

## 食育と心理の関連を考察する試み（その9） —自治体の食育推進計画—

### The relationship between food education and psychology(Part9) : Local governments and food education

林 昭 志  
HAYASHI Shoji

キーワード：食育、心理学、食育白書、地方自治体

#### 概要

本研究では「平成30年度版食育白書」を解説しながら、日本人の平均寿命が伸び続けている中で新たな課題、若い世代の食生活の課題、朝食と学力の関係、野菜・果物の摂取量の変化、食育への関心度の推移などを考察した。次に長野県上田市の食育推進計画と上田市地産地消推進基本計画を取り上げてその特徴・課題等を考察した。最後に長野県をはじめ県内の主要な都市、すなわち長野市、松本市、飯田市、佐久市、安曇野市、伊那市という人口の多い地方自治体の食育推進計画を取り上げて比較・考察した。

#### 1. 「平成30年度版食育白書」にみられる近年の食育の状況

##### 1. 伸びる寿命と課題

令和元年6月に公表された「平成30年度版食育白書」（以下、白書と略）は特集「健康寿命の延伸につながる食育の推進」を掲載している。今回の特集が健康寿命に関するものになったのは日本の平均寿命が今後も伸びることが予想されている中で健康に長生きするという新しい課題が浮かび上がったからである。健康寿命の延伸という課題の達成のために健康に直結する食育に焦点が当てられたといえる。

今回の白書では国の統計データや推計値を用いて日本の平均寿命は年々伸びて、2065年には

男性84.95歳、女性91.35歳となることが見込まれていることが示されている。さらに健康寿命の増加分は平均寿命の増加分を上回っていることから、より健康を維持したままでより長生きになる可能性があるといえよう。さらに白書によれば厚生労働省が進めている健康づくり運動「健康日本21（第2次）」は健康寿命の延伸を目指しているが、その中で今後の課題となっているのが栄養バランスのとれた食生活である。特に若い世代は朝食を欠食する、野菜の摂取が少ないなど問題が多く、若い世代の食生活を改善するためのアプローチを強化する必要がある。

## 2. 若い世代の食生活

白書の中では食育施策の基礎データとなる農林水産省の「食育に関する意識調査」を用いて現状を分析しているが、栄養バランスに関しては「主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上食べている国民の割合」について20～29歳の若い世代は他の世代よりもその割合が低いことが明らかとなった。さらに平成27年度と平成30年度で比較すると、多くの世代で改善がみられているのに対して、20～29歳の若い世代では経年的に悪化していることが明らかとなった（平成30年度は農林水産省、平成27年度は内閣府）。

また野菜類摂取量は20歳代～30歳代の若い世代ほど平均値が低かった（20～29歳242.8g、全体288.2g）。しかも野菜をたくさん食べるように意識し実践している割合も他世代よりも低かった（20～29歳64.9%、全体78.8%）。同様に果実類摂取量および果実類をたくさん食べようとして意識し実践している割合についても20歳代～40歳代の若い世代ほど平均値が低いことが明らかとなった（20～29歳64.8g、38.6%、全体108.7g、57.1%）。また適正体重の維持や減塩などの生活習慣病の予防の実践についても若い世代は他の世代よりも低い傾向にあり、かつ平成27年から平成30年にかけての経年変化が著しく悪化するという傾向だった（20～29歳50.0%から37.7%へ、全体69.4%から67.7%へ）。

なお平成30年度の子どもの朝食の欠食率は中学生で8.0%、小学生で5.5%であった。これは中学生で2008年の時点と同じ値であり、小学生では2007年以降で最高値である。現時点では小中学生の朝食欠食率は微増の傾向にある。

このように20歳代のみならず小中学生も含めて若い世代の食への意識と食生活の実態には問題があり、近年悪化傾向までもがみられている。

一方で80歳以上の高齢者のうち2割は低栄養傾向（BMIが20以下）にあり、この高齢者の問題も課題といえる。

ところでこれらの一連の調査結果から健康的な食生活への意識傾向というものは20歳代で最低であり、加齢につれて徐々に高まって60～70歳代あたりでピークになり80歳代でやや低下する傾向があることが伺われた。

このような健康的な食生活への意識傾向の発達的变化に関して筆者は次のような解釈・仮説を考えた。まず若い世代はそもそも活力に満ちていて自分の健康的な生活への意識が少ない。その後加齢に伴い健康への意識は高まっていく。しかし80歳代となると死とより親和的な関係になるためにこの傾向は若干低下していく。しかも高齢期になると身体の衰えのために野菜や果

