

第三次北九州市食育推進計画

(案)

北 九 州 市

目 次

I 計画の基本的な考え方

1 計画策定の趣旨	2
2 計画の位置づけ	3
3 計画の期間	3

II 食をめぐる現状と課題について

1 食事の内容	
(1)朝食の摂取状況	6
(2)野菜の摂取状況	9
(3)適正食塩量への意識	9
(4)栄養のバランス（主食・主菜・副菜）がとれた食事の状況	10
2 食生活について	
(1)生活習慣病の予防や改善のための食生活への配慮	12
(2)食べ方への関心	12
(3)共食の状況	13
(4)高齢者の低栄養傾向	14
3 食に関する意識	
(1)食生活での悩みや不安	15
(2)食生活に関する情報の入手方法	16
4 食育について	
(1)食育に関する意識	17
(2)食育の推進に関わるボランティア	19
5 外食や食品購入	
(1)外食や市販の弁当、惣菜の利用頻度	20
(2)栄養成分表示を参考にする頻度	22
6 食文化について	
(1)行事食を食べる習慣	23
(2)郷土料理や伝統料理の伝承	23

7	地産地消について	
(1)	農林水産業の現状	24
(2)	地産地消の取り組み状況	25
8	環境に配慮した食生活	26
9	食の安全・安心	
(1)	市内の食中毒の発生状況と食品に関する苦情	27
(2)	食品表示等の確認	28
(3)	食品を選択する際に重視すること	28
(4)	食に関する知識	29
10	食への感謝	30
11	第二次北九州市食育推進計画の評価	31
12	北九州市の食育にかかわる課題	33
Ⅲ 食育推進の基本理念と政策の柱		
1	第三次北九州市食育推進計画における食育推進の基本理念	35
2	基本理念を具体化する3つの政策の柱	36
3	計画の体系図	37
Ⅳ 関係者の役割		
1	食育を推進するための関係者の役割	42
Ⅴ 食育推進の取り組み		
1	食育の推進による健康で生き生きとした食生活の実践	
(1)	健康寿命の延伸につながる食育の推進	44
	～ライフステージに応じた健全な食生活の実践～	
(2)	多様な暮らしに対応した食育の推進	50

2	食にまつわる社会環境の整備	
(1)	望ましい食生活を送るための食環境の整備	52
(2)	社会全体で食育を推進する体制の整備	54
(3)	食への感謝と食文化の伝承	56
3	生産から消費までの食の循環と食の安全・安心	
(1)	地産地消の推進	57
(2)	食の循環や環境に配慮した食生活の実践	59
(3)	食の安全性の確保	59

VI 計画の指標

1	政策の柱ごとの指標と目標値	64
---	---------------	----

VII 資料

1	北九州市食育推進懇話会	
(1)	構成員名簿	66
(2)	計画策定に関する検討状況	67
2	調査の概要	
(1)	平成 29 年度北九州市食育に関する実態調査	68
(2)	平成 28 年度北九州市健康づくり実態調査	68
3	素案に対する市民意見募集（パブリックコメント）の結果	69

I 計画の基本的な考え方

1 計画策定の趣旨

(1) これまでの取り組み

「食育基本法」（平成 17 年 7 月施行）では、食育について、「生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきものと位置付けるとともに、様々な経験を通じて「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を推進する」としています。

本市では、食育基本法の目的・理念をふまえ、同法第 18 条第 1 項に基づく市町村食育推進計画として、平成 21 年 5 月に「北九州市食育推進計画（平成 21 年度～平成 25 年度）」、平成 26 年 3 月に「第二次北九州市食育推進計画（平成 26 年度～平成 30 年度）」を策定しました。

第二次計画では、「食を通して、市民の心と身体の健康と豊かな人間性を育み、生涯にわたって生き生きと暮らすことができるように、家庭や地域、関係機関等と連携して、子どもから高齢者までライフステージに応じた食育を推進し、誰もが食に関心を持って行動する社会を目指す」を基本理念に、生活習慣病を予防するための健康的な食生活の実践の支援や、食に関する正しい知識についての講座・相談の機会の提供、若い世代への食育の取り組み、地産地消の推進など、関係者との連携・協力により様々な取り組みを進めてきました。

これまでの取り組みで、以前にも増して食育への関心が高まり、健康管理への意識も高まっているなど、一定の成果が得られています。

(2) 本市の食育を取り巻く状況

依然として、野菜の摂取不足や塩分の摂りすぎなどによる栄養の偏りや食習慣の乱れによる生活習慣病の発症や重症化、高齢者の低栄養などの問題を抱えています。特に、若い世代や男性については、食への関心の低さや朝食の欠食等の不規則な食生活などの課題が多くあります。

また、食べ物を大切にする意識の希薄化や、食の安全性への不安などの問題も抱えています。引き続き、食に関する理解を更に深め、個人のみならず社会全体で食を取り巻く環境の整備を行っていくことが必要です。

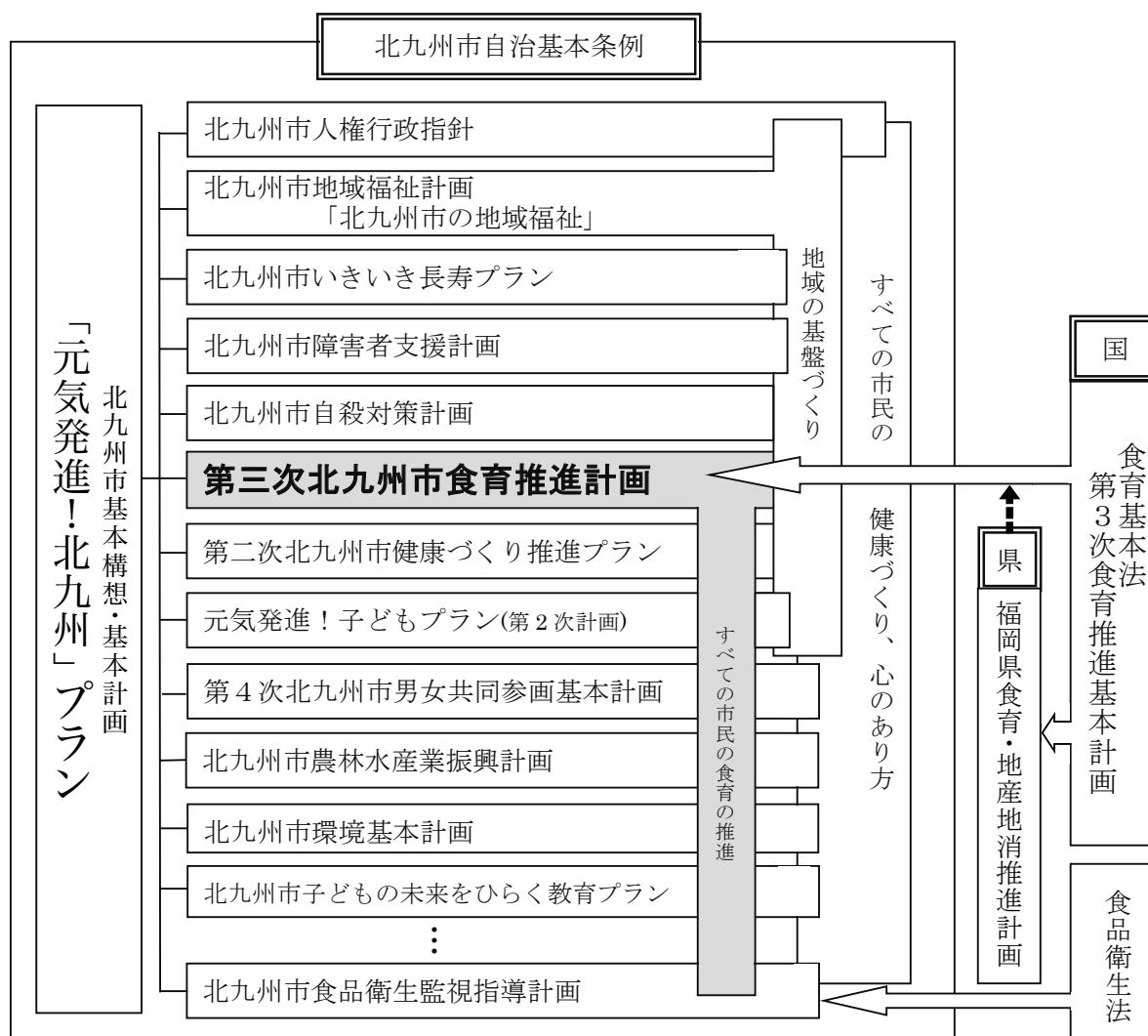
このような課題や国の計画、食をめぐる様々な状況を見据えながら、市民一人ひとりが、健全な食生活の実践により生涯にわたって健康で心豊かに暮らすことができる社会の実現に向けて、本市における食育を、引き続き、総合的かつ計画的に推進するために、「第三次北九州市食育推進計画」を策定します。

2 計画の位置づけ

本計画は、食育に関する施策を総合的かつ計画的に推進し、もって現在及び将来にわたる健康で文化的な国民の生活と豊かで活力ある社会の実現に寄与することを目的とした食育基本法第18条第1項に基づく「市町村食育推進計画」です。

