

IV 本市における現状と課題について

様々な現状や課題について、「食を大切にする心を育む」「リズムある食習慣・栄養のバランス」「食の安全・安心」「地元食材へ目をむけた地域特性や旬、食文化を感じる食卓」の4つの視点でまとめました。

1 “食を大切にする心を育む”視点から

食を大切にする心が希薄になり、「食の軽視」が懸念されています。その様子として、三食食べることを、食を大切にしている姿としてとらえて現状を見ると、成人においては、20・30歳代に欠食の頻度が高い人が多く、年代により差がみられました。【図1】

市立小中学校では、平成20年度より、定点調査*による「朝食摂取率100%週間運動**」の調査が実施されています。平成22年7月の調査では、小学生においては朝食を98.6%が食べており、中学生は94.2%、会津地区の県立高等学校における高校生に対する調査結果では87.7%と年齢が上がるにつれ、ややその割合の低下がみられます。

平成19年実施の市健康意識調査における頻度調査***による調査結果では、定点調査における結果よりも、欠食者の割合は高くなっています。しかし、様々な取り組みにより、平成14年の調査時に比べて改善傾向にあります。【図2、3】

幼児については、むら食い・遊び食べなどの盛んな時期ですが、やはり朝食を食べる割合は昼食・夕食に比べて低い現状です。【図4】

また、食習慣の基礎作りの時期にある子どもにとって、家族との食事は大切なものです。

家族との食事が1日1回以上である児童・生徒が、平成14年の調査時に比べて減少傾向にあることに注目し、その重要性についての理解を深めることが大切です。【図5】

* 定点調査・・・ある時点での実施の有無を集計するもの。

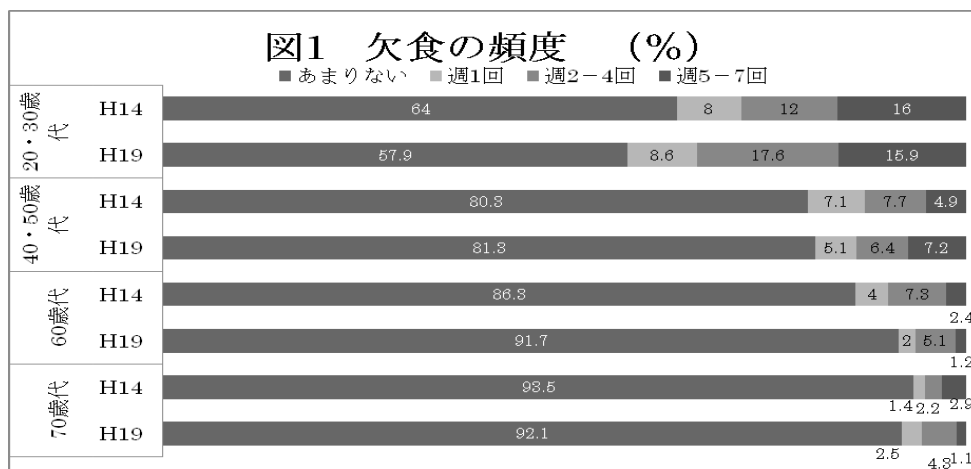
* * 朝食摂取率100%週間運動・・・県内公立各幼小中高校における、朝食摂取に関する取り組み。

* **頻度調査・・・頻度別に実施状態を集計するもの。

●子どもに比べ、成人の欠食割合は高い現状です。

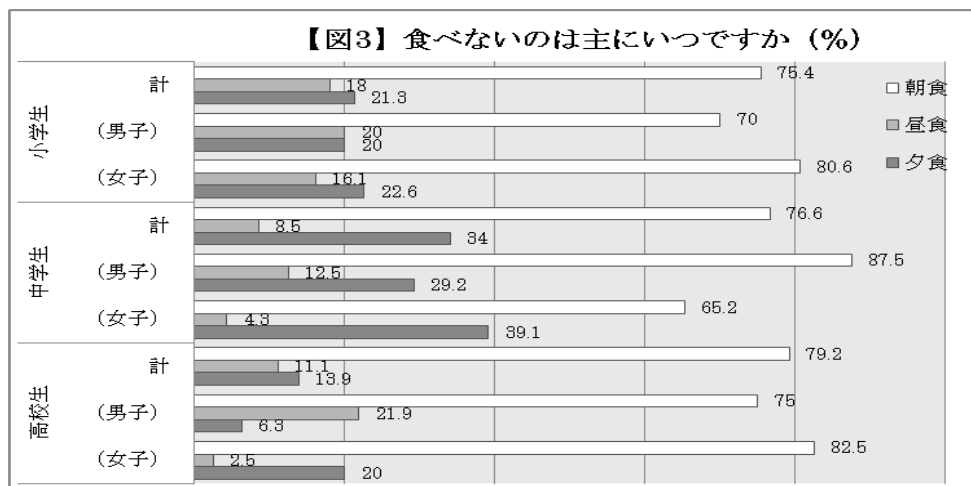
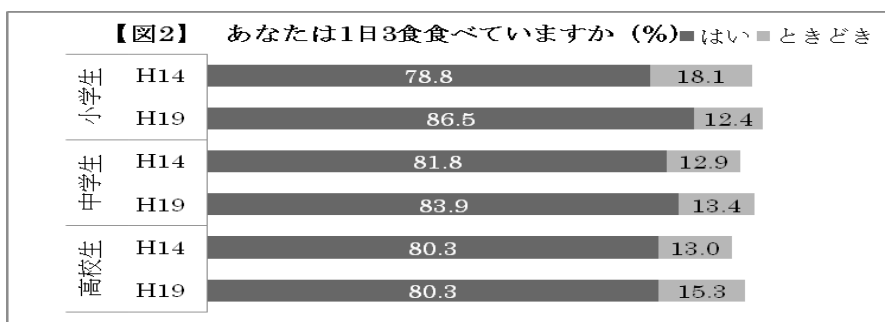
また、成人、特に20・30歳代において「欠食があまりない」と答えた人は、平成14年の調査時より6.1ポイント減少しています。

・三食食べている人の現状(H14・19市健康意識調査*)



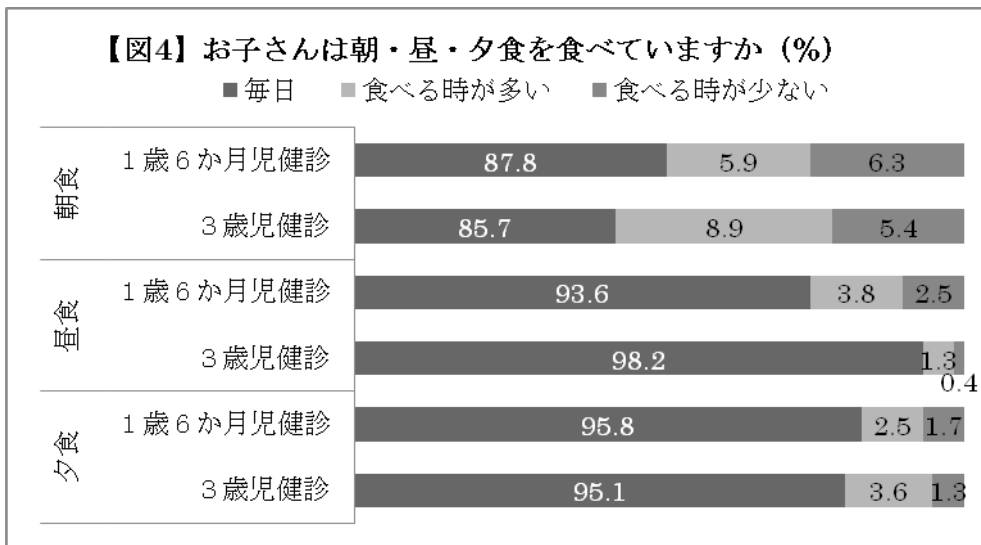
●児童・生徒の欠食状況は改善傾向にあります。

・三食食べる小中高生(H14・19市健康意識調査 ※食べないときについてはH19のみ)

