

参 考 资 料

現状の分析

1 社会情勢の変化

- 図8 愛媛県の人口と世帯数の推移
- 図9 愛媛県の年齢(3区分)別人口の推移
- 図10 愛媛県の世帯構成の推移
- 図11 愛媛県の12歳未満の子どもからみた親の就業状況(夫婦と子どもから成る核家族世帯)の推移
- 図12 子どもがいる現役世帯の相対的貧困率の推移

2 食生活の変化や栄養バランスの乱れ

- 図13 朝食の摂取状況(児童)
- 図14 「主食・主菜・副菜」をそろえた食事をほとんどしている者の割合(20歳以上)
- 図15 エネルギー摂取量及びエネルギーの栄養素別構成比の推移
- 図16 野菜類・果実類の摂取量(平均値)の推移(1歳以上)
- 図17 果実類の摂取量(平均値)(20歳以上)
- 図18 食塩摂取量の推移
- 図19 食塩摂取量の分布(20歳以上)
- 図20 食育への関心の状況(20歳以上)
- 図21 共食の回数(平均値)
- 図22 食事をする時、よく噛んで味わって食べている者の割合(20歳以上)
- 図23 昼食時に外食・調理済み食を利用している者の割合(20歳以上)
- 図24 外食や食品購入時に栄養成分表示を参考にしている者の割合(20歳以上)
- 図25 安全な食生活を送るための、食の安全性に関する基礎的な知識を持つ者の割合(20歳以上)

3 健康への影響

- 図26 愛媛県の主要死因別死亡率(人口10万人対)の推移
- 図27 収縮期血圧の平均値(都道府県別、特定健診受診者[40-74歳])
- 図28 やせ(BMI<18.5)と肥満(BMI \geq 25)の割合(20歳以上)
- 図29 低栄養傾向(BMI \leq 20)の高齢者(65歳以上)の割合
- 図30 生活習慣病の予防や改善のための継続的な食事の改善のために、ふだんから適正体重の維持や減塩等に気を付けた食生活を実践している者の割合(20歳以上)

4 食をとりまく環境や意識の変化

- 図31 食料自給率の推移
- 図32 愛媛県の食料自給率(カロリーベース)の推移
- 図33 食品廃棄物の年間発生量の内訳
- 図34 食品ロスの発生状況
- 図35 家庭における食品ロスの発生理由
- 図36 食品ロスの削減に積極的に取り組む県民の割合
- 図37 家庭における食品ロスを減らすための取組

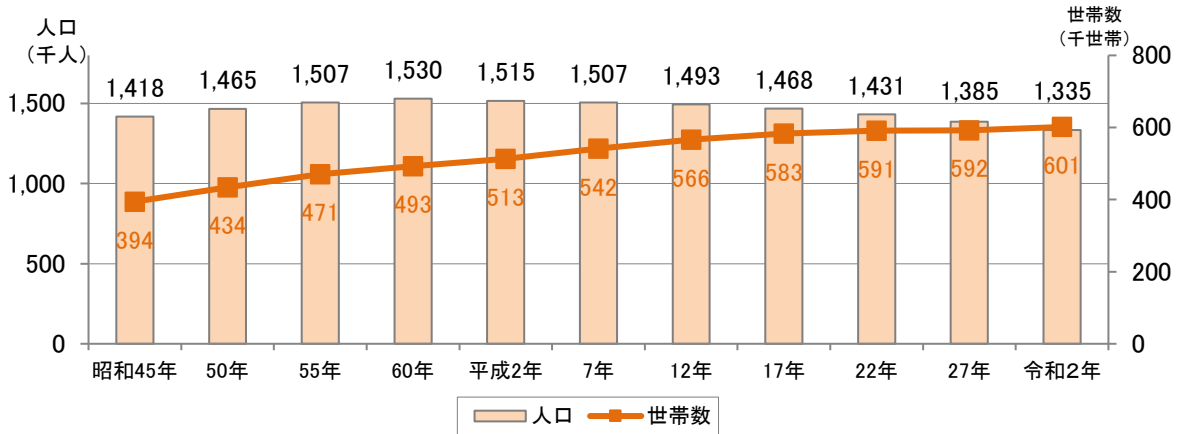
5 えひめの食材

- 図38 えひめの旬カレンダー
- 図39 えひめのお魚

1 社会情勢の変化

● 図8 愛媛県の人口と世帯数の推移

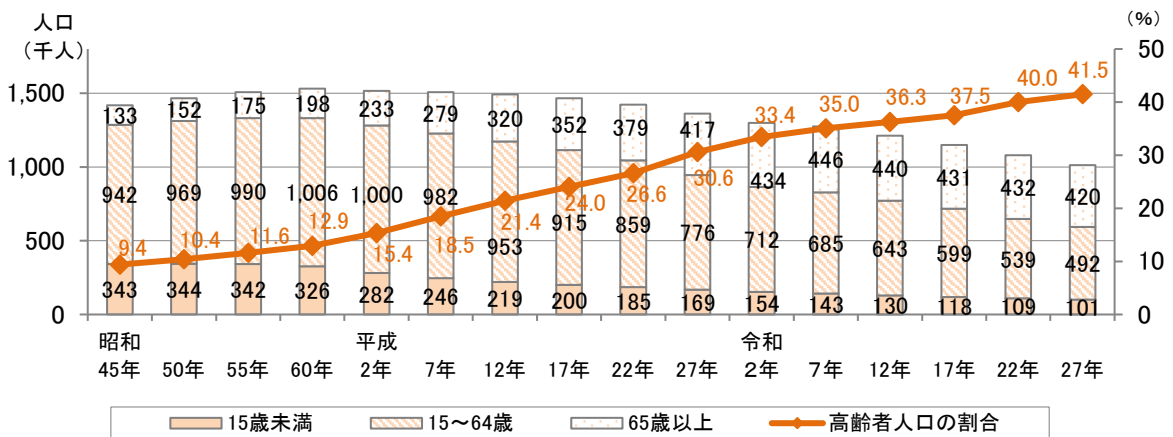
人口は昭和60年から少しずつ減少していますが、世帯数は増加しています。



資料: 国勢調査(総務省統計局)

● 図9 愛媛県の年齢(3区分)別人口の推移

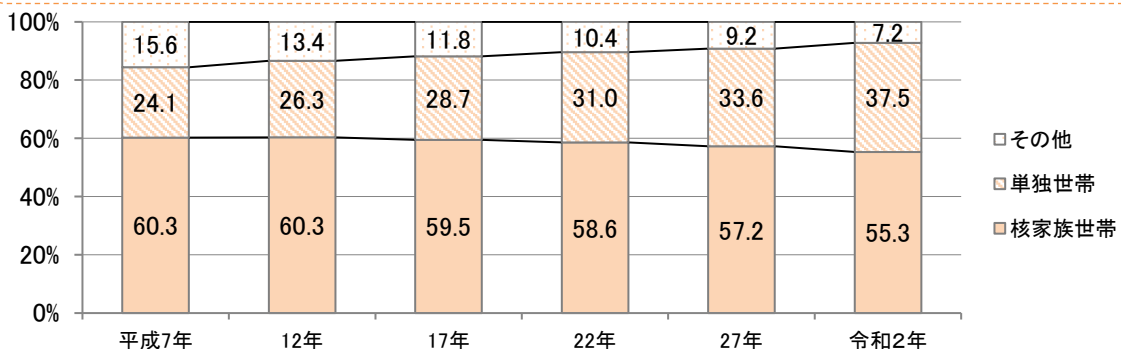
高齢者人口の割合の上昇が続いており、国立社会保障・人口問題研究所の推計によると、令和27年には41.5%になると見込まれています。



資料: [昭和45年~令和2年]国勢調査(総務省統計局)
[令和7年以降]日本の地域別将来推計人口(平成30年推計)(国立社会保障・人口問題研究所)

● 図10 愛媛県の世帯構成の推移

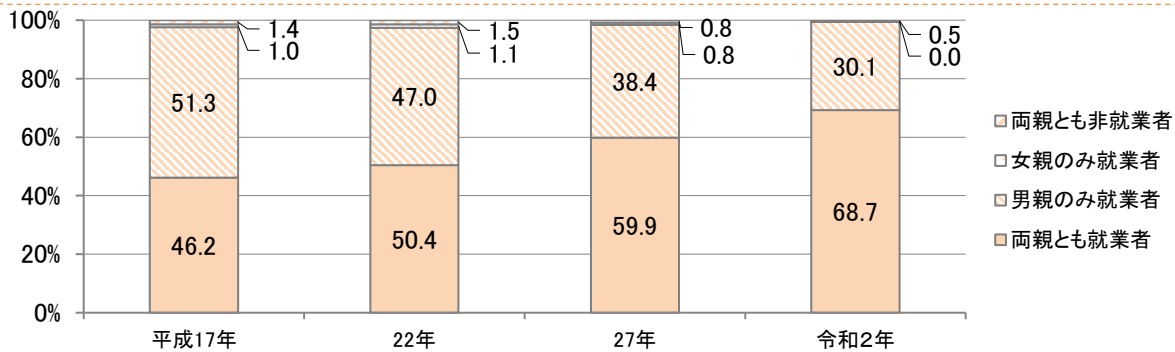
核家族が最も多く、おおむね60%となっています。一方、単独世帯は平成7年以降、増加傾向にあり、令和2年には37.5%となっています。



資料: 国勢調査(総務省統計局)

