

# 第1章 食育推進計画の改定にあたって

## 1 計画策定の経緯

国は、「近年、栄養の偏り、不規則な食事、肥満や生活習慣病増加と、反面、過度の痩身志向等の問題、そして、食の安全や海外依存の問題などにより、国民が生涯にわたって健全な心身と豊かな人間性を育む「食育」を推進していくことが重要な課題になっている」として、平成 17 年 7 月に「食育基本法」が制定されました。これを受けて平成 18 年 9 月に「東京都食育推進計画」が策定され、このことから各区市町村では計画づくりを進め、食育事業を展開していきました。

新島村では平成 23 年 3 月、村内の個々の食の取組の認知度を高め、情報を共有しながら食育活動が継続できるように、との思いから「新島村食育推進計画～日本一健康な島をめざして～」を 5 か年計画で策定、平成 28 年 3 月には、より村の現状に合った第二次計画に改定されました。

## 2 計画改定の趣旨

初めての新島村食育推進計画策定から 10 年、新島村の食育の基本理念「心身ともに健やかで生命力にあふれる新島村の子どもを育む」「高齢になっても健康でいられるような食生活を送れるようにする」を常に意識しながら食の取組を実施してきました。

その結果、乳幼児期から継続して取り組むことにより、アンケート調査の結果比較から、例えば、子どもたちの栄養バランスを理解する割合が小・中学生で大きく増加するなど、効果も見えてきました。これからも、子どもから高齢者まで、各ライフステージで育まれた、食を選ぶ力が途切れないよう、さらなる実践が求められています。

しかし、たった 10 年の間にも、貨物船の冷蔵コンテナ導入、家庭の食卓における中食（惣菜、弁当など）の割合の増加、また、高齢化が進み、在宅栄養管理のニーズの増加など、新島村の食を取り巻く環境は変わり、さらには感染症対策や災害への備えも加味した食への取り組みが求められ、これらの変化に対応した計画の改定も、必要とされています。

今回の計画改定は、村の情勢の変化だけでなく、国の「第三次食育推進基本計画」、東京都の「食育推進計画（平成 28 年 3 月改正）」の改正された点多角的に鑑みて、前計画よりも、さらに新島村の風土と食文化にふさわしい計画をめざして行いました。

## 3 計画の性格と位置づけ

「新島村食育推進計画」は、食育基本法 18 条にいう、市町村食育推進計画に該当します。新島村の風土や食文化にふさわしい、基本的な考え方と具体的な取り組みを示した、新島村独自の計画になっております。

計画の推進にあたっては、「新島村総合計画後期基本計画」、「新島村次世代育成支援対策行動計画」、「新島村総合福祉計画」、「まち・ひと・しごと創生新島村総合戦略」などの計画と整合性をはかり、また、だれもが関わる「食」について、多様な分野の関係者が相互の特徴を生かし、柔軟な対応と連携で、積極的に推進します。

#### 4 計画の期間

この計画は、令和3年度から令和7年度までの5年間とします。  
なお、今後この計画を推進する上で、必要に応じて（情勢の変化など）期間内に再検討を加え、必要があるときにはこれを変更するものとします。

## 第2章 食をめぐる現状と課題

### 1 子どもたちの食をめぐる現状と課題

令和2年10月実施「新島村の子どもの食生活状況調査」

令和2年10月実施「新島村の子どもがいる家庭の食生活状況調査」（いずれも参考資料 2）より

対象 新島村の保育園児から高校生まで 回答者数 274名（回収率 94.2%）

新島村の保育園児から中学生までの保護者 回答者数 228名（回収率 72.6%）

#### 1 かんたんな栄養バランスがわかる子どもは約9割

簡単な栄養バランスについて、知っていると回答した子ども（小学生以上が対象）は全体で89%でした。新島村では多くの子どもたちが進学の際、親元を離れて生活する現状にあり、それまでに「食を選ぶ力」を身につけることができるよう、食育推進計画でも乳幼児期から途切れないような食育の普及に力を入れています。前回調査時（平成27年）の71%から大きく数字を伸ばしており、継続して実施している効果が見えはじめたと思われます。

一方で、1日に必要な野菜量が350gであることを知っている子ども（小・中学生）は12%でした。今後は、より具体的な栄養知識をもてるような取組につなげることが大切と考えます。

#### 2 菓子類が多い間食

間食の時間が決まっている子どもは43%で、間食の内容は73%が菓子類でした。

お菓子を食えることは心の栄養にもなりますが、間食の摂取時間と内容によっては、その目的を果たせなくなり、また虫歯の罹患率を高めることにもつながります。

間食の時間を決めて食べる習慣をつけることに加え、内容も市販の菓子類に偏らず、乳製品・果物・芋類など、3食で摂り切れなかった食品を補う食べ方も取り入れたいものです。

#### 3 新島村の食材を使うように心がけている保護者は約6割

新島・式根島の食材を使うように心がけている、と答えたのは58%と、前回調査（59%）とほぼ同じ結果でした。

自分たちの住む新島村の風土に適した食材を知り、活用することはとても大切ですが、生産者の高齢化も進んでいるのが現状です。後世に伝えていくためにも、食べるだけでなく、作る過程を見たり知ったりできるような新島・式根島の食材に身近に接する機会を多く作り、地産地消に対する理解を広げることも大切と考えます。

#### 4 お子さんに食事マナーや料理などを教えている家庭が減少傾向

家庭でお子さんに食事のマナーや栄養知識、料理などを教えている保護者は83%と、前回調査（87%）より減少しています。また、教えていないと回答した保護者は16%（約1/6）と、前回調査（13%）より増えています。

保育園や学校で行われている食育が実生活に結びつくよう、ぜひ家庭でも積極的に声掛けしていただければと考えます。

## 新島村食育推進計画（第二次）子どもステージの成果と現状

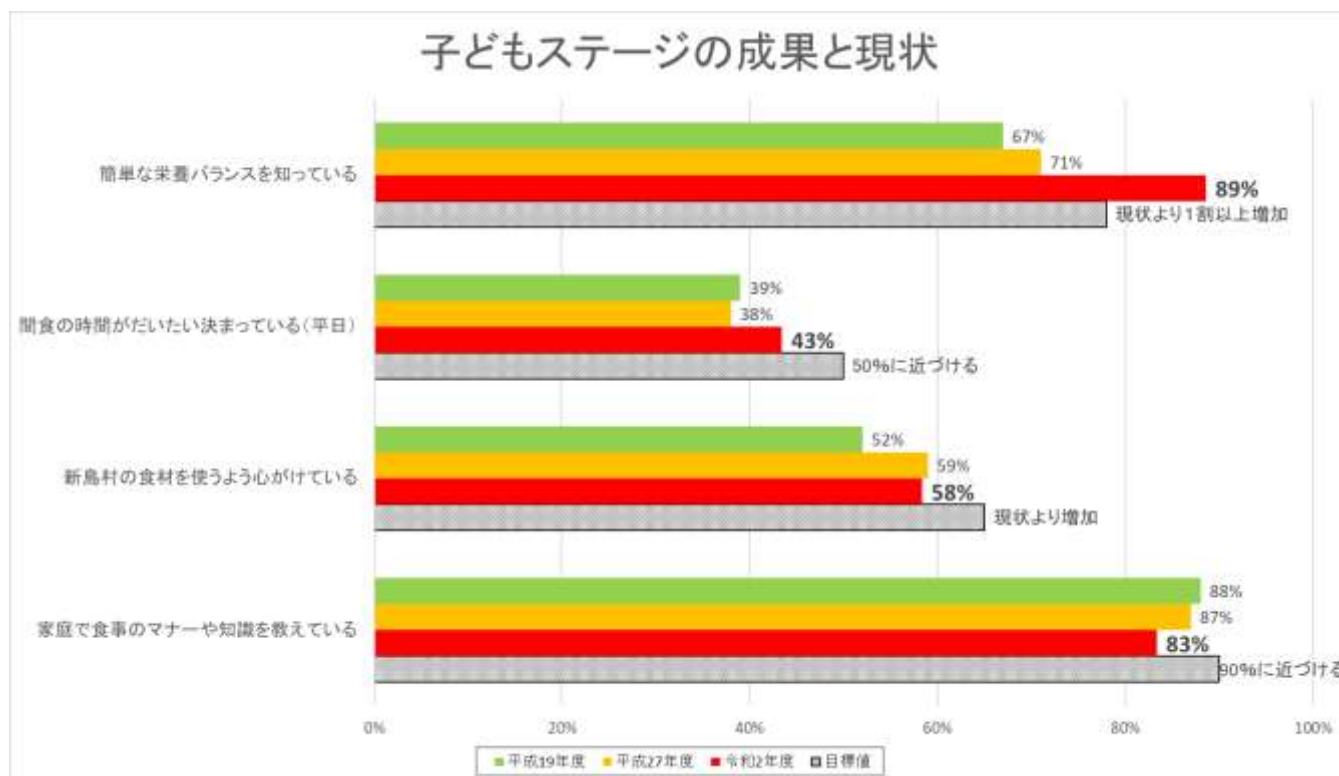
めざす姿	目標	第二次計画策定時（平成27年度）	現状値（令和2年度）	目標値（令和2年度）
食を大切に、自分の食生活を設計（デザイン）できる	<b>栄養バランスがわかる</b>	簡単な栄養バランスについて知っている 71%	<b>89%</b>	計画策定時より1割以上増加
	<b>適切な間食の摂り方がわかる</b>	間食の時間がだいたい決まっている 38%	<b>43%</b>	50%に近づける
楽しく食べることが出来る	<b>郷土料理や多くの食物に親しみ、味わう事が出来る</b>	新島の食材を使うよう心がけている 59%	<b>58%</b>	計画策定時より増加
	<b>感謝の心を持ち、食事のマナーが分かる子</b>	家庭で食事マナーや栄養の知識、料理を教えている 87%	<b>83%</b>	90%に近づける

