

## 第5章 食育推進計画の施策

「食」は、生きる上での基本であり、あらゆる分野にわたって、私たちの生活に重要な役割を担っています。本町では、食育を推進していく上で大切にしたい方針を4つ設定します。

### 1 方針

#### 方針1 生涯を通じて健全な食生活を実践できる

すべての世代が健康や食への意識を持ち、一人ひとりが自分の身体に合った食事を選択できる力を身に付け、望ましい食習慣を積み重ねることで健康な暮らしにつながります。「食」に関する知識や判断力を養い、生涯にわたって健全な食生活を自ら実践できる力を育てていきます。

#### 方針2 魅力あふれる町の食を再発見する

先人より伝えられた行事食や郷土料理、地域の特産である食材の上手な調理法などは町の財産です。日常の食卓に積極的に取り入れることで次世代に伝えつつ、時代に応じた優れた食文化を継承することが大切です。また、子どもの頃から色々な食物にふれる農・漁業の体験をする、食を通して地域とのコミュニケーションを取るなどすることで食事の楽しさや大切さを再認識できる機会となります。食文化の継承と共食の推進を行います。

#### 方針3 持続可能な食を支える環境を推進する

「食」に関わるさまざまな人の活動や「食」に関する知識などの理解を深め、生産者と消費者が一体となった地産地消の取組が必要です。また、環境と調和のとれた食料の生産及び消費の推進、フードロス削減など持続可能な食環境の整備も大切です。地産地消の推進、持続可能な食環境の整備に取り組みます。

#### 方針4 食育の推進を図る

家庭、学校、保育所、行政、地域全体で町民運動として食育の推進に取り組んでいくことが大切です。また、食の安心安全や災害時の食事など命に関わる重要な内容の情報提供と共有に取り組みます。



キャロット2世



ポッチャ



いち子とゴロー

## 2 課題と目標と取組

この計画は、方針ごとに課題と目標・取組をまとめています。

### 方針1 生涯を通じて健全な食生活を実践できる

ライフ ステージ	課 題	現状データ
妊娠期	栄養のバランスを考えて食品を選んだり、食事の準備をしたりしている者の割合が減少している。	図 2-①町民アンケート結果 (第2次計画評価指標)
乳幼児期	主食・主菜・副菜がそろっている者の割合が減少している。	図 2-②町民アンケート結果 (乳幼児保護者)
学童期・ 思春期	家の食事に主食・主菜・副菜がそろっている中学生の割合が減少した。 食事の代わりに嗜好品を食べることが1日1回以上ある17歳が増加している。 朝食を欠食する児童・生徒の割合は、各年代で増加傾向にある。 色の濃い野菜を家でほぼ毎日食べている者の割合が17歳は少ない。	図 2-③町民アンケート結果 (主食・主菜・副菜) 図 2-④町民アンケート結果 (食事の代わり) 図 2-⑤町民アンケート結果 (朝食) 図 2-⑥町民アンケート結果 (緑黄色野菜の摂取)
青壮年期	朝食をほぼ毎日食べている者は、30歳代・60歳代で減少している。令和5年度は、30歳代が最も少ない。	図 2-⑦町民アンケート結果 (朝食)
高齢期	低栄養傾向の高齢女性の割合が県平均より多い。 60歳以上で嘔みにくさなどを感じている者が23%いる。	図 2-⑧後期高齢者医療広域 連合健診結果 図 2-⑨町民アンケート結果

#### 【検討部会意見】

- ・ 咀嚼できない子が増えている（こども園、小学・中学校）。
- ・ 離乳食教室など保護者への正しい知識の周知の機会が少ない。また、情報を受け取りやすいような環境を整えてほしい。
- ・ 時短料理の普及があるとよい。
- ・ 高齢者は、「食べる」ことができていない人が多い、「しっかり食べよう」のメッセージが必要と感じる。
- ・ 高齢者の食環境整備が必要である。
- ・ 地域での配食等のサービスがあると良い。

