

はじめに¹

1. 食をめぐる現状

食は命の源であり、私たち人間が生きていくために食は欠かせない。また、健全な食生活を日々実践し、おいしく楽しく食べることは、人に生きる喜びや楽しみを与え、健康で心豊かな暮らしの実現に大きく寄与するものである。

しかし、我が国では、急速な経済発展に伴い、生活水準が向上するとともに、食を取り巻く社会環境が大きく変化する中で、食に関する国民の価値観やライフスタイル等の多様化が進んでいる。このような中、国民の意識の変化とともに、世帯構造の変化や様々な生活状況により、健全な食生活を実践することが困難な場面も増えてきている。さらに、古くから各地で育まれてきた地域の伝統的な食文化等、国民の食文化に関する意識が希薄化し、失われていくことも危惧されている。

我が国は世界でも有数の長寿国となり、平均寿命は男女共に 80 年を超え、今後も平均寿命が延びることが予測されている。その一方で、国民の食生活においては、エネルギーや食塩等の過剰摂取や野菜の摂取不足等の栄養の偏り、朝食の欠食に代表されるような食習慣の乱れが見られる。これらに起因する肥満や生活習慣病は引き続き課題である一方で、若い女性のやせ、高齢者の低栄養傾向等の健康面での問題も指摘されている。

食については、情報が社会に氾濫し、情報の受け手である国民が、食に関する正しい情報を適切に選別し活用することが困難な状況も見受けられる。食品の安全性に関わる国内外の事案の発生により、食品の安全性に対する国民の関心は引き続き高く、国民による情報の適切な選別、活用が促進されるようにしていく必要性が高まっている。

加えて、我が国は食料を海外に大きく依存しており、食料自給率及び我が国の農林水産業が有する食料の潜在生産能力である食料自給力の維持向上が急務となっている。一方で、開発途上国を中心に多くの人々が飢餓や栄養不足で苦しんでいる中で、我が国は大量の食品廃棄物を発生させ、環境への大きな負荷を生じさせている。国連サミットで採択された「持続可能な開発のための 2030 アジェンダ」(2015 年)(以下「2030 アジェンダ」という。)においても、小売・消費レベルにおける世界全体の一人当たりの食料廃棄の半減等が目標として掲げられており、こうした食料問題を世界全体の問題としても捉えていくことが求められている。

2. これまでの取組と今後の展開

「国民が生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性をはぐくむ」(食育基本法第 1 条)ことを目的として、平成 17 年 6 月に食育基本法(平成 17 年法律第 63 号)が制定された。

その後、同法に基づき、食育推進基本計画(平成 18 年度から平成 22 年度まで)及び第 2 次食育推進基本計画(平成 23 年度から平成 27 年度まで)を作成し、国は 10 年にわたり、都道府県、市町村、関係機関・団体等多様な関係者とともに食育を推進してきた。

その間、日常生活の基盤である家庭における共食を原点とし、学校、保育所等が子供の食育を進め、都道府県、市町村、様々な関係機関・団体等、地域における多様な関係者が様々な形で食育を主体的に推進してきた。

その結果、「食育に関心を持っている国民の割合」や「朝食又は夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数」、「栄養バランス等に配慮した食生活を送っている国民の割合」、「農林漁業体験を経験した国民の割合」、「食品の安全性に関する基礎的な知識を持っている国民の割合」、「推進計画を作成・実施している市町村の割合」が増加するとともに、家庭、学校、保育所等における食育は着実に推進され、進展してきている。

しかしながら、特に若い世代では、健全な食生活を心がけている人が少なく、食に関する知識がないとする人も多い。また、他の世代と比べて、朝食欠食の割合が高く、栄養バランスに配慮した食生活を送っている人が少ないなど、健康や栄養に関する実践状況に課題が見受けられる。

また、近年、家族や生活の状況が変化する中で、高齢者を始めとする単独世帯やひとり親世帯、貧困の状況にある子供に対する支援が重要な課題になっている。さらに、我が国において、高齢化が急速に進展する中、健康寿命の延伸は、国の重要な課題であり、食育の観点からも積極的な取組が必要である。

加えて、食料を海外に大きく依存する我が国において、大量の食品廃棄物を発生させ、環境への負荷を生じさせていることから、食に関する感謝の念や理解を一層深めることは引き続き重要であり、生産から消費に至る食の循環を意識し、食品ロスの削減等環境にも配慮する必要がある。

また、食を取り巻く社会環境が変化する中であっても、我が国の大切な食文化が失われることがないよう、食文化の継承も重要な課題である。

今後の食育の推進に当たっては、食をめぐるこれらの課題を踏まえ、様々な関係者がそれぞれの特性を生かしながら、多様に連携・協働し、その実効性を高めつつ、国民が「自ら食育推進のための活動を実践する」(食育基本法第 6 条)ことに取り組むとともに、国民が実践しやすい社会環境づくりにも取り組むことで、食をめぐる諸課題の解決に資するように推進していくことが必要である。

これまでの食育の推進の成果と食をめぐる状況や諸課題を踏まえつつ、食育に関する施策を総合的かつ計画的に推進していくため、平成 28 年度から平成 32 年度までの 5 年間を期間とする新たな食育推進基本計画を作成する。

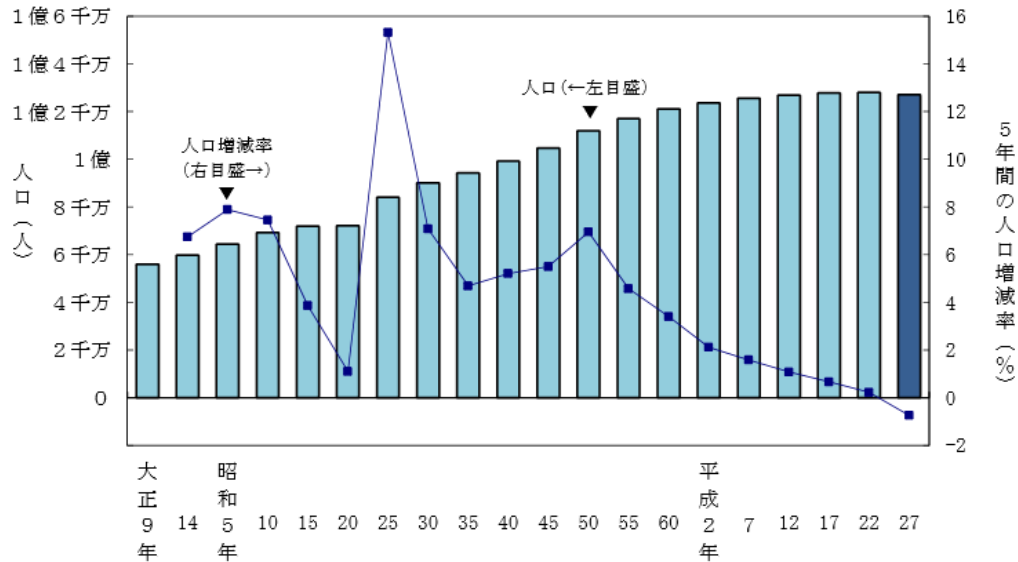
¹ 本項目では、本頁の下線太字の部分に関する情報について、目次の構成のとおり整理・分類の上、掲載している。

