
第2次 延岡市食育・地産地消推進計画

～うまいと作って、うまいと食べて、いきいきのべおか～



令和5年 3月

延岡市

目 次

第1章	計画の策定にあたって	
1	計画策定の趣旨	・・・ 2
2	計画の位置づけ	・・・ 3
3	計画の期間	・・・ 3
第2章	延岡市の「食」をめぐる現状	
1	食育に関する意識	・・・ 4
2	食生活の状況	・・・ 5
3	健康・栄養面への意識	・・・ 7
4	延岡市の農林水産業の概要	・・・ 12
5	食の選択	・・・ 15
第3章	食育・地産地消計画の基本的な考え方	
1	基本目標	・・・ 20
2	基本的視点	・・・ 20
3	基本的施策	・・・ 21
4	施策の体系	・・・ 22
第4章	食育・地産地消に関する施策	
1	家庭・学校・保育所等における食育の推進	・・・ 24
2	地域活動における食育の推進	・・・ 26
3	地域資源を活用した地産地消・地産地活の推進	・・・ 28
	数値目標一覧	・・・ 31

第1章 計画の策定にあたって

1 計画の策定趣旨

生活の基本は「衣・食・住」といわれるように、「食」は私たちの生活の根幹をなすものの一つです。私たちは悠久の歴史の中で、自らに最も適した「食」について豊かな知識、経験そして文化を築き、健全な食生活を実践しながら、人間性を育み、生きる力を身に付けてきました。

しかしながら、戦後、我が国の社会経済構造が大きく変化していく中であって、私たちのライフスタイルや価値観・ニーズが高度化・多様化し、これに伴い食生活やこれを取り巻く環境が急激に変化しており、「食」の大切さに対する意識が薄れ、健全な食生活が失われつつあります。加えて、食に関する情報が社会に氾濫し、正しい情報を選別し活用することが困難な状況も見受けられ、今や私たちの食をめぐる現状は危機的な状況を迎えているといっても過言ではありません。例えば、脂質の過剰摂取や野菜の摂取不足、朝食の欠食に代表されるような食習慣の乱れや栄養の偏りに起因する肥満や生活習慣病の増加、過度の痩身志向の問題のほか、食品の偽装表示や家畜伝染病の発生など、食品安全性への不安も高まっています。

こうした現状の中、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ことができる人間を育てる「食育」を国民運動として推進していくために、平成17年7月に「食育基本法」を施行し、「食育」を知育、徳育及び体育の基礎となるべきものとして位置づけ、また、食育に関する施策の総合的かつ計画的な推進を図るため、平成18年3月に「食育推進基本計画」を策定しました（令和3年3月に第4次計画に改定）。さらに、平成23年3月に「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（以下、六次産業化法）」を施行し、生産者と消費者の結びつきの強化や地域の農林水産物の消費拡大を目的とした地産地消の取り組みを推進しています。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23年3月に「宮崎県食育・地産地消推進計画」を策定し（令和4年2月第3次計画へ改定）、食育と地産地消の一体的推進を図っています。

延岡市の農林水産業は、豊かな農林水産資源を中心とした厚みのある産業が展開されており、温暖な気候と豊かな自然に育まれた新鮮な農林水産物を食材として健全な食生活を実践できる環境にあります。

家庭、学校、保育所、地域などのあらゆる機会とあらゆる場所を利用して食育推進活動を実施することで、地産地消の推進や食文化の継承、郷土を愛する心を育み、ひいては農林水産業の持続的な発展、地域の活力の再生、食料自給率の向上等への展望も期待されます。

このように、豊かな農林水産資源と歴史、文化の調和した延岡市の特性を生かし、相互に関係する食育と地産地消の一体的な取り組みを推進するため、「第2次延岡市食育・地産地消推進計画」を策定します。

2 計画の位置づけ

本計画は、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六次産業化法第 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。

また、本計画は、本市の食育・地産地消推進にあたっての基本的な考え方を示し、具体的な施策や指標を掲げて関係する施策を総合的かつ計画的に推進していくために必要な事項を定めていますので、行政はもとより、教育関係者、農林水産業者、食品関連事業者等、多くの市民がそれぞれの立場から連携・協働して食育・地産地消に取り組んでいくための共通認識としていただきたいと考えます。

なお、計画の推進にあたっては、第 6 次長期総合計画（後期基本計画：R3 年度～R7 年度）を始めとして、関連する計画との整合性を図っていくこととします。

法律	食育基本法 (平成 17 年 7 月施行)	六次産業化法 (平成 23 年 3 月施行)
国	第 4 次食育推進基本計画 (令和 3 年 3 月策定)	地域の農林水産物の利用の促進に 関する基本方針 (平成 23 年 3 月策 定)
県	宮崎県食育・地産地消推進計画 (第 3 次, 令和 4 年 2 月策定)	
市	延岡市食育・地産地消推進計画 (第 2 次, 令和 4 年度策定)	

3 計画の期間

令和 5 年度を初年度とし、令和 9 年度を目標年度とする 5 ヶ年計画としますが、必要に応じて見直しを行うこととします。

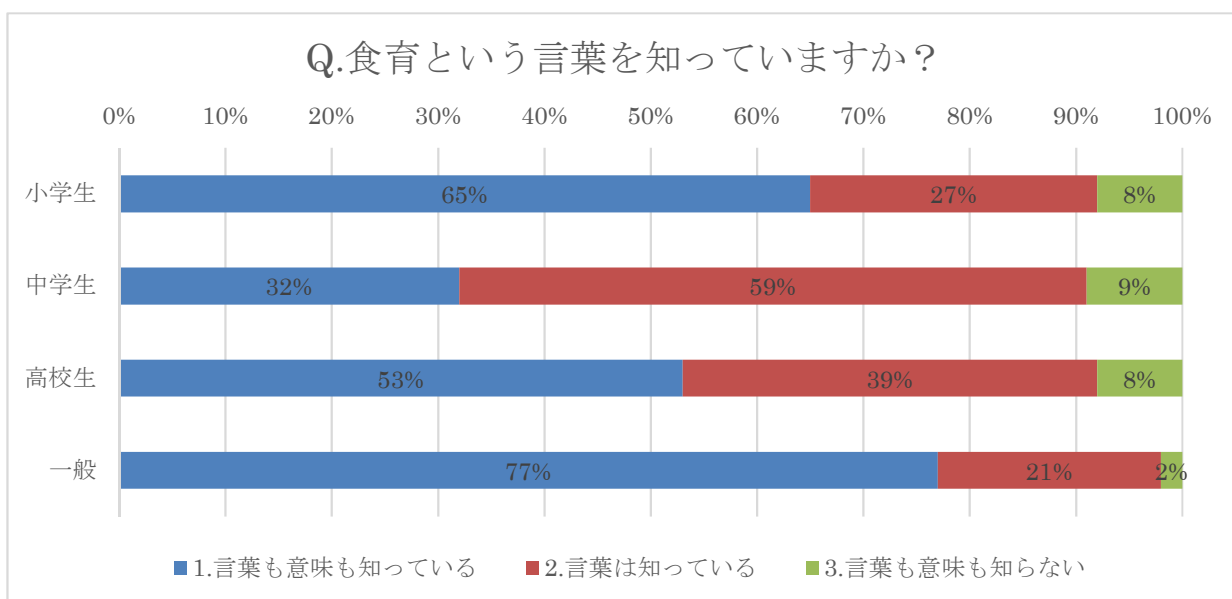
第2章 延岡市の「食」をめぐる現状

1 食育に関する意識

(1) 食育の周知度

食育の周知度については、「言葉も意味も知っている」と回答した小学生が65%、中学生が32%、高校生が53%となっており、年齢によって大きな差があります。一般市民（※1）は77%となっており、一定の定着がみられます。

しかし、「食育の意味を知らない」と回答した者の割合が、小中高生で約35%、一般市民で約23%となっており、十分に周知されているとは言い難い状況です。

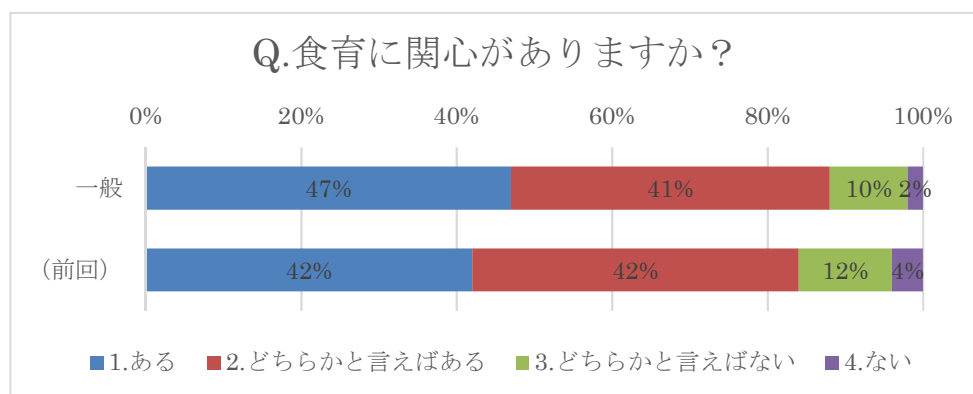


資料：延岡市「令和3年度 食育に関するアンケート」

※1 アンケート対象者のうち、18歳以上の者（高校生以下を除く）

(2) 食育への関心度

食育への関心については、「関心がある」「どちらかといえば関心がある」と回答した者の割合が88%、「関心がない」「どちらかといえば関心がない」と回答した者の割合が12%となっており、前回の同調査（平成26年度）と比較すると、「関心がある」「どちらかといえば関心がある」と回答した者の割合は4%の上昇にとどまっております、ほぼ横ばいとなっています。

