

第3章 食育の推進に関する施策についての基本的な方針

1 基本目標

食育の推進にあたっては、様々な人、風土、歴史及び環境のうえに育まれている食について、県民一人ひとりが、五感を使って体験し、「おいしさ（うまい）」と「楽しさ（楽しい）」を感じるとともに、食に対する親しみや感謝の念をもつことが大切です。そしてこのような食育の取組を通じて、県民が心身ともに健やかに育ち、地域の人の環の広がりによって魅力あふれた活力ある（元気な）地域の実現を図ることが大切です。

大分県は、このような「うまい・楽しい・元気な大分」を目指し、基本目標として「健やかに食を楽しむ心豊かな人づくり」と「次世代へ受け継がれていく活力ある地域づくり」を掲げ、取組を進めていきます。

この取組を通じて、県民一人ひとりが「えらぶ・つくる・たべる」力を身につけることを目指します。

うまい・楽しい・元気な大分

基 本 目 標

健やかに食を楽しむ
心豊かな人づくり

次世代へ受け継がれていく
活力ある地域づくり

えらぶ

- ・自分の身体に必要な
食べ物を選ぶ
- ・地域の食材を選ぶ

つくる

- ・自分で作る
- ・地域の食文化を
生かして作る

たべる

- ・食べ物のいのちを
感じて食べる
- ・家族や仲間と楽しく
食べる

2 基本的な視点

大分の豊かな食を通じて人・地域・環境が育まれるよう、次に掲げる3つの基本的な視点に立って食育に取り組めます。

(1) 健全な食生活を実践できる県民の育成（生涯を通じた取組）

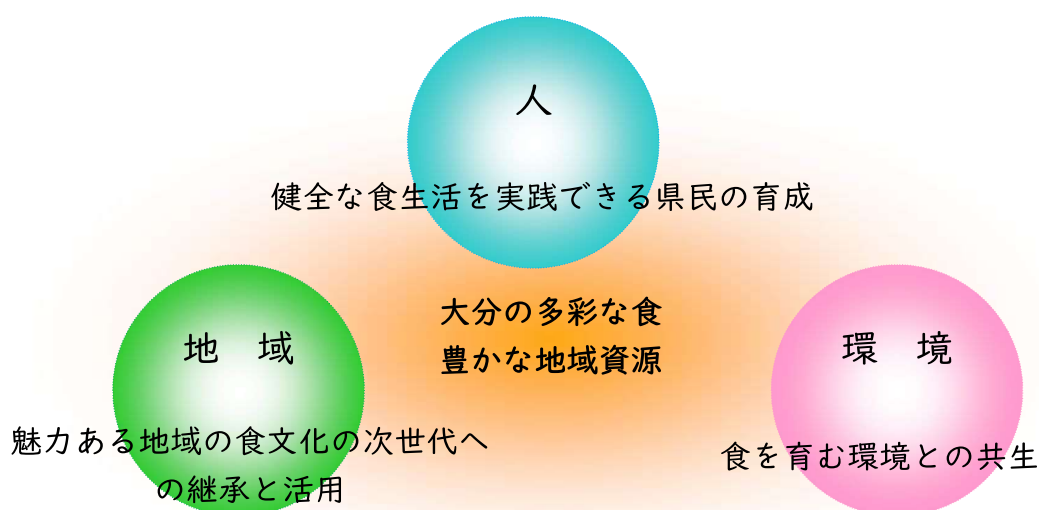
健康づくりや生活習慣病の予防を推進することで、健康寿命の延伸を目指します。そのために県民一人ひとりが、主体的に自らの食生活を見つめなおし、食に関する情報を適切に判断できる能力や健康を自己管理する能力を身につけ、生涯を通じて心身ともに健やかで望ましい食生活を実現できるよう各世代に応じた取組を進めていきます。

(2) 魅力ある地域の食文化の次世代への継承と活用（地域での取組）

豊かな自然に恵まれた大分には、各地域ごとに多様な気候風土の中で育まれた特色ある個性豊かな食材や食文化が存在しています。また、祭り・伝統行事、温泉、名水、文化財、伝統技術、景観、観光名所などすぐれた地域資源が存在しています。各地域で育まれてきた伝統的な食文化を保護するとともに、すぐれた地域資源と結び付けた食育の取組を進め、魅力ある地域の食文化の継承と活用を進めていきます。

(3) 食を育む環境との共生（次世代へつなぐ取組）

自然の恩恵や生命の尊さへの感謝の念や理解を深めつつ、大分の豊かな自然の中で育まれてきた多彩な食材や食文化などを将来にわたり享受していくため、環境と調和のとれた食料の生産・製造及び消費の取組を進めていきます。



第4章 食育の展開方法、施策体系

この計画の基本目標の達成に向け、以下の3つの施策を総合的に推進します。

施策体系	関連するSDGs
1 健全な食生活を実践できる県民の育成（生涯を通じた取組）	
（1）生涯を通じた食育の推進	  
（2）食の安全・安心への理解促進	 
2 魅力ある地域の食文化の次世代への継承と活用	
（1）食文化の継承と発展	  
（2）農林漁業体験等を通じた体験活動の推進	  
（3）地産地消の推進	 
（4）健康を支える社会環境の整備	 
3 食を育む環境との共生（次世代へつなぐ取組）	
（1）環境に配慮した食生活の推進	  
（2）環境と調和のとれた農林水産業の推進	  