出典：平成27年「新島村の子どもの食生活状況調査」

平成27年「新島村の子どもがいる家庭の食生活状況調査」

令和2年「新島村の子どもの食生活状況調査」

令和2年「新島村の子どもがいる家庭の食生活状況調査」



## 2 大人～高齢者の食をめぐる現状と課題

令和 2 年 6～7 月実施「新島村の食育アンケート調査」(参考資料 3) より

対象 新島村住民(調査用紙を全戸配布) 回答者数 589 名

### 1 野菜摂取量は目標量より少ない、1日に必要な野菜量を知っている人は約 2 割

野菜摂取の重要性は誰もが知っているものの、1日に必要な量を摂れている人は 30%しかいませんでした。また、1日の野菜の必要量は 350g であることを知っている人は 21%、地場野菜をよく食べている人は 40%でした。

新島村は明日葉をはじめ様々な野菜に恵まれており、身体に必要な野菜量や、地場野菜の利用法、美味しく食べる調理法の工夫などを知ることが大切と思われます。

### 2 郷土料理を知っている保護者の割合は 84%

新島・式根島の郷土料理を知っている、と答えたのは 84%と、前回調査(85%)の数値をほぼ維持できています。保育園や小・中学校で、地域の方を招いて郷土料理を教わる機会を継続して行い、その様子が子どもから島外から赴任してきた家族にも伝えられることで、郷土料理を知る割合が多いことが考えられます。新島・式根島の郷土料理を作ることができる、と答えたのは 45%で、前回調査(42%)よりも少し増えています。

自分たちの住む、新島村の風土に適した食文化を知り、後世に伝えていくためにも、この調査結果から、これからも伝統的な郷土料理に接する機会を少しでも多く作り、続けていくことが大切と考えられます。

### 3 間食の内容は菓子類が多い

間食の内容について、菓子・ジュース・スナック類(複数回答)の占める割合が 75%でした。間食は菓子類ではなく、3食で摂り切れない栄養を補う補食であることを知り、上手に取り入れることが大切と考えられます。

### 4 栄養成分表示を見る人は半数以下、新島村版食事バランスガイドを知っている人は約 1/3

栄養成分表示を必ず見るのは 8%、時々見る人は 38%で、合計 46%、新島村版食事バランスガイド(P.17 参照)を知っている人は 34%でした。

食品の品質を見分けて選ぶことは食事の基本につながります。平成 27 年より栄養成分表示の法律が改正され、令和 2 年 4 月から、食品の栄養成分が必ず表示されるようになりました。

また、新島村版食事バランスガイドは平成 20 年に作成され、現在は公共施設や食品店などに掲示されています。全戸配布してから 10 年以上たちましたが、新島村の特産物や郷土料理も取り入れながらバランスよく食事を摂る目安になるものです。

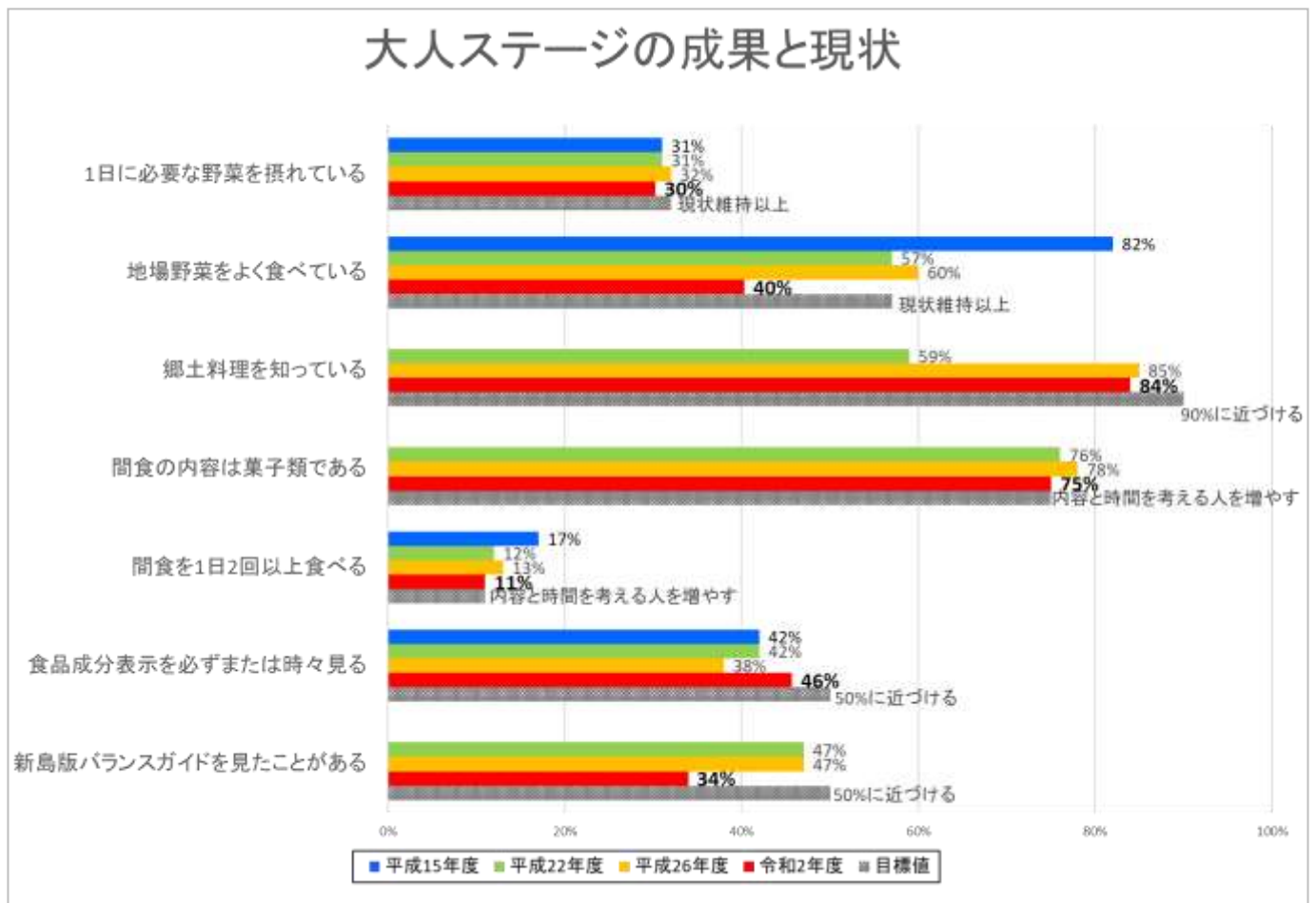
まずは認知度を高め、栄養成分表示やバランスガイドを見る習慣をつけ、自分の必要な栄養量を知ることが望まれます。

## 新島村食育推進計画（第二次）大人ステージの成果と現状

項目	目標	第二次計画策定時（平成26年度）	現状値（令和2年度）	目標値（令和2年度）
野菜の活用	地場野菜の調理法や調味法を工夫し、1日に必要な量を摂る人を増やす	1日に必要な野菜量を摂れている 32% 地場野菜を食べている 60%	30% 40%	現状維持以上 (減少傾向にある為)
郷土料理の伝承	新島村に伝わる郷土料理を知っている人を増やす	郷土料理を知っている 85%	84%	90%に近づける
間食を見直そう	内容と時間・回数を考える人	間食の内容が菓子である 78% 間食を1日2回以上食べる 13%	75% 11%	計画策定時より増加
栄養成分表示を見る	食品の栄養成分表示を見る人 新島村版食事バランスガイドを見る人	食品の栄養成分表示を必ず、もしくは時々見る 39% 新島村版食事バランスガイドを見たことがある 47%	46% 34%	50%に近づける

出典：平成26年「新島村健康づくり推進協議会最終評価アンケート」

令和2年「新島村の食育アンケート調査」



### 第3章 食育の基本理念

#### 1 新島村がめざす食育の基本理念

食育とは生きていくための基本で、健康的かつ心豊かに生きる人を育てるためのものであり、知育、徳育および体育の基礎となるものです。新島村では多くの子どもたちが進学の際、親元を離れて生活する現状にあり、それまでに「食を選ぶ力」を身につけることが求められます。

健やかな食を通して、心身ともに健やかで生命力にあふれる新島村の子どもを育み、高齢になっても健康でいられるような食生活を送れるよう、村のスローガンである「日本一健康な島をめざして」のもと、食育推進計画（第三次）を策定しました。

#### 2 新島村の食育の基本目標

子どもたち（妊産婦～乳幼児・園児・小学校～高校の各ステージ）の食育の推進については、令和2年10月実施「新島村の子ども食生活状況調査」「新島村の子どもがいる家庭の食生活状況調査」の結果と課題を受けて、以下の目標を設定しました。

めざす姿	目標	第三次計画策定時（令和2年度）	目標値（令和7年度）
食を大切にし、自分の食生活を設計（デザイン）できる	栄養バランスがわかる	簡単な栄養バランスを知っている 89% 1日に必要な野菜の量がわかる 12%	いずれも 現状より増加
	適切な間食の食べかたがわかる	間食の時間がだいたい決まっている 43%	50%に 近づける
楽しく食べることができる	郷土料理や多くの食材に親しみ、味わう事が出来る	新島の食材を使うよう心がけている 58%	現状より増加
	感謝の心を持ち、食事のマナーが分かる子	家庭で食事マナーや栄養の知識、料理を教えている 83%	90%に 近づける

