

## 第4章 千葉県が目指す食育の方向

### 1 基本目標

「ちばの恵み」を取り入れたバランスのよい食生活の実践による生涯健康で心豊かな人づくり

第2次千葉県食育推進計画において基本目標とした『「ちばの恵み」を取り入れたバランスのよい食生活の実践による生涯健康で心豊かな人づくり』を、第3次計画においても継承していきます。

本県は、温暖な気候と風土に恵まれ、四季を通して多様な農産物等が豊富にある食の宝庫です。この沢山の農産物等とふるさとに伝わる料理や食文化は「ちばの恵み」であり、私たちの財産です。

県民一人一人が「ちば型食生活」\*を楽しく実践し、生涯にわたって体と心の健康を保ち、生きる力を身に付けることを目指します。

また、ちばでとれる新鮮な食材を使ったふるさとの味を互いに伝えあい、自然の恵みに感謝し食べ物を大切にする心や地域の食文化を大切にする心を持ち、ふるさとちばへの誇りを持った豊かな人間性を育むことを目指します。

### 2 3つの施策の方向

- I 生産から食卓まで食のつながりを意識した食育の推進
- II 子供から高齢者まで各世代に応じた食育の推進
- III ちばの食育の推進体制強化

県民が生産から消費のプロセスについて意識し、食を支える人々への感謝の気持ちや理解が深まるよう食育を進めるとともに、県民が各世代に必要な食に関する知識と食を選択する力を身に付け、健全な食生活が実践できるよう、3つの施策の方向のもと総合的に施策を展開します。

## ちば型食生活とは

鮮度が良く栄養たっぷりでおいしい千葉県産の農畜産物や水産物を、上手に食事に取り入れたバランスのよい食生活を「ちば型食生活」と呼びます。

「ちば型食生活」を実践する上でのポイントは、次のとおりです。

- 1 食べることは楽しいこと！よく噛み味わい ともに楽しんで食べましょう
- 2 豊かなちばの農林水産物 「いただきます！」感謝の気持ちといっしょに食べましょう
- 3 おかずの目安は、主菜※は「グー」 副菜※は「パー」 副菜は片手たっぷりをめざして
- 4 バランスよく配膳して食べましょう！「主食・主菜・副菜はそろっているかな」
- 5 一日に必要なエネルギー量を目安に食生活を実践しましょう

★「グー・パー食生活」は「ちば型食生活」の食事実践スタイルです。

### ★グー・パー食生活とは

「グー」「パー」は、おかずの1食分のおおよその望ましい量を考えるためのものです。バランスのよい食事をとるには、おかずの量を肉や魚は片手を握ったグーの 大きさと厚さ2cm、野菜は片手を広げたパーに山盛りを目安にするのがポイントです。

