

第 3 次

対馬市食育・地産地消推進計画

～対馬の海の幸・山の幸を食卓に～

(令和4年度～8年度)



対馬市

はじめに



人生100年時代において、いつまでも元気で過ごすためには、健全な食生活が何よりも大切です。

また、「食育」は健全な心身を培い、豊かな人間性を育む基礎となるものです。

本市では、平成22年3月に「対馬市食育（地産地消）推進計画」を策定し、「食育」及び「地産地消」の取り組みを進めてまいりました。学校給食や家庭において地産地消が推進されてきている一方、食育に対する関心がまだまだ低く、小中学生における朝食の欠食が増加していること、地域の伝統的な食文化が失われつつあることなど、新たな課題も見えてきました。

また、新型コロナウイルス感染症の影響を受けて、新たな生活様式の中で家庭での食育の重要性が高まってきているなど、改めて食育の大切さを見つめ直す時代を迎えたと考えております。

このたび第2次計画期間終了に伴い、今までの取り組みを評価するとともに課題を整理し、引き続き、本市の豊かな農林水産物や伝統的な食文化を基本に、生涯を通じた食育の推進を目指して、ここに「第3次対馬市食育・地産地消推進計画」を策定いたしました。

さらに、本市は国からSDGs未来都市に選定されており、食育推進によるSDGs達成への貢献も視野に着実に計画に取り組んでまいります。

本計画の推進にあたりましては、関係機関・団体の方々と連携・協働はもちろんのこと、家庭での食育がますます重要となってくることから、市民の皆さまのより一層のご理解とご協力をお願い申し上げます。

最後に、本計画の策定にあたり、熱心にご審議いただきました「対馬市食育推進会議」委員の皆さまをはじめ、ご協力いただきました多くの皆さまに心より感謝申し上げます。

令和4年3月

対馬市長 比田勝尚喜

目 次

第1章 策定にあたって	
1. 計画策定の趣旨	1
2. 計画の位置づけ	3
3. 計画の期間	3
第2章 「食育・地産地消」をめぐる現状と課題	
1. 前計画の目標達成状況	4
2. 「食育・地産地消」の現状と課題	
(1) 食の現状	5
(2) 体験の現状	11
(3) 地産地消の現状	12
3. 「食育・地産地消」の課題	21
第3章 対馬市が目指す「食育・地産地消」	
1. 基本理念	23
2. 基本方針	23
3. 基本施策・目標	24
第4章 具体的な施策の展開	
1. 健全な食生活を実践できる市民の育成（生涯を通じた取り組み）	25
2. “地域の食”づくり（地域での取り組み）	32
3. 食を育む環境との共生（次世代へつなぐ取り組み）	36
第5章 「食育・地産地消」推進のための目標指標	
1. 目標指標	39
第6章 計画の推進体制	
1. 計画の推進体制	40
2. 家庭・学校・地域などの役割	41
資料編	42

第1章 策定にあたって

1. 策定の趣旨

食育とは、様々な経験を通じて「食」に関する知識と、「食」を選択する力を身につけ、健全な食生活を実践できる力を育むことです。食べることは生涯にわたって続く営みであることから、食育は生きるうえでの基本であり、子どもはもちろん、大人にとっても大切です。

本市においては、食育と地産地消を総合的に進めるため「対馬の豊かな自然の中で育まれた心とからだを大切に、食を通じて健康で心豊かな人間性を育む」ことを基本理念に平成22年3月に「対馬市食育（地産地消）推進計画」、平成27年3月に「第二次対馬市食育・地産地消計画」を策定し、食育に関する施策を推進してきました。

これまでの計画の推進により、農林漁業体験などの「食」に触れる機会は増え、学校給食における地場水産物の使用割合は高くなっています。しかしながら食育に関心を持っている市民の割合や、小・中学生や若い世代の朝食摂取率は依然として課題にあげられます。若い世代は、これから親になる世代もしくは親世代であり、子どもは親の食習慣に影響されることから若い世代へのさらなる取り組みが必要です。

このような現状を踏まえ、本市では、前計画の基本理念を基盤に、「第3次対馬市食育・地産地消推進計画」を策定し、食をめぐる様々な課題や問題解決に向けて取り組んでいきます。

また、2015年9月の国連サミットにおいて採択された「持続可能な開発のための2030アジェンダ」で掲げられた「持続可能な開発目標（SDGs）」の達成に資するものです。



対馬市食育キャラクター「どどんこくん」





SDGs (持続可能な開発目標) について

- 「SDGs (持続可能な開発目標) Sustainable Development Goals」は、2015年(平成27年)9月の国連サミットで採択され、「誰一人取り残さない」持続可能な社会の実現を目指し、17の持続可能な目標と169のターゲットで構成されています。経済、社会、環境をめぐる広範な課題に統合的に取り組む2030年までの達成を目指す国際社会全体の目標です。
- 17の持続可能な目標のうち「2 飢餓をゼロに」「3 すべての人に健康と福祉を」「4 質の高い教育をみんなに」「12 つくる責任つかう責任」等の目標は、食育の推進によって貢献が可能であると考えられます。
- SDGsの理念は、本計画の施策の方向性とも重なっており、市民とともに食育の推進に取り組むことでSDGsの目標達成に貢献していきます。

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

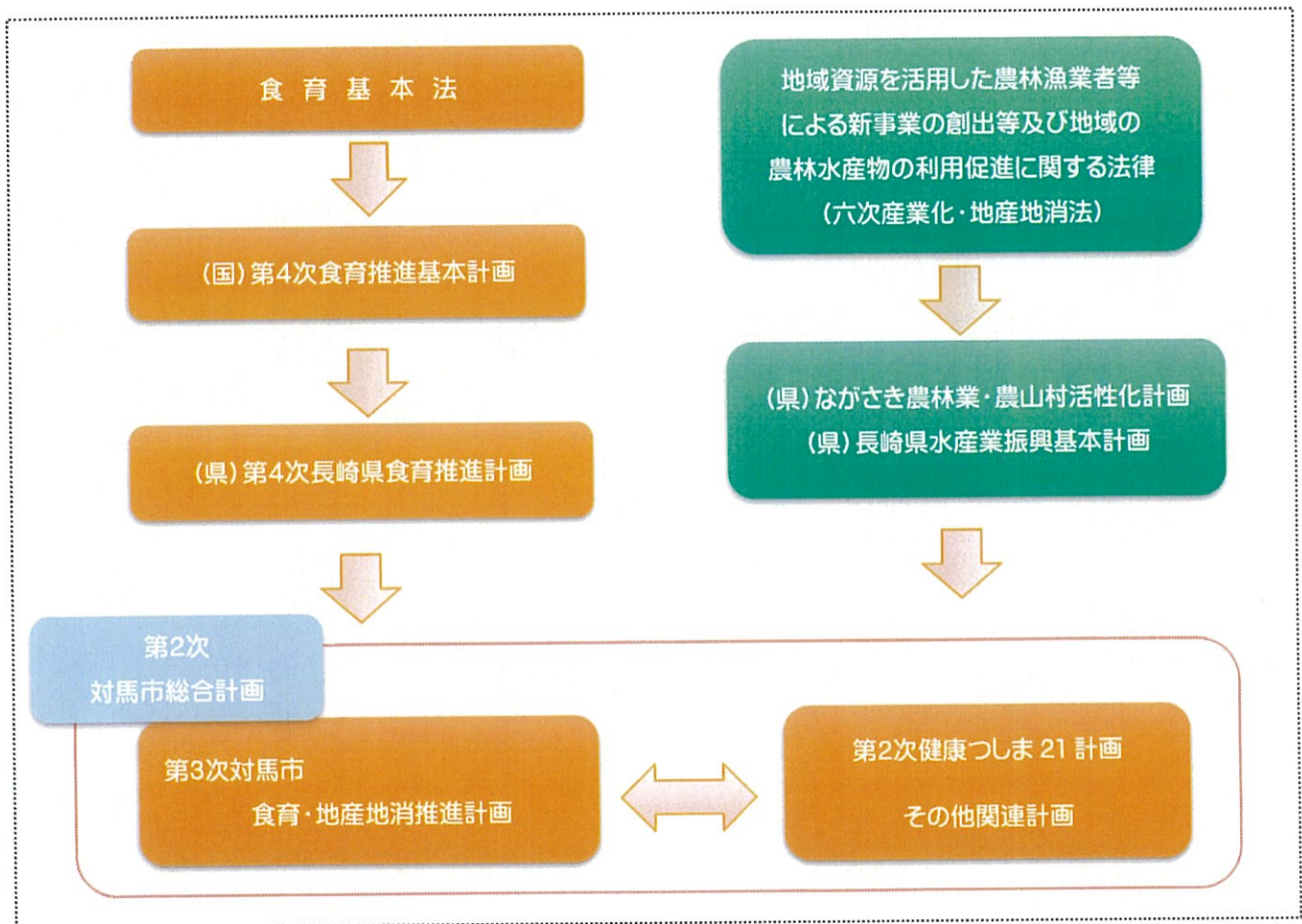


対馬市はSDGs未来都市として持続可能なしまづくり (SDGs) に取り組んでいます。

	飢餓に終止符を打ち、食料の安定確保と栄養状態の改善を達成するとともに、持続可能な農業を推進する
	あらゆる年齢のすべての人々の健康的な生活を確保し、福祉を推進する
	すべての人々に包摂的かつ公平で質の高い教育を提供し、生涯学習の機会を促進する
	持続可能な生産消費形態を確保する

2. 計画の位置づけ

本計画は、「食育基本法」第18条に基づく「市町村食育推進計画」並びに「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「地域の農林水産物の利用の促進についての計画（地産地消促進計画）」として位置づけます。また、上位計画である「第2次対馬市総合計画」や関連する計画と整合性を図りつつ、「食育・地産地消」を具体的に推進するための行動計画として策定します。



3. 計画の期間

本計画の期間は、令和4年度から令和8年度までの5年間とします。但し、社会環境の変化等に応じて、適宜見直しを行うこととします。

第2章 「食育・地産地消」をめぐる現状と課題

1. 前計画の目標達成状況

目標指標		現状値 (平成21年)	現状値 (平成26年)	目標値 (R2年)	現状値 (令和3年)	改善状況				
						A	B	C		
食育	食育に関心をもっている人の増加	小学生	63.2%	56.4%	70.0%	41.8%			○	
		中学生					31.7%			○
		成人	81.2%	66.6%	70.0%	51.5%			○	
	朝食を欠食する人の減少	幼児期	2.0%	2.4%	1.0%	0.9%	○			
		小学生	12.1%	7.5%	6.0%	12.2%			○	
		中学生	11.4%	7.4%	5.7%	18.6%			○	
		成人	20.8%	20.5%	15.0%	18.5%		○		
	栄養バランスを考えて食事をとる人の増加		64.3%	69.6%	75.0%	52.2%			○	
	内臓脂肪症候群（メタリックソドローム）の予防や改善のための適切な食事、運動等を継続的に実践している人の増加		40.4%	36.9%	45.0%	50.0%	○			
	よくかんで味わって食べる人の増加		—	57.4%	65.0%	37.2%			○	
郷土料理・伝統料理を知っている人の増加	小中学生	83.9%	79.6%	90%以上	79.2%			○		
	成人	85.0%	88.1%	90%以上	87.5%			○		
毎月19日が「食育の日」であることを知っている人の増加		12.8%	33.0%	50.0%	44.7%		○			
体験・地産地消	学校以外で体験（農業・漁業・料理）をしたことがある児童生徒数の増加	小学生	55.0%	58.9%	60.0%	80.3%	○			
		中学生	58.4%	64.8%	65.0%	75.6%	○			
	グリーン・ブルーツーリズムの推進	宿泊客数の増加	—	1,320人	2,600人	1,093人			○	
		農林漁業体験民泊登録数	—	17軒	30軒	39軒	○			
	地産地消を知っていて、地元産のものを購入するように心がけている人の増加		59.1%	59.5%	65.0%	67.2%	○			
	地産地消向けの生産施設の設置		—	45,000㎡	80,000㎡	約49,000㎡		○		
	学校給食に地場産物を使用する割合（重量比）	米	21.0%	42.3%	年40回	38.4%			○	
		しいたけ	100.0%	98.7%	100%維持	93.6%			○	
		野菜	アスパラガス	68.0%	52.1%	60.0%	87.5%	○		
			たまねぎ	—	46.1%	40.0%	32.3%			○
じゃがいも			—	37.2%	40.0%	35.2%			○	
海藻類			—	—	年30回以上	393回	○			
学校給食に対馬産の水産物を利用する回数	魚介類	年1.8回	年6.5回	年35回以上	251回	○				
	主要直売所等地場農林水産物等販売額	—	360,000千円	400,000千円	426,000千円	○				

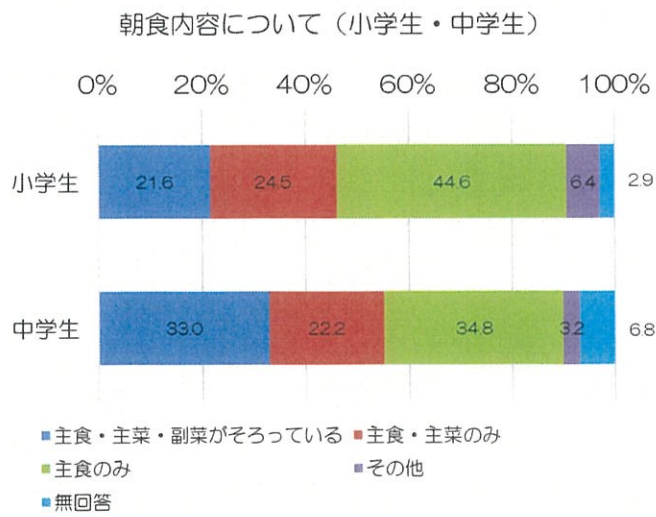
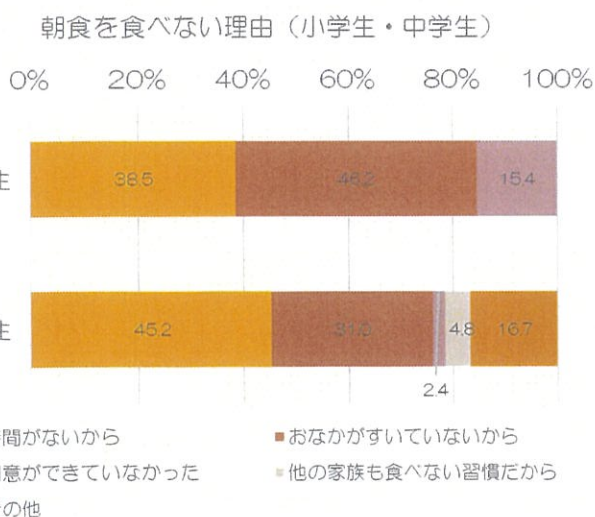
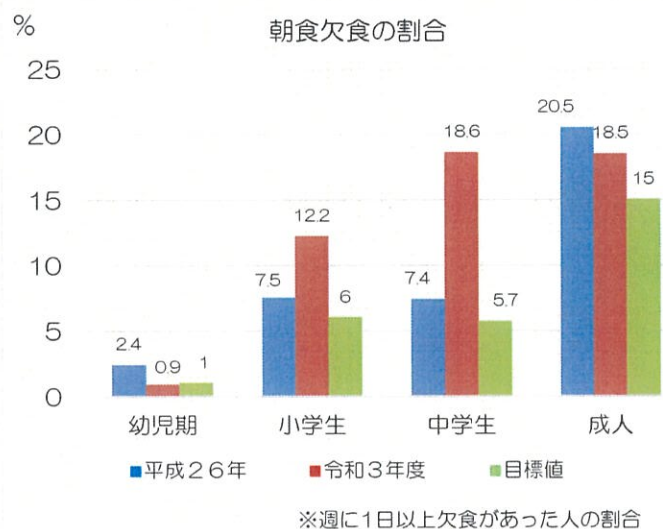
※ A は目標達成 B は改善傾向 C は改善していない