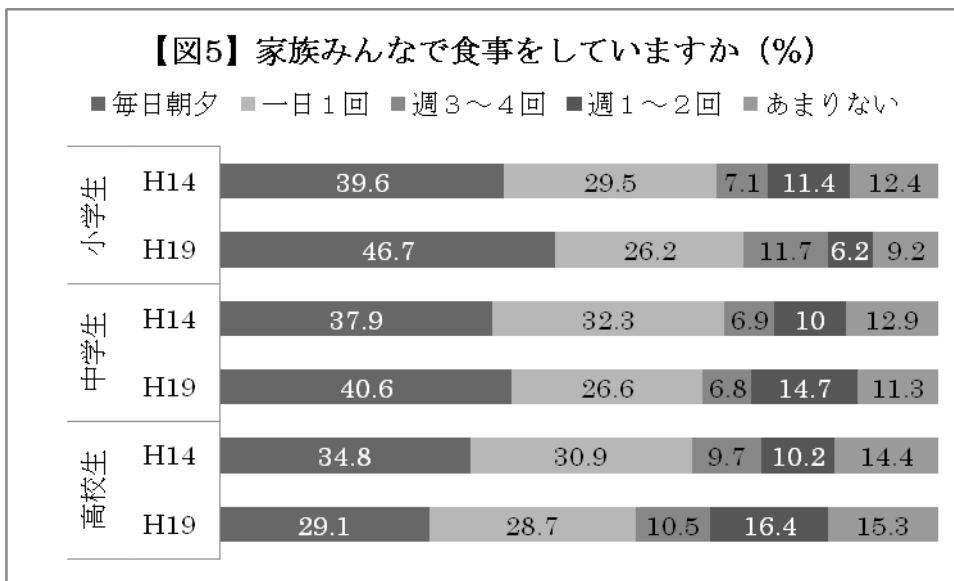


* H14・H19市健康意識調査・・・健康わかまつ21計画における基礎調査及び評価と関連して実施。H14に基礎調査、H19に中間評価のための評価を実施し、H24に計画最終年度の調査を実施予定。対象は本市の成人及び乳幼児健診(1歳6か月児・3歳児※H14は3歳3か月児に実施していたが、現在は3歳6か月児に実施)受診者、小学6年生、中学3年生、高校3年生となる。

- 幼児の食事状況については、朝食が、昼・夕食に比べて毎日食べる割合は少ない現状です。
(H19 市健康意識調査)



- 平成19年における1日1回以上家族そろって食事をしている小学生は、平成14年に比べ増加していますが、中高生における割合はそれぞれ減少しています。
(H14・19 市健康意識調査)



●一緒に食事をする事で、保護者が子どもの様子を知ったり、食事のとり方などを教えたりすることができます。

また、食事のマナーなどは普段から保護者が実践することにより、子どもがその姿を見て身につけることができます。

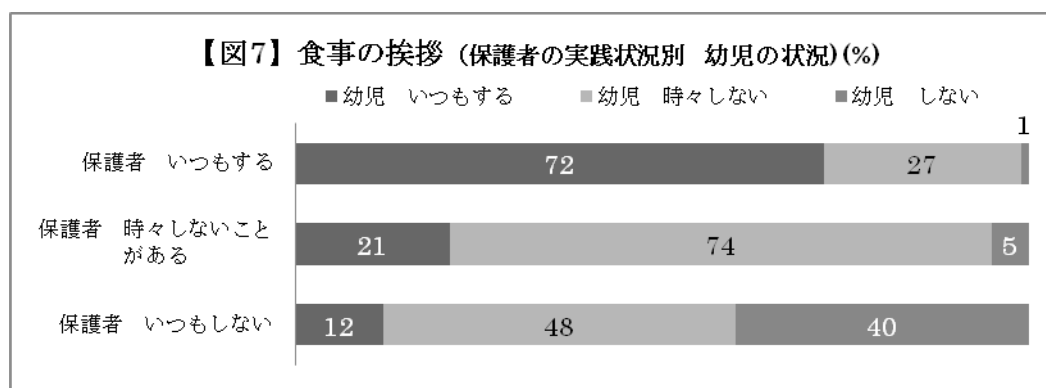
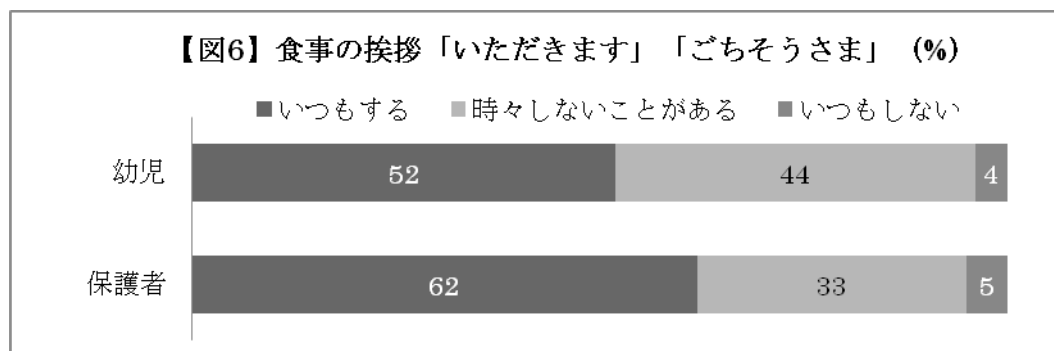
県内の状況として、食事の挨拶を「いつもする」保護者は6割、幼児は5割であり、挨拶を「いつもする」保護者のもとでは、「いつもする」幼児が多くみられました。

【図6、7】

・食事の挨拶(保護者の実態状況別幼児の状況)

(「食育に関する実態調査報告書 幼児と保護者の食生活に関する実態

・幼稚園・保育所における食育の実態」H20.3 会津大学短期大学部 福島県保健福祉部)



