

## 食育推進事業活性化の取組

西部東厚生環境事務所・西部東保健所 保健課

岸本 益実 亀野 幸一郎 朝野 幸子  
島谷 道子 ○楠本 明美 吉村 里江

### 1 はじめに

平成 17 年に施行された食育基本法では、「『食育』とは生きる上での基本であり、知育、徳育、体育の基礎となるべきもの。」と定義され、当県においても平成 18 年に広島県食育基本条例が制定され、食育の推進に向けて、さまざまな取組が行われてきた。

平成 25 年 3 月には、広島県食育推進計画（第 2 次）が策定され、「周知から実践へ」を推進の軸に、生活習慣病予防のための食育の推進、関係者の連携による体験活動の充実、食育の実践を支える社会環境の整備等を謳っている。

当所管内（竹原市、東広島市、大崎上島町）においても、食育推進計画（行動計画）が策定され、食育推進圏域連絡会議において、事業の進め方や評価について意見交換を行ってきた。その中で、関係機関や組織の連携、協働による住民への啓発等が課題となっている。

このため、今年度、広島中央圏域で食育活性化事業に取り組み、地域食育団体との協働による啓発事業を実践したので、その結果を報告する。

### 2 事業実施までの経緯

(1) 平成 19 年度から 5 年間、食育推進圏域連絡会議を主催し、行政関係組織と食生活改善推進員協議会を中心に、地域における食育を進めてきた（別添資料経緯票参照）。

(2) 管内市町に食育推進計画が策定され（竹原市：平成 25 年 2 月、東広島市：平成 24 年 3 月、大崎上島町：平成 24 年 3 月）、市町においても食育を推進しているが、ネットワークの構築や各種団体等との連携については、課題が多い。

(3) 地域における実践的な食育推進のためには、食に関わるボランティア等との連携が欠かせないが、食生活改善推進員協議会以外のボランティア団体と、その活動を十分把握できていない。

(4) 広島中央圏域の地域特性として、温暖な瀬戸内海気候から賀茂台地の冷涼な気候が南北に広がり、農業が非常に盛んである。また、集落法人も多く組織されており、農業の 6 次産業化を進めている。

(5) 東広島市域においては広島大学をはじめとする 3 大学を擁し、生産年齢人口の比率が高い。竹原市域・大崎上島町域については、少子高齢化が進行する中、高齢者の低栄養や交通の便の不自由さによる子どもの朝食欠食の増加など、新たな食の課題がみえてきている。

これらの状況を踏まえ、地域における食の課題を抽出、解決していくため、広島中央地域保健対策協議会に食育活性化検討会を設置し、地域食育推進団体との連携事業を模索することとした。

### 3 事業内容

#### I 会 議（食育活性化検討会）

##### (1) 実施期日及び内容

	期 日	内 容
第 1 回	平成 25 年 9 月 19 日（木）	○広島県食育推進計画の概要と広島中央圏域において取り組むべき課題の共有 ○平成 25 年度事業計画案の検討
第 2 回	平成 26 年 2 月予定	○事業成果と評価、次年度へ向けた課題と取組の整理 ○平成 26 年度事業計画案の検討

##### (2) 構成員

東広島地区医師会、竹原・豊田歯科医師会、ヘルスマイト河内、保健所管内給食施設研究

## II 実践事業

### (1) 「食育の日（毎月19日）」の啓発

- ① 東広島庁舎における庁内放送の実施（6月19日から毎月19日の16:50に放送）
- ② 市町食育キャラクターを活用した児童及び保護者向け啓発資料の作成・配布（図1～図3）
- ③ 地元コミュニティー誌（プレスネット）への記事掲載による市民への広報。

### (2) 食育ミニ講演会の開催

- ① 日時 平成25年10月18日（金）14:00～15:00
- ② 場所 東広島庁舎 会議棟2階会議室
  - ア 講義 気を付けてますか？毎日の食事 ～健康づくりのための「食事バランスガイド」活用法～
  - イ 展示・体験コーナー
    - ・体重・体脂肪測定，栄養相談（東広島市役所実施）
    - ・みそ汁の塩分測定
    - ・食育メニューの展示及びレシピ配布