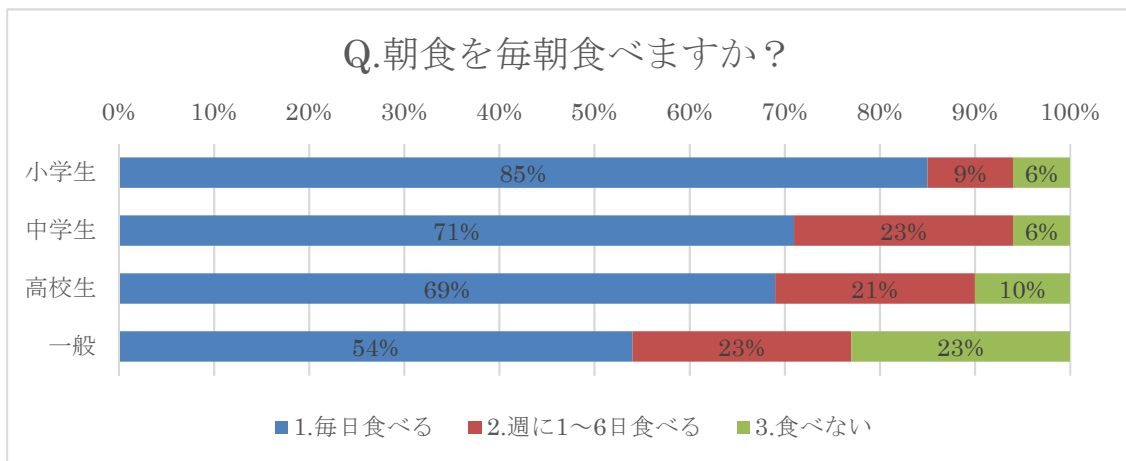


資料：延岡市「令和3年度 食育に関するアンケート」

2 食生活の状況

(1) 朝食の状況

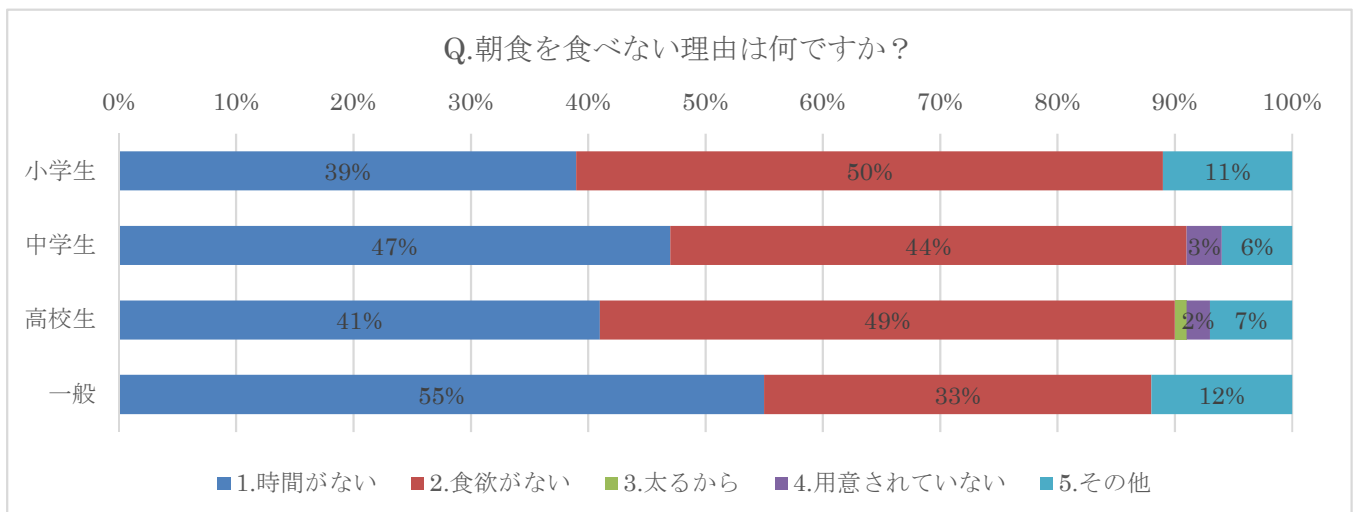
朝食の状況について、「毎日食べる」「週に1～6日食べる」と回答した者の割合が、小学生から高校生では90～94%となっていますが、一般市民が77%となっています。



資料：延岡市「令和3年度 食育に関するアンケート」

(2) 朝食を食べない理由

朝食を食べない理由については、「食べる時間がない」「食欲がない」が多くなっています(※2)。



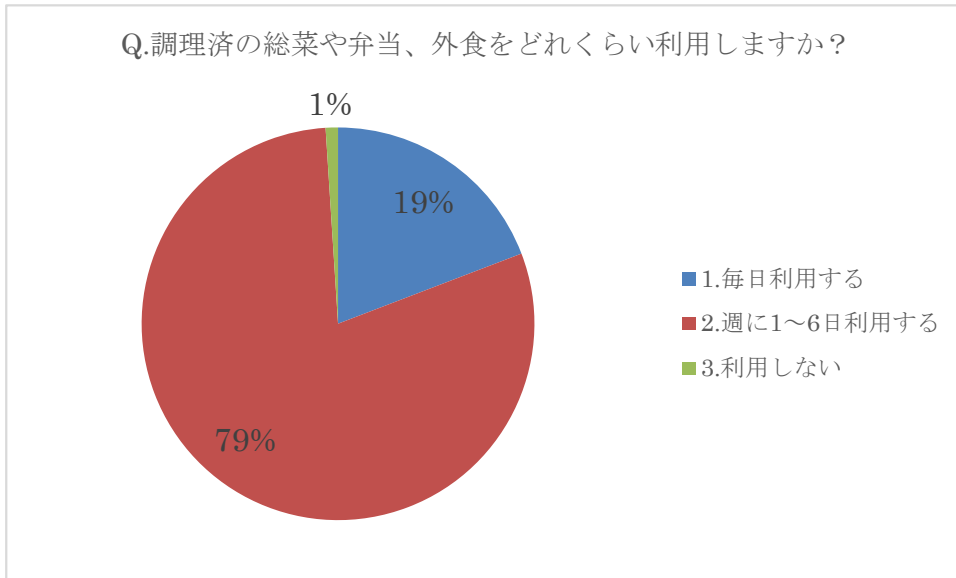
資料：延岡市「令和3年度 食育に関するアンケート」

※2 「5.その他」…昼前に起床する、食べると体調が悪くなる、10歳代からの慣習、1日1食健康法など

(3) 調理済の総菜や弁当、外食の利用状況

調理済の総菜や弁当を家で食べる中食の利用及び外食の利用状況については、ほとんどの人が利用しており、利用頻度は「週に1日～6日」が大半を占めています。

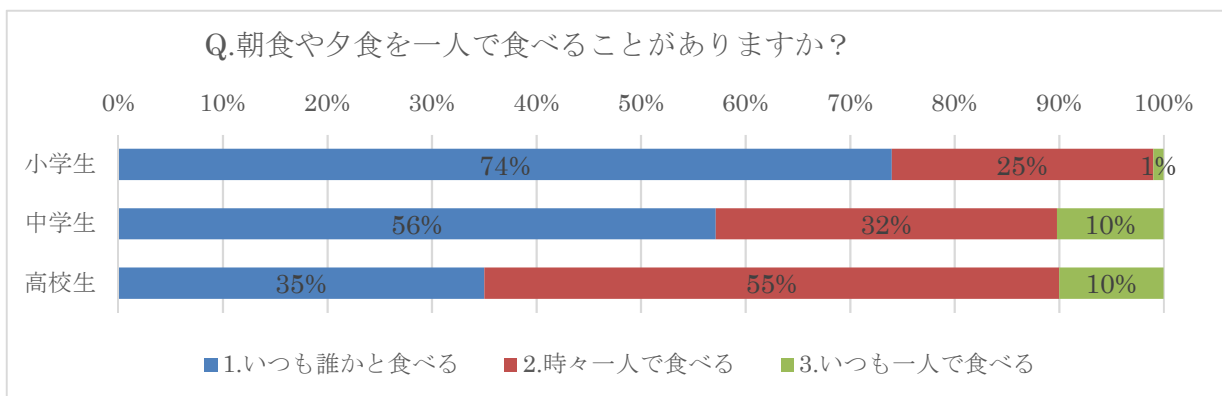
このため、中食・外食分野へ地場産物の積極的な活用を図ることで、消費拡大が見込まれ、かつ新鮮で安全・安心な素材の提供が期待できるため、関係機関や飲食店等が連携し、取り組む必要があります。



資料：延岡市「令和3年度 食育に関するアンケート」

(4) 孤食の状況

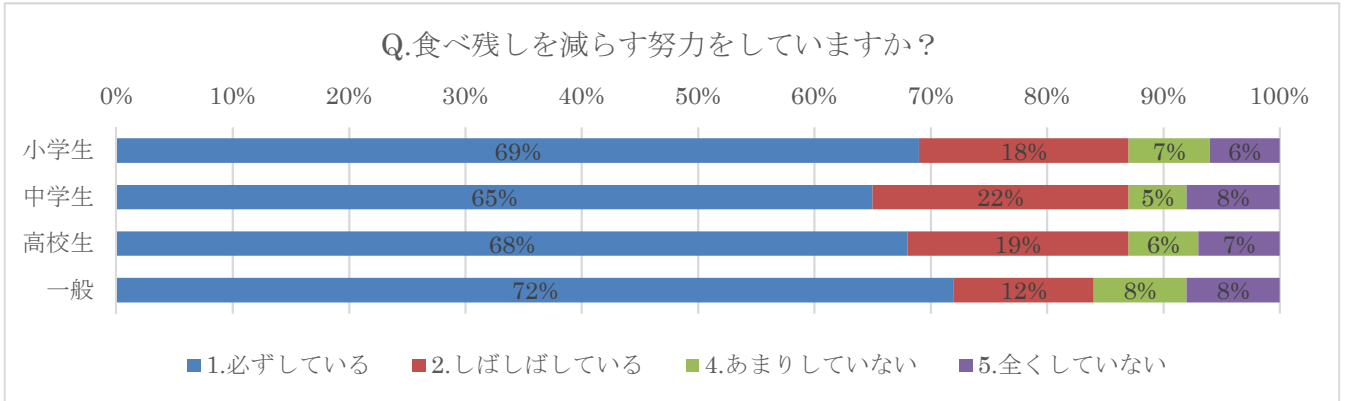
朝食や夕食を1人で食べる「孤食」の割合は、高校生で「時々一人で食べる」「いつも1人で食べる」と答えた人の割合が50%を超えており、家族と一緒に食べる習慣が薄れてきていることが伺えるとともに、共働き家庭やひとり親家庭の増加等にともない、誰かと一緒に食べたくてもそれができない状況にある子どもも増えていると考えられます。



