

# 第4次広島県食育推進計画 骨子案

## 1 趣旨・背景等

### (1) 趣旨

本県の食育推進に関する基本計画である「第3次広島県食育推進計画」(平成30年度～令和5年度)が終期を迎えることから、次期計画「第4次広島県食育推進計画」を策定する。

### (2) 現状・背景等

本県では、広島県食育基本条例に基づき、平成20(2008)年3月に広島県食育推進計画を策定し、その後、平成25(2013)年3月に第2次計画を、平成30(2018)年3月に第3次計画を策定し、**食育の周知及び実践の推進に取り組んできた。**

国においては、令和3年(2021)年3月に「第4次食育推進基本計画」を策定し、「生涯を通じた心身の健康を支える食育の推進」、「持続可能な食を支える食育の推進」、「“新たな日常”やデジタル化に対応した食育の推進」を重点事項として取り組むこととしている。

こうした状況及び今後予想される社会変化も踏まえ、**健全な食生活を実践・継続するため、また、食育を通じて心豊かな人間性を育てるため、今般次期計画を策定する。**

## 2 計画期間及び位置付け

### (1) 計画期間

令和6(2024)年度～令和11(2029)年度〔6年間〕

### (2) 計画の位置づけ

#### ア 法的根拠等

食育基本法(平成17(2005)年法律第63号)第17条に基づく県食育推進計画及び広島県食育基本条例(平成18(2006)年条例第56号)第11条の規定に基づく広島県食育推進計画として策定。

#### イ 他計画との関係

広島県総合計画「安心・誇り・挑戦 ひろしまビジョン」(令和2(2020)年10月策定)における施策領域のうち、「健康」領域の目指す姿・施策の方向性を反映する。

**広島県健康増進計画「健康ひろしま21」、広島県歯と口腔の健康づくり推進計画、広島県地産地消促進計画、広島県食品の安全に関する基本方針及び推進プラン等の関連計画と調和を図りながら、施策を推進する。**

## 3 現行計画(第3次広島県食育推進計画)の振り返り

### (1) 重点目標について

指標	対象	策定時数値(H29)	現状値(R5)	評価	目標(R5年度)
1日の食塩摂取量の減少	成人	10.0g	9.7g	▲	8g以下
1日の野菜摂取量の増加	成人	273g	252g	×	350g以上
毎日朝食を食べる県民の割合の増加 ※( )内は「毎日食べる」「週に4～5回食べる」人の割合(参考値)	20歳代男性	61.0% (69.1%)	61.4% (70.4%)	▲	85%以上
	20歳代女性	56.8% (80.3%)	53.5% (68.3%)	×	
	30歳代男性	68.6% (72.7%)	68.0% (81.0%)	×	

【凡例】 ○: 目標達成 ×: 悪化 ▲: 目標未達だが改善傾向

① 1日の食塩摂取量の減少

本県成人の食塩摂取量は全国平均より低く、減少傾向にある。減塩の必要性についての周知や栄養成分表示の活用普及等による啓発を実施してきた。

20年間で約3g減少しているが、目標である1日8g以下は達成できていない。

② 1日の野菜摂取量の増加

野菜摂取量については、調理の手間がかかるため、面倒に感じるなど等により、目標値の1日350g以上に100g不足している。また直近3年間で最も低い値であった。

③ 毎日朝食を食べる県民の割合の増加

コロナ禍にあつて、家庭で食事を摂る機会が増加し、全体では8割を超えているが、20歳代の女性で悪化している。要因として、単身生活の開始に伴う生活習慣の乱れ、若い女性の瘦身志向があると考えられる。