● 図11 愛媛県の12歳未満の子どもからみた親の就業状況(夫婦と子どもから成る核家族世帯)の推移

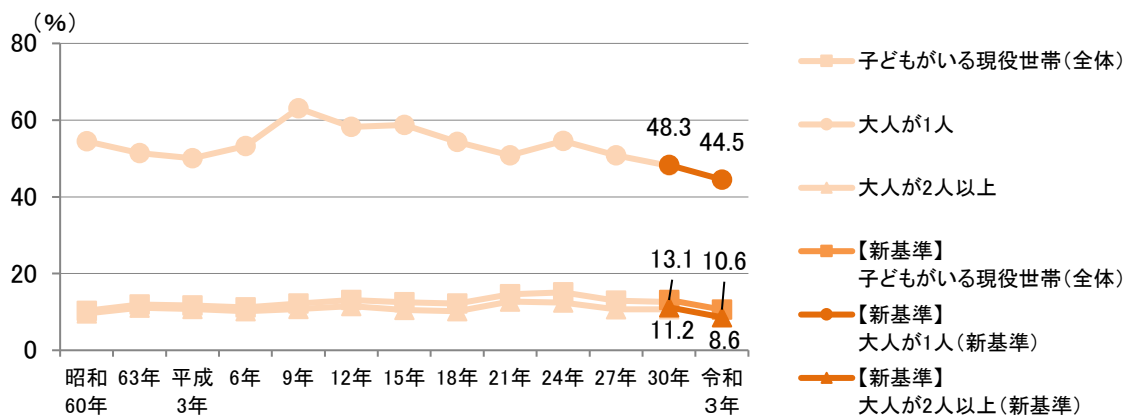
夫婦と子どもから成る世帯について、12歳未満の児童からみた親の就業状態を見ると、令和2年で68.7%の子どもは、両親とも就業しています。



資料: 国勢調査(総務省統計局)

● 図12 子どもがいる現役世帯の相対的貧困率の推移

子どもがいる現役世帯の相対的貧困率は10.6%です。そのうち、大人が1人の世帯の相対的貧困率が44.5%と、大人が2人以上いる世帯(8.6%)に比べて非常に高い水準になっています。

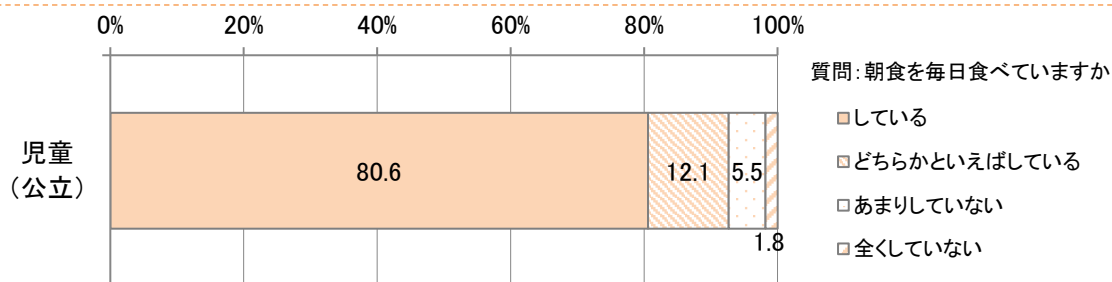


資料: 国民生活基礎調査(厚生労働省)

2 食生活の変化や栄養バランスの乱れ

● 図13 朝食の摂取状況(児童)

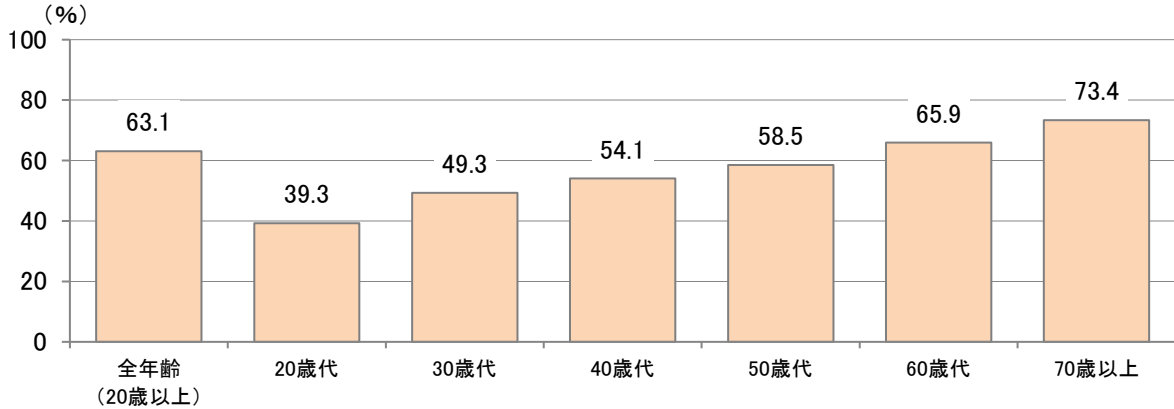
朝食を毎日食べていない児童(「あまりしていない」「全くしていない」と回答した児童)は7.3%です。



資料: 令和4年度全国学力・学習状況調査(文部科学省)

● 図14 「主食・主菜・副菜」をそろえた食事をほとんどしている者の割合(20歳以上)

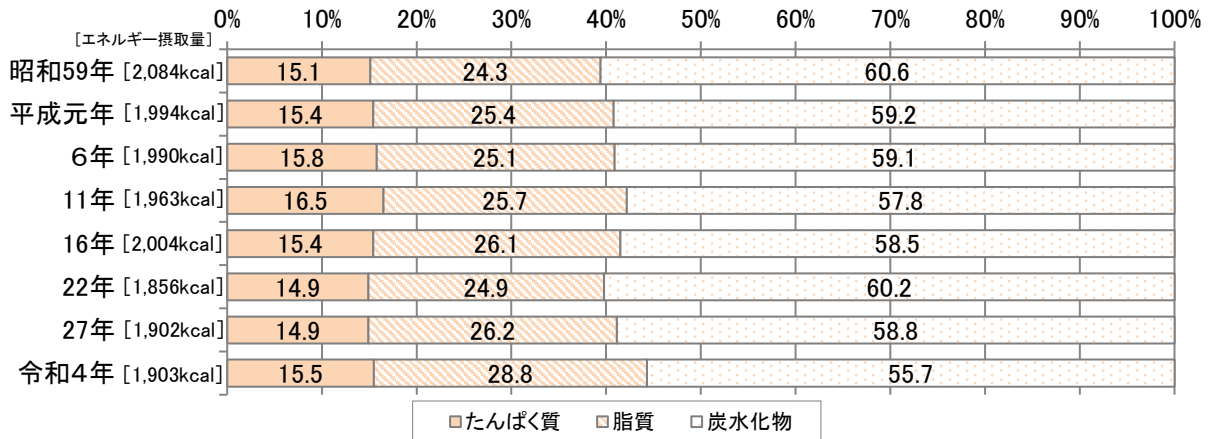
「主食・主菜・副菜」をそろえた食事をほとんどしている者の割合は、20歳以上で63.1%で、特に若い世代(20~30歳代)で低くなっています。



資料: 令和4年県民健康調査(愛媛県)

● 図15 エネルギー摂取量及びエネルギーの栄養素別構成比の推移

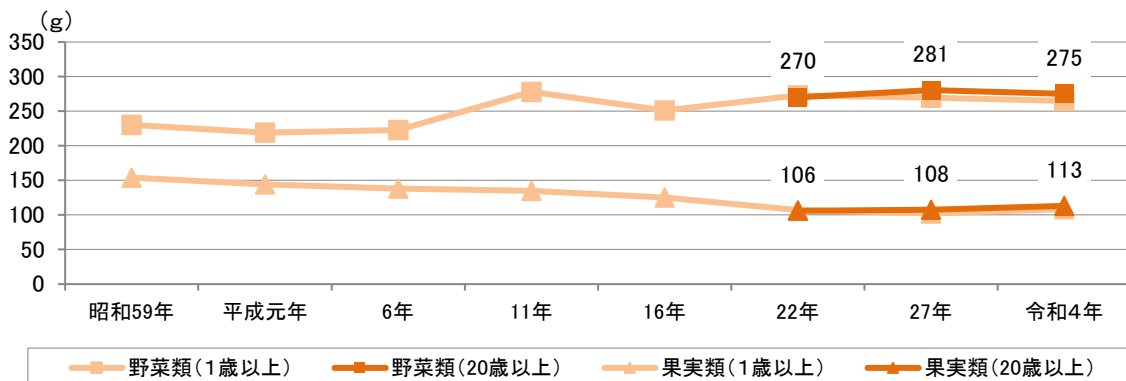
1人1日あたりのエネルギー摂取量は、近年1,900kcal前後で推移しています。摂取エネルギーに占める栄養素別構成比は、脂質が増加傾向にあり、令和4年で28.8%となっています。



資料: 令和4年県民健康調査(愛媛県)

