朝日町食育
・地産地消推進計画

平成 28 年 9 月策定

山形県朝日町

目　　次

１．　食育推進計画のねらい……1
２．　計画の位置づけ　……3
３．　計画の期間　……3
４．　「食」と「農」をめぐる現状と課題……5
５．　役割分担と連携……7
６．　こんな町にしよう！！……9
７．　取り組みの内容……11
　食について学ぼう……11
　食の伝統文化を継承しよう……12
　規則正しく、栄養バランスのとれた食事を取ろう……15
　楽しい食卓を作ろう……17
　「お米」を食べよう……18
　地元食材を活用しよう……19

１　食育推進計画のねらい

私たちの暮らす朝日町は、磐梯朝日国立公園朝日連峰の麓で最上川が流れ、美しい自然や歴史、文化など魅力あふれる町です。朝日連峰には、世界に誇れるブナの原生林があり、そこから生み出される良質な水、空気、山菜、きのこなど森林の恵みは、心ゆたかな生活を支える重要な資源となっています。また、米を中心にりんご、桃、葡萄などの果樹や畜産が盛んな農業の町です。

私たち人間が生きていくためには、食がかかせません。食は命の源であり、心身ともに健康で心ゆたかな生活を送るために重要です。

しかしながら、生活水準が向上し、食の外食化等食の多様化が進み、日々忙しい生活を送る中で食の大切さに対する意識が希薄になり、健全な食生活が失われつつあります。朝食抜きや脂質の過剰摂取などの食生活の乱れが、生活習慣病の原因の一つになってきております。これらの問題は、早期に改善しなければなりません。

また、「食」は農業や自然環境、様々な人とのつながりの中で支えられているということを忘れがちになり、これまで受け継がれてきた食文化が失われてしまうことも心配されます。さらに、食を支える農業は、生産者の高齢化や後継者不足など大きな問題に直面しています。

これまでの食育は、「健康増進」「子どもの教育」「地産地消の推進」「環境保全」「食文化の継承」など、広い分野にわたって良い影響を与え、好循環を作り出してきましたが、行政や学校・保育園、関係機関・団体などが、それぞれの立場でばらばらに進めてきました。

この「朝日町食育・地産地消推進計画」は、これまでの食育の取り組みを体系化し、連携を強化して一体的に進めていくことで、世代や立場を超えて「食育」を実践する力を高め、一人ひとりが主役となる町民運動として盛り上げていくことをねらいとしております。

