

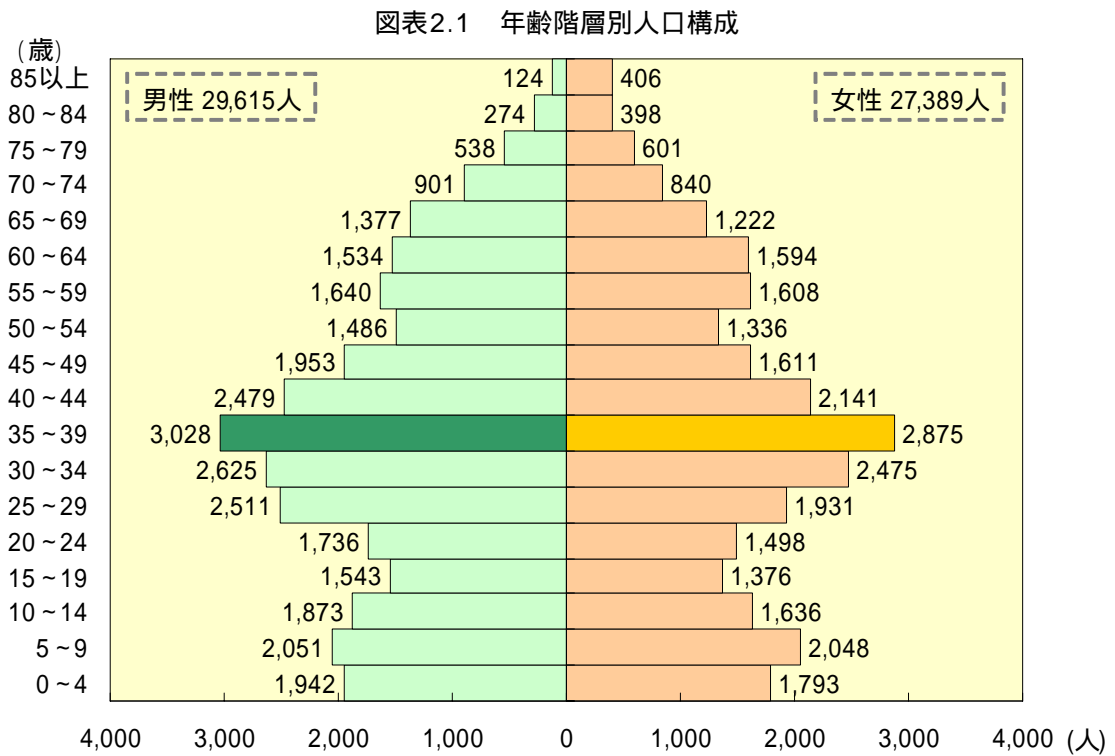


第2章 三好町の食をめぐる現状と課題

1 基礎統計

(1) 人口構成

本町の人口は、平成20年4月1日現在、57,004人で男性が29,615人、女性が27,389人となり、その年齢階層別の構成は次のとおりです。特に25歳から44歳までの人口が多いことが分かります。

