

食育推進を和食文化から考える

人生100年時代を生きる子どもたちの
持続可能な食とは



愛知みずほ大学短期大学部 上原正子

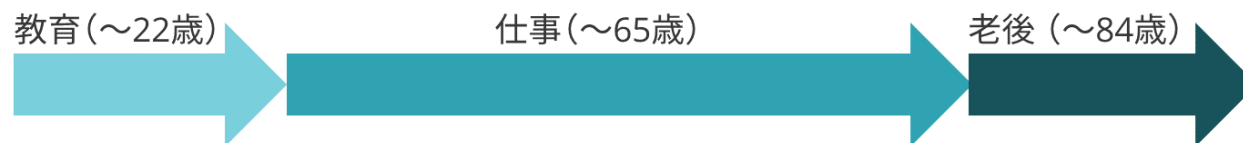
内閣政策会議 人生100年時代構想会議 29.9.11

人生100年を生きる 「LIFE SHIFT」

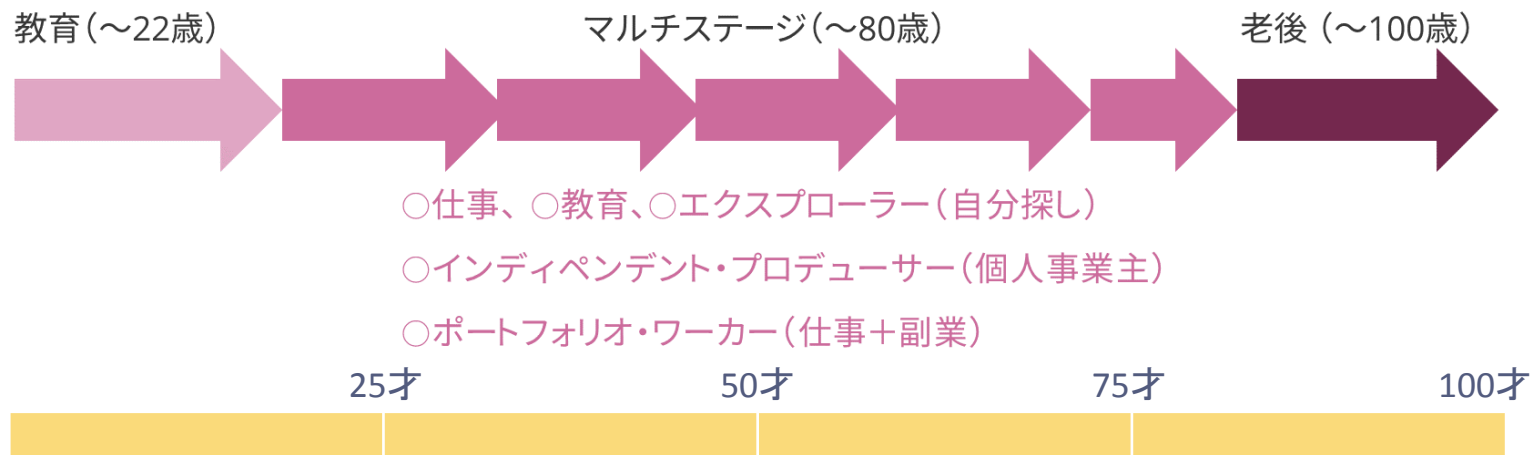
リンダ・グラットン

人生戦略の変化

今までの3ステージ制



これからのマルチステージ制

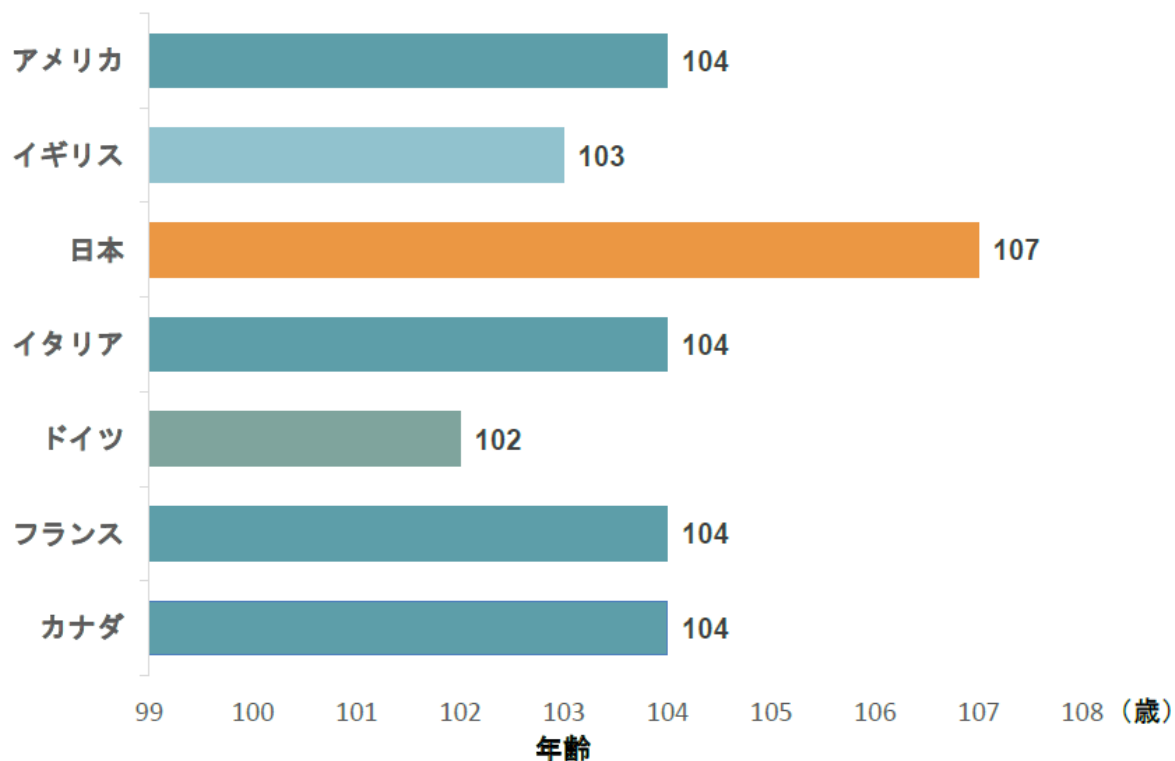