2. 「食育・地産地消」の現状と課題

(1) 食の現状

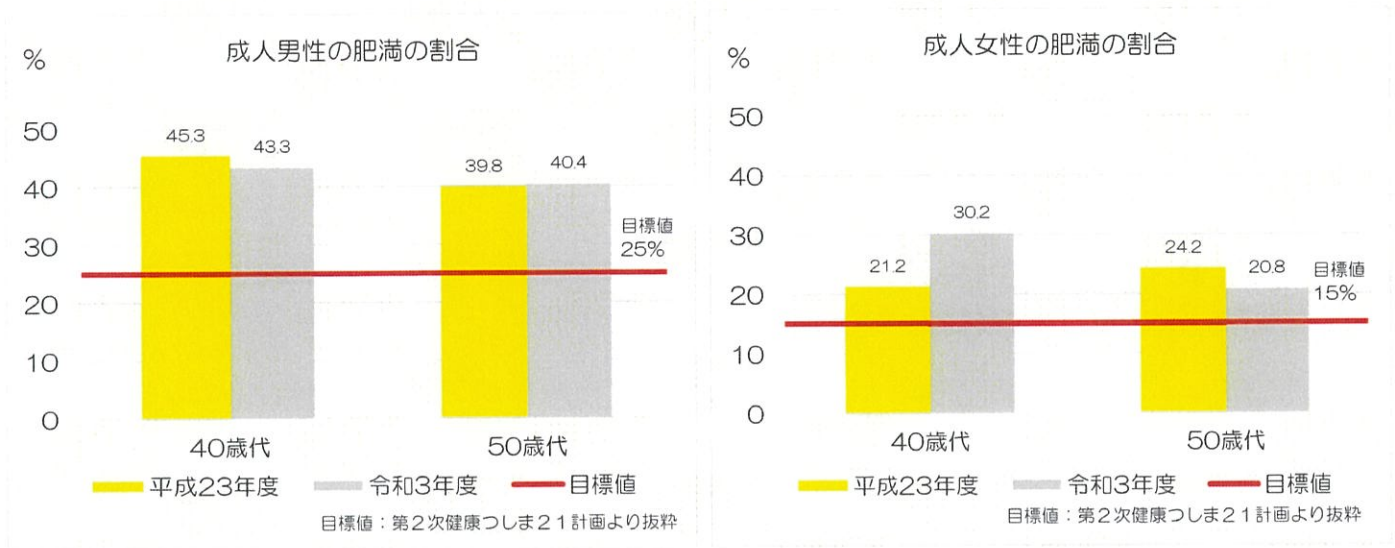
① 朝食の摂取状況

朝食の摂取状況は、小学生・中学生については改善が見られませんでした。幼児期・成人では前回より改善が見られました。小学生・中学生が朝食を食べない理由として「時間がない」「お腹がすいていないから」という意見が多くを占めていました。また、小学生・中学生の朝食内容については、約9割がごはん・パンなどの主食を主に食べていますが、肉・魚・卵などの主菜は小学生が約5割、中学生が約4割、野菜などの副菜は小学生が約8割、中学生が約7割食べていない状況です。



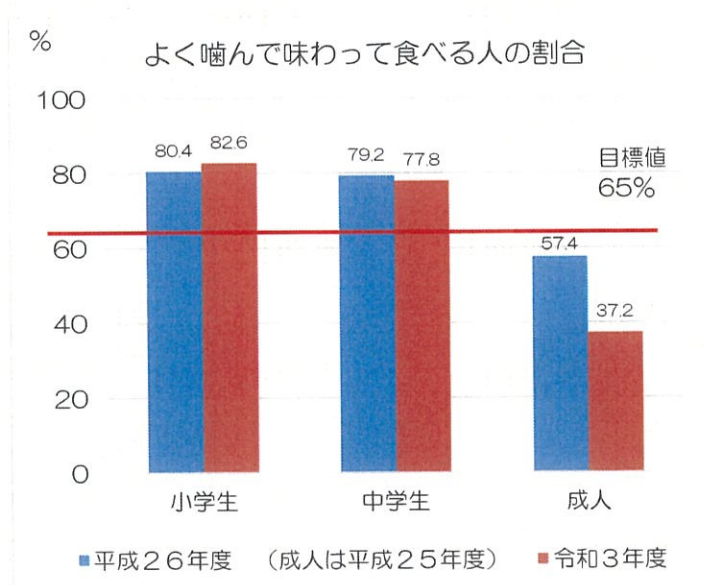
② 肥満（BMI25以上）の状況

男性では40歳代も50歳代も前回と大きな変化はなく横ばいですが、いずれも目標値を大きく上回っています。40歳代女性の肥満は30.2%となっており、前回より増加しています。それに対し、50歳代女性の肥満は20.8%となっており、前回より減少しています。女性に比べ男性の肥満の割合が高いことがわかります。



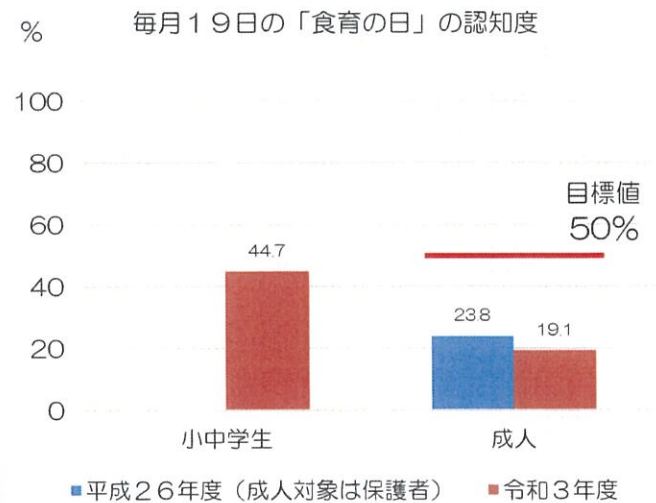
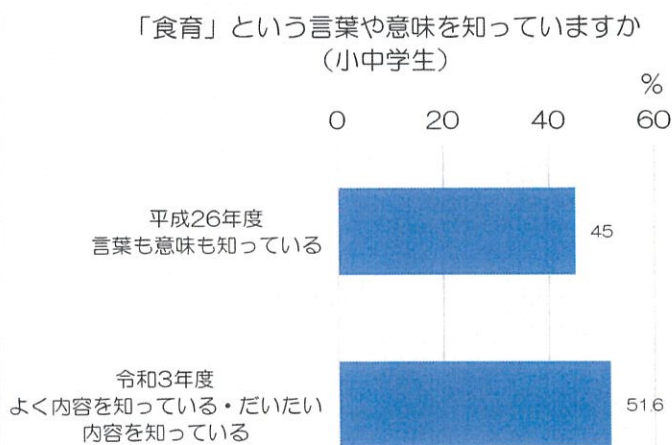
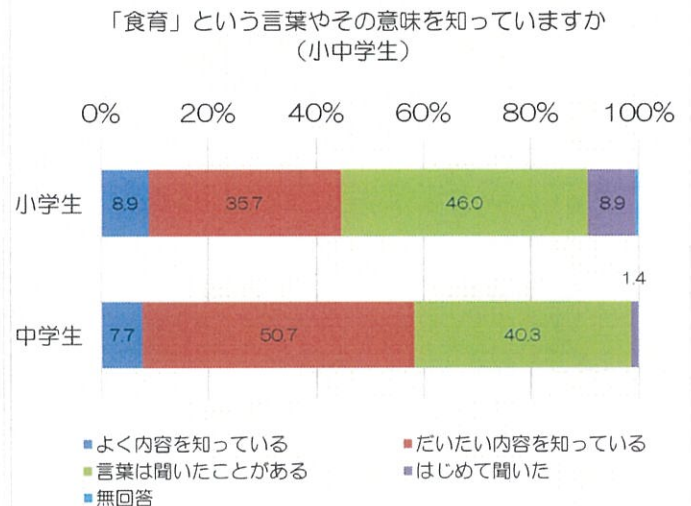
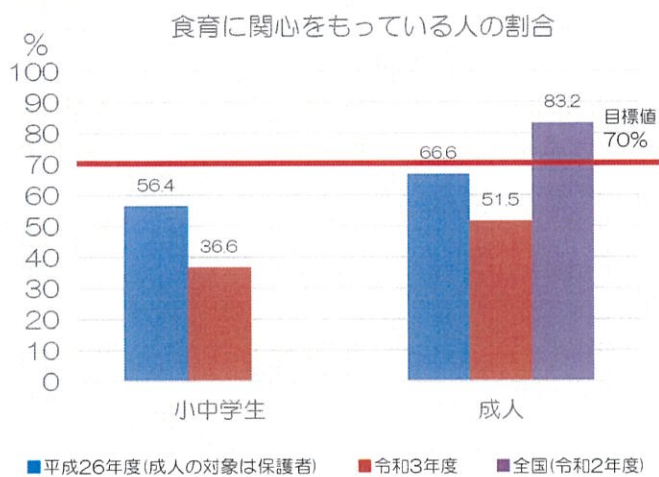
③ 食事の食べ方について

よく噛んで味わって食べる人の割合は、小学生が82.6%、中学生が77.8%、成人が37.2%です。特に成人は、前回より大幅に減少しており、4割にも満たない状況です。



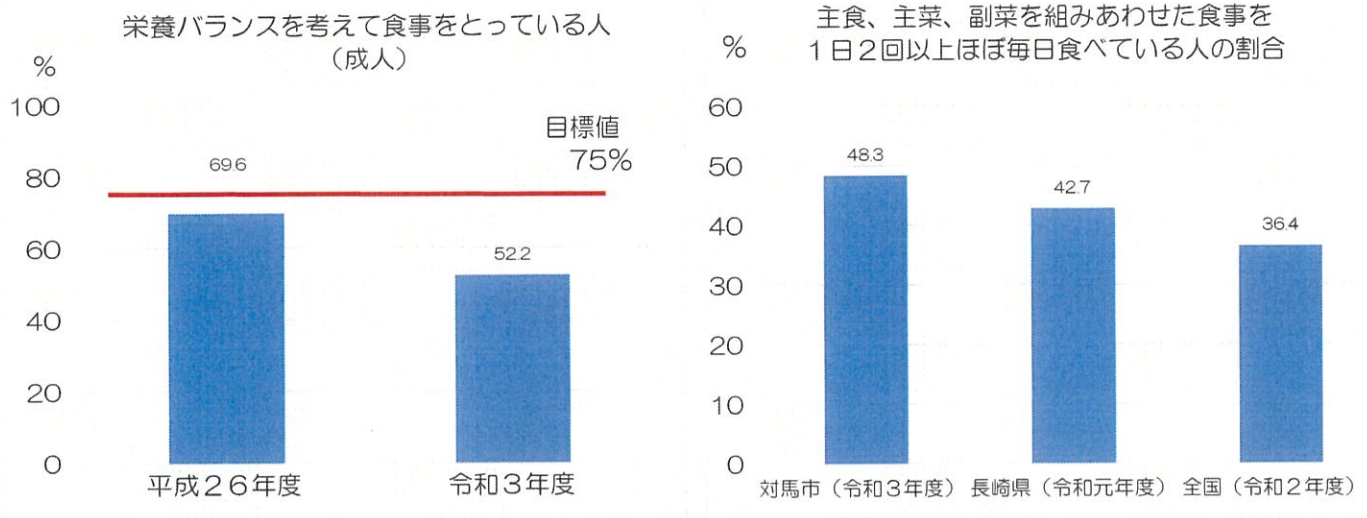
④ 食育に関する意識

食育の関心については、小中学生・成人ともに前回よりも低くなっており、目標値や全国の平均よりも低くなっています。小中学生の「食育」の認知度については、「よく内容を知っている」、「だいたい内容を知っている」を合わせると51.6%であり、前回の「言葉も意味も知っている」の45%を上回っています。また、「食育の日」の認知度は小中学生44.7%、成人は19.1%で、特に成人の認知度が低いことがわかります。



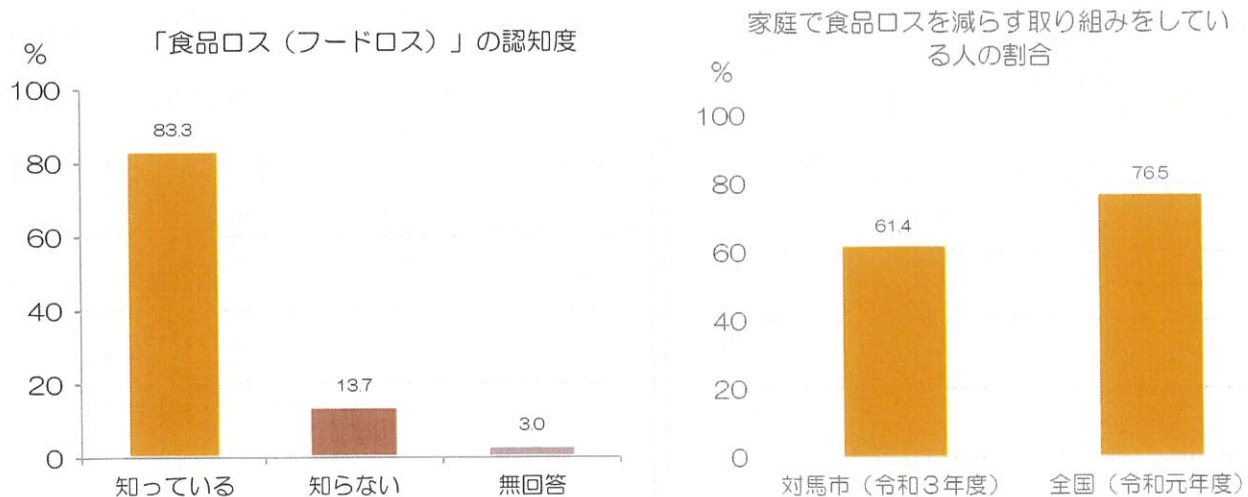
⑤ 栄養バランスに配慮した食生活を実践する人の割合

バランスを考えて食事をするようにしている人は52.2%であり、前回よりも下回っています。主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている人の割合は48.3%と長崎県の42.7%、全国の36.4%よりも上回っています。



