

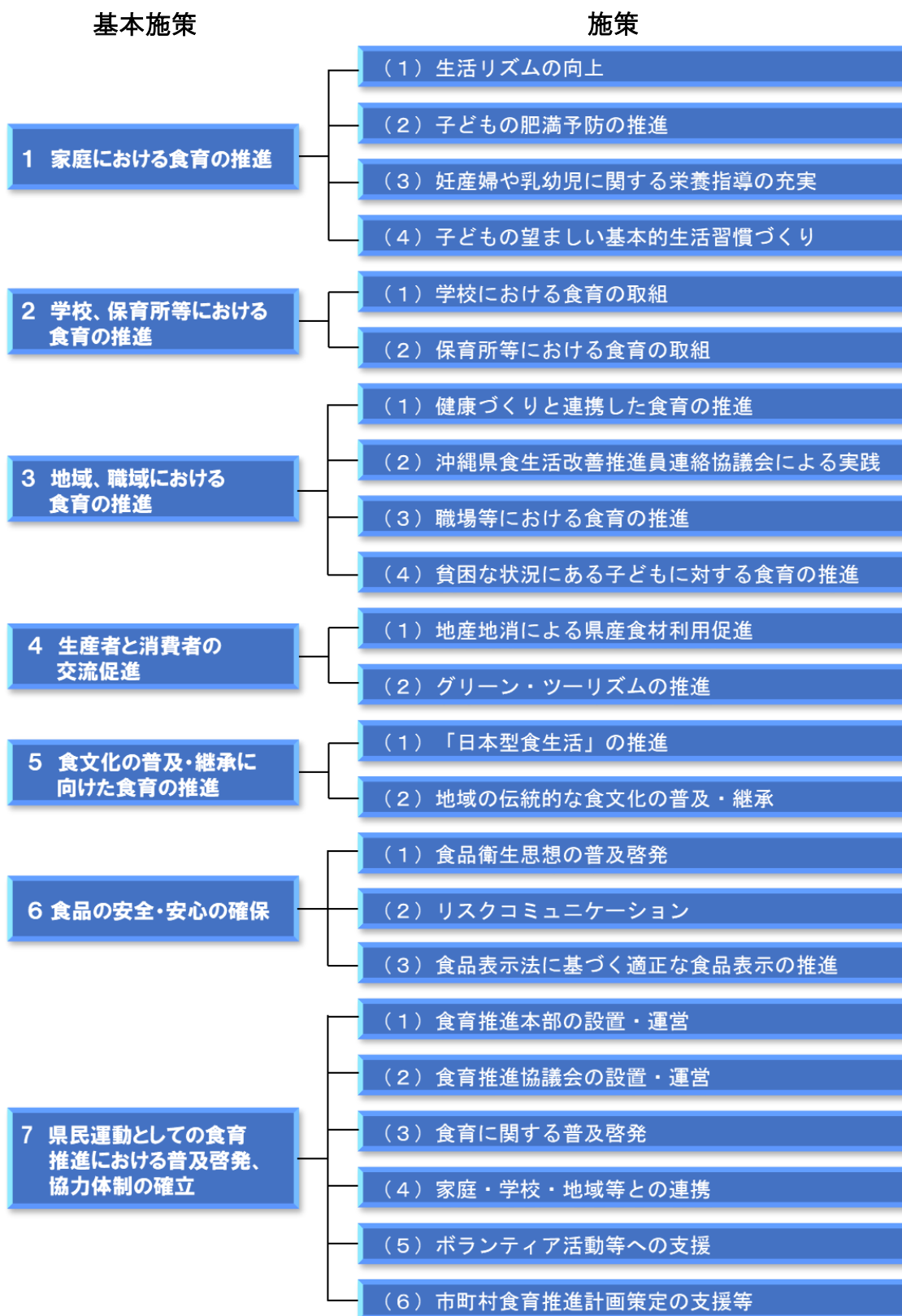


第3章 施策の展開

- 1 家庭における食育の推進
- 2 学校、保育所等における食育の推進
- 3 地域、職域における食育の推進
- 4 生産者と消費者の交流促進等
- 5 食文化の普及・継承に向けた食育の推進
- 6 食品の安全・安心の確保
- 7 県民運動としての食育推進における普及啓発、協力体制の確立

～ 基本的な考え方に基づき、7つの基本施策を設定し、23の施策を展開 ～

図 42 第3次沖縄県食育推進計画施策





1 家庭における食育の推進

I 現状と課題

幼児期に身につけた生活習慣は、生涯の健康づくりの基本となるものです。

食に関する情報や知識、伝統や文化等については、従来、生活習慣の一環として、地域の中で共有され、先人の智恵として受け継がれてきました。

しかしながら、近年のライフスタイルの変化はめざましいものがあり、家庭食の洋風化¹⁵や食の外部的化等、食をめぐる環境変化の中で、子どもの孤食化¹⁶の出現、偏食の増加、家族団らんの減少等、家庭における基本的な生活基盤が危うくなってきています。

また、子どもの学習意欲や体力の低下も、食事や睡眠等の基本的な生活習慣との関連があると指摘されています。これらの問題を解決するために、文部科学省では、平成18年度より「子どもの生活リズム向上プロジェクト¹⁷」として「早寝早起き朝ごはん」国民運動¹⁸を展開しており、本県でも各学校と家庭が連携した取組を推進するとともに、県民一人ひとりが家庭や地域において自分自身や子どもの食生活を大切に、家族で協力し合い、健全な食生活を実践できるように支援します。

II 具体的な取組

(1)生活リズムの向上

子どもの生活のリズムを向上させるためには、早寝早起きを実践することなど、子どもの基本的な生活習慣を育成する必要があります。

平成28年度の3歳児健診のデータでは、22時以降に就寝する子どもが38.2%、8時以降の起床が9.9%となっています。

また、同じ3歳児健診のデータで、食事やおやつの時間は決まっていると回答した保護者は82.7%となっていました。

子どもの生活リズムの向上から1時間早めの就寝・起床時間の確保、おやつの時間を決めて与えることなど、乳幼児健診・育児学級等、市町村母子保健活動の充実強化が重要となっており、市町村や関係団体等と協力して生活リズムの必要性を啓発推進します。

¹⁵ 家庭内での食事が、ごはん等の穀類、野菜・果物、豆類を中心とした「日本型食生活」とは反対に、肉類を中心とした「欧米食化」すること。カロリーや脂肪の取りすぎとなり、栄養バランスの崩れや生活習慣病の増加につながるなどの問題が顕在化している。

¹⁶ 家族で団らんすることなく、一人で食事を取ることが習慣化すること。食事でも偏り栄養不足、偏食、肥満等の原因にもなる。

¹⁷ 早寝早起き朝食をとるなど、子どもの望ましい基本的な生活習慣を育成するために、行う普及啓発活動や先進的な実践活動等の調査研究等。例えば、調査研究の実施、ポスターの作成・配布、中央イベントや全国フォーラムの開催等。

¹⁸ 子どもの望ましい基本的な生活習慣を育成し、生活リズムを向上させ、読書や外遊び・スポーツ等様々な活動にいきいきと取り組んでもらうとともに、地域全体で家庭の教育力を支える社会的機運を醸成するために、平成18年4月に関係団体により全国協議会が設立され始めた。

(2)子どもの肥満予防の推進

生活習慣病の予防、健康づくりのためには、幼児期から肥満になりやすい生活習慣を見直し、適切な食生活や運動習慣を身に付ける必要があります。

平成 28 年度の3歳児健診結果では、3歳児の肥満傾向(肥満度 15%以上)の割合は、男の子が 3.2%、女の子は 4.6%となっており、また、平成 28 年度の学校保健統計調査¹⁹結果では、小学5年生の肥満傾向(肥満度が 20%以上)の割合は、男子が 15.1%、女子が 8.5%となっています。

県民健康・栄養調査等において、子どもの栄養や運動に関する実態を把握するとともに、栄養と運動の両面からの肥満予防対策を関係機関・団体等とともに推進します。



乳幼児健診における食育絵本の読み聞かせ

(3)妊産婦や乳幼児に関する栄養指導の充実

安全な妊娠・出産、産後の健康の回復に加えて、子どもの生涯にわたる健康づくりの基盤を確保するためには、妊娠中から自己管理を行い、親から子へと健康的な食習慣を確立できるような支援が必要です。

平成 28 年度の妊婦健康診査の貧血率をみると、5回の健診結果の平均では 24.4%となっています。

妊娠初期から自己管理を行うことは重要であり、「妊婦の貧血²⁰率」を県の母子保健計画「健やか親子おきなわ 21²¹」における妊産婦への保健対策の指標として位置づけ、改善に向けて推進しています。また、平成 21 年度より妊婦健康診査が公費で 14 回に拡充されており、妊婦の貧血についても発見しやすい体制が整備されています。

また、妊婦健康診査の拡充に伴い、平成 21 年度には「妊娠期における保健指導マニュアル」の市町村版を、平成 22 年度には医療機関版を作成しました。マニュアルの中では、妊婦自身の自己管理意識の向上が図られるよう、妊婦の生活リズムやバランスのとれた食事のチェックを各市町村、各医療機関が行う保健指導のポイントとして掲載しています。

さらに、低出生体重児²²の減少を目的に、やせ妊婦(BMI18.5 未満)対策プログラムとして、支援を

¹⁹ 児童生徒の発育及び健康状態を明らかにし、学校保健向上の基礎資料とするため、公立小中学校の児童生徒全員を対象として行っている調査。昭和 23 年度から毎年実施している。

²⁰ 妊娠中は血が薄まって貧血になりやすいとされている。そのため出産に備え、鉄分を多く含む食事を取る必要がある。貧血がひどい場合には、治療が必要になることもある。

²¹ 21 世紀を担う子どもたちが心身ともに健やかに育成され、すべての親と子が健やかでたくましく成長することができる社会の実現を目指し策定され、住民参加のもと関係機関、関係団体の協力を得ながら推進する、母子保健計画。

²² 出生時の体重が 2,500g 未満の乳児のこと。低出生体重児は、体の機能が未熟なことが多く、合併症を起こしやすいとされている。



希望する妊婦に対して市町村や医療機関での共通の支援手順に沿って、声かけ事例集、教材(リーフレット)等を活用しながら保健指導を実施しています。平成 28 年度現在では県内 41 市町村中 17 市町村、妊婦健診を実施している産科医療機関・助産院 51 施設中 27 施設でプログラムを実施しており、約半数の市町村、産科医療機関等での実施にとどまっているため、県としては引き続き、やせ妊婦対策プログラムを推進していきます。

平成 28 年度の小児保健協会資料をみると、母乳育児については、3ヶ月児で 48.0%の割合となっています。

また、3歳児う蝕(むし歯)有病率は 28.2%となっており、年々改善されていますが、全国に比べると高い状況が続いているため、「仕上げみがき」と「フッ化物応用²³」の普及定着を推進していきます。

乳幼児期は発育・発達の重要な時期にあることから、発達段階に応じた食育を推進することが必要であり、基本的な生活習慣や、親子の心のきずなを深めるための総合的な食育を乳幼児の発達段階に応じて指導ができるよう、市町村と協力し充実強化を図ります。



やせ妊婦対策プログラムで使用する教材(リーフレット)



乳幼児健診における歯科保健指導

(4)子どもの望ましい基本的な生活習慣づくり

家族が食を楽しみながら望ましい食習慣や知識を習得することができるよう、学校を通じて保護者に対し、「早寝早起き朝ごはん」運動を推進するとともに、食育の重要性や健康美を含めた適切な栄養管理に関する知識等の啓発に努めます。

る。
²³ フッ化物を用いたむし歯予防方法。歯質の再石灰化を促進し、むし歯に対する抵抗性を強化する。フッ化物塗布、フッ化物洗口、フッ化物入り歯みがき剤等年齢や状況に応じて応用することでむし歯予防効果が高まる。有効性・安全性に関する証拠が確認されている。

III 目標・指標

施策1 家庭における食育の推進

★は重点課題関連

目標・指標	現状 H28年度	目標値 H34年度 (把握の方法)
1 3歳児肥満傾向の割合（肥満度15%以上） ★ 継続	男子 3.2% 女子 4.6%	減少 (乳幼児健康健診)
2 3ヶ月児の母乳育児の割合 継続	48.7%	増加 (乳幼児健康健診)
3 22時以降に就寝する3歳児の割合 ★ 継続	38.2%	減少 (乳幼児健康健診)
4 3歳児の8時以降に起床する児の割合 ★ 変更	9.9%	減少 (乳幼児健康健診)
5 3歳児の朝食を毎日食べている児の割合 ★ 継続	96.6%	増加 (乳幼児健康健診)
6 3歳児の食事をよく噛んでいる児の割合 継続	90.2%	増加 (乳幼児健康健診)
7 食事やおやつ時間が決まっている児の割合 継続	82.7%	増加 (乳幼児健康健診)
8 3歳児のう蝕有病者の割合 ★ 継続	28.2%	20% (乳幼児健康健診)
9 妊婦の貧血者の割合 継続	24.4%	減少 (妊婦健康診査)
10 やせ妊婦対策プログラムを実施している市町村及び医療機関（妊婦健診を実施している産科医療機関・助産院）の数 新規	41市町村中 17市町村、 51医療機関中 27医療機関	増加 (地域保健課資料)
11 朝食を毎朝食べる児童生徒の割合 ★ 継続	小5：86.4% 中2：81.6% 高2：76.1%	小5：89.5% 中2：84.9% 高2：77.6% (児童生徒の体力・運動能力・泳力調査)
12 児童生徒の肥満傾向児の割合（肥満度20%以上） ★ 新規	小5：12.9% 中2：10.5% 高2：9.1%	減少 (学校保健統計調査報告書)

