

第4期奈良県食育推進計画(案)について

計画の位置づけ

- 食育基本法第17条第1項に規定する都道府県食育推進計画
- 「なら健康長寿基本計画」を上位計画とし、関連する諸計画と整合性を図り推進

計画期間

令和6年度～11年度(6年間)

基本理念

「食」を通して健全な心身を培い、豊かな人間性を育む
すべての県民が、生涯にわたって様々な経験を通じて「食」に関心を持ち「食」の安全性や栄養、食文化などの「食」に関する知識を身につけ、健全な心身を培うための「食」を選択する力を養うとともに、「食」に対する感謝の気持ちや「食」を大切にすることを心を持った豊かな人間性を育む。

目指す姿

- 県民が健康的な食習慣を習得し、実践できる
- 子どもが「食」と「健康」に関心を持ち、健康的な食生活を実践できる
- 県民が県産農畜水産物に関心を持ち、消費拡大が進む
- 県民が「食」や「食の安全」に関する知識と理解を深め、自らの食生活を適切に判断、選択できる

計画の推進体制

健康・教育・農業・食の安心安全・食の担い手の育成・食文化など、取り組むべき分野が広く、関係部局、関係機関・団体も多岐にわたるため、計画の趣旨や理念、施策の方針等を多くの方々と共有し、一体となって推進

施策体系

基本方針

施策

I 健康寿命の延伸にむけた食育

1. 生活習慣病の発症と重症化予防
2. 高齢者の健康づくり
3. 自然に健康になれる食環境づくり

II 次世代の健全な食習慣形成のための食育

4. 健やかな発育、基本的な生活習慣の形成
5. 健康な食生活の定着と実践

III 奈良の食の魅力向上のための食育

6. 奈良の食の理解と実践

IV 食を支える環境づくり

7. 食育推進のための体制整備
8. 社会情勢の変化に対応した食育

計画の進捗管理

- 施策に定量的な目標値を設定し、毎年、進捗を評価
- 奈良県食育推進会議において進捗管理を行い、効果的な施策を推進

第4期奈良県食育推進計画の施策展開

基本方針	施策	取組の方向性	主な取組	
I 健康寿命の延伸にむけた食育	1. 生活習慣病の発症と重症化予防	(1)健康的な食生活の普及推進 栄養バランスに配慮した食事、野菜の摂取量増加や減塩など、健康的な食生活の知識や技術の習得につながるよう、普及啓発を行う。	<ul style="list-style-type: none"> ・「やさしおベジ増し宣言」(主食・主菜・副菜がそろった食事を1日に2回以上とることを基本に、身体にやさしい塩加減で、野菜を増した食生活を実践すること)の定着にむけた普及啓発 ・1日3食、ゆっくりよく噛んで食べる等、適切な食生活習慣に関する普及啓発 ・適正体重の維持に関する普及啓発 ・市町村や保険者が行う健診等に合わせて、個別の健康状態に応じた栄養指導の実施 	
		(2)職場における食育の推進 肥満などの健康課題の多い働き盛り世代に対して、職場における健康づくりの取組を推進、また、「健康経営」の推進について支援する。	<ul style="list-style-type: none"> ・特定健診の受診促進及び保健指導の利用啓発 ・職場まるごと健康宣言の普及啓発 ・地域職域連携推進協議会の開催 	
	2. 高齢者の健康づくり	(3)フレイル・低栄養予防の推進 高齢者のフレイルや低栄養状態を予防するための普及啓発及び社会参加を促す等の取組を推進する。	<ul style="list-style-type: none"> ・フレイル予防のための食事のとり方に関する啓発媒体の作成及び普及啓発 ・通いの場等において適切な食事内容や食べ方に関する普及啓発 	
		(4)オーラルフレイル予防の推進 低栄養を予防するため、口腔機能の維持向上するための取り組みを推進する。	<ul style="list-style-type: none"> ・オーラルフレイルに関する普及啓発 ・市町村における歯周疾患検診等の推進 	
	3. 自然に健康になれる食環境づくり	(5)食品関連事業者における食育の推進 食品関連事業者と連携し、健康的な食事を提供販売する取り組みを実施し、健康に関心が薄い人を含め、誰もが健康になれる食環境づくりを推進する。	<ul style="list-style-type: none"> ・「主食・主菜・副菜を組み合わせた弁当」や「減塩された惣菜」等に取り組む「やさしおベジ増しプロジェクト」の推進 ・配食事業者等に対する栄養管理等の指導支援 ・農産物直売所やスーパー等で、県産農産物PRの取組と併せた野菜摂取に関する普及啓発 	
		(6)給食を通じた食育の推進 給食の利用者に応じた適切な食事が提供されるよう、給食施設の管理者等に対する指導支援を実施する。	<ul style="list-style-type: none"> ・給食施設の管理者、担当者を対象とした栄養管理の向上、食育推進、衛生管理等に関する研修会の開催及び個別指導・支援 ・社員食堂等において、健康に配慮したメニューの提供および啓発媒体の掲示 	
	II 形成世のため健全な食育習慣	4. 健やかな発育、基本的な生活習慣の形成	(7)保育所・幼稚園等における食育の推進 保育所、こども園、幼稚園等において、家庭や地域と連携しながら食育を推進する。	<ul style="list-style-type: none"> ・保育所、こども園、幼稚園等における発達発育段階に応じた、組織的・継続的・計画的な食育の推進 ・保護者にむけた食に関する情報発信
			(8)小・中学校等における食育の推進 食に関する指導を給食や関連教科等を通じて、子どもが食に関する正しい知識、望ましい食習慣を身につけることができるよう食育を推進する。	<ul style="list-style-type: none"> ・学校における食に関する指導を組織的・継続的・計画的に実施 ・栄養教諭や学校栄養職員等を対象に食育推進状況調査結果の共有及び資質向上を図るための研修会の実施 ・学校給食における地産地消の推進
			(9)子育て家庭・地域における食育の推進 日常生活の基盤となる家庭を支援するための取組を地域の関係機関や団体と連携して推進する。	<ul style="list-style-type: none"> ・妊産婦・乳幼児の栄養指導を実施 ・保護者にむけた食に関する情報発信
		5. 健全な食生活の定着と実践	(10)若い世代に対する取組の推進 若い世代の特性やライフスタイル、ニーズに合わせた情報等を効果的に発信する機会を増やす等の取組を推進する。	<ul style="list-style-type: none"> ・若い世代の関心事を切り口とした食に関する情報発信 ・大学生による食育活動を支援