物を以前のように多量に摂取できなくなり実践も困難になるのである。

### 3. 朝食と学力の関係

白書では平成30年度の文部科学省の「全国学力・学習状況調査」を用いて小学6年生と中学3年生で国語や算数（数学）の平均正答率が朝食を食べる子どもほど高いことを示している。これより従来から示されていた朝食摂取と学力調査の正答率との関係が再び示されたといえる。しかも白書は平成30年度の「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」を用いて体力得点が高い子どもは朝食を毎日食べている場合が多いことを示している。

このように子どもにとって朝食摂取はやはり大切なものである。しかし20歳代などの大学生や若い世代において朝食摂取は低い傾向にあり、この若い世代への対策が課題となっている。この対策として白書は例えば朝食を提供する小学校や社員食堂の事例を紹介している。また「早寝早起き朝ごはん」国民運動を紹介している。

### 4. 栄養教諭と学校給食

白書によれば栄養教諭は平成30年度で6,324人となっており、昨年度より230人程度増えた。ただし全国の小中学校数は平成30年度で合わせておよそ2万9千校（小学校およそ1万9千校、中学校およそ1万校）であり、この増加のペースでは全校配置に至るにはかなり時間がかかるといえる。

他方、完全給食の実施率は児童生徒数ベースで平成30年度では小学校で98.8%（児童生徒数で635万人）、中学校で79.0%（児童生徒数で257万人）となっている。学校給食は全国的に一般的となっている。

また給食での国産食材・地場産物の使用は食材数ベースで平成29年度で国産食材で76.7%、地場産物で26.4%となっており、2016年度の低下から回復に転じた。こうした食材の使用率の変動は価格からも影響を受けるものである。国産食材・地場産物の使用率はここ数年前から概ね横ばいの傾向にある。

### 5. 子ども食堂

近年の所得格差拡大や子どもの家庭の貧困率上昇の影響を受けて、子どもの貧困対策や居場所の確保、家庭的な食事の提供などの取り組みが広がり、子ども食堂が全国的に広がった。

白書では国も民間と協働して「子供の未来応援国民運動」として子ども食堂への支援を行うことになったことに触れて、県が主体となって支援している高知県の事例が紹介されている。

### 6. 野菜・果物の摂取量

白書は厚生労働省の平成29年の「国民健康・栄養調査」を利用して野菜・果物の摂取についてデータを示している。2017年度の野菜類摂取量は平均1日288.2gであり、目標とする350gには61.8g届いていない。また果実類摂取量は108.7gであり、目標とする200gには91.3g届いていな

い。ちなみに野菜類摂取量は男性のほうが女性よりも多いが、果実類は女性のほうが男性よりも多い。また2016年度の摂取量は野菜類・果実類ともに男性・女性ともに低下した。これは野菜類・果実類の価格の高騰が関係していると推測される。

今回の白書では国際連合食糧農業機関（FAO）のFAOSTATを利用して日本とアメリカの野菜摂取量が1993年以降逆転し、アメリカのほうが日本より野菜を多く消費するようになったことが記載されている（2013年、日本102kg、アメリカ114kg）。アメリカにおける野菜消費の増加理由に関してカット野菜等の普及、野菜産地での生産拡大、遠距離輸送の実現、そして1977年のマクガバンレポート以降栄養政策を推進していることが指摘されている。

このマクガバンレポートは日本の伝統的な食事を高く評価する報告書である。日本人は高度成長期以降に食の洋風化・欧米化を経て、世界遺産として認められている和食を以前のように食べなくなったことも野菜類摂取量が減少した原因の一つといえるだろう。

先のデータによれば日本は1965年から1990年近くまで野菜を1年で1人平均およそ120kg以上消費してきた。この年120kgを1日当たりになると328.7gとなる。しかし1968年の137kgをピークにしてその後は下降の一途をたどっていく。逆にアメリカは1965年頃から野菜の消費が上昇しつづける傾向にある。日本とアメリカの逆転状態は1994年から2013年まで20年近く続いている。もしも現在、我々日本人に「アメリカの食＝欧米の食＝野菜が少ない」、「日本の食＝野菜をよく食べる」というイメージがあるのならば、直ちにそれを改めなければならない。

## 7. 食育の関心度と目標達成度

白書によれば平成30年度の「食育に関心をもっている国民」の割合は76.0%であり前年度より2.4%減少した。ただし第3次基本計画作成時の調査結果75.0%よりは1.0%増加した。近年は食育への関心度は伸び悩み・横ばいの傾向にあるといえる。このように2020年度の目標値90%の達成は難しい模様である。これまでは盛んだった食育ブームが去ったといえるのかもしれない。

