

第2期

白馬村食育推進計画



平成29年

 白馬村

白馬村食育推進計画

目 次

第 1 章 計画策定にあたって

1	計画策定の趣旨・・・・・・・・・・・・・・・・	1
2	計画の位置付け・・・・・・・・・・・・・・・・	2
3	計画の期間・・・・・・・・・・・・・・・・	2

第 2 章 白馬村の食をめぐる現状と課題

1	白馬村の現状	
	(1) 健康に関する概況・・・・・・・・	3
	(2) 食生活に関する概況・・・・・・・・	10
	(3) 地産地消に関する概況・・・・・・・・	17
	(4) 食に関する意識の概況・・・・・・・・	19
2	第 1 期計画の評価・・・・・・・・	20
3	白馬村の課題・・・・・・・・	22

第 3 章 計画の基本的な考え方

1	基本理念・・・・・・・・	23
2	基本目標・・・・・・・・	24

第 4 章 目標達成に向けた取組

1	目標値の設定・・・・・・・・	25
2	目標に向けた取組・・・・・・・・	27
3	5 年間の推進テーマ・・・・・・・・	30

第 5 章 計画推進

1	計画の推進体制・・・・・・・・	31
---	-----------------	----

資料編

○	調査概要・・・・・・・・	33
○	計画策定の主な経過・・・・・・・・	34
○	計画策定組織・・・・・・・・	34
○	白馬村食に関するアンケート調査報告書（別冊）	

第1章 計画策定にあたって

1 計画策定の趣旨

「食」は、心身の健全・健康において最も基本となるもので、安全安心は言うまでもありません。特に、本村の未来を築く子供たちが、豊かな人間性を育み健全に成長していくためには、何よりも「食」が大切です。

しかしながら、近年、食に対する考えかたや生活習慣が多様化するなかで、心身の健康づくりに欠かすことのできない食の乱れが懸念されるとともに、生活習慣病の若年化、増加が危惧されています。また、生活様式が多様化とともに、健全な食生活を実践することが困難な場面も増え、一人ひとりが食に関する正しい知識を選び、それを行動に結び付け活かしていく力を身に付けることが重要となっています。

家族形態の多様化、就労の多様化等により、食卓を囲む家族団らんの機会が少なくなり、朝食の欠食など食生活の不規則化や、栄養バランスの偏った食事による肥満、生活習慣病が増えてきています。さらに、中食^{※1}・外食の利用等による食の簡略化や簡便化が進み、食に対する感謝の念が薄れ、昔から地域で伝えられてきた伝統料理や郷土料理などの食文化伝承の衰退も危惧されています。

このような状況の中、本村においても家庭や学校、地域などが連携しながら、さまざまな取組を通して「食」に関する知識や適切な判断力を培い、全ての人が健全な食生活を実践できるよう「食育^{※2}」を推進していくことが求められます。そして「食」と「農」を取り巻く環境の変化の中で、本村の農業は、農業者の高齢化と担い手不足などにより、遊休農地の増大も課題となっています。

そのような中、食料の生産を始めとした農業の多面的な機能を守っていくため、消費者と生産者を結び付け、地域で生産された農作物を地域で利用し消費する「地産地消^{※3}」の取組を推進していくことが求められています。

本村は、豊かな自然・風土に育まれた四季折々の食材に恵まれ、身近で手軽に新鮮な地場産食材を手に入れることができます。また、長い歳月をかけて地域の伝統行事と共に多彩な食文化が形成されてきました。それらの行事食や伝統料理には、先人たちの知恵があふれています。これらは、今後の本村の食育を進める上で根底となるべき特徴といえます。

こうした地域の特徴を踏まえ、生活習慣病を始めとする疾病予防や、安全安心な食の推進、食を通じた文化の継承、心豊かなひと・むらづくりを目指すとともに、白馬らしさを活かしながら、多面的に求められる「食育」について推進していくため本計画を策定します。

※1 中食（なかしょく）とは

家庭から外に出て食べる「外食」と、「家庭」の料理・食卓の中間にあるものとして、市販の惣菜・調理済み食品・弁当等の料理を購入し、それを家庭の食卓で食べること。

※2 食育とは

適切な食事のとり方や望ましい食習慣の定着により、一人ひとりが自ら健康に生活するための力を培うこと。また豊かな食経験を通じ、食の大切さや感謝の心、食の楽しみを育み、食を通じた豊かな人間性を養うことで、心身ともに健やかに過ごすために必要な知識や情報を正しく取り入れ、実践すること。

※3 地産地消とは

地域で得られる農作物や水産物をその地で消費すること。地元で栽培される野菜、捕れる魚介、飼育される肉類、古くから伝わる郷土料理、味噌や焼酎といった特産品など、旬の風味と栄養価値を見直して健康維持及び食文化の伝承につなげようとする動き。

2 計画の位置付け

本計画における食育推進については、食育基本法第18条第1項の規定に基づく「市町村食育推進計画」として位置付け、また地産地消推進については、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（6次産業化地産地消法）第41条第1項の規定に基づく「地域の農林水産物の利用の促進についての計画」として位置付けます。

また、本計画による「食」と「農」を結ぶ地産地消は、「白馬村地産地消計画」を包含することにより、「食」と「農」との一体的な推進を図っていきます。

さらに本計画は、本村の特性を活かした食育推進の基本的な考え方を示すとともに、村民が楽しく食育を実践できるための基本計画として、長野県の「長野県食育推進計画」のもと、「白馬村第5次総合計画」、「白馬村健康増進計画」など、食育の推進と関わりのある各計画等との整合性を図り策定します。

3 計画の期間

この計画は、平成29年度から平成33年度までの5カ年計画とします。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 白馬村の食をめぐる現状と課題

1 白馬村の現状

(1) 健康に関する概況

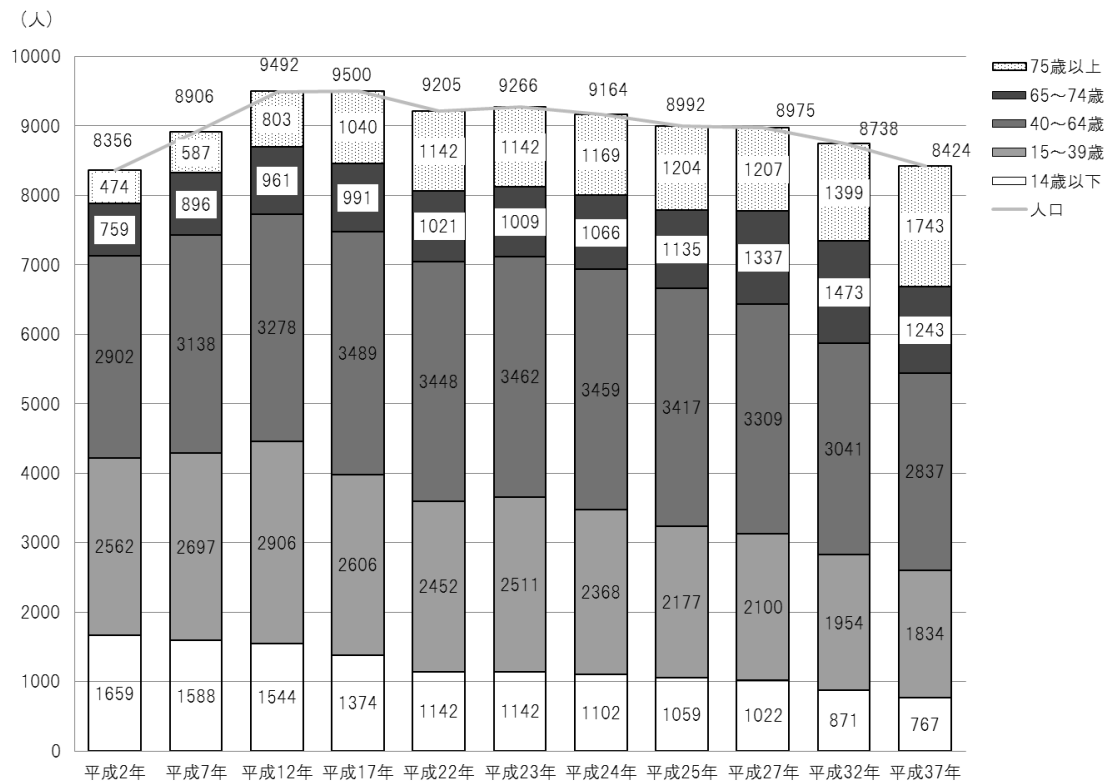
① 人口構成

白馬村の人口(国勢調査)は、平成 17 年には 9,500 人でしたが、平成 27 年には 8,975 人となり減少傾向にあります。

高齢化率は、平成 17 年には 21.4%でしたが、平成 27 年には 28.3%となり、10 年間で 6.9% 高くなっており、全国(26.7%)や長野県(29.2%※H26 値)と同様に高齢化が進展しています。

生産年齢人口(15 歳～64 歳)・年少人口(0 歳～14 歳)ともに総人口に占める割合が減少傾向にあり、少子高齢化がますます進んでいます。今後はさらにその傾向が強まると予測されます。(図 1)

(図 1) 人口の推移と推計



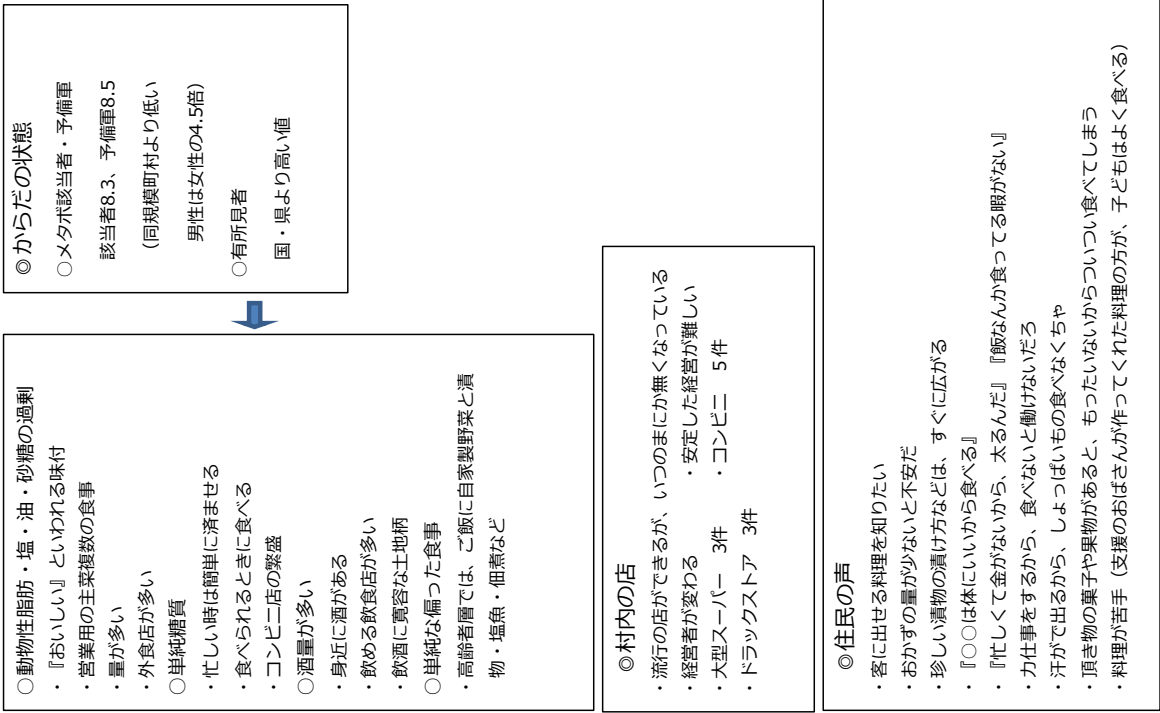
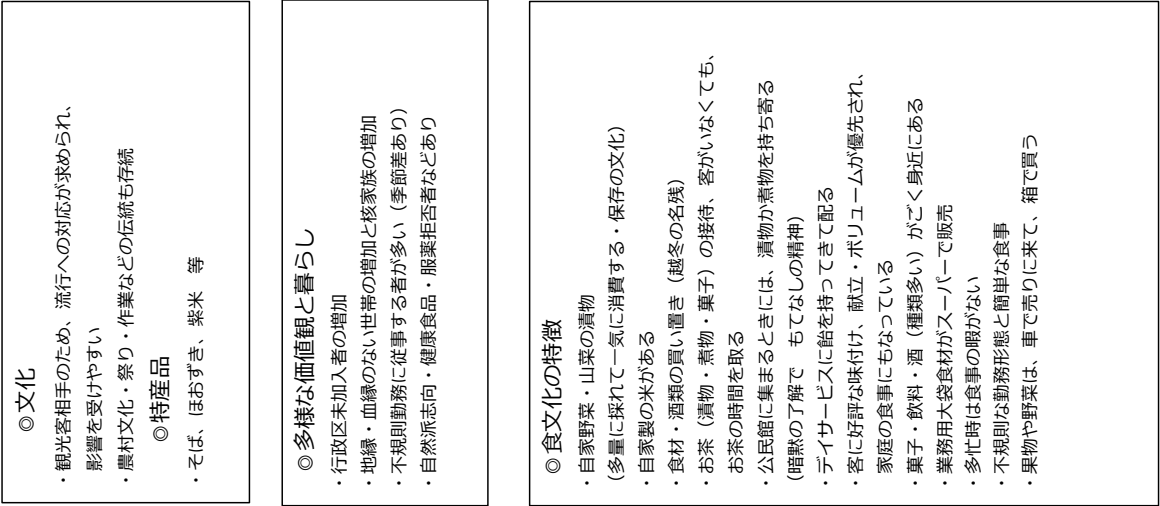
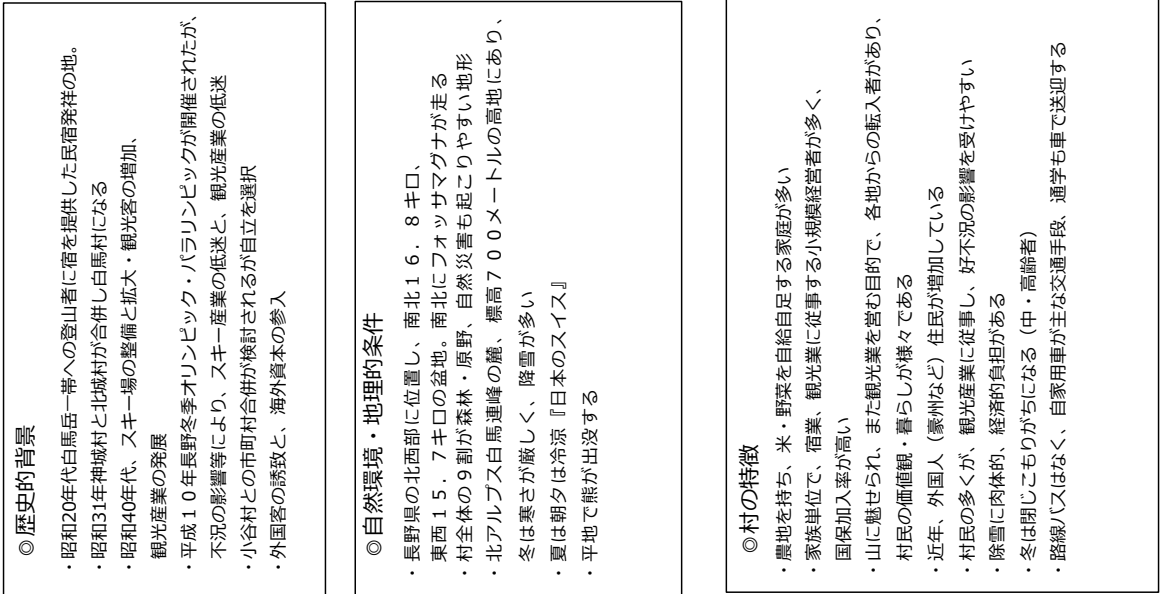
(出典：国勢調査 国立社会保障 人口問題研究所)

