

第4次雲南市食育推進計画

食^{いのち}は生命

学び・伝え・創造する 雲南の食育の環^わ



令和7年3月

雲南市

第4次雲南市食育推進計画 目次

I 第4次計画の策定にあたって

1. 計画策定の趣旨	1
2. 計画の位置づけ	1
3. 計画期間	2
4. 第3次計画の取組状況	2
5. 雲南市の食育の現状と取組の方向性	5

II 第4次計画の基本的な考え方

1. 基本理念	1 7
2. 食育推進の体系	1 7
3. 推進体制・進行管理	1 8
4. 目標	1 8
5. キーワード毎の取組	2 5
6. 食育推進にあたっての役割	2 6

○参考資料

・うんなんの食育あいうえお	2 7
・食育ピクトグラム	2 8
・食に関するアンケート集計結果	2 9
・第4次雲南市食育推進計画策定の経過	3 8
・雲南市食育推進計画策定に係る委員会（うんなん食育ネット会議委員）	3 9

I 第4次計画の策定にあたって

1. 計画策定の趣旨

雲南市には豊かな風土のもとで受け継がれてきた豊かな食があります。その食の恵みに感謝し、生涯にわたって健康で豊かな生活を送ることができるよう、平成 20 年度に「第 1 次雲南市食育推進計画」（以下、「第 1 次計画」と記載）、平成 26 年度に「第 2 次雲南市食育推進計画」（以下、「第 2 次計画」と記載）、令和元年度に「第 3 次雲南市食育推進計画」（以下、「第 3 次計画」と記載）を策定し、多様な関係者のみなさまとともに情報共有や計画の進行管理を行いながら、家庭、学校、地域、職場など市全体で食育を推進してきました。

これまでの取組の成果と課題を踏まえつつ、国の食育推進基本計画、島根県食育推進計画、また、食を取り巻く環境の変化に対応しながら、引き続き食育に関する施策を総合的に進め、“雲南市らしさ”のある食育を展開するため、「第 4 次雲南市食育推進計画」（以下、「第 4 次計画」と記載）を策定します。

食育とは・・・

食育基本法では、“生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきものと位置付けるとともに、様々な経験を通じて「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こと”と位置付けられています。

2. 計画の位置づけ

本計画は、食育基本法第 18 条第 1 項に基づく市町村食育推進計画として位置づけ、国の食育推進基本計画、島根県食育推進計画に基づき策定します。また、「雲南市総合計画」「雲南市総合保健福祉計画」などの上位計画や、「第 4 次雲南市健康増進実施計画」などの各分野の計画などとも整合性を図り、連携しながら食育を推進するものです。

令和 3 年度に策定された、国の第 4 次食育推進基本計画では、社会全体で連携・協働して持続可能な食料システム（フードシステム）を構築することを目指しています。国民の健康や食を取り巻く環境の変化、社会のデジタル化など、食育をめぐる状況を踏まえ、重点事項として、①生涯を通じた心身の健康を支える食育の推進、②持続可能な食を支える食育の推進、③「新たな日常」やデジタル化に対応した食育の推進が挙げられています。

令和 5 年度に策定された、島根県食育推進計画第四次計画では第三次計画に引き続き、重点施策に①生涯にわたる心身の健康を支える食育を推進し、特に若い世代（高校生、大学生、子育て中の親世代を含む 20～30 歳代）への食育の推進、②県民の身近なところで、食に関する「おいしい・たのしい・ためになる」体験の場づくりの推進と県民の主体的な参加の促進、③関係団体の連携・協力による地域力を生かした多様な暮らしに対応し、環境に配慮した食育の推進が挙げられています。

3. 計画期間

本計画の期間は、令和7年度から令和11年度の5年間とします。

4. 第3次計画の取組状況

(1) 第3次計画の概要

第3次計画では、基本理念の実現に向け、食を通して心身ともに健康に暮らせる市民を育む「食で育む」、雲南市の食の良さを受け継ぎながら、より良い食材や食品を創造する「食を育む」の2つの方向性を柱として、それぞれに大目標と3つのキーワードを設け、食育を推進してきました。

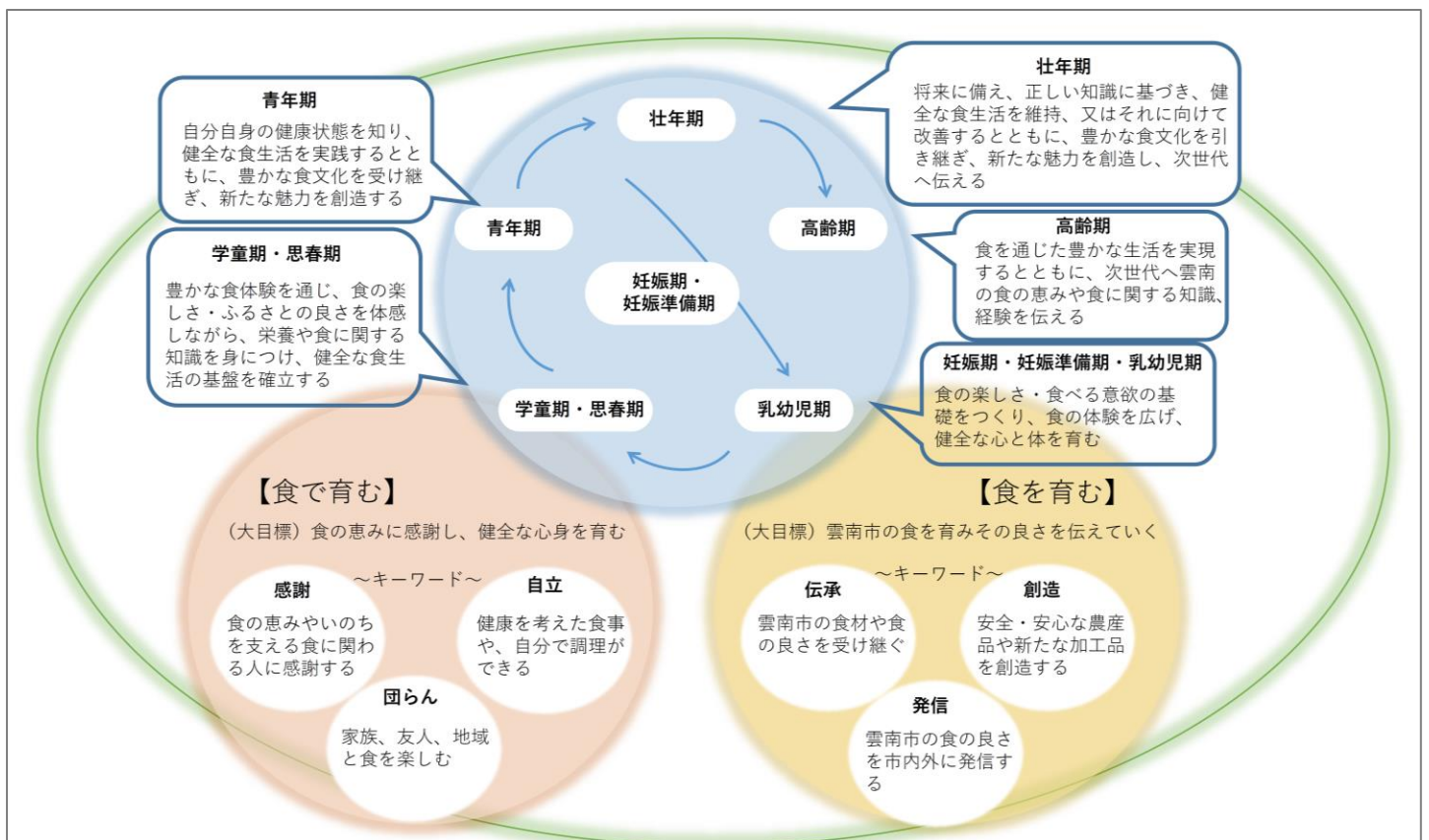
また、家庭で実践できる具体的な食育の取組を「うんなんの食育あいいうえお」として紹介することで、第1次計画で高まった食育に対する意識を「実践」へとつなげてきました。



『第3次雲南市食育推進計画』

(「第3次計画」食育推進イメージ)

基本理念：食は生命 ～学び・伝え・創造する 雲南の食育の環～



うんなんの“食育あいうえお”

平成 25 年度に市民の方 500 名を対象に食に関するアンケート調査を行ったところ「食育に関してもっと積極的な PR が必要」や「どんなことを推進しているのかわかりにくい」といった声が聞かれました。そこで、市民のみなさまに取り組んでもらいたい内容をわかりやすく伝えるため“あいうえお”にまとめました。

- あ** 朝ごはんを食べよう
- い** 「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしよう
- う** 雲南市産の食材を使おう
- え** 栄養バランスを考えた食事をしよう
- お** おいしい食事はみんなで一緒に食べよう



“食育ピクトグラム”

食育の取組を子ども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農林水産省で作成されました。内容は国の第 4 次食育推進基本計画で重点事項に取り上げられている、普遍的に取り組むべき項目から選択されています。また、食生活指針も参考にしています。雲南市ではこの“食育ピクトグラム”を市報等に掲載し、食育の啓発を行いました。



(2) 取組の状況

「食で育む」にかかる『感謝』『自立』『団らん』の3つのキーワード、「食を育む」にかかる『伝承』『創造』『発信』の3つのキーワードごとに、多くの取組を行ってきました。

《キーワード①：感謝》・・・食の恵みやいのちを支える食に関わる人に感謝する

- ・野菜生産者と子どもたち（園児・児童・生徒）との交流活動
- ・野菜づくり、田植えイベントなどの農業体験、調理実習活動

《キーワード②：自立》・・・健康を考えた食事を実践できる、自分で調理ができる

- ・規則正しい食習慣・栄養バランス・フレイル予防等の啓発
- ・料理教室、塩分測定を通じた減塩活動
- ・保育園での調理実習活動
- ・保育園・学校でのお弁当の日の取組
- ・男性に向けた料理教室
- ・学校栄養教諭による食育指導
- ・専門職（保健師・栄養士）による保健指導、栄養指導



保育園での餅つき体験

《キーワード③：団らん》・・・家族、友人、地域との絆を深める

- ・放課後児童クラブでの調理実習活動
- ・うんなん家庭の日（毎月第3日曜日）の啓発



保育園での稲刈り体験

《キーワード④：伝承》・・・雲南市の食材や食の良さを受け継ぐ

- ・米づくり、餅つき、こんにゃくづくり、笹まきづくりなどの郷土食・伝統食づくりの体験、調理実習活動
- ・地元産の食材を使った調理実習活動
- ・地域自主組織における食に関する取組



郷土料理レシピ集
「ふるさと、ごはん。」

《キーワード⑤：創造》・・・安全・安心な農産品や新たな加工品を創造する

- ・生産者向けの研修会・講習会
- ・地元農産物の紹介・販売
- ・地産地消率向上に向けた取組
- ・学校給食野菜生産者シールの活用
- ・農商工連携協議会等における地元農産物を活用した新商品開発

《キーワード⑥：発信》・・・雲南省の食の良さを市内外に発信する

- ・農業新聞、産直市、広報誌、ホームページ、フェイスブック、様々なイベント等を通して各種取組、地元農産物等の啓発・PR 活動
- ・食育月間（6月）、食育の日（毎月19日）の啓発、キャンペーン活動
- ・学校給食の献立紹介
- ・市内各園・学校での食育、生活習慣改善に向けた取組



5. 雲南省の食育の現状と取組の方向性

（1）第3次計画の目標の達成状況

基本理念の実現に向けた取組の成果を客観的に把握するため、第3次計画においてキーワードごとに設けた中目標について、達成度を評価しました。

達成度の判定は以下のとおりです。

- 〔達成度の判定〕
- ◎：目標を達成したもの
 - ：目標は達成できなかったが、改善傾向のもの
 - △：第3次計画策定時の数値と大きな変化がなく、横ばい傾向のもの
 - ×：悪化傾向のもの
 - －：サンプル数が少ないため、評価が困難なもの