また平成30年度に第3次基本計画の目標（2020年度時点での目標）を達成したのは21目標中で5目標であった。達成することが難しいと思われる目標は①食育に関心を持っている国民の割合90%以上（現状値76.0%）、④朝食を欠食する子どもの割合0%（現状値5.5%）、⑤朝食を欠食する若い世代の割合15%以下（現状値26.9%）などである。

## 8. まとめ

今回の白書によれば今後日本人は平均寿命・健康寿命が延びることが予測されている。また食育への関心度は近年伸び悩みの状態にある。また若い世代の食生活には問題が多く、若い世代への働きかけが今後必要とされている。また子ども食堂などが全国的に広がり子どもの食生活における課題にも焦点が当てられるようになった。また日本はアメリカよりも野菜類摂取量が下回るようになってから20年近く経っている。近年日本の食育のブームは去ったようにもみえる。今後の課題は健康寿命をさらに延ばすこと、そして特に課題の多い子ども・若い世代

への対策である。

## 2. 長野県上田市の食育

上で国の白書を見たところで次に地方自治体の計画を見ていくことにする。以下では上田市を中心的に取り上げる。

### 1. 第2次上田市食育推進計画

まず第2次上田市食育推進計画（平成30年度～平成35年度）を見ていく。これは平成30年度～平成35年度までの6年間の計画である。そもそも市町村の食育推進計画は国の食育基本法に基づいて作成されるものであり、この第2次上田市食育推進計画は国の第3次食育推進基本計画や県の長野県食育推進計画（第3次）に関連性を持つ。さらに上田市の第二次上田市総合計画、まちづくりビジョン、まちづくり計画などを上位計画とする。そして上田市で作成された第三次上田市民健康づくり計画、上田市公立保育園・幼稚園食育計画（第3次）、第2期上田市教育プラン、第2次上田市環境基本計画、上田市地産地消推進基本計画、高齢者福祉総合計画と整合性を持つものである。

今回の第2次の計画では上田市の現状として脳血管疾患とガンの2つの生活習慣病が国の平均値よりも高いこと、平成20年度から平成28年度にかけて糖尿病や脂質異常症が増加していることを指摘している。また2500g未満の低体重児の出生率が昭和50年代から平成20年代にかけて約2倍に増加したこと（H22～26で9.3%）を指摘している。

第1次の計画の目標の達成状況については15項目の目標のうち目標達成は3項目、改善傾向は3項目、変化なしは1項目、悪化傾向は7項目、評価困難は1項目であった。達成したものは子どもの虫歯、高齢者の歯の残存、壮年期の血糖値であり歯科に関するものが多い。改善傾向は学齢期の共食、思春期の朝食、青年期の朝食であり、子どもや若い世代の食習慣に関するものが多い。悪化したものは19歳から29歳の女性の朝食摂取、乳幼児期の朝食摂取、乳幼児期の就寝時間、小学生の朝食摂取、青年期の食育への関心度、壮年期のメタボリックシンドローム、高齢期のメタボリックシンドロームであり、乳幼児・小学生や若い世代の生活習慣・食生活、中高年期の健康が多く、子育て世代に関連性が高いものが多い。

第2次の計画では重点課題が3項目ある。それらは「生涯にわたり、健全な体と心を培うための食育の推進」、「糖尿病等の生活習慣病の発症と重症化を予防し、健康寿命の延伸につながる食育の推進」、「食への感謝と理解を深めるための食育の推進」である。このように上田市の今回の第2次の計画も身体的に健康になることを重視しており健全な食生活と生活習慣の改善に関することに重点があるといえる。

そもそも食育基本法の中には伝統的な食文化を取り入れることや農作業の体験による生産への理解なども含まれている。また食育は教育・健康・文化・農林水産業などの領域にまたがる複合的なものである。国の食育推進施策は内閣府が担っていたが、その後農林水産省に移管された経緯がある。国としては食育は教育や健康が目的だけのものではないのである。

