

## 第3章 ちばの食育推進の基本目標

食育を地域に根ざした県民運動として推進するためには、関係者が共通認識を持ち、共通の目標に向かって、一体となって取り組むことが有効です。

この計画では、基本目標として、ちばの食の現状を踏まえ、ちばの特長をいかした食育に取り組むための「ちばの食育推進の基本理念」を定めます。

さらに、基本理念の実現に向けて「ちばの食育推進の行動目標」として、元気な「ちば」を創る3つのちからでちばの食育を推進します。

### 1. ちばの食育推進の基本理念

**大地と海の恵み豊かな「ちばの味」をしっかりと噛み味わうことから始め、「ちばの食」を実感し、食を通して郷土意識を育みながら、健やかな体と豊かな心をもった人づくりを目指します。**

**さらに、みんなで取り組む「ちばの大きな食卓づくり」を県民運動として推進し、「ちば」に暮らす喜びと健康が実感できる「元気な『ちば』」を創ります。**

私たちの住む千葉県は、温暖な気候と風土に恵まれ、四季を通して農畜産物や水産物をはじめとする食材や食品が豊富にある食の宝庫です。この食材とふるさとに伝わる料理や食文化は私たちの財産であり「ちばの食」の原点です。

人間にとって食べることは、生まれて最初の行動です。食育は、妊娠期間中そして生まれてすぐから始まります。五感を使って、味わいながら味覚を形成していく大切な時期に、何を食べ、味わうかが、大変重要です。家庭の味や郷土の料理は、その人の原点として持つものです。何をどのように食べるのか、あるいは家族に食べてもらうのかは、自分の意志で決めることができることです。食を見直すということは、人間の生き方そのものを見直すことにつながります。なぜ食べるのかの原点に戻って考え、食生活や生活習慣が如何に大切であるかをもう一度見直して、「ちばの味」を子どもころから、しっかりと噛み味わうことから始め、生涯にわたって体と心の健康を保持増進するために、健全な心身を培い、豊かな人間性を育み、生きる力を身につけ、その基礎となる、食事や運動、睡眠など、望ましい生活習慣を確立することが必要です。

ちばでとれる新鮮な食材を積極的に活用（「千産千消」）し、ふるさとの味を大切に伝えながら、おいしいちばの食を楽しみ、ちばに暮らす幸せを実感し、郷土意識を育て、次の世代に伝えていくよう、みんなで食

育を推進します。そして、生涯にわたり楽しく健全な食生活を実践できる人づくりはもとより、自然の恵みに感謝し食べものを大切にする心や食材豊かな「ちば」に暮らす喜びと誇りをもち、地域の食文化を大切に  
する豊かな人間性を育むことを目指します。

また、食に関わる多くの問題や課題を解決するためには、人、家庭、地域、社会がそれぞれの役割を自覚し、立ち上がり、行動に移すことが大切です。ちばの食育を支える多様な力を共通の目標に向かって集約し、連携・協働しながらその力を最大限に発揮し、学校や地域、さらに社会が一体となって、県民一人ひとりを、そして家庭を手助けするよう、みんなで支える意識を持って食育を推進します。

食育が県民運動へと発展し、県民一人ひとりが、そして、地域社会が自立していくことは、①人が元気になること ②家族が元気になること ③地域社会が元気になること ④地域環境が元気になることにつながります。

人が心身ともに元気で健やかになり、家族が楽しい食卓を囲んで食事ができれば、お互いの健康や心にも心を配ることができ、元気になれます。千産千消の食生活は生産や製造現場への理解を深め、農水産業をはじめとする食産業が活性化し、地域環境を元気にします。そして体によい安全な食べ物を選択し無駄にしないで食べることは、環境にやさしく持続可能な生産環境を維持することにつながり、地域環境を元気にします。元気な人・家族・産業・環境は「ちばの元気」につながります。

ちばの食育推進計画では、「食」を通して、元気な「ちば」を創ることを目指しています。

食育を県民運動として推進する取組を、食の縮図ともいえる食卓にたとえて、「家庭の食卓」「地域の食卓」「ちばの食卓」へとつながる「ちばの大きな食卓づくり」をキーワードに展開していきます。

### 「ちばの大きな食卓づくり」

- ・人それぞれの、そして、家族それぞれの食卓の風景があります。
- ・「食卓」は、ただ食べるだけでなく、ともに食べ、話をし、食に関するさまざまな体験を通して、感性を磨き、食のマナーや文化、気配りや考え方などを学び、人と人との交わりを通してコミュニケーション能力を高める大切な場です。食卓が家庭の絆の集積であり、その機能を十分果たせなくなっているといわれている現代にあっては、家庭の最後の砦として、食卓の重要性に目を向け、大切にしていけることが食育を推進する上でも重要です。
- ・「ちばの大きな食卓づくり」は、「地域のちから」を活かして、地域の人たちが、ともに「食べ」「話し」「体験する」機会を提供し、コミュニケーションの輪を広げ、「地域の食卓づくり」を通して、家庭の食卓（=食育）を支援していこうとする取組を表しています。

そして、その輪をさらに広げ、ちばの「食育」を支えるちからである「ちばの食材」や「ちばの人のちから」を活かした食育を進め、「ちば」を一つの大きな食卓と捉えて、「家庭の食卓」「地域の食卓」を支援する、県民運動として食育を推進します。

## 2. ちばの食育推進の行動目標

ちばの食育推進の基本理念の実現に向けて、「ちばの大きな食卓づくり」をキーワードに、ちばの食育を県民運動として推進します。

ちば食育を支える様々なちからの活用や県内各地域の取組の現状を踏まえながら、「ちば型食生活」の実践を通して、元気な「ちば」を創る3つのちからでちばの食育を推進します。

そして、タウンミーティングや食育推進県民協議会で話し合われたことを踏まえ、7つの基本とする考え方をベースにちばの食育を推進します。

### (1) 元気な「ちば」を創る3つのちから

#### ① ちばの食育を支えるちからを原動力に「県民力」を発揮してちばの食育を推進

ちばの食育を支える「人材」や「食材」、「地域性」や「県民性」、「企業」や「施設」、「地域の活力」や「個々の活動」を原動力に「県民力」を発揮して、「ちばらしい」食育を推進します。

