

第3章 基本理念と基本目標

1 基本理念「たのしく食べて 楽しく知る」

食は生きていくための源であり、健康で豊かな人生を送るために最も重要なことです。

次世代を担う子どもたちが「食」への感謝の心を養い、健全な食生活を送れるように、また、子どもからお年寄りまで全ての町民が健康で元気に暮らせるよう、家庭や地域などで食育を進め、「食」を大切にする心を育みます。

町民一人ひとりが、楽しく食べることを通じて「食」について学び、楽しく学び体験することで「食」について知ることができるよう、町民みんなで食育を進めます。

2 基本目標

(1) 家族やみんなの元気づくり～食べることは知ること～

- ▶ みんなが食事や健康に関する正しい知識を身につけることができるよう、乳幼児期から食育を進めます。
- ▶ 健康維持や病気にならないために、食生活の改善など生活習慣を見直すことで健康寿命の延伸につなげます。

(2) 活力ある地域づくり～食べることは楽しむこと～

- ▶ 生産者と消費者の「顔の見える関係」により、音更産の農畜産物を知ってもらい、地産地消に対する理解を深めます。
- ▶ 農作業体験等を通じ、食料の生産から消費等に至るまでの食の循環について、感謝や理解を深めます。
- ▶ 「食」を学ぶことで「食」への感謝や「食」を楽しむ心、食べ物を大切に、「もったいない」の心を育みます。

(3) 町民みんなでつくる食文化の形成～知るとは楽しむこと～

- ▶ 地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等の和食文化を次世代に継承します。
- ▶ 「新たな日常」の中で高まる食への関心を、食生活を見つめ直す機会と捉えて、食品の安全性や栄養等に関する情報提供を行います。

第4章 計画体系と施策の展開

1 計画体系

基本目標 1

家族やみんなの元気づくり ～食べることは知ること～

重点取組(1)

食や食の安全に関する体験学習等の推進

重点取組(2)

健全な食生活と健康の増進

基本目標 2

活力ある地域づくり ～食べることは楽しむこと～

重点取組(1)

地産地消の推進

重点取組(2)

生産から食卓まで持続可能な食の推進

重点取組(3)

食品ロスの削減

基本目標 3

町民みんなで作る食文化の形成 ～知ることは楽しむこと～

重点取組(1)

和食文化の継承

重点取組(2)

食の情報発信

2 施策の推進

基本目標 1 家族やみんなの元気づくり ～食べることは知ること～

重点取組 1-1) 食や食の安全に関する体験学習等の推進



「食」は生きる上での根幹となるものです。特に、子どもたちが健全な食生活を送ることは身体的、精神的な発達に大きな影響を与えることから、乳幼児期から各家庭や学校・保育園等において「食」について学習する機会を作り、生涯にわたって「食」や「食の安全」に対する正しい知識を養うための食育を進めます。

《指 標》

指 標 名	現 状 値	目 標 値	参 考
食育に関心がある人の割合	77.8% (令和2年度)	100% (令和7年度)	現状値は令和2年度音更町の「食」に関するアンケート調査実績
1日の必要な野菜量を知っている人の割合	51.8% (令和2年度)	80% (令和7年度)	//

《主な取組と関係各課》

子ども福祉課

- 年長児クッキング
- 三色食品群食材カードを使った学習

保 健 課

- 離乳食教室
- 保育園健康教育
- 子どもの生活習慣病予防に関わる音更町栄養士情報交換会

ふれあい交流館

- 地場産品を使った食品加工教室(親子講座)
- おおそでくん・キッチンの実施
- ランクアップおおそでくんの実施

教育総務課

- 給食試食会の実施
- 食育目標の設定
- 各教科と関連した食育

生涯学習課

- 音更町家庭教育学級における食育講座
- 女性ライフスクールにおける食育に関する講座
- 生涯学習講座「インターナショナルクッキング」
- OOJCオープンカレッジ「調理実習」他



健全な食生活は、日常生活と密着した健康づくりの基礎であると同時に、生活習慣病の予防にも深く関係しています。日頃からの食への意識が生涯の健康につながります。家族と一緒に食卓を囲んで食べる(共食)ことで、子どもの頃から、箸使いに気をつける、ゆっくりよく噛んで食べる、朝食をとる、といった食に関する正しい習慣が身につき、生涯にわたって「食べる力」＝「生きる力」を育むことができます。

