

食育と心理の関連を考える試み（その7）

—地域における食育—

林 昭 志
Hayashi Shoji

キーワード：食育、食育白書、地域、給食、推進計画

はじめに

日本人は長い歴史の中で和食、日本型食生活を生活習慣として継承してきた。日本人は日本型食生活に親しんでおり、日本型食生活にアイデンティティを確認するであろう。しかも日本人の平均寿命は年々伸びて長寿を誇る国となり、世界的にも日本の伝統的な食文化は注目を集めている。

しかし近年、日本人の食の欧米化が進み日本の食生活が変化してゆく中で、平成17年（2005年）に食育基本法が公布された。この食育基本法は「近年の我が国の食をめぐる状況の変化に伴う様々な問題に対処していくため」のものであり、これを契機にして保育・学校教育の現場で食育が重視されるようになった。今では食育に関連する資格や講座が増加し、食育という用語に対する一般的な認知度・関心度も高くなっている。

食育基本法は、子どもの教育領域において食育を従来の知育・徳育・体育の基礎となるべきものと位置付けるとしている。食は子どもの身体的発育のみならず、心理的な発達にも影響を及ぼすものと考えられる。この心理面に及ぼす食の影響は一連の本研究の問題意識である。

さて最近では食育に関して多くの変化があった。例えば、和食（日本型食生活）が世界無形文化遺産になったり、先進的な食育を推進する研究校を指定するスーパー食育スクール（SSS）事業が開始されたりした。このように状況の変化、様々な新たな取組が誕生する中で、本稿ではまず初めに食育推進施策のいくつかの現状・変化をみたい。このためまずは政府発行の食育白書を参照しながら考察する。

食育白書にみる食育の現状

1. 25年版食育白書より：「食育の環」、地域での関係者との連携の広がり

前年24年版食育白書の特集は「みんなで食べたらおいしいね」であり、共食についてのものだった。これに対し25年版の特集は「つながる、ひろがる食育の環（わ）」である。この「食育

の環」とは、まず食物の生産から消費者の食卓までへと続く食物の循環のことであり、同時に食べて生きる力に変わる流れのことであり、同時に乳幼児期から高齢期そして次世代へとつながる生涯にわたる食の営みことであり、さらに食が広く地域の人々や環境・自然・文化を結びつけていることである。そして地域の食育関係者の連携を示すことになるものである。

25年版では「地域における関係者の連携・協力による取組事例」を紹介している。そこでは食育推進のネットワーク形成、連携・協力の体制づくりの必要性を述べ、市町村が教育関係者、食生活改善推進員等、食育ボランティア、保健医療福祉関係者、農林漁業関係者などとの連携を行っていることが紹介されている。たとえば宮城県石巻市の事例では地域の食育に取り組んでいる関係者が一堂に会する「食育推進情報交換会」を開催している。また広島県府中市の事例では「府中ニコニコ食育会議」を行って、関係団体の活動をつなげ、参加者同士の連帯が図れる情報共有の場、交流の場としている。これらは食育の環のひとつといえるであろう。

このように25年版白書は地域での取組に重点を置いたものであり、地域での関係者の連携の取組が進んだことを示しているといえる。

2. 26年版食育白書より：地域における民間団体の取組

26年版の特集は「地域に根ざした民間団体の取組～つくって、食べて、伝え合う食育」である。そこでは「多様な主体の取組の推進と相互の連携」および地域における民間団体の取組事例が紹介されている。この特集は食育の環を紹介しつつ、行政はもとより教育、保育、福祉、医療、農林漁業、食品製造、食品流通、調理、販売などさまざまな主体が連携しつつ食育を推進する中でも、特に民間団体の活動に焦点をあてて、地域に根ざした民間団体の取組事例を紹介している。たとえば株式会社北海道フットボールクラブのコンサドーレ札幌は平成18年から食育活動を開始し、JA、大学、教育委員会と相互協力協定を結んで食育を行っている。またたとえば鹿児島県の特定非営利活動法人霧島食育研究会は霧島在住の管理栄養士や農家等で構成されるNPOであるが、霧島独自の伝統的農作物の栽培・調理等の体験活動を地域と連携して行い、家庭料理・伝統料理などの食文化を継承する活動を行っている。(また26年版食育白書では、静岡県掛川市のとうもんの会というNPO法人が、水田のある風景を次世代へ引き継いでいくことを目的として子ども向けに田植え・稲刈りなどの農業体験を行って地域の農業や農村の魅力を伝える活動を行ってきたことを紹介している。)