また、大人～高齢者ステージの食育の推進では、令和2年6～7月実施「新島村の食育アンケート調査」の結果と課題から、以下の目標を設定しました。

項目※1	目標	第三次計画策定時（令和2年度）	目標値（令和7年度）
減塩を心がける	調味料の使い方を意識する人の増加	調味料を必要な分だけ使う人 79%	現状より増加
野菜の活用	1日に必要な量を摂る人の増加	1日に必要な野菜の量がわかる 21% 1日に必要な野菜の量を摂れている 30%	いずれも 現状より増加
	地場野菜を食べる人の増加	新島村で採れた野菜を食べている 60%	現状より増加
郷土料理の伝承	新島村に伝わる郷土料理を知っている人の増加	郷土料理を知っている 85%	90%に近づける
間食を見直そう	間食の内容と時間・回数を考える人の増加	間食の内容が菓子である 78% 間食を1日2回以上食べる 13%	いずれも 現状より減少
栄養成分表示を見る	食品栄養成分表示を見る人の増加 新島村版食事バランスガイドを知っている人の増加	食品の栄養成分表示を見る 39% 新島村版食事バランスガイドを知っている 40%	いずれも 50%に近づける

※1 平成15年設置「新島村健康づくり推進協議会食分科会」の設定項目を活用しています

## 第4章 ライフステージ別から見た具体的な施策の展開

### 1 子どもたちの食育の推進

#### 妊産婦～乳幼児ステージ

生涯にわたり、健やかな健康づくりに必要な食習慣を身につける、大変重要な時期と位置付けています。

今後も、いろいろな食べものを「見て、触って、味わって、自分から進んで」食べようとする力を身につけられるような食育を推進していきます。

事業名	対象	取り組みの内容	実施機関・団体	開始年度
両親学級	妊産婦と家族	妊娠期の栄養管理について講話と調理実習を実施	健康センター	継続
離乳食教室	乳児と家族	新生児～おおむね1歳までの児の家族を対象に、赤ちゃんの味覚や言葉、消化器官の発達について、時期別の離乳食の試食とポイントを紹介	健康センター	継続
子どもごはん教室	未就園児と家族	離乳食終了児～未就園児とその家族を対象に、 <ul style="list-style-type: none"> <li>・親子で楽しく食事作りを行い、「食」「食べ物」に興味を持ってもらう</li> <li>・児は、楽しい雰囲気の中で、色々な食べ物や味を体験する</li> <li>・保護者は、幼児食のポイント（味付けや調理法、配慮すること等）を知ってもらう</li> </ul>	健康センター	H21～  H24～ ・入門 ・3歳児の教室を追加
乳幼児健診	3～4ヶ月、 6～7ヶ月、 9～10ヶ月、 1歳半、3歳の児と保護者	成長に合わせた離乳食、幼児食、食物アレルギー、食べ方などのアドバイスと相談を個別相談で実施	健康センター	継続
幼児歯科健診	1歳～未就園児	乳幼児の口腔の健全な発達を促す為、定期的に実施	健康センター	継続
新島もんもクラブ (子育て支援事業)	新島もんもクラブ 援助会員	子どもの一時預かりを行う会員に、食事や歯について、講話	子ども家庭支援センター 健康センター	H22～



## 保育園ステージ

初めての集団生活の中で、栽培・収穫・調理・給食を通して食べものに触れはじめます。その中で、食べる意欲を大切に、食の体験を広げていけるような食育を推進していきます。

事業名	対象	取り組みの内容	実施機関・連携	開始年度
保育園食育教室	園児 保護者	普段給食で食べている食材から、五感（目で見て、聞いて、匂いを嗅ぎ、味わい、触れる）を使い食材や食べることへの関心を高め、理解を深めることを目標に、各園の規模や年齢に合わせた内容で実施	健康センター 保育園	H22～
園庭での栽培	園児	各保育園の庭で野菜や芋を育てる事により、成長を観察し、収穫を喜び、また苦手な食材にも興味を持ち、命を大切に作る気持ちを育てる	保育園 ふれあい農園	継続
収穫体験	園児	園児が農園を訪問し、苺やトウモロコシの育ち方について知り、収穫体験をする	ふれあい農園 保育園	継続
ふれあい会食	園児 地域の高齢者	地域の高齢者を保育園に招き、児が地域の高齢者と一緒に給食を食べることを通して、人間関係を広げていく	保育園 社会福祉協議会	H24～
行事食づくり	園児	芋掘り、だんご作りなどの行事食作りを通し、郷土色豊かな食文化にふれる	保育園 社会福祉協議会	継続
歯科衛生教室	園児・保護者	各園年1～2回、染め出しを行い、磨き残し部分の把握・磨き方の指導を実施 また、エプロンシアター等で、食後の歯みがきの習慣化と、おやつは決まった時間に少しだけ食べる事についても啓発	健康センター 保育園 診療所歯科	継続
保育園給食栄養 管理会議	栄養士・調理師	各園の給食の実施報告と反省、次期の献立内容、食育教室などの情報共有	民生課 保育園 健康センター	継続

## 小学校～高校ステージ

保育園での集団生活や家庭で培われた食の体験をさらに深め、食の世界を広げていけるように、また食を大切にすることを育て、自分らしい食生活を実現し、健やかな食文化の担い手になれるような食育を推進していきます。

事業名	対象	取り組みの内容	実施機関・連携	開始年度
食育朝会	小学生 中学生	食についての情報提供を、朝礼時に定期的に発信する	小学校 中学校 給食センター	継続
給食栄養黒板	小学生	献立の「3食の栄養」が分かるよう保健給食委員が掲示	小学校	継続
食に関する情報の掲示	小学生 中学生	食や栄養に関する内容を掲示している	小学校 中学校	継続
学科連携での食育 (生活科・給食・ 図工・総合学習)	小学生 中学生 高校生(選択)	箸の持ち方、食器の位置、残す時のマナーや、おやつの食べ方、野菜摂取の必要性などの学習を通し、将来的に自分で食事内容を選択・調理できることを目的に学習する	小学校 中学校 高校 給食センター 健康センター	H23～
地場産食材の調理 郷土料理実習 (家庭科)	小学生 中学生 高校生(選択)	地域の方を交え、郷土料理や新島村の特産物(アメリカ芋、たたき、明日葉)を使った調理実習を学習する	小学校、中学校 高校 郷土料理研究会 地域の方	継続
農園見学会	小学校1・2年	5月下旬に小学生たちが農園を訪問して、野菜の育て方について学び、玉ねぎの収穫体験をする	ふれあい農園 新島小学校	継続
校庭での栽培	小学生	野菜やさつま芋を栽培・収穫することにより、食材に興味・関心をもってもらう	小学校	継続
アメリカ芋栽培	高校3年生	アメリカ芋の焼酎を成人式の祝い酒にするため、原料となる芋を高校生が栽培する	ふれあい農園 アメリカ芋農家 宮原酒造	継続
歯科保健	小学生 中学生	ブラッシング指導や歯科講話を実施 式根島では、希望者に年5回、診療所歯科によるフッ素塗布を実施	小学校 中学校 診療所歯科	継続

## 2 大人～高齢者の食育の推進

これまで身につけてきた基礎的な食習慣や食に関する知識をもとに、適切な自己管理のもと、健全な食生活を実践していく時期になります。また新島村の40.6%（令和2年11月1日現在）を占める65歳以上の高齢者が生き生きと生活していく上でも、健康に過ごせる期間を長くするためにも食べることの楽しさを失わないことが大切です。

一人ひとりが食の大切さを自覚して賢明な行動が取れるよう、自ら必要な情報を得て、正しい選択・判断ができる力を身につけ、家庭や地域における食育の担い手として、伝統的な食文化の継承や健全な次世代を育てられるような食育を推進していきます。

事業名	対象	取り組みの内容	実施機関・連携	開始年度
栄養相談	全住民	食生活、栄養に関する相談 生活習慣病や、健康情報に関する疑問などに、管理栄養士が個別面談で実施	健康センター	継続
シルバー人材センター健康講座	シルバー人材センター会員	健康講座において、高齢期の栄養、口腔保健、健診受診の必要性について講話	シルバー人材センター 健康センター	継続
高齢者配食サービス	高齢者	毎週水曜日、高齢者に適した栄養や、調理法に配慮した食事を配食している また、各島の郷土色豊かなおせち料理の配食も実施	民生課 社会福祉協議会 健康センター	継続
若返り体操教室 （新島地区）	高齢者	生活習慣病や高齢者の栄養について講話	健康センター	H22～
はつらつ教室 （式根島地区）	65歳以上	閉じこもり・認知症予防を目的に、口腔栄養、低栄養予防、誤嚥予防の為に体操、健康講話などを実施	民生課 健康センター	継続
地場産食材活用教室	全住民	外部から講師を招き、地場産野菜の特徴や活用・調理法を学ぶことにより、村内の地産地消を高める	健康センター ふれあい農園	H30～

### 3 地域との連携・食の提供者による食育の推進

新島村には、昔から独自の風土に適した伝統的な食文化がありますが、近年、新島・式根島の郷土料理を献立に取り入れ調理する人が少なくなり、郷土の伝承料理を途絶えさせない取り組みが必要とされています。

また、食の提供者である教育関係者・農漁業者・食品関連業者等の連携が、新島村民の食生活の安全安心を支えています。教育ファーム（※1）としての役割を担うふれあい農園などを通して、様々な体験活動を通し、新島村の特産物を知り、地産地消を住民と共に推進できるよう、また新島村の健康や安心・安全に配慮した、食に対する情報や知識の提供を行い、総合的な食育を推進します。

