

第2次三条市食育推進計画の 評価指標と実績の推移

重点目標Ⅰ バランスのとれた朝食習慣の定着

指標項目1 朝食欠食の割合 ……………P 1

重点目標Ⅱ 米飯を主食とした日本食の実践

指標項目2 主食、主菜、副菜をそろえて食事している者の割合 ……………P 7

指標項目3 主食にごはんを食べる者の割合 ……………P11

指標項目4 肥満者の割合 ……………P13

重点目標Ⅲ 地産地消の推進

指標項目5 生産者交流会の参加児童・生徒 ……………P16

指標項目6 直売所数 ……………P17

指標項目7 スーパーのインショップ売上額 ……………P18

指標項目8 地産地消推進店の数 ……………P19

(参考)高齢者の食と暮らしの調査結果 ……………P20

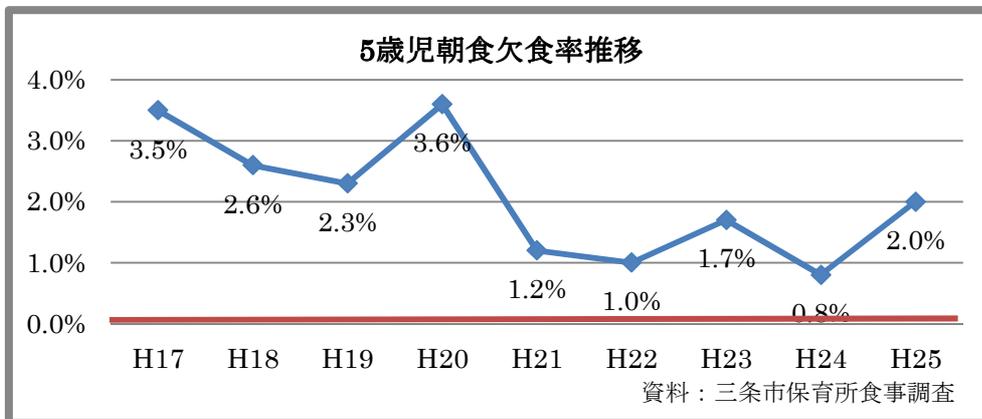
重点目標Ⅰ バランスのとれた朝食習慣の定着

指標項目 1 朝食欠食の割合

○ ライフステージ別関係事業

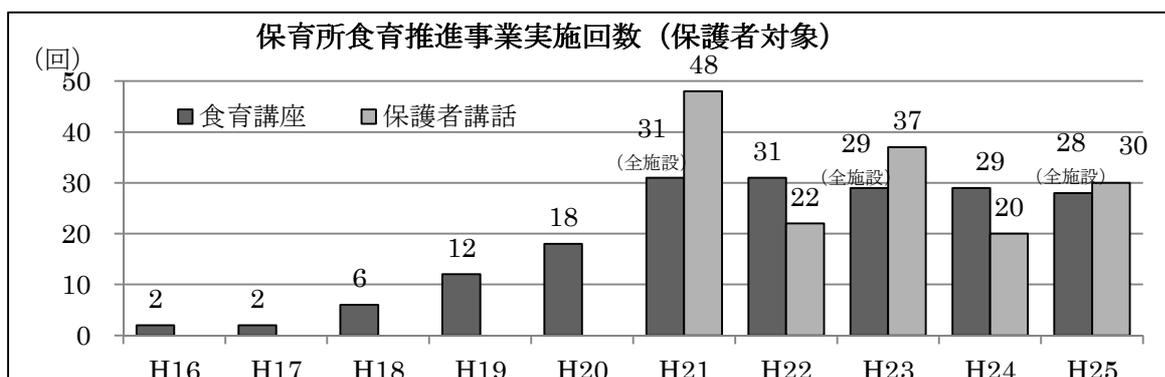
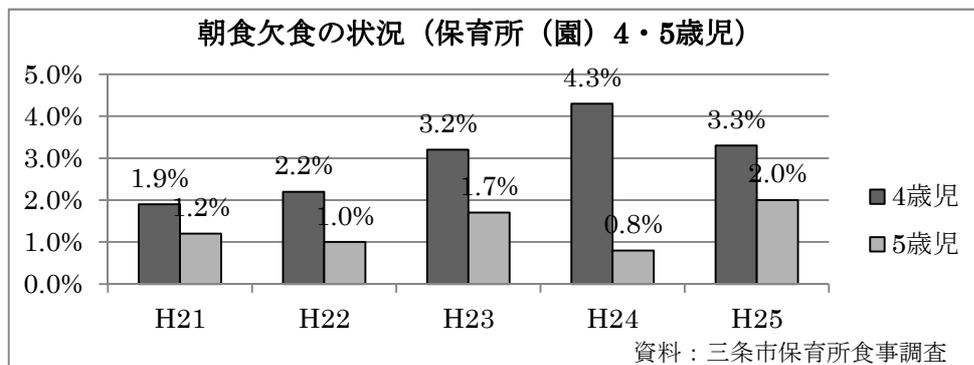
ライフステージ	事業名
乳児期	乳幼児健診における栄養指導、すまいるランドでの栄養指導、子育て支援センターでの食育講話、離乳食相談会
幼児期	保育所食育講座、保育所食育巡回指導、保護者食育講話、キッズ健康教室
学齢期	学校食育推進事業
青年期	高校生への食に関する啓発活動
壮年・高齢期	妊婦教室における栄養指導、健診結果説明会及び健康教室での栄養指導、地区組織と連携した取組、健康運動教室における栄養指導、栄養・口腔講座
全年代	生涯学習における食に関する講座、地区組織及び関係団体と連携した取組

(1) 5歳児

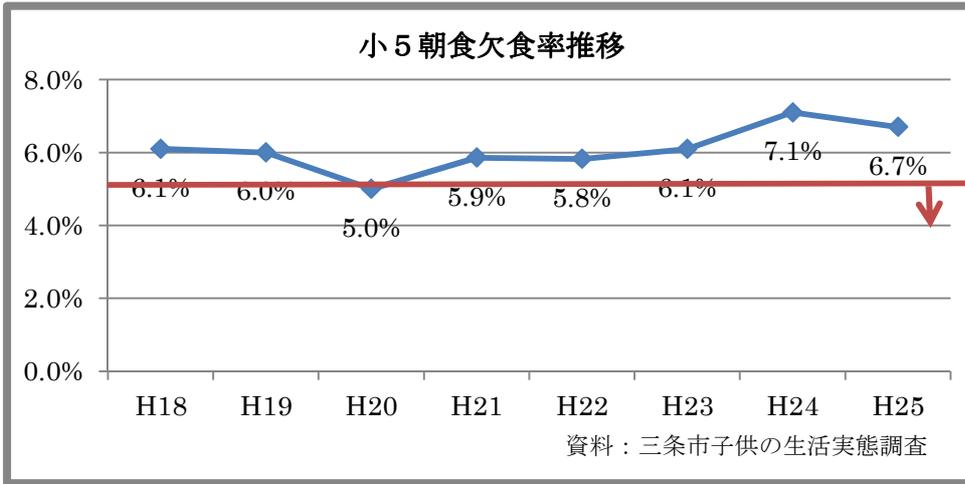


目標値 0%

(参考)