② 白馬村の健康状態

人々が生命を維持し、健康な生活を送るために、栄養・食生活は欠くことのできない営みであり、子供たちが健やかに成長し、多くの生活習慣病を予防する観点からも重要です。同時に、栄養・食生活は社会的、文化的な営みでもあります。

本村でも自然環境や地理的な特徴、歴史的条件が相まって、地域特有の食文化が生み出され、食生活の習慣を作り上げています。(図 2)

(図2) 白馬村の食習慣の背景

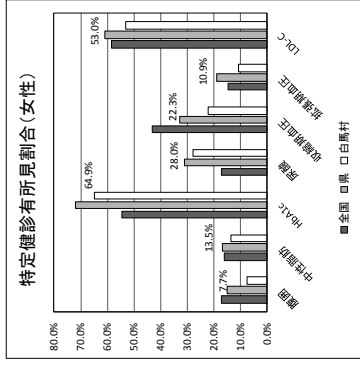
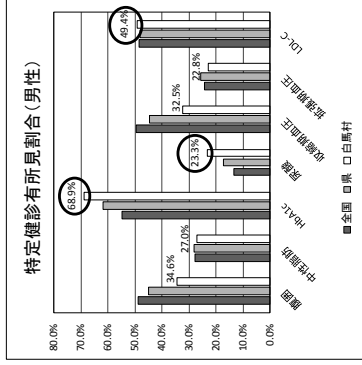


(図3) 白馬村の健康概況

①② 健診

	白馬村H26	白馬村H27	同規模 H27
受診率	44.8%	50.1%	40.3%
保健指導率	73.3%	66.7%	
メタボ該当者	9.2%	8.3%	17.4%
メタボ予備群	9.9%	8.5%	11.5%

③ 特定健診有所見者割合 H27



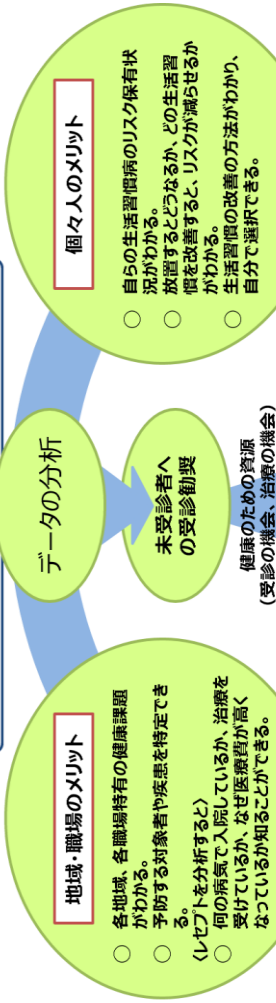
④ 重症化(入院) H27

	白馬村	同規模
一人当たり医療費	18,156円	26,509円
入院件数割合	2.9%	3.3%
入院費割合	43.3%	42.5%

特定健診・特定保健指導(健康日本2.1 (第二次))

ー特定健診・保健指導のメリットを活かし、健康日本2.1 (第二次) を着実に推進ー

① 特定健診・特定保健指導の実施率の向上



② メタボリックシンドロームの減少

重症化が予防できる

④ 医療費の伸びを抑制できる

⑦ 重症化が予防できる

⑧ 死亡が回避できる

③ 短期目標

糖成病有病者の増加の抑制

⑤ 脂質異常症の減少

⑥ 虚血性心疾患死亡率の減少

④ 中長期目標

★新規透折患者数の減少

★新規透折患者数による新規透折患者数の減少

★血管内皮機能の改善

⑥ 虚血性心疾患死亡率の減少

⑤ 高血圧の改善

★新規透折患者数の減少

★新規透折患者数による新規透折患者数の減少

★血管内皮機能の改善

⑥ 虚血性心疾患死亡率の減少

⑥ 健康格差の縮小

⑥ 介護の状況 H27

	白馬村	同規模
1件当たり給付費	54,637円	70,059円
1号認定者数(認定率)	19.0	20.1
新規認定者	0.2	0.3
2号認定者	0.3	0.4
要介護認定	認定あり	8,448円
別医療費	認定なし	4,196円

区分 H25 H26 H27

65歳以上人口	2,339 (26.0%)	2,423 (27.1%)	2,544 (28.3%)
要介護認定者数	385	421	414
新規認定	58	79	36
要介護3～5	142 (36.8%)	144 (34.2%)	141 (34.1%)

原因疾患	脳血管疾患	虚血性心疾患	腎不全
	58.8%	31.6%	13.4%

⑥ 人工透析患者(長期化する疾患)

対象レセプト	全体	虚血性心疾患	糖尿病性腎症	脳血管疾患
H27.5診療分	10人	5人	4人	3人
		55.6%	44.4%	33.3%
件数	92件	29件	33件	21件
		31.5%	35.0%	22.8%
H27年度累計	3880万円	1423万円	1189万円	820万円
		35.8%	29.9%	20.6%

⑥ 長期入院(6か月以上の入院)

平成27年度	全体	精神疾患	脳血管疾患	虚血性心疾患
人数	10人	5人	3人	0人
		50.0%	30.0%	0.0%
件数	64件	45件	21件	0件
		70.3%	32.8%	0.0%
費用額	2320万円	1603万円	701万円	0円
		69.1%	30.2%	0.0%

⑥ 高額になる疾患(1か月80万円以上)

平成27年度	全体	虚血性心疾患	がん	その他
人数	88人	8人	25人	55人
		9.1%	28.4%	63.6%
件数	127件	12件	35件	78件
		9.4%	27.8%	59.8%
費用額	1億8287万円	2207万円	4692万円	1億0592万円
		12.1%	25.7%	57.0%

⑤ 生活習慣病の治療者数構成割合 (H27年5月診療分)

全体	908人	虚血性心疾患	脳血管疾患	糖尿病性腎症
		95人	92人	12人
		10.5%	10.1%	1.3%
高血圧	72人	64人	9人	
		16.1%	6.9%	75.0%
糖尿病	72人	28人	12人	
		75.6%	30.4%	100.0%
脂質異常症	32人	55人	8人	
		33.7%	59.8%	66.7%
糖尿病性腎症	448人	440人	216人	107人
		49.3%	48.5%	23.8%
高血圧	448人	440人	216人	107人
		49.3%	48.5%	23.8%
脂質異常症	448人	440人	216人	107人
		49.3%	48.5%	23.8%

③ 健診の状況

生活習慣病は、日々の生活習慣の積み重ねによって起こり、重症化しないと症状が出ないことが特徴であるため、健診を受けて自らの体の中で起きている変化に気づき、早期からの生活習慣改善や、治療に結びつけていくことが重要です。

特定健診の受診率は、平成 27 年度（暫定値）に 50.1%となり、平成 26 年度より 5.3%増加し、同規模町村平均と比べても高い状況にありますが、目標の 60%には届いていない状況です。

（図 3 ①）

動脈硬化の進行を早めるメタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の因子を持つ方々の特定保健指導率は、平成 27 年度は 66.7%と同規模町村に比べ高く、メタボリックシンドローム該当者が 8.3%、予備群が 8.5%と低い状況にあります。（図 3 ②）

特定健診の有所見者割合では、HbA1c（糖尿病の指標）が男性 68.9%、女性 64.9%と最も多い。国や県と比較して割合が多いのは、男性の HbA1c 68.9%、LDL コレステロール 49.4%、尿酸 23.3%です。

（図 3 ③）

④ 医療の状況

生活習慣病は、早期から治療を受け管理していくことによって、重症化を予防することができます。

治療が必要な方が、治療に結びつき、重症化を予防することができると、外来医療費に比べ、入院医療費の割合が減少してきます。

本村は同規模町村に比べ、一人当たりの医療費は 18,156 円と低い状況にありますが、入院費の割合は 43.3%と高い状況にあります。一人当たり医療費が低いのは、国保加入者の高齢者の割合が低いことによるものと考えられ、今後、高齢化とともに増加していくことが懸念されます。治療が必要な方を、受診に結び付けていくことが重要と思われます。（図 3 ④）

平成 27 年度 5 月分のレセプトより、生活習慣病の治療者数構成割合をみると、重症化した生活習慣病の中では、虚血性心疾患が 10.5%と最も高く、その内の 75.6%が糖尿病を、33.7%が脂質異常症を基礎疾患に抱えています。その他の生活習慣病の中では、脂質異常症の治療者数が最も多く、49.3%を占めています。（図 3 ⑤）

医療費を上げる要因として、長期化する疾患、長期入院、高額になる疾患があります。平成 27 年度の医療費の状況をみると、長期化する疾患の代表である人工透析患者の半数以上の方（55.6%）は虚血性心疾患を合併しており、糖尿病が原因で腎症を発症した方が 44.4%を占めます。6 カ月以上の入院をしている長期入院者の最も多い原因は精神疾患が 50.0%、続いて脳血管疾患 30.0%です。脳血管疾患は要介護状態となることが多く、介護保険にも影響してきます。1 か月に 80 万円以上の高額な医療費がかかる疾患は、予防可能な生活習慣病の中では虚血性心疾患が最も多く 9.1%で、約 2200 万円の医療費がかかっています。（図 3 ⑥）

⑤ 介護の状況

本村の介護給付費は 54,637 円と同規模町村に比べ 15,422 円安く、1 号被保険者の認定率も 19.0%と低い状況にあります。要介護認定を受けている人は、受けていない人に比べ 1.8 倍の医療費がかかっています。

また、重度者（要介護 3～5）の要介護状態になった原因は、脳血管疾患が 58.8%、虚血性心疾患が 31.6%、腎不全が 13.4%を占めています。

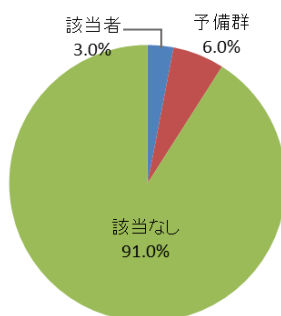
要介護状態にならないためには、脳血管疾患や虚血性心疾患、腎不全などの重症化を予防していくことが重要となります。（図3 ㉗）

これらの健診・医療・介護の状況をみると、白馬村の医療費を上げている主な要因は、虚血性心疾患であり、その基礎疾患には脂質異常症が影響していると思われます。また、加えて、介護の主な要因となっている脳血管疾患、医療費の高額な腎不全を重点とした生活習慣病の重症化予防が重要となってきます。