### グー・パーはおかずの おおよそのめやすです

#### 主菜は「グー」



主菜の1食分の量は  
グーの大きさ 厚さ2cmをめやすに！

厚さ2cm  
ここがグーの大きさ

\*グーのかたまりの大きさではありません！

グーは、手のひらと同じ大きさ

主菜になる食品は  
**肉・魚・たまご・大豆**



#### 副菜は「パー」



副菜の1食分の量は  
パーにたっぷりをめざして！

片手の上になるくらい

副菜になる食品は  
**野菜・海藻・きのこ・こんにゃく**



## 第5章 具体的な取組

### 第1 施策の体系

「ちばの恵み」を取り入れたバランスのよい食生活の実践による生涯健康で心豊かな人づくり

|                                         |                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|-----------------------------------------|-------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ⅰ 生産から食卓まで<br>食のつながりを意識<br>した食育の推進      |                   | <b>1 魅力発信と地産地消の推進</b><br>(1) 千葉県産農林水産物の魅力発信<br>(2) 地産地消の推進<br><b>2 生産者と消費者の交流の促進</b><br>(1) 農林漁業及び食に関する体験活動の促進<br>(2) 都市と農山漁村の交流活動の促進<br><b>3 食文化の普及と継承</b><br>(1) 地域の食文化の情報発信・普及<br>(2) 地域の食文化の継承<br><b>4 食の循環や環境を意識した取組の推進</b><br>(1) 環境にやさしい農業の推進及び消費者への理解促進<br>(2) 環境を意識した食生活の推進                                            |
| Ⅱ 子供から<br>高齢者まで<br>各世代に<br>応じた<br>食育の推進 | 1. 就学前<br>の<br>子供 | (1) 家庭における望ましい食習慣の実践に向けた取組<br>ア 保護者に対する乳幼児の食習慣・食行動定着のための基本的な知識の啓発<br>イ 歯・口腔機能の発達段階に応じた食事の啓発<br>(2) 保育所等における食育の推進<br>ア 保育所等給食施設を通じた取組の推進<br>イ 幼稚園等を通じた情報提供                                                                                                                                                                       |
|                                         | 2. 小学生<br>中学生     | (1) 学校における食育の指導体制と指導内容の充実<br>ア 食に関する指導の全体計画及び年間指導計画の作成・見直し<br>イ 栄養教諭等を中心とした食育の推進<br>ウ 効果的な食育の推進<br>エ 学校・家庭・地域が連携した食育に関する取組の推進<br>(2) 学校給食を活用した食育の充実<br>ア 学校給食を生きた教材として活用した食育の推進<br>イ 学校給食における地場産物の活用と地域の食文化の継承<br>(3) 食育を通じた健康状態の改善等の推進<br>ア 「早寝 早起き 朝ごはん」の取組の促進<br>イ 学校歯科保健活動における食育の推進<br>ウ 一人一人に応じた健康相談や望ましい食生活の形成に向けた取組の推進   |
|                                         | 3. 高校生            | (1) 学校における食育の指導体制と指導内容の充実<br>ア 食に関する指導の全体計画及び年間指導計画の作成・見直し<br>イ 関係教科等を中心とした食育の推進<br>ウ 外部機関と連携した効果的な食育の推進<br>(2) 食育を通じた健康状態の改善等の推進                                                                                                                                                                                               |
|                                         | 4. 青年期            | (1) 生活習慣病予防や健康づくりのための食育の推進<br>ア 大学や企業と連携した取組の推進<br>イ 健診等を通じた望ましい食生活の普及啓発<br>ウ 歯科口腔保健の推進<br>(2) 次世代を育むための食育の推進                                                                                                                                                                                                                   |
|                                         | 5. 壮年期            | (1) 生活習慣病予防や健康づくりのための食育の推進<br>ア 企業と連携した取組の推進<br>イ 健診等を通じた望ましい食生活の普及啓発<br>ウ 歯科口腔保健の推進                                                                                                                                                                                                                                            |
|                                         | 6. 高齢期            | (1) 生活習慣病予防や健康づくりのための食育の推進<br>ア 企業と連携した取組の推進<br>イ 健診等を通じた望ましい食生活の普及啓発<br>ウ 歯科口腔保健の推進<br>(2) 低栄養傾向を予防するための食育の推進<br>ア 低栄養予防に向けた望ましい食生活の取組<br>イ 歯科口腔保健の推進                                                                                                                                                                          |
| Ⅲ ちばの食育の<br>推進体制強化                      |                   | <b>1 食育を進める人材の確保</b><br>(1) 食育を進める人材の育成及び活動の促進<br>(2) 専門的知識を有する人材の養成<br><b>2 多様な関係者の連携強化</b><br>(1) 食品関連事業者等と連携した情報発信<br>(2) 事業者や団体等による食育を進めるための環境づくり<br><b>3 地域における取組の強化</b><br>(1) 食育推進運動の展開<br>(2) 市町村食育推進計画の策定促進と施策の推進<br><b>4 食に関する情報の提供</b><br>(1) 食品の安全・安心に関する必要な情報の提供<br>(2) 食品関連事業者等との連携による情報提供の充実<br>(3) 食生活等に関する情報提供 |

## 第2 施策の展開

### I 生産から食卓まで食のつながりを意識した食育の推進

食への感謝の気持ちや理解を深めるため、生産から消費のプロセスを知ることや地域の食を知ることが重要です。農林漁業体験など食に関する様々な体験活動への参加を進め、農林水産業の重要性の啓発と地域の食への関心と理解を進めていきます。