内閣政策会議 人生100年時代構想会議 29.9.11

人生100年を生きる「LIFE SHIFT」

リンダ・グラットン

2007年生まれの子ども50%が到達すると期待される年齢



無形資産

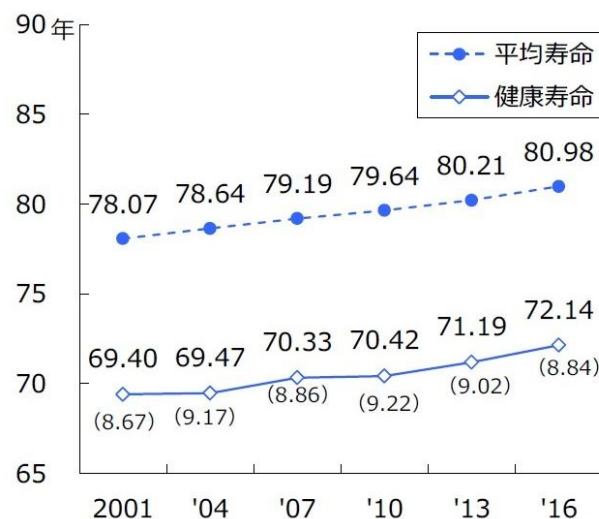
生産性資産

活力資産

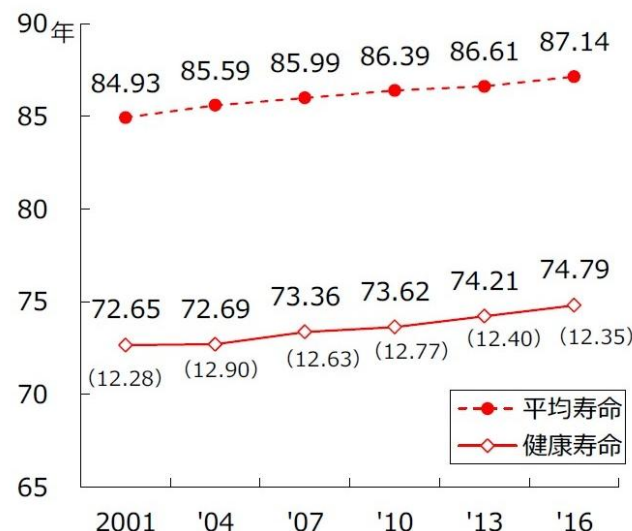
変身資産

平均寿命と健康寿命の推移

【男性】

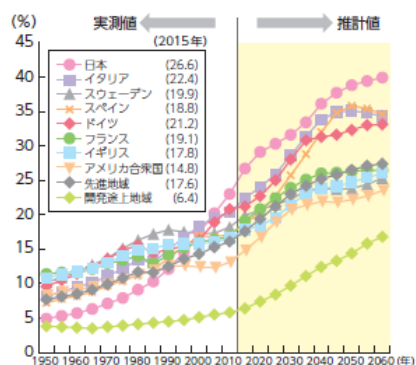