(2) 成果目標の達成状況

施策区分						概要
	総数	目標達成	改善傾向	目標未達	評価不能	
重点目標 〔 1日の食塩摂取量の減少 1日の野菜摂取量の増加 毎日朝食を食べる県民の割合 〕	5	0	2	3	—	<ul style="list-style-type: none"> <li>食塩摂取量は20年で約3g減少</li> <li>野菜摂取量は目標に約100g不足</li> <li>朝食欠食率は20歳代女性で高い。</li> </ul>
すべての県民が、健康寿命の延伸につながる食について考え、実践しています。	10	1	1	6	2	<ul style="list-style-type: none"> <li>20歳代女性のやせが増加</li> <li>BMI 20以下の高齢者の割合は増加が抑制された。</li> </ul>
子供や若者たちが様々な生活状況においても、健やかな食生活を送っています。	3	2	0	1	—	<ul style="list-style-type: none"> <li>共食の割合の増加は目標達成</li> <li>栄養バランスに関心を持つ子供の割合は増えているが、肥満傾向の子供は増加</li> </ul>
すべての県民が、食に関する学びと体験を通して、食を取り巻く環境を考えています。	3	1	2	0	—	<ul style="list-style-type: none"> <li>農林漁業体験のある者の割合は、20歳代で約4割、30歳代で約3割と他の年代に比べ高い。</li> <li>地産地消に関心を持つ者の割合は目標を達成したが、40歳以上に比べ30歳代以下の関心度が低い。</li> </ul>
すべての県民が、地域の伝統的な食文化や地域の特性を生かした食生活を大切にしています。						
県民一人ひとりの食育の実践につながる社会環境が整っています。	3	1	1	1	—	<ul style="list-style-type: none"> <li>食育計画は県内全市町で策定済</li> <li>食育の推進に係るボランティア数は減少</li> </ul>
合計	24	5	6	11	2	

(3) 各施策区分における現状と課題等

① すべての県民が、健康寿命の延伸につながる食について考え、実践しています。

<p>現状</p>	<p>○重点目標である①1日の食塩摂取量の減少、②1日の野菜摂取量の増加、③毎日朝食を食べる県民の割合の増加について、情報提供や啓発活動等を中心に事業実施してきたが、バランスのとれた食生活を実践している人の割合は54.8% (R5) と前回調査から減少している。</p> <p>○特に20歳代の女性においては、朝食をほとんど食べないと回答した者の割合が27.6%と高いほか、4人に1人がBMI 18.5未満の「やせ」の状態にある。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div data-bbox="351 504 933 828"> <p>食塩摂取量の年次推移(H3～R元) 単位:g</p> </div> <div data-bbox="941 504 1460 828"> <p>若い世代の朝食摂取の頻度(男女別) 単位:%</p> </div> </div>
<p>課題</p>	<p>○栄養バランスや自らの健康に関する知識の獲得は一定量進んだと考えるが、食を選択する力(食品を選ぶ、食材を組み合わせる等)の獲得、調理技術の獲得ができていない。</p> <p>○若い世代において、食生活を含む望ましい生活習慣が十分定着していない。</p>
<p>対応方針</p>	<p>○栄養バランスや自らの健康に関する知識の習得(獲得)を、実践に結びつけるため、</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>① 若い時期からの望ましい食習慣の定着のための実践力を高める取組</li> <li>② ライフステージに応じた食育の推進(特に妊婦・乳幼児、高齢者)</li> <li>③ 若い女性に対して、「やせ」状態が後の身体に及ぼす影響の理解の促進と具体的な対策の周知等に取り組む。</li> </ol>
<p>② 子供や若者たちが様々な生活状況においても、健やかな食生活を送っています。</p>	
<p>現状</p>	<p>○「栄養バランスのとれた食事に関心を持っている子供の割合」は増加しており、義務教育課程における食育指導の成果が表れてきている。一方で、「肥満傾向のある子供の割合」は増加している。</p> <p>○朝食または夕食を家族と一緒に食べる共食の回数については、コロナ禍により家庭で食事を摂る機会の増加により、1週間あたり12.4回で、目標を達成した。</p>
<p>課題</p>	<p>○義務教育課程において学習する食育が、知識の獲得に留まっており、実際の行動につながっていない。</p> <p>○世帯構造や社会環境の変化、生活スタイルの多様化に伴い、単独世帯やひとり親世帯が増え、また高齢者の孤食や貧困の状況にある子供に対する支援が重要な課題になるなど、個人や家庭だけでは健全な食生活を実践するのが難しい状況にある。</p>
<p>対応方針</p>	<p>○世帯構造や生活スタイルの多様化などによる、単身世帯やひとり親世帯、生活が困難な状況にある子供等の、健全な食生活の実践を支援し、食を「知る」「選ぶ」「作る」力を身に付けるため、</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>① 子供や若い世代に対する食育の推進</li> <li>② 食を楽しむ環境づくりの推進(共食等)</li> <li>③ 困難な家庭状況の子供に対する健全な食生活の推進に取り組む。</li> </ol>