資料：延岡市「令和3年度 食育に関するアンケート」

(5) 食べ残しについて

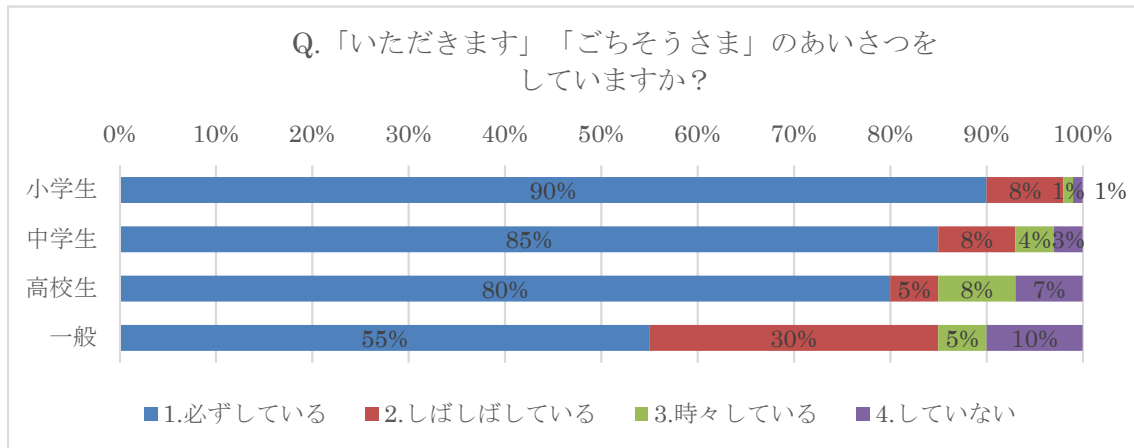
食べ残しを減らす努力を「必ずしている」と答えた人の割合は、すべての年代にわたって65%以上いますが、高校生以下はすべて70%を下回っています。



資料：延岡市「令和3年度 食育に関するアンケート」

(6) 食事前後のあいさつの状況

食事前後のあいさつを必ずしている高校生以下の子どもの割合は、年齢が上がるにつれ低くなっている傾向にあり、一般市民では55%にとどまっています。



資料：延岡市「令和3年度 食育に関するアンケート」

3 健康・栄養面への意識

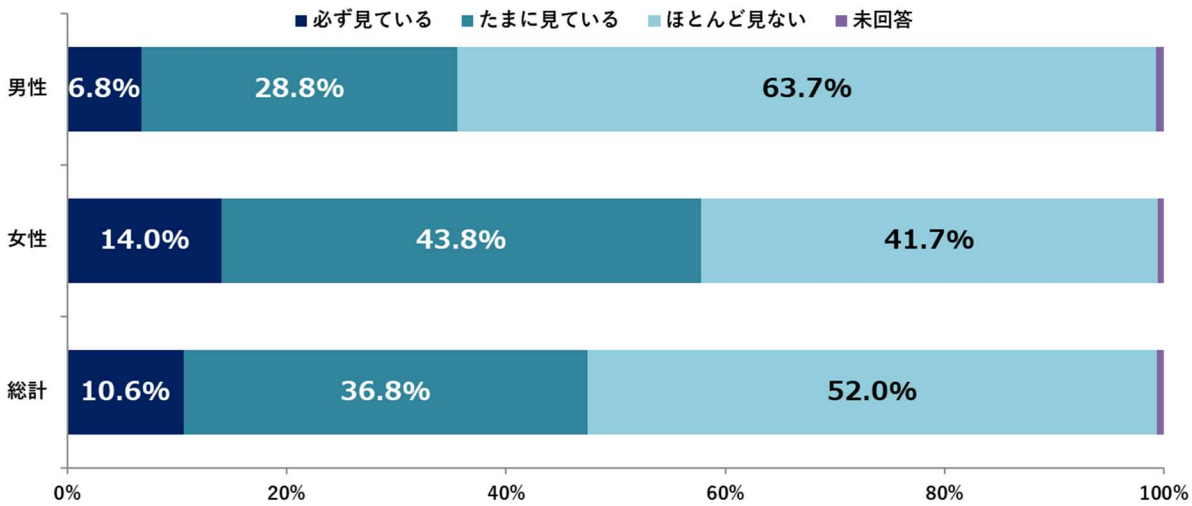
生命を維持し、人々が健康な生活を送るには、バランスのとれた食事から各種栄養素を過不足なく摂ることが大切です。また、子どもが健やかに成長することはもちろん生活習慣病（循環器疾患、糖尿病、血管性認知症、がんなど）及び高齢者の低栄養やフレイル（※3）を予防する観点からも重要となります。

※3 フレイル：加齢などの理由により身体の運動機能が低下している状態。進行すると寝たきり、要介護状態につながる可能性がある。

(1) 減塩に対する意識

「食品を購入するときや外食の際に栄養成分表示の塩分量を見ていますか?」という質問について、10.6%の市民が、必ず見ている・たまに見っていると回答しています。なお、前回のアンケートと比較しても、約半数の人は栄養成分表示を気にしていないという結果には変化がなく、チェックする習慣は大きく広まっていない状況にあります。

Q. 「食品を購入するときや外食の際に栄養成分表示の塩分量を見ていますか?」

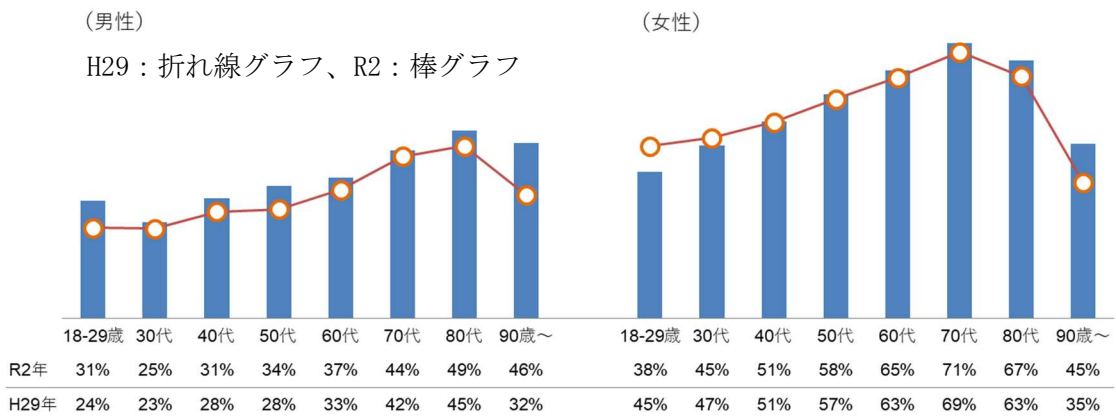


資料：延岡市「令和2年度 健康長寿の取り組みアンケート」

性別ごとに見ると、女性の方が圧倒的に高くなっており、女性の方が栄養などに関して気を付けていることが窺えます。

年代ごとに見ると、年代が高くなるほど、栄養成分をチェックする習慣のある人の割合が高くなっており、男性では80代、女性では70代が一番高い割合となっています。90歳以上になると割合がかなり下がりますが、これは自分で買い物をしなくなったり、外食に行かなくなったりした人も多いことが想定されます。

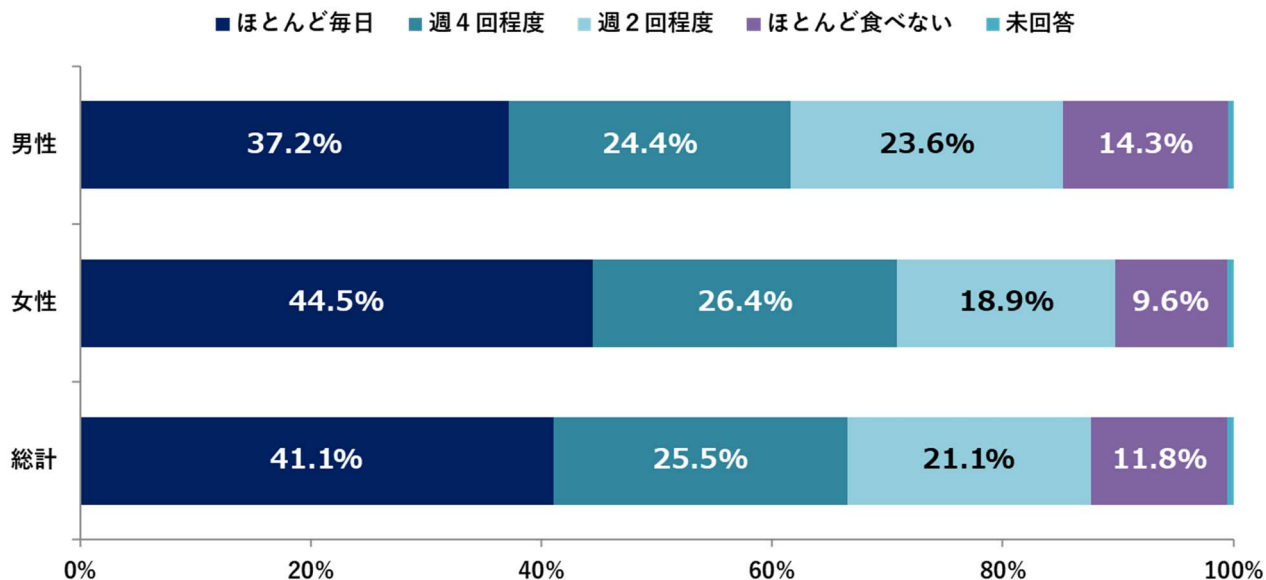
栄養成分表示をチェックする習慣がある人
(必ず見ている、たまに見ているの合計)の割合の推移 (H29-R2年比)



(2) 野菜を食べる頻度

「3食すべてで野菜を食べる日が週に何回ほどありますか？（漬物類は除く）」という質問について、66%の市民が、週に4日以上、3食すべてで野菜を食べていると回答しました。ただ、12%の市民は野菜をほとんど食べないと回答しており、栄養の不足や偏りが懸念されます。

