Ⅱ　しまねの食をめぐる現状と課題

１　概要

（１）島根県の状況

・食育に対する意識啓発や実践活動として、①県内各地での食育推進フォーラム等の開催、朝食欠食率の減少や野菜摂取量の増加を図るため親子や学生を対象とした料理コンクールの実施、大学生を対象とした生産、加工、料理体験の実施（島根県食育・食の安全推進協議会（以下協議会とする）、島根県主催）②食育に関わる関係団体における食育の取組の実施　③各圏域（保健所単位）でのネットワークづくりや食育推進研修会の開催　④各市町村における食育推進計画の策定及び推進などを実施してきました。
その結果、一般住民を対象としたアンケートで、「食育に関心がある」と答えた人が８割を超えるなど、県民の「食育」に対する意識は高まっています。

・朝食を食べない幼児や児童生徒は減少しています。大人では朝食を食べない人の割合は20歳代で最も多く、年齢が上がるにつれて減少傾向です。また、野菜の摂取量が少ないなど、若年層のアンバランスな食生活が明らかになり、それによる生活習慣病の増加等が懸念されます。

・幼児の咀しゃくや飲み込む機能を心配する保護者がみられます。
大人では、青壮年に、よくかむことを心がけている人が少ないです。

・メディア情報の氾濫や食品流通の多様化により、肉類の生食や健康食品の多量摂取などによる健康上の問題も生じています。食中毒等健康被害を避けるため、正しい情報提供が必要です。

（２）家庭を取り巻く状況

・核家族化が進み、生活パターンの多様化により子どもだけで食べる「孤食[8)]」や、家族一緒の食卓でもそれぞれ自分の好きな料理を食べる「個食[8)]」が見受けられ、食の安全に関する知識も含めた「食べる知恵」などが世代間で受け継がれないことが懸念されます。

・外食の他、調理済みの食品やインスタント食品の利用が増えていますが、自分で料理をすることがないなど、特に若い世代でその傾向が見受けられます。飲食店等と連携し、栄養・健康情報の提供を行う必要があります。

（３）保育所や学校等の状況

・保育所では「保育所保育指針[9)]」に基づき、創意工夫を生かした食育に取り組んでいます。

・学校等教育現場では、学習指導要領の改訂が行われ、教育活動全体を通して計画的・継続的に食に関する指導が行われています。

・また、小中高等学校においては、自然や文化体験等の体験学習の中で、食に関する体験にも取り組んでいます。

（４）地域の状況

・農林水産業や農山漁村は、多様な食材の供給や自然環境の保全など多くの役割を担っていますが、そうした農林水産業の関連情報を知る機会がほとんどないとする人が多数みられます。そのため、情報の提供など、様々な手段を通じて、理解を促進する必要があります。

・それぞれの機関・団体でイベントや啓発等取組を進めていますが、より広い層への働きかけを行う必要があります。

２　現状と課題

（１）島根県の状況

朝食を食べない幼児や児童生徒は減少しています。成人において朝食を食べない人の割合を年代別に見ると 20 歳代で最も多く、年齢が上がるにつれて減少傾向です。

■　朝食の欠食状況

○朝食を「欠食する・欠食することがある幼児」の割合（乳幼児健診アンケート）

	平成 14 年度	平成 23 年度
1.6 歳児	5.5%	3.9%
3 歳児	10.2%	4.9%

欠食をすることがある幼児が減っています。

○児童・生徒の朝食の摂取状況（島根県体力・運動能力等調査）

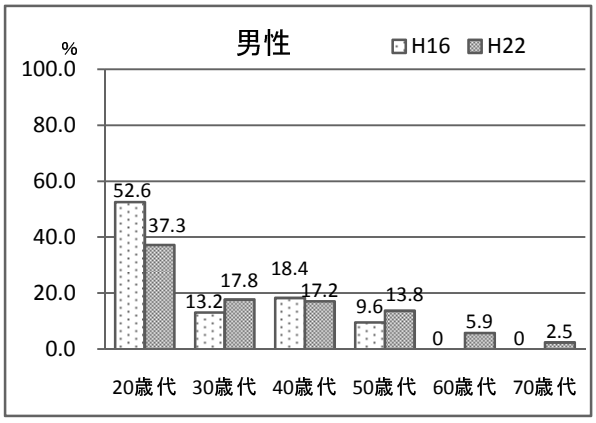
「朝食を時々摂る・ほとんど摂らない人」の割合

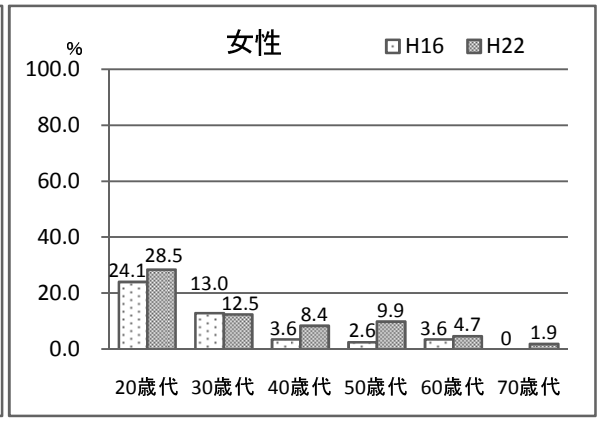
	男　子		女　子	
	平成 17 年度	平成 22 年度	平成 17 年度	平成 22 年度
小６	5.5%	3.6%	3.7%	3.2%
中３	15.5%	7.7%	11.3%	6.7%
高３	24.1%	17.3%	20.6%	15.0%