２　計画の位置づけ

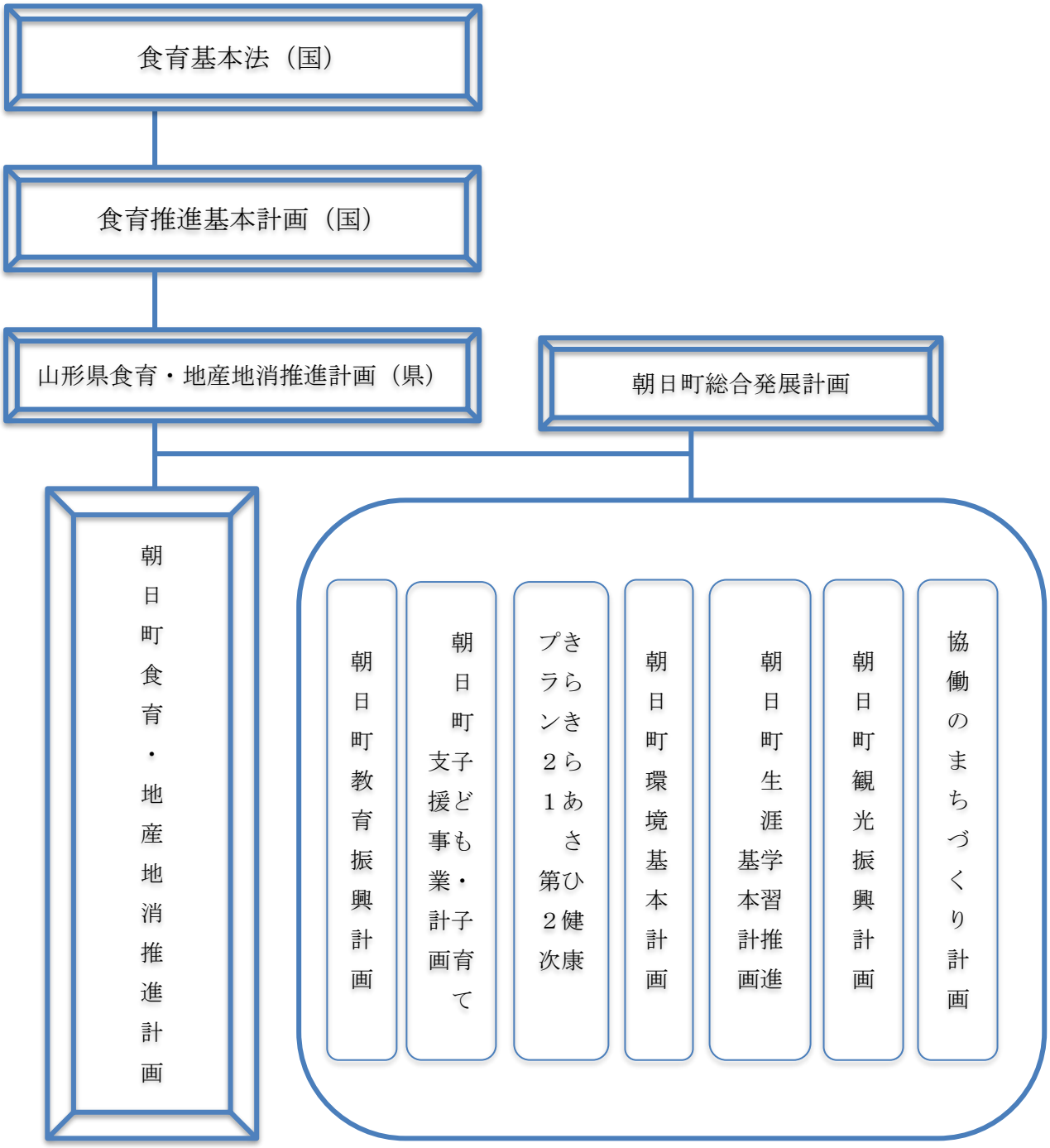
みんなで実践する取り組みです。

○ この計画は、食育基本法第１８条第１項に定められた市町村食育推進計画として位置づけるとともに、国の「食育推進基本計画」、「山形県食育・地産地消推進計画」を基本とするものです。　［図１参照］
○ この計画は、健康や教育、農業、環境、観光など各分野の食育に関連する計画と連携を図り、一体的に推進するものです。
○ この計画は、私たち一人一人が食育の主役となり、これまでの食育の取り組みを、さらに一歩進める具体的な取り組みを示すものです。

３　計画の期間

この計画は、平成２８年度から令和５年度までの８年間を計画期間とし、朝日町総合発展計画と連動させて推進していきます。

図１　　朝日町食育・地産地消推進計画の位置づけ



４「食」と「農」をめぐる現状と課題　　～これが問題です～

食育に関する取り組みは

○情報発信の不足 ○「食育」の浸透不足

　これまでも、様々な分野（行政、学校・保育園、関係機関・団体等）で食育を推進してきたものの、連携が不足し、取り組みを体系化した総合的な情報発信ができておらず、食育に取り組む意味が、町民の間に十分浸透していません。

食への意識について

○食の大切さや農の恵みに感謝する気持ちの希薄化 ○食の安心・安全に対する不安

　社会情勢の大きな変化の中、個人の価値感やライフスタイルも多様になりました。核家族化が進み、時間的精神的ゆとりのなさも加わり、食生活も多種多様になっています。健康や栄養面で心配しながらも“とりあえず食事をとる”ことが多くなり、食習慣の乱れによる肥満や生活習慣病が増加しています。また外食や持ち帰ってすぐ食べられる中食が主流になりつつあり、その料理からは産地や生産者等の顔が見えにくく、おいしく食べられる幸せや自然の恩恵・生産者等に感謝する気持ちが薄れています。

　一方、毎日の食事には、輸入食品が多くなり、残留農薬問題や、産地や消費期限等の偽装、加工食品の異物混入等、多くの問題が顕在化しています。乱れた食が健康に影響を及ぼし、重大な被害を生じさせる恐れがあることから、食品の安全に対する知識と理解を深めることが求められています。

