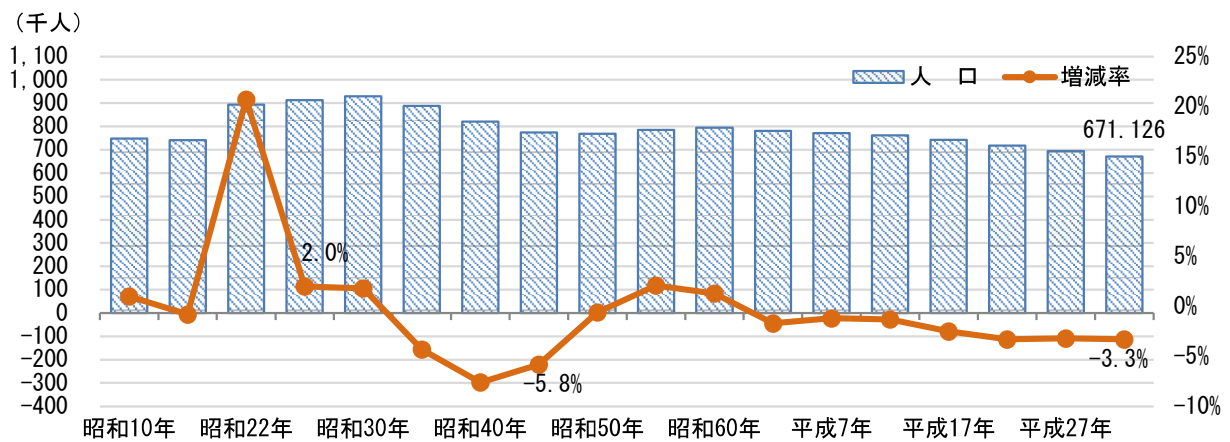


II. しまねの食をめぐる現状と課題

1. 家庭を取り巻く社会状況

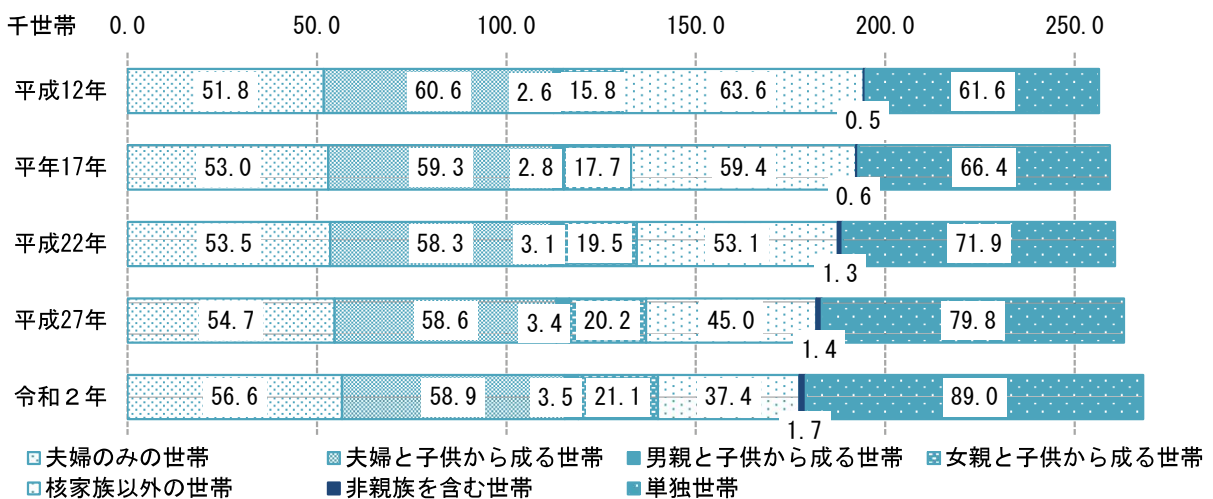
- ・島根県の人口は、昭和30年をピークに減少の傾向にあり、令和2年10月1日現在671,126人で、平成27年と比べて23,226人、3.3%減少しています。(図1)
- ・家族形態をみると、核家族以外の世帯が減少し、「夫婦のみ」「夫婦と子ども」「ひとり親と子ども」の核家族や一人暮らしが増加しています。(図2)
- ・島根県においては、女性の働いている割合や合計特殊出生率が全国上位にあり、多くの女性が働きながら子育てをしています。(図3)
- ・子育て世帯の家事・育児・介護時間は、女性と比べて男性の方が短く、女性に負担が偏っている状況があります。(図4)
- ・多様な家族形態やライフスタイルに沿った食育の取組が必要です。

(図1) 島根県の人口の推移



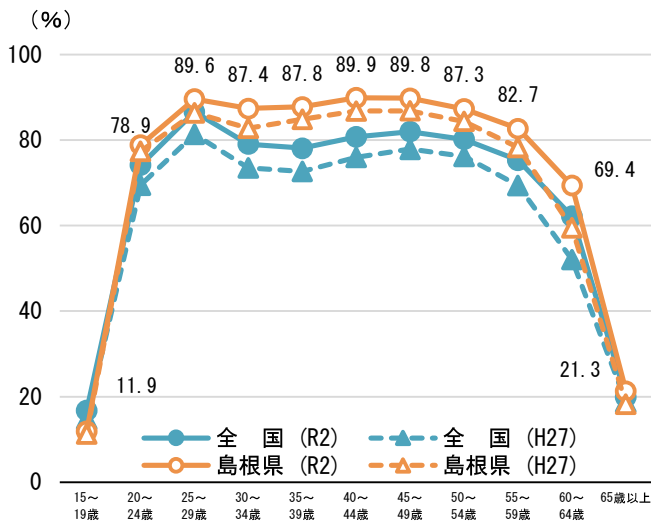
資料:国勢調査(総務省)

(図2) 島根県の家族類型別世帯数の推移



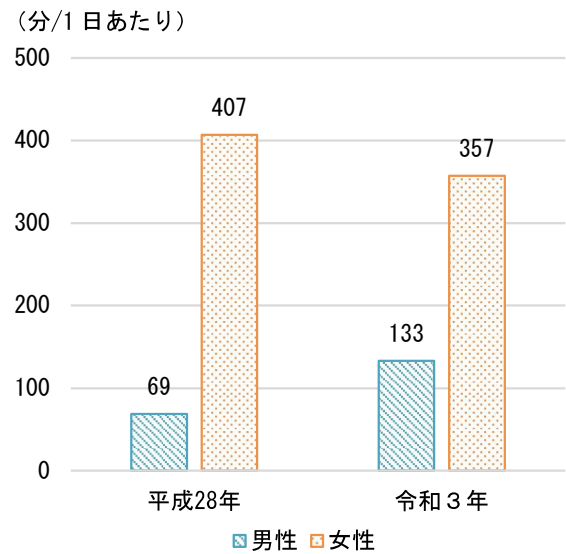
資料:国勢調査(総務省)

(図3) 女性の労働力率 (年齢別)



資料：国勢調査（総務省）

(図4) 6歳未満の子供を持つ世帯の家事関連時間



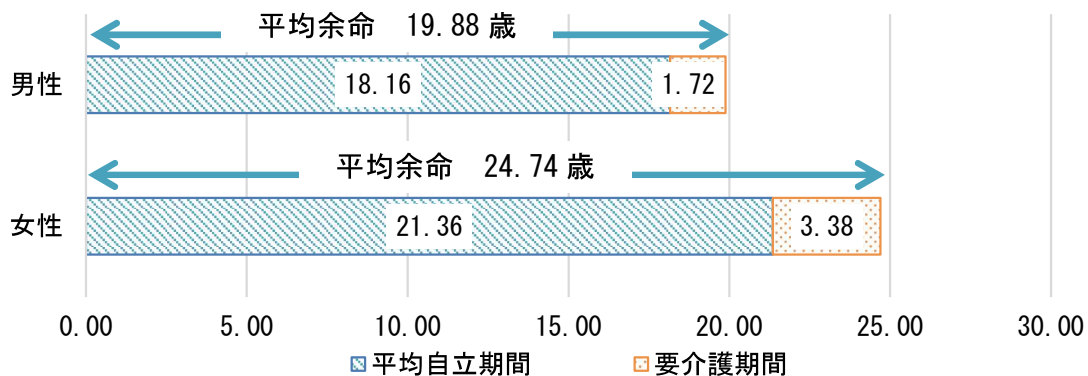
資料：社会生活基本調査（総務省）

2. 食生活と健康実態

(1) 平均寿命と健康寿命

- 県の平均寿命（平成30年度を中間年として5年平均）は男性81.24歳、女性87.70歳で変わらず男女差が大きい状況です。
- 健康寿命（平均自立期間）も男性が女性よりも3.20歳短い状況です。(図5)

