び食育講演会を予定 ・毎月献立表と一緒に旬の食材や調理方法、食に関するものをのせ紹介する	・地域・家庭で取り組んだ普段の活動が啓発につながっている	・食育について講演会をもうけて家庭に向けた話をさせていただく機会をもつ ・子どもたちに向けた食べることについての話をさせていただく講演や給食職員に話をってもらうなど機会をもつ
給食で活用している地元産物		ほうれん草、ねぎ、玉ねぎ、白菜		ほうれん草、トマト	人参、小松菜、玉ねぎ、かぼちゃ、ジャガイモ、大根、ピーマン、白菜、キャベツ、キュウリ、ほうれん草、モロヘイヤ		たまねぎ、にんじん、じゃがいも、大根、ほうれん草、小松菜、キャベツ、ごぼう、里芋、ねぎ、春菊、カボチャ 他	さつまいも、きゅうり、人参、なすび、小松菜、トマト、大根、ピーマン、白菜、里芋、じゃがいも、かぼちゃ	玉ねぎ、ピーマン、トマト、キュウリ、ナス、いも類、ハープ類、白菜、大根、白ネギ、カボチャ	玉ねぎ、大根、ねぎ、キャベツ、ほうれん草、ブロッコリー、小松菜、レタス、人参、モロヘイヤ、白菜、オカヒジキ、里芋、つるむらさき、かぶ、じゃがいも、きゅうり、トマト、かぼちゃ、ごぼう
地産地消で良いこと、または困っていること	<良いこと>	・安心感が持てるのはよい		・良い品が届く ・信頼できる	・生産者の顔が直接見れることで安全、安心な野菜を提供していただいている ・生産者の声を聞かせてもらったっている	・今は米を地元から取り入れている ・今後は野菜を取り入れられるように広く声をかけていきたい	・新鮮かつ安全で安心できる	・地元の旬の食材を顔の見える方から届けていただき、安心、安全に食べられている ・食育の場面でも普段スーパーなどで見る機会のない葉のついた人参などを届けてもらい、子ども達にみてもらうことで、野菜に興味を持ったり、食べる意欲につながりしている	・低価格 ・無農薬なので安全	・地元の野菜を食することで、季節を直に感じることができる ・美味しい、比較的安価、新鮮な野菜が入手できる ・臨機応変に対応してくれる(事前に電話をして連絡をとる)
	<困っていること>	・数量と収穫日が確定できないところが困る			・生産者の高齢化による後継者問題 ・寒冷地による年間を通しての安定した供給のむずかしさ		・天候などにより野菜が取れないことがある			・個々で配達するので、忘れておられるとき等、献立を変える必要がある ・安価なものもあれば高いものもある ・配達の手間が長いことがある