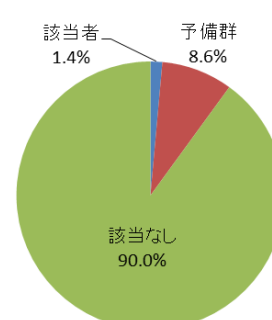
⑥ 小児生活習慣病予防健診（小学校 5 学年、中学校 2 学年）

小学 5 年生と中学 2 年生を対象に実施した小児生活習慣病健診では、メタボリックシンドローム該当者は、小学生で 3.0%、中学生で 1.4%に、「予備群に該当する者」は、小学生で 6.0%、中学生で 8.6%でした。有所見者割合では、小学生・中学生ともに、中性脂肪（小学生 14.7%・中学生 18.5%）、収縮期血圧（小学生 11.8%・中学生 31.4%）が大北管内の他市町村と比べて多い傾向が見られます。

メタボリックシンドローム(小学生)



メタボリックシンドローム(中学生)



（平成 27 年度小児生活習慣病予防健診結果参考）

○有所見者の割合（小学生）

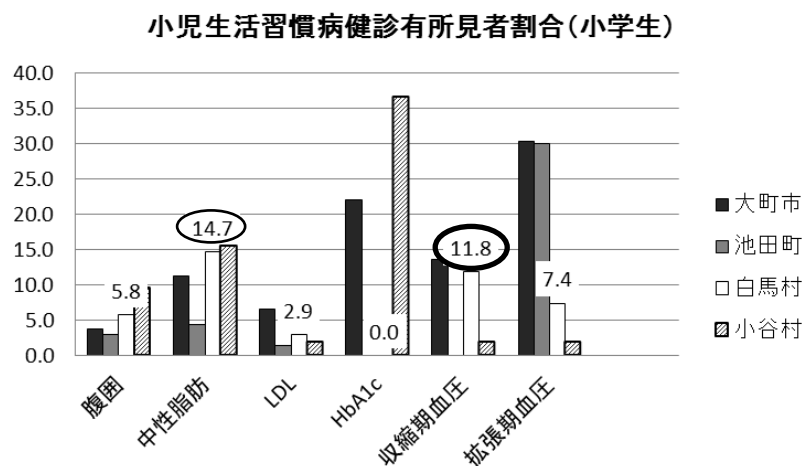


表 1

小学生	受診者数(人)	腹囲	中性脂肪	LDL	HbA1c	収縮期血圧	拡張期血圧
		75cm以上	120mg/dl以上	140mg/dl以上	5.6%以上	125mmHg以上	70mmHg 以上
大町市	214	3.8%	11.2%	6.5%	22.0%	13.6%	30.3%
池田町	70	2.9%	4.3%	1.4%	0.0%	0.0%	30.0%
白馬村	68	5.8%	14.7%	2.9%	0.0%	11.8%	73.4%
小谷村	52	9.6%	15.4%	1.9%	36.5%	19.0%	19.0%

○有所見者の割合（中学生）

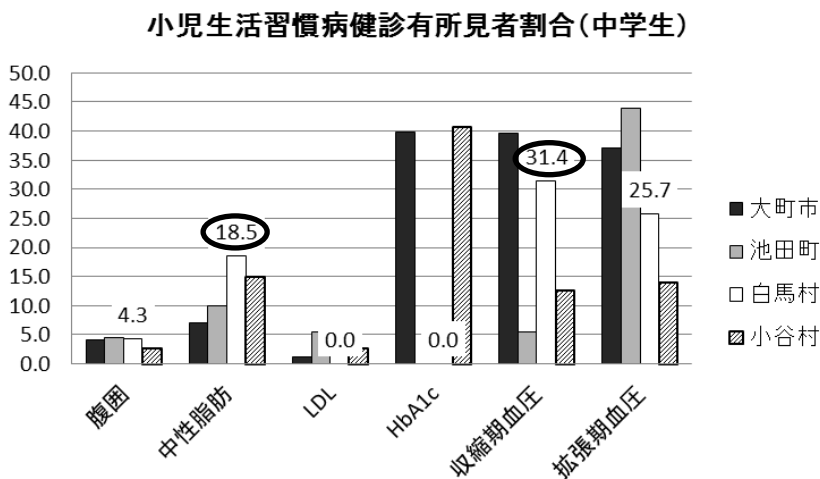


表 2

中学生	受診者数(人)	腹囲	中性脂肪	LDL	HbA1c	収縮期血圧	拡張期血圧
		75cm以上	120mg/dl以上	140mg/dl以上	5.6%以上	125mmHg以上	70mmHg 以上
大町市	243	4.1%	7.0%	1.2%	39.9%	39.6%	37.1%
池田町	91	4.4%	9.9%	5.5%	0.0%	5.5%	44.0%
白馬村	70	4.3%	18.5%	0.0%	0.0%	31.4%	25.7%
小谷村	71	2.7%	15.1%	2.8%	40.8%	12.7%	14.1%

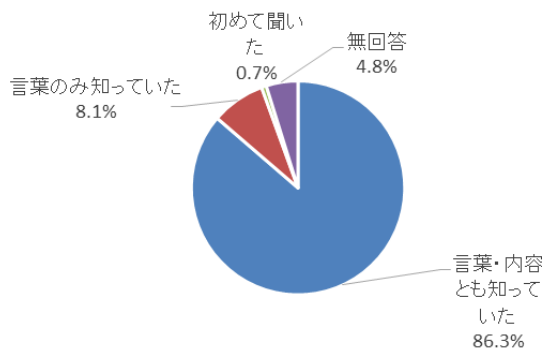
（平成 27 年度小児生活習慣病予防健診結果参考）

※以下掲載グラフは「白馬村食に関するアンケート」結果参考を参考とします。(出典記載のものを除く)

⑦ 健康に関する意識

○メタボリックシンドロームについて

メタボリックシンドロームの認知度 【成人】



内臓脂肪の蓄積とともに、生活習慣病や動脈硬化の発症・進行を早めるとされるメタボリックシンドロームについては、「言葉・内容ともに知っていた」方は、86.3%でした。

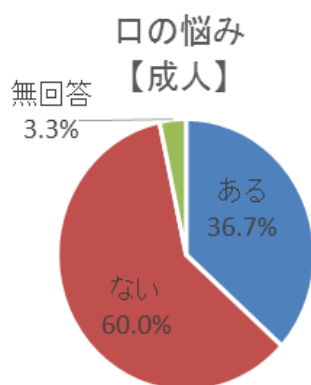
今後は、言葉・内容についての理解だけでなく、生活習慣病・メタボリックシンドローム予防を図るため、食を中心とした健康づくりが求められます。

○口腔について

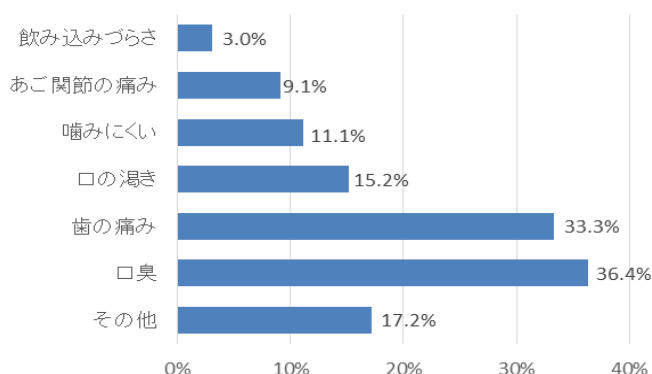
歯や口の悩みについては、「ない」が60.0%と県平均58.3%に比べて低く、各年代の3~4割があると回答しました。症状は、「口臭（口臭がある）」が36.4%、「歯の痛み」が33.3%と高く、いくつかの症状を重複して回答する方も多くみられました。

また、その他の回答で多かったのは歯槽膿漏（しそうのうろう）、虫歯でした。

自歯や口腔機能の保持は、食事の満足度や十分な栄養補給、健康保持につながることから、日常的な口腔ケアとともに、定期的な歯科受診等、歯の健康を保つことが重要となります。



口の悩み(内訳) 【成人】



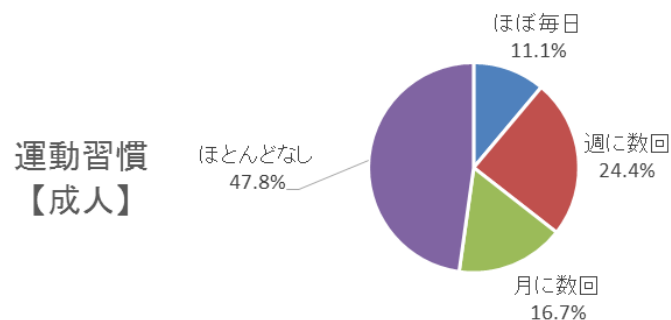
(2) 食生活に関する概況

① 生活習慣の状況

○運動習慣

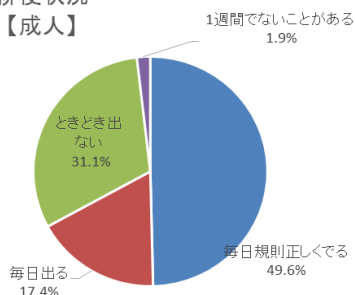
成人では、1回30分以上の運動を行う頻度は、「ほぼ毎日」、又は「週に数回程度行う」と回答した方を合わせると35.5%と第1期計画策定時から改善傾向にあります。また、「ほとんどしない」という回答が47.8%と約半数を占めています。

平成26年度の県平均では、週2回以上の運動習慣がある人の割合が成人男性31.2%、成人女性25.1%で年々低下傾向となっており、適度な食事と規則正しい食習慣とともに、継続的に適度な運動を習慣付け、適正体重を維持していく必要があります。



○排便状況

排便状況【成人】



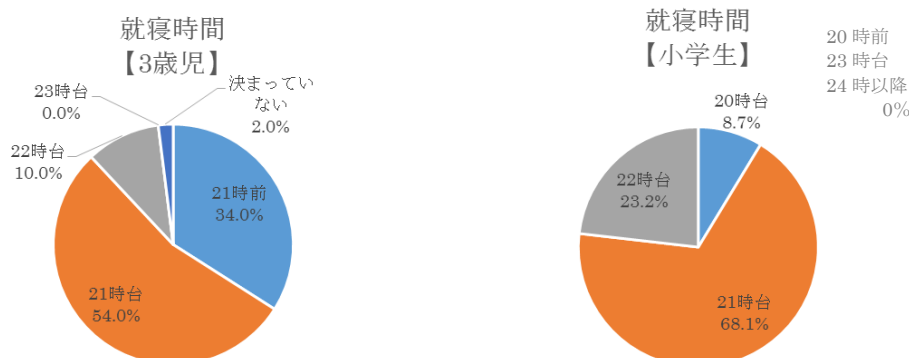
排便については、毎日出るという回答が67%に対し、毎日はいらないとの回答も33%でした。また、そのうち「1週間出ないことがある」との回答も1.9%見られます。

便は体内状況、生活や食事のパターン、ストレス状態など、その人の生活を語っていると言えます。

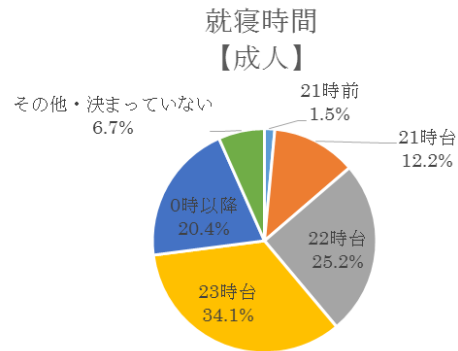
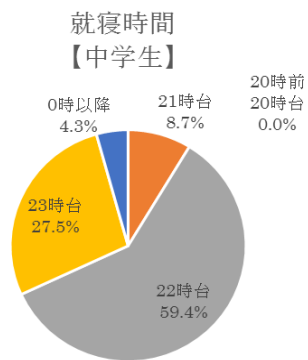
健康指標の意識を持つことが重要です。

○就寝時間

就寝時間は、3歳児・小学生で「21時台」が最も多く見られますが、中学生になると22時以降の割合が多くなっています。22時以降に就寝するお子さんは3歳児で10.0%、小学生になると23.2%と増え、中学生ではさらに91.2%となっています。