【1. 世帯構造や生活状況、社会環境の変化 (1) 世帯構造の変化】

我が国の総人口は、今後出生数の減少と死亡数の増加により減少過程に入っている（図1）。

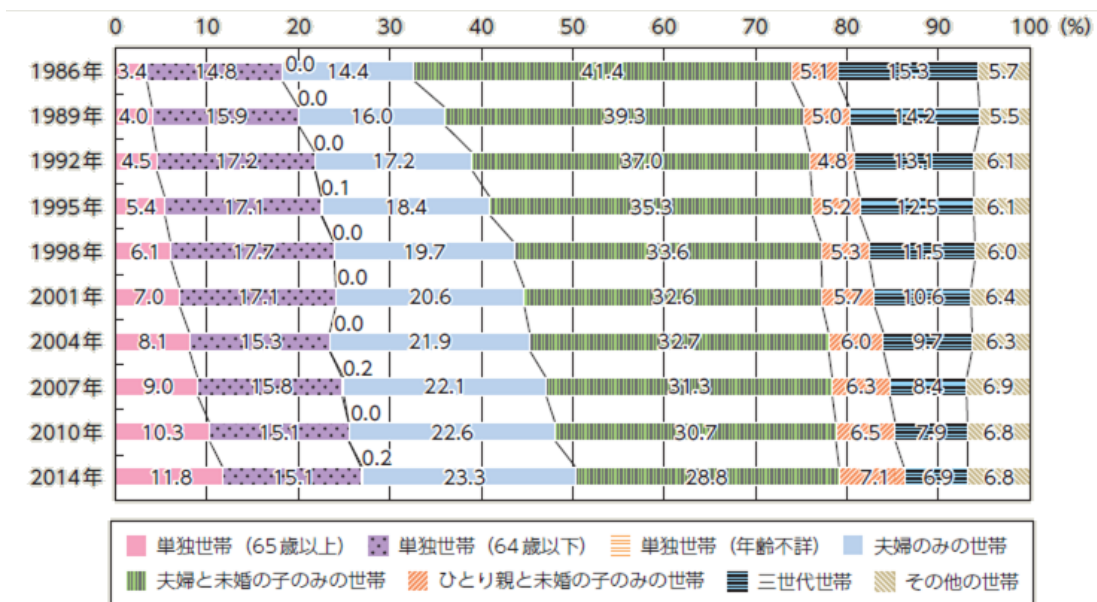
また、世帯構造においても、単独世帯や夫婦のみの世帯の割合が増えるとともに（図2）、世帯数は増加する一方で、1世帯当たりの人員は一貫して減少している（図3）65歳以上の者のいる世帯のうち、高齢者世帯の世帯構造を見ると、「単独世帯」が高齢者世帯の48.8%、「夫婦のみの世帯」が同47.5%となっており、性別に年齢構成を見ると、男性は「65～69歳」が33.5%、女性は「70～74歳」が22.6%と最も高くなっている（図4、5）。

図1 我が国の人口推移



出典：総務省「平成27年国勢調査人口速報集計結果」

図2 世帯構造の推移

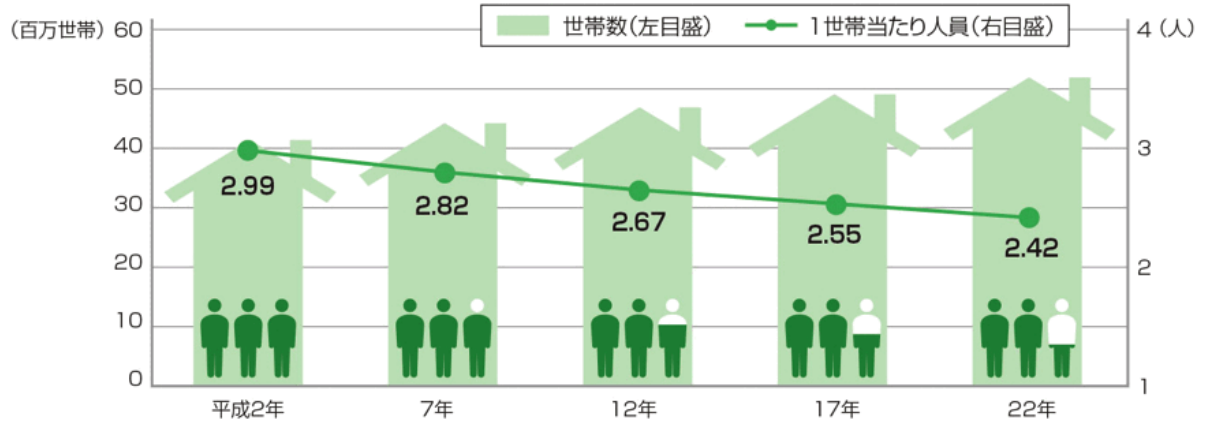


資料：厚生労働省「国民生活基礎調査」（平成26年）

（注）1995年の数値は、兵庫県を除いたものである。

出典：厚生労働省「平成27年版厚生労働白書」

図3 1世帯当たり人員の推移



資料：総務省「国勢調査」
出典：総務省「明日への統計2015」

図4 高齢者世帯の世帯構造

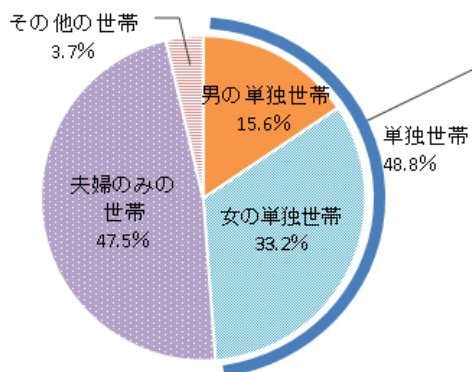
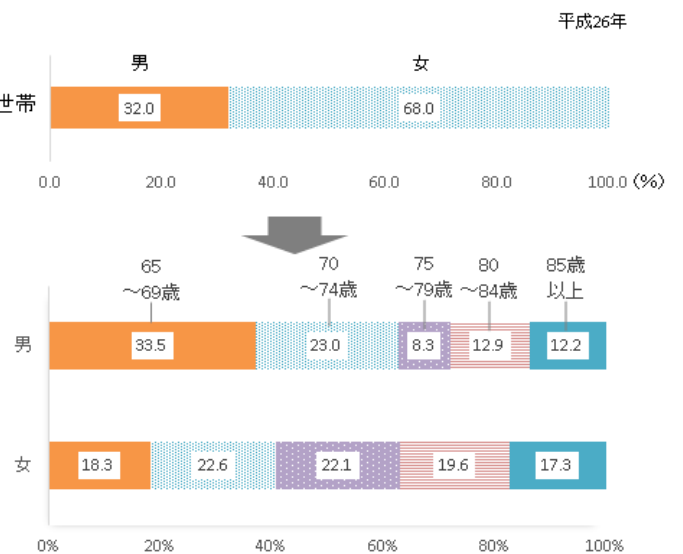


