

第2章 栗原市の食をめぐる現状と課題

1 栗原市の食をめぐる現状

これまでの取り組みの成果や食をめぐる状況等の把握のため、食に関するアンケートを行い、また、市で実施している健康診査結果等も含め、栗原市の「食」をめぐる状況について顕著な設問を抜粋して紹介します。

□食に関するアンケート調査について（令和3年11月～12月実施）

第4期計画に活用した「食に関するアンケート」は以下の方に御協力いただきました。

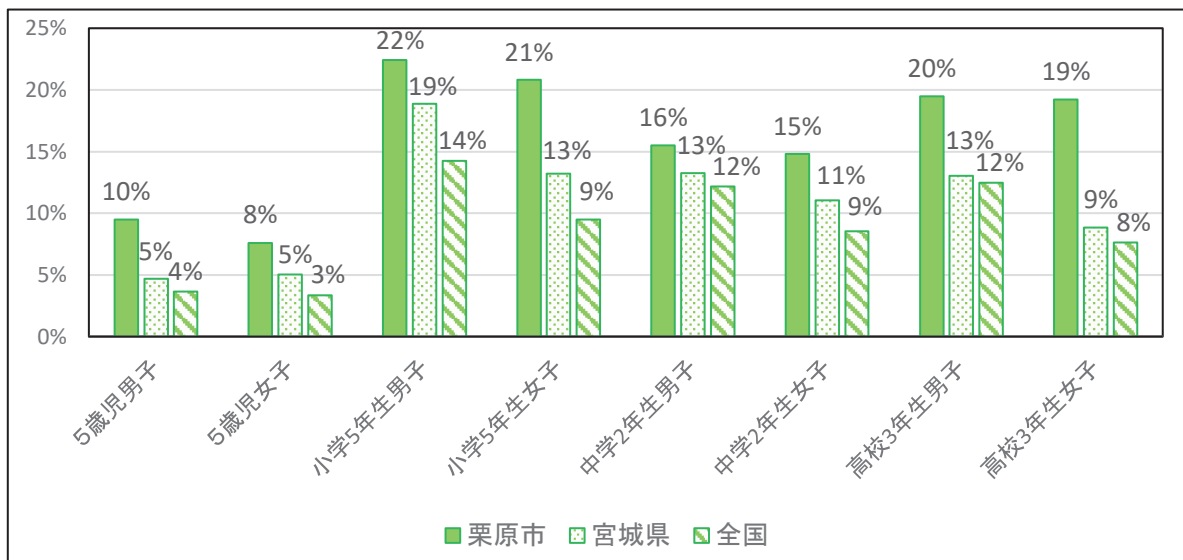
対 象	配布数	回収数	回収率
幼稚園児（5歳児）	383人	331人	86.4%
小学1年生	393人	319人	81.2%
小学5年生	477人	413人	86.6%
中学2年生	511人	456人	89.2%
高校3年生 （市外の者も含む）	404人	373人	92.3%
小学1年生保護者	393人	293人	74.6%
小学5年生保護者	477人	388人	81.3%
一般成人	14,744人	9,432人	64.0%
計	17,782人	12,005人	67.5%