基本方針	施策	取組の方向性	主な取組
Ⅲ 向 奈 上 良 の の た 食 め の 魅 食 力 育	6. 奈良の食の理解と実践	<p>(11) 地産地消の推進 地場産物の情報を発信するとともに、生産者、流通関係者、食品事業者など関係者と連携し地場産物の利用を促進する。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・「地の味・土の香」(地産地消を進めるために県と連携協定を締結した直売所)の店舗情報をホームページに掲載 ・学校給食における地産地消の推進(再掲) ・農産物直売所やスーパー等で、県産農産物PRの取組と併せた野菜摂取に関する普及啓発(再掲)
		<p>(12) 食文化(郷土食)の継承 県民の理解を促進し、次世代へ継承していくために広報媒体を通じた情報提供や地域での料理教室の実施、給食において郷土料理を取り入れた献立を提供する。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・保育所給食や学校給食において郷土料理を取り入れた献立の実施 ・大和牛のブランド力強化、大和肉鶏の生産性の向上 ・郷土料理や伝統料理を取り入れた地域の料理教室や体験活動の実施
Ⅳ 食 を 支 え る 環 境 づ く り	7. 食育推進のための体制整備	<p>(13) 食の担い手の育成と活動支援 市町村行政栄養士等の資質向上及び食生活改善推進員協議会などの多種多様な地域の関係団体の活動を支援する。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・市町村行政栄養士等の資質向上 ・食生活改善推進員や食育ボランティア等の活動支援 ・なら食と農の魅力創造国際大学の運営
		<p>(14) 市町村における食育の推進 市町村が食育推進計画の目標達成を目指した効果的な取組を推進する。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・市町村食育推進計画や健康増進計画に基づく取組の推進 ・市町村主体による栄養バランスのとれた食事、減塩、野菜摂取量の増加に関する取組の実施支援
		<p>(15) 多様な主体による食育の推進 食育に係わる多様な関係者が、その特性や能力をいかし、主体的に、かつ互いに連携・協働して多様な取組が推進できるよう支援する。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・奈良県食育推進会議や保健所食育ネットワーク会議において、関係者と県の取組を相互に共有し、連携協働を推進 ・地域の多様な主体が参画するこども食堂の普及を目指し、こども食堂の開設、運営を支援
	8. 社会情勢の変化に対応した食育	<p>(16) 食品ロスの削減にむけた食育の推進 食品ロスによる影響や、食品ロス削減の具体的な取り組み例などの周知や理解を図る。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・食品ロス削減の必要性について県民の理解を高め、実践に結びつける啓発を実施 ・「奈良県食品ロスポータルサイト」による情報発信 ・消費者庁食品ロス削減推進サポーター育成講座の受講推進
		<p>(17) 食の安全安心の取組推進 「食の安全安心推進計画」と連携して、食品の安全性や食と環境に関する情報提供及び普及啓発を推進する。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・なら食に関するリスクコミュニケーションの開催 ・「食品衛生監視指導計画」に基づく監視指導 ・環境負荷を低減した農産物の生産と消費を推進
<p>(18) デジタル化に対応した食育の推進 デジタル技術の活用による情報発信等の取り組みを効果的に組み合わせた食育を推進する。</p>		<ul style="list-style-type: none"> ・デジタル技術を活用した食育活動の展開 ・ICT等を活用した食育の実践力と指導力を育成するためのプログラムの作成及び普及推進 	
<p>(19) 災害時の備えの推進 備蓄の促進、非常時にも応用できる調理技術の習得について、普及啓発を図る。</p>		<ul style="list-style-type: none"> ・自分や家族の健康状態にあった食べ物や飲料水等の備蓄の促進、非常時にも応用できる調理技術の習得について普及啓発 ・給食施設における災害時対応マニュアルの作成及び備蓄食の整備 	

