

## ◆「食」を取り巻く環境の変化

- **生活環境**
  - ・世帯構造（家族形態）や生活の多様化
  - ・単身世帯、ひとり親世帯、共働き世帯、生活困窮者世帯、ひとり暮らし高齢者の増加
- **社会情勢**
  - ・世界有数の長寿国であり、さらに平均寿命が延伸する予測
  - ・外食や惣菜等の中食なかしょくに関する食品事業者の多様化
  - ・健康戦略として健康産業の育成の推進
  - ・日本の伝統的な食文化「和食」がユネスコ無形文化遺産に登録

## ◆「食」をめぐる様々な問題と課題

● **食生活**

- ・食塩の過剰摂取
- ・脂肪エネルギー比率の過剰
- ・朝食の欠食に代表される食習慣の乱れ
- ・野菜摂取量の不足
- ・栄養バランスの偏り
- ・特に若い世代の食に関する課題の増加

● **健康**

- ・男性の肥満者の増加
- ・低栄養傾向の高齢者の増加
- ・メタボリックシンドロームの増加
- ・若い女性のやせの増加
- ・生活習慣病の増加
- ・口腔疾患の増加

● **食文化**

- ・食文化の世代間継承の機会の減少
- ・食文化の伝承を担う人材や食文化に触れる機会の不足
- ・栄養バランスに優れた「日本型食生活」の推進

● **食料・農業**

- ・食料自給率の低迷
- ・食品廃棄や食料資源のロスの増加
- ・県産農畜水産物の利用拡大や農業の重要性の理解
- ・生産から消費までの食の循環を実感する機会の必要性

● **食の安全**

- ・食の安全・安心への関心の高まり
- ・マスメディア等を通じて食に関する情報が氾濫
- ・食に関する正しい情報を適切に判断する力を習得する必要性

● **体制整備**

- ・県民運動としての食育の推進
- ・全市町村で食育計画を作成し、計画に基づいた取組の充実

# 1 食を取り巻く社会情勢

## (1) 平均寿命と健康寿命

○平均寿命の全国順位 (H22) は男性11位、女性29位、健康寿命の全国順位 (H25) は男性19位、女性12位であり、いずれも全国平均を上回っています。平均寿命と健康寿命の差は、日常生活に制限のある「不健康な期間」を意味し、この差を縮小することが必要です。

表1 平均寿命と健康寿命の差

性別	全国/岐阜県	平均寿命	健康寿命	差
男性	全国	79.59年	70.42年	9.17年
	岐阜県	79.92年 (11位)	70.89年 (13位)	9.03年
女性	全国	86.35年	73.62年	12.73年
	岐阜県	86.26年 (29位)	74.15年 (15位)	12.11年

出典：平成22年都道府県生命表（厚生労働省）

健康寿命における将来予測と生活習慣病対策の費用対効果に関する研究（厚生労働省）

図1 県民の平均寿命と健康寿命の差

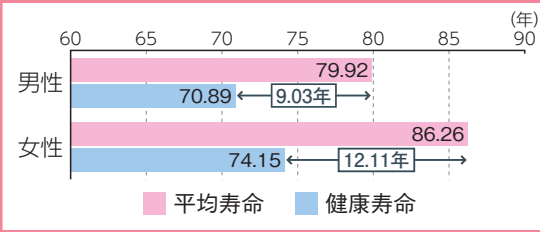
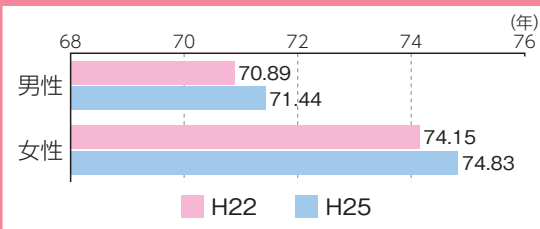


表2 健康寿命の伸び

性別	全国/岐阜県	H22	H25	H22からの伸び
男性	全国	70.42年	71.19年	0.77年
	岐阜県	70.89年 (13位)	71.44年 (19位)	0.55年
女性	全国	73.62年	74.21年	0.59年
	岐阜県	74.15年 (15位)	74.83年 (12位)	0.68年

出典：平成27年度厚生労働科学研究費補助金健康日本21（第二次）の推進に関する研究

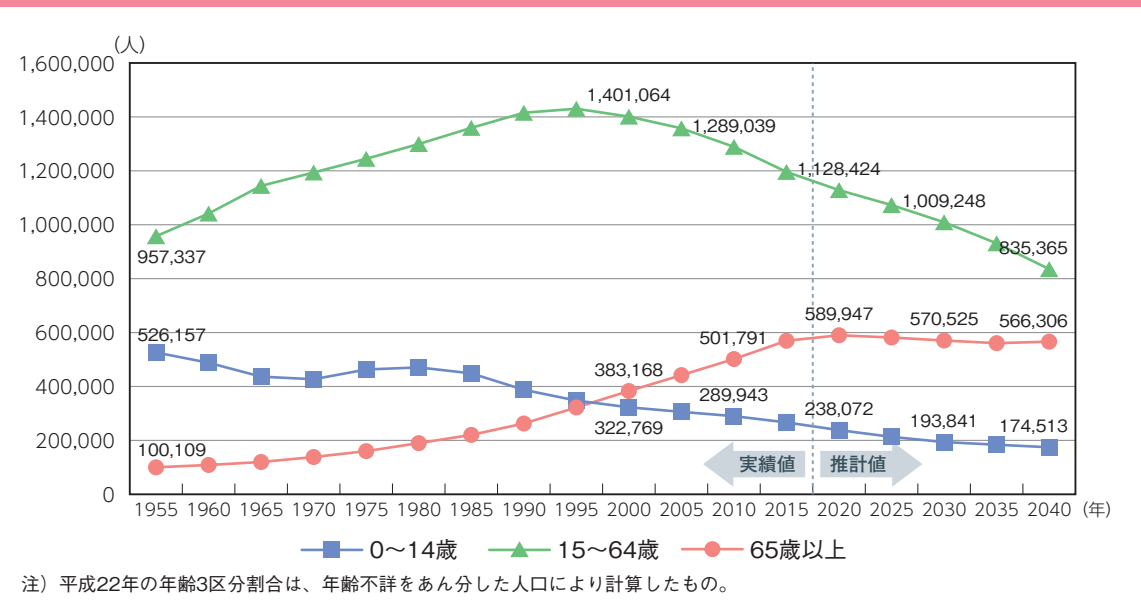
図2 岐阜県民の健康寿命の伸び



## (2) 人口の推移と将来推計

○岐阜県の人口は、年齢区別にみると、0～14歳の子供が減り続ける一方で、65歳以上の高齢者は大幅に増加し、15～64歳は大幅に減少しています。また、平均寿命の延伸を勘案して年齢区別に分析を行った結果では、2040年に向けて、年少人口（0～14歳）、生産年齢人口（15～64歳）は減少し、一方で、老年人口（65歳以上）は平成32年（2020年）にピークを迎えた後、横ばいになると推計されています。

図3 年齢区別の人口の推移（岐阜県）

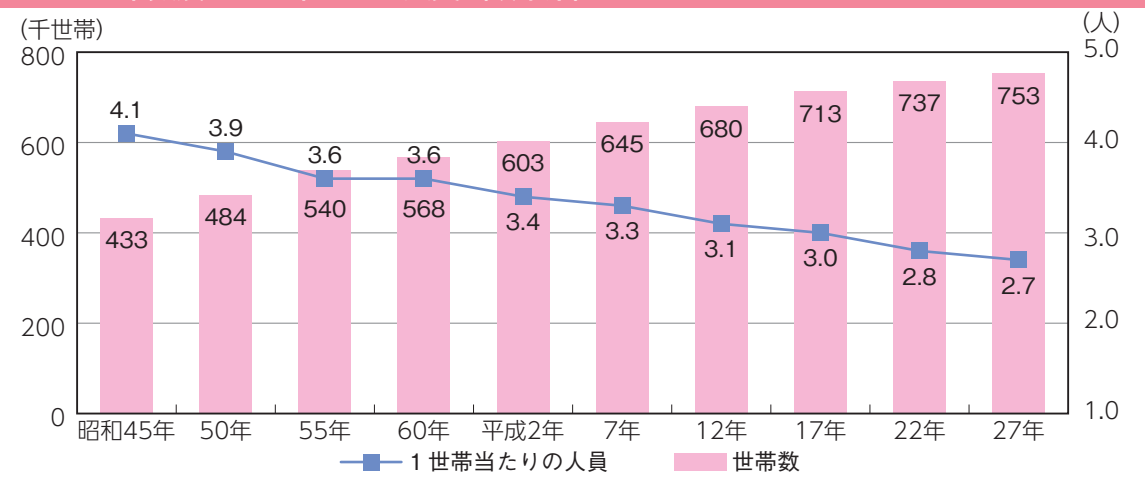


出典：総務省「国勢調査」をもとに岐阜県政策研究会人口動向研究部作成

(3) 家族形態の変化

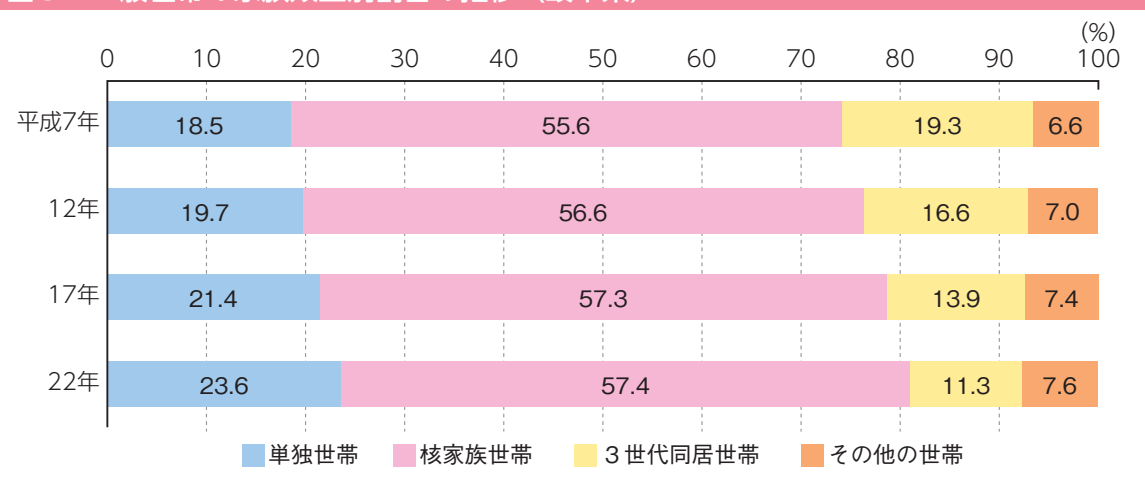
- 近年世帯数は増加していますが、1世帯当たりの人員は減少しています。
- 3世代同居世帯が減少し、核家族世帯、単独世帯、65歳以上の高齢者単独世帯が増加しています。家庭生活の状況が多様化する中で、家庭において世代間の食文化の継承などが希薄化していくとともに、高齢者単独世帯への食育が重要となっています。