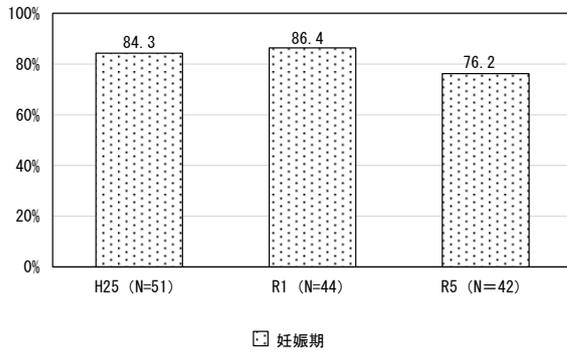
ライフ ステージ	目 標	取 組
妊娠期	赤ちゃんと自分の健康のために、栄養素の補充とバランスの良い食事を摂る。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・必要な栄養素等について学習し、食生活を見直す。</li> <li>・食材の味を活かした節塩の料理に慣れる。</li> </ul>
乳幼児期	食べることを覚え、適切な食生活のリズムを身に付ける。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・離乳食から幼児食へと移行し、食事のリズムと噛む力の基礎を身につける。</li> <li>・食材の味を活かした節塩の料理に慣れる。</li> <li>・色々な食材を食べる経験を増やす。</li> </ul>
学童期・ 思春期	適切な食習慣を身につけ、成長に必要な栄養素を摂取できるようにする。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・朝食を毎日食べる。</li> <li>・主食、主菜、副菜がそろった食事を摂る。</li> <li>・食材の味を活かした節塩の料理に慣れる。</li> <li>・緑黄色野菜を毎日食べる。</li> <li>・色々な食材を食べる経験を増やす。</li> </ul>
青壮年期	適切な食習慣と食事の内容を心がけ、適正体重を維持する。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・朝食を毎日食べる。</li> <li>＊その他は、健康増進計画「栄養・食生活」に掲載</li> </ul>
高齢期	適切な食事の内容を心がける。フレイル予防に努める。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・朝食を毎日食べる。</li> <li>・主食、主菜、副菜がそろった食事を1日2回以上摂る。</li> <li>・食材の味を活かした節塩の料理に慣れる。</li> <li>・緑黄色野菜を毎日食べる。</li> <li>・よく噛んで食べる。</li> <li>・水分補給にも心がける。</li> </ul>

【指標】

NO	指標項目	現状値	中間値 2030年度	目標値 2036年度	データ根拠
1	朝食をほぼ毎日食べる者の割合 小学生	88.6%	90%	95%	町民アンケート 調査小学5年生
2	朝食をほぼ毎日食べる者の割合 中学生	89.1%	90%	95%	町民アンケート 調査中学2年生
3	朝食をほぼ毎日食べる者の割合 20歳代	66.2%	70%	75%	町民アンケート 調査20歳代
4	朝食をほぼ毎日食べる者の割合 30歳代	63.1%	70%	75%	町民アンケート 調査30歳代
5	何でも噛んで食べる者の割合 幼児期	81.0%	85%	90%	幼児健診アンケート結果
6	何でも噛んで食べる者の割合 高齢期 60歳以上	73.1%	75%	80%	町民アンケート
7	緑黄色野菜を毎日食べている者の割合 学童・思春期	55.0%	60%	65%	町民アンケート

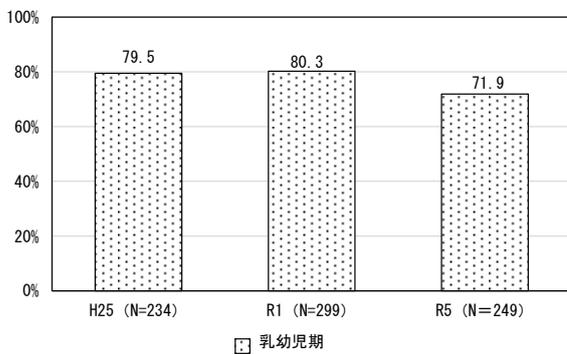
【現状データ】

【図2-① 栄養のバランスを考えて食品を選んだり、食事の準備をしている妊婦の割合】



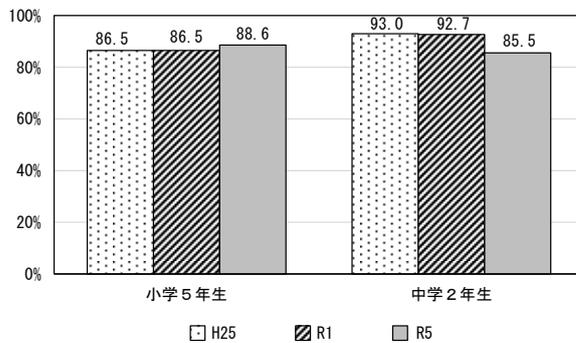
「栄養のバランスを考えて食品を選んだり、食事の準備をしている妊婦の割合」は、令和5年度で減少しており、76.2%となっています。

