

(4) 食育推進計画の指標について





1) 第2期奈良県食育推進計画の指標と現状値…… P21～23

2) 第3次食育推進基本計画(国)目標…… P24



1) 第2期奈良県食育推進計画の指標と現状値

◆ライフステージに応じて進める食育




| No. | 種類 | 指標 (※は、なら健康長寿基本計画における重点健康指標) | 計画策定時の値 (調査時点) 出典 | 現状値 (調査時点) 出典 | 策定時 との比較 | 目標値 (H29, 考え方) |
|-----|-----------------|--|--|--------------------------------|-------------------------------------|----------------------|
| 1 | 乳幼児 (0~6歳) | 夕食を午後7時までに食べている幼児の割合 | 62.1% (H22) ※4 | — | — | 70.0%、現状から約10%増を目指す。 |
| 2 | | 食事を楽しみにしている幼児の割合 | 85.0% (H22) ※4 | — | — | 増加 |
| 3 | 少年期 (7~18歳) | 3食3品(以上)3角食べをしている児童・生徒の割合 (3品以上のご飯やおかずを、まんべんなく順番に食べるこ と) | 14.2%(小学5年生) 10.3%(中学2年生) 13.9%(高校2年生) (H25) ※4 | — | — | 増加 |
| 4 | | 食生活について学校で学んだことを実行している生徒の割合 (家庭科や保健体育で食生活について学んだことを実行して いる生徒の割合) | 22.0%(中学生) 18.3%(高校生) (H22) ※4 | — | — | 増加 |
| 5 | | 清涼飲料水の糖分量を知っている生徒の割合 | 32.5%(中学2年生) 36.6%(高校2年生) (H25) ※4 | — | — | 増加 |
| 6 | | 「弁当の日」(自分で作った弁当持参)を導入している ○中学校 ×高校の数 | 8校(中学校) 2校(高校) (H24) ※3 | 14校(中学校) 1校(高校) (H26) ※3 | 6校増加 (中学校) ☀️ 1校減少 (高校) ☁️ | 増加 |
| 7 | | 若い世代の少食、偏食が将来の骨粗鬆症に繋がることを知っ ている生徒の割合 | 54.6%(中学2年生) 47.1%(高校2年生) (H25) ※4 | — | — | 増加 |
| 8 | 青年期 (19~39歳) | 朝食に3品以上食べる人の割合 | 50.5% (H22) ※4 | — | — | 増加 |
| 9 | | ×野菜1日350g以上食べている人の割合 (1日5皿以上の野菜料理を食べている人の割合) | 26.8% (H19) ※5 | 21.5% (H23) ※5 | 5.3ポイント減少 ☁️ | 33%、現状から約10%増を目指す。 |
| 10 | | 就寝前2時間以内に食事をする人の割合 | 22.4% (H19) ※5 | — | — | 減少 |
| 11 | | 自分にとって適切な食事の量を専門家から聞き、正確に知っ ている人の割合 | 2.4% (H24) ※1 | — | — | 5%、現状から約10%増を目指す。 |
| 12 | | ×奈良県版日本型食生活(※6)を心がけている人の割合※ | 23.1% (H24) ※1 | 17.2% (H27) ※1 | 5.9ポイント減少 ☁️ | 増加 |

| No. | 種類 | 指標 (※は、なら健康長寿基本計画における重点健康指標) | 計画策定時の値 (調査時点) 出典 | 現状値 (調査時点) 出典 | 策定時 との比較 | 目標値 (H29, 考え方) |
|-----|---------------------|--|----------------------|-------------------|--|---------------------------|
| 13 | 壮年期 (40~64 歳) | お腹いっぱい食べない人の割合 (腹八分目で医者いらずを 実践している人の割合) | 41.8% (H22) ※1 | — | — | 46%、現状から約10%増を目指す。 |
| 14 | | ✕野菜を1日350g以上食べている人の割合 (1日5皿以上の野菜料理を食べている人の割合) | 34.8% (H19) ※5 | 30.4% (H23) ※5 | 4.4ポイント減少  | 40%、現状から約10%増を目指す。 |
| 15 | | 就寝前2時間以内に食事をする人の割合 | 18.5% (H19) ※5 | — | — | 減少 |
| 16 | | ○肥満者の割合(40~69歳男性) | 33.5% (H19) ※5 | 32.1% (H23) ※5 | 1.4ポイント減少  | 減少 (H23はBMI25以上の肥満) |
| 17 | | 自分にとって適切な食事の量を専門家から聞き、正確に知っ ている人の割合 | 5.1% (H24) ※1 | — | — | 10.0%、現状から約10%増を目指す。 |
| 18 | | ✕奈良県版日本型食生活(※6)を心がけている人の割合 | 38.1% (H24) ※1 | 27.1% (H27) ※1 | 11ポイント減少  | 増加 |
| 19 | 高齢期 (65歳~) | 家族や友人と一緒に食事をする機会が多い人の割合 | 64.6% (H22) ※1 | — | — | 71%、現状から約10%増を目指す。 |
| 20 | | ✕適正な体重の人の割合 | 72.6% (H19) ※5 | 68.0% (H23) ※5 | 4.6ポイント減少  | 増加 (H23はBMI18.5以上25未満) |