※幼稚園児（5歳児）、小学1年生、小学5年生は保護者が回答、それ以外は本人が回答しています。

□食に関するアンケート及び各種健康診査等の結果（抜粋）

①肥満傾向児（注⁷）の割合

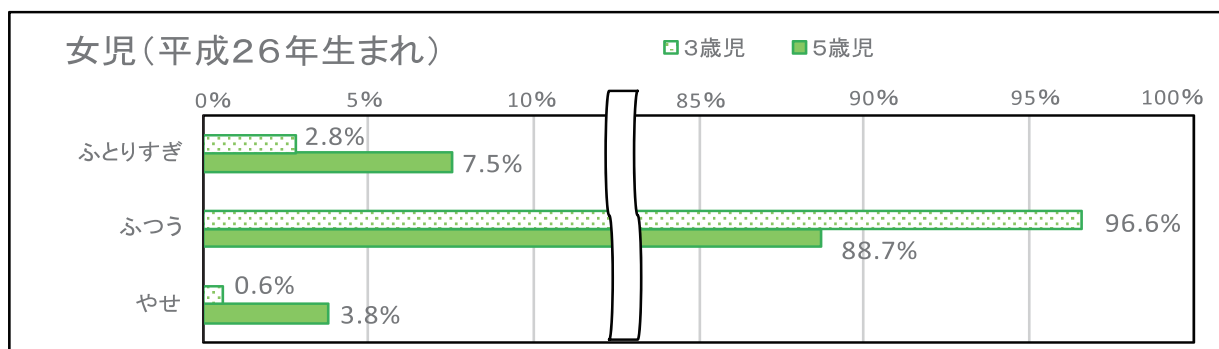
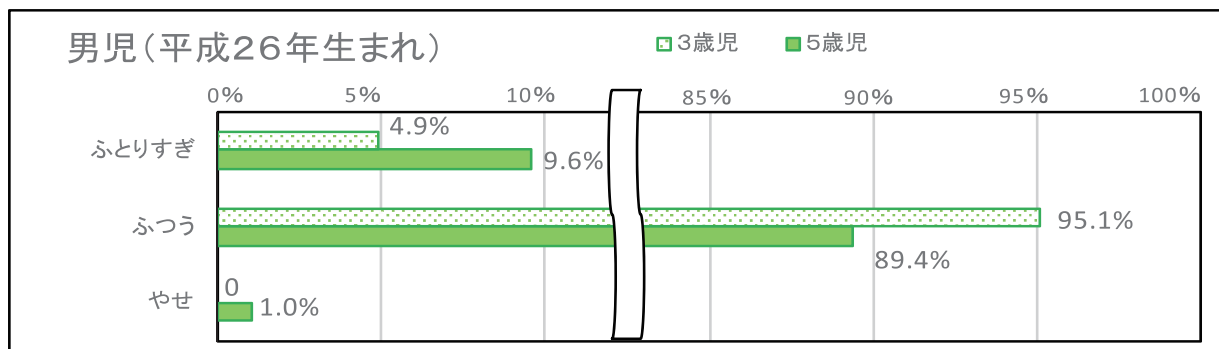
児童・生徒の肥満傾向児の割合は、全ての学年において男女ともに宮城県、全国より高くなっています。



◆栗原市小中学校：令和2年度健康課題統計調査
 栗原市高等学校：令和2年度学校身体計測結果
 宮城県・全国：令和2年度学校保健統計調査

②栗原市3歳児健康診査と5歳児時点での体格区分の比較

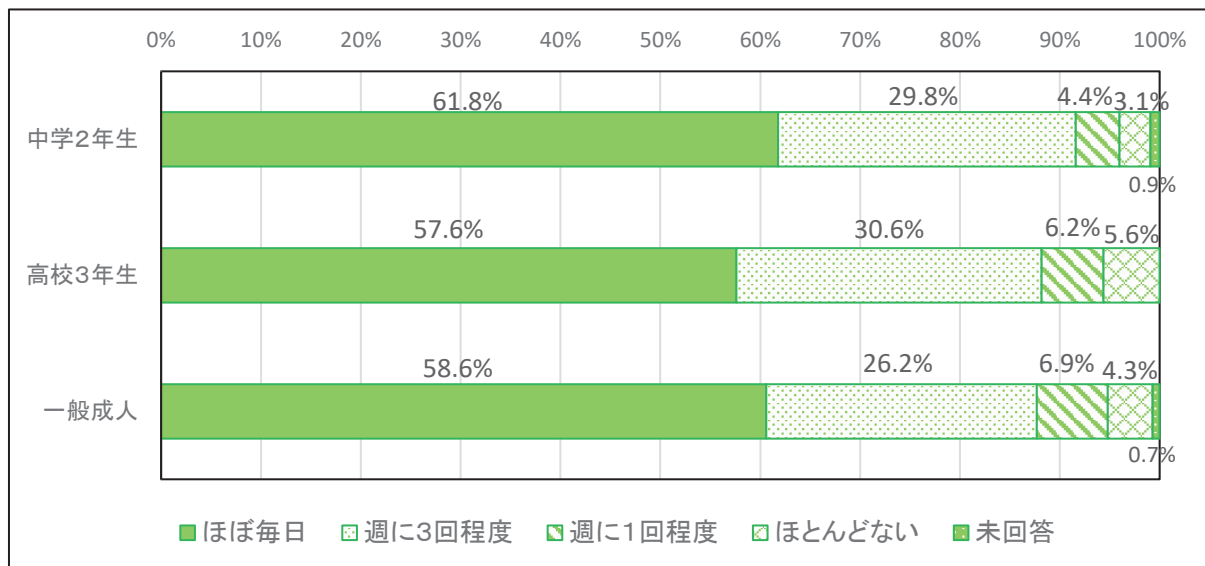
栗原市では3歳児健康診査後から5歳児までにかけて、肥満が多く出現する傾向があります。