北九州市の基本構想・基本計画「元気発進！北九州」プランに基づく部門別計画で、その他の本市の関連計画等と整合性を図りながら総合的に推進します。

また、この計画の推進をとおして、持続可能な世界を実現するための2030年までの世界の開発目標「SDGs」の達成に貢献します。



3 計画の期間

本計画は、令和元年度から令和5年度までの5年間の計画とします。

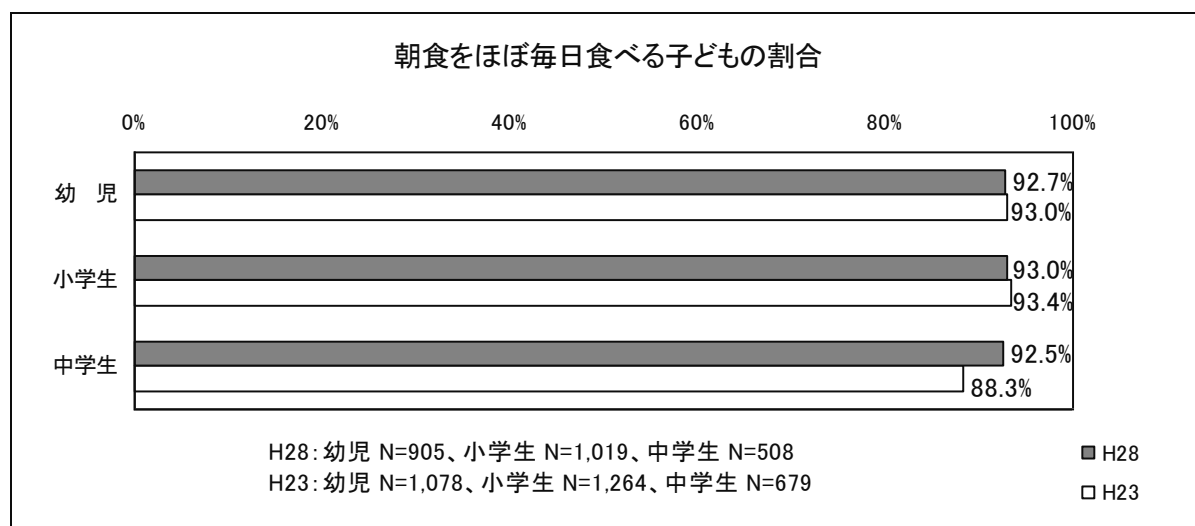
Ⅱ 食をめぐる現状と課題について

1 食事の内容

(1) 朝食の摂取状況

子どもの朝食の摂取状況は、中学生は増加

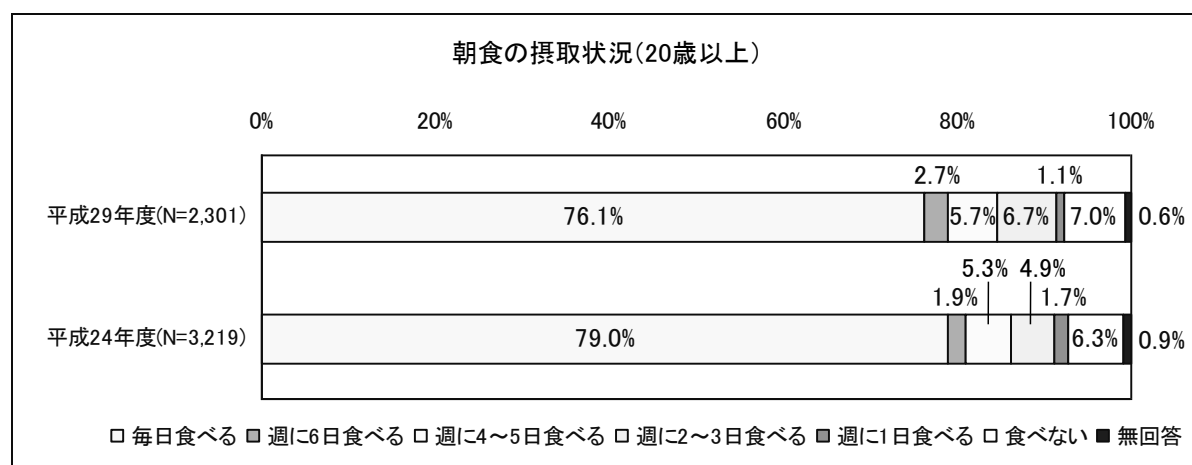
幼児、小学生及び中学生では、92.7%、93.0%、92.5%となっています。中学生のみが前回の調査から増加していますが、前計画の目標値 100%には到達していません。



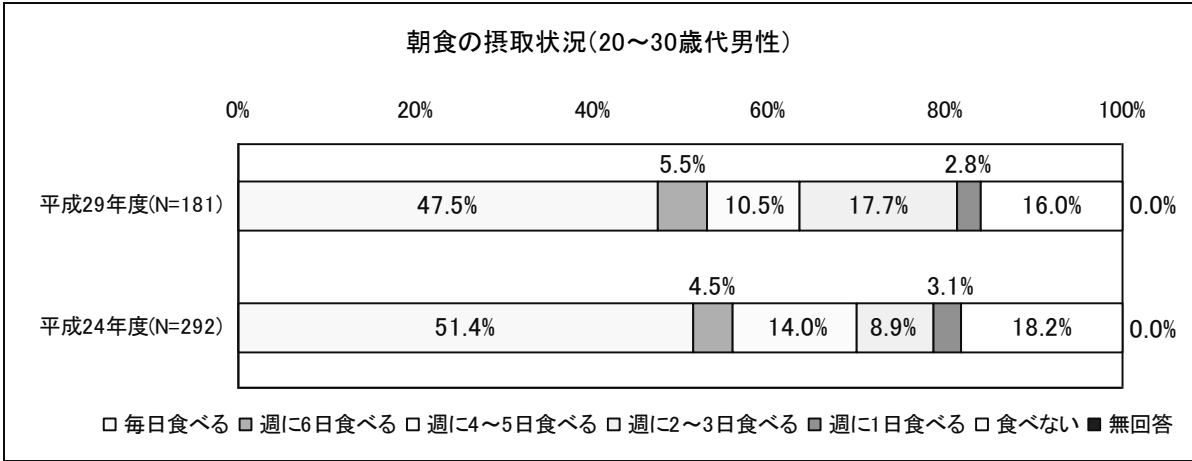
出典：平成 28 年度北九州市健康づくり実態調査、平成 23 年度北九州市健康づくり実態調査

朝食の摂取状況は 20～30 歳代男性のほぼ毎日食べるが減少

「ほぼ毎日朝食を食べる」（「毎日食べる」＋「週に 6 日食べる」）は 78.8%で、前回調査結果より減少しており、全国の調査結果 83.7%より低くなっています。特に、20～30 歳代男性では、「ほぼ毎日朝食を食べる」は 53.0%と低く、前回調査結果の 55.9%より減少しており、前計画の目標値 85%以上に到達していません。



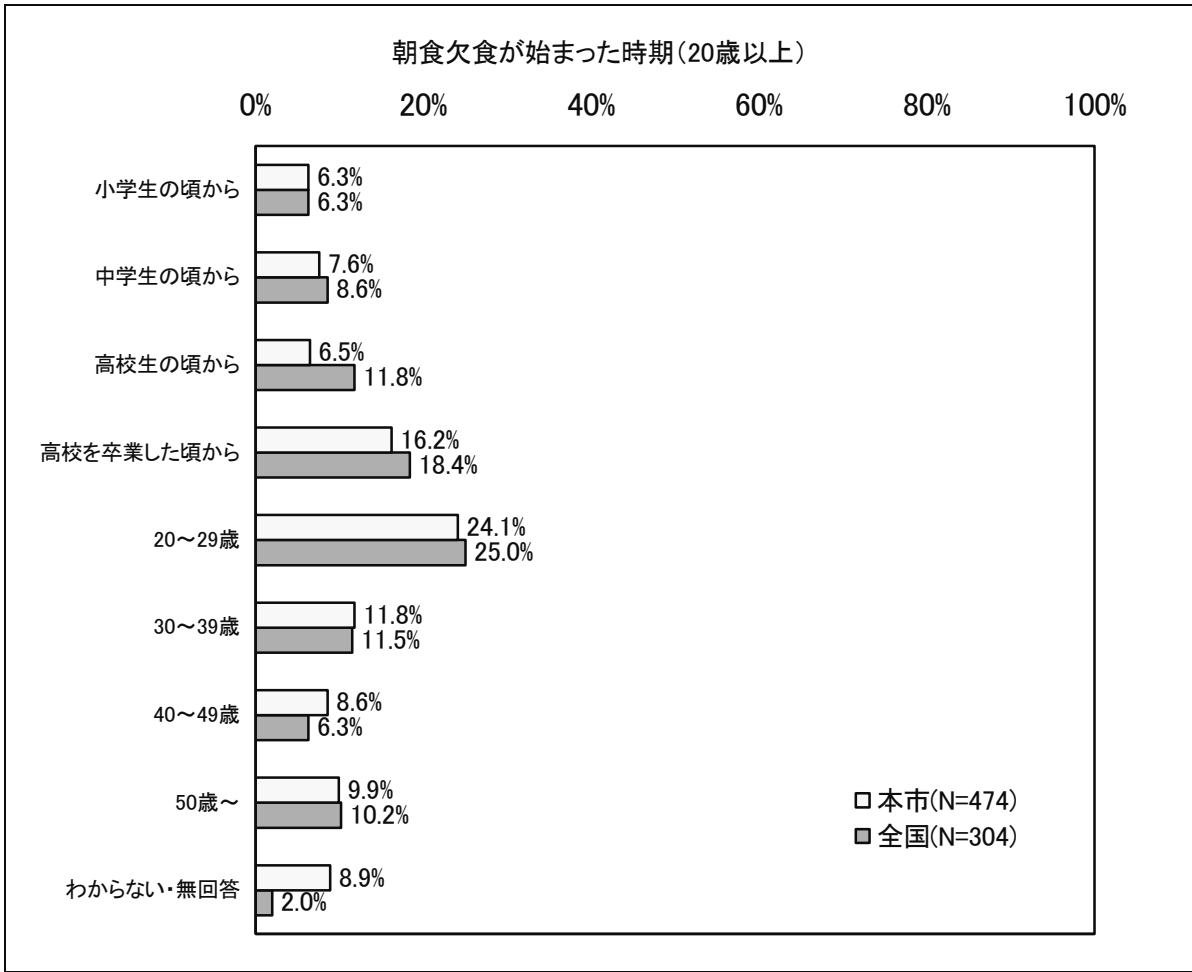
出典：平成 29 年度北九州市食育に関する実態調査、平成 24 年度北九州市食育に関する実態調査