郷土料理や食文化の継承は

○郷土料理や食文化を学び、伝えていく機会の不足

　食事の内容が多様化してきたことや、核家族化の進行、近所付き合いの希薄化により、郷土料理や家庭の味、食文化を学び、伝えていく機会が少なくなっています。

食生活や健康面は

○孤食や栄養バランスの偏り、不規則な食事の増加 ○メタボリックシンドロームや生活習慣病になる心配

核家族や一人暮らし世帯の増加、仕事や生活様式の多様化といった社会変化により、一人での食事や不規則な食事が増えています。

また、外食への偏り、冷凍食品の利用の増加や、合わせて米を主食とする栄養バランスに富んだ「日本型食生活」離れは、脂質の取りすぎや野菜の摂取不足を招き、メタボリックシンドロームや生活習慣病の大きな原因となっています。反面、若い女性のやせの割合が増加している傾向にあり、欠食など栄養バランスの偏りがみられます。

	現状
① 主食、主菜、副菜が揃った食事を１日３回食べている人の割合	41.70%
② 朝日町の特産品であるリンゴ等のくだものを毎日食べている人の割合	23.90%
③ 減塩、薄味料理を実行している人の割合	29.70%
④ 肥満者（ＢＭＩ２５以上）の割合	30.70%

平成２４年度朝日町健康づくりアンケート調査①②③

平成２３年度特定健診・特定保健指導に関する統計資料（山形県国保連合会）④

町における農業と地産地消の現状は

○農業者の減少による担い手不足 ○地産地消の理解と PR の不足

農業を取り巻く環境は厳しく、米価下落や経費の増加等経営の難しさと高齢化による離農が増え、それを補う担い手の確保が課題となっています。

町では、先人たちがつくりあげた農地や林地でさまざまな食糧が生産され、特に無袋ふじ発祥の地としてブランド化に取り組み、りんごを中心にした農業を町の基幹産業として位置づけています。

これまでの地産地消の取組みは、学校給食の賄材料費補助や町内産豚肉を活用したハムづくりなど、限定的で単発的な取り組みとなっていました。この地でとれた農林産物を食材として用いた郷土料理や行事食へ関わることは、家族の団らんや旬の味覚などを楽しむことになりそれが『みんなの食育』へとつながり、広がっていきます。地元で採れた旬の食材を再認識し、地産地消への理解を広めていくことが重要です。

５　役割分担と連携

～食育運動の主役は町民一人ひとりです～

（１）それぞれの役割

食育運動の主役は、私たち一人ひとりです。それぞれの立場で役割分担と連携を強化しながら、一人ひとりが食育を実践できる環境をつくっていきます。

家庭の役割

家庭は、食育を実践する一番身近な場として、重要な役割を担っています。家庭の団らんによる食の楽しさを実感させ、食事のマナーなど食や生活の基礎を形成します。また、学校等や地域などの様々な活動に積極的に参画していきます。

学校等（小中学校、保育園、PTA、保護者会）の役割

学校等は健康な心身を養う、学びあいの大切な場です。子どもの健やかな心と体の発育のため、成長、発達に応じた、豊かな食の体験を積み重ねていきます。

地域（学区、地区　）の役割

地域は、私たちが互いに支えあい生活する場です。健康でいきいきと暮らしていくため、食育運動が地域全体に定着するよう、地域ぐるみの取り組みを進めます。

生産者（農家、加工者、生産者団体）の役割

生産者は、食材を作り、私たちの生きる糧である食を土台から支える立場です。食と農業の様々な学習や体験、交流の場を積極的に創りながら、安全・安心でおいしい食材の安定供給と活用を広げていきます。

事業者（販売店・飲食店）の役割

事業者は、消費者に食べ物を届ける立場です。消費者が食べ物を選ぶ際にアドバイスするなど、食と農を消費者につなぐ架け橋となるような、食を提供していきます。

関係機関・団体の役割

関係機関・団体は、専門性を持った人材や機能を生かし、安全・安心な食の情報や食の大切さ、食生活改善の啓発、食と農業の関わり、食文化など、食に関する様々な情報提供や体験、交流を展開していきます。（農協、商工会、社会福祉協議会、食生活改善推進協議会、医療・介護施設など）

行政（町）の役割

行政（町）は、関係課をはじめ、家庭・学校等・地域・生産者・事業者・関係機関、団体と広く連携を密にして、情報発信と総合調整を強化しながら、本町の特徴を活かした取り組みをしていきます。