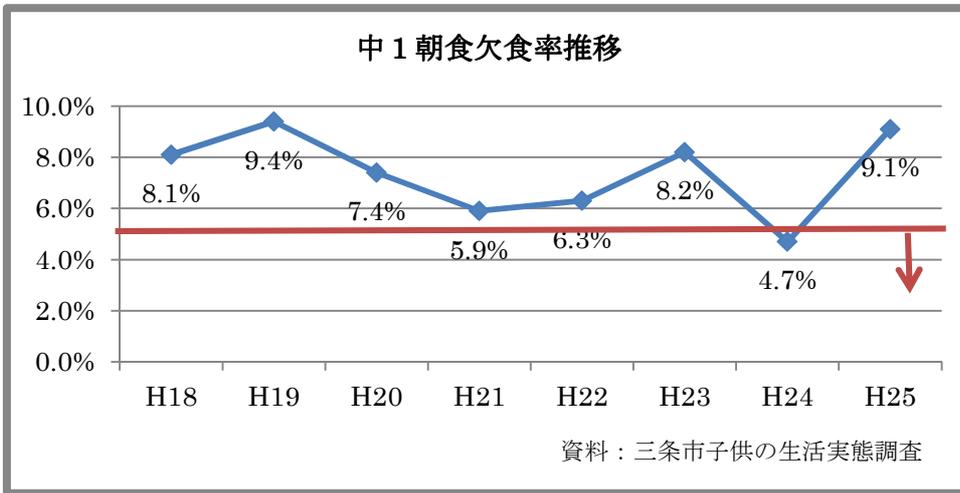


(2) 小学5年生



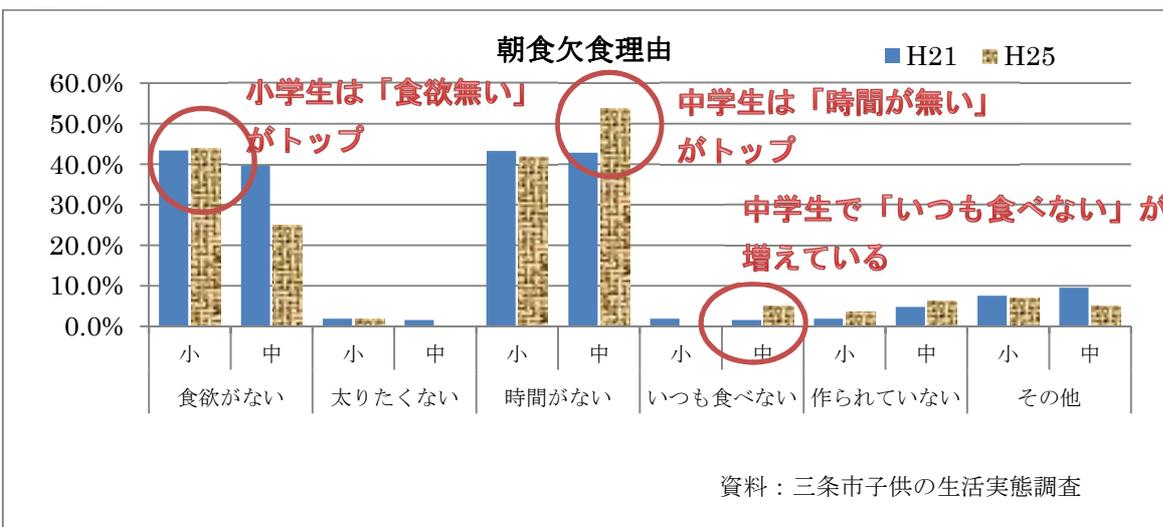
目標値 5%以下

(3) 中学1年生

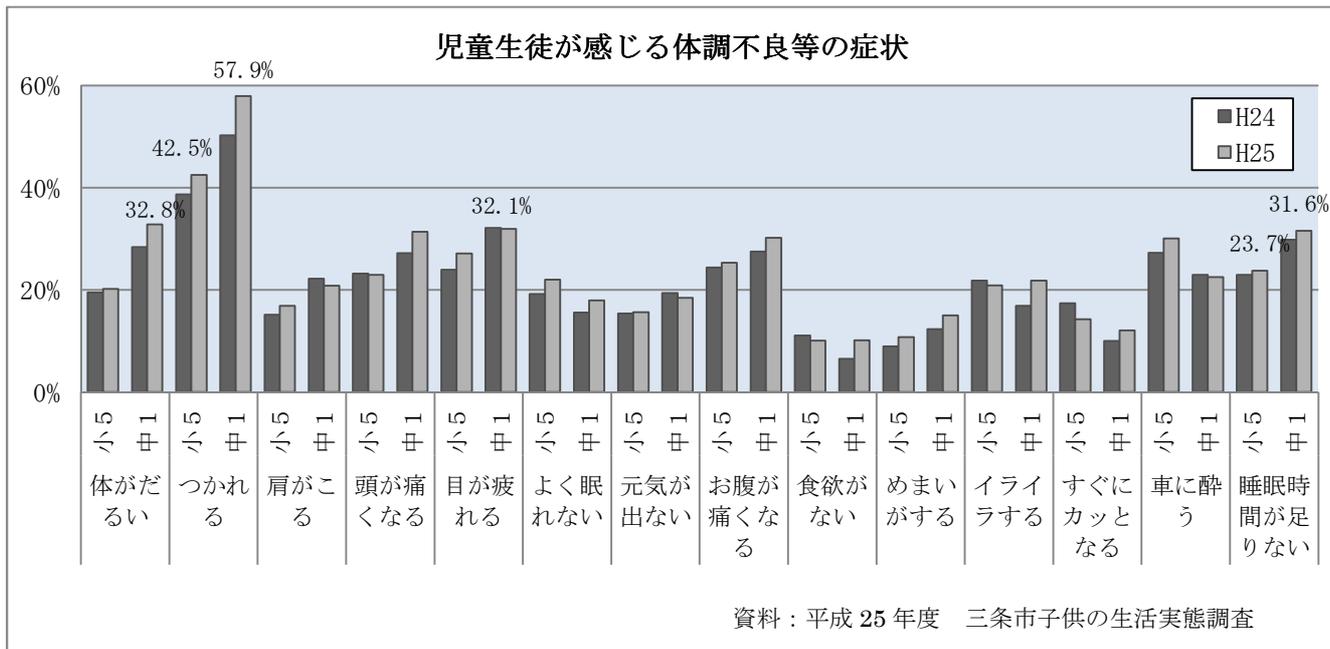
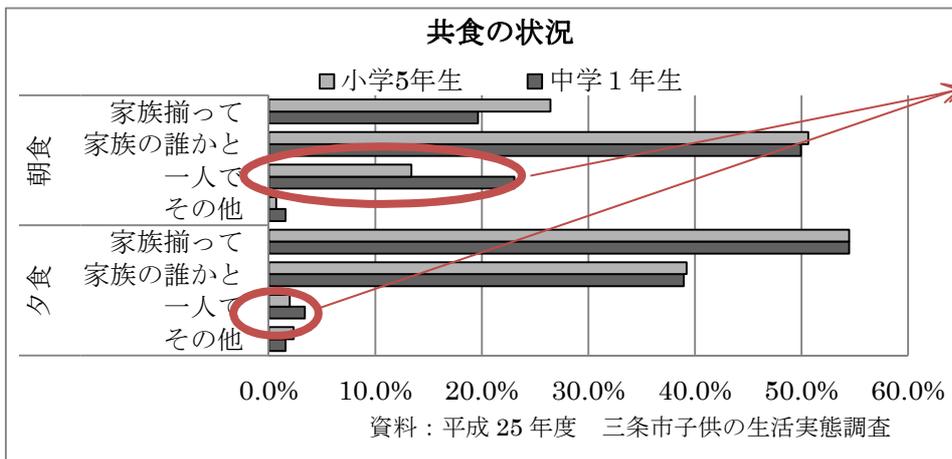
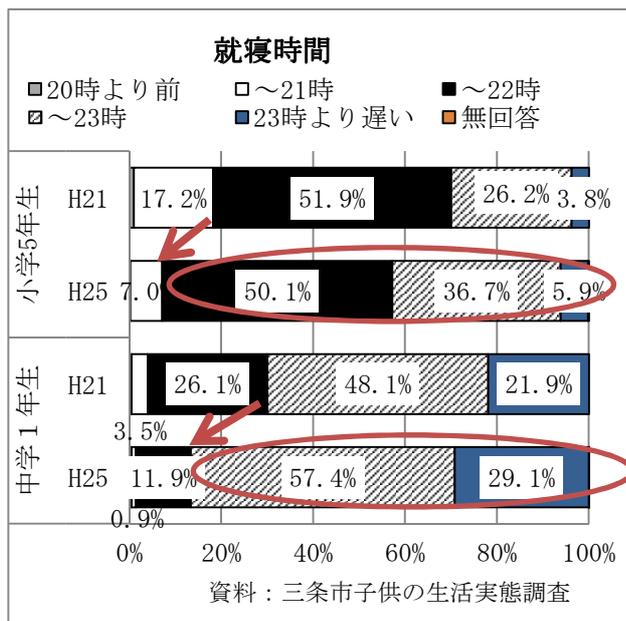
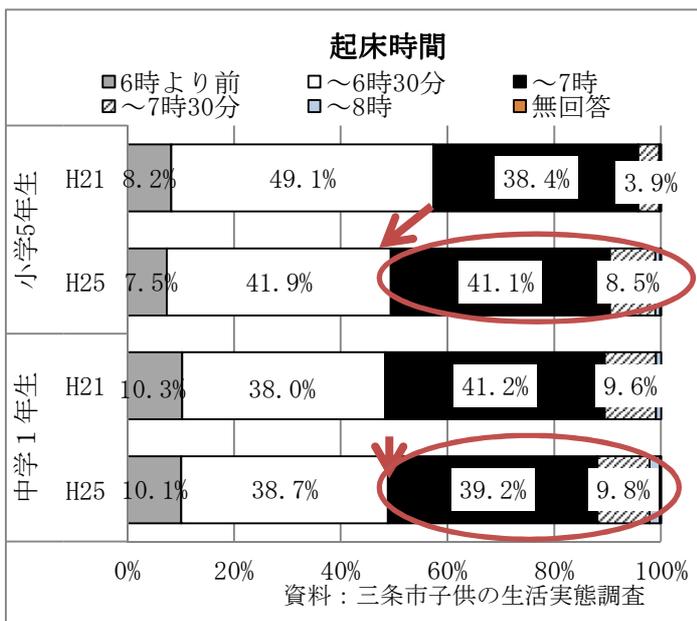


目標値 5%以下

(参考)



(参考)



朝食の有無と体調不良等を訴える割合 (単位:%)

区分 朝食	小学生		中学生	
	毎日食べる	週何回か欠食又は 食べない	毎日食べる	週何回か欠食又は 食べない
体調不良等				
体がだるい	19.0	37.5**	31.3	45.0*
つかれる	41.7	50.0	57.8	55.0
肩がこる	16.4	19.6	20.8	20.0
頭が痛くなる	23.2	33.9	31.3	26.3
目が疲れる	26.0	26.8	31.9	30.0
よく眠れない	21.7	35.7*	18.0	15.0
元気が出ない	14.2	17.9	18.0	22.5
お腹が痛くなる	25.0	28.6	31.2	26.3
食欲がない	8.6	28.6**	10.4	7.5
めまいがする	10.4	19.6	13.4	30.0**
イライラする	20.2	21.4	20.5	31.3*
すぐにカッとなる	13.7	10.7	11.1	20.0*
車に酔う	28.7	35.7	20.9	37.5**
睡眠時間が足りない	22.2	51.8	31.3	31.3
体調不良等の数が5個以上	21.0	44.6**	27.2	52.5**

* $p < 0.05$, ** $p < 0.01$ (X^2 検定による)

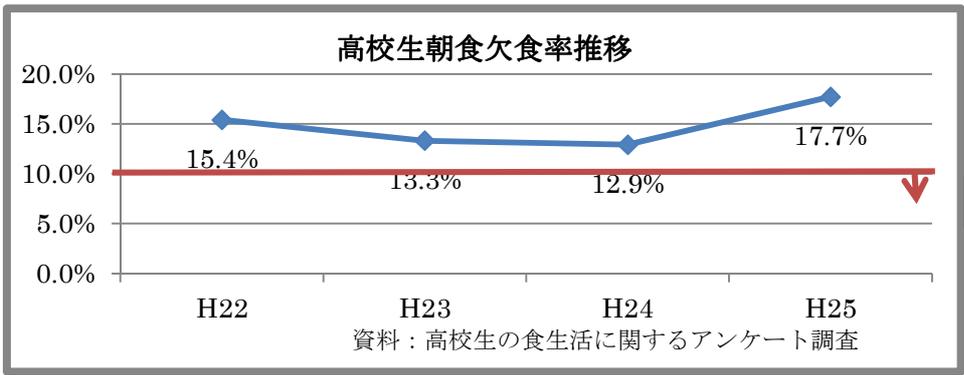
体調不良等と朝食共食との関係 (単位:%)

区分 朝食の共食状況	小学生		中学生	
	家族揃って又は家 族の誰かと	一人で	家族揃って又は家 族の誰かと	一人で
体調不良等				
体がだるい	20.0	34.8**	32.1	34.5
つかれる	41.8	49.6	55.3	62.6
肩がこる	16.3	20.9	21.0	21.7
頭が痛くなる	21.5	27.8	30.0	34.5
目が疲れる	25.7	32.2	31.0	35.5
よく眠れない	14.1	34.8**	15.7	23.6**
元気が出ない	13.0	27.0**	16.6	23.2*
お腹が痛くなる	25.7	28.7	29.7	34.0
食欲がない	8.3	18.3**	8.2	15.8**
めまいがする	10.1	18.3*	14.5	16.3
イライラする	18.8	29.6**	20.4	25.6
すぐにカッとなる	14.5	13.0	10.0	17.7**
車に酔う	29.3	39.1*	21.2	27.1
睡眠時間が足りない	22.7	31.3*	29.5	36.9*
体調不良等の数が5個以上	20.9	31.3*	27.1	36.9**

* $p < 0.05$, ** $p < 0.01$ (X^2 検定による)