Ⅰ 健全な食生活を実践できる県民の育成（生涯を通じた取組）

■現状と課題

- ・生涯にわたり健康で活力ある生活を送ることができるよう「健康寿命日本一の実現」に向け、適切な運動や休養とともに、規則正しい、バランスのとれた食生活を送ることが大切です。
- ・一方で、栄養の偏りや食習慣の乱れなどによる生活習慣病の増加が社会問題となっています。
- ・こどもの食をめぐっては、発育・発達の重要な時期にありながら、栄養素摂取の偏り、朝食の欠食など生涯にわたる健康への影響が懸念されます。

■取組方針

- ・生涯にわたって健康で豊かな生活を実現するために、一人ひとりが「食」に関する正しい知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を営む能力を身につけられるよう取り組みます。
- ・県民が安心して食生活を送るために、生産から消費に至る各段階で、関係機関が連携し、食の安全・安心の確保の取組を推進します。
- ・市町村や関係団体と連携して食育をさらに推進していく必要があります。
- ・学校においては、食に関する正しい知識と望ましい食習慣の確立に向けた食育を推進します。

■主な取組

- ・保育所・認定こども園・幼稚園、学校、大学、企業や団体など多様な主体と連携し、健全な食生活を実現できるよう各世代に応じた取組を推進
- ・家庭・学校・地域で連携し、「おおいた食(ごはん)の日」を活用した県民運動の推進
- ・食に関する適切な情報提供及びリスクコミュニケーション等による正しい知識の普及

(Ⅰ) 生涯を通じた食育の推進

◎妊産婦や乳幼児への食育の推進

●妊産婦への食育の推進

妊産婦健康診査や相談会の機会を活用し、妊娠期・産後に必要な栄養摂取と生活管理を行えるよう、市町村等と連携した取組を推進します。

●乳幼児期における食育の推進

乳幼児健康診査や相談会の機会を活用し、正しい食習慣や生活習慣が確立できるよう、市町村等と連携した取組を推進します。

●保育所・認定こども園・幼稚園における食育の推進

保育所等で策定される「指導計画」の中に、食育の視点が反映されるよう、各保育所等に働きかけます。

◎小学生・中学生への食育の推進

●栄養教諭や学校栄養職員と学級担任等との連携による食に関する指導の実践

▽栄養教諭等による食に関する指導の推進

児童生徒の食の自己管理能力の育成を図るため、各教科等や給食の時間において、学校給食を生きた教材として食に関する指導を実践していきます。

▽早寝早起き朝ごはんの推進

●親子向け食育教室の実施

▽おやこの食育教室

幼少期からの望ましい食生活の普及と「食育の力」を養うことを目的に大分県食生活改善推進協議会が、各市町村において講習会等を実施します。

●よくかんで食べるための歯と口腔の健康づくり

歯みがき指導、食に関する指導、フッ化物の活用を柱とした「学校におけるむし歯予防の手引」の活用を通じた、むし歯予防を推進します。

◎高校生・大学生への食育の推進

▽高校・大学等と連携した食育啓発活動の実施

高校・大学の関係者と情報共有を図り、学生食堂や学園祭など校内での食育啓発活動を支援します。

▽大学生による食育推進の活動支援

東部保健所管内の大学生を対象に、食育に関心を持つ学生の育成に取り組み、大学生自身による健康づくりを推進します。また、学生との協働の機会を作り、学生による食育活動を支援します。

◎働き世代への食育の推進

▽事業所での健康（食育）講話等

従業員の健康増進を目的とし、「生活習慣や食事に関する」情報発信を行います。

▽男性のための料理教室

料理を経験したことのない男性を中心に、栄養バランスのとれた食事や調理方法等を身につけることを目的に大分県食生活改善推進協議会が、各市町村において講習会等を実施します。

◎高齢者への食育の推進

●市町村が行う介護予防事業等の支援

▽市町村の介護予防・健康づくり事業の推進

市町村が行う、通いの場の拡大・充実等の介護予防事業やフレイル予防活動を支援します。

●低栄養・フレイル予防のための料理教室等の実施

▽低栄養・フレイル予防の推進

高齢者や介護者が家庭で実践できる介護食の知識取得を目的に大分県食生活改善推進協議会が、地域で講習会等を実施します。

◎全世代への食育の推進

●食育の普及啓発・食育活動の促進

▽食育に関する情報の収集及び情報発信

全国あるいは県内において実施されている先進的な取組について情報を集め、家庭、保育所・認定こども園・幼稚園、学校、地域などで実施する食育事業の参考として情報発信します。