#### 1 魅力発信と地産地消の推進

##### (1) 千葉県産農林水産物の魅力発信

- ・ 食に関するイベントや県ホームページ、県民だより、テレビなどのメディアの活用などにより、県産農林水産物の魅力を発信します。
- ・ 県内における東京オリンピック・パラリンピックの開催を好機として捉え、県産農林水産物等の魅力を発信します。
- ・ 食に関する観光・地域イベントと連携し、より多くの県産農林水産物のファンを増やす活動を進めます。
- ・ マスコットキャラクター「チーバくん」を活用し、県内外の消費者に県産農林水産物をPRします。
- ・ GAP※などに取り組む農産物や、千葉県産豚肉の「チバザポーク」※、千葉県産牛肉の「チバザビーフ」※、「千葉ブランド水産物」※など、消費者に信頼される県産農林水産物の提供を進めます。
- ・ 「ちば食育ボランティア」や「ちばの野菜伝道師」※等の活動により、旬のおいしい地場産物を活用した、バランスのよい食生活を伝えます。



##### (2) 地産地消の推進

- ・ 消費者と生産者等との交流拠点でもある農林水産物直売所の情報を発信し、顔の見える関係づくりを進めます。
- ・ 小売店や飲食事業者、食品加工事業者等と連携して地産地消※の取組拡大を進めます。
- ・ 学校給食などでの地場産物の活用について、関係団体等と連携して進めます。
- ・ 学校給食において県産米を活用した米飯給食を推進します。

- ・ 地域で昔から作られていた加工品・保存食、旬の地場産物を使った惣菜など、地域の特色を生かした加工の取組を促進します。
- ・ 農林漁業者が自ら農産物等の加工・販売等を行う 6 次産業化<sup>\*</sup>の取組により、地場産物の活用を進めます。

## 2 生産者と消費者の交流の促進

### (1) 農林漁業及び食に関する体験活動の促進

- ・ 「農林水産業」や「食」に対する理解の醸成を図るため、誰もが手軽に楽しめるいちご狩りなどの収穫体験から本格的な農林漁業体験まで、県ホームページやパンフレット等を活用し広く情報を発信し、生産者と消費者の交流を促進します。
- ・ 学童農園での栽培や調理実習など、地域や関係団体が連携した学校での体験活動や、農山漁村に宿泊し交流する教育旅行などにより、児童・生徒への効果的な食育の推進を図ります。
- ・ 都市住民の市民農園の利用を促進し、食や農に関する関心を高めます。「ちば食育サポート企業」<sup>\*</sup>の活動により実施している、食品工場の見学や出前講座など企業と市町村・学校と連携し、食に関する体験等に関する情報を提供します。

### (2) 都市と農山漁村の交流活動の促進

- ・ グリーン・ブルーツーリズム<sup>\*</sup>など、都市住民にとって魅力ある農山漁村での余暇活動を推進します。
- ・ 農山漁村で開催されるイベント情報などを都市住民に対して発信します。
- ・ 道の駅や農林水産物直売所など、都市と農山漁村交流の拠点となる施設において、地域資源を生かした体験活動を促進します。
- ・ 都市農山漁村交流の受け皿となる農山漁村の体制整備を支援することにより、農山漁村のコミュニティの維持・活性化を進め、農林漁業者による交流活動を促します。

## 3 食文化の普及と継承

### (1) 地域の食文化の情報発信・普及

- ・ 県内における東京オリンピック・パラリンピックの開催を好機として捉え、広く県内外へ千葉県郷土料理の情報を発信し、普及を図ります。
- ・ 学校給食への郷土料理の導入や体験活動など、児童・生徒や保護者に対して地域の食文化を啓発します。

## (2) 地域の食文化の継承

- ・ 「ちば食育ボランティア」の活動を通じ、郷土料理や行事食の歴史や作り方などの伝承を推進します。
- ・ 郷土料理の調理実習などにより、地域の食文化に関する関心を高め、自ら調理する県民を増やし、地域の食文化の継承を進めます。
- ・ 博物館等において、地域の食文化とともに郷土料理などの伝承を進めます。
- ・ 日本の伝統的な食文化である「和食」の継承を進めます。

## 4 食の循環や環境を意識した取組の推進

### (1) 環境にやさしい農業の推進及び消費者への理解促進

- ・ 農業生産による自然環境への負荷を減らし、農業を次世代に健全な形で引き継ぐため、県が認証する「ちばエコ農産物」※、国の制度であるエコファーマー※の認定等の化学合成農薬・化学肥料を節減する栽培や、有機農業などの取組を推進します。
- ・ 「ちばエコ農産物」などのロゴマークの活用を通じて、環境にやさしい農業の取組をPRし、消費者の理解促進を進めます。
- ・ 畜産堆肥の有効利用を進め、地域における資源循環型農業の取組を進めます。
- ・ 食品残さ※等を加工した飼料（エコフィード※）の利用により、食品資源の有効利用を進めます。
- ・ 農業生産における食品安全や環境保全などの実現のため、GAPを推進します。