※1 教育ファーム：作物を「育てる」から「食べる」まで、一貫した体験機会を提供する取り組み

事業名	対象	取り組みの内容	実施機関・連携	開始年度
食育講話	各学校・団体	依頼に応じ、食育に関する授業や講演を、各ライフステージに合わせて実施	健康センター 各学校・団体	H22～
郷土料理の伝承	全住民	新島村に伝わる郷土料理のレシピを掘り起し、郷土料理を広める	郷土料理研究会	継続
新島・式根島ブランド認定事業	各事業所 全住民	特産品（明日葉、アメリカ芋など）を活かした製品を新島・式根島ブランドとして認定し、島内外に広く情報発信する	商工会	H25～
地場産野菜の情報発信、販売	全住民 島外者、観光客	SNSを通して島内外へ季節の野菜や加工品の情報発信、販売	農業協同組合 農家 水産加工組合	R2～
地場産食材の活用	村内給食施設 保育園 小・中学校 老人ホーム 高齢者配食	地場産の食材を村内給食施設で積極的に活用する 農協では毎月、給食献立に取り入れやすいよう野菜生産計画表を各給食施設と共有、島内食料品店に野菜を納品 あおば加工場では地場産食材を使いやすく加工して給食施設に提供している	農業協同組合 農家 島内食料品店 民生課 社会福祉協議会 あおば加工場	継続 計画表 H29～
給食試食会	保育園 小学校（希望者）	給食の試食および講話（給食の栄養、子どもたちの様子、食に関する話題など）	保育園 給食センター 小学校	継続

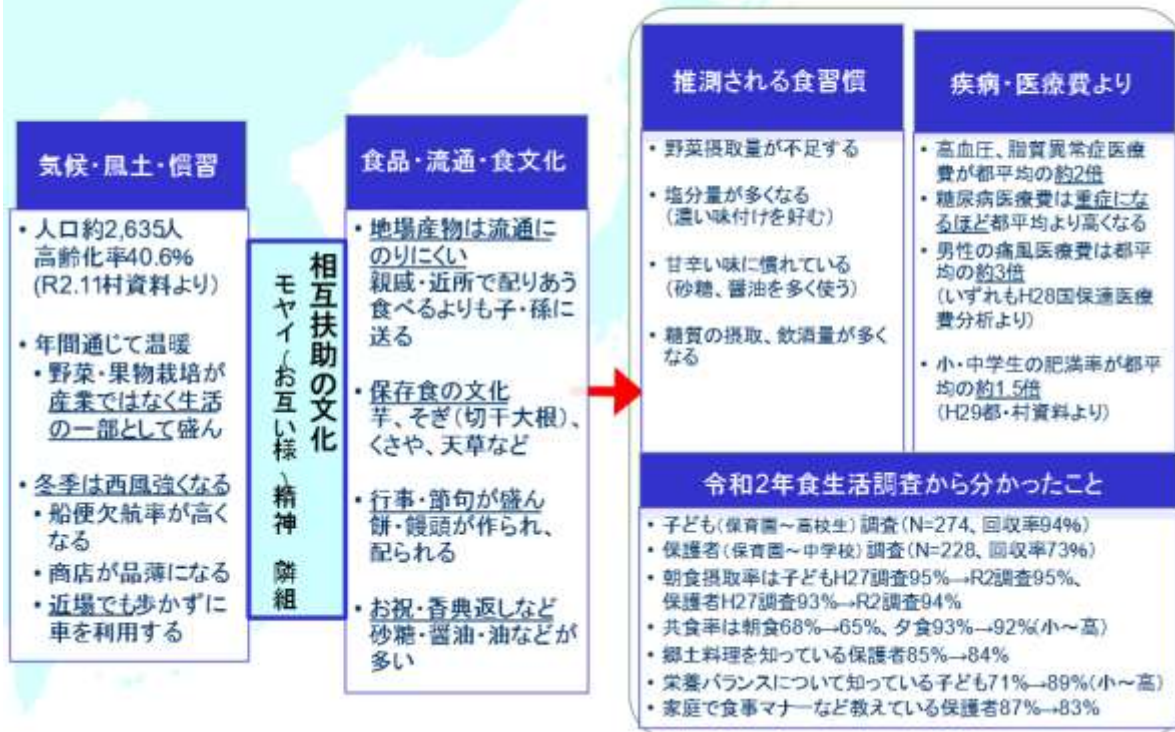
給食だより	保育園 小・中学校	月1回、献立のお知らせと共に、旬の食材についての情報や調理法を紹介	保育園 給食センター	継続
もりもり通信	小学校	毎日、献立についての説明やクイズを掲載し、各クラスに配布。また放送委員が給食の時間に内容を放送する	給食センター 小学校	H24～
全国学校給食週間	小・中学校	毎年1月末の1週間、特別献立（例：物語に出てくる食べ物の再現、世界の郷土料理）などを通し、給食への理解と関心を一層高める	給食センター 教育委員会	継続
広報はまゆう	全戸配布	食事関係の記事を掲載 また、SNSを活用して日々の食事の内容を紹介	老人ホーム	継続
野菜栽培教室 園芸講座	全住民	野菜作りを楽しむ人を増やし、家庭内の野菜の自給や島内の地産地消を高める	ふれあい農園	継続
新島栄養・食生活ネットワーク会議	食に関わる関係機関・団体	各施設・団体の代表者が新島村の食に関する情報交換を実施	島しょ保健所 新島支所 関係機関・団体の代表者	H17～
新島栄養・食生活ワーキンググループ	食に関わる関係機関・団体の実務担当者	各施設・団体の実務担当者が新島村の食に関する情報交換を実施	島しょ保健所 新島支所 関係機関・代表の実務担当者	H17～
だしで味わう和食の日	村内全給食施設	11月24日、だしを利かせた和食献立を一斉に実施。「だし」を活用すると砂糖や食塩を控えても美味しく食べられることを給食や配布資料を通して子どもたちと家族に普及啓発する	健康センター 保育園、小学校、中学校、老人ホーム	H29～
島民まつり「チーム食育」	全住民	食生活調査結果から分かった課題（野菜摂取量や減塩など）についての普及啓発を幅広い住民に行う	健康センター 保育園 栄養士連絡会	H29～

## 第5章 食育推進計画の活用について

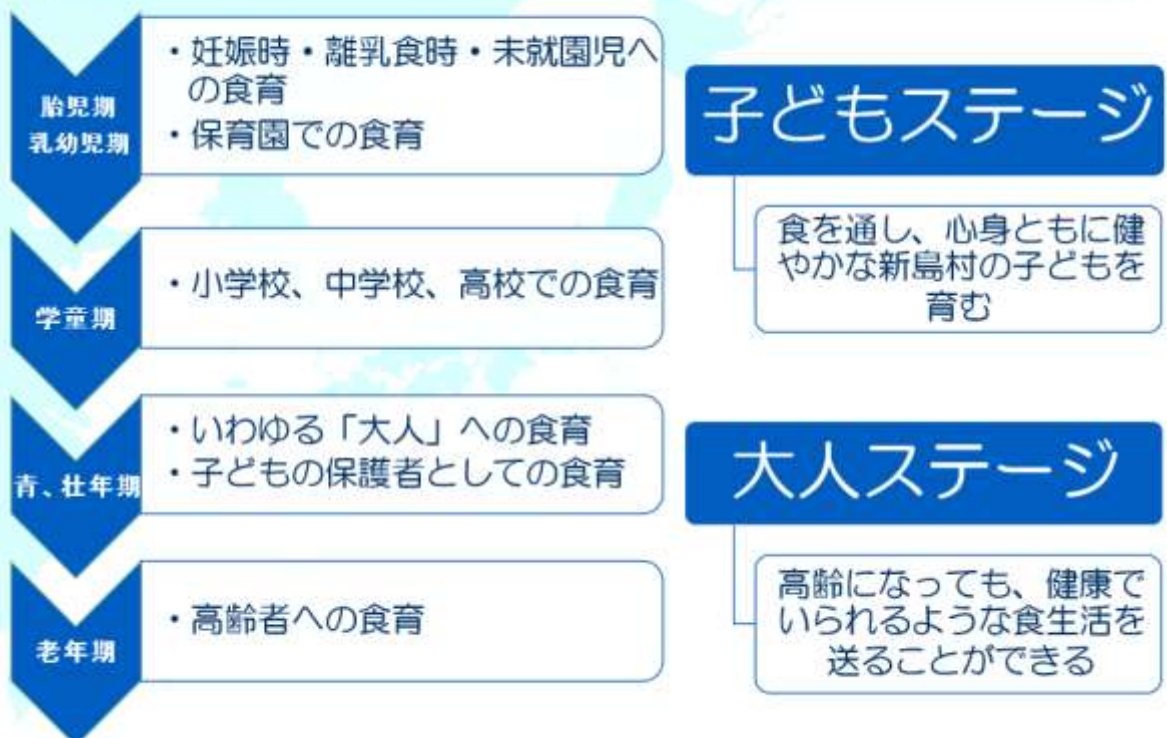
新島村における食育を効果的に推進するために、本計画を次のように活用していただくことを望みます。

- 1 新島村の関係者が本計画を共有すること
- 2 新島村の関係機関、施設等の食育に関する計画づくりにおける共通の基本的な考え方として、各学校・団体等の食育計画作成に反映していくこと
- 3 子どもステージ（妊産婦・乳幼児・保育園・小学校・中学校・高校）、大人ステージ、高齢者ステージと、各ステージで育まれた力が途切れることなく、次のステージで、さらに積み重ねられていくよう活用すること
- 4 食育に関して、地域で連携した活動ができるような場の設定や環境づくり等、さまざまな形で活用が図られること