図4 世帯数及び1世帯当たり人員（岐阜県）



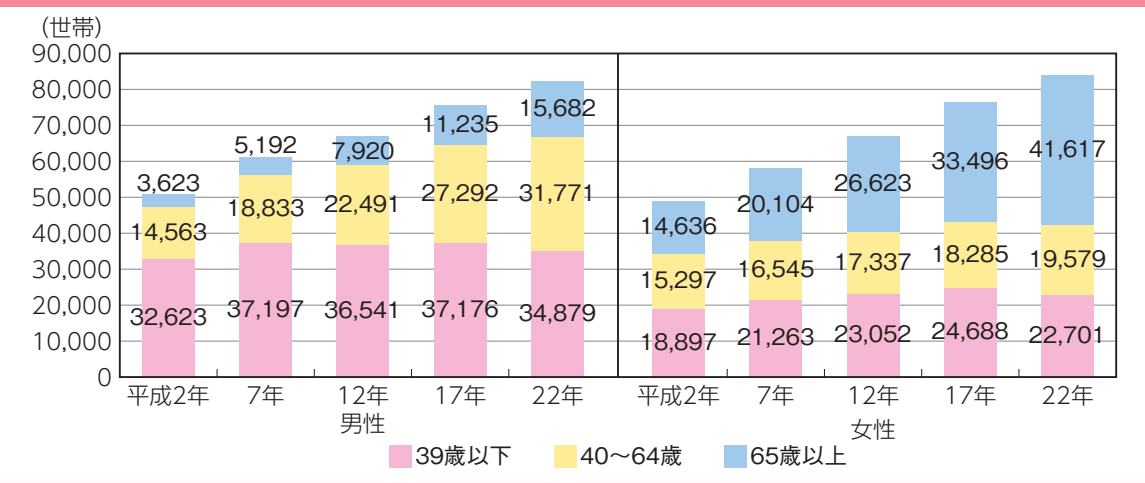
出典：国勢調査（総務省統計局）

図5 一般世帯の家族類型別割合の推移（岐阜県）



出典：国勢調査（総務省統計局）

図6 単独世帯数の推移（岐阜県）

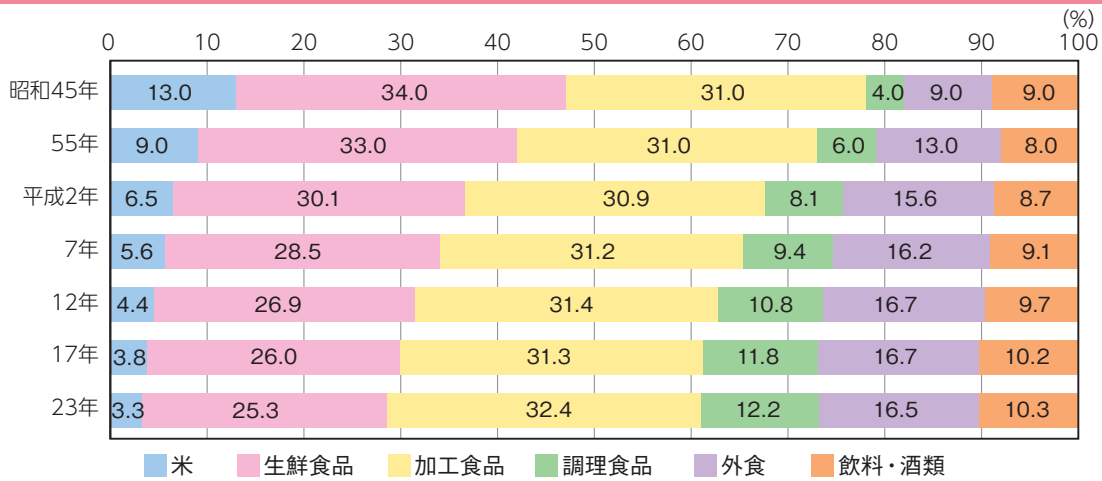


出典：国勢調査（総務省統計局）

(4) 「食の外部化」「食の簡便化」

○生鮮食品の割合が減少する一方、加工食品、調理食品、外食の割合が上昇しており、食の外部化・簡便化が進んでいることが推測されます。

図7 消費世帯の種類別食料消費支出割合の推移 (全国)



出典：食料・農業・農村白書（農林水産省）

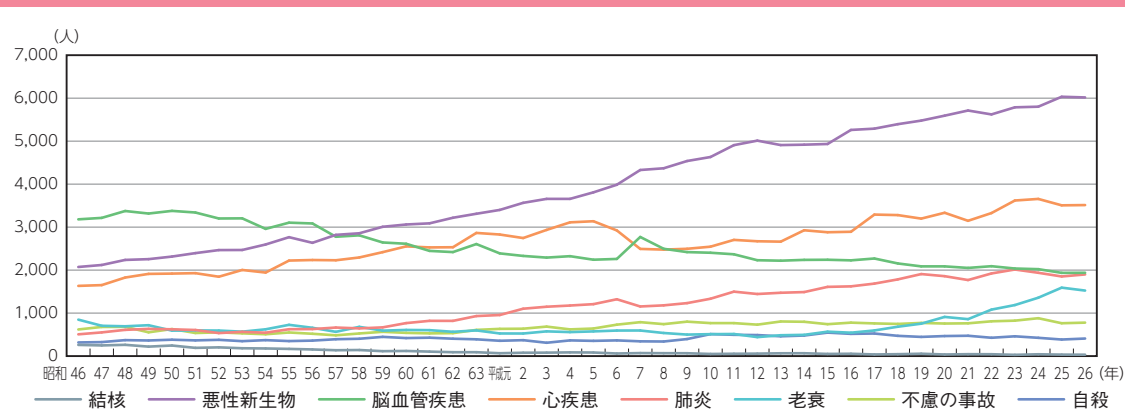
2 健康の状況

(1) 死亡の状況と原因

○主要死因別死亡率は、1位悪性新生物、2位心疾患、3位脳血管疾患です。悪性新生物は、年々増加し、心疾患は平成7年に大きく低下しましたが、再び増加傾向にあります。脳血管疾患は、平成7年に大きく上昇し、その後緩やかな減少傾向にあります。近年では死因第4位である肺炎が増加し、第3位に近づきつつあります。

○岐阜県は、全国と比較して、男性は心疾患、女性は心疾患と脳血管疾患の死亡率が高い状況です。

図8 主要死因別死亡率の推移 (岐阜県)



出典：H26衛生年報（医療整備課）

表3 年齢調整死亡率の全国順位

平成22年	男性		女性	
	岐阜県	全国	岐阜県	全国
悪性新生物	168.7 (43位)	182.4	88.1 (30位)	92.2
心疾患	<b>75.0 (20位)</b>	74.2	<b>40.7 (17位)</b>	39.7
脳血管疾患	43.2 (42位)	49.5	<b>28.0 (17位)</b>	26.9
肺炎	43.9 (30位)	46.0	17.3 (35位)	18.9

出典：都道府県別に見た死亡の状況－平成22年都道府県別年齢調整死亡率（厚生労働省）

(2) 血圧の状況

- 男性の39.8%、女性の31.0%が高血圧であり、50歳以上で増加傾向にある。
- 高血圧は、脳血管疾患と心疾患を含む循環器疾患の危険因子であり、高血圧の改善及び予防対策が必要です。

図9 血圧の状況 (男性)

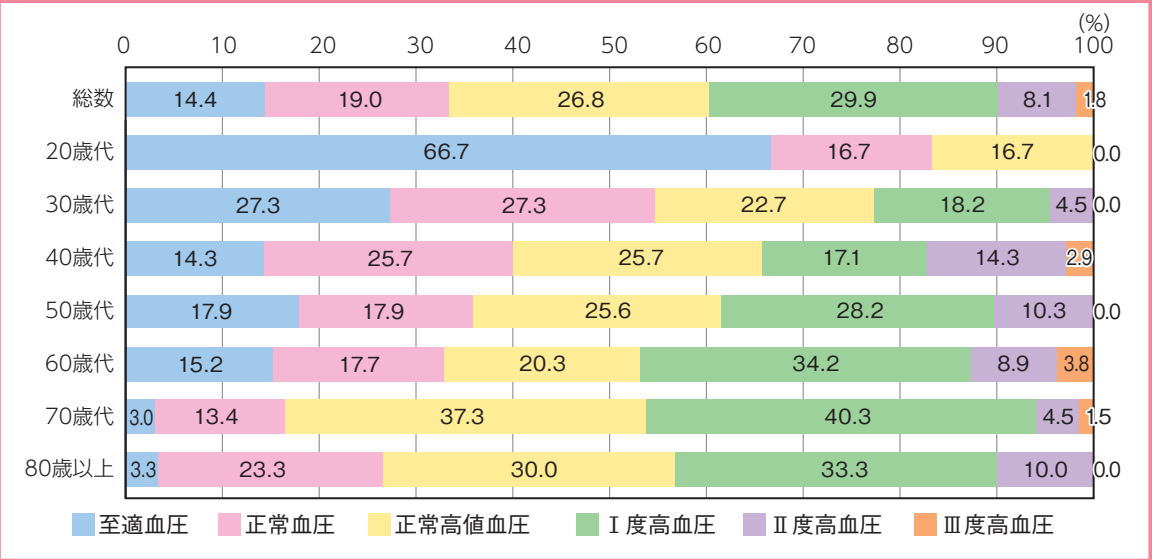
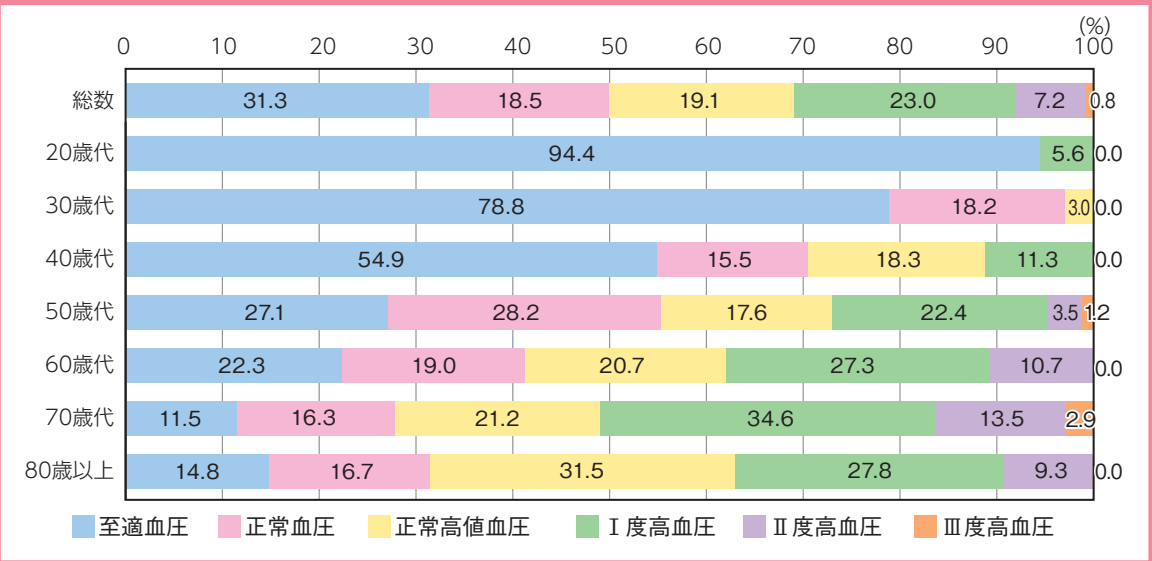