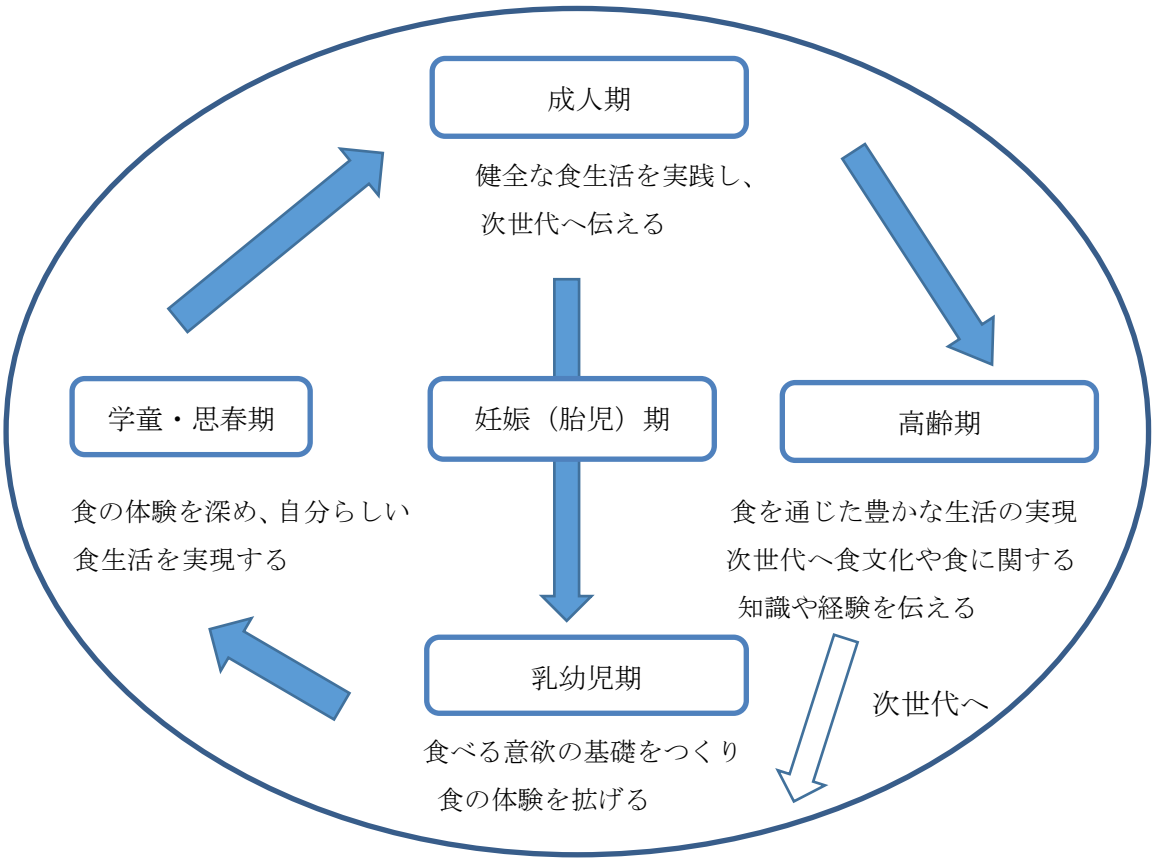
（２） 推進方法

食育に関わる関係者が集い、情報交換を定期的に開催し、連携と協力の輪を拡げ、課題解決しながら、具体的な取り組みを推進していきます。

生涯にわたる食の営み

それぞれのライフステージで大切にしたい食育の取り組み

（内閣府　食育ガイドより）



6　こんな町にしよう！！

～みんなの目標と６つの実践項目～

「食」と「農」はわたし

～住みたい、ずっと住み続けたい

基本目標１

地域の魅力を再発見

地域伝来の食文化を育んだ自然や技、歴史といった町の大事な宝物を受け継ぎます。

基本目標２

豊かな食事で心身健康

健康な体と心をつくる基礎となる食事をしっかりととります。

基本目標３

地産地消と安全安心な食

安全・安心な食の環境づくりとして、地産地消を進めます。「農」とふれあう機会を増やします。

たちの活力のもと

魅力あるまちをつくるために～

一人一人の実践項目	取り組み内容
食について学ぼう	○食育に関する情報発信を強化します ○各公民館で食育に関する取り組みを進めます
食の伝統文化を継承しよう	○物を大切にする心、感謝する心を養います ○食と農にまつわる歴史・文化を学びます ○地域伝来の食文化を受け継ぎます ○生産や流通現場での交流や体験を進めます
規則正しく、栄養バランスのとれた食事をとろう	○バランスのとれた食生活を送ります ○「早寝・早起き・朝ごはん運動」を進めます
楽しい食卓をつくろう	○「毎月１９日は食育の日」、家族そろって楽しく食卓を囲みます
「お米」を食べよう	○朝日町産のおいしい米飯給食を提供します ○おいしい地元の米の消費を広げます
地元食材を活用しよう	○地元食材が消費者の目に触れる場面を増やします ○学校給食で地元食材の使用を増やします ○地元食材を活用する飲食店や施設、加工者を増やします

7　取り組みの内容

～町民みんなが、食育を実践しよう～

一人一人ひとりが主役で、実践するために次の取り組みを進めます。

実践項目

食について学ぼう