出典：平成 29 年度北九州市食育に関する実態調査、平成 24 年度北九州市食育に関する実態調査

欠食が始まった時期は、生活環境が変化する 20 歳代や高校を卒業した頃

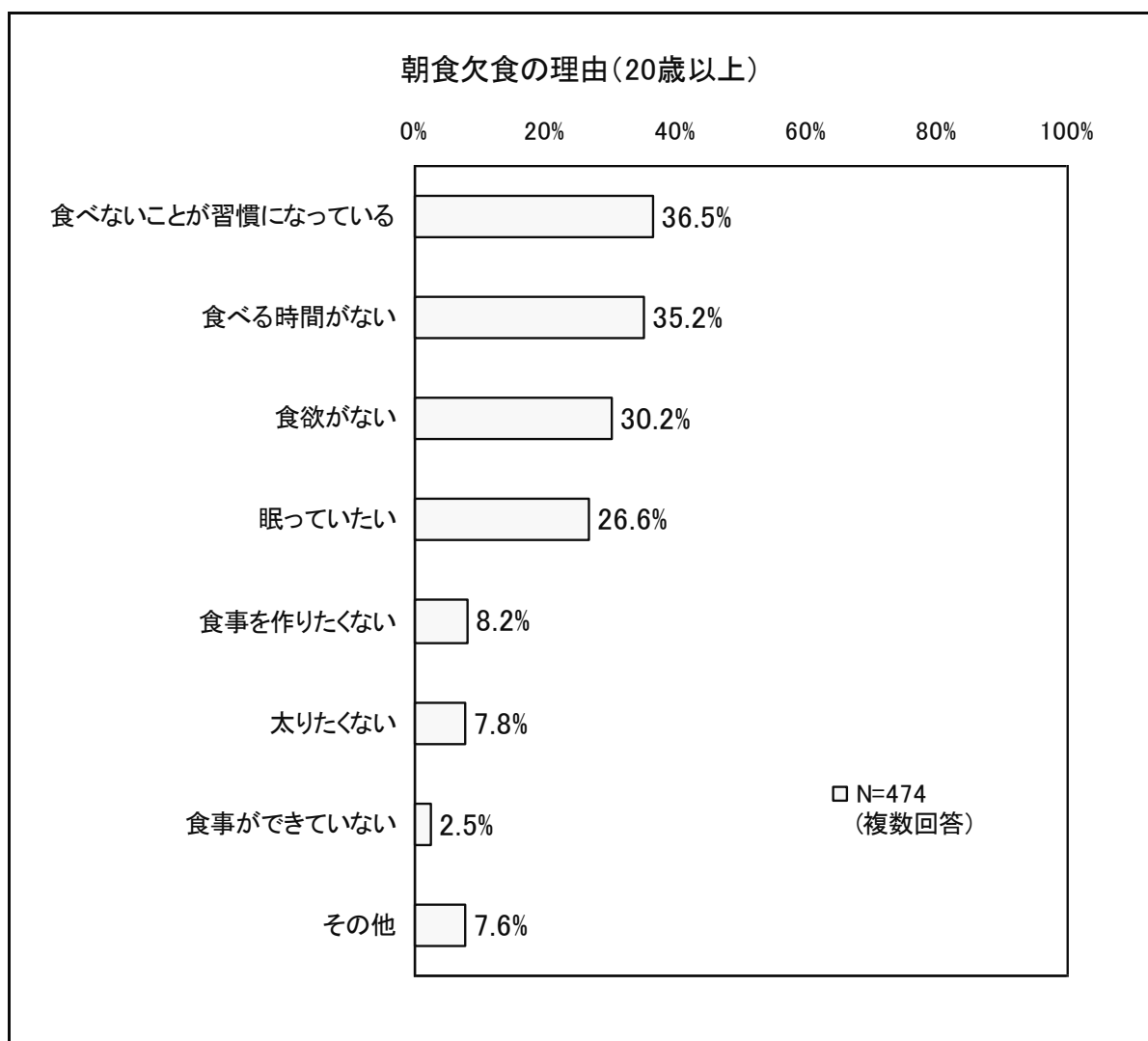
朝食欠食が始まった時期は、「20～29 歳」が 24.1%で最も多く、全国の調査結果 25.0%とほぼ同水準でした。また「高校を卒業した頃から」は 16.2%で、全国の調査結果の 18.4%より少なくなっています。



出典：平成 29 年度北九州市食育に関する実態調査、平成 28 年度食育に関する意識調査（農林水産省）

朝食欠食の理由は、習慣がない・時間がないから

朝食を食べない理由としては、「食べないことが習慣になっている」が 36.5%で最も多く、続いて「食べる時間がない」が 35.2%、「食欲がない」が 30.2%となっています。



