

1 現行計画の評価

①基本目標1 毎日きちんと朝ごはんを食べます

■ 評価

- ・ 朝ごはんを毎日食べる人の割合は、幼児から中学生では90%以上を維持しているが、20代30代で低い。
- ・ 家庭における食育の推進では、乳幼児のいる保護者などを対象として食育の重要性を理解する取組を行ってきた。また、保育園、幼稚園、学校における食育の推進では規則正しい食習慣の定着に向けた取組に努めてきたところである。
- ・ 小・中学校における食育の取組は効果的に行われていると評価できるが、高校生以降の食育の取組については、十分とはいえない。

■ 課題

- ・ 生涯にわたり、健全な食生活を送るため、子どもの頃からの規則正しい食生活の定着を図る必要がある。
- ・ 20代や30代の若い世代の朝食摂取率の向上を図る必要がある。

全体の評価

計画に計上した事業については、概ね順調に進捗しており、意識調査の結果から「食育の認知度」は向上している。

しかしながら、20代や30代の若い世代については、朝食を摂取する割合が低い状況にあり、若い世代を中心とした食育を推進していく必要があることや壮年期の肥満の割合が増加傾向にあるなど、壮年期を中心とした生活習慣病の予防・改善に取り組む必要があることなどが課題として明らかになった。

②基本目標2 バランスのとれた食事を楽しく食べます

- ・ 20~60代男性や40~60代女性の肥満の人の割合は増加している。
- ・ 食事バランスガイド等を参考に食生活を実践する人の割合は減少している。
- ・ 「主食・主菜・副菜を1日2回以上食べる人の割合」について、殆ど毎日食べている人の割合は55.0%となり、国の調査結果の57.0%を下回る。
- ・ よく噛んで食べる人の割合は全年代において低いものの、小・中学生では増加傾向にある。
- ・ 家庭や地域における食育の推進の各事業は概ね順調であるが、肥満の人の割合が増加しており、成果が十分とはいえない。

- ・ 肥満が増加していることから、生活習慣病の予防や改善に努める人を増やす必要がある。
- ・ 歯周病予防や高齢者の誤嚥予防などの観点から全年代で、よく噛んで食べる人を増やす必要がある。

③基本目標3 地元でとれたものを無駄なく美味しく食べます

- ・ 地場産物をできる限り購入している人の割合は減少しているが、たまに購入する人の割合を含めると、地場産物を購入する人の割合は増加傾向である。
- ・ 食べ残しや食品の廃棄に関して気をつけている人の割合は90%を超えて維持している。
- ・ 地産地消推進店のPRやイベントの開催、小・中学校における農業体験や交流給食の実施、食べ残しに対する市民への意識啓発などの取組により、食の大切さを理解し、食への感謝の気持ちを持つことにつながる事業が効果的に実施できた。

- ・ 地産地消や食品の廃棄への関心や理解が高まってきているが、さらに食や環境への理解を高めるため、引き続き取り組む必要がある。

④基本目標4 食に対する関心や感謝の気持ちを持ちます

- ・ 食育に関心がある人の割合は減少しているが、食育の認知度は向上している。
- ・ 郷土料理や伝統料理に関心がある人の割合は増加傾向であることから、食文化の関心は向上している。
- ・ 食事マナーに関心がある児童生徒の割合は増加しており、全校に学校栄養士を配置し食育の取組が効果的に行われている。
- ・ 食品の安全性に対して不安に思う人の割合は減少しているものの、依然として7割の人が不安に思っている。
- ・ 食文化への理解や食の安全・安心への理解が進んでいることから、郷土料理講習会の開催や食品の安全に関する意見交換会の開催などが効果的に実施できた。

- ・ 食品の安全性について不安に思う人が依然として多いことから、不安解消に向けて引き続き取り組む必要がある。
- ・ 食文化の継承のため、郷土料理などを次世代に伝えていく必要がある。

2 本市を取り巻く状況

1 本市の状況

① 人口構成及び世帯状況、健康寿命

項目		H22年度 国勢調査	H28年3月	国 (H27年度国勢調査)
総人口	市	511,739人	521,082人	127,110,000人
15歳未満割合	市	14.2%	13.4%	12.5%
15~64歳割合	市	66.0%	62.8%	59.7%
65歳以上割合	市	19.7%	23.3%	26.3%
項目		H17年度 国勢調査	H22年度 国勢調査	国 (H22年度国勢調査)
単身世帯割合	市	30.4%	34.1%	32.5%
65歳以上単身世帯割合	市	5.83%	6.78%	10.8%
核家族世帯割合	市	56.8%	54.4%	57.2%
ひとり親世帯	市	7.9%	8.1%	8.6%
共働き世帯	市	43.2%	47.8	45.4%

