

# 第5章 食育推進の評価指標

## 1 評価指標の考え方

第4次計画では、実践の輪をより強固なものにするため、県、市町をはじめ、多くの関係者が共通の目標を掲げ、その達成を目指して連携・協働して取り組むことにより県民運動として推進し、その成果及び達成度を評価指標により把握できるようにします。

評価指標の設定については、第3次計画の基本的内容及び目標が達成されていない項目に関しては継続するとともに、新たに国の第4次食育推進基本計画に追加された指標及び変更された部分を参考にしつつ、設定することとします。

また、食育は、食育基本法の目的や本計画の基本理念を踏まえて、個人、家庭、地域等の実態や特性等に配慮して推進されるべきものであることから、目標値の達成のみを追い求めることのないよう留意します。

## 2 食育推進に当たっての達成目標

### (1) 食育に関心を持っている県民の割合の増加

《現状値(令和4年度)》	⇒	《目標値(令和10年度)》
76.5%		90%以上

(出典:愛媛県県民健康調査[愛媛県])

食育を県民運動として展開し、成果を挙げていくためには、県民一人一人が自ら実践を心がけることが必要です。そのためにはまず、より多くの県民に食育に関心を持ってもらうことが大切であることから、引き続き、食育に関心を持っている県民の割合の増加を目指します。

### (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

《現状値(令和4年度)》	⇒	《目標値(令和10年度)》
週 10.7 回		週 11 回以上

(出典:愛媛県県民健康調査[愛媛県])

家族が食卓を囲んで共に食事をとりながらコミュニケーションを図ることは、食育の原点です。共食(朝食又は夕食を家族の誰かと一緒に食べる)により、食の楽しさを実感するだけでなく、食や生活に関する基礎を伝え、習得する機会にもなることから、引き続き、共食の回数の増加を目指します。

### (3) 地域等で共食したいと思う人が共食する割合の増加

《現状値(令和4年度)》	⇒	《目標値(令和10年度)》
24.7%		30%以上

(出典:愛媛県県民健康調査[愛媛県])

近年では、様々な家庭環境や生活の多様化により、家族との共食が難しい人も増えていますが、共食により食を通じたコミュニケーション等を図りたい人が、地域や所属するコミュニティ(職場等を含む)等を通じて、様々な人と共食する機会を持つことは重要であることから、地域等で共食したいと思う人が共食する割合を増やすことを目指します。

#### (4) 朝食を欠食する県民の割合の減少

《現状値(令和4年度)》			《目標値(令和10年度)》	
子ども(小学生)	7.3%	⇒		0%
若い世代(20~30歳代)	27.3%	⇒		15%以下

(出典:子ども…全国学力・学習状況調査[文部科学省]、若い世代…愛媛県県民健康調査[愛媛県])

朝食を毎日食べることは、栄養バランスに配慮した食生活や基本的な生活習慣を身につける観点から非常に重要であり、小学生では引き続き0%を目指します。また、成人のうち、特に欠食率が高い若い世代(20~30歳代)については、次世代に食育をつなぐ大切な担い手でもあるため、引き続き15%以下を目指します。

#### (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

《現状値(令和4年度)》			《目標値(令和10年度)》	
	月13.8回	⇒		月12回以上の維持

(出典:食に関する指導の実施状況調査[愛媛県教育委員会])

学校給食に地場産物を使用し、生きた教材として活用することは、地域の自然、文化、産業等に関する理解を深めるとともに、生産者の努力や食に関する感謝の念を育む上で重要です。子どもたちへの教育的な観点から、引き続き、栄養教諭等による地場産物に係る食に関する指導の取組を展開します。

#### (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)

《現状値(令和4年度)》			《目標値(令和10年度)》	
地場産物の使用割合	69.1%	⇒		75%以上
国産食材の使用割合	92.8%	⇒		90%以上の維持

(出典:地場産物活用状況調査[愛媛県教育委員会])

学校給食における地場産物の活用は、地産地消の有効な手段であり、地域の関係者の協力の下、未来を担う子どもたちが持続可能な食生活を実践することにもつながります。

学校給食における地場産物を使用する割合について、現場の努力を適切に反映するとともに、地域への貢献等の観点から、算出方法を食材数ベースから金額ベースに見直し、地場産物は75%以上、国産食材は90%以上の維持を目標とします。

