

# 1 計画策定の趣旨

## (1) 本県の食育の現状

食育<sup>(注1)</sup>とは、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であり、生きる上での基本となるものです。

県では、食育基本法<sup>(注2)</sup>(平成17年7月15日施行)第17条第1項に基づき、食育推進の方向を示す計画として平成18年11月に「宮城県食育推進プラン」を、平成23年7月には、子どもの肥満やむし歯、メタボリックシンドローム<sup>(注3)</sup>などの本県の健康課題を踏まえ「第2期宮城県食育推進プラン」(以下「第2期計画」とします。)を作成しました。第2期計画では、「意識の向上から行動へ」をコンセプトに、「食材王国みやぎ」<sup>(注4)</sup>の豊かな「食」を活用しながら、本県特有の健康課題に対応できるよう2つの行動目標を設定し、市町村や関係機関・団体等多様な関係者とともに、人材の育成や様々な場面での普及啓発を図るとともに、地域の特色に応じた課題解決型の取組を進めてまいりました。

そのような中、平成23年3月に東日本大震災が発生し、多くの尊い生命や財産が失われ、農林水産業の生産基盤が甚大な被害を受けました。震災を契機に、命を支える「食」の重要性が再認識されましたが、一方で、東京電力福島第一原発事故による食の安全安心への不安の高まりや風評被害といった課題が発生しており、そのための取組を継続して進めています。

第2期計画で定めた18項目の目標の達成状況をみますと、目標達成が5項目、改善傾向にあるものが3項目であり、約4割の項目で改善している一方、「朝食を欠食する県民の割合(小学6年生)」など4項目では改善がみられていません。また、子どもの肥満やむし歯、メタボリックシンドロームの項目は依然として、全国下位の現状にあります。

さらに、県民の健康・栄養の現状等については、年齢が高くなるほど食や健康に対する関心が高くなっている一方で、特に若い世代や働き盛り世代では不規則な生活習慣に起因した肥満、メタボリックシンドロームや生活習慣病等が依然として課題となっており、食に対する知識の不足や無関心など、年代や生活環境等による健康状態の二極化が懸念されています。

## (2) 健康・栄養に関する国の動向

国においては、国民の健康の増進の推進に関する基本的な方向や目標などを定めた「健康日本21（第2次）」<sup>(注5)</sup>（H25～H34）が策定されたほか、「第3次食育推進基本計画」（H28～H32）がスタートしました。

平成25年には、「和食；日本人の伝統的な食文化」<sup>(注6)</sup>がユネスコ無形文化遺産に登録され、我が国の健康長寿を支える和食を中心とした日本人の食文化を保護・継承する活動が始まっています。

国の健康・栄養施策については、平成26年10月に「日本人の長寿に関する健康な食事のあり方に関する検討会報告書」がとりまとめられ、「健康な食事」<sup>(注7)</sup>の考え方が示されました。また、「日本人の食事摂取基準」<sup>(注8)</sup>2015年版においては、生活習慣病予防に加え新たに重症化予防も視野に入れ、高血圧予防の観点から食塩相当量の目標量が引き下げられるなどの改定が行われています。

平成27年4月にはJAS法、食品衛生法、健康増進法の食品の表示に関する規定を統合して一元化を図るため、食品表示法<sup>(注9)</sup>が施行されました。これにより、加工食品等の栄養成分表示が義務化され、食の安全や消費者の健康増進に役立つことが期待されています。

このような状況の下、食育基本法及び国の第3次食育推進基本計画の趣旨を基に、さらに、第2期計画による取組の推進状況を踏まえ、宮城の特性を生かした食育をさらに展開していくための指針として「第3期宮城県食育推進プラン」（以下「第3期計画」とします。）を策定しました。

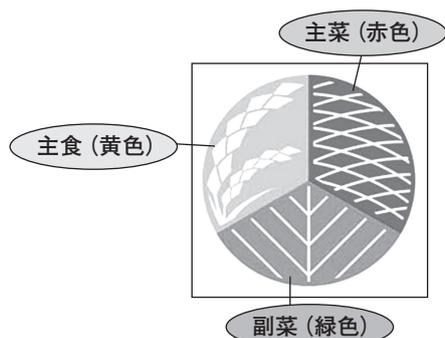
### ●日本人の長寿を支える「健康な食事」の考え方

- ・「健康な食事」とは、健康な心身の維持・増進に必要とされる栄養バランスを基本とする食生活が、無理なく持続している状態を意味します。

～「健康な食事」は、日本の食文化の良さや食事の特徴を生かし、多様な食べ物を組み合わせて料理し、おいしく楽しく食べることで、バランスのとれた食生活を送ることにあります。「健康な食事」は、特定の栄養素や特定の成分を指すものでも、健康に良いとのおうたい文句で出回っている特定の食品を推奨するものでもありません。大切なのは、毎日の食事です。～

- ・多様な食品から必要な栄養素をバランスよくとるためには、「主食・主菜・副菜を組み合わせる」ことが重要です。（P18 参照）

（日本人の長寿を支える「健康な食事」リーフレット（平成27年9月厚生労働省）等より抜粋）



●左のシンボルマークのデザインは、「主食・主菜・副菜」の3つの料理を構成し、黄色が「主食」、赤色が「主菜」、緑色が「副菜」で主食・主菜・副菜の組み合わせを表しています。

【主食・主菜・副菜を組み合わせせた食事のシンボルマーク（厚生労働省）】

## 2 計画の位置づけ

本県は、四季を通じて海・山・大地の食材に恵まれ、多彩な食材を生かした郷土料理や豊かな食文化が育まれ、継承されてきました。

本計画は、この宮城の特性を生かした食育推進の方向性を示すための計画として策定し、食育基本法第17条第1項に規定する都道府県食育推進計画として位置づけます。

その実施に当たっては、既存の関連計画と連携しながら本県の食育を推進していくこととします。



## 3 計画の期間

本計画は、平成28年度から平成32年度までの5年間の計画とし、計画期間中に状況の変化などが生じた場合には、必要に応じて見直すこととします。

## 4 計画見直しの概要

本計画の策定に当たっては、第2期計画をベースとしながら、必要な見直しを行いました。

第2期計画の計画期間における事業の実施状況や成果を検証するとともに、第2期計画策定時から現在までの食をめぐる情勢の変化等を踏まえながら、本県の食育に関する課題を明確にし、策定しました。

