

4 計画策定の概要

本計画の策定に当たっては、第3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3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3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3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3期計画の目標値20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歳児のむし歯のない人の割合
- ・農産物直売所推定売上高
- ・宮城県産の食材を使用した郷土料理を年10回以上提供している学校給食施設の割合
- ・みやぎ食の安全安心消費者モニター^(注13)の活動(延べ参加)率
- ・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

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1項目、Dの悪化傾向にあった目標値は1項目で、ほぼ変化のなかった項目が11項目と大半を占めました。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	25.0
B：改善傾向 (策定時の値から±1割以上の改善)	1	5.0
C：ほぼ変化なし (策定時の値から±1割以上変化がない)	11	55.0
D：悪化傾向 (策定時の値から±1割以上の悪化)	1	5.0
E：評価不能	2	10.0

① 食育を通じた健康づくり

- ・「朝食を毎日食べる人の割合」については、20～30歳代、小学6年生ともに、ほぼ変化がありませんでした。
- ・「1日当たりの食塩摂取量」、「1日当たりの野菜摂取量」、「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」など、平成28年県民健康・栄養調査の結果で評価している項目については、ほぼ変化がみられませんでした。また、「ゆっくりよく噛んで食事をする人の割合」は平成28年調査を基準値とし、その後調査を実施していないため評価不能としました。これらについては、令和3年度に県民健康・栄養調査を実施し、さらに正確な評価を行う予定です。
- ・「肥満傾向児^(注14)の出現率」については、中学1年男子が14.80% (H26:13.99%)、女子が13.60% (H26:11.47%)で、男子はほぼ変化はありませんが、女子は悪化傾向にあります。
- ・「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、令和2年度に公表されたデータによると、平成30年度は30.9% (H25:29.5%)と改善がみられず、11年連続全国ワースト3位以内という状況が続いています。
- ・「3歳児のむし歯のない人の割合」は、82.0%と目標の80%を達成しました。

目標指標等		策定時の値 (H26)	H28年度 (調査年)	H29年度 (調査年)	H30年度 (調査年)	R1年度 (調査年)	目標値 (R2年度)	達成 状況
1 食育を通じた健康づくり								
朝食を毎日食べる 人の割合	20から 30歳代	62.6%	63.5% (H28)	-	-	-	70%以上	C
	小学6年生	96.8%	96.3% (H28)	95.8% (H29)	95.1% (H30)	96.5% (R1)	98%以上	C
1日当たりの 食塩摂取量	成人男性	11.9g (H22)	11.5g (H28)	-	-	-	9g以下	C
	成人女性	10.4g (H22)	9.5g (H28)	-	-	-	8g以下	C
1日当たりの野菜摂取量 (成人)		307.4g (H22)	295g (H28)	-	-	-	350g以上	C
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 (成人)		73.1%	71.5% (H28)	-	-	-	80%	C
ゆっくりよく噛んで食事を する人の割合 (成人)		49.1% (H28)	49.1% (H28)	-	-	-	55%	E
栄養成分表示を参考にしている 人の割合 (成人)		47.0%	44.6% (H28)	-	-	-	60%	C
肥満傾向児の出現率	中学1年生 (男子)	13.99%	15.49% (H28)	14.05% (H29)	13.80% (H30)	14.80% (R1)	11%	C
	中学1年生 (女子)	11.47%	12.39% (H28)	10.12% (H29)	10.50% (H30)	13.60% (R1)	8%	D
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)		29.5% (H25)	29.3% (H26)	29.3% (H27)	29.8% (H28)	30.4% (H29)	26.1%	C
3歳児のむし歯のない人の割合		74.4% (H25)	77.1% (H27)	79.3% (H28)	81.7% (H29)	82.0% (H30)	80%	A

② 「食材王国みやぎ」の理解と継承

- ・「農業体験学習に取り組む小・中学校の割合」については、増加傾向にあります。
- ・「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、ほぼ横ばいですが、計画策定時から微増しています。

- ・農林漁家レストラン^(注15)、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^(注16)の利用人口」については、微増となっています。
- ・「農産物直売所推定売上高」は、112億円(H26:88億円)に増加しており、目標を達成しました。
- ・「宮城県産の食材を使用した郷土料理を年10回以上提供している学校給食施設の割合」については、92%(H26:62.8%)に増加しており、目標を達成しました。