● 図16 野菜類・果実類の摂取量(平均値)の推移

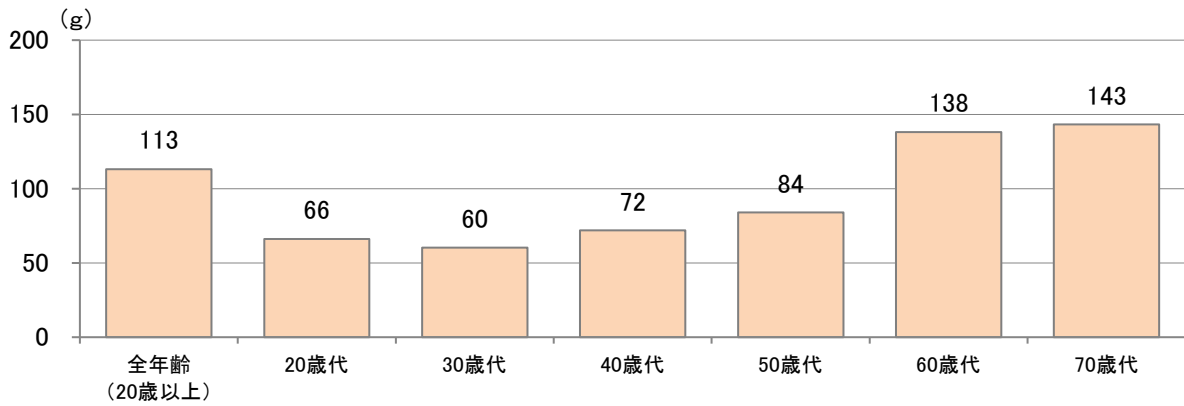
野菜類の摂取量の平均値は275gであり、ほぼ横ばいで推移しています。果実類の摂取量の平均値は113gであり、ほぼ横ばいで推移しています。



資料: 令和4年県民健康調査(愛媛県)

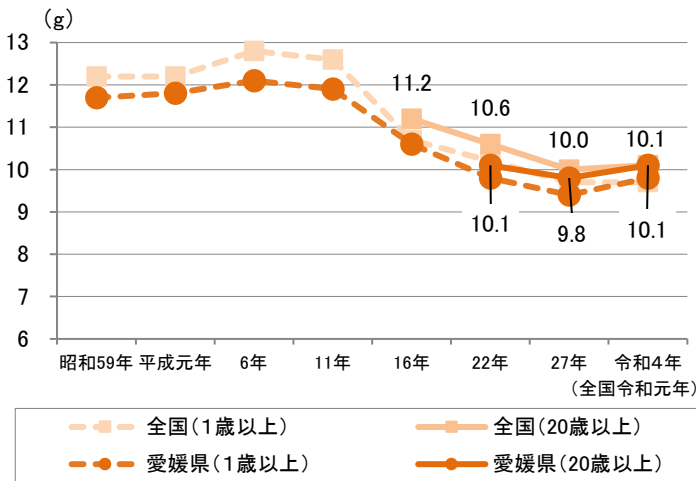
● 図17 果実類の摂取量(平均値)(20歳以上)

20歳以上の果実類の摂取量の平均値は、113gです。



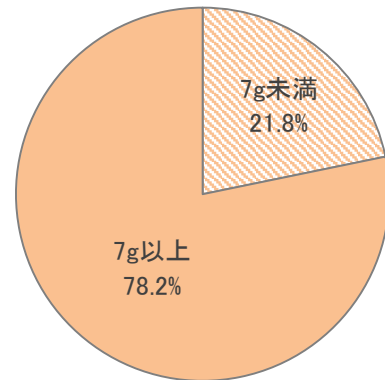
資料: 令和4年県民健康調査(愛媛県)

● 図18 食塩摂取量の推移



資料: [全国] 令和元年国民健康・栄養調査(厚生労働省)
[愛媛県] 令和4年県民健康調査(愛媛県)

● 図19 食塩摂取量の分布(20歳以上)

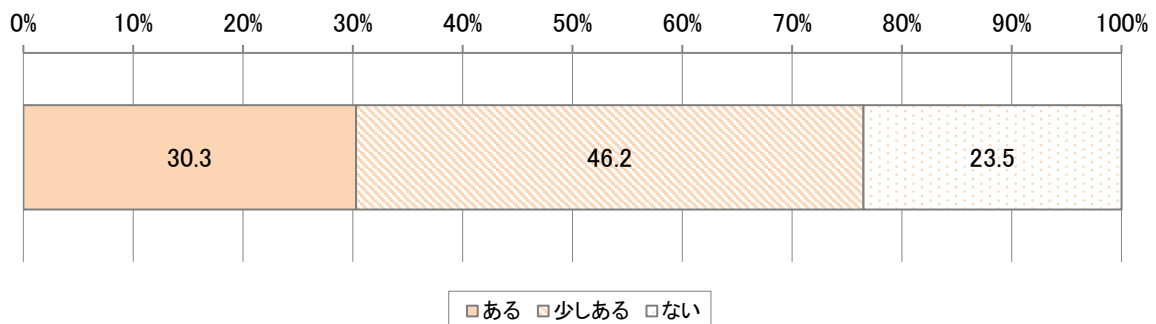


資料: 令和4年県民健康調査(愛媛県)

1人1日当たりの食塩摂取量は、全国と比較し少ない傾向で推移してきましたが、令和4年は10.1g(20歳以上)と全国と同程度となっています。また、20歳以上で食塩を7g以上摂取している人の割合は、78.2%です。

● 図20 食育への関心の状況(20歳以上)

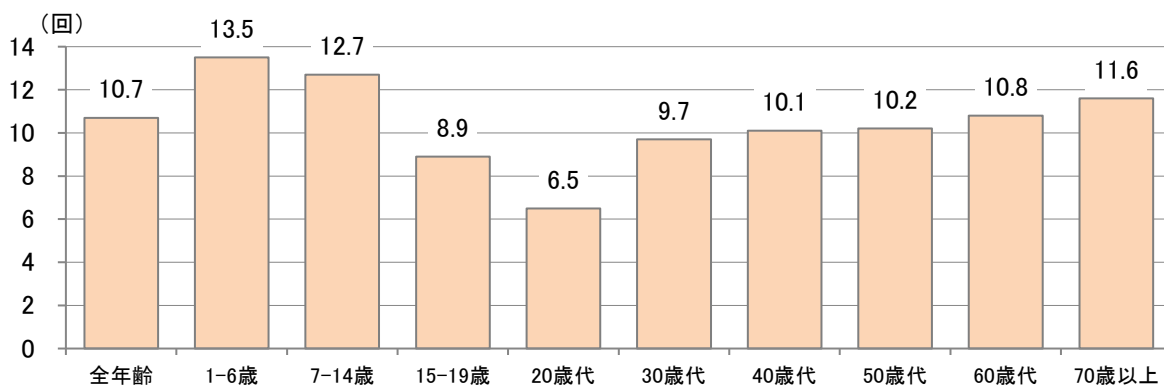
食育に関心がある者の割合は、20歳以上で、「ある」「少しある」を合わせて76.5%です。



資料: 令和4年県民健康調査(愛媛県)

● 図21 共食の回数(平均値)

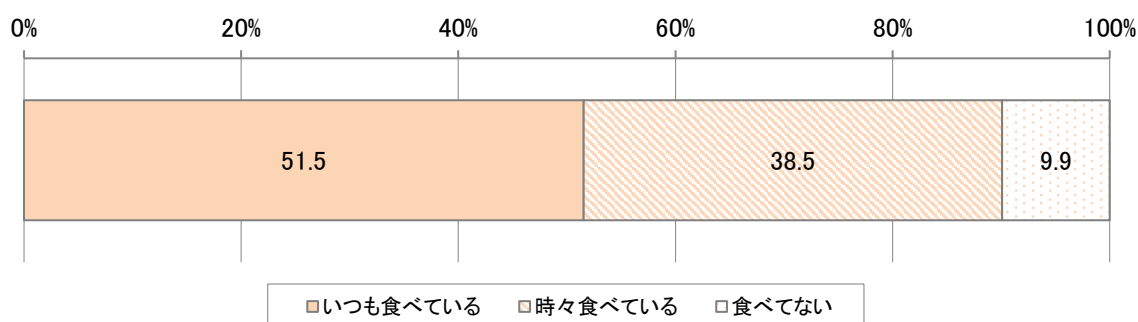
朝食又は夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数(一週間当たりの平均値)は、1歳以上で10.7回です。



資料: 令和4年県民健康調査(愛媛県)

● 図22 食事をする時、よく噛んで味わって食べている者の割合(20歳以上)

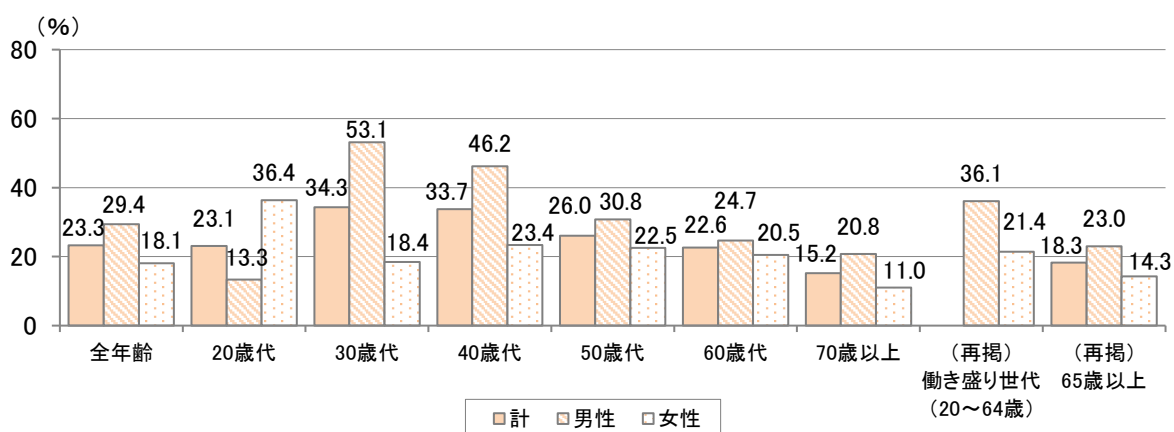
食事をする時、よく噛んで味わって食べている者の割合は、20歳以上で、「いつも食べている」「時々食べている」を合わせて90%です。



