



第2次平群町食育推進計画

概要版



平群認定ブランド



※平群町食育推進計画の本文は、平群町ホームページよりご覧いただけます。

平群町



「平群町食育推進計画」って、ななに？

⇒平群町の食育の方針や、具体的な取り組みについてどこがどのように関連しているのかを示した計画書です。本計画を通じて心豊かで元気な町づくりを目指しています！

◆◆第1次平群町食育推進計画(H23～27)の評価一覧◆◆

A: 目標達成、もしくは目標には届かないが計画策定時よりもよくなった(↑)
 B: やや良くなった(↗) C: 変化なし(→) D: 悪化した(↓)

目標	計画策定時 (%) H22	現状値 (%) H26	目標値	評価
①毎日朝ご飯を食べる子どもの増加	保育園 97.1 幼稚園 98.3 小学校 92.2 中学校 89.0	保育園 94.6 幼稚園 99.1 小学校 86.9 中学校 88.1	100.0	D
②毎日朝ご飯を食べる保護者の増加	92.2	89.6	100.0	D
③家で「いただきます」「ごちそうさまでした」のあいさつをいつもする子どもの増加	保育園 60.7	保育園 54.2	80.0	D
	幼稚園 70.1	幼稚園 61.8		
	小学校 65.0	小学校 59.0	70.0	A
	中学校 57.0	中学校 63.3		
④家で「いただきます」「ごちそうさまでした」のあいさつをいつもする保護者の増加	63.6	67.0	80.0	B
⑤肥満者(BMI≥25)の割合の減少	男性 47.8	男性 44.4	男性 17.5 女性 13.0	B
	女性 23.2	女性 21.7		
⑥給食での平群産野菜使用率の増加	11.5	14.1	15.0	A
⑦地元野菜に関する取り組みの増加	・平群ブランド認定農産物制度の制定 ・新たな品種の取り入れと販売 等		増加	A
⑧「栄養バランスに気をつけて食事をしている」家庭の増加	59.9	54.5	80.0	C



みんなで作ってみよう!



食育めいろ

スタート!

さんねん!



「いただきます」は食べ物の命をいただくこと、「ごちそうさま」は食事ができるまでに関わった農家の方々や家族に感謝するあいさつです。好き嫌いをなく食べましょう☆

①毎日朝ごはんを食べますか?

③好ききらいをしますか?

食べない

×

食べる

○



②「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしますか?

朝ごはんを食べることで体温が上がり、記憶力や運動能力が上がります。

さんねん!

④野菜をたっぷり食べますか?



⑤奈良県産・平群産の野菜や果物を食べますか?

君は食育マスターだ!!

平群町は果物や野菜の生産が盛んで、種類もたくさん! 地元の農産物はちょうど食べごろに収穫するので新鮮で栄養価が高く、配送距離が短いのでエコで美味しいのです♡

おいしい!

ゴール!

平群町の食育で取り組むこと

ムムッ、これは大変じゃ！



- 子ども、保護者の朝ごはん摂取率が下がっている
- 栄養バランスに気をつけている人の割合が下がっている
- 野菜料理の摂取量が少ない
- 高齢化率が急速に進んでいる
- 高血糖者の割合が高く、医療費のうち糖尿病が1位である
- 要介護認定者の生活習慣病有病者率が高い

奈良県の野菜摂取量は全国ワースト2位らしいぞ・・・平群も少ない！



重要課題

毎日朝ごはんを食べる

野菜をたくさん食べる

「いただきます」「ごちそうさま」の食事のあいさつをする

その他の目標

栄養バランスに気をつけて食べる

平群産野菜を子どもの給食に取り入れる

家庭で平群産野菜を食べる

生産・販売者

家庭

～乳幼児期～

◎家庭で◎

早寝・早起き・朝ごはんの生活リズムをつけ、楽しんで食べる

- ◆ 子育て講座やイベントの中に食育の要素を取り入れる。
- ◆ 菜園活動やクッキング等、実体験を通じて食について学べる機会を設ける。



～学童期～

◎家庭で◎

食に対して感謝の気持ちを持ち、おいしく何でも食べる

- ◆ 栄養バランスのとれた、あたたかくておいしい給食を提供する。
- ◆ 教科教育の中で農業や食について学べる機会を設ける。



平群町で目指す食育の姿と取り組み例の体系図

～成人期～

◎家庭で◎

安全で健康的な食生活を実践する

- ◆ 集団健診やイベント等で望ましい食習慣についてのPRを行う。



～高齢期～

◎家庭で◎

食べる意欲を持って食事を楽しみ、健康に過ごす

- ◆ いつまでも自分で食事ができ、食事を楽しめるよう支援する。



～全体～

◎家庭で◎

平群産の農作物を選んで食べる

- ◆ 平群産の果物や野菜をブランド化し、魅力と知名度を向上させる。

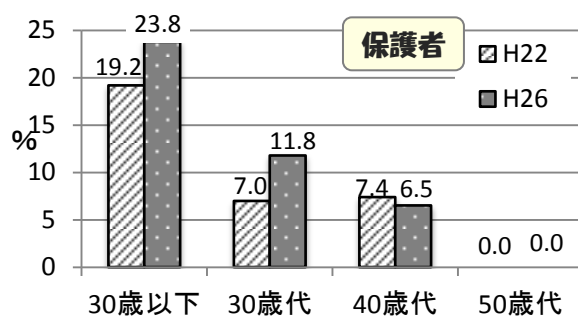
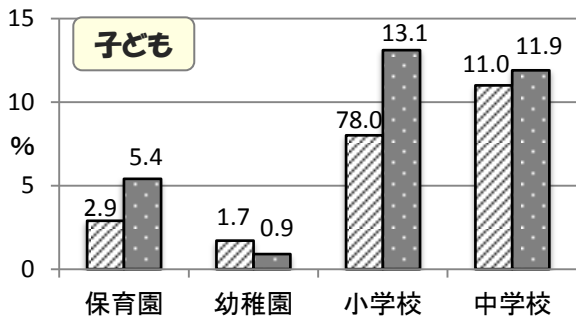