◆栗原市3歳児健康診査と5歳児時点での体格区分の比較

③主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上食べている日は週に何回位ありますか

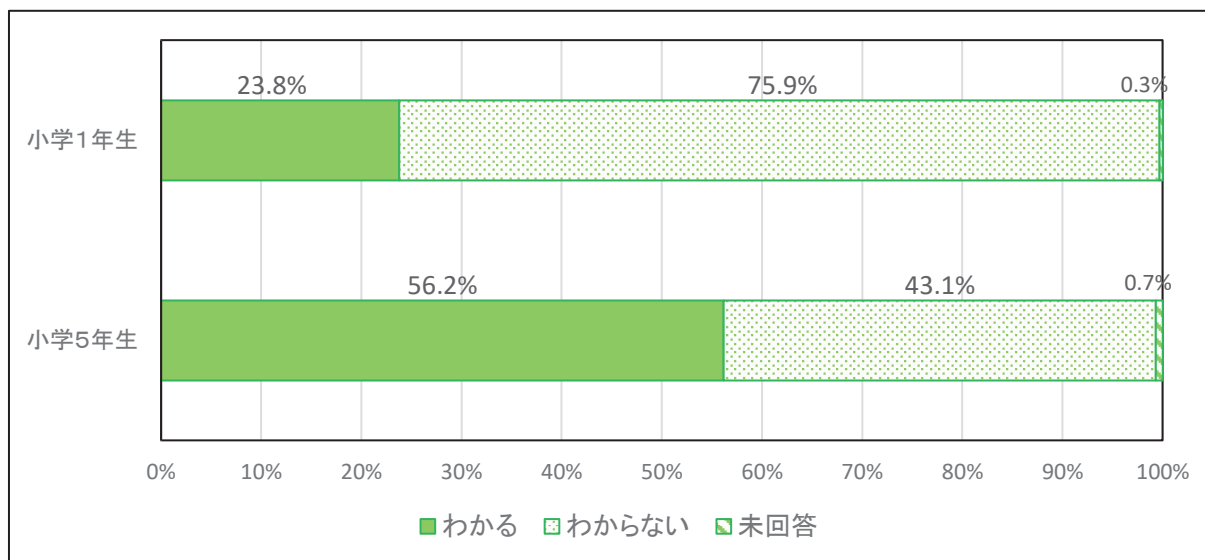
1日2回以上、主食・主菜・副菜を組み合わせて「ほぼ毎日」食べている割合は60%前後でした。週に3回程度も含めると、どの対象も80%以上でした。



◆令和3年度食に関するアンケート

④三色食品群の赤（主菜）・緑（副菜）・黄色（主食）の食品がわかりますか

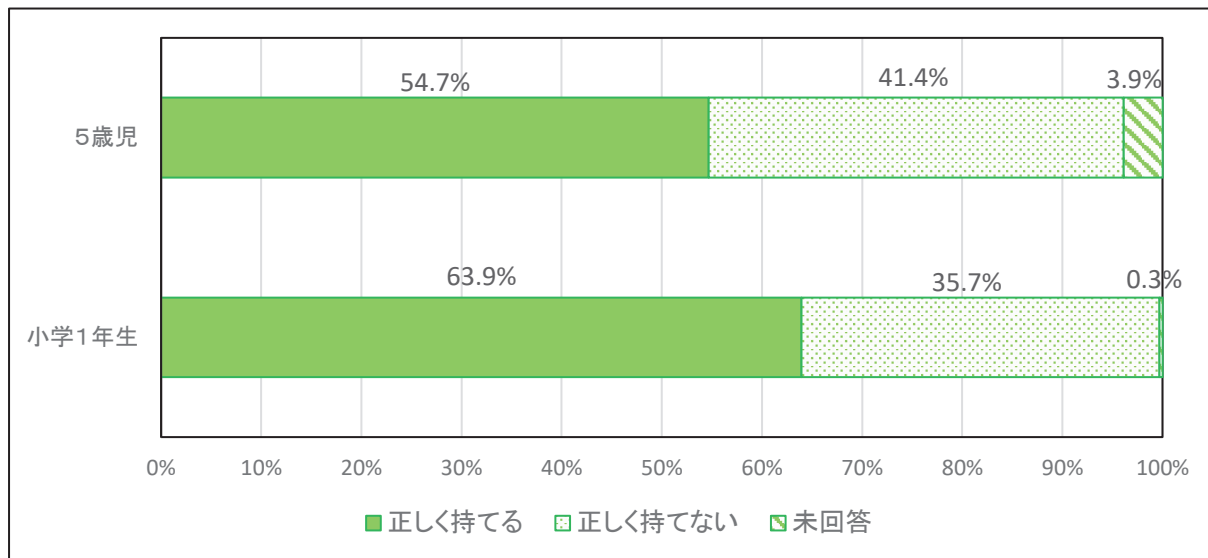
三色食品群について「わかる」と回答した割合は、小学1年生と小学5年生では約30%の差があり、高学年ほど「わかる」と回答する割合が高い結果でした。