【図2-② 子どもの食事について、主食・主菜・副菜をバランスよくそろえるようにしている保護者の割合】



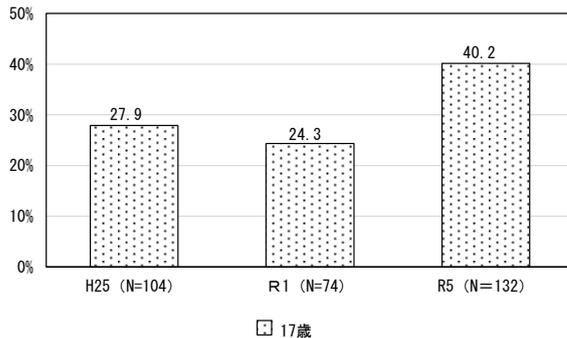
「子どもの食事について、主食・主菜・副菜をバランスよくそろえるようにしている保護者」は、令和5年度で減少しており、71.9%となっています。

【図2-③ 家の食事に主食・主菜・副菜がそろっている児童・生徒の割合】



「家の食事に主食・主菜・副菜がそろっている児童・生徒の割合」は、令和5年度で小学5年生は増加しており、中学2年生は減少しています。

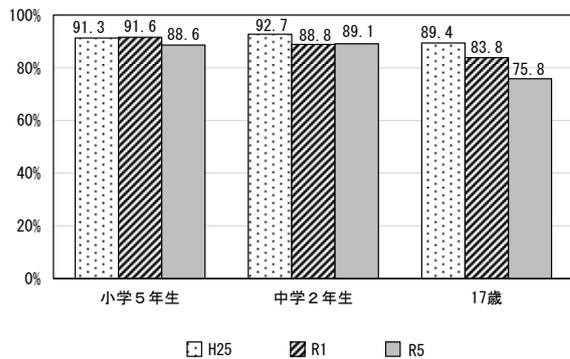
【図2-④ 食事の代わりに嗜好品を食べることが1日1回以上ある17歳の割合】



「食事の代わりに嗜好品を食べることが1日1回以上ある17歳の割合」は、令和5年度で大幅に増加しており、40.2%となっています。

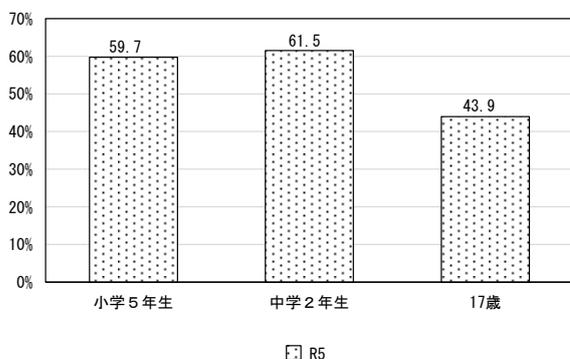
【現状データ】

【図2-⑤ 朝食を毎日食べている児童・生徒の割合】



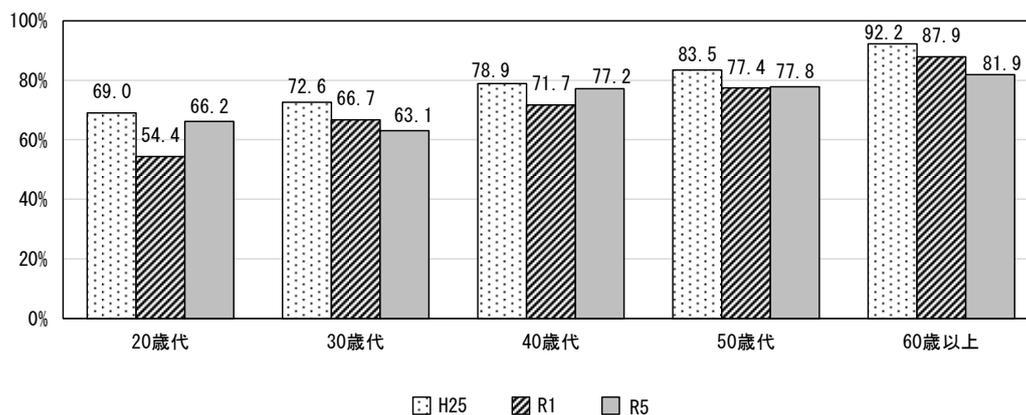
「朝食を毎日食べている児童・生徒の割合」は、令和5年度で小学5年生88.6%、中学2年生89.1%で横ばいであるが、17歳で、75.8%と減少しています。