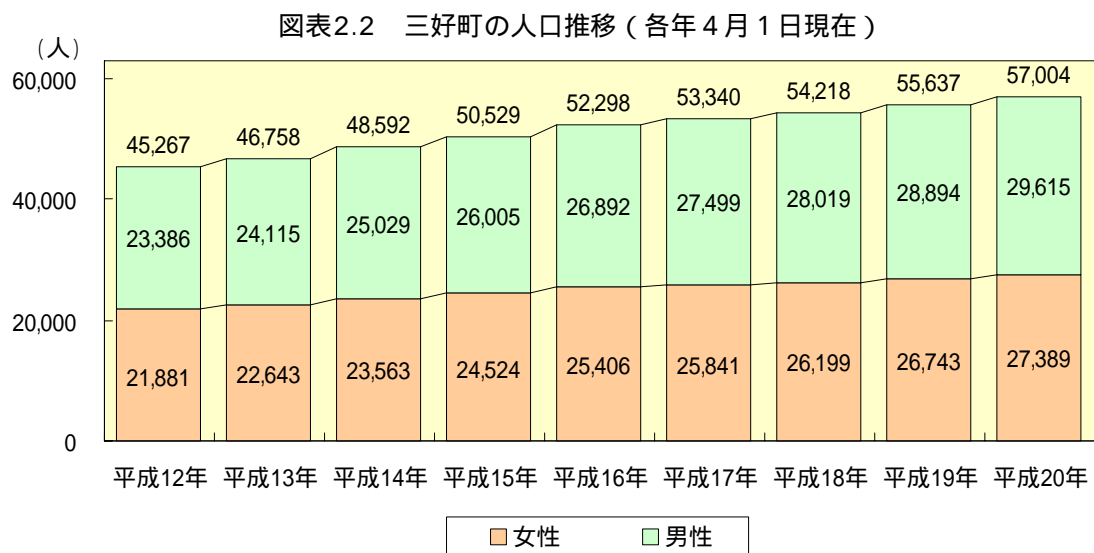




(2)人口の推移

本町の人口は、平成12年の45,267人から年々増加しています。

平成15年には50,000人を超え、平成20年には57,004人となっています。



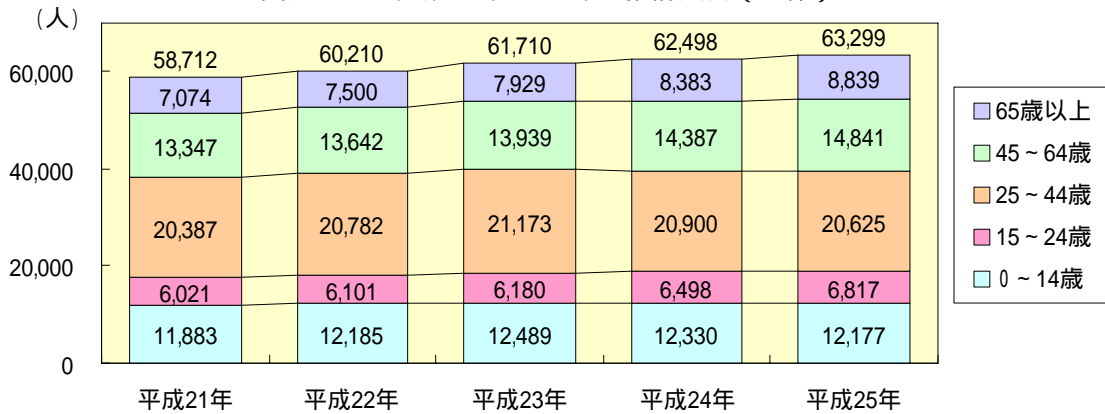


2 将来推計人口

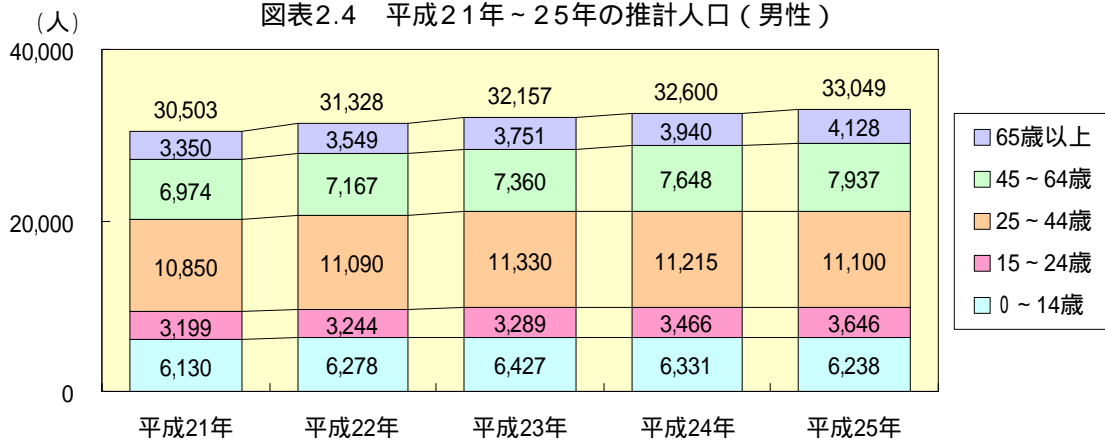
(1) 人口の推移と推計

推計では、全体的に増加傾向にあります。平成25年では、平成21年より4,587人の増加が予測されます。

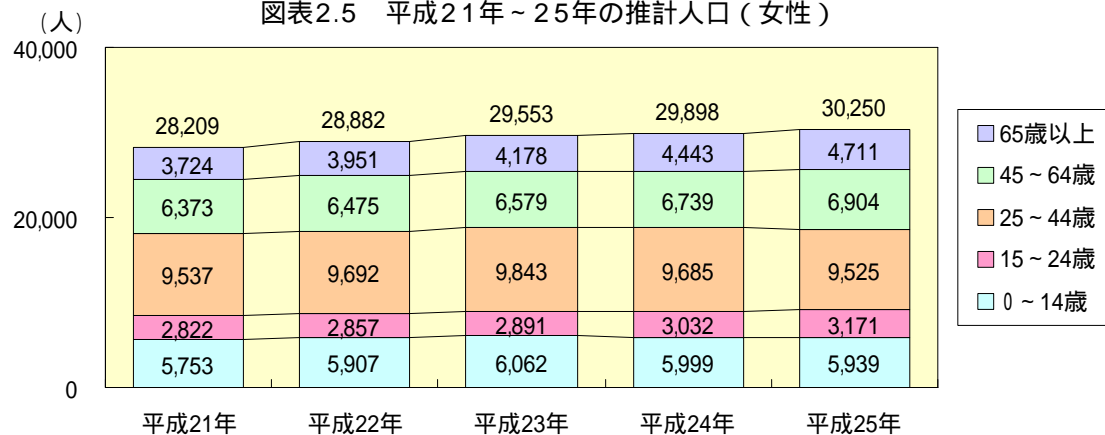
図表2.3 平成21年～25年の推計人口（全体）



図表2.4 平成21年～25年の推計人口（男性）



図表2.5 平成21年～25年の推計人口（女性）





3 アンケート調査の実施

本町では、食を通して健康な体と豊かな心をはぐくむ食育推進計画の策定にあたり、より実効性のある計画づくりの参考資料とするため、町民の皆さまに、アンケート調査を実施しました。

(1) アンケート調査実施期間

平成20年6月

(2) アンケート調査の対象者

15歳以上町民：2,500人

保育所児（年中児）・幼稚園児（年中児）・小学2年生の保護者：1,681人

小学5年生・中学2年生：1,399人

(3) アンケート調査結果内容

図表2.6 各調査の回収状況

調査対象者	(表中表記)	配布数	回収数	回収率
15歳以上町民	15歳以上	2,500人	1,226人	49.0%
保育所児・幼稚園児、小学2年生の保護者	年中・小2の保護者	1,681人	1,567人	93.2%
小学5年生・中学2年生	小5・中2	1,399人	1,348人	96.4%

アンケート結果の詳細については、資料編に掲載しています。





4 食育に関する現状と課題

(1) 食をめぐる国の現状

我が国では、社会経済情勢がめまぐるしく変化する中、食をめぐる次のような問題が生じています。

- ・ 栄養の偏りや不規則な食習慣からくる肥満や生活習慣病
- ・ 食品業界等における食品表示違反や食品偽装など食の安全・安心の問題
- ・ 社会や家庭環境の変化による一家団らんでの食事の減少、孤食や個食の増加
- ・ 飽食ともいわれる中で、食べ残しや消費期限切れなどによる食品の廃棄
- ・ 海外の食文化の流入や、外食の増加による日本型食生活の崩壊と伝統料理の消失
- ・ 食料輸入の増加に伴う食料自給率の低下
- ・ 食を大切にする心の欠如

(2) アンケート結果等から見える三好町の食の現状

食生活に関すること

毎日の家庭での食卓は、生きていく上で重要な食事の場です。また、家族のきずなを深める団らんの場であり、子どもたちにとっては基礎的な食習慣を身につけ、食の大切さを実感する学びの場でもあります。しかし、朝食を食べなかったり、ひとりでさみしく食事をしたり、「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつができない人もみられるなど現状の食生活や食習慣が乱れてきています。日常の食生活を見直し、正しい食習慣を身に付ける必要があります。

