

## 第4章 山陽小野田市の食育推進の目標

### 1 目標指標と目標値

#### 食育に関心をもっている市民の割合

食育を市民運動として推進し、成果を上げるためには、市民一人ひとりが自ら実践を心がけることが必要なため、まずはより多くの市民に食育に関心をもってもらうことが欠かせません。このため、食育に関心をもっている市民の割合について、次のとおり目標を設定します。

目標指標	現状値(R6年度)	目標値(R13年度)
食育に関心をもっている市民の割合	73.7%	増やす

#### 朝食を欠食する市民の割合

朝食を食べることは基本的な生活習慣を身につける上で重要であり、特に若い世代は食育をつなぐ大切な担い手です。このため、朝食を欠食する市民の割合について、次のとおり目標を設定します。

目標指標	現状値(R6年度)	目標値(R13年度)
朝食を欠食する市民の割合	小学生4.9% 中学生5.0% 高校生10.4% 20~30歳代24.7%	減らす

#### 一人で「味噌汁」を作ることができる小中学生の割合

望ましい食習慣を習得するためには、幼少期からの調理体験が重要です。このため、一人で「味噌汁」を作ることができる小中学生の割合について、次のとおり目標を設定します。

目標指標	現状値(R6年度)	目標値(R13年度)
一人で「味噌汁」を作ることができる小中学生の割合	小学生36.4% 中学生57.3%	増やす

## 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている市民の割合

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、市民一人ひとりが栄養バランスに配慮した食事を習慣的に摂ることが必要です。このため、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を栄養バランスに配慮した食事の目安とし、1日2回以上ほぼ毎日食べている市民の割合について、次のとおり目標を設定します。

目標指標	現状値(R6年度)	目標値(R13年度)
主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている市民の割合	小学生56.8% 中学生53.9% 高校生51.7% 大人44.3%	増やす

## 毎食野菜料理を食べる市民の割合

生涯にわたって心身の健康を確保しながら市民一人ひとりが生活習慣病を予防し、また、重症化を予防するためには、野菜を不足なく摂取し必要な栄養を摂ることが必要です。このため、毎食野菜料理を食べる市民の割合について、次のとおり目標を設定します。

目標指標	現状値(R6年度)	目標値(R13年度)
毎食野菜料理を食べる市民の割合	小学生28.6% 中学生19.8% 高校生17.6% 大人15.4%	増やす

## 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に気をつけた食生活をしている市民の割合

生涯にわたって心身の健康を確保しながら市民一人ひとりが生活習慣病を予防し、また、重症化を予防するためには、適正体重の維持や食塩の過剰摂取を防ぐことが必要です。このため、ふだんから適正体重や減塩に気をつけた食生活をしている市民の割合について、次のとおり目標を設定します。

目標指標	現状値(R6年度)	目標値(R13年度)
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に気をつけた食生活をしている市民の割合	57.9%	増やす

## 成人肥満者（BMI 25.0以上）の男性（20～60歳代）、女性（40～60歳代）の割合

肥満は、生活習慣病のリスクが高く、重篤な疾患への影響もあることから、予防するためには、適正体重を維持することが必要です。このため、成人肥満者（BMI 25.0以上）の男性（20～60歳代）、女性（40～60歳代）の割合について、次のとおり目標を設定します。

目標指標	現状値(R6年度)	目標値(R13年度)
成人肥満者（BMI 25.0以上）の男性（20～60歳代）、女性（40～60歳代）の割合	20～60歳代男性 29.9% 40～60歳代女性 19.0%	減らす

## 20～30歳代の女性のやせ（BMI18.5未満）の割合

若い世代の女性の「やせ」は、本人のみならず、次世代のこどもへの影響もあることから、正しい情報と知識の習得ができるよう支援が必要です。このため、20～30歳代の女性のやせ（BMI18.5未満）の割合について、次のとおり目標を設定します。