【図2-⑥ 色の濃い野菜（緑黄色野菜）を家で食べている児童・生徒の割合】



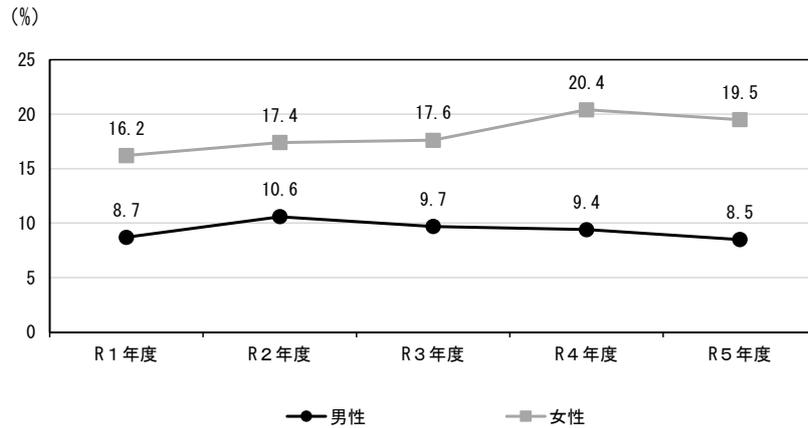
「色の濃い野菜（緑黄色野菜）を家で食べている児童・生徒の割合」は、小学生59.7%、中学生61.5%で約6割となっています。17歳は、43.9%と低くなっています。

【図2-⑦ 朝食を毎日食べている者の割合】



「朝食を毎日食べている者の割合」は、平成25年度と令和5年度を比較すると、どの年代も減少しています。令和5年度では、30歳代が63.1%と最も少なくなっています。

【図2-⑧ BMIが20以下の者の割合】

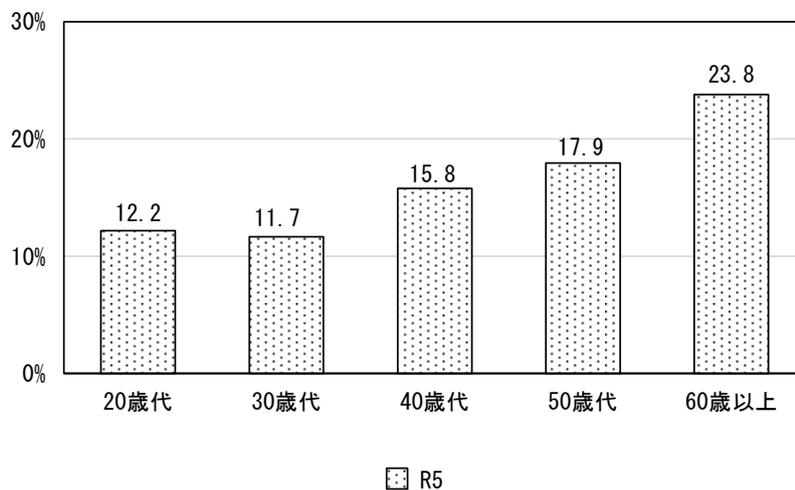


資料：後期高齢者医療広域連合健診結果（75～84歳）  
第三次生涯健康県おおいた21

「BMIが20以下の者の割合」を経年で見ると、男性は横ばいであるが、女性は増加傾向にあります。

令和5年度の大分県のデータは男性10.3%、女性18.8%であり、町と比較すると、女性は県のデータより多い状況です。

【図2-⑨ 嘔みにくさを感じている者の割合】



「嘔みにくさを感じている者の割合」は、年齢が上がるにつれて増加傾向にあり、60歳以上で23.8%と最も高くなっています。性別では、50歳以上で男性が嘔みにくさを感じている傾向にあります。

