

**令和6年度食育活動の全国展開委託事業
（次期食育推進基本計画の作成に向けた第
4次食育推進基本計画の現状値の要因分析
調査）
報告書**

2025年3月

三菱UFJリサーチ&コンサルティング

世界が進むチカラになる。



本事業は、農林水産省消費・安全局の委託により、三菱UFJリサーチ&コンサルティング株式会社が実施したものであり、本報告書の内容は農林水産省の見解を示すものではありません。

目次

I. 調査の実施概要

II. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価

1. 食育に関心を持っている国民の割合
2. 朝食又は夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数
3. 地域等で共食したいと思う人が共食する割合
4. 朝食を欠食する子供の割合
5. 朝食を欠食する若い世代の割合
6. 栄養教諭による地場産物に係る食に関する指導の平均取組回数
7. 学校給食における地場産物を使用する割合（金額ベース）を現状値（令和元年度）から維持・向上した都道府県の割合
8. 学校給食における国産食材を使用する割合（金額ベース）を現状値（令和元年度）から維持・向上した都道府県の割合
9. 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている国民の割合
10. 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている若い世代の割合
11. 1日当たりの食塩摂取量の平均値

目次（続き）

II. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価（続き）

12. 1日当たりの野菜摂取量の平均値

13. 1日当たりの果物摂取量の100g未満の者の割合

14. 生活習慣病の予防や改善のために、ふだんから適正体重の維持や減塩等に気をつけた食生活を実践する国民の割合

15. ゆっくりよく噛んで食べる国民の割合

16. 食育の推進に関わるボランティア団体等において活動している国民の数

17. 農林漁業体験を経験した国民（世帯）の割合

18. 産地や生産者を意識して農林水産物・食品を選ぶ国民の割合

19. 環境に配慮した農林水産物・食品を選ぶ国民の割合

20. 食品ロス削減のために何らかの行動をしている国民の割合

21. 地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承し、伝えている国民の割合

22. 郷土料理や伝統料理を月1回以上食べている国民の割合

23. 食品の安全性について基礎的な知識を持ち、自ら判断する国民の割合

24. 推進計画を作成・実施している市町村の割合

目次（続き）

III.次期基本計画の作成に向けてより効果的な目標等の設定や検討に当たって考慮すべき事項の整理

I . 調査の実施概要

調査の実施概要

1. 調査の背景・目的

- 令和3年度から令和7年度を期間とする第4次食育推進基本計画（以下「第4次基本計画」という。）の中間年に当たる令和5年度において、第4次基本計画に掲げられた各目標の達成状況や関連する取組状況等を整理し、目標達成のための促進・阻害要因等を分析することで、第4次基本計画の目標達成等に向けて今後重点的に取り組むべき事項を明らかにした「第4次食育推進基本計画フォローアップ中間取りまとめ」（以下「中間取りまとめ」という。）が作成、公表された。
- 中間取りまとめにおける目標値の達成状況については、目標値のデータソースとなる調査や関連する調査の結果等を基に考えられる家庭事情や社会情勢等を踏まえ、背景・要因の検討を行った。今後、次期食育推進基本計画（以下「次期基本計画」という。）の作成に向けては、目標値の現状に関する背景・要因の更なる分析・評価を行うことによって、新しい目標の設定や目標・目標値の変更等を視野に入れたより効果的な目標等の設定・検討を進めていく必要がある。
- このような背景から、本事業においては、次期食育推進基本計画の策定に向け、第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価を行うとともに、次期基本計画の作成に向けてより効果的な目標等の設定や検討に当たって考慮すべき事項について整理した。

2. 調査項目

- （1）第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価
- （2）次期基本計画の作成に向けてより効果的な目標等の設定や検討に当たって考慮すべき事項の整理

3. 調査対象期間

2024年8月30日～2025年3月21日

調査の実施概要

4. 事業実施方法

- 調査は机上調査及びオンラインヒアリングにて実施した。ヒアリングを行った有識者及び日時等は以下のとおりである（実施日はいずれも2025年）。
- 3名の有識者には、特定の目標値を中心に第4 次食育推進基本計画の中間取りまとめ時点での達成状況（現状値）に関する評価と次期基本計画の作成に向けてより効果的な目標等についてご意見を聴取した。

有識者氏名（敬称略）	所属・肩書	ヒアリング日時	ヒアリング事項
町田 大輔	群馬大学 共同教育学部 准教授	2月21日	目標値⑰を中心にご意見を聴取
中出 麻紀子	兵庫県立大学 環境人間学部 准教授	3月3日	目標値⑨⑩⑪⑫⑬⑭についてご意見を聴取
衛藤 久美	女子栄養大学 栄養学部 准教授	3月5日	目標値②③についてご意見を聴取

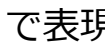
5. 事業の実施体制

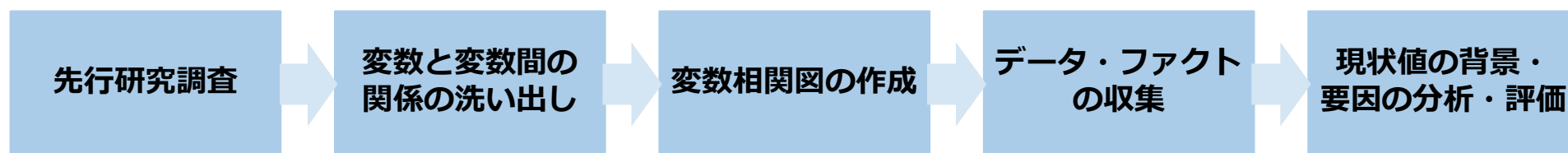
- 受託者：三菱UFJリサーチ&コンサルティング株式会社（以下、MURC）
 - 業務責任者：秋山 卓哉（経済財政政策部 主任研究員）
 - 業務担当者：藺 巳晴（自然資源経済・政策室長 主任研究員）
 - 森口 洋充（持続社会部 主任研究員）
 - 井上 領介（同 主任研究員）
 - 木村 真悠（同 研究員）
 - 氏家 綾香（同 研究員）

Ⅱ．第4次基本計画の現状値における 背景・要因の分析・評価

調査の実施概要

調査の実施方針・方法

- 本事業では、第4次基本計画の目標値毎に、現状値のより詳細な背景・要因の分析・評価を行った。
- 「食育に関する意識調査」に関わる内容は、令和6年（2024年）3月時点の調査をもとに実施した。
- 分析・評価を行うにあたり、アウトカム発現に至る経路を明らかにする必要から、影響すると考えられる変数と変数間の関係を洗い出した。洗い出しに際しては、食育分野の先行研究調査を実施し、先行研究にて言及されている変数を収集した。
- ただし、食育や食料政策の研究者である上田は食育分野の先行研究を包括的にレビューし、食育分野の先行研究の傾向を整理しているが（上田遥『食育の理論と教授法－善き食べ手の探究－』（昭和堂、2021年））、その整理の中で食育先行研究の動向の特徴を次頁に挙げているとおり、食育分野の先行研究が焦点を当ててきたテーマには偏りがあり（栄養学分野への偏り）、第4次食育推進基本計画で定められている16の目標と24の目標値のすべてに対応するかたちで先行研究が潤沢に存在しているわけではない。
- そのため、先行研究で指摘されている変数をベースとしつつも、それ以外にも存在すると考えられる変数を適宜追加している（本事業で調査できた先行研究の数には限りがあるため、当然ながら本事業で取り上げなかった他の先行研究にて追加した変数が指摘されている可能性はありえる）。調査で取り上げた既存文献で言及されている変数は  で表現し、それ以外の変数は  で表現している。
- アウトカムに影響すると考えられる変数とその関係を整理した変数相関図を作成した後、主として第4次食育推進基本計画期を対象に、変数に関連するデータ・ファクトを収集し、各目標の現状値の背景・要因の分析・評価を行った。



調査の実施概要

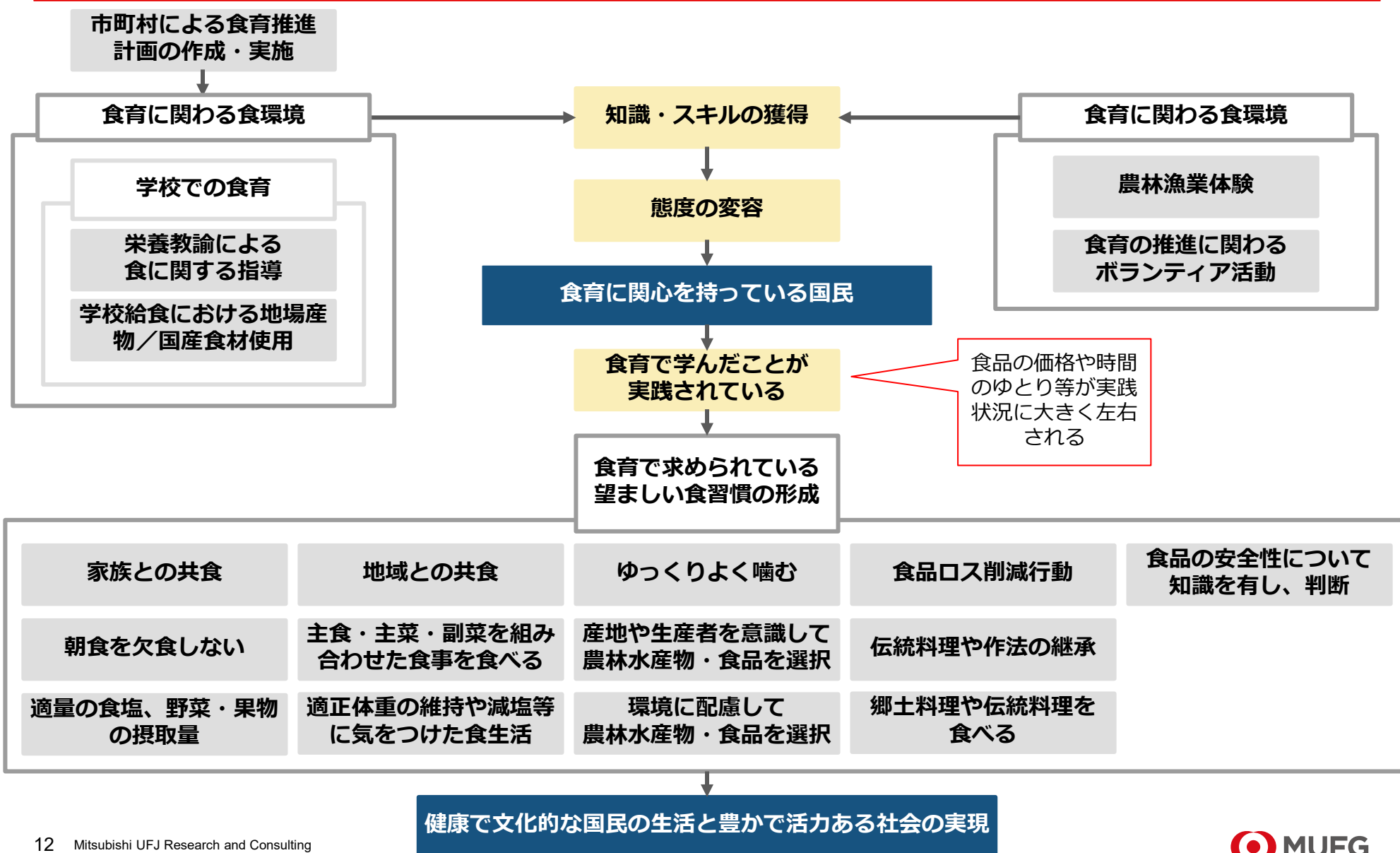
調査の実施方針・方法（続き）

食育分野の先行研究の傾向

- 実質的には約7割の研究は栄養学が担っている。
- 食育の推進体制の一つである学校給食については一定の研究の蓄積がある。
- 食育の効果評価に関する研究は、個別プログラムの教育効果の検証と食育政策の効果を評価する研究に大別されるが、政策評価については萌芽的段階にとどまっている。
- 個別プログラム・事例の教育効果の検証については、栄養学分野に知見が蓄積されている。一方で、個別プログラム・事例では、教育内容や評価体系に一貫性がなく、その分析結果を有効に比較することが困難。
- 個別プログラム・事例の研究の分析対象は、特定の年代（特に小学生）を対象にした研究が多く、実施枠としては家庭科、総合の時間、特別指導、課外活動、学童保育の時間が主だった。中学生や高校生を対象にした研究では主に家庭科での実施が対象である。こうした背景には、協力校の確保や学校文化（学習指導要領など）との調整という現実的制約が大きいと考えられる。

（出所）上田遥『食育の理論と教授法－善き食べ手の探究－』（昭和堂、2021年）を基にMURC作成。

食育の関心と第4次食育推進基本計画の目標の整理

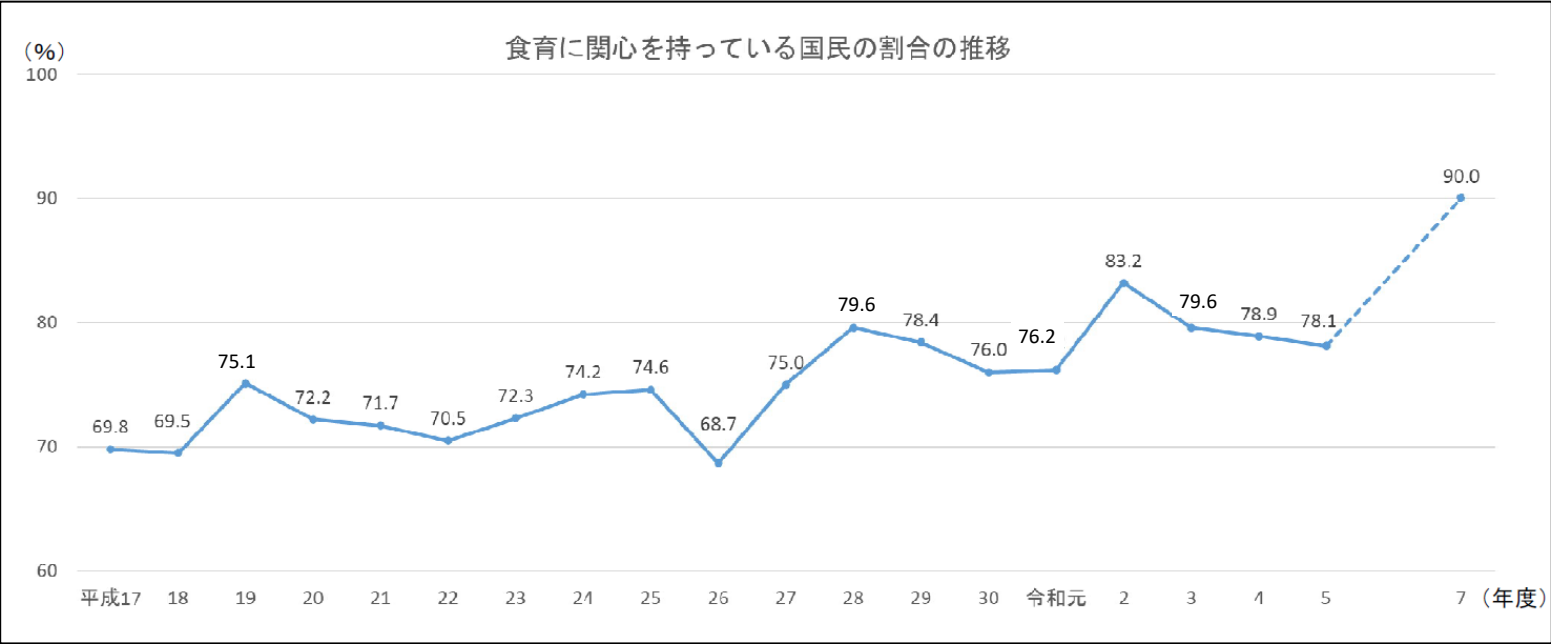


1. 食育に関心を持っている国民の割合

1. 食育に関心を持っている国民の割合

目標値及び現状値

具体的な目標値	第4次基本計画 作成時の値	現状値				目標値	達成状況※
	R2（2020）年度	R3（2021）年度	R4（2022）年度	R5（2023）年度	R7（2025）年度		
食育に関心を持 っている国民の割合	83.2%	79.6%	78.9%	78.1%	90%		▼



（出所）農林水産省（平成27（2015）年度までは内閣府）「食育に関する意識調査」（グラフは、農林水産省「第4次食育推進基本計画フォローアップ 中間取りまとめ別添2 目標達成に課題の残る数値目標の分析・評価」3頁より転載）

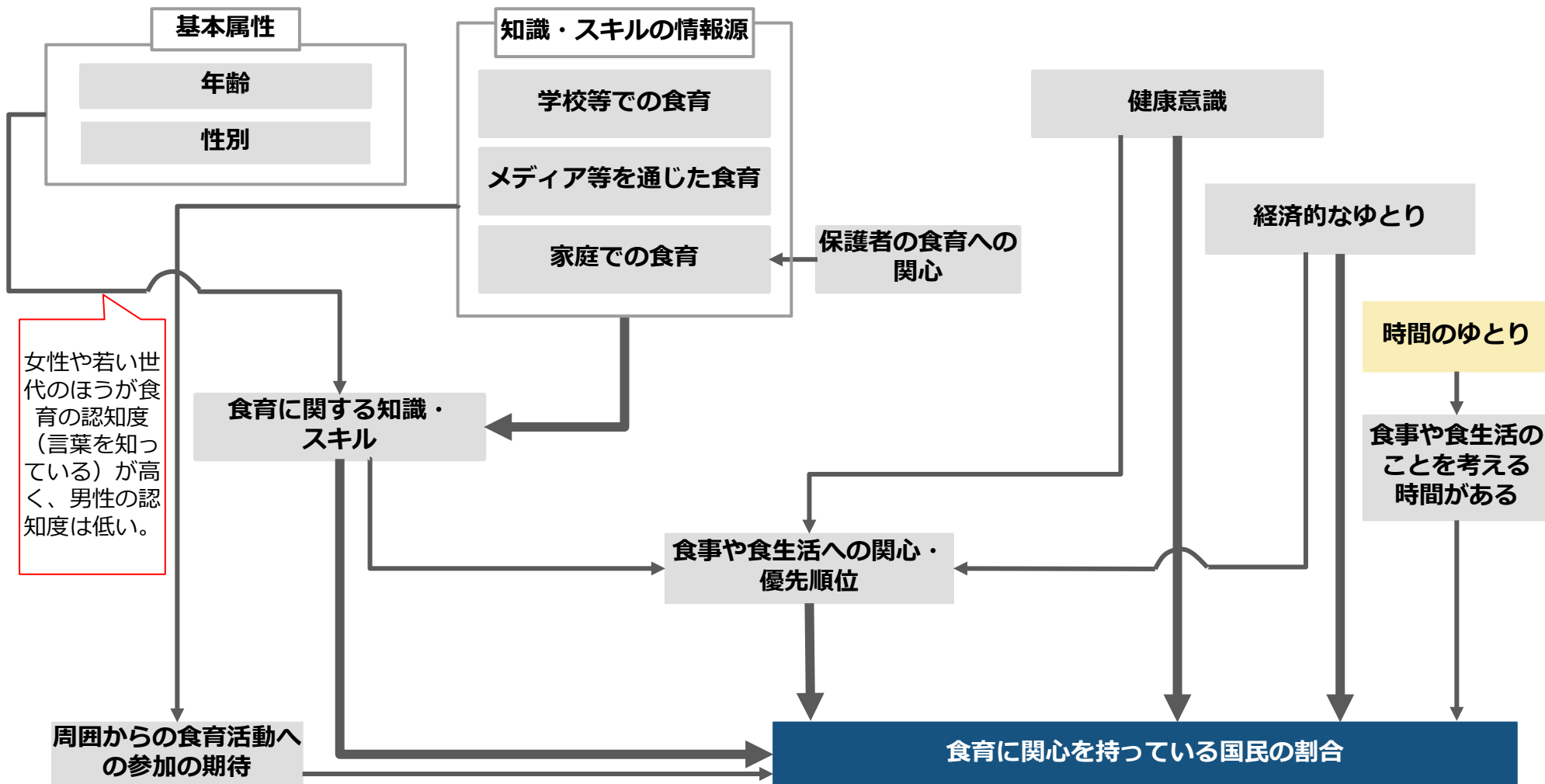
※達成状況の定義（以降のページも同様）

◎：目標達成 △：作成時と現状値を比較して改善 ▼：作成時と現状値を比較して悪化

（出所）農林水産省「第4次食育推進基本計画フォローアップ 中間取りまとめ別添2 目標達成に課題の残る数値目標の分析・評価」1頁。

1. 食育に関心を持っている国民の割合

変数相関図



■ 文献に加えて「食育に関する意識調査」の調査結果で示されている理由・要因についても 灰色 で示している。

1. 食育に関心を持っている国民の割合

変数の整理と現状値への示唆

影響の時間軸に基づく変数の分類

短期的にアウトカムに影響すると考えられる変数	■ 食育に関する知識・スキル ■ 学校等での食育	■ メディア等を通じた食育 ■ 周囲からの食育活動への参加の期待
中長期的にアウトカムに影響すると考えられる変数 (または前提条件となる変数)	■ 基本属性（年齢、性別） ■ 保護者の食育への関心 ■ 家庭での食育 ■ 食事や食生活への関心・優先順位	■ 健康意識 ■ 経済的なゆとり ■ 時間のゆとり ■ 食事や食生活のことを考える時間がある

第4次基本計画の現状値に関する本事業の調査から得られる示唆

- 食育への関心に影響する変数のうちの一つである経済的なゆとりに関連して、日本政策金融公庫の「[消費者動向調査（令和6年7月調査）](#)」によると、食に関する志向は「経済性志向」（食費を節約したい）が上昇傾向にあり、令和6年1月調査と比べて、すべての年代で上昇している。「[食育に関する意識調査（令和6年3月）](#)」では食育に関心のない理由として、「食事や食生活への関心はあるが、食費を安くすることの方が重要だから」を挙げる人の割合が最も高く、食における経済性志向の高まりが食育への関心を妨げている一因の可能性がある。
- 食事や食生活のことを考える手間について、上記の日本政策金融公庫の調査では食の「簡便化志向」（料理や後片付けの手間・時間を省きたい）の傾向が徐々に高まっていることが示されている。「食育に関する意識調査（令和6年3月）」では食育に関心のない理由として、「食事や食生活への関心はあるが、他のこと（仕事、趣味など）で忙しいから」を挙げる人の割合が二番目に高い。以上のような、食に関する経済性、簡便性の高まり等により、令和2年度（2020年度）に比べて現状値が減少していると考えられる。
- また、上記の消費者動向調査では「健康志向」（健康に配慮したい）についても調査が行われており、平成20年（2008年）以来、健康志向は一貫して食の三大志向の一つではあるものの、平成23年（2011年）以降は健康志向の割合はほぼ4割から4割半ばの範囲内で推移しており、第4次基本計画期間中に健康意識が高い層が増加していない。健康への意識から食育に関心を持つこともあり、健康志向がさらに強まらなかったことが、現状値が第4次基本計画作成時の値よりも改善しなかった要因の一つであると考えられる。

1. 食育に関心を持っている国民の割合

文献タイトル	高校生の食育への関心度からみた食知識・配慮・調理技術・食の主観的評価の実態 『栄養学雑誌』Vol.79 No.5
著者名	小田 麗子、永井 由美子
発行年	2021年
章節	I. 緒言 II. 方法 III. 結果 IV. 考察 V. 結論 謝辞 利益相反

1. 文献の概要

- 2016～2020年に施行された第3次食育推進基本計画において、若い世代を中心とした食育の推進が重点課題として挙げられ、特に20代及び30代の若い世代は、食に関する知識や意識、実践状況等の面で、他の世代より課題が多いことが報告されている。
- 食育基本法制定以降、食に関する指導を学校教育活動全体の中で推進していくために、栄養教諭制度が創設され、栄養教諭による学校での食育が推進されてきたが、高等学校では栄養教諭の必置義務はなく、食育の中核となっているのは主に家庭科、保健体育の一部である食生活に関する授業のみとなっている。
- 高校生は卒業後に一人暮らしをする場合もあり、社会人となり子育て世代となる。したがって、この時期に食生活の基礎を培う食育を推進することは極めて重要である。本研究では、高校生に対し、食生活に関する調査を実施し、食知識・配慮・調理技術・食の主観的評価の実態を、食育への関心度から評価することを目的とした。
- 調査対象者は、大阪市立の調理師免許を取得できる食物文化科のある某高等学校1～3学年18クラスの全校生徒686名である。2018年10月下旬～11月上旬に無記名自記式質問紙調査を行った。回答項目は、基本属性、食に関する知識、食品摂取頻度、食生活への配慮、手伝い頻度、調理技術、食の主観的評価、食育についてである。
- 食育への関心という視点から尺度を作成するため、因子の抽出を行った。因子分析により抽出された「食育関心度」合計点の中央値以上を「食育関心度」高群、中央値未満を「食育関心度」低群に分け、各質問項目回答の分布を比較した。

1. 食育に関心を持っている国民の割合

- 「食育関心度」低群は、“食育について関心があるか”をあまりない・ないと93%が回答し、“食育について情報を得ること”があまりできていない・できていないと97%が感じ、“食育とは”何かということをあまり知らない・知らないと91%が回答した一方で、“自分にとって食育は必要である”と感じている者が68%いた。
- “小学校・中学校・高校あわせて「食育」の時間は十分でしたか”の問いに、「食育関心度」低群では、十分でない・あまり十分でないと答えた者が53%であった。
- 「食育関心度」高群と低群において、全体では性別において有意差が見られたが、食物文化科とそれ以外では分布に性差は見られなかった。また学年における差も見られなかった。
- 食育の関心を高めるためには、食育の情報が得られていると感じること、食育についての意識や必要性を高めることも重要だと考えられる。
- 高校生は家庭科における栄養教育を通して、食物と栄養に関する基礎的な知識の定着を図り調理技術を向上させるが、過程で十分な実習時間がとれていない。「食育関心度」高群は、低群よりも食知識・配慮・調理技術が高いことから、食育のピア・サポーター役として、食育の時間が十分でないと過半数が感じている「食育関心度」低群に、食育を推進していくことが有効ではないかと考えられる。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 食育について関心が低い層は食育についての知識の不足を自覚しており、学ぶ機会の必要性を感じている。**食育の重要性そのものは理解している国民が多い**ことが考えられるが、必ずしも関心の高さとは結び付いていないことが読み取れる。
- 関心の低い層は**学校教育における食育の時間が十分でない**と感じているため、教育機会の増加や内容をより充実させることで食育への関心を高めることが期待できる。
- 本文献内では原因は明示されていないものの、**食育関心度には性別差がある**ことが明らかとなっている。食事に対する性別役割分業意識の影響が考えられる。

1. 食育に関心を持っている国民の割合

文献タイトル	高校生の食習慣と学習関心度に関する実証的研究 『日本学習社会学会年報』第19号
著者名	手塚 貴子
発行年	2023年
章節	1. 研究の背景と目的 2. 研究方法 3. 研究結果 4. まとめと考察

1. 文献の概要

- 令和3年度の中央教育審議会答申「『令和の日本型学校教育』の構築を目指して～全ての子供たちの可能性を引き出す、個別最適な学びと、協同的な学びの実現」において、各高等学校の特色化・魅力化の充実が掲げられている。多様な高校づくりの一環として、「食育」が取り上げられることが多くなっていくと予想される。
- 高校生における現代的生活課題の一つとして、食に関する知識や意識、実践状況等の面で他の世代より課題が多く、若い世代が食育に関する知識を深め、意識を高め、心身の健康を推進する健全な食生活を実践することができるように食育を推進することが必要とされている。
- 青年向け食教育事業は現代的生活課題に必要な学習プログラムの一つであり、この事業開発に取り組むことで、高校の特色化・魅力化だけでなく、彼らの将来生活における必要課題とも捉えることができる。
- 食育や食教育に関する後藤ら(2014)の報告において、食育認知度と興味関心との関連において、「男子(学生)は食育への意識が低い」ことを医学的見地から明らかにしている。しかし、後藤らの報告は中学高校の教育方法に主眼を置き、高校卒業後の学びについては言及していない。
- 本研究では、首都圏に限らず東日本を対象に、高校生の食習慣や食品摂取状況の実態を明らかにし、高校までの食学習経験と今後の食講座参加希望の程度も明らかとする。
- 東京都、神奈川県、静岡県、北海道の4地域の公立及び私立高校計7校の2・3年生1702名に無記名自記式のアンケート調査を実施した。(有効回答数1309名) 調査時期は2019年1～4月である。調査項目は「日常の食習慣」「和食イメージ」「年中行事や行事にまつわる食」「学習経験及び学習関心度」「日々の生活」の5項目全24問とし、「日常の食習慣」「食学習経験及び関心度」を中心に分析を行った。

1. 食育に関心を持っている国民の割合

- 性別と食学習関心度との関連性は有意差が認められた。
- 食学習「経験あり」「経験なし」別においても関心度との関連性で有意差が認められた。(p<.01)
- 食習慣で関心度全体に有意差が認められたのは「朝食習慣」「和風だし習慣」「共食習慣」の3項目であった。(p<.01)そのうち、「経験あり」で有意差が認められたのは「和風だし習慣」「共食習慣」の2項目(p<.01)、「経験なし」では「和風だし習慣」(p<.05)のみであった。
- 食品の摂取状況で関心度全体に有意差が認められたのは「魚介類」「豆腐・大豆」「漬物」(p<.01)と、「海藻」「パン」(p<.05)の計5食品であった。そのうち「経験あり」で有意差が認められたのは「豆腐・大豆」「漬物」(p<.01)、「魚介類」「海藻」「パン」(p<.05)の5食品で、「経験なし」ではどれも有意差は認められなかった。
- 学習関心度の高い人は、男女の違いはあるものの、日ごろから和風だしを摂った生活を送っていることが明らかとなった。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- **食学習の経験がある層は食育への関心が高い**ことが分かっており、目標達成において**教育の重要性**が示唆されている。
- **食学習関心度には性別差がある**ことが示されており、文化的な固定観念の影響が推測される。食事の準備を母親が担う等の経験から性別役割分業意識が培われていると思われ、食への固定観念を取り払う教育の必要性もうかがえる。
- **関心度が高い人の方が「朝食習慣」「和風だし習慣」「共食習慣」がある**ことから、食育関心は他の目標の実現に大きく影響していることがわかる。

1. 食育に関心を持っている国民の割合

文献タイトル	食品企業従業員における食育に取り組む行動意思とその関連要因 『栄養学雑誌』 vol.70
著者名	日名子 まき、衛藤 久美、武見 ゆかり
発行年	2012年
章節	I. 緒言 II. 方法 III. 結果 IV. 考察

1. 文献の概要

- 平成17年に食育基本法が施行され、食品関連事業者にも食育を担う役割が明示されたことで、食品企業においても様々な食育の取り組みが行われるようになった。
- しかし、内閣府の食品関連事業者における食育推進に関する実態調査結果によると、食育推進の取り組みを実施している、または実施予定であると回答した食品企業132社のうち、食育推進の専任の部署やチームが組織されているのは20社にとどまっている。実際に食育活動に参加している食品企業の従業員は少ないことが予想される。
- 本研究は実際に食育活動に参加している従業員が少なく食育活動を始めて間もない企業を対象に、会社の食育活動に参加する行動意思とその関連要因を合理的行動理論（個々の「行動意思」は行動に対する「態度」とその行動に関連する「主観的規範」（重要な他者がその行動を容認するか否か）によって決まるという理論）に基づいて明らかにすることを目的とする。
- 対象者は、関東・近畿地方に弁当や総菜を調理・販売する店舗を約530社展開する中食企業O社の従業員である。2009年10月に開催された全体会議の出席者501名に集合法による無記名自記式質問紙調査を実施し、408名から回答を得た（回収率81.4%）。1ページ以上の記入漏れや調査の調査の同意が得られなかった者を除いた390名を解析対象とした（有効回答率77.8%）。調査当日には、関係部署に対して回答内容に影響が無いよう食育推進を強調するような発言は控えるよう依頼した。
- 調査内容は、会社の食育活動に関する行動意思・態度・主観的規範と消費者支援のための態度、知識・スキル、会社へ期待するサポート、個人のQOL、健康状態、食育活動による変化、個人の特性、属性についてである。

1. 食育に関心を持っている国民の割合

- 会社の食育活動に積極的に参加しようという行動意思には、会社の食育活動に関する項目の主観的規範、つまり「会社はあなたが食育活動に関わることを期待している」ことと、個人についての項目の「食育に関心がある」、「食育という言葉やその意味を知っている」ことが関連していることが明らかとなった。つまり、従業員が「会社から食育活動に参加することを期待されている」と強く認知することで行動意思が高まる可能性が示唆された。
- しかし、自分が食育に関わることを会社が期待していると思っていた者は20.6%であり、少し思うと回答した者の22.4%を合わせても半数以下だった。つまり、食育活動が重要だと思っけていても、どこか他人事として捉えていることが考えられた。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 食育の実践において、**自身の生活に大きく関連する他者による期待の大きさが重要**であることが明らかとなっていることから、コミュニティ単位での食育関心が十分に高まっていないことで個人の食育関心にも影響を及ぼしていることが考えられる。
- 人から見られていることや評価されていると感じることが、無関心層を関心層に変容させることに有効だと考えられる。個人への食育だけでなく、**企業や地域等の集団に対して食育をアプローチ**していくことが、今後の目標達成において重要であることが推測される。

1. 食育に関心を持っている国民の割合

文献タイトル	保育施設の食事室と調理室の隣接による子供の食に関する行動変容 『日本建築学会計画系論文集』第86巻 第790号
著者名	熊澤 貴之、久保 拓人
発行年	2021年
章節	1. はじめに 2. 保育施設の食事室・調理室の隣接と食育プログラムの関係 3. 保護者から見た子供の食に関する行動の因果モデル 4. 子供の食生活に関する行動の評価 5. まとめ

1. 文献の概要

- 保育園や認定こども園では園児が食・寝・遊からなる基本的な日常生活を習得することが重要である。寝・遊に関しては遊戯室や保育室のハードとソフトにわたる取り組みが実施されている一方、食に関しては食事室が保育室や遊戯室と兼用となっていることが多い。調理室は衛生面に関する配慮から周囲と遮断され、安全性の確保から子供が近づきにくい場所に配置されることが多い。
- 食育基本法による食育推進により、近年は菜園で収穫した農作物を保育施設で調理師が料理して子供たちが食べることを積極的に行う等のソフト的な施策が強化されている。子供たちが料理して食べるクッキング保育も生まれており、食への関心を高める環境と施策を充実することで食育を促す方向性が強まってきた。
- 本研究では、食事室と調理室の隣接と分断といった平面上の配置の関係をとり上げ、施設長から見た食育プログラムの実施状況、保護者から見た子供の食への関心、子供の食に関する行動変容を明らかにする。
- 本研究の対象は茨城県内保育施設である。県内で年齢別のクラス分けがされている保育施設443園の施設長に選択回答式のアンケートをFAXで配布・回収、専用の食事室と隣接する調理室を保有する2施設と食育支援空間があり遊戯室と兼用の食事室と分断された調理室をもつ1施設と保育室と兼用の食事室と分断した調理室を保有する1施設の4施設に通う子供の保護者384人に対して2019年11月12日～29日にアンケート調査を、4施設に通う子供327名に対して口頭による質問調査を同年11月12日～12月3日にかけて行った。子供には、給食の楽しみ、給食の興味、食育プログラムの評価を問う質問を行った。

1. 食育に関心を持っている国民の割合

- 子供に対する質問調査の分析の結果、専用の食事室と調理室の隣接は分断よりも食に対する積極的な行動変容を及ぼすことが確認された。専用の食事室の隣接空間では、配膳コーナーを介して視覚的に連続した空間となっている空間構成が、子供の共食の楽しさ、食欲、給食に対する好意、給食に対する期待といった食に対する態度を変容させた。食事室が食事のための専用空間として、子供に特別な感情や期待感を生み出し、食に対する積極的な行動変容を促したといえる。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 本文献において、**食事への関心と調理環境の密接さの関連性**が明らかとなっている。文献内で特段指摘されていないものの、新型コロナウイルス感染症等の影響により食事場と調理場の隔離が行われ、接触機会が減少している可能性が予測される。
- 教育施設における調理との接触機会を増やすだけでなく、家庭における調理場との接触機会（こどもの見える場所で調理を行う、調理の手伝いを促す等）を積極的に儲けることも有効であると推測される。
- 家庭内においても共働き等のライフスタイルによる調理時間の短縮化などが、食育関心の低下の一因となっていることが考えられる。

1. 食育に関心を持っている国民の割合

文献タイトル	「保護者養成における野菜の栽培活動の教育効果」『名古屋短期大学研究紀要』第60号
著者名	八幡 美保、吉見 昌弘
発行年	2022年
章節	1. はじめに 2. 保育者養成における野菜の栽培活動に関する研究 3. 栽培活動の必要性とその効果に関するアンケート調査 4. まとめ

1. 文献の概要

- 野菜の栽培や収穫を通じて、子供自身が食べ物に興味・関心をもち、食べることの大切さを学ぶことが期待されている。本文献では、保育者養成における野菜の栽培活動を食育の視点から考察して今後の教育活動に活かすことを目的に、保育者養成が学校の学生を対象に栽培に関するアンケートを実施している。
- 先行研究でも、野菜の栽培活動が園児や栄養士、保育を学ぶ学生の食育の理解を高めたり、学生の栽培への興味・関心を高めたり、栽培活動をしたほうが偏食の改善がされたりといったことが報告されている。
- アンケート調査の結果
 - 学生自身への栽培活動の効果は、59%の学生が効果実感があったと回答。
 - 園児に対する栽培活動の効果は、90%以上が効果実感があったと回答。栽培活動を通じて、植物や食材を大切にしようとする気持ちや感謝の気持ちがはぐくまれること、好き嫌いを克服するチャンス、自然の変化や自然を体験することによる子供の発達など様々な視点から効果があると回答。
 - 保育者が考える栽培活動の目的は、食育が最も多い。
- アンケート調査を通じて学生自身及び園児に対しても栽培活動は効果実感があることが明らかにされており、栽培活動によって食育の理解等が高まることが示されている。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 農林漁業体験（特に栽培活動）が食育への理解や関心を高めることが示唆されている。

1. 食育に関心を持っている国民の割合

文献タイトル	「望ましい食習慣の形成を目指した学校における食育の評価」『日本健康教育学会誌』第23巻第2号
著者名	赤松 利恵、稲山 貴代、衛藤 久美、神戸 美恵子、岸田 恵津
発行年	2015年
章節	I. はじめに II. 学校における食育 III. 学校における食育の目的と現状 IV. 学校における食育の評価 V. 栄養教育研究会が考える学校における食育評価のあり方

1. 文献の概要

- 学校は児童生徒の発達段階に応じた食育に取り組む場であり、学校における食育を通じて児童生徒は知識やスキルが高まり、態度が変容し、給食の場や家庭で望ましい食行動を実践し、繰り返すことで食生活における自己管理能力を養い、望ましい食習慣を身に付ける。
- 「食に関する指導の手引き」の指導目標は、食事の重要性、心身の健康、食品を選択する能力、感謝の心、社会性、食文化の6つであり、これらはいずれも知識の向上や態度の変容を目的としたもので、食習慣の形成に関する目標となっていない。望ましい食習慣の形成を目的とする学校における食育において、その目標や評価は、知識・スキル・態度レベルにとどまることなく、日常生活で実践する食習慣レベルの内容を含む必要がある。
- 学校での食育は児童生徒の食や栄養に関する知識やスキルの向上であり、それによって児童生徒は食事の重要性を認識し、食に対する態度を変容させるが、**児童生徒が食事の重要性を認識できたとしても、実践しているとは限らない**。知識・スキル・態度の獲得と、食習慣は分けて捉えるべきもの。
- 食習慣のレベルは、最も健康・栄養状態に近いもので栄養素レベル、次に栄養素を含む食品レベル、食品が調理された料理レベル、料理が組み合わさった食事レベルとなる。日常生活において人々が摂っているのは食事であることから、**食育では食事レベルでの教育が重要**となる。また、いつ、どこで、誰と食べるといった食行動レベルで見ることでもある。

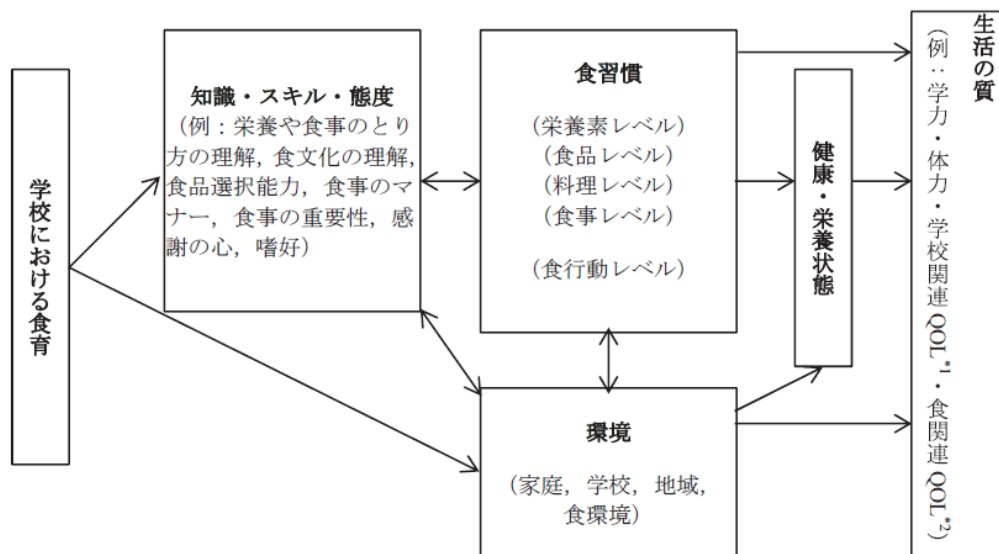
1. 食育に関心を持っている国民の割合

- 望ましい食習慣の形成には、知識・スキル・態度のほか、**環境も影響をもたらす**。食環境には**情報へのアクセスと食物へのアクセス**、さらには**両者の統合**がある。情報へのアクセスでは、児童生徒への直接的な情報提供や、環境における情報整備（栄養成分表示）など、児童生徒の情報入手の改善につながるものがあり、学校給食や家庭・地域で栄養バランスのとれた食事が提供されることは、食物へのアクセスが改善されたといえる。家庭に対する情報提供によって家庭での食事内容が変わり児童生徒の食習慣が改善されることがある。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 本文献は、学校における食育について論じたものだが、知識・スキル・態度の獲得と食習慣は分けて捉えるべきものであり、食育では食習慣の形成、とりわけ食事レベルでの教育が重要であるとの視点は、第4次食育推進基本計画の目標1である食育の関心が食習慣の形成に密接に関係する他の目標の実現との関連を検討する上で重要な視座を提供するものである。

食習慣の形成のプロセスと健康・栄養状態ならびに生活の質との関係



*1:学校関連 QOL : 「学校が好き・楽しい」といった学校生活における質

*2:食関連 QOL : 「食事が楽しい」といった食生活に関する質

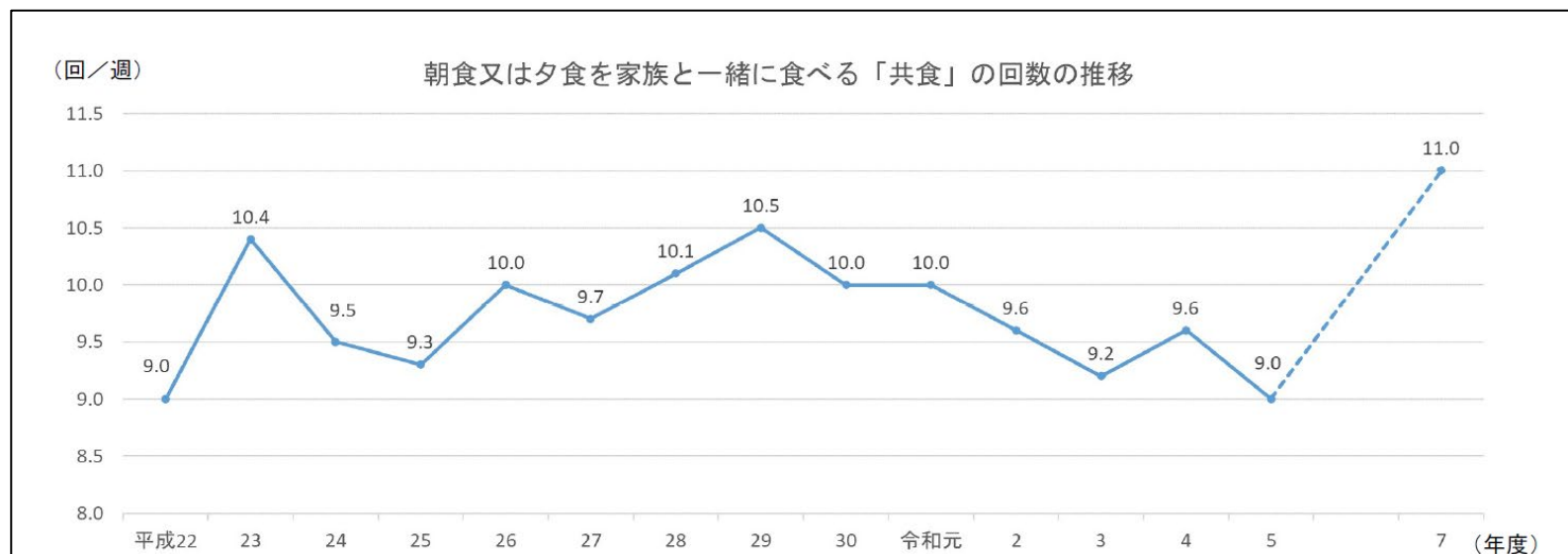
(出所) 赤松他「望ましい食習慣の形成を目指した学校における食育の評価」149頁から転載。

2. 朝食又は夕食を家族と一緒に 食べる「共食」の回数

2. 朝食又は夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数

目標値及び現状値

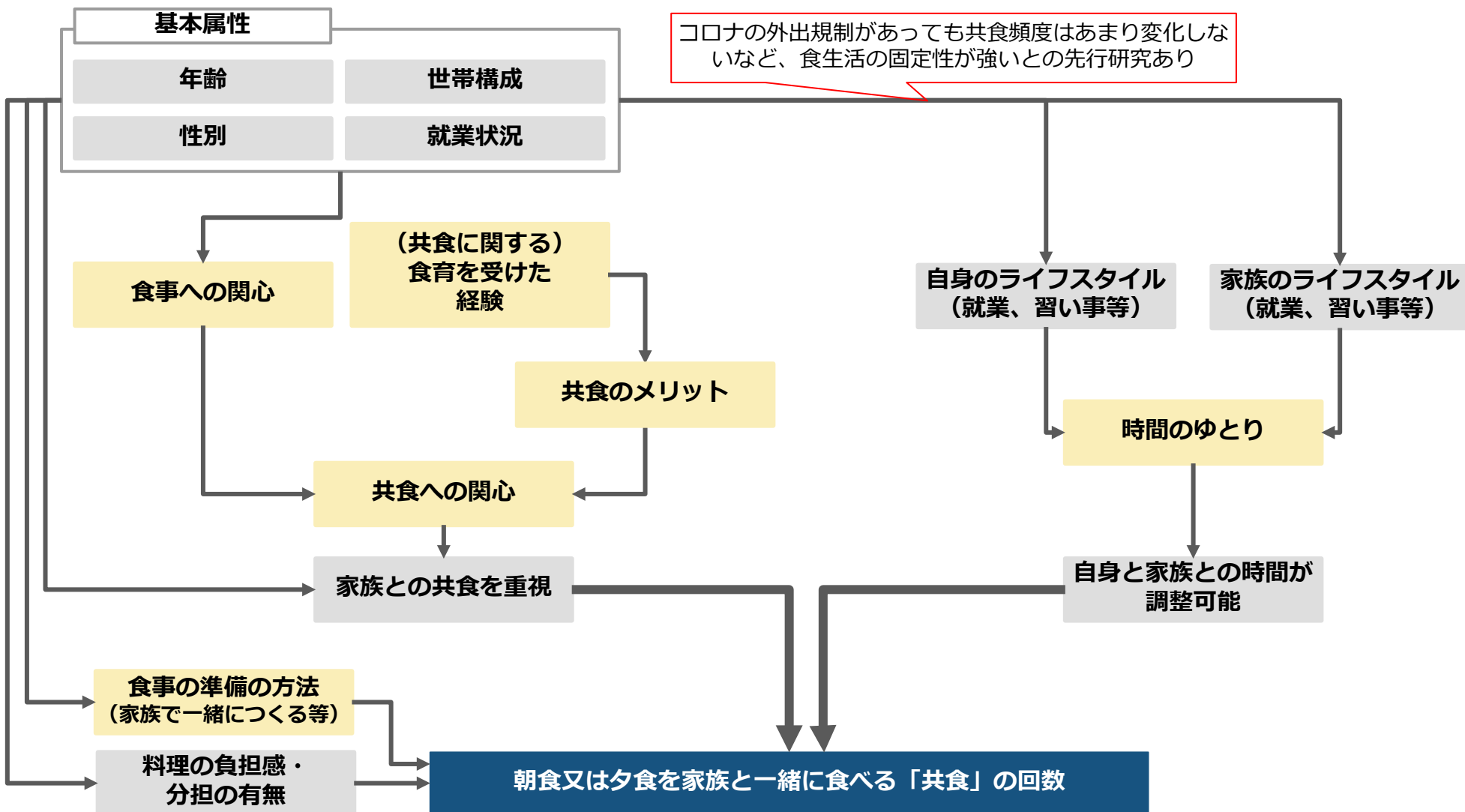
具体的な目標値	第4次基本計画 作成時の値	現状値				目標値	達成状況
	R2（2020）年度	R3（2021）年度	R4（2022）年度	R5（2023）年度	R7（2025）年度		
朝食又は夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数	週9.6回	週9.2回	週9.6回	週9.0回	週11回以上	▼	



(出所) 農林水産省（平成27（2015）年度までは内閣府）「食育に関する意識調査」（グラフは、農林水産省「第4次食育推進基本計画フォローアップ 中間取りまとめ別添2 目標達成に課題の残る数値目標の分析・評価」5頁より転載）

2. 朝食又は夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数

変数相関図



2. 朝食又は夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数

変数の整理と現状値への示唆

影響の時間軸に基づく変数の分類

短期的にアウトカムに影響すると考えられる変数	■ 食育を受けた経験 ■ 共食のメリット	■ 食事の準備の方法 ■ 料理の負担感・分担の有無
中長期的にアウトカムに影響すると考えられる変数 (または前提条件となる変数)	■ 基本属性 ■ 食事への関心 ■ 共食への関心 ■ 家族との共食を重視	■ 自身のライフスタイル ■ 家族のライフスタイル ■ 時間のゆとり ■ 自身と家族との時間が調整可能

第4次基本計画の現状値に関する本事業の調査から得られる示唆

- 家族との共食の回数が増えるには、家族との共食を重視する意識が重要であり、「[食育に関する意識調査（平成30年3月）](#)」からは、家族との共食の重要性を多くの者が認識していることが見て取れる（「家族と一緒に食事をすることは重要である」の回答は89.7%）。
- 他方で、上記の意識調査では「家族と一緒に食事をする時間を作るのが難しい」と回答した人が一定数（26.8%）存在し、その理由については、「自分又は家族の仕事が忙しいから」と回答した人の割合が最多（83.8%）となるなど、家族と共食できない理由として時間的制約を挙げる者が多かった。中長期的に見ると、一般労働者、パートタイム労働者はともに年間実労働時間は減少傾向にあり、長時間労働（週60時間以上）の労働者の数・割合も減少傾向にあるが、（「[厚生労働省「毎月勤労統計調査 令和6年12月分結果確報」（2024年12月）](#)」）、民間企業が実施した別の調査では、時間に「ゆとりがある」と考える人と「ゆとりがない」と考える人の割合が1998年以降ほぼ変化がないことが示されている（両者の割合はほぼ6:4で推移（[博報堂生活総研「生活定点1992-2024」](#)））。このように、第4次基本計画期間中における時間的制約はそれ以前とほぼ同水準にあったことが、現状値が改善されなかった要因であると考えられる。

2. 朝食又は夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数

文献タイトル	家庭での共食と団らん 『関東学院大学人文学会紀要』 145巻
著者名	井田 瑞江
発行年	2021
章節	1. はじめに 2. データの概要 3. 家庭での共食と団らん 4. 家族団らん要因のテキストマイニング 5. 家庭での共食は団らんなのか

1. 文献の概要

- 食育政策において「家庭での共食」は家族とのコミュニケーションを通じて食の楽しさを実感できる機会として重要な役割を担っていると考えられている。
- 自由記述のアンケート結果のテキストマイニングを行い、家庭での共食と家族団らんの関連および家族団らんの要因を分析する。
- 使用したデータはマクロミルモニタ会員の30~50歳代の結婚している男女を対象に2014年11月に実施された「ライフスタイルに関するアンケート」の結果である。男性156名、女性156名の計312名が回答。年代は30代、40代、50代がそれぞれ104名ずつである。
- 平日の朝食は「全く揃わない」が30.8%で、平日の夕食や休日の朝食・夕食よりも共食できていない人が多いことがわかる。「いつも必ず揃う」がもっとも多いのは休日の夕食で52.1%であった。対象者の性別や年齢との関連を調べてみたところ、特に関連は見られなかった。
- 共食している割合が高い休日の夕食について、子供の有無と末子の年齢との関連を調べたところ、「子供はいない」は「いつも必ず揃う」が66.7%と最も多い。「末子13歳以上」は「全く揃わない」が8.4%、「あまり揃わない」11.2%であり、「子供はいない」や「末子12歳以下」よりも共食できていない人が多くなる傾向が見られる。
- 家族のだんらんが実現できる可能性があるタイミングについて、最も多かったのは「食事の時」で65.2%、次いで「夜」が13.2%、「休日」が9.8%、「行事の時」が5.4%、「いつも」が5.7%であった。どのライフステージでも「食事の時」が最も多いが、「末子13歳以上」は他のライフステージに比べて「食事の時」の割合が高い。子供の有無や末子の年齢によって家族が全員集まる時には違いがあることがわかる。

2. 朝食又は夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数

- 現在の家族団らんの思い出の回答（自由記述）から共起ネットワーク図を作成した結果、①食事をしながら話をしている場面、②休日に食事をしている場面、家族でテレビを見て過ごしている場面③食後のリビングや就寝前に寝室で子供と過ごす場面④家族が一緒に過ごしている場面に分類された。
- 家族の人数が多かったり、子供が大きくなったりすると家族メンバーの在宅時間があわなくなり、家族団らんを成立させる要因がすべてそろうタイミングは少なくなってしまう。
- 末子が小さい時には、働き盛り世代である父親の帰宅が遅い場合が多く、家族が全員揃うのは休日だけということになる。「末子13歳以上」になると、部活動や習い事や塾、アルバイトなどで父親だけでなく子供も夕食時に不在であることが多くなり、家族が全員そろうのは家族の誕生日などの行事が主流となると考えられる。
- 妻が無職であることは「家族が食卓に揃う団らん生活」の成就を意味せず、逆説的にフルタイム職についていることが、共食の機会を多くしている。最も食卓に家族がそろわないのは片働きで夫の収入が高い世帯である。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 平日の朝食は共食できていない人が多く、共働き世帯の増加によって朝食の準備に多量の時間を費やせない家庭が増えていることが考えられる。一方で、休日の夕食は家族が揃う家庭が多く、時間の余裕が共食においては非常に重要な要因であることが示唆されている。子どもがいない家庭の方が休日の夕食に必ず揃う割合が高いことから、家族の人数が増えることにより予定を合わせづらいことが推測される。
- 共働きであることで家族との時間を確保することの難しさを自覚している家庭の方が「共食をすべきだ」という意識が高いことが明らかとなっている。

2. 朝食又は夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数

文献タイトル	新型コロナ感染拡大下の外出自粛行動が及ぼすフードシステムへの影響とその対応―京都を事例として― 『フードシステム研究』第28巻3号
著者名	上田 遥、新山 陽子、大住 あづさ
発行年	2021年
章節	1. はじめに 2. 分析枠組み 3. 分析結果 4. 考察と結論

1. 文献の概要

- 新型コロナウイルス感染症の世界的流行により、各国はその対応に追われた。日本国内においても、国民全体に求められた長期間の外出自粛行動にとり、食農産業において生産から消費まで様々な影響を与えた。本論文では、最も強い外出自粛規制がとられた第一回目の緊急事態宣言（2020年4-5月）下のフードシステム（食料生産から消費までの各産業段階）に分析の焦点を当てる。
- 京都中央卸売市場へのアンケート調査から、同市場の関係事業者（出荷者・生産者、卸売業者、仲卸業者、買参人・買出人）にCOVID-19の影響とそれへの対応を尋ねた。並行して、京都在住の消費者へのWebアンケート調査も実施した。制約下で選択される食行動の変化について「普段の食生活状態はどうか」「外出自粛により何が変化し何が変化しなかったか」「全国と比較した際の京都の特徴は何か」の3点を調査した。
- 市場へのアンケートは2020年4月27日～5月16日、消費者へのWebアンケートは2020年5月2～5日に実施された。京都在住の回答者は190人で、社会的属性はおおむね全国の人口構成を代表するものであった。（教育水準のみ全国平均よりやや高い。）
- 京都在住者は、**宣言前の食生活実態のうち共食について、5割が「夫・妻・パートナー」、3割が「息子・娘」と共に食べていた。**一人暮らしは全体の2割であるにも関わらず、「1人で食べる」と回答したものは4割に及ぶことから、**1人暮らしでない2割強の回答者は同居者を持つにも関わらず普段から孤食状況**にあることが示唆された。属性別にみると、**1人で食べる人**には**世帯所得上位区分層（49.7%）と大学卒層（46.3%）**が多かった。

2. 朝食又は夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数

- 緊急事態宣言後において、京都在住者の**共食者**について「一人で食べる」人と「祖父」や「知人・友人」と共に食事する人が減少したが、**変化した回答者は全体の5.3%以下**であった。食関連well-beingについては、食事を美味しく食べられる人は減少する一方、食を大切に思う人は増加していた。
- 買い物についての変化（百貨店利用の減少、おとりよせサイトの利用増加など）は一部認められたが、9割以上の回答者に変化がなかった。
- 所得階層が高いほど「より豊かに食べる」（他者と共に食べ、地域に根差した食品や購入手段など）と想定されていたが、本調査では**上位の所得階層ほど一人で食べる比率が高く**、食生活の達成度などにおいても他と差がない結果であった。
- 買物・料理・食事行動は新型コロナウイルス感染症の感染拡大をうけた緊急事態宣言による制約下で「変化した」とはいえ、変化した人は全回答者中最大でも1割以下にとどまっている。筆者は**先行調査では食生活の固定性が過小評価**されていたことが本調査で明らかとなった、としている。**日常の「習慣」や「ルーティーン」が食行動に与える影響は強く、緊急事態宣言のような外的強制では、食生活は変化しにくい**ことが示唆された。
- 外出自粛により男性が自宅にいる時間は増えたが、買い物、料理など食事準備を主に女性が担うことに根本的な変化はないどころか、**料理頻度など女性の負担がより一層増加**しており、家庭の食を巡る性別役割分業の根強さが示唆された。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 家庭にとっては食事の時間は重要な要素として定まっていることも多く、**外部による影響は受けにくい**ことが明らかとなっている。
- 高所得者の方が働く時間が長く、食事の優先度が低いことが推測される。共食を実現するためには、**生活における食事の優先順位**が大きく関連していることが示唆される。

2. 朝食又は夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数

文献タイトル	就労者における在宅勤務と家族との共食頻度 『日健教誌』 30(1)
著者名	満崎 雅咲、吉井 瑛美、外園 海稀、赤松 利恵、新保 みさ、小島 唯
発行年	2022年
章節	I. 緒言 II. 方法 III. 結果 IV. 考察 V. 結論

1. 文献の概要

- 共食は、健康的な食生活および心身の健康に影響を与える重要な食行動である。
- 家族との共食頻度に影響を与える要因として、親の就労状況、子供の塾や習い事などが過去の研究から指摘されている。
- 2020年、新型コロナウイルス感染症の感染拡大により、働き方の変化として**テレワーク（在宅勤務）**が普及した。
- **在宅勤務のメリットとして通勤・移動時間の削減、家族との時間の増加**が挙げられることから、本研究では在宅勤務の頻度が家族との共食頻度を増やす方法の一つとなることを仮説とする。
- 本研究は、令和2年度厚生労働行政推進調査事業費補助金「新型コロナウイルス感染症の影響による国民の食行動等の変化とその要因研究」で実施された研究データを二次利用した。対象期間は2020年11月6日～12日で、インターネット調査会社に登録されている全国の成人(20～64歳) 男女35970人に対して行われた。年齢・性別を踏まえた各都道府県の人口構成比にあわせてランダムに6000人抽出した。
- 家族との共食頻度の3 群間における属性、在宅勤務との比較には、カイ二乗検定を用いた。続いて、属性および在宅勤務と家族との共食頻度の関連を検討するために、多項ロジスティック回帰分析を行い、オッズ比（OR）、95% 信頼区間 [95%CI] を算出した。従属変数は、家族との共食頻度（毎日2 回以上／毎日1 回／毎日1 回未満（参照カテゴリ））、独立変数を属性（性別、年齢区分、最終学歴、世帯年収、婚姻状況、子供または高齢者との同居の有無、就業形態）および在宅勤務とした。

2. 朝食又は夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数

- 本研究では、成人の就労者を対象とし、在宅勤務と家族との共食頻度の関連を検討したが、**在宅勤務と家族との共食頻度との関連は認められなかった。**
- 関連が認められなかった要因として、1つ目は在宅勤務を行ったとしても、**必ずしも共食するための時間を確保できていない可能性**が挙げられる。テレワークでは通常の**オフィス勤務よりも長時間労働となる傾向**があるため、在宅時間よりも、労働時間の長さが影響していると考えられる。
- 2つ目の要因として、在宅勤務で家族と一緒にいる時間が増えても、**共食に対する価値観の違い**により共食していない可能性がある。**共食に対する重要性と共食頻度には正の相関**がある。

2.第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 在宅の時間の増加と共食の回数に関連が見られなかったことから、食事をする時間のゆとりだけでなく**共食の重要視**が本目標の実現において大きく影響を及ぼしていることが考えられる。
- 家に家族が集まっているだけでは、必ずしも共食するとは限らないことが明らかとなった。

2. 朝食又は夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数

文献タイトル	妊娠期からの食育を目指した初産婦の食事量、食事の質および食態度に関する実態調査 『椋山女学園大学看護学研究』15巻
著者名	河合 桂子、若子 みな美
発行年	2023年
章節	I. 緒言 II. 用語の操作的定義 III. 方法 IV. 結果 V. 考察

1. 文献の概要

- 食事の楽しさは、小中学生の食卓での会話（安達,2017）、児童の自発的コミュニケーション（衛藤,武見,&中西他,2012）、小中学生の食卓での会話（西中川,稲山,&北畠他,2018）の良好さと関連するため、子供にとって食生活全体の良好な状態を示す指標とされている。そのためには、**保護者による子供の食育推進**活動が重要だと考えられている。
- 妊娠期は親準備性の時期(石井,2018)とされるため、妊婦の食育は将来的な子供の食育を推進できる可能性がある。
- しかし、初産婦は経産婦に比べ、エネルギー摂取量が少なく（長谷,長嶋,&籠橋他,2018）、欠食率が高い(白石,春名,&松崎他,2009)等、食生活の課題が多いことが報告されている。
- 本論文では、初産婦の食事量、食事の質および食態度を明らかにし、妊娠中に必要な食育を考察することを目的に調査を行った。
- 対象者は、愛知県内の正常な妊娠経過と医師が診断した妊娠16週以降の初産婦で、同意の取れた148名のうち有効回答が得られた145名を分析対象者とした。平均年齢は29.8歳であり、29歳以下は83名、30歳以上は62名であった。調査期間は2019年5月～2020年5月である。食事の写真による栄養量・食事の質の評価と質問紙調査を行った。
- 食事が「とても楽しい（51%）」、「やや楽しい（31.7%）」、「どちらでもない（16.6%）」および「やや楽しくない（7%）」であり、82.7%は食事を楽しいと感じていた。**食事が楽しい群は、共食の態度（できるだけ家族と一緒に食事を取りたいと思う態度）が良好な割合が高かった。**

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

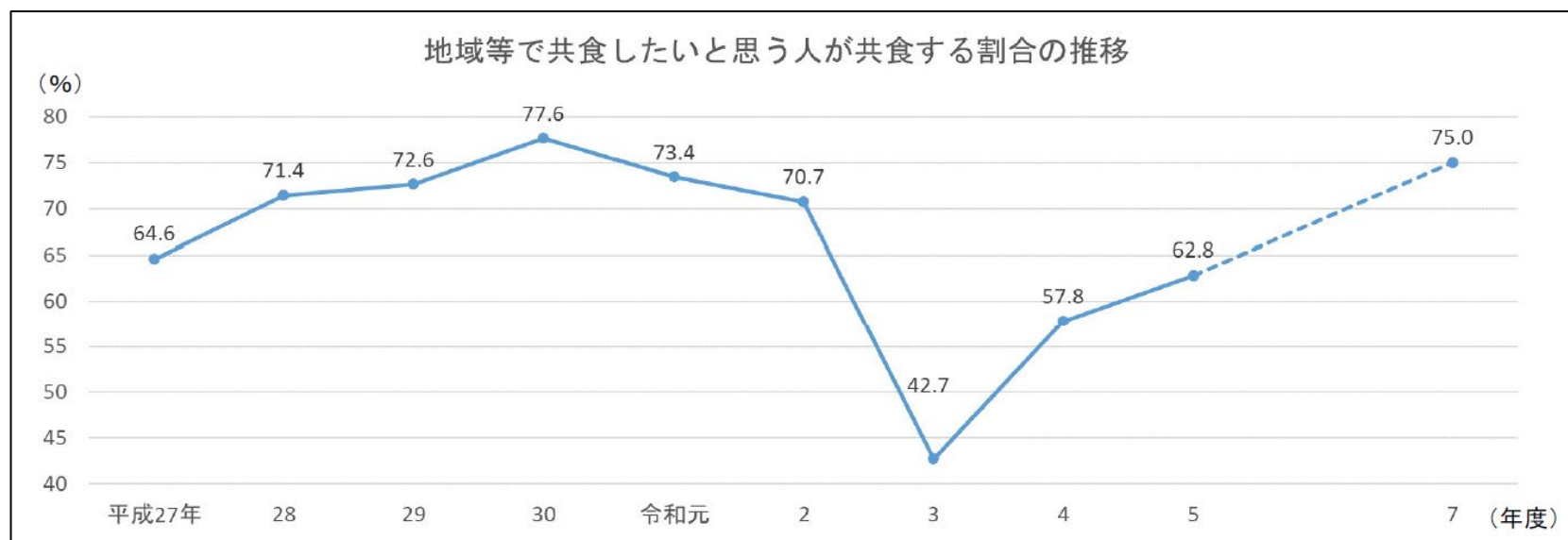
- **食事への好意的な態度**が共食を促進させることが示唆されており、食事の楽しさについての教育の重要性が明らかとなった。

3. 地域等で共食したいと思う人が 共食する割合

3. 地域等で共食したいと思う人が共食する割合

目標値及び現状値

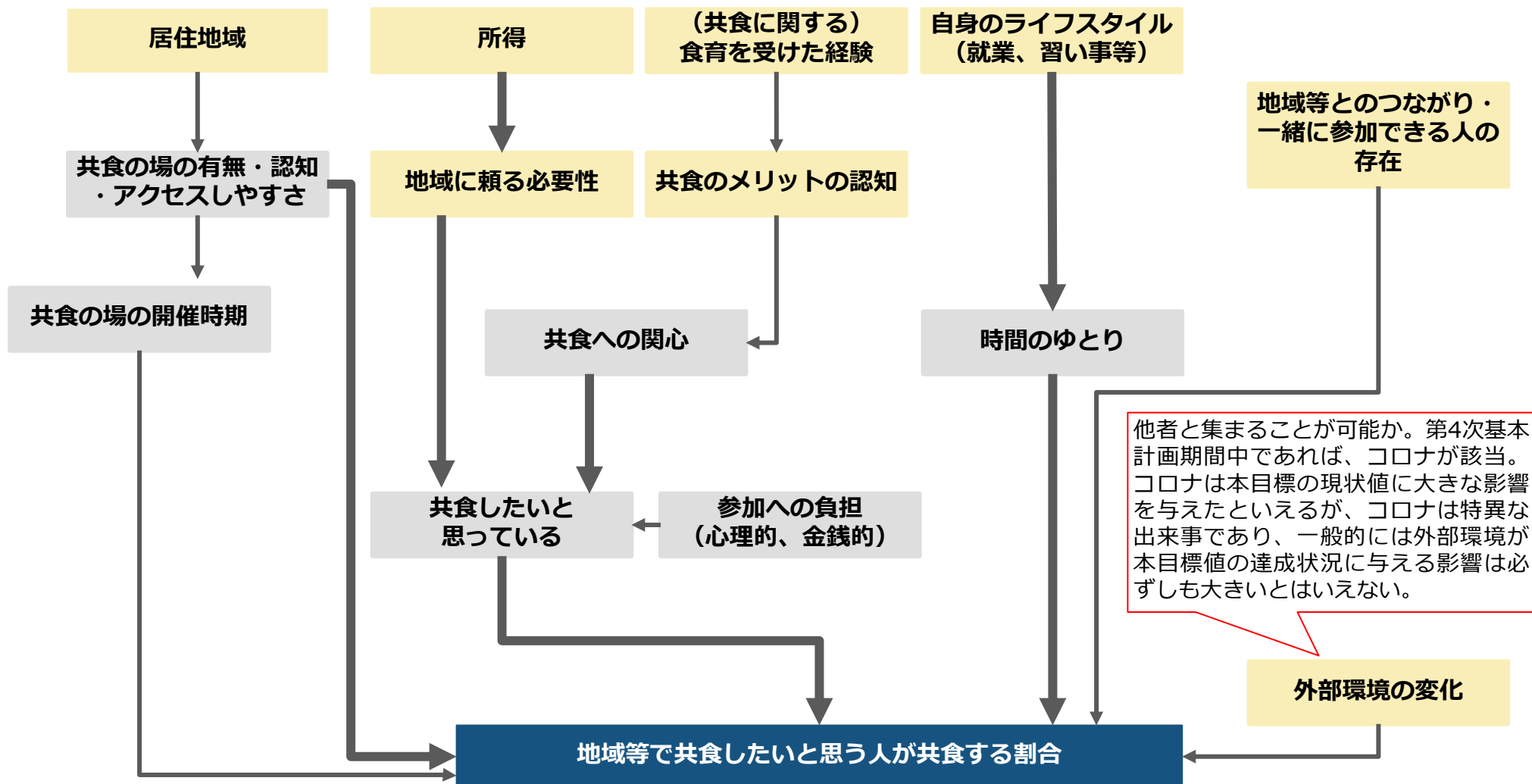
具体的な目標値	第4次基本計画 作成時の値	現状値				目標値	達成状況
	R2（2020）年度	R3（2021）年度	R4（2022）年度	R5（2023）年度	R7（2025）年度		
地域等で共食したいと思う人が共食する割合	70.7%	42.7%	57.8%	62.8%	75%以上		▼



（出所）農林水産省（平成27（2015）年度までは内閣府）「食育に関する意識調査」（グラフは、農林水産省「第4次食育推進基本計画フォローアップ 中間取りまとめ別添2 目標達成に課題の残る数値目標の分析・評価」7頁より転載）

3. 地域等で共食したいと思う人が共食する割合

変数相関図



3. 地域等で共食したいと思う人が共食する割合

変数の整理と現状値への示唆

影響の時間軸に基づく変数の分類

短期的にアウトカムに影響すると考えられる変数	■ 共食の場の開催時間 ■ (共食に関する) 食育を受けた経験 ■ 共食のメリットの認知	■ 地域等とのつながり・一緒に参加できる人の有無
中長期的にアウトカムに影響すると考えられる変数 (または前提条件となる変数)	■ 居住地域 ■ 共食の場の有無・認知・アクセスのしやすさ ■ 所得 ■ 地域に頼る必要性 ■ 共食への関心	■ 共食したいと思っている ■ 参加への負担 ■ 自身のライフスタイル ■ 時間のゆとり ■ 外部環境の変化

第4次基本計画の現状値に関する本事業の調査から得られる示唆

- 地域等で共食をしやすいするためには、共食の場が十分に存在することが前提となる。地域等での共食の場の一つであるこども食堂は、2016年から一貫して、増加している（2016年：319か所⇒2023年：9,131か所）（[認定NPO法人全国こども食堂支援センター・むすびえ「こども食堂の数、全国の公立中学校数とほぼ並ぶ「9,131箇所」に増加 ～2023年度こども食堂全国箇所数調査結果を発表～（2023年12月速報値）」2023年12月14日](#)）。
- こども食堂の増加は地域等での共食の機会の増加に寄与しうるものであるが、一方、新型コロナウイルス感染症（以下、コロナ）の感染拡大によりこども食堂は孤食の解消や地域交流につながる活動が実施しづらい状況に置かれていた。コロナの感染拡大がこども食堂の活動に与えた影響に関する調査によると、感染拡大直後（2020年3月～5月）に活動を休止するこども食堂の活動を行う団体は50.9%にのぼり、感染拡大前とは異なる活動を継続した団体（40.1%）も、フードパントリー活動（食材や弁当を取りに来てもらって配布する活動）への切り替えを行っていた（感染拡大前と同様の活動を継続したのは9%にとどまった）。2021年1月頃でも、感染拡大前と同様の活動を継続した団体は26.0%にとどまり、感染拡大前と異なる活動をした団体が48.5%となっており、コロナの影響で従来の活動ができないこども食堂が多かったことが分かっている（[可知 悠子「新型コロナウイルス感染症流行下における子ども食堂の運営実態と課題の把握：全国の自治体と子ども食堂への調査より」](#)（厚生労働科学特別研究事業）2023年、8頁）。
- コロナの感染拡大より、従来の共食の場を活用できなかったり、共食による感染のリスクを避けたりしたため、こども食堂等の家庭以外の場所での食事の機会や職場等のコミュニティにおける食事を伴った交流の機会が減少し、令和3年の「地域等で共食したいと思う人が共食する割合」が減少したと考えられる。
- 「地域等で共食したいと思う人が共食する割合」は令和4年、5年は回復傾向にあり、こども食堂などの増加等の地域における共食環境の整備の進展やコロナの5類移行のためなどが考えられる。