資料: 令和4年県民健康調査(愛媛県)

● 図23 昼食時に外食・調理済み食を利用している者の割合(20歳以上)

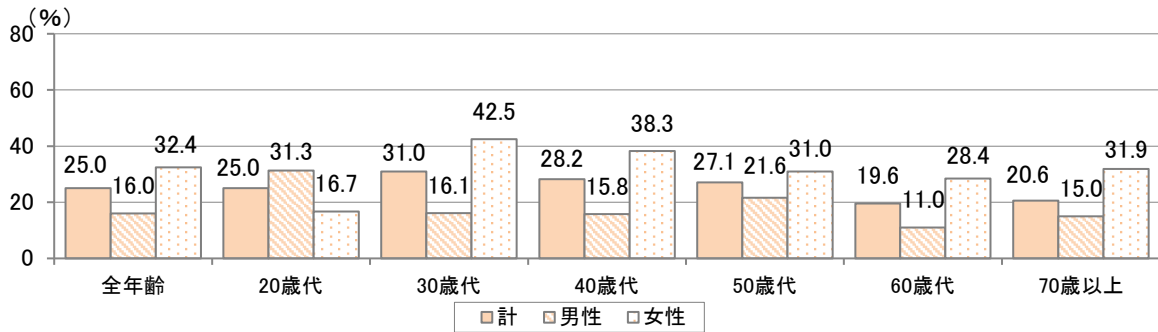
県民健康調査当日の食事について、昼食時に外食や調理済み食を利用している者の割合は、20歳以上で、男性29.4%、女性18.1%です。



資料: 令和4年県民健康調査(愛媛県)

● 図24 外食や食品購入時に栄養成分表示を参考にしている者の割合(20歳以上)

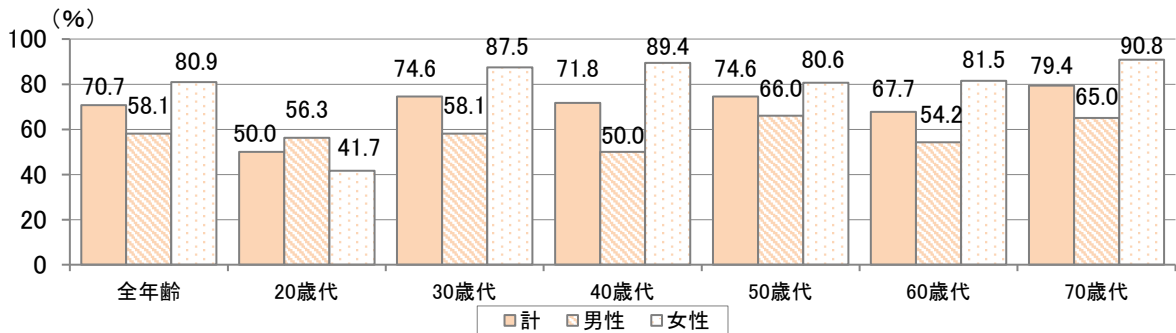
外食や食品購入時に栄養成分表示を参考にしている者の割合は、20歳以上で男性16.0%、女性32.4%です。



資料: 令和4年県民健康調査(愛媛県)

● 図25 安全な食生活を送るための、食の安全性に関する基礎的な知識を持つ者の割合(20歳以上)

安全な食生活を送るための、食の安全性に関する基礎的な知識を持つ者の割合は、20歳以上で70.7% (男性58.1%、女性80.9%) です。

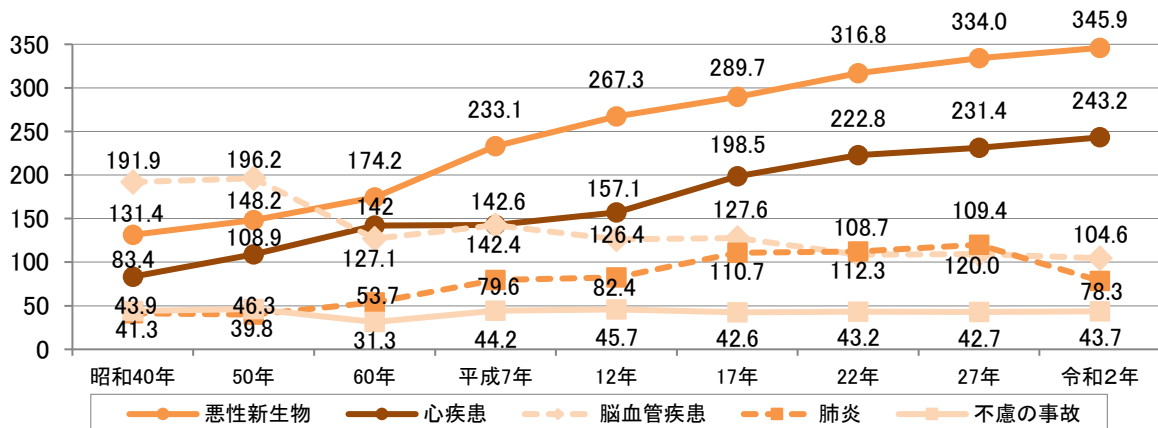


資料: 令和4年県民健康調査(愛媛県)

3 健康への影響

● 図26 愛媛県の主要死因別死亡率(人口10万人対)の推移

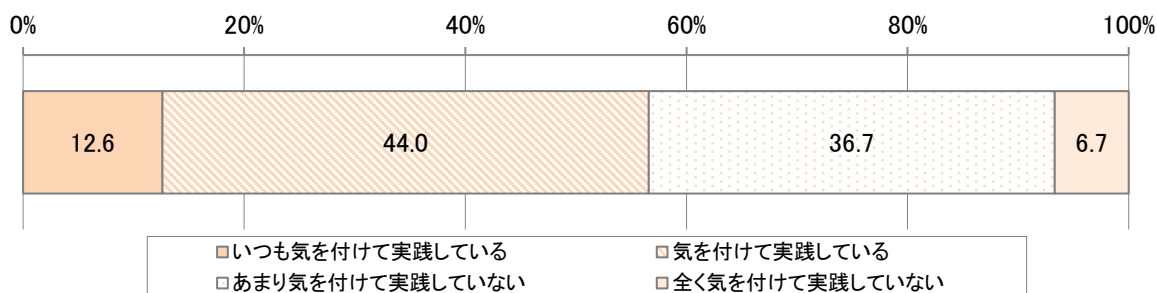
主な死因は、1位悪性新生物、2位心疾患、3位脳血管疾患となっています。悪性新生物、心疾患は年々増加しています。



資料: 主要死因別死亡数・死亡率[都道府県別](愛媛県オープンデータカタログ)

● **図30** 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付けた食生活を実践している者の割合(20歳以上)

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付けた食生活を実践している者の割合は、20歳以上で、「いつも気を付けて実践している」「気を付けて実践している」を合わせて56.6%です。

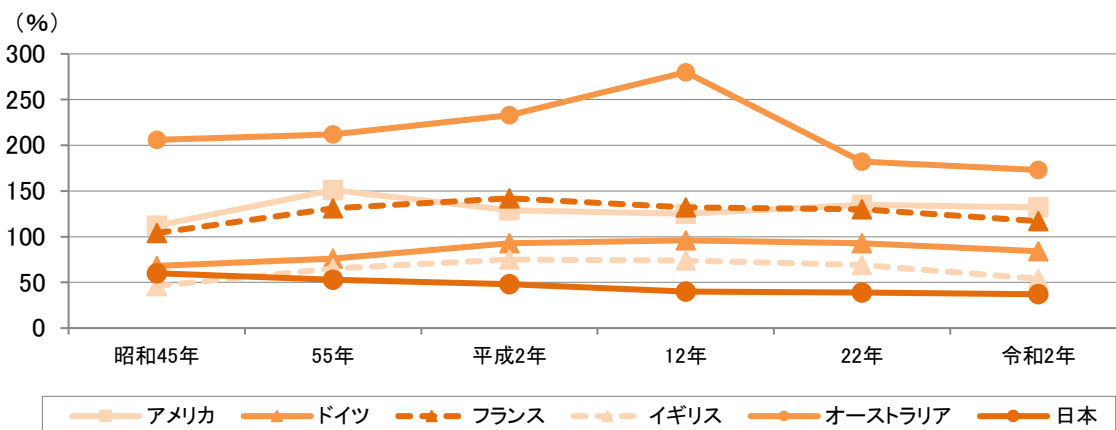


資料: 令和4年県民健康調査(愛媛県)

