

## 第4次飯田市食育推進計画（案）について

保健課

国では、食育基本法（平成17年制定）を踏まえ、平成18年に最初の食育推進基本計画を公表したのち、5年ごとに見直され、現在は第4次計画期（令和3年度から7年度）にある。

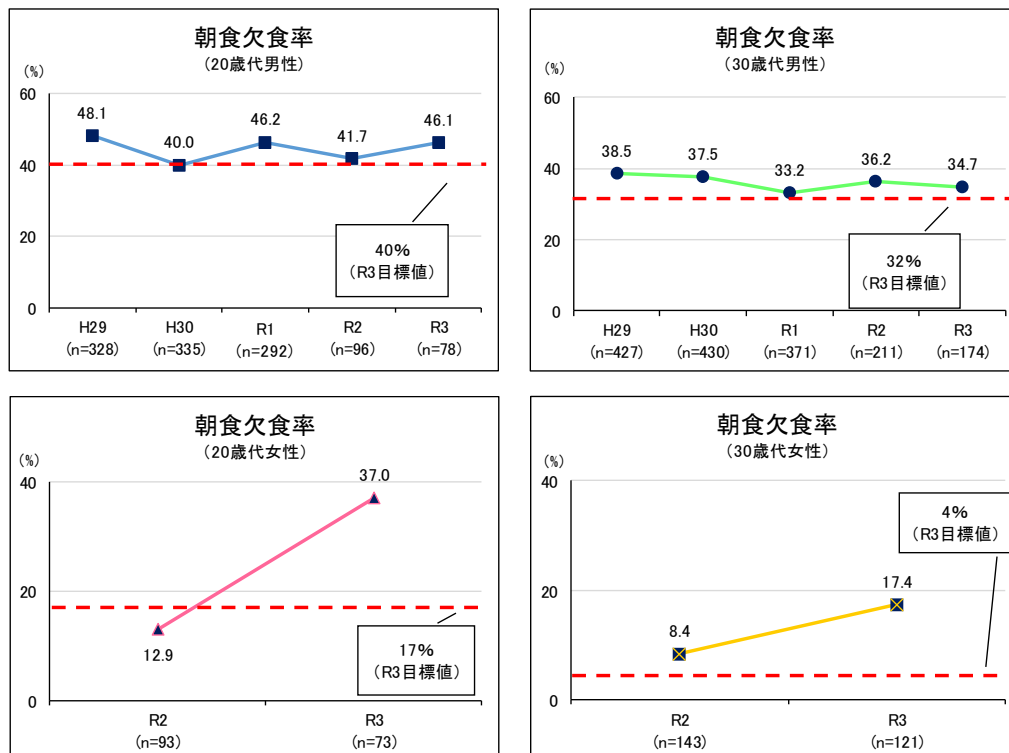
飯田市食育推進計画は、平成21年度に第1次計画を公表し、以後、国・県に準じて見直ししてきており、現在は第3次計画（平成30年度から令和4年度）の最終年にあたる。

そこで、これまでの成果と食をめぐる今日の現状や課題を踏まえて「市民総健康」と「生涯現役」を目指し、食生活を基盤とした《健康》を重視し、《農業》《教育》《環境》の視点を兼ね備えて推進する「第4次飯田市食育推進計画」を策定する。この計画は令和5年度から令和9年度までを期間とし、食育基本法第18条第1項に基づく市町村計画として位置づけ、「いいだ未来デザイン2028（飯田市総合計画）」や、健康増進計画「健康いいだ21（第2次）」、「飯田市農業振興ビジョン」などの分野別計画との整合を図りながら、飯田市の食育を総合的に推進する。

### 1 第3次飯田市食育推進計画の達成目標に対する評価

第2次食育推進計画の期間中は特に朝食欠食率が増加していたため、第3次計画では朝食欠食率の減少を目指し食育の推進を行った。

#### (1) 目標：朝食欠食率の減少



※この1週間で朝食をとった日は何日ですかに対して「毎日とった」と回答しなかった割合

出典：男性 2か月児訪問、7か月児相談、消防団の朝食アンケート

女性 2か月児訪問、7か月児相談の朝食アンケート

若い世代の朝食欠食率は高く、年度ごとに増減はあるが、性別・年代別にみると特に20歳代男性が高い傾向にある。また、令和2年度から調査を始めた女性（特に20～30歳代）の欠食率は令和3年度にかけて大幅に増加した。朝食を食べない人は消防団員で11.9パーセント、乳幼児をもつ男性8.5パーセント、女性1.5パーセントだった。