目標・指標の設定理由

1 12
○生活習慣病の予防、健康づくりのためには、幼児期から肥満しやすい生活習慣を見直し、適切な食生活や運動習慣を身につける必要があります。

2
○母乳は栄養価が高いだけでなく、母子の愛着形成にも寄与するため

3 5 6 7
○幼児期に身につけた生活習慣は、生涯の健康づくりの基本となるものであり、子どもの基本的な生活習慣を身につけることが重要です。

4
○幼児期に身につけた生活習慣は、生涯の健康づくりの基本となるものであり、子どもの基本的な生活習慣を身につけることが重要です。
○これまでの「9時以降に起床する児の割合」は改善状況にあることや、母子保健計画「健やか親子おきなわ21（第2次）」においては「8時以降に起床する児」の割合を指標としているため、指標を「3歳児の8時以降に起床する児の割合」へ変更します。

8
○食べ物を幅広く豊かに食べるためには、歯・口が健康であることが必要です。乳歯のう蝕と永久歯のう蝕には強い関連が認められるなど、乳幼児期は歯口清掃や食習慣等の基本的な歯科保健習慣を身につける時期として非常に重要であり、生涯を通じた歯の健康づくりに対する波及効果も高いと言えます。そのため、3歳児におけるう蝕有病者の割合を減少させていくことを目標とします。

9
○安全な妊娠・出産・産後の健康回復のため、また、母乳育児を推進するために妊婦の貧血を予防します。

10
○妊娠中のやせ（BMI18.5未満）は低出生体重児の要因の1つとなっています。低出生体重児は合併症や将来にわたる生活習慣病のリスクが高いため、低出生体重児を予防し安心して妊娠・出産ができるようにします。

11
○朝食を毎日食べることは、基本的な生活習慣を身につける観点から非常に重要であるため、引き続き、毎日朝食を食べる児童生徒を増やすことを目標とします。
○平成23年度時点では、小5：88.0%、中2：83.9%、高2：74.9%でしたが、平成28年度には高2以外は減少傾向にあります。よって、平成22年度から平成28年度までの伸びを参考に目標値を設定します。

《コラム》 朝食を取らなきゃもったいない！様々なワケ

朝食でブドウ糖をはじめとする様々な栄養素を補給して、午前中からしっかり活動できる状態を作ることが、効率よく勉強や仕事をするにとって大切なことです。おすすめは、ゆっくりと消化・吸収され、長時間安定してエネルギーを供給できる「ごはん食」です。

朝食を食べないと、脳の活動に必要なエネルギーである糖分が補給できないばかりか、他の栄養素の補給も困難となるため、昼食を食べるまでの午前中に体温が上がらなくなり、物事に集中できない、イライラする、だるくなるなどの心身の不調が起ることがあります。さらに、朝ご飯をよく噛んで食べることで、脳や消化器官を目覚めさせ、早寝早起きのリズムがつきやすくなります。



平成 28 年度の「全国学力・学習状況調査」によると、毎日朝食を食べる子どもほど学力調査の得点が高い傾向にあり、朝食を欠食している子どもほど、午前中調子が悪いと感じることがよくあるというデータとなっています。また、平成 28 年度の「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」によると、毎日朝食を食べる子どもほど、体力合計点が高い傾向にあります。

さらに、「1日2食にした方が、食べる量が減るから痩せる」と考えがちですが、食事の回数が減ると1回の食事の摂取量が多くなり、食べ過ぎにつながります。朝ごはんを毎日食べると答えた人の方が肥満傾向率が低いというデータもあります。

しかし、本県においては小学生から 20 歳代を中心に朝食欠食率が全国と比較しても多く、その改善が課題となっています。





2 学校、保育所等における食育の推進

1 現状と課題

食べることは、心と体の発達に密接に関係していると言われていますが、特に乳幼児期は心身が著しく発達することから、食の嗜好(しこう)や味覚の形成に重要な時期となっています。

このため、乳幼児期から食を通じた子どもの健全育成(食育)を図ることが重要とされており、乳幼児の食育において保育所等の果たすべき役割は大きいものがあります。

国の「楽しく食べる子どもに～保育所における食育に関する指針～」では、現在をよく生き、かつ生涯にわたって健康で質の高い生活を送る基本としての「食を営む力」を培うことが保育所における食育の目標であるとされています。加えて、「保育所保育指針」では「食育の推進」が項目としてあげられ、施設長の責任のもと、保育士、調理員、栄養士、看護師等全職員が協力し、各保育所等の創意工夫のもとに食育を推進していくこととされています。

県においても、子どもが豊かな人間性を育み、健康に成長するために、保育所等における食育の推進について、支援を行います。

また、学校における食に関する指導は、食に関する指導の全体計画をもとに栄養教諭²⁴や学校栄養職員²⁵、学級担任、教科担任等が連携し、給食の時間はもとより関連教科や特別活動、総合的な学習の時間等教育活動全体を通して行われています。

しかしながら、エネルギーや食塩の過剰摂取や野菜の摂取不足等の栄養の偏り、肥満の増加や朝食欠食、食物アレルギー等への対応等課題もあります。

今後は、学校栄養職員から栄養教諭への移行を図りつつ、食育推進の中核となる栄養教諭や学校栄養職員の専門性を生かした食に関する指導が等しく受けられるよう、校長のリーダーシップの下、全職員が連携してチームとして取り組む必要があります。

²⁴ 栄養に関する専門性と、教育に関する資質を有する教職員であり、学校において、食に関する指導と学校給食の管理を一体的に行う。偏食や肥満傾向、食物アレルギー等の児童生徒への個別的な指導や助言を行う「食のカウンセラー」やその専門性を生かし、啓発活動や保護者への指導助言等、また家庭や地域との連携を図る「食に関するコーディネーター」としての役割がある。平成17年4月より新設された制度。

²⁵ 栄養士の資格を有する学校職員であり、学校において栄養管理や衛生管理等の給食管理を主に行っている。近年、学級担任等の行う教科指導にも、専門的立場から協力しながら健康教育の推進に参画している。

II 具体的な取組

(1) 学校における食育の取組

学校においては、校長のリーダーシップの下、栄養教諭や学校栄養職員を中心に、学級担任や教科担任等が連携し学校教育活動全体を通して食に関する指導に努めます。

また、児童生徒が正しい知識を身につけ、自らの食生活を考え、望ましい食習慣の実践ができるよう支援するとともに、学校給食における衛生管理の徹底、個別指導等を行います。

ア 栄養教諭、学校栄養職員、給食主任等、学校給食関係者の研修

専門的知識を深め、意識の高揚及び資質の向上に努めます。



栄養教諭・学校栄養職員等研修会

イ 食に関する指導の年間指導計画²⁶の充実

学校における食育推進体制を整備するとともに、学校における食育を総合的かつ継続的に推進するため、食に関する指導の年間指導計画を児童生徒の実態に応じて見直し、その充実を図るよう支援するなど、学校教育活動全体を通じて食育の推進に努めます。

ウ 「生きた教材」としての学校給食の充実

子どもの望ましい食習慣の形成や食に関する理解の促進のため、郷土食や行事食、地場産物²⁷の活用等、学校給食の献立内容の充実を促進するとともに、給食を食の実践場面として活用し、食に関するルールやマナーを指導します。

また、県産食材の利用促進のため、学校給食調理場、地産地消コーディネーター、生産者等と連携し、安価で年間を通じて安定した供給量の確保と学校給食における使用可能な食材の価格及び量等の情報提供に努めます。



県産野菜を使った減塩給食

²⁶ 各学校が食に関する指導を意図的・組織的に推進するための基本計画のこと。指導要領の内容や教育目標、子どもや家庭の実態、学校や地域の様子等を踏まえ、給食の時間、関連教科、総合的な学習の時間等、また、地域行事や季節の食材と関連づけた給食献立の配慮等、学校教育活動全体を通して取り組む内容で作成される。

²⁷ 地元でとれた農産物等。学校給食に地場産物を活用することは、子どもが食材を通じて地域の自然や文化、産業等に関する理解を深めるとともに、それらの生産に携わる者の努力や食への感謝の念を育む上で重要であるとされている。

エ 食に関する指導の充実

学級担任等と栄養教諭・学校栄養職員とのTT授業(ティームティーチング授業)²⁸等により、学校給食を「生きた教材」として活用しつつ、給食の時間をはじめとする関連教科等における食に関する指導や授業の充実が図られるよう支援します。

また、毎日の食生活は、自然の恩恵の上に成り立っていることや、食事に至るまでに生産者を始めとして多くの人々に支えられていることを児童生徒が実感し、食に関する感謝の念や理解を深めることができるよう、家庭や地域と連携し、農業体験や漁業体験、調理体験等の機会の提供に努めます。



管理栄養士を招いた食育授業



授業で使用する副読本「くわっち〜さびら」

オ 食物アレルギー等の個別指導

児童生徒に対する食物アレルギー等への対応が必要かつ重要となっているため、給食における除去食や代替食への対応や、栄養教諭・学校栄養職員が行う「個別指導」の支援に努めます。

カ 衛生管理の充実

食中毒予防のため学校給食施設のドライシステム化、ドライ運用²⁹を図るなど、市町村教育委員会等に対し衛生管理の徹底を図る取組の充実を求めるとともに、栄養教諭・学校栄養職員を対象にした各種研修会を実施します。

²⁸ 複数の教員が役割を分担し、協力し合いながら行う授業のこと。チームの教員が一人ひとりの特性を最大限に生かした体制で、それぞれの教員が分担する役割をしっかりと果たすことで成り立つ指導形態。

²⁹ ドライシステムは、すべての調理機器からの排水が機器等に接続される排水管を通して流す方式のこと。床を乾いた状態で使用することで、床からの跳ね水による二次汚染を防ぎ、調理場内の湿度を低く保つことで、細菌の増殖を抑え、食中毒の発生要因を少なくすることができる。ドライ運用とは、ドライシステムを導入していない調理場において、水や食品を床面にこぼさずに調理及び洗浄作業を行うこと。

(2) 保育所等における食育の取組

本県では、乳幼児からの適切な食事の取り方や食習慣の定着のため、保育所等職員が乳幼児期の食事に関する知識を深めるとともに、効果的な食育実践を進めることを目的に、保育所等の給食担当職員等を対象とした研修会を実施し、給食担当職員等の資質の向上を図ります。

また、市町村に対し、保育所等の食育に関する取組強化を働きかけるとともに、食育に関する情報提供を行い食育の重要性を周知するなど、保育所等において、施設長、保育士、栄養士等の協力の下、食育が推進されるよう努めます。



三大栄養素についての学習

III 目標・指標

施策2 学校、保育所等における食育の推進

★は重点課題関連

目標・指標	現状 H28年度	目標値 H34年度 (把握の方法)	目標・指標の設定理由
1 学校給食における地域の伝統食・行事食の提供 <small>継続</small>	給食実施全学校において計画的に実施 (保健体育課資料)		1 ○近年、地域のつながりの希薄化、食の多様化により、沖縄の食文化の特色が徐々に失われつつあります。沖縄の伝統食や行事食の継承のために、学校給食で地域の伝統食や行事食を提供することを目標とします。 ○これまでも地域の伝統食や行事食を学校給食で提供してきました。今後も、地域の伝統食や行事食を継承していくためには、学校給食においても計画的に提供する必要があります。
2 児童生徒の実態に応じた、食に関する指導の全体計画の見直し・修正の割合 <small>変更</small>	平成28年度は未調査、平成29年度より調査開始。	100% (食に関する指導の全体計画等作成状況調査)	
3 栄養教諭等の研修 <small>継続</small>	従来の研修を継続しながら、現状に即した内容の充実を図る (保健体育課資料)		
4 食物アレルギー等の個別指導 <small>継続</small>	個別指導の充実を図る (保健体育課資料)		
5 保育所等給食担当職員研修会の実施 <small>継続</small>	実施	1回/年 (子育て支援課資料)	
3 ○学校における食に関する指導は、栄養教諭が中核となり学級担任や教科担任が連携して取り組む必要があります。よって、計画的に研修を実施し指導力等の向上を図る必要があります。 ○食に関する指導の基本的な内容から食に関する指導の実践の報告や各種教材の活用法等、現状に即した研修になるよう、内容の充実を図ります。	4 ○食物アレルギーや肥満等、食に関する健康課題を有する児童生徒が増加しているため、これら健康課題を有する児童生徒への個別的な相談指導を行う必要があります。 ○児童生徒の健康状態を把握し、食物アレルギーや肥満等健康課題を有する児童生徒本人や保護者、学校医等関係機関と連携を図りながら個別的な相談指導の充実を図ります。	5 ○乳幼児期から、発達段階に応じて豊かな食の体験を積み重ねていくことにより、生涯にわたって健康でいきいきとした生活を送る基礎となる「食を営む力」を培うことが重要であり、1日の生活時間の大半を過ごす保育所等における食事の意味は大きいと言えます。そのため、保育所等の給食担当職員等が乳幼児期の食事に関する知識を深め、その資質を向上することは重要です。 ○保育所等の給食担当職員等が、乳幼児期の食事に関する知識を深め、その資質を向上するため、給食担当者向けの研修について、継続して実施します。	