◆令和3年度食に関するアンケート

⑤箸を正しく持って食べていますか

箸を正しく持てる割合は、5歳児では54.7%ですが、小学1年生になると63.9%が正しく持っています。

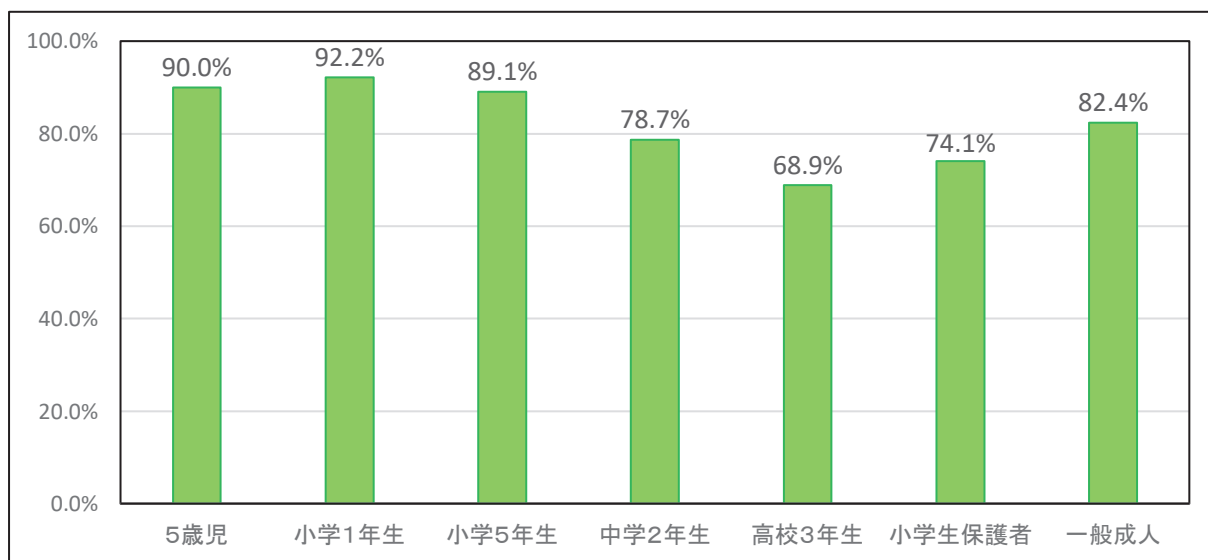


◆令和3年度食に関するアンケート

⑥朝食は食べますか

朝食を「毎日食べる」と回答した割合は、学年とともに減少し、高校3年生が市内では最も少ない状況でした。

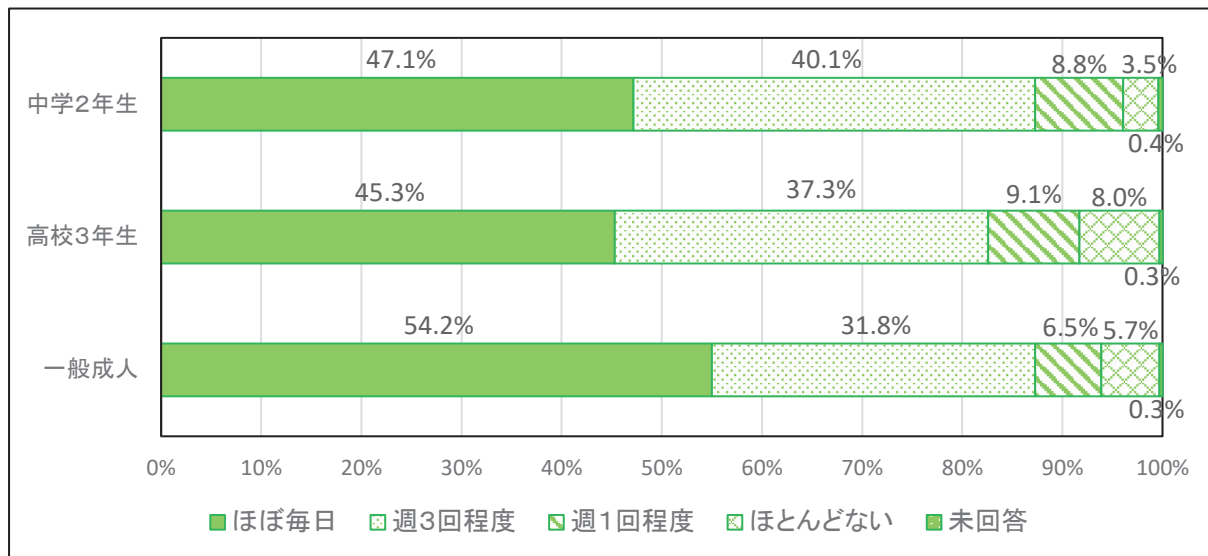
「ほとんど食べない・食べない」と選択者が回答した理由としては、「時間がない」が最も多く、次いで「習慣で食べない」が多い状況です。



