

# 諸塚村 食育・地産地消推進計画

令和3年4月

宮崎県 諸塚村

## 目次

### 第1章 計画策定にあたって

- 1 計画策定の趣旨 ..... 1
- 2 計画の位置づけと期間 ..... 1

### 第2章 食をめぐる現状

- 1 食生活の変化と健康 ..... 2
- 2 農林水産業の現状と食文化 ..... 6
- 3 地産地消の現状 ..... 8

### 第3章 食育・地産地消推進にあたっての基本的な考え方

- 1 基本理念 ..... 9
- 2 基本的視点 ..... 10
- 3 基本的施策 ..... 10

### 第4章 食育・地産地消の推進に関する具体的な取り組み

- 1 楽しみながら食生活改善に向けた取り組みの推進 ..... 11
- 2 子どもの成長に応じた食育の推進 ..... 12
- 3 地域の食文化と農林水産業に根ざした食育の推進 ..... 13
- 4 地元農林水産物の効果的な活用と循環型社会の構築 ..... 13

### 第5章 SDGsの観点を踏まえた計画の推進

- 1 推進主体別の役割 ..... 15
- 2 進行管理 ..... 16

## 第1章 計画の策定にあたって

### 1 計画策定の趣旨

未来を担う子どもたちが健全な心と身体を培うとともに、すべての村民が心身の健康を確保し、生涯にわたって生き生きと暮らすことができるようにすることが大切です。そして、その基礎となるのは、毎日の生活に欠かせない「食」です。

しかしながら、近年、私たちの食生活はライフスタイルの多様化などに伴って大きく変化し、栄養の偏りや朝食の欠食などが問題となるとともに、肥満や糖尿病等の生活習慣病も増加しています。さらに、流通の広域化や国際化により、生産者と消費者の距離が遠くなったことによる「食」への無関心、知識の欠如等が指摘される一方、食品の偽装表示や家畜伝染病の発生など、「食」の安全・安心に対する不安も高まっています。

私たち村民一人ひとりが、「食」についてあらためて見直し、自然の恩恵や「食」に関わる人々の様々な活動への感謝の念や理解を深めながら、家庭、学校、地域等あらゆる場面で食育の推進に取り組むことが重要です。

また、地産地消の取り組みは、地域の伝統的な食材や料理をもう一度見つめ直し、継承していくことにつながることから、豊かで健康的、文化的な食生活の実現に寄与するものと言えます。

このような状況のもと、国は、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人間を育てる「食育」を国民運動として推進していくことを目的に、平成17年7月「食育基本法」を施行しました。さらに、この法に基づき平成18年3月「食育推進基本計画」、令和3年3月「第4次食育推進基本計画」を策定し、国の食育に対する方向性を示しています。宮崎県においては、平成18年9月に「宮崎県食育推進計画」、「宮崎県地産地消推進計画」、平成29年1月「宮崎県食育・地産地消推進計画」を策定し、食育と地産地消の一体的推進を図る方図を示しています。

今後は、地域の特徴を活かしつつ、村民が食育や地産地消について関心を持ち、その知識や実践する力を習得し、次世代に継承できるようにしていく必要があります。そのため、関係者による連携・協力のもと、食育・地産地消を村民と共に総合的・計画的に推進していくことを目的に「諸塚村食育・地産地消推進計画」を策定します。

### 2 計画の位置づけと期間

この計画は、食育基本法第18条第1項の規定による市町村食育推進計画及び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第41条第1項の規定による市町村促進計画として位置付けるものとし、ます。

なお、計画の推進にあたっては、村政運営の指針となる「第6次諸塚村総合長期計画」(令和2年)をはじめ、関係計画との整合性を図っていくこととします。

また、この計画は令和3年度を初年度とし、令和7年度を目標年度とする5か年計画とします。ただし、計画期間中に状況の変化等が生じた場合には、必要な見直しを行うこととします。