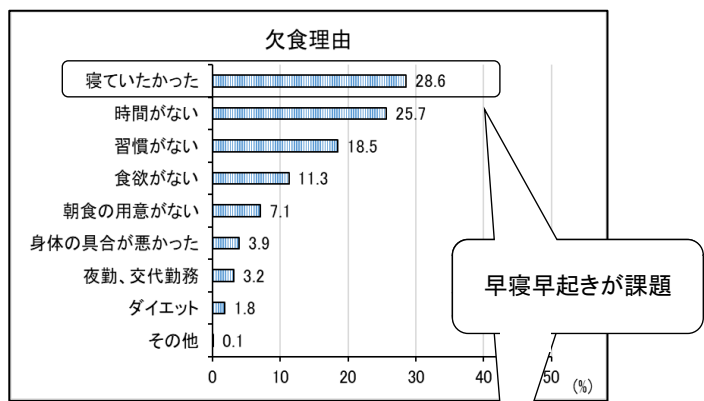
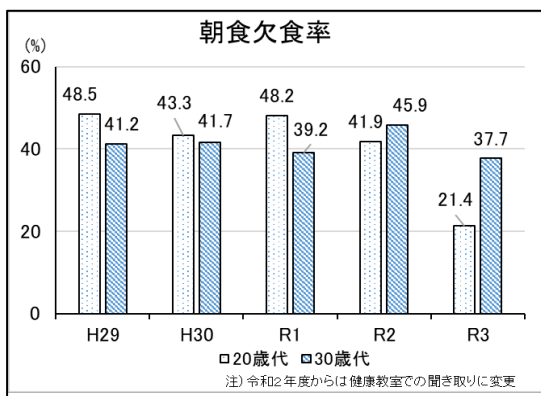
社会的要因として、世帯数は増加傾向にある一方、1世帯当たりの平均人数は平成29年度で2.6人、令和3年度で2.4人に減少している。また、単独世帯や核家族世帯も増加してきており、家族を取り巻く環境の変化が朝食摂取を妨げる一因となっている。また、スマートフォン・パソコンなどデジタルツールの使用時間が長くなったことによる睡眠時間の減少が起床時間の遅延を招いており、朝食摂取につながらない恐れもある。

以上の分析や、これまで乳幼児学級や消防団、企業の健康教室などで啓発を行ってきたが、結果として男女とも目標を達成しなかった。

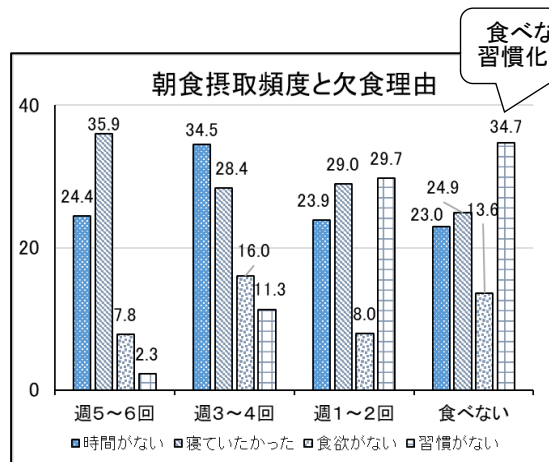
消防団員の食べない理由は「時間がない」「寝ていなかった」が多く、その中でも朝食を食べている日数が少ない人ほど「食べる習慣がない」と回答した。どうしたら朝食をとることができると思うかの問いについては「早寝早起き」が最も多く、「用意してくれる人」「事前に準備」「簡単・手軽」などが挙げられた。

乳幼児を持つ女性でも同様に若い世代ほど欠食率が高くなっている。特に授乳中は子どもの成長のためにも普段よりエネルギーや栄養が必要である。どうすれば摂取できるかの問いには「早寝早起き」が一番多く、「簡単・手軽」が続いている。育児による睡眠リズムの変調が欠食に影響を及ぼしている可能性もある。保護者の朝食欠食は、子どもの成長や家族の食生活に大きく影響するため、幼少期からの規則正しい生活リズムの確立を関係機関と連携し「早寝早起き朝ごはん」の取組を継続的に推進する必要がある。