ここで25年版と26年版を比較すると、25年版は地域行政中心の食育推進活動の紹介であったが、26年版は行政ではなく地域の民間団体の食育推進活動を紹介しているという違いがあることがわかる。前者は行政主導の活動の中で関係者と連携を行ったものだったが、後者の方は民間団体が主役となった活動の紹介である。つまりこれまで活動を主導してきた行政が地域の民間団体主体の活動との連携を大切にしていこうという変化がみられている。26年版の特集では民間団体主導の活動を広げていこうとする行政の姿がある。食育においては地域の食文化を大切に継承していくことが大切な目標だから、このように地域に根付いた民間団体の活動を紹介し、支援していくことは重要なことといえる。

なお、これは食育基本法第4条で「食育を推進するための活動は、国民、民間団体等の自発的意思を尊重し、地域の特性に配慮し、地域住民その他の社会を構成する多様な主体の参加と協力を得るものとする」とともに、その連携を図りつつ、あまねく全国において展開されなければならない。」とされていることと関係し、地域の実情にあわせた食育推進の活動のためには行政と民間との適切な連携のあり方が重要だということと関係する。

さらに子どもの家庭での基本的な生活習慣の形成に関して、まず朝食摂取について取り上げている。朝ごはんを食べないことがある小学6年生は約11.3%、中学3年生は15.6%であり、25年版・26年版に大きな変化はなかった。朝食を食べない子どもは少数である。少なくとも登校する日には朝食摂取が必要であろう。また朝食摂取と学力や体力との関係では、朝食摂取の方が高い成果を上げていることにおいて25年版・26年版に変わりなかった。また食育白書によると、平成21年の厚生労働省の国民健康・栄養調査では、朝食欠食が始まった時期は男性で50.1%が、女性で60.7%が20歳以降であった。よって20歳以降の朝食摂取、つまり中学・高校を卒業してからの支援が必要であるといえる。若い世代で朝食欠食が目立つ現状と今後の課題は、27年版食育白書の特集「若い世代の食育の推進」へと継承された。（なお26年版食育白書によれば、都道府県別の管内市町村の食育推進計画作成状況は全国の合計が65.3%から71.5%に上昇して、年々市町村の計画作成が進んでいることがわかる。）

3. 27年版食育白書より：若い世代の朝食欠食、食育への関心度

平成27年版食育白書では、特集のテーマが「若い世代の食育の推進」となっている。20～30歳代で朝食を食べない人が多いことから特集が組まれたのである。若い世代の中でも特に女性よりも男性に食への関心度が低い傾向がある。特に若い男性に食への関心が低い傾向がみられるのである。20～30歳代男性は孤食傾向が高く、バランスよく食べる頻度も少ない傾向がみられている。20～30歳代男性への働きかけが今後の課題である。

さて食育への関心度はこれまでは徐々に上昇してきたが、27年版食育白書のデータ（平成26年12月内閣府「食育に関する意識調査」）では食育への関心度について「関心がある」「どちらかといえば関心がある」が合わせて68.7%であり、前年版の74.6%から減少した。10年ほど前の平成17年では69.8%だったので、68.7%はそれより低下した値であった。ただし食育の周知度「言葉を知っていた」は77.9%であり、前年の76.6%より若干増加し、10年前の平成17年の52.6%より大きく増加した。食育への認知度は上昇したにもかかわらず関心度が低下した。これは食育への関心低下への曲がり角の兆候なのかどうか次年版以降を注目していきたい。なお食育の言葉を知ったきっかけ等として、メディア（テレビ・新聞・雑誌等）が79.7%と最も多かった。

また27年版によれば「食育に関心を持ったきっかけ」は、多い順に「親になったこと」（40.9%）、「食に関する事件」（33.8%）、「家庭で日頃から教わっていたこと」（23.3%）であることからわかるように、食育においては子どもを育てている親や子育て家庭の役割が重要であると思われる。これに関しては、食育基本法（平成17年）において、食育の推進は保護者・教育関係者の