第4期奈良県食育推進計画の指標について

施策	評価指標	現状値	目標値(R11)
基本方針Ⅰ 健康寿命の延伸にむけた食育			
生活習慣病の発症と重症化予防	主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日がほぼ毎日の人の割合	45.8% (R4)	50%
	1日あたりの食塩摂取量(20歳以上)	男性 10.6g (H28) 女性 9.2g (H28)	男女とも 7g
	1日あたりの野菜摂取量(20歳以上)	男性 279g (H28) 女性 263g (H28)	男女とも 350g
	1日あたりの果物摂取量が100g未満の人の割合(20歳以上)	男性 53.4% (R3) 女性 47.2% (R3)	男女とも 30%
	適正体重(BMI18.5以上25未満(65歳以上はBMI20を超え25未満))の者の割合(20歳以上男女)	60.4% (R4)	65.6%
	人と比較して食べる速度が速い人の割合	R6年3月把握	R6年度設定
	「職場まるごと健康宣言」をする事業所の数	1079社 (R5年3月)	増加
	栄養バランスや減塩に配慮した食事を提供する社員食堂の割合	52.8% (R4)	64%
	主食・主菜・副菜のそろった食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている人の割合(20～50歳代男女)	37.3% (R4)	41%
	肥満者(BMI25以上)の割合(20～60歳代男性)(女性40～60歳代)	男性 34.4% (R4) 女性 17.0% (R4)	男性 31.8% 女性 15.8%
高齢者の健康づくり	地域等で共食している人の割合	R6年3月把握	R6年度設定
	フレイルについて、「言葉も意味もよく知っている」「言葉も知っているし、意味も大体知っている」人の割合	18.7% (R3)	30%
	低栄養傾向の高齢者(65歳以上 BMI 20以下)の割合	21.2% (R4)	16.8%
自然に健康になれる食環境づくり	やさしおペジ増しプロジェクト参加協力店の数	58店舗(R4)	76店舗
	管理栄養士・栄養士を配置している特定給食施設(施設、病院・介護老人保健施設・介護医療院を除く)の割合	71.5% (R4)	75%
基本方針Ⅱ 次世代の健全な食習慣形成のための食育			
健やかな発育、基本的な生活習慣の形成	食を通じた保護者への支援ができていないと回答する保育所等の割合	66.4% (R4)	増加
	栄養教諭等と連携して食に関する指導を実施している小中学校の数(割合)	R6年3月把握	増加

施策	評価指標	現状値	目標値(R11)
健やかな発育、基本的な生活習慣の形成	朝食を毎日食べないと回答する児童・生徒の割合(小学5年生・中学2年生)	小5男子 1.5% (R4) 小5女子 1.1% (R4) 中2男子 3.0% (R4) 中2女子 2.4% (R4)	減少
	児童・生徒における肥満傾向児(中等度・高度肥満傾向)の割合(小学5年生)	小5男子 7.12% (R3) 小5女子 3.62% (R3)	減少
	食育について、「関心がある」「どちらかといえば関心がある」と回答する人の割合	66.8% (R3)	80%
健全な食生活の定着と実践	やせ(BMI18.5未満)の割合(20～30歳代女性)	20.3% (R4)	17.2%
	朝食を「ほとんど食べない」若い世代の割合(20～30歳代男女)	17.1% (R3)	15%
基本方針Ⅲ 奈良の食の魅力向上のための食育			
奈良の食の理解と実践	協定直売所「地の味 土の香」の売上額	109.7億円 (R4)	110億円 (R7)
	学校給食における奈良県産食材を使用する割合が現状値より維持増加した市町村の割合	—	50%以上
	学校給食で郷土料理や伝統料理を月に1回以上提供する市町村の数	R6年3月把握	増加
基本方針Ⅳ 食を支える環境づくり			
食育推進のための体制整備	食育ボランティアの数	4775人(R4)	5385人
	食塩摂取量が減少した市町村の数	—	15
	野菜摂取量が増加した市町村の数	—	15
	「野菜をたくさん食べるようにすること」に気を付けている人の割合が増加した市町村の数	—	15
	「塩分を取り過ぎないようにすること」に気を付けている人の割合が増加した市町村の数	—	15
	こども食堂を設置する小学校区の割合	42.9%(R4)	100%
社会情勢の変化に対応した食育	食品ロス削減のために何らかの行動をしている県民の割合	87.5%(R4)	増加
	食品衛生監視計画にもとづく「許可を要する施設」の監視指導の年間実施割合	40.8%(R4)	100%
	災害時の非常食用食料等を備蓄している人の割合	R7年度把握	R7年度設定