年齢が上がるにつれて、「朝食を時々摂る・ほとんど摂らない」の割合が増える傾向にあります。

○成人の朝食の欠食状況（島根県健康栄養調査）

「性別年齢階級別　朝食を食べる習慣がない人」の割合



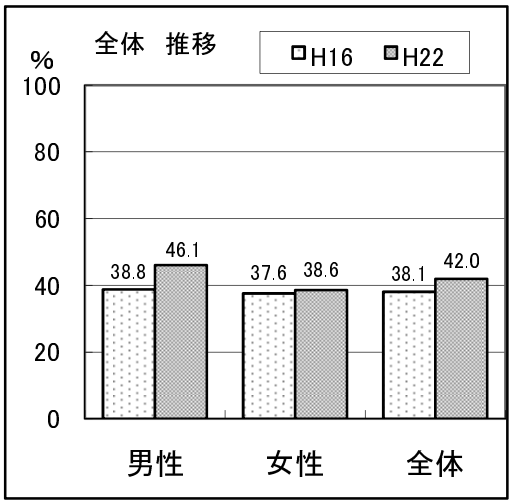


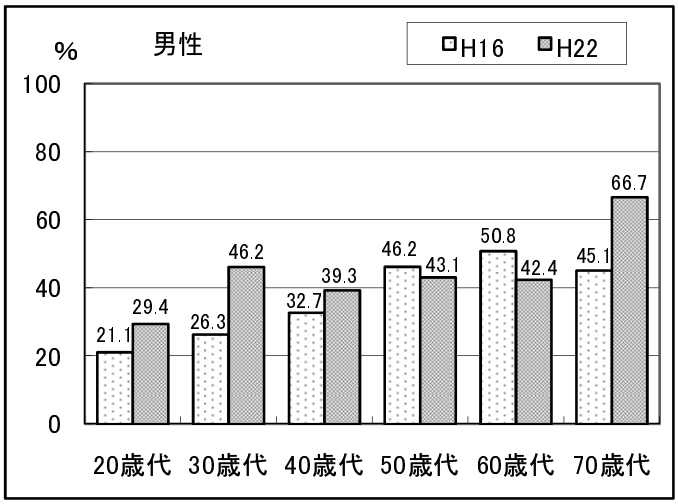
習慣的な朝食欠食者の割合は男女とも年齢が上がるにつれて減少傾向ではありますが、50 歳代までは 1 割前後は欠食する人がいます。20 歳代男性は減少していますが、37.3%と他の年代に比べて高い状況にあります。

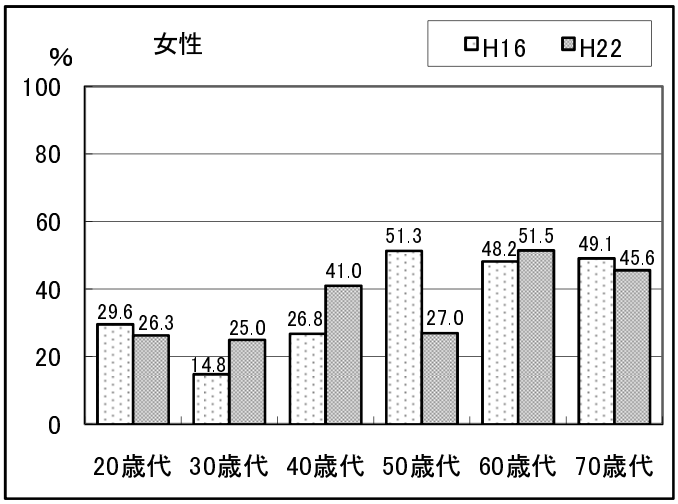
20歳代で野菜を350g以上摂取する人の割合は、他の年代と比べて低いです。脂肪エネルギー比率が30%以上である人（過剰摂取者）の割合が、20歳代から30歳代で3割を超えています。