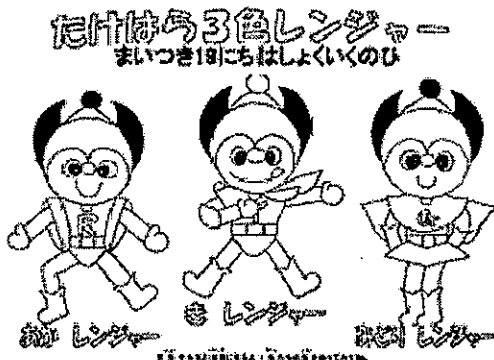


図1 竹原市キャラクター塗り絵

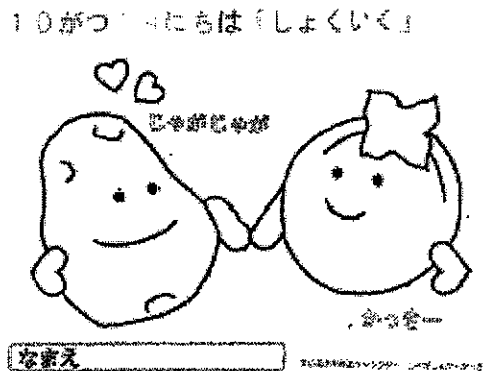


図2 東広島市キャラクター塗り絵

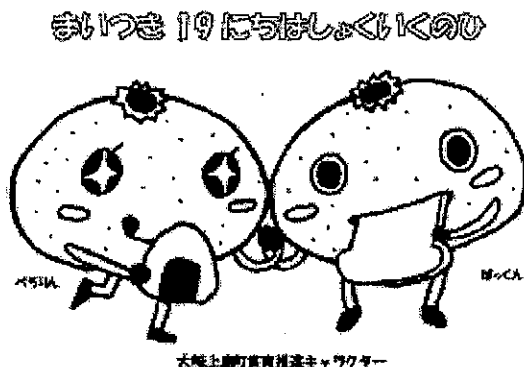


図3 大崎上島町キャラクター塗り絵

### (3) ひろしま給食100万食プロジェクトへの参加

広島県教育委員会が主催する「ひろしま給食100万食プロジェクト」の趣旨に賛同する管内の給食施設において，県内統一メニュー「ひろしまトンチキレモン」の一斉提供を実施。

- ① 実施期間 平成25年10月13日（月）～19日（日）（ひろしま食育ウィーク期間内）
- ② 実施施設 管内給食施設41施設（学校給食センター，小中学校，特別支援学校を除く。）

③ 提供食数 表1のとおり

表1 ひろしま給食100万食プロジェクト参加状況

参加施設種別と施設数	提供献立と食数(単位:食)				感想・利用者の反応
	トンチキレモン	チキチキレモン	トットレモン	その他	
児童福祉施設(28)	2184	306		108 トントレモン	保育園児には味が強すぎると感じた。親子で食を考えるきっかけとなった。
老人福祉施設(1)		92			食育も、このような取組があると普及させやすい。
介護老人保健施設(1)			178		子どもたちも同じ物を食べているの?と興味を持っていただいた。
社会福祉施設(4)	294	87			プロジェクトに興味を持っていただいた。酢豚風で美味しかった。
事業所(2)	156	64			地産地消を意識することができた。健康志向と相まって好評だった。
病院(4)		491		199 トントレモン	新しい献立として取り入れたい。レモンの酸味が強かった(弱かった)。
その他学校(1)	340				
合計	2974	1040	178	307	

III 職員アンケートの実施

東広島庁舎職員を対象に、食育の認知度、共食の実践度、減塩への取組、野菜摂取量等、広島県食育推進計画(第2次)の目標項目についてアンケートを行った。

- (1) 実施時期 平成25年7月24日～31日(8日間)
- (2) 対象者 東広島庁舎に勤務する職員(非常勤職員を含む。)242人 回答者108人 回答率44.6%
- (3) 調査手法 職員ポータル上の簡易データベース機能を活用し、職員がアンケートフォームへアクセスする方法により実施。
- (4) 結果 図4～図9のとおり

○「食育の意味を知っていたか。」という質問に対して、90%以上の者が言葉については知っていた。「言葉も意味も知っていた。」と回答した者は40%未満であった。男女の比較では、女性の方が若干関心が高い傾向にあった。