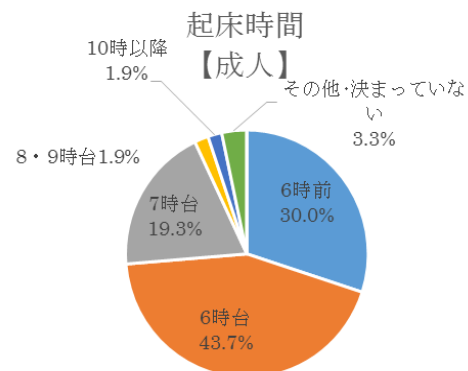
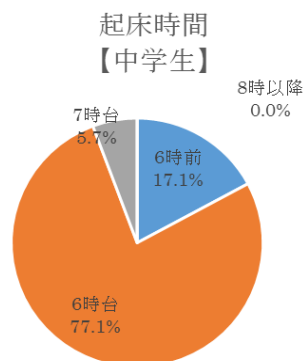
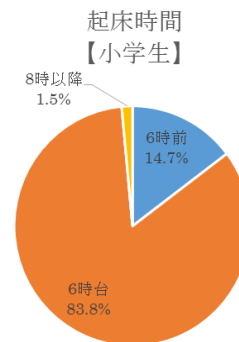
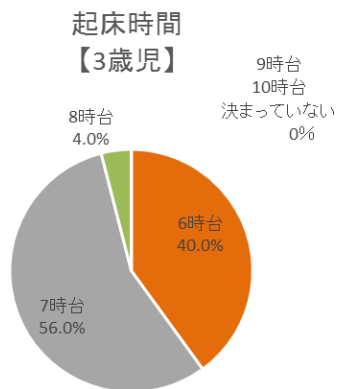


「0 時以降」の就寝も中学生で 4.3%、成人では 20.4%の回答がみられ、年齢が上がるにつれ、生活リズムの夜型化がうかがえます。



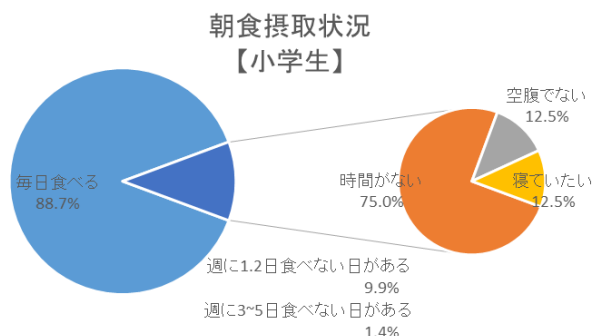
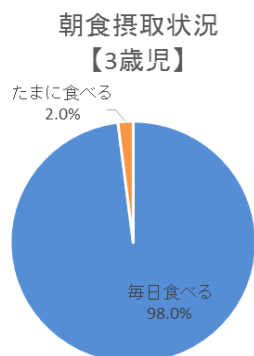
○起床時間

起床時間については、小・中学生の 9 割以上、成人では約 7 割が 6 時台まで（7 時まで）に起床すると回答していますが、3 歳児では、それよりやや遅めの 8 時までには起床しています。



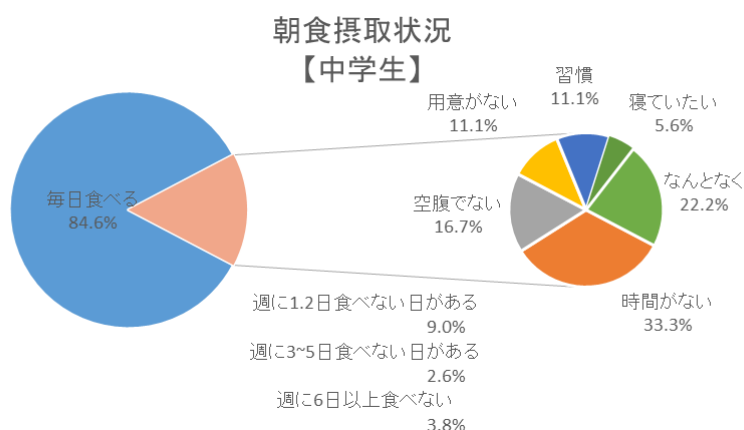
② 朝食の状況

朝食を「毎日食べる」と回答したのは、3歳児で98.0%、小学生で88.7%、中学生で84.6%とから第1期計画調査時から、改善は見られるものの、成人では80.0%となり、悪化が目立つ結果となりました。



(平成28年長野県生徒児童食に関する実態調査結果参考)

3歳児、小学生に関しては家庭環境による影響が大きいため、家庭全体で習慣を見直すことが重要となります。

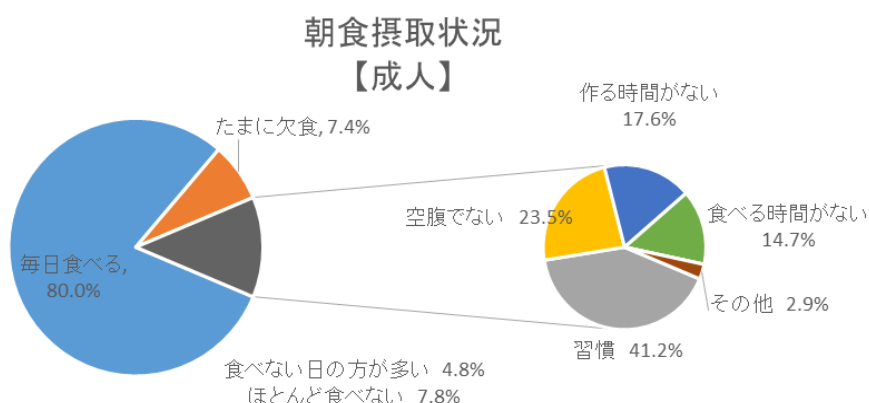


(平成28年長野県生徒児童食に関する実態調査結果参考)

中学生では、小学生の欠食理由に比べ、「習慣」「用意がない」「なんとなく」という回答が見られました。

この時期から自立心が発達し、今後の生活習慣の形成に影響が大きいことから、規則正しい生活習慣の為に、周りからの積極的なアプローチが重要となります。

中学生、成人と年齢が上がるにつれて、朝食を「毎日食べる」割合は減少し、成人の7.8%の方が、朝食を「ほとんど食べない」、4.8%の方が「食べない日の方が多い」と回答しています。

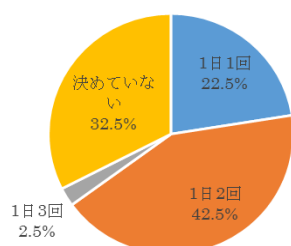


成人の朝食の欠食理由は、「習慣」が最も多く、次いで「空腹でない」、「作る時間がない」という回答でした。生活リズムが定着する成人にかけて朝の空腹感や時間がないため朝食が欠食となり、成人になってからそれが習慣化するという可能性も考えられます。

③ 間食の状況

○幼児期

間食の時間を決めていますか
【3歳児】



3歳児の間食の時間を決めている親は、67.5%であり、「1日2回」という回答が半数以上となっています。

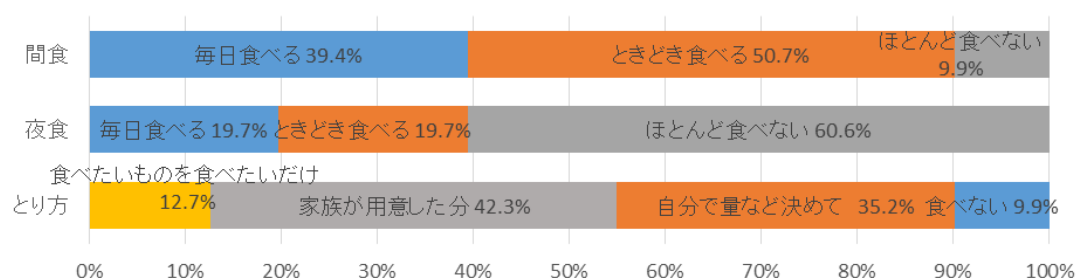
一方で、時間を決めていない親も 32.5%みられ、お子さんの欲しがる時間やタイミングに合わせ、日によってまちまちである家庭も多く見られます。

このように1日2～3回と、間食回数が多いことや、菓子やジュースなど甘いものを、間食として過剰に与えている家庭も多く見られます。

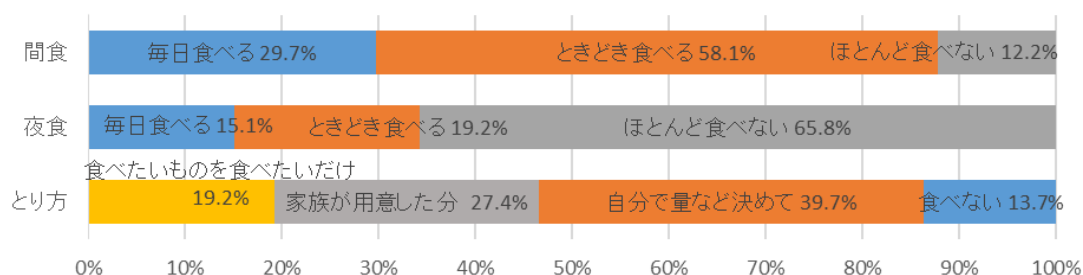
糖分やエネルギー量の過剰摂取が懸念され、幼少期では時間と量、内容を考えて補食としての適切な間食を習慣付けることが望まれます。

○学童期～青年期

間食・夜食状況 【小学生】



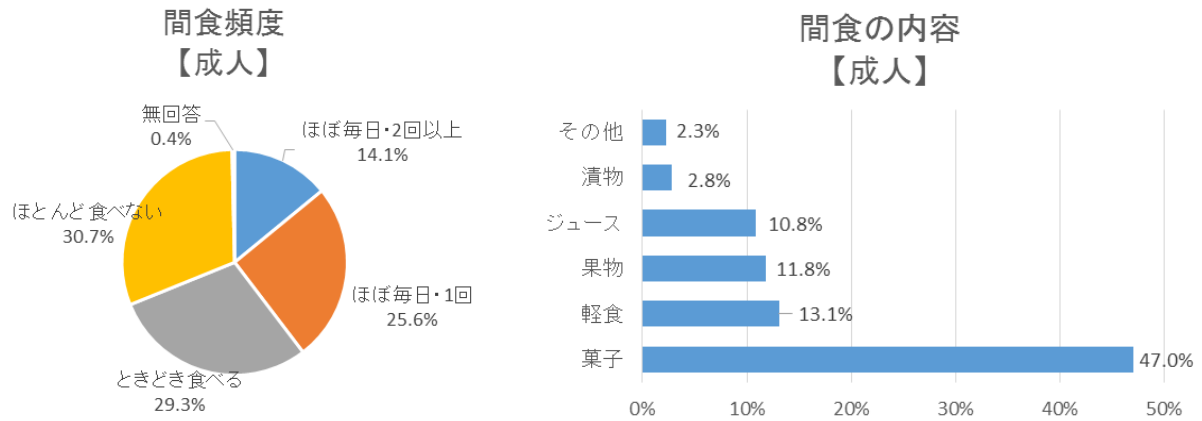
間食・夜食状況 【中学生】



(平成28年長野県生徒児童食に関する実態調査結果参考)

小中学生では、間食を「毎日食べる」は、小学生で39.4%、中学生で29.7%となりました。体の成長に従い、間食や夜食は嗜好品としての意味が大きくなってきます。特に小学校高学年から、次第に自分で選び選択する力が発達していくので、自身の活動量にあった量、内容など食事のことも含めて理解していくことが重要です。

○成人



成人においては、間食や夜食をほぼ毎日1回・2回以上食べると回答した方は合わせて39.7%、その内容は、菓子が最も多く約半数を占めました。

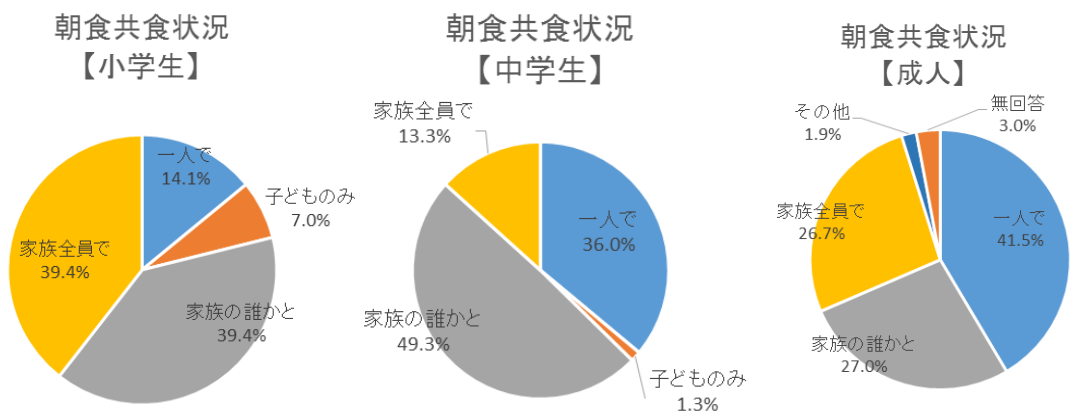
3歳児の補食としての間食とは違い、嗜好品としての間食のあり方を見直し、量、内容等自分にとって適切なものを考え、選択していく必要があります。

④ 共食の状況

○朝食の共食

朝食を家族そろって、又は家族の誰かと食べる（「子どものみ」を含む）と回答した方は、小学生で85.8%、中学生で63.9%、成人で53.7%でした。

中学生においては、小学生の結果と比べ、共食の割合は減っていることがうかがえます。

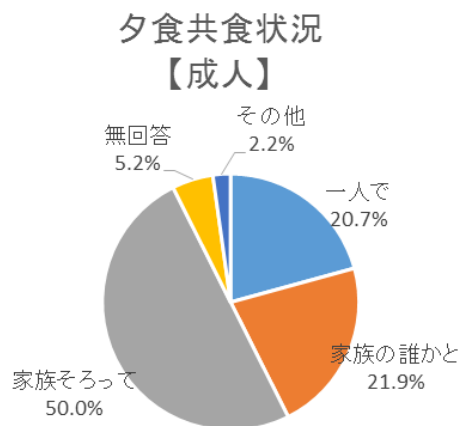


(平成28年長野県生徒児童食に関する実態調査結果参考)