目標指標等	策定時の値 (H26)	H28年度 (調査年)	H29年度 (調査年)	H30年度 (調査年)	R1年度 (調査年)	目標値 (R2年度)	達成 状況
2 「食材王国みやぎ」の理解と継承							
農業体験学習に取り組む 小・中学校の割合	67.5% (H25)	71.2% (H27)	82.4% (H29)	-	90.3% (R1)	100%	B
学校給食の地場産野菜等の 利用品目数の割合	28.0%	28.5% (H28)	30.5% (H29)	28.2% (H30)	29.2% (R1)	40%	C
主要な都市農山漁村交流拠点施設 の利用人口	1,279万人	1,298万人 (H27)	1,485万人 (H28)	1,444万人 (H29)	1,343万人 (H30)	1,600万人	C
農産物直売所推定売上高	88億円	107億円 (H28)	111億円 (H29)	113億円 (H30)	112億円 (R1)	95億円	A
宮城県産の食材を使用した郷土料 理を年10回以上提供している学 校給食施設の割合	62.8%	72% (H28)	87% (H29)	89% (H30)	92% (R1)	85%	A

3 食の安全安心に配慮した食育

- ・「みやぎ食の安全安心消費者モニター活動率」については、87%(H26:81%)に増加しており、目標を達成しました。

目標指標等	策定時の値 (H26)	H28年度 (調査年)	H29年度 (調査年)	H30年度 (調査年)	R1年度 (調査年)	目標値 (R2年度)	達成 状況
3 食の安全安心に配慮した食育							
みやぎ食の安全安心消費者モニター の活動(延べ参加)率	81%	78% (H28)	84% (H29)	92% (H30)	87% (R1)	85%	A

4 みんなで支えあう食育

- ・「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、3万人を超え(H26:21,548人)、目標を達成しました。
- ・「学校、保育所、事業所等の特定給食施設のうち適正体重の利用者の割合が増えた施設の割合」については、目標値の設定が困難であり、評価不能としました。

目標指標等	策定時の値 (H26)	H28年度 (調査年)	H29年度 (調査年)	H30年度 (調査年)	R1年度 (調査年)	目標値 (R2年度)	達成 状況
4 みんなで支えあう食育							
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	21,548人	36,619人 (H28)	32,069人 (H29)	31,037人 (H30)	36,196人 (R1)	26,000人	A
学校、保育所、事業所等の特定給 食施設のうち適正体重の利用者の 割合が増えた施設の割合	10.7% (H27)	13.3% (H28)	-	-	-	今後設定	E

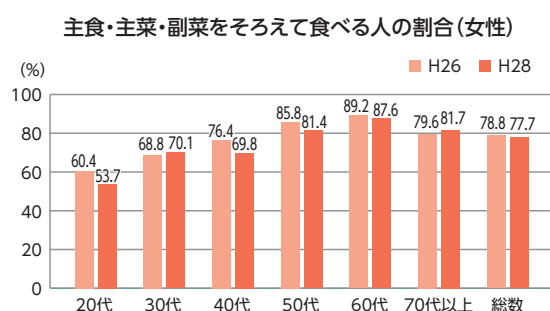
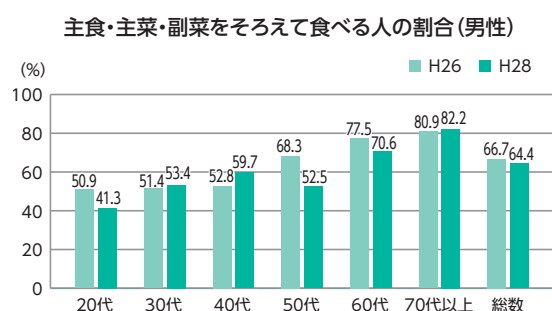
(2) 本県の食をめぐる現状

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）

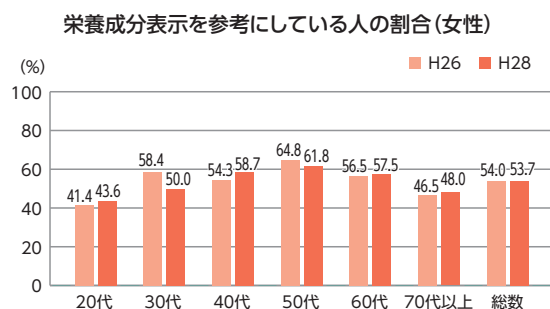
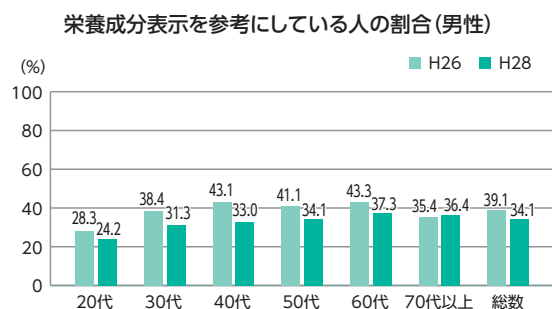
主食・主菜・副菜をそろえて食べるようにしている人の割合は、男女とも若い世代が低く、20歳代の男性の約4割、20歳代の女性の約5割となっています。また、平成26年との比較では、男女ともわずかに減少しています。