役割が重要であることが記されている。

なお2014年長野県で食育の全国大会が開催された。長寿を実現した「信州の食」を全国に発信する、というコンセプトであった。長野県は長寿県であり、野菜・果物などに名産品があり、また郷土の食文化が多く残っている。長野県は大切な食の遺産がある地域といえよう。

4. 28年版より：農水省への移管、第3次食育推進基本計画

28年4月より食育推進基本計画の作成及び推進に関する事務については、内閣府から農林水産省に移管された。これは平成27年1月27日の閣議決定「内閣官房及び内閣府の業務の見直しについて」及び内閣官房・内閣府見直し法によるものである。

28年版の特集は「第3次食育推進基本計画の概要」である。第2次計画の際のコンセプト「〈周知〉から〈実践〉へ」を継承しつつ深めて「〈実践〉の環を広げよう」をコンセプトとした。そして重点課題を5つ設定した。1つめは「若い世代を中心とした食育の推進」であり、20～30代の若い世代で朝食欠食が多いことが背景にある。若い世代での取組を重視する姿勢は数値目標にも表れている。若い世代の目標値を一般の目標値とは別に設定しており「朝食を欠食する若い世代の割合」を現状値24.7%から目標値15%以下にしている。2つめは「多様な暮らしに対応した食育の推進」であり、少子高齢化や単独世帯の増加を背景にして「共食」の機会の提供を行うとしている。3つめは「健康寿命の延伸につながる食育の推進」である。4つめは「食の循環や環境を意識した食育の推進」であり、食の生産から消費までの流れを意識し、食品ロス削減を目指している。5つめは「食文化の継承に向けた食育の推進」であり、地域の食文化、郷土食、伝統食材、そして和食の保護・継承を目指すものである。

この第3次食育推進基本計画の重点課題より、若い世代、共食、地域、食の循環、というキーワードが浮かび上がる。特に近年では食育推進の主役が地域になってきており、地域での食育推進が課題になってきた。

また食育への関心度は75.0%（内閣府「食育に関する意識調査」平成27年10月調査）であり、前年版の68.7%から回復した。食育への関心度はここ10年程度、徐々に上昇する動きを見せつつも、約70%前後で年次推移している。（第3次食育推進計画の目標値は90%以上である。）

5. 学校等における食育：食育の指導、地場産物の利用促進という課題

学校での食の指導の充実を図る動きがさらに進んでいる。28年版食育白書によれば、公立学校の栄養教諭は27年4月1日5,356人となった。また指導上の資料が整備された。（「栄養教諭による食に関する指導実践事例集（平成21年3月）」「食に関する指導の手引き（平成19年3月。平成22年3月改訂。学習指導要領改訂・学校給食法改正H20.6を踏まえて）」）

28年版食育白書によれば、学校給食の実施状況（国公立）は実施率91.9%、児童数90.2%（完全給食）であった（文科省「学校給食実施状況調査」平成26年度）。また米飯給食の週当たり実施回数は平成24・25年度3.3回、26年度3.4回だった。また平成26年度地場産物等の利用は26.9%（食材数ベース）、国産食材の利用は平成24～26年度まで77%であった。地場産物の利用

は平成21年度26.1%からあまり伸びていない。地場産物は流通量が少ないので給食に必要な量を入荷しにくいためである。そもそも給食は月単位で献立と必要な食材の量が決まっている。給食において地産地消を推進するためには流通やコミュニケーション等に課題があると言える。そして給食において地域との関わりを増やすことが求められている。