【県内の食育活動紹介：公益社団法人 沖縄県栄養士会】

食生活を整えることは身体の病気予防のみならず、健やかな心へとつながります。沖縄県栄養士会では、すべての県民が支え合い、ちゃーがんじゅうで心豊かに生活できる活力ある社会の実現を目指すため「長寿再生支援計画」を作成し、県民の食生活改善の観点から健康づくりに取り組んでいます。本計画の推進にあたっては、全てのライフステージにアプローチするため医療事業部、学校健康教育事業部、勤労者支援事業部、研究教育事業部、公衆衛生事業部、地域活動事業部、福祉事業部の7つの組織でそれぞれ推進しております。

上記を踏まえた取組として、自身の食生活の振り返りに効果的な食育 SAT システム（フードモデル）を活用しての県や市町村等の健康イベントへの参加や一般社団法人ファイブ・ア・デイ協会と連携しての食育体験学習「5 A DAY 食育プログラム」を実施しています。

「5 A DAY 食育プログラム」は量販店等において“お買い物ゲーム”、“野菜ゲーム”等ゲーム感覚で食育を学ぶことができる体験型の食育となっており、小学校の授業でも活用されています。

また身近な食材・調味料で短時間においしくできる料理を紹介した「かんたんレシピ本」の作成、健康支援のため各種パンフレットを作成し様々な場面で活用しております。さらに栄養・食生活に関する電話での無料相談も行っております。



☆お問い合わせ先：

（事務局）098-888-5311

（栄養・食生活無料相談）098-888-5321（※祝祭日を除く月曜日 14時～17時）

【県内の食育活動紹介：沖縄県学校栄養士会】

沖縄県学校栄養士会では、学校栄養士による食育実践講座として、保護者、児童生徒を対象に、食に関する講話、学校給食を活用した「親子調理講習会」を開催しています。

学校給食において日頃から地場産物の活用に努めており、県産品奨励月間（7月）は特に県産食材を活用した献立を実施しています。地場産物を使用した学校給食献立は、地産地消の推進と地場産物の栄養について子どもたちが学ぶ身近な教材となっています。写真の献立は、黒米ごはん、アーサ汁、さわらの照り焼き、ゴーヤーとモウイの和え物、シークァーサーゼリー、牛乳で、器は琉球漆器を使用しています。

また、「学校給食への理解」と「食育」の重要性を地域社会へアピールするため、毎年、大型量販店において、公益財団法人沖縄県学校給食会と共催で「食と子どもの健康展」を開催し、地場産物を活用した献立の展示や栄養相談、学校給食商品の試食会等を行っています。





3 地域、職域における食育の推進

1 現状と課題

近年、様々な家族の状況や生活の多様化により、健全な食生活の実現が困難な立場にある者も存在するため、地域や職域で行われる様々な取組が一層重要となっています。

平成 28 年度に実施した県民健康・栄養調査結果によると、本県は働き盛り世代(20～64 歳)の肥満の割合が全国平均を上回っています。特に男性の 40 歳代と 50 歳代で割合が高く、約半数が肥満という状況です。また、本県の糖尿病や心筋梗塞、脳卒中等の生活習慣病を発症する危険性が高い「メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)」の該当者・予備群は男性の約5割、女性の約2割を占めています。

幼児、児童生徒のう蝕有病率は、年々改善されているとはいえ、全国に比べると高い状況が続いています。また、成人期の歯を失う原因となる歯周病については、進行した歯周炎を有する人の割合は増加傾向を示しており、60 歳で 24 歯以上、80 歳で 20 歯以上の自分の歯を有する人の割合は、改善しているものの、全国に比べると低い割合で、生涯にわたり、食事をバランスよく、おいしく食べるためのもとになる歯や口の健康状況は十分とはいえない状況です。

このような本県の健康課題となっている肥満や生活習慣等の改善に向け、県では、平成 26 年3月に「健康おきなわ 21(第2次)³⁰」を策定し、「早世の予防」と「健康寿命の延伸」を図り、「平均寿命日本一おきなわ」の復活をめざして、県民一体となった取組を推進しています。さらに、健康づくりの具体的な取組を示した県民の行動指針として「チャーガンジューおきなわ9か条³¹」を策定し、推進しているところです。

現在、食生活改善推進員の協力を得て、地域や小・中学校において食生活の改善、食育の推進に取り組んでいますが、身近なボランティアの不足、活動できる環境の未整備等の課題があり、家庭や学校、保育所等と連携しつつ、ライフステージに合わせた健康づくりと食生活の改善が図られるよう適切な取組を行う必要があります。

そのほか、地域における食育の推進の一つとして、貧困な状況にある子どもに対する食事の提供等が挙げられます。

本県では、全国と比較して貧困状態で暮らす子どもが多く、貧困が子どもの健全な食生活の実践に悪影響を及ぼしていることが強く懸念される状況にあります。全ての子どもが健全で充実した食生活を実現できるよう、食事やコミュニケーション、豊かな食体験にもつながる共食の機会の提供等を行う食育を推進していく必要があります。

³⁰ 平成 14 年1月に策定した「健康おきなわ 2010」の基本理念を引き継ぎ、平成 20 年3月に「健康おきなわ 21」、平成 26 年3月に「健康おきなわ 21(第2次)」として改定した。「早世の予防(若くして死亡する県民の減少)」と「健康寿命の延伸」を図り、「平均寿命日本一おきなわ」の復活をめざし、県民一体となった取組を推進している。計画期間は平成 34 年度(2022 年度)までの9年間。

³¹ 県民が健康を増進し「健康・長寿おきなわを維持継承」していくため、「健康おきなわ 21」策定時(平成 20 年)に、県民の健康づくりの行動目標「チャーガンジューおきなわ9か条」が作成された。

II 具体的な取組

(1)健康づくりと連携した食育の推進

心身の健康を保持し、生涯にわたっていきいきと暮らしていくためには、ライフステージに応じた食育を推進することが求められます。

特に、生活習慣病の予防や生活の質の低下を防ぐためには、運動の習慣化だけではなく健康的な食生活の実践につながる食育の取組が必要です。

県においては「健康おきなわ 21(第2次)」の重点的に取り組む事項の一つに肥満の改善を位置づけ、関係機関等との連携を図りながら望ましい食生活と運動の実践のための取組や普及啓発のための広報事業を強化します。

具体的には、本県の特徴的な料理例を追加して作成した「沖縄版食事バランスガイド」³²の活用と普及に向けて、市町村や関係団体と連携して研修会等を開催します。

また、県民の食生活、身体活動に関する課題(朝食の欠食、脂肪の摂りすぎ、野菜の摂取不足、運動の実践等)に関連したリーフレットにより具体的な実践方法を周知することで、望ましい食生活の実践に向けた意識啓発を図ります。

そのほか、外食先でも健康づくりに取り組める環境整備のため、飲食店等と連携し外食栄養成分表示と健康情報を発信する「栄養情報提供店普及事業」を各保健所単位で取り組みます。

歯や口の健康づくりについては、むし歯予防効果の高い「フッ化物応用」を取り入れた取組の拡大や若い世代を中心として歯周病予防のためのセルフケア(歯間ブラシやデンタルフロスの使用)とプロフェッショナルケア(歯石除去等の定期管理)を積極的に推進し、歯の喪失に伴う高齢期の嚙む機能や食べる機能の低下防止を図ります。

また、乳幼児期からの口腔機能の重要性について啓発を行います。



健康おきなわ 21
マスコットキャラクター
「けんぞうくん」

³² 1日に「何を」「どれだけ」食べたらよいかが目でわかる食事の目安を示した全国版の「食事バランスガイド」を基本に、沖縄の料理例を追加した「沖縄限定の地方版」の食事バランスガイド。

(2) 沖縄県食生活改善推進員連絡協議会による実践

地域における食生活改善の取組を浸透させるためには、県や市町村だけでなく、住民の食生活に密着した活動を行っている食生活改善推進員等のボランティア組織の役割が重要です。

「食生活改善推進協議会」は、県内 18 市町村に設置され、約 900 名の会員で構成されており、各地域で食を通じた健康づくりと食文化の継承のための活動を行っています。

県においては、同協議会による肥満及び生活習慣病予防のための各種教室、男性の料理教室等成人を対象とした活動や、おやこの食育教室等の母子を対象とした活動等の食生活改善の実践が促進されるよう、推進員育成のための研修会等を実施します。



推進員育成のための研修会

(3) 職場等における食育の推進

就労者が一日の大半を過ごす職場等における食育の推進は、管理者等が食育の重要性を認識し、組織的に取り組むことで大きな効果が得られます。

職場における健康診断結果に基づく食生活の管理や、食育関連情報の提供等、職場全体での取組が求められています。

県としては、職場において健康づくりの一環としての食育実践を働きかけるとともに、食育に関する情報提供等を行います。



DVD を活用した食生活改善に関する社内学習会



食生活改善に関する従業員向け食堂講演会

(4) 貧困な状況にある子どもに対する食育の推進

子どもに対する食育の取組は、日常生活の基盤である家庭において、確実に推進していくことが重要です。

しかし、貧困の状況にある子どもに対する支援が重要な課題になるなど、家庭生活の状況が多様化する中で、家庭の努力のみでは、子どもの健全な食生活の実践につなげていくことが困難な状況も見受けられます。

こうした状況を踏まえ、県としては、子どもが安心して過ごせる居場所を確保するなど、地域の実情に応じて、食事の提供や共同での調理、共食の機会の提供を行う市町村の取組を支援します。



市町村が設置する「子どもの居場所」における共同調理

III 目標・指標

施策3 地域・職域における食育の推進

★ は重点課題関連

目標・指標	現状 H28年度	目標値 H34年度 (把握の方法)	目標・指標の設定理由
1 継続 肥満者の割合 ・20～60歳代の男性 ・40～60歳代の女性 ★	39.9% 29.8%	25.0% 25.0% (県民健康・栄養調査)	1 ○本県は全国よりも肥満者の割合が高い状況にあります。平成28年度県民健康・栄養調査では、20歳代を除く各世代において全国よりも高いという結果でした。肥満はあらゆる生活習慣病のもとになるため、引き続き肥満者の割合を目標・指標に設定し、肥満者の割合の減少を目指します。○平成23年度時点では男性46.3%、女性37.5%であったのが、平成28年度時点では男性39.9%、女性29.8%となっており、減少しているものの、いまだに目標を達成していません。このため、本計画においても、第2次計画で設定された25.0%という目標を引き継ぎます。
2 変更 若い世代の朝食の欠食率(20歳代、30歳代の男女) ★	22.9% (平成29年度)	15.0%以下 (食育に関する県民意識調査)	
3 継続 脂肪エネルギー比率の減少 1日当たりの平均脂肪エネルギー比率 全年齢の男女 ★	29.4%	20～30% (県民健康・栄養調査)	
4 継続 食塩摂取量の減少 1日当たりの平均食塩摂取量 成人(20歳以上)の男性 成人(20歳以上)の女性 ★	8.8g 7.5g	8.0g未満 7.0g未満 (県民健康・栄養調査)	

2
 ○朝食を食べることは、健康的な生活リズムや生活習慣の確立には非常に重要です。第2次計画では、「朝食の欠食率(20歳代の男性)」を指標としていましたが、本計画では、20歳代女性においても朝食を欠食する割合が高い上、男女問わず、若い世代は次世代に食育をつなぐ担い手であることから、20歳代及び30歳代の男女の朝食欠食率を指標とします。



5 継続	野菜摂取量の増加 ・1日当たりの平均摂取量…成人(20歳以上)の男女 ・1日当たりの緑黄色野菜の平均摂取量…成人(20歳以上)の男女	272.2g 93.3g	350g以上 120g以上 (県民健康・栄養調査)
6 新規	主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている者の割合	32.9% (平成29年度)	45%以上 (食育に関する県民意識調査)
7 変更	生活習慣病の予防や改善のために、普段から適正体重の維持や減塩等に気づけた食生活を実践する県民の割合	68.3% (平成29年度)	75.0% (食育に関する県民意識調査)
8 継続	80歳で20歯以上、60歳で24歯以上の自分の歯を有する人の割合(80歳、60歳)	80歳：39.7% 60歳：53.1%	80歳：50% 60歳：60% (県民健康・栄養調査(口腔内状況調査))
9 変更	食生活改善推進員の養成数(修了者数)	2,707人	増加 (健康長寿課資料)

6
 ○主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上食べると栄養素のバランスが適正になることが報告されています。主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べることは、適正な食習慣の定着につながることから、その割合の増加を目標とします。

7
 ○生活習慣病の予防や改善には、ふだんから望ましい食生活を意識し、実践することが重要です。○第2次計画では、生活習慣病予防のうち、特にメタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)に着目した予防や改善について、適切な食事または定期的な運動の継続的な実践を行う県民の割合を指標としていましたが、それ以外の生活習慣病予防や改善を目的とした人の食生活の実践状況については把握されないことから、本指標に変更します。

8
 ○「食べ方」の基盤となるのは健康な歯・口を保つことであり、生涯自分の歯で美味しく食べる事を目指して、全国で「8020運動」を推進しています。○80歳で20本以上、60歳で24本以上自分の歯が残っている人の割合を引き続き、指標とします。○健康おきなわ21(第2次)と同じ目標値とします。