◆令和3年度食に関するアンケート

⑦ 1日3回野菜のおかず（漬物を除く）を食べる日は週何回くらいありますか

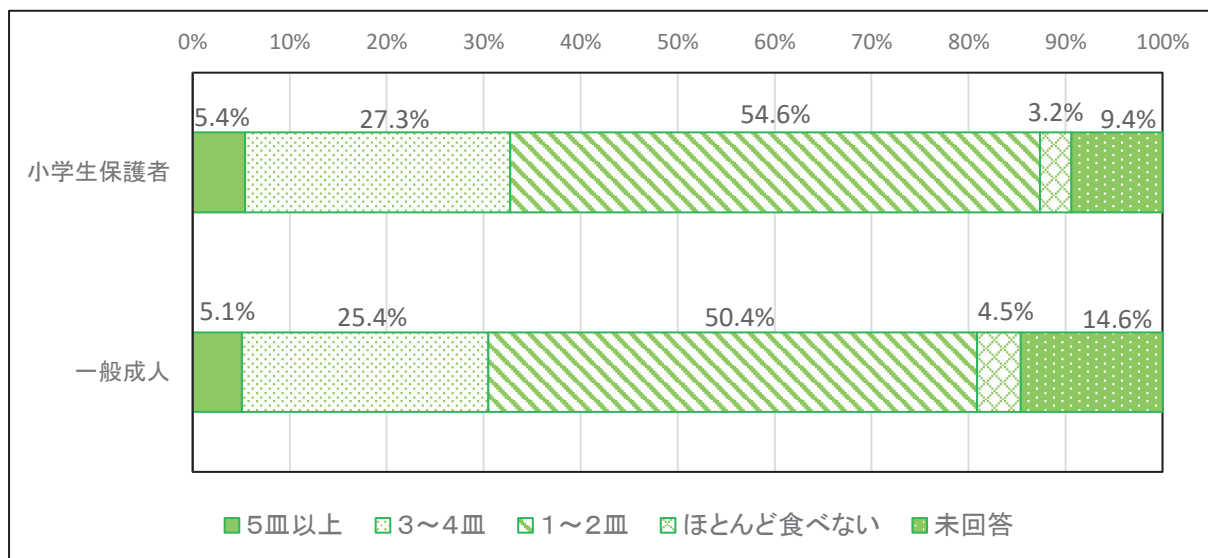
1日3回野菜のおかずを「ほぼ毎日食べている」と回答した人の割合が最も多く、週3回程度を含めると、どの対象も80%以上でした。



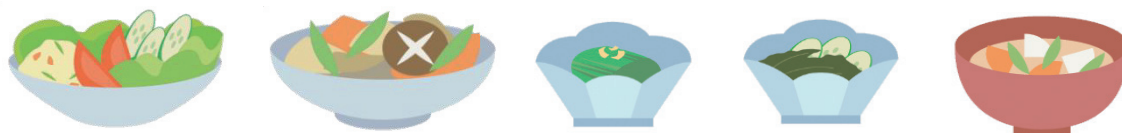
◆令和3年度食に関するアンケート

⑧ 1日に野菜料理を何皿食べていますか（1皿の目安：小鉢のお浸し）

1日に食べる野菜料理の皿数については、1日1～2皿と回答した人の割合が最も多く、1日に必要な野菜の量（注⁸）である1日5皿以上と回答した人の割合は一般成人で5.1%、小学生保護者で5.4%でした。