6. 保育の場における食育：家庭や地域との連携について

子どもの心身の生涯発達の基礎、生涯にわたる食習慣の基礎の形成が保育における食育の要点である。平成21年の保育指針において、保育所における食育推進について、食育は「健康な生活の基本としての〈食を営む力〉の育成に向け、その基礎を培う」ことを目標とすることとなった。第2次食育推進基本計画（平成23年3月31日）においても基本的な取組方針として、子どもの食育における保護者、教育関係者等の役割について述べられており、関係者の意識の向上を図ることが記されている。厚労省の「保育所における食事の提供ガイドライン（平成24年3月。厚労省）」の中の食事提供の評価（チェックリスト）からは、保育所の日常生活において「食」を感じる環境が整っているか、食を通した保護者への支援がされているか、など保育環境全体への配慮が必要なことがわかる。また26・27・28年版食育白書では「保育所という集団の場であっても、家庭での食の営みとかけ離れ過ぎないように努め、集団給食でありながら、家庭同様温かみのある食事作り」（83ページ）が求められる、としており、保育にあっても生活の場である家庭のような食事提供を求めている。さらに今後の保育所には地域の食育の拠点としての役割を求めている。27・28年版食育白書にみられる「地域の様々な食に関する資源と連携し、地域の子育ての拠点として、また、地域の食育の発信拠点として、食を学び合い、分かち合い、支え合い、育て合う観点が育ちゆく子供とともにある保育所には必要」（83ページ）という記述に注目したい。

なお食育の実践例が子どもの発達に及ぼす影響については外山の研究がある（外山紀子 2009 作物栽培の実践と植物に関する幼児の生物学的理解 教育心理学研究, 57, 491-502.）。外山（2009）の幼児の生物学的理解の研究結果の要点は以下の通りである。（1）作物栽培活動しているA園の年長児は対照園と比べて、栽培経験のあるキュウリまたは草と木を生物学的理由に基づき「生きている」と判断しやすかった。（2）作物栽培活動しているA園の年長児は対照園と比べて、「おいしいミニトマトを作る」栽培方法をより多く知っていた。またなぜ日なたに植えなければならないかを生物学的理由に基づいて説明できた。（3）作物栽培活動しているA園の年長児は対照園と比べて、食べられる生物である「パイナップル」に水をやりすぎた場合どうなるか、日が当たらなくなった場合どうなるか、正しく推測することができた。こうした研究結果から、実践経験を伴うような食育と保育の質が子どもたちの発達において重要であると思われる。

7. 食育における課題

次に今後の課題に関して述べることとする。

・家庭での共食の重要性と「家族の日」：食における家族の時間の重要性

まず食べ物そのものだけではなく、だれとどのように食べるのかということは重要な問題である。共食が今後の課題といわれるように、食は単に空腹を満たす手段ではなく、人とのつながりなどの精神的な発達、情緒的な安定にも影響を及ぼすと考えられるのである。食べ物そのものと食べ方が現代人に問われていると考えられる。なかでも家庭における孤食（一人で食べる）ことなど、家庭での団らんが課題である。少数とはいえ存在している子どもの朝食欠食は孤食との関連があるかもしれない。家族がともに過ごす時間を大切にして家族そろって食事をする機会・共食を増やしていくことが今後の課題であろう。

これに関して内閣府が「家族の日」「家族の週間」を定めていることは有益なことであろう。内閣府は平成19年から11月第3日曜日を家族の日、その前後1週間を家族の週間と定めてきた。家族の日は平成28年は11月20日（日）であり、家族の週間は11月13日（日）から26日（土）までである。内閣府によればこの期間を中心として子育てを支える家族と地域の大切さを呼びかけていくということである。この施策は少子化対策として始まったようであり、11月という日付にはこだわらず、1年を通じて親子のふれあい、子育てのイベントなど関連した行事が地方公共団体でも行われてきた。

今後の食育の課題を考えるときにこうした家族のふれあいを増やしていくことは重要だと思われる。食育と家族の日を一体化している行事もあり、親子クッキング、講座、コンサート、イベントなど、父親を含めて、家族全員の絆を深めていくことが食育の課題、家族の課題であると思われる。子どもにとっては親の手作りの食事を食べることは発達上大変重要であるが、こうした機会が減少しがちな現代において、親子で作ったり共食したりするイベントが求められていると言える。親子での体験的な食育活動を行うこと、家族で食を囲む共食などの楽しい思い出づくりの機会を提供することが大切であると思われる。

