

# 第2次大石田町食育・地産地消 推進計画



米づくり授業の様子（大石田北小学校）

令和4年4月策定

山形県大石田町

## 目 次

1. 食育・地産地消推進計画の趣旨	2
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. 役割分担と推進	8
6. こんな町にしよう	11
7. 取り組みの内容	12
1.食について学ぼう	12
2.食の伝統文化を継承しよう	12
3.規則正しく、栄養バランスのとれた食事をとろう	14
4.楽しい食卓をつくろう	15
5.「お米」を食べよう	15
6.地元食材を活用しよう	16
参考資料	
あなたのまちの食事バランスガイド!	17

## 1. 食育・地産地消推進計画策定の趣旨

食とは、私たち人間が生きていくうえで欠かせない命の源であり、同時に心身ともに健康に心豊かな生活を送るために極めて重要な要素です。

大石田町では、町を南北に流れる最上川がもたらす肥沃な大地と、夏と冬、昼と夜の寒暖差の大きい恵まれた自然環境により、旧石器時代の昔から受けがれる人々の営みと、舟運によってもたらされた文化が融合した多様な歴史と食文化が根付いています。

当町では、平成29年に「大石田町食育・地産地消推進計画」を策定し、関係機関、団体と連携を図りながら、小中学校における体験や交流を通じた食農教育や、地域食材を活用した地産地消給食の推進、町民の食を通じた健康増進の取り組みを進めてまいりました。

この間の取り組みにより、若い世代への食育の推進が図られた一方で、食を支える農業者の高齢化や担い手不足はなお深刻であり、働き盛り世代の食生活の乱れもいまだに大きな問題となっています。

また、国においては令和3年度に、生涯を通じた心身の健康を支える食育の推進と持続可能な食を支える食育の推進を重点事項として、新型コロナウイルスによる新たな日常や、持続可能な開発目標（SDGs）に対応した第4次食育推進基本計画を策定しました。

大石田町は、このような状況を踏まえて、町民一人一人が、地域の農業や食文化への理解を深め、心身ともに健康な生活を営むために「第2次大石田町食育・地産地消推進計画」を策定します。

## 2. 計画の位置づけ

- この計画は、「食育基本法」（平成17年6月17日法律第63号）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ます。
- 国の「第4次食育推進基本計画」、県の「第3次山形県食育・地産地消推進計画」のもと、「第7次大石田町総合振興計画」、「大石田町健康増進計画」と連携し、整合性を図りながら実施していく計画です。〔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。