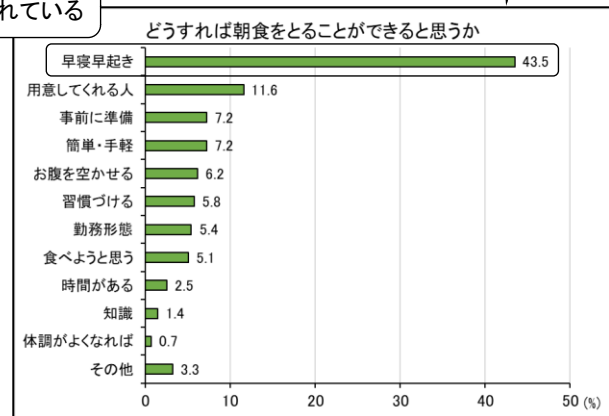
【消防団（男性）】



早寝早起きが課題



食べない人ほど習慣化されている

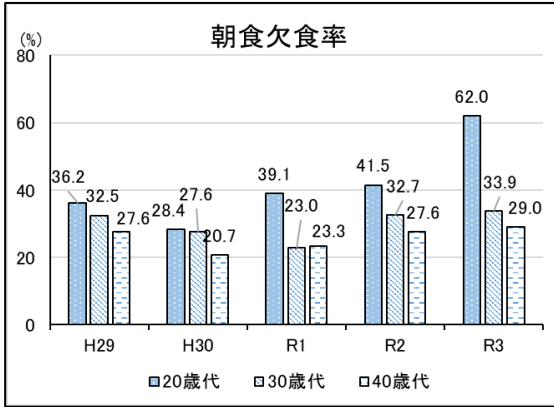


出典：消防団アンケート

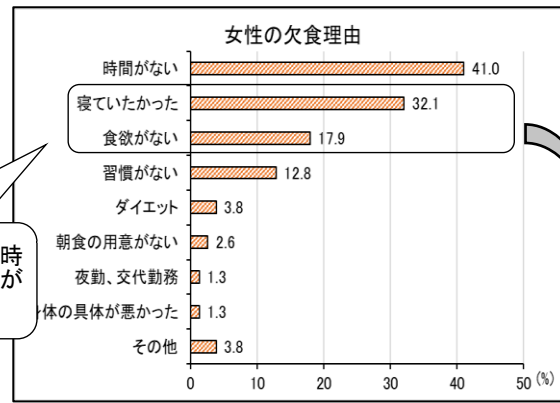
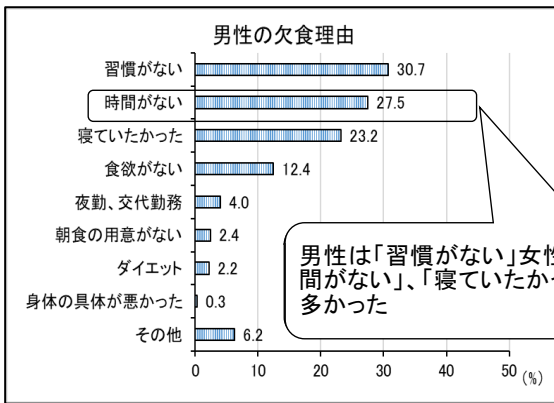
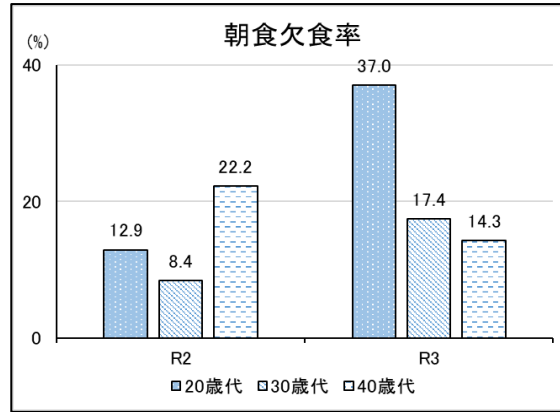
(H29～R3 までを集計 N=1779) 欠食理由については主な回答項目上位4項目を掲載