#### (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

《現状値(令和4年度)》			《目標値(令和10年度)》	
20歳以上	63.1%	⇒		70%以上
若い世代(20~30歳代)	46.6%	⇒		60%以上

(出典:愛媛県県民健康調査[愛媛県])

生涯にわたって心身の健康を確保しながら、健全な食生活を実践するためには、県民一人一人が、主食・主菜・副菜を組み合わせた栄養バランス等に配慮した食事を習慣的にとることが必要であるため、引き続き70%以上を目指します。また、若い世代から健全な食生活を実践することが必要なことから、20~30歳代の若い世代について、新たに目標を設定します。

## (8) 1日当たりの食塩摂取量の減少

《現状値(令和4年度)》

10.1g

⇒

《目標値(令和10年度)》

7g未満

(出典:愛媛県県民健康調査[愛媛県])

高血圧の予防には1日当たり6g未満の食塩摂取量が望ましいと考えられている一方で、「日本人の食事摂取基準」(2020年版)における食塩摂取の目標量は、習慣的な摂取量を考慮して、成人男性 7.5g未満、成人女性 6.5g未満とされています。本県の健康課題である「高血圧」対策を推進するため、新たに目標とし、健康寿命の延伸を目指す「健康日本21(第三次)」と同様に、20歳以上の目標値は1日当たり7g未満とします。

## (9) 1日当たりの野菜の摂取量の増加

《現状値(令和4年度)》

児童・生徒(7~14歳) 186g

⇒

《目標値(令和10年度)》

300g以上

20歳以上 275g

⇒

350g以上

(出典:愛媛県県民健康調査[愛媛県])

本県では、温暖な気象条件の下、多彩な野菜が栽培されています。食事をバランスよくとるためには、毎食、野菜料理をたっぷり食べることが重要です。第3次計画で目標としていた児童・生徒の300g以上、20歳以上の350g以上の摂取量に達していないため、引き続き、1日当たりの野菜の摂取量の増加を目指します。

※ 野菜 350g摂取の目安 : 1食小鉢1皿以上、1日小鉢5皿分

## (10) 1日当たりのかんきつ類等の果物の摂取量の増加

《現状値(令和4年度)》

113g

⇒

《目標値(令和10年度)》

200g以上

(出典:愛媛県県民健康調査[愛媛県])

本県はかんきつ類の収穫量、品種数、産出額など多くの要素で全国トップクラスを誇りますが、他にもキウイフルーツや柿を中心に、多種多様な果物が栽培されています。これらの豊かな自然が育んだかんきつ類をはじめとする果物に親しむとともに、地産地消を実践していくことが重要であることから、引き続き、1日当たりのかんきつ類等を含む果物の摂取量の増加を目指します。

なお、第3次計画までは1歳以上の調査値を指標としていましたが、第4次計画では、「健康づくり計画」との整合性を図り、20歳以上の調査値を指標とします。

※ 果物 200g摂取の目安 : うんしゅうみかんなら2個、いよかんなら1個

(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

《現状値(令和4年度)》

56.6%

⇒

《目標値(令和10年度)》

75%以上

(出典:愛媛県県民健康調査[愛媛県])

生活習慣病の予防や改善には、日頃から望ましい食生活を意識し、実践することが重要です。第2～第3次計画では、特に内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)に着目し、予防や改善のための適切な食事、運動などを継続的に実践している県民の割合の増加を目指して食育に取り組んだ結果、54.2%から63.6%に増加しました。

しかし、エネルギーや食塩の過剰摂取等に代表されるような栄養等の偏り、朝食の欠食等の食習慣の乱れ、それに起因する肥満ややせ、低栄養等、生活習慣病につながる課題はいまだ改善には至っていません。そのため、第4次計画では、対象を生活習慣病に拡大して、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している県民の割合を増やすことを目指します。

(12) よく噛んで味わって食べる県民の割合の維持

《現状値(令和4年度)》

90.1%

⇒

《目標値(令和10年度)》

90%以上の維持

(出典:愛媛県県民健康調査[愛媛県])

県民が健やかで豊かな生活を送るには、口腔機能が十分に発達し、これを維持することが重要です。健康寿命の延伸に向け、噛み方や食べる速さにも着目し、口腔の健康や口腔機能の獲得・維持・向上と関連させた食育が重要であることから、引き続き、ゆっくりとよく噛んで食べる県民の割合の増加を目指します。

(13) 食育の推進に関わるボランティアの数の増加

《現状値(令和4年度)》

6,228人

⇒

《目標値(令和10年度)》

増加

(出典:食育推進計画等に関する調査[愛媛県])