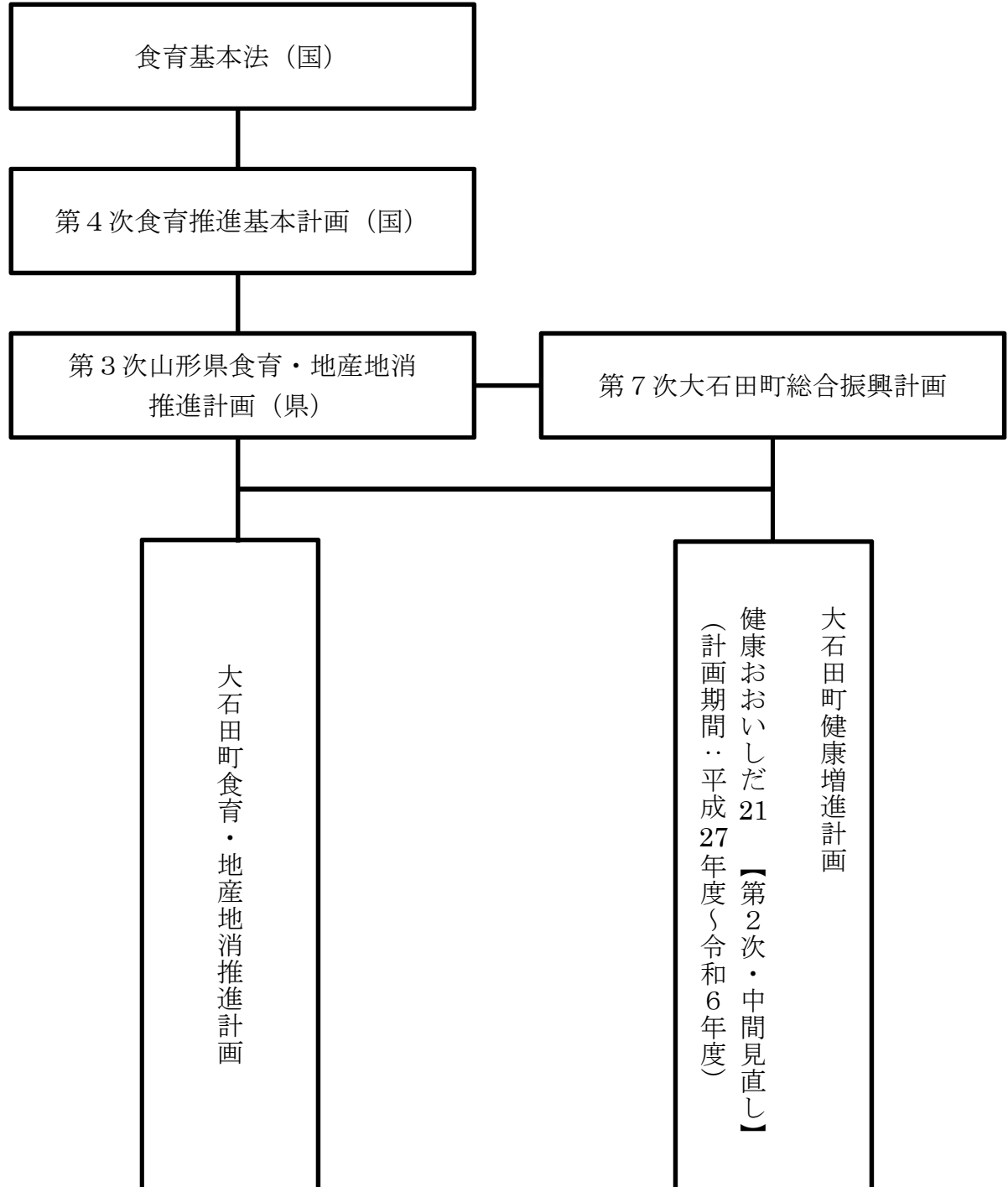
## 3. 計画の期間

この計画は、令和4年度から令和8年度までの5年間を計画期間とし、第7次大石田町総合振興計画と連動させて推進していきます。



スイカオーナー収穫イベントの様子

図1 大石田町食育・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

### ○食育に関する取り組みは

- ・情報発信の不足
- ・「食育」のさらなる浸透を図る必要性

小学校では田植え、稲刈り体験や自然薯栽培など、農業体験や交流給食を中心とした食農教育を推進したことで、一定の成果を得ることができました。

一方で、町民全体に対しての情報発信が不足しており、食育の重要性、町としての取り組みの意義の周知を図る必要があります。

### ○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
- ・新たな目標への認識の不足

社会情勢の大きな変化の中、個人の価値観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“とりあえず食事をする”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。

これまで健康づくり教室での栄養指導や、調理教室を開催し、食生活の重要性や栄養、調理に関する町民の意識が高まりました。

一方で、参加者が固定化していることから、特に働き盛り世代への働きかけや町民の自発的な活動の促進を図る必要があります。

また、平成27年9月の国連サミットで採択された「SDGs（持続可能な開発目標）」の中には、「目標2. 飢餓を終わらせ、食料安全保障及び栄養改善を実現し、持続可能な農業を促進する」、「目標12. 持続可能な消費形態を確保する」



等、食育と関係が深い目標が掲げられており、生産者のみならず消費者の責任ある行動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