（2）食に関するアンケートについて

中目標の達成度を評価するため、令和5年度に「食に関するアンケート」を実施しました。

実施時期：令和6年2月1日～3月15日

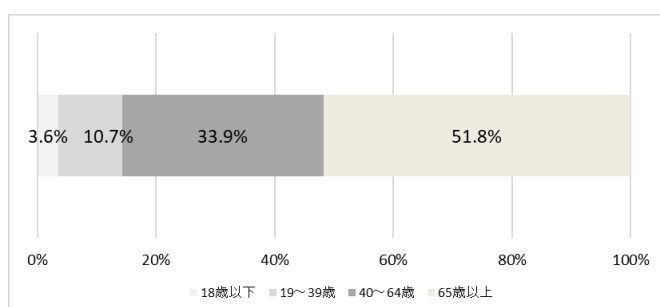
対象者数：500名（15歳～85歳の男女各250名ずつ）

回答方法：郵送、インターネット

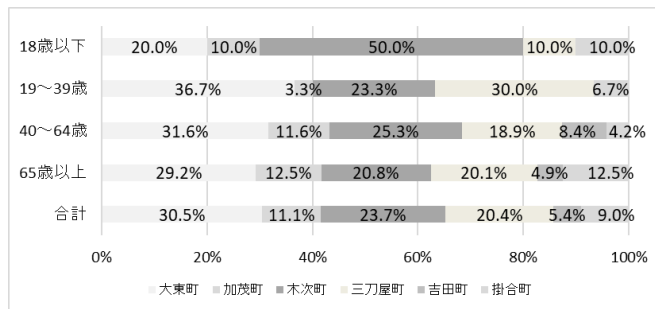
回収率：57%（284名）

回答者の男女比：男性47.9%：女性51.3%

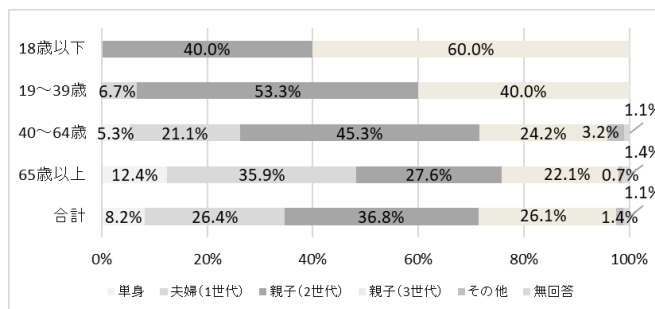
回答者の年齢構成比



回答者の居住地



回答者の家族構成



【評価結果】

《キーワード①：感謝》

中目標（１） 食の恵みや周囲の人への感謝をもつ人を増やす

指標：「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしている人の割合（毎食していると答えた人の割合）

	第3次計画策定時	目標値	現状値	評価
-18 歳	100.0%	維持	50.0%	—
19-39 歳	58.6%	60%	70.0%	◎
40-64 歳	54.7%	60%	48.9%	×
65 歳以上	41.1%	60%	39.3%	△

※現状値データ根拠：R5 食に関するアンケート調査

- ・「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしている人の割合は、19-39 歳の世代で改善がみられました。一方で、40-64 歳の世代では悪化傾向となりました。
- ・子どもたちを対象とした農業体験、調理活動などを通し、自然の恵みや周囲の人への感謝の意識の高揚を図ってきました。
- ・新型コロナウイルス感染症流行に伴い、野菜生産者との交流が難しくなりましたが、食育だよりや動画を通じて野菜生産者の情報を発信しました。

中目標（２） 食品ロス削減に取り組む人を増やす

指標：食事を残さず食べるようにしている人の割合（毎食残さず食べていると答えた人の割合）

	第３次計画策定時	目標値	現状値	評価
-18 歳	60.0%	増やす	60.0%	－
19-39 歳	45.8%	増やす	83.3%	◎
40-64 歳	72.5%	増やす	84.1%	◎
65 歳以上	77.2%	増やす	71.9%	×

※現状値データ根拠：R5 食に関するアンケート調査

・食事を残さず食べている人の割合は、19-39 歳及び 40-64 歳の世代で改善がみられました。

《キーワード①感謝》のまとめ

子どもの頃から感謝の気持ちを培うことが将来にわたって重要であることから、引き続き子ども世代に向けた働きかけを通して、全世代へ広げていく必要があります。

《キーワード②：自立》

中目標（３） 「食」に関する知識や理解を深める人を増やす

指標：食品の安全や栄養に関する情報を得ている人の割合（得られていると感じる・やや感じると答えた人の割合）

	第３次計画策定時	目標値	現状値	評価
-18 歳	40.0%	65.6%	70.0%	－
19-39 歳	62.5%	65.6%	46.7%	×
40-64 歳	70.1%	増やす	54.8%	×
65 歳以上	66.7%	増やす	66.2%	△

※現状値データ根拠：R5 食に関するアンケート調査

・食品の安全や栄養に関する情報を得られていると感じる割合は、19 歳-39 歳及び 40-64 歳の世代で悪化傾向となりました。

指標：栄養成分表示※を活用している人の割合（知らないと答えた人の割合）

	第３次計画策定時	目標値	現状値	評価
-18 歳	0.0%	維持	0.0%	－
19-39 歳	8.3%	5.4%	3.3%	◎
40-64 歳	6.3%	5.4%	12.6%	×
65 歳以上	12.3%	5.4%	16.6%	×

※加工食品及び添加物の容器包装に記載されている、栄養成分の量及び熱量の表示のこと。

※現状値データ根拠：R5 食に関するアンケート調査

- ・栄養成分表示を活用している人の割合は 19 歳-39 歳の世代で改善がみられました。一方で 40 歳-64 歳及び 65 歳以上の世代で悪化傾向となりました。

中目標（４） 健康を意識した食生活を実践している人を増やす

指標：朝食を毎日食べている人の割合（毎日食べていると答えた人の割合）

	第 3 次計画策定時	目標値	現状値	評価
-18 歳	100.0%	100.0%	90.0%	－
19-39 歳	70.8%	85.0%	76.7%	○
40-64 歳	88.8%	増やす	82.0%	×
65 歳以上	90.3%	増やす	95.6%	◎

※現状値データ根拠：R5 食に関するアンケート調査

	第 3 次計画策定時	目標値	現状値	評価
小学 6 年生	96.4%	100.0%	97.5%	○
中学 3 年生	96.3%	100.0%	97.8%	○

※現状値データ根拠：全国学力・学習状況調査（学校教育課より情報提供）

- ・朝食を食べている割合は、小学 6 年生、中学 3 年生、65 歳以上の世代で改善がみられました。一方で 40-64 歳の世代においては悪化傾向となりました。

指標：日常生活で減塩に気をつけている（いつも気をつけていると答えた人の割合）

	第 3 次計画策定時	目標値	現状値	評価
-18 歳	20.0%	31.3%	10.0%	－
19-39 歳	8.3%	31.3%	13.3%	○
40-64 歳	26.3%	31.3%	18.9%	×
65 歳以上	33.3%	増やす	42.1%	◎

※現状値データ根拠：R5 食に関するアンケート調査

- ・日常生活で減塩に気を付けている割合は 65 歳以上の世代で改善がみられました。一方で 40-64 歳の世代においては悪化傾向となりました。

指標：適正体重を維持している人の割合

肥満傾向児（肥満度+30%以上）の出現率

	第3次計画策定時	目標値	現状値	評価
小学5年生男子	1.8%	減らす	6.3%	×
小学5年生女子	2.0%	減らす	0.9%	◎
中学2年生男子	3.3%	減らす	5.9%	×
中学2年生女子	0.0%	維持	3.5%	×

痩身傾向児（肥満度－20%以下）の出現率

	第3次計画策定時	目標値	現状値	評価
小学5年生男子	0.6%	減らす	3.1%	×
小学5年生女子	1.3%	減らす	1.8%	×
中学2年生男子	1.3%	減らす	0.0%	◎
中学2年生女子	2.1%	減らす	5.7%	×

※現状値データ根拠：全国学力・運動能力、運動習慣等調査（学校教育課より情報提供）

- ・肥満傾向児の出現率は、小学5年生女子以外の学年で悪化傾向となりました。
- ・痩身傾向児の出現率は、中学2年生男子以外の学年で悪化傾向となりました。
- ・学校栄養教諭による食育指導、保健師・栄養士等による健診・健康教室等における栄養指導など、適切な食生活習慣の確立に向けて積極的な指導を行いました。

低栄養傾向（BMI20以下）の高齢者の割合

	第3次計画策定時	目標値	現状値	評価
65-74歳男性	17.2%	増加抑制	15.4%	◎
65-74歳女性	26.6%	増加抑制	28.2%	×
75歳以上男性	18.7%	増加抑制	21.4%	×
75歳以上女性	26.8%	増加抑制	31.1%	×

※現状値データ根拠：特定健診等データ管理システム_FKAC167

- ・低栄養傾向の高齢者の割合は65-74歳女性、75歳以上男性、75歳以上女性において悪化傾向となりました。

指標：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人の割合（ほぼ毎日と答えた人の割合）

	第3次計画策定時	目標値	現状値	評価
-18歳	40.0%	55.0%	70.0%	－
19-39歳	45.8%	55.0%	53.3%	○
40-64歳	56.3%	70.0%	50.5%	×
65歳以上	57.9%	70.0%	59.3%	○

※現状値データ根拠：R5食に関するアンケート調査

- ・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人の割合は、19-39歳、65歳以上の世代で改善がみられました。

中目標（5） 自分で調理ができる人を増やす

指標：ごはんと味噌汁が調理できる人の割合（調理できると答えた人の割合）

	第3次計画策定時	目標値	現状値	評価
-18歳	40.0%	80.0%	80.0%	－
19-39歳	70.8%	80.0%	63.3%	×
40-64歳	80.0%	80.0%	74.7%	×
65歳以上	67.5%	80.0%	71.7%	○

※現状値データ根拠：R5食に関するアンケート調査

- ・ごはんと味噌汁が調理できる割合は、65歳以上の世代で改善傾向となりました。一方で、19-39歳及び40-64歳の世代においては悪化傾向となりました。
- ・市内各園・学校における「お弁当の日」の取組は定着し、子どもたちが自分一人で調理する力を継続して養ってきました。
- ・関係団体により男性向けの料理教室や地元野菜を使った調理実習も行われるなど、健全な食生活を送るための取組を行ってきました。

《キーワード②自立》のまとめ

子どもの頃からの基礎づくりが重要であり、引き続き子ども世代に向けた取組が必要であると同時に、高齢世代への働きかけも必要です。

肥満傾向児、痩身傾向児、低栄養傾向の高齢者の割合が増加しており、健康増進実施計画等と連動しながら対策を講じる必要があります。

《キーワード③：回らん》

中目標（６） 食事が楽しいと思う人を増やす

指標：食事の時間が楽しみな人の割合（楽しみ、どちらかと言えば楽しみと答えた人の割合）

	第３次計画策定時	目標値	現状値	評価
-18 歳	100.0%	100.0%	100.0%	－
19-39 歳	95.8%	100.0%	93.4%	△
40-64 歳	95.0%	100.0%	88.4%	×
65 歳以上	86.0%	100.0%	85.6%	△

※現状値データ根拠：R5 食に関するアンケート調査

・うんなん家庭の日（毎月第３日曜日）の普及や、放課後児童クラブにおける調理実習活動などを通し、食事の楽しさを体感する機会を設けてきました。



ワールドブリッジ アレバ作り
(入間交流センター)



保育園で取れた野菜を使った調理実習

中目標（７） 家族や仲間と食卓を囲む人を増やす

指標：週に一度は家族や友人などだれかと一緒に食事をとっている人の割合（あると答えた人の割合）

	第３次計画策定時	目標値	現状値	評価
-18 歳	100.0%	維持	100.0%	－
19-39 歳	100.0%	維持	83.3%	×
40-64 歳	90.0%	増やす	88.4%	△
65 歳以上	64.9%	増やす	62.8%	△

※現状値データ根拠：R5 食に関するアンケート調査

・週に一度は家族や友人などだれかと一緒に食事をとっている人の割合は、新型コロナウイルス感染症流行の影響もあってか、全ての世代で悪化傾向となりました。

指標：食がある集まりや事業に参加している人の割合（参加したと答えた人の割合）

	第3次計画策定時	目標値	現状値	評価
-18歳	80.0%	増やす	40.0%	－
19-39歳	66.7%	増やす	50.0%	×
40-64歳	76.3%	増やす	56.8%	×
65歳以上	65.8%	増やす	59.3%	×