⑥ 食品ロスについて

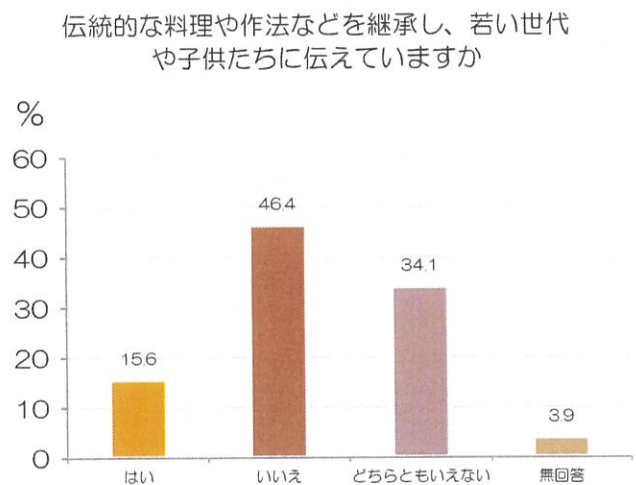
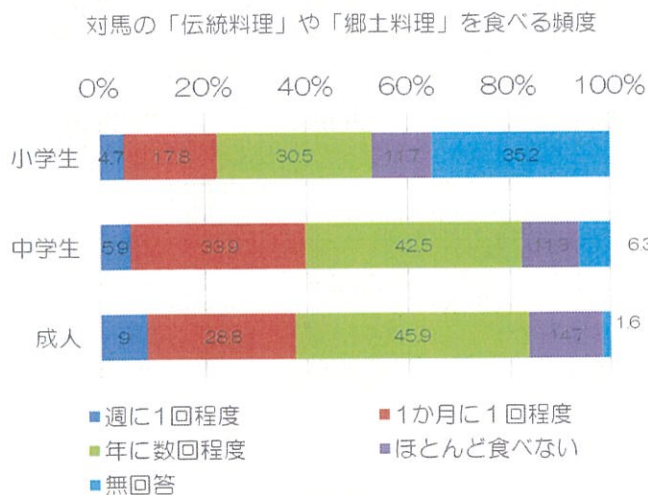
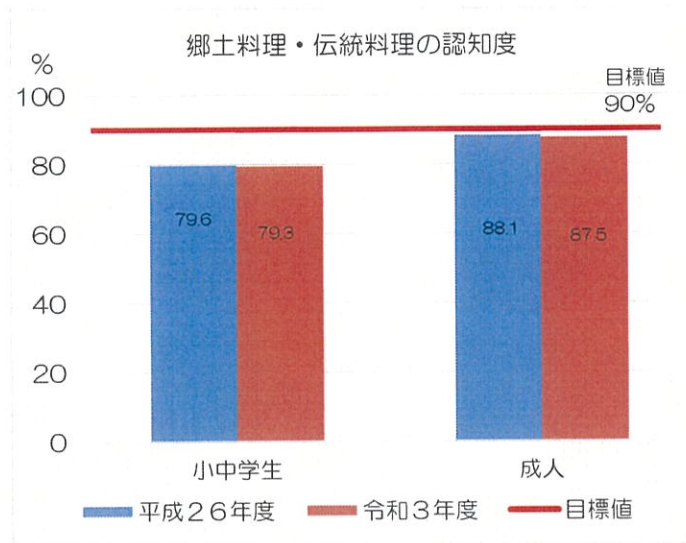
「食品ロス (フードロス)」の認知度は83.3%です。家庭で食品ロスを減らす取り組みをしている人の割合は61.4%であり、全国の76.5%よりも下回っています。



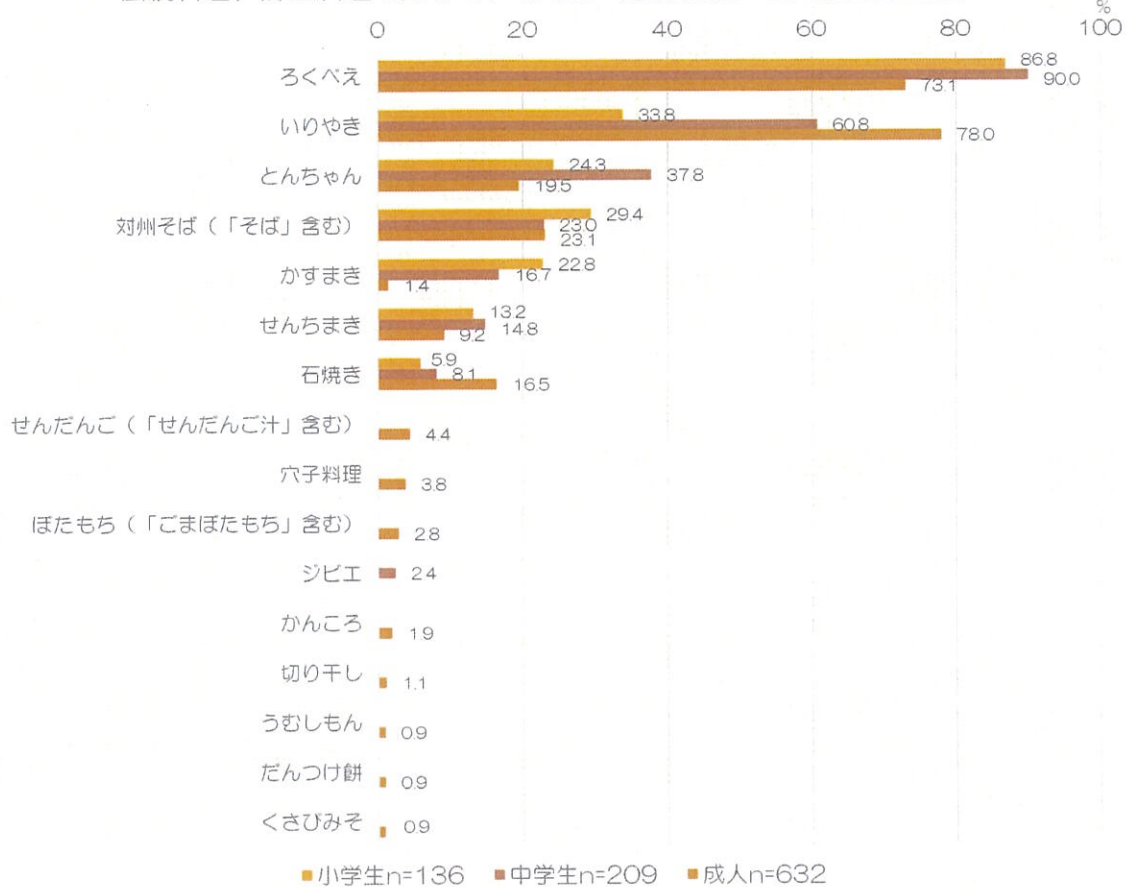
⑦ 食文化の継承

対馬の郷土料理・伝統料理の認知度は前回と比較するとほぼ横ばいです。伝統料理・郷土料理では、7割以上の方が「ろくべえ」と回答するものの、食べる頻度は年に数回となっています。

また、地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法などを若い世代や子供たちに伝えている人は15.6%で、次の世代への継承の機会が少なくなっていることがわかります。



伝統料理、郷土料理で知っているもの（複数回答・5人以上回答分）



※「とんちゃん」とは、戦後、在日韓国人から伝えられた焼肉料理を地元の精肉店が工夫を重ね地域に広まったとされています。国境ならではの当地グルメです。

ろくべえ



いりやき



対州そば



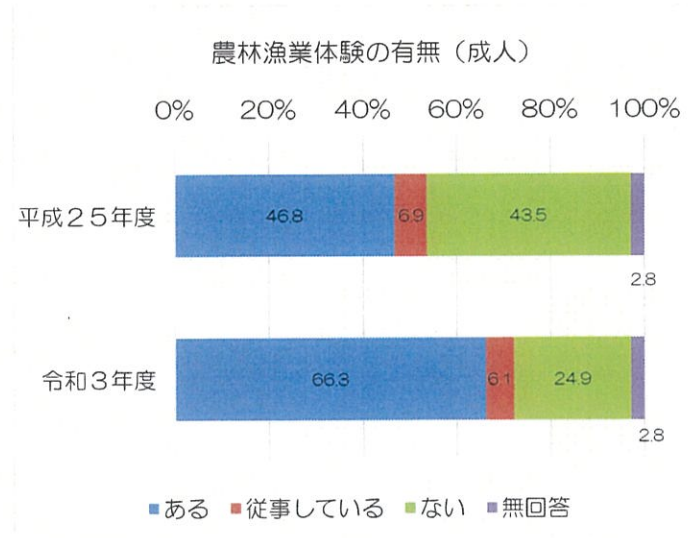
かすまき



(2) 体験の現状

① 農林漁業体験の状況

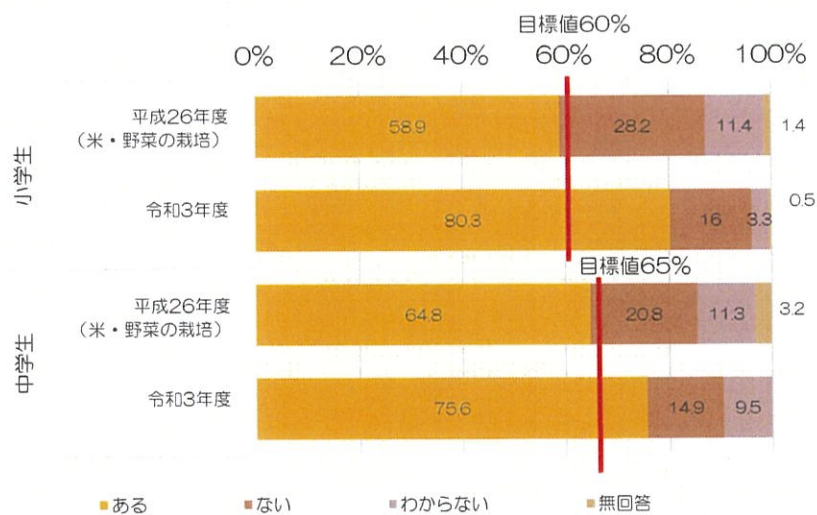
農林漁業体験をしたことがある人の割合は66.3%と前回の46.8%を上回っています。



② 学校以外における農林漁業体験の状況

学校以外の場所での農林漁業体験の有無については、「ある」と答えた小学生が80.3%、中学生が75.6%で、前回よりも増え、目標値を大きく上回っています。7割以上の小中学生が学校以外で農林漁業体験をしています。

学校以外の場所で農林漁業体験をしたことがありますか



(3) 地産地消の現状

① 農業の状況

対馬における農家戸数及び農家人口の推移を見ると、年々減少しています。農家戸数は、昭和55年に2,794戸でしたが、平成27年には1,111戸と35年間で1,683戸減少しています。

また、農家人口は昭和55年の約6%に激減しており、総人口に占める農家人口の割合も昭和55年当時25%でしたが、平成27年には2.5%にまで低下しています。

昭和30年代までは基幹的な産業でしたが、次第に就農者の減少と同時に高齢化も進み、後継者の確保が極めて困難な状況となっています。そのため、集落営農を推進し、機械の共同管理を行い経営の合理化を図るとともに耕作放棄地の解消や収穫量を増加させる土壌の肥沃化を進めていく必要があります。

《農家人口及び農家戸数》

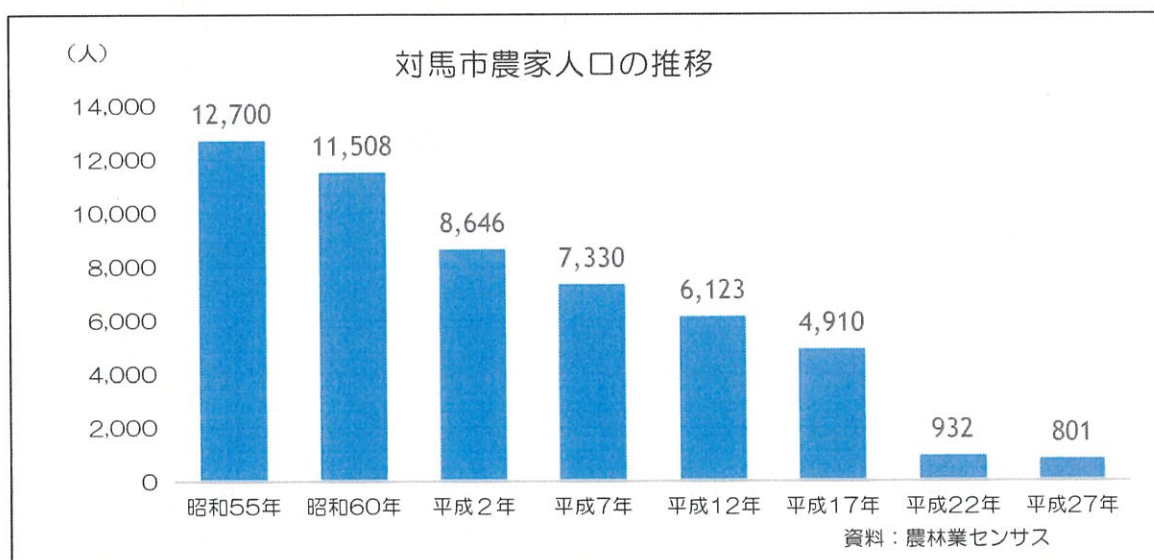
(単位:人、戸、%)