## 第2章 食をめぐる現状

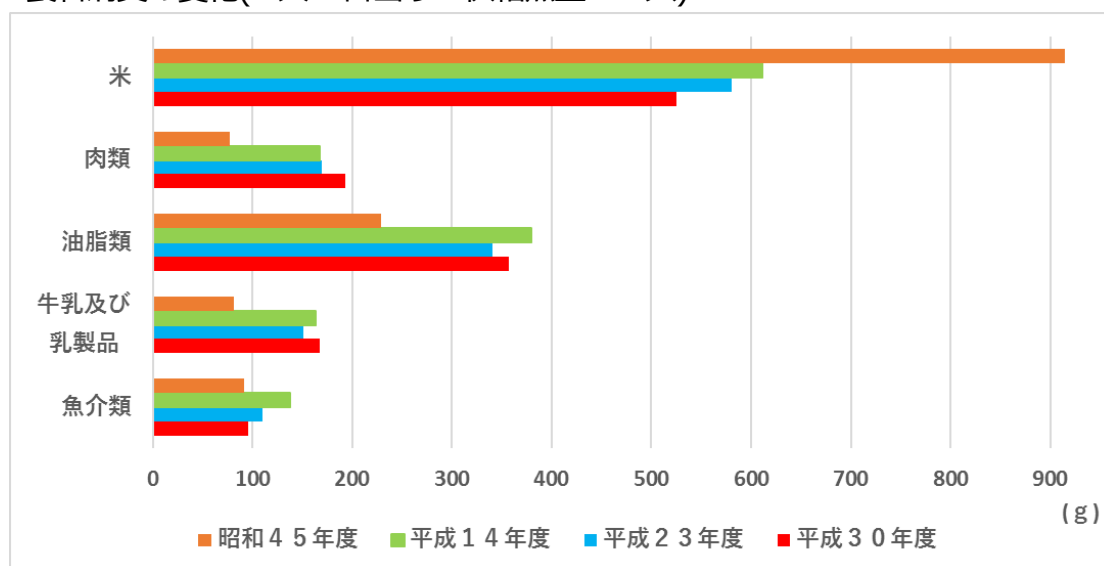
### 1 食生活の変化と健康

私たちの食生活は、ライフスタイルの多様化や家族形態の変化(核家族の増加、家族の個別化など)などに伴い、大きく変化してきました。その中でも、若い世代の朝食の欠食率の増加や野菜摂取量の減少、また、中高年の脂質摂取の増加など、私たちの健康にも大きく影響する問題が生じています。

#### (1) 日本人の食生活の変化

食料消費を、供給熱量の視点で見えていくと、昭和45年度は主食の米を中心とした「日本型食生活」に対し、平成30年度では米の消費が減少しています。また、肉類、牛乳及び乳製品が増加した「食の欧米化」が進んだことがグラフでわかります。

#### ●食料消費の変化(1人1日当り：供給熱量ベース)



資料 農林水産省「食料需給表」

令和元年度に実施された国民健康・栄養調査から若年層の野菜類、魚介類、乳類の摂取量が少ないことがわかります。また、アルコール飲料の摂取量においては特に中年層の男性が多く、摂取頻度の調査では約50%の中年層の男性が毎日飲酒をしていると答えました。

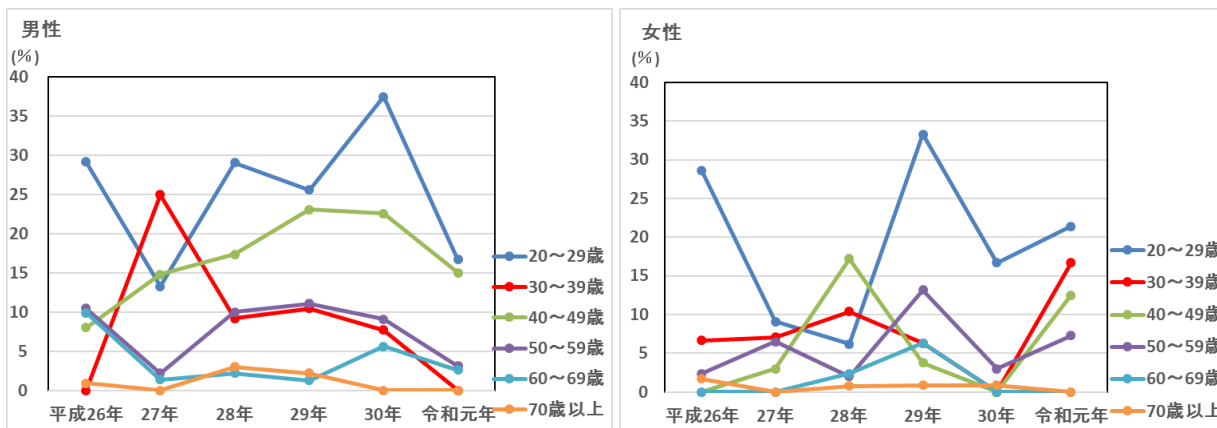
	性別	調査数(人)	穀類	野菜類	魚介類	肉類	乳類	菓子類	アルコール飲料
若年層 (20-49歳)	男性	744	521.5	248.3	58.7	147.8	88.1	21.2	153.3
	女性	823	361.7	225.5	44.8	105.5	100.9	25.8	58.7
中年層 (50-69歳)	男性	852	480.8	291.3	76.5	117.2	94.7	20.5	274.5
	女性	969	343.8	285.3	61.5	86.5	121.9	28.6	66.5
高齢層 (70歳以上)	男性	701	445.9	315.6	89.7	82.6	130.6	24.7	162.4
	女性	838	342.9	294.5	74.8	67.0	126.0	25.0	27.3