奥出雲町内の小学校・中学校における農作業・調理体験一覧表

農 作 業 ・ 調 理 体 験		A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M
	米	5年生	5年生	全学年	5・6年生		5・6年生	5・6年生	3・4・5・6年生	5・6年生	5・6年生	5・6年生		
	そば					全学年	3・4年生	3・5・6年生	3・4年生	3・4年生				
	トウモロコシ	3年生					2年生				2年生	1・2年生		特別支援学級
	ミニトマト		1・2年生		1・2年生							1・2・5・6年生		
	トマト	2・4・6年生				全学年						3年生	3年生	特別支援学級
	ピーマン	2年生	1・2年生		1・2年生	1・2・3・4年生	2年生	3年生				1・2・3・5・6年生		特別支援学級
	なす		1・2年生		1・2年生	1・2・5・6年生	2年生					1・2・3・5・6年生		
	きゅうり	2・4年生	1・2年生		1・2年生	1・2・5・6年生	2・5年生	1年生				1・2・5・6年生		特別支援学級
	オクラ				1・2年生	1・2年生						1・2・4年生		特別支援学級
	かぼちゃ										2年生	5・6年生		特別支援学級
	すいか					3・4年生						全学年		
	大豆	4年生			1・2年生							4年生	3年生	
	落花生							1年生				3・5・6年生		
	しいたけ			全学年									3年生	
	ジャガイモ	6年生	6年生		1・2年生						6年生	4・5・6年生	6年生	特別支援学級
	サツマイモ	5年生	全学年	全学年	1・2・3・4・5・6年生		1年生	1年生	1・2年生	1年生	全学年	1年生		特別支援学級
	白菜						2年生					2・5・6年生	2年生	
	大根	1・2年生					2年生			3・4年生		1・2・3・5・6年生	5年生	2年生
その他の栽培物	そらまめ・ほうれん草	いんげん豆	夏野菜	ゴーヤ	モロヘイヤ	ゴーヤ・サラダ菜	ワタ	夏野菜・ねぎ	夏野菜・ポップコーン	モロヘイヤ・枝豆・ポップコーン・金糸瓜・ししとう・こんにゃく・つる紫・里芋	キャベツ		にんじん・ズッキーニ・いちご	
栽 培 物 の 活 用 方 法		・5・6年生：炊飯・栄養バランス・調理する力を地域の方に教わる	・1年生：収穫した野菜で浅漬けやなすの炒め物作り・サツマイモ料理 ・2年生：収穫した野菜で浅漬け・ギョーザ風ピザ作り・サツマイモ料理・そば打ち	・全学年：弁当作り（農業体験で収穫したものを等を使って調理する力をつける）、そばうち（地域の特産品を学ぶ） ・5・6年生：一食分の食事（栄養のバランスを考えた献立をたて調理する）、飯ごう炊さん（昔ながらの方法での調理の仕方を学ぶ）	・1・2年生：豆腐づくり（生活科）自分たちで栽培した大豆を使って豆腐づくりを体験し、食に関する意識を高める・おにぎりづくり ・3・4年生：さつまいもを使つてのクッキング・みそ汁、カレーライス作り、高学年での弁当の日に向けて食に関する体験を重ねる ・5・6年生：家庭科での調理実習（炊飯、みそ汁、野菜サラダなど）・自分で作る弁当の日（年間5回）・そば打ち	・1・2年生：野菜（サラダ、炒め物、漬物）そば（ゆでて食す）一食分（ごはん、コンスूप、鶏肉の香味焼き、りっちゃんサラダ） ・3・4年生：そば（ゆでて食す）一食分（ごはん、コンスूप、鶏肉の香味焼き、りっちゃんサラダ） ・5・6年生：野菜（カレーライス、スープ）そば（ゆでて食す）一食分（ごはん、コンスूप、鶏肉の香味焼き、りっちゃんサラダ）	・1年生：ふかしいも、スイートポテト ・2年生：サラダ、手巻き寿司、ポップコーン、冬野菜は豚汁 ・3・4年生：そば打ち ・5年生：おにぎり作り、一味同心塾での調理体験 ・特支学級：お菓子作り ・6年生：一食分の調理実習（栄養のバランスを学ぶ、調理力をつける）	・1年生：きゅうりの漬物、きゅうりを使ったサラダ・さつまいも（予定）自分たちが育てた野菜を使った料理を調べて調理することにより、野菜を好きになり、好き嫌いをなくすため ・3年生：ピーマン炒めなど、そば打ち ・5・6年生：ヘルスメイトさんとの調理実習、家庭科の学習に合わせて実施	・1・2年生：夏野菜、サツマイモを使った料理 ・3・4年生：地域の食材を使った料理 ・5・6年生：朝ごはん作り、日本の伝統的な料理	・1年生：おいもパーティー ・2年生：かぼちゃパーティー ・3・4年生：そば打ち体験 ・5・6年生：横小米1グランプリ ・6年生：バランスのとれた一食を弁当につめよう	・1年生：モロヘイヤのおひたし、ピーマンの油いため、ピーマンなすのごま味噌いため、よもぎ団子、ささまき ・2年生：ししとうとピーマンの炒め物、モロヘイヤのおひたし、きゅうりの浅漬け、ささまき ・3年生：野菜のパーベキュー、そのまま食す、よもぎ団子 ・4年生：よもぎ天ぶら、粉ふき芋、こんにゃく豆腐づくり ・5・6年生：羽釜で炊飯、粉ふき芋、かぼちゃ、収穫祭で豚汁づくり	・1年生：スイートポテト ・2年生：ピーマンの野菜いため、フルーツパフェ、スイートポテト ・3年生：とうふ、きな粉、しょうゆ（大豆の収穫量によってかわる） ・4年生：おこのみやき ・5年生：おにぎり、ぶた汁、サラダ、野菜いため ・6年生：おにぎり、ぶた汁、ふかしいも	・1年生：肉料理、魚料理	・1年生：宿泊研修時のカレー作り、一食分の調理実習 ・2年生：魚の調理実習 ・3年生：幼児のおやつ作り
	食 の 学 習 会	・毎年1年生・4年生を対象に食の学習ノートを使った公開授業（参観授業）をおこなっている（栄養教諭・町管理栄養士の協力を得ている）	・給食体験を通して、はしの持ち方、食べ方、姿勢、食材について学ぶ ・学級だより、園だよりをととして栽培活動の様子を伝える ・収穫物の持ち帰りで園児が栽培の喜びを感じていることを伝える ・園で調理して食べることで普段は食べていない食材にも触れ、なんでも食べるよう促す	・親子料理教室 ・給食試食会	・食育講演会 ・食育だよりの発行 ・毎月19日（食育の日）の食育指導	・島根県教育委員会から出されている食の学習ノートを活用して、食育に関する授業を保護者や地域の方に向けて公開している。また、地区のヘルスメイトさんを講師に招き、健康な食事の献立をもとに調理し、試食している	・健康教育（食育を含める）に関する授業公開 ・食育講演会（4～6年児童、全保護者）			・1・3・6年生保護者のふれあい会食と食に関する情報交換会 ・食育だよりの発行（学期1回） ・食の学習ノートを利用した学習会（栄養教諭、担任により、各学年実施）	・児童のみ年間1回島根県教育委員会発行の「食の学習ノート」利用し、食育の授業を行う ・給食試食会を年3回実施し、保護者に給食について知ってもらふ機会とする			

