

第5期

おやま地産地消・食育推進計画

食で育む 元気なおやま 明るい未来



令和6(2024)年3月

小山市

はじめに

小山市は、農業、商工業のバランスが良く、市街地の周辺に農地や平地林が広がり、市の中心部を流れる思川がラムサール条約湿地「渡良瀬遊水地」に繋がる自然環境を有しています。田園環境と都市環境の調和のとれた「田園環境都市おやま」を将来にわたって維持向上を図り発展させ、市民の皆様が快適に暮らし、住み続けたいと感じられるウェルビーイングが実現できるまちづくりを進めています。



「食」は命の源であり、私たち人間が生きるために欠かせないものです。健康で心豊かな生活を送るためには、健全な食生活を日々実践し、おいしく楽しく食べることや食を支える社会や環境を持続可能なものにしていくことが重要です。

食をめぐる環境は、少子高齢化や世帯構造の変化、食に関する価値観や暮らしのあり方の多様化により、大きく変化してきています。食の栄養面からみると、高齢化が進行する中で、健康寿命の延伸や生活習慣病の予防が大切であり、栄養バランスのとれた食生活の重要性は増えています。また、ライフスタイルの多様化により、健全な食生活の実践が困難な場面も増えてきています。食の供給面からみると、農林漁業者の高齢化や減少に加え、食料自給率の問題、食品ロスの発生、気候変動による異常気象など、環境問題への取り組みの重要性も増えています。

このような中、相互に関係する「食育」と「地産地消」の一体的な推進を、より一層図るとともに現状の課題に対応するため、第5期おやま地産地消・食育推進計画を策定しました。

本市では、豊かな自然環境の中、米や野菜、果物、大豆、牛肉、豚肉など様々な農産物が生産されており、これらを活用した豊かな食生活を実現できる環境にあります。市民一人ひとりが自然の恵みや食に関わる人々とその活動に感謝する心を持ち、食生活を見直すことが大切であり、家庭、学校、地域等あらゆる場面で地産地消・食育の推進に取り組むことが重要であると考えております。

結びに、本計画の策定にあたり、アンケート等にご協力いただきました市民の皆様をはじめ、ご尽力を賜りました小山市地産地消・食育推進協議会委員の皆様にご感謝申し上げますとともに、本計画の遂行にあたりまして、引き続きご支援をいただきますよう、お願い申し上げます。

令和6年（2024）年3月

小山市長 浅野 正富

目次

第1章 計画の概要.....	1
1. 計画改定の趣旨	1
2. 計画の位置付け	2
3. 計画期間	3
4. 計画の推進体制	3
5. 国、県の動向	3
6. SDGs の達成.....	5
第2章 地産地消・食育の現状と課題.....	6
1. 地産地消・食育を取り巻く現状（アンケート結果）	6
2. ヒアリング調査結果.....	16
3. 第4期計画の評価と取組み（考察）	17
第3章 計画の基本的考え方	20
1. 基本理念	20
2. 基本方針	20
3. 基本施策	22
4. 施策の体系	23
5. 計画の目標指標	24
第4章 施策の展開.....	25
基本施策1 食の安全と地産地消の推進.....	25
基本施策2 家庭での食育の推進.....	29
基本施策3 子ども・若い世代の食育の推進	32
基本施策4 地域での食育の推進.....	35
基本施策5 食を育む環境づくり.....	39
第5章 ライフステージごとの行動指針.....	42

第1章 計画の概要

1. 計画改定の趣旨

小山市は首都圏から約 60 km という優位な地理的条件を生かし、首都近郊農業としての振興を図ってきました。また、命の源として、食とそれを支える農業の役割の重要性について市民に理解を深めていただき、健全な食生活を送ることができるよう、これまで地産地消、食育活動に積極的に取り組んできました。

平成 31 (2019) 年 3 月に策定した「第 4 期おやま地産地消・食育推進計画」では、「食で育む 元気なおやま 明るい未来」をスローガンに掲げ、3つの基本方針「「食」を支える」「農」をもっと身近に」、「パパ・ママからはじまる小山の食育」、「食育の「わ」(和・輪・環)を広げよう」のもと、食育に関わる6つの分野を設定し、様々な施策を展開してきました。

有機農業や環境保全型農業の推進をはじめ、農産物直売所の活用や地域に根ざした農業体験活動、学校給食における地元の農産物の利用拡大と生産者との交流活動などの取組みにより、地産地消への関心は高まってきています。また、市民一人ひとりが生涯にわたり健康な食生活を送ることができるよう、家庭での食育の実践支援を関係機関との連携のもと推進してきました。

しかし、近年の社会環境がもたらす変化、またライフスタイルの多様化により、食をめぐる環境は大きく変化しています。そして家庭や社会の変容は、子どもたちの食生活をも大きく変化させています。

次世代を担う子どもたちの健やかな成長のために、食生活は基本的なことであり、食べ物に対する感謝の心を育て、「食」に関する正しい知識と理解を深め、望ましい食習慣を身につけられるよう、食育の充実が強く望まれています。

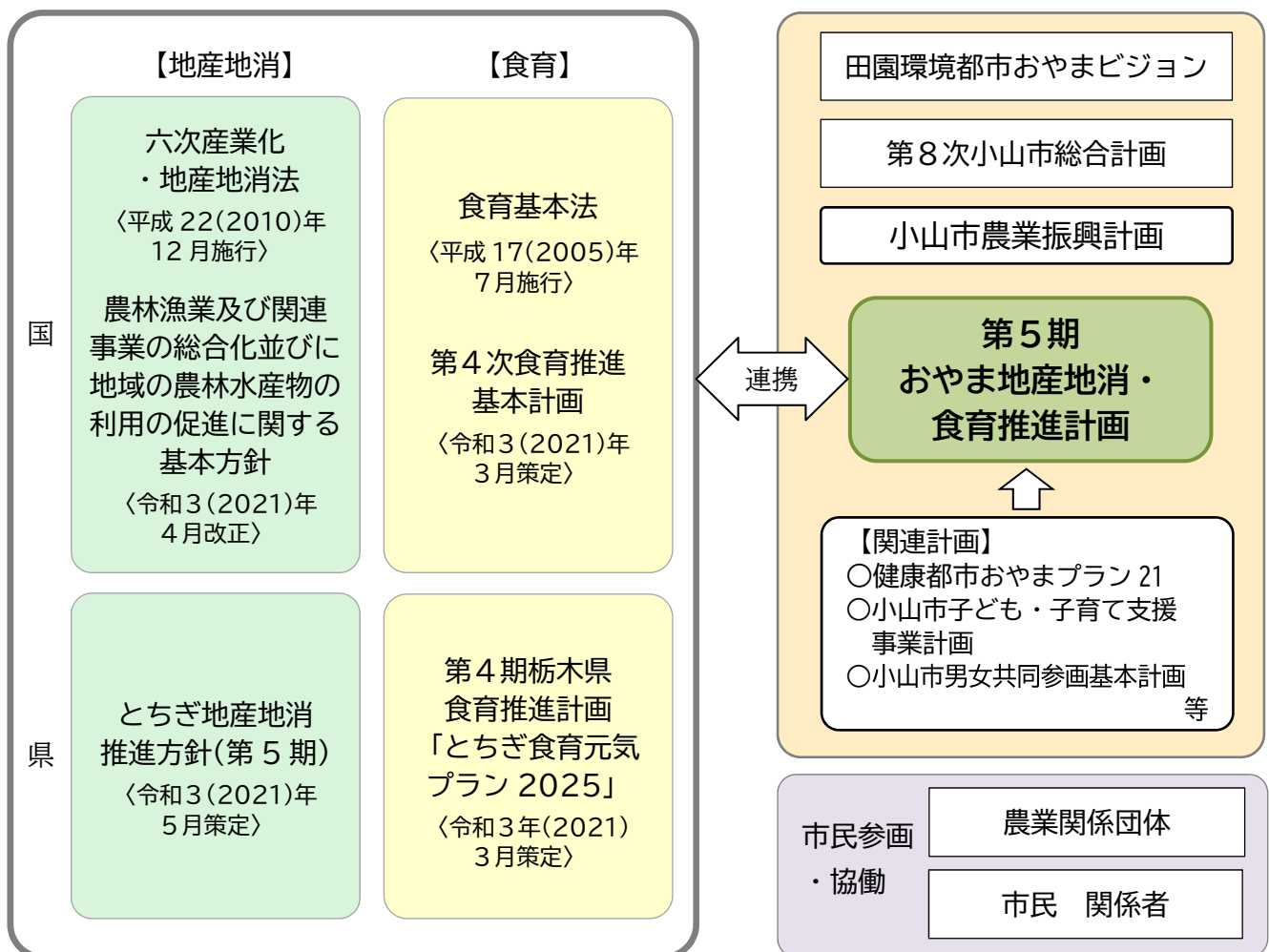
こうしたことから、これまでの取組みで明らかになった課題や国・県の食育推進計画などを踏まえ、これまでの第 4 期計画の内容を引き継ぎながら、「第 5 期おやま地産地消・食育推進計画」を策定するものです。

2. 計画の位置付け

この計画は、小山市（以下「本市」という。）における地産地消・食育推進の目標とする基本方針と、その実現に向けた具体的な推進計画を明らかにし、今後の本市の地産地消・食育の活動指針を定めるものです。

「地域資源を活用した農林漁業者等による新事業の創出等及び地域の農林水産物の利用促進に関する法律（六次産業化・地産地消法）」第41条に規定する「地域の農林水産物の利用の促進についての計画」及び「食育基本法」第18条に規定する「市町村食育推進計画」と位置付けます。

この計画は、国の「農林漁業者等による農林漁業及び関連事業の総合化並びに地域の農林水産物の利用の促進に関する基本方針」及び「第4次食育推進基本計画」、県の「とちぎ地産地消推進方針（第5期）」及び「第4期栃木県食育推進計画」を踏まえるとともに、市の最上位計画である「第8次小山市総合計画」や、農業振興の基本方針である「小山市農業振興計画」を上位計画として、食育の関連計画等との連携・整合性を図っていきます。



3. 計画期間

本計画の期間は、令和6（2024）年度から令和10（2028）年度までの5年間とします。

計画期間の最終年度である令和10（2028）年度には見直しを行い、本市における地産地消・食育推進活動を評価しながら、その後の計画について検討していくこととします。

なお、社会情勢の変化などによって、計画期間内においても変更が必要になった場合には、随時、見直しを行います。

4. 計画の推進体制

小山市地産地消・食育推進協議会が推進母体となり、本市の市民、生産者、行政、地域団体、学校、関係機関等が連携して、計画の実施を推進します。

5. 国、県の動向

（1）国の動向

国は令和3（2021）年3月に「第4次食育推進基本計画」を策定しています。第4次計画では、国民の健康の視点として「生涯を通じた心身の健康を支える食育の推進」、社会・環境・文化の視点として「持続可能な食を支える食育の推進」、横断的な視点として「『新たな日常』やデジタル化に対応した食育の推進」を重点事項として掲げています。

地産地消については、「農林漁業者等による農林漁業及び関連事業の総合化並びに地域の農林水産物の利用の促進に関する基本方針」が令和3（2021）年4月に改正されています。

第3次食育推進基本計画〈平成28（2016）年3月策定〉

重点課題

- 〈1〉若い世代を中心とした食育の推進
- 〈2〉多様な暮らしに対応した食育の推進
- 〈3〉健康寿命の延伸につながる食育の推進
- 〈4〉食の循環や環境を意識した食育の推進
- 〈5〉食文化の継承に向けた食育の推進



第4次食育推進基本計画〈令和3（2021）年3月策定〉

重点事項

- ①生涯を通じた心身の健康を支える食育の推進
- ②持続可能な食を支える食育の推進
- ③「新たな日常」やデジタル化に対応した食育の推進

国民の健康の視点

社会・環境・文化の視点

横断的な視点

食育推進の目標

- ・栄養バランスに配慮した食生活の実践
- ・学校給食での地場産物を活用した取組等の増加
- ・産地や生産者への意識
- ・環境に配慮した農林水産物・食品の選択 等

推進する内容

1. 家庭における食育の推進
2. 学校、保育所等における食育の推進
3. 地域における食育の推進
4. 食育推進運動の展開
5. 生産者と消費者との交流の促進、環境と調和のとれた農林漁業の活性化等
6. 食文化の継承のための活動への支援等
7. 食品の安全性、栄養その他の食生活に関する調査、研究、情報の提供及び国際交流の推進

農林漁業者等による農林漁業及び関連事業の総合化並びに地域の農林水産物の利用の促進に関する基本方針〈令和3（2021）年4月改正〉

基本的な事項

- (1) 生産者と消費者との結びつきの強化
- (2) 地域の農林漁業及び関連事業の振興による地域の活性化
- (3) 消費者の豊かな食生活の実現
- (4) 食育との一体的な推進
- (5) 都市と農山漁村の共生・対流との一体的な推進
- (6) 食料自給率の向上への寄与
- (7) 環境への負荷の低減への寄与
- (8) 社会的気運の醸成及び地域における主体的な取組の促進

目標に関する事項

- ①令和7（2025）年度までに年間販売額が1億円以上の直売所の割合を50%以上とする
- ②令和7（2025）年度までに学校給食において地場産物を使用する割合（金額ベース）を現状値（令和元（2019）年度）から維持・向上した都道府県の割合を90%以上とする
- ③令和7（2025）年度にグリーン・ツーリズム施設の年間延宿泊者数及び訪日外国人旅行者数のうち農山漁村体験等を行った人数の合計を1,540万人とする

(2) 県の動向

栃木県では、令和3（2021）年3月に「第4期栃木県食育推進計画」である「とちぎ食育元気プラン2025」を策定し、「人生100年時代を見据え、健康で心豊かに生きるための食育」をコンセプトに食育を推進しています。

基本目標に「食を通して豊かな心、人間性を育みます」、「食を通して県民一人ひとりの健康を目指します」、「食の安全性への信頼確保や県民と協働した食育活動を推進します」を掲げ、取り組んでいます。