## 方針2 魅力あふれる町の食を再発見する

課 題	現状データ
<p>日出町の伝統料理や郷土料理が城下かかれい料理と思う者が最も多く、次にとり天、だんご汁、ちりめんじゃこ料理、やせうま、ハモ料理となっている。</p> <p>近年では家で料理をしない家庭が増えており、地域の伝統料理や郷土料理を知らない家庭も増えている。</p>	<p>図2-⑩町民アンケート結果</p>
<p>家族そろって食事をしている者の割合は、小学生・中学生では増加したが17歳で横ばいになっている。</p>	<p>図2-⑪町民アンケート結果</p>

### 【検討部会意見】

- ・ コロナ禍により地域で共食する機会が減った。
- ・ 料理を面倒だと感じる者が増えている。
- ・ 隣人とのつながりも減っている。子ども食堂みたいなものがあると良い。
- ・ 食の欧米化、食品添加物の多さなど気になる。
- ・ 食べる物の意識が変わってきている中で、誰と食べるかが大切。
- ・ 魚離れを感じる一方で、総菜の魚料理は人気の傾向がある。
- ・ 城下カレーが捕れなくなっているが、アマモが生えなくなっているのも要因のひとつである。

目 標	取 組
<p>町の食文化を継承します。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 食の大切さを再認識し、食事に対する正しい知識と感謝の気持ちを持ちます。</li> <li>・ 地元の食材を知り、調理方法を学ぶことで、郷土料理に触れる機会を持ちます。</li> <li>・ 町の食文化について調査・研究を行い、継承します。</li> </ul>
<p>食を楽しみ共食を推進します。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 家族で食卓を囲み、食事の楽しさやマナーを教えながら、楽しみます。</li> <li>・ 地域交流や世代間交流などの食を通じたコミュニケーションに取り組みます。</li> <li>・ 地域内で共食に取り組むことで、孤食をしている者を減らします。</li> </ul>