3. 地域等で共食したいと思う人が共食する割合

文献タイトル	一人での食事とインターネットを介した食事ではどちらがおいしいか？ (Is Food More Delicious When Eaten Alone or When via the Internet?) 『日本食育学会誌』 17(2)
著者名	海和 美咲、木下 直彦、稲葉 洋美
発行年	2023年
章節	1. Introduction 2. Materials and methods 3. Results 4. Discussion 5. Conclusions

1. 文献の概要

- 食事を美味しいと感じる要因として、環境的なもの（生まれ育った環境、食事時間、食事空間など）、生理的なもの（食欲、空腹度、健康状態など）、心理的なもの（感情やストレスなど）が考えられる。例えば、食事をする際に他の人とコミュニケーションを取ることで、社会的結合を経験し安らぎやリラックスの感覚を得ることでおいしさを感じ、食物摂取量が増加する。これは摂食の社会的促進と呼ばれる。
- 他人が食事をしている映像を見ながらの食事にも同様の効果があると考えられている。
- 本研究において、オンラインでコミュニケーションをしながら食事することで、1人で食事をするよりもポジティブな心理変化が現れ社会的促進効果により食事を美味しく感じるという仮説を検証する。
- 研究の参加者は18~25歳の大学生30名（男性9名、女性21名）であり、同性同士のペアまたはグループでの参加を呼び掛けた。期間は2021年8~9月である。
- 実験は孤食、ビデオ食事、共食の3条件が設定され、条件間に少なくとも1日の間隔を空け、かつ無作為の順序で実施されるよう設計された。メニューには10cm×10cm×4.5cmのセブンイレブンの弁当と300mlの緑茶を用いた。
- 食事の前に体調や空腹感に関する質問調査を行った。共食条件とビデオ食事条件では参加者は友人と自由に話しながら食事し、食事時間を測定した。
- 参加者を同性のペア・グループに限定した理由は、これまでの研究により**共食相手の「女性らしさ」が食事摂取量に影響**する可能性があることが報告されているためである。

3. 地域等で共食したいと思う人が共食する割合

- 孤食条件と共食条件、孤食条件とビデオ食事条件では、孤食条件にかかる食事時間は有意に短かった。**ビデオ食事や共食では友人と会話をするため、孤食に比べて時間が長かった**と考えられる。
- **食事満足度、食事の雰囲気に対する満足度、食べる楽しさ、食後の幸福感・充実感の各変数において、共食、ビデオ食事、孤食の順においしさに関する得点が有意に高かった。**ビデオ食事では孤食に比べて1.12倍のおいしさ、1.66倍の食事の雰囲気の満足度、1.47倍の楽しさ、1.6倍の食後の幸福感・充実感であった。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 共食をすることにより食事の満足度が増幅することが明らかとなっていることから、**食事の満足度を高めるために共食をしたい**と考える人の存在も示唆される。地域に限らず家族や友人との共食の経験を通して、多くの人が「人と食事をする方が楽しい」と体幹したことがあると考えられる。誰かと共食したいという想いを無意識のうちに抱えている人は非常に多いと思われるが、そのために共食の場を探し参加するという実践に移す程度までに共食への感情が高まっていないことが推測される。

3. 地域等で共食したいと思う人が共食する割合

文献タイトル	買物と献立作成を取り入れた共食型調理実習体験による食育効果 『日本食育学会誌』 16(2)
著者名	栗津 虹、高井 春歌、久保 加織
発行年	2022
章節	1. 緒言 2. 方法 3. 結果 4. 考察

1. 文献の概要

- 第4次食育推進基本計画には「生涯を通じた心身の健康を支える食育の推進」が掲げられており、次世代の担い手である若い世代はさらに次の世代へと「食」の重要性を伝えていく責任がある。
- しかし、特に男子大学生は食品や調理への関心および栄養的満足度、調理技術のレベルが低いため、今後は男子大学生に焦点を当てた食育が必要である。
- これまでの研究では、男子大学生が実際に調理実習を経験することで、実習後に自宅で調理する機会が増加する者が多かったが、実習終了後から6か月経つと実習前の状態に戻っている者が多かった。
- また、自身の食を家族などに任せて関心を払わない人に食育効果が表れにくいことも課題であった。
- 本論文では男子大学生が生活者として主体性を持って適切な食管理能力を身に付け、実践していくための食育プログラムの提案を目的とし、買い物や献立作成など調理の一連の流れを取り入れた共食型の調理実習体験プログラムを作成し、検証する。
- 実習には、滋賀大学教育学部に在籍する19歳から26歳までの男子大学生28名が参加した。期間は2018年12月から2019年6月である。対象者一人につき4回の実習を体験させた。自宅生は10名、自宅外生は18名である。
- 対象者28名に自由に二人一組のペアに分かれてもらい、4回の実習全てを同じペア同士で行った。調理はペアのうち一人ずつが交互で調理を行い、二人分の食事を作った。出来上がった料理はペアの二人で食べ、共食の場とした。
- 事前調査では、自宅生は「自分以外の家族が作る」が100%であり、自宅外生は「自分で作る」が58.8%、「すぐに食べられるものを買ってくる」が41.2%であった。この傾向は最終調査までほとんど変化しなかった。

3. 地域等で共食したいと思う人が共食する割合

- 食に関する意識の5段階評価（数が大きいほど当てはまる）では、「「食育」という言葉を聞いたことがある」、「「食」への感謝の気持ちは大切である」、「おいしい料理が食卓に並んだ時、幸せな気分になる」の4つの項目の平均値は、すべての調査で4.5以上で高かった。
- 一方、食品を購入する際に食品添加物や農薬が少ない食品を選んだり、地産地消や季節の旬を意識したりしているかという質問については、事前調査から最終調査にかけて平均値が低かった。
- 買物や調理、食材の保存などの食に関わる行動に関して、調理実習後には「食材の食べられる部分は無駄なく使いきるようにしている」「同じ食材でも調理法を工夫して様々な料理を作っている」「賞味期限が近付いた食品から使うようにしている」の平均値が増加していた。
- 調理実習後「料理を食べてくれる相手がいることはやりがいがあると感じるか」を尋ねたところ、他の項目と比べて最も高い値となった。
- 調理実習後、自宅で料理をする理由として「節約のため」と回答する人が有意に減少し、「料理が好きだから」とする人は有意に増加した。また、「1人で食べたくないから」自宅で料理をしない人が実習期間中には一人もいなかったが、実習終了6か月後には有意に増加していた。**調理実習を通して、料理への意欲が他者との関係の中で醸成**されていったと考えられる。
- 実習体験では、回数を重ねるごとに対象者の自宅での調理実践度の増加が見られ、さらに実習終了6か月後もその程度が保持されていることがわかった。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- **調理を通して食事の楽しさの理解が深まる**と本文献の結果から読み取れることから、人は自身の作った料理が他者から評価されることに喜びを見出しやすいと考えられる。食事への喜びを求めて、共食への関心が促進されることが示唆される。
- 調理を伴う共食体験の効果が最低6か月持続することが明らかになっており、経験に基づく共食への関心は長期間持続しやすいことが予測される。

3. 地域等で共食したいと思う人が共食する割合

文献タイトル	学生の地域連携活動と今後の課題-食で地域の多世代をつなぐ「えんがわ家族食堂」 - 『目白大学高等教育研究』(27)
著者名	星 玲奈、廣重 剛史
発行年	2020年
章節	はじめに 1. 2019年の地域食堂の目的と活動内容 2. 学生ボランティアの募集について 3. 学生ボランティアと役割分担 4. 対象者及び対象者の募集方法 5. 地域食堂開催の概要について 6. 地域連携活動実施後のアンケート結果及び今後の活動 おわりに

1. 文献の概要

- 近年、地域や近隣の住民を対象とした「こども食堂」等の地域連携活動を実施している大学が多くある。しかし、地域連携活動の多くは、対象者を児童か高齢者に絞っている事例も多い。
- 高齢者の孤食問題や貧困による子供の食環境問題など、食に関する社会問題は、多世代交流を行うことによって双方の問題を解決する一助となると期待されている。
- 本論文では学生が地域の多世代交流の懸け橋となることで地域のコミュニケーション促進の貢献することを、実際の地域食堂との連携を通じて実施した。
- 東京都新宿区戸山地区で地域食堂を運営する任意団体「えんがわ家族」と目白大学社会学部社会情報学科の学生ボランティアにより計4回の食育イベントを実施する。（うち第4回目については、新型コロナウイルス感染症の影響で中止となった。）
- イベントは2019年7月から2020年3月の間に開催。地域の子供とその保護者、新宿区戸山ハイツ内の高齢者に参加を募った。参加者は親子、地域住民、地域のシニアボランティア、学生ボランティアを含めて第1回目が67名、第2回目が80名、第3回目が53名となった。

3. 地域等で共食したいと思う人が共食する割合

- イベント内容の検討は、新宿区の地域交流の在り方を検討する「新宿まちづくりネットワーク懇談会」の中で、多様な分野で活躍する地域住民に意見を聞き決定された。
- 参加者は新宿区及びその周辺に居住する親子とその地域住民を対象とし、区報やチラシ、SNSにより募集した。第2回目の実施の際には近隣の公立小学校の協力を得て、全学年に対してチラシ配布を行い、同時期に戸山シニア活動館にも案内文書を掲示・配布を行った。その際、食物アレルギーなどへの対応についても周知した。
- 全てのイベント終了後に**イベント参加者に対して満足度調査を行ったところ、「大変満足」「満足」と回答した参加者が大多数**を占めた。「なかなか経験できないことができて良かった。色々な年代の方と交流できたのも良かった」「地域の方との交流がすごくよかった」「みんなでカレーライスを作って食べるということが貴重な体験に感じた」「同じ号棟の方と同じテーブルでした。ご挨拶だけのつながりでしたが、本日この機会にたくさんお話が出来たことがとても嬉しかった」というポジティブな感想が寄せられた。
- 一方、「学生さんがグループ活動など段取りを理解して先導してくれたらよりスムーズだったかなと思います」「段取りが悪く、子供がだれてしまう時間が多かった。学生さんたちも段取りを把握しておらず指示待ちのために、何もしていない人も多く子供に指示指導が無かった。もっと責任感と主体性をもって取り組んでほしい」といった指摘もあった。
- 学生ボランティアは毎回の地域連携活動に継続して参加できる学生が少なく、中には1回のみの参加しかできなかった学生も多くいた。初めて参加する学生は、継続して参加することで地域住民と交流を深めている学生と比べて、イベントの場に慣れるまでに時間を要した。また、学生と教員との打ち合わせの密度が足りず、学生にとって臨機応変な対応は難しかったため、主体性や責任感の欠如と地域住民に感じさせた要因と考えられる。
- 調理過程を含むイベントでは学生の調理技術も必要となるため、調理や栄養学に慣れていない学生にとっては困難な場面が生じてしまっていた。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 共食したいと考える人を増加させるためには、人々に**共食そのものの魅力を認識**させる必要があると考えられる。共食を通じた地域の交流イベントは、共食したい人の欲求を満たすだけでなく、共食したい人を増やすことにも大きく貢献することが示唆されている。
- 共食イベントにおいて主催が学生ボランティアである場合、学生の共食活動への理解度やイベントの段取りのスムーズさが参加者の安心感につながる。**主催者への信頼**も共食への継続的な参加や口コミによる新規参加者の獲得につながると予測されるため、共食の運営においてはスタッフの教育は非常に重要な要素だと考えられる。

3. 地域等で共食したいと思う人が共食する割合

文献タイトル	宮崎県内のこども食堂についての一考察 『宮崎大学教育学部紀要』 102
著者名	篠原 久枝、花牟禮 海波、後藤 聖菜
発行年	2024年
章節	1. 緒言 2. 研究方法 3. 結果 4. 考察 謝辞

1. 文献の概要

- 新型コロナウイルス感染症拡大に伴い、こども食堂運営者に大きな不安を与えた。感染拡大直後には活動休止した団体が50.9%あったことが報告されている。また、コロナ前に主流だった「食堂内での配食」から「お弁当配布」「食材の宅食」といった新たな活動形態に移行した団体も多い。
- 宮崎県では2016年からこども食堂の活動を開始した。本論文では、こども食堂開始時とコロナ禍後のこども食堂の実情と運営者の思い、課題について調査し記録としてまとめている。
- 2016年10月～2017年1月に宮崎県内のこども食堂12か所のうち7か所の運営者にインタビュー調査、5か所に参与観察を行った。
- 2016年11月～12月に宮崎県内の自治体を対象に質問紙調査を行った。（配布数26、回答数13、回収率50.0%）
- 2021年8月～2022年1月に宮崎市こども食堂コーディネーター、県内7か所のこども食堂運営者に対してインタビュー調査、6か所に参与観察を行った。
- 2021年11月に県内26か所のこども食堂に対して郵送での質問紙調査を行った。（配布数26、回答数25、回収率96%）
- こども食堂運営者側から行政に対しての意見として「経済的支援」に対するものが多かった。自治体もこども食堂に対して「経済的支援 助成金の支給」次いで「広報活動の支援 行政窓口での食会、学校等での案内配布」を行うことが望ましいと回答した自治体が多かった。広報活動等を独自で行っているこども食堂に対して、**チラシの配布などの経済面、広報面での自治体による協力の可能性**が示唆された。

3. 地域等で共食したいと思う人が共食する割合

- コロナ禍のこども食堂の課題として、**こども食堂の活動についての理解の不十分さ、材料費等の経済的支援の必要性、会場確保の問題**などが挙げられた。
- こども食堂運営者によると、コロナ禍になりこども食堂を利用する人、居場所や支援を必要としている人が子供に限らず高齢者も増え、利用の問合せも増加していた。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

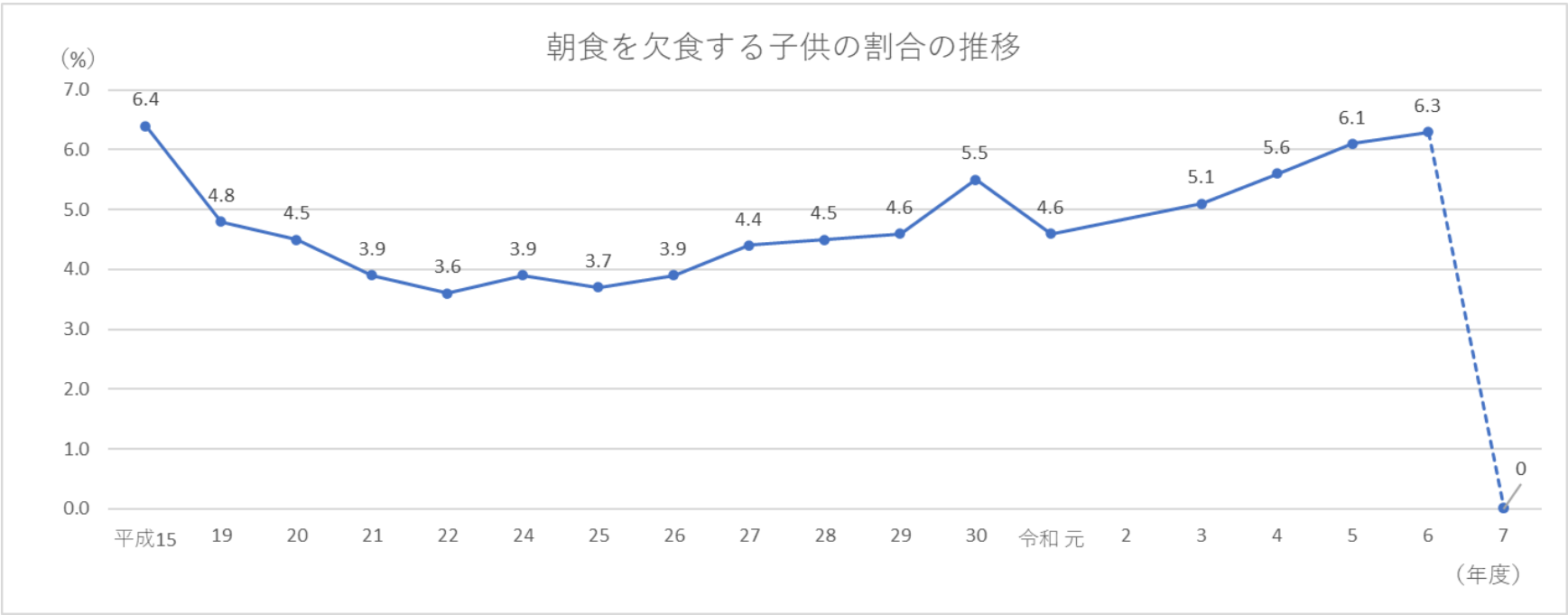
- 本文献の結果から、**共食活動の存在を周知**することが共食の参加者の増加において重要な要素であることが推測される。
- **新型コロナウイルス感染症の影響**から、こども食堂の需要が老若男女問わず高まっていることが明らかとなっている。
- 共食の場を設置することそのものが経済的な側面から非常にハードルが高く、民間の力のみで実現することの難しさが示唆されている。**自治体等の協力**が地域での共食の開催において大きな役割を果たすことが考えられる。

4. 朝食を欠食する子供の割合

4. 朝食を欠食する子供の割合

目標値及び現状値

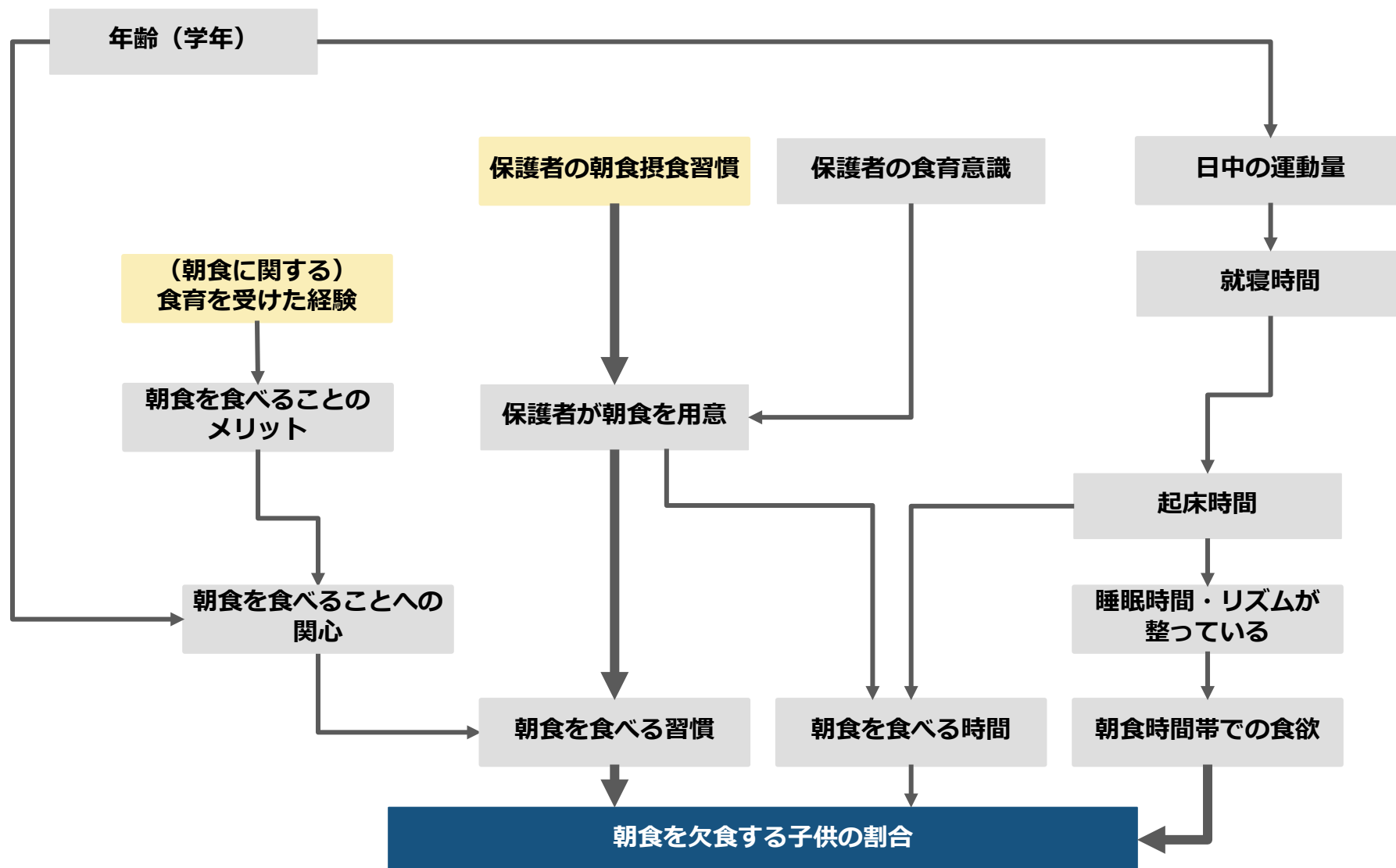
具体的な目標値	第4次基本計画 作成時の値	現状値					目標値	達成状況
	R元 (2019) 年度	R3 (2021) 年度	R4 (2022) 年度	R5 (2023) 年度	R6 (2024) 年度	R7 (2025) 年度	R7 (2025) 年度	
朝食を欠食する 子供の割合	4.6%	5.1%	5.6%	6.1%	6.3%	0%	0%	▼



(出所) 文部科学省「全国学力・学習状況調査」(グラフは、農林水産省「資料3：第4次食育推進基本計画の各目標の進捗状況(令和6年度第2回 食育推進評価専門委員会 資料)」を基にMURC作成)

4. 朝食を欠食する子供の割合

変数相関図



4. 朝食を欠食する子供の割合

変数の整理と現状値への示唆

影響の時間軸に基づく変数の分類

短期的にアウトカムに影響すると考えられる変数	■ （朝食に関する）食育を受けた経験 ■ 朝食を食べることのメリット ■ 保護者が朝食を用意 ■ 日中の運動量	■ 就寝時間 ■ 起床時間 ■ 睡眠時間・リズムが整っている ■ 朝食時間帯での食欲
中長期的にアウトカムに影響すると考えられる変数 （または前提条件となる変数）	■ 年齢（学年） ■ 朝食を食べることへの関心 ■ 保護者の朝食摂食習慣 ■ 保護者の食育意識	■ 朝食を食べる習慣 ■ 朝食を食べる時間

第4次基本計画の現状値に関する本事業の調査から得られる示唆

- 子供が朝食を欠かさず食べる上で、保護者の朝食摂食習慣や朝食を用意することが重要であると考えられるため、中長期的には保護者世代の朝食欠食習慣が子供の朝食欠食率を高めている可能性がある。朝食摂食状況について平成10年（1998年）以降調査している民間の調査からは、現在の子供の保護者の中心を担う世代（30代～40代）は若い頃（20代）から朝食を必ず食べない割合が多かった（2000年代以降20代のうち「朝食は必ずとっている」と答えた者の割合は49.8%から56.8%の間で推移、[博報堂生活総研「生活定点1992-2024」](#)）ことが読み取れ、現在の保護者の一定数で朝食欠食が習慣化されたままとなり、それが子供の朝食欠食につながっている可能性がある。
- また、コロナの感染拡大によっても保護者の食生活は大きくは変化しなかったと考えられる。上記民間調査では、平成30年（2018年）から令和2年（2020年）にかけて30代と40代の朝食摂食割合は一時的に改善したが、令和4年（2022年）は平成30年よりも朝食摂食割合が減少していることが示されている。「食育に関する意識調査」でも令和2年度（2020年度）の調査で、40代女性で朝食を「ほとんど毎日食べる」の割合は増加したが、その後は令和元年度（2019年度）よりも低下した。コロナの感染拡大によってごく一時的に保護者世代の朝食摂食割合は増えたものの、朝食摂食習慣を大きく変えるものではなく、本目標の現状値の改善につながらなかった要因の一つであると考えられる。

4. 朝食を欠食する子供の割合

変数の整理と現状値への示唆

第4次基本計画の現状値に関する本事業の調査から得られる示唆（続き）

- 睡眠時間・生活リズムが整っていることが子供の朝食時間帯での食欲増進につながるといえるが、中長期的に小学生の睡眠時間は起床時間が早期化し、就寝時間は遅くなっており、夜更かし傾向と睡眠時間の短縮化が進んでいる（[学研教育総合研究所「小学生白書30年史」及び2020年以降の「小学生白書」](#)）。厚生労働省の「健康づくりのための睡眠ガイド2023」によると小学生に推奨される睡眠時間は9時間～12時間であるところ、令和2年（2020年）以降もこの夜更かし・睡眠時間短縮化傾向が続いており（令和2年の小学6年生の睡眠時間：8時間30分（就寝時間：22時6分、起床時間：6時36分）⇒令和6年（2024年）の小学6年生の睡眠時間：8時間36分（同：22時5分、同：6時41分）、朝食時間帯での食欲の減退につながっている可能性がある。
- 幼児の朝食摂取率は高いが、年齢が上がるほど朝食の欠食率が高まるという既存文献の結果から、子供の意識や嗜好の変化が朝食の欠食につながっている可能性が考えられる。

4. 朝食を欠食する子供の割合

文献タイトル	児童の朝食摂取の改善と生活習慣の変容との関連性-小学1年生の6年間の追跡調査- 『北関東体育学研究』5
著者名	小宮 秀明、本多 未来
発行年	2020年
章節	I. 緒言 II. 研究方法 III. 結果 IV. 考察 V. 結語 謝辞

1. 文献の概要

- 発育期である小学生の時期に朝食摂取の習慣を身に付け、これを維持していくことは今後の欠食率を低下させるうえで非常に重要と考える。
- 本研究では、対象市の全68校の小学校において平成22年度に1年次に在籍した4706名（男子2431名、女子2275名）を対象都市、平成27年度までの6年間に渡り生活習慣に関する調査を実施した。すべての項目に欠損がなく、6年間のデータを連結可能な児童3466名（男子1762名、女子1704名）を統計解析の対象とし、どのような要因が朝食摂取の改善・悪化につながるかを検討した。朝食の摂取に関しては、学年ごとにその摂取割合を記載し、朝食の摂取状況と運動習慣、生活・健康習慣、食事に関する項目との関連性については小学1年次と6年次の回答結果を比較し改善群、不変群、および悪化群に分類し、朝食摂取の変化と生活習慣の変化との関連性についてカイ二乗検定を用いて分析を行った。
- 対象市内における児童の生活習慣について観察すると、食事に関する生活習慣では、「朝食を毎日食べる」という児童の割合は男女とも95%を超えていた。この結果は全国の平均よりも優れていた。この背景には、本市が平成19年度から全国に先駆けて実施している食育推進計画の中で、学校を通して食育推進を展開していたからと推測される。

4. 朝食を欠食する子供の割合

- 学年の進行に伴い朝食を「時々食べない」または「毎日食べない」と答えた割合が高くなる傾向にあった。
- 「早寝早起き」に関しては、朝食摂取の不変群と悪化群のみで悪化が見られた。男女とも学年の進行に伴い、1日の睡眠時間は朝食の摂取とは拘りなく低下するものの、朝食摂取の改善群では早寝早起きに対する心掛けは不変群や悪化群よりは少なからず良好であった。
- 自分の健康と食生活を意識している児童の方が、意識していない児童に比べて朝食欠食率が低い傾向が見られたという報告がある。
- 朝食摂取の改善群と悪化群の判別に寄与する要因の上位3要因は男女とも1位が「早寝早起き」2位が「食事の好き嫌い」次いで3位が「休み時間・放課後の運動」の順であった。
- 家庭、学校、地域、行政などが一体となって食育推進に取り組むことにより、朝食摂取率が高まると期待できる。
- 教育を通して早寝早起きを推奨することにより朝食摂取の改善が見込まれる。
- 「食事の好き嫌い」や「食事のマナー」などが整うことは朝食摂取につながることを期待できるため、日常の食事に関する良好な習慣の定着が望まれる。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 子どもは学年が上がることに睡眠時間が短くなり、それに伴って朝食を欠食しやすくなることが明らかとなっている。
- **睡眠時間の短縮、運動時間の短縮**が本目標に影響を与えている可能性が示唆される。文献内で示唆されているわけではないものの、現代は年齢の低い子供もスマートフォン等のインターネットデバイスを所持していることで運動機会が減っていることが推測される。他の影響としては新型コロナウイルス感染症流行による外出自粛も考えられる。運動時間の低下から、身体的疲労が溜まっておらず夜更かしに繋がっている可能性がある。児童は学校への登校時間が定まっているため起床時刻は固定されているものの、就寝時間の遅れから睡眠時間が短くなり、朝の食欲減退につながっていることが予測される。または睡眠時間を確保しようと、起床時刻を出発時間間際まで引き延ばすことで朝食時間を削っていると考えられる。
- **健康への意識が高い児童の方が朝食欠食率が低い**ことから、朝食についての教育だけでなく健康そのものについての教育の重要性が明らかとなった。

4. 朝食を欠食する子供の割合

文献タイトル	小学生の入学後6年間における朝食の食事バランスと生活習慣や不定愁訴の変化 『栄養学雑誌』 vol.78 No.4
著者名	永原 真奈見、太田 雅規、梅木 陽子、南里 明子、早淵 仁美
発行年	2020年
章節	I. 緒言 II. 方法 III. 結果 IV. 考察 V. 結論 謝辞

1. 文献の概要

- 児童の食習慣や生活習慣の指導に関して、発達段階を考慮した働きかけを適切な時期に行う必要があると考えられるが、6年間継続して調査した報告は見られず、児童の食生活実態の経年変化は明らかでない。
- 児童の食生活実態を把握する上で重要なポイントの一つが朝食摂取状況の把握である。朝食は、児童の生活習慣や不定愁訴に大きく影響することが過去の研究により報告されている。
- 本論文では、小学校に入学した1年生が6年生になるまでの6年間の調査データを用いて、朝食の主食・主菜・副菜等の料理区分名を用いた朝食摂取状況を元に評価した食事バランスや生活習慣、不定愁訴の実態、およびその成長に伴う変化を調べ、小学校や家庭において食育を適切に行う時期と内容について考察する。
- 2011年に福岡県内のある小学校に入学した児童98名（男子52名、女子46名）を対象に、起床や朝食、就寝等の生活に関する調査を実施した。新入生が6年生になるまでの6年間の生活を追うことを目的としたが、個人の特定をせず集団としてデータを収集したため、転校や転入による個人の出入りまでは把握できなかった。最終的な解析対象はのべ570名（男子303名、女子267名）であった。
- 調査内容は過去約2カ月間を振り返って、学校がある日の起床時刻・就寝時刻、休日も含めた朝食摂取頻度、食事の手伝い、不定愁訴等に関する項目について回答してもらった。

4. 朝食を欠食する子供の割合

- 本論文で対象とした児童の朝食摂取状況は、毎日摂取する児童の割合が1~4年次は約95%であったのに対し、5年次以降は9割以下に減少していたことから、高学年時頃から欠食習慣が始まる頻度が高いことが推測された。
- 年齢が進むにつれて朝食を簡単に済ませる者が増える傾向にある。
- 起床時刻の学年次別分類状況は、学年による差は見られず、自立起床できる児童は1年次よりも2年次で増加が見られたものの、それ以降進級に伴う顕著な増加は見られなかった。就寝時刻については、学年が進むにつれて遅くなっている。
- 朝食の食事バランスと生活習慣との関連について、「起床時刻が早い」「朝食の共食あり」「就寝時刻が早い」「手伝いをほぼ毎日する」児童の方がバランスの良い食べ方をしている割合が高いことが分かった。
- 毎日朝食を摂取する割合が4年生から5年生にかけて大きく低下したことから、中学年次頃から継続して朝食の大切さを教示することが大切であると考えられる。中学年次頃に朝食の意義を教示し、さらに高学年においてその理解を深めることが必要だ。
- 朝食を取る時間を十分に確保し、大人と一緒に朝の食卓を囲む習慣をつけ、さらに日ごろから積極的に食事の手伝いをする姿勢を身に付けさせることがバランスの良い朝食摂取につながると推測される。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 朝食を欠食したことによるデメリットを児童が実感できていないため、欠食を繰り返してしまったり簡単に済ませてしまうことが予想される。**起床・就寝時刻の早さ**が朝食欠食率と関連が高いことから、早寝早起きの重要性を朝食摂取の重要性と共に教育することが有効であると考えられる。
- 朝食の**共食**や**食事準備の手伝い**をしている子どもの方が健康に良いバランスの良い食事を実践できていることから、家庭における食育の重要性も示唆されている。核家族化やライフスタイルの変化により、子どもが家庭内で食事の準備過程と接する機会が減少していることが食意識の低下につながり、朝食を軽んじる子どもが増えているのだと推測される。

4. 朝食を欠食する子供の割合

文献タイトル	母親の食生活リテラシーと幼児の食生活の課題との関連-朝食欠食、不規則な食事時刻、偏食に焦点をあてて-『日健教誌』29(2)
著者名	深澤 向日葵、吉井 瑛美、會退 友美、赤松 利恵、長谷川 智子、福田 一彦
発行年	2021年
章節	I. 緒言 II. 方法 III. 結果 IV. 考察 謝辞

1. 文献の概要

- 幼児の食生活は、心身の発達および障害にわたり健康的な食生活を営むために重要である。
- 幼児の食生活は保護者の管理のもとにあることから、その課題の解決には、保護者の情報提供などのアプローチが必要である。育児に関する情報源として、近年ではインターネットを利用する保護者が多いが、インターネットには誤った情報が含まれることがあるという課題があるため、保護者のヘルスリテラシーを高めることが重要である。
- その中でも、食情報に特化したヘルスリテラシーを評価する食生活リテラシー(Healthy Eating Literacy:HEL)は、成人において「朝食を食べている」等の好ましい食行動と正の関連があることが過去の研究から明らかとなっている。
- HELの高い母親は好ましい食行動を実践していることから、その幼児も朝食欠食をせず、食事時刻が規則的であると予想される。
- 本研究では、2018年12月に実施したインターネット調査「幼児をもつお母さんとお子さんの生活についての調査」のデータを使用した。
- 対象者には、調査協力依頼文と回答画面のリンクが記された電子メールを配信した。調査項目の冒頭においてスクリーニングを実施し、25~44歳の核家族の母親であること、母親が主に子育てをしていること、子供の人数が1~3人であり、3~5歳児が最低1人いることを条件に抽出した結果、3060人が本調査に回答し、2791名が回答を完了した。スクリーニング調査等で回答に矛盾のあるもの、不備のあるものを除外し、1899人を解析対象とした（対象率62.1%）。
- 本研究では、母親の年齢、子供の人数、勤務形態、学歴、世帯年収、調査対象の幼児の年齢、性別、通園施設、身長、体重、母親のHEL、幼児の食生活（朝食欠食、食事時刻）を尋ねた。

4. 朝食を欠食する子供の割合

- 母親のHELと幼児の食生活の課題との関連についてロジスティック回帰分析を行った結果、HELと幼児の朝食欠食に関連が見られなかった。その理由としては、幼児の朝食欠食には、幼児自身の食欲等の影響が大きいことが挙げられる。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 子どもの中でも幼児期においては、保護者自身が食意識が低くても保護者として子供に食事をさせなければならないという責任感の強さから朝食摂取率が高いことが考えられる。
- 子どもの朝食欠食の要因として、**子ども本人の食欲や好き嫌い**なども影響していることが示唆されている。

4. 朝食を欠食する子供の割合

文献タイトル	保護者の食意識と幼児の食生活習慣および保護者の食生活との関連 『長野女子短期大学研究紀要』 vol.20
著者名	中野 昌子
発行年	2024年
章節	1. はじめに 2. 方法 3. 結果 4. 考察

1. 文献の概要

- 幼児期は基本的な生活習慣や健全な食習慣を獲得するための大切な時期であり、その基礎的な生活習慣や食習慣が生涯を通して心身共に健康な体を維持していくうえで重要である。
- しかし、社会の変化に伴い、家庭における睡眠や食事などの生活習慣の乱れが学習意欲や体力、気力の低下の要因の一つと指摘されている。
- 本研究は保護者の食意識に焦点を当て、子供の食生活習慣と保護者の食生活との関連を検討するとともに、家庭における食育の効果的な取組における基礎資料とすることを目的とする。
- 調査対象は長野県某市の幼稚園に在籍する3歳から6歳の園児89名とその保護者である。無記名の自記式アンケート調査を留め置き調査で行った。期間は2023年9月に実施された。（回収率84.1%）
- 調査項目は幼児と保護者それぞれに設け、年齢・性別・家族構成・就業状況等の基本属性、生活習慣、食習慣、食育への取り組みを尋ねた。項目ごとに単純集計およびクロス集計表を作成し、カイ二乗検定を用いた。有意性が認められた項目で、3つ以上のカテゴリーがあるものは残差分析をおこなった。また、保護者の食意識における幼児の食生活習慣および保護者の食生活との関連を調べるためロジスティック回帰分析を行った。保護者の食意識の高低2群を従属変数とし、幼児の食生活習慣に関する4項目と保護者の食生活に関する4項目の8項目を独立変数とした。
- 食意識別保護者の食生活との結果、朝食摂取頻度では食意識の高い群が低い群に比べて、有意な差が認められた。**食意識の高い群は、「毎日朝食を摂取する」と回答した割合が高く、「朝食を食べない」と回答した場合は食意識の低い群より少なかった。**食意識の低い群は「朝食を食べない」の割合は29.2%と高かった。

4. 朝食を欠食する子供の割合

- 食意識の高い群は、子供の食生活に関心がある、食育に取り組んでいる、の項目で割合が高く、残差分析でも有意な差が示された。(p<0.05)
- 幼児の食生活習慣では、子供の就寝時間、子供の朝食時刻の規則性の順に4.74、4.69とオッズ比が高く、保護者の食生活では、朝食頻度、子供の食生活への関心、食育への取り組みがそれぞれオッズ比4.50、4.44、3.34の結果となり、**保護者の食意識との関連が強い**ことが示された。
- 保護者の食意識は、**子供の就寝時間、起床・就寝時刻の規則性、朝食時刻の規則性、保護者の朝食摂取頻度、子供の食生活への関心、食育への取り組みと関連**していることが明らかとなった。
- 保護者の食意識別の結果を見ると、**食意識の低い保護者の幼児は高い保護者の幼児に比して就寝時間が遅く、起床時間も遅かった**。また、起床・就寝時間が規則的でない割合も高かった。一方で、**食意識の高い保護者の幼児は就寝時間や起床時間が早く、起床・就寝時刻が規則的**であった。特に食意識の低い保護者と比して就寝時間、起床・就寝時刻の規則性は保護者の食意識と関連が強かった。
- 食意識の高い保護者は朝食を毎日摂取し、欠食が少なく、栄養バランスのよい食事を摂取していた。
- 幼児の朝食摂取頻度を見ると保護者の食意識の高低に関係なくほぼ毎日朝食を摂取していたものの、食意識が低い群の朝食の食事内容は主食のみの割合が有意に高く、主食、主催、副菜の揃った栄養バランスのよい食事の割合が低い。
- 料理が得意な母親は、食意識が高い群で有意に高い割合を示した。
- 食意識の高い保護者は保護者による生活習慣のための行動がなされていた可能性があり、これらのことが幼児の生活習慣の形成に寄与していたと考えられる。食意識の低い保護者に対して、幼児への睡眠時刻をはやめ、睡眠時間を確保するために幼児だけでなく保護者も含めた規則正しい生活習慣の確立を促す必要がある。
- 朝食時の忙しい時間帯に手早く短時間に食事を提供したいと考える保護者の意識や現状についても考慮し、実践できるよう支援していくことが必要である。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

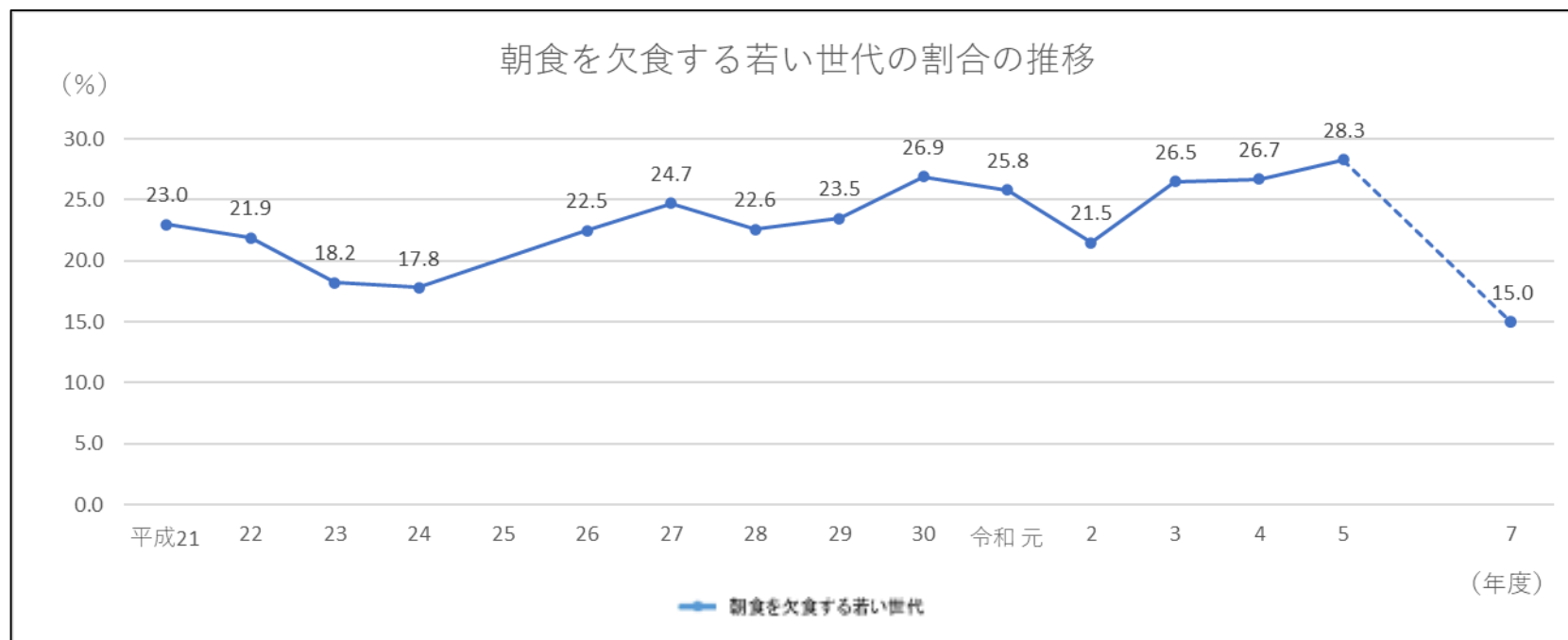
- 保護者の食意識が低い幼児は就寝時間と起床時間が遅いという結果から、子どもが成長した後も乱れた生活リズムが維持されることが推測される。小学校に進学した後も就寝時間が遅い生活を繰り返していると、幼児期には朝食を食べていたとしても登校時間を鑑みて欠食してしまう可能性も高いと思われる。共働き等による保護者のライフスタイルの変化により、保護者自身が食生活を重要視するゆとりが少なくなっており、子どもの朝食欠食率にも影響を及ぼしていることが予想される。
- 本文献では保護者の食意識と子どもの朝食摂取に関連があると示されていることから、**保護者に対する食育の重要性が示唆**されている。

5. 朝食を欠食する若い世代の割合

5. 朝食を欠食する若い世代の割合

目標値及び現状値

具体的な目標値	第4次基本計画 作成時の値	現状値				目標値	達成状況
	R2 (2020) 年度	R3 (2021) 年度	R4 (2022) 年度	R5 (2023) 年度	R7 (2025) 年度		
朝食を欠食する若い世代の割合	21.5%	26.5%	26.7%	28.3%	15%以下		▼

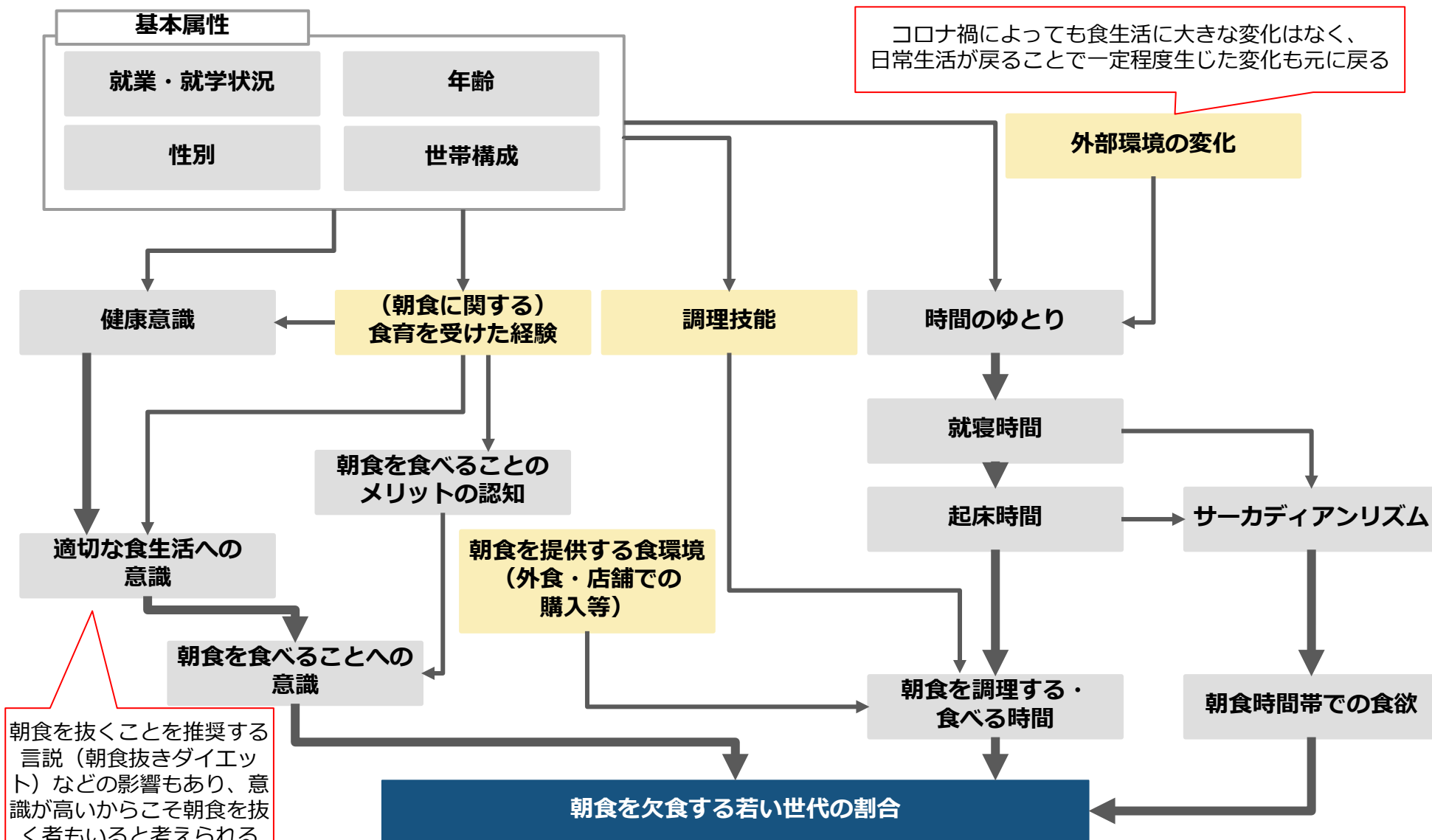


(出所) 農林水産省(平成27(2015)年度までは内閣府)「食育に関する意識調査」(グラフは、農林水産省「第4次食育推進基本計画フォローアップ 中間取りまとめ別添2 目標達成に課題の残る数値目標の分析・評価」11頁より転載)

注: 「若い世代」は、20～30歳代が対象

5. 朝食を欠食する若い世代の割合

変数相関図



5. 朝食を欠食する若い世代の割合

変数の整理と現状値への示唆

影響の時間軸に基づく変数の分類

短期的にアウトカムに影響すると考えられる変数	■ （朝食に関する）食育を受けた経験 ■ 朝食を食べることのメリットの認知 ■ 調理技能	■ 起床時間 ■ 就寝時間 ■ サーカディアンリズム ■ 朝食を調理する・食べる時間 ■ 朝食時間帯での食欲
中長期的にアウトカムに影響すると考えられる変数 （または前提条件となる変数）	■ 基本属性 ■ 健康意識 ■ 適切な食生活への意識 ■ 朝食を食べることへの意識	■ 朝食を提供する食環境 ■ 外部環境の変化 ■ 時間のゆとり

第4次基本計画の現状値に関する本事業の調査から得られる示唆

- 既存文献で指摘されている朝食欠食の理由としては、就寝時間及び起床時間が遅い、時間がない、食欲がない、長く寝ていたいなどが挙げられており、「食育に関する意識調査」の回答上位と重なっている（「朝食を食べるために必要なこと」の回答上位は、「朝、食欲があること」、「朝食を食べる習慣があること」、「朝早く起きられること」）。（[「食育に関する意識調査報告書（令和6年3月）」](#)）。
- そのうち、就寝時間と起床時間について、NHKの[「国民生活時間調査（2020年版）」](#)によると、午前6時に寝ている人の割合は、10代が男性74%、女性74%、20代が男性72%、女性73%であり、他の世代に比べて割合が高い。年齢層が上がるほど午前6時に起きている人が多い。反対に23時に寝ている人の割合では20代が男性28%、女性32%で、他の世代に比べて寝ている人の割合が顕著に少なく、若い世代は他の世代に比べて就寝時間も起床時間も遅い傾向にある。年齢層が高いほうが朝食の摂食率が高いことから、前述の既存文献の指摘は妥当であるといえる。また、[「国民健康・栄養調査（令和4年度調査）」](#)によると、コロナによっても1日当たりの睡眠時間は約9割に変化はなく、「ここ1ヶ月間、睡眠で休養が十分にとれていない者の割合」は2009年以降男女とも有意に増加している。これらが現状値を低下させている一因と考えられる。
- 管理栄養士養成課程の学生の朝食欠食率が「食育に関する意識調査」の若い世代の朝食欠食率よりも低かったとする既存文献があり、食への意識が高い層のほうが朝食摂食意識が高いことが示唆されているが、一方で朝食を抜くことを推奨する言説もあり、その影響により、若い世代を中心に、意識的に朝食を抜いている可能性も考えられる。

5. 朝食を欠食する若い世代の割合

変数の整理と現状値への示唆

第4次基本計画の現状値に関する本事業の調査から得られる示唆（続き）

- また、サーカディアンリズム（概日リズム）が整っていることが朝の食欲、朝食の摂取につながるが、朝食を欠食することにより、サーカディアンリズムが乱れ、消化管等の活動低下につながり、その結果、朝食欠食習慣の固定化につながるとの報告もあり、一度朝食欠食習慣が固定化されることで、その習慣から脱することができないという悪循環が発生しているおそれがある。

5. 朝食を欠食する若い世代の割合

文献タイトル	女子高校生における朝食欠食と睡眠の関連 『名古屋文理大学紀要』 23(0)
著者名	内田 あや、山本 ちか、渡辺 和代、富田 芙美子、小濱 絵美、加藤 恵子
発行年	2023年
章節	緒言 方法 結果 考察

1. 文献の概要

- 若い世代の食生活上の課題のひとつに朝食欠食率の高さがある。若い世代は男女ともに朝食の欠食率が他年代と比較して高い。
- 平成29年食育に関する意識調査結果によると、習慣的に朝食を欠食することがある20~30代の女性における朝食欠食開始時期は、20歳代が最も多く、次いで「高校を卒業したところから」が多かった。
- 平成28年食育に関する意識調査結果によると、習慣的に朝食を欠食することがある20~30代の女性において朝食を食べるために必要なことは「朝早く起きられること」「朝、食欲があること」が挙げられる。また平成30年・令和元年「児童生徒の健康状態サーベイランス」によると、女子高校生において朝食を欠食する理由として「食べる時間がない」が最も多く「食欲がない」が次に多かった。
- 高校生の朝食欠食と睡眠の関連について、朝食を毎日食べる者ほど睡眠時間が短い者は少なくなる研究結果がある一方で、朝食摂取状況と就寝時刻、起床時刻の間には有意な関連が見られないとする研究結果も報告されている。
- 本研究では、女子高校生の朝食摂取率を高めるために睡眠教育が有効なのかを検討するため、女子高校生の睡眠と朝食欠食の関連について起床・就寝時刻だけでなく睡眠満足感や目覚めの気分も含めて検証する。
- とある市内（A市）の4校に通う生徒のうち、調査の同意を得た2240人を対象に調査を実施した。このうち性別・学年について無回答の4人と有効回答が得られなかった14人、男子生徒502人を除く女子1720人の調査結果を解析した。調査時期は平成29年6月であり、集合法による自記式質問紙調査を行った。
- **起床時刻および就寝時刻が早い**ほど朝食を毎日食べる者が多い。

5. 朝食を欠食する若い世代の割合

- **目覚めの気分が良くないことが食欲の無さに繋がり、そのため朝食を欠食する可能性が考えられる。**
- 朝食欠食の有無および睡眠充足感の状況が学校間で異なる可能性がある。
- 就寝時刻が遅くなることが、朝食欠食と関連することが示唆されたため、自らに必要な睡眠時間を確保すべく適切な時間に就寝することが望まれる。睡眠に関する教育の可能性について本論文では触れている。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 早寝早起きの習慣が無いことで、朝食を欠食する女子高校生が多いことが本文献では明らかとなっている。しかし高校は義務教育課程と異なり、学校ごとに始業時間にばらつきがあることも考慮が必要である。高等教育においても、学校の校風に見合った睡眠指導と朝食指導の必要性が示唆される。
- 高校時代に朝食欠食習慣があった人は、高校卒業後も欠食を続ける可能性がある。

5. 朝食を欠食する若い世代の割合

文献タイトル	管理栄養士課程の大学生における平日の食生活の概況 『中国学園紀要』(22)
著者名	辻本 美由喜、波多江 崇
発行年	2023年
章節	I. はじめに II. 方法 III. 結果 IV. 考察

1. 文献の概要

- 本論文では、新型コロナウイルス感染症による社会変化で食事への意識が高い管理栄養士養成課程の大学生の食生活に影響があったのかを検証する。
- 調査時期は令和4年7月、調査対象者は中国学園大学人間栄養学科の1年生49名、2年生35名、3年生32名の計116名である。教室方式、無記名のアンケート調査を行った。
- 生活の場と調理担当者、朝食についての自粛期間後の分析は、森谷らによる「新型コロナウイルス感染症の影響による食生活の変化について」(2020)を用いた。
- 「朝食を毎日食べる」については、自粛期間後は68.5%であったが2年後には59.5%に減少し、「朝食を食べない日もある」は、自粛期間後は22.8%であったが、2年後は25%に増加していた。コロナ対策への緊張が和らぎ、乱れた食事や生活リズムが定着したことが影響していると考えられる。朝食欠食の理由として「朝起きる時間が遅く朝食を食べることができなかった」は自粛期間後は60.8%であり、2年後は39.4%に減少していたが「朝起きるのが遅く昼と兼用」は5.9%から2年後には27.3%に増加した。
- 農林水産省の2021年「食育に関する意識調査」では若い世代の朝食欠食率は26.5%であったが、**管理栄養士養成課程の学生の朝食欠食率は15.5%**であった。

5. 朝食を欠食する若い世代の割合

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 管理栄養士課程の学生の朝食欠食率が他の若い世代の欠食率と比べて低いことから、**食事への意識の高さ**は朝食摂取において重要な役割を果たしていると考えられる。
- **新型コロナウイルス感染症に起因する外出自粛**が人々の**生活リズムの乱れ**を引き起こしたことが示唆されている。外出できないことから早く起床する必要性が薄れ、起床の遅れに伴って就寝も遅くなったと考えられる。また、外出しないことから運動量も低下し、食欲が湧かなくなったことで朝食を省いてしまう人が増加したと考えられる。自粛から時間が経過すると、生活リズムの乱れを理由とした朝食欠食の割合は減少する一方で、「朝起きるのが遅く昼と兼用」する人の割合が自粛から時間が経過した後に増加したことから、テレワークの普及により乱れた生活リズムが定着している層も一定数存在することが推測される。通勤時間を睡眠時間に充てていることが考えられる他、通勤のために体を動かす必要が無いことによる運動量の低下、在宅ということなどでいつでも食事を摂れる環境であることから規則正しい時間に朝食を摂る必要性を感じていないこと等が要因として挙げられると思われる。

5. 朝食を欠食する若い世代の割合

文献タイトル	大学・短期大学・専門学校に通う学生の朝食摂取頻度および朝食内容に関する検討：滋賀県における横断調査『日本栄養士会雑誌』65(10)
著者名	杉山 紘基、岡崎 史子、中平 真由巳、廣瀬 潤子
発行年	2022年
章節	I. 緒言 II. 方法 III. 結果 IV. 考察

1. 文献の概要

- 若年者を対象とした朝食欠食に関する研究は複数報告されているものの、調査対象が大学生であるものが多く、短期大学や専門学校に通う学生の朝食の実態は明らかになっていない。また、単一の大学で調査が行われていることが多く、栄養に関連した学部・学科の学生を対象にしていることも多い。学校の種類や専攻の違いによる朝食摂取状況について本論文で検証する。
- 滋賀県内の大学6校・短期大学2校・専門学校2校に通う学生1802人を対象に2019年10～11月の平日に質問紙調査を実施し、比較検討を行った。参加への同意を得られなかった55人、回答に不備があった197人、年齢が30歳以上であった41人を除外し、解析対象者は1509人（男性683人、女性826人）とした。有効回答率は83.7%であった。
- 朝食摂取頻度の専攻間比較の他に、学生が朝食として実際に摂取している食品を調査し、朝食の摂取頻度と朝食内容の質との関連について調査した。
- 大学に所属している対象者のうち、管理栄養士養成課程群（大学・養成課程群）とそれ以外の学部・学科（大学・その他の群）に群分けを行った。短期大学に所属している対象者は短大群、専門学校に所属する対象者は専門学校群とした。
- 欠食習慣有りの者の割合は、高い順に「大学・その他の群（32.8%）」「短大群（24.8%）」「専門学校群（15.2%）」「大学・養成課程群（10.3%）」であり有意な差（ $p<0.001$ ）が確認された。また、性別および男女それぞれの居住形態別に朝食摂取頻度を比較すると、いずれも有意な差が認められ、性別では男性の方が（ $p<0.001$ ）、居住形態では男女とも1人暮らしの人で摂取頻度が少なかった。
- 欠食理由は、いずれの群でも「時間がない」「食欲がない」および「長く寝ていたい」が上位であった。

5. 朝食を欠食する若い世代の割合

- 睡眠時間については男女共に群間に有意な差は示されなかった。一方で、男女ともに就寝時刻および起床時刻が遅いほど、朝食摂取頻度が低い人の割合が有意に高かった。
- 男女共に、朝食摂取頻度が高い群と比較して、低い群では「単品摂取者」の割合は高く、「主食・主菜・副菜摂取者」の割合は低かった。
- 大学・短期大学・専門学校に通う学生は同じ年代の集団の中でも特に朝食欠食者が多い可能性がある。
- 少なくとも一人暮らしでない女性においては、栄養に関する専門知識および朝食欠食による健康への影響を学習していることが、朝食欠食率の低さに加えて、「主食・主菜・副菜が揃った」朝食の摂取者の多さおよび単品摂取者の少なさに関連している可能性が考えられた。
- その他に朝食欠食には調理技能やアルバイトの有無等の関連も示唆されている。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 栄養課程を除く大学生、短期大学生、専門学生の朝食欠食率が同年代と比べても高いことから、高等教育の環境は規則正しい生活を送ることが難しい環境であることが推測される。高校までは平日の決まった時間に授業を受けなければならなかったが、大学等の教育機関では学生毎に異なる時間割で学習することとなる。そのため起床時刻を毎日固定する必要性が無く、生活リズムが乱れやすいと考えられる。そのほかにも課外活動やアルバイト等により、帰宅時間が遅くなり就寝時間も遅くなるケースが多いと推測される。
- 本文献において朝食欠食には調理技能の関連も示唆されている。調理技能の低い1人暮らしの学生にとっては、食事の準備そのものを煩わしいものだと考えている可能性が高い。また家族と同居している学生においても、家族と生活リズムが異なることから朝食は自身で準備しなければならない場合も考えられるため、調理技能が無い場合には同様の状況に陥ることが予想される。一方で、家族構成が朝食欠食率に有意に関連していることも明らかとなっている。一人暮らしの場合には、生活リズムを合わせるべき他の家族がいないことや食事を準備してくれる他の家族がいないことの他に、食材調達を自身で行わなければならないため金銭の節約の視点から朝食を抜いていることも推測される。

5. 朝食を欠食する若い世代の割合

文献タイトル	健康問題を見据えた食育の在り方を考える ～学生の朝食に関するアンケート結果より～ 『九州大谷研究紀要』(48)
著者名	小川 里紗
発行年	2022年
章節	1. はじめに 2. 研究目的 3. 研究の意義 4. 研究方法 5. アンケートの結果 6. 考察 7. 研究の限界 8. おわりに

1. 文献の概要

- 本論文は現代の若者の食、特に朝食の実態を調査し、生活習慣病予防の観点から食育の課題を探ることを目的としている。研究により、子供の頃から培ってきた食生活を大人への自立期に再認識することで、大学生が自分の問題として自覚し、自らの食行動を修正することを期待している。明らかとなった課題から、学生の食の自己マネジメント力を引き出すための取り組みを検証し、食育の実践を形にする。
- 2020年10月～2021年9月にK大学在学中の同意の得られた学生146名を対象に自記式調査を行った。アンケートはカイ2乗検定によるクロス検定で分析した。
- 週のうちの朝食回数は「食べない」5.5%、「1日/週」2.7%、「2日/週」5.5%、「3回/週」9.6%、「4回/週」6.8%、「5回/週」11%、「6回/週」2.1%、「毎日」56.8%となり、半数以上は概ね朝食を食べていることがわかった。
- 「毎日」以外の回答者の理由の記述結果は「食欲がない（お腹が空かない）」「時間がない」「土日はお昼に起きる」「朝はできるだけ寝ていたい」「寝坊をしてしまう」「朝何もない時がある」「朝食を作るのが面倒くさい」「朝昼一緒に食べる」「子供の頃から朝食を食べる習慣がない」であった。
- クロス検定の結果、10代と20代と比較したところ、朝食回数の相関関係に有意差はなかった。

5. 朝食を欠食する若い世代の割合

- 主な調理者と朝食回数について比較を行ったところ、相関関係に有意差はなかった。
- 1人暮らしの人と、家族や親族と同居の人と朝食回数について比較したところ、相関関係に有意差はなかった。
- 調査群のおおよそ30%は、**サーカディアンリズム（体内時計）に何らかの変調**をきたしているため、不眠・朝起きられない・体がだるい・集中できないといった体の不調があると考えられる。本来そのリズムが整っているならば、「朝起きたらお腹が空いている」という流れになるのだが、朝からお腹が空かない・寝坊をしてしまうというのは、サーカディアンリズムの変調の現れや要因の一つとして捉えてもいいかもしれないと著者は述べている。

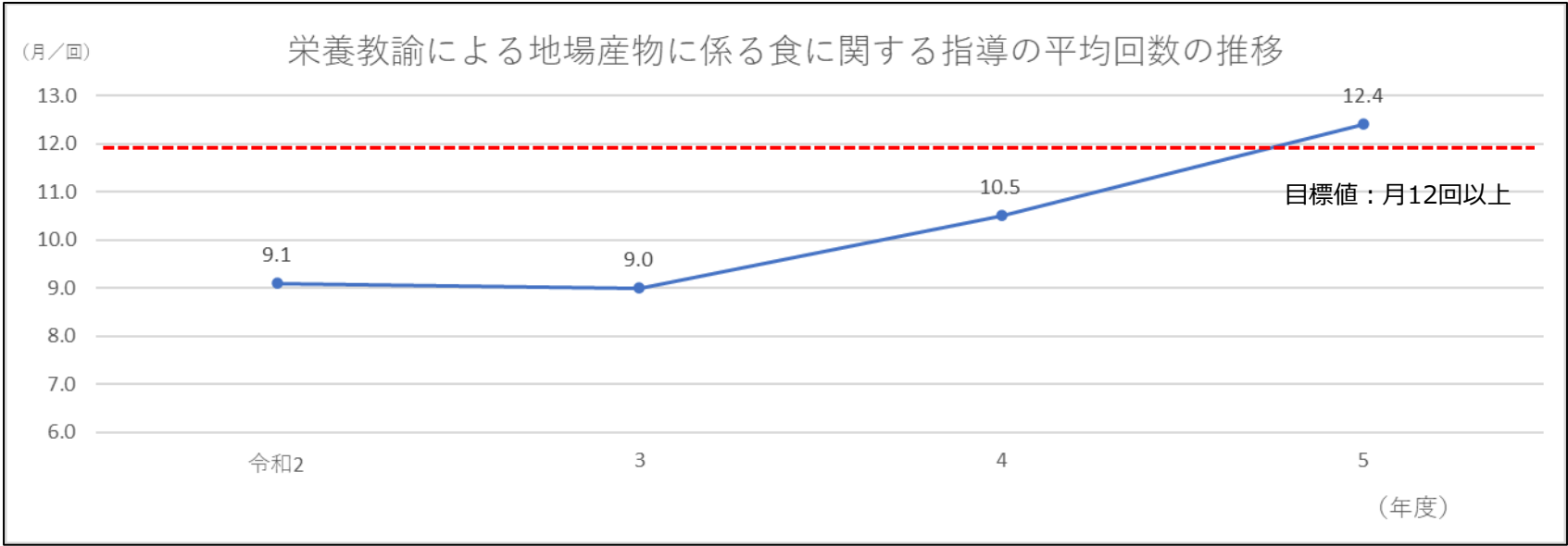
2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 本文献において、朝は食欲がないこと、朝食を食べる時間がないこと、休日は昼に起床すること、朝の睡眠時間を確保したいこと、寝坊をしてしまうこと、朝食用の食べ物を用意していないこと、朝食を用意することが面倒であること、朝昼兼用の食事習慣があること、子供の頃から朝食を食べる習慣がないこと、が朝食欠食の理由として挙げられていた。睡眠時間が朝食欠食に大きな影響を及ぼしている他に、長年の朝食欠食習慣も要因として示されている。朝食を食べたくても食べられないのではなく、朝食用の食材を準備しておかない等の**朝食を食べないことを前提とした行動**を前もって取っていることが示唆される。朝食が昼食や夕食と比べて重要視されていないことが推測される。
- 現代において、国民の多くがサーカディアンリズムの不調を抱えていることが示唆されている。
- 朝食回数と家族構成には関連が無かったことが調査の結果から明らかとなっている。子ども時代には朝食について保護者が監督していたとしても、年齢を重ねるにつれ子どもの自主性を尊重する保護者が多いと思われる。そのため家族と同居していたとしても、朝食を食べたかをお互いに確認することが無いのだと考えられる。
- 家族と同居している世帯においては、家族の朝食摂取状況を気にかけるよう指導することも本目標達成のためのアプローチの一つと考えられる。

6. 栄養教諭による地場産物に係る 食に関する指導の平均取組回数

6. 栄養教諭による地場産物に係る食に関する指導の平均取組回数

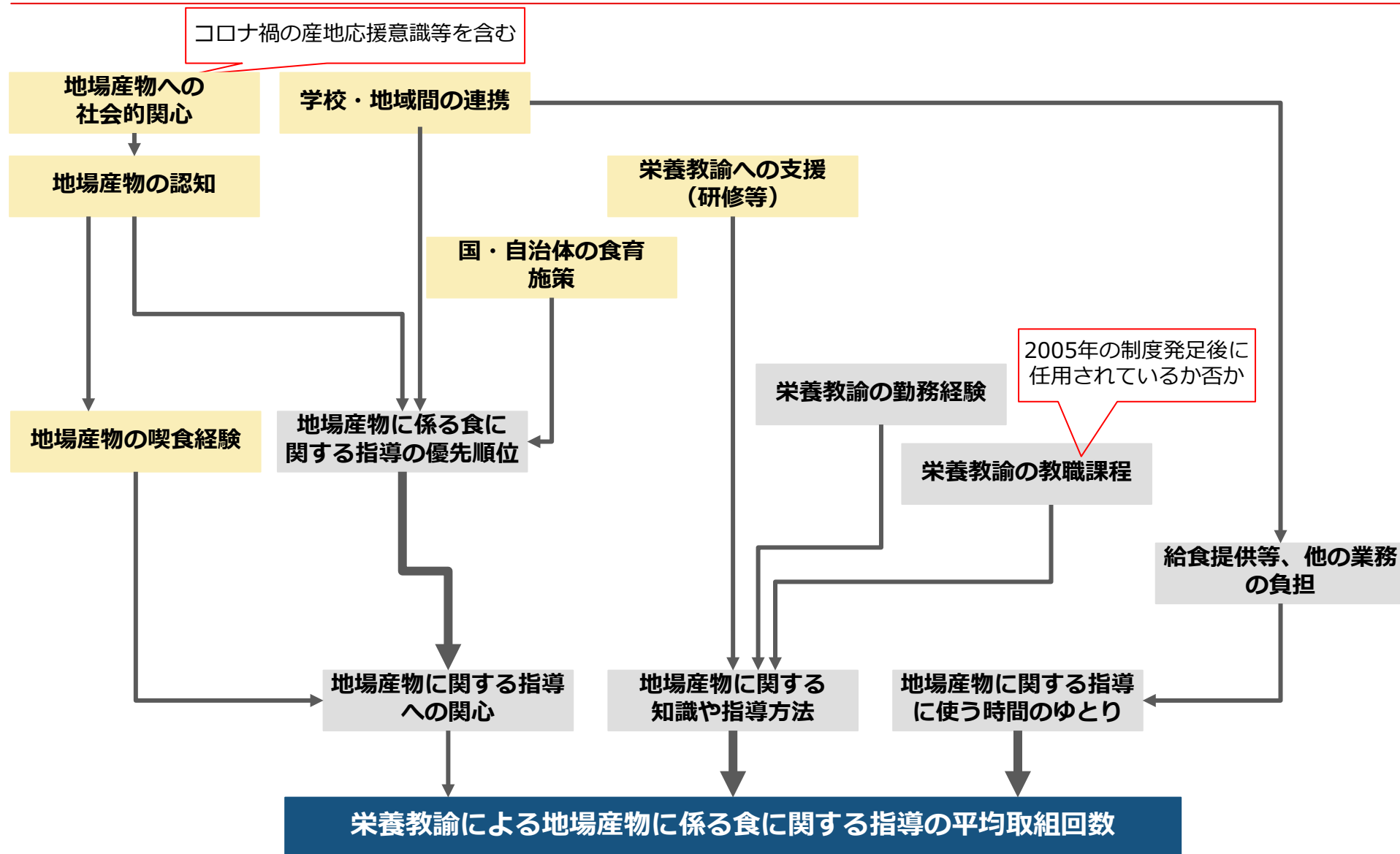
具体的な目標値	第4次基本計画 作成時の値	現状値			目標値	達成状況
	R2（2020）年度	R3（2021）年度	R4（2022）年度	R5（2023）年度	R7（2025）年度	
栄養教諭による地場産物に係る食に関する指導の平均取組回数	月9.1回	月9.0回	月10.5回	月12.4回	月12回	◎



（出所）文部科学省「学校における地場産物に係る食に関する指導の取組状況調査」（グラフは、農林水産省「資料3：第4次食育推進基本計画の各目標の進捗状況（令和6年度第2回 食育推進評価専門委員会 資料）」を基にMURC作成）

6. 栄養教諭による地場産物に係る食に関する指導の平均取組回数

変数相関図



6. 栄養教諭による地場産物に係る食に関する指導の平均取組回数

変数の整理と現状値への示唆

影響の時間軸に基づく変数の分類		
短期的にアウトカムに影響すると考えられる変数	■ 「地場産物の認知」 ■ 地場産物の喫食経験 ■ 栄養教諭への支援（研修等）	■ 地場産物に関する知識や指導方法 ■ 給食提供等、他の業務の負担
中長期的にアウトカムに影響すると考えられる変数 （または前提条件となる変数）	■ 地場産物への社会的関心 ■ 学校・地域間の連携 ■ 国・自治体の食育施策 ■ 地場産物に係る食に関する指導の優先順位 ■ 地場産物に関する指導への関心	■ 栄養教諭の勤務経験 ■ 栄養教諭の教職経験 ■ 地場産物に関する指導に使う時間のゆとり

第4次基本計画の現状値に関する本事業の調査から得られる示唆

■ 既存文献では、2005年の制度発足時に大学で教職課程を履修せずに栄養教諭になった者は、食に関する指導回数が平均よりも少ないとの報告があるが、[「学校教員統計調査」（令和4年度版）](#)によると、令和元年度（2019年度）と令和4年度（2022年度）を比較すると、令和4年度では、栄養教諭に占める2005年の制度発足以降に任用された栄養教諭の配置が増加している。また、同じ文献では継続年数も食の指導状況に影響があることが報告されており、2005年の制度発足以降に任用された栄養教諭の継続年数が増えていることも、第4次食育推進基本計画の作成時に比べて、現状値が増加している要因の一つと考えられる（ただし、小学校と中学校で2005年以降に任用された栄養教諭の割合の傾向には違いある。小学校では明確に増加しているが、中学校は横ばい）。