※現状値データ根拠：R5食に関するアンケート調査

- ・食がある集まりや事業に参加している割合は、新型コロナウイルス感染症流行の影響もあってか、全ての世代で悪化傾向となりました。

《キーワード③団らん》のまとめ

ライフスタイルの多様化により、家族全員がそろって食事をとることが難しい現状もありますが、特に子ども世代においては家庭の団らんを大事にし、誰かと一緒に食べる「共食」の機会を意識して設ける必要があります。

独居高齢者の増加に伴い、高齢者の孤食が増加しているため、地域ぐるみで「共食」を推進する取組を行う必要があります。

《キーワード④：伝承》

中目標（8） 世代間に食を伝承する交流がある

指標：行事食・郷土食づくりの体験活動に参加している人の割合（参加したと答えた人の割合）

	第3次計画策定時	目標値	現状値	評価
-18歳	20.0%	増やす	20.0%	－
19-39歳	12.5%	増やす	3.3%	×
40-64歳	10.0%	増やす	1.1%	×
65歳以上	10.5%	増やす	6.2%	×

※現状値データ根拠：R5食に関するアンケート調査

- ・行事食・郷土食づくりの体験活動に参加している割合は、新型コロナウイルス感染症流行の影響もあってか、19-39歳、40-64歳、65歳以上の世代において悪化傾向となりました。
- ・行事食の体験活動、郷土食の調理実習等をとおして雲南市の食材や食の魅力について体験を通して伝えてきました。

中目標（９） 安全・安心な農産品が安定して手に入る

指標：雲南市（産）の食材を意識して使っている人の割合（意識して使っている、できるだけ使うようにしていると答えた人の割合）

	第３次計画策定時	目標値	現状値	評価
-18 歳	0.0%	50.0%	30.0%	－
19-39 歳	29.2%	50.0%	30.0%	△
40-64 歳	38.8%	50.0%	50.6%	◎
65 歳以上	56.1%	維持	66.9%	◎

※現状値データ根拠：R5 食に関するアンケート調査

- ・雲南市（産）の食材を意識して使っている人の割合は、40-64 歳、65 歳以上の世代で目標を達成しました。
- ・学校給食野菜生産者シール（産直市等で学校給食に提供している野菜だと一目で分かるためのシール）を活用し、地産地消を推進しました。

指標：学校給食の地産地消率

	第３次計画策定時	目標値	現状値	評価
米	100.0%	100.0%	100.0%	◎
牛乳	100.0%	100.0%	100.0%	◎
野菜	37.2%	40.0%	47.8%	◎

※現状値データ根拠：教育総務課より情報提供

- ・関係者の連携を図りながら学校給食の地産地消率の向上に努めてきたことで、給食の地産地消率は全ての食材で目標を達成しました。

《キーワード④伝承》のまとめ

安全・安心な給食の提供や野菜生産者の販路確保のために、学校給食の地産地消率向上に向けた取組を維持・継続していく必要があります。

引き続き農家や地域の関係団体と連携しながら、地産地消、郷土食の伝承を推進する必要があります。



笹巻きづくりの様子



たけのご掘りの様子



焼き芋づくりの様子

《キーワード⑤：創造》

中目標（10） 雲南市の食材を使った加工品を生み出す

指標：農商工連携プロジェクト並びに市の補助金活用によって生み出された商品の内、食に関する商品数及び雲南市農商工連携協議会会員数

	第3次計画策定時	目標値	現状値	評価
商品数（延べ数）	15 個	50 個	25 個	○
会員数	74 人	75 人	75 人	◎

※現状値データ根拠：商工振興課より情報提供

- ・安全・安心な食材を活かした新商品が開発され、雲南の新たな“食の幸”となりました。
- ・農商工連携協議会による新商品も着実に増えており、会員数も維持できています。

中目標（11） 自然に健康になれる食環境を創る

指標：環境保全型農業実施農業者数

	第3次計画策定時	目標値	現状値	評価
農業者数	39 人	増やす	31 人	×

※現状値データ根拠：農業総務課より情報提供

- ・安全・安心な食の提供に向け、生産者の意識向上を図る取組が行われてきました。

指標：農業産出額

	第3次計画策定時	目標値	現状値	評価
農業産出額	50.8 億円	50.8 億円	39.3 億円	×

※現状値データ根拠：農業総務課より情報提供

- ・農業産出額は 11.5 億円減少しました。
- ・安全・安心な野菜であることを示す、給食向け野菜生産者マークを作成し、産直市等で野菜を販売する際に活用されました。

《キーワード⑤創造》のまとめ

安全・安心な農産物の生産に向け、引き続き生産者の意識向上を図る必要があります。

《キーワード⑥：発信》

中目標（12） 雲南市の食の情報を市民が定期的に見聞きする

指標：食育という言葉やその意味を知っている人の割合（言葉も意味も知っていると答えた人の割合）

	第3次計画策定時	目標値	現状値	評価
-18歳	20.0%	70.0%	60.0%	－
19-39歳	66.7%	70.0%	66.7%	△
40-64歳	61.3%	70.0%	71.6%	◎
65歳以上	42.1%	70.0%	55.9%	○

※現状値データ根拠：R5食に関するアンケート調査

- ・食育という言葉の認知度について、40-64歳の世代で目標を達成し、65歳以上の世代においても改善がみられました。
- ・食育月間（6月）、食育の日（毎月19日）などを通して、食育について普及・啓発を行ってきました。

指標：市内の食に携わる企業や生産者の情報を得られていると感じる人の割合（感じると答えた人の割合）

	第3次計画策定時	目標値	現状値	評価
-18歳	0.0%	増やす	30.0%	－
19-39歳	4.2%	増やす	6.7%	◎
40-64歳	10.0%	増やす	4.2%	×
65歳以上	12.3%	増やす	8.3%	×

※現状値データ根拠：R5食に関するアンケート調査

- ・市内の食に携わる企業や生産者の情報を得られていると感じる人の割合は、40-64歳、65歳以上の世代で悪化傾向となりました。

中目標（13） 市民が雲南市の食の良さを感じている

指標：雲南市の食の良さを感ずる人の割合（感じると答えた人の割合）

	第3次計画策定時	目標値	現状値(参考※)	評価
-18歳	20.0%	50.0%	40.0%(70.0%)	－
19-39歳	20.8%	50.0%	26.7%(60.0%)	○
40-64歳	27.5%	50.0%	22.1%(67.4%)	×
65歳以上	28.9%	50.0%	29.0%(67.6%)	△

参考※：「感じる」、「やや感じる」と答えた人の割合

※現状値データ根拠：R5 食に関するアンケート調査

- ・雲南市の食の良さについて、インターネットなどを活用しながら、多くの関係者・機関が市内外に発信してきました。

《キーワード⑥発信》のまとめ

全世代に渡って広く発信するとともに、世代別に適した内容や方法で発信する必要があります。

（２）第４次計画に向けた課題

- ・肥満傾向児・痩身傾向児の出現率が増加しており、健康増進実施計画等と連動しながら対策を講じる必要があります。
- ・低栄養傾向の高齢者の割合が増加しており、健康増進実施計画等と連動しながら対策を講じる必要があります。
- ・食がある集まりや事業へ参加している人の割合が減少しているため、上昇させるための取り組みが必要です。
- ・食への関心には格差があるため、自然と健康になれる食環境整備について検討していく必要があります。

（３）取組の方向性

子ども世代から高齢者世代までの「つながり」を大切にし、分野横断・連携して食育に関する施策を総合的、計画的に推進します。

第４次計画では、これまでの方向性を継続するとともに、健全な食生活、生涯にわたる食の営み、食の循環・環境にも目を向けながら、「食で育む」と「食を育む」とがつながりあい、相互に関与しながら進展していくよう、“雲南市らしい食育”の「環」を広げていきます。

地域ぐるみで食に関するイベントや事業開催、食環境整備に取り組みます。

Ⅱ 第4次計画の基本的な考え方

1. 基本理念

食は生命 ～学び・伝え・創造する 雲南の食育の環～

「食」は生きていくうえで欠かせない営みであり、食べることは生きることにつながります。

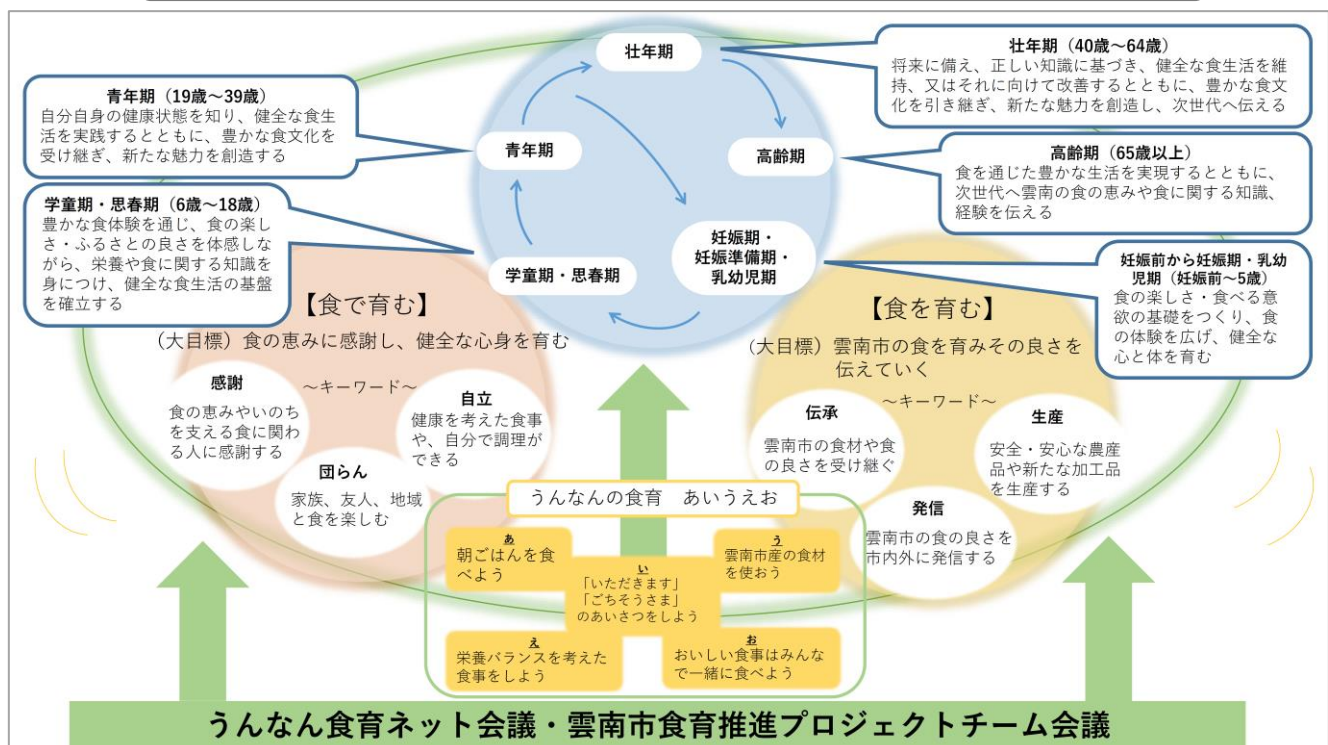
雲南市には豊かな食環境があり、地域に根付いた食文化が今も守られています。食の恵みやいのちを支える食に関わる人や環境そのものへ感謝すること、食を通して自らの健康の維持・増進を図ること、周囲の人とともに食を楽しむこと、地域の伝統や食の良さを受け継ぎながら、新しい食や安全・安心な食環境を創り出すことなど、食を通して多くのことを学び、伝え、創造することを引き続き理念とします。そして、食で人を育み、食を育むことでまちを育む“雲南市らしい食育の環”を、市民のみなさまとともに広げていきます。

2. 食育推進の体系

基本理念の実現に向け、食を通して心身ともに健康に暮らせる市民を育む「食で育む」、雲南市の食の良さを受け継ぎながら、より良い食や食環境を創造する「食を育む」の2つの方向性を引き続き柱として位置づけ、それぞれに「食の恵みに感謝し健全な心身を育む」「雲南市の食を育みその良さを伝えていく」の大目標と「感謝・自立・団らん」「伝承・生産・発信」の3つずつのキーワードを設けるとともに、それぞれの「環」をつなぎ食育を推進します。