3
 ○本県は、全国と比較して脂肪エネルギー比率が高い傾向にあります。バランスのよい食事を摂取するには、炭水化物、たんぱく質、脂質の割合が適正であることが必要であるため、引き続き脂肪エネルギー比率を目標・指標に設定し、適正な脂肪エネルギー比率を目指します。○平成23年度時点では27.6%であったのが、平成28年度時点では29.5%で、増加しており、目標値には届いていませんでした。しかし、日本人の食事摂取基準が改定され、適正量の変更があったため、本計画では、20~30%を目標値とします。

4
 ○本県の食塩摂取量は、全国よりも少ない方ですが、日本人の食事摂取基準(2015年版)に示された目標量よりは多い状況です。食塩の過剰摂取は、高血圧や胃がん、脳血管疾患等の生活習慣病を引き起こす要因となるため、引き続き食塩摂取量を目標・指標に設定し、適正な食塩摂取量を目指します。○日本人の食事摂取基準(2015年版)で示された目標量(男性8g未満、女性7g未満)を目標値とします。

5
 ○本県の野菜摂取量は全国よりも少なく、厚生労働省が示している「1日平均350g以上」に届いていない状況です。野菜の摂取は、循環器疾患やがんの予防に効果的に働くと考えられるカリウム、食物繊維、抗酸化ビタミン等の摂取に影響することから、引き続き野菜摂取量の増加を目標・指標に設定します。○1日当たりの緑黄色野菜の平均摂取量は、平成23年度時点では87.4gであったのが、平成28年度時点では93.3gで、減少しており、いまだ目標を達成していません。このため、本計画においても、第2次計画で設定された120g以上という目標を引き継ぎます。

9
 ○食育を県民運動として推進していくためには、県内各地において、その取組が推進されることが必要です。○食生活改善推進員は食のアドバイザーとして、各市町村で活動するボランティア員です。そのボランティア員を養成することで、食育が推進されることが期待されるため、推進員の養成数を指標とします。○第2次計画では、食生活改善推進員の数(会員数)の増加を目標としていましたが、食生活改善推進員(会員)として活動できなくても、講座を受講し、知識を得ることで周囲の方への食育活動が広がること期待されるため、本計画では、養成講座を受講して修了した者の数を指標とします。

【コラム】 食品表示を読みこなし、健康的な食生活を！

スーパーマーケットやコンビニ等に並ぶたくさんの食品のパッケージには「栄養成分表示」が記載されています。栄養成分表示を活用して、健康的な食生活を実践しましょう。

表示例

栄養成分表示
(1袋 100g 当たり)
エネルギー448kcal
たんぱく質 11.7g
脂質 13.5g
炭水化物 69.8g
食塩相当量 1.0g

○まずは自分に必要なエネルギーと栄養素量を知ろう！

年齢、性別によって、健康の保持・増進、生活習慣病の予防のために参照する基準（食事摂取基準）が定められています。自分に必要なエネルギーと栄養素量が頭に入っていれば、栄養成分表示を活用しやすくなります。栄養成分表示の活用方法の習得に、「栄養成分表示を活用しよう」（消費者庁）が役立ちます。消費者庁のホームページでチェックしてみましょう。

【消費者庁ホームページ】

http://www.caa.go.jp/policies/policy/food_labeling/health_promotion/



名称	ポテトチップス
原材料名	じゃがいも、植物油、食塩、調味料
内容量	○○○g
賞味期限	○○○○○
保存期間	○○○○○○○○○
栄養成分表示	
エネルギー	○○○kcal
炭水化物	○○g
たんぱく質	○○g
脂質	○○g
ナトリウム	○○mg
食塩相当量	○○g

【コラム】 食育実践を応援！栄養情報提供店（くえーぶーかめー店）とは？

○栄養情報提供店（くえーぶーかめー店）って何？

メニューの栄養成分表示や健康・栄養に関する情報を提供して県民の食生活改善のお手伝いに協力していただけるお店です。

○栄養情報提供店って必要なの？

本県は、

- ① 脂肪の摂取量が多い、
- ② 野菜の摂取量が少ない、
- ③ 肥満の割合が高い

など、食に関する問題があります。

また、男性の20～40歳代で昼食の外食率が5割～6割と高いことから飲食店等と協力して外食先でも健全な食生活を実践できるような食環境の整備を進めていく必要があります。

○栄養情報提供店の目印は？

【栄養情報提供の例】

1 メニュー名
2 メニューの写真
3 栄養情報(2タイプ)
4 おばあの一ポイントアドバイス 次の食事でご気を付けてほしい内容等
5 オプションマーク (6種類)

※一定の基準を満たしたメニューに表示されます。



ステッカーが目印です。

かめおばあの名前が各保健所で違うよ。
調べてみてね。
(例：山原かめ)

○栄養情報提供店はどこにあるの？

県各保健所で「栄養情報提供店」の申請・登録を行っており、店舗情報は随時更新していきますので、各保健所ホームページをご覧ください。



【コラム】

いつもの食事に「副菜をちょこっとぷらす」して生活を変えてみよう！

—簡単に重要な栄養バランスに配慮した食生活の実践—

食事から摂取した栄養素は体の中で互いに作用しあって生命を維持し、細胞や血・筋肉・骨を作り、体を回復させています。そのため、栄養バランスに配慮した食生活を実践することは重要なことです。

「仕事や勉強等で忙しいからバランスのよい食事なんて無理」とあきらめている方が多いかもしれません。本県では食育に関心を持っている県民の割合が約9割と多い中、栄養バランスに配慮した食生活等を実践している割合は全国と比較して低くなっています。また、「時間的なゆとりがない」県民の場合だとさらに割合は低くなります。

しかし、栄養素の偏りから体のバランスが崩れ、仕事や勉強の効率が落ちたり、美容にも悪影響があったりと、栄養バランスに配慮した食生活を行うかどうか知らず知らずのうちに我々の生活に大きな影響を与えています。それは県全体で考えても大きな損失です。

「栄養バランスが良い食生活を送りましょう！」と言われても、忙しい上に栄養に関する知識がないとなかなか難しいことです。そこでポイントになるのが、「主食・主菜・副菜」です。

主食・主菜・副菜がそろった食事は、量や質にもよりますがそれらがそろっていない食事に比べて栄養バランスが抜群によくなります。厚生労働省の調査によると主食と主菜の組み合わせはよくあり、男女ともに「副菜」が不足している傾向にあります。

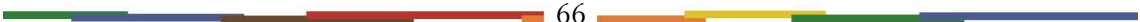
いつもの食事に不足しがちな「副菜をちょこっとぷらす」して、栄養バランスを改善してみませんか？



○健康おきなわ21 ホームページ「食生活」健康おきなわ21 ホームページで食生活を見直すヒントをお届けしています！

<http://www.kenko-okinawa21.jp/070-bunya/shoku/>

The screenshot shows the '食生活' (Dietary Life) section of the Kenko Okinawa 21 website. It features a main heading: 'ご存知ですか？沖縄県民の肥満の現状。' (Do you know? Current status of obesity in Okinawa Prefecture residents). Below this, it displays a bar chart comparing obesity rates in Okinawa (54%) and nationally (33%). The chart is titled '沖縄県 50代男性の肥満 2人に1人' (Obesity in Okinawa Prefecture, 50-year-old men, 1 in 2). It also includes a sidebar with various health-related icons and a footer with a logo and the text 'あなたは大丈夫？' (Are you okay?).



【コラム】職場においても実践される「食育」

従業員の健康の保持増進を通して企業イメージの高揚や生産性の向上等を図る取組が注目を集め、その一環として職場においても食育実践の輪が広がっています。

従業員の体調が悪いと、やる気やコミュニケーションの量と質が落ちることで会社の雰囲気も「暗い雰囲気の会社」となり、また、仕事の効率も落ちてしまいます。職場における食育実践により従業員のカラダの不調を改善することが、企業の業績向上に大きくつながります。

本県においては、職場における定期健康診断結果の有所見率が平成 23 年から 6 年連続で全国ワースト 1 となるなど、企業の業績に悪影響を与えていることが考えられます。

県では、職場における食生活改善等の健康づくりを促進するため、職場において健康づくりを実施している企業や事業所を対象とした沖縄県健康づくり表彰（がんじゅうさびら表彰「健康づくり事業所」部門）を行っています。

平成 29 年度グランプリの株式会社沖縄債権回収サービス（那覇市）では、「人材は最大の経営資源である」という理念のもと、独自に導入した「メタボ改善プログラム」による食生活や運動の見直し等を行った点が評価されています。

平成 29 年度準グランプリの東運輸株式会社（石垣市）では、社長を委員長とする安全衛生委員会を設置し、各部署の代表者が社員の健康維持・向上に係る問題について話し合った結果、早急に健康管理意識の醸成が必要と判断。沖縄労働局の「ひやみかち健康経営宣言」に登録したほか、ヘルシー料理教室や産業医による講話会等を実施した点が評価されています。

○平成 29 年度 沖縄県健康づくり表彰（がんじゅうさびら表彰）

<http://www.pref.okinawa.jp/site/hoken/kenkotyoju/kenko/hyousyouseido.html>



○沖縄労働局 ひやみかち健康経営宣言

http://okinawa-roudoukyoku.jsite.mhlw.go.jp/hourei_seido_tetsuzuki/anzen_eisei/eiseikankei/_120160.html

【県内の食育活動紹介：沖縄県食生活改善推進員連絡協議会】

沖縄県食生活改善推進員連絡協議会は、平成4年に設立、平成9年に財団法人日本食生活協会全国食生活改善推進員協議会へ加入しました。今年で設立25周年を迎え、現在18市町村協議会で、約1,000名の会員が活動しています。平成17年「食育基本法」が施行されたことから食生活改善推進員は地域における食生活推進の担い手として「食育アドバイザー」となり、子どもから高齢者まで健全な食生活を実践、食事バランスガイドの普及・地産地消・郷土料理や行事食・食文化の継承という大きな視点から食を捉え、健康づくり活動をすすめ健康長寿につなげたいとしています。

①食育の推進と普及、②健康おきなわ21（第2次）の推進、③食事バランスガイドの普及・啓発等の基本方針をもとに日本食生活協会・県・市町村・その他関係団体等の委託事業、行事等を連携し『私達の健康は私達の手で』を合言葉に地域の中で食を通じた健康づくりの輪が県全体に広がっていくことを目標としてボランティア活動を行っています。

○おやこ食育教室：体験学習（バイキング料理の選択）を通して「親子で5つの力」を養いながら親子の共食の大切さについて学ぶ。

○生涯骨太クッキング：牛乳やチーズ等カルシウムを効果的に摂取できる乳製品を使ったメニューの料理講習会を実施。

○ヘルスマイトが「TUNAGU」パートナーシップ事業：家庭訪問等による塩分のチェック（減塩奨励）料理講習会等での野菜あと一皿（70g）運動の普及。

○シルバー・認知症予防教室：高齢者は、加齢に伴い食欲が低下し、食も細くなり料理を作る意欲も減退していくため、低栄養状態になりやすく、このことは「フレイル（高齢者の虚弱）」から要支援、要介護状態を招きやすくなることや、運動器の障害（ロコモ）が認知症の要因となることからその予防教室を実施する。

○男性のための料理教室：料理の経験のない団塊の世代、高齢者の男性が単身生活になった際、あわてることがないように、「生きていくための20品目」をテーマに料理教室を実施。



食生活に関心があり、地域との交流を持ちたい、料理が好き等食に関心のある皆様のご参加をお待ちしております！イベント情報を知りたい場合や、学校や職場で料理教室の開催等をお考えの場合も協力ができるかもしれませんので、お気軽にお問い合わせください！

☆お問い合わせ先：098-866-2209

食生活改善推進員を募集しています！

食生活改善推進員になるには、市町村で開催される食生活改善推進員養成講座（10単位／20時間）を受講する必要があります。受講を希望される方は、お住まいの市町村へ確認してください。

4 生産者と消費者の交流促進等

I 現状と課題

本県は、亜熱帯性の気候を生かした生産振興により、ゴーヤー、マンゴー、モズク等おきなわブランドをはじめ島ヤサイ等の伝統的農産物等、独特で多種多様な品目が生産されていますが、近年、食生活の変化や伝統的な食文化の衰退等に伴い本県の食料自給率は減少傾向にあります。

一方で、消費者の農林水産物及び加工食品に対する安全・安心志向の高まりから、生産者と消費者の顔の見える関係を求める動きが広まっており、食育や地産地消に対する気運が高まっています。

そこで、安全・安心な県産食材を広くアピールし、沖縄の伝統的な食文化³³の普及に努めるとともに、他産業と連携した県産農林水産物の高付加価値化と消費拡大を図ることが重要となっています。

また、県民の「食を生み出す場としての農林水産業に対する理解」や「食に対する感謝の念」が深まるよう、グリーン・ツーリズム等による農山漁村での体験交流の促進が必要です。