栄養教諭の勤務年数（小学校及び中学校、単位：％）

		小学校					中学校				
年度		5年未満	5年以上 10年未満	10年以上 15年未満	15年以上 20年未満	合計	5年未満	5年以上 10年未満	10年以上 15年未満	15年以上 20年未満	合計
平成28年	(2016)	19.6	19.6	11.4	6.5	50.6*	26.1	16.2	11.3	6.1	53.6
令和元年	(2019)	19.9	22.1	11.1	8.9	53.1*	20.9	18.8	12.2	7.6	51.9*
令和4年	(2022)	14.7	18.5	15.3	18.8	67.3	16.4	17.9	10.5	9.9	54.7

※*2005年の制度発足以降に任用された栄養教諭が含まれていないことから、勤務年数15年以上20年未満は合算せず。
(出所)「学校教員統計調査」よりMURC作成。



6. 栄養教諭による地場産物に係る食に関する指導の平均取組回数

変数の整理と現状値への示唆

第4次基本計画の現状値に関する本事業の調査から得られる示唆（続き）

- また、栄養教諭自身の地場産物に関する指導への関心が指導内容や回数に影響していることも報告されている。コロナの影響により、産地応援意識が高まっており（産地を応援する意識が令和2年（2020年）以前より向上（[日本政策金融公庫「消費者動向調査（令和3年1月調査）」](#)））、産地応援意識から地場産物に係る食に関する指導を増やした栄養教諭も存在したと考えられることから、本目標の改善に寄与した可能性がある。

6. 栄養教諭による地場産物に係る食に関する指導の平均取組回数

文献タイトル	「栄養教諭の食に関する指導の現状と課題の考察－北海道における実態調査を踏まえて－」『天使大学紀要』第21巻第2号
著者名	2021年
発行年	新井 英志、村田 尋如、松下 真美、山部 秀子
章節	1. はじめに 2. 先行研究 3. 研究課題 4. 研究方法 5. 実態調査の結果 6. 考察 7. まとめ 8. 今後の課題

1. 文献の概要

- 総合的な学習の時間における栄養教諭の食に関する指導の現状と課題と改善策を明らかにするため、北海道の小・中学校に勤務する栄養教諭を対象にアンケートを実施。
- 研究課題
 - 提供給食数が多い栄養教諭ほど食に関する指導回数は減る傾向にあるか。
 - 勤務年数が多い栄養教諭ほど食に関する指導回数は増える傾向にあるか。
 - 食に関する指導をする上での課題は、給食業務が多忙なことが主な原因であるか。
- 研究方法
 - 北海道の小・中学校に勤務する栄養教諭394名を対象に、郵送法による質問紙調査。分析対象58名（回答率：14.7%）
 - 調査時期：2019年11月・12月

6. 栄養教諭による地場産物に係る食に関する指導の平均取組回数

■ 調査結果

- 提供給食数と指導回数：給食提供数が多い栄養教諭は、必ずしも食に関する指導回数が少ないとはいえない。給食提供数が「1～499食」での指導回数が最も多かったが、これは栄養教諭の職務が、食に関する指導と給食提供業務の両方が課せられていることから、**給食提供業務の時間が軽減**されれば、もう一方の業務に時間的な余裕が生じるため。次に指導回数が多かったのが「2000食」以上のグループで、これは**ある程度経験を積んだ栄養教諭が配置**されていることや、**担当校が多いことから指導回数が増えた**ためと考えられる。同様に、給食提供学校数が多い栄養教諭も指導回数が少ないとは必ずしもいえない。
- 勤続年数と指導回数：栄養教諭制度発足当時に学校栄養職員から栄養教諭に任用された教諭の指導回数が、全体平均回数の76.3回と比較して、「21年以上」では0.23倍、「16～20年」では0.57倍であった。栄養教諭制度が発足した2005年時点では、当時の栄養職員が免許状認定講習等での受講によって免許状を取得して任用されており、**大学で教職課程を履修していない影響**が背景にあると考えられる。また、ベテランになるほど意欲が低下する教員の実態が先行研究で報告されており、**モチベーションの低下**も一因であると考えられる。
- 給食業務の多忙さと指導回数：栄養教諭が考えた食に関する指導での課題の第1位は「時間」。「多様な業務」との回答と合計するとこの2つで全体合計の98.3%となり、ほとんどの**栄養教諭が給食業務の多忙さ**が食に関する指導をする上での課題であると考えていると判断できる。また、「指導内容」が第3位の56.9%、「指導技術・方法」が第4位の50.0%であり、**指導も重要な課題**であることがわかった。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 本文献は地場産物に係る食に関する指導を対象にしているわけではないが、栄養教諭の食に関する指導における課題を明らかにしている。給食提供業務の負担が減ることや栄養教諭の経験が増える中で、地場産物に関する指導が多くなることが示唆される。
- 一方で、栄養教諭制度の発足が2005年であり、免許状認定講習等の受講で任用された栄養教諭の食に関する指導回数が発足後の教諭よりも少ないことから、大学で教職課程を履修していないベテラン栄養教諭は地場産物に関する指導が減る可能性があることが示唆される。地場産物を含む食に関する指導を行うためには、そのための知識や技術の習得が必要であると本文献から読み取れることもできる。
- 栄養教諭の食に関する指導への関心については本文献で明示的に扱われていないが、給食業務の多忙さが食に関する指導での課題となっていたり指導に課題を抱えていたりすることが明らかにされており、栄養教諭が食に関する指導をするためには指導ができる環境の確保や指導のためのスキル獲得が必要であることを読み取ることができる。

6. 栄養教諭による地場産物に係る食に関する指導の平均取組回数

文献タイトル	「給食を通じた食文化の継承に関する研究 献立及び食の作法の伝承からの検討」『食生活科学・文化及び環境に関する研究助成研究紀要』（アサヒビール学術振興財団）第33巻
著者名	永嶋 久美子、小川 睦美
発行年	2020年
章節	1. はじめに 2. 調査地の背景 3. 調査方法 4. 結果 5. 考察 6. まとめと今後の課題

※本文献では伝統的な料理や作法等の継承の課題についても分析されている。該当箇所については「21. 地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承し、伝えている国民の割合」を参照。

1. 文献の概要

- グローバル化や流通技術の進化、ライフスタイルの多様化により、地場産物を活かした郷土料理やその食べ方、食事の際の作法等、伝統的な食文化が十分に継承されず、その特色が失われつつある。
- 本文献では、給食を運営する栄養教諭・学校栄養職員、児童・生徒、保護者の三者に対して学校給食に関する意識調査を実施し、学校給食を通じた食文化の継承について調査・分析がなされている。
- 調査実施地は千葉県我孫子市。我孫子市は、食文化に関する取り組みとして、給食を通じて旬の食材や行事食、箸使いや食事の際のあいさつやマナーを身に付ける指導を進めている。また、千葉県や全国各地の郷土料理を給食に取り入れて日本の食文化を学ぶ機会にしているが、我孫子市独自の郷土料理は少ない。
- 市内の小学校7校及び中学校2校の児童及び生徒2,070人、その保護者2,070人、市内の栄養教諭または栄養職員20名を対象にアンケートを実施（2018年6月-7月）。有効回答はそれぞれ585人、883人、19人。

6. 栄養教諭による地場産物に係る食に関する指導の平均取組回数

- 質問項目：児童・生徒及び保護者向けは、①給食に対する意識、②食習慣・健康習慣、③食べ方やマナーに関する意識、④和食に対する意識と状況、⑤行事食に関する意識と状況等。栄養士向けは、①献立作成における意識・食文化継承への意識、②食べ方やマナーに関する指導状況、③食育における家庭との連携方法等。
- 調査結果：
 - 栄養士が給食の献立作成時において意識することの優先順位：「**栄養バランス**」、「**安全・衛生**」、「**コスト**」、「**メニューのバリエーション**」の優先順位が高く、「**食文化（郷土料理・行事食）**」、「**地産地消**」、「**世界各国の料理の推進**」、「**和食の推進**」等の食文化に関連する項目の優先順位は下位に選択された。
 - 栄養士が給食を通じて伝えたいこと：最も多い回答は「**栄養や食事の知識を身に付けてほしい**」（約70%）。次いで、「**食事のマナーを身に付けてほしい**」（60%超）、「**行事食や郷土食を知ってほしい**」（約50%）、「**日本独自の食文化を継承してほしい**」（約30%）などの食文化の継承に関する項目が多く挙げられた（※本文献では回答結果のグラフは掲載されているが、正確な数値は示されておらず、本文献中に言及のある「**栄養や食事の知識を身に付けてほしい**」の約70%以外は、当社がグラフから推定した数値である）。
 - 保護者が給食に望むこと：「**安全な食品を使用してほしい**」と「**栄養や食事の知識を身に付けさせてほしい**」が上位（約60%）。他方で、食文化に関連する選択肢は30%程度の回答。**保護者は学校給食に栄養面や安全・衛生面への配慮を期待。**

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 本文献では、栄養士が給食の献立作成時において意識することの優先順位として「**栄養バランス**」や「**安全・衛生**」などに比べて、「**食文化（郷土料理・行事食）**」や「**地産地消**」等の優先順位は下位にあることが明らかにされている。
- 本文献から得られる示唆としては、地場産物に係る食に関する指導を増やすには、優先順位が上がる必要があることがある。第4次基本計画の現状値は計画作成時より改善されており、本目標が基本計画に入ることによって栄養教諭の中で優先順位が上がった可能性がある。
- 栄養教諭において、相対的に「**食文化（郷土料理・行事食）**」や「**地産地消**」への関心は低いといえるため、今後、地場産物に係る食に関する指導を増やすには、この内容に対する関心を高めることが前提になるといえる。

6. 栄養教諭による地場産物に係る食に関する指導の平均取組回数

文献タイトル	「栄養教諭の各教科等における食に関する指導の現状―「広島県『食に関する指導実績調査』」の解析から―」 『日本食育学会誌』第16巻第2号
著者名	塩田 良子、鈴木 麻希、松本 茜、熊谷 陽子、門戸 千幸、遠藤（山岡） 雅子、杉山 寿美
発行年	2022年
章節	1. 緒言 2. 方法 3. 結果 4. 考察 5. 結語

1. 文献の概要

- 食に関する指導のカリキュラム・マネジメントを確立するためには、栄養教諭が教科等や給食の時間における食に関する指導内容をどのように配列し、どの学年におけるどの教科等においてどのような食育の視点で指導を行っているかの現状把握が必要だが、複数の小・中学校の栄養教諭の年間の指導実施状況を各教科等の単元や食育の視点から具体的・網羅的に調査・解析した先行研究は報告されていない。
- 本文献では、学校における食に関する指導のうち、栄養教諭の教科等における指導が、どの学年におけるどの教科等において、またどのような食育の視点で実施されているかについて調査を実施。
- 調査方法：広島県教育委員会が2017年度及び2019年度に実施した「食に関する指導実績調査」の栄養教諭の回答データを使用。
- 調査項目：当該年度内に正規の授業で実施した教科等における食に関する指導の学年・学級、教科等、単元、食育の視点、指導回数
- 調査結果（食に関する指導の食育の視点について）
 - 小学校：2017年度は食事の重要性、2019年度は心身の健康の指導回数が最も多かった。2017年度は心身の健康、2019年度は食品を選択する能力がそれに続いた。食事の重要性と食品を選択する能力の指導が5、6年生で多く、感謝の心は1年生、食文化は5年生で多かった（全指導回数に占める感謝の心の指導回数の割合は、2017年度は9.7%、2019年度は11.8%。食文化の指導回数の割合は、2017年度は13.3%、2019年度は11.3%。いずれも1～6年生の合計）。

6. 栄養教諭による地場産物に係る食に関する指導の平均取組回数

- 中学校：食事の重要性（2017年度：20.6%、2019年度：19.7%）、心身の健康（2017年度：28.6%、2019年度：37.7%）、食品を選択する能力（2017年度：28.6%、2019年度：16.4%）の指導割合が高かった。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 本文献は地場産物に係る食に関する指導に焦点を当てたものではないが、アンケート調査により食に関する指導を行う回数が多い栄養教諭の特徴が明らかにされている。食に関する指導では食事の重要性や心身の健康が指導回数が多い傾向にあり、指導で取り上げるべき内容が増えるほど、相対的に地場産物を取り上げる優先度が低下したり、時間が足りなくなったりする可能性があると考えられる。

7. 学校給食における地場産物を使用 する割合を現状値から維持・向上 した都道府県の割合

目標7と目標8は関係する変数が共通しているため、両目標をまとめて調査を実施。ただし、地場産物の使用は、同様の変数が考えられるが、地域差が大きいため、詳細な要因分析は困難。

8. 学校給食における国産食材を使用 する割合を現状値から維持・向上 した都道府県の割合

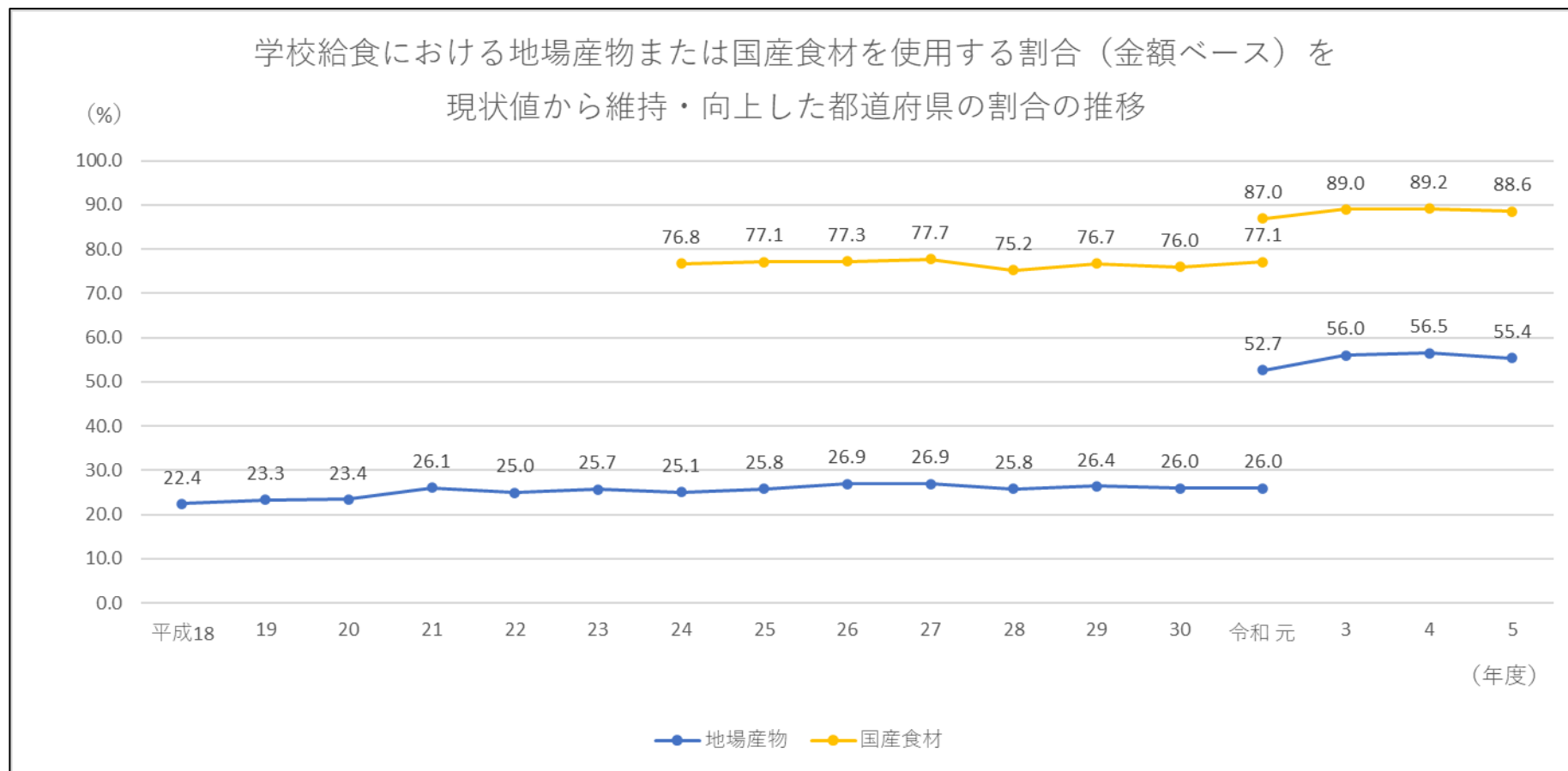
7. 学校給食における地場産物を使用する割合を現状値から維持・向上した都道府県の割合

8. 学校給食における国産食材を使用する割合を現状値から維持・向上した都道府県の割合

具体的な目標値	第4次基本計画 作成時の値	現状値			目標値	達成状況
	R元（2019）年度	R3（2021）年度	R4（2022）年度	R5（2023）年度	R7（2025）年度	
⑦学校給食における地場産物を使用する割合(金額ベース)を現状値（令和元年度）から維持・向上した都道府県の割合	—	68.1%	76.6%	66.0%	90%以上	—
	52.7% 全国平均 ※参考	56.0% 全国平均 ※参考	56.5% 全国平均 ※参考	55.4% 全国平均 ※参考		
⑧学校給食における国産食材を使用する割合を現状値から維持・向上した都道府県の割合	—	74.5%	78.7%	66.0%	90%以上	—
	87.0% 全国平均 ※参考	89.0% 全国平均 ※参考	89.2% 全国平均 ※参考	88.6% 全国平均 ※参考		

7. 学校給食における地場産物を使用する割合を現状値から維持・向上した都道府県の割合

8. 学校給食における国産食材を使用する割合を現状値から維持・向上した都道府県の割合

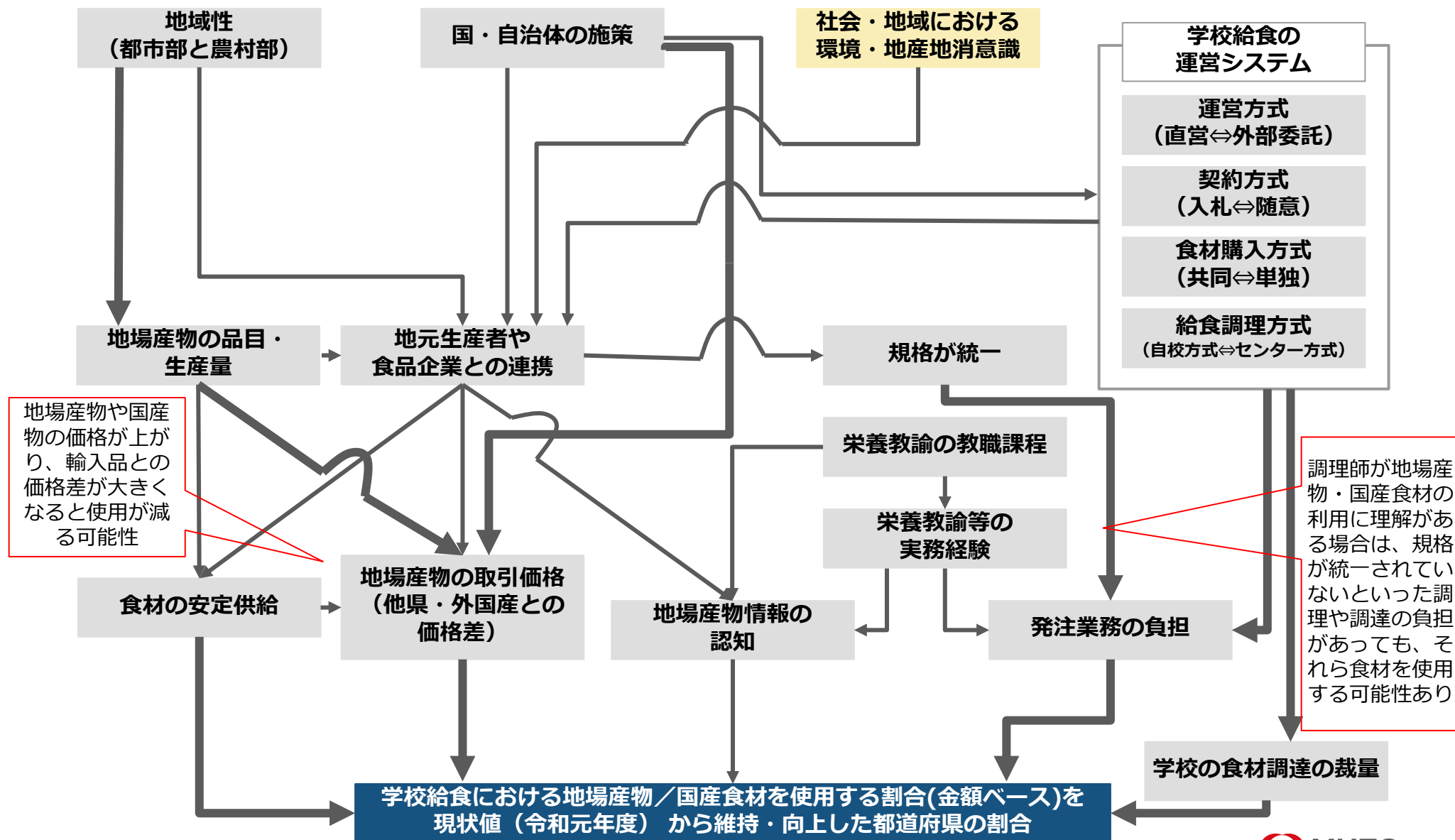


（出所）「学校給食における地場産物・国産食材の使用状況調査（文部科学省）」を基にMURC作成
令和元（2019）年度までは文部科学省「学校給食栄養報告」（食材数ベース）（令和2（2020）年度は未実施）、
令和元（2019）年度以降は文部科学省「学校給食における地場産物・国産食材の使用状況等調査」（金額ベース）

7. 学校給食における地場産物を使用する割合を現状値から維持・向上した都道府県の割合

8. 学校給食における国産食材を使用する割合を現状値から維持・向上した都道府県の割合

変数相関図



7. 学校給食における地場産物を使用する割合を現状値から維持・向上した都道府県の割合

8. 学校給食における国産食材を使用する割合を現状値から維持・向上した都道府県の割合

変数の整理と現状値への示唆

影響の時間軸に基づく変数の分類

短期的にアウトカムに影響すると考えられる変数	■ 食材の安定供給 ■ 地場産物の取引価格	■ 地場産物情報の認知 ■ 発注業務の負担
中長期的にアウトカムに影響すると考えられる変数 (または前提条件となる変数)	■ 地域性 (都市部と農村部) ■ 地場産物の品目・生産量 ■ 地元生産者や食品企業との連携 ■ 国・自治体の施策 ■ 社会・地域における環境・地産地消意識	■ 規格が統一 ■ 栄養教諭の教職課程 ■ 栄養教諭等の実務経験 ■ 学校給食の運営システム ■ 学校の食材調達の裁量

第4次基本計画の現状値に関する本事業の調査から得られる示唆

- 学校給食において国産食材の使用割合が維持・向上される一因として、国産食材の価格が輸入食材との価格差が小さいことが挙げられる。国産食材と輸入食材との価格差について、全国的に流通し、特に消費量の多い野菜「指定野菜」の価格差を見ると、円安や海上運賃の値上がり等の影響により令和2年(2020年)以降、現時点で公表されている数値においてはほとんどの指定野菜の輸入価格は上昇し(特定野菜も同様の傾向)、価格差は縮小している([\(独法\) 農畜産業振興機構 \(ALIC\)「指定野菜及び特定野菜の生産・流通・消費動向」](#))。畜産物についても同様であり、令和3年(2021年)以降、牛肉、豚肉、ブロイラーの輸入価格は上昇し、いずれも令和元年(2019年)よりも輸入価格が高い状況にある([\(独法\) 農畜産業振興機構 \(ALIC\)「畜産物の需給関係の諸統計データ」](#))。
- ほかに、国産食材の安定供給の影響が考えられ、第4次基本計画の期間中、指定野菜のほぼすべての国内生産量が国内供給量の8割を超えており、国内生産量を維持・増加させている品目もある。給食への食材の安定供給の影響は評価が困難であるが、野菜についての全体としては、食材の安定供給は満たされていたと推定される。
- なお、地場産物については、国産食材と同様に価格差や安定供給等の影響が考えられるが、地域差が大きいため、詳細な要因分析は困難である。

7. 学校給食における地場産物を使用する割合を現状値から維持・向上した都道府県の割合

8. 学校給食における国産食材を使用する割合を現状値から維持・向上した都道府県の割合

文献タイトル	「地場産農産物を利用した学校給食の現状と課題―大分県臼杵市を事例として―」『大分県立芸術文化短期大学研究紀要』第60巻
著者名	藤原 厚作
発行年	2022年
章節	1. 背景と課題 2. 学校給食における地場産農産物の利用 3. 大分県臼杵市の概要 4. 臼杵市の学校給食における地場産農産物の利用状況 5. 考察とまとめ

1. 文献の概要

- 大分県臼杵市の事例。臼杵市は学校給食における地場産農産物の利用や、有機農業を含む環境保全型農業の推進に力を入れている。
- 学校給食で地場産農産物を利用するきっかけ：（合併前の）臼杵市が2000年に給食調理を自校方式から給食センター方式に移行するにあたって、地域生産者（JA大分のぞみ）から給食センターで使用する野菜の一部を供給したいという要望書が提出されたことがきっかけ。その後の関係者の協議の結果、2000年7月に農家出荷者協議会「のぞみ市場」会員のうち、給食センターに野菜を出荷する有志による「給食畑の野菜」出荷組合が設立された。
- 2021年度に学校給食で使用された野菜総量のうち、臼杵市産の野菜総量は36.1%となった。
- 筆者による臼杵市学校給食における地場産農産物の利用と現状の課題の分析
 - 学校給食における地場産農産物の利用に関する3つの課題
 - － 学校給食に利用される農産物の規格：給食センターでは調理機械で給食を調理するため、調理機械の使用において支障のない農産物が求められている。そのため、**規格に合った大きさや形の農産物**を供給する必要がある
 - － 事務作業や集出荷作業を行う体制：事務作業等は地元の中間組織・個人（地元のAコープや地域おこし協力隊の隊員）が担っており、特に**個人に依存している場合は事務作業や集出荷作業を担う体制を充実**させることが課題

7. 学校給食における地場産物を使用する割合を現状値から維持・向上した都道府県の割合

8. 学校給食における国産食材を使用する割合を現状値から維持・向上した都道府県の割合

- 天候等の影響を受けない安定供給：給食センターに出荷する農産物の品目や量は事前に調整されているが、天候の影響等によって直前で出荷できないことがある。臼杵市では農産物の保冷・保存に関する試験事業が実施されており、将来的には地場産農産物を長期保存できる体制整備が目指されている。
- 少量多品目の経営形態をとる生産者について、学校給食への安定供給を実現するには、少量多品目の経営形態を前提としつつ、**複数の生産者が共同して農産物の量を確保**するといった取組の検討が必要。
- 安定的な売り先が確保されるため、学校給食における地場産農産物の利用は、有機栽培を行う新規就農者にとって有益な取組。他方で、**規格の制約や安定供給への対応**といった課題もあるため、**生産グループの組織化や技術水準の向上**を目指す取組をあわせて検討することが必要。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 地元の生産者団体からの働きかけが臼杵市の学校給食で地場産農産物が利用されるきっかけとなっており、**地元生産者や関係団体の働きかけや協力**が学校給食における地場産物を使用向上につながることを示唆される。
- 学校給食における地場産農産物の利用に関する課題として、①**学校給食に利用される農産物の規格**、②**事務作業や集出荷作業を行う体制**、③**天候等の影響を受けない安定供給**が指摘されており、これらへの対応が学校給食における地場産物を使用向上につながることを示唆される。
- 生産者側が学校給食における地場産物使用を働きかける動機については、先行研究を引用するかたちで地場産物を使用することで、「生徒たちへの農業への理解、地元への愛着を養うとともに、健全な育成を目指す。また、農家への有機農産物生産への意識の向上を図り、給食をはじめ直販所等への有機農産物の供給の広がりを目指す」と説明されている。

7. 学校給食における地場産物を使用する割合を現状値から維持・向上した都道府県の割合

8. 学校給食における国産食材を使用する割合を現状値から維持・向上した都道府県の割合

文献タイトル	「学校給食への地場産野菜供給における調理場方式に起因する課題の検討ー茨城県南地域2市の事例ー」『農業経済研究』第95巻第4号
著者名	菊池 美菜海、伊丹 一浩、池田 真也
発行年	2024年
章節	1. はじめに 2. 調査対象地域と調査方法 3. 両市の地場産野菜供給の比較 4. 考察 5. 結論

1. 文献の概要

- 学校給食の提供方法は、各学校に併設された調理場で調理を行う単独調理場方式（S方式）と給食センターで数校分の給食を一括で調理して各学校に配送する共同調理場方式（C方式）の2種類がある。全国の農産物の利用割合（食材数量ベース）は、S方式で24.5%、C方式で28.8%（文部科学省「令和元年度学校給食栄養報告」）。
- 地場産農産物の使用・供給に関しては様々な課題が指摘されているが、給食の提供方法によっても課題が異なると考えられるところ、本文献では、提供方式ごとに先行研究で指摘されている各課題について再整理をした上で、地場産野菜供給のあり方を比較検討する際の視点が検討されている。
- 研究対象は、茨城県南の隣接した自治体であるA市（C方式）とB市（S方式）。いずれも県内で地場産物の利用を積極的に行っている地域で、学校給食における県産食材の利用割合はA市が98.3%、B市が93.4%（県平均67.4%）（令和3年度、品目ベース）。
- A市は2014年度に文部科学省のスーパー食育スクール事業の実施地域に選ばれ、それが学校給食で地場産野菜の利用が拡大した背景になっている。B市では2005年度頃から、市内農業者の高齢化や遊休地増加対策のため農業政策課によって地場産野菜の給食利用が開始された。B市学校給食の食材納入規準書には「B市産を優先する」という記載があり、それが難しい場合は近隣市町村、県内産、関東産と範囲が広がり、原則として国産食材を仕入れている。

7. 学校給食における地場産物を使用する割合を現状値から維持・向上した都道府県の割合

8. 学校給食における国産食材を使用する割合を現状値から維持・向上した都道府県の割合

- 地場産農産物の使用・供給に関する課題の対応状況を見ると、A市とB市の対応状況に差はあるが（特にJA等の生産者団体との連携の有無）、いずれも地場産野菜の利用が進んでいる。B市では生産者団体との連携はないが、代わりに青果店や（B市農業政策課の出先機関である）市営市場が食材発注の取りまとめや集荷業務を行うことで供給経路全体での負担を軽減したり、青果店がどの学校に納品するかのを仕組みを市教育委員会が設定したりするなど、B市では自治体主導の連携が見られており、自治体主導による連携の重要性が示されている。

両市の地場産野菜供給における課題への対応の比較

	A市（C方式＋直売所組織）	B市（S方式＋卸売市場）
給食用食材の発注業務の煩雑さの解消	○：入札方式で、給食センターの栄養教諭が発注。	△：随意契約で、学校の栄養職員がそれぞれ発注。
地場産野菜の情報把握	○：栄養教諭が農地へ訪問、生産者組織と情報共有。	○：市営市場の担当者が献立会議に参加し情報提供。
数量確保のための出荷調整	○：給食センターの栄養職員と相談し、使用食材や献立を変更。直売所と出荷規格が異なる。	○：青果店や市営市場が対応。一部、B市産の野菜を契約出荷で仕入れている。
JA等の生産者団体との連携の有無	○：複数の生産者団体から供給があり、調査対象の生産者組織との連携が見られた。	×：市営市場から供給されるものはすべて個人農家からであり、生産者団体との連携なし。

（出所）「学校給食への地場産野菜供給における調理場方式に起因する課題の検討―茨城県南地域2市の事例―」295頁から転載。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 「給食用食材の発注業務の煩雑さの解消」、「地場産野菜の情報把握」、「数量確保のための出荷調整」、「JA等の生産者団体との連携の有無」の諸課題への対応が給食における地場産野菜の供給に与える影響について分析されている。A市ではいずれの課題にも対応がなされており、B市は対応されていない（または判断がつかない）課題もあったが、生産者団体との連携の有無については、B市は生産者組織ではなく自治体主導で対応がなされている。給食用食材の発注業務の煩雑さの解消、地場産野菜の情報把握、数量確保のための出荷調整、及び何らかの組織による供給経路全体での負担軽減に対応することが、地場産物の使用割合向上につながることを示唆されている。

7. 学校給食における地場産物を使用する割合を現状値から維持・向上した都道府県の割合

8. 学校給食における国産食材を使用する割合を現状値から維持・向上した都道府県の割合

文献タイトル	「わが国における学校給食制度の概要と食材調達」内藤重之・佐藤信『学校給食における地産地消と食育効果』（筑波書房）
著者名	内藤 重之
発行年	2010年
章節	1. はじめに 2. 学校給食のあゆみ 3. 学校給食の運営システム 4. 学校給食用食材の供給体制

1. 文献の概要

- 学校給食の運営システムや実施方式、食材調達方式が市町村や学校ごとに独特であり、地場産物の使用しやすさは学校給食の規模や地域の農漁業だけでなく、学校給食の運営システムや食材調達方式とも関わっている。
- 学校給食の実施は、献立作成⇒購入業者選定⇒食材（物資）購入⇒調理という流れで行われるが、その運営方式はこれらの行程を自治体職員が行う「直営方式」と全部または一部を民間業者等に委託する「外部委託方式」に分けられる。外部委託方式は一般的に教育的効果よりも経済効率が優先されることから、食材購入を民間業者等に委託した場合には連絡調整や代金精算などの事務処理が煩雑になる地元生産者等との契約的な取引は行われにくくなり、調理業務を委託した場合でも大きさや形が不揃いで調理に手間がかかる地場産物は使用されにくい傾向にある。
- 直営方式でも、自治体が常勤職員の調理員を減らして、非常勤職員を増やす傾向にあり、非常勤職員においては時間的な制約から研修会や会議などで地場産物使用の教育的意義について理解を深める機会がない。また、非常勤職員は調理師免許取得者が少なく、大量調理という調理技術を習得するのに時間を要するため、非常勤職員が増加すると常勤職員に負担がかかり、調理の手間がかかる地場産物が使用しにくくなる場合もある。
- 献立方式は、自治体内の学校給食が同じ献立となる「統一献立（共同献立）」と学校や給食調理場ごとに献立する「単独献立」があるが、一般に単独献立のほうが学校の独自性や地域性を発揮できるため、地場産物の導入が容易である。

7. 学校給食における地場産物を使用する割合を現状値から維持・向上した都道府県の割合

8. 学校給食における国産食材を使用する割合を現状値から維持・向上した都道府県の割合

- 食材購入方式は、自治体や市町村学校給食会等が一括購入する「共同購入（一括購入）」と学校や給食調理場ごとに購入する「単独購入」があるが、共同購入の場合は大量仕入となり安定的に調達できる大産地の共販品に依存したり、加工食品や冷凍食品に頼ったりする傾向にある。単独購入の場合、学校ごとに食材を独自に購入できるため、地域の生産者等から直接仕入れるといったことができる。
- 食材購入の契約方式は入札と随意契約があるが、一般に随意契約のほうが仕入れの自由度が高く、地域の生産者等から直接仕入れが行いやすい。
- 調理方式は「単独調理（場）方式（自校方式）」と「共同調理（場）方式（センター方式）」に大別できるが、共同調理方式のほうが大量の食材を必要とすること、給食数が多く調理後の各学校への配送時間も要するため短時間で大量に調理しなければならないことから、加工食品や冷凍食品に頼る傾向があり、生鮮野菜についても調理に手間のかからない規格の揃った食材を必要とするため、地場産物が導入しにくい。単独調理方式でも統一献立・共同購入方式の場合は大量に食材供給をしなければならず、都市部では決められた時間内に多くの学校の給食調理場に食材を配送しなければならないため、生産者等が直接納入することは困難となる。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 学校給食における地場産物使用に影響する要因が指摘されている。具体的には、外部委託方式のほうが地場産物が使用されにくい、非常勤の調理員が増えると地場産物が使用されにくい、単独献立や単独購入のほうが地場産物の導入が容易、随意契約のほうが地域の生産者等から直接仕入れをしやすい、共同調理方式のほうが地場産物を導入しにくいことが挙げられている。
- 本文献では自治体や学校給食会、栄養教諭など学校給食の献立作成や食材調達、調理をする側の地場産物の使用意向や関心については言及がないが（他の章で分析されている）、上記のとおり地場産物使用に伴う様々な課題を指摘しており、仮に現場で使用意向や関心があったとしても諸課題に対応することが実行に移すために必要であることが示唆される。

7. 学校給食における地場産物を使用する割合を現状値から維持・向上した都道府県の割合

8. 学校給食における国産食材を使用する割合を現状値から維持・向上した都道府県の割合

学校給食運営方式の概要と特徴

給食運営方式		概要	特徴
献立	単独献立	調理場ごとに献立する方式	■ 学校栄養職員・栄養教諭の業務量が多くなる ■ 学校の独自性や地域性を発揮しやすい
	統一献立 (共同献立)	市町村内や地域ブロック内の学校給食が同じ献立をする方式	■ 学校栄養職員・栄養教諭の業務量が軽減される ■ 学校の独自性や地域性を発揮しにくい
食材購入	単独購入	学校や調理場ごとに食材を購入する方式	■ 学校栄養職員・栄養教諭や給食主任教諭の業務量が多くなる ■ 急な献立の変更にも対応しやすい ■ 各学校において食材を独自に購入できるため、地域の生産者等から直接仕入れるなどの小回りが利く
	共同購入 (一括購入)	市町村や市町村学校給食会が一括して購入する方式	■ 学校栄養職員・栄養教諭や給食主任教諭の業務量が軽減される ■ 大量仕入によりコストが削減できる ■ 大量仕入となるため、加工・冷凍食品や大産地の共販品に依存する傾向がある
契約	入札	食材の購入先を入札によって決定する方式	■ 最もよい条件を提示した業者から食材を購入できる ■ 地元生産者等との契約的な取引が実施しにくい ■ 契約事務上の負担が大きい
	随意契約	登録納入業者のなかから任意に特定業者を選定して食材の購入先を決定する方式（見積合わせを含む）	■ 契約事務上の負担を軽減し行政事務の効率化に寄与する ■ 仕入の自由度が高く、地域の生産者等から直接仕入れやすい ■ 必ずしも条件のよい食材が購入できるとは限らない
調理	単独調理 (自校方式)	学校に設置された調理場において調理する方式	■ 教育的配慮のある給食をつくりやすい ■ 一般に調理数が少なく、より時間をかけて調理できるため、地場産の食材を導入しやすい ■ 統一献立・共同購入の場合には食材納入業者の配送面での負担が大きい（とくに学校数が多い場合に顕著）
	共同調理 (センター方式)	共同調理場（学校給食センター）において一括調理し各校に配送する方式	■ 調理の合理化・効率化に寄与する ■ 短時間に大量調理が必要となるため、加工・冷凍食品や大産地の共販品に依存する傾向がある ■ 児童・生徒と調理員等の関係が希薄である

7. 学校給食における地場産物を使用する割合を現状値から維持・向上した都道府県の割合

8. 学校給食における国産食材を使用する割合を現状値から維持・向上した都道府県の割合

文献タイトル	「都道府県学校給食会における地場産物供給の実態」内藤重之・佐藤信『学校給食における地産地消と食育効果』（筑波書房）
著者名	内藤 重之
発行年	2010年
章節	1. はじめに 2. 都道府県学校給食会を取り巻く状況変化 3. 都道府県学校給食会における地場産物の取扱状況と今後の意向 4. まとめにかえて

1. 文献の概要

- 日本の学校給食の普及率は2007年5月現在で小学校で99.3%、中学校で80.0%だが、この高い普及率の達成においては都道府県学校給食会（県学校給食会）が重要な役割を果たしてきた。
- 学校給食で地場産物の導入・拡大に向けた取組が活発化しているが、地元で生産された米や農畜水産物を原料とした加工・冷凍食品を積極的に取り扱い、都道府県内の市町村や学校給食調理場に供給する県学校給食会が増えている。本文献では、2007年2月に47都道府県の学校給食会を対象としたアンケート調査等に基づき県学校給食会における地場産物の取扱状況と課題が明らかにされている（アンケートの回収数は27票、回収率57%）。
- 自県産米の取扱状況：自県産米を取り扱う26の県学校給食会のうち自県産米の取扱割合が100%とした回答が23（88%）。自県産米の取扱を開始したきっかけは、「学校給食会の意思」が62%で最も高く、次いで「農協組織の働きかけ」が46%、「市町村教育委員会や学校栄養職員の働きかけ」が38%となっており、米の生産・集荷や学校給食用米の調達を担当する現場からの要請が取扱開始の大きな契機になっている。
- 自県産農産物を使用した加工・冷凍食品の取扱状況：44件の学校給食会のうち43県で地場産物を使用した加工・冷凍食品が取り扱われている。主な商品は県内産小麦を使用したパンや麺、県内産大豆を使用した味噌や醤油、納豆、豆腐、地域特産の野菜や果物、肉類、魚介類を使用した加工・冷凍食品など。取扱を開始したきっかけは「学校給食会の意思」が73%で最も高く、次いで「県農政部局の働きかけ」が42%、「市町村教育委員会や学校栄養職員の働きかけ」が38%となっており、学校給食用食材の調達を担当する現場からの要請にあわせて、県農政部局からの働きかけが大きな役割を果たしている。

7. 学校給食における地場産物を使用する割合を現状値から維持・向上した都道府県の割合

8. 学校給食における国産食材を使用する割合を現状値から維持・向上した都道府県の割合

- 自県産農産物を使用する加工・冷凍食品の取扱いに関する課題：県学校給食会は、地域産業の振興や輸送コスト低減の観点から県内の食品製造業者との取引を志向しているが、学校給食用の物資は一般食品以上の品質と衛生管理が要求されるため、県学校給食会が求める品質・衛生管理基準を満たす食品製造事業者が数多く立地する県は少ない。そうした大手食品製造業者の工場が立地していても製品の開発・製造を依頼する場合には製造ロットの問題が発生することから、原料となる農畜水産物の生産・供給が可能でも、その製品の開発・製造を県外メーカーに頼らざるを得ないところが少ない。
- 地場産物の取扱い意向：27の県学校給食会に地場産物の今後の取扱い意向を聞いたところ、「積極的に増やしたい」が10、「条件が整えば増やしたい」が17であり、**「現状を維持したい」と「減らしたい」の回答はなかった**。地場産物を増やすために県学校給食会が今後連携を強めたいと考える組織・機関は、「農協（漁協）組織」が89%で最も多く、「食品製造業者」が74%、「生産者・生産者グループ」と「農政部局」が44%でそれに次ぐ。すべての県学校給食会は地場産物の取扱いを拡大する意向を持っているが、県学校給食会は安全かつ良質な学校給食用物資を安定価格で安定的に供給することが使命であることから、生産・供給の不安定な地場産物を取り扱うのは困難。原料となる地場産物を安定的に確保するには、農協・漁業組織や生産者・生産者グループとの連携強化、及び学校給食向け商品のアイテム数を増やすために、食品製造業者との連携強化が重要である。
- 地場産物を使用した加工・冷凍食品は学校給食現場から概ね好評だが、原料価格や製造ロットの関係で割高になることが多いため、供給実績が伸びない商品も少なくない。また、限られた給食費のなかで使用できる商品の開発を進めると、似たような原料を使用したものが増えてしまい、よい商品でも学校給食現場での使用が分散され、製造業者の利益に結びつかずに製造中止に追い込まれる場合もある。
- 県学校給食会が生産サイドと学校給食サイドの間に立って、コーディネート機能を果たすことが重要。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- （2007年時点では）県学校給食会は地場産物に取扱い意向が高いが、意向が高いだけでは地場産物の取扱いが進むとは限らず、地場産物（を使った加工・冷凍食品）を製造する食品製造業者が地域内に存在することや、地場産物の安定的な生産・供給が必要なこと、コストの問題、食品製造事業者の利益が出ないと製造中止になるおそれなどが指摘されている。

7. 学校給食における地場産物を使用する割合を現状値から維持・向上した都道府県の割合

8. 学校給食における国産食材を使用する割合を現状値から維持・向上した都道府県の割合

文献タイトル	「都市における学校給食の概要と地場産物の利用実態」内藤重之・佐藤信『学校給食における地産地消と食育効果』（筑波書房）
著者名	内藤 重之
発行年	2010年
章節	1. はじめに 2. 学校給食の概要と食材調達 3. 地場産物の利用および調達状況と問題点 4. 地場産物の活用に関する取組内容 5. まとめ

1. 文献の概要

- 子供の大多数が居住していることから、都市部で学校給食における地場産物の利用拡大を進め、食育を推進することの重要性は高い。一方で、公立学校における学校給食は自治体ごとに独特の運営システムや食材調達方式によって実施されており、学校数や児童・生徒数が多く、農業生産に限られる都市部で地産地消型の学校給食を実施することは容易でない。
- 本文献では、2007年2月に全国5万人以上の都市および東京都区部の教育委員会を対象に実施したアンケート調査に基づき、都市部の学校給食の運営方式や食材調達方式を把握するとともに、学校給食での地場産物の使用状況およびその取組内容が明らかにされている（有効回収数は406市区／調査票配布数561市区、有効回収率72.4%）。
- 地場産物の利用・調達状況と問題点については以下のように分析されている。
 - 市区内産食材の調達先を見ると、米は県学校給食会から調達する市区が多い（40.6%）。都道府県学校給食会の多くが農協組織や農政部局等と連携して市町村産の米を供給しており、このことが多くの市区で地場産米を利用できる大きな要因となっている。
 - 市区内産米の利用のない市区のほとんどが都道府県産米を利用しており、地場産米の利用のない市区は都道府県単位で見ても生産量が少ない東京都と大阪府の市区にほぼ限られる。
 - 果実は他の農産物と比較して産地と出回り期が限られることから、都道府県単位でも利用できる時期が限られるだけでなく、特産果実の多くは高価なため、単発的にしか利用できないところが少ないと考えられる。

7. 学校給食における地場産物を使用する割合を現状値から維持・向上した都道府県の割合

8. 学校給食における国産食材を使用する割合を現状値から維持・向上した都道府県の割合

- 今後の地場産物の利用意向については、市区内産と都道府県産ともに「減らしたい」の回答は極めて少ない。
- 利用する品目数が多く、生産者の栽培規模が小規模・零細だと、多数の生産者から調達しなければならず、日々の連絡調整や代金精算、配送などが煩雑になるため、学校給食に利用する際は関係者の連携と役割分担が重要になる。
- 地場産物を利用する際の問題点として、「数量の確保が難しい」、「多品目の品揃えが難しい」の2項目は「そう思う」と「ややそう思う」をあわせると9割近くに達する。都市部の学校給食では地場産物の数量確保と多品目の品揃えが共通した問題になっている。「食材や生産者の情報が少ない」と「品質や規格に問題がある」が6割（そう思うとややそう思うの合計。以下同様）、「納入など流通面で問題がある」、「連携できる組織がない」、「連絡調整や事務が煩雑になる」が5割以上となっている。
- 地場産物導入の契機：「学校栄養職員・栄養教諭の意思」が58.4%で最も高く、「市（区）の農政部局の働きかけ」が46.3%、「教育委員会や校長の意思」が40.1%、「生産者や農協等の働きかけ」が35.7%、「国や都道府県の働きかけ」が34.0%、「市長や議会の働きかけ」が31.3%で続いている。学校給食関係者の意思や農業サイドからの働きかけとあわせて、国や都道府県、市長や議会からの働きかけが地場産物の利用の大きな契機になっている。
- 地場産物を利用している理由：「教育効果が期待できる」の回答割合が77.8%で最も高く、「安全・安心な食材を提供できる」、「鮮度や味のよい食材を提供できる」、「地域で学校給食への理解が深まる」、「地域の産業（農業）振興に役立つ」の理由が続いている。「低価格で調達できる」や「郷土食を提供しやすい」などは主要な理由となっていない（なお、郷土食（郷土料理）の導入状況を見ると、「導入している」が76.1%を占めており、郷土食の学校給食への導入は進んでいる）。
- 地場産物の利用による効果：「地場産の食材に対する子供の関心が高まった」が72.9%と非常に高く、「地域の農業に対する子供の関心が高まった」が37.2%で続く。「地場産物への保護者の関心向上」が26.1%、「子供と生産者等の交流が深化」が24.4%、「学校給食の食べ残し減少」が23.9%であった。

7. 学校給食における地場産物を使用する割合を現状値から維持・向上した都道府県の割合

8. 学校給食における国産食材を使用する割合を現状値から維持・向上した都道府県の割合

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 上記のとおり、学校給食関係者の意思や農業サイドからの働きかけとあわせて、国や都道府県、市長や議会からの働きかけが地場産物の利用のきっかけとなっており、地場産物利用の増加・継続には食材を調達する側及び／または供給する側の働きかけや政策的な後押しが重要であることが示唆されている。
- 他方で、都市部の学校給食で地場産物を利用する際は、数量確保や多品目の品揃えが難しいこと、食材や生産者に関する情報の不足、品質・規格、流通面などを問題視する自治体が少なくないことが明らかにされており、これら諸課題への対応が地場産物利用の増加・継続に必要なことが示唆されている。

7. 学校給食における地場産物を使用する割合を現状値から維持・向上した都道府県の割合

8. 学校給食における国産食材を使用する割合を現状値から維持・向上した都道府県の割合

文献タイトル	「学校給食における和食文化継承に対する栄養教諭および学校栄養職員の意識と課題」『日本女子大学大学院紀要』第29号
著者名	伊藤 美穂、秋永 優子、宇都宮 由佳、精須海 圭子、江原 絢子、藤井 恵子
発行年	2023年
章節	1. 緒言 2. 調査方法 3. 調査結果 4. 考察 5. 結論

※本文献では学校給食における和食文化の継承についても分析されている。該当箇所については「21. 地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承し、伝えている国民の割合」を参照。

1. 文献の概要

- 全国の小学校では年間平均191回の学校給食が実施され、1年間の子供たちの食事の1/5は学校給食が占めており、子供の食習慣や食嗜好に与える影響が大きい。
- 本文献では、栄養教諭や学校栄養職員へのアンケート調査やヒアリング調査をもとに、給食献立作成時の着眼点や課題、学校給食を通じた和食文化の保護継承に必要な要素と課題について分析されている。
- 調査方法
 - アンケート調査
 - 2015年6月と7月に各都道府県から学校栄養士が参加する研修会の会場でアンケート用紙を配布し、参加者が回答。
 - 調査対象は228名（有効回答は222名）。
 - 調査項目：献立作成の際意識していること、郷土料理の取り入れ状況、給食の食器保有状況、子供たちへの和食・郷土料理・行事食に関する食育

7. 学校給食における地場産物を使用する割合を現状値から維持・向上した都道府県の割合

8. 学校給食における国産食材を使用する割合を現状値から維持・向上した都道府県の割合

- ヒアリング調査：2015年3月～2016年3月に全国36カ所の小学校や給食センター、教育委員会等に学校給食に関する問題点についてヒアリング調査を実施。学校または共同調理場を訪問して、栄養教諭等にヒアリング。
- 「献立を立てる際に意識すること」では、「栄養のバランス」が86.9%で最も多く、「旬の食材の利用」が72.5%、「メニューのバラエティ・組み合わせ」が61.7%で続いた。回答者の年齢別で見ると、「食文化（郷土料理や行事食）」や「和食・米飯主食」は年齢が高くなるほど回答が多く、「地産地消」は50歳以上が他の年齢層に比較して有意に高かった（80%）。地産地消の回答が次に多かったのが26～39歳層で60%超。

■ 考察

- 栄養教諭らの実務経験が献立や食材調達、食育内容に与える影響：アンケート結果からは、栄養教諭らの年齢が上がるほど、食文化や地産地消、和食・米飯給食への意識が高まり、特に地産地消は50歳以上の意識が非常に高かった。先行研究では、栄養教諭らの勤務地が変わると農家との交渉を一から始めなければならないこと、学校周辺に農家がなく地場産物の納品が困難な地域があること、経験が浅い栄養教諭らは日々の給食業務で手一杯でありJAや地元農家との地場産物の交渉にあたる余裕がないことなどが指摘されているが、実務経験が長い栄養教諭らは地域との連携を築いていて地産地消をしやすい状況にある。
- また、地場産物の使用では、大きさや形が不揃いなことが多く調理に手間がかかる、規格化された野菜と比較すると調理の現場で手間がかかる、地域の天候に左右されて出荷量が安定しないといった課題もある。
- しかし、これらの課題については栄養教諭らと地域・行政が協力して課題に取り組み、利用できるシステムが整った成功事例があるため、それらを参考にして各地域に見合ったシステムを構築することが地場産物の利用率増加につながる。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 上記のとおり、栄養教諭らと地域との連携、調理の手間、天候による出荷量の安定といった要因が地場産物使用に影響していることが指摘されている。地域との連携については、栄養教諭らの実務経験が長いと地域との連携を築いていて地産地消がしやすいと指摘されている。
- 栄養教諭らの年齢が上がるほど、食文化や地産地消、和食・米飯給食への意識が高まり、特に地産地消は50歳以上の意識が非常に高いことが明らかにされている。50歳以上の意識が高い要因については述べられていない。

7. 学校給食における地場産物を使用する割合を現状値から維持・向上した都道府県の割合

8. 学校給食における国産食材を使用する割合を現状値から維持・向上した都道府県の割合

文献タイトル	「学校給食における国産牛肉などの利用推進の取り組み～高知県の例～」『畜産の情報』2016年10月号
著者名	押田 敏雄
発行年	2016年
章節	1. はじめに 2. 調査の目的と期待される成果 3. 調査結果 4. まとめ

1. 文献の概要

- 価格の高さや一部の保護者による放射能汚染畜産物忌避圧力が要因となって、学校給食での国産牛肉の利用が進んでいない。
- 日本食育消費総合センターのアンケート調査によれば、学校給食において国産牛肉を使用していない学校が給食実施校の約半分以上を占めているが、高知県では月1回～半年に1回程度国産牛肉を学校給食で使用している。
- 本文献では、高知県が進めている食育が同県における国産牛肉の使用頻度が高い要因であるとの仮説のもと、同県産食肉（土佐あかうし、「土佐はちきん地鶏」、「土佐ジロー」）の学校給食における利用推進のための取組方法を明らかにしている。
- 国産牛肉を利用する学校の特徴
 - 牛肉の価格は高いが、栄養士が食材費を工夫すれば牛肉は使用可能。
 - 子供から「牛肉が食べたい」というリクエストがあることと、学校栄養士が本物を食べさせたいというこだわりがあり、価格が高い牛肉でも使用する。
 - 給食時間中に給食についての説明が校内放送で行われている。高知県産農畜産物を紹介しつつ、その食材を給食で提供することで地産地消を推進している。

7. 学校給食における地場産物を使用する割合を現状値から維持・向上した都道府県の割合

8. 学校給食における国産食材を使用する割合を現状値から維持・向上した都道府県の割合

■ 国産牛肉使用頻度が少ない理由・利用向上策のアイデア

- 牛肉を使用したいという希望はあるため、ちょっとした工夫があれば使用できる。
- 給食費に余裕がある場合は牛肉を使用することがあることから、何らかの助成があれば牛肉の使用頻度は伸びる。

■ 高知県では県内の小学生を対象に同県の特産農畜産物について学ぶ出前授業を2009年度から実施。児童の農畜産物への関心は上がるが、出前授業による物資納入効果や消費拡大効果は生じていない。土佐あかうしは品不足かつ価格が高く、給食では使用しづらい。

■ 本文献では、学校給食において国産牛肉の利用頻度が低い理由として、価格の高さがあり、補助金があれば利用頻度が上がるとする。また、関係者へのヒアリング結果をもとに、安い食材を利用するなど食材の組み合わせの工夫によって牛肉がさらに使用できるとしている。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

■ 本文献は、給食における国産牛肉（特に地元の農畜産物）の使用頻度と使用頻度が少ない要因について分析しており、国産牛肉の使用頻度が低い要因として、価格の高さを指摘している。

■ 使用頻度を上げるアイデアとして、補助金等による支援を挙げている。

■ 国産牛肉を使用していない学校でも使用したいという希望はあるとされており、国産食材を使用することへの関心や同意はあると考えられる。価格の高さが実行に移されない要因として指摘されている。

7. 学校給食における地場産物を使用する割合を現状値から維持・向上した都道府県の割合

8. 学校給食における国産食材を使用する割合を現状値から維持・向上した都道府県の割合

文献タイトル	「食料自給率と学校給食」『北陸学院大学・北陸学院大学短期大学部研究紀要』第4号
著者名	宮丸 慶子
発行年	2011年
章節	I. はじめに II. 研究方法 III. 結果と考察 IV. まとめ

1. 文献の概要

- 地場産物は地域内での食料自給といえるものであり、石川県K市の2009年度学校給食献立内容を対象に食料自給率（カロリーベース）を分析した。
- 給食献立内容をもとに給食献立自給率を算出したところ、60.8%であった（国内平均自給率は46.7%）。主食別に自給率を見ると、ご飯が主食の場合の自給率の年間平均は68.2%、パンが主食の場合は49.8%であった。主食がパンの献立では地場産物利用の工夫はできても外国産物の増加は避けられないと考えられる。
- 学校給食における地場産物の利用状況を見ると、石川県は49%で他の北陸3県を下回る。内訳を見ると、魚介類の自給率は90%と他県より高いが、その他の品目は軒並み低い値であった。
- K市と隣接するH市では2009年に石川県内唯一の地産地消課を設置し、積極的に学校給食に地元産食材の利用を進めてきた。利用拡大のために実践された具体的な方法は以下のとおりであり、これらの取組の結果、地元農産物の導入が大幅に伸びた。
 - 学校給食地元産食材導入検討会の実施
 - 地元協力農家の発掘
 - 地産地消ガイドの活用（市内全小学校5年生に配布）
 - 生産農家による交流給食会の実施

7. 学校給食における地場産物を使用する割合を現状値から維持・向上した都道府県の割合

8. 学校給食における国産食材を使用する割合を現状値から維持・向上した都道府県の割合

- 地元産大根を使用したおでん月間（10月）の実施
- 学校栄養士による地元産の旬の食材を使用した給食献立の実施や食材納入業者等への協力依頼など
- 本文献では、学校給食における地場産物活用は、「食育推進を意図して生産者、流通加工業者、行政や学校給食関係者等が情報を密接に交換して利用拡大を進める具体的な方法を実践することが必要である」と指摘している。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 学校給食における地場産物活用の推進には、石川県のK市における給食食材自給率の分析や同県H市の地場産食材利用拡大のための諸取組を参照しつつ、「食育推進を意図して生産者、流通加工業者、行政や学校給食関係者等が情報を密接に交換して利用拡大を進める具体的な方法を実践することが必要である」と指摘している。

9. 主食・主菜・副菜を組み合わせた 食事を1日2回以上ほぼ毎日 食べている国民の割合

目標9と目標10は関係する変数が共通しているため、両目標をまとめて調査・分析を実施。

10.主食・主菜・副菜を組み合わせた 食事を1日2回以上ほぼ毎日 食べている若い世代の割合

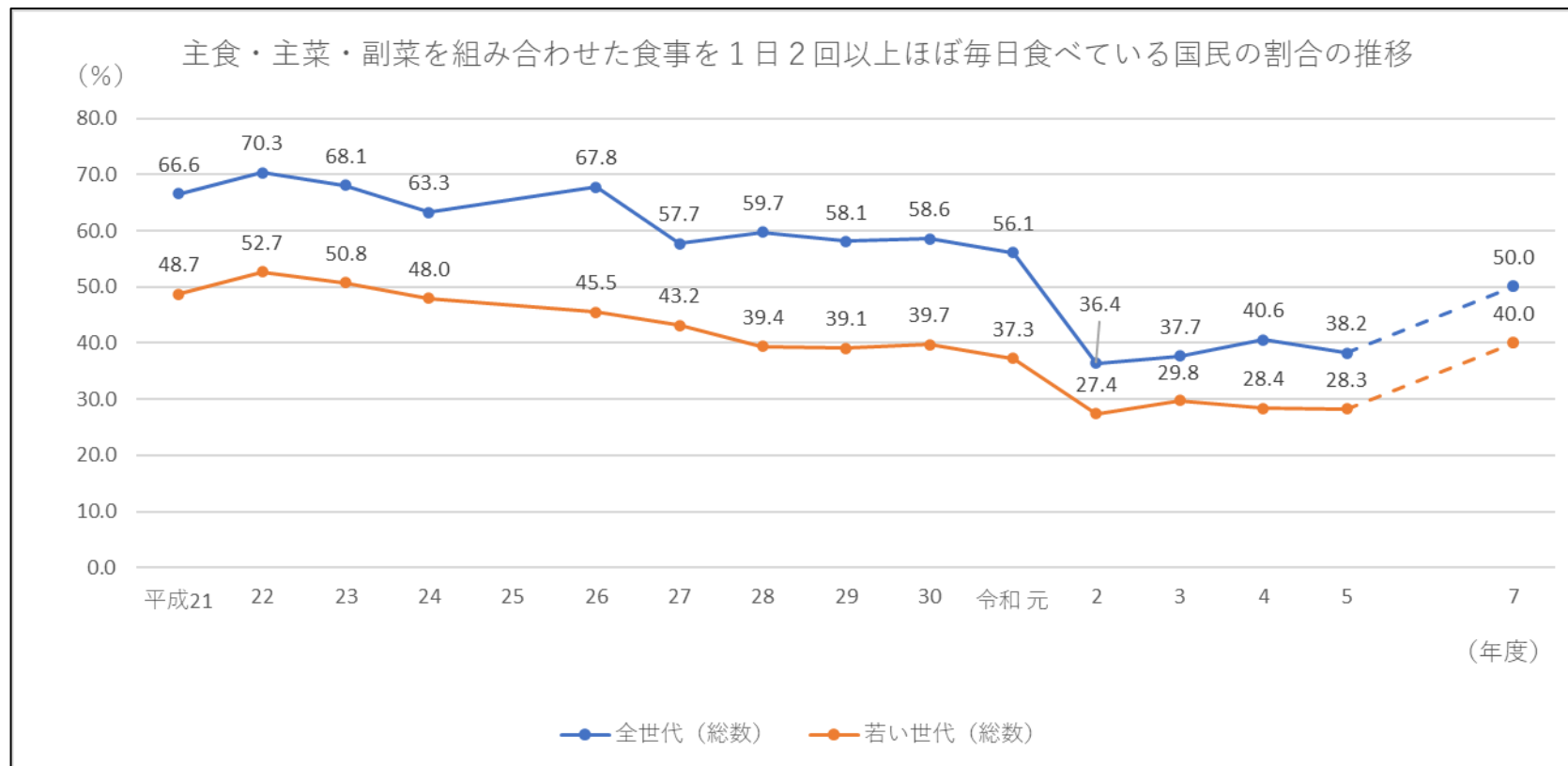
9. 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている国民の割合

10. 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている若い世代の割合

具体的な目標値	第4次基本計画 作成時の値	現状値				目標値	達成状況
	R2（2020）年度	R3（2021）年度	R4（2022）年度	R5（2023）年度	R7（2025）年度		
主食・主菜・副菜 を組み合わせた食 事を1日2回以上 ほぼ毎日食べてい る国民の割合	36.4%	37.7%	40.6%	38.2%	50%以上		△
主食・主菜・副菜 を組み合わせた食 事を1日2回以上 ほぼ毎日食べてい る若い世代の割合	27.4%	29.8%	28.4%	28.3%	40%以上		△

9. 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている国民の割合

10. 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている若い世代の割合

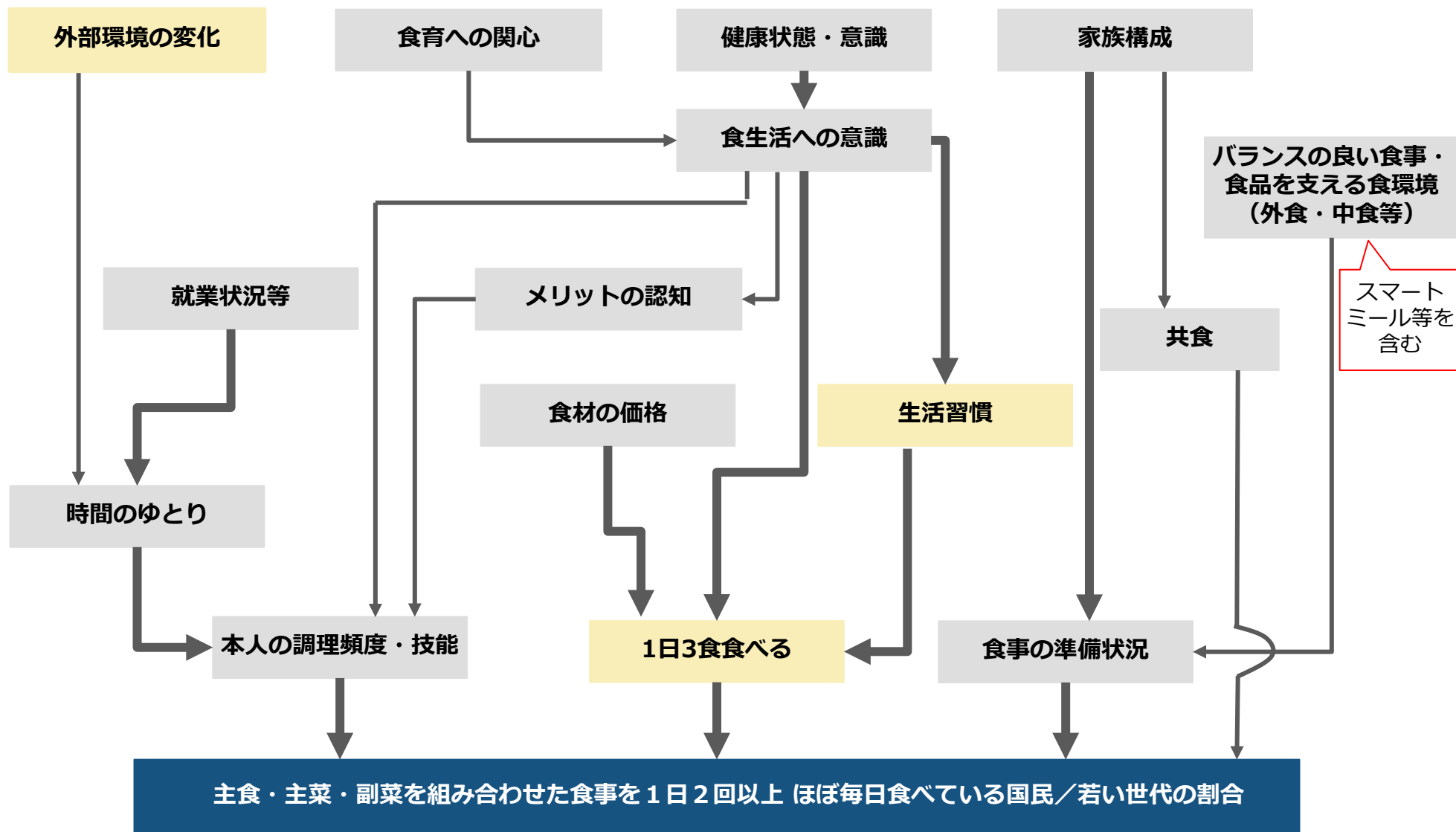


（出所）農林水産省（平成27（2015）年度までは内閣府）「食育に関する意識調査」（グラフは、農林水産省「第4次食育推進基本計画フォローアップ 中間取りまとめ別添2 目標達成に課題の残る数値目標の分析・評価」18頁より転載）

注：「若い世代」は、20～30歳代が対象

10. 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている若い世代の割合

変数相関図



9. 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている国民の割合

10. 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている若い世代の割合

変数の整理と現状値への示唆

影響の時間軸に基づく変数の分類

短期的にアウトカムに影響すると考えられる変数	■ (主食・主菜・副菜を組み合わせた食事に関する) 食育を受けた経験 ■ 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事のメリットの認知 ■ 本人の調理頻度	■ 本人の調理技能 ■ 1日3食食べる(欠食しない) ■ 食材の価格 ■ 共食
中長期的にアウトカムに影響すると考えられる変数 (または前提条件となる変数)	■ 外部環境の変化 ■ 就業状況等 ■ 時間のゆとり ■ 健康状態・意識 ■ 食生活への意識 ■ 品目数を増やすことへの意識	■ 家族構成 ■ 生活習慣 ■ 食事の準備状況(本人以外による食事の準備) ■ バランスの良い食事・食品を支える食環境(外食・中食等)

第4次基本計画の現状値に関する本事業の調査から得られる示唆

- 既存文献では主食・主菜・副菜が揃う頻度と調理頻度は相関があることが報告されている。「[食育に関する意識調査\(令和5年3月調査\)](#)」ではコロナ禍でコロナ感染拡大前よりも自宅で料理を作る回数が増えた者が約3割という回答が得られており、一時的に調理への意欲が高まった層がいると見受けられるものの、コロナの感染拡大前と料理を作る回数が変わらないという回答が6割を占めている。
- 食事や食生活のことを考える手間について、日本政策金融公庫の調査では食の「簡便化志向」(料理や後片付けの手間・時間を省きたい)の傾向が徐々に高まっていることが示されている(「[消費者動向調査\(令和6年7月調査\)](#)」)。他の民間調査でも調理におけるタイパや簡便性重視の傾向が示されており(時短に有効な料理を簡便化できる食品や調味料を使いたいと考える人の割合:38.4%(平成9年(1997年))⇒54.1%(令和4年(2022年))、手軽に使えるインスタントや冷凍食品で料理の手間を省いている人の割合:28.3%(同)⇒45.9%(同))、[クロス・マーケティング「料理に対する意識が変わってきた」キーワードは「タイパ」2025年2月4日\(最終更新\)](#))、主食・主菜・副菜を揃えることと簡便化志向は決して両立できないものではないが、こうした食(調理)の簡便化志向が本目標値の改善につながらない要因として根底にあると考えられる。
- 経済的なゆとりについては、日本銀行の「[生活意識に関するアンケート調査\(令和6年9月調査\)](#)」の結果から現在の暮らし向きについても大きな変化はなく、現状値にとどまる一因と考えられる。

9. 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている国民の割合

10. 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている若い世代の割合

変数の整理と現状値への示唆

第4次基本計画の現状値に関する本事業の調査から得られる示唆（続き）

- 総務省の「[家計調査](#)」をもとに令和2年（2020年）と令和6年（2024年）の食品の支出割合を比較すると、生鮮食品（生鮮魚介、生鮮肉、生鮮野菜、生鮮果物）への支出割合は減少した一方で、調理食品への支出割合は増加している。コロナ禍の状況下の調査ではあるが、既存文献では調理頻度が多いほうが主食・主菜・副菜が揃った食事頻度が多くなったことから、自身で生鮮食材等を購入して調理するほうが主食・主菜・副菜が揃った食事頻度が多くなるとすると、生鮮食品を購入して自身で調理する人が増えていないことが本目標の達成が難しくしているといえる。加えて、若い世代のほうが生鮮食品の購入割合が少なく、外食への支出割合が大きい傾向にあることから、より主食・主菜・副菜が揃った食事頻度が少なくなると考えられる。
- 既存文献によると男女差による「主食・主菜・副菜が揃う頻度」の改善に必要な食環境整備の要素として、女性は価格面のインセンティブが示唆されている。令和5年度（2024年度）の若い世代（20～39歳）の女性における「主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ食べている割合」は令和2年度と比較すると減少しており、その要因としては、消費者物価指数が上昇傾向にあることが考えられる。

9. 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている国民の割合

10. 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている若い世代の割合

文献タイトル	新型コロナウイルス感染症の感染拡大前と比べて調理頻度が増加した者の属性と主食・主菜・副菜のそろった食事の頻度
著者名	中易 萌香、赤松 利恵、深澤 向日葵、小島 唯、新保 みさ
発行年	2022
章節	1. 緒言 2. 方法 3. 結果 4. 考察 5. 結論

1. 文献の概要

- 新型コロナの感染拡大前は、外食・中食の利用頻度は増加の一途をたどる一方、家庭で調理をする機会は減少していた。新型コロナ感染拡大後の調理頻度については海外の先行研究では、ロックダウン中に調理頻度が増加した者の割合は約4～5割と多いことが報告されており、日本でも同様の傾向にあると考えられる。
- 上述の背景から、わが国で新型コロナ感染拡大前からwithコロナの時期において調理頻度が増加した者は食習慣を改善し、望ましい食習慣の者が多いという仮説のもと、本文献では、新型コロナ感染拡大前と比べて調理頻度が増えた者の属性と主食・主菜・副菜の揃った食事の頻度を検討している。
- 研究対象は全国の成人（20～64歳）男女を対象に、年齢と性別を踏まえた各都道府県の人口構成比に合わせ、ランダムに6,000人を抽出し、対象としている（令和2年度厚生労働行政推進調査事業費補助金「新型コロナウイルス感染症の影響による国民の食行動等の変化とその要因研究」で実施した研究のデータを使用）。
- 調査はアンケート形式で実施し、調査項目は、①調理頻度、②属性（性別・年齢・婚姻状況・居住形態・最終学歴・世帯年収・雇用形態・居住地域・世帯収入の新型コロナ感染拡大前後の変化、在宅勤務の頻度）、③主食・主菜・副菜の揃った食事の頻度と野菜摂取量（新型コロナ感染拡大前と比べた変化、現在の主食・主菜・副菜の揃った食事の頻度と野菜摂取量）である。