しかし上田市の計画は健全な食生活によって身体的な健康を増進させることに焦点がある。それは林(2017)が指摘したように、上田市は健康状態が平均と比べて比較的悪かったことが理由の一つとして考えられた。ただし厚生労働省の「平成22年度市区町村別生命表」においては上田市男性の平均寿命は全国45位(81.2歳)にランクインしており、平均寿命に関しては全国の市区町村の中では高いほうであった。よって身体的健康を重視する別の理由としては健康推進課のような保健関係が母体となって食育推進計画を作成したことが考えられる。農林水産省が食育白書を担当している国の場合と違って、市町村では健康・保健関係の部署が食育施策を担当することが多い。その場合には食育推進計画が身体的健康を増進させる施策になりがちであろう。

## 2. 上田市地産地消推進基本計画

上田市地産地消推進基本計画(平成28年度～平成32年度)では学校給食における地場産の食材の使用状況を示している。学校給食においては上田市産の米が22年度以降毎年100%使用されている。一方で青果物については地元農産物の使用割合(総重量に対する使用重量)が26年度で20.2%であり、22年度以降20%程度で横ばいに推移する傾向にある。

学校給食において米に比べて青果物の使用割合が低い理由としては、学校給食で求められる必要な量を地元産だけで確保することが困難であること、地元産と地元産以外の同時発注の手続きをすればコストが上がること、供給量に関する情報提供がないこと、が挙げられている。ここでは学校給食における地元産食材の使用割合を26年度の42.8%から32年度は48%(米と青果物を合わせたもの。重量ベース)に向上させる目標を立てている。米の使用割合は100%なので青果物で増加させなければ目標は達成できないということになる。全国の平均値は平成29年度で地場産物は食材数ベースで26.4%であり、集計の基準が違うためここでは国の平均値と比較することはできない。

こうした必要となる量の確保という課題は規格が統一された食材を大量に調理する学校給食センター方式に特徴的な問題といえる。小規模な地元の農家から学校給食への安定した供給が難しいというのが現状のようである。自校給食の場合はセンターよりも小回りが利くが、設備や人件費においてセンター方式よりもコストがかかるという短所がある。

このような地場産物の利用増加という課題の解決のための工夫としては需給量の調整が必要である。すなわち生産者は予想収穫量・出荷量と予定販売価格等の生産情報を献立を立てる給食センターへ開示すること、一方でセンターは献立に基づいて求める品質と予定購入量と予定購入価格等の購入計画を地域内の生産農家や市場等に年間計画の見通しとして開示することが考えられる。また給食で使用可能な伝統野菜の生産を促しつつ、地元の小規模生産者の農産物をまとめてセンターへ流れる仕組みをつくる改革が必要であると考えられる。こうした地産地消の推進の改革は地域が経済的に潤うことにもつながるものである。このためには給食センターは地元の旬の安価な食材を豊富に使い、かつ子どもがよく食べる献立メニューを作り出す・考え出すことが必要である。このためにはセンターの献立担当者(管理栄養士等)が地域の文化

や生産の状況や市場の現状を知る必要があり、このための支援や研修等も必要になる。要するに生産側と消費側の両方を改革しなければならないということになる。

### 3. 長野県上田市の食育のまとめ

本稿では第2次上田市食育推進計画および上田市地産地消推進基本計画を見てきた。第2次上田市食育推進計画においては現状として市民の健康状態を示すいくつかの値に注目し健康を回復するための食生活と生活習慣の改善に重点を置いた目標を設定している。しかし上田市の平均寿命は全国的にみて必ずしも低いわけではない。また上田市地産地消推進基本計画では学校給食の地元産使用割合について述べている。米については100%であるが青果物については20%程度である（重量ベース）。基本計画では地元産使用割合を増加させることが困難である理由に触れている。そこで筆者は地元産を増加させるための工夫について考察を行った。

## 3. 長野県内の食育推進計画

林(2017)は上田市の食育推進計画の特徴を明らかにするために長野市などの県内の主な市の食育推進計画と比較した。本稿でも他の自治体の食育推進計画を取り上げて分析することによって上田市の特徴を明らかにしたい。ここでは長野県および長野県内の主要な自治体と比較することとした。主要な自治体の選択方法は人口の多い市を優先的に取り上げることにした。

### 1. 長野県

まず長野県の食育推進計画（第3次）を見る。長野県では第1次、第2次の食育推進計画を通して10年間にわたり「信州の食で育む人づくり～健康長寿と豊かな人間形成」という基本理念であった。これに対して第3次の推進計画では「信州の食でつながる、人づくり・地域づくり」となった。これは健康長寿という単なる身体的健康を求めるものからさらに進んで人格形成や地域振興というレベルのより高いものを目標とするようになったといえる。食育を通して住民のつながり・人格形成・地域活性化を図っていこうとしているともいえる。背景には長野県全体として県民の身体的健康が向上傾向にあることがある。長野県は長寿トップに着目してその発展のための目標を立てたといえる。