・和食の復活：食の欧米化・外部化の進行と食料自給率低下

また日本の食料自給率は平成25年度はカロリーベースでは39%である（27年版食育白書による。農林水産省：食料需給表）。だが生産額ベースでは65%であり、生産額ベースではドイツ70%、イギリス58%と比べれば著しく低いわけではない。日本は、小麦、肉、大豆などのカロリーの高いものを大量に輸入しているためにカロリーベースでは自給率が低くなってしまうと考えられる。（ただし生産額ベース65%は、カナダ121%、オーストラリア128%、フランス83%などと比べて高いとはいえないことにも注意したい。）

自給率低下と食の外注化は、日本人の食が欧米化するとともに同時進行していると考えられることができる。だから自給率の問題は食の欧米化についても考慮しなければならないであろう。そこで今後の課題となるのは和食の普及・復活・振興、郷土食の復活である。食育基本法の精神のなかには近年の食生活の急激な変化からくる食文化への危機意識等もある。国際的な時代の流れの中で多様な食文化が入ってきたが、自給率向上、食料確保・農漁業・地域文化等の維持のためにも、第一次産業を復興してコメを中心とした和食をさらに広げていく必要があるだろう。

また家庭の教育機能の低下が叫ばれる現在において、家庭における食の外部化・外注化が進んできた。27年版食育白書の資料によれば昭和50年には28%程度だった外食率・食の外部化率は、平成18年から25年にかけて外食率は35%前後、食の外部化率は44%前後に高まった。そして平成元年から平成25年にかけては外食率35～38%程度、食の外部化率40～45%程度で推移している。（（財）食の安全、安心財団附属機関外食産業総合調査研究センターによる推計。）食の外注化が急激に進行したのは昭和から平成元年にかけての頃であり、食の欧米化と進行を共にしているといえそうである。

・調査アンケート質問項目の同一性：経年的変化を追うために

なお食育白書のアンケートの質問項目は毎年すべて同じというわけではない。しかし経年的な変化を追ってゆくためには質問項目は同一の方が望ましい。特に食育推進基本計画の達成度を見る上では同一内容の質問項目が必要である。

長野県上田市の食育

次に地域の食育の分析対象として本稿では長野県上田市を取り上げる。長野県上田市にはいくつかの特徴がみられる。ひとつは学校給食であり、もうひとつは食育推進計画である。

1. 学校給食の特徴

・センター方式・自校方式の併用

上田市の小中学校の給食はセンター方式と自校方式の2つがある。上田市ではセンター方式が主流になっているとはいえ自校方式が残されている。センター方式のメリットはまとめて調理するため財政面で負担が軽いこと、またセンター方式のデメリットは配送に時間がかかることである。一方自校方式のメリットとしては配送の時間がかからないこと、地場産物などの入手で小回りが利くこと、それによる独自のメニューを提供できること、給食を作ってくれる人を身近に感じられること、地元での災害時の緊急的な利用が見込めることなどであり、自校方式のデメリットは財政的予算的な負担が大きいことである。

・学校給食における地産地消の推進

また学校給食の地元農産物利用率は平成23年度で44.5%（上小産青果物・米。重量ベース）または31%（上田市内産。品目ベース）であった。（上田市地産地消推進基本計画。平成24年度～平成27年度。平成24年5月、上田地産地消推進会議。前者は学校教育課資料。後者は長野県県産農産物利用状況調査。平成24年5月）米については20年度から23年度まで上田市産100%、一方青果物は20%程度である。上田地産地消推進基本計画によれば、学校給食における課題として、学校給食に求められる規格と品質を兼ね備えた食材の確保が困難、求められる量の確保が困難、としている。そして使用割合の目標を27年度46%としている。ただこれら40%台の数値は全国平均（約30%程度）よりも10%ほど高いものである。そして今後の学校給食における地産地消推進の課題としては収穫出荷量の情報提供、PRなどであるようだ。

・上田市学校給食運営審議会の答申

また「学校給食のあり方について（答申）」（平成23年6月7日。上田市学校給食運営審議会）

によれば「上田市における学校給食は（中略）、独自の取組として、各施設での実施回数は異なるが、希望献立、行事食、郷土食、地域食材の日、バイキングなどの特別献立を取り入れて、献立の多様化を図っている。」「食材の納入に当たっては、食材規格表に基づき、地元産や国産の食材を使用し、遺伝子組み換え食品は使用しないなどの配慮をしている。」「加えて、調理においては、化学調味料の使用を避け、だしは鶏がら等自然のものからとり、カレーもルウから手づくりするなど、できる限り手づくりによる調理を行っている。」（以上17ページ）と記されている。上田市ではセンター方式において、手づくり感・安全性・地域性・地産地消を大切にしたい給食を提供しようとしている。