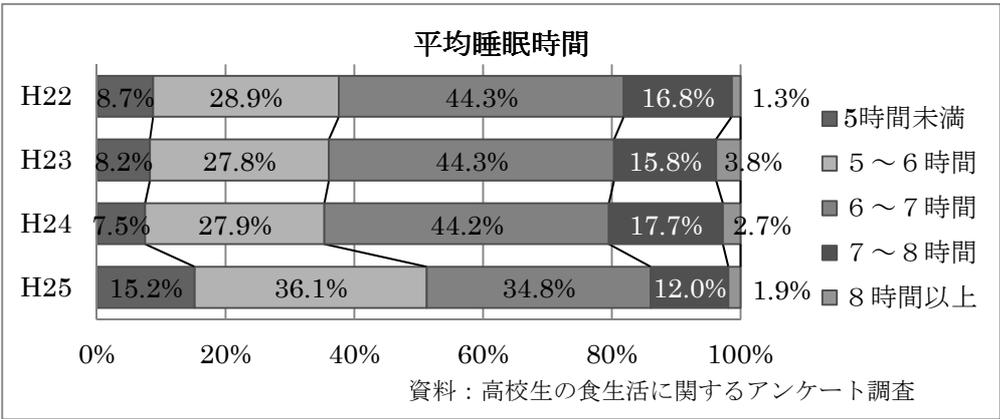
資料：平成25年度 三条市子供の生活実態調査

(4) 高校2年生

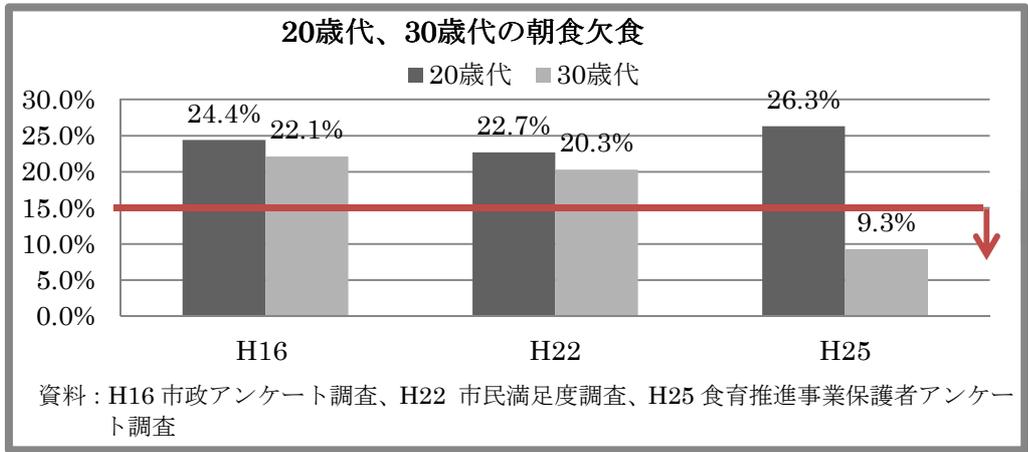


目標値 10%以下

(参考)

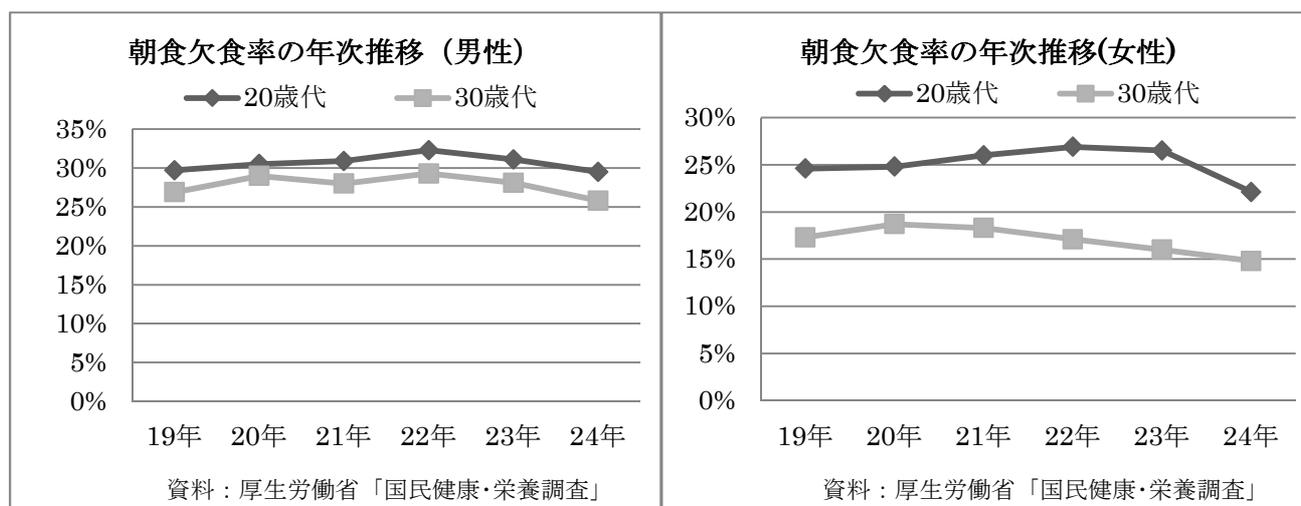


(5) 20歳代、30歳代



目標値 15%以下

(参考)



○朝食欠食の割合についての評価及び課題と今後の方向性

【評価及び課題】

- ・ 5歳児で朝食欠食率が減少傾向であり、4歳から5歳で減少している。要因として5歳児と保護者対象に実施している保育所食育講座の参加者が多く、啓発活動の成果と考えられる。
- ・ 小中学生で朝食欠食率が微増している。要因として、就寝時間が遅い子供が増加し、「食欲が無い」、「時間が無い」が依然として高い割合であることが考えられる。体調不良等の項目でも「睡眠時間が足りない」割合が高いことから、睡眠時間の不足により朝食習慣の改善が進まないと考える。また、「いつも食べない」が中学生で増えており、朝食欠食が習慣化していることが懸念される。
- ・ 小中学生では、夕食に比べ、朝食で孤食の割合が高い。朝食の共食状況と体調不良等を訴える割合などに差がみられたことから、孤食が日常化することで、欠食や栄養バランスの偏りにつながり、こころや健康の問題が生じることが懸念される。
- ・ 高校生で朝食欠食率が微増している。要因として小中学生と同様に平均睡眠時間が不足している生徒が増加していることが考えられる。
- ・ 30歳代は、平成25年度に朝食欠食率が減少している。これは、保育所や学校で保護者に対して講話等の働きかけを行ってきた成果の一つと考えられる。

【今後の方向性】

- ・ 保育所及び学校の食育推進事業における、生活リズムを重視した朝食習慣の定着
- ・ 高校生に対する朝食啓発の強化
- ・ 朝食の大切さとともに共食の重要性を啓発

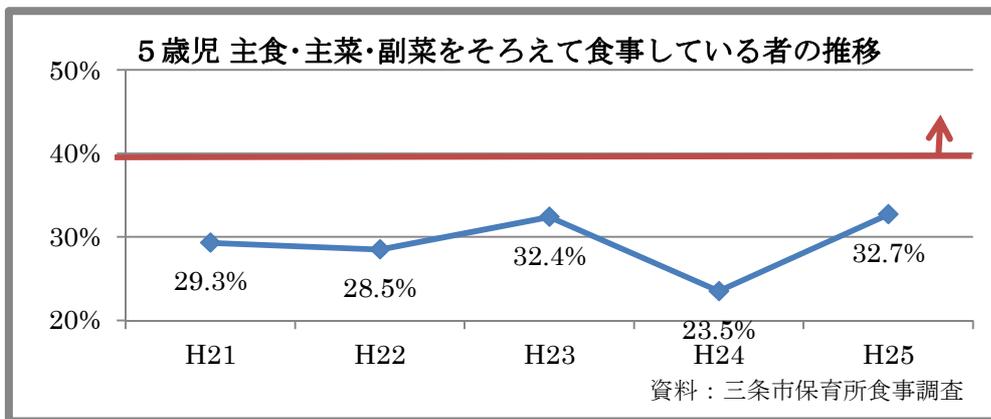
重点目標Ⅱ 米飯を主食とした日本食の実践

指標項目2 主食、主菜、副菜をそろえて食事している者の割合（朝食）

○ライフステージ別関係事業

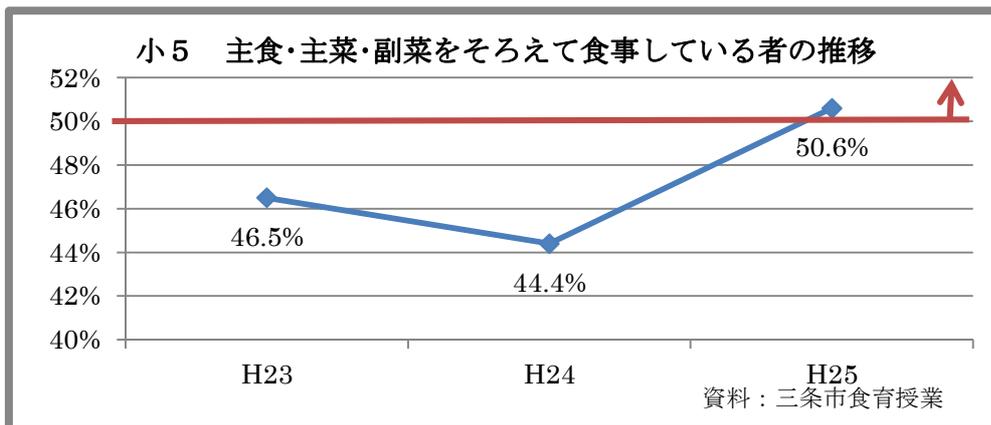
ライフステージ	事業名
乳児期	乳幼児健診における栄養指導、すまいるランドでの栄養指導、子育て支援センターでの食育講話、離乳食相談会
幼児期	保育所食育講座、保育所食育巡回指導、保護者食育講話、キッズ健康教室、米飯給食の実施
学齢期	学校食育推進事業、米飯給食の実施、給食試食会の開催
青年期	高校生への食に関する啓発活動
壮年・高齢期	妊婦教室における栄養指導、健診結果説明会及び健康教室での栄養指導、地区組織と連携した取組、運動教室における栄養指導、栄養・口腔講座、高齢者在宅給食サービス
全年代	生涯学習における食に関する講座、地区組織や関係団体と連携した取組