第2次計画では4つの基本分野「信州の食を育む環境づくり」、「未来を担う子どもの食育」、「健康づくりと食育」、「信州の食の理解と継承」を設定した。これに対して、第3次計画では4つの基本分野「若い世代への食育」、「世界一の健康長寿を目指す食育」、「食の循環と地域の食を意識した食育」、「信州の食を育む環境づくり」を設定した。若い世代の食生活が課題になっていることはこれまでの「食育白書」で指摘されてきたことでもあり、第3次計画では若い世代の食育が第1番目に設定された。また長野県は豊かな自然と農作物に恵まれており性別を問わず全国トップクラスの長寿県であることから今後は世界一の長寿というレベルの高い目標が設定された。さらに3番目は食の循環や地域の食を意識した教育であり地域の農産物の生産の環境の理解に配慮を示している。さらに4番目は信州の独自の食文化を継承するための環境づくりを目指す

ものとなっている。

このように長野県の食育推進計画は信州の食を通じて住みよい環境・地域づくりを行おうとしているように感じられる。つまり上田市のような身体的健康の増進というレベルではなく、それをさらに発展させた非常にレベルの高い目標といえる。

平成27年都道府県別生命表（厚生労働省）によれば長野県が平均寿命日本一になったのは男性は平成7年、17年、22年（78.08歳、79.84歳、80.88歳）、女性は平成22年、27年である（87.18歳、87.67歳）。ところが昭和40年時点で日本一だったのは男性女性ともに東京都（男性69.84歳、女性74.70歳）で、そのとき長野県男性は9位（68.45歳）長野県女性は26位（72.81歳）だった。東京都は平成27年で男性11位（81.07歳）、女性15位（87.26歳）に下落した。長野県の平均寿命の伸びが他県よりも著しかったことがわかる。沖縄県女性は昭和50年から平成17年にかけて日本一だったが平成27年は7位に下落した。このように平均寿命の順位は長期的経年的には大きな変化がある。日本人の平均寿命は年々伸び続けていることもわかる。しかも都道府県ごとの平均寿命は1歳の違いが大きい順位の差となってくる。

ところで長野県が本計画の策定に当たり使用した県民実態把握のための調査資料は県や国の調査である。しかし県内の地域ごとに特徴があり、それぞれに合わせた政策を立てるためには市町村別・地域別のデータに基づく分析結果の併記が望ましいと考えられる。

## 2. 長野市

次に人口の多い長野市の食育推進計画を見る。第三次長野市健康増進・食育推進計画「ながの健やかプラン21」によれば長野市は2000年以降緩やかな人口減少が続いており少子高齢化の傾向にある。そして長野市では健康増進と食育推進は互いに共通する部分が多いことから、これまで第二次長野市健康増進計画「新・健康ながの21」と第二次長野市食育推進計画との2つに分かれていた計画を第三次では一体化した。長野市の今回の計画は糖尿病予備軍の割合が全国よりも高いことから身体的健康を重視する方向へと変化している。今回の目標は「市民の健康寿命の更なる延伸」である。3つの基本的方向はそれぞれ「健康に関する生活習慣の改善」、「生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底」、「健康を支え、守るための社会環境の整備」である。そして生活習慣の改善などの施策を掲げている。このように長野市は上田市同様に身体的健康を特に重視した計画だといえる。しかし厚生労働省の平成27年市区町村別生命表によれば長野市男性は平均寿命においては全国で上位である（男性82.3歳・全国20位、女性87.8歳）。

## 3. 松本市

松本市は第3期松本市食育推進計画の中で現状を分析し、国勢調査によれば松本市では平成22年度から27年度にかけて人口が微増傾向にあるとしている（平成17年227,627人、平成22年243,037人、平成27年243,293人）。ただし65歳以上の単独世帯が増加し、高齢者の割合は増えて少子高齢化は進んでいる。また20歳および30歳代男性において食育への意識が低い傾向がある。健康状態については経年変化は分析しているが、上田市や長野市のように国や県との比較はし