図5 65歳以上の単独世帯の性・年齢構成



(注) 1. 「高齢者世帯」とは、65歳以上の者のみで構成するか、又はこれに18歳未満の未婚の者が加わった世帯をいう。
2. 「その他の世帯」には、「親と未婚の子のみの世帯」及び「三世帯世帯」を含む。

出典：厚生労働省「平成26年 国民生活基礎調査」

【1. 世帯構造や生活状況、社会環境の変化 (2) 生活状況の変化】

食の外部化率が高まっている。外食率と食の外部化率の推移を見ると、いずれも昭和 50～60 年代に急激に増加し、その後、外食率の伸びは見られず、食の外部化率との間に開きが見られるため、中食が増加していることがうかがえる（図 6）。

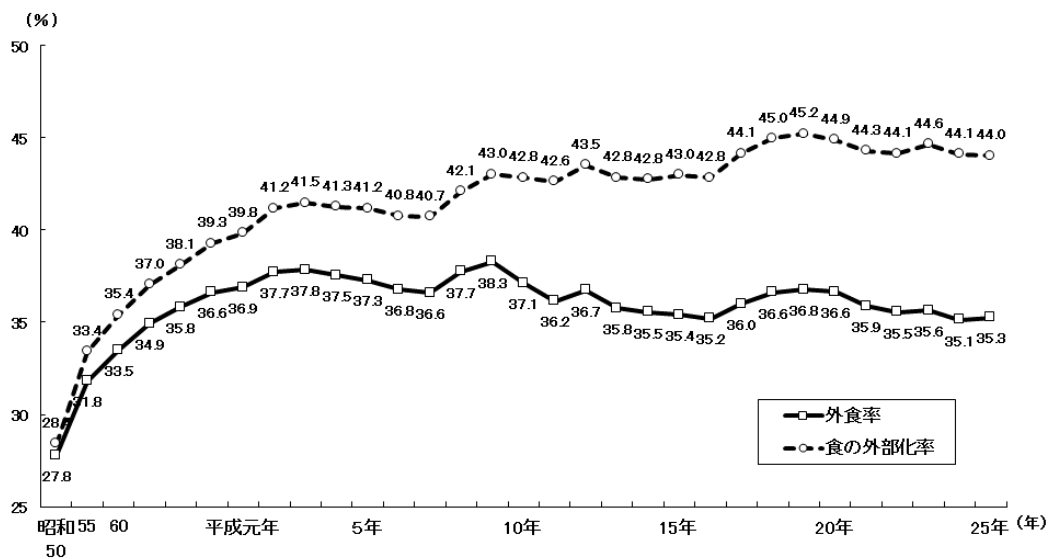
世帯類型別に食料費の項目別支出割合を見ると、単身世帯では他の世帯に比べて、外食が多い傾向にある（図 7）。

外食及び加工食品、生鮮食品別に食料支出の構成割合を見ると、全世帯において生鮮食品から加工食品への移行が進み、食の外部化が進展すると見込まれている（図 8）。

中食を利用する理由については、単身世帯、二人以上の世帯共に、「時間がない」、「普段自分が作れないものが食べられる」等の割合が高くなっている。特に、単身世帯においては、二人以上の世帯に比べ、「調理・片付けが面倒」、「自分で食事を作るより価格が安い」の割合が高くなっている（図 9）。

所得の低い世帯では、所得の高い世帯と比較して、穀類の摂取量が多く、野菜類や肉類の摂取量が少ない（図 10）。また、暮らし向きに「ゆとりがある」人では、「主食・主菜・副菜をそろえて食べる頻度」について、「ほとんど毎日食べる」と答えた人が 87.1%であるのに対し、「ゆとりがない」人では、「ほとんど毎日食べる」と答えた人は 77.7%と低くなっている（図 11）。

図 6 外食率と食の外部化率の推移



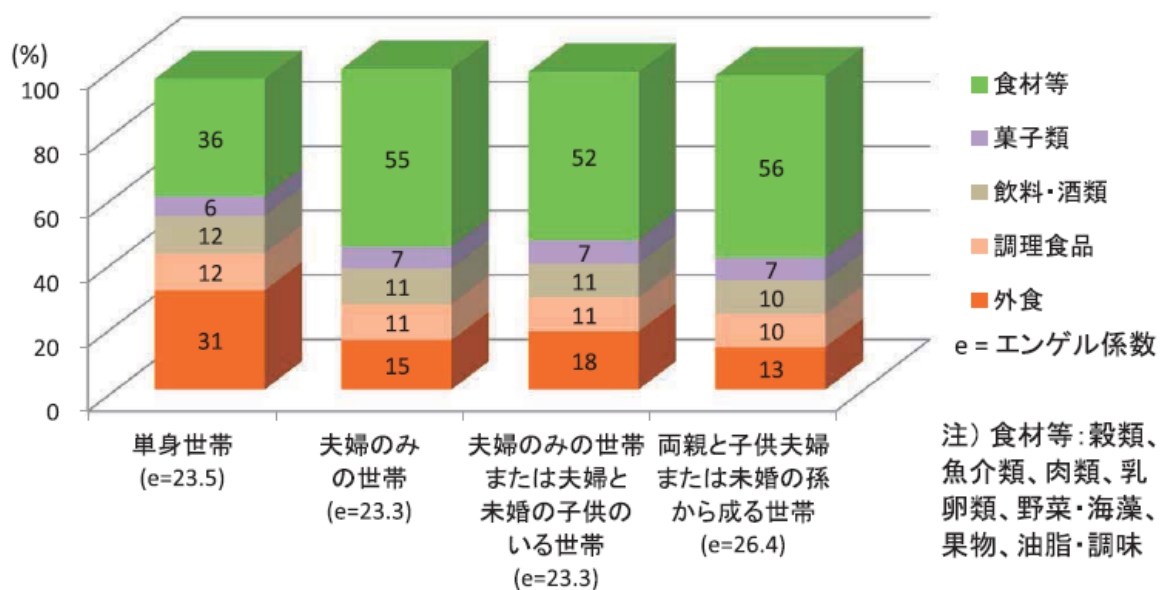
資料：内閣府「国民経済計算報告」、日本たばこ協会調べ、日本フードサービス協会調べ。

