

第4次真室川町 食育・地産地消推進計画

令和4年4月
真室川町

《目次》

1. 計画策定の趣旨	1
2. 計画の位置づけ	2
3. 計画の期間	3
4. 計画の推進体制	3
5. 「食」に関する現状と課題	4
(1) 多様化する食生活	
(2) 健康づくり	
(3) 地産地消と食の安全・安心	
(4) 食文化の継承	
(5) 食への意識	
6. 基本目標と数値目標	21
(1) 基本目標	
(2) 数値目標	
7. 施策の柱と方向性	22
(1) 食による健康づくり	
(2) 地産地消と安全・安心な食	
(3) 食を楽しみ、食に感謝する	
(4) 食文化を継承し、もてなしの心「あがらしやれ」を未来につなぐ	
8. 具体的な施策の展開	24
(1) 家庭における食育・地産地消の推進	
(2) 保育所・教育機関における食育・地産地消の推進	
(3) 地域における食育・地産地消の推進	
(4) 農林水産業者・企業・団体等における食育・地産地消の推進	
(5) 行政における食育・地産地消の推進	
【資料】	27
○真室川の伝承野菜	
○真室川の旬ごよみ	
○真室川町食育・地産地消推進委員会設置要綱	
○真室川町食育・地産地消推進委員名簿	

1. 計画策定の趣旨

平成 29 年 5 月に策定した真室川町食育・地産地消計画では、『食でつなぐ あがらしやれ 真室川』を基本目標に、米中心の日本型食生活の推進や、伝統食・郷土食への関心の向上を図りながら、食に対する感謝の気持ちやもてなしの心意気が受け継がれ育まれていく地域づくりを目指してきました。また、「食による健康づくり」「地産地消と安全・安心な食」「食を楽しみ、食に感謝する」「食文化を継承し、もてなしの心『あがらしやれ』を未来につなぐ」をキーワードにした 4 つの食育・地産地消の柱を定め、関係機関が相互連携し、様々な分野で推進運動を展開してきました。

その結果、保育所・学校等教育機関の地元食材活用事業である「おいしいふるさと給食事業」では地元農家の顔が見える学校給食として地域からも好評であり、地場産品の利用拡大、郷土料理の調理法や地元特有食材の歴史に対する興味関心へ繋がり、食の理解を深める機会として継続実施しているところです。

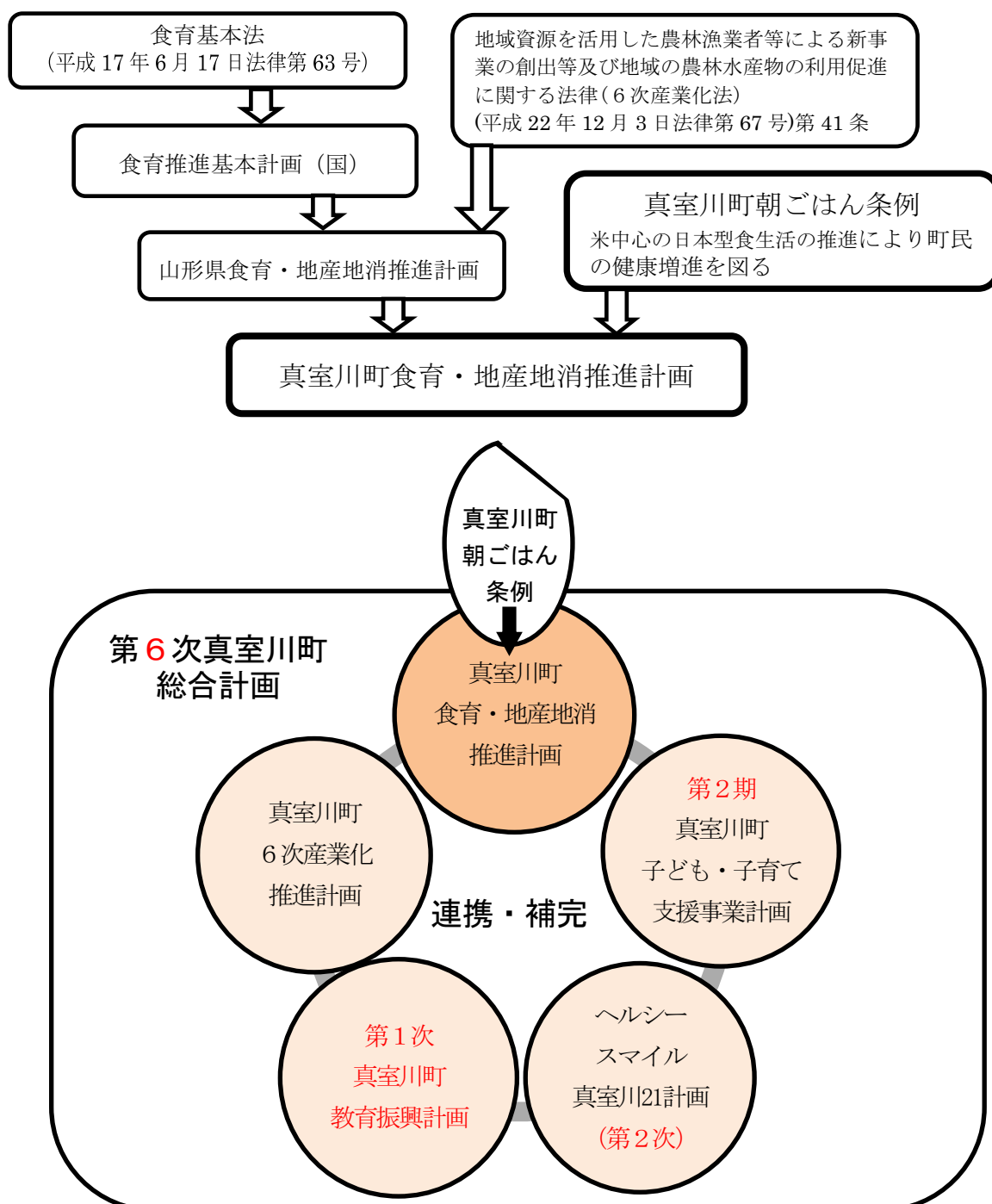
しかしながら、朝食欠食がなくなる現状や、ライフスタイルの多様化に伴う孤食や個食、栄養バランスの偏りや食生活の乱れによる肥満や生活習慣病の増加など、深刻な問題も顕在化しています。加えて、新型コロナウイルス感染症の影響による、「新しい生活様式」に対応した町民一人ひとりの健康と命を支える食生活や生活習慣を見直すことも大切です。

真室川町は、恵まれた自然に育まれる農産物や旬の素材、先人から受け継がれた加工や保存など料理の知恵、そして来客を心から歓迎することを歌った民謡「あがらしやれ」を生み出した、もてなし精神を育んだ風土の地であり、これらの財産は今後真室川町の食育をすすめるうえで、根底となるべき特長といえます。これら農林水産物や地域資源を有効に活用し、製造・販売など他の事業との融合を図りながら地域の個性を活かした 6 次産業化の推進を強化していく必要もあります。

こうした地域の特長を踏まえ、健康、教育、生産から消費まで多面的に求められる「食育・地産地消」について、近年の情勢を踏まえた食育・地産地消計画として、この計画を策定します。

2. 計画の位置づけ

本計画は、食育基本法（平成 17 年 6 月 17 日法律第 63 号）第 18 条に規定する「市町村食育推進計画」として位置づけるとともに、地域資源を活用した農林漁業者等による新事業の創出及び地域の農林水産物の利用促進に関する法律（平成 22 年 12 月 3 日法律第 67 号）第 41 条に規定する「地域の農林水産物の利用促進計画」として位置づけます。また、「第 6 次真室川町総合計画」のもと、「第 2 期真室川町子ども・子育て支援事業計画」、「ヘルシースマイル真室川 21 計画（第 2 次）」、「第 1 次真室川町教育振興計画」、「真室川町 6 次産業化推進計画」など、食育・地産地消の推進と関わりのある計画等との連携・補完を図りながら食育・地産地消を推進するための基本方針として策定します。



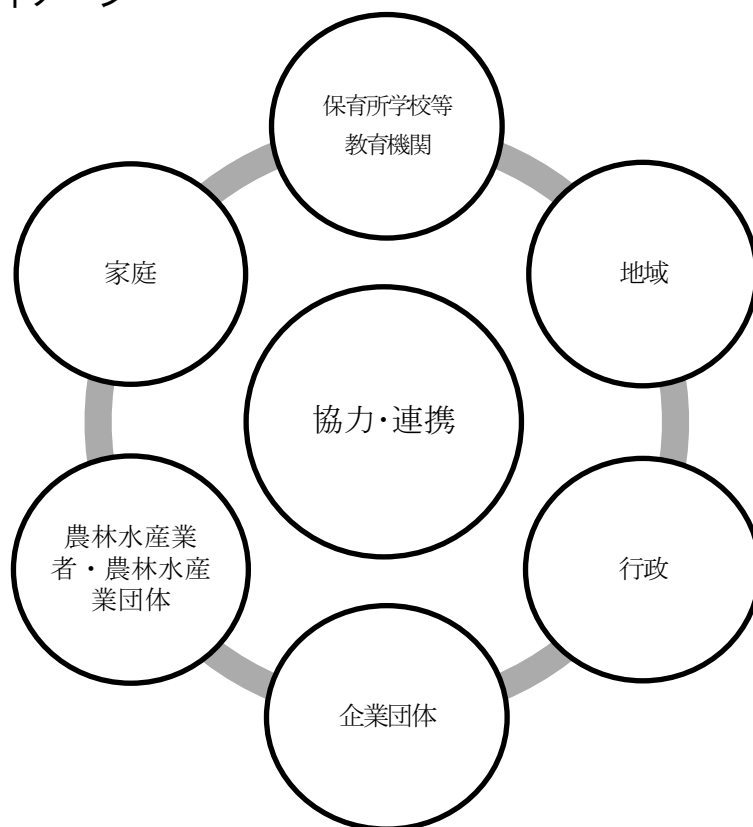
3. 計画の期間

この計画の期間は、令和4年度から令和7年度までの4カ年としますが、計画期間中に社会状況等に大きな変化が生じた場合は、必要に応じて見直しを行うものとします。

4. 計画の推進体制

地域の特長を捉え、真室川町らしい食育・地産地消を具体的に推進するため、家庭を中心としながら、関係機関が相互に協力・連携を図り、子どもから大人まですべてのライフステージに対する食育・地産地消を総合的に進める必要があります。

計画の推進体制イメージ



5. 「食」に関する現状と課題

(1)多様化する食生活

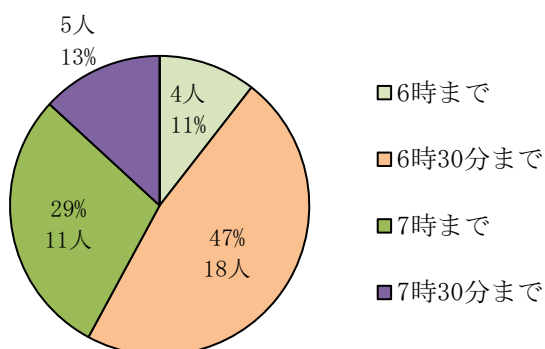
近年の社会構造の変化やライフスタイルの多様化に伴い、家族と一緒に食事をとることが困難な状況、一人で食事をとるためにコミュニケーション能力や食のマナーが育たない孤食や、家族と一緒に食事をしていてもそれぞれ異なる内容の食事をとる個食、自分の好きなものや決まったものなど同じものしか食べないため栄養が偏る固食等が増加しています。

また、学習やゲーム、テレビ、仕事等、子どもから大人まで夜型生活になりやすい状況にあり、翌日の起床時間に影響したり、寝不足による体調不良、食欲不振による朝食欠食につながりやすい状況にあります。