また、ライフステージ別の食育推進方針を設定し、推進する上での方向性を関係者全体で共有しながら、子どもから高齢者まで、生涯にわたって切れ目なく食育を推進します。

基本理念：食は生命 ～学び・伝え・創造する 雲南の食育の環～



3. 推進体制・進行管理

食育の取組は、地域振興、教育、保健、農業、商業等の多様な分野の連携が不可欠です。その推進にあたっては、市民、保育・教育関係者、生産者、食品関連事業者、行政がそれぞれの役割のもと取組を進めることに加え、それぞれの分野、役割を相互に理解・認識し、「環」となり一体的に取組を進める必要があります。

第3次計画において、40歳から64歳の食に関する指標の多くが悪化していることから、職域との連携を図り、働き盛り世代に対する取組を強化する必要があります。

計画の進行管理については、食育の達成状況を把握するため、引き続き客観的な指標を設定し、5年に1度食に関するアンケートを実施します。市内の食育関連団体で構成する「うんなん食育ネット会議」を開催し、食育ネット委員を中心に広く市民のみなさんと計画の進行状況を共有します。また、庁内関係課で構成する「雲南市食育推進プロジェクトチーム会議」を開催し、定期的に取り組状況を検討することで食育の推進を図ります。

4. 目標

大目標	キーワード	中目標
食の恵みに感謝し、健全な心身を育む	①感謝	(1) 食の恵みや食に関わる人への感謝をもつ人を増やす (2) 食品ロス削減に取り組む人を増やす
	②自立	(3) 健康な食生活に関する知識や理解を深め、実践している人を増やす (4) 自分で調理ができる人を増やす
	③団らん	(5) 食事が楽しいと思う人を増やす (6) 家族や仲間と食卓を囲む人を増やす
雲南市の食を育みその良さを伝えていく	④伝承	(7) 交流を通して地域や家庭に伝統的な食文化（行事食）を残す
	⑤生産	(8) 地産地消を推進する (9) 雲南市の食材を使った加工品を生みだす
	⑥発信	(10) 食の情報を定期的に発信する (11) 雲南市の食の良さを感じている人を増やす

基本理念の実現に向けた取組の成果や達成度を客観的な指標により把握するため、キーワードごとに設けた中目標ごとに数値目標を設定します。

第3次計画を評価した結果、上記キーワード②自立の評価指標としていた「適正体重を維持している人の割合」が多くの年代で悪化していました。これについては健康づくりに関係す

る部局を中心に取組を展開していく必要があるため、健康増進実施計画のライフステージ別指標に包含することとし、第4次計画では「朝食を毎日食べている人の割合」、「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人の割合」等の増加に取り組み、適正体重を維持している人の割合増加に努めます。

また、ライフステージに応じた食育の方針の実現に向け、数値目標はライフステージごとに区分けし設定します。（※18歳以下は回答者数が少ないため、参考データとして扱います。）

《キーワード①：感謝》

中目標（1） 食の恵みや食に関わる人への感謝をもつ人を増やす

指標：「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしている人の割合（毎食していると答えた人の割合）

	-18 歳	19-39 歳	40-64 歳	65 歳以上
現状値	50.0%（※参考）	70.0%	48.9%	39.3%
目標値	60.0%	80.0%	60.0%	60.0%

※現状値データ根拠：R5 食に関するアンケート調査

※目標値の考え方：第3次計画において目標を達成した19-39歳の世代は増加を目標とし、悪化傾向の世代では引き続き60%以上となることを目標とする。

中目標（2） 食品ロス削減に取り組む人を増やす ※食品ロス：残さない、買い過ぎない、作りすぎない等

指標：食品ロスの問題を知っている人の割合（知っている人と答えた人の割合）

	-18 歳	19-39 歳	40-64 歳	65 歳以上
現状値	70.0%（※参考）	50.0%	56.8%	47.6%
目標値	増やす	増やす	増やす	増やす

※現状値データ根拠：R5 食に関するアンケート調査

※目標値の考え方：新たに指標を設定。比較データがないため、まずは増加を目標とする。

指標：家庭で食品ロスを削減する取組を行っている人の割合（常に取り組んでいると答えた人の割合）

	-18 歳	19-39 歳	40-64 歳	65 歳以上
現状値	-	-	-	-
目標値	70.0%	70.0%	70.0%	70.0%

※目標値の考え方：新たに指標を設定。比較データがないため、全世代で70.0%を目標とする。

《キーワード②：自立》

中目標（３） 健康な食生活に関する知識や理解を深め、実践している人を増やす

指標：食品の安全や栄養に関する情報を得ている人の割合（得られていると感じる・やや得られていると感じると答えた人の割合）

	-18 歳	19-39 歳	40-64 歳	65 歳以上
現状値	70.0%（※参考）	46.7%	54.8%	66.2%
目標値	増やす	増やす	増やす	増やす

※現状値データ根拠：R5 食に関するアンケート調査

※目標値の考え方：第 3 次計画において全世代で悪化傾向であったことから、全世代において現状値より増加することを目標とする。

指標：栄養成分表示※を活用している人の割合（知らないと感じた人の割合）

	-18 歳	19-39 歳	40-64 歳	65 歳以上
現状値	0.0%（※参考）	3.3%	12.6%	16.6%
目標値	維持	維持	5.37%	5.37%

※加工食品及び添加物の容器包装に記載されている、栄養成分の量及び熱量の表示のこと。

※現状値データ根拠：R5 食に関するアンケート調査

※目標値の考え方：40 歳以上の世代は悪化傾向であったことから、R4 島根県県民健康栄養調査現状値（平均値 5.37%）まで減少させることを目標とする。

指標：朝食を毎日食べている人の割合（毎日食べていると感じた人の割合）

	-18 歳	19-39 歳	40-64 歳	65 歳以上
現状値	90.0%（※参考）	76.7%	82.0%	95.6%
目標値	100.0%	85.0%	増やす	増やす

※現状値データ根拠：R5 食に関するアンケート調査

※目標値の考え方：39 歳までの若い世代については、国の第 4 次食育推進基本計画の朝食欠食 15%以下を参考に 85%を目標とする。40 歳以上については引き続き増加を目標とする。

	小学 6 年生	中学 3 年生
現状値	97.5%	97.8%
目標値	100.0%	100.0%

※現状値データ根拠：R5 全国学力・学習状況調査（学校教育課より情報提供）

※目標値の考え方：第 3 次計画において目標未達成だったものの改善傾向にあることから、改めて同数値を目標とする。

指標：日常生活で減塩に気をつけている（いつも気をつけていると答えた人の割合）

	-18 歳	19-39 歳	40-64 歳	65 歳以上
現状値	10.0%	13.3%	18.9%	42.1%
目標値	20.0%	20.0%	20.0%	増やす

※現状値データ根拠：R5 食に関するアンケート調査

※目標値の考え方：第 3 次計画で目標を達成できなかった、64 歳以下の世代では目標値を見直し、20.0%を目標とする。

指標：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人の割合（ほぼ毎日と答えた人の割合）

	-18 歳	19-39 歳	40-64 歳	65 歳以上
現状値	70.0%（※参考）	53.3%	50.5%	59.3%
目標値	55.0%	55.0%	70.0%	70.0%

※現状値データ根拠：R5 食に関するアンケート調査

※目標値の考え方：国の第 4 次食育推進基本計画に設定されている目標値（20-39 歳 40%、国民全体 50%）は達成したが、市の第 3 次計画において、目標未達成だったため引き続き同数値を目標とする。

中目標（４） 自分で調理ができる人を増やす

指標：ごはんと味噌汁を一人で調理できる人の割合（調理できると答えた人の割合）

	-18 歳	19-39 歳	40-64 歳	65 歳以上
現状値	80.0%（※参考）	63.3%	74.7%	71.7%
目標値	80.0%	80.0%	80.0%	80.0%

※現状値データ根拠：R5 食に関するアンケート調査

※目標値の考え方：第 3 次計画において 19-39 歳、40-64 歳の世代で悪化しているが、引き続き全世代において 80%以上となることを目標とする。



《キーワード③：囲らん》

中目標（５） 食事が楽しいと思う人を増やす

指標：食事の時間が楽しい人の割合（楽しみ、どちらかと言えば楽しみと答えた人の割合）

	-18 歳	19-39 歳	40-64 歳	65 歳以上
現状値	100.0%（※参考）	93.4%	88.4%	85.6%
目標値	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%

※現状値データ根拠：R5 食に関するアンケート調査

※目標値の考え方：第3次計画において全世代において悪化傾向にあるが、改めて全世代において100%となることを目標とする。

中目標（６） 家族や仲間と食卓を囲む人を増やす

指標：週に一度は家族や友人など誰かと一緒に食事をとっている人の割合（あると答えた人の割合）

	-18 歳	19-39 歳	40-64 歳	65 歳以上
現状値	100.0%（※参考）	83.3%	88.4%	62.8%
目標値	維持	90.0%	90.0%	65.0%

※現状値データ根拠：R5 食に関するアンケート調査

※目標値の考え方：第3次計画において全世代とも悪化傾向にあったことから、目標値を見直し、19-39 歳および 40-64 歳は 90.0%、65 歳以上は 65.0%を目標とする。

指標：食がある集まりや事業に参加している人の割合（参加したと答えた人の割合）

	-18 歳	19-39 歳	40-64 歳	65 歳以上
現状値	40.0%（※参考）	50.0%	56.8%	59.3%
目標値	60.0%	60.0%	60.0%	60.0%

※現状値データ根拠：R5 食に関するアンケート調査

※目標値の考え方：第3次計画において全世代とも改善が見られなかったことから、目標値を見直し、全世代で 60%を目標とする。

《キーワード④：伝承》

中目標（７） 交流を通して地域や家庭に伝統的な食文化（行事食）を残す

指標：行事食・郷土食づくりの体験活動に参加している人の割合（参加したと答えた人の割合）

	-18 歳	19-39 歳	40-64 歳	65 歳以上
現状値	20.0%（※参考）	3.3%	1.1%	6.2%
目標値	増やす	10.0%	10.0%	10.0%

※現状値データ根拠：R5 食に関するアンケート調査

※目標値の考え方：第3次計画において全世代とも悪化傾向にあったことから、目標値を見直し、全世代で10%を目標とする。



もちつきの様子



味噌づくりの様子

《キーワード⑤：生産》

中目標（８） 地産地消を推進する

指標：産地や生産者を意識して農産物・食品を選ぶ人の割合（意識して選んでいる、時々意識して選んでいると答えた人の割合）

	-18 歳	19-39 歳	40-64 歳	65 歳以上
現状値	-	-	-	-
目標値	50.0%	50.0%	70.0%	70.0%

※目標値の考え方：新たに指標を設定。39歳以下の世代で50.0%、40歳以上の世代で70.0%を目標とする。

指標：産直品販売高

	販売高（千円）
現状値	276,568
目標値	増やす

※現状値データ根拠：R5 雲南管内地区別産直品販売高実績（農業畜産課より情報提供）

※目標値の考え方：新たに指標を設定。増加を目標とする。

指標：学校給食の地産地消率

	米	牛乳	野菜
現状値	100.0%	100.0%	47.8%
目標値	100.0%	100.0%	50.0%

※現状値データ根拠：教育総務課より情報提供

※目標値の考え方：第3次計画において目標を達成したため野菜の目標値を50.0%へ引き上げる。

中目標（9） 雲南市の食材を使った加工品を生み出す

指標：食品関連ふるさと納税返礼品登録事業者数

	事業者数
現状値	65 件
目標値	増やす

※現状値データ根拠：商工振興課より情報提供（R5 年度末）

※目標値の考え方：新たに指標を設定。増加を目標とする。

《キーワード⑥：発信》

中目標（10） 食の情報を定期的に発信する

指標：食育月間（6月）、食育の日（毎月19日）を知っている人の割合（どちらも知っている人と答えた人の割合）

	-18 歳	19-39 歳	40-64 歳	65 歳以上
現状値	0 %（※参考）	6.7%	8.4%	7.6%
目標値	10.0%	10.0%	10.0%	10.0%