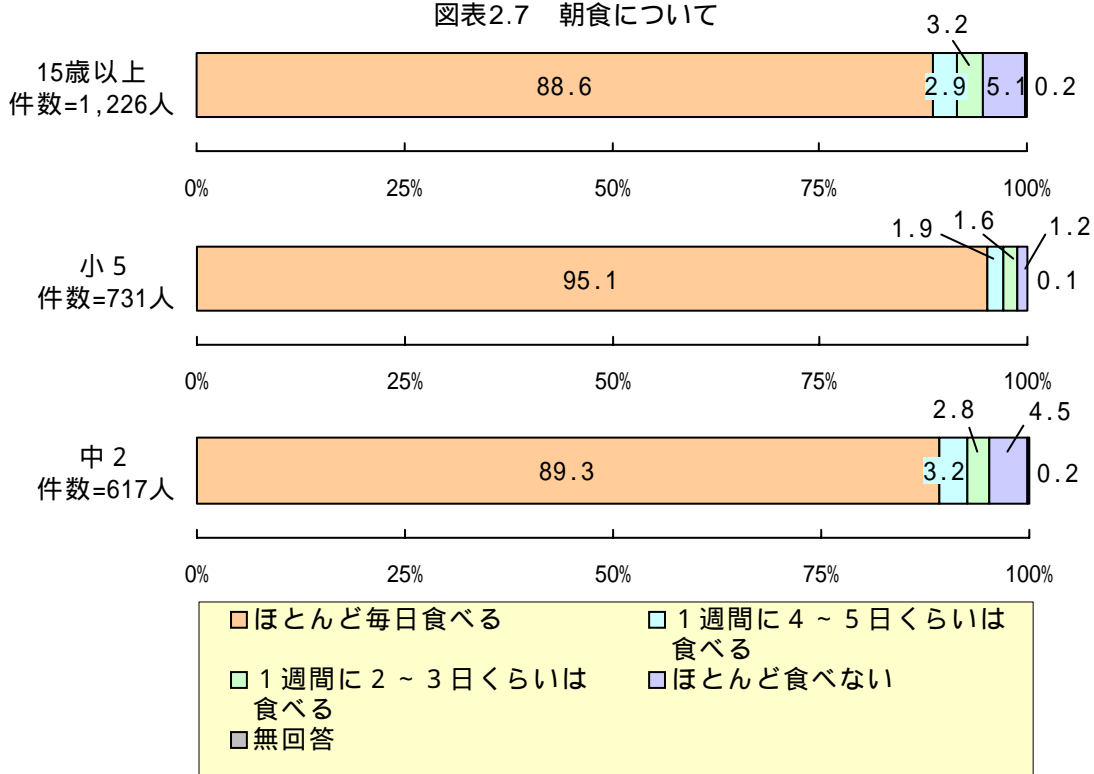




若者の朝食の欠食率が高い

朝食を欠食する（ほとんど食べない・週に2～3日食べる）町民は、全体で8.3%ですが、20歳代男性では27.1%、20歳代女性では16.7%の人が欠食していました。また、小学5年生、中学2年生全体では4.9%の人が欠食していましたが、小学5年生で2.8%、中学2年生で7.3%あり、年代を増す毎に欠食者が増加しています。

図表2.7 朝食について

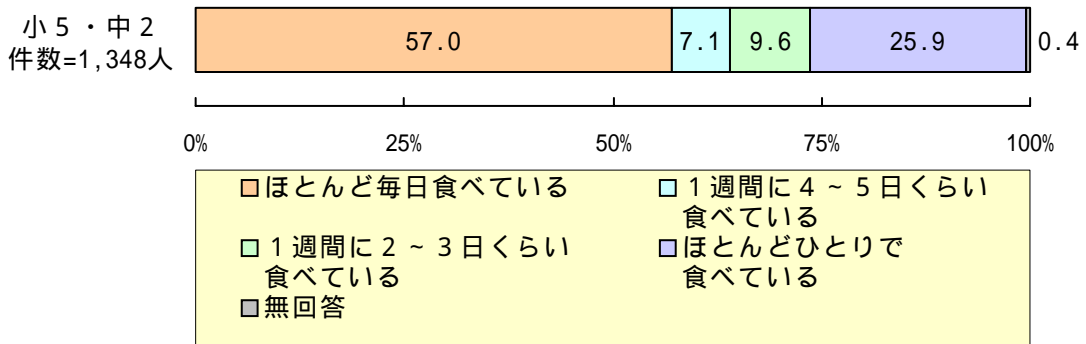




朝食の孤食の現状

朝食をひとりで食べる小学5年生・中学2年生は、4人に1人(25.9%)の割合です。小学5年生では12.2%ですが、中学2年生では、42.1%となっています。

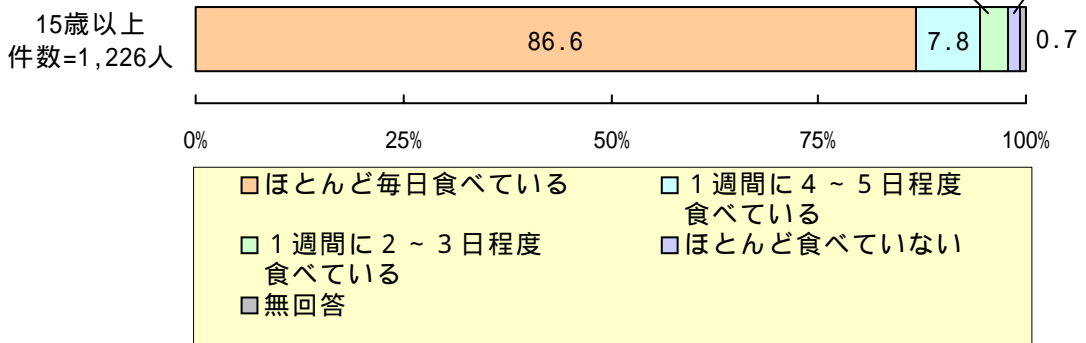
図表2.8 朝食を家族と一緒に食べること



若者の家庭料理の食事の減少

自分や家族の作ったものを食べている町民は「ほとんど毎日」が86.6%ですが、20歳代は67.5%とやや低くなっています。

図表2.9 自分や家族の作った食事について

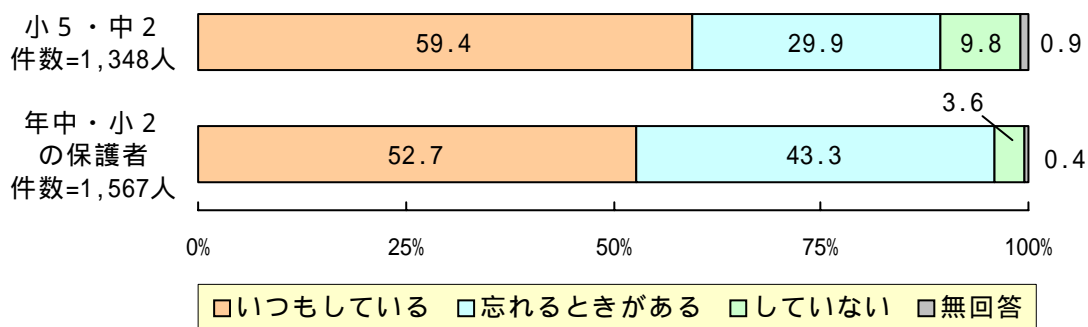




食事時のあいさつの減少

「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつは小学5年生・中学2年生では「いつもしている」が59.4%、「忘れるときがある」が29.9%、年中児・小学2年生では「いつもしている」が52.7%、「忘れるときがある」が43.3%と9割前後の子どもが概ねあいさつをしています。しかし、「していない」と回答した小学5年生の6.3%に対し、中学2年生では13.9%あり、学年が進むにつれ、あいさつをしない傾向にあります。

図表2.10 食事の挨拶について





食事のバランスに関すること

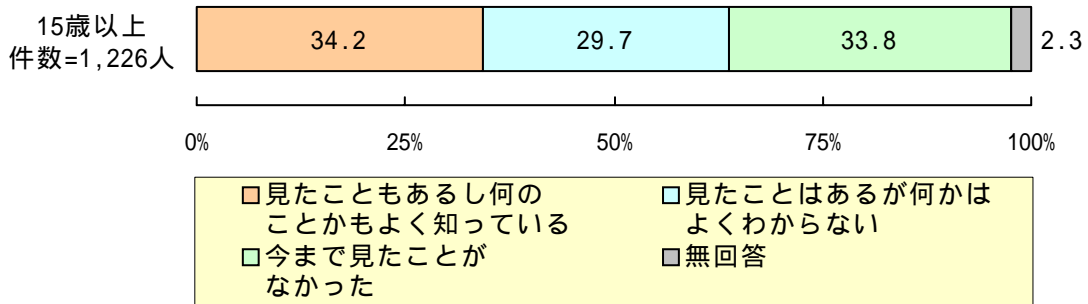
人の細胞は毎日新しいものに入れ替わっており、毎日の食は命の源であり、栄養バランスは健康な体づくりの目安です。「主食・主菜・副菜」のバランスのとれた食事のかたちを整えて習慣化することが必要です。