図10 血圧の状況 (女性)



出典：H28県民栄養調査（保健医療課）

表4 血圧の分類

血圧の分類	収縮期血圧 (最高血圧)	(mmHg)	拡張期血圧 (最低血圧)
至適血圧	<120	かつ	<80
正常血圧	120-129	かつ/または	80-84
正常高値血圧	130-139	かつ/または	85-89
I度高血圧	140-159	かつ/または	90-99
II度高血圧	160-179	かつ/または	100-109
III度高血圧	≥180	かつ/または	≥110

(日本高血圧学会 (2014年) による血圧の分類] より)

### (3) 肥満及びやせの状況

- 適正体重を維持している者は、男性は66.4%、女性は69.1%です。
- 肥満の者の割合は、男性で26.8%、女性は17.8%あり、特に30歳代から50歳代の男性で高い割合です。
- やせの者の割合は、女性で13.2%であり、特に15-19歳で高い割合です。
- 低栄養傾向の高齢者の割合は、21.1%です。
- 体重は、生活習慣病や健康状態との関連があることから、ライフステージを通して適正体重を維持することが重要です。

図11 肥満およびやせの者の割合（男性）

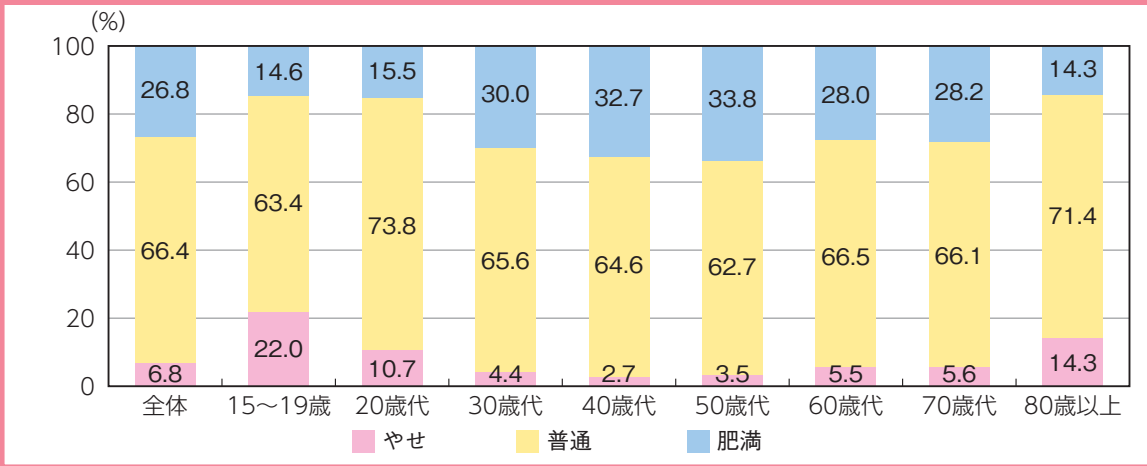
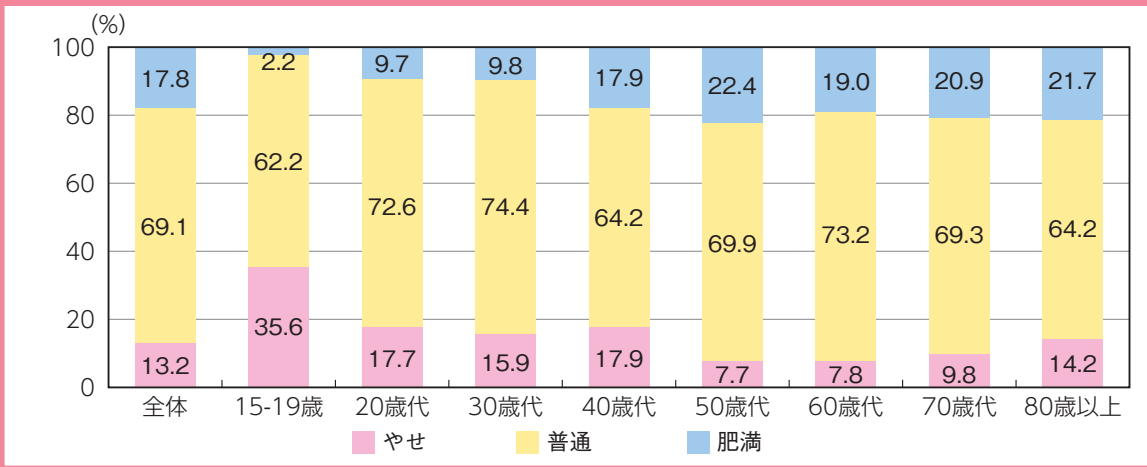


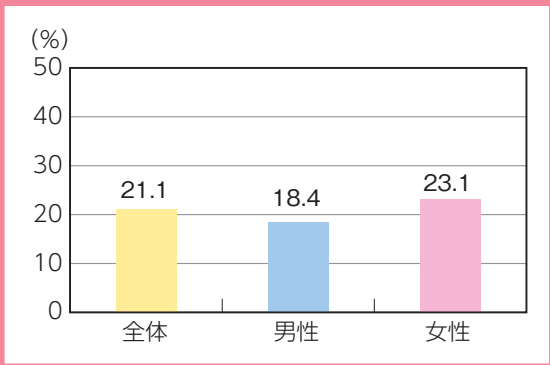
図12 肥満およびやせの者の割合（女性）



※表5「成人」に基づく判定

出典：H28県民栄養調査（保健医療課）

図13 低栄養傾向の高齢者(65歳以上)の割合



※表5「高齢者（65歳以上）」に基づく判定

出典：H28県民栄養調査（保健医療課）

表5 BMIの判定

成人	やせ	18.5未満
	普通	18.5以上25未満
	肥満	25以上

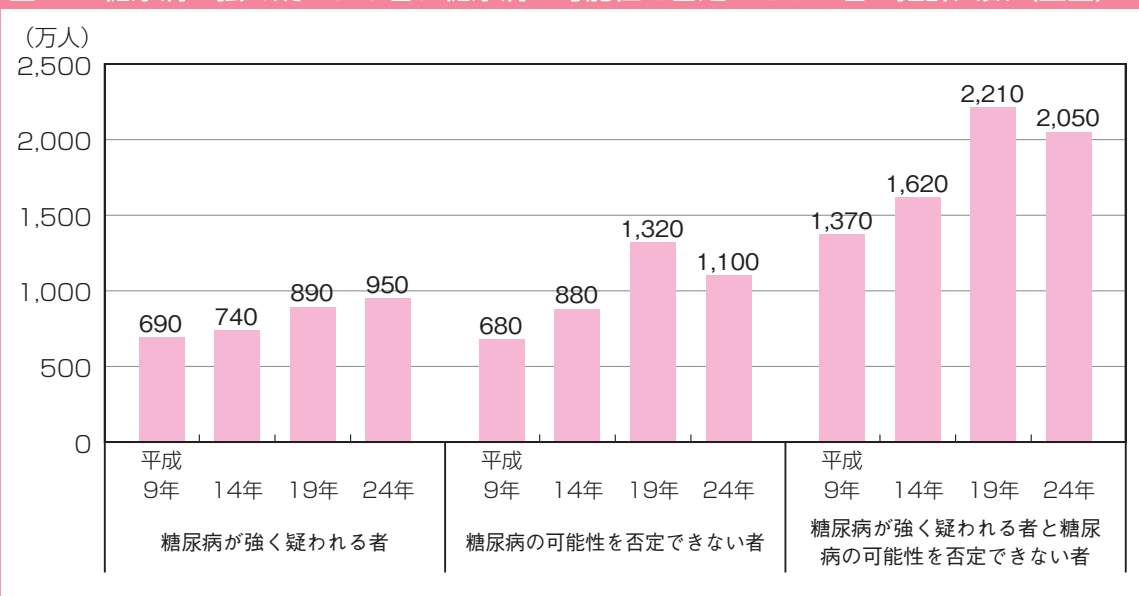
高齢者 (65歳以上)	低栄養傾向	20以下
----------------	-------	------

BMI = 体重 (kg) ÷ 身長 (m) ÷ 身長 (m)

#### (4) 生活習慣病の状況

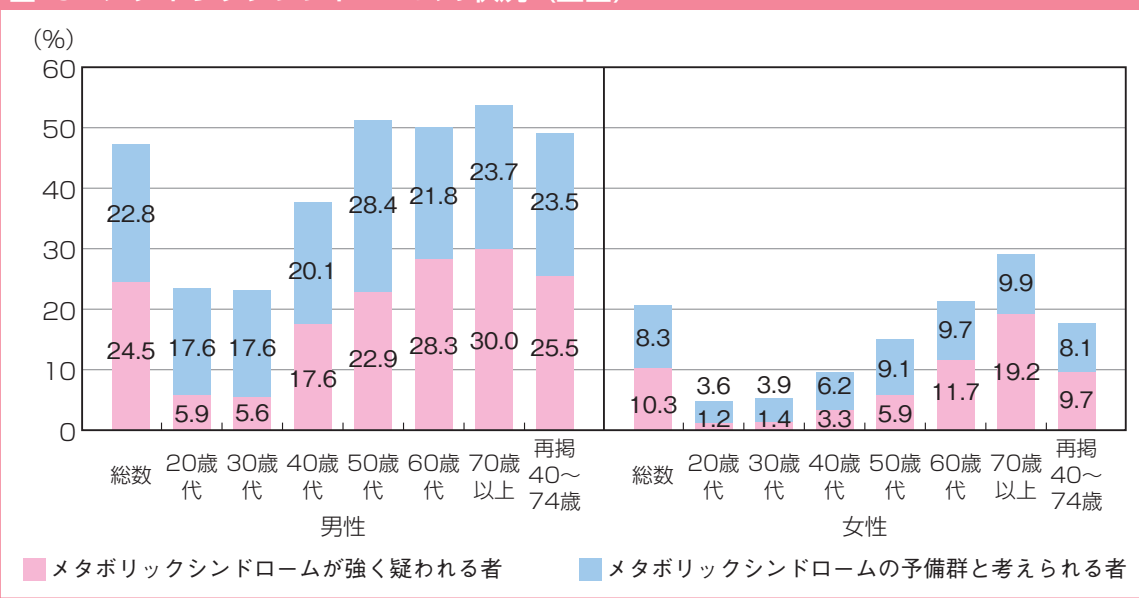
- 生活習慣病の中でも食に関わりの深い糖尿病について、20歳以上の糖尿病が強く疑われる者及び可能性を否定できない者は、平成24年では全国で約2,050万人と推計されています。
- メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）は、予備群を含めると40歳以上で男性2人に1人、女性5人に1人の割合となっています。
- 生活習慣病の予防及び改善には、健全な食生活が重要であり、食育の観点からも積極的な取組が必要です。