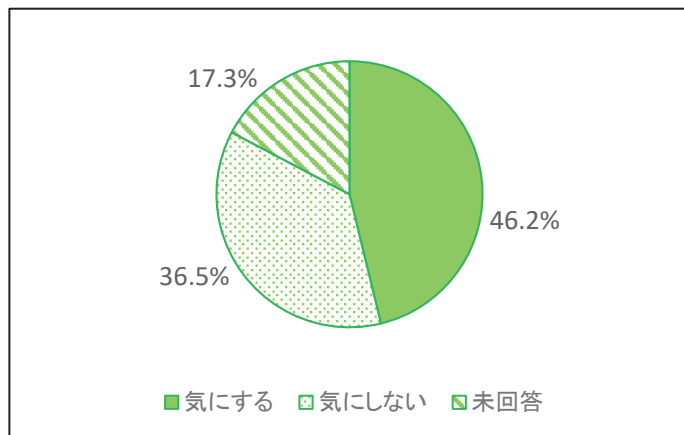


◆令和3年度食に関するアンケート



⑨食品を買うとき、食品表示（生産地やエネルギー（kcal）など）を気にしますか（一般成人）

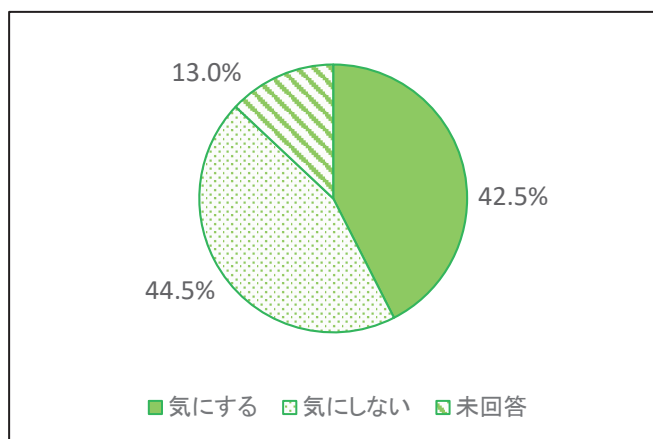
食品表示などを気にして食品を買うと回答した割合は、46.2%でした。



◆令和3年度食に関するアンケート

⑩食品を買うとき、地元産を目安にしますか（一般成人）

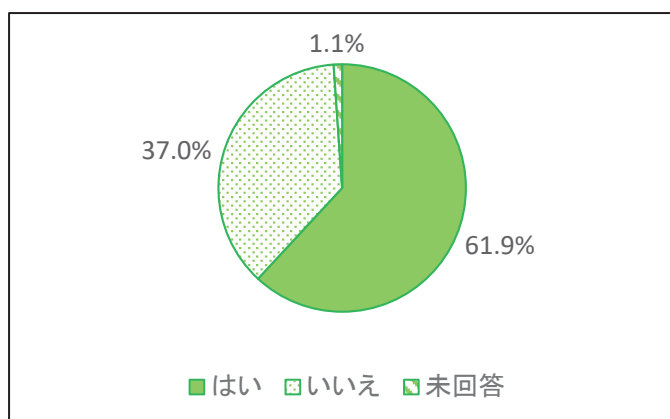
地元産を目安にする割合は、「気にする」と「気にしない」のどちらも40%程度でした。



◆令和3年度食に関するアンケート

⑪食事はゆっくりよく噛んで食べていますか（一般成人）

食事をゆっくりよくかんで食べている割合は、61.9%でした。



◆令和3年度食に関するアンケート

2 第3期計画の達成状況

第4期計画の策定に当たっては、第3期計画期間中の食育に関する事業実施状況や成果などを検証し、必要な見直しを行いました。

第3期計画の3つの重点施策、「食」をとおした健康づくりの推進、望ましい食習慣の定着、くりはらの食を地域ぐるみで伝承、に関する目標値42指標のうち、第3期計画時の値と直近値を目標に沿って評価したところ、目標値を達成した指標（A）は6指標（14.3%）、目標に達しないものの、第3期計画時の目標値と比較した結果、改善傾向（B）にあった指標は8指標（19.0%）、ほぼ変化なし（C）が20指標（47.6%）、悪化傾向（D）が6指標（14.3%）、評価不能（E）が2指標（4.8%）でした。

なお、第3期計画策定時（平成28年度）のデータがない指標については、平成30年度から令和3年度までの事業実施状況等を踏まえた比較・分析を行い、さらに栗原市食育推進委員会及び食育推進庁内担当者からの各種事業の実績報告をもとに総合的に評価を行いました。