ていない。

松本市は平成25年度からの第2期松本市食育推進計画「すこやか食プランまつもと」におけるテーマ「1日2食は3皿運動～1・2・3でバランスごはん～」を第3期においても継承している。基本理念は「食にかかわる活動をつなぎ、市民一人ひとりの豊かな食習慣を育みます」である。3つの基本目標はそれぞれ「バランスのとれた食事を通して生涯を健やかにすごせる心と体を育む」、「共食や体験から食の楽しさを広げる」、「地域の食材をおいしく味わい、食文化や環境について学び、伝える」である。子どもの頃から望ましい食習慣を確立していくことやバランスのとれた食生活を育むことを目指しており、上田市や長野市の計画と比較すれば教育的な働きかけに重点があるといえる。

#### 4. 飯田市

飯田市では第2次食育推進計画において食育を健康・農業・教育の3つの視点から捉えていた。飯田市のこれまでの取り組みと課題として「食生活」、「結いタイム（家族と一緒に食事を摂って心を通わせる時間）」、「域産域消（地産地消をさらに進めた考え方）」、「食文化」、「体験」、「地育力（飯田の資源を生かして飯田に誇りを持つ人を育てること）と食育」、「食品ロス削減」があった。飯田市の食育は国の食育白書でも地方自治体の事例としてコラムで取り上げられたことがあり、飯田市の計画は上田市・長野市・松本市や他の市などと違った独自の特徴があるといえる。

例えば「地育力」という概念は飯田の資源を生かして、飯田に誇りを持つ人材を育てるという意味であるが、地域の持っている様々な教育力を生かして地域の魅力を知る人を育てる能力ということであり、地域活性化にも関わる斬新な概念といえる。飯田市教育委員会は地育力向上のためのポータルサイト「地育力どっとネット」を立ち上げている。食育を農業の視点から捉えることを重視しているのである。また「域産域消」という概念は地産地消の概念をさらに進めた考え方である。

飯田市では第3次飯田市食育推進計画(2018～2022年度)を編集したのは健康福祉部保健課である。しかし保健・医療に重点がある上田市・長野市とは違い、多様な観点から食育を捉えている。例えば飯田市の第3次計画の施策の展開を見ると、家庭、学校・保育所・認定こども園、地域における食育だけではなく、生産者と消費者との交流の促進、環境と調和のとれた農業の活性化、食文化の継承のための活動への支援、食品の安全性・栄養その他の食生活に関する情報の提供といった広範な食育を展開している。

こうした飯田市の取り組みは食育基本法の理念により近いものといえる。あるいは本来の食育の概念をさらに発展させた、より先進的な食育を展開しようとしているともいえる。

#### 5. 佐久市

佐久市は平成24年3月に食育推進計画を策定した後、平成28年3月に健康増進法に基づく健康づくり計画と食育基本法に基づく食育推進計画との両方の性格を併せ持つ計画、「第2次佐久市

健康づくり21計画」を策定した。したがって食育推進計画は健康づくり計画に統合・合併されたといえる。この結果佐久市の計画は医療面での施策が多いものとなっている。

これによれば佐久市は人口将来推計において今後人口減少と高齢化が進むとされる一方で、比較的長寿であるという。平成22年の厚生労働省の「市町村別生命表」において佐久市は女性は県内1位（88.0歳、全国19位）であり、男性は県内の市では塩尻市、諏訪市、伊那市について4位（81.7歳、全国15位）であった。5年後の平成27年においても佐久市女性は県内1位（88.4歳、全国11位）であり、女性が長寿という状況が続いている。ちなみに平成27年の男性県内1位は岡谷市（82.4歳、全国11位）、県内2位は長野市（82.3歳、全国20位）であった。

佐久市の計画によれば主要死亡原因経年推移では平成24年は前年より脳血管疾患と老衰が増加し肺炎が減少している。また佐久市は医療環境がよく病床数・医師数ともに国・県・同規模市よりも充実しているという。医療費の状況では入院費用の割合が千人当たりで国・県・同規模より少なく1件当たり在院日数も低い（KDB:国民健康保険データシステム）。つまり佐久市は医療機関が充実しているため、予防のための早期診断・健康的な指導が充実して健康度が高くなっているようである。

計画によれば市民アンケートでの佐久市の食育への関心度は全体で75.4%であり、特に高いわけではなく全国平均並みである。また食塩摂取量が多く（国10.4g、長野県10.6g、佐久市13.1g。国の目標値は7～8g）、野菜摂取量は長野県内では少ないほうで全国平均並みである（国273g、長野県319g、佐久市287g。国の目標値は350g）。佐久市は食育への意識が高いというわけではないにもかかわらず比較的健康度が高いのである。これは医療機関の充実のゆえといえるかもしれない。