食育を実践していく上で、重要なことは、「食育」の内容や効果を知ることです。「知る」ことは、食育への理解を深め、実践する力を養います。また、食についての情報が氾濫している一方、適切に選別し活用することが困難な状況も見受けられることから、食を選択する力を習得できるようにします。

食育に関する情報発信を強化します

具体的な取り組み

○ 食育の取り組みを町民運動として盛り上げていくため、広報誌による適切な情報発信や町ホームページへの掲載、研修会の開催により、総合的に食育の情報を得られる環境を整えます。

【推進主体：地域、関係機関・団体、行政】

○ 給食だよりなどを活用し、家庭への情報発信を行います。

【推進主体：学校・保育園】

各公民館で食育に関する取り組みを進めます

具体的な取り組み

○ 子どもから大人までみんなが集い交流し、体験しながら食育を学べる環境を整えます。

【推進主体：地域、関係機関・団体、行政】

実践項目

食の伝統文化を継承しよう

受け継がれて来たものの意味を知り、食に感謝の気持ちを持つことは、まちづくりにつながります。

物を大切にする心、感謝する心を養います

具体的な取り組み

○ 「食」に関わる自然や生き物、人に感謝し「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつを習慣化します。

○ 物を大切にし、ゴミの減量化・再資源化を図ります。

・生ゴミの水切り徹底、コンポスターの利用、廃食用油の活用、買い物袋の持参、適量摂取を心がけ食べ残しをしない

【推進主体：家庭、学校・保育園、地域、関係機関・団体、行政】

ごみ排出量の実績と目標

	現状	目標 （令和５年）
家庭系ごみ （１日一人当たり）	465ｇ	441ｇ
事業系ごみ	507ｔ	481ｔ

（朝日町一般廃棄物処理基本計画）

食と農にまつわる歴史・文化を学びます

具体的な取り組み

○ 学校の授業や生涯学習事業として、「朝日町りんご」や「椹平の棚田」「上郷の棚田」「朝日町ワイン」「豊龍の酒蔵」など先人たちが築きあげた歴史や文化の学びを深めます。