9. 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている国民の割合

10. 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている若い世代の割合

■ 調査結果

- 新型コロナウイルス感染拡大前に比べ、調理頻度が増えた群には、女性 ($p<0.001$)、20代の者 ($p=0.007$)、関東在住の者 ($p=0.002$)、既婚者 ($p=0.049$)、高齢者と同居していない者 ($p<0.001$)、最終学歴が大学・大学院の者 ($p=0.002$)、世帯収入が600万円以上の者 ($p=0.009$)、世帯収入が減った者 ($p<0.001$)、在宅勤務を時々している者と働いていない者 ($p<0.001$) の割合が高かった。
- 現在の調理頻度についても、「毎日」の者は新型コロナウイルス感染拡大前に比べ、調理頻度が増えた群で61.2%、減った・変化なし群で38.5%であり、調理頻度が増えた群には現在の調理頻度が高い者が多かった ($p<0.001$)。
- 現在の主食・主菜・副菜の揃った食事の頻度、野菜摂取量についても、**新型コロナウイルス感染拡大前に比べ、調理頻度が増えた群では、減った・変化なし群と比べて主食・主菜・副菜の揃った食事の頻度が「週4~5回」が多く、1日あたりの野菜料理の皿数が多かった** (各々 $p=0.003$ 、 $p<0.001$)。

■ 筆者らによる考察

- 新型コロナウイルス感染拡大前に比べ、**調理頻度が増加した者は趣味として料理をするようになった者もいる**ことが考えられる。新型コロナウイルス感染拡大後は、パンやお菓子を作る頻度が増加しており、これらを作った回数も含めて調理頻度を回答した者もいたと推測される。
- 調理頻度の高さは健康な食事と関係していることが報告されており、新型コロナウイルス感染拡大後に調理頻度が増えたとしても、現在の調理頻度が低ければ、主食・主菜・副菜の揃った食事は望ましい頻度に達しないことが示唆される。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 本文献は主食・主菜・副菜の揃った食事の頻度自体を対象にした研究ではないが、新型コロナウイルス感染拡大前の調理頻度に焦点を当てている。調理頻度が増えた群では、主食・主菜・副菜の揃った食事の頻度も向上している。調理頻度が向上した要素としては、**性別や年代、婚姻状況、世帯状況、最終学歴、世帯収入、勤務状況**などが影響していると示唆される。

9. 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている国民の割合

10. 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている若い世代の割合

文献タイトル	食環境の認知およびヘルスリテラシーと健康日本21（第二次）の食行動の目標との関連
著者名	坂口 景子、武見 ゆかり、林 芙美、赤松 利恵
発行年	2023
章節	1. 緒言 2. 研究方法 3. 研究結果 4. 考察 5. 結語

1. 文献の概要

- 本文献では、食環境の認知およびヘルスリテラシーが、健康日本21（第二次）の目標である2つの食行動（主食・主菜・副菜が揃う頻度と野菜摂取）に関連を調査している。
- 本研究の問題意識としては、WHOでは、健康日本21（第二次）の最終目標の1つである健康格差の是正には、環境面だけでなく、ヘルスリテラシーの向上も重要な要素としている一方で、健康日本21（第二次）の中間評価では、食環境整備と個人の食習慣改善とが必ずしも繋がっていない状況から、食環境の認知やリテラシーが重要であると仮説を立てている。
- 研究対象は全国10地区（北海道、東北、関東、京阪、北陸、東海、京阪神、中国、四国、九州）から年代別（20～29歳、30～39歳、40～49歳、50～59歳、60～64歳）に層化抽出した20～64歳の男女としている。
- 調査はアンケート形式で実施し、調査項目は、①食環境の認知（6項目）、②ヘルスリテラシー（5項目）、③食行動（2項目）、④社会経済的状況（最高学歴、職業、世帯収入）、⑤属性（年代、婚姻状況、同居人数）である。
- 調査結果
 - 食環境の認知において関連がみられたのは、「栄養バランスのとれた食事が入手しやすい（availability）」「日常の買い物に不便がない（accessibility）」「栄養バランスのとれた食事が適切価格で入手できる（affordability）」「食の安全面に恵まれている（acceptability）」の4側面であった。

9. 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている国民の割合

10. 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている若い世代の割合

■ 調査結果（続き）

- 女性における「主食・主菜・副菜が揃う頻度」の改善のための食環境整備には、価格面でのインセンティブ等の戦略の必要性が確認された。男性における「主食・主菜・副菜が揃う頻度」の改善のための食環境整備は、栄養バランスを直截に訴求するだけでなく、食の安全面で信頼できる店舗や生産者の顔の見える地域環境の整備の必要性が示唆された。
- ヘルスリテラシーにおいて男女共通して2つの食行動と関連がみられたのは「自己決定」である。

■ 筆者らによる考察

- 女性だけに「日常の買い物に不便がない」との有意な関連がみられたのは、男性の場合、自身が主たる買い物担当者でない場合も多いことが影響している可能性がある。
- 望ましい食行動の実現のためには、「情報収集」の段階にとどまらない、より高いレベルのヘルスリテラシーの獲得を目指し、「自己決定」の段階に至るような支援や働きかけが必要であると示唆される。
- 保護者の食意識の向上を図ることは、現在、幼児や保護者が抱える食生活における課題でもある欠食や肥満などの食生活の乱れ、睡眠時間の減少や睡眠時刻の遅延などの生活習慣の乱れの改善につながる可能性が推察される。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 本文献は男女差による「主食・主菜・副菜が揃う頻度」の改善に必要な食環境整備の要素として、女性は**価格面のインセンティブ**、男性は**食の安全面**が示唆されている。
- また男女差による**買い物頻度**も結果への影響が指摘されている。
- 望ましい食行動の実践には、様々なチャネルから沢山の情報を提供し、選択は対象者に任せるといった一方的な情報提供ではなく、情報を選択するためのリテラシーや信頼度を判断するリテラシーを高め、自身の行動変容の意思決定に繋がられるような支援の在り方が重要と示唆されている。

※自己決定：情報をもとに健康改善のための計画や行動を決めることができる

9. 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている国民の割合

10. 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている若い世代の割合

文献タイトル	主食・主菜・副菜を組み合わせた食事の頻度と主観的健康感の関連「食育に関する意識調査」データの解析より
著者名	坂本 達昭、稲村 祐美、早見 直美
発行年	2021
章節	1. 緒言 2. 方法 3. 結果 4. 考察 5. 結論

1. 文献の概要

- 本研究は成人における健康状態と主食・主菜・副菜を組み合わせた食事との関係性を調査した研究である。
- 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事と健康状態との関連として、健康状態を示す指標の1つに、自ら健康状態を評価する主観的健康感が挙げられる。主観的健康感とは死亡率の予測因子として妥当性が高く、国民生活基礎調査をはじめ、多くの研究で健康指標として用いられる。そのため、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事と主観的健康感の関連を明らかにすることは、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を推進するための新たなエビデンスとして考えられている。
- 本研究は農林水産省が平成29年11～12月に実施した「食育に関する基礎調査」のデータを用いた横断研究で、研究対象は全国の市町村に居住する20～95歳の男女3,000名としている。
- 調査項目には①主観的健康感、②主食・主菜・副菜を組み合わせた食事、③属性（性別・年齢・婚姻状況・雇用形態・居住地域の都市規模、時間的なゆとり、主観的な暮らし向きを用いている。
- 調査結果
 - 時間的なゆとりがある者、主観的な暮らし向きにゆとりがある者、主観的健康感※が良好な者は、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日がほぼ毎日の者が多かった。
- 筆者らによる考察
 - 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を毎日2回以上食べることは、十分な栄養素の摂取に繋がり、その結果として健康増進に好ましい影響を及ぼしている可能性がある。

9. 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている国民の割合

10. 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている若い世代の割合

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 本文献は主食・主菜・副菜を組合わせた食事を1日2回以上摂取することに**時間的なゆとり**や**主観的な暮らし向きのゆとり**が関係していることが示唆される。
- 先行研究によると、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日がほぼ毎日の者は、フレイルのリスクが低く、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事の摂取頻度が高い男性は、体重増加が少なく、男性肥満者においては耐糖能異常のリスクが低いことが報告されており、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事と健康状態との関連があることは知られている。
- 本研究では客観的な健康指標ではなく、自ら健康状態を評価する主観的健康感に着眼し、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事と健康状態の関連について調べている。

※主観的健康感：「あなたは自分の健康状態について、どのようにお感じですか」との質問に対して、「とても良い、まあまあ良い」と回答した者を“良好”とし、「どちらとも言えない、あまり良くない、良くない」と回答した者を“良好でない”とし2群に分けた。

9. 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている国民の割合

10. 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている若い世代の割合

文献タイトル	単身世帯における調理頻度と主食・主菜・副菜の揃った食事の摂取頻度の検討
著者名	中易 萌香、赤松 利恵、小島 唯、新保 みさ
発行年	2023
章節	1. 緒言 2. 方法 3. 結果 4. 考察 5. 結論

1. 文献の概要

- 本研究は調理頻度と主食・主菜・副菜の揃った食事の摂取の関係を探るため、単身世帯における調理頻度と主食・主菜・副菜の揃った食事の摂取頻度との関連を検討している。
- 本研究の問題意識としては、近年の世帯構造の変化による単身世帯の増加を受け、単身世帯では家族など他に食事を用意してくれる者がいないため、食事の準備を自分自身で行う必要があり、自らの調理頻度が食事内容と深く関わっている点にある。
- 研究対象は全国の20～64歳の男女6,000人のデータの内、単身世帯の者1,076人としている。
- 調査項目は①調理頻度、②属性（性別、年代、就業形態、体格等）、③主食・主菜・副菜の揃った食事の摂取頻度、1日あたりの野菜料理の皿数、外食、昼食等の利用頻度としている。
- 調査結果
 - 調理頻度が毎日の群には、女性、年齢が高い者、世帯収入が200万円未満の者が多く、最終学歴が大学・大学院の者、就業形態がフルタイムの者が少なかった。
 - 1日あたりの野菜料理の皿数と外食、中食等の利用頻度についても、調理頻度が毎日の群では、野菜料理の皿数が5皿以上の者が最も多く、外食、中食の利用頻度が週2回以上の者が少なかった。また調理をほとんどしない群と毎日調理をする群に、外食、中食、テイクアウト、宅配・出前を利用しない者が多かった。

9. 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている国民の割合

10. 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている若い世代の割合

■ 筆者らによる考察

- 調理頻度が毎日であることと主食・主菜・副菜の揃った食事の摂取頻度「ほとんど毎日」に関連が見られた理由として、これらの知識やスキルが毎日調理をする者で高いことが推測される。
- 調理行動を促す要因には、時間的なゆとりや食費の節約があり、フルタイムで忙しい者は毎日調理する者が少なく、世帯収入が少ないものは食費の節約のために毎日調理する者が多いと推測される。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 本文献は主食・主菜・副菜を組合わせた食事を1日2回以上摂取することを対象にしたものではないが、**調理頻度**がバランスのとれた食事に影響を及ぼしており、**時間的なゆとり**や**食費**が調理頻度に影響を及ぼし、間接的に調理が難しく、栄養バランスのとれた食事が摂取できていない可能性が示唆される。
- 調理に関する知識やスキルが高い者は、毎日調理する割合が高いことから、調理に関する知識やスキルをどのように身に付けたかを調べ、そうでない者に提供する場を設けることで調理頻度の向上が見込まれると思われる。
- また本調査結果から、属性に応じて調理行動を促される要因が異なるため、それぞれの属性に応じた要因やアプローチが求められる、特にフルタイムで忙しい者等調理頻度が少ない属性に対する調理行動を促すアプローチの必要性が示唆される。

9. 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている国民の割合

10. 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている若い世代の割合

文献タイトル	「栄養・食生活分野のロジックモデルとアクションプランの例 ―バランスの良い食事を摂っている者の増加―」『日本健康教育学会誌』第32巻Special Issue号
著者名	赤松 利恵
発行年	2024
章節	1. 緒言 2. 方法 3. 結果・考察 4. 結論

1. 文献の概要

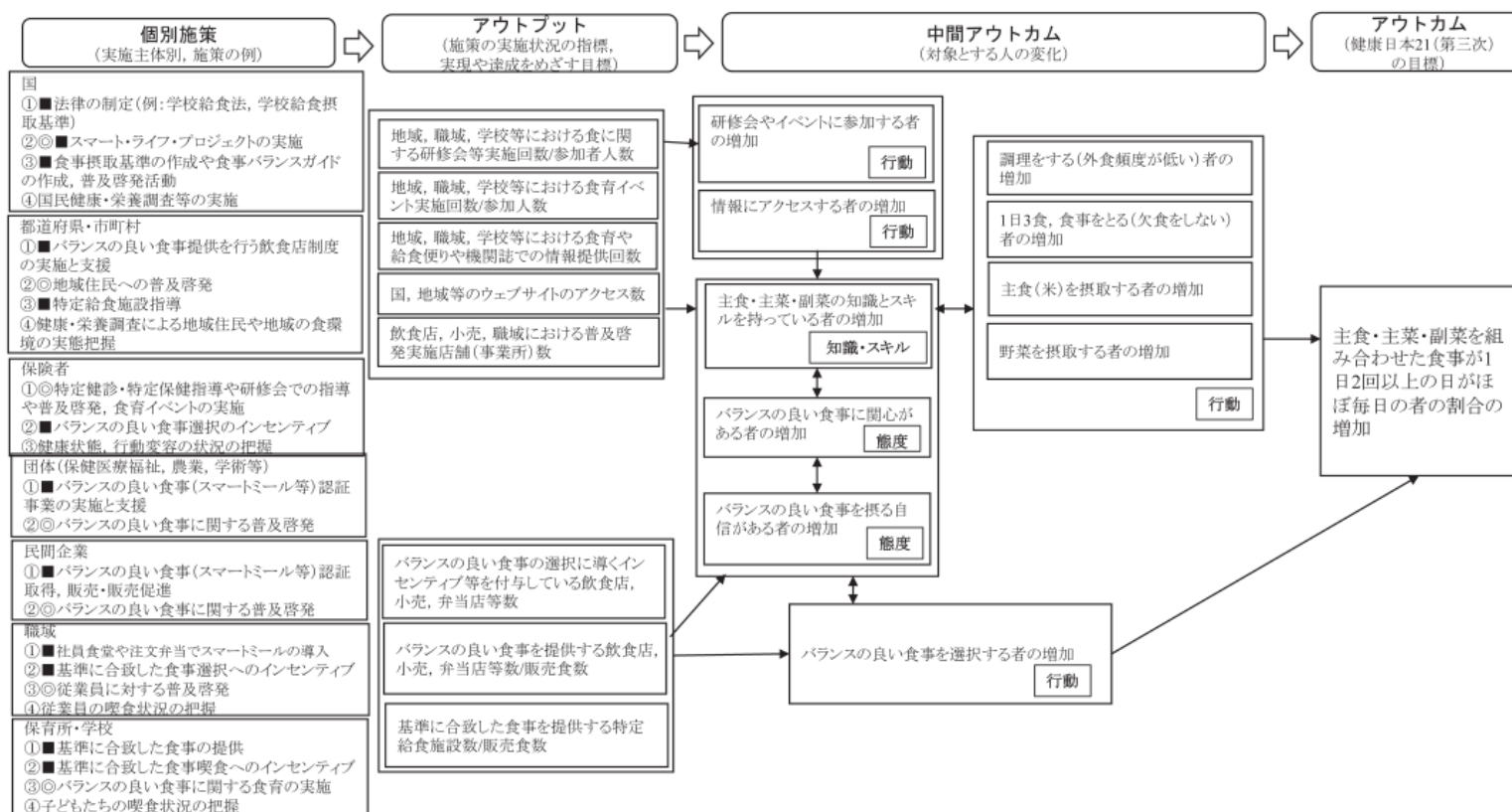
- 本研究は健康日本21（第三次）において、栄養・食生活の6つの目標の1つとして設定された「バランスの良い食事を摂っている者の増加」の目標達成に向けて、ロジックモデルと介入のはしごを用いて施策を整理し、アクションプランを提示している。
- 本研究の問題意識としては、「バランスの良い食事を摂っている者の増加」の評価指標「主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を組み合わせた食事が1日2回以上の日がほぼ毎日の者の割合の増加」の割合が策定時の平成23年度は68.1%だったのに対し、最終評価時の令和元年度は56.1%と減少していることが挙げられる。
- 文献調査はロジスティックモデルの中間アウトカムを検討するために、「主食・主菜・副菜を組み合わせた食事」の摂取頻度をアウトカムとした健康な日本人成人対象の介入研究および横断研究を対象としている。
- 該当する文献およびKAPモデル等行動科学で用いられる理論・モデルを参考にロジックモデルの中間アウトカム、アウトプットとそれらの指標を検討している。
- 調査結果・筆者の考察
 - 文献調査の結果、介入研究1件、横断研究7件が参考文献として抽出された。これらの研究からアウトカムに関連する中間アウトカムの行動を検討した。その結果、米飯の摂取頻度、外食頻度が低いこと、調理をすること、朝食などの欠食、野菜を摂取することがバランスの良い食事の摂取頻度に関係していたことが分かった。
 - 介入研究の結果から、バランスの良い食事の提供回数の増加、既存のメニューの改善、食堂における情報提供といった食環境整備や食事バランスガイドに関する普及啓発は、バランスの良い食事の推進に寄与していたことが挙げられる。

9. 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている国民の割合

10. 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている若い世代の割合

■ 調査結果・筆者の考察（続き）

- バランスの良い食事を摂っている者の増加のためのロジックモデルが示されている。



◎ 教育・啓発, ■ 環境整備, 数字は実施主体別の番号であり, アクションプランに示した個別施策の番号と連動している。スペースの関係, 個別施策とアウトプットの間の矢印は省略した。アウトカムのみ, 健康日本21(第三次)の目標の評価指標である「主食・主菜・副菜を組み合わせた食事」を用い, それ以外は文字数の関係から, 目標で使用されている「バランスの良い食事」を用いた。「基準に合致した～」は, 「バランスの良い食事の基準に合致した～」を意味する。

図1 バランスの良い食事を摂っている者の増加のためのロジックモデル

(出所) 赤松利恵「栄養・食生活分野のロジックモデルとアクションプランの例 ―バランスの良い食事を摂っている者の増加―」『日本健康教育学会誌』第32巻Special Issue号、S45頁より転載。

9. 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている国民の割合

10. 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている若い世代の割合

■ 調査結果（続き）

- 介入のはしごを用いた実施主体別個別施策が示されている。

表1 介入のはしごを用いた実施主体別個別施策 例：バランスの良い食事を摂っている者の増加

介入のはしご	国	都道府県・市町村	保険者	団体	民間企業	職域	保育所・学校
レベル1 選択できなくする	—	—	—	—	—	—	—
レベル2 選択を制限する	①法律の制定（例：学校給食法）	—	—	—	—	—	①基準に基づいた給食を提供する
レベル3 進インセンティブ	—	—	—	—	—	—	—
レベル4 インセンティブによる選択の誘導	—	①地域住民がバランスの良い食事を他のメニューより安く買えるよう、補助をつける（クーポンを発行する）	②バランスの良い食事の選択を促すインセンティブの付与	—	①バランスの良い食事を、他のメニューより安くし（または、ポイントをつける）、バランスの良い食事の選択を誘導する	②バランスの良い食事に補助をつけ、他のメニューより安くし、バランスの良い食事の選択を誘導する	③全部（または、バランスよく）食べたら、色塗りする（シール貼る）
レベル5 デフォルトを変えることによる選択の誘導	—	—	—	—	①スーパーなどの小売の惣菜を組み合わせて、バランスの良い食事のセットとして販売する ①デフォルトで、メニューに野菜の小鉢をつける ①バランスの良い食事の提供	①スマートミールの提供 ②デフォルトとして、社員食堂のすべてのメニューに野菜の小鉢をつける	②苦手な食材・料理があっても、少しでもよいので、すべての料理を盛る
レベル6 環境を整えて健康な選択を誘導	②バランスの良い食事を提供している地域や職域等の表彰事業（例：スマートライフプロジェクト）の実施	①各地域のバランスの良い食事認証事業の実施	—	①バランスの良い食事（スマートミール等）認証事業の実施	①美味しいメニュー ①美味しいメニュー ①魅力的なネーミング ①バランスの良い食事のメニューに「おすすめ」等をつけ目立たせる	②美味しいメニュー ②美味しいメニュー ②魅力的なネーミング ②食堂で、今日の「バランスの良い食事」等の呼びかけ ②入口のポスター等でバランスの良い食事を目立たせる ②カウンターの最初で、バランスの良い食事の提供 ②バランスの良い食事の組合せを誘導するランチョンマット	③魅力的なネーミング ③美味しい給食 ③美味しく感じる ③給食時間を楽しみやすい雰囲気にする
レベル7 情報提供、教育	③食事摂取基準の作成 ③食事バランスガイド等一般にわかりやすい教材の作成 ③食や栄養に関するイベントやウェブサイト等を通じた普及啓発 ③バランスの良い食事（スマートミール等）認証制度の普及啓発	②バランスの良い食事が選択できる店舗の情報ウェブサイトやチラシで宣伝 ②地域住民を対象とした集団や個別の栄養教育や食や栄養に関するイベントの実施 ①飲食店、小売等を対象としたバランスの良い食事の提供に関する情報提供 ①バランスの良い食事（スマートミール等）認証制度申請の支援 ③特定給食施設指導	④特定健康診・特定保健指導での啓発・指導、食育イベントの実施	②バランスの良い食事に関する情報提供（ウェブサイト、メディア） ①飲食店、小売等を対象としたバランスの良い食事の提供に関する情報提供 ①バランスの良い食事（スマートミール等）認証制度申請の支援	②バランスの良い食事の提供とともに、栄養に関する情報提供	③バランスの良い食事の提供とともに、栄養に関する情報提供 ③従業員を対象とした食や栄養のセミナーの開催	③バランスの良い食事に関する知識やスキルに関する教育（知識教育に留まらないセルフ・エフィカシーを高める教育）
レベル8 モニタリング	④国民健康・栄養調査、食育に関する意識調査などの調査の実施し、国民の摂取状況をモニタリングする	④国民健康・栄養調査等で、地域住民の摂取状況をモニタリングする ④地域のバランスの良い食事提供店舗を把握する	③被保険者の行動変容、健康改善をモニタリングする	①バランスの良い食事（スマートミール等）認証店舗数等状況をモニタリングする	①バランスの良い食事の提供店舗数等、提供状況をモニタリングする	④バランスの良い食事の喫食状況等をモニタリングする	④残差調査等により、バランスの良い食事の喫食状況をモニタリングする

アウトカム：主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日はほぼ毎日の者の割合の増加。①～④の番号は、ロジックモデルの実施主体別の個別施策と連動している。評価指標では、「主食・主菜・副菜を組み合わせた食事」を用いているが、文字数の関係から、表では、目標で用いられている「バランスの良い食事」を用いている。

（出所）赤松利恵「栄養・食生活分野のロジックモデルとアクションプランの例——バランスの良い食事を摂っている者の増加——」『日本健康教育学会誌』第32巻Special Issue号、S46頁より転載。

9. 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている国民の割合

10. 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている若い世代の割合

■ 調査結果・筆者の考察（続き）

- 上表では、実施主体別に介入のはしごのレベルが整理されている（レベル1：選択できなくする、レベル2：選択を制限する等）。レベル5のデフォルトの活用では、スーパーマーケットで、**総菜を主食・主菜・副菜のセット販売にする。飲食店のメニューには必ず野菜をつける、主食・主菜・副菜が揃ったスマートミールを提供**するといった方法が提案されている。
- アクションプランとしては、「地域におけるバランスの良い食事の推進」が提案されており、地域の飲食店やスーパーマーケット等でバランスの良い食事の提供とバランスの良い食事選択につながる普及啓発を実施することとしている。
- アクションプランの好事例として、厚生労働省スマート・ライフ・プロジェクトの「第10回健康寿命をのばそう！アワード」健康局長優良賞自治体部門を受賞した沖縄県南風原町役場の取り組みが挙げられている。南風原町では健康課題として、肥満、高血圧があり、持ち帰り弁当や総菜の利用が多い背景からスマートミールが導入されている。
- 主食・主菜・副菜という考え方は日本特有のものであり、**日本の食文化の推進**のためにもより多くの介入研究が求められる。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 令和元年国民健康・栄養調査によると、外食を週1回以上利用している者の割合は、男性41.6%、女性26.7%、持ち帰りの弁当等（中食）の週1回以上の利用は、男性47.2%、女性44.3%で、若い世代ほど高くなっている。外食及び持ち帰り弁当等を定期的に利用している者は、バランスの良い食事の頻度が低いことが報告されており、消費者のより良い食事の選択につながる教育とともに、飲食店やスーパーマーケット等でバランスの良い食事の提供の必要性が示唆されている。
- 各自治体での食環境の整備に当たり、主食・主菜副菜の組合せの店舗登録制度を増やすにあたって、団体が実施しているスマートミールを提供する店舗を認証する等の認証制度の活用も提案されている（（一社）健康な食事・食環境コンソーシアムが運営する「健康な食事・食環境」認定制度）。
- 本文で提案されているアクションプラン「地域におけるバランスの良い食事の推進」の実施に当たっては、地域住民にバランスの良い食事の選択を誘導する仕掛けを設けることが重点として挙げられている。
- 野菜の摂取量の増加や食塩摂取量の減少の行動とは異なり、複数の食行動が組み合わさって達成される行動があるため、目標の達成には**野菜摂取行動**等他の食行動の施策とあわせて行う必要が示唆されている。

9. 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている国民の割合

10. 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている若い世代の割合

文献タイトル	ゆっくりよく噛んで食べている成人の主食・主菜・副菜をそろえた食事の摂取頻度
著者名	濱下 果帆、赤松 利恵
発行年	2023
章節	1. 持続可能で健康な食事とは 2. 日本人の食生活は持続可能か 3. 日本人の健康課題と栄養状態 4. 適切な量と質の食事と健康影響 5. 炭水化物（糖質）摂取の現状と課題

1. 文献の概要

- 第4次食育推進基本計画では「ゆっくりよく噛んで食べる国民の増加」が目標の一つに掲げられている。よく噛んで食べる習慣がもたらす望ましい影響として、肥満・メタボリックシンドロームの発症予防や改善が挙げられている。ゆっくりよく噛んで食べることに関連する要因として、咀嚼機能が維持されていること、時間のゆとりがあること、健康意識の高さ等が挙げられている。
- 日本の伝統的な食文化の一つである主食・主菜・副菜をそろえた食事は、よく噛んで食べるための口腔の健康において重要であるとされている。本研究では、主食・主菜・副菜をそろえた食事の頻度の高さがゆっくりよく噛んで食べることと関係しているかどうかを検討している。
- 本研究では、2018年10月に農林水産省が実施した「平成30年度食育に関する意識調査」のデータを二次利用しており、調査対象は全国の満20歳以上の者3,000人としている。
- 調査項目としては、①対象者の属性（性別・年齢・同居家族の有無・就業状況）、②咀嚼習慣（ゆっくりよく噛んで食べている）、③主食・主菜・副菜をそろえた食事の頻度、④時間のゆとり、⑤健康を意識した食生活の実践としている。
- 調査結果
 - 「ゆっくりよく噛んで食べている」割合が高かった属性項目として、性別は女性、年代では60歳以上、一人暮らしの者や仕事なしの者でも多く見られた。また時間のゆとりや健康を意識した食生活の実践の有無でも有意な差が見られた（ $p<0.001$ ）。
 - 時間のゆとりや食生活における健康意識の高さに関わらず、主食・主菜・副菜をそろえた食事の頻度が高いことが、ゆっくりよく噛んで食べる要因となっている。

9. 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている国民の割合

10. 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている若い世代の割合

■ 筆者の考察

- 先行研究では、主食・主菜・副菜をそろえた食事の頻度が高いことと、野菜類摂取量や副菜料理の摂取サービング数の多さが関連していると報告されている。野菜類には噛みにくいとされている食品が多いため、主食・主菜・副菜をそろえた食事の頻度が高いと野菜類などを主材料とする副菜料理の摂取量が多く、時間をかけて自然とよく噛んで食べる習慣が形成されていると推察される。
- 日本の食育の現場では、咀嚼回数を増やすことのメリットの一つとして肥満・メタボリックシンドロームの発症予防や改善を挙げているため、**健康への関心**が高いとよく噛もうと意識するようになると推察される。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 本文献はゆっくりよく噛んで食べている成人の主食・主菜・副菜をそろえた食事の摂取頻度に着眼しており、主食・主菜・副菜をそろえることが、**ゆっくりよく噛んで食べる**要因になりうると示している。
- 忙しい生活の中で、食事の準備や調理に割く時間がないと考えている者や、健康な食生活の実践は面倒だと思える者、食の楽しみを損なうと考える者も、主食・主菜・副菜をそろえた食事の頻度を高くすることで、ゆっくりよく噛んで食べられるようになることが示唆されている。
- **外食や中食で主食・主菜・副菜を手軽にそろえられる環境の整備、バランスの良い食事選択を促す指導**が、ゆっくりよく噛んで食べるための食育にも活用できる可能性が示唆されている。

9. 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている国民の割合

10. 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている若い世代の割合

文献タイトル	女子高校生における朝食時に菓子パンを食べる習慣と食品・栄養素摂取量の関連
著者名	成田 美紀、北村 明彦、武見 ゆかり、横山 友里、森田 明美、新開 省二
発行年	2020
章節	1. 緒言 2. 研究方法 3. 研究結果 4. 考察 5. 結語

1. 文献の概要

- 本文献は、女子高校生における菓子パンを朝食に取り入れることの栄養面での問題について調査・分析したものである。
- 菓子パンは日本の食事バランスガイドでは、「菓子・嗜好飲料」と同区分とされており、楽しく適度に摂取することが推奨されており、主食とは明確に区分された分類にある。しかし「若い世代の食事習慣に関する調査」では、18～39才の社会人を対象に朝食の内容を調査した結果では、9.5%の人が朝食に菓子パンを食べている等、朝食に菓子パンを食べる人は多い。
- 本研究の問題意識は以下の3つの観点から挙げられている。
 - 菓子パンを朝食に食べている者では、ご飯類やパン類が中心の朝食を食べている者に比べて、野菜、果物、旬の食材やカルシウムを摂取することを心がけている者の割合が有意に低い。
 - ②女性は男性に比べて鉄欠乏性貧血や骨粗鬆症になりやすいため若年期から微量栄養素やタンパク質が不足しないように摂取することが必要である。
 - ③20歳代・30歳代における食生活の問題は、高等学校を卒業し、就職あるいは大学進学時に親元を離れて自活（一人暮らし）することに大きく関連するため、その前段階にある高校生を対象とした食育活動は極めて重要である。
- 上述の問題意識から、①菓子パンの朝食での摂取状況と食品摂取状況および栄養素摂取量との関連、②菓子パンの朝食での摂取状況と主食・主菜・副菜が揃った食事をしているかの関連性の検討を行った。
- 研究対象は名古屋市内の高等学校の2・3年生370人（2年生199人、3年生171人）を対象に実施した。

9. 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている国民の割合

10. 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている若い世代の割合

■ 調査結果

- 朝食を「毎日とっている」者における朝食摂取内容で、「菓子パン」と回答した者は123人（43.9%、以降菓子パン摂取有群）であり、菓子パンを選択しなかった者は157人（56.1%、以降菓子パン摂取無群）であった。
- 菓子パン摂取有群に比べ、菓子パン摂取無群で摂取している者の割合が有意に高かったのは、「主食」・「主菜」（ $p<0.001$ ）「副菜」・「汁物」（ $p=0.002$ ）であった。
- 菓子パン摂取有群の摂取量が、菓子パン摂取無群の摂取量に比べて有意に少なかった栄養素は、たんぱく質エネルギー比率（ $p<0.001$ ）・ビタミンD（ $p<0.001$ ）・ビタミンK（ $p=0.027$ ）・ビタミンB₁（ $p<0.001$ ）・ビタミンB₂（ $p=0.019$ ）・ナイアシン（ $p=0.010$ ）・ビタミンB₆（ $p<0.001$ ）・ビタミンB₁₂（ $p=0.003$ ）・カリウム（ $p=0.003$ ）・カルシウム（ $p=0.008$ ）・マグネシウム（ $p<0.001$ ）・リン（ $p<0.001$ ）・鉄（ $p=0.014$ ）・亜鉛（ $p<0.001$ ）・銅（ $p=0.001$ ）であった。
- 朝食における菓子パン摂取と食事摂取に対する態度（食生活に対する心がけ、栄養の大切さについての態度、栄養を考えた食事に対する自己効力感）の3項目とともに、菓子パン摂取有群と菓子パン摂取無群の2群間に有意な差は認められなかった。

■ 筆者らによる考察

- 「若い世代の食事習慣に関する調査」では、18～39歳の社会人女性において「菓子パン」を食べた女性は9.3%、本研究の対象者で菓子パンを食べている者は43.9%と菓子パンを食べることが多い集団と考えられる。
- 普段朝食時に菓子パンを食べている者ほど、主食・主菜・副菜が揃っておらず望ましくない食事パターンであると考えられる。
- 独り立ち世代である**高校生**に対しては、栄養素の大切さを認識し、栄養のことを考えて食事を選択する態度や能力を高める**食育**が必要なのではないかと考えられた。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 本文献は主食・主菜・副菜を組合わせた食事を1日2回以上摂取することを対象にしたものではないが、**菓子パン**という手軽に摂取しやすい嗜好食品を摂取することで、「主食」「主菜」「副菜」「汁物」の摂取量が減っていることが示唆された。
- 朝食時に菓子パンのみを食べるのではなく、一緒に食べる他の料理や食品の組合せを意識した工夫、不足しがちな料理や食品を昼食や夕食で補うことについて食育活動を通じた発信が示唆される。

9. 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている国民の割合

10. 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている若い世代の割合

文献タイトル	主食・主菜・副菜を組み合わせた食事と食習慣および食事づくりに関わる事項との関連
著者名	押野 香、駒場 千佳子、小西 史子
発行年	2024
章節	1. 緒言 2. 方法 3. 結果 4. 考察 5. まとめ

1. 文献の概要

- 先行研究から時間にゆとりのない場合や食事を簡便にすませたい場合には難しいが、手間や費用をかけずに、短時間に自分で食事を用意できる調理技術があれば、栄養バランスに配慮した食事頻度の増加につながると推察されている。また栄養バランスに配慮した食事頻度の増加には、食品の選択、調理の作業工程等を考え、献立を作成して調理するための食事をととのえる力も求められると考えられている。
- 本文献では、大学生を対象に、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事の頻度に影響する食習慣や食事づくりに関連する事項（調理頻度、調理が好きか、食事をととのえる力）との関連を検討している。
- 第4次食育推進基本計画では、主食・主菜・副菜を組合わせた食事を1日に2回以上ほぼ毎日食べている割合が全年齢階級の中で若い世代が最も低く、若い世代の食習慣の改善は非常に重要であり、食習慣の改善のために有効な支援をとることが喫緊の課題とされている。
- 研究対象は関東にある17校に在籍する大学生1,784名を対象としている。
- 調査項目は①対象者の属性、②食習慣（1週間当たりの朝食・昼食・夕食の摂取頻度および主食・主菜・副菜を組み合わせた食事の頻度）、③食事づくりに関連する事項の3項目で構成されている。③は調理頻度、調理が好きか、食事をととのえる力の3項目に分けてアンケート調査を実施した。
- 調査結果
 - 朝食を毎日食べる頻度は栄養士養成課程の学生（養成系）の女子学生で高く、非養成系女子学生および非養成系男子学生で低いことが示された。

9. 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている国民の割合

10. 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている若い世代の割合

■ 調査結果（続き）

- 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事の頻度の高頻度群の方が低頻度群よりも**朝食の摂取頻度が有意に高かった**。また朝食の摂取頻度が高い者は、低い者より主食・主菜・副菜を組み合わせた食事の頻度のオッズ比が高かった。
- また主食・主菜・副菜を組み合わせた食事の頻度がほぼないと答える学生の割合は、朝食でも昼食でも養成系女子学生で低く、非養成系女子学生および非養成男子学生で高いことが示された。
- 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事の高頻度群は、低頻度群に比べて**中学・高校時代の主体的な食事づくりおよび小学校時代の食事づくりの手伝いの経験があり、食事作りのイメージを描く力が優る**。非栄養系男子では小学校時代に食事作りの手伝いをした経験の多い者の方が、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事の頻度が高くなっている。
- 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事の頻度や朝食の摂取頻度に、**専門的な学習経験や居住形態**の影響も見られた。
- 調理をする前に、栄養やタイミングを考えた料理の選択、食材に適した料理や調理法など、食事づくりに**必要な諸事項のイメージを描く力**のあるものは、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事の頻度が高くなる。

■ 筆者らによる考察

- 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事の頻度を高めるためには、**朝食の摂取頻度**を高めるための支援が望まれる。
- 非栄養系男子学生は小学校時代に食事作りの手伝いを通して、主食・主菜・副菜を組み合わせたバランスの良い食事のとなりのえ方を学んだ可能性が考えられる。非栄養系女子学生および非栄養系の男子学生には食事のとなりのえ方や食生活の管理に関する情報提供が必要であると示唆された。
- 自宅外の学生は自宅生よりも低頻度群の割合が高かったことから、自宅外の学生については簡単な調理実習を体験する機会を提供するなど実践的な支援が必要であると考えられる。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 本文献では、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事の頻度と**朝食の摂取頻度、専門的な学習経験、居住形態（自宅・自宅外）**が関与することが示唆されている。
- **小・中学校や高校時代における食事作りの手伝い経験**の多さが食事作りのイメージを描く力に影響し、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事の頻度に寄与している。
- 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事の頻度を高めるためには、食事づくりに必要な書事項のイメージが描けるように、**調理実習**などを利用した食事の組み合わせ方や**調理法に関する情報提供等**の支援が必要であると示唆される。

9. 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている国民の割合

10. 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている若い世代の割合

文献タイトル	女子大学生における現在の主食・主菜・副菜を組み合わせた食事と学童期の食関連要因
著者名	中出 麻紀子、中村 こころ、福井 涼太、松下 眞子、藤城 美穂
発行年	2022
章節	1. 緒言 2. 研究方法 3. 結果 4. 考察 5. 結論

1. 文献の概要

- 本文献は、女子大学生における、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事と関連する学童期の食関連要因を調査している。
- 女子大学生を対象とした研究では、主食・主菜・副菜の揃った食事を1日2回以上食べる頻度が週3日以下の学生は約4割いることが報告されている。栄養学専攻の学生においても同様の結果が報告されている。
- 子供の頃の食習慣、食環境、食育等は将来の食習慣と関連することが先行研究で報告されているものの、学童期においてどのような食関連要因に重点を置くべきかは明らかになっていないという問題意識から、若年成人である大学生を対象に学童期の食関連要因について、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事との関連を検討している。
- また本調査では、学童期の食習慣を48項目で包括的にとらえ、さらに現在の他の食習慣等の影響を検討し、結果を得ている。
- 研究対象は兵庫県の1大学の管理栄養士養成課程1～4年生162名全員を対象に実施した。
- 調査方法はアンケート調査で実施し、調査項目は①基本的属性、②現在の生活習慣、③現在の食習慣、食行動、食環境、食意識、食知識、食スキル、④学童期の食関連項目としている。
- 調査結果
 - 学童期の「食に関する会話（3色食品群等の食事のバランス、栄養素、朝食の大切さ）」が、現在の主食・主菜・副菜を組み合わせた食事頻度が高いことと関連することが示唆された。

9. 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている国民の割合

10. 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている若い世代の割合

■ 筆者らによる考察

- 保護者等と食について話すことで、学んだことや見聞きした**栄養の知識が定着**し、実際の食事の改善につながる。
- 食について授業等で学び、それについて会話することで子供の食知識が向上・定着し、さらに保護者も食に関心を持つことで家庭での食事内容が変化し、子供の主食・主菜・副菜の揃った食事の経験が増えることで、将来の主食・主菜・副菜を組み合わせた食事につながる。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 本文献は主食・主菜・副菜を組合わせた食事を1日2回以上摂取すること自体を対象にしたものではないが、学童期の「**食に関する会話（3色食品群等の食事のバランス、栄養素、朝食の大切さ）**」が、現在の主食・主菜・副菜を組み合わせた食事頻度が高いことと関連することが示唆された。
- 食育を学校等で行い、それについて家庭で会話することで、子供の食知識の向上・定着が期待でき、保護者が食に関心を持つ可能性が高まることが示唆されている。

9. 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている国民の割合

10. 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている若い世代の割合

文献タイトル	女子大学生の食費に対する態度と主食・主菜・副菜が揃った食事の摂取頻度の関連
著者名	江田 真純、河寄 唯衣、赤松 利恵、藤原 葉子
発行年	2021
章節	1. 緒言 2. 方法 3. 結果 4. 考察 5. 結論

1. 文献の概要

- 本文献は、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事頻度が特に20代女性で低い（女性全体が61.5%であるのに対し、20代女性は32.5%）ことを受け、原因の1つとして所得などの経済的要因に着眼している。
- 令和元（2019）年国民健康・栄養調査では、食生活改善の準備性について「改善することに関心がない」「関心はあるが改善するつもりはない」と回答した者は女性全体で35.7%であったが、20代女性では44.3%であり、各世代と比べて食生活改善の準備性が最も低かった。
- 若年女性は若いがゆえに食生活改善への関心が低く、服や趣味、サークルなどによりお金を掛けることが考えられるが、そのような様々なものの中から、食事や食生活への関心があることから、食費に対する態度と食生活との関連が確認できれば、食費に対する態度の変容によって食生活を改善できる可能性が示唆される。こういった背景から、本研究では主食・主菜・副菜の揃った食事の摂取頻度別に食費に対する態度を検討している。
- 研究対象は都内の国立大学1校に通う文教育学部、理学部、生活科学部の女子大学生1～4年生の1,388人を対象に実施した。
- 調査方法はアンケート調査（自記式質問紙調査）で実施しており、調査項目は①基本的属性（年齢、居住形態、学科／専攻、自己申告の身長・体重、サークル活動頻度・アルバイト頻度、暮らし向き）、②食費に対する態度、③主食・主菜・副菜の揃った食事の摂取頻度としている。

9. 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている国民の割合

10. 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている若い世代の割合

■ 調査結果

- 食費に対する態度による属性の比較結果では、「お金を掛けることは惜しまない」者の中では食物栄養学科の学生が多く、暮らし向きにおいても、ゆとりがある者において高い傾向にあった。主食・主菜・副菜の揃った食事の摂取頻度が高い群では、食費に対する態度として「**お金を掛けることは惜しまない**」($p=0.016$)者が多く、居住形態は「**家族・その他との同居**」、体格は「やせ」型、アルバイト頻度は「週3～毎日」で多い傾向が見られた。

■ 筆者らによる考察

- 食費に「**お金を掛けることは惜しまない**」者は、より栄養バランスの取れた食生活を送っている可能性が示唆された。食費に「お金を掛けることは惜しまない」者は、学科や経済的要因を含む属性の影響を考慮しても主食・主菜・副菜の揃った食事の摂取頻度が高かった。
- 食費に「お金を掛けることは惜しまない」という態度を持つことは、健康的な食生活を送る上で重要となると考えられる。
- 本研究の興味深い結果として、主食・主菜・副菜の揃った食事の摂取頻度の高い者に「やせ」が多かった点が挙げられる。主食・主菜・副菜の揃った食事の摂取時に、摂取エネルギーが適切であるかという点も考慮する必要があると考えられる。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 本文献は主食・主菜・副菜を組合わせた食事を1日2回以上摂取すること自体を対象にしたものではないが、食費に「お金を掛けることは惜しまない」者がより栄養バランスの取れた食生活を送っていることが示唆された。
- 健康な食生活を送る上で食費に「お金を掛けることは惜しまない」という態度の重要性も評価されている。先行研究では自宅外学生の食生活を改善するためには、1ヶ月30,000円以上の食費が必要であるという指摘もあり、食費に対する態度や考え方と栄養バランスの取れた食生活に影響を及ぼすことが考えられる。

9. 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている国民の割合

10. 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている若い世代の割合

文献タイトル	20, 30歳代成人における主食・主菜・副菜の揃った食事と関連する食習慣
著者名	中出 麻紀子、木林 悦子、諸岡 歩
発行年	2021
章節	1. 研究方法 2. 研究結果 3. 考察

1. 文献の概要

- 若い世代において、主食・主菜・副菜の揃った食事が推奨されている一方で、20代、30代成人に特化した研究は少なく、今後若い世代で主食・主菜・副菜の揃った食事を摂るためには、どのような食習慣にすべきか提案していくためのエビデンスが必要である。
- 本文献では、若年成人（20代、30代）における主食・主菜・副菜の揃った食事と関連する食習慣を明らかにしている。
- また本調査では、学童期の食習慣を48項目で包括的にとらえ、さらに現在の他の食習慣等の影響を検討し、結果を得ている。
- 研究対象は兵庫県内32地区（1,919世帯および世帯員4,747人）を対象に実施した。調査方法はアンケート調査で実施（回収率57.5%）、調査項目は①主食・主菜・副菜の揃った食事の頻度、②食習慣（共食、就寝前2時間以内の夕食頻度、朝食摂取頻度、間食頻度、主食の重ね食い頻度、外食頻度、弁当や総菜の利用頻度、米飯の摂取頻度（朝食、昼食、夕食）、③属性（性別、年齢、居住形態、仕事、自己申告の身長・体重）としている。
- 調査結果
 - 20歳代、30歳代の若年成人において主食・主菜・副菜の揃った食事頻度が高いことと**朝食摂取頻度**や**主食としての米飯の摂取頻度が高いこと**、**外食頻度が低いこと**と関連が見られた。

9. 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている国民の割合

10. 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている若い世代の割合

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 本研究では米飯の摂取頻度が高いことが主食・主菜・副菜の揃った食事頻度が高いことと関連しており、先行研究では、主食・主菜・副菜とその組み合わせに注目しており、食事調査の結果、主食が米飯の場合、他の主食に比べて主菜料理および副菜料理の出現率が高かったことが報告されている。
- 米飯の摂取頻度が高いことと主食・主菜・副菜の揃った食事頻度は明らかになっていないが、筆者は和食の基本として主食・主菜・副菜などで構成される「一汁三菜」があること、さらに、日本人は白飯とおかずを交互に食べ、口の中に残るおかずの味で白飯を味付けしながら食べる「口内調味」をしながら食べると言われていることから、主食が米飯だと、主菜や副菜が揃いやすいと推察している。
- 20、30歳代の若年成人に対し、**朝食摂取**や**主食として米飯の摂取**を推奨していくこと、**外食産業**においては、**主食・主菜・副菜の揃ったメニュー**をより多く提供するよう働きかけていく必要性が示唆されている。

9. 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている国民の割合

10. 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている若い世代の割合

文献タイトル	学生の食生活・食品摂取頻度の実態と心の健康度との関係
著者名	中山 文子、平田 治美、藤岡 由美子
発行年	2024
章節	1. はじめに 2. 方法 3. 結果 4. 考察 5. まとめ

1. 文献の概要

- 本文献は、大学生と短大生、専門学生を対象に食事や栄養の摂取状況や共食状況を専攻（栄養系と栄養系以外の学生）、居住形態別に分類し調査した研究である。
- 平成27年国民健康・栄養調査では、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事は、若い世代ほど食べられていない傾向にあり、外食や中食の利用割合が高いとされており、食生活の改善が急務とされている。
- 研究対象は私立大学学生210人、私立短期大学生242人、合計3校、680人を対象に実施した。調査内容は所属（大学・学科）、生活形態（一人暮らし・家族と同居）、食事状況調査（回数、内容、共食回数）、食事意識調査、食品別摂取頻度調査、昼食行動・共食状況調査の合計23項目、心の健康に関する項目は合計6項目である。
- 調査結果
 - 669人の有効回答が得られ、対象者の属性は新潟県の専門学校学生227人、長野県の私立大学学生209人、長野県の私立短期大学生233人であった。
 - 食事摂取状況について、朝食をほとんど食べた人は61.9%、昼食と夕食は85%以上という結果であった。共食頻度は、昼食65.0%、夕食51.1%、朝食32.5%の順で人と食事をしていた。主食・主菜・副菜の揃った食事は夕食42.1%、昼食27.7%、朝食20.3%の順であった。主食・主菜・副菜の栄養バランスについては、朝食昼食夕食の合計点9点以上の高群は45.4%、8点以下の低群は54.6%であった。

9. 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている国民の割合

10. 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている若い世代の割合

■ 調査結果（続き）

- 食事調査の結果を栄養系学生360人とその他学科の学生309人で比較した結果、栄養系の学生の方が有意に高かった項目は「朝食」摂取頻度（ $p<0.01$ ）であり、食品別摂取頻度については、「緑黄色野菜」の摂取量（ $p=0.021$ ）であった。栄養学科以外の学生が有意に高かった項目は「総菜・弁当」の摂取量（ $p<0.01$ ）「インスタント食品の摂取量」（ $p=0.027$ ）であった。
- 朝食摂取頻度と、主食・主菜・副菜の揃ったバランスの良い食事は、一人暮らしよりも家族と同居群の方が高かった（ $p<0.01$ ）。食生活に満足している人も家族と同居の人の方が多かった（ $p=0.02$ ）。食品別摂取頻度も主菜・副菜の食品のほとんどが家族と同居群の方が有意に高かった。
- 食品摂取量について食品ごとの**心の健康度**との関係を検討したところ「**緑黄色野菜**」と「**菓子**」「**インスタント食品**」に有意差があった。心の健康度高群の方が低群よりも緑黄色野菜摂取頻度が多かった（ $p=0.026$ ）。
- 食事や共食の状況においては、心の健康度が高い人は食生活に満足している人が有意に高く（ $p<0.01$ ）、さらには共食を楽しんでおり（ $p=0.02$ ）、食事中的会話がなかった（ $p=0.031$ ）。

■ 筆者らによる考察

- 栄養系の学科の学生はその他の学科の学生と比較して、朝食や野菜類を多く摂取しており、日ごろの食事・栄養への興味や関心が強く、学びの経験も多いため、このことが栄養バランスへの意識や摂取量に差を及ぼしていると考えられる。
- 心の健康度の低い人は間食や菓子の摂取頻度が高く、総菜やインスタント食品の利用頻度も高かったことから、心の状態が、食べる選択に影響を与えていると言えるかもしれない。
- 心の健康度が高い人は食生活に満足しており、人に気を遣いつつも共食を楽しんでいたことから、健康度の高い人は食事を楽しむ余裕があるとも考えられるが、人との関わりを楽しむことができる人は心の健康度も高くなる可能性も考えられる。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

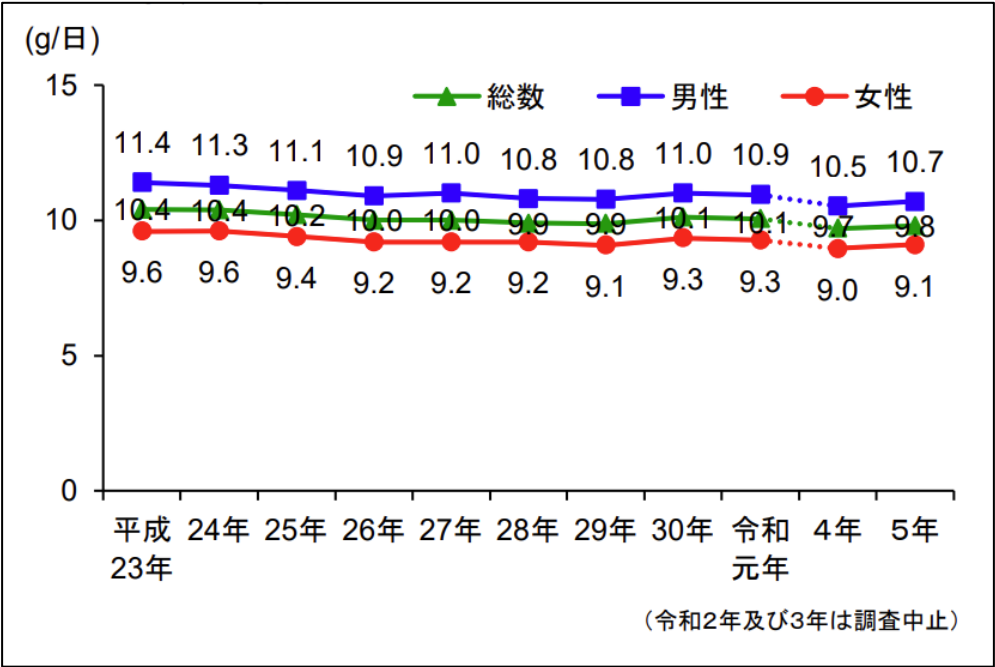
- 本文献では、主食・主菜・副菜のバランスの良い食事に影響を及ぼす、副菜の一つに含まれる「緑黄色野菜」の摂取量が栄養系の学科の学生で高く、日ごろの食事・栄養への興味や関心が栄養バランスへの意識や摂取量に影響を及ぼすため、学生が栄養や調理を学んだり食材の提供を受けられる機会をサポートすることが求められる。

11.1 日当たりの食塩摂取量の平均値

11. 1日当たりの食塩摂取量の平均値

具体的な目標値	第4次基本計画 作成時の値	現状値			目標値	達成状況
	R元（2019）年度	R3（2021）年度	R4（2022）年度	R5（2023）年度	R7（2025）年度	
1日当たりの食塩 摂取量の平均値	10.1g	-	9.7g	9.8g	8g以下	△

食塩摂取量の平均値の年次推移（20歳以上）



（出所）厚生労働省「令和5年国民健康・栄養調査結果の概要」10頁より転載

変数相関図



11. 1日当たりの食塩摂取量の平均値

変数の整理と現状値への示唆

影響の時間軸に基づく変数の分類

短期的にアウトカムに影響すると考えられる変数	■ 減塩料理の調理頻度・技能 ■ 健康指導 ■ メリットの認知 ■ 減塩商品等の選択・活用	■ 食品の価格 ■ 品目数 ■ 共食
中長期的にアウトカムに影響すると考えられる変数 (または前提条件となる変数)	■ 喫煙習慣 ■ 幼少期からの食習慣 ■ 塩味味覚閾値 ■ 健康状態・意識	■ 食生活への意識(減塩意識) ■ 減塩を支える食環境 ■ (減塩に関する)食育を受けた経験

第4次基本計画の現状値に関する本事業の調査から得られる示唆

- 日本政策金融公庫の「[消費者動向調査\(令和6年7月調査\)](#)」によると、平成23年(2011年)以降は健康志向の割合はほぼ4割から4割半ばの範囲内で推移しており、第4次基本計画期間中に健康意識が高い層が増加していない。健康への意識自体は依然として食に関する代表的なものではあるが、第4次基本計画期間中に健康志向がさらに増加しなかったことが、現状値が目標値に達しなかった要因の一つであると考えられる。
- 平成29年(2017年)とやや古い調査ではあるが、(国研)医薬基盤・健康・栄養研究所によると、日本人の食塩摂取量の約7割は調味料から摂取しているとされ、調味料以外では加工食品からの摂取量が多くなっている(「[\(国研\)医薬基盤・健康・栄養研究所「日本人はどんな食品から食塩をとっているか?—国民健康・栄養調査での摂取実態の解析から—」2017年](#)」)。そのため、加工食品の食塩相当量を減じた食品が求められている。日本高血圧学会減塩委員会では、優良な減塩食品を「[JSH減塩食品リスト](#)」として公表している。食塩摂取量を抑える方法の一つとして減塩商品等の選択や活用があるが、同学会の「[JSH減塩食品リスト掲載品の販売状況\(2023年度調査\)](#)」によるとJSH減塩食品リストの加工食品における売上高は2018年以降増加傾向にあり、減塩製品数も創設時と比較すると増加しており、食塩摂取量の減少につながっている可能性がある。
- 厚生労働省が掲げている「[健康的で持続可能な食環境戦略イニシアチブ](#)」では、参画要件として少なくとも「食塩の過剰摂取」への対策に関する行動目標を設定することとしている。イニシアチブのウェブサイトでは参画事業者行動目標を確認できる企業だけでも、取り組む課題として「食塩(ナトリウム)の過剰摂取」を掲げる企業数が増えており、またスマートミールの認証件数も年々増加し、第5回の認証事業者は合計536件となっている。こうした栄養バランスや減塩に配慮した食品・食事の普及が向上していると考えられる。

11. 1日当たりの食塩摂取量の平均値

変数の整理と現状値への示唆

第4次基本計画の現状値に関する本事業の調査から得られる示唆（続き）

- 既存文献によると、野菜や主食・主菜・副菜を増やす際に、食塩摂取量が増えないよう対策をすることが重要であると指摘されている。また国立研究開発法人 医薬基盤・健康・栄養研究所が平成24年（2012年）の「国民健康・栄養調査」のデータ解析を行った結果によると、食塩摂取源となっている食品ランキングの中には、高菜の漬け物（4位）やきゅうりの漬け物（5位）、白菜の漬け物（8位）が含まれており、野菜を漬け物から摂取している場合は塩分摂取が増える場合がありえる。ただし、「食育に関する意識調査」において、「主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている」国民及び若い世代の割合はほぼ横ばいであり、主食・主菜・副菜を食べる人の割合に改善がないため、現状値に与える影響は限定的と考えられる。

11. 1日当たりの食塩摂取量の平均値

文献タイトル	「特別報告 栄養・食生活分野のロジックモデルとアクションプランの例―食塩摂取量の減少―」『日本健康教育学会誌』第32巻Special Issue号
著者名	村山 伸子
発行年	2024
章節	1. 緒言 2. 方法 3. 結果 4. 考察 5. 結論

1. 文献の概要

- 本研究は健康日本21（第三次）において、栄養・食生活の目標の1つとして設定された「食塩摂取量の減少」の目標達成に向けて、ロジックモデルと介入のはしごを用いて施策を整理し、アクションプランを提示している。
- 本研究の問題意識として、日本人の食塩摂取量は諸外国と比べても高く、非感染性の疾患の要因としての寄与が諸外国と比較して大きいことが挙げられる。食塩摂取量の低減のための施策として、国内外では、保育所、学校、事務所等のセッティングでの栄養教育や給食や販売されている食品の減塩、地域ベースの食環境整備としては、栄養成分（食塩相当量）表示、栄養プロフィール表示、食塩が多い食品の販売規制、コマーシャル規制、食品中の食塩相当量の低減、食塩への課税等が実施されている。
- 健康日本21（第三次）では、自治体にある事業者の取組みを促進させるため、減塩を必須として国と連動した取組を行う自治体の登録数が目標とされている
- 文献調査はロジスティックモデルを検討するために、食塩摂取量の低減に関連する要因を抽出し、行動に関する要因と環境要因に分けて設定している。中間因子は評価の際には中間アウトカムとしている。
- 食塩摂取量の低減に関する自治体施策の内、介入のはしごの下レベルの情報提供（啓発）の施策は多く実施されているため、本研究では、介入のはしごの上レベルの施策を実施している事例を選定している。
- アクションプランは、複数の好事例をもとに、アクションプランで考慮すべき必要な要素を抽出し、統合して新たに作成されている。

11. 1日当たりの食塩摂取量の平均値

■ 調査結果・筆者の考察（続き）

- 食塩摂取量低減のためのロジックモデルが示されている。

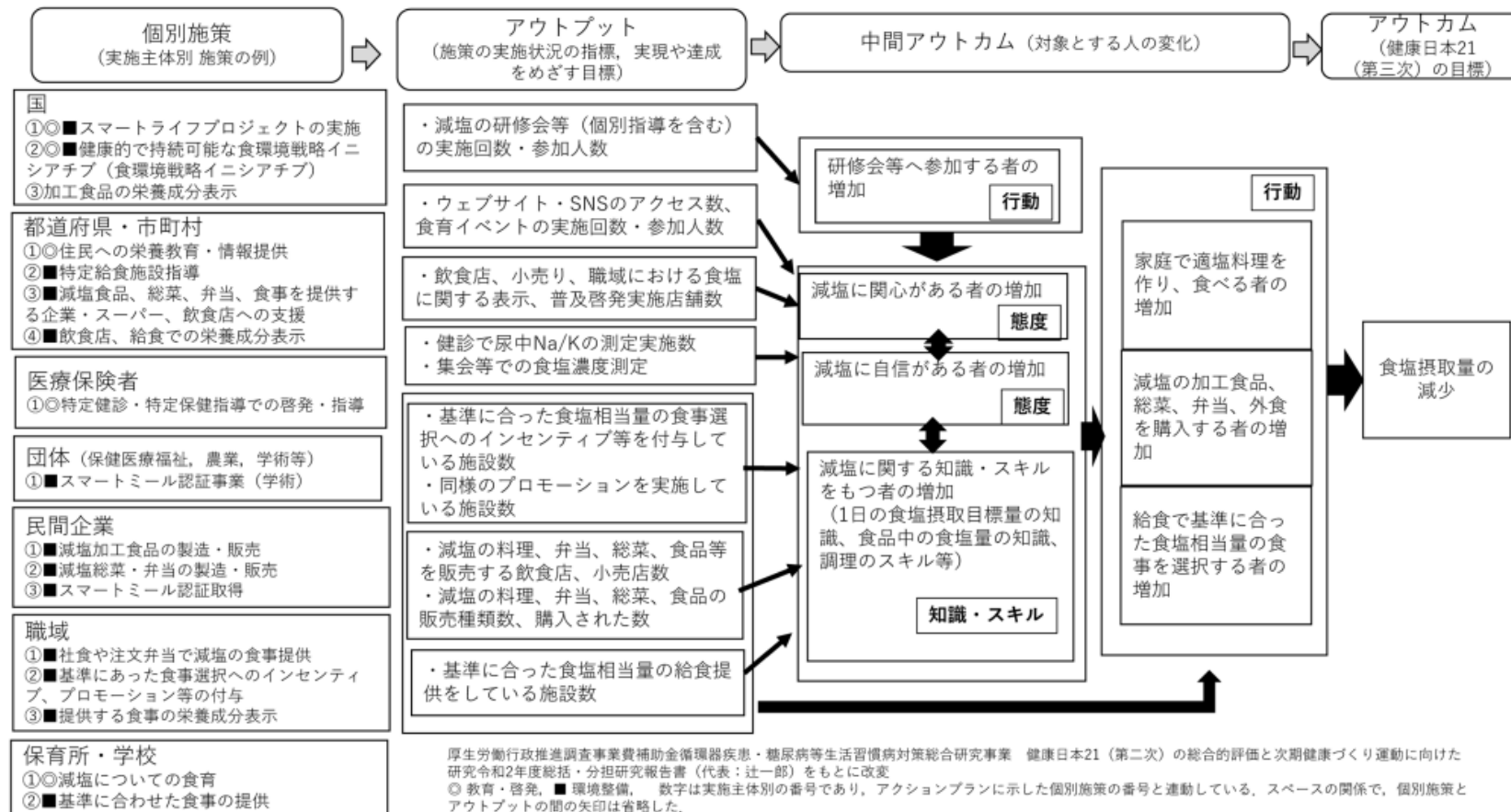


図1 食塩摂取量減少のためのロジックモデル

(出所) 村山伸子「特別報告 栄養・食生活分野のロジックモデルとアクションプランの例—食塩摂取量の減少—」『日本健康教育学会誌』第32巻Special Issue号、S66頁より転載。

11. 1日当たりの食塩摂取量の平均値

■ 調査結果（続き）

- 介入のはしごを用いた実施主体別個別施策が示されている。

表1 介入のはしごを用いた実施主体別個別施策（食塩摂取量の減少）

介入のはしご	国	都道府県・市町村	医療保険者	団体	民間企業	職域	保育所・学校
レベル1 選択できなくする	—	—	—	—	—	—	—
レベル2 選択を制限する	・法律の制定（例：学校給食法） ・学校給食摂取基準	②各主体の取組を推進する給食施設指導の実施	—	—	—	①社員食堂で提供するすべての食事を減塩にする ①味噌汁、麺の汁の減塩	②給食は、基準に基づいた食事にする
レベル3 逆インセンティブ	—	—	—	—	—	—	—
レベル4 インセンティブによる選択の誘導	—	③健康な食事に補助（クーポン、ポイント）をつけ、他のメニューより安く選択できるようにする又は選択を誘導する	—	—	—	②健康な食事（減塩）に補助をつけ、他のメニューより安く選択できるようにする	—
レベル5 デフォルトを変えることによる選択の誘導	—	③地域にある各主体の取組を推進する食環境事業（制度）を拡大する	—	—	①ある商品（かまぼこ、パン、めん等）全体を減塩にする ①②減塩食品、総菜、弁当を減塩と表示しない	①基本の定食を減塩にする ①スマートミールの基準に合った定食、注文弁当を標準にする	—
レベル6 環境を整えて健康な選択を誘導	①健康な食事を提供している地域や職域の表彰事業（スマートライフプロジェクト） ②食環境戦略イニシアチブによる減塩を目標にする企業等の登録事業 ③加工食品の栄養成分表示	②地域にある各主体の取組を推進する食環境事業（制度）を作る ④飲食店、給食での栄養成分表示	—	①スマートミール事業	①②減塩の加工食品、総菜、弁当、外食を製造・販売する ①②減塩の商品のネーミングを魅力的、手に取りやすくして誘導 ③スマートミール認証取得	②減塩献立の提供 ②減塩献立のネーミングを魅力的にする、選択を誘導するようなメッセージ ③提供する食事の栄養成分表示	—
レベル7 情報提供、教育	・食事摂取基準の策定・国民健康・栄養調査結果の情報提供 ・食や栄養に関するイベントやウェブサイト等を用いた普及啓発 ・自治体への給食施設指導、アクションプラン作成研修	③健康な食事が選択できる店舗の情報ウェブサイトやチラシで伝 ③飲食店、小売等を対象とした健康な食事提供に関する情報提供 ②保健所、給食関係者の研修会 ①地域住民を対象とした集団や個別の栄養教育や食や栄養に関するイベントの実施	①特定保健指導でNa/K比測定とそれに基づいた教育を実施する	—	・弁当・総菜部門の関係者への減塩の重要性に関する研修会	・食堂の入口のポスター等で健康な食事を目立たせる ・健康な食事の提供とともに、栄養に関する情報提供 ・職場の給食や注文弁当を管理する部署への教育	①減塩についての食育（味覚教育、素材を味わう、出汁を使った教育等） ①給食関係者への減塩の研修会 ①減塩レシピ集の作成
レベル8 モニタリング	・食塩摂取量や中間アウトカムのモニタリング ・登録事業者数のモニタリング	・食塩摂取量や中間アウトカムのモニタリング ・各主体の取組企業や団体数、減塩食品、総菜、弁当等の販売数のモニタリング	・被保険者の健康状態（血圧）のモニタリング	登録企業数のモニタリング	自社の減塩商品種類数、販売数のモニタリング	給食や注文弁当の食塩提供量、職員の健康データのモニタリング	・給食の食塩相当量のモニタリング

アウトカム：食塩摂取量の減少。①～④の番号は、ロジックモデルの実施主体別の個別施策と連動している。

（出所）村山伸子「特別報告 栄養・食生活分野のロジックモデルとアクションプランの例—食塩摂取量の減少—」『日本健康教育学会誌』第32巻Special Issue号、S68頁より転載。

11. 1日当たりの食塩摂取量の平均値

■ 調査結果・筆者の考察（続き）

- 上表では、実施主体別に介入のはしごのレベルが整理されている（レベル1：選択できなくする、レベル2：選択を制限する等）。レベル8のモニタリングとして、国や都道府県（可能であれば市町村）ではアウトカムとして食塩摂取量の他、中間アウトカムとして知識や態度、スキルのモニタリングの実施の他、施策のアウトプットのモニタリングを行う。
- レベル7では職域や保育所学校での**栄養教育の実施**、レベル6では環境を整えて健康な選択を誘導として、国では環境整備としてスマート・ライフ・プロジェクトで、地域や職域の表彰事業を実施している。都道府県・市町村では、食環境整備の施策として、**健康的な食品やメニューを提供、栄養成分表示等の情報提供**をする飲食店等の登録制度として実施されている。団体としては、健康な食事・食環境コンソーシアムでは**スマートミール**等の健康的な食事の認証制度の実施、民間企業では**減塩加工食品、総菜、弁当、外食を製造・販売**する。**減塩の商品のネーミングを魅力的、手にとりやすくして誘導**する、スマートミール認証取得が設けられている。
- アクションプランとしては、「職場の昼食での減塩メニューの提供と栄養教育」が提案されており、働く世代の食塩摂取量の低減を目的に、職場の昼食として社員食堂、または配達弁当で提供される食事の食塩相当量を低減することを提案している。
- アクションプランの好事例として、埼玉県の記事におけるスマートミールと栄養教育による減塩の取り組みが挙げられている。スマートミールのメニューは毎日日替わり1種類のみ提供され、100円を会社が補助し、値段は今までと変更を行わずに提供したところ、従業員の約3割が喫食する結果が得られた。1年後に実施した企業従業員の尿検査により食塩摂取量では、有意に減少が見られ、Na/K比も実施しなかった比較企業の従業員に比べ、有意に低下していた。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 諸外国では介入のはしごの上位に位置づけられている国の制度による食品成分の調整、食品の包装上の食塩含有量・警告表示、食塩含有量が多い食品への課税等の食環境整備の取り組みが増加している一方で、日本では企業の自主的な取り組みが推進されている。食塩摂取源も多様で、家庭外、家庭内からの摂取が約5割ずつであることから、食環境整備とともに栄養教育の両方が必要と示唆される。
- 食塩含有量が多い食品にはエネルギー密度が高い加工食品が多いことから、加工度が高い食品への対策は**肥満対策**と共通している。また、食塩摂取量と野菜や主食・主菜・副菜の摂取量との関連の報告では一貫した結果が得られていないことから、**野菜や主食・主菜・副菜を増やす際に、食塩摂取量が増えないよう対策**をすることの必要性も指摘されている。

11. 1日当たりの食塩摂取量の平均値

- 本文献で提案されているアクションプラン「職場の昼食での減塩メニューの提供と栄養教育」の実施に当たっては、職域から、地域での食品販売へ展開することが挙げられている。自主的な減塩だけでは、健康格差縮小への効果が限定的であることが挙げられており、全ての商品の減塩が望ましいと示唆されている。インセンティブ等を設けることで減塩の食品の利用者を増やし、より多くの商品の減塩を進めることにより、住民全体の減塩とともに**健康格差の縮小**が求められる。

11. 1日当たりの食塩摂取量の平均値

文献タイトル	日本人の食塩摂取：栄養調査と家計調査の乖離から
著者名	櫻井 宏明、大橋 洸太郎
発行年	2024
章節	1. はじめに 2. 食塩摂取の状況 3. 栄養調査と家計調査の調査方法等に関する違い 4. 時系列分析による関係 5. 栄養調査と家計調査の違いに関する先行研究 6. おわりに

1. 文献の概要

- 本研究は日本人の近年の食塩摂取量が減少していないわりに、主たる摂取源と考えられるしょうゆ、みそ、食塩の販売量・購入量が減少している理由に着眼している。日本では他の主要国と比較しても食塩摂取量が多く、糖尿病をはじめとした疾患が多い一因とされている。この要因はみそ汁や漬物、しょうゆといった和食由来の食物による塩分摂取が多いことが挙げられる。
- 栄養調査における塩分摂取と家計調査における食塩購入量を指数化して比較するとその差は大きく見られる。先行研究によると、家計調査による購入量の減少と栄養調査による塩分摂取の多さについては、調査特性が異なるため乖離が発生するとされている。また摂取と購入の相違もあり、家計調査で対象とされる外食は中身が不明であり、食塩摂取との関係は不明であるため、外食での食塩摂取が過小評価されている可能性が示唆されている。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 家計調査で和食由来の調味料が減少していることが、食塩摂取量の減少の要因とは言い切れない。
- 食塩を多く含む食品を抑える、減塩食品に切り替えるといった購買行動だけでなく、**外食など内訳が分からない食事に対する食塩摂取量の意識や減塩の心がけ**も重要と思われる。

11. 1日当たりの食塩摂取量の平均値

文献タイトル	都市部住民における塩味味覚閾値の規定要因に関する検討：神戸研究
著者名	若子 みな美、佐田 みずき、久保田 芳美、西田 陽子、久保田 佐智美、東山 綾、平田 匠、門田 文、平田 あや、宮寄 潤二、川原 瑞希、桑原 和代、杉山 大典、宮松 直美、宮本 恵宏、岡村 智教
発行年	2023年
章節	1. 諸言 2. 研究方法 3. 研究結果 4. 考察 5. 結語

1. 文献の概要

- 本文献では、食塩摂取量は塩味の味覚の影響を受けていることから、塩味の味覚閾値が高いほど食塩摂取量が増加すること、さらに高血圧患者では健常人と比較して塩味味覚閾値が高いことから、高血圧と塩味味覚閾値との関連を明らかにしている。
- 先行研究では、国内の40歳以上の地域住民を対象とした複数の横断研究により、女性において塩味味覚閾値と高血圧や仮面高血圧との関連が報告されている。また食塩摂取量が異なる秋田県と大阪府の地域住民を対象にした研究では、食塩摂取量の多い秋田県の住民において血圧と塩味味覚閾値の関連が認められている。
- 一方で、塩味味覚を規定する要因として、年齢、性別、喫煙などが報告されているものの、規定要因を検討した研究そのものが限られており、結果も必ずしも一致していない。

■ 調査方法

- 兵庫県神戸市に居住し、以下6つの条件をすべて満たしている健康なボランティア1,116人を対象としている。
 - ①ベースライン調査時40～74歳、②がん、循環器疾患の既往歴がない、③高血圧、糖尿病、脂質異常症の治療中ではない、④自覚的に健康である、⑤調査施設まで調査を受けに来ることができる、⑥長期間追跡されることに同意している
- 塩味味覚閾値の測定（ソルセイブによる塩味味覚閾値調査）、身体計測・問診・推定一日食塩摂取量の測定を実施。