地産地消については、「とちぎ地産地消推進方針(第5期)」を策定し、「安全・安心で新鮮な農産物の安定供給」を基本に、地産地消の県民運動の展開に取り組んでいます。

第4期栃木県食育推進計画〈令和3（2021）年3月策定〉

基本理念

県民一人ひとりが、楽しく健全な食生活を実践することにより、食に対する感謝の気持ちを深め、心身の健康と豊かな人間性を育みます。

コンセプト

人生100年時代を見据え、健康で心豊かに生きるための食育

基本目標

- 1 食を通して豊かな心、人間性を育みます
- 2 食を通して県民一人ひとりの健康を目指します
- 3 食の安全性への信頼確保や県民と協働した食育活動を推進します

とちぎ地産地消推進方針(第5期)〈令和3（2021）年5月策定〉

基本目標

- 1 消費者と生産者の相互理解の促進
- 2 県産農産物の利用及び提供の拡大
- 3 豊かなとちぎの食を起点とした地域活性化

6. SDGsの達成

SDGsは、平成27（2015）年9月の国連サミットで採択された持続可能な世界を実現するための国際目標です。17の持続可能な目標のうち、地産地消や食育の推進によって貢献できる目標は、次のような目標があげられます。本計画の推進によって、SDGsの目標達成を目指します。



第2章 地産地消・食育の現状と課題

1. 地産地消・食育を取り巻く現状（アンケート結果）

市民を対象に下記のとおり、アンケート調査を実施しました。

	調査対象	標本数	回収数	回収率
①一般市民	市内在住の16歳以上の市民より抽出	1,000人	433人	— ※市ホームページを通じた回答を含むため回収率は算出しない
②小中学校保護者	市内小中学校・義務教育学校の保護者	987人	833人	84.4%
③児童生徒	市内小中学校・義務教育学校の児童生徒（各学年1クラス）	4,589人	4,087人	89.1%
④乳幼児保護者	市内幼稚園・保育所等の保護者	716人	599人	83.7%

アンケートの結果、地産地消・食育の現状について、次のような結果が得られました。

※グラフ中に「平成30年度」と表記のあるものは、平成30(2018)年の第4期計画策定時に実施した前回調査との比較を行っています。

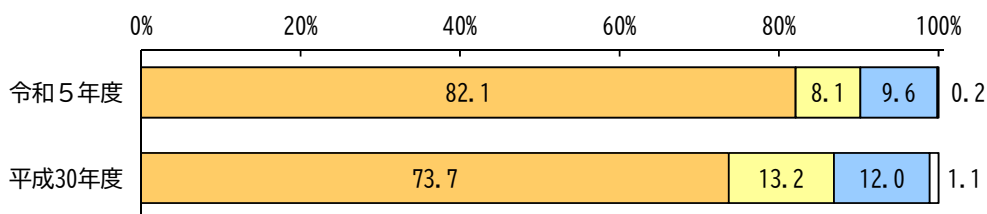
(1) 地産地消や市の農産物について

地産地消への関心や産地を意識した農産物の購入ニーズは高くなっています。

「新鮮でおいしい農産物」「安全な農産物」に加えて、今回の調査では「安価な農産物」のニーズが見られます。今後は、それらのニーズに対応した農産物の生産、販売の仕組みづくりに取り組んでいく必要があります。

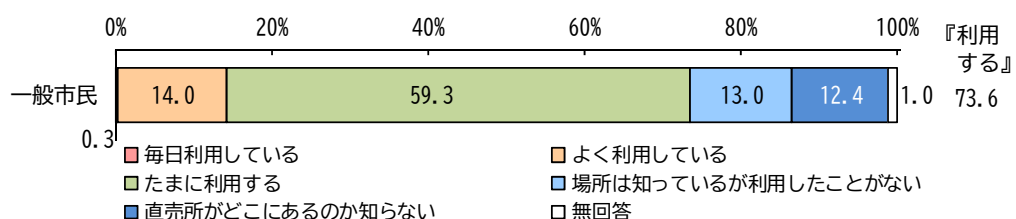
- 地産地消への関心は高まっています。
- 直売所の利用は7割を超え、産地を意識しての購入も7割と高くなっています。
- 新鮮でおいしい、安全、安価な農産物への期待は高いものがあります。

◆地産地消の認知度

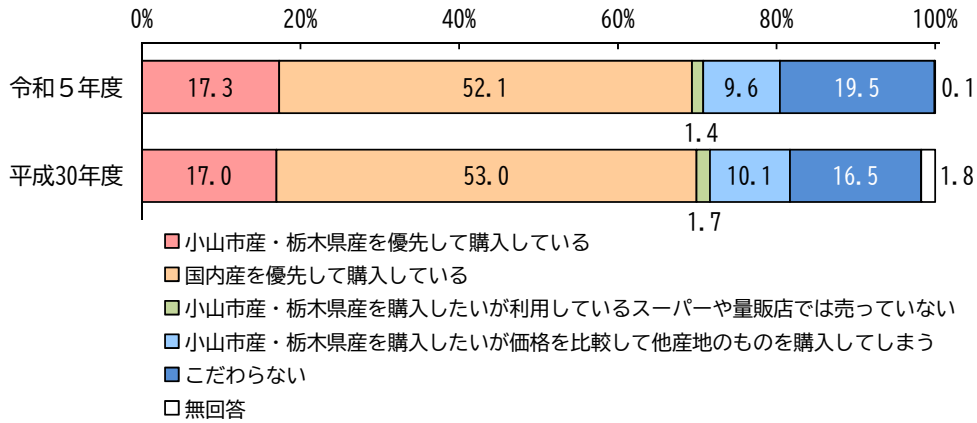


■言葉も意味も知っている ■言葉は知っているが、意味は知らなかった ■知らなかった □無回答

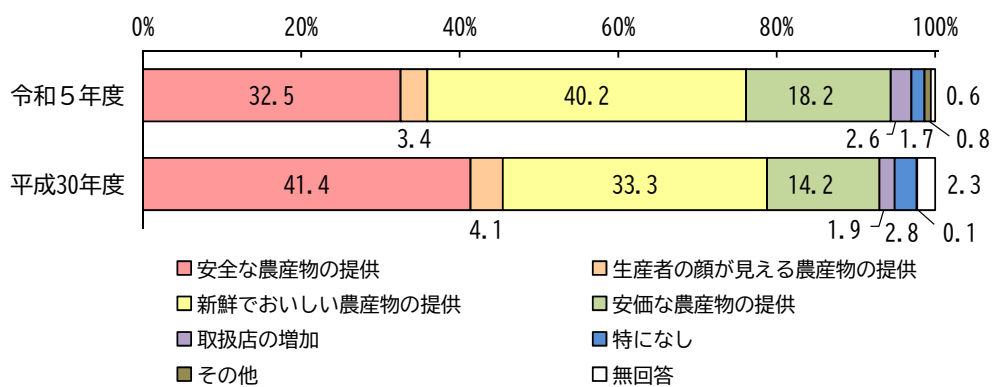
◆直売所の利用



◆農産物購入の際の産地意識



◆地元の農産物に期待すること

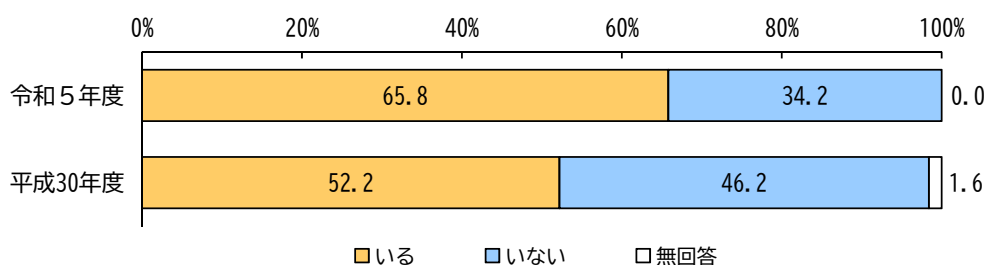


(2) 農林漁業の体験について

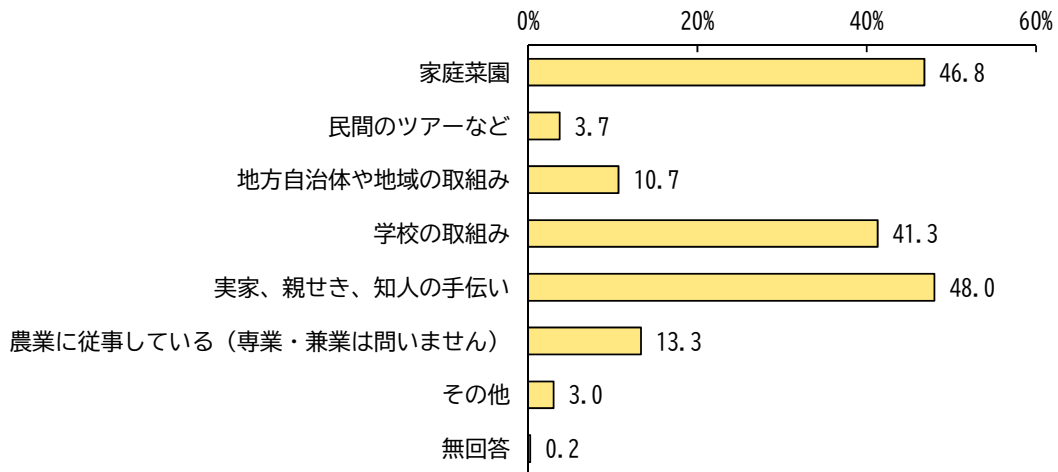
農林漁業体験へのニーズは高まりつつあります。今後は、「実家、親せき、知人の手伝い」といった縁を持たない人も増えることが想定され、体験に参加するための情報や方法を広く発信していく必要があります。

- 農林漁業の体験は増えています。「実家、親せき、知人の手伝い」、「家庭菜園」、「学校の取組み」が多くあげられています。
- 体験を行ったことのない理由として「参加する方法がわからない」が最も多くあげられています。
- 乳幼児保護者調査では、子どもに農林漁業体験を「させたい」が9割となっています。

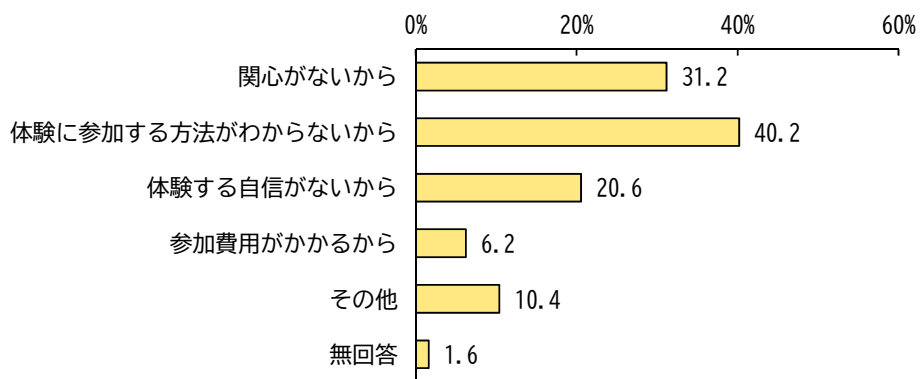
◆農林漁業体験の有無（あなた又はあなたの家族）



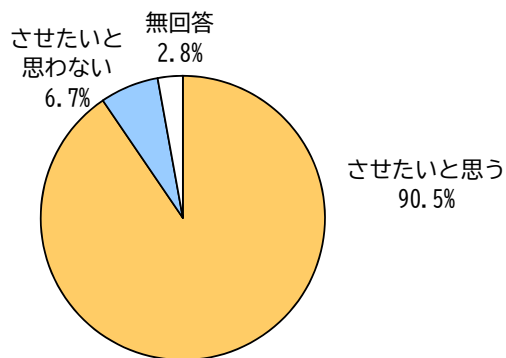
◆農林漁業の体験の内容



◆農林漁業体験を行ったことがない理由



◆子どもの農林漁業体験（乳幼児保護者）

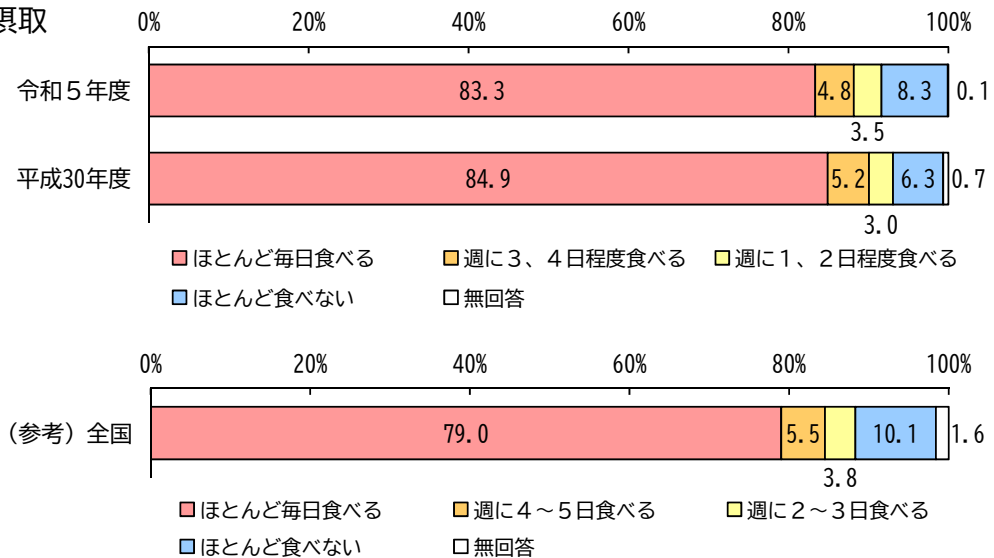


(3) 食生活について

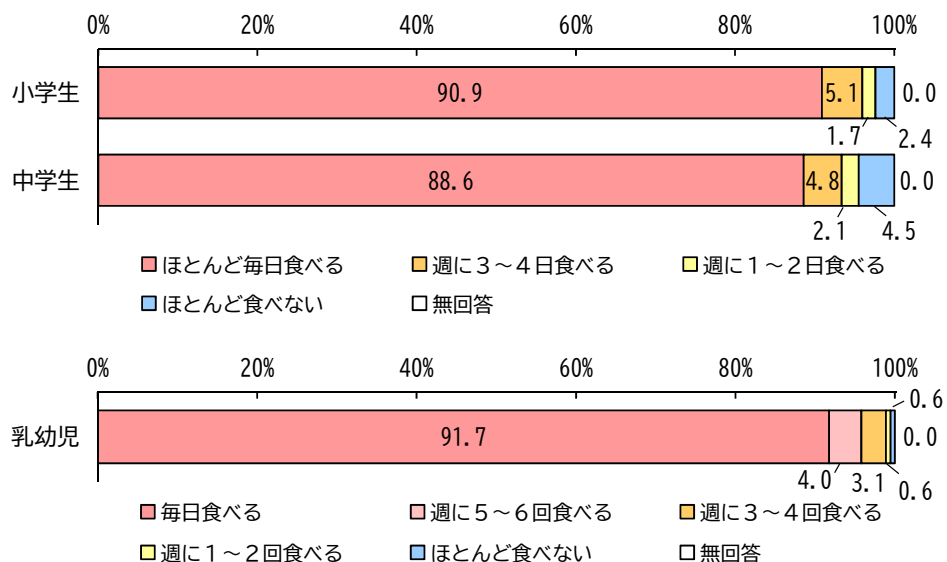
食生活に気をつけ、朝食を食べることや主食・主菜・副菜をそろえるなど栄養バランスを考えた食事の習慣化が必要となります。