(注) 外食率：全国の食料・飲料支出額に占める外食市場規模の割合。

食の外部化率：全国の食料・飲料支出額に占める料理品小売業市場規模（弁当給食分を除く）及び外食市場規模の割合。

出典：公益財団法人 食の安全・安心財団統計資料

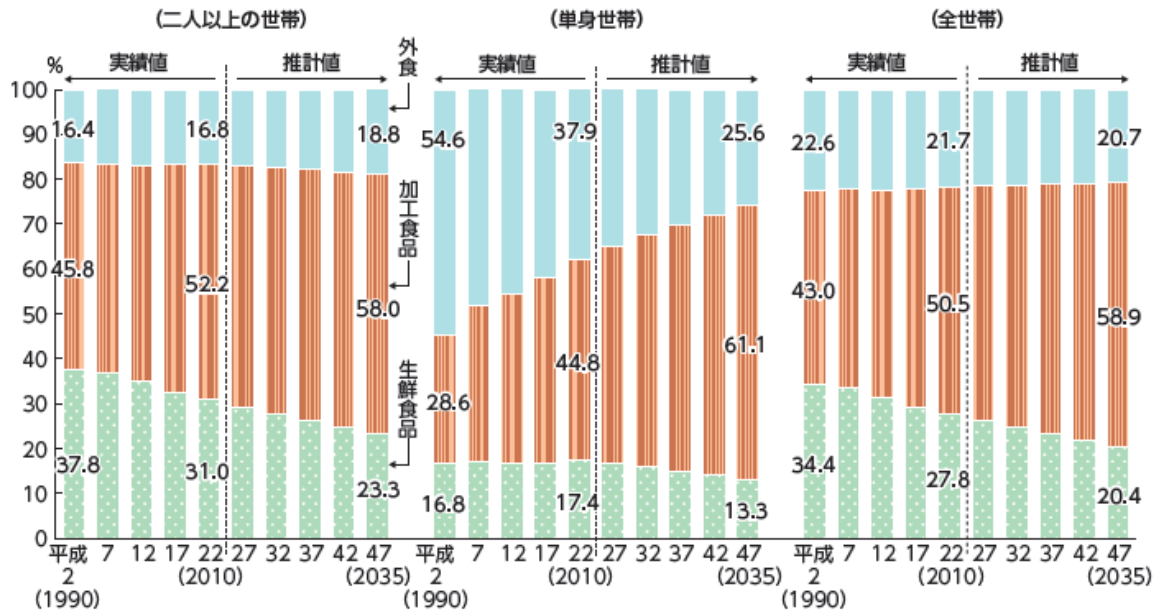
図 7 世帯類型別食料費の項目別支出割合



資料：総務省「家計調査」（平成 25 年）

出典：厚生労働省「日本人の長寿を支える「健康な食事」のあり方に関する検討会報告書」（平成 26 年 10 月）

図8 世帯類型別の食料支出割合の推移



資料：農林水産政策研究所「人口減少局面における食料消費の将来推計」

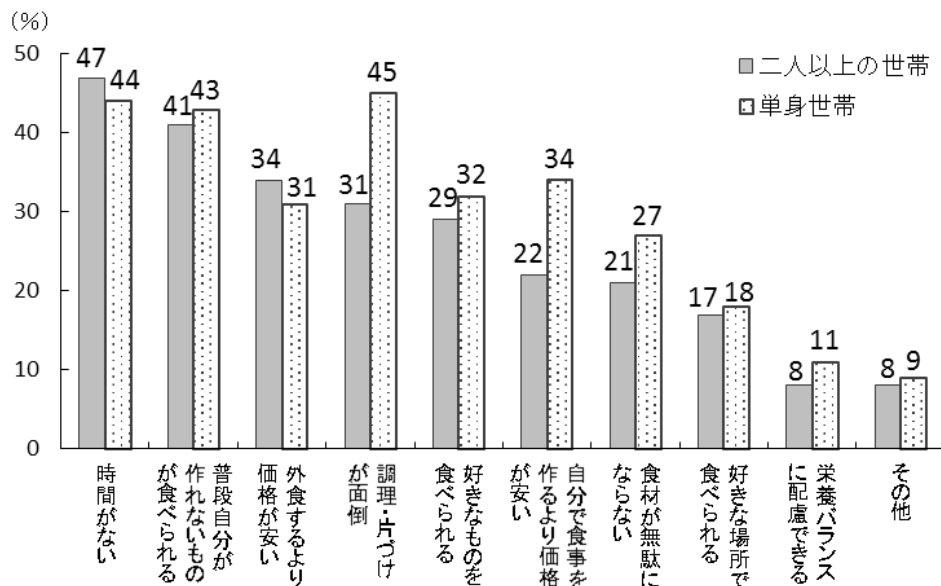
(注) 1. 平成27年以降は推計値

2. 外食は、一般外食と学校給食の合計。生鮮食品は、米、生鮮魚介、生鮮肉、牛乳、卵、生鮮野菜、生鮮果物の合計。

加工食品はそれ以外。

出典：農林水産省「平成26年度 食料・農業・農村白書」

図9 中食を利用する理由（世帯別）



資料：農林水産省「食料・農業及び水産業に関する意識・意向調査」(平成27(2015)年3月公表) (組替集計)

(注) 消費者モニター987人を対象に行ったアンケート調査 (回収率91.9%)

出典：農林水産省「平成26年度 食料・農業・農村白書」

図 10 所得と生活習慣等に関する状況（20 歳以上）（一部抜粋）

※世帯の所得額を当該世帯員に当てはめて解析

※★は600万円以上の世帯の世帯員と比較して、群間の有意差のあった項目

		世帯所得 200万円未満		世帯所得 200万円以上 600万円未満		世帯所得 600万円以上		200万円 未満**	200万円以上 600万円未満**
		人数	割合または 平均*	人数	割合または 平均*	人数	割合または 平均*		
食生活	穀類摂取量(男性)	423	535.1g	1,623	520.9g	758	494.1g	★	★
	(女性)	620	372.5g	1,776	359.4g	842	352.8g	★	
	野菜摂取量(男性)	423	253.6g	1,623	288.5g	758	322.3g	★	★
	(女性)	620	271.8g	1,776	284.8g	842	313.6g	★	★
	肉類摂取量(男性)	423	101.7g	1,623	111.0g	758	122.0g	★	★
	(女性)	620	74.1g	1,776	78.0g	842	83.9g	★	★

