

# 久山町食育推進計画

令和 2 年 3 月

(令和 7 年 3 月 一部改訂)

久山町

## 目次

|                               |    |
|-------------------------------|----|
| 第1章 計画の策定にあたって .....          | 1  |
| 1 計画策定の趣旨 .....               | 1  |
| 2 計画の位置づけ .....               | 1  |
| 3 計画期間 .....                  | 2  |
| 第2章 食や健康と農林水産業をめぐる現状と課題 ..... | 3  |
| 1 食生活と健康 .....                | 3  |
| 2 生活習慣病予防健診受診者の健康状況の推移 .....  | 6  |
| 3 食に関する習慣づくり .....            | 10 |
| 4 食育・地産地消に関する状況 .....         | 11 |
| 第3章 計画の目標と方向性 .....           | 12 |
| 1 目標 .....                    | 12 |
| 2 目指す方向 .....                 | 12 |
| 3 評価の方法 .....                 | 12 |
| 第4章 施策の展開方向 .....             | 13 |
| 1 家庭・地域における食育の推進 .....        | 13 |
| 2 学校・幼稚園・保育所等における食育の推進 .....  | 16 |
| 3 地産地消の推進 .....               | 20 |
| 4 地域が一体となった食育の推進 .....        | 21 |
| 資料編 .....                     | 22 |
| 1 久山町食育推進計画策定の経緯 .....        | 23 |
| 2 久山町食育推進計画検討委員名簿 .....       | 23 |
| 3 関係課・関係団体 .....              | 23 |
| 【注釈】 .....                    | 24 |
| 【久山町食育推進計画体系図】 .....          | 26 |

## 第1章 計画の策定にあたって

### 1 計画策定の趣旨

食は命の源であり、私たちが生きていくために欠かせないものです。

しかしながら、近年、食に関する価値観やライフスタイルの多様化が進んでいます。

一方で、食生活においては、エネルギーや食塩等の過剰摂取、野菜・果物の摂取不足等による栄養の偏り、朝食の欠食に代表されるような不規則な食事など食習慣の乱れが認められます。これらに起因する肥満等の生活習慣病の割合は依然として高くなっています。

国では、健康で文化的な国民の生活と豊かで活力ある社会の実現に寄与することを目的として、平成17年6月に食育基本法を制定し、平成28年3月に「第3次食育推進基本計画」を策定し、食育・地産地消のさらなる推進を図るとしています。

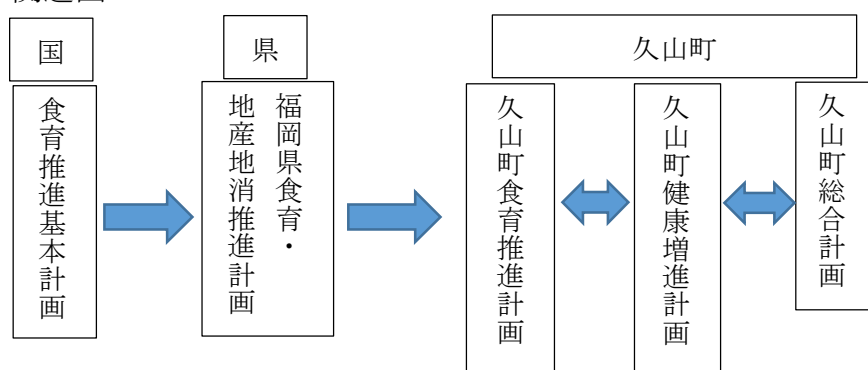
また、福岡県では、平成30年度から5か年を計画期間とする「福岡県食育・地産地消推進計画」を策定し、食育・地産地消のさらなる推進を図るとしています。

久山町においても、教育、健康づくり、農業など様々な分野で食育に取り組んできました。これまでの取組状況やその成果、食や健康、農業を取り巻く環境の変化を踏まえ、食育の推進を総合的かつ計画的に進めるため、今後の施策の方向性を示した本計画を策定しました。

### 2 計画の位置づけ

本計画は、国の食育推進基本計画、福岡県食育・地産地消推進計画、久山町総合計画との整合性を図りつつ、食育基本法第18条に基づく市町村食育推進計画として位置づけます。また、健康づくりの根幹となる、久山町健康増進計画とも連携をしていきます。

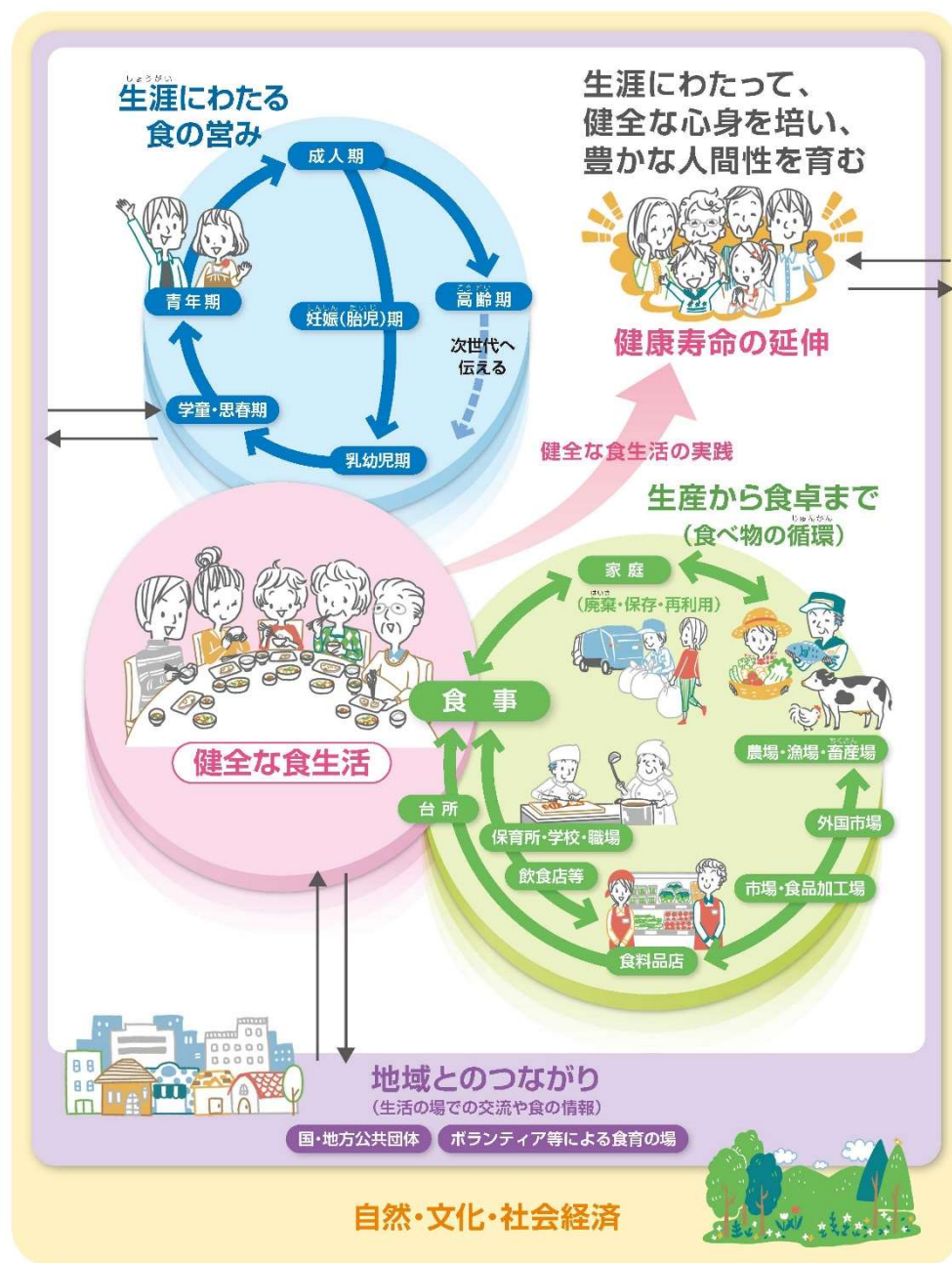
各種計画との関連図



### 3 計画期間

本計画は令和2年度から6年度までの5年間の計画としていましたが、感染症の影響で九州大学久山町研究室と共同で実施している一斉健診や中村学園大学の栄養調査の時期が1年延長されたため、令和6年度時点では見直しに必要な食物摂取量や健康状態などのデータ収集が困難となりました。つきましては、データの収集が可能となる令和8年度まで計画を延長します。ただし、計画期間中に関係法令の改正や、本計画上位計画の見直しなどが生じた場合には、必要に応じて見直しを行うこととします。