- 朝食を「ほとんど毎日食べる」は8割を超え、その割合は全国を上回ります。
- 児童・生徒及び乳幼児保護者調査では、朝食を「ほとんど毎日食べる」は9割となっています。
- 朝食を家族と一緒に「ほとんど毎日食べる」は前回調査とそれほど変わりませんが、16～19歳及び20歳代で「食べない」割合が多くなっています。
- 適正体重の維持や減塩など食生活に気をつけ実践している人は、年齢に比例して多くなっていますが、その割合は6割と全国をやや下回ります。
- 食生活に気をつけ、『実践している』と「主観的健康感」は相関があります。
- 主食・主菜・副菜をそろえて食べる頻度は前回調査より多くなっていますが、20歳代、30歳代の頻度はやや少なくなっています。

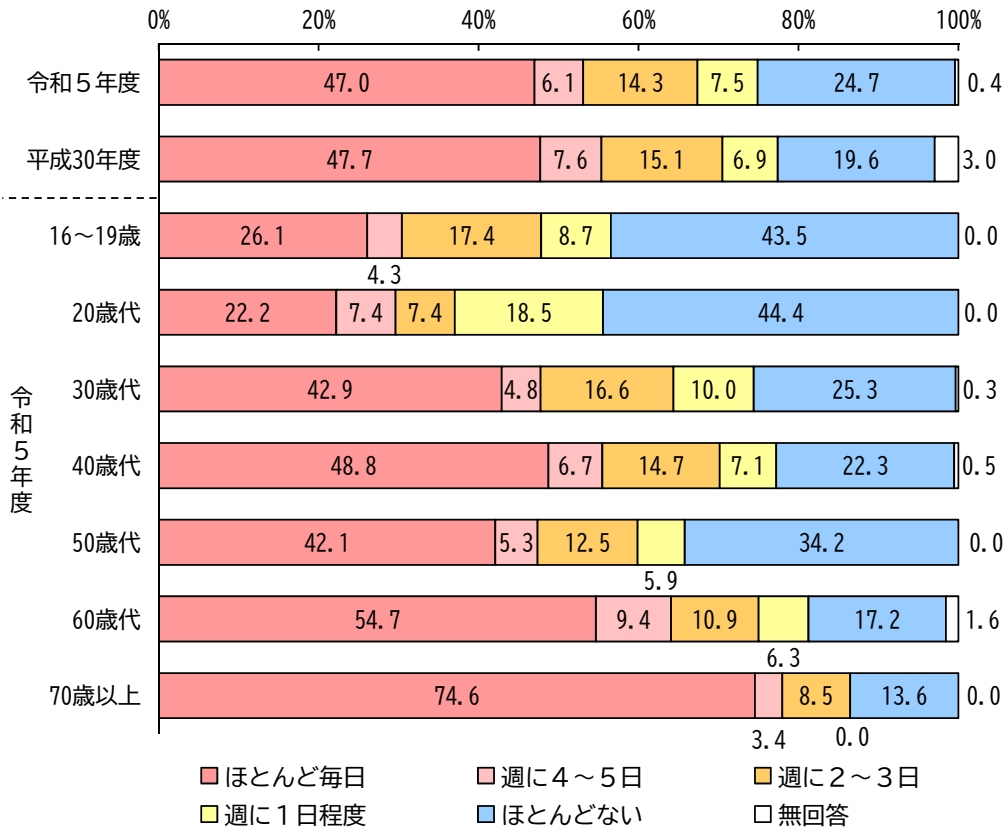
◆朝食の摂取



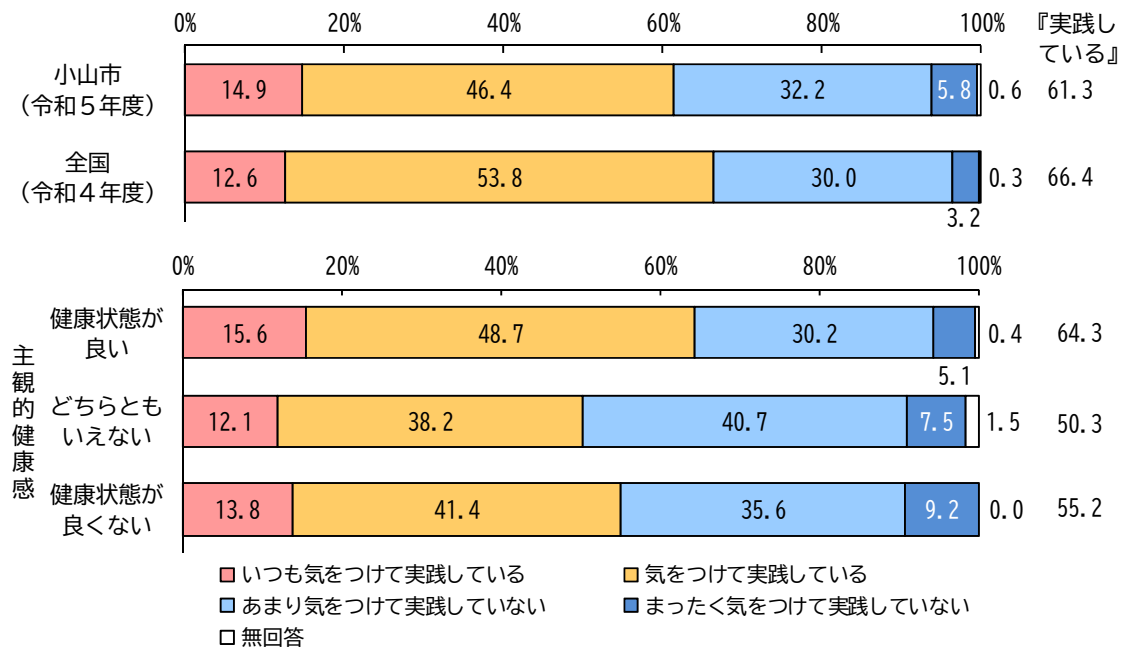
◆朝食の摂取（子ども）



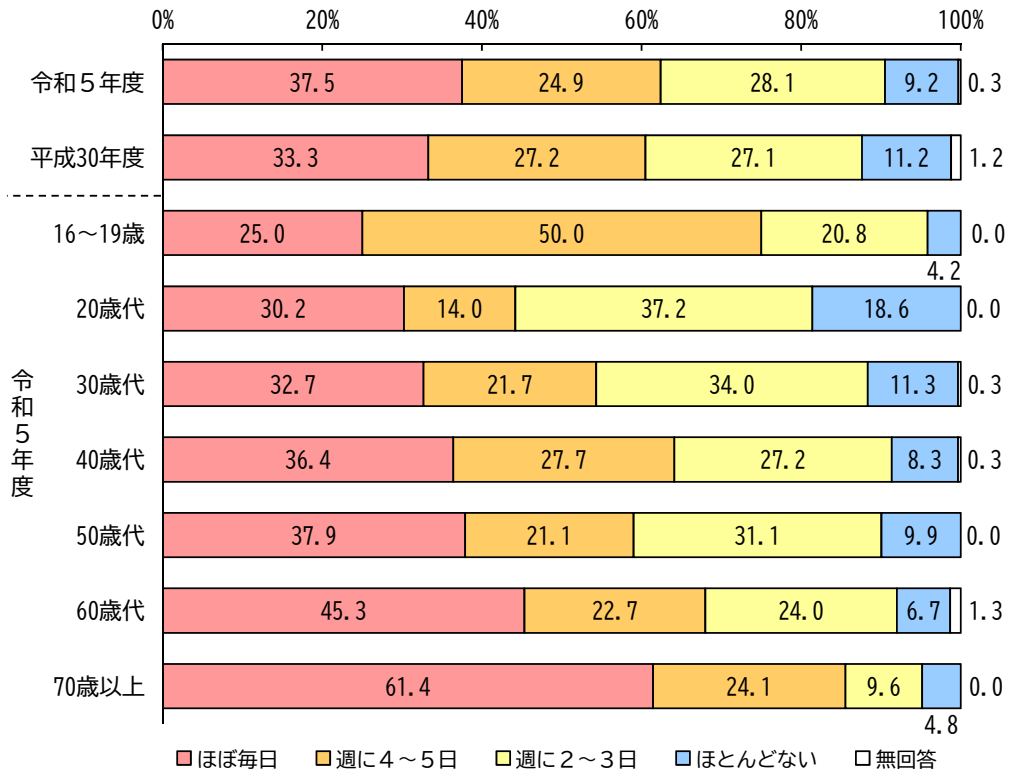
◆朝食を家族と一緒に食べる頻度



◆適正体重の維持や減塩などに気をつけた食生活の実践



◆主食・主菜・副菜を1日2回以上そろえる頻度

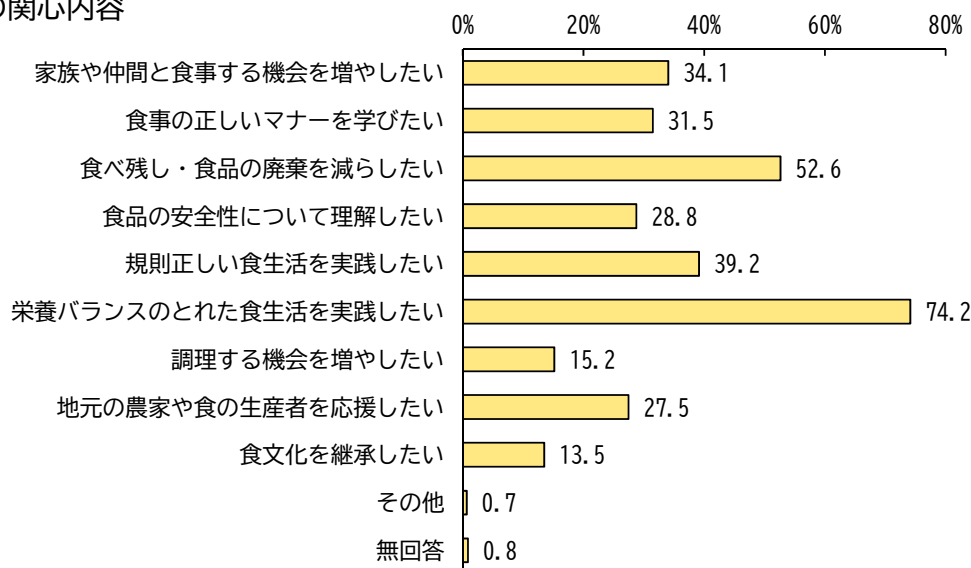


(4) 食育や食文化について

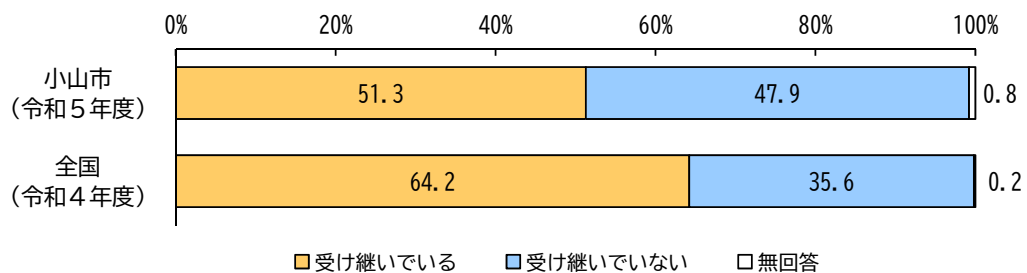
食育への関心に応じて健全な食生活の実践につなげていくとともに、食文化やマナーの継承などが必要となっています。

- 食育への関心は高く、関心がある内容は「栄養バランスのとれた食生活を実践したい」が最も多い一方で、女性や16～19歳や20歳代などの若い世代、乳幼児保護者で「食事の正しいマナーを学びたい」、同じく16～19歳や20歳代などの若い世代を中心に「調理する機会を増やしたい」などがあげられています。また、乳幼児保護者調査では、子どもの食で大切なこととして「食材や食事を作ってくれる人への感謝」が多くあげられています。
- 郷土料理等や作法は「受け継いでいる」が約半数、全国と比べると10ポイント以上上回りますが、一方で「次世代に伝えている」は全国を10ポイント以上上回ります。