・上田市立真田中学校の学校給食

また旧真田町の真田中学校の自校給食（単独調理場方式）の献立は、発芽玄米入りの米飯、和食中心のメニュー、小魚や果物がほとんど毎日つく、という特徴がある。（長野県上田市立真田中学校の給食の月別献立表より。）真田中学校では、パンと麺類はそれぞれ月に1～2回程度で、毎日のように発芽玄米入りごはんが出ている。国の平均値が米飯は週3回程度であり、上田の他の小中学校では米飯は週3回、パンと麺類が週1回ずつ、というのが通常である中、このように日本型の和食中心の献立である点がきわめて特徴的である。上田市内でも特徴的な真田中学校の給食は今後しばらく継続していく可能性がある。

真田中学校では過去に給食内容を改善し米飯中心に変え、家庭にも協力を求め、加えて授業改善や花壇づくりにも取り組んだ結果、さまざまな変化が現われたという。たとえば読書の習慣が広がり全国作文コンクールで入賞者が出るようになったこと、校内のタバコの吸い殻がなくなったこと、非行・不登校・いじめが減ったこと、学力全般が向上したことなどである。（大塚貢・西村修・鈴木昭平共著「給食で死ぬ！！－いじめ・非行・暴力が給食を変えたらなくなり、優秀校になった長野・真田町の奇跡！！」コスモ21、2012年）この著者の大塚氏は平成4年から真田中学校の校長、平成9年から真田町の教育長となり、栄養士の協力も得ながら、子どもの食と学校の改革に努めた。大塚氏によれば、食を変えれば子どもが変わるといふ。真田中学校の事例は食と心理の関連を示すものだろう。

・上田市学校給食と子ども

そもそも給食は地域の食育実践そのものである。地域の人や食材に触れる機会であり、子どもへの心身への影響度が高いものであろう。上田市の給食の持つ特色は未来の世代の子どもたちにとって非常に有益であるといえよう。

2. 上田市食育推進計画と市民の健康

さて平成24年3月、上田市食育推進計画が作成された。この上田市食育推進計画（平成24年3月）は身体的健康を重視した点が特徴的であると考えられる。この上田市食育推進計画の基本理念は「うえだの食で育む 健康なからだと豊かなこころ」であり、基本目標は「(1) 食を通して生涯にわたり健全な心と身体を培い、豊かな人間性を育てるための食育を推進します (2) 食生活が原因で発症する生活習慣病を予防するための食育を推進します (3) 様々な食体験を通

し、食への感謝と理解を深めるための食育を推進します」である。そしてライフステージの発達の各時期における獲得目標が掲げられている。また達成指標については身体的健康・食習慣に関するものが多い。なお平成23年4～5月「新上田市民総合健康づくり計画」と上田市食育推進計画の策定のための市民アンケート調査が行われ、上田市食育推進計画は平成23年1月から策定のための会議が開かれている。上田市食育推進計画は第1次上田市総合計画や第2次上田市民総合健康づくり計画「人・まち げんき健康うえだ21」（平成25年3月）と関連性を持っている。

上田市食育推進計画（平成24年3月）が身体的健康を重視している点は、長野市、松本市、佐久市、飯田市などの食育推進計画と比較すると、より明確になる。佐久市食育推進計画（平成24年3月）は基本理念が「食を大切に作る心を育む」であり、食生活の乱れを予防する観点から施策を掲げている。長野市食育推進計画（平成25年2月）は基本理念が「食を通じて〈いのち〉〈からだ〉〈こころ〉を育み郷土を育み元気なまち〈ながの〉を創る」であり、良い食習慣やマナーの習得とともに郷土の食文化を継承するという目標を掲げている。松本市食育推進計画（平成25年3月）は基本理念が「食にかかわる様々な活動をつなげ、市民一人ひとりの豊かな食習慣を育みます」であり「1日2食は3皿運動」「家族団らん手づくり料理を楽しむ日」事業を展開して豊かな食生活を目指している。飯田市食育推進計画（平成21年10月）は「城産域消で結（ゆい）の朝飯田（あさはんだ）」というスローガンのもと、朝食の推進、地産地消の推進、農業体験の推進を目指している。そして飯田市は平成21年に27.2%あった中学生の朝食欠食率を平成23年に7.7%まで減らすことに成功したという。（24年版食育白書による）