(図5) 島根県の65歳平均余命と健康寿命（平均自立期間）、要介護期間

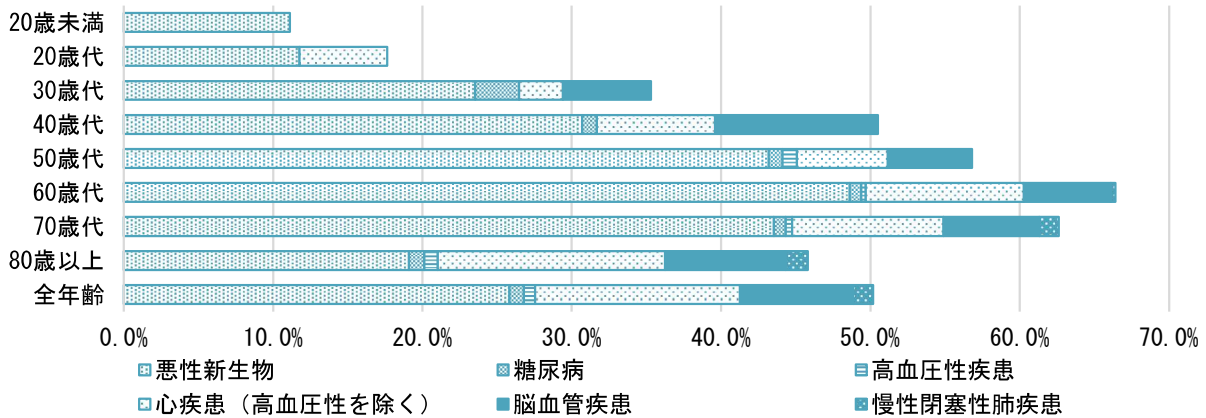


資料：島根県健康指標データベースシステム

(2) 生活習慣病に関する状況

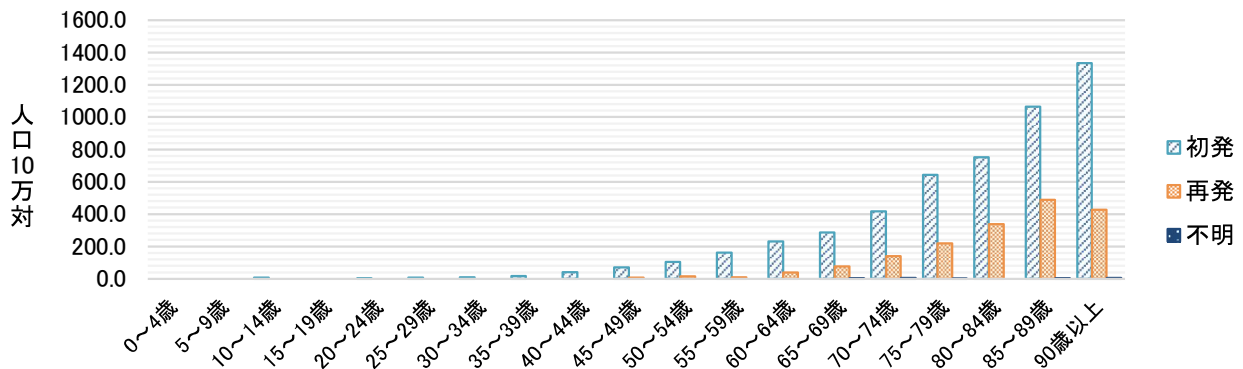
- 生活習慣病が原因で死亡する割合は、全年齢で50.2%であり、特に心疾患、脳血管疾患による死亡が40歳代から増加しています。(図6)
- 脳卒中の発症率（人口10万対）は年齢が上がるほど高くなっています。糖尿病有病率は、女性より男性が多いですが、どちらも横ばいで推移しています。(図7,8)
- 生活習慣病は、日頃の食生活が大きく関連しています。生活習慣病の予防や改善につながる食育を推進する必要があります。

(図6) 県民の死亡総数に占める生活習慣病による死亡割合



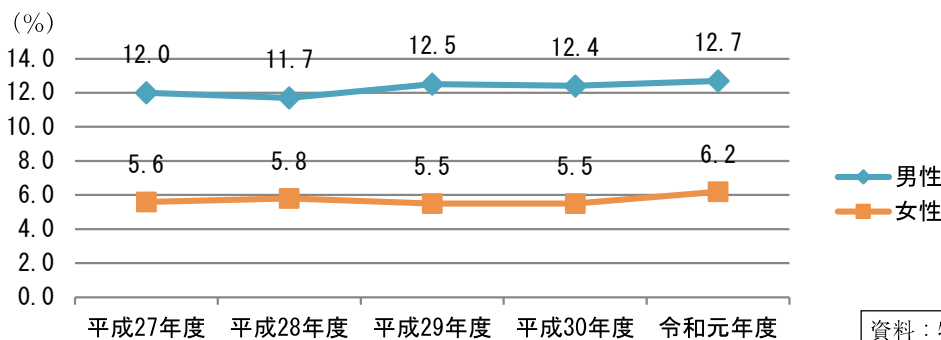
資料：令和3年人口動態統計（厚生労働省）

(図7) 年齢階級別脳卒中発症率



資料：島根県脳卒中発症状況調査（令和3年度）

(図8) 糖尿病有病率（40~74歳、年齢調整）



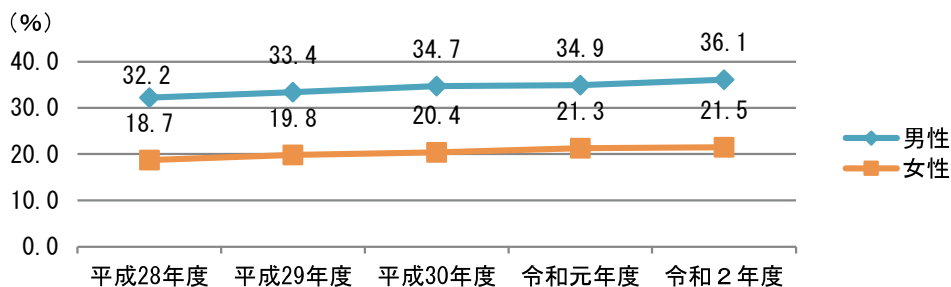
資料：特定健康診査結果（国保）

※糖尿病有病者…特定健診受診者のうち、服薬あり、または空腹時血糖126mg/dl以上またはHbA1c6.5%以上の者

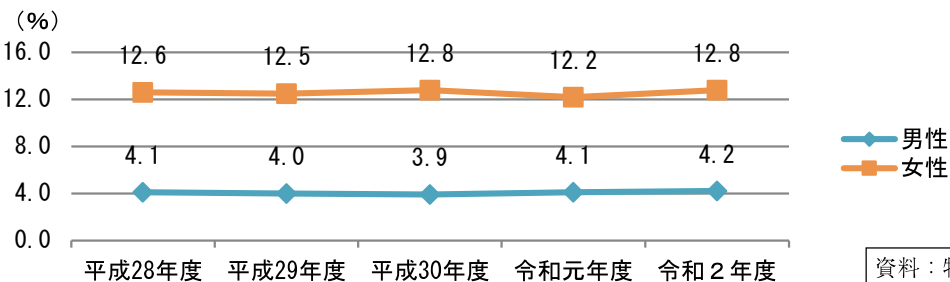
(3) 肥満とやせの状況

- 肥満の者の割合は、男女とも微増しています。やせの人の割合は、男女とも横ばいで推移しています。(図9,10)
- 肥満傾向にある児童、生徒の割合は、横ばいの状況ですが、小学5年生の男子女子は増加しています。(図11)
- 体重は生活習慣病や健康状態と大きく関連しています。世代や性別により過栄養や低栄養の問題は異なることから、ライフステージに応じた健康な食習慣の取組の推進が必要です。

(図9) 肥満 (BMI25以上) の者の割合 (40~74歳、年齢調整)

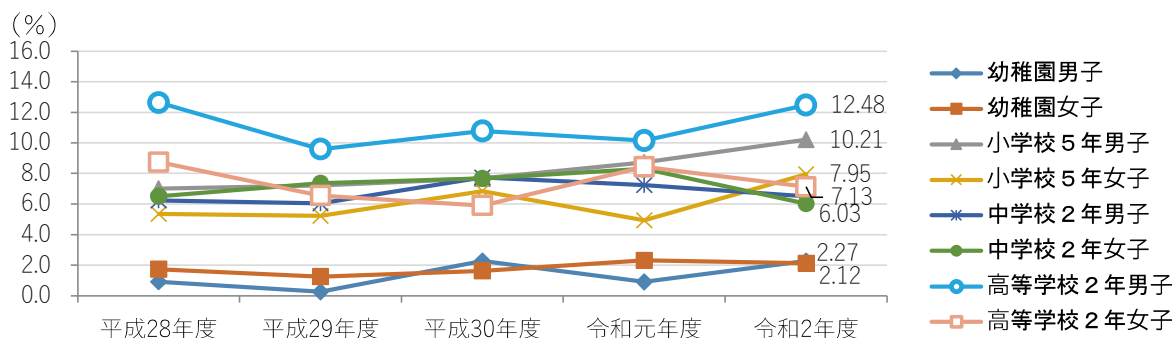


(図10) やせ (BMI18.5未満) の者の割合 (40~74歳、年齢調整)



資料：特定健康診査結果 (国保)