### (2) 環境を意識した食生活の推進

- ・ 食材の有効活用や保存方法、効率的な調理など、買い物、料理、保存、片付け等一連の流れを通して環境を意識した食生活の実践について推進します。
- ・ 家庭や外食で、食べ物がごみになる量をできるだけ減らしていくため、「ちば食べきりエコスタイル」※の取組を進めます。
- ・ 家庭においては「計画的な買い物」「食材を上手に食べきる」など、「もったいない」の意識を高め、食品ロス削減に向けた取組について啓発を行います。



「ちば食べきりエコスタイル」キャラクター  
ノコサース



## Ⅱ 子供から高齢者まで各世代に応じた食育の推進

食の実態は、年代や就業、家庭や生活環境の状況により異なります。各世代別の課題を整理し、それに応じたきめ細かな食育を推進します。

### 1 就学前の子供

身体の発育、味覚の形成、咀嚼機能の発達が著しい時期です。発達の段階に応じて食べ物の形態や食べ方が変わります。この時期に適切な食生活確立することは、生涯にわたり健全な体を培う基礎となります。

子供の食育の基本は家庭ですが、保育所や地域等における子供への食育や家庭への支援も大切です。

#### (1) 家庭における望ましい食習慣の実践に向けた取組

##### ア 保護者に対する乳幼児の食習慣・食行動定着のための基本的な知識の啓発

- ・ 乳幼児から正しい食生活の実践につながるよう、市町村が実施する乳幼児健診等において「授乳・離乳の支援ガイド」等の活用を推進します。

##### イ 歯・口腔機能の発達段階に応じた食事の啓発

- ・ 歯や口腔機能の発達段階に応じた食事が大切です。市町村が実施する健診や相談等において「かむ力を育てる乳幼児の食事」等の活用を推進します。

#### (2) 保育所等における食育の推進

##### ア 保育所等給食施設を通じた取組の推進

- ・ 子供の健やかな成長発達に応じた適正な食事が提供されるよう、また、離乳食やおやつの選び方、食べさせ方など、保護者へ健康や栄養に関する情報提供が推進されるよう、保育所等給食施設に指導及び助言を行います。

##### イ 幼稚園等を通じた情報提供

- ・ 子供が食への興味や関心を持つよう、幼稚園や子育て支援の場を通じて、子供や保護者に対し、食育に関する情報を提供します。

### 2 小学生・中学生

成長期にある小学校・中学校・義務教育学校・特別支援学校等の児童生徒にとって、健全な食生活は健康な心身をはぐくむために欠かせないものであると同時に、将来の食習慣の形成に大きな影響を及ぼすものです。この時期に、食生活に対する正しい知識・技能を身に付け、望ましい食習慣の基礎づくりを、市町村教育委員会等と連携を図りながら目指します。

#### (1) 学校における食育の指導体制と指導内容の充実

##### ア 食に関する指導の全体計画及び年間指導計画の作成・見直し

学校における食育は、家庭科（中学校：技術・家庭科）、体育科（中学校：保健

体育科)等の各教科、給食の時間、特別活動等の様々な教育内容に密接に関わっています。そのため、食育の目標や具体的な取組をまとめた食に関する指導の全体計画が重要であり、各学校におけるその作成と実効性ある計画にするための見直しを働きかけます。

#### イ 栄養教諭等を中心とした食育の推進

栄養教諭等は、学校における食に関する指導を充実させ、児童生徒が望ましい食習慣を身に付けられるよう、学校の食に関する指導体制の要としての役割を担っています。また、各地域の食に関する指導の推進役としても期待されています。

- ・各学校においては、校長のリーダーシップのもと、全職員が連携・協力しながら、栄養教諭等が中心となって食育を推進すると同時に、栄養教諭等の授業等へのより一層の参画が進むよう働きかけます。
- ・各地域における栄養教諭等を中核とした食に関する指導の充実を図るため、授業研究・授業公開等を通し、その成果の周知・普及を働きかけます。