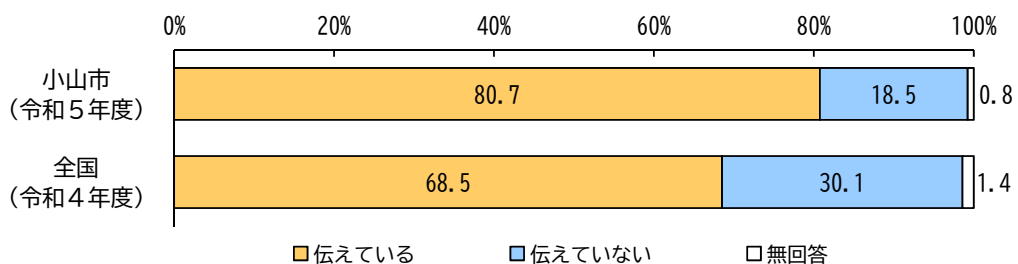
◆食育の関心内容



◆郷土料理等や作法の継承



◆受け継いだ料理や作法の次世代への継承

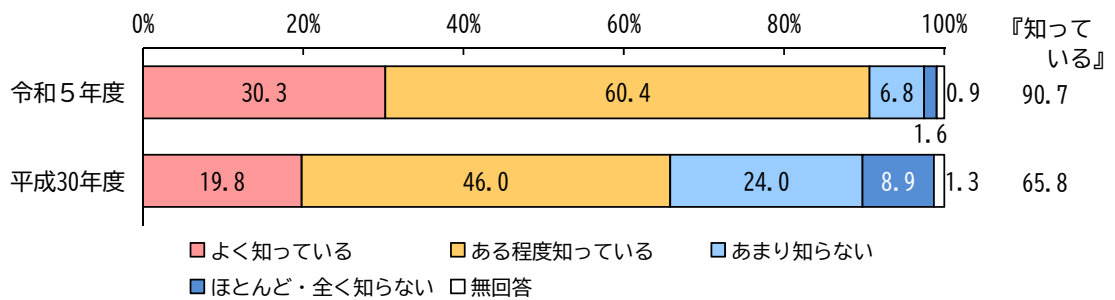


(5) 持続可能な食について

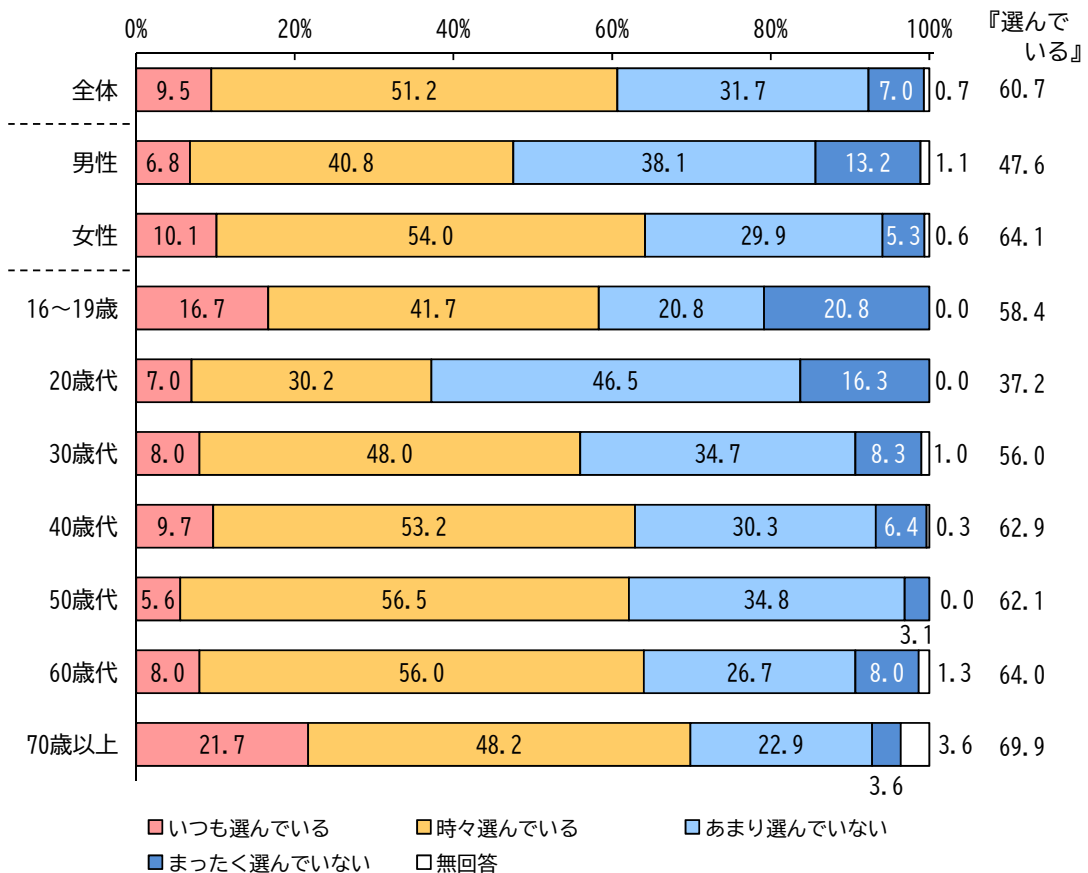
家庭でできる食品ロス削減への取組みの情報発信や、環境に配慮した農林水産物・食品の選択について男性や若い人を中心に普及啓発していく必要があります。

- 「食品ロス」問題は、9割が『知っている』とし、前回調査を20ポイント以上上回り、関心の高さがうかがえます。
- 環境に配慮した農林水産物・食品の選択は6割が実行していますが、男性よりは女性、年代では70歳以上に多い状況です。

◆食品ロスの認知度



◆環境に配慮した農林水産物・食品の選択



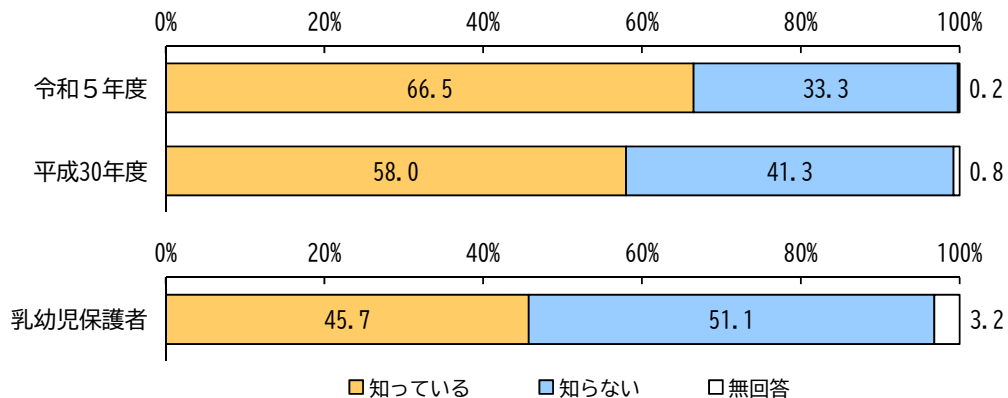
(6) 小山市の取組みについて

市の食育への取組みは、周知が図られつつあります。学校給食での「地元の農産物」や「有機農産物」の提供は、市民の関心も高まっているところです。児童生徒調査では、学校給食の「ふゆみずたんぼ米」の提供を「知らない」が上回るなど、関連する情報発信に努める必要があります。

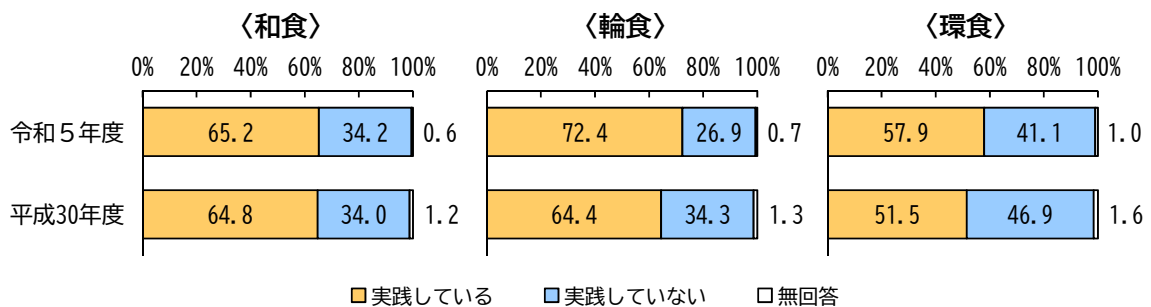
一方、市に期待する施策では、学校や保育施設における食育活動が上位であり、子どもの頃からの食への取組みが求められています。

- 『『わ食の日』を『知っている』、『和食』、『輪食』、『環食』の実践』いずれも増えていきます。ただし、乳幼児保護者調査では『『わ食の日』を『知っている』は4割台にとどまっています。
- 「ふゆみずたんぼ米」の学校給食での提供は、「知らない」が「知っている」を上回ります。また、児童生徒調査では、「ふゆみずたんぼ米」は農薬等を使用していないことを7割近くが「知らない」としています。
- 学校給食での「地元の農産物」の提供は9割、「有機農産物」についても7割以上が「積極的に取り入れるべき」としています。
- 地産地消・食育に関して市に期待する施策は、「学校や保育施設等での農作物栽培や料理の機会を増やす」、「学校や保育施設等の給食で有機農産物の利用を促進する」が上位となっています。

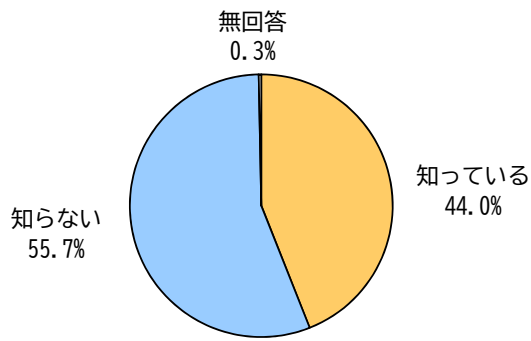
◆ 「わ食の日」の認知度



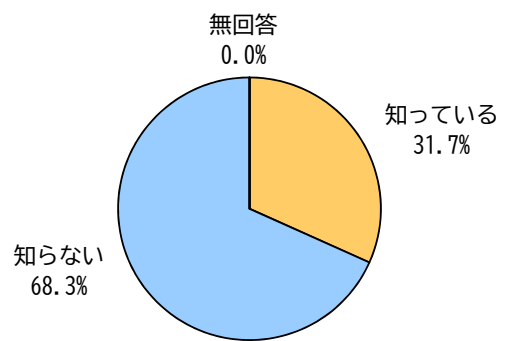
◆ 「和食」「輪食」「環食」の実践



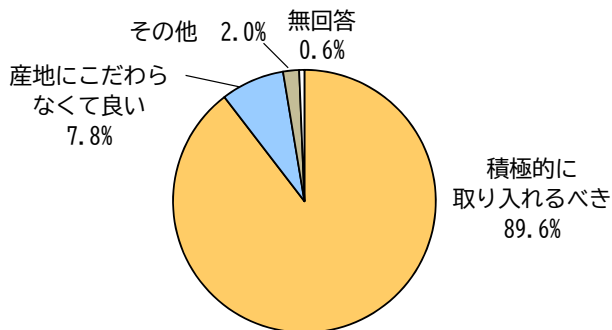
◆「ふゆみずたんぼ米」の学校給食での提供



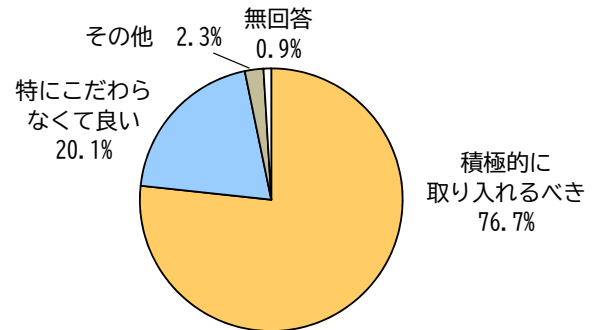
◆「ふゆみずたんぼ米」が農薬等を使用していないこと（児童生徒）



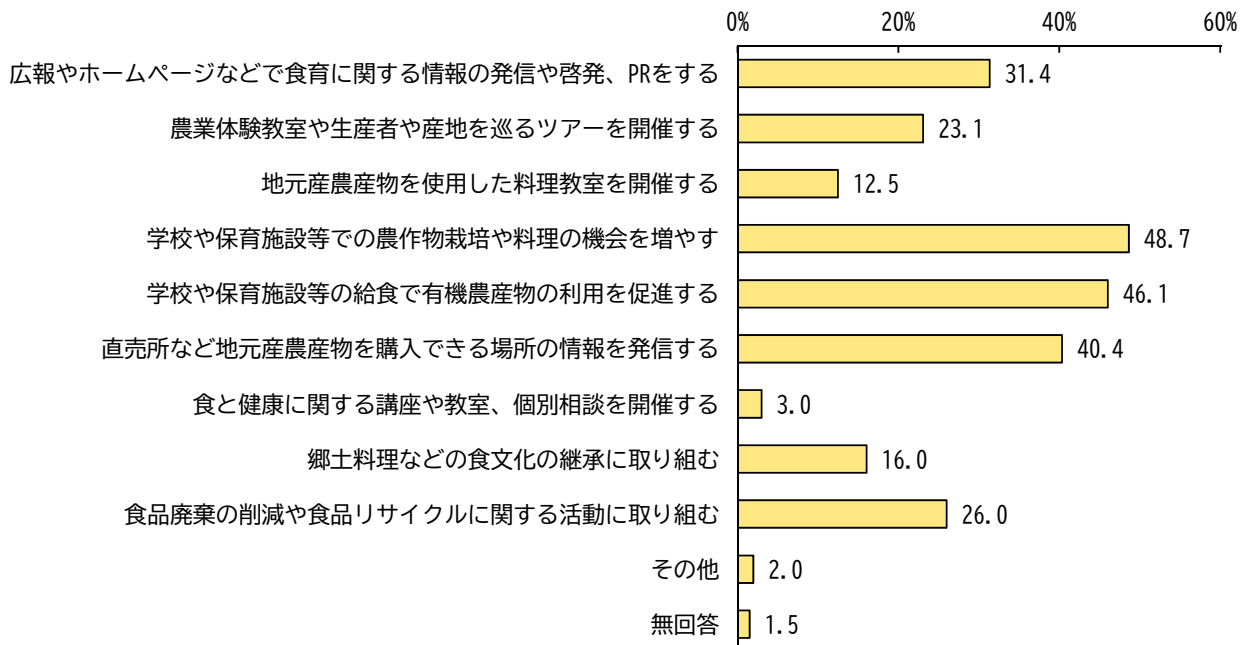
◆学校給食への地元の農産物の提供



◆学校給食への有機農産物の提供



◆市に期待する施策



2. ヒアリング調査結果

子育てひろば等の未就学児や児童の親子・保護者が集まる場9か所で、計127組の方にヒアリング調査を実施しました。

子育て世代が食育において大切だと思う内容

子育て世代が食育において大切だと思う内容は「食事のバランス・規則正しい食事」が最も多く、以下、「調理や食べさせ方・味付けの工夫」「共食」「食の安全性」「地産地消」などの順となっています。保護者の関心が高い内容について、子育て支援の場や学校を通じた情報発信が求められています。