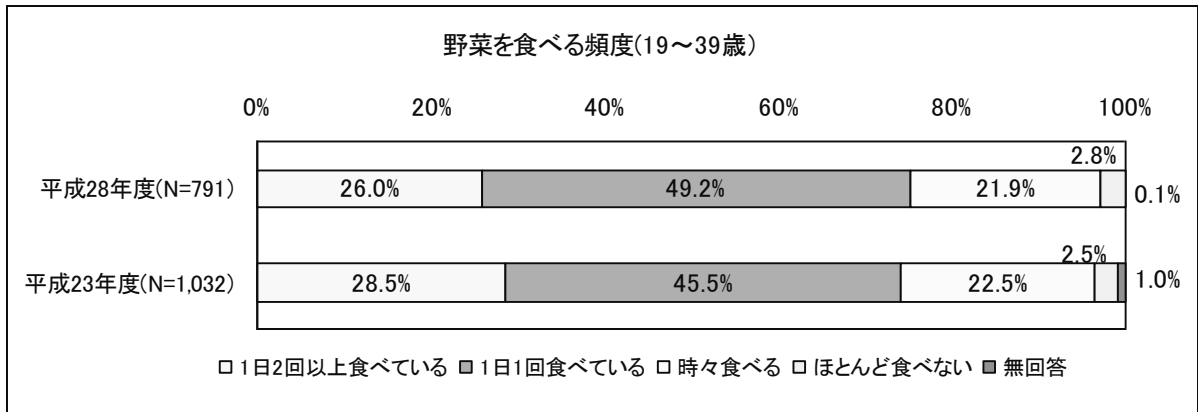
出典：平成 29 年度北九州市食育に関する実態調査

(2) 野菜の摂取状況

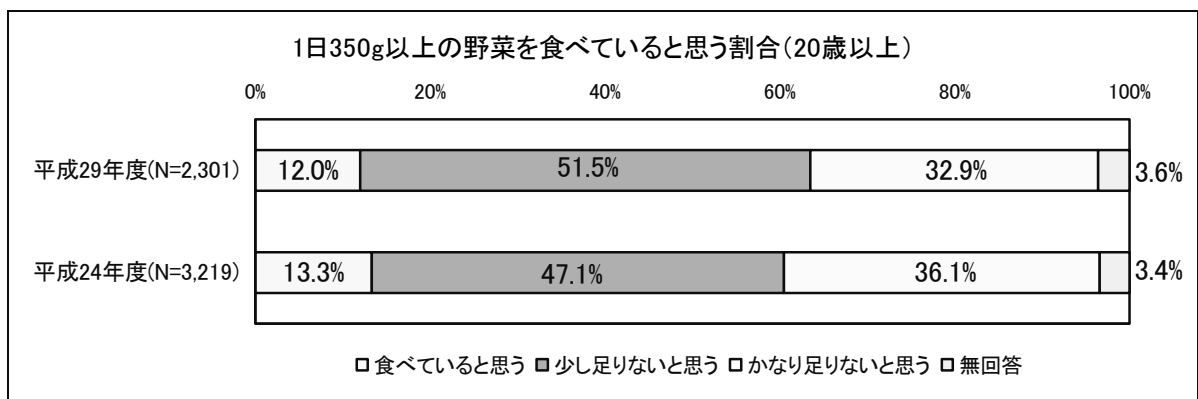
野菜を食べる頻度は減少、約 8 割が野菜不足と感じている

野菜を「1日に2回以上食べている」は、19～39歳では26.0%と前回調査結果の28.5%より減少しています。

1日に350g以上の野菜を「食べていると思う」は12.0%で、約8割が不足していると感じています。



出典：平成28年度北九州市健康づくり実態調査、平成23年度北九州市健康づくり実態調査

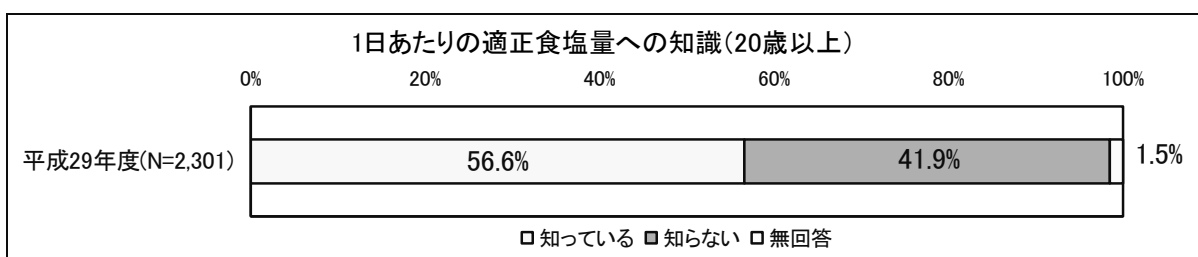


出典：平成29年度北九州市食育に関する実態調査、平成24年度北九州市食育に関する実態調査

(3) 適正食塩量への意識

適正食塩量の認知度は約 6 割

1日あたりの適正な食塩量が8g未満であると「知っている人」は56.6%でした。



出典：平成29年度北九州市食育に関する実態調査

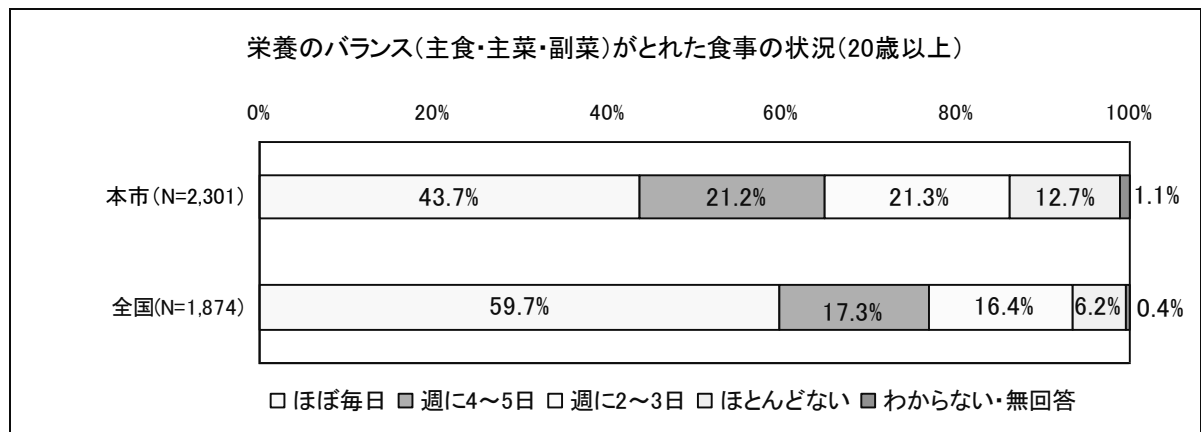
(4) 栄養のバランス(主食・主菜・副菜)がとれた食事の状況

毎日2回以上、主食・主菜・副菜をそろえて食べる人は全国より少ない

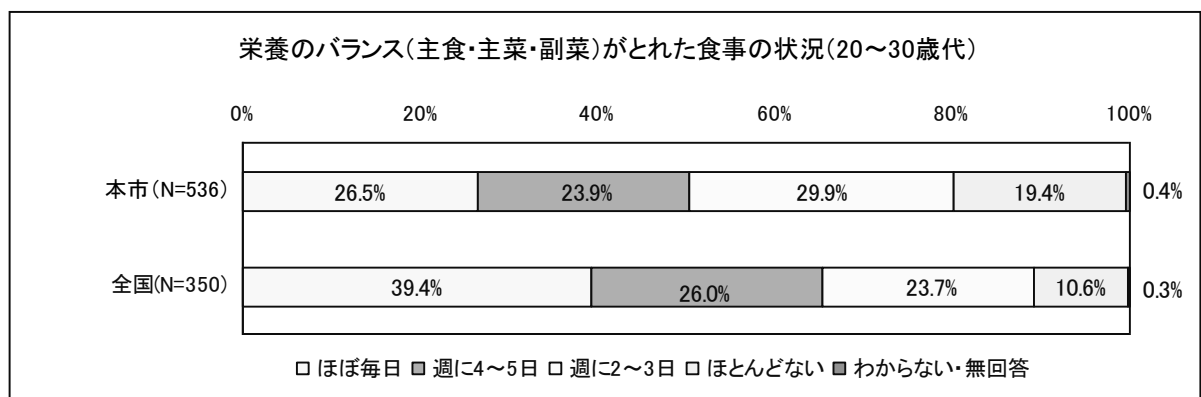
主食、主菜、副菜を3つそろえて食べることが1日2回以上ある日が、「ほぼ毎日」は20歳以上では43.7%で、全国の調査結果59.7%より低くなっています。

また、20～30歳代では26.5%で、全国の調査結果39.4%より低くなっています。

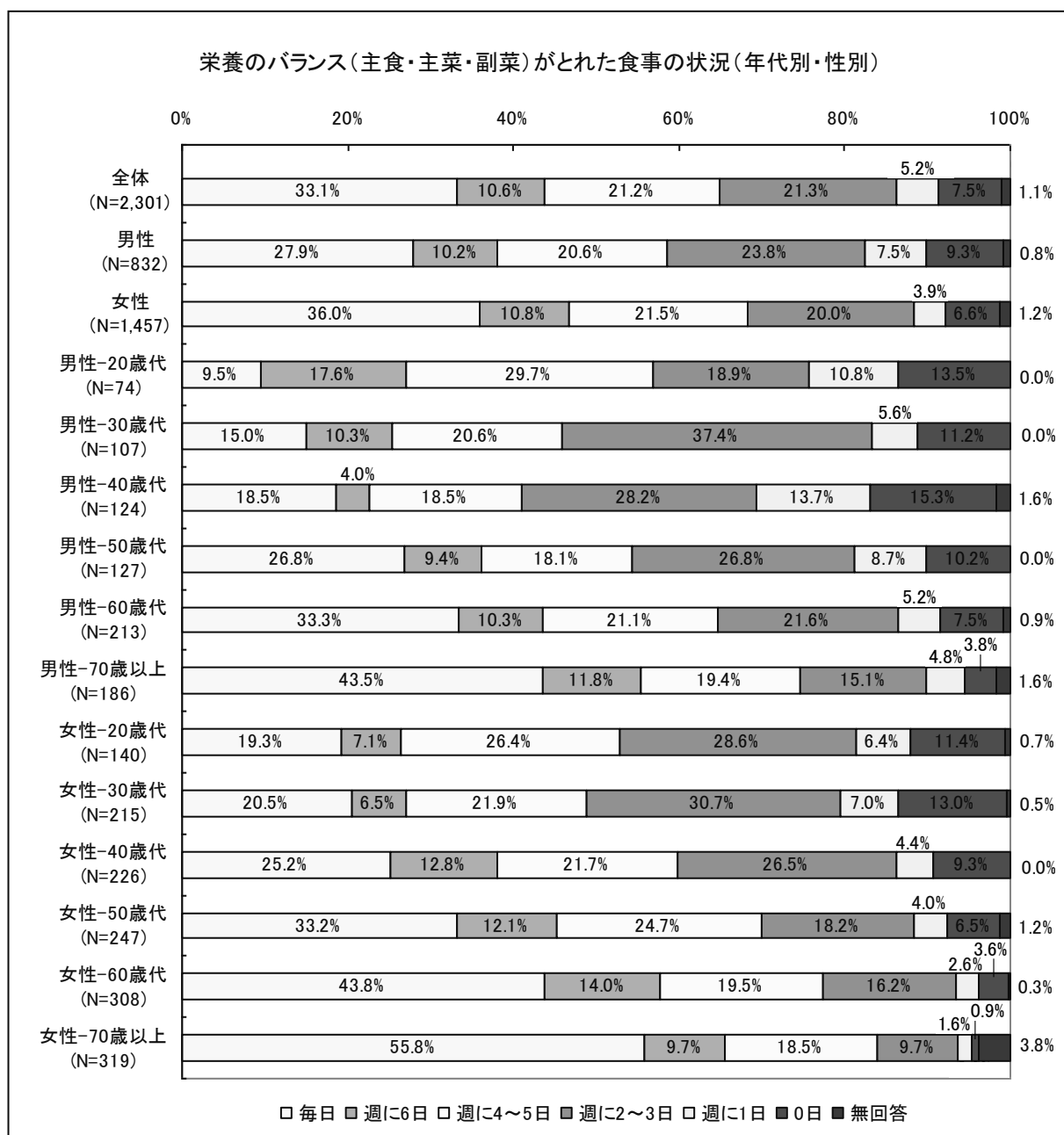
特に、20歳代男性で「毎日」と答えた割合が低くなっています。



出典：平成29年度北九州市食育に関する実態調査、平成28年度食育に関する意識調査（農林水産省）



出典：平成29年度北九州市食育に関する実態調査、平成28年度食育に関する意識調査（農林水産省）



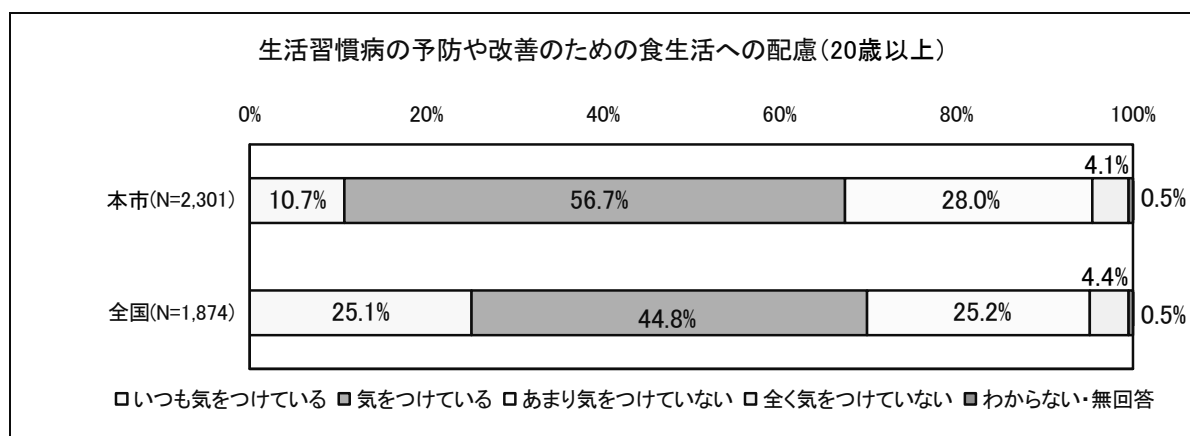
出典：平成 29 年度北九州市食育に関する実態調査

2 食生活について

(1) 生活習慣病の予防や改善のための食生活への配慮

生活習慣病の予防や改善に食生活で気をつけている人は全国並み

生活習慣病の予防や改善のために、食生活で気をつけている（「いつも気をつけている」＋「気をつけている」）は 67.4%と、全国の調査結果 69.9%とほぼ同水準ですが、「いつも気をつけている」は 10.7%と全国の調査結果の 25.1%より低くなっています。