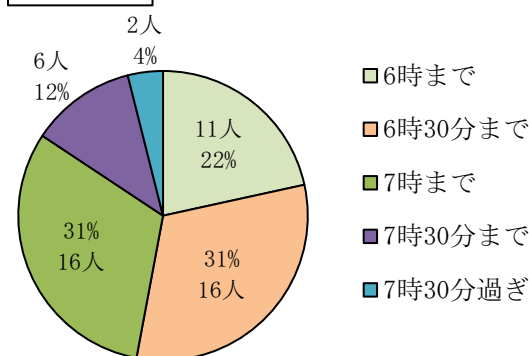
資料① 「食生活」に関するアンケート結果

Q. 朝、何時に起きますか？

小学6年

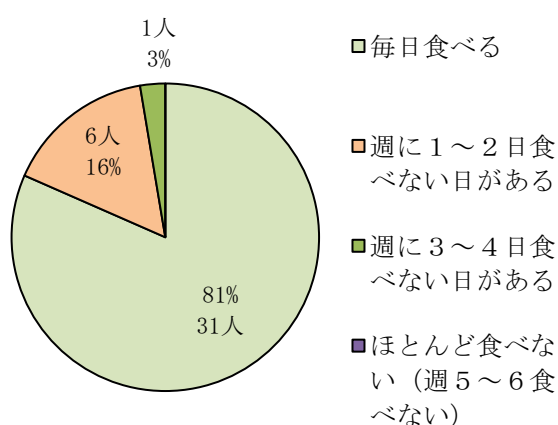


中学3年

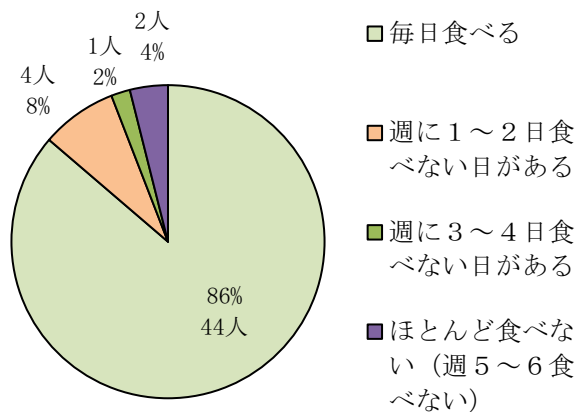


Q. ご飯やパンなどの主食を取り入れた朝食を食べますか？

小学6年



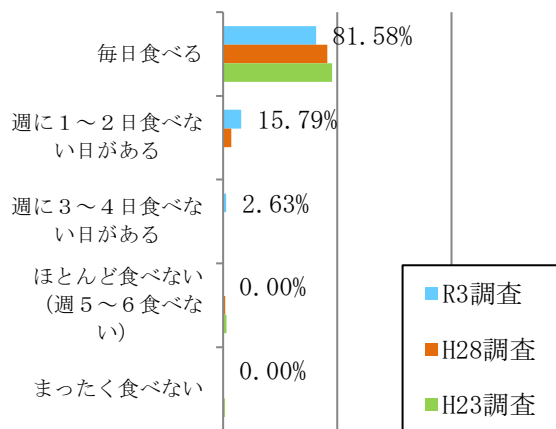
中学3年



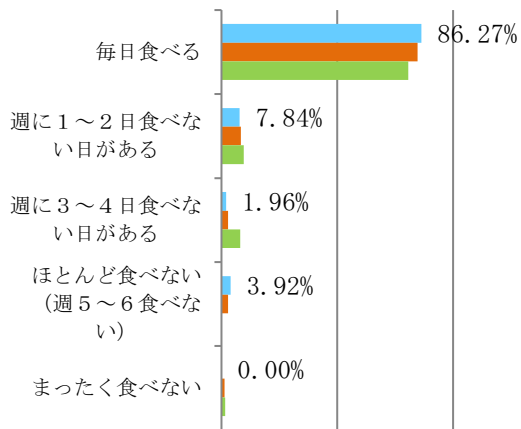
過去調査結果との比較

Q. ご飯やパンなどの主食を取り入れた朝食を食べますか？

小学6年

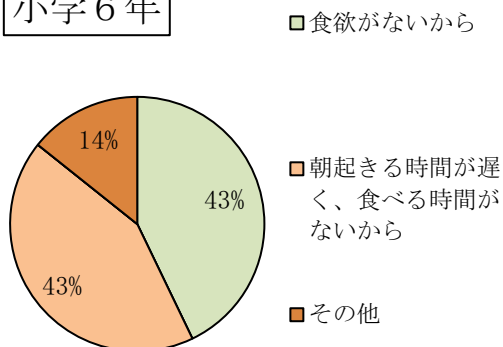


中学3年

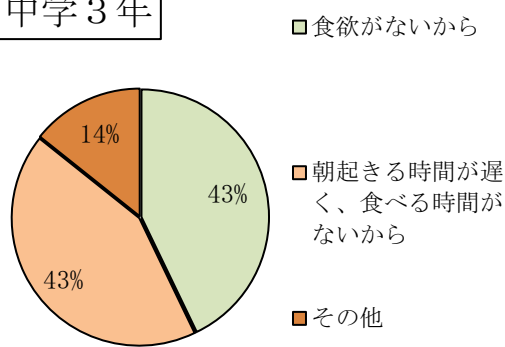


Q. 朝食を食べない理由は？

小学6年

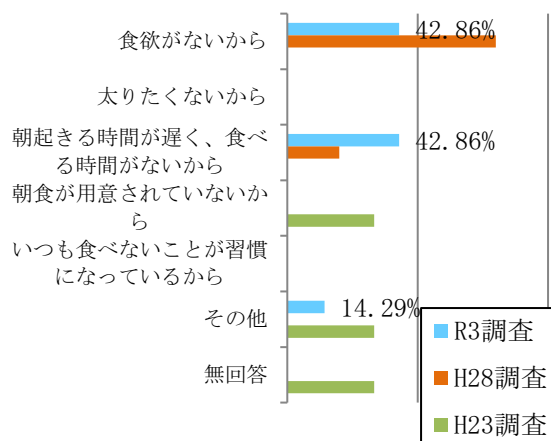


中学3年

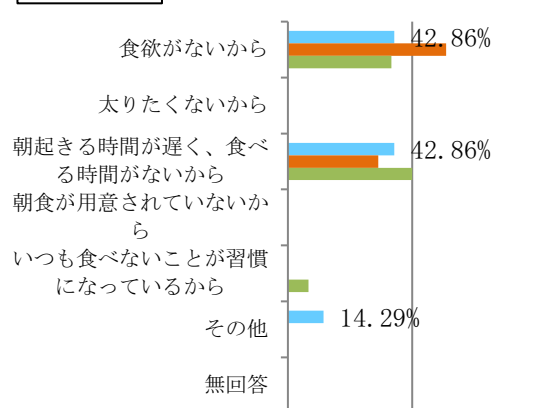


過去調査結果との比較

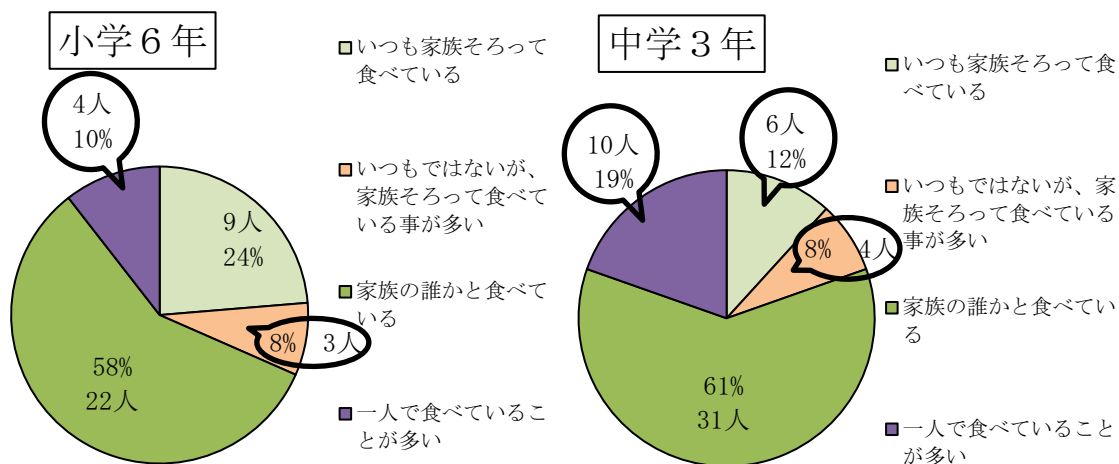
小学6年



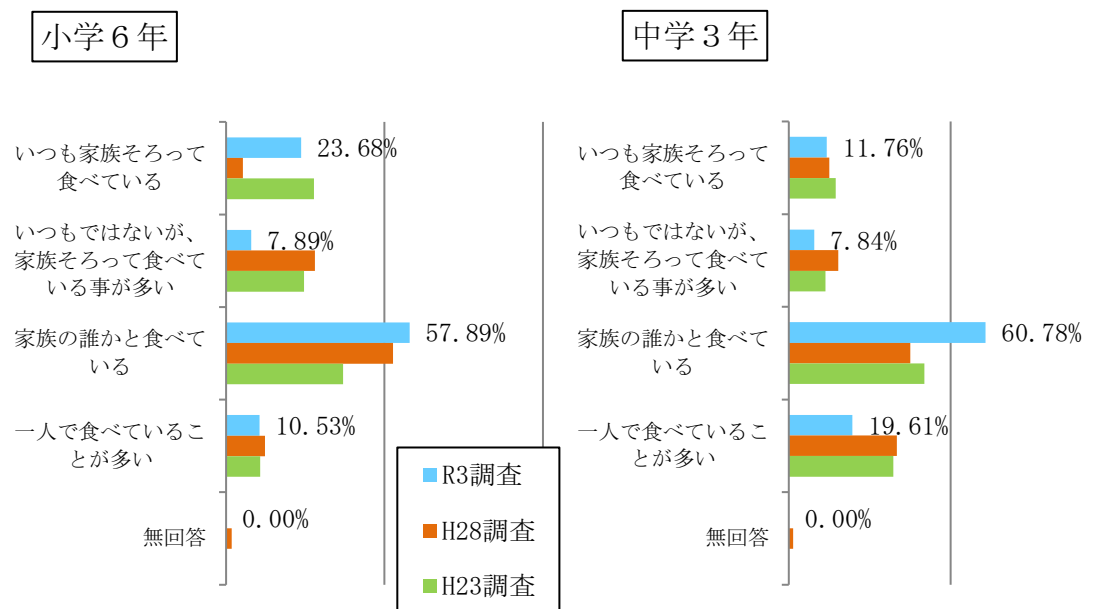
中学3年



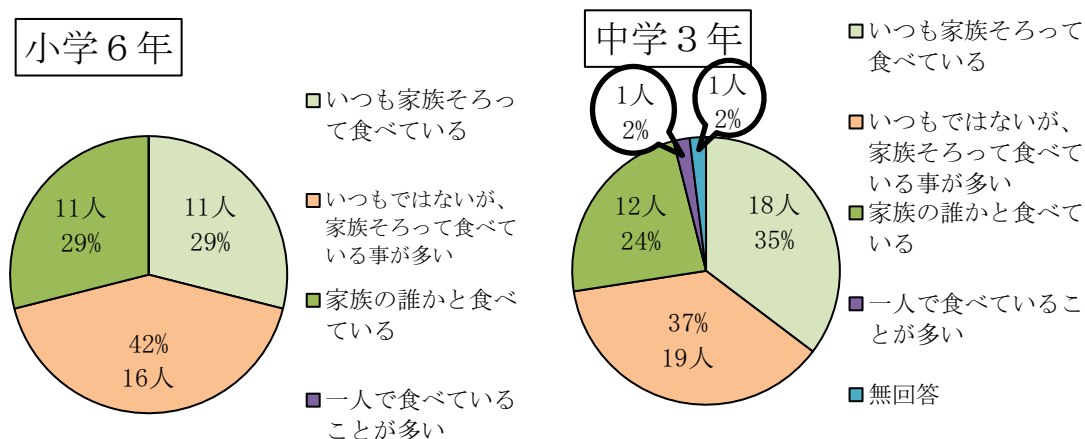
Q. 朝食を誰と食べているか？



前回調査結果との比較

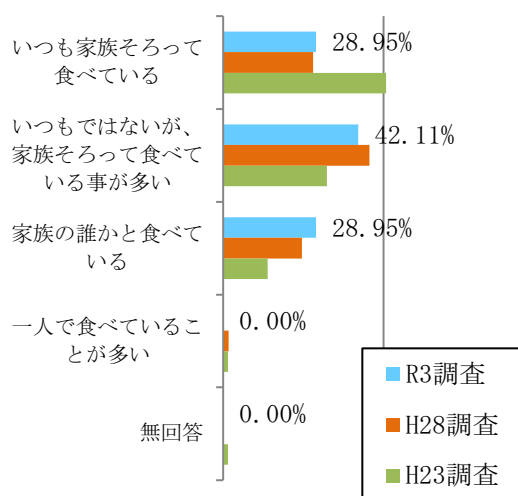


Q. 夕食を誰と食べているか？

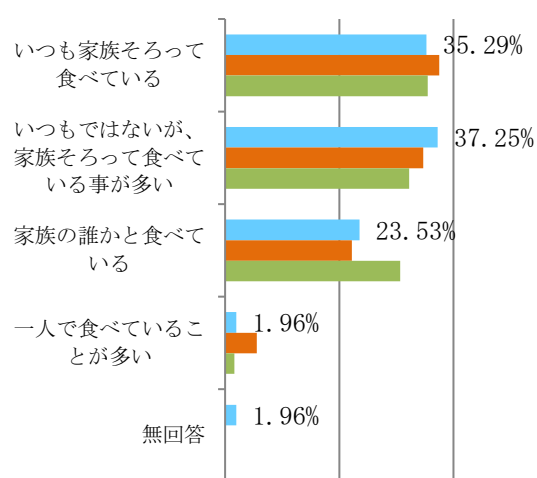


前回調査結果との比較

小学6年

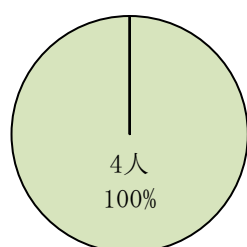


中学3年



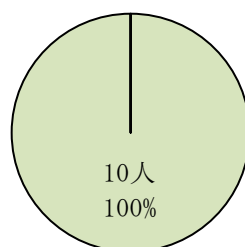
Q. 朝食や夕食を一人で食べている理由は？

小学6年