第1位 食事バランス・ 規則正しい食事 (36件)	<ul style="list-style-type: none">・栄養バランスをとる(20件)・1日3食食べる(10件)・ごはん、野菜、たんぱく質をそろえる・バランスとるのが大変。一品は好きなものを入れ、デザートを先に食べても気にせず、全部食べたラッキーと思うようにしている。・肉好きだが、栄養のバランスを考え、野菜を肉に添えて出して食べさせるようにしている 等
第2位 調理や 食べさせ方・ 味付けの工夫 (22件)	<ul style="list-style-type: none">・薄味にする(2件)・いろいろな味・食材を体験させる(2件)・素材の味を大切にしたい(2件)・硬さを工夫して、かむ力をつけさせたい・テレビを消して、集中できる環境づくりをしている 等
第3位 共食 (21件)	<ul style="list-style-type: none">・一緒に食べる(11件)・家族そろって食べる(5件)・忙しくても、子どもの食事の際には一緒に座って食べるか、お茶だけでも一緒に飲むようにしている・離乳食を食べなかったが、みんなで食べると結構食べてくれたので、それからみんなで食べるようにしている 等
第4位 食の安全性 (17件)	<ul style="list-style-type: none">・添加物が入っていないものを選ぶ、気をつける(8件)・生野菜やフルーツを使う時、農薬が気になるので、よく洗っている・ベビーフードなど便利なものを使うが、国産食材使用など、中身も重視したい 等
第5位 地産地消 (16件)	<ul style="list-style-type: none">・国産を選んでいる(8件)・新鮮だと思うので、地場野菜を選びたい(2件)・スーパーの地産地消コーナーで食材を選ぶようにしている(2件)・直売所で、旬の新鮮なものを買っている 等

3. 第4期計画の評価と取組み（考察）

第4期計画では、家庭・学校・地域等をはじめ、食育に関わる関係分野が相互に連携した取組みを6つの分野で展開してきました。その結果、目標指標 21 項目のうち、目標達成項目が6項目、改善された項目が6項目、目標未達成が10項目でした。

第4期計画の目標指標の達成状況

	目 標	平成30年度	令和5年度	目標値	評価
1	地産地消の意味まで知っている人の増加	73.7%	82.1%	80%	◎達成
2	小山市産・県内産を優先して購入する人の増加	17.0%	17.3%	20%	↗改善
3	学校給食における小山市産野菜・米を使用する割合の増加	22.4%	20.4%	30%	↘未達成
4	小山市の特産品を知っている人の増加	84.7%	84.4%	90%	↘未達成
5	農林漁業体験を経験した人の増加	52.2%	65.8%	60%	◎達成
6	ふゆみずたんぼ米の生産量の増加	24.4t	23.6t	30t	↘未達成
7	おやまアグリビジネス創出事業を活用して開発された商品数の増加	18品目	34品目	30品目	◎達成
8	食育に関心をもっている人の増加	83.9%	83.7%	90%	↘未達成
9	朝食を欠食する子どもの割合の減少	4.7%	4.1%	0%	↗改善
10	朝食を欠食する若い世代の割合の減少	12.8%	15.5%	8%	↘未達成
11	朝食又は夕食を家族と一緒に食べる共食の回数の増加(大人)	週 10.2回	週 9.7日	週 11回	↘未達成
12	地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承し、伝えている人の増加	41.6%	41.4%	50%	↘未達成
13	食品ロス削減のために何らかの行動をしている人の増加	64.7%	90.0%	70%	◎達成
14	学校給食の食べ残し量(1日あたり)の減少	228kg (H29)	349kg (R4)	減少	↘未達成
15	米飯を1日2回以上食べる人の増加	79.6%	76.1%	85%	↘未達成
16	バランスのとれた食事(主食・主菜・副菜)をそろえて食べている人の増加	33.3%	37.5%	40%	↗改善
	バランスのとれた食事(主食・主菜・副菜)をそろえて食べている若い世代の増加	21.1%	32.4%	30%	◎達成
17	適正体重を維持している人の増加	66.9% (H29)	66.3% (R4)	70%	↘未達成
18	「わ食の日」を知っている人の増加	58.0%	66.5%	70%	↗改善
19	「和食」を実践している人の増加	64.8%	65.2%	70%	↗改善
20	「輪食」を実践している人の増加	64.4%	72.4%	70%	◎達成
21	「環食」を実践している人の増加	51.5%	57.9%	60%	↗改善

基本施策1 安全・安心な農畜産物の生産と消費促進

生産者による安全・安心な農産物供給に取り組んでいます。また、有機農業推進による「環境創造型農業」、無農薬、無化学肥料による水稻栽培「ふゆみずたんぼ実験田」事業を実施しています。

地産地消については、アンケート調査では7割が産地を意識して購入しており、関心は高まりつつあります。直売所や農業祭、イベント等において生産者と消費者との交流もさかんであり、市民が農業に触れ、理解を深める場でもあります。

赤ちゃんの生まれた世帯へふゆみずたんぼ米2kgを贈る「コウノトリからの贈り物事業」は情報提供の良い機会となっています。

基本施策2 生産者・事業者による食育の推進

都市部の住民とのさつまいも苗植え、収穫体験を通じたイベントを実施し、生産者等との交流が図られています。

市民農園の利用者は年々増加傾向にあり、市民の農作業、交流の場として活用されています。

食品ロス[※]については、関心が高まっています。アンケート調査では9割の方が「知っている」とし、フードドライブ[※]事業では、多くの方々から食品が寄せられています。

基本施策3 家庭での食育の推進

栄養講座や料理教室、妊産婦への情報提供や相談を実施するとともに、男性も家事・育児に参画できるよう、セミナーの開催、応援ガイドブックの発行などを推進しています。

乳幼児期においては、発達に応じた栄養指導や離乳食講座の開催、学童期においては望ましい生活習慣の確立に向けた取組みを行っています。

小山市では毎月8日をおやま「わ食の日」として定め、栄養バランスのとれたごはん中心の日本型食生活の「和」、食卓を囲む家族の団らんの「輪」、環境に配慮した地産地消の食生活の「環」に取り組んでいます。

※食品ロス：食べられるにもかかわらず、廃棄されている食べ物のことをいい、例えば、賞味期限切れで販売できなくなったものや生鮮食品、そうざい等の売れ残り、飲食店で客が食べ残した料理や提供できなかった仕込み済みの食材、家庭での食べ残しや調理しないままの食材など。

※フードドライブ：家庭で余っている食品を集めて、食品を必要としている地域のフードバンク等の生活困窮者支援団体、子ども食堂、福祉施設等に寄付する活動のこと。

基本施策4 学校、幼稚園・保育所等での食育の推進

幼稚園・保育所等では、各施設の食育計画に基づき、施設や地域の実態に合わせて創意工夫した食育を推進し、子どもたちの「食を営む力」の育成に向けて活動しています。学校においては、年間指導計画に添って、系統的に各校で工夫を凝らしながら様々な食育活動を推進しています。

学校では、給食時間を活用した、保護者を含めた食生活指導などに努めています。また、行事食、食材の産地、食品ロスなどについて、積極的な情報発信を行っています。

幼稚園・保育所等の園庭や学校農園での農作業体験、田んぼの学校実施校では米作りを中心として古代米の栽培、ビオトープ[※]での生き物観察、幼稚園・保育所等との交流など、各校の特色を生かした活動を実施しています。

基本施策5 地域での食育の推進

食生活改善推進員による料理教室など食について学ぶ機会を提供しています。健康寿命の延伸につながるよう高齢者の保健事業と介護予防を一体的に実施し、適切な栄養摂取や口腔機能の発達・維持などに取り組んでいます。

生活習慣病予防のためには、主食としてごはんを中心に主菜・副菜（おかず）の組み合わせによる栄養バランスに優れた「日本型食生活」が理想とされます。「日本型食生活」が家庭で実践されるよう、健康料理教室や、学校給食で実施している米・米パンを主食とする「日本型食生活推進ウィーク（お米ウィーク）」の実施に併せた保護者への情報発信を行っています。

アンケート調査では食品ロスを9割の方が「知っている」としています。食品ロス削減に関しては、とちぎ食べきり15（いちご）運動や学校給食残渣の堆肥化、道の駅思川フードバンク活動などに取り組んでいます。

基本施策6 食育推進運動の展開

国が定める6月の「食育月間」及び毎月19日の「食育の日」を中心に、食育に関する情報提供に努めています。また、毎月8日のおやま「わ食の日」の普及啓発に取り組んでいます。

※ビオトープ：本来その地域にすむ様々な野生生物が生息することができる空間のこと。

第3章 計画の基本的考え方

1. 基本理念

市民一人ひとりが おやまの食と農を尊重した

食生活を送り 健康で豊かな社会の実現と

活力ある小山市を目指します

本計画は、食育基本法及び六次産業化・地産地消法に基づき、市民一人ひとりが自ら「食」と「農」を尊重し、生涯を通してより良い食生活を送ることができるよう、第4期計画の基本理念・スローガンを引き継ぎ、食育を市民運動として推進していきます。

スローガン **食で育む 元気なおやま 明るい未来**

2. 基本方針

基本理念実現のため、つぎの3つの基本方針を掲げます。

農業を身近に感じ、食・環境への理解を深めよう

食生活は自然の恩恵の上に成り立っています。食の生産現場を体験することで、食料の生産から消費に至る食の循環を意識し、生産者をはじめとする多くの関係者により食が支えられていることへの理解を深め、食に対する感謝の気持ちを育みます。

また、地産地消に力を入れ、地元の農産物への理解の向上や消費拡大、学校給食での利用促進などに取り組み、地域農業の活性化につなげるとともに、地域の食文化への関心を高めます。

食生活を通じ、世代に応じた健康づくりを推進しよう

生涯にわたって健康を維持するためには、食を通じた健康への取組みは不可欠です。妊娠期から乳幼児期、そして成長とともに高齢期を迎えるまで食生活や食習慣は変化していくことから、各世代に応じた食育の推進を図ります。

若い世代においては朝食の欠食が多く、働き盛り世代の男性は肥満割合が高い傾向にあります。また、高齢期においては低栄養の予防が重要となります。生活習慣病を予防し、健康寿命の延伸につながるよう、子どもの頃から健康で規則正しい、栄養バランスの取れた食生活を身につけます。

食育の「わ」(和・輪・環)を広げよう

「和」栄養バランスのとれたごはん中心の日本型食生活

四季や気候風土による特色を有し、地域の伝統的な行事や作法と結びついた豊かで多様な日本の食文化は世界に誇れるものであり、「和食」はユネスコ無形文化遺産登録となっています。ごはんには汁物とおかずを組み合わせた日本型食生活は一食で摂れる食材の数が多く、栄養バランスに優れています。

心身の健康づくりを食の面から支えるため、ごはんを主食とした栄養バランスの取れた食事を食べる日本型食生活の普及を図ります。

「輪」食卓を囲む団らん

社会環境の変化等により、子どもが一人で食事をする状況が見られますが、「共食※」は家族や友人などと食卓を囲むことによって、豊かな心を育むとともに、正しい食習慣を身につけ、食事のマナーや協調性・社会性を養う機会にもなります。

家庭、幼稚園・保育所等、学校などの地域場を活用し、あらゆる場で共食の機会を持つことができる食育を推進します。

「環」環境に配慮した食育

地元の食材を食べることは、食材の旬や産地についての認識を高められるほか、生産状況の理解が図られ、農業生産と環境への理解を深めます。消費者と生産者の信頼関係を築くとともに地域農業の活性化にもつながります。

また、まだ食べられるのに廃棄されている食品ロスへの市民の関心は高く、食べきり運動やフードドライブ活動を通して市民自ら取り組んでいける食品ロス削減に向けた啓発活動等の充実を図ります。

※共食：家族・友人、職場の人や地域の人など、誰かと一緒に食事をする事。

3. 基本施策

3つの基本方針を踏まえ、以下の5つを基本施策として掲げ、「市民一人ひとりが おやまの食と農を尊重した食生活を送り 健康で豊かな社会の実現と活力ある小山市」を目指します。