■ **野菜の摂取状況　（島根県健康栄養調査）**

○野菜を1日350ｇ以上摂る人の割合



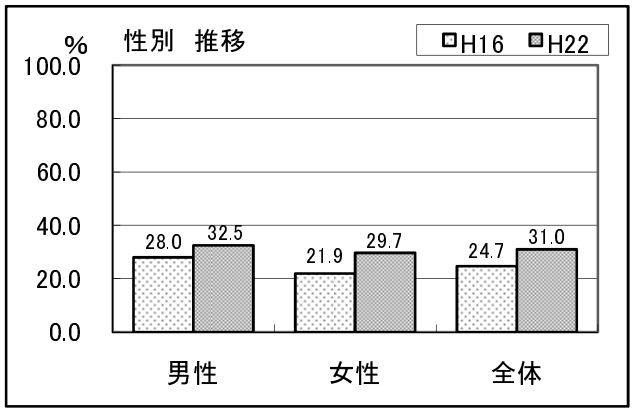


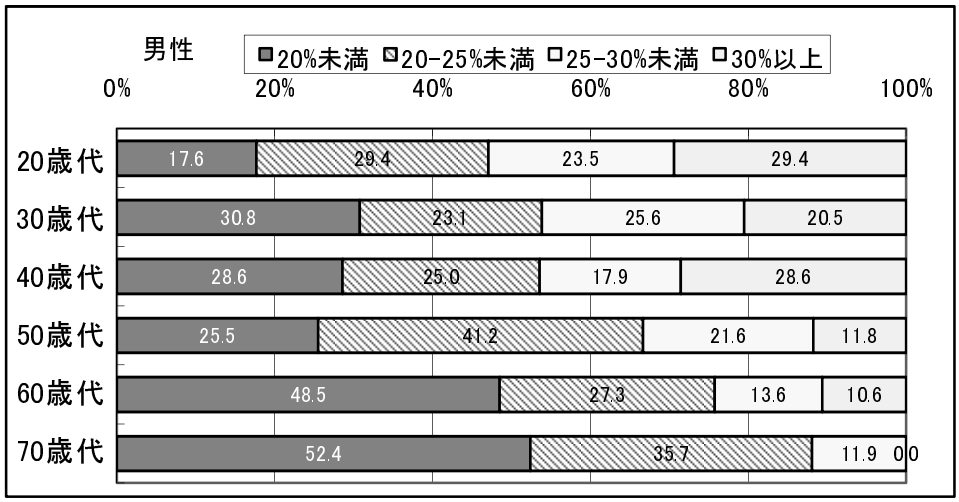


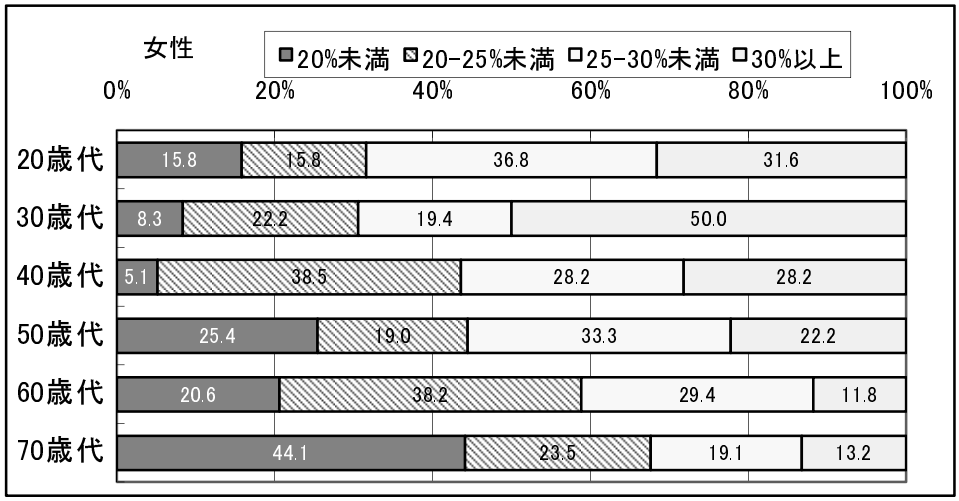
野菜を350g以上摂る人の割合は増加しているものの、目標の60%には達していません。年代別に見ると、特に20歳代男女、30歳代女性が350ｇ以上摂る人の割合は低いです。

■ 摂取エネルギーに占める脂肪エネルギー比率　（島根県健康栄養調査）

○摂取エネルギーに占める脂肪エネルギー比率が適正(20－25%未満)である人の割合







脂肪エネルギー比が適正範囲にある人の割合は増えているものの、特に女性の 20 歳代～30 歳代は脂肪エネルギー比率が 30%以上の過剰摂取者が 3 割を超えています。

子どもたちは、肥満傾向児が減少し、痩身（やせ）傾向児が増える傾向にあります。

大人では、男性では２人に１人が、女性では４人に１人が肥満者（ＢＭＩ[10] 25 以上）です。また、男性では糖尿病有病者が増加しています。

■ **島根県の肥満・痩身（やせ）傾向の状況**

（平成 18 年度、平成 22 年度 文部科学省学校保健統計調査）

○幼児･児童･生徒における肥満傾向児の出現率

＊性別・年齢別・身長別標準体重から肥満度を求め、肥満度が 20%以上の人の割合

	男子		女子	
	平成 18 年度	平成 22 年度	平成 18 年度	平成 22 年度
年長児	1.27%	1.90%	2.24%	1.83%
参考全国平均	2.59%	2.80%	2.24%	2.97%
小 6	9.30%	8.59%	8.21%	7.49%
参考全国平均	11.82%	11.09%	9.95%	8.83%
中 3	8.08%	5.76%	9.99%	6.90%
参考全国平均	11.2 %	9.37%	9.20%	7.89%
高 3	10.70%	5.93%	8.62%	7.78%
参考全国平均	12.90%	11.30%	9.67%	8.14%

○幼児･児童･生徒における痩身(やせ)傾向児の出現率

＊性別・年齢別・身長別標準体重から肥満度を求め、肥満度が-20%以下の人の割合

	男子		女子	
	平成 18 年度	平成 22 年度	平成 18 年度	平成 22 年度
年長児	0.13%	－	0.99%	0.35%
参考全国平均	0.39%	0.42%	0.42%	0.51%
小 6	1.77%	3.69%	2.12%	1.28%
参考全国平均	2.48%	2.55%	2.49%	3.08%
中 3	1.47%	1.27%	2.68%	3.20%
参考全国平均	1.46%	1.48%	2.76%	3.09%
高 3	1.73%	2.25%	2.22%	2.86%
参考全国平均	1.39%	1.67%	1.23%	1.81%

