

## 第2章 島原市の食育の現状

### 第1節 島原市の概況

#### 1 人口・世帯に関すること

##### (1) 人口構造

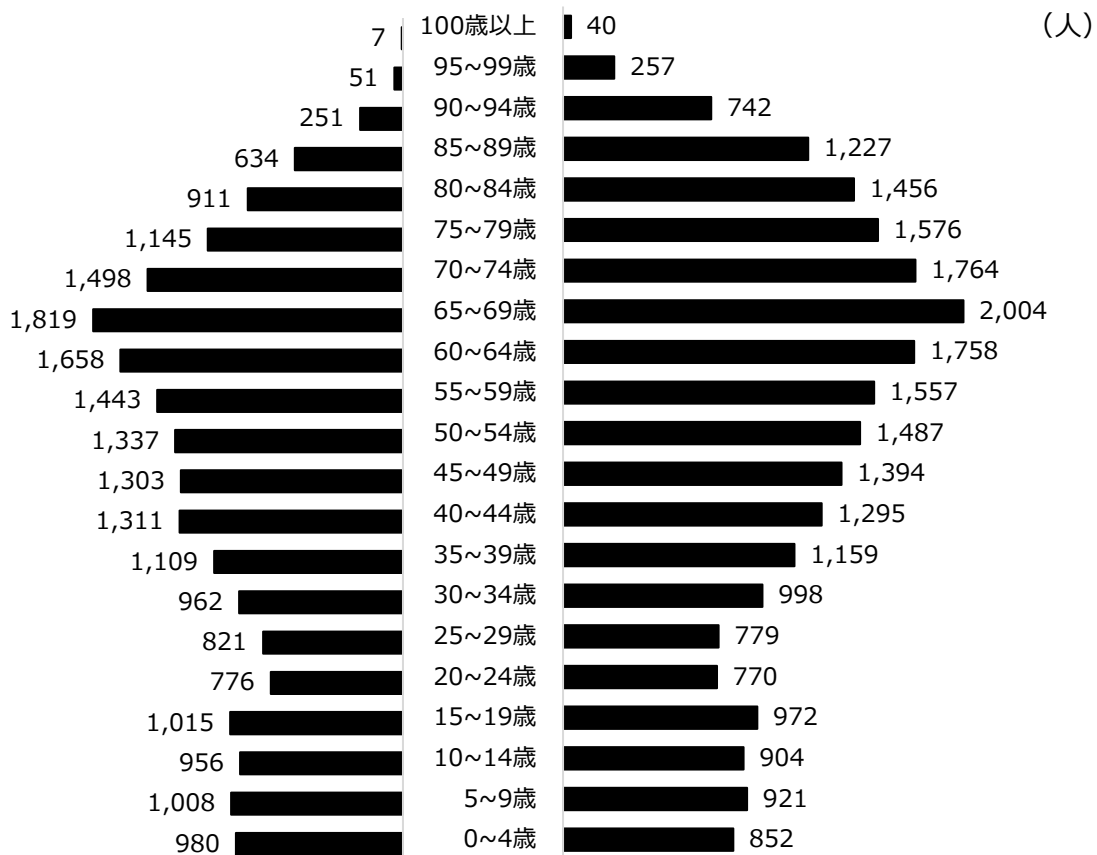
平成31年3月末時点での人口構造をみると、人口が最も多い年齢層は、「65～69歳」であり、高齢化が進行することが考えられます。

また、人口の最も少ない年齢層は「20～24歳」です。進学や就職により市外へ流出していることが考えられます。

図表 本市の人口構造

男性 20,995人

女性 23,912人



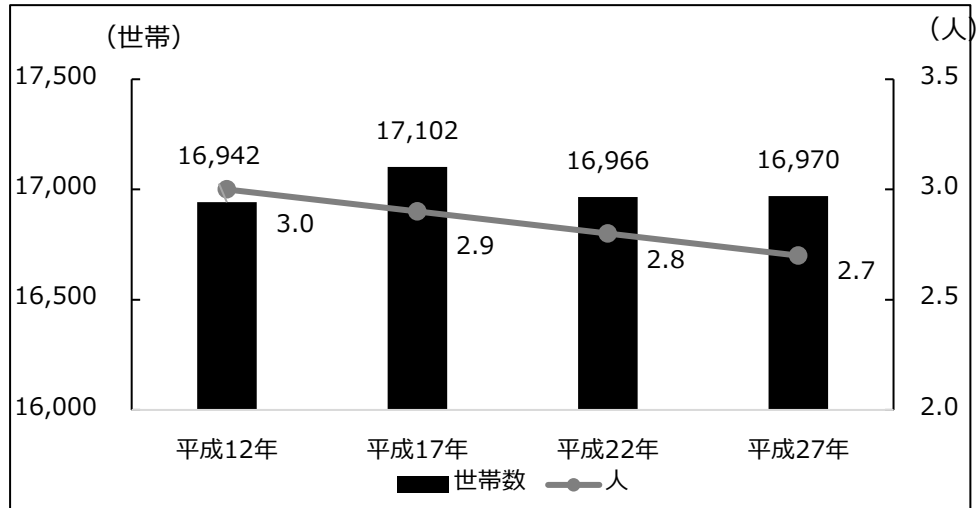
資料:住民基本台帳(平成31年3月末現在)

## (2) 世帯数及び1世帯あたりの世帯人員の推移

平成12年以降の世帯数の状況をみると、平成17年の17,102世帯をピークに減少し、平成27年時点の世帯数は16,970世帯となっています。

また、平成27年の1世帯あたりの世帯人員は2.7人となっており、核家族化が進行していることがうかがえます。

図表 本市の世帯数及び1世帯当たりの世帯人員



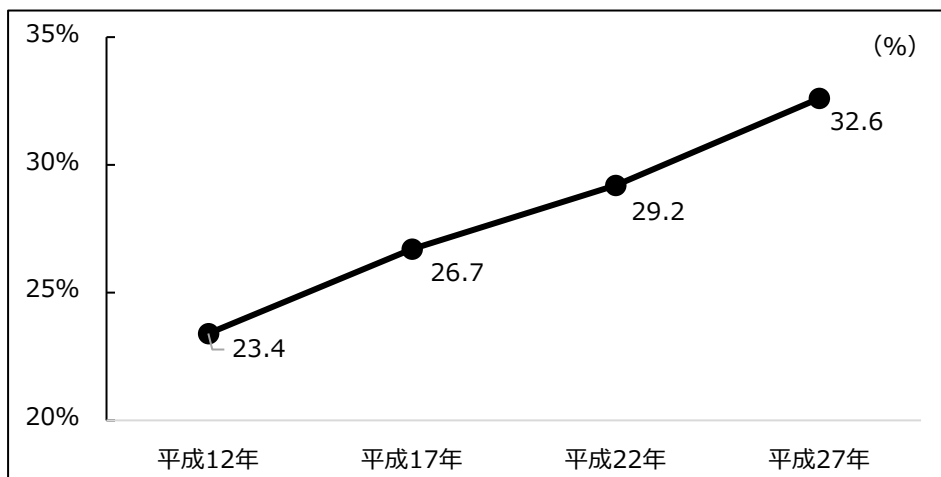
資料：国勢調査

## (3) 高齢者の現状

### ① 高齢化率

平成12年以降の※高齢化率の状況をみると、高齢化率は年々増加し、平成17年から10年間で5.9ポイント増加しており、平成27年は人口の3人に1人が65歳以上となっています。

図表 本市の高齢化率



資料：国勢調査

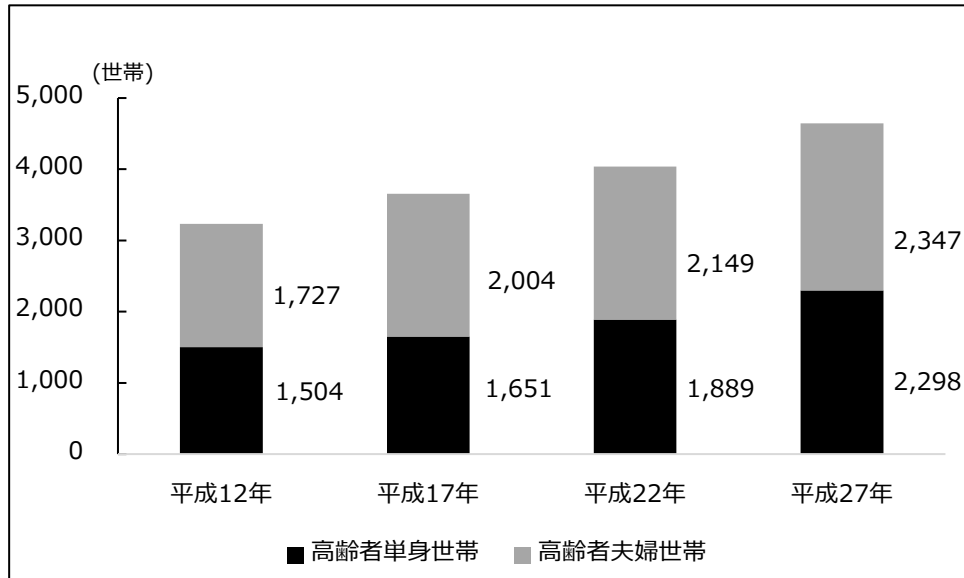
※については用語集（70ページ）に記載しています。

## ② 高齢世帯の状況

平成12年以降の高齢世帯の状況をみると、高齢化率の増加とともに、高齢者単身世帯、高齢者夫婦世帯ともに増加しています。

特に高齢者単身世帯は、平成27年は2,298世帯で平成22年からの増加率が大きくなっている状況です。

図表 本市の高齢世帯の状況

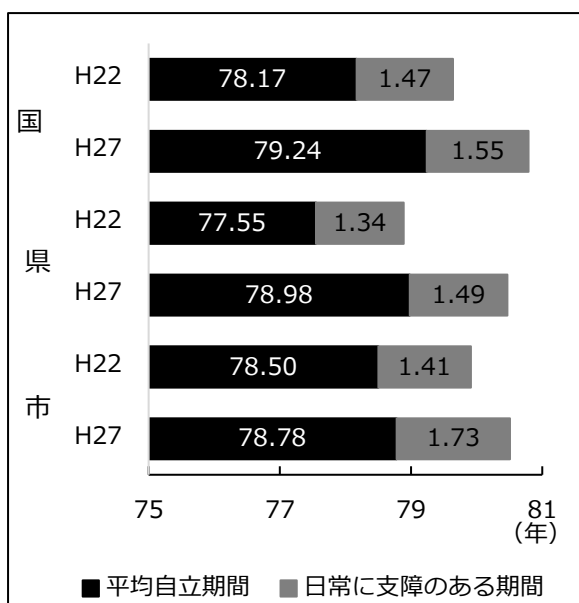


資料：国勢調査

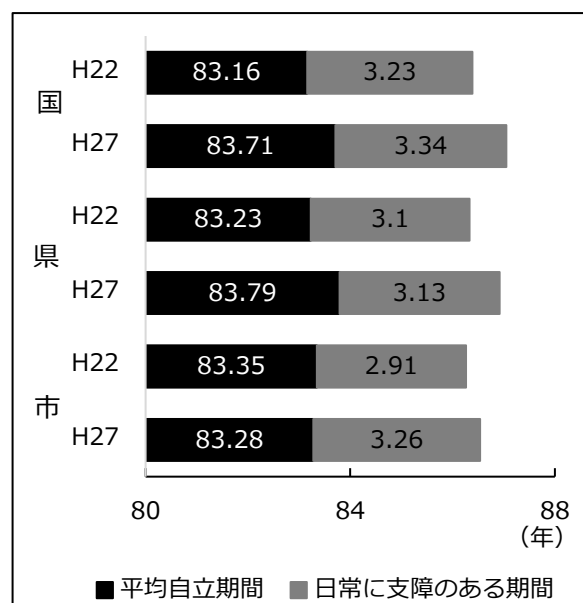
## ③ 平均自立期間

平成27年の※平均自立期間は、男性では、平成22年より0.28年伸びましたが、女性では、0.07年短くなっており、全国や県の伸び率と比べ、低い状況です。

図表 平均自立期間（男性）



図表 平均自立期間（女性）



資料：健康ながさき21（第2次中間評価）

※については用語集（72ページ）に記載しています。

## 第2節 食育に関する現状

本計画の策定にあたり、市民の食育に関する意識や食生活の状況を把握するために、15歳から84歳までの市民4,000人及び小学5年生と中学2年生を対象に食育に関する意識調査を行いました。また、関係機関等へ食育推進の状況について調査を行い、調査の結果から食育の取り組みの現状についてまとめました。

また、国や県が公表している統計結果および平成26年に実施した食育に関する意識調査等と比較し、分析を行いました。

### 〈調査概要〉

#### 1 市民

- ① 調査実施期間 令和元年5月20日～令和元年5月31日
- ② 調査対象者 15歳～84歳の市民4,000人（無作為抽出）
- ③ 回収数 1,296人
- ④ 回収率 32.4%

| 性別<br>年代 | 男性    |     |        | 女性    |     |        | 性別不明 |
|----------|-------|-----|--------|-------|-----|--------|------|
|          | 配布数   | 回収数 | 回収率(%) | 配布数   | 回収数 | 回収率(%) | 回収数  |
| 10代      | 101   | 22  | 21.8   | 97    | 23  | 23.7   | 0    |
| 20代      | 188   | 31  | 16.5   | 188   | 41  | 21.8   | 2    |
| 30代      | 254   | 48  | 18.9   | 236   | 88  | 37.3   | 0    |
| 40代      | 303   | 64  | 21.1   | 275   | 93  | 33.8   | 6    |
| 50代      | 324   | 67  | 20.7   | 363   | 150 | 41.3   | 5    |
| 60代      | 375   | 121 | 32.3   | 393   | 153 | 38.9   | 3    |
| 70代      | 295   | 101 | 34.2   | 382   | 162 | 42.4   | 14   |
| 80代      | 95    | 27  | 28.4   | 131   | 51  | 38.9   | 3    |
| 年齢不明     | —     | 2   | —      | —     | 1   | —      | 18   |
| 合計       | 1,935 | 483 | 25.0   | 2,065 | 762 | 36.9   | 51   |