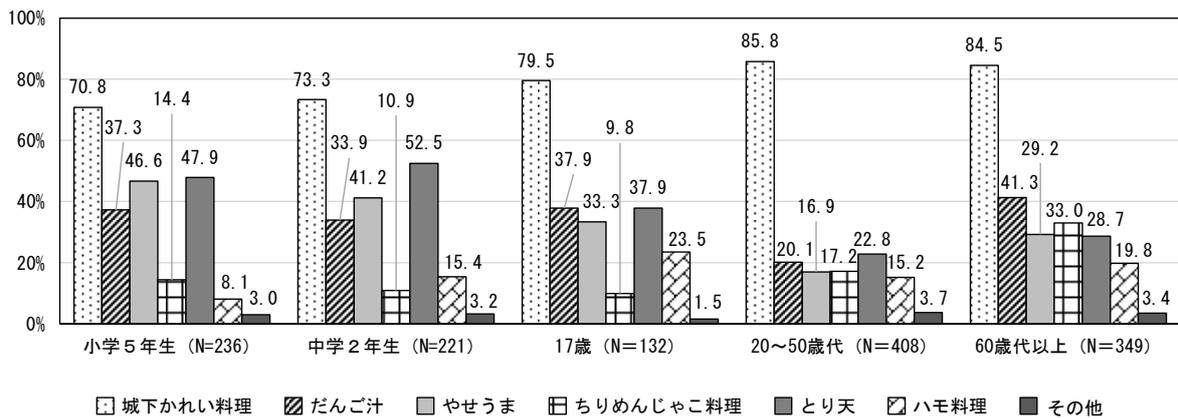


【指標】

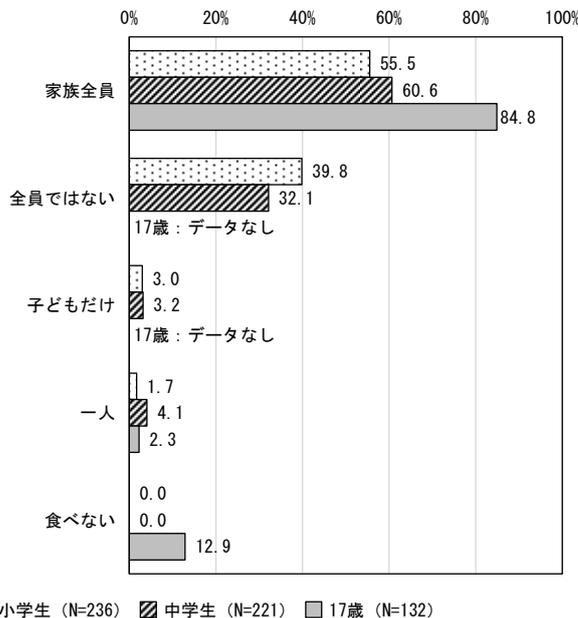
NO	指標項目	現状値	中間値 2030年度	目標値 2036年度	データ根拠
8	地域や家庭で受け継がれてきた伝統料理や作法等（食事のマナー）を継承し、伝えている者の割合	—	50%	55%以上	令和5年度食育白書目標値
9	朝食又は夕食を家族と一緒に食べる回数（週）	6.7回 （小・中学生のみ）	7回	7回以上	町民アンケート結果
10	地域等で共食をしたいと思う者が共食する割合	—	70%	75%以上	令和5年度食育白書目標値

【現状データ】

【図2-⑩ 日出町の伝統料理や郷土料理として思い出すもの】



【図2-⑪ 家族そろって食事をしている割合 平日の夕食】



「家族そろって食事をしている割合」は、小学生が55.5%、中学生が60.6%、17歳が84.8%となっています。

「夕食を食べない」は、17歳が12.9%となっており、令和5年で増加しています。

### 方針3 持続可能な食を支える環境を推進する

課 題	現状データ
地元産の農産物等を意識して購入している者が減少している。	図2-⑫町民アンケート結果「地元産の農産物等を意識して購入している者の割合」
耕作面積の減少や漁獲量の減少、担い手不足や高齢化などの課題がある。	図2-⑬総農家数の推移と内訳 図2-⑭年代別農業経営者の推移（販売農家） 図2-⑮耕地面積の推移と内訳 図2-⑯海面漁業経営体数・漁業就業者・漁獲量の推移
食品ロス削減は、国際的にも重要な課題であり、一人ひとりが認識して取組を進める必要がある。	なし

#### 【検討部会意見】

- ・生産者と消費者の顔が見える関係があると安心して買い物をする事ができる。
- ・温暖化の影響は、野菜や魚介類などの生産に大きく関係する。
- ・漁獲高の減少や乱獲の問題がある。
- ・日出町では素晴らしい野菜がたくさんできているのに、売れない現状がある。

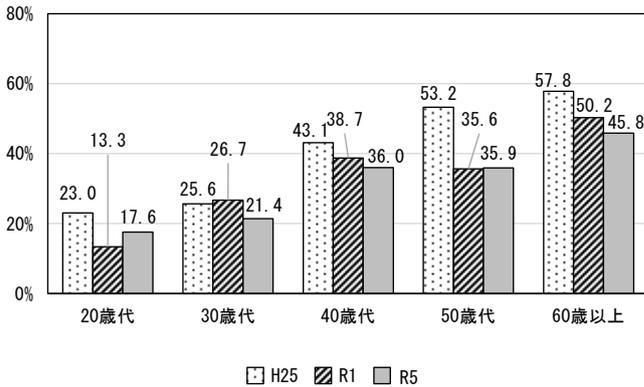
目 標	取 組
地産地消を推進します。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・生産者と消費者がふれあい、関心を深める機会を設けます。</li> <li>・地元の農産物や海産物を普及し、知る機会を充実します。</li> </ul>
環境と調和のとれた農林水産業に対する理解を深めます。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・農業や漁業体験を通して、地域の食材について興味を持ちます。</li> <li>・環境に優しい農業や漁業への理解を深めます。</li> <li>・買いすぎない、作りすぎない、食べ残さないなど食を大切に する意識を持ち、食品ロス削減に向けた取組を推進します。</li> </ul>

#### 【指標】

NO	指標項目	現状値	中間値 2030年度	目標値 2036年度	データ根拠
11	産地や生産者を意識して農水産物・食品を選ぶ者の割合	36.6%	50%	80%以上	町民アンケート結果
12	食品ロス削減のために何らかの行動をしている者の割合	—	80%	80%以上	令和5年度食育白書目標値

