

第2次別海町食育・地産地消推進計画



令和5年3月

別 海 町

目 次



1	計画の趣旨・目的	・ ・ ・ ・	p 1
2	食育及び地産地消の定義	・ ・ ・ ・	p 2
3	計画の位置付け	・ ・ ・ ・	p 2
4	計画の期間	・ ・ ・ ・	p 2
5	別海町の食をめぐる現状と課題	・ ・ ・ ・	p 3
6	食育・地産地消に関する3つの基本目標	・ ・ ・ ・	p 4
7	食育・地産地消に関する取組	・ ・ ・ ・	p 6
8	食育・地産地消推進に当たっての数値目標	・ ・ ・ ・	p 8
9	食育・地産地消に関するアンケート調査結果	・ ・ ・ ・	p 9



1 計画の趣旨・目的



食は命の源であり、私たち人間が生きていくためには欠かせないものです。

しかし、現在、国内では肥満や生活習慣病の増加、過度の痩身、また、児童・生徒の朝食欠食などの問題が見られる状況があります。さらに世界的な食料需給の逼迫に伴う食料の安定供給の確保、安全・安心な食品に対する消費者の関心の高まりへの対応、食べものと生産現場のつながりの確保や、家庭や地域で受け継がれてきた伝統的な食文化の継承、食品ロス（食べ残しなどに伴う大量な食品の廃棄）といった食に関する課題が引き続き存在しています。

このような国民の食生活をめぐる環境の変化に伴い、国は、食育に関する施策を総合的かつ計画的に進めるため、平成17年6月に、「食育基本法」を制定し、令和3年3月には「第4次食育推進基本計画」を作成しました。

また、北海道では、平成31年3月に、「地域における多様な食育の継続的な実践」を目標とした「どさんこ食育推進プラン」（北海道食育推進計画【第4次】）を作成し、道内の食育を総合的に進めることとしています。

別海町でも、他の地域と同様に食生活の変化に伴うさまざまな課題が見られますが、第一次産業が中心の別海町では、昭和49年から牛乳製造工場を建設し、地産地消の先駆的な取組を行っており、また、広大な土地や海に恵まれた環境から、おいしく新鮮な食材が豊富にあり、生産者を中心として、そうした食材を活用した料理など特色ある食文化がはぐくまれてきていることから、地場産食材を活用した食育を行うのに恵まれた環境にあります。

このような背景を踏まえ、別海町においても国や北海道などと連携しながら、町民みなさまの理解の下、役割分担を行い、より効果的な取組を推進するため、平成30年3月に「別海町食育・地産地消推進計画」を策定し、計画期間が満了となることから、今般、見直しを行うこととしました。

なお、本計画は「地域資源を活用した農林水産漁業者等による新事業の創出等及び地域の農林水産物の利用促進に関する法律（六次産業化・地産地消法）」第41条に基づく「地産地消促進計画」としても位置づけることとします。

2 食育及び地産地消の定義

(1) 食育とは

食育とは、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できる人間を育てることと定義され、生きる上での基本であって、知育、徳育、体育の基礎となるべきもの。

(2) 地産地消とは

国内の地域で生産された農林水産物をその生産された地域内において消費すること及び地域において供給が不足している農林水産物がある場合に他の地域で生産された当該農林水産物を消費すること。

3 計画の位置付け

本計画は、食育基本法第18条第1項に基づく市町村の食育推進計画と、六次産業化・地産地消法第41条第1項に基づく市町村の地産地消促進計画を兼ねるものとして位置付け、食育・地産地消を具体的に推進するための計画として策定しています。

4 計画の期間

本計画の期間は、令和5年度から令和9年度までの5年間とし、社会情勢の変化や関係法令の改正、関係計画の見直しとあわせ、必要に応じて見直しを行います。

※参考

- ・第4次食育推進基本計画(国)の計画期間(R3～R7)
- ・どさんこ食育推進プラン(北海道食育推進計画【第4次】)の計画期間(R1～R5)
- ・北海道食の安全・安心基本計画【第4次】の計画期間(R1～R5)

5 別海町の食をめぐる現状と課題



(1) 朝食と栄養バランス

朝食を食べないと脳のエネルギー源であるブドウ糖が不足し、勉強や仕事に集中できない状態が続きますが、別海町で朝食を食べない児童・生徒の割合は17%と5年前と比較して増加しています。^{※1}

また、朝食の欠食をはじめ、脂質・糖質・塩分の過剰摂取や野菜の摂取不足など栄養の偏りや食習慣の乱れがみられ、これらに起因した肥満や生活習慣病の増加などが問題となっており、適切な対応が必要です。

※1 別海町調べ(町民の「食」に関する実態調査)

(2) 食事環境の変化

子どもだけで食事をする「孤食」は、5年前と比較して減少傾向にありますが、家族と一緒に食べないことが多い割合は20%となっており、「食事が楽しくない」と感じる割合は、家族と一緒に食事をしない児童・生徒の方が高いことから、「孤食」を減らす取組が必要です。^{※2}

※2 別海町調べ(町民の「食」に関する実態調査)

(3) 食の環境問題と感謝の心

まだ食べられるのに捨てられている食べ物、いわゆる「食品ロス」が日本で年間約522万トンにも上り、その約半数が家庭で発生しています。これを国民1人あたりに換算すると、毎日お茶碗約1杯分(約113g)に相当する量を捨てていることになります。^{※3}

別海町でも、家庭や事業所、学校給食等で「食品ロス」が発生していることを踏まえ、持続可能な開発目標(SDGs)の視点からも、これら「食品ロス」など環境負荷の低減を図るとともに、生産者や食材への感謝の心をはぐくむことが大切です。