## <新島村の食をめぐる環境と実態>



## <新島村がめざす「途切れない食育」>



# 新島村がめざす食育の基本理念（子どもステージ） 「日本一健康な島をめざして」

## 大目標

食を通して、心身ともに健やかな新島村の子どもを育む  
高齢になっても健康でいられるような食生活を送ることができる

## 中目標

めざす姿1：食を大切にし、自分の食生活をデザインできる

## 小目標

そのための条件1：  
栄養バランスがわかる

- 保：3色の栄養を知る
- 小：3色の栄養の働きがわかる
- 中：3色の栄養を組み合わせることができる

簡単な栄養バランスについて知っている 89%  
→現状より増加

条件2：適切な間食のとり方がわかる

- 未：間食は補食であることを知る(保護者)
- 保：食事と虫菌の関係を知る
- 小：1日のおやつ適量を知る

間食の時間がだいたい決まっている 43%  
→50%に近づける

条件3：郷土料理や多くの食べ物に親しみ味わうことができる

- 未：島で採れる食材と活用法を紹介する
- 保：園で採れる野菜や芋にふれ、味わう
- 小・中：島の特産品を使った調理を体験する

新島の食材を使うよう心がけている 58%  
→現状より増加

めざす姿2：楽しく食べるができる

条件4：感謝の心を持ち食事のマナーがわかる

- 未：箸・スプーンの正しい方を保護者に普及
- 保：給食のルールを知り、実践する
- 小・中：食事のマナーについて学ぶ

家庭で食事マナーや栄養知識、料理を教えている 83%  
→90%に近づける

## 各教室の目標

## 現状と5年後

この現状とめざす姿とのギャップが課題になる

※未：未就園児、保：保育園、小：小学校、中：中学校





## 参考資料 2

令和2年10月実施「新島村の子どもの食生活状況調査」

令和2年10月実施「新島村の子どもがいる家庭の食生活状況調査」より

### 1 調査の目的

- 新島村の子どもの食生活の意識や行動の現状や変化を明らかにして食生活の状況を把握する
- 令和3年に改定予定の、新島村食育推進計画（第三次）の食育目標や事業の検討に反映させる
- すべての世代の食育の推進に資すること、また、今回の調査結果を前回の調査結果と比較（5年毎に継続実施している）し、今後の食育の展開の評価に活用すること

### 2 調査の対象

- 新島村の保育園児から高校生まで全員
- 保育園児、小学生、中学生がいる各家庭の保護者2名（お子さんが複数いる家庭は一番小さなお子さんの通う施設で回答をお願いした）

### 3 調査方法

#### (1) 保育園児

保育園の協力を得て、園を通じて封筒に入れた調査用紙を各家庭に配布して園児の保護者に回答を依頼し、記入後保育園を通じて回収した。

#### (2) 小学生～高校生

各学校の協力を得て、学校において調査用紙を配布し、児童生徒本人が回答・記入した。

#### (3) 保護者

保育園、小中学校の協力を得て、調査用紙を各家庭に2部配布し、各家庭の主な保護者2名（主な保護者が1名の場合は1名）に調査用紙への回答を依頼し、記入後保育園、小中学校を通じて回収した。

### 4 アンケート配布数と回収率

	子ども（保育園児は保護者が回答）			保護者			
	在籍数	回収数	回収率	家庭数	配布数	回収数	回収率 ※1
新島保育園	50	47	94.0%	46	92	70	76.1%
式根島保育園	8	8	100.0%	7	14	10	71.4%
保育園計	58	55	94.8%	53	106	80	75.5%
新島小学校	89	81	91.0%	53	106	77	72.7%
式根島小学校	32	31	96.9%	23	46	30	70.4%
小学校計	121	112	92.6%	76	152	107	70.4%
新島中学校	48	47	97.9%	26	52	38	73.1%
式根島中学校	11	11	100.0%	2	4	3	75.0%
中学校計	59	49	98.3%	28	56	41	73.2%

新島高校	53	49	92.4%				
総計	291	274	94.2%	157	314	228	72.6%

※1) 各家庭の保護者数を全て2名(配布数)とした場合(実際にはもっと高いと想定される)

## 5 調査項目(下線:追加項目、二重線:変更項目)

### (1) 保育園児～高校生

基本属性 ①年齢(学年) ②性別

- 1 朝食欠食の有無と食事内容
- 2 家族と一緒に食事の状況(共食)
- 3 間食摂取の有無と内容
- 4 食事づくり、手伝いの状況
- 5 簡単な栄養知識(3色の栄養・五大栄養素、1日に必要な野菜の量)の有無
- 6 弁当に付いている醤油・ソースの使いかた(塩分摂取)
- 7 食事を楽しんでいるか
- 8 主体的健康観
- 9 食習慣を身につけるのに必要な事項

### (2) 保護者

基本属性 ①年齢 ②性別 ③お子さんとの関係

- 1 朝食欠食の有無と食事内容
- 2 家族と一緒に食事の状況(共食)
- 3 間食摂取の有無と内容
- 4 飲み物の種類別の摂取状況、常備状況、買える環境
- 5 野菜摂取量、1日の必要量について
- 6 味の好み、塩分摂取について
- 7 食事を楽しんでいるか
- 8 地産地消、郷土料理について
- 9 栄養等の知識について(バランスガイド、メタボリックシンドローム←栄養成分表示)
- 10 運動習慣、喫煙状況
- 11 主体的健康観
- 12 お子さんの給食献立表をみているか
- 13 健康的な食習慣を身につけるために必要なこと
- 14 飲食店や食材店に希望すること
- 15 今後の食生活で力をいれたいこと

## 6 調査結果の概要

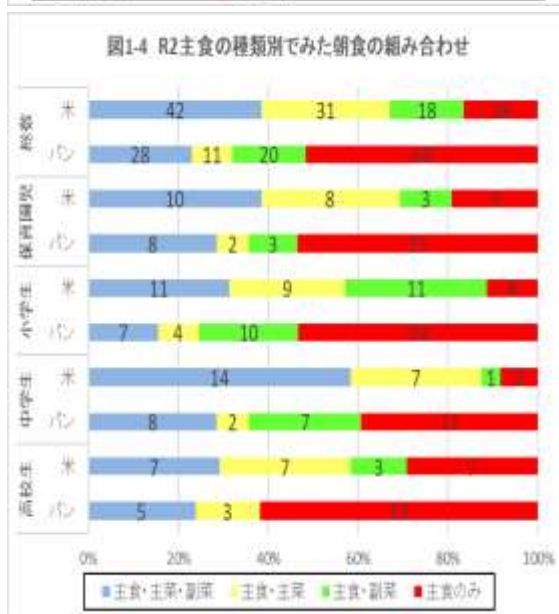
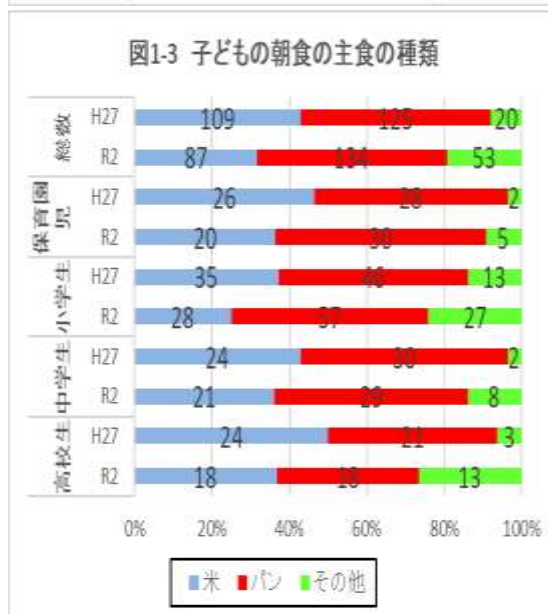
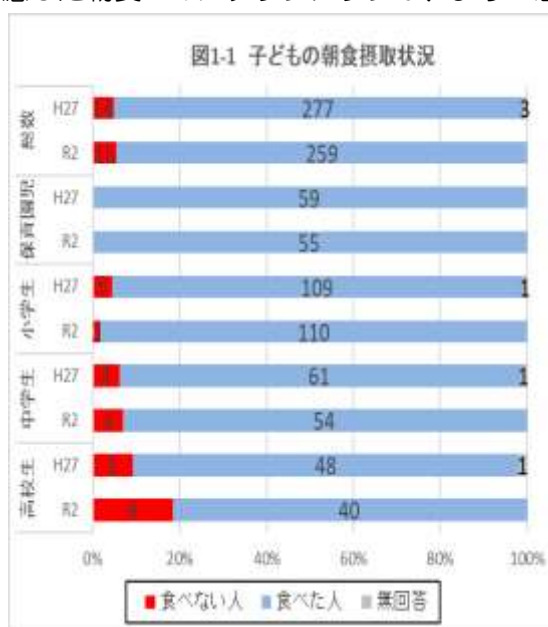
### (1) 保育園児～高校生

#### 1 主食が米の場合、主食・主菜・副菜が揃った朝ごはんを食べている子どもが多い

95%の子どもが朝ごはんを食べていましたが、内容をみると主食・主菜・副菜が揃っている子どもは22%、副菜（野菜、芋料理等）を食べた子どもは38%、主食のみの内容だった子どもは40%でした。前回の調査結果と比べると、副菜を意識した食事をする割合が増えている一方で、主食のみの内容の割合も増え、二極化していることが考えられます。

また、主食が米であった子どもは32%で、パン類は49%でした。主食が米の場合、主食・主菜・副菜がそろっていた子どもは39%でしたが、パン類の場合は23%でした。また、米の場合、主食のみの食事の子どもが17%でしたが、パン類の場合は52%でした。