※現状値データ根拠：R5 食に関するアンケート調査

※目標値の考え方：新たに指標を設定。まずは全世代で10.0%を目標とする。

中目標（11） 雲南市の食の良さを感じている人を増やす

指標：雲南市の食の良さを感じる人の割合（感じる、やや感じると答えた人の割合）

	-18 歳	19-39 歳	40-64 歳	65 歳以上
現状値	70.0%（※参考）	60.0%	67.4%	67.6
目標値	75.0%	75.0%	75.0%	75.0%

※現状値データ根拠：R5 食に関するアンケート調査

※目標値の考え方：対象にやや感じると答えた人を追加した。まずは全世代で75.0%を目標とする。

5. キーワード毎の取組 ※下線は重点的な取組

キーワード	取組内容	主な対象
①感謝	・生産者、事業所との交流活動を実施する ・野菜作り、田植えなどの農業体験を実施する ・「いただきます」「ごちそうさま」などのあいさつをする ・食品ロス削減に関する取組を推進する	学童期・思春期 学童期・思春期 全世代 全世代
②自立	・乳幼児健診等で専門職による栄養指導を実施する ・お弁当の日の取組を継続する ・給食をととした食育指導を継続する ・職域連携によって減塩と朝食の欠食を減らすことについて啓発する ・低栄養予防に向けて普及啓発に取り組む ・いつまでもよく噛んでおいしく食べることができるよう、歯と口の健康づくりについて啓発する ・調理実習活動をととして調理できる人を増やす ・栄養成分表示の活用について啓発する	乳幼児期 学童期・思春期 学童期・思春期 青年期・壮年期 高齢期 全世代 全世代 全世代
③団らん	・「うんなん家庭の日」、「食育の日」を啓発する ・家族や仲間との共食を推進する ・地域における共食を推進する ・食育を推進するボランティア等の活動を支援する	学童期・思春期 全世代 全世代 全世代
④伝承	・給食で郷土食や地場産物を使用した献立を提供する ・行事食、郷土食づくりの体験活動、調理活動を実施する	学童期・思春期 全世代
⑤生産	・給食や家庭などにおいて地産地消を推進する ・雲南市産の食材を活用した商品を開発する ・安全・安心な農産物を生産する	全世代 全世代 全世代
⑥発信	・雲南市の食の恵みの情報を発信する ・食物アレルギー等について情報発信し、安全な食について普及啓発する ・「食育あいうえお」、「食育ピクトグラム」等を活用し、食育に関する情報を発信する ・デジタル技術を活用し、幅広い年代へ情報を発信する	全世代 全世代 全世代 全世代

6. 食育推進にあたっての役割

【市民／家庭】

家庭は、子どもが基本的な生活習慣を身につける場であり、最も大切な食育実践の場です。健全な食生活確立するとともに、食の楽しさを体感しながら家族みんなで食育に取り組みます。

【保育園・幼稚園・認定こども園・学校等】

『夢』発見プログラム（雲南市キャリア教育推進プログラム）に基づき、子どもが食の楽しさや大切さを学ぶことができるよう、家庭や地域と連携して食育を推進します。学校給食を教材に、地産地消の推進、郷土食の伝承、食育指導に取り組みます。

【地域】

家庭や学校における食育活動を支援します。地域自主組織等において、食育イベント等とおしたコミュニケーションの場づくりに努めます。

【事業所】

情報発信や商品開発など、事業所の強みを活かした食育推進への協力や、自然に健康となる食環境づくりに努めます。

【生産者】

安全・安心な農産物の生産に努めます。学校給食、産地直売所等に農産物を出荷して地産地消を推進します。保育園、認定こども園、幼稚園、学校等と連携して様々な体験や見学の機会を提供します。

【ボランティア等】

食生活改善推進協議会を始めとする食育推進に携わる団体は、学校、地域自主組織等関係機関と連携し、食に関する様々な体験の場を提供します。料理教室等を通じて食生活改善活動、地域に根付いた食文化の継承に努めます。

【行政】

市民へ健康的で安全な食生活、災害時に備えた食料の備蓄、雲南市の食の魅力等に関する情報発信を行います。食育を推進するボランティア等を養成し、活動を支援します。多様な分野と連携し、全市的な食育の推進と計画の進行管理を行います。

<< 參考資料 >>

○うんなんの食育あいうえお

平成25年度に市民500名を対象に食に関するアンケート調査を行ったところ、「食育に関してもっと積極的なPRが必要」や「どんなことを推進しているのかわかりにくい」といった意見がありました。市民の皆様へ取り組んでもらいたい内容をわかりやすく伝えるために“あいうえお”にまとめました。

うんなんの食育あいうえお

あ	朝ごはんを食べよう 朝ごはんを食べるといいこといっぱい！ “脳が目覚めて、頭がすっきり”“集中力アップで仕事も勉強もはかどる” “成績アップには朝ごはんが効果アリ！” 雲南市でも、“バランスの良い朝ごはん”を食べている子は、食べていない子に比べて学力調査の平均点が15点も高いというデータが出ています。	
い	「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしよう 食材を生産するところから「食事」になるまでの過程にはたくさんの人たちの努力や工夫がつまっています。 あなたの食を支える人たちへの感謝と“いのちをいただく”ことへの感謝をこめてあいさつをしましょう。	
う	雲南市産の食材を使おう 雲南市で生産された食材は生産者の顔が見える安全・安心なものばかり。新鮮な地元食材を使い、ご家庭でふるさとの味をご賞味ください。	
え	栄養バランスを考えた食事をしよう 毎日3食の食事がまず基本です。毎食3〜4つのお皿を揃えるように意識しましょう。また、薄味で旬の食材を使った手作りご飯は心も身体も健康にします。旬の食材は栄養価も高いので献立に取り入れましょう。	
お	おいしい食事はみんなで一緒に食べよう 生活スタイルの多様化により、一人で食べることも多くなっていると思いますが、家族や友達と一緒に楽しく食べる機会を大切にしましょう。おいしい食事とみんなで囲む楽しい食卓。“団らん”が何よりのご馳走です。	

うんなんの食育

あ

い

う

え

お

あ
朝ごはんを食べよう



い
「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしよう



う
雲南市産の食材を使おう



え
栄養バランスを考えた食事をしよう



お
おいしい食事はみんなで一緒に食べよう



毎月19日は食育の日

食育とは

生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきものと位置づけられるとともに、様々な経験を通じて「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ものです。

雲南市役所 健康福祉部健康づくり政策課 (TEL) 0854-40-1040 / 資料制作: 身体教育医学研究所うんなん

○食育ピクトグラム

食育の取組を誰にでもわかりやすく発信することを目的にピクトグラム（絵文字）を農林水産省が作成しました。項目は、第4次食育推進基本計画の中で上げられている重点事項から選択しています。また、食生活指針も参考にしています。



1 みんなで楽しく
食べよう

家族や仲間と、会話を楽しみながら
食べる食事で、心も体も元気にしま
しょう。



2 朝ごはんを
食べよう

朝食を食べて生活リズムを整え、健
康的な生活習慣につなげましょう。



3 バランスよく
食べよう

主食・主菜・副菜を組み合わせた食
事で、バランスの良い食生活につな
げましょう。また、減塩や野菜・果
物摂取にも努めましょう。



4 太りすぎない
やせすぎない

適正体重の維持や減塩に努めて、生
活習慣病を予防しましょう。



5 よくかんで
食べよう

口腔機能が十分に発達し維持され
ることが重要ですので、よくかんで
おいしく安全に食べましょう。



6 手を洗おう

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
る力を養いましょう。



7 災害に
そなえよう

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

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しょう。



9 産地を
応援しよう

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で、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げましょう。



10 食・農の
体験をしよう

農林漁業を体験して、食や農林水産
業への理解を深めましょう。



11 和食文化を
伝えよう

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
承を図りましょう。



12 食育を
推進しよう

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、食育の取組を推進しま
しょう。

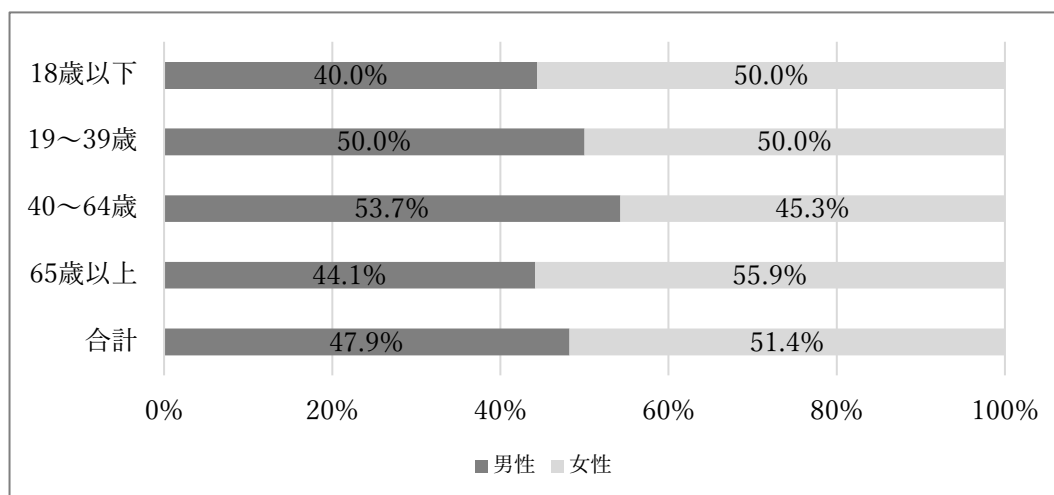
○食に関するアンケート集計結果

(1) アンケート方法

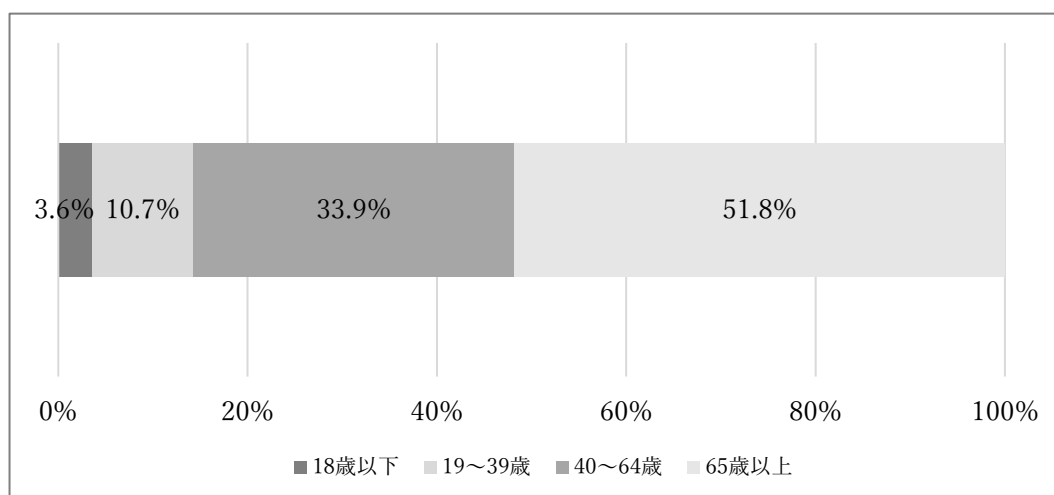
調査対象	雲南市民	対象者数	500 人
抽出方法	15 歳以上 85 歳以下（令和 5 年 4 月 1 日現在）の方を対象に男女 250 人ずつで無作為抽出		
回答方法	郵送、インターネット		
回答者数	284 人	回収率	56.8%

(2) 回答者属性

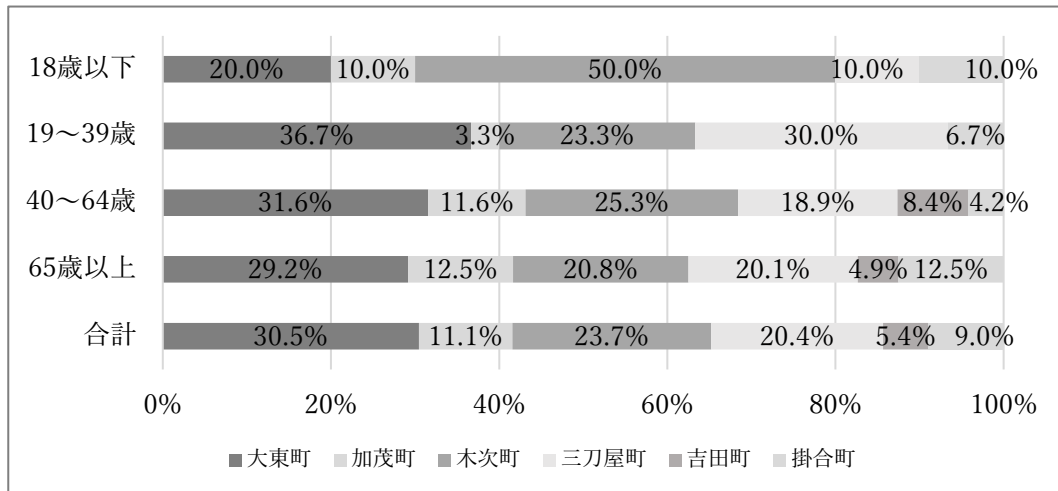
[性別]