### (1) 第2期計画の目標達成状況

食育の推進、課題の達成に関する状況を客観的に把握するため設定した第2期計画の目標値18項目のうち、目標値を達成した項目は5項目でした。

＜目標値を達成した5項目＞

- ・ 3歳児の一人平均むし歯数
- ・ 主要な都市農山漁村交流拠点施設<sup>(注10)</sup>の利用人口
- ・ 農産物直売所推定売上高
- ・ みやぎ食育コーディネーター<sup>(注11)</sup>による食育推進活動への参加人数
- ・ 食育推進計画を作成・実施している市町村の割合

また、改善状況について、策定時の値と直近値を下記のとおり比較したところ、Bの改善傾向にあった目標値は3項目、Dの悪化傾向にあった目標値は4項目でした。詳細については、次ページ以降のとおりです。

改善状況の区分	項目数	(%)
A：目標達成	5	27.8
B：改善傾向（策定時の値から±1割以上の改善）	3	16.7
C：ほぼ変化なし（策定時の値から±1割以上変化がない）	4	22.2
D：悪化傾向（策定時の値から±1割以上の悪化）	4	22.2
E：評価不能	2	11.1

① 食習慣に関する課題

- ・「朝食を欠食する県民の割合」(20 から 30 歳代男性) については、ほぼ変化はありませんが、小学 6 年生については、改善がみられません。
- ・「脂肪エネルギー比率 (20 から 40 歳代)」及び「1 日当たりの野菜摂取量」については、平成 28 年度に県民健康・栄養調査を実施し、今後評価する予定です。

② 食生活に関する意識

- ・「主食・主菜・副菜をそろえて食べるようにしている人の割合」及び「食事の量は適量を心がけている人の割合」については、増加しているものの、改善傾向までには至りませんでした。
- ・「栄養成分表示<sup>(注 12)</sup>を参考にしている人の割合」については、47.0% (H 22 : 40.9%) と 6.1 ポイント増加し、改善傾向にあります。

③ 食に関連する健康上の課題

- ・「肥満傾向児<sup>(注 13)</sup>の出現率」については、中学 1 年男子が 13.99% (H 22 : 16.56%), 女子が 11.47% (H 22 : 14.11%) で男女とも改善傾向にありますが、全国順位をみますと男子が 3 位、女子が 7 位と、いずれも高い状況にあります。
- ・「メタボリックシンドローム該当者及び予備群の割合」については、平成 27 年度に公表されたデータによると、平成 25 年度は 29.5% (H 20 : 30.8%) とあまり変化がみられず、6 年連続全国ワースト 2 位という状況が続いています。
- ・「3 歳児の一人平均むし歯数」は、0.99 本と 1 本以下の目標を達成しました。

目標指標等		策定時の値 (調査年)	H23年度 (調査年)	H24年度 (調査年)	H25年度 (調査年)	H26年度 (調査年)	目標値 (H27年度)	改善 状況
① 食習慣に関する課題								
朝食を欠食する県民の割合	20から30歳代男性	30.8% (H22)	-	-	-	27.8% (H26)	23%以下	C
	小学6年生	2.6% (H22)	-	3.4% (H24)	3.3% (H25)	3.3% (H26)	2%以下	D
脂肪エネルギー比率 (20から40歳代)		25.6% (H22)	-	-	-	-	25%以下	E
1日当たりの野菜摂取量		307.4g (H22)	-	-	-	-	350g以上	E
② 食生活に関する意識								
主食・主菜・副菜をそろえて食べるようにしている人の割合		70.6% (H22)	-	-	-	73.1% (H26)	75%	C
食事の量は適量を心がけている人の割合		78.1% (H22)	-	-	-	81.8% (H26)	85%	C
栄養成分表示を参考にしている人の割合		40.9% (H22)	-	-	-	47.0% (H26)	50%	B
③ 食に関連する健康上の課題								
肥満傾向児の出現率	中学1年(男子)	16.56% (H22)	-	14.45% (H24)	16.79% (H25)	13.99% (H26)	11%	B
	中学1年(女子)	14.11% (H22)	-	11.45% (H24)	11.48% (H25)	11.47% (H26)	9%	B
メタボリックシンドローム該当者及び予備群の割合 (40から74歳)		30.8% (H20)	30.0% (H21)	29.4% (H22)	29.5% (H23)	30.1% (H24)	26.7%	C
3歳児の一人平均むし歯数		1.52本 (H20)	1.22本 (H22)	1.11本 (H23)	1.07本 (H24)	0.99本 (H25)	1本以下	A

#### ④ 地産地消<sup>(注14)</sup>の取組

- ・「学校給食の地場産野菜等の利用品目数の割合」については、震災以降は、回復傾向にありますますが、計画策定時と比べると減少しています。
- ・農林漁家レストラン<sup>(注15)</sup>、農産物直売所、農林漁家民宿等の「主要な都市農山漁村交流拠点施設の利用人口」については、1,279万人（H21：901万人）に増加しており、1,000万人の目標を達成しました。
- ・「農産物直売所推定売上高」は、88億円（H21：69億円）に増加しており、目標を達成しました。
- ・「農業体験学習に取り組む小・中学校の割合」については、減少しています。

