

## 2 かがわの目指す食育

### (1) 現状と課題

#### ① 現状

##### ● 野菜の摂取状況 **野菜の摂取不足**

- 前計画策定時には、県民1人当たりの野菜の摂取量は男性が全国最下位、女性が全国ワースト2位でしたが、平成24年には男性が307gで17位、女性が287gで16位と改善傾向にあります。しかし、成人1人1日当たりが必要とされている350gより50g程度少ない状況です。

##### ● 食習慣 **朝食の欠食、孤食の増加**

- 20歳代男性の朝食の欠食率は27.9%、30歳代男性では18.8%と、若い世代を中心に朝食を欠食する割合が依然として高い状況にあります。児童生徒の朝食欠食率も改善されておらず、子どもの頃から栄養バランスの偏りがみられます。
- また、核家族化の進行や一人暮らしの増加、生活様式の多様化などにより、孤食の割合が増加しています。

##### ● 健康 **男性のメタボリックシンドローム、若い女性の痩身、子どもの生活習慣病**

- 40～74歳男性のメタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）該当者及び予備群の合計の割合は40%を超え、増加傾向にあります。
- 20歳代痩身女性（BMI18.5未満）の割合は減少傾向にあるものの、依然として20%を超えています。
- 小学4年生を対象に行った小児生活習慣病予防健診の結果によると、「肥満傾向」「脂質異常」「2型糖尿病になる可能性が高い」「肝機能異常」がそれぞれ1割程度みられます。

##### ● かがわの食文化 **郷土色豊かな食文化の希薄化**

- 温暖な気候と讃岐平野・瀬戸内海などの豊かな自然環境・資源に恵まれた本県では、ばら寿司、うどんなど特色ある郷土料理が数多く生み出され、かがわの食文化として祭りや年中行事などとともに長い間受け継がれてきました。  
しかし、核家族化の進行や地域のつながりの希薄化の影響などの社会環境の変化や食の外部化、多様化により、季節感あふれる郷土色豊かな食文化は薄れつつあります。

#### ② 課題

##### ● 県民が自ら取り組む食を通じた健康づくり

- 県民が健康に関心を持ち、生活習慣病や肥満の予防、野菜の摂取不足の改善につながるライフステージに応じた適切な食生活の実践や食を通じた健康づくりに自ら取り組むことができるようにする必要があります。

## ● 家庭・地域・学校等の連携による食育の推進

- 朝食の欠食や栄養バランスの偏りが子どもから全世代にわたってみられることから、望ましい食習慣を身に付けることができるよう、家庭における食育はもとより、地域、学校、関係団体等が連携・協働し、ライフステージに応じた切れ目のない支援を行う必要があります。
- 食べ物が食卓にのぼるまでの過程への理解や食に対する感謝の念、食品の賢い選択、調理体験等が子どもの頃から身に付けられるよう、「弁当の日」の取組みなど家庭、地域、学校等が連携した取組みを、より一層促進する必要があります。

## ● かがわの食文化を生かした食育の推進

- 代表的な郷土料理の食材や調理法などの地域の食文化と、本県の豊かな農水産物の生産に根ざした食の知恵や技術を行政、地域、関係団体等が連携しながら次の世代に引き継ぐ必要があります。

## ● 地産地消や体験活動等を通じた食の理解の促進

- 産直施設や農林漁業者、食品関連事業者等による様々な体験活動の機会の提供及び食に関する情報提供に努め、地産地消や体験活動、生産者と消費者との交流等を通じた食の理解の促進に取り組む必要があります。
- 食品の安全性、食品の生産と流通、食文化、地域固有の食材の知識などについての的確な情報収集・提供を行い、食に対する理解を促進する必要があります。

## (2) 基本目標

### 生涯にわたって心身ともに健やかな県民生活の実現

食育の推進に当たっては、かがわの食文化が本県の歴史、風土及び環境から育まれてきたことを踏まえ、食に対する親しみや感謝の念を持ち、様々な経験を通じて、食に関する知識と食を選択する力を習得し、生涯にわたって健全で豊かな食生活を実践できる人間を育む食育を、県民運動として展開していくことが重要です。

このため、家庭や学校での食育、地産地消の取組み、体験活動の充実、我が国の伝統的な食生活の尊重や郷土の豊かな食文化の継承、食の安全・安心に関する情報提供などを進めるとともに、関係機関・団体が連携して、ライフステージに応じた切れ目のない支援を行う必要があります。

こうしたことから、「生涯にわたって心身ともに健やかな県民生活の実現」を基本目標として設定し、県を挙げて食育の推進に取り組みます。

### (3) 基本方針

この基本目標を実現するため、次の3つの基本方針を設定します。

#### 食を通じた人づくり

すべての世代が望ましい食習慣を身に付け、健康に配慮した食生活が実践できるよう、家庭、地域、学校、関係団体等と連携して、ライフステージに応じた食育を推進し、生涯にわたって心身ともに健康で豊かな人づくりを目指します。

#### かがわの食文化を通じた地域づくり

ボランティアや生産者、学校、関係団体等と連携し、郷土料理の伝承や地産地消の取組み、体験活動、生産者と消費者の交流等を通じた食への理解の促進を図り、受け継がれてきた豊かな食文化を継承・発展させる地域づくりを推進します。

#### よりよい食のための環境づくり

県民一人ひとりが「食」について自ら考え、判断できる知識を身に付け、生涯を通じて心身ともに健康で豊かな生活が実現できるよう、家庭、地域、学校、関係団体等と連携・協働して、県民運動の推進や人材育成など、効果的に食育活動が展開できる環境づくりを推進します。