<p>③ すべての県民が、食に関する学びと体験を通して、食を取り巻く環境を考えています。</p> <p>④ すべての県民が、地域の伝統的な食文化や地域の特性を生かした食生活を大切にしています。</p>	
現状	<p>○「食育に関心を持つ人の割合」は増加している。また、「農林漁業体験の経験がある人の割合」は20歳代では40.2%、30歳代では31.6%と高い。</p> <p>○地産地消についての関心は高まっているが、「県産農水産物を意識して購入している者の割合」は、30歳代以下で71.9%、40歳代以上では88.1%で、若い世代の意識が比較的低い(R2.11)。</p> <p>○食文化を受け継いでいると回答した者の割合は約65%で減少傾向にある(R5.3)。</p>
課題	<p>○農林漁業体験や食品の製造体験等が、一過性のイベントに留まる傾向にあり、食に関する学びと実践に結びついていない。</p> <p>○マルシェや農業体験といったイベントや取組は県内各地で様々なものが実施されているが、多彩な情報の発信が十分できていない。</p> <p>○地産地消について、消費行動である「地消」には調理技術等が必要であるが、若い世代においては調理技術の獲得ができていない。</p> <p>○食生活の欧米化、外部化<sup>*</sup>等の変化により、伝統的な食文化の継承や発展を家庭や地域のみで担う事は難しくなっている。</p> <p>※「食の外部化」とは、本来、家の中で行われていた調理や食事を家の外部に依存することを表す。食品産業においてもこのような消費傾向に合わせて、調理食品や総菜、弁当などの「中食(なかしょく)」を提供するようになってきており、このような動向を総称して「食の外部化」という。</p>
対応方針	<p>○農林水産体験の推進、生産者と消費者との交流、地産地消の促進等を通じて、食の循環に係る取組を意識した食育を推進する必要がある。</p> <p>○伝統的な食文化の継承は、日本の豊かな食生活を将来にわたって支える上で重要である。</p> <p>○については、</p> <p>① 県内農林水産物に関する情報発信と利活用の推進(地産地消)</p> <p>② 農林漁業体験活動の充実</p> <p>③ 食品ロスの削減に向けた取組の促進</p> <p>④ 食の安全・安心に関する正しい知識の習得と取組の支援 等に取り組む。</p>
<p>⑤ 県民一人ひとりの食育の実践につながる社会環境が整っています。</p>	
現状	<p>○県民の健康づくりを応援する店として「健康生活応援店」を認証し、県民にホームページ等で紹介してきたが、コロナ禍で飲食店等が休業や廃業に追い込まれるなど、認証数は伸びていない。</p> <p>○食育ボランティア数については、定年延長や女性の社会進出等による担い手不足、世代交代が進まない等の理由により、減少している。</p> <p>○レシピ動画の普及などによって、デジタル技術を活用した食育に関する様々な情報を入手しやすい環境が整いつつある。</p> <p>○栄養成分表示の認知について、「知っており、購入時に参考にしている」者の割合は37.2%である。</p>
課題	<p>○健康生活応援店については、認知度や活用度が低下してきている。またボランティアによる食育活動も、担い手の減少により規模が縮小しており、健康づくりのための食育は、個人の意識改革や行動変容だけでは実践が困難となっていることから、ICTの活用や減塩製品の開発と提供など新たな取組が必要である。</p> <p>○減塩製品や野菜を多く使用した総菜・メニュー等の提供など、望ましい食生活を意識しなくても実践できるような食物へのアクセス整備が必要であるが、現状では不足している。</p> <p>○食に関する知識の獲得、調理技術の習得を進めていくためには、デジタル技術のより一層の活用が求められている。</p>
対応方針	<p>○食育の推進体制の整備、デジタルツールの活用推進(食事管理、情報提供等)、産官学による健康的で持続可能な食環境づくりの取組(戦略的イニシアチブ)を推進し、個人の行動変容を後押しし、誰もが自然に健康になれる環境整備に取り組む。</p>