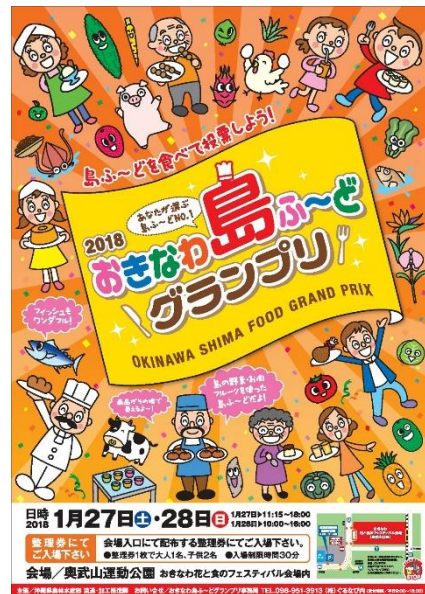
II 具体的な取組

(1) 地産地消による県産食材の利用促進

県産農林水産物に対する理解を深めるとともに、消費拡大を図るため、地産地消推進のための広報宣伝活動、学校給食、ホテル・飲食店等における県産食材の利用促進、食農教育の推進に取り組めます。



沖縄県地産地消推進運動ロゴマーク
及びキャッチフレーズ



おきなわ島ふ〜どグランプリポスター

³³ 琉球料理という沖縄独自の料理文化に基盤をおき、食材や調理法、風俗習慣等の様々な要素を内包した生活文化である。その底流には、自然や気候風土の尊重、家族・親族や地域とのつながりを大切にする精神、日中両国はじめ各国との交流による影響等がある。

なお、琉球料理とは、沖縄で発展・継承されてきた伝統的料理である。琉球王朝時代に中国の冊封使(さつぼうし)や薩摩の在番奉行等を饗応するための料理が生まれ、調理技術や作法等を洗練させて宮廷料理として確立した。それが上流階級に伝わり、明治以降は一般家庭にも広がってさらに発展した。また、亜熱帯・島嶼(とうしょ)の自然環境のもとで育てられてきた庶民料理があり、その双方を源流として現在に受け継がれている。

ア 地産地消推進のための広報宣伝活動

地産地消をテーマとしたイベントの開催や、「ゴーヤーの日」等の農林水産物記念日におけるフェアの開催等により、安全・安心な県産農林水産物を広くアピールします。



おきなわ花と食のフェスティバル

イ 学校給食・ホテル・飲食店等における県産食材の利用促進

学校給食・ホテルにおける県産食材の利用促進に努めます。

また、「おきなわ食材の店」の登録により、飲食店等における県産食材の利用促進と県民及び観光客への県産食材の魅力発信を行います。



「おきなわ食材の店」登録証交付式

ウ 食農教育の推進

農林漁業体験等による県産農林水産物への理解促進を図ります。

(2) グリーン・ツーリズムの推進

農林水産業・農山漁村に直にふれる機会を増加させるため、農林水産業体験活動の受入体制づくりの促進、農山漁村交流情報の発信等、農山漁村におけるグリーン・ツーリズム等の活動促進に取り組みます。

ア 農山漁村交流情報の発信

農山漁村交流情報発信により、農林水産業・農山漁村への理解を促進します。

イ グリーン・ツーリズム活動組織の育成

農山漁村にて体験交流に取り組むグリーン・ツーリズム活動組織を育成支援します。

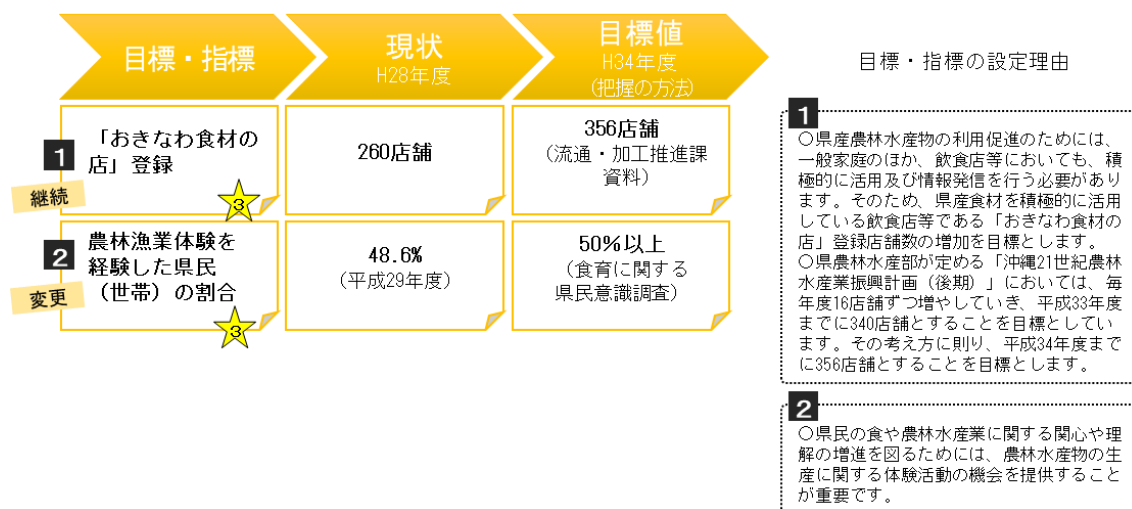


都市農村交流情報の提供

III 目標・指標

施策4 生産者と消費者の交流促進等

★ は重点課題関連



2 ○県民の食や農林水産業に関する関心や理解の増進を図るためには、農林水産物の生産に関する体験活動の機会を提供することが重要です。

【コラム】 身近なところから「地産地消」を始めてみませんか？

「地産地消」という言葉をご存じの方は多いでしょう。しかし、言葉は知っていても、取組が始められたきっかけやその効果について答えられる人はどれくらいいるでしょうか。

【地産地消が注目されたきっかけ】

保存や輸送技術の発達により、遠く海外から安価な農林水産物が大量に入ってくるのが当たり前になった近年、BSE や産地偽装問題等により、食品の安全・安心への関心が高まったことがきっかけでした。

【地産地消の様々な効果】

- ☆消費者と生産者の交流が図られ、食や農林水産業に関する理解が深まる
- ☆地域の食材を活用して地域の伝統的な食文化の継承につながる
- ☆消費者と生産者の「顔が見え、話ができる」関係で、消費者にとっては、生産状況等も確かめられ、安心して農林水産物を消費できる
- ☆消費者ニーズに対応した生産が展開できる
- ☆直売所や加工等の取組を通じて、農林水産業の6次産業化による地域の活性化につながる
- ☆地場産物の消費による食料自給率向上につながる 等



特に離島の多い本県では、農業は主要な産業として地域の維持に不可欠な産業となっており、人が住むことにより領海・領土や排他的経済水域（EEZ）※の確保等といった多面的な機能も有しています。

食べる物すべてを地産でまかなうことは現実的ではありませんが、身近にできる取組として、野菜や果物、肉、魚等を購入する際に、まず沖縄県産かどうかを意識することから始めてみませんか。

県では、外食でも「地産地消」が推進されるよう、沖縄県産食材を積極的に活用した料理の提供を通して、県民や観光客のみなさんに県産食材の魅力を発信していただける県内飲食店を「おきなわ食材の店」として登録しています。外食する際、「おきなわ食材の店」を利用することで地産地消の取組を応援することができます。



おきなわ食材の店

<http://www.pref.okinawa.jp/site/norin/ryutsu/hanbai/okinawasyokuzainomise.html>



※沿岸国が海洋及び海底下の生物・鉱物資源の探査・開発・保存・管理等に関して主権的権利をもつ水域。1982年の国連海洋法条約で、その幅は沿岸から200海里（約370キロメートル）を超えてはならないとされている。

【コラム】 農林漁業体験をしてみませんか？

県では、食や農林水産業への理解の増進を図るために、農林漁業者等による農林漁業に関する体験の取組を推進しています。

農林漁業体験は、自然と向き合いながら仕事をする農林漁業者が生産現場等に消費者を招き、一連の農作業等の体験の機会を提供する取組であり、自然の恩恵を感じ、食に関わる人々の活動の重要性と地域の農林水産物に対する理解の向上や、健全な食生活への意識の向上等、様々な効果が期待されます。

県民が農林漁業体験に参加しやすいよう、どこでどのような体験ができるかについての情報を掲載したホームページを開設しています。

あなたも家族やお友達とお気軽に体験してみませんか？きっと、農林水産業の楽しさ、面白さ、大変さ、自然環境の大切さを学び、食に対する考え方が変わる貴重な体験となるはずです。



○「おきなわ green（仮称）」（沖縄県グリーン・ツーリズムホームページ）

<http://okinawa.green>

【県内の食育活動紹介：沖縄県農業協同組合】

JAおきなわでは、食農教育を行っています。食と農と地域と自然の関わりを重視し、農作物がいのちを育み、成長していく過程を大切にしながら食への関心・興味を高めることを目的としています。

○学校給食の場で

地場農作物の学校給食への提供や、県内全小学校の5年生を対象に食農教育本を寄贈するなど、学校での食農教育に関する支援・協力を行っています。

また、県内全小学校へ（公社）日本PTA全国協議会の推薦を受けている子ども向け月刊誌『ちゃぐりん』を寄贈。毎年、「ちゃぐりんフェスタ」を開催し、子どもたちによる『ちゃぐりん』の記事活用体験発表の場とするなど子どもたちが自発的に食農教育に取り組めるような環境作りに励んでいます。

○地域の人々と

JAの地産地消推進店舗である、ファーマーズマーケットや各支店にて「体験農場」や「収穫体験」を実施。実際に土や農作物に触れることで、地場農作物への理解を深めて、愛着を抱いてもらえるように努めています。

また、「親子料理教室」や小学生による「キッズ野菜料理コンテスト」を通じて、地域の食文化に関する啓発を行っています。



○JA おきなわ おいしいレシピ

地域でとれた新鮮な素材を使って多彩なメニューが続々登場！
JAおきなわ おいしいレシピは「クックパッド」のレシピページへ掲載しています。どうぞ、毎日の献立にご活用ください。

<https://cookpad.com/kitchen/2722555>



【県内の食育活動紹介：沖縄県漁業協同組合連合会】

沖縄県漁業協同組合連合会では、魚食普及のため様々な活動を行っています。

沖縄県の漁業や魚介類に慣れ親しんでもらうために、「もずくの日」等のイベントを開催し、旬のもずくの試食や食べ方紹介、レシピの配布を行っています。子どもたちに対しては、ご当地ヒーロー「お魚戦隊デーラカージャー」と連携し、各種イベントや保育園を訪問し、クイズ大会・グッズ配布等の魚食普及活動を行っています。

☆お問い合わせ先：098-860-2600



【県内の食育活動紹介：沖縄県酪農農業協同組合】

沖縄県酪農農業協同組合では、食育活動として牛乳の普及、酪農業への理解促進につながる活動を行っています。「乳しぼり体験」では、酪農家に搾乳の仕方を教わり、乳牛とふれあう体験を通して、牛乳のもつ栄養がからだの成長・発達に大切であることを学ぶだけでなく、牛乳のできる過程やいのちの大切さについて感じる事ができます。「ふれあい乳しぼり体験」は宜野湾市産業まつり（宜野湾市）、はえばる夏まつりキッズパーク（南風原町）等のイベントや各保育所などで実施されました。搾乳体験をした子どもたちからは「牛さんって大きい!!!」、「牛乳ってあたたかい〜!」、「はじめてしぼったけどたのしかった!」、「こうやって牛乳って出るんだ!!!」等の感想が上がり、酪農、牛、牛乳への興味関心につながっています。

☆お問い合わせ先：098-998-6262（代表）



【県内の食育活動紹介：一般社団法人沖縄県調理師会】

沖縄調理師会では、調理師への食育として、沖縄食材への知見を深めるため、産地の現地見学会を実施しました。生産環境や生産方法、餌、生産者の思い等に触れることで、沖縄食材の特性を生かした料理づくりに磨きをかけます。また、調理師から一般消費者への食育とし「おきなわ花と食のフェルティバル」や、職業能力開発協会が開催する「技能フェスティバル」等で料理紹介や料理体験教室、地産地消料理コンクール等を開催し、また将来を担う子どもたちへ向け、幼稚園や保育所に料理人が出向き、園児たちへ料理を教える「ものづくり体験教室」も行っています。

沖縄県調理師が地産地消を意識することで、地元飲食店の地産地消も促進され、地元客、観光客へ地元食材を用いた料理の提供・普及が可能となります。今後の沖縄県の食を担う調理師への食育を今後も引き続き行います。

☆お問い合わせ先： 098-863-2882





5 食文化の普及・継承に向けた食育の推進

1 現状と課題

我が国は、四季や地理的な多様性による特色を有し、地域の伝統的な行事や作法と結び付いた豊かで多様な食文化が形成されてきました。平成25年12月には「和食、日本人の伝統的な食文化」が「自然の尊重」という日本人の精神を体現した食に関する社会的慣習としてユネスコ無形文化遺産³⁴に登録されています。

本県では、長い歴史や諸外国との交流の中で、人々の生活に根付いて育まれた独特な食文化が形成されてきました。

歴史をたどると、琉球王朝時代に中国の冊封使や薩摩の在番奉行等を饗応するための料理が生まれ、調理技術や作法等を洗練させて宮廷料理として確立しました。それが上流階級に伝わり、明治以降は一般家庭にも広がりさらに発展をとげました。

一方、庶民料理においては 亜熱帯・島嶼の厳しい自然環境のもとで、島ヤサイ(伝統的農産物)、海藻類、豚肉等手に入る地元の食材や交易等によりもたらされた食材を用い、チャンプルー料理やシンジムン(「煎じ」汁物)に見られるように、素材の良さを無駄なく、そして成分を有効に摂る料理方法を組み合わせ、知恵を絞って独特の料理を創り出しました。これらは、医学的な治療も日常的な食事も、ともに人間の生命を養い健康を守るものでその源は同じとする「医食同源³⁵」の考え方に基づいており、「クスイムン(薬になるもの)」「ヌチグスイ(命の薬)」と呼ばれてきました。