〈ちばの食育を支えるちから〉

- 豊かな自然と四季を通じ豊富な食材に恵まれた活力あふれる農林水産業県「ちば」
- 食（住）と農が近接し、都市と農山漁村が共存する、「見ること」「知ること」「話すこと」、そして「体験すること」ができる地域環境を持つ「ちば」
- 地域色豊かな食文化や郷土料理、伝統的な食産業の歴史を持つ「ちば」
- 食育をサポートする意欲あふれる多くの人材や企業を持つ「ちば」
- 食に対して、おおらかで前向きな県民性を持つ「ちば」
- 県民運動への広がり萌芽となる地域に根ざした個々の活動が進む「ちば」

#### ② 10の地域で「地域のちから」を発揮した個性と活力あふれるちばの食育を推進

〈10の地域のちから〉

千葉県は、古くは、安房、下総、上総の三国からなり、地域によって異なった歴史や伝統が息づいています。現在では、東京のベッドタウンとして成長した県北西部と北東部の都市部と、農業や漁業が中心となってきた南部と東部、そして、都市と農村が共存した形の中央部が共存しており、地域の価値観やライフスタイルにも違いがあります。また、食産業や農林水産業が盛んな千葉県にあっても、地域による特徴があります。

ちばの食育を推進し、家庭の食育を地域で支援していくためには、地域の特性を大切にしながら、地域の実情に応じた食育を推進し、県民運動として根付かせていくことが必要です。

この計画では、地域の捉え方として、千葉地域、東葛飾地域、印旛地域、香取地域、海匝地域、山武地域、長生地域、夷隅地域、安房地域、君津地域の10の地域を一つの集合体として、関係者が連携・協働する体制を整え、地域の「人材」「食材」「施設」といった地域にある食に関わる財産をいかし、共通認識を持って、ちばの食育、地域の食育を推進します。

### ③ 千葉県が提案する「ちば型食生活」の実践を通して、「食」に関する「個人のちから」を高めるちばの食育を推進

県民運動として「ちば型食生活」の普及・啓発を図り、その実践を通して、「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「個人のちから」を高め、さらに、「ちばを知り」、「ちばを好きになり」、「ちばに誇りを持ち」、ちばに暮らす喜びと健康を実感する、食生活の実現を目指します。

また、旬の食材、顔の見える地元の食材を優先的に選択する千産千消の取組を一層進め、お米文化、和食文化の良さをちばからアピールしていきます。

#### 〈ちば型食生活とは〉

- (1) 自然の恵みであり、新鮮で、おいしく、栄養価も高い、ちばの食材を積極的に取り入れた食生活
- (2) ちばの食文化や栄養バランスのとれた日本型食生活の良さを取り入れた食生活
- (3) 「食」と「健康」と「運動」を含めた生活リズムを大切にした食生活の3つを兼ね備えた食生活の実践です。

#### 〈ちば型食生活を推進するために〉

- (1) ライフステージに応じた、「わかりやすさ」、「取り組みやすさ」を考慮した、具体的な「ちば型食生活」の実践方法を提案し、県民1人ひとりの置かれた状況に配慮した健全な食生活の推進を図ります。
- (2) 家庭のみならず、食育活動者や団体、学校給食、食品産業、観光産業、地域、市町村といった、「食」や「食育」に関わる様々な主体が連携・協働し、その取組において、あらゆる機会を通じて、「ちばの食育」を考え、「ちばの食材」を取り入れることを第一に考えた取組－「ちばの大きな食卓づくり」－を推進します。



## 「ちば型食生活」

「ちば型食生活」は、①ちばの食材を積極的に取り入れた食生活、②栄養バランスのとれた日本型食生活の良さを取り入れた食生活、③「食」と「健康」と「運動」を含めた生活リズムを大切にした食生活の実践を提案するものです。

「ちば型食生活」は、親しみやすい日本型食生活の配膳の仕組みを食生活に取り入れ、ちばの旬な食材を使い、時には郷土料理などを取り入れながら栄養バランスのとれた食生活を実践・継続することを基本としています。さらに、自分にあった栄養管理や口や歯の健康管理のほか、食生活における衛生管理、食の情報の見極めや食の選択方法、適度な運動の実践や楽しい食事のすすめなど、健康的で豊かな生活を送るために必要な、日常生活における具体的な実践方法を示しています。国が示す「食事バランスガイド」や「食生活指針」の実践にもつながるよう配慮し、ライフステージ別に留意点を分かりやすく紹介しながら、食生活を通じた自分にあった暮らし方を提案し、ちばらしい食習慣が県民一人ひとりに身につくことを目指しています。

「ちば型食生活」を県民運動として推進するために、わかりやすさ、取り組みやすさを第一に考え、できることから取り組むことを手始めとした「ちば型食生活実践ガイド（基本編）」を作成し、普及・啓発に取り組めます。

さらに、育児用、学童用、妊産婦用、中年期用、高齢者用の簡潔なリーフレットの作成や、「ちばの旬の食材を使った『ちば型食生活』献立編」や「運動と栄養編」、「情報の選び方、食品表示の見方編」といった項目別のリーフレットを作成し、既存のリーフレットなども活用しながら、「ちば型食生活」の実践に必要なツールの充実を図り、ホームページなどを通じて関連情報の提供に努めます。

ちばの豊かな食材を活用した「ちば型食生活」の実践を通して、ちばの食育推進の基本理念である、食材豊富な「ちば」に暮らす喜びと健康を実感する健やかな体と豊かな心をもった人づくりを目指します。

## (2)「ちばの食育」の基本とする考え方

「ちばの食育」は、7つの基本とする考え方を共通認識として推進に努めます。食育活動を実践する様々な関係者にとっては、自主的・積極的な活動を推進する上で共有する考え方であり、県民一人ひとりにとっては、自ら考え、意識し、理解し、身につけ、行動してほしい姿を示しています。

### 「ちばの食育」の基本とする考え方

- ① 食の基本を知る
- ② 本物を志向する（作り、選び、味わう）
- ③ 食を通して「ちば」を知り、好きになり、誇りに思う県民をみんなで育てる（郷土意識や郷土愛を育む）
- ④ 食に対する意識改革を図る（安易な食から意識し考え行動する食へ「気づき」が必要）
- ⑤ 家族のちから、地域のちからを育てる
- ⑥ あらゆる世代で取り組む食育
- ⑦ 家庭における「ちば型食生活」の実践