4 食をとりまく環境や意識の変化

● **図31** 食料自給率の推移

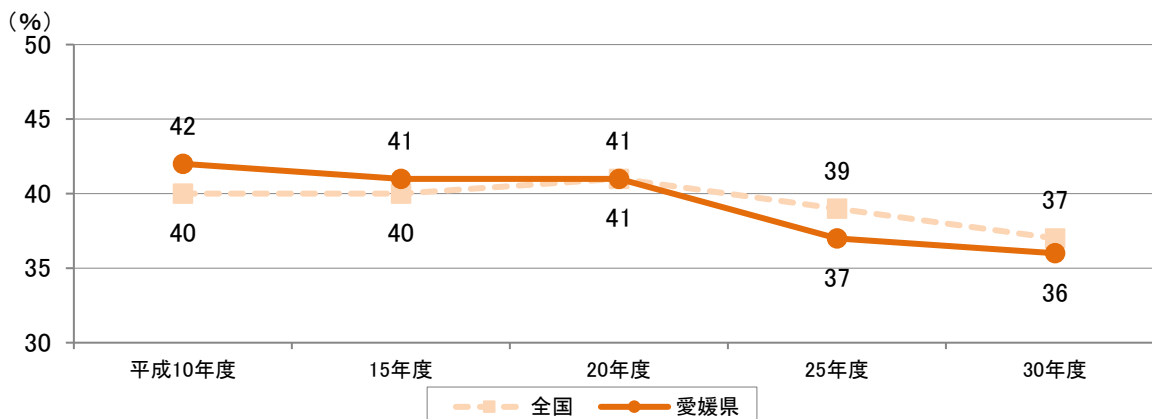
食料自給率は、主な諸外国の中でも最も低い状況です。



資料: 食料需給表(農林水産省)

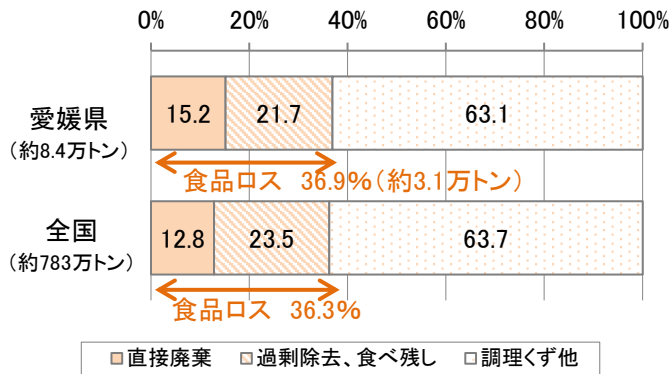
● **図32** 愛媛県の食料自給率(カロリーベース)の推移

平成30年度の食料自給率(カロリーベース)は、全国37%、愛媛県36%です。

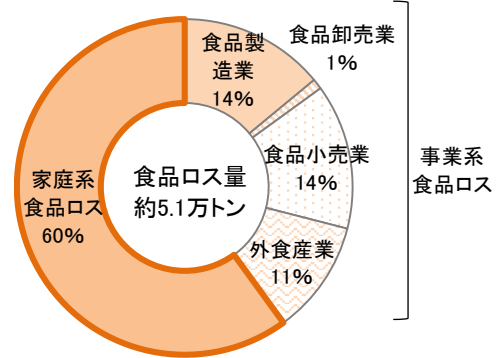


資料: 食料需給表(農林水産省)

● 図33 家庭系食品廃棄物の年間発生量の内訳



● 図34 食品ロスの発生状況

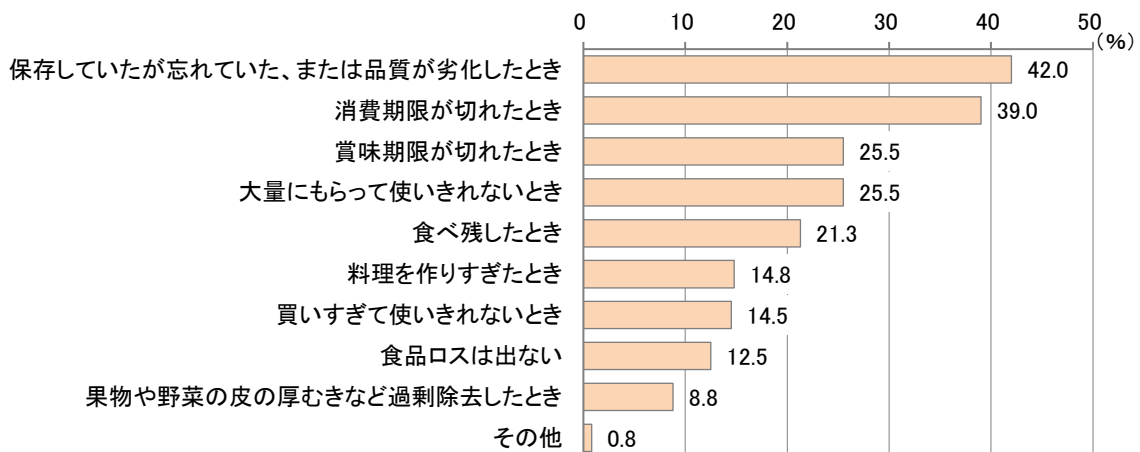


資料: [全国] 令和元年度食品廃棄物等の発生抑制及び再生利用の取組に係る実態調査(環境省)、[愛媛県] 愛媛県独自調査

本県における家庭系食品廃棄物の発生量は年間約8.4万トンと推計されており、そのうち36.9%が直接廃棄や過剰除去、食べ残し等の食品ロスです。
また、食品ロスの発生状況では、年間約5.1万トンの食品ロスのうち、約60%にあたる約3.1万トンが家庭系食品ロスとなっています(図34)。

● 図35 家庭における食品ロスの発生理由

(質問: あなたのご家庭からは、どのような時に、「食品ロス」が発生していますか。(複数選択))

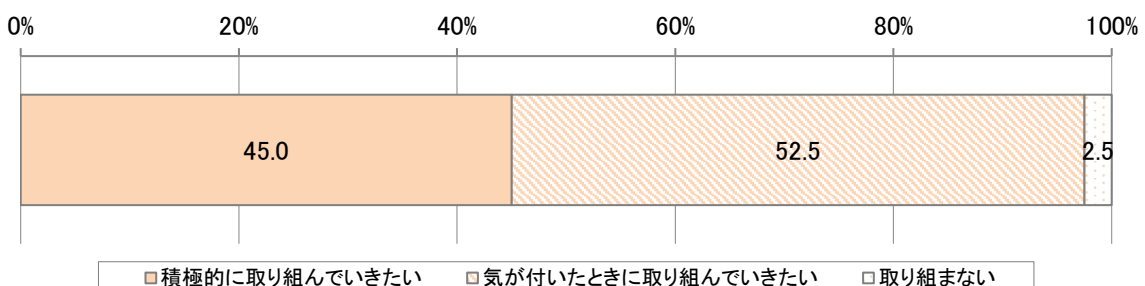


資料: 令和5年度県政課題調査(食品ロス削減に関する実態調査)(愛媛県)

家庭からの食品ロスについて、「保存していたが忘れていた、または品質が劣化したとき」や「消費期限が切れたとき」・「賞味期限が切れたとき」の発生が多くなっています。

● 図36 食品ロスの削減に積極的に取り組む県民の割合

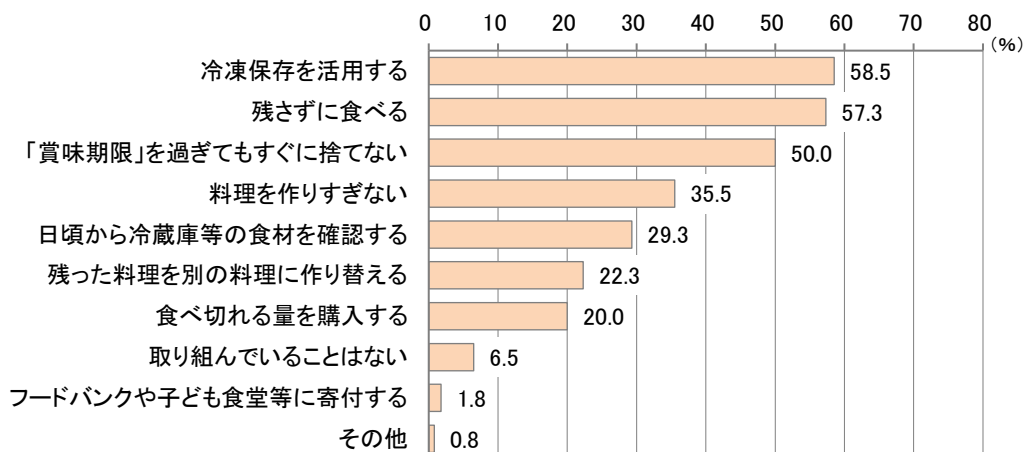
食品ロスの削減に積極的に取り組む県民の割合は、積極的に取り組んでいきたい45.0%、気が付いたときに取り組んでいきたい52.5%です。



資料: 令和5年度県政課題調査(食品ロス削減に関する実態調査)(愛媛県)

● 図37 家庭における食品ロスを減らすための取組

(質問:あなたは、ご家庭で「食品ロス」を減らすために取り組んでいることはありますか。(複数選択))



※ 日頃から冷蔵庫等の食材を確認する＝日頃から冷蔵庫等の食材の種類・量・期限表示を確認する

「賞味期限」を過ぎてもすぐに捨てない＝「賞味期限」を過ぎてもすぐに捨てるのではなく、自分で食べられるか判断する

食べ切れる量を購入する＝小分け商品、少量パック商品、バラ売り等食べ切れる量を購入する

資料: 令和5年度県政課題調査(食品ロス削減に関する実態調査)(愛媛県)