<食育の全体像 食育の環（わ）> （参考：第3次食育推進基本計画）



## 第2章 食や健康と農林水産業をめぐる現状と課題

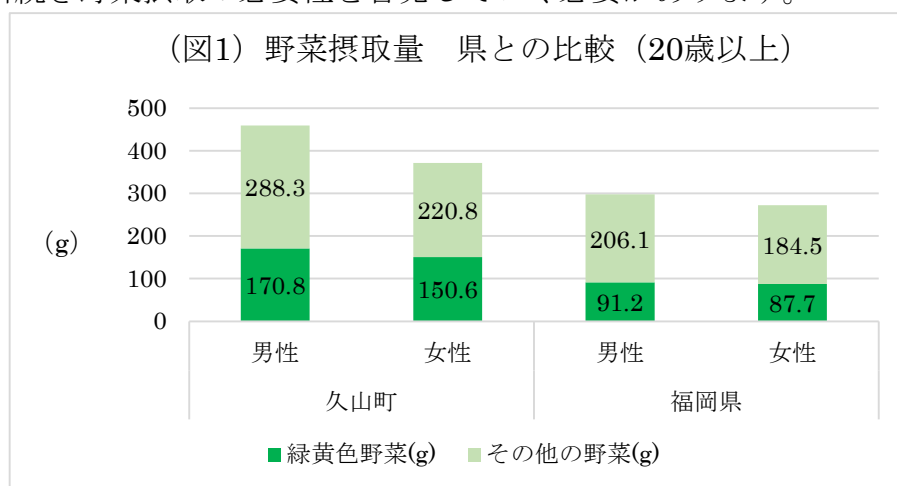
### 1 食生活と健康

#### 1-1 久山町と福岡県との比較

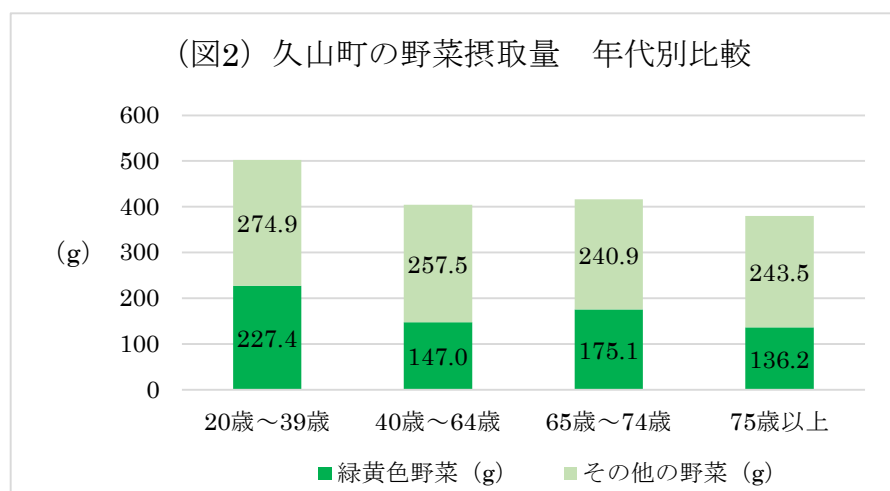
##### ○野菜摂取量

平成 26 年度の中村学園大学が実施した第 5 回栄養調査<sup>1)</sup>（資料編の注釈に概要を記載）によると、久山町民の 1 日当たりの野菜の総摂取量の平均は男性 459.1g、女性 371.4g で、平成 28 年度の県民健康づくり調査<sup>2)</sup>と比較すると、久山町のほうが摂取量が多い状況であり、摂取目標量 350g（健康日本 21 の野菜の目標摂取量）にも達しています。（図 1）

また、年代別にみると、どの世代も摂取目標量以上の摂取ができていました。（図 2）引続き野菜摂取の必要性を啓発していく必要があります。



資料：第 5 回栄養調査（平成 26 年度・久山町）  
資料：県民健康づくり調査（平成 28 年度・福岡県）



資料：第 5 回栄養調査（平成 26 年度・久山町）

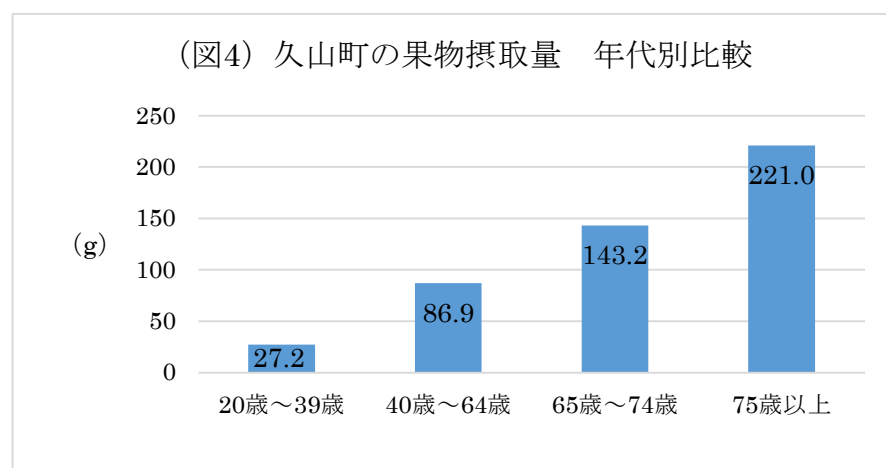
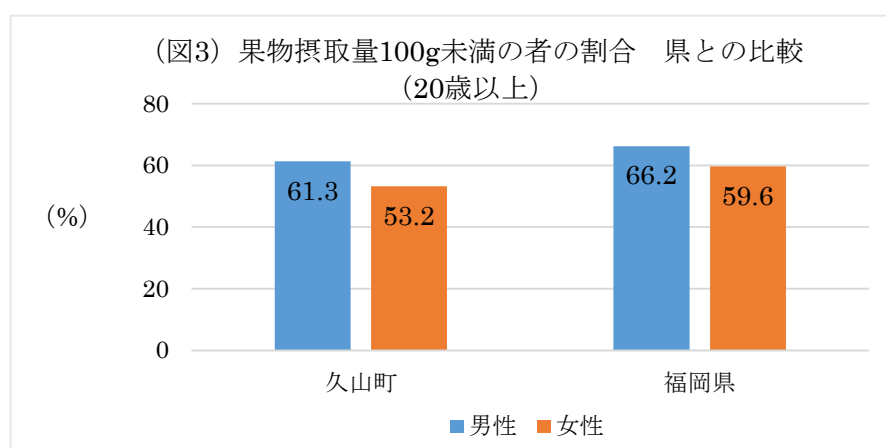
## ○果物摂取量 100 g 未満の者の割合

福岡県では、県内の果物の生産量に比べて消費量が少ないことが課題となっています。久山町では1日当たりの果物の摂取量の平均が100g未満の者の割合は男性61.3%、女性53.2%で、半数以上の方が1日の果物摂取量が100g未満になっています。福岡県に比べると果物の摂取量100g未満の者の割合は少なくなっています。

(図3)