□ 仕事や学校等で、家族と食事の時間が合わないから

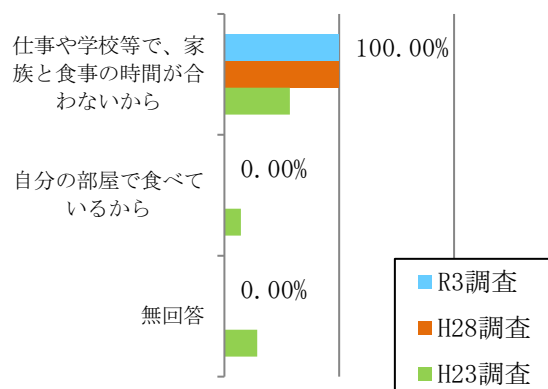
中学3年



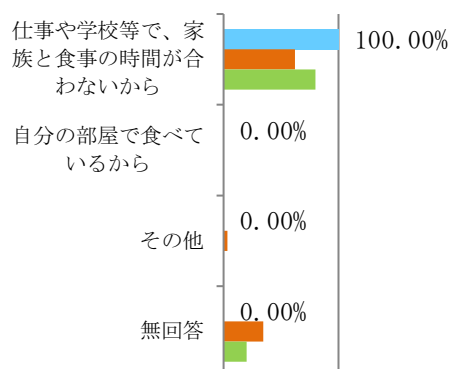
□ 仕事や学校等で、家族と食事の時間が合わないから

前回調査結果との比較

小学6年



中学3年



(2)健康づくり

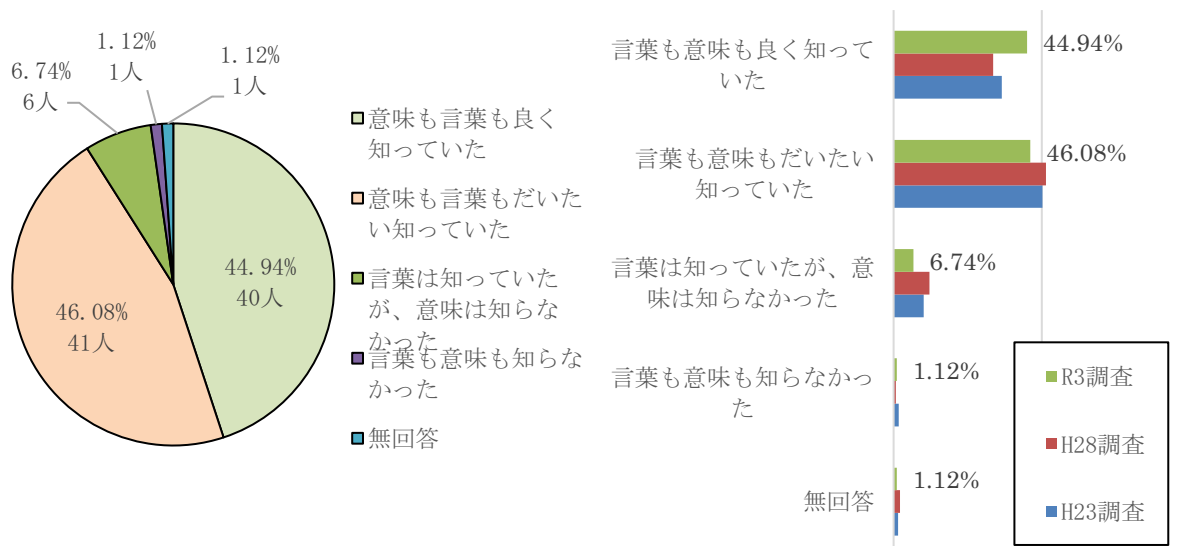
山形県民一人当たりの塩分摂取量は、各年代において全国値を上回っている現状にあります。真室川町でも味付けの濃い漬物や炒り物、味噌汁などが好まれる傾向にあり、日常の食生活での塩分摂取量を見直す必要があります。

また、食の洋風化、飽食の時代と言われるなかで、過度のおやつ摂取、栄養の偏った食事内容などは脂質や動物性たんぱく質の過剰摂取につながり、肥満や糖尿病などの生活習慣病患者が増加しているほか、生活習慣病予備群の増加も懸念されています。

資料②「健康づくり」に関わるアンケート結果

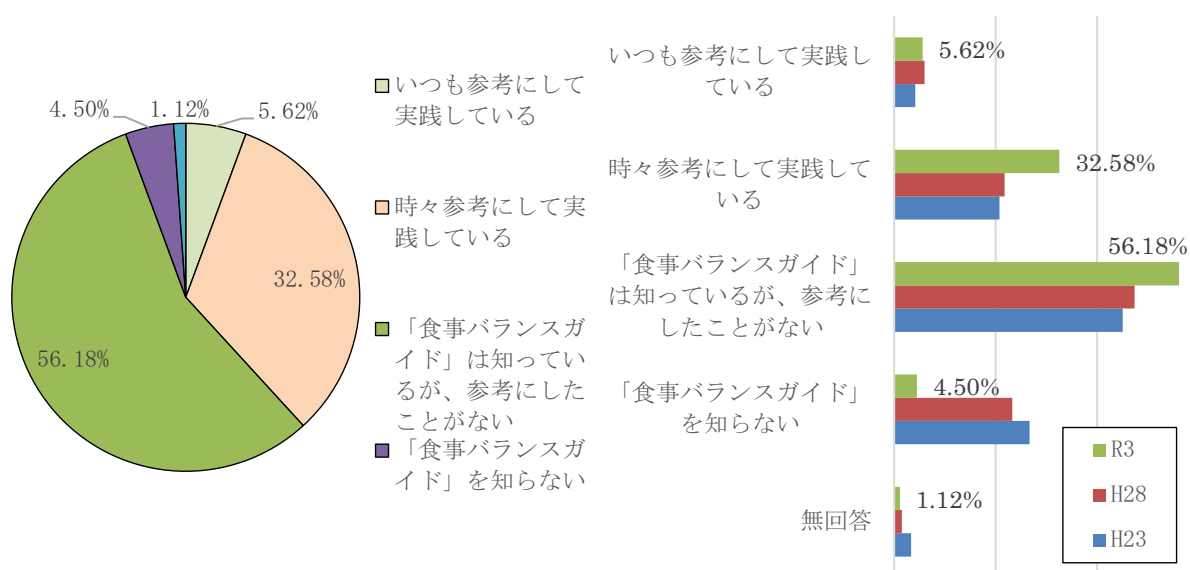
Q. メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）という言葉やその意味を知っているか？

選 択 項 目	人 数	構成比
言葉も意味も良く知っていた	40	44.94%
言葉も意味もだいたい知っていた	41	46.08%
言葉は知っていたが、意味は知らなかった	6	6.74%
言葉も意味も知らなかった	1	1.12%
無回答	1	1.12%
合 計	89	100.00%



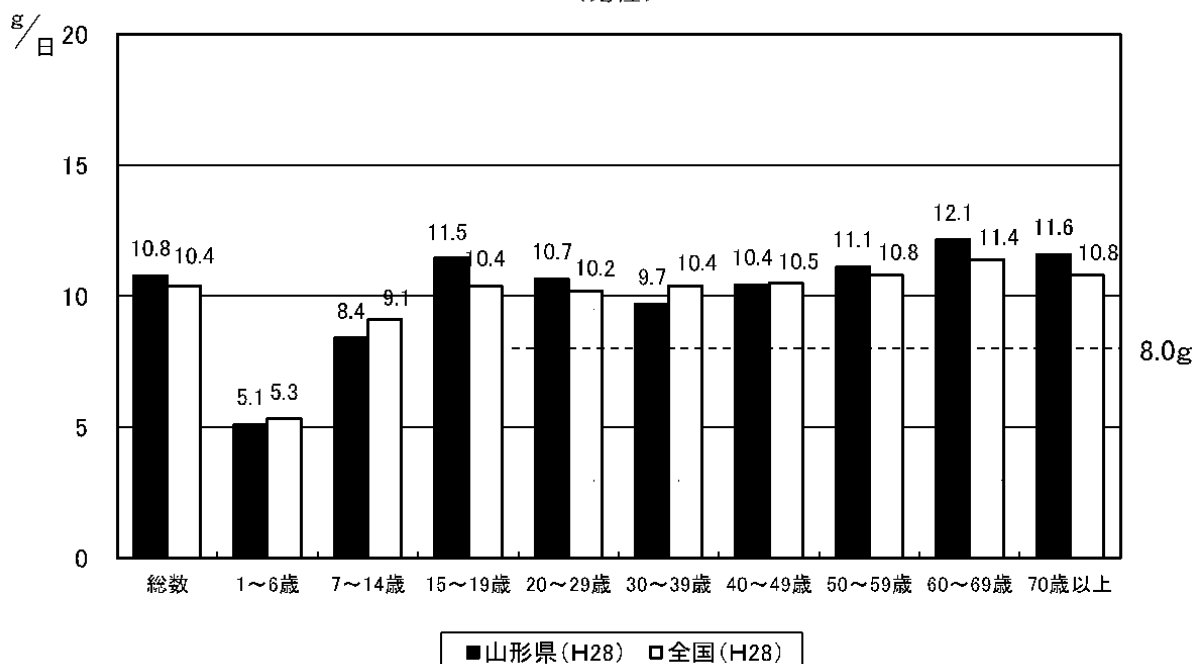
Q. 健全な食生活を実践するために、「食事バランスガイド」を参考しているか？

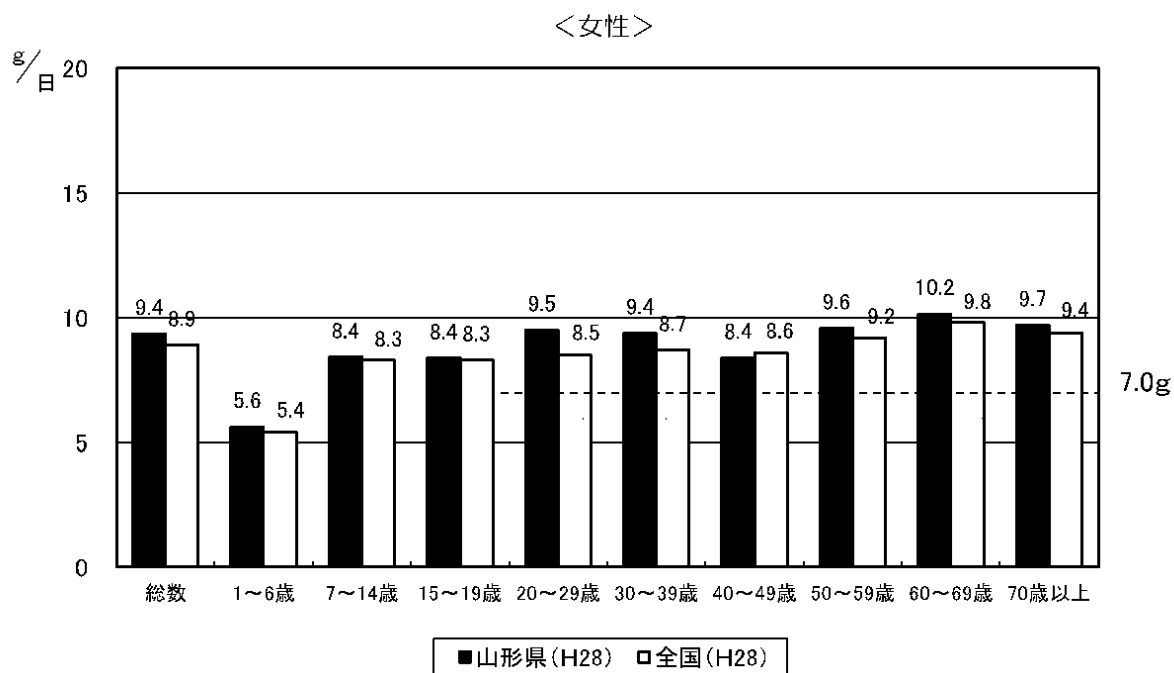
選 択 項 目	人 数	構 成 比
いつも参考にして実践している	5	5.62%
時々参考にして実践している	29	32.58%
「食事バランスガイド」は知っているが、参考にしたことがない	50	56.18%
「食事バランスガイド」を知らない	4	4.50%
無回答	1	1.12%
合 計	89	100.00%