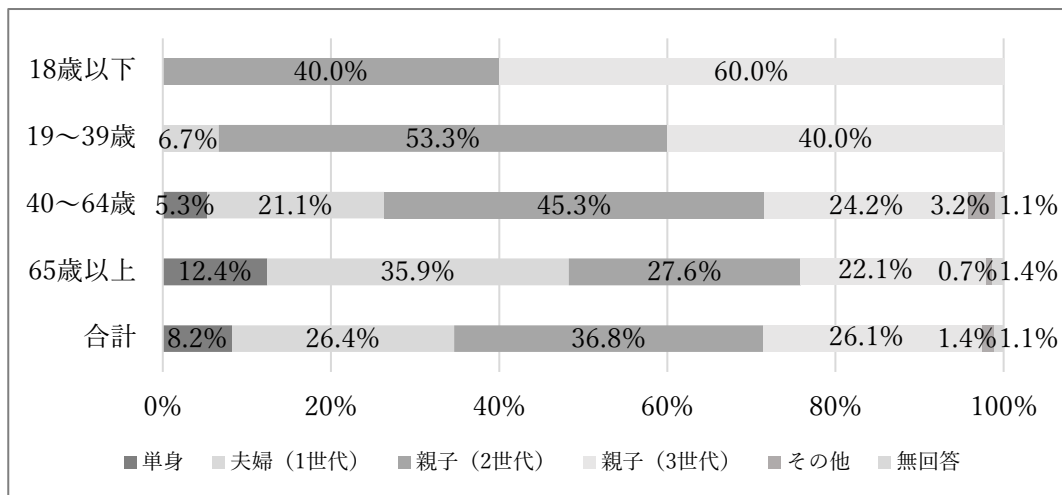
[年代]



[地域]



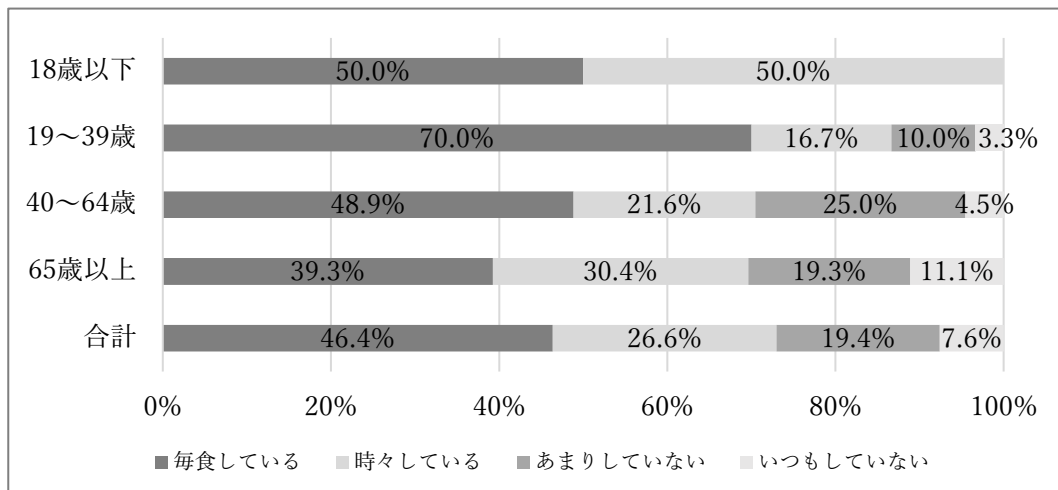
[世帯構成]