#### ウ 効果的な食育の推進

- ・食育の学習を効果的に行うために、「食に関する学習ノート・いきいきちばっ子」、「いきいきちばっ子健康・体力づくりモデルプラン」等の学習資料の活用を推進します。
- ・各学校が、教科等の学習の中に、地域の特性・特色を生かし、自然や社会との関わりをもった様々な体験活動を取り入れるなど、効果的な食育の推進を図れるよう働きかけます。
- ・高等学校との交流や関係機関・企業等が実施する出前授業や体験活動の取組を支援します。

#### エ 学校・家庭・地域が連携した食育に関する取組の推進

- ・児童生徒の食については、家庭が担う部分が大きいため、学校は、「食」に関する情報等を積極的に保護者に提供して、家庭と連携した食育の推進を図ります。
- ・食に関する課題に対して共通認識で取り組んでいくため、学校・家庭・地域との連携体制を整備するよう働きかけます。
- ・家庭における教育力向上を図るための「家庭教育リーフレット」などの資料を活用し、食育に関する情報についても、すべての家庭に届けていきます。

### (2) 学校給食を活用した食育の充実

#### ア 学校給食を生きた教材として活用した食育の推進

食に関する正しい知識や望ましい食習慣を身に付けるために、献立内容を教科等の食に関する指導と関連づけ、学校給食を生きた教材として活用した効果的な学習の実践を推進します。



## イ 学校給食における地場産物の活用と地域の食文化の継承

- ・ 学校給食における地場産物の活用を推進することに加え、郷土料理などの地域の食文化についての理解を深めるような献立を工夫するよう働きかけます。11 月には、「千産千消デー」として学校給食に地場産物の活用を推進します。
- ・ 米飯給食を推進し、米を主体とし、多彩な副食からなる「ちば型食生活」の定着を働きかけます。

## (3) 食育を通じた健康状態の改善等の推進

### ア 「早寝 早起き 朝ごはん」の取組の促進

「早寝 早起き 朝ごはん」※を合言葉に、児童生徒のより良い生活習慣づくりを働きかけます。

### イ 学校歯科保健活動における食育の推進

むし歯の予防や治療の促進にとどまらず、歯周病の予防など広く口腔全体の健康づくりを「学校歯科保健活動における食育」として進め、心身ともに健康な児童生徒を育成します。

### ウ 一人一人に応じた健康相談や望ましい食生活の形成に向けた取組の推進

朝食欠食、孤食※、偏食、肥満・痩身傾向等の児童生徒※など個別に指導することが望ましい場合や食物アレルギーを有する児童生徒など個に応じた対応を必要とする場合が増えています。

そこで、児童生徒の健康の保持増進等のため、「ちば学校保健推進サポートプラン」や「学校保健委員会」を活用し、個別的な相談指導等を行うなど、保護者はもとより学級担任、養護教諭、栄養教諭等、学校医等、学校全体で連携して望ましい食生活の形成に向けた取組を推進します。

## 3 高校生

心身ともに成長し、食生活も大きく変化する高等学校・特別支援学校等の生徒にとって、将来にわたり健康な生活を送るための食習慣を確立する重要なこの時期に、これまで身に付けた生活習慣や食に関する知識・技能を生かし、食生活の自立に向けた食育を充実させる必要があります。

### (1) 学校における食育の指導体制と指導内容の充実

#### ア 食に関する指導の全体計画及び年間指導計画の作成・見直し

学習指導要領に、「学校における食育の推進」が盛り込まれ、高等学校等における食育の推進が求められています。

そこで、高等学校等における食に関する指導が、教育活動全体を通じて計画的、組織的に行われるために、食に関する指導の全体計画の作成を推進します。

## イ 関係教科等を中心とした食育の推進

(保健体育科、家庭科、総合的な学習の時間、特別活動、道徳等)

- ・ 関係する教科等においては、それぞれの特質に応じた、適切な食に関する指導を推進します。
- ・ 「食に関する指導事例集（仮称）」や「食育リーフレット」を通じて、高等学校等における食育を推進します。

## ウ 外部機関と連携した効果的な食育の推進

- ・ 関係機関・企業等が実施する出前授業や体験活動など様々な取組の活用を通し、効果的な食育を推進します。
- ・ 食に関する課題に対して、共通認識で取り組んでいくため、学校・家庭・地域との連携体制を整備するよう働きかけます。