《指 標》

指 標 名	現 状 値	目 標 値	参 考
三角食べのできる子ども	31.2% (令和2年度)	40% (令和7年度)	現状値は町立保育園での調査実績
毎日朝食を食べる人 (園 児) (小学生) (中学生) (高校生)	96.5% 91.8% 86.6% 69.4% (令和2年度)	100% 100% 95% 80% (令和7年度)	現状値は令和2年度音更町の「食」に関するアンケート調査実績
夕食を家族そろって食べる(共食)人 (園 児) (小学生) (中学生) (高校生)	65.2% 68.2% 68.3% 61.8% (令和2年度)	100% 100% 95% 80% (令和7年度)	//

《主な取組と関係各課》

子ども福祉課

- 三角食べの実施
- 3歳以上児主食提供事業
- 咀嚼しゃく促進事業
- 給食の塩分摂取量適塩のための塩分計測

保 健 課

- パパママ教室
- 乳幼児健診・相談
- 健康相談・栄養相談
- 特定保健指導
- 母子手帳発行時の栄養相談
- 健診後の結果説明会
- 重症化予防保健指導
- フレイル(虚弱状態)予防

重点取組
2-(1)

地産地消の推進



SDGsの考え方を踏まえ、日本トップクラスの農業地帯である本町の恵まれた農畜産物を町民と共有し、農業に対する理解をより一層深め、生産者と消費者の相互理解を促進し、地産地消の取り組みを進めます。

《指 標》

指 標 名	現 状 値	目 標 値	参 考
地産地消を実践している人の割合	37.3% (令和2年度)	50% (令和7年度)	現状値は令和2年度音更町の「食」に関するアンケート調査実績
音更産の農畜産物を購入する人の割合	70.2% (令和2年度)	85% (令和7年度)	//

《主な取組と関係各課》

子ども福祉課

- 保育園給食での地場農産物の使用

産業連携課

- 音更町食のモデル地域実行協議会での地場産品を活用した新商品の研究・開発
- おはよう青空市への協力
- 地産地消イベントの実施
- 産業振興支援補助金による6次産業化の推進
- 町内外イベントにおける特産品の販売

ふれあい交流館

- おとづけ給食への協力
- グリーンツーリズムにおける農村ホームステイ受入地域での農産物直売会
- 学校給食における地場食材の安定供給

教育総務課

- 学校給食献立
- 特別給食の実施
- おとづけ給食への協力

生涯学習課

- 音更こども体験隊における食育講座
- OOJCオープンカレッジ(小学生講座)

農作業体験は、日々の食事が農業者などの食に関わる多くの人々や自然の恵みによって支えられていることへの関心や理解を深める上で重要であり、食べ物を生産する現場をしっかりと見たことにより、食べ物を大切にする意識が高まります。

また、食べ物への関心を持つことにより、産地や生産者への興味が湧き、生産から消費までの食の循環について、感謝や理解が広がります。

《指 標》

指 標 名	現 状 値	目 標 値	参 考
ふれあい農園の利用者数	1,281人 (令和元年度)	1,300人 (令和7年度)	現状値は令和元年度実績(児童・園児のみ)

《主な取組と関係各課》

子ども福祉課

- 保育園菜園活動

農 政 課

- ふれあい農園での農作業体験

生涯学習課

- 音更こども体験隊における農作業体験
- 幼児家庭教育学級(ママとパパの講座)における食育講座



ふれあい農園 いも収穫体験



ふれあい農園 とうもろこし収穫体験

本来食べられるのに捨てられてしまう食品を「食品ロス」といいます。日本では、1年間に約600万トンもの食べ物が捨てられています。これは、国民1人当たりになると、毎日およそ茶碗1杯分のご飯に相当する量を捨てていることとなります。食べ物を捨てることはもったいないことですし、環境にも悪い影響を与えるかもしれません。環境と調和のとれた食料生産とその消費に配慮した行動をしましょう。少し意識して行動するだけで、その積み重ねが大きな削減につながります。

《指 標》

指 標 名	現 状 値	目 標 値	参 考
食品ロスという言葉を知っている人の割合	85.1% (令和2年度)	100% (令和7年度)	現状値は令和2年度音更町の「食」に関するアンケート調査実績
家庭で食品ロスの削減に取り組んでいる人の割合	68.1% (令和2年度)	80% (令和7年度)	//

《主な取組と関係各課》

子ども福祉課

- 給食の実物展示
- 保育園給食での地場農産物の使用

ふれあい交流館

- グリーンツーリズムにおける高校生等の農村ホームステイ事業の受入支援
- 食育パネル展の実施

教育総務課

- おとふけ学校給食フードリサイクルプロジェクトの実施



食べものに、
もったいないを、
もういちど。

NO-FOODLOSS PROJECT

食品ロス削減国民運動ロゴマーク ろすのん

重点取組
3-(1)