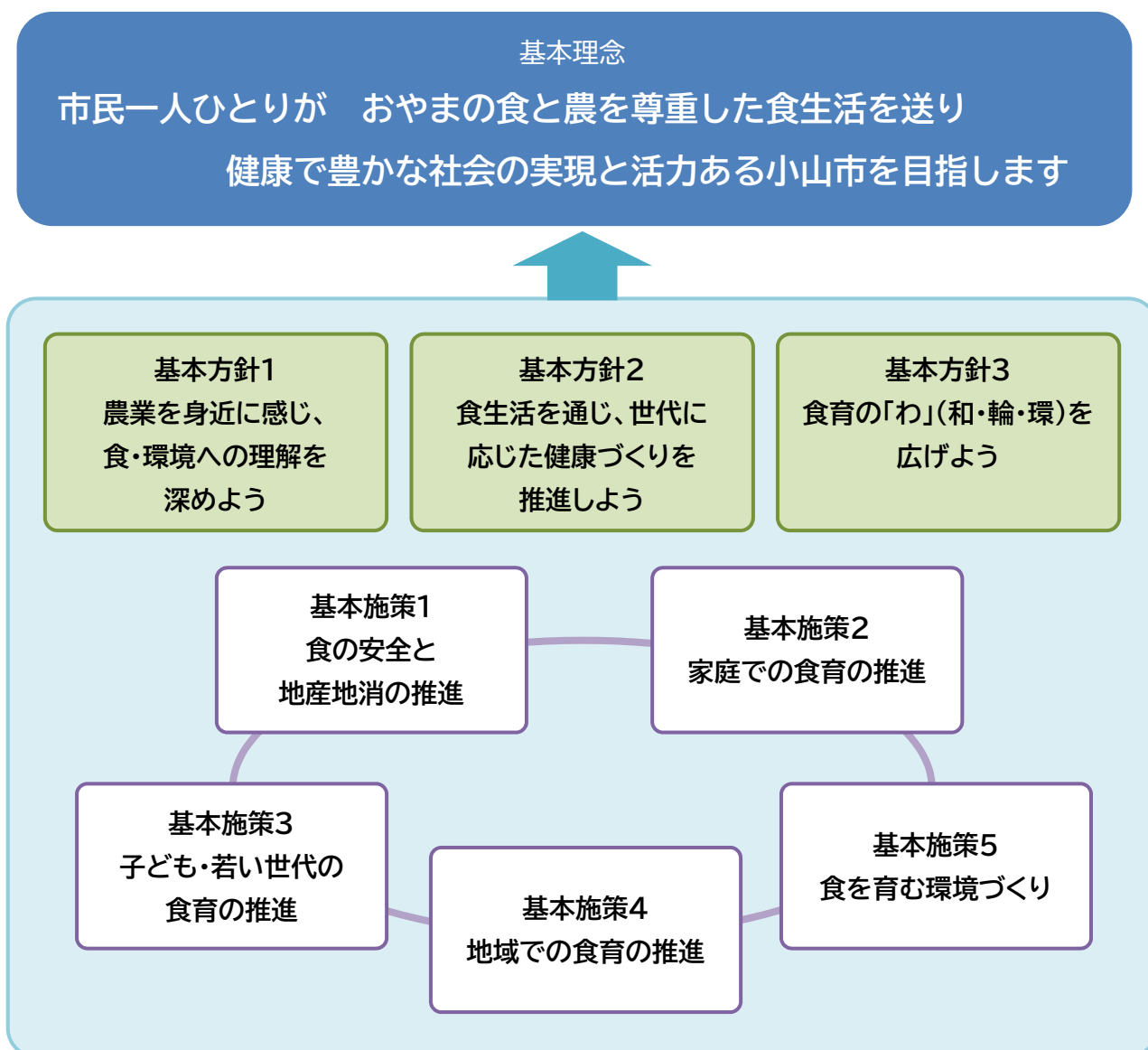
基本施策1 食の安全と地産地消の推進

基本施策2 家庭での食育の推進

基本施策3 子ども・若い世代の食育の推進

基本施策4 地域での食育の推進

基本施策5 食を育む環境づくり



4. 施策の体系

基本施策

施策の展開

1 食の安全と地産地消の推進	(1)人と環境にやさしい農業の推進	○有機農業・環境保全型農業の推進 ○安全・安心な農産物の生産
	(2)地産地消の推進	○地産地消の取組み ○高付加価値化された農産物の活用 ○消費拡大の促進 ○学校給食への協力
	(3)農業や地産地消・食育への関心向上	○小山市産農産物のPR活動の推進 ○農業や地産地消・食育への関心向上 ○農業体験機会の提供 ○農業体験交流事業の推進 ○市民農園の充実
2 家庭での食育の推進	(1)パパ・ママへの食育支援	○妊娠期の食生活支援 ○男性の食育への理解促進
	(2)子どもの基本的な生活習慣の形成	○健康や栄養に配慮した指導の充実 ○基本的な生活習慣・食習慣への支援
	(3)望ましい食習慣や知識の習得	○望ましい食習慣の習得 ○子どもの頃からの実践力の育成
3 子ども・若い世代の食育の推進	(1)就学前の子どもに対する食育の推進	○幼稚園・保育所等における食育の推進 ○給食時間の活用による食育の充実 ○家庭との連携による食育の充実
	(2)学校における食育の推進	○食についての組織的な取組み ○学校給食や授業を通じた食育の充実 ○家庭との連携による食育の充実 ○地域との連携促進
	(3)食の体験学習における取組みの充実	○幼児期からの食農体験の充実 ○学校における農業体験の充実
	(4)若い世代に対する食育の推進	○若い世代への普及啓発 ○教育機関との連携・協働
4 地域での食育の推進	(1)食育推進の人材育成	○食生活改善推進員の養成・育成
	(2)健康寿命の延伸につながる食育推進	○生活習慣病予防の取組み ○フレイル（低栄養）予防の取組み ○歯・口腔の健康づくりの推進
	(3)「日本型食生活」の実践と食文化の継承	○ごはん中心の栄養バランスに優れた「日本型食生活」の推進 ○地域の食や食文化の継承
	(4)食べ物を無駄にしない取組み	○食の大切さへの理解の推進 ○食品ロス削減への取組み
5 食を育む環境づくり	(1)食育月間の実施と継続的な食育推進運動	○食育月間に合わせた普及啓発 ○食に関する情報提供
	(2)「わ食の日」の推進	○「わ食の日」の普及 ○直売所等におけるPR活動
	(3)デジタル化への対応	○デジタル技術の活用
	(4)地産地消・食育推進体制の整備	○連携・協力体制の強化

5. 計画の目標指標

目 標		現状値 (令和5年度)	目標値 (令和10年度)	備考
1	小山市産・県内産を優先して購入する人の増加	17.3%	20%	
2	学校給食における地場産物(栃木県産)の使用率の増加(金額ベース)	77.4% (R4)	85% (R9)	
3	小山市の特産品を知っている人の増加	84.4%	90%	
4	農林漁業体験を経験した人の増加	65.8%	75%	国 70%以上
5	有機農産物等の販売数量(t)の増加 ※有機農業実施計画	27t (R4)	100t (R9)	
6	食育に関心をもっている人の増加	83.7%	90%	国 90%以上
7	朝食を欠食する子どもの減少	4.1%	0%	国 0%
8	朝食を欠食する若い世代の減少	15.5%	12%	国 15%以下
9	朝食又は夕食を家族と一緒に食べる共食の回数の増加	週9.7回	週11回	国 11回以上
10	地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承し、伝えている人の増加	41.4%	50%	国 55%以上
11	食品ロス削減のために何らかの行動をしている人の増加	90.0%	95%	国 80%以上
12	バランスのとれた食事(主食・主菜・副菜)をそろえて食べている人の増加	37.5%	50%	国 50%以上
	バランスのとれた食事(主食・主菜・副菜)をそろえて食べている若い世代の増加	32.4%	40%	国 40%以上
13	生活習慣病の予防や改善のために、ふだんから適正体重の維持や減塩等に気をつけた食生活を実践する人の増加	61.3%	75%	国 75%以上
14	「わ食の日」を知っている人の増加	66.5%	70%	
15	「和食」を実践している人の増加	65.2%	70%	
16	「輪食」を実践している人の増加	72.4%	80%	
17	「環食」を実践している人の増加	57.9%	60%	
18	環境に配慮して農林水産物・食品を選ぶ人の増加	60.7%	75%	国 75%以上
19	学校給食における有機米使用率の増加	10.3%	50%	
20	学校給食に有機米を使用していることを知っている人の増加	44.0%	60%	
	学校給食に有機米を使用していることを知っている児童・生徒の増加	45.2%	60%	

※小山市有機農業実施計画：みどりの食料システム戦略推進交付金実施要綱別記2「有機農業産地づくり推進」に基づき、小山市の有機農業の取り組み方針や生産、加工、流通及び消費の拡大等の事項を定めた計画。(計画期間：R5～R9)

第4章 施策の展開

基本施策1 食の安全と地産地消の推進



安全・安心な食生活を送り続けるため、将来にわたり安定的な農業生産活動が継続できる取組みを推進します。無農薬や無化学肥料による有機農業の推進、持続可能な農業を意識した地域循環型農業に取り組み、安全・安心で良質な食料の持続的な生産を推進します。また、消費者が、このような生産者の取組みを知ることができるよう、積極的な情報発信や交流の実施により、市民の安心と信頼を得られるよう推進します。

地元で生産される農産物を消費する地産地消を推進します。食材の旬の認識を高めるとともに、産地や生産状況の理解や地域の食文化の継承、地域農業の活性化につなげます。

(1) 人と環境にやさしい農業の推進

○有機農業・環境保全型農業の推進

小山市では、「環境にやさしい農業」の先駆けとして、減農薬・減化学肥料の特別栽培米「生井っ子」や、冬期の田んぼに水を張り、無農薬・無化学肥料で栽培する「ふゆみずたんぼ米」など、自然環境への負荷に配慮し、野生生物の生息環境を保全する稲作を推進しています。

さらに、小山市有機農業推進協議会の下、「オーガニックビレッジ」として有機農業の生産から加工・流通、消費にいたるまで一貫した、地域ぐるみの取組みを進め、学校給食で有機農産物等の活用を拡大します。

また、市民に対し、有機農業等に対する正しい知識の普及や農業体験学習などに努めるとともに、学校給食での積極的な導入、消費者に対する有機農産物等の入手情報の提供などに取り組みます。

○安全・安心な農産物の生産

より安全・安心な農産物を市民に供給するため、畜産農業者から耕種農業者へ堆肥を供給するなど耕畜連携による地域循環型農業を推進するとともに、生産段階での農薬・肥料の使用基準の厳守など、農産物の安全確保を図ります。

主要事業

主な事業	内容	担当課
有機農業の推進	有機農業の生産推進から流通、加工、消費等にいたる取組み	農政課
地域循環型農業の推進	化学肥料等による環境負荷の軽減につながる取組み	農政課

小山市の特色ある農業

◆コウノトリが舞い降りた ふゆみずたんぼ

小山市では広大な湿地環境である渡良瀬遊水地と、周りに広がる田んぼの連続した豊かな自然環境を生かし、コウノトリ・トキの野生復帰を目指した、農薬や化学肥料を一切使用しない農法「ふゆみずたんぼ」による米作りを行っています。環境保全と有機農業に取り組んできた結果、多くの生き物が生息するようになり、コウノトリの良好な生息環境を支えています。

ふゆみずたんぼ米は、「有機 JAS※」にも認証された安全・安心のお米です。

◆県内初のオーガニックビレッジ宣言

小山市は、農業、商工業のバランスがよく広大な水田や畑が広がり、ラムサール条約湿地の渡良瀬遊水地につながる、コウノトリによって選ばれた田園環境都市です。

生物多様性に配慮した持続可能な地域農業の発展と、都市環境と田園環境の調和のとれた田園環境都市の実現に向け、生産者から消費者までが一体となった有機農産物等の生産拡大や学校給食への導入などに取り組み、人・いのちを大事にする有機農業を推進する「オーガニックビレッジ」宣言を行いました。



※有機 JAS：農林物資の品質の基準と表示の基準を規制する JAS 法に基づき、有機食品の JAS 規格に適合した生産が行われていることを登録認証機関が検査し、認証された事業者により「有機 JAS マーク」の使用を認める制度。

(2) 地産地消の推進

○地産地消の取組み

本市で生産された食材が積極的に消費されるよう、地元の農産物やその生産活動に関する理解を深めてもらうことにより、市民の購買意欲を高め、購入を促します。

スーパーなど消費者が身近に食材を購入できる場に直売コーナーを設置するなど、民間企業と協力し、環境整備の強化及び拡充に努めます。また、「道の駅思川」「絹ふれあいの郷」などの直売所において、生産者の顔が見え、消費者と話ができる交流施設として、各種サービスの充実を図ります。

○高付加価値化された農産物の活用

県や市が確立したブランド農産物を活用します。道の駅やまちの駅などでの販売や学校給食への活用を図ります。

○消費拡大の促進

農業祭やグルメイベント等において生産者と消費者との交流により地元の農産物のPRに努めるとともに、それを活用した旬のレシピをクックパッド（レシピ検索サイト）に掲載するなど情報発信することで、地元の農産物への理解と購入意欲の向上を図ります。

また、学校給食への地元の農産物の積極的利用を促進します。

○学校給食への協力

地元の農産物を学校給食に活用していくためには、地域の生産者、生産組合、納入業者の協力が不可欠です。生産者と学校給食関係者との連携を図り、給食への年間を通じた安定供給を目指し、地産地消を積極的に推進します。

主要事業

主な事業	内容	担当課
直売所等利用者数の増加	地産地消につながるようPRをし、利用者の増加を図ります。	農政課
旬の農産物カレンダー	地元の農産物の旬がわかるカレンダーの作成	農政課
クックパッド【小山市公式キッチン】でのレシピ紹介	地元の農産物を使ったレシピや郷土料理の紹介	農政課

(3) 農業や地産地消・食育への関心向上

○小山市産農産物のPR活動の推進

日本有数の生産量と品質を誇る「はとむぎ」や「かんぴょう」など地域ブランド化された地域特産品の食材への理解を深め、PRしていきます。

また、国においては将来にわたって食料を安定的に供給するために食料自給率の向上を目指しており、生産を増やすだけでなく、消費者に国産の農産物を選んでもらうことが必要です。地元の農産物のPRにより食料自給率向上の一助となるよう取り組みます。

○農業や地産地消・食育への関心向上

赤ちゃんの誕生をお祝いし、コウノトリが子育てをする小山市の安全でおいしいお米「ふゆみずたんぼ米」を贈ります。今後、誕生時に加え、入園・入学時のお祝いとして配付を検討するなど、小山市の農業や地産地消・食育への関心向上、日本型食生活の促進とともに、お米の消費拡大へつなげます。

○農業体験機会の提供

農業への関心と理解を深めるだけでなく、自分たちの食生活が自然の恩恵の上に成り立っていることや、食に関わる人々の様々な活動の重要性を認識するための取組みを推進します。

生産者や関係者と連携し、農作業体験や料理体験等の機会を積極的に提供しよう努め、子どもを中心として学校や家庭への情報提供強化及び受け入れ体制の整備等を推進します。

○農業体験交流事業の推進

都市部の住民に農村地域が持つ魅力を再認識してもらうきっかけとして、農作業を体験する体験滞在型のグリーン・ツーリズム^{*}を推進し、実施のための人材育成や体験内容などの充実を図ります。

○市民農園の充実

市民への食材生産・農業体験の場の提供、地域住民との交流及び農業集落の活性化を目的とした市民農園の充実を図るため、体験活動を指導できる体制づくりに努めます。

体験農園や体験水田では、季節ごとのイベントを開催し、幅広い世代に対して農業に関する多様な体験の機会を積極的に提供します。また、農業体験により、生産者、市民、学生等の交流の場を提供します。

主要事業

主な事業	内容	担当課
地域特産品	地域特産品のPR活動への取組み	農政課 商業観光課
農業祭	農産物の直売をはじめ、市民が農業に触れ、理解を深める機会の提供	農政課
コウノトリからの贈り物事業	「ふゆみずたんぼ米」の贈答による情報発信	農政課
市民農園・体験農園・体験水田	市民の農業体験の場の提供、交流の場の提供	農政課