※3 消費者庁ホームページ「食品ロスについて知る・学ぶ」より一部引用



6 食育・地産地消に関する3つの基本目標

別海町では、食をめぐる現状と課題などを踏まえ、食育・地産地消の推進を効果的に図るため、次の3つの基本目標に基づき、食育・地産地消を推進します。



基本目標Ⅰ「健康な食生活につながる食育の推進」

- ① 規則正しい生活リズムや食習慣を身につけます。
- ② 偏食や好き嫌いを減らします。
- ③ 主食、主菜、副菜をそろえた食事で生活習慣病を予防します。



基本目標Ⅱ「地産地消による安全・安心な食の推進」

- ① 食卓・給食で町内産農畜水産物を利用します。
- ② 安全・安心な食材を生産・提供します。
- ③ 乳製品等を使用した乳和食の推進に取り組みます。

乳和食とは

味噌や醤油などの伝統的調味料に牛乳を組み合わせることで、利用されている食材本来の風味や特徴を損なわずに美味しく減塩する調理法のことを言います。

和食		乳和食	
納豆 ごはん	焼き鮭 みそ汁	ミルク納豆 ホエーごはん	鮭のミルク塩麹焼き ミルクみそ汁
食塩相当量	カルシウム	食塩相当量	カルシウム
4.8g	135mg	2.3g	188mg

出典：一般社団法人Jミルク



基本目標Ⅲ「食の楽しみと感謝の心をはぐくむ取組の推進」

- ① 家族そろって食事を楽しみ、食事のマナーを身につけます。
- ② 食の体験・農水産業の体験を通して、食とのつながりを理解します。
- ③ 食や生産者等への感謝の心をはぐくみ、食べものを無駄にしない習慣を身につけます。

別海町で行っている食育・地産地消の取組

健康な食生活につながる 食育の推進	地産地消による安全安心 な食生活の推進	食の楽しみと感謝の心を はぐくむ取組の推進
健康相談等 栄養士による栄養相談 乳幼児相談 4か月健診 1.6歳児健診、3歳児健診 離乳食教室・相談 健康教育・健康相談 高校生への健康教育	農水産業体験等 酪農業に関する授業 牛乳豆腐作り 搾乳体験 アイスクリュー作り体験 生活クラブ生協夢都里路くらぶ イチゴ狩り体験 ロールバックメッセージ バター作り 牛の一生を学ぶ 牛乳パッケージイメージ デザインコンテスト チーズ作り教室 サケ漁の仕組み・サケの解体	農水産業体験等 酪農業に関する授業 牛乳豆腐作り 搾乳体験 アイスクリュー作り体験 生活クラブ生協夢都里路くらぶ イチゴ狩り体験 バター作り 牛の一生を学ぶ サケ漁の仕組み・サケの解体
調理実習等 健康クッキング教室 ヘルシークッキング教室 楽しいクッキング教室 交流給食・全校給食 給食試食会 別海給食(地元農畜水産物の提供)	学校等での体験 別海給食(地元農畜産物の提供) 収穫祭 実のなる木の植樹 菜園づくり	学校等での体験 交流給食・全校給食 別海給食(地元農畜水産物の提供) 収穫祭 実のなる木の植樹
食育啓発等 給食だよりの発行 「まごは(わ)やさしい」コンテスト 栄養教諭等の食に関する授業 食育指導 野菜摂取の啓発 おやこ食育教室		地域等での体験 楽しいクッキング教室 パン作り教室 そば打ち体験と試食会 クッキング教室 食品ロス削減の取組 高校生とのコラボ弁当 地域食堂

【関係団体・行政機関】

・食生活改善推進協議会 ・生涯学習推進協議会 ・別海町役場 ・別海町教育委員会	・各農業協同組合(女性部・青年部) ・各漁業協同組合(女性部・青年部) ・別海町商工会(女性部・青年部) ・別海町消費者協会 ・別海町女性農業士会 ・別海町役場 ・別海町教育委員会	・各農業協同組合(女性部・青年部) ・各漁業協同組合(女性部・青年部) ・生涯学習推進協議会 ・別海町女性農業士会 ・ジュニアリーダー組織翼 ・別海だんらんの会「大きな木」 ・西春別駅前子ども食堂すまいる ・別海町社会福祉協議会 ・別海町役場 ・別海町教育委員会
--	--	--

7 食育・地産地消に関する取組



別海町においては、3つの基本目標をベースに、関係者（家庭や認定こども園、学校、地域、生産者団体、行政等）がそれぞれの視点で地域に合った食育・地産地消の取組を推進します。

（１）家庭における役割

- ① 毎日の食事の支度や家庭で囲む温かい食卓の団らんを通して、食を楽しみ、食のマナーを学びます。
- ② 子どもの基本的な食生活習慣を形成するため、朝食を摂ることや、「早寝早起き朝ごはん」運動を実践します。
- ③ 町内産農畜水産物の利用促進に努めます。
- ④ 食への感謝の気持ちをはぐくむことで、食品ロスの低減に努めます。

（２）認定こども園等における役割

- ① 健康的な食習慣を身につけるために必要な食育の推進に取り組みます。
- ② 節分やひな祭りなど、日本文化や地域の伝統文化の体験などを通じて、多様な食と文化に対する興味を持つ機会を提供します。
- ③ 野菜の栽培や収穫、調理体験を通じて、食に対する興味や関心を持つための取組を実施します。

