

第2期 奈良県食育推進計画の主な目標及び指標の現状値（案）

	基本目標	指標	現状値	備考	調査方法		
ライフステージに応じた食育の目標	乳幼児期 (0～6歳)	○望ましい生活リズムを身に付ける	○就寝時間が午後10時までの幼児の割合の増加	73.4%		食育アンケート  学校保健統計(h22)	
			○食事を楽しみにしている幼児の割合の増加	85.0%			
	少年期 (7～18歳)	生小学 ○バランスのとれた朝食を食べる	○バランスのとれた朝食を食べる児童の割合の増加	26.9%			
				中高校生 ○朝食を毎日食べる	○朝食を毎日食べる生徒の割合の増加		89.6% (中学生) 86.5% (高校生)
		○食に興味を持ち、食生活について学校で学んだことを実践する	○バランスのよい食事について学校で学んだことを実行している生徒の増加		22.0% (中学生) 18.3% (高校生)		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
				○女子の適正な体重の維持	○やせの割合の減少		3.5% (中学生) 0.95% (高校生)
	青年期 (19～39歳)	○朝食を毎日食べる	○朝食を毎日食べる人の割合の増加	67.4%	(20～39歳男性)		
		○生活習慣病を予防するなどバランスのよい食生活の実践	○食事バランスが悪いと思う人の割合の減少	51.5%			
		○適正な野菜の摂取	○野菜摂取量の1皿分増加	259g			
		○女性の適正なカルシウム、鉄分の摂取	○女性のカルシウム、鉄分の摂取の増加	Ca 410g Fe 6.5mg			
	壮年期 (40～64歳)	○女性の適正な体重の維持	○女性のやせの割合の減少	15.4%			
		○生活習慣病予防をするなどバランスのよい食生活の実践	○食事バランスが悪いと思う人の割合の減少	49.3%(40～59歳)	48.8%(40～69歳)		
		○適正な野菜の摂取	○野菜摂取量の1皿分増加	319g	(40～74歳)		
		○適正な体重の維持	○肥満者の割合の減少	32.7%	(40～69歳男性)		
	高齢期 (65歳～)	○女性の適正なカルシウム、鉄分の摂取	○女性のカルシウム、鉄分の摂取の増加	Ca 583g Fe 8.6mg	(40～74歳)		
○良質のたんぱく質(肉や魚等)を十分にとる		○食事バランスが悪いと思う人の割合の減少	49.7%(60歳以上)	53.5%(70歳以上)			
○適正な体重の維持		○適正な体重の人の割合の増加	72.6%				
○家族や友人と食事を楽しんで食べる		○家族や友人と食事を食べる人の割合の増加	23%	ほとんど毎日1人で夕食をとる人の割合(60歳以上男性)			

	基本目標	指標	現状値	備考	調査方法		
ライフステージに横断的な食育の目標	みんなとの食を楽しむ	○家族団らんとで食を楽しむ	○家族と夕食をとる中高生の割合の増加	83.5%	(高校生)	食育アンケート	
		*家族との共食が望ましい食習慣の実践や食の楽しさ、関心をもたらす	○家族と夕食をとる青壮年期の男性の割合増加(一人世帯者を除く)	61.6%			
	調理力の向上	○料理ができる力を身につける	○自分で料理を作る中高生の割合の増加(上段:中学生 下段:高校生)	47.1%			
			○自分で料理を作る男性の割合の増加	45.5%			
歯の健康の維持・向上	○時間をかけてよく噛んで食べる	○時間をかけてよく噛んで食べる(20～30回)青壮年期の割合の増加	44.2%				
		○年齢に応じた目標となる歯の本数を有する人の増加	○80歳で20本の歯を有する人の割合の増加	18.4%	(青年期男性)		
			26.6%			県民健康栄養調査	