項目		H22年		H25年	
		男	女	男	女
健康寿命	市	78.47歳	83.16歳	78.58歳	83.17歳
※市・県・介護認定データによる	県	77.90歳	82.88歳	78.13歳	82.92歳
平均寿命	市	79.81歳	86.06歳	79.88歳	86.04歳
※国勢調査データによる	県	79.14歳	85.73歳	79.06歳	85.66歳

② 主な死因 (平成26年人口動態統計より)

- がん 28.9% (国 28.7%)
 - 心疾患 (高血圧症を除く) 15.9% (国 15.2%)
 - 脳血管疾患 10.3% (国 8.7%)
 - 肺炎 10.1% (国 9.4%)
- 生活習慣病が死因の約6割を占める状況となっている。

③ 第2次健康うつのみや21 (平成25年度~34年度)

- 基本目標と基本方向『健康寿命の延伸』
- ・ 生活習慣の改善
- ・ 生活習慣病の発症予防・重症化予防
- ・ 社会生活を営むために必要な機能の維持及び向上
- ・ 健康を支え、守るための社会環境の整備

2 国の動向

第3次食育推進基本計画 (平成28年3月策定)

(計画期間 平成28年度~32年度)

○ 基本的な方針の重点課題

- ア 若い世代を中心とした食育の推進
- イ 多様な暮らしに対応した食育の推進 (新)
- ウ 健康寿命の延伸につながる食育の推進
- エ 食の循環や環境を意識した食育の推進 (新)
- オ 食文化の継承に向けた食育の推進 (新)

“「実践」の環を広げよう”をコンセプトに掲げ、関係者の連携・協働により“食育の環”をつなぎ、循環させ、その環を広げることで食育が進化・深化し発展していくことを目指す。

3 県の動向

第3期栃木県食育推進計画「とちぎ食育元気プラン2020」 (平成28年3月策定)

(計画期間 平成28年度~32年度)

○ 食育推進の課題

- ア 食への意識の向上と生活の多様化への対応
- イ 健康な食事への対応
- ウ 食品の安全・安心への理解

3 食に関する意識調査結果（概要）

①朝食の摂取	〔朝食を毎日食べる人の割合〕 【一般】81.9% 【20代】59.5% 【30代】74.6% 〔朝食を食べない理由〕 ・時間がない 【20代】27.9% 【30代】35.9% ・寝ていたい 【20代】24.6% 【30代】19.2% 〔朝食を食べないことがある人の就寝時間〕 ・午前0時以降 【20代】63.9% 【30代】51.3%	◎若い世代が朝食を食べない理由は、「時間がない」や「寝ていたい」が多く、就寝時間が遅い。
②肥満（男女）・やせ（女性）の状況 （BMI 25.0以上：肥満、BMI 18.5未満：やせ）	〔男性の肥満〕 【40代】31.5% 【50代】34.6% 〔女性のやせ〕 【20代】17.2% 【30代】15.3% 〔20代30代の女性の体型への意識〕 ・ふつう体型の人が太っていると思っている人の割合 49.3% ・ふつう体型の人がやせたいと思っている人の割合 73.0% ・やせすぎ体型の人がちょうどよい体型だと思っている人の割合 38.8%	◎40代50代男性の肥満が多い。 ◎20代30代の女性はやせ志向が強い
③食育	〔食育の認知度〕 ・食育を知っている人の割合 90.1%	◎食育の認知度は9割を超えている。
④共食	〔朝食または夕食を毎日家族と一緒に食べる人の割合〕 【幼児・小学生】90.5% 【中学・高校生】64.5% 【成人】59.1%	◎共食をする割合は、幼児・小学生では9割を超えているが、中学生・高校生以降は6割程度である。
⑤栄養バランスに配慮した食事	〔主食・主菜・副菜を1日2回以上そろえて食べる人の割合〕 ・ほぼ毎日食べている人の割合 【全体】55.0% 【20代】46.4% 【30代】43.1% 【ひとり暮らしの高齢者】44.1% 〔栄養バランスのよい食事を心がけている人の割合〕 ・栄養バランスのよい食事を心がけている人の割合 【全体】74.0% 【20代】68.6% 【30代】72.8%	◎20代30代の若い世代やひとり暮らしの高齢者で栄養バランスのよい食事を実践している人は半数に満たない。 ◎栄養バランスのよい食事について、心がけている人と実践している人の割合に乖離がある。
⑥メタボリックシンドローム予防改善の取組	〔メタボリックシンドロームなどの生活習慣病の予防や改善に取り組む人の割合〕 ・実践して半年以上継続している 【全体】27.3% 【40代】22.3% 【50代】28.5% 〔よく噛んで食べる人と肥満の人との関係〕 ・よく噛んで食べる人の割合【ふつう体型の人】25.7% 【肥満の人】17.7%	◎メタボリックシンドロームの予防・改善を実践して半年以上継続している人は20代30代で少ない。 ◎肥満の人はよく噛んで食べている人が少ない。
⑥地産地消	〔地産地消の認知度〕 ・地産地消を知っている人の割合 85.1%	◎地産地消の認知度は8割を超えている。
⑦食文化	〔地域や家庭で受け継がれた料理や味、食べ方、作法の継承及び伝承〕 ・受け継いでいる人の割合【全体】41.5% 【国】60% ・受け継いでいる人のうち、地域や次世代に伝承している人の割合 【全体】75.6% 【国】69.3%	◎地域や家庭で受け継がれた料理や味、食べ方、作法を継承している人は国と比較すると少ない。
⑧食品の安全	〔食品の安全性に関して不安に思う人の割合〕 ・不安に思う人の割合 【全体】71.8%（前回 83.5%）	◎食品の安全性に関して不安に思う人は減少傾向にあるが、依然として7割を超えている。