上田市食育推進計画（平成24年3月）が身体的健康を重視している点は、平成23年度前半までに上田市民の健康上の問題を示す調査結果が出たことが関係しているのであろう。ここで第2次上田市民総合健康づくり計画「人・まち げんき健康うえだ21」（平成25年3月）に示された上田市の現状を見ていく。これによれば、平成23年度上田市国民健康保険における1人当たりの医療費とその対前年度伸び率が県と比べて高い傾向にある。（県288,964円。上田市305,012円。国保年金課）また平成23年の高齢者人口に占める要介護認定者の割合（出現率）は国17.3%、県17.0%に対し、上田市は19.4%と高い。（高齢者介護課「第5期上田市高齢者総合福祉計画」）また平成18年、平成20年、平成22年では、脳血管疾患と心疾患による死亡率が、国や県より高くなっている。（平成18年の脳血管疾患では上田市、県、国の順に156.2、149.3、101.7、同じく平成22年では、148.2、144.7、97.2、等々。平成23年度保健業務と衛生統計）また平成23年度のメタボリックシンドローム該当者および予備軍の割合が、男女別年代別いずれも県よりも多く、また全国よりも多い年代がいくつかある。（平成23年度上田市国民健康保険特定健康診査結果、県：平成23年度保健事業実施状況、国：平成22年度特定健康診査・特定保健指導実施状況概況（集計表））また平成20年から23年にかけて糖尿病の指標となるHbA1cが6.1以上の人が増加しており、男女ともに年代に関係なく糖尿病が強く疑われる人が増加している。（男性12.5%から15.7%へ。女性7.2%から9.4%へ。上田市国民健康保険特定健康診査結果）さらに上田市は「運動習慣者」（1回30分以上の運動を週2回以上実施し、1年以上継続している人）の割合が国の半分程度である。（上田市男性18.3%、女性14.2%、国男性34.8%、女性28.5%。平成23

年度「健康づくり計画策定のためのアンケート調査」また睡眠で休養が充分取れていない人の割合が県や国と比べて高い。(上田市20.0%、県18.1%、国18.4%。平成23年度「健康づくり計画策定のためのアンケート調査」、平成22年度「県民健康・栄養調査」、平成21年度「国民健康・栄養調査」)

さらに平成12年・17年・22年度の3年間の市町村別生命表(厚生労働省)によれば、上田市の平均寿命は全国と比べて決して短くはないが、年度による差と男女差があった。平成12年度男性79.3歳、女性84.7歳で、女性が県を下回る。(長野県:男性78.9歳、女性85.2歳。全国:男性77.7歳、女性84.6歳)平成17年度は男性79.7歳、女性86.6歳で、長野県(男性79.8歳、女性86.5歳)と大差はない。平成22年度は上田市男性81.2歳は全国で上位45位に位置していたが、上田市女性86.5歳は県内の19市の中では最低、県内市町村内でも下位6位であった。

以上より上田市では平成23年度までに身体的健康・生活習慣病に注意が必要と考えられる調査結果が出ていることがわかる。よって生活習慣病予防など市民の健康上の課題の観点から食育推進活動を充実させていこうとしている上田市の施策は、地域の必要性にこたえるものであるといえよう。上田市は「健幸」都市を目指しており、健康づくりチャレンジポイント制度を設置している。ただし上田市の施策は、飯田市や「3010運動」の松本市のようなインパクトがあるわけではないため、多くの市民を巻き込むためにはさらに目を引く提言が必要だろう。