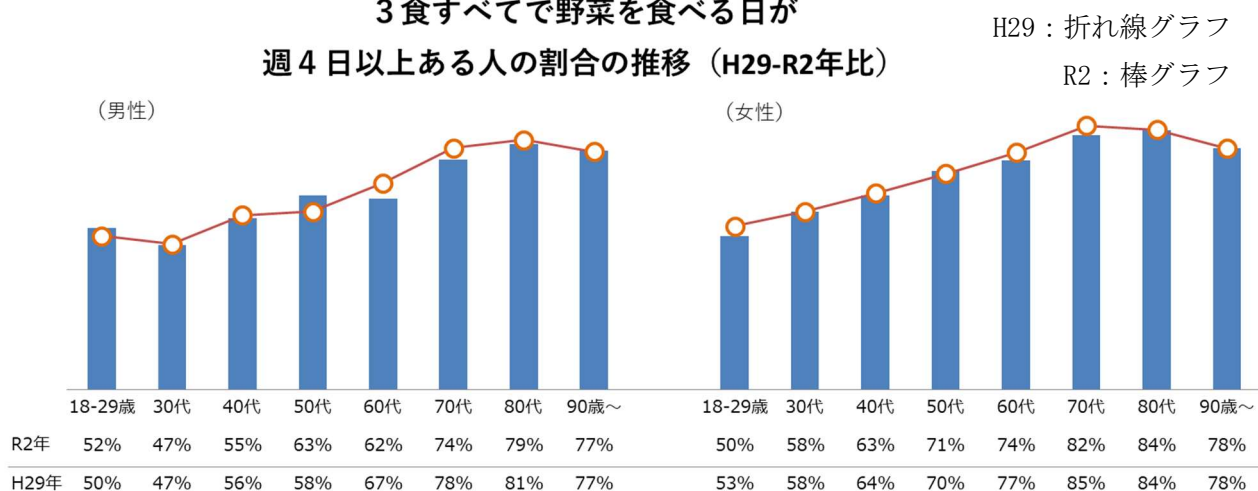
Q. 「3食すべてで野菜を食べる日が週に何回ほどありますか？（漬物類は除く）」



前回の結果との変化はほとんどなく、性別では、どの年代でも女性の方がやや野菜を食べる人が多い傾向が見られます。年代別では、若い世代では5割前後だったものが高齢者では8割前後と、年代が上がるごとに高くなり、男性では80代、女性では70代がもっとも高くなります。

逆に、「ほとんど食べない」と回答した人は、若い世代では男女ともに4割を超えていましたが、70～80代の女性は15%、男性も20%まで減少しており、年代を経るごとに健康な食生活に関する意識が高まっていくことが窺えます。

3食すべてで野菜を食べる日が週4日以上ある人の割合の推移 (H29-R2年比)



(4) 肥満傾向にある子どもの割合

生活習慣病と食品（栄養素）の摂取には関連があり、幼児期及び学童期から適正な質と量の食事を摂取することや食品の選択する力をつけることが必要となります。中でも、子どもの肥満は、将来の生活習慣病につながるものが多くあるため、注意が必要です。

① 幼児期（3歳6か月児）

幼児期は、3歳6か月児を対象とした健診の結果から、肥満割合のデータを集計しました。肥満傾向（※4）にある3歳6か月児の割合は、平成28年度から6%前後で推移しています。また、「やや太りすぎ」及び「太りすぎ」の児の割合を見ると、2%前後で推移していることが分かります。

※4 肥満傾向：肥満度分類で「太りすぎ」（肥満度15%以上～20%未満）、「やや太りすぎ」（肥満度20%以上～30%未満）、「太りすぎ」（肥満度30%以上）に該当している

		H28年度	R1年度	R3年度
	やせ	3人	2人	5人
	やせすぎ	0.3%	0.2%	0.5%
	ふつう	884人	779人	974人
		93.3%	93.6%	93.5%
	肥満傾向	60人	51人	63人
		6.3%	6.1%	6.0%
内訳	太りすぎ	39人	34人	40人
		4.1%	4.1%	3.8%
	やや太りすぎ	21人	17人	23人
	太りすぎ	2.2%	2.0%	2.2%
合計		947人	832人	1,042人

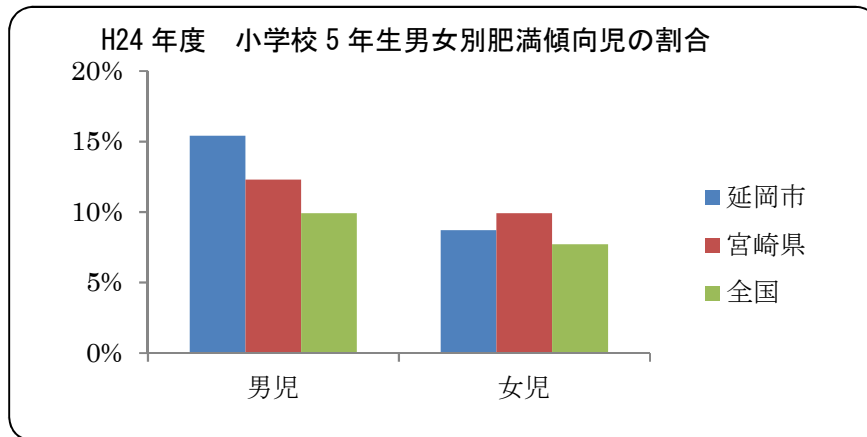
資料：H28～R3年度母子保健事業報告

② 学童期（小学5年生）

学童期は、小学校で行われる身体測定の結果から、全国、県と比較できる小学5年生のデータを集計しました。

肥満傾向児（※5）を全国及び県と比較すると、男女ともに全国平均より割合が高いことが分かります。また、3歳6か月児と小学5年生では、小学5年生の方が肥満度が高い児童の割合が多いことが分かります。

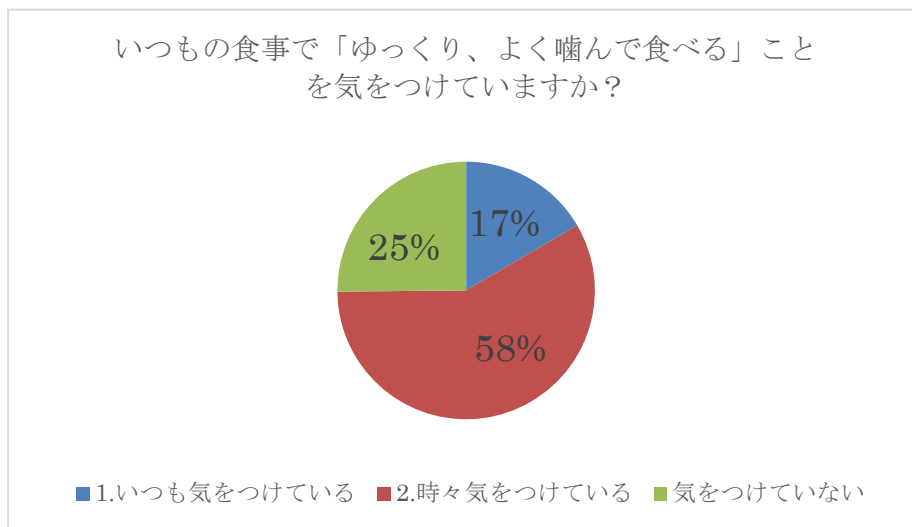
※5 肥満傾向児：肥満度20%以上の児童



資料：延岡市健康増進計画（第2次 健康のべおか 21）

（5）「ゆっくり、よく噛んで食べる」ことを意識している人の割合

いつもの食事で「ゆっくり、よく噛んで食べる」ことについて、25%の人が「気をつけていない」と回答しており、「いつも気をつけている」と回答した人の割合17%を上回っています。早食いは満腹感を得られにくく食べ過ぎにより肥満につながることから、よく噛んでゆっくり食べる生活習慣の定着が求められます。



資料：令和3年度 「食育に関するアンケート」

4 延岡市の農林水産業の概要

(1) 生産状況

① 農業

本市の農業出荷額は、令和2年度（2020年度）に約65億円で、宮崎県全体の1.96%となっています。産出額の構成は、令和2年度で耕種が52.2%、畜産が47.5%となっています。

このうち、耕種部門では米が25.7%、野菜が12.1%、果実が10%を占め、畜産部門では鶏が44%、豚が11.7%、牛が44.3%を占めています。

また平成30年度と令和2年度を比較すると、耕種部門では米の生産額が9.4%減少しましたが、果実の生産額が88%増加しています。一方、畜産部門では牛の産出額が12%、豚の産出額が41%減少しているのに対し、鶏の産出額が223.8%と大きく増加しています。

単位： 1000万円

年度		H30	H31	R2
農業産出額(推計)		632	681	650
①+②+③				
耕種	①	359	358	339
米		96	92	87
いも類		1	1	1
野菜		53	40	41
果実		18	32	34
花き		174	176	159
工芸農作物		8	7	6
茶		5	5	4
その他農作物		9	11	x(※)
畜産	②	270	320	309
肉用牛		161	144	130
乳用牛		6	7	7
生乳		5	7	7
豚		61	36	36
鶏		42	133	136
鶏卵		7	5	5
ブロイラー		35	128	131
その他畜産物		0	0	0
加工農産物	③	3	3	2

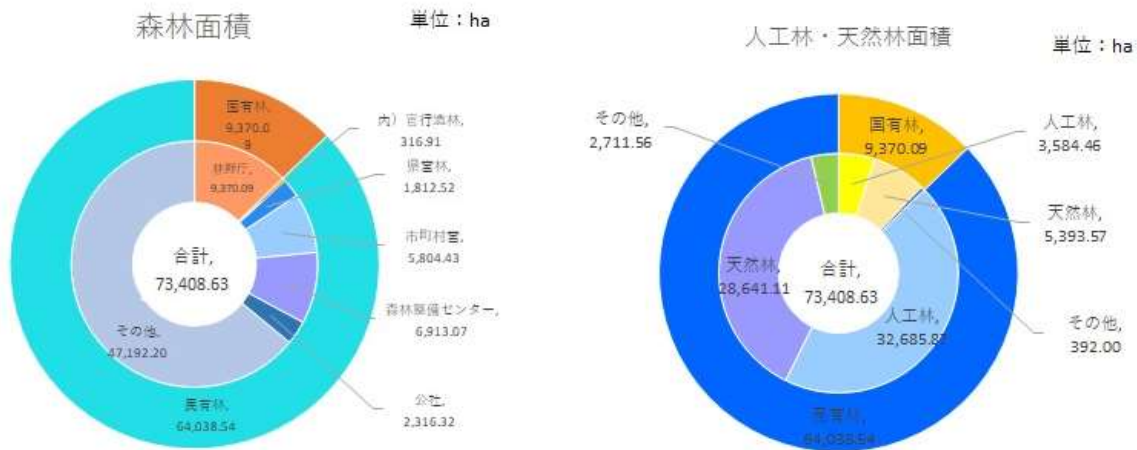
※ x：個人または法人その他団体の秘密保護のため非公開

資料：農林水産省「令和2年市町村別農業産出額（推計）」

② 林業

本市の森林面積は73,408.6haで、市域の84.6%を占めています。このうち64,038ha（86.8%）が民有林で、民有林のうち県・市営林を除く56,422ha（全森林の76.9%）が私有林等となっています。