図14 糖尿病が強く疑われる者、糖尿病の可能性を否定できない者の推計人数（全国）



出典：国民健康・栄養調査（厚生労働省）

図15 メタボリックシンドロームの状況（全国）



出典：H26国民健康・栄養調査（厚生労働省）

#### メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）が強く疑われる者

腹囲が男性85cm、女性90cm以上で、3つの項目（血中脂質、血圧、血糖）のうち2つ以上の項目に該当する者

#### メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の予備群と考えられる者

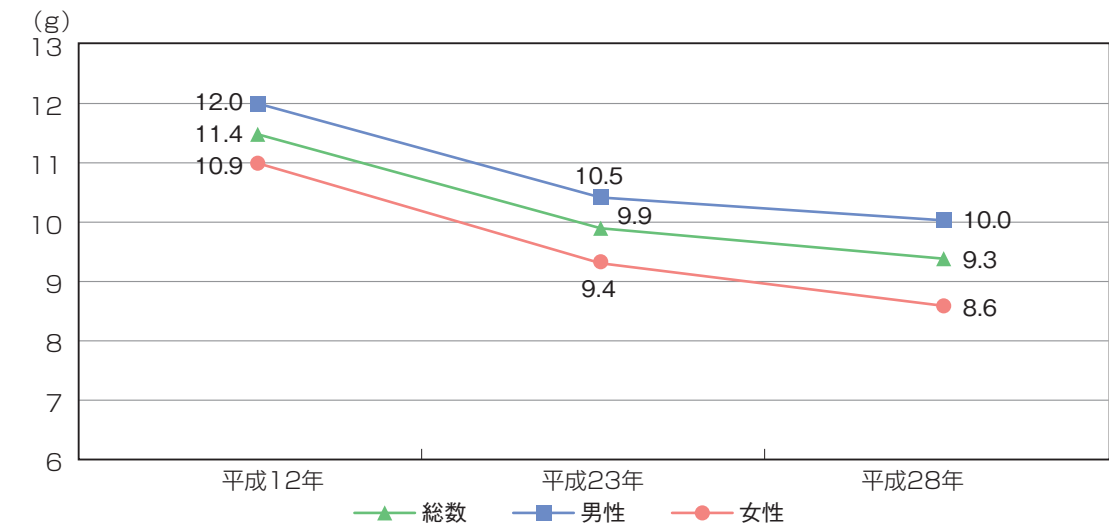
腹囲が男性85cm、女性90cm以上で、3つの項目（血中脂質、血圧、血糖）のうち1つの項目に該当する者

### 3 食物（栄養）摂取の状況

#### (1) 食塩摂取量

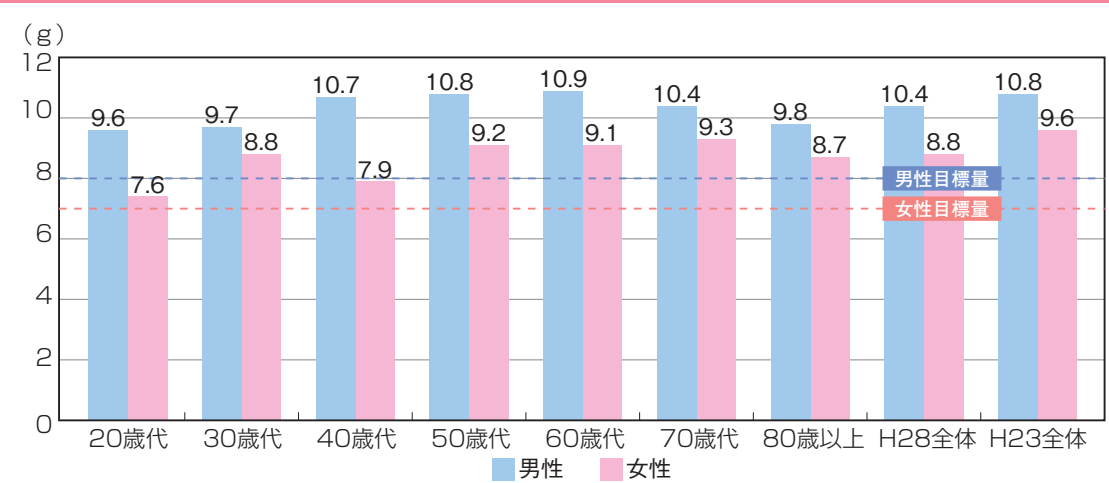
- 1人1日当たりの食塩摂取量は、平成12年から平均値で2.1g減少し、9.3g（男性10.0g、女性8.6g）となっていますが、目標量を上回っています。
- 年代別では、男性では60歳代が10.9g、女性では70歳代が9.3gと最も高くなっています。
- 血圧の改善及び予防の観点から、日本型の食事の特徴を保ちつつ食塩摂取量を減少させるための取組が必要です。

図16 1人1日当たりの食塩摂取量の推移（1歳以上）



出典：県民栄養調査（保健医療課）

図17 食塩摂取量（20歳以上）



出典：H23・H28県民栄養調査（保健医療課）

表6 日本人の食事摂取基準（2015年版） 食塩摂取量の目標量

男性	8 g 未満
女性	7 g 未満
高血圧予防	6 g 未満

表7 食塩摂取量

	岐阜県	全国平均	全国1位	1位との差	目標量との差
男性	11.0 g (全国20位)	11.3 g	9.5 g (沖縄県)	1.5 g	3.0 g
女性	9.5 g (全国22位)	9.6 g	7.8 g (沖縄県)	1.7 g	2.5 g

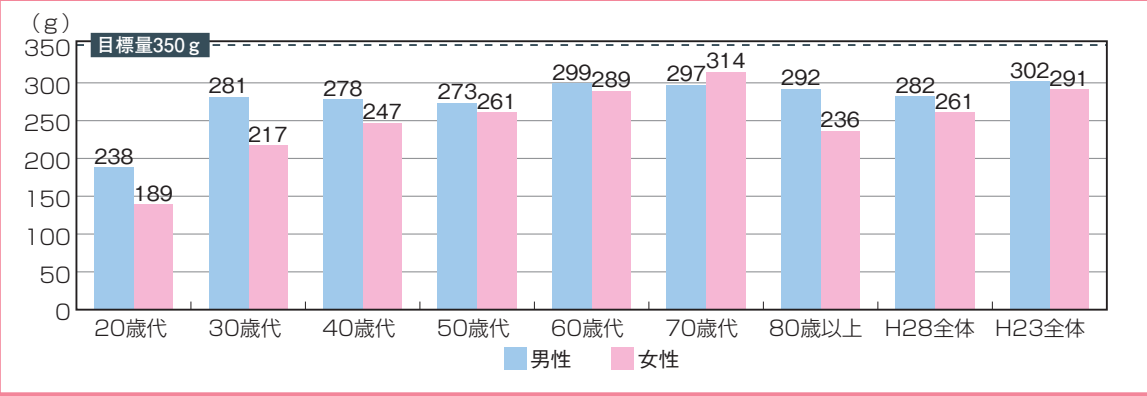
出典：H24国民健康・栄養調査（厚生労働省）



(2) 野菜摂取量

- 野菜摂取量は、20歳以上の男性は282g、女性は261gであり、全ての年代で1日の目標量である350gを下回っています。
- 生活習慣病の予防に有効とされる、カリウム、ビタミン、食物繊維等が適量摂取できるよう、まずは1皿（70g）の野菜摂取量を増加させる取組が必要です。

図18 野菜摂取量（20歳以上）



出典：H23・H28県民栄養調査（保健医療課）

表8 野菜摂取量

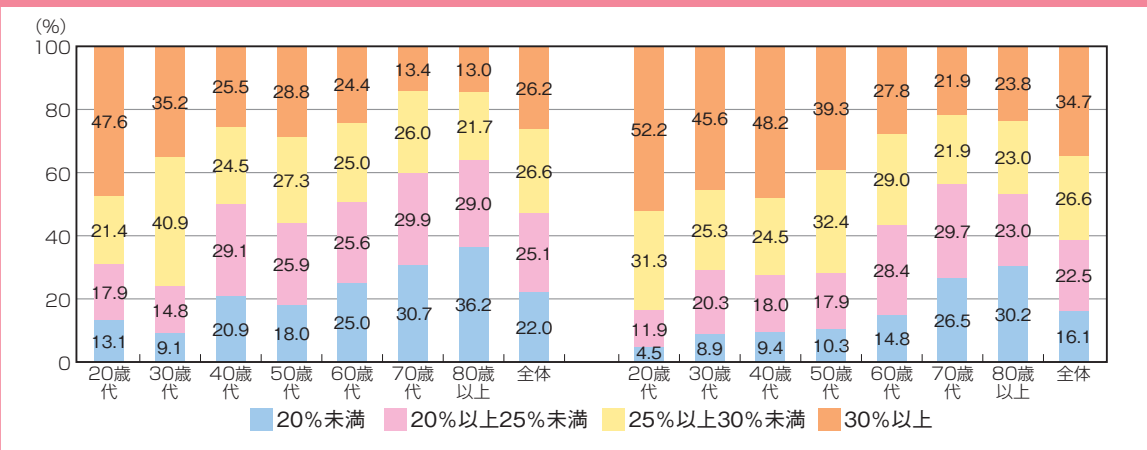
	岐阜県	全国平均	全国1位	1位との差	目標量との差
男性	276 g (全国36位)	297 g	378 g (長野県)	102 g	74 g
女性	277 g (全国24位)	280 g	365 g (長野県)	88 g	73 g

出典：H24国民健康・栄養調査（厚生労働省）

(3) 脂肪エネルギー比率

- 脂肪エネルギー比率（脂質の総エネルギーに占める割合）について、目標量の範囲を下回っている人の割合は、70歳代、80歳以上で高くなっています。また、目標量の範囲を超えている人の割合は、男性では20歳代、女性では20～40歳代で高くなっています。
- 若い世代から健全な食生活を実践することが必要であり、栄養バランスに配慮した食事がとれるよう働きかけていくことが必要です。