家庭からの食品ロスを減らすために、「冷凍保存を活用する」、「残さずに食べる」や「賞味期限を過ぎてもすぐに捨てず、食べられるか判断する」などの取組をしている割合が高くなっています。

5 えひめの食材

●図38 えひめの旬カレンダー

	農産物		水産物
		(かんきつ類)	
春 (3~5月)	たけのこ たまねぎ じゃがいも そらまめ はだか麦 いちご	清見 河内晩柑	サワラ カツオ マダイ メバル コウイカ シロギス サヨリ ヒラメ
夏 (6~8月)	トマト きゅうり なす ピーマン えだまめ スイートコーン びわ ぶどう なし もも		エビ類 イサキ マダコ キジハタ ハモ オニオコゼ マアジ
秋 (9~11月)	こめ さといも さつまいも やまのいも くり かき	温州みかん	マサバ タチウオ ガザミ カマス イボダイ イイダコ ウチワエビ
冬 (12~2月)	ほうれんそう キャベツ だいこん レタス キウイフルーツ	紅まどんな 甘平 いよかん ボンカン デコボン はるみ せとか	トラフグ ブリ マハタ クエ マガキ カタクチイワシ カワハギ カサゴ スマ マナマコ

● 図39 えひめのお魚



主要魚種別生産量ランキング (R3：漁船漁業) (単位：トン)

順位	瀬戸内海	生産量	宇和海	生産量
1位	かたぐちいわし	4,753	まいわし	22,711
2位	しらす	2,551	うるめいわし	8,313
3位	たい類	1,257	さば類	8,525
4位	いか類	842	かたぐちいわし	6,886
5位	海藻類	658	あじ類	2,712
6位	えび類	569	かつお	1,471
7位	さわら類	508	しらす	513
8位	かれい類	359	いか類	510
9位	貝類	305	たい類	312
10位	たちうお	206	海藻類	274
11位	あじ類	199	たちうお	61
12位	たこ類	155	さわら類	52
13位	すずき類	142	貝類	42
14位	ひらめ	107	えび類	17
15位	かに類	105	たこ類	15

第3次計画の評価指標

1 評価指標

食育の推進の評価指標	計画策定時 (平成27年度)	現状値 (令和4年度)	目標値 (令和5年度)	評価	(評価方法)		出典
					検定	変化量	
(1) 食育に関心を持っている県民の割合の増加	78.5%	76.5%	90%以上	C	✓		①
(2) 朝食又は夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数の増加	週10.7回	週10.7回	週11回以上	C	✓		①
(3) 朝食を欠食する子どもの割合の減少 (小学生) 朝食を欠食する若い世代の割合の減少 (20～30歳代)	子ども 5.3%	子ども 7.3%	子ども 0%	D		✓	②
	若い世代 34.3%	若い世代 27.3%	若い世代 15%以下	C	✓		①
(4) 学校給食における地場産物を使用する割合の増加 ----- 学校給食における国産食材を使用する割合の維持	地場産物 38.1%	地場産物 51.1%	40%以上	A	✓		③
	国産食材 80.3%	国産食材 91.1%	80%以上	A	✓		③
(5) 栄養バランス等に配慮した食生活を送っている県民の割合の増加	60.9%	63.1%	70%以上	C	✓		①
(6) 内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)の予防や改善のための適切な食事、運動等を継続的に実践している県民の割合の増加	54.2%	63.6%	75%以上	B	✓		①
(7) ヘルシーメニューの提供に取り組む飲食店登録数の増加	251店舗	237店舗 (R2参考値)	増加	E※1	—	—	④
(8) よく噛んで味わって食べる県民の割合の増加	85.6%	90.1%	90%以上	A	✓		①
(9) 食育の推進に関わるボランティアの数の増加	8,594人	6,228人	10,000人以上	D		✓	④
(10) えひめの食文化を伝承する郷土料理の普及・継承のための体験や講義等の活動実施数の増加	全体 48回	全体 39回	50回以上	D		✓	⑤
	全体のうち小学校等 17回	全体のうち小学校等 36回	25回以上	A		✓	⑤
(11) 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	58.2%	70.7%	80%以上	E※2	—	—	①
(12) 食育推進計画を継続して作成・実施している市町の数の維持	20市町	20市町	20市町	A		✓	④
(13) 県民一人当たりの野菜の摂取量の増加	児童・生徒(7～14歳) 261g	児童・生徒(7～14歳) 186g	300g以上	D	✓		①
	20歳以上 281g	20歳以上 275g	350g以上	C	✓		①
(14) 県民一人当たりのかんきつ類等の果物の摂取量の増加	102g	109g	200g	C	✓		①

※1 計画策定時の実施事業(栄養成分表示店)を計画期間中に廃止(R3.1)したため、評価困難とした。

※2 把握方法が異なるため、評価困難とした。

2 評価指標は設定しないが取り組む事項

食育の推進の評価指標	計画策定時 (平成27年度)	現状値 (令和4年度)	目標値 (令和5年度)	評価	出典
(15) 地域等で共食したいと思う人が共食する割合の増加	—	24.7%	—	—	①
(16) 食品ロスの削減のために何らかの行動をしている県民の割合の増加	—	74.2%	—	—	①

〈評価※〉

評価区分
A 目標値に達した
B 目標値に達していないが、改善傾向にある
C 変わらない
D 悪化した
E 評価困難

〈出典一覧〉

調査名等	実施主体	実施頻度
① 愛媛県県民健康調査	愛媛県	概ね5年に1回
② 全国学力・学習状況調査	文部科学省	毎年
③ 地場産物活用状況調査	愛媛県教育委員会	毎年
④ 食育推進計画等に関する調査	愛媛県	毎年
⑤ えひめ食農教育推進事業	愛媛県	毎年

※ 評価は、基本的には検定(統計的検定)により実施した。検定による評価ができない指標のみ、変化量(相対的変化量:現状値/計画策定時)に基づく評価を実施した。

なお、統計的検定にあたっては、「数値目標の評価用計算シート(簡易版)」(国立保健医療科学院)を使用した。

第4次計画の評価指標

食育の推進の評価指標 (細項目)		現状値 (令和4年度)	目標値 (令和10年度)	出典	
(1)	食育に関心を持っている県民の割合の増加*	76.5%	90%以上	①	
(2)	朝食又は夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数の増加	週10.7回	週11回以上	①	
(3)	地域等で共食したいと思う人が共食する割合の増加*	24.7%	30%以上	①	
(4)	朝食を欠食する県民の割合の減少	子ども(小学生)	7.3%	0%	②
		若い世代(20~30歳代)	27.3%	15%以下	①
(5)	栄養教諭等による地場産物に係る食に関する指導の平均取組回数の維持	月13.8回	月12回以上の維持	③	
(6)	学校給食における地場産物を使用する割合の増加・国産食材を使用する割合の維持(金額ベース)	地場産物の使用割合	69.1%	75%以上	④
		国産食材の使用割合	92.8%	90%以上の維持	④
(7)	栄養バランス等に配慮した食生活を送っている県民の割合の増加	20歳以上	63.1%	70%以上	①
		若い世代(20~30歳代)	46.6%	60%以上	①
(8)	1日当たりの食塩摂取量の減少*	10.1g	7g未満	①	
(9)	1日当たりの野菜の摂取量の増加	児童・生徒(7~14歳)	186g	300g以上	①
		20歳以上	275g	350g以上	①
(10)	1日当たりのかんきつ類等の果物の摂取量の増加*	113g	200g以上	①	
(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県民の割合の増加*	56.6%	75%以上	①	
(12)	よく噛んで味わって食べる県民の割合の維持*	90.1%	90%以上の維持	①	
(13)	食育の推進に関わるボランティアの数の増加	6,228人	増加	⑤	
(14)	産地や生産者を意識して農林水産物・食品を選ぶ県民の割合の増加*	72.1%	80%以上	①	
(15)	特別栽培農作物等県認証を受けた農作物の購入を希望する県民の割合の増加	87.8%	90%以上	⑥	
(16)	食品ロス削減に積極的に取り組む県民の割合の増加	45%(R2)	70%以上	⑥	
(17)	えひめの食文化を伝承する郷土料理の普及・継承のための体験や講義等の活動実施数の増加	39回	50回以上	⑤	
(18)	郷土料理や伝統料理を月1回以上食べている県民の割合の増加*	59.5%	65%以上	①	
(19)	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*	70.7%	80%以上	①	
(20)	食育推進計画を継続して策定・実施している市町の数の維持	20市町	20市町	⑤	
(21)	食を通じた健康づくりに取り組む飲食店等の登録数の増加	646店舗	増加	⑤	

※ 対象年齢:20歳以上

〈出典一覧〉

調査名等	実施主体	実施頻度
① 愛媛県県民健康調査	愛媛県	概ね5年に1回
② 全国学力・学習状況調査	文部科学省	毎年
③ 食に関する指導の実施状況調査	愛媛県教育委員会	毎年
④ 地場産物活用状況調査	愛媛県教育委員会	毎年
⑤ 食育推進計画等に関する調査	愛媛県	毎年
⑥ 愛媛県政課題調査	愛媛県	毎年

用語解説（50音順）

あ行

○ 「愛」あるブランド認定制度

えひめ愛フード推進機構が認定する、安全・安心（人と環境への愛）、品質（産物への愛）、及び産地・特産（ふるさとへの愛）の3つの「愛」を持つ優れた愛媛県産農林水産物及び加工食品。