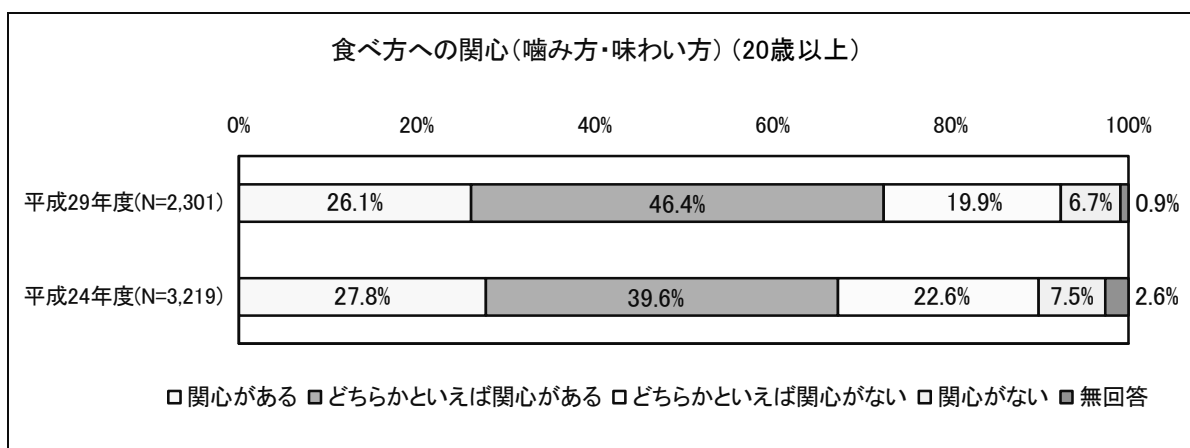


出典：平成 29 年度北九州市食育に関する実態調査、平成 28 年度食育に関する意識調査（農林水産省）

(2) 食べ方への関心

食べ物の噛み方、味わい方への関心は増加

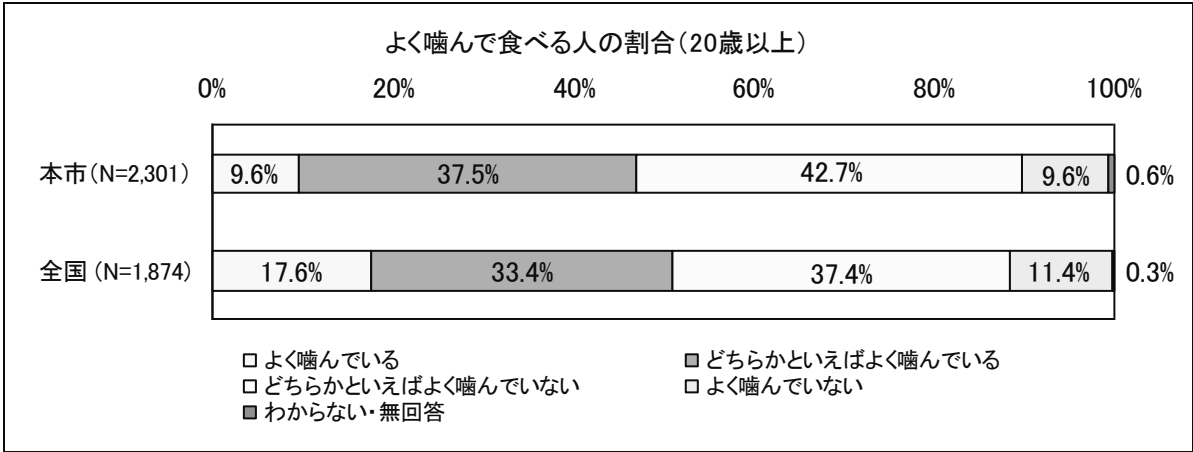
食べ物の噛み方、味わい方といった食べ方に「関心がある」（「関心がある」＋「どちらかといえば関心がある」）は 72.5%と、前回調査結果の 67.4%より増加しています。



出典：平成 29 年度北九州市食育に関する実態調査、平成 24 年度北九州市食育に関する実態調査

よく噛んで食べる人は全国と比べて少ない

「よく噛んでいる」は9.6%で、全国の調査結果17.6%より低くなっています。

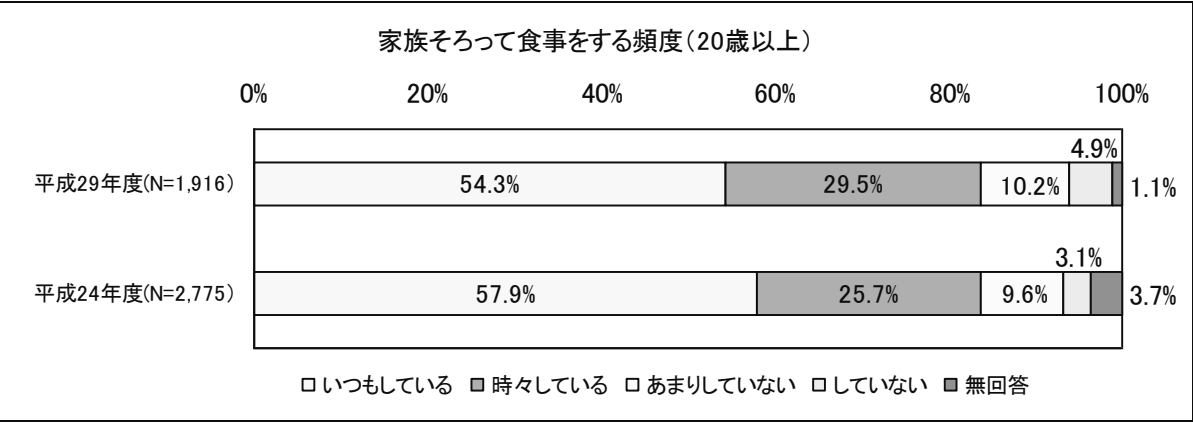


出典：平成 29 年度北九州市食育に関する実態調査、平成 28 年度食育に関する意識調査（農林水産省）

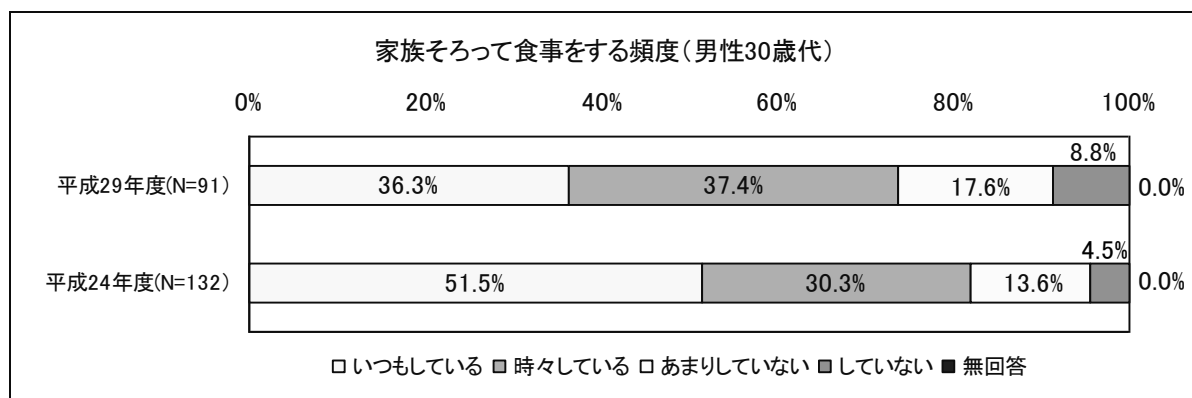
(3) 共食の状況

いつも家族と食卓を囲む人は、30～40 歳代男性で大きく減少

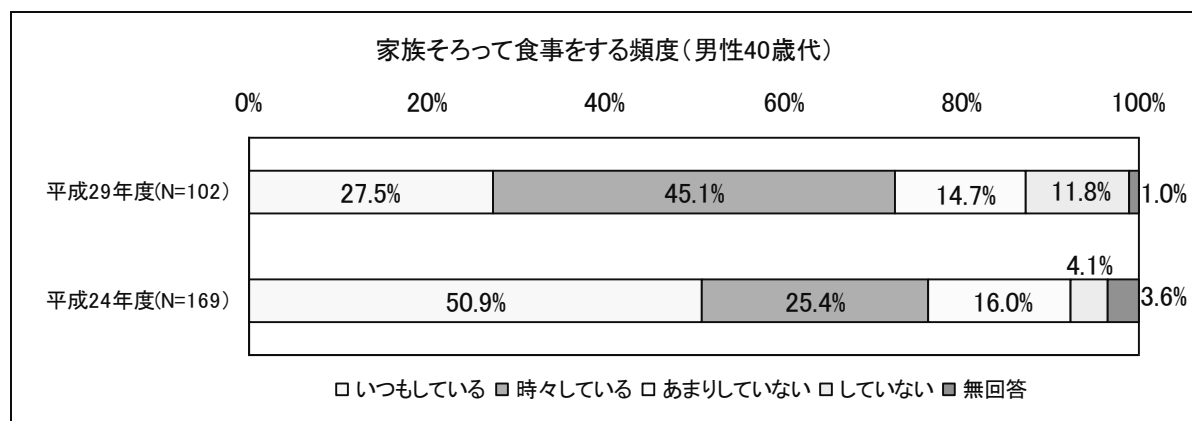
「いつも食事を家族そろってするようにしている」は54.3%で、前回調査結果の57.9%より減少しています。年代別に見ると、特に男性の30歳代、40歳代で「いつもしている」が、前回調査結果と比べて大きく減少しています。