## 6. 安曇野市

安曇野市の食育推進計画によれば安曇野市は人口が微減の傾向にあるが、高齢者数が増加傾向にあり、高齢化率が年々増加している。また世帯数が増えているが、1世帯当たりの人員は減少しており、単独世帯・核家族などの少人数の世帯が増加していることが予測されている。このように安曇野市は全国的な傾向と同様の傾向を示すものである。健康状態については脳血管疾患・糖尿病の死因が国よりも高くなっており、また特定健診では県よりも高い値の項目が多いなど多くの問題を示している。ただし歯科の状態は全国や県よりも良好な値である。

第3次計画（平成31年3月）の基本理念は「食ではぐくむ健康で豊かな人づくり～子どもの頃からの基本的な食習慣の確立」である。重点課題の1番目は「健康寿命の延伸につながる食生活の推進」であり、全体的には身体的健康を重視し食生活の改善・食習慣の確立を訴えるものといえる。

## 7. 伊那市

伊那市の第3次食育推進計画は計画の期間が2018年から2023年までの6年間である。伊那市の計画ではライフステージを妊娠期から高齢期までの6段階に分けているが、妊娠期の問題とし

て出生体重と生活習慣病発症との間には強い相関があるという説について述べている。計画によれば伊那市では平成28年度に出生体重2500g以下の低体重児が1割を超えたことから、妊娠期の正しい食が非常に重要だとしている。また乳児期の課題としてバランスの良い朝食を食べている子どもは60%未満であったと指摘している。この朝食のバランスの問題は学童期・思春期においても同様で、主食・主菜・副菜のそろったバランスのとれた朝食を食べている児童生徒は約半数という状態が続いているという。給食での市内産使用率は幼児期（保育園）で31.4%、学童期・思春期で27.0%である。

伊那市の第3次計画には3つの基本目標がある。すなわち「生涯健康でいるためのバランス食を身につける」、「食を大切にすることを育む」、「地産地消の推進」である。このように伊那市の計画は身体的健康と地場産物の利用を重視するものである。地場産物の利用重視は伊那が良質な米が収穫できる土地であることも関係しているであろう。

#### 8. 長野県内の食育推進計画のまとめ

ここでは長野県内の人口の多い主要な自治体の食育推進計画を見てきたが、多くの計画は人口推移・健康状態・地産地消などの指標を参照して対策を立てている。

長寿県である長野県では長野市や上田市のような都市は国より健康状態が悪いことを示す平均値の低い項目などの数値に注目しており、そうした地方自治体の食育の計画は健康保健に重点を置く傾向にある。一方で飯田市のように地域の農業に焦点をあわせ独自の食育を推進している自治体もある。また佐久市のように医療体制・機関が充実しているために長寿傾向にある自治体もある。

長野県は現在トップクラスの長寿県であるが、昭和40年時点では特に女性は現在のようなトップの状態ではなかった（昭和40年、女性72.81歳、26位。昭和50年女性77.00歳、16位）。その後の対策・医療環境の向上等によってトップレベルになってきたといえる。

国の食育推進計画は食育の範囲を広くカバーしようとするものであるが、自治体の食育推進計画は健康関係の部局が担当するため医療保健に重点を置く傾向があり、また健康保健のための計画と分割せず一体化した計画を立てている場合もあり、国とギャップがみられる。いずれにせよ食と健康の関係はつながりが深く、地域の実情に即した食育の計画が求められているとはいえる。

#### 4. 全体のまとめ

今回の食育白書では日本とアメリカの野菜摂取量が1990年ごろ逆転して日本よりもアメリカのほうが野菜摂取量が多い状態が長年続いていることが指摘された。日本は国際的にみて長寿であり平均寿命も延びつづけているが、これは食生活におけるマイナス面といえる。また若い世代は食への意識が低く食生活に問題が多い状態が続いたままである。こうした状態は将来的には日本人の長寿傾向がストップする原因となるかもしれない。ただし若年期から高齢期になるにつれて食育への意識・実践度は次第に高くなる傾向にある。しかし近年食育への意識は伸

び悩み、横ばいの状態である。いずれにせよ今後の動向が注目される。

そもそも食育は健康的食生活の教育という意味だけではなく、地産地消の推進や文化・伝統の継承も含まれている。さらに食育は地域の所得向上や地域活性化につながる重要な概念である。しかも食育は人間形成、つまり人格の形成や人間の能力向上にも関わっている概念でもあり今後の動向が注目される。