(1) 5歳児



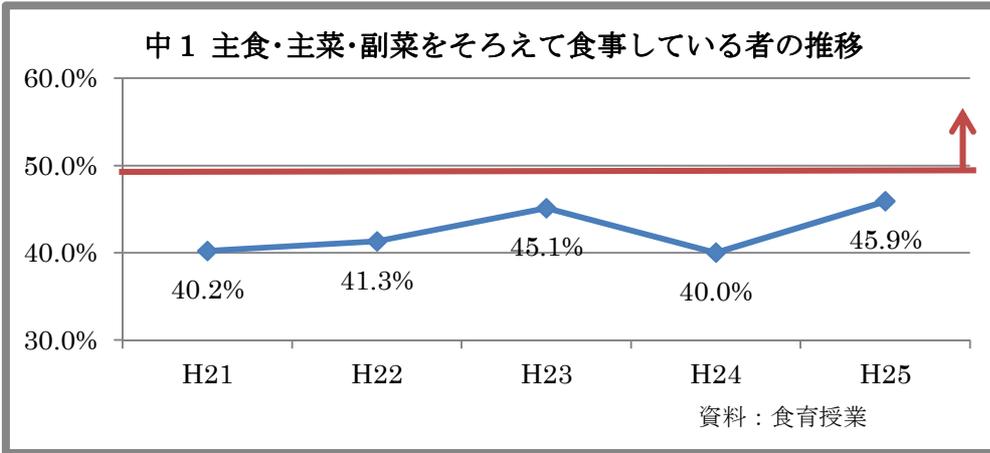
目標値 40%以上

(2) 小学5年生



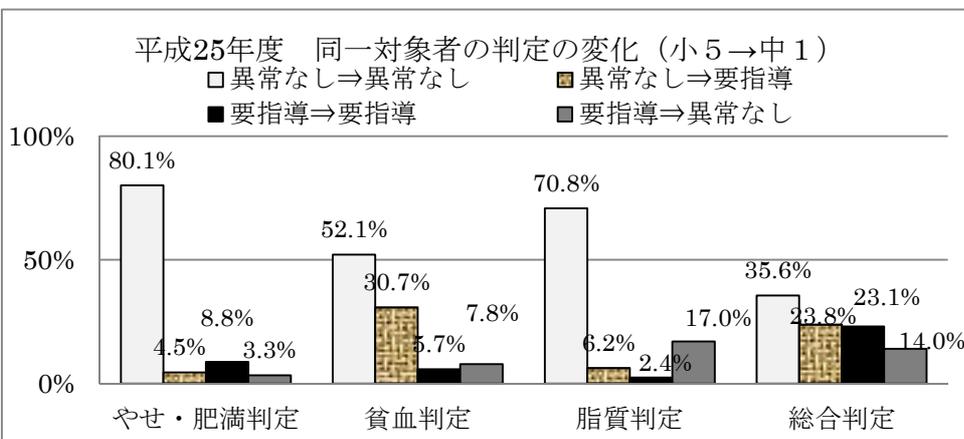
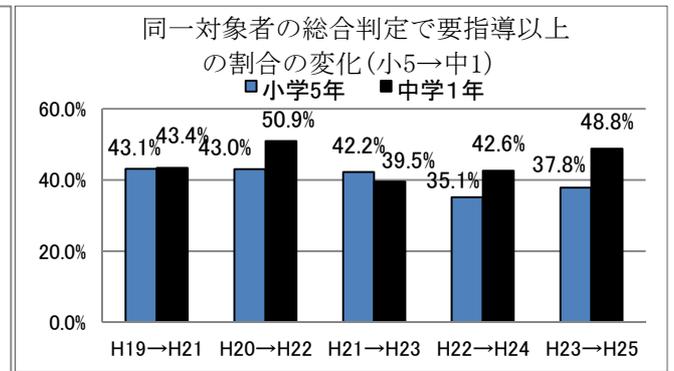
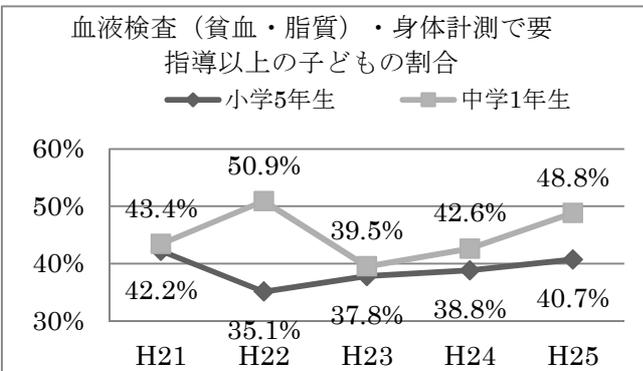
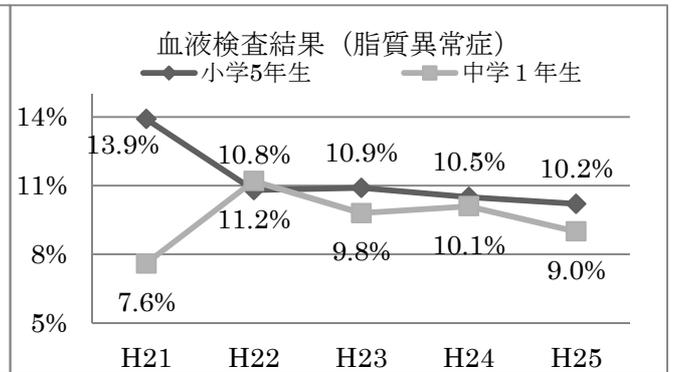
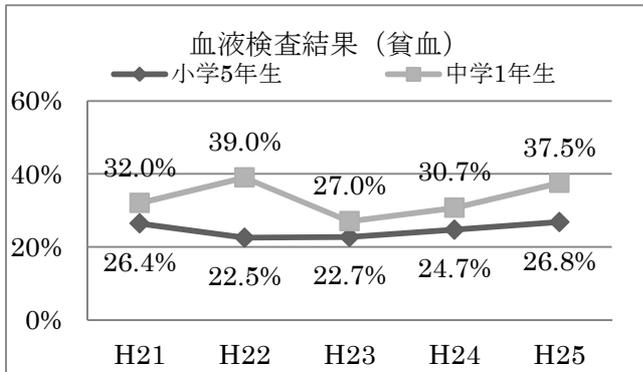
目標値 50%以上

(3) 中学1年生

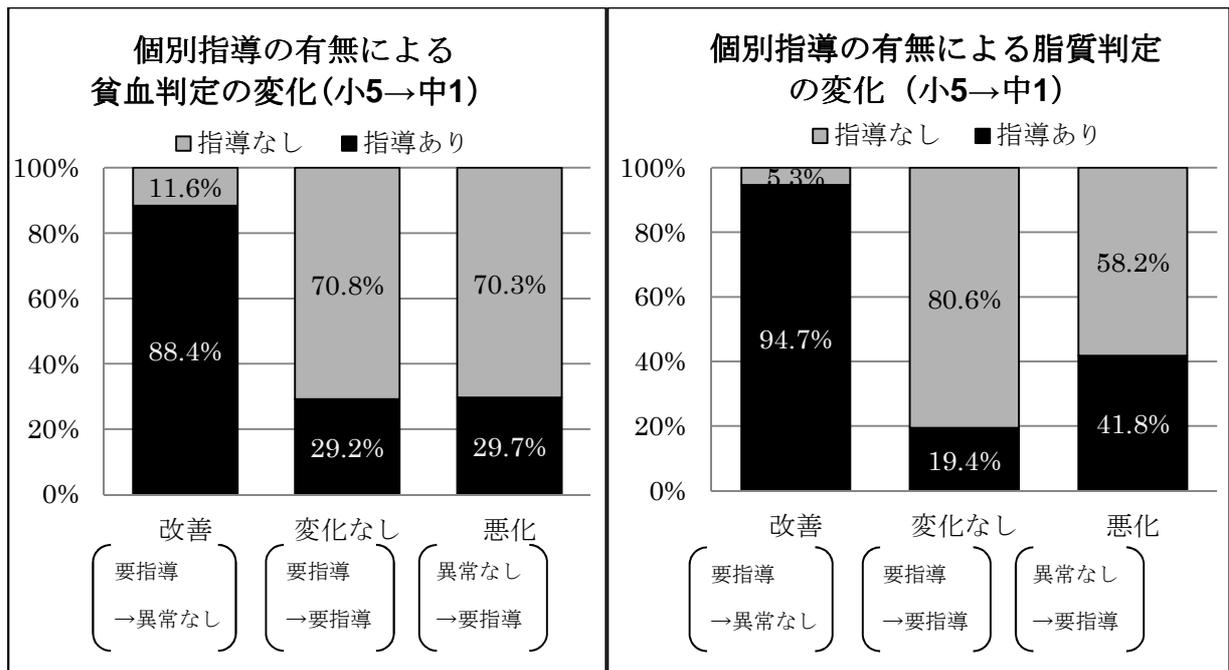


目標値 50%以上

(参考)

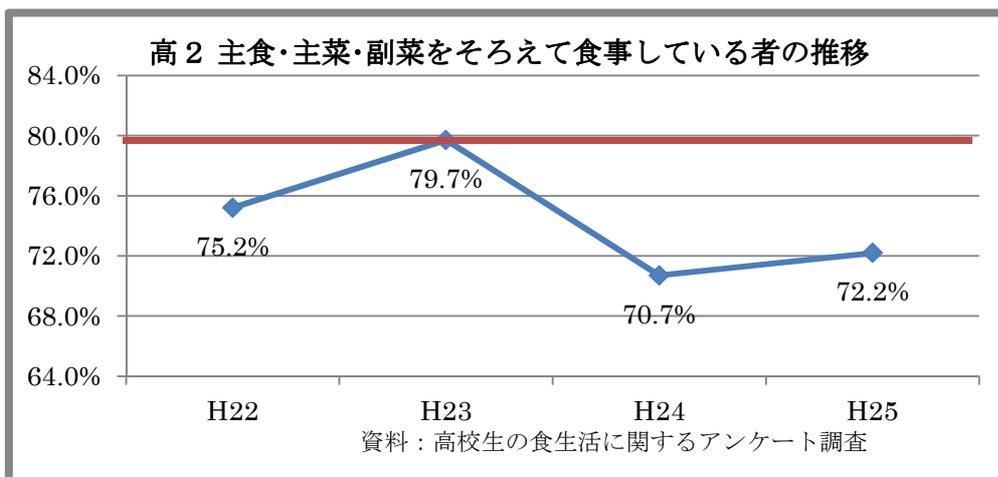


(参考)