○成人における肥満者（ＢＭＩ25 以上）の割合

（平成 19 年度健康増進計画の新たな目標値設定に向けた調査

平成 22 年度特定健康診査（市町村国保）対象者：40～74 歳）

	平成19年度	平成22年度
男	51.8%	46.8%
女	26.8%	26.7%

＜参考＞

＊肥満度:標準体重からの差異を百分率で表したもの。0 が標準。

標準体重＝(身長cm－100)×0.9
肥満度%　＝(体重－標準体重)÷標準体重×100

＊BMI:体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)　から求められる肥満 0 程度を示す指数。

■　糖尿病推計患者数の状況

○糖尿病推計患者数

平成 19 年度健康増進計画の新たな目標値設定に向けた調査（40～74 歳）

平成 22 年度：特定健康診査（市町村国保 40～74 歳）

	平成19年度	平成22年度
男	21,655人	21,962人
女	12,035人	11,303人

推計患者数の算出方法

平成 19 年度

（年齢階級別　基本健康診査の糖尿病者)×各年代推計人口の総和

平成 22 年度

（年齢階級別　特定健診の糖尿病者)×各年代推計人口の総和

注）平成 19 年度とそれ以降の数字は対象が異なり、単純に比較することは適当でない。

幼児の咀しゃくや飲み込む機能を心配する保護者がみられます。
大人では、青壮年に、よくかむことを心がけている人が少ないです。

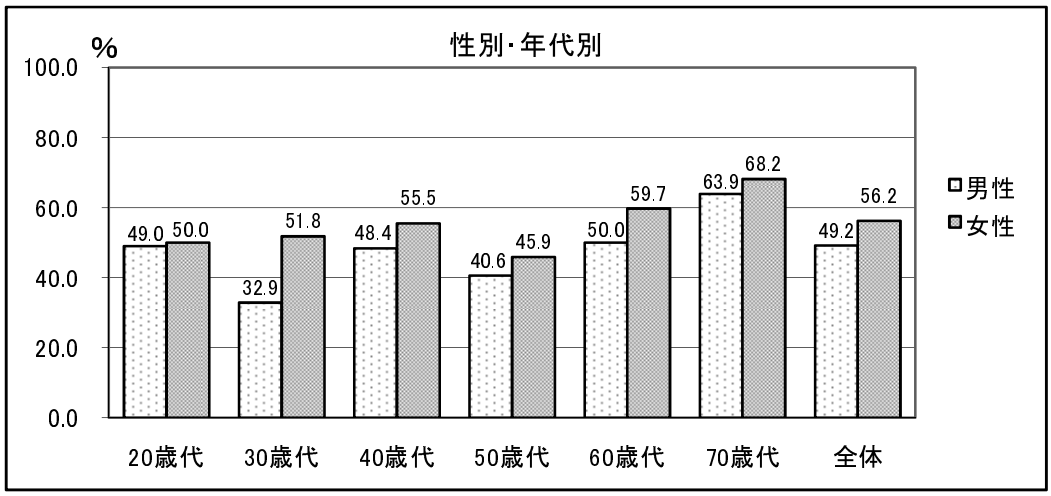
■ 咀しゃくの状況

○3 歳児でよくかむ子どもの割合（3 歳児健康診査）

＊3 歳児健康診査「咀しゃく」の問診（選択肢：よくかむ、普通、丸飲み、飲み込めない）で、「丸飲み、飲み込めない」と回答した人の割合

	平成17年度	平成22年度
3歳児	3.6%	3.9%

○よくかんで食べるようにしている人の割合（平成 22 年度島根県健康栄養調査）



■ ８０２０達成の状況

○20 本以上歯がある人の割合(県民残存歯調査)

	40歳～	45歳～	50歳～	55歳～	60歳～	65歳～	70歳～	75歳～	80歳～	85歳～
平成17年	96.8%	92.5%	83.7%	73.8%	62.5%	52.7%	40.9%	29.1%	19.4%	10.1%
平成22年	97.3%	95.6%	88.3%	79.6%	69.9%	61.2%	48.6%	36.8%	27.8%	17.6%