（３）学校における役割

- ① 食への関心と理解を深め、正しい知識を学ぶため、地域の生産者団体等と連携して、農漁業体験や調理体験などの学習を推進します。
- ② 給食は食育実践の場として重要な機会であり、給食を通じて地産地消や食の大切さを伝えます。
- ③ 地域の食文化や食に関する産業への理解を図り、食への感謝と郷土を愛する心をはぐくむ取組を推進します。

(4) 地域・生産者団体等における役割

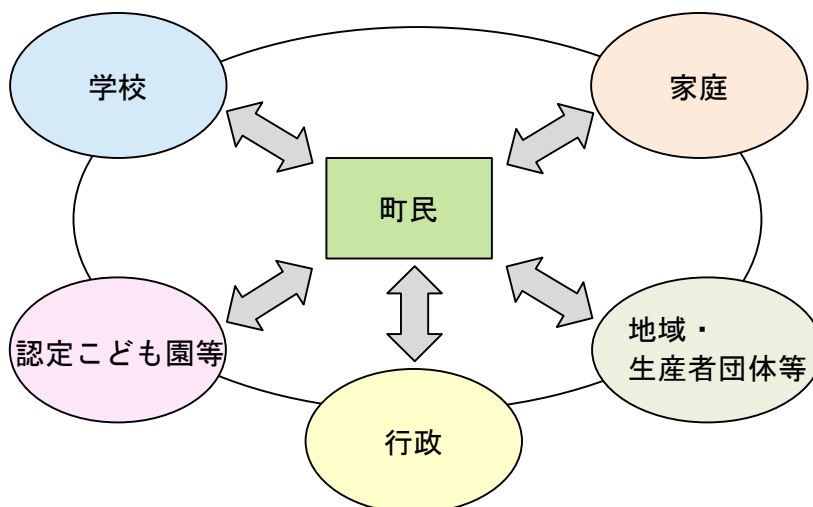
- ① 児童・生徒への農漁業体験活動などを通じて、地域を支える産業への理解を図り、関心を高めることで、食育を推進します。
- ② 生産者と消費者の交流を図り、安全・安心な地元食材への関心を高めることで、地産地消を推進します。
- ③ 各地域におけるイベント等を通し、世代間の交流を図り、地域の伝統的な食文化の継承に努めます。

(5) 行政における役割

- ① 食を通じて生活習慣病等の予防を図るため、食育に関する普及や啓発活動を推進するとともに、健康状態に応じた栄養相談や運動指導の充実を図ります。
- ② 地域住民や農漁業者の自主的な取組を推進するための組織への支援など、幅広い食育の取組を推進します。
- ③ 食品ロスの低減やごみの分別の徹底を図る取組を推進します。
- ④ 町広報や情報媒体を活用し、食育・地産地消・乳和食等に係る情報を町民に周知します。
- ⑤ 学校給食における道産食品・町産食品の更なる利用促進に努めるとともに、安全・安心な給食を提供します。

推進体制のイメージ

関係する部署と住民・組織・関係機関・団体等とが横断的な連携を図りながら本計画の推進に積極的に努めます。



8 食育・地産地消推進に当たっての数値目標



指標	5年前	現状値	目標	関連する基本目標
朝食を毎日食べている人の割合 児童・生徒 一般	87.1% 81.1%	83.1% 68.5%	向上	基本目標Ⅰ
1日に1回以上家族そろって食事を する子どもの割合	76.1%	79.8%	向上	基本目標Ⅰ 基本目標Ⅲ
栄養教諭による食育・地産地消等 に関する指導の平均取組回数	—	(R3年度) 月12回	月12回以上	基本目標Ⅰ
学校給食における北海道産食品の 使用割合（金額ベース） （うち別海町産食品の使用割合） ※地場提供品は含まれていない	62.7% (11.6%)	(R3年度) 66.2% (15.9%)	向上	基本目標Ⅱ 基本目標Ⅲ
BMI 25以上の人の割合 ※国民健康保険特定健診（報告値） ※高校生健診結果	(H27年) 町民 32.7% 高3 13.5%	(R3年) 町民 32.7% 高3 10.5%	30% 11%	基本目標Ⅰ
肥満傾向児の割合 ※小中学生体格調査	(H27年) 小学生 13.0% 中学生 10.5%	(R3年) 小学生 17.5% 中学生 17.1%	13%以下	基本目標Ⅰ
「食育」を知っている人の割合	58.6%	63.9%	70%	基本目標Ⅱ
「乳和食」を知っている人の割合	10.4%	45.4%	50%	基本目標Ⅰ 基本目標Ⅱ
「地産地消」を意識して食材を購 入する人の割合（町産・道産）	32.1%	29.0%	50%	基本目標Ⅱ
環境に配慮した食品 ^{※4} を購入す る人の割合	—	80.6%	85%	基本目標Ⅰ
郷土料理 ^{※5} を月1回以上食べる 人の割合	—	59.0%	65%	基本目標Ⅱ

※4 「食品ロス」を意識する又は簡易包装等過剰包装ではない食品など

※5 その地域でとれる産物を使用して、その土地の風土に適した調理方法で作られ食べられてきた料理
のことであり、代表的な料理として「牛乳豆腐」「鮭のチャンチャン焼き」「ジンギスカン」「いも
だんご」などがあります。