また、成人における朝食共食状況では、単身の割合も多いため、朝食を誰かと食べる頻度は低下する傾向にあります。

しかし、単身住まいで、朝食を誰かと食べている方が18.7%である一方、それ以外の単身世帯でない家庭でも、約2～4割の方が、朝食について「一人で食べる」と回答しています。共食はもちろん朝食の欠食率とも合わせて課題となります。

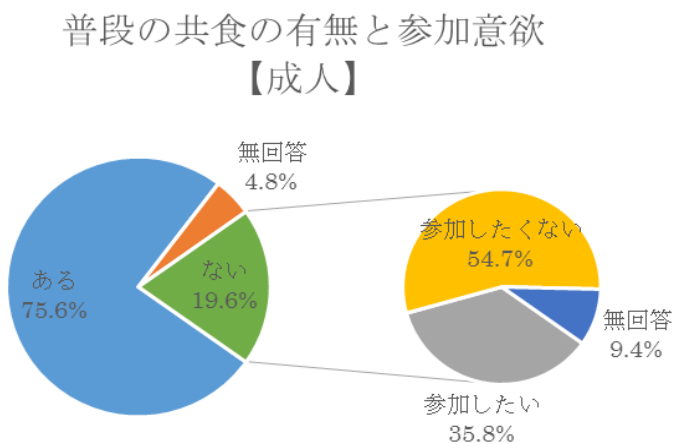
○夕食の共食



成人における夕食共食状況では、夕食を家族そろって食べる方の割合は 50.0%、「家族の誰かと食べる」との回答と合わせると 71.9%と前回調査時から減少傾向にあり、朝食に比べて、夕食では、共食の割合が高い傾向にあります。

夕食では、単身住まいの方の中でも、20.8%の方は誰かと夕食を共にして、単身者を除く夕食共食状況は、どの世帯も約 9 割か、それ以上と高く、夕食の共食が家族団らんの場として食育を進めていくよい機会となることが分かります。

○地域での共食



また、普段からの共食機会をみると、「ある」は、75.6%。「ない」は、19.6%で、「ある」と回答した方の中でも、「家族」との共食機会があるとの回答は、66.7%、「友人」との共食機会があるとの回答は、69.6%だったのに対し、「地域」での共食の機会がある方は、11.8%と低値でした。

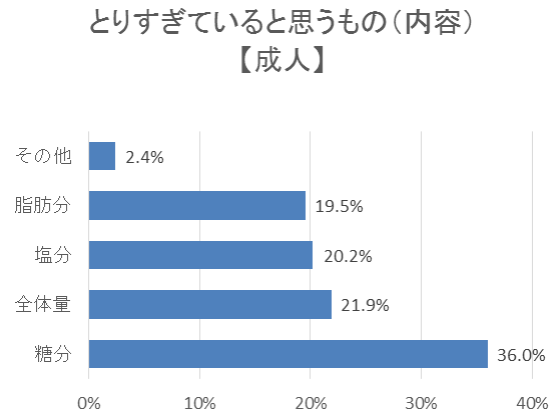
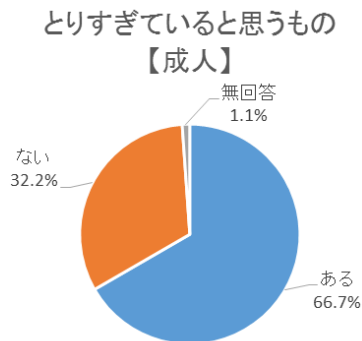
さらに、共食の機会が「ない」と回答した方に機会があれば参加したいか質問したところ、「参加したくない」が 54.7%と過半数となり、機会があれば「参加したい」と回答したのは 50、60 代が多数でした。

⑤ 食生活に関する意識

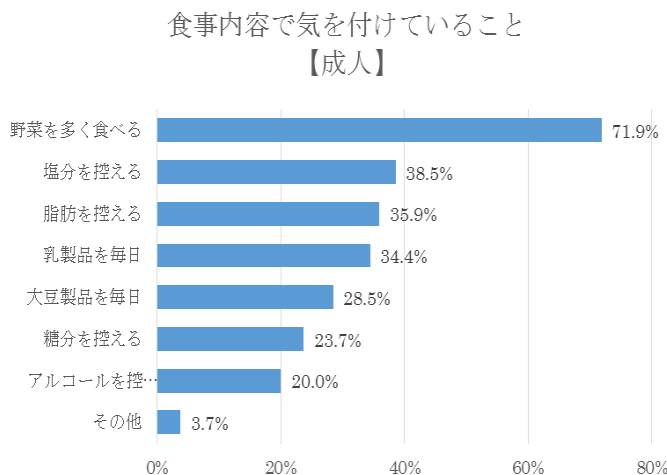
○摂取状況

食生活でとりすぎだと感じるものについて、「ある」との回答は 66.7%で、過半数以上の方が生活の中で何らかを摂取しすぎていると感じていることがわかりました。

また、その内訳をみると「ある」と回答した方の内、36.0%の方が糖分のとりすぎを感じており、群を抜く結果となりました。



○食事内容について



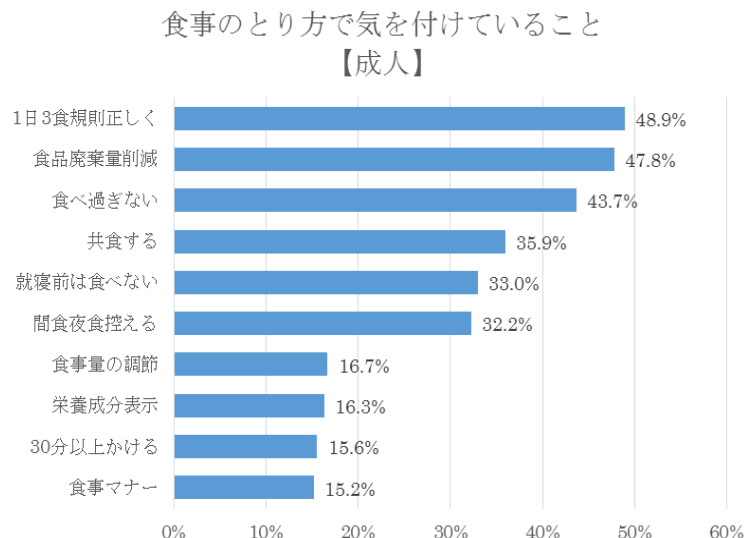
食事内容で気を付けていることについて、「野菜を多く食べる」という回答が、全回答者の内 71.9%と最も多く、次いで「塩分を控える」という項目について 38.5%の方が回答しています。

日頃不足しがちな野菜を積極的にとることとは、栄養バランスについて考えることができるとともに、地産地消の推進を図る上で重要項目の一つであると言えます。

○食事のとり方について

食事のとり方で気を付けていることについて、「1日3食規則正しく食べる」という回答が、全回答者中 48.9%と最も多く、次いで「食品廃棄量削減」という項目について 47.8%、「食べ過ぎない」という項目で 43.7%となりました。

食事のとり方については、食生活のあり方を考える際の重要な指標となります。



(3) 地産地消に関する概況

① 村内保育園・学校給食への地場産品供給状況（農産品）

（単位 kg）

番号	品名	提供月	年間供給総量	番号	品名	供給月	年間供給総量
1	みそ	4- 3	110	28	ナス	7- 9	73.3
2	小豆	3・12	3.4	29	菜花	5	4.2
3	大豆	通年	31.9	30	にがうり	9	8
4	浸し豆	通年	34.1	31	にら	6- 9	6.7
5	いんげん	8	1	32	にんじん	8- 1	320.2
6	アスパラ	5- 7	46	33	にんにく	7- 11	7.9
7	うどん	6	6.3	34	ねぎ	7- 1	151.04
8	おかひじき	7	1	35	根曲りたけ	5- 6	17
9	おくら	8	2.8	36	はくさい	11- 1	291.9
10	かぶ	11- 12	10	37	パセリ	5- 12	2.05
11	かぼちゃ	7- 12	198.6	38	ピーマン	7- 10	19.3
12	キャベツ	7- 1	1095.6	39	ふき	5- 6	29.1
13	きゅうり	7- 10	165.3	40	ブロッコリー	9	3.5
14	切り干し大根	11- 5	15.9	41	ほうれんそう	6- 12	28.3
15	錦糸うり	9- 10	23	42	水菜	6	2
16	こごみ	5	10	43	ミニトマト	9	19.3
17	小松菜	6- 7・10- 12	19.5	44	みょうが	8	2.7
18	さつまいも	10- 11	45.2	45	もろこし	8	102
19	凍み大根	2・5	8.5	46	モロッコインゲン	8- 9	19
20	じゃがいも	7- 12	662.5	47	モロヘイヤ	7- 8	2.2
21	春菊	12	1	48	ヤーコン	10	19.6
22	ズッキーニ	7- 8	68	49	ゆうがお	7- 8	30
23	だいこん	11- 1	508.8	50	レタス	6- 7	6
24	たまねぎ	7- 12	655.2	51	バターナッツ	10	6
25	青梗菜	10	5	52	ブルーベリー	5- 8	29.7
26	とうがん	8	30.6	53	野沢菜漬	1- 2	19.5
27	トマト	8- 9	31	54	白馬お宝漬け	4	3

※ その他 米地場産

使用総品目	使用総重量	給食使用総重量における割合
54 品目	5013.69kg	43.6%

※ 米、畜産物、調味料（味噌以外）等を除く

給食使用食品の内、使用量の多いもの（玉ねぎ、白菜、大根等）は、比較的地場産の傾向にあります。

② 白馬村の農家戸数の状況と地場産推進会

本村の農業就業人口は減少傾向にあり、年々高齢化も進んでおり、平成 27 年の総農家数は 532 戸となっています。増減を平成 22 年と比較してみると 30%減少しています。

一方、地産地消の中核組織として、学校給食・直売所への農産物を供給している白馬地場産推進会の会員や活動は、ほぼ横ばいとなっています。

○総農家数の推移（単位：戸）

	平成 17 年	平成 22 年	平成 27 年	増減（27-22）	増減（27/22）
白馬村	654	694	532	△162	△30%

（農林業センサス参考）

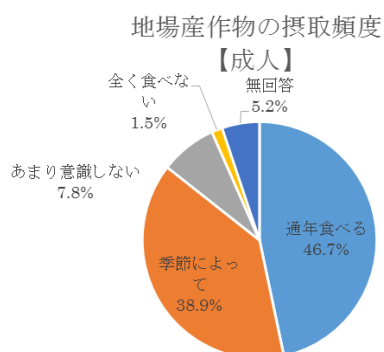
○地場産推進会員数と道の駅直売所における会員売上げの推移（単位：人・千円）

	平成 24 年	平成 25 年	平成 26 年	平成 27 年	増減（27/24）
会員数	65	65	55	60	92%
売上額	12,068	10,339	12,074	11,931	98.9%

（地場産推進会総会資料参考）

③ 地産地消に関する意識

○地産地消の頻度



地産地消の頻度については、「全年食べる」と回答した方が 46.7%となり、第 1 期計画（59.6%）から低下しています。

年代別にみると、「全年食べる」との回答は、20 代で 29.5% となり、他年代が約 5 割程度あるのに対し、低い結果となりました。

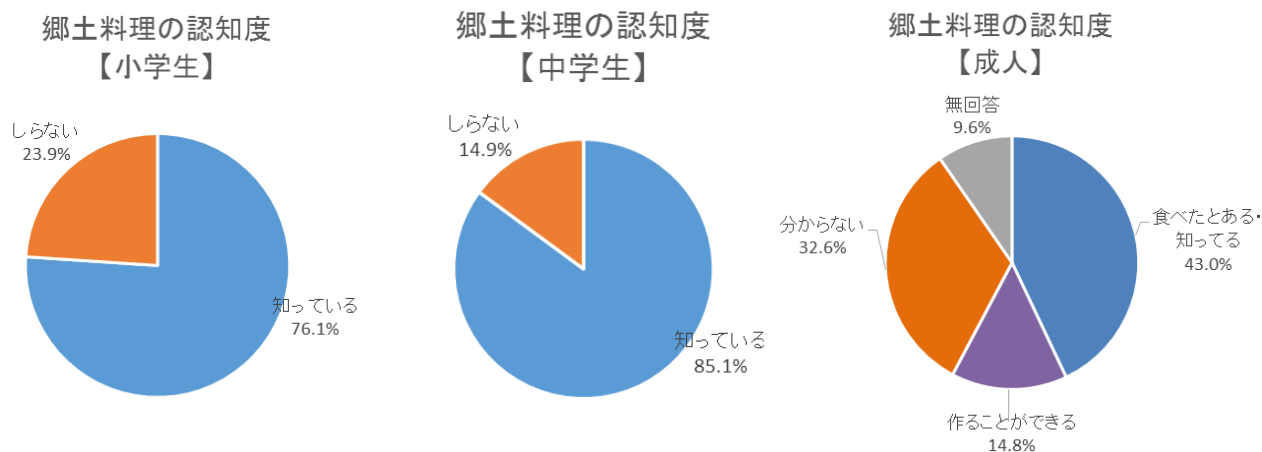
「全年食べる」、「季節によって食べる」方の合計は、85.6% で、ほとんどの方は、地産地消に対しての意識は高いものの、内訳として以前よりも積極性は薄れてきている印象を受けます。