当町においても核家族化や世帯の多様化が進行しており、また食事の西洋化や内容の多様化が進んできたことや、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。



大石田町の代表的な漬物「ペそら漬け」

#### ○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、併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、脂質のと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、若い女性の低体重（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。

前回のアンケートと比較しても、女性の肥満者の割合は減少しているものの、男性は若干の増加傾向にあり、また食事内容や塩分に気を付けている人の割合も減少しており、より良い食生活の啓発や学習の機会を広げていく必要があります。

	平成 26 年度	現状
①健康のために食事内容や量に気を付けている人の割合	20～60 歳代の男女 61.2%	20～60 歳代の男女 58.6%
②日頃から減塩や薄味の食事をしている人の割合	20～60 歳代の男女 47.7%	20～60 歳代の男女 44.7%
③肥満者（BMI 25 以上）の割合	40～60 歳代の男性 28.8%	40～60 歳代の男性 32.4%
	40～60 歳代の女性 36.0%	40～60 歳代の女性 32.6%

出典：令和元年大石田町実態調査アンケート集計  
健康おいしだ 2 1 【第 2 次・中間見直し】

#### ○町における農業と地産地消の現状は

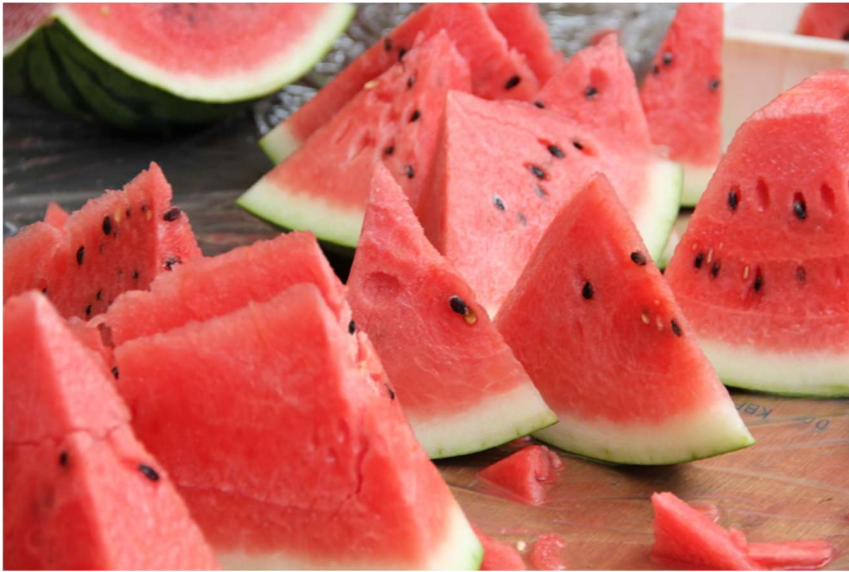
- ・ 農業者の減少による担い手不足
- ・ 地産地消の理解と PR の不足

町では、先人たちが作り上げた農地で様々な食糧が生産され、特に日本一の夏スイカのブランドとして出荷している大石田町産の「尾花沢スイカ」や、町内来迎寺地区の在来種で風味豊かなそば「来迎寺在来」の推進に取り組んでいます。

しかしながら、農業を取り巻く環境は依然として厳しく、米価低迷や経費の増加等経営の難しさや、高齢化による離農者が増え、それを補う担い手の確保が課題となっています。

これまでの地産地消の取り組みは、学校給食における町内産一等米使用に伴う差額補助や町内産野菜を使用した給食提供など、限定的な取り組みとなっていました。この地で採れた農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。





大石田町の特産品「尾花沢スイカ」



「来迎寺在来」を使用したそば

## 5. 役割分担と推進

### (1) それぞれの役割

食育運動の主役は、私たち一人一人です。それぞれの立場で役割分担と連携を強化しながら、一人一人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、また、先祖代々の味を伝達する一番身近な場とし