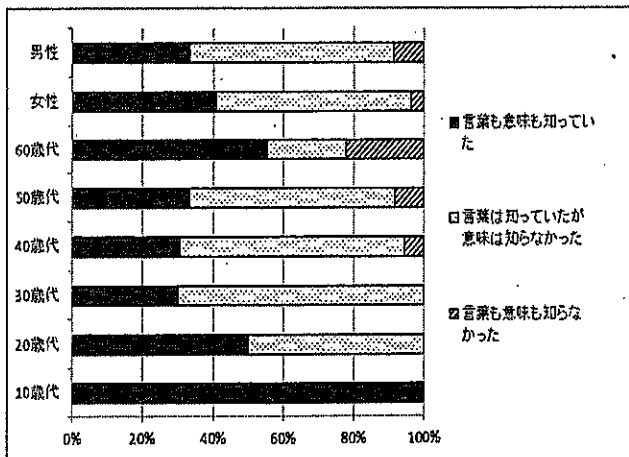


図4 食育の認知度

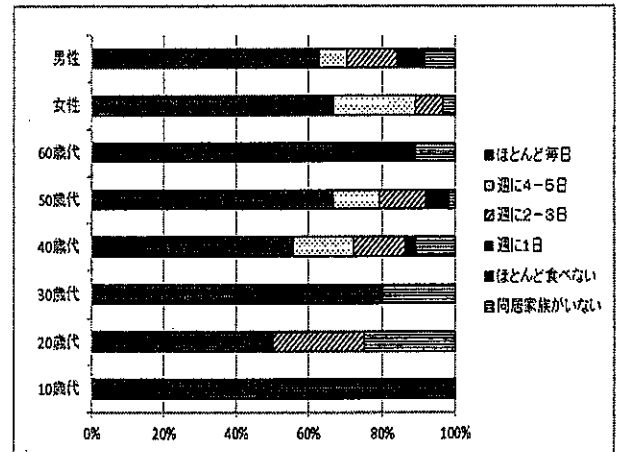


図5 共食(夕食)の状況

○ 共食(夕食)の状況について調べたところ、ほとんど毎日、週に4-5回を合わせると、女で90%、

男性においても70%の者が家族と一緒に食事を食べていると回答した。年代別にみると、40歳代で共食の割合が最も低く、自由記載から子どものクラブや塾、本人の残業など、家族が顔を合わせる機会の減少が影響していると考えられる。

- 「減塩に気を付けた食事を摂っているか。」という質問に対して、「十分またはある程度ある。」と回答した者の割合は男性60%、女性75%であり、生活習慣病対策として、減塩が必要であると認識している人の多いことがうかがえた。一方、「あまり気を付けていない。」と回答した者の割合は、全体の約3割に達している。
- 塩分摂取量と関連の高い循環器系疾患については、40歳代以降に急増することから生活習慣病を自分のこととして意識するとともに、減塩の環境整備が求められる。