(図11) 肥満傾向にある児童、生徒の割合



資料：学校保健統計 (文部科学省) より鳥根県分を抜粋

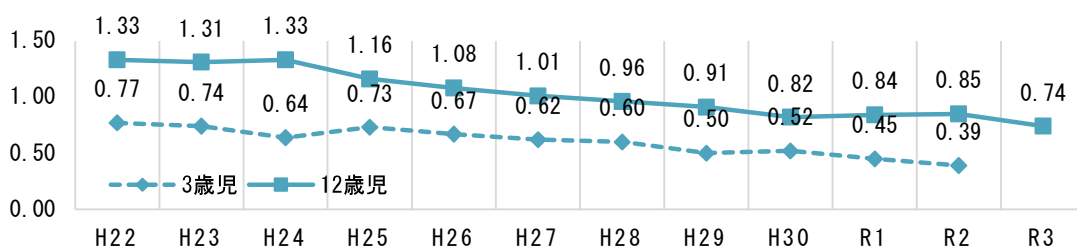
(4) 歯科口腔の状況

- 一人平均むし歯本数は3歳児、12歳児ともに減少傾向ですが、3歳児の不正咬合等が認められる児の割合が増加しています。子どもの口腔機能の発達に応じた取組が必要です。

(図12,13)

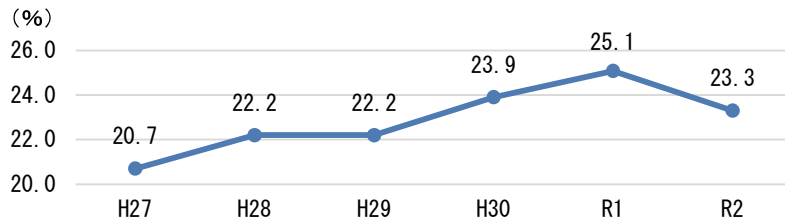
- 13歳、16歳の歯肉に所見がある割合は減少傾向にあります。(図14)
- 噛めないと認識している人は、噛めると認識している人と比べ、一人平均残存歯数が少ない傾向です。(図15)
- 健全な食生活の実践のために食育と歯科口腔の連携した啓発や教育の継続的な実施が重要です。

(図12) 3歳児、12歳児の一人平均むし歯本数



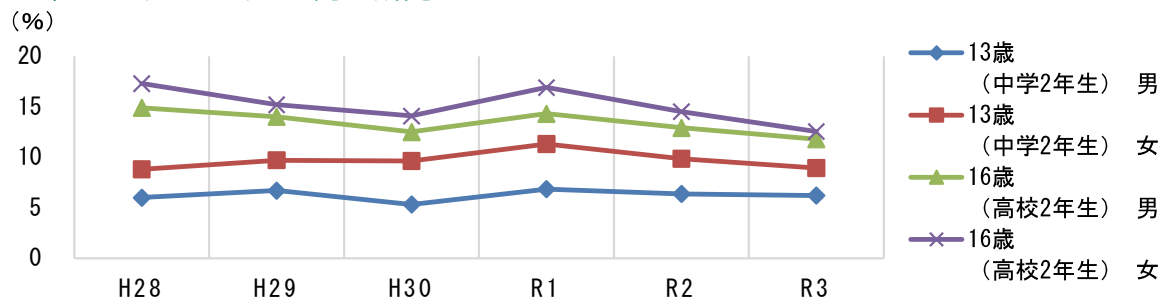
資料：鳥根県母子保健集計システム (3歳)、鳥根県学校保健統計調査 (12歳)

(図13) 3歳児不正咬合等が認められる割合



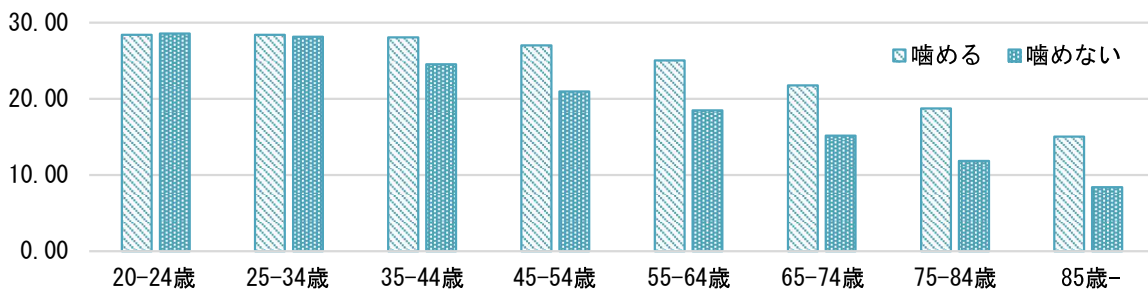
資料：鳥根県母子保健集計システム（3歳）

(図14) 13歳、16歳の歯肉に所見がある割合



資料：鳥根県学校保健統計調査

(図15) 年代別咀嚼の状態と一人平均残存歯数

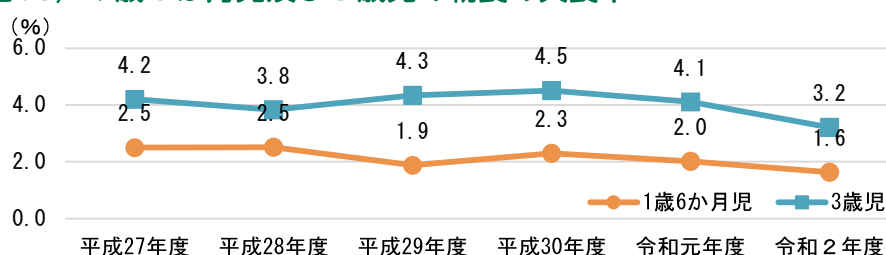


資料：県民残存歯調査（令和2年度）

(5) 朝食の欠食状況

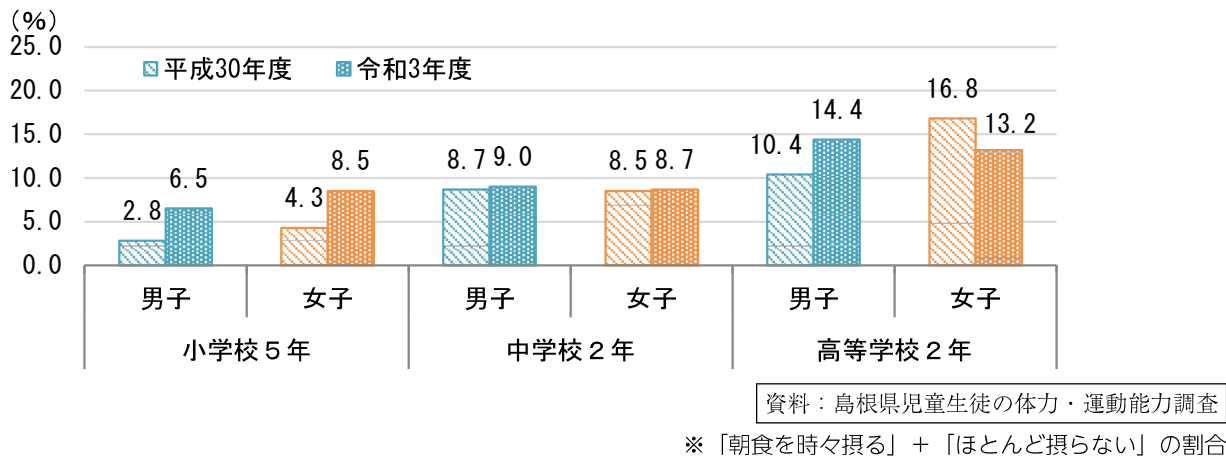
- 1歳6か月児や3歳児の朝食欠食率は、第三次計画の目標には届かなかったものの減少傾向です。(図16)
- 児童、生徒の朝食欠食率は、学年が上がるにつれて高くなっています。特に小学校5年生は、平成30年度と比較して男女とも増加しています。(図17)
- 20歳以上の朝食を食べる習慣のない人の割合は、男女とも増加しています。特に20歳代の男性、30歳代の女性、40～50歳代の男女の朝食欠食率が増加しています。朝食を食べる習慣のなかった30歳代の世代がその習慣のまま40～50歳代になっていることが考えられます。(図18)
- 年齢が上がるにつれて増加している状況から、引き続き若い世代（高校生、大学生、20歳代、30歳代の若者、子育て中の親世代）に対して食育を進めていく必要があります。