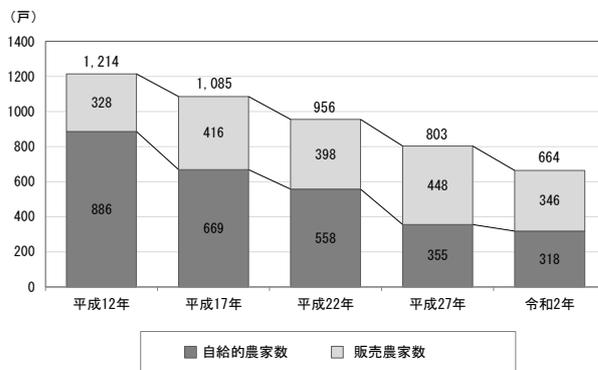
【現状データ】

【図2-⑫ 地元産の農産物等を意識して購入している者の割合】



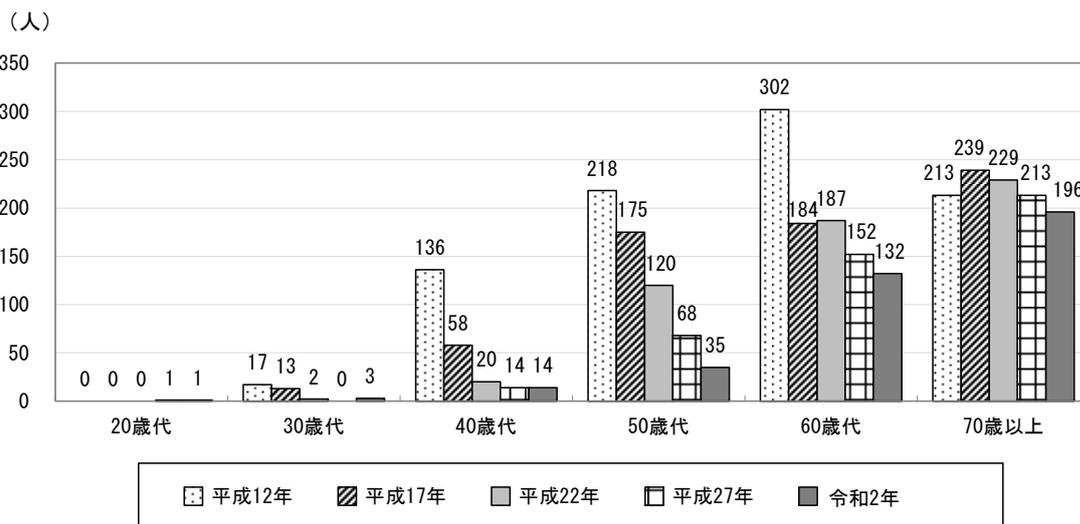
「地元産の農産物等を意識して購入している人の割合」は、年齢が上がるにつれて増加傾向にあり、60歳以上で45.8%と最も高くなっています。平成25年度から令和5年度までの推移をみると、各年代において減少傾向にあり、地元産の農産物等を意識して購入している人は少なくなっています。

【図2-⑬ 総農家数の推移と内訳】



農業の状況を見ると、農家数は平成12年以降年々減少傾向にあり、20年間で550戸減少しています。また、農家の内訳をみると、自給的農家数が大きく減少しており、平成12年の886戸から令和2年の318戸と568戸減少(64.1%減)しています。

【図2-⑭ 年代別農業経営者の推移（販売農家）】



資料：農林業センサス

年代別農業経営者数の推移をみると、平成12年から令和2年にかけて、全ての年代において減少しています。特に、60歳代においては令和2年で132人と平成12年の302人の半数を下回っています。

【図2-15 耕地面積の推移】

単位：ha

	耕地面積				
	計	水田	畑	樹園地	牧草地
平成12年	1,091	576	190	304	21
平成17年	1,002	545	181	257	19
平成20年	898	531			367
平成22年	891	528			363
平成25年	877	524			353
平成26年	864	520			344
平成27年	849	515			334
平成28年	826	510			316
平成29年	744	480			264
平成30年	737	479			258
令和元年	727	471			256
令和2年	741	464			277
令和3年	731	457			274
令和4年	726	455			271
令和5年	716	451			265