※塩味味覚閾値とは、塩分濃度（0から順に0.6%、0.6%以上（0.2%ずつ上昇））別のソルセイブ（浸ろ紙）を下に載せ、塩味を感じた濃度を「塩味味覚閾値」としている。

11. 1日当たりの食塩摂取量の平均値

■ 調査結果

- 男性における塩味味覚閾値高値群では、正常群と比べて、現在飲酒（1合以上／日）と推定一日食塩摂取量上位25%群の割合が高く見られた（現在飲酒（1合以上／日）の割合：高値群45.6%、正常群31.5%（ $p=0.043$ ））。女性における塩味味覚閾値高値群では優位に関連する規定要因は認められなかった。
- 全対象者にて塩味味覚閾値と規定要因を検討した結果、性別、現在喫煙、過去喫煙、現在飲酒、推定一日食塩摂取量の上位25%群について、塩味味覚閾値高値と有意な関連が認められた。
- 男性では喫煙習慣、推定一日食塩摂取量の多さが、女性では喫煙習慣が塩味味覚閾値高値と関連していた。

■ 筆者らによる考察

- 喫煙量が多いほど味覚識別能が鈍化することから、本研究でも、喫煙習慣のある者は男女ともに塩味味覚閾値高値のオッズ比が高く、喫煙量が多いほど味覚識別能が鈍化していると考えられる。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 本文献は直接1日当たりの食塩摂取量を規定する要因を示した研究ではないが、食塩摂取量が増加する要因である塩味の味覚閾値に影響する要因を明らかにした研究である。塩味味覚閾値には喫煙習慣、推定一日食塩摂取量が影響していることから、食塩摂取量には**塩味味覚閾値**、間接的に**喫煙習慣**が影響を及ぼしているといえる。
- 本文献から喫煙習慣と塩味味覚閾値は関連性が見られ、喫煙習慣が多いほど、塩味味覚閾値も高かった。喫煙習慣は先行研究から喫煙開始年齢が現在の喫煙習慣に有意に関連することが報告されており、青年期を含む若年層に対する防煙教育を行うことは、その後の喫煙習慣形成の予防につながり、ひいては塩味味覚閾値を正常に保つことにつながる可能性が示唆されている。

11. 1日当たりの食塩摂取量の平均値

文献タイトル	岐阜県下呂市における幼児の食塩摂取量別にみた食事内容の検討
著者名	岡田 恵美子、滝本 秀美
発行年	2024年
章節	1. 諸言 2. 対象と方法 3. 結果 4. 考察 5. 結論

1. 文献の概要

- 令和元年国民健康・栄養調査によると、1日の平均食塩摂取量は20歳以上の男性10.9 g、女性9.3 g、1～6歳の男児5.4 g、女児5.0 gであった。日本人の食事摂取基準（2020年版）における食塩摂取量の目標量は、18歳以上の男性で7.5 g/日未満、女性で6.5 g/日未満、3～5歳の男女で3.5 g/日未満と設定されているが、大人と子供ともに目標量を超えている。
- 日本人の食塩摂取源となる食品を調査した先行研究では、食塩摂取量全体のおよそ7割が調味料から摂取していることが報告されている。20～39歳の群ではインスタントラーメンやカレールウの摂食者の割合が高く、60歳以上の群では、梅干し、みそ、しょうゆ、漬物の摂食者の割合が高かった。
- 本研究ではこういった背景を受け、大人と子供それぞれの食生活の改善には年代に応じたアプローチと併せて、若年期から適切な食習慣の基盤をつくるための食環境整備が必要であるという問題意識から、特に研究の少ない幼児の食塩摂取の実態を把握し、食塩摂取量別にみた食事内容の比較検討を実施している。
- 調査方法
 - 下呂市に居住し、2016年4月～2019年3月に下呂市内保健センターにおいて3歳児健康診査を受診した3歳児（535人）および保育所・こども園に在園する5歳児（657人）を対象とした。
 - 下呂市では特定健康診査の受診率および特定保健指導の実施率が岐阜県内で高いにも関わらず、2017年までの国民健康保険の特定健康診査受診者には高血圧の者の割合が高く、地域ぐるみの減塩推進活動を実施していることから対象地域として選定している。

11. 1日当たりの食塩摂取量の平均値

■ 調査方法（続き）

- 1日食塩摂取量を3歳児と5歳児別で以下の推定式を用い、1日の食塩摂取量を推定した。
 - － 1日食塩摂取量（g）＝1日尿量（700ml～1,000ml）×尿中食塩濃度（g/L）×1/1,000（3歳児）
 - － 1日食塩摂取量（g）＝1日尿量（1,000 ml）×尿中食塩濃度（g/L）×1/1,000（5歳児）
- 食事内容については保護者が生活アンケートに回答し、食事や間食の献立名および食品と使用した目安量を時間に沿って記入している。食塩摂取量については性別、体格、調査年（2016年度、2017年度、2018年度）による比較を実施している。

■ 調査結果

- 3歳児の食塩摂取量の平均値は女児の6.6 gが男児の7.1 gと比較して有意に少なかった。
- 3歳児および5歳児の朝食は、ほとんどがパン類またはその他の和食を摂取しており、夕食はその他の和食を摂取している者が大半であったが、5歳児の食塩摂取量特に多いものでは、そば、うどん類、丼ものおよびカレーライス類を摂取した者が3割程度を占めた。

■ 筆者らによる考察

- 3歳や5歳の幼児は、胃が小さく消化機能も未熟であるため、大人と同じ食事ではなく、幼児食を摂取することが望ましい。
- 3歳児の男女での食塩摂取量に差が見られたことには、男女の成長度合いの違いに起因した食事全体の摂取量の違いによる可能性が挙げられる。成長に伴い食事量が増えることから、食塩摂取量を抑えた食事をするために、調理の工夫が必要といえる。
- 幼児の朝食の食事内容はほとんどがパン類またはその他の和食を摂取していた。食塩摂取量が特に多い者では、朝食にその他の和食を摂取している割合が3歳児で52.3 %、5歳児では62.5 %を占めた。
- 食塩摂取量を抑え、野菜や果物等も含む食事ができるよう、保護者に対して意識付けを行うために、自治体や小売店が引き続き減塩を啓発することや、定期的に幼児食のレシピを提案する等の対策を講じる必要があると考えられる。
- 下呂市では、幼児の食塩摂取量が多いことを危惧し、積極的に保護者に対して保育指導を実施してきたこともあり、3歳児の食塩摂取量が2016年度と比較して2018年度で少なかったことから、減塩推進活動や家庭への保健指導の成果による可能性が考えられる。

11. 1日当たりの食塩摂取量の平均値

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 本文献は幼児において、1日当たりの食塩摂取量と朝食、夕食の内容を比較している。食塩摂取量が多い者では、3歳児では**和食**、5歳児の夕食では**そば、うどん類、丼ものおよびカレーライス**がメニューの内容として挙げられた。
- 下呂市で、減塩推進活動を実施した2018年度と実施前の2016年度の結果を比較すると、3歳児、5歳児ともに食塩摂取量が減少していたことから、**地域での減塩推進活動や家庭への保健指導**が食塩摂取量に影響を及ぼすといえる。
- 本文献から幼児の食塩摂取量を減らすには、家庭内における家族の食習慣の改善が必要であり、地域全体での多職種連携による減塩推進活動（減塩を意識するための「減塩習慣」、小売店における減塩食品の販売、外食店でのスマートミールの提供、保護者に対する保育指導）が効果的であることが示唆される。

11. 1日当たりの食塩摂取量の平均値

文献タイトル	煮物調理における調味料の入れ方および味見方法の違いが調味料使用に及ぼす影響
著者名	有泉 みずほ、澤田 崇子、瀬戸 美江
発行年	2024
章節	(要旨のみ) 目的、方法、結果

1. 文献の概要

- 本研究は家庭において食塩摂取量を減らすための食環境整備として、煮物調理における調味料の入れ方および味見方法の違いが調味料使用に及ぼす影響を検討している。
- 先行研究では、最初に入れる調味料で全体の9割の味を決めていることが確認されており、大学生を対象に最初と最後に調味する「調味2回」の調味方法で、「自由に調味」した時と「最初薄めに調味」した時の4種類の煮物の糖分・塩分濃度を調査した。さらに大学生の保護者対象には、味見をしながら調味する「味見あり」と味見をしないで調味をする「味見なし」の2種類の 방법으로調理を実施した。
- 「最初薄めに調味」をすることで、「自由に調味」するより糖分・塩分濃度が低くなり、大根の煮物、ひじきの煮物の糖分濃度で有意差が認められた。また、「汁で味見」をすることにより、糖分・塩分濃度が低くなることが分かった。「味見あり」で調味することにより肉じゃがの糖分以外で糖分・塩分濃度が減少した。以上から煮物では「最初薄目に調味」し、「汁で味見」をすることで糖分・塩分濃度を減少させられることが示唆され、味見の必要性が確認された。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

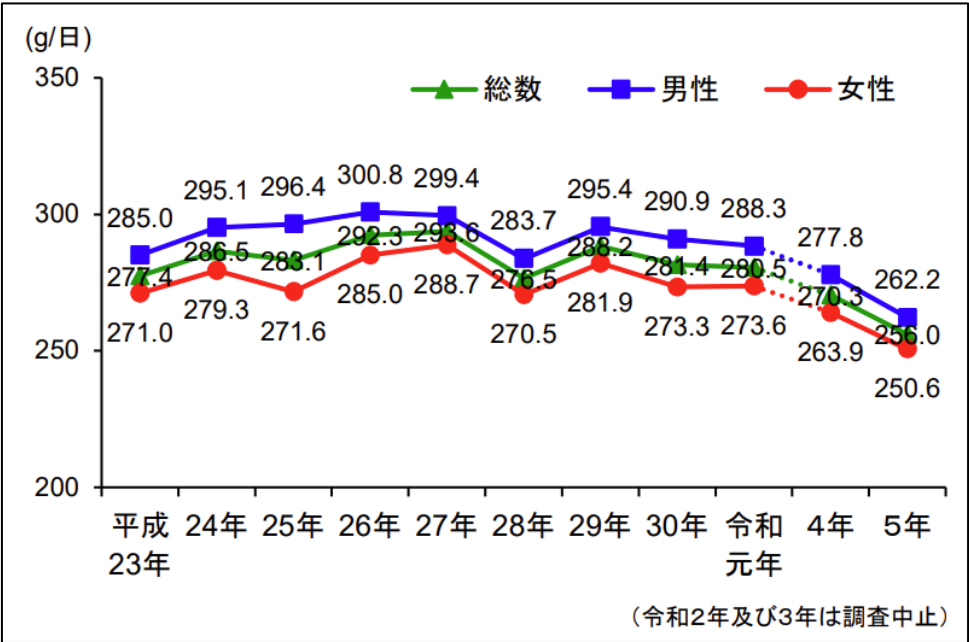
- 食塩摂取に関わる料理の一つとして、煮物では「最初薄めに調味」し、「汁で味見」をすることで塩分濃度を減少し1日当たりの食塩摂取量を減少させられることが示唆される。
- 食塩摂取量全体のおよそ7割が調味料であることを踏まえると、煮物以外にも調味料の入れ方や味見方法の違いが調味料使用に影響を及ぼすことから、調味料の使用や味見を工夫することで、1日当たりの食塩摂取量を減少できる可能性が考えられる。

12.1 日当たりの野菜摂取量の平均値

12. 1日当たりの野菜摂取量の平均値

具体的な目標値	第4次基本計画 作成時の値	現状値			目標値	達成状況
	R元（2019）年度	R3（2021）年度	R4（2022）年度	R5（2023）年度	R7（2025）年度	
1日当たりの食塩 摂取量の平均 値	280.5g	-	270.3g	256.0g	350g以上	▼

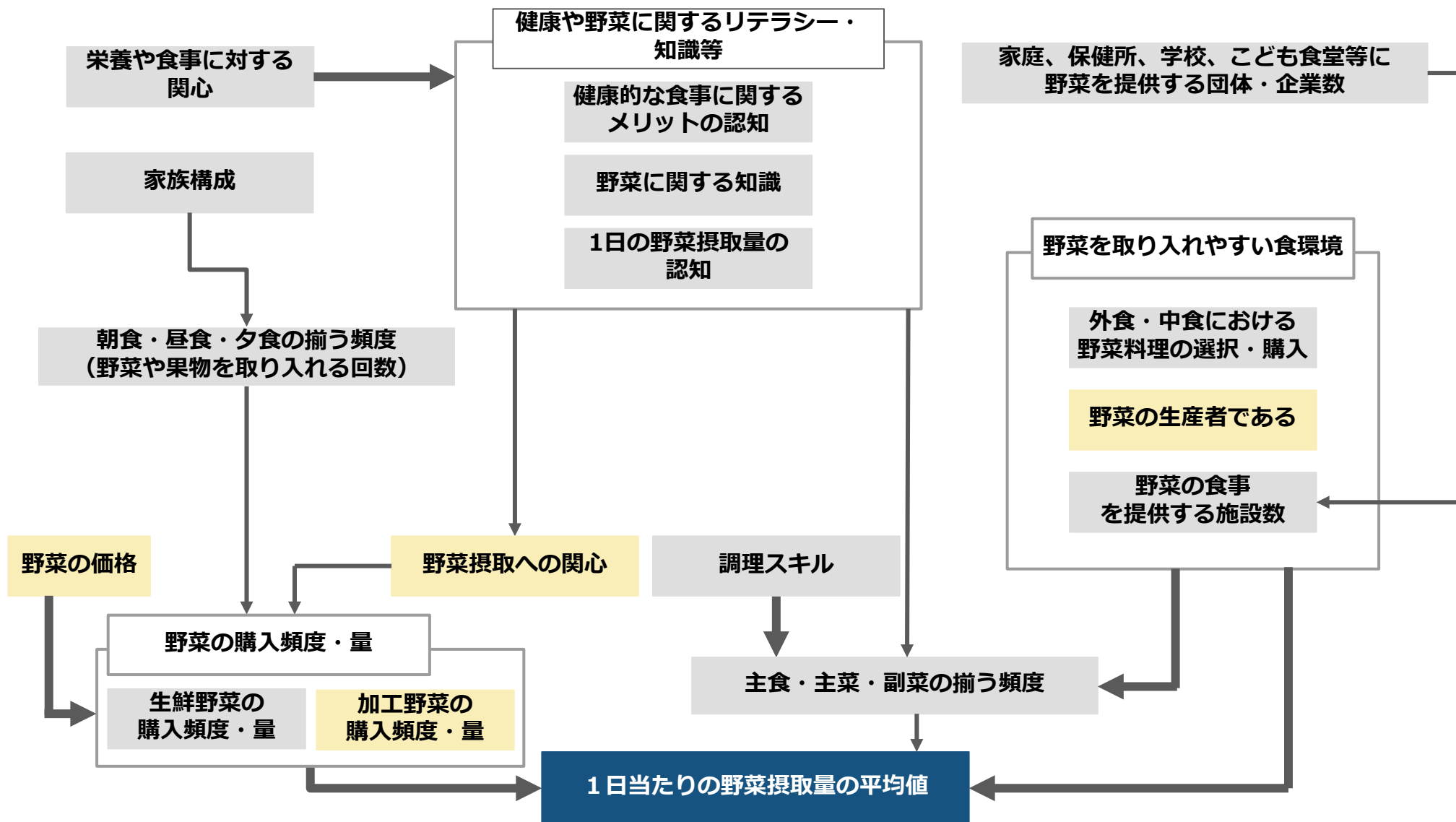
野菜摂取量の平均値の年次推移（20歳以上）



(出所) 厚生労働省「令和 5 年国民健康・栄養調査結果の概要」11頁より転載

12. 1日当たりの野菜摂取量の平均値

変数相関図



12. 1日当たりの野菜摂取量の平均値

変数の整理と現状値への示唆

影響の時間軸に基づく変数の分類

短期的にアウトカムに影響すると考えられる変数	■ 朝食・昼食・夕食の揃う頻度 ■ 野菜の価格 ■ 野菜の購入頻度・量	■ 健康や野菜に関するリテラシー・知識等 ■ 調理スキル ■ 主食・主菜・副菜の揃う頻度
中長期的にアウトカムに影響すると考えられる変数 (または前提条件となる変数)	■ 家族構成 ■ 栄養や食事に対する関心 ■ 野菜摂取への関心	■ 家庭、保健所、学校、こども食堂等に野菜を提供する団体・企業数 ■ 野菜を取り入れやすい食環境

第4次基本計画の現状値に関する本事業の調査から得られる示唆

- 既存文献では、野菜の価格の上昇が生鮮食品の購入に影響を与えていることが報告されている。総務省の「[家計調査](#)」によると、令和2年（2020年）以降、生鮮野菜への支出の実質増減率は前年比でマイナスになっており、家計の節約志向により生鮮野菜の購入が控えられている可能性がある。
- 既存文献では、男女ともに主食・主菜・副菜を組み合わせた食事回数が多いほど、緑黄色野菜・淡色野菜類の摂取量が多いとされている。目標9と10の現状値は改善されておらず、そのことが、本目標が現状値にとどまる一因として考えられる。また健康な食事の摂取と調理頻度を検討した既存文献では、調理頻度が高い世帯は、野菜の摂取量が多いことが報告されている。調理頻度の改善については、目標9、10の示唆でも示したとおりコロナの感染拡大後も大きな改善は見られておらず、野菜摂取量の平均値に改善が見られない要因と考えられる。
- 既存文献では、外食の頻度や中食の利用頻度が野菜摂取量に影響を及ぼす要因とされている。厚生労働省の「[国民健康・栄養調査（令和4年度調査）](#)」の結果によると、コロナの感染拡大の影響により、外食が増えたと回答した者が、男性2.9%、女性2.4%に対して、外食が減ったと回答した者が、男性24.6%、女性29.7%となっており、コロナの感染拡大が始まって以降、外食の頻度は一時的に減少している。一方で日本フードサービス協会の「[外食産業市場動向調査（令和6年調査）](#)」によると、外食売上高はコロナ感染拡大後のトレンドを上回るペースで緩やかな増加傾向が続いているとされており、今後は外食・中食における野菜を用いたメニューの拡大や、外食・中食における野菜料理選択への意識の向上により野菜摂取量も改善される可能性がある。
- 家庭での野菜摂取量が多い人は、朝食の欠食が少ないことや朝食に米飯を食べていることが既存文献で報告されている。朝食の摂取や米飯との直接的な関係性は不明であるが、厚生労働省「[国民健康・栄養調査（令和4年度調査）](#)」の結果から野菜摂取量が減少した年度で朝食欠食率の上昇が見られており、一定の関連性があることが示唆される。

12. 1日当たりの野菜摂取量の平均値

文献タイトル	居住形態の異なる大学生の野菜料理摂取皿数と経済状況、食習慣、外食・中食における野菜料理選択に対する食意識との関連
著者名	福井 涼太、河村 春華、北川 奈実、星野 萌、八谷 彩音、坂本 薫、中出 麻紀子
発行年	2024年
章節	1. 諸言 2. 研究方法 3. 結果 4. 考察

1. 文献の概要

- 野菜摂取に影響を与える経済的要因、食習慣、野菜料理選択に対する食意識として、先行研究では、**家族と同居、祖父母と同居、食費が多いこと、主食・主菜・副菜の揃った食事、朝食として米飯をよく食べること、炭水化物主体以外の中食の利用が多いこと、栄養成分表示の活用、野菜を食べる心がけがあること、健康的な食事に関するリテラシーが高いこと**が野菜摂取量が多いことと関連すると報告されている。一方で野菜摂取量が少ないことと関連する要因として、**低所得、朝食欠食が多いこと、1日の食事回数が少ないこと、炭水化物主体の中食の利用が多いこと、外食利用頻度が高いこと、中食利用頻度が高いこと**が報告されている。
- 先行研究で大学生を対象とした研究は行われているが、間食頻度や1日の食事回数、中食の利用、栄養成分表示の活用など、他の年代では検討されているが検討されていない項目や更なる検討の余地がある項目が挙げられる。
- 本研究では以上のような問題意識を受け、大学生を対象に野菜料理摂取皿数と関連する経済状況、食習慣、外食・中食における野菜料理選択に対する食意識について、居住形態別に検討している。
- 調査方法
 - 兵庫県内の管理栄養士養成コースを擁する1大学に通う1～4年次の大学生、大学院生男女602名を対象とした。
 - アンケート調査を実施し、調査項目は①基本属性（性別・年齢・学年・自己申告の身長及び体重もしくはBMI・現在の居住形態・所属コース）、②野菜料理摂取皿数、③経済状況、④食習慣、⑤外食・中食における野菜料理選択に対する食意識とした。

12. 1日当たりの野菜摂取量の平均値

■ 調査結果

- 野菜料理摂取皿数の2群間（1日3皿以上群と1日3皿未満群）で基本属性の比較を行ったところ、1日3皿以上の大学生において、女性（83.9%）（ $p=0.019$ ）、2年生（25.5%）（ $p<0.001$ ）、家族と同居（75.1%）（ $p<0.001$ ）、BMIが普通体重（77.0%）（ $p=0.035$ ）の大学生の割合が有意に高かった。また、1日3皿以上の大学生において年齢の中央値：19（ $p=0.035$ ）、4年生（25.9%）（ $p<0.001$ ）、BMIが肥満（0.9%）（ $p=0.035$ ）の大学生の割合が有意に低かった。
- 一人暮らしの大学生では、主食・主菜・副菜の揃った食事の頻度、外食で野菜小鉢を選択、中食で野菜小鉢を選択することが、野菜料理摂取皿数が多いことと有意に関連していた。
- 家族と同居する大学生では、朝食に米飯を食べる頻度、主食同士を組み合わせた食事の頻度が野菜料理摂取皿数が低いことと、夕食に米飯を食べる頻度が野菜料理摂取皿数が多いことと有意に関連していた。

■ 筆者らによる考察

- 一人暮らしの大学生は金銭的な理由や時間・手間などの面から毎日自炊をすることや、バランスの取れた食事を揃えることが難しいため、摂取が不足していると感じる野菜料理を中食にて選択することで、野菜料理摂取皿数が多いことに繋がっている可能性が示唆されている。
- 家族と同居の大学生で朝食に米飯を食べる頻度が低い方が野菜料理摂取量が高い傾向にあり先行研究の結果とは異なっていた。この理由としては、2人以上で暮らす世帯の大学生では食事の準備は自分自身以外が多いことが報告されており、さらに朝食において主食・主菜・副菜の揃ったバランス型の食事を用意してくれる割合が10%以下と非常に少ない割合であることが挙げられる。夕食については、先行研究では野菜摂取量を見ているのに対し、本研究では野菜料理摂取皿数を検討していることによる違いが表れているものと思われる。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 本文献では、一人暮らしの大学生においては、**中食で野菜料理を選択**することが野菜料理摂取皿数の増加に繋がり、1日の野菜摂取量の増加に繋がっている可能性が示唆される。
- 大学生（特に一人暮らしの大学生）において野菜摂取量を増加させるには、一人暮らしの大学生に対しては**外食・中食における野菜料理選択に対する食意識を高める**ことで、野菜料理摂取皿数や野菜摂取量が増加する可能性が考えられる。

12. 1日当たりの野菜摂取量の平均値

文献タイトル	20～40歳代勤労者における野菜料理摂取皿数に関連する要因
著者名	小山 達也、岩部 万衣子、吉池 信男
発行年	2024年
章節	1. 諸言 2. 方法 3. 結果 4. 考察 5. 結論

1. 文献の概要

- 健康日本21（第三次）では、国や自治体等をあげて野菜や果物の摂取量の増加を推奨しているが摂取量は増加していない状況である。年代別の摂取量では、20～40歳代は他の年代に比べて摂取量が少なく、特にこの年代への働きかけは喫緊の課題である。
- 野菜や果物の摂取に関連する要因は多数報告されており、成人の野菜や果物の摂取と**知識、態度、スキル、自己効力感、社会的支援、食環境へのアクセスのしやすさ**との関連が示唆されている。先行研究では、野菜の摂取の多さと、**野菜の適正摂取量の知識があること、野菜が好きであること、野菜料理を作るスキルや選ぶスキルがあること、野菜の価格が安いこと、近くの店で入手できること、外食や総菜で野菜料理が提供されていること、調理に手間や時間がかからないこと**等が挙げられている。
- 本研究では青森県と秋田県の勤労者について、野菜や果物の摂取につながる方策を検討する基礎資料を得るために、20～40歳代の男女を対象に野菜摂取状況に関連する要因を検討している（青森県健康福祉部及び秋田県大館保健所から青森県立保健大学に調査と評価を委託され実施）。
- 調査方法
 - 青森県内の8事業者（自治体を含む）に勤務する20～49歳の男女3,500名、及び秋田県内の13事業所（自治体を含む）に勤務する20～49歳の男女730名を対象にアンケート調査を実施。
 - 調査項目は①野菜の摂取、②野菜摂取状況に関連すると考えられる項目（知識・態度・スキル・食環境へのアクセスのしやすさ、自分が野菜を食べることへの影響度、食習慣）、③果物に関する質問項目、④基本属性（性別・年齢・婚姻の有無・家族構成・野菜の生産（栽培）の有無、世帯収入）とした。

12. 1日当たりの野菜摂取量の平均値

■ 調査結果

- 野菜料理摂取皿数が3皿未満の者は、男性で80%、女性で71%であり、5皿以上の者はほとんどいなかった。
- 男女ともに45～49歳である者の割合が高く、一人暮らしである者の割合が低く、自給のみの野菜を生産している者の割合が高く、過去1年間の世帯収入が600万円以上である者の割合が高かった。
- 男性では、野菜料理摂取皿数が3皿以上群では3皿未満群に比べて、野菜の適切な摂取量の知識として野菜料理の皿数及び野菜の重量に関して両方とも正解であった者、栄養や食事に対する関心で「考える」と回答した者、野菜の好みで「好き」と回答した者、野菜料理を作るスキル及び野菜料理を選ぶスキルに関して両方とも「できる」と回答した者、生鮮野菜を「入手しやすい」と回答した者の割合が高く、自分の好みや味、手間や調理にかかる時間、価格が野菜摂取量に「影響する」と回答した者、外食の利用頻度が「週に2回以上」と回答した者、糖分を含む飲料を「週に2回以上」飲むと回答した者の割合が低く、朝食を「欠食しない」と回答した者の割合が高かった。
- 女性では、野菜料理摂取皿数が3皿以上群では3皿未満群に比べて、野菜の適切な摂取量の知識として野菜料理の皿数及び野菜の重量に関して両方とも正解であった者、栄養や食事に対する関心で「考える」と回答した者、野菜の好みで「好き」と回答した者、野菜料理を作るスキル及び野菜料理を選ぶスキルに関して両方とも「できる」と回答した者、生鮮野菜を「入手しやすい」と回答した者、朝食を「欠食しない」と回答した者の割合が高く、糖分を含む飲料を「週に2回以上」飲むと回答する者の割合が低かった。

■ 筆者らによる考察

- 男女ともに、栄養や食事に対する関心があることは、野菜料理摂取皿数と果物摂取頻度のいずれとも関連する要因として抽出され、食事や栄養に対する関心は、野菜や果物の摂取と関連する要因となり得ることが示唆された。
- 男性では手間や調理にかかる時間が野菜の摂取量に影響すると考えている者は、野菜料理摂取皿数が少なかった。そのため、調理に手間や時間がかからず野菜料理を作るスキルや野菜料理を選ぶスキルを向上させる取組が有効かもしれないと考えられる。
- 野菜の価格が野菜の摂取を阻害する要因として抽出されたことから、外食や総菜で、低価格で野菜を提供することは、野菜の摂取につながる可能性が示唆される。

12. 1日当たりの野菜摂取量の平均値

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 本文献では、野菜摂取量に影響を与える要因を男女別に調査している。男性では野菜摂取量の高さに、栄養や食事に関する関心、野菜に関する知識の高さ、野菜が好き、野菜料理を作るスキルの高さ、生鮮野菜の入手しやすさ影響しているしていると考えられる。一方で、自分の好みや味、手間や調理にかかる時間、価格が野菜摂取量に影響すると考える者、外食頻度の高い者（週に2回以上）、糖分を含む飲料の摂取頻度が高い（週に2回以上）者は野菜摂取量が低く見られた。
- 女性では、栄養や食事に関する関心、野菜が好きな者、野菜を作るスキル、生鮮野菜の入手のしやすさ、朝食を欠食しないことが野菜摂取量の高さに影響を及ぼしていると考えられる。一方で糖分を含む飲料の摂取頻度が高い（週に2回以上）者では野菜摂取量が低く見られた。
- 本研究の結果や筆者らの考察から食事や栄養に関する関心を高めることで、野菜摂取量が増えることが示唆される。また男性には調理に手間や時間がかからず野菜料理を作るスキルや野菜料理を選ぶスキルを向上させる取組が有効で、男女別にアプローチを変える可能性も考えられる。
- 野菜の価格面からも外食や総菜で、低価格で野菜を提供することは、野菜の摂取につながる可能性が示唆される。
- 男性と女性で比較すると、男性は自分の好みや、手間や料理にかかる時間、価格が野菜摂取量に影響すると考える者で野菜摂取量が低かったことから、男性の方が野菜が好きではない者、手間や料理にかかる時間の負担が大きい、野菜の価格が高いと思っている者で低い傾向になっていると考えられる。
- 女性では、外食の頻度の高さが野菜摂取量の低さに影響を及ぼしていないことから、女性の方が外食先でも、栄養や食事に関する関心が高い場合には、野菜を含む料理を選択する可能性が高いことも考えられる。

12. 1日当たりの野菜摂取量の平均値

文献タイトル	夕食における幼児の野菜摂取量別の食事内容の特徴
著者名	吉井 瑛美、深澤 向日葵、會退 友美、赤松 理恵、長谷川 智子
発行年	2021年
章節	1. 諸言 2. 方法 3. 結果 4. 考察 5. 結論

1. 文献の概要

- 先行研究では、幼児期の食事パターンは学童期、成人期に引き継がれると報告されていることから幼児期の食習慣は重要である。家庭における幼児の食事は保護者に依存する一方で、偏食の幼児は野菜の摂取量が少なく、多くの保護者にとって幼児が野菜を適正量食べるようにすることは容易ではないことが予測される。
- 本研究では上述の背景を受け、野菜摂取量の多い幼児の食事に着目し、その内容を把握することで、幼児の野菜摂取を促進するための手掛かりが得られると考え、野菜摂取量の多い幼児の家庭における食事内容の特徴に着眼している。
- 調査方法
 - 科研費基盤研究（B）（17H01952）「幼児の生活リズム・食・親子関係を基盤とした総合的な健康教育プログラムの開発」の一環で実施。
 - 2019年3～5月に「お子さんの生活時刻とスマートフォン（携帯電話）のカメラを用いたお子さんとお家族の食事に関する調査」を実施、食事調査は2018年12月に実施。
 - 3～5歳児の幼児をもつ母親（対象の条件：子供の人数が1～3人、核家族、25～44歳）を対象としたインターネット調査の参加者のうち、食事調査への参加を希望した477人の中から、生活リズム及び対象幼児の年齢を考慮して無作為に抽出した145人に郵送にて調査を実施。
 - 調査項目は①属性（幼児の性別、生年月日、通園施設、身長、体重、母親の勤務形態、学歴、世帯年収）、②食事記録とした。食事調査は休日を最終日とした連続した5日間実施。

12. 1日当たりの野菜摂取量の平均値

■ 調査結果

- 野菜摂取量高群は、夕食1食あたりの野菜の種類が5種類であり、複数の種類の野菜を摂取しており、1食あたりに少なくとも1つの副菜を摂取し、副菜として野菜の生もの、汁物、煮物などの料理を高頻度で摂取していた。
- 一方で、野菜摂取量高群では、1食あたりの食塩相当量が多いという課題も見られた。

■ 筆者らによる考察

- 野菜摂取量について、野菜摂取の目標を“量”で伝えることは難しいが、野菜の“数”で示すことは、分かりやすく栄養教育の場で活用しやすいと考えられる。
- 野菜摂取量高群は1食に少なくとも1つの副菜を含んでおり、サラダ、トマトといった野菜の生もの、野菜を含むみそ汁などの汁物、野菜の煮物といった単独料理をよく摂取していた。一方で、生の野菜は偏食の子供で摂取量が低いという報告や、野菜の摂取には調理スキルが影響するという報告もあることから、本研究の結果を活用する際には、幼児の嗜好や保護者の調理スキルを考慮する必要がある可能性が示唆されている。
- 野菜摂取量高群で、1食あたりの食塩相当量が多い理由としては、汁物をはじめとした野菜料理から食塩を多く摂取している可能性が示唆される。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 本文献では、幼児期の食事パターンは学童期、成人期に引き継がれると報告されていることから幼児期の食習慣として野菜摂取量を上げるために、野菜摂取量の高い家庭での食事内容に着眼している。野菜摂取量が高い群では、夕食1食あたりの野菜の種類が多いことが挙げられ、野菜摂取量には**夕食で使用する野菜の種類が多さ**が影響していると考えられる。
- 本研究の結果から野菜摂取量高群では、野菜料理から食塩を多く摂取している可能性が示唆されたため、野菜摂取と同時に**減塩を考慮した情報提供**を行う必要がある。

12. 1日当たりの野菜摂取量の平均値

文献タイトル	大学生における居住形態と栄養素・野菜摂取量及び食行動との関連
著者名	木村 安美、渡邊 雄一
発行年	2024年
章節	要旨

1. 文献の概要

- 令和元年国民健康・栄養調査によると、20歳代の1日の野菜摂取量は223gで、成人世代の中で最も少ない。また、一人暮らしの若者は「食事が不規則になり太った」、「好きなものだけを食べるようになった」など食の問題点が多いとの報告から、本研究では、大学生の栄養教育のための基礎資料を得ることを目的として、居住形態と栄養素・野菜摂取量・食行動との関連を検討した。
- 調査は2022年10月に大学生73名（男性15名、女性58名）を対象として行った。調査内容は、生活習慣・食行動、食物摂取頻度調査（FFQ）を実施し、一人暮らし群、同居家族あり群の2群に分け解析を行った。
- 居住形態は、「同居家族あり」の割合が67.1%であり、自宅通学が大きな比重を占めていた。一人暮らし群は同居家族あり群と比較して、炭水化物エネルギー比($p < 0.01$)、総野菜摂取量($p < 0.05$)が有意に高値を示した。また、「主食」「主菜」「副菜」をそろえて食べる回数($p < 0.02$)が有意に低値を示し、野菜の皿数が有意に少ない傾向($p = 0.07$)が認められた。以上より、一人暮らしの大学生では米、パン、スパゲッティなど主食からのエネルギー摂取量が多く、毎回の食事で多様な食品を摂取することは難しい状況であった。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 本文献で野菜の摂取量が少ない場合には、「**主食・主菜・副菜を組み合わせた食事**」を食べる回数が少ないことが示唆された。
- 総野菜摂取量が多く、購入した野菜を無駄なく食べきる等、自ら**食費管理や調理**を行うことによる意識や行動の変化があることが示唆されている。

13.1 日当たりの果物摂取量の100g 未満の者の割合

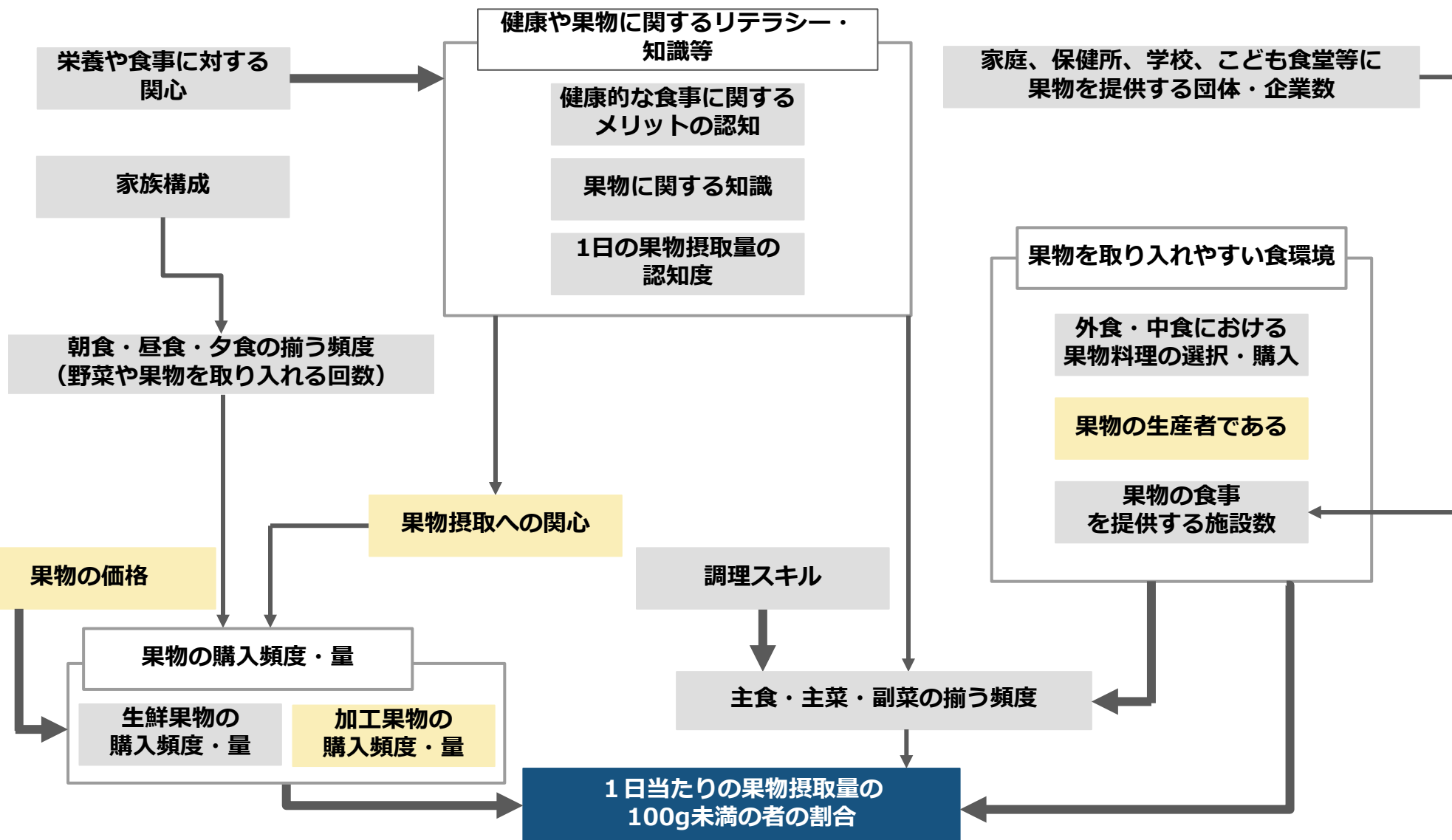
13. 1日当たりの果物摂取量の100g未満の者の割合

具体的な目標値	第4次基本計画 作成時の値	現状値			目標値	達成状況
	R1（2019）年度	R3（2021）年度	R4（2022）年度	R5（2023）年度	R7（2025）年度	
1日当たりの果物 摂取量の100g未 満の者の割合	61.6%	-	-	-	30%以下	-

※厚生労働省：令和3年は調査中止。調査時に令和4年及び令和5年の結果は公表されておらず、分析・評価は不可能。

13. 1日当たりの果物摂取量の100g未満の者の割合

変数相関図



13. 1日当たりの果物摂取量の100g未満の者の割合

変数の整理と現状値への示唆

影響の時間軸に基づく変数の分類

短期的にアウトカムに影響すると考えられる変数	■ 朝食・昼食・夕食の揃う頻度 ■ 果物の価格 ■ 果物の購入頻度・量	■ 健康や果物に関するリテラシー・知識等 ■ 調理スキル ■ 主食・主菜・副菜の揃う頻度
中長期的にアウトカムに影響すると考えられる変数 (または前提条件となる変数)	■ 家族構成 ■ 栄養や食事に対する関心 ■ 果物摂取への関心	■ 家庭、保健所、学校、こども食堂等に野菜を提供する団体・企業数 ■ 果物を取り入れやすい食環境

第4次基本計画の現状値に関する本事業の調査から得られる示唆

- 果物価格が果物摂取量に影響すると考えられるところ、公益財団法人中央果実協会の「[果物の消費に関するアンケート調査報告書（令和5年度調査）](#)」では、現状の果物摂取量にとどまっている理由を聞いた質問では、「値段が高く食費に余裕がないから」と回答した割合が最も高く（59.9%）、特に「20～30代」で高くなっている。一方、「60代」では「ほかに食べる食品があるから」「一度にそんなに量を食べられないから」が4割台を占めている。日本政策金融公庫の「[消費者動向調査（令和6年7月調査）](#)」によると、食に関する志向では「経済性志向（食費を節約したい）」が20代をはじめ、すべての年代で上昇しており、果物が高くなると摂取増が難しくなるといえる。
- 公益財団法人中央果実協会の「[果物の消費に関するアンケート調査報告書（令和5年度調査）](#)」で「果物の消費量を増やすための提供方法」に関する質問では「多少外観は悪くても割安な果物」「皮がむきやすい、皮のまま食べられる、種がないなど簡単に食べられる果物」の回答が高くなっている。また、性別でみると女性の場合は、「購入後傷みにくい果物」「農薬をできるだけ使っていない果物」の割合が男性より顕著に高くなっている。種の少ない果物や農薬を使用していない果物のようなニーズがある一方でそのような品種が少ないことや通常の果物と比較して価格が高いことが、果物の摂取量の伸びない要因として考えられる。
- 厚生労働省の「[国民健康・栄養調査（令和5年度調査）](#)」において、果物摂取量別に食習慣改善の意思を調査しており、男女ともに1日の果物摂取量が0グラムの者では「関心はあるが改善するつもりはない」と回答した者の割合が最も高い。この結果より、果物の摂取量が低い者の割合の改善は困難であると考えられる。

13. 1日当たりの果物摂取量の100g未満の者の割合

文献タイトル	20～40歳代勤労者における野菜料理摂取皿数に関連する要因
著者名	小山 達也、岩部 万衣子、吉池 信男
発行年	2024年
章節	1. 諸言 2. 方法 3. 結果 4. 考察 5. 結論

1. 文献の概要

- 健康日本21（第三次）では、国や自治体等をあげて野菜や果物の摂取量の増加を推奨しているが摂取量は増加していない状況である。年代別に摂取量では、20～40歳代は他の年代に比べて摂取量が少なく、特にこの年代への働きかけは喫緊の課題である。
- 野菜や果物の摂取に関連する要因は多数報告されており、成人の野菜や果物の摂取と**知識、態度、スキル、自己効力感、社会的支援、食環境へのアクセスのしやすさ**との関連が示唆されている。
- 本研究では青森県と秋田県の勤労者について、野菜や果物の摂取につながる方策を検討する基礎資料を得るために、20～40歳代の男女を対象に野菜摂取状況に関連する要因を検討している（青森県健康福祉部及び秋田県大館保健所から青森県立保健大学に調査と評価を委託され実施）。
- 調査方法
 - 青森県内の8事業者（自治体を含む）に勤務する20～49歳の男女3,500名、及び秋田県内の13事業所（自治体を含む）に勤務する20～49歳の男女730名を対象にアンケート調査を実施。
 - 調査項目は①野菜の摂取、②野菜摂取状況に関連すると考えられる項目（知識・態度・スキル・食環境へのアクセスのしやすさ、自分が野菜を食べることへの影響度、食習慣）、③果物に関する質問項目、④基本属性（性別・年齢・婚姻の有無・家族構成・野菜の生産（栽培）の有無、世帯収入）とした。

13. 1日当たりの果物摂取量の100g未満の者の割合

■ 調査項目

- ③果物に関する質問項目は、果物摂取頻度に関する選択肢（「ほとんど食べない」「ときどき食べる」「1日100g以上（りんご1/2個以上、みかん1個以上）」）、果物の適切な摂取量の知識に関する選択肢（「50～100g程度」「150～200g程度」「250g～300g程度」「350g以上」、果物の好みに関する選択肢（「好き」から「好きでない」までの5段階）を設けた。

■ 調査結果

- 果物を毎日摂取している者は男性で138人（12%）、女性で154人（22%）であった。野菜料理摂取皿数が3皿以上かつ果物を毎日摂取している者は、男性で50人（4.3%）、女性で65人（9.4%）であった。
- 男女ともに、果物摂取頻度が毎日である群が、一人暮らしである者の割合が低く、自給のみの野菜を生産している者の割合が高かった。果物摂取頻度が毎日である者の方が、男性では世帯年収が600万円以上である者の割合が高く、女性では勤務先が秋田県である者の割合、既婚である者の割合が高かった。
- 男性では、果物摂取頻度が毎日である群ではときどき・ほとんどない群に比べて、栄養や食事に対する関心で「考える」と回答した者、果物の好みで「好き」と回答した者、野菜料理を選ぶスキルで「できる」と回答した者、総菜や外食で野菜料理を「入手しやすい」と回答した者、朝食を「欠食しない」と回答した者の割合が高かった。
- 女性では、果物摂取頻度が毎日である群ではときどき・ほとんどない群に比べて、栄養や食事に対する関心で「考える」と回答した者、果物の好みで「好き」と回答した者、総菜や外食で野菜料理を「入手しやすい」と回答した者、朝食を「欠食しない」と回答した者の割合が高かった。
- 男女ともに、果物摂取頻度が毎日である群ではときどき・ほとんどない群に比べて、栄養や食事に対する関心が高く、朝食欠食が見られなかった。

■ 筆者らによる考察

- 男女ともに、栄養や食事に対する関心があることは、野菜料理摂取皿数と果物摂取頻度のいずれとも関連する要因として抽出され、食事や栄養に対する関心は、野菜や果物の摂取と関連する要因となり得ることが示唆された。
- 朝食を欠食しない者の方が野菜料理摂取皿数が多く、果物摂取頻度も高かったことから、朝食に野菜や果物を摂取していることに加え、朝食欠食がない者では他の健康行動等も望ましい割合が高く、望ましい行動の1つとして野菜や果物を摂取していることも考えられる。

13. 1日当たりの果物摂取量の100g未満の者の割合

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 本文献では、果物摂取頻度に影響を与える要因を男女別に調査している。
 - 男性女性ともに、**居住形態、栄養や食事に対する関心度合い、果物が好きであること、朝食の摂取状況、野菜の生産者である**かが果物摂取頻度に影響を与える要因となっている。男性では**年収**が関連しており、女性では**勤務先や結婚状況**が関連していることが分かった。
 - 男性では、**野菜料理の調理スキルや総菜・外食における野菜料理の選びやすさ**との関連が、女性では**総菜・外食における野菜料理の選びやすさ**が影響している。
 - 本研究の結果や筆者らの考察から食事や栄養に関する関心を高めることで、果物摂取頻度が増えることが示唆される。また男性には調理に手間や時間がかからず野菜料理を作るスキルや野菜料理を選ぶスキルを向上させる取組が有効で、男女別にアプローチを変える可能性も考えられる。
 - 果物の価格面からも外食等で、**低価格で果物を提供**することは、果物の摂取につながる可能性が示唆される。
 - 男性と女性で比較すると、男性では、野菜料理の調理スキルや総菜・外食における野菜料理の選びやすさとの関連が見られたのに対し、女性では外食における野菜料理の選びやすさとの関連のみが見られたことから、女性は調理スキルに依らず、外食のメニューの選択による影響が大きいと示唆される。

13. 1日当たりの果物摂取量の100g未満の者の割合

文献タイトル	「栄養・食生活分野のロジックモデルとアクションプランの例 – 野菜・果物摂取量の増加 –」『日本健康教育学会誌第32巻Special Issue号
著者名	林 芙美
発行年	2024年
章節	1. はじめに 2. 方法 3. 結果 4. 結論

1. 文献の概要

- 健康日本21（第二次）では、栄養・食生活分野の目標の一つとして「野菜・果物の摂取量の増加」が示されている。健康日本21での目標値は、果物摂取量100g未満の者の割合30%である。平成22年のベースラインと比較し、有意に増加しており、悪化傾向が示されている。
- 野菜・果物摂取量の増加には、肥満や糖尿病等の生活習慣病のリスク低下が期待されている。先行研究によると、果物摂取量が最も少ない第1・五分位に比べて、最も多い第5・五分位グループでは、全死亡のハザード比が0.92（0.88-0.96）であり、果物摂取量が多いと全死亡リスクが低いという結果が示されている。果物摂取増加による生活習慣病のリスク低下は確認されており、日本人の健康寿命の延伸を図るためにも、野菜・果物不足の解消が期待される。
- 野菜・果物摂取量は世帯収入との関連性も報告されており、世帯収入が低いほど少ないとされている。
- 先行研究では、朝食を摂取している者や主食・主菜・副菜の揃う頻度が高い者で摂取量が多いこと、外食・中食利用者が少ないことが報告されている。
- 文献調査はロジスティックモデルの中間アウトカムを検討するために「野菜・果物摂取量の増加」をアウトカムとした健康な日本人成人対象の介入研究および横断研究を対象としている（日本人での先行研究が見当たらない場合は、海外の先行研究も含めている）。

13. 1日当たりの果物摂取量の100g未満の者の割合

■ 調査結果・筆者の考察（続き）

- 果物摂取量増加のためのロジックモデルを下図に示す。

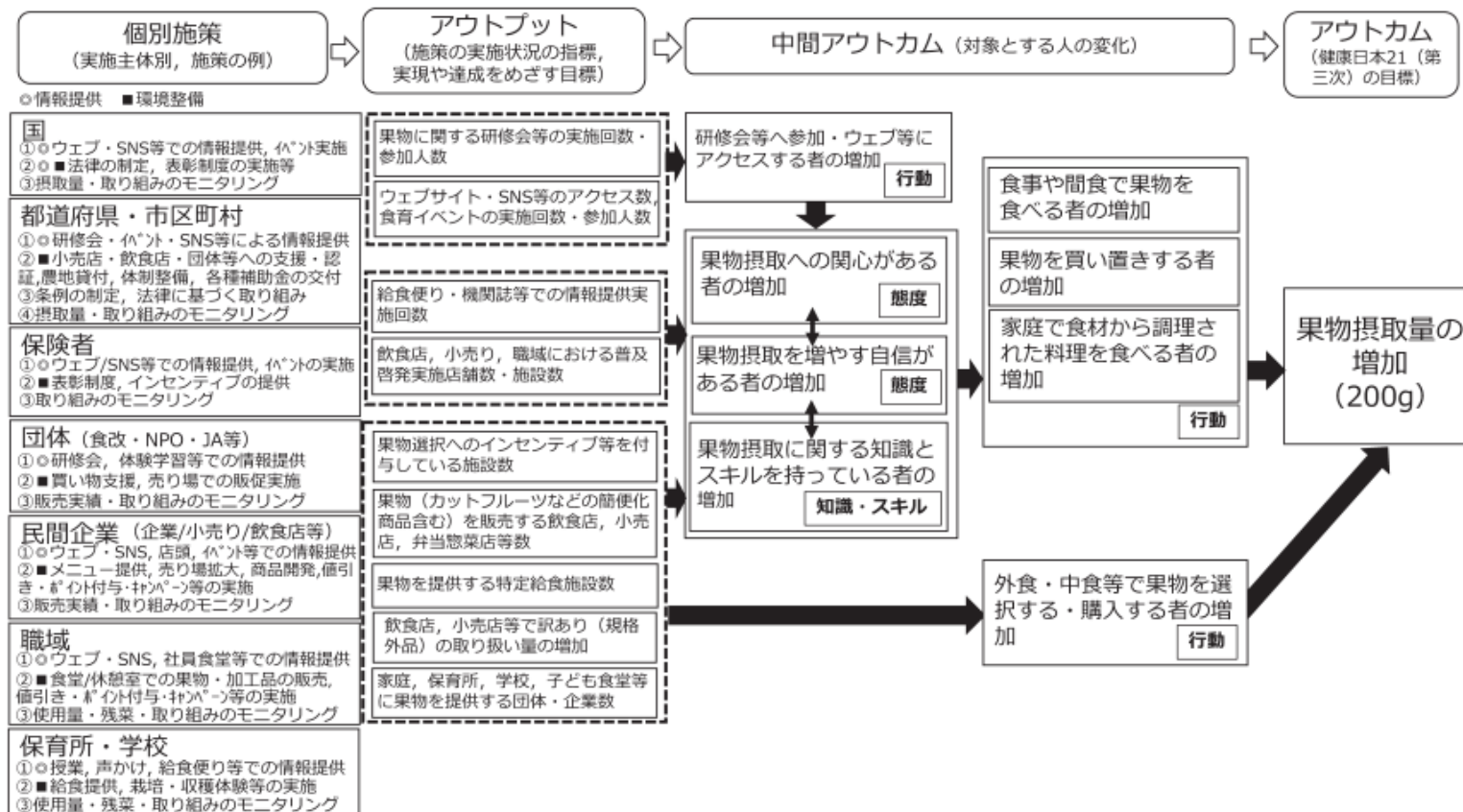


図2 果物摂取量増加のためのロジックモデル

※個別施設の例に示した数字（①～④）は、介入のはしごに示した番号と対応している。

（出所）「栄養・食生活分野のロジックモデルとアクションプランの例 -野菜・果物摂取量の増加-」『日本健康教育学会誌第32巻Special Issue号、S54頁より転載。

13. 1日当たりの果物摂取量の100g未満の者の割合

■ 調査結果（続き）

- 介入のはしごを用いた実施主体別個別施策を下表に示す。

表2 介入のはしごの各レベルと個別施策の例（果物摂取量の増加）

介入のはしご	国	都道府県・市区町村	保険者	団体	民間企業	職域	保育所・学校
レベル1 選択できなくする	—	—	—	—	—	—	—
レベル2 選択を制限する	—	—	—	—	—	—	—
レベル3 逆インセンティブ	—	—	—	—	—	—	—
レベル4 インセンティブによる選択の誘導	—	②スーパー・飲食店等での値引き・イベント等への補助 ②団体等への補助金の交付	②生活習慣改善プログラム参加者に景品・ポイントを付与	—	②スーパー・飲食店等で手頃な価格で果物を販売	②果物の入った朝食の無料提供 ②定期的に果物無料配布	②果物キャラクターのグッズを配布
レベル5 デフォルトを変えることによる選択の誘導	—	②余剰・規格外品等を学校給食・子ども食堂・生活困窮世帯等に提供するための体制整備 ②ふるさと納税の返礼品で扱う果物の割合の増加	—	②余剰・規格外品等を学校給食・子ども食堂・生活困窮世帯等に提供するための体制整備 ②生鮮果実を使った加工品を販売する	②余剰食品を廃棄せずに寄付 ②飲食店の子ども向けセットメニューに果物をつける ②生鮮果実を使った加工品を販売する	②定食に果物をつける ②果物の近接性や視認性を高める	②果物を食べやすい大きさにカットする ②必ず給食で果物を提供する
レベル6 環境を整えて健康な選択を誘導	②果物の普及啓発をしている企業・団体・自治体等への表彰事業 ②食品ロス削減推進法に基づく未利用食品等の活用の推進・活動の表彰	②高齢者の買い物支援 ②加工用果実の安定供給に向けた取り組みを実施 ②スーパー・飲食店等と連携した販売促進 ③食品ロス削減の観点から余剰作物等の活用について団体・企業等を支援 ③果物に関する健康づくり条例の制定	①②健康経営、普及啓発等に取り組む事業所の増加	②高齢者の買い物支援 ②加工用果実の安定供給に向けた取り組みを実施 ②子ども食堂、フードパントリー等での野菜料理の提供	②自販機・売店等でカットフルーツ・果汁が買える ②レジの近くに果物を置く ②訳アリ・ばら売りなどの多様な形態で販売 ②果物を購入したくなる販促ツール（ギフトボックス）の提供	②デスク de みかんのイベント実施（詰め放題） ②果物を使ったスミージーを休憩室等で販売	②魅力的なメニュー名にする ②生徒が果物を使った加工品を考案 ②給食で果物を出す頻度を増やす
レベル7 情報提供、教育	①「毎日くだもの200g運動」の展開 ①研修会・イベント等の実施 ①SNS・食育アプリ・ウェブサイトの開発・情報配信 ①おすすめレシピ・食べ方を公開	①レシピの作成・配布 ①研修会・イベント等の実施 ①SNS・食育アプリ・ウェブサイトの開発・情報配信 ①健診等での啓発・情報提供 ①スーパー等と連携した啓発活動 ①食育ボランティア等の人材育成	①機関誌・パンフレット、ウェブ/SNS等での情報提供 ①特定健診・特定保健指導での啓発・指導	①外食店向けに果物を使ったメニュー開発の提案 ①果物の販促資材の作成・提供	①売り場での情報提供（POP、デジタルサイネージ、のぼり等） ①栄養・機能性表示 ①食べごろ・旬などを表示 ①販促のため従業員研修	①果物に関するイベントの実施 ①卓上POP・一口メモで情報提供 ①社内SNS・ウェブ・健康だより等での情報配信・レシピ配布	①果物をテーマとした食育授業の実施 ①給食時の声かけ ①給食便りで情報提供
レベル8 モニタリング	③果物摂取量のモニタリング（国民健康・栄養調査）や取り組みのモニタリング	③果物摂取量（県民栄養調査）や取り組みのモニタリング	③取り組みのモニタリング	③販売実績・取り組みのモニタリング	③販売実績・取り組みのモニタリング	③販売実績・残棄等のモニタリング、取り組みのモニタリング	③果物使用量・残棄等のモニタリング、取り組みのモニタリング

※各レベルの個別施設に示した数字（①～④）は、ロジックモデルの個別施策で示した番号と対応している。

（出所）「栄養・食生活分野のロジックモデルとアクションプランの例－野菜・果物摂取量の増加－」『日本健康教育学会誌第32巻Special Issue号、S54頁より転載。

13. 1日当たりの果物摂取量の100g未満の者の割合

■ 調査結果・筆者の考察（続き）

- 上表では、実施主体別に介入のはしごのレベルが整理されている（レベル1：選択できなくする、レベル2：選択を制限する等）。レベル1・2のような干渉度の高いレベルの取組は少なく、野菜や果物の提供量に関する規定は設けられていない。
- レベル5・6ではナッジを活用した取組として、都道府県・市町村では農業協同組合（JA）や非営利活動法人（NPO法人）などの団体と協働で、余剰・規格外品をこども食堂や生活困窮世帯等に提供する体制を予め整備するなどが挙げられる。また飲食店では子供向けのセットメニューに果物を提供すること等が考えられる。レベル8では各取組をモニタリングしてPDCAを回す、摂取量（実態）を把握すること等がある。
- アクションプランとしては、「生活困窮世帯に向けた野菜・果物の提供を含めた食料支援」が提案されており、フードバンクやこども食堂等を介して生活困窮世帯に食糧支援するために、地方自治体がJA直売所や道の駅などの団体と連携し、生産者や食品関連事業者から寄付される規格外品や余剰食品となった生鮮食品を保管・配送する体制の整備を目指している。
- 本事例のアウトプットとしては「家庭、保健所、学校、こども食堂等に野菜（または果物）を提供する団体・企業数」とし、こども食堂で、野菜や果物の提供量を増やす取組がなされていれば、「野菜たっぷりの食事（または果物）を提供する施設数」をアウトプットの指標として検討している。取組の中間アウトカムとしては、「野菜（または果物）を増やす自信のある者の増加」（態度）や、「主食・主菜・副菜をそろえて食べる者の増加」「家庭（またはこども食堂）で食材から調理された料理を食べる者の増加」、「外食・中食で野菜料理（または果物）を選択する・購入する者の増加」につながると考えている。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 世帯収入が少ない者ほど野菜・果物摂取量が少ないことから、**世帯収入の低い集団に対するアプローチの必要性**が求められる。
- 世帯収入が少ない者への野菜・果物摂取量を増加させるための施策として、本事業では地方自治体がJA直売所や道の駅などの団体と連携して、**生産者や食品関連事業者から寄付される規格外品や余剰食品となった生鮮食品を保管・配送する体制を整備し、フードバンクやこども食堂を介して生活困窮世帯に食料支援する**取組を考案・実施した。結果として、地方自治体が仲介役となることで、協力者の負担を減らし、寄付量の増加も見込め、活動の持続可能性も高まると示唆している。

13. 1日当たりの果物摂取量の100g未満の者の割合

文献タイトル	若年層の生鮮果物消費 – 2019年の大学生の食生活調査から –
著者名	佐藤 康一郎
発行年	2023年
章節	1. はじめに 2. 既存研究レビュー 3. 若年層の「果物離れ」 4. なぜ若年層は果物を食べないのか 5. 2019年の大学生の食生活調査から 6. おわりに

1. 文献の概要

- 果物は健康の面から日々の生活に必要なものであると位置づけられており、先行研究によると、果物・野菜摂取量が少ないグループに比べ、果物摂取量が多いグループでは全死亡リスクが約8-9%低く、心臓血管死亡リスクが約9%低いことが明らかになっている。こういった研究結果から、消費者の健康志向は高いにも関わらず生鮮果物の家計消費量の減少が指摘され続けている。
- 本研究では各種統計資料から若年層（特に20代）に着眼し、果物消費を考察している。八木ら（2015）の先行研究によると、食べるまでに皮をむくなど手間がかかるといった「調理負担感」が生鮮果物消費を減退させる大きな要因になっていることも定量的に明らかになっている。
- 公益財団法人中央果実協会の調査によると、20代男性は「他に食べる食品があるから」「食べるまでに皮をむくなど手間がかかるから」については全世代合計の率を上回っていることが分かっている。20代女性は「値段が高く食費に余裕がないから」という理由が全世代の合計の率を上回っていた
- 調査方法
 - 各種統計調査資料の整理に加え、2009年より5年おきに専修大学より研究助成を受けて専修大学生を対象に写真分析による食生活調査を実施しており、その結果と各種統計調査資料の結果を比較している。

13. 1日当たりの果物摂取量の100g未満の者の割合

■ 調査結果・考察

- 生鮮果物については約65%の学生は全く摂取しないこと、約3割の学生は一日に直すと50 g未満しか摂取しないことが明らかになっており、各種統計・調査と同様の結果が得られている。
- 調査結果から若年層は決して果物自体を食べないわけではないことが明らかになった。先行研究や大学生の食生活調査からも分かるように「食べるために必要な手間」や「調理負担感」が摂取拡大のネックになっていると思われる。先行研究によると、果物は年齢が高いほど消費が多い一方で、カットフルーツは若い人による消費が多いことを明らかにしている。その理由として、高年齢層や女性の方は「健康志向」が高く、「調理負担感」が低いいため、果物摂取量が多いからであり、若い人の方は一人当たり食費が低く「経済性志向」が高いため、適量の果物を安価に購入できるカットフルーツを購入するからとしている。
- また、100%果汁のジュース飲料も多く出現している。野菜果物ミックス飲料については、野菜を摂取するために飲んでいいのか、果物を摂取するために飲んでいいのか判別が難しいが、いずれにしても健康のことを気にしつつ、野菜や果物を摂取しようとする意図はくみ取ることができる。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 本文献では、果物摂取頻度に影響を与える要因（特に若年層（20代）に着眼）を文献調査等から考察している。
 - 文献から男性では手間や他の食品を求める傾向にあり、女性は果物の価格を気にする傾向にあることが示唆される。
 - 高年齢層や女性では「健康志向」が高い、「調理負担感」が低い傾向にある。一方で若年層は「経済性志向（一人当たりの食費）」に対する意識が高いことが示唆される。
 - 本研究の結果や筆者らの考察から若年層に対しては調理負担感が少なく、経済性の高い（適量の果物を安価に購入できる環境）アプローチを行うことが有効であると示唆される。例としてより安価に適量を仕入れやすいバラ売りの実施や、調理負担感を減らす意味でカットフルーツなどの提供が求められる。
- 生の果物に限らず、100%果汁の野菜ジュース等の出現・摂取が見られていることから、果物加工品の消費の在り方や価値を工夫することで果物摂取量についても拡大の余地があると考えられる。

13. 1日当たりの果物摂取量の100g未満の者の割合

文献タイトル	果物・野菜摂取と死亡リスクとの関連について 多目的コホート研究（JPHC研究）からの成果
著者名	国立研究開発法人国立がん研究センター 横浜市立大学
発行年	2022年
章節	1. 概要 2. 研究背景 3. 調査方法 4. 研究結果 5. まとめ

1. 文献の概要

- 本文献は、果物および野菜の摂取量と全死因死亡率および特定原因による死亡率との関連を検討した研究である。
- 果物と野菜は、ビタミン、ミネラル、食物繊維、カロテノイド、ポリフェノールなどが豊富であり、主に欧米人で行われた前向きコホート研究では、果物や野菜の摂取量が多いと全死因による死亡や循環器疾患による死亡のリスクが低いことが報告されている。一方で、アジア人は、食習慣、その他の生活習慣、遺伝的背景が欧米人と異なり、果物と野菜の摂取と死亡リスクとの関係は明らかになっていない。
- 調査方法
 - 調査開始から5年後に行った調査の食物摂取頻度調査表に回答し、がん、循環器疾患、肝疾患になっていなかった約95,000人を平成30年まで追跡した調査結果に基づき、果物と野菜の摂取量と死亡リスクの関連を調査している。
 - 実施期間は平成2年と調査開始から5年後の平成5年に実施している。
 - 岩手県二戸、秋田県横手、長野県佐久、沖縄県中部、東京都葛飾区、茨城県水戸、新潟県長岡、高知県中央東、長崎県上五島、沖縄県宮古、大阪府吹田の11保健所に住んでいる40～69歳を対象としている。
 - 食物摂取頻度調査表から果物や野菜摂取について、一日当たりの摂取量を算出し、グループごとの人数が均等になるように五分位でグループ分けを実施。それぞれ果物・野菜の摂取量が最も少ないグループ（第1・五分位）を基準として、その他のグループにおけるその後の全死亡・がん死亡・心血管死亡・呼吸器疾患死亡のハザード比（時間当たりの死亡のリスクの比、ハザード比が1を超える場合、その比率だけ比較対象よりもリスクが高い。）を算出している。

13. 1日当たりの果物摂取量の100g未満の者の割合

■ 調査方法（続き）

- 分析に当たっては、年齢・性別・居住地域・体格指数（BMI）・高血圧既往の有無・糖尿病既往の有無・身体活動量・喫煙状況・飲酒状況・独居状況・婚姻状況・就労状況・食生活の影響を統計学的に取り除いている。

■ 調査結果

- 約20年間の追跡調査中に、23,687人が死亡している。内訳は、ガン死亡が8,274人、心血管死亡が5,978人、呼吸器疾患死亡が1,871人であった。
- 果物摂取量が多いグループでは最も少ないグループと比較して全死亡ハザード比は第4・五分位0.91（95%信頼区間 0.87-0.95）、第5・五分位0.92（0.88-0.96）であった。男女とも果物摂取量が多いと全死亡リスクが約8-9%低いという結果が得られた。また男性では果物摂取が多いと呼吸器死亡のハザード比が低い傾向を認め（第5・五分位：ハザード比0.74; 95%信頼区間 0.61-0.90）、女性では、果物摂取が多いと心血管死亡のハザード比が低い傾向を認めました（第5・五分位：ハザード比0.84; 95%信頼区間 0.74-0.96）。
- 野菜摂取量の多いグループでは全死亡のハザード比が低い傾向が認められた（男女別の解析では、統計的に有意ではなかった）。男女合算した全体のコホートでは、野菜摂取量が少ないグループと比較して、多いグループでの全死亡ハザード比は第4・五分位0.92（95%信頼区間 0.88-0.97）、第5・五分位では0.93（0.89-0.98）であり、野菜摂取量が多いと全死亡リスクが低いという結果が得られた。

■ 筆者らによる考察

- 本研究では、野菜摂取量や果物摂取量の第4・五分位と第5・五分位の全死亡のハザード比が同程度で、摂取量が多いほどリスクが下がるという結果ではなかった。本研究で用いた食事摂取頻度調査票から摂取量を正確に推定することは困難だが、本研究結果の推定では、野菜は300g以上、果物は140g以上摂取することが望ましいといえる。

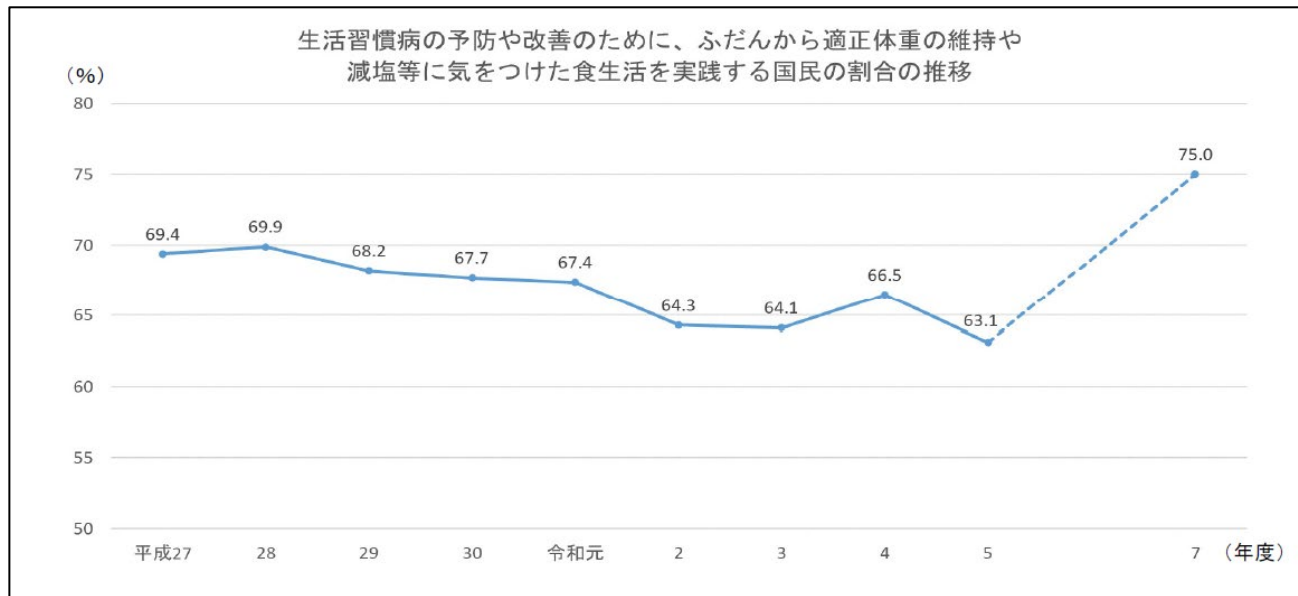
2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 生活習慣病の予防や改善として、本文献から望ましいと推定される野菜・果物の量を摂取することが望ましいといえる。目標13の改善に向けては、**適正量とされる野菜・果物（野菜摂取量：300g以上、果物摂取量：140g以上）を摂取することで、全死亡リスクや心臓血管死亡リスクが10%程度低下されることを周知し、**普段の食生活に野菜や果物を取り入れるよう促すことが考えられる。

**14.生活習慣病の予防や改善のために、
ふだんから適正体重の維持や
減塩等に気をつけた食生活を
実践する国民の割合**

14. 生活習慣病の予防や改善のために、ふだんから適正体重の維持や減塩等に気をつけた食生活を実践する国民の割合

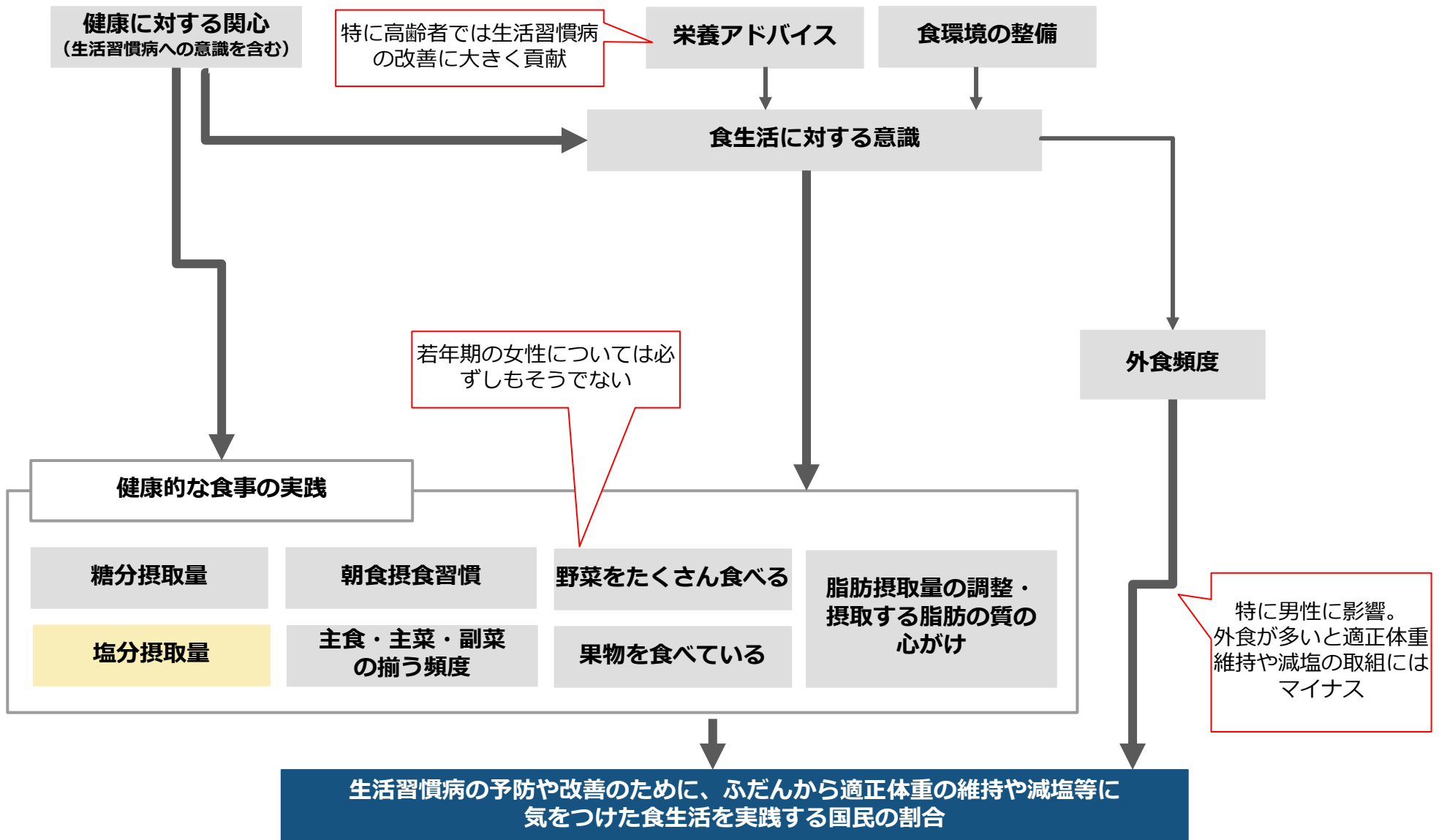
具体的な目標値	第4次基本計画 作成時の値	現状値			目標値	達成状況
	R2（2019）年度	R3（2021）年度	R4（2022）年度	R5（2023）年度	R7（2025）年度	
生活習慣病の予防 や改善のために、 ふだんから適正体 重の維持や減塩等 に気をつけた食生 活を実践する国民 の割合	64.3%	64.1%	66.5%	63.1%	75%以上	▼