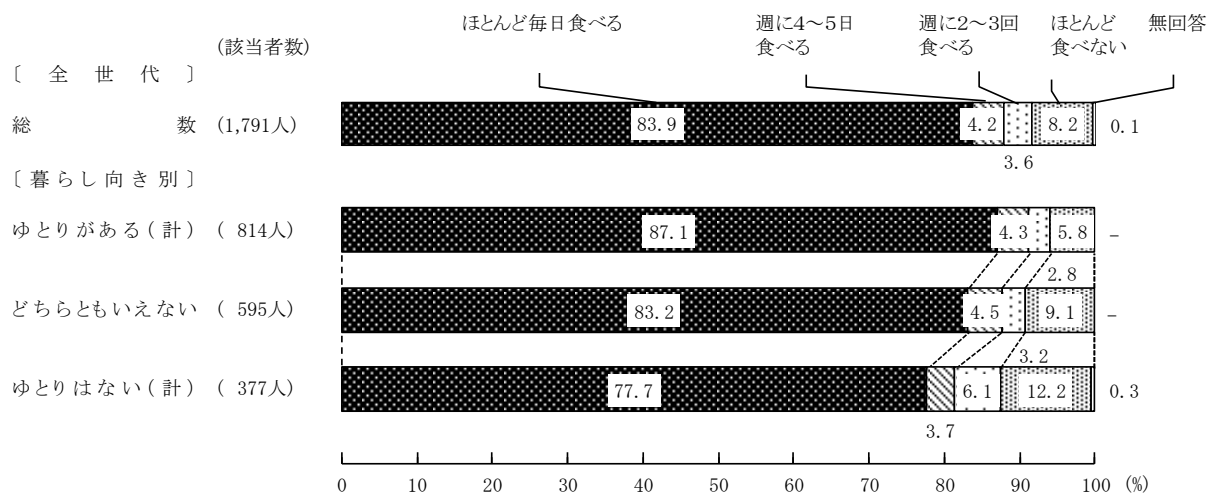
資料：厚生労働省「平成 26 年国民健康・栄養調査」

(注)：*年齢（20 - 29 歳、30 - 39 歳、40 - 49 歳、50 - 59 歳、60 - 69 歳、70 歳以上の 6 区分）と世帯員数（1 人、2 人、3 人以上世帯の 3 区分）での調整値。

平均値に関する項目は共分散分析を用いて算出。

**多変量解析（世帯の所得額を当該世帯員に当てはめて、平均値に関する項目は共分散分析）を用いて 600 万円以上を基準とした他の 2 群との群間比較を実施。

図 11 「暮らし向き」と「主食・主菜・副菜をそろえて食べる頻度」（20 歳以上）



資料：内閣府「食育に関する意識調査」（平成 27 年 10 月）

内閣府「食育に関する意識調査」（平成 23 年 12 月）の結果を用いた解析では、世帯の年間収入が“200 万円未満”の場合、主観的な暮らし向きは“ゆとりはない”になることが多く、また、世帯の年間収入が“600 万円以上”の場合、主観的な暮らし向きは“ゆとりがある”になることが多く、2 つの変数間で有意な関連が示されたことが報告されている。
（林芙美、武見ゆかり、村山伸子 s「成人における経済的要因と食に関する認知的要因、食行動、および食の QOL との関連」（栄養学雑誌 Vol. 73 No. 2 51-61 (2015)）

【1. 世帯構造や生活状況、社会環境の変化 (3) ライフスタイル等の多様化】

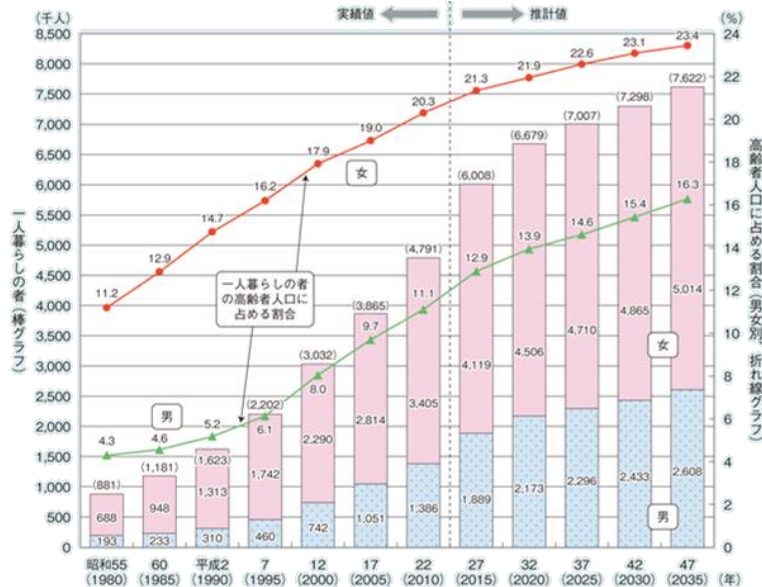
65 歳以上の一人暮らし高齢者の増加は男女共に顕著であり、平成 22 年には高齢者人口に占める割合は、男性 11.1%、女性 20.3%となっている（図 12）。

一日の全ての食事を一人で食べることが「ほとんど毎日」と回答した人の割合は、20 歳代の男性及び 70 歳以上の女性で高くなっている（図 13）。

共働き世帯も年々増加しており、平成 9 年以降は共働き世帯が男性雇用者と無業の妻から成る世帯数を上回っている（図 14）。

地域や所属コミュニティで食事会の機会があれば参加したいと思うと回答した人は 2 人に 1 人となっている（図 15）。

図 12 一人暮らしの高齢者の動向

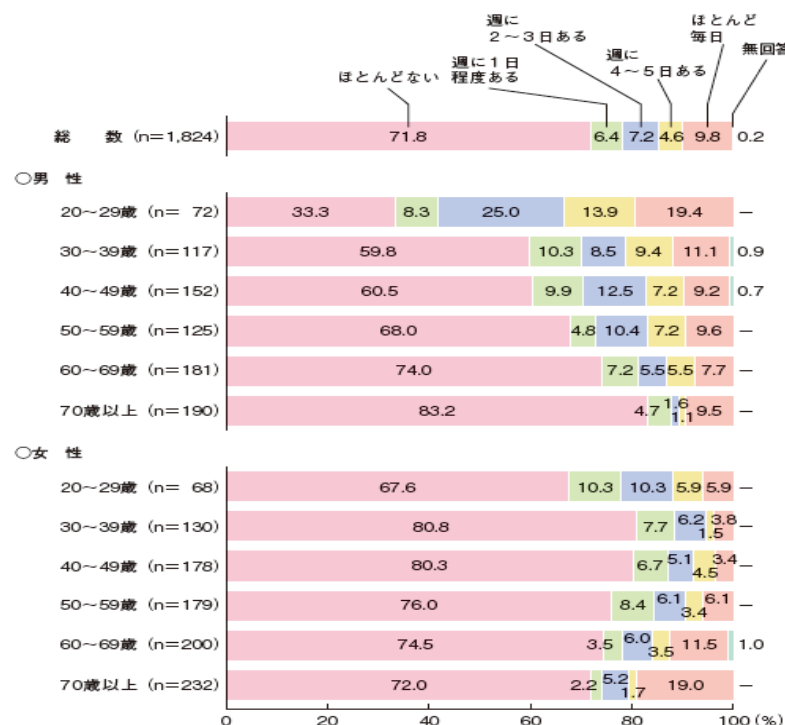


資料：平成 22 年までは総務省「国勢調査」、平成 27 年以降は国立社会保障・人口問題研究所「日本の世帯数の将来推計（平成 25 年 1 月推計）」、「日本の将来推計人口（平成 24 年 1 月推計）」

- (注) 1. 「一人暮らし」とは、上記の調査・推計における「単独世帯」のことを指す。
 2. 棒グラフ上の () 内は 65 歳以上の一人暮らし高齢者の男女計。
 3. 四捨五入のため合計は必ずしも一致しない。