また、SNS等、様々な広報媒体を活用し効果的な情報発信に努めます。

▽毎年6月の「食育月間」、11月19日の「おいいた食（ごはん）の日」や11月19日を含む週の「おいいた食育ウィーク」などの普及啓発

食育の普及啓発に関する行事を重点的かつ効果的に行い、市町村や関係団体と連携し、県民運動として食育を推進します。

併せて、毎月19日の「食育の日」を中心に食育に関する情報発信を行うなど、誰もが日々の生活の中で実践できる食育を呼びかけます。

▽おいいた食育人材バンク登録人材派遣事業

地域に食育をひろげるため、要望に応じて、「食育の先生（指導者）」を派遣します。

<おおいた食育人材バンク>

地域に食育活動をひろげるため、県民の要望に応じて、おおいた食育人材バンクに登録している食育の実践者を「食育の先生（講師）」として派遣します（登録者への謝金及び旅費は、県が負担します）。

地域に伝わる郷土料理の実習や味噌などの加工体験、栄養の基礎知識や朝食の大切さなど各年代に応じた食生活に関する講話も行っています。

▽エシカル消費を通した食育啓発

消費生活出前講座や小学生向けの講座において、エシカル消費の啓発を通して食育を行います。

<エシカル消費>

「エシカル」とは直訳すると「倫理的な」という意味です。

「エシカル消費」とは、より良い社会に向けて、人や社会、環境に配慮した倫理的な消費行動のことを指します。具体的には、買い物をするときに、作った人の働き方や地球への影響などを考慮して商品やサービスを選ぶことを意味します。

地元で作られたものを購入する、必要な分だけ買う、無駄なく使うなど、普段の消費行動が未来の社会や地球をよくする力につながります。

●食生活改善推進協議会によるライフステージに応じた講習会の実施

▽生涯健康「元気な食卓」推進事業

県民の健康づくりに寄与することを目的として、地域の特性や県産品を活用した講習会等を実施します。

▽生涯骨太クッキング

毎日の食生活に牛乳・乳製品等を上手に取り入れることで、生活習慣病の予防や食事バランスの改善につなげることを目的に講習会等を実施します。

▽世代別に取り組む生活習慣病予防のためのヘルスサポーター事業（若者世代、働き世代、高齢世代）

世代のニーズに合わせた食生活改善の推進を目的に講習会等を実施します。

<食生活改善推進協議会>

食生活改善推進協議会は、戦後の食糧が十分ではなく栄養不足や乳児死亡が問題になっていた頃、保健所の「栄養教室」で食に関する正しい知識と技術を学習した主婦を中心に誕生しました。

大分県では、昭和29年に当時の大分保健所管内の市町村から推薦のあったリーダー約20名の栄養料理研究会から始まり、昭和55年に大分県食生活改善推進協議会が設立しました。

現在は、全市町村に協議会（令和7年度会員数：1,650人）があり、「私達の健康は、私達の手で」をスローガンに、バランスのとれた食生活の普及や郷土料理の継承等、食を通じた健康づくりの担い手として活動しています。

平成17年に食育基本法が施行されたことから、食生活改善推進員は、地域における食育の担い手として、「食育アドバイザー」を併名されています。



●乳幼児期から高齢期にいたるまでの歯と口の健康づくり

▽歯科口腔保健の推進

令和6年3月に策定した第二次大分県歯科口腔保健計画に基づき、乳幼児期から高齢期にいたるまでの歯・口の健康づくりを推進します。

▽歯科疾患予防の推進

かむための基本である歯や口腔の健康のために、かかりつけ歯科医を持ち、定期的な歯科健診や予防処置を受け、歯や口腔の健康管理を行う習慣を身につけることの重要性について普及啓発に努めます。また、フッ化物応用等による効果的な歯科口腔保健対策を推進します。

▽口腔機能の獲得・維持・向上

口呼吸などの習癖の防止・除去が、健全な口腔機能の獲得・発達、歯並びやかみ合わせなどの口腔・顎・顔面の成長発育に重要であることの普及啓発に努めます。また、健全な口腔機能の獲得・発達のため、正しい食習慣を身につける食育の推進に努めます。さらに、口腔機能の維持及び口腔機能が低下した場合にはその回復・向上を図るため、オーラルフレイルなどの口腔機能に関する知識の普及啓発に努めます。

(2) 食の安全・安心への理解促進

- 信頼できる情報に基づいて「食」を選択できるよう、正しい知識の普及と理解を促す取組

▽リスクコミュニケーション等の実施

食の安全性からみた不安要因等について正確な情報や質問、意見を交換・共有する機会を持ち、事業者や消費者等が適切な対応をとれるよう支援します。

▽食の安全安心スクール

親子を対象とした手洗い教室等により、食の安全・安心に関する正しい理解、知識、技術の習得を図ります。

▽おおいた食育人材バンク登録人材派遣事業（再掲）

「食」に関する正しい知識の普及のため、要望に応じた「食育の先生（指導者）」を派遣します。

<災害時に備えた食の確保>

災害時に備え、家族構成や家族の健康状態に応じた食料品を備えておくことは重要です。

非常食のほかに、普段の食料品を少し多めに買い置きし、使用した分を補充する「ローリングストック」法があります。この方法では、日常的に使用する食材を活用することで、食の安心を確保することができます。



（農林水産省「災害時に備えた食品ストックガイド」参考）