また年代別にみると、20～39歳、40～64歳が平均100gに満たない状況でした。

(図4) 特に若い世代への果物摂取の啓発を行っていく必要があります。

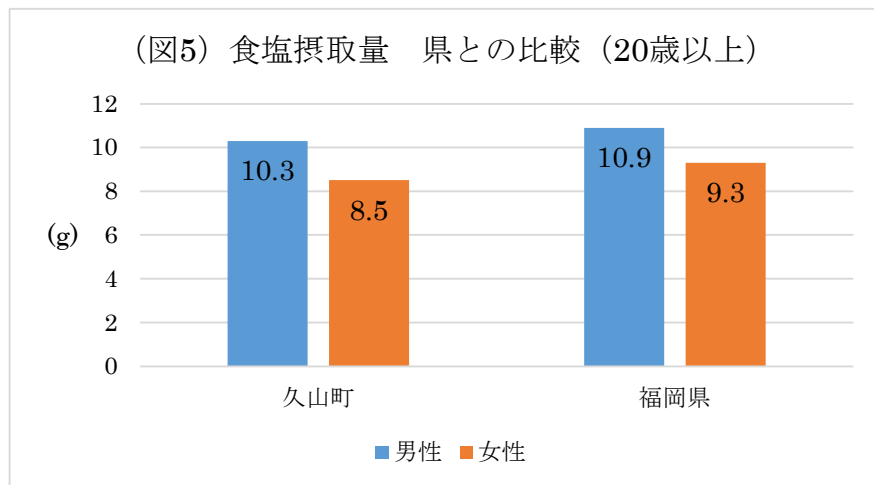


## ○食塩摂取量

久山町は福岡県に比べると食塩の摂取量は少なくなっていますが、摂取目標量の男性 7.5g、女性 6.5g（日本人の食事摂取基準 2020 年版）には達していません。

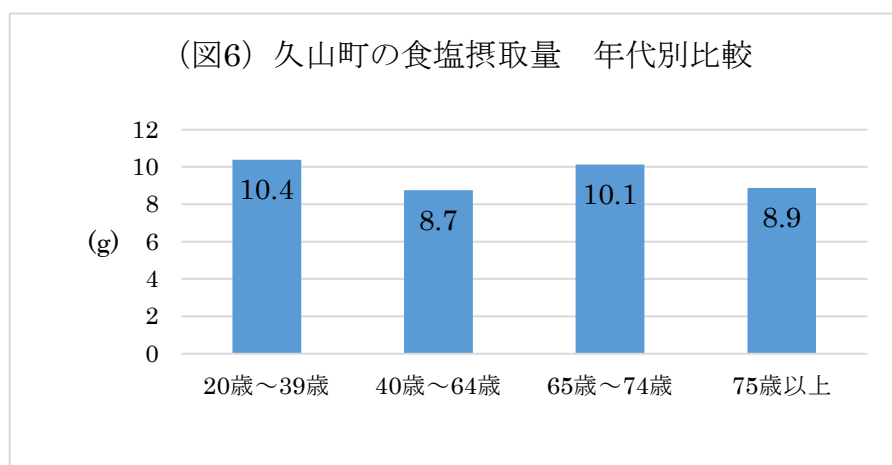
（図 5）

また、年代別にみると、20～39 歳、65～74 歳の食塩摂取量が比較的多くなっていますが、全ての年代において今後も減塩の啓発が必要になります。（図 6）



資料：第 5 回栄養調査（平成 26 年度・久山町）

資料：県民健康づくり調査（平成 28 年度・福岡県）



資料：第 5 回栄養調査（平成 26 年度・久山町）

## 2 生活習慣病予防健診<sup>3)</sup> 受診者の健康状況の推移（平成 19 年度～29 年度）

### ○肥満の状況

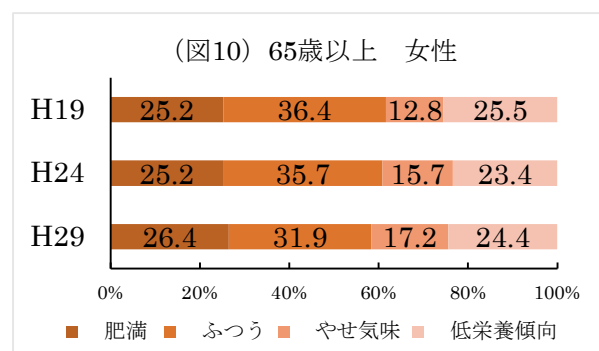
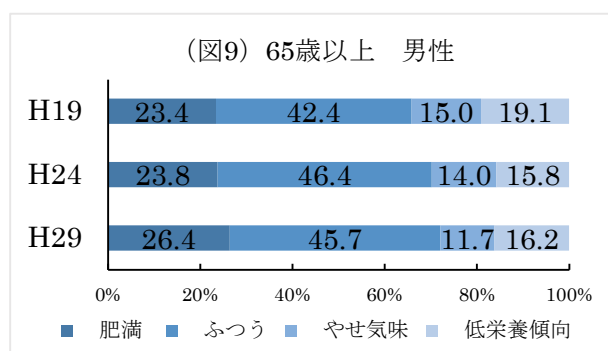
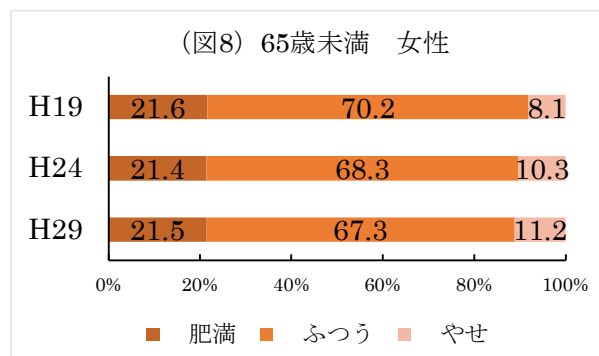
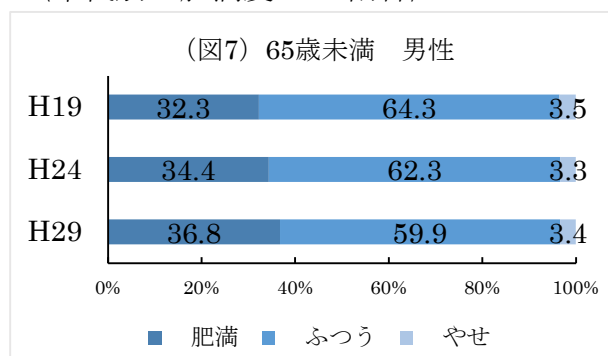
肥満者（BMI25 以上）<sup>4)</sup> の割合をみると、男性は徐々に増加しており平成 29 年度は 31.3%、女性はほぼ横ばいで平成 29 年度は 24.6%でした。（表 1）

| (表 1)   | 全体    |       |       | 男性    |       |       | 女性    |       |       |
|---------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
|         | H19   | H24   | H29   | H19   | H24   | H29   | H19   | H24   | H29   |
| 人数      | 3,376 | 3,390 | 3,243 | 1,458 | 1,454 | 1,407 | 1,918 | 1,936 | 1,836 |
| 平均年齢（歳） | 63.6  | 64.5  | 65.3  | 62.8  | 64.0  | 64.6  | 64.2  | 65.0  | 65.8  |
| 肥満，%    | 25.5  | 25.9  | 27.5  | 28.3  | 29.3  | 31.3  | 23.4  | 23.3  | 24.6  |
| 肥満度の平均値 | 23.0  | 23.0  | 23.1  | 23.3  | 23.5  | 23.6  | 22.7  | 22.6  | 22.7  |

資料：九州大学久山町研究室

65 歳未満では、男性の肥満が増加傾向にあり、逆に女性はやせが増加傾向にあります。（図 7）（図 8） 65 歳未満と 65 歳以上を比べると 65 歳以上では、男女ともやせ気味、低栄養傾向の割合が多くなっています。（図 9）（図 10） 65 歳未満の男性では肥満予防、女性では適正体重の維持が必要であり、65 歳以上では低栄養やフレイル（加齢により心身が老い衰えた状態）予防の観点からの食生活改善が必要と考えられます。