て、重要な役割を担っています。

家族の団らんによる食の楽しさを実感させ、食事のマナー等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。また、郷土料理を伝達する身近な場としても重要な役割をになっています。

#### ○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、大石田町食生活改善推進員連絡協議会、医療・介護施設など）

#### ○行政（町）の役割

行政（町）は、関係課はじめ、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。

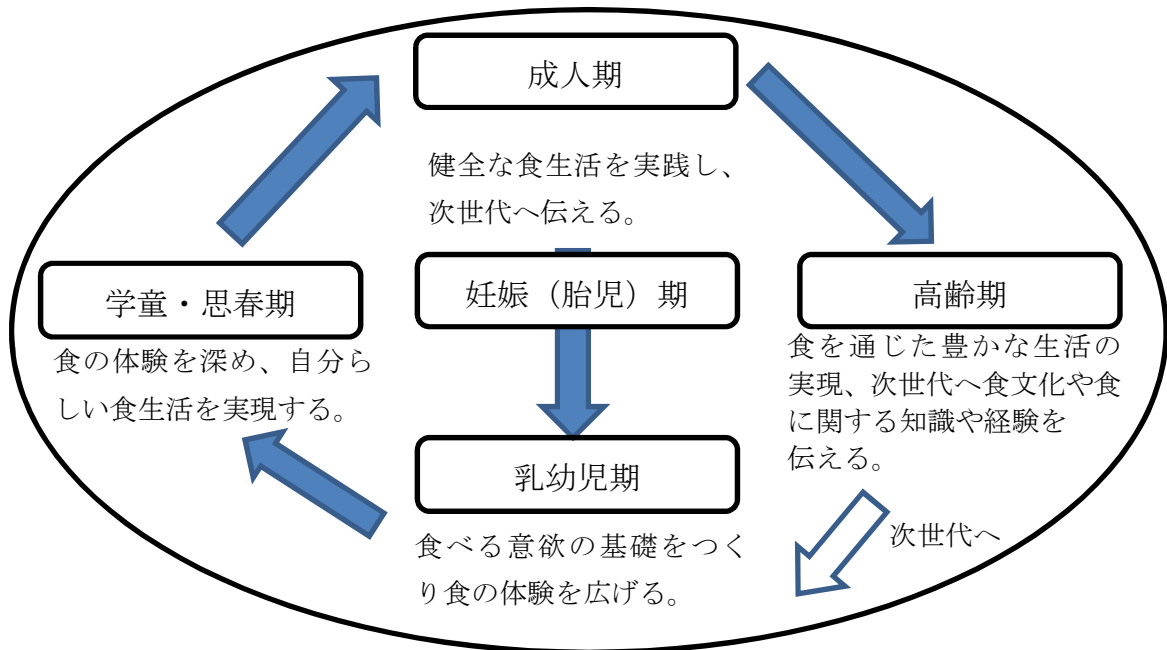
## (2) 推進方法

食育に関わる関係者が集い、情報交換を定期的に行い、連携と協力の輪を広げ、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。