食事バランスガイド

～あなたの食事は大丈夫？～



1 日 分	料 理 例
5-7 主食 (ごはん、パン、麺) つ(SV) ごはん(中盛り)だったら4杯程度	1つ分 = ごはん小盛り1杯 = おにぎり1個 = 食パン1枚 = ロールパン2個 1.5つ分 = ごはん中盛り1杯 2つ分 = うどん1杯 = もりそば1杯 = スパゲッティ
5-6 副菜 (野菜、きのこ、いも、海藻料理) つ(SV) 野菜料理5杯程度	1つ分 = 野菜サラダ = きゅうりとわかめの酢の物 = 真たくさん豆汁 = ほうれん草のお浸し = ひじきの煮物 = 煮豆 = きのことソー 2つ分 = 野菜の煮物 = 野菜炒め = 芋の煮ころがし
3-5 主菜 (肉、魚、卵、大豆料理) つ(SV) 肉・魚・卵・大豆料理から3杯程度	1つ分 = 冷奴 = 納豆 = 目玉焼き1個 2つ分 = 焼き魚 = 魚の天ぷら = まぐろとイカの刺身 3つ分 = ハンバーグステーキ = 豚肉のしょうが焼き = 鶏肉のから揚げ
2 牛乳・乳製品 つ(SV) 牛乳だったら1本程度	1つ分 = 牛乳コップ半分 = チーズ1かけ = スライスチーズ1枚 = ヨーグルト1パック 2つ分 = 牛乳瓶1本分
2 果物 つ(SV) みかんだったら2個程度	1つ分 = みかん1個 = りんご半分 = かき1個 = 梨半分 = ふどう半房 = 桃1個