<目標達成状況>（全42指標）

目標達成状況	指標数	割合
A：目標達成	6	14.3%
B：改善傾向	8	19.0%
C：ほぼ変化なし	20	47.6%
D：悪化傾向	6	14.3%
E：評価不能	2	4.8%

※目標達成状況の判定については、第3期計画策定時と直近の現状値を比較し、その増減が偶発的ではないことを検証しました。

【目標を達成した指標（A）】

- 1日3回野菜（漬物を除く）を食べる人の割合が増える
- 週3回以上家族の誰かと食べる（共食）家庭の割合が増える
（小学1年生、小学5年生、中学2年生、高校3年生）
- 学校給食における食品ロスを減らす

目標値を達成した指標については、市内保育所、幼稚園、小中学校や高等学校の協力のもと、教育委員会をはじめ関係機関・団体と連携を図り、推進してきた成果であると考えられます。また、コロナ禍において、家族での食事が増えたことも影響していると考えられます。

【悪化傾向の指標（D）】

- 肥満者（児）の割合が減る（40代以上女性）
- 食品表示を気にする人の割合が増える
- 食に関するPTA活動が増える
（市内保育所、市内幼稚園、市内小学校）
- 地元産を目安に買う人の割合が増える

悪化傾向の指標については、住民健診の結果より、働き盛りの年代で肥満傾向の増加がみられました。特に女性で間食をとる人の割合及び就寝2時間前に夕食をとる人の割合は県の平均を超えており、県内の他の圏域と比較しても高い状況です。

食に関するPTA活動については、食に関するアンケート（施設分）の結果より、コロナ禍のため事業の中止や縮小が悪化傾向の要因でした。

※施設分の食に関するアンケートは、市内の保育所、幼稚園、小学校等に御協力いただきました。

【重点施策1】 「食」をとおした健康づくりの推進

- ・ 目標を達成した指標（A）は「1日3回野菜（漬物を除く）を食べる人の割合が増える」でした。
- ・ 改善傾向の指標（B）は「ゆっくりよく噛んで食事をする人の割合が増える」でした。
- ・ ほぼ変化なしの指標（C）は「毎日朝食を食べる人の割合が増える」「主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている人の割合が増える」でした。
- ・ 悪化傾向の指標（D）は「肥満者（児）の割合が減る」の40代以上女性と、「食品表示を気にする人の割合が増える」でした。
- ・ 評価不能の指標（E）は、「むし歯の保有数が減る」でした。学校歯科健診において、平成29年度からむし歯の把握が「乳歯を含まない永久歯のみ」に変更になったため評価不能となっています。

指 標	対 象	第3期計画時 (平成28年度)	目標値	現状値 (令和3年度)	達成状況
毎日朝食を食べる人の割合が増える	中学2年生	80%	90%以上	78.7%	C
	高校3年生	70%	90%以上	68.9%	C
主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている人の割合が増える	中学2年生	-	70%	61.8%	C
	高校3年生	-	70%	57.6%	C
	成人	-	65%	58.6%	C
1日3回野菜（漬物を除く）を食べる人の割合が増える	成人	23%	50%以上	54.2%	A
肥満者（児）の割合が減る	5歳児	6%	5%以下	7.7%	C
	小学5年生	21%	19%以下	19.1%	C
	中学2年生	14%	13%以下	15.7%	C
	高校3年生	13%	12%以下	16.2%	C
	30代以上男性	35%	25%以下	37.2%	C
	40代以上女性	26%	25%以下	28.4%	D
むし歯の保有数が減る	小学1年生	2.7本	1本以下	-	E
	小学5年生	1.7本	1本以下	-	E
ゆっくりよく噛んで食事をする人の割合が増える	成人	-	60%	61.9%	B
食品表示を気にする人の割合が増える	成人	53%	85%以上	46.2%	D

【重点施策2】 望ましい食習慣の定着

- ・目標を達成した指標（A）は、「週3回以上家族の誰かと食べる（共食）家庭の割合が増える」「学校給食における食品ロスを減らす」でした。
- ・改善傾向の指標（B）は、「食前・食後のあいさつをする人の割合が増える」「食事の前に手洗いをする人の割合が増える」でした。
- ・ほぼ変化なしの指標（C）は、「箸を正しく持てる割合が増える」「三色食品群の赤（主菜）緑（副菜）・黄（主食）の食品が分かる」でした。
- ・悪化傾向の指標（D）は、「食に関するPTA活動が増える」でした。