琉球料理はその双方を源流として現在に受け継がれてきました。県民の健康や長寿を支えてきた要因には、こうした食文化が大きな要素であると考えられます。

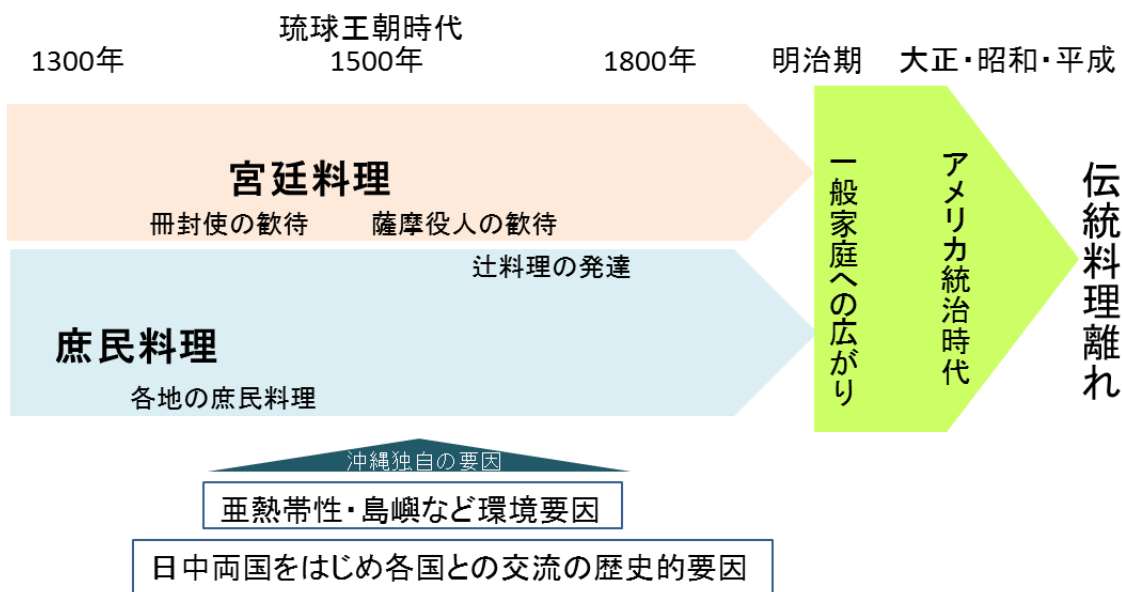
本県では、豊作祈願や祖先崇拝にまつわる儀式、中国から日本に伝わった祭り等、多彩な年中行事が多く行われています。これらの年中行事では、親族や地域住民が集まり、先人達の知恵と工夫が込められた行事料理を囲み、語らうことで人と人、地域とを繋ぎ、社会的な絆を再確認する役割を果たしてきました。

しかし、近年食生活の欧米化等を背景として、ライフスタイルや価値観の多様化等に伴い、私たちの食を取り巻く環境は大きく変化しており、食文化を支える人材の高齢化や年中行事の簡略化等による行事食の衰退、若い世代を中心とした伝統料理離れが進み、伝統的な食文化が失われつつあります。本県の働き盛り世代(20～64歳)において、死亡率が全国より高くなっている背景には、働き盛り世代の伝統料理離れも影響していると考えられます。

このため、県民が伝統的な食文化の価値を再認識できる環境を整え、一体となって受け継いでいく気運の醸成を図ることが急務となっています。

³⁴ 無形文化遺産保護条約では、伝統芸能や社会的慣習、伝統工芸等の無形の文化であって コミュニティや集団が自らの文化的な遺産であると認めるものを、「無形文化遺産」と定めている。こういった「無形文化遺産」の大切さを、広く世界に知らしめるため、ユネスコは「人類の無形文化遺産の代表的な一覧表(代表一覧表)」を作成している。

³⁵ 病気の治療もふだんの食事も、ともに人間の生命を養い健康を維持するためのもので、その源は同じであるとする考え方。中国で古くから言われる(大辞林)。「ヌチグスイ(命の薬)」や「クスイナタン(薬になった)」に聞かれるように、沖縄には食事への感謝の言葉として、体にいいものを頂くといった表現があり、また、調理法にも素材のもつ栄養素を生かした技が多く見られ、医食同源という理念が根強い地域である。



出典：沖縄の伝統的な食文化の普及推進計画

II 具体的な取組

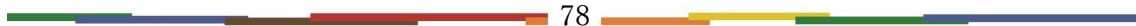
(1) 「日本型食生活」の推進

日本の気候風土に適した米を中心に、農産物、畜産物、水産物等多様な副食から構成され、栄養バランスに優れた「日本型食生活」を推進します。

(2) 地域の伝統的な食文化の普及・継承

ア 学校給食での郷土食、行事食の提供

学校においては、伝統的な食文化について興味・関心を持って学ぶことができるよう、年間指導計画に基づいた郷土食や行事食の提供と指導の工夫に努めるとともに、毎年実施される「全国学校給食週間」においても、郷土食や地場産物を活用した献立による給食を提供し、学校給食試食会や情報を提供する等、食育の啓発に努めます。



イ 島ヤサイ(伝統的農産物)に関する情報の配信

島ヤサイ(伝統的農産物)について、機能性や産地、調理方法等各種情報を「おきなわ伝統的農産物データベース」としてインターネットから配信することにより、観光産業等への利用促進及び健康食品産業との連携による機能性に着目した付加価値の高い加工品等を開発するなど、島ヤサイへの理解促進と利用拡大を図ります。



おきなわ伝統的農産物データベース



ゴーヤー



島ニンジン



ハンダマ



カンダバー

ウ 沖縄の伝統的な食文化を普及³⁶・啓発する担い手の育成

食に関する専門資格を有する者等を対象とした担い手育成講座等を開催し、沖縄の伝統的な食文化について、歴史的・地理的背景、行事食の由来、器等に至る総合的な理解を深め、調理法や味を受け継ぐための知識及び技術を習得し、担い手として普及啓発活動を行う人材を育成します。



伝統的な料理

³⁶ 沖縄の伝統的な食文化の普及推進計画(平成 29 年度～平成 33 年度)

長い歴史や諸外国との交流の中で、人々の生活に根付いて育まれた独特な食文化を次世代へ継承するとともに、観光資源としての活用につなげるため策定された計画。

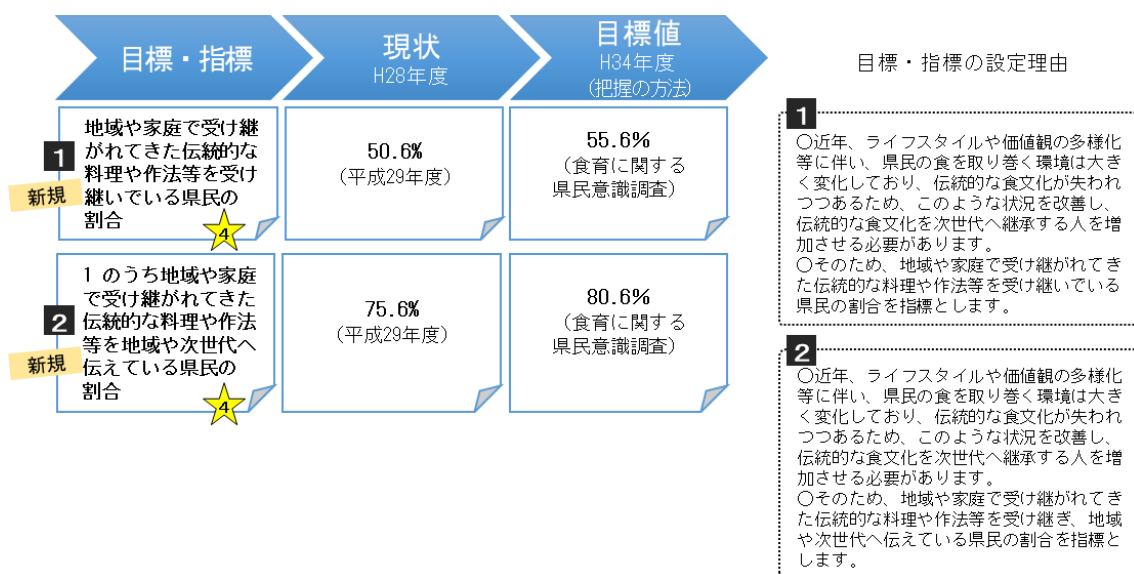
エ 沖縄の伝統的な食文化に関する情報のデータベース化

沖縄の伝統的な食文化に関する映像記録や研究資料、文献等を集約し、体系的な整理を行います。

III 目標・指標

施策5 食文化の普及・継承に向けた食育の推進

★ は重点課題関連



【コラム】 健康長寿の強い味方！島ヤサイ（沖縄の伝統的農産物）

沖縄県内では、「伝統的農産物」は「島ヤサイ」と呼ばれ親しまれています。

優れた栄養価を誇る島ヤサイは、近年機能性の高い健康食品として全国から注目されていますが、県内においては島ヤサイ離れが進み、そのことが「健康長寿おきなわ」を危機的状況に陥らせている一因となっています。本県では県民の健康や本県の食料自給率向上等のため、島ヤサイの普及拡大を推進しており、その一環として県ホームページのおきなわ伝統的農産物データベースにおいて、農産物一覧やレシピの紹介を行っています。

○おきなわ伝統的農産物データベース

http://www.okireci.net/dentou/index.php?dispatch=pages.view&page_id=5



【コラム】 栄養バランスに優れた「日本型食生活」のススメ

「日本型食生活」は昭和 50 年代頃の食生活のことで、その特徴は、ごはんを中心に、魚、肉、牛乳・乳製品、野菜、海藻、豆類、果物、茶等多様な副食等を組み合わせた食生活です。日本が世界有数の長寿国である理由は、こうした優れた食事内容にあると国際的にも評価されていました。

しかし、日本でも家庭食の洋風化等が進展するに従い、米の消費量が減少する一方で脂質の消費が増加し、メタボリックシンドローム等生活習慣病の増加や食料自給率低下等の問題が現れました。

このため、県においても、県民の健康や本県の食料自給率の向上等のため、「日本型食生活」を推進しています。

【コラム】 伝統的な沖縄の食文化が支えてきた「健康長寿おきなわ」

「食の欧米化」と呼ばれる現象は全国で見られますが、戦後、アメリカの占領下にあった本県ではその現象が著しく、それまでの伝統的な食文化が一変しました。

本県ではもともと豚肉を食べる習慣がありましたが、特別な日に食べる程度で頻度は多くありませんでした。また、調理できないのは「爪」と「鳴き声」だけと言われたように、無駄なく活用していました。さらに健康のことを考え、手間ひまかけて脂肪の多い部位は下茹でして脂を落としてから食べていました。

ところが、占領に伴い、加工肉が一般に普及し、大量に消費されるようになりました。

また、ビーフステーキ、ハンバーガー、ピザ等欧米風な食べ物も日本本土よりも早い時期から普及し、ファストフード店も日本本土よりも早く出店していました。

これらを背景として、若い世代を中心に伝統的な料理を食べる機会は減少し、伝統的な沖縄の食文化が失われつつあります。このことは、本県では元気な高齢者が多い半面、働き盛り世代（20～60 代）の肥満者の割合や死亡率が高いという状況の一因となっていると考えられます。

働き盛り世代の健全な食生活に対する意識の見直しとともに、沖縄の伝統的な食文化の普及・継承等が急務となっています。

昔ながらの沖縄の食事で、食べられていた食品





6 食品の安全・安心の確保

I 現状と課題

経済・科学技術の発展や食品流通の国際化に伴い、私たちの食生活は豊かになった一方で、生産から消費に至るまでの過程(フードチェーン)は複雑化し、県民にとってわかりにくいシステムとなっています。

こうした中、食品の安全性や信頼を脅かす出来事が相次いで発生し、また、食品の安全に関する情報が氾濫している状況もあり、県民の食品の安全に対する関心や不安はこれまで以上に高まっています。

そのため 本県では「沖縄県食品の安全安心の確保に関する条例」に基づき「沖縄県食品の安全安心推進計画」を策定し、食品の安全安心の確保に向けた施策を総合的かつ計画的に取り組んでいます。

安全な食生活を送るためには、県民自身が食中毒予防法をはじめ、食品の安全性に関する正しい知識を身につけ、自らの判断で行動することが求められます。

加えて、食品の表示は、食品を安全に摂取するための重要な情報源であり、また食品を選択する際の判断基準となることから、適正で正確な表示がなされる必要があります。

II 具体的な取組

(1)食品衛生思想の普及啓発

本県は亜熱帯性気候に属し、高温・多湿のため、細菌性食中毒発生のリスクが高く、夏場だけではなく1年中食中毒の発生が見られます。

食中毒等による健康被害を未然に防止するためには、食品衛生に関する正しい知識と食品の正しい取り扱いを実践することが大切です。

そこで、毎年8月を「食品衛生月間」と定め、各種イベントを開催し、食品衛生に関する相談コーナーの開設やチラシ等の配布を行うとともに、保健所の食品衛生監視員による食品衛生講習会等を開催して食品衛生思想の普及啓発に努めます。