## (1) 食の基本を知る

### ○食の基本を見直す。

(食べることの意味を考える。噛むことの大切さを理解する。多彩な味を楽しむ。食事マナーを身につける。)

### ○食べ物を選ぶ能力を身につける。

### ○食の価値を考える。

(値段や便利さだけではなく、食を通じたコミュニケーションなど食の付加価値を理解する。)

### ○感謝の心を持つ。

(食は命をいただくことであり、食の命を育てる農水産業と生産、流通、消費のプロセスを理解し、感謝の心を持つことを大切にする。)

### ○食と環境を考える。

(適量の食品を購入し、無駄なく適量食べることは、人にとっても環境にとっても大切であることを理解し、「もったいない」を実践する。)

## (2) 本物を志向する(作り、選び、味わう)

### ○食材本来の味を知る、旬を知る。

(鮮度がよい食材は、本来の味、香り、おいしさがあることを理解し、旬の食材を食べることで四季を感じる。また、四季折々の行事食を知ることが大切にする。)

### ○自ら栽培する、食材を選ぶ、調理する、そして味わうことを知る。

(実物を知ること、安全な食べ物、危険な食べ物、健康に必要な食べ物を知り、選ぶ能力、調理する能力を身につける。食農体験を大切にする。)

### ○千産千消を推進する。

(ちばの種類、量ともに豊富な食材をおいしく食べる。)

### ○素材本来の味をいかした基本の料理法を身につける。

(鮮度の良いちばの食材は、食材のおいしさをいかしたシンプルな料理で十分おいしく食べることができることから、シンプルな料理を覚える。)

### ○時には、プロの味、プロの技を体験する。

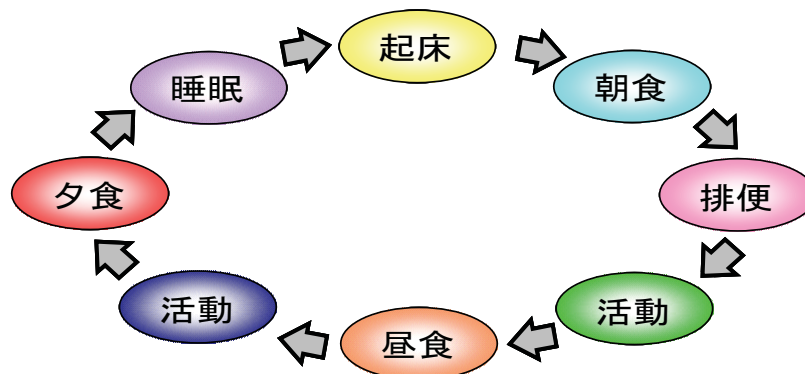


**(3) 食を通して「ちば」を知り、好きになり、誇りに思う県民をみんなで育てる（郷土意識や郷土愛を育む）**

- 食を通じ「ちば」を知り、好きになり、誇りに思い、そしてちばの食材を使った健全な食生活や生活習慣を実践し、ちばに育つ喜びを感じる。
- 食育を実践し地域との関わりを持つことで「ちば」を元気にする。  
(人の体の健康と心の健康が地域の活性化につながる。)
- ちばの食文化を伝承する。  
(ちばのふるさと料理や年中行事等を知って、家庭で、学校で、地域で実践する。)
- 日本の食文化に誇りを持つ。  
(日本人に適した和食とその食文化は、栄養学的にも文化的にも素晴らしいものであることを理解する。)

**(4) 食に対する意識改革を図る（安易な食から意識し考え行動する食へ「気づき」が必要）**

- 「知っている」から「実践している」へ行動を起こす。
- 食育の基本は家庭にあることを再認識する。  
(身体機能や味覚機能などが発達し、生活習慣を形成する乳幼児から学童期までの食生活は保護者に多くを依存していることから、大人が責任を認識し、意識して実践することが大切。日々の積み重ねで体と心を育む。)
- 食を判断する力を養う。  
(これだけ食べていけば大丈夫な魔法の食べ物はないこと。情報を鵜呑みにしないこと。健康に近道はないことを理解する。)
- 生活リズムを整える。  
(食と運動、食と体の関係を理解する。(食べること～吸収～排泄まで)、空腹感を感じる生活リズムを大切にする。)



図表 52 生活リズム

○食についてグローバルな視点を持つ。

(生産者の立場での食、食べる立場での食、環境と食、地球規模の食なども考えてみる必要がある。)

○働き方を見直す。

(家庭に目を向けた仕事と生活の調和がとれた働き方の工夫をしてみる。家庭に目を向けた職場環境づくりを工夫する。)

○無理せずできることから始める。

**(5) 家族のちから、地域のちからを育てる**

○家族の絆を深める。(楽しい食卓を目指す。)

(食卓は、子どもの心や体の変化に気づく大切な場であり、家族の健康を第一に考えた「おふくろの味」といわれる家庭独自の味や料理の伝承の場としても重要である。そして、楽しい食卓づくりで子どもの力を引き出すことが大切である。)

○地域力を高める。

(地域社会は「食」を含めた子育てを支援する。地域の関係者は協力連携して家庭を支援する。)

○学校等は地域と連携した食育を推進し、子どもの力を育てる。

**(6) あらゆる世代で取り組む食育**

○自分の健康は自分でつくり、守ることが基本。

○年齢や健康状態などを考え、自分にとって望ましい食生活を理解する。

○ライフステージやその人の置かれた状況に応じた食育を推進する。

**子どもへの食育の考え方**

○子どもへの食育は緊急かつ重要な課題です。

○家庭における健全な食習慣の習得が基本です。

○学校等や地域が様々な機会を通じ、子どもへの食育をバックアップが必要です。

○子どもの成長に合わせた切れ目のない食育を推進が必要です。

○食習慣のみならず、運動習慣等を含めた適切な生活習慣の形成、望ましい生活リズムの確立が大切です。

○幅広い「食」に関する知識や文化などの教育と「見て、さわって、作って、食べて」という食の体験学習を通じて、食への感謝の心と理解を深め、食の基本を実感することが大切です。