#### 2 小学5年生及び中学2年生

- ① 調査実施期間 令和元年6月10日～令和元年6月24日
- ② 調査対象者 小学5年生及び中学2年生725人
- ③ 回収数 718人
- ④ 回収率 99.0%

#### 3 学校・保育所・認定こども園の食育の推進に関する状況調査

- ① 調査実施期間 令和元年6月10日～令和元年6月28日
- ② 調査対象 市内小中学校14校、市内保育所・認定こども園27園
- ③ 回収率 100%

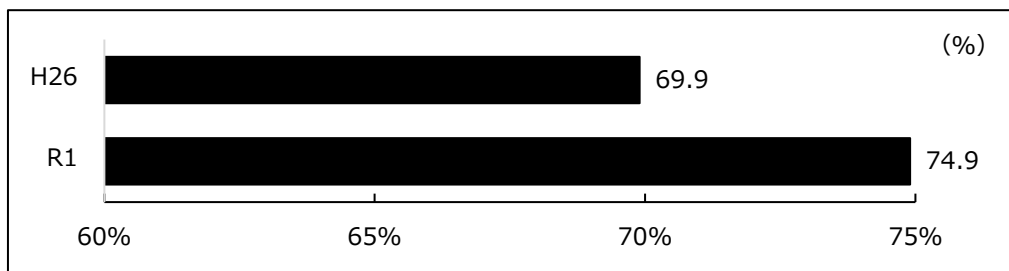
## 1 食育への関心や取り組みの現状

食育を市民運動として展開させるためには、地域・学校・行政・その他の関係機関が連携し、食育に関する取り組みを展開していく必要があります。市民の食育への関心などについて現状をまとめました。

### (1) 食育への関心の状況

食育に関心がある人は、74.9%で目標値（90%以上）には届きませんでしたが、平成26年の69.9%より5.0ポイント増加していました。

図表 食育への関心の状況

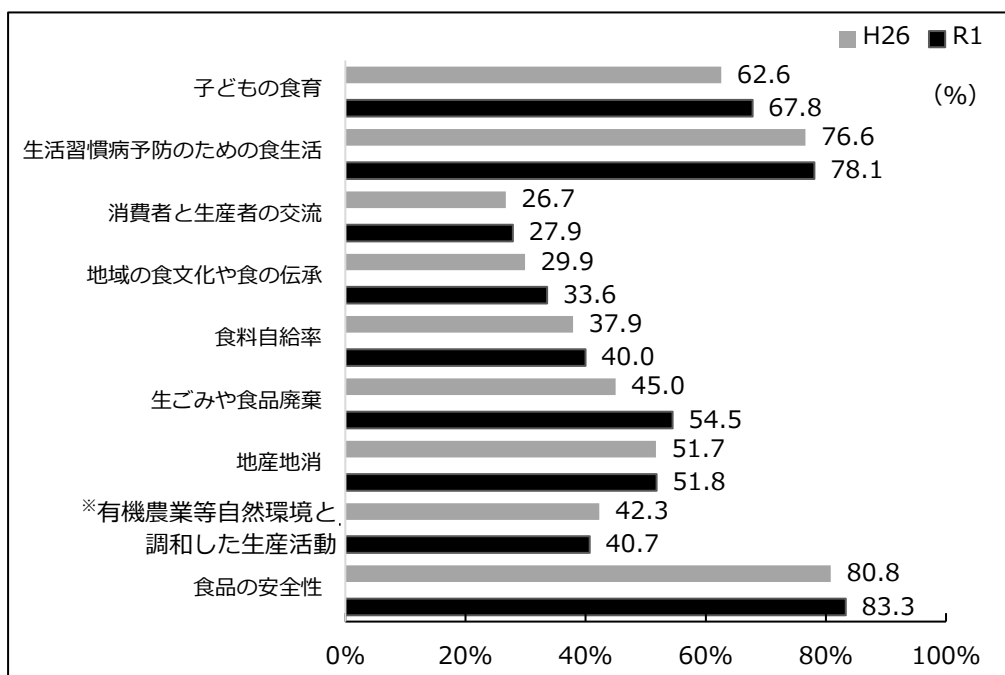


資料：食育に関する意識調査

### (2) 食育の取り組みへの関心の状況

食育の取り組みへの関心は、9項目のうち8項目で平成26年より増加していました。「食品の安全性」の関心が最も多く83.3%でした。一方、「※有機農業等自然環境と調和した生産活動」は40.7%で平成26年の42.3%より1.6ポイント減少していました。

図表 食育の取り組みへの関心の状況



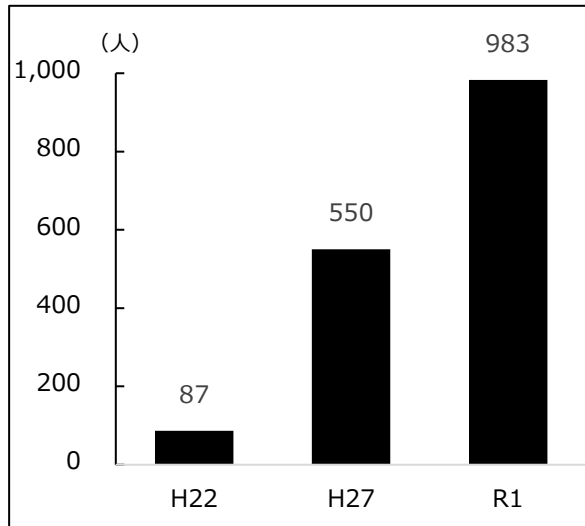
資料：食育に関する意識調査

※については用語集（72ページ）に記載しています。

### (3) 食育に関わるボランティアの状況

食育に関わるボランティアの人数は食育推進計画策定時（平成22年）から10倍以上に増え、目標の800人以上を達成しました。

図表 食育に関わるボランティア数



資料：食育ボランティア数の把握調査(県)

ボランティアの団体数

【平成22年】

※食生活改善推進員協議会

【平成27年】

食生活改善推進員協議会

婦人会連絡協議会

【令和元年】

食生活改善推進員協議会

婦人会連絡協議会

母子寡婦福祉会

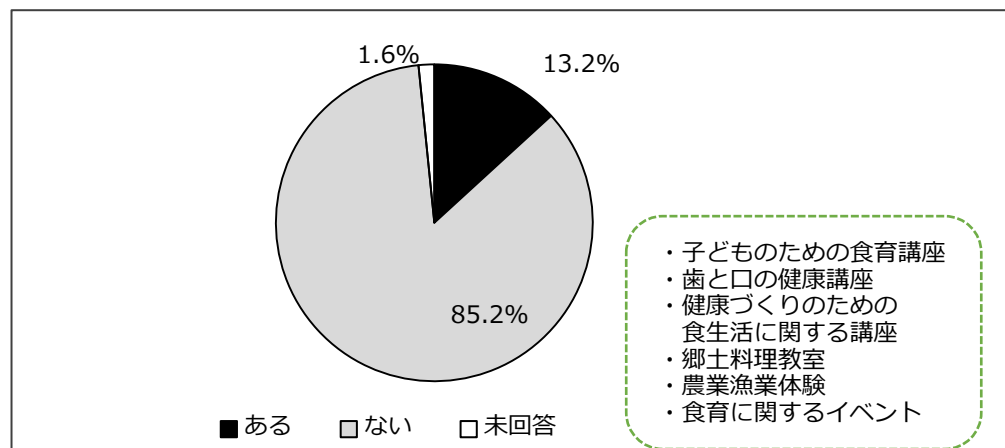
民生委員児童委員協議会

※については用語集（71ページ）に記載しています。

### (4) 食育の取り組み活動への参加状況

食育の取り組み活動への参加状況については、本市で実施する子どものための食育講座や健康づくりのための食生活に関する講座、地域等で開催される講座やイベントに参加したことがある人は、13.2%でやや少ない状況でした。

図表 食育の取り組み活動への参加状況



資料：食育に関する意識調査

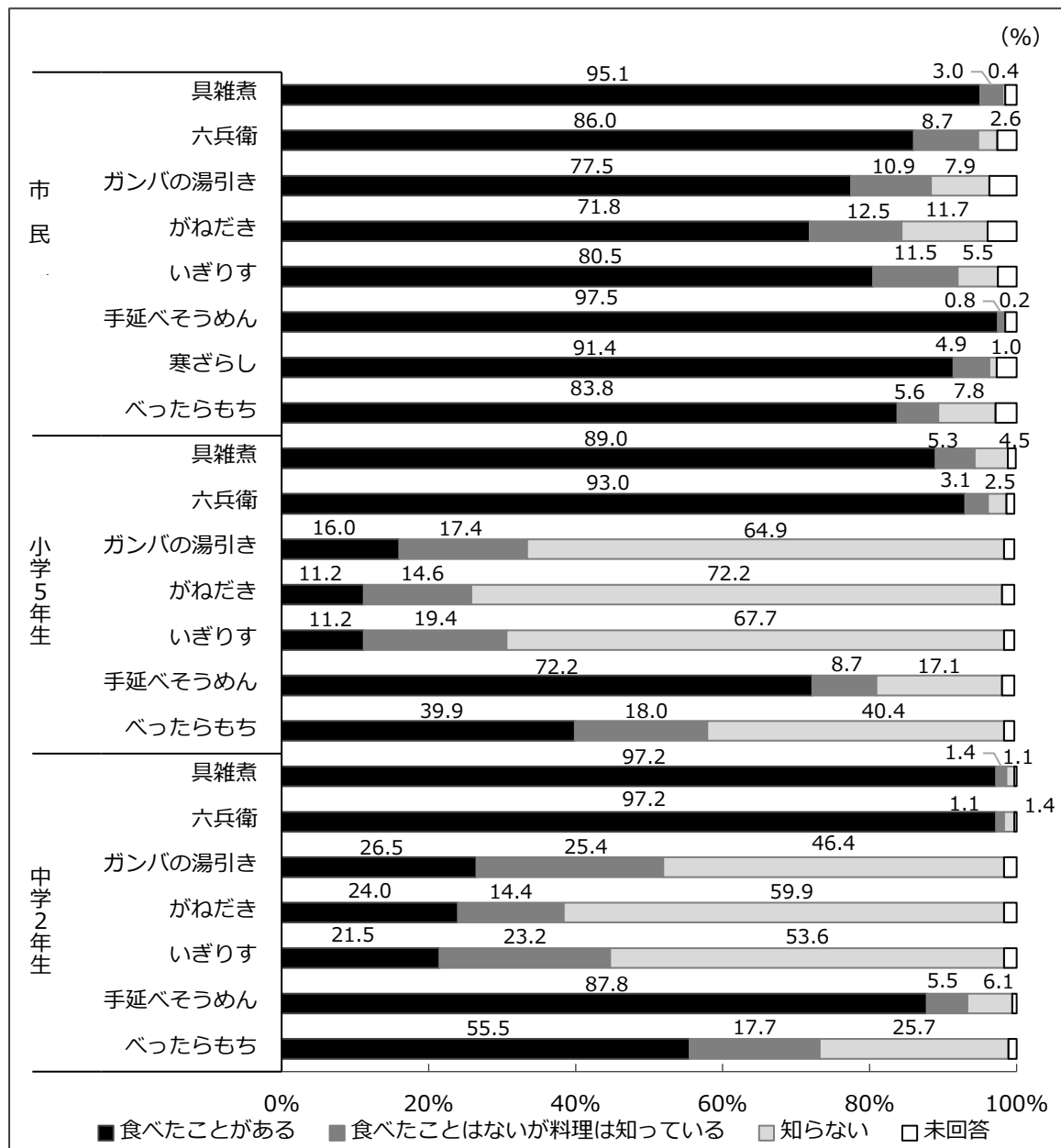
## 2 郷土料理や地域の食文化の継承に関する現状

郷土料理や地域の食文化を継承していくためには、家庭での実践のほか地域等での継承の取り組みが必要となります。郷土料理の食経験や取り組みの状況について現状をまとめました。

### (1) 郷土料理の食経験の状況

食経験が多い郷土料理は、市民は「手延べそうめん」「具雑煮」、小学5年生・中学2年生では「六兵衛」「具雑煮」でした。一方少ない郷土料理は、小学5年生、中学2年生で「がねだき」「ガンバの湯引き」「いぎりす」でした。郷土料理によって食経験には差がありました。

図表 郷土料理の食経験

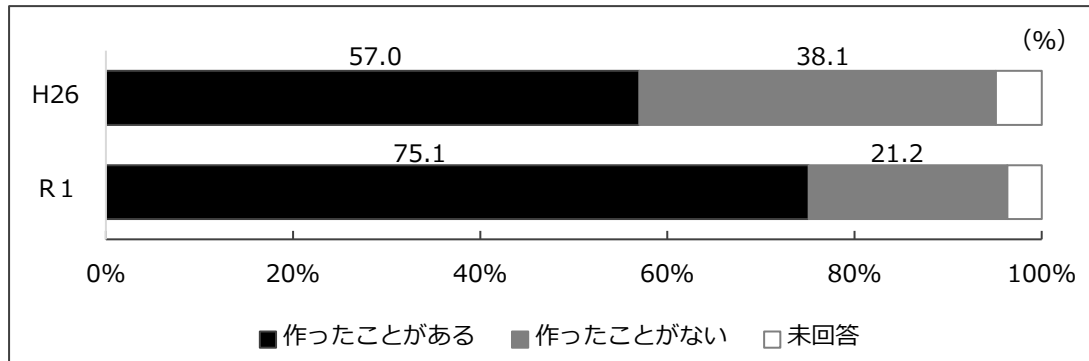


資料：食育に関する意識調査

## (2) 家庭での郷土料理の実践状況

家庭で郷土料理を作ったことがある人は、75.1%で平成26年の57.0%から18.1ポイント増加し、郷土料理を作る人が増えていました。

図表 家庭での郷土料理の実践状況



資料：食育に関する意識調査

## (3) 学校や保育所等における郷土料理の継承に関する取り組みの状況

すべての学校や保育所・認定こども園で給食に郷土料理が提供されていました。箸の持ち方などの食文化のマナー指導もほとんどの学校や保育所・認定こども園で実施されていました。ふれあい給食やふれあい餅つきなどの地域間交流は、78.0%実施されていました。