また、民有林のうち約半分の32,685ha（51%）がスギ・ヒノキ等の人工林となっています。



資料：宮崎県「林業統計要覧（令和4年3月）」

中山間地域では、豊富な森林資源を生かし、しいたけ、たけのこの等の特用林産物（山で生産される木材以外のもの）が生産され、貴重な収入源となっています。

延岡市の特用林産物生産量

項目	令和2年度実績 (t)	県全体	割合
乾しいたけ生産量	24	400	6%
たけのこ生産量	73	377	19%

資料：宮崎県「林業統計要覧（令和4年3月）」

③ 漁業

九州でも有数の水揚げ量を誇る本市の水産業は、水揚げされる魚のほとんどが、各漁港の産地市場から、県内外の消費地市場や水産加工向け原料、養殖魚の餌料として出荷されるほか、一部が市内の鮮魚店やスーパー等で販売されています。ひむか本サバ、北浦灘アジ、宮崎一口あわびなど宮崎県の認証ブランドとして指定を受けているものがある一方で、最近では、しまうら真鯛、へべすブリ、ほろ酔いカンパチ、五ヶ瀬ぶどう桜舞カンパチ等プライベートブランドとして、付加価値をつけて販売している漁業者も出てきています。

水産加工業については、島野浦地区においてはイワシ・アジ類の丸干し、サバなどの節類やあげみ等の生産、土々呂地区においてはチリメンや丸干し類、方財地区においてはチリメン、北浦地区においては丸干しを中心に生産されています。また、養殖魚やメヒカリの加工等を実施する業者も年々増加しています。

延岡市の魚種別漁獲量

延岡市の主な魚種別漁獲量

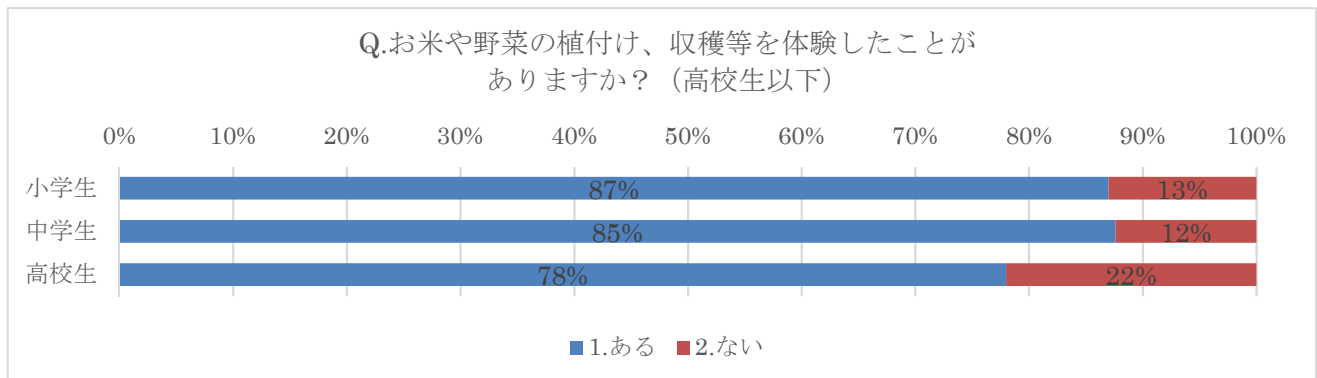
漁業区分	主な漁法	魚種	漁獲量 (t)	備考
漁船漁業	まき網	ウルメイワシ	20,521	主に北浦・島浦地区で漁獲
	まき網	マイワシ	10,125	
	まき網	カタクチイワシ	1,828	
	船曳網	シラス	464	
	まき網	ムロアジ類	2,126	
	まき網	マアジ	3,880	
	まき網	サバ類(マサバ・ゴマサバ)	13,679	活魚を含む
	まき網	ソウダガツオ類	171	
	深海底曳網	メヒカリ(アオメツ)	338	
海面養殖業	—	ブリ、カハチ、カハ、マアジ、シマアジ、マダイ、イシダイ、その他魚類、真珠母貝の計	5,349	ブリ：44.6% カンパチ：23.4% マダイ：25.4%
内水面漁業	—	アユ	15	五ヶ瀬川、大瀬川、祝子川、北川合計

資料：漁船漁業・海面養殖業・・・令和3年版 延岡市水産要覧

内水面漁業・・・宮崎県内水面採捕実績調査

(2) 農業体験について

高校生以下の児童において、今までに米や野菜の植えつけや収穫等の農業体験をしたことがある人の割合は約80%となり、一定の定着が認められます。



資料：延岡市「令和3年度 食育に関するアンケート」

5 食の選択

(1) 食品購入時の意識

食品を購入する際、「原産地や製造者を意識している」と答えた人の割合は「いつも意識している」「時々意識している」と回答した人の割合は55.9%となっており、半数以上の人産地を気にかけていることが分かります。一方、「産地が明記されていないので、意識しようがない」という意見もあり、せっかく地場産物を使っている、消費者には伝わらないこともあるので、飲食店で使用している地場産物に関する情報発信が必要です。

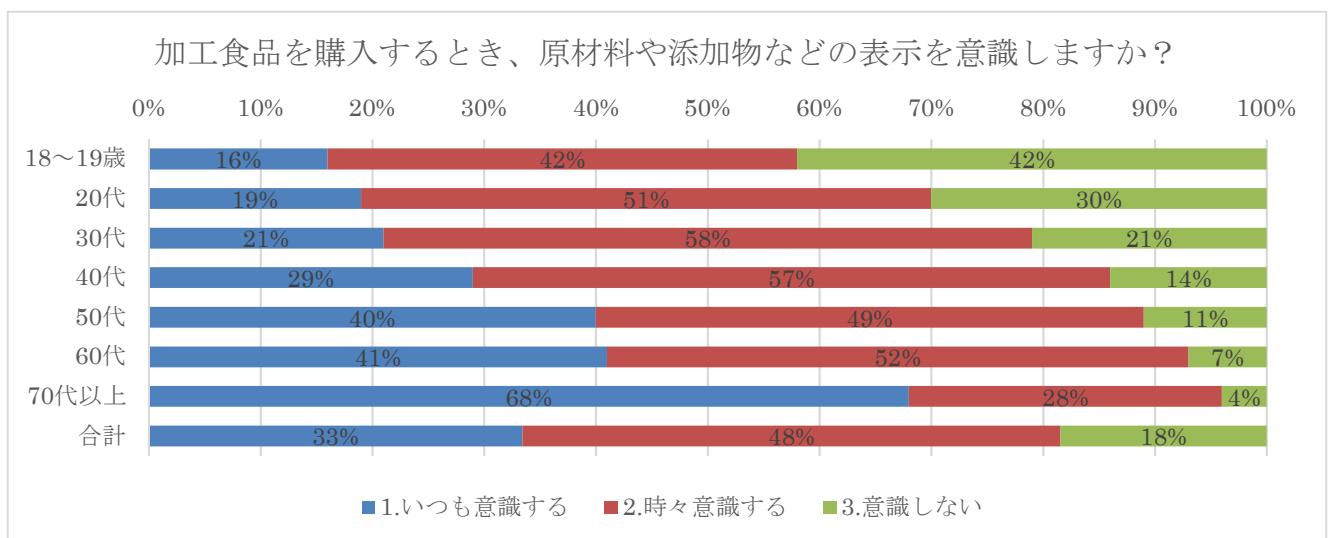
食品を購入するとき、原産地や製造者を意識しますか？



資料：延岡市「令和3年度 食育に関するアンケート」

加工食品購入時の原材料や添加物などの表示への意識については、「時々～いつも意識する」と回答した人の割合が、年齢が上がるにつれて高くなっており、特に70代以上では「いつも意識する」と回答した人の割合が60%を超えています。

食の安全・安心への意識の高まりを背景として新たな地元産農林水産物を使った商品開発や販売戦略を実施することで地元産の食材購入につながる考えられます。

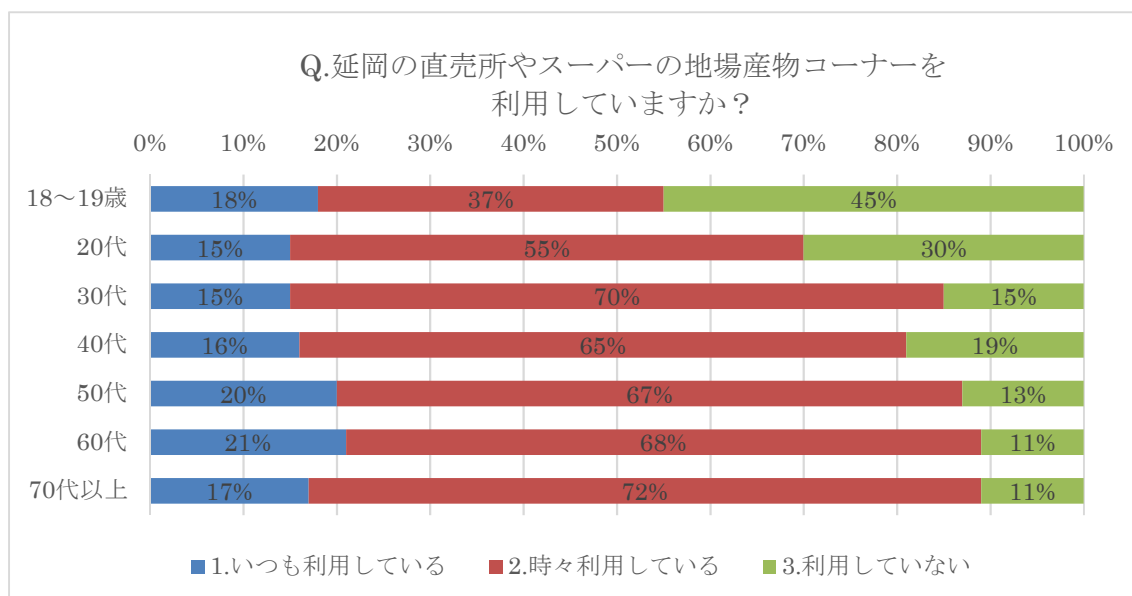


資料：延岡市「令和3年度 食育に関するアンケート」

(2) 地場産物の利用状況

直売所やスーパー等の地場産物コーナーの利用状況については、「時々～いつも利用する」と回答した人の割合が、10歳代を除き全ての世代において約70%以上と高くなっています。