9 食育・地産地消に関するアンケート調査結果

(1) 目的 児童・生徒を中心として、町民の食に関する現状を把握するために実施

(2) 調査時期 令和4年10月27日～令和4年11月25日

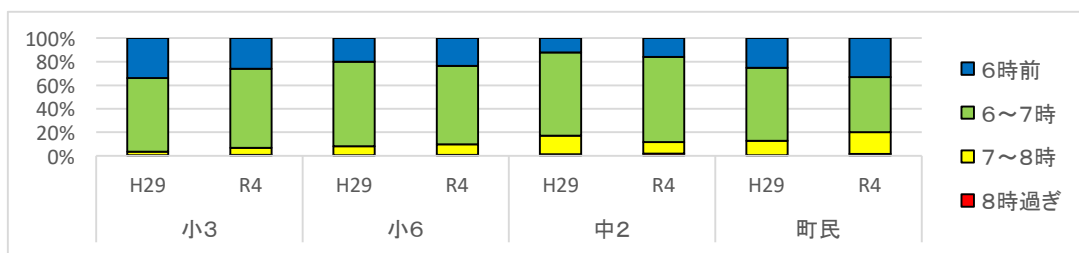
(3) 調査対象 小学校3年生及び6年生、中学校2年生、町民

対象	H29(参考)		R4	
	回答数	回収率	回答数	回収率
小学校3年生	159	97.5%	104	78.8%
小学校6年生	143	99.3%	111	82.2%
中学校2年生	146	95.4%	111	72.5%
保護者	336	97.4%	324	-
町民	210	-		

(4) アンケート結果

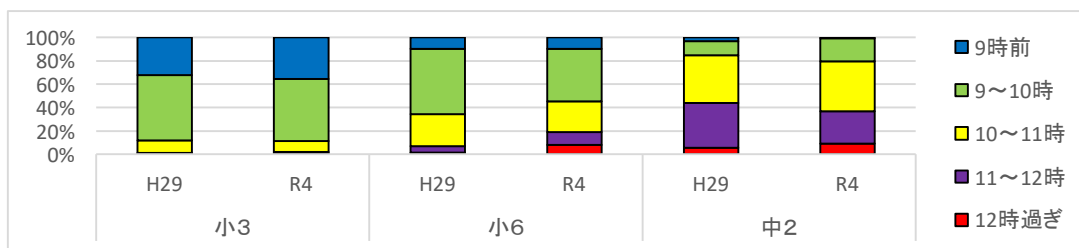
Q1. 普段(平日)何時に起きますか？

選択項目	小3	小6	中2	町民
6時前	26.0%	23.4%	16.2%	33.3%
6～7時	67.3%	66.7%	72.1%	46.3%
7～8時	5.8%	9.0%	9.9%	18.8%
8時過ぎ	1.0%	0.9%	1.8%	1.5%



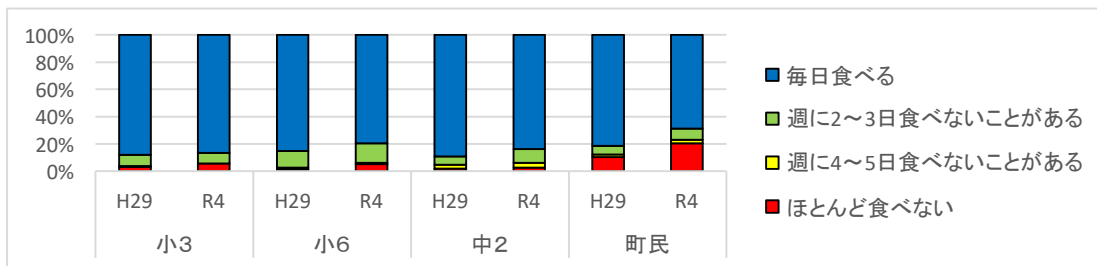
Q2. 普段(平日)何時に寝ますか？

選択項目	小3	小6	中2
9時前	35.6%	9.9%	0.9%
9～10時	52.9%	45.0%	19.8%
10～11時	9.6%	26.1%	42.3%
11～12時	1.0%	10.8%	27.9%
12時過ぎ	9.6%	8.1%	9.0%



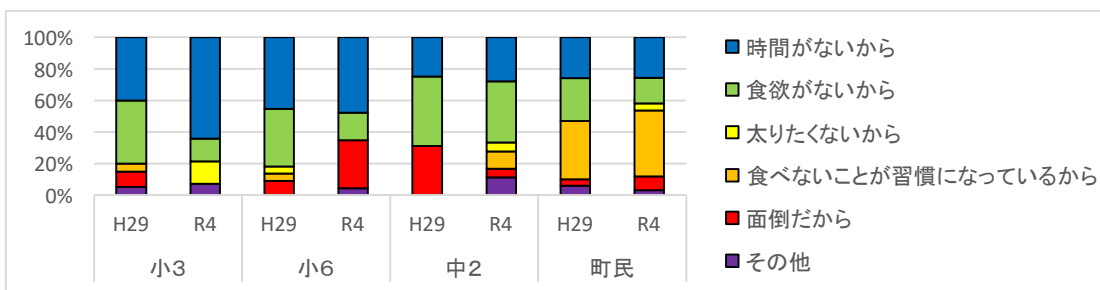
Q3. 朝食を食べていますか？

選択項目	小3	小6	中2	町民
毎日食べる	86.5%	79.3%	83.8%	68.5%
週に2～3日食べないことがある	7.7%	14.4%	9.9%	8.3%
週に4～5日食べないことがある	0.0%	0.9%	3.6%	2.5%
ほとんど食べない	5.8%	5.4%	2.7%	20.7%