◆生涯を通じて進める食育

| No. | 種類 | 指標 (※は、なら健康長寿基本計画における重点健康指標) | 計画策定時の値 (調査時点) 出典 | 現状値 (調査時点) 出典 | 策定時 との比較 | 目標値 (H29, 考え方) |
|-----|------------------------|------------------------------------|--------------------------------------|-------------------|---|--------------------|
| 21 | 家族との食事 を楽しむ食育 | 家族と夕食をとる青壮年期の男性の割合 (一人世帯者を除 く) | 61.6% (H22) ※4 | — | — | 65%、現状から約10%増を目指す。 |
| 22 | | 家庭で食べ物や食事について話をする中学生の割合 | 56.3% (H22) ※4 | — | — | 増加 |
| 23 | 調理力を高 める食育 | 自分で料理を作る中高生の割合 | 47.1%(中学生) 45.5%(高校生) (H22) ※4 | — | — | 50%、現状から約10%増を目指す。 |
| 24 | | 自分で料理を作る男性の割合 | 44.2% (H22) ※4 | — | — | 50%、現状から約10%増を目指す。 |
| 25 | 歯の健康を維 持・向上する 食育 | ✕時間をかけてよく噛んで食べる(20~30回)青壮年期の 割合 | 25.1% (H22) ※1 | 19.1% (H27) ※1 | 6ポイント減少  | 33%、現状から約10%増を目指す。 |
| 26 | | ○80歳で20本の歯を有する人の割合 | 26.6% (H19) ※5 | 40.5% (H27) ※1 | 13.9ポイント増加  | 増加 |

◆食育を進める環境づくり

| No. | 種類 | 指標 (※は、なら健康長寿基本計画における重点健康指標) | 計画策定時の値 (調査時点) 出典 | 現状値 (調査時点) 出典 | 策定時 との比較 | 目標値 (H29, 考え方) |
|-----|------------------------|--|------------------------------|------------------------------|---|--|
| 27 | 食生活情報コンテンツの開発と提供 | 食に関する必要な情報(安全性・旬・健康・調理法・レシピなど)を得られると感じる人の割合 | 22.9% (H22) ※1 | — | — | 33%、現状から約10%増を目指す。 |
| 28 | | 地場や旬の食材を利用する人の割合 | 46.1% (H24) ※1 | — | — | 増加 (「健康のため地域の食材や季節の食材を利用するようにしていますか」に「利用している」と回答した割合) |
| 29 | | 行事食や伝統料理を大切にしている人の割合 | 36.5% (H22) ※1 | — | — | 増加 |
| 30 | | 食品表示に気をつけている人の割合 | 47.8% (H19) ※5 | — | — | 増加 |
| 31 | 食育の担い手や県産品確保などの食育資源の充実 | ×健康的なメニューを提供する店舗等の数 | 113店舗 (H22) ※2 | 85店舗 (H27) ※2 | 28店舗減少  | 200店舗、現状から約10%増を目指す。 |
| 32 | | ○食育に関わる人(食生活改善推進員・栄養士・農業生産者・調理師・(仮称)食育マスター等)の数 | 約2,300人 (H23) ※2 | 3,503人 (H27) ※2 | 1,203人増加  | 増加 (H27は食生活改善推進員数951人+食育ボランティア2,552人) |
| 33 | 市町村における食育推進の支援 | △食育推進計画を策定している市町村の割合※ | 33.3% (13市町村) (H23) ※2 | 74.4% (29市町村) (H27) ※2 | 41.1ポイント増加  | 100%、国目標値と一致させる。 |

◎: 目標達成済 ○: 目標達成ペースで改善 △: 目標達成に届かないペースで改善 ×: 悪化

「指標」の : 既存の調査(なら健康長寿基礎調査・健康づくり推進課調べ・保健体育課調べ)で評価できる指標
 「計画策定時の値」の : 奈良県食育推進計画策定時に現状値が把握できず、後日調査し把握した値