	基本目標	指標	現状値	備考	調査方法	
食環境づくり	食生活情報コンテンツの開発と効果的な提供	○食に関する(安全性・旬・健康など)情報提供の充実	○食に関する必要な情報(安全性・旬・健康など)を得られると感じる人の割合の増加	12.9%	食育アンケート	
		○行事食や伝統料理、地域の食文化の理解の推進	○地場や旬の食材を利用する人の割合の増加	今後把握		
			○行事食や伝統料理を大切にしている人の割合増加	36.5%	食育アンケート	
	○食の安全性の理解の推進	○食品表示に気を付けている人の割合の増加	47.8%			
	食育の担い手や県産食品確保などの食育資源の充実	○様々な立場の食育の担い手を増やす	○食育に関わる人(食生活改善推進員、栄養士、調理師、農業生産者、女性農業士、医療関係者、学校関係者、ヘルスチーム菜良、企業、(仮称)食育マスター等)の増加	約2,300人	食生活改善推進員 栄養士 ヘルスチーム菜良 食育ボランティア	
		○県産食品や健康的なメニューを提供する店舗等の充実	○県産食品や健康的なメニューを提供する店舗等の増加	138カ所 113店舗	大和の朝市、直売所(農業総合センター) 地の味、土の香(マーケティング課) ヘルシメーニュー提供店	
市町村食育推進計画策定による基盤整備	○市町村食育推進計画の策定	○食育推進計画を策定している市町村の割合の増加	28.2% (11市町村)	(H23.9現在)		

【現状値について】

※1： バランスのとれた朝食を食べる児童の割合→「A, B, D 群とその他の群」「A, C, D 群のみ」の低学年の回答者の合計

※2：

※4： 具体的に悪いと思う理由は今後把握

- ・ 青年期の現状値は「食事バランスが悪い」と感じる青年期の男性の割合 50.0%  
青年期 男性 50.0% 女性 52.3% 平均 51.5
- ・ 壮年期の現状値は「食事バランスが悪い」と感じる壮年期①の男性の割合 47.0%  
壮年期①（壮年期を 40-59 歳） 男性 47.0% 女性 50.3% 平均 49.3%  
壮年期②（壮年期を 40-69 歳） 男性 46.8% 女性 49.8% 平均 48.8%
- ・ 高齢期の現状値は「食事バランスが悪い」と感じる高齢期①の男性の割合 50.9%  
高齢期①（高齢期を 60 歳以上） 男性 50.9% 女性 49.1% 平均 49.7%  
高齢期②（高齢期を 70 歳以上） 男性 61.1% 女性 50.0% 平均 53.5%

※5： （参考）ほとんど毎日 1 人で夕食をとる人の割合(70 歳以上) 男性：22.9% 女性 20.8%

※6： 家族で夕食をとる中高生の割合（家族みんなで食べる+家族の誰かと食べるの合計値）

現状値には高校生の値 83.5%を記載  
高校生 83.5% 中学生 88.4% 平均 85.8%

※7： 家族と夕食をとる青壮年期の男性の割合増加

現状値は青年期の男性が「1 週間のうち 1 人で夕食を食べる機会がほとんどない」の割合 35.3%  
青年期 男性 35.3  
壮年期 男性 65.3% （壮年期を 40-59 歳）  
壮年期 男性 59.3% （壮年期を 40-69 歳）  
（青年期・壮年期 20-59 歳）男性 46.3%  
（青年期・壮年期 20-69 歳）男性 53.1%

ただし、目標の「家族と夕食をとる」に対して、アンケートでは「1 人で夕食を食べる機会の有無」を設問にしているため、現状値は参考値としたほうがよいと思われる。

※8： よく噛んで食べている人 現状値には青年期男性 18.4%を記載

青年期 男性 18.4% 女性 27.5% 平均 24.4%  
壮年期 男性 20.1% 女性 28.2% 平均 25.5% （壮年期を 40-59 歳）  
壮年期 男性 24.7% 女性 31.5% 平均 29.1% （壮年期を 40-69 歳）  
（青年期・壮年期 20-59 歳）男性 19.4% 女性 27.9% 平均 25.1%  
（青年期・壮年期 20-69 歳）男性 23.0% 女性 30.4% 平均 27.8%

※9： 現状値はアンケートでの「伝統料理や郷土料理について関心がありますか」について「関心がある」と回答した割合。今後、「大切にしている」という設問に変更が望まれる。