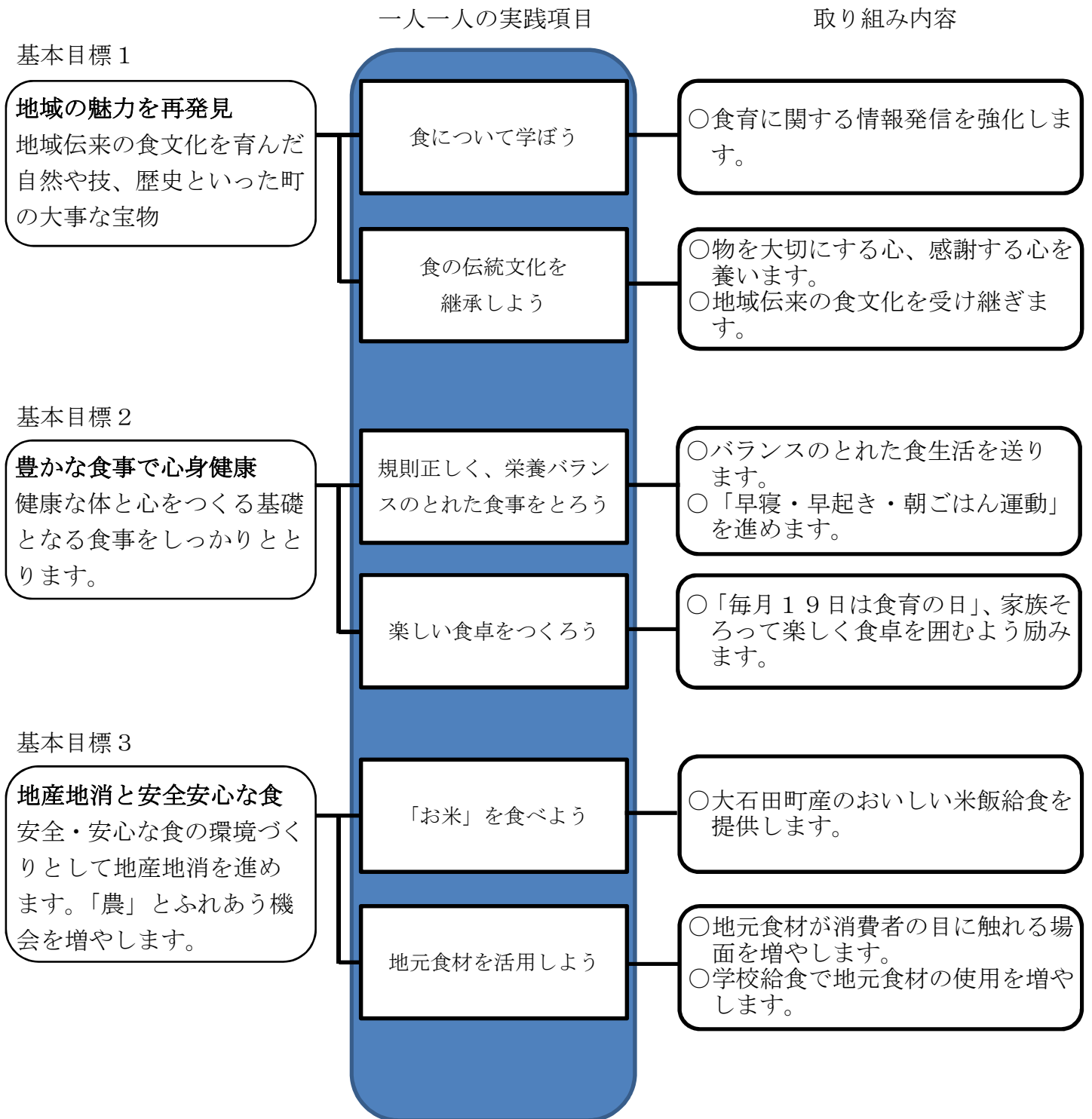
### 生涯にわたる食の営み

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



## 7. 取り組みの内容

一人一人が主役で、実践するために取り組みを進めます。

### 7-1.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】

### 7-2.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、町づくりにつながります。

物を大切に作る心、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

【推進団体：家庭、学校・保育園、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。

【推進団体：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。

【推進団体：家庭、学校等、地域、関係機関・団体、行政】

大石田町の年中行事食（抜粋）

1月（睦月）	2月（如月）	3月（弥生）	4月（卯月）
正月（1～3日） おせち料理（田作りごぼう、数の子豆、ひょうの煮付など） 七草（7日） 七草粥 団子さし（15日） 団子、餅	節分（3日） 豆煎り、豆ご飯、豆まなす 8日念仏《数珠まわし》（8日） とろろ汁	3月節句（3日） ひな膳（寿司、くじら餅、ひな餅など） 春の彼岸 牡丹餅、味噌かぶ	運開き（17日） きまりきった料理はなく、各家庭の味付けをしたものを重箱に詰め、弁当開きをする
5月（皐月）	6月（水無月）	7月（文月）	8月（葉月）
5月節句（5日） 笹巻、ゆべし、柏餅など	早苗振 よで豆	七夕（7日） そうめん 稲虫おくり（14日） 餅	お盆 赤飯、豆腐の八杯汁、山菜の煮付など
9月（長月）	10月（神無月）	11月（霜月）	12月（師走）
菊の節句 9月の節句 餅、豆腐となめこの清汁、黄菊の酢くるみみねなど 豆名月 栗名月（15日） 茹で枝豆、茹で栗 秋の彼岸 あけび料理、おはぎ	芋名月（13日） 里芋料理 山の神 餅料理	むじなのむがさり 菜・大根類を食べない	大師講 初大師（3日） 中大師（13日） 終大使（23日） 団子 大黒様（9日） 豆煎り、豆飯、豆汁 冬至 冬至かぼちゃ 年越 そばはっと・年越そば

出典：かあちゃんの宝箱～つたえたい大石田の料理～

平成19年10月20日

大石田町食生活改善推進員連絡協議会発行