○家庭の「食卓」の機能を見直し、食を通じた家族とのコミュニケーションを大切にしながら、体と心の両面からの人間形成が必要です。

○健全な食生活の意味を理解し、自分の健康を自分で考えることができる能力を育成し、日常生活で実践する力の育成を目指すことが大切です。

### 妊婦・授乳婦などへの食育の重要性

- 次世代を担う赤ちゃんの成長に大きくかかわる父母とりわけ母親の食育は、緊急かつ重要な課題です。
- 妊娠・授乳期は、自分の体の急激な変化や子育てなど身体的にも精神的にも負担になり、「母親の健康」と「胎児・乳児の健康」の確保は、母親の食事や生活習慣に影響されることから、普段よりきめの細かい食生活への配慮が必要です。
- 母子の健康のための適切な食習慣の確立を図る極めて重要な時期であり、食育に対する関心も高まる時期であることから、特に、妊婦・授乳婦に対する行政や地域の援助が重要です。
- さらに、将来母親になる可能性を考え、思春期から食育に取り組むことも重要です。

### 乳児期から幼児期の保護者への食育の重要性

- 乳児期から幼児期の子どもは、身体発育や味覚などの五感の形成や、咀嚼機能が急速に発達します。離乳食を体験し、噛むトレーニングを重ねることで、咀嚼機能が習得できます。豊かで新鮮な食材から食材本来の味を味わい、味覚などの五感を養うこと、成長に合わせた適切な食事が健やかな成長のための基本です。
- 幼児期は、食習慣づくりのスタートの時期です。食育を通して親子の基本的信頼感を育み、生活リズムを整えることが重要です。
- 乳児期から幼児期のこどもは、自分で食事を選び整えることはできないことから、乳児期から幼児期のこどもを育てる保護者の食育は重要です。

### 大人への食育の考え方

- 健康でこころ豊かに社会生活を営むために、あらゆる世代で、その世代にあった食習慣を身につけることが大切です。
- 大人の食事は、成長のための食事ではないことを理解し、自分自身の健康づくりに加え、家庭における子どもへの食育や地域への貢献など次世代を育成する立場としての責任を果たすことが必要です。
- このため、大人の食を通じた健康への意識の向上を図り、果たすべき役割についての自覚を促し、適切な食習慣を身につけるよう食育の推進を図ります。
- 自分の健康は自分で作り守ることが基本です。まず、自分自身の食生活や健康状態をしっかり把握することを手始めとして、一人ひとりの生活の実態に応じ、改善できることから少しずつ実践する千葉県民を育てることを目指します。
- 年齢や健康状態、さらに生活環境によって健全な食生活に必要な知識、判断力、実践すべきことが異なることから、千葉県では、子どもから大人まで、すべてのライフステージに応じたより実践的な食育に取り組めます。

### (7) 家庭における「ちば型食生活」の実践

- ちばの豊かな食材を活用することを基本とした「ちば型食生活」を実践することで、ちばに暮らす良さを実感する。
- 自分にあった、栄養管理と口や歯の健康管理、食生活における衛生管理、楽しい食事など生活全般について、暮らし方を理解し、できることから実践・継続する。
- ライフステージに応じた、自分にあった暮らし方を情報の見極めや食の選択方法を含めて理解する。

## 第4章 基本目標の達成に向けた食育推進に関する施策

### 1. 「ちばの大きな食卓づくり」のために《大事にしよう「ちばの食文化」》をキーワードに県民と行政が連携・協働して取り組む5つの重点施策

《大事にしよう「ちばの食文化」》を食をめぐる問題解決のキーワードに、5つの重点施策について施策の方向性を示し、県民と行政が連携・協働し総合的な食育の展開を図ります。

「人を育てる」こと「地域を育てる」こと、そして「環境への配慮」や「男女の協働」を共通の視点として施策を推進していきます。

#### (1) 「食」への意欲あふれる「いきいきちばっ子」の育成

施策の方向：食を楽しみ・味わい、生活リズムを身につけ食生活や健康について、自ら考え理解し行動できる「いきいきちばっ子\*」を育てます。

##### 「いきいきちばっ子」

ちばの食育は、一人ひとりの個性を大切にしながら、また、置かれた環境に配慮しながら、「いきいきちばっ子」を育成します。

- なぜ、食べるのか、食の基本や食の価値が理解できる子ども
- 家族や友達と楽しく食事ができる子ども
- 自分にとって必要な食べ物を選択することができる子ども
- 基本的な生活習慣を身につけて、空腹感や食欲を感じる食事のリズムがもてる子ども
- 栄養バランスのよい食事を食べて元気な体になることがわかる子ども
- 食事をよく噛んで五感をつかって味わって食べる子ども
- 食事づくりや準備のお手伝いができる子ども
- 食に関する活動や食材に興味や関心を持てる子ども
- 郷土の食文化や特産物を知り、郷土に愛着を持ち、食べることに感謝できる子ども

《取り組むべき施策の項目》

##### 家庭における食育

【施策 1-1】家庭における望ましい食習慣や知識の習得の推進

生活リズムの向上。元気な体と健康な歯づくり。子どもの肥満予防の推進など

【施策 1-2】学校、家庭、さらには地域住民や保育所、PTA、関係団体等が連携した様々な食育推進活動の実施

【施策 1-3】青少年及びその保護者に対する食育の推進



【施策 1-4】 家庭における男女共同参画意識の向上

【施策 1-5】 家庭に目を向けた仕事と生活の調和のとれた家庭生活への意識向上と社会全体の取組の推進など

**学校・保育所等における食育**

【施策 1-6】 学校における食育の指導体制と指導内容の充実  
(指導体制)

栄養教諭の配置の促進。学校栄養職員の資質向上。家庭科教員等の指導力の向上。給食の時間・家庭科や体育科をはじめとする各教科・総合的な学習の時間等における食に関する指導の充実。食育の組織的・計画的な推進。食に関する指導計画の作成。食に関する指導を行うための手引き書の作成。教職員等を対象とした食育への理解促進のためのシンポジウム等の開催など

(指導内容)