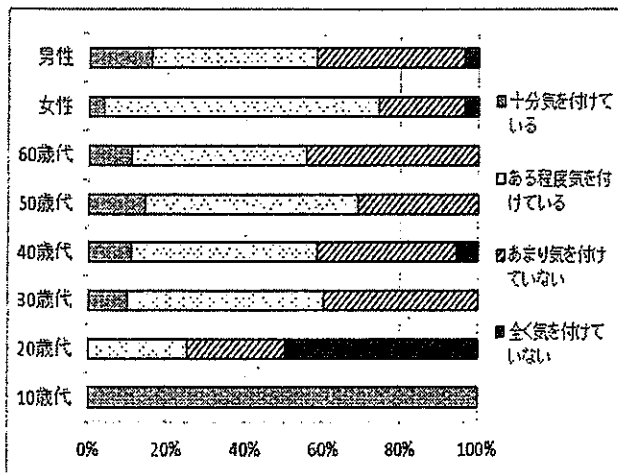


図6 減塩の実践

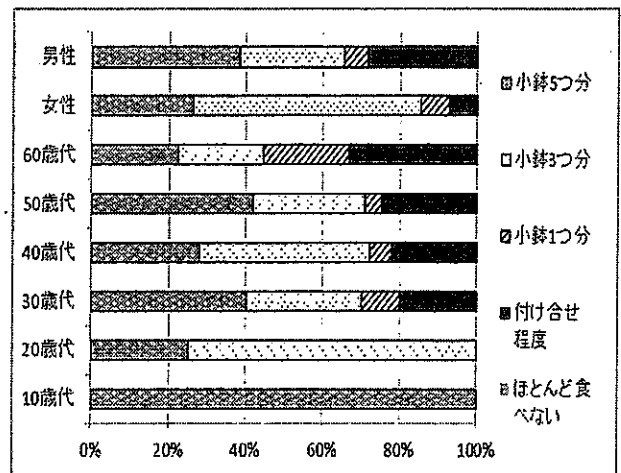


図7 1日当たりの野菜摂取量

- 1日あたりの野菜摂取量について、「小鉢5つ分以上食べている。」と回答した者の割合は、男性の方が高く40%余りであった。逆に、「付け合せ程度しか食べていない。」と回答した者の割合は30%弱で、男性においては、野菜を食べている人と食べていない人の両極に分かれていることが考えられる。
- 「小鉢3つ分以上食べている。」と回答した者の割合は、女性の方が高く、80%を超えていた。女性については、平均的に野菜摂取に留意していることが推測される。

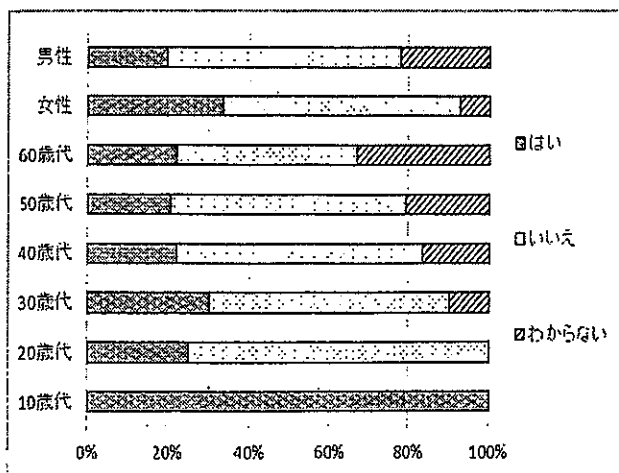


図8 栄養バランスに気を付けた食事

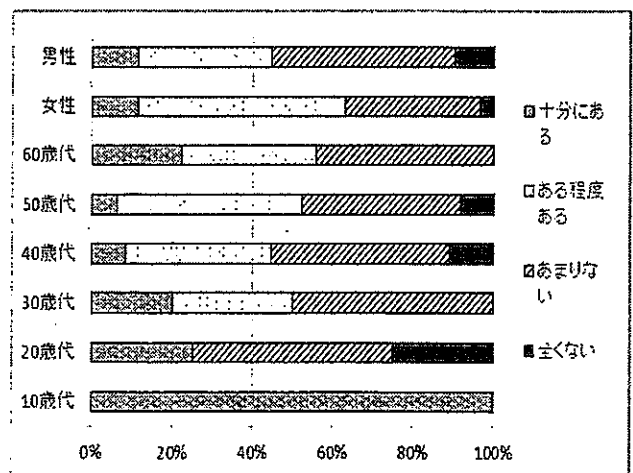


図9 健康に悪影響を与えない食品の知識

- 「栄養バランスに配慮した食生活を行っていますか。」という質問に対して、「はい。」と回答した

者の割合は、年代に関係なく 20-30%の割合であった。

- 平成 23 年度県民健康意識調査結果によると、「はい。」と回答した者の割合は年代が上がるにつれて高くなる傾向にあったが、庁舎職員に関しては年代別に差がみられなかったことから、栄養バランスよりも手軽さやおいしさを求めていることがうかがえる。
- 男女別に見たところ、女性の方が栄養バランスに配慮していると回答した者の割合が高かった。
- 「健康に悪影響を与えないようにするために、どのような食品を選んだ方が良いか。」「どのような調理が必要かについての知識があるかどうか。」という質問に対し、女性の約 60%が、「十分またはある程度ある。」と回答した。男性についても、50%の者が、「十分またはある程度ある。」と回答している。
- 年代別にみると、年齢が上がるにつれ「食品の知識がある。」と回答した者の割合が増加する傾向にあった。