○郷土料理について

郷土料理について、「知っている」が、小学生では 76.1%、中学生では 85.1%となり、普段の生活の中で、子供たちが、郷土食を知る機会が多いことがうかがえます。

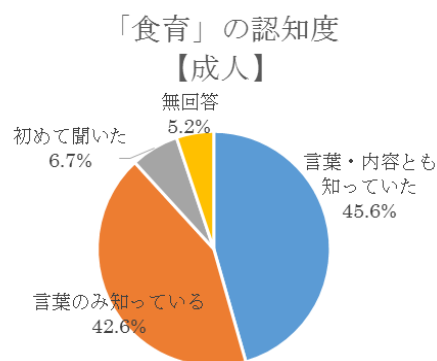
一方成人では、「食べたことがある」、「知っている料理がある」、又は「作ることのできる料理がある」と回答した方を合わせると 57.8%で、前回調査時 74.5%から大きく低下が見られ、見逃すことのできない結果となりました。

地産地消とともに、地域に根付いた食育を進める上で、成人（特に若い世代）が中心となり、郷土料理に関心をもち、食文化を継承していく必要があります。



（平成 28 年長野県生徒児童食に関する実態調査結果参考）

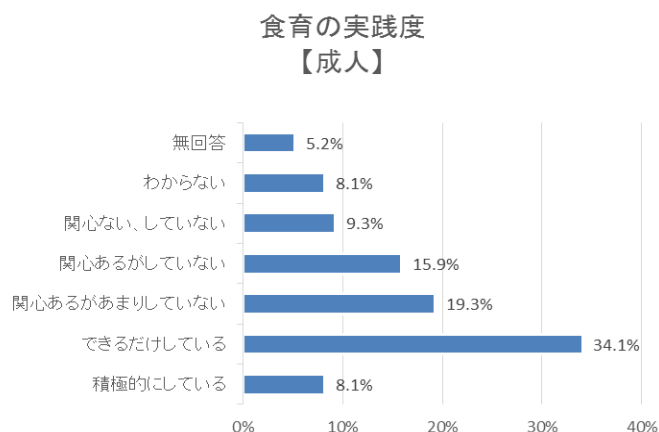
（４）食に関する意識の概況



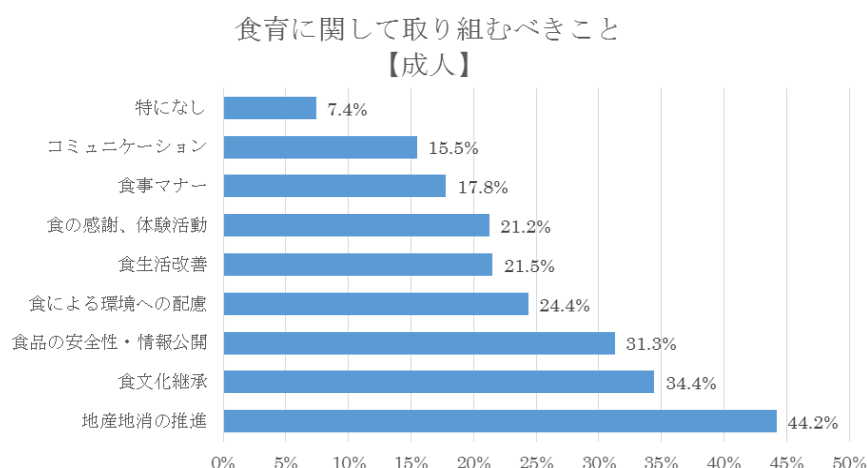
食育について、「言葉・内容とも知っている」と回答した方の割合は、45.6%であり、「言葉のみ知っている」という回答は、42.6%で、前回調査時から大きな変化は見られませんでした。

全村的に食育を推進していくに当たり、言葉だけでなく内容についても広く理解できるような普及・広報活動等が求められます。

また、食育の実施については「できるだけしている」、「積極的にしている」との回答は合わせて42.2%で、関心度でみると、関心有が77.4%、関心無が9.3%となり、関心から実施へのサポート体制の強化が重要になります。



さらに、食育に関することで積極的に行うべきだと思うこと・関心のあることについての回答では、「地産地消の推進」が44.2%と最も多く、次いで「食文化継承」が34.4%で、地産地消や食文化についての実施度は、低下傾向にあるものの関心の高さがうかがえます。



2 第1期計画の評価

(1) 第1期食育推進計画結果評価

第1期評価指標		第1期計画 目標値	第1期計画時 数値 (H23)	現状値 (H28) ※H27 年値	評価 A:達成 B:改善傾向 C:維持 D:悪化傾向
健康	肥満傾向児（肥満度 20%以上） ・肥満者（BMI25.0 以上）の割合	中学男 8.0%	中学男 10.5%	中学男 8.3%※	B
		目標なし	中学女 6.8%	中学女 6.9%※	D(C)
		成人男 20.0%	成人男 22.2%	成人男 22.2%※	C
		成人女 維持	成人女 15.8%	成人女 13.3%※	A
	糖尿病が強く疑われる人 （HbA1c6.5%以上 又は服薬等治療中）の割合	目標なし	成人男 9.9%	男性 8.4%※ H25 県 11.8%	B
		目標なし	成人女 6.4%	女性 5.6%※ H25 県 3.7%	B
	『メタボリックシンドローム』 について、言葉・内容ともに 知っている人の割合	成人 90.0%	成人 86.9%	成人 86.3%	D
	児童・生徒における 未処理う歯保有者の割合	小学生 維持	小学生 12.7%	小学生 11.2%※	A
		中学生 維持	中学生 10.9%	中学生 11%※	D(C)
	歯や口の悩みがない人の割合	成人 55.0%	成人 52.1%	成人 60.0%	A
生活習慣・食習慣	1回 30 分以上の運動を週に 数回以上する人の割合	成人 35.0%	成人 29.1%	成人 35.5% H25 県 男性 33.8% 女性 27.2%	A
	毎日朝食を食べる人の割合	3 歳児 100%	3 歳児 96.1%	3 歳児 98.0%	B
		小学生 100%	小学生 92.6%	小学生 88.7%	D
		中学生 100%	中学生 82.1%	中学生 84.6%	B
		成人 95.0%	成人 86.9%	成人 80.0% H25 県 82.6%	D
	間食の時間を決めている 親の割合	3 歳児 90.0%	3 歳児 72.4%	3 歳児 67.5%	D
	間食を毎日食べている人の割合	成人 40.0%	成人 46.9%	成人 39.7%	A
意識	夕食を家族そろって、 又は家族の 誰かと食べる人の割合	維持	成人 82.1%	成人 71.9%	D
	食生活の中で「栄養バランス」に ついて気をつけている人の割合	成人 50.0%	成人 38.9%	成人 52.2%	A
	『食育』について、言葉・内容 ともに知っている人の割合	成人 90.0%	成人 45.1%	成人 45.6%	B

(2) 地産地消推進計画結果評価

第1期評価指標		第1期計画 目標値	一期計画時 数値 (H25)	現状値 (H28)	評価 A:達成 B:改善傾向 C:維持 D:悪化傾向
意識	「地産地消」について、 言葉・内容ともに知っている 人の割合	100%	-	98%	B
	年間通して、身近な地域の食材を 取り入れようとしている人の割合	成人 70.0%	成人 59.6%	成人 46.7%	D
	食べたことがある、 又は知っている 郷土料理がある人の割合	成人 90.0%	成人 74.5%	成人 57.8% H25 県 78.9%	D
環境	保育園・学校における 給食地場産年間供給量・品目	増加	2410.5kg 28 品目	5013.69kg 54 品目	A
	担い手（認定農業者）育成 ・個別経営体 ・組織経営体	個別 16 組織 4	個別 15 (H25) 組織 3 (〃)	個別 20 組織 4	A
	信州の環境にやさしい農産物 認証面積	15ha	11.81ha (H25)	26ha	A
	白馬産ブランド品制度	創設	-	-	B
	長野県原産地呼称管理制度認定米	4 品種	2 品種 (H25)	2 品種	C
	6 次産業化・地産地消法に基づく 総合化事業計画の認定数	3 組織	1 組織 (H25)	1 組織	C
	エコファーマー認定者数	10 名	8 名	8 名	C
	地場産農産（加工）品の 地元商談機会	3 回	1 回	1 回	C
	地場産農産物直売場の数	増加	6	6	C

3 白馬村の課題

ライフステージに応じた生活習慣病予防

第1期計画では、白馬村の課題の中でも血糖値に重点をおき、結果としては、「糖尿病が強く疑われる人の割合」の減少、「成人の間食率」の減少、「外食等の頻度」の減少、「運動習慣」の増加等、血糖の上昇因子に関して改善傾向にありました。

しかし、近年の食環境の変化による血糖をはじめとする生活習慣病の危険因子増加は、依然として白馬村の大きな課題となっています。

また、医療費の観点からみると、国保加入者の高齢化による医療費の増加が懸念されることから、医療費の多くを占める虚血性心疾患を減らしていくことが重要であり、それらの疾病の治療者のうち、多数が脂質異常症を因子として持つことも課題のひとつとしてあげられます。

医療費の増加を抑えるために、前段階として血管変化における共通リスクを減少させることが重要であり、それらは、加齢や遺伝的体質のほか、食生活や運動など、日々の生活習慣のあり方が多く影響します。

本村の食生活の特徴やライフステージに応じた、かつ長期的な取り組みが重要となります。

健康的な食習慣の形成

幼児から小学生、中学生、成人と年齢が上がるにつれて、生活リズムの夜型化がみられるとともに、成人の朝食欠食者は、増加傾向にあります。また、朝食の欠食が習慣化している方が多く見られます。

食事の内容についても、今回実施したアンケート結果では約4人に1人が、普段からバランスの良い食事をとれていないという結果になりました。

また、間食のとりかたについては、食べる時間に関しては改善の傾向が見られたものの、食べる内容は、菓子が最多となり、次いで、軽食・ジュース類との回答も多くあったことから、食事への影響や糖分・脂肪分等の過剰摂取が懸念されます。

栄養バランスのとれた規則正しい1日3回の食事をしっかりととり、間食は、食べる時間や量、内容を考えながら、一人ひとりの活動強度や成長に合わせた食べかたが必要となります。

生産者と消費者がつながる地産地消

食をめぐる環境の変化により昔から地域で伝えられてきた伝統料理や郷土料理などの食文化の伝承が危惧されています。

農村地域である本村でさえ、食べ物と生産現場のつながりを実感できる場が少なくなっていると言えます。消費者の地産地消への意識を高めると同時に、どのような地場農産物があるのか、どこで入手できるのか、などの関連情報の収集・紹介を行い、消費者と生産者が交流活動などを通して相互理解を深め、消費者ニーズにあわせた安定した供給体制を構築する必要があります。

また、地場農産物の、消費者への提供に意欲的な農家の確保や育成が求められています。

第3章 計画の基本的な考え方

1 基本理念

村民一人ひとりが、生涯にわたって心身を健康に保ち、豊かな感性をもって生き生きと生活できるよう、次の基本理念を定めて食育を推進します。

**健やかな心とからだを育み、
「食」でつながる白馬の「恵(めぐみ)」**

白馬村固有の風土や食文化など、食や人、そして自然からうける恩恵である「恵」を生かしながら、みんなで楽しく食べる（共食※）の中で、感謝と思いやりの心を育むと共に、あらゆる機会（つながり）を通じて、食と健康との関わりを学び、健康長寿につながる食生活の実践を推進します。