（出所）農林水産省（平成27（2015）年度までは内閣府）「食育に関する意識調査」（グラフは、農林水産省「第4次食育推進基本計画フォローアップ 中間取りまとめ別添2 目標達成に課題の残る数値目標の分析・評価」24頁より転載）

14. 生活習慣病の予防や改善のために、ふだんから適正体重の維持や減塩等に気をつけた食生活を実践する国民の割合

変数相関図



14. 生活習慣病の予防や改善のために、ふだんから適正体重の維持や減塩等に気をつけた食生活を実践する国民の割合

変数の整理と現状値への示唆

影響の時間軸に基づく変数の分類

短期的にアウトカムに影響すると考えられる変数	■ 生活習慣予防のための食態度が良い ■ 栄養アドバイス	■ 健康的な食事の実践 ■ 外食頻度
中長期的にアウトカムに影響すると考えられる変数 (または前提条件となる変数)	■ 健康に対する関心	■ 食生活に対する意識 ■ 食環境の整備

第4次基本計画の現状値に関する本事業の調査から得られる示唆

- 本目標の達成には健康的な食事をする国民が増えることが必要であるが、既存文献では、生活習慣病予防のための食事（朝食の摂取、塩分制限、糖분을摂り過ぎない、野菜をたくさん食べる、果物を食べる等）の実践について、いずれも朝食摂取習慣の有無によって生活習慣病予防のための食事の実践状況に有意な関連が認められた項目は無かった。一方で若年期の男性及び中年期（40～50歳代）の朝食摂取習慣のある男性・女性においては、朝食摂取習慣のない者に比べて、バランスの良い食事を食べている者が多い。加えて中年期の男性では、塩分制限や野菜をたくさん食べることを実践している者の割合が朝食摂取習慣のない者に比べ高く見られており、女性では果物を食べている者の割合が朝食摂取習慣のない者に比べ高くなっている。以上から若年期の男性、中年期の男女においては生活習慣予防のための食事の実践と朝食摂取習慣の関連が高く見られることが分かる。若年期の女性については朝食摂取習慣のない者においても、主食・主菜・副菜の内、最も組み合わせで食べられていない副菜に該当する野菜をたくさん食べることを実践している者の割合が高いため関連性が見られなかったとはいえ、野菜摂取の意識が本目標に影響を及ぼしている可能性が示唆される。なお、朝食摂取と生活習慣病予防のための食事の直接的な関係性は明らかではないが、共通して、健全な食生活への意識が高いといったことが考えられる。
- 既存文献では朝食を頻繁に欠食している者は、1日の身体活動量が低く、体重コントロールをしない等の健康維持の姿勢が良くない者が多いとされているところ、朝食の摂取状況に大きな改善は見られておらず、本目標が現状値にとどまる理由と考えられる。
- 既存文献では、生活習慣病予防のための食生活への意識には、健康維持の姿勢（適正体重の心がけや栄養成分表示の活用等）が大きく影響することが示唆され、健康的な食生活の実践につながると考えられる。
- 日本政策金融公庫の「[消費者動向調査（令和6年7月）](#)」によると「健康志向」は食の3大志向であるが平成23年（2011年）から令和6年（2024年）に至るまで40～50%の間に収まっており、第4次基本計画期間中に大きな変化がないことも要因として考えられる。

14. 生活習慣病の予防や改善のために、ふだんから適正体重の維持や減塩等に気をつけた食生活を実践する国民の割合

文献タイトル	「大学生の減塩意識の居住形式の違いによる差異の検討」『情報研究』第68巻
著者名	大橋 洸太郎
発行年	2024年
章節	1. 研究背景と目的 2. 方法 3. 結果 4. 考察

1. 文献の概要

- 本文献は、大学生が家族と同居しているか、一人暮らしであるかという居住形態の違いによる減塩意識について調査・分析したものである。同居生は一人暮らし生に対してバランスの良い食事を行っている一方で、それらに含まれる塩分によって一人暮らし生よりも多くの塩分摂取量となっていることが考えられる。このような構図が塩分摂取の自覚、意識のレベルにも見られるかを検討するため、同居生は一人暮らし生に比較して、塩分摂取の自覚が高いと仮説を立て検証している。
- 学生の食事バランスについて、居住形態による影響について報告された研究は少なくない。食塩の摂取量についても一人暮らし生は食事の品目が少ないにも関わらず、家族との同居生と塩分の摂取量に差が見られず、一人暮らし生の方がより少ない品目の料理から多くの塩分を摂取している可能性が示唆されている。
- 減塩意識と味覚について調査した先行研究では、減塩意識の高い学生は麺類の汁を残したり、スナック菓子を食べることを控えたり、外食や中食をしないといった傾向があったことが報告されている。
- 調査方法
 - 傾向スコア法を用いたマッチングとその結果を用いた因果効果の推定を実施している。
 - 本研究では塩分摂取の自覚や意識レベルに着眼し、同居生は一人暮らし生に比較して、塩分摂取の自覚が高いと仮説を立て検証している。
 - 想定した共変量は①塩分摂取の自覚、②パーソナリティ特性（外向性、協調性、勤勉性等）、③主観的幸福感、④基本的な属性項目（性別、BMI、睡眠時間、運動習慣）としている。

14. 生活習慣病の予防や改善のために、ふだんから適正体重の維持や減塩等に気をつけた食生活を実践する国民の割合

■ 調査方法（続き）

- 研究対象（アンケート得点の調査対象）は大学生122名（年齢18～22歳）のうち「家族と同居」していた70名と一人暮らしをしていた50名としている。

■ 調査結果

- ランダムフォレスト法による分析結果では「塩蔵品摂取頻度」の値が「居住形態」を予測する上で比較的大きな影響力を持っていることが伺えた。一人暮らし生と同居生を比較した場合、後者の方が平均的に2.98点程「塩蔵品摂取頻度」得点が高いことが明らかとなった（決定係数 $R^2=0.157$ 、「塩蔵品摂取頻度」の分布に占める「居住形態」の分散説明率は15%程度）。
- 塩分摂取の自覚も同居大学生の方が一人暮らし生よりも高い自覚がある傾向が見られた。

■ 筆者らによる考察

- バランスの良い食事を行っているという同居生の方が一人暮らし生よりも塩分摂取量が多いという先行研究の知見と一致しており、大学生の塩分摂取の自覚においても先行研究と同様の結果が得られた。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 本文献から**実際の塩分摂取量と塩分摂取の自覚に関連が見られる**ことが示唆される。塩分摂取の自覚にアプローチし、減塩意識を高めることで、実際の塩分摂取量を抑えることができる可能性が考えられる。
- 塩蔵品摂取品目や外食・中食の頻度の減少に伴い、塩分摂取量を減少できる可能性が示唆され、塩蔵品に含まれる塩分量の容器表示、自宅での調理の推奨が塩分摂取量の減少につながる可能性がある。

14. 生活習慣病の予防や改善のために、ふだんから適正体重の維持や減塩等に気をつけた食生活を実践する国民の割合

文献タイトル	「保健所の特定給食施設指導を活用した勤労者の減塩の試み：埼玉県川越市内事務所での事例」『日本公衆衛生雑誌』第71巻第8号
著者名	佐藤 麻記子、坂口 景子、武見 ゆかり、丸山 浩
発行年	2024年
章節	1. はじめに 2. 方法 3. 活動結果 4. 考察 5. おわりに

1. 文献の概要

- 本文献は、働き盛り世代の高血圧予防アプローチとして、川越市保健所では、特定給食施設指導を活用した減塩への意識改善のための食環境整備として、社員食堂を整備し、従業員の尿中ナトリウムを評価した研究である。
- 事業所の給食設備を利用した食環境整備は野菜摂取量の増加、食塩摂取量の減少、体重コントロール、メタボリックシンドロームの改善に寄与するとされている。一方で管内事業所の給食施設栄養管理状況報告書からは、給与食塩相当量の多い施設であることが課題となっていたため、特定給食施設指導を通じた減塩への意識改善と実践を促す事業の実施に至った。
- 調査方法
 - 川越市内にある従業員数約270人（男女比4:1）のA事業所（薬品などを製造する化学メーカー）を対象。
 - 実施期間は2019年11月～2021年11月。
 - 5年間連続で給与食塩相当量過多の事業所を選定。
 - 食物へのアクセス整備としては①スマートミールの提供、②全メニューの食塩相当量提言、③穴あきレンゲの設置、④卓上調味料を減塩タイプに変更することを実施。
 - 調査の評価は、アウトプット指標として、給食受託会社からの報告（社員食堂の利用頻度、社員食堂に対する主観的評価（味付け、満足度））及び質問紙による調査（基本的特性（年齢、性別、職種、BMI、生活習慣等）、日頃の減塩意識の把握）を行い、アウトカム指標として、尿検査、血圧測定の結果を用いた。

14. 生活習慣病の予防や改善のために、ふだんから適正体重の維持や減塩等に気をつけた食生活を実践する国民の割合

■ 調査結果

- スポット尿による推定食塩摂取量（g／日）の結果では、社員食堂利用有無別で利用群では2019年の 10.4 ± 2.2 から2020年は 9.8 ± 2.4 と減少している（ $p=0.002$ ）。収縮期血圧（mmHg）に関しても、食堂利用群は2019年の 114.7 ± 12.6 から2020年 111.8 ± 12.0 、2021年 110.4 ± 12.2 と減少している（ $p=0.007$ ）。
- また社員食堂のメニューの味付けや日頃の減塩意識についても有意差が見られ、2020年には社員食堂のメニューの味付けは「薄い／少し薄い」と回答した者の割合が有意に多かったが、2021年には有意ではなくなっている。日頃の減塩意識についても、「いつも／時々気を付けている」と回答した者の割合が2019年に有意に少なく、減塩意識の向上が見受けられる。

■ 筆者らによる考察

- 本取組において食塩摂取量が減少した要因として①スマートミールをはじめ、社員食堂の全メニューの食塩相当量を低減したこと、②A事業所が健康経営を推進したこと、③給食受託会社がスマートミール等の提供体制を構築していたこと、④企画段階から課題や目指す姿を担当者間で共有したことが挙げられる。
- 職場の環境整備による従業員の健康効果を高めるには健康経営が重要である。本取組では、メニューの改善により食材料費高騰が課題となったが、A事業者は健康経営を推進していることから実現が可能であったと考えられる。
- 課題としては、新型コロナウイルス感染症の感染拡大により社員食堂の利用者が減ったこと、メニュー改善後に社員食堂のメニューに対する満足度が低下したことが挙げられる。継続的な取組のためには、減塩でも、美味しさが保証され、満足度を維持していくことの必要性が示唆されている。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 本文献は直接目標14の改善を促すものではないが、目標14の改善につながる減塩などに対する心掛けとして、**職場で食環境を整備することで、従業員の健康効果（特に食塩摂取量）を高めることができる**と示唆される。また健康効果だけでなく、メニューの満足度を上げ継続して摂取してもらうためには、美味しさを保証することが必要である。
- **食環境を整備することで、食塩摂取量については有意に減少することができ、高血圧予防アプローチになることが示唆される。**

14. 生活習慣病の予防や改善のために、ふだんから適正体重の維持や減塩等に気をつけた食生活を実践する国民の割合

文献タイトル	生活習慣病高齢患者の栄養ケアに関する検討
著者名	中村 育子、鎌田 未悠、鈴木 穂乃果、中川 誌音、中田 歩花、泉 史郎
発行年	2024年
章節	1. はじめに 2. 方法 3. 活動結果 4. 考察 5. おわりに

1. 文献の概要

- 本文献は、高齢者を対象に疾病や重症化を予防するため、食事や運動による包括的な生活習慣病管理の1つとして、栄養アドバイスに着眼した研究である。生活習慣病の高齢患者に栄養アドバイスを行うことで、疾病の理解、食習慣、生活習慣にどのような影響を与えるのかを介入時、介入3か月後で比較検討することを目的としている。
- 令和元年の厚生労働省による国民健康・栄養調査の結果では、年齢が高くなるにつれて、糖尿病が強く疑われる者の割合が高くなっている。高齢者は老化により全身の機能が低下し、膵臓から出ているインスリンの分泌も加齢とともに減少するため、糖尿病を発症しやすくなっている。
- 先行研究では、高齢者は低栄養、サルコペニア、フレイルのリスクが大きいことから必要栄養量が不足しないように注意する必要が指摘されている。高齢者が元気に家で生活するためには生活習慣病の改善、維持が不可欠であり、重症化予防のためにも、適切な栄養食事療法を早期から開始する必要がある。
- 調査方法
 - 名寄市内の医療機関において生活習慣病（2型糖尿病または脂質異常症）の高齢患者16人を対象に実施。
 - 実施期間は令和4年6月～令和5年8月（約3か月）。
 - 栄養アドバイスは診療録を基に（現病歴、処方薬、身長、体重、体格指数（BMI）、血圧、血液生化学検査結果）、食事内容の聞き取り（24時間思い出し法）を行いながら実施。栄養アドバイスは高齢患者に分かりやすく、取組やすいよう、問題点を明確にした上で、実践可能な調理方法等プランを提案。

14. 生活習慣病の予防や改善のために、ふだんから適正体重の維持や減塩等に気をつけた食生活を実践する国民の割合

■ 調査方法（続き）

- 食事内容の数量化は参考書を用い栄養価算定はインターネット上の栄養計算ソフト（（株）ヘルシーネットワーク）を使用。
- 栄養アドバイスの介入時と介入3か月後のBMI、血圧、血液生化学検査、摂取栄養量、栄養評価、食品摂取の多様性（MNA-SF）について比較検討を実施。栄養アドバイスの介入3か月後に①食事療法を行うやる気が出たか、②食事の見直しを行ったか、③運動量を増やしたか、④食事量を減らしたか、⑤おやつを減らしたか、⑥減塩を実行したか、⑦栄養療法について理解が深まったかを書面で聞き取った。

■ 調査結果

- 栄養アドバイスを受けている者は半数が肥満であり、血圧は高く、食塩摂取量が多かったが、介入3か月後にはBMIが有意に減少していた（ $p=0.010$ ）。食物繊維摂取量についても介入時と比較して、介入3か月後では有意に増加が見られた（ $p=0.035$ ）。摂取量はエネルギー、食塩摂取量について有意差は見られなかったが、減少傾向が見られた。栄養アドバイスにより、患者が食習慣を見直したことで、体重が減少した（介入時のBMIは平均が肥満から介入3か月後は標準体重となり、有意に減少が見られた）。
- 栄養アドバイスによって食事療法についての理解が深まり、食事療法のやる気に結びつき、過半数（16人中12人、75.0%）の者が食事の見直しを行い、減塩（16人中7人、43.8%）や運動を実施している者（16人中5人、31.2%）も見られた。本研究の栄養アドバイスを行ったことで、患者が食習慣を見直して、たんぱく質を十分摂取しながら、食物繊維摂取量が有意に増加する等、栄養バランスを改善し、体重が減少してBMIも有意に減少した。

■ 筆者らによる考察

- 厚生労働省の令和元年「国民健康・栄養調査」の結果によると肥満は増加傾向にある。中村らの先行研究では、肥満を含めた生活習慣病は、偏った生活習慣要因があるため、生活習慣病の予防や重症化予防は、過食、脂質や食塩の過剰摂取、運動不足を改善することが必要と指摘されている。
- 栄養アドバイスは栄養食事療法に関する知識や技術を一方的に伝えるのではなく、患者自身が日常生活の中で適切な選択ができ、問題を解決していける能力と自立性を教育することが推奨されている。疾患の具体的な栄養食事療法、問題点、改善ポイントについて、患者のペースに合わせてゆっくりアドバイスを行ったため、生活習慣病の予防改善に結びついたと考えられる。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 本文献では、特に生活習慣病の高齢者を対象に栄養アドバイスによる効果を検証しており、直接目標14に関連してはいないが、**栄養アドバイスによる食生活の改善がみられることや栄養アドバイスの手法についての工夫**が改善の参考になると考えられる。

14. 生活習慣病の予防や改善のために、ふだんから適正体重の維持や減塩等に気をつけた食生活を実践する国民の割合

文献タイトル	健康な食事の習慣と生活習慣病予防のための食態度、健康維持の姿勢との関連
著者名	木林 悦子、中出 麻紀子、諸岡 歩
発行年	2022年
章節	1. 緒言 2. 方法 3. 結果 4. 考察 5. 結論

1. 文献の概要

- 若い世代は食習慣について、中高年と比較すると、朝食欠食や野菜摂取量の少なさが見られている。朝食欠食者については、平成29年国民健康・栄養調査の年齢階級別でみると男女ともに20歳代で最も高く、次いで40歳代、30歳代の順に高い。中高年において不規則な朝食摂取や朝食欠食が2型糖尿病のリスクを高めることや、朝食を毎日食べることが脳卒中の予防に有益であることが報告されている。以上を踏まえると、生活習慣病の発病リスクが高くなる前の、若いうちから朝食の習慣をつけることは重要といえる。
- 野菜摂取については、心血管疾患、肥満、がんなどの慢性疾患に対する予防効果が報告されている。そのため野菜摂取の推奨は、国際連合食糧農業機関（FAO）が支援している世界の100カ国以上のFood-based dietary guidelines and food guides（FBDGs）においても共通課題とされている。平成30年国民健康・栄養調査における野菜摂取量の平均値は、年齢階級別では、男女ともに20～40歳代で低く、60歳以上で高い。したがって、野菜の摂取不足は、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事の頻度や朝食欠食者の割合と同様に40歳代を含む若い世代の食習慣における共通した問題と考えられる。
- 上記を踏まえ、本文献は、20歳代～40歳代を対象にバランスの良い食事、朝食習慣、野菜摂取を含む健康な食事を推進するための研究として、20歳代～40歳代を対象にこれらの習慣に関わる要因として、生活習慣病予防のための食態度、健康維持の姿勢、外食頻度を用いた仮説モデルを立て、包括的に明らかにすることを目的としている。
- 調査方法
 - 本研究では平成28年度ひょうご食生活実態調査データの二次解析を実施している。

14. 生活習慣病の予防や改善のために、ふだんから適正体重の維持や減塩等に気をつけた食生活を実践する国民の割合

■ 調査方法（続き）

- 上記の基となる調査は、兵庫県健康福祉部健康局健康推進課が県民の栄養・食生活の実態を把握し、その適切かつ効果的な改善及び食育推進に関する施策展開の基礎資料とするために企画立案し、調査地区を管轄する健康福祉事務所（保健所）が平成28年10～11月に実施。
- 調査客体は、兵庫県内において層化無作為抽出した32地区（1,919世帯及び世帯員4,747人）を対象とし、平成28年国民健康・栄養調査に準じて、各世帯へ調査員が栄養摂取状況調査票と同時に留め置き法による自記式の食生活アンケート票を配布し、回収を実施した。食生活アンケート票への回答者（1歳以上）は2,728名（回収率57.5%）であった。本研究の解析対象となる20歳～40歳代の者は720名（男性330名、女性390名）であった。
- アンケートの調査項目は①健康な食事の摂取頻度、②生活習慣病予防のための食態度（得点制）、③健康維持の姿勢、④外食頻度、⑤基本属性（性別、年齢、家族構成、自己申告の身長・体重）とした。①～⑤は回答を得点化し解析に用いた。
- バランスの良い食事、朝食習慣、野菜摂取を含む健康な食事を推進するために、これらの習慣に関わる要因として、生活習慣病予防のための食態度、健康維持の姿勢、外食頻度を用いた仮説モデルを立て、包括的に検討している。

■ 調査結果

- 健康な食事の得点は、性別では女性が有意に高く（ $p<0.001$ ）、年齢階級別では20歳代より40歳代の方が有意に高かった（ $p=0.008$ ）。生活習慣病予防のための食態度の得点は、性別で女性が有意に高く（ $p<0.001$ ）、年齢階級別では20歳代や30歳代より40歳代の方が有意に高かった（ $p=0.002$ ）。健康維持の姿勢の得点は、性別で女性が有意に高く（ $p<0.001$ ）、年齢階級別では20歳代や30歳代より40歳代の方が有意に高かった（ $p=0.002$ ）。外食頻度の得点では、性別で男性が有意に高く（ $p<0.001$ ）、年齢階級別では30歳代や40歳代より20歳代の方が有意に高かった（ $p<0.001$ ）。
- 20歳代～40歳代を対象に共分散構造分析をした結果、初期仮説モデルにおける健康な食事への生活習慣病予防のための食態度からの直接的なパスが削除され、健康な食事の習慣には、生活習慣病予防のための食態度に健康維持の姿勢が介在し、加えて男性では外食頻度が悪影響を及ぼす可能性が示唆された。
- 「健康な食事」への「生活習慣病予防のための食態度」からの直接的なパスでは良好なモデル適合指標が得られなかったため、直接的なパスをを削除し、習慣的な行動へ近づけるために「生活習慣病予防のための食態度」から「健康維持の姿勢」を経由するパスに変更して、モデル適合指標の値を算出したところ良好な関係が示された。

■ 筆者らによる考察

- 男性においてのみ、外食頻度が健康な食事に悪影響を及ぼす可能性が示唆されたことについては、平成27年国民健康・栄養調査結果における20歳以上の外食を週1回利用している者の割合（男性40%、女性25.1%）や、外食及び持ち帰り弁当・惣菜を定期的に利用している者の割合（男性41.3%、女性29.2%）が男性で高いことが関係していると考えられる。

14. 生活習慣病の予防や改善のために、ふだんから適正体重の維持や減塩等に気をつけた食生活を実践する国民の割合

■ 筆者らによる考察（続き）

- 先行研究において、油を控える、飲み物の糖分を減らす、野菜を多く食べる、塩分を控える、カロリーを考慮して食べるなどに加えて、食品表示を見ることが減量成功につながったと報告されていることから、本研究での生活習慣病予防のための食態度や健康維持の姿勢は、同じ準備要因として位置づけられていても、生活習慣病予防のための食態度が健康維持の姿勢につながるという順序が存在するために、今回のモデルでは、生活習慣病予防のための食態度から健康維持の姿勢へのパスが引かれることになったのではないかと考えられる。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 本文献では、生活習慣病予防のための食態度に健康維持の姿勢が介在することが示唆され、健康な食事の習慣につながると考えられる。健康維持の姿勢には適正体重の心がけや栄養成分表示の活用等が挙げられており、先行研究からは朝食を頻繁に欠食している者では、1日の身体活動量が低く、体重コントロールをしない者が多いと報告されており、他目標の改善が本目標の改善にも影響を及ぼすと考えられる。
- また外食及び持ち帰り弁当・惣菜を定期的に利用している者では、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事の頻度が低く、外食では野菜摂取量が少ないことから、外食が健康的な食事を妨げる要因の一つとして考えられる。

14. 生活習慣病の予防や改善のために、ふだんから適正体重の維持や減塩等に気をつけた食生活を実践する国民の割合

文献タイトル	若年・中年期の朝食摂取習慣がある者における生活習慣病予防のための食事の実践状況
著者名	木林 悦子、中出 麻紀子、諸岡 歩
発行年	2022年
章節	1. 緒言 2. 方法 3. 結果 4. 考察 5. 結論

1. 文献の概要

- 生活習慣病の食事による予防効果については、多くの栄養疫学研究が報告されている。例えば、食事と身体活動による体重減少が2型糖尿病の発症予防や心血管代謝系リスクファクターを改善するのに効果的であること、減塩習慣が心血管疾患リスクや、n-3系多価不飽和脂肪酸の摂取が心血管疾患死亡率の低下に有効であることも報告されている。野菜や果物を食べることについては心血管疾患、肥満、がんなどの慢性疾患に対する予防効果が報告されている。
- 日本では、平成12年に策定された食生活指針において「主食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスを」が推奨されている。平成17年に作成された「食事バランスガイド」に示されている性・年齢別の1日目安量の遵守度が高い者では、心血管疾患や脳血管疾患による死亡リスクが低いことが報告されている。
- 本研究では、若年・中年期の朝食摂取習慣がある者における生活習慣病予防のための食事の実践状況を性・年齢階級別に明らかにしている。
- 調査方法
 - 本研究では平成28年度ひょうご食生活実態調査データの二次解析を実施している。基となる調査は、兵庫県健康福祉部健康局健康推進課が県民の栄養・食生活の実態を把握し、その適切かつ効果的な改善及び食育推進に関する施策展開の基礎資料とするために企画立案し、調査地区を管轄する健康福祉事務所（保健所）が平成28年10～11月に実施。
 - 調査客体は、兵庫県内において層化無作為抽出した32地区（1,919世帯及び世帯員4,747人）を対象とし、平成28年国民健康・栄養調査に準じて、各世帯へ調査員が栄養摂取状況調査票と同時に留め置き法による自記式の食生活アンケート票を配布し、回収を実施した。食生活アンケート票への回答者（1歳以上）は2,728名（回収率57.5%）であった。

14. 生活習慣病の予防や改善のために、ふだんから適正体重の維持や減塩等に気をつけた食生活を実践する国民の割合

■ 調査方法（続き）

- アンケートの調査項目は①健康な食事の摂取頻度、②生活習慣病予防のための食態度（（ア）エネルギー摂取量の調整、（イ）塩分制限、（ウ）脂肪摂取量の調整、（エ）糖분을摂り過ぎない、（オ）野菜をたくさん食べる、（カ）果物を食べる）、③朝食摂取頻度、④基本属性（性別、年齢、家族構成、自己申告の身長・体重、生活習慣病の既往歴）とした。
- 朝食摂取習慣がある者（朝食摂取頻度が週4日以上）を朝食摂取習慣有り、非該当者（週3日以下）を朝食摂取習慣無しとし、その2群間で朝食摂取習慣の有無による解析を実施している。

■ 調査結果

- バランスの良い食事が1日2回以上については、中年期（40～50歳代）の朝食摂取習慣者における「週6日以上」と回答した割合が非該当者に比べ、男女ともに高く、バランスの良い食事を1日2回以上食べる頻度と朝食摂取習慣の有無との間に有意な関連があった（男性 $p=0.042$ 、女性 $p=0.013$ ）。一方、若年期（20～30歳代）では、男性において同様な結果が得られた（ $p=0.013$ ）が、女性では認められなかった。
- 生活習慣病予防のための食事（6項目）では、若年期において、男女ともにいずれも朝食摂取習慣の有無別に有意な関連が認められた項目は無かった。一方、中年期の朝食摂取習慣者では、男性において、塩分制限（朝食摂取習慣数：42.2%、非該当者：18.9%）（ $p=0.007$ ）、糖분을摂り過ぎない（48.2%、29.7%）（ $p=0.037$ ）、野菜をたくさん食べる（63.8%、29.7%）（ $p<0.001$ ）、果物を食べる（32.6%、16.2%）（ $p=0.045$ ）を実践している者の割合が非該当者に比べ高かったが、女性では果物を食べる（56.6%、28.1%）（ $p=0.002$ ）においてのみ同様な結果が認められた。
- 中年期の朝食摂取習慣がある者では、非該当者に比べ、バランスの良い食事を1日2回以上食べる頻度が週に6回以上の者のオッズ比が男女ともに高かった（オッズ比：男性2.41、女性2.75）。また中年期の朝食摂取習慣がある者では非該当者に比べ、男性の塩分制限（2.91）及び野菜をたくさん食べる（3.76）を実践している者と、女性の果物を食べる（3.03）を実践している者のオッズ比が有意に高かった。若年期の朝食摂取習慣がある者では非該当者に比べ、男性のバランスの良い食事を1日2回以上食べる頻度が週に6日以上以上の者のオッズ比が高く（2.83）、同様の結果が見られた。

■ 筆者らによる考察

- 20～60歳代を対象とした先行研究では、主食・主菜・副菜の揃った食事を1日2回以上食べることが、性や年代を問わずバランスの良い朝食摂取と関連していたが、本研究の若年期の女性ではこのような関連が認められなかった。この理由として、若年期の女性における朝食摂取習慣の非該当者は、1日2回以上のバランスの良い食事を週6日以上食べている者の割合が、男性の若年期や中年期に比べやや高かった（25.8%）ことが考えられる。また若年期の女性では、主食・主菜・副菜のうち、最も組み合わせて食べられていない副菜に該当する野菜をたくさん食べることを実践している者の割合が、朝食摂取習慣のある者（68.5%）と非該当者（64.5%）でほぼ同程度の高い値であったことも理由の1つとして考えられる。

14. 生活習慣病の予防や改善のために、ふだんから適正体重の維持や減塩等に気をつけた食生活を実践する国民の割合

■ 筆者らによる考察（続き）

- 生活習慣病予防のための食事の実践状況について、中年期の男性の本研究結果からは、生活習慣病による影響からではなく、年齢やライフステージによる健康意識の変化によって、塩分を控え、野菜を積極的に食べるといった食行動を選択し、それが朝食摂取習慣とも関連していたことが考えられる。年齢やライフステージによる健康意識に関して、成人を対象とした食育に関する意識調査報告書（令和2年3月）では、20～39歳の若い世代が生活習慣病の予防や改善を実践しない理由として「面倒だから取り組まない」（男性48.0%、女性44.8%）と答えた者が最も多く、次いで「生活習慣を改善する時間的ゆとりがない」（男性41.0%、女性33.3%）や「病気の自覚症状がない」（男性38.0%、女性35.6%）であったことから、若年期における健康への低い意識が示唆される。
- 上記の背景として、令和元年国民健康・栄養調査におけるメタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）が強く疑われる者の割合が、20歳代0%、30歳代2.9%、40歳代7.1%、50歳代15.7%と20～30歳代で低いことが考えられる。また、メタボリックシンドロームが強く疑われる者の性別比較では、40歳代を境に男性で既に15.7%、さらに50歳代で31.5%も存在するのに対し、女性では40歳代2.4%、50歳代6.4%と低く、男性の方が極めて高い。
- わが国では、死亡要因の約6割が生活習慣病であることから、その予防のために、メタボリックシンドロームに着目した「特定健康診査・特定保健指導」が40歳以上に対して実施されている。その中の特定保健指導では、特定健診の結果に基づき、必要度に応じた保健指導が行われていることから、中年期の男性において、食事指導を受けている者の割合が高いことが推測される。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 本文献では、生活習慣病予防のための食事の実践状況と朝食摂取習慣の関連を見ており、朝食の摂取がどの程度生活習慣病予防のための食事の実践に貢献しているかを明らかにしている。生活習慣病予防のための食事の一つである「主食・主菜・副菜の揃った食事を1日2回以上食べること」については、性・年齢階級に関わらず概ね関連が認められている。
- 中年期の男性については、年齢やライフステージによる健康意識の変化が生活習慣病予防のための食事の実践に繋がっていると考えられる。またメタボリックシンドロームが強く疑われる者の割合も中年期の男性で高く見られており、「特定健康診査・特定保健指導」に基づく、食事指導を受けている者の割合が高いことが挙げられる。
- 若年期においては、食育に関する意識調査報告書から、生活習慣病の予防や改善を実践する者が少なく、要因としては健康への意識の低さが示唆されている。

14. 生活習慣病の予防や改善のために、ふだんから適正体重の維持や減塩等に気をつけた食生活を実践する国民の割合

文献タイトル	生活習慣病と食生活
著者名	田中 明
発行年	2020年
章節	1. はじめに 2. 動脈硬化性疾患診療ガイドライン2002（平成14年） 3. 動脈硬化性疾患診療ガイドライン2007（平成19年） 4. 動脈硬化性疾患診療ガイドライン2012（平成24年） 5. 動脈硬化性疾患診療ガイドライン2017（平成29年） 6. おわりに

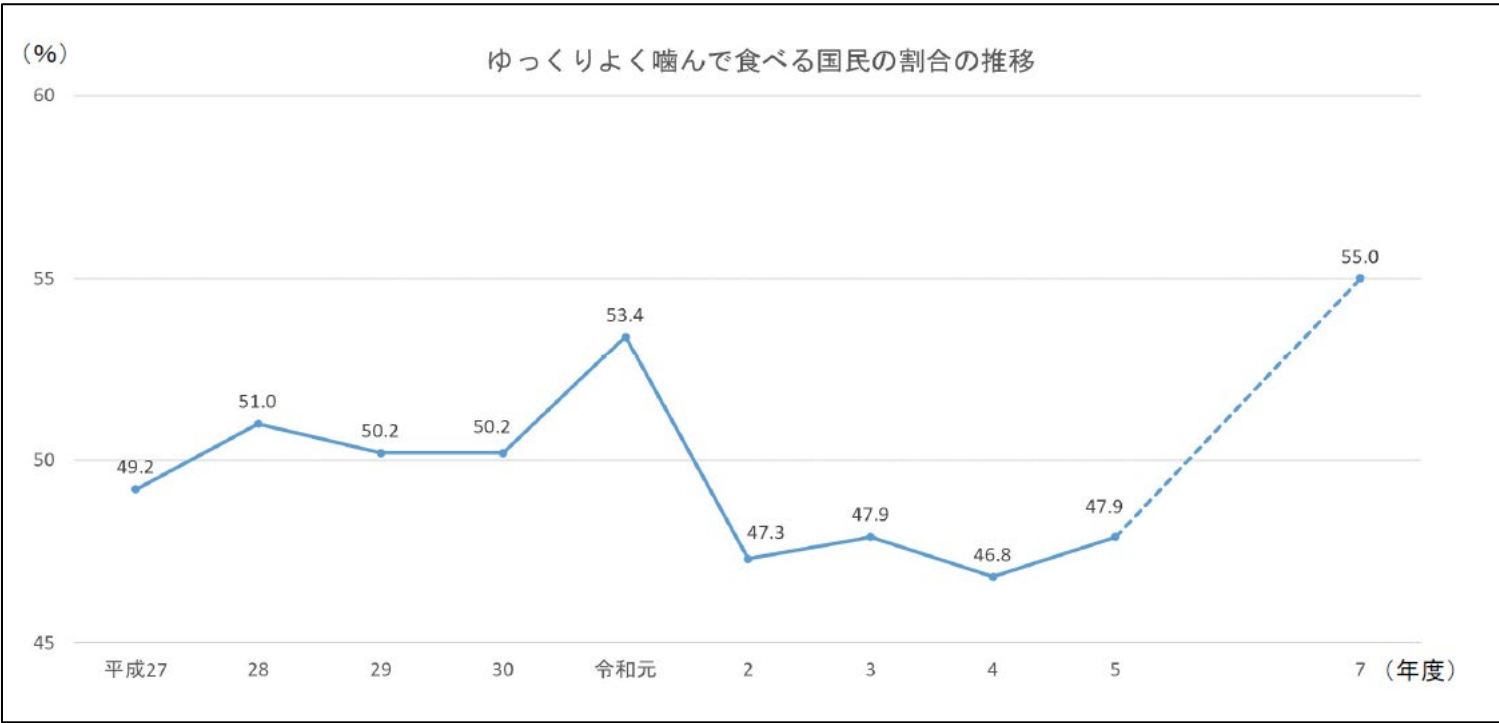
- 本文献は、生活習慣病の治療ガイドライン（日本肥満学会から肥満症診療ガイドライン2016、日本動脈硬化学会から動脈硬化性疾患予防ガイドライン2017年版、日本糖尿病学会から糖尿病治療ガイド2018-2019、および糖尿病診療ガイドライン2019、日本高血圧学会から高血圧治療ガイドライン2019、厚生省から日本人の食事摂取基準（2020年版））および国内外の食生活に関する研究報告などを踏まえて、脂質異常症を中心に、平成時代の食生活の変遷と今後の問題点について述べている。
- 第3章の動脈硬化性疾患予防ガイドライン2007（平成19年）では、動脈硬化性疾患予防のための食事療法が初めて示された。
 - ①標準体重を維持する。②脂肪エネルギー比率を20～25%、飽和脂肪酸を4.5～7.0%未満、コレステロール摂取量を200 mg／日未満とする。③n-3系多価不飽和脂肪酸の摂取を増やす。④炭水化物エネルギー比率を50～60%とし、食物繊維摂取を増やす。⑤食塩摂取は6 g／日以下にする。
- 筆者らによる考察
 - 動脈硬化性疾患予防のためにはコレステロール摂取量等をどのようにしたらよいか、糖尿病についても低炭水化物食は有用か、否かといった平成時代に提起された問題を解決するために、今後さらにエビデンスを増やし解決していく必要がある。
- 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆
 - 本文献では、特に生活習慣病の治療ガイドラインから動脈硬化性疾患予防のための食事療法が示されており、**飽和脂肪酸の摂取量やコレステロール摂取量の制限、n-3系多価飽和脂肪酸の摂取増加の推奨等が挙げられており、脂肪酸については摂取量のコントロールに加え、良質な脂肪酸については摂取が推奨される**と考えられる。

15. ゆっくりよく噛んで食べる国民の割合

15. ゆっくりよく噛んで食べる国民の割合

目標値及び現状値

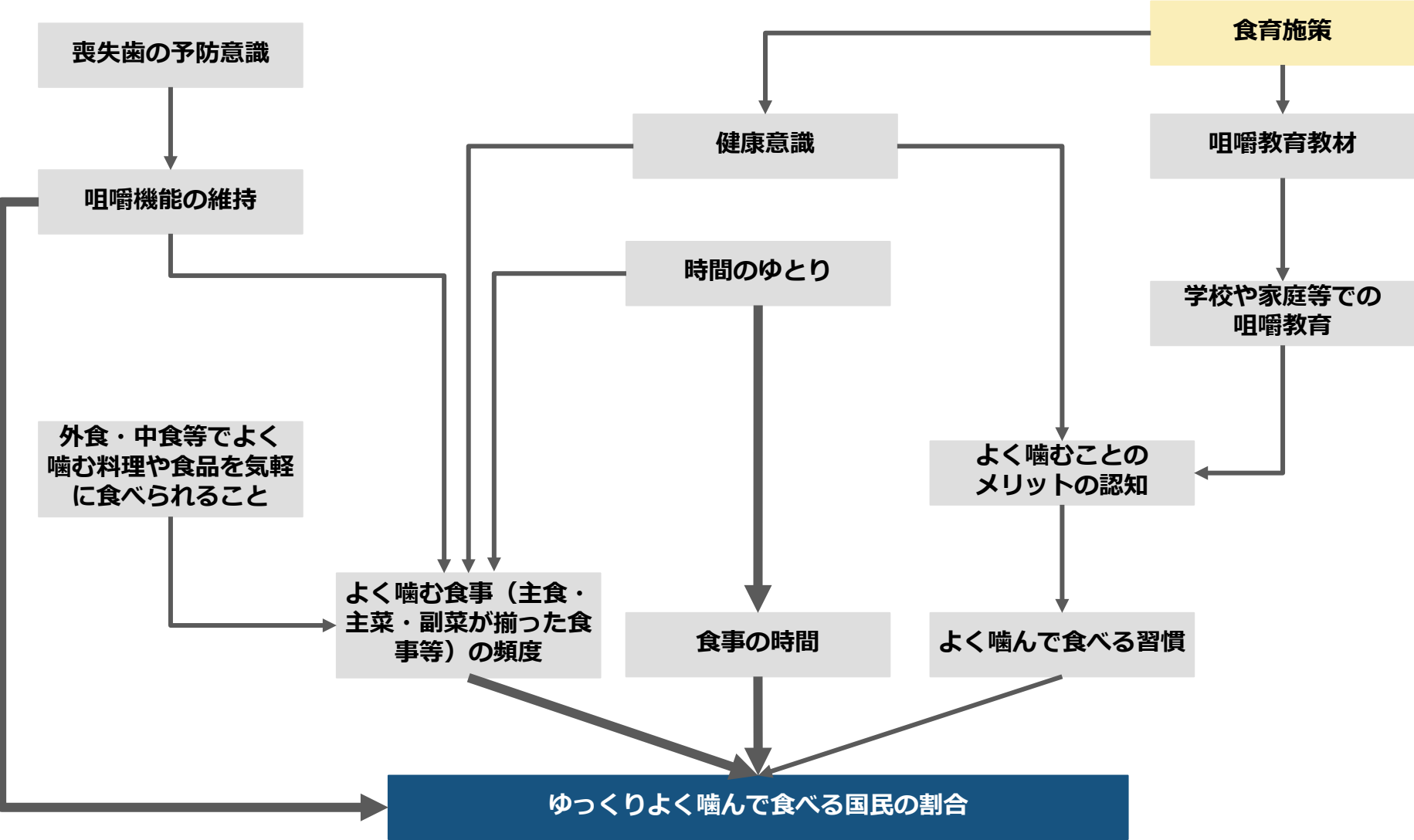
具体的な目標値	第4次基本計画 作成時の値	現状値				目標値	達成状況
	R2（2020）年度	R3（2021）年度	R4（2022）年度	R5（2023）年度	R7（2025）年度		
ゆっくりよく噛んで食べる国民の割合	47.3%	47.9%	46.8%	47.9%	55%以上	△	



（出所）農林水産省（平成27（2015）年度までは内閣府）「食育に関する意識調査」（グラフは、農林水産省「第4次食育推進基本計画フォローアップ 中間取りまとめ別添2 目標達成に課題の残る数値目標の分析・評価」26頁より転載）

15. ゆっくりよく噛んで食べる国民の割合

変数相関図



15. ゆっくりよく噛んで食べる国民の割合

変数の整理と現状値への示唆

影響の時間軸に基づく変数の分類

短期的にアウトカムに影響すると考えられる変数	■ よく噛む食事（主食・主菜・副菜が揃った食事等）の頻度 ■ 食事の時間 ■ 咀嚼教育教材 ■ 学校や家庭等での咀嚼教育 ■ よく噛むことのメリットの認知 ■ よく噛んで食べる習慣
中長期的にアウトカムに影響すると考えられる変数 （または前提条件となる変数）	■ 喪失歯の予防意識 ■ 咀嚼機能の維持 ■ 外食・中食等でよく噛む料理や食品を気軽に食べられること ■ 健康意識 ■ 時間のゆとり ■ 食育施策

第4次基本計画の現状値に関する本事業の調査から得られる示唆

- 既存文献ではゆっくりよく噛んで食べることに関係する要因の一つとして時間のゆとりが挙げられている。また、農林水産省「食育に関する意識調査」（令和2年3月）においても、ゆっくりよく噛んで食べるために必要なこととして、「早食いの習慣を直すこと」（62.8%）の回答が最も高く、次いで「食事時間が十分に確保されていること」（35.6%）が挙げられ、食事の時間の確保が必要であることが示唆されている。
- 既存文献の一つとして挙げているNHK放送文化研究所の「国民生活時間調査」（2020年版）のとおり、国民の食事時間は、2000年以降大きな変化はなく、食事時間を確保できないこと等により、よく噛んで食べる習慣の形成が進んでいないことが、本目標が現状値にとどまる一因と考えられる。
- 既存文献によると、主食・主菜・副菜を揃えた食事を摂取することと、ゆっくりとよく噛んで食べることに相関があることが示唆されているが（噛みにくいとされる野菜類などを主材料とする副菜料理の摂取量が多くなるため）、「食育に関する意識調査」で「主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている」国民及び若い世代の割合は令和2年度から令和5年度にかけてほぼ横ばいであることから、ゆっくりよく噛むことにつながる食事をする国民の割合が増えていないことも、当該目標の現状値が過去と比べて横ばいの一因と考えられる。

15. ゆっくりよく噛んで食べる国民の割合

文献タイトル	「ゆっくりよく噛んで食べている成人の主食・主菜・副菜をそろえた食事の摂取頻度」『日本健康教育学会誌』第31巻第3号
著者名	濱下 果帆、赤松 利恵
発行年	2023年
章節	1. 緒言 2. 方法 3. 結果 4. 考察 5. 結論

1. 文献の概要

- ゆっくりよく噛んで食べることに関係する要因について、先行研究では、**咀嚼機能が維持**されていること、**時間のゆとり**があること、**健康意識の高さ**などが挙げられている。また、食生活に関しては、咀嚼能力と、食物繊維の多い野菜・イモ類や肉類等の噛みごたえのある食品の摂取量が多いことが関連しており、噛みごたえのある食品を多く用いた食事では、そうでない食事と比べて咀嚼回数が増加する傾向がみられる。
- 対して、食事レベルでは、ファストフードのような軟らかい食事摂取の増加に伴って咀嚼能力は低下し、噛む回数も減少して食べる速さが速くなることが懸念されている。
- 日本の伝統的な食文化の一つである主食・主菜・副菜をそろえた食事は、よく噛んで食べるための口腔の健康において重要とされるが、よく噛んで食べることと食事の関連を報告した研究はないことから、本文献ではその関連性について検討されている。
- 調査方法・調査対象
 - 調査方法：「平成30年度食育に関する意識調査」のデータを二次利用。
 - 対象者の属性：性別、年齢、同居家族の有無、就業状況を用いて解析。

15. ゆっくりよく噛んで食べる国民の割合

■ 調査結果

- 「ゆっくりよく噛んで食べていること」を従属変数、主食・主菜・副菜をそろえた食事の頻度を独立変数としたロジスティック回帰分析をした結果、主食・主菜・副菜をそろえた食事の頻度が「毎日」であると「ゆっくりよく噛んで食べている」オッズ比が高かった（オッズ比 [95% 信頼区間] : 1.59 [1.32, 1.92] , $P < 0.001$ ）。
- 属性と時間のゆとり、健康を意識した食生活の実践すべてを同時に投入したモデルでも、主食・主菜・副菜をそろえた食事が「毎日」であることと「ゆっくりよく噛んで食べている」ことは関連していた。
- ゆっくりよく噛んで食べていることには時間のゆとりがあることや健康を意識した食生活の実践とも関連していたが、それらの要因の影響を考慮した結果でも、**ゆっくりよく噛んで食べていることと主食・主菜・副菜をそろえた食事の頻度が高いことが示された**。主食・主菜・副菜をそろえた食事の頻度が高いと、（噛みにくいとされる）**野菜類などを主材料とする副菜料理の摂取量が多く、時間をかけて自然とよく噛んで食べる習慣が形成**されていると推察される。
- 時間のゆとりや食生活における健康意識の高さに関わらず、主食・主菜・副菜をそろえることが、ゆっくりとよく噛んで食べる要因になりうることを示されており、忙しくて食事の準備や調理に割く時間がないと考えている者や、健康な食生活の実践は面倒だと思ふ者、食の楽しみを損なうと考える者も、**主食・主菜・副菜をそろえた食事の頻度を高めることで、ゆっくりよく噛んで食べられるようになることが**、本文献では示唆されている。
- 外食や中食で主食・主菜・副菜を手軽にそろえられる環境の整備、バランスの良い食事選択を促す指導**が、ゆっくりよく噛んで食べるための食育に活用できる可能性があるとする。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- ゆっくりよく噛んで食べていることと主食・主菜・副菜をそろえた食事の頻度が高いことが示されている。主食・主菜・副菜をそろえた食事の頻度が高いと、野菜類などを主材料とする副菜料理の摂取量が多く、時間をかけて自然とよく噛んで食べる習慣が形成されていると指摘されており、主食・主菜・副菜をそろえた料理、または噛みにくいとされる食品を食べる機会を増やせていないことが現状値にとどまる要因であることが示唆される。
- 忙しくて食事の準備や調理に割く時間がないと考えている者や、健康な食生活の実践は面倒だと思ふ者、食の楽しみを損なうと考える者も、主食・主菜・副菜をそろえた食事の頻度を高めること（外食や中食などで主食・主菜・副菜をそろえた料理、または噛みにくいとされる食品を食べる機会を増やすことなど）で、ゆっくりよく噛んで食べられるようになることが本文献で示されており、（よく噛むことがいいという）態度変容がなくても、食環境を整備することで行動変容が起こり得ることが本文献から示唆される。

15. ゆっくりよく噛んで食べる国民の割合

文献タイトル	「年間を通した咀嚼教育をするための小学校の食育年間指導計画の作成とその効果～和食給食を活用した咀嚼練習後の一考察～」『日本栄養士会雑誌』第65巻第11号
著者名	佐久間 直緒美、饗場 直美、高尾 秀伸、片山 遼介
発行年	2022年
章節	1. 緒言 2. 方法 3. 結果 4. 考察 5. 結論

1. 文献の概要

- 食生活の変化（外食や中食、調理済み加工食品の利用増）の結果、軟らかい料理や食品を食べている子供たちの「よく噛まない」、「よく噛めない」という現象が報告されている。
- また、2015年に行われた厚生労働省の「乳幼児栄養調査」では、子供の食事で特に気を付けていることとして、**栄養バランスを挙げた保護者が72%いたのに対して、よく噛むことは28%**であった。
- よく噛むことは様々な望ましい効果をもたらすが、特に咀嚼においては早期からの教育が望ましいとされている。
- 食育年間指導計画における咀嚼教育は、6月の「歯と口の健康習慣」に行われているが、**咀嚼改善には継続的な咀嚼教育と咀嚼練習の場が必要**である。「歯と口の健康習慣」だけでは改善が困難であり、学校行事や他の食育の時間に関連付けることで継続的な咀嚼教育が可能となることから、咀嚼練習の場としては年間を通して実施されている学校給食が有効である。
- 咀嚼量は料理の種類によって異なり、洋食は主食であるパンに咀嚼量割合が偏る傾向があるのに対して、和食は主食とおかずをバランスよく咀嚼することができる献立である。
- 調査方法
 - 調査対象：神奈川県東部にある小学校2年生から6年生の486人。

15. ゆっくりよく噛んで食べる国民の割合

- 食育年間指導計画に沿った咀嚼教育の実施時期は2019年6月から2020年2月まで。教育前（6月）と教育後（2月）に自記式質問紙によって調査。
- 主食にごはんを用い和食献立を活用して咀嚼練習の機会を増やし、咀嚼改善が図れることを目標に設定。6月の「歯と口の健康習慣」の教育に加えて、①6月と9月の全校朝会での咀嚼に関する講和、②6月の食育月間中で紹介する和食に多く使用されている食材での咀嚼教育、③10月の運動会の時期に、運動に関連させた給食時間の咀嚼教育、④1月の給食習慣で児童が作成に取り組んだ咀嚼を促すオリジナルBGM紹介、⑤2月の食育目標「日本の食文化について知ろう」を活用した和食食材での咀嚼教育を追加。さらに年間を通して、給食時間に主食とおかずをバランスよく咀嚼できる和食献立を中心に咀嚼練習を実施。さらに月1回噛み応えのあるもち麦を40%入れたごはんを用い、1、2か月おきに1回、3枚におろした皮つきのいわし、またはさんまをオーブンで焼いたものを提供し、よく噛み、和食の口中調味の良さを教育する計画にした。
- 和食を含む4種の料理セット（焼き魚セット、ピザセット、ハンバーガーセット、ラーメンセット）を用いて自記式質問紙によって調査。この中で一番食べたい料理、毎日食べて健康になれるような料理、和食の食べ物だと思う料理、一番噛まないと食べられない料理を選択させる4問とした。
 - 一番食べたい料理：教育前はラーメン（125人、29.8%）だったが、教育後は焼き魚（130人、31.0%）となった。
 - 毎日食べて健康になれるような料理：教育前は焼き魚（369人、86.4%）だったが、教育後は396人（92.7%）となった。
 - 焼き魚を和食の食べ物だと思う：教育前は395人（91.9%）だったが、教育後は415人（96.6%）となった（5～6年生は教育前から100%）。
 - 一番噛まないと食べられない料理：教育前は焼き魚が143人（33.6%）だったが、教育後は194人（45.5%）となった。
- 咀嚼教育によって、一番食べたい料理と毎日食べて健康になれるような料理に和食をイメージする焼き魚が増加。**食べたいと思う料理を食べるときは、咀嚼運動が活発**になるため、**食べたいと思うことはよく噛む行動のきっかけ**になると考えられる。
- 家庭でも咀嚼をより必要とする**和食を食べる機会**を積極的に増やすことで、子供の和食離れの改善とよく噛む食事の機会を増やすことにより咀嚼改善が期待される。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 本文献では、咀嚼教育が効果を挙げるには特定の時期の単発の取組ではなく、継続的な取組の必要性が示されている。
- 継続的な咀嚼教育により、よく噛むことが必要な料理（本文献ではあれば和食）や食品への志向性が高まることが明らかにされており、継続的な咀嚼教育が目標値の達成に寄与することが示唆される。

15. ゆっくりよく噛んで食べる国民の割合

文献タイトル	「咀嚼に着目した小学生向け食育教材の評価」『名古屋女子大学紀要』第68号
著者名	大曾 基宣、近藤 浩代、近藤 志保、小椋 郁夫、高橋 哲也、駒田 格知
発行年	2022年
章節	■ 緒言 ■ 方法 ■ 結果 ■ 考察 ■ 結語

1. 文献の概要

- 「口腔機能発達不全症」といった子供の口腔疾患の予防が求められているところ、学童期は咀嚼機能の発達に重要な時期であり、咀嚼に着目した様々な指導・取組（給食前の健康教育、親子教室など）が実施されている。
- 一方で、小学校における咀嚼指導の実態を調査した研究報告では、咀嚼指導を実施する小学校は全体の53%にとどまり、学校現場でよく噛むことに着目した健康づくりの実践が十分に推進されているとはいいがたい。
- こうした背景を踏まえ、名古屋女子大学「食と健康に関する研究会」は、咀嚼に着目した小学生向けの食育教材を作成し、その教材の評価を行った。
- 食育教材の内容は、「そしゃくの話」「そしゃく運動」「ほ乳から離乳食へ」「かむ時には、どこがはたらいているの?」「よくかむと体に良い!」「かむことのおいしさ」「強い選手はかむ力も強い!」「しっかりかんで肥満予防」「食べる機能の発達」「いろいろな動物の食べ方・かみ方」。イラストや子供同士の会話を交えて、小学生が興味をもって理解が深まるような工夫がされている。
- 調査方法
 - 名古屋女子大学・名古屋女子大学短期大学部の卒業生600名を対象に、アンケート調査を実施（実施時期は2020年11月から12月）。保育士・幼稚園教諭・小学校教諭・栄養士・管理栄養士・栄養教諭のいずれかの資格・免許を保有する対象者116名が解析対象（すべて女性、平均年齢63.8歳±11.4歳）。

15. ゆっくりよく噛んで食べる国民の割合

- 調査項目：年齢、保有資格の種類、食育への関心、食育教材の項目別評価、子供の食育を行う際に使用したいと思う食育教材の項目、食育教材の子供の教育への活用意思の6項目。

■ 調査結果

- 対象者を保有資格・免許により保育・教育系と栄養系に分類して分析。食育教材を読んだことにより前者および後者ともに9割以上が知識の深まりを実感。
- 教材を子供への食育に使用したいと思う者の割合は、両者ともに8割程度（全体で80.2%）。
- 知識の深まりについて「とてもそう思う」の回答者割合が5割以上となっている項目の中には、イラストを豊富に使用した教材があり、**難しい内容であっても文字に加えてイラストを多く使用することで、読み手が理解しやすいと評価する可能性がある。**
- 「よくかむと体によい!」「かむこととおいしさ」「しっかりかんで、肥満予防」の3項目は知識の深まりについて「とてもそう思う」の回答者割合が5割以上であった。これら3つの項目は**咀嚼によるメリットを強調して解説している点で共通しており、行動を起こす準備性がないステージの対象者の準備性を高めるためには、利益（メリット）を強調することが重要**とされていることから、咀嚼に関する知識を実際の行動に移す上でも、このようなメリットの提示が重要であると考えられる。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 小学校における咀嚼指導が十分に実施されていないことを受けて、本文献では小学生向けの食育教材の作成・評価を実施。教材作成におけるイラストを使用したものや咀嚼のメリットを強調することの重要性を指摘しており、こうした視点を入れた教材作成は目標値達成に必要な知識やスキル獲得につながる可能性が示唆されている。
- 本文献では、行動変容を起こす準備段階にない者に対しては、促したい行動の利益（メリット）を強調することが重要であると指摘されている。メリットが理解しやすい教材作成等の取組が行動変容につながる可能性が示唆されている。

15. ゆっくりよく噛んで食べる国民の割合

文献タイトル	「女性の年齢と食育の認識が食生活に及ぼす影響」『長崎国際大学論叢』第13巻
著者名	西田 江里、水江 文香、川内 美樹、熊井 まどか、宮本 恵美、岡本 美紀
発行年	2013年
章節	1. 緒言 2. 方法 3. 結果 4. 考察

1. 文献の概要

- 食生活に影響を及ぼす因子として、年齢、性別がよく知られているが、食育の観点からの報告は少なく、食育と食生活については、幼稚園・保育園児、児童・生徒、大学生、子の保護者、企業職員等の報告はあるが、地域における成人女性を対象にした報告は少ない。
- 本文献では、成人女性の年齢別に食育の認識が食生活にどのような影響を及ぼしたのかを明らかにすることを目的とした分析が行われ、年齢の差が食育の認識や多くの食生活に影響していることが明らかにされた。
- 調査方法・調査対象者
 - 平成22年（2010年）9月にS市で実施。16歳から79歳から無作為抽出した4,000名に郵送法による無記名自記式質問紙調査を送付し、1,904名から回収。有効回答のうち、20歳以上の成人女性で同居家族がいる（1人暮らしでない）者938名の回答を分析。
 - 調査内容：属性4項目（性、年齢、世帯構成、職業等）、食育・食生活に関する項目（食育の認識及び取り組み、食事バランスガイドや食生活指針の認識及び取り組み、メタボリックシンドロームの認識、家族との共食頻度、食前食後の挨拶、朝食の摂取頻度、外食等の摂取頻度、残食の有無、夜食の摂取頻度、食品表示の確認、よくかむことの意識）。
 - 「よくかむことの意識」の回答の選択肢は、「一口30回以上、かむことを意識している」「特にかむ回数は意識していないが、よくかむように意識している」「意識していない」。

15. ゆっくりよく噛んで食べる国民の割合

■ 調査結果

- 年齢による食育の認識および食生活の状況について、「食前食後の挨拶」を除くすべての項目で有意な差が認められ、年齢によって食育の認識および食生活状況の差が大きいことが示された。
- 先行研究では食育の認識を持つ者は持たない者よりも望ましい食生活状況にあることが報告されているが、本調査では、食育の認識がある20～50歳代が60～70歳代よりも食生活状況が悪い傾向にあった。**食生活としては、食育の認識の影響よりも年齢の影響が大きい可能性**がある。
- 「よくかむことの意識」は**40～50歳代、60～70歳代のみ有意な差**が認められ、食育を認識できている者では噛むこと意識していない者が少ない傾向が見られた。**よく噛むことと食育は強い関連**があるといえる。また、有意な差が認められた**40～50歳代以降は、歯の健康や喪失歯の予防に関してターゲットになる年代**であることもその差の要因であると考えられる。

成人女性における年齢の差が食育の認識および食生活に及ぼす影響
(よくかむことの意識を抜粋) (括弧内単位：%)

	20-30歳代 (n=255)	40-50歳代 (n=345)	60-70歳代 (n=338)
1日30回以上かむことを意識している	16 (6.3)	14 (4.1)	25 (7.4)
特に回数は意識しないが、よく噛むように意識している	128 (50.2)	213 (61.7)	228 (67.5)
意識していない	106 (41.6)	112 (32.5)	72 (21.3)

(出所) 西田他「女性の年齢と食育の認識が食生活に及ぼす影響」109頁から転載。

15. ゆっくりよく噛んで食べる国民の割合

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 本文献では、食生活としては、食育の認識の影響よりも年齢の影響が大きい可能性が示されている。年齢は政策的にコントロールできないが、よく噛むことと食育が強い関連があるとも本文献で指摘されており、高齢者を含めて食育を実施することが目標値の達成に寄与することが示唆される。
- 本文献の調査では、40歳代以上は（回数の意識の有無に差はあるが）6割以上がよく噛むことを意識しており、その意味ではよく噛むことへの関心や理解はあるといえる（20-30歳代でも56.5%が程度の差はあれどよく噛むことを意識）。よく噛むことを「意識していない」層への関心喚起をしつつ、一定層存在する関心層が実際によく噛んで食事をするのできる食環境の整備が目標値達成のために必要であることが示唆される。

15. ゆっくりよく噛んで食べる国民の割合

文献タイトル	「国民生活時間調査報告書」
著者名	NHK放送文化研究所（世論調査部）
発行年	－
章節	I. 調査の概要 II. 結果の要約 III. 結果の概要

1. 文献の概要

- 仕事、家事、食事など、1日の生活行動を時間の面からとらえ、日本人の生活の実態と変化を明らかにする調査として、1960年
年以来5年ごとに実施されている。
- 調査期間：2020年調査では、2020年10月10日～18日。
- 調査対象：全国10歳以上の国民
- 有効調査相手数：4,347人（調査相手：7,200人）
- 調査項目の一つに食事の平均時間が含まれている。
- 調査結果
 - 国民全体の一日の食事時間（全員平均時間）は、平日1時間36分、土曜1時間48分、日曜1時間51分。
 - 男女年齢層別に見ると、男女ともに年齢層が上になるにつれて食事時間が多い傾向にある。

15. ゆっくりよく噛んで食べる国民の割合

食事時間の推移（全員平均時間量(時間:分)）

		平日					土曜					日曜				
		2000	2005	2010	2015	2020	2000	2005	2010	2015	2020	2000	2005	2010	2015	2020
男	10代	1:21	1:20	1:19	1:21	1:13	1:27	1:24	1:22	1:32	1:39	1:28	1:29	1:23	1:34	1:38
	20代	1:18	1:18	1:21	1:25	1:25	1:29	1:26	1:27	1:41	1:38	1:29	1:21	1:25	1:27	1:32
	30代	1:20	1:24	1:21	1:22	1:25	1:32	1:37	1:41	1:41	1:52	1:35	1:34	1:39	1:36	1:58
	40代	1:28	1:26	1:22	1:25	1:24	1:31	1:43	1:29	1:36	1:35	1:33	1:47	1:34	1:42	1:49
	50代	1:30	1:34	1:29	1:32	1:31	1:38	1:41	1:36	1:49	1:47	1:43	1:38	1:43	1:49	1:50
	60代	1:40	1:45	1:37	1:40	1:37	1:47	1:50	1:43	1:40	1:53	1:48	1:51	1:47	1:46	1:55
	70歳以上	1:47	1:53	1:51	1:58	1:53	1:48	1:52	1:49	1:53	1:53	1:45	1:51	1:51	1:56	1:56
女	10代	1:26	1:25	1:21	1:26	1:19	1:32	1:36	1:33	1:36	1:51	1:34	1:36	1:45	1:36	1:51
	20代	1:30	1:30	1:29	1:26	1:24	1:35	1:44	1:45	1:37	1:36	1:35	1:41	1:37	1:36	1:46
	30代	1:37	1:34	1:32	1:28	1:32	1:43	1:46	1:44	1:44	1:50	1:40	1:45	1:42	1:50	1:50
	40代	1:28	1:29	1:28	1:32	1:31	1:37	1:44	1:38	1:38	1:48	1:39	1:46	1:45	1:43	1:46
	50代	1:34	1:37	1:32	1:37	1:35	1:41	1:42	1:44	1:46	1:47	1:46	1:46	1:43	1:38	1:48
	60代	1:47	1:45	1:43	1:42	1:43	1:47	1:49	1:41	1:48	1:46	1:51	1:53	1:41	1:44	1:48
	70歳以上	1:52	1:55	1:52	1:57	1:56	1:50	1:56	1:57	2:00	1:58	1:56	1:55	1:58	1:55	2:02

（出所）NHK放送文化研究所「年国民生活時間調査報告書」を基にMURC作成、<https://www.nhk.or.jp/bunken/yoron-jikan/>。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

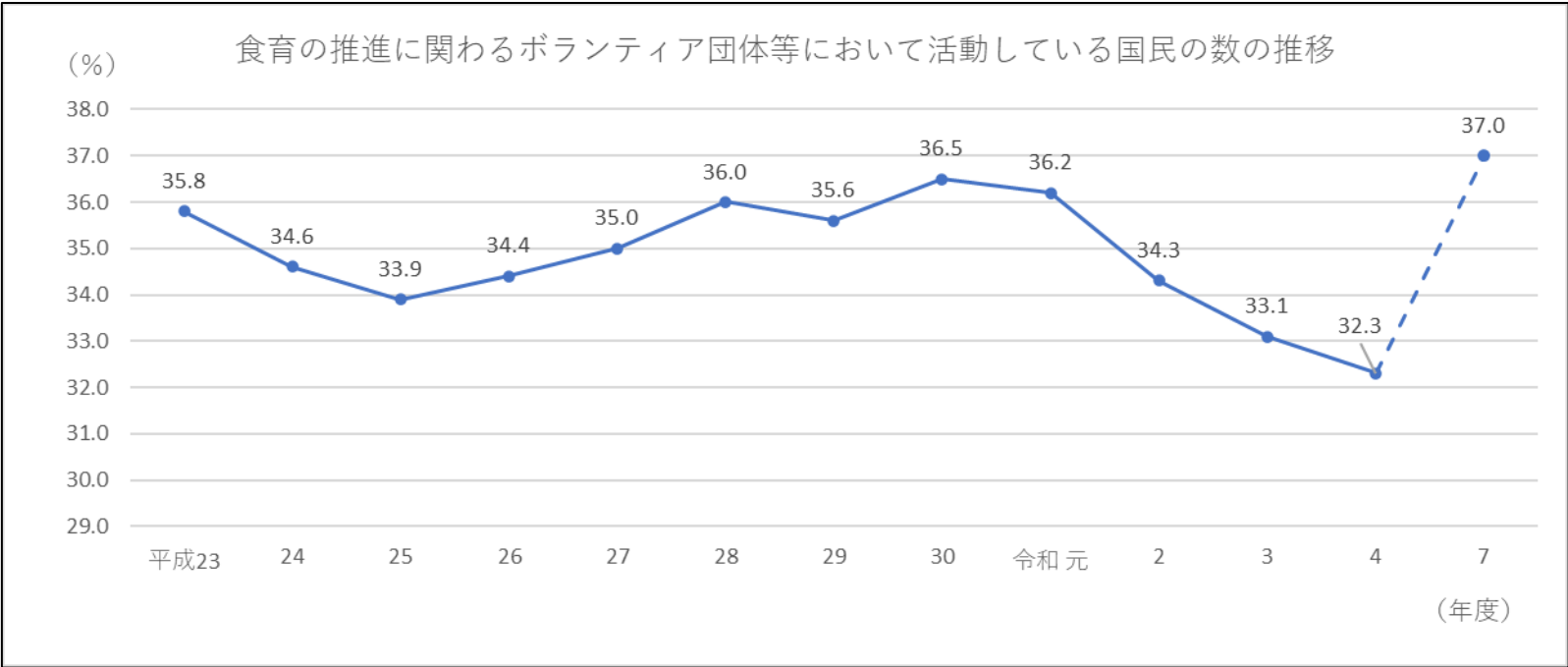
- 国民の食事時間がほぼ横ばい傾向にあることが明らかにされている。よく噛んで食べる国民を増やすためにはゆっくりと食事できる時間の確保が必要であるとすると、食事時間が増えていないことが現状値にとどまる要因の一つと考えられる。

16.食育の推進に関わるボランティア 団体等において活動している 国民の数

16. 食育の推進に関わるボランティア団体等において活動している国民の数

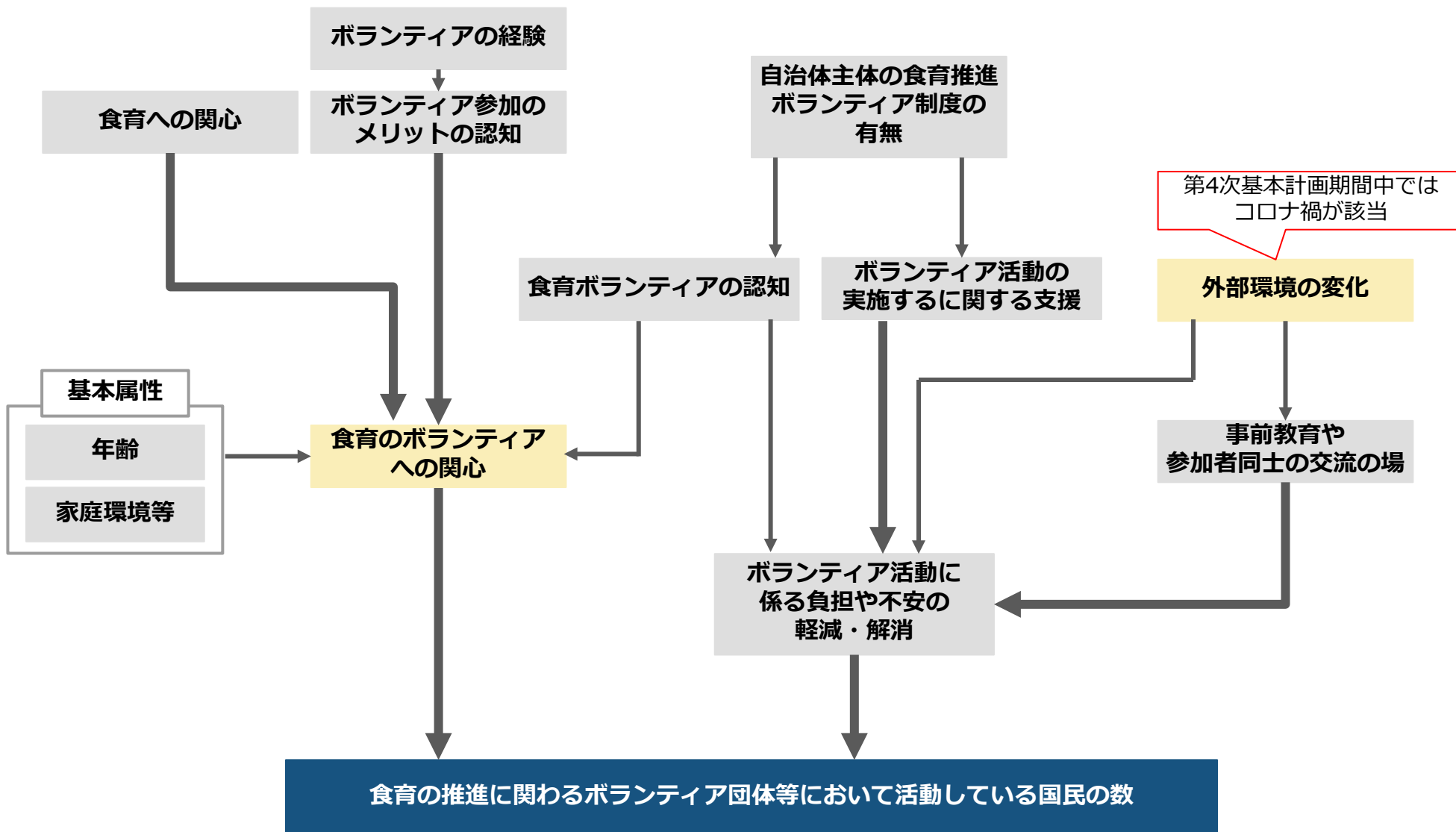
目標値及び現状値

具体的な目標値	第4次基本計画 作成時の値	現状値				目標値	達成状況
	R1（2019）年度	R2（2020）年度	R3（2021）年度	R4（2022）年度	R7（2025）年度		
食育の推進に関わるボランティア団体等において活動している国民の数	36.2万人	34.3万人	33.1万人	32.3万人	37万人以上	▼	



16. 食育の推進に関わるボランティア団体等において活動している国民の数

変数相関図



16. 食育の推進に関わるボランティア団体等において活動している国民の数

変数の整理と現状値への示唆

影響の時間軸に基づく変数の分類

短期的にアウトカムに影響すると考えられる変数	■ ボランティアの経験 ■ ボランティア参加のメリットの認知 ■ 食育ボランティアの認知 ■ ボランティア活動に係る負担や不安の軽減・解消
中長期的にアウトカムに影響すると考えられる変数 (または前提条件となる変数)	■ 食育への関心 ■ 基本属性 ■ 食育のボランティアへの関心 ■ 自治体主体の食育推進ボランティア制度の有無 ■ ボランティア活動の実施するに関する支援 ■ 外部環境の変化 ■ 事前教育や参加者同士の交流の場