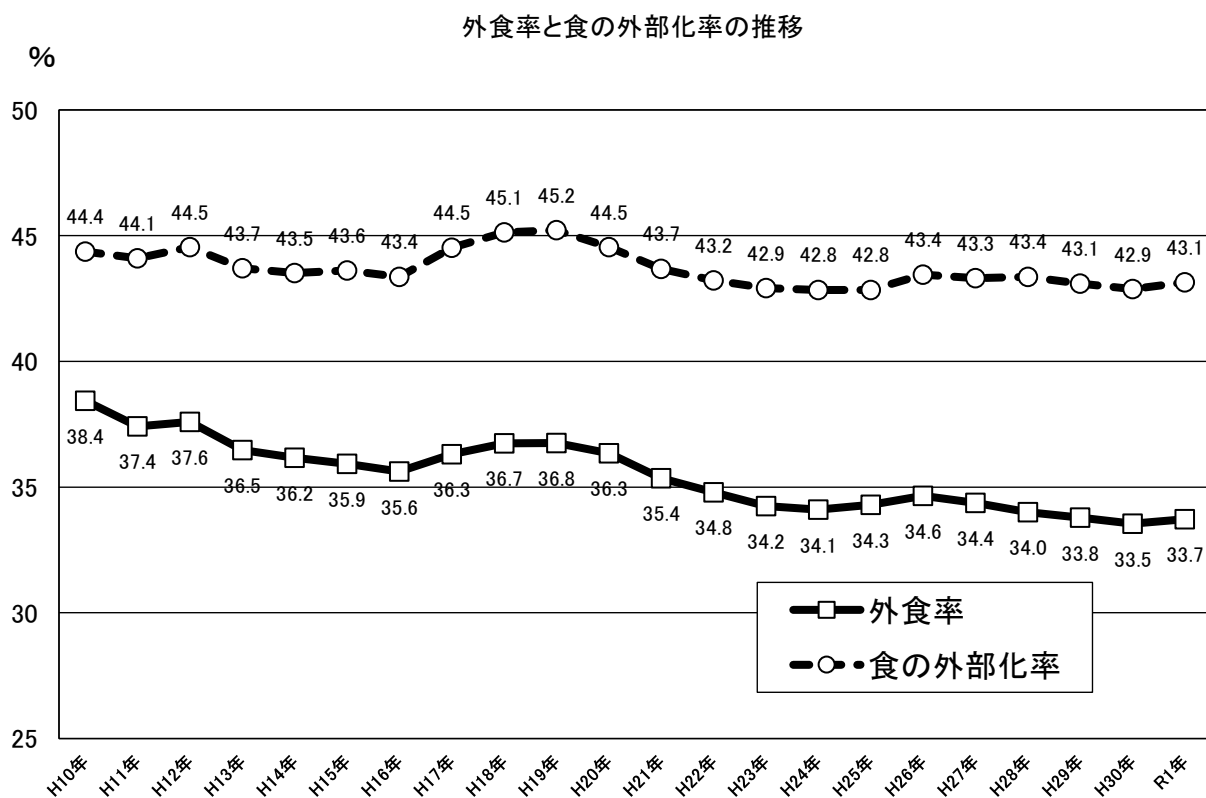
山形県 食塩の平均摂取量

<男性>





資料：平成 28 年山形県県民調査・栄養調査



資料：(財)食の安全・安心財団

(3)地産地消と食の安全・安心

食品の偽装表示や異物混入、残留農薬や輸入食品の危険添加物など、食にかかわる事案の発生によって、食への信頼が揺らぎ、消費者の「食の安全性」に対する関心が高まっています。

また、特定の食物が原因で食物アレルギーを引き起こす可能性のある人が増えてきており、命にかかわる重篤な症状を引き起こす場合もあることから、食物アレルギーに対する対応は、学校や企業など、社会全体で欠かせない状況になっています。

このような中、消費者は、食品の安全性をはじめとする食に関する知識と理解を深め、自らの判断で正しく食を選択していく必要があります。

一方で、農業を基幹産業とする真室川町においては、食の生産が盛んで、生産者と消費者の「顔が見える」関係の構築が可能であることから、こういう環境を活かした食の安全・安心の可視化や、地元の食材を地元で消費する地産地消への取組を拡大していくことが求められます。

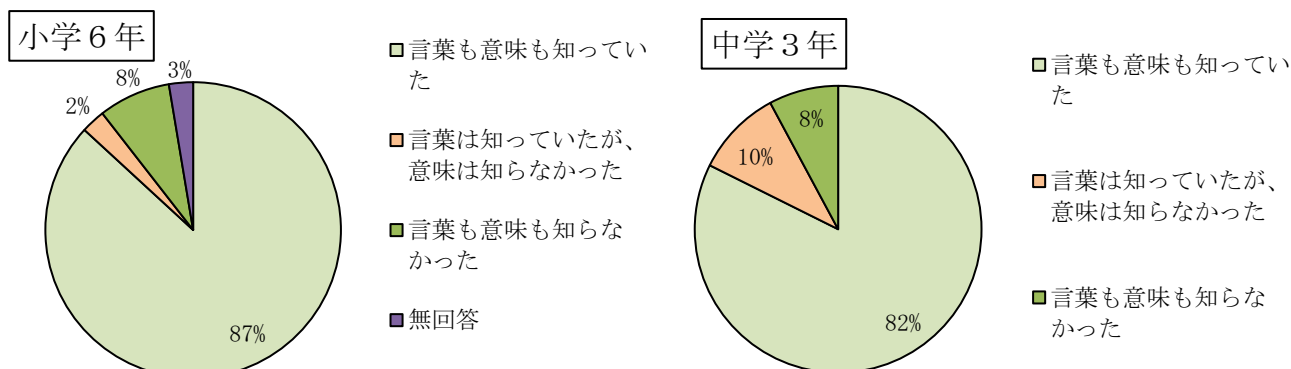


資料③「食の安全・安心」に関わるアンケート結果

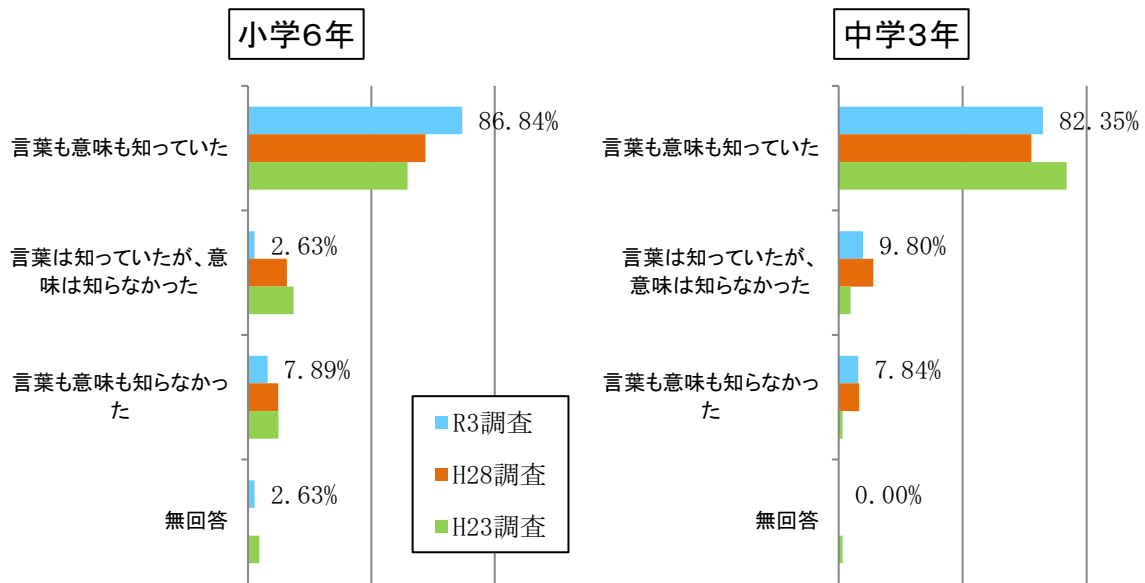
Q.「地産地消」という言葉や意味を知っているか？

選択項目	小学6年保護者		中学3年保護者	
	人数	構成比	人数	構成比
言葉も意味も知っている	33	86.85%	42	82.36%
言葉は知っているが、意味は知らない	1	2.63%	5	9.80%
言葉も意味も知らない	3	7.89%	4	7.84%
無回答	1	2.63%	0	0.00%
合 計	38	100.00%	51	100.00%

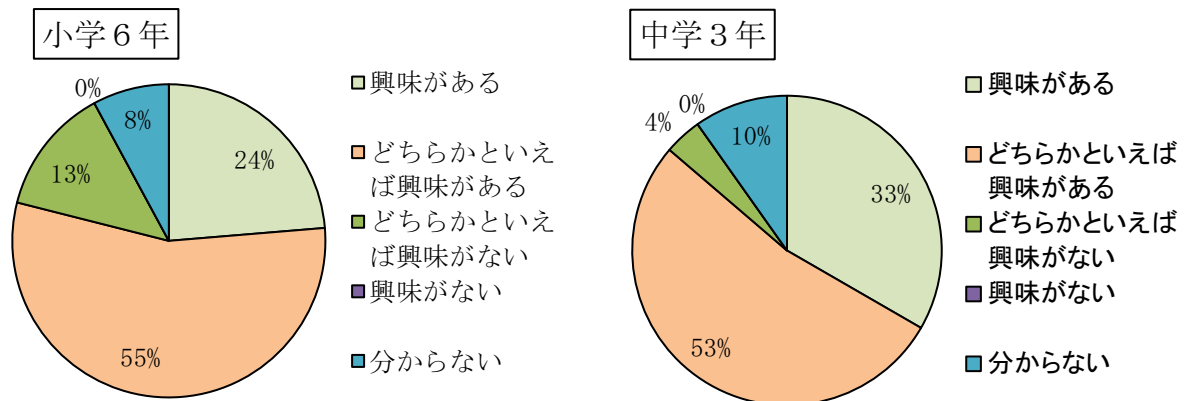
Q.「地産地消」という言葉や意味を知っているか？



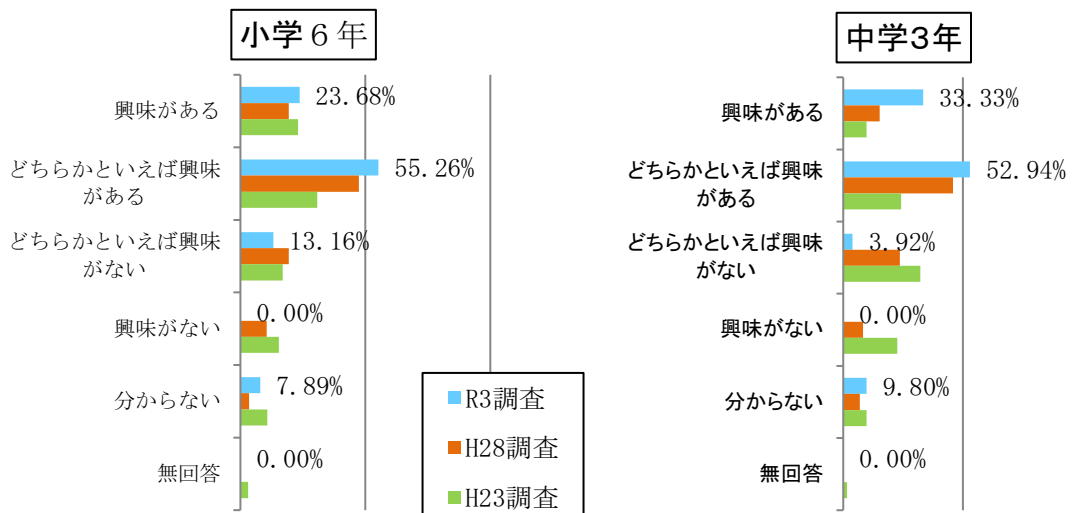
前回調査結果との比較



Q.「地産地消」に興味・関心があるか？



前回調査結果との比較

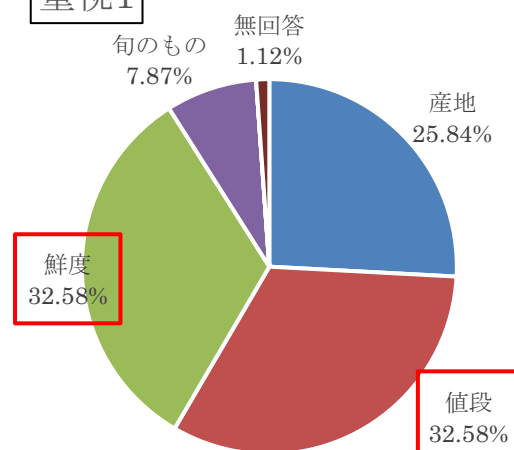


Q. 食材を購入する際、重視していることは？（3つ選択）

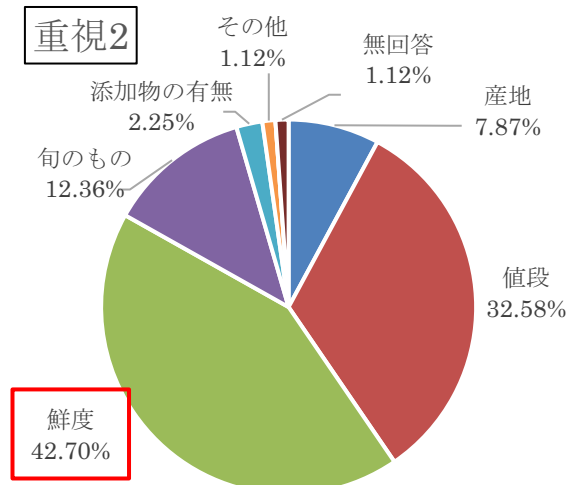
選択項目	重視1	重視2	重視3
産地	23	7	21
値段	29	29	16
鮮度 (消費期限・賞味期限)	29	38	15
旬のもの	7	11	29
無添加の有無	0	2	6
その他	0	1	0
特に気にしていない	0	0	1
無回答	1	1	1
合 計	89	89	89

(表：小学6年保護者及び中学3年保護者数値を合併)

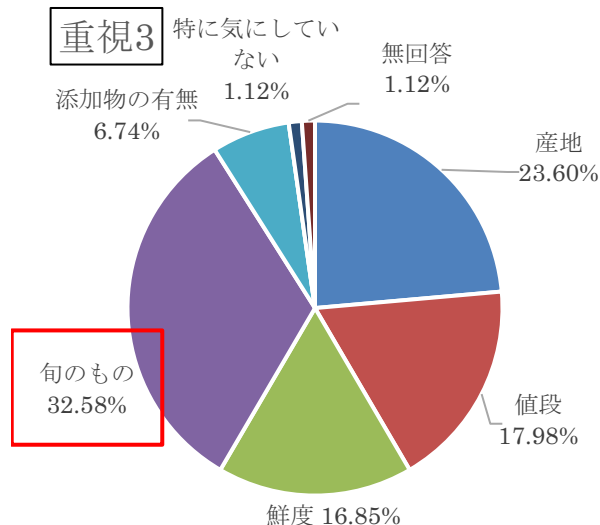
重視1



重視2



重視3



(参照) 小学6年保護者回答値

選択項目	重視1	重視2	重視3
産地	7	4	11
値段	11	13	10
鮮度(消費期限・賞味期限)	17	13	6
旬のもの	3	6	9
添加物の有無	0	2	2
その他	0	0	0
特に気にしていない	0	0	0
無回答	0	0	0
計	38	38	38

