

3 食育の推進目標

(1) 基本方針

行政、家庭、保育所・幼稚園・学校及び地域がみんなであげあひ、県民一人ひとりが心身ともに健全で豊かな生活を送るため、また食育を県民運動として取り組んでいくため、県民みんなが学び、理解し、実践できる食育の推進を基本方針として掲げます。

(2) 重視する視点

食育の取組や施策を推進する上で、次の4つの視点に着眼して取り組みます。

① 生涯を通じた健康づくりのための食育

健康は県民が豊かな生活を送るための基本的な条件であることから、食習慣を中心とし、全世代を通じた健康づくりのための食育を進めます。

特に、健康の維持増進が必要な壮年期の世代に対し、生活習慣病予防の観点から、健康づくりのための食育を進めます。

② 家庭、保育所・幼稚園・学校、地域が連携した食育

食育の推進には、県民に食育の意義や必要性を理解・共感してもらう必要があることから、家庭はもとより保育所・幼稚園・学校や地域が課題や目標を共有し、連携して食育を進めていきます。

特に、子どもに食に関する正しい知識や望ましい食習慣などを総合的に身につけさせるために、家庭、学校、地域等が一体となった取組を進めます。

③ 県の農林水産物と地域の食文化に根ざした食育

本県は全国有数の果樹に代表される農産物や長い海岸線による多種多様な水産資源などにも恵まれ、また、醤油や鰯節の発祥の地であることなどに代表される伝統的な食文化や郷土料理が育まれてきました。このような本県の特徴を活かし、消費者と生産者の交流や体験活動、地産地消の推進及び地域の食文化の継承等を通して、身近かで「食」を実感できる食育を進めます。

④ 食の安全・安心に支えられた食育

食の安全の確保は、食生活における基本的な課題であり、健康の維持・増進に欠かすことのできないものです。そのため、消費者である県民が安全で安心な食生活を送れるよう、県民に対する情報提供や消費者、生産者・事業者等の関係者による情報及び意見の交換を行うなどにより、リスクコミュニケーションを推進します。

(3) 具体的な数値目標

食育推進の達成状況を客観的に把握・評価できるよう、主要な項目について、定量的な目標値を設定します。

① 食育に関心を持っている県民の割合の増加

県民運動として食育を推進し、その成果を上げるためには、県民一人ひとりが自ら食育の実践を心掛けることが必要です。そのためには、まずより多くの県民に食育への関心を持ってもらうことが大切であり、「食育に関心を持っている県民の割合の増加」を目標とします。

| 項 目 | 現状値(H18) | 目標値(H23) | 担当課室 |
|------------------|----------|----------|---------|
| 食育に関心を持っている県民の割合 | 85.7% | 90%以上 | 農林水産総務課 |

② 朝食を欠食する県民の割合の減少

食生活の大きな問題である朝食の欠食は、それが習慣化する者が年齢とともに増加しているという現状から、「生活習慣の形成途上にある子ども（小学生）の欠食率ゼロ」を目標とし、また、成人では平成17年県民健康栄養調査で、特に欠食率の高かった「20歳代男性の欠食率の減少」を目標とします。

| 項 目 | 現状値(H16) | 目標値(H23) | 担当課室 |
|-----------------|----------|----------|-------|
| 子ども（小学生）の朝食の欠食率 | 8.9%※ | 0% | 健康体育課 |

※平成16年度調査では県内全4年生を対象に実施、「ときどき食べる」「食べない」の回答率

| 項 目 | 現状値(H17) | 目標値(H23) | 担当課室 |
|---------------|----------|----------|----------|
| 20歳代男性の朝食の欠食率 | 16.7% | 15%以下 | 健康づくり推進課 |

③ 学校給食（完全給食）の実施率の増加

学校給食は、「生きた教材」として、学校における食育の中心となります。

学校給食の実施率が低い本県において、学校における食育の充実・推進のために、市町村とも十分連携して学校教育の一環とした学校給食の実施を推進していきます。そのため、「学校給食の実施率の増加」を目標とします。

| 項 目 | 現状値(H17) | 目標値(H23) | 担当課室 |
|---------------|----------|----------|-------|
| 学校給食の実施率（小学校） | 90.3% | 100% | 健康体育課 |
| 学校給食の実施率（中学校） | 52.2% | 80% | |