## (2) 食育を通じた健康状態の改善等の推進

高校生においては、適切な食事、運動、休養及び睡眠など、調和のとれた健康的な生活の実践の必要性を理解するとともに、青年期における生活習慣の確立や食生活の自立に向け、自ら主体的に生活をコントロールする力が身に付くよう 朝食をしっかりと食べるなど規則正しい生活を送ること、むし歯等の予防や治療により歯・口腔の健康を維持することなど、日常の学校生活を通し、指導を行うよう働きかけます。

また、食物アレルギーを有する生徒等には、健康相談や個別的な指導・支援等を通し、一人一人に応じた対応を行うよう働きかけます。

### **県内の多くの小中高生が、 様々なコンクールやコンテストに参加しています**

- いきいきちばっ子オリジナル弁当コンクール（千葉県学校安全保健課）
- 太巻きずしコンテスト（千葉県伝統郷土料理研究会）
- ウィズガス親子クッキングコンテスト（房総ガス協議会）
- 中学生創造ものづくり教育フェア「あなたのためのおべんとう」コンクール  
(千葉県教育研究会技術・家庭科教育部会)
- かむ子・のびる子・元気な子料理コンクール（千葉県歯科衛生士会）
- ごはん・お米とわたし作文・図画コンクール（千葉県農業協同組合中央会）

## 4 青年期（概ね 19 歳～39 歳）

進学や就職などで一人暮らしを始める等、生活環境の変化が食生活に大きな影響を与える時期です。これまでに習得した知識を生かし、適正体重や栄養バランスに配慮した食事の実践が大切です。また、妊娠期における望ましい食生活に取り組むことにより、生まれてくる子供の生涯における健康づくりの基盤を確保することも大切です。

### (1) 生活習慣病予防や健康づくりのための食育の推進

#### ア 大学や企業と連携した取組の推進

- ・ 学生食堂・社員食堂などの給食施設で、利用者の身体状況等に応じた適切な食事が提供されるよう、また、青年期における望ましい栄養・食生活に関する情報提供が推進されるよう、給食施設に対する指導及び助言を行います。
- ・ 中食や外食の利用増加を踏まえ、飲食店等での栄養成分表示やヘルシーメニューの提供など、望ましい食生活を実践しやすい環境整備に取り組みます。
- ・ 朝食の必要性について、大学や企業と連携し、啓発を行います。

#### イ 健診等を通じた望ましい食生活の普及啓発

- ・ 健診やイベントにおいて「グー・パー食生活ガイドブック」等分かりやすい啓発媒体を活用して、適切な食生活の実践に役立つ知識の普及に取り組みます。

#### ウ 歯科口腔保健の推進

- ・ 食事を楽しみ健康的な生活を送ることができるよう、イベントを活用して、日常的な歯・口腔ケアや定期的な歯科検診受診の必要性等に関する啓発を行い、歯・口腔の健康維持を促進します。

### (2) 次世代を育むための食育の推進

妊娠中の適正体重の維持や食の大切さに気付き、自らの食の見直しと子供の食生活の基盤づくりに取り組めるよう市町村が実施する妊産婦等に対する健診や各種教室等において「妊産婦のための食事バランスガイド」等分かりやすい啓発媒体の活用を促進します。

## 5 壮年期（概ね 40 歳～64 歳）

仕事や子育てなど社会や家庭において忙しい時期であるため、不適切な食生活になりやすく生活習慣病の発症のリスクが高くなりがちです。生活習慣病の発症予防と重症化防止のために適切な食生活に取り組むことが大切です。

### (1) 生活習慣病予防や健康づくりのための食育の推進

#### ア 企業と連携した取組の推進

- ・ 社員食堂などの給食施設で、利用者の身体状況等に応じた適切な食事が提供されるよう、また、壮年期における望ましい栄養・食生活に関する情報提供が推進さ

れるよう、給食施設に対する指導及び助言を行います。

- ・中食や外食の利用増加を踏まえ、飲食店等での栄養成分表示やヘルシーメニューの提供など、望ましい食生活を実践しやすい環境整備に取り組みます。

#### **イ 健診等を通じた望ましい食生活の普及啓発**

- ・健診やイベントにおいて「グー・パー食生活ガイドブック」等分かりやすい啓発媒体を活用して、適切な食生活の実践に役立つ知識の普及に取り組みます。

#### **ウ 歯科口腔保健の推進**

- ・青年期に引き続き、食事を楽しみ健康的な生活を送ることができるよう、イベントを活用して、日常的な歯・口腔ケアや定期的な歯科検診受診の必要性等に関する啓発を行い、歯・口腔の健康維持を促進します。