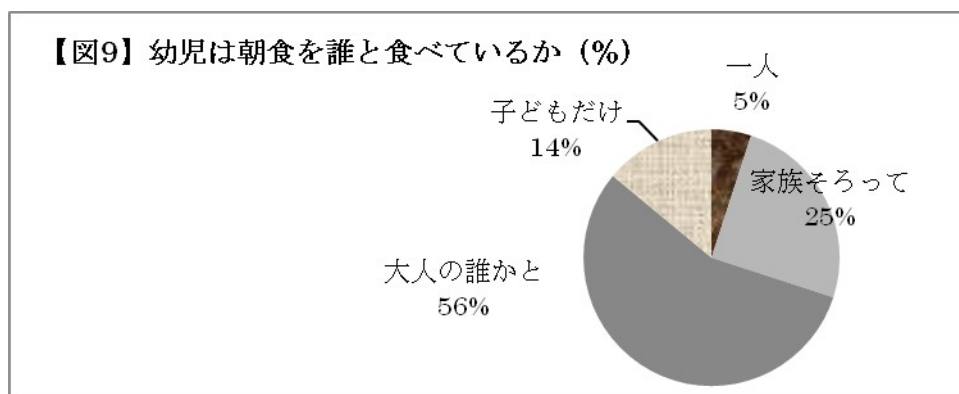
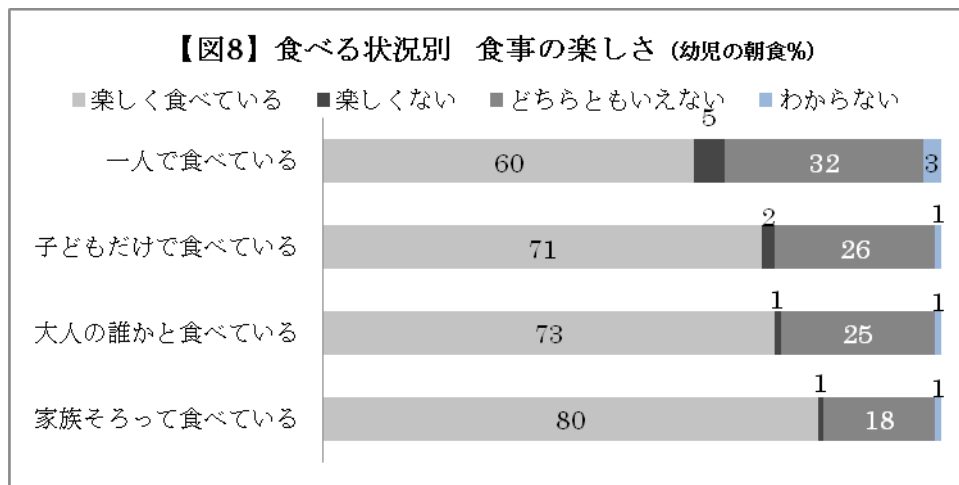
●食は楽しさを感じることができるものです。様々な食に関する場面がある中、食卓において楽しさを感じることが、食べる意欲や、食や食材を大切に思う心へとつながります。

保護者から幼児の食生活を見ると、7割の幼児が楽しく食べていて、家族がそろった食卓の方が、幼児が楽しく食べていると保護者は感じていました。【図8】

反面、朝食を「子どもだけ」あるいは「一人で」食べている幼児は2割いました。

【図9】

- ・共食（誰かと共に食べること）状況別食事の楽しさ（幼児の朝食）
 （「食育に関する実態調査報告書 幼児と保護者の食生活に関する実態
 ・幼稚園・保育所における食育の実態」H20.3 会津大学短期大学部 福島県保健福祉部）



2 “リズムある食習慣・栄養のバランス”の視点から

リズムある食習慣、食事内容や量、栄養のバランスを考えた食生活習慣は健康なからだづくりに欠かせないものです。しかし、子どもの生活リズムが乱れている現状が見られます。【図10、11】

疾病予防のほかに、体調管理や、介護予防など、食が私たちのからだに及ぼす影響が大きいことを小さい頃から意識して、自分にあった食べ方を選択し実践できるようにすることは、“生きる力”として全ての年代において重要なことです。

食生活を含めて生活習慣を見直すときには体重が身近な指標となります。

近年、体格指数(BMI)*とともに、腹囲及び血糖、血中脂質、血圧の値から、脳梗塞や心筋梗塞など、生活を阻害する生活習慣病罹患のリスクをみるメタボリックシンド

* 体格指数(BMI)・・・身長と体重から割り出す体格指数。体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)で算出し、18.4以下がやせ、18.5以上25未満が適正体重、25以上が肥満と判定される。

ローム*の概念が重視されています。

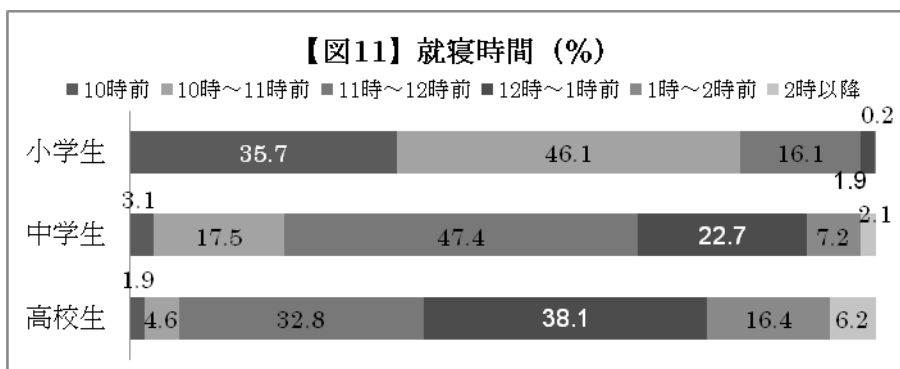
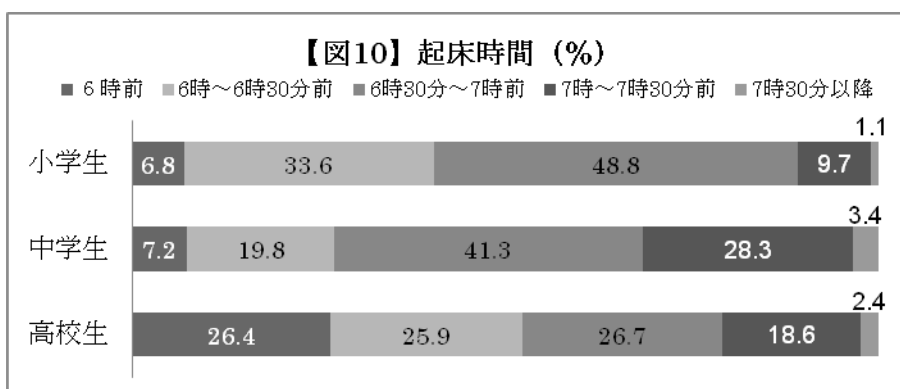
本市における国民健康保険被保険者の特定健診受診者中のメタボリックシンドローム該当者は16.39%、予備群は14.38%であり、全国における該当者16.5%、予備群11.7%に比べ、メタボリックシンドローム該当者はやや低率ですが、予備群該当者は2.68ポイント高くなっています。(平成20年度市特定健診結果、「市町村国保における特定健診・特定保健指導に関する検討会」資料H22.3.29)

保育所・幼稚園や学校で学ぶ食育を地域において実践できる場があり、体調を崩した時や、年齢によるからだの変化により、食と健康のつながりを意識した時などに、子どもであっても大人であっても、身近に情報が得られたり、バランスよく食べる、自分に合った食材や調理法を選んで食べることができるなどの取り組みは大切なことです。

●子どもの遅寝遅起が見受けられます。

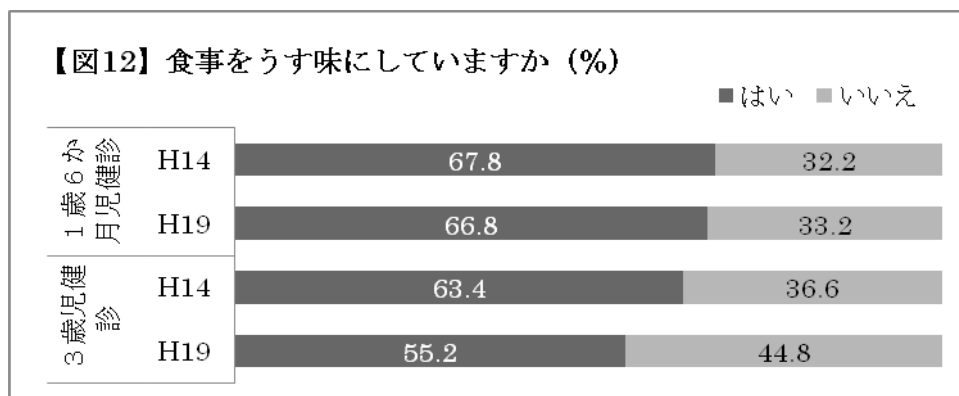
・起床・就寝時間

(H19 市健康意識調査)