指 標	対 象	第3期計画時 (平成28年度)	目標値	現状値 (令和3年度)	達成状況
食前・食後のあいさつをする人が増える	中学2年生	88%	100%	89.9%	C
	高校3年生	66%	100%	83.9%	B
	成人	64%	100%	67.9%	B
箸を正しく持てる割合が増える	5歳児	58%	70%以上	54.7%	C
	小学1年生	60%	90%以上	63.9%	C
食事の前に手洗いをする人の割合が増える	5歳児	57%	100%	64.4%	B
週3回以上家族の誰かと食べる（共食）家庭の割合が増える	小学1年生	80%	90%以上	99.4%	A
	小学5年生	74%	90%以上	98.5%	A
	中学2年生	69%	80%以上	94.7%	A
	高校3年生	69%	80%以上	90.1%	A
学校給食における食品ロスを減らす	学校給食	13%	12%以下	9.3%	A
三色食品群の赤（主菜）緑（副菜）・黄（主食）の食品が分かる	小学1年生	-	25%	23.8%	C
	小学5年生	-	60%	56.2%	C
食に関するPTA活動が増える	市内保育所	77%	80%以上	0.0%	D
	市内幼稚園	56%	80%以上	9.1%	D
	市内小学校	85%	90%以上	8.3%	D

【重点施策3】 くりはらの食を地域ぐるみで伝承

- ・改善傾向の指標（B）は、『『くりはらの食』を知っている人の割合が増える』でした。
- ・ほぼ変化なしの指標（C）は、「学校給食で地場産品利用割合が増える」「食生活改善推進員（注⁹）の地区充足率（注¹⁰）が上がる」「食に関する活動を、地域住民の協力のもと行う割合が増える」でした。
- ・悪化傾向の指標（D）は、「地元産を目安に買う人の割合が増える」でした。

指 標	対 象	第3期計画時 (平成28年度)	目標値	現状値 (令和3年度)	達成状況
学校給食での地場産品利用割合が増える	学校給食	27%	35%	25.1%	C
地元産を目安に買う人の割合が増える	成人	48%	60%以上	42.7%	D
「くりはらの食」を知っている人の割合が増える	小学1年生	15%	100%	37.3%	B
	小学5年生	33%	100%	51.8%	B
	中学2年生	42%	100%	59.9%	B
	成人	23%	100%	52.7%	B
食生活改善推進員の地区充足率が上がる	地区	62%	80%以上	56.9%	C
食に関する活動を、地域住民の協力のもと行う割合が増える	市内保育所	31%	60%以上	8.3%	C
	市内幼稚園	78%	90%以上	81.3%	C
	市内小学校	62%	80%以上	33.3%	C

3 特に重点的に取り組むべき課題

食に関するアンケート及び第3期計画の達成状況より見えてきた課題について分析し、特に重点的に取り組むべき課題について、第4期計画に向け以下のようにまとめました。

(1) 幼児・児童・生徒及び成人において、肥満者の割合が国・県を上回っている。

この背景には日常生活における活動量の低下等の要因があることから、引き続き「肥満者(児)の割合が減る」を指標に掲げ、重点的に取り組んでいく必要があります。

(2) 「食品表示を気にする人の割合」が半数以下である。

健康の保持・増進には食品に含まれる栄養成分等の食品表示を活用した食べ方を周知・啓発し、生活習慣病の予防に取り組んでいく必要があります。

(3) くりはらの食は知っているが、地元産を目安に買う人は少ない状況である。

食に関するアンケート結果で「くりはらの食(郷土料理)を知っている」と回答している割合は小学1年生を除き半数以上の方が知っているとの結果でした。

一方、地元産を目安に買う人の割合は半数以下で、家庭で収穫できる食材以外を購入する傾向が伺えることから、地元産を意識して購入及び食べることも合わせて推進する必要があります。

以上の課題を踏まえ、第4期計画では第3期計画に引き続きこれまで以上に、市民一人ひとりが正しい知識を習得し、市民(個人・家庭)が主役の食育を、学校や職場、関係団体等がそれぞれの役割を担い、連携・協働し、栗原の食材で健全な食生活を実践することで、健康寿命の延伸につなげることを目指します。

特に、将来の栗原市を担う子どもたちは、健全な心と身体を培い、豊かな人間性を育み生きる力を身に付けていくことが重要です。そこで乳幼児期・学童期・思春期を「子育て期」として位置づけ、保護者が我が子の健康と望ましい食習慣を育み、共食で食事の挨拶や正しい箸の持ち方などのマナーを学び、その時期に必要な家庭での「食のあり方」について実践できるよう推進していきます。