目標指標等	策定時の値 (調査年)	H23年度 (調査年)	H24年度 (調査年)	H25年度 (調査年)	H26年度 (調査年)	目標値 (H27年度)	改善 状況
④ 地産地消の取組							
学校給食の地場産野菜等の利用品目数の割合	30.8% (H21)	25.6% (H23)	24.4% (H24)	24.1% (H25)	28.0% (H26)	33.6%	D
主要な都市農山漁村交流拠点施設の利用人口	901万人 (H21)	1,052万人 (H23)	1,071万人 (H24)	1,187万人 (H25)	1,279万人 (H26)	1,000万人	A
農産物直売所推定売上高	69億円 (H21)	74億円 (H23)	78億円 (H24)	81億円 (H25)	88億円 (H26)	85億円	A
農業体験学習に取り組む小・中学校の割合	79.4% (H21)	76.0% (H23)	-	67.5% (H25)	-	90%	D

#### ⑤ 食の安全安心

- ・「みやぎ食の安全安心消費者モニター<sup>(注16)</sup>活動率」については、消費者モニターの登録者数は、772人（H23年度末）から814人（H25年度末）と増加しておりますが、活動率については、減少しています。

目標指標等	策定時の値 (調査年)	H23年度 (調査年)	H24年度 (調査年)	H25年度 (調査年)	H26年度 (調査年)	目標値 (H27年度)	改善 状況
⑤ 食の安全安心							
みやぎ食の安全安心消費者モニター活動率	64.0% (H21)	58.6% (H23)	55.0% (H24)	55.6% (H25)	53.5% (H26)	80%	D

#### ⑥ 食育の推進体制

- ・「みやぎ食育コーディネーターによる食育推進活動への参加人数」については、2万人を超え（H26：21,548人）、目標を達成しました。平成21年度の7,231人から約3倍に増加し、活動が拡大しています。
- ・「食育推進計画を作成・実施している市町村の割合」については、平成27年3月末ですべての市町村で作成され、県内各市町村において食育を推進する体制が整備されました。

目標指標等	策定時の値 (調査年)	H23年度 (調査年)	H24年度 (調査年)	H25年度 (調査年)	H26年度 (調査年)	目標値 (H27年度)	改善 状況
⑥ 食育の推進体制							
みやぎ食育コーディネーターによる食育推進活動への参加人数	7,231人 (H21)	8,277人 (H23)	9,588人 (H24)	23,543人 (H25)	21,548人 (H26)	15,000人	A
食育推進計画を作成・実施している市町村の割合	91.4% (H22)	97.1% (H23)	97.1% (H24)	97.1% (H25)	100% (H26)	100%	A

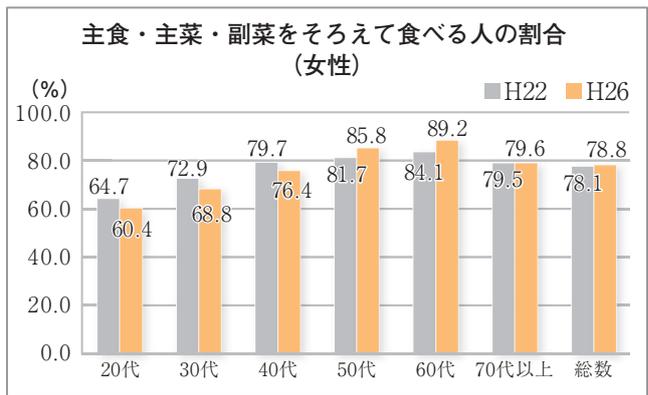
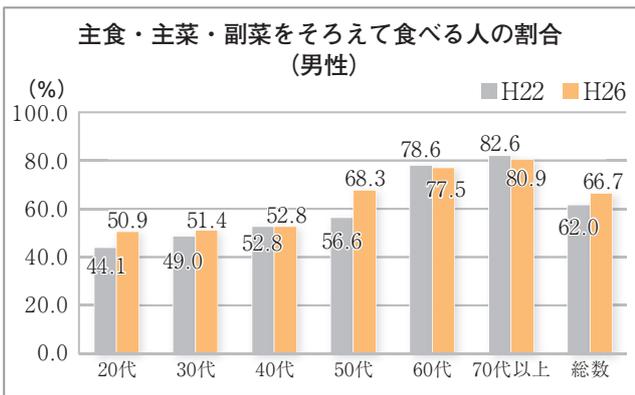
## (2) 食をめぐる現状

社会環境の変化やライフスタイルの多様化などにより、健全な食生活が失われつつあり、食に関連する健康課題等が懸念されています。本県の食をめぐる現状のうち主な5項目の状況を以下に紹介します。

### ① 食生活に関する知識・意識・行動

#### ◇ 栄養のバランス（主食・主菜・副菜）

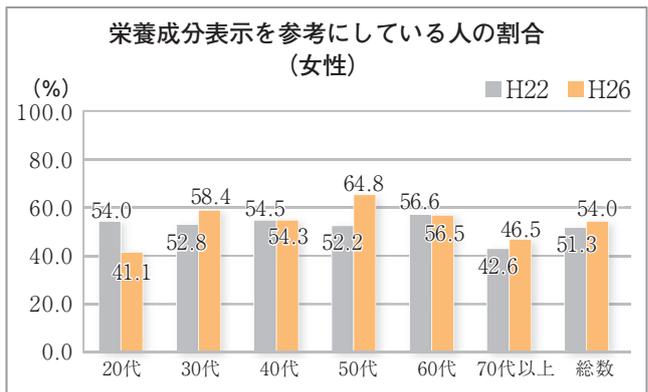
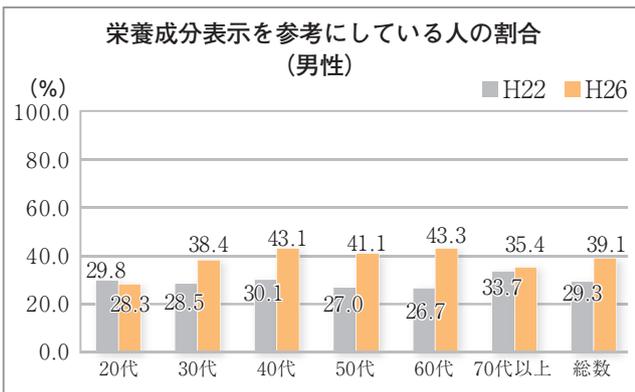
主食・主菜・副菜をそろえて食べるようにしている人の割合は、男女とも若い世代が低く、20歳代から40歳代の男性の約5割、20歳代の女性の約6割となっています。また、平成22年との比較では、男性の20歳代、50歳代で増加しており、女性はほぼ横ばいとなっています。