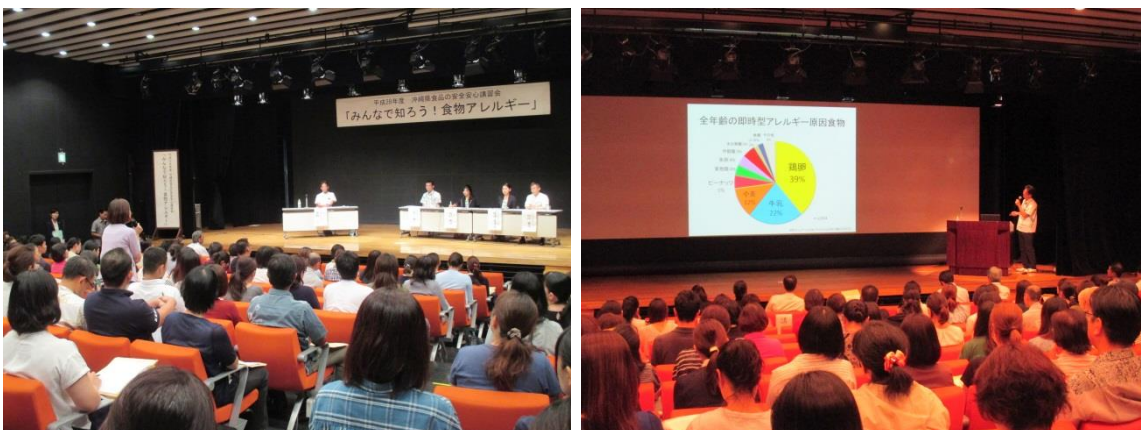
また、関係団体等と連携して各種講習会等の開催や、食品衛生に関する情報の提供を行い、県のホームページにおいても引き続き、食品衛生思想の普及啓発に努めます。



食品衛生思想の普及啓発

(2) リスクコミュニケーション³⁷

食品の安全性に対する不安を解消し安心感を定着させるため、生産から消費に至る各段階での情報が、行政、食品関連事業者、消費者等で共有できるように、関係者間で情報提供や意見交換するための場を提供し、リスクコミュニケーションの促進に努めます。



リスクコミュニケーション

³⁷ 食に関するリスク(危害)を分析する過程において、リスク評価者、リスク管理者、消費者、事業者、研究者その他の関係者間で、情報及び意見を相互に交換すること。

(3)食品表示法³⁸に基づく適正な食品表示の推進

食品表示は、消費者が食品を安全に摂取するため、また食品を選択するための重要な情報源であることから、消費者が安全・安心な食品を購入・使用できるよう、食品製造・加工業者、食品販売事業者等を対象に食品表示法に関する巡回調査・指導を行うとともに講習会を開催し、食品表示の適正化に取り組みます。

ア 食品表示法等に関する食品表示講習会の開催

食品関連事業者を対象に表示講習会を開催し、適正な表示知識を普及啓発します。

イ 食品表示法に関する巡回調査・点検の実施

食品製造加工業者、食品販売業者等に対して、巡回調査等を実施し、表示適正化の指導を強化します。

III 目標・指標

施策6 食品の安全・安心の確保

目標・指標	現状 H28年度	目標値 H34年度 (把握の方法)	目標・指標の設定理由
1 食中毒予防イベント開催 <small>継続</small>	5回/年	5回/年 (衛生薬務課資料)	1 ○食中毒を防止するためには、消費者が食中毒や衛生管理に関する正しい知識を身につけることが重要であることから、県内5保健所（北部・中部・南部・宮古・八重山）毎に消費者を対象とした食中毒予防イベントを開催することを目標とします。
2 食品の安全安心に関する意見交換会の開催回数 <small>継続</small>	1回/年	1回/年 (衛生薬務課資料)	2 ○食品の安全性に対する不安を解消し安心感を定着させるためには、食品の安全安心の確保に関する情報を、行政、食品関連事業者、消費者等で共有することが重要であることから、食品関連事業者や消費者等を対象とした意見交換会の開催を目標とします。
3 食品表示法等に関する表示講習会開催回数 <small>変更</small>	5回/年	5回/年 (関係課（衛生薬務課、流通・加工推進課、健康長寿課）資料)	3 ○消費者が安全・安心な食品を購入・消費するため、食品関連事業者に対し、食品表示法に基づく表示の適正化を推進する必要があります。 ○食品関連事業者へ適正な表示知識の普及啓発を図るため、関係部局が合同で県内5保健所（北部・中部・南部・宮古・八重山）毎に表示講習会を開催することを目標とします。
4 食品表示法に関する巡回調査・点検件数 <small>変更</small>	28,925件	18,300件 (関係課（衛生薬務課、流通・加工推進課、健康長寿課）資料)	4 ○消費者が安全・安心な食品を購入・消費するため、食品関連事業者に対し、食品表示法に基づく表示の適正化を推進する必要があります。 ○市場や空港土産品店、スーパー等の食品小売り店舗に対する巡回調査や、食品取去時に点検等を行った食品数を指標とします。

³⁸ 食品を摂取する際の安全性及び一般消費者の自主的かつ合理的な食品選択の機会を確保するため、食品衛生法、JAS法及び健康増進法の食品の表示に関する規定を統合して食品の表示に関する包括的かつ一元的な制度を創設するものとして、平成27年4月に施行された。



【コラム】 食品表示を読みこなし、安全な食生活を！

一般に販売されている加工食品のうち、パックや缶、袋等に包装されているものには、名称、原材料名、添加物、原料原産地名、内容量、賞味（消費）期限、保存方法等が表示されています。食品の表示から、食品の内容を正しく理解し、食品の安全性について判断する力を身につけましょう。

○加工食品の表示例

その商品の内容を表す一般的な名称が表示されます

原料原産地は、1番多い原材料の産地や製造地が表示されます

●名称 豆菓子
 ●原材料名 落花生（国産）、米粉、でん粉、植物油、しょうゆ（小麦を含む）、食塩、砂糖、香辛料
 ●添加物 調味料（アミノ酸等）、着色料（カラメル、紅麹、カロチノイド）
 ●内容量 100g
 ●賞味期限 2018.6.20
 ●保存方法 直射日光を避け、常温で保存してください。
 ●製造者 ○○○食品株式会社 + A K
 沖縄県那覇市×××-△△△

使用された原材料が多い順に表示されます

添加物は、原材料名の欄に原材料と明確に区分して表示されていることもあります

消費期限又は賞味期限が表示されます
消費期限と賞味期限の違いは、以下参照

○「消費期限」と「賞味期限」、違いは何？

- ・消費期限：「安全に食べられます」という期限を示しています。この期限を過ぎると衛生上の危害が生ずる可能性が高くなります。
- ・賞味期限：「品質が保たれ、おいしく食べられます」という期限を示しています。この期限を過ぎててもすぐに食べられなくなるわけではありません。

	消費期限	賞味期限
対象食品	劣化の早い食品（おおよそ5日以内に悪くなるもの） 例）弁当、そうざい等	劣化が比較的遅い食品 例）缶詰、ジュース、牛乳、スナック菓子、レトルト食品等
開封後は？	開封する前の期限を表しており、一度開封したら期限にかかわらず早めに食べましょう。	



【県内の食育活動紹介：生活協同組合コープおきなわ】

コープおきなわでは、どのような食材や食べ物を購入するか選択する力、判断力を養うことも食育の一環であると捉えています。

同じ食材でもそれぞれ生産環境は異なります。農作業を通して生産環境や生産者の思いに触れてもらい食材への興味や関心、生産者への感謝から食材を大切にしたいという想いが芽生えます。

消費者に適切な食物選択を行ってもらえるよう、コープおきなわでは、親子米づくりスクールを2009年から開催し、今年で9年目となりました。また、漁協で定置網体験・お店で販売ツアー、親子料理教室、琉球料理教室（平成28年度のテーマは「覚えておきたいおもてなし料理」）等を行っています。

☆お問い合わせ先：098-879-1144（コープおきなわ総合推進室）



【県内の食育活動紹介：一般社団法人沖縄県食品衛生協会】

沖縄県食品衛生協会では、食品衛生に関する指導を、飲食店等食のプロ、また一般の方を対象として行っています。食品衛生に関する知識や習慣によって食の安全は保たれ、食中毒やノロウィルス、食に関する事故を予防することが可能となります。

食品衛生月間（8月）には、関係団体・一般市民にも参加を呼びかけ、スーパーマーケット等において手洗い教室やパネル展示、ビデオ放映等を行い、自分の身を自分で守るための食品衛生に関する啓発を行っています。

また、消費者の皆さまの食事や食品を購入する際の目安となるよう、食品衛生に必要な5つの事業に取り組んでいる店舗を評価して、店舗等に掲示する「食の安心・安全・五つ星事業」を実施しています。五つ星取得店一覧は公益社団法人日本食品衛生協会のホームページで見ることができます。

☆お問い合わせ先：098-867-3582





7 県民運動としての食育推進における普及啓発、協力体制の確立

1 現状と課題

法律が整備される以前は、食育に関する取組は、厚生労働省、農林水産省、文部科学省、内閣府等の関係府省が各々の施策を策定し、県の関係部局、市町村、ボランティア団体等の協力のもとに推進してきました。

平成 17 年6月に食育基本法が制定され、基本理念や方向性、国、地方公共団体、教育関係者及び農林漁業者、国民等の責務が明確に示され、また、平成 28 年3月には第3次食育推進基本計画が策定され、家庭、学校、保育所、地域その他あらゆる場面で食育の推進に取り組み、実践の輪を広げることが求められています。

食育を総合的かつ計画的に推進するためには、庁内における部局横断的な推進体制を整備するとともに、国が定めた第3次食育推進基本計画を基に策定した本計画に沿って、国、県、市町村、関係団体、ボランティア団体、県民がそれぞれの立場で食育の推進に関する活動を実践し、かつ、関係者が多様に連携・協働して、県民運動としての食育を推進することが大切です。

第3次食育推進基本計画では、毎年6月を「食育月間」、毎月 19 日を「食育の日」と定めています。

国は、「食育月間実施要綱」に基づいて各種イベントや広報媒体を活用した普及啓発を図っていますが、県や市町村においても積極的な取組が求められています。

また、食育を県民運動として推進していくためには、県民一人ひとりの食に対する関心を高め、自らの食生活スタイルを見直し、実践していくことが大切であり、関係団体、ボランティア団体等と連携して、食育に関する普及啓発を推進する必要があります。

加えて、食育活動を地域に浸透させていくためには、行政や関係団体の取組だけでなく、住民の生活に密着した活動を行っているボランティア団体の役割が重要であり、これらのボランティア団体の育成や活動に対する支援が求められています。

II 具体的な取組

(1)食育推進本部の設置・運営

食育の推進を総合的かつ計画的に推進するため平成18年9月に、副知事を本部長として、関係部局長で構成する「沖縄県食育推進本部」を設置しました。

推進本部は、食育の推進に関する基本的事項や関係部局における具体的な施策に関する推進方法、目標等についての最終的な意志決定機関として位置づけています。

推進本部には各部局の関係課長で構成する幹事会があり、推進本部で協議する内容についての検討や調整を行います。

食育推進本部の運営に関しては、「沖縄県食育推進本部設置規程」に基づき、保健医療部健康長寿課が事務局となっています。



食育推進本部会議

(2)食育推進協議会の設置・運営

県の食育に関する施策の策定や実施に関し、意見・要望等を把握し、行政施策に反映させる目的で、食育に関する知識や経験を持つ民間人で構成する「沖縄県食育推進協議会」を平成18年5月に設置しました。

協議会の構成員は、保健・医療関係、農林水産関係、学校・保育関係、学識経験者等、各分野から15名以内の範囲で構成されており、それぞれの立場から県が策定する食育推進計画や施策等について意見や要望を述べることになっています。

協議会の運営に関しては、「沖縄県食育推進協議会運営要綱」に基づき、保健医療部健康長寿課が事務局となって、協議会開催に係る事務を行っています。

協議会の意見や要望については事務局を通じて沖縄県食育推進本部に提出され、施策に反映することとしています。



食育推進協議会

(3)食育に関する普及啓発

毎年6月の「食育月間」においては、国や関係団体等と協力して、食育をテーマにした各種イベント等を開催するとともに、保健所における食育に関する展示等の取組やマスコミ、広報誌等を活用して広く県民に対する普及啓発に努めるほか、意見交換会やシンポジウムを開催します。

また、学校においては、栄養教諭や学校栄養職員等のみならず、生産者等も含めた関係者が実践指導等を行い 食育の重要性に対する児童生徒の理解を深めます。

さらに、広く県民に対して、本県の食育の推進に関する基本的な考え方や具体的な取組を示した本計画の周知を図ります。



食育月間におけるパネル展示、リーフレット配布



食品サンプルを活用した体験型教材(食育SATシステム)による啓発

(4)家庭・学校・地域等との連携

家庭においては、朝食を摂ることと、家族団らんの重要性を確認することが大切です。

朝食をしっかり食べることは、体を目覚めさせ、脳を活発に働かせるためにとても大切であり、家族団らんの食事は、食の喜び、感謝の心、家庭に伝わる食文化等を理解し、好ましい人間関係を育てる場でもあります。

また、日常生活の中では、料理や買い物を通して、「日本型食生活」の実践、地場産物の食材や郷土食の伝承等が行われるよう、学校、家庭、地域との連携で保護者を啓発するとともに、家庭や地域における基本的生活習慣に係る課題等について共通理解を図る必要があります。