本研究の総括

本研究ではまず平成25年版から28年版の食育白書を用いて食育の現状・特徴を分析・考察した。その結果、近年、地域関係者との連携の広がり、地域の民間団体での取組への注目などが特徴として挙げられた。学校・保育所などでは地域と連携した食育推進が求められているといえる。また若い世代の食育、特に朝食欠食が今後の課題である。長野県上田市では学校給食・食育推進計画に特徴があった。上田市では市民の身体的健康の観点から食育推進計画が立てられたといえる。今後の食育は地域が主役になって、地域の実情に応じて施策が行われていくことが重要であろう。

文献

- ・“食育基本法”(平成17年法律第63号 最終改正:平成21年6月5日法律第49号)
- ・内閣府編集 “平成24年版食育白書”(勝美印刷株式会社 平成24年7月6日発行)
- ・内閣府編集 “平成25年版食育白書”(勝美印刷株式会社 平成25年7月5日発行)
- ・内閣府編集 “平成26年版食育白書”(勝美印刷株式会社 平成26年7月4日発行)
- ・内閣府編集 “平成27年版食育白書”(勝美印刷株式会社 平成27年7月21日発行)
- ・農林水産省編集 “平成28年版食育白書”(日経印刷株式会社 2016年8月1日発行)
- ・食育推進会議 “第2次食育推進基本計画”(平成23年3月31日決定)

- ・食育推進会議 “第3次食育推進基本計画”（平成28年3月18日決定）
- ・厚生労働省 “保育所における食事の提供ガイドライン”（平成24年3月策定）
- ・外山紀子 “作物栽培の実践と植物に関する幼児の生物学的理解” 2009年 教育心理学研究, 57, pp. 491-502.
- ・大塚貢・西村修・鈴木昭平（共著）“給食で死ぬ！！－いじめ・非行・暴力が給食を変えたらなくなり、優秀校になった長野・真田町の奇跡！！” 2012年 出版社：コスモ21
- ・内閣府 “家族の日・家族の週間” 少子化対策 子ども子育て本部
<http://www8.cao.go.jp/shoushi/shoushika/family> (2016. 11. 7最終アクセス)
- ・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24年5月）
<http://www.city.ueda.nagano.jp/nosei/kurasi/chisan/documents/20120904151828320.pdf>
(2016. 9. 15最終アクセス)
- ・上田市 “第2次上田市民総合健康づくり計画「人・まち げんき健康うえだ21」”（平成25年3月）
<http://www.city.ueda.nagano.jp/kenko/kenko.fukushi/kenko/zoshin/documents/20130610172731106.pdf> (2016. 9. 15最終アクセス)
- ・上田市学校給食運営審議会 “学校給食のあり方について（答申）”（平成23年6月7日）
<http://www.city.ueda.nagano.jp/kyoiku/kenko.fukushi/shochu/kekaku/documents/20110607084532434.pdf> (2016. 9. 15最終アクセス)
- ・上田市立真田中学校 “給食献立表”（平成28年度）
<http://www.school.unic.jp/sanada/files/H28Kondate.pdf> (2016. 9. 15最終アクセス)
- ・上田市 “上田市食育推進計画”（平成24年3月）
<http://www.city.ueda.nagano.jp/kenko/kenko^fukushi/kenko/zoshin/documents/20120801163718121.pdf> (2016. 9. 15最終アクセス)
- ・長野市 “第2次長野市食育推進計画”（平成25年4月）
<http://www.city.nagano.nagano.jp/uploaded/attachment/50798.pdf> (2016. 9. 15最終アクセス)
- ・松本市 “第2期 松本市食育推進計画”（平成25年3月）
<http://www.city.matsumoto.nagano.jp/kenko/kenkodukuri/syokuiku.files/hyousi.pdf>
(2016. 9. 15最終アクセス)
- ・佐久市 “佐久市食育推進計画”（平成24年3月）
<http://www.city.saku.nagano.jp/kenko/pinkoroundo/syokuikusokushin/suishinkeikaku.files/file221.pdf> (2016. 9. 15最終アクセス)
- ・飯田市 “飯田市食育推進計画”（平成21年10月）
<https://www.city.iida.lg.jp/uploaded/attachment/14884.pdf> (2016. 9. 27最終アクセス)
- ・厚生労働省 “市町村別生命表”（平成12年、平成17年、平成22年） 厚生労働統計一覧
<http://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/life/ckts10/dl/04.pdf> (2016. 8. 8最終アクセス)