(H22 県民健康・栄養調査, H26 県民健康調査)

#### ◇ 栄養成分表示の活用

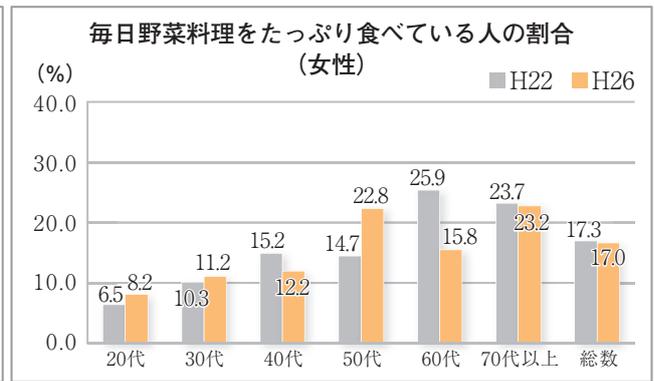
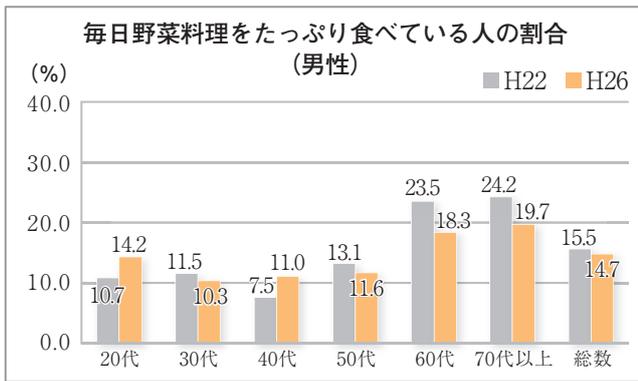
栄養成分表示を参考にしている人（「いつもしている」、「時々している」）の割合は、男性が約4割、女性が約5割となっており、平成22年と比較すると、男性は増加していますが、女性全体としては、横ばいとなっています。



(H22 県民健康・栄養調査, H26 県民健康調査)

#### ◇ 野菜の摂取状況

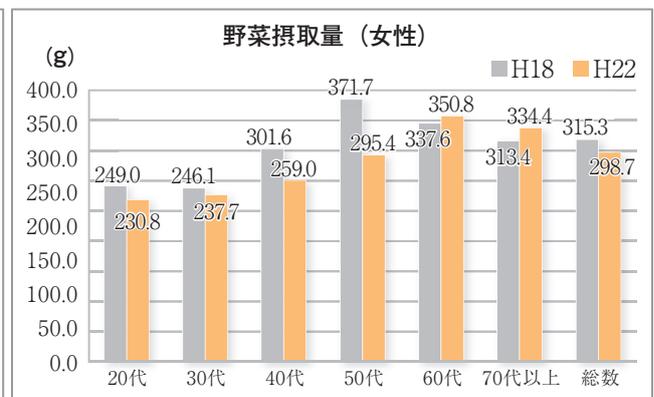
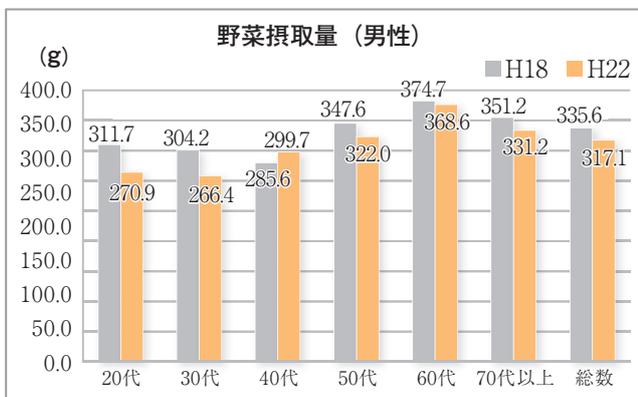
「毎日野菜料理をたっぷり（1日5皿350g）食べることができている」と回答した人の割合は、男性が14.7%、女性が17.0%であり、平成22年と比べて変化がありません。年代別にみると、男女ともに若い世代が少ない傾向にあります。



(H22 県民健康・栄養調査, H26 県民健康調査)

◇ 野菜摂取量

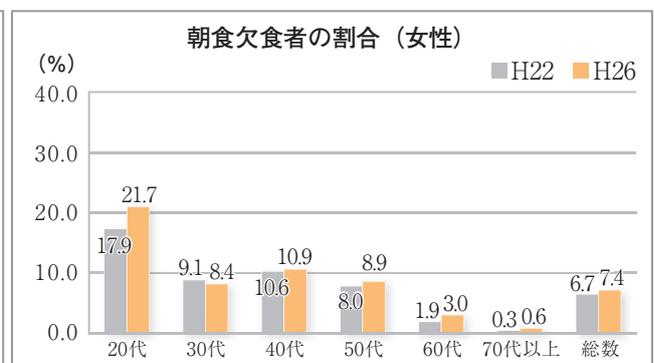
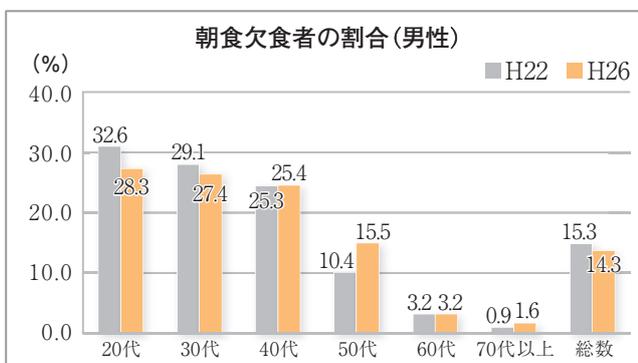
1日の野菜摂取量は、男女とも目標である350g以上には達していません。特に、若い世代の摂取量が少なく、20歳代から30歳代では、男性で約80g、女性で約120g程度目標量より少ない現状です。