【女性】

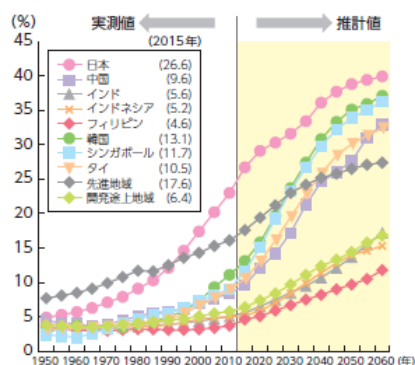


参考：世界の高齢化率の推移

1. 欧米



2. アジア



(注) ()内の数値は、平均寿命と健康寿命の差

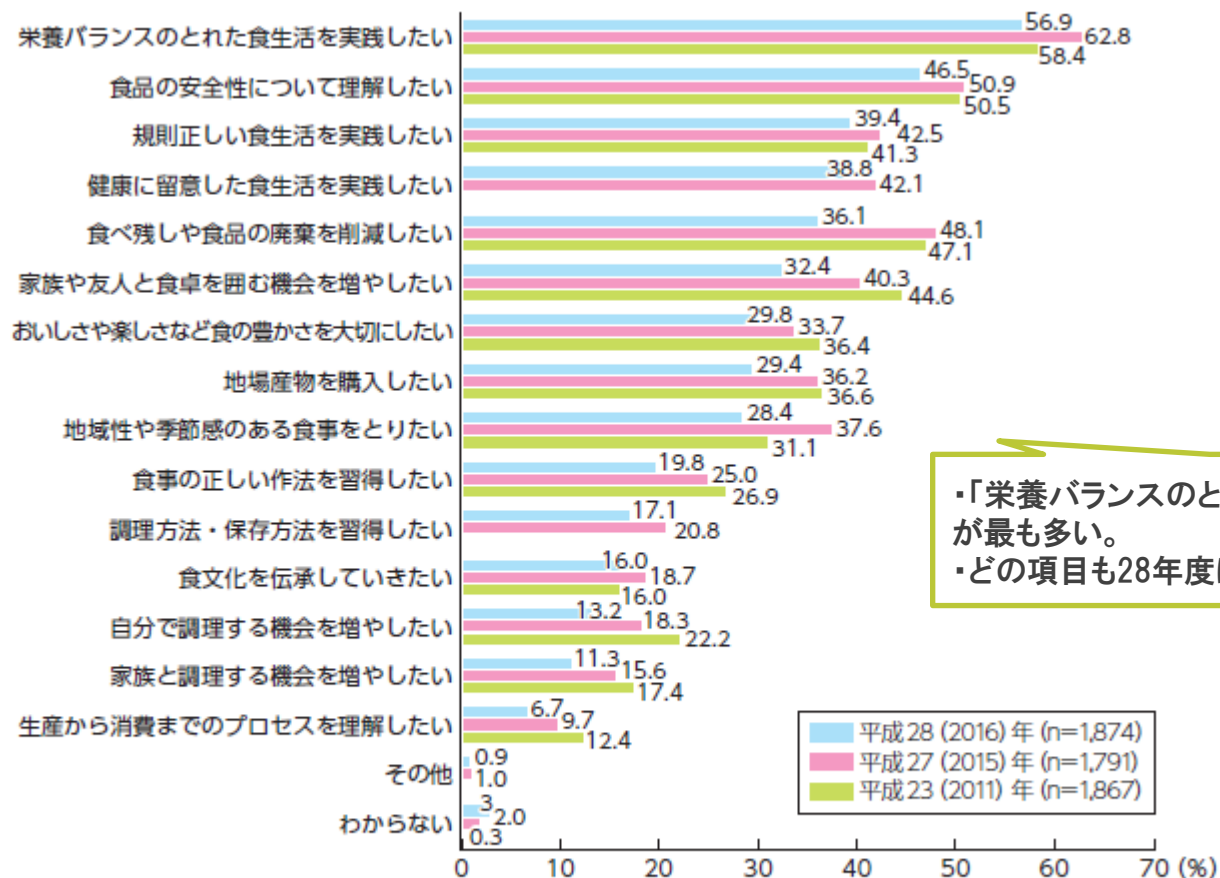
(資料) 2016年平均寿命は厚生労働省「2016年簡易生命表」2016年健康寿命は厚生労働省「2016年簡易生命表」と「2016年国民生活基礎調査」を使って、厚生労働科学研究「健康寿命における将来予測と生活習慣病対策の費用対効果に関する研究」による計算法で業者が計算