## 4 考慮すべき社会情勢等

- 人口構造の変化、少子高齢化、単身世帯の増加が一層進展する。また、価値観の多様化により、ライフスタイルや社会の多様化が進んでいくことが想定される。
- 新型コロナウイルス感染症の拡大により、働き方や健康に対する意識・行動に変化が生じている。
- あらゆる分野でICTの活用が進み、健康アプリを活用した食事管理の一層の展開が期待される。
- 環境への負荷軽減、食品ロスの削減、地産地消、食文化の継承など、持続可能な食育への関心が高まっている。

## 5 次期計画において重点的に取り組むべき事項

現行計画の振り返り、社会情勢の変化を踏まえ、健康ひろしま21、歯と口腔の健康づくり推進計画等と連携を図り、次期計画においては、これまでの取組を継続しながら、次の事項について重点的に取り組む。

なお、「食」は、健康と関連が深いことから、全世代に対して食に関する知識を身に付け、行動変容・習慣化につながる取組を進めるとともに、食について「楽しむ」、「大切にする」、「感動する」心を育む取組を進める。

### (1) 全世代対象の施策

#### ① 望ましい食習慣の定着の推進（対象：20～64歳）

「様々な体験を通じて『食』に関する知識と『食』を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てること。」という食育の基本理念に立ち返り、知識を実践に結び付ける取組を実施する。

取組にあたっては、ライフステージに応じた食育の推進を関係者との協働により実施する。

#### ② 職場における従業員等の健康に配慮した食育の推進（対象：18歳～64歳）

従業員の健康管理に資する健康経営の視点を踏まえ、社員食堂における栄養成分表示、うす味や野菜の摂取に配慮したメニューの提供のほか、健康づくりに関する情報提供がなされる取組を促進する。

#### ③ 高齢者の低栄養の予防（対象：65歳以上の高齢者）

高齢者のフレイル（低栄養）予防を一層推進するため、通いの場等を活用した栄養指導や口腔ケアの取組を推進する。また、指導にあたる人材の確保等、市町における課題を共有・整理する。

#### ④ 子供や若い世代に対する食育の推進（対象：義務教育世代～20～40歳代）

地域や家庭における共食の機会の確保に努めるとともに、食に関する意識を高め、実践に結びつけるよう、家庭でも簡単に取り組める減塩や野菜摂取の提案など、より実践的な取組を実施する。

特に、若い女性のやせについては将来の疾病リスクの増加につながる可能性が高いことから、学校、職域や地域等と連携し、エビデンスに基づく正しい知識の発信と実践事業に取り組む。

#### ⑤ 健康的で持続可能な食環境づくりのための戦略的イニシアチブの推進

食塩の過剰摂取、若年女性のやせ、経済格差に伴う栄養格差※等を社会全体の課題として捉え、産官学の連携・協働により、誰もが自然に健康になれる食環境づくりに向けた検討を開始する。