和食文化の継承



和食は栄養バランスに優れ、長寿国である日本の食事は世界的にも注目されています。しかし、現状では和食文化が十分に受け継がれず、その特色が失われつつあります。

和食文化を守り、伝えることは、食生活の文化的な豊かさを将来にわたって支える上で重要なことであり、このため、地域の食材を生かした郷土料理や伝統料理、地域や家庭で受け継がれてきた料理や味、箸使い等の食べ方・作法を受け継ぎ、地域や次世代(子や孫を含む)へ着実に和食文化を継承していく人材を育成します。

《指 標》

指 標 名	現 状 値	目 標 値	参 考
音更産食材を使用した郷土料理(和食・食品加工)教室の開催	5回 (令和2年度)	10回 (令和7年度)	ふれあい交流館と生涯学習課で開催

《主な取組と関係各課》

ふれあい交流館

- 地場産品を使った食品加工教室(成人対象講座)
- おおそでくん・キッチンの実施
- おおそでくん・キッチンサポーターの養成
- ランクアップおおそでくんの実施

生涯学習課

- 生涯学習講座「年越し手打ちそば教室」



おおそでくん・キッチン



ランクアップおおそでくん

食育は、体験的な活動が多く接触機会も多いため、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止対策として、「新北海道スタイル」への対応が必要であり、デジタル技術等を上手に活用し食品の安全性や栄養等に関する様々な情報について、SNSなどの様々な媒体や各種イベント、食育ツールなどを活用した情報提供を行い、「新たな日常」の中で高まる食への関心を生かした取組を推進します。

《指 標》

指 標 名	現 状 値	目 標 値	参 考
食育を知っている人の割合	60.7% (令和2年度)	100% (令和7年度)	現状値は令和2年度音更町の「食」に関するアンケート調査実績

《主な取組と関係各課》

企 画 課

- まちづくり講演会の開催

子ども福祉課

- 園開放給食試食会
- 食育だよりの発行
- 音更町子育てサイト「すくすく」へのレシピ掲載

保 健 課

- 健康情報の発信
- フレイル(虚弱状態)予防

産 業 連 携 課

- おとふけマルシェへの支援
- わたしの音更物語の発行

ふれあい交流館

- 交流館での専門家を招いての食育・地産地消推進講座

教 育 総 務 課

- 給食通信等の発行

食育ピクトグラムについて

食育ピクトグラムは、食育の取組を子供から大人まで誰にでもわかりやすく発信するため、表現を単純化した絵文字であるピクトグラムを作成し、多くの人に使用していただくことを目的として制作しました。食育の取組についての情報発信する際に自由にお使いいただけます。



1 みんなで楽しく
食べよう

共食

家族や仲間と、会話を楽しみながら食べる食事は、心も体も元気にします。



2 朝ごはんを
食べよう

朝食欠食の改善

朝食の摂取は、健康的な生活習慣につながります。



3 バランスよく
食べよう

栄養バランスの良い食事

主食・主菜・副菜の組み合わせた食事で、バランスの良い食生活になります。



4 取りすぎない
やせすぎない

生活習慣病の予防

適正体重の維持や減塩に努めて、生活習慣病を予防します。



5 よくかんで
食べよう

歯や口腔の健康

よくかんで食べることにより歯の発達・維持、食べ物による窒息を防ぎます。



6 手を洗おう

食の安全

食品の安全性等についての基礎的な知識をもち、自ら判断し行動する力を養います。



7 災害に
そなえよう

災害への備え

いつ起こるかも知れない災害を意識し、非常時のための食料品を備蓄しておきましょう。



8 食べ残しを
なくそう

環境への配慮(調和)