(H26 県民健康調査、H28 県民健康・栄養調査)

● 栄養成分表示^(注17)の活用

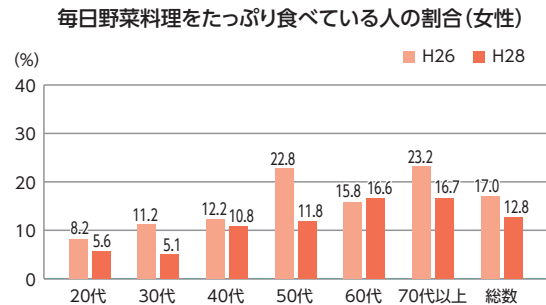
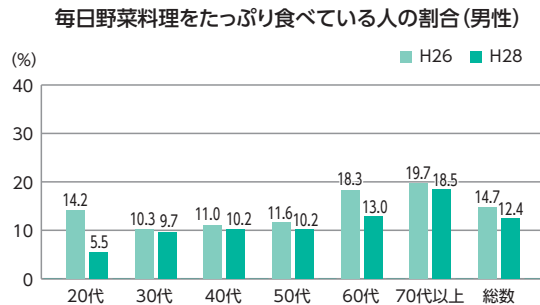
栄養成分表示を参考にしている人（「いつもしている」、「時々している」）の割合は、男性が34.1%、女性が53.7%であり、平成26年と比較すると、男性は減少し、女性は横ばいとなっています。



(H26 県民健康調査、H28 県民健康・栄養調査)

● 野菜の摂取状況

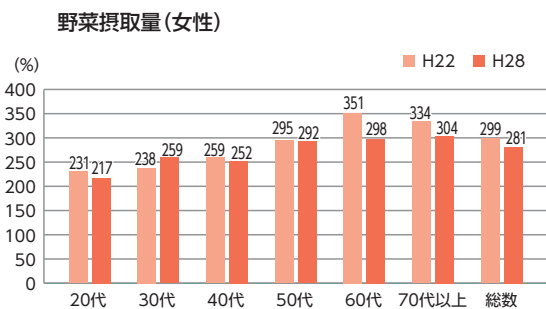
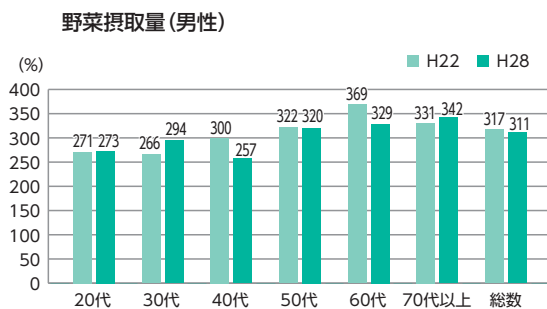
「毎日野菜料理をたっぷり（1日5皿350g）食べることができている」と回答した人の割合は、男性が12.4%、女性が12.8%であり、平成26年と比較し、男女とも減少しています。年代別にみると、男女ともに若い世代が少ない傾向にあります。



(H26 県民健康調査、H28 県民健康・栄養調査)

● 野菜摂取量

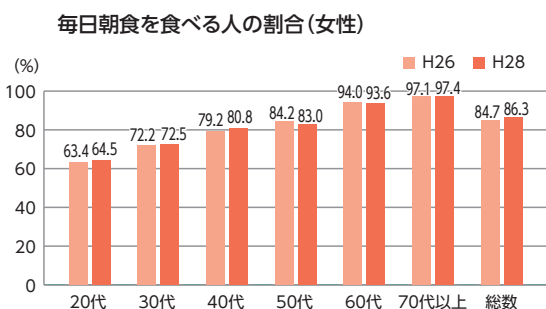
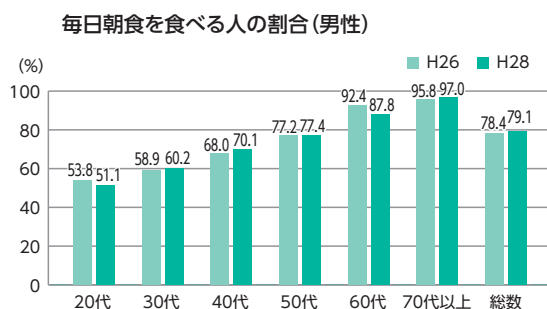
1日の野菜摂取量は、男女とも目標である350g以上には達しておらず、平成22年と比較し、わずかに減少しています。特に、若い世代の摂取量が少なく、20歳代では男性は約80g、女性は約130g目標量より少なくなっています。



(県民健康・栄養調査)