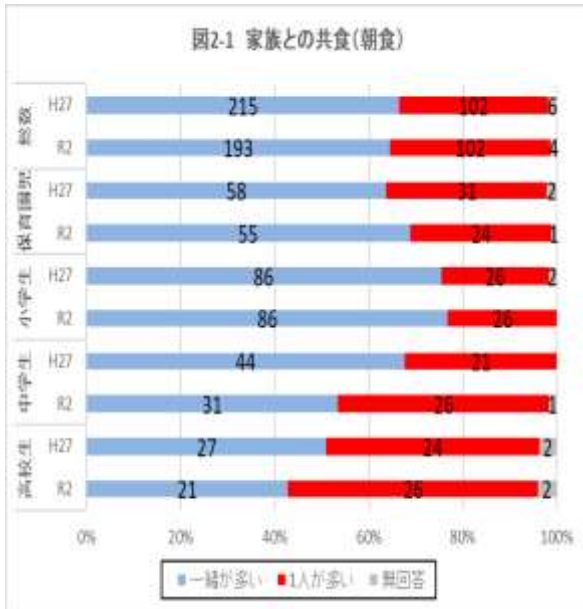
食の多様化が進む中、新島村では、「朝食の欠食を減らす」の一步先、栄養的なバランスを考慮した朝食へのステップアップが、より一層望まれます。



## 2 家族と一緒に食事をしている子どもは多いものの、やや減少傾向

朝食を家族と一緒に食べる子どもは全体で65%、夕食に関しては92%でした。

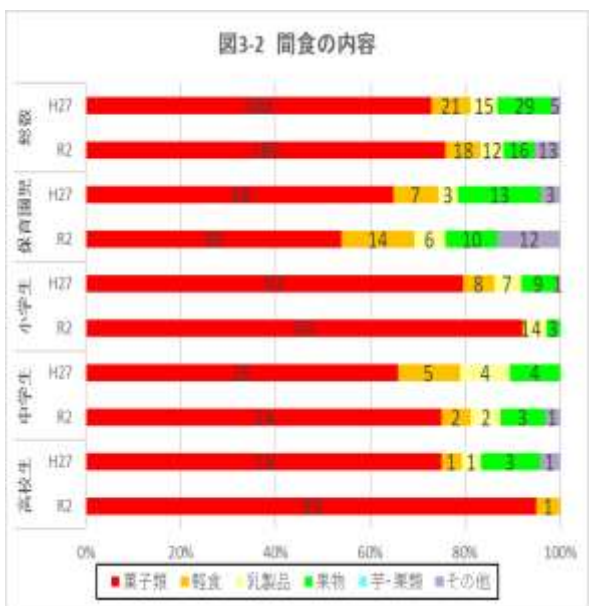
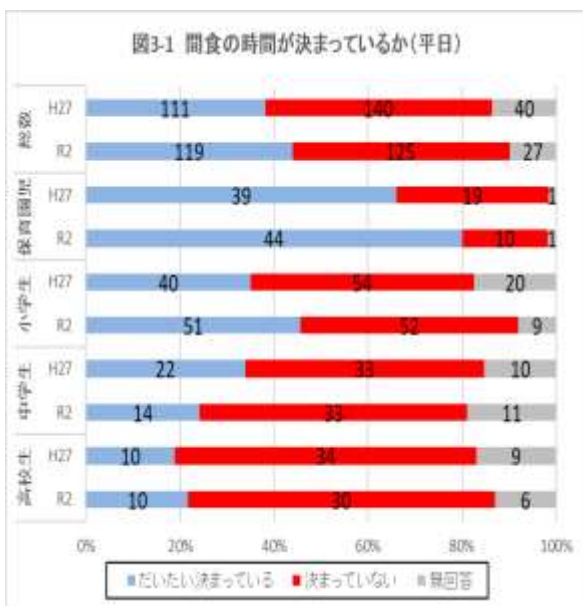
新島村では、食事の時間が通勤時間に左右されることは少ないものの、前回調査と比べると、家族で食卓を囲む機会が全体的に減少傾向がみられます。家族と一緒に食事をとることは、一緒に食べる楽しさを知り、食事のマナーを習得できる機会としても重要ですが、子どもから保育園や学校での食育教室の内容を親に伝わる情報共有の貴重な場にもなると考えます。



## 3 菓子類が多い間食

平日の間食の時間が決まっている子どもは44%で、間食の内容は約76%が菓子類でした。前回調査に比べ、不規則に間食する子どもは減少しましたが、内容は菓子類が増えています。

お菓子を食べることは心の栄養にもなりますが、間食の摂取時間と内容によっては、その目的を果たせなくなり、また虫歯の罹患率を高めることにもつながってきます。菓子類に偏らず、乳製品・果物・芋類など3食で摂りきれなかった食品を補う食べ方も取り入れたいものです。



#### 4 食事づくりの手伝いをしている子どもが多い

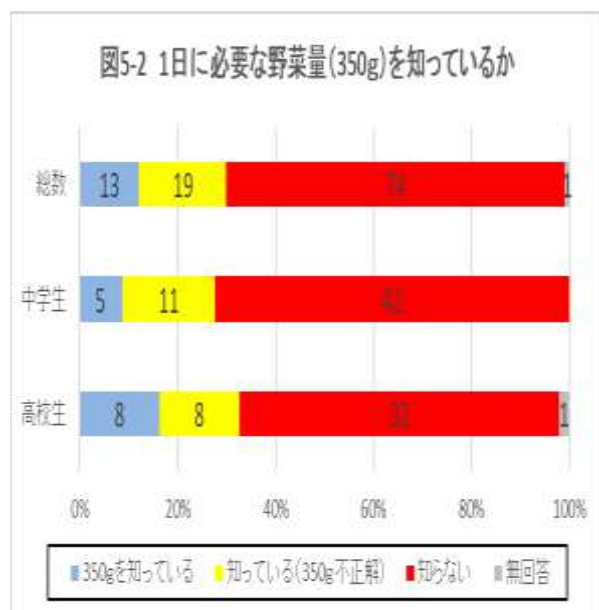
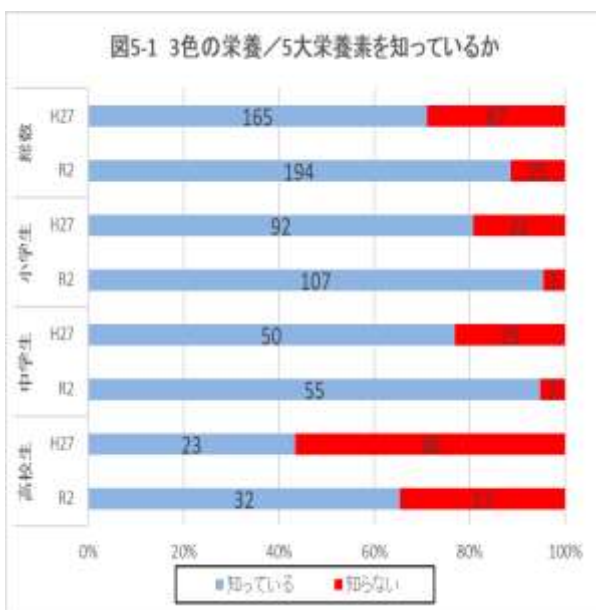
食事づくりをほとんど毎日手伝う子どもは、34%（前回調査と同じ）、時々手伝いをする子どもも含めると、87%が食事作りの手伝いをしているようです。



#### 5 栄養バランスがわかる子どもは約9割、1日の野菜必要量を知っている中高生は12%

簡単な栄養バランスについて、知っていると回答した子ども（小学生以上が対象）は全体で89%と、前回調査（71%）より大きく増え、保育園や学校で、継続して取組みを実施している効果が見えはじめたと思われます。一方で、1日に必要な野菜量が350gであることを知っている子ども（小・中学生）は12%でした。

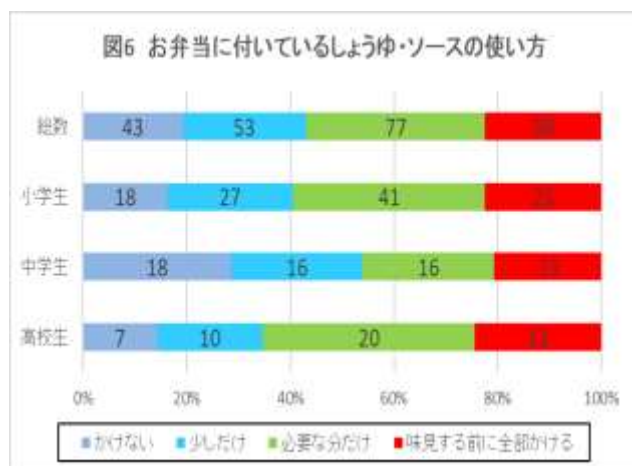
新島村では多くの子どもたちが進学の際、親元を離れて生活する現状にあり、それまでに「食を選ぶ力」を身につけることができるよう、食育推進計画でも乳幼児期から途切れないような食育の普及に力を入れています。今後は、より具体的な栄養知識をもてるような取組につなげることが大切と考えます。