(参照) 中学3年保護者回答値

選択項目	重視1	重視2	重視3
産地	16	3	10
値段	18	16	6
鮮度(消費期限・賞味期限)	12	25	9
旬のもの	4	5	20
添加物の有無	0	0	4
その他	0	1	0
特に気にしていない	0	0	1
無回答	1	1	1
計	51	51	51

その他（コメント）：なんでも選んでいる

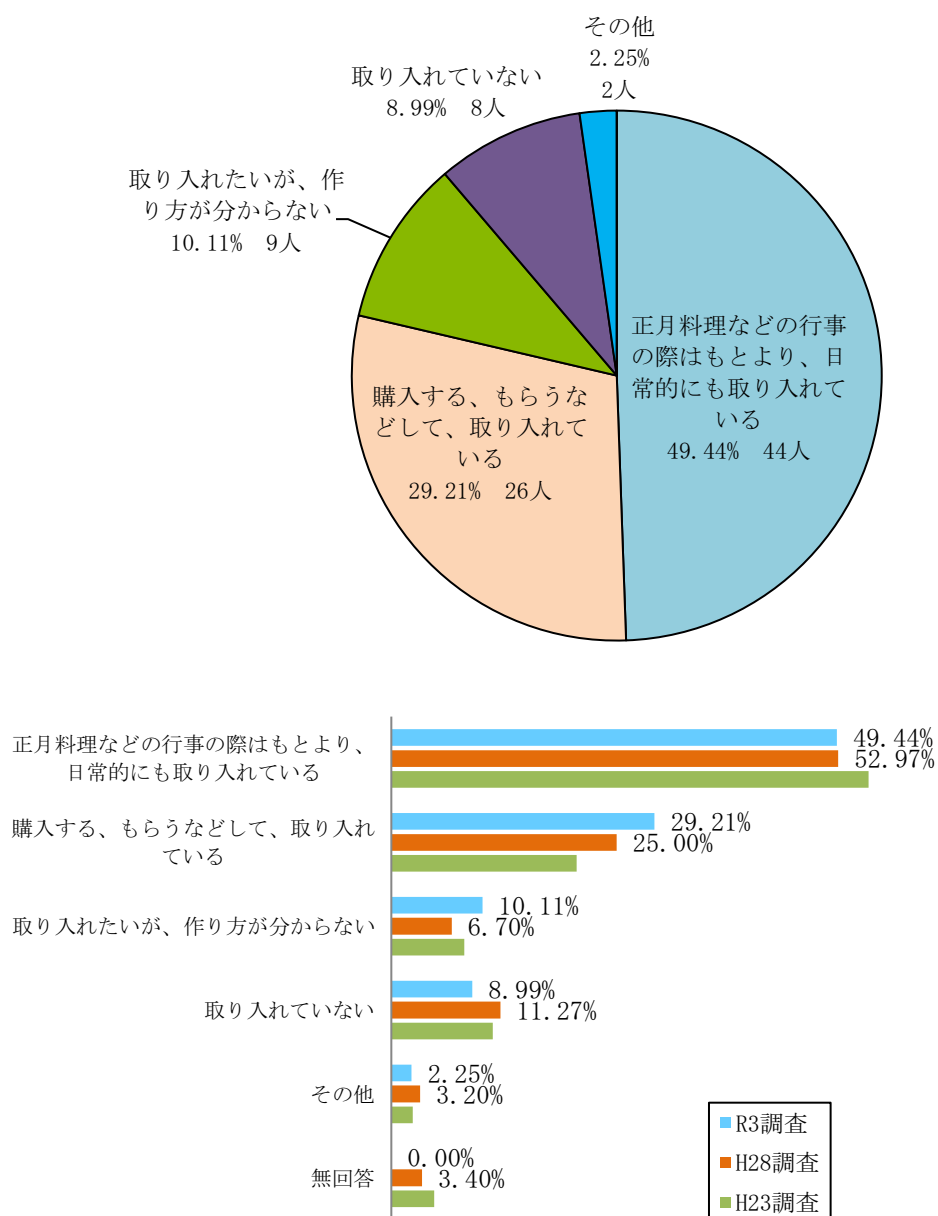
(4)食文化の継承

真室川町は、豊かな自然のもと、四季折々の様々な食材に恵まれ、地域の伝統的な行事や作法と結びついた多彩な食文化が先人から脈々と受け継がれてきました。

しかしながら、近年ではライフスタイルの多様化や、食の簡便化等が進み、これらの食文化が十分に継承されにくい環境にあります。家庭や地域で意識的に行事食や伝統食を取り入れ、特色ある食文化や豊かな味覚への関心と理解を深め、継承していく必要があります。

資料④ 「食文化の継承」に関わるアンケート結果

Q. 郷土料理や伝統食を家庭の食卓に取り入れていますか？



(5)食への意識

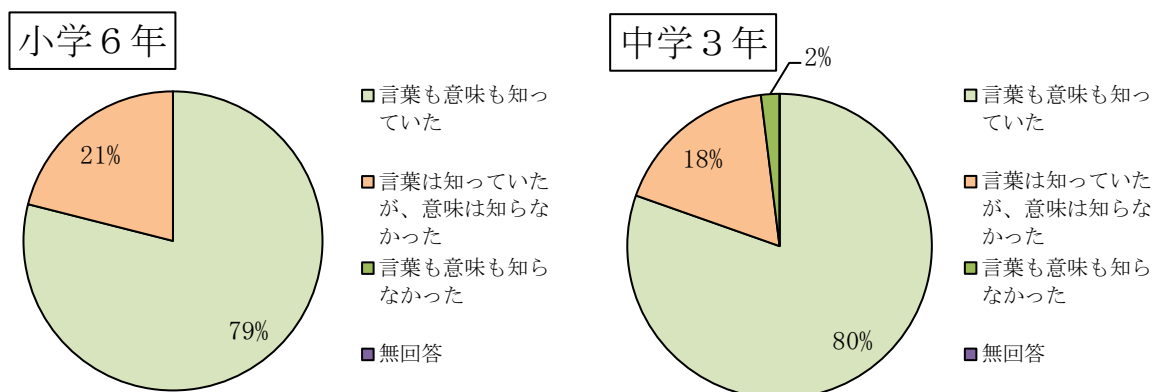
食による健康づくり、食の安全・安心に対する関心度は年々高まり、「食育」と「地産地消」という言葉が様々なライフステージで使用されるようになりましたが、一方で、多様化するライフスタイルの中、食に関する問題や課題は山積し、改善の必要性を認識していても、行動や環境が伴わない状況にあります。さらには、新型コロナウイルス感染症拡大防止を踏まえ、町民一人ひとりが健康と命を支える食生活や生活習慣を見直すことが重要です。

食育・地産地消を効果的に推進していくためには、家庭、地域、保育所・学校等教育機関、農林水産業者・農林水産業団体、企業・団体、行政などの関係者が共通意識を持ち、相互に連携を図りながら推進していく必要があります。町民に広く浸透させていくために、町民の生活に密着した活動を行っているボランティア団体の役割が重要です。食生活改善推進員をはじめ、食に関する豊かな知識や経験をイベントや料理教室などで伝え、普及していくことが求められます。

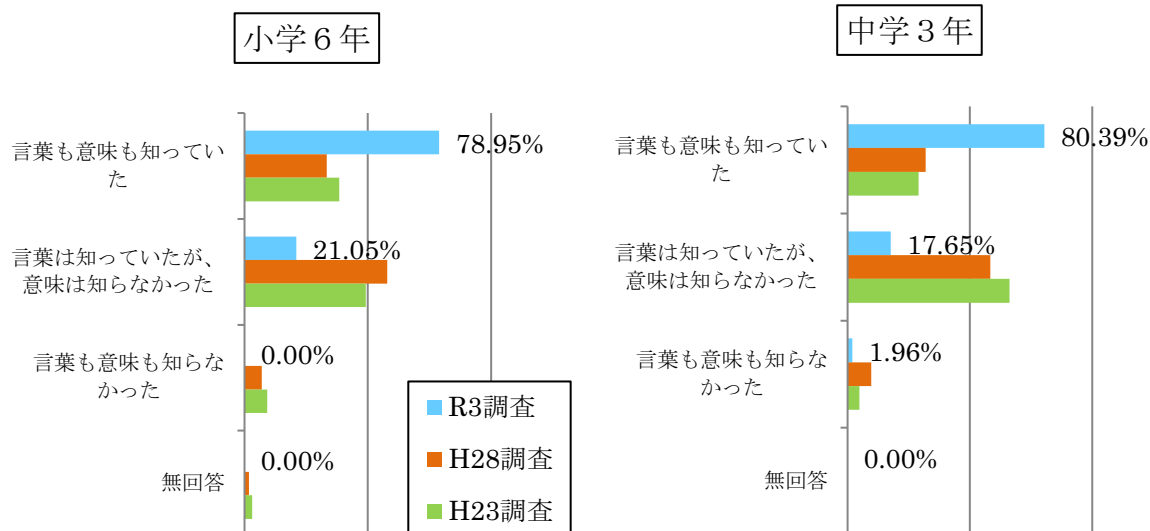
近年の情勢として、2015年9月の国連サミットで採択された2030年までに持続可能な世界の実現を目指す国際目標「SDGs」が採択され、日本においても積極的に取り組まれています。食育を推進することで、町民一人ひとりが生涯にわたって健全な心身を培うことができ、また、自然の恩恵や食に関わる人々の様々な行動に支えられていることを知ることで、感謝の念や理解を深めることへと繋がっていきます。本町においても、環境負荷の低減や食品ロス量の減少等のSDGsの考え方に沿った活動を実施していく必要があります。