出典：平成 29 年度北九州市食育に関する実態調査、平成 24 年度北九州市食育に関する実態調査



出典：平成 29 年度北九州市食育に関する実態調査、平成 24 年度北九州市食育に関する実態調査



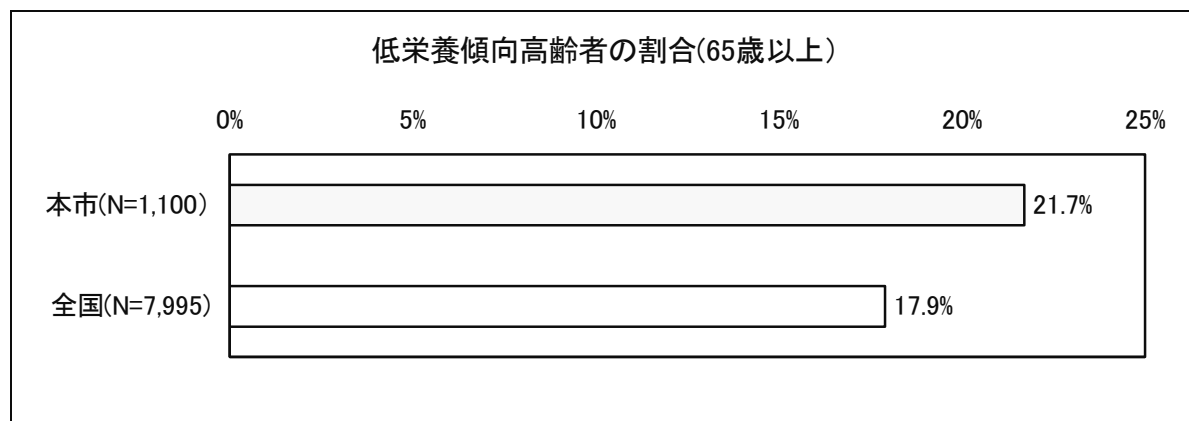
出典：平成 29 年度北九州市食育に関する実態調査 平成 24 年度北九州市食育に関する実態調査

(4) 高齢者の低栄養傾向

高齢者の低栄養傾向の人は全国より多い

高齢者では、やせや低栄養が要介護や死亡のリスクになることが分かっています。

本市の高齢者のうち低栄養傾向（BMI $\leq$ 20）の人は 21.7%で、全国の調査結果 17.9%より多くなっています。



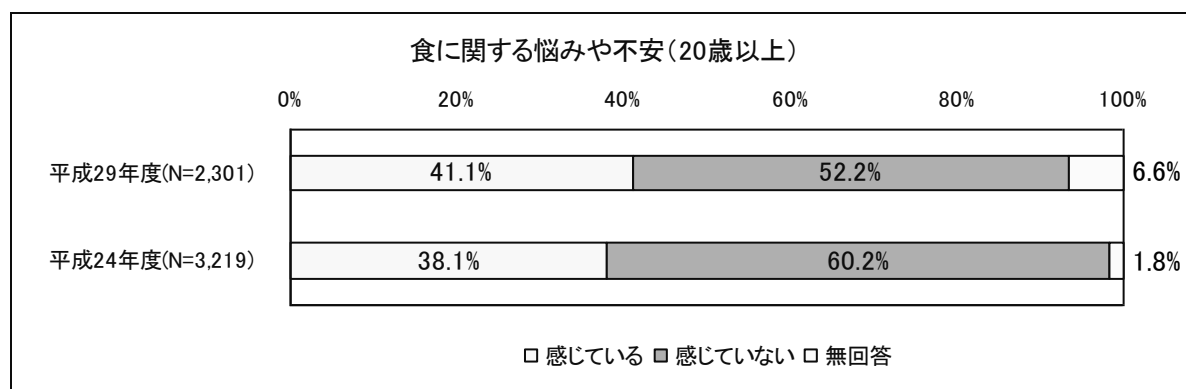
出典：平成 28 年度北九州市健康づくり実態調査 平成 28 年国民健康・栄養調査（厚生労働省）

3 食に関する意識

(1) 食生活での悩みや不安

食生活での悩みや不安を感じている人が増加

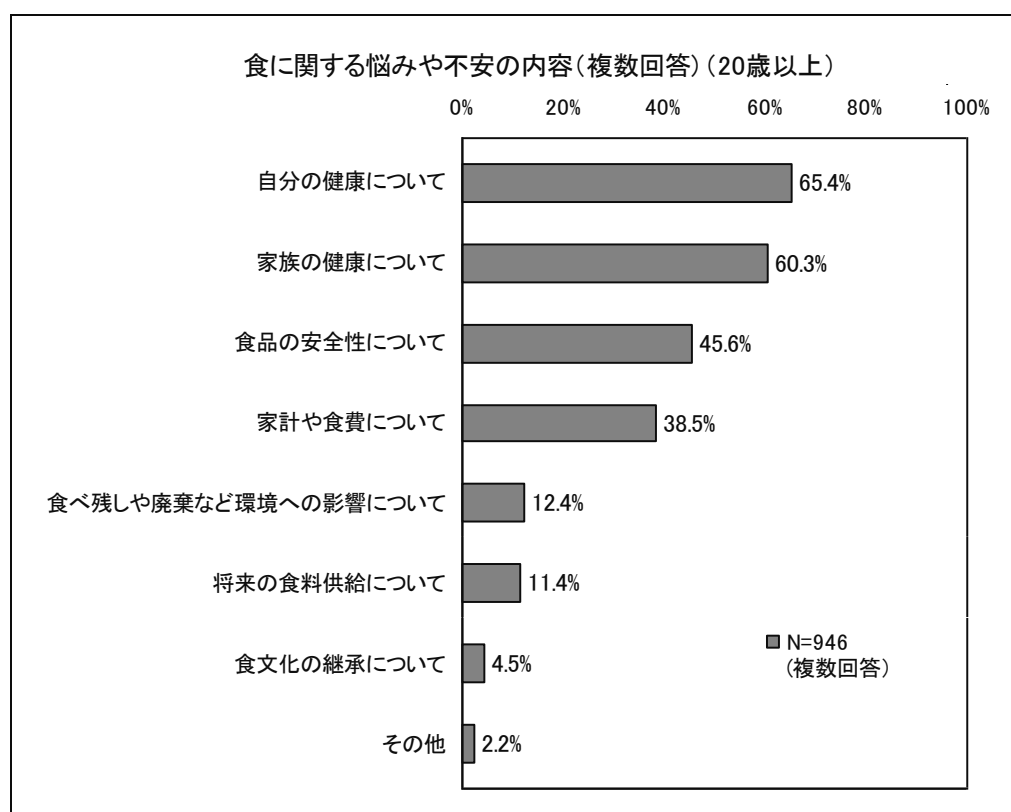
日頃の食生活で悩みや不安を「感じている」は全体の 41.1% で、前回調査結果の 38.1% より増加しています。