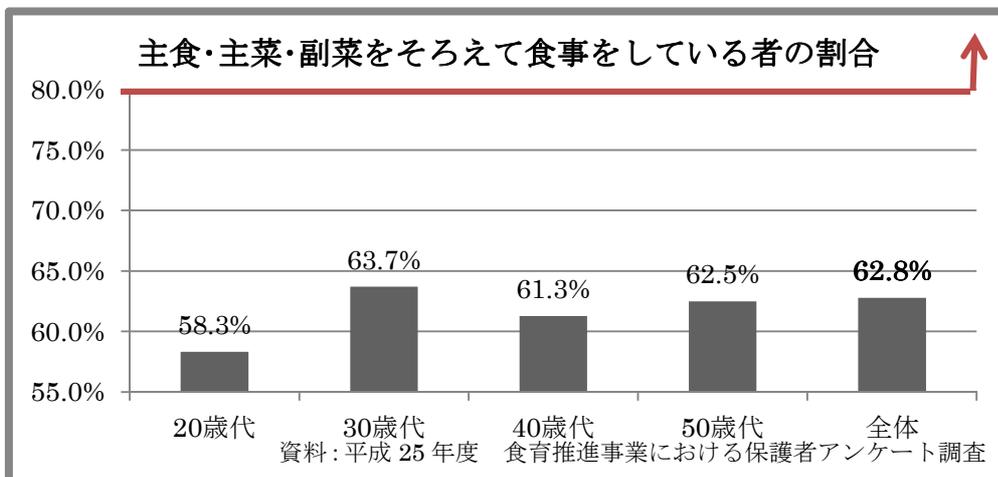
資料：学校食育推進事業

(4) 高校2年生



目標値 80%以上

(5) 市民



目標値 80%以上

○ 主食、主菜、副菜をそろえて食事している者の割合についての評価及び課題と今後の方向性

【評価及び課題】

- ・小学生において目標値を達成した。中学生では目標値に達成していないが、平成 21 年度と比べて増加した。幼児期も増加傾向にあり、乳幼児期からあらゆる場面で、お膳のかたちについて啓発してきた成果の一つと考えられる。
- ・小中学生の血液検査結果から、脂質異常症が減少傾向であるが、貧血は横ばいである。これらの要因として、食事内容の偏りや食事量が体格や運動量に見合っていない状況が考えられる。
- ・小学 5 年生時から中学 1 年生時にかけて数値が改善した生徒の多くは個別栄養指導を実施しており、個別に関わることで食生活の改善に効果があがっている。
- ・小学 5 年生時から中学 1 年生時にかけて血液検査等の数値が改善（要指導→異常なし）した生徒に比べ、数値が悪化（異常なし→要指導）した割合が多く、小学 5 年生時に「異常なし」だった児童への意識啓発が必要である。
- ・高校生では主食、主菜、副菜をそろえて食べる者の割合が平成 21 年に比べやや減少したが、市外の生徒も含まれることから市の取組の成果は判断できない。
- ・30 歳代では、他の年代に比べて主食、主菜、副菜をそろえて食べる者の割合が高かった。要因として、保育所や学校において保護者に働きかけを行ったことが考えられる。

【今後の方向性】

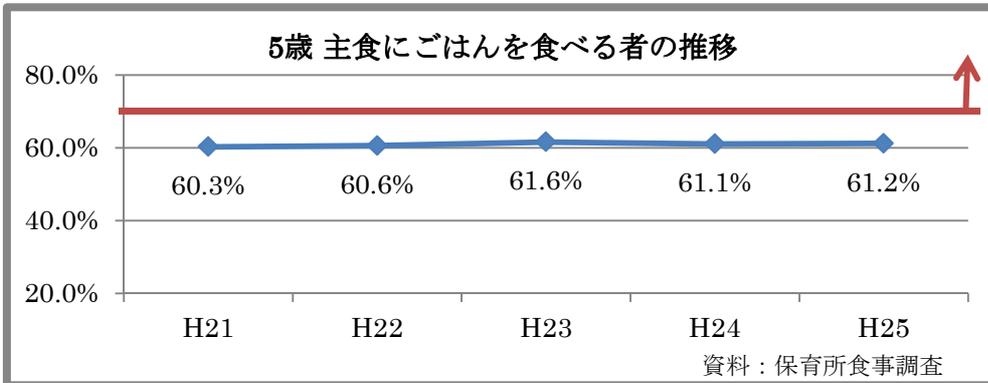
- ・小中学生において、血液検査結果に異常が無かった児童への啓発
- ・食育推進事業での個別指導の実施、保護者への働きかけの継続
- ・高校生の実態調査において市内及び市外在住者の比較調査の実施

指標項目3 主食にごはんを食べる者の割合（朝食）

○ライフステージ別関係事業

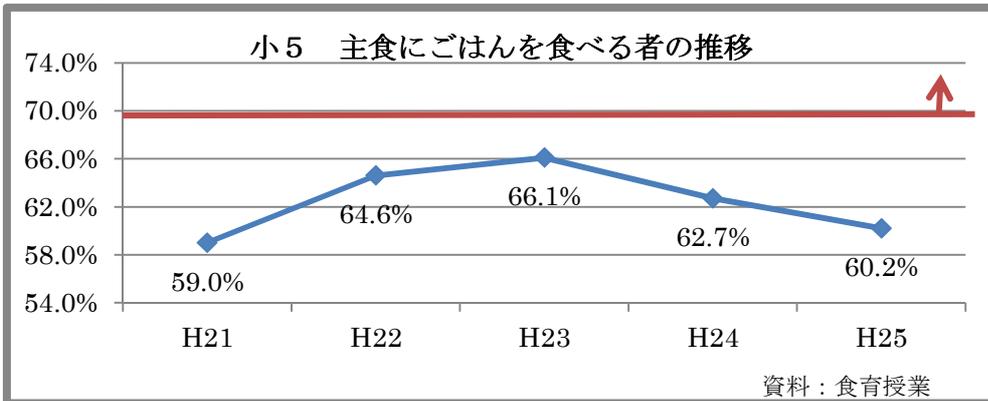
ライフステージ	事業名
乳児期	乳幼児健診における栄養指導、すまいるランドでの栄養指導、子育て支援センターでの食育講話、離乳食相談会
幼児期	保育所食育講座、保育所食育巡回指導、保護者食育講話、キッズ健康教室、米飯給食の実施
学齢期	学校食育推進事業、米飯給食の実施
青年期	高校生への食に関する啓発活動
壮年・高齢期	妊婦教室における栄養指導、健診結果説明会及び健康教室での栄養指導、地区組織と連携した取組、健康運動教室での栄養指導、栄養・口腔講座、高齢者在宅給食サービス
全年代	生涯学習における食に関する講座、地区組織や関係団体と連携した取組

(1) 5歳児



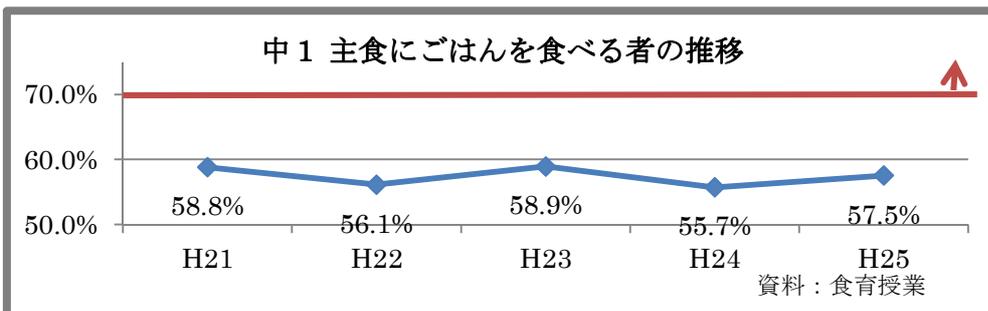
目標値 70%以上

(2) 小学5年生



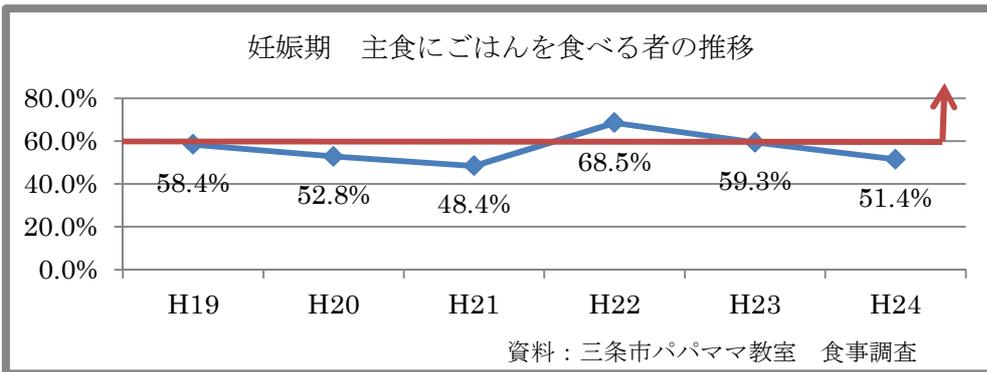
目標値 70%以上

(3) 中学1年生



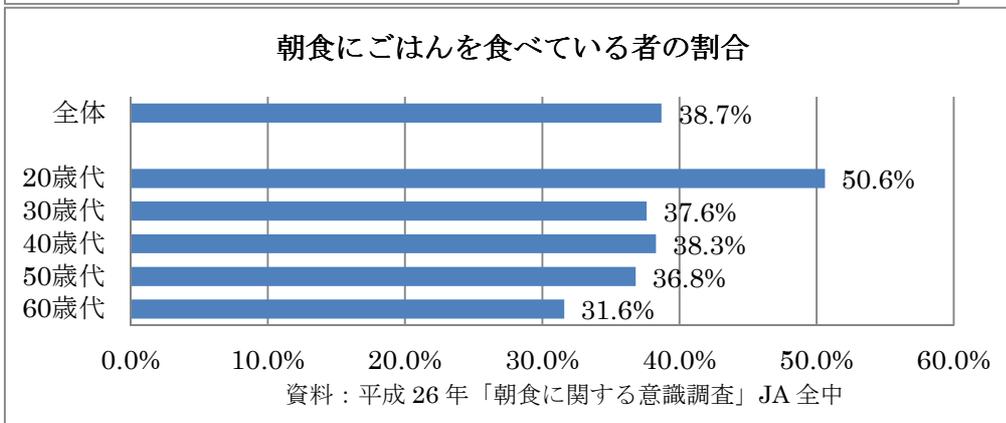
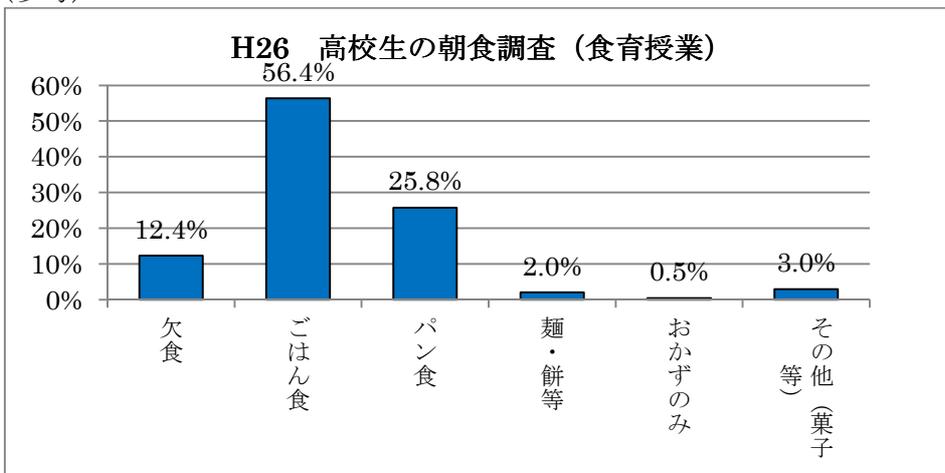
目標値 70%以上