資料⑤ 「食への意識」に関わるアンケート結果

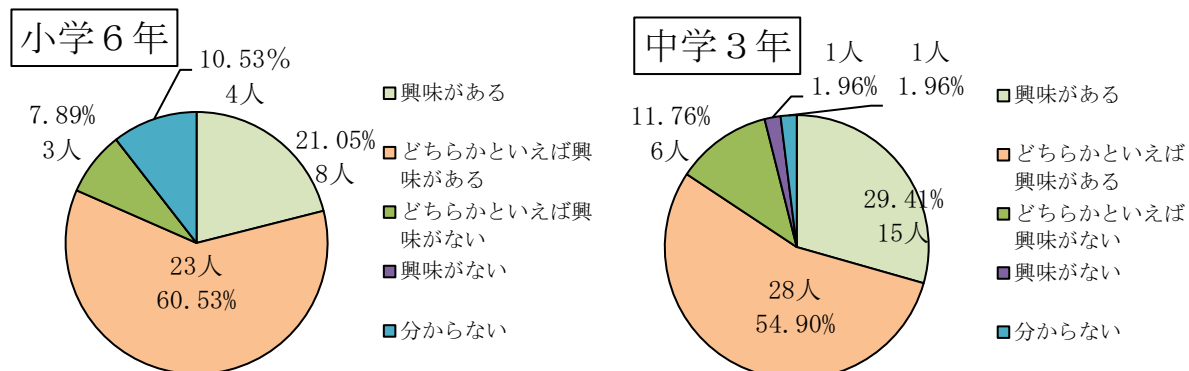
Q. 「食育」という言葉や意味を知っていますか？



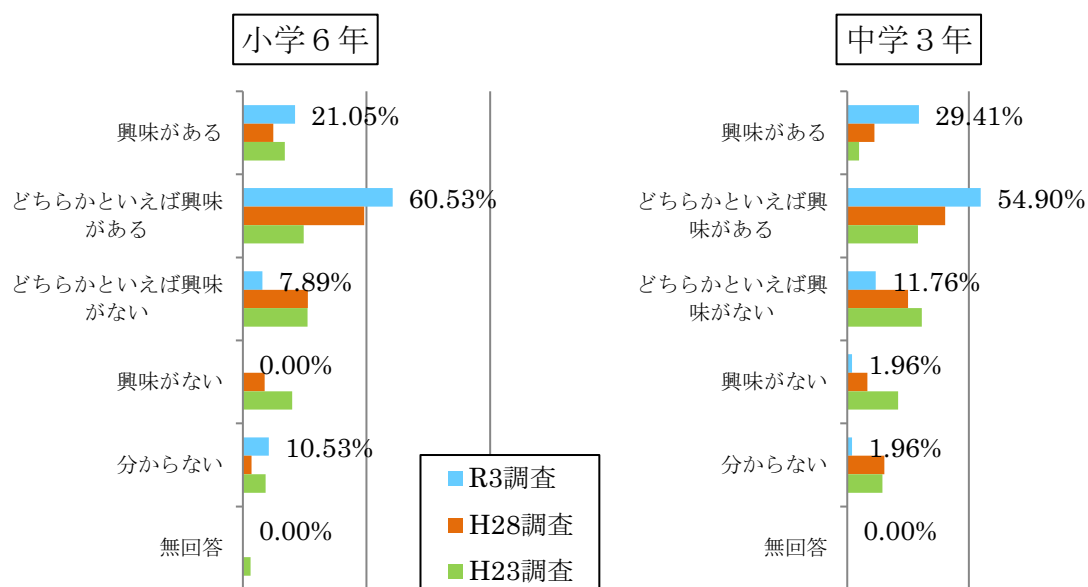
前回調査結果との比較



Q. 「食育」に興味・関心がありますか？



前回調査結果との比較



Q. 「食育」や「地産地消」に興味・関心がある理由は何ですか？

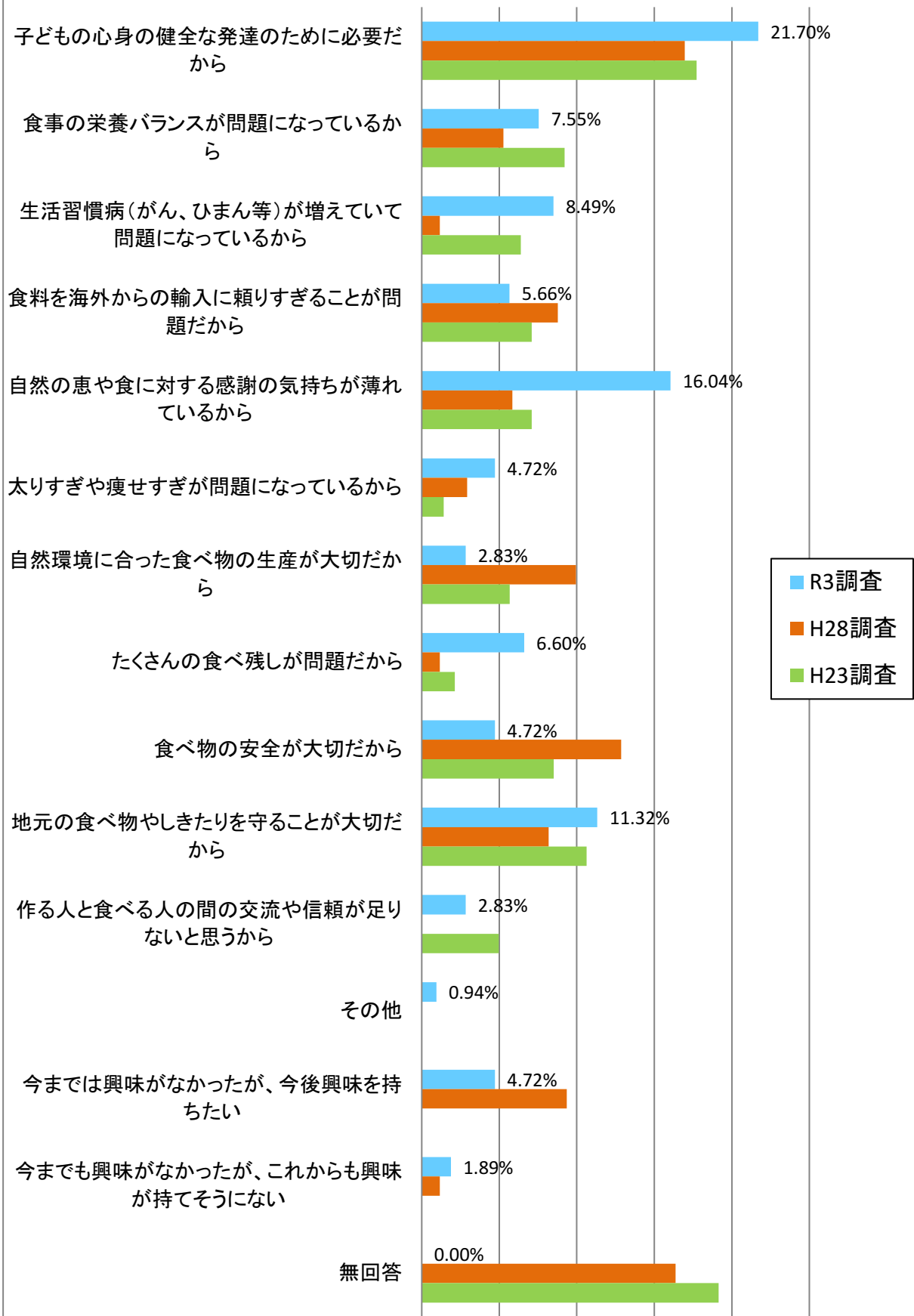
選択項目	小学6年保護者		中学3年保護者	
	人数	構成比	人数	構成比
子どもの心身の健全な発達のために必要だから	23	21.69%	31	21.53%
食事の栄養バランスが問題になっているから	8	7.55%	20	13.89%
生活習慣病(がん、糖尿病等)が増えていて問題になっているから	9	8.49%	9	6.25%
食料を外国からの輸入に頼りすぎることが問題だから	6	5.66%	2	1.39%
食に対する感謝の気持ちが薄れているから	17	16.04%	27	18.75%
太りすぎややせすぎが問題になっているから	5	4.72%	1	0.69%
自然環境に合った食べ物の生産が大切だから	3	2.83%	6	4.17%
たくさんの食べ残しが問題だから	7	6.60%	11	7.64%
食べ物の安全が大切だから	5	4.72%	7	4.86%
地元の食べ物やしきたりを守ることが大切だから	12	11.32%	22	15.28%
作る人と食べる人の間の交流や信頼が足りないと思うから	3	2.83%	1	0.69%
その他()	1	0.94%	2	1.39%
今までは興味がなかったが、今後興味を持ちたい	5	4.72%	3	2.08%
今までも興味がなかったが、これからも興味が持てそうにない	2	1.89%	2	1.39%
無回答	0	0.00%	0	0.00%
合 計	106	100.00%	144	100.00%

その他（コメント）：

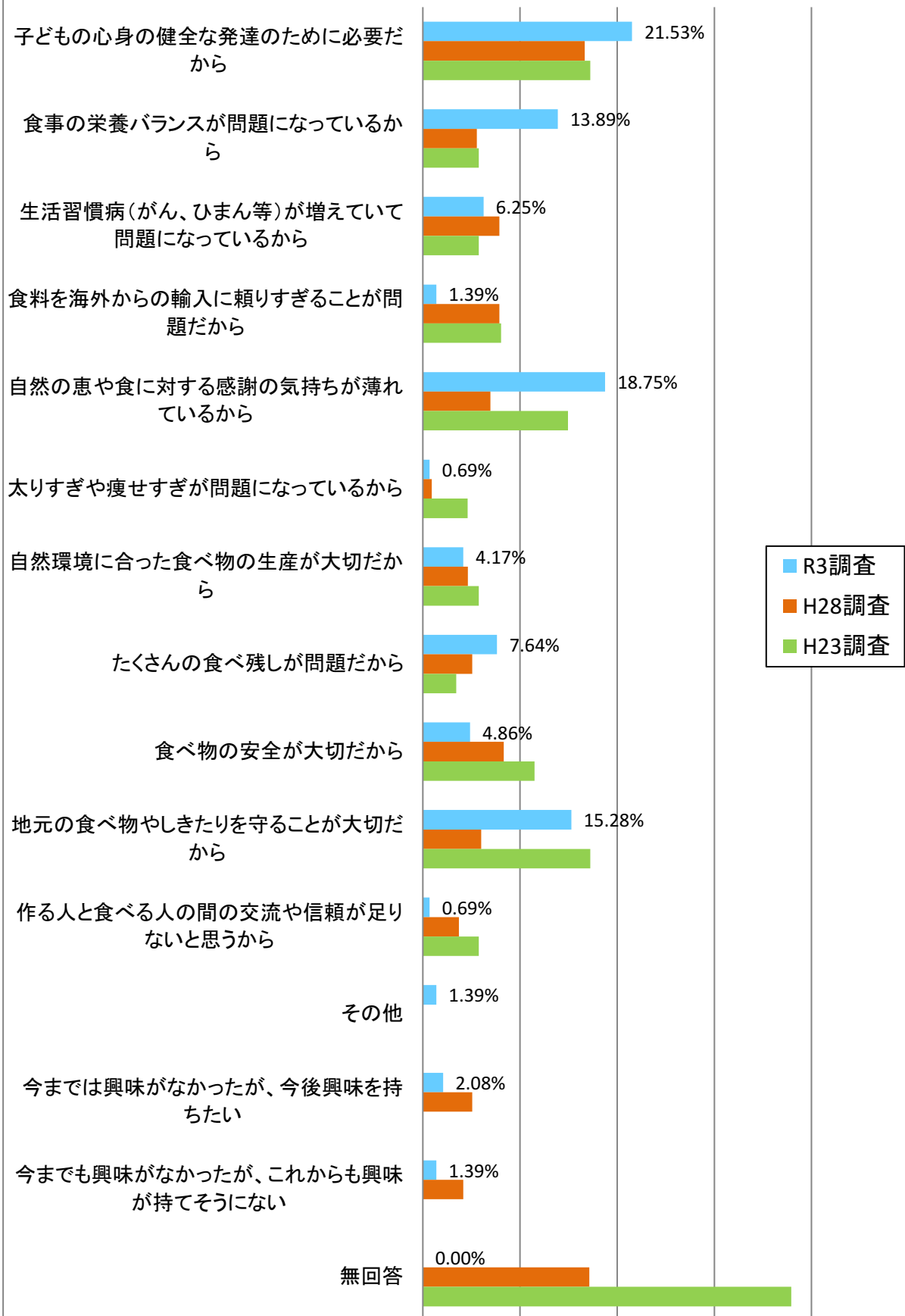
- ・ 地場産のものがおいしいから
- ・ 子供が大人になったときに必要な知識だと思うから
- ・ 地域の活性化



小学6年



中学3年



Q. 「食育」「地産地消」を推進していくために、取り組んでいくべきものは？

ピクトグラム	カテゴリー	内 容	重視 1	重視 2	重視 3
	共食	家族や仲間と、会話を楽しみながら食べる食事は、心も体も元気にします。	11 16 27	3 1 4	2 2 4
	朝食欠食の改善	朝食の摂取は、健康的な生活習慣につながります。	5 4 9	3 8 11	1 0 1
	栄養バランスの良い食事	主食・主菜・副菜の組み合わせた食事で、バランスの良い食生活になります。	8 11 19	10 3 13	4 7 11
	生活習慣病の予防	適正体重の維持に努めることにより、生活習慣病の予防や改善につながります。	0 1 1	7 6 13	7 1 8
	歯や口腔の健康	よくかんで食べることにより歯の発達・維持、食べ物による窒息を防ぎます。	1 0 1	1 1 2	0 1 1
	食の安全	食中毒や感染症を予防するため、食品の安全性等についての基礎的な知識を身につけ、実践します。	2 1 3	4 3 7	4 2 6
	災害への備え	災害等非常時のための食料品の備蓄を進めることが大切です。	2 2 4	0 1 1	2 3 5
	環境への配慮（調和）	食べ残しをなくし、食品ロスの削減に努めます。	2 2 4	1 6 7	1 5 6
	地産地消の推進	地域でとれた農林水産物を消費することにより、食を支える農林水産業や地域経済の活性化につながります。	4 9 13	3 12 15	5 7 12
	農林漁業体験	農林漁業を体験して、食や農林水産業への理解を深めます。	0 0 0	1 5 6	2 7 9
	日本の食文化の継承	「和食」をはじめとした日本の食文化を大切にして次の世代に伝えます。	2 1 3	3 3 6	6 7 13
	食育の推進	健全な食生活を実践するため、食育を推進します。	1 4 5	2 2 4	4 8 12

（上段：小学 6 年保護者数値、中段：中学 3 年保護者数値、下段：合計値）

6. 基本目標と数値目標

食育・地産地消の取組を町民運動として推進し、家庭、地域、保育所・学校等教育機関、農林水産業者・農林水産業団体、企業・団体、行政などの関係者が共通理解と共通意識を持って運動に関わることができるように、基本目標を下記のとおり定め、真室川町の食の魅力と、親しみやすさを推進していきます。

(1)基本目標

『食でつなぐ あがらしゃれ 真室川』

「食」は、生きる上での基本であり、健全な心身をつくっていくためには、子どもから大人までそれぞれの世代で求められる「食」に関する知識と選択する力を習得する必要があります。

また、家族や仲間と一緒に食べる楽しみや、食への感謝の気持ちの醸成、食文化を継承していくことなど、「食」には様々な役割があります。家庭や地域をはじめ、一人一人が実践者となり、社会全体の豊かな「食」を築いていく必要があります。

(2)数値目標

本計画を多くの関係者の理解のもと推進していくには、共通目標を掲げ、その達成を目指して、協力・連携して取り組んでいくことが求められます。真室川町における食育の推進に適した数値目標を設定し、より効果的で実効性のある施策を展開していきます。

項 目	数値目標			評価
	前実績値 (平成 28 年)	実績値 (令和 3 年)	令和 7 年度	
朝食欠食率 (週に3日以上朝食を食べない日がある)	小6 1.8%	小6 2.6%	0%	低下
	中3 6.7%	中3 6.7%		
メタリックシンドローム該当者	11.5%	19.1%	10%以下	低下
学校給食地場産物利用品目	28 品目	24 品目 (R2 年度実績)	35 品目	低下
「食事バランスガイド」の普及割合	27.8%	38.2%	50%以上	改善
「家族団らんの日」普及割合	小6 59.7%	小6 31.5%	各 20%増	低下
	中3 43.1%	中3 31.3%		
「食育」の言葉、意味の認知割合	小6 33.3%	小6 78.9%	50%以上	目標達成
	中3 32.0%	中3 80.3%		