資料 厚生労働省 令和元年国民健康・保険調査 「食品群別摂取量」

## (2) 朝食の欠食状況

健康な体づくりのためには、栄養をバランスよく摂ることが必要です。朝食を抜くことは、必要な栄養を摂り損なうことにつながります。朝食の欠食状況を見ると、男性、女性どちらも20歳代の割合が高いことがわかります。

### ☆平成30年度 朝食欠食率の推移



資料 厚生労働省 令和元年国民健康・栄養調査

## (3) 生活習慣病の予防

### ① 生活習慣病の状況

諸塚村の疾病による死因についてはがん、心疾患、脳血管疾患が上位となっており、それらに至る生活習慣病の発症が大きく影響しています。生活習慣病を予防するためには「正しい食生活」と「運動習慣」の確立が必要です。諸塚村での脂質異常症予備軍の割合と高血圧の有病者が県内で2位となっており、若い世代からの取り組みが大切になります。

平成30年度	諸塚村			
	予備軍		有病者	
	割合	県内順位(位)	割合	県内順位(位)
高血圧	11.3%	24	63.4%	2
糖尿病	47.2%	11	14.3%	7
脂質異常症	22.3%	2	35.8%	24

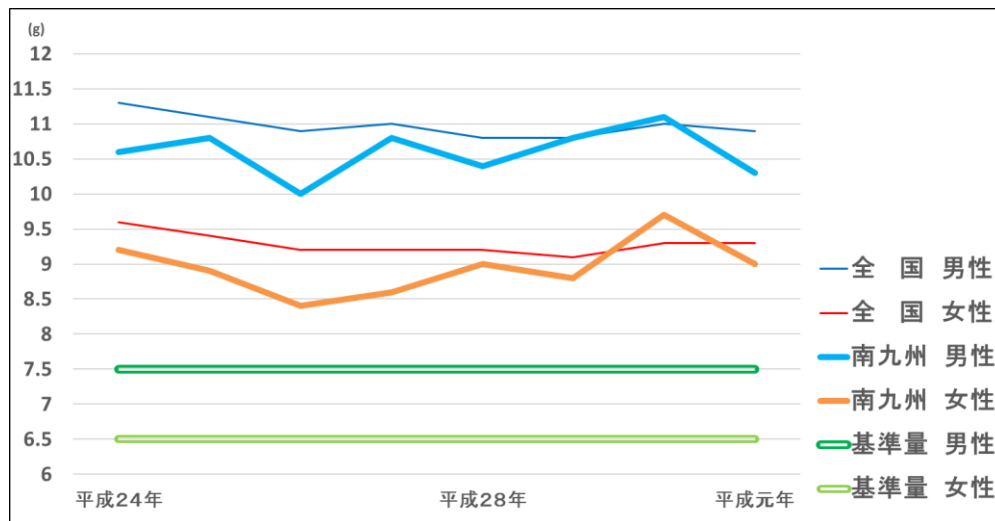
資料 諸塚村「もろつか健康づくり計画」

※<sup>1</sup>脂質異常症 : 血液中の脂質が過剰または欠乏した状態をいう

## ② 食塩の摂取状況

塩分の過剰摂取は生活習慣病の1つである高血圧に大きく影響します。南九州の食塩摂取量は全国に比べると男女とも低い結果が出ています。

ですが、厚生労働省が定めた1日の塩分摂取量の基準といわれている男性7.5g、女性6.5gと比べると普段の食生活から減塩を意識する必要があります。



資料 厚生労働省 国民健康・栄養調査 「食塩摂取量の平均値及び標準偏差」

## ③ 運動習慣

平成30年度の特定健診の結果によると、週2回以上（30分/日以上）の運動をしていない人の割合が男性67.5%、女性73.1%となっており、半数以上の人々が定期的な運動を行っていない実態となっています。