#### 4 結果及び成果

##### (1) 検討会

広島中央圏域における食育の担い手として、医師会、歯科医師会、市町以外に、ヘルスメイト団体、農業関係団体（東広島市農業委員会女性部）、管内給食施設に勤務する管理栄養士（栄養士）で組織する給食施設研究会から委員を選出した。農林部局においては兼ねてから「食農教育」として地域における食育を実践している。各組織における取組を生かしつつ、生活習慣病対策のための食育と併せ、新たな実践・啓発事業の取組へと協働することを基に検討した。

##### (2) 実践事業

###### ① 職員向け庁内放送の実施

広島県食育推進計画（第 2 次）においては、毎月 19 日を家庭で食育を考える日とし、家族揃って食事をとる日としている。当庁舎では、ワークライフバランスの取組と併せ、6 月 19 日から毎月 19 日の開庁日に、食育の日を PR する庁内放送を行っている。

本年度の当庁舎における放送回数は 12 月末現在 7 回であるが、継続実施していくこととしている。

###### ② 食育キャラクター塗り絵の配布

東広島市食育推進計画策定に先行して実施された市民アンケート調査結果<sup>1)</sup>によると、食育に最も関心のある年代は妊婦及び幼児の保護者で 85%を超えている。しかし、検討会においては、若い母親の「食」に対する無関心さを課題とする声が多く聞かれた。これらを受け、食に関心のある若い年代層（特に食事作り担当者である母親）へ効果的にメッセージを伝える手法として、市町食育キャラクターの塗り絵台紙（裏面に各市町の食の情報を記入）を作成し、管内保育所年長児（1072 名）を対象に配布した。

##### (3) ひろしま給食 100 万食プロジェクトへの参加

広島県教育委員会が主催した「ひろしま給食 100 万食プロジェクト」への参加協力を、管内給食施設 143 施設に対し呼びかけた。その結果、管内全体で 41 施設、4500 食余の提供があった（表 1）。

自由記載からは、「給食提供者だけでなく、喫食者もこの取組に参加しているという一体感を感じることができた。」「また、家庭で作ってみたい。」という感想も多く聞かれ、非常に有効な取組であった。今後は、広島中央圏域におけるご当地食育メニューの開発と、給食施設や健康生活応援店での提供、普及を目指す。

##### (4) 職員アンケート調査

広島県食育推進計画（第2次）の重点目標である、塩分7g以下、野菜350g以上の摂取、週12回以上の共食等について、東広島庁舎職員を対象にアンケート調査を実施した。

共食の実践度については、40歳代の者が最も低くなっていた。庁舎職員は共働きの世帯も多く、子どもの塾やクラブ、本人の仕事の都合などで家族の時間がすれ違っていることが浮き彫りとなった。

自由記載からも、共食のためには、「ワークライフバランスの取組を充実させるべき。」という意見が多く聞かれた。食育の環境整備には社会の構造改革をも含めた取組が求められる。

「栄養バランスに気を付けているか？」という質問に対して、平成23年度県民健康意識調査結果によると「はい。」と回答した者の割合は、年代が上がるにつれて高くなる傾向があったが、庁舎職員の場合、年代による差が見られなかった。現役職員においては、栄養バランスより「手軽さ」や「おいしさ」を優先していると考えられる。

## 5 考察

### 【課題1】 食の課題とその解決について

広島県において医療費が最も高率を占める疾患とその額は、第1位は循環器疾患で（22.3% 634,320円）第2位は悪性新生物、第3位は内分泌代謝疾患と続く。2)

循環器疾患の代表ともいえる高血圧疾患は40歳代から急増するが、発症には日頃の生活習慣が大きく影響している。そこで、循環器疾患を発症する前の、20歳代～30歳代の食生活実態を調べてみると、朝食欠食率は、20歳代男性39.1%、20歳代女性27.6%と高く、食事の量や内容に気を付けている人の割合は20～29歳が最も低く46.2%であった。3)

職員アンケートからも明らかとなったが、「おいしさを優先したい。」「手間を省きたい。」「手軽に栄養バランスの取れた食事を摂りたい。」という外食や中食へのニーズは、女性の社会進出や生涯単身で過ごす者の増加等により、今後ますます増えるものと考えられる。

食育活性化検討会の中でも、広島中央圏域における食の課題として若い母親の「食」に対する無関心さが挙げられた。

「粥や麦茶の作り方を知らない。」「おにぎりを握ることができない。」「体調が悪い時の食事の選び方を知らない。」といった食への無関心は、そのまま次世代へ受け継がれる可能性が高い。