出典：内閣府「平成 27 年版高齢社会白書」

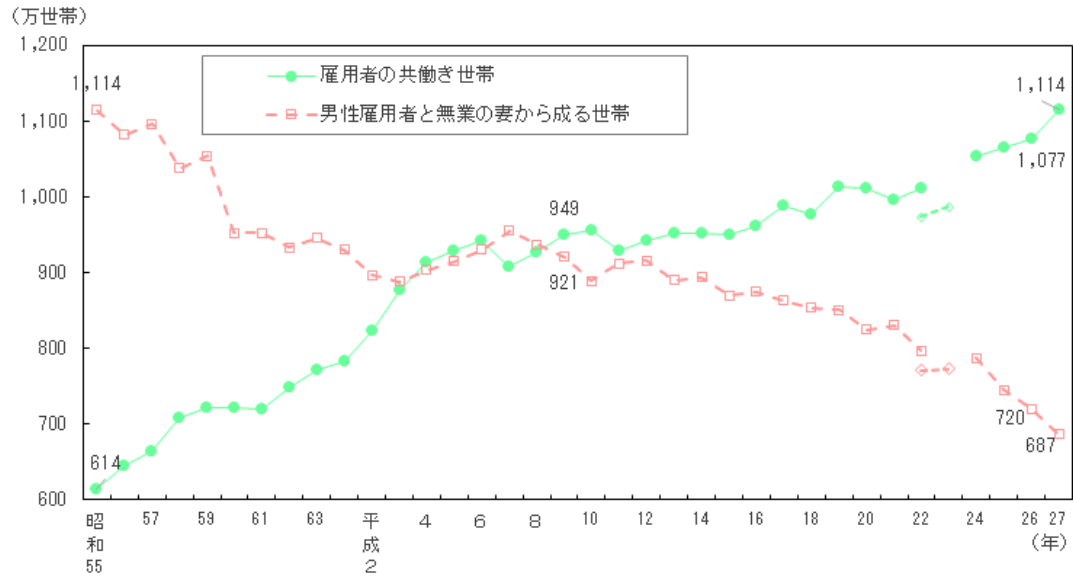
図 13 食事を一人で食べる頻度



資料：内閣府「食育に関する意識調査」（平成 26 年 12 月）

出典：内閣府「平成 27 年版食育白書」

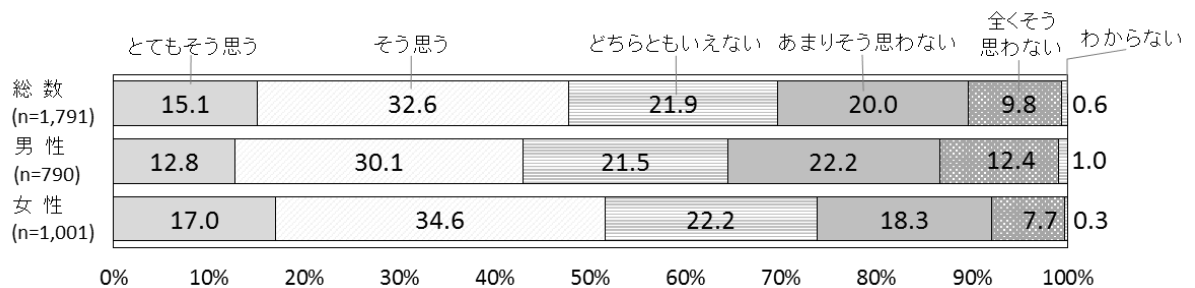
図 14 共働き世帯の推移



資料：昭和55年から平成13年までは総務庁「労働力調査特別調査」（各年2月。ただし、昭和55年から57年は各年3月）、平成14年以降は総務省「労働力調査（詳細集計）」（年平均）より作成。「労働力調査徳悦調査」と「労働力調査（詳細集計）」とでは、調査方法、調査月等が相違することから、時系列比較には注意を要する。

- (注) 1. 「男性雇用者と無業の妻から成る世帯」とは、夫が非農林業雇用者で、妻が非就業者（非労働力人口及び完全失業者）の世帯
 2. 「雇い主の共働き世帯」とは、夫婦共に非農林業雇用者（非正規の職員・従業員を含む）の世帯。
 3. 平成22年及び23年の数値（白抜き表示）は、岩手県、宮城県及び福島県を除く全国の結果。

図 15 地域等で共食することに対する意識



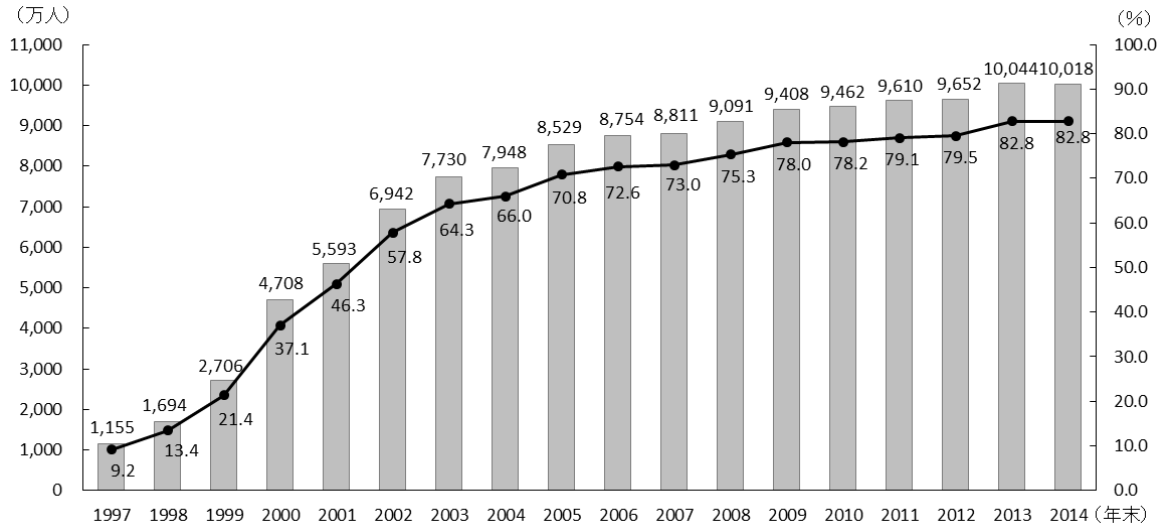
資料：内閣府「食育に関する意識調査」（平成27年10月）

【1. 世帯構造や生活状況、社会環境の変化 (4) 食情報に対する認識①】

2014年の1年間にインターネットを利用したことがある人（インターネット利用者（推計））は1億18万人となり、インターネット利用者の割合は前年と同じ82.8%となっている（図16）。

また、食育に関する情報源について、全世代では、「テレビ」が高い割合となっていた。また、若い世代では、「新聞」から食育に関する情報を入手したい人が少なく、「インターネット」から情報を入手したい人が多い（図17）。