「地産地消」の言葉、意味の認知割合	小6 71.9%	小6 78.9%	80%以上	改善
	中3 77.8%	中3 80.3%		

メタボリックシンドローム該当者の数値は特定健康診査結果 (R3 年度) より
 学校給食地場産物利用品目の数値は町内学校給食地場産物利用調査結果 (R2 年度) より
 その他の数値は、真室川町食育アンケート調査結果 (R3 年度) より

7. 施策の柱と方向性

生涯にわたって健全な食生活を送るために、栄養バランスに優れた安全・安心な食を選択できる力を培うことを目指します。また、四季折々に生産される農林水産物と地域食材を生かした伝統食を継承し、家庭や地域の食を通じたコミュニケーションを大切にしながら、楽しく豊かな食生活を目指します。

食育・地産地消を推進していく上で、以下に示す4つの項目を施策の柱とし、その柱に沿って、誰が、どこで、どのように連携・協力しながら食育を推進するのかを明確にする必要があります。

(1)食による健康づくり



米を中心として、大豆、野菜、魚など国内で生産される食材を、しょうゆ・みそ・だしなどにより、調理・味付けした日本の伝統的食生活に、畜産物や果実などが加わった「日本型食生活」は、栄養バランスに優れ、その価値が見直されています。町で生産される米や野菜などの食材は、日本型食生活をすすめる上で基礎的な食材になっていることから、地域内の食を活かした健康づくりを目指します。

- ①健康を考えた規則正しい生活習慣と食習慣を確立します。
- ②米を中心とした日本型食生活を取り入れ、栄養バランスに優れた食生活の実践を目指します。

(2)地産地消と安全・安心な食



生産者や消費者、食事を提供するサービス関連業者が地域全体で情報交換や交流を図り、信頼関係のもと相互理解と連携・協力をすすめながら、安全・安心な食を実現できる地域づくりを目指します。

また、栄養バランスに優れた日本型食生活の推進と地産地消を結び付けて実践することにより、食の豊かさを実現し、同時に地域の農林水産業と関連産業の活性化につなげていきます。

- ①地場産物利用を拡大させ、地産地消を推進します。

②安全・安心な食の供給を目指して、各生産ルートや流通ルートにおける生産管理体制や衛生管理体制を強化します。

③地域資源及び地域の個性を活かした6次産業化の推進を図ります。



(3)食を楽しみ、食に感謝する

味わって、楽しみながら食事をするのはとても重要なことです。幼少期は味覚を形成する時期であるため、様々な味に触れさせ、好き嫌いのない食習慣を身につけさせることが大切です。また、食事の際には「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつで感謝の気持ちを表現します。「いただきます」は、動植物の命をいただくこと、「ごちそうさま」は「食事のために食材を集めたり、料理をしてくれたり、駆け回ってくれたことにありがとう」という意味で、それぞれに感謝の気持ちが込められています。その意味をよく理解して食に対して感謝の気持ちを表現することが望まれます。

①食事マナーについて理解し、実践します。

②子どもから大人まで、自然の恩恵や食に関わる人々の様々な活動への理解を深めます。

③家族団らんで食事を楽しむ機会を増やします。

《家族団らんの日》

国では毎月19日を「食育の日」として定めました。山形県においても、毎月19日を「家族団らんの日」と位置づけ、食育推進について家族で語り合うことを推奨しています。これを受けて真室川町でも、毎月19日を「家族団らんの日」と定め、家族団らんを通じて食事マナーを学んだり、家族との会話を楽しんだりすることをすすめていきます。食を通じてすこやかな家庭を築き、地域の豊かさにもつなげていきます。



(4)食文化を継承し、もてなしの心「あがらしやれ」を未来につなぐ

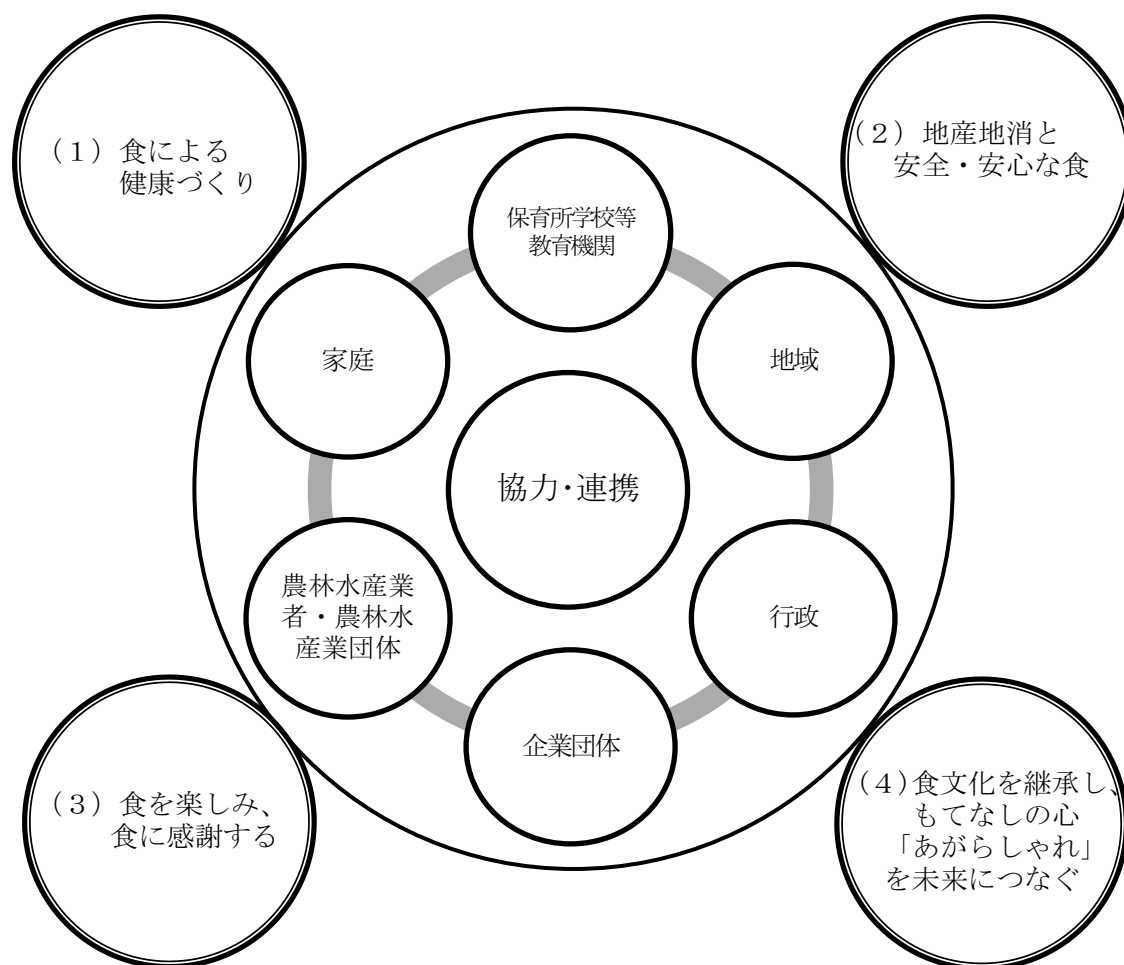
食を生み出す文化、食を味わう文化、そして食から生まれるもてなしの文化など、真室川町の自然や歴史を色濃く映した貴重な財産であるすべての食文化が町民に広く浸透することを目指して、未来へつなげる取組を推進します。

①伝統食や行事食への関心を高めます。

②郷土料理や伝統食など貴重な食文化を次世代に継承します。

③食を通じたもてなしの精神、人と人との関係を大切にすることを育みます。

食育・地産地消推進施策の連携イメージ



8. 具体的な施策の展開

すでに各分野で食育及び地産地消推進の活動が取り組まれています。これらの活動の継続を含め、それらに関わるそれぞれの関係機関で、必要に応じた食育及び地産地消を推進していきます。

(1) 家庭における食育・地産地消の推進

- ① 早寝早起きの生活習慣を確立し、朝食を中心に、3食しっかり食べる食習慣を身につけさせます。
- ② 米を中心とした日本型食生活を積極的に取り入れます。
- ③ 食事バランスガイドを活用し、食事の栄養バランスを考慮します。
- ④ 子どもにおやつを与える際は、その内容や量を考慮します。
- ⑤ 食品の安全性に関する情報への関心を高め、安全・安心な食品を選択します。
- ⑥ 地域の伝統食や行事食はもとより、その食材やいわれについても様々な機会を通し、関心を育んでいきます。

- ⑦「いただきます」「ごちそうさま」など食事のあいさつ、食事のマナー等を習慣づけます。
- ⑧日頃からコミュニケーションあふれる楽しい食卓を目指します。毎月19日は「家族団らんの日」として、家族そろっての食事を心掛けます。
- ⑨地場産の食材に興味関心を持ち、日々の食卓において地産地消を取り入れるとともに、その食材を通して、生産者に対する感謝の気持ちや、食べ残し等に対して「もったいない」と感じる気持ちを育みます。

(2) 保育所・教育機関における食育・地産地消の推進

- ①「食事バランスガイド」の理念に沿って、食事の栄養バランスについて関心を高めます。
- ②肥満や痩身、食物アレルギーの子どもに対して、栄養教諭・学校栄養士等が中心となり、個別指導を行います。
- ③給食等を通じて、食事のあいさつ、食事マナーについて指導します。
- ④町内農林水産業者・団体と連携・協力して、積極的に給食等への地場産物利用をすすめます。
- ⑤教育ファームの取組をすすめ、農作業等の体験学習を通じて、自然の恩恵や、食に関わる人々への理解を深め、食に対する感謝の心を育んでいきます。
- ⑥知育、体育、徳育の基礎として、意識的に「食育」に取り組みます。
- ⑦給食へ地場産農林水産物等を活用し、それらに対する理解と関心を育むとともに、生産者との交流等を図りながら、その食材を通して、生産者に対する感謝の気持ちや食べ残し等に対して「もったいない」と感じる気持ちを育みます。

(3) 地域における食育・地産地消の推進

- ①地域全体で食育を意識し、それらの推進につながる行事等への参加を呼びかけます。
- ②地域の伝統食、行事食などの食材、いわれ、調理方法などを次の世代に伝える取組をすすめます。
- ③ボランティア団体等による食育の推進活動を広げていきます。
- ④地場産の食材・料理に興味関心を持ち、地域全体で積極的に消費するとともに、町外にも情報発信を図っていきます。

(4) 農林水産業者・企業・団体等における食育・地産地消の推進

- ①正確な食品表示を徹底し、消費者との信頼関係を構築します。
- ②学校給食関係者等と連携をはかり、地場産物利用の拡大をすすめます。
- ③食の安全・安心につながる、環境保全型農業を推進します。
- ④教育ファームに代表される、農林水産業に関する理解を深めるような体験活動の受け入れや、その体制づくりをすすめます。
- ⑤農林水産業者により生産される安全・安心な農産物の活用を観光や交流分野にも広

げ、魅力ある真室川町の「食」を積極的に発信していきます。

⑥量販店、飲食店等との連携による地産他消の推進を図ります。

⑦消費者と生産者との交流を深めるための直売所等での対面販売の機会を充実させ、地場産物に対する消費者ニーズの的確な把握に努めます。

(5)行政における食育・地産地消の推進

①町広報誌やホームページを利用した食育に関する取組の紹介や情報の提供を行います。

②町内外で企画開催される食育に関するイベント、フォーラム等への町民参加を積極的に呼びかけ、町民が学ぶ機会の拡大を図ります。

③特徴的な地場産の食材や加工食品のブランド化を推進し、消費拡大、利用促進を図る町民運動を推進するとともに、町外への情報発信を図っていきます。

④広報、ポスター等による「家族団らんの日」の普及啓発を行い、地域全体への定着化を図ります。

【資 料】

真室川の伝承野菜

先祖から受け継ぎ、農家が長年育て、守り続けてきた伝承野菜は、真室川の風土になじみ、暮らしを支えるとともに、独特な食文化をも育んできました。

しかし近年、生産や流通の効率性、収量などに基準がおかれた品種改良が進められたり、時代の変化で、家庭菜園での野菜づくりが減るなど、伝承野菜が継承されるのが難しい時代になってきています。

その一方で昔ながらの味や珍しいものが求められる時代でもあり、地域性に富んだ食文化の発信とともに、多様で豊かな食生活を提案する際のツールとして伝承野菜への注目度が高まっているのも事実です。