### 〈年代別の肥満度<sup>5)</sup> の割合〉



資料：九州大学久山町研究室

## ○高血圧の状況

高血圧者の割合をみると、平成24年まで男女とも徐々に増加していましたが、平成29年度には減少し、男性は55.5%、女性47.8%でした。また、降圧薬服用者の割合は、平成19年度は高血圧有病者の64.8%でしたが、平成29年度は76.5%まで増え、服薬により血圧のコントロールが良好な方が増えたと考えられます。

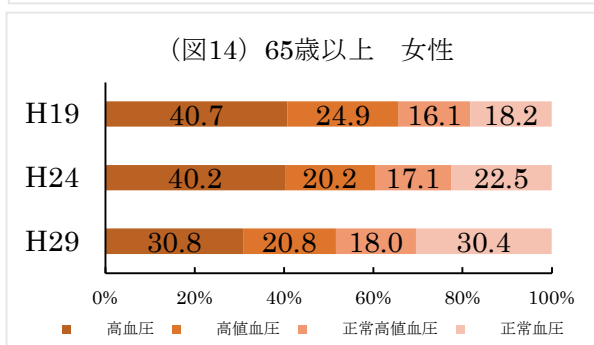
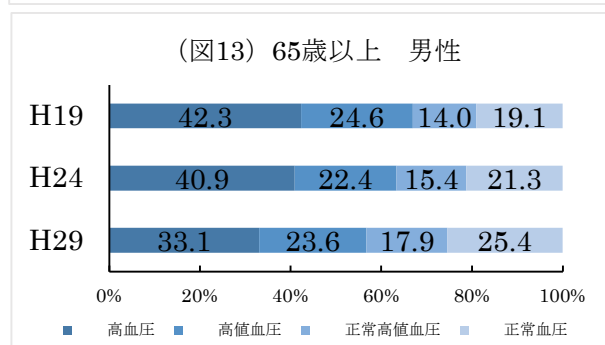
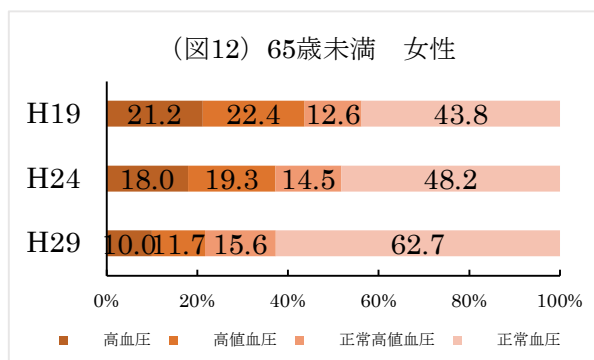
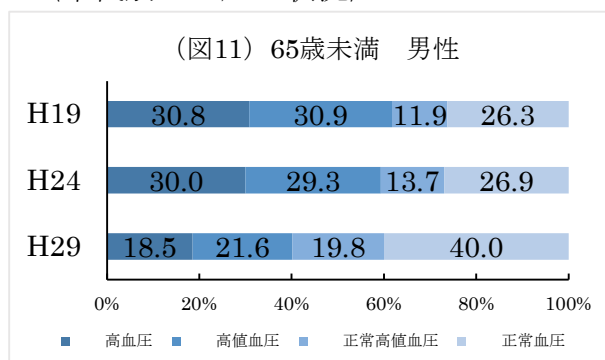
(表2)

| (表2)                     | 全体    |       |       | 男性    |       |       | 女性    |       |       |
|--------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 健診実施年度                   | H19   | H24   | H29   | H19   | H24   | H29   | H19   | H24   | H29   |
| 人数                       | 3,376 | 3,390 | 3,243 | 1,458 | 1,454 | 1,407 | 1,918 | 1,936 | 1,836 |
| 平均年齢(歳)                  | 63.6  | 64.5  | 65.3  | 62.8  | 64.0  | 64.6  | 64.2  | 65.0  | 65.8  |
| 高血圧 <sup>6)</sup> , %    | 49.5  | 54.2  | 51.2  | 52.6  | 59.6  | 55.5  | 47.1  | 50.2  | 47.8  |
| 高血圧有病者のうち<br>降圧薬服用者, %   | 64.8  | 70.3  | 76.5  | 63.0  | 69.8  | 76.8  | 66.4  | 70.8  | 76.2  |
| 健診時の血圧 <sup>7)</sup> , % |       |       |       |       |       |       |       |       |       |
| 正常血圧                     | 27.9  | 30.6  | 39.0  | 23.0  | 24.2  | 31.9  | 31.6  | 35.3  | 44.5  |
| 正常高値血圧                   | 13.7  | 15.3  | 17.7  | 12.9  | 14.5  | 18.7  | 14.3  | 15.8  | 16.9  |
| 高値血圧                     | 25.6  | 22.4  | 19.4  | 28.1  | 26.0  | 22.7  | 23.6  | 19.8  | 16.8  |
| 高血圧                      | 32.9  | 31.7  | 23.9  | 36.0  | 35.2  | 26.6  | 30.5  | 29.1  | 21.8  |

資料：九州大学久山町研究室

年代別にみても高血圧の割合は減少しており、高血圧予防のための減塩指導や服薬治療により血圧のコントロールができていると考えられます。(図11)(図12)(図13)(図14) 今後も減塩指導や家庭での血圧測定などの啓発を継続していく必要があります。