※ SVとはサービング(食事の提供量の単位)の略

農林水産省食事バランスガイドホームページ

http://www.maff.go.jp/j/balance_guide/

妊産婦のための食事バランスガイドホームページ

<http://www.mhlw.go.jp/houdou/2006/02/dl/h0201-3b02.pdf>

栄養成分表示を活用しましょう

近年、食品自体や食品の成分と健康とのかかわりについて、いろいろなことがわかってきています。

偏った食生活を送ることは様々な生活習慣病の原因となり、適正な栄養素（食物）の摂取がとても大切です。したがって、私たちが食品を購入する際には、その食品にどのような原材料や成分等が含まれているかを確認して購入することが必要となります。こうしたことを背景に、食品に栄養表示をするときのルールをつくり、だれもが食品を選択する上で適切な栄養情報が得られることを目的に厚生労働省が健康増進法に「栄養表示基準」を定めました。

栄養成分の表示内容

栄養成分表示(100gあたり)

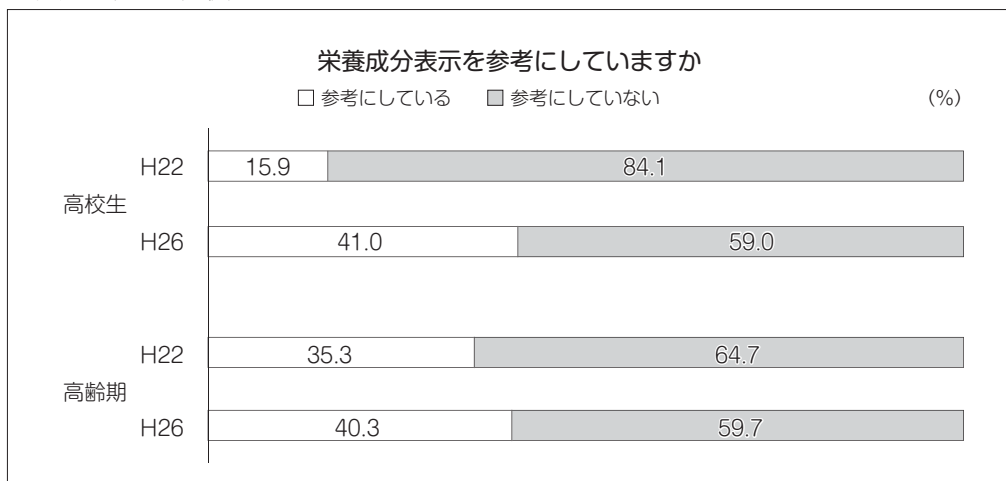
エネルギー	〇〇 Kcal
たんぱく質	〇〇 g
脂 質	〇〇 g
炭水化物	〇〇 g
ナトリウム	〇〇mg

表示単位

1 袋分・100 g 当たり等食品によってちがうので気をつけてみましょう！

ナトリウム量から食塩に直すことができます。
 $\text{ナトリウム (mg)} \times 2.54 / 1000 = \text{食塩 (mg)}$

●奥出雲町の現状



(H21 横田高校食生活調査結果) (H21 一般高齢者介護予防事業食生活調査結果)

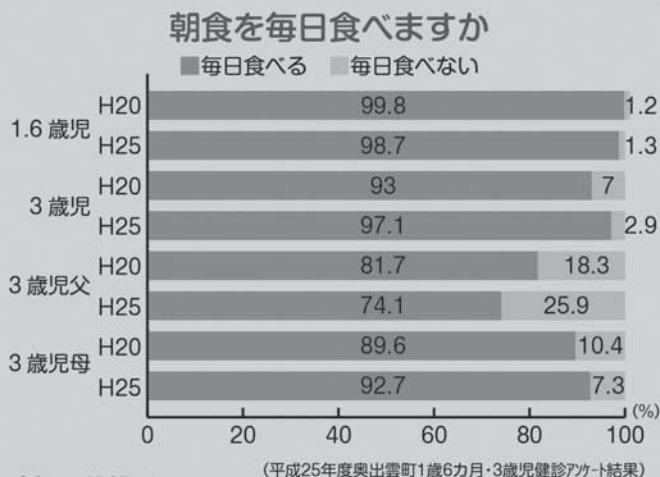
(H26 食育アンケート調査)