＊参考:80 歳（75 歳～84 歳）の一人平均残存歯数

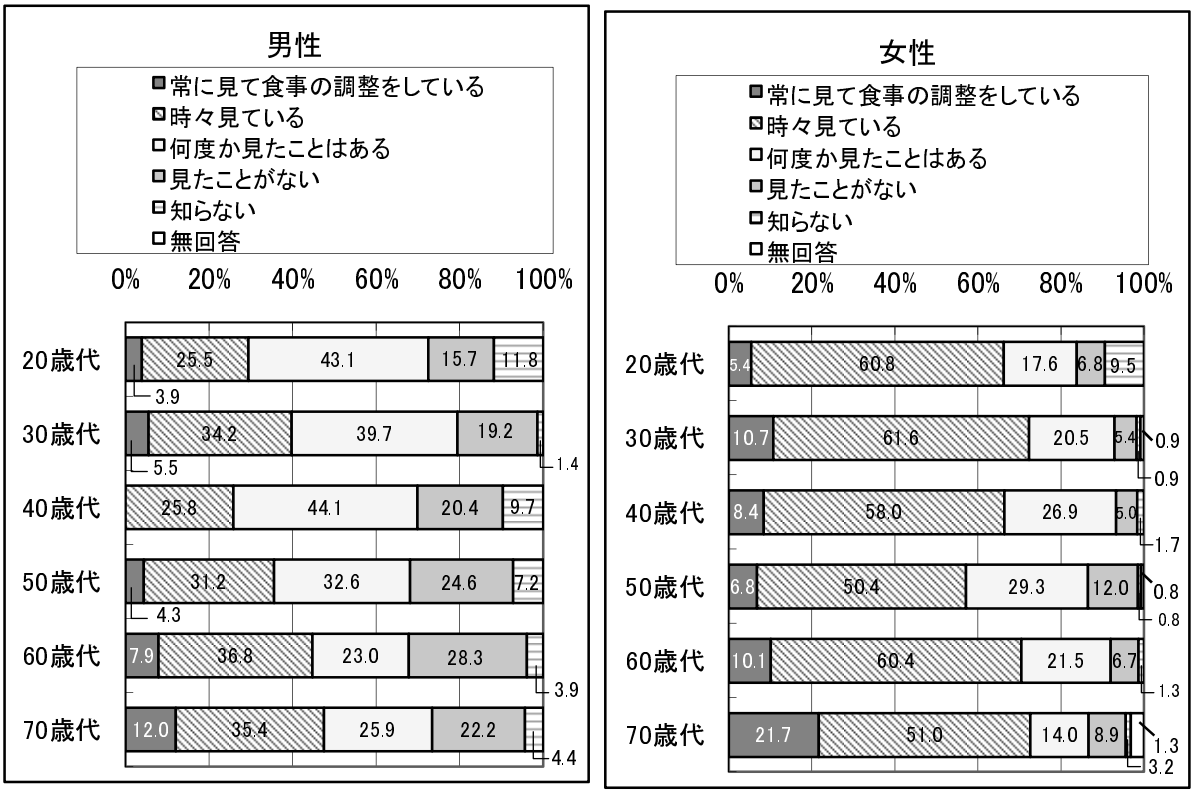
平成 17 年は 12.02 本で｢8012｣と言えます。

平成 22 年は 14.16 本で｢8014｣と言えます

・外食等食の外部化[11]が進み、家庭以外で健康や栄養に関する情報に触れる機会の増加とともに、加工食品や外食の栄養成分表示を利用している人が増えています。
・メディア情報の氾濫や食品流通の多様化により、肉類の生食や健康食品の多量摂取などによる健康被害が発生しています。
・栄養の偏りや食習慣の乱れが見受けられる中、不適切な健康食品の利用による健康被害を避けるため、正しい情報提供が必要です。

■栄養成分表示の利用状況（平成 22 年度島根県健康栄養調査）

○加工食品や外食の栄養成分表示を利用している人の割合



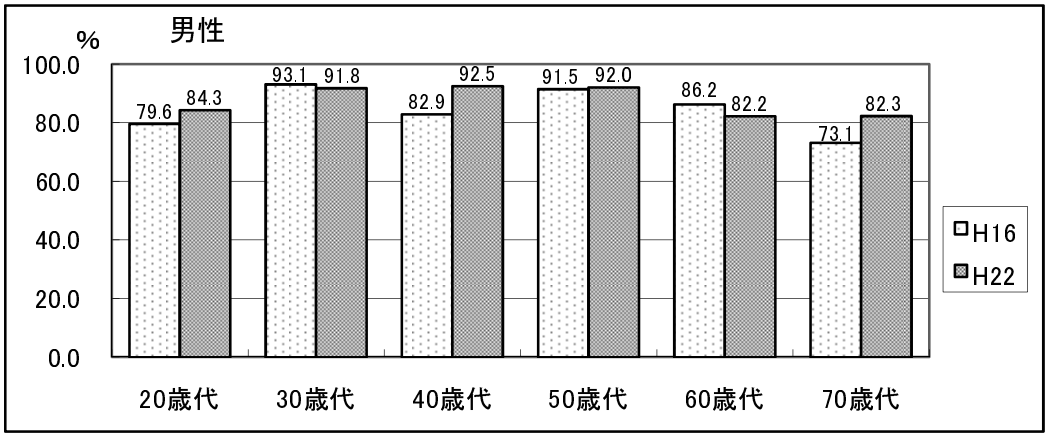
「常に見て食事の調整をしている」「時々見ている」「何度か見たことがある」の合計は、男性 71.1%、女性 89.4%であり、平成 11 年（男性 52.0%、女性 77.0%）に比べ男女とも増加しています。

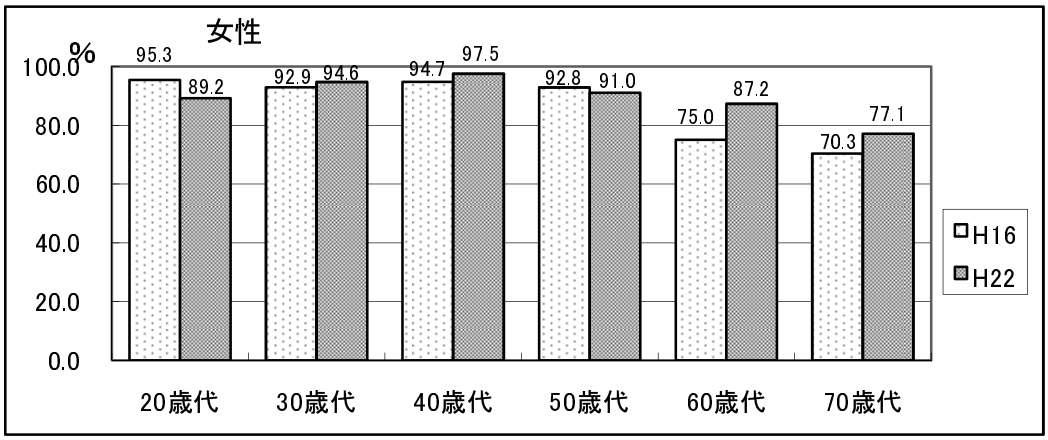
（２）家庭を取り巻く状況

・核家族化が進む一方、生活パターンの多様化により子どもだけで食べる「孤食」が見受けられます。
・三世代でも家族一緒の食卓で、それぞれ自分の好きな料理を食べる「個食」が見受けられます。
・こうしたことにより、食の安全に関する知識も含めた「食べる知恵」が世代間で受け継がれないことが懸念されます。