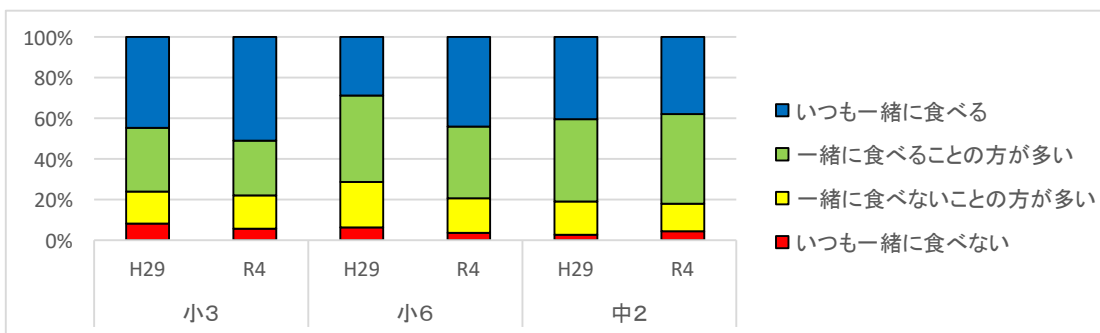
Q4. 朝食を食べない理由を教えてください。

選択項目	小3	小6	中2	町民
時間がないから	64.3%	47.8%	27.8%	25.8%
食欲がないから	14.3%	17.4%	38.9%	16.1%
太りたくないから	14.3%	0.0%	5.6%	4.3%
食べないことが習慣になっているから	0.0%	0.0%	11.1%	41.9%
面倒だから	0.0%	30.4%	5.6%	8.6%
その他	7.1%	4.3%	11.1%	3.2%



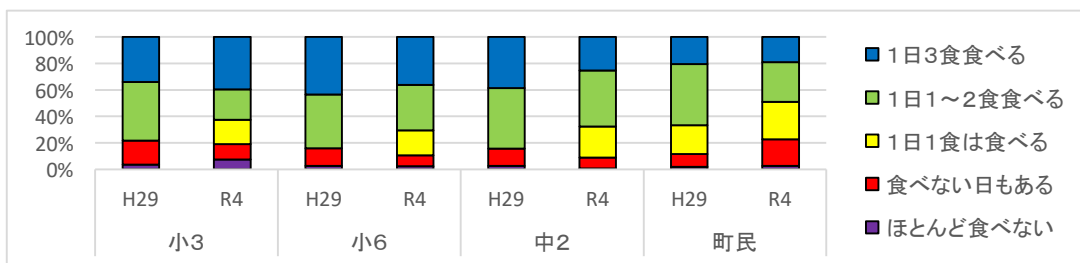
Q5. 家族と一緒にごはんを食べていますか？（兄弟・姉妹だけを除く）

選択項目	小3	小6	中2
いつも一緒に食べる	51.0%	44.1%	37.8%
一緒に食べることの方が多い	26.9%	35.1%	44.1%
一緒に食べないことの方が多い	16.3%	17.1%	13.5%
いつも一緒に食べない	5.8%	3.6%	4.5%



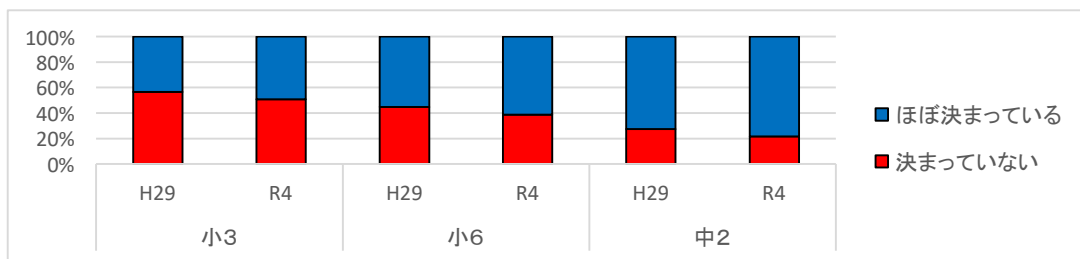
Q6. 野菜を1日何食食べますか？

選択項目	小3	小6	中2	町民
1日3食食べる	39.4%	36.0%	25.2%	19.1%
1日1～2食食べる	23.1%	34.2%	42.3%	29.9%
1日1食は食べる	18.3%	18.9%	23.4%	28.1%
食べない日もある	11.5%	8.1%	8.1%	20.1%
ほとんど食べない	7.7%	2.7%	0.9%	2.8%