図19 脂肪エネルギー比率（20歳以上）



出典：H28県民栄養調査（保健医療課）

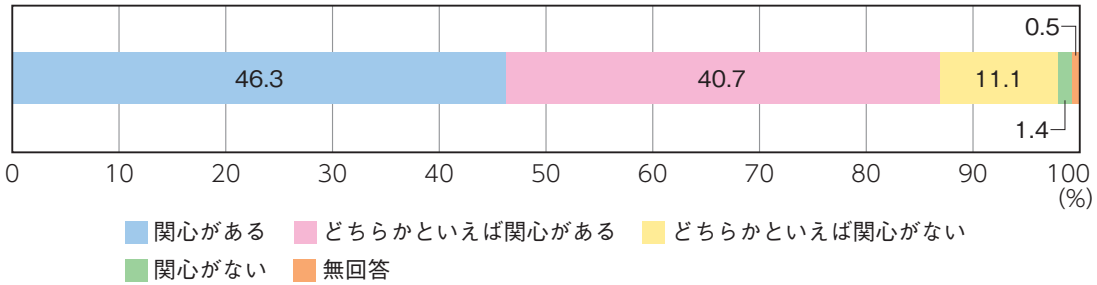
表9 日本人の食事摂取基準（2015年版）脂肪エネルギー比率の目標量

成人	20%以上30%未満
「健康日本21（第二次）」の目標量	
20～40歳代	25%以下

## 4 食育への関心度

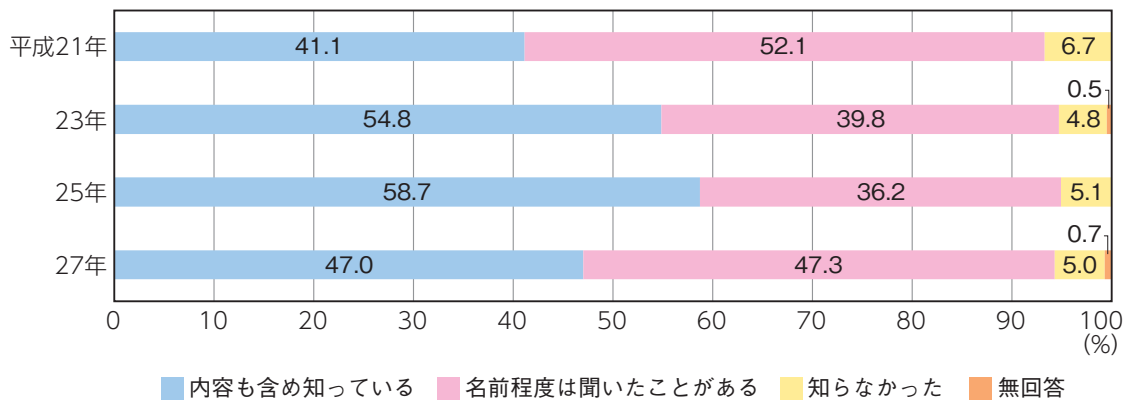
- 食育の関心について「関心がある」「どちらかといえば関心がある」者の合計は87%であり、関心の高さがうかがえます。
- 食育の認知度は、「内容も含め知っている」が47%であり、なお一層継続した食育の啓発が必要です。

図20 食育の関心度（岐阜県）



出典：H28県政モニター（保健医療課）

図21 食育の認知度（岐阜県）



出典：県政モニター（保健医療課）



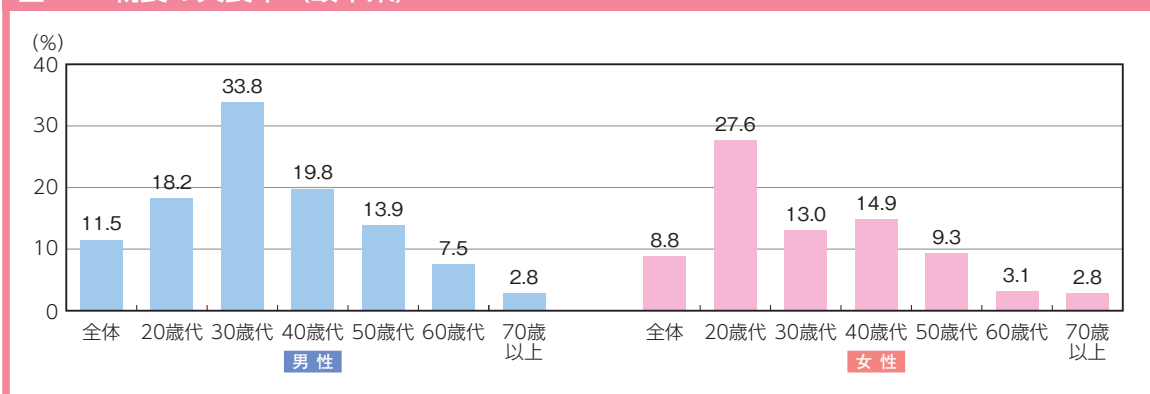
ぎふ食育キャラクター  
あかっぺ

## 5 食生活の状況

### (1) 朝食の欠食について

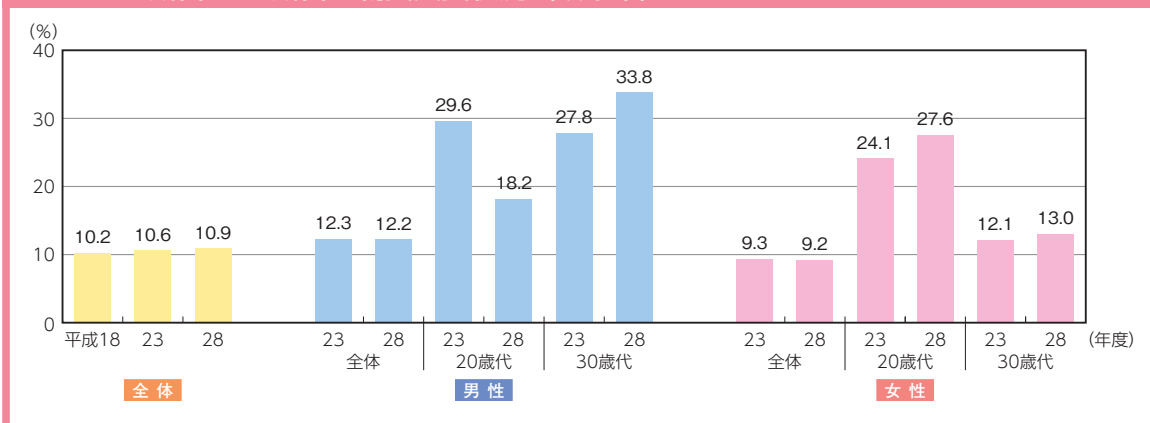
- 朝食欠食者の割合は、男性11.5%、女性8.8%であり、男性では30歳代が、女性では20歳代が最も高くなっています。
- 子供（3歳児、小・中学生）の朝食欠食率は、低い状況ですが、高校生では20%と高くなっています。
- 小・中学校では、欠食をなくすよう様々な取組が行われているものの、朝食欠食率0%には達していません。この背景には、保護者自身の食習慣、生活の困窮等が影響していると思われます。
- 若い世代が朝食を食べることができるための食育の取組が必要です。