第4次基本計画の現状値に関する本事業の調査から得られる示唆

- 食育の推進に関わるボランティア団体等において活動している国民の数は、令和元年度から継続的に減少しており、計画作成時の値と現状値（令和4年度）を比較すると3.1万人減少している。「第4次食育推進基本計画」フォローアップ中間とりまとめによると、食育ボランティアが減少した背景として①コロナの影響による食育ボランティアの辞退・活動停止、②食育ボランティアの高齢化による辞退、③食育ボランティアの家族の中で、介護を要する者が発生したことによるボランティアの辞退等が挙げられており、既存文献等でも同様の要因が報告されている
- ほかには、ボランティア活動の参加者同士の交流の場やボランティア活動参加前の事前教育により、ボランティア活動に係る負担や不安等が軽減・解消されるということも述べられており、これらの活動もコロナの感染拡大の影響を受けた可能性も高い。
- また、内閣府「[食育に関する世論調査（令和6年7月）](#)」で食について最近1ヶ月の間に話題にしたことに関する質問では、「農作業やこども食堂での食育に関するボランティア活動について」が全体の7.1%と低く、さらに、「食育に関する意識調査（令和6年3月）」において、食育の推進に関わるボランティアに参加していない理由において、「活動の存在を知らなかったから」が47.9%と最も高い。これらの理由により、新規でボランティアに参加する人より、辞退者の方が多くなっていることが考えられる。
- なお、ボランティア数については、全国社会福祉協議会でも同様にコロナ禍でボランティア数は減少し、令和6年（2024年）は前年比で増加しているものの、コロナ前（令和2年（2020年）4月）の水準までは回復しておらず、ボランティアの減少は食育ボランティアにおける特有の要因ではない可能性も考えられる。

16. 食育の推進に関わるボランティア団体等において活動している国民の数

文献タイトル	食育ボランティア活動「朝ごはん食べよう」の活動報告
著者名	大河内 友美、西田 江里、外尾 亜里珠、馬場 智子
発行年	2022年
章節	1. はじめに 2. 本コースにおけるこれまでの食育活動の取り組み 3. 今回の事業内容 4. 実施内容 5. 活動の評価 6. まとめ

1. 文献の概要

- 本研究は長崎短期大学地域共生学科食物栄養コースの食育ボランティア活動についての報告である。同コースでは、様々な食育ボランティア活動を実践してきており、本活動は学生が主体的に学ぶ力を養うことを目的に、キャップストーン科目である総合演習科目の中に組み入れられている。食育活動では、学生は栄養士養成課程における科目内容の理解を踏まえ、対象者に応じた企画を考案し実施している。
- 2021年度は新型コロナウイルス感染症の影響もあり、学内で学生および教職員に対しての食育活動を実施した。第3次食育推進基本計画では、若い世代への食育推進の重点課題の一つとして朝食を食べることが挙げられている。若い世代に対しては、朝食欠食率を15%以下とすることが数値目標として掲げられているが、現状は20～39歳代の25%以上に朝食欠食が見られている。以上から本研究では、食育活動のテーマを「朝ごはん」とし、啓発活動と朝食の販売の2つの活動を平行して行った。
- 調査方法
 - 朝食の販売に関しては、喫食対象者のニーズを把握するため、2021年7月7日から13日までの7日間、学生と教職員を対象に希望する朝食メニューとその販売価格を調査するためのアンケートを実施した。
 - アンケートの結果から朝食メニューは「おにぎりとおかず」「おにぎりと汁もの」などのセットメニューで、販売価格は1食あたり100円を設定した。朝食に用いる食品については、本学と佐世保市にあるフードバンク「フードバンク協和」と事業提携を結び、食品譲渡の合意形成を図った。

16. 食育の推進に関わるボランティア団体等において活動している国民の数

■ 調査方法（続き）

- 朝食販売の告知は、学内SNS、イベント開催案内のポスター掲示を用い、販売活動は日程を分け3回実施した。

■ 調査結果・考察

- 第1回の朝食の販売数は51食で販売利益は¥5,100であった（調味料などの食材やサランラップ等の消耗品購入に¥5,859円を使用しており、採算は取れていない。）。朝食購入者の多くから“今後も実施してほしい”という意見が直接学生や教員に寄せられた。
- 第2回の朝食の販売数は41食で販売利益は¥4,100であった（第1回同様支出が¥384上回り、採算は取れていない）。第1回と比較して学生主体の活動を実施することができた。また少ない人数で活動したことで、一人一人が自分の役割に責任を持ち、積極的に活動に取り組む姿勢が見られた。
- 第3回の朝食の販売数は46食で販売利益は¥4,600であった（第3回では利益分が¥453で黒字となった）。第2回同様に学生主体の活動を行うことができ、ボランティア活動に参加した学生からは自身の不足している知識や技術が何か、これからの学生生活で学ぶことは何かを認識することができたといった発言が見られた。また、朝食購入者からの“美味しかった”“また開催して欲しい”等の感想が多く寄せられたことにより、**活動参加への満足度**も得られた様子であった。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 本文献では、食育の推進に関わるボランティア活動を学校の栄養系コースで実践した事例となる。本活動が可能となった背景にフードバンクとの提携による食品譲渡が挙げられ、食育の推進に関わるボランティア団体等において活動している国民の数を増やすには、食品を確保するルートも必要と考えられる。また活動参加者の満足度や参加者の学びも活動に参加する意義として挙げられており、食育の推進に関わるボランティアに参加する国民のモチベーションにつながる要因と示唆される。

16. 食育の推進に関わるボランティア団体等において活動している国民の数

文献タイトル	地域の食文化の持続を目指して－農政の立場からの取組－
著者名	鈴木 健夫
発行年	2024年
章節	1. はじめに 2. 食育基本法 3. 愛知県の取組 4. 愛知県の農業生産と農林水産の役割 5. 農業水産業を応援する取組

1. 文献の概要

- 本研究では愛知県の食文化の継承について、愛知県農政部食育消費流通課で実施している活動を紹介している。
- 愛知県では「あいち食育いきいきプラン（第4次）」を作成しており、伝統料理などの食文化の継承に重点を置いている。同プランの第1次から第2次の推進計画では、まず、食育の活動を自主的に実施する、**県登録の食育推進ボランティア**といったボランティア制度があり、ボランティアを育成し、あわせて県内の伝統料理の事例を収集し、食育推進ボランティアが収集した伝統料理を題材に料理教室を開催し、広く周知・啓発を実施している。集めたデータについては、レシピなどをインターネット等で広く情報提供している。第3次からは、国の施策の重点化に伴い、これまでの取組に加え、「あいちの郷土レシピ50選」を作り、関係機関に配布している。
- 2017年度からは上記の取組のより一層の推進を目指し「あいち食育いきいきシンポジウム」を開催している。また、食育推進全国大会（2022年6月）では、あいちの郷土料理である「おにまんじゅう」や「五菜三根のみそ汁」を会場でふるまい、あいちの食文化をPRしている。農林水産業の振興や脳さん漁村の活性化を通じて県民全体の暮らしの向上を図るため、県民に「愛知県農林水産業の応援団」になってもらい、消費者と生産者が一緒になって愛知県の農林水産業を支えていく運動を1998年から開始しており、「愛知版地産地消の取組」を25年間継続している。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 本文献の愛知県の事例から、県による働きかけや県主体の食育推進ボランティアの運営が食育推進ボランティアの増加に繋がっていると考えられる。

16. 食育の推進に関わるボランティア団体等において活動している国民の数

文献タイトル	管理栄養士・栄養士を目指す学生の主体的な地域ボランティア活動に向けた支援法の構築とその評価
著者名	金田 直子、小林 知未、福田 ひとみ
発行年	2021年
章節	1. はじめに 2. 方法 3. 結果 4. 考察

1. 文献の概要

- 本研究では、管理栄養士・栄養士を目指す学生の主体的な地域ボランティア活動に向けた支援法を構築し、その評価を行うことを目的としている。支援法構築に向け、ボランティア参加を通じた活動満足感や負担感、将来への展望の変化等を検討している。
- 帝塚山学院大学人間科学部食物栄養科では、2016年度より大阪府S市N区M小学校区にて毎月1回実施されている「子供の生活習慣応援事業（こども食堂）」に希望学生がボランティアとして参加する取組をおこなっている。
- 2016-2017年度はボランティア活動へ参加することに主体を置いた実施となり、大学側からの学生への支援や、学生がボランティア活動を通して感じる負担感が課題となっていた。
- 2018年度の取組では、学生がボランティア活動を通して感じる満足感や負担感、学びなどを整理している。2018年度の活動結果では、こども食堂にボランティアとして参加することは、食に関わる専門職を目指す学生にとって経験値を高め、将来へつながる実践力を磨くことができる活動となっていることが確認できたものの、約4割の学生が子供への働きかけの難しさを感じており、子供とのコミュニケーションの難しさがボランティア活動の負担感に繋がっていると示唆された。
- 2019年度は、2018年度活動に参加した4年生3名がリーダー（以下、リーダー学生）となり下級生をサポートするピア・エデュケーションや困ったことがあったとき等は上級生や大学教員が支援するといった体制を整えていることについてはじめに参加学生へ周知した。
- 調査方法
 - 2019年4月から2020年1月にかけて計10回実施された「子供の生活習慣応援事業」へ1回以上参加した帝塚山学院大学人間科学部食物栄養学科に在学する女子学生29名を対象とした。

16. 食育の推進に関わるボランティア団体等において活動している国民の数

■ 調査方法（続き）

- ボランティア活動の参加前調査は2019年4月、参加後調査は2020年2月に行い、各々自記式質問紙調査とした。
- 2019年4月から2020年1月に実施された「子供の生活習慣応援事業」において、毎月ボランティア活動募集を行った。ボランティア活動参加は、対象者の自由意志とした。毎月のボランティア活動を円滑に進めるため、活動当日の活動前にリーダー学生が中心となり、ミーティングを実施し、役割分担を確認した。さらにリーダー学生が、質問や不安なことがないかを参加メンバーに尋ねるようにした。
- 活動内容は、配膳や歯磨き指導の補助、本の読み聞かせ、子供の料理選択状況調査、食環境づくりの一環としてハロウィンやクリスマス飾りの作成、食育教材の掲示、食育イベントの主催等を行った。
- ボランティア活動参加前後に調査を行い、参加前に①個人属性、②ボランティア参加の動機を伺い、参加後に③ボランティア参加を通じた活動満足感、活動負担感、将来への展望、④ボランティアへの参加しやすさ、⑤ボランティア参加時の子供及び地域スタッフとの積極的な関わり、⑥困ったことがあったときの相談環境、⑦ボランティア参加を通じた満足度点数、⑧ボランティア参加を通じた学びを伺った。

■ 調査結果・考察

- ボランティア参加前後のアンケートの回収率は100%であった。
- ②ボランティア参加の動機としては、全員が「活動に興味を持った」と回答し、「新しいことに挑戦したい」27名（93.1%）、「地域の健康づくりに興味がある」24名（82.8%）と続いた。
- ③ボランティア参加前後における「活動満足感に関わる項目」として、ボランティア参加前後において全員が「そう思う／ややそう思う」と回答した項目は「ボランティア活動は多くの人と知り合える」、「ボランティア活動は自分自身が成長できる」、「ボランティア活動の経験は有意義である」、「ボランティア活動は楽しい」であった。「活動負担感に関わる項目」の比較では、ボランティア参加前は「子供への働きかけが難しい」、「ボランティア活動の仕事量が多い」と回答した者が各々11名（37.9%）、10名（34.5%）であったものの、「ボランティア活動の仕事量が多い」という項目については、ボランティア参加後において5名（17.2%）となった。「将来への展望に関わる項目」では、ボランティア参加前後において全員が「そう思う／ややそう思う」と回答した項目は、「地域で食や健康への支援を行うことは大切である」、「自分自身の栄養学的な知識や技術を向上させたい」であった。活動満足感、活動負担感、将来への展望におけるボランティア参加前後の平均得点を比較したところ、「活動負担感に関わる項目（平均値±標準偏差）」については、4点中参加前 1.80±0.54点、参加後 1.67±0.48点であり、有意に低下した（ $P=0.037$ ）。

16. 食育の推進に関わるボランティア団体等において活動している国民の数

■ 調査結果・考察（続き）

- ④ボランティア参加時における子供と積極的に関わることについては、21名（72.4%）が「難しくなかった」、8名（27.6%）が「難しかった」と回答した。難しかった理由（複数回答）として「接し方がわからなかった（6名）」、「話題に迷う（1名）」、「子供と関わるのが得意ではない（1名）」が挙げられた。
- ⑤ボランティア参加時において地域スタッフと積極的に関わることについては、27名（93.1%）が「難しくなかった」、2名（6.9%）が「難しかった」と回答した。難しかった理由（複数回答）では「接し方がわからなかった（2名）」が挙げられた。
- ⑥ボランティア参加を通して困ったことがあったとき等の相談環境については、27名（93.1%）が「相談環境があった」、2名（6.9%）が「相談環境がなかった」と回答した。相談相手（複数回答）として、18名が「リーダー学生」、「リーダー学生以外のメンバー」、10名が「大学教員」、「地域スタッフ」を挙げた。
- ⑦ボランティア参加を通した満足度点数は、10点中10点11名（37.9%）、9点1名（3.4%）、8点16名（55.2%）、6点1名（3.4%）であり、平均値±標準偏差は8.72±1.10点であった。
- ⑧ボランティア参加を通した学びについて28名の自由記述を整理したところ「子供の理解に繋がった」11名（39.3%）、「将来へ向けて、良い経験ができた」10名（35.7%）、「子供との触れ合いが楽しかった」8名（28.6%）、「こども食堂の場で、どのように食育活動を行っていけばよいかを知ることができる貴重な機会であった」、「地域での健康づくりの様子を見ることができ、学びに繋がった」各々4名（14.3%）との回答が上位に挙がった。
- ボランティア参加の動機として、「活動に興味を持った」、「新しいことに挑戦したい」といった活動を通して**自身を高める機会として期待する思い**や、「地域の健康づくりに興味がある」といった「**健康づくりを支えるための地域における環境整備を知りたい**」との思いがあることが確認できた。
- ボランティア参加を通した活動満足感、将来への展望における項目毎の平均得点は概ね良好であり、自由記述からは、子供との触れ合いを通して子供の理解に繋がっただけでなく、ボランティア活動を将来に向けての経験と捉え、この活動を通してこども食堂や地域での健康づくり活動への理解を深めた様子が伺えた。
- 学生が主体となるボランティア活動時の負担感を軽減するためには、**学生同士で相談することができる環境を整えることが有用であると考えられる**。また、子供とのコミュニケーションの難しさが挙げられたことから、上級生が子供との関わり方について伝える等、ボランティア活動に参加する前の「事前教育」を実施する必要性が示唆された。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 本文献では、食育の推進に関わるボランティア活動を栄養管理士・管理士を目指す大学生向けに大学で実践した事例となる。本活動では学生が主体となるボランティア活動の負担感の軽減として、学生同士での相談場所の整備、ボランティア活動に参加する前の「事前教育」の実施の必要性が示唆されている。

16. 食育の推進に関わるボランティア団体等において活動している国民の数

文献タイトル	新型コロナウイルス感染症感染拡大初期における食支援ボランティア活動の記述：活動プロセスの明確化と住民への効果の予備的検証
著者名	黒田 藍、村山 洋史、黒谷 佳代、福田 吉治、桑原 恵介
発行年	2022年
章節	1. はじめに 2. 方法 3. 活動内容 4. 実施内容 5. 考察 6. おわりに

1. 文献の概要

- 本研究は少子高齢化の進行に伴い、孤立や孤独に問題意識を持ち、将来の健康リスクへの懸念から、社会活動や他社との交流を継続する必要性が指摘されるだけでなく、公的に外出機会確保の重要性が周知され、他社とのつながりを維持する取組に着眼した。新型コロナウイルスの蔓延以降、地域住民のボランティア活動、高齢者サロンや介護予防教室は休止となった。ボランティア活動には生活困窮者や食の確保が困難な高齢者への食事提供等の生活支援に関わるものもあり、休止に伴うサービス利用者の生活や健康に直ちに負の影響を与える。
- 上記の状況を改善するために、本研究では感染症対策とボランティア活動を両立するための方法論に関する知見蓄積・共有・改良が必要とし、中でも筆頭著者参画している地域内の生活困窮や高齢者の社会孤立等の問題解決のため、住民ボランティアが中心となって運営してきた地域食堂を取り上げている。地域食堂の活動プロセスについて、新型コロナウイルス感染症対策にも着眼しながら、地域食堂の活動継続が利用者や住民ボランティアにもたらした効果を予備的に検証している。
- 活動内容
 - 地域食堂“さくら”の運営主体は、地域住民による非営利組織で、運営は全てボランティアで行われている。2020年5月時点で活動参加登録のあるボランティアは61人で、約7割が女性で過半数は65歳以上の高齢者である。ボランティアの3割強が週1回以上活動に参加している。住民ボランティアの主な活動は、厨房、開店準備・販売、配達の3点に分類される。
 - 地域食堂“さくら”の営業日時は原則週5日（平日）正午から午後3時であり、店頭で250円以下の惣菜販売を実施している。

16. 食育の推進に関わるボランティア団体等において活動している国民の数

■ 活動内容（続き）

- 地域食堂“さくら”の活動継続が利用する住民、および住民ボランティアにもたらした効果について質的に検証した。データ収集は、地域食堂“さくら”の活動の一環として筆頭著者が2020年4月から5月に行った。
- 住民に対する聞き取りは、開店待ちで並んでいる利用者や購入後の利用者との会話の中で個別または同時に複数人に行った。聞き取り内容は「感染症流行下で地域食堂が活動を継続していることについてどのように感じているか」「地域食堂を利用する理由」「利用することでの自分自身への効果」とした。
- 地域食堂“さくら”の活動継続に関する連携会議の中では活動中止も1つの案として出されたが、活動目的が食の提供を通じて地域住民の「生きる」ことを支えることであることが再確認され、活動継続に至った。活動継続にあたり、役員会やボランティアメンバー間でのメールのやり取りの中で、感染症対策を含む具体的な活動方法について見直しと変更決定が行われた。活動方法の検討にあたり、新型コロナウイルス感染症の動向への留意とボランティアが自ら収集した感染症対策に資する情報の2点が重視された。

■ 活動評価

- 活動計画のもと、地域食堂“さくら”は2020年2月以降同年5月まで、臨時休業日を設けることなく、運営形態を変えながら活動を継続した。地域食堂“さくら”に直接来店する利用者の1営業日あたりの利用人数は、2月から3月まではそれぞれ70人、69人と2019年並みであった。しかし、1回目の緊急事態宣言が発出された4月から5月はそれぞれ59人、53人で、前年度同時期と比べると約45%減少していた。
- 学生ボランティアは2020年2月下旬以降、参加がなくなり、ボランティア総数が減少した。そのため、住民ボランティアの追加の確保が必要となった。しかし、この状況を知って新たにボランティアを申し出た住民の協力が得られたため、活動継続に必要なボランティアは確保できた。
- 地域食堂“さくら”での新型コロナウイルス感染症リスクを下げるため、当時利用可能であった市民向けの対策に関する情報等をもとに、上述の営業・販売形態の変更、施設の感染管理、住民ボランティアの健康管理、住民ボランティアおよび利用者の感染予防策が採用・実行された。地域食堂が実行した新型コロナウイルス感染症対策の適切性に関して、外食業向けのガイドラインに基づき評価したところ、利用者、従業員、店舗のいずれの対策も全項目で実施できていた。

■ 活動継続による効果

- 地域食堂“さくら”に参画する住民ボランティアへの聞き取りで得られたデータをKJ法に基づき分類した結果、地域食堂“さくら”が継続されたことで「食が確保できるという安心感」があったことに加えて、地域食堂“さくら”が「人と会える場所」として交流を保つ機会となっていた。また食堂利用は「外出・運動のきっかけ」になったことが項かとして挙げられた。さらに地域食堂の利用により「感染予防への意識向上」につながるなど自らの健康を守ることに繋がっていた。

16. 食育の推進に関わるボランティア団体等において活動している国民の数

■活動継続による効果（続き）

- 住民ボランティアへの効果としては、活動に参加するためには自ら健康であることが条件であり、それを達成するため「感染拡大を防ぐ意識の向上」や「自らの健康を守る意識の向上」が生じていた。感染対策に取り組むことは「自らの行動が地域に良い影響を与えている」という社会との関わりへの意識に繋がり、さらに活動への参加は「社会参加の継続の機会」となっており、社会とのつながり維持のきっかけになっているといえる。

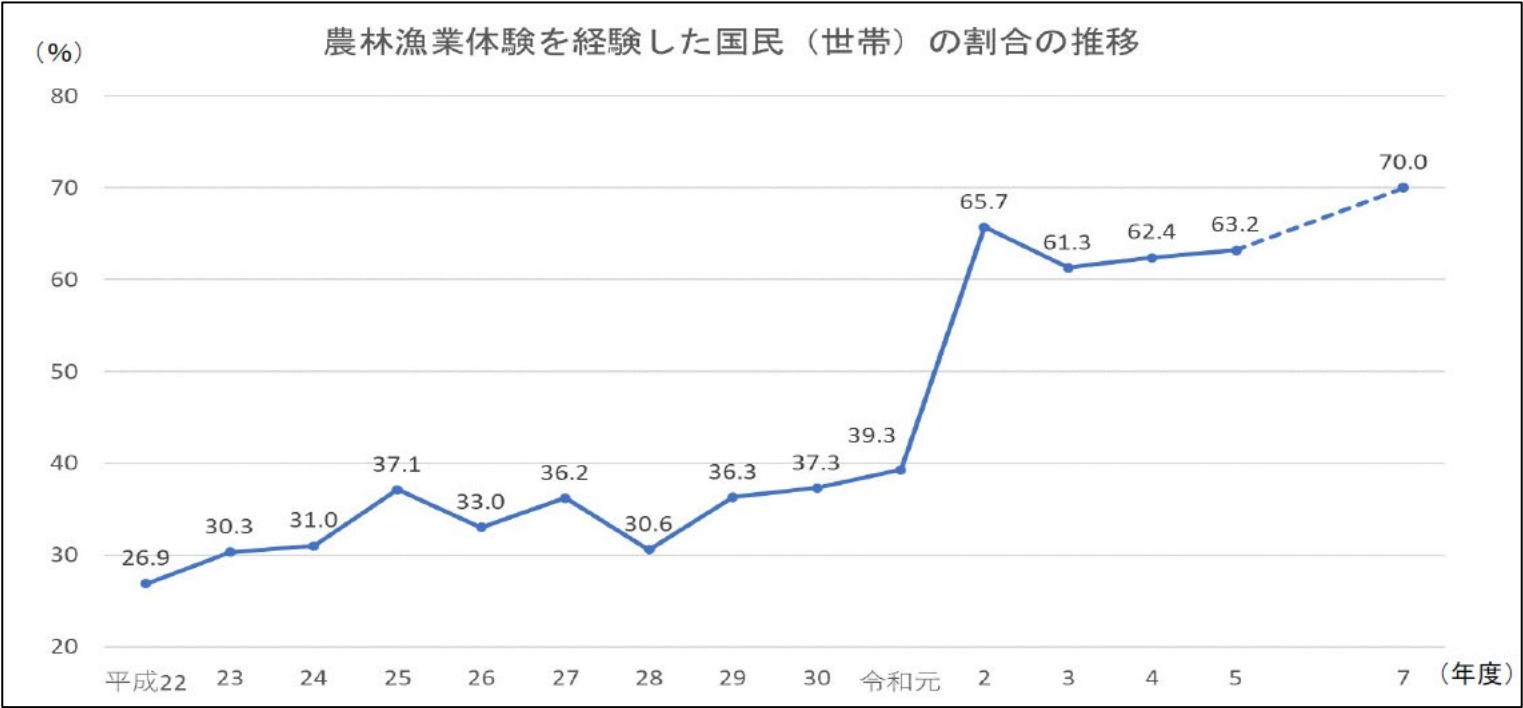
2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 本文献では、食育の推進に関わるボランティア活動を地域食堂で実践した事例である。地域食堂での活動は地域住民に日々の食の確保や健康増進維持、人との繋がりを提供しており、活動する住民ボランティアにおいても、「社会参加の継続の機会」として社会との繋がりの効果が見られ、地域での人や社会とのつながりの維持に繋がっていたことが示唆される。

17.農林漁業体験を経験した 国民（世帯）の割合

17. 農林漁業体験を経験した国民（世帯）の割合

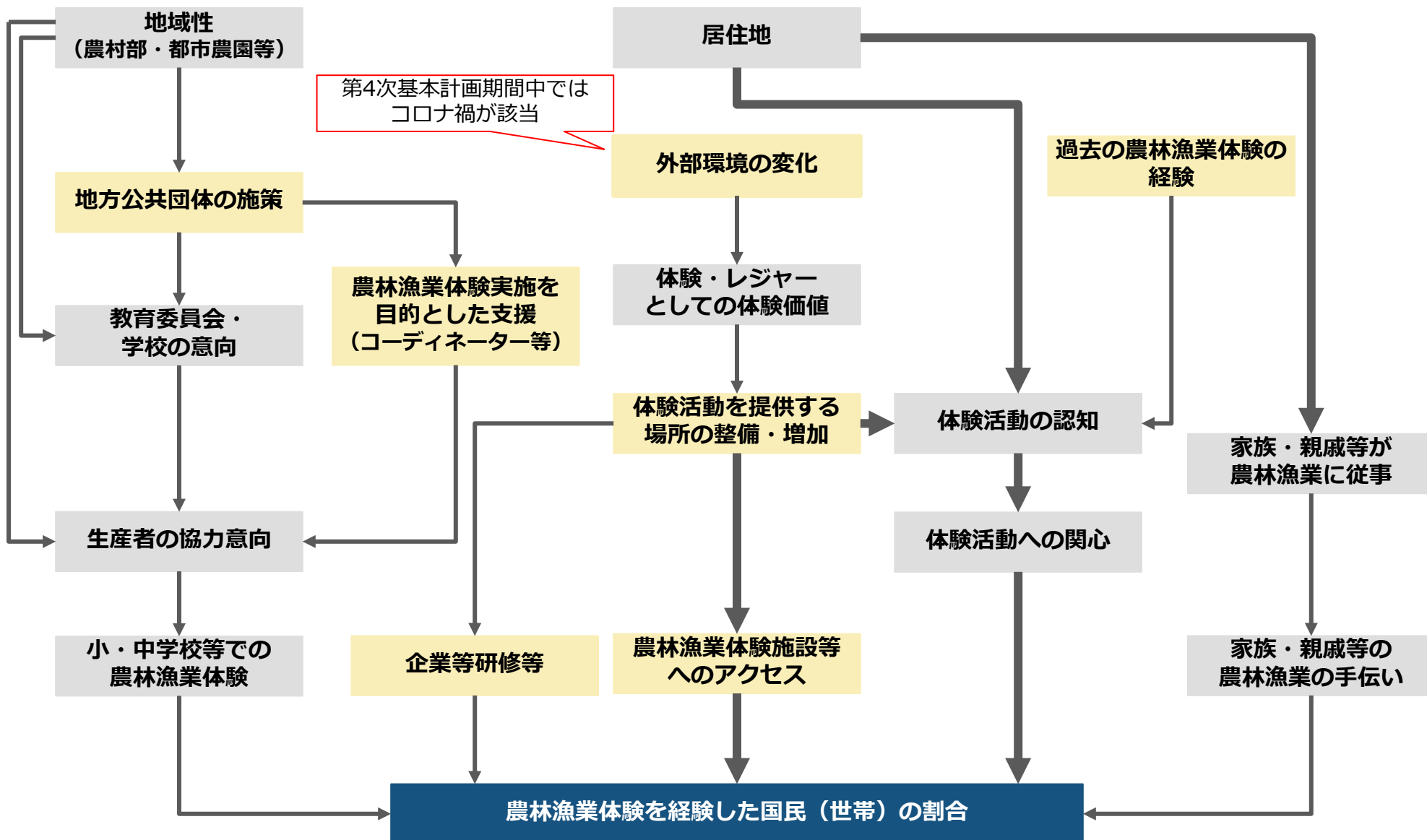
具体的な目標値	第4次基本計画 作成時の値	現状値				目標値	達成状況
	R2（2020）年度	R3（2021）年度	R4（2022）年度	R5（2023）年度	R7（2025）年度		
農林漁業体験を経験した国民（世帯）の割合	65.7%	61.3%	62.4%	63.2%	70%以上	▼	



（出所）農林水産省「食育に関する意識調査」（令和元(2019)年度までは「食生活及び農業体験に関する調査」）（グラフは、農林水産省「第4次食育推進基本計画フォローアップ 中間取りまとめ別添2 目標達成に課題の残る数値目標の分析・評価」31頁より転載）

17. 農林漁業体験を経験した国民（世帯）の割合

変数相関図



17. 農林漁業体験を経験した国民（世帯）の割合

影響の時間軸に基づくアウトカムの分類

短期的にアウトカムに影響すると考えられる変数	■ 小・中学校等での農林漁業体験 ■ 体験・レジャーとしての体験価値 ■ 企業等研修等	■ 過去の農林漁業体験の経験 ■ 体験活動の認知
中長期的にアウトカムに影響すると考えられる変数 （または前提条件となる変数）	■ 地域性（農村部・都市農園等） ■ 地方公共団体の施策 ■ 教育委員会・学校の意向 ■ 農林漁業体験実施を目的とした支援（コーディネーター等） ■ 生産者の協力意向 ■ 居住地	■ 外部環境の変化 ■ 体験活動を提供する場所の整備・増加 ■ 農林漁業体験施設等へのアクセス ■ 体験活動への関心 ■ 家族・親戚等が農林漁業に従事 ■ 家族・親戚等の農林漁業の手伝い

第4次基本計画の現状値に関する本事業の調査から得られる示唆

- 農林漁業体験を経験する国民を増やす上では、体験活動を提供する場所の整備とそこへのアクセスの確保が重要である。都市部居住者がアクセスしやすい体験の場の一つである市民農園の開設数は平成30年（2018年）以降増加傾向にあり（[農林水産省「都市農業をめぐる情勢について」2024年10月](#)）、身近な農林漁業体験の場の確保は第4次基本計画期間中に進展があったといえる。
- また、令和元年度（2019年度）の調査ではあるが、農林漁業体験への参加意向は「ぜひ参加したいと思う」が12.6%、「内容によっては参加したいと思う」が70.4%で、これらをあわせた参加したい割合は83.0%に達しており、この傾向が現在でも続いているならば、農林漁業体験活動への国民の関心は高いと評価できる（[「食生活及び農林漁業体験に関する調査」（令和元年度）](#)）。
- 農林漁業体験に参加するには参加が妨げられないことが前提となる。その意味でコロナの感染拡大により、人との接触を避けたこと等から、農林漁業体験への参加も負の影響があったと考えられる。例えば、農業体験を含むこともある農泊の延べ宿泊数はコロナの感染拡大で大幅に減少している（2020年5月から2021年1月の間で前年同期比51%の減少。福田竜一「新型コロナウイルス感染拡大による国内農泊への影響」農林水産政策研究所『「ICT 活性化プロジェクト【農泊】」研究資料 第2号』2022年、9頁）。農業体験は密を避けられるとニーズが増えているといった報道記事などもあったが（例えば、[「コロナ禍でニーズ拡大！ 農体験イベント「農いく！」 東京の畑で、親子で収穫を楽しむ」『朝日新聞EduA』2022年10月20日](#)）、活動の縮小を余儀なくされた施設もあったことから、全体としてコロナの感染拡大が本目標の現状値に与えた影響を評価することは難しい。

17. 農林漁業体験を経験した国民（世帯）の割合

第4次基本計画の現状値に関する本事業の調査から得られる示唆（続き）

- 既存文献で示されていた全国農村青少年教育振興会による全国的な調査では、2000-2010 年における公立小学校の農業体験学習実施率は 7~8 割という調査結果があり、その後の調査が継続されていないため、詳細な分析は困難であるが、小中学校等の学校での農林漁業体験の実施は、本目標に対して大きな要因になっていると考えられる。

17. 農林漁業体験を経験した国民（世帯）の割合

文献タイトル	「信州大学農学部における『土と緑の体験講座』に関する事例報告」『信州大学農学部AFC報告』第12号
著者名	東 孝明、齋藤 治、中村 篤、丸山 悟、畠中 洸、杉山 大地、岡部 繭子、濱野 光市、春日 重光
発行年	2014年
章節	緒言 材料および方法 結果 考察 総合考察

1. 文献の概要

- 信州大学農学部附属アルプス園フィールド科学教育研究センター（AFC）では、毎年小学生を持つ家族を対象とした「土と緑の体験講座」を開催し、地域の人々と交流を図っている。
- 本文献では、体験講座に参加した家族にアンケート調査を実施。平成25（2013）年度の講座は11家族、44名の参加。
- アンケート結果
 - 体験講座に参加した理由：「子供への教育、体験として魅力を感じた」が最も多く、「家族で参加できることに魅力を感じた」が次いで多かった。「休日のレジャーとして農業体験できることに魅力を感じた」とする意見もあった。「作物の作り方、管理の仕方を知りたかった」「ジャム、ジュース、おはぎ、お餅などの加工に興味があった」「講座の内容に魅力を感じた」は少なかった。
 - 体験講座の満足度：開催された6回とも「大変満足」「満足」の回答が50%以上を占めた。イチゴの収穫・ジャム作り、搾乳体験・バター作り・キャベツ収穫、ブドウ、リンゴの収穫・ジュース作りは「大変満足」と「満足」の回答で100%だった。
- 参加者が農業に求めること：農作物に対する不安などを背景に、安心できる農産物、**食の安全に対する意識**が強く、参加者の中で最も関心が高い。

17. 農林漁業体験を経験した国民（世帯）の割合

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 体験講座への参加理由として最も多いものが、子供への教育・体験であり、子供への教育・体験効果の期待を高めることが農林漁業体験をする国民を増やすうえで重要であると考えられる。
- 上記のとおり、体験講座への参加理由として最も多いものが、子供への教育・体験であり、家族での参加やレジャーとしての魅力も体験参加の大きな動機となっており、こうした情報の提供が態度変容につながれると考えられる。

17. 農林漁業体験を経験した国民（世帯）の割合

文献タイトル	「なぜ子供に農業体験学習をさせるのか」『鹿児島大学教育学部研究紀要』第75巻
著者名	濱沖 敢太郎、渡邊 綾
発行年	2024年
章節	1. 問題設定 2. 研究方法 3. 農業体験を教育活動として評価する要因 4. 教育活動としての農業体験の特殊性 5. 考察

1. 文献の概要

- 本文献の研究目的は、「農業体験学習に対する教育的な期待が社会の中にどのように生じているのか、かつ、その期待が教育をめぐる価値観やその他の教育活動との関係においてどのような特徴を有しているのかを明らかにすること。」
- 農業体験学習は教育課程上必修ではないため、学校や教師が独自に実施するかどうかを決定している。実施の可否の判断や実施内容・方法の選択については学校内部だけでなく、保護者や地域のニーズ、大衆の農業への認識なども間接的に影響していると考えられる。
- 特定のカリキュラムの実践する際の教師の意思決定においては、教育委員会の指示や教師の負担度、生徒の学習動機や保護者の意向などが、農業体験学習では、学校が使用できる土地や農業用資材、栽培管理・指導ができる人材の確保、地域産業の動向などが考慮に含まれる。また、2017・2018年学習指導要領改訂では、地域と連携・協働した「社会に開かれた教育課程」が重視されていることから、農業体験学習でも学校教育の一環として行う上で、保護者や地域住民の意向を全く無視することはできない。
- 調査方法・内容：「食生活及び農林漁業体験に関する調査（令和元年度）」の調査データを二次分析して、子供の農業体験学習に対する大人の教育的な期待を明らかにする。

17. 農林漁業体験を経験した国民（世帯）の割合

■ 調査結果・筆者らの考察

- **食育に関心**があるほど、親子での農林漁業体験の参加を希望する傾向が確認された。親子での農林漁業体験への参加は農業や自然、地域といった観点よりも、**食育として期待**されていることが示唆される。
- 回答者家族が**子供期（10代）に農林漁業体験を経験**している場合、親子での農林漁業体験の参加を希望する傾向が確認された。子供の農業体験学習に参加する姿を見聞きすることが、親子での参加希望を高める側面が示唆された。
- **保護者のもつ子供の農林漁業体験の参加意向**は、学校内部での教師のカリキュラムの意思決定に影響し、農業体験学習の実施を後押しするものともなっている可能性が推測される。
- 全国農村青少年教育振興会による全国的な調査では、**2000-2010 年における公立小学校の農業体験学習実施率は 7~8 割と高い水準を推移している**。学校での農業体験学習が広く普及するなかで、**子供の農業体験を保護者が見聞きする機会が増えた**と考えられる。
- 親子の農林漁業体験参加が**生産プロセスの体験を重視**。「親子での農林漁業体験参加は、日常的な農産物の消費や食事をめぐる実践の変化を期待しているというよりも、農業や食料生産に対する認識を変えることを期待しているのではないかと考えられる。」

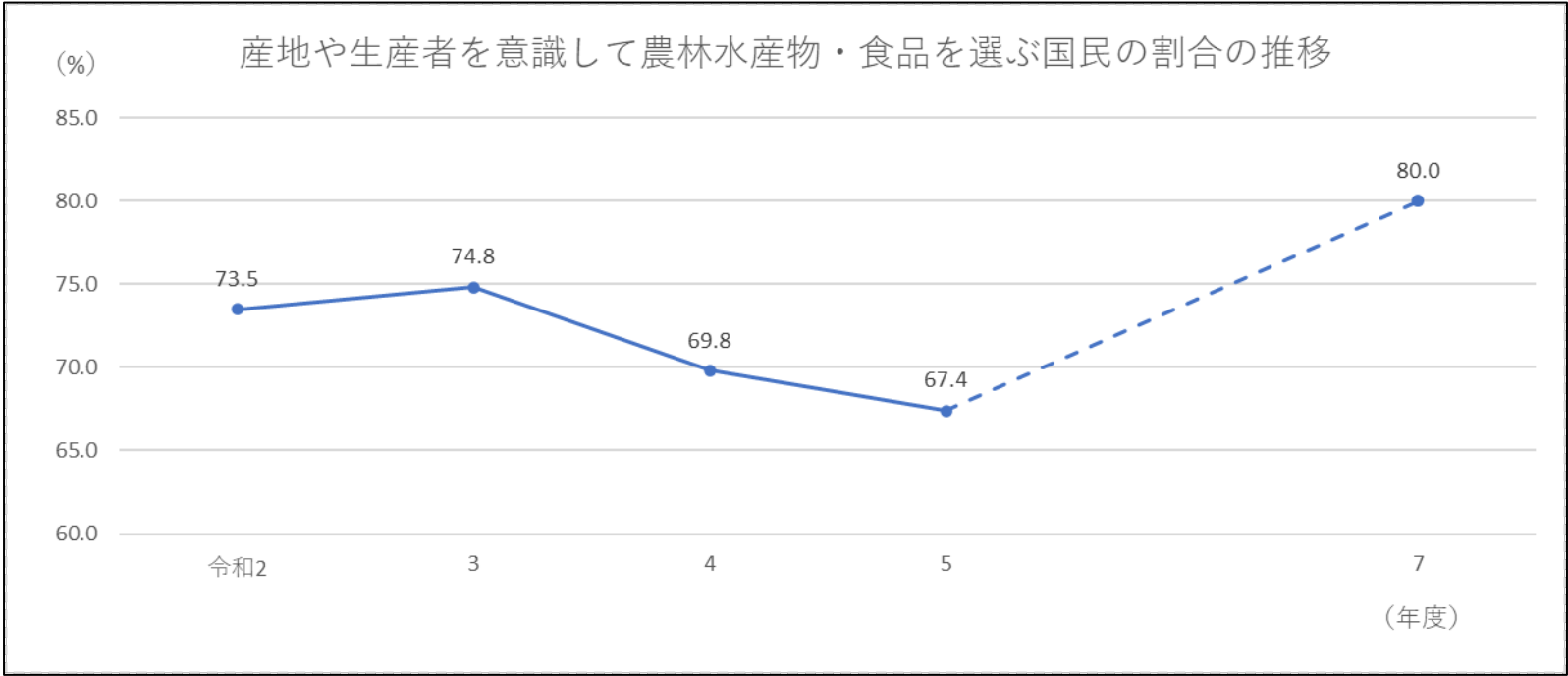
2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 保護者の食育関心が親子での農林漁業体験参加に影響することが示されている。食育への関心喚起が農林漁業体験への参加につながることを本文献から示唆される。
- また、子供の体験が親子での体験参加に寄与することが示されている。また、公立小学校で農林漁業体験が広く実施されており、その経験が家庭内で共有されることで農林漁業体験への参加意向を高める可能性があることから、学校での体験は子供の体験機会になるとともに将来の体験増につながる可能性も考えられる。

18. 産地や生産者を意識して農林水 産物・食品を選ぶ国民の割合

18. 産地や生産者を意識して農林水産物・食品を選ぶ国民の割合

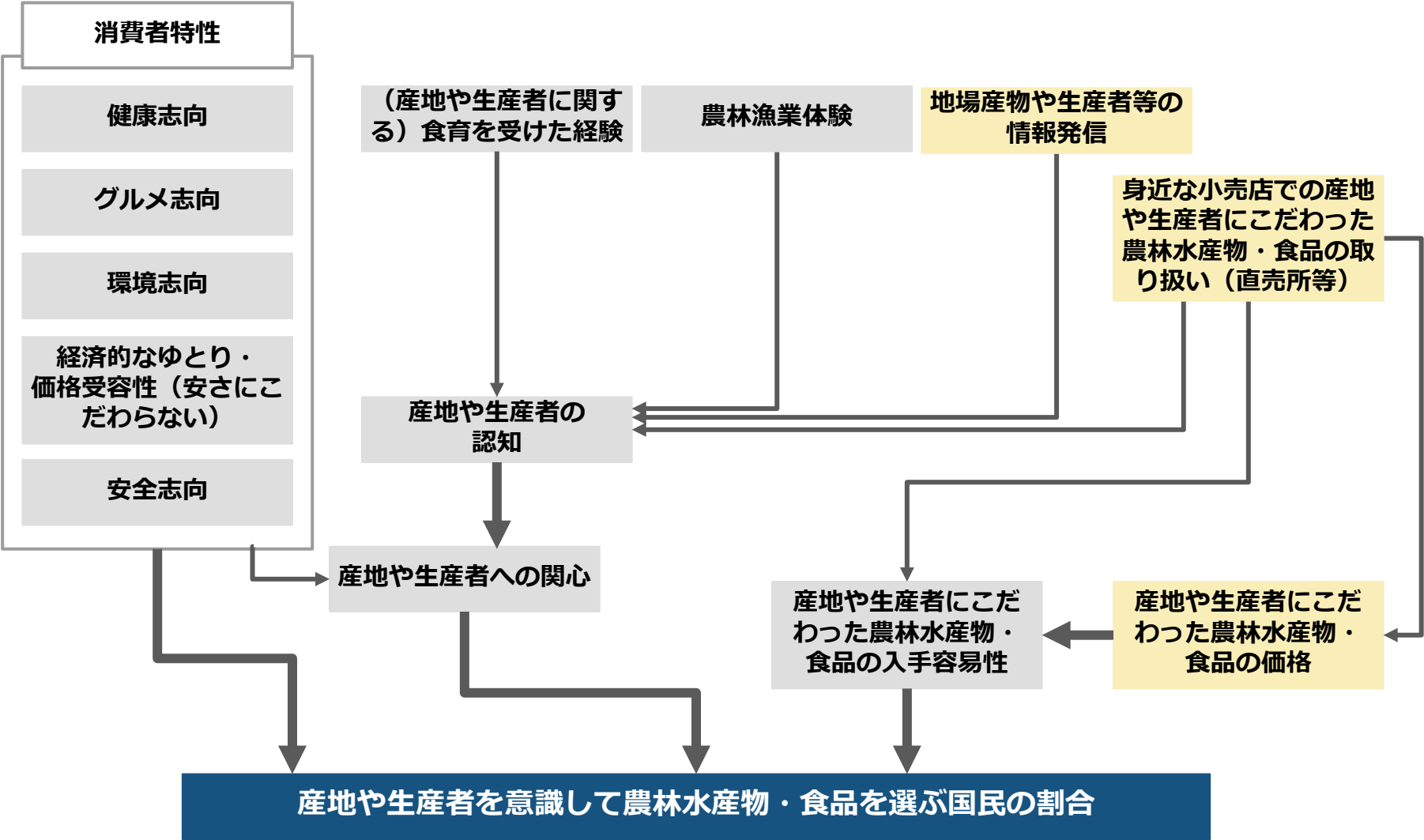
具体的な目標値	第4次基本計画 作成時の値	現状値			目標値	達成状況
	R2（2020）年度	R3（2021）年度	R4（2022）年度	R5（2023）年度	R7（2025）年度	
産地や生産者を意識して農林水産物・食品を選ぶ国民の割合	73.5%	74.8%	69.8%	67.4%	80%	▼



（出所）農林水産省「食育に関する意識調査」（令和元(2019)年度までは「食生活及び農業体験に関する調査」）（グラフは、農林水産省「第4次食育推進基本計画フォローアップ 中間取りまとめ別添2 目標達成に課題の残る数値目標の分析・評価」34頁より転載）

18. 産地や生産者を意識して農林水産物・食品を選ぶ国民の割合

変数相関図



18. 産地や生産者を意識して農林水産物・食品を選ぶ国民の割合

変数の整理と現状値への示唆

影響の時間軸に基づくアウトカムの分類

短期的にアウトカムに影響すると考えられる変数	■ （産地や生産者に関する）食育を受けた経験 ■ 農林漁業体験 ■ 産地や生産者の認知	■ 地場産物や生産者等の情報発信 ■ 産地や生産者にこだわった農林水産物・食品の価格
中長期的にアウトカムに影響すると考えられる変数 （または前提条件となる変数）	■ 消費者特性 ■ 産地や生産者への関心	■ 産地や生産者にこだわった農林水産物・食品の入手容易性 ■ 身近な小売店での産地や生産者にこだわった農林水産物・食品の取り扱い（直売所等）

第4次基本計画の現状値に関する本事業の調査から得られる示唆

- 既存文献の中には産地直送を志向する消費者は価格の安さにこだわらない傾向があることを指摘するものがある。こうした消費者は経済性志向（食費を節約したい）とは反対の志向を有すると考えられる。日本政策金融公庫の「[消費者動向調査（令和6年7月調査）](#)」によると、「経済性志向」（食費を節約したい）が20代を筆頭にどの世代でも高まっている。また、エンゲル係数も上昇傾向にあり（平成20年（2008年）：23.4%⇒令和元年（2019年）：25.7%⇒令和5年（2023年）：27.8%。総務省「家計調査報告」）、食品の購入数量を抑える動きも見られる（「[エンゲル係数、42年ぶりの高水準 家計支出の28%に](#)」『日本経済新聞』2024年10月18日）。食における経済性志向が強まっていることから、産地や生産者への意識よりも、価格への意識が高まり、本目標の現状値が令和2年度（2020年度）に比べて、悪化した原因の一つと考えられる。
- 令和3年（2021年）に実施された消費者動向調査では、産地応援意識について、調査されており、産地の応援を「大いに気にかけている」と「やや気にかけている」を合計した回答割合が56.2%と過半数を超えており、コロナ禍以前に比べて11ポイント高くなっていた（[消費者動向調査（令和3年1月調査）](#)）。令和3年度（2021年度）の値の上昇は、応援消費の高まりを受けたものである可能性が考えられる。

18. 産地や生産者を意識して農林水産物・食品を選ぶ国民の割合

変数の整理と現状値への示唆

第4次基本計画の現状値に関する本事業の調査から得られる示唆（続き）

- また、上記に挙げた既存文献では産直志向の消費者は健康や食の安全を重視するとされており、同様の傾向が産地や生産者を意識して農林水産物・食品を選ぶ消費者にも当てはまるとすれば、食における健康志向や安全志向が強まることで、産地や生産者を意識して選択する消費者が増える可能性があるといえる。消費者動向調査が示すとおり、「健康志向」（健康に配慮したい）は平成20年（2008年）以来、一貫して食の三大志向の一つではあるものの、平成23年（2011年）以降は健康志向の割合はほぼ4割から4割半ばの範囲内で推移している。このことも現状値の要因の一つと考えられる。また、消費者動向調査では、食に関する安全志向の主な行動の一つとして「外国産の商品を避け、国産の商品を購入」することが示されており（「鮮度の良い商品を選んで購入」（64.8%に次ぐ第2位の43.1%）、安全の観点から産地（同調査においては国産）を選んでいる消費者の存在が伺える（消費者動向調査（令和6年7月調査））。ただし、同調査では安全性の観点から国産品を志向する割合は減少傾向にあり（令和2年度7月：74.0%⇒令和6年度7月：66.3%）、現状値が第4次基本計画作成時の値よりも悪化している要因の一つであると考えられる。

18. 産地や生産者を意識して農林水産物・食品を選ぶ国民の割合

文献タイトル	「大人の食意識と小・中学生期の食育の関係に関する考察」『石川県立大学研究紀要』第5号
著者名	安嶋 まなみ、山下 良平、住本 雅洋
発行年	2022年
章節	1. はじめに 2. 分析の枠組み 3. 分析データ 4. 分析結果 5. 結論

1. 文献の概要

- 本文献は大人の食意識について、小・中学生期の家庭や学校における食育の経験がどのように関係しているかを分析したものである。大人の食意識については、正しい栄養バランスや食事マナーに基づく食生活への意識、地産地消に基づいた消費への意識、生産者の持続的な活動への意識が取り上げられている。
- 研究結果
 - **家庭と学校での食事の際の食育の経験**が多いほど、正しい栄養バランスや食事マナーに基づく食生活への意識が高かった。
 - 家庭において、**地産地消と食べ物が作られる環境**に問題について聞いた経験や、**食生活や食材について学ぶ活動やイベントの参加経験**が多いほど、また、**学校で食べ物が作られる環境の問題について学習した経験**があるほど、地産地消に基づいた消費への意識が高かった。
 - 家庭において、**地産地消と食べ物が作られる環境の問題について聞いた経験**、**食生活や食材について学ぶ活動やイベントへの参加経験**が多いほど、生産者への持続的な活動への意識が高かった。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 地産地消や食生活、食材について学んだりイベントに参加したりする経験が多い（ある）と、地産地消に基づいた消費意識が高まることが明らかにされている。消費意識の高さが実際にそうした産物や食品を選ぶ行動をしているかは本文献の分析の射程を超えているため明らかではないが、関心や意識の向上に食育が寄与することが本文献から読み取ることができる。

18. 産地や生産者を意識して農林水産物・食品を選ぶ国民の割合

文献タイトル	「食育推進における地場産品に関する情報提供の効果―宮城県富谷市「とみやの食マップ」の事例―」
著者名	白崎 葉子、平本 福子
発行年	2017年
章節	1. 緒言 2. 目的 3. 方法 4. 結果 5. 考察 6. 結語

1. 文献の概要

- 本研究は、宮城県富谷市を事例に、地場産品に関する情報提供（情報媒体「とみやの食マップ」の配布）の住民の地場産品利用拡大への効果を検証したものである（調査時期は2016年10月下旬～12月上旬）富谷市全世帯に配布）。
- とみやの食マップを配布した結果、地場産品を入手できる場所を知る住民の割合が50.7%から78.3%に有意に増加。食マップの配布が地場産品の入手場所を知ることが有効だった。ただし、新たに知った店があるとした者の中で、実際に店に行った者は1割程度にとどまったが、多くの人々が「今後行ってみたい」と回答。
- また、有意ではなかったものの地場産品を摂取する住民の割合も67.0%から80.4%に増加。配布前は地場産品を「ほとんど食べない」者が29.5%だったものが、配布後は19.6%に減少。地場産品摂取頻度（月1回以上）が多いほうが地場産品の入手場所を知っている者が多く、地場産物の摂取意欲も高かった。また、地場産品摂取頻度が多いほうが「国内産だけでなく県内産が良い」とする回答割合が高かった。地場産品の摂取とその入手場所の知識は有意に関連しており、**入手場所を知っていることが地場産品摂取の基礎要因**となる。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 産地や生産者の意識を直接研究対象としているわけではないが、地場産品の摂取と入手場所の知識が有意に関連していることが本文献で明らかにされており、産地や生産者を意識して選択することについても入手場所がわかることがその前提条件になっていることが推測される。

18. 産地や生産者を意識して農林水産物・食品を選ぶ国民の割合

文献タイトル	「農産物の産直を志向する消費者の特性―農産物生産者のダイレクト・マーケティングの示唆―」『農村研究』第110号
著者名	藤島 廣二、岩崎 邦彦
発行年	2010年
章節	I. はじめに II. 利用データ III. 「産直志向の消費者」の規模と行動 IV. 「産直志向」の尺度 V. 産直志向の消費者特性の分析 VI. 食のライフスタイルと産直志向消費者モデル VII. 考察 VIII. おわりに

1. 文献の概要

- 消費者の食に対する安心・安全志向、品質・鮮度志向、食へのこだわり・本格志向などを背景に、産直に対する消費者の関心や産直農産物へのニーズが高まっている。
- 本研究では、消費者の食に関連するライフスタイルによって産直志向の強さを明らかにすること、食のライフスタイルに関する定量分析を行い、それをもとに、産直志向の消費者モデルを記述するモデルを構築すること、農産物生産者の産直マーケティングのあり方を考察することである。
- 農業体験と産直志向には極めて強い関係がある（回数の多さではなく、農業体験の「有無」）。そのため、消費者の産直志向を高めるためには、**農業体験が有効**であることが示唆される。
- 「産直志向の消費者」の食のライフスタイル特性は、「健康や食の安全を重視する」「グルメ志向が強い」「環境志向が強い」「食の関するオピニオンリーダー度が高い」「食のブランドや見た目を重視する」「価格の安さを重視しない」。
- 消費者の産直を利用したいという意識は高いが、これが実際の産直利用行動には必ずしも結びついていない。

18. 産地や生産者を意識して農林水産物・食品を選ぶ国民の割合

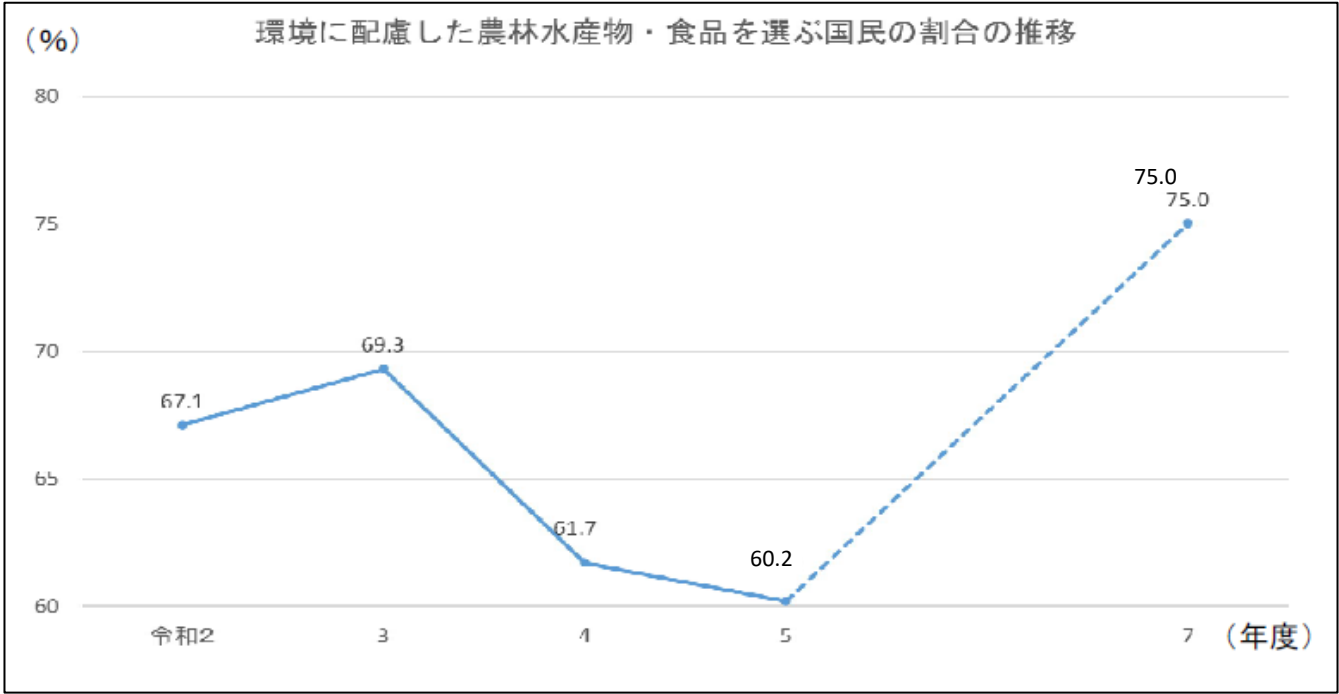
2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 本文献では産直志向の消費者の食のライフスタイルや農業体験が産直志向を高めることが明らかにされている。産直志向があっても必ずしも産直利用行動には結びついていないが、行動の前提条件となる関心や意識を高める要因やそうした属性を持つ者の特徴が明らかとなっている。

19.環境に配慮した農林水産物・食品 を選ぶ国民の割合

19. 環境に配慮した農林水産物・食品を選ぶ国民の割合

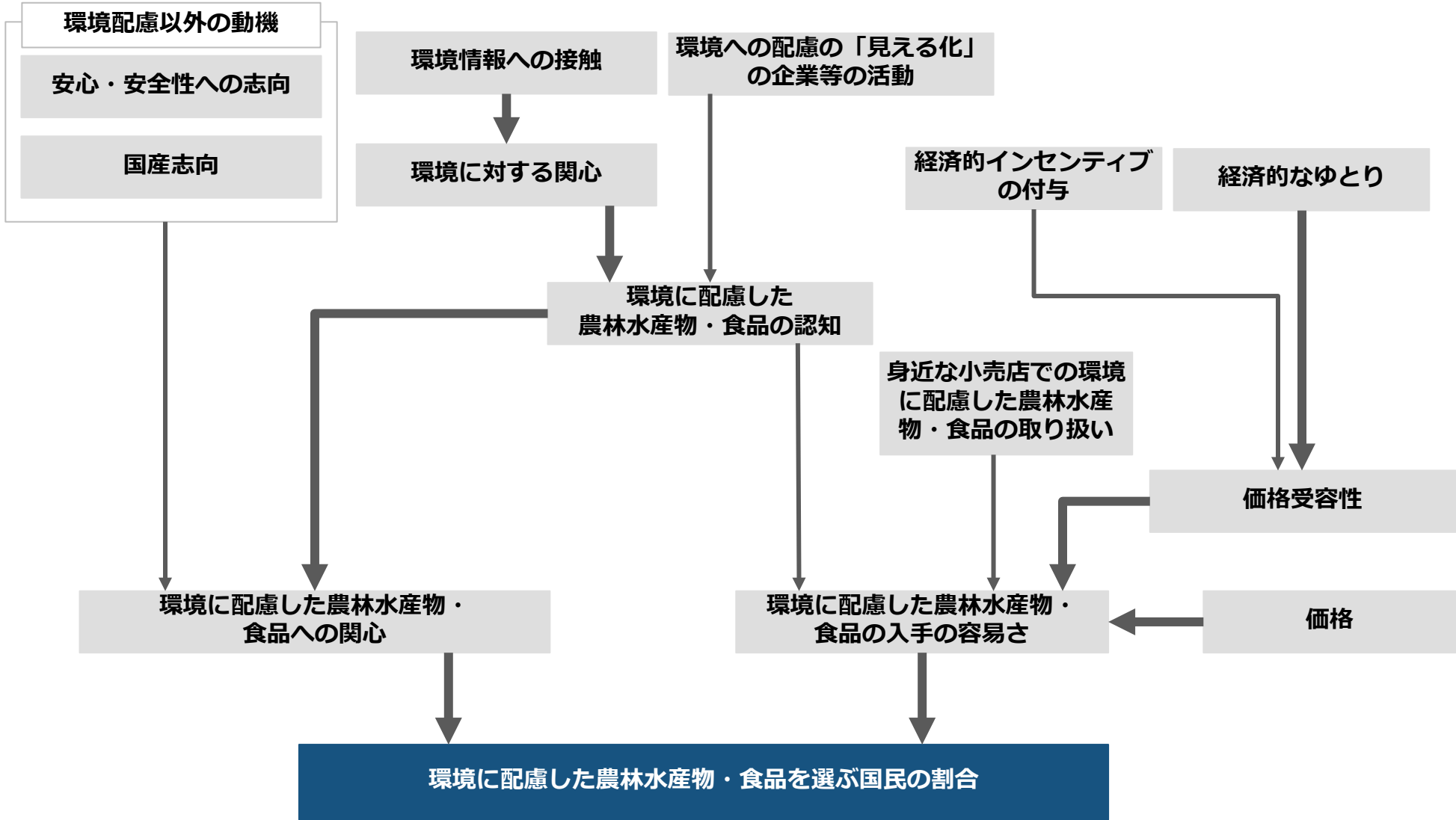
具体的な目標値	第4次基本計画 作成時の値	現状値			目標値	達成状況
	R2（2020）年度	R3（2021）年度	R4（2022）年度	R5（2023）年度	R7（2025）年度	
環境に配慮した農 林水産物・食品を 選ぶ国民の割合	67.1%	69.3%	61.7%	60.2%	75%以上	▼



（出所）農林水産省「食育に関する意識調査」（グラフは、農林水産省「第4次食育推進基本計画フォローアップ 中間取りまとめ別添2 目標達成に課題の残る数値目標の分析・評価」37頁より転載）

19. 環境に配慮した農林水産物・食品を選ぶ国民の割合

変数相関図



19. 環境に配慮した農林水産物・食品を選ぶ国民の割合

変数の整理と現状値への示唆

影響の時間軸に基づく変数の分類

短期的にアウトカムに影響すると考えられる変数	■ 環境情報への接触 ■ 環境への配慮の「見える化」の企業等の活動	■ 環境に配慮した農林水産物・食品の認知 ■ 価格
中長期的にアウトカムに影響すると考えられる変数 (または前提条件となる変数)	■ 環境配慮以外の動機 ■ 環境に配慮した農林水産物・食品への関心 ■ 環境に対する関心 ■ 経済的インセンティブの付与	■ 経済的なゆとり ■ 身近な小売店での環境に配慮した農林水産物・食品の取り扱い ■ 環境に配慮した農林水産物・食品の入手の容易さ ■ 価格受容性

第4次基本計画の現状値に関する本事業の調査から得られる示唆

- 環境に配慮した農林水産物・食品を選択する者が増えるためには、価格などの面でその食品等が入手しやすい食環境が存在することが重要である。価格面については、日本政策金融公庫「[消費者動向調査（令和4年7月）](#)」によると、環境に配慮した農産物・食品の購入について尋ねたところ、「一般の商品と同等の価格なら購入したい」と回答した人の割合が50.3%と最も高かった。また、[令和5年1月調査](#)では、有機農産物の購入が「月に1回未満」と回答した人に有機農産物を購入するための条件を聞いたところ、「価格が今より安価であること」（51.6%）が最も高かった。一般の商品と比較し価格面を理由に購入に消極的な人が一定数存在するところ、経済性志向が強まることで価格が高い環境配慮農林水産物や食品が手控えられていると考えられる。また、同調査によると、安全志向から、「有機栽培や無農薬の生鮮品を選んで購入」と回答している者もいるが、安全志向については、近年横ばいの状況である。
- 地球環境問題に対しては89.4%が関心を持っていると回答があった（[内閣府「気候変動に関する世論調査」（令和5年7月調査）](#)）一方、農業が環境に負荷を与えているという指摘の認知度は42.3%であった（[内閣府「食料・農業・農村の役割に関する世論調査」（令和5年9月調査）](#)）。また、環境に配慮した生産手法の農産物を購入しない理由として、「どれが環境に配慮した農産物かわからないため」が65.0%と一番高い（[内閣府「食料・農業・農村の役割に関する世論調査」（令和5年9月調査）](#)）という結果であった。以上のことから、環境問題への意識の高さは何えるが、それが農林水産物と関係しているか、または環境に配慮された農林水産物が分からないため、環境に配慮した農林水産物・食品を選ぶという行動に移れていないということが考えられる。

19. 環境に配慮した農林水産物・食品を選ぶ国民の割合

文献タイトル	健康で持続可能な食事の基本は「主食・主菜・副菜」
著者名	林 芙美
発行年	2023年
章節	1. 持続可能で健康な食事とは 2. 日本人の食生活は持続可能か 3. 日本人の健康意識と栄養状態 4. 適切な量と質の食事と健康影響 5. 炭水化物（糖質）摂取の現状と課題 6. 新型コロナウイルス感染拡大による持続可能な食事への影響 7. おわりに

1. 文献の概要

- 本報では、人々の生活に馴染みやすく、適切な健康・栄養状態を維持する上で必要な栄養素等を摂取でき、環境負荷が小さく、コロナ禍でも持続可能な食事パターンとして「主食・主菜・副菜」を基本構成とした食事作りを提案している。
- 国連の食糧農業機関（FAO）及び世界保健機関（WHO）によると、持続可能で健康的な食事とは、「個人のウェルビーイングのあらゆる側面を促進し、環境への負荷が少なく、入手しやすく、手頃な価格で、安全かつ公平であり、文化的に受容しやすい食事パターン」と定義されている。人々の健康と環境保全に資する具体的な食事パターンとしては、未加工または最小限に加工した多様な食品をバランスよく摂取し、過度に加工した食品や飲料を制限することを基本としている。
- 持続可能で健康な食事の目的とは、あらゆる形態の栄養不良（低栄養、微量栄養素欠乏、過体重、肥満）を予防し、食生活関連の非感染性疾患のリスクを減らすことに加え、生物多様性と地球環境の健康を保護することとされている。
- 「主食・主菜・副菜」は日本人にとって馴染みのある食事形態である一方で、先行研究では食の欧米化が進んでいることが確認されている。国民健康・栄養調査の個票データを基に食事パターンを分類し、2003年から2015年までの13年間の変化を検討した研究（成人を対象に、およそ9万人の食事内容を分析した結果）では、3つの食事パターン（植物性食品と魚、パンと乳製品、動物性食品と油脂）に集約され、「植物性食品と魚」パターンの食事をしている者が減少し、「パンと乳製品」「動物性食品と油脂」のパターンの食事をしている者が増加したと報告されている。ライフスタイルや食生活の多様化により、日本人の食卓は変化し、和食の存在が薄れつつある可能性が示唆された。

19. 環境に配慮した農林水産物・食品を選ぶ国民の割合

1. 文献の概要（続き）

- 先行研究では、動物性食品（特に牛肉や豚肉などの赤肉）は環境負荷が大きいため、穀類（特に全粒穀類）や豆類、野菜などの植物性食品を中心とした食事パターンに変えることが、健康で持続可能な食事として推奨されている。
- 本報では、人々の良好な健康状態を維持するためにも、地球環境への負荷を軽減する上でも、主食・主菜・副菜が揃う食事を基本に、旬の食材など季節に合った食べ方や、身近な地域でとれる多様な食材を組み合わせた食事を実現することが重要であるとされている。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 本報から本目標に対して直接得られる示唆はないが、持続可能な食事として推奨される動物性食品の使用が少ない「主食・主菜・副菜」は環境に配慮した食事スタイルとして今後推奨される可能性を示唆している。

19. 環境に配慮した農林水産物・食品を選ぶ国民の割合

文献タイトル	地産地消・旬産旬消の環境配慮行動の要因に関する分析
著者名	徳永 翔大、後藤 尚弘、九里 徳泰
発行年	2015年
章節	1. はじめに 2. 研究手法 3. 結果 4. 考察 5. 結論

1. 文献の概要

- 本研究では、地産野菜と旬野菜を消費者が購入することを野菜購入における環境配慮行動（以下、環境配慮行動）とし、行動要因を明らかにして行動を促進させる方法を検討し、提案することを目的としている。また、その環境配慮行動によるCO2排出量削減の情報を提示することで、環境配慮行動が促進するかどうかという消費者への環境情報の有効性を検討している。
- 近年では、施設園芸栽培技術、予冷・保冷技術、運搬技術の向上、インフラの整備などによって収穫・出荷時期が異なる多くの産地から野菜を集荷するようになり、周年供給システムが確立した。これにより消費者は季節を問わず作物を購入することができるようになったため、作物の旬を意識しなくなり、農産物の輸送距離の増加によるエネルギーの多消費や農産物の生産に関する大量のエネルギー投入などの問題が発生している。
- 「地産地消」、「旬産旬消」は農業振興を目指すものであるが、作物の輸送距離を減らし、エネルギー使用を低減する面でも着眼されている。しかし既往研究では、**環境配慮行動において意識の高さと行動の不一致**が報告されており、**地産地消、旬産旬消に関しても環境意識を高めることが促進につながるとは限らない**とされている。
- 調査方法
 - 2013年11月にインターネットアンケートを実施。対象者は月に1回以上野菜を購入している全国の20歳以上の男女1042人とした。本調査では、広瀬（1994）の環境配慮行動要因モデルの第2段階に着目し、仮説モデルを作成している。
 - アンケート回答はAとBの2グループに分け、Aグループには地産地消に関する情報を提供し、旬産旬消の情報は提供していない。Bグループには旬産旬消に関する情報を提供し、地産地消に関する情報は提供しないこととした。

19. 環境に配慮した農林水産物・食品を選ぶ国民の割合

■ 調査方法（続き）

- アンケート設問は仮説モデルの「行動意欲に至る要因」に該当する評価項目を基に「実行可能性評価（自分は地産野菜を購入できる状況であると思う、地産野菜の購入場所が近所にある、野菜を購入するとき、その野菜の産地を把握できる等）」、「便益費評価（地産野菜を購入することは面倒であると思う等）」、「社会規範評価（周囲の人たちは、地産野菜の購入を積極的に行っていると思う等）」、「有効性評価（地産野菜を購入することで、環境保全への実感を持てる等）」、「性能評価（地産野菜は美味しいと思う、地産野菜は安全であると思う等）」の5つの評価を設定し、各変数について、“非常にあてはまる（6点）”から“全くあてはまらない（1点）”までの6段階尺度を設けた。

■ 調査結果・考察

- 共分散構造分析の結果から、地産野菜・旬野菜の購買行動の両者において、「実践」に対して「意欲」と「**実行可能性評価**」が強い因果関係を有していた。よって、「**実行可能性評価**」を高めることで、地産野菜・旬野菜の購買行動における実践の向上が期待される。
- **環境情報の提示により環境への意識の向上**が見られたことから、地産野菜・旬野菜の購買行動において**地産地消に関するCO₂排出量削減情報の提示**は有効であることが明らかとなった。
- 地産野菜の購入機会の増加としては、ほぼすべての野菜において地産の野菜が販売されている**直売所の認知度を高め利用率を上げることが考えられる**。
- 旬野菜については、野菜の旬について情報提供が十分でないため、販売所における野菜の旬を表記するなど、**消費者に旬の時期を伝えることも重要**と思われる。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 本研究は環境に配慮した農林水産物（特に地産野菜や旬の野菜について）の購入に関する要因を検討している。その結果、旬野菜の時期に関する情報や関するCO₂排出量削減情報の提示が食品選択に有効であると示唆された。

19. 環境に配慮した農林水産物・食品を選ぶ国民の割合

文献タイトル	生物多様性保全と有機農業
著者名	尾島 一史、西村 いつき
発行年	2022年
章節	1. はじめに 2. 報告の概要 3. 結果 4. 考察 5. 結論

1. 文献の概要

- 本報では、生産者や消費者の理解を得ながら有機農業をはじめとした生物多様性に配慮した農業を広める上での課題を把握することを目的としている。農林水産省の「有機農業の推進に関する基本的な方針」（2020年4月）では、「近年、有機農業が生物多様性保全や地球温暖化防止等に高い効果を示すことが明らかになってきており、その取組拡大は農業施策全体及び農村における国連の持続可能な開発目標（SDGs）の達成に貢献するものである。」としている。2021年5月に策定された「みどりの食料システム戦略」では、2050年までに、オーガニック市場を拡大しつつ、耕作面積に占める有機農業の取組面積の割合を25%（100万ha）に拡大することが盛り込まれた。一方で、有機農業の広がりには限定的であり、有機農産物の一人あたり年間消費額や「環境保全」を理由に有機農産物を購入する消費者の割合は欧州に比べると低いという実態がある。
- 日本の消費者が環境配慮を理由に有機農産物を購入する割合が低いのは、「環境配慮にあまり興味がない」のか、「有機農産物と環境配慮が結び付いていない」のか、どちらなのかという議論が実施された。佐々木宏樹氏（農林水産省農林水産政策研究所）は、両方あるとし、環境の情報をわかりやすくシンプルに伝えることで消費者が行動変容する期待が持てるが、環境に全く関心のない層には、ナッジではなく、環境教育や、ポイント制等による経済的インセンティブ付与の方が有効に作用すると考えているとした。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 本研究は有機農産物の購入する割合が低い要因を検討している。環境配慮にあまり興味がない層には環境教育やポイント制等による経済的インセンティブ付与によるアプローチを提案している。また環境配慮情報を分かりやすくすることで環境配慮と有機農産物を繋げる必要性を示唆している。

19. 環境に配慮した農林水産物・食品を選ぶ国民の割合

文献タイトル	持続可能な漁業支援に対する消費者の支出傾向：仮想評価法による分析
著者名	若松 宏樹、丸山 優樹
発行年	2024年
章節	1. はじめに 2. 手法 3. 論理モデル 4. 結果 5. 議論 6. 結論