### 〈年代別の血圧の状況〉



## ○糖尿病の状況

糖尿病有病者の割合をみると、男性は徐々に増加しており平成29年度は25.9%、女性は微増傾向で平成29年度は13.7%でした。（表3）

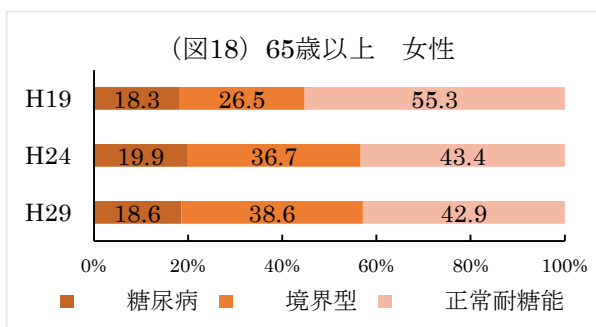
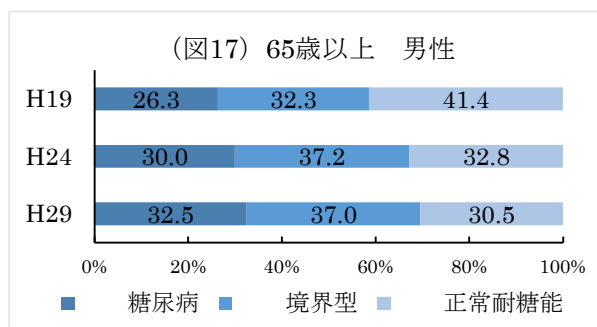
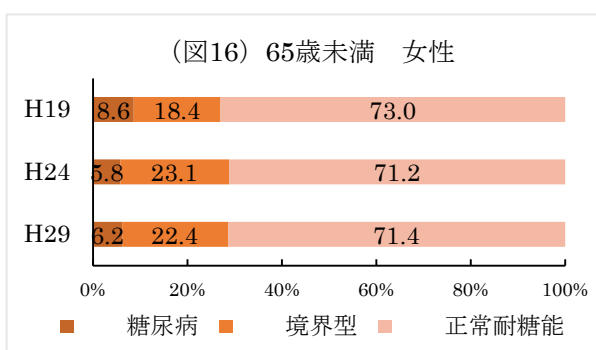
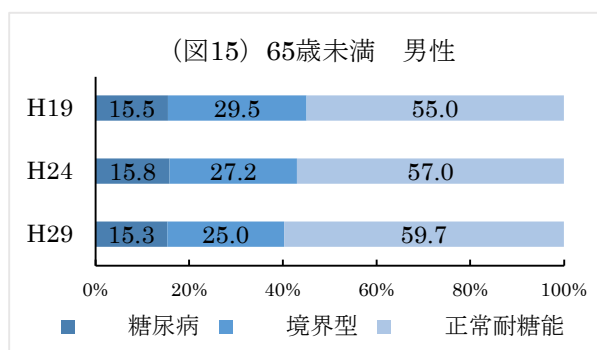
| (表3)                                   | 全体    |       |       | 男性    |       |       | 女性    |       |       |
|----------------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 健診実施年度                                 | H19   | H24   | H29   | H19   | H24   | H29   | H19   | H24   | H29   |
| 人数                                     | 3,376 | 3,390 | 3,243 | 1,458 | 1,454 | 1,407 | 1,918 | 1,936 | 1,836 |
| 平均年齢（歳）                                | 63.6  | 64.5  | 65.3  | 62.8  | 64.0  | 64.6  | 64.2  | 65.0  | 65.8  |
| 糖尿病 <sup>8)</sup> ，%                   | 16.4  | 17.7  | 19.0  | 21.1  | 23.8  | 25.9  | 12.8  | 13.1  | 13.7  |
| 糖尿病有病者のうち<br>糖尿病薬物治療者 <sup>9)</sup> ，% | 48.2  | 54.4  | 56.5  | 47.6  | 53.5  | 58.1  | 49.0  | 55.7  | 54.2  |
| 糖尿病 <sup>10)</sup> ，%                  |       |       |       |       |       |       |       |       |       |
| 正常耐糖能                                  | 58.3  | 54.3  | 52.5  | 49.2  | 47.0  | 45.5  | 65.5  | 60.0  | 58.1  |
| 境界型                                    | 25.7  | 29.8  | 30.3  | 30.7  | 31.4  | 30.8  | 21.8  | 28.5  | 29.9  |
| 糖尿病                                    | 16.0  | 16.0  | 17.2  | 20.1  | 21.7  | 23.6  | 12.7  | 11.4  | 12.0  |

資料：九州大学久山町研究室

65歳未満では、男性は糖尿病、境界型の方は少し減ってきており、女性では糖尿病は少し増えて、境界型は減少傾向にあります。（図15）（図16）男女とも糖尿病・境界型を合わせた割合は減ってきており、健診での保健指導や糖尿病予防教室の取組の効果が現れてきている可能性があります。

65歳以上では、男性の糖尿病の割合が増えており、女性では糖尿病の割合が減っていますが、境界型は増えてきています。（図17）（図18）65歳以上の保健指導も引き続き行っていく必要があります。

### 〈年代別の糖尿病の状況〉



資料：九州大学久山町研究室

## ○脂質異常症の状況

脂質異常症有病者の割合をみると、男女とも徐々に増加しており、平成 29 年度は男性 57.1%、女性 56.9%でした。また脂質異常症治療薬服用者の割合は、平成 19 年度は脂質異常症有病者の 30.4%でしたが、平成 29 年度は 43.8%にまで増えました。今後、さらに食事や服薬によるコントロールが必要であると考えられます。

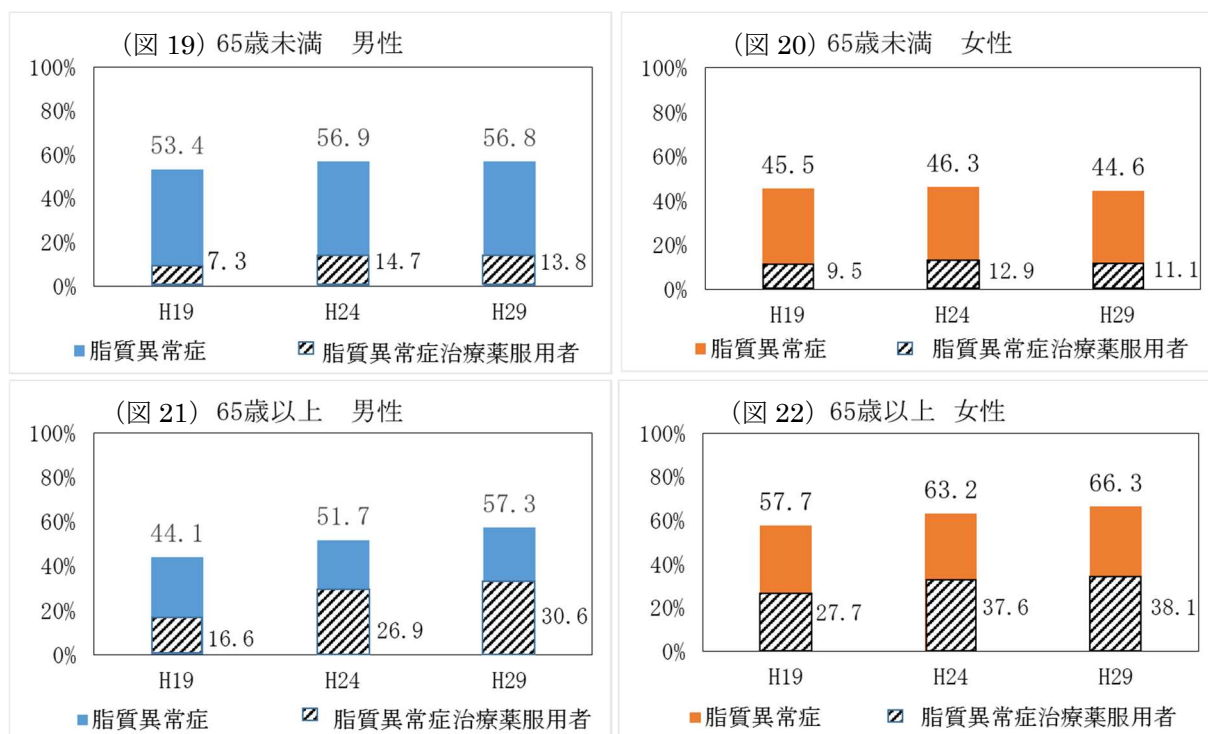
(表 4)

| (表 4)                         | 全体    |       |       | 男性    |       |       | 女性    |       |       |
|-------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 健診実施年度                        | H19   | H24   | H29   | H19   | H24   | H29   | H19   | H24   | H29   |
| 人数                            | 3,376 | 3,390 | 3,243 | 1,458 | 1,454 | 1,407 | 1,918 | 1,936 | 1,836 |
| 平均年齢(歳)                       | 63.6  | 64.5  | 65.3  | 62.8  | 64.0  | 64.6  | 64.2  | 65.0  | 65.8  |
| 脂質異常症 <sup>11)</sup> , %      | 50.4  | 54.6  | 57.0  | 49.2  | 54.4  | 57.1  | 51.4  | 54.8  | 56.9  |
| 脂質異常症有病者のうち<br>脂質異常症治療薬服用者, % | 30.4  | 42.6  | 43.8  | 23.3  | 37.8  | 40.6  | 35.5  | 46.2  | 46.3  |

資料：九州大学久山町研究室

年代別にみると 65 歳未満では、男性の脂質異常症の割合は横ばいで、女性の脂質異常症の割合は少し減っています。(図 19) (図 20) 65 歳以上では、年々増加傾向となっていますが、服薬をしている方の割合も増えている現状です。(図 21) (図 22) 脂質異常症の増加に関しては、一般的に加齢による影響や、女性の場合は閉経後のホルモンバランスの影響で LDL コレステロールが上昇しやすくなることが原因の一つであると考えられます。今後、栄養バランスのよい食事の啓発を軸に、年代に合わせた支援を行う必要があります。