朝食を毎日食べよう

資料 5

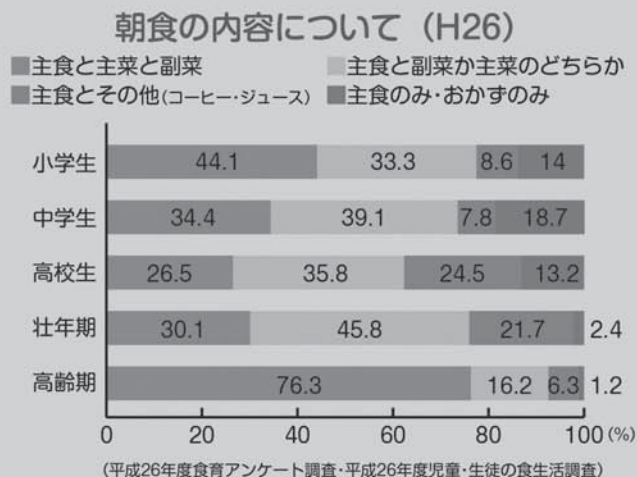
～仁多米と地元野菜のおいしい適塩みそ汁で、
1日を元気に過ごしましょう～

乳幼児の朝食の摂取状況



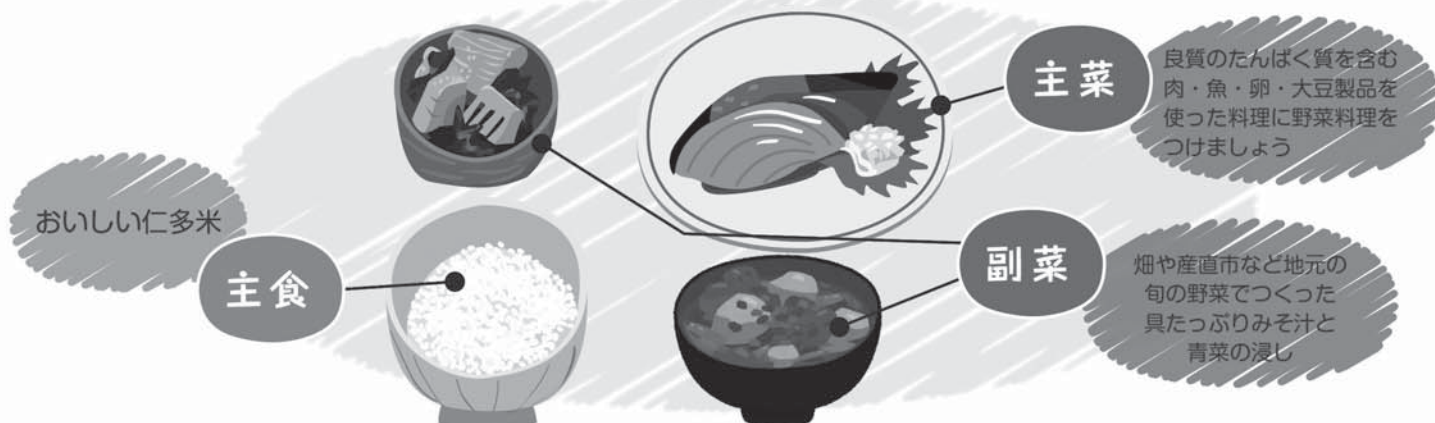
3 歳児の父親の
朝食欠食率は
18.3%から 25.9%と
増加しています。

朝食の内容 (主食・主菜・副菜が揃っている人)