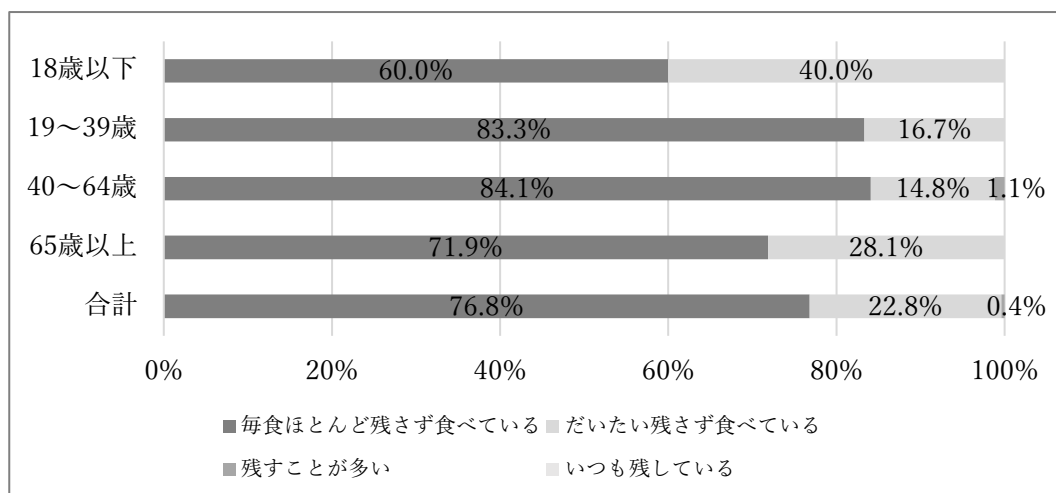
(3) 集計結果

《感謝》

あなたは、ごはんを食べるとき「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしますか？

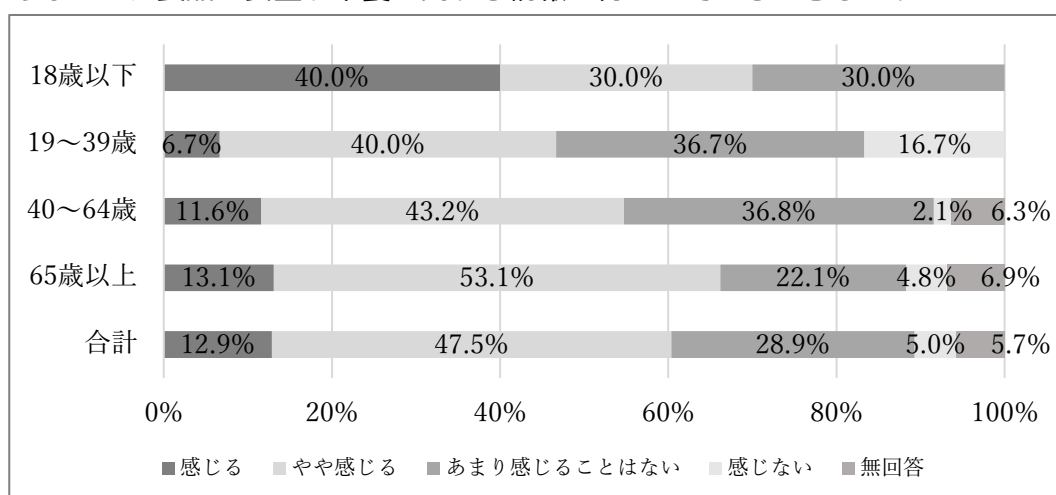


あなたは、ふだん食事を残さず食べていますか？

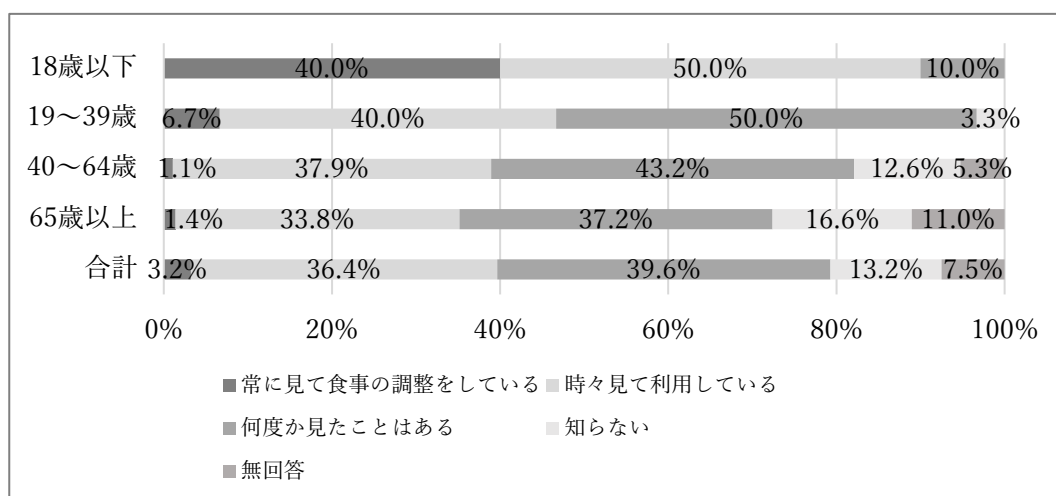


《自立》

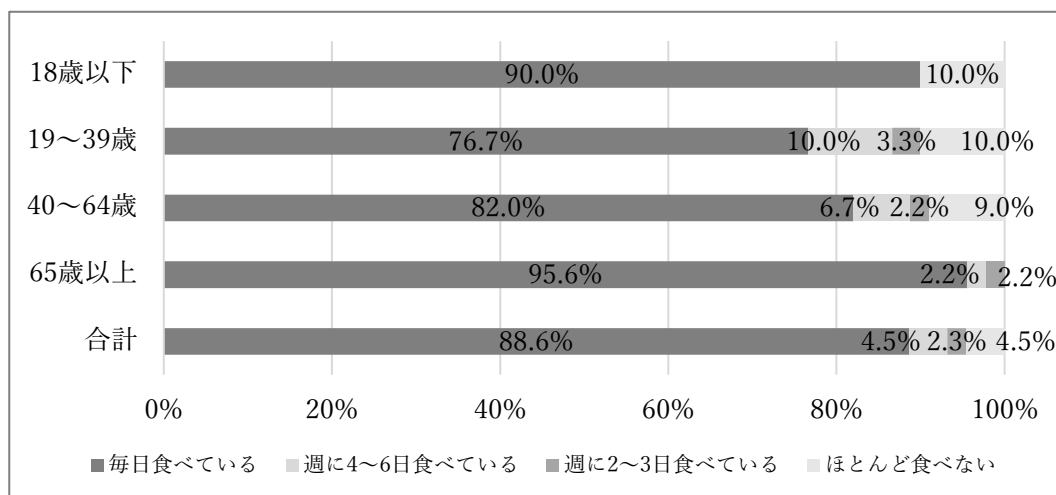
あなたは、食品の安全や栄養に関する情報を得られていると感じますか？



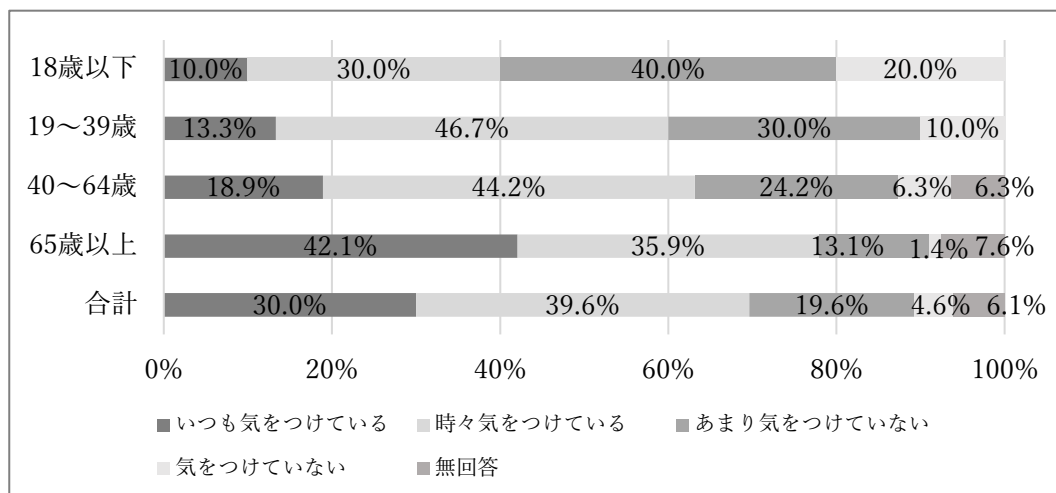
あなたは、食品の栄養成分表示を利用していますか？



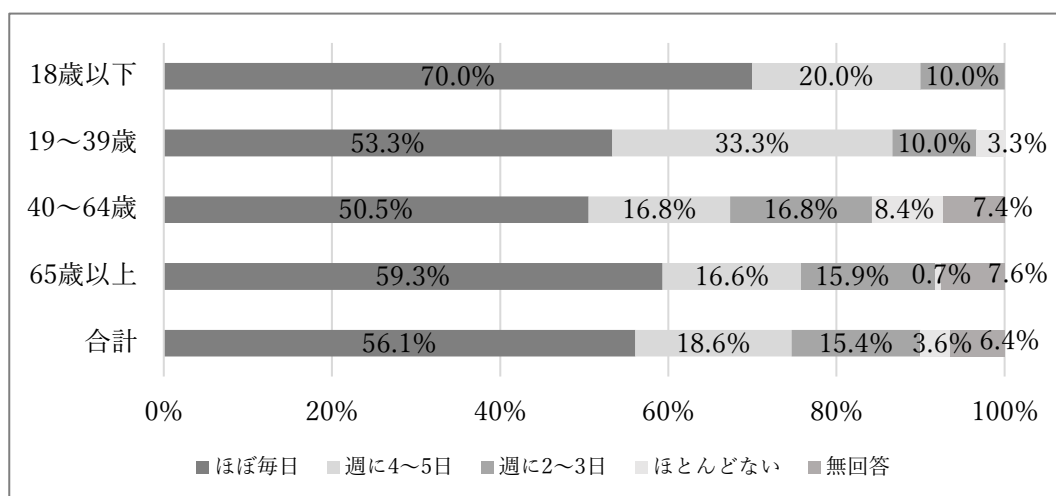
あなたは、ふだん朝食を食べていますか？



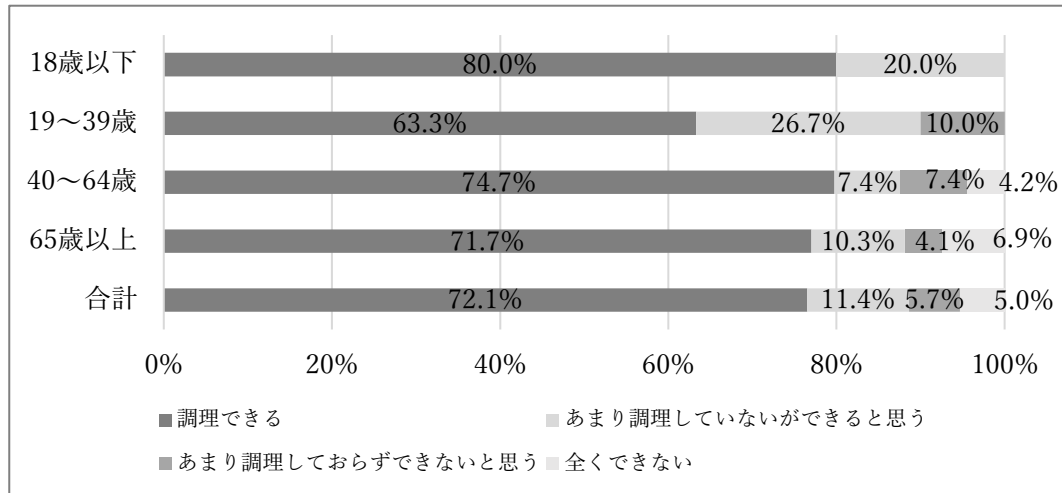
あなたは、ふだん塩分をとりすぎないように気をつけていますか？



あなたは、主食（ごはん、パン、麺など）・主菜（肉・魚・大豆製品などを使ったメインの料理）・副菜（野菜、きのこ、いも、海藻などを使った小鉢・小皿の料理）を3つそろえて食べることが1日2回以上あるのは、週に何日ありますか？