目標指標	現状値(R6年度)	目標値(R13年度)
20～30歳代の女性のやせ（BMI18.5未満）の割合	8.0%	減らす

## 低栄養傾向（BMI20以下）の70歳代以上の割合

低栄養傾向の高齢者は、要介護状態へのリスクが高まることから早い段階でのアプローチが必要です。このため、低栄養傾向（BMI20以下）の70歳代以上の割合について、次のとおり目標を設定します。

目標指標	現状値(R6年度)	目標値(R13年度)
低栄養傾向（BMI20以下）の70歳代以上の割合	22.7%	減らす

## 肥満傾向児（小学5年生男女）の割合

やせや肥満傾向、食物アレルギーのあるこどもに対して学校や保護者と連携し、食に対する正しい知識と食品を選択する力を身につけるための支援が必要です。このため、肥満傾向児（小学5年生男女）の割合について、次のとおり目標を設定します。

目標指標	現状値(R6年度)	目標値(R13年度)
肥満傾向児（小学5年生男女）の割合	11.38%	減らす

## ゆっくりよく噛んで食べる市民の割合

健やかで豊かな生活を過ごすには、口腔の健康や摂食・嚥下等の口腔機能の獲得・維持・向上と関連させた食育を推進することが重要です。このため、ゆっくりよく噛んで食べる市民の割合について、次のとおり目標を設定します。

目標指標	現状値 (R6年度)	目標値 (R13年度)
ゆっくりよく噛んで食べる市民の割合	小学生80.8% 中学生76.4% 高校生60.0% 大人48.7%	増やす

## 朝食または夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数

### 地域で共食したいと思う人が共食する市民の割合

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。しかしながら、高齢者の一人暮らしやひとり親世帯等が家族との共食が難しい場合があることから、共食を通じて食の楽しさを実感し、食や生活に関する基礎を習得する機会を増やすことが重要です。このため、朝食または夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数、地域で共食したいと思う人が共食する市民の割合について、次のとおり目標を設定します。

目標指標	現状値 (R6年度)	目標値 (R13年度)
朝食または夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数	小学生11.9回/週 中学生11.3回/週 高校生9.0回/週 大人8.8回/週	増やす
地域で共食したいと思う人が共食する市民の割合	49.4%	増やす

## 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市民の数

食育を市民運動として推進し、市民一人ひとりの食生活において実践してもらうためには、食生活の改善やその他の食育の推進に関して市内各地で地域住民に密着した活動に携わるボランティアが果たす役割は重要です。このため、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市民の数について、次のとおり目標を設定します。

目標指標	現状値 (R6年度)	目標値 (R13年度)
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市民の数	651人	増やす

## 農林漁業体験を経験した市民（世帯）の割合

食に関する関心や理解の増進を図るためには、農林水産物の生産に関する体験をとおして理解を深めることが重要です。このため、農林漁業体験を経験した市民(世帯)の割合について、次のとおり目標を設定します。

目標指標	現状値(R6年度)	目標値(R13年度)
農林漁業体験を経験した市民（世帯）の割合	50.0%	増やす

## 産地や生産者を意識して農林水産物・食品を選ぶ市民の割合

農林漁業者や農山漁村人口の高齢化や減少などの事態に直面する中、自らの課題として考え、食を生み出す場としての農林漁業に関する理解が重要です。このため、産地や生産者を意識して農林水産物・食品を選ぶ市民の割合について、次のとおり目標を設定します。

目標指標	現状値(R6年度)	目標値(R13年度)
産地や生産者を意識して農林水産物・食品を選ぶ市民の割合	64.2%	増やす

## 栄養教諭による地場産物に係る食に関する指導の平均回数

### 学校給食における地場産物を使用する割合

学校給食における地場産物を活用し、「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同時に、生産者の努力や食に関する感謝の念をはぐくむ上で重要です。このため、栄養教諭による地場産物に係る食に関する指導の平均回数、学校給食における地場産物を使用する割合について、次のとおり目標を設定します。

目標指標	現状値(R6年度)	目標値(R13年度)
栄養教諭による地場産物に係る食に関する指導の平均回数	1回	増やす
学校給食における地場産物を使用する割合	県内産73.9%	増やす