(4) 妊娠期



目標値 60%以上

(参考)



○ 主食にごはんを食べる者の割合についての評価及び課題と今後の方向性

【評価及び課題】

- ・ 5歳児や小学5年生では主食にごはんを食べる割合は6割を維持している。中学1年生や高校生では5割である。JA全中の調査から、朝食の主食にごはんを食べている割合は4割弱であり、三条市では米飯給食や食育の取組を実施していることで、全国より高い水準を維持していると考えられる。

【今後の方向性】

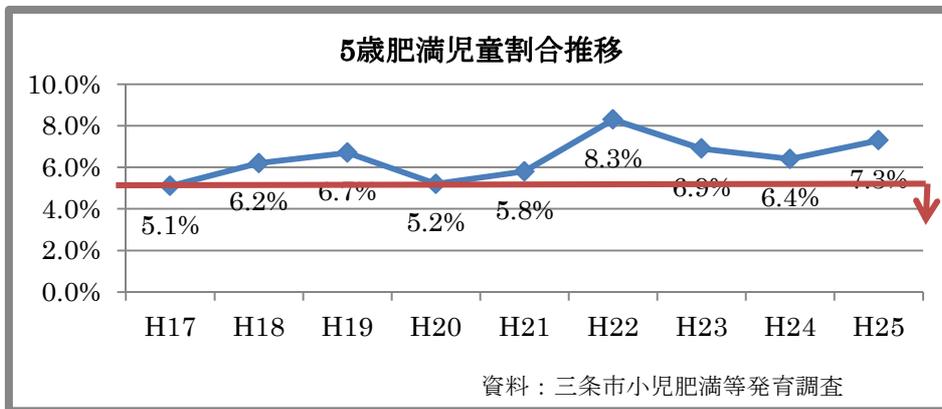
- ・ 学校食育推進事業や米飯給食の継続
- ・ 妊娠期や高校生への取組強化

指標項目 4 肥満者の割合

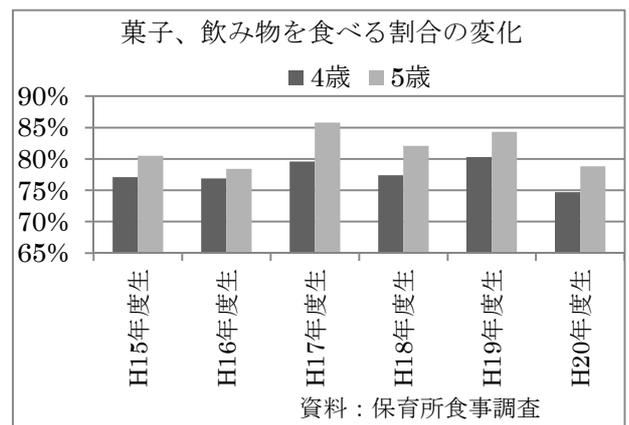
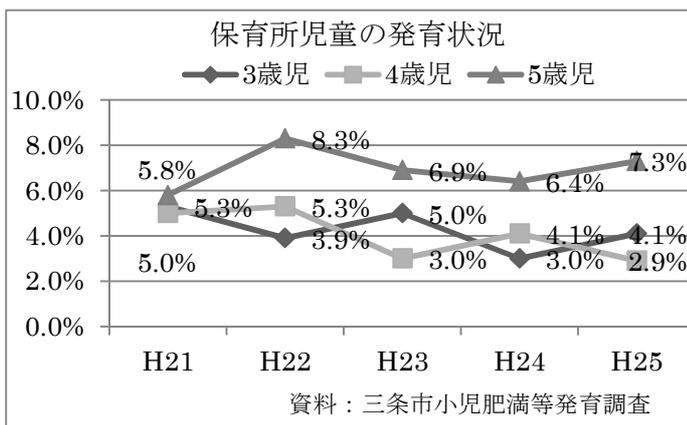
○ライフステージ別関係事業

ライフステージ	事業名
乳児期	乳幼児健診における栄養指導
幼児期	保育所食育講座、保育所食育巡回指導、保護者食育講話、キッズ健康教室、米飯給食の実施
学齢期	学校食育推進事業、米飯給食の実施
青年期	高校生への食に関する啓発活動
壮年・高齢期	妊婦教室における栄養指導、健診結果説明会及び健康教室での栄養指導、地区組織と連携した取組、健康運動教室での栄養指導、栄養・口腔講座、高齢者在宅給食サービス
全年代	生涯学習における食に関する講座、地区組織や関係団体と連携した取組、食育メール、HPや広報を利用した啓発活動

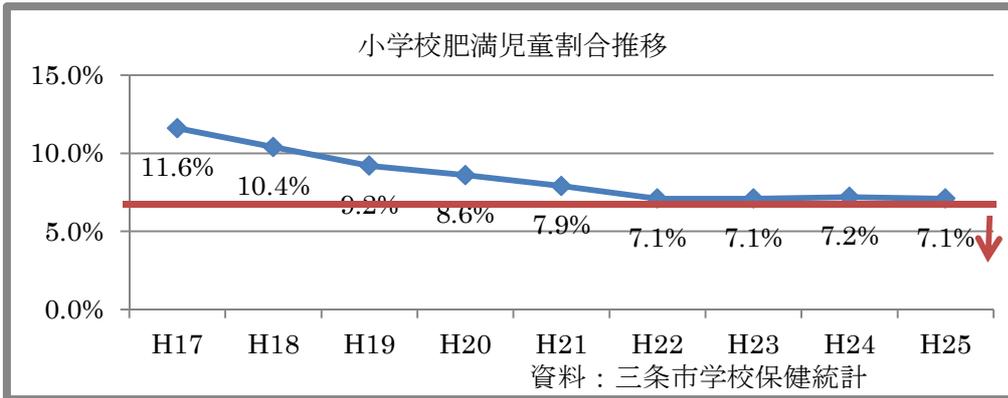
(1) 5歳児



(参考)

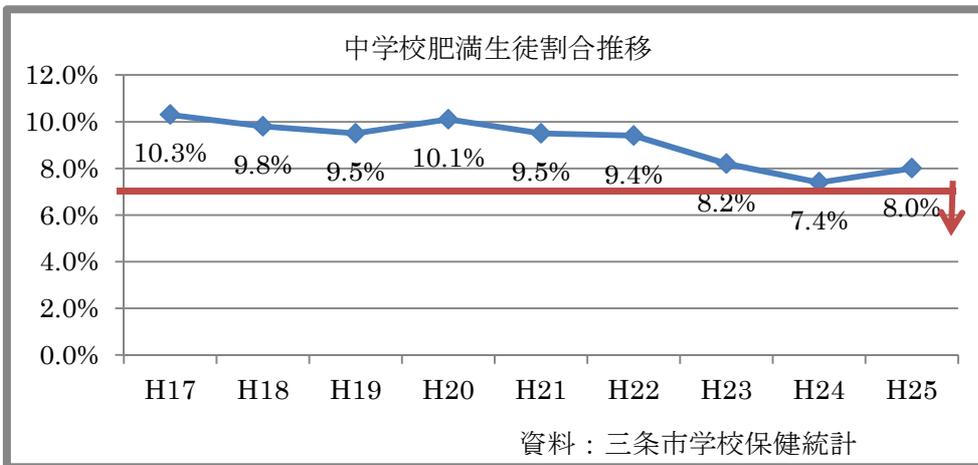


(2) 小学生



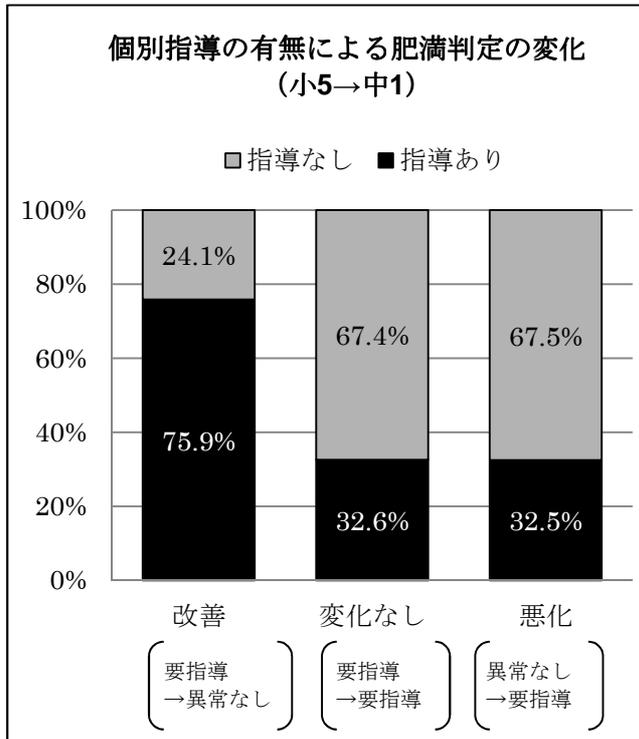
目標値 7%以下

(3) 中学生

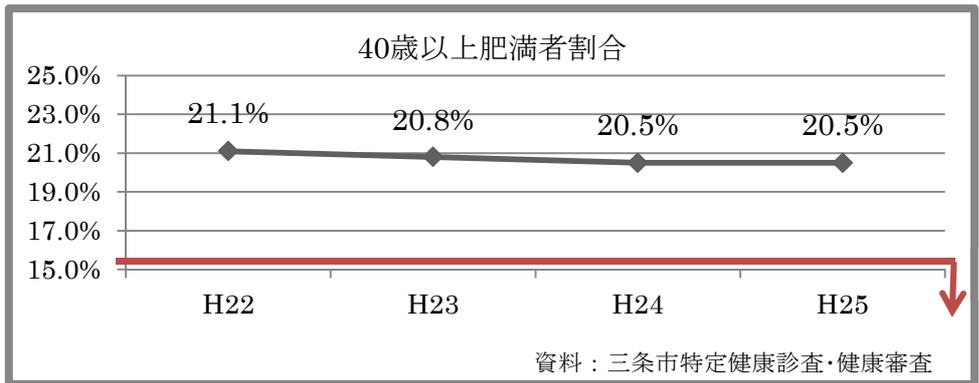


目標値 7%以下

(参考)