※ 平成30年国民健康・栄養調査結果によると、食品を選択する際に「栄養価」を重視すると回答した者の割合は、世帯の所得が600万円以上の世帯員に比較して、男女ともに200万円未満の世帯員で有意に低かった。

#### 【健康的で持続可能な食環境づくりのための戦略的イニシアチブとは】

食塩の過剰摂取、若年女性のやせ、経済格差に伴う栄養格差※等を社会全体の課題として捉え、産官学の連携・協働により誰もが自然に健康になれる食環境を展開するための取組（イニシアチブ）。

具体的には、健康的で持続可能な食環境づくりを推進する産官学の参画による組織体を設置し、地域の健康課題を共有し、解決に向けた検討と活動を行う。



## (2) 女性を対象とした施策

女性の健康寿命が全国と比較して低位であること、健康づくりに関する各種指標等で女性が男性と比べて悪化している項目が多いことなどから、次の事項に取り組む。

### ① 望ましい食習慣の定着の推進（対象：20～64歳女性）

若い世代の女性においては、過度なやせ志向が見られる時期である。働き盛り世代の女性では、仕事が多忙となるなど、外食や中食の利用が増える時期でもある。

これらの女性に対して、食生活と健康の関係を理解し、適正体重の維持、食品表示を活用した食品の選択などの自己管理を支援する取組を行う。

### ② ライフステージに応じた食育の推進（対象：妊婦・高齢者）

妊娠前、妊娠中、授乳中を通じて必要以上の食事制限をせず、適正体重を維持し、栄養バランスに配慮した食生活について、知識を実践に結び付ける取組を実施する。

高齢期の女性においては、骨粗鬆症のリスクが高まるため、生活習慣病予防の食事から低栄養予防の食事へと切り替えるための指導を行う。

また、家族以外の友人やコミュニティとの食を通じた交流を促進し、楽しい食生活の実践を図ることが重要である。

## 6 次期計画の概要

### (1) 基本理念と目指す姿

#### 【基本理念】

あらゆるライフステージにおける多様な暮らしの中で、食に関する知識を身につけ、判断力を養い、適切な食生活を実践することにより、いつまでも心身ともに健やかな生活を送ることができる広島県を実現します。

#### 目指す姿

- ①すべての県民が、食と健康に関する知識を深め、健全な食生活を実践している。
- ②子供や若者たちが、様々な生活状況においても、健やかな食生活を送っている。
- ③すべての県民が、食に関する学びと体験を通して、食を取り巻く環境を考えている。
- ④すべての県民が、地域の伝統的な食文化や地域の特性を活かした食生活を大切にしている。
- ⑤県民一人ひとりの食育の実践につながる社会環境が整っている。

### (2) 全体目標

本県の健康分野での総括目標である「健康寿命の延伸」に向けて、県民の食育の実践において特に重要な次の3項目を、引き続き重点項目として設定する。

なお、望ましい食習慣の獲得には、「何を」「どれだけ」「いつ」食べるかを意識する必要があるため、「主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の者の割合の増加」を、重点項目を補完する目標として位置付ける。