(図16) 1歳6か月児及び3歳児の朝食の欠食率

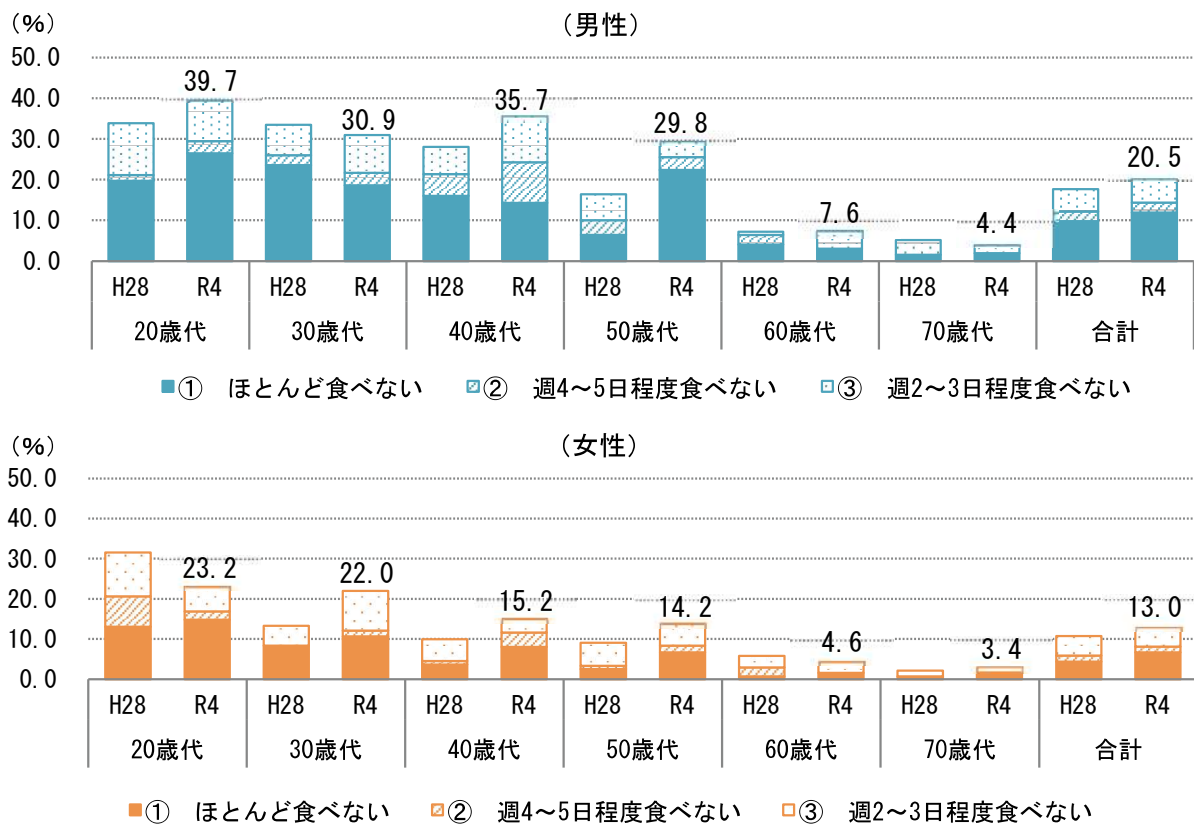


資料：鳥根県母子保健集計システム

(図17) 児童、生徒の朝食の欠食率



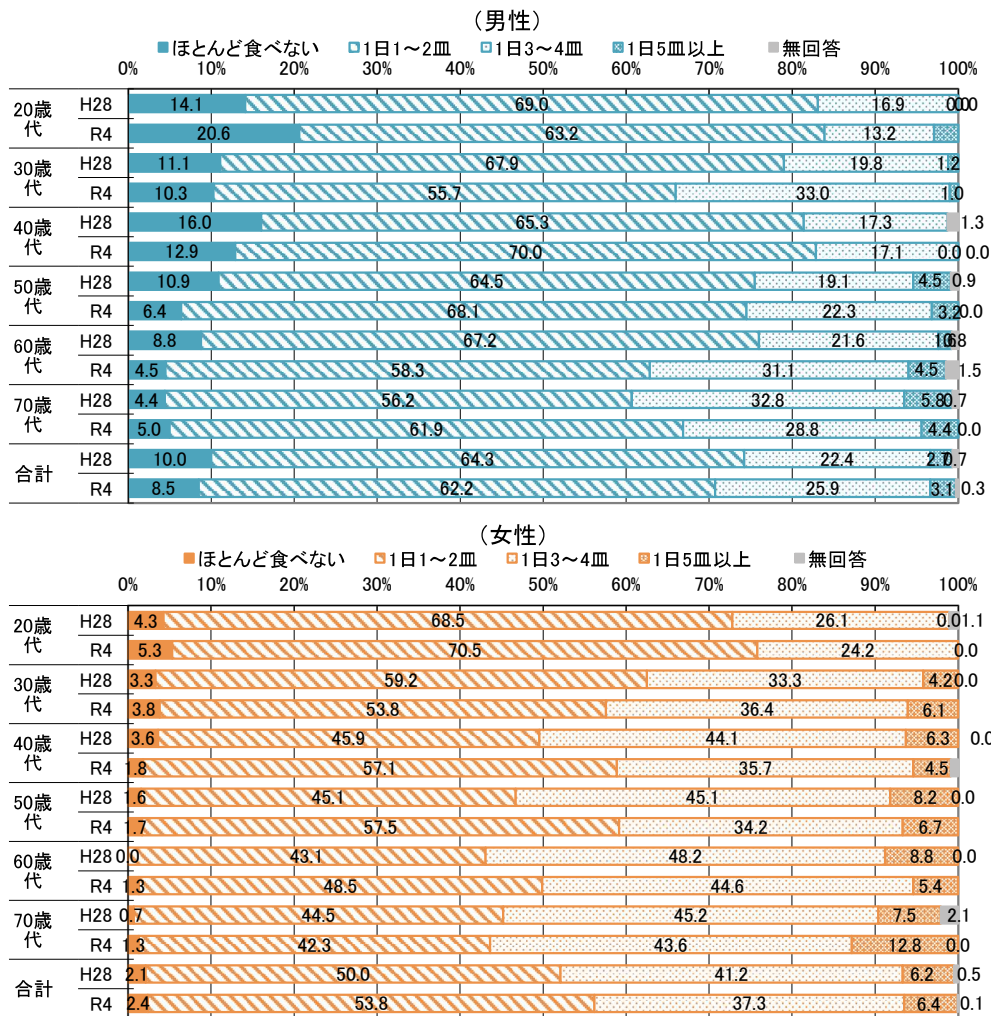
(図18) 20歳以上の朝食の欠食率の割合



(6) 野菜の摂取状況

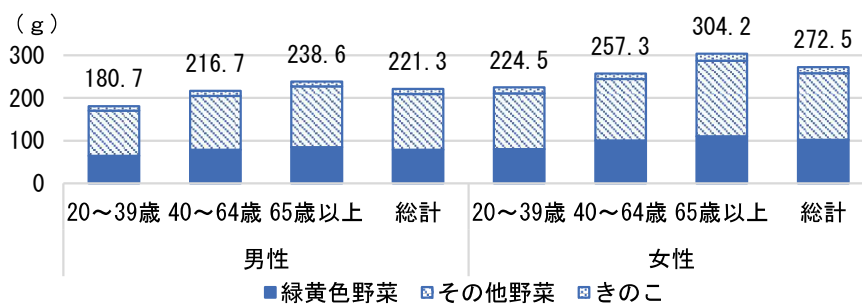
- 1日に食べている野菜料理（皿数）は男女とも1~2皿がもっとも多い状況です。(図19)
- 野菜をほとんど食べていない人は男性8.5%、女性2.4%です。特に20歳代の男性で増加しており、一人暮らし等の食生活が自立する時期に家庭での簡単な調理方法や外食での料理の選択等の知識を伝えていく必要があります。
- 野菜摂取量の平均値は男性221.3g、女性272.5gです。(図20)
- 引き続き1~2皿の野菜摂取の人が多くことから、野菜摂取の具体的な方法の普及啓発や外食等で野菜が十分摂取できるメニュー提供が進む食環境の整備を進めていく必要があります。

(図19) 野菜料理の摂取量 (皿数) の割合



資料：鳥根県県民健康調査

(図20) 野菜摂取量 (平均値)



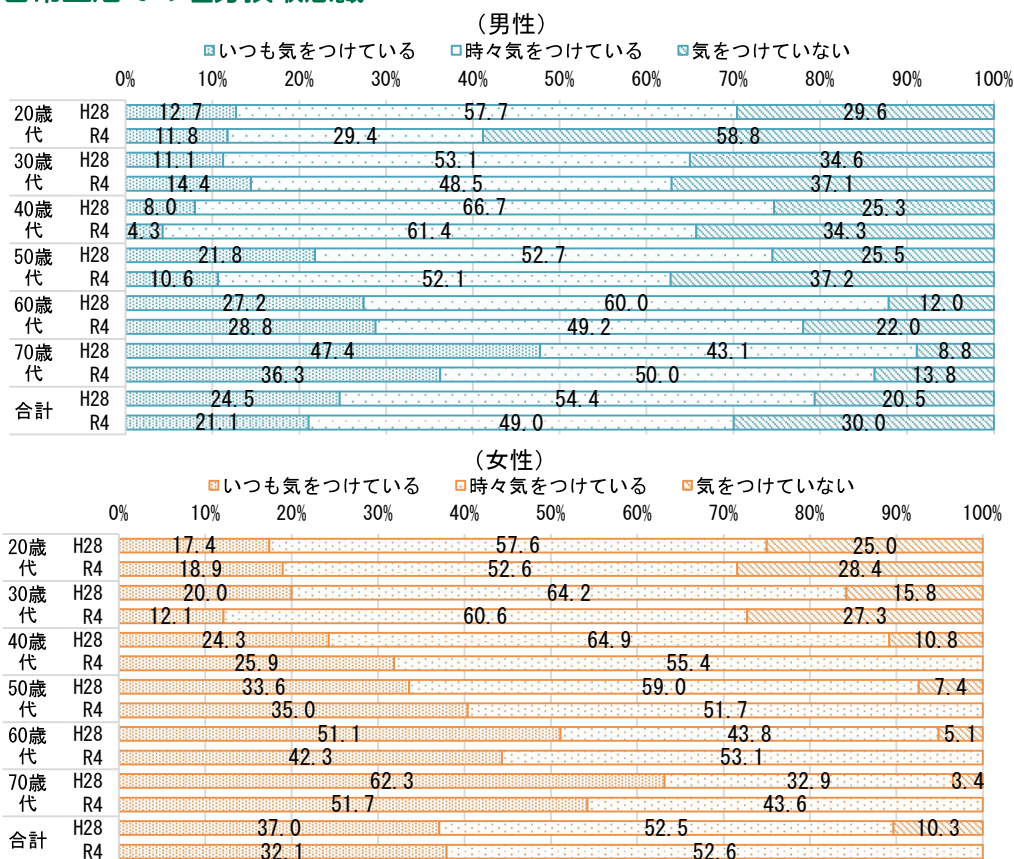
資料：鳥根県県民栄養調査 (令和4年度)