^{*}グリーン・ツーリズム：緑豊かな農山漁村地域において、その自然、文化、人々との交流を楽しみながら、ゆとりある休暇を過ごす滞在型の余暇活動。

基本施策2 家庭での食育の推進



家庭は、子どもが健やかに成長するための基本的な食習慣を身につけ、食を大切にする心を育てる場です。ライフスタイルの変化により食生活や食習慣の乱れが問題になっている中で、朝食の摂取や早寝早起きの実践、家族による共食の楽しさなど、食習慣や食を通じたコミュニケーションの形成等において、重要な役割があります。

子どもはもとより、市民一人ひとりが自らに合った望ましい食生活を送ることができるよう、学校、団体、事業者などと連携して家庭での食育を支える環境づくりに取り組みます。

(1) パパ・ママへの食育支援

○妊娠期の食生活支援

安全な妊娠・出産と産後の健康回復に加え、胎児の「人生最初の1000日」に栄養を満たせるよう、親子健康手帳交付時やマタニティクラス等において、「妊産婦のための食生活指針」に基づいた食生活支援を行います。

○男性の食育への理解促進

共働き家庭が増加する中、ワーク・ライフ・バランス※社会の実現に向けて、男性の家事・育児への参画促進や食に関する情報提供を行い、家庭での食育を支援します。

主要事業

主な事業	内容	担当課
マタニティクラス	妊娠期の栄養についての講話と個別相談	健康増進課
ファザー in OYAMA	父親向け子育て支援事業	健康増進課
男性の家庭参画のための啓発	「パパの育児・家事スキルアップセミナー」の開催やガイドブック「Father in oyama」(ファザーインオヤマ)の作成・発行	人権・男女共同参画課

※ワーク・ライフ・バランス：仕事と生活を調和させること。

(2) 子どもの基本的な生活習慣の形成

○健康や栄養に配慮した指導の充実

乳幼児期は、心身の機能や食行動の発達著しい時期であることから、乳幼児期の発達に応じた乳幼児健康診査での栄養指導や離乳食教室等を開催し、家庭状況や保護者の理解度にも配慮した栄養指導の充実を図ります。

○基本的な生活習慣・食習慣への支援

子どもが健やかに成長していくためには、食事、運動、睡眠が重要となります。「早寝、早起き、朝ごはん」などの基本的な生活習慣や、一日3食バランス良く食べるなどの、食習慣に関する理解を深める取組みを通して、家庭での食育を支援します。

また、家族や友人と一緒に食事をし、食の楽しさを味わうとともに、食のマナーや食事の準備、後片付け等の取組みを促進します。

主要事業

主な事業	内容	担当課
乳幼児健康診査等における講話、個別相談	離乳食講話や食に関する個別相談	健康増進課
離乳食教室	離乳食の進め方や調理のポイントについての講話、調理実演、個別相談	健康増進課
幼児食教室	幼児食の進め方についての講話、食育体験	健康増進課
3歳児健診における小児肥満対策事業	肥満リスクの高い幼児の保護者への食生活指導	健康増進課
子育てひろば等における講話、個別相談	子育てひろば、子育て支援センターでの離乳期～幼児期の食生活についての講話	こども課
「食と栄養だより」「給食だより」の発行	子どもの頃からの望ましい食生活習慣、参考給食レシピの紹介など保護者への啓発資料	こども課
規則正しい生活習慣のための情報提供	各学校での給食だよりや保健だよりによる生活習慣や健康についての情報発信	学校教育課

(3) 望ましい食習慣や知識の習得

○望ましい食習慣の習得

子どもの頃から、望ましい食習慣を身につけさせることが重要です。生活リズムを整え、食事やおやつを決まった時間に食べること、1日3食栄養バランスのとれた食事をするなど望ましい食習慣の基礎や食べ残すことは「もったいない」と思う食べ物を大切にする気持ちを身につけることを促進します。

○子どもの頃からの実践力の育成

「いただきます」、「ごちそうさま」の食事のあいさつをすることや、スマートフォン等を見ながら食事をする「ながら食事」をしないなど、正しい食事のマナーの習得、食への理解と感謝の気持ちを育てるなど、食資源を大切にしたい取り組みを促進します。

主要事業

主な事業	内容	担当課
食育通信の発行	保護者向けに成長期に大切な食に関する情報の提供と食への関心を持ってもらうための啓発資料	学校教育課
おやま弁当の日	食の大切さを親子で考える機会として「おやま弁当の日」を設け、各学校で実施	学校教育課
食育情報の発信	小山市公式ホームページ上での食育情報の発信	農政課

基本施策3 子ども・若い世代の食育の推進



乳幼児期や学童期は、基本的な生活習慣を身につける重要な時期です。食に関する正しい知識や望ましい食習慣を身につけることができるよう、家庭、学校、幼稚園・保育所等が連携し、子どもたちの健全な心身の成長と望ましい食習慣の形成のために、年齢や発達段階に合った食育に関する指導や教育を推進します。

また、栄養等に関わる知識や理解のみならず、地域の農林水産業や食文化等についても広い知識・経験が習得できるよう、家庭や地域と連携して取り組みます。

若い世代は、朝食の欠食の割合が高いなど、食への関心が薄れる傾向にあることから、若い世代に向けた食育の普及啓発と食文化の継承につなげます。

(1) 就学前の子どもに対する食育の推進

○幼稚園・保育所等における食育の推進

子どもたちの生きる力を育むため、幼稚園・保育所等における食育計画に基づき全職員の共通理解のもと職種の専門性や施設、地域の特徴を生かした食育を推進します。

また、他施設の計画及び情報の共有を図る一方、計画の立案や実施、評価を行うことで、子どもの実態に合わせて見直しを行います。

○給食時間の活用による食育の充実

幼稚園・保育所等では、子どもたちが望ましい食習慣を身につけることができるよう、栄養のバランスが取れた給食を提供し、友達と一緒に楽しく食事をすることや、食事のマナーを身につける大切さを学びます。また、食べようとする気持ちを育て、食べ物への興味や関心を高める献立内容となるよう工夫します。

○家庭との連携による食育の充実

子どもたちの望ましい食習慣の形成には保護者との連携が不可欠です。生活リズムの重要性や栄養バランスをとることの大切さなど、食と栄養だよりや給食だよりに掲載することなどにより、保護者へ啓発し、連携していきます。

主要事業

主な事業	内容	担当課
「子どもの食事検討会」(会議)	子どもの健康なところとからだを育てるため、よりよい食事の提供と食育活動を推進していくための共通理解を図る	こども課
「食と栄養だより」「給食だより」の発行	子どもの頃からの望ましい食習慣、給食レシピの紹介など保護者への啓発資料	こども課
幼稚園・保育所等における食育活動	各施設で食に関するお話し会・集会・調理活動などの食育活動を実施	こども課

(2) 学校における食育の推進

○食についての組織的な取り組み

児童生徒が食について総合的かつ計画的に学ぶことができるよう、「食に関する指導の全体計画」「年間指導計画」により、全教職員が組織的・計画的に食育を実施します。また、家庭・地域と連携した効果的な取組みを推進します。

○学校給食や授業を通じた食育の充実

学校給食を生きた教材として活用し、栄養教諭・学校栄養職員が中心となり、食育や地産地消について学級担任等と連携した給食時間における指導や授業等への参画を推進します。また、必要に応じて養護教諭や学校医と連携し、食物アレルギー等、食に関する健康課題を有する児童生徒や保護者に対し個別に助言・指導を行います。

○家庭との連携による食育の充実

児童生徒への食育の学習内容は、家庭にもよい効果をもたらします。このため、食育の学習内容を給食だより・食育だよりに掲載するなど、学校から家庭に食育に関する情報提供を行います。

また、学校行事や給食参観などを活用し、保護者に対して子どもの生活習慣、食事バランス、共食などの重要性や地域に伝わる食文化などを伝えます。

○地域との連携促進

地域の生産者等との交流による食育活動を推進します。

主要事業

主な事業	内容	担当課
学校給食における地元の農産物の活用	ふゆみずたんぼ米やおやま和牛、はとむぎなど、地元の農産物を活用した統一献立を実施し、食材に関する資料を掲示・配付	学校教育課
給食時間を活用した指導	一口メモやマナーに関する放送、電子黒板を活用しての資料の掲示等	学校教育課
「給食だより」「食育通信」の発行	食習慣や食事マナー、食物の大切さなど食への関心を高めるための啓発資料	学校教育課

(3) 食の体験学習における取組みの充実

○幼児期からの食農体験の充実

幼稚園・保育所等の園庭などでの野菜作りや収穫、年齢に合わせた調理活動を通して、子どもたちの食への関心を高めます。また、楽しみながら食に関する様々な体験ができるよう取組みを推進します。

○学校における農業体験の充実

田んぼの学校の実施により、地域に存する農地と人材を活用し、農作業体験を通して子どもたちの豊かな心を育て、食材、農業、農村への関心を高めます。各校の特色を生かしながら、地域・保護者・学校が一体となった活動ができるよう取組みを推進します。

主要事業

主な事業	内容	担当課
幼稚園・保育所等における食育活動	園庭での野菜の栽培、収穫・調理活動、近隣の学校との田植え体験など	こども課
田んぼの学校	田んぼや水路、ため池、里山を活用し体験とおした学習を行う。(米作り、古代米の栽培等)	学校教育課
農業体験	農業生産者の協力による野菜等の栽培・収穫体験	学校教育課

(4) 若い世代に対する食育の推進

○若い世代への普及啓発

行動の多様化等により、生活リズムが乱れやすい環境にある学齢期の中高生については、学校等を通じた情報発信や連携した取組み等により、様々な機会に食の重要性を啓発し、健全な食生活の実践を促進します。

青年期は、男性は将来の肥満が懸念されることや、女性はやせの人が多いためなど、食生活に起因する課題が多く、若い世代が食育に関心を持ち、自ら食生活の改善等に取り組んでいけるよう、20歳を祝う会での食育啓発冊子の配布を行います。また、SNS等を活用した情報提供や食の学びの体験などを検討します。

○教育機関との連携・協働

高校生は親もとを離れて自活する前の準備段階として、食生活や健康管理に目を向けてほしい年代であり、高等教育機関等の学生は、自ら望ましい食生活や健康管理を実践してほしい年代です。教育機関と連携し、健康に配慮した食生活を送るための情報提供の場を検討します。また、農業体験等の機会の創出により、食と農への理解を深める場を提供します。

主要事業

主な事業	内容	担当課
思春期講座における栄養講座	プレコンセプションケアをテーマにした栄養講話または資料の配付	健康増進課
「20代の皆さんへ 毎日の食事が私の未来をつくる」の配布	バランスのとれた食事や適正体重、地産地消などに関する情報提供	農政課

基本施策4 地域での食育の推進



近年、様々な家族の状況や生活習慣が多様化する中で、食育を推進していくには家庭や学校等だけでなく、地域での取組みが重要な役割を担っています。

子どもから高齢者までの多様なライフステージ・ライフスタイルの人々が暮らす地域において、食育推進活動に携わる様々な団体と連携しながら地域に根ざした食育活動に取り組み、家庭における食育を支援します。

また、働き盛り世代については肥満が多く、生活習慣病の原因となる食生活の課題がみられ、高齢期においては低栄養状態に陥りやすく、フレイル対策が重要となります。

ごはん中心の栄養バランスに優れた日本型食生活や、家庭や地域において継承されてきた特色ある食文化を、現代の食生活の中でも季節や行事に合わせて取り入れていくことで、現代に合った食文化として定着させ、次世代へ「和食；日本人の伝統的な食文化」の継承を推進します。

さらに、食を取り巻く環境を理解し、食の循環や食品ロス削減に取り組みます。

(1) 食育推進の人材育成

○食生活改善推進員の養成・育成

研修などを通じて地域で食を通じた健康づくりの役割を担う食生活改善推進員を養成・育成し、幅広い地域での食育活動を推進します。

主要事業

主な事業	内容	担当課
小山市食生活改善推進員養成	養成講習会の開催による会員加入の増加	健康増進課

(2) 健康寿命の延伸につながる食育推進

○生活習慣病予防の取組み

メタボリックシンドロームや生活習慣病の予防を目的とした適正体重を維持するための適切な食事及び運動等の推進、高血圧を予防する減塩や野菜摂取量の増加などの普及啓発を図ります。改善が必要な人に対しては、特定保健指導や栄養相談を実施し、生活習慣病の発症予防・重症化予防を支援します。

○フレイル（低栄養）予防の取組み

在宅の高齢者が低栄養状態になることを予防するため、「日本人の食事摂取基準（2020年版）」を活用し、高齢者に必要な栄養摂取のあり方や、在宅でできる簡単な調理方法など健康的な食生活を選択できる情報提供を図ります。

○歯・口腔の健康づくりの推進

オーラルフレイル健診・予防教室の実施により、オーラルフレイルを早期発見・予防することで、口腔機能の維持・改善に繋げ、将来の心身機能の低下を防ぐとともに、健康寿命の延伸を目指します。また、80歳になっても自分の歯を20本以上残すことを目的とする「8020運動」を推進し、食べる楽しみを享受できる歯・口腔の健康づくりを推進します。

主要事業

主な事業	内容	担当課
特定保健指導	特定健診などの健診結果を踏まえ、対象者一人ひとりの状態に合わせた食生活指導など	健康増進課
病態栄養相談・成人健康相談	生活習慣病を中心に主治医の指示のもと、生活習慣や食事指導を実施	健康増進課
おやま元気あっぷ！オーラルフレイル健診・予防教室	65～74歳の市民を対象に年2回オーラルフレイル健診を実施し、予防教室や個別相談会にて事後指導を行う	健康増進課

(3) 「日本型食生活」の実践と食文化の継承

○ごはん中心の栄養バランスに優れた「日本型食生活」の推進

生活習慣病予防のためには、ごはんを主食に多様な副食等を組み合わせ、栄養バランスに優れた「日本型食生活」が理想とされていることから、内容やメリット等をわかりやすく周知し、減塩の工夫とともに家庭で実践されるよう推進します。