* メタボリックシンドローム…内臓脂肪が過剰にあり、心疾患等のリスクが高くなっている状態。特定健診においては、メタボリックシンドローム者とその予備群についてのスクリーニングを行い、特定保健指導を実施している。

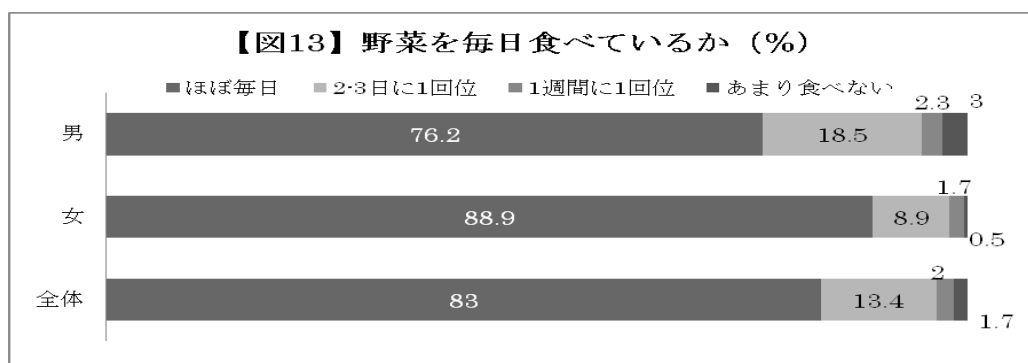
●平成19年における食事のうす味に注意を払う幼児のいる家庭は、平成14年に比べ減少しています。
(H14-19市健康意識調査)



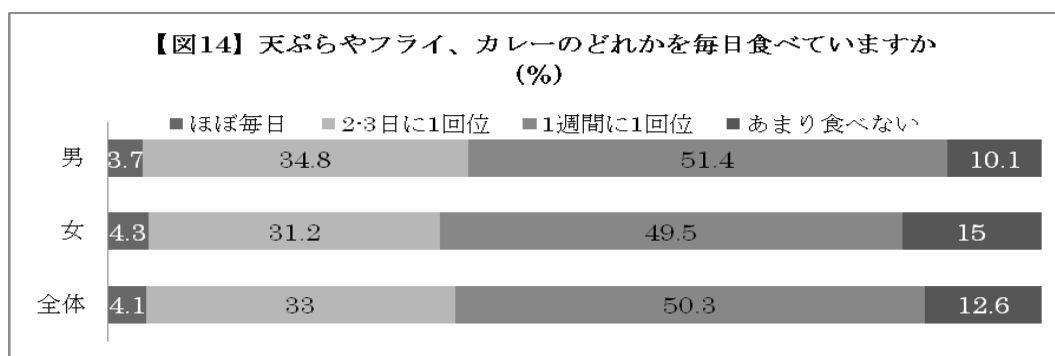
●成人の現状を見ると、野菜摂取不足や油の多い料理の摂取頻度が多いなど、バランスが崩れた食事をしている人が見られます。子どもがいる家庭では、子どもに対しての影響が大きいと考えられます。【図13、14】

よって、保護者を含めた成人全体に働きかけることは、子どものバランスよい食事の実践や習得においても必要なことであり、実践を家庭全体で進めることが大切です。

・成人における野菜の摂取状況 (H19市健康意識調査)



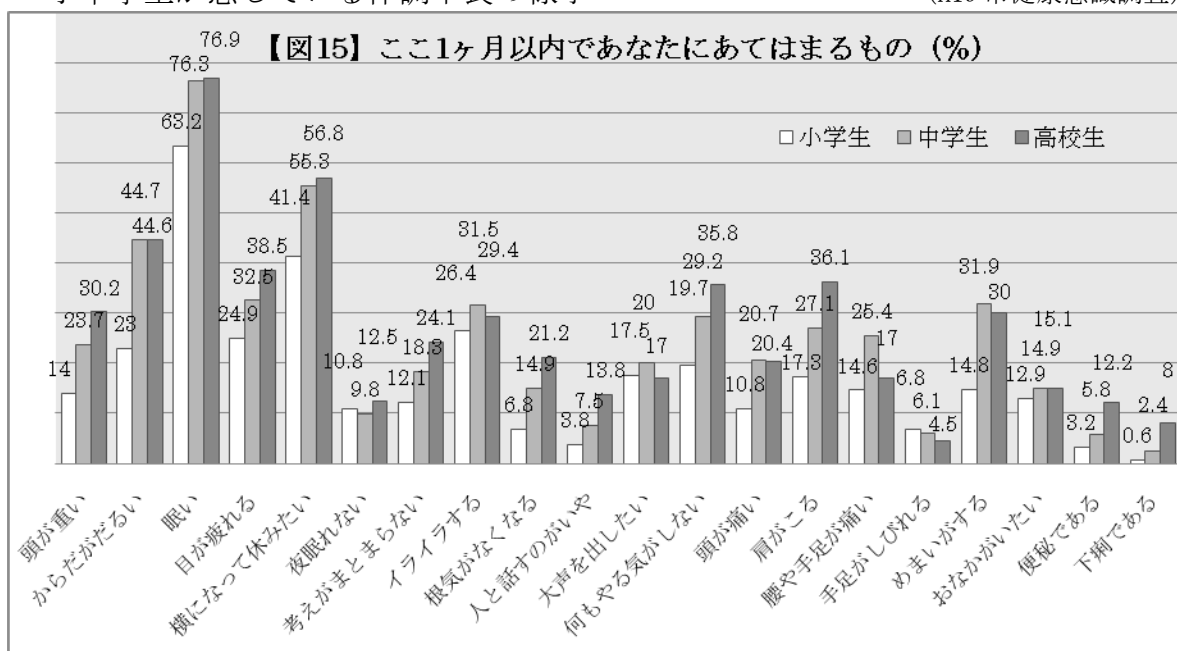
・成人における油の多い料理の摂取状況 (H19市健康意識調査)



●生活習慣の乱れが招くものとして、体調の変化や、生活習慣病の増加が挙げられます。

子どもの訴える体調不良の項目にも、食との関わりが考えられるものは多く、小さいころからの働きかけは、将来の医療費対策や要介護状態となることの予防対策において重要です。

・小中学生が感じている体調不良の様子 (H19 市健康意識調査)



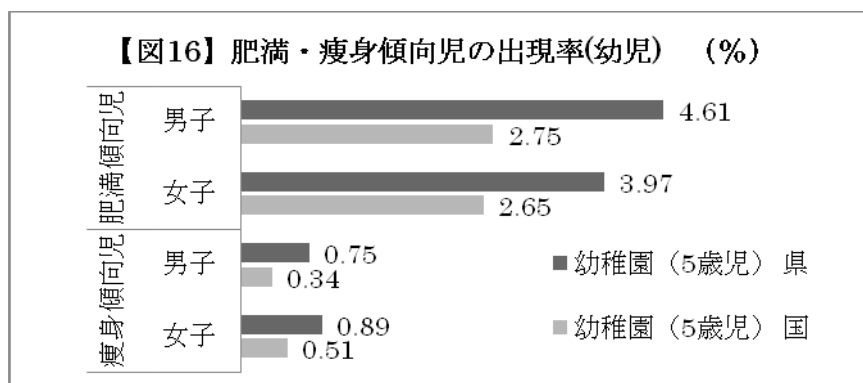
● 幼児期頃からの肥満は成人へ移行する割合が大きく、体重増加の大きな要因として、食習慣は注目すべきものです。