しかし、特に40歳代以下の若い世代において、「利用しない」と回答した人が一定数いることから、各種イベント等で地場産物の良さを周知し、地場産物の消費拡大を図る必要があります。



資料：延岡市「令和3年度 食育に関するアンケート」

延岡市の「食」をめぐる現状まとめ（市民に対するアンケート調査より）

1 食育に関する意識

- ▶食育の言葉も意味も知っている人の割合は約 71%であり、特に若い世代が意味を知らない傾向にある。
- ▶食育に関心がある人の割合は約 88%であり、前回の調査結果 84%から 4%の上昇にとどまっている

2 食生活の状況

- ▶朝食を食べない理由は、「食べる時間がない」「食欲がない」が多い。
- ▶外食や中食は、ほとんどの人が利用している。
- ▶朝食や夕食を 1 人で食べる「孤食」の割合は、学年が上がるにつれ高くなっている傾向にある。
- ▶食べ残しを減らす努力をしている人の割合は、小中学生では低くなっている。
- ▶食事前後のあいさつを必ずしている人の割合は、年齢が上がるにつれて低くなっている。

3 健康・栄養面への意識

- ▶食品を購入する際に食品成分表示の塩分量を確認しない人は、全体の約半数にのぼる。
- ▶肥満傾向にある子どもの割合は、男女ともに全国平均より高い。
- ▶約 66%の市民が、週に 4 日以上 3 食全てで野菜を食べている一方、約 12%の市民がほとんど野菜を食べないと回答している。
- ▶いつもの食事で「ゆっくり、よく噛んで食べる」ことについて、「気をつけていない」と回答した人の割合は 25%で、「いつも気をつけている」と回答した人の割合 17%を上回っている。

4 農林水産業の概要

- ▶これまでに農業体験をしたことがある人の割合は、小中学生で 80%を超えており一定の定着が認められる。

5 食の選択

- ▶食品購入時、約 56%の人が原産地・製造者について気にかけている。
- ▶加工食品購入時に原材料や添加物などの表示を意識する人の割合は、年齢が上がるほど高い。
- ▶直売所やスーパーの地場産物コーナーを利用する人の割合は、年齢が上がるほど高い。

令和3年度 食育に関するアンケートの概要

1. 調査目的

市民の食生活や食育に対する意識等の現状を把握し、延岡市食育・地産地消推進計画の作成に生かす。

2. 調査対象者及び回収結果

アンケートの種類	対象者	配布数	回収数	回収率
未就学児 保護者用	全公立保育所(3歳児保護者)	90	88	98%
	西階幼稚園	95	90	95%
小中高生用	岡富小学校、延岡小学校 (5年生)	160	160	100%
	岡富中学校(2年生)	150	150	100%
	延岡工業高校(2年生)	80	80	100%
一般用	九州保健福祉大学	100	70	70%
	市内事業所	50	45	90%
	高齢者	70	60	86%
	合計	795	743	93%

3. 調査時期

令和3年11月26日(金)～令和3年12月17日(金)

4. 調査方法

関係課を通じて各機関へアンケート用紙を配布し、調査を依頼。
調査期間終了後、各機関で集約したアンケート用紙を回収・集計。

令和2年度 健康長寿の取り組みアンケート調査の概要

1. 調査目的

「健康長寿のまちづくり市民運動」の活動の成果と現状を分析する。

2. 調査対象者及び回収結果

年代	回答者数	男	女	不明	構成比	市内人口 (R2.8.1時)	構成比	回答率/ 各世代の人口
18-29歳	578	264	312	2	2.0%	11,614	11.3%	5.0%
30代	1,798	679	1,114	5	6.2%	11,778	11.5%	15.3%
40代	2,890	1,279	1,604	7	9.9%	15,151	14.7%	19.1%
50代	3,691	1,566	2,111	14	12.7%	14,568	14.2%	25.3%
60代	7,158	3,235	3,913	10	24.6%	18,306	17.8%	39.1%
70代	7,867	3,517	4,322	28	27.1%	16,892	16.4%	46.6%
80代	4,241	1,725	2,454	62	14.6%	11,255	11.0%	37.7%
90歳以上	550	186	352	12	1.9%	3,221	3.1%	17.1%
年代不明	304			37	1.0%			
合計	29,077	12,451	16,182	168		102,785		28.3%

性別	回答者数	構成比
男性	12,451	42.8%
女性	16,182	55.7%
性別不明	444	1.5%
合計	29,077	

アンケート結果は、単純な集計だと回答の傾向が高齢者に偏ってしまうため、年代・性別の偏りをR2.8.1時点の延岡市の人口の比率に調整した数値となっている。

3. 調査時期

令和2年6月1日 ～ 7月31日

4. 調査方法

広報のべおか6月号と同梱する形で、市内390の各区長（自治会長）に対し、アンケート用紙を送付して調査を依頼。

各区での調査の手法は任意だが、広報や回覧板に挟んでアンケート用紙を配布し、後日役員等が回収して提出する方法が主となっている。

第3章 食育・地産地消推進計画の基本的な考え方

1 基本目標（スローガン）

本市の食育・地産地消の更なる推進を図るため、本計画の基本目標（スローガン）を次のとおり定めます。

～ うまいと作って うまいと食べて いきいきのべおか ～

「うまい」には、「おいしい」「上手」という意味がありますが、本計画では、以下の意味も込めて基本目標としました。

「うまいと作って」・・・①地場産物を取り入れたり、栄養バランスを考えた食事を作って
・・・②新鮮かつ安全・安心な地場産物を生産・加工・販売して
・・・③必要なものを必要なだけ作って 等

「うまいと食べて」・・・①「いただきます」「ごちそうさま」の挨拶をして
・・・②栄養バランスのとれた食事をして
・・・③食べ物に感謝して残さず食べて
・・・④適切な知識を持って食べ物を選んで
・・・⑤家庭や地域で食卓を囲み、楽しく食べて 等

2 基本的視点

食育の推進にあたっては、以下の3つの視点に立ち、様々な施策を展開することとします。

(1) いのちに感謝する心を育む食育

現代社会では、食の生産現場と消費者の距離が遠くなっており、自然の恩恵や食という行為が動植物のいのちを受け継ぐことであること、また、私たちの食生活が生産者を始め多くの人々に支えられていることが実感しにくくなっています。

また、流通技術の発達等により、たくさんの食べ物が容易に手に入るようになった一方、大量の食品廃棄（フードロス）が発生しています。このことは、食を生み出す自然に対しても大きな負担を与えることにつながります。

そのため、食育の各種活動を通じて、市民一人一人が食に対して感謝の念や理解を深めるよう、「いのちに感謝する心を育む食育」を推進します。

(2) 市民の元気を育む食育

食は、私たちが生きていくために欠かせないもので、私たちが健康な生活を送るには、健全な食生活を実践することが重要です。このことは、子どもだけでなく、あらゆる世代において共通しています。

このため、性別や世代を問わず市民一人一人が、食育を自らの問題として認識し、生涯にわたって健康で豊かな心身を育むことができるよう、「市民の元気を育む食育」を推進します。

(3) 多彩な産業の元気を育む食育

地産地消を推進するためにも、食を生み出す農林水産業はもとより、商工業や観光業等、本市の多彩な各産業が、食育の推進をきっかけとして互いに連携し、全体の活性化に繋がるよう、「多彩な産業の元気を育む食育」を推進します。

「持続可能な開発目標 (SDGs)」について

2015年(平成27年)9月の国連サミットで採択された「持続可能な開発目標 (SDGs)」は、17の持続可能な目標と169のターゲットで構成されており、「誰一人取り残さない」持続可能な社会の実現を目指すものです。

17の目標のうち、「2 飢餓をゼロに」「3 すべての人に健康と福祉を」「4 質の高い教育をみんなに」「12 つくる責任 使う責任」等の目標は、食育と関係が深く、食育・地産地消の推進はSDGsの達成に貢献すると考えられます。