● 朝食の状況

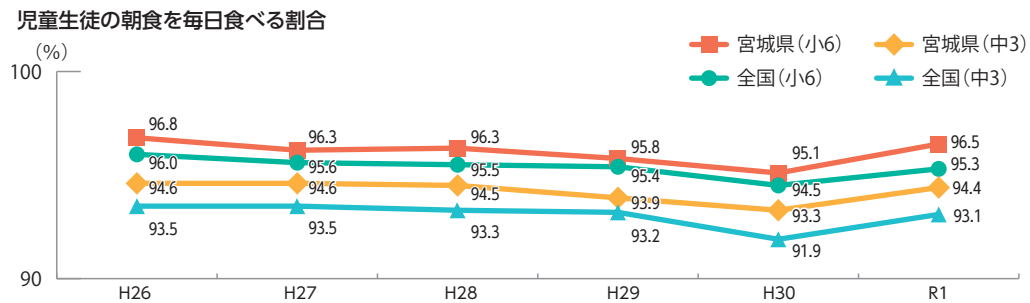
朝食を「毎日食べる」と回答した人の割合は、男女とも若い世代ほど低くなっており、20歳代が最も低く、男性で51.1%、女性で64.5%となっています。平成26年と比較し、男性は横ばいで、女性はわずかに増加しています。



(H26 県民健康調査、H28 県民健康・栄養調査)

● 児童生徒の朝食を毎日食べる割合

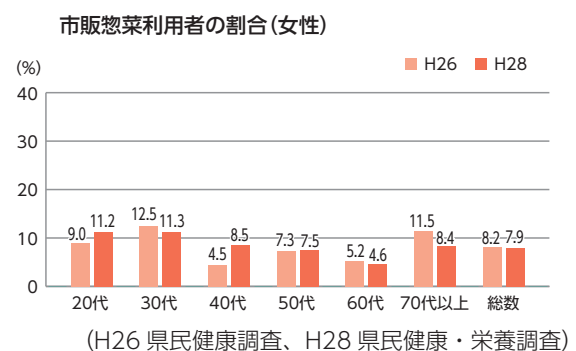
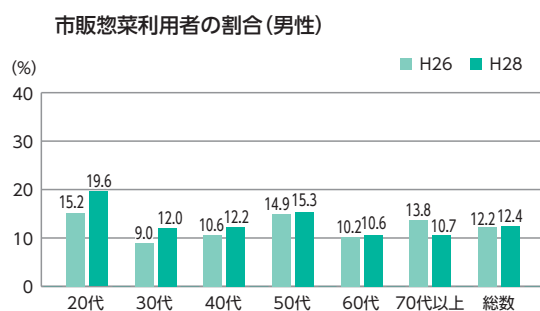
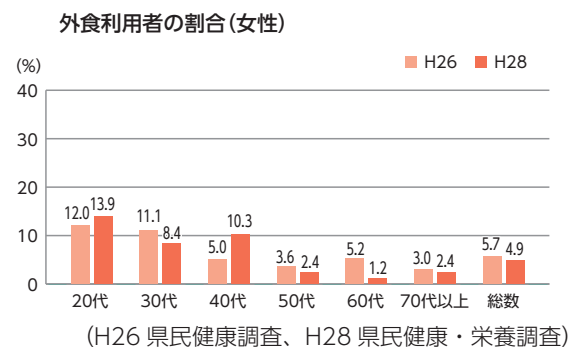
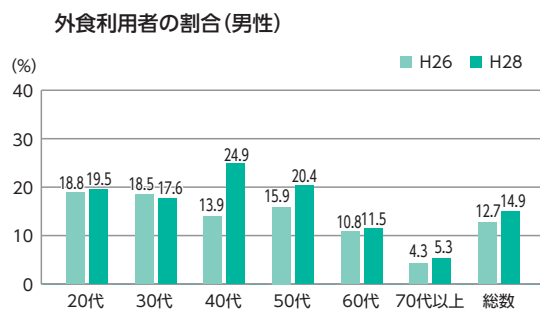
児童生徒(小学6年生、中学3年生)の朝食を毎日食べる(「している」、「どちらかといえば、している」)割合は、全国と比べると高い現状にあります。が、あまり改善がみられません。



(文部科学省:全国学力・学習状況調査) * 公立学校

● 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回以上利用する人(「毎日2回以上」、「毎日1回」)の割合は、20~50歳代男性で高く、2割程度になっています。また、市販の惣菜を毎日1回以上(「毎日2回以上」、「毎日1回」)利用する人の割合は、20歳代男性で高く、2割程度となっています。