福島県と全国を比べると、幼児における肥満傾向児の割合が高い現状であり、本市においても同様の傾向が見られると考えられます。【図16】

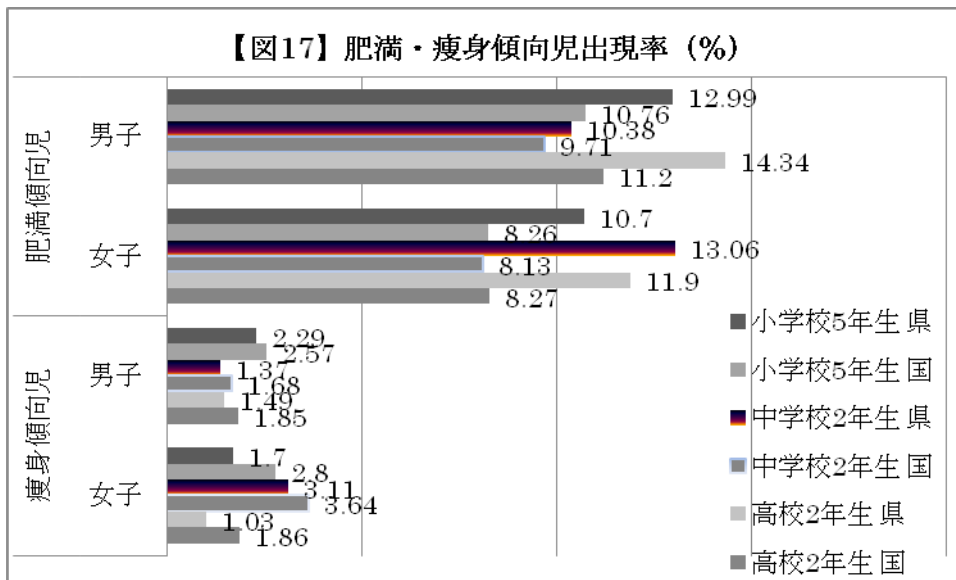
また、小中高生では、やせ傾向児の割合は国より低い現状です。【図17】

青少年期頃の女性のやせ傾向は、その後の妊娠や出産、骨粗しょう症などの危険因子であるため、適正体重の維持のためのバランスよく食事をする方法や望ましい食生活習慣について、小さい頃から正しく身につけ、親から子へと伝えていく必要があります。

・肥満・痩身傾向児*の出現率 (「H21 学校保健統計調査」文部科学省生涯学習局調査企画課)



* 肥満・痩身傾向児・・・肥満傾向児とは、性別・年齢別・身長別標準体重から肥満度を求め、20%以上の者。
 肥満度=(実測体重-身長別標準体重)/身長別標準体重×100%
 痩身傾向児とは、性別・年齢別・身長別標準体重から肥満度を求め、肥満度が-20%以下の者。

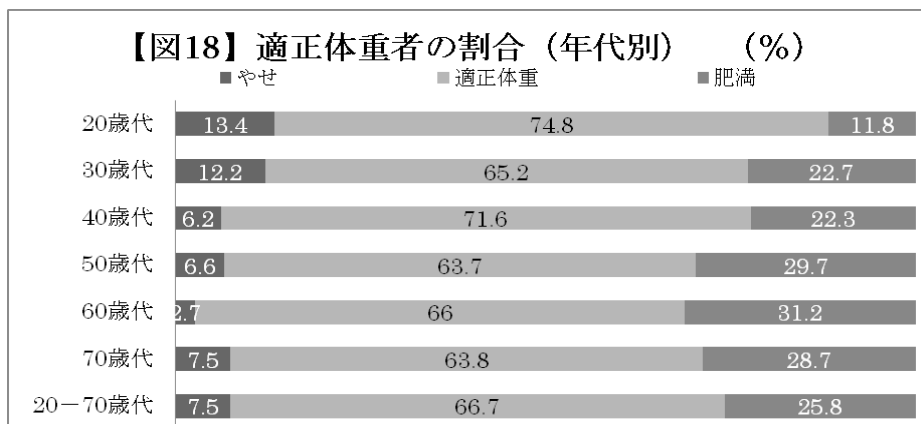


●成人における適正体重者の割合を見ると、肥満者は60歳代をピークに減り、70歳代はやせ者割合が高くなっています。【図18】

更に、高齢化が進む中、いつまでも元気なからだづくりのために、適正体重の維持に対する取り組みは大変重要です。【表1】

・適正体重者の状況

(H19 市健康意識調査)



・高齢化率と要介護・要支援認定者数は増加しています。

【表1】 高齢化率と要介護・要支援認定者数・率の推移

(「市高齢者福祉計画・第4期介護保険事業計画」H21.3)

※実績値は、10月1日現在。H22、23、26の数値は国シートによる推計値

区分	H 20	H 22※	H 23※	H 26※
人口(現住人口 10/1)	128,591	126,158	124,922	121,214
高齢化率(現住人口 10/1)	24.61%	25.65%	26.33%	28.44%
要支援・要介護1 認定者数	2,677	2,812	2,917	3,045
要介護 2-5 認定者数	3,068	3,317	3,430	3,625
認定者数・認定率*(1号のみ)	5,552・17.55%	5,934・18.33%	6,162・18.73%	6,493・18.84%

*要介護認定率については、給付の関係もあり分母は全て65歳以上の高齢者数とする。

●平成17年国民健康・栄養調査結果によると、「食習慣を改善したいと思っている」割合は、48.5%であり、改善したい項目としては食材の選び方や調理方法の向上、食事内容についての割合が大きい結果であり、本市においても同様の傾向が見られると考えられます。