○ 愛育フィッシュ

養殖魚のイメージアップのため、平成24年3月に決定した本県の養殖魚の包括的なネーミング。愛称。「愛媛で育てた魚」と「愛情を込めて育てた魚」の二つの意味が込められている。

○ 新しい生活様式

日常生活と新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止対策を両立していくため、日常において取り入れるべきとされた、一人一人の基本的感染対策から、働き方の新しいスタイルまでの実践例。

○ 新たな日常

生活を支える多くの分野におけるICTやAI（人工知能）の活用等、デジタル技術の進展や普及が加速化した日常。新型コロナウイルス感染症流行を機に、より一層デジタル技術の活用が推進されている。

○ 栄養教諭

平成17年度から食に関する指導と学校給食の管理を一体的に行い、学校の食育の推進において中核的な役割を担う「栄養教諭」制度が創設された。

○ SNS（ソーシャルネットワーキングサービス）

登録された利用者同士が交流できる Web サイトの会員制サービスのこと。友人同士や、同じ趣味を持つ人同士が集まったり、近隣地域の住民が集まったりと、ある程度閉ざされた世界にすることで、密接な利用者間のコミュニケーションを可能にしている。

○ エコえひめ農作物認証制度（愛媛県特別栽培農作物等認証制度）

農薬や化学肥料の使用を抑え、適正な管理体制のもとで作られた、人と環境に優しい農作物。

節減対象農薬（有機農作物のJAS規格で使用可能な農薬を除いた化学合成農薬）と化学肥料の削減割合により、「農薬・化学肥料不使用農作物」「特別栽培農作物」「県認証農作物」「県認証農作物（養液栽培）」の4つの認証区分がある。

○ 愛媛県県民健康調査

健康に関する県民の多様化・高度化したニーズに的確に応えるため、県民の健康状態及び食生活・運動・休養等の実態を把握し、総合的な健康づくりに必要な基礎資料を得ることを目的として、昭和59年から概ね5年ごとに愛媛県が実施している調査。

○ えひめ地産地消の日

地産地消を県民全体の運動として位置付け、一体となって盛り上げていくため、平成17年6月にえひめ愛フード推進機構において制定された。（毎月第4金曜・土曜・日曜日）

○ 宴会5箇条

宴会時等における食べ残しを減らすために啓発している、宴会をおいしく楽しむ5箇条。

1. 適量注文: 人数やメンバー、メニューをよく見て、食べ切れる量を注文しよう!
2. 声かけ: 幹事さんから「おいしく、残さず、食べ切ろう!」の一言で宴会スタート!
3. 味わいタイム: 楽しい宴会中に、お料理を味わう時間を作ろう!
4. シェア: 食べ切れない料理は分け合おう!
5. 残さず食べ切り: きれいなお皿(食べ残しなし)をみんなでチェック!

か行

○ 嚙ミング30(かみんぐさんまる)

厚生労働省の歯科保健と食育の在り方に関する検討会報告書「歯・口の健康と食育～嚙ミング30をめざして～」(平成21年)において、食育を推進し、より健康な生活を目指すという観点から定められたキャッチフレーズで、ひとくち30回以上嚙むことを目標とするもの。

○ グリーン・ツーリズム

緑豊かな農山漁村地域において、自然や文化、人々との交流を楽しむ滞在型の余暇活動のこと。

○ 誤えん

食べ物や唾液が誤って気管に入ってしまうこと。通常は食べ物がのどの奥に進むと脳に信号が伝わり、脳からの指令で気管の入口がふさがるため食べ物は食道に入るが、加齢等に伴い、この信号や指令がうまく伝わらなくなるために起こる。

○ 孤食

一人で食事をとること。

○ 国産食材の使用割合

〈食材数ベース〉

$$\frac{15 \text{ 日間に使用した国内産(市町産+県内産+国内産)総食材数}}{15 \text{ 日間に使用した総食材数}} \times 100$$

(調査期間: 6月、11月、1月のそれぞれ5日間の合計15日間の学校給食の食材を調査)

〈金額ベース〉

$$\frac{15 \text{ 日間に使用した国内産(市町産+県内産+国内産)総食材費}}{15 \text{ 日間に使用した総食材費}} \times 100$$

(調査期間: 6月、11月、1月のそれぞれ5日間の合計15日間の学校給食の食材を調査)

○ 子ども食堂

地域住民等による民間発の取組として無料または安価で栄養のある食事や温かな団らんを提供する。家庭における共食が難しい子どもたちに対し、共食の機会を提供する取組が増えている。

さ行

○ 3010(さんまるいちまる)運動

宴会などで、開始から30分間、終わりの10分間は自席で食事を楽しむという、食べ残しを減らす取組。

○ 持続可能な開発目標(SDGs)

2015年9月にニューヨーク国連本部において開催された「国連持続可能な開発サミット」で採択された「持続可能な開発のための2030アジェンダ」に記載された、2030年までに持続可能でよりよい世界を目指す国際目標。17の目標と169のターゲットから構成され、「誰一人取り残さない」社会の実現を目指すもの。

SDGsの目標には、下記のように食育と関係が深い目標がある。

- ・目標2 飢餓を終わらせ、食料安全保障及び栄養改善を実現し、持続可能な農業を促進する
- ・目標4 すべての人々への包摂的かつ公正な質の高い教育を提供し、生涯学習の機会を促進する
- ・目標12 持続可能な生産消費形態を確保する

○ 主食・主菜・副菜

・主食(ごはん、パン、麺)：

炭水化物の供給源であるごはん、パン、麺・パスタなどを主材料とする料理が含まれる。食事の中心で、他の料理をつなぐ役割をする。

・主菜(肉、魚、卵、大豆料理)：

たんぱく質の供給源となる肉、魚、卵、大豆及び大豆製品などを主材料とする料理。主食と並んで、食事の中心的な位置を占める。

・副菜(野菜、きのこ、いも、海藻料理)：

各種ビタミン、ミネラル及び食物繊維の供給源となる野菜、いも、豆類(大豆を除く)、きのこ、海藻などを主材料とする料理が含まれる。食事に色や味の多様性をもたらす。

○ 食育

生きるうえでの基本であって、知育、徳育、体育の基礎となるもの。様々な経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てること。

- ・知育…知識を豊かにし、知的な能力を高める教育
- ・徳育…人格や道徳心を養い育てる教育
- ・体育…健全なからだをつくる教育

○ 食育月間・食育の日

国の食育推進基本計画の中で、毎年6月を「食育月間」、毎月19日を「食育の日」と決め、国民が年間を通じて健全な食生活を実践するために、国や県、各市町村において食育の推進活動をしている。

「食育の日」(19日)については、食育の「育(いく)」と言う言葉が「19」という数字を連想させ、また、「食育」の「食」という言葉も、「しょ→初→1、く→9」という考え方からも「19」とし、また、第1回食育推進会議が平成17年10月19日に開催されたことを配慮している。

○ 食事バランスガイド

食生活指針を具体的に行動に結びつけるものとして、平成17年6月に農林水産省と厚生労働省により決定されたもので、「食事の基本」を身につけるための望ましい食事のとり方やおよその量をコマのイラストを使ってわかりやすく示したもの。



○ 食品ロス

本来食べられるにもかかわらず捨てられる食品のこと。

愛媛県では、年間食品廃棄物約 19.5 万トン(令和2年度推計)のうち約 5.1 万トン(26.4%)が食品ロスと推計されており、そのうち家庭から出る食品ロスは 60%を占めている。

〈家庭からの食品ロスの要因〉

- ・食べ残し:料理の食材として使用又はそのまま食べられるものとして提供された食品のうち、食べ残して廃棄したもの。
- ・直接廃棄:賞味期限切れ等により料理の食材又はそのまま食べられる食品として使用・提供されずにそのまま廃棄したもの。
- ・過剰除去:調理時に、皮の厚むきなど、不可食部分を除去する際に過剰に除去した可食部分。

○ 新型コロナウイルス感染症

令和元年に中国武漢市で発見された病原体「SARS-CoV-2」が咳や飛沫を介して伝播することで発症する。呼吸器症状、高熱、下痢、味覚障害等、様々な症状が見られる。

○ スマートミール

健康づくりに役立つ栄養バランスのとれた食事(一食の中で、主食・主菜・副菜が揃い、野菜がたっぷり、食塩のとり過ぎにも配慮した食事)のこと。一般社団法人健康な食事・食環境コンソーシアムが認証を行っている。

○ スマート・ライフ・プロジェクト

「健康寿命をのばそう」をスローガンに、国民全体が人生の最後まで元気に楽しみながら健康な毎日を送ることを目標とした厚生労働省の国民運動。プロジェクトに参画する企業・団体・自治体と協力・連携しながら、運動、食生活、禁煙、健診・検診の受診について、具体的なアクションの呼びかけを行い、国民自らが誘い合い、健康の輪を広げていくことで更なる健康寿命の延伸を推進している。

○ ソーシャルワーカー

福祉等に関する専門知識を活かし、社会生活に困難や支障のある人々の相談に乗ったり、社会的支援を行う。

た行

○ 地産地消

国内の地域で生産された農林水産物(食用に供されるものに限る。)をその生産された地域内において消費する取組。食料自給率の向上に加え、直売所や加工の取組などを通じて、6次産業化につながる。

○ 地産地消・愛あるサポーター制度

地産地消の趣旨に賛同する生産者や消費者、食品流通・加工、外食産業などの食品に携わる関係者がサポーターとなり、健全な食生活の推進や県産農林水産物の利用拡大に向けた活動を通じて地産地消のネットワークを築こうとするもの。