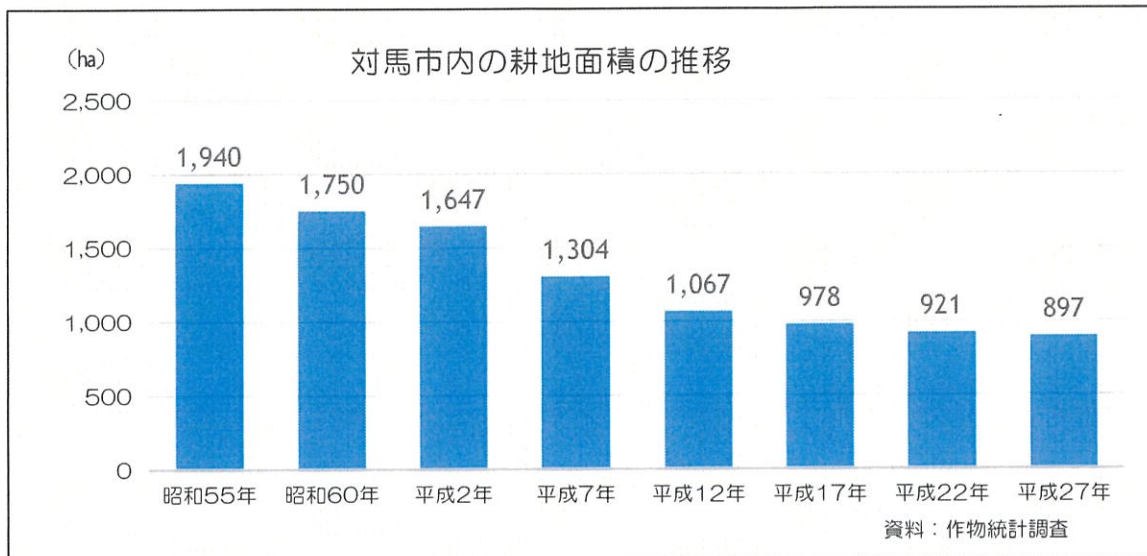
	昭和55年	昭和60年	平成2年	平成7年	平成12年	平成17年	平成22年	平成27年	平27/昭55
農業就業人口(A)	12,700	11,508	8,646	7,330	6,123	4,910	932*	801	6.3
総人口(B)	50,810	48,875	46,064	43,512	41,807	38,197	34,407	31,457	61.9
(A)/(B)%	25.0	23.5	18.8	16.8	14.6	12.9	2.7	2.5	10.2
農家戸数	2,794	2,593	2,072	1,885	1,604	1,401	1,252	1,111	398

(農林業センサス、国勢調査)

※平成22年度より、農業就業人口については販売農家数のみの人口

※販売農家とは、経営耕地面積が30a以上又は農産物販売金額が年50万円以上の農家





対馬で作付面積が一番多いのは水稲で 246ha を占めています。対馬においては、水稲、いも類等兼業化に適した作物の比率が高くなっています。

《令和元年度における主要な農作物の作付面積及び収穫量》

区分	水稲	そば	アスパラガス
作付面積 (ha)	246	87	4
10a 当収量 (kg)	379	9	1,237
収穫量 (t)	932	8	43

(令和元年度 作物統計調査、対馬市調べ)

対馬における家畜の歴史は古く、農耕、運搬、堆肥用としての飼養が行われてきました。しかし、昭和 40 年代以降の農業機械の普及等により役畜としての役割が低下し、飼養戸数、飼養頭数とも減少しています。

肉用牛については、令和 3 年 4 月 1 日現在の飼養戸数は 45 戸、飼養頭数は 342 頭で、1 戸当たりの飼養頭数は約 7 頭と小規模飼養農家の割合が高くなっています。飼養形態は、子取り生産を目的とした繁殖経営が主体で、黒毛和種は壱岐家畜市場、褐毛和種は熊本家畜市場に出荷されています。

採卵鶏については、令和 3 年 4 月 1 日現在の飼養戸数は 6 戸、飼養羽数は 4,976 羽で、生産された卵は全量島内消費されています。肉用鶏については、令和 3 年 4 月 1 日現在の飼養戸数は 2 戸、飼養羽数は 900 羽です。



「市内で飼育されている褐毛和種」

② 林業の状況

対馬における主要な林産物は、木材、しいたけ、木炭があげられます。

令和元年における対馬の総生産額は約 10 億 5 千万円で、県下の林業総生産額の約 16%を占めています。全島の 89%を占める広大な森林に恵まれ、この資源の高度利用を図ることが対馬林業の課題です。

現在、9 齢級以上の利用可能な人工林の資源は、面積で 14,400ha、材積で 5,956 千 m³に達し、素材生産量の増加が見込まれています。これに対応するためには森林組合等の林業事業者の作業員の資質向上を図ると共にプロセッサ等による高性能機械化を進め、歳出コストの削減に努める必要があります。また、素材の生産増に対応できる製材工場等の木材加工施設の充実や貯木場、積出港の整備も急がれます。

林業を取り巻く情勢は、就労者の高齢化、後継者不足及び材価の低迷等、依然として厳しい状況下にあります。素材生産量は増加傾向にあることから今後も森林資源の活用による所得の向上や地域における雇用の拡大を図りつつ、成熟した人工林の主伐・再造林、保育作業の低コスト化、広葉樹林伐採後の天然更新や植栽により、循環型の森林管理の確立を目指しています。

《林産物の生産量及び生産者数等》

令和元年度									
木炭 生産量	乾しいたけ 生産量	生しいたけ 生産量	製材用素材 生産量	チップ 生産量	木材業登 録者数	木炭 生産者数	しいたけ 生産者数	製材 工場数	チップ 工場数
t	t	t	m ³	m ³	人	人	人	箇所	箇所
24.6	23.9	52.2	37.402	35.712	41	8	293	12	5

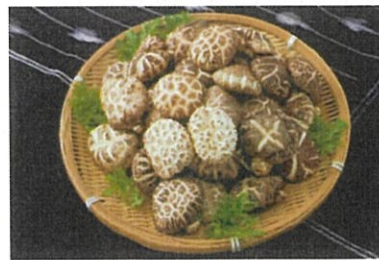
(資料：対馬管内林業の概要)

乾しいたけの生産量は、昭和 56 年に 473t とピークを記録して以来、高齢化や後継者不足による生産者数の減少が著しく、大きく落ち込んできています。平成 16 年に 100t を割り令和元年には 24t まで減少しているため、就業者の確保や植菌数を増やしていくための各種施策により生産量の維持・増加を図っていく必要があります。

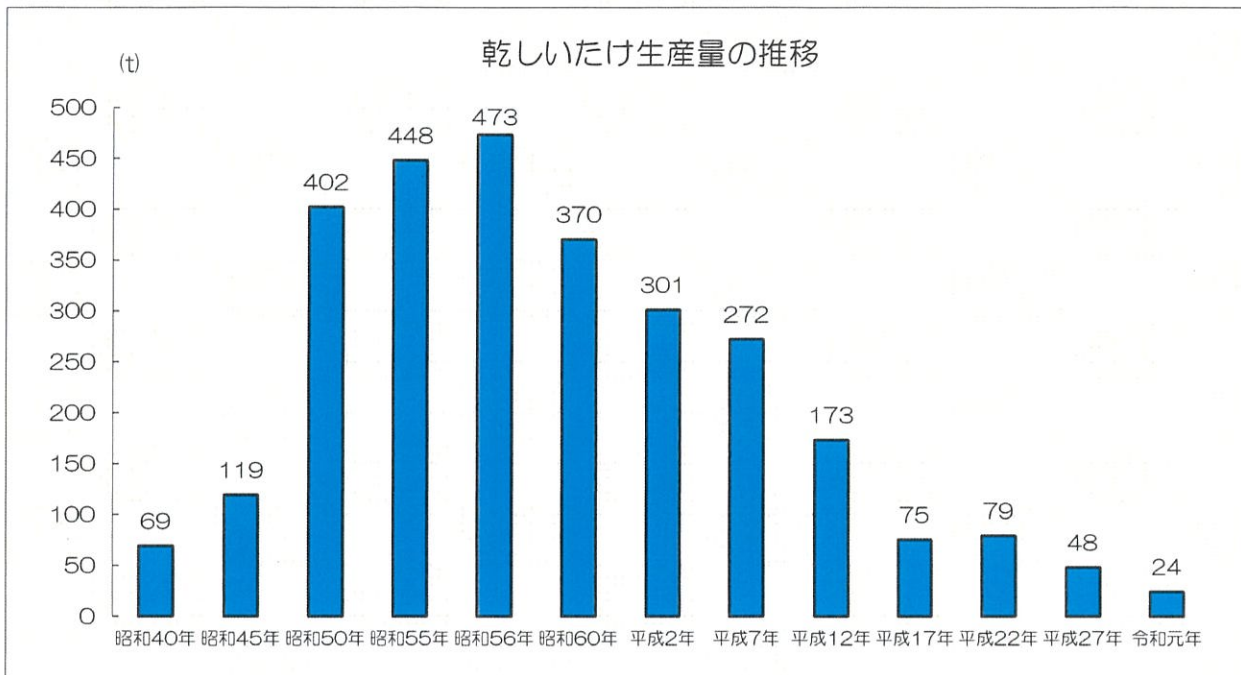
このように生産状況は厳しいものの、対馬の乾しいたけ生産量は県全体の 99%を占めており、品質においても極めて上質で、特に「どんこ」は高い評価を得ています。



「間伐作業 (出典：R2 年度 長崎県の森林・林業統計)」



「肉厚な原木しいたけ」



(資料：対馬管内林業の概要)

③ 水産業の状況

対馬の就業構造は、平成27年の国勢調査で農林漁業従事者が18.7%で、そのうち83.0%が漁業従事者となっています。

漁場は対馬暖流と沿岸水の混合によって変化に富み、その海底地形は、東側はなだらかに傾斜し、西側は急深で海谷、海盆が多く沿岸地先一帯には磯瀬が散在し、変化に富んだ好漁場を形成しています。これにより、ブリ、タイ、ヨコワ、アジ、サバ等の回遊性魚類やアワビ、サザエ、ウニ、ヒジキ等の根付資源に富み、多様な漁業資源を背景に水産業は発展してきました。

海面漁業においては、対馬東沿岸及び日本海を主漁場とするイカ釣り漁業を中心とし、東水道でのタイ、ブリ釣り漁業、西水道でのヨコワ曳き縄漁業に加えて全島地先で定置網漁業や採介藻漁業が営まれています。

また、海面養殖業では複雑な入り江に富む浅茅湾を中心に真珠、真珠母貝、ヒオウギ貝養殖及びブリ、タイ等を対象とした魚類養殖が行われ、近年においてはクロマグロの養殖が盛んです。

対馬の漁業経営体数は昭和49年には3,797経営体でしたが、平成24年で1,274経営体まで減少しています。

水産業は対馬の第1次産業の牽引役を果たしていますが、就業者の高齢化と後継者となる若年層の著しい減少、魚価の低迷、著しい燃油価格の高騰が問題となっています。

《主な魚種別漁獲量の推移》

(t)

	H27	H28	H29	H30
いか類	6,666	4,308	3,439	2,785
まぐろ類	309	690	247	205
あじ類	1,386	1,798	1,618	1,358
ぶり類	2,435	2,630	2,560	2,620
あなご類	621	562	485	403
さば類	1,901	1,603	1,682	1,483
さざえ	826	949	892	695

《主な海面養殖業種別収穫量の推移》

(t)

	H27	H28	H29	H30
ぶり類	106	95	117	55
くろまぐろ	1,519	1,648	1,975	1,826
まだい	28	121	63	0
かき類(殻付き)	27	35	0	0
真珠(kg)	3,411	3,633	3,549	3,867

④ 有害鳥獣の利活用の状況

対馬では、イノシシ・ニホンジカを有害鳥獣に指定しており、農作物被害対策のために捕獲しています。農地にワイヤーメッシュ柵を整備したこともあり、農作物被害額は平成 24 年度の 3,637 万円をピークに減少傾向にあります。現在も対馬には多くのイノシシ・ニホンジカが生息している状況です。捕獲された個体の多くは、埋設されている状況でしたが、平成 26 年度から、「獣害から獣財へ」を合言葉に、有害鳥獣をジビエとして利活用しています。

現在は学校給食を中心に、対馬で捕獲されたイノシシ・ニホンジカを提供するとともに、被害対策に興味を持ってもらえるよう未来の担い手になる子ども達に被害対策の授業を実施しています。

今後は、民間の処理施設とも連携し、市民の身近な食材となるようジビエの普及啓発を推進していく必要があります。

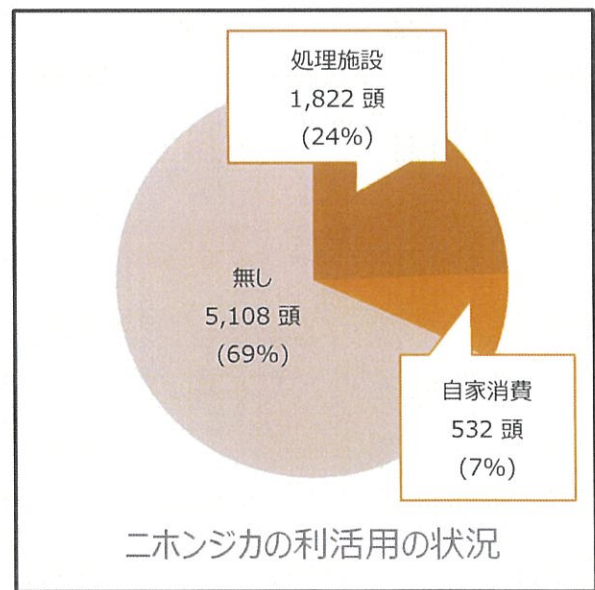
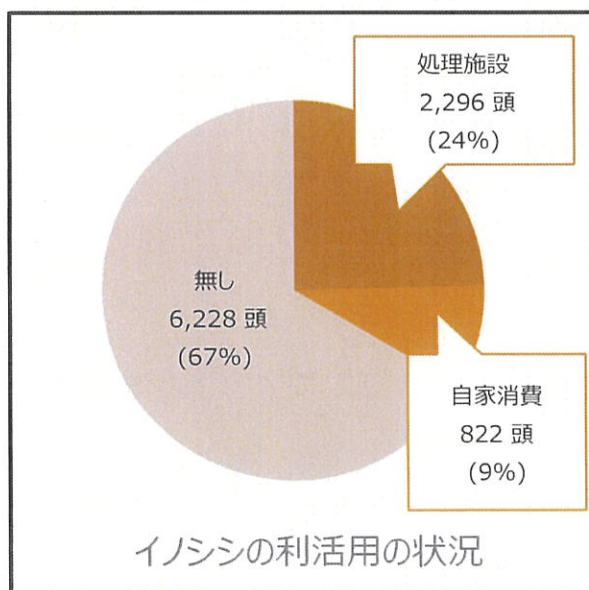
《農作物被害額の推移》

(単位：千円)