(県民健康・栄養調査)

◇ 朝食の欠食

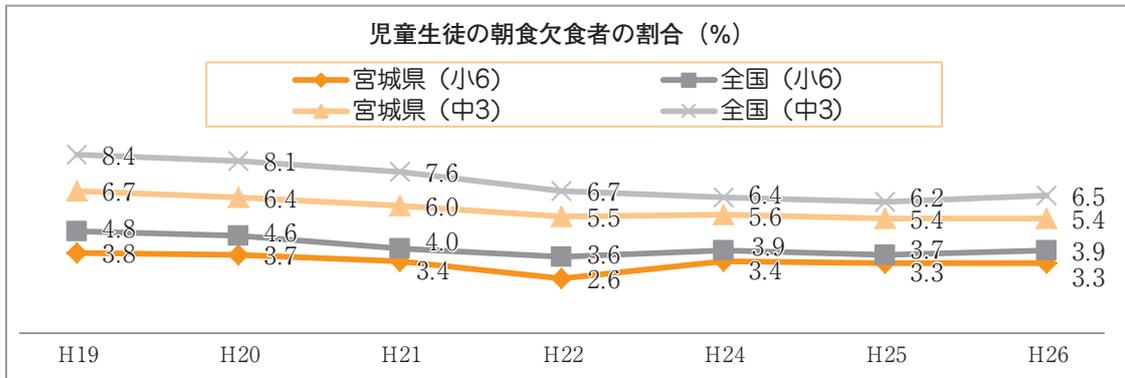
朝食を食べない(「ほとんど食べない」, 「週4~5回以上食べない」)と回答した人の割合は、男女とも若い世代ほど多くなっており、男性の20歳代で28.3%, 女性の20歳代で21.7%となっています。平成22年と比較すると、男性の20歳代で減少していますが、女性では20歳代と50歳代以上で増加しています。



(H22 県民健康・栄養調査, H26 県民健康調査)

◇ 児童生徒の朝食欠食者の割合

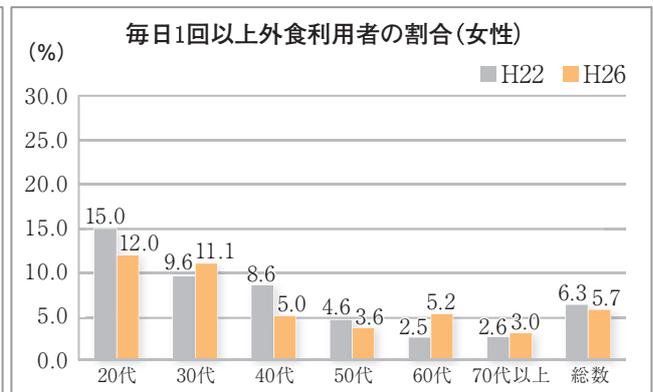
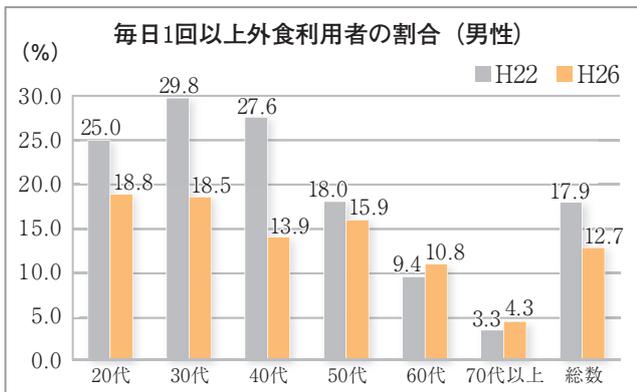
児童生徒（小学6年生，中学3年生）の朝食欠食者の割合は，全国と比べると低い現状にありますが，平成22年まで減少していたものの，震災後，平成24年に増加し，その後はあまり改善がみられません。



(文部科学省：全国学力・学習状況調査)

◇ 外食利用者の割合

外食（市販の弁当等の利用を含む。）を毎日1回以上する人（「ほとんど毎日1回以上」）の割合は，女性の30歳代を除き，男女とも平成22年と比べて20歳代から50歳代は減少していますが，60歳以上で増加傾向にあり，高齢者の利用が増えています。



(H22 県民健康・栄養調査，H26 県民健康調査)

② 栄養素等摂取量

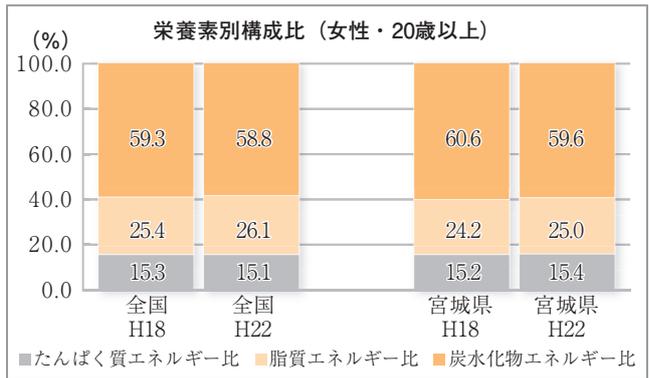
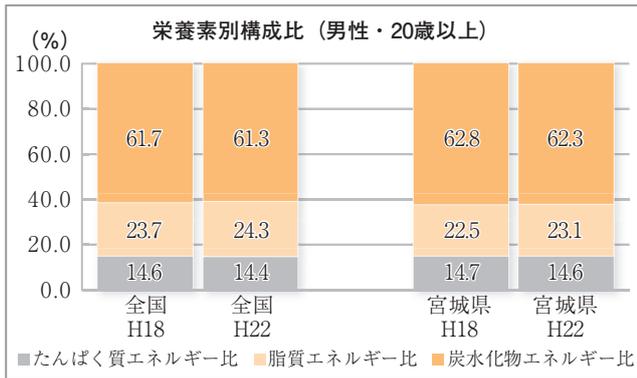
◇ 栄養バランス及び食塩摂取量