○ 地場産物の使用割合

〈食材数ベース〉

$$\frac{15 \text{ 日間に使用した県内産(市町産+県内産)総食材数}}{15 \text{ 日間に使用した総食材数}} \times 100$$

(調査期間:6月、11月、1月のそれぞれ5日間の合計15日間の学校給食の食材を調査)

〈金額ベース〉

$$\frac{15 \text{ 日間に使用した県内産(市町産+県内産)総食材費}}{15 \text{ 日間に使用した総食材費}} \times 100$$

(調査期間:6月、11月、1月のそれぞれ5日間の合計15日間の学校給食の食材を調査)

○ 地理的表示(GI)保護制度

その地域ならではの自然的、人文的、社会的な要因の中で育まれてきた品質、社会的評価等の特性を有する産品の名称を、地域の知的財産として保護する制度。

○ 低栄養

栄養素の摂取が生体の必要量より少ないときに起こる体の状態。

健康的に生きるために必要な量の栄養素が摂れていない状態を指す。その中でも特にたんぱく質とエネルギーが十分に摂れていない状態のことを「PEM(Protein energy malnutrition):たんぱく質・エネルギー欠乏(症)」という。一般に高齢になると、食事の量が少なくなり、あっさりしたものを好むようになるため、食事に偏りが生じやすくなり、このような食生活を長く続けると、たんぱく質やエネルギーが不足し、PEMとなるリスクが高まる。

○ 低体重

BMIが18.5未満の人。

○ 特別栽培農作物

その農産物が生産された地域の慣行レベル(各地域の慣行的に行われている節減対象農薬及び化学肥料の使用状況)に比べて、節減対象農薬の使用回数が50%以下、化学肥料の窒素成分量が50%以下で栽培された農産物。

な行

○ ナッジ

行動科学の知見の活用により、人々が自分自身にとってより良い選択を自発的に取れるように手助けする政策手法。

(nudge:そっと後押しする)

○ 日本型食生活

昭和50年代ごろの食生活のこと。ごはんを中心に、魚、肉、牛乳・乳製品、野菜、海藻、豆類、果物、茶など多様な副食などを組み合わせ、栄養バランスに優れた食生活。

欧米の食事に比べて「熱量水準が体位・体格から見てほぼ満足すべき水準に達しており、たんぱく質、脂質、炭水化物の組合せバランスがとれていること、食品の種類に多様性がありたんぱく質の中では植物性たんぱく質が多く、水産物の割合が高い」という特徴がある。

は行

○ バイオマス

生物資源(bio)の量(mass)を表す概念で、エネルギーや物質に再生が可能な、動植物から生まれた有機性資源のこと。食品廃棄物などの廃棄物系バイオマス、農作物の非食用部などの未利用バイオマス、ひまわりなどの資源作物がある。

○ バイオ燃料

バイオマスからつくられる燃料のこと。軽油代替となるバイオディーゼル燃料やガソリンの代替となるバイオエタノールなどがある。

○ はちまるにいまる 8020運動

平成元年に厚生省(現厚生労働省)と日本歯科医師会が提唱した「80歳になっても20本以上自分の歯を保とう」という運動。「8020」のうち、「80」は男女を合わせた平均寿命のことで「生涯」を意味し、障害にわたり自分の歯でものを噛むことを意味する。

○ 早寝早起き朝ごはん運動

文部科学省が、幼児期からの基本的な生活習慣の確立を目指して、平成18年度から「子どもの生活リズムの向上プロジェクト」としてスタートさせたもの。

○ BMI

ボディ・マス・インデックス(Body Mass Index)。肥満度を表す指標として国際的に用いられている体格指数で、 $[\text{体重(kg)}] \div [\text{身長(m)}^2]$ で算出する。

〈肥満の判定基準(日本肥満学会)〉

低体重(やせ)	BMI 18.5未満
普通体重	18.5以上~25未満
肥満(1度)	25以上~30未満
肥満(2度)	30以上~35未満
肥満(3度)	35以上~40未満
肥満(4度)	40以上

○ フードバンク

食品の製造工程で発生する規格外品などを引き取り、福祉施設等へ無料で提供する団体・活動。

ま行

○ メタボリックシンドローム

内臓肥満に高血圧・高血糖・脂質代謝異常が組み合わさることにより、心臓病や脳卒中などになりやすい病態。食生活の改善や運動習慣の徹底などの生活習慣の見直しにより内臓脂肪を減らすことが重要である。

(参考) メタボリックシンドロームの診断基準 平成17年4月

(日本動脈硬化学会、日本糖尿病学会、日本高血圧学会、日本肥満学会、日本循環器学会、日本腎臓病学会、日本血栓止血学会、日本内科学会)

内臓脂肪(腹腔内脂肪)蓄積

ウエスト周囲径 男性 $\geq 85\text{cm}$ 女性 $\geq 90\text{cm}$ (内臓脂肪面積 男女とも $\geq 100\text{cm}^2$ に相当)

上記に加え以下のうち2項目以上を有する

- 高トリグリセライド血症 $\geq 150\text{mg/dl}$ かつ/または 低HDLコレステロール血症 $< 40\text{mg/dl}$
- 収縮期血圧 $\geq 130\text{mmHg}$ かつ/または 拡張期血圧 $\geq 85\text{mmHg}$
- 空腹時高血糖 $\geq 110\text{mg/dl}$

○ もったいない

もったいとは、物体(勿体)のことで、物の本来あるべき姿の意味を表す。もったいないとは、もったいの否定語で、「その物の本来の価値が生かしきれておらず、無駄になるのが惜しい」という意味。

ら行

○ リスクコミュニケーション

消費者、事業者、行政担当者などの関係者の中で情報や意見をお互いに交換・共有するもの。

関係者が会場等集まって行う意見交換会、新たな規制の設定等の際に行う意見聴取(いわゆるパブリックコメント)が双方向性のあるものだが、ホームページを通じた情報発信などの一方向的なものも広い意味のリスクコミュニケーションに関する取組に含まれる。

○ ローリングストック法

普段の食品を少し多めに買い置きしておき、賞味期限を考えて古いものから消費し、消費した分を買い足すことで、常に一定量の食品が家庭で備蓄されている状態を保つための方法。

関連資料など

愛媛県

URL: <http://www.pref.ehime.jp>

- ・第2次県民健康づくり計画「えひめ健康づくり 21」
- ・令和4年愛媛県県民健康調査報告書
- ・第3次愛媛県食育推進計画

農林水産省

URL: <http://www.maff.go.jp>

- ・食生活指針
- ・食事バランスガイド
- ・食育ガイド

厚生労働省

URL: <http://www.mhlw.go.jp/>

- ・健康日本 21(第二次)
- ・健やか親子 21(第2次)
- ・妊娠前からはじめる妊産婦のための食生活指針～妊娠前から、健康なからだづくりを～
(令和3年3月)
- ・楽しく食べる子どもに～保育所における食育に関する指針～(平成 16 年3月)
- ・保育所保育指針(平成 21 年4月1日)
- ・次世代育成支援対策推進法(平成 15 年7月)
- ・乳幼児栄養調査(昭和 60 年度、平成7年度、平成 17 年度、平成 27 年度)

文部科学省

URL: <http://www.mext.go.jp/>

- ・小学生用食育教材「たのしい食事つながる食育」(平成 28 年2月)
- ・栄養教諭を中核としてこれからの学校の食育(平成 29 年3月)
- ・食に関する指導の手引ー第二次改訂版ー(平成 31 年3月)
- ・中学生用食育教材「食」の探求と社会への広がり(令和3年3月)
- ・家庭教育手帳(平成 22 年版)

消費者庁

URL: <http://www.caa.go.jp/>

- ・食品表示法

内閣府

URL: <http://www.cao.go.jp>

- ・平成 17 年度から平成 27 年度までの情報

「早寝早起き朝ごはん」全国協議会

URL: <http://www.hayanehayaoki.jp>

一般社団法人 日本食生活協会

URL: <http://www.shokuseikatsu.or.jp>

公益社団法人 日本健康・栄養食品協会

URL: <http://www.jhnfa.org>

一般社団法人 日本農林規格協会 (JAS 協会)

URL: <http://www.jasnet.or.jp/>

県民健康づくり運動推進会議専門委員会

食育推進部会員名簿

(五十音順、敬称略)

◎亀岡 恵子	松山東雲短期大学 食物栄養学科 教授
高橋 恵美	公益社団法人愛媛県栄養士会 理事
田淵 桂子	愛媛県学校栄養士協議会 会長
丹下 マサ子	愛媛県保育協議会 理事
月原 文子	株式会社フジ・リテイリング お客様サービス・品質管理推進室 室長
手塚 洋介	一般社団法人全日本司厨士協会 四国地方本部 愛媛本部 会長
西村 恭子	愛媛県食生活改善推進連絡協議会 会長
畠山 千愛	愛媛県PTA連合会 副会長
藤本 尚枝	えひめ消費生活センター友の会 会長
別府 和彦	愛媛県農業協同組合中央会 総合企画部 部長
山内 朋子	伊予市健康増進課 係長
渡邊 慎也	愛媛県漁業協同組合連合会 漁政部 部長

◎: 部会長

第4次愛媛県食育推進計画

令和6年3月発行

愛媛県保健福祉部健康衛生局健康増進課

〒790-0062

愛媛県松山市一番町四丁目4番地2

T E L 089-912-2400

F A X 089-912-2399