■共食について（島根県健康栄養調査）

○「食事を共にする家族や友人がいる人」の割合



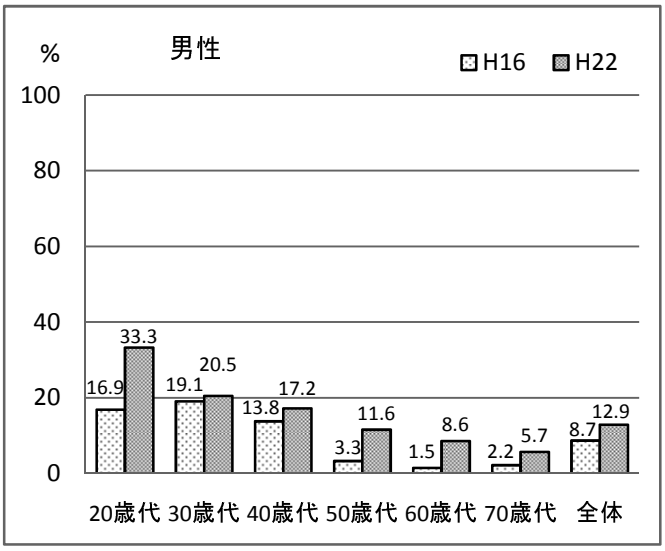


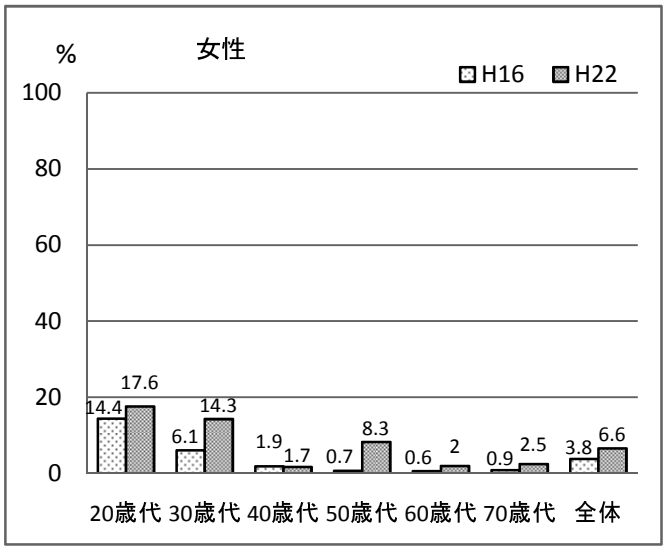
食事を共にする家族や友人がいる人の割合は、平成11年に比べ、男性はわずかに増加、女性はほぼ横ばいでした。年齢階級別にみると、男性はどの年代も80%を超えていましたが、女性では70歳代で80%を下回っています。