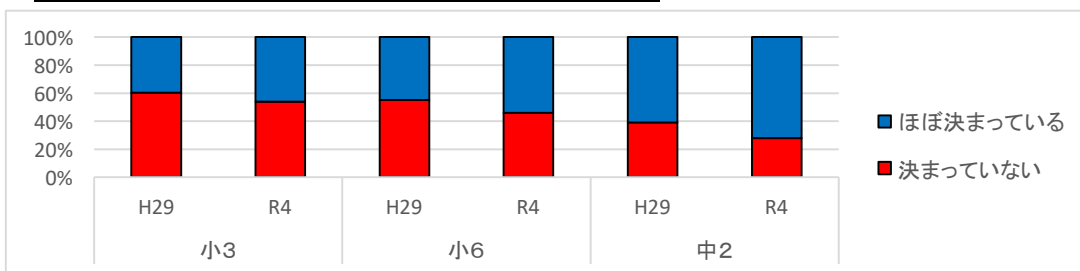
Q7. いつも(学校のある日)朝ごはんを食べる時間は決まっていますか？

選択項目	小3	小6	中2
ほぼ決まっている	49.0%	61.3%	78.4%
決まっていない	51.0%	38.7%	21.6%



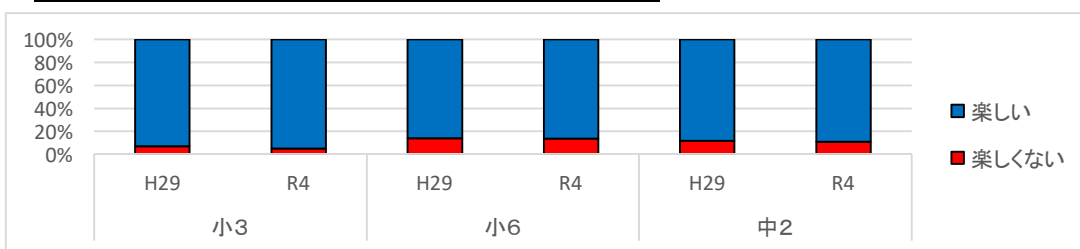
Q8. いつも(学校のある日)夜ごはんを食べる時間は決まっていますか？

選択項目	小3	小6	中2
ほぼ決まっている	46.2%	54.1%	72.1%
決まっていない	53.8%	45.9%	27.9%



Q9. 食事は楽しいですか？

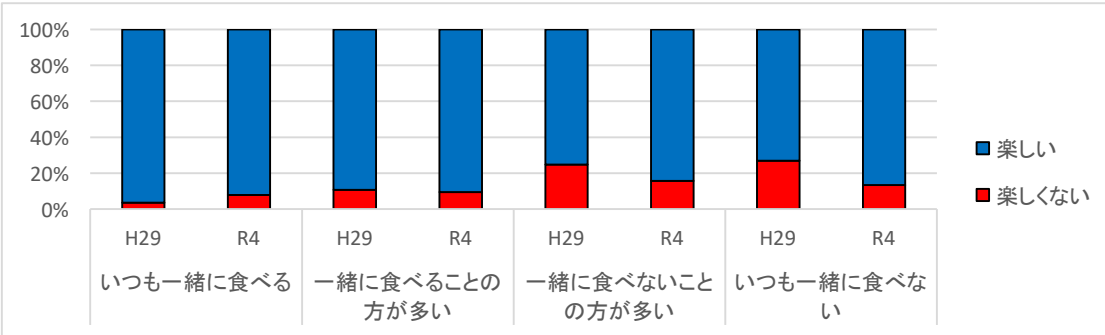
選択項目	小3	小6	中2
楽しい	95.2%	86.5%	89.2%
楽しくない	4.8%	13.5%	10.8%



※その他参考

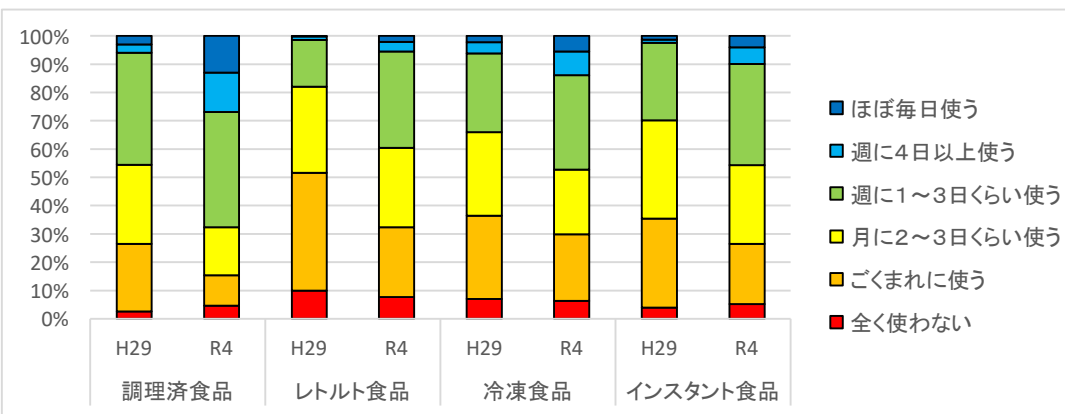
家族で食事をする 것과食事が楽しいかどうかの割合

選択項目		小3	小6	中2	全体
いつも一緒に食べる	楽しい	98.1%	87.8%	90.5%	92.4%
	楽しくない	1.9%	12.2%	9.5%	7.6%
一緒に食べることの方が多い	楽しい	96.4%	89.7%	87.8%	90.5%
	楽しくない	3.6%	10.3%	12.2%	9.5%
一緒に食べないことの方が多い	楽しい	88.2%	78.9%	86.7%	84.3%
	楽しくない	11.8%	21.1%	13.3%	15.7%
いつも一緒に食べない	楽しい	83.3%	75.0%	100.0%	86.7%
	楽しくない	16.7%	25.0%	0.0%	13.3%



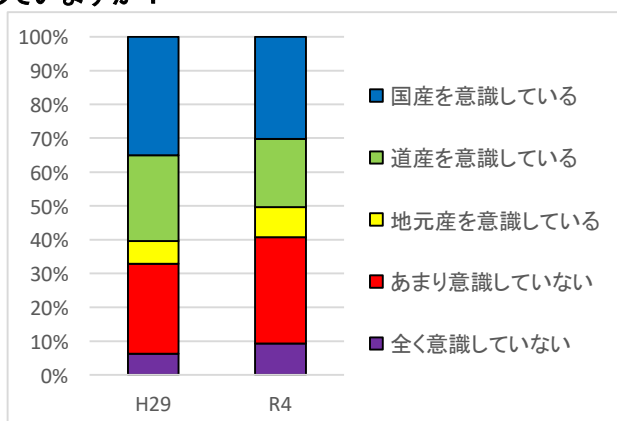
Q10. 調理済みの食品(お弁当お惣菜)やレトルト食品、冷凍食品、インスタント食品の使用頻度をお答えください。(児童・生徒以外)