○地域の食や食文化の継承

地域の高齢者や食生活改善推進員など、地域の食文化に関する知識を有する人々との交流を通じて、旬の食材や地域の産物を使った郷土料理など地域や日本の伝統的な食文化が、次代を担う子どもや若い世代に受け継がれていくよう取り組みます。

主要事業

主な事業	内容	担当課
「日本型食生活推進ウィーク（お米ウィーク）」	10月第4週に米または米パンを主食とした学校給食を実施し、日本型食生活の良さを推進。併せて保護者へ情報発信	学校教育課
食生活改善推進委員会による健康料理教室	地域で料理教室を開催	健康増進課

コラム

日本型食生活は、長い時間をかけて日本人が育ててきた食事のかたちです。

日本型食生活とは

ごはんを中心に、魚、肉、牛乳・乳製品、野菜、海藻、豆類、果物、茶など多様な副食などを組み合わせ、栄養バランスにも優れた食生活です。



〈主食〉

米、パン、めん類などの穀類で、主として糖質エネルギーの供給源となります。

〈主菜〉

魚や肉、卵、大豆製品などを使った副食の中心となる料理で、主として良質たんぱく質や脂肪の供給源となります。

〈副菜〉

野菜などを使った料理で、主食と主菜に不足するビタミン、ミネラル、食物繊維などを補う重要な役割を果たしています。

「日本型食生活」の特徴

- ①一食、一日単位ではなくとも、数日から一週間の中で組み立てることができます。
- ②日本の気候風土に適した多様性のある食として、日本の各地域で生産される豊かな食材も使い、健康的で栄養バランスにも優れています。
- ③「日本型食生活」の要素は、ごはん和汁にバラエティのあるおかずを組み合わせた「和食」の基本形と言うべきものです。ごはんには麦や雑穀を加えてもよいし、汁にも様々な具を使うことができます。おかずはハンバーグ、野菜、乳製品など様々なものを取り入れることができます。
- ④ごはん和汁と組み合わせる主菜、副菜などは、家庭での調理のみを前提とせず、中食、冷凍食品、レトルト食品、合わせ調味料などの活用や外食との組み合わせもできます。

農林水産省ホームページ

(4) 食べ物を無駄にしない取組み

○食の大切さへの理解の推進

食生活が豊かになる一方で、食べ残しなどによる廃棄の増大など、食を大切にする意識の希薄化が問題となっています。市民一人ひとりが、自分の食事の適正量を知り、残さず食べる習慣を身につけることや、作り過ぎないこと、必要以上に購入しないことなど、食べ物を無駄にしない意識を高め、「もったいない」気持ちを育む取組みを推進します。

○食品ロス削減への取組み

食品・食材や食べ残しを廃棄するのは「もったいない」ことであり、食品の食べきりを啓発するとともに、余って食べきれない食品を預かり、NPO 法人で活用してもらうフードドライブの周知を図ります。道の駅思川等において、食材として十分に活用できるものを無償提供する「フードバンク」の活動を行うとともに、生活困窮世帯の子ども達の支援に取り組む事業者やボランティアとの協力体制の構築を図ります。

また、事業所における食品ロスの削減に向けた啓発に取り組めます。併せて、保育所や小中学校の給食残渣として発生する生ごみを発酵させ肥料として活用するなど、多様な取組みを推進します。

主要事業

主な事業	内容	担当課
食品ロス削減に向けた啓発	市民や事業所等への食品ロス削減に向けた啓発	環境課
フードドライブ事業	余ってしまった食品を預かり、NPO法人に届けて活用してもらう取組み	環境課
フードバンク活動	食材として十分に活用できるものを生活困窮者支援団体や子ども食堂に提供	農政課 環境課

コラム

食品ロスとは

「食品ロス」とは、まだ食べられるにもかかわらず、捨てられてしまう食品のことをいいます。日本では、「食品ロス」の量は年間523万tになっています。(令和3年度推計値)

日本人の年間一人当たりの食品ロス量は42kgで、これは一人当たり毎日お茶碗1杯分(約114g)の食べ物を捨てている計算となります。

食品ロスを減らすためには、

買い物では…

- ・買い物前に食材をチェック
- ・必要な分だけ買う
- ・期限表示を知って、賢く買う



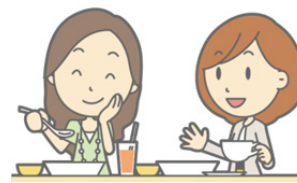
家庭では…

- ・適切に保存する
- ・食材を上手に使いきる
- ・食べきれない量をつくる



外食では…

- ・食べきれない分だけ注文する
- ・料理をおいしく食べきる



農林水産省、消費者庁ホームページ

基本施策5 食を育む環境づくり



市民と、教育関係者、保健医療関係者、生産者、食品製造・加工・流通事業関係者、調理関係者、ボランティア、行政などがそれぞれの役割と特性を生かしたパートナーシップのもとで、共に食育に取り組むことが重要です。

食育が多くの市民による運動とすべく、毎月8日の「わ食の日」を中心に、多様な関係者が密接に連携を図りつつ、デジタルツールやインターネットを積極的に活用し、市民運動として食育の「わ」を広め、普及定着に取り組めます。

(1) 食育月間の実施と継続的な食育推進運動

○食育月間に合わせた普及啓発

国で定めた6月の「食育月間」及び県が定めた10月の「とちぎ食育推進月間」に合わせて、関係機関の連携・協働による重点的かつ効果的に食育推進運動を展開します。

○食に関する情報提供

食育月間に合わせた「おたより」や「食育通信」の発行などを通して、食に関する情報を提供し、家庭での食生活の改善に取り組めます。

主要事業

主な事業	内容	担当課
「食と栄養だより」、「給食だより」の発行	国・県の食育月間の周知と食に関する情報提供	こども課
「食育通信」の発行	国・県の食育月間や学校給食週間に合わせた食に関する情報提供	学校教育課

(2) 「わ食の日」の推進

○「わ食の日」の普及

毎月8日の「わ食の日」を普及し、地元農畜産物を利用した日本型食生活の実践と、食卓を囲むことで家族や友人など人間関係の絆を深め、団らんの中で地域の食文化を家庭や地域のコミュニティから浸透を図るため、官民一体となった取組みを推進していきます。

○直売所等におけるPR活動

直売所等において、「おやまわ食の日」の周知を図ります。

主要事業

主な事業	内容	担当課
「おやまわ食の日」和食献立(給食)	保育所等において毎月8日、給食に和食献立を提供	こども課
学校給食における「おやまわ(和)食の日」	小・中・義務教育学校で給食に和食献立を提供、掲示資料を作成し各校へ配布	学校教育課
直売所等におけるPR活動	直売所等において「おやまわ食の日」の周知	農政課

(3) デジタル化への対応

○デジタル技術の活用

デジタル技術の活用が進む中で、SNS活用やインターネット上でのイベント、動画配信など、デジタル化に対応した情報発信に取り組みます。

主要事業

主な事業	内容	担当課
ホームページやSNSでの情報発信	小山市公式ホームページや小山市公式LINE、X(旧Twitter)などでの食育情報の発信、「おやまわ食の日」のPR	農政課
クックパッド【小山市公式キッチン】でのレシピ紹介	地元の農産物を使ったレシピや郷土料理の紹介	農政課

(4) 地産地消・食育推進体制の整備

○連携・協力体制の強化

市民一人ひとりが主体的に「地産地消」や「食育」に取り組めるよう、本計画をもとに、市をはじめ農業、教育、消費者、食品流通、健康づくり等の関係団体やボランティアなどが共通した目標に向けて、情報共有のもと全市一体となった連携・協力体制の強化に努めます。

コラム

わ食の日

2013年12月にユネスコ無形文化遺産に登録された「和食」の普及を図るため、小山市では毎月8日を「わ食の日」としました。

3つの「わ食」を実践しよう！

和食

栄養バランスのとれた
ごはん中心の日本型食生活

「日本型食生活」は、ごはんを中心に、野菜や畜産物、水産物など多様なおかずがあり、栄養バランスに優れています。また、地元の農産物や旬の食材を使った「和食」は食料自給率の向上や食文化の伝承にもつながります。



輪食

食卓を囲む団らん

食事を通してコミュニケーションをとることで家族や友人・仲間との絆が深まり、健康状態など相手の変化にも気づきやすくなります。また、一緒に食事を楽しみながら食事のマナーを身につけたり、協調性や社会性を養うことができます。



環食

環境に配慮した食育

地元の食材を食べることは、農産物の生産状況を知り、食を支える農業や自然環境への理解につながります。また、食品ロスを減らす、環境のことを考えながら負荷の少ない食品を選ぶなど、食の面からサステナブルな社会を目指しましょう。



第5章 ライフステージごとの行動指針

	特徴と課題	行動指針
乳幼児期(0～5歳)	<p>将来に向けて望ましい生活習慣をつくる大切な時期です。健やかに成長していくためには、食事、運動、睡眠が重要となります。また、感覚機能、咀嚼機能などの発達が著しい時期です。食べる楽しさやおいしさを知り、食への興味関心が持てるように、発達段階に応じて様々な食体験を広げていきます。食事マナーの習得や、感謝の気持ちを育むことも大切にします。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ 『早寝・早起き・朝ごはん』を心がけ、規則正しい生活リズムを整える ❖ 味付けはうす味を心がけ、素材の味を楽しむ ❖ おやつは食事の一部としてとらえ、質や量、時間に気をつける ❖ 家族や仲間と食べることを楽しみ、食事マナーを学ぶ ❖ 食事のあいさつなどを通し、食に関わる人や食べ物への感謝の気持ちを育む ❖ 野菜などの栽培や収穫体験を通して食べ物に興味を持たせ、感謝の気持ちを育てる ❖ よく噛んで食べ、歯磨き習慣をつける
学齢期(6～15歳)	<p>生活習慣が形成される時期で、食への関心や判断力を養い、食に関する基本的な習慣を確立する重要な時期です。この時期の後半は子どもから大人への移行期に入り、自分に合った食生活を選択できる力を身につけていくことが大切になります。家庭や学校生活の中で食の知識やマナーを学び、食の楽しさや大切さを体験していくことが必要です。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ 朝ごはんを毎日しっかり食べ、早寝・早起きの生活リズムを整える ❖ 家族や仲間と食卓を楽しく囲み、食事マナーの習得やコミュニケーション力を育む ❖ 買い物や食事作りを手伝い、基本的な調理方法を身につける ❖ 農業体験などを通して食べ物と自然を大切にすることを身につける ❖ 地域との関わりの中で、郷土の味、行事食や伝統食を経験し、食の世界を広げる
青年期(16～24歳)	<p>身体的な発達はほぼ完了し、精神的には社会的役割を自覚するとともに、生活環境の変化がみられる時期です。生活リズムが乱れやすく、肥満ややせといった将来の健康に影響を及ぼすような健康課題も見られます。情報を読み解く力を養い、望ましい食生活や健康管理を自ら実践することが必要です。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ 欠食や偏った食生活、やせ・肥満は将来の健康問題のリスクを高めることを理解し、バランスよく3食食べる習慣を確立する ❖ 朝食を欠食しないための生活時間を管理する ❖ 食品を選ぶ力や料理する力を身につける ❖ 家族や仲間との共食を大切にする ❖ 環境問題や世界の食料事情を理解し、無駄のない生活を実践する

	特徴と課題	行動指針
成人期 (25～39歳)	就職や結婚、出産、子育て等によりライフスタイルが目まぐるしく変化していく時期です。多忙な中でも自身の健康に関心を持つことが大切です。生活習慣病予防のためにも、適正体重の維持や自分に合った食事量を実践することが重要です。また、次世代の育成を担う時期であり、自己管理はもちろんのこと、子どもたちが健全な食習慣を実践できるよう育てることも大切です。	<ul style="list-style-type: none"> ❖ 定期的に健康診断を受け、生活リズムや運動、食事を意識する習慣をつけ、適正体重を維持する ❖ 朝食をしっかりと食べ、自分と家族の健康・食事を管理する ❖ 子どもの食育について家庭での役割を理解し、家族団らんを通して食べる楽しさを実感する ❖ 地元の食材や旬を生かした食事を作り、郷土の味や行事・伝統食を取り入れ、伝えていく ❖ 環境に配慮した食生活を家族で実践する ❖ 家族で農林漁業体験に参加する
壮年期 (40～64歳)	加齢に伴う身体の変化に対処し、生活習慣病予防の観点から望ましい食習慣を再度確立し、自らの健康管理に努めることが重要です。また、食に関する豊かな知識や食文化などの経験を生かし、地域活動に関わり、家族や仲間と食事をするを大切に、行事食や伝統食を次世代に伝えるなど、食育の推進役を担いましょう。	<ul style="list-style-type: none"> ❖ 定期的に健康診断を受け、望ましい食習慣の維持・改善に努め、肥満や生活習慣病を予防する ❖ 和食中心の食事とライフスタイルに合わせた運動習慣を身につける ❖ 歯や口腔の健康に気をつけ、歯周疾患を予防する ❖ 家族や仲間と食事をとることを大切にする ❖ 「食」に関する知識や経験をもとに、食文化を次世代に伝える
高齢期 (65歳以上)	生活環境の変化や、加齢に伴う身体の変化・体力の低下が見られる時期です。介護予防の観点からも、栄養バランスのとれた食事と噛む力、飲み込む力を維持し、自分に合った食生活を実践することが必要です。また、家族や仲間との食事や、地域の食事会への参加など、「食」を通じた交流の場が大切です。食文化の継承にも心がけましょう。	<ul style="list-style-type: none"> ❖ 定期的に健康診断を受け、自らの健康状態に合った食生活を送る ❖ 主菜や乳製品などもしっかりと食べ、低栄養（フレイル）を予防する ❖ 噛む力、飲み込む力を保ち、いつまでも自分の歯で食事を楽しむ ❖ 孤食を防ぐため、家族や仲間と一緒に食事を楽しむ ❖ ボランティアや地域活動に積極的に参加し、食の大切さを伝える

第5期
おやま地産地消・食育推進計画

発 行 小 山 市
企画・編集 小山市産業観光部農政課
小山市教育委員会学校教育課
〒323-8686
栃木県小山市中央町1-1-1
電 話：0285-22-9255
F A X：0285-22-9256



小さな自慢が
山ほどあります