## **6 高齢期（概ね 65 歳～）**

壮年期に引き続き生活習慣病の発症予防や重症化を防ぐとともに、加齢による身体の変化と体力の低下があり、介護予防に配慮した食生活が大切です。咀嚼・嚥下機能を維持し、自分に合った食生活を実践することが必要です。

### **(1) 生活習慣病予防や健康づくりのための食育の推進**

#### **ア 企業と連携した取組の推進**

- ・中食や外食の利用増加を踏まえ、飲食店等での栄養成分表示やヘルシーメニューの提供など、望ましい食生活を実践しやすい環境整備に取り組みます。

#### **イ 健診等を通じた望ましい食生活の普及啓発**

- ・健診やイベントにおいて「グー・パー食生活ガイドブック」等分かりやすい啓発媒体を活用して、適切な食生活の実践に役立つ知識の普及に取り組みます。

#### **ウ 歯科口腔保健の推進**

- ・食事を楽しみ健康的な生活を送るために欠かせない、食べ物を良く噛み、飲み込める口腔機能の維持が図られるよう、イベントを活用して、日常的な歯・口腔ケアや定期的な歯科検診受診の必要性等に関する啓発を行います。

### **(2) 低栄養傾向を予防するための食育の推進**

#### **ア 低栄養予防に向けた望ましい食生活の取組**

- ・低栄養予防や要介護状態への移行の防止を図り、元気で生き生き暮らせるよう一人暮らしの男性でも気軽に作ることのできる「高齢者のための季節の献立集」等の啓発・活用を進めます。

#### **イ 歯科口腔保健の推進**

- ・歯と口腔の健康を保ち、自分の口で食べることを支援するため、在宅歯科医療連携室を活用した高齢者の口腔機能の維持・管理に関する相談体制の整備等を進めます。

### Ⅲ ちばの食育の推進体制強化

食育に係る様々な関係者が主体的かつ連携・協力し、地域に密着した食育活動が促進されるよう推進体制を強化するとともに、県民が健全な食生活を実践しやすい環境づくりを進めていきます。

#### 1 食育を進める人材の確保

##### (1) 食育を進める人材の育成及び活動の促進

- ・ ちば食育ボランティアや食生活改善推進員<sup>※</sup>等を対象に、食に関する正しい知識や活動手法等に関する研修を行い、地域の食育活動を一層促進します。
- ・ 関係団体等と連携し、農林漁業者による食育活動の促進を図ります。
- ・ 様々な分野で食育活動に取り組む関係者のネットワークを広げ、地域に根ざした食育活動の促進を図ります。

##### (2) 専門的知識を有する人材の養成

- ・ 県民の食生活の質の向上及び健康づくりの推進を図るため、飲食店で調理業務に従事する調理師等を対象に研修を行います。
- ・ 行政や医療・介護等の現場における歯科保健担当者を対象に研修を行い、資質向上を図ります。
- ・ 特定給食施設<sup>※</sup>の従事者に対し、品質管理・栄養等に関する情報提供や指導等を行い、給食施設における栄養管理の向上を図ります。

#### 2 多様な関係者の連携強化

##### (1) 食品関連事業者等と連携した情報発信

- ・ 飲食店のメニューへの栄養成分表示やヘルシーオーダーへの対応など、健康づくりに配慮した取組を行う飲食店を「健康ちば協力店」<sup>※</sup>として登録しています。この「健康ちば協力店」の登録拡大を図り、飲食店を通じた健康づくりのための情報提供を推進します。
- ・ 中食の増加に対応し、コンビニエンスストアやスーパーマーケット等と連携した望ましい食生活の実践に向けた食育の取組を進めます。



##### (2) 事業者や団体等による食育を進めるための環境づくり

- ・ 「ちば食育サポート企業」による食育活動が県内各地で展開されるよう登録の拡大、周知を図るとともに、市町村をはじめ地域の食育ボランティアや食育関係団体等と連携した活動を促進します。
- ・ ちば食育サポート企業や県内の事業者・団体等に呼びかけ、社員食堂での健康に