図16 インターネット普及率の推移



資料：総務省「通信利用動向調査」

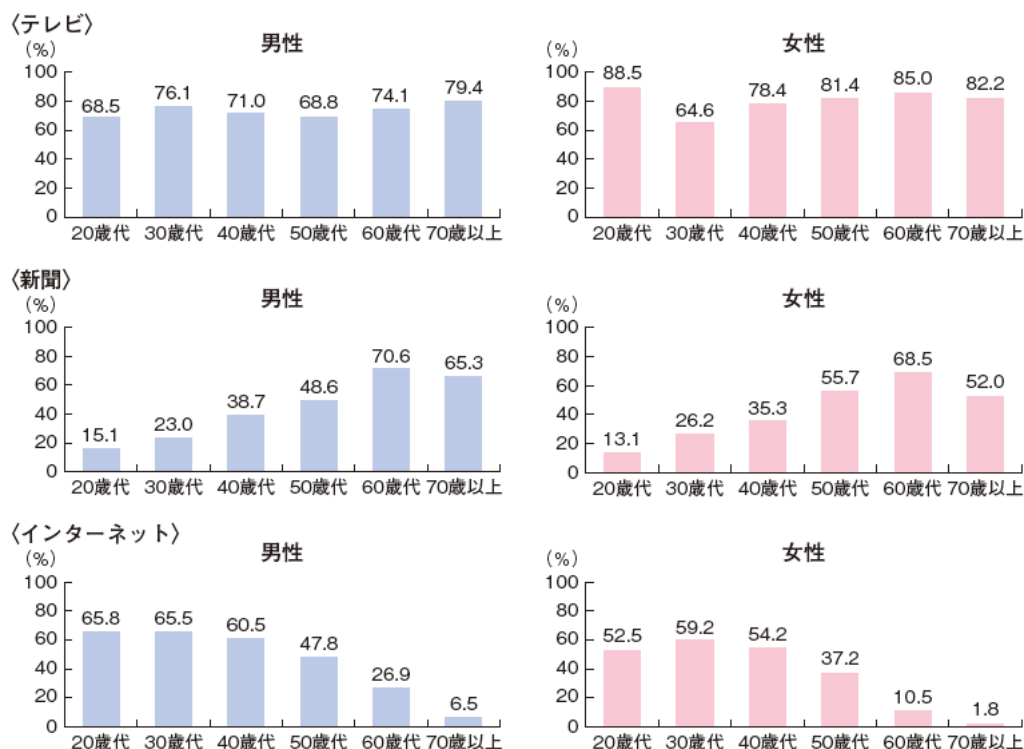
(注) 1. 調査対象年齢は6歳以上。

2. インターネット利用者数（推計）は、6歳以上で、調査対象年の1年間に、インターネットを利用したことがある者を対象として行った本調査の結果からの推計値。インターネット接続機器については、パソコン、携帯電話・PHS、スマートフォン、タブレット端末、ゲーム機等あらゆるものを含み（当該機器を保有しているか否かは問わない）、利用目的等についても個人的な利用、仕事上の利用、学校での利用等あらゆるものを含む。

3. インターネット利用者数は、6歳以上の推計人口（国勢調査結果及び生命表等を用いて推計）に本調査で得られた6歳以上のインターネット利用率を乗じて算出。

4. 無回答については除いて算出している。

図17 今後の食育の情報源（上位3位）



資料：内閣府「食育に関する意識調査」（平成25年12月）

出典：内閣府「平成26年版食育白書」

【1. 世帯構造や生活状況、社会環境の変化 (4) 食情報に対する認識②】

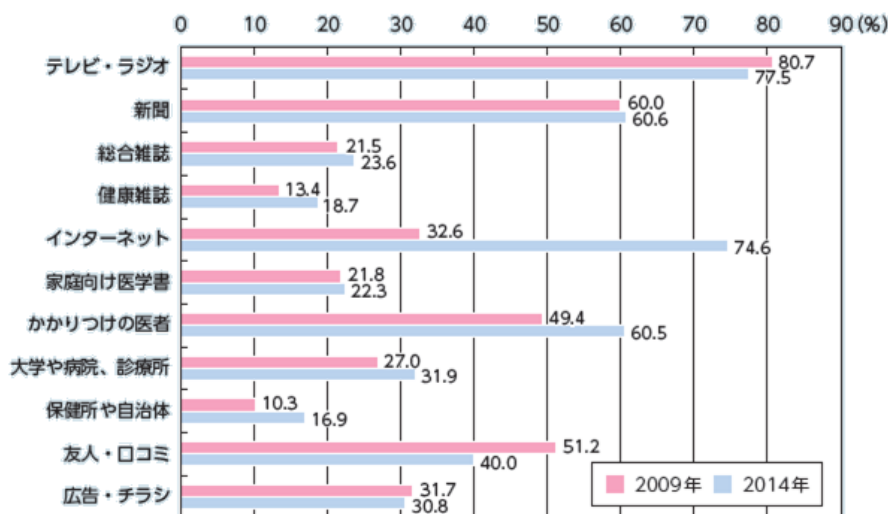
健康に関する情報への接触度は、2009 年の調査で「テレビ・ラジオ」「新聞」の順に接触度が高く、「いつも接している」又は「ときどき接している」と回答した人はそれぞれ 80.7%、60.0%であり、5 年後の調査でもこれらに対する接触度に大きな変化はなかった。一方、「インターネット」への接触度については、2009 年の調査で 32.6%であったものが、2014 年の調査では 74.6%と上昇していた（図 18）。

情報源に対する信頼度について、2009 年の調査で「非常に信用している」又は「まあ信用している」と答えた人の割合が最も高かったのが「かかりつけの医者」の 88.0%で、次が「テレビ・ラジオ」の 78.8%であったが、2014 年の調査の「テレビ・ラジオ」に対する信頼度は 70.4%と低くなった。接触度と同様に、信頼度でもインターネットのポイントは 43.6%から 55.6%まで上昇した（図 19）。

今後の食育に関する情報源は、「テレビ」から入手したい人が最も多く（77.1%）、続いて、「新聞」（48.4%）、「インターネット」（34.6%）である（図 20）。