県としては、家庭における望ましい食習慣を形成するため、以下の取組が実践できるよう啓発を行います。

ア 家族団らんの楽しい食事の実践

イ 「早寝早起き朝ごはん」の実践

また、家庭、学校及び地域との連携を図るために、以下の取組を行います。

ア 献立表の活用

イ 給食だよりの発行

ウ 試食会等の開催

エ 講話等の開催

オ 学校給食についての情報提供(全国学校給食週間等の開催)

カ 学校給食への地場産物、郷土食の取り入れ等

(5) ボランティア活動等への支援

食育の推進にあたっては、栄養・食生活について専門的知識を備えた栄養士会等の職能団体と地域のボランティア団体等が連携して多面的な活動を推進する必要があります。

県においては、これらの団体の連携に向けた総合調整や、食生活改善推進員連絡協議会等のボランティア団体の育成と活動の活性化に向けた研修事業の開催を行うほか、市町村が行う食生活改善推進員等のボランティア養成や活動支援の取組を支援します。

(6) 市町村食育推進計画策定の支援等

食育基本法では、市町村に対して、国の食育推進基本計画及び県の食育推進計画を基本として、食育推進計画を作成するよう努めることを求めています。

県内各地で地域に密着した食育に関する活動が推進されるためには、全ての市町村が食育推進計画を可能な限り早期に作成するとともに、市町村が食育推進計画の実施を通じて取組の充実を図ることが必要です。

このため、県は、庁内部局が連携して、食育推進計画の作成が促進されるよう積極的に働きかけるとともに、食育に関する取組の充実が図られるよう必要な資料や情報の提供等適切な支援を行う等、取組の推進の強化に努めます。

また、市町村の計画策定後は、県においても市町村計画を県民に周知し、県民運動としての食育を推進します。



市町村食育推進計画冊子

III 目標・指標

施策 7 県民運動としての食育推進における普及啓発、協力体制の確立

目標・指標	現状 H28年度	目標値 H34年度 (把握の方法)	目標・指標の設定理由
1 食育を実践している人の割合 <small>継続</small>	56.0%	70.0% (県民健康・栄養調査)	1 ○食育を県民運動として推進し、成果を挙げるためには、県民一人一人が自ら実践することが必要です。 ○平成23年度時点では49.4%であったのが、平成28年度時点では56%となっており、増加しているものの、第2次計画で設定した70%という目標値を達成していません。このため、本計画においても、70%という目標値を引き継ぎます。
2 食育シンポジウムの開催 <small>継続</small>	1回/年	1回/年 (食育シンポジウム報告書)	2 ○食育を推進していくためには、学校、家庭、関係機関等が連携を図りながら取り組む必要があります。そこで、学校、家庭、関係機関等によるシンポジウムや講演等を通して、子ども達の望ましい基本的な食習慣の定着を図ります。 ○開催地及び実践報告を本島内の4地区で輪番制にする事で、各地区における食に関する取組の活性化等が期待できます。
3 食育推進計画を策定・実施している市町村の割合 <small>継続</small>	22% (9市町)	100% (41市町村) (健康長寿課資料)	

3

○食育を県民運動として推進していくためには、県内各地において、その取組が推進されることが必要です。
○本県は平成29年3月末時点で22%（41市町村中9市町）にとどまり、全国で最も低い策定率となっていることから、引き続き食育推進計画を策定・実施している市町村の割合の増加を目標とする必要があります。
○平成23年度時点では9.8%（41市町村中4市村）であったのが、平成28年度時点では22%（41市町村中9市町）となっており、増加しているものの、全国で最も低い状況が続いています。また、国の第3次食育推進基本計画においては、第2次食育推進基本計画における100%という目標値が引き継がれており、平成29年3月末時点では全国平均が78.1%となるなど、全国レベルでは着実に進展しています。県内各地における地域に密着した食育に関する活動の推進にとっての重要性を鑑み、本計画においては100%を目標とします。

【コラム】

県内各地で食育を実践する機会を増やすために一市町村食育推進計画策定支援—

県では市町村に対する食育推進計画策定支援を行っています。平成29年度には、石垣市で「石垣市食育推進計画（あやばにプラン）」の評価及び次期計画の策定、与那国町で一次計画の策定、竹富町で一次計画策定に向けて検討を進めていることから、八重山保健所では管内市町食育関係担当者等研修会の開催や策定委員会への参加等の支援を行っています。

研修会は、管内3市町の保健、農林水産、教育、福祉等様々な部局の食育関係者や地域の関係団体等を対象に開催しました。農林水産省、沖縄総合事務局、県の食育担当者が説明者となり、国、県計画の概要説明とあわせて市町計画の策定や計画推進を円滑に行うためには、関係部局間での連携や役割の明確化が重要であることの認識の共有が図られました。

本県の平成29年3月末時点での市町村計画策定率は全国最下位の22.0%であり、食育を県民運動として推進し、様々な課題を解決するためには、市町村の計画が可能な限り早期に作成されることが必要です。



【コラム】 社会全体による食育で、豊かな「食」を未来に残す

「食育」は多様で幅広いことが特徴です。そのため多くの主体が必要であり、県民運動として取り組まなければなりません。県民一人ひとりがそれぞれの役割を認識し、食育推進の「主体」になることが求められます。

食育は自分自身の健康だけに関わるものではありません。例えば、保護者の食習慣は、子どもの食習慣に大きな影響を与えます。さらに私たち一人ひとりが食育に取り組むか否かによって、将来の食料自給率や地域経済、地域の活力等様々な事柄に影響を及ぼします。

これまで、多くの人々が「食」に関わり、知恵が詰まった食に関する習慣や文化、身近な場所で新鮮で美味しい野菜が食べられることを可能にする畑や生産のノウハウ等を残してきました。現代に生きる私たちはそうした過去を意識しつつ、将来にどのような「食」を残すべきかを考える必要があります。

県内各地で様々な団体、食品関連事業者、農林漁業者等による食育活動が広がっています。県民は積極的にそれらの情報を集め参加し、また、食育活動を行う団体等は、積極的に情報を発信するとともに他の団体等と連携し、県内に食育実践の輪をさらに広げましょう。

事例にみる多様な「主体」(例)

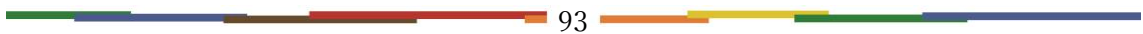


「地域の特性を生かした市町村食育推進計画づくりのすすめ」(内閣府食育推進室) 掲載図



参考資料

- 1 沖縄県食育推進本部設置規程
- 2 沖縄県食育推進協議会運営要綱
- 3 問い合わせ先一覧





1 沖縄県食育推進本部設置規程

(設置)

第1条 本県における食育に関する施策を総合的かつ計画的に推進するため、沖縄県食育推進本部(以下「推進本部」という)を設置する。

(所掌事務)

第2条 推進本部は、次に掲げる事務を所掌する。

- (1) 食育の推進に係る基本的事項に関すること。
- (2) 食育推進計画の作成に関すること。
- (3) その他食育の推進に必要な事項に関すること。

(組織)

第3条 推進本部は、本部長及び本部員で組織する。

2 本部長は、保健医療部を担当する副知事をもって充てる。

3 本部員は、次に掲げる職にある者をもって充てる。

- (1) 子ども生活福祉部長
- (2) 保健医療部長
- (3) 農林水産部長
- (4) 文化観光スポーツ部長
- (5) 教育長

(本部長)

第4条 本部長は、推進本部の事務を総理し、推進本部を代表する。

2 本部長に事故があるとき、又は本部長が欠けたときは、本部長のあらかじめ指定する者がその職務を行う。

(会議)

第5条 推進本部は、本部長が招集し、本部長が議長となる。


(幹事会)

第6条 推進本部に幹事会を置く。

2 幹事会は、推進本部を補佐し、推進本部に提示する事項について協議調整する。

3 幹事会は、幹事長及び幹事で組織する。

4 幹事長は、保健医療部保健衛生統括監をもって充てる。



5 幹事は、次に掲げる職にある者をもって充てる。

- (1) 子ども生活福祉部子育て支援課長
- (2) 保健医療部健康長寿課長
- (3) 保健医療部衛生薬務課長
- (4) 農林水産部流通・加工推進課長
- (5) 文化観光スポーツ部文化振興課長
- (6) 教育庁保健体育課長

6 幹事会は、幹事長が招集する。

(庶務)

第7条 推進本部の庶務は、保健医療部健康長寿課において処理する。

(補則)

第8条 この訓令に定めるもののほか、推進本部の運営に関し必要な事項は、本部長が定める。

附則

この訓令は、平成 18 年9月 12 日から施行する。

附則

この訓令は、平成 20 年4月 1日から施行する。

附則

この訓令は、平成 21 年4月 1日から施行する。

附則

この訓令は、平成 23 年4月 1日から施行する。

附則

この訓令は、平成 26 年4月 1日から施行する。

附則

この訓令は、平成 29 年 4 月 1 日から施行する。

附則

この訓令は、平成 29 年 7 月 21 日から施行する。



2 沖縄県食育推進協議会運営要綱

(趣旨)

第1条 県は、食育を総合的かつ計画的に推進し、県民が生涯にわたって健全な心身を培い豊かな人間性を育むことができるようにするための施策の策定・実施を検討するにあたり、この要綱の定めるところにより、食育推進に関する意見等を把握する。

(名称)

第2条 前条の規定に基づき、各種団体等の食育推進に関する意見等を聴取するための会合は、沖縄県食育推進協議会(以下「協議会」という)という。

2 協議会は、沖縄県付属機関等の設置及び運営に関する基本方針(平成17年6月13日付け沖縄県総務部長決定)に定める会合として運営する。

(意見聴取等事項)

第3条 県は協議会の構成員となる者から次に掲げる事項に関する意見、要望事項を聴取する。

- (1) 家庭、学校、地域等における食育の推進に関すること
- (2) 食育の普及啓発、連携協力の促進等に関すること
- (3) 生産者と消費者の交流促進等に関すること
- (4) その他食育を推進するために必要な事項に関すること

(構成員)

第4条 協議会の構成員は、次に掲げる食育推進に係る団体のうちから関係課が推薦する者で、15人以内の範囲で福祉保健部長が決定する。

- (1) 保健・医療関係
- (2) 農林水産関係
- (3) 教育・保育関係
- (4) 学識経験者
- (5) その他食育を推進する団体

(会合の開催等)

第5条 協議会の開催は、保健医療部長が通知する。

2 保健医療部長は、協議会を開催するときは、次に掲げる事項を構成員に予め通知するものとする。

- (1) 協議会の日時及び場所
- (2) 県が意見等を求める事項



(3) 県が意見を求める事項に参考となる事項

(議事進行)

第6条 協議会の議事進行は、保健医療部長が行う。

2 前項の規定にかかわらず、保健医療部長は、協議会の議事進行を担当する者を指名し、当該者に議事進行を行わせることができる。

(庶務)

第7条 協議会の運営にあたり必要となる庶務は、保健医療部健康長寿課において処理する。

(補足)

第8条 この要綱に定めるほか、協議会の運営に関し必要な事項は、保健医療部長が定める。

附則

この要綱は、平成 18 年5月 16 日から施行する。

附則

この要綱は、平成 20 年4月 1日から施行する。

附則

この要綱は、平成 21 年4月 1日から施行する。

附則

この要綱は、平成 23 年4月 1日から施行する。

附則

この要綱は、平成 26 年 5 月 14 日から施行する。

3 問い合わせ先一覧

部 名	担 当 課	問い合わせ内容	電話番号
保健医療部	衛生業務課	<ul style="list-style-type: none"> ・食品の安全安心に関すること ・リスクコミュニケーションに関すること ・食品表示(衛生)に関すること 	098-866-2055
	健康長寿課	<ul style="list-style-type: none"> ・食育基本法に関すること ・食育推進本部、食育推進協議会に関すること ・「健康おきなわ21」に関すること ・「沖縄版食事バランスガイド」に関すること ・食品表示(保健)に関すること 	098-866-2209
	地域保健課	<ul style="list-style-type: none"> ・「健やか親子おきなわ21」に関すること 	098-866-2215
子ども生活福祉部	子育て支援課	<ul style="list-style-type: none"> ・保育所等における食育に関すること 	098-866-2457
	子ども未来政策課	<ul style="list-style-type: none"> ・子どもの貧困に関すること 	098-866-2100
農林水産部	流通・加工推進課	<ul style="list-style-type: none"> ・地産地消に関すること ・食品表示(品質)に関すること 	098-866-2255
	村づくり計画課	<ul style="list-style-type: none"> ・グリーン・ツーリズムに関すること 	098-866-2263
文化観光スポーツ部	文化振興課	<ul style="list-style-type: none"> ・沖縄の伝統的な食文化に関すること 	098-866-2768
教育庁	保健体育課	<ul style="list-style-type: none"> ・学校における食育の推進に関すること ・学校給食や関連教科等での取り組みに関すること ・栄養教諭や学校栄養職員に関すること 	098-866-2726
	生涯学習振興課	<ul style="list-style-type: none"> ・「早寝早起き朝ごはん」運動に関すること 	098-866-2746

沖縄県 保健医療部 健康長寿課

〒900-8570 那覇市泉崎1-2-2 電話 098-866-2209