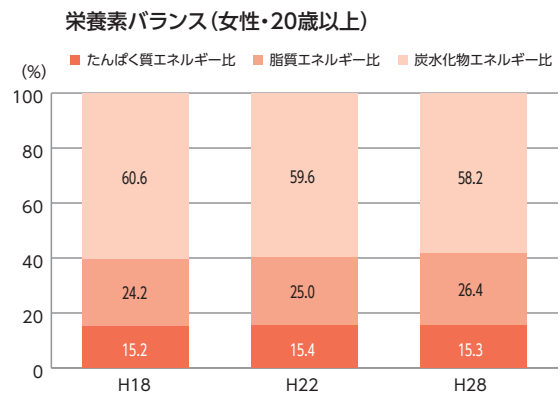
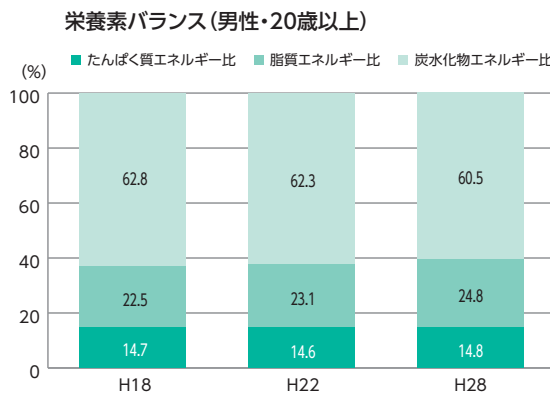


2 栄養素等摂取量

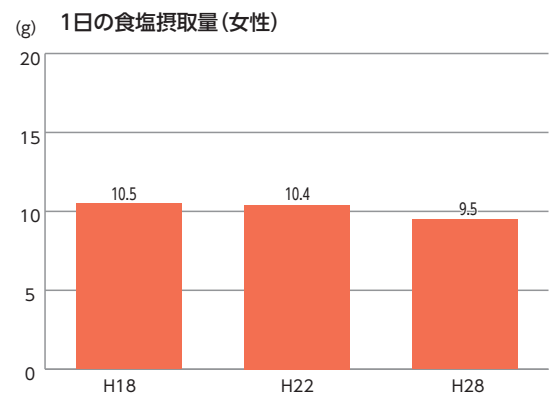
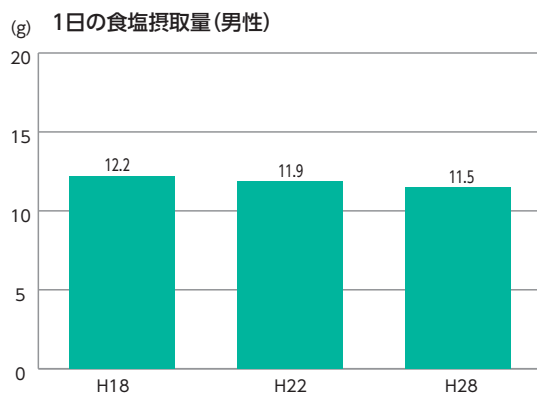
● 栄養素バランス及び食塩摂取量

エネルギー産生栄養素バランスの比率は、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 28 年調査結果では、男性 11.5g、女性 9.5g で同基準※の「男性 7.5g 未満、女性 6.5g 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（2020 年版）



(県民健康・栄養調査)

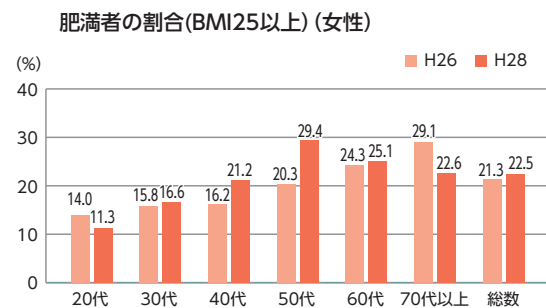
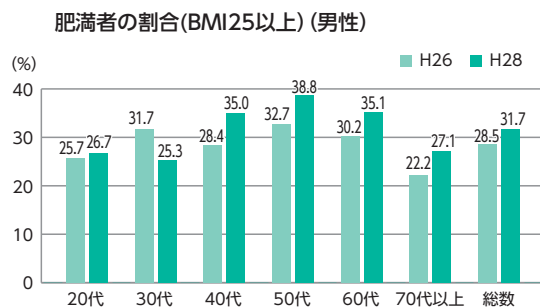


(県民健康・栄養調査)