資料：国際連合「World Population Prospects : The 2015 Revision」

ただし日本は、2015年までは総務省「国勢調査」、2020年以降は国際社会保障・人口問題研究所「日本の将来推計人口(平成24(2012)年1月推計)」の出生中位・死亡中位仮定による推計結果による。

(注) 高齢化率とは、65歳以上の人口/全人口をいう。先進地域とは、北部アメリカ、日本、ヨーロッパ、オーストラリア及びニュージーランドからなる地域をいう。
開発途上地域とは、アフリカ、アジア(日本を除く)、中南米、メラネシア、ミクロネシア及びポリネシアからなる地域をいう。

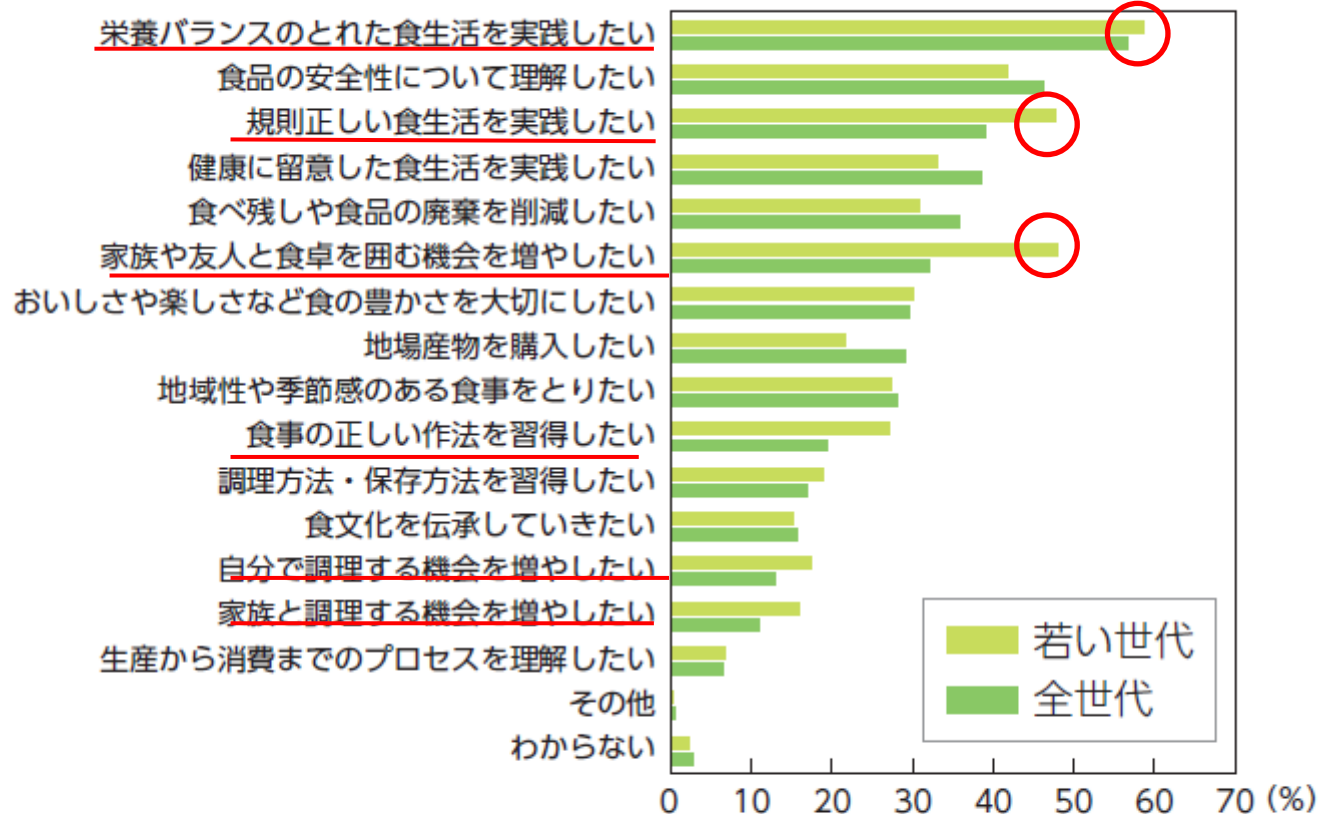
普段の食生活で特に力を入れたたい食育の内容



・「栄養バランスのとれた食生活を実践したい」が最も多い。
・どの項目も28年度は少なくなっている

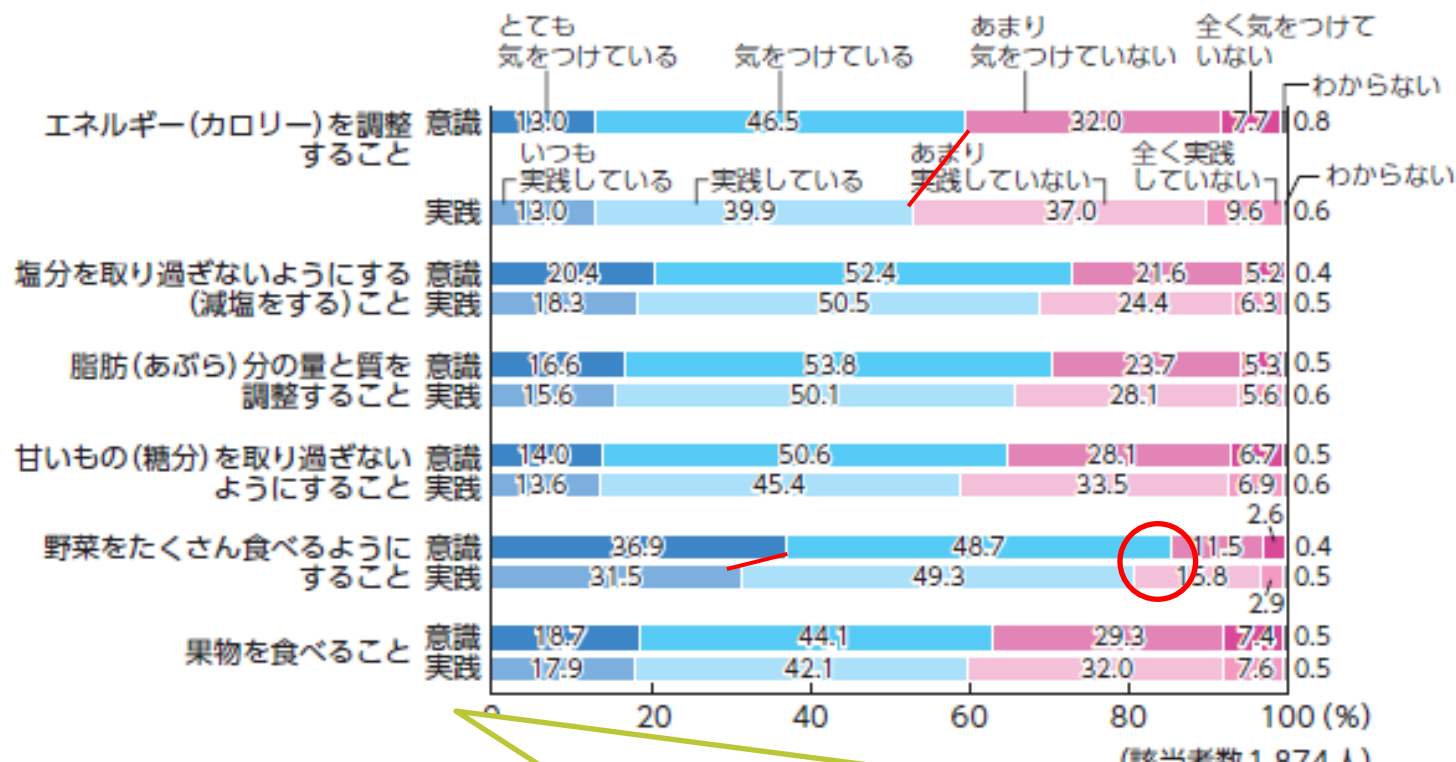
資料：農林水産省（平成27（2015）年までは内閣府）「食育に関する意識調査」
注：複数回答

普段の食生活で特に力を入れたい食育の内容 世代別(若い世代20～30歳)



資料：農林水産省「食育に関する意識調査」(平成28(2016)年11月実施)