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

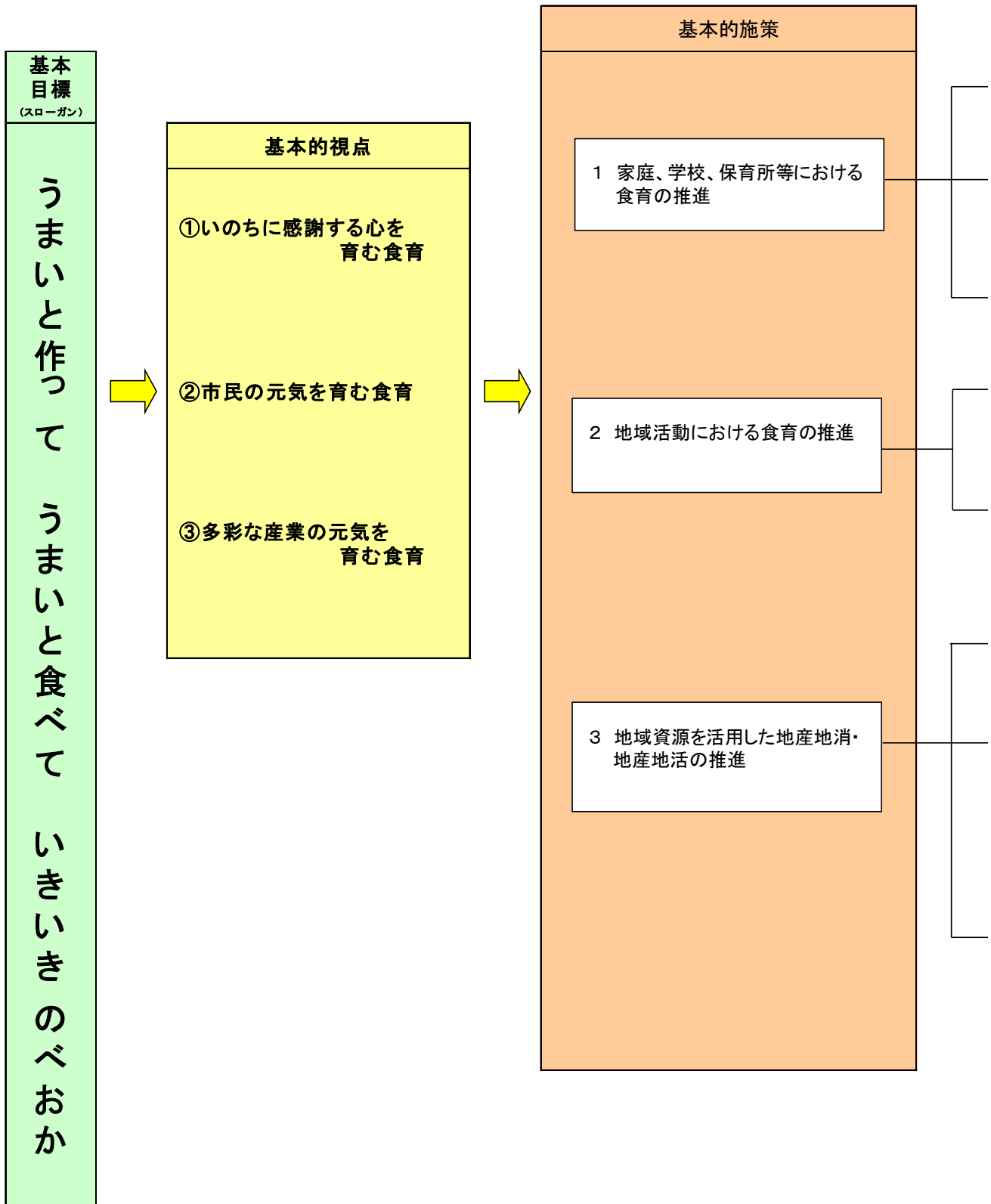


3 基本的施策

本計画の基本目標「うまいと作って うまいと食べて いきいきのべおか」の実現を図るため、次の3つを基本的施策とします。

- 1 : 家庭、学校、保育所等における食育の推進
- 2 : 地域活動における食育の推進
- 3 : 地域資源を活用した地産地消・地産地活の推進

4 施策の体系



具体的施策

(1) 家庭における食育の推進	<ul style="list-style-type: none"> ① 基本的な生活習慣の確立 ② 望ましい食習慣の習得 ③ 市民に提案する実践項目内容
(2) 学校における食育の推進	<ul style="list-style-type: none"> ① 学校教育活動全体を通じた指導体制の充実 ② 食に関する指導の充実 ③ 食に関する体験活動(食農体験活動)の充実 ④ 家庭・地域との連携の推進
(3) 保育所等における食育の推進	<ul style="list-style-type: none"> ① 体験活動による食育の推進 ② 家庭・地域と連携した食育の推進
(1) 食生活改善活動の推進	<ul style="list-style-type: none"> ① 食に関わる学習会や調理講習会による食育の普及 ② 食生活改善のための取り組み
(2) 体験活動の推進	<ul style="list-style-type: none"> ① 体験活動の充実 ② 生産者や農業団体等による食農教育の推進 ③ 食文化の継承と活用
(1) 地産地消・地産地活の理解の促進	<ul style="list-style-type: none"> ① 各種イベントにおける普及・啓発 ② 地場産物の情報提供 ③ 多様な広報媒体を活用した普及活動
(2) 地場産物の活用	<ul style="list-style-type: none"> ① 地場産物の活用促進 ② 6次産業化・農商工連携の推進 ③ 学校給食における地場産物利用の推進 ④ 飲食店における地場産物利用の推進 ⑤ 食事提供事業所(飲食店以外)における地場産物利用の推進
(3) 環境の保全	<ul style="list-style-type: none"> ① 食を生み出す自然環境保全の推進 ② 食品廃棄物の抑制 ③ 食品廃棄物の再利用

第4章 食育・地産地消の推進に関する施策

基本的施策

1 家庭、学校、保育所等における食育の推進

食育はあらゆる世代に必要なものですが、とりわけ子どもたちに対する食育は、心身の成長及び人格の形成に大きな影響を及ぼすものであり、乳幼児期や学童期は、食べることの基本を身につける大変重要な時期です。

近年、核家族や共働きの家庭が増えるなど、社会環境の変化や生活習慣の多様化により、家庭等で「食」を共有する機会が減り、食に対する意識の希薄化が進んでいます。

子どもたちが食の大切さや楽しさを実感できる環境づくりを進めるとともに、望ましい食習慣を身につけられるよう、家庭、学校、保育所等が連携して取り組む必要があります。

具体的施策

(1) 家庭における食育の推進

①基本的な生活習慣の形成

家族で楽しく食卓を囲み、食事などを通じてコミュニケーションを図りながら、「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつや箸の持ち方など、食事のマナーや望ましい食習慣、食に対する感謝の気持ちを学ぶことが大切です。「家庭の日」の「共食」については、文部科学省の提唱する「早寝、早起き、朝ご飯」運動に連動しているとされており、すでに、全国的にも周知されてきていますので、「早寝、早起き、朝ご飯」運動と「家庭の日」を連携させて食育を推進していくことが必要です。

そのために、より多くの家庭が家庭教育学級などの研修会へ参加できるようにする工夫や、PTA及び青少年指導員による街頭での「家庭の日」の啓発活動などを地道に行っていくほか、研修会での食育についての魅力ある学習プログラムの提供などに努めます。

②望ましい食習慣の習得

望ましい食習慣の習得は、幼少期からの家庭での取り組みによるところが大きいいため、乳幼児健診等における保護者への保健指導等の機会を通して、啓発活動を行います。また、生涯を通しての生活習慣病の予防のためにも、栄養指導を充実します。

③市民に提案する実践項目内容

健康寿命の延伸とQOL（生活の質）の向上を目指して、一人一人が普段の生活の中で心がけたい具体的な実践項目を提案します。

(1) 規則正しい生活リズムの定着

- ▶「早寝、早起き、朝ご飯」の実践をしよう。
- ▶食後や寝る前は、歯を磨こう。

(2)食に対する意識の向上

- ▶バランスのとれた食事をとろう。
- ▶よく噛んでゆっくり食べよう。
- ▶肥満予防やエコ生活のために食事の適正量を知ろう。
- ▶生活習慣病予防のための食の知識を持とう。
- ▶食材を買い過ぎたり、料理を作り過ぎたりしないで、食品ロスを減らそう。

(3)楽しい食体験の推進

- ▶1日1回以上は、家族揃って食事をしよう。
- ▶テレビを消して、家族の団らんの時間を楽しもう。
- ▶買い物、料理等、食に関わる様々な体験をしよう。

(4)食に関する感謝の気持ちの実践

- ▶「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしよう。
- ▶食べ残しをしないようにしよう。

(5)食事マナーの継承

- ▶マナーや食文化を継承しよう。

(6)地産地消の推進

- ▶地場産物を取り入れた食事作りをしよう。
- ▶家庭での野菜栽培や農林漁業体験活動に参加しよう。
- ▶地産地消関係のイベントに参加しよう。

(2) 学校における食育の推進

①学校教育活動を通じた指導体制の充実

学習指導要領や地域の実態に応じた食の指導に関する計画を各学校で定め、学校の教育活動全体を通じた組織的・計画的な食育の推進を図ります。

②食に関する指導の充実

給食の時間の指導のほか、各教科、道徳科、特別活動及び総合的な学習の時間等を通して、望ましい食習慣や健康な生活と発育・発達に与える食事の影響等について、正しい理解や判断力を養い、主体的に実践しようとする意欲の向上を図ります。

また、学級担任や栄養教諭、学校栄養職員等が相互の連携を深め、学級活動等における食に関する指導や専門的な立場からの個別的な相談・指導の充実に努めます。

③食に関する体験活動（食農体験活動）の充実

地元の農林漁業者や企業等と連携し、各学校の実態に応じた特色ある体験活動（玉ネギの栽培、田植え・稲刈りなど）を通して、食に対する理解と感謝の気持ちを育むとともに、食を大切に、楽しむことのできる広い社会的視野を育てる活動を推進します。

④家庭・地域との連携の推進

給食だより等を通して、家庭での食育の重要性や適切な栄養管理に関する知識等の啓発に努め、家庭における正しい食事や望ましい食習慣の確立に向けた家庭との連携を推進します。

(3) 保育所等における食育の推進

①体験活動による食育の推進

作物の栽培、収穫等の農業体験や料理づくり体験などにより、食材や食への関心を高め、いのちの大切さに気づかせるとともに、食材を届けてくれる人や調理をする人へ感謝する心を育みます。友だちと一緒に、おいしく楽しく食べる機会をつくり、人との関わりを広げ「生きる力」の基礎を培います。

②家庭、地域と連携した食育の推進

家庭との連携のもとに望ましい食習慣・基本的な生活習慣の確立を推進します。地域の子育て家庭への食に関する相談や情報提供の充実に努め、子どもの成長、発達段階に応じた食育を推進します。保育参観や地域への子育て支援を通して保護者の食に関する意識を高め、情報提供（給食だより・子育て通信等）を推進します。