【推進主体：学校等、地域、関係機関・団体、行政】

地域伝来の食文化を受け継ぎます

具体的な取り組み

○ 先人の知恵が集結した豊かな食文化を、料理教室の開催やレシピにまとめていくことを通して、地域ぐるみで受け継いでいきます。

【推進主体：地域、関係機関・団体、行政】

○ 郷土料理や行事食を食事に取り入れ、子どもたちに由来や地域食材、調理の仕方などを伝えていきます。

【推進主体：家庭、学校等、地域、関係機関・団体、行政】

朝日町の年中行事食（抜粋）（朝日町食生活改善推進協議会まとめ）

１月（睦月）	２月（如月）	３月（弥生）	４月（卯月）
正月（１～７日） おせち（田作り、ひょう干し煮、黒豆など） 七草（７日） 納豆汁 小正月（１５日） だんごさし	節分（３日） 煎り豆 病送り（８日） とろろご飯 凍み餅作り	桃の節句（３日） ちらし寿司、甘酒 かど 酢味噌和え 春彼岸（１８～２４日頃） 干しあけび煮 ぼた餅	花祭り（８日） 甘茶 各神社の祭礼 ぜんまい煮 煮しめ
５月（皐月）	**６月（水無月）**	**７月（文月）**	**８月（葉月）**
端午の節句（５日） なた巻き 笹巻き おお田植え（２３日） にしん 煎り豆	むけ日（１日） 凍み餅 氷	七夕（７日） 土用の丑の日 どじょう汁	八朔のついたち（１日） 青まめご飯 迎え盆（月遅れ１５日） 棒だら煮 えご 送り盆（１６日） そうめん
９月（長月）	**１０月（神無月）**	**１１月（霜月）**	**１２月（師走）**
芋名月（１５日） 里芋 秋彼岸（２０～２６日頃） おはぎ 生あけび煮	豆名月（１３日） 枝豆	刈り上げ餅（１０日頃） あんこ餅 なっとう餅 勤労感謝の日（２３日） 新米	耳あけ（９日） まった大根 頭つきの魚 冬至（２２日） 小豆かぼちゃ

生産や流通現場での交流と体験を進めます

具体的な取り組み

○ 地産地消推進協議会を立ち上げし、農作業や、加工場現場、販売店での体験や見学会を実施し、安全・安心な地元食材の作られ方や流通の仕組みを学びます。

【推進主体：家庭、学校等、地域、生産者、事業者、関係機関・団体、行政】

○ 生産者との交流会、実習田や畑での農作業体験により、農業に触れて学べる機会を増やします。

【推進主体：家庭、学校等、地域、生産者、事業者、関係機関、団体、行政】

実践項目

規則正しく、栄養バランスのとれた食事をとろう

健康でいきいきとした生活を送るためには、ただ食べるだけではなく、規則正しく、栄養バランスのとれた食事をとることが大切です。

バランスのとれた食生活を送ります

具体的な取り組み

○ ライスステージ（年代や状態）にあわせたバランスのとれた食生活を送れるよう、保健・栄養の相談活動や講習会を充実し、食生活指針や食事バランスガイドの普及啓発を進めます。

【推進主体：地域、関係機関・団体、行政】

○ 栄養教諭や栄養士を中心に食生活に関する学習を推進し、子ども達の実践する力を育みます

【推進主体：学校等、行政】

○ 幅広い層を対象とした料理教室を開催し、町民の実践力を養います。

【推進主体：地域、関係機関・団体、行政】

	現状	目標（令和５年）
① 主食、主菜、副菜が揃った食事を１日３回食べている人の割合	41.7%	60.0%
② 朝日町の特産品であるリンゴ等のくだものを毎日食べている人の割合	23.9%	50.0%
③ 減塩、薄味料理を実行している人の割合	29.7%	40.0%
④ 肥満者（ＢＭＩ２５以上）の割合	30.7%	25.0%