(7) 塩分摂取に関する意識

- 日常生活で塩分をとり過ぎないようにいつも気をつけている人の割合は、男性で21.1%、女性で32.1%です。一方、気をつけていない人の割合は、20~50歳代の男性で30%を超えています。特に20歳代の男性で58.8%であり、平成28年度より大幅に増加しています。(図21)
- 食塩摂取量の平均値は男性11.3g、女性10.2gです。(図22)
- 濃い味付けを好んで食べる人の割合は、男性で45.6%、女性で25.2%です。男性では、40歳代を除くすべての世代で平成28年度調査より増加しています。(図23)
- 塩分の過剰摂取は、高血圧や脳血管疾患等との発症や重症化の関連が高いことから、食

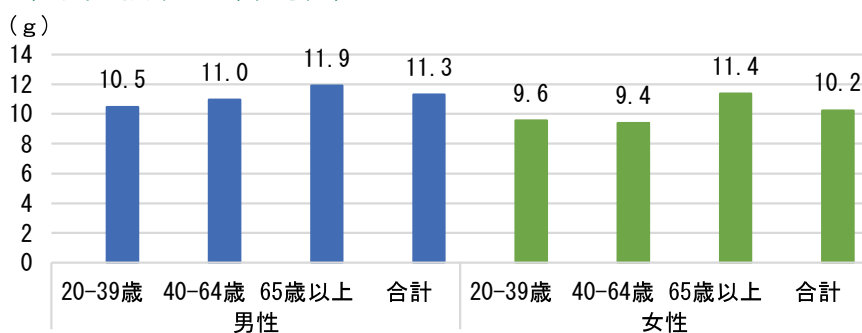
生活での美味しく減塩できる方法の発信や外食等で提供されるメニューの塩分量を減らす等の食環境の整備を進めていく必要があります。

(図21) 日常生活での塩分摂取意識



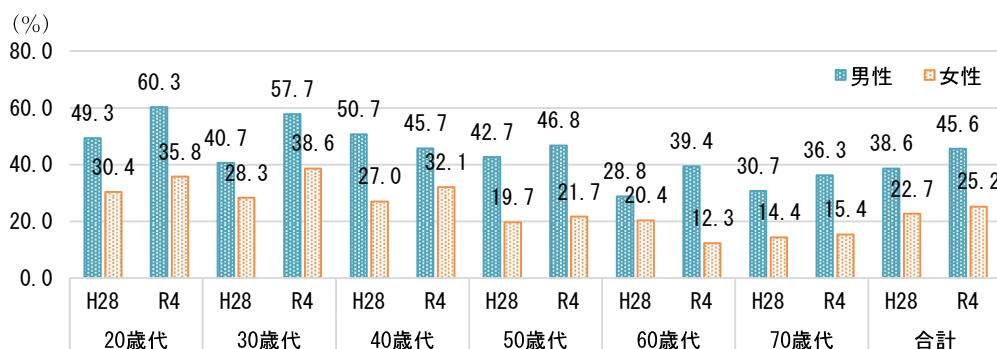
資料：鳥根県県民健康調査

(図22) 食塩摂取量 (平均値)



資料：鳥根県県民栄養調査 (令和4年度)

(図23) 濃い味付けを好んで食べる人の割合

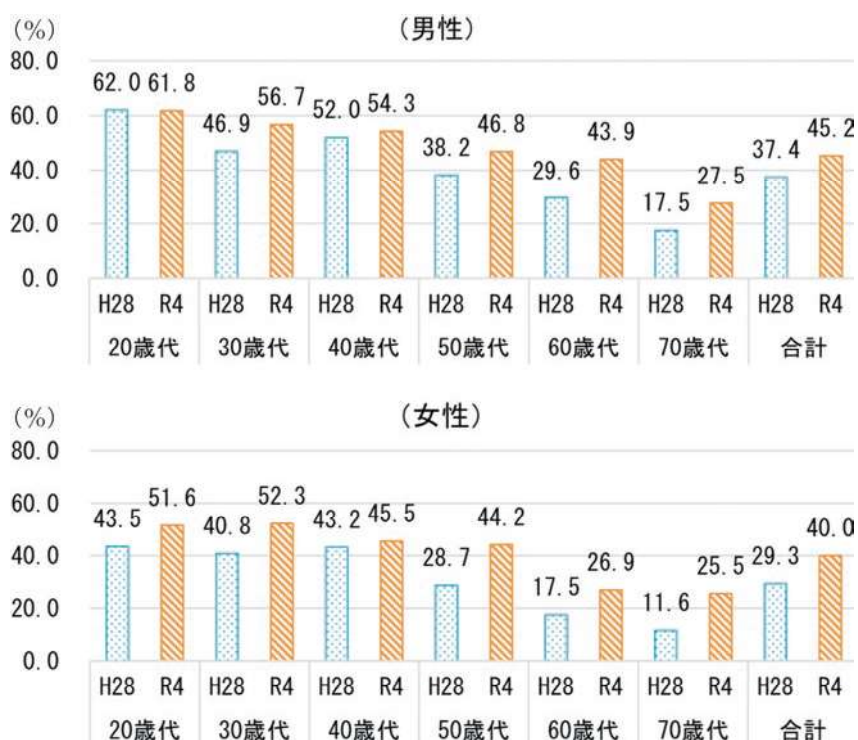


資料：鳥根県県民健康調査

(8) 外食等の活用状況

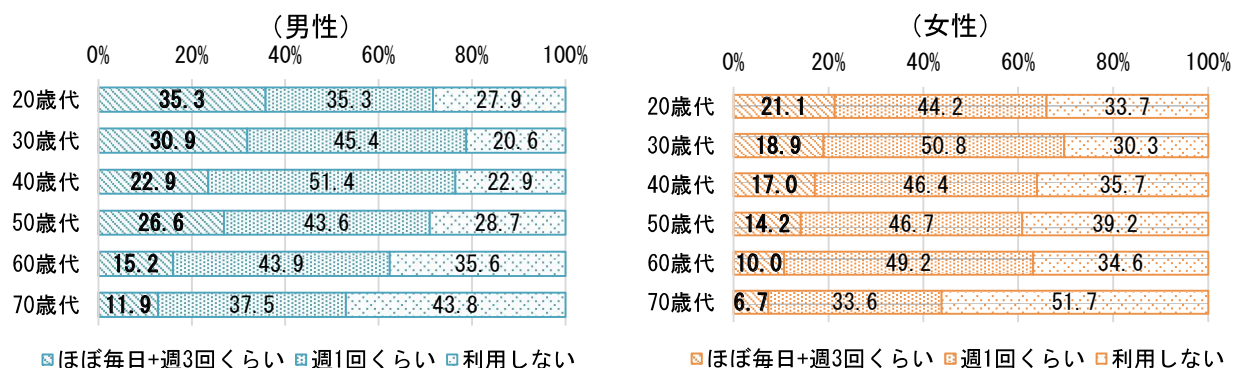
- 調理済み食品やインスタント食品をよく利用する人の割合は、男性で45.2%、女性で40.0%です。男女ともすべての年代で増加しています。(図24)
- 利用頻度では、スーパー、コンビニの弁当・惣菜、飲食店の持ち帰り弁当・惣菜、外食ともに20~30歳代の男性がもっとも多い状況です。多様なライフスタイルの中で、上手く市販の弁当や惣菜、外食を活用している人がいます。(図25, 26, 27)
- 新型コロナウイルス感染症の流行下において、調理された食品を家や職場で食べる中食を販売する事業者が増えました。便利になった一方で、偏った食生活や野菜不足、塩分の過剰摂取が心配されます。県民が健康を意識した選択をできるように正しい情報を発信し、健康に配慮された弁当や市販の惣菜、外食のメニュー等の食環境の整備を推進する必要があります。