朝ごはんの役割

- * 脳にエネルギーを補い集中力を高める。
- * 体温をあげて目覚めを良くし、持続力がでる。



奥出雲町の家庭で、食育を実践しましょう



チェックしてみよう！

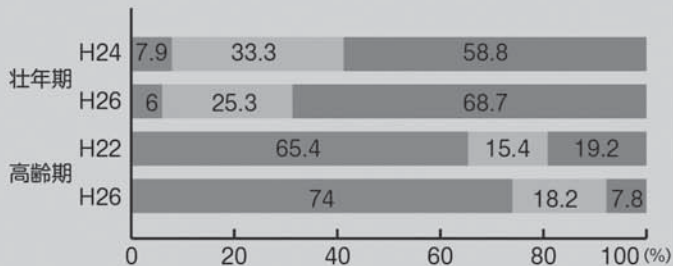
- ☐ 朝ごはんを毎日食べましょう
- ☐ 食事バランスガイドを参考に、主食・主菜・副菜をそろえたバランスの良い食事で健康づくりをしましょう
- ☐ 食の学習会やイベントに年に一度は参加しましょう
- ☐ 休日には、家族で料理を作ったり、一緒に食卓を囲みましょう

ふるさと奥出雲の おいしい食材を味わおう

地場産物に関する状況

農作物づくりの有無

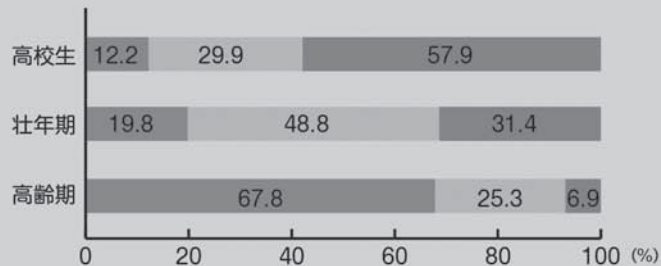
■自分が中心 ■手伝い ■しない



(H22ふれあいサロン食生活調査・平成24・26年度食育アンケート調査)

野菜の生産履歴への関心 (H26)

■ある ■どちらかといえばある ■ない



(平成26年度食育アンケート調査)

**1日の野菜の必要量は350gです。
毎食、野菜を一種類追加し、
たっぷり野菜をたべて健康になろう！**

1日の野菜量が一品分、不足しているといわれています。畑や産直市の野菜は、生産者の顔の見える安心安全な食材です。あなたもぜひ、畑づくりを始め、たっぷり野菜生活を始めてみませんか？

また、町内の給食施設では、地元の野菜が不足しています。(学校給食供給率30.8%) あなたの野菜を待っています！

亀嵩小学校の
自分で作る弁当の日では
「地産地消弁当」も
あります。



食育推進リーダー育成の
ための野菜栽培講習会を
開催しました。

奥出雲町の家庭で、食育を実践しましょう



チェックしてみよう！

- ☐ 地元の食材を食べることで、奥出雲の食材の豊かさを知り、後世につたえましょう
- ☐ 畑や農業などの体験などをしましょう
- ☐ 野菜栽培講習会や地産地消のイベントなどに年に一度は参加しよう
- ☐ 野菜料理に一種類追加し、野菜をたくさん食べて健康になろう

エピローグ

おじいちゃん、おばあちゃんが受け継いできた
伝統行事などに欠かせない地域ならではの「食」。
おとうさん、おかあさんが子供たちに食べさせたい
たくましく健やかに育てる「食」。
子どもたちがこれからの自分たちを創るために必要な「食」。
そして、これらを一体として包み込む
豊かな自然とあたたかい人の和。

ひとりひとりが、学校が、家庭が、地域が、
教え、教えられ、考え、感じるができるように



第2期 奥出雲町食育推進計画

平成27年3月

発 行：奥出雲町食育推進委員会
住 所：島根県仁多郡奥出雲町三成1622-2
電話番号：0854-54-2781
F A X：0854-54-2010