【乳幼児健診】

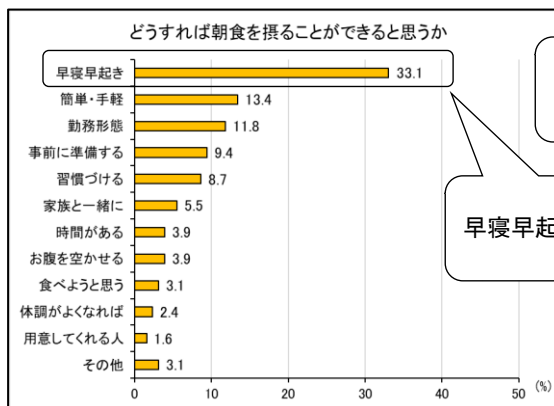
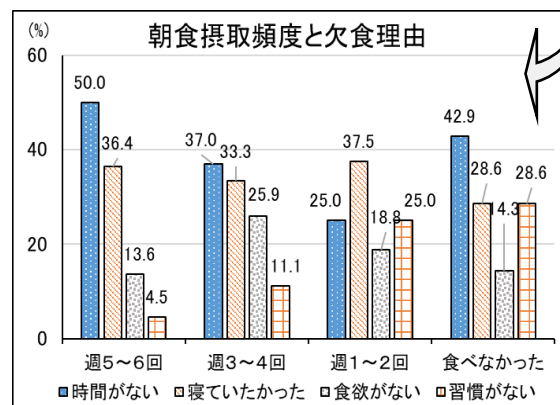
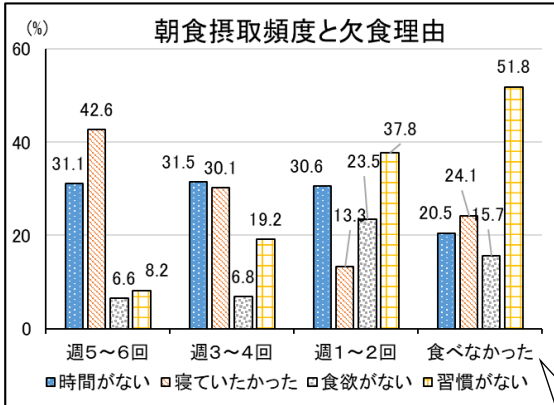
男性



女性



男性は「習慣がない」女性は「時間がない」、「寝ていたかった」が多かった

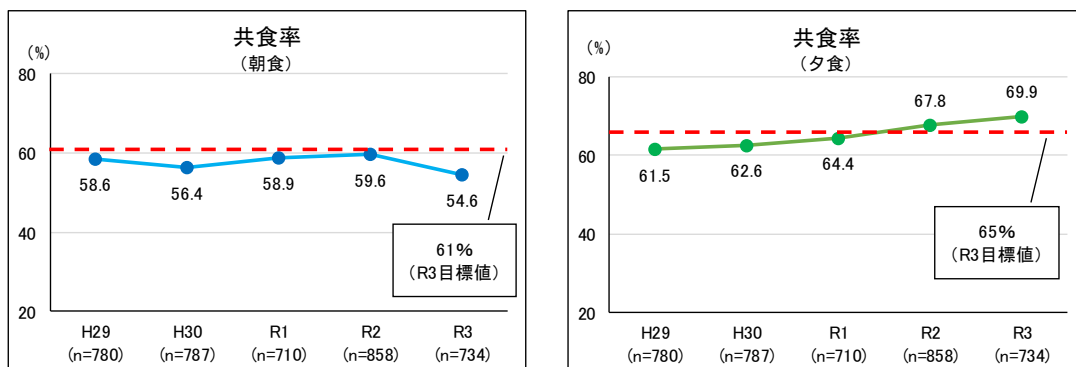


食べない人ほど習慣化されている

早寝早起きが課題

出典：男性 2か月児訪問、7か月児相談の朝食アンケート（平成29年度～令和3年度）  
 女性 2か月児訪問、7か月児相談の朝食アンケート（令和2年度～令和3年度）  
 （男性 N=957 女性 N=430 欠食理由については H29～R3 までを集計主な回答項目上位4項目を掲載）

(2) 目標：朝食・夕食を家族と一緒に食べる「共食」の増加



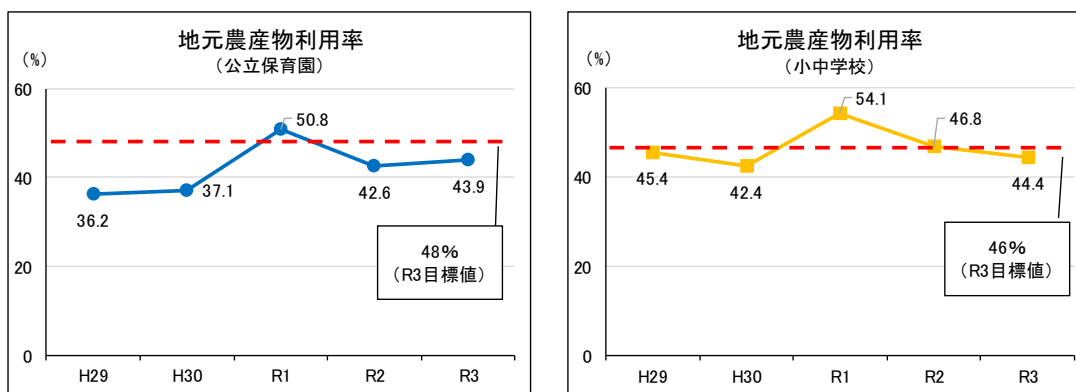
※一週間のうち、朝食を家族と一緒にとるのはどのくらいありますか。一週間のうち、夕食を家族と一緒にとるのはどのくらいありますか。に対して「ほとんど毎日」と回答した割合