### 〈年代別の脂質異常症の状況〉



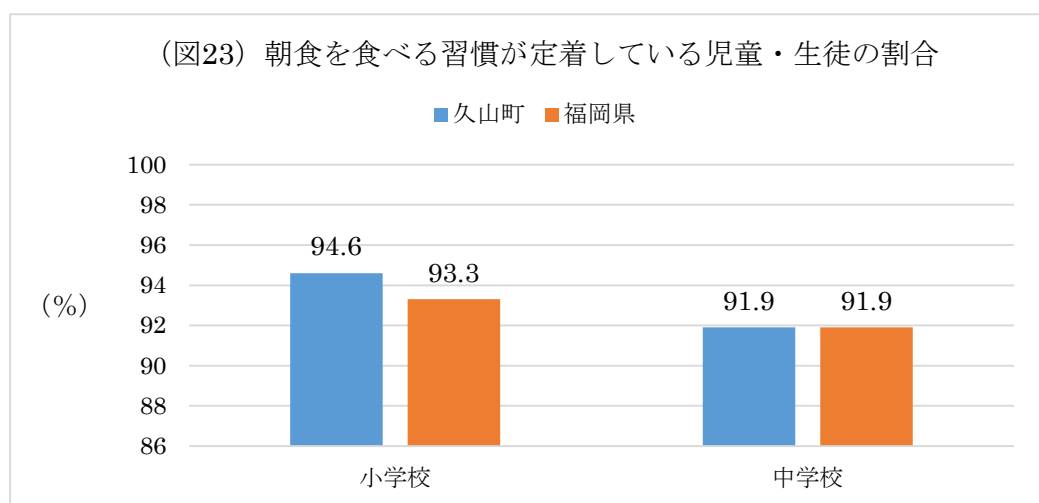
資料：九州大学久山町研究室

### 3 食に関する習慣づくり

#### ○児童・生徒の朝食摂取の状況

平成 31 年度の全国学力・学習状況調査<sup>12)</sup>によると、朝食を食べる習慣が定着している久山町の児童・生徒の割合は小学生では 94.6%で、中学生では 91.9%となっています。福岡県と比べると小学生の朝食を食べる習慣が定着している児童の割合は多くなっています。(図 23)

生涯を通じて健康で豊かな生活を送ることができるよう、望ましい食習慣を身につける必要があります。



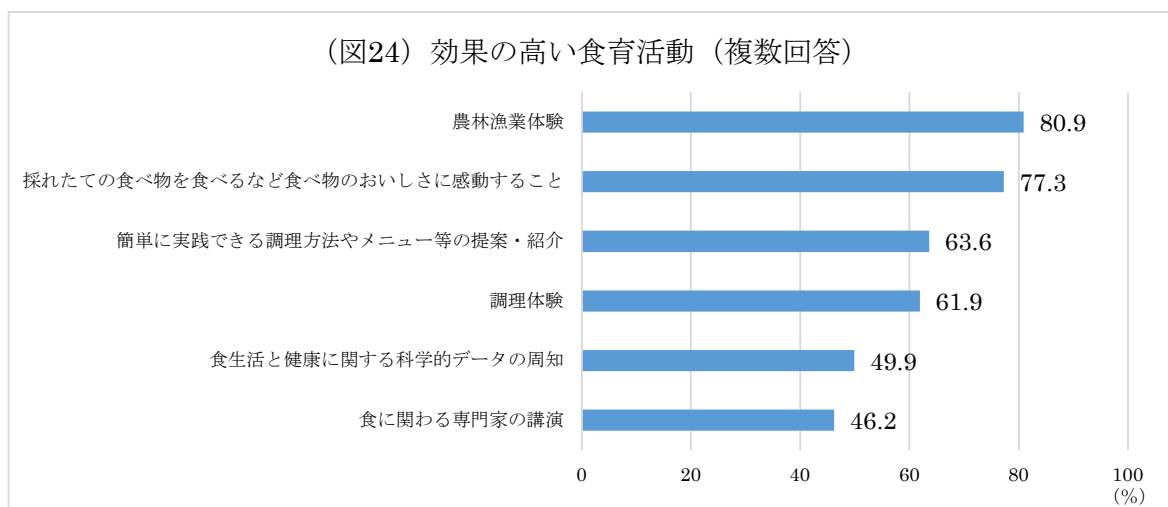
資料：全国学力・学習状況調査（平成 31 年度・久山町,福岡県）

## 4 食育・地産地消に関する状況

### ○食育・地産地消活動

久山町の小学校の給食では、久山町・福岡県の農産物を積極的に利用するように努力しています。

国が平成 29 年度に行った食育活動及び国産農林水産物・食品に関する意識・意向調査によると、食に対する考え方や実際の食生活を改善するために効果が高いと考えられる食育活動は、「農林漁業体験」と回答した割合が 80.9%と最も高く、次いで「採れたての食べ物を食べるなど食べ物のおいしさに感動すること」(77.3%)「簡単に実践できる調理方法やメニュー等の提案・紹介」(63.6%)等となっています。(図 24) このような実体験を伴う食育活動を進める必要があります。

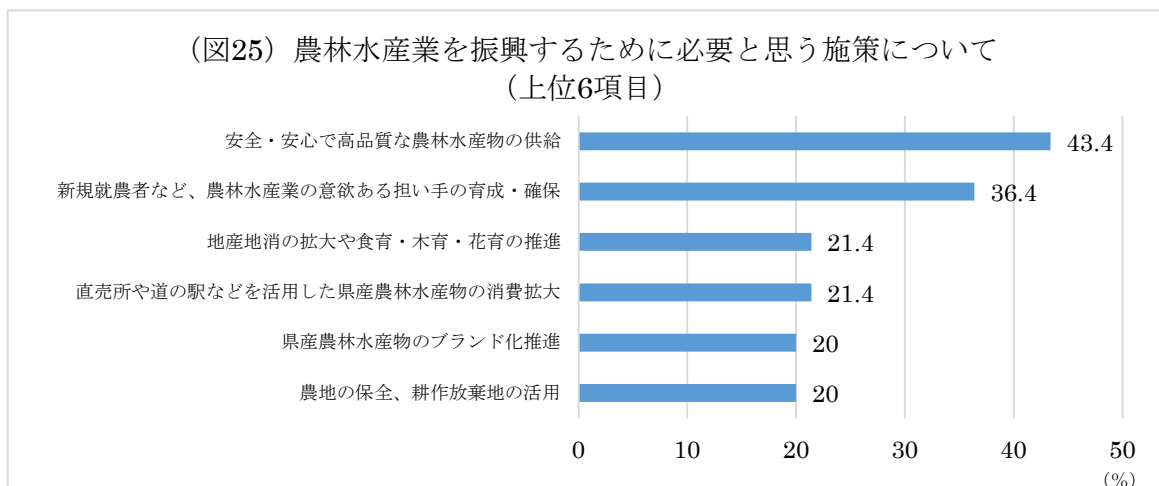


資料：食育活動及び国産農林水産物・食品に関する意識・意向調査（平成 29 年度・全国）

### ○農林水産業の振興に必要な施策

福岡県が平成 30 年度に行った県民意識調査によると、安全・安心で高品質な農林水産物の供給や、食育・地産地消の推進を求める割合が高くなっています。

(図 25) さらに町民のニーズを踏まえた取組が必要だと考えます。



資料：県民意識調査（平成 30 年度・福岡県）

## 第3章 計画の目標と方向性

### 1 目標

食は生命の源であり、健康と密接な関わりを持っていることから、食の大切さを  
知り、生涯にわたり健康に過ごすための充実した食生活の実現を目指します。

### 2 目指す方向

食育のさらなる推進のため、次の4つの目指す方向のもと、施策を総合的に展  
開します。

#### (1) 家庭・地域における食育の推進

久山町民の心身の健康増進と豊かな人間性を育むため、久山町民一人ひとりが  
食育への関心と理解を深め、ライフステージに応じた健全な食生活が実践される  
よう推進します。また、地域の伝統的な食文化の継承にも努めます。