	ほぼ毎日使う	週に4日以上使う	週に1～3日くらい使う	月に2～3日くらい使う	ごくまれに使う	全く使わない
調理済食品	13.0%	13.9%	40.7%	17.0%	10.8%	4.6%
レトルト食品	2.2%	3.4%	34.0%	28.1%	24.7%	7.7%
冷凍食品	5.6%	8.3%	33.3%	22.8%	23.5%	6.5%
インスタント食品	4.0%	5.9%	35.8%	27.8%	21.3%	5.2%



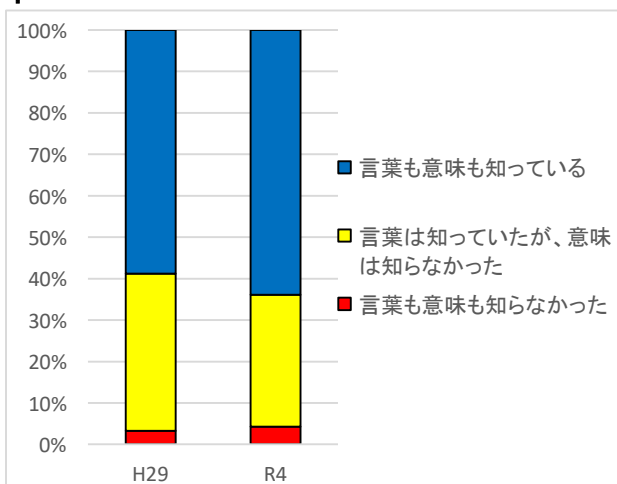
Q11. 地元の農水産物を意識して購入していますか？

選択項目	町民
国産を意識している	30.2%
道産を意識している	20.1%
地元産を意識している	9.0%
あまり意識していない	31.5%
全く意識していない	9.3%



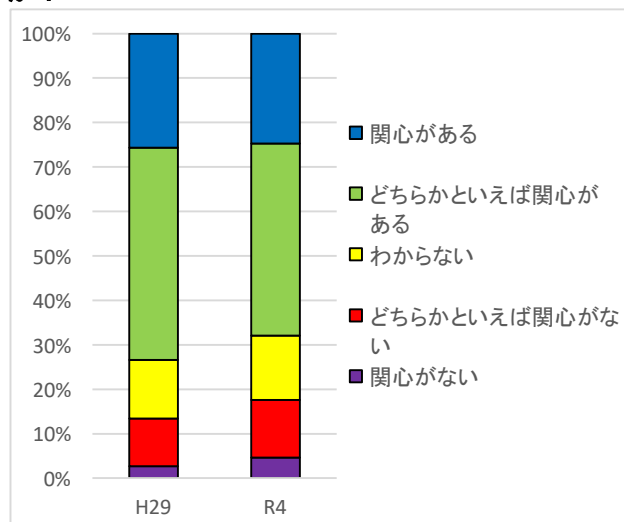
Q12. あなたは「食育」を知っていますか？

選択項目	町民
言葉も意味も知っている	63.9%
言葉は知っていたが、意味は知らなかった	31.8%
言葉も意味も知らなかった	4.3%



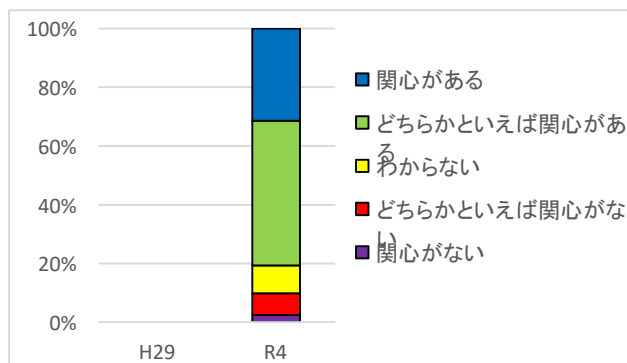
Q13. あなたは「食育」に関心がありますか？

選択項目	町民
関心がある	24.7%
どちらかといえば関心がある	43.2%
わからない	14.5%
どちらかといえば関心がない	13.0%
関心がない	4.6%



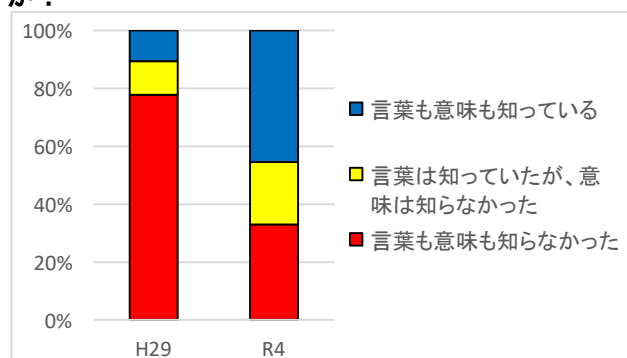
Q14. あなたは環境への配慮(食品ロスや簡易包装等ごみ排出量削減に関する取組)に関心がありますか？