図22 朝食の欠食率（岐阜県）



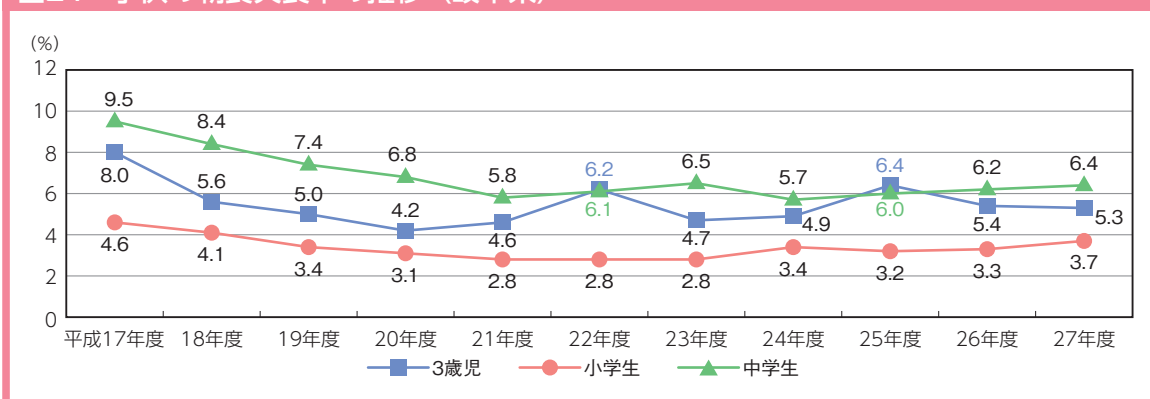
出典：H28県民意識調査（保健医療課）

図23 20歳代、30歳代の朝食欠食状況（岐阜県）



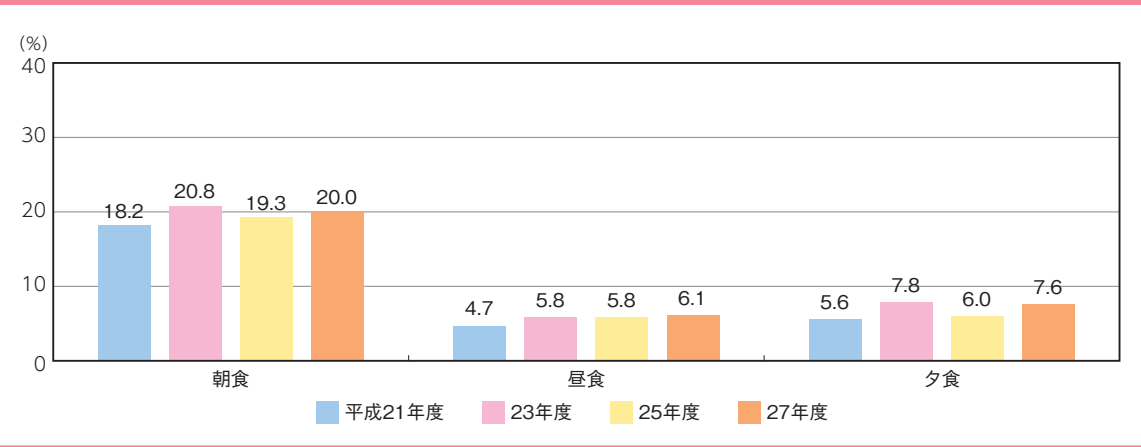
出典：H28県民意識調査（保健医療課）

図24 子供の朝食欠食率の推移（岐阜県）



出典：3歳児食生活実態調査（保健医療課）・学校給食等実態調査（体育健康課）

図25 高校生食事の欠食状況（岐阜県）

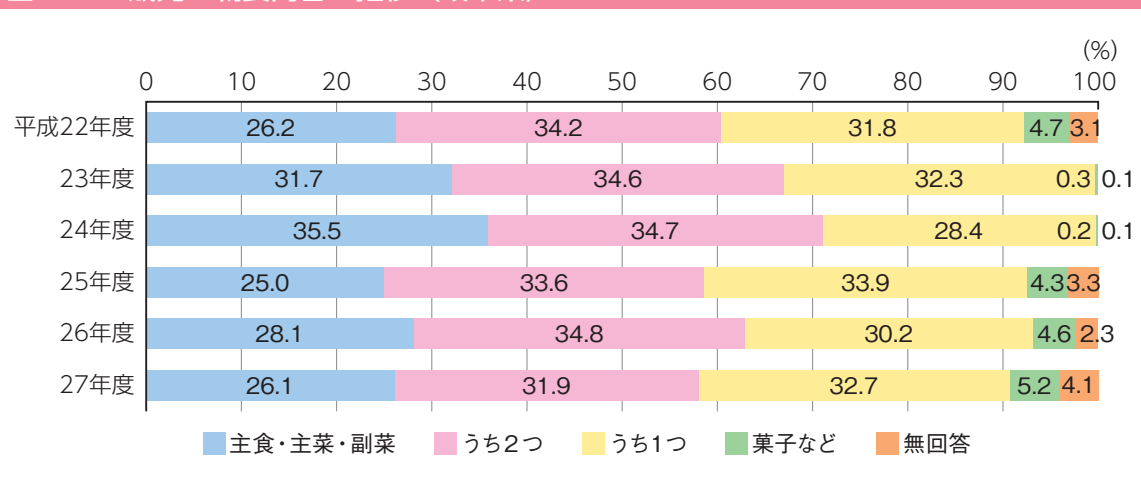


出典：高校生の食生活実態調査（保健医療課）

(2) 朝食の内容について

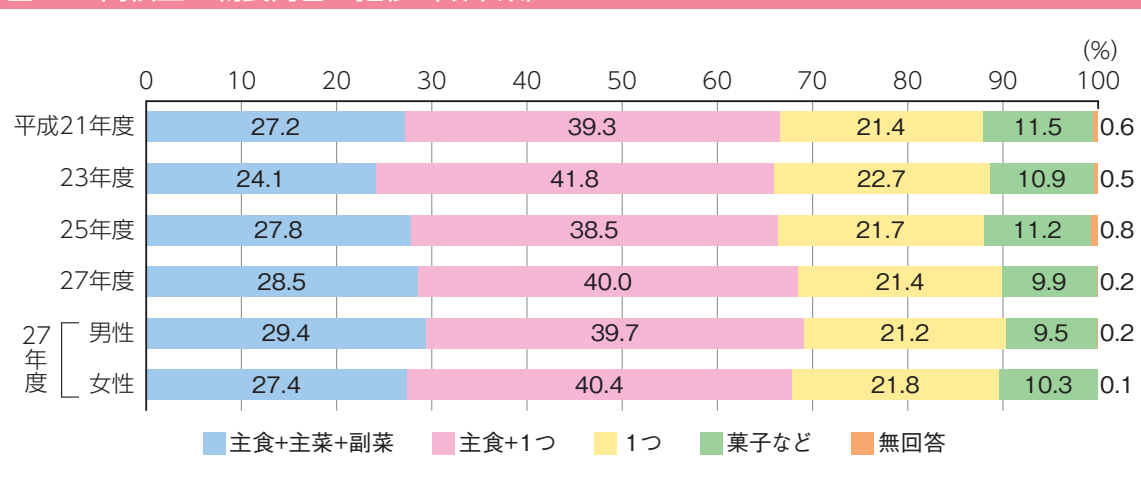
- 朝食で主食・主菜・副菜のそろった食事をとっている割合は、3歳児で26.1%、高校生で28.5%です。
- まずは、毎日朝食を食べることが最優先ですが、次の課題として栄養バランスに配慮した朝食を食べることができるための食育の取組が必要です。

図26 3歳児の朝食内容の推移（岐阜県）



出典：3歳児食生活実態調査（保健医療課）

図27 高校生の朝食内容の推移（岐阜県）



出典：高校生の食生活実態調査（保健医療課）

(3) 共食について

- 朝食又は夕食を家族とともに「週4～5日以上」食べる人の割合は、朝食65.7%、夕食78.5%であり、朝食は減少傾向、夕食は増加傾向です。
- 地域の人等と一緒に食事をする機会への参加について半数以上の者が「参加したい」と思っています。食を楽しむために地域や所属するコミュニティ等を通じて、様々な人と共食する機会をもつことは重要であり、地域等での共食の場を増やしていく必要があります。
- 共食は、単に一緒に食べることでなく、買い物をする、一緒に作るなど食事を食べる前後の行動を共にすることや、食事の情報を交換することなども含まれます。
- 家庭や地域で誰かと食行動を共にすることを啓発する必要があります。

図28 朝食の共食状況（岐阜県）

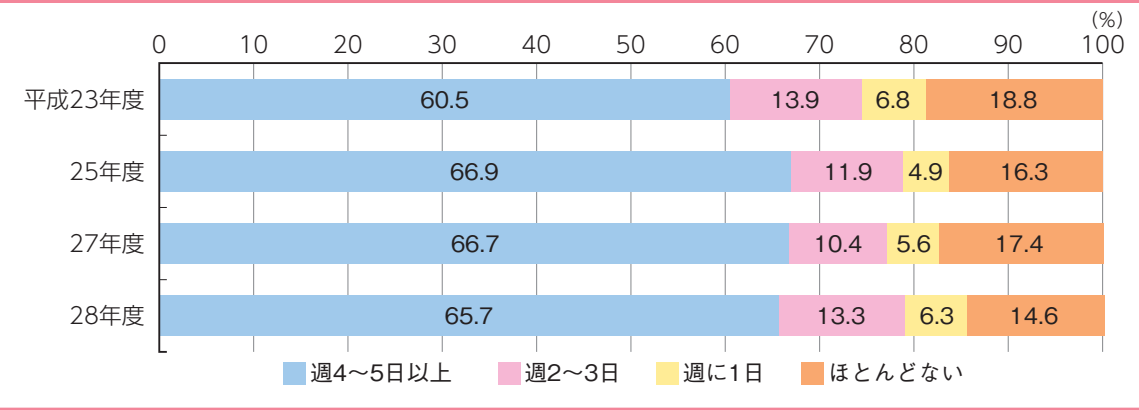
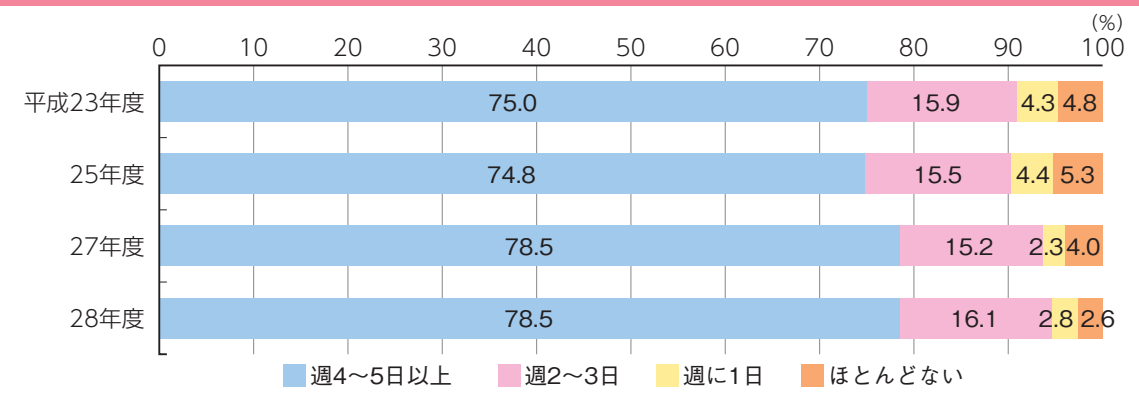
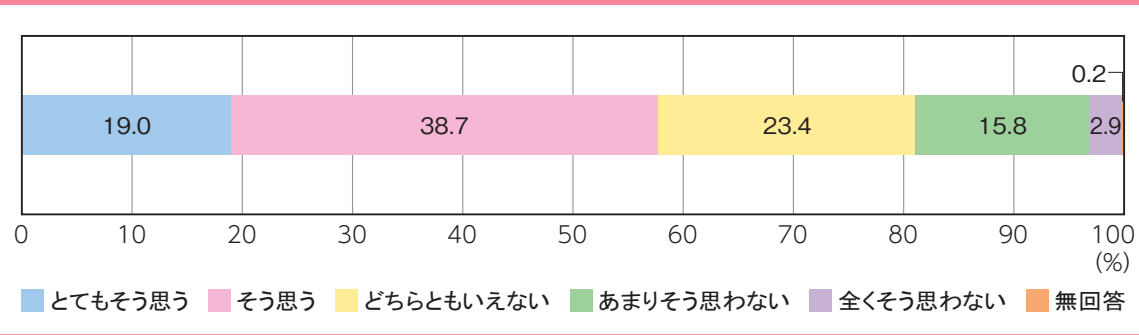


図29 夕食の共食状況（岐阜県）



出典：県政モニター（保健医療課）

図30 地域の人や職場の人などと一緒に食事をする機会があれば参加したいと思いますか（岐阜県）

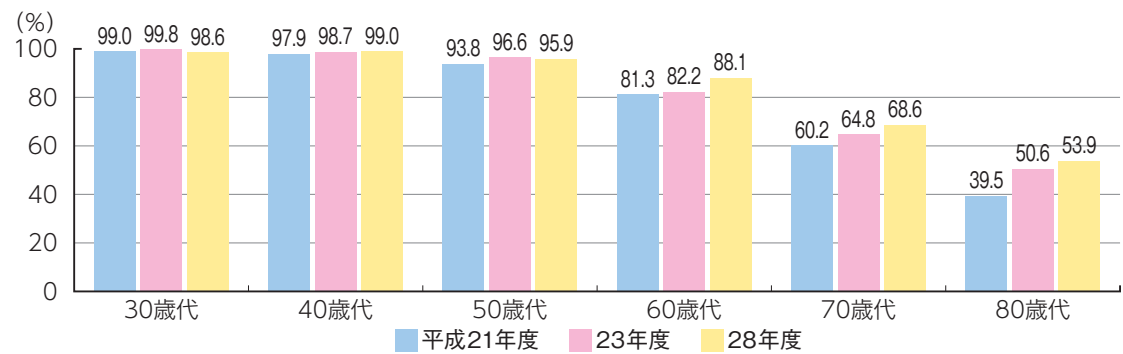


出典：H28県政モニター（保健医療課）

## 6 食と歯のかかわり

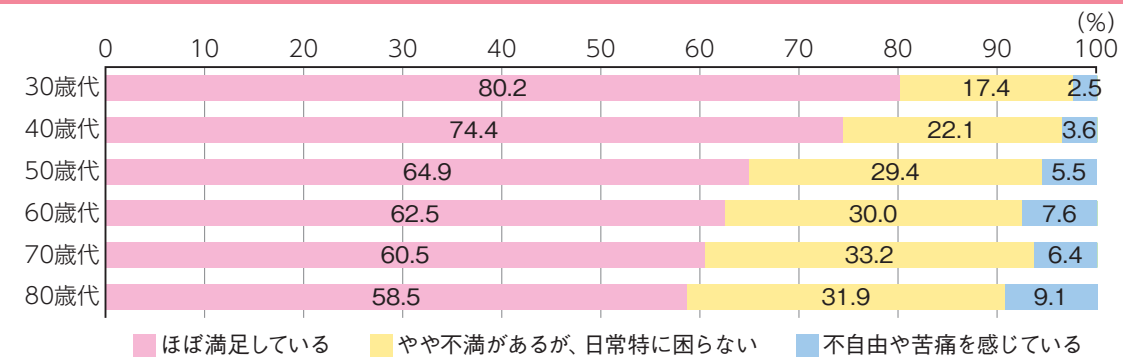
- 歯の20歯以上の保有率は、年々高くなっています。特に、70歳代、80歳代で増加しています。
- 噛むことに満足している人の割合は、年齢が上がるにつれて減少しています。