各学校における食に関する指導に係る全体計画の策定。学校長のリーダーシップの下、関係職員が連携・協力した組織的な取組の推進。食に関する指導を行うために必要な時間が十分に確保されるよう学校における取組の推進。食に関する学習教材の作成・配布とその活用の促進。地域の生産者団体等と連携した農林漁業体験・食品流通や調理食品廃棄物の再利用等に関する体験など子どもの様々な体験活動の促進。体験活動の円滑な実施を促進するための指導者の養成を目的とした研修の実施など

【施策 1-7】 給食だより、PTA集会、学校保健委員会、地域学校保健委員会などを活用した家庭と地域との連携を重視した取組の推進

【施策 1-8】 学校等から家庭、地域への情報発信

【施策 1-9】 学校給食の充実

子どもの望ましい食習慣の形成や食に関する理解の促進のための献立内容の充実、郷土料理など伝統的な食文化を継承した献立の導入など特色ある給食の取組の推進、各教科において学校給食を「生きた教材」としてさらに活用、食物アレルギー等への対応を推進、食料の生産等に対する子どもの関心と理解を深めるとともに千産千消を推進するため生産者団体と連携し学校給食における地場産物の活用の促進や米飯給食の一層の普及を図る、地域の生産者や生産に関する情報を子どもたちに伝える取組を促進、単独調理方式等給食の供給体制に応じた食育の効果的な取組方法の検討など

【施策 1-10】 食育を通じた健康づくりの推進

食育を子どもの健康状態の改善や学習等に対する意欲の向上等を図るための効果的な指導プログラムの開発を推進、過度の痩身や肥満が心身に及ぼす影響等健康状態の改善等に必要な知識の普及とその実践を図る

## 【施策 1-11】 保育所・幼稚園での食育の推進

「保育所における食育に関する指針」を参考にした「食育の計画」の策定の推進、保育所から保護者への情報発信、在宅の子育て家庭からの乳幼児の食に関する相談への対応や情報の提供、地域と連携した食育の推進、学校との連携による学童期へのスムーズな移行

## 地域における食育

- 【施策 1-12】 学校・保育所等と地域が連携した食育推進のための地域づくり・仕組みづくりと地域における食事支援・食生活の改善に向けた取組の推進
- 【施策 1-13】 乳幼児期からの食育の推進
- 【施策 1-14】 地域における食育活動の情報交換・情報発信の場づくり  
(学校を中核とした他組織との連絡会議の開設等)
- 【施策 1-15】 地域における着実な食育の推進に向けた、県や市町村における栄養指導を行う管理栄養士等の配置の促進と資質向上
- 【施策 1-16】 地域保健活動や健康福祉センター、保健センターでの食に関する相談や指導、情報提供の充実

## (2) 情報を鵜呑みにしない県民を育て、食への不安に対処する取組の推進

施策の方向：①情報を鵜呑みにしないために、情報収集能力と判断能力を養う取組を推進します。  
②「食」に対する不安に対処する情報の提供と「食」の安全や安心の確保に向けた取組を推進します。

### 《取り組むべき施策の項目》

- 【施策 2-1】 食に関する様々な情報の中から、自分の目的にあった情報を適切に選択し、冷静に判断する能力を養い、食品を適切に選択する力を身につけることの重要性の啓発
- 【施策 2-2】 食品の安全性の確保と安全性や栄養等に関する情報の提供  
(一人ひとりの生活環境や健康状態などに配慮)
- 【施策 2-3】 食品表示などの食品情報に関する制度の普及啓発と食品表示の適正化の推進
- 【施策 2-4】 家庭における安全な食生活を送るための衛生管理の啓発
- 【施策 2-5】 消費者、食品関連事業者、専門家、行政等の関係者相互の双方向の情報共有、意見交換を行うリスクコミュニケーションの実施
- 【施策 2-6】 安全・安心な「食」や「食材」の提供の確保

### (3)「ちばの食卓」から、食への感謝の心や農林漁業への理解の増進と地域の活性化の推進

施策の方向：①「食」と「農」を身近に感じ、ちばの食文化に触れ、食の宝庫「ちば」に育った喜びを実感できる食育を推進します。

②「いただきます」「ごちそうさま」の感謝の気持ち、「もったいない」の大切に使う心を言葉にする日本独特の食文化を大切にします。

《取り組むべき施策の項目》

#### 【施策 3-1】生産者と消費者、都市と農山漁村の交流の促進

食と農に関する体験活動の機会の提供と食育推進活動の実践（農林水産物の生産、食品の製造、加工及び流通等の現場での体験を通じた人々の触れあいや地域の活性化）など

#### 【施策 3-2】グリーン・ブルーツーリズムの推進

各種広報媒体やイベント等を通じた情報提供。農林漁業体験施設・市民農園・農林水産物直売所等における交流の推進など

#### 【施策 3-3】千産千消の推進

千産千消の実践的な推進のための新たな食材・加工品・メニューの開発。流通・販売システムの構築。千産千消活動の核となる人材の育成。関係者のネットワークづくり。情報提供の強化など

#### 【施策 3-4】環境と調和のとれた農林水産業の活性化

（ちばエコ農業の推進等）

#### 【施策 3-5】地域の伝統的な食文化の理解と食習慣の伝承

ちば食育ボランティアやちば食育サポート企業等が行う親子料理教室等や体験活動での普及と啓発。地域における伝統行事などを通じた食文化の継承の促進。学校給食での郷土料理等の積極的な導入や食に関する指導における理解の促進。イベントやシンポジウム等における食文化。郷土料理や伝統料理の紹介や体験の機会の提供。調理師等の活用や関係団体による伝承・普及の取組の推進。食育に係る総合的な情報発信の中での積極的な普及啓発の推進。食文化や伝統料理などを体系的に整理した資料の作成など