伝承野菜は、真室川独自の財産といえるものであり、今後も守り続け、活用していくことが期待されています。

伝承野菜	科	主な料理	特色／いわれ
ひろこ 【残冬→早春】 	ユリ科	酢味噌和え かき揚げ 吸物 鍋物 天ぷら	アサツキの若芽。「ひろこ」という呼び名は元々ネギの仲間をあらわす蒜(ひる)が変化したものと思われる。特に雪を掘り起こして食べるものは黄色く柔らかで春一番の味。野菜として栽培もされるが、民家近くの土手などでは野生もよく見られる。真室川町内ではかつて鮭延城址あたりが群生地として有名で、春には「ひろこ摘み」の人々で賑わったという。
雪割菜 【早春→初夏】 	アブラナ科	お浸し 汁の実 炒め物	雪解けとともに伸び出す茎立ちと呼ばれる花芽を食べる茎立菜の一種。9月に種を播き秋のうちに株を充実させ、雪の下で越冬させる。春一番に雪を割るように成長することからこの名が付けられた。一般的な茎立菜の特徴である苦味などはなく、ほのかな甘みと柔らかな食感が、野菜の少ない春先の食卓に重宝される。一度収穫しても脇芽が次々と立ち、同じ株から何度も収穫できる。
赤にんにく 【夏】 	ユリ科	にんにくつき 醤油漬け 素揚げ	外皮が赤みがかり、大粒で貯蔵性に優れ、萌芽しにくい。一般的になんにくに比べ香りや味がまろやかだと言われ、加熱すればほくほくと甘みが際立つのも特徴。小川内地区の1件の農家でのみ自家用に長年作り続けられてきたが、近年、種株が分けられ、町内での栽培者は増えつつある。最上伝承野菜認定の「最上赤」と同種として取り扱われている。栽培には有機肥料を多用するとよい。
勘次郎胡瓜	ウリ科	サラダ 浅漬け 置漬け ピクルス 煮物 炒め物	特徴的な色に加え、ずんぐりとした形、柔らかく水分が多い食感も一般的なきゅうりとは異なり、キュウリ特有の青臭さやえぐみなどがほとんどなく、フルーツ感覚のキュウリとして主に生食に好まれている。約130年前、谷地の沢地区の姉崎勘次郎家に鮭川村から嫁いだ方が携えてきたのが始ま

【夏→初秋】 			りで、姉崎家によって現在まで細々と守られてきた。平成 20 年からは町内の農家グループも栽培と小規模販売を始めている。
弥四郎ささぎ 【夏→仲秋】 	マメ科	(若莢) 炒め物 汁の実 煮物 (種実) 煮豆 白あん	完熟した種実が茶色なことから「茶ささぎ」と呼ばれ、若実は柔らかで味が良く、完熟した種実も煮豆などで食べられる。かつては町内全域で作られていたというが、戦後、市場性の高い市販の改良種に押され、姿を消しつつあった。このささぎは川舟沢地区の佐藤弥四郎家に伝わってきたもの。つる性で、栽培には手柴やネットが必要。5月と7月の2回播種することで、長期間の収穫が可能となる。
からどり芋 【初冬→晩秋】 	サトイモ科	(芋) 煮物 汁の実 (茎) 甘酢漬け 納豆汁 炒り物 (葉) 炒り物 煮物	里芋の仲間で、姿形もよく似るが、茎が赤紫色で里芋とは違い親芋を主に食用とする。煮物にすればねっとりとしてきめ細かく、まるで上品な和生菓子のような食感が特徴。もちろん小芋もおいしく、茎や葉も利用できる。畑でも水田でも栽培できるが、翌年の種芋には、水田で育てたものを使う。生の軟茎は甘酢漬けに、干した茎、芋がら(ずいき)は、冬の伝統料理「納豆汁」に欠かせない食材。
甚五右エ門芋 【晩秋】 	サトイモ科	芋煮 煮物 素揚げ コロッケ	小川内地区の佐藤家に家宝のひとつとして代々伝えられてきたという里芋。佐藤家のかつての屋号「甚五右エ門」にちなんだ芋の名。外観は普通の里芋に比べやや長め、食感はやわらかで、ぬめりも多い。芋煮にすると、芋の外側と内側の固さの差はほとんど無く箸で簡単に切れるほど。切り口はきれいな白色。里芋は通常親芋を食べないが、この芋は芋煮などにして親芋もおいしく食べられる。
とっくりかぶ 【晩秋→初冬】 	アブラナ科	甘酢漬け 汁の実	荒木地区の中川家のみで栽培され続けてきた地かぶで、筋っぽさが無くサクサクと柔らかで水分が多いのが特徴。生でかじってもかぶ独特の辛味は少ない。可食部は短くて太く、中央付近がわずかにくびれ、下膨れした形がちょうどとっくりのようにみえることからこの名で呼ばれてきた。土から出た葉に近い部分の外皮は赤紫色になる。可食部に比べて葉の部分がかかなり長いのも特徴。
黒五葉 【枝豆晩夏・大豆初秋】 	マメ科	枝豆 打ち豆 黒豆煮	葉が5枚であることからこの名。別名「いづつぱ豆」とも。黒豆煮にする他、若いうちに収穫して枝豆として食べても味が良い。

青ばこ豆 【枝豆初秋・大豆仲秋】 	マメ科	打ち豆 数の子豆 豆味噌	青大豆の一種。青黒よりも色が薄く、黄緑がかっており、形もやや平たく、白っぽい模様が入るのが特徴。
青黒 【枝豆仲秋・大豆晩秋】 	マメ科	打ち豆 数の子豆 きなこ	青大豆の一種。他の青大豆に比べ黒みがかっている。大豆の状態になっても緑色が濃く味も良い。きなこや節分の炒り豆によい。
大黒豆 【枝豆初秋・大豆仲秋】 	マメ科	枝豆 打ち豆 黒豆煮 なます	雁がかじったような皺模様が豆の中央に出る事から「雁喰い」とも。黒五葉よりもひとまわり大きく、やや平たいのが特徴。
最上かぶ 【晩秋→初冬】 	アブラナ科	味噌かぶ 糲漬 甘酢漬 汁の実 炒り物	形は長め短めなど多様だが、最上地域北部で多く作られてきた。土から出た部分は赤紫色になるが内部は白く肉質柔らか。
地かぶ 【晩秋→初冬】 	アブラナ科	味噌かぶ 麴漬 甘酢漬 汁の実 炒り物	平岡の「長左エ門かぶ」、小川内の「ねずみのおっぱ」など、最上かぶと似ているが、形や呼び名が個性的な地かぶがまだまだある。
七夕白ささぎ 【夏→晩秋】 	マメ科	(若莢) 炒め物 お浸し (種実) 煮豆 白あん	隠元豆の一種。七夕の頃に種を蒔く。若莢はやわらかく香ばしい。成熟後の種実は皮が薄く煮豆にして美味。豆の姿形は大豆に似る。

在来金時豆 【夏→初秋】 	マメ科	煮豆 おふかし サラダ	隠元豆の一種。鮮やかな紅色が特徴。町内全域で煮豆用に栽培。おふかしに炊き込んだり、最近では、茹でてサラダの彩りにも。
今朝治郎胡瓜 【夏→初秋】 	ウリ科	サラダ 漬物 味噌汁 炒め物	長さ 15 cm ほどのずんぐりとした形で濃緑色に白い縦すじが入る。皮は固めだが水分が多くみずみずしい食感。約 100 年ほど前に種をもらいうけてきた先祖の名前から今朝治郎胡瓜とした。

○最上かぶ、地かぶ、七夕白ささぎ、在来金時豆以外は、最上传承野菜にも認定されている。山形県最上地域において、概ね昭和 20 年以前から作り続けられ、現在も自家採種しながら栽培が続けられている野菜・豆類など 33 品目が認定されている。(令和 3 年度末現在)

真室川の旬ごよみ

最も味のよい出盛りの時期を「旬」といいます。最近ではどんな食品でも四季を問わず手に入るようになりましたが、旬の味はまた格別なものです。

真室川でとれる主な食材の旬を知ること、美味しいものを最も美味しい状態で食べることができます。

野菜 (茎・葉・花)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
孟宗筍												
菜の花												
雪割菜												
みつば												
春菊												
ほうれんそう												
パセリ												
アスパラガス												
みょうが(茎)												
にら												
らっきょう												
にんにく												
たまねぎ												
赤じそ												
青じそ												
モロヘイヤ												
つるむらさき												
みょうが(花)												
チンゲンサイ												
ねぎ												
しその実												
南蛮の葉												
食用菊												
小松菜												
水菜												
セロリ												
野菜 (茎・葉・花)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
カリフラワー												
ブロッコリー												
生の芋がら(からどり芋)												
青菜(からし菜)												
白菜												
キャベツ												

月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
野菜(果菜)												
いちご												
きゅうり												
なす												
オクラ												
ゴーヤ(にが瓜)												
トマト												
すいか												
メロン												
かたうり												
夕顔												
ピーマン												
青唐辛子												
かぼちゃ												
とうもろこし												
赤ピーマン												
赤唐辛子												
鷹の爪												
はやとうり												

月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
野菜(豆類)												
さやえんどう (二度豆)												
さやいんげん (ささぎ)												
枝豆												
小豆												
いんげん豆												
大豆												

月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
野菜(根菜)												
じゃがいも(二度芋)												
しょうが												
さつまいも												
ごぼう												

人参													
里芋													
こんにゃく芋													
長芋(とろろ芋)													
むかご(長芋)													
ヤーコン													
ちょろぎ													
大根													
地かぶ													

月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
穀類												
米(もち・うるち)												
はとむぎ												
そば												

月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
山菜												
せり												
ひろこ												
ばっけ												
つくし												
わさび												
よもぎ												
かんぞう												
あざみ												
かたくり												
木の芽(あけびの若芽)												
ぜんまい												
こごみ												
赤こごみ												
しどけ												
あいこ												
ほんな												
うど												
じょんなこ												
山人参												
あまどころ												
すかんぼ												
木の芽(山椒の若芽)												
たらの芽												
こしあぶら												

せんの木												
わらび												
細筍												
うるい												
ふき												
みず												
みずぼんぼ(むかご)												
百合根												

月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
きのこ												
しいたけ												
きくらげ												
とび茸(とんび舞茸)												
ほうき茸												
ばくろもだち(さくらしめじ)												
すぎかのか(すぎひらたけ)												
しめじ												
はたけしめじ												
落葉松もだち(はないぐち)												
ひら茸												
舞茸												
ぶなかのか(ぶな針茸)												
栗もだち(栗茸)												
沢もだち(なら茸)												
むき茸												
ぬきうち茸(蝦夷針茸)												
なめこ												

月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
果樹・木の実												
くわの実												
ぐみ(しゃぐみ)												
梅												
すぐり												
さくらんぼ												
ブルーベリー												
すもも												
プルーン												
桃												
いちじく												
姫りんご												
栃												

やろこはちまき(なつはぜ)												
月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
果樹・木の実												
あけび												
栗												
がまずみ												
りんご												
くるみ												
柿												
ぎんなん												
山ぶどう												
ラ・フランス												
キウイフルーツ												

月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
動物性のもの												
鯉												
ハヤ												
鱒(サクラマス)												
ナマズ												
ドジョウ												
ウナギ												
鮎												
カジカ												
いなご												
鮭												
モクズガニ												

月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
その他												
朴の葉												
菖蒲												
笹の葉												
みげ												
すすき												
葦												
藁												

真室川町食育・地産地消推進委員会設置要綱

(目的)

第 1 条 この要綱は、真室川町における食育及び地産地消の推進を総合的かつ計画的に実施するため、真室川町食育・地産地消推進委員会（以下「委員会」という。）の設置及び運営に関し、必要な事項を定めることを目的とする。

(所掌事項)

第 2 条 委員会の所掌事項は次のとおりとする。

- (1) 食育・地産地消推進計画の策定及び推進に関すること。
- (2) 食育及び地産地消に関する制度、施策の実施に関すること。
- (3) 委員会の設置目的を達成するために必要な事項

(委員の組織及び任期)

第 3 条 委員会は、教育関係団体、保育関係団体、栄養関係団体、健康関係団体、保健関係団体、生産者関係団体、消費者関係団体及びその他町長が必要と認める者をもって組織し、町長が委嘱する。

2 委員の任期は 2 年とする。ただし、再任は妨げない。

3 委員に欠員が生じた場合の補欠委員の任期は、前任者の残任期間とする。

(委員長及び副委員長)

第 4 条 委員会に、委員長及び副委員長を置く。

2 委員長には真室川町長を充て、副委員長は委員長の指名により選出する。

3 委員長は会議の議長となり会議を進行する。副委員長は、委員長を補佐し、委員長に事故あるときは、その職務を代行する。

(会議の招集)

第 5 条 委員会は、委員長が招集する。

(処務)

第 6 条 委員会の処務は、農林課において処理する。

(補則)

第 7 条 この要綱に定めるもののほか、委員会の運営に関し必要な事項は、委員長が別に定める。

附 則

この要綱は、平成 19 年 10 月 26 日から施行する。

この要綱は、平成 24 年 3 月 1 日から施行する。

この要綱は、平成 27 年 4 月 1 日から施行する。

真室川町食育・地産地消推進委員名簿

	区分	所 属 名	役職名	氏名
1	委員長	真室川町	町長	新田隆治
2	委員	真室川町立真室川小学校	校長	加賀谷成秀
3	委員	山形県立新庄神室産業高等学校 真室川校	校長	齋藤潤弥
4	委員	真室川町立真室川小学校	栄養教諭	佐藤暢子
5	委員	たんぼぼこども園	園長	安食さおり
6	委員	真室川町立釜淵保育所	所長	阿部孝子
7	委員	真室川町立真室川病院	管理栄養士	工藤香里
8	委員	JA おいしいもがみ真室川営農センター	監理役	庄司一彦
9	委員	真室川町認定農業者連絡協議会	会長	佐藤重孝
10	委員	真室川町区長会	会長	池田廣一
11	委員	真室川町連合婦人会	会長	佐藤裕子
12	委員	福祉課	課長	佐藤洋子
13	委員	教育課	課長	高橋雅之
14	委員	企画課	課長	海藤直明
15	委員	農林課	課長	斉藤克智

令和4年4月現在