図31 歯の20歯以上の保有率（岐阜県）



出典：H28成人歯科疾患実態調査（医療福祉連携推進課）

図32 噛むことに満足している人の割合（岐阜県）

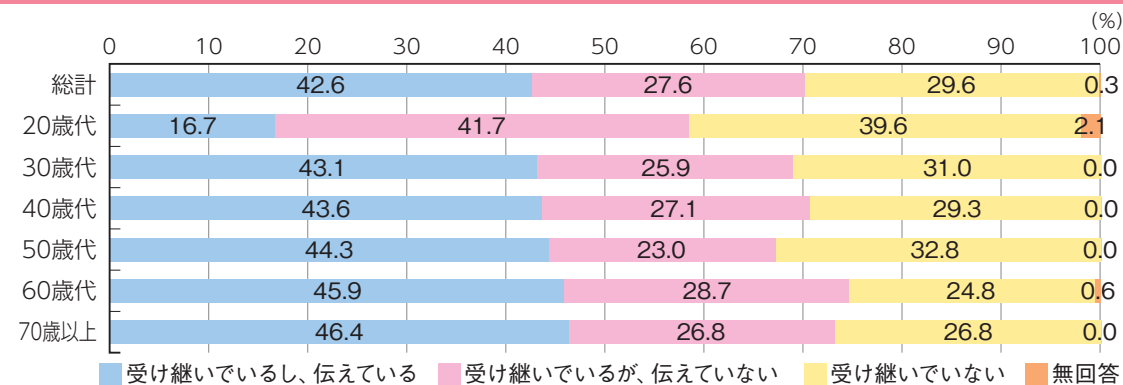


出典：H28成人歯科疾患実態調査（医療福祉連携推進課）

## 7 食文化の継承と伝承

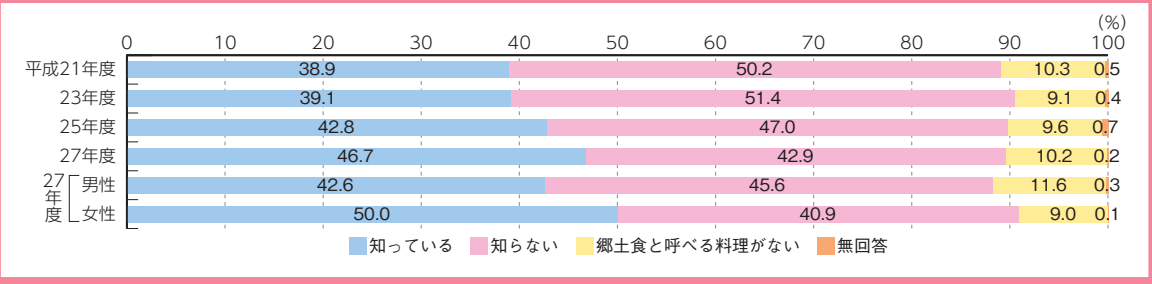
- 郷土料理や伝統料理など、地域や家庭で受け継がれてきた料理や味、箸づかいなどの食べ方・作法について「受け継いでいるし、伝えている」者の割合は42.6%でした。
- 高校生の地域の郷土料理の認知度は46.7%で増加傾向です。
- 引き続き家庭や地域などで食文化に触れる機会の増加や伝承できる人材の育成が必要です。

図33 次世代への食の継承と伝承（岐阜県）



出典：H28県政モニター（保健医療課）

図34 高校生の地域の郷土料理の認知状況（岐阜県）



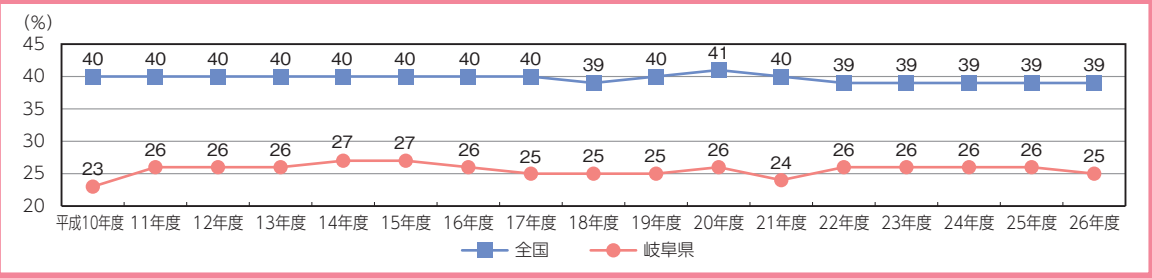
出典：高校生の食生活等実態調査（保健医療課）

## 8 食と農のかかわり

### (1) 食料自給率

- 全国の食料自給率は39%であり、岐阜県は25%となっています。
- 今後も、地産地消の推進により県産農畜水産物の積極的な消費拡大や農業の重要性への理解促進により、食料自給率を高めていく必要があります。

図35 食料自給率の推移（カロリーベース）



出典：食料需給表（農林水産省）

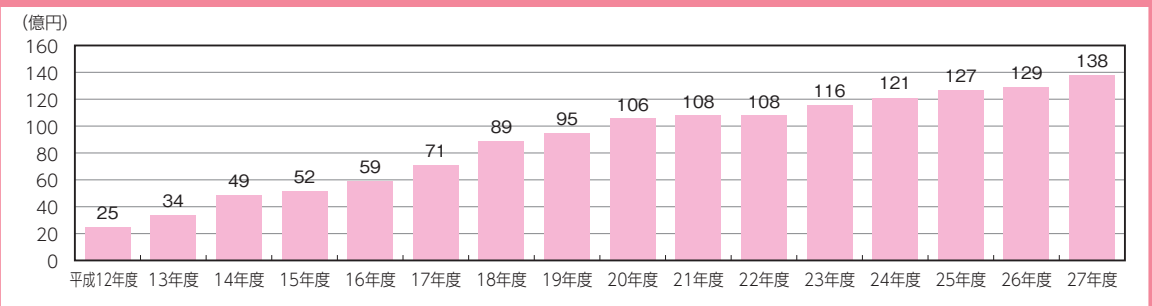
#### カロリーベース総合食料自給率

「日本食品標準成分表2015」に基づき、重量を供給熱量に換算したうえで、各品目を足し上げて算出したもの。これは、1人・1日当たり国産供給熱量を1人・1日当たり供給熱量で除したものに相当する。  
例) カロリーベース総合食料自給率（平成27年度）  
= 1人1日当たり国産供給熱量（954kcal） / 1人1日当たり供給熱量（2,417kcal） = 39%

### (2) 地産地消の推進

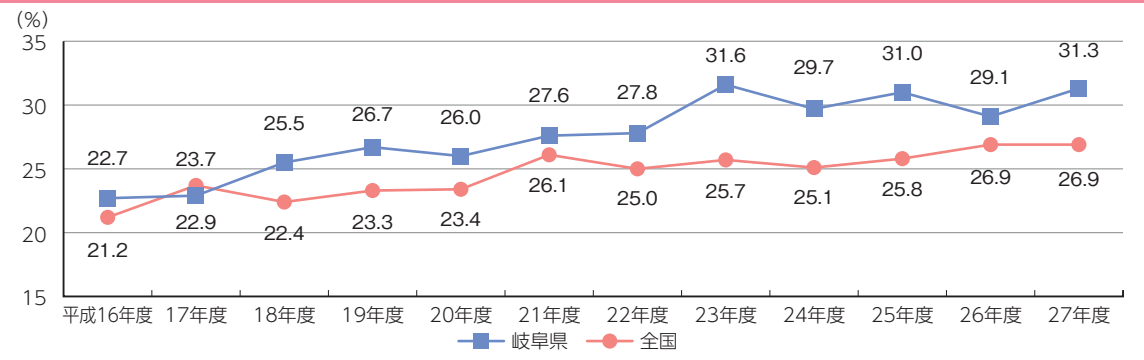
- 生産者の顔がみえる朝市・直売所の販売額は年々増加しています。
- 学校給食における地場産物の使用も増加傾向です。
- 食の安全・安心、地産地消が注目される中、身近な場所で作られた新鮮な地場産物の活用の推進を図っていく必要があります。

図36 朝市・直売所の販売額（岐阜県）



出典：朝市・直売所設置状況等調査（農産物流通課）

図37 学校給食における地場産物の使用

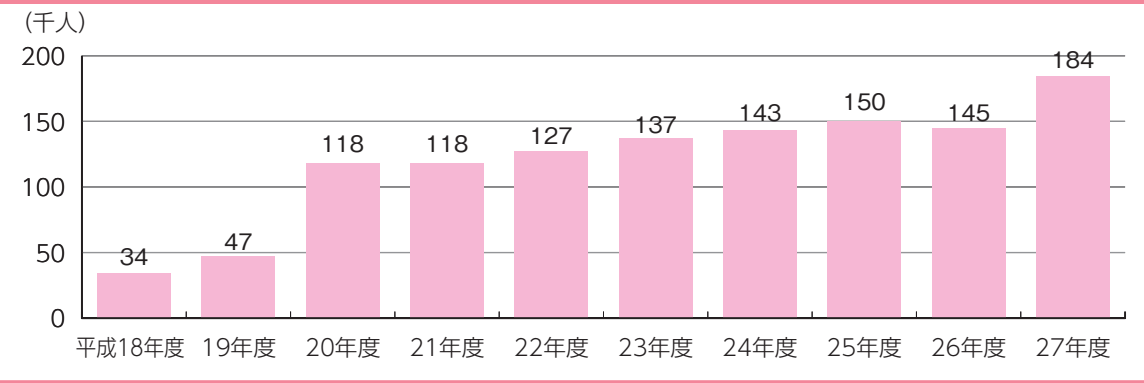


出典：学校給食栄養報告（体育健康課）

(3) 食農教育の推進

- 農林漁業体験者数は年々増加傾向にあり、平成27年度は184千人が農林漁業の体験を行いました。
- 食農教育の推進のため、さらに体験する機会を設け体験者数を増やすことが必要です。