栄養バランスの比率は，厚生労働省が定める基準※によると「たんぱく質13～20%，脂質20～30%，炭水化物50～65%」となっており，各年代ともおおむね基準内という結果となっています。

また，食塩摂取量については，年々減少傾向にあるものの，平成22年調査結果では，男性11.9g，女性10.4gで同基準※の「男性8g未満，女性7g未満」より，男性で約4g，女性で約3g多くなっています。

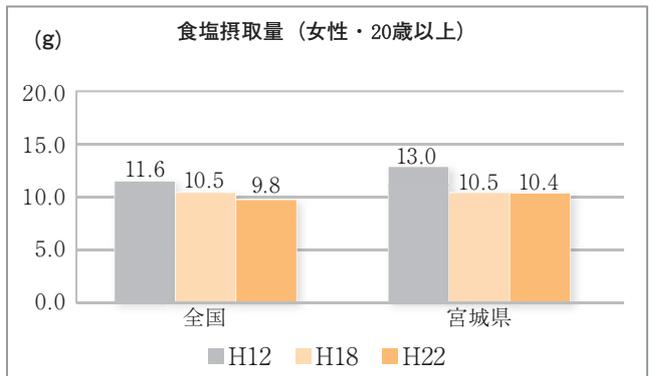
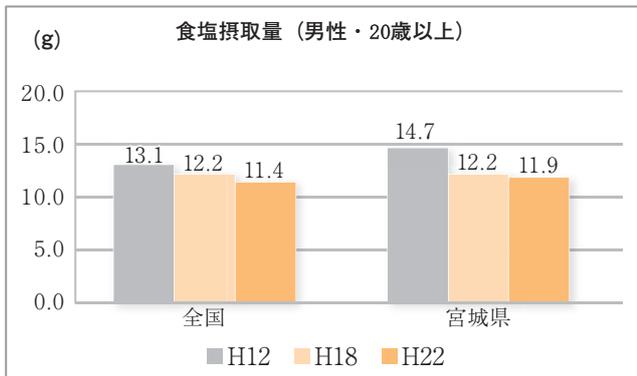
※日本人の食事摂取基準（2015年版）

・エネルギーの栄養素別構成比



(全国：国民健康・栄養調査，宮城県：県民健康・栄養調査)

・食塩摂取量



(全国：国民健康・栄養調査，宮城県：県民健康・栄養調査)

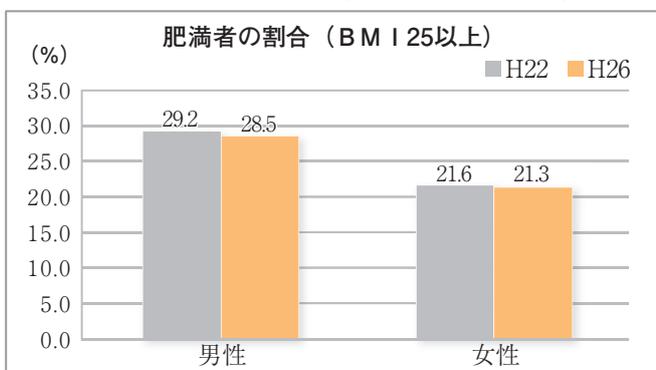
③ 食に関連する健康上の課題

◇ 肥満者の割合

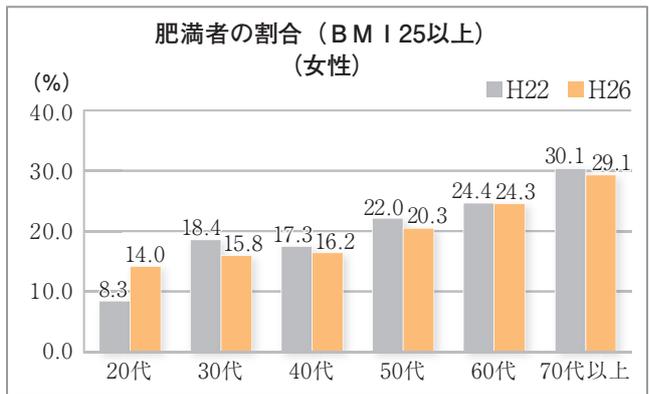
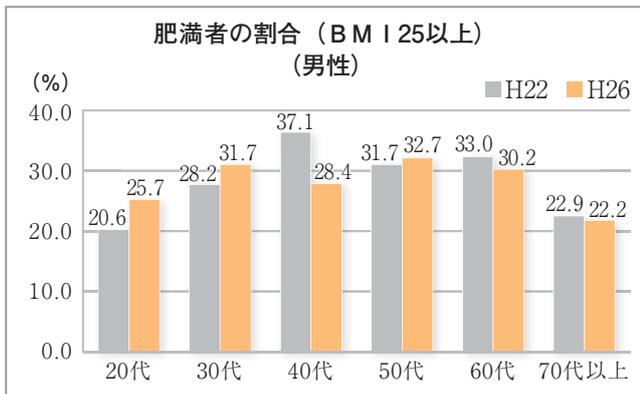
成人の肥満者（BMI<sup>(注17)</sup> 25以上）の割合は，男性は約3割，女性は約2割で男女とも平成22年と比べてあまり変化がみられませんでした。