図表 学校や保育所等における郷土料理の継承に関する取り組みの状況

| 取り組み                   | 実施割合 (%)<br>(令和元年) |
|------------------------|--------------------|
| 給食での郷土料理の提供            | 100                |
| 箸の持ち方指導など食文化やマナーの指導    | 97.6               |
| ふれあい給食やふれあい餅つきによる地域間交流 | 78.0               |

資料：学校・保育所・認定こども園の食育の推進に関する状況調査

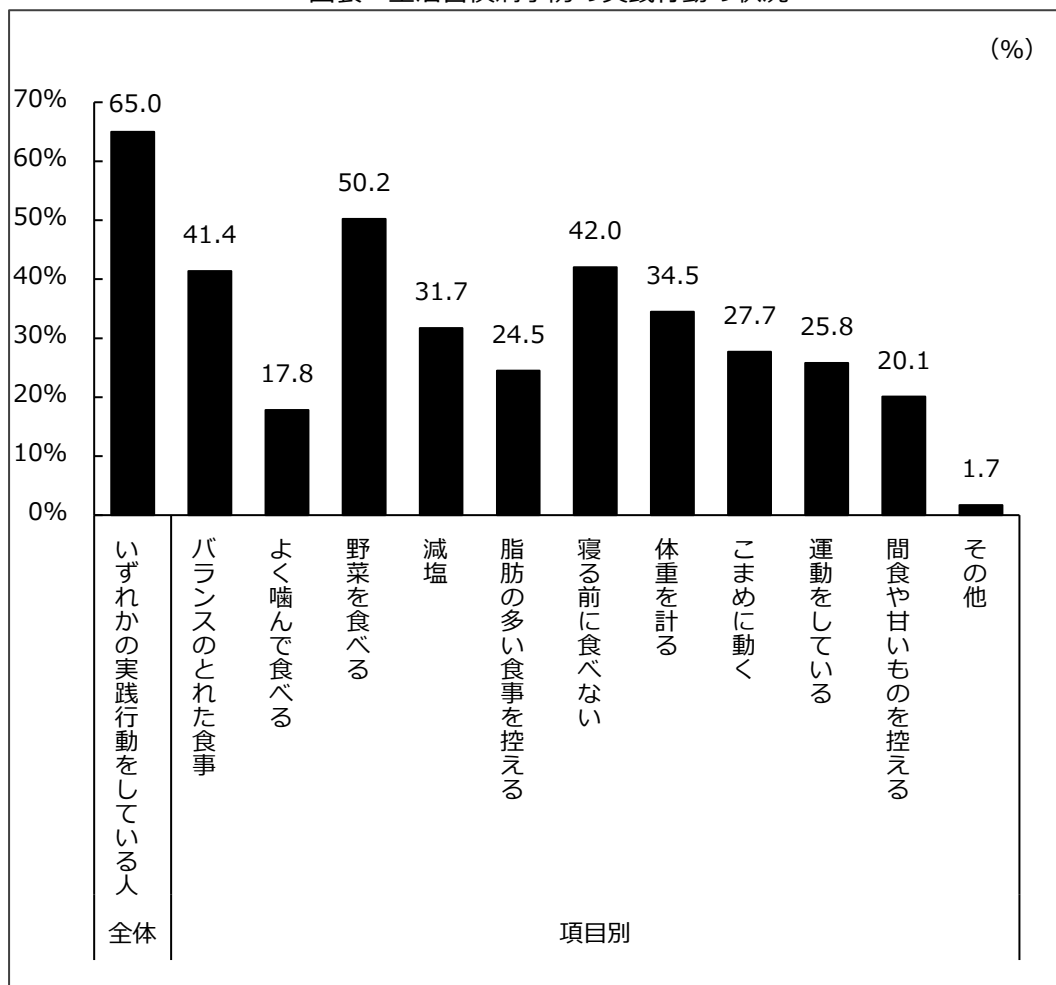
### 3 生活習慣病予防のための食育の現状

生活習慣病を予防することは、健康寿命の延伸にもつながります。生活習慣病を予防する取り組みや食生活の状況に加え、特定健診の結果や生活習慣病での病院への受診状況について現状をまとめました。

#### (1) 生活習慣病予防の実践行動の状況

生活習慣病予防のためにいずれかの行動をしている人は65.0%でした。「野菜を食べる」は50.2%の人が取り組んでおり、最も多くの人実践していました。また、「よく噛んで食べる」は17.8%で実践している人が最も少なく、次いで、「間食や甘いものを控える」が20.1%でした。

図表 生活習慣病予防の実践行動の状況



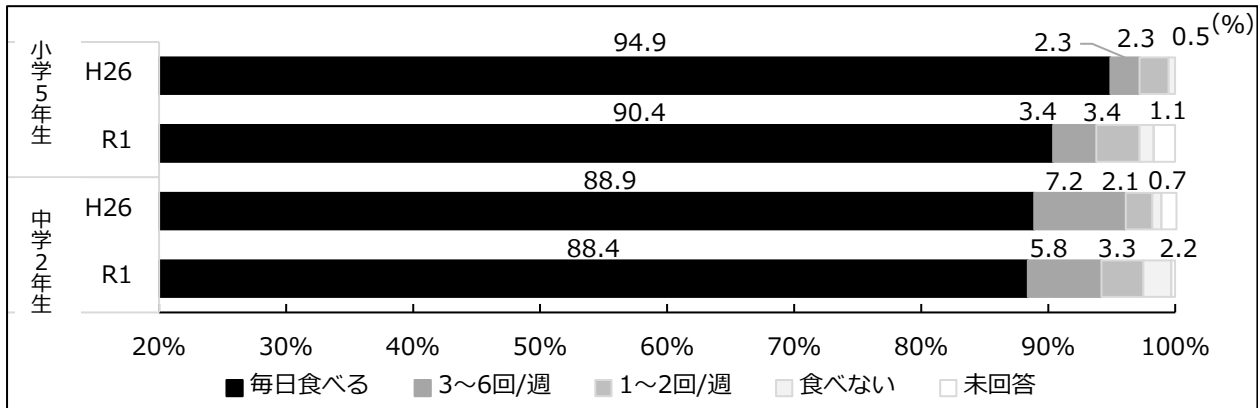
資料：食育に関する意識調査

## (2) 生活習慣病予防につながる食生活の状況

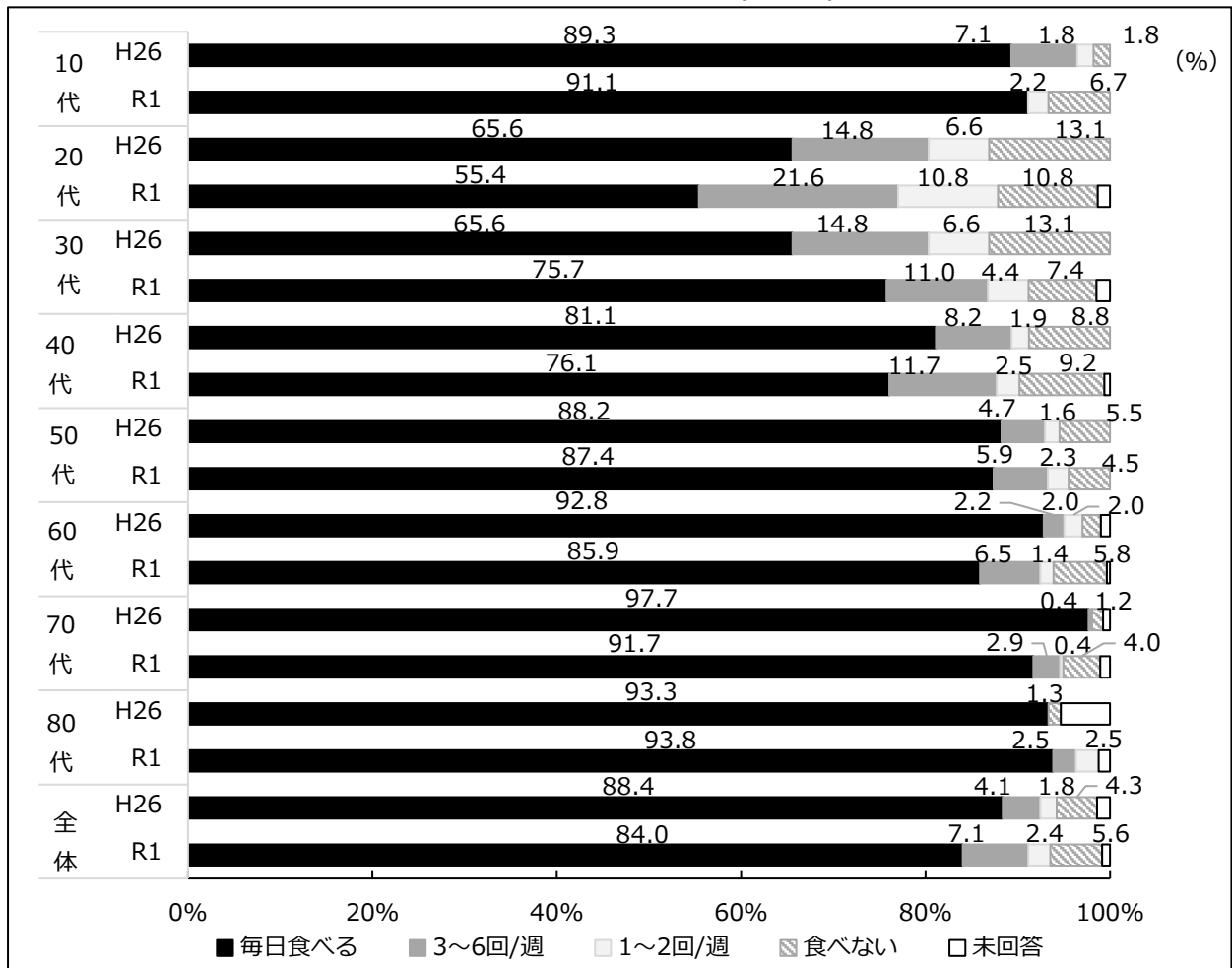
### ① 朝食摂取の状況

「朝食を毎日食べる」人は、市民で 84.0%、小学 5 年生で 90.4%、中学 2 年生で 88.4% であり、平成 26 年と比較して減少していました。年齢別でみると、20 代及び 40 代から 70 代で減少していました。

図表 小学 5 年生及び中学 2 年生の朝食摂取の状況



図表 市民の朝食摂取の状況(年代別)

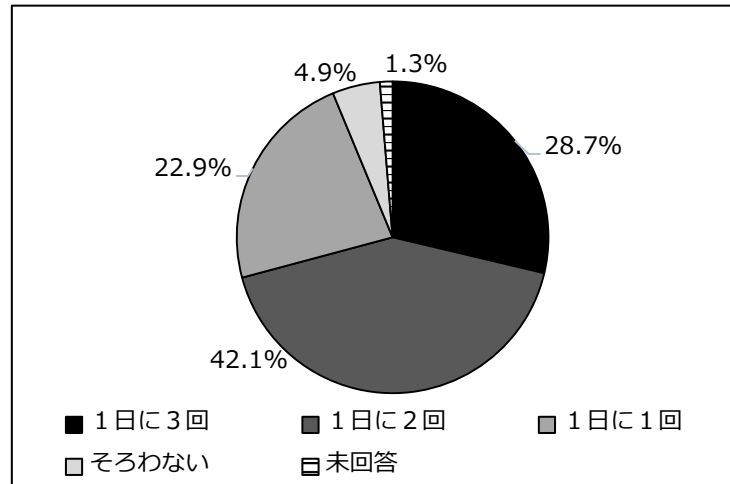


資料：食育に関する意識調査

## ② 食事のバランスに関する状況

「主食・主菜・副菜」のそろった食事を1日に2回以上そろえている人は、70.8%と多くの人がバランスの良い食事が実践できていました。

図表 主食・主菜・副菜のそろった食事の回数



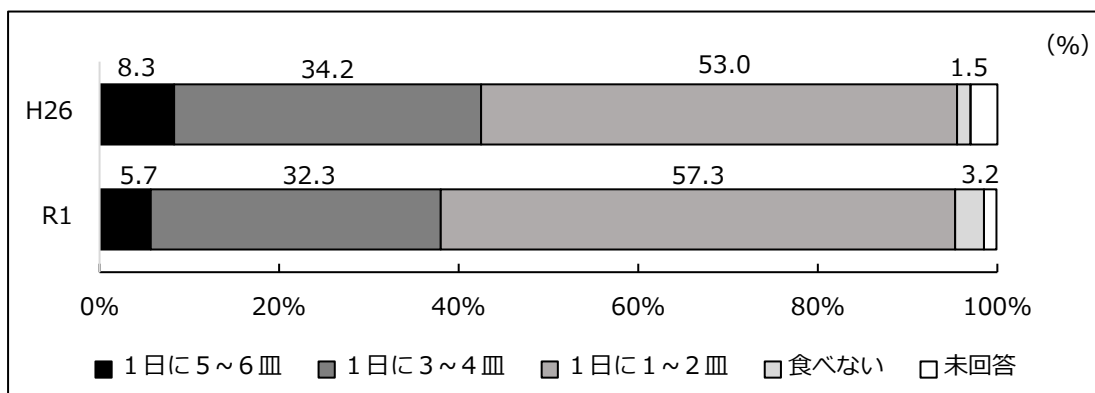
資料：食育に関する意識調査

## ③ 野菜摂取の状況

国が摂取目標とする1日350g以上の野菜の目安量である「1日に5～6皿の野菜料理の摂取」ができている人は5.7%で、平成26年より2.6ポイント減少していました。