資料 諸塚村「もろつか健康づくり計画」



高齢者の体操教室の様子

#### (4) 歯の健康

いつまでもおいしく食事をするためには、歯の管理が大切になります。

諸塚村の小学生及び中学生の虫歯保有率は県平均と比べると全学年で平均値より高くなっています。また、中学生の 50%以上が永久歯の虫歯を持っているとの調査結果が出ています。

また、60歳代から義歯装着率が高く、令和2年度の1人あたり医療費は2,160円（県内4位）となっており、歯の健康で悩む人が多い状況となっています。

#### ○平成30年度 諸塚村小学生及び中学生のむし歯有病率

(%)	小学校						中学校		
	1年生	2年生	3年生	4年生	5年生	6年生	1年生	2年生	3年生
諸塚村	11.1	26.7	15.4	61.5	46.2	70.0	53.3	75.0	100.0
県平均	3.7	8.5	19.3	22.3	24.3	30.1	37.5	44.8	46.9

資料 諸塚村「もろつか健康づくり計画」

#### ○平成30年度 成人歯科検診結果

##### ・一人平均虫歯本数

年代	諸塚村	全国	
		40-44歳	12.5
50歳未満	10.9	45-49歳	14.1
		50-54歳	15.4
50歳代	15.1	55-59歳	16.4
		60-64歳	17.6
60歳代	18.3	65-69歳	18.8
		70-74歳	19.6
70歳代	28	75-79歳	21.2
		80-84歳	23.3
80歳以上	29.4	85-	24.8

##### ・義歯装着率

年代	諸塚村	全国	
		40-44歳	17.3
50歳未満	0	45-49歳	22.8
		50-54歳	20.7
50歳代	5.9	55-59歳	23.5
		60-64歳	59.3
60歳代	48.2	65-69歳	72.2
		70-74歳	76.6
70歳代	56.4	75-79歳	79.6
		80-84歳	86.6
80歳以上	76	85-	89.7

資料 諸塚村「もろつか健康づくり計画」

## 2 農林水産業の現状と食文化

### (1) 諸塚村の農林水産業

諸塚村の平均気温は約 15℃、平均降水量も 2,700mm 程度と温暖多雨な気候ですが、夏と冬及び昼夜の気温格差は大きく、冬には積雪が見られる地域もあります。

耕地は標高 100m から 800m の急峻な山腹谷間に点在し、水田は棚田状で、畑は傾斜地が多いため一耕地区画の面積は狭小で、耕地面積も村全体の面積の約 1% となっています。諸塚村では、林業を中心に椎茸・茶・肉用繁殖牛を組み合わせた複合経営が主体となっていて、上記の 4 つを「諸塚の 4 大基幹産業」として位置づけています。その他にも、米作では、伝統的な掛け干し栽培が見られる他、久保園芸団地、井戸園芸団地、柳の越園芸団地の園芸団地が整備され、ほうれんそう、ミニトマト等の栽培も多く見られるようになっています。

また、人口や世帯数は減少傾向であり、総農家数は平成 22 年度の 337 戸から平成 27 年度には 285 戸と減少しています。

各種面積 (ha)		農業経営体数 (戸)	
総土地面積	18,756	総農家数	285
林野面積	17,787	自給的農家数	125
耕地面積	187	販売農家数	160
田耕地面積	85	主業農家数	33
畑耕地面積	102	準主業農家数	29
		副業的農家数	98

	経営体数	作付面積(ha)		経営体数	作付面積(ha)
小豆	3	0	ねぎ	4	0
だいこん	9	0	たまねぎ	3	0
にんじん	5	0	きゅうり	3	0
はくさい	7	0	トマト	4	0
キャベツ	6	0	くり	11	2
			花き類	9	1