## 6 お弁当についているしょうゆ・ソースを味見せず全部かける子どもは22%

お弁当についているしょうゆ・ソースについて、味見せず全部かけると答えた子どもが22%いました。

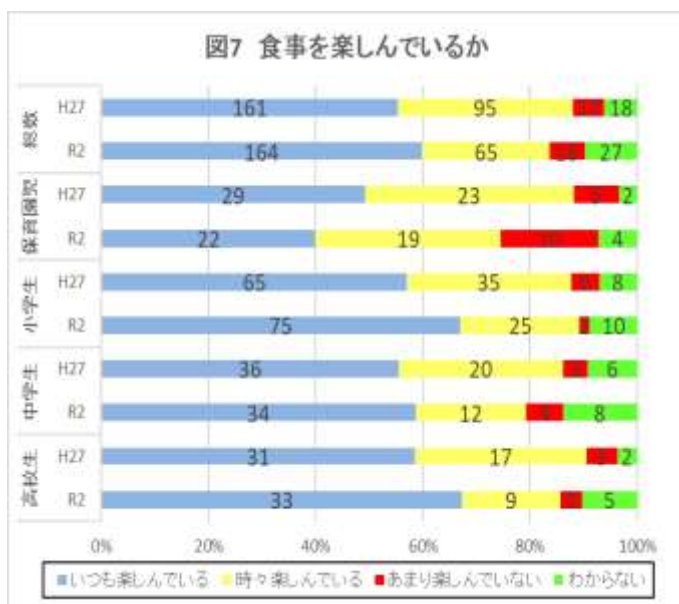
島しょ地区の食事調査から、新島村の20歳以上の住民は食塩摂取量が東京都平均の約1.5倍多い結果が出ていますが、「濃い味」に慣れてしまうと、「うす味」に戻すことがなかなか難しい現状があり、子どもの時から、調味料は必要な分だけ使う習慣を身につけられるような働きかけが求められています。



## 7 食事を楽しんでいる子どもが多いが、そうでない子どもが16%いる

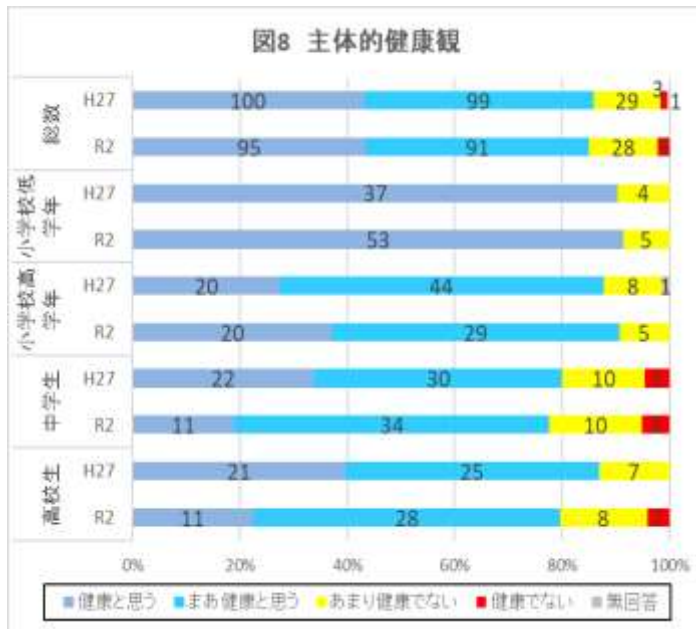
いつもまたは時々食事を楽しんでいる子どもが84%いる一方、あまり楽しんでいない、わからない子どもが16%おり、前回調査(12%)より少し増えています。この理由について、学校の食育担当者から「感染症対策で給食時に会話ができないことなどが、食事(給食)が楽しくないと回答したかもしれない」という意見がありました。

食に関わる中で、作る喜びを知り、色々な味覚を味わい、他者との交流を深めながら楽しく食事ができることが望まれますが、同時に自然の恵みや食に関わる人々への感謝を理解できるような環境を整えることが望まれます。



## 8 主体的健康観は年齢が上がると低下傾向

自分は健康だと思うかという質問に、「あまり健康でない」「健康でない」と回答した子どもが15%いました。前回調査（13%）より、やや増えている傾向がみられます。また、年齢が上がると主体的健康観が低下する傾向がみられます。

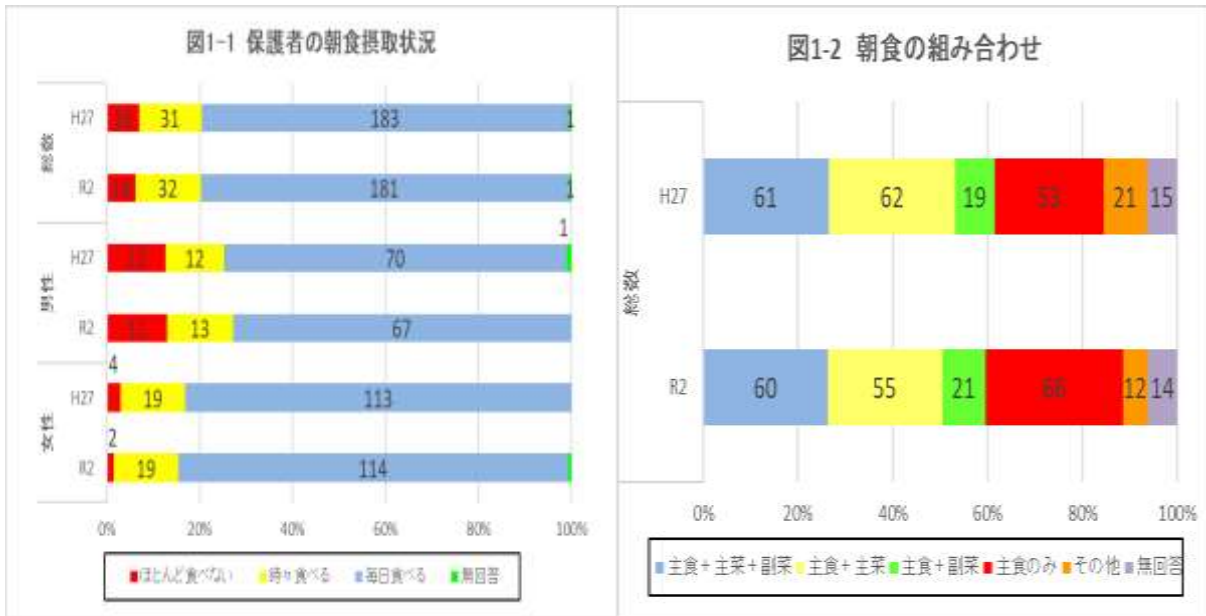




## (2) 保護者

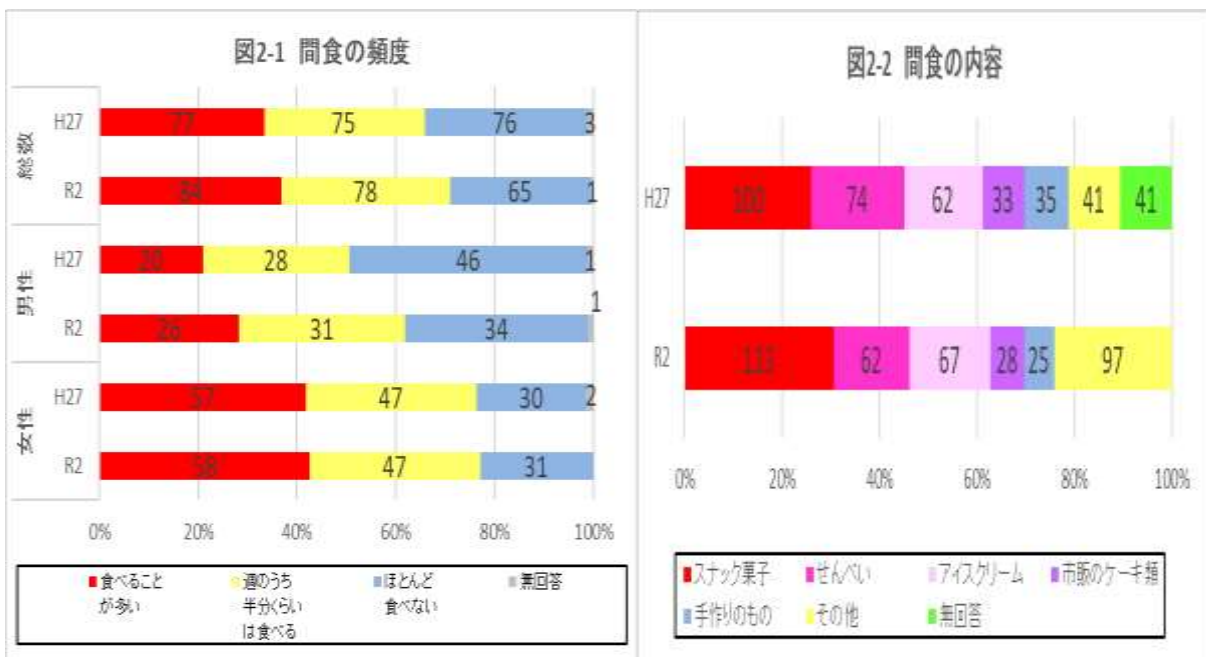
### 1 主食・主菜・副菜が揃った朝ごはんを食べていた保護者は26%

朝食をほとんど食べない保護者は全体で5%でした。また、内容をみると主食・主菜・副菜が揃っていたのは26%、副菜（野菜、芋料理等）を食べたのは36%と前回調査とほぼ同じでしたが、主食のみの食事は29%に増えています。栄養バランスの良い朝食は、子どもだけでなく、大人も眠った身体を起こし、一日に必要な栄養素を補給するのに必要です。