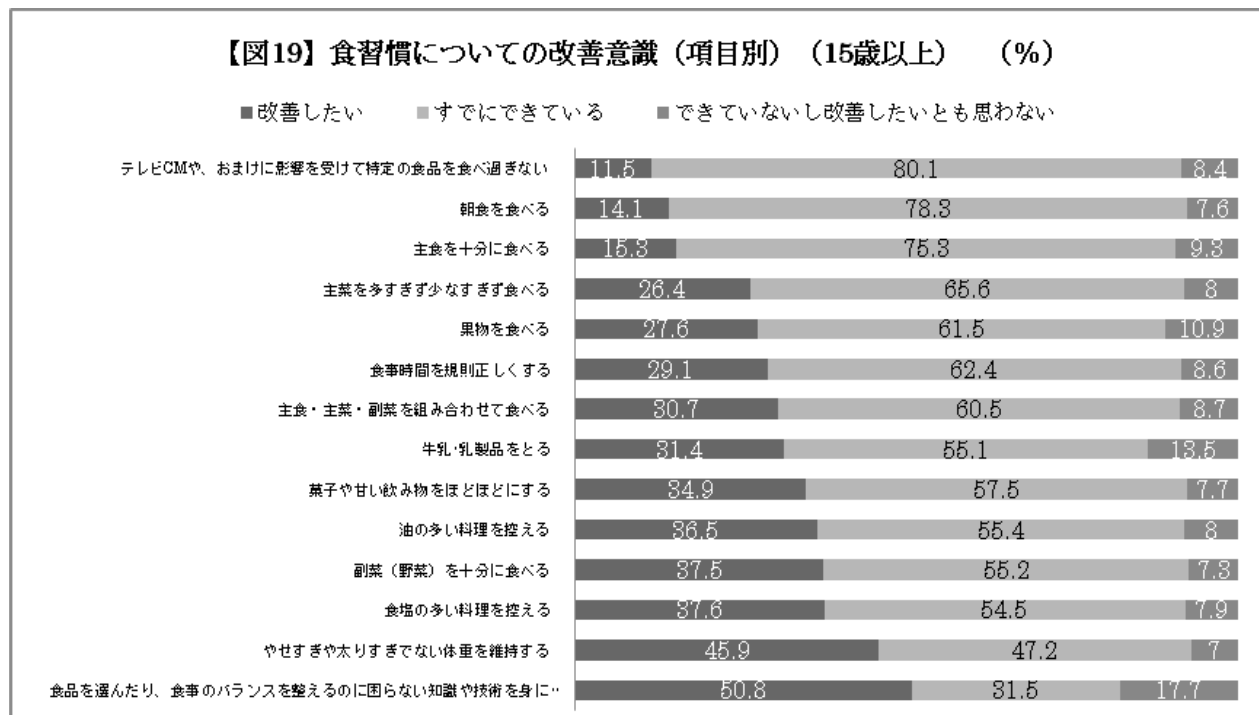
【図19】

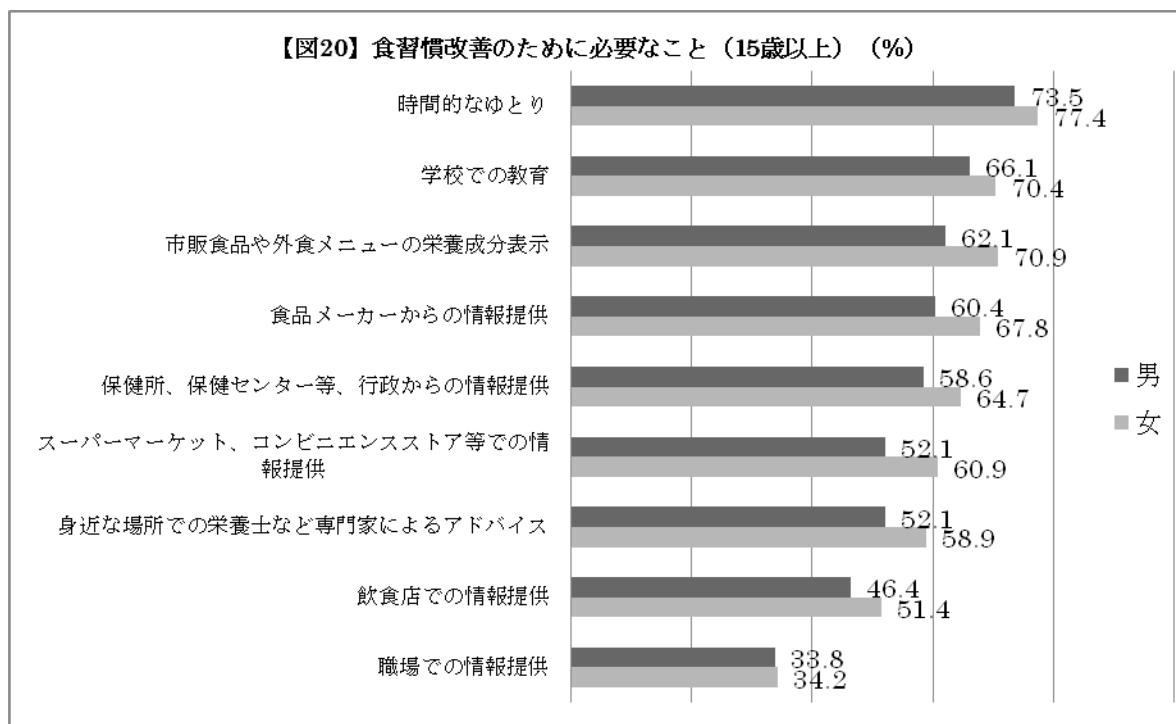
改善に必要なこととして、時間的なゆとりや教育、情報提供が上位に挙げられました。

【図20】

・食習慣についての改善意識 [項目別・15歳以上]

(H17 国民健康・栄養調査)





3 “食の安全・安心”の視点から

食の安全・安心について、生産では、農作物栽培での農薬の適正使用の厳守や生産履歴の情報開示への取り組みが行なわれており、流通、小売段階での適正表示、食材調達システムの確立等、さらに給食の現場で衛生管理の徹底など、細心の注意が払われている現状であり、近年、更に関心は高まりつつあります。

消費者の視点からは、大量の情報がちまたにあふれ、宣伝や風評に惑わされている傾向が見られます。そのため、正しい情報を見分け、それらの情報から、食材を選ぶ力を身につける必要があります。

また、小さな頃から、食材を選ぶ目を持った大人となるための働きかけとして、保育所・幼稚園や学校からなどだけでなく、地域社会の中でも情報を得ることができたり、体験ができる取り組みがあることへの重要性は増しています。

●環境にやさしい農業の推進の現状〔ha：ヘクタール〕 ※本市調べ

- ・有機栽培*面積は増加傾向にあります。 15ha(H18)→22ha(H21)
- ・特別栽培**面積は微増しています。 325ha(H18)→376ha(H21)
- ・エコファーマー***面積は増加傾向にあります。 1,689ha(H18)→2,034ha(H21)

●本市の産業構造を踏まえ、関連する企業や団体を含む農商工全体において、食を通じた連携、協力に基づく食の安全・安心などの食育の推進が重要です。

- ・産業（中分類）別事業所数及び従業者数における食品関係者*

事業所数 1,933ヶ所、従業者数 12,999人 (H18.10.1 事業所・企業統計調査)