食育推進の重点目標を検討する時、外食や中食を中心とすることは少なく、家庭で食事を作ることを前提として目標設定することが多い。しかし、先に述べたとおり、働く世代の外食や中食（出来合いの総菜などを購入し、家庭で食べる食形態）へのニーズがこれまで以上に増加することや、食への無関心層の増加等の課題を踏まえ、スーパーやコンビニなど食品事業者に対しては、自分で作るより、ヘルシーで美味しい商品の開発と提供への働きかけを行うとともに、若い世代に対しては、基本的な調理技術の向上と、主食・主菜・副菜を適切に組み合わせることができる選食力強化の取組を、これまで以上に充実させる必要がある。

### 【課題2】 新たな啓発の手法について

今回、市町食育キャラクター塗り絵を保育所年長児に配布し、「毎月19日は食育の日」の周知と普及を図った。これにより、市町における食育推進の課題であったキャラクターの認知度が上がっただけでなく、「19日は食育の日」のキャッチフレーズを強く印象づけることができた。

妊娠、出産、育児等大きなライフイベントは、生活習慣改善のきっかけとなることも多く、裏面に記載する食の情報について精査を加え、より効果的なツールとして今後も積極的に活用していく。

また、本年度広報を依頼した地元コミュニティー誌と共催した塗り絵コンテストの実施など、市民が楽しく参加できる取組へと発展させたい。

また、毎月19日に実施している庁内放送について、計画評価の5年後には「19日は食育の日」が職員とその家族の中で当たり前になっていることを期待したい。

食の生きた教材である給食を通じた取組については、本年度県教育委員会が主催した「ひろしま給食 100 万食プロジェクト」への参加協力により実施した。

管内市町の一つ、大崎上島町は尾道市に次ぐ国産レモンの一大産地であり、東広島市は米粉の消費拡大を政策の一つとしていることも追い風となり、「同じ日にどこかで誰かが同じ給食を食べているというのは、とても楽しいです。」という声が聞かれ、喫食者と食事提供者が一体となった取組とすることができた。

実践的な啓発のためには、一方的な情報提供でなく、住民自身も主体的に参加する、双方向の取組が必要であると考えます。

### 【課題 3】 協働の在り方について

保健所においては、昭和 50 年代に組織化が始まった食生活改善推進員（ヘルスメイト）組織を中心に栄養改善・健康づくりの取組を行ってきた。組織育成の中心は市町に移ったが、現在は市町の保健事業に食生活改善推進員の協力は欠かせないものとなっている。

一方、食生活改善推進員以外の食育ボランティアとの関わりは活発でなく、組織化はされているがコーディネーターの不足により活動が限定的であるという組織も少なくない。また、食育の取組は「食」というキーワードを中心として幅広く展開されているが、保健分野における食育推進は生活習慣病予防を軸に構築されており、協働の範囲が限られていた。

食育とは、「食べる」ことを通じて「生きる力を育む教育」そのものであり、地域に根付いた様々な社会資源が互いに手を取り合いながら進めていくものに他ならない。

広島中央圏域の地域特性を生かし、今後、農業関係団体、商工会、ライオンズクラブ、スポーツ少年団等、様々な組織・機関に協力・協働を呼びかけ、お互いの持ち味を生かした食育推進の実践活動を蓄積していく必要がある。

## 6 おわりに

食育推進事業活性化の取組を実施する中で、管内には、豊富な食材や食育の実践活動を推進しようとする組織（社会資源）が多くあることが明らかとなった。

次年度以降、広島県食育推進計画（第 2 次）の重点目標の達成を見据えつつ、広島中央圏域の特徴、特性を生かし、「楽しく、おいしく、健康に！！」なる食育を住民とともに目指していきたい。

この取組に多大な御協力をいただきました、関係の皆様方に深く感謝いたします。

### 参考文献

- 1) 東広島市食育推進計画
- 2) 広島県医療費適正化計画（第 2 次）
- 3) 平成 23 年度広島県県民健康意識調査結果

食育推進事業の経緯

〔目的〕食に関わる関係機関が、連携し協働して食育の展開を図り、食育の普及啓発及び推進体制の整備等により、総合的な施策を推進する。

～H14 H15 H16 H17 H18 H19 H20 H21 H22 H23 H24 H25

**国**

- 健康日本21 H12.4.1実施
- 健康増進法 H14.8.2公布 H15.5.1施行
- 健康フロンティア戦略
- 食育基本法 H17.7.15施行
- 食育推進基本計画 H18.3策定
- 健康日本21 H19.4中間評価報告
- 健康増進法改正 H21施行
- 食育推進期間：6月
- 第2次食育推進基本計画 H23.3策定