#### 【施策 3-6】「バイオマス立県ちば」の推進

#### 【施策 3-7】食品廃棄物の発生の抑制と再資源化等による減量化の推進、3R\*の推進

\* 3Rとは、リデュース（廃棄物の発生抑制）、リユース（再使用）、リサイクル（再生利用）に取り組むことをいいます。

【施策 3-8】「ちばのうまい食材食べきり運動（仮称）」の推進

#### （４）県民一人ひとりの状況に応じた生涯にわたる健康づくりのための食育の推進

施策の方向：①自分の健康は自分でつくり、守る、自分にあった食と運動と健康のマイプランづくりを応援します。

②ライフステージや県民一人ひとりの状況に応じた食育を推進します。

《取り組むべき施策の項目》

【施策 4-1】自分の食生活や健康状態を知ることから始める健康づくりの提案

【施策 4-2】ライフステージや一人ひとりの状況に応じた食育と生涯にわたる健康づくりのための取組の推進（図表 54 参照）

【施策 4-3】食育を通じた生活習慣病予防の取組の推進

【施策 4-4】健康づくり運動を推進するための、ホームページやイベント等を通じた情報提供と普及啓発の実施

【施策 4-5】妊産婦や乳幼児に関する栄養指導の充実

【施策 4-6】「咀嚼する」「味を感じる」食生活を支える口腔機能の維持等についての指導の推進（ライフステージに応じた摂食機能「食べ物を捕らえ、咀嚼し、嚥下する」の発達・維持支援、味覚を通しての五感教育の支援）

【施策 4-7】食・栄養・運動など食育に関する専門的知識を有する人材や健康づくりを推進するための指導者の養成・活用

【施策 4-8】「ちば型食生活」の実践や「食生活指針」、「食事バランスガイド」の活用促進による健全な食生活の実現のための取組の推進、情報提供の充実

【施策 4-9】地域保健活動や健康福祉センター、保健センターでの健康づくりのための食指導の充実

【施策 4-10】小売りや外食、職場の食堂等を通じた食生活の改善や食事支援の取組の推進



図表 53 ライフステージ別の食育の重点テーマ

区 分	食育との関わり	食育の重点テーマ
乳幼児期 (育つ) (0～5歳) おおよそ小学校 入学前まで	心身の健康づくりへの取組が重要な時期です。保護者が食事の担い手です。	《授乳期：離乳期》 安心と安らぎの中で食べる意欲の基礎を作ろう。 《幼児期》 食べる意欲を大切に、食の体験を広げよう。
学童期 (学ぶ) (6～11歳頃) おおよそ小学生	生活習慣(生活リズム)などが形成される時期です。食事は保護者に依存しています。	成長する喜びを実感し、そのために必要な基本的な食習慣を身につけよう。食の体験を深め食の世界を広めよう。
思春期 (大人になる) (12～17歳頃) おおよそ 中学生・高校生	子どもから大人に移行する時期です。食事の保護者への依存は少なくなります。不規則な食生活で、それまでに形成された生活習慣が乱れないよう配慮が必要です。	成長する喜びを実感し、身についた基本的な生活習慣・食習慣を維持しよう。自分にあった自分らしい食生活を実現しよう。
青年期 (心身ともに 整う) (18～29歳) おおよそ 20歳代	心身の発達が終了し、心身ともに大人として整う時期です。習得した知識をいかし、生活に合わせた食生活や健康の管理を自らの判断で担います。また、家庭における子どもへの食育の重要性を自覚し取り組むことが必要です。	完成した身体を大切に維持し、食についての正しい知識と判断力を確かなものとし、自分の健康をつくり守ろう。家庭では、子どもの食育を担おう。
壮年期 (活動する) (30～49歳)	社会的には主軸となって働く一方、子育てなど極めて活動的で、充実した時期です。身体機能は、衰退の過程に入ります。自分の食育は自分で担い、家庭では、次世代の子ども食育に積極的に取り組み食文化の担い手になることが必要です。	自分にあった望ましい食生活を実現し、家庭における子どもの食育を実践し、食文化の担い手になろう。
中年期 (熟す) (50～69歳)	成熟を迎えるとともに新しい生活に向けた転換の時期です。身体機能は、さらに衰退の過程に入り、各種適応力の低下もみられます。自分の食育は自分で担い、また、次世代の子どもの食育を支援する役割を担うことが必要です。	体の変化に応じた自分にとって望ましい食習慣を確立し維持し、次のライフステージを快適に過ごすための準備をしよう。自分の食育は自分で担い、次世代の子どもの食育を積極的に支援しよう。食文化の積極的な担い手になろう。
高齢期 ( <small>みの</small> 稔る・誇る) (70歳以上)	人生の完成期で、豊かな収穫を得る時期です。一方心身ともに個人差が大きくなります。生活を楽しみ、生きがいのある生活を送るためには日常生活の機能維持や人との関わりが大切です。	自分にあった望ましい食習慣に見直し、自分らしい食習慣を再度確立し維持しよう。健やかに高齢期を迎えた方は、その適切な食習慣を維持しよう。子どもの食育をできる範囲で支援し食文化を伝えよう。



## (5)「ちばの大きな食卓づくり」を目指した食育運動の展開

施策の方向：千葉県は生涯にわたる食育を応援します。

- ① 地域のちからで「ちばの大きな食卓づくり」に取り組みます。
- ② 「ちば型食生活」の普及・啓発を図り、できることから始める食育で「個人のちから」を高めます。

《取り組むべき施策の項目》

【施策 5-1】「ちば型食生活」の普及・啓発

できることから始めるステップアップする食育の提案。関心のない人や必要な時・必要な人への情報提供など

【施策 5-2】食育に関する総合的な情報提供の充実

【施策 5-3】食育推進のためのイベントの開催等による普及・啓発

中核的なイベントと県内各地で行う地域イベントの開催、「食育月間」や「食育の日」を活用した運動展開による食育の普及啓発など

【施策 5-4】市町村や関係団体等との連携・協力体制の確立

【施策 5-5】地域や社会が協力した次世代育成のための子育て支援の推進

学校・保育所等と地域が連携した食育推進のための地域づくり。家庭に目を向けた仕事と生活の調和のとれた家庭生活への意識向上と社会全体の取組の推進など

【施策 5-6】ちば食育ボランティアやちば食育サポート企業の登録と活用の促進

食生活改善推進員をはじめ、食に関する豊かな知識と経験を持つちば食育ボランティアによる料理教室等の体験活動や普及啓発活動などの促進。生産者や食品関連事業者等による人や地域間の交流、体験活動を重視した食育の推進など