資料：大分農林水産統計

耕地面積の推移をみると、耕地面積は年々少しずつ減少しており、水田が半数以上（約63%）を占めています。

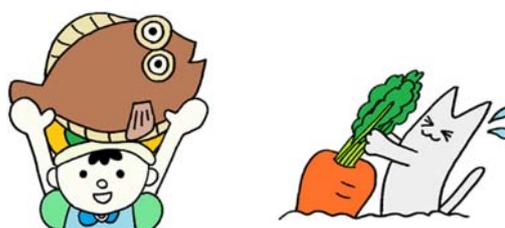
【図2-16 海面漁業経営体数・漁業就業者・漁獲量の推移】

単位：経営体、人、t

	海面漁業経営体数	漁業就業者数	漁獲量（※）
平成15年	91	178	2,187
平成20年	83	152	1,913
平成25年	75	128	1,376
平成30年	59	107	738

資料：漁業センサス※）農林水産省 海面漁業生産統計調査

海面漁業経営体数の推移をみると、平成15年の91から平成30年の59へと32減少し、漁業就業者数は平成15年の178人から平成30年の107人へと71人減少しています。また、漁獲量については平成15年の2,187tから平成30年の738tへと1,449t減少しており、平成15年の3分の1程度となっています。



## 方針4 食育の推進を図る

課 題	現状データ
食育に関心がある者の割合は増加傾向にあるが、より多くの者の取組が必要である	図2-⑰町民アンケート結果

目 標	取 組
個人を中心に家庭、学校、保育所、地域等において各役割に応じて連携した食育の推進を行います。	家庭：食育に関する理解を深めます。 学校：各学校において、栄養教諭と連携して取組を行います。 保育所：各園において取組を行います。 地域：ボランティア団体を中心に取組を行います。 行政：食生活改善推進協議会の支援を行います。あらゆる分野に横断的に取組を推進します。事業計画を作成します。
食に関する情報共有を行います。	食の安心安全な情報提供します。 災害時の食について、情報発信を行い、普段からの備蓄の普及啓発をします。

### 【検討部会意見】

- ・食生活改善推進協議会では、会員の高齢化や会員数の減少が課題である。
- ・転入者などの若者に日出町の良いものを食べてもらいたい。

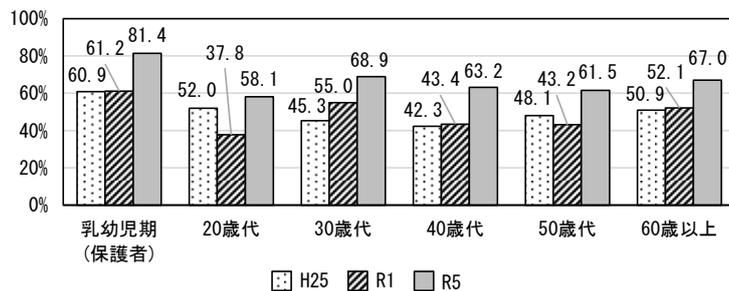
### 【指標】

NO	指標項目	現状値	中間値 2030年度	目標値 2036年度	データ根拠
13	食育に関心を持つ者の割合	65%	80%	90%以上	町アンケート調査結果
14	食生活改善推進員数の増加 (人)	33人	50人	74人	各地区に1名
15	食育の情報共有の回数	44回	48回以上	48回以上	広報誌、SNS等による普及回数



【現状データ】

【図2-⑰ 食育に関心がある者の割合】



「食育に関心がある者の割合」は、各年代で大幅に増加しており、日出町全体として、食育への関心が高まっていることがわかります。性別では、女性の方が食育への関心が高い傾向にあります。

【図2-⑱ 日出町食生活改善推進協議会の会員数及び活動状況】

年度	会員数 (人)	回数 (回)	普及啓発人数 (人)
H27	68	68	581
H28	74	76	489
H29	65	22	375
H30	56	23	290
R1	52	23	767
R22	52	39	190
R3	47	7	93
R4	47	10	277
R5	42	10	787

食育ボランティアとして活動をしている日出町食生活改善推進協議会の会員数は、年々減少傾向にあります。コロナ禍の影響を大きく受け、普及啓発人数の減少もありましたが、工夫をしながら活動が継続されています。



【日出町食生活改善推進協議会の活動の様子】