住民団体

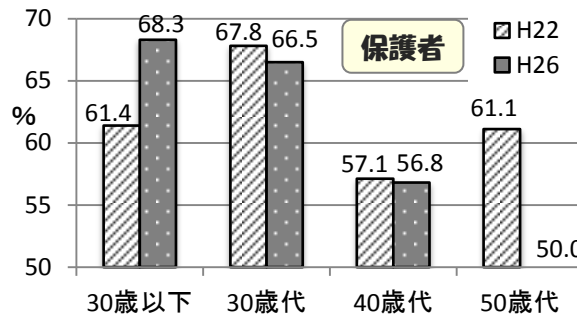
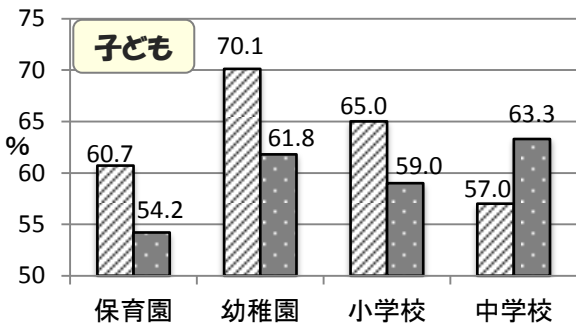
平群町

☆知っていますか？平群町の食にまつわる実態☆

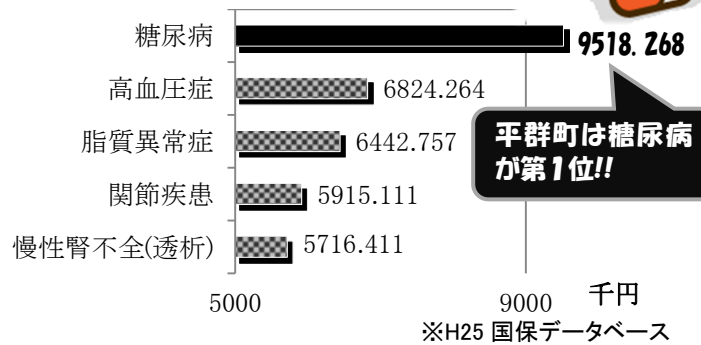
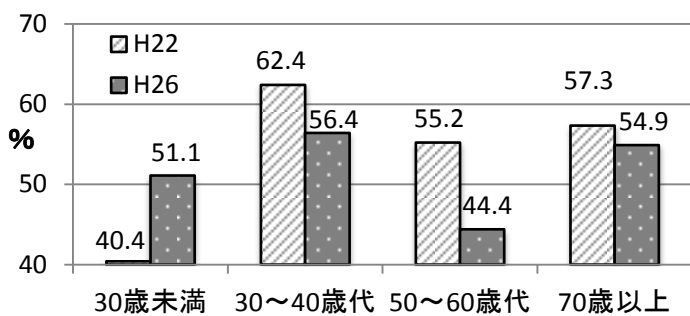
☆朝ごはんを食べないことがある人はどれくらいいる？



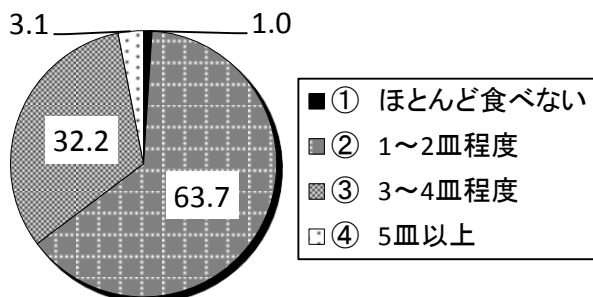
☆「いただきます」「ごちそうさま」をいつもする人はどれくらいいる？



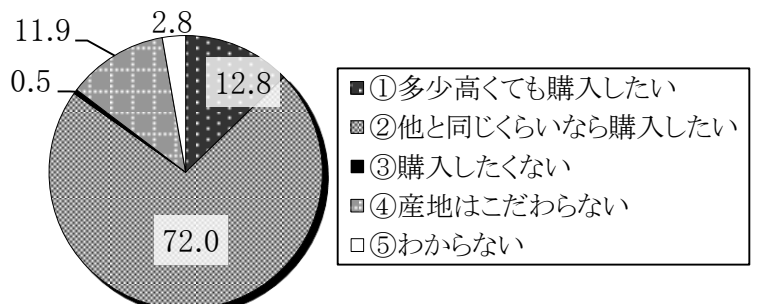
☆栄養バランスに「気をつけている」人の割合 ☆平群町の医療費TOP5！



☆平群町の野菜摂取量



☆平群産食材の購入について



5 a day

1日に必要な野菜の量は**350g**です。野菜料理にすると、**約5皿分！**食べてますか？