出典：市民意識調査(単身世帯除く)

共食率について、夕食が目標に達成したものの、朝食は令和3年度に低下している。夕食の共食率増加には、新型コロナウイルス感染症により外食の機会が制限され、家庭での食事回数が増加したことが一因と考えられる。朝食の共食率低下の主な原因は、先に述べた若者世代の朝食の欠食が進んでいることに加え、農林水産省の「食育に関する意識調査」では、家族と一緒に食事をするのが困難な理由として「自分または家族の仕事が忙しいから」が83.8パーセントで大部分を占めている。長時間労働の就業者は減少傾向にあるが、コロナ禍にあっての暮らし方や働き方が急激に変化したことが一日の生活リズムを不安定にしていると考えられる。

朝食習慣を身につけることで、食育の原点である共食の機会も増加していくと考えられるため、引き続き「朝食摂取」と「共食」に取組み相乗効果を図っていく。

(3) 目標：公共施設における地元農産物利用率の増加



※主要野菜10品目（人参・ほうれん草・ピーマン・トマト・小松菜・アスパラ・キャベツ・きゅうり・たまねぎ・じゃがいも）における年間をとおした地元農産物利用率（重量ベース）

保育園等や小中学校の給食では、安全安心な地域食材の使用に配慮している。また、保育園等では地元生産者が旬の食材を届けてくれるなど、地域との関わりを大切にした地域密着型の食農体験を通じた食育が行われている。また、農作業体験をして収穫した作物を給食に使用したり、生産者の方の話を聞くなど、食への関心や理解の増進を図っている。

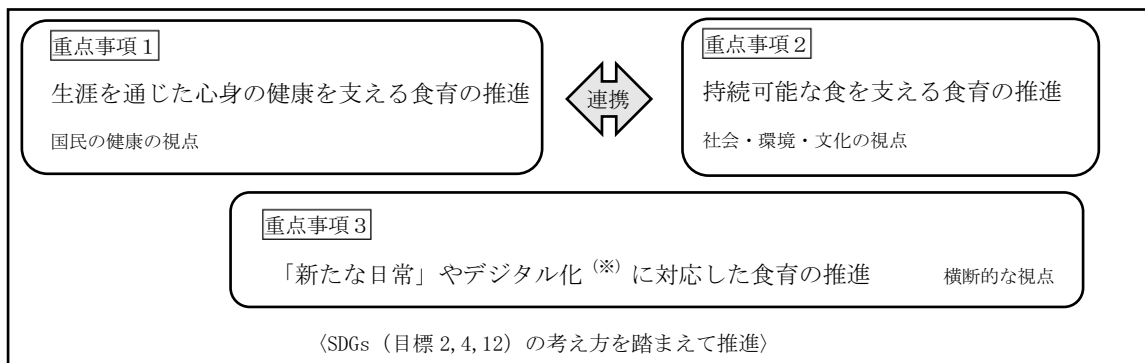
公立保育園の給食では、地元の「おいしい」を知るため、年に2回以上の「地元食材の日」を設けて、地元農産物をふんだんに盛り込んだ献立にし、生産者を迎えて一緒に給食をとるなどの取組をしている。

農業課の掲げる主要野菜10品目の地元産利用率は、目標を達成しなかったが、旬の果物等の地元産利用率は、令和元年度は94.6パーセント、令和2年度と3年度はともに90.6パーセントと、継続的に90パーセント以上を維持している。

学校給食でも域産域消に努めているが、令和3年度の地元産利用率は44.4パーセントにとどまっており、天候不順が生産の不調に影響したとも考えられる。引き続き地元産利用率の維持向上に努めていく。