資料 農林水産省 HP 「わがマチ・わがムラ」より

### 諸塚村畜産概要

4/1現在	H28	H29	H30	R1	R2
母牛頭数	272	275	278	278	264
飼養戸数	10.5	10.6	11.6	12.1	12.0

資料 諸塚村役場産業課集計



## (2) 食文化

諸塚村では農地面積が少ないため、椎茸等の特産林産物の生産が盛んです。また、海から遠い立地ですが、乾物や塩蔵品等の海産物を使った料理がよく作られます。

- にしめ : 特産である乾し椎茸と竹の子、ぜんまいなどの山菜やこんにやく等が使われます。
- みそ : 諸塚村では、昔から各家庭でみそづくりが行われてきました。現在でも、婦人会でみそつき(みその仕込み)が行われています。
- 豆腐 : 現在、諸塚村では1軒の豆腐屋さんがあり、朝早くから仕込みが行われています。村内の農家民宿でも手作り豆腐を作っているところもあります。
- 椎茸寿司 : 椎茸をにぎり寿司にしたもので、地元の婦人加工グループで開発されました。
- あくまき : 端午の節句の時に作ります。もち米を木灰のあく汁につけて、竹の皮で包み煮ます。保存性が高い食べ物です。
- だんご : よもぎを使ったあんこ入りのだんごです。また、季節によってはとうもろこしの粉などを使っただんごも見られます。



七ツ山婦人加工グループが作るみそ



よもぎだんご

### 3 地産地消の現状

#### (1) 農林水産物直売所の現状

村内には2つの直売所（もろっこはうす、飯干特産品販売所）があります。

ここでは農産物のほか、ぜんまい、タラの芽などの山菜やイノシシ肉、椎茸、竹の子などの乾物などが人気商品となっています。消費者にとっては、スーパーなどで手に入りづらい食材が手に入り、生産者にとっても、市場に出荷出来ない作物を出荷できるため重要な販路となっています。

\* 「もろっこはうす」の販売額の推移 (単位：円)

年	生産者出荷(村外発送含む)	椎茸販売額(卸含む)
平成28年	13,538,655	26,364,281
平成29年	13,158,922	25,330,608
平成30年	12,652,214	24,553,460
令和元年	12,610,745	19,257,687
令和2年	13,743,949	18,634,042

#### (2) 学校給食における地場産物の活用状況

諸塚村では、村内の食材を使った給食を実施することで、食を通じた人とのつながりを深め、ふるさと諸塚を思う心を育てることを目的に「諸塚学校給食の日」を実施しています。年2回の生産者との会食を含め、毎月16日の「ひむか地産地消の日」に地元食材50～60%（目標）を使った給食を実施しています。



- ・麦ごはん (諸塚産 米)
- ・夏野菜カレー (諸塚産 たまねぎ かぼちゃ なす 干し椎茸)
- ・ごまじゃこサラダ(諸塚産 きゅうり)
- ・牛乳



- ・麦ごはん (諸塚産 米)
- ・チキン&しいたけ南蛮 (諸塚産 しいたけ)
- ・ぐだくさん味噌汁 (諸塚産 大根 深ねぎ)
- ・牛乳

### 第3章 食育・地産地消推進にあたっての基本的な考え方

#### 1 基本理念

食育基本法では、『食育は、生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基本となるべきものと位置づけるとともに、様々な経験を通じて「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ことができる人間を育てること。』とされています。

県では、平成29年に、家庭・学校・地域など、いつでも、どこでも、「いのちの恵み」に感謝する言葉「いただきます」を心を含めて発し、「食」と「農」の身近な関係づくりを進めるために、いろいろな取り組みがなされているところです。

本村では、「第6次諸塚村総合長期計画」により「絆の価値創生の森・諸塚」を基本コンセプトに「郷土を愛し、美しい自然を守りましょう」「教養を高め心豊かな人になりましょう」「健康につとめ明るい家庭をつくりましょう」「生産にはげみ伸びゆく村に育てましょう」を基本目標として様々な施策が推進されています。

本計画は、食育の推進に関する施策の総合的かつ計画的な推進を図るために必要な基本的事項を定めるもので、この計画に基づき食育の推進を村民運動として展開することにより、生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性を育むことができる社会の実現を目指すことから、本計画における基本理念を次のとおりとします。