### 7-3.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

○ライフステージ(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「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】

食事バランスガイドとは…健康で豊かな食生活の実現を目的に策定された「食生活指針」(平成12年3月)を具体的に行動に結びつけるものとして、平成17年6月に厚生労働省と農林水産省が決定しました。

○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、子どもたちの実践する力を育みます

【推進主体：学校等、行政】

	平成26年度	現状	目標 令和6年度
①健康のために食事内容や量に気をつけていますか。	20～60歳代の男女 61.2%	20～60歳代の男女 58.6%	20～60歳代の男女 70.0%
②日頃から減塩や薄味の食事をしてしていますか。	20～60歳代の男女 47.7%	20～60歳代の男女 44.7%	20～60歳代の男女 65.0%
③肥満者（BMI 25以上）の割合	40～60歳代の男性 28.8%	40～60歳代の男性 32.4%	40～60歳代の男性 25.0%
	40～60歳代の女性 36.0%	40～60歳代の女性 32.6%	40～60歳代の女性 30.0%

出典：令和元年大石田町実態調査アンケート集計  
健康おいしだ21【第2次・中間見直し】



## 7-4.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】

## 7-5.お米を食べよう

町内産米は、県内外で高い評価を得ており、スイカ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おいしさ、良さ、田んぼが生み出すさまざまな恩恵を再確認し、米の消費を広げます。

大石田町産米を使ったおいしい米飯給食を提供します

具体的な取り組み

○各小中学校に、おいしく炊き上げた大石田町産はえぬきの安全な米飯給食を提供し、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】

## 7-6.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

○広報誌やホームページを活用し、大石田町産の旬の食材を、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、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。