④ 学校給食における地場産物を使用する割合の増加

地場産物の活用割合は、全国平均を上回っているものの、子どもに対する食材の紹介が十分できていないことから、地場の食材を活用した学校給食を「生きた教材」として、学校での食育を進めていくため、「地場産物を使用する割合の増加」を目標とします。

| 項 目 | 現状値(H16) | 目標値(H23) | 担当課室 |
|--------------------------------|----------|----------|-------|
| 学校給食における地場産物を使用する割合 （品目ベース） | 32% | 40% | 健康体育課 |

⑤ 小・中学校における食に関する年間指導計画の作成割合の増加

食育を学校において進めていくためには、教科、道徳、特別活動、総合的な学習の時間など学校教育活動全体を通して行うことが大切です。そのため、県内全小・中学校において、食に関する年間指導計画を作成し、学年に応じた食育を進めることにより、児童生徒が正しい食事の在り方や望ましい食習慣を身につけ、食事を通して自らの健康管理ができるようにしていくことが必要です。そのため、「県内全ての小・中学校における食に関する年間指導計画の作成」を目標とします。

| 項 目 | 現状値(H18) | 目標値(H23) | 担当課室 |
|-------------------------------|----------|----------|-------|
| 小・中学校における食に関する 年間指導計画の作成割合 | 39% | 100% | 健康体育課 |

⑥ 栄養教諭の配置割合の増加

学校における食育を推進していくためには、紀北・紀中・紀南の各地域に栄養教諭を配置し、学校を中心に家庭・地域が連携して食育を進めていくことが必要です。そのため、「各地域における栄養教諭の配置割合の増加」を目標とします。

| 項 目 | 現状値(H18) | 目標値(H23) | 担当課室 |
|-----------------------------|----------|----------|-------|
| 紀北・紀中・紀南の各地域への 栄養教諭の配置割合 | 0% | 100% | 健康体育課 |

⑦ 「食事バランスガイド」等を参考に食生活を送っている県民の割合の増加

県民が健全な食生活を実践するためには、一人ひとりが自分にとって必要な食事の量を把握し、適切な食事をする事が重要であるため、「食事バランスガイド等を参考に食生活を送っている県民の割合の増加」を目標とします。

| 項 目 | 現状値(H18) | 目標値(H23) | 担当課室 |
|------------------------------------|----------|----------|-------------------|
| 「食事バランスガイド」等を参考に 食生活を送っている県民の割合 | — | 60%以上 | 健康づくり推進課 果樹園芸課 |

⑧ メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)を認知している県民の割合の増加

生活習慣病の有病者やその予備軍とされている人では、内臓脂肪型肥満やこれに伴う高血糖、高血圧又は高脂血症を重複的に発症している傾向が見られます。このような状態は、メタボリックシンドロームとして位置づけられており、生活習慣病を予防するためには、運動習慣の徹底とともに健全な食生活によりその状態の改善を図ることが必要であることから、「メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)を認知している県民の割合の増加」を目標とします。

| 項 目 | 現状値(H18) | 目標値(H23) | 担当課室 |
|---------------------------------------|----------|----------|----------|
| メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)を 認知している県民の割合 | 53.7% | 80%以上 | 健康づくり推進課 |

⑨ 食育の推進に関わるボランティアの数の増加

食育を県民運動として推進し、県民一人ひとりの食生活において実践していくためには、地域で県民の生活に密着した活動を行っているボランティアが果たす役割は重要です。そのため、「食育の推進にかかわるボランティアの数の増加」を目標とします。

| 項 目 | 現状値(H17) | 目標値(H23) | 担当課室 |
|---------------------|----------|----------|-------------------|
| 食育の推進に関わるボランティアの数 ※ | 1,907人 | 2,500人以上 | 果樹園芸課 健康づくり推進課 |