また、「野菜を食べない」人が3.2%で、平成26年より1.7ポイント増加しており、野菜の摂取量が不足している人が増加していました。

図表 野菜摂取の状況（1日の野菜料理の皿数）



資料：食育に関する意識調査

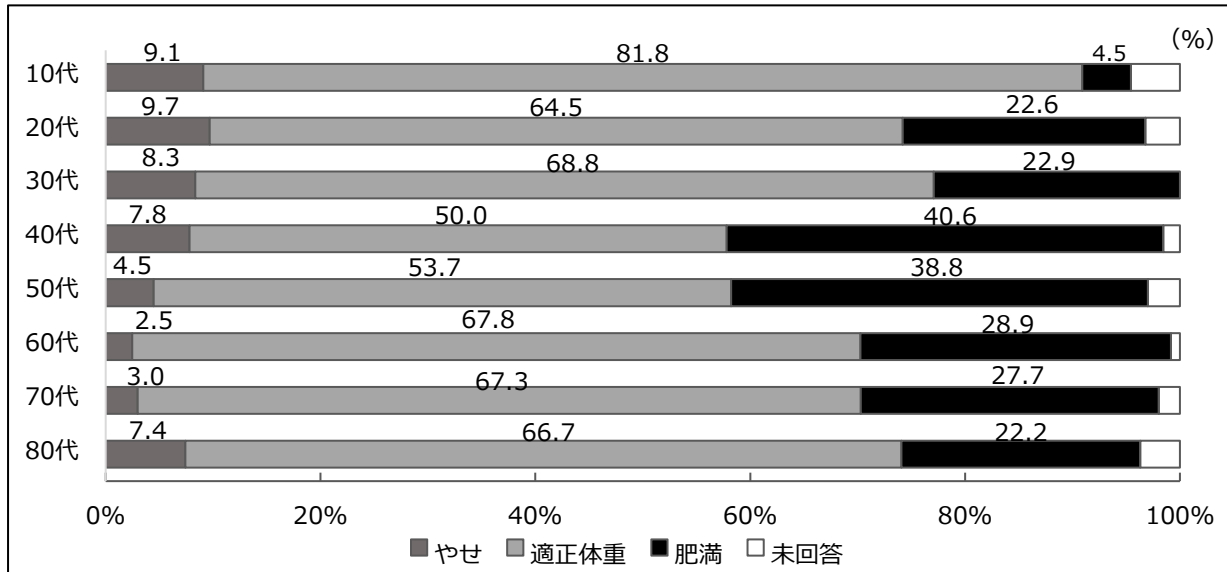
### (3) 生活習慣病と関連する健康状態に関する現状

#### ① 体格の状況

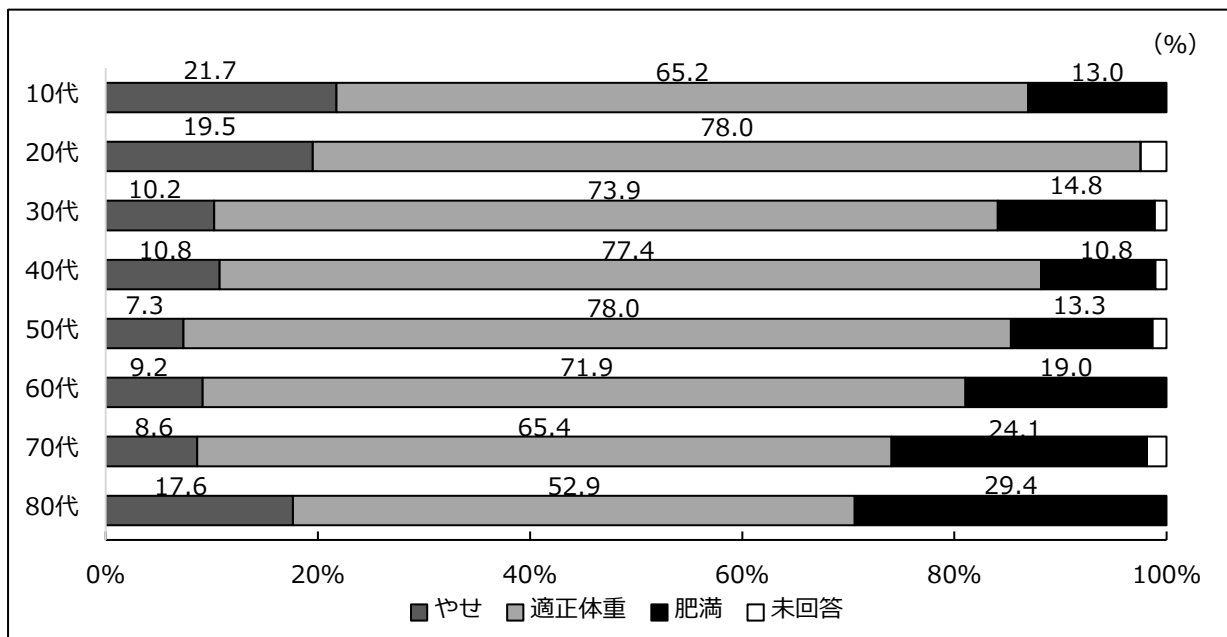
男性は、20代以降で肥満の割合が20%を超えており多い状況でした。特に40代では、約4割が肥満の状態です。女性は、50代以降で加齢とともに肥満の割合が増加傾向にありました。また、女性の60代以降は、「やせ」または「肥満」の割合が多い状況であり、「※適正体重」の割合が減少していました。

※については用語集（71ページ）に記載しています。

図表 年代別体格の状況（男性）



図表 年代別体格の状況（女性）



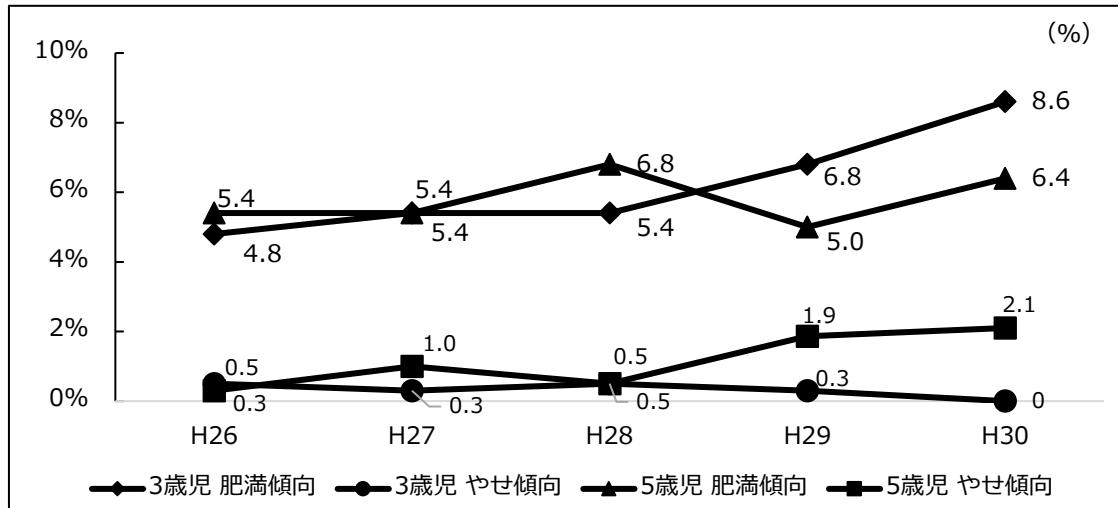
資料：食育に関する意識調査

## ② 乳幼児期の肥満傾向とやせ傾向の状況

3歳児健診における肥満傾向の割合は増加しており、やせ傾向の割合は変化がありませんでした。

5歳児健診における肥満傾向の割合は変化がなく、やせ傾向の割合が増加していました。

図表 3歳児健診及び5歳児健診における肥満傾向及びやせ傾向の割合



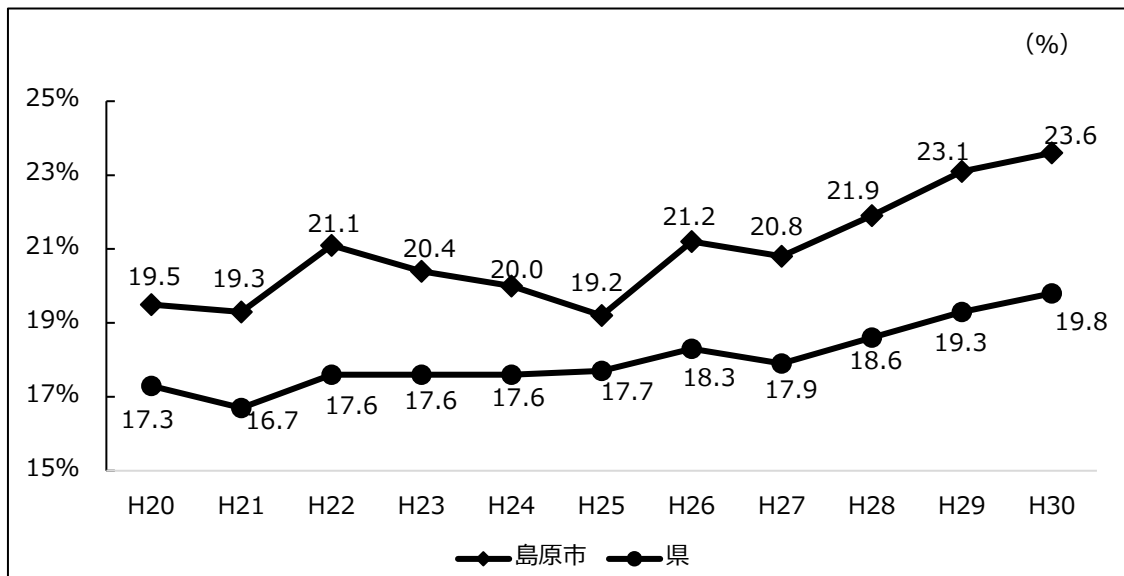
資料：島原市乳幼児健診結果

## ③ メタボリックシンドロームの状況

40歳～74歳の国民健康保険加入者を対象とした※特定健診の結果における※メタボリックシンドローム該当者の割合は、年次推移で増加傾向にあり、県平均と比較しても多い状況にありました。

※については用語集（71・72ページ）に記載しています。

図表 メタボリックシンドロームの状況



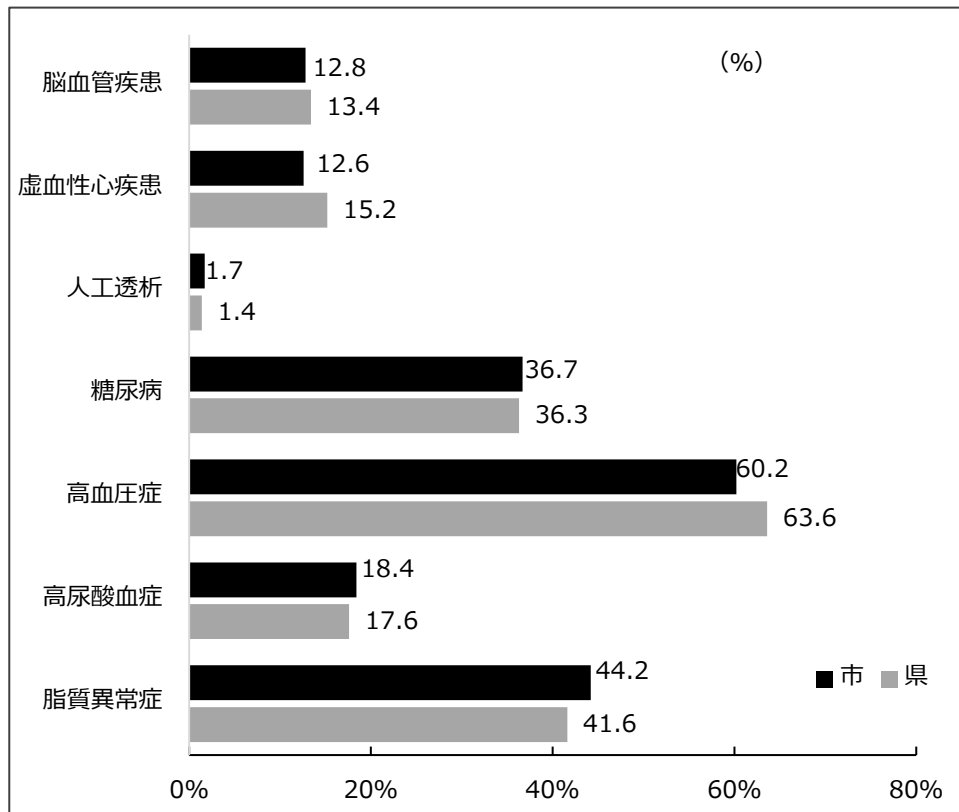
資料：国保データベースシステム（KDB）

## ④ 生活習慣病による病院への受診状況

平成30年5月における国民健康保険加入者の生活習慣病による病院受診状況は、高血圧症、脂質異常症、糖尿病の順に多い状況でした。

また、県と比較すると、高尿酸血症、人工透析などが多い状況でした。

図表 生活習慣病による病院への受診状況



資料：国保データベースシステム（KDB）

## ⑤ 国民健康保険診療報酬情報による疾病件数

国民健康保険診療報酬情報によると、45歳～59歳は、「高血圧性疾患」で病院を受診している件数が2位であり、60歳以降では1位となっています。また、糖尿病の件数も55歳以降で3位となっており、生活習慣病で病院を受診している人が多い状況です。

また、「歯肉炎及び歯周疾患」は、20歳～59歳で1位であり、60歳以上でも2位となっています。

図表 国民健康保険診療報酬情報による疾病件数（平成30年5月診療分）

単位：件

| 順位<br>年齢 | 1位        | 2位                     | 3位                     |
|----------|-----------|------------------------|------------------------|
| 20～24歳   | 歯肉炎及び歯周疾患 | その他の消化器系疾患             | 屈折及び調節の障害              |
|          | 13        | 9                      | 8                      |
| 25～29歳   | 歯肉炎及び歯周疾患 | 皮膚炎及び湿疹                | 乳房およびその他女性生殖器の疾患       |
|          | 19        | 10                     | 8                      |
| 30～34歳   | 歯肉炎及び歯周疾患 | 皮膚炎及び湿疹                | その他の皮膚及び皮下組織の疾患        |
|          | 39        | 13                     | 12                     |
| 35～39歳   | 歯肉炎及び歯周疾患 | 統合失調症、統合失調症型障害及びせん妄性障害 | 皮膚炎及び湿疹                |
|          | 46        | 12                     | 11                     |
| 40～44歳   | 歯肉炎及び歯周疾患 | 統合失調症、統合失調症型障害及びせん妄性障害 | 皮膚炎及び湿疹                |
|          | 54        | 25                     | 16                     |
| 45～49歳   | 歯肉炎及び歯周疾患 | 高血圧性疾患                 | 統合失調症、統合失調症型障害及びせん妄性障害 |
|          | 67        | 31                     | 29                     |
| 50～54歳   | 歯肉炎及び歯周疾患 | 高血圧性疾患                 | 統合失調症、統合失調症型障害及びせん妄性障害 |
|          | 81        | 65                     | 32                     |
| 55～59歳   | 歯肉炎及び歯周疾患 | 高血圧性疾患                 | 糖尿病                    |
|          | 119       | 113                    | 54                     |
| 60～64歳   | 高血圧性疾患    | 歯肉炎及び歯周疾患              | 糖尿病                    |
|          | 307       | 228                    | 105                    |
| 65～69歳   | 高血圧性疾患    | 歯肉炎及び歯周疾患              | 糖尿病                    |
|          | 597       | 406                    | 179                    |
| 70～74歳   | 高血圧性疾患    | 歯肉炎及び歯周疾患              | 糖尿病                    |
|          | 631       | 372                    | 188                    |