#### **基本理念**

**ともに支え合い、協力し合い、助け合うという人づくり、むらづくりの実践**

## 2 基本的視点

食育・地産地消を村民運動として取り組んでいくにあたっては、本村が抱える課題を鑑みて、次に掲げる3つの基本視点にたって取り組むこととします。

### (1) 楽しく元気な生活を育む食育

食を大切にすることで、健康維持ができ、毎日を楽しく元気に過ごすことができます。また、食育の推進は、子どもの心と体の成長を育みます。村民一人ひとりが食育を自分のこととしてとらえ、自ら食について積極的に考え、行動していくことが必要です。

### (2) 食に関わる感謝の気持ちを育む食育

食への感謝の心は、すべての人が食べ物の大切さを知り、動植物のいのちを継承して自分の命を学ぶことが大切です。食べ物や生産者、料理をしてくれた人に感謝の気持ちを込めて「いただきます」「ごちそうさま」を言うことを励行します。

### (3) 地元農林水産物の利用促進と循環型社会を目指した地産地消の推進

安全な食べ物を求めることにとどまらず、きれいな空、きれいな水、きれいな土を地域循環させることにより、生産から流通、加工、消費、廃棄に至る循環の輪をみんなが認識し、循環型社会を目指します。

## 3 基本的施策

本計画の基本目標の達成に向け、次の4つを基本的施策とします。

### (1) 楽しみながら食生活の改善に向けた取り組みの推進

### (2) 子どもの成長に応じた食育の推進

### (3) 地域の食文化と農林水産業に根ざした食育の推進

### (4) 地元農林水産物の効果的な活用と循環型社会の構築

## 第4章 食育・地産地消の推進に関する具体的な取り組み

### 1 楽しみながら食生活の改善に向けた取り組みの推進

もろつか健康づくり計画と連携した、栄養・運動・こころに関する食生活の改善に取り組めます。

#### (1) 食生活改善活動の推進

##### ●料理教室の開催

大人や子どもを対象とし、楽しく料理をつくり、楽しく食べることを目的にした料理教室を開催します。栄養士や食生活改善推進員が講師となり、村民の多くが不足状態となっている野菜と牛乳などを活用した料理教室にします。郷土料理も献立に取り入れ、食文化の継承もしていきます。

##### ●食育情報の提供

広報・パンフレットなどを利用して食生活や食育の情報を提供します。

(目標：広報紙・パンフレットでの広報 年2回)

#### (2) 活動推進のための人材育成

##### ●食に関するイベントの開催

各イベントなどでバランスのよい食生活や地元産の食材を活用した料理の紹介を行い食育・地産地消を推進します。

(目標：イベントの開催 年1回)

#### (3) 健康づくりや生活習慣病予防・改善の推進

##### ●村民が食習慣と運動習慣の関係を学ぶための情報提供

##### ●各種がん検診受診の推進

##### ●定期的な歯科検診受診の推進

##### ●健康診断(特定健診)受診の推進

## 2 子どもの成長に応じた食育の推進

乳幼児期から食べることの大切さや楽しさを実感し、望ましい食習慣を身につけることができるよう、家庭と学校・保育所等が連携しながら、子どもの成長・発達段階に応じた食育を推進します。

家庭では、家族ぐるみで食育を学び、子どもに正しい食習慣を身につけさせ、実践することを推進します。

### (1) 家庭における望ましい食習慣の定着促進

- 野菜、乳製品の摂取量の増加を推進
- 1日野菜料理プラス1皿運動の推進
- 塩分の過剰摂取抑制を促進

### (2) 学校における指導体制等の充実

#### ●諸塚学校給食の日の推進

給食時間の指導に加え、定期的に生産者を含む地域住民を招き、会食を実施します。

(目標：会食の開催 年2回)

#### ●学校・家庭への情報提供

給食だより、校内放送用資料の一口メモを通し、食に関する知識と理解を深め、健全な食生活と実践力を身につけるための情報の提供を行います。

#### ●体験農園の推進

学校内外の農地で、さつまいもなどを栽培し、収穫したものを調理加工する食農体験を実施します。このような活動を通して、学校と地域の連携が深まり、児童生徒が郷土を理解するとともに「感謝の心」を育むことに繋がります。