(図24) 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



資料：島根県県民健康調査

(図25) スーパー、コンビニの弁当・惣菜を利用する頻度の割合

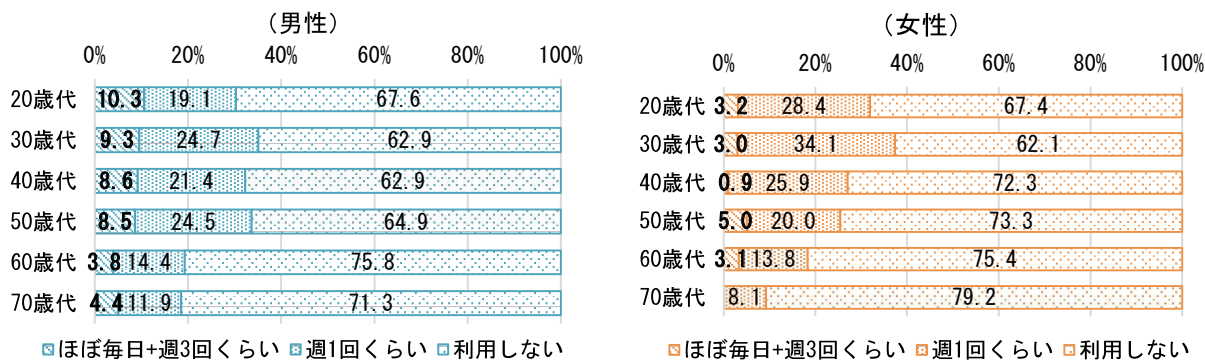


■ ほぼ毎日+週3回くらい ■ 週1回くらい ■ 利用しない

■ ほぼ毎日+週3回くらい ■ 週1回くらい ■ 利用しない

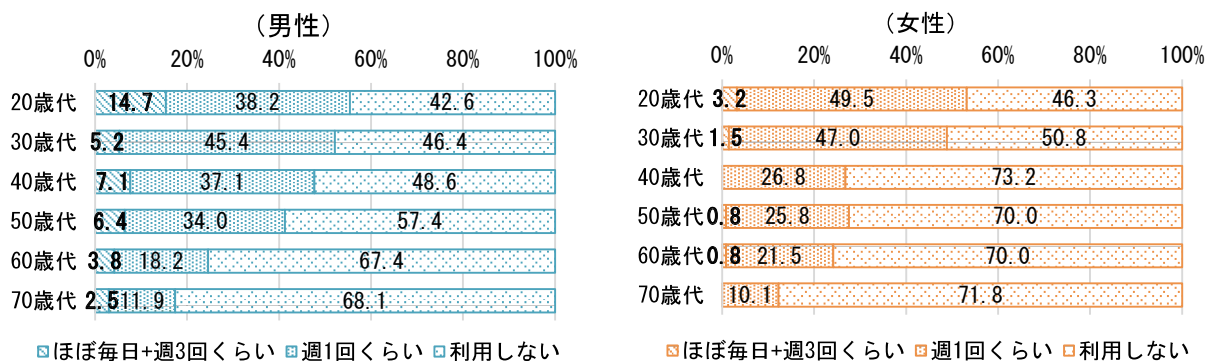
資料：島根県県民健康調査（令和4年度）

(図26) 飲食店の持ち帰りする弁当・惣菜を利用する頻度の割合



資料：鳥根県県民健康調査（令和4年度）

(図27) 外食を利用する頻度の割合

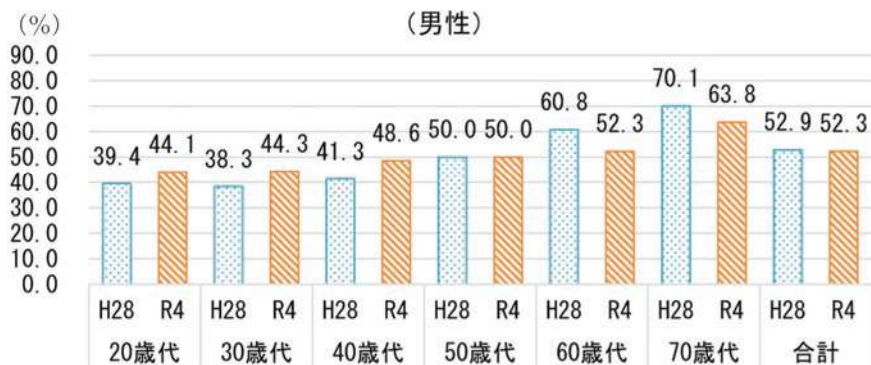


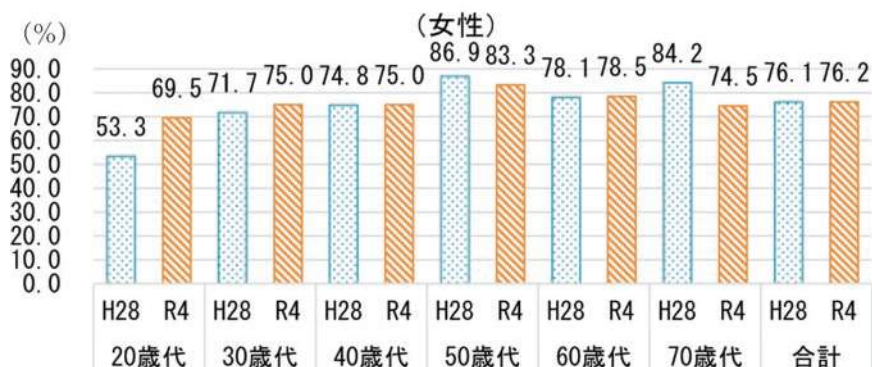
資料：鳥根県県民健康調査（令和4年度）

(9) 栄養に関する情報の活用状況

- 食事や栄養について必要な情報を得ている人は、男性で52.3%、女性で76.2%であり、横ばい傾向です。(図28)
- 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は、男女とも横ばい傾向です。「常に見て食事を調整している」「時々見ている」人の割合は、女性で50%を超えているのに対して、男性は33.2%です。食品表示法の改正により、食品表示が義務化されたことを踏まえ、適切な食品表示の見方等の知識を引き続き周知していくことが必要です。(図29)

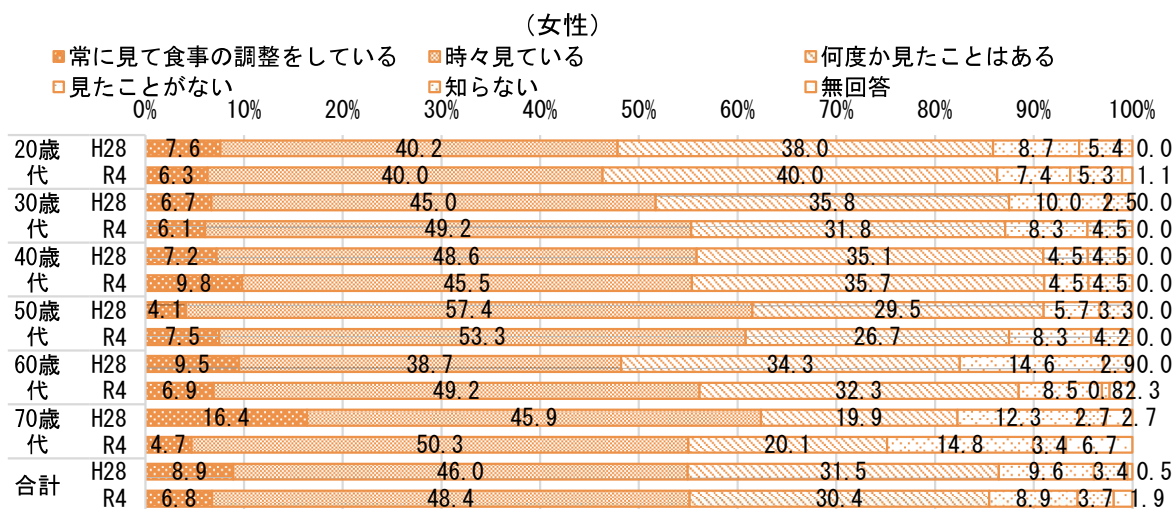
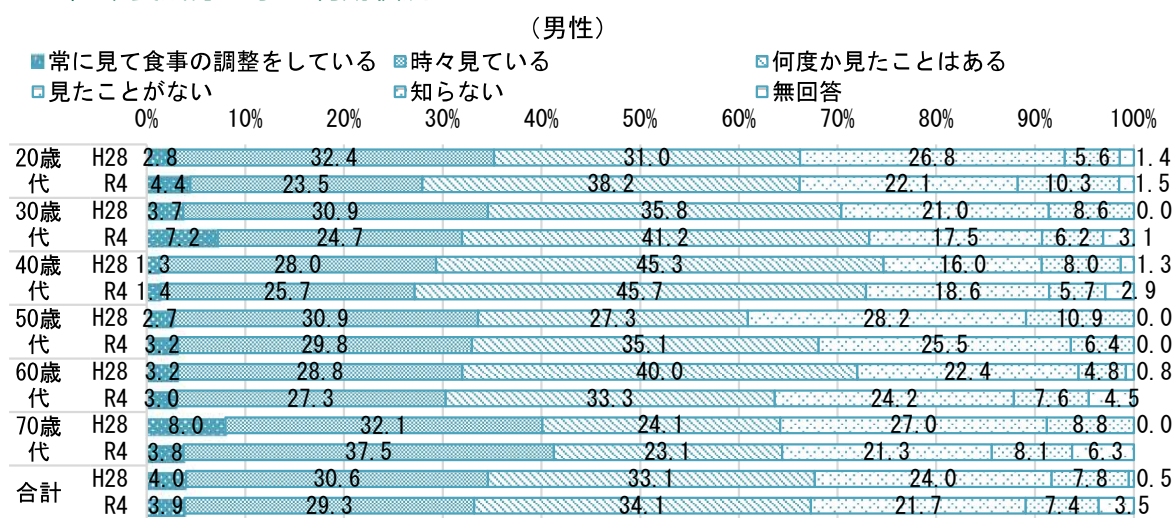
(図28) 食事や栄養について必要な情報を得ている人の割合