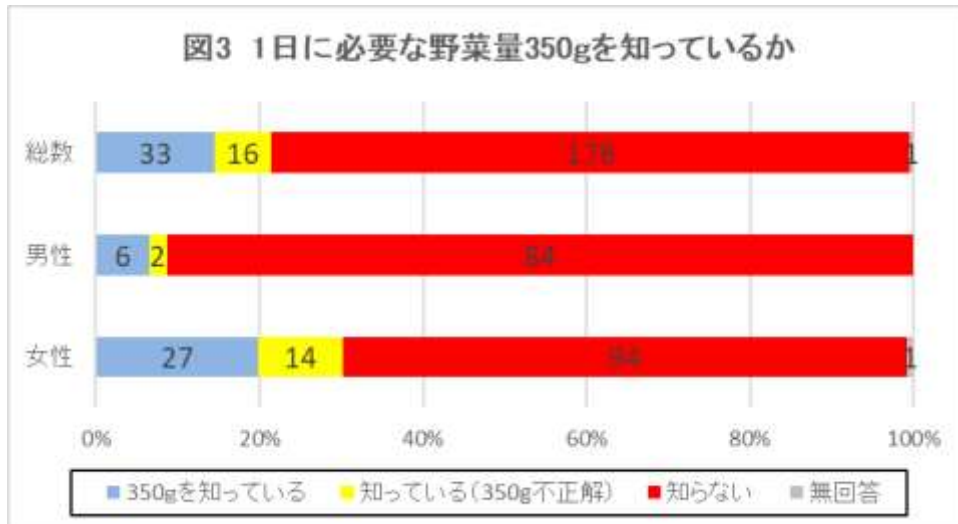
### 2 間食の内容は菓子類が多い

間食の内容について、菓子類（スナック菓子、せんべい、アイスクリーム、ケーキ類）の占める割合が70%でした。間食は菓子類だけでなく、3食で摂りきれない栄養を補う補食であることを知り、上手に取り入れることが大切と考えます。



### 3 1日に必要な野菜量を知っている保護者の割合は14%

1日に必要な野菜量(350g)を知っている保護者は14%でした。必要量を知ることで、食卓にあがる野菜量が適量に近づき、それを見て食べる家族も知ることにつながるため、今後は、1日分、または1食分の具体的な野菜の必要量を知る取組みが必要と考えます。

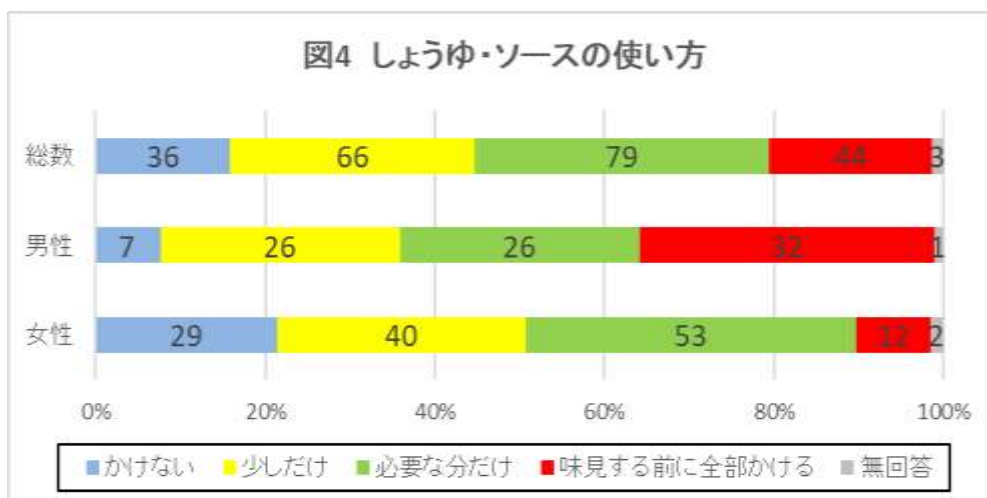


### 4 お弁当に付いているしょうゆ・ソースを味見せず全部かける保護者の割合は19%

お弁当についているしょうゆ・ソースについて、味見せず全部かけると答えた保護者は19%いました。島しょ地区の食事調査から、新島村の20歳以上の住民は食塩摂取量が東京都平均の約1.5倍多い結果が出ており、調味料を必要以上に使うことも一因になります。

また、家庭での食行動は子どもたちにも影響します。同様の質問で、小学生から高校生までの22%が味見せず全部かける、と答えています。

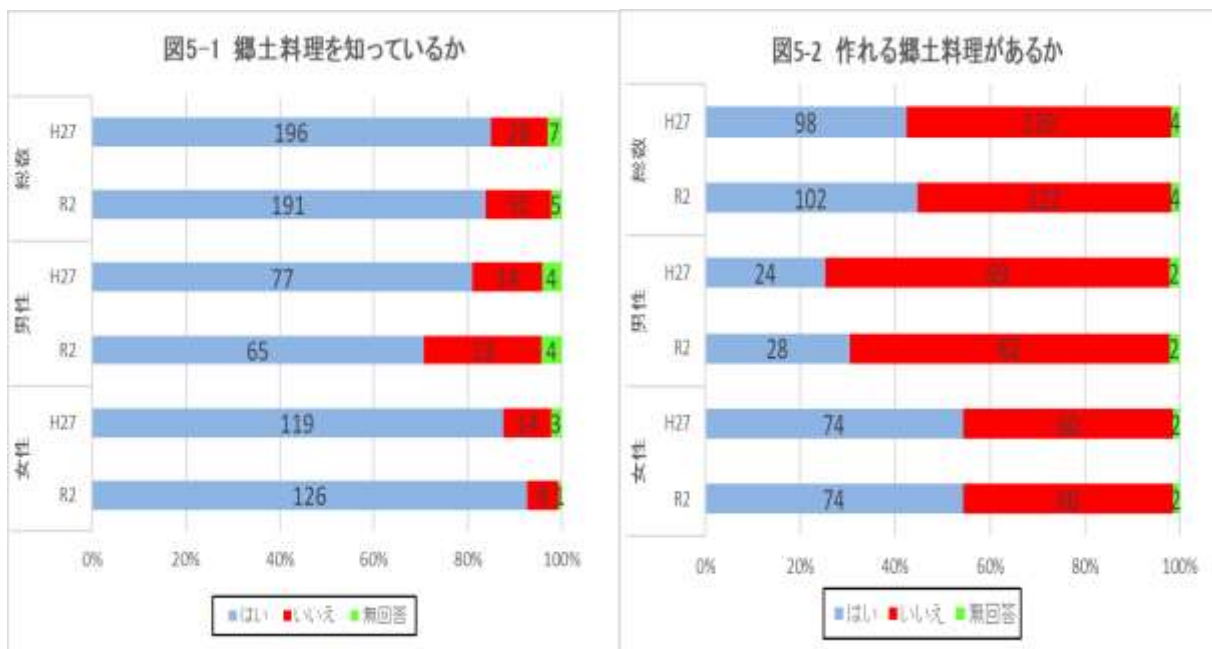
お弁当に限らず、調味料は味を見てから必要な分だけ使う習慣を大人がつけることにより、それを見た子どもたちも同じ習慣が身につくことが期待され、新島村の住民全体の食塩摂取量の減少につながると思われます。



## 5 郷土料理を知っている保護者の割合は84%

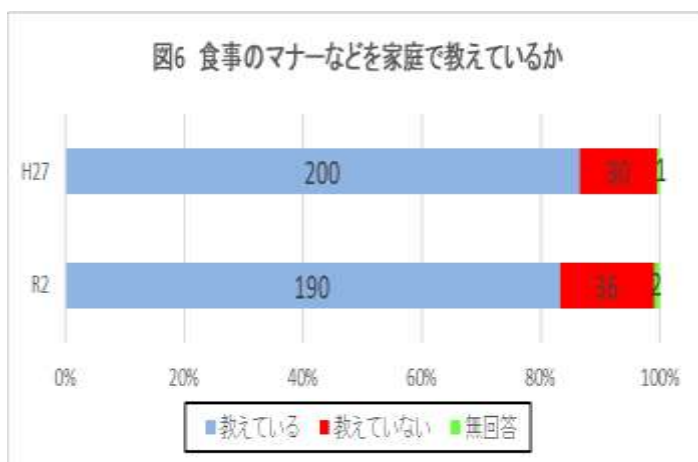
新島・式根島の郷土料理を知っている、と答えたのは84%と、前回調査（85%）の数値をほぼ維持できています。保育園や小・中学校で、地域の方を招いて郷土料理を教わる機会を継続して行い、その様子が子どもから島外から赴任してきた家族にも伝えられることで、郷土料理を知る割合が多いことが考えられます。新島・式根島の郷土料理を作ることができる、と答えたのは45%で、前回調査（42%）よりも少し増えています。

自分たちの住む、新島村の風土に適した食文化を知り、後世に伝えていくためにも、この調査結果から、これからも伝統的な郷土料理に接する機会を少しでも多く作り、続けていくことが大切と考えられます。



## 6 お子さんに食事マナーや料理などを教えている家庭は87%

家庭でお子さんに食事のマナーや栄養知識、料理などを教えている保護者は83%と、前回調査（87%）より減少しています。また、教えていないと回答した保護者は16%（約1/6）と、前回調査（13%）より増えています。保育園や学校で行われている食育が実生活に結びつくよう、ぜひ家庭でも積極的に声掛けしていただければと考えます。



## 7 主体的健康観は前回調査に比べてやや低下

「健康だと思う」「まあまあ健康だと思う」と回答した保護者は75%で前回調査と同じでしたが、「あまり健康ではない」「健康ではない」と回答した保護者は25%に増加しています。

家庭の中心的役割を担う保護者自身が健康であることは、子どもにとって不可欠です。食生活はもちろん、運動や喫煙、睡眠などの生活習慣の見直す機会が必要とされています。



## 8 健康的な食習慣を身につける場を家庭としたのは84%

健康的な食習慣を身につけるために必要なのは「家庭での働きかけ」が最も多く、次いで「保育所・学校での食育」でした。また、食に関する情報の入手先として、インターネットが75%と今回初めて一番多くなりました。インターネットはスマートフォンなどで手軽に情報が得られるものの、根拠のないものも多く、あふれる情報を正しく選択する力が求められます。

調査結果からは家庭で積極的に取り組む姿勢がみられますが、保育所や学校のみならず、様々な機関や団体と連携を取りながら、村全体で正しい情報提供を行っていくことが必要です。