【推進団体：生産者、事業者、関係機関・団体、行政】

学校給食の地産地消（県産品）の割合

	平成28年度実績	令和2年度実績	令和8年度目標
	野菜・果実・生肉	野菜・果実・生肉	野菜・果実・生肉
小中学校	34.3%	31.3%	45.0%



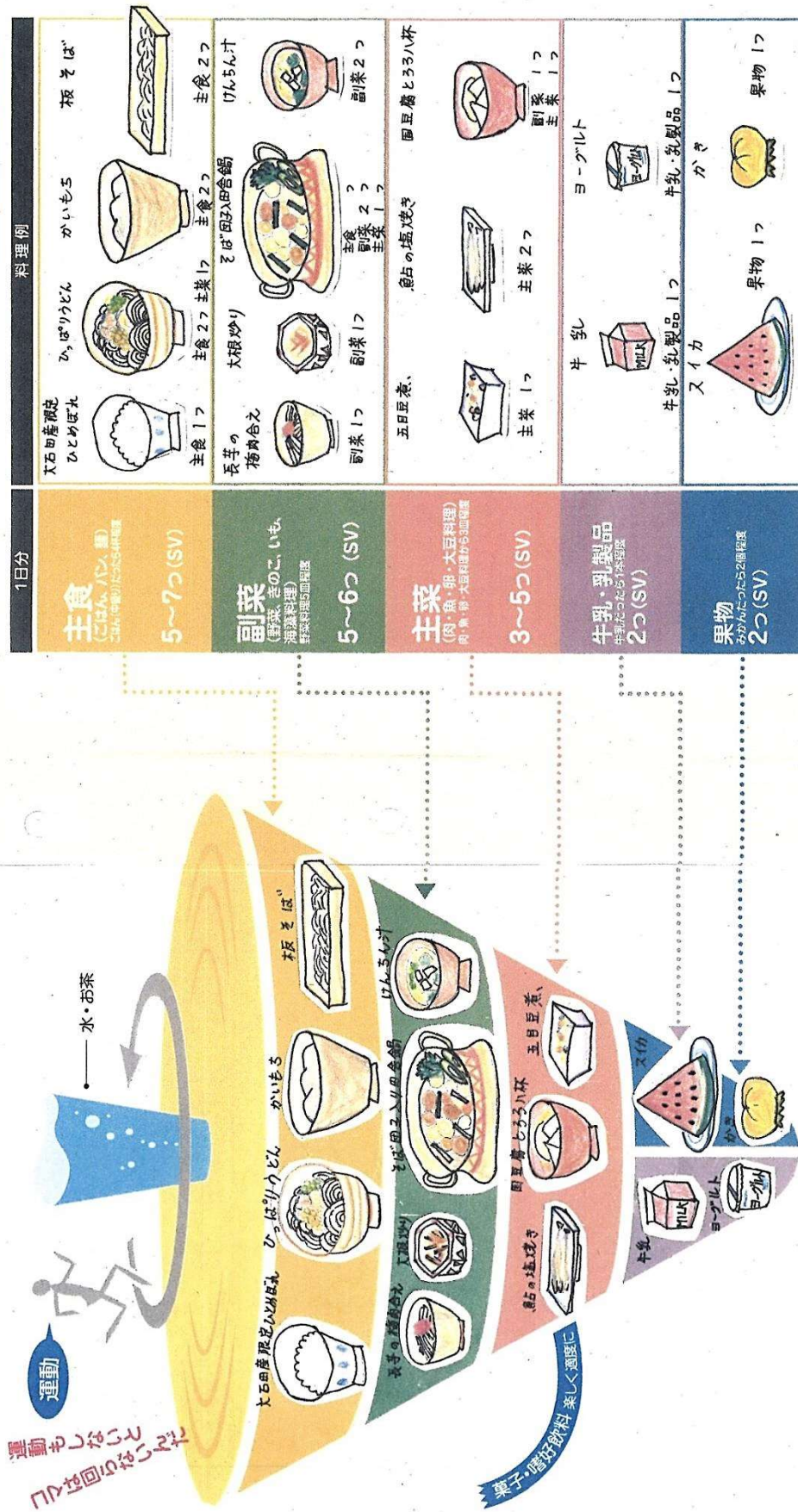
おやこの食育教室の様子（大石田保育園）

# あなたのまちの食事バランスガイド!

あなたのまちの特産物  
**そば・大根**  
 長いも(じねんじょ)  
 スイカ、大豆(納豆)  
 米(大石限定はえぬき)

## 山形県大石市(町)村 支部

あなたのまちの郷土料理を使った食事バランスガイドを作ってみましょう!



---

大石田町食育・地産地消推進計画  
令和4年4月

【発行元】

山形県大石田町

〒999-4112

山形県北村山郡大石田町緑町1番地

TEL : 0237-35-2111

FAX : 0237-35-2118

URL : <https://www.town.oishida.yamagata.jp/>

---