年代別では，男性は30歳代，50歳代の肥満者の割合が高く，女性は年代が高くなるほど高くなっています。また，児童生徒の肥満傾向児の出現率は，全国値より高い状況がみられます。

・肥満者の割合（BMIの状況）

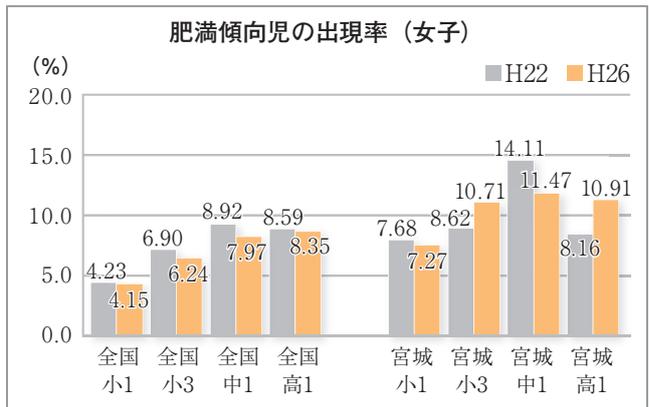
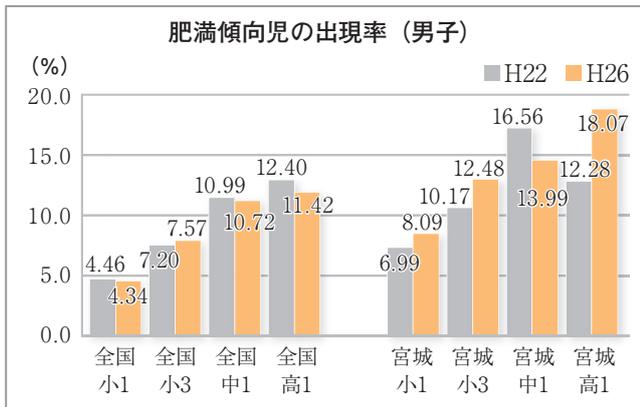


(H22 県民健康・栄養調査，H26 県民健康調査)



(H22 県民健康・栄養調査, H26 県民健康調査)

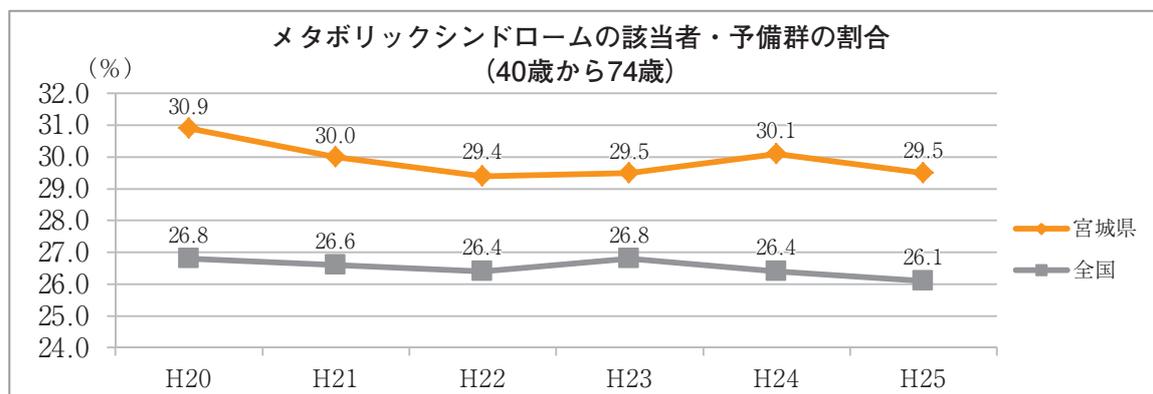
・肥満傾向児の出現率



(文部科学省：学校保健統計調査)

◇ メタボリックシンドローム該当者及び予備群の者の割合

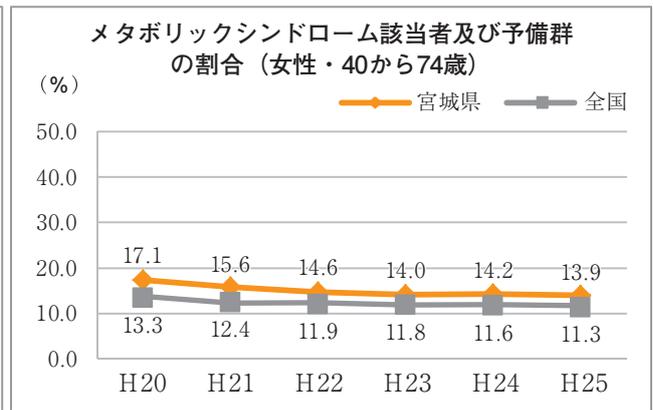
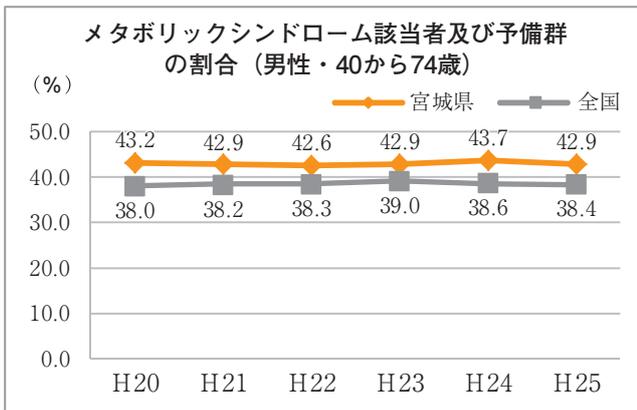
平成20年度から始まった特定健診(40歳から74歳対象)では、メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の割合は約3割で推移しており、6年連続全国ワースト2位という結果となっています。また、男性では、約4割が該当者及び予備群という状況です。