生活習慣病の予防や改善のための食生活の具体的な意識と実践の実態

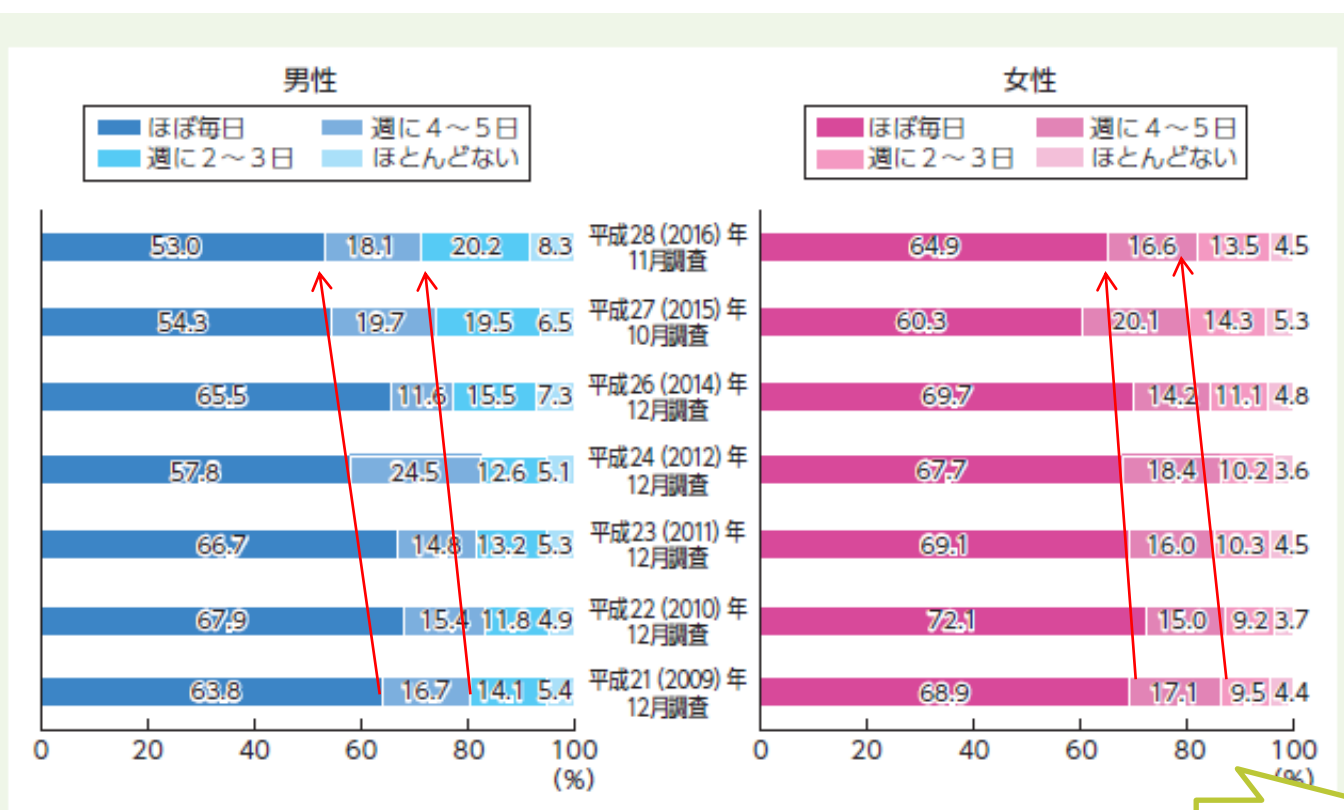


資料：農林水産省「食育に関する調査」

- ・「とても気をつけている」及び「気をつけている」を合わせ「意識高群」とすると、意識高群の高い順には「野菜」「塩分」「脂肪」に配慮していることが窺える。
- ・「エネルギーの調整」は意識高群と実践高群に差がみられた。
- ・また、「とても(意識)」「いつも(実践)」の群の比較では「野菜をたくさん食べる」に差がみられた。