SDGsの目標である持続可能な社会を達成するため、環境に配慮した農林水産物・食品を購入したり、食品ロスの削減を進めたりします。



9 産地を
応援しよう

地産地消等の推進

地域でとれた農林水産物や被災地食品等を消費することは、食を支える農林水産業や地域経済の活性化、環境負荷の低減につながります。



10 食・農の
体験をしよう

農林漁業体験

農林漁業を体験して、食や農林水産業への理解を深めます。



11 和食文化を
伝えよう

日本の食文化の継承

地域の郷土料理や伝統料理等の食文化を大切にして、次の世代への継承を図ります。



12 食育を
推進しよう

食育の推進

生涯にわたって心も身体も健康で、質の高い生活を送るために「食」について考え、食育の取組を応援します。

詳しくは

食育ピクトグラムのご案内【農林水産省】

<https://www.maff.go.jp/j/syokuiku/pictgram/index.html>



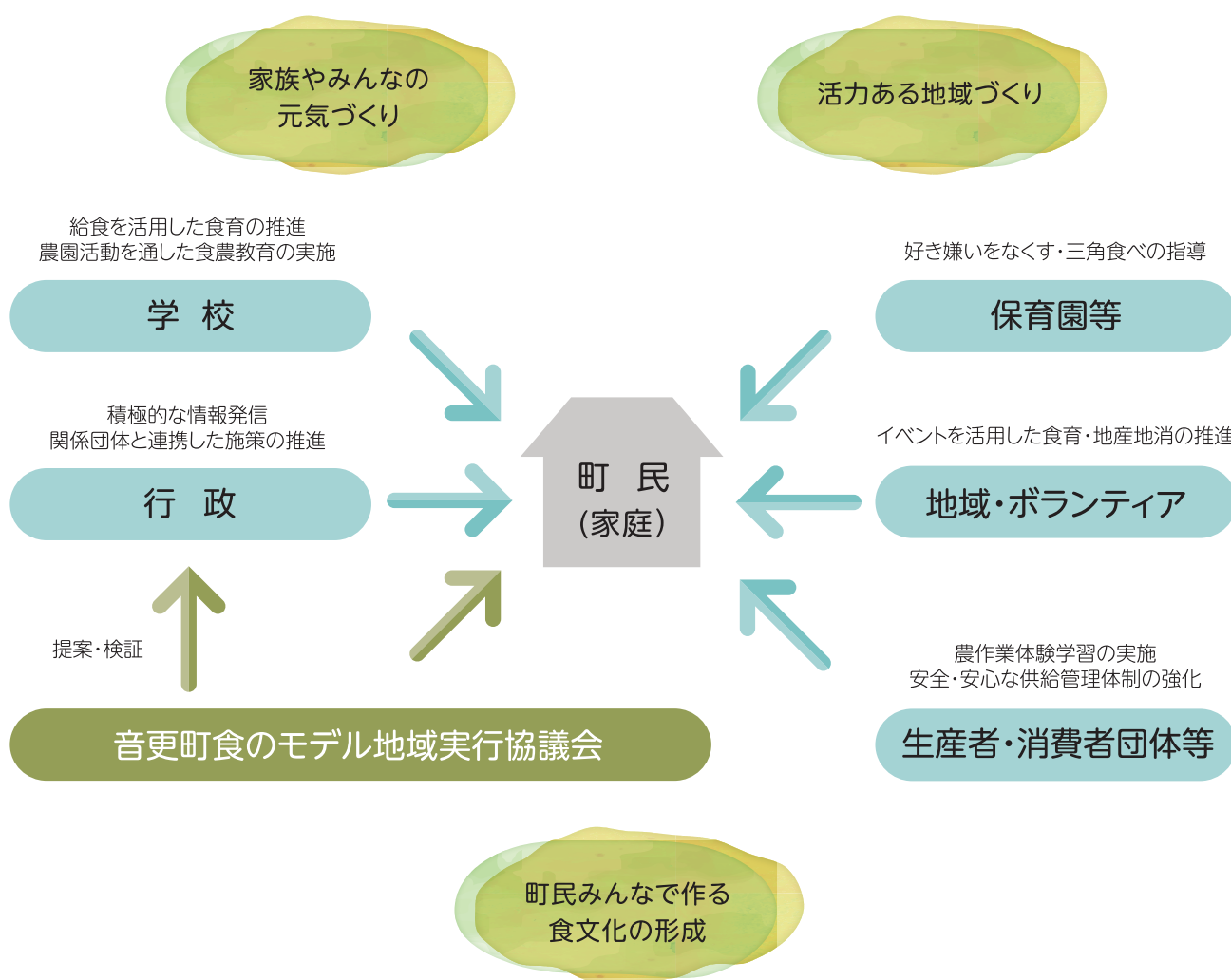
第5章 計画の推進

1 推進体制

食育・地産地消活動を推進するためには、家庭や保育園等、学校、更には地域や生産者団体、行政等がそれぞれの役割のもと連携して取組を進める必要があります。

そのため、本計画の推進に向けて、庁内関係各課や関係する団体等が主体的な活動を進めるとともに、それぞれが連携して総合的かつ計画的に取組を進めます。

また、本計画の進捗管理については、本町の食育・地産地消の推進活動に努めている「音更町食のモデル地域実行協議会」がその年の計画の活動を検証する際、関係機関にも参加を呼びかけ情報の共有や意見交換を図ることで、行政に対し効果的に計画を推進するための助言や提言を行っていきます。