食育を県民運動として推進し、県民一人一人が実践していくためには、食生活の改善活動に携わるボランティアの役割が重要です。人口減少や高齢化の進行により、ボランティアの数は減少する可能性があります。引き続き、ボランティア活動の活性化に向けた環境の整備を行い、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県民の数の増加を目指します。

(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

《現状値(令和4年度)》

72.1%

⇒

《目標値(令和10年度)》

80%以上

(出典:愛媛県県民健康調査[愛媛県])

農林漁業者や農産漁村人口の著しい高齢化や減少及び耕地面積の減少という事態に直面する中、できるだけ多くの県民が農林水産物の役割を理解し、自らの課題として、それぞれの立場から主体的に支え合う行動を引き出していくことが必要であることから、新たに目標とし、産地や生産者を意識して農林水産物・食品を選ぶ県民の増加を目指します。

(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

《現状値(令和4年度)》

87.8%

⇒

《目標値(令和10年度)》

90%以上

(出典:愛媛県政課題調査[愛媛県])

食料の生産から消費等に至る食の循環において、食生活が自然の恩恵の上に成り立つことを認識し、環境に配慮した農林水産物・食品を選ぶことは、環境への負荷を減らし、持続可能な食料システムの構築につながる上でも重要です。このため、新たに特別栽培農産物等県認証を受けた農産物の購入を希望する県民の増加を目指します。

(16) 食品ロス削減に積極的に取り組む県民の割合の増加

《現状値(令和2年度)》

45%

⇒

《目標値(令和10年度)》

70%以上

(出典:愛媛県政課題調査[愛媛県])

まだ食べられるのに廃棄されている食品ロスの量は、1日一人当りお茶碗1杯分になります。その削減を進めるためには、県民一人一人が食品ロスの現状や削減の必要性について認識を深め、自ら主体的に取り組むことが不可欠です。第3次計画では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に取り組みましたが、第4次計画では、更に踏み込んで、食品ロス削減に積極的に取り組む県民の増加を目指します。

(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

《現状値(令和4年度)》

39回

⇒

《目標値(令和10年度)》

50回以上

(出典:食育推進計画等に関する調査[愛媛県])

本県には、東・中・南予の各地域に、地域の食材を生かした郷土料理があり、地域や家庭で受け継がれてきました。しかし、近年、核家族化の進展や地域のつながりの希薄化、食の多様化により、その特色が徐々に失われつつあります。

豊かなえひめの食文化を地域や次世代へ伝えていくために、引き続き、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の増加を目指します。

(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

《現状値(令和4年度)》

59.5%

⇒

《目標値(令和10年度)》

65%以上

(出典:愛媛県県民健康調査[愛媛県])

地域や家庭で受け継がれてきた郷土料理を調理し、様々な場面で食べることにより、将来にわたって、えひめの食文化を次世代へ継承していくことが重要であることから、新たに目標とし、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を目指します。

(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

《現状値(令和4年度)》

70.7%

⇒

《目標値(令和10年度)》

80%以上

(出典:愛媛県県民健康調査[愛媛県])

健全な食生活の実現に当たっては、食品の選び方や適切な調理・保管の方法等について基礎的な知識を持ち、その知識を活用して行動していくことが重要です。このため、引き続き、食品の安全性に関する基礎的な知識を持つ県民の増加を目指します。

(20) 食育推進計画を継続して策定・実施している市町の数維持

《現状値(令和4年度)》

20 市町

⇒

《目標値(令和10年度)》

20 市町

(出典:食育推進計画等に関する調査[愛媛県])

食育を県民運動として推進していくためには、県内各地においてその取組が推進されることが重要です。県内全 20 市町において、食育推進計画が策定されていることから、引き続き、全 20 市町が計画を継続して推進していくことを目指します。

(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

《現状値(令和4年度)》

646 店舗

⇒

《目標値(令和10年度)》

増加

(出典:食育推進計画等に関する調査[愛媛県])

近年、ライフスタイルの変化等により調理済み食品や外食を利用する機会が増加しており、健康に資する食環境整備の重要性が、高まっています。第3次計画では飲食店等における栄養成分表示の取組を支援し、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に取り組みましたが、第4次計画では、飲食店だけでなく食品販売店等に対象を広げて、県の食生活における課題である朝食欠食や野菜摂取不足の改善に向けた取組を支援するとともに、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を目指します。