食事のバランスや栄養表示に対する関心が低い

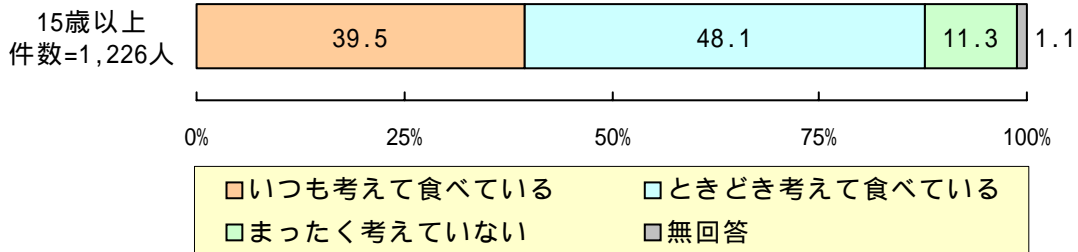
食事バランスガイドをよく知っている町民の割合は34.2%となっています。

図表2.11 コマ型の食事バランスガイドの周知状況



栄養バランスを考えた食事を常に行っている町民は約4割（39.5%）で、特に10歳～20歳代の男性は20%以下という低い状況でした。

図表2.12 栄養のバランスを考えた食事について





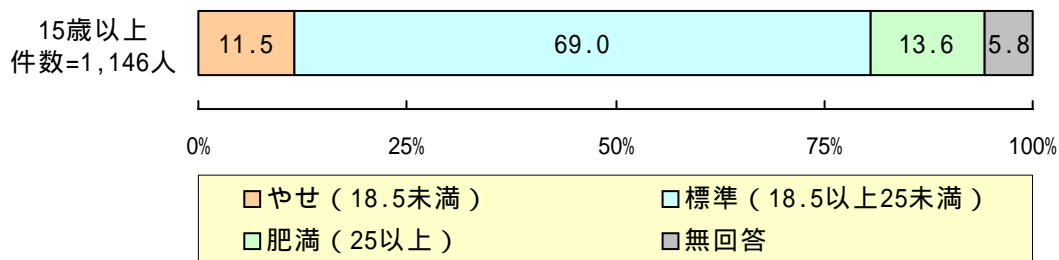
健康づくりに関すること

肥満を予防することは生活習慣病の予防につながり、健康寿命をのばすカギとなるため、各世代ともに重要です。自分の適正体重を維持する食事量を理解し実践することや、食事を楽しみよくかんで食べることなどが必要です。

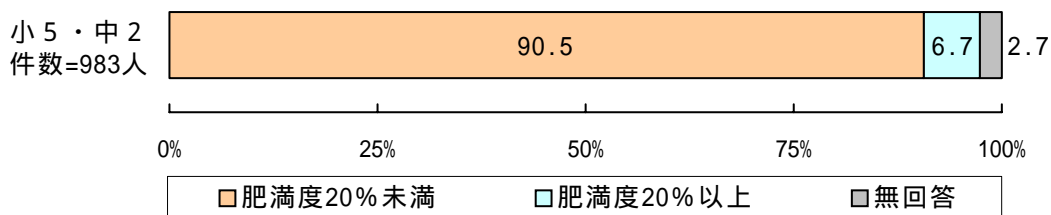
成人男性の肥満者の割合が高い

肥満と判定される町民の割合は13.6%で、20～60歳代男性では23.3%です。男性は20歳代から肥満者が増加し、20歳代20.9%、30歳代22.7%、40歳代26.9%、50歳代23.5%、60歳代21.1%となり40歳代が最高でした。女性は、60歳代で23.5%と急激に増加しているのが目立ちます。

図表2.13 BMI（肥満判定）



図表2.14 肥満判定

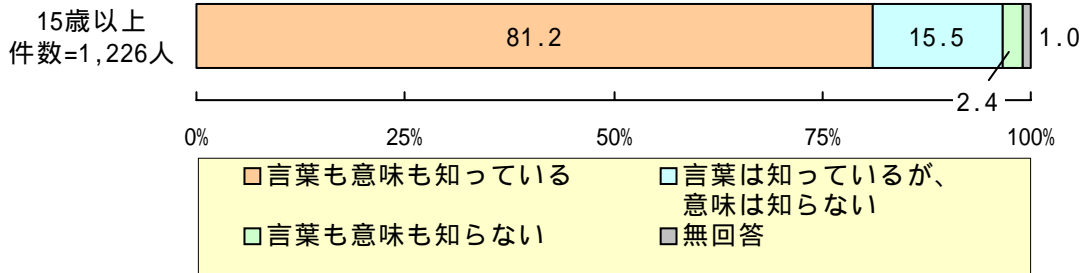




メタボリックシンドロームの認知度

メタボリックシンドロームを知っている町民は81.2%という状況です。

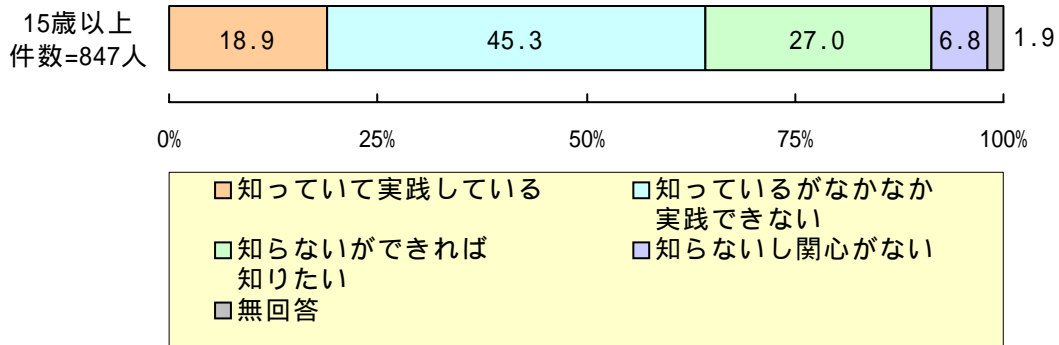
図表2.15 メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）という言葉の認知度