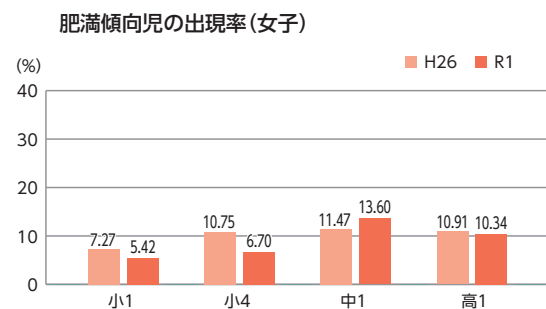
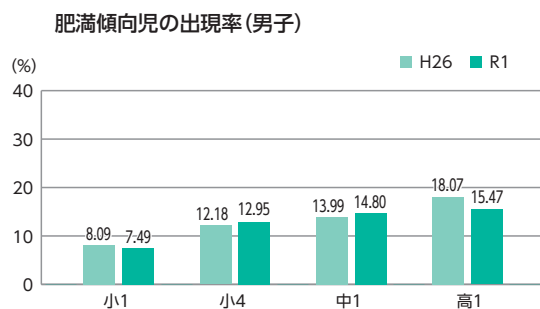
3 食に関連する健康上の課題

● 肥満者の割合

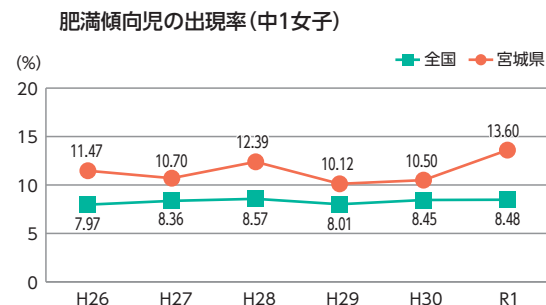
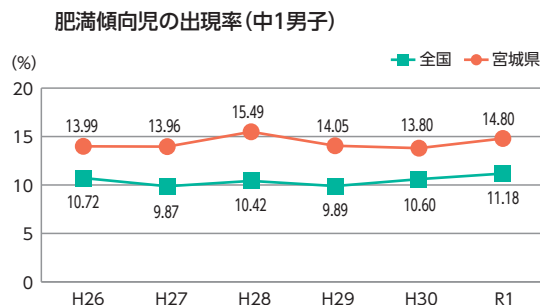
成人の肥満者（BMI^(注18) 25以上）の割合は、男性は約3割、女性は約2割で、平成26年と比較し、男女とも改善がみられませんでした。年代別では、男性は40～60歳代で高く、女性は50歳代で高くなっています。また、中学1年生の肥満傾向児の出現率は、平成26年よりやや増加し、全国値より高い数値で推移しています。



(H26 県民健康調査、H28 県民健康・栄養調査)



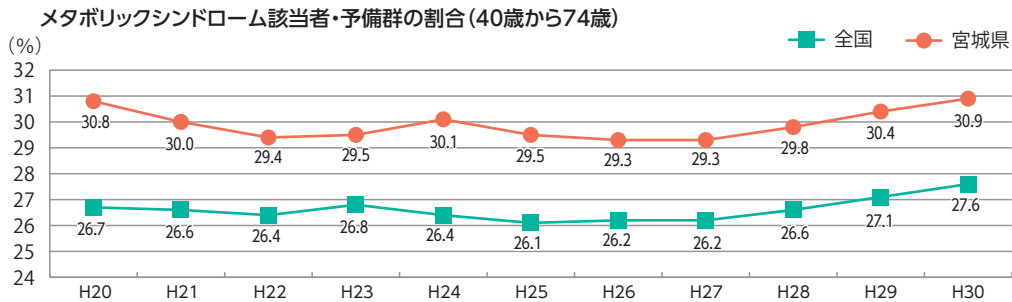
(文部科学省：学校保健統計調査)



(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**

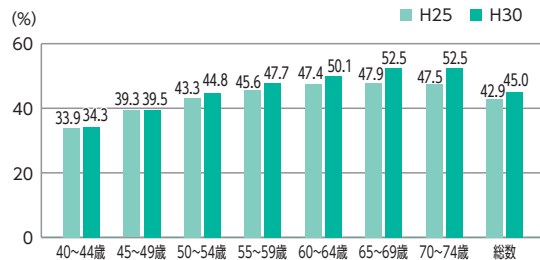
平成 20 年度から始まった特定健診 (40 歳から 74 歳対象) では、メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の割合は約 3 割で推移しており、11 年連続全国ワースト 3 位以内という結果となっています。また、男性では、約 4 割が該当者及び予備群という状況です。



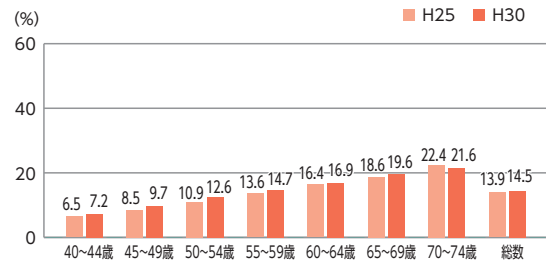
(厚生労働省：平成 20 年～平成 30 年 特定健診・保健指導の結果)