(厚生労働省：平成20年～平成25年 特定健診・保健指導の結果)

※メタボリックシンドローム「該当者」「予備群」とは…

腹囲が男性85cm, 女性90cm以上で、①血中脂質, ②血圧, ③血糖のうち、各項目基準に1つ以上該当する者を「予備群」、2つ以上該当する者を「該当者」という。

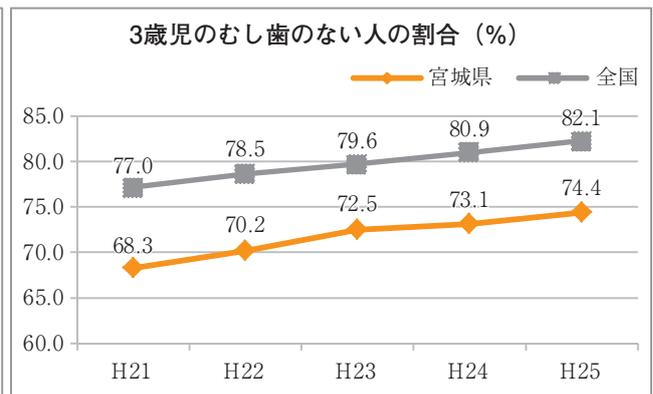
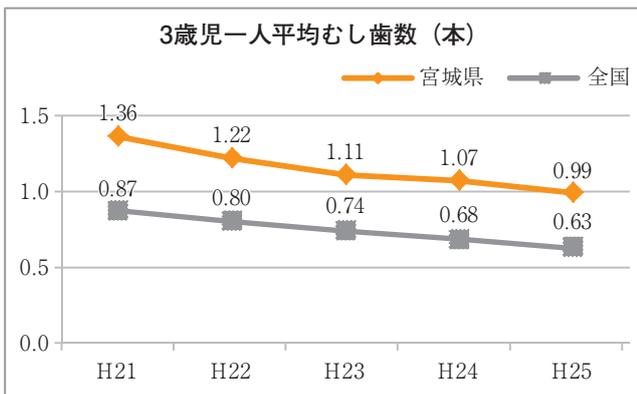


(厚生労働省：平成20年～平成25年 特定健診・保健指導の結果)

#### ◇ 3歳児のむし歯

3歳児の一人平均むし歯数は、年々減少し、平成25年で0.99本と、目標の「1本以下」を達成しましたが、依然全国平均を上回っています。

また、3歳児のむし歯のない人の割合は、年々増加し、平成25年度で74.4%となっていますが、全国平均を下回っています。

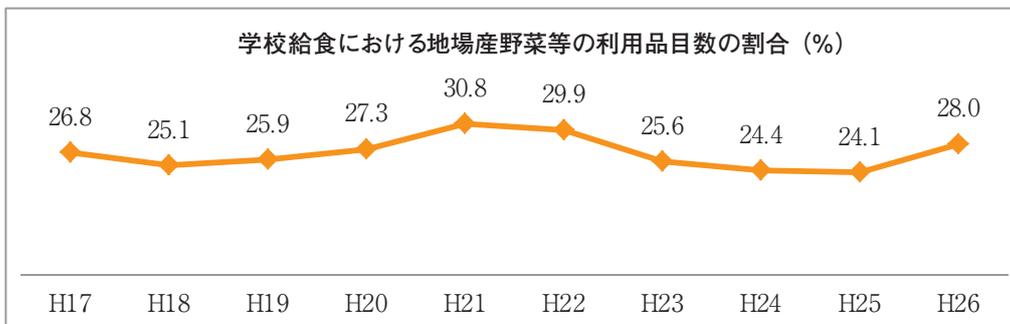


(厚生労働省：3歳児歯科健康診査)

#### ④ 地産地消の取組

##### ◇ 学校給食における地場産野菜等の利用品目数の割合

学校給食における地場産野菜等の利用品目数の割合については、平成18年から平成21年まで増加していましたが、東日本大震災後の平成23年には25.6%に減少しました。その後、平成26年には28.0%と増加に転じています。



(宮城県：学校給食地場産物活用状況等調査)

### ⑤ 食育の推進体制

#### ◇ 県内市町村の食育推進計画策定状況

仙台市を含む県内市町村の食育推進計画策定状況は、平成27年3月末に100%となり、県内全ての市町村において食育推進計画が策定、推進されています。

なお、全ての市町村で食育推進計画を策定している都道府県は17県（36.2%）となっています。

(参考)

管内市町村※の食育推進計画の作成割合	該当都道府県数
0～25%未満	1
25～50%未満	6
50～75%未満	6
75～100%未満	17
100%	17

※東京都は特別区を含む。

(内閣府食育推進室：都道府県別市町村食育推進計画の作成状況より（平成27年3月現在）)

### (3) 特に重点的に取り組むべき事項

本県では、児童生徒の肥満やメタボリックシンドローム該当者及び予備群の割合が高く、依然として、全国下位の現状にあることから、引き続き、「適正体重の維持」を重点的に取り組む課題として位置づけます。また、東日本大震災後、復興に取り組んできた「食材王国みやぎ」の豊かな食は、食育の推進に当たって活用すべき本県の特徴です。

これらについては、第2期計画から引き続き「行動目標」に掲げ、特に適正体重の維持と宮城の食材の活用について取り組んでいきます。

また、若い世代の食生活に関する意識や実践は、他の世代に比べて改善が十分とは言えず、さらに、県及び市町村における取組については、乳幼児期や中学生、高校生など思春期に対する取組が少ない現状にあります。

これらの課題と特徴等を踏まえ、本計画のコンセプトを「次世代へ伝えつなげる食育の推進～五感を使って健やかな心身を育む～」とし、食育を次世代へ継承していくため、望ましい食習慣の形成期にある子どもやこれから親となる若い世代を中心とした食育に重点的に取り組んでいきます。