【施策 5-7】学校や各種施設、地域や関係団体等との連携など多面的な活動を行える地域での食育を支える人材の育成・活用

【施策 5-8】ボランティア活動への支援

【施策 5-9】大学等の専門知識を有する機関との連携の強化

【施策 5-10】環境に配慮した食育の推進

食生活における3Rの推進。環境保全型農業の推進と理解の促進など

- 【施策 5-11】 県民にとって身近な存在である市町村の取組を推進するため、市町村食育推進計画策定に向けた積極的な働きかけと資料や情報の提供等の適切な支援の実施
- 【施策 5-12】 県民の食育に関する意識や食を取り巻く現状の把握、計画の進捗状況の把握に努める
- 【施策 5-13】 県民の意見や考え方等を積極的に把握し、施策に反映させる取組の推進

## 2. 施策推進の指標と目標値

食育を県民運動として展開するためには、県や市町村などの行政機関だけでなく、ちば食育ボランティアや食育活動団体をはじめとする多くの関係者が共通した理解の下、共通の目標に向かって一体となって取り組んでいくことが重要です。

このため、本計画では、食材や人材など、ちばの「食」や「食育」を支えるちからのある本県の特長や乳幼児の咀嚼機能向上のための指導、骨密度調査、食に関する学習ノートの活用など本県独自の取組などをいかした食育推進の共通の目標を掲げ、その達成に向けた取組を推進します。

目標の設定に当たっては、個別施策ごとの事業量等の目標値の設定に加え、その結果として、県民にどの程度、食育が浸透したかが客観的に評価できるよう、総合的な指標となる項目を検討し、定量的な目標値を設定します。

具体的には、(1)食育が県民にいかに浸透したかを評価するための総合的な指標とその目標値、(2)5つの重点施策の成果を評価するための指標項目とその目標値、(3)主要な個別施策ごとの目標値、の3つの段階で、事業の実施過程や成果を評価する指標項目を検討し、目標値を設定します。

### (1) 食育の県民への浸透度を総合的に評価するための指標と目標値

食育に関心のある県民の割合の増加、食育に関する活動や行動の実践度の向上、食生活上の指針等を参考にしている人の割合の増加、推進計画を作成・実施している市町村の割合の増加など、総合的な指標項目を検討し、目標値を設定します。

### (2) 重点施策ごとの指標と目標値

#### ①「食」への意欲あふれる「いきいきちばっ子」の育成

学校や保育所における食に関する指導計画の作成状況や農林漁業体験・料理体験等の体験学習の取組状況、朝食の欠食の状況、食に関する学習ノートの活用状況、特色ある給食の実施などの項目や地域との交流、保護者への情報発信など、子どもの体と心の健康増進の取組について指標項目を検討し、目標値を設定します。

#### ②情報を鵜呑みにしない県民を育て、食への不安に対処する取組の推進

健康に悪影響を与えない食品選択や調理の知識を持っている人の割合や栄養成分の表示を参考にしている人の割合、食に不安を抱えている人の割合のほか、「ちばエコ農産物」の認知度など、食の安全・安心に支えられた食育の推進の取組について指標項目を検討し目標値を設定します。

③「ちばの食卓」から、食への感謝の心や農林漁業への理解の増進と地域の活性化の推進

学校給食への地場産物の導入（学校給食に「顔の見える、話ができる」生産者等の地場産物を使用し、食に関する指導の「生きた教材」として活用することは重要）、千葉産農水産物の購入意向、農林水産物直売所の設置状況や農林漁業体験施設等の利用、ごみやリサイクル問題への捉え方など、食に関する感謝の念に根ざした千産千消の推進の取組について指標項目を検討し、目標値を設定します。

④県民一人ひとりの状況に応じた生涯にわたる健康づくりのための食育の推進

「健康ちば21」の見直しに向けた検討状況を踏まえ、整合を図りながら指標項目の検討と目標値の設定を行います。

具体的には、メタボリックシンドロームについて認知度や該当者・予備軍の減少率やその達成に向けた健診・保健指導の実施率の目標など新たに追加が見込まれる項目の他、日常の栄養や食生活、生活習慣、運動習慣、心の健康、歯の健康など、国のガイドラインで示される目標項目に加え、現行の「健康ちば21」にある千葉県独自の目標項目の設定など、生涯にわたり健康で生きるちからの養成の視点で検討します。

⑤「ちばの大きな食卓づくり」を目指した食育の推進

ちば食育ボランティアやちば食育サポート企業の登録数や活動状況の報告数、食生活改善推進員の活動状況、市民活動の地域での状況など、県民運動としての食育の推進の取組について指標項目を検討し、目標値を設定します。

**（3）主要な個別施策ごとの目標値**

主要な個別施策について、可能な限り、具体的な事業量等の定量的な目標値を設定し、事業の進捗状況を的確に把握しながら、計画的かつ効果的な事業の推進を図ります。

## 第5章 関係者の役割

### 1. 食育を県民運動として円滑に推進するための関係者の役割

健全な食生活を実践するには、県民一人ひとりが食に関心を持ち、自らの健康は自らつくり守るということを自覚し、日々の食生活を実践することが大切です。また、子どもたちへの食育では、家庭が中心的な役割を担います。県民一人ひとりの自覚と実践、そして家庭における食育をより一層促すためには、関係者がそれぞれの役割を担いながら、地域や社会が連携して、県民・家庭を支援するための地域づくり・仕組みづくりを進め、一体となって食育の推進に取り組むことが必要です。

#### (1) 社会全体の役割

- ①家庭における食育を支援するための地域づくりに努める。
- ②仕事と家庭を両立しやすい環境づくりに努める。  
(社会全体で働き方の見直しや子育てを支援する体制整備を進める)
- ③家庭、学校、地域等社会の様々な分野において、行政、教育関係者、農林漁業者、食品関連事業者等が一体となって、県民が「食」について学ぶ機会を提供する。

#### (2) 家庭・県民の役割（生活者の視点）

- ①自分の健康は自分でつくり、守るということに自覚を持って、規則正しい健全な食生活の実践に努める。
- ②食に関心を持ち、食に関する様々な情報を適正に選択・判断する能力と食べ物を選ぶ能力を高める。
- ③食習慣を身につける基本は家庭にあることを認識し、子どもの食育の担い手であることを意識して食育の実践に努める。
- ④楽しく食卓を囲むなど食を通じたコミュニケーションを積極的に図ることを心がける。
- ⑤自ら栽培する、食材を選ぶ、調理する、味わうことや生産現場を知ることなど食の体験を積むことを大切にする。
- ⑥学校や地域における食育活動への参加・協力を努める。