※食育の推進に関わるボランティア＝食育ボランティア、食生活改善推進員

⑩ 食品の安全性に関する基礎的な知識を持っている県民の割合の増加

健全な食生活の実践のためには、食品の安全性に関する情報を受けとめ、適正に食品を選択する力を身につける必要があります。このため、食品の安全な取り扱い方や

食品の選び方など「食品の安全性に関する基礎知識を持っている県民の割合の増加」を目標とします。

| 項 目 | 現状値(H18) | 目標値(H23) | 担当課室 |
|-----------------------------|----------|----------|---------|
| 食品の安全性に関する基礎的な知識を持っている県民の割合 | 68% | 80%以上 | 食品安全企画課 |

⑪ 成人の1日あたりの野菜類の平均摂取量の増加

成人の野菜摂取量は減少傾向にあります。「健康日本21」で望ましい量の目安とされている「1日あたりの野菜類の摂取量350g以上」を目標とします。

| 項 目 | 現状値(H17) | 目標値(H23) | 担当課室 |
|------------------|----------|----------|----------|
| 成人の1日あたりの野菜類の摂取量 | 183g | 350g以上 | 健康づくり推進課 |

⑫ 1日あたりの果物類の平均摂取量の増加

県民の果物の摂取量は、近年増加傾向にあります。食事バランスガイドで示されている「1日あたりの果物類の摂取量200g」を目標とします。

| 項 目 | 現状値(H17) | 目標値(H23) | 担当課室 |
|--------------|----------|----------|----------|
| 1日あたり果物類の摂取量 | 180g | 200g | 健康づくり推進課 |

⑬ 成人肥満者（BMI ≥ 25）の減少

「肥満」（BMI ≥ 25）を指標とすると、平成17年県民健康栄養調査では、男性の27.2%、女性の16.6%が肥満に分類されています。

肥満は各種疾患の危険因子であり、肥満予防が疾病発病の予防につながることから、「肥満者の割合の減少」を目標とします。

| 項 目 | 現状値(H17) | 目標値(H23) | 担当課室 |
|------------|----------|----------|----------|
| 肥満者の割合（男性） | 27.2% | 15%以下 | 健康づくり推進課 |
| 肥満者の割合（女性） | 16.6% | 10%以下 | |

⑭ 女性のやせの者（BMI < 18.5）の減少

若い女性の間では、やせ願望が強く、平成17年県民健康栄養調査では「やせ」（BMI < 18.5）は、20歳代で19.5%、30歳代で17.6%を占めており、健全な母性の確保のためにも「20～30歳代女性のやせの者の割合の減少」を目標

とします。

| 項 目 | 現状値(H17) | 目標値(H23) | 担当課室 |
|-------------------|----------------------------|----------|----------|
| 20～30歳代女性のやせの者の割合 | 19.5%(20歳代) 17.6%(30歳代) | 15%以下 | 健康づくり推進課 |

⑮ 市町村推進計画の作成割合の増加

県民運動として食育を推進していくためには、市町村においてもその取組が進められることが必要であり、「全ての市町村で食育に関する計画を作成・実施すること」を目標とします。

| 項 目 | 現状値(H18) | 目標値(H23) | 担当課室 |
|------------------------|----------|----------|---------|
| 食育推進計画を作成・実施している市町村の割合 | 0% | 100% | 農林水産総務課 |

「メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)」とは

内臓に脂肪がついた肥満の人が高脂血症や高血圧症、糖尿病を複数もった状態のことをメタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)といいます。この状態の人は、動脈硬化が進みやすいと言われています。

動脈硬化が進むと、心臓病や脳卒中になる危険性が高くなるので注意が必要です。では、どうすればよいのでしょうか。

それには、運動習慣の徹底と食生活を健康的なものにすることが大切です。

また、喫煙も動脈硬化を進行させるため、禁煙が大切です。

① 「肥満」チェック

おへんの周りを計ろう 男性85cm以上 女性90cm以上

② 「血清脂質」チェック

中性脂肪値150mg/dL以上、HDLコレステロール値40mg/dL未満
(一方または両方が該当)

③ 「血圧」チェック

最高血圧130mmHg以上、または最低血圧85mmHg以上
(一方または両方が該当)

④ 「血糖」チェック

空腹時血糖値110mg/dL以上

①に加えて②～④の中から2項目以上当てはまれば、メタボリックシンドロームと診断されます。