出典：平成 29 年度北九州市食育に関する実態調査、平成 24 年度北九州市食育に関する実態調査

自分や家族の健康問題に関する悩みが多い

食に関する悩みや不安（複数回答）は、「自分の健康」が 65.4% と最も多く、続いて「家族の健康」、「食品の安全性」の順になっています。



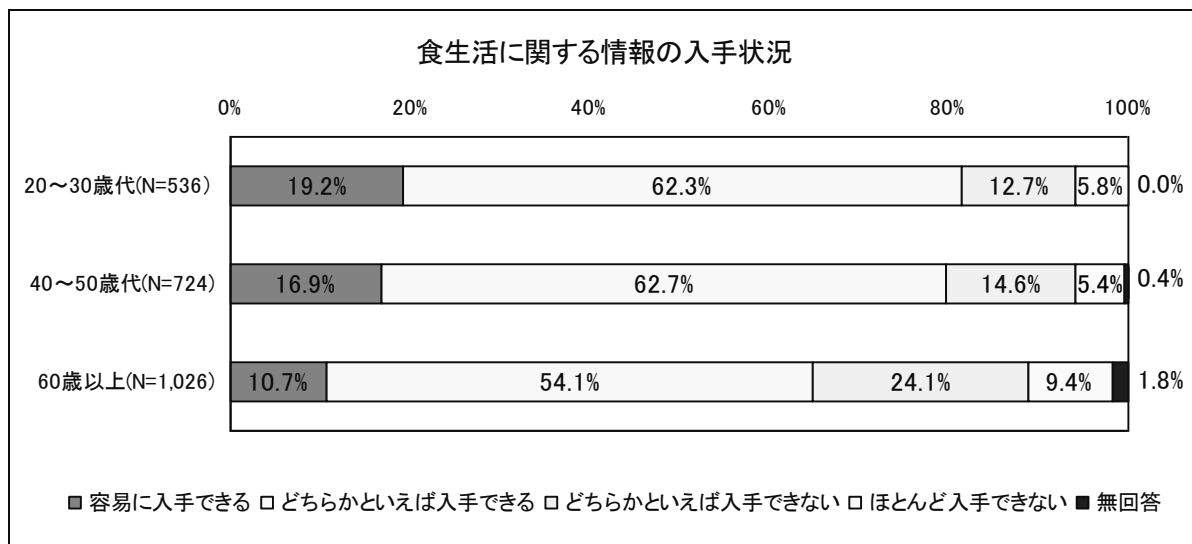
出典：平成 29 年度北九州市食育に関する実態調査

(2) 食生活に関する情報の入手方法

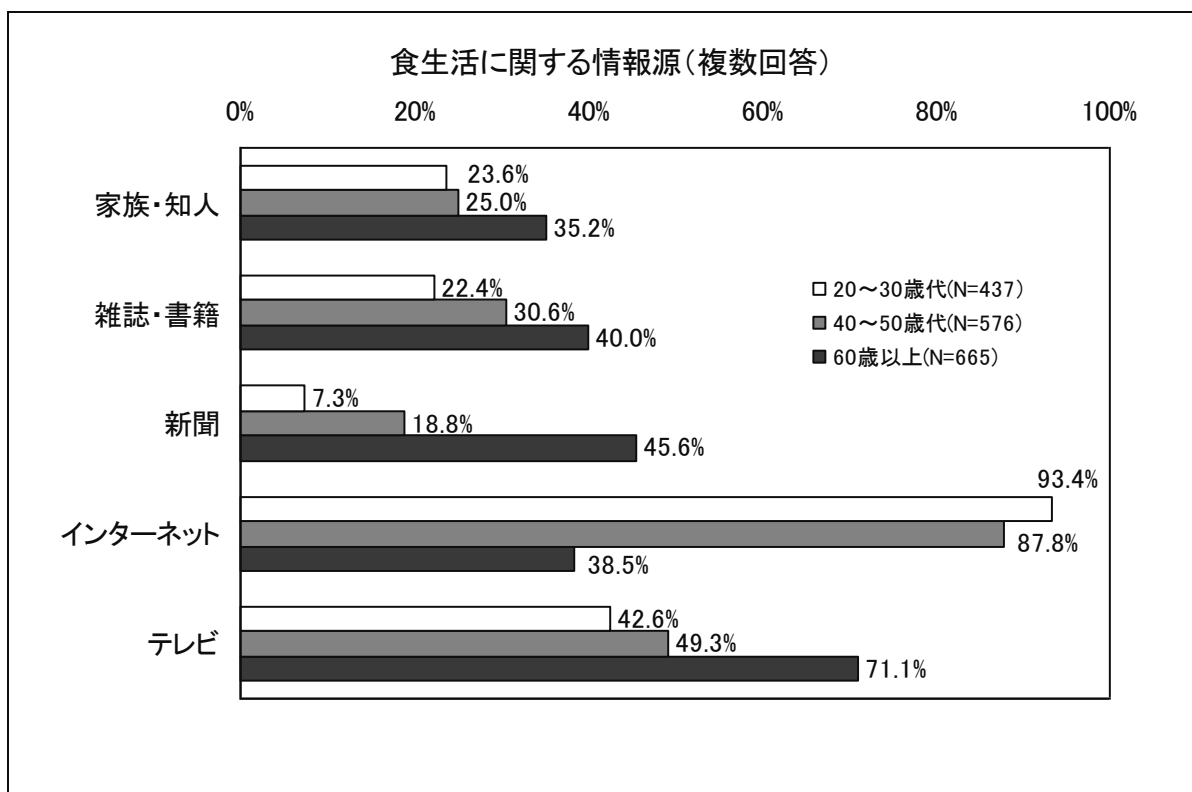
20～50 歳代は食生活情報をインターネットから、60 歳以上はテレビから

日頃の食生活で知りたい情報を容易に入手できない（「ほとんど入手できない」＋「どちらかといえば入手できない」）と回答している人は、20～30 歳代で 18.5%、40～50 歳代で 20.0%、60 歳以上で 33.5%と、世代が高くなるにつれ多くなっています。

また、20～50 歳代ではインターネットを活用して情報を入手しており、60 歳以上はテレビからが最も多くなっています。



出典：平成 29 年度北九州市食育に関する実態調査



出典：平成 29 年度北九州市食育に関する実態調査

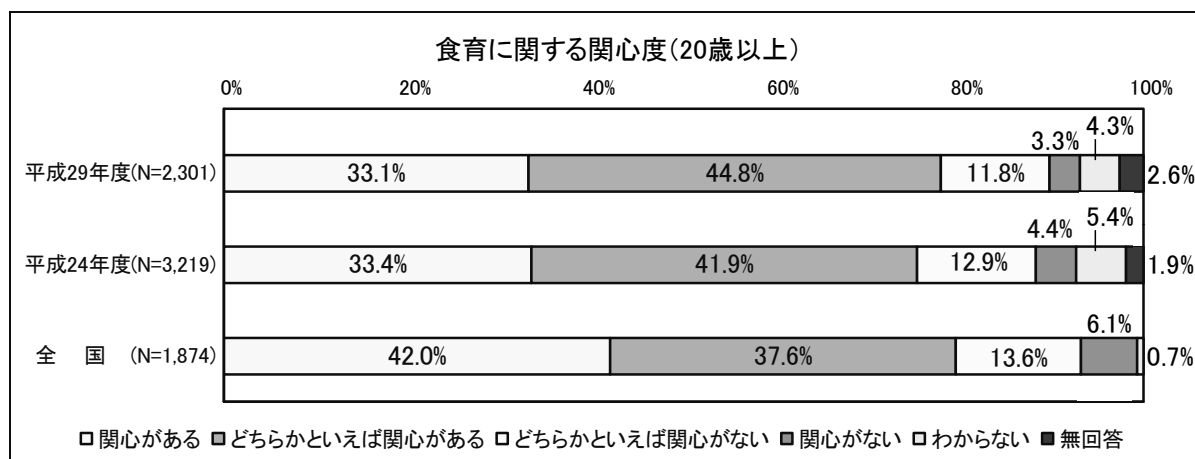
4 食育について

(1) 食育に関する意識

食育への関心度は前回よりやや増加

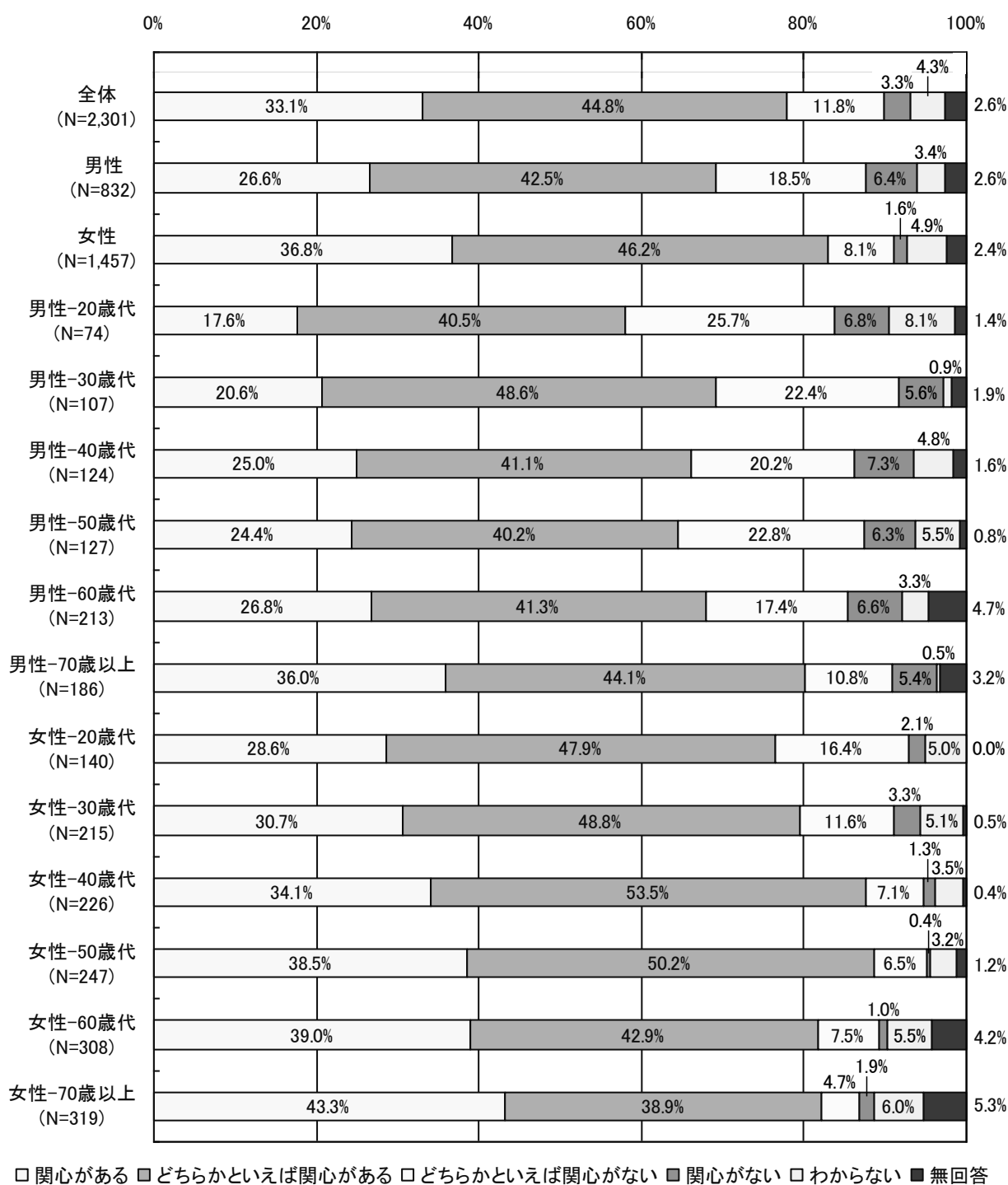
食育に関心がある（「関心がある」＋「どちらかといえば関心がある」）人は 77.9%で、前回調査結果の 75.3%よりやや増加しています。なお、全国の調査結果 79.6%とほぼ同水準です。前計画の目標値 90%以上には到達していません。

特に、20 歳代男性の関心度は他に比べて低い傾向にあります。



出典：平成 29 年度北九州市食育に関する実態調査、平成 24 年度北九州市食育に関する実態調査
平成 28 年度食育に関する意識調査（農林水産省）

食育に関する関心度(年代別・性別)