#### (2) 学校・幼稚園・保育所等における食育の推進

子どもたちが、自分で考え、食を選ぶ力を身に付け、心身ともに豊かに成長し  
ていけるよう、家庭や学校の栄養教諭、関係機関等と連携し、食育を推進します。

#### (3) 地産地消の推進

農業体験により農業の理解を深め、感謝の気持ちと地域（人）とのつながりを  
大切にし、地域で生産された農産物を地域で消費する事により、地域の特性を活  
かした食生活を築き健康増進を図る食育を推進します。

#### (4) 地域が一体となった食育の推進

食育は、保健、医療、商工業、教育、行政など多様な分野が関係しています。  
家庭や学校、企業や事業者、ボランティア団体、生産者など、それぞれの特性を  
活かしつつ、相互に連携しながら食育を推進します。

### 3 評価の方法

この計画は行動目標で取組を定めていますが、今後、毎年関係機関に進捗状況  
を確認していきます。

## 第4章 施策の展開方向

### 1 家庭・地域における食育の推進

#### 【主な施策】

##### (1) ライフステージに応じた食育の推進

- ・乳幼児期…離乳食や食生活の基本についての普及  
(母子健康手帳発行、4・7・12 か月健診、1歳6か月健診、赤ちゃん相談、子育て講座、育児学級)
- ・学童期・思春期…栄養や調理方法など食に対する知識を身につける取組の充実(子ども料理教室、通学合宿)
- ・青年期・壮年期…栄養バランスのとれた食生活の実践と疾病予防の推進(栄養相談、いきいき健康料理教室、糖尿病予防教室、特定保健指導等)
- ・高齢期…栄養バランスのとれた食生活の実践と低栄養予防の推進(高齢者の一体的実施)

##### (2) 九州大学久山町研究室、中村学園大学と連携した健康づくりの推進

- ・料理教室等での『一汁三菜プラス牛乳・乳製品』の普及
- ・ひさやま健診での個別栄養相談の充実
- ・5年に1回の栄養調査の実施とその結果の周知活動

##### (3) 食文化の継承

- ・郷土料理や地域食材を活用したレシピの作成や料理教室の開催

##### (4) 食生活改善の担い手の育成

- ・食育サポーター(食生活改善推進員等のボランティア)の育成及び支援のための研修会等の実施

##### (5) 健康づくりや食の安全に関する情報発信

- ・ホームページ等を活用した食や健康づくりに関する情報の啓発

##### (6) 健康ライブラリーを活用した食や健康づくりに関する講座の開催

- ・健康をテーマにした講座や食を中心とした楽しみながら学べる講座の開催

##### (7) 食品ロス削減の推進

- ・食べ残しや期限切れによる廃棄等が原因で発生する食品ロスを減らす取組の啓発活動

## 《取組紹介》

### ■ひさやま健診での栄養相談

ひさやま健診では、糖尿病の重症化予防を目的に個別の栄養相談を実施しています。健診当日の検査結果をもとに、九州大学の医師の診察で栄養相談の必要があると認められた方は、管理栄養士による栄養相談を受けていただく仕組みをつくり実施しています。



栄養相談の様子

### ■いきいき健康料理教室

健康的な食事の習慣化を目的に、中村学園大学の先生による料理教室を実施しています。この教室に参加された方には、食育サポーター養成講座の受講の案内を行い、食育サポーターとして自分だけではなく家族や地域の方にまで広がる食育活動の推進を目指しています。



中村学園大学の先生によるデモンストラ  
ションの様子



グループに分かれた調理実習の様子

## 2 学校・幼稚園・保育所等における食育の推進

### 【主な施策】

#### (1) 食に関する指導の充実

- ・年間指導計画に基づいた食に関する取組の充実
- ・「食育月間」「食育の日」の取組

#### (2) 食に関する体験活動の充実

- ・小学校、中学校における手作り弁当の日の実施
- ・体験活動を取り入れた授業や地域の人材等を活用した授業の実施

#### (3) 学校、保育所の給食の充実

- ・成長期に必要な栄養を摂取するためのバランスのとれた給食の提供
- ・衛生管理の徹底及び安全な食材確保
- ・栄養士、調理員等を対象とした研修会の実施
- ・郷土料理、季節の行事食等の活用
- ・地元食材の給食献立への活用

#### (4) 家庭・地域・関係機関と連携した取組みの推進

- ・保護者に対する講演会、給食だより等の配布資料による食育の啓発活動
- ・PTA・JA・ユウワーク等の関係団体との連携
- ・地域の方や地元企業の方をゲストティーチャーに招いての地域料理等の教室を実施

### 《取組紹介》

#### 【保育所における食育】

##### ■ひさやま保育園杜の郷の取組

ひさやま保育園杜の郷では年 3 回、3 歳以上の園児を対象に食育の講話を実施しています。令和元年度は「朝ご飯を食べよう」「野菜を食べよう」「お魚の解体」というテーマで実施しています。また、畑で季節の野菜を作り、調理をしてみんなで食べる活動も行っています。



### ■久山かじか保育園の取組

久山かじか保育園では、園庭に畑を作り、いろんな野菜を育てています。また、地域の方のご厚意で、山でたけのこを掘ったり、収穫した梅でジュースや梅干しを作ったりしています。食材に触れる体験を大切にし、食への興味を深め、安心・安全な食事で健康な体に成長することを目標としています。



### 【幼稚園における食育】

#### ■けやきの森幼稚園の取組

けやきの森幼稚園では、『食べることは楽しい』という気持ちを育てることを目的に年間を通して野菜などを栽培し、PTA や地域の方のご協力を得ながら自分たちで収穫・調理・食すという体験を行っています。



## 【小学校における食育】

### ■農業体験・米づくり

5年生は、ユークワークの方々をはじめ様々な協力をいただき田植えから稲刈り・脱穀・精米を行い、給食で提供しています。感謝の気持ちをもっていただいています。



### ■食に関する指導

食に関する全体計画のもと栄養教諭・栄養職員による食に関する指導を行っています。毎日の給食時間や授業に参画し様々な指導を行っています。

#### 〈主な指導内容〉

- ・お箸の使い方
- ・手作り弁当の指導
- ・遅食、偏食の指導 等



### ■お弁当づくり

食に対する関心を高める・弁当作りをとおして家族とのふれあいの場を持つねらいのもと年2回から4回の弁当の日の取組を行っています。



## ■手作り弁当の目

A photograph showing a group of students in a classroom, focused on working on a project. They are seated at a long wooden table, surrounded by various materials and tools. A teacher or adult supervisor stands to the right, observing their work. The classroom environment is visible in the background, with shelves and educational posters.

[illegible]

**心身の健康**

○食事を作ることの楽しさや達成感  
献立作り、買い物、調理、後片付けまでの一連(その一部)の流れを体験する。

**食文化**

○地産地消の大切さ  
福岡県や久山町の農林水産物に触れることで、食材の旬を知ることができ、福岡県の理解が深まる。

**感謝の心**

○食生活に関わる人や物などへの感謝の心  
食に関する「ひと、もの、こと」(食事、生産者、家族等)を意識する。

**社会性**

**食事の重要性**

○家族間のコミュニケーションや、食に関する意識の高まり  
食事の重要性を理解し、望ましい食習慣を形成しようと努力する。

### 3 地産地消の推進

#### 【主な施策】

##### (1) 農業への理解と地域（人）とのつながりの推進

- ・農業体験学習（授業）の実施
- ・生産者と消費者との産地と食卓の交流会の実施
- ・久山産の米を活用した食育活動の実施

##### (2) 地元農産物等の利活用の推進

- ・環境に配慮した安全な農産物を学校給食へ供給  
(地元農産物・旬の野菜を体験する事により地元食材への愛着を感じる)
- ・地元農産物を使ったレシピ紹介
- ・旬の地元農産物を使った栄養料理教室
- ・消費者ニーズのある農産物生産への取組み
- ・地元農産物の有効活用