主食・主菜・副菜を組み合わせた食生活の実践状況の推移

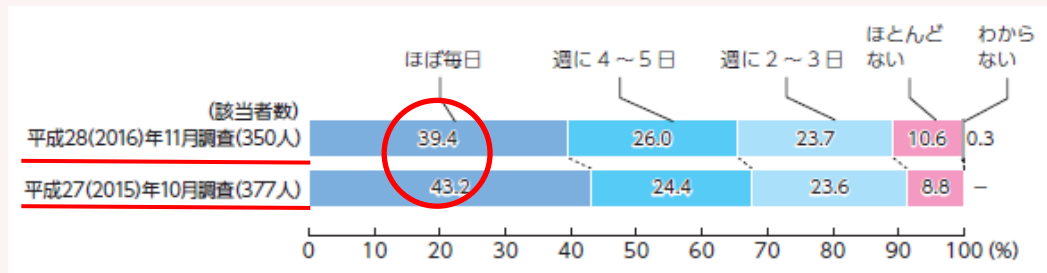
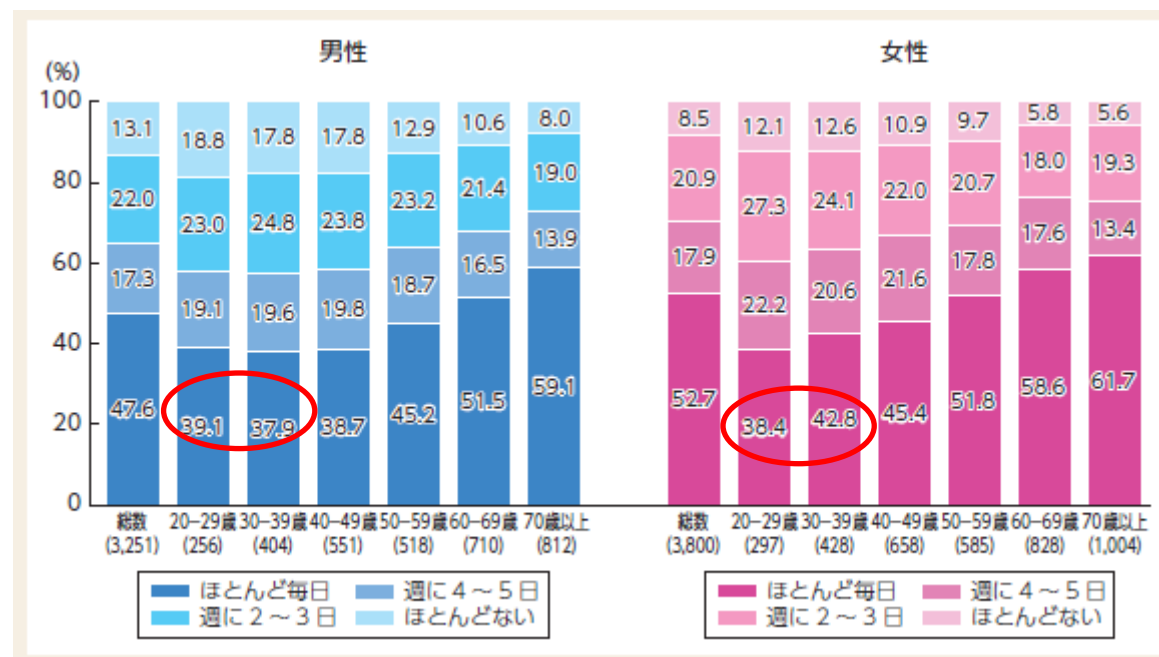
週当たり主食・主菜・副菜を組み合わせて食べることが1日2回以上ある頻度



資料：農林水産省（平成27（2015）年までは内閣府）「食育に関する意識調査」

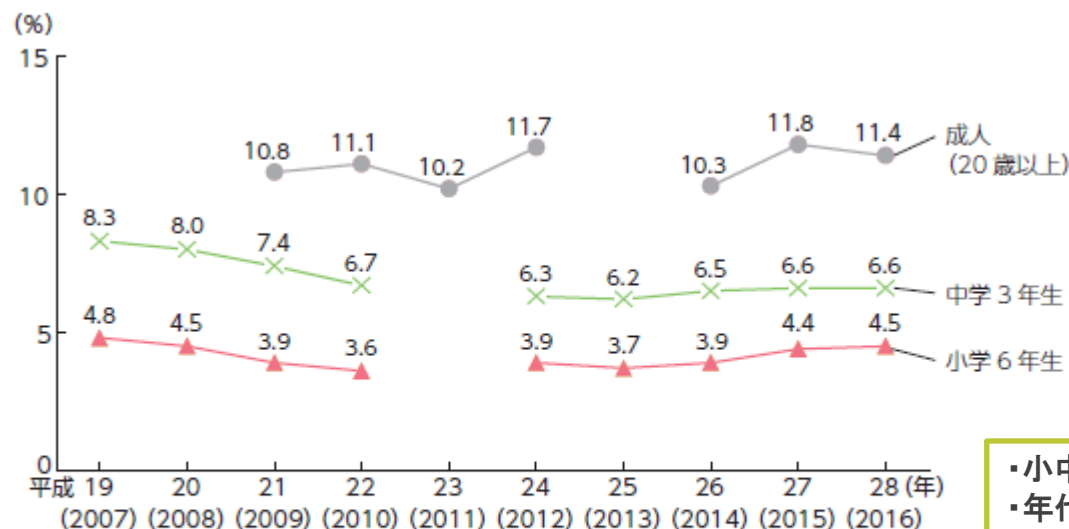
徐々に減ってきている？

主食・主菜・副菜を組み合わせた食生活の 年代別実践状況(平成28年11月調査)