選択項目	町民
関心がある	31.5%
どちらかといえば関心がある	49.1%
わからない	9.6%
どちらかといえば関心がない	7.4%
関心がない	2.5%



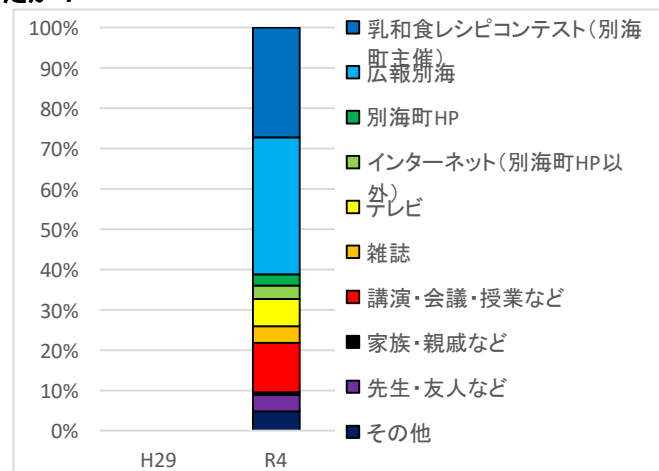
Q15. あなたは「乳和食」を知っていますか？

選択項目	町民
言葉も意味も知っている	45.4%
言葉は知っていたが、意味は知らなかった	21.6%
言葉も意味も知らなかった	33.0%



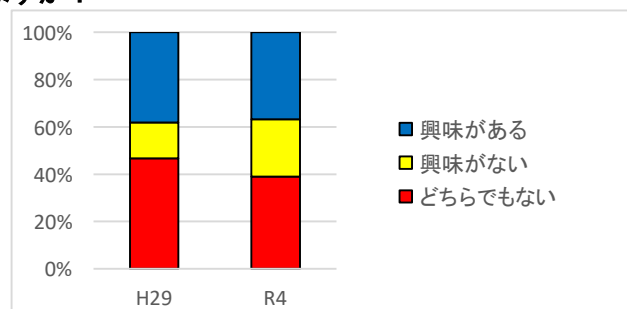
Q16. あなたは「乳和食」を何で知りましたか？

選択項目	町民
乳和食レシピコンテスト(別海町主催)	27.2%
広報別海	34.0%
別海町HP	2.7%
インターネット(別海町HP以外)	3.4%
テレビ	6.8%
雑誌	4.1%
講演・会議・授業など	12.2%
家族・親戚など	0.7%
先生・友人など	4.1%
その他	4.8%



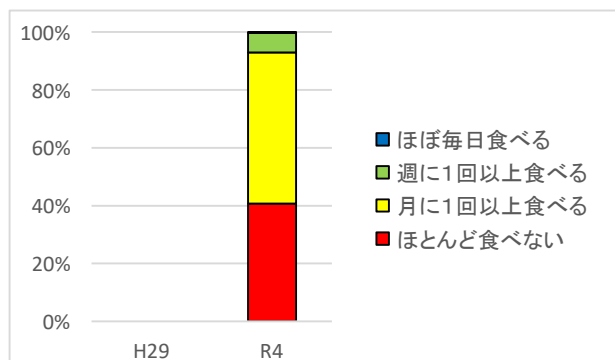
Q17. あなたは「乳和食」に興味がありますか？

選択項目	町民
興味がある	36.7%
興味がない	24.4%
どちらでもない	38.9%



Q18. あなたは「郷土料理」や「伝統料理(地域や家庭で受け継がれている料理)」をどれくらいの頻度で食べますか？

選択項目	町民
ほぼ毎日食べる	0.3%
週に1回以上食べる	6.8%
月に1回以上食べる	52.2%
ほとんど食べない	40.7%



郷土料理とは

その地域でとれる産物を使用して、その土地の風土に適した調理方法で作られ食べられてきた料理のことです。

【代表的な郷土料理】



牛乳豆腐



鮭のチャンチャン焼き



ジンギスカン



いもだんご

出典: 農林水産省Webサイト「うちの郷土料理」から引用 (https://www.maff.go.jp/j/keikaku/syokubunka/k_ryouri/index.html)

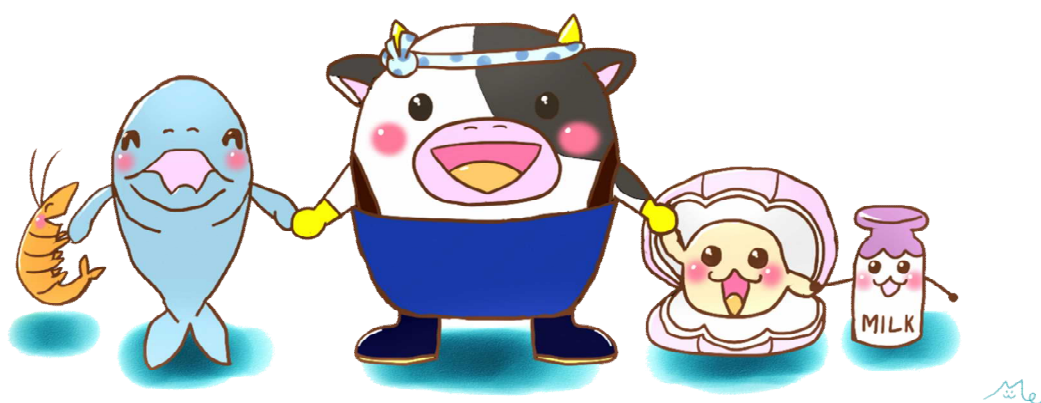
SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS



持続可能な開発目標（SDGs）とは、すべての人々にとってよりよい、より持続可能な未来を築くための青写真です。貧困や不平等、気候変動、環境劣化、繁栄、平和と公正など、私たちが直面するグローバルな諸課題の解決を目指します。

SDGsの目標は相互に関連しています。誰一人置き去りにしないために、2030年までに各目標・ターゲットを達成することが重要です。





別海町食育・地産地消推進計画

発行 令和5年3月

発行者 別海町

〒086-0205 別海町別海常盤町280番地

TEL 0153-75-2111

FAX 0153-75-2497

編集 別海町産業振興部農政課