自分にあった食事量を理解し実践する人の割合が低い

自分の適正体重を維持する食事量を理解し実践している町民は18.9%と低い状況です。

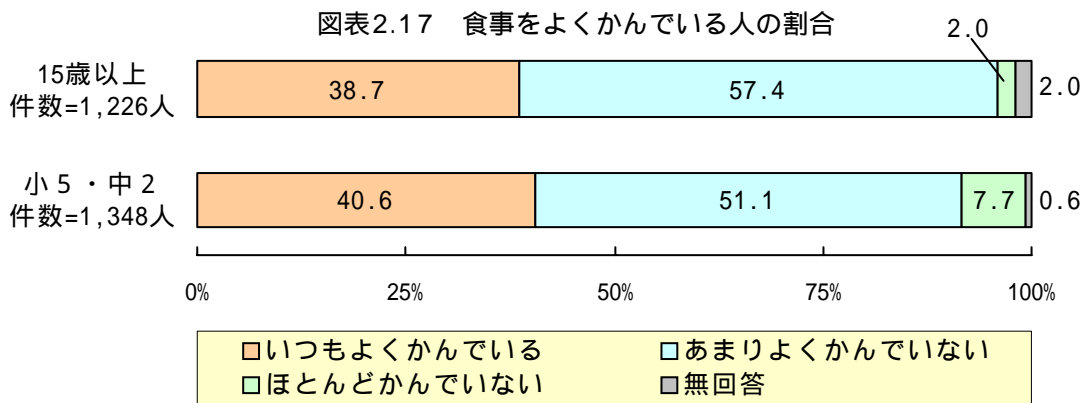
図表2.16 適正体重を維持するための食事量の認知





食事をよくかまない人の割合が高い

よくかんで食事をする町民は38.7%であり、小・中学生でも50%以下と低い状況でした。





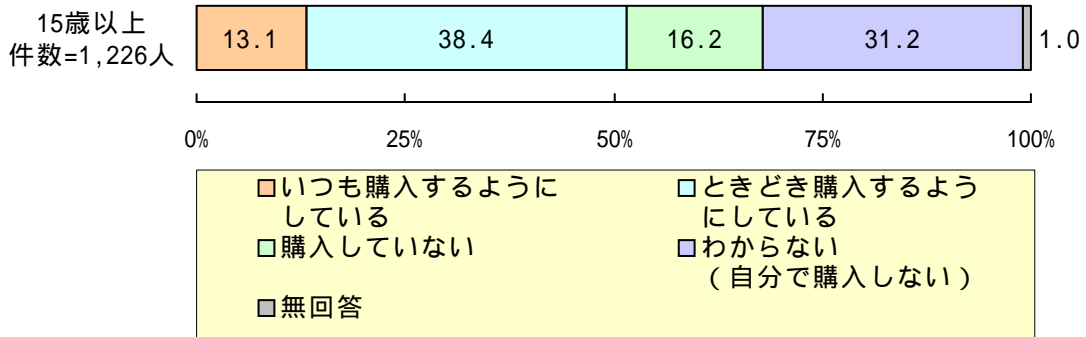
地産地消に関すること

地産地消とは「地域で生産された農畜産物や水産物を地元で消費すること」です。地域で生産される農畜産物は、消費者にとって生産者の顔が見えるため、安心につながり、生産者は、消費者を意識することで安全な農畜産物の生産に努めます。こうしたことからお互いの信頼関係が構築され、食に対する不安を解消してくれます。また、地元でとれたものを地元で消費することは、包装の簡素化などによるゴミの減量や流通コストの削減など、環境面にもやさしい大切な取り組みです。地域の農畜産物と暮らしのつながりを考え、地産地消をはぐくみ、農業を守っていく必要があります。

地元の食材を意識して購入する人が少ない

地元食材をいつも購入するよう努めている町民は13.1%にとどまりました。

図表2.18 地産地消に努めることについて

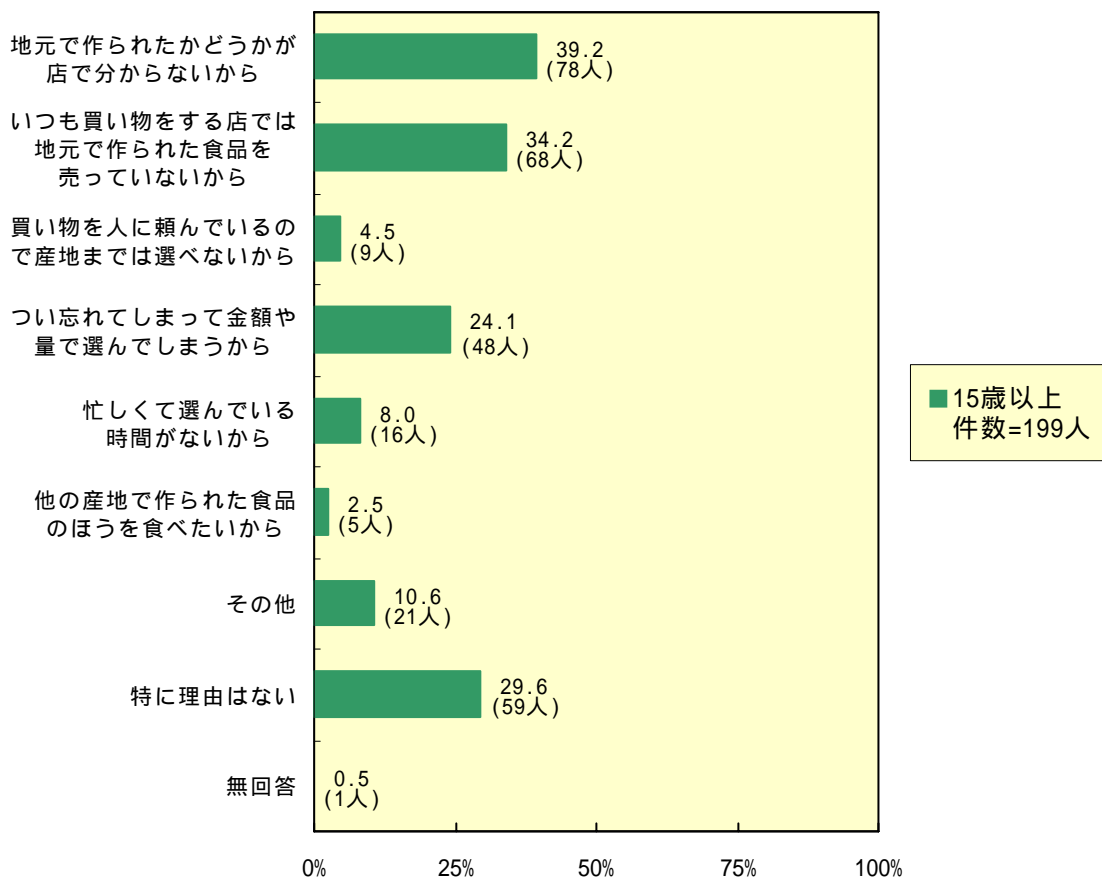




地元産の食品のPRが必要

購入していない人の理由として「地元で作られたかどうかで店が分からないから」「いつも買い物をする店では地元で作られた食品を売っていないから」と答えた町民が多くあり、PRが必要です。