**県**

- 健康ひろしま21 H14.3策定
- 健康ひろしま21 H20.3策定
- 健康ひろしま21 (第2次) H25.3策定
- 健康増進法改正 H21施行
- 健康日本21 H18.10.16施行
- 健康日本21 H20.3策定
- 健康日本21 H22年度～
- 「食育活性化支援事業」(H22年度～)
- 「ひろしま食育ウィーク」当該日の属する週
- 「食育活性化支援事業」(H22年度～)
- 広島県食育推進会議 (3回)
- 広島県食育推進計画 改訂作業

**市町**

- 元氣島おおさき21 H18.3策定
- 東広島市健康増進計画 H18.12策定
- 東広島市健康増進計画 H23.1改訂
- 健康とけはら21計画 H20.3策定
- 東広島市食育推進計画 H24.3策定
- 大崎上島町食育推進計画 H24.3策定
- 竹原市食育推進行動計画 H25.3策定
- 健康増進計画 H23.1改訂
- 東広島市健康増進計画 H24.3策定
- 東広島市食育推進計画 H24.3策定
- 大崎上島町食育推進計画 H24.3策定
- 竹原市食育推進行動計画 H25.3策定

広島中央地域保健対策協議会

**食育推進圏域連絡会議**

- 2回
- 2回
- 2回
- 2回
- 1回
- 1回
- 1回
- 1回
- 1回
- 1回
- 1回
- 1回

**食育研究会**

- 2回
- 2回
- 2回
- 1回
- 1回
- 1回
- 1回
- 1回
- 1回
- 1回
- 1回
- 1回

**研究会等企画部会**

- 2回
- 2回
- 2回
- 1回
- 1回
- 1回
- 1回
- 1回
- 1回
- 1回
- 1回
- 1回

**普及啓発**

- 健康日本21 H12.4.1実施
- 健康増進法 H14.8.2公布 H15.5.1施行
- 健康フロンティア戦略
- 食育基本法 H17.7.15施行
- 食育推進基本計画 H18.3策定
- 健康日本21 H19.4中間評価報告
- 健康増進法改正 H21施行
- 食育推進期間：6月
- 第2次食育推進基本計画 H23.3策定

**食育ウィーク事業**

- 健康日本21 H14.3策定
- 健康ひろしま21 H20.3策定
- 健康ひろしま21 (第2次) H25.3策定

**食育活性化支援事業**

- 「食育の本質を伝えよう～食事は愛のハーモニー～」講師：山口大学教育学部 生活健康科学科 教授 山田次朗氏
- 「食で進む健康への道～マスコミでは語れない食のウソ・ホント～」講師：国立広島大学 生物圏科学部 教授 田中英樹氏
- 「食べる力と心育てる食育」講師：広島文教女子大学 教授 松原知子氏 ※同じ内容で、竹原市、東広島市の2回併せて実施
- 「遠くなった食と命～『生命』と『心』のつながりを知り居る食のあり方へ～」講師：広島大学天候院 教授 加藤秀夫氏
- 「食の力を心育てる食育」講師：広島文教女子大学 教授 松原知子氏 ※同じ内容で、竹原市、東広島市の2回併せて実施
- 「食で進む健康への道～マスコミでは語れない食のウソ・ホント～」講師：国立広島大学 生物圏科学部 教授 田中英樹氏
- 「食べる力と心育てる食育」講師：広島文教女子大学 教授 松原知子氏 ※同じ内容で、竹原市、東広島市の2回併せて実施
- 「食育の本質を伝えよう～食事は愛のハーモニー～」講師：山口大学教育学部 生活健康科学科 教授 山田次朗氏
- 「食文化が人間を育てる～」講師：竹下和昭氏 ※広島市学友会保護者と共催
- 「ヒトは食により人となる～食文化が人間を育てる～」講師：竹下和昭氏 ※広島市学友会保護者と共催