食に関して関心のある情報は、「食の安全性や健康被害などに関する情報」と「健康づくりや食生活改善に役立つ情報」で約 6 割となっている（図 21）。

図 18 主な情報源に対する接触度の変化（2009 年と 2014 年の比較表）

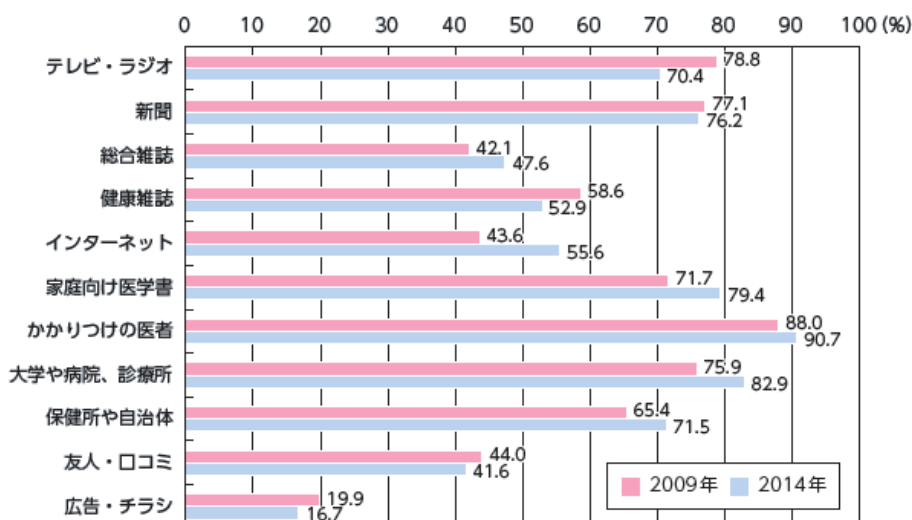


資料：2009 年はNHK 放送文化研究所「健康に関する世論調査」、2014 年は厚生労働省政策統括官付政策評価官室委託「健康意識に関する調査」

（注）「いつも接している／ときどき接している」の合計である。

出典：厚生労働省「平成 26 年版厚生労働白書」

図 19 主な情報源に対する信頼度の変化（2009 年と 2014 年の比較表）

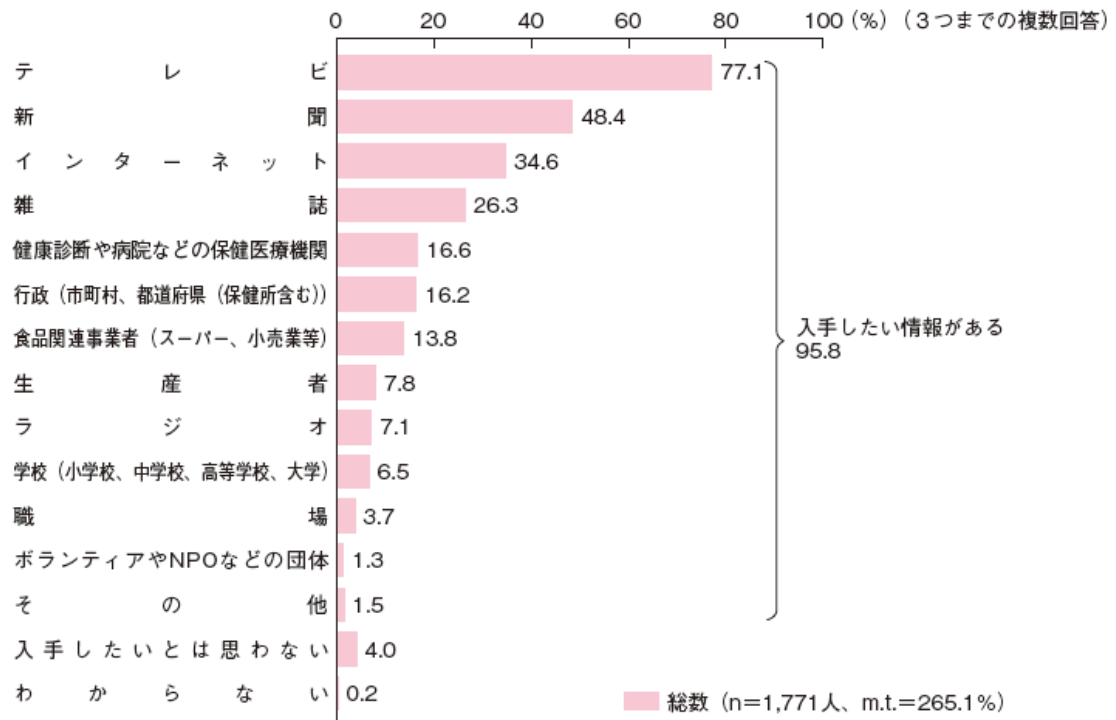


資料：2009 年はNHK 放送文化研究所「健康に関する世論調査」、2014 年は厚生労働省政策統括官付政策評価官室委託「健康意識に関する調査」

（注）「非常に信用している／まあ信用している」の合計である。

出典：厚生労働省「平成 26 年版厚生労働白書」

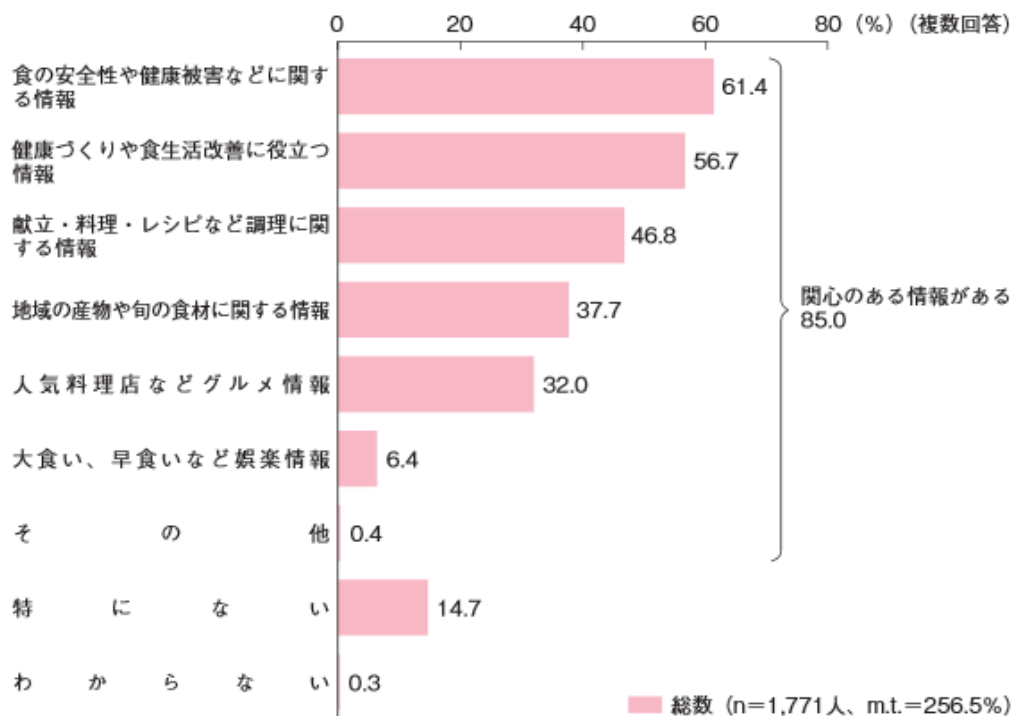
図 20 今後の食育の情報源



資料：内閣府「食育に関する意識調査」（平成 25 年 12 月）

出典：内閣府「平成 26 年版食育白書」

図 21 食に関して関心のある情報



資料：内閣府「食育に関する意識調査」（平成 25 年 12 月）

出典：内閣府「平成 26 年版食育白書」