資料：国民健康保険の疾病分類統計

## 4 ライフステージ別の栄養・食生活の現状

ライフステージを「妊娠期」「乳幼児期」「学童期」「青年期」「壮年期」「中年期」「高齢期」の7つに区分し、ライフステージ別の栄養・食生活に関する現状についてまとめました。

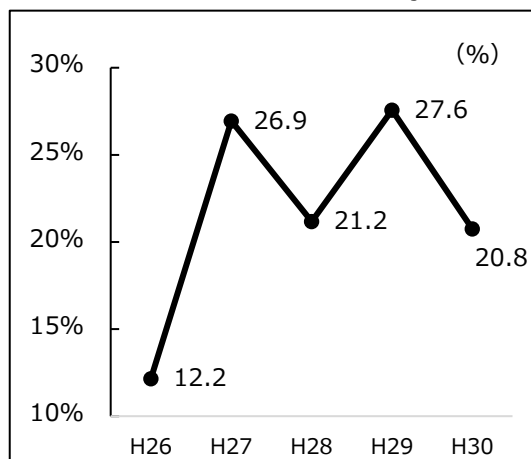
### (1) ライフステージ別の状況

#### ① 妊娠期

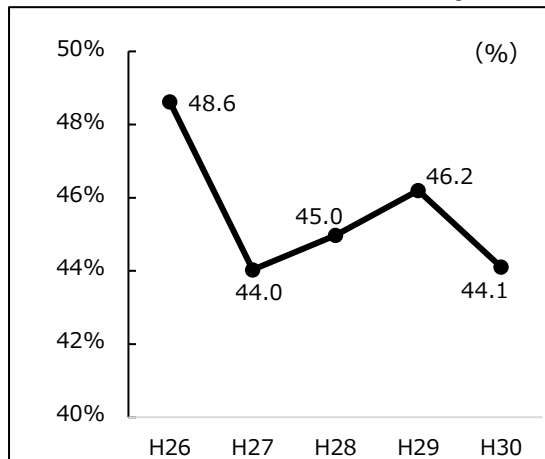
妊娠期は、身体の変化に伴って、バランスのとれた食事の実践により適切な体重増加を保つことが、妊婦の健康及び胎児の発育にとって大切です。妊娠期の健康状態について「妊娠中の体重の増加量」「高血圧」「貧血」「高血糖」の状況をまとめました。

島原市の妊婦一般健康診査の結果によると、妊娠中の体重増加については、12 kg以上体重が増加した人は20.8%で5人に1人という状況でした。貧血については、44.1%で約2人に1人という状況でした。また、高血圧については、7.8%で増加傾向であり、血糖値が高い人については19.6%で5人に1人という状況でした。

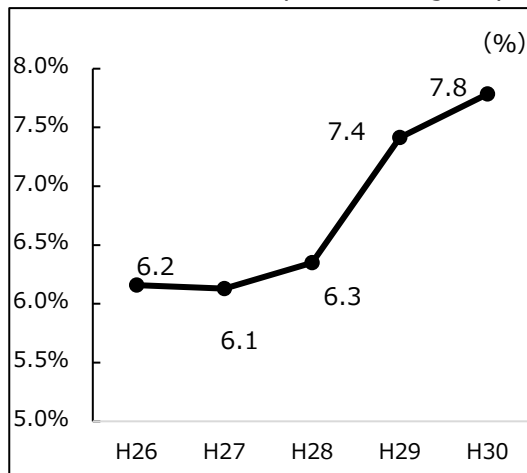
図表 妊娠中の体重増加（12 kg以上）



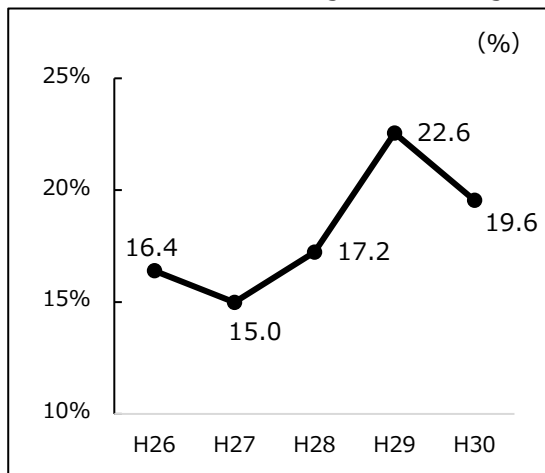
図表 貧血の状況（※ヘモグロビン 11 mg/dl 未満）



図表 高血圧の状況(140/90mmHg 以上)



図表 高血糖の状況（※50gOGTT 140mg/dl 以上）



資料：島原市妊婦一般健康診査結果

※については用語集（70・72ページ）に記載しています。

## ② 乳幼児期・学童期

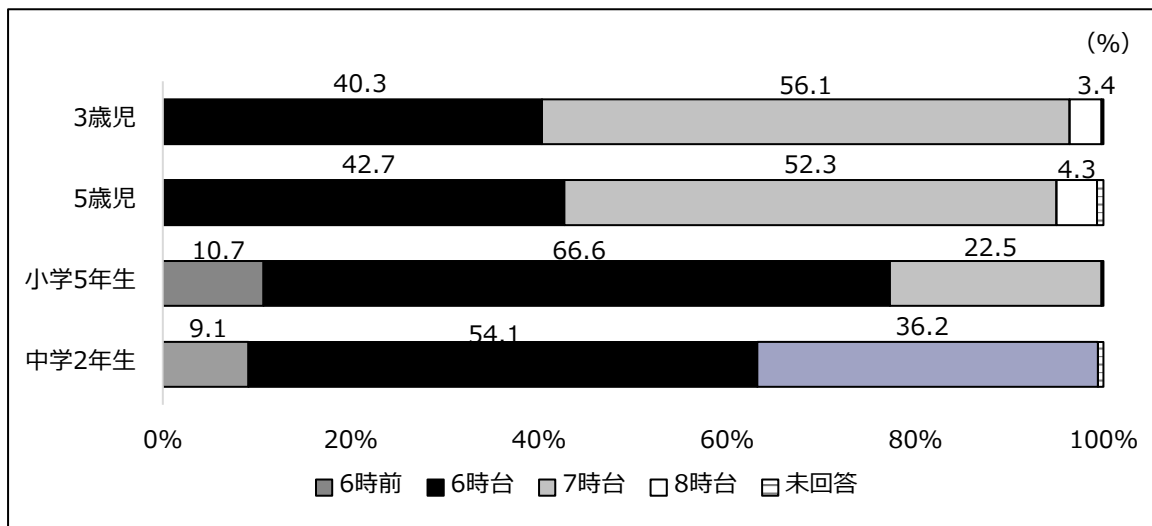
乳幼児期・学童期は成長期であり、健やかな成長を促すためには、食事を含む生活習慣の確立が必要です。「早寝早起き朝ごはん」の生活リズム確立のため、子どもの起床時間と就寝時間について現状をまとめました。また、むし歯は食事のとり方に影響を与えることから子どもの口腔の状態についても現状をまとめました。

### ②－1 起床時間と就寝時間

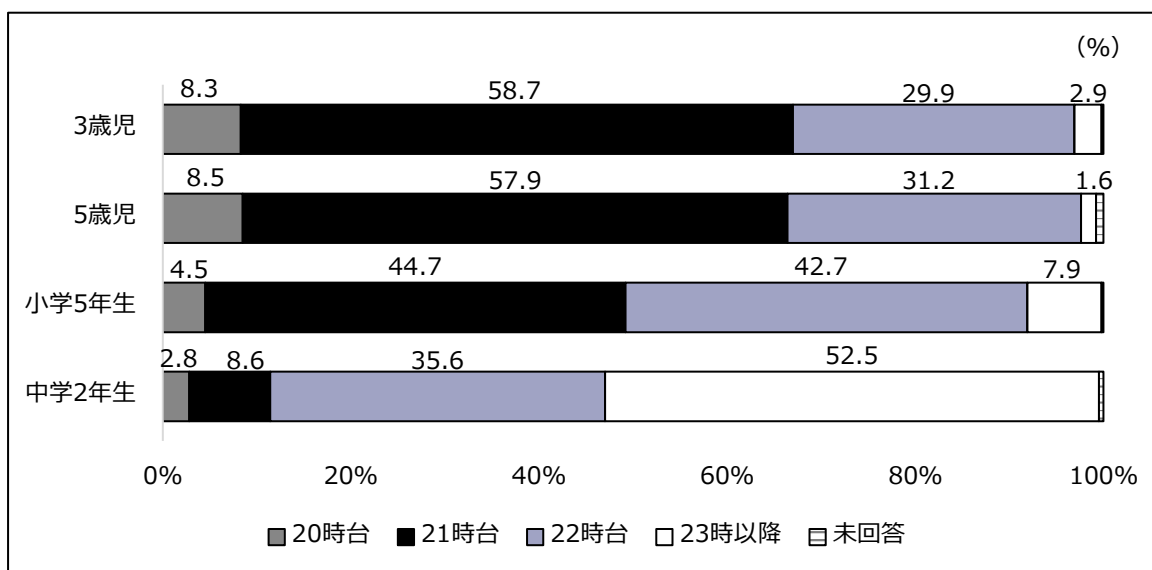
平成30年度の乳幼児健診結果によると、起床時間は、3歳児の56.1%、5歳児の52.3%が7時台で最も多い状況でした。就寝時間は、3歳児の32.8%、5歳児の32.8%が22時以降に就寝しており3人に1人が22時以降に就寝していました。

食育に関する意識調査によると、起床時間は、小学生の66.6%、中学生の54.1%が6時台で最も多い状況でした。就寝時間は、小学生の50.6%が22時以降に就寝しており、中学生の88.1%が22時以降で、23時以降に寝る人が半数を超えていました。

図表 起床時間



図表 就寝時間

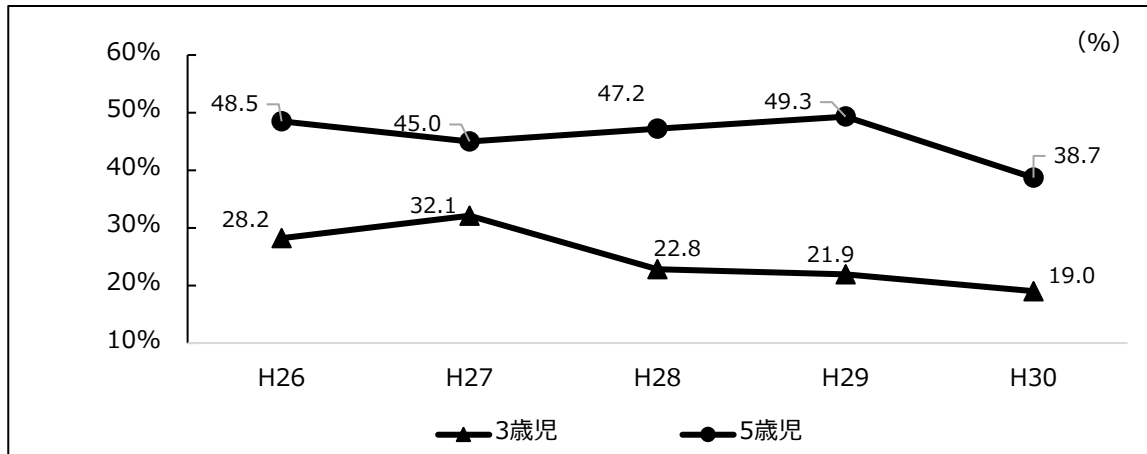


資料：島原市乳幼児健診結果及び食育に関する意識調査

## ②－2 口腔の状況

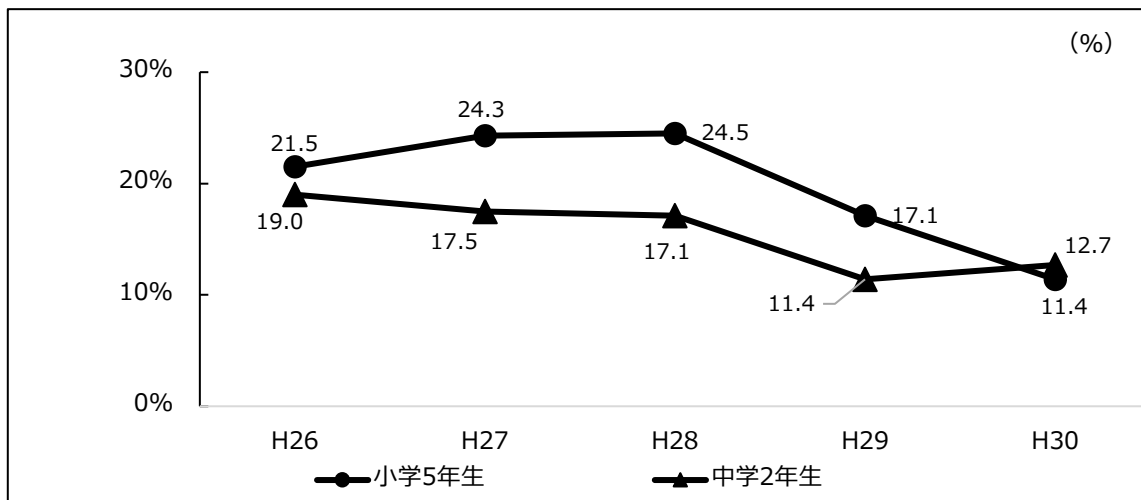
むし歯の状況は、平成30年度の乳幼児健診結果によると3歳児で19.0%、5歳児で38.7%であり、幼児のむし歯の状況は減少傾向でした。小中学生では、平成30年度の学校保健統計によると未処置歯のある小学生は11.4%で減少傾向、中学生は12.7%で増加傾向でした。