#### 【重点目標】

- ・ 1日の食塩摂取量の減少
- ・ 1日の野菜摂取量の増加
- ・ 毎日朝食を食べる県民の割合の増加

#### 【重点目標を補完する目標】

- ・ 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の者の割合の増加

(3) 施策体系（取組の方向性など）

目指す姿	取組の方向性（案）
1 健康寿命につながる健全な食生活の獲得、実践	<ul style="list-style-type: none"> <li>●望ましい食習慣をはじめとする適切な生活習慣の定着の推進</li> <li>●ライフステージに応じた食育の推進（特に妊婦・乳幼児、高齢者）</li> <li>○職場における従業員等の健康に配慮した食育の推進</li> <li>○生涯を通じた歯と口腔の健康づくりの推進</li> <li>○高齢者の低栄養の予防 等</li> </ul>
2 子供や若者たちの健やかな食生活の実践	<ul style="list-style-type: none"> <li>○子供や若い世代に対する食育の推進</li> <li>○食を楽しむ環境づくりの推進（共食等）</li> <li>○困難な家庭状況の子供に対する健全な食生活の推進 等</li> </ul>
3 食に関する学びと体験を通じた、食を取り巻く環境への理解、取組の推進	<ul style="list-style-type: none"> <li>○県内農林水産物の利活用の推進（地産地消）</li> <li>○農林漁業体験活動の充実</li> <li>○食品ロスの削減に向けた取組の促進</li> <li>○食の安全・安心に関する正しい知識の習得と取組の支援 等</li> </ul>
4 伝統的な食文化や地域の特性を活かした食生活への理解促進	<ul style="list-style-type: none"> <li>○食文化の情報収集・普及啓発</li> <li>○学校給食や保育所給食等における郷土料理等の導入 等</li> </ul>
5 県民一人ひとりの食育の実践につながる社会環境の整備	<ul style="list-style-type: none"> <li>○食育の推進体制の整備</li> <li>○デジタルツールを活用した食育の推進（食事管理、情報提供等）</li> <li>○「健康的で持続可能な食環境づくりのための戦略的イニシアチブ」の推進 等</li> </ul>

●：女性を重点として実施する施策

【参考】成果目標の進捗状況（主な指標を抜粋）

施策区分	主な指標		基準値 (年度)	実績 (年度)	R5 目標値	達成 見込
① すべての県民が、健康寿命の延伸につながる食について考え、実践しています。	適正体重を維持している人の割合の増加	20～60歳代男性の肥満者	32.2% (H29)	28.5% (R5)	26%以下	▲
		40～60歳代女性の肥満者	14.3% (H29)	18.0% (R5)	11%以下	×
		20歳代女性のやせの者	10.9% (H29)	25.2% (R5)	8%以下	×
	主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日がほぼ毎日の人の割合の増加		60% (H29)	54.8% (R5)	80%	×
低栄養傾向（BMI 20以下）の高齢者（65歳以上）の割合の増加の抑制		20.3% (H29)	16.3% (R元)	22%	○	
② 子供や若者たちが様々な生活状況においても、健やかな食生活を送っています。	朝食又は夕食を家族と一緒に食べる「共食」の割合の増加		8.9回 (H29)	12.4回 (R5)	11回以上	○
	肥満傾向にある子供の割合の減少		7.2% (H29)	12.4% (R3)	7.0% (R6年度)	×
	栄養バランスのとれた食事に関心をもっている子供の割合の増加		93.8% (H29)	96.2% (R3)	現状値以上	○
③ すべての県民が、食に関する学びと体験を通して、食を取り巻く環境を考えています。 ④ すべての県民が、地域の伝統的な食文化や地域の特性を生かした食生活を大切にしています。	食育に関心を持っている人の割合の増加		64.3% (H29)	69.6% (R5)	90%以上	▲
	農林漁業体験を経験した人の割合の増加		22.7% (H29)	23.3% (R5)	30%以上	▲
	県産農産物を意識して購入している人の割合の増加		53.4% (H29)	89.4% (R3)	70%以上	○
⑤ 県民一人ひとりの食育の実践につながる社会環境が整っています。	健康生活応援店（食生活応援店）の認証数の増加		515店舗 (H29)	706店舗 (R5)	800店舗	▲
	食育の推進に関わるボランティア数の増加	食生活改善推進員	1,724人 (H29)	1,222人 (R4)	合計 3,800人 以上	×
		食生活改善推進員以外	1,713人 (H29)	1,344人 (R4)		×
食育推進計画に基づき食育を推進している市町の割合		100% (H29)	100% (R5)	100%	○	

【凡例】 ○：目標達成 ×：目標未達 ▲：目標未達だが改善傾向