年度(平成)	22	23	24	25	26	27	28	29	30	R1	R2
イノシシ	14,582	31,978	34,194	12,621	9,266	5,269	7,130	3,530	1,545	1,887	939
シカ	805	326	2,180	3,280	11,203	2,702	1,322	3,684	2,809	2,367	1,372
計	15,387	32,304	36,374	15,901	20,469	7,971	8,452	7,214	4,354	4,254	2,311

(対馬市調べ)

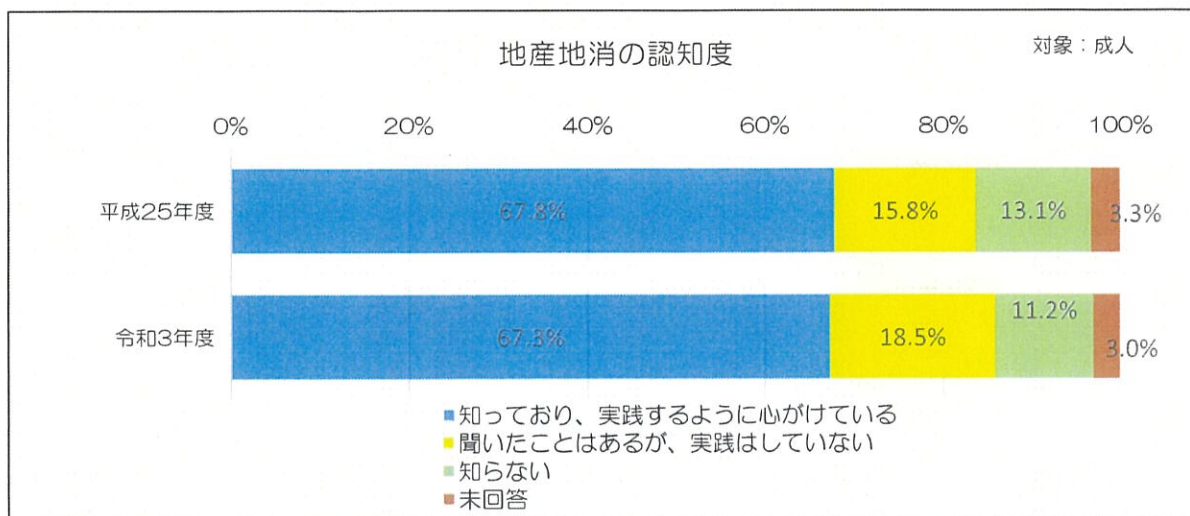
《イノシシ・ニホンジカ利活用の状況》



(令和 2 年度、対馬市調べ)

⑤ 生産者と消費者の交流の促進状況

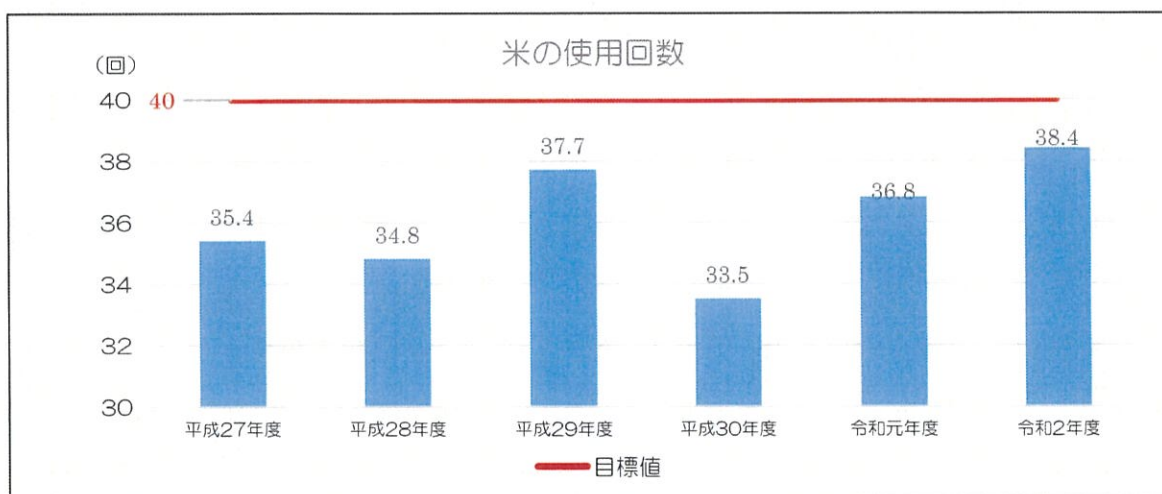
地産地消の認知度は「知っている」人が85.8%であり、「知っており、実践している」人が67.3%いますが、7年前に比べて実践している人の割合は上がっておらず、一般家庭での地産地消が推進されていないことが課題と考えられます。

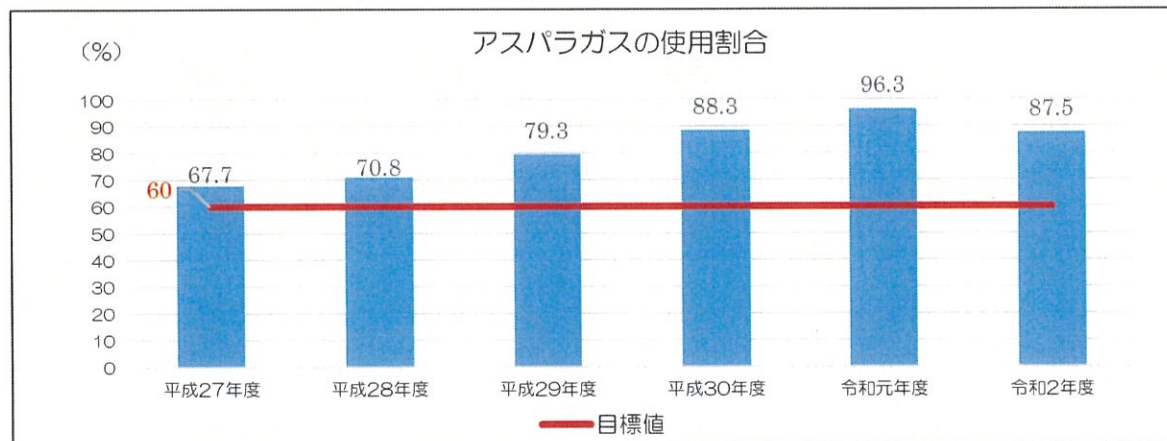
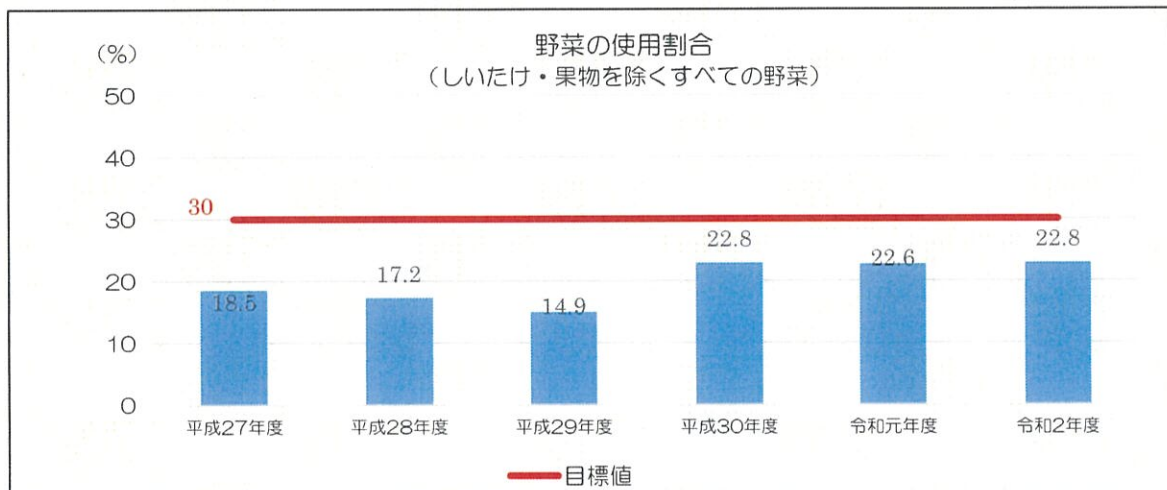
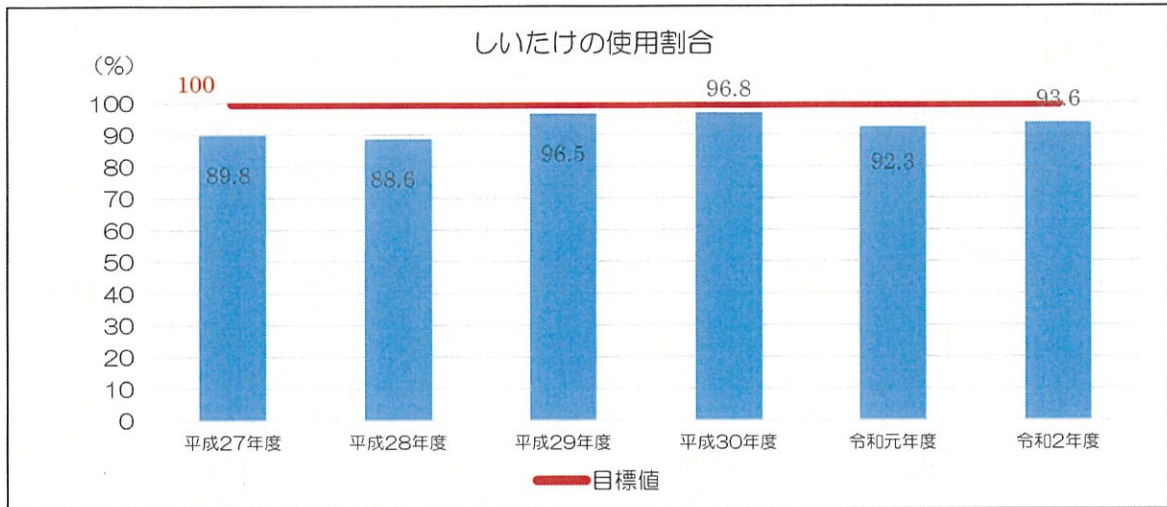


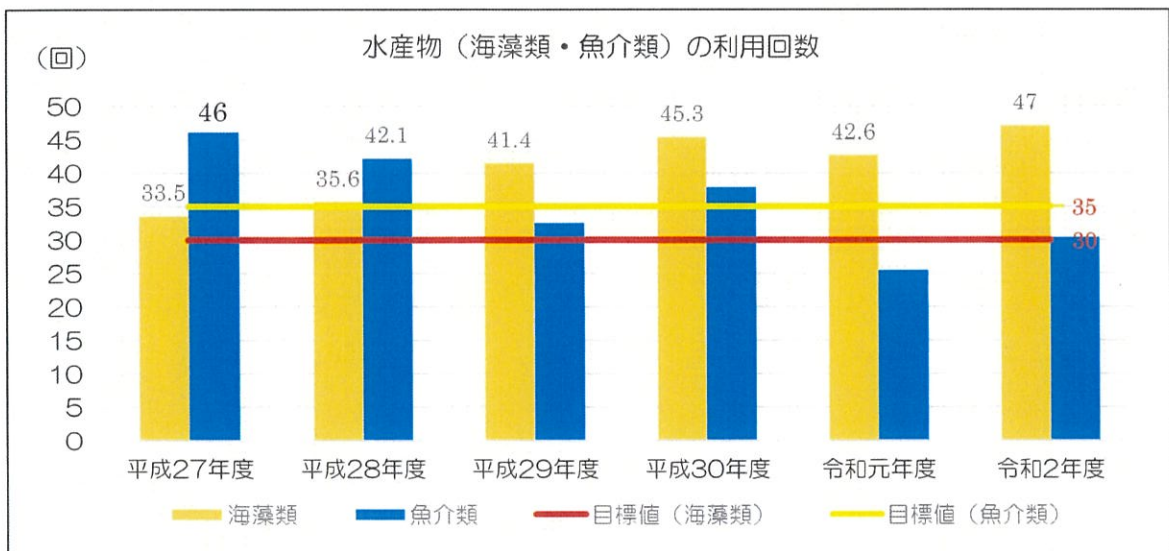
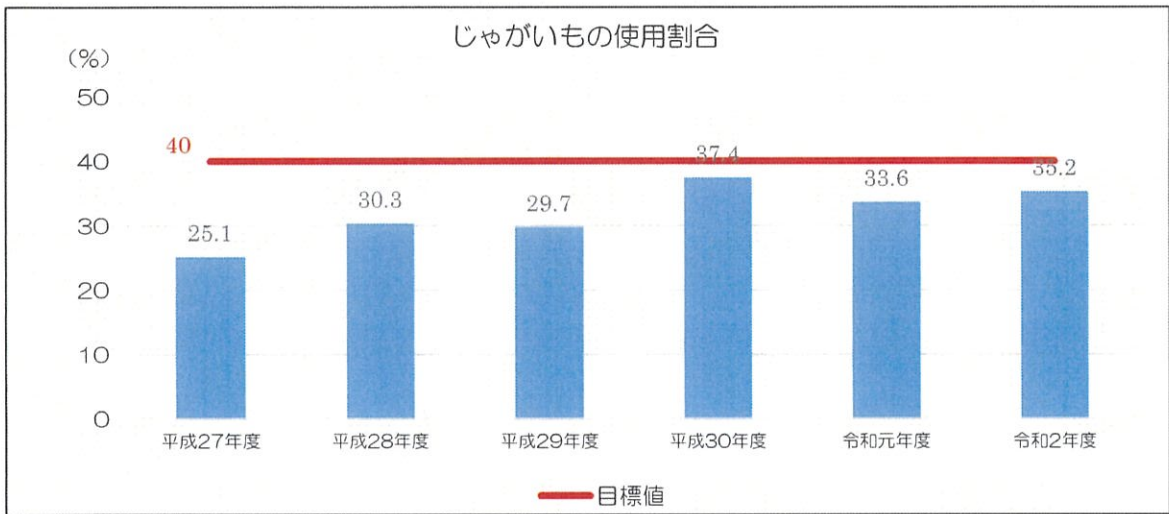
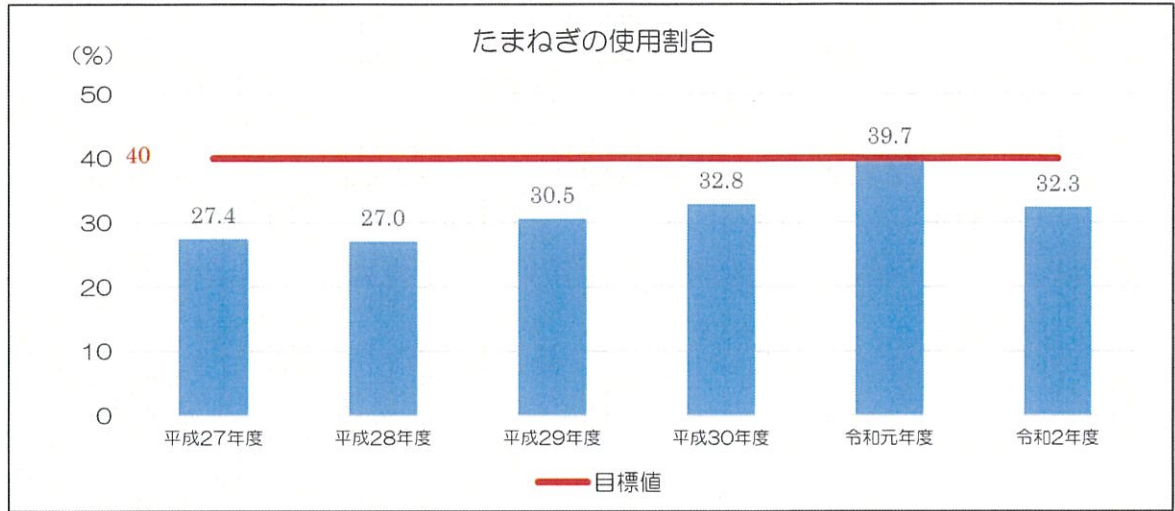
⑥ 学校給食における地産地消の取り組み