配慮したメニューの提供や地産地消の推進、また、従業員の健康保持・増進につながる啓発活動等、様々な食育の取組を推進します。

- ・ 定時退社日の設定など、仕事と生活の調和（ワークライフバランス）※の取組を推進することで、家庭における共食※の機会が増えるよう啓発を行います。
- ・ 家庭や個人の努力のみでは、健全な食生活の実践につなげていくことが困難な状況を踏まえ、子供や高齢者を含むすべての県民が健全な食生活を実現できるよう、関係団体やちば食育サポート企業、ちば食育ボランティア等と連携し、地域における共食を推進します。

### 3 地域における取組の強化

#### (1) 食育推進運動の展開

- ・ 食育推進運動の展開に当たっては、ちば食育ボランティア、ちば食育サポート企業、教育関係者、農林漁業者、食品関連事業者等、食育に係る多様な関係者による主体的な取組を促すとともに、関係機関・団体等と連携・協力し推進します。
- ・ 国が食育月間と定めた6月と県産農林水産物が豊富に出回る11月を食育月間とし、食育に関わる関係者が一体的かつ集中的に普及啓発を行います。また、県の販売促進月間（6月、9月、11月、2月）にあわせて、重点的な啓発活動に取り組みます。
- ・ 県内各地において食育推進運動を促進するため、先進的な事例等を収集し、広く情報提供します。
- ・ 望ましい食生活の普及啓発に当たっては、「グー・パー食生活ガイドブック」の活用を促進します。

#### (2) 市町村食育推進計画の策定促進と施策の推進

- ・ 早期に県内全市町村において食育推進計画が作成されるよう、県は、本計画の初年度に、未作成市町村に集中的に支援を行います。
- ・ 市町村において食育に関する取組の充実が図られるよう必要な資料や情報の提供等の支援を行います。

### 4 食に関する情報の提供

#### (1) 食品の安全・安心に関する必要な情報の提供

- ・ 「千葉県食品等の安全・安心の確保に関する条例」※及び「千葉県食品等の安全・安心の確保に関する基本方針」※に基づき、食品関連事業者、消費者、行政が協働して、食品等の安全・安心確保のための取組を推進します。
- ・ 県民自らが適切に食品を購入、保存・調理を行うことができるよう、食品の安全・安心に関する様々な情報をパンフレットやホームページなどを通じて、正確に分か

りやすく情報提供するよう努めます。

- ・ 食品の安全性に関する県民の知識と理解を深めるため、県民、事業者、県等の関係者が連携しつつ、情報共有・意見交換を行うリスクコミュニケーション※を推進します。
- ・ 各世代に応じた消費者教育の充実を図るとともに、県民が、自立した消費者という自覚をもち、自らの行動が及ぼす環境、経済及び文化等への影響を認識して行う消費生活の安定・向上に向けた取組を支援します。

## (2) 食品関連事業者等との連携による情報提供の充実

- ・ 食品表示に関する規定を一元化した食品表示法の下、食品の安全性及び消費者の自主的かつ合理的な食品選択の機会を確保することができるよう食品表示の適正化に取り組みます。
- ・ 食品の生産段階から流通・販売段階に至る生産流通履歴情報を消費者に提供する取組として、トレーサビリティ※の導入を促進します。
- ・ 食品について、放射性物質や残留農薬、食品添加物等の検査体制を確保し、食の安全性の確保を図るとともに、検査結果の迅速な情報提供に努めます。
- ・ 食品製造・加工者及び飲食店等に対し、HACCP※方式の導入を促進し、自主衛生管理水準を高めるよう啓発に努めるとともに支援します。
- ・ 流通・販売者に対し、食品等の流通・販売過程における取扱いや保存管理等について普及・啓発し、安全性の確保について自主衛生管理を徹底するよう支援します。

## (3) 食生活等に関する情報提供

- ・ 啓発対象に応じた広報媒体の選択、具体的な実践や活動を提示した啓発など、必要な情報を届けられるよう配慮し、県民一人一人が自ら食育に関する取組が実践できるように、情報提供の充実に努めます。
- ・ 科学的知見に基づく食生活の改善に必要な情報の普及啓発を推進します。
- ・ 「千葉県生活習慣に関するアンケート調査」や「県民健康・栄養調査」を実施し、県民の身体状況、栄養や健康に係る生活習慣の現状を把握することなどを通じて、食育推進の基礎的なデータとして活用していきます。
- ・ 食料の生産等の実態に対する県民の理解促進を図るため、食料の生産、流通、消費、食品ロスに関する統計調査結果等について分かりやすく情報提供するよう努めます。