先人の知恵を大切に、郷土愛を育み、白馬の食文化を次世代に継承していきます。

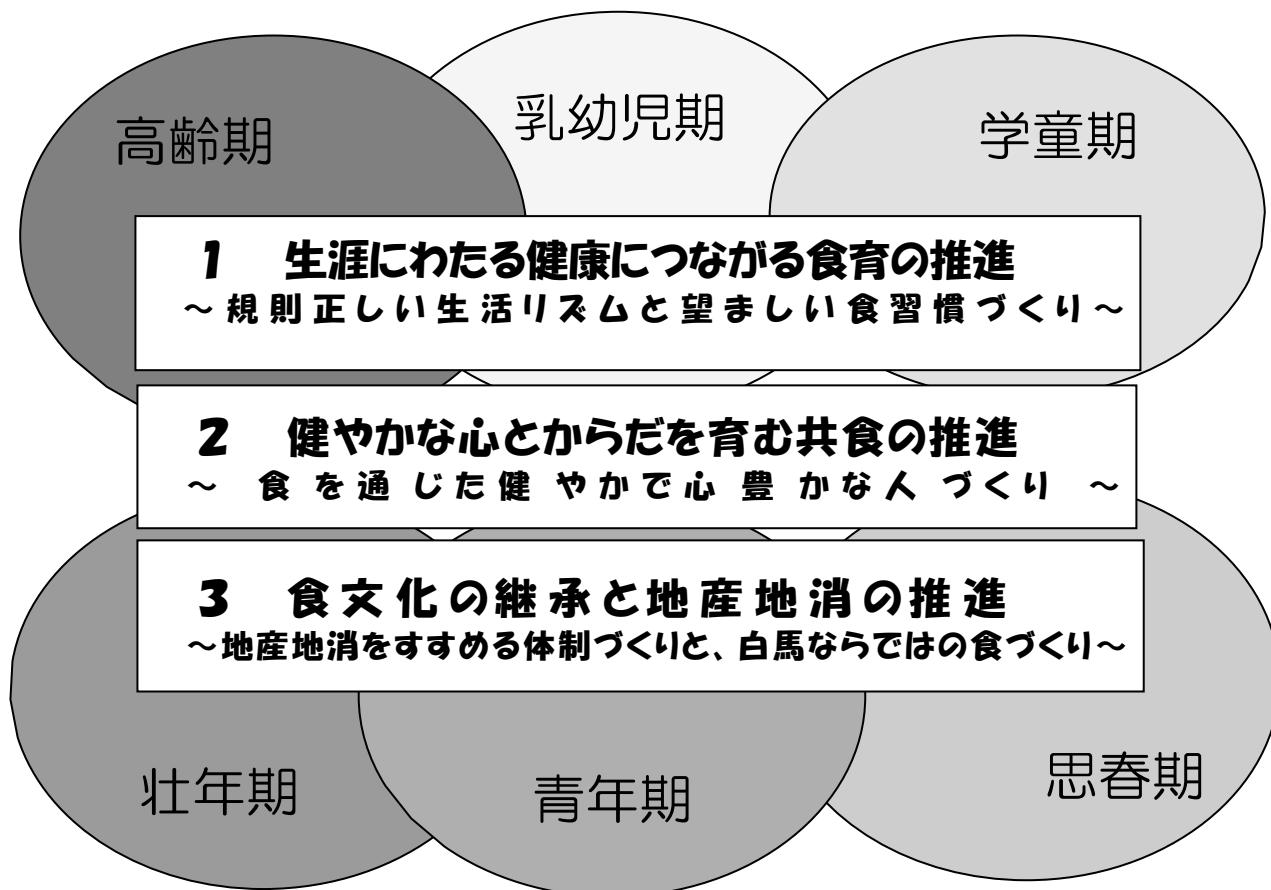
※ 共食（きょうしょく）とは

誰かと一緒に食事を取りながらコミュニケーションを図ること。

ここでは本来の意味であり、食育の原点ともいえる「食を通じた交流」に加えて、共食を通じ、食の楽しさを実感するだけでなく、食や生活に関する基礎を習得する機会や、食事を取らない欠食の防止はもちろん、栄養面での影響、うつなどの精神的健康への影響を期待する意味を含め、「個人」、「家庭」、「地域全体」の、世代を超えた「食を通じたつながり」という意を込め「共食」とします。

2 基本目標

推進の柱として、「生涯にわたる健康につながる食育の推進」、「健やかな心とからだを育む共食の推進」、「食文化の継承と地産地消の推進」の3つの基本目標をもとに、子供から大人まで、それぞれのライフステージに応じた食育の推進を図ります。



第 4 章 目標達成に向けた取組

1 目標値の設定

食育基本法並びに国の食育計画に定める基本理念及び基本的施策を踏まえた上で、基本目標値を次のように定め、食育の取組を村全体で推進していきます。

基本目標	評価指標	対象	現状	目標	備考
生涯にわたる健康につながる食育の推進	肥満傾向児(肥満度20%以上)・肥満者(BMI25.0以上)の割合	中学生	男子8.3% 女子6.9%	男子8.0% 女子6.0%	平成27年度定期健康診断結果
		成人	男性22.2% 女性13.3%	男性20.0% 女性維持	平成27年度白馬村特定健康診査結果
	糖尿病が強く疑われる人(HbA1c6.5%以上又は服薬等治療中)の割合	成人	男性8.4% 女性5.6%	男性8.0% 女性5.0%	平成27年度白馬村特定健康診査結果
	メタボリックシンドロームが強く疑われる・予備軍の人の割合	成人	該当8.3% 予備軍8.5%	該当8.0% 予備軍7.0%	平成27年度定期県健康診断結果
	児童・生徒における未処置歯保有者の割合	小学生	11.2%	維持	平成27年度学校歯科検診
		中学生	11.0%	維持	平成27年度学校歯科検診
	歯や口の悩みがない人の割合	成人	60.0%	増加	白馬村食に関するアンケート調査(以下、*)
	1回30分以上の軽く汗をかく運動を週に数回以上する人の割合	成人	35.5%	男性39.0% 女性35.0%	*
	毎日朝食を食べる人の割合	3歳児	98.0%	100%	3歳児健診おたずね票
		小学生	88.7%	100%	長野県 児童生徒食に関する実態調査(小5)
		中学生	84.6%	100%	長野県 児童生徒食に関する実態調査(中2)
		成人	80.0%	85.0%	*
	間食の時間を決めている親の割合	3歳児	67.5%	90.0%	3歳児健診おたずね票
	間食を毎日食べている人の割合	成人	39.7%	維持	*
	栄養バランスに配慮した食生活を実践する人の割合	成人	53.0%	60.0%	*

健やかな心とからだを 育む共食の推進	夕食を家族そろって、又は 家族の誰かと食べる人の割合	成人	71.9%	80.0% 県目標H29 80%	*
	地域で共食したいと思う人が 共食する割合	成人	今後調査	-	
	『食育』に関心がある人の割合	成人	77.4%	85.0%	*
食文化の継承と地産地消の推進	年間通して、身近な地域の食材を 取り入れようとしている人の割合	成人	46.7%	50.0%	*
	食べたことがある、又は 知っている郷土料理がある人の割合	成人	57.8%	60.0%	*
	保育園・学校における 給食地産年間供給量・品目数	しろうま保育園・ 南小学校・ 共同調理場	5013.69kg 54品目	増加	健康福祉課調べ
	担い手（認定農業者）育成 ・ 個別経営体 ・ 組織経営体	村内農業者	個別20 組織4	個別21 組織5	
	信州の環境にやさしい農産物認証面積		26ha	30ha	
	長野県原産地呼称管理制度認定米		2品	4品	
	エコファーマー認定者数		8名	10名	
	地産地消認定制度		-	創設	

* 白馬村食に関するアンケート調査結果による

2 目標に向けた取組

(1) 生涯にわたる健康につながる食育の推進

生涯にわたり、健康で生き生きと暮らしていくためには、規則正しい食生活を実践していく事が重要です。

そのためには、子供から大人まで、生涯にわたる心身の健康づくりには規則正しい生活リズムを中心とし、発育・成長や活動量にあわせたバランスのよい望ましい食習慣を身につけることが大切です。

給食を通した食事指導や食と健康を考える会による活動などを通して、子供から望ましい食習慣を定着させるとともに、生活スタイルや運動習慣にあわせた生活習慣病予防としての食を、家庭や地域全体で意識づけ、食を通じた正しい生活習慣、食生活の改善を推進します。

ライフステージ	目 標	施 策 ・ 取 組	実 施 機 関
乳 幼 児 期 (0歳～5歳)	早寝早起き朝ごはんから、規則正しい生活リズムの基盤を身につける。 主食、主菜、副菜がそろった食事で、よくかんで残さず食べる。 間食は補食ととらえ、子に合わせて食べる時間や内容を考える。 いろいろな食経験と感覚を養いながら、個々の成長にそった離乳食を進める。	- 口腔機能や発育にあわせた乳幼児健診、育児相談、7カ月もぐもぐの日(離乳食教室)における食事指導 - 食と健康を考える会等による保育園や幼稚園での食育指導 - 保育園及び幼稚園給食を通した食事指導 - 給食試食会での食に対する意識啓発等 - 食育ボランティアによる食育活動 - 広報やホームページ、各園やふれあいセンター等への掲示、給食だより、給食展示等	保育園 幼稚園 子育て支援ルーム 健康福祉課 教育委員会 食と健康を考える会 食育ボランティア
学 童 期 ～ 思 春 期 (6歳～18歳)	早寝早起き朝ごはんを中心とした、規則正しい生活習慣を定着させる。 自分自身の体の事、食べものの働きや役割を理解し、バランスを考え、自ら選択できる力を身につける。 日頃から体を動かす運動習慣をつくる。	「生きた教材」としての学校給食と、教育活動全体を通した食育の推進 - 定期健康診断、歯科検診からの効果的な保健指導 - 学校保健委員会での啓発活動 - 食と健康を考える会による成長期の食事指導 - 給食だより、保健だより、学校掲示物や給食展示等 - スポーツを行う児童生徒や、食をとりまく健康課題を抱えた児童生徒への個別対応の充実 - 全校体育時間の充実や登下校等日常的な活動量の増加、運動習慣づくり	小学校 中学校 学校給食施設 健康福祉課 教育委員会 学校保健委員会 食と健康を考える会 食育ボランティア
青 年 期	ライフスタイルに応じた、規則正しい生活リズムを実践する。 1日3食を基本として、偏りのなくバランスのよい食食を実践する。 妊娠・出産を通して、自身や家庭の日頃の食事を振り返り、家族全体で正しい食習慣を身につける。	- 広報等による青年期からの生活習慣病予防としての食事指導 - マタニティ教室における妊娠期、胎児期からの生活習慣病予防としての食事指導 - 健康に配慮したメニューの提供等、地域全体における健康意識の向上を図る啓発	高校 健康福祉課 食関連事業者 食育ボランティア

(一九歳～三九歳)	適正体重が維持できるよう、それぞれの活動量に見合った適切な食事量を心がける。		
	日常生活の中で積極的に体を動かす等、体力・生活機能の維持とともに、適正体重を心がける。		
壮年期 (四〇歳～六四歳)	個々の活動量に合わせた望ましい食事を心がける。	・特定健診等、自身の健康管理や健康診断への意識向上や受診勧奨 ・特定保健指導等での食事指導 ・各種運動関連事業を通じた適度な運動習慣 ・広報やホームページ、ふれあいセンター等への掲示等	健康福祉課 食育ボランティア
	1日3食を基本として、夜食・間食は時間や内容、量を考えて食べる。		
	適度な運動を習慣づけ、適正体重を維持する。		
高齢期 (六五歳以上)	1日3食のリズムと、活動量に見合った食事をする。	・疾病予防・生活機能低下予防としての食事指導 ・医療機関の受診や、早期からの適切な治療継続勧奨 ・口腔ケアや歯の健康と関連した食事指導	健康福祉課 食育ボランティア
	減塩の食事を心がけながら、血圧測定等により自らの健康に関心を持つ。		
	歯の健康を保ち、自歯でよく噛んで食べられるようにする。		

(2) 健やかな心とからだを育む共食の推進

食事は、体を作るための栄養としての役割だけでなく、家族そろった家族団らんやコミュニケーションの場としての食事（共食）から、心を豊かにする役割も果たしています。

また、皆でおいしく楽しく食べるためには、食の大切さや楽しさ等、食べることに感謝の意を持ち、正しい食事マナーなど「食」にまつわる基本を学ぶことも大切です。

ライフステージ	目 標	施策、取り組み	実施機関
乳幼児期	家族そろった食事を通して、食への興味、食事の楽しさを感じる。	・家族そろっての食事頻度の増加、および啓発活動 ・乳幼児健診、育児相談等における食事指導	保育園 幼稚園 子育て支援ルーム 健康福祉課 教育委員会 食と健康を考える会 食育ボランティア
	いただきます、ごちそうさまのあいさつや、食事のマナーを身につける。	・食と健康を考える会等による保育園や幼稚園での食育指導 ・保育園や幼稚園での給食、給食試食会	

学童期～思春期	家族そろった食事や給食を通して、楽しくおいしい食卓を囲む。	・家族そろっての食事頻度の増加、および啓発活動 ・学校給食、給食試食会 ・食に携わる関係者とのふれあい等	小学校 中学校 教育委員会 学校給食施設 学校保健委員会 食と健康を考える会 食育ボランティア
	正しい食事マナーや食べかたを定着させる。		
	食への感謝、もったいない意識を持ち、家庭での食事や給食は残さず食べる。		
	食べもの、生産や流通、調理従事者等食に感謝の気持ちを持つ。		
	学校、家庭での食事、地域での活動等を通じ食の楽しさ、興味、関心、を高める。		
青年期～壮年期	家族や友人・知人などと楽しい食卓を囲み、正しい食事マナーとともにコミュニケーションの場をつくる。	・家族そろっての食事頻度の増加、および啓発活動 ・環境に配慮した食事の啓発活動 ・広報やホームページ、掲示、料理講習会等での情報提供	健康福祉課 食育ボランティア
	食品廃棄が減るような調理の工夫や、食べ残しを減らす努力を行う。		
高齢期	高齢者世帯や一人暮らしの方へ、食の自立とともに楽しさを伝える。	・高齢者や一人暮らしの方向けの料理講習会、会食会等	健康福祉課 食育ボランティア