### (3) 保育所等における取り組みの推進

#### ●体験活動・給食等を通じた食育の推進

農作物の栽培・収穫や調理実習など体験活動や給食等を通じて、食材や手作りへの感謝の心を育むとともに、基本的な食事マナー等の定着を図ります。

#### ●食文化伝承の推進

行事食提供や地域行事等の参加交流により、郷土料理等の食文化の伝承や地域食材の理解に努めます。

#### ●家庭への情報提供による連携推進

食に対する関心と理解を深め、正しい食事のあり方や望ましい食習慣を身に付けさせるために「保育だより」等を通して家庭の役割に関する啓発と連携の充実に努めます。

## 3 地域の食文化と農林水産業に根ざした食育の推進

本村の特色ある食文化を継承するとともに、地域資源の活用した生産者と消費者の交流を推進します。

### (1) 食文化の継承と活用

- 自治公民館等でのみそつき開催による食文化の継承
- 学校での郷土料理の学習

### (2) 農林水産業体験活動の取り組み

- 農林水産業体験の機会を確保するための活動の支援
- 生産者等による、食育・地産地消の推進への自主的な活動の支援

## 4 地元農林水産物の効果的な活用と循環型社会の構築

- (1) 学校給食や保育所給食等への地元農林水産物の活用
- (2) 農林水産物の加工食品への利用促進と消費者への周知
- (3) ゴミの分別やリサイクル社会の促進
- (4) 生産者（生産・加工・流通・販売）と消費者をつなぐ仕組みづくりの推進
- (5) イノシシやシカを使ったジビエ料理の開発

## 第5章 SDGs(持続可能な開発目標)の観点を踏まえた計画の推進

健康で豊かな食生活の実現と、地域の農林水産物の利用促進を図るため、村民を始め、農林水産業者、教育・福祉関係者、関連事業者などと行政機関が相互に連携を取りながら一体的に取り組むことが必要です。

この取り組みを円滑に進めるため、それぞれの役割を明確にし、本計画を推進します。また、SDGsを意識し村民のより良い生活が実現される社会を目指します。

SDGsとは、2015年(平成27年)9月の国連サミットで採択された「持続可能な開発のための2030アジェンダ」にて掲げられた、2016年(平成28年)から2030年(令和12年)までの目標設定です。





## 1 推進主体別の役割

### (1) 村の役割

食育・地産地消に関わるそれぞれの主体が、様々な活動を行いやすくするために、積極的に支援を行います。そのための体制整備や情報発信のほか、継続的に活動が行われる先導役を務めます。



### (2) 県の役割

食育・地産地消の推進に関する施策を総合的かつ計画的に推進します。



### (3) 教育関係機関・福祉関係機関等の役割

教育・保育並びに医療・介護・保険等に関する職務の従事者やそれらの関係機関・団体は、あらゆる機会や場所を利用して積極的に食育・地産地消を推進するとともに、他の関係者が実施する食育活動に協力することが求められます。



### (4) 農林水産業者等の役割

消費者のニーズに応じた安全・安心な農林水産物を提供するため、本村が取り組んでいる椎茸 CoC 認証の維持に努めるとともに、生産工程のすべてを管理する農業生産工程管理 (GAP) や衛生管理の手法 (HACCP) を推進し、その情報提供に努めます。

また、安心安全な農林水産物の生産を行うことを通じて、『食』に対する理解と地産地消推進活動を行うことが求められます。

他産業と連携した新商品の開発など、新たな分野へ寄与することも期待されます。



### (5) 家庭の役割

食の楽しさを知り、家族揃って食卓を囲んだり食事の準備をしたりなど、食に対する興味が湧くような取り組みを行うことが求められます。特に子供にとっては生涯に渡る健康づくりの基盤となることから、楽しみながら持続して取り組める活動を行えるよう期待します。



### (6) 事業者等の役割

食品関連事業者はもとよりその他の事業者も、その組織する団体等は活動の中で積極的に食育・地産地消の推進に努めるとともに、他の関係者が実施する食育活動に協力することが求められます。



## 2 進行管理

計画の推進にあたっては、施策を効果的・効率的に推進する観点から、関係部局が中心となって進捗状況の把握・評価を実施し、適切な進行管理に努めます。また必要に応じて計画の見直しも実施します。