出典 ※1 なら健康長寿基礎調査
 ※2 健康づくり推進課調べ
 ※3 保健体育課調べ
 ※4 食育等に関するアンケート調査
 H22に25,000人を対象に食生活に関する意識と実態調査を実施、H25に小学校5年生、中学校2年生、高校2年生4,254人に実施
 ※5 県民健康・栄養調査: H19, H23に実施

※6 奈良県版日本型食生活
 ごはんを主食に魚や肉、野菜、海藻、豆類などを組み合わせたバランスのとれた食事です。栄養バランスだけでなく、各地で生産される農林水産物を多彩に盛り込んでおり食文化継承の観点でも評価されています。県では、県産品を利用した日本型食生活を「奈良県版日本型食生活」として普及し、これにより、地産地消の推進、郷土料理などを取り入れることで奈良の食文化も伝えていきます。

2) 第3次食育推進基本計画(国)目標

| 目 標 | | | | 目 標 | | | |
|--|------------------|---------------|----------|---|------------------|---------------|----------|
| 具体的な目標値 | 現状値 (27年度) | 目標値 (32年度) | 把握できる項目※ | 具体的な目標値 | 現状値 (27年度) | 目標値 (32年度) | 把握できる項目※ |
| 1 食育に関心を持っている国民を増やす | | | | 9 ゆっくりよく噛んで食べる国民を増やす | | | |
| ①食育に関心を持っている国民の割合 | 75.0 % | 90 %以上 | | ⑬ゆっくりよく噛んで食べる国民の割合 | 49.2 % | 55 %以上 | |
| 2 朝食又は夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数を増やす | | | | 10 食育の推進に関わるボランティアの数を増やす | | | |
| ②朝食又は夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数 | 週9.7回 | 週11回以上 | | ⑭食育の推進に関わるボランティア団体等において活動している国民の数 | 34.4万人 | 37万人以上 | ○ |
| 3 地域等で共食したいと思う人が共食する割合を増やす | | | | 11 農林漁業体験を経験した国民を増やす | | | |
| ③地域等で共食したいと思う人が共食する割合 | 64.6 % | 70 %以上 | | ⑮農林漁業体験を経験した国民(世帯)の割合 | 36.2 % | 40 %以上 | |
| 4 朝食を欠食する国民を減らす | | | | 12 食品ロス削減のために何らかの行動をしている国民を増やす | | | |
| ④朝食を欠食する子供の割合 | 4.4 % | 0 % | | ⑯食品ロス削減のために何らかの行動をしている国民の割合 | 67.4 % (26年度) | 80 %以上 | |
| ⑤朝食を欠食する若い世代の割合 | 24.7 % | 15 %以下 | | 13 地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承し、伝えている国民を増やす | | | |
| 5 中学校における学校給食の実施率を上げる | | | | ⑰地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承し、伝えている国民の割合 | 41.6 % | 50 %以上 | |
| ⑥中学校における学校給食実施率 | 87.5 % (26年度) | 90%以上 | ○ | ⑱地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承している若い世代の割合 | 49.3 % | 60 %以上 | |
| 6 学校給食における地場産物等を使用する割合を増やす | | | | 14 食品の安全性について基礎的な知識を持ち、自ら判断する国民を増やす | | | |
| ⑦学校給食における地場産物を使用する割合 | 26.9 % (26年度) | 30 %以上 | ○ | ⑲食品の安全性について基礎的な知識を持ち、自ら判断する国民の割合 | 72.0 % | 80 %以上 | |
| ⑧学校給食における国産食材を使用する割合 | 77.3 % (26年度) | 80 %以上 | ○ | ⑳食品の安全性について基礎的な知識を持ち、自ら判断する若い世代の割合 | 56.8 % | 65 %以上 | |
| 7 栄養バランスに配慮した食生活を実践する国民を増やす | | | | 15 推進計画を作成・実施している市町村を増やす | | | |
| ⑨主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている国民の割合 | 57.7 % | 70 %以上 | | ②推進計画を作成・実施している市町村の割合 | 76.7 % | 100 %以上 | ○ |
| ⑩主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている若い世代の割合 | 43.2 % | 55 %以上 | | ※既存調査で把握できる項目 | | | |
| 8 生活習慣病の予防や改善のために、ふだんから適正体重の維持や減塩等に気をつけた食生活を実践する国民を増やす | | | | | | | |
| ⑪生活習慣病の予防や改善のために、ふだんから適正体重の維持や減塩等に気をつけた食生活を実践する国民の割合 | 69.4 % | 75 %以上 | | | | | |
| ⑫食品中の食塩や脂肪の低減に取り組む食品企業の登録数 | 67社 (26年度) | 100社以上 | | | | | |

| | |
|--|--------|
| | 新規の目標 |
| | 目標の変更 |
| | 目標値の変更 |