資料：島根県県民健康調査

(図29) 栄養成分表示の利用状況

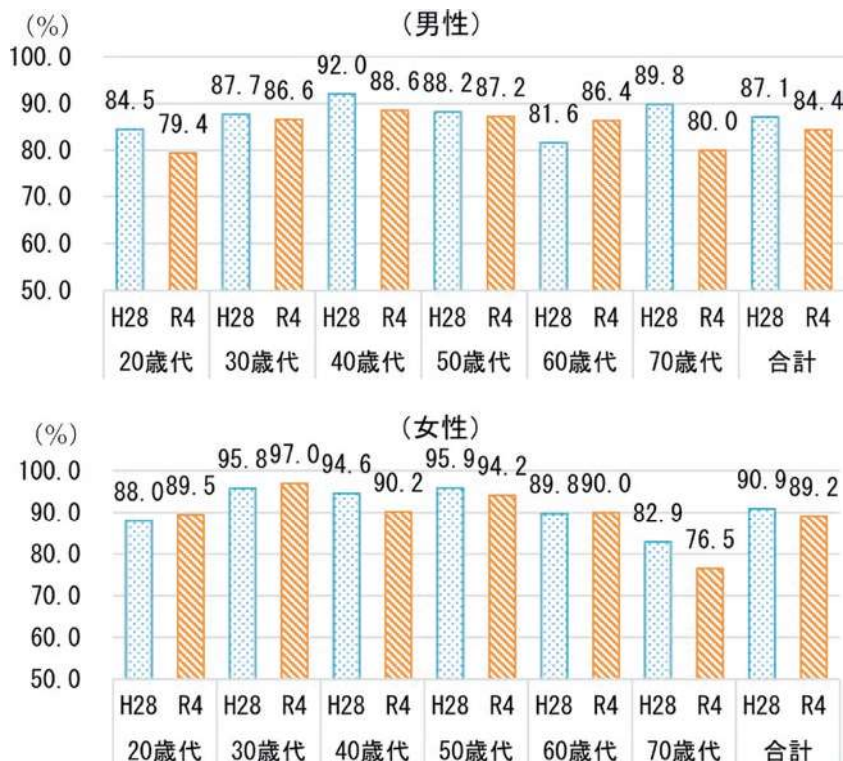


資料：島根県県民健康調査

(10) 共食の状況

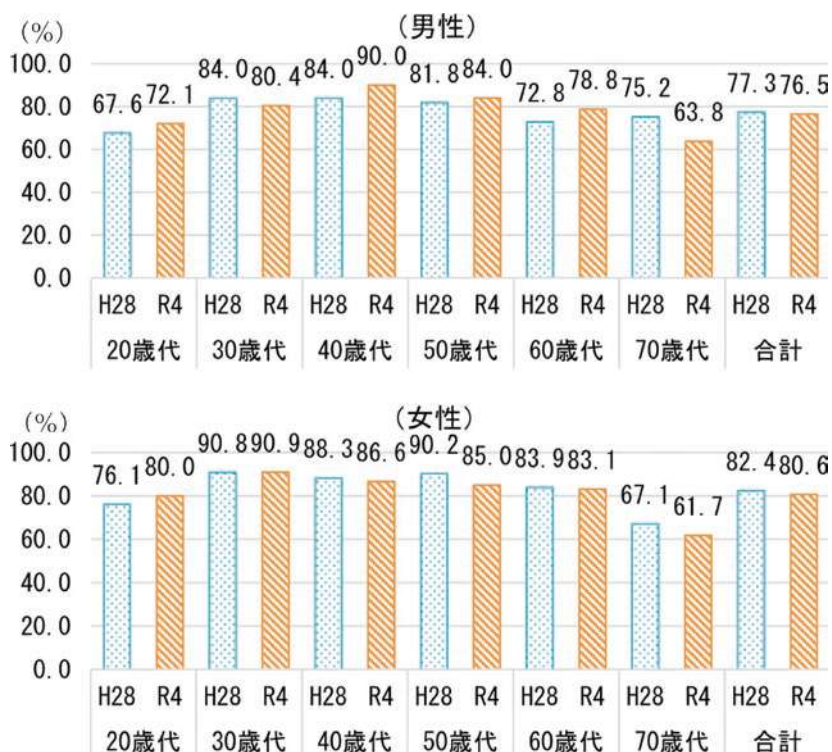
- 食事をともにする家族や友人がいる人の割合は男性で84.4%、女性で89.2%です。20歳代の男性と70歳代の男女で約80%と他の年代に比べて低い状況です。(図30)
- 週に一度は家族そろって食卓を囲む人の割合は、男性で76.5%、女性で80.6%です。70歳代の男女で約60%と低い傾向です。(図31)
- 新型コロナウイルス感染症の影響により、地域での会食等の機会が減少しています。食事は栄養摂取だけでなく、人と人のコミュニケーションの機会として大切な時間であることから、感染症対策を考慮しつつ、地域の会食等の共食の機会を持つことが必要です。

(図30) 食事をともしる家族や友人がいる者の割合



資料：島根県県民健康調査

(図31) 週に一度は家族そろって食卓を囲む者の割合



資料：島根県県民健康調査

3. 保育所や学校等の状況

- ・保育所においては、食育計画を定め、児童の年齢や発育・発達状況に応じたねらい、配慮事項、指導内容等を定めるとともに、季節感のある給食の提供、クッキングの実施、給食便りの配布、地域のお年寄りを招いての郷土料理作りなど、各園において食についての積極的な取り組みを行っています。

- 学校給食においては、食に関する指導の全体計画を作成し、教育活動全体を通して計画的・継続的に食に関する指導を行っています。
- また、学校給食では、地元の農林水産物を積極的に取り入れています。「しまね・ふるさと給食月間」である6月と11月を中心に、地域の郷土料理や行事食を取り入れた給食を提供するとともに、生産者を講師に招いて食に関する授業等の実施や、ICTを活用し、動画等で紹介する等しています。

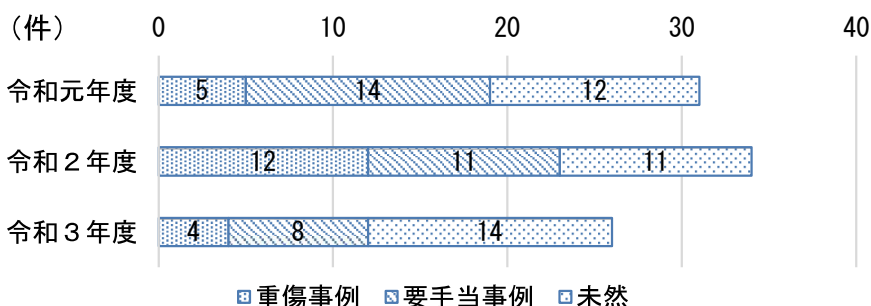
さらに、農場での野菜作り、収穫等をする体験学習や、食材コーディネーターの配置などに取り組んでいる地域もあります。

- 食物アレルギーをもつ児童、生徒は、学校保健統計調査によると令和3年度は小学校で2.51%、中学校で2.56%、高校で2.85%です。また、食物アレルギーを原因とした対応事案は、令和3年度に26件ありました。児童、生徒に関わる関係者が食物アレルギーについて正しい知識をもち、一人ひとりの心身の状態に応じて、適切に対応をする必要があります。(図32, 33)

(表1) 給食における県内産食材の活用割合

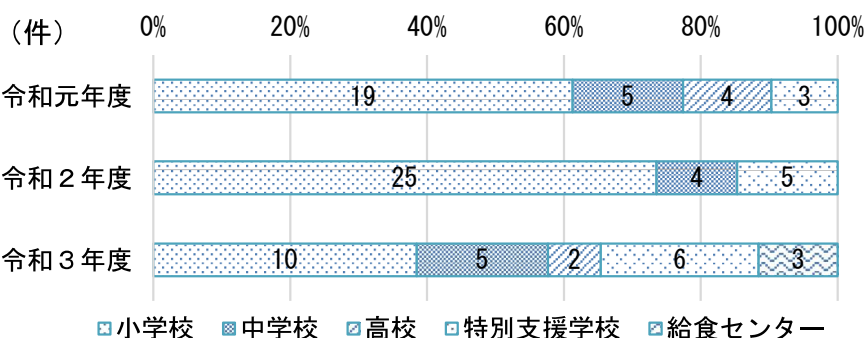
指 標		令和4年度	直近値データ根拠
給食における県内産食材の活用の割合	%	72.61	学校給食の食材仕入れ額状況調査 食材仕入れ額に占める県内産食材金額の割合 (保健体育課)

(図32) 食物アレルギーを原因とする対応事案 (事例別)



資料：鳥根県教育庁
保健体育課

(図33) 食物アレルギーを原因とする事案の発生場所



資料：鳥根県教育庁
保健体育課

4. 食を取り巻く地域の状況

(1) 農林水産関係

- 農林水産業・農山漁村は、安全・安心な食料の安定供給や自然環境の保全など様々な役割を担っていますが、県内では中山間地域等を中心に高齢化にともなう担い手不足が進んでおり、その持続性が懸念されています。そのため、食や食に関する活動への参加を

通じて農林水産業・農山漁村への理解者を増やし、将来の担い手につなげていくことが重要です。

- 消費者の食に対するニーズは多様化し、地域で生産された農林水産物や、その加工品を地域で消費する「地産地消」という一般的な普及・啓発では、県産品を優先的に購入する動機付けには結びつかなくなっています。消費者である県民が、県産農林水産物の良さや他県産と比べた優位性を実感し、自ずと地産地消が拡大していくよう、有機農産物や美味しまね認証産品など付加価値の高い農業生産を推進し、その価値を消費者に伝えていく活動に重点を置くことが重要です。