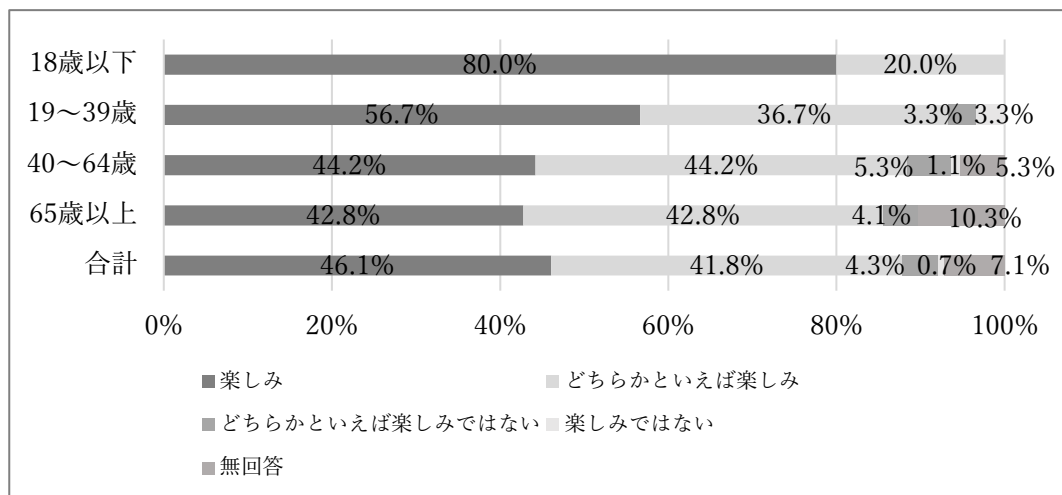


あなたは、「ごはん」と「みそ汁」を一人で調理できますか？

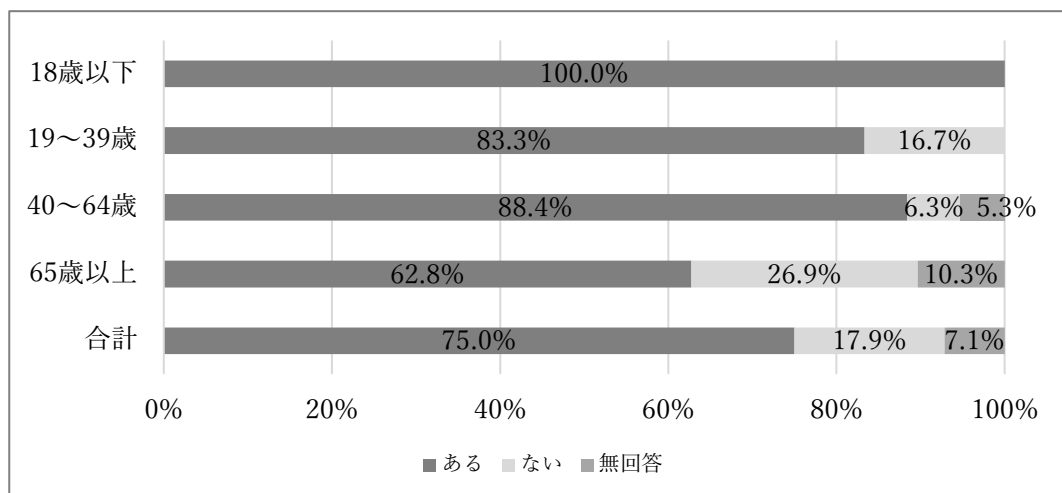


《回らん》

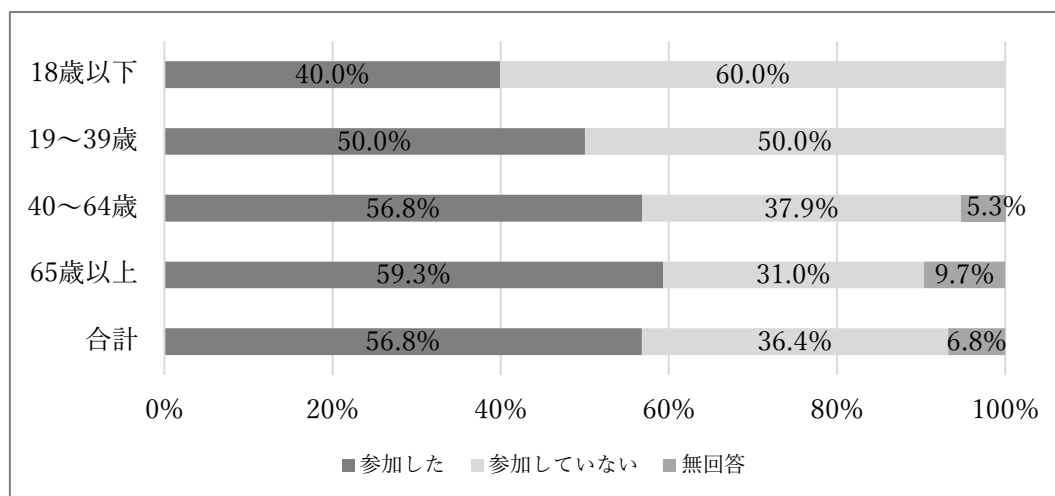
あなたは、食事の時間が楽しみですか？



あなたは、家族や友人など誰かと一緒に食事を食べることが、1週間のうち1回以上ありますか？

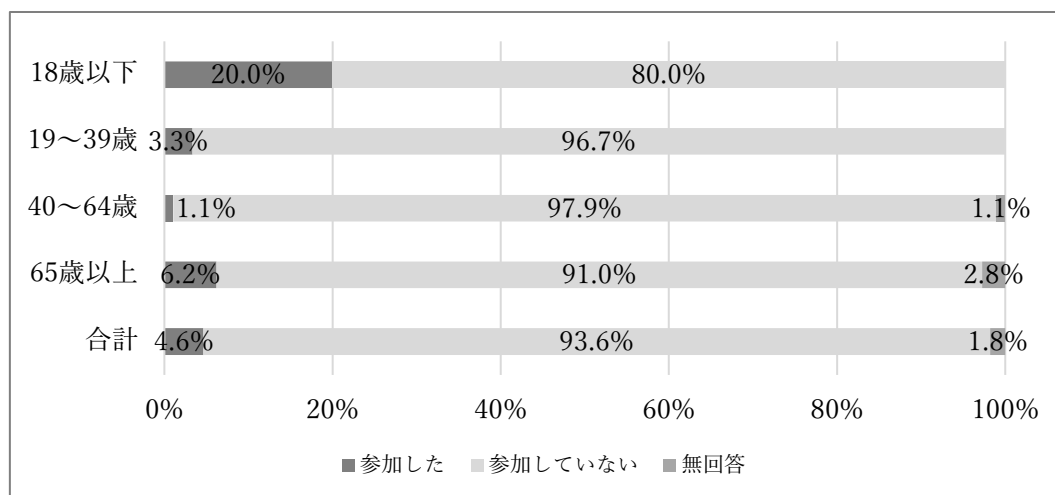


あなたは、過去 1 年間に、何らかの食があり食べる集まりや事業（地域のサロンや祭りなどで複数の人と一緒に食べる機会）に参加しましたか？

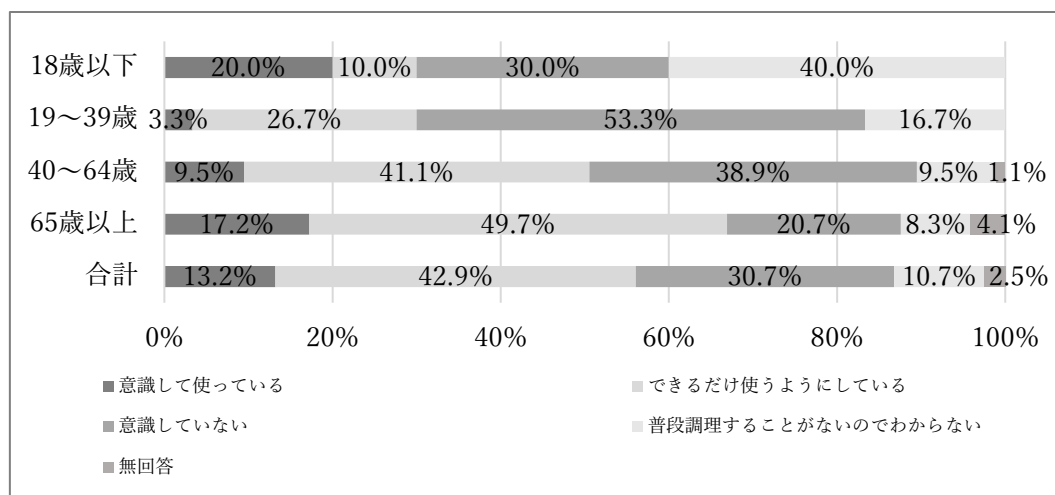


《伝承》

あなたは、過去 1 年間に、雲南の郷土食や行事食（おせち料理、ちまき、月見団子など）をつくる体験活動に参加しましたか？

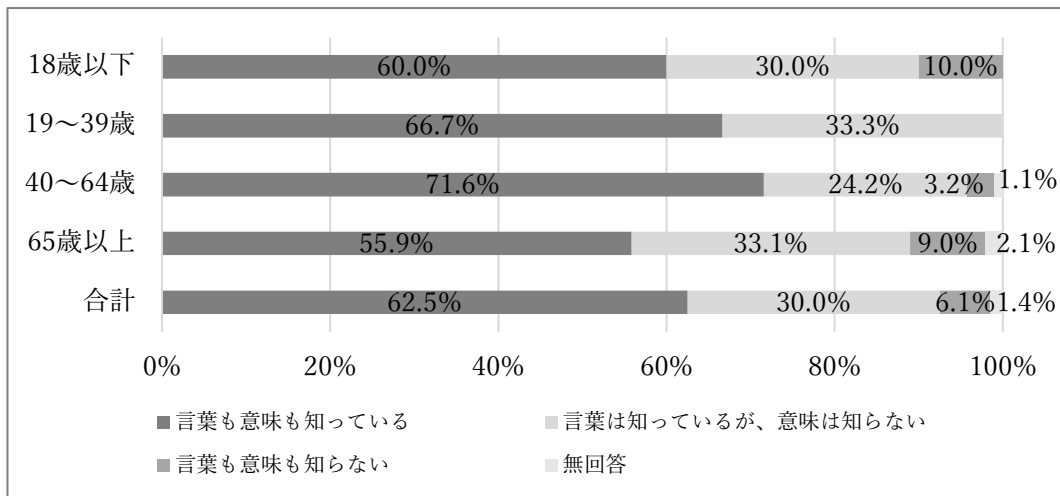


あなたは、ふだん雲南市（産）の食材を意識して使っていますか？

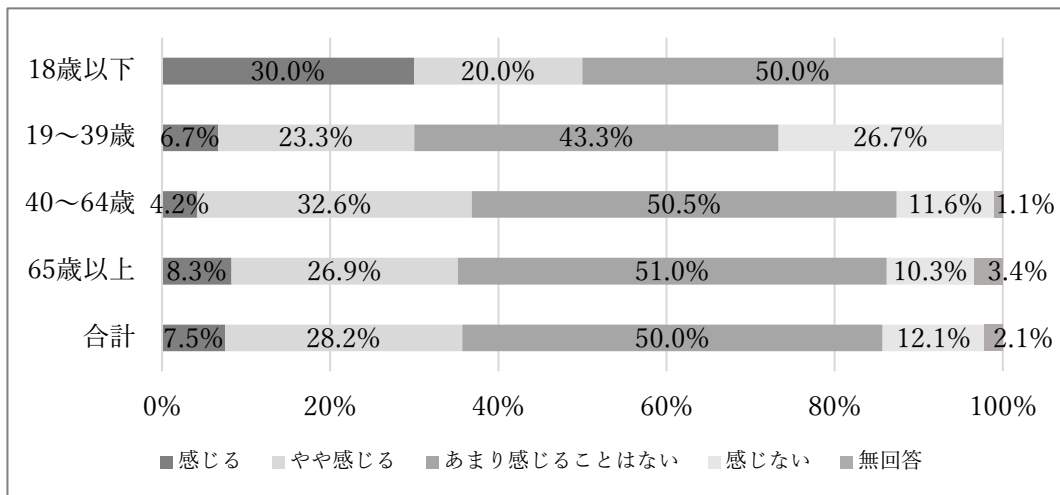


《発信》

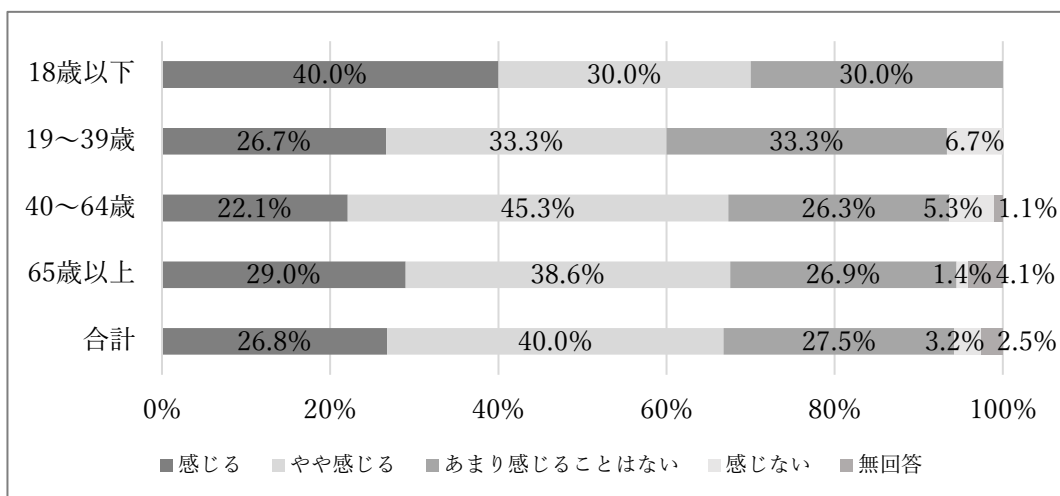
あなたは、「食育」という言葉やその意味を知っていますか？



あなたは、市内の食に携わる企業や生産者の情報を得られていると感じますか？



あなたは、雲南の食の良さを感じることがありますか？



(4) 自由記述

雲南市の食育推進に関するご意見やご要望について自由記述方式で尋ねたところ、62 人からご意見を頂きました。以下はその内容を抜粋したものです。

- ・鯖寿司や笹巻きなどの郷土食づくりを地域でできたらいい。
- ・学校で地元野菜を使った調理実習をした方がいい。
- ・地域には食に関する文化やプロの人材がおられる。地域の良さを伝統を次世代へ伝承してほしい。
- ・料理教室があれば、積極的に周知してほしい。
- ・子どもの健康的な食生活について発信してほしい。
- ・雲南産の野菜や肉などをもっとアピールしていくべき。若い人が雲南市を胸を張って自慢できるようにしてほしい。
- ・親子で参加できるイベント等あれば良い。
- ・若者向けの勉強会などがあると良い。
- ・新型コロナウイルス感染症流行の影響で料理教室が行われていなかったもので、市主催で計画されると良い。
- ・地元に飲食店が増えるといい。
- ・国産や地元産の食材を取り扱う店舗やお惣菜屋を作してほしい。
- ・雲南の名物を増やしてもらいたい。
- ・新しい野菜（ヤーコン、あすっこ等）の料理の仕方を学びたい。
- ・地元野菜を使ったレシピのチラシや冊子があるといい。
- ・物価高なので、食材が安くなると助かる。
- ・孤食にならないような手立てが必要。
- ・雲南市の食について調べようと思う。
- ・畑で様々な作物を育てている。加工食品を手作りしている。
- ・新鮮な野菜を求めて道の駅をよく利用する。
- ・私は野菜をいろいろと育てている。農家で野菜を作る事が楽しい。
- ・毎月19日の食育の日というのを設ける事はとても良いと思う
- ・6月の「食育月間」と19日の「食育の日」から始めてみたい。
- ・社会人になった子どもが、学校給食がおいしかったと話す。
- ・子どもは一人暮らしをしているが、お弁当の日があったお陰で食事作りについては心配をしていない。
- ・給食で郷土料理、地元の美味しい食材を味わってほしい。

- ・地域で季節の料理を味わっていきたい。
- ・親や周りの子達に合わせて食べず嫌いの子が多いような気がする。
- ・子どもは外国産よりも国産の食材を好んで食べる。
- ・各家庭で食育について意識できると良い。
- ・市外の人へお土産に焼き鯖をあげると喜ばれる。
- ・自分自身で料理のハードルを上げている人が多い気がする。料理の楽しさをもっと感じられるようになれば良い。手間暇かけることが全て良いとは思わない。
- ・さっさと食べて仕事へ、食事中はしゃべるな、ゆっくり食べたら何か言われる、等マイナスなイメージを持っている。
- ・高齢者は戦後の貧しさを知っているため自然と食育を推進していると思う。
- ・雲南市では食育に携わる方が熱心に活動をしておられ、大変ありがたいと感じています。
- ・食生活の変化に対応しきれない。
- ・少子高齢化を止めるためには、子どもが雲南市へ住みたいと思う魅力が必要。
- ・我が家では糖分・塩分の視点から、子どもに与えるお菓子を選んで与えている。
- ・幼少期の思い出はいつまでも心に残るので、小さいころから調理実習等すれば、食育に関心を持つようになる。

○第4次雲南市食育推進計画策定の経過

令和6年 3月	食に関するアンケート調査実施
4月	うんなん食育ネット委員、雲南市食育推進プロジェクトチーム委員の選出
6月10日	第1回 雲南市食育推進プロジェクトチーム会議の開催 第3次計画の成果と課題の振り返り、今後の方向性について検討
6月25日	第1回 うんなん食育ネット会議の開催 第3次計画の成果と課題の振り返り（食育プロジェクト会議の結果を踏まえて）、今後の方向性について検討
8月16日	教育民生常任委員会 第3次計画の評価、第4次計画の方向性について説明
10月15日	第2回 雲南市食育推進プロジェクトチーム会議の開催 第4次計画の取り組みの方向性と指標について検討
10月21日	第2回 うんなん食育ネット会議の開催 第4次計画の取り組みの方向性と指標について検討（食育プロジェクト会議の結果を踏まえて）
12月17日	教育民生常任委員会 第4次雲南市食育推進計画（案）について説明
令和7年 1月 6日	パブリックコメント実施
3月12日	教育民生常任委員会 第4次計画最終案の説明
4月	公表

雲南市食育推進計画策定に係る委員会（うんなん食育ネット会議委員）

（順不同・敬称略）

所 属（役 職）	氏 名
奥出雲産直振興協議会（副会長）	横山 誠司
雲南市学校給食野菜生産グループ連絡会（会長）	池田 年弘
雲南市食生活改善推進協議会（会長）	富山 邑子
雲南市商工会（指導職員）	持田 理恵
J Aしまね雲南地区本部（企画総務部ふれあい課課長）	横山 丈訓
雲南市校長協議会（雲南市立鍋山小学校校長）	川崎 隆祥
あそびばキッチンコンソーシアム（代表）	佐々木 久美
雲南市地域自主組織連絡協議会（吉田地区振興協議会会長）	藤原 文雄
雲南市立中央学校給食センター（栄養教諭）	伊藤 由美子
島根県雲南保健所（健康増進課課長）	大塚 律子
島根県雲南保健所（健康増進課主任保健師）	北廣 夕貴
島根県雲南保健所（健康増進課管理栄養士）	井内 悠希

第4次雲南市食育推進計画 (令和7年度～令和11年度)

編集・発行 雲南市健康福祉部健康推進課
〒699-1392 島根県雲南市木次町里方 521-1
Tel 0854-40-1045 Fax 0854-40-1049
E-mail kenkousuishin@city.unnan.shimane.jp
発行年月 令和7年3月

幸運なんです。

雲南です。