## 文献

- ・安曇野市保健医療部健康推進課（編集）『安曇野市第3次食育推進計画（平成31年3月）』（<http://www.city.azumino.nagano.jp/uploaded/attachment/34443.pdf> 最終アクセス2019. 08. 08)
- ・飯田市教育委員会『地育力どっとネット』（<https://www.city.iida.lg.jp/site/chiikuryoku/chiikuryoku-chiiku.html> 最終アクセス2019. 08. 19)
- ・飯田市健康福祉部保健課（編集）『第3次飯田市食育推進計画（2018年度～2022年度）』（<https://www.city.iida.lg.jp/uploaded/attachment/33854.pdf> 最終アクセス2019. 08. 08)
- ・伊那市『第3次伊那市食育推進計画』（[https://www.inacity.jp/shisei/kakushuplanshiryo/kenko\\_fukushi\\_iryu/shokuikusuishin.files/3rd\\_shokuikupromotinplan.pdf](https://www.inacity.jp/shisei/kakushuplanshiryo/kenko_fukushi_iryu/shokuikusuishin.files/3rd_shokuikupromotinplan.pdf) 最終アクセス2019. 08. 26)
- ・上田市健康こども未来部健康推進課（編集発行）『第2次上田市食育推進計画（平成30年度～平成35年度）』（<https://www.city.ueda.nagano.jp/kenko/kenko-fukushi/kenko/documents/keikaku.pdf> 最終アクセス2019. 08. 08)
- ・上田地産地消推進会議『上田市地産地消推進基本計画（平成28年度～平成32年度）』（<https://www.city.ueda.nagano.jp/kurashi/chisan/documents/chisanchisyo28-32.pdf> 最終アクセス2019. 08. 08)
- ・厚生労働省『平成22年市町村別生命表』（<https://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/life/ckts10/dl/04.pdf> 最終アクセス2019. 09. 03)
- ・厚生労働省『平成27年市区町村別生命表』（<https://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/life/ckts15/dl/ckts15-08.pdf> 最終アクセス2019. 08. 27)
- ・厚生労働省『平成27年都道府県別生命表』（<https://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/life/tdfk15/dl/tdfk15-03.pdf> 最終アクセス2019. 09. 05)
- ・佐久市『佐久市食育推進計画（平成24年3月）』（<https://www.city.saku.nagano.jp/kenko/pinkoroundo/shokuikusokushin/suishinkeikaku.files/file221.pdf> <https://www.city.iida.lg.jp/site/chiikuryoku/chiikuryoku-chiiku.html> 最終アクセス2019. 08. 08)
- ・佐久市市民健康部健康づくり推進課（編集）『第2次佐久市健康づくり21計画』（平成28年3月）（[http://www.saku-library.com/book/view\\_html5.php?id=264&p=0](http://www.saku-library.com/book/view_html5.php?id=264&p=0) 最終アクセス2019. 08.

08)

- ・長野市保健所健康課（編集）『第三次長野市健康増進・食育推進計画 ながの健やかプラン21』（<https://www.city.nagano.nagano.jp/uploaded/attachment/121272.pdf,121275.pdf,121277.pdf,121280.pdf,121281.pdf,121282.pdf,121283.pdf> 最終アクセス2019. 08. 08)
- ・農林水産省編（2019）『平成30年度版食育白書』（[http://www.maff.go.jp/j/syokuiku/wpaper/attach/pdf/h30\\_wpaper-5.pdf](http://www.maff.go.jp/j/syokuiku/wpaper/attach/pdf/h30_wpaper-5.pdf) 最終アクセス2019. 6. 18)
- ・林（2017）『食育と心理の関連を考察する試み（その7）－地域における食育－』上田女子短期大学紀要第40号, p61-71.
- ・松本市健康福祉部健康づくり課（事務局）『第2期松本市食育推進計画 すこやか食プランまつもと』（[https://www.city.matsumoto.nagano.jp/kenko/kenkodukuri/enshin/keikaku/sukoyaka\\_syoku\\_plan.files/hyoshi.pdf,/sakutei.pdf,/kadai.pdf,/houshin.pdf,/torikuminohashira.pdf,/sisaku.pdf,/shiryohen.pdf](https://www.city.matsumoto.nagano.jp/kenko/kenkodukuri/enshin/keikaku/sukoyaka_syoku_plan.files/hyoshi.pdf,/sakutei.pdf,/kadai.pdf,/houshin.pdf,/torikuminohashira.pdf,/sisaku.pdf,/shiryohen.pdf) 最終アクセス2008. 08. 08)