図表2.19 地元産の食品を購入しない理由（複数回答）



学校給食での地元食材の使用状況

学校給食における地元食材（愛知県産品目）の使用割合は33.0%で、三好産は、お米をはじめ、白菜、大根、柿、梨、ぶどう等を使用し、地産地消を進めています。





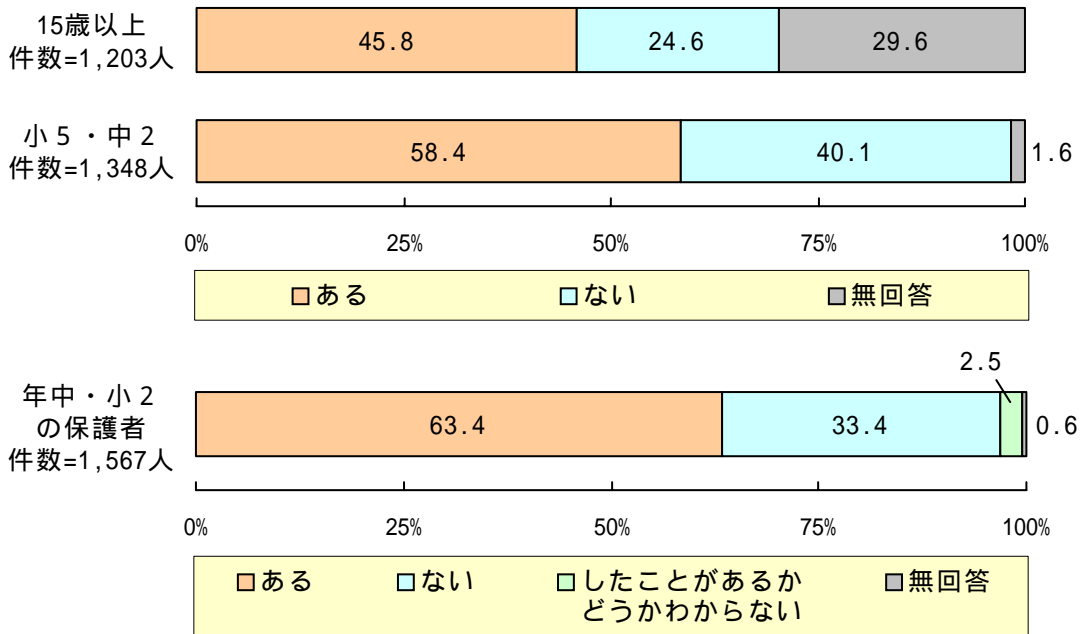
体験学習に関すること

食育の基本は自らがすすんで参加し、体験することで楽しく学んでいくことです。体験学習の中でこそ学べる知恵や活動があります。地域特有の食事のかたち、地域だからこそできる様々な人々との交流・体験学習を広げ、食の理解を深める必要があります。

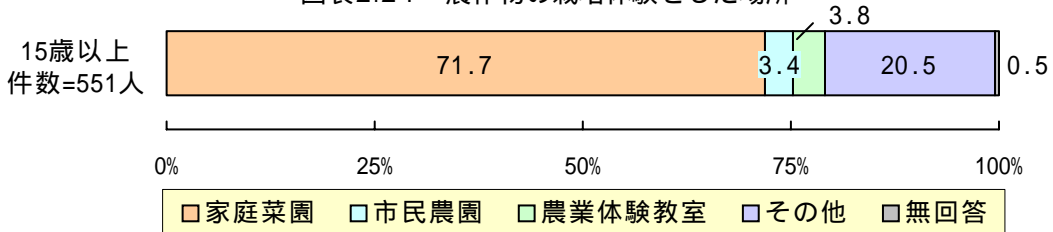
若い世代の農作物の栽培経験者が少ない

農作物の栽培体験をしたことのある町民は15歳以上で45.8%、小学5年生・中学2年生で58.4%、年中児・小学2年生で63.4%ありますが、30歳代が39.8%とやや低い状況でした。
また、町民の体験場所は家庭菜園が71.7%でした。

図表2.20 農作物の栽培体験の有無



図表2.21 農作物の栽培体験をした場所

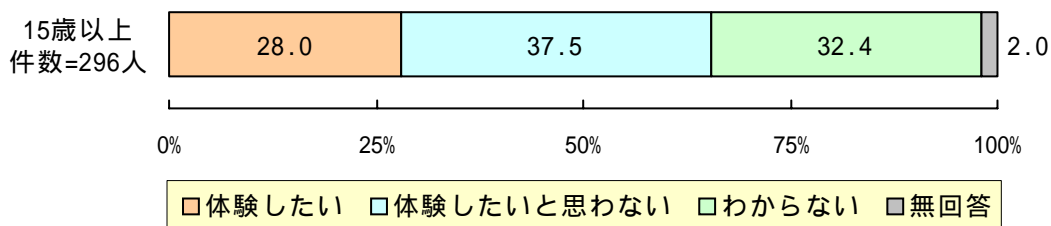




若い世代は農作物の栽培体験を望んでいる

今後体験したいと思っている町民は全体で28.0%ですが、20歳代で41.4%、30歳代で38.1%と若年層に多くみられました。

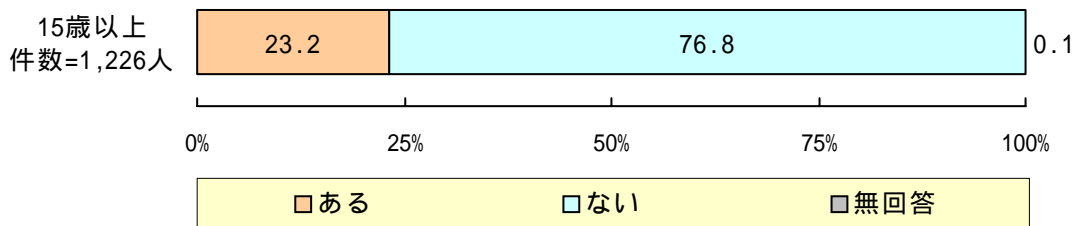
図表2.22 農作業の体験についての意向



料理教室への参加経験者が少ない

料理教室に参加したことのある町民は23.2%で、20歳代は11.4%と特に少ない状況です。

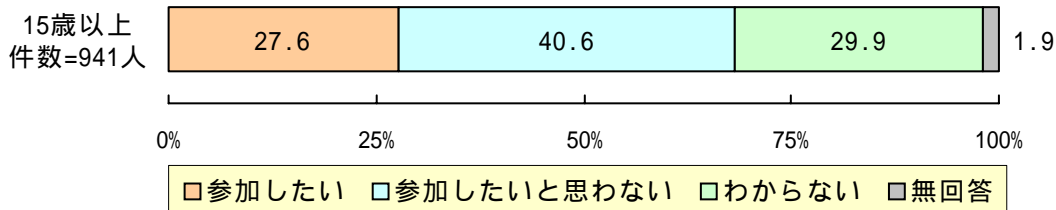
図表2.23 料理教室に参加の有無



若い世代は料理教室への参加を望んでいる

今後、料理教室に参加したいと思う町民は全体で27.6%あり、20歳代全体の44.6%のうち61.8%が女性、30歳代全体の33.1%のうち52.3%が女性と、若年女性に参加希望者が多くみられました。

図表2.24 料理教室への参加の意向





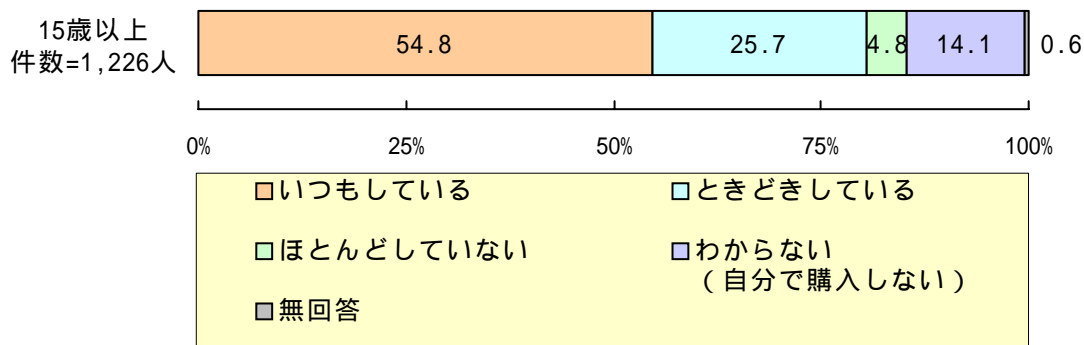
食の安全に関すること

食品業界等における食品表示違反や食品偽装など食の安全・安心が問題となっています。食品表示などに関心を持ち、食品に関する知識や判断力を身に付ける必要があります。

食品購入時に食品表示を確認する人の割合がやや低い

食品を購入するときにはいつも食品表示を確認している町民は、54.8%です。年代や性別の特徴としては、40歳～60歳代女性では80%前後であるのに対し、30歳～40歳代男性は40%前後と低い状況でした。