外食の他、調理済みの食品やインスタント食品の利用が増え、食の外部化が進んでおり、特に若い世代でその傾向が見受けられます。

■外食の状況（島根県健康栄養調査）

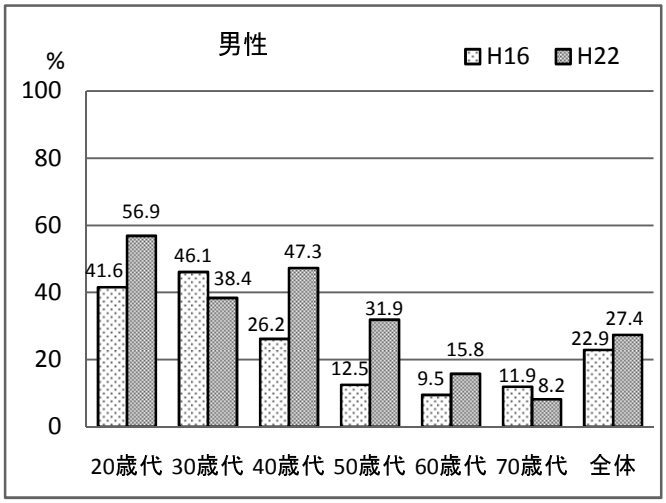
○外食をすることが多い人の割合

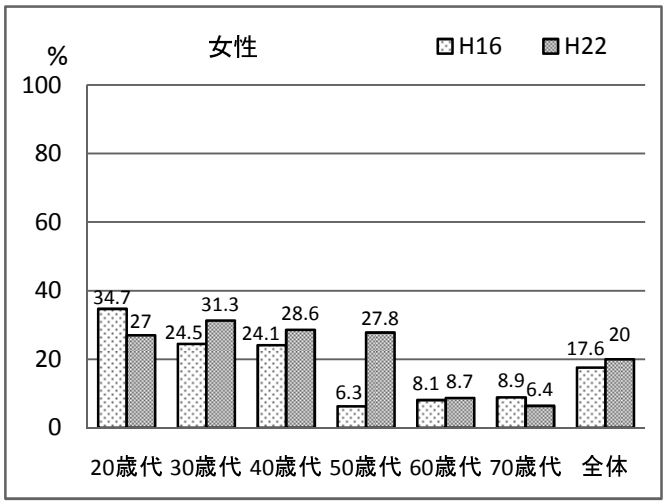




■調理済み食品やインスタント食品の利用状況（島根県健康栄養調査）

○調理済み食品やインスタント食品をよく利用する人の割合





（３）保育所や学校等の状況

全ての保育所で、「保育所保育指針」に基づき、創意工夫をした食育に取り組んでいます。

子どもの発育・発達状況、特別な配慮を必要とする子どもを含めた一人一人の子どもの状態、家庭での生活状況を把握した上で、食に関わる体験が広がるよう工夫された給食を提供しています。

また、子どもが自らの感覚や体験を通して、自然の恵みとしての食材や調理する人への感謝の心が育つように、子どもと保育士、栄養士、調理員や地域の人が、一緒に食事をしたり、食材の栽培や収穫、食事の準備や調理を体験できる保育活動を実践しています。

さらに、食を通した保護者への支援として、家庭への通信の発行や、保護者参加の行事を開催するほか、日々の連絡帳、送迎時など保護者と接する機会をとらえた助言、指導などにも取り組んでいます。

・学校給食における地場産物の活用を進めています。
・全ての小学校で農業体験を取り入れている他、全ての学校で自然や文化体験等の体験学習を実施しています。
・学校給食において、アレルギーに配慮した食事の提供を進めています。

■　**島根県の学校給食における地場産物の活用状況（食品数ベース）**

＊米、いも類、豆類、野菜類、果実類、きのこ類、魚介類、肉類、卵類、乳製品、調理加工品の 11 品目に分類される食品中、県内産を使用した食品の割合（食品数ベースとしての活用状況の考え方）

	平成 17 年度	平成 22 年度
地場産物活用割合	34.5%	40.1%

生産者グループからの供給体制が整っている市町村での活用率が高いです。

学校給食に地場産物を活用し、食に関する指導の「生きた教材」として活用することは、子どもたちが食を通じて、地域の自然や文化、産業等に関する理解を深めるとともに、生産者の努力や食に関する「感謝の心」をはぐくむ上で重要であるほか、地産地消を促進する上でも有効です。

■ 体験学習を実施した学校の割合

	平成 17 年度	平成 22 年度
小･中学校	99.3%	100%

■ 農業体験を取り入れている小学校の割合

	平成 17 年度	平成 23 年度
小学校	93%	100%

（４）地域の状況

地域のつながりが希薄化している中で、地域の食文化が次世代に継承されなくなってきています。

地域で生産された農林水産物とその加工品を地域で消費する、いわゆる地産地消に対する意識が高まってきています。

県民の食料に対する安全・安心志向の高まり等を背景に、

（１）健康で豊かな食生活の実現

（２）農林水産業の営みを通じて守られている多面的な機能の維持保全

（３）地元農林水産物の生産振興による地域の活性化

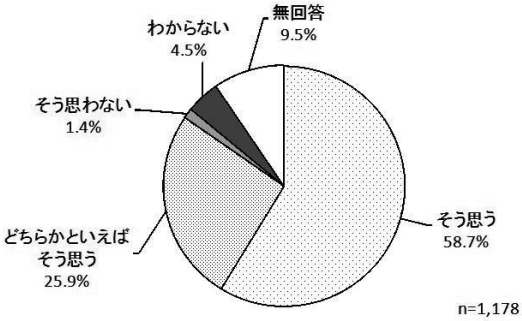
（４）地域の食文化等への理解の醸成

を図るため、生産者、流通関係者、消費者が一体となり、島根県における地産地消を推進しています。

農林水産業、農山漁村は、多様な食材等を供給し、私たちの食や食文化を支えています。また、農山漁村は、自然環境の保全、良好な景観の形成、伝統文化の継承など多くの役割も担っています。これらを守り次世代へ引き継いでいくためには、その役割を認識し、社会全体で支えていく必要があります。

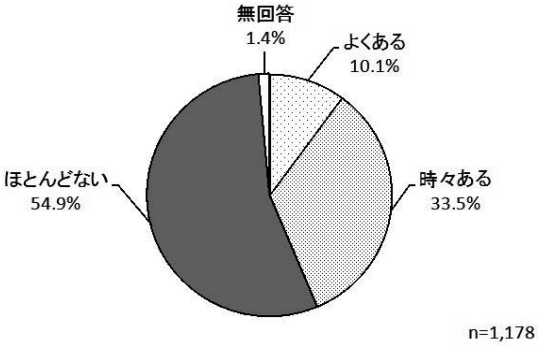
県政世論調査によれば、県民意識は、かなり高い水準にありましたが、一方でそういった情報等を知る機会がほとんどないという人も多数見られます。

■　農林水産業や農山漁村がもっている機能や役割を大切に守り育て、次代に引き継ぐ必要性の有無
（平成 21 年度県政世論調査）



農林水産業や農山漁村がもっているさまざまな機能や役割を大切に守り育て、次代に引き継いでいくことについて、80％以上の人が「そう思う」「どちらかといえばそう思う」と感じています。