全体的に目標値をやや達成できていません。

対馬の特産品であるアスパラガスについては、比較的使用回数が少なく（需要が少なく）、比較的生産量が多い（供給が多い）ため、目標値を達成しています。しかし、野菜全体としては高齢化等による生産量の低下や学校給食での使用回数が多いことにより需給のバランスが見合っていないことが考えられます。そのため、学校給食に対して効率的に地場産品を供給できる連携体制を構築するとともに対馬の特産品により特化した独自の地産地消のありかたを検討する必要があります。







3. 「食育・地産地消」の課題

(1) 食の課題

① 周知の徹底～情報発信・デジタル（オンライン）の活用～

「食育の日」（毎月 19 日）の認知度は成人で 19.1%と低く、目標値である 50.0%の半数にも達していません。また、食育への関心度は 51.5%と全国の 83.2%を大きく下回っており、食育に対する関心の低さが明らかとなりました。今後は、さらにあらゆる主体・あらゆる世代・あらゆる場所で食育に関する意識を高めることができるよう、関係団体と協力し情報の普及・啓発の強化が必要といえます。

② 望ましい食習慣を身につける

本市の朝食を食べない児童生徒の割合は、県や国の割合よりはるかに高く、児童 12.2%・生徒 18.6%が何も食べなかったと答えています。食べない理由として「時間がないから」「お腹がすいていないから」が多く、不規則な生活による生活習慣の乱れが懸念されます。また、朝食内容についても、バランスよく食べているとの回答は減少しており、主食（パン・ご飯）のみと回答する児童生徒が最も多くなっていました。

朝食をとる習慣を身につけるためにも、「早寝・早起き・朝ごはん」運動を推進する必要があります。また、30 歳代、40 歳代においては、朝食を食べない割合が他の年代に比べて高い傾向にあり、これから親になる世代若しくは親世代でもあるため、食に関する知識を伝える働きかけも重要になってきます。

③ 生活習慣病予防のための食育の推進～健康寿命の延伸～

本市では、40 歳代、50 歳代の男性の肥満の平均割合が 41.9%、女性が 25.5%と、男性の約 2.4 人に 1 人、女性の約 4 人に 1 人が肥満という状況です。男性では県の 37.1%（平成 28 年度長崎県健康・栄養調査）と比較しても高くなっています。

また、本市では高齢化が進んでおり、健康寿命の延伸が早急な課題となっています。そのためにも、市民一人ひとりが生活習慣を見直し、自分や家族に見合った食事量、食事内容を実践することで、高血圧や肥満などの生活習慣病予防とさらに重症化予防につなげる必要があります。

(2) 地産地消の課題

① 農林水産業が抱える課題

農林水産業のいずれにおいても就業者の高齢化、後継者の不足等により、生産量や漁獲量が減少しています。

また、島内に卸売市場がないため、生産量や漁獲量の多い食材でも島内における流通量が少ないことが大きな課題といえます。

② 直売施設等が今後抱えると思われる課題

地産地消を知っている大人は 85.8%と高く、その中で対馬産のものを購入するよう心がけている人は 78.4%いました。また、島内各地で直売施設等が設置されており、民間主導の地産地消の取組みが進んでいます。

しかしながら、市内人口の減少や農林水産業の就業者数の減少等に伴い、直売施設等に卸売りする生産者や購入する消費者が減少することが予想されることから、より一層直売施設等の利用を推進する機会を増やしていく必要があります。

第3章 対馬市が目指す「食育・地産地消」

本計画では、本市の現状と課題を踏まえ、前計画における「基本理念」「基本方針」「基本施策」を基盤に、更なる実践に向け「食育・地産地消」に取り組んでいきます。

1. 基本理念

対馬の豊かな自然の中で育まれた心とからだを大切にし、
食を通じて健康で心豊かな人間性を育む

2. 基本方針

基本方針 1 「人」

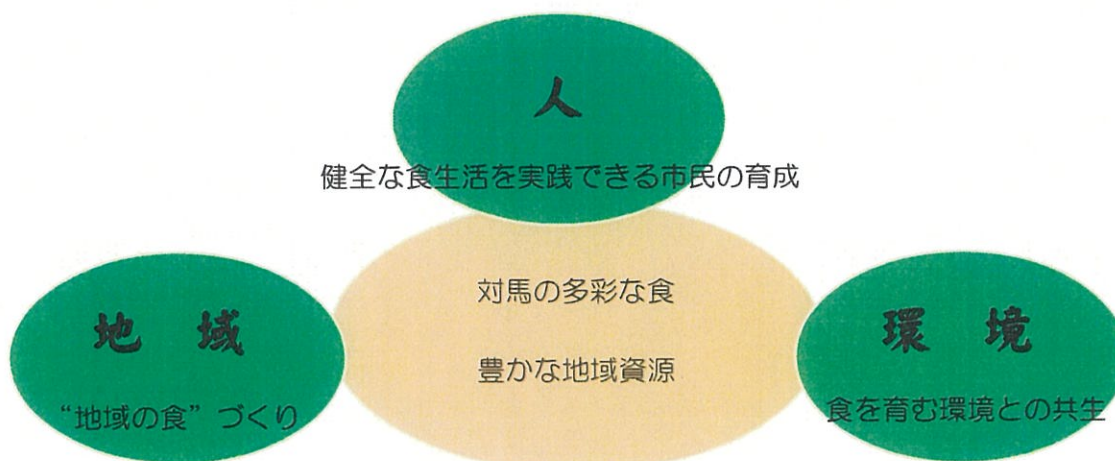
子どもから大人まで、市民一人ひとりが「食」を楽しみ、健全な食生活を実践します。(生涯を通じた取り組み)

基本方針 2 「地域」

対馬の自然の恵みと地域のつながりを大切に、食に関する感謝の念と理解を深めます。(地域での取り組み)

基本方針 3 「環境」

食を育む環境との共生をはかります。(次世代へつなぐ取り組み)



3. 基本施策

基本理念の実現と基本方針の達成に向けて、次の9つの基本施策を柱に目標を設定し、計画の推進に取り組んでいきます。また、前計画で明らかになった課題については、重点目標として取り上げ展開していきます。

1. 健全な食生活を実践できる市民の育成（生涯を通じた取り組み）	
(1) 妊娠期・乳幼児・学齢期・思春期における食育の推進	 
(2) 青年期・壮年期・高齢期における食育の推進	  
(3) 生涯を通じた食育の推進	  
2. “地域の食”づくり（地域での取り組み）	
(1) 地産地消の推進	 
(2) 食文化の継承と発展	  
(3) 健康を支える社会環境の整備	 
3. 食を育む環境との共生（次世代へつなぐ取り組み）	
(1) 農林漁業者等による体験活動の推進	  
(2) 環境に配慮した食生活の推進	  
(3) 環境と調和のとれた農林水産業の推進	  

第4章 具体的な施策の展開

1. 健全な食生活を実践できる市民の育成(生涯を通じた取り組み)

方向性

健康で豊かな生活を実現するために、一人ひとりが「食」に関する正しい知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を営む能力を身につけられるよう学校・保育所・こども園・幼稚園・地域・関係機関等と連携し取り組みます。

(1) 妊娠期・乳幼児・学齢期における食育の推進

生涯にわたる食習慣をはじめ生活習慣の基礎をつくる時期です。保護者の意識や行動が大きく影響するため、保護者自身も食の大切さを認識することが必要です。また、食の体験を通して興味や関心を高め、食事の楽しみを実感できるような環境づくりも大切です。本市においては「学齢期における朝食の欠食」が課題であることから、特に妊娠期からの健全な食生活を支援する取り組みに努めます。

目 標

- 家族と一緒に食事を楽しみましょう。
- 食生活を見直し、栄養バランスのとれた食生活を実践しましょう。
- 「早寝・早起き・朝ごはん」を実践し、規則正しい生活リズムを定着させましょう。
- よく噛むこと、食後の歯磨きなど歯と口の健康に気をつけましょう。

展開(主な取り組み)

家庭での取り組み

- ◆ 食事はできるだけ家庭で手作りするなど、家庭の味を伝えていきます。
- ◆ 家族や友人などと楽しく食事をします。
- ◆ 旬の野菜や地元産品を活用し、季節が感じられる食事を心がけます。
- ◆ 家族みんなで食事・おやつ作りに取り組みます。
- ◆ 三食きちんと食べます。
- ◆ 日本型食生活を心がけます。

こども園・保育園・幼稚園での取り組み

- ◆栽培や収穫・調理体験を通して、季節感や食への興味関心を高めます。
- ◆給食を通して、食べることや噛むことの大切さを伝えていきます。
- ◆食物アレルギー対応が必要な児については、保護者と園が連携し対応します。
- ◆栄養バランスに配慮し、好き嫌いしないような調理法やメニューの工夫に努めます。
- ◆旬の地元の食材を活用し、地産地消を心がけます。
- ◆行事食や郷土料理を提供し、地域の食文化を伝えていきます。
- ◆手洗いやあいさつ、スプーンや箸の持ち方・使い方などの食事のマナーについて指導します。
- ◆「園だより」「給食だより」等を発行し、保護者に向けて食育の情報を発信します。
- ◆研修会へ参加し、職員の食に関する意識の向上を目指します。
- ◆食育の視点を含めた指導計画の策定を進めます。

お弁当作り教室



学校での取り組み

- ◆全小中学校において食育指導全体計画・食育指導年間指導計画を策定し、給食の時間はもとより、各教科や特別活動、総合的な学習の時間において食育に取り組みます。
- ◆各地域の食育推進ブロックにおいて栄養教諭を中心に全教職のもとに学校給食を活用した食に関する実践的な指導を行います。
- ◆食に関する指導の研修会を充実します。
- ◆学校で取り組んでいる食育の取り組みを積極的に情報提供するとともに、家庭、地域の連携及び協力体制の整備に努めます。
- ◆授業参観や保護者会等を利用し、保護者が学校の食育に参加できる機会を設けます。

親子クッキング



市の取り組み

- ◆妊婦相談や乳幼児健康診査時に、正しい食習慣や生活習慣が確立できるよう情報提供や相談を行います。
- ◆「早寝・早起き・朝ご飯」など、幼児期からの規則正しい生活リズムの必要性を啓発します。
- ◆母子健康手帳交付時に積極的に歯科健診をすすめます。
- ◆乳幼児期の健全な口腔機能の重要性について、保護者や関係機関等を対象に理解を促進します。



(2) 青年期・壮年期・高齢期における食育の推進

目 標

- 家族や友人と一緒に食事を楽しみましょう。
- 年に一度は特定健診や人間ドック等を受診し、自分の健康状態を把握しましょう。
- 食生活を見直し、栄養バランスのとれた食生活を実践しましょう。
- よく噛むこと、食後の歯磨きなど歯と口の健康に気をつけましょう。

展開(主な取り組み)

◎青年期における食育の推進

社会的にも生活が大きく変わり、自立した食生活を送る時期です。この時期の食生活を含めた生活リズムの乱れが、生活習慣病の要因になることから、望ましい食習慣を実践することが大切です。また、家庭や地域においては、子どもたちに食生活の基礎を伝えていくなどの食環境の整備も求められます。

個人・家庭での取り組み

- ◆家族や友人と食事を楽しみます。
- ◆自分の適正体重を維持します。
- ◆生活習慣病を予防するために、朝食をしっかりと、野菜を増やすなど偏りのない食習慣を実践します。
- ◆健康診査、歯科健診などの受診により健康管理の意識を高めます。
- ◆自分の好きなスポーツや一緒にできる仲間をつくり、意識して体を動かします。
- ◆地元の食材や旬を活かした食事を楽しみ、地産地消を実践します。



◎壮年期における食育の推進

社会や家庭で重要な役割を担う時期です。これまでの食生活を含めた生活リズムの乱れに起因する生活習慣病が顕著で、本市においては「40～50歳代男性の肥満」の増加が課題でもあります。年に1度は特定健診や人間ドック等を受診し、自分の健康状態を把握するとともに自分の生活スタイルに合った食生活を実践することが重要です。

個人・家庭での取り組み

- ◆ 家族や友人と食事を楽しみます。
- ◆ 自分の適正体重の維持など健全な食生活を実践し、生活習慣病予防改善に取り組みます。
- ◆ 定期的に健康診査、歯科健診を受診し生活習慣を見直します。
- ◆ 高齢期に備え体力や運動能力の向上に努めます。自分の好きなスポーツと一緒にできる仲間をつくり、意識して体を動かします。
- ◆ 地元の食材や旬を活かした食事を楽しみ、地産地消を実践します。

市の取り組み

- ◆ 個人の健康状態に応じた栄養や運動相談を行います。
- ◆ 栄養に関する情報提供や指導を行います。
- ◆ 健診受診の定着化を図るため、受診勧奨の強化を図ります。

健康教育



◎高齢期における食育の推進

心身の機能低下がみられる時期です。生活環境の変化により、ひとり暮らしの世帯が多く孤食や食事量の低下、または地理的環境からくる栄養バランスの偏りや低栄養等が大きな課題となります。自分の健康状態に応じた食生活を実践し、今までの豊かな食経験や食文化を次世代へ継承していくことが大切です。

個人・家庭での取り組み

- ◆家族や友人と食事を楽しめます。
- ◆1日3食の食事をとり、健康に過ごすために低栄養に気をつけます。
- ◆歯と口の健康と機能の維持増進を図ります。
- ◆食事をよく噛んで味わって食べます。
- ◆年齢や健康状態にあった無理のない適度な運動習慣を身につけます。
- ◆郷土料理や伝統料理など、地域の食文化を次世代に伝えます。