図表 3歳児健診及び5歳児健診におけるむし歯の状況



資料：島原市乳幼児健診結果

図表 小学5年生及び中学2年生の未処置歯の状況



資料：学校保健統計

## ③青年期～高齢期

青年期～高齢期は、食育に関する意識調査の結果から、「食育への関心」など7つの項目について、ライフステージ別の状況を比較しました。

| <p style="text-align: center;">食育への関心</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>ライフステージ</th> <th>食育への関心 (%)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>青年期</td> <td>60.3</td> </tr> <tr> <td>壮年期</td> <td>76.7</td> </tr> <tr> <td>中年期</td> <td>74.7</td> </tr> <tr> <td>高齢期</td> <td>76.6</td> </tr> </tbody> </table>                     | ライフステージ              | 食育への関心 (%)           | 青年期 | 60.3 | 壮年期 | 76.7 | 中年期 | 74.7 | 高齢期 | 76.6 | <p>食育への関心は、青年期で60.3%と最も少なく、壮年期から高齢期で75%程度で関心が高い状況でした。</p>                          |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|----------------------|-----|------|-----|------|-----|------|-----|------|------------------------------------------------------------------------------------|
| ライフステージ                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 食育への関心 (%)           |                      |     |      |     |      |     |      |     |      |                                                                                    |
| 青年期                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 60.3                 |                      |     |      |     |      |     |      |     |      |                                                                                    |
| 壮年期                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 76.7                 |                      |     |      |     |      |     |      |     |      |                                                                                    |
| 中年期                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 74.7                 |                      |     |      |     |      |     |      |     |      |                                                                                    |
| 高齢期                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 76.6                 |                      |     |      |     |      |     |      |     |      |                                                                                    |
| <p style="text-align: center;">食育活動への参加</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>ライフステージ</th> <th>食育活動への参加 (%)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>青年期</td> <td>9.6</td> </tr> <tr> <td>壮年期</td> <td>15.0</td> </tr> <tr> <td>中年期</td> <td>12.9</td> </tr> <tr> <td>高齢期</td> <td>12.7</td> </tr> </tbody> </table>                  | ライフステージ              | 食育活動への参加 (%)         | 青年期 | 9.6  | 壮年期 | 15.0 | 中年期 | 12.9 | 高齢期 | 12.7 | <p>食育活動への参加は、壮年期で15.0%と最も多く、青年期で9.6%と最も少ない状況でした。</p>                               |
| ライフステージ                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 食育活動への参加 (%)         |                      |     |      |     |      |     |      |     |      |                                                                                    |
| 青年期                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 9.6                  |                      |     |      |     |      |     |      |     |      |                                                                                    |
| 壮年期                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 15.0                 |                      |     |      |     |      |     |      |     |      |                                                                                    |
| 中年期                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 12.9                 |                      |     |      |     |      |     |      |     |      |                                                                                    |
| 高齢期                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 12.7                 |                      |     |      |     |      |     |      |     |      |                                                                                    |
| <p style="text-align: center;">生活習慣病予防のための行動の実践</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>ライフステージ</th> <th>生活習慣病予防のための行動の実践 (%)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>青年期</td> <td>49.3</td> </tr> <tr> <td>壮年期</td> <td>62.1</td> </tr> <tr> <td>中年期</td> <td>67.2</td> </tr> <tr> <td>高齢期</td> <td>79.0</td> </tr> </tbody> </table> | ライフステージ              | 生活習慣病予防のための行動の実践 (%) | 青年期 | 49.3 | 壮年期 | 62.1 | 中年期 | 67.2 | 高齢期 | 79.0 | <p>生活習慣病予防のための行動の実践は、青年期で49.3%と最も少なく、他の世代と比べ10%以上少ない状況でした。高齢期で79.0%と最も多い状況でした。</p> |
| ライフステージ                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 生活習慣病予防のための行動の実践 (%) |                      |     |      |     |      |     |      |     |      |                                                                                    |
| 青年期                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 49.3                 |                      |     |      |     |      |     |      |     |      |                                                                                    |
| 壮年期                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 62.1                 |                      |     |      |     |      |     |      |     |      |                                                                                    |
| 中年期                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 67.2                 |                      |     |      |     |      |     |      |     |      |                                                                                    |
| 高齢期                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 79.0                 |                      |     |      |     |      |     |      |     |      |                                                                                    |
| <p style="text-align: center;">農林水産体験</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>ライフステージ</th> <th>農林水産体験 (%)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>青年期</td> <td>27.4</td> </tr> <tr> <td>壮年期</td> <td>26.1</td> </tr> <tr> <td>中年期</td> <td>27.6</td> </tr> <tr> <td>高齢期</td> <td>19.8</td> </tr> </tbody> </table>                     | ライフステージ              | 農林水産体験 (%)           | 青年期 | 27.4 | 壮年期 | 26.1 | 中年期 | 27.6 | 高齢期 | 19.8 | <p>農林水産体験は、高齢期で19.8%と最も少なく、青年期から中年期で26%以上と4人に1人が体験している状況でした。</p>                   |
| ライフステージ                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 農林水産体験 (%)           |                      |     |      |     |      |     |      |     |      |                                                                                    |
| 青年期                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 27.4                 |                      |     |      |     |      |     |      |     |      |                                                                                    |
| 壮年期                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 26.1                 |                      |     |      |     |      |     |      |     |      |                                                                                    |
| 中年期                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 27.6                 |                      |     |      |     |      |     |      |     |      |                                                                                    |
| 高齢期                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 19.8                 |                      |     |      |     |      |     |      |     |      |                                                                                    |

青年期：15～24歳    壮年期：25～44歳    中年期：45～64歳    高齢期：65歳以上

| <p style="text-align: center;"><b>朝食を毎日食べる</b></p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>年齢期</th> <th>割合 (%)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>青年期</td> <td>78.1</td> </tr> <tr> <td>壮年期</td> <td>71.9</td> </tr> <tr> <td>中年期</td> <td>84.2</td> </tr> <tr> <td>高齢期</td> <td>90.7</td> </tr> </tbody> </table>                 | 年齢期    | 割合 (%) | 青年期 | 78.1 | 壮年期 | 71.9 | 中年期 | 84.2 | 高齢期 | 90.7 | <p>朝食を毎日食べる人は、高齢期で 90.7%と最も多く、壮年期で 71.9%と最も少ない状況でした。</p>                    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|--------|-----|------|-----|------|-----|------|-----|------|-----------------------------------------------------------------------------|
| 年齢期                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 割合 (%) |        |     |      |     |      |     |      |     |      |                                                                             |
| 青年期                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 78.1   |        |     |      |     |      |     |      |     |      |                                                                             |
| 壮年期                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 71.9   |        |     |      |     |      |     |      |     |      |                                                                             |
| 中年期                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 84.2   |        |     |      |     |      |     |      |     |      |                                                                             |
| 高齢期                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 90.7   |        |     |      |     |      |     |      |     |      |                                                                             |
| <p style="text-align: center;"><b>1日に2回以上「主食・主菜・副菜」をそろえた食事</b></p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>年齢期</th> <th>割合 (%)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>青年期</td> <td>75.3</td> </tr> <tr> <td>壮年期</td> <td>64.4</td> </tr> <tr> <td>中年期</td> <td>71.0</td> </tr> <tr> <td>高齢期</td> <td>74.3</td> </tr> </tbody> </table> | 年齢期    | 割合 (%) | 青年期 | 75.3 | 壮年期 | 64.4 | 中年期 | 71.0 | 高齢期 | 74.3 | <p>1日に2回以上「主食・主菜・副菜」をそろえた食事をする人は、青年期で 75.3%と最も多く、壮年期で 64.4%と最も少ない状況でした。</p> |
| 年齢期                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 割合 (%) |        |     |      |     |      |     |      |     |      |                                                                             |
| 青年期                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 75.3   |        |     |      |     |      |     |      |     |      |                                                                             |
| 壮年期                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 64.4   |        |     |      |     |      |     |      |     |      |                                                                             |
| 中年期                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 71.0   |        |     |      |     |      |     |      |     |      |                                                                             |
| 高齢期                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 74.3   |        |     |      |     |      |     |      |     |      |                                                                             |
| <p style="text-align: center;"><b>野菜摂取</b></p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>年齢期</th> <th>割合 (%)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>青年期</td> <td>95.9</td> </tr> <tr> <td>壮年期</td> <td>96.4</td> </tr> <tr> <td>中年期</td> <td>96.6</td> </tr> <tr> <td>高齢期</td> <td>97.2</td> </tr> </tbody> </table>                     | 年齢期    | 割合 (%) | 青年期 | 95.9 | 壮年期 | 96.4 | 中年期 | 96.6 | 高齢期 | 97.2 | <p>野菜摂取は、世代が上がるごとに食べる人の割合が多くなっており、高齢期は 97.2%でした。</p>                        |
| 年齢期                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 割合 (%) |        |     |      |     |      |     |      |     |      |                                                                             |
| 青年期                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 95.9   |        |     |      |     |      |     |      |     |      |                                                                             |
| 壮年期                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 96.4   |        |     |      |     |      |     |      |     |      |                                                                             |
| 中年期                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 96.6   |        |     |      |     |      |     |      |     |      |                                                                             |
| 高齢期                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 97.2   |        |     |      |     |      |     |      |     |      |                                                                             |
| <p>青年期：15～24 歳    壮年期：25～44 歳    中年期：45～64 歳    高齢期：65 歳以上</p>                                                                                                                                                                                                                                                                   |        |        |     |      |     |      |     |      |     |      |                                                                             |

資料：食育に関する意識調査

## 5 食育体験活動に関する現状

食育体験活動を通して食べ物に対する感謝の気持ちを育むことが大切です。食育の体験活動として、野菜の栽培体験と料理体験について取り組みの状況をまとめました。

### (1) 食育体験活動

#### ① 野菜等栽培体験の実施状況

野菜等栽培体験は、保育所・認定こども園・小中学校全体で 83.0%実施されていました。

図表 野菜等栽培体験の実施状況

| 調査機関等      | 調査数 | ※教育ファーム |        | 教育ファーム以外 |        | 合計 |        |
|------------|-----|---------|--------|----------|--------|----|--------|
|            | 件数  | 件数      | 割合 (%) | 件数       | 割合 (%) | 件数 | 割合 (%) |
| 保育所・認定こども園 | 27  | 23      | 85.2   | 3        | 11.1   | 26 | 96.3   |
| 小中学校       | 14  | 7       | 50.0   | 1        | 7.1    | 8  | 57.1   |
| 全体         | 41  | 30      | 73.2   | 4        | 9.8    | 34 | 83.0   |

資料：保育所・認定こども園・学校の食育の推進に関する状況調査

※については用語集（70 ページ）に記載しています。

#### ② 親子料理教室等体験活動の実施状況

親子料理教室等体験活動は、保育所・認定こども園・小中学校全体で 85.4%実施されていました。

また、食生活改善推進員が小中学校や公民館で食育教室や親子料理教室を開催しています。

図表 親子料理教室等体験活動の実施状況

| 親子料理教室等体験活動 | 実施割合 |        |
|-------------|------|--------|
|             | 件数   | 割合 (%) |
| 保育所・認定こども園  | 25   | 92.6   |
| 小中学校        | 10   | 71.4   |
| 全体          | 36   | 85.4   |

資料：保育所・認定こども園・学校の食育の推進に関する状況調査



提供：食生活改善推進員協議会

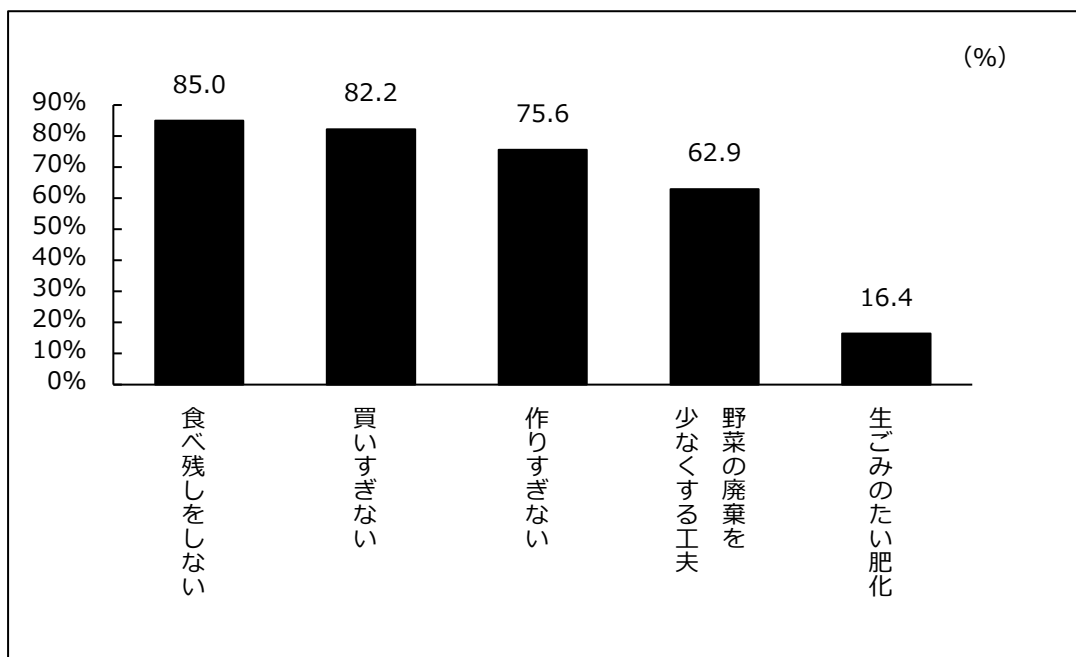
## 6 食品ロスに関する現状

令和元年5月に「食品ロス削減推進法」が制定され、食品ロスを削減させる取り組みの実践がもとめられています。食品ロス削減のための取り組みの現状についてまとめました。

### (1) 食品ロスに関する取り組みの状況

食品ロス削減に取り組む市民は「食べ残しをしない」が85.0%で最も多い状況です。また、「買いすぎない」、「作りすぎない」の取り組みも多く、一方、「生ごみのたい肥化」に取り組む市民は、16.4%と少ない状況です。