図38 農林漁業体験者数（岐阜県）

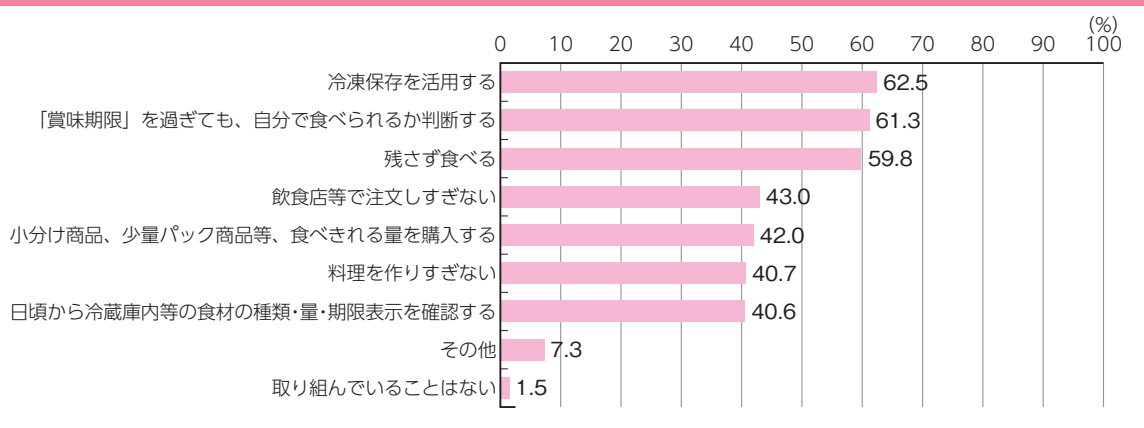


出典：岐阜県農林漁業体験施設登録制度に基づく実績調査（農村振興課）

(4) 食品ロスの削減

- 食品ロスの削減のための取組として、半数以上の方が「冷凍保存を活用する」「賞味期限を過ぎても自分で食べられるか判断する」「残さず食べる」に取り組んでいます。
- 生産から消費までの一連の食の循環を意識しつつ、食品ロスの削減等、環境に配慮した食育を推進することが必要です。

図39 「食品ロス」削減のために何らかの行動をしている人の割合（岐阜県）



出典：H28県政モニター（保健医療課）

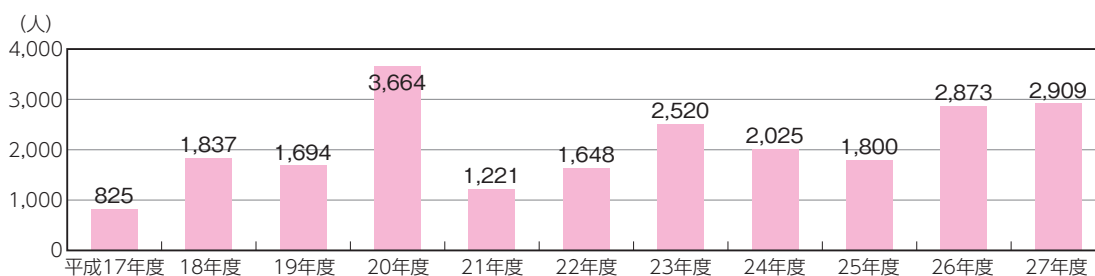


## 9 食の安全・安心

### (1) 食品リスクコミュニケーション

○食の安全・安心に対する関心が高まるなか、食品リスクコミュニケーション事業参加者は増加しています。それぞれの立場からの意見を反映した形で食品の安全性を確保していくために、双方向のリスクコミュニケーションを一層推進する必要があります。

図40 食品リスクコミュニケーション事業参加者（岐阜県）



出典：生活衛生課

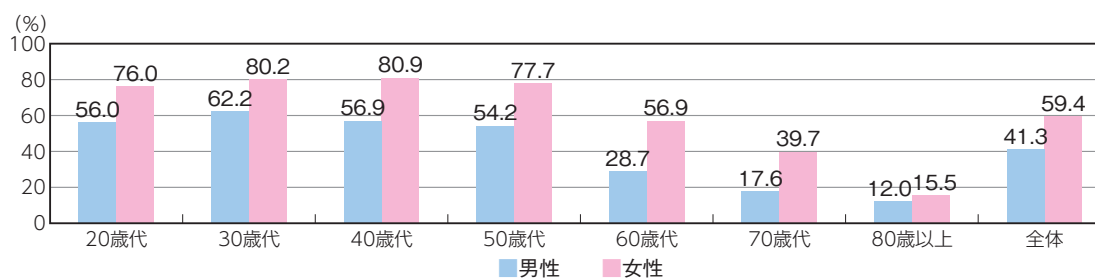
#### リスクコミュニケーションとは

食品の安全性について、食品を取扱う事業者、消費者、行政関係者がそれぞれの立場から情報や意見の交換を行い、共通の理解を図っていくことです。

### (2) 栄養成分表示

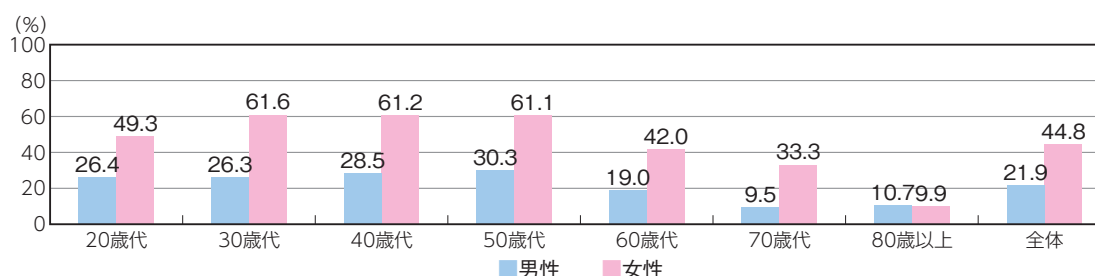
- 栄養成分表示を見たことがある人の割合は、男性41.3%、女性59.4%である。
- 栄養成分表示を参考にメニューを選ぶ人の割合は、男性21.9%、女性44.8%であり、男性の約8割、女性の約6割は、栄養成分表示を活用していない状況です。
- 食品表示の施行により加工食品の栄養成分表示が義務化されました。食品表示を活用して、自身の健康管理に役立てられるよう知識の普及が必要です。

図41 栄養成分表示を見たことがある人の割合



出典：H28県民栄養調査（保健医療課）

図42 栄養成分表示を参考に食品やメニューを選ぶ人の割合

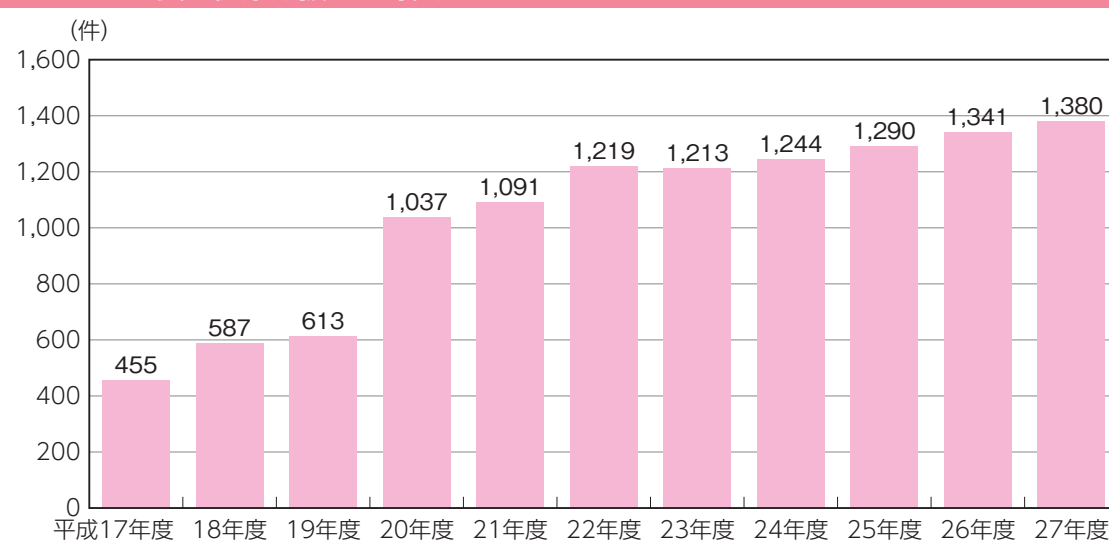


出典：H28県民栄養調査（保健医療課）

## 10 体制整備

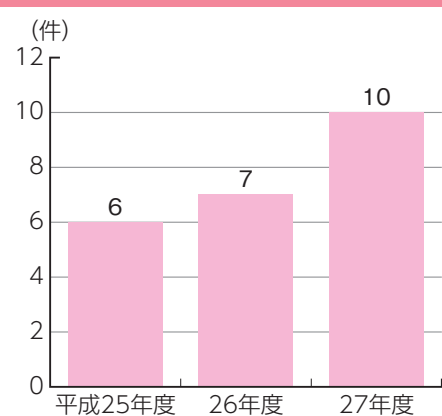
- 飲食店等において栄養成分表示やバランスメニューの提供、健康情報の提供に取り組む「ぎふ食と健康応援店」の登録店舗数は1,380店舗です。
- 県が進める食育に賛同し、地域で食育活動を行うなど積極的に食育に取り組む「岐阜県食育応援企業」登録企業は10事業者です。
- 食育推進計画を策定している市町村は95.2%です。
- 県民運動として食育を推進するためには、学校、保育所、農林水産業者、食品関連事業者、関係団体、ボランティア等の様々な立場の関係者との連携・協力が重要です。

図43 ぎふ食と健康応援店登録数



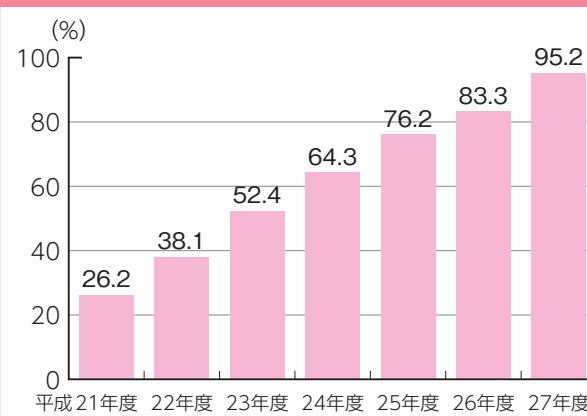
出典：保健医療課

図44 岐阜県食育応援企業登録数



出典：保健医療課

図45 市町村食育推進計画の策定率（岐阜県）



出典：保健医療課

### 「ぎふ食と健康応援店」とは

岐阜県では、県民の皆さまの健康づくりをサポートする飲食店などを「ぎふ食と健康応援店」として登録しています。

お店のメニューにエネルギーや食塩相当量などの栄養成分を表示したり、お客様の健康づくりに必要な応援メニューや食育メニューの提供、健康情報の提供、受動喫煙防止対策などに取り組んでいます。

### 「岐阜県食育応援企業」とは

岐阜県が進める「食育」に賛同し、食育推進活動に積極的に取り組む企業を「岐阜県食育応援企業」として登録し、企業と県民、関係機関等が連携して食育活動を行っています。