(3) 食文化の継承と地産地消の推進

豊かな自然や気候風土の中で生産された地域の食材を大切にして、生産者と消費者及び事業者が連携を深め、安全で安心な「白馬産」農畜産物の生産支援、地域内流通及び消費の拡大、伝統的な食文化の継承を図ります。

また、食の安全に対する意識が高まるなかで、安全・安心な「食」の確保のための体制の強化や、地場産農畜産物の販路の確保、開拓に努めるとともに、「農」と「食」を通じた生産者と消費者の交流を促進します。

ライフステージ	目 標	施策、取り組み	実施機関
乳幼児期	家庭や給食などで地元産食材を積極的に利用する。	・乳幼児健診、育児相談等での意識啓発 ・食と健康を考える会等による保育園や幼稚園での食育指導 ・保育園や幼稚園における給食や調理体験活動、給食試食会等における食育活動 ・食育ボランティアや調理師会等による郷土料理や地場産食材を使った料理の実習	保育園 幼稚園 子育て支援ルーム 健康福祉課 教育委員会 調理師会 農政課
	家庭での手伝いや野菜づくり、調理体験などを通して、食への興味を伸ばす。		
	郷土料理を知り、味わう等、食の文化に触れる機会を増やす。		

学童期 思春期	家庭や給食等で地場産食材を積極的に取り入れる。	・学校給食、給食試食会を通した食育指導 ・生産者とのふれあいや農業体験 ・地元産食材や郷土料理を扱った調理実習等 ・地産地消推進のために、学校給食用の農作物の利用拡大などについての懇談会の開催	小学校 中学校 教育委員会 地場産推進協議会 調理師会 食品関連事業者 農政課
	食の生産、調理にかかわり、食への意識や関心を高める。		
	食品の品質や栄養成分等の表示について、正しい知識で自ら食を選ぶ力を身につける。		
	地元の郷土料理に触れ、食を通して地域の文化を学ぶ。		
青年期 壮年期 高齢期	地場産食材が手に入りやすい体制づくりを整える。	・白馬の気候や風土にあった農産物や、学校、宿泊施設等、需要の高い農産物の生産推進 ・直売所や学校等への供給ルートの整備等 ・食育ボランティアによる地場産野菜を取り入れた料理講習会等 ・地元産食材を取り入れた料理や、郷土料理の紹介等についての広報、ホームページ掲載 ・料理講習会等における情報提供	地場産推進協議会 食品関連事業者 農政課
	旬の食材や地元産食材を使った、白馬ならではのメニューを普及する。		
	家庭や飲食店、宿泊施設等の料理で、地元産食材を積極的に取り入れる。		
	料理講習会などを郷土料理や食文化を知る機会に積極的に参加する。		
	食品表示を正しく理解し、選択できるようにする。		

3 5年間の推進テーマ

食を通じて健康な心身を育み維持するためには、村民一人ひとりの意識の向上だけでなく、村全体が目標に向かい連帯を強めることが重要です。

そこで、村が一体となって基本的目標を達成するために、年度ごとに共通する取組みとして、推進テーマを掲げました。

なお、推進テーマは基本目標の推進にあたり、村民に向けての活動の基となることから、理解しやすく取り組みやすい内容としました。

「食をつくろう」(33年度テーマ)

「野菜をたべよう」(32年度テーマ)

「みんなでたべよう」(31年度テーマ)

「朝ごはんをたべよう」(30年度テーマ)

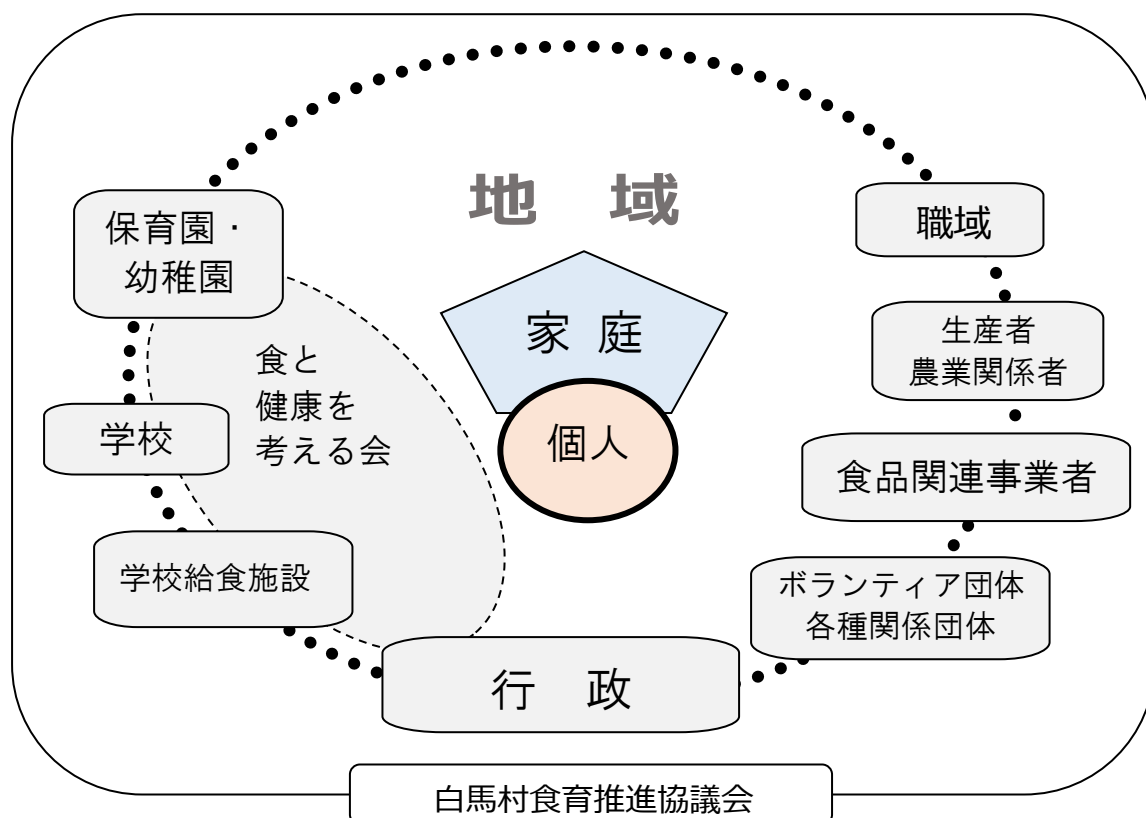
「白馬の食を知ろう」(29年度テーマ)

第5章 計画推進

1 計画の推進体制

白馬村の地域特性を活かしたこの計画を着実に推進するためには、家庭、学校、地域などで村民一人ひとりが自身の役割を認識し、継続的、計画的に食育活動に取り組むことが大切です。

このため、村では各団体等で行われる食育活動の把握に努め、より効果的な活動が行われるよう、年次ごとに重点的な取組を定める等計画的な推進に努めていきます。



家庭

家族そろった楽しい食事や健全な食生活を基本として、子供から大人まで家族全体の健康に対する意識向上を図る。

幼稚園・保育園

保育や教育活動全体を通して、発達・成長段階にあわせた継続的かつ計画的な食育の推進を図る。
家庭や地域を巻き込んだ食育活動を充実させる。

教育委員会（学校・学校給食施設）

学校の教育活動全体を通じて適切に行う。

体育科や家庭科、特別活動など、教科を横断的にして食について学ぶとともに、それぞれの特質に応じて、地域・家庭との連帯を図りながら生涯を通じて健康な生活を送るための基礎となる食育を推進していく。

生産者・農業関係者（農業委員会・農協等）

安心・安全な農産物の提供とともに、需要にあわせた供給拡大により地産地消の推進を図る。

農業栽培への技術指導や、消費者との積極的な交流等を通じた食育活動・農業体験を充実させる。

食品関連事業者（宿泊施設・飲食店・販売業者・スーパー等）

地場産食材を積極的に利用した地産地消の推進や、健康に配慮したメニューの提供による地域全体における食を通じた健康意識の向上を図る。食品廃棄物の減量に取り組む。

ボランティア団体（食育ボランティア等）

・各種関係団体（栄養士会・調理師会・保健指導員会等）

関連機関と連携し、地域から家庭、個人への食に関する知識や技術の普及による食育活動を充実させる。

郷土料理や食文化の継承とともに、生活習慣病予防のための食事支援を行う。

食と健康を考える会

村内小中学校、保育園、幼稚園、行政の栄養士・保健師等を構成メンバーとして、子供からの望ましい食習慣の形成や、食を通じた全村的な健康教育を行う。

行政

関係機関・団体との連携、調整を図りながら、地域全体として継続的かつ計画的に食育の推進を進める。

資料編

○ 調査概要

本村における住民の生活や食及びそれらに関する意識に関する現状・課題把握のため、各年代について、下記のとおり実施した調査結果を参考資料としました。

◆ 3歳児

調査対象：平成 27 年度（平成 27 年 4 月～平成 28 年 3 月）に白馬村で実施した 3 歳児健診
参加者全員（55 名）

調査方法：健診結果、健診時回収の 3 歳児おたずね票（育児等に関する実態を伺うアンケート
形式のもの）から抜粋

回答者数：50 名（90.9%）

◆ 小・中学生

調査対象：平成 28 年度村内各小中学校に在籍する小学 5 年生・中学 2 年生

調査方法：①平成 28 年実施「子供からはじめる生活習慣病予防健診問診票」調査結果より抜粋
②平成 28 年実施「長野県 児童生徒食に関する実態調査」調査結果より抜粋

回答者数：①小学 5 年生 69 名、中学 2 年生 73 名

②小学 5 年生 71 名、中学 2 年生 75 名

◆ 成人

調査目的：白馬村食育推進計画策定に当たり、計画策定の基礎資料とすることを目的とする

調査対象：村内に住所を有する 20 歳以上 69 歳以下の男女（平成 28 年 5 月日時点）から、
500 名を無作為抽出

調査方法：郵送配布・郵送回収

調査時期：平成 28 年 6 月 1 日～平成 28 年 7 月 5 日

調査項目：属性

○年代 ○性別 ○職業 ○家族構成

：健康状態・食生活等の状況について

○健康観 ○疾病状況 ○排便状況 ○歯・口腔に関する悩 ○運動習慣

○起床・就寝の状況 ○食事摂取状況 ○食生活に関する意識や取り組み

○食育について ○地産地消について ○食材・食品の選択について

○郷土料理・伝統食について ○メタボリックシンドロームについて

回答者数：270 名（回答率 54.0%）

○ 計画策定の主な経過

年 月 日	事 項	内 容
平成 28 年 6 月 1 日 ～ 7 月 5 日	食に関するアンケート実施	食に関するアンケートの発送・回収 ・対象者数：500 名 回答者数：270 名
平成 28 年 9 月 30 日	第 1 回 食育推進会議	委員委嘱式、計画評価、第 2 期計画策定・現状・課題について協議
平成 28 年 11 月 16 日	第 2 回 食育推進会議	計画素案について協議
平成 29 年 1 月 10 日	第 3 回 食育推進会議	計画素案について協議
平成 29 年 1 月 23 日 ～ 2 月 6 日	計画素案の公表及び住民からの 意見募集（パブリックコメント）	計画素案に対する住民意見の募集 ・意見等はありませんでした。
平成 29 年 2 月 20 日	第 4 回 食育推進会議	計画案について協議・審議・決定

○ 計画策定組織

選出区分	職 名	氏 名	備考
住民代表	公募委員	鎌倉 重子	
学識経験者	管理栄養士	田中 みつる	
学識経験者	白馬村議会 産業経済委員会 委員長	田中 栄一	副会長
学識経験者	大北調理師会 白馬支部長	大林 禮子	
学識経験者	白馬村振興公社 事務局長	石野 真	
学識経験者	白馬商工会 事務局長	篠崎 隆弘	～H28.12.27
	白馬商工会 会長	杉山 茂実	H28.12.28～
農業関係者	白馬村農業委員会 会長	松沢 正猛	会長
農業関係者	白馬村地場産推進會 会長	福島 和子	
農業関係者	大北農協北部営農センター センター長	窪田 久義	
教育関係者	白馬南小学校 教頭	平林 伸一	
教育関係者	白馬村学校給食学校給食施設 栄養士	大久保 ちひろ	
教育関係者	白馬中学校 P T A 会長	柏原 英司	
教育関係者	白馬幼稚園 園長	中村 豊	
教育関係者	白馬村教育委員会 委員長	塩島 弘之	
行政関係者	北安曇農業改良普及センター 白馬担当	滝澤 達也	
行政関係者	大町保健福祉事務所 管理栄養士	堀内 亜矢子	
行政機関者	白馬村教育委員会事務局 教育課長	横川 辰彦	
行政機関者	白馬村しろうま保育園 園長	太田 昭子	

事務局

健康福祉課 課長	太田 洋一	農政課 課長	横山 秋一
健康福祉課 健康づくり係長	工藤 弘美	農政課 課長補佐	下川 啓一
健康福祉課 管理栄養士	丸山 美和	農政課 主事	山岸 大輝