(2) 食品ロス⁶⁾に関する状況

- 令和2年度における全国の食品ロスの発生量は年間522万tと推計されます。その約47%を占める家庭からの発生では、食べ残しや過剰除去（野菜の皮の厚むきなど、食べられる部分までの過剰な除去）、直接廃棄（賞味期限切れなどによる手つかずのままの廃棄）などが要因として挙げられます。約53%を占める事業所からの発生では、食品製造業が4割程度、外食産業が3割程度を占めており、規格外品や返品、売れ残り、食べ残しなどが主な要因として挙げられます。
- 食品ロスを削減するためには、食べ物を無駄にしない意識の醸成と、その定着を図り、それぞれの立場において主体的にこの課題に取り組み、社会全体として実践していくことが重要です。また、まだ食べることができる食品（未利用食品）については、廃棄することなく、貧困、災害等により必要な食べ物を十分に入手することができない人々に提供することを含め、できるだけ食品として有効活用するようにしていく工夫も必要です。

(3) 食品の安全性に関する状況

- 令和3年度に県内で発生した食中毒は計7件であり、原因施設別の内訳は、家庭2件、飲食店2件、原因施設不明3件でした。これらは、医師が保健所に届け出た数であることから、医療機関を受診していない家庭内食中毒事例を含めるとさらに件数が多くなることが考えられます。

(表2) 令和3年度における島根県内の食中毒発生状況

	発生年月日	発生場所	患者数	原因食品	病因物質	原因施設
1	R3.6.9	出雲市	1	不明	カンピロバクター	家庭
2	R3.7.5	大田市	22	飲食店の食事	黄色ブドウ球菌	飲食店
3	R3.10.26	松江市	1	不明	アニサキス	不明
4	R3.11.13	安来市	1	不明	アニサキス	不明
5	R3.12.8	出雲市	1	不明	不明	家庭
6	R3.12.12	仁多郡	1	不明	アニサキス	不明
7	R3.12.16	隠岐郡	5	飲食店の食事	ノロウイルス	飲食店

(4) 食文化の継承に関する状況

- 県民のライフスタイル、価値観、ニーズが多様化し、家庭環境が変化するなかで、地域や家庭で受け継がれてきた郷土料理・伝統食の料理方法や食べ方、作法などの食文化は、家族等から家庭で教わる機会は少なくなっています。

5. 第三次計画の目標達成状況

食育の取組推進の成果を客観的に把握するため、島根県食育推進計画第三次計画に掲げた食育の推進にあたっての目標について、達成度を評価しました。

それぞれの目標について、現状値を出し、策定時の直近値に対して現状値が目標値に向かってどのように改善しているかを評価しました。達成度の判定は以下のとおりです。

【達成度の判定】

- ◎：目標を達成したもの
- ：目標は達成できなかったが、改善傾向のもの
- △：ベースライン値と大きな変化なく、横ばい傾向のもの
- ×：悪化傾向のもの

〈評価結果の総括〉

- 第三次計画に基づき、関係機関・団体が連携し、特に若い世代に向けて体験の場を通して、野菜摂取や減塩等の啓発を継続的に行ってきました。
- ただ、「朝食をきちんと食べる」「野菜をしっかり食べ、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事をする」については、目標を達成できませんでした。これまで学校で朝食メニューの調理実習の実施等を行ってきましたが、引き続き若い世代の生活背景も把握し、効果的な取組をしていく必要があります。
- 「減塩に気をつけた食生活を実践する」については、悪化傾向でした。生活習慣病を予防するために減塩は重要なことであることから、家庭での減塩について啓発してだけでなく、外食等で提供されるメニューの塩分量を減らす等の食環境の整備を進めていくことが必要です。
- 計画期間の後半は、新型コロナウイルス感染症により調理実習等の体験の場を活用した取組は難しい状況でしたが、デジタルを活用するなど工夫をして取り組みました。引き続き関係機関・団体が連携し、各年代の生活背景に沿った取組の推進が必要です。

(目標1) 朝食を毎日きちんと食べる

指標		策定時の直近値	現状値	目標値	評価	データ根拠	
幼児の欠食者の割合	1.6歳児	%	2.5	1.6	0	○	島根県母子保健集計システム 直近値：平成27年度 現状値：令和2年度
	3歳児		4.2	3.2	0		
児童、生徒の欠食者の割合	小5(男)	%	4.4	6.5	0	△	児童生徒の体力・運動能力調査 直近値：平成30年度 現状値：令和3年度
	小5(女)		2.7	8.5	0	×	
	中2(男)		8.6	9.0	5.0	△	
	中2(女)		9.4	8.7	5.0	○	
	高2(男)		14.0	14.4	10.0	△	
	高2(女)		14.7	13.2	10.0	○	
成人の欠食者の割合	20歳代(男)	%	33.8	39.7	30%以下	×	島根県県民健康調査 直近値：平成28年度 現状値：令和4年度
	20歳代(女)		31.5	23.1	20%以下	○	
	30歳代(男)		33.3	31.0	20%以下	○	
	30歳代(女)		13.3	21.9	10%以下	×	

(目標2) 野菜をしっかり食べ、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事をする

指標			策定時の直近値	現状値	目標値	評価	データ根拠
野菜料理を5皿以上食べている人の割合	男性	%	2.7	3.1	4.0	○	島根県県民健康調査 直近値：平成28年度 現状値：令和4年度
	女性		6.2	6.4	8.0	○	

(目標3) 減塩に気をつけた食生活を実践する

指標			策定時の直近値	現状値	目標値	評価	データ根拠
日常生活で塩分をとりすぎないように気をつけている人の割合	男性	%	24.5	21.1	増やす	×	島根県県民健康調査 直近値：平成28年度 現状値：令和4年度
	女性		37.0	32.1	増やす	×	
濃い味付けを好んで食べている人の割合	男性	%	38.6	45.6	減らす	×	島根県県民健康調査 直近値：平成28年度 現状値：令和4年度
	女性		22.7	25.2	減らす	×	

(目標4) ゆっくりよく噛んで食べる

指標			策定時の直近値	現状値	目標値	評価	データ根拠
たいていの食べ物は噛んで食べられる者の割合	55～64歳	%	88.5	91.3	維持	◎	島根県残存歯調査 直近値：平成27年度 現状値：令和2年度
3歳児の不正咬合等認められる児の割合		%	20.7	23.3	維持	△	島根県母子保健集計システム 直近値：平成27年度 現状値：令和2年度

(目標5) 学校や地域における地場産物の使用を推進する

指標			策定時の直近値	現状値	目標値	評価	データ根拠
学校給食における県内産食材の活用の割合		%	51.0	57.3	63.0	○	学校給食の食材仕入れ状況調査 直近値：平成25年度 現状値：令和3年度
地産地消に積極的に取り組む食品量販店舗数		店舗	0	43	50	○	地産地消に積極的に取り組む食品量販店舗数 現状値：令和元年度

(目標6) 食に関する体験の場を増やす

指標			策定時の直近値	現状値	目標値	評価	データ根拠
関係機関・団体における食育体験活動の回数		回	13,680	8,145	増やす	×	食育・食の安全推進協議会 構成団体からの実績報告 直近値：平成28年度 現状値：令和3年度

(目標7) 食品衛生知識の着実な普及を図る

指標		策定時の直近値	現状値	目標値	評価	データ根拠
テレビスポット配信数	数	67	13	70	×	食の安心安全確保に係るアクションプラン(第5期) 直近値：平成26年度 現状値：平成30年度
講習会参加者数	人	1,588	1,095	1,600	×	食の安心安全確保に係るアクションプラン(第5期) 直近値：平成26年度 現状値：平成30年度

(目標8) 家族や友人などと食卓を囲む

指標		策定時の直近値	現状値	目標値	評価	データ根拠	
週に一度は家族そろって食卓を囲む人の割合	男性	%	77.3	76.5	増やす	△	島根県県民健康調査 直近値：平成28年度 現状値：令和4年度
	女性		82.4	80.6	増やす		
食事をともにする家族や友人がいる人の割合	男性	%	87.1	84.4	増やす	×	島根県県民健康調査 直近値：平成28年度 現状値：令和4年度
	女性		90.9	89.2	増やす		

Ⅲ. しまねの食育の推進にあたっての目標と評価指標

1. 目標の考え方

しまねの食育の推進の基本理念のもと、関係機関・団体等と連携を図りながら、地域全体でより効果的で実効性のある施策を展開するためには、具体的な共通の目標を掲げて、その目標達成を目指して取り組むことが必要です。

本計画においては、第三次計画の評価を踏まえ、(1) 目標を達成しておらず引き続いて目指す目標 (2) 目標を達成しているが継続して一層推進していくべき目標 (3) 新たに重点的に取り組む必要がある目標を設定しました。

また、目標値については他の関連計画との整合性を図り、計画策定後も把握が可能なものを用い、施策の成果や達成度を評価します。

2. 食育推進にあたっての目標

この目標は、県民一人一人が実践する目標であるとともに、食育に携わる関係機関・団体・行政の取組目標です。目標値の達成を目指して取組を進めていきますが、目標値の達成のみにとらわれず、基本理念のもと地域全体で食育を推進していきます。