#### (3) 県の役割

- ①食育を県民運動として推進するため、県食育推進計画の策定を通して、食育の推進の基本的な考え方や目標を提示し、共通認識の下、関係者が一体となった計画的な食育の推進に努める。
- ②市町村が策定する計画の指針となる県食育推進計画を策定する。
- ③基本目標の実現に向けて全庁的に施策を総合的かつ計画的に推進する。



また、施策の実施状況や成果を確認しながら、取組状況や社会情勢の変化に順応的に対処した実効性のある食育の推進に努める。

- ④食育活動団体等が行う個々の取組を結びつけることで、より効果的に食育の推進力となるよう連携の強化・情報共有に努める。
- ⑤市町村や食育関係団体、生産者や企業、食育ボランティアなどと連携して地域の食育活動の推進・支援を行う。
- ⑥地域で様々な関係者が連携した活動をコーディネートする。
- ⑦地域連携のためのネットワークづくりを進め地域づくりを支援する。
- ⑧地域の食育推進に向けた人材の育成・資質向上に努める。特に、地域での食育活動の核となる「食育リーダー」を育成する。
- ⑨食育に関する幅広い情報提供やイベントなどを通じた食育の普及啓発に努める。
- ⑩広域的に取り組むべき事業や食育の推進に先駆的・先導的な取組を推進・支援する。
- ⑪広域的な視点に立ち、市町村間の調整や情報交換の場の設定を行う。
- ⑫食育に関する正確でわかりやすい情報の提供に務める。

#### (4) 市町村の役割

- ①地域の特性をいかした自主的な施策を盛り込んだ実効性のある市町村計画を策定し、地域における食育の円滑な推進に努める。
- ②市町村が考える食育の推進に関する基本目標を示し、その実現に向けて施策を総合的かつ計画的に推進する。
- ③住民にもっとも身近な自治体である市町村は、地域における食育推進の中心的な実施主体としての役割を担う。
- ④地域や住民の積極的な参加による地域全体で取り組む食育活動を推進・支援する。
- ⑤地域で様々な関係者が連携した活動をコーディネートする。
- ⑥地域の食育推進に向けた人材の育成・資質向上に努める。
- ⑦食育に関する正確でわかりやすい情報の提供に務める。
- ⑧保健センターなどを拠点とした地域における健康づくりの面からの食育を推進する。
- ⑨学校・保育所等における「食に関する全体指導計画」を策定し、継続的・計画的に取り組むとともに、学校、家庭、地域が連携した食育を推進する。

#### (5) 学校・保育所等の役割

- ①学校・保育所等において家庭科教諭や栄養教諭、栄養職員等を中心とした食に関する指導や各学校・保育所等における食育に関する全体計画の策定など食育に関して共通した認識の下、食育の指導体制と指導

内容の充実を図る。

- ②保護者や教育・保育等に携わる関係者の意識の向上を図り、家庭や教育・保育等の場が果たすべき重要な役割について自覚を促す。
- ③家庭・PTA や地域と連携した食育の推進に努める。
- ④地場産物を活用した給食の提供など、学校給食を生きた教材として活用した食育の充実を図る。
- ⑤食農体験を重視し、子どもが楽しく食について学ぶことができる取組を積極的に推進する。
- ⑥多様な食文化を後生に伝えつつ、時代に応じた優れた食文化や豊かな味覚を育んでいくことに留意した食育の推進に努める。

#### (6) 生産者等の役割（生産者の視点）

- ①食品を生産する立場として安全性の確保に万全を期す。
- ②生産過程の管理方法や履歴などの情報を適正に管理し、消費者への情報提供に努める。
- ③ちば食育ボランティアへの登録など行政や、学校、保育所等の教育関係者と連携し、農林漁業に関する様々な体験の機会を積極的に提供するように努める。
- ④消費者との交流を進め、農林水産物の生産現場に対する理解の促進に努める。

#### (7) 食品関連事業者等の役割（提供者の視点）

- ①食品を提供する立場として安全性の確保に万全を期す。
- ②多くの消費者との接点を有している利点をいかして食育の推進の視点で様々な体験活動の機会の提供や食の学習への人材の派遣等に努める。
- ③消費者が適切な食の選択ができるよう、正確で分かりやすく、客観的な情報の提供と積極的な情報の開示に努める。
- ④より一層健康に配慮した商品やメニューの提供に努める。
- ⑤ちば食育サポート企業への登録など、行政や地域における食育活動への理解と協力の下、連携した取組への積極的な参画に努める。

#### (8) 食育ボランティア・食育活動団体の役割

- ①食に関する様々な体験の場を提供する。
- ②地域に根ざした食文化の継承に努める。
- ③学校や地域と連携した食育活動を進める。
- ④ちば食育ボランティアへ登録するなど、自発的な食育活動を積極的に進めるとともに、行政や地域における食育活動への理解と協力の下、連携した取組への積極的な参画に努める。
- ⑤食育を支援する地域づくりの担い手として、地域の実情や地域住民の

個々の実情に応じたきめ細かい食育活動の推進に努める。

#### (9) 保健福祉医療関係者の役割

- ①専門的な立場からの助言や提言、情報提供に努める。
- ②定期健診などの機会を捉えて、食や健康についての指導に努める。
- ③学校保健教育や地域保健活動に対する支援に努める。
- ④必要な人に必要な情報が届くよう情報提供の充実を図る。
- ⑤だれもが手軽に相談しやすい相談体制の充実を図る。

#### (10) 大学等研究機関に期待する役割

- ①食育に関する様々な調査・研究への取組と研究成果や科学的な知見の県民への積極的な情報提供。
- ②自治体などが実施する食育に関する取組への参画や調査・研究等への協力。
- ③食育に関する人材の育成や人材の派遣。
- ④県内の大学等研究機関同士の交流の促進。情報の提供・共有による効果的・効率的な食育に関する調査・研究の実施。
- ⑤自発的な食育活動の推進により地域における食育の推進や人材の育成。
- ⑥学生などを対象とした学校内における食育の促進。