

第2次府中市食育推進計画の評価と第3次計画に向けた方向性（一例）

共通取組1 市民の食育の実践を支援します。

(1) これまでの取組

- 朝食の重要性を啓発する取組を推進してきた。特に、欠食率が最も高い若年期に対しては大学と、食習慣が形成される乳幼児期から思春期に対しては保育所や小中学校等と連携して欠食率の減少に向けた取組を推進した。
- その他、調理実習や農業体験などの食育実践の場の提供や、各種講演会やホームページ、給食センター、ツイッターなどを通じた情報の提供を行った。

(2) アンケート調査結果または関連統計データからわかること

- 朝食の欠食率を第2次計画策定時調査と令和元年度調査とで比較（以下、「経年変化」という。）すると、乳幼児期（0～6歳）、学童期（7～12歳）、思春期（13～19歳）、青年期（20～39歳）、中年期から初老期（40～64歳）、高齢期（65歳以上）のいずれの世代も高くなっている。
【出典：第2次府中市食育推進計画】
- 1日の野菜摂取量について、国が推奨する350g以上摂取している人の割合を性別・世代別にみると、高齢期、中年期、若年期と年齢が下がるにつれて低くなっており、いずれの世代であっても、女性よりも男性の方が低くなっている。ただし、最も割合の高い高齢期の女性であっても、3割台半ばとなっている。
- 府中市産の農産物を意識的に摂取している人の割合をみると、高齢期が33.6%、中年期が20.5%、若年期が10.7%となっている。

(3) 評価のまとめと今後の課題

- 市と大学、保健所、小中学校等と連携して、朝食の重要性を啓発してきた。朝食の欠食率の改善はみられなかったものの、引き続き欠食率の減少に向けた取組を実施するとともに、バランスのよい食事についての啓発が重要である。
- 年齢が下がるにつれて、野菜の摂取量や、府中市産の農産物を意識的に摂取している人の割合が減少しており、特に若年期に対する食育を推進することが必要である。
- 2020年4月1日より食品表示法に基づいた栄養成分表示が義務化されたことに伴い、関係機関と連携した食品表示の見方や活用方法について周知していくことが必要である。
- 情報提供は紙面だけでなく、ホームページやツイッター、配信メール等様々な媒体を活用して実施できた。情報発信についてはさらなる有効な手段の検討が必要である。
- 共通取組「食育の実践の支援」における具体的な取組を設け、成果と課題が把握しやすいよう留意する。

共通取組2 生涯にわたるライフステージごとの食育の取組をすすめます。

青年期（20歳から39歳頃まで）

（1）これまでの取組

- 食生活の乱れが顕著な世代であることを踏まえ、調理実習（食生活応援講座）を通じて、推奨とされる野菜の摂取量や朝食の重要性、栄養バランスの良い食事の摂り方などを啓発した。
- 若年層健康診査の一部の受診者を対象に食生活アンケートを実施し、青年期における食生活の実態を把握するとともに、アンケートの回答者には、食事診断及び健康情報のリーフレットを返送し、食生活の改善及び健康的な食生活の啓発を促した。
- 歯科健康教育や、市独自の若年層歯科健康診査を実施し、食事をする上での基盤となる歯と口の健康づくり、歯周病予防の啓発に力を入れてきた。

（2）アンケート調査結果または関連統計データからわかること

- 朝食をほぼ毎日食べる人の割合及び主食・主菜・副菜がそろった食事をほぼ毎日食べる人の割合をみると、それぞれ中年期・高齢期と比べて若年期の方が低くなっている。
- 朝食を毎日食べると回答した人の割合について、経年変化をみると、大きな変化は認められなかった。
- 共食頻度が週5日以上と回答した人の割合について、経年変化をみると、微増傾向が認められた。
- BMIによるやせの割合をみると、中年期と高齢期に比べて若年期は高くなっている。とりわけ、男性の若年期が8.6%なのに対して、女性は16.3%と2倍近くとなっている。

（3）評価のまとめと今後の課題

- 朝食の摂取や栄養バランスの良い食事の摂り方などにおける啓発に力を入れてきた。朝食の摂取頻度に悪化傾向は認められなかったが、中年期と高齢期に比べると、食生活の乱れが顕著であるため、引き続き啓発と食生活の改善に向けた取組に力を入れる必要がある。
- 女性はやせの傾向が認められることから、食事制限によるリスクや、標準体重に近づけるために必要な食事の摂り方について啓発を行うことが重要である。