

「食べること・生きること」

いのち 生命をつなぐちばの食育

元気な「ちば」を創る「ちばの豊かな食卓づくり」計画
- 地域のちからで築こう「ちば型食生活」 -



平成 20 年 11 月

千葉県・千葉県教育委員会

この計画は、食育基本法に基づく「千葉県食育推進計画」です。



「ちばの食育」啓発ポスター



ゆめ半島千葉国体・ゆめ半島千葉大会
マスコットキャラクター

【愛称】
チーバくん

【プロフィール】
千葉県に住む不思議な生きもの、
好奇心旺盛で、いろいろなことに挑戦するのが大好き、
未知のものに立ち向かうときほど勇気と情熱がわき、
からだがかたく、食いしん坊でいたずら好きな面も、

千葉国体・千葉大会
2010

ごあいさつ



私たちは、社会環境の変化やライフスタイルの多様化とともに、豊かさを追求するあまり、大量生産・大量消費・大量廃棄型の社会構造を作り出し、物質的に恵まれたいわゆる「飽食の時代」を迎えています。

現在、私たちは食べたい時に食べたいものを自由に口にすることができます。しかし、一方で、食べることへの意欲、関心や「食」を大切にする意識が薄れ、食生活の乱れや肥満の増加など、食を取り巻く様々な問題が生じています。

今こそ、「食育」について問題意識を持って考える必要があるのではないのでしょうか。

食が豊かであるという意味は、ぜいたくな豊かさという意味ではなく、本物であるということです。家族が食卓を囲みながら、おいしさを共有し、会話を通してコミュニケーションを図ることは心の豊かさを育むことにもつながります。

千葉県は、全国に誇る農林水産業県です。「ちば」ほど、新鮮でおいしい食材があるところは、ほかにはないのではないかと考えています。

人間は、親が作った食事や生まれ育った郷土の野菜や魚などを食べることで、改めて自分の存在やふるさとを認識します。その味がその人の原点になるものです。何歳になってもその味を忘れることはありません。その経験が、郷土意識を育むことにつながります。ぜひ、「千産千消」し、ふるさとの味を大切にしてもらいたいと願っています。

食材本来の味、郷土の味や食文化を、様々な体験や人との触れあいを通して学ぶとともに、自分の食を大事にした生活の基本を身につけ、健康なからだをつくり上げていくことは大切なことです。食育はその基礎であり、食を見直すということは、生き方そのものを見直すことではないかと考えます。

そこで、県民の皆様に、人間はなぜ食べるのかという原点に戻って考えてほしい、また、食の本質、食の基本や食の価値を理解し、日々の生活の中で実践してほしい、そして、未来を担う子どもたちにしっかり伝えてほしいという願いを込め、「元気な『ちば』を創る『ちばの豊かな食卓づくり』計画」を策定しました。キャッチフレーズは「『食べること・生きること』^{いのち}生命をつなぐちばの食育」です。

食育は、県民自らが必要性を理解し、実践しなければ意味がありません。そのためには、県民とともに考え、取り組んでいくことが特に重要です。計画の策定に当たり、白紙の状態からタウンミーティング等を数多く実施し、多くの県民の意見・提案がこの計画に反映されています。

食育は、健康・教育・農業など幅広い分野にまたがる裾野の広い取組です。そして、多くの方々が食育に携わる活動をされています。こうした方々の思いを計画の中に取り入れるため、県民の皆様と長い時間をかけ議論を重ねながら、千葉県ならではの計画を作り上げました。

この計画の基本理念は、大地と海の恵み豊かな「ちばの食材・食品」をしっかりと噛んで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すこと。さらに、みんなで取り組む「ちばの豊かな食卓づくり」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』」を創ることです。