4 課題の総括

現行計画の取組状況や本市を取り巻く状況、市民の意識から見た課題

◎若い世代

- ・朝食の欠食が高校生の頃から始まり、20代30代で朝食の欠食率が高いことから、朝食の摂取に向けた取組が必要である。
- ・20代30代の女性は痩身志向が強く、やせが多いことから、健全な食生活に向けた実践が必要である。

◎共食

- ・家族と一緒に食事をするなど共食を通して、子どもの頃から望ましい食生活の実践が必要である。
- ・単身世帯の増加など、家庭生活の多様化に対応した取組が必要である。

◎メタボ予防や改善

- ・壮年期男性の肥満が増加していることから、運動習慣の徹底や健全な食生活の実践などのメタボリックシンドロームの予防や改善に取り組む必要がある。

◎咀嚼

- ・歯周病予防や肥満の人はよく噛んでいないことなど健康との関連性が見られることから、よく噛んで食べる人を増やす必要がある。

◎地場農産物への関心

- ・食に関する理解や関心を高めるため、地場産農産物や食への理解、関心をさらに向上させる必要がある。

◎食事マナーや郷土料理等への理解

- ・郷土料理などを継承している人が少ないことから、地域特性を生かした料理や家庭の味、食事マナーなど継承し次世代に伝えていく取組が必要である。

◎食品の安全

- ・食品の安全に不安を感じる人が依然として多いことから、引き続き対応が必要である。

5 次期計画の課題

次期計画において取り組むべき課題

【1 若い世代を中心とした食育の推進】

子どもの頃からの健全な食生活の確立とともに、若い世代が、健康を意識し主体的に、知識の習得や実践を伴う食育に取り組むための支援が必要である。

- ・20代30代の若い世代は、他の世代と比較して、朝食、女性のやせ、栄養バランスのとれた食事などの点で課題が多いことから健全な食生活の実践が必要である。
- ・20代30代はこれから親になる世代でもあり、こうした世代が食に関する知識や取組を次世代につなげていく必要がある。

【2 家庭や生活の状況に応じた食育の推進】

少子高齢化の進展、世帯構造や社会環境の変化に対応した食育の推進が必要である。

- ・食育の基本は家庭であるが、少子高齢化の進展、世帯構造や社会環境の変化による単身世帯等の増加など家庭生活の多様化に対応した食育の取組が必要である。

【3 健康寿命の延伸につながる食育の推進】

壮年期の肥満の割合が多いことからメタボ予防や改善、健全な食生活の実践に向けた食育の推進が必要である。

- ・40代や50代に肥満が多いほか、メタボリックシンドロームの予防・改善への取組や栄養バランスのよい食事の実践などの諸問題の改善に向けた取組が必要である。

【4 食に対する感謝や理解の促進】

食に対する関心を高めるとともに地域を理解し、これまで受け継がれてきた食文化を継承していくことが必要である。

- ・食品の安全性について不安に思う人が依然として多いことから不安解消に向けた、取組が必要である。
- ・食への理解や食を大切にすることを育てていく必要がある。