市の取り組み

- ◆個人の健康状態に応じた栄養や運動相談を行います。
- ◆栄養に関する情報提供や指導を行います。
- ◆介護予防事業やフレイル予防活動を支援します。
- ◆支援が必要な高齢者を口腔・栄養の状態にも配慮した自立支援型サービスにつなげる仕組みづくりを行います。

介護予防教室



(3) 生涯を通じた食育の推進

目 標

- 「食育・地産地消の日(19日)」の取り組みへの支援体制の整備に努めます。
- 米を中心に魚や肉、野菜、海藻、豆類等から構成される「日本型食生活」の普及定着を図ります。
- ボランティア活動等による取り組みを支援します。
- 家庭や地域・関係機関との連携を強化します。



展開(主な取り組み)

ボランティア団体の取り組み



- ◆ 日本型食生活を普及啓発します。
- ◆ 郷土料理を伝承します。
- ◆ 魚食普及に取り組みます。
- ◆ 特定健康診査など各種検診の受診勧奨をします。
- ◆ 食材を無駄にしない「エコクッキング」情報を発信し、生ゴミを減らす取り組みを推進します。

市の取り組み

- ◆ 毎年6月の「食育月間」、毎月19日は「食育・地産地消の日」などの普及啓発に努めます。
- ◆ 食育・地産地消に関する情報の収集及び情報発信をします。
(デジタル化に対応した効果的な情報発信に努めます。)
- ◆ 地域に食育を広げるため、ボランティアの養成や資質向上を図るとともに、地域における活動を支援します。
- ◆ 郷土料理や伝統的な食文化の普及に努めます。
- ◆ 各関係機関・団体相互の連携・協力体制を確立します。



2."地域の食"づくり(地域での取り組み)

方向性

国が策定した「第4次食育推進基本計画」や「農林漁業者等による農林漁業及び関連事業の総合化並びに地域の農林水産物の利用の促進に関する基本方針」に基づき、学校給食での地場産品の利用や直売所の利用等を推進する中で、対馬の地産地消を推進します。

(1) 地産地消の推進

目 標

- 学校給食における地場産品の利用推進
学校給食において、地場産品の利用を推進します。
- 直売施設等の利用推進
直売施設や量販店の直売コーナーへの利用を推進します。

展開(主な取り組み)

こども園・保育園・幼稚園での取り組み

- ◆旬の地元の食材を活用し、地産地消を心がけます。



学校での取り組み

- ◆学校給食における地場農林水産物の利用促進を図ります。
- ◆1月全国学校給食期間中に地場産物を豊富に取り入れた「対馬御膳」を実施します。

市の取り組み

- ◆ 学校給食において地場産品を購入する費用を補助し、地場産品の利用を推進します。
- ◆ 直売施設等でキャンペーンを実施し、直売施設等の利用を推進します。
- ◆ 本市の特産品である対州そばや原木栽培しいたけ、養殖マグロ等の生産を推進します。



(2) 食文化の継承と発展

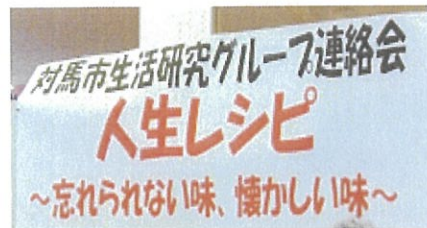
目 標

- 学校での教科や給食を通じた普及
教科等や給食の時間における食に関する指導を通して郷土料理や地産地消への関心を高めます。
- 地域における伝承やイベント等を通じた郷土料理の普及
関係団体等が主催するイベント等で、郷土料理や伝統的な食文化の普及と継承活動を支援します。

展開(主な取り組み)

家庭・地域での取り組み

- ◆ 伝統料理や郷土料理をイベントなどで伝えていきます。



学校での取り組み

- ◆ 「親子給食」や「給食だより」などの発行を通じ、保護者への情報提供を行います。また、学校で取り組んでいる食育を保護者へ発信し、家庭での食育を促進します。
- ◆ 地域の産物を学校給食に活用すること、その他の創意工夫を行い、地域の食文化、食に係る産業または自然環境の恩恵に対する児童・生徒の理解の増進を図るよう努めます。

市の取り組み

- ◆ 地域で受け継がれてきた食文化や郷土料理の普及啓発を行います。
- ◆ 関係団体等と連携し調理実習等を通じて、幅広い世代を対象に食文化の継承を行います。
- ◆ 食育ボランティアの育成や活動を支援します。

(3) 健康を支える社会環境の整備

目 標

- 災害時に備えた食育の推進
各家庭において、水、熱源、主食・主菜・副菜となる食料品等を備蓄することを推奨します。

- 地域における共食の推進
地域の中で気軽に集まれる場（ふれあいサロン、子育てサロン、コミュニティカフェ等）で、様々な世代と共食する機会を持てるようにします。

展開(主な取り組み)

個人・家庭での取り組み

- ◆ 普段から利用している長期保存が可能な食品を少し多めに買い置きます。
(ローリングストック法)
- ◆ 家族構成（乳幼児や高齢者、食物アレルギーなど）を考慮して、食品を準備します。
- ◆ 食品と一緒に熱源も備えます。
- ◆ 興味のあるイベントや集まりに参加して、いろいろな人との交流を楽しみます。

市の取り組み

- ◆ 市民が、災害時に備え各家庭で主食と主菜となる食料品を組み合わせることを推奨します。
- ◆ 食品ロス削減にも配慮した非常時にも対応できる食に関する知識の普及を図ります。
- ◆ 地域における交流の場づくりを支援します。

3.食を育む環境との共生(次世代へつなぐ取り組み)

方向性

本市では基幹産業である農林漁業を身近に体験し、その体験を市民で共有することで地産地消に対する意識を高めることを推進します。

(1) 農林漁業者による体験活動の推進

目 標

- グリーン・ブルーツーリズムの推進
市民や観光客が農林漁業体験民宿を利用することを推進し、また、その体験を市民で共有することを推進します。

展開(主な取り組み)

こども園・保育園・幼稚園での取り組み

- ◆栽培や収穫、調理体験を通して、季節感や食への興味関心を高めます。

学校での取り組み

- ◆作物の栽培や収穫、調理実習などの体験学習活動を充実します。
- ◆社会科見学や職場体験学習で地場産業に触れる機会を設けます。



市の取り組み

- ◆市民が、対馬ならではの農林漁業体験を意識して取り組めるよう推進し、その体験を様々な媒体を通じて共有します。
- ◆観光客が農林漁業体験民宿を利用することを推進します。



(2) 環境に配慮した食生活の推進

目 標

- 「ごみ」や「エネルギー」の問題を意識した身近なエコライフの実践を推進します。

展開(主な取り組み)

個人・家庭での取り組み

- ◆ 小分け商品、少量パック商品、バラ売り等食べきれぬ量を購入します。
- ◆ 冷凍保存を活用します。
- ◆ 料理を作り過ぎない（飲食店で注文し過ぎない）ようにします。
- ◆ 日ごろから冷蔵庫等の食材の種類・量・期限表示を確認します。
- ◆ 残さず食べるようにします。
- ◆ 「賞味期限」を過ぎてもすぐに捨てるのではなく、自分で食べられるか判断します。
- ◆ 生ゴミの分別収集に協力します。

市の取り組み

- ◆ 食品ロス削減を推進します。
- ◆ 生ゴミ・廃食油のリサイクルを目的として分別収集を行います。
- ◆ ゴミを減らす意義や方法の普及啓発を進めます。

(3) 環境と調和のとれた農林水産業の推進

目 標

- 対馬固有の自然を守りながら持続可能な農林水産業を目指し、減農薬米や有害鳥獣、未利用魚の利用を推進します。
- 学校給食における減農薬米等の利用の推進
学校給食において、対馬の環境保全に資するような減農薬米等の利用を推進します。

展開(主な取り組み)

学校の取り組み

- ◆ 6月地場産物使用推進週間に、シカ、イノシシを利用します。(ジビエの日)
- ◆ 11月地場産物使用推進週間に、イスズミなどの食害魚を利用します。
(海を守る給食)

シカ肉の竜田揚げ



イスズミ



市の取り組み

- ◆ 学校給食において地場産品を購入する費用を補助する中で、減農薬米等の利用を推進します。



第5章 「食育・地産地消」推進のための目標指標

本計画の取り組みによる成果や達成度を客観的に把握するため、目安となる数値目標を設定します。

目標指標		現状値	目標値 (R8年度)	
食育	食育に関心をもっている市民の増加	小中学生	36.6%	50%
		成人	51.5%	60%
	朝食を毎日食べる人の増加	幼児期	99.1%	100%
		小学生	87.8%	100%
		中学生	81.4%	100%
		成人(30歳代)	63.3%	75%
	朝食または夕食を家族と一緒に食べる人の増加	小中学生	78.7%	85%
		成人	70.2%	80%
	主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている人の増加		48.3%	60%
	塩分を控えるようにしている人の増加		52.9%	60%
	自分の適正体重を維持するよう心がけている人の増加		40.6%	50%
	ゆっくりよくかんで食べる人の増加		37.2%	50%
郷土料理や伝統料理を月1回以上食べている人の増加	小中学生	31.3%	40%	
	成人	33.1%	40%	
食品ロス削減のために何らかの行動をしている人の増加		51.7%	70%	
体験・地産地消	学校以外で農林漁業体験をしたことがある児童生徒の割合の維持	小学生	80.3%	維持
		中学生	75.6%	維持
	農林漁業体験をしたことがある大人の割合の向上		66.3%	70%
	農林漁業体験民宿の宿泊者数の増加		1,093人	4,000人
	地産地消を知っていて、対馬産のものを購入するように心がけている人の増加		67.2%	80%
	産地や生産者を意識して農林水産物・食品を選ぶ人の増加		71.0%	80%
	学校給食において、対馬産の農林水産物を使用する割合（金額ベース）の維持		15.0%	維持
	販売額2,000万円以上の直売施設の増加		2社	3社

第6章 計画の推進体制

1. 推進体制

食育・地産地消を具体的に推進するため、家庭・こども園・保育園・幼稚園・学校・地域・生産者・事業者など様々な領域において、総合的に進める必要があります。

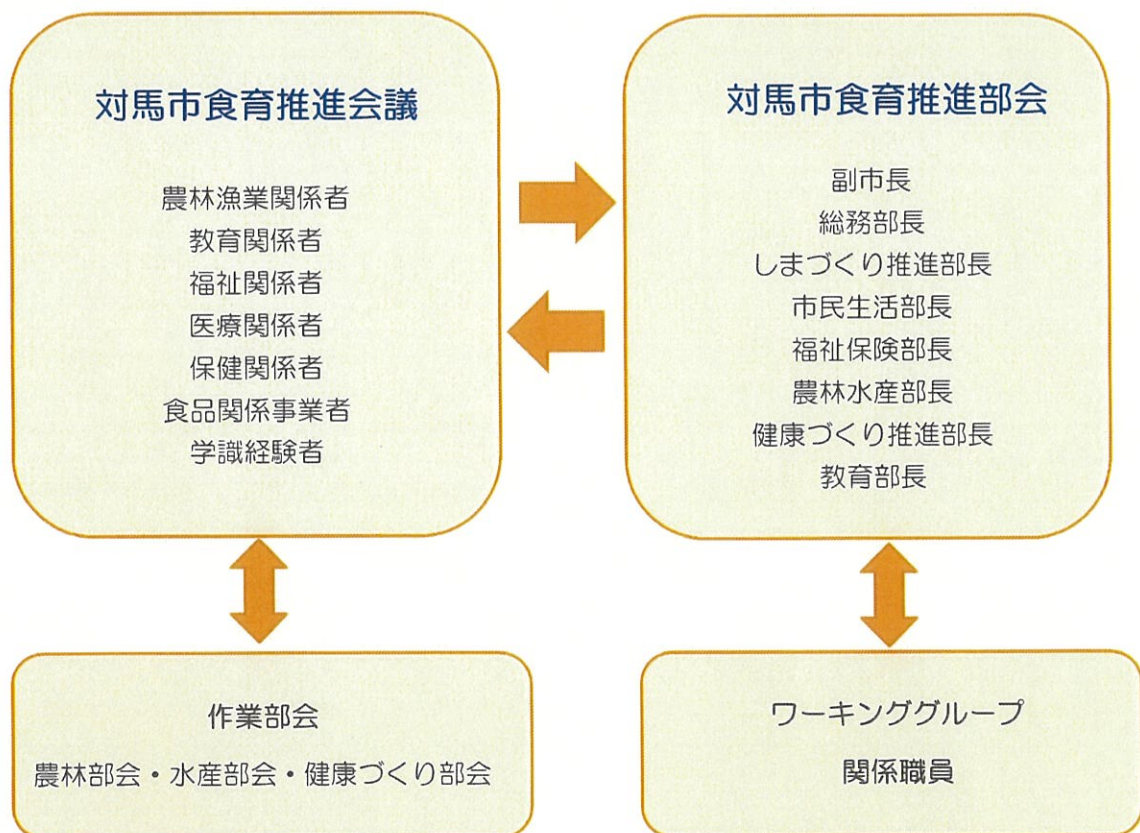
このため、各領域に係る関係者が参画する体制を整えるとともに、市では関係部局が横断的な連携を図る体制を整えながら、計画を推進します。

(1) 対馬市食育推進会議

市の「食育・地産地消推進計画」の作成及びその実施の推進や食育に関する重要事項の審議を行うほか、計画の進捗状況の把握、評価を行います。

(2) 対馬市食育推進部会

食育に関する施策の総合的企画及び効果的な推進に関することのほか、計画の進捗状況の検証、関係部局間相互の連携調整などを行います。



2. 家庭・学校・地域などの役割

【家庭の役割】

家庭は、身近な食育の場であり、特に子どもたちが健全な食生活を身につけ、心身ともに健やかに育っていくうえで、大きな役割を担っています。また、家族で食に関する体験活動等に参加し、「食育・地産地消」に対する関心や理解を深めることも大切です。

【こども園・保育園・幼稚園・学校等の役割】

保育所や幼稚園、学校は、健全な食生活の実現と豊かな人間形成を図るうえで重要な役割を担っています。このため、家庭や地域と連携を図りながら、関係者がさまざまな機会を活用して食の大切さや楽しみなどを実感できるよう、食育を計画的に推進することが大切です。

【地域・団体の役割】

地域において「食育・地産地消」を推進するためには、家庭や学校等における取り組みのほか、保健・医療関係者、生産者、食品関連事業者、ボランティア等による幅広い活動が求められます。