※メタボリックシンドローム「該当者」「予備群」
 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。

メタボリックシンドローム該当者及び予備群の割合 (男性)



メタボリックシンドローム該当者及び予備群の割合 (女性)

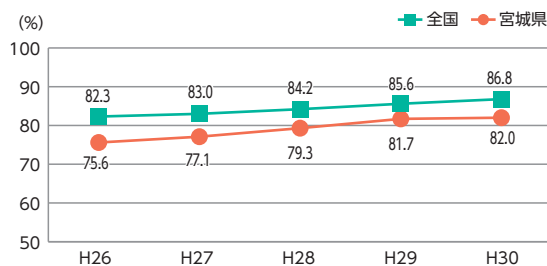


(厚生労働省：特定健診・保健指導の結果)

● **子どものむし歯**

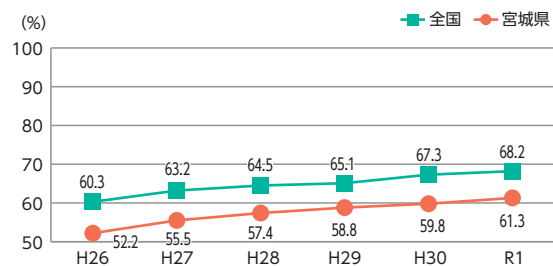
3 歳児のむし歯のない人の割合は、年々増加し、平成 29 年度に目標の 80% を上回りましたが、全国値を下回っています。また、12 歳児のむし歯のない人の割合も年々増加していますが、全国値を下回っています。

3歳児のむし歯のない人の割合



(厚生労働省：地域保健・健康増進事業報告)

12歳児のむし歯のない人の割合



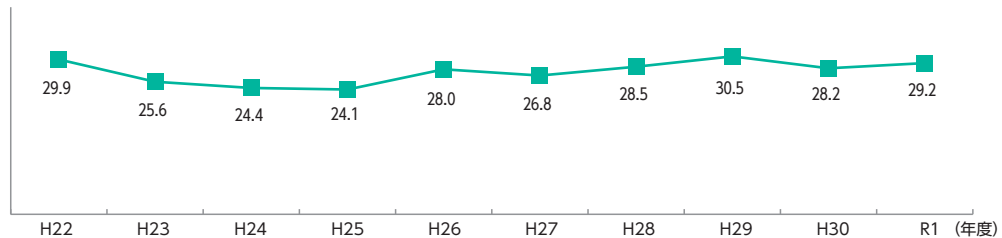
(文部科学省：学校保健統計調査)

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、増加傾向でしたが、東日本大震災後の平成 23 年度には 25.6% に減少しました。その後、平成 26 年度には増加に転じ、令和元年度には、震災前の水準とほぼ同等まで回復しています。

学校給食における地場産野菜等の利用品目の割合 (%)



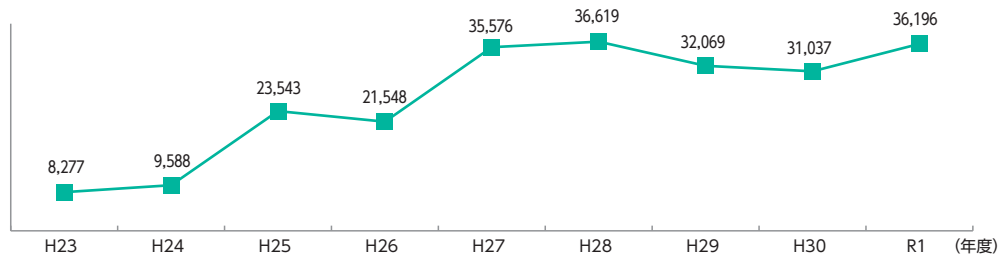
(宮城県：学校給食地場産物活用状況等調査)

5 食育の推進体制

● 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

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、研修制度の充実等に伴い徐々に増加しており、平成 27 年度以降は、3 万人以上で推移しています。

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 (人)

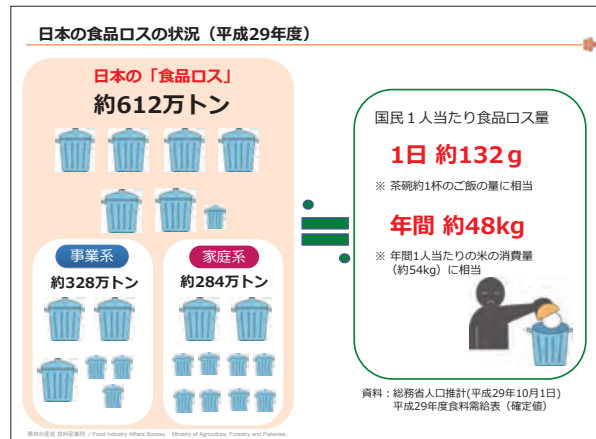


(宮城県：健康推進課調べ)