平成 24 年朝日町健康づくりアンケート調査①②③

平成 23 年度特定健診・特定保健指導に関する統計資料(山形県国保連合会)④

（目標値）　きらきらあさひ健康日本２１（第２次）

「早起き・早寝・朝ごはん運動」を進めます

具体的な取り組み

○ 基本的な生活習慣づくりと生活リズムを整えるため、「早寝・早起き・朝ごはん運動」の普及推進を図ります。

【推進主体：家庭、学校等、地域、関係機関・団体、行政】

		現状	目標（令和５年）
毎日、朝食を食べている者の割合	小学生	90.4%	100%
	中学生	89.7%	100%

平成 27 年朝日町教育振興計画目標数値アンケート調査（12 月）

（目標値）　きらきらあさひ健康日本２１（第２次）

実践項目

楽しい食卓をつくろう

食べることは楽しさに満ちています。料理をするおもしろさ、盛付けの美しさ、家族や友人と語らいながらの食事は格別です。心も体も温かくなります。

「毎月１９日は食育の日」家族そろって楽しく食卓を囲みます

具体的な取り組み

○ 家族、親子で触れ合いながら料理をする機会を増やし、家庭の味を伝えながら、食事の大切さを実感していきます。

【推進主体：家庭、行政】

○ 家庭での子どものお手伝いの推進や、親子料理教室の開催により、一緒に作ることや食事をすることの楽しさを育みます。

【推進主体：家庭、学校等、地域、関係機関・団体、行政】

○ 家族や友人、仲間との食事を通し、一緒に食べる楽しさを感じる心を育みながら、楽しく食べるための心づかい、食事マナーを習得します。

【推進主体：家庭、学校等、地域、行政】

○ 高齢者が集い食事をする場を拡げ、高齢者同士や地域との交流を進めます。

【推進主体：地域、関係機関・団体、行政】

「夕食」を家族そろって食べることがどのくらいあるか（中学校）

項　　目	現状	目標（令和５年）
週１～2 日、ほとんどない	15.7%	0%

平成 24 年朝日町健康づくりアンケート調査

実践項目

お米を食べよう

町内産米は県食味コンクールで入賞するなど町の米は高い評価を得ており、りんごとともに町の基幹作物になっています。私たちの主食である米の美味しさ、良さ、田んぼが生み出すさまざまな恩恵を再認識し、米の消費を拡げます。

朝日町産米を使ったよりおいしい米飯給食を提供します

具体的な取り組み

○ 各小学校で、おいしく炊きあげた朝日町産の安全で温かい米飯給食を提供し、ご飯のおいしさを再確認できるようにします。

【推進主体：学校等、行政】

米の消費を拡げます

具体的な取り組み

○ 各イベント開催時や町広報誌に、米のアイデア料理やご飯に合うおかず料理、米の加工商品を紹介するなど、創意工夫を楽しむ仕掛けを充実させ、米の魅力と可能性を伝えていきます。

【推進主体：生産者、事業者、関係機関・団体、行政】

○ 様々な交流事業を活用し、消費者との交流を進め、“朝日町の米”を選んでもらえる信頼関係を作ります。

【推進主体：生産者、事業者、関係機関・団体、行政】

実践項目

地元食材を活用しよう

生産者と消費者の顔が見える関係づくりを推進し、安心・安全な食の実現を目指します。地産地消は、町の農業振興になり、生産者・消費者等がそれぞれの立場で「食」や「農」に対する理解を深めることで共感しあえる仲間づくりの取り組みです。

地元食材が消費者の目に触れる場面を増やします

具体的な取り組み

○ 産直施設や販売店で、地元食材の取扱量や、コーナー設置の拡大を進めます。

【推進主体：生産者、事業者、関係機関・団体、行政】

○ 地元食材が購入できる場を拡げ、購買意欲を高めるため、産直施設を中心に、販売の相乗効果も狙えるポイントカードによる連携などを検討していきます。

【推進主体：生産者、事業者、関係機関・団体、行政】

○ 広報紙やホームページを活用し、朝日町産の旬の食材を、いつ、どこで買えるかなど、消費者が選びたくなる情報発信を強化します。

【推進主体：生産者、事業者、関係機関・団体、行政】

食の安心・安全につながる農産物の生産を推進します

具体的な取り組み

○ 生産マニュアルや防除基準等に基づいた肥料と農薬の安全使用の徹底に努めます。

【推進主体：生産者、関係機関・団体、行政】

学校給食で地元食材の使用を増やします

具体的な取り組み

○ 学校給食関係者と生産者団体等との連携を強化しながら、多様な地場農産物を栽培し、町内産利用の拡大を進めていきます。

【推進主体：生産者、事業者、関係機関・団体、行政】

○ 地場産物が学校給食で使用される機会に合わせて、生産者と交流会を実施し、栽培の苦労や農業の大切さなどを学びます。

【推進主体：生産者、関係機関・団体、行政】

学校給食の地産地消（県産品）割合

	現状			目標（令和５年）
	野菜	果実	生肉	全品目
小学校	41.7%	44.3%	50.0%	50.0%
中学校	31.8%	28.3%	17.9%	50.0%

平成 21 年度山形県学校給食における農産物の利用状況調査より

地元食材を活用する飲食店や施設、加工者を増やします

具体的な取り組み

○ 生産者同士や事業者、料理人などとの協力体制を築き、地元食材を使った加工商品や食事メニューの開発、食事を提供する飲食店や施設等の拡大を図っていきます

【推進主体：生産者、事業者、関係機関・団体、行政】

朝日町食育・地産地消推進計画

【発行元】
山形県朝日町健康福祉課・農林振興課
〒990-1442
山形県西村山郡朝日町大字宮宿 1115 番地
TEL:0237-67-2111　FAX0237-67-2117
URL:http://town.asahi.yamagata.jp