【市の役割】

市民とともに食育推進運動に取り組むために、教育、健康、福祉、産業、環境などそれぞれの分野の取り組みを一体的に進めるとともに、食育の担い手が実践する取り組みを支援します。また、食育を総合的な市民運動とするために食育関係者相互の情報共有と連携を図ります。

資料編

1. 対馬の「せん(だんご)」	
・さつまいもを発酵させた伝統保存食	43
・せん(だんご)づくりの作業工程	43
・せん(だんご)を使った郷土料理	44
2. 対馬市教育研究会給食部会の取り組み	
・令和2年度の取り組み	45
・令和3年度の取り組み	46
3. 対馬市食育推進会議条例	49
4. 対馬市食育推進会議委員	51

対馬の「せん(だんご)」



～さつまいもを発酵させた伝統保存食～

対馬では、昔からさつまいもの事を「孝行いも」と呼び、主食となる作物として大切に栽培されてきました。さつまいもの保存方法としての「せん(だんご)」は、先人達の知恵の結晶であり、大切に受け継がれている技法の一つでもあります。

※地域によって作り方は異なります。

～せん(だんご)づくりの作業工程～



- ① さつまいもを洗い、細かく切る。
(以前は「からうす」で小さく砕いていた)
(主に傷いも、くずいもを利用する)



- ② 桶に①の芋を入れ、芋より水を10cmくらい高く入れる。アクで水が黒くなるので、1日1回水を替える工程を2～3週間程続ける。



- ③ ②をざるにあげて袋に入れ、1ヶ月～1ヶ月半程発酵させる。



- ④ よくこねた③をハンバーグ状に丸め、網の上のせて、天日で1ヶ月～2ヶ月程乾燥させる。



- ⑤ よく乾燥した④を水につけもどし、水をかけながらよくこね、ざるでこす。



- ⑥ ⑤でこしたものを水をかけながら再びこす。徐々に目の小さなざるで何度もこす。(カスは捨てる) 桶の蓋をして1日放置する。



- ⑦ ⑥の上澄みを捨て、沈殿したデンプンを布を敷いたざるにとり、ゴミが入らないようにし、一晩水気をきっておく。固さが均一になるようによくこねる。



- ⑧ ⑦を3本指でつまみ、鼻高団子をつくる。天日で乾燥させ、完全に乾いた状態で保存する。①～⑧までに3～4ヶ月間かかり、千回もの手間がかかるとの事から「せん」と呼ばれる。

対馬の「せん(だんご)」

～「せん(だんご)」を使った郷土料理～

さつまいも独特のあまい香りと甘味を持ち合わせ、いずれもプリプリとした食感が特徴です。

ろくべえ



せんそば



せんつけ



黒みつけ



せんちまき



せんだんごぜんざい



せんもち



「味の箱舟(アルカ)」に認定されています

「味の箱舟」とは、スローフード・インターナショナル（本部・イタリア）が認定する、貴重で伝統的な食品・食材を世界的に登録するプロジェクトのことです。対馬市では、「対馬赤米」に続き2品目の認定となりました。



～対馬磯焼けと学校給食の取り組み～

近年、対馬市では、磯焼け（海底の海藻が減ったり、生えにくくなり、岩肌や海底が露出している状態のこと）が進み特産物であった、ひじき・わかめの収穫量が減り、価格が上昇しています。

また、その海藻を餌とするサザエなどの貝類の漁獲量も減少の一途をたどっています。



そこで、近年海藻などを食べつくしてしまう食害魚（しょくがいぎょ）のイスズミを給食に活用してはどうかという案があがり、対馬市教育研究会給食部会のメンバーで、イスズミの活用を1年間研究しました。以前より、イスズミのおいしい捌き方、おいしい食べ方を独自で研究されていた水産加工業者の方を講師に招き、イスズミの活用について給食部会のメンバーで調理実習を行いました。イスズミは、昔から海藻を食べるために「磯臭い」「食べられない」というイメージのついた魚でしたが、おいしい捌き方と工夫した調理法でとてもおいしい食材へと生まれ変わりました。調理実習後は、切身をはじめ、すり身、メンチカツなども対馬市の学校給食で活用されるようになり、今では月に1回ほど学校給食で登場するようになりました。



イスズミ

「イスズミ」の献立です。
すり身汁やイスズミの酢豚風などを試作しました。



対馬市すべての学校給食に令和2年11月19日前後に出された「対馬の海を守る給食」は、イスズミをはじめ、対馬産のひじきを使用した「対馬ひじきサラダ」、イスズミとともに対馬の磯焼け問題の一つとなっているいのしし肉を使った「対馬しし汁」を合わせた献立です。この給食を食べることでイスズミといのししの数を減らすことができるということで給食を「対馬の海を守る給食」と名付けました。



対馬市教育研究会給食部会の取り組み ～令和3年度～

【研究テーマ】

「ふるさとの良さを伝える地場産物の活用～続・対馬の海を守る給食～」

【研究テーマ設定の理由】

学校給食における地場産物の活用は、児童生徒にとって、生産者の顔が見え声が届く安心・安全な食材との出会いの場である。それを通じて、地域の産物などに対する関心を高めたり理解を深めたりすることもできる。昨年度は、水産加工業者の協力のもと、食害魚であるイスズミを取り入れた「対馬の海を守る給食」を考案し、地産地消の取組を推進するとともに、発達段階に応じた指導をすることで、食に関する自己管理能力の育成につながった。

今年度も継続研究をすることで、さらにイスズミの特性に合う効果的な活用を展開し、対馬が抱える磯焼け問題や自然との共存の大切さ、SDGsとの関連を理解させたいと考え、このテーマを設定した。

【活動経過】

○第1回 給食部会（令和3年5月17日）

- ・自己紹介、役員決定
- ・研究テーマの決定および年間活動計画作成
- ・イスズミに関する講話（有）丸徳水産 犬東氏
- ・質疑応答、情報交換 他



○第2回 給食部会（令和3年7月30日）

- ・「続・対馬の海を守る給食」の献立作成
- ・給食時間における食に関する指導の教材研究 11月18・19日（毎月19日は食育の日）の「続・対馬の海を守る給食」の実施に向けて、発達段階に応じた指導系統表、給食時間の学習指導案、啓発用パンフレットの作成
- ・情報交換 他

<食に関する発達段階に応じた指導系統表>

	題 材 名	本時の目標	食育の視点	
低学年	海藻を食べつくす生き物を知ろう	イスズミの他にも海藻を食べつくす生き物がいることを知る。	海藻を食べつくす生き物について知る。	③食品を選択する能力
中学年	対馬でとれる水産物の変化を知ろう	海水温の上昇による生態系の変化を理解する。	日常の食事が地域の農林水産物と関連していることが理解できる。	⑥食文化

高学年	そう介プロジェクトの成果を知ろう	イスズミの有効活用が藻場の回復につながることを知る。	食害魚の有効活用について考え、対馬の海を守る環境活動につながることを理解する。	④感謝の心
中学生	イスズミとジビエ肉の栄養について知ろう	イスズミとジビエ肉の栄養的な特徴がわかり、意欲を持って食べる。	イスズミやジビエ肉が中学生に適した食材であることを理解する。	③食品を選択する能力

○第3回 給食部会（令和3年10月28日）

- ・作成した教材を用いた模擬指導と、検討会
- ・「続・対馬の海を守る給食」についての最終確認
- ・研究のまとめ
- ・情報交換 他



【研究のまとめ】

- ・昨年度からの継続した研究により、児童生徒に「対馬の海を守る給食」、そう介プロジェクト、SDGs等の海の環境を守る活動に対する理解が深まった。
- ・パンフレットによる事前の啓発により、各学校の当日の給食指導に活用でき、児童生徒の興味や関心の高まりにつながった。
- ・発達の段階に応じた指導系統表、給食時間の学習指導案を作成したことにより、効果的な食に関する指導ができた。
- ・イスズミやジビエの栄養的な特徴について理解が深まり、食に関する自己管理能力の育成につなげることができた。
- ・学校給食で地場産物を活用することは、“ふるさと学習”の一取組であると評価された。

【次年度の研究の方向性について】

- ・第3次対馬市食育・地産地消計画に則り、本研究会でも目標値達成に向けた効果的な指導について研究を深めたい。

【令和3年度 対馬市小学校教育研究会 給食部会 部員】

部長	田中宏樹	(厳原北小学校)
副部長	本石えりか	(東小学校)
部員	山崎唯	(厳原小学校)
	川久保美咲	(鶏鳴小学校)
	扇佳代	(豊玉小学校)
	白山智香子	(比田勝小学校)

続・対馬の海を守る給食

2020 SDGs

未来都市に対馬市が
選定されました！



イスマミ



アイゴ(ハリ)



ガンガセ



給食



ランブシエード

イスマミのなかまたち

イスマミは、海藻が好きなお魚です。地球温暖化の影響で、最近、イスマミのように、海藻を食べる生き物が対馬の海に増えてきています。

イスマミやアイゴは、きちんと処理をすることで食用として、ガンガセはランブシエードとして有効活用されています。

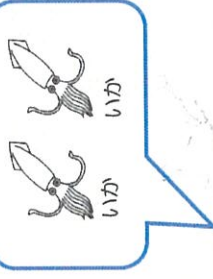
海の生き物のすみかの移り変わり

< 40年前 >



ひじき かじめ さざえ いか

< 現在 >



いか いか

0.5℃上昇



地球温暖化で海水温が上がり、生き物のすみ場所が、北へ移動している。

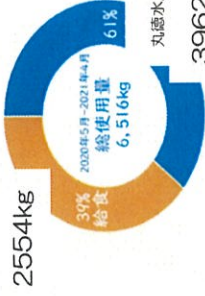


イスマミ ガンガセ アイゴ

そうじプロジェクトの効果

そうじプロジェクトとは、イスマミを「そうじ」と呼び、それを食べることで海藻を回復させ、海の豊かさ(環境)を守る活動のことです。

イスマミの活用率



磯焼けの様子



藻場の回復



SDGs (エスディーズ)

= Sustainable Development Goals

これから生きていくために
大切なわたしたちの目標

飲食業や学校給食で
多く食べられるようになった。



イスマミとジビエ肉は栄養たっぷり！

< 低カロリー・高たんぱく (100gあたり) >

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
イスマミ	111	19.2
マダイ	194	21.7

アミノ酸の「アルギニン」が多く含まれている

- ・筋肉パワーアップ効果
- ・免疫力を高め、細菌やウイルスによる感染症予防

鉄分・ビタミンB₁₂が多く含まれている→貧血予防効果

鉄分が多く含まれている → 貧血予防効果

注目の成分！「アセチルカルニチン」を含んでいる → 疲労回復効果

イスマミやイノシシ・シカを食べることは、対馬の海を守ることに繋がります。対馬の豊かな海を、取り戻しましょう！

対馬市食育推進会議条例

○対馬市食育推進会議条例

平成 21 年 3 月 31 日

条例第 17 号

(設置)

第 1 条 食育基本法(平成 17 年法律第 63 号。以下「法」という。)第 33 条第 1 項の規定に基づき、対馬市食育推進会議(以下「推進会議」という。)を置く。

(所掌事務)

第 2 条 推進会議は、次に掲げる事項について調査審議する。

- (1) 法第 18 条第 1 項に規定する食育推進計画の作成及びその実施の推進に関すること。
- (2) 前号に掲げるもののほか、食育の推進に関する重要事項について審議し、施策の実施の推進をすること。

(組織)

第 3 条 推進会議は、委員 20 人以内で組織する。

2 委員は、次に掲げる者のうちから市長が委嘱する。

- (1) 学識経験のある者
- (2) 関係団体を代表する者
- (3) 市民

3 市長は、前項第 3 号に掲げる委員の選任に当たっては、公募の方法により、これを行うものとする。

(任期)

第 4 条 委員の任期は、2 年とし、再任されることを妨げない。ただし、補欠の委員の任期は、前任者の残任期間とする。

(会長及び副会長)

第 5 条 推進会議に会長及び副会長を置き、委員の互選によってこれを定める。

2 会長は、会務を総理し、推進会議を代表する。

3 副会長は、会長を補佐し、会長に事故があるときは、その職務を代理する。

(会議)

第6条 推進会議の会議は、必要に応じて会長が招集し、その議長となる。

2 推進会議は、委員の過半数が出席しなければ、会議を開くことができない。

3 推進会議の議事は、出席した委員の過半数をもって決し、可否同数のときは、議長の決するところによる。

(関係人の出席)

第7条 推進会議は、必要があると認めるときには、関係人の出席を求め、その意見又は説明を聴くことができる。

(委員報酬及び費用弁償)

第8条 委員の報酬及び費用弁償は、対馬市特別職の職員で非常勤のものの報酬及び費用弁償に関する条例(平成16年対馬市条例第42号)により支給する。

(部会設置)

第9条 推進会議に部会を置く。

2 部会は食育に関する施策の総合的企画及び効果的な推進を行う。

(委任)

第10条 この条例に定めるもののほか、推進会議の運営に関し必要な事項は、市長が別に定める。

附 則

この条例は、平成21年4月1日から施行する。

対馬市食育推進会議委員

対馬市食育推進会議 委員名簿

任期：令和3年4月1日～令和5年3月31日

分野	委員	役職	団体名
健康 栄養	○竹村正士	会長	対馬市歯科医師会
	武末富子	副支部長	(公社)長崎県看護協会対馬支部
	勝見恵子	支部長	(公社)長崎県栄養士会対馬支部
	◎豊田涼子	副会長	対馬市食生活改善推進協議会
学 校 保育所等	扇小百合	事務局長	対馬保育会
	原藤男	園長	対馬幼稚園協会
	友末千秋	母親委員長	対馬市PTA連合会
	田上顕二	会長	対馬市学校給食研究会 (対馬市校長会代表)
	阿比留智子	部員	対馬市学校給食研究会 栄養教諭・学校栄養職員部会
	藤恵理	副部长	対馬市養護教諭会
生産者 事業者	吉田若代	会計	対馬市生活研究グループ連絡会
	二宮昌彦	会長	対馬市漁業協同組合長会
	早田真路	会長	対馬地区漁業士会
	犬束ゆかり	会長	対馬地区漁協女性部連絡協議会
	古藤俊泰	専務理事	対馬農業協同組合
	廣輝朋	事務局次長	対馬市商工会
福祉	小松勝助	副会長	対馬市民生委員児童委員協議会連合会

◎会長 ○副会長

第3次 対馬市食育・地産地消推進計画

発行年月 令和4年3月

発行 対馬市

編集 対馬市 農林水産部 農林しいたけ課

自然共生課

水産課

健康づくり推進部 いきいき健康課

対馬市教育委員会 学校教育課