(3) 食品ロス

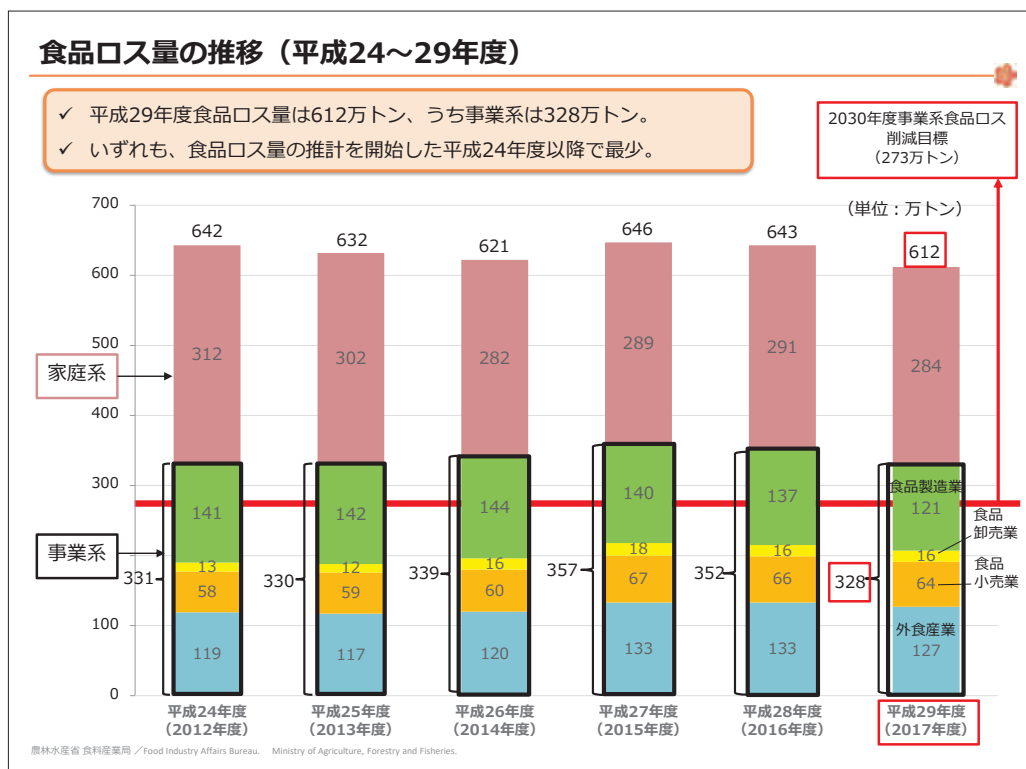
● 食品ロスの現状

本来食べられるのに捨てられる食品（食品ロス）の量は、国内で年間約612万トンにのぼります（平成29年度推計値）。国民1人当たりには換算すると1日132g（茶わん1膳分のご飯に相当する量）の食品を毎日、食べずに捨てていることとなります。



● 食品ロスの半分は家庭から

食品ロス約612万トンのうち、外食産業や小売業などの事業者からの排出は約328万トン、家庭からの排出は約284万トンと、事業者と家庭がそれぞれ約半分を占めています（平成29年度農林水産省推計）。



（農林水産省：食品ロスの現状（平成29年度））

● 「もったいない」が合い言葉

食品ロスの削減には、自治体や事業者の取組はもちろんですが、県民一人一人が「もったいない」の気持ちを持って、身近なことから取り組むことが重要です。

(4) 非常時・災害時の食の備え

● 災害が発生すると

災害が発生したときには、電気やガス、水道などのライフラインが止まり、生活に様々な支障が生じる可能性があります。復旧あるいは救助が届くまでの数日間を自力で生活できるように、日頃から災害時の食について備えておくことが必要です。

また、給食施設は特定多数の人に1日に1~3回の食事を継続的に提供しており、家庭と同様に被災者の健康に大きく影響を及ぼします。被災した場合でも継続した食事提供が求められることから、平時からの備えが重要です。

こういった食の備えは、自然災害に限らず、感染症の流行等の非常時にも助けになります。

(5) 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付けます。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3期計画から引き続き「行動目標」に掲げ、県民一人一人が自らの食についてしっかりと考え、必要な知識や能力を学びとり、主体的に取り組んでいくこととします。

また、第3期計画に基づき、子どもや若い世代に対する取組を強化してきましたが、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、今後も継続していく必要があります。

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～健やかに、宮城で生きる～」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。