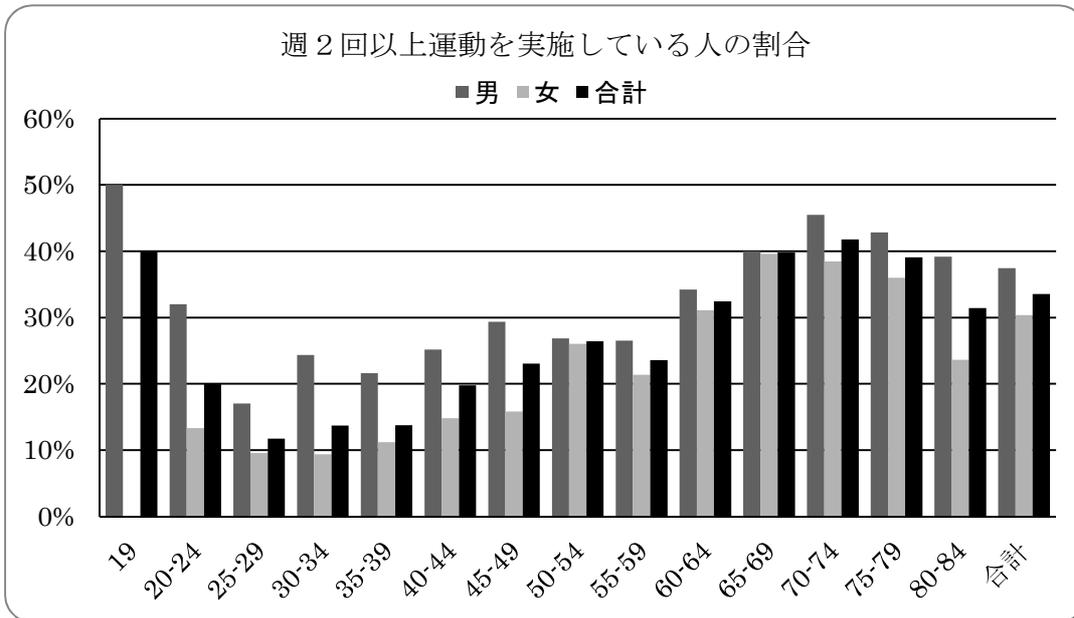


(4) 40歳以上



目標値 15%以下

(参考)



○肥満者の割合についての評価及び課題と今後の方向性

【評価及び課題】

- ・肥満の割合は、どの年代も減少傾向にある。米飯給食の実施や食育推進事業において個別指導を実施したことによる本人や保護者の意識の変化が関係していると考えられる。
- ・3,4歳児に比べ、5歳児の肥満出現率が高い。原因の一つに、5歳児になると菓子や飲み物をおやつとして食べる割合が増えることが考えられる。

【今後の方向性】

- ・保育所及び学校食育推進事業における保護者への働きかけの継続
- ・肥満児に対する個別指導の継続
- ・40歳以上の肥満解消のため、運動と連携した取組の実施

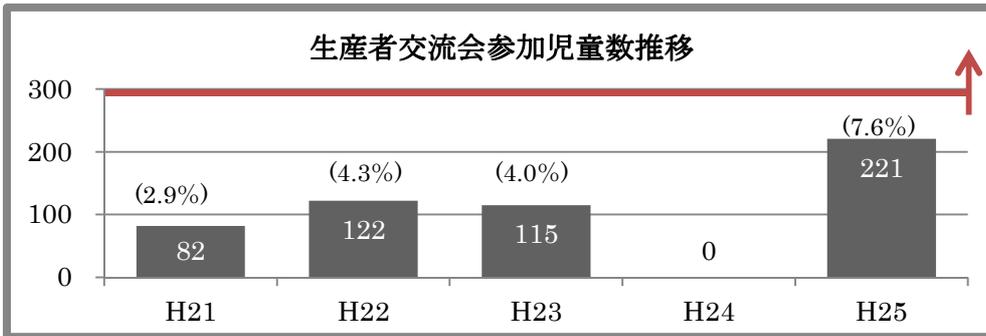
重点目標Ⅲ 地産地消の推進

指標項目5 生産者交流会の参加児童・生徒

○ライフステージ別関係事業

ライフステージ	事業名
幼児期	保育所生産者交流会の実施、保育所野菜作り体験
学齢期	生産者交流会の実施、学校教育田活動、子供が作る弁当の日事業
全年代	生涯学習における農業や食文化に関する講座の実施、関係団体と連携した取組

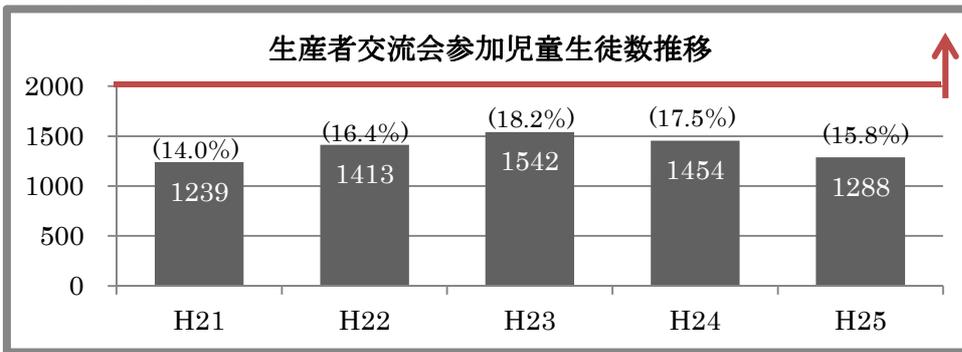
(1) 保育所(園)



目標値
延べ300人以上

※括弧内は児童数に対する割合

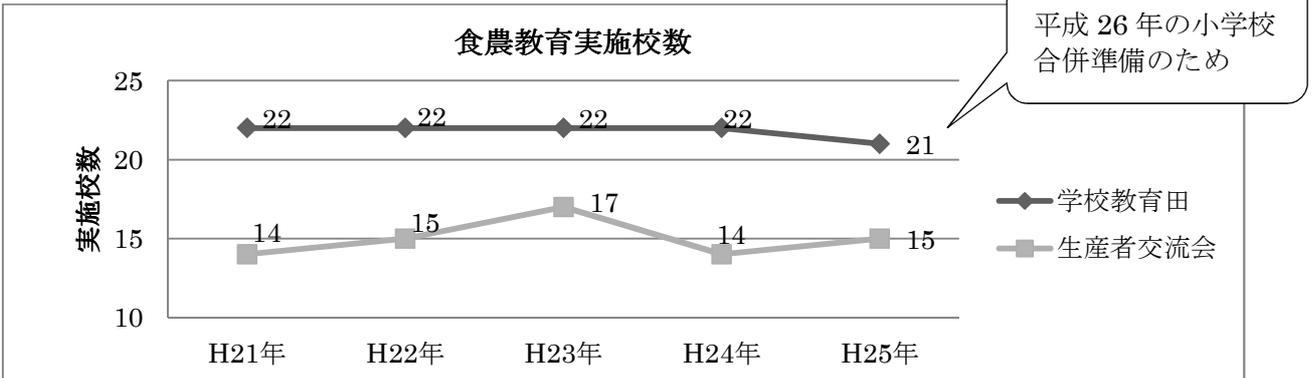
(2) 小中学校



目標値
延べ2000人以上

※括弧内は児童数に対する割合

(参考)



平成26年の小学校
合併準備のため

◆ 学校教育田
■ 生産者交流会

○生産者交流会の参加児童・生徒についての評価及び課題と今後の方向

【評価及び課題】

- ・参加児童生徒割合はほぼ横ばいであった。生産者交流会という形での実施に限ったため、学校教育田活動を通じての生産者との交流は多くの小学校で行われている。

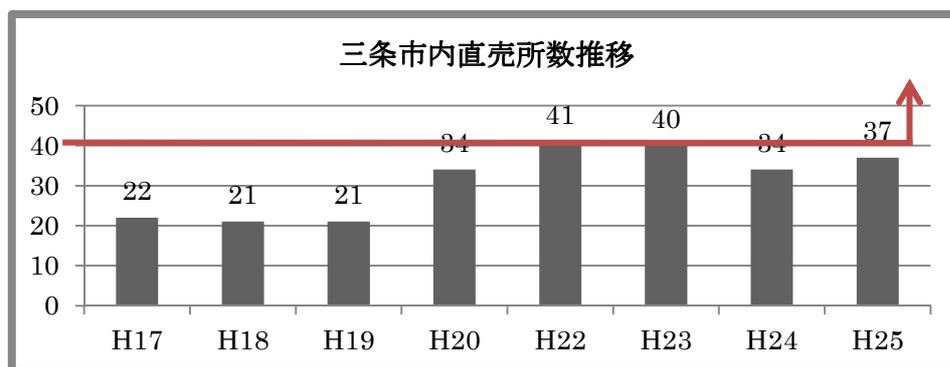
【今後の方向性】

- ・学校に対して、生産者交流会など食農教育の啓発
- ・学校が生産者交流会など自主開催できるような仕組み作り

指標項目 6 直売所数

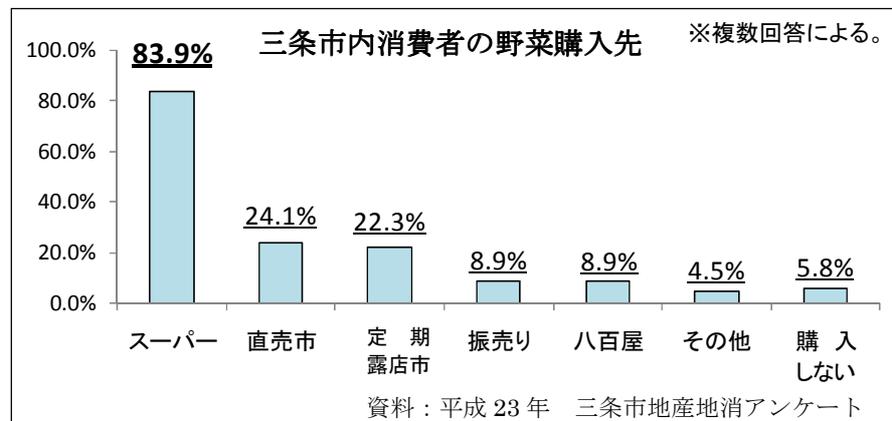
○ライフステージ別関係事業

ライフステージ	事業名
幼児期	地産地消給食の実施、給食だよりの作成
学齢期	地産地消給食の実施、地元農産物利用促進事業、給食だよりの作成
全年代	直売所開催支援、地産地消推進店の推進事業、ラベルシール推進事業、食育メール、HPや広報などを利用した啓発活動、市民給食試食会、しみん食育と農業のつどい、関係組織との連携した取組