## 2 国の第4次食育推進基本計画

### 《重点事項》



(※)ICT等のデジタル技術を有効活用して効果的な情報発信を行う

### 《食育推進の目標》

栄養バランスに配慮した食生活の実践、学校給食での地場産物を活用した取組等の増加、産地や生産者への意識、環境に配慮した農林水産物・食品の選択 等

## 3 飯田市第4次飯田市食育推進計画の概要

### (1) 策定までの経過

- ・保健課内検討 令和4年4月～ 随時実施
- ・庁内策定委員会 令和4年5月～ 5回開催 随時検討  
(子育て支援課、農業課、学校教育課、生涯学習・スポーツ課、市民課、環境課)
- ・飯田市社会福祉審議会健康づくり分科会 6月30日 概要説明
- ・飯田市社会福祉審議会本部会 8月2日 諮問
- ・市長との協議 8月25日
- ・関係団体へ意見伺い 9月上旬～
- ・飯田市社会福祉審議会健康づくり分科会 9月22日
- ・政策会議 10月17日
- ・部長会議 11月1日
- ・飯田市社会福祉審議会本部会 11月17日 原案報告

### (2) 基本理念・食育目標・スローガン・基本目標

(別紙参照)

### (3) 数値目標

#### ①目標：朝食欠食率の減少と共食率の増加

若い世代の朝食欠食

(単位：%)

	R 1 現状値	R 2 現状値	R 3 現状値	R 8 目標値
20歳代男性	46.2	41.7	46.1	39.0
30歳代男性	33.2	36.2	34.7	32.0
20歳代女性	-	12.9	37.0	24.0
30歳代女性	-	8.4	17.4	12.0

※この1週間で朝食をとった日は何日ですかに対して「毎日とった」と回答しなかった割合

出典：男性 2か月児訪問、7か月児相談、消防団の朝食アンケート

女性 2か月児訪問、7か月児相談の朝食アンケート

【朝食欠食率減少における主な取組】（詳細は素案 P27 の「施策の展開」参照）

《男性》

- ・朝食欠食が習慣化されている人が多いため、どの年代から増加するのか、高校生、短大生に向けてアンケートで現状把握し、効果的な対策を考える。
- ・生活習慣病の視点から朝食摂取の啓発を行う。

《女性》

- ・妊娠期から摂取状況を確認し、母子保健事業の機会に個々の状況に合わせた具体的な支援を継続的に行う。
- ・飯伊調理師会、飯田女子短期大学と手軽に食べられるメニューを考案し朝食レシピの情報発信を行う。

《乳幼児・児童》

- ・「早寝早起き朝ごはん」の啓発を関係機関と連携し継続して行う。

《広報活動》

- ・関係機関・団体等と連携して「広報いいだ」やケーブルテレビ、いいだFM、飯田市公式ウェブサイト、新聞等、各種広報媒体、YouTube 等を活用し、広く市民に情報を発信する。

	R 1 現状値	R 2 現状値	R 3 現状値	R 8 目標値
朝食	58.9	59.6	54.6	61.0
夕食	64.4	67.8	69.9	70.0

出典：市民意識調査(単身世帯除く)

②目標：保育園等や学校の給食における地元農産物利用率の増加（重量ベース）

(単位：%)

	R 1 現状値	R 2 現状値	R 3 現状値	R 8 目標値
公立保育園	50.8	42.6	43.9	51.0
小中学校	54.1	46.8	44.4	55.0

※主要野菜 10 品目における年間をととした地元農産物利用率

旬の果物等（重量ベース）

(単位：%)

	R 1 現状値	R 2 現状値	R 3 現状値	R 8 目標値
公立保育園	94.6	90.6	90.6	95.0

※旬の果物等（令和元年度から令和3年度の現状値はりんご・桃・梨・ぶどう・プラム・いちご・とうもろこしの7品目、令和4年度からは量の確保が難しいプラムを除いた6品目）

③目標：1日当たりの野菜摂取量の増加

(単位：g)

	R 1 現状値	R 2 現状値	R 3 現状値	R 8 目標値
野菜	292	-	273	350

※野菜とは、緑黄色野菜と淡色野菜を合わせたもの。緑黄色野菜の国の目標値 120 g、飯田市は 128 g (R3) 淡色野菜の国の目標値 230 g、飯田市は 145 g (R3) である。緑黄色野菜は国の目標値を達成している。

出典：特定健康診査食事アンケート

(4)今後の予定

12月9日	市議会社会文教委員会協議会
12月19日～1月18日	パブリックコメント
1月中旬	社会福祉審議会健康づくり分科会
2月1日	部長会議
2月上旬	社会福祉審議会本部会 答申
2月17日	市議会全員協議会