図表 食品ロスに関する取り組みの状況



資料：食育に関する意識調査

### (2) 保育所・認定こども園・学校の給食における取り組みの状況

保育園・認定こども園・学校での給食において、残食調査など残食を減らす取り組みは、全体の82.9%で実施されていました。

図表 給食における残食を減らす取り組み

| 給食における残食を減らす取り組み | 実施割合 |        |
|------------------|------|--------|
|                  | 件数   | 割合 (%) |
| 保育所・認定こども園       | 21   | 77.8   |
| 小中学校             | 13   | 92.9   |
| 全体               | 34   | 82.9   |

資料：保育所・認定こども園・学校の食育の推進に関する状況調査

## 7 食の安全・安心に関する食育の現状

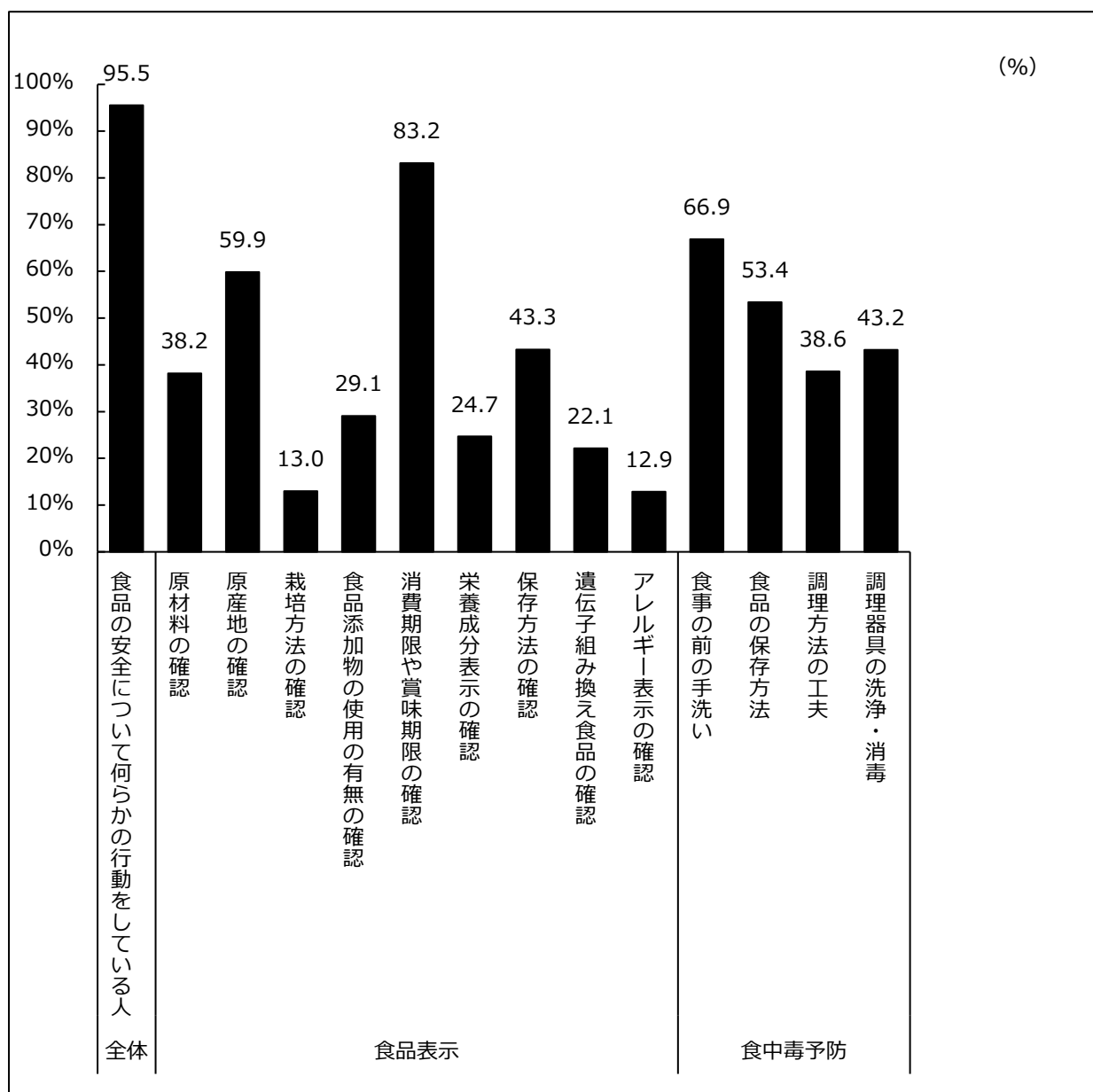
食の安全・安心に関する食育の状況について市民の意識や取り組みの現状についてまとめました。

### (1) 食の安全・安心に関する取り組みの状況

食の安全のために次のいずれかの行動を実践している人は、95.5%でした。※食品表示の確認のうち、「※消費期限や賞味期限の確認」は83.2%の人が実践していましたが、「アレルギー表示の確認」は12.9%と最も少ない状況です。

食中毒の予防に関しては、「食事の前の手洗い」を66.9%の人が実践していました。

図表 食の安全・安心に関する取り組みの状況



資料：食育に関する意識調査

※については用語集（70・71ページ）に記載しています。

## 8 地産地消の推進に関する現状

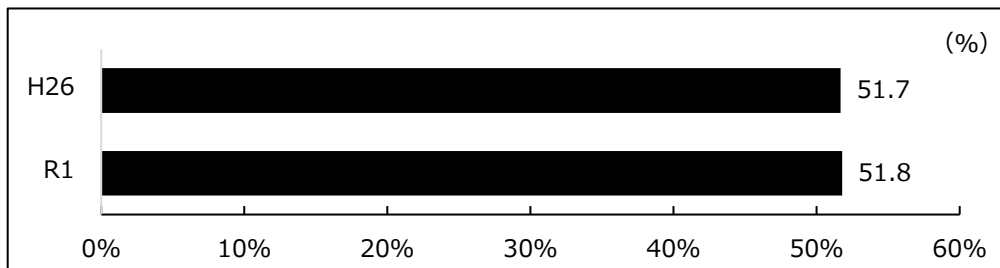
生産者と消費者の交流を通して、地元の食材や産物への理解を促し、地産地消を推進します。地産地消についての市民の意識や取り組みの現状についてまとめました。

### (1) 地産地消への関心と取り組みの状況

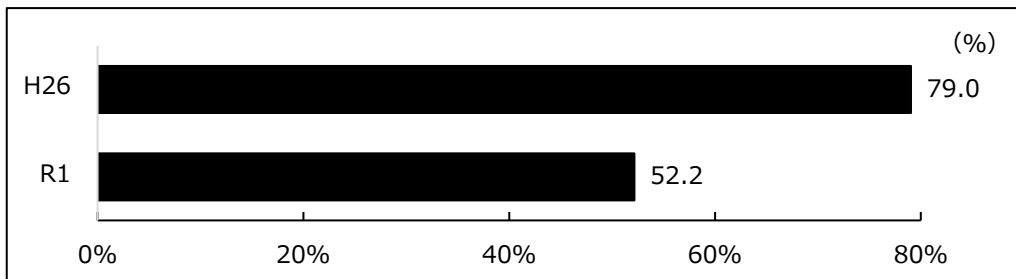
地産地消に関心を持っている人は、51.8%で平成26年とほぼ変化はありませんでした。

また、地産地消の取り組みを実施している人は、52.2%で平成26年より26.8ポイント減少していました。

図表 地産地消への関心の状況



図表 地産地消への取り組みの状況

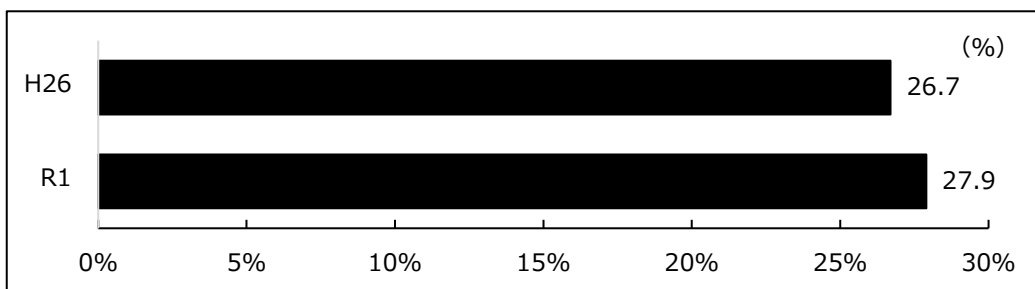


資料：食育に関する意識調査

### (2) 生産者と消費者の交流への関心

生産者と消費者の交流に関心のある人は、27.9%で平成26年と比較して1.2ポイント増加していました。

図表 生産者と消費者の交流への関心



資料：食育に関する意識調査

### (3) 給食における地産地消の状況

給食における地産地消の取り組みは、すべての保育所・認定こども園・学校で実施されていました。

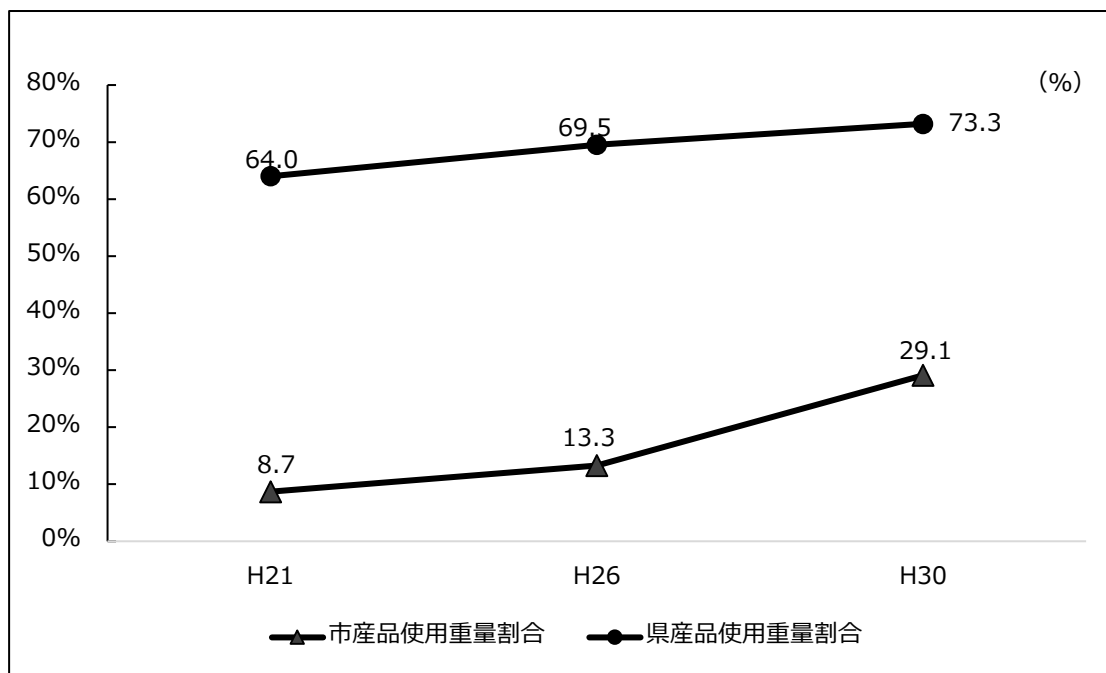
また、学校給食における市産品の使用重量割合は、29.1%で平成26年より15.8ポイント増加し、県産品の使用重量割合は、73.3%で平成26年より3.8ポイント増加しており、給食において地産地消が推進されていました。

図表 給食における地産地消の状況

| 取り組み                             | 実施割合 (%)<br>(令和元年) |
|----------------------------------|--------------------|
| 給食で地産地消に取り組んでいる保育所・<br>認定こども園・学校 | 100                |

資料：保育所・認定こども園・学校の食育の推進に関する状況調査

図表 学校給食における地場産品の使用重量割合の状況



資料：学校給食における地場産物使用状況調査

## 9 共食に関する現状

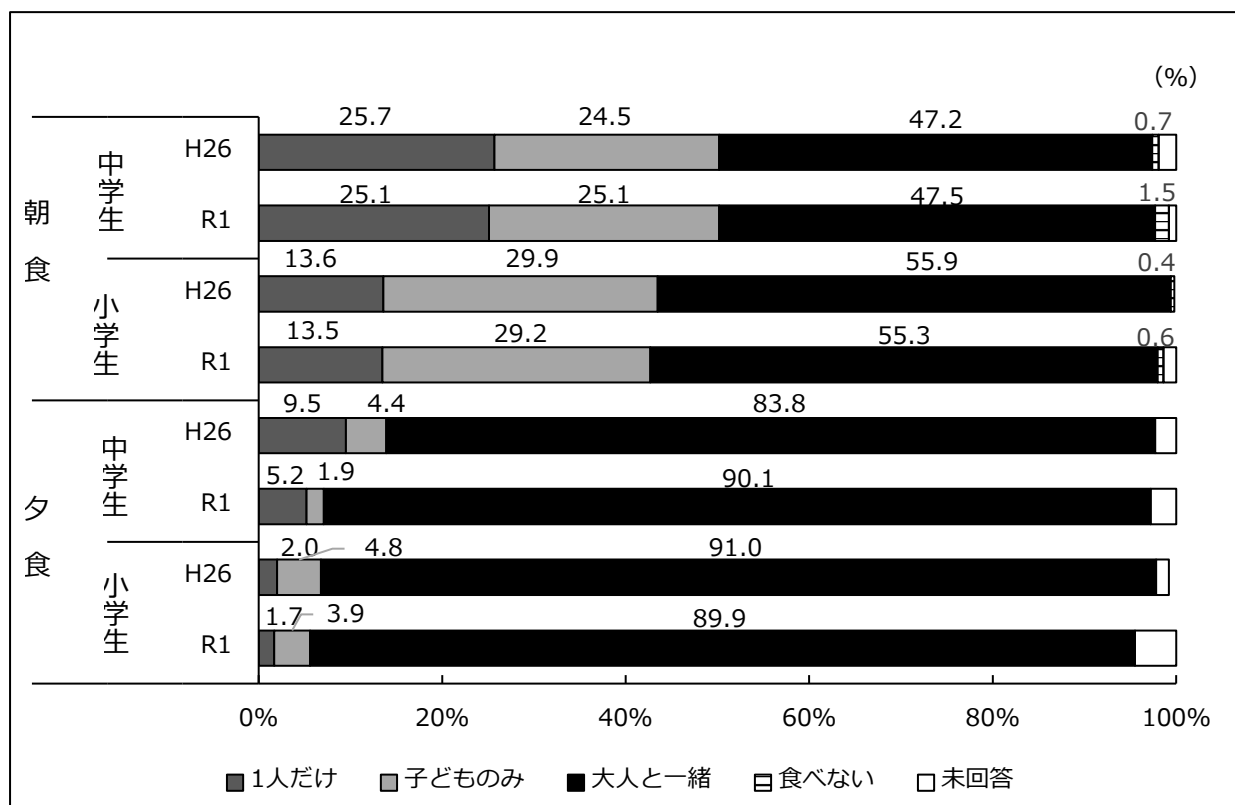
共食により、人とのコミュニケーションを図りながら食事をする事で、こころが満たされ、豊かな人間形成へとつながります。共食の現状についてまとめました。