■　農林水産業や農山漁村の機能・役割やその他農林水産関連情報などを知る機会の有無
（平成 21 年度県政世論調査）



農林水産業や農山漁村の機能・役割やその他農林水産関連情報などを知る機会がほとんどないとする人が 50％以上あります。

○バイオマス[12)]利用と食品のリサイクル
・ホテル、飲食店等（事業系）の食料資源（生ごみ）は一部堆肥利用されていますが、ほとんどは焼却処理されています。
・家庭の食料資源（生ごみ）については、一部市町村でコンポストや生ごみ処理機の購入に対する助成が行なわれるなど、堆肥化の推進に取り組んでいます。
・食品水産加工残さのうち、動植物性のものが一部堆肥化や飼料化されています。

■　再生利用率

「島根県産業廃棄物実態調査報告書」によれば、平成 20 年の産業廃棄物として取り扱われている動植物性残さの再利用率は約 80％です。

なお、家庭等からでる一般廃棄物の食料資源（生ごみ）量の再生利用率のデータはありません。

３　目標の達成状況

食育の取組推進の成果を客観的に把握するため、それぞれの目標について評価指標を設定しました。これらの指標の達成度は、次のとおりです。

＜達成度の判定＞　◎：目標値を達成したもの
○：目標値は達成しなかったが、改善傾向のもの
△：計画策定時と大きく変わらないもの
×：悪化傾向のもの

（１）食生活の改善に積極的に取り組む
→　自分の食生活に問題があると思う人のうち、改善意欲のある割合

計画策定時		現状値	目標値	改善状況	備考
男性	64.6%	64.3%	80%以上	△	島根県健康増進計画
女性	74.7%	72.8%		△	

現状値：平成 22 年度島根県健康栄養調査

（２）朝食をきちんと摂る
→　朝食の欠食の割合（欠食＋欠食することがある）

計画策定時		現状値	目標値	改善状況	備考
1.6 歳児	5.5%	3.9%	なくす (0%)	○	健やか親子しまね
3 歳児	10.2%	4.9%		○	
小 6 男子	5.5%	3.6%	なくす (0%)	○	しまね教育ビジョン２１
小 6 女子	3.7%	3.2%		△	
中 3 男子	15.5%	7.7%	5%以下	○	
中 3 女子	11.3%	6.7%		○	
高 3 男子	24.1%	17.3%	10%以下	○	
高 3 女子	20.6%	15.0%		○	
20 歳代男性	52.6%	37.3%	15%以下	○	島根県健康増進計画
20 歳代女性	24.1%	28.4%		×	
30 歳代男性	13.2%	17.8%	なくす (0%)	×	
30 歳代女性	13.0%	12.5%		△	

（３）子どもの時から食事はしっかりかむ

→　子どもの時から食事はよくかんで食べる（3 歳児）

計画策定時	現状値	目標値	改善状況	備考
13.1%	12.5%	15.6%	△	島根県健康増進計画

（４）学校給食で、できるだけ地場産物を使用する

→　地場産物の活用割合（食品数ベース）

計画策定時	現状値	目標値	改善状況	備考
34.5%	40.1%	40%	◎	しまね教育ビジョン２１

（５）野菜をたくさん摂る

→　野菜を１日 350g 以上摂る人の割合

計画策定時		現状値	目標値	改善状況	備考
男性	21.3%	45.9%	60%	○	島根県健康増進計画
女性	28.4%	38.7%		○	

（６）食事バランスガイドを知っている県民を増やす

→　食事バランスガイドを知っている人の割合

計画策定時		現状値	目標値	改善状況	備考
男性	20.7%	26.4%	増やす	◎	島根県健康増進計画
女性	28.4%	38.7%		◎	

（７）内臓脂肪症候群を知っている県民を増やす

→　内臓脂肪症候群を知っている人の割合（内容を知っている）

計画策定時		現状値	目標値	改善状況	備考
男性	36.0%	66.7%	増やす	◎	島根県健康増進計画
女性	43.7%	71.9%		◎	

（８）食育の推進に関わるボランティアの数を増加させる

→　食育の推進に関わるボランティアの数

計画策定時		現状値	目標値	改善状況	備考
食生活改善推進員数	2376 人	2174 人	増やす	△	島根県健康増進計画
食育推進ボランティア（市町村把握）	―	986 人		―	

（９）島根の豊かな大地、海等の自然環境を活かした農林漁業体験の機会を増やす

→　自然や文化体験活動を実施した学校の割合

計画策定時		現状値	目標値	改善状況	備考
小中学校	99.3%	100%	100%	◎	しまね教育ビジョン２１
高校	95.0%	100%		◎	

(10) 食品衛生知識の着実な普及と家庭内食中毒の発生を防止する

計画策定時		現状値	目標値	改善状況	備考
テレビスポット配信数	60	30	30	◎	島根県健康増進計画
講習会参加者数	945 人	832 人	1000 人	×	
家庭内食中毒	5 件	1 件	減らす	◎	

(11) 食環境づくりを進める

計画策定時		現状値	目標値	改善状況	備考
健康づくり応援店[13]店舗数	230	403	730	○	島根県健康増進計画
しまね故郷料理店数	104	152	増やす	◎	

(12) 推進計画を作成・実施している市町村の割合を 100%にする

→　策定市町村の割合

計画策定時		現状値	目標値	改善状況	備考
策定市町村数	5.0%	95.2%	100%	◎	

※平成 23 年度末には、全市町村が策定