*内訳：農業、食料品製造業、飲食料品卸売業、飲食料品小売業、飲食店・宿泊業

4 地元食材へ目をむけた、“地域特性”や“旬”“食文化”を感じる食卓の視点から

家庭において、季節を感じる旬の食材や、地元産物、季節の料理が日々食卓にのぼることは、地域を感じ、季節を感じ、食文化を肌で感じることに繋がります。

地域の食材を地域で消費することは、地域での生産能力の維持につながるだけでなく、次代の生産者や、食品に関係する業種の育成へもつながっています。

本市は豊かな食文化や食材の宝庫であり、それらを活用し、他の地域へ誇りを持って紹介できるように、小さい頃から地域の食の特性を知ることは重要なことです。

また、食卓はもったいない心や、生産者などへの感謝の心を育てます。

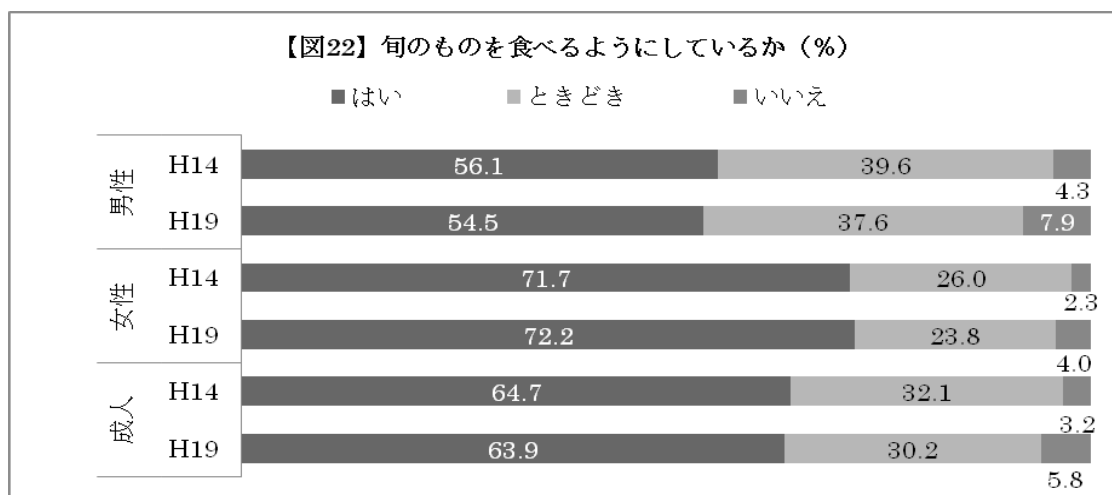
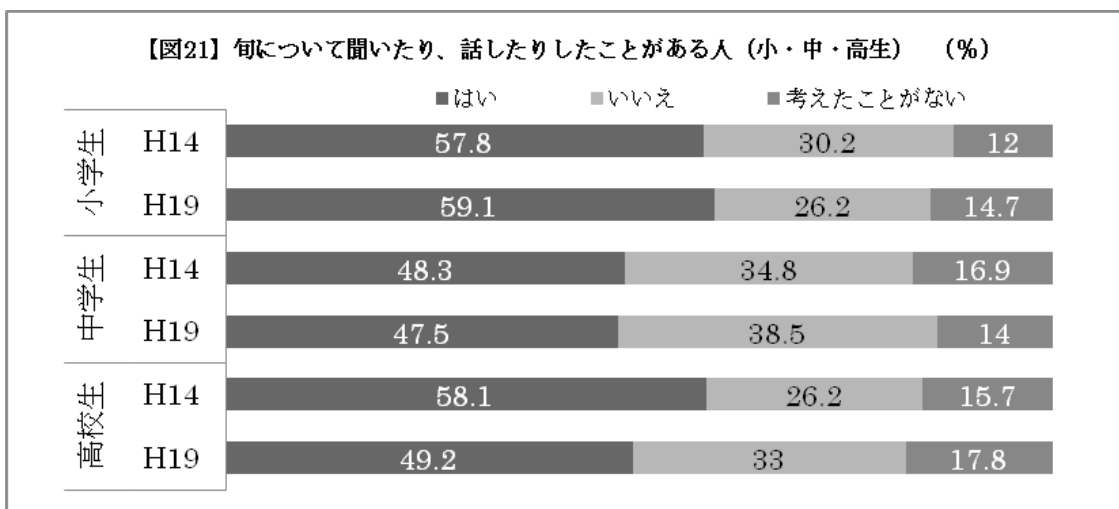
近年は、購入した食材の食べ残しや無駄な廃棄が全国的にも大きな問題となっており、無駄のない、計画的な購入や調理へのこころがけが必要となっています。

●旬のものがわかりにくい背景もあり、地域の産物を食べるひとつの目安として、旬のものを意識する小学生は増えていますが、中学生は減り、旬のものを食べるようにして

-
- * 有機栽培・・・JAS法に定められた有機JAS規格に基づき、化学肥料及び化学合成農薬を使用しないで堆肥等による土づくりを行う生産方法。多年生作物は収穫前3年以上、野菜・米は播種又は定植前2年以上、化学肥料及び化学合成農薬を使用しないほ場で生産された農産物を「有機農産物」という。(1年以上、化学肥料及び化学合成農薬を使用しないほ場で生産された農産物を「転換期間中有機農産物」という。)
「有機」と表示するためには、農林水産大臣から認可を受けた登録認定機関の認定が必要。
 - * * 特別栽培・・・国の「特別栽培農産物に係る表示ガイドライン」に基づき、化学合成農薬の使用回数及び化学肥料の窒素成分を、地域で一般的に使用されている量よりも5割以上減らして栽培する方法。
 - * **エコファーマー・・・持続性の高い農業生産方式の導入に関する法律(平成11年制定)に基づいて認定された農業者。都道府県が定める指針に基づいて、持続性の高い農法とされる堆肥による土づくり、化学肥料・農薬低減技術を組み合わせて農業生産を行う。

いる成人は増えていない現状です。【図21、22】

・旬のものを食べるようにしている人 (H14・19市健康意識調査)



●地産地消に関心を持ち、食卓にのせる、栽培する、売り場を設置するなど各方面で取り組むことにより、食文化につながる豊かな食卓づくりができ、さらに旬の食材の豊富な栄養をからだに取り入れることで、健やかなからだづくりにつながると考えます。

・地産地消を意識している人は増加傾向にあります。※本市調べ

地産地消の意味・必要性を知っている人の割合 59% (H18) →74% (H21)

●農林業体験を通じて、誰もが農作物の生産等を体験できるような機会があり、その人数は目標値を大きく上回っています。※本市調べ

・農林業体験交流人口* (目標 2,800名 : H23) 1,706名 (H18) →3,357名 (H21)

* 農林業体験交流人口…農林業体験により地方や首都圏住民が交流を図ったり、世代間交流を図ったりすることへの参加者数。

●安価な外国産の食材から、価格だけでは量れない、国産の、また地元の食材の価値へと関心は高まってきています。

近年、本市では地元農産物の消費の拡大において、食育活動による健全な食生活の推進を図っています。

地域で消費する食材の安定供給と、自給率向上のため、確保すべき農地面積の維持や保全が必要となっております。

また、学校給食においては、学校給食関係者と生産者、公設地方卸売市場等が連携し、地元産の農産物使用利用割合の向上に努めています。

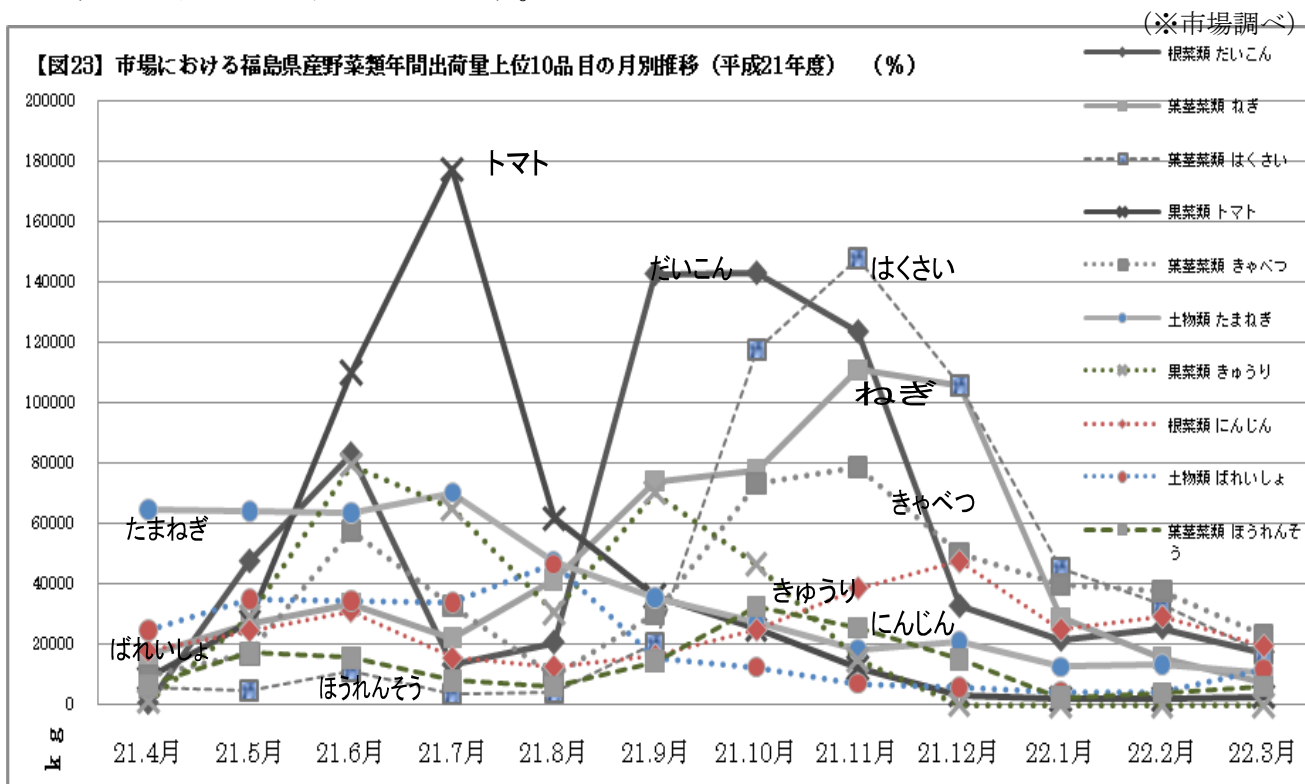
・学校給食での市内農産物利用割合（対象：米、主な野菜・果物・きのこ類 重量ベース*）
41% (H18)→51.9% (H21) ※本市調べ