図表2.25 食品購入時の食品表示の確認について





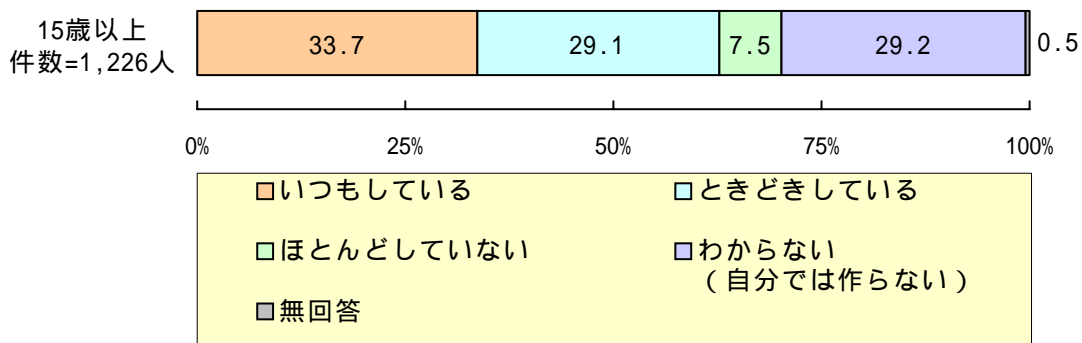
環境面に関すること

飽食ともいわれる中で、食べ残しや消費・賞味期限切れなどによる食品の廃棄が問題になっています。自分の食事の適量を知り、食材を有効に使った無駄や廃棄の少ない食事づくりを心がけ、ごみの減量と同時に“もったいない”という食材を大切にする意識の向上を図る必要があります。

食べ残しや廃棄が多い

食事を作るときに無駄や廃棄の少ない食事づくりに心がけている町民は33.7%です。年代別では、20歳代の女性は30%台、30歳～50歳代女性は40%台、60歳～70歳代女性は50%台と年代が高くなるほど心がけていますが、若年者ほど意識が低い状況です。

図表2.26 無駄や廃棄の少ない食事づくりについて





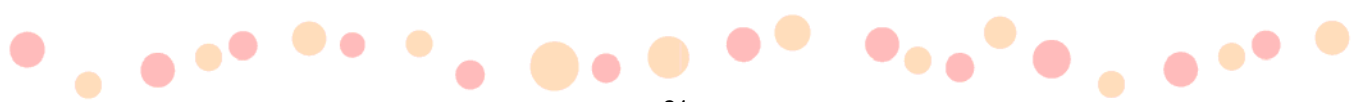
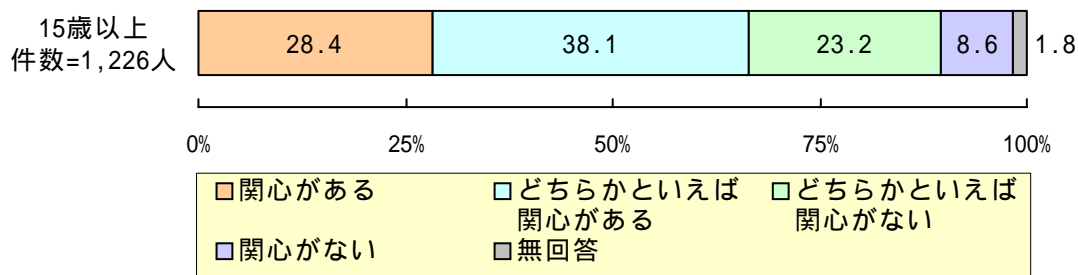
食育への関心に関すること

この地域で「何のために」食育をすすめるかというねらいを、みんなで共有し、学び、実践するとともに「支えたい」「伝えたい」「広めたい」という強い思いをもって関わる人たちの力を集め、食の大切さを広めることが必要です。