### (1) 子どもの共食の状況

子どもの共食の状況について、朝食を「大人と一緒に食べる」小学生は55.3%、中学生については、47.5%で平成26年と変化がありませんでした。

1週間当たりの共食の回数については、小学生でやや減少していましたが、中学生では増加し、目標の10回以上を達成しました。

図表 小学生及び中学生の朝食と夕食における共食の状況



資料：食育に関する意識調査

図表 1週間当たりの共食の回数

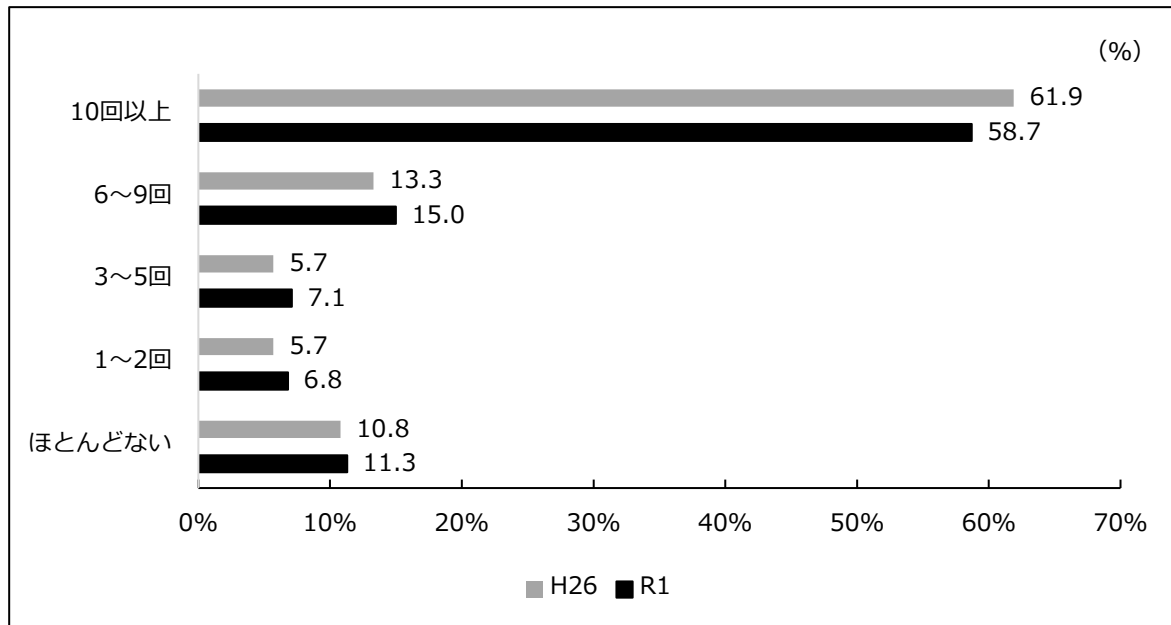
| 小学生  |      | 中学生 |      |
|------|------|-----|------|
| H26  | R1   | H26 | R1   |
| 10.9 | 10.2 | 9.5 | 11.0 |

資料：食育に関する意識調査

## (2) 市民の共食の状況

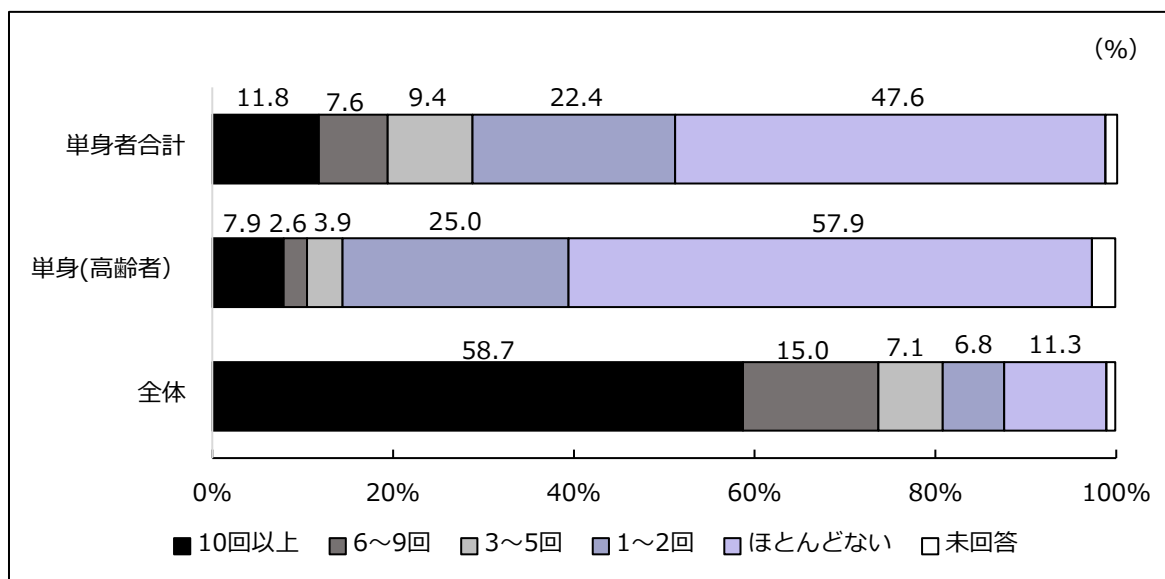
市民の共食の状況については、1週間に10回以上共食機会がある人が減少していました。また、共食の機会が「ほとんどない」人が増えており、共食の機会が減少しているようです。世帯別でみると単身者の共食割合が低く、特に高齢者の単身世帯では、共食の機会が「ほとんどない」人は、57.9%で約6割でした。

図表 市民の共食の状況（1週間当たりの共食回数）



資料：食育に関する意識調査

図表 世帯別共食の状況



資料：食育に関する意識調査

### 第3節 課題の整理

第2節までの現状及び「第2次島原市食育推進計画」の評価をもとに、本市の食育推進の課題について整理しました。

|                    | 現状                                                                                                                                                                                                                                         | 課題                                                                                                                                                                                        |
|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 食育への関心や取り組みの現状     | <ul style="list-style-type: none"> <li>・食育への関心は74.9%で平成26年より5.0ポイント増加していた</li> <li>・食育の取り組み活動への参加は13.2%で少ない状況であった</li> <li>・食育に関わるボランティアの人数は増加した</li> </ul>                                                                                | <ul style="list-style-type: none"> <li>・食育への関心をさらに高め、食育の取り組みへとつなげることが必要</li> <li>・食育ボランティアが連携して取り組めるよう体制整備が必要</li> </ul>                                                                  |
| 郷土料理の継承に関する現状      | <ul style="list-style-type: none"> <li>・食経験について、「手延べそうめん」「具雑煮」は多い、一方で「がねだき」や「ガンバの湯引き」「いぎりす」が少ない</li> <li>・家庭で郷土料理を作る人は増加していた</li> <li>・保育所・認定こども園・学校では、給食における郷土料理が提供されていた</li> <li>・地域間交流は78.0%で実施されていた</li> </ul>                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>・郷土料理への関心を高め、家庭での実践を促すことが必要</li> <li>・給食等における郷土料理の提供を継続し、子どもたちが郷土料理に触れる機会の提供が必要</li> <li>・ふれあい餅つきなどの地域の食文化を伝えるため地域間交流を促すことが必要</li> </ul>           |
| 生活習慣病予防のための食育の現状   | <ul style="list-style-type: none"> <li>・20代以降の男性の肥満の割合が多く、女性も50代以降の肥満が増加していた</li> <li>・3歳児健診での肥満傾向が増加していた</li> <li>・朝食摂取について、小学生、中学生、市民全体で「朝食を毎日食べる」割合が減少</li> <li>・歯肉炎及び歯周疾患で病院を受診する人が多い状況であった</li> <li>・野菜を摂取目標量食べている人は減少していた</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・小児期からの肥満対策が必要</li> <li>・朝食摂取について、朝食の大切さを啓発し、朝食を食べる人を増やす取り組みが必要</li> <li>・生活習慣病と歯周疾患は相互に影響しあうため、歯周疾患予防の啓発が必要</li> <li>・野菜摂取について更なる啓発が必要</li> </ul> |
| ライフステージ別の栄養・食生活の現状 | 【妊娠期】                                                                                                                                                                                                                                      | 【妊娠期】                                                                                                                                                                                     |
|                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>・4割以上の人が貧血傾向</li> <li>・高血圧になる妊婦が増加傾向</li> </ul>                                                                                                                                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>・貧血や高血圧の予防の知識や食生活の実践方法について啓発が必要</li> </ul>                                                                                                         |
|                    | 【乳幼児期・学童期】                                                                                                                                                                                                                                 | 【乳幼児期・学童期】                                                                                                                                                                                |
|                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>・就寝時間が年齢とともに遅延</li> <li>・むし歯がある子どもは減少傾向</li> </ul>                                                                                                                                                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・早寝・早起・朝ごはんの生活リズムの定着と確立のための啓発が必要</li> </ul>                                                                                                        |
|                    | 【青年期】                                                                                                                                                                                                                                      | 【青年期】                                                                                                                                                                                     |
|                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>・食育への関心が他の世代より低い</li> <li>・バランスの良い食事をする人は多い</li> </ul>                                                                                                                                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>・食育への関心を高め食育に取り組むきっかけづくりが必要</li> </ul>                                                                                                             |
|                    | 【壮年期】                                                                                                                                                                                                                                      | 【壮年期】                                                                                                                                                                                     |
|                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>・食育への関心が他の世代より高く、食育活動への参加も多い</li> <li>・朝食を毎日食べる人が他の世代より少ない</li> </ul>                                                                                                                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>・朝食摂取の大切さの啓発が必要</li> </ul>                                                                                                                         |
|                    | 【中年期】                                                                                                                                                                                                                                      | 【中年期】                                                                                                                                                                                     |
|                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>・食育への関心は高く、取り組みをしている人も多い状況であった</li> </ul>                                                                                                                                                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>・更なる取り組みの実践により生活習慣病の予防改善につながるよう啓発が必要</li> </ul>                                                                                                    |
|                    | 【高齢期】                                                                                                                                                                                                                                      | 【高齢期】                                                                                                                                                                                     |
|                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>・生活習慣病予防のための行動を実践している人は他の世代より多い</li> <li>・女性では、肥満と痩せの割合が増え、適正体重を維持する人が少ない</li> </ul>                                                                                                                | <ul style="list-style-type: none"> <li>・生活習慣病予防のための行動を実践している人が継続できる支援が必要</li> <li>・高齢期の肥満とやせ（低栄養・※フレイル）対策が必要</li> </ul>                                                                   |

|               | 現状                                                                                                                                                                | 課題                                                                                                                          |
|---------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 食育体験活動に関する現状  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・保育所・認定こども園・小中学校での野菜の栽培体験の実施率は83.0%であった</li> <li>・保育所・認定こども園・小中学校での親子料理教室など料理の体験活動の実施率は85.4%であった</li> </ul>                | <ul style="list-style-type: none"> <li>・子どもの食育体験活動が継続できる支援や体制づくりが必要</li> </ul>                                              |
| 食品ロスに関する現状    | <ul style="list-style-type: none"> <li>・食品ロス削減に取り組む市民は、「食べ残しをしない」が85.0%で最も多い状況であった</li> <li>・残食を減らす取り組みは、82.9%の保育所・認定こども園・学校の給食で実施されている</li> </ul>                | <ul style="list-style-type: none"> <li>・食品ロス削減に取り組む市民が増加するよう啓発が必要</li> <li>・保育所・認定こども園・学校の給食において残食を減らすよう啓発が必要</li> </ul>    |
| 食の安全・安心に関する現状 | <ul style="list-style-type: none"> <li>・消費期限や賞味期限を確認する市民は多いが、アレルギーの表示を確認する人は少ない状況であった</li> <li>・食中毒予防の取り組みとして、食事の前に手洗いをする人が66.9%であった</li> </ul>                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>・食の安全・安心のために食品表示の確認をする人が増加するよう啓発が必要</li> <li>・食中毒予防の取り組みが習慣化するよう啓発が必要</li> </ul>     |
| 地産地消の推進に関する現状 | <ul style="list-style-type: none"> <li>・地産地消に関心がある人は増加したが、取り組む人は減少していた</li> <li>・給食における地産地消の取り組みはすべての保育所・認定こども園・学校で実施</li> <li>・学校給食での市産品重量割合は年々増加していた</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・地産地消に取り組む人が増加するよう働きかけや取り組むきっかけづくりが必要</li> <li>・給食における地産地消が継続できるよう働きかけが必要</li> </ul> |
| 共食に関する現状      | <ul style="list-style-type: none"> <li>・市民の1週間当たりの共食回数が減少していた</li> <li>・小学生の1週間当たりの朝食と夕食の共食の回数が減少していた</li> <li>・高齢者単身世帯では共食の機会が「ほとんどない」人が多い状況であった</li> </ul>      | <ul style="list-style-type: none"> <li>・地域における共食機会の提供が必要</li> <li>・家庭での共食が増加するよう啓発が必要</li> </ul>                            |

※については用語集（72ページ）に記載しています。