千葉県ではこれまでも乳幼児期からの食育をはじめ正しい食生活、食習慣の確立に力を入れて取り組んでまいりました。今後も基本理念の実現を目指し、「親から子へつなぐ生命(いのち)」の視点で、「咀嚼嚥下^{そしゃくえんげ}・成長発達」の支援など、県民一人ひとりが「健康はつくるもの」という考えに立った生涯にわたる健康づくり、そして、家庭の食卓を大切にす食育の推進に取り組んでまいります。

千葉県は、豊かな自然と四季折々の豊かな食材、特色ある地域の産業や文化、食育に携わる多くの人材など、多様で素晴らしい、食育を支える「ちから」に恵まれています。

こうした「ちから」を最大限に活用して、家庭や学校、地域などのあらゆる場において、食に関わる様々な分野の人たちが連携・協働し、「わたし、あなた、みんなへつなぐ輪」の視点で食育を地域に根ざした県民運動を推進していきたいと考えています。

終わりに、本計画の策定に当たり、多大な御尽力をいただきました「千葉県食育推進県民協議会」及び「千葉県食育推進計画策定支援作業部会」委員の皆様、御意見・御提案をいただきました皆様に対し、厚くお礼申し上げますとともに、今後とも一層の御支援・御協力をお願いいたします。

平成 20 年 11 月

千葉県知事 堂本 暁子

目次

第1章 総論

- 001 1. はじめに
- 003 2. 計画策定の趣旨及び位置づけ
 - 千葉県取組
 - 計画の位置づけ
 - 県の関連する計画との関係
 - 計画期間と目標
 - ちばの食育推進体制（「地域のちからで家庭の食育を支援」）
 - 市町村食育推進計画づくりの促進
- 009 3. 基本理念と推進方針
 - 基本理念
 - 3つのちからでちばの食育を推進
 - ちばの食育の目指す7つの方向
- 026 4. 関係者の役割

第2章 4つの視点で取り組むちばの食育

- 030 1. ちばの食育推進の4つの視点
- 039 2. ちばの食育推進の重点施策
 - 親から子へつなぐ^{いのち}生命
 - 人から人へつなぐ文化
 - 作り手から買い手へつなぐ食べ物
 - わたし、あなた、みんなへつなぐ輪
- 053 3. ちばの食育推進の指標と目標値

第3章 各論

- 057 1. ちばの食育の現状
 - ちばの食をめぐる現状
 - ちばの食育を支えるちから
- 089 2. ちばの食育推進の施策内容
- 145 3. 食育を県民運動として展開するために
- 165 4. ライフステージ別の食育のポイント

第4章 参考資料

- 181 1. 計画の体系図
2. 計画策定の体制と手順
3. 千葉県食育推進県民協議会設置要綱及び委員名簿
4. ちば「食へのこだわり」県民づくりプロジェクトについて
5. 食育基本法の概要
6. 国の食育推進基本計画のポイント
7. 食育に関する用語集

コラム等の目次

- 011 1. 「噛むこと」「味わうこと」の大切さ(堂本暁子・赤坂守人)
2. 食育タウンミーティング等での基調講演の要旨の紹介
020 コラム1:「食育のすすめ - 大切なものを失った日本人 - (服部幸應)
021 コラム2:「食を取り巻く状況について」(遠藤陽子)
023 コラム3:「あなたは何を食べていますか。」～小さな選択が食と心を変える～
(安部司)
024 コラム4:「地域で育てる食卓」(室田洋子)
040 コラム5:「食文化の伝承と食育のすすめ」(服部津貴子)
044 コラム6:「食から千葉を知る」(明石要一)
045 コラム7:「なぜ食育」食農教育のヒント～次代を担う子どもたちに伝えたいこと～
(榊田みどり)
047 コラム8:「食育はまず大人から」(小泉武夫)
048 コラム9:「食の安全性と有効性について」(長村洋一)
051 コラム10:「家庭・地域での食育～元気、やる気、根気の“き”を育む～」
(大村直己)
052 コラム11:「感じる食育 楽しい食育」～食育の新しい視点～(サカイ優佳子)