## 環境に配慮した農林水産物・食品を選ぶ市民の割合

エコ商品を選ぶ、エコバッグを使うなどの「エシカル消費」をはじめとする SDGs の目標12「つくる責任 使う責任」に関する取組は、環境と調和のとれた持続可能な食料生産とその消費に配慮した食育の推進につながります。このため、環境に配慮した農林水産物・食品を選ぶ市民の割合について、次のとおり目標を設定します。

目標指標	現状値(R6年度)	目標値(R13年度)
環境に配慮した農林水産物・食品を選ぶ市民の割合	58.8%	増やす

## 食品ロス削減のために何らかの行動をしている市民の割合

食品ロス削減は国際的にも重要課題であり、環境に配慮した食育や食品廃棄物の発生抑制及び減量化を図ることが必要です。このため、生ごみを減らす工夫等をしている市民の割合について、次のとおり目標を設定します。

目標指標	現状値(R6年度)	目標値(R13年度)
食品ロス削減のために何らかの行動をしている市民の割合	79.2%	増やす

## 地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承している市民の割合

### 郷土料理や伝統料理を月1回以上食べている市民の割合

地域の伝統的な行事や作法と結びついた食文化、地産地消へもつながらる家庭での料理等が、核家族化の進展や地域のつながりの希薄化、食の多様化により徐々に失われつつあります。このため、地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承している市民の割合について、また、伝統食材をはじめとした地域の食材を生かした郷土料理や伝統料理を月1回以上食べている市民の割合について、次のとおり目標を設定します。

目標指標	現状値(R6年度)	目標値(R13年度)
地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承している市民の割合	34.9%	増やす
郷土料理や伝統料理を月1回以上食べている市民の割合	60.1%	増やす

## 目標指標と目標値のまとめ

目標指標		現状値 (R6年度)	目標値 (R13年度)
1	食育に関心をもっている市民の割合	73.7%	増やす
2	朝食を欠食する市民の割合	小学生4.9% 中学生5.0% 高校生10.4% 20～30歳代24.7%	減らす
3	一人で「味噌汁」を作ることができる小中学生の割合	小学生36.4% 中学生57.3%	増やす
4	主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている市民の割合	小学生56.8% 中学生53.9% 高校生51.7% 大人44.3%	増やす
5	毎食野菜料理を食べる市民の割合	小学生28.6% 中学生19.8% 高校生17.6% 大人15.4%	増やす
6	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に気をつけた食生活をしている市民の割合	57.9%	増やす
7	成人肥満者（BMI25.0以上）の男性（20～60歳代）、女性（40～60歳代）の割合	男性29.9% 女性19.0%	減らす
8	20～30歳代の女性のやせ（BMI18.5未満）の割合	8.0%	減らす
9	低栄養傾向（BMI20以下）の70歳代以上の割合	22.7%	減らす
10	肥満傾向児（小学5年生男女）の割合	11.38%	減らす
11	ゆっくりよく噛んで食べる市民の割合	小学生80.8% 中学生76.4% 高校生60.0% 大人48.7%	増やす
12	朝食または夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数	小学生11.9回/週 中学生11.3回/週 高校生9.0回/週 大人8.8回/週	増やす
13	地域で共食したいと思う人が共食する市民の割合	49.4%	増やす
14	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市民の数	651人	増やす
15	農林漁業体験を経験した市民（世帯）の割合	50.0%	増やす
16	産地や生産者を意識して農林水産物・食品を選ぶ市民の割合	64.2%	増やす
17	栄養教諭による地場産物に係る食に関する指導の平均回数	1回	増やす
18	学校給食における地場産物を使用する割合	県内産73.9%	増やす
19	環境に配慮した農林水産物・食品を選ぶ市民の割合	58.8%	増やす
20	食品ロス削減のために何らかの行動をしている市民の割合	79.2%	増やす
21	地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承している市民の割合	34.9%	増やす
22	郷土料理や伝統料理を月1回以上食べている市民の割合	60.1%	増やす