2 家庭や地域等の役割

(1) 家庭

「食」は健康づくりの基礎であると同時に生活習慣病の予防にも深く関わっており、毎日の食生活の基礎となる家庭は、大きな役割を担っています。

特に、家族とコミュニケーションをとりながら楽しく食事をする(共食)ことは、食育の原点であり、子どもたちにとって健全な食習慣やマナーを身に付ける大切な場となります。

また、家庭で「食」に関する体験行事等に参加したりすることで、新たな「食」に対する関心や理解を深めるきっかけとなります。

日常生活において食育を実践することで、家庭それぞれが「食」に対する感謝の気持ちや関心を深めていくことが重要です。

(2) 地域

食育・地産地消を普及するためには、生活に身近な町内会や老人クラブなどの地域をはじめ、保健・福祉・医療関係者、ボランティアなどによる幅広い活動が求められています。

また、行政などが取り組む「食」に関する施策や活動についても、地域と連携した住民の積極的な参加により、食育・地産地消の取組が広がることが期待されます。

(3) 保育園等

園児は多くの事柄に興味を示し、素直に吸収できるため、幼少時からわかりやすく、楽しく、そして具体的、可視的、体験的に「見る」「知る」「食べる」という食育活動を実践することが重要です。

また、就学前の子どもであることから、個々の発育に合わせた指導や相談に応じるほか、食事に関するマナーなどを教え、家庭への食育に関する情報発信などを行っていくことで、家庭での食育を補い支援する役割も推進します。

(4) 学校

本町は、小中学校において、全道でも珍しい「自校給食」を実施しており、地場食材に触れる機会を多く提供することで、食育や地産地消を学ぶ場となっています。

また、学校は子どもの健全な食習慣の形成と豊かな人間性を育む上で大変重要な役割を担っていることから、体験学習などの機会を通じて、子どもたちが「食」の大切さや楽しさを実感できるよう、積極的に食育を進めることが重要です。

一方、本町の高校や短大などの高等教育機関では、長年、行政と連携した町民対象の食育等の講座などを行い、その中で学生自身も補助員として加わるなど、参加者とともに食育や地産地消を学んでいます。行政や関係団体と連携しながらさまざまな機会を提供し参加してもらうことで、子どもから大人まで、「学び」を通して「食」の大切さや楽しみを実感できることが期待されます。

(5)生産者団体や消費者団体

生産者やそれを支える団体は、クリーン農業による安全・安心な農作物の供給を行うとともに、「顔の見える農業・農産物」に向けて、食料の生産物や現場に関する消費者の理解を深めてもらう取組が重要となっています。

また、安全・安心な食品を選ぶことができる目を養うため、消費者に対しても様々な情報提供が求められています。

(6)行 政

町民と一体となって食育・地産地消活動に取り組むために、教育、健康、福祉、産業(経済)などそれぞれの分野における各種施策を地域や食育・地産地消を進める関係機関と情報共有し、連携を図りながら総合的かつ計画的に進めます。

また、食育・地産地消を推進する担い手が実践する取組に連携や支援を行います。

(7)食のモデル地域実行協議会

第1次計画を遂行していくことを目的に、平成25年6月、「近づく、触れる、伝える、広げる」をテーマに、町民が参加する食育・地産地消の推進のため、町、両農協、商工会、観光協会が構成団体となり「音更町食のモデル地域実行協議会」を設立しました。



この協議会では、食育・地産地消のための取組を通じて、健康維持のための食生活の普及や地場食材の活用促進と優位性の周知、農業への理解、発信力のある人材の育成、そして発信による地域外や広域での利用促進などを目指し、平成25年度からさまざまな取組を行っています。

おとふけ食のフォーラムの開催

「おとふけ食のフォーラム」と題して、音更町の地場食材を使った料理教室やミニ講演会を開催しています。地場食材の優位性や価値をPRすることで、地場食材の魅力を高めて地域経済の活性化と利用促進に繋がります。



● 食のフォーラム 2020

やさしい食育でテストの点数をアップさせる!?

買田シェフでお馴染みの買田桂一氏をお招きし、料理教室とミニ講演会を開催しました。



● 食のフォーラム 2019

生きることは食べること

ホテルポールスター札幌の総料理長 藤田伸幸氏をお招きし料理教室を開催。タレントの森崎博之氏をお招きし、「生きることは食べること」をテーマにミニ講演会を開催しました。



● 食のフォーラム 2018

食べられるのに捨てられる～おいしく残さず食べるには～

音更町出身の料理研究家である村田ナホさんと浦木明子さんをお招きし、エコ料理教室とミニ講演会を開催しました。また、食品ロスをテーマにした映画「0円キッチン」の上映会も行いました。