・自給率 40% (H21) ……国産供給熱量/国内総供給熱量×100（熱量ベース**）
（平成21年度農林白書 農林水産省）

●地域において、生産者が直接消費者とふれあい、地元産の農作物を提供することで、消費者が、旬を感じられるよう、生産者による直売所活動が進められています。

・直売所設置数 19ヶ所(H18)→22ヶ所(H21) ※本市調べ

●公設地方卸売市場における県産野菜類の年間流通量の多い10品目について、月別の出荷量の推移をみると、地場産野菜の出荷量は初夏から初冬にかけて多く、冬から春にかけて少なくなっています。



* 重量ベースでの利用割合…食材の重量を元に、全食材料中の地元産食材の割合を示したもの。

* * 熱量ベースでの利用割合…食材の熱量(エネルギー量 kcal)を元に、全食材料中の地元産食材の割合を示したもの

●地域の特性を活かした農産物が生産されています。

本市は、農作物の生育に適した内陸性特有の、昼夜温の差が大きい気象条件と、豊かな土壌を有しており、平坦地域から中山間地域まで広がる農地では、それぞれの地域の特性を活かした品質の高い農産物の生産が行われています。

【表2】

(アグリわかまつ活性化プラン21より)

地域区分	地域の農作物栽培状況
<p>北部平坦地域 旧市、町北、高野、 神指、一箕（石畑、金堀を 除く）、東山（一ノ渡戸を 除く）</p>	<p>高野、町北地区については、銘柄米を中心とする米の作付けが中心となっており、神指地区については、古くからの菜園場としてトマト等の施設園芸作物や、りんご等の果樹栽培も行われており、また、水稻直播栽培が実施され、低コスト・省力化栽培が進められています。</p> <p>ほ場整備実施地区においては、生産組合による土地利用型作物として、大豆栽培の集団化が図られています。</p>
<p>南部平坦地域 門田、大戸 (上雨屋まで)</p>	<p>門田・大戸地区の平坦地域については、水稻を中心として作付けが行われており、直播栽培も安定的に行なわれています。</p> <p>また、門田・大戸地区の東側丘陵地については、会津身不知柿を中心とした果樹が栽培され、門田西側の平坦地には会津人参等の本市を代表する特産物が栽培されています。</p> <p>ほ場整備実施地区においては、生産組合による土地利用型作物として、大豆栽培の集団化が図られています。</p>
<p>中山間地域 湊、一箕（石畑、金 堀）、東山（一ノ渡戸）、 大戸（南原以南）、河東 (八田)</p>	<p>水稻を中心とした作付けが行われており、特に湊地区では、大区画ほ場整備が進んでいることから、集落を単位とした生産の組織化により、転作地の土地利用型作物として、大豆、そば等の団地化が図られています。</p> <p>また、河東地区の八田は冷涼な気候を利用したそばの団地化と、大豆の栽培が行われています。</p> <p>園芸作物については、大戸地区において、りんごを中心とした果樹栽培が行われており、湊地区では、トマト、花き等の施設園芸作物の導入が進められ、河東地区八田では花きの栽培が行われています。</p>
<p>北会津地域 北会津</p>	<p>水稻を中心に、トマト、アスパラガス等の野菜や花きの施設園芸作物、りんご、ぶどう等果樹栽培においては一部観光農業も行われております。</p> <p>また、特別栽培による水稻の生産、エコファーマーによる水稻、野菜の栽培など環境に配慮した安全・安心な農産物の生産が行われております。</p>
<p>河東地域 河東（八田を除く）</p>	<p>水稻においては銘柄米を中心に酒造米の作付けが行われており、低コスト省力化の直播栽培や、エコファーマーによる安全・安心な米づくりが行われています。</p> <p>園芸作物においては、アスパラガス、トマト、ピーマンや花きの施設を利用した栽培も行われ、りんご、かき等の果樹栽培も行われています。</p>

●本市では、地域資源を生かした観光の推進として、会津の食文化の活用を進めており、観光イベントや農体験イベントなどを利用して、食育体験ができます。

例えば、こづゆや棒タラの煮付けなどの会津の郷土食を市内の飲食店で食べることができ、季節に応じた地元食材の収穫体験等や、年に1回開催される「健康まつり」や「地産地消まつり」「ものづくりフェア」などで、会津の食材や食文化に触れることができます。

宿「観光のプロ」と生産者「作るプロ」がつながることで、観光産業として計り知れないパワーを生む・・・

このようなつながりがあちこちに生まれている郷土でこそできる食育について、考えてみませんか。

【コラム】

☆地産地消の仕事人

特定非営利活動法人「素材広場」
理事長 横田純子さん(八角町)



『テーブルに乗る“素材”全てを地元のものに。』

観光客が会津に期待するのは“会津”らしさでのおもてなし。

宿にも同様で、食材を始め、その料理法、器や食器などのテーブルウェアなど、食に関わる全てが地元のものや地域のストーリーを感じさせるものだったらどんなに素敵だろう。そんなおもてなしができないものか……。

地元の何気なく使われているもの、地元でしか食べられていない食材や料理を、せっかく出向いてきてくれた人へ、宿を通して届けることは、顧客満足度に直結します。

そのためにも、「語れるものを1品ずつ増やし、宿と生産者がニーズに合わせて結びついていくことが必要」と、会津だけでなく福島中のキラッと光る隠れた“逸品”を求めて横田さんは探しつけています。

また、食材やものだけでなく、それらを語ることができる“人”や、それらを育てている“風土”“文化”も大切。そのためには、子どもの頃から会津文化に触れることができるような食育に期待するものも多いとのこと。

『“観光産業の地域循環”こそがしたいこと』

NPO 法人として取り組んでいる、「宿のニーズを具現化するために生産者とつながるお手伝い」は、ひいてはお客さんがどんどん来てくれることで宿が活気づき、素材を欲しい宿が増えることで生産する側の活性化へもつながると考えています。

「会津、そして福島県も秘めているパワーはこんなものじゃないはず。もっと人が来てくれるところだし、そうなるようにしていきたいと考えています。」

素材広場ホームページ <http://sozaihiroba.net/>