基本的施策

2 地域活動における食育の推進

食育は、あらゆる機会とあらゆる場所を利用して、自ら実践することでより理解が深められると言えます。

望ましい食生活への改善を行うことで、心身の健康が増進されたことを実感し、更に食育に関する関心が高まることが期待されます。

また、本市は延岡発祥チキン南蛮を始めとした多くの郷土料理を有しています。これらの魅力ある郷土料理にまつわる歴史や素晴らしさを多くの市民が共有するとともに、東九州バスク化構想による食のイベントの開催等の活動を通じて郷土の食文化を継承し、活用していくことが必要です。

そのためには、地域へ働きかけができる人材の育成と活動の場をどのように提供していくのが課題となります。

その課題を解決していくことで、市民の「食」に対する意識を高め、より実効性のある食育を推進します。

具体的施策

(1) 食生活改善活動の推進

①食に関わる学習会や調理講習会による食育の普及

管理栄養士や保健師等専門職による健康学習会の実施や、食生活改善推進員による調理講習会等を通じて、正しい食生活や生活習慣、食育等の普及を行います。

②食生活改善のための取り組み

【健康長寿のまちづくり市民運動】

(1) 毎月6日はのべおか減塩の日

食生活を改善する取り組みとして、1日の塩分摂取量を6グラム未満とすることを目指す取り組みを行います。

(2) よく噛んでゆっくり食べる

上記の市民運動の取り組みとして、早食いをせず、よく噛んでゆっくり食べる生活習慣の定着を目指した取り組みを行います。

(2) 体験活動の推進

①体験活動の充実

(1) 地域の特性を活かした自然体験活動の推進

海、山、川と自然が豊かな延岡の特性や地域の人材を活かしたイベント等により、市民が延岡の良さを理解し、自然に親しみを持ち、命や自然に感動する心を養います。また、市内の児童を対象に、農林漁業体験活動や自然体験活動を通じて自主性・協調性・創造性を育み、たくましく生きる力を育成することを目指す「はらはらわくわくふるさと体験隊」等の活動では、地産地消や伝統食の推進など幅広い体験活動への支援を目指します。

(2) 自然体験活動から食育へ

農林漁業体験に加え、農産物等を自らが栽培・収穫し、調理して、友だちや家族と一緒に食べるという「(栽培・収穫)-(調理)-(食べる)サイクル」を参加者に促し生きる力を育みます。また、食に関する様々な経験を重ねることで、地産地消への理解を深め、地場産物への親しみや、いのちに感謝する心を育む食育を推進します。

(3) 料理教室の実施や郷土料理に関する学習会の推進

市民が、食への関心を高め、健康で心豊かな生活ができるようにするため、成人講座や東九州バスカ化構想の取組みなどにおいて、地域の料理人や生産者を講師にした料理教室や、郷土料理を作る技術を伝える学習会を実施します。また、地域のお祭りやイベント等において、郷土食を始めとした「食」の発信に努めます。

(4) 農産加工実習の実施

JA 延岡の加工研修施設等にて、みそ作りを始めとした農産物の加工に関する講習会を開催します。市民の農産加工への理解を深めるため、受講者の拡大に努めます。

(5) 魚の捌き方教室の実施

子どもたちを対象に、魚の捌き方や簡単な干し物づくり教室等を開催し、子どもへの魚食の普及を推進します。

(6) 生産者と消費者の交流会や体験活動の推進

生産者や関係団体による協力のもと、市民や子どもたちを対象として、米づくりや玉ネギづくり、ブルーツーリズムを始めとした漁業体験、加工体験等、様々な農林漁業体験活動を推進します。また、現在、市では農家民泊の受入体制の強化を図っており、今後も農家・漁家民泊の取り組みを推進していきます。農家・漁家民泊における農林漁業体験や受け入れ

家庭との交流を通して、農林水産業の大切さや役割、郷土の温かさを知ってもらい、改めて「食」について考える意識の醸成を図ります。

(7) 地域における共食の場の充実

こども食堂のように、地域において子どもから高齢者まで多様な人たちが集い、ともに食事ができる場を提供する団体への支援を行います。地域の人たちが一緒に食事をすることで、孤食の解消をめざすとともに、子どもの居場所づくり、地域コミュニティの醸成等を図ります。

②生産者や農業団体等による食農教育の推進

地元食材を活用した食農教育など、生産者や農林水産業団体等による自主的な活動を支援します。

③食文化の継承と活用

児童・生徒を含む多くの市民が、郷土への愛着と誇りを高めるとともに、次世代への食文化の継承を図るため、各種イベント等において、郷土料理の発信に努めます。

基本的施策

3 地域資源を活用した地産地消・地産地活の推進

本市は、恵まれた自然環境のもとで育まれた豊富な農林水産物があり、「道の駅」を始めとする市内各地の直売所では、地元農林水産業者が生産する野菜や魚、加工品等が出品され、新鮮でおいしい食材が手軽に手に入る環境にあります。そこで本市では、その地域でとれた農林水産物を地元で食する「地産地消」にとどまらず、食関連産業の人材育成や経営基盤の強化、さらには、観光の産業化や農林水産業の成長産業化などの相乗効果を及ぼし、地域経済の好循環を生み出すため、食材や人材などの地域資源の魅力を高めることを意味する「地産地活」を目指します。

具体的施策

(1) 地産地消・地産地活の理解の促進

①各種イベントにおける普及・啓発

各種イベントにおいて、市民を始め多くの来場者に対し、延岡市のおもてなしの精神である「おせったい」の心で、新鮮かつ安全・安心な魅力ある地場産物を提供する販売等を促進し、地場産物の利用拡大を図ります。また、各種イベントの開催時に食育の啓発を行い、市民の食育への理解促進に努めます。

②地場産物の情報提供

東九州バス化構想の取組みも含め、イベント時に地場産物の試食会を開くほか、レシピや旬の情報等を提供することで周知を図り、また、料理教室等を通して地場産物を日常の食事に取り入れるよう啓発し、消費の拡大を図ります。

③多様な広報媒体を活用した普及活動

消費者、生産者、食品関連事業者等、日本の「食」を支えるあらゆる人々が一体となって、考え、議論し、行動する国民運動「ニッポンフードシフト」が広がるよう、市としても広報などを活用した効果的な普及に努めます。

(MEMO)

・国民運動「ニッポンフードシフト」

令和3年度より農林水産省が推進している、国産の農林水産物や有機農産物の積極的な選択に向けた行動変容に繋がることを目指し、生産者団体や食品関連事業者と連携した官民協働による取組です。

(公式 web サイト) <https://nippon-food-shift.maff.go.jp>

(2) 地場産物の活用

①地場産物の活用促進

加工品を含む地場産物や市内の農林水産物を使ったレシピを市ホームページ上に掲載し、また地場産物の情報等を発信することで、安全・安心な地場産物の活用を促進します。

②6次産業化・農商工連携の推進

6次産業化・農商工連携を推進するため、商品開発や販売促進活動の支援、情報提供や売向上に向けた専門家による相談会等により、新たな顧客獲得に向けた取り組みを支援します。

③学校給食における地場産物利用の推進

学校給食に地場産物を使用し、学校給食を「生きた教材」として活用することは、子ども達が、食材を通してそれらの生産等に携わる人々の努力を知り、食への感謝の念を育む上で重要であることから、関係者・関係団体と連携し、地場産物の学校給食への活用を促進します。

④飲食店における地場産物利用の推進

この地域で生み出されるここにしかない味わいを、地域内外の多くの人たちに楽しんでもらうとともに、優れた料理人や生産者という人材を磨き上げ、「地産地活」の取り組みと連動し、生産者と料理人の連携等による地場産物の利用・消費の拡大を推進します。

⑤食事提供事業所（飲食店以外）における地場産物利用の推進

市内の農家と加工業者と連携し、飲食店以外の食事提供事業所（病院、ホテル、福祉施設、保育所等）における地場産物の利用を推進します。

(3) 環境の保全

①食を生み出す自然環境保全の推進

本市には、日豊海岸国定公園・祖母傾国定公園・五ヶ瀬川水系等に代表される豊かな自然があり、海・山・川が織りなす営みの中で、多彩な食が生み出されています。こうした恵まれた環境を守るため、農林漁業の生産現場である圃場や漁場、そしてそこに生息する動植物の生態系に配慮した、環境にやさしい生産活動を推進します。

②食品廃棄物の抑制

農林漁業体験や料理教室等の各種活動を通して、食べ物に対する感謝の念や理解を深めることにより、食べ残しや調理くず等の食品廃棄物削減に対する意識の醸成を図ります。

③食品廃棄物の再利用

給食や小売店、施設等から排出される食品廃棄物について、(株)延岡地区有機肥料センターでの肥料化を促進します。

数値目標一覧

項 目		基準値 (R3 年度)	目標値 (R9 年度)
1. 毎朝朝食を食べる人の割合	未就学児	96%	100%
	小学生	85%	95%以上
	中学生	71%	85%以上
	高校生	69%	85%以上
	一般市民	54%	80%以上
2. 食事前後の あいさつをする人の割合	未就学児	71%	90%以上
	小学生	90%	100%
	中学生	85%	90%以上
	高校生	80%	90%以上
	一般市民	55%	75%以上
3. 減塩や野菜を多く食べることを意識している若い世代の割合	20歳代 ～ 30歳代	55.7%	80%以上
4. 食生活改善推進員による講習会の実施		回数 50回 延参加者 842人	事業の継続
5. 肥満傾向にある子どもの割合 (小学5年生)		(H24 年度) 男児 15.4% 女児 8.7%	減少傾向へ
6. 「ゆっくり、よく噛んで食べる」をいつも意識している人の割合 (小中学生含む)		17%	20%以上
7. 地場産物 (直売所等) を利用している人の割合 <一般市民>		83%	85%以上
8. 食育の言葉も意味も知っている人の割合 <一般市民>		77%	85%以上
9. 食育に関心のある人の割合<一般市民>		88%	90%以上
10. 農林漁業体験を実施する小学校・中学校数		(R2 年度) 23校	25校以上
11. 学校給食における地場産物の使用割合 (食材数ベース)		(H28 年度) 37.6%	50%以上
12. 食品購入時に原産地や製造者、食品表示を意識する人の割合<一般市民>		55.9%	70%以上

※ 項目1, 2, 3, 6, 7, 8, 9, 12の基準値

・・・延岡市「令和3年度 食育に関するアンケート」より



チキなん番長



やっば宮崎、地どれが一番!

旬 (しゅん)



減塩大使 のぼるくん