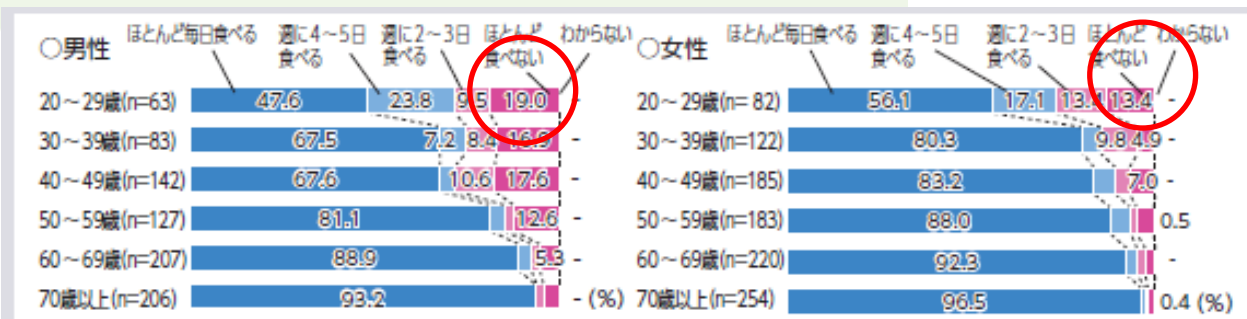
資料：農林水産省（平成27（2015）年は内閣府）「食育に関する意識調査」
注：20～39歳が対象

朝食欠食状況の変遷



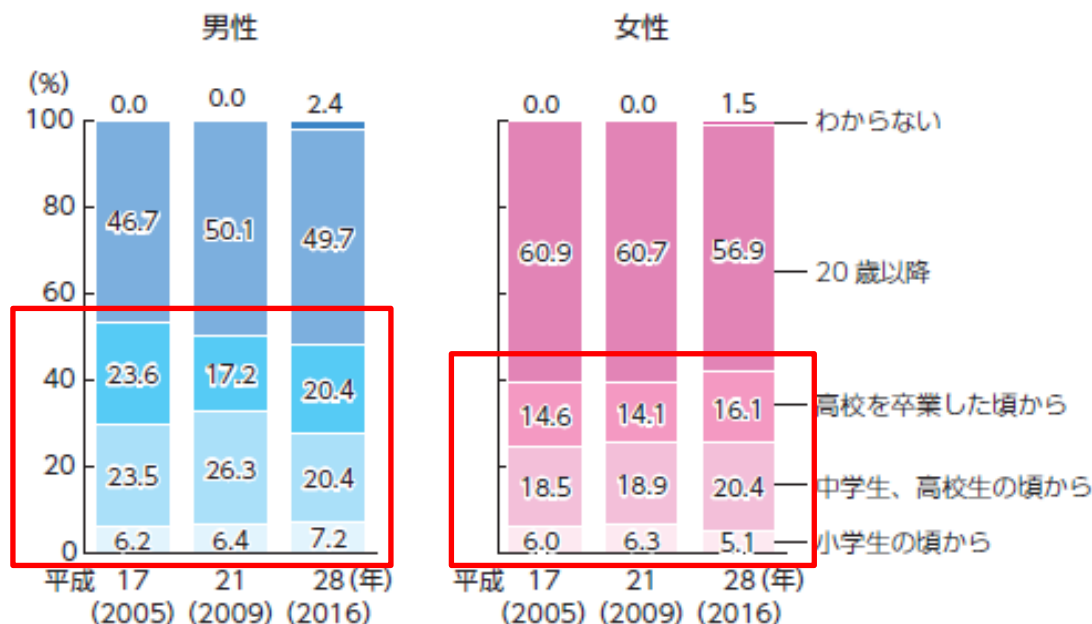
※成人については「週に2～3日食べる」「ほとんど食べない」と、
 児童・生徒については「あまり食べていない」「全く食べていない」と回答した人の割合。
 資料：(成人) 農林水産省 (平成27 (2015) 年までは内閣府) 「食育に関する意識調査」
 (児童・生徒) 文部科学省 「全国学力・学習状況調査」

・小中学生はほぼ横ばいの状況にある
 ・年代別では20歳代の男女は「ほとんど食べない」がそれぞれ19%、13.4%みられる。



資料：農林水産省「食育に関する意識調査」(平成28 (2016) 年11月実施)

朝食欠食が始まった時期の推移



資料：厚生労働省「国民健康・栄養調査」(平成17(2005)年、平成21(2009)年) 及び
農林水産省「食育に関する意識調査」(平成28(2016)年11月実施)

注：朝食を食べる頻度について、「ほとんど毎日食べる」以外の回答をした人が対象

学校教育における食育の効果・評価？