男性の食育の関心が低い

食育に関心がある・どちらかといえば関心がある町民は66.5%ですが、女性の平均が76.4%であるのに対し、男性の平均が55.1%と関心が低くなっています。

図表2.27 食育への関心について





食育ボランティアへの関心

食育推進のためのボランティア活動に参加してみたい町民は、全体で11.7%にとどまりましたが、50歳～60歳代女性では約2割が参加したいと思っています

また、参加してみたい食育推進ボランティア活動では、

子どもに料理を教える 37.1%

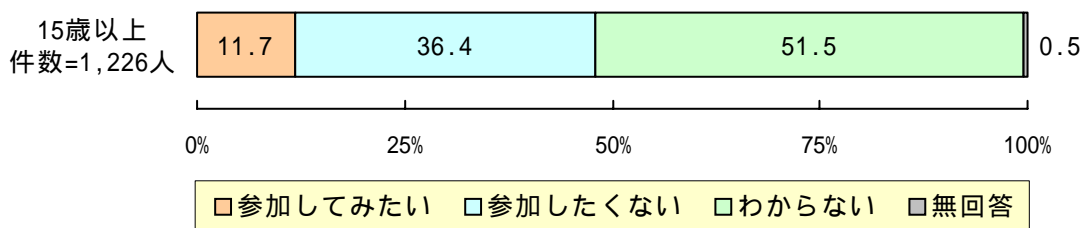
高齢者への食の支援活動 37.1%

伝統料理を伝える 31.5%

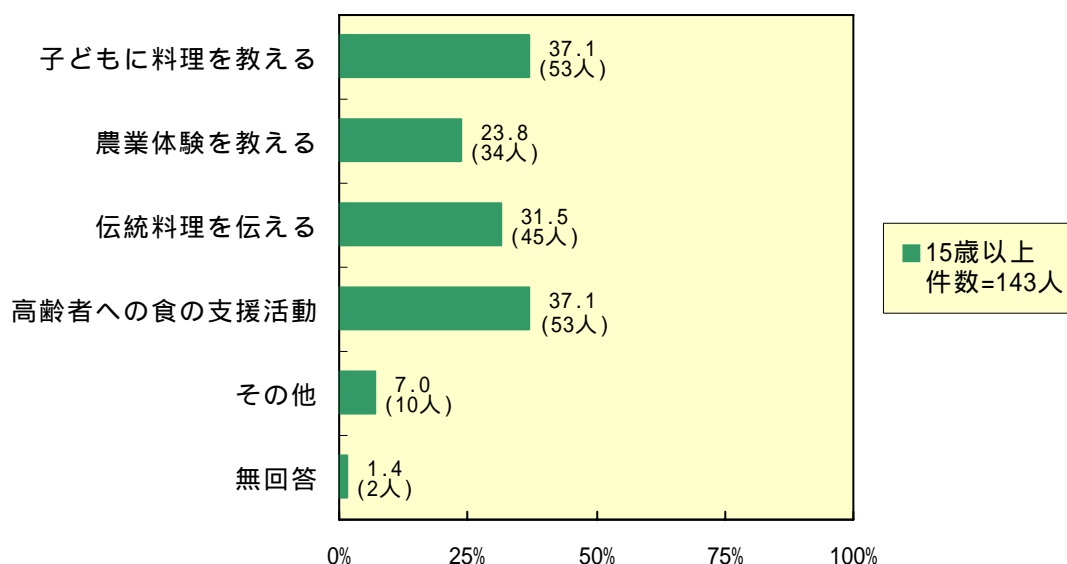
農業体験を教える 23.8%

であり、積極的に関わりたいと思っている人々がいます。

図表2.28 食育推進ボランティア活動への参加意向



図表2.29 参加してみたい食育推進ボランティア活動（複数回答）





5 食育に対する町民の意見

平成20年度に実施した「食育に関するアンケート調査」では、次のような意見が寄せられました。

性別	意見
女性	プランターで子供（小学生・幼児）とできる野菜作りの講座（育て方）があると食物の育っていく過程がみられて良いと思います。あと、もっと近場の野菜や新鮮なお肉が買える所を作ってほしいです。
女性	学校に栄養教諭を配置し、食と栄養、健康について学ぶ時間を設け、調理実習を増やし、自分で管理できる力をつけさせるような教育をすると良いと思う。広報に食育に関するコーナーを作ると良いと思う。
女性	地元野菜の直売機会をふやしてアピールしていくと良いと思います。生ゴミの回収をし、それを、肥料配布で市民に還元していくなどのリサイクルや、その肥料で作った野菜を安く販売していくと同時に、地元レシピの紹介を広報以外でもスーパーなどを通してやっていくと良いのではないのでしょうか。
女性	食事は生きていく上でとても大切なことで、学校で勉強するのも大事ですが、やはり家庭で親が子へ教えるのが一番だと思う。だから、食育のことをよくわからない大人だけの講座を開いたりするのもいいと思う。
女性	農薬を使用していない野菜を育てるのを子供たちにも体験させるために家庭菜園の教室などを開けばいいと思います。小さいうちから自分で育てた野菜を食べて、野菜に慣らしておくことは食育推進での最低限の計画だと思われます。
女性	先日、保育園で開催された食育に関する講演会に行きました。大変ためになり、自宅でも取り組んでいます。3歳の子どもと一緒に料理したり、ウンチをチェックしたり楽しそうにやっています。保育園や幼稚園、小学校、中学校でも月1回ぐらい取り組んで頂きたいです。小さいうちから食に関心を持つと、自分の体に合わせて食することができる人になると思います。（良い物を見分ける力も付ければ良いと思います）また、親子が参加できるイベントを町が主催して頂いたら、ぜひ参加したいと思います。食品会社を園や学校にまねいて、食育講座を行っているのをTVで見た事があります。ぜひやって頂きたいです。地域ぐるみの活動も幅広く楽しみたいです。私もまだまだ知らない事が多いので、食品に関する事を学べる機会があればうれしいです。（託児付で）
女性	小学生・中学生くらいのお子さんがみえる親を対象とした食育教室、料理教室があるといいと思う。親自身が知らないと、作る事も子供に教える事もできないと思います。まずは、家庭から何か教えられたらと思う。
女性	食育と聞くと難しい事のように感じていましたが、幼稚園での無料の講演会に参加してみたら意外に身近な事から始められると知り、気が楽になりました。三好町でも成長期の子供や大人が簡単でおいしいメニューで安く料理教室を実施していただけたら嬉しいです。



性別	意見
女性	農業体験教室を実施してほしいと思います。(お米作り、野菜作りなど)地元での農作物の販売する機会を増やしてほしいです。さんさんの郷で行われる催しを季節ごとにやるなど、地元の農作物を知りたいです。子供達も知らないようです。(3年前に転入の為)
男性	悠学カレッジ風に、時間曜日何コースか、食育の理論とその実践についてゆっくり、ゆったりした講座の開設を希望します。特に仕事を持っている者、高齢者向けに是非、健康と医療費低減化の為に。
女性	なるべく安全、安心な食材を使うよう、心掛けています。無農薬や低農薬は高価だったり、手に入りにくいのが現状です。無農薬や低農薬で育てている農家に町が助成することで、もっと安くて安全なお野菜が増えることを望みます。
女性	おばあちゃんの畑で収穫を手伝った野菜、また、おばあちゃんから宅配便で届いた野菜だと綺麗な物でもよく食べたり、又、作るのを手伝った料理だとよく食べます。食べる事そのものに合わせて、材料がどのようにして家まで来て、どの様にしてテーブルにのぼるかにも興味を持てる様にすると、自然に食欲もわくのかもかもしれません。
女性	わが家では、夕食時に「まごはやさしい」豆類、ゴマ、ワカメ・海藻、やさい、魚、シイタケ・キノコ類、イモ類をチェックしながらご飯を食べます。ご飯を作る時に、なるべくこれらが入るようにし、子供と「今日はちゃんとあるかなあ～」などと言いながら食べると、自然に子供達も、何が何類になるかがわかるようになり、夕食に足りなくても「今日給食でちゃんと食べたよ」などと話してくれます。
女性	日本の食糧自給率の低下は、食卓を反映しているように思います。コンビニ、スーパー、外食が増え、食が乱れている子供達の親には“食育”という言葉にすら無関心のように思います。手軽なおにぎりですら、コンビニなどで買ってしまうのですから。セミナーなどより、簡単なお焼きや御飯料理のレシピの配布、提案、親子参加でなく子供のための調理実習や学校での調理実習内容の変更、検討など子供から親に働きかけるくらいしか方法がないかもしれません。
男性	食事のバランスばかり気にしすぎて楽しい食事を、食卓を忘れさせてしまう給食は、体に良くない様な気がします。体のために無理矢理食事をさせる様な事は食育に反していると思いますので、まずは楽しい食事が、食卓が望ましいと思います。子供達は自分で育てた野菜などはとても楽しみにしてお料理をします。幼稚園で育てたトマトやさつま芋などを使って調理した物を食べた時は、家でも色々とお話が弾んで、子供の口から感想が聞けて、子供も親も嬉しいです。子供達が育てた食べ物を調理すると、食べ物を大切に食べると思うので、良いと思います。
女性	時々、幼稚園から野菜などを収穫して持ち帰ります。その野菜が調理されて食卓に並ぶととても喜びます。このような機会が増えると、食べ物や自分の健康にも関心が持てるようになり、家庭での会話も増えると思います。園児では難しいかもしれませんが、田植えなどの経験もよいかもしれませんね。我が家では、今年初めて子供達と田植え体験をしました。(我が家の田んぼにて)泥に素足を入れたときは恐がっていましたが、とてもよい経験になりました。