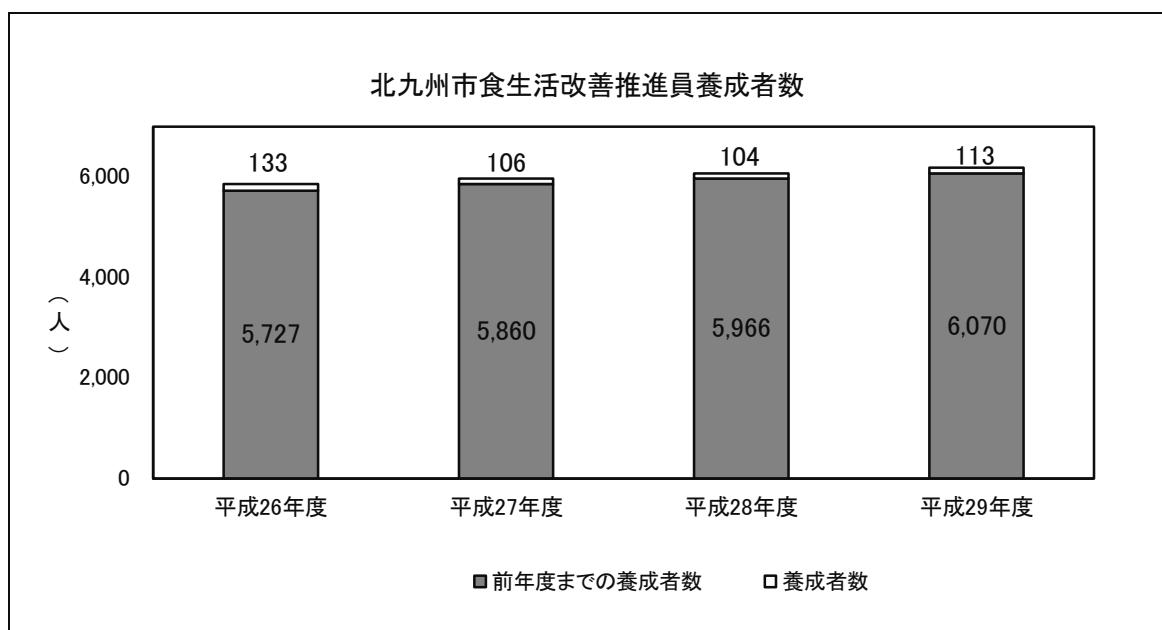
出典：平成 29 年度北九州市食育に関する実態調査

(2) 食育の推進に関わるボランティア

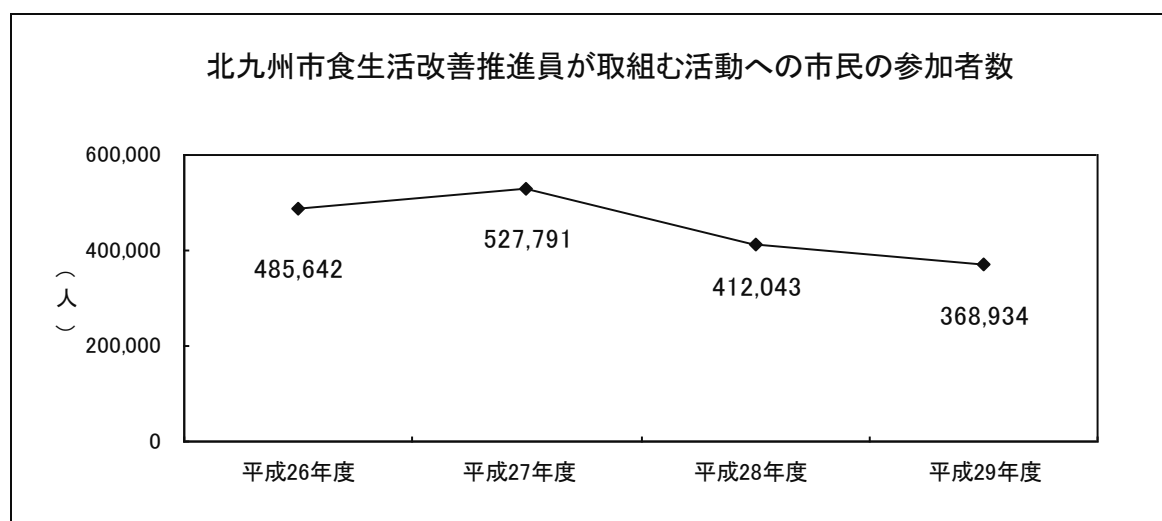
食育を推進するためには、行政だけでなく地域に根ざした豊かな知識と経験を有したボランティアの方々の協力を得ながら、市民自らが食育に取り組むための環境づくりをすることが必要です。

北九州市では地域の食生活改善ボランティアとして養成した食生活改善推進員が、地域に根ざした食育活動に取り組んでおり、その養成者数は平成29年度までに6,183人に及んでいます。

しかし、一方で食生活改善推進員が取り組む活動に参加した市民は、平成29年度に年間368,934人と減少傾向にあります。



出典：北九州市保健福祉局調べ



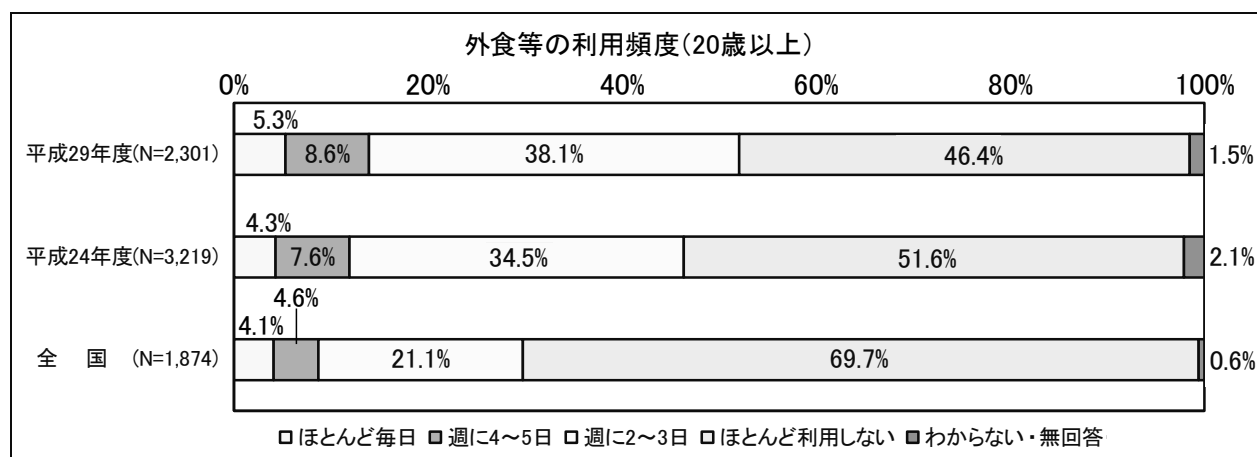
出典：北九州市保健福祉局調べ

5 外食や食品購入

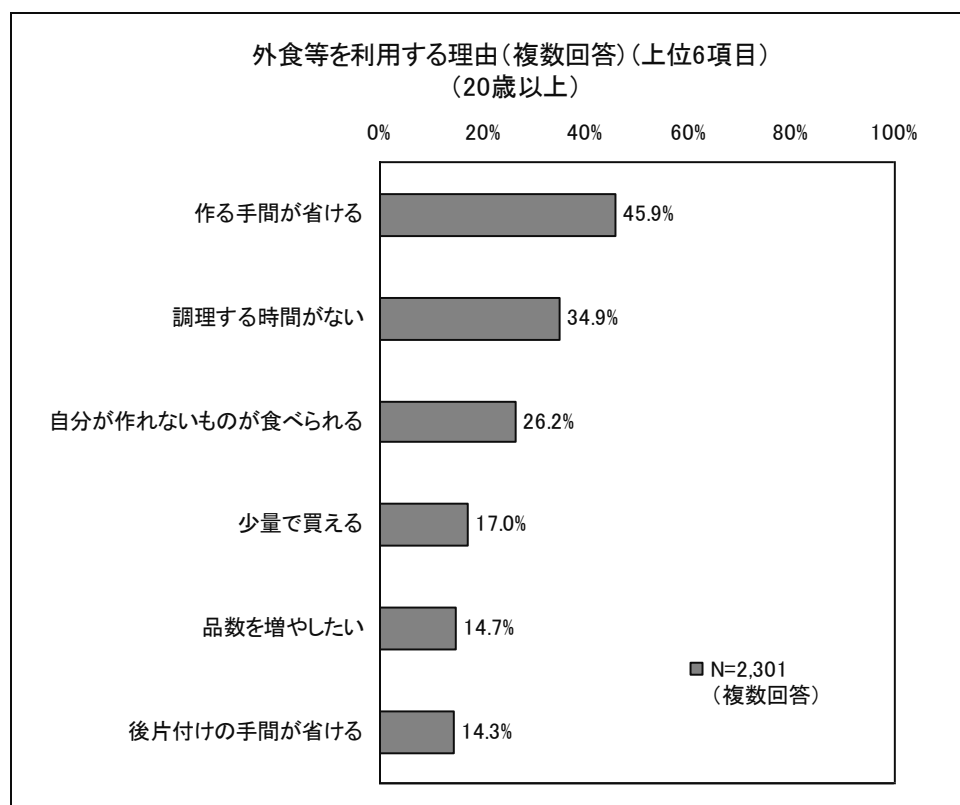
(1) 外食や市販の弁当、惣菜の利用頻度

外食等の利用頻度は増加、利用理由は「作る手間が省ける」から

外食や市販の弁当、惣菜をよく利用する割合（「ほとんど毎日」＋「週に4～5日」）は、13.9％と前回調査結果の11.9％よりやや増加しています。全国の調査結果8.7％より高くなっています。外食・中食などを利用する理由としては、「作る手間が省ける」が45.9％で最も多く、次いで「調理する時間がない」が34.9％となっています。



出典：平成 29 年度北九州市食育に関する実態調査、平成 24 年度北九州市食育に関する実態調査
平成 28 年度食育に関する意識調査（農林水産省）



出典：平成 29 年度北九州市食育に関する実態調査