目標値 40 軒以上

(参考)



○直売所数についての評価及び課題と今後の方向性

【評価及び課題】

- ・直売所数は平成 22 年をピークに減少傾向である。

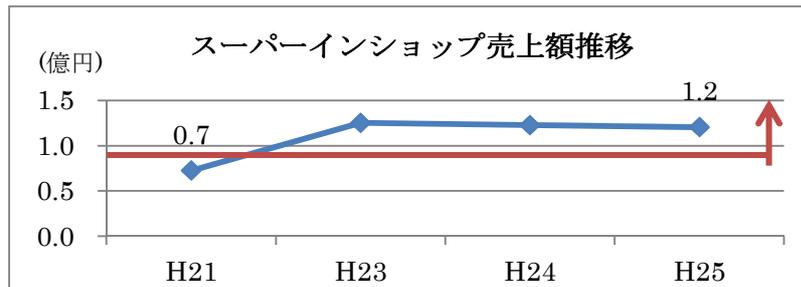
【今後の方向性】

- ・多くの消費者が野菜の購入先をスーパーとしていることから、直売所だけでなく、スーパーでも地元農産物の取り扱いをさらに増やす取組を強化
- ・地産地消推進店制度と連携し、直売所独自の魅力（観光・自然）を活かした情報発信

指標項目7 スーパーのインショップ売上額

○ライフステージ別関係事業

ライフステージ	事業名
幼児期	地産地消給食の実施、給食だよりの作成
学齢期	地産地消給食の実施、地元農産物利用促進事業、給食だよりの作成
全年代	直売所開催支援、地産地消推進店の推進事業、食育メール、HP や広報などを利用した啓発活動、市民給食試食会、しみん食育と農業のつどい



目標値

計画策定時より 10%以上アップ

※市内店舗を抽出して集計

○スーパーのインショップ売上額について評価及び課題と今後の方向性

【評価及び課題】

- ・スーパーのインショップ売上額は目標を達成した。

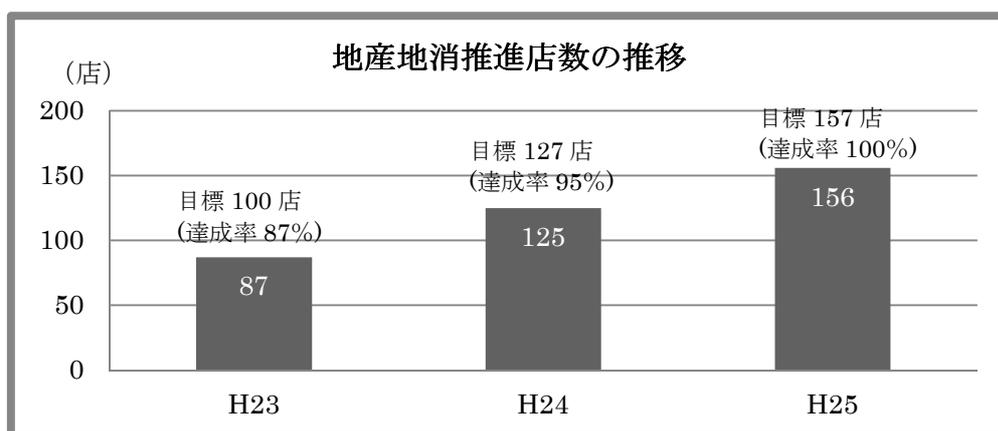
【今後の方向性】

- ・生産者に対し、良質堆肥使用など付加価値のある農作物の栽培を奨励し、インショップの魅力をもっと高めるなどの取組を強化

指標項目 8 地産地消推進店の数

○ライフステージ別関係事業

ライフステージ	事業名
全年代	地産地消推進店の推進事業(推進店マップ作成、旬の食材 PR リレー等) 直売所開催支援、食育メール、HP や広報などを利用した啓発活動、市民給食試食会、しみん食育と農業のつどい



地産地消推進店の認定状況 H26. 3. 31 現在 (店)

ランク	★★★★	★★	★	合計
飲食店等	72	5	2	79
小売店等	25	5	2	32
スーパーマーケット	18	0	0	18
直売所	25	0	0	25
定期市	2	0	0	2
合計	142	10	4	156

○地産地消推進店の数についての評価及び課題と今後の方向性

【評価及び課題】

- ・ 目標件数を目安に、毎年継続的に認定件数を増やすことができています。
- ・ 初年度の登録は飲食店が多かったが、年々小売店や直売所の登録が増え、様々な業態で地産地消推進店の取組が広がりつつある。

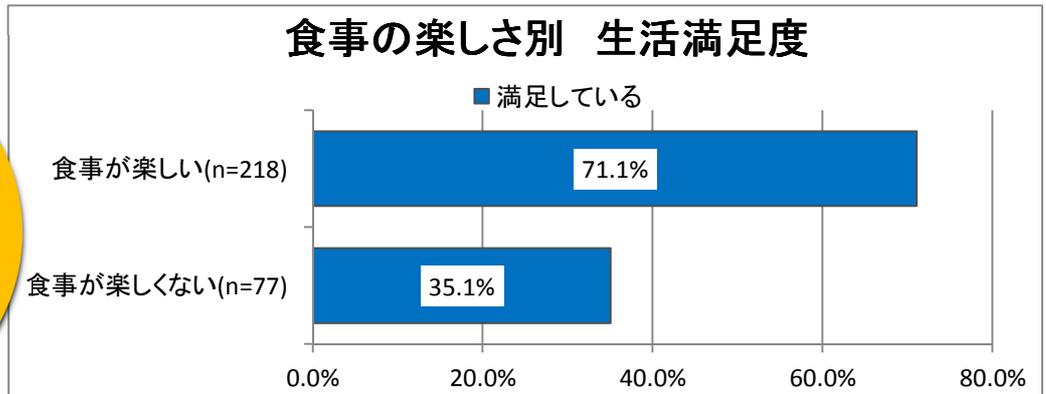
【今後の方向性】

- ・ 対象となる店舗(約 600 店)の半数以上の登録を目指す
- ・ 農産物展示会等を活用した流通支援の拡大

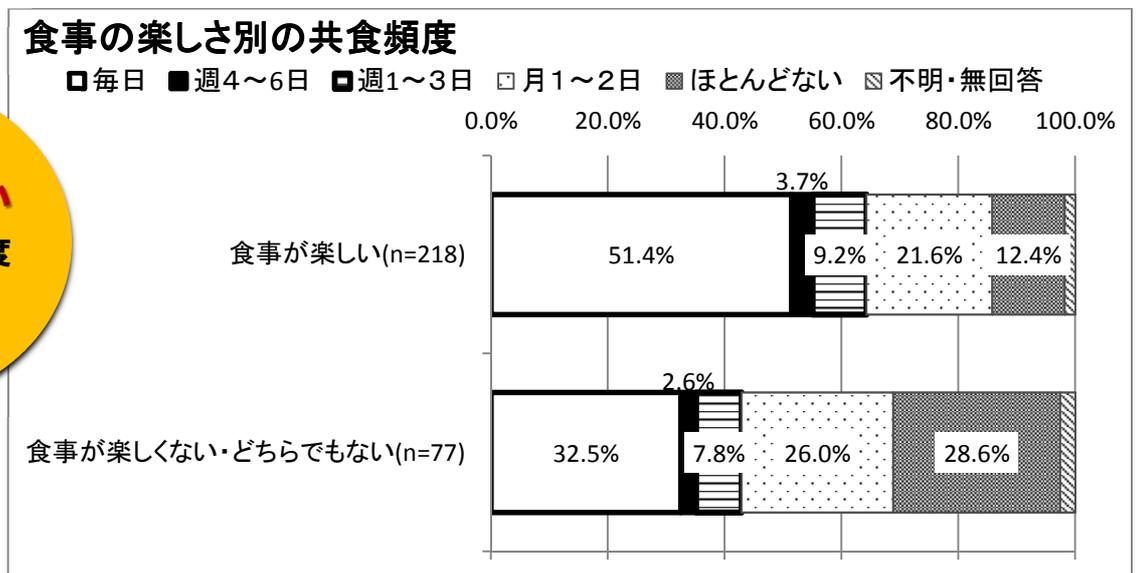
(参考) 高齢者の食と暮らしの調査結果

※平成 25 年度調査実施

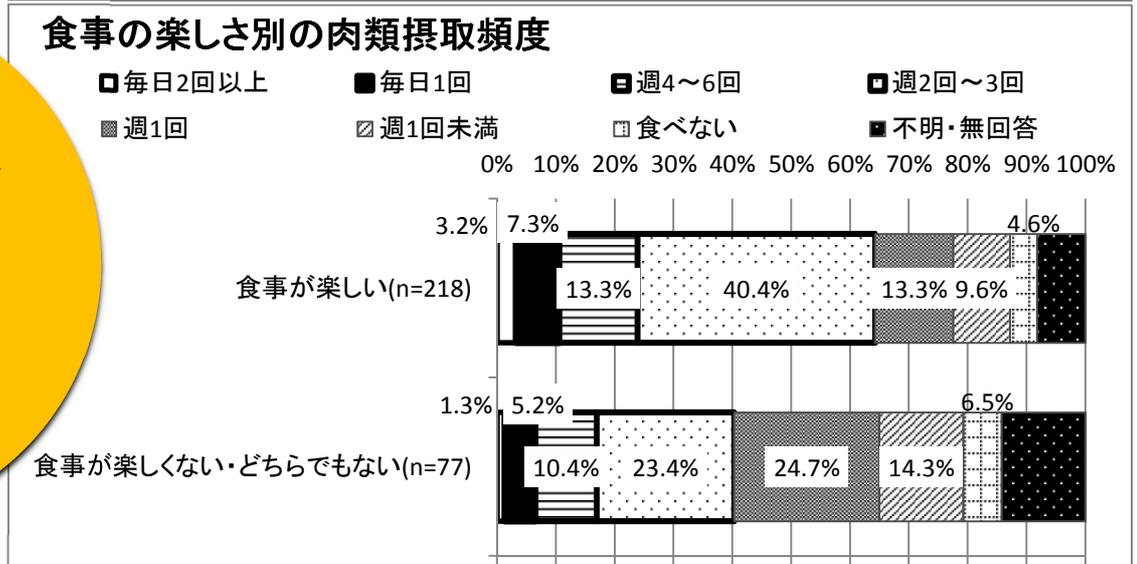
食事が楽しいと
感じている人は
生活に満足
している人が多い



食事が楽しい
人は、共食の頻度
が高い人が多い



食事が楽しい人は
肉、魚、卵、大豆、
果物摂取の頻度が
適正でバランスの良い
食事をしていることが
想定できる



※肉のほかに魚、卵、大豆、果物で同様の傾向を示す



平成 26 年度 まちなかで朝ごはん(共食)事業の実施