#### 《取組紹介》

##### ■粕屋農振連中部支部消費者交流会「地元農産物の収穫体験」

久山町・篠栗町・粕屋町の粕屋中部3町と粕屋農業協働組合・県普及センターで消費者交流会を行っています。消費者と生産者との交流の場を通じ農業を身近に感じ、地産地消による食の大切さを知ってもらうことを目的に開催しています。



#### 4 地域が一体となった食育の推進

##### 【主な施策】

##### （１）関係機関の連携強化

- ・ 関係機関との連絡会議の開催
- ・ 関係機関と連携したイベントの開催や啓発活動の実施  
(子ども料理教室、育児学級等の出前講座)

##### 《取組紹介》

##### ■ 子ども料理教室

中村学園大学と食育サポーターに協力をお願いし、小学校５・６年生を対象とした料理教室を開催しています。平成 29 年度より実施しており、一汁三菜の献立や地元食材の使用を基本とし、示範や食についての講話も実施しています。



## 資料編

### 1 久山町食育推進計画策定の経緯

| 開催日                                 | 項目                  | 協議内容                           |
|-------------------------------------|---------------------|--------------------------------|
| 令和元年 10 月 29 日                      | 第 1 回検討委員会          | ・ 食育推進計画の概要について<br>・ 計画の草案について |
| 令和元年 11 月 1 日～<br>令和元年 11 月 22 日    | ヒアリング調査             | ・ 関係課、関係団体へのヒアリング調査            |
| 令和元年 11 月 27 日～<br>令和元年 12 月 5 日    | 粕屋保健福祉事務所健康増進課へ添削依頼 |                                |
| 令和元年 12 月 17 日                      | 第 2 回検討委員会          | ・ 前回からの変更点について                 |
| 令和 2 年 1 月 15 日～<br>令和 2 年 1 月 31 日 | パブリックコメント           |                                |
| 令和 2 年 2 月 12 日                     | 第 3 回検討委員会          |                                |
| 令和 7 年 1 月 21 日～<br>1 月 28 日        | 改訂版の確認依頼            |                                |

### 2 久山町食育推進計画検討委員名簿

| 所属                       | 役職名・職名 | 氏名     |
|--------------------------|--------|--------|
| 中村学園大学                   | 准教授    | 内田 和宏  |
| 九州大学大学院医学研究院<br>(久山町研究室) | 講師     | 木村 安美  |
| 久山町立山田小学校                | 栄養教諭   | 中村 結香子 |
| 久山町立久原小学校                | 栄養職員   | 森 みゆき  |

### 3 関係課・関係団体

- ・ 久山町役場 健康課
- ・ 久山町役場 福祉課
- ・ 久山町役場 産業振興課
- ・ 久山町役場 町民生活課
- ・ 久山町役場 経営デザイン課
- ・ 久山町教育委員会
- ・ ひさやま保育園杜の郷
- ・ 久山かじか保育園
- ・ けやきの森幼稚園
- ・ 久原小学校
- ・ 山田小学校

- ・久山中学校
- ・九州大学久山町研究室
- ・中村学園大学

## 【注釈】

### 1) 久山町データ

【平成 26 年度 第 5 回栄養調査の概要（中村学園大学が実施）】

調査方法：秤量記録法（国民健康・栄養調査に準じて）

対象世帯：無作為抽出された 63 世帯（男性 70 名、女性 83 名）

※図表は 20 歳以上男性 62 名、女性 77 名を掲載

実施期間：平成 26 年 11 月中の平日の 1 日間

### 2) 福岡県データ

【平成 28 年度 県民健康づくり調査の概要】

調査方法：国民健康・栄養調査に準じた方法

対象世帯：無作為抽出された 302 世帯（男性 335 名、女性 366 名）

※図表は 20 歳以上男性 263 名、女性 319 名を掲載

実施期間：平成 28 年 10～11 月中の平日の 1 日間

（日曜日及び祝日は除く）

### 3) 【生活習慣病予防健診の概要】

対象者：久山町在住の満 35 歳および満 39 歳以上の住民（4 月 1 日現在）

主な検査項目：採血、検尿、糖負荷検査（75gOGTT）（希望者、80 歳未満が対象）、計測、眼科検診、歯科問診、歯科健診、心電図検査、呼吸機能検査、栄養調査、ストレス・睡眠チェック、血圧測定、問診、お薬アンケート確認、診察、糖負荷後採血（120 分）、総括及び保健指導（ひさやま元気予報実施）

※図表は 40 歳以上を掲載

### 4) 【肥満度（BMI）】は体重÷身長÷身長で示す。

### 5) 【年代別の肥満度の分類】

65 歳未満， やせ ( $BMI < 18.5 \text{ kg/m}^2$ ) ふつう ( $18.5 \leq BMI < 25 \text{ kg/m}^2$ ) 肥満 ( $BMI \geq 25 \text{ kg/m}^2$ )

65 歳以上， 低栄養傾向 ( $BMI \leq 20 \text{ kg/m}^2$ ) やせ気味 ( $20 < BMI < 21.5 \text{ kg/m}^2$ )  
ふつう ( $21.5 \leq BMI < 25 \text{ kg/m}^2$ ) 肥満 ( $BMI \geq 25 \text{ kg/m}^2$ )

### 6) 【高血圧の分類】収縮期血圧 140 mmHg 以上、拡張期血圧 90mmHg 以上または降圧薬服用

7) 【**血圧値の分類**】 高血圧治療ガイドライン 2019 分類

(Ⅰ度高血圧～Ⅲ度高血圧はまとめて高血圧として示した)

| 分類     | 診察室血圧(mmHg) |        |       |
|--------|-------------|--------|-------|
|        | 収縮期血圧       |        | 拡張期血圧 |
| 正常血圧   | <120        | かつ     | <80   |
| 正常高値血圧 | 120～129     | かつ     | <80   |
| 高値血圧   | 130～139     | かつ/または | 80～89 |
| 高血圧    | ≥140        | かつ/または | ≥90   |

※今回の数値の算出には降圧薬を考慮していない

8) 空腹時血糖値 ≥126mg/dL かつ/または 75g 経口糖負荷試験により糖尿病と判定  
(75g 経口糖負荷試験未実施者は空腹時血糖値のみで判定)

【糖尿病】 空腹時血糖値 126mg/dL 以上または 75g 経口糖負荷試験 2 時間後血糖値 200mg/dL 以上または糖尿病薬物治療あり

9) 【**糖尿病薬物治療者**】 経口血糖降下薬およびインスリン注射を使用している者。

10) 75g 経口糖負荷試験実施者を対象として耐糖能レベルで分類した。

(H19 年 2960 人, H24 年 2719 人, H29 年 2541 人)

【耐糖能レベルの定義】 1998WHO 基準 (1998 World Health Organization)

正常耐糖能：空腹時血糖値 110mg/dL 未満かつ負荷後 2 時間血糖値 140mg/dL 未満

境界型：空腹時血糖異常 (空腹時血糖値 110-125mg/dL かつ負荷後 2 時間血糖値 140mg/dL 未満) または耐糖能異常 (空腹時血糖値 126mg/dL 未満かつ負荷後 2 時間血糖値 140-199mg/dL)

糖尿病：空腹時血糖値 126mg/dL 以上かつ/または負荷後 2 時間血糖値 200mg/dL 以上または糖尿病薬物治療あり

11) 【**脂質異常症の定義**】 LDL コレステロール 140 mg/dL 以上 または HDL コレステロール 40 mg/dL 未満 または 中性脂肪 150mg/dL 以上

12) 【**全国学力・学習状況調査の概要**】

対象者：小学校第 6 学年 (久山町は 112 人)、中学校第 3 学年 (久山町は 99 人)

集計方法：「朝食を毎日食べていますか」の問いに「している」「どちらかといえば、している」と回答した者を計上。