1. 文献の概要

- 近年、日本では水産エコラベルに関する消費者の意識が高まってきており、直近の消費者調査では30%以上の価格プレミアムがクマダノミの刺身に付加されていることが判明しており、政府が水産エコラベル取得の審査費用および年次監査費用を補助することに対する、消費者（納税者）の理解も得られる可能性が高いと考えられる。
- 本研究では仮想評価法によって、我が国の消費者が国内の水産エコラベル取得を考える漁業に対して、どの程度政府が補助金を出して良いと考えているかとともに、消費者の属性や特徴の関連性を統計的に分析している。
- 調査方法
 - 本研究では、仮想評価法による消費者評価をインターネットサーベイにより実施した。2023年1月24日に、全国8地域（北海道、東北、関東、中部、近畿、四国、中国、九州・沖縄）の20歳～79歳の消費者を対象に、全国の地域・年齢の人口統計に沿って抽出し、2,913名にサンプリングを行った（有効回答数は1,113名）。
 - 仮想評価法ではペイメントカード方式を用いて「政府がエコラベル取得（審査）費用に補助金を出すとすると、1団体あたりいくら位まで補助金を出して良いと思いますか。国際的な認証は漁業規模にもよりますが、1000万円から数億円の費用がかかります。」という質問を設定し、それらの支払い意思額を11の選択肢で聞き取った。
 - 支払い意思額と関連する社会属性を分析するため、年齢、職業、学歴、個人年収、世帯年収、家族構成、水産物の消費パターン、そして15問の価値観に関する質問を聞き取り、どの要因が統計的に支払い意思額と結びついているか分析した。

19. 環境に配慮した農林水産物・食品を選ぶ国民の割合

■ 調査結果・考察

- 基準の消費者（女性、中所得者層、魚介類の習慣消費なし、中年層、ラベル認知なし）の推定額は1漁協につき181万円となった。所得に関する変数は全て非有意だったが、水産物への支出額が多い消費者は基準額からさらに131万円の補助金投入をしても良いと考えており、水産エコラベル補助金の支払い意思額は所得より水産物消費額の多寡に依拠することが判明した。
- 社会的責任や安心・安全を重要視する消費者は、基本推定補助金額からさらに前者は 166 万円、後者は 51 万円を追加投入することを支持した。**社会的責任を重要視する消費者**が、責任ある漁業で漁獲された、持続的な水産物消費に貢献するためにエコラベルを高く評価する傾向であった。また、**安心・安全を重要視する消費者**がエコラベルを高く評価する点についても、ラベル認証が有する根本的な特徴を強く反映したものであると考える。
- 懐疑的・利己的な消費者はエコラベルへの補助金を基準額から 165 万円下げた方がよいとした。つまり基準の消費者は 181 万円の価値をエコラベルに感じていることに鑑みると、懐疑的・利己的な因子を持つ消費者は、16 万円（181 万円－ 165 万円）と極端に支払い意思額が少なくなった。これは水産物にラベルを付与することが環境保全に貢献されるという、**原理原則に対する信用度が低い**ことを反映した結果であると考え。また、ラベル認知得点が高いほど、補助金に理解を示していることが判明し、MSC、MEL、ASCの全てを認知している消費者は 105 万円追加で支払ってもよいと考えており、認知度が支払い意思額を上昇させる一因であることが伺えた。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 本研究は環境に配慮した水産エコラベル認証を取得するために漁業に補助金を出して良いか検証している。直接的に本目標とは関連性がないものの、環境に配慮した水産物を購入する消費者の属性や特徴として、水産物の消費量が多い、安全・安心を好む消費者が多い、認証制度に対する理解があるということが示唆された。

19. 環境に配慮した農林水産物・食品を選ぶ国民の割合

文献タイトル	わが国における有機食品の消費者層の特徴
著者名	横田 茂永
発行年	2024年
章節	1. 研究の背景と目的 2. 研究の方法 3. 調査の結果と分析・考察 4. 結論

1. 文献の概要

- 日本の有機食品市場の特徴として、有機食品以外に特別栽培農産物という区分がある。また認証制度導入以前から産消定型という方式が実施されている。本研究では、上述の背景から特別栽培農産物の消費および産消提携と有機食品の消費との関係性について明らかにすることを目的としている。
- 調査はWebアンケートにより有機食品の購入実績が高い消費者層を抽出した上でデータを収集し、分類ごとに集計した。スクリーニング調査で有機食品の購入頻度を8つの選択肢から選んでもらい、31,283人の回答を得た（「有機食品も無農薬などの食品も購入していない」と回答した者は除外、残りのデータを地域と性別が半々になるように抽出し、1,059人のデータを使用）。
- 調査結果・考察
 - 本調査の結果から有機食品や無農薬等の食品に対しての強いこだわりはないものの**比較的国産志向が高い**ことが分かった。
 - 有機食品の消費については「有機食品にこだわって購入」している者をヘビーユーザー層とすると、その下に「無農薬等の食品にこだわって購入」している者がミドルユーザー層を、さらにその下に「国産にこだわって購入」している者がライトユーザー層を形成していることが推察される。またアンケート結果から、食品の安全意識自体は必ずしも有機食品のヘビーユーザーに限られず、無農薬等の食品や国産の食品を志向する人たちにも程度の差こそあれ広く浸透していることが推察される
 - 有機農業をめぐる歴史的経緯から産消提携との関係については、「有機食品の割合が高い」層ほど、産消提携に特徴的であった運動志向、農業志向が強く出ており、農業者との直接取引に参加しているとの回答も多かった。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 本研究は有機食品市場に着眼し、有機食品や特別栽培農産物の消費者の特徴を明らかにした研究で、本目標との直接的な関連は見られないが、有機食品に関心がある層では国産志向が高いことが示唆される。

19. 環境に配慮した農林水産物・食品を選ぶ国民の割合

文献タイトル	持続的な酪農生産による牛乳に対する消費者選好－温室効果ガス削減と飼料自給率の情報が選択に与える影響－
著者名	日向 貴久、佐藤 和夫
発行年	2023年
章節	1. 緒言 2. 方法 3. 結果 4. 考察と結論

1. 文献の概要

- 本研究では、持続可能な酪農生産の2つの大きな要素であるGHG削減と飼料自給率について、これらの属性（以下、付加属性）を評価する消費者のセグメンテーションを通じて、消費者像の把握を試みる。
- 農業の持続性に関するこれまでの国内での議論は、「自然の持続性」と「社会の持続性」という2つの大きな文脈で捉えることができる。「自然の持続性」は、畜産物が生産される地域の自然環境を保全し、生態系に不可逆的な損失を与えない生産システムを指す。畜産での環境問題を論じる際、ふん尿処理に起因する水質汚濁や悪臭等が挙げられることが多かったが、近年注目されるのは地球温暖化問題である。国内生乳生産量の拡大に伴い、農地に還元される堆肥やスラリーの量が増加すると、結果CH₄やN₂OといったCO₂より影響の大きい温室効果ガス（以下、GHG）の排出が増加する。温暖化の効果は局地にとどまらず気候変動として世界規模に影響を与えることから、農業部門におけるGHGの削減に向けた国際的な議論が進みつつある。
- 「社会の持続性」は、資材価格等の社会情勢に影響を受けにくく安定して付加価値を生み出すことのできる生産システムを示している。国内の生乳市場を見ると、飲用乳としての牛乳の国内産率は100%であるものの、濃厚飼料を中心に飼料は輸入品に大きく依存している。近年では、新型コロナウイルスの蔓延を背景に、海外からの食料輸入への依存に対するリスクと、農産物の国内自給の必要性に関する議論が進みつつある。
- 農林水産省の「持続的な畜産物生産の在り方検討会の中間とりまとめ（2021年）」では、具体的な取り組みとして「生産に係る環境負荷軽減」、「堆肥の広域流通・資源循環の拡大」、「国産飼料生産等の推進」、「消費者への理解醸成」を掲げた。特に、消費者への理解醸成では、今後持続的な畜産物生産を進める上で、生産者の努力によるコスト削減と同時に、価格転嫁の形でコスト負担を求める必要があるとした。すなわち、今後生産者は生産面での現状把握・課題解決のみならず、消費者への情報発信とニーズに合わせた生産をする必要があるといえる。

19. 環境に配慮した農林水産物・食品を選ぶ国民の割合

■ 調査方法

- 本研究では、GHG削減、飼料自給率という2つの付加属性を加えた牛乳に対する離散選択実験を中心とするアンケート調査を実施した。分析ではまず、消費者のセグメンテーションを目的として離散選択実験の回答データに潜在クラスモデル（Latent Class Model、以下LCM）を適用し、消費者を回答傾向によって区分した。各クラスのGHG削減率、飼料自給率の変化に対するWTPを算出するとともに、付加属性に関する反応の違いを整理し各クラスを特徴づけた。以上により、各付加属性に対して高いWTPを示したクラスの消費に対する特徴を明らかにした。
- アンケート調査は2020年2月18～20日に、外部委託しWeb調査の形式で実施した。回答者は関東圏（1都3県）の726名を対象とし、年代（20-60代）と性別について、人口構成比に比例した割り付けを行っている。分析では、日常で牛乳をまったく買わない回答者、ほとんど買わない回答者、および牛乳の消費量が週に500mL程度未満の回答者を除き、489名分のデータを用いた。

■ 調査結果・考察

- 本論文の分析からは、**GHG削減や飼料自給率の向上を評価する消費者層**が存在し、牛乳の付加価値としても評価されることが明らかになった。基本属性としては、**50代以降の壮年～老年層**の割合が高く、**世帯年収は高い**傾向が見られた。GHGを削減した牛乳や飼料自給率を向上した牛乳を販売する際には、これらの消費者層が主な購入対象として想定される。
- 近年、農産物マーケティングの方法として、生産者ラベルによる差別化が用いられることがあるが、消費者と生産者の「顔の見える関係」を構築するために、生産者が消費者を認識することも重要である。消費者のセグメンテーションを通じた消費者ニーズの顕在化は、生産者の意識をそうしたニーズに向けさせることに役立つ。本論の分析結果も、酪農生産者の持続的な酪農生産への投資の意思決定に動機付けを与えうる。
- GHG削減や飼料自給率に関する属性を付加した生乳の生産・流通に当たっては、消費者のWTPの増加がそのまま生産者の乳価に結び付くわけではなく、また、そういった生乳のスポット的集乳によるコスト上昇も見込まれる。このため、客観的なデータ計測を担保するとともに、地域全体での取り組みから面的な生産の確保によるコスト削減や、エコラベル認証といった制度を構築し、導入を容易にするような対策も必要となる。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

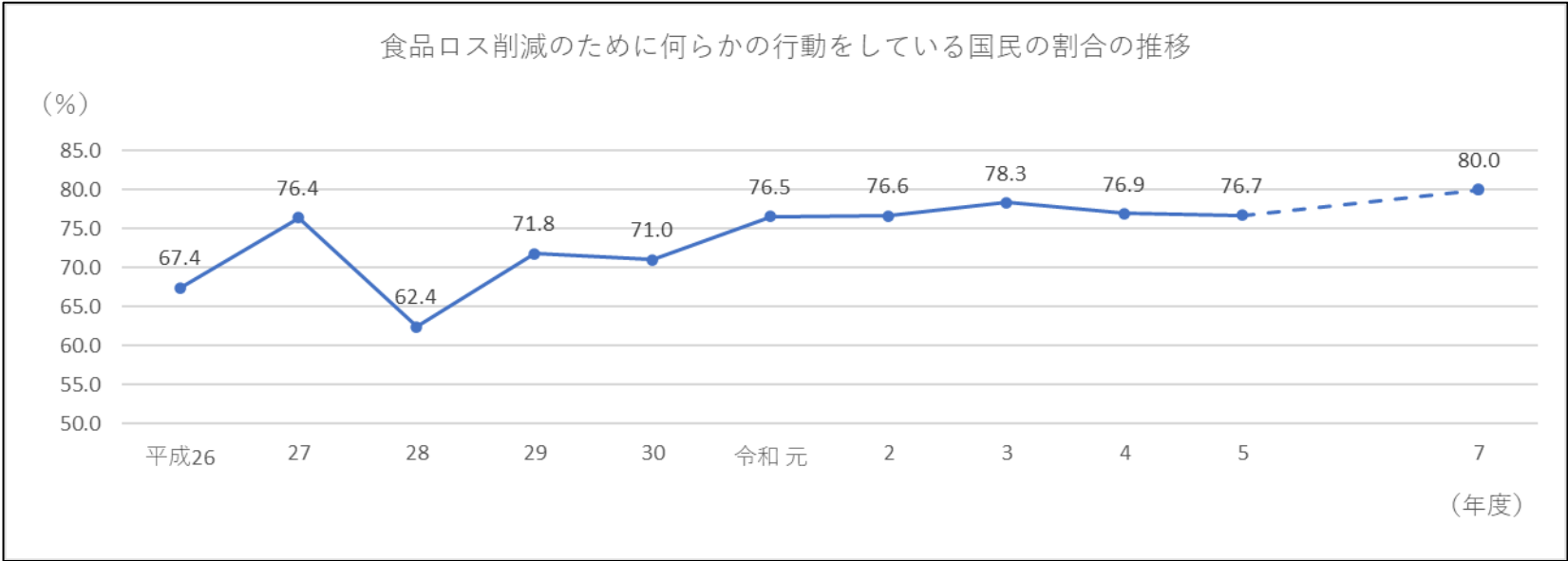
- 本研究では、消費者のセグメンテーションを通じて、持続可能な酪農生産の2つの大きな要素であるGHG排出と飼料自給率を改善した牛乳を評価する消費者像の把握に着眼している。直接的に本目標とは関連性がないものの、環境に配慮した農産物を購入するには、消費者と生産者の「顔の見える関係の構築」が重要であると示唆される。生産者も消費者を認識することで、消費者のニーズを把握することができる。

20.食品ロス削減のために何らかの 行動をしている国民の割合

20.食品ロス削減のために何らかの行動をしている国民の割合

目標値及び現状値

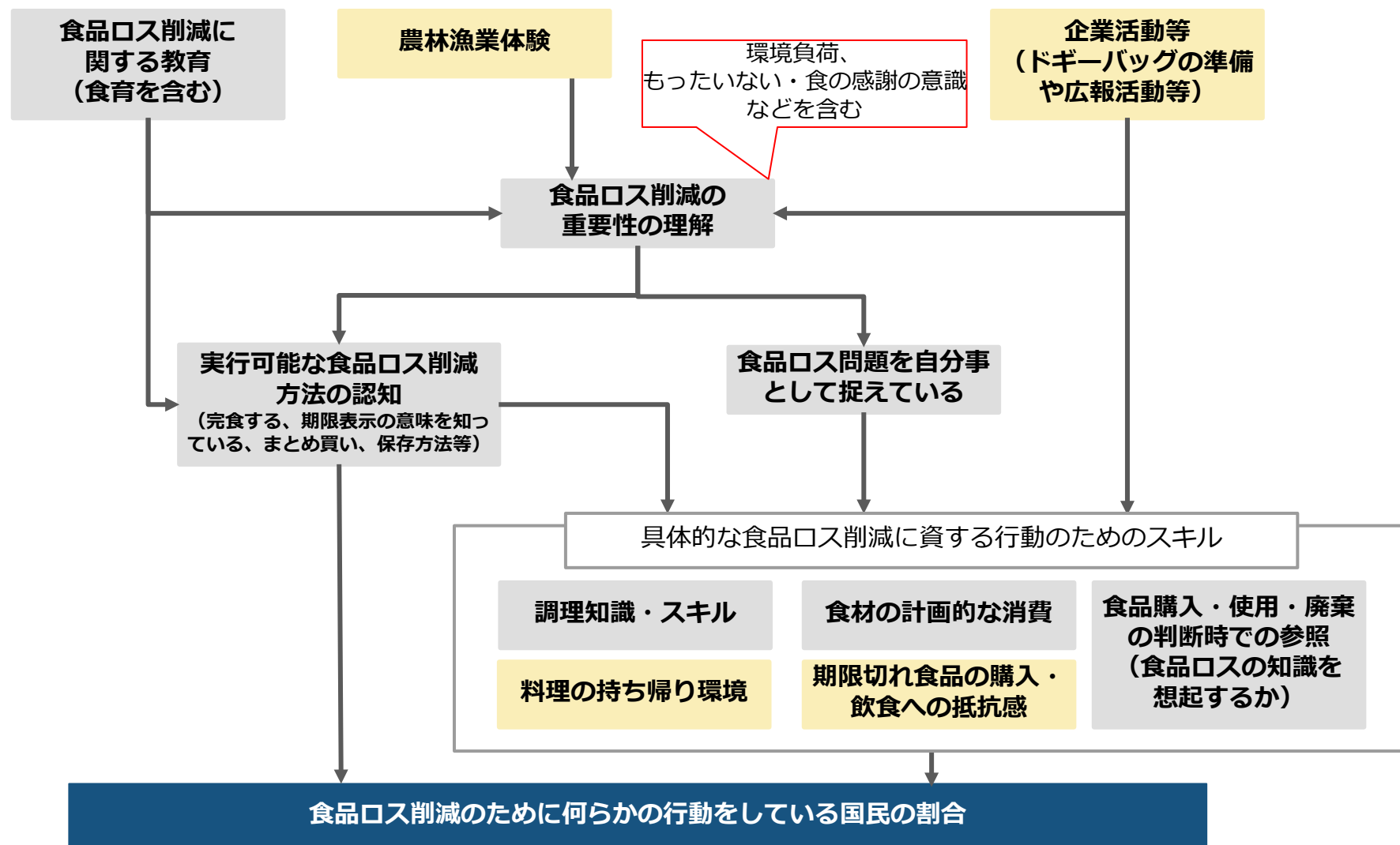
具体的な目標値	第4次基本計画 作成時の値	現状値			目標値	達成状況
	R元（2019）年 度	R3（2021）年 度	R4（2022）年 度	R5（2023）年 度	R7（2025）年 度	
食品ロス削減のた めに何らかの 行動をしている国 民の割合	76.5%	78.3%	76.9%	76.7%	80%以上	△



（出所）消費者庁「消費者意識基本調査」（平成26、27年度）、「消費生活に関する意識調査結果報告書－食品ロス問題等に関する調査－」（平成28年度）、「消費者の意識に関する調査結果報告書－食品ロス削減の周知及び実践状況に関する調査－」（平成29年度）、「消費者の意識に関する調査結果報告書－食品ロスの認知度と取組状況等に関する調査－」（平成30年度・令和元年度・令和2年度、令和3年度）、令和4（2022）年度以降の値は消費者庁「消費生活意識調査」（令和4年度、令和5年度）（グラフは、農林水産省「第4次食育推進基本計画フォローアップ 中間取りまとめ別添2 目標達成に課題の残る数値目標の分析・評価」42頁より転載（一部加工））

20. 食品ロス削減のために何らかの行動をしている国民の割合

変数相関図



20. 食品ロス削減のために何らかの行動をしている国民の割合

変数の整理と現状値への示唆

影響の時間軸に基づく変数の分類

短期的にアウトカムに影響すると考えられる変数	■ 食品ロス削減に関する教育（食育を含む） ■ 実行可能な食ロス削減方法の認知 ■ 農林漁業体験	■ 具体的な食品ロス削減に資する行動のためのスキル ■ 企業活動等（ドギーバッグの準備や広報活動等）
中長期的にアウトカムに影響すると考えられる変数 （または前提条件となる変数）	■ 食品ロス削減の重要性の理解 ■ 食品ロス問題を自分事として捉えている	

第4次基本計画の現状値に関する本事業の調査から得られる示唆

- 食品ロス削減のために行動を起こすには、食品ロスのことやその削減に寄与する具体的な実践方法について知識がなければならない。既存文献では、大学生が食品ロスという言葉の意味も含めて広く認知している（84.2%）と報告されている。ほかにも消費者庁の「[消費生活意識調査（令和6年度第2回）](#)」や民間企業のアンケート（[ハウス食品グループ「食品ロスに関するアンケート調査結果（2022年6月30日）」](#)）においても、食品ロスの認知度は非常に高く（前者は78.9%、後者は99.1%）、食品ロスを知らないから行動ができないという者の割合は少ないと考えられる（ただし、いずれの調査でも若年層の認知度が相対的に低い）。
- しかし、既存文献が示すとおり、食品ロス削減につながる知識があってもそれが実際の食品廃棄の判断の場面で活用されるとは限らない。例えば、賞味期限・消費期限に対する理解度は75.2%であるが、食品を購入する際の賞味・消費期限の意識は、「消費予定に関係なく、なるべく期限の長い商品を購入している」と回答した人は46.3%であった（消費者庁「消費者意識調査（令和6年第2回）」）。このように知識があっても判断をする等の行動にはつながっていない層や食品廃棄を回避するためのスキルを伴わない層などの存在が、現状値が横ばいとなっていることの一因と考えられる。
- また、食品ロス対策の一つである「てまえどり」について、自治体の調査では「少しでも消費期限や賞味期限が長い商品が欲しいから」や「鮮度や味が落ちると感じるから」、「手前からとっても奥からとっても値段は変わらないから」、「消費者にとってメリットがない」といった理由で内容を知っているにも関わらず、「てまえどり」をしない消費者が一定数存在することが示されている（例えば、[千葉県「食品ロス削減の推進について（令和4年度第3回インターネットアンケート調査の結果について）」（2023年1月30日）](#)；[三好市「食品ロス削減取り組み「てまえどり」アンケート結果について」（2024年1月31日）](#)）。こうした食品ロス削減に寄与する行動について知識があっても何らかの理由でそうした行動をとることに抵抗を感じる消費者の存在が、本目標の改善につながらない一因であると考えられる。

20. 食品ロス削減のために何らかの行動をしている国民の割合

文献タイトル	管理栄養士をめざす学生の「食品ロス」に関する意識と行動 『日本食育学会誌』第16巻第2号
著者名	西村 節子、大西 智美、中村 清美、矢澤 彩香、黒川 通典、江上 ひとみ、高井 玲子、鷺津 雅三、佐藤 眞一
発行年	2022年
章節	1. 緒言 2. 方法 3. 結果 4. 考察 5. 結語

1. 文献の概要

- 食の専門家である管理栄養士は今後に向けて考え行動していくことが必要であり、栄養専門教育の中でも食品ロス問題は大きなテーマとして取り上げられている。若手世代である管理栄養士をめざす学生が、学生の視点で食品ロス削減の効果的な推進を図るための活動をすることは重要であり、学生にとっても大きな学びの場となる。
- 本研究は大阪府との連携で行っている食品ロス対策学生プロジェクトの一環として行われたもので、まず食品ロス削減活動を担う管理栄養士を目指す学生を対象に食品ロスに関する意識や行動を調査し、その現状と課題を明らかにすることを目的とした。
- 対象者は大阪府内の6大学の管理栄養士養成課程の学生1050名に無記名の自記式質問紙調査を実施した。調査は2020年7月～11月にかけて行われ、回答の得られた954名（回収率90.9%）を解析対象とした。
- 食品ロスに影響した要因を探索するため「家庭で食品をそのまま捨ててしまう」「家庭で食べ残し料理を捨ててしまう」「外食の際に食べ残しをする」を目的変数に、「学年」「食品ロスという言葉の認知度」「期限表示の知識」「料理をする頻度」「居住形態」を独立変数に、性別を調整変数として重回帰分析（強制投入法）を行った。対象を「一人暮らし・友人と同居」の場合と「家族・親族と同居」の場合に分け、同様に分析した。各項目のVIFはすべて5未満である。

20. 食品ロス削減のために何らかの行動をしている国民の割合

- **食品ロスという「言葉も意味も知っている」者は84.2%と多く**、学年が高くなるにつれ、知識を有する者が増えている一方で、家庭における直接廃棄、家庭での食べ残しの廃棄では学年の差はみられず、逆に外食の食べ残しでは4年生で「よくある・時々ある」と答えるものが増えていた。4年生で外食の食べ残しが増えている理由として、就職活動などで普段の生活とは違う場所での**外食機会が増えたこと**や、アルバイト先での食品廃棄の経験などから、「もったいない」と思っても**食品ロスの発生が容認されている現状を知ったこと**などに影響されていることなどが考えられた。しかし、**家庭での食べ残しの廃棄、外食の食べ残しという具体的な行動面での差はみられず**、逆に、家庭における直接廃棄を「よくある・時々ある」と答えた者は食ロスの言葉も意味も知っている認知群の方が多かった。
- 料理の回数が「週に2回以上」の料理群と「週に2回未満」の非料理群で比較したところ、料理群では家庭での直接廃棄をすることが「よくある・時々ある」が40.9%に対し、非料理群では31.7%と有意な差があった。料理をするからこそ廃棄する機会も多く、それを認知しているという結果になったと考えられる。
- 1人暮らし（友人と同居も含む）の者についての分析では、家庭で食品をそのまま捨ててしまうことが多くなることに影響する要因として「学年」が上がると「料理頻度」が少なくなることが有意であることがわかった。学年が上がるにしたがって研究や学業に時間を費やす学生が多くなり、さらに就職活動等により食事への関心度が下がっている可能性が考えられる。家族と同居している者で料理頻度が少ない場合は直接廃棄をあまり認識しないが、1人暮らしにおいては料理頻度が少ない者であっても食材の管理をすることが必要となり廃棄を認識せざるを得ないためと考えられる。
- 家族と同居の者は、「学年」が上がると外食の食べ残しが多い。
- 学年が上がることによる**食事への関心の低下**が考えられる。一方で、近年の食ロスの教育や報道の機会が増えていることに伴って年代や学年による「食に対する意識の差」が生じている可能性もある。
- 大学生への食品ロス対策を考える上では**料理をよくする人とそうでない人の両方への啓発を考える必要がある**ということが示唆された。料理群では非料理群よりも家庭での直接廃棄は多かったが、期限表示においては必ずしも期限が長いものを購入しているわけではないことやフードシェアへの関心が高めであることなど、食に関する関心が高いことがうかがえた。
- 直接廃棄する理由では「消費期限・賞味期限切れ」55.8%、「鮮度が落ちて食品が傷んだ」54.0%が多かった。
- 賞味期限・消費期限表示の知識だけでなく、**食材の適量購入や適切な食材の在庫管理などの実践的なスキルが必要**と考えられる。
- 先行研究では、学生自身が何らかの啓発活動を行うことにより**食品ロス問題を他人事ではなく当事者ごととしてとらえ**、自らの行動変容につながる可能性が示唆されている。

20. 食品ロス削減のために何らかの行動をしている国民の割合

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 近年の環境配慮の機運の高まりや、SDGsの意識の高まりに伴って「食ロス」という言葉の認知度は高まっている。認知度の高まりが、行動を実践する人の割合の高さにもつながっていると考えられる。
- 言葉の認知度は高い一方で人々が家庭内で食ロスをする理由として、飲食店のアルバイト等の経験から**食品ロスの発生が容認されている現状を知ったこと**などが示唆されている。家庭内での食べ残しの廃棄を自覚している人の方が食ロスの言葉を認知していることから、**当事者意識の低さ**が推測される。
- 本文献では、食ロス認知の高さの要因の一つとしてメディア等での取り上げられる回数の多さを挙げている。急激に社会的な注目度が高まっていることから、それまで食ロスに深く触れていなかった年代と意識の差が生まれていることが考えられる。
- 食ロス削減のための行動実践においては、「賞味期限と消費期限の違いの理解」「食材の適量購入」「適切な食材の在庫管理」などの実践的なスキルを身に付けることが重要だと述べられている。

20. 食品ロス削減のために何らかの行動をしている国民の割合

文献タイトル	家庭系食品ロス低減を促す介入システムの提案 -食ロスに関心がある若者を対象として- 『廃棄物資源循環学会論文誌』 Vol.34
著者名	木村 由佳、佐藤 みずほ、神武 直彦
発行年	2023年
章節	1. はじめに 2. 方法 3. 結果 4. 考察 5. まとめ 6. 今後の展望

1. 文献の概要

- 海外では、食品ロス低減につながる介入研究の成果の報告が少しずつ蓄積されているが、複数の介入手法を組み合わせた効果に関する研究は少なく、国内の介入研究はあまり進んでいない。
- 本研究では、主催者と参加者の双方向のやりとりができる複数の介入手法を組み合わせたシステムを設計し、食品ロス低減の効果を家族構成別に明らかにすることを目的としている。
- 本研究では食品ロス低減の効果のあった、①食品ロス・廃棄の記録と低減化のフィードバック、②主催者と被験者のコミュニケーション、③視覚的にとるべき行動を促すプロンプトの3種類の手法を組み合わせた介入システムを提案している。モバイルメッセージングアプリケーション、LINE for business（以下LINE）を用いて実験をおこなった。システムのステップとして、被験者は食材（調理場面）・料理（喫食場面）・食品ロス（調理・喫食・処分場面）を撮影した写真をLINEでメッセージャーに送信し、次に処分場面で測定した食ロス量を食ロスダイアリーに記録することで被験者に食ロス量を認識させる。その際にシステム運営側は被験者が送った画像を解析し食ロスダイアリーの記録結果との照合・フィードバックの介入を行う。LINEは画像送信の他に、被験者からシステム運営に対して問合せを行うことが可能であり、コミュニケーションの介入を行う。またLINEのトーク画面においてエコレシピアへ誘導する画面を常時表示することでプロンプト介入を行う。被験者が記録を継続するモチベーションを高めるために、提案システムの利用継続条件を達成するとLINE上でポイントを付与することとした。

20. 食品ロス削減のために何らかの行動をしている国民の割合

- 実験の被験者は東京都内の大学生、および環境問題や食品ロスに関心があるオンライン上のコミュニティから応募のあった47名をスクリーニングし、3世帯類型（一人暮らし・二人暮らし・家族と同居）のいずれかに該当する20~30代のうち2021年11月から12月下旬にかけて継続的に実験へ協力可能な15名を抽出した。（20代14名、30代1名）
- 15名の被験者をAとBの2グループに分け、それぞれ異なる期間で実施した。介入期間は1回目の介入を1週間実施し、その後は約2週間~1か月を空けて2回目の介入を1週間実施した。事後調査および3回目の介入は、2回目の実験を終えて約1~2週間後に実施した。
- 多くの被験者が自らの食品ロスの発生状況について、介入前には食品ロスが発生していることに気づけなかったが、介入中に実は食品ロスが発生していたという実態に近い認識に変化した。
- 家族構成別の家庭の食品ロス発生要因別結果によると、1人暮らし世帯は家族と同居世帯に比べて直接廃棄の量が多く、どちらの世帯でも過剰除去は同量程度発生していた。一人暮らし世帯は食べ残しは少ないが家族と同居世帯では食べ残しが少々発生し、**家族構成別の発生要因にやや異なりがみられた**（一人当たりの食ロス量）。
- 食ロスに関心がある20代を中心とする若者の被験者に最も印象を与えた介入は①**記録とフィードバック**であった。「捨てる食品の写真を撮り、捨てる食品の量を測ることで食品ロスを可視化できて減らそうと思った」「フィードバックで捨てていた食材が食べられることや栄養豊富であることを知り、皮をむかずに食べる、調理法を工夫する」といった意識変容と行動変容がみられた。食ロス等の写真撮影・送付および記録とそれらに対するフィードバックを組み合わせた介入を繰り返し実施することで、食品ロス低減の効果が得られたと考えられる。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

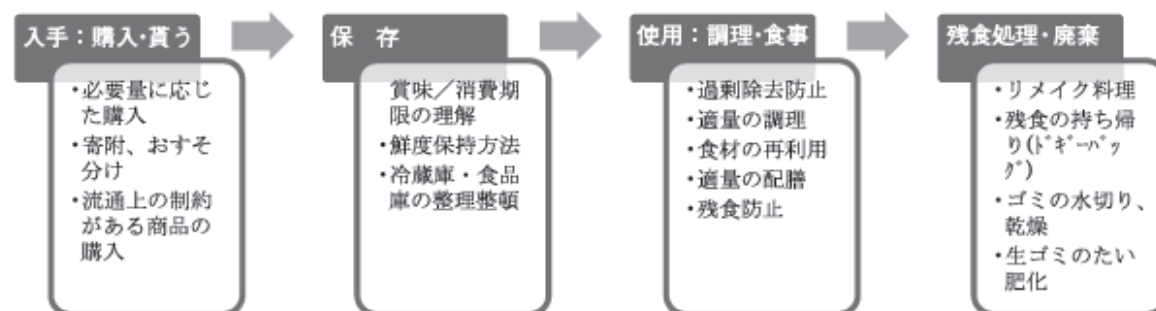
- 本文献の調査結果から、**世帯構成**による食ロスの要因に差があることが明らかとなった。世帯に合わせた食ロス削減の指導が必要であることが考えられる。
- 自身がどの程度の食料を廃棄しているのかを理解することが重要であると示唆されていることから、**当事者意識の醸成**が重要な要素であるといえる。

20. 食品ロス削減のために何らかの行動をしている国民の割合

文献タイトル	「購入行動の変化による家庭の食品ロス削減 -消費者庁による実証事業の結果から-」 『消費者教育』 Vol.41
著者名	坂本 有芳、稲倉 典子
発行年	2021年
章節	1. 背景と目的 2. 分析枠組みと先行研究 3. 方法 4. 結果 5. 結論と考察

1. 文献の概要

- 日本における「食品ロス」は2017年の調査では年間約612万トンと推計されており、その約半分（約284万トン）が家庭から排出されている。国民1日一人あたり毎日茶碗一杯分の食料を捨てている計算となる。国内の法律において、消費者の果たすべき役割として「食品ロスの削減の重要性についての理解と関心を深めるとともに、食品の購入又は調理の方法を改善すること等により食品ロスの削減について自主的に取り組むよう努めるものとする」と明記されている。
- 消費者庁（2018）の資料によると、食料消費のプロセスは以下の通りである。



（出所）坂本有芳・稲倉典子「購入行動の変化による家庭の食品ロス削減 -消費者庁による実証事業の結果から-」 『消費者教育』 Vol.41、58頁から転載。

- 本研究は消費者レベルの行動・認識（特に入手段階と保存段階）に着目し、世帯属性や普段の購買行動が食品ロスの発生量に与える影響を検証する。

20. 食品ロス削減のために何らかの行動をしている国民の割合

- 徳島県内に在住する中学生以下の子を持つ世帯人数3名以上の103世帯を対象に郵送調査を行った。標本抽出は調査者の知人通じたスノーボールサンプリングである。行動が固定されておらず変化が表れやすいと推測される若い世代であり、食品の購入やロスが一定程度以上の量になると予想される世帯を対象とした。期間は2018年1~2月の4週間で、調査票の有効回収数は100世帯（有効回収率97.1%）であった。
- 4週間の間に発生した食口ス量を記録するため日記形式の記録簿を用意し、廃棄する食品が出るタイミングで廃棄した食品・購入/調理した日・捨てた理由・捨てた量（グラム）・税込みでの金額換算・未開封または手付かずのものかどうかの6項目を記録するよう依頼した。記録を開始する前に事前アンケート、4週間の記録が終了したのちに事後アンケートを実施した。
- 分析に用いる変数は、食品ロス量、食品購入行動11項目、世帯構成である。
- 食品ロス量は14日間の食品ロス量が500g未満であった割合は前半が35%、後半が51%とともっとも多く分布しており、特に後半は過半数が500g未満に集中していた。
- 食品購入行動を因子分析した結果、「まとめ買い」「割安感」「流行追随」「計画的管理」の4つが抽出された。事前調査と事後調査とで一对の標本を用いた平均値の検定を行ったところ、「買物前に購入する食品を決定」「必ず食べきるものだけを購入」「献立は数日分まとめて決める」の3項目が事前調査と比べて有意に得点が増加していた。
- 調査期間前半では「年齢（世帯主）」「同居家族人数」と食品購入行動のうち「まとめ買い」「冷蔵庫に入っているものを把握（計画的管理）」が有意な関連を示したものの、いずれも10%水準であった。後半では「まとめ買い」「必ず食べきるものだけを購入（計画的管理）」が有意に負の値を示した（ $p<0.5$ ）。前半で有意であった「年齢（世帯主）」「同居家族人数」といった属性は有意とならなかった。つまり前半では世帯主の年齢が高いほど、まとめ買いを行っているほど、冷蔵庫に入っているものを把握しているほど食品ロスは少なく、同居家族が多いほど食品ロスが増える傾向にあると確認された。後半では食口ス量を自覚することで属性関わらず、**まとめ買い**を行っているほど、必ず食べきるものだけを購入しているほど食口ス量が少ないことがわかった。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 食口スの削減において、**食口ス量の自覚**が有効であることが本実験の結果から示されている。
- **まとめ買い**を行い、**食材量を計画的に管理する**（買物前に購入する食品を決めておくこと、食べきれぬ量だけを購入すること、数日の献立を決めておくこと）が食口ス量の少ない人の特徴であることが明らかとなっている。
- 食料廃棄量を計測することで、自身や家族にとっての適切な食材量を把握し、数日単位でまとめて食材管理をするよう指導することが有用であると考えられる。

20. 食品ロス削減のために何らかの行動をしている国民の割合

文献タイトル	家庭ごみ調査から考える食品ロスの実態と削減策 『生活協同組合研究』 3
著者名	浅利 美鈴
発行年	2021年
章節	1. 食卓から始まる世界的課題 2. 行政と大学の歴史的共同「京都市家庭ごみ細組成調査」 3. ごみ調査から考える食品ロス発生の原因 4. 私たちにできること

1. 文献の概要

- 食品ロス削減に向けて熱心に取り組んでいる自治体の一つが京都市である。食品ロス半減を目標に掲げて奔走しており、その政策立案のベースとなっているのが京都大学環境科学センターと協働して毎年実施している「家庭ごみ細組成調査」である。
- H29年度調査によると、燃やすごみの4割が生ごみであり、そのうちの約5割が調理くず、ほぼ同量が食べ残し（食品ロス）であった。食品ロスの半分が手付かず食品であり、食品ごみ全体から見ても手付かず食品が2割近いという結果であった。
- 以下はごみ調査で明らかとなった食品ロスの典型例と消費者アンケートにより筆者が考察した食品ロスの原因の例である。
 - ケース1：計画のないまとめ買い、5個パック等で買ったが数個しか食べず、いつの間にか期限が切れていた。割安と思って購入しても、余って食べずに捨ててしまうと割高となる。
 - ケース2：多くの場所に分散して保管することで食品をしまっていることを忘れてしまい、気が付くと期限が切れている。
 - ケース3：管理が行き届かなかった生鮮食品。期限が切れていても匂いや味を確認して問題なければ食べる人は5~6割いるものの、近年はカット野菜等傷みやすい商品も多い。
 - ケース4：贈答品や新商品などの嗜好性、食べる習慣がない、口に合わないなどで捨てる。
 - ケース5：賞味期限と消費期限の認識を誤って捨てる。
 - ケース6：家庭菜園等で多量に出来た野菜類を鳥獣害を避けるため家庭ごみとして捨てる。

20. 食品ロス削減のために何らかの行動をしている国民の割合

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 食ロスの発生要因として「計画性の無いまとめ買い」「家にある食料を把握できていないこと（収納場所も含め）」「**生鮮食品の不適切な管理**」「**食べる習慣の無い食品の所持・購入**」「賞味期限と消費期限の誤認識」「家庭菜園等における鳥獣被害対策のための廃棄」が挙げられている。これらを中心とした計画的な食料消費についての指導を推進していくべきだと考えられる。食品ロスをしないことを念頭においた食料調達のスキルを身に付けるべきである。

20. 食品ロス削減のために何らかの行動をしている国民の割合

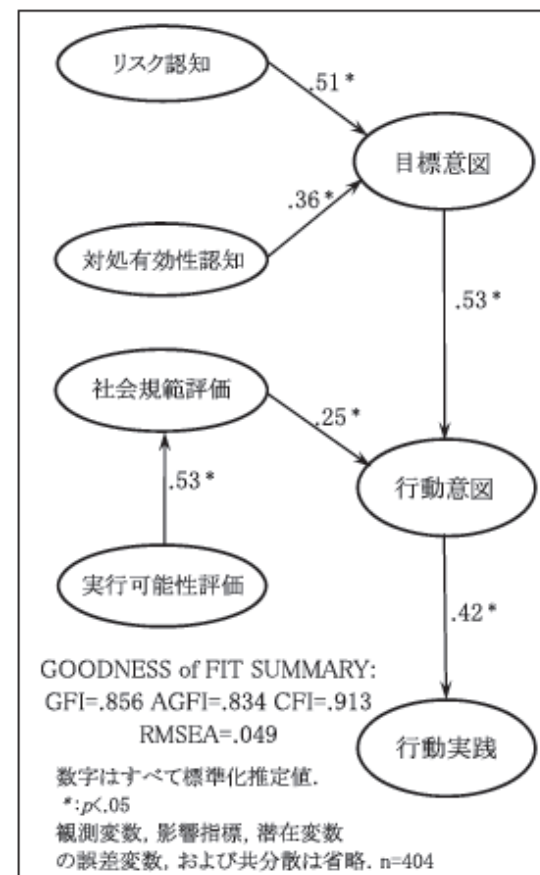
文献タイトル	「家庭内食品ロスの削減行動に関する規定因」『消費者教育』第39巻
著者名	石島 恵美子
発行年	2019年
章節	1. 研究目的 2. 方法 3. 結果 4. 考察

1. 文献の概要

- 食品ロスの約半数が家庭から発生しており、発生経路は購入・保存・調理・消費である。各段階における消費者の行動が発生原因に密接に関連しているとされている。
- 食品ロスによる温室効果ガス排出量の深刻化は将来的に地球規模に発展する緊要の課題であり、食品ロス全体の半分を占める家庭内食品ロスを削減することが最短の方法である。
- 消費者庁によるリーフレット配布や学校における消費者教育により、以前にくらべて消費者の環境配慮意識は向上しているものの、一般生活への浸透は不十分であり、その意識と行動には乖離がある。食品ロス削減行動の表出のためには、行動実践に至る意思決定構造を明らかにするアプローチが必要である。
- 環境配慮行動を引き起こす規定因を構造的に可視化できる統合モデルとして広瀬の2段階モデル（1994）が挙げられる。広瀬モデルは、第1段階として環境問題のリスク・事故の責任帰属・対処行動の有効性らの認知度が高いほど、消費者の環境配慮への目標意図が高くなり、第2段階として、その目標意図の影響を受け、環境配慮行動に対する便益・費用、社会的規範、実行可能性評価が向上するほど環境配慮行動意図も高くなるとされている。
- 本研究では、広瀬モデルを元に、家庭内食品ロスの削減対策上必要となる行動実践の構成概念を加え、家庭内食品ロス削減についての目標意図から行動意図へ、さらには行動実践への影響を設定した因果モデルが、一般家庭で主に食事を準備する成人のデータに適合しているかどうかを検証することを目的としている。
- 人口約6万人、面積約120km²で都心から55km圏内に位置する某市を調査対象とし、住民基本台帳から無作為に抽出した2000世帯において、食事準備者に無記名質問票での回答を郵送で配布・回収した。返送された585票（回収率29.3%）のうち、行動実践尺度項目の行動機械の有無を問う質問に「有」と回答し、観測変数に欠損値の無い404票を有効回答とした。調査時期は2018年8～10月であった。

20. 食品ロス削減のために何らかの行動をしている国民の割合

- 調査項目は、属性の他、家庭内食品ロスの削減目標意図、家庭内食品ロスの削減行動意図、家庭内食品ロスの削減行動実践、家庭内食品ロス認知、家庭内食品ロスの削減行動評価とし、すべての設問を5段階評価で最高5点、最低1点として測定した。目標意図は家庭内食品ロスの削減に対する対象者の意識、行動意図は家庭内食品ロスの削減行動に対する対象者の意欲を、行動実践は家庭内食品ロスの削減行動実践度、食品ロス認知は広瀬モデルを元に3つの下位尺度（リスク認知、責任帰属認知、対処有効性認知）を設定し、家庭内食品ロスに対する対象者の認知度を測定した。行動評価は、広瀬モデルを元に3つの下位尺度（便益・費用評価、社会規範評価、実行可能性評価）を設定し、削減行動に対する対象者の評価を測定した。
- 以下が家庭内食品ロスの削減行動意思決定モデルの分析結果と各構成概念の測定尺度である。



(出所) 石島恵美子「家庭内食品ロスの削減行動に関する規定因」『消費者教育』第39巻、59頁から転載。

20. 食品ロス削減のために何らかの行動をしている国民の割合

- 家庭内食品ロスの削減対策に資するため、広瀬モデルに含まれる行動意図の内政変数として行動実践を加え、行動実践に至る意思決定の構造モデルを検討した結果、目標意図の規定因はリスク認知と対処有効性認知であり、行動意図の規定因は実行可能性評価と社会規範評価である可能性が示唆された。これは、目標意図と行動意図の規定因が異なり、意思決定が2段階になることを示している。具体的には、**食品ロス認知**が目標意図に影響し、その後**目標意図**と**行動評価**が行動意図に影響することが明らかとなった。また、目標意図から行動意図へおよび行動意図から行動実践への影響はともに中程度であった。
- 尺度得点より、食事準備者は食品ロスをしつけの範疇の倫理的な問題と捉え、喫緊の社会的課題と認知していない傾向があった。
- 人の目に触れない**家庭内の環境配慮行動**ほど**社会規範**が**行動意図**へ**及ぼす影響が低くなる**。
- 行動意図と行動実践の尺度得点差が大きく、つまり行動意図と行動実践に乖離のある項目は**食材を無駄なく適切に使う行動**であった。例えば、調理の場合、調理者は環境配慮行動をとることが望ましいとわかっているが、調理の家庭でほとんど抵抗なく食品ロスを生んでしまう。これは調理者の**調理知識や技能が低いことが一因**であるため、行動実践推進には知識や技能をはぐくむことが改善策として考えられる。

(出所) 石島恵美子「家庭内食品ロスの削減行動に関する規定因」『消費者教育』第39巻、60頁から転載。

構成概念	測定尺度	M	SD
I 目標意図	1 家庭内の食品ロスを減らしたい。	4.55	0.735
	2 家庭内の食品ロスを減らすことで、環境や社会をよくしたい。	4.36	0.838
	3 家庭内の食品ロスを減らさなくてはならない。	4.43	0.862
	4 家庭内の食品ロスを減らすことの大切さを子どもたちに伝えたい。	4.58	0.665
	5 家庭内の食品ロスの影響について知りたい。	4.25	0.898
II 行動意図	1 必要な量を考えて食材を購入するようにしたい。	4.65	0.582
	2 食品に適した方法で保管するようにしたい。	4.70	0.554
	3 料理が余った場合には、次の食事でも食べたり作り替えて食べたりするようにしたい。	4.70	0.514
	4 家にある食材は、計画的に使うようにしたい。	4.69	0.518
	5 野菜の茎や皮の食べられる部分や、魚のあらなども無駄なく使うようにしたい。	3.99	0.976
	6 料理は、適量を作るようにしたい。	4.59	0.613
	7 残さず食べるようにしたい。(作りすぎの時に残すのは含めない)	4.66	0.636
	8 野菜の皮は、食材に応じてできるだけ薄くむくようにしたい。	4.37	0.822
	9 食品ロスを減らすように周りの人に伝えるようにしたい。	3.61	0.976
	10 余っている食品を、必要としている人に再配分する社会活動に協力するようにしたい。	3.76	0.949
	11 生ゴミは水気を切ってから捨てるようにしたい。	4.68	0.638
III 行動実践	1 必要な量を考えて食材を購入している。	4.03	0.906
	2 食品に適した方法で保管している。	4.07	0.857
	3 料理が余った場合は、次の食事でも食べたり作り替えて食べたりしている。	4.33	0.844
	4 家にある食材は、計画的に使っている。	4.08	0.920
	5 野菜の茎や皮の食べられる部分や、魚のあらなども無駄なく使っている。	3.15	1.193
	6 料理は、適量を作っている。	3.93	0.936
	7 残さず食べている。(作りすぎの時に残すのは含めない)	4.21	0.934
	8 野菜の皮は、食材に応じてできるだけ薄くむいている。	3.89	1.006
	9 食品ロスを減らすように周りの人に伝えている。	2.49	1.146
	10 余っている食品を、必要としている人に再配分する社会活動に協力している。	2.07	1.242
	11 生ゴミは水気を切ってから捨てている。	4.31	0.980
IV リスク認知	1 家庭内の食品ロスは、エネルギーの枯渇を招いていると思う。	3.90	1.003
	2 家庭内の食品ロスは、環境汚染を招いていると思う。	4.00	1.021
	3 家庭内の食品ロスは、食べ物を大切にしない風潮を招いていると思う。	4.30	0.885
	4 家庭内の食品ロスで悪い影響が出るとしても、まだ先のことだと思ふ。(R)	3.68	1.213
	5 家庭内の食品ロスは、発展途上国の飢餓の観点から、国際的な問題を招いていると思う。	3.91	1.132
V 責任帰属認知	1 家庭内の食品ロスが発生するのは、行政の責任が大きいと思う。(R)	3.58	1.128
	2 家庭内の食品ロスが発生するのは、自分の責任が大きいと思う。	4.24	0.919
	3 家庭内の食品ロスが発生するのは、販売店などの責任が大きいと思う。(R)	3.25	1.240
VI 対処有効性認知	1 家庭内の食品ロス削減に、一人一人が取り組むことはよい効果があると思う。	4.66	0.665
	2 家庭内の食品ロス削減に、今からでも取り組むことはよい効果があると思う。	4.71	0.626
	3 家庭内で食品ロス削減に取り組んでも、社会全体の食品ロスの削減にはあまり効果がないと思う。(R)	3.63	1.316
VII 便益・費用評価	1 家庭内の食品ロスを減らす工夫をするのは、手間がかかると思う。(R)	3.29	1.194
	2 皮を薄くむくなどの工夫は、包丁技術が上達してよい効果があると思う。	3.49	1.184
	3 家庭内の食品ロスが減ることは、家計の無駄な支出が減ってよい効果があると思う。	4.46	0.759
	4 品質に問題がなくても、新鮮でないものを食べることは抵抗がある。(R)	2.88	1.251
VIII 社会規範評価	1 あなたの家族は、家庭内の食品ロス削減に気をつけていると思う。	3.39	1.091
	2 あなたの友人の多くは、食品を無駄にしないように気をつけていると思う。	3.16	0.904
	3 あなたが学んだ学校では、家庭内の食品ロス削減について熱心に教育していたと思う。	2.33	1.095
	4 あなたの親は、食べ物を無駄にしないように熱心にあなたに教育していたと思う。	3.81	1.131
	5 お住まいの地域では、家庭内の食品ロス削減について積極的に呼びかけていると思う。	2.02	0.958
IX 実行可能性評価	1 生ゴミの水気を切って捨てることは、自分でもできると思う。	4.66	0.680
	2 食材を腐らせないように計画的に使うことは、自分でもできると思う。	4.47	0.726
	3 包丁で野菜の皮を薄くむいたり捨てる場所を減らすことは、自分でもできると思う。	4.40	0.832
	4 使わない缶詰や食材を必要の人に再配分するボランティアに寄付したり参加したりすることは、自分でもできると思う。	3.95	1.041

*網掛け箇所は、SEMモデルから削除した観測変数、潜在変数

20. 食品ロス削減のために何らかの行動をしている国民の割合

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- これまで食品ロスとは「もったいない」「世界には飢餓に苦しむ子供がいるのだから、残してはいけない」といったような倫理観に訴えかける教育が中心であったが、環境問題の一つとして取り上げられ始めたことで消費者の意識も大きく変容したことが推測される。
- 食品ロスは社会全体で取り組むべき課題であると認知することにより、購入した食品は使い切るべきだという周囲からの期待を感じ取り、実際の行動に移すという流れが提唱されている。一方で、食ロスのために何らかの行動をするべきだと理解していても、そのための技術が無いことにより実践ができないというケースも考えられる。食品ロス削減行動は社会的に必要性の高い行動だと多くの人に認識させると同時に、**行動を実行に移すための方法を教育すること**も重要だと示唆されている。

20. 食品ロス削減のために何らかの行動をしている国民の割合

文献タイトル	「家庭の食品ロスを減らすためには何が必要か」『国民生活』2022年10月号（No.122）
著者名	野々村 真希
発行年	2022年
章節	■ なぜ食品ロスを削減しなければならないのか ■ 世界と日本の食品ロスの現状 ■ 食品ロスを生んでしまう消費者の行動 ■ 食品を廃棄するときの情報処理プロセス ■ 消費者は食品を捨てるかどうかを吟味しない ■ 食品の保存性について正しい知識を身に付けることが必要 ■ 一人一人ができる食品ロス削減の取り組み ■ 事業者求められる食材管理がしやすい商品や技術の開発 ■ 行政は食品ロス削減に取り組む事業者と連携する体制を

1. 文献の概要

- まだ食べられるにもかかわらず賞味期限が過ぎたということで捨てられてしまうなど、まだ食べられる食品を、食べられない・食べないほうがよいと誤って判断して廃棄されてしまうケースは少なくないと考えられる。
- 筆者は、消費者が食品を捨てるかどうかを判断するときの情報処理プロセスのあり方を、「分離型」、「積み重ね型」、「天秤型」の3つに分類している。
 - 分離型：廃棄する（残しておく）条件を設定し、その食品が1つでもその条件を満たしたら廃棄（残す）。3つの中で最も頻繁に用いられている情報処理の仕方
 - 積み重ね型：捨てる理由、あるいは残す理由を積み重ねて判断。
 - 天秤型：廃棄に傾く情報と残すほうに傾く情報を比べながら判断。捨てるかどうかを吟味していると考えられるが、実際には捨てるかどうか悩むことはまれで、多くは短時間で簡単に判断を行っていた。

20. 食品ロス削減のために何らかの行動をしている国民の割合

- 賞味期限や消費期限の意味等の知識はあっても、判断で参照されることは少ないことを筆者は明らかにしている。日時情報を判断で適切に利用してもらうことは食品ロス削減のために重要であるが、その日時情報を適切に利用してもらうためにはその一般的な意味を周知するだけでは十分ではない。
- 判断は短時間で簡略に行われるため、その判断に際して消費者がインターネットで積極的に情報を探索したり、パッケージの細かい表示を確認したりすることは期待できない。
- 日時情報が適切に利用されるには、個々の食品の保存性に関する具体的な知識（例：表示期限後にどのくらいの期間で劣化するか）を習得する必要があり、そうした知識の習得の機会を設けることが必要である。

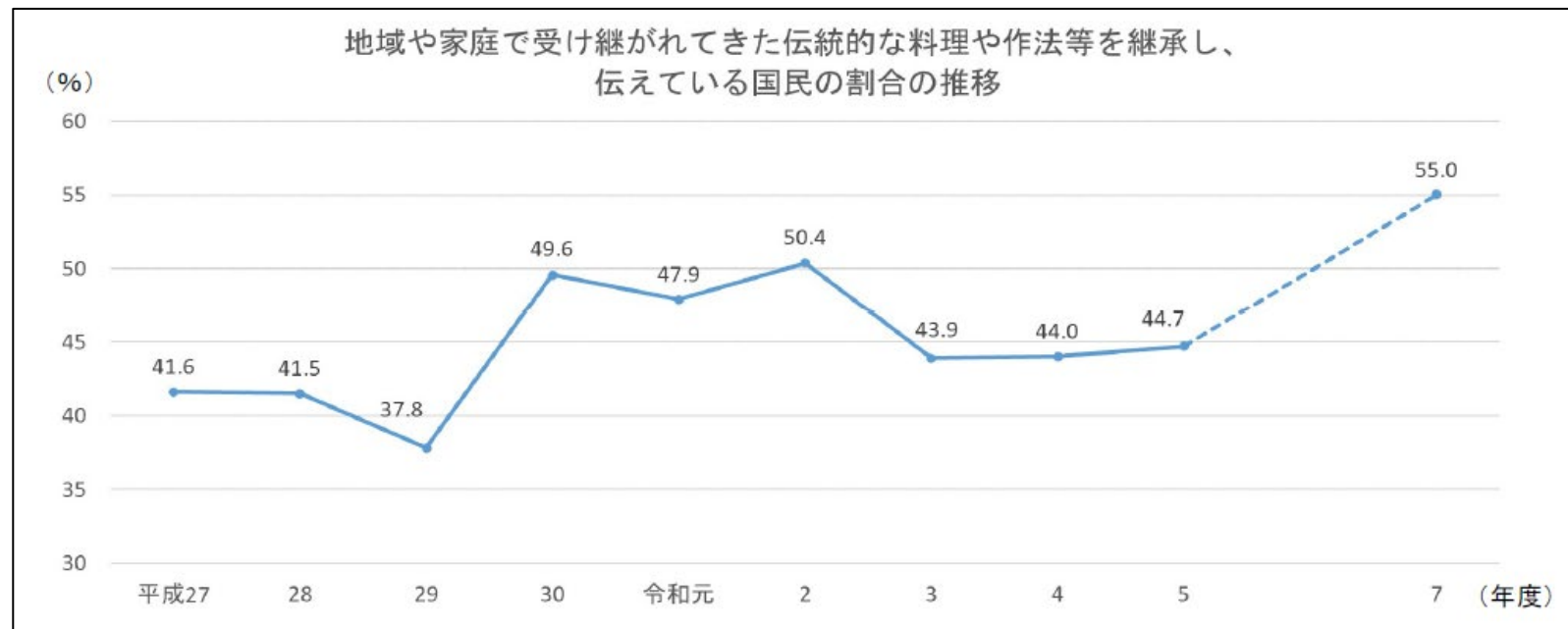
2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 消費者が食品ロス削減につながる知識を有していても、実践の場面でその知識が必ずしも参照されないことを筆者は明らかにしている。食品ロスについての認知は高まりつつあるが、認知が高まってもそれがそのまま食品ロス削減のために何らかの行動につながるとは限らないことが示唆される。
- 本論文では、賞味期限と消費期限の違いについての理解が広まっていないことが示唆されている。消費者にとってはどちらも同じ数字である。本来の意図に則して活用されるためには単に言葉の意味の相違を教育するだけでなく、**なぜ2つの表示が使い分けられているのか**といった背景の理解も必要だと考えられる。

21.地域や家庭で受け継がれてきた 伝統的な料理や作法等を継承し、 伝えている国民の割合

21. 地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承し、伝えている国民の割合

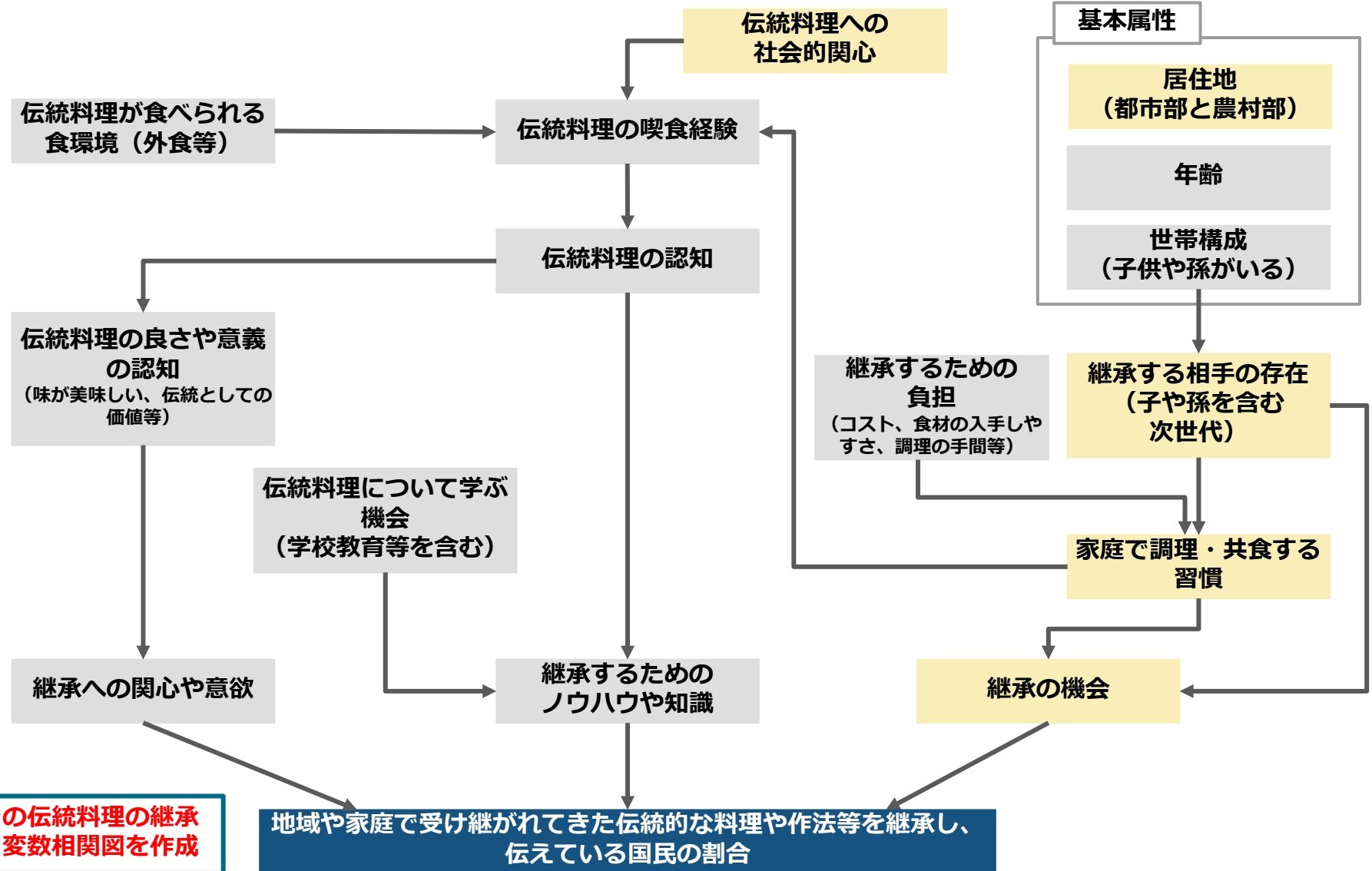
具体的な目標値	第4次基本計画 作成時の値	現状値			目標値	達成状況
	R2（2020）年度	R3（2021）年度	R4（2022）年度	R5（2023）年度	R7（2025）年度	
地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承し、伝えている国民の割合	50.4%	43.9%	44.0%	44.7%	55%以上	▼



（出所）農林水産省（平成27（2015）年度までは内閣府）「食育に関する意識調査」（グラフは、農林水産省「第4次食育推進基本計画フォローアップ 中間取りまとめ別添2 目標達成に課題の残る数値目標の分析・評価」46頁より転載）

21. 地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承し、伝えている国民の割合

変数相関図



21. 地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承し、伝えている国民の割合

変数の整理と現状値への示唆

影響の時間軸に基づくアウトカムの分類

短期的にアウトカムに影響すると考えられる変数	■ 伝統料理の喫食経験 ■ 伝統料理の認知 ■ 伝統料理の良さや意義の認知	■ 伝統料理について学ぶ機会（学校教育等を含む） ■ 継承するためのノウハウや知識 ■ 継承するための負担
中長期的にアウトカムに影響すると考えられる変数 （または前提条件となる変数）	■ 伝統料理への社会的関心 ■ 伝統料理が食べられる食環境（外食等） ■ 継承への関心や意欲 ■ 基本属性	■ 継承する相手の存在（子や孫を含む次世代） ■ 家庭で調理・共食する習慣 ■ 継承の機会

第4次基本計画の現状値に関する本事業の調査から得られる示唆

- 地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承するには、継承することの意義を認識していることが重要である。「食育に関する意識調査」では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・作法を受け継ぐことは大切だと思う人の割合は、本調査を開始した令和2年度（2020年度）調査以降、一貫して高い値である（令和5年度：86.9%）。そのため、伝統的な料理や作法等への関心や継承への意欲は基本的に高い状況にあるといえる。
- 既存文献でも食文化の継承に家庭が重要な役割を果たしていることが指摘されている。農林水産省の調査でも和食や和食文化は、母親や祖母から教わったり、受け継いでいたりすることが多く、また、その方法是一緒に作りながら、手伝いながらが多いことが示されている（[「令和3年度日本食・食文化体験による輸出促進支援事業（和食文化の国内外への情報発信委託事業）のうち食生活実態及び和食文化に関するアンケート調査 調査報告書」（2023年3月）](#)、41頁）。このように継承は家庭で行われていることが多いことが考えられるところ、平均世帯人員は減少傾向にあること（[厚生労働省「2023（令和5）年 国民生活基礎調査の概況」](#)）や、コロナの拡大感染の影響で、家庭内でも接触を避けたこと等により、食文化を継承する機会が少なくなった可能性が考えられる。

21. 地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承し、伝えている国民の割合

変数の整理と現状値への示唆

第4次基本計画の現状値に関する本事業の調査から得られる示唆（続き）

- 伝統的な料理に関するノウハウや知識を保有していることが継承には不可欠であるが、伝統料理について学ぶ機会の存在や喫食などの伝統料理に触れる経験がそれらの獲得につながると考えられる。ライフスタイルや食生活の多様化により、食文化等の学びを学校給食等に求める傾向が生じている可能性が既存文献では示唆されているが、和食や和食文化について学校の授業で習った人の割合は令和5年（2023年）2月に実施された調査では9.9%であり（[「令和3年度日本食・食文化体験による輸出促進支援事業（和食文化の国内外への情報発信委託事業）のうち食生活実態及び和食文化に関するアンケート調査 調査報告書」（2023年3月）](#)、41頁）、学校において伝統的な料理等の食文化が十分に学べているとは言い難い。
- 以上のように、伝統的な料理や作法等へ関心や継承への意欲は高いが、継承の機会や継承するためのノウハウや知識が十分でないことも考えられ、このような要因等により、本目標が減少傾向にあると考えられる。
- なお、既存文献では、伝統料理等への認知や経験（喫食を含む）の向上は継承を実践する者を増やすことにつながることが示唆されているが、上述のとおり目標22の「郷土料理や伝統料理を月1回以上食べている国民の割合」と本目標の値には明確な関係が確認できず、間に様々な要因が関係していることが考えられる。

21. 地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承し、伝えている国民の割合

文献タイトル	「宮崎伝統野菜の次世代継承に向けた食育活動がもたらした影響」『宮崎大学地域資源創成学部紀要』第6号
著者名	松岡崇暢、工藤七海、山崎有美
発行年	2023
章節	1. はじめに 2. 研究方法 3. 結果 4. 保護者と園児が一緒に回答した結果 5. 考察 6. おわりに

1. 文献の概要

- 本文献は、こども園における食育活動（栽培体験）によって宮崎県の伝統野菜である佐土原ナスの園児及び保護者の認知度等の向上について調査・分析したものである。
- 最近では伝統野菜の高い栄養価や味わい深さが再評価されているとはいえ、一般的に伝統野菜の多くは、栽培方法が難しく不揃いで効率的な栽培が難しいといった要因で、生産者の減少と消費の低下を招いている。
- 本研究の問題意識は、次世代へ伝統野菜を継承するには、将来の消費者のニーズ拡大によって伝統野菜の生産量を増加させ、持続的な存続を図ることにあり、そのための食育活動として宮崎の伝統野菜である佐土原ナスの定植と収穫祭を大学生と一緒に実施することで、園児の野菜嗜好の変化、ナスの生育過程の理解向上、食に関わる園児家族の行動変化、保護者の佐土原ナスの認知度向上や使用状況の変化などを明らかにした。
- 研究対象は、こども園の年少クラス（男児22名、女児20名、不明1名）及び保護者であり、調査方法は食育活動を実施する前の事前アンケートと、食育活動実施後の事後アンケートによる比較である。
- 事後アンケートの質問項目：園児が晩御飯を食べる家族、嫌いな野菜、保護者の佐土原ナスの認知状況と使用頻度、佐土原ナスを使用しない理由、園児のナス嗜好、ナスのイメージ、佐土原ナスの認知状況、世界中でご飯を食べられない人の存在など（本レビューでは食育と伝統野菜の継承に関連する質問項目についてのみ以下整理した）。

21. 地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承し、伝えている国民の割合

■ 調査結果

- **食育活動によって保護者の佐土原ナスの認知度向上**（事前：67.4% ⇒ 事後：81.4%）
- 保護者の佐土原ナスの使用頻度はわずかに上昇
- 保護者が佐土原ナスを使用する理由：特に「**味が好き**」の回答割合が向上（41.9%⇒51.2%）
- **園児の佐土原ナスの認知度が大幅に増加**（事前：39.5%⇒76.7%）
- 園児の佐土原ナスが伝統（昔からある）野菜であるとの認知は大きな変化が見られず

■ 筆者らによる考察

- **食育活動によって伝統野菜の認知度は大幅に向上**。先生などの保育者が佐土原ナスの特徴やそのナスが伝統野菜であることを掘り下げて説明することで伝統野菜であることの理解が高めると考えられる。
- 園児の家庭内の会話で**食育活動の体験が共有**されたり、保護者と園児に**一緒にアンケートに回答**してもらうことで**保護者の佐土原ナスの認知度向上という波及効果**が生じた。
- 佐土原ナスは美味であり、**食べる機会が増えれば消費が拡大**するものと考えられ、食育活動の更なる展開によって伝統野菜市場の拡大と農家の生産意欲の向上、及び伝統野菜の次世代への継承の足掛かりになることにつながる。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 本文献は伝統料理や作法の継承それ自体を対象にしたものではないが、地域の食文化の一部である伝統野菜を次世代に継承することを目的とした食育活動（栽培体験）に焦点を当てている。調査対象の属性は、子供（年少クラス）とその保護者。
- 栽培体験という食育活動（及び会話を通じてその体験が保護者に共有されたこと）とアンケートへの回答を通じて、実際に伝統野菜に接触する機会ができたことにより、園児及び保護者の伝統野菜に関する認知度が大きく向上することが確認された。
- 他方で、伝統野菜の使用頻度（もしくはその意向）はわずかな増加にとどまっており、認知度が向上だけでは伝統野菜を使うという行動の変化まではもたらされていないことが見て取れる。
- 栽培体験という食育活動によって伝統野菜への接触が発生し、伝統野菜への注意や関心の向上につながった。
- 他方で、上述のとおり伝統野菜の使用頻度はわずかな増加にとどまっている。その要因について本文献の中で明示的には示されていないものの、「食べる機会が増えれば味が良いことから消費拡大していくと考えられる」（33頁）と述べていることから、認知度向上により食べる機会が増えて味の良さを体験することで使用頻度が増加すると認識していることが読み取れる。

21. 地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承し、伝えている国民の割合

文献タイトル	「給食を通じた食文化の継承に関する研究 献立及び食の作法の伝承からの検討」『食生活科学・文化及び環境に関する研究助成研究紀要』（アサヒビール学術振興財団）第33巻
著者名	永嶋 久美子、小川 睦美
発行年	2020年
章節	1. はじめに 2. 調査地の背景 3. 調査方法 4. 結果 5. 考察 6. まとめと今後の課題

1. 文献の概要

- グローバル化や流通技術の進化、ライフスタイルの多様化により、地場産物を活かした郷土料理やその食べ方、食事の際の作法等、伝統的な食文化が十分に継承されず、その特色が失われつつある。
- 本文献では、給食を運営する栄養教諭・学校栄養職員、児童・生徒、保護者の三者に対して学校給食に関する意識調査を実施し、学校給食を通じた食文化の継承について調査・分析がなされている。
- 調査実施地は千葉県我孫子市。我孫子市は、食文化に関する取り組みとして、給食を通じて旬の食材や行事食、箸使いや食事の際のあいさつやマナーを身に付ける指導を進めている。また、千葉県や全国各地の郷土料理を給食に取り入れて日本の食文化を学ぶ機会にしているが、我孫子市独自の郷土料理は少ない。
- 市内の小学校7校及び中学校2校の児童及び生徒2,070人、その保護者2,070人、市内の栄養教諭または栄養職員20名を対象にアンケートを実施（2018年6月-7月）。有効回答はそれぞれ585人、883人、19人。
- 質問項目：児童・生徒及び保護者向けは、①給食に対する意識、②食習慣・健康習慣、③食べ方やマナーに関する意識、④和食に対する意識と状況、⑤行事食に関する意識と状況等。栄養士向けは、①献立作成における意識・食文化継承への意識、②食べ方やマナーに関する指導状況、③食育における家庭との連携方法等（本レビューでは食育と食文化の継承に関連する質問項目を中心に以下整理した）。

21. 地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承し、伝えている国民の割合

■ 調査結果：

- 栄養士が給食の献立作成時において意識することの優先順位：「**栄養バランス**」、「**安全・衛生**」、「**コスト**」、「**メニューのバリエーション**」の優先順位が高く、「**食文化（郷土料理・行事食）**」、「**地産地消**」、「**世界各国の料理の推進**」、「**和食の推進**」等の食文化に関連する項目の優先順位は下位に選択された。
- 栄養士が給食を通じて伝えたいこと：最も多い回答は「**栄養や食事の知識を身に付けてほしい**」（約70%）。次いで、「食事のマナーを身に付けてほしい」（60%超）、「行事食や郷土食を知ってほしい」（約50%）、「日本独自の食文化を継承してほしい」（約30%）などの食文化の継承に関する項目が多く挙げられた（※本文献では回答結果のグラフは掲載されているが、正確な数値は示されておらず、本文献中に言及のある「栄養や食事の知識を身に付けてほしい」の約70%以外は、当社がグラフから推定した数値である）。
- 保護者が給食に望むこと：「安全な食品を使用してほしい」と「栄養や食事の知識を身に付けさせてほしい」が上位（約60%）。他方で、**食文化に関連する選択肢は30%程度の回答。保護者は学校給食に栄養面や安全・衛生面への配慮を期待。**
- 我孫子産のコメや野菜の給食への活用：児童・生徒の90%以上が認識している一方で、保護者は70%程度の認識。
- 栄養士が献立を作成する際の食文化への意識：「いつも意識している」、「ときどき意識している」の回答の合計が95%。
- 地域や家庭で受け継がれた料理や味、箸使いなどの食べ方・作法の受け継ぎ：児童・生徒及び保護者のいずれも、80%以上が受け継いでいると回答。
- その継承に必要なこと：児童・生徒及び保護者の90%以上が「家庭で教わること」と回答。次いで約60%が「学校で教わること」と回答。家庭及び学校が食文化継承の重要な場であるとの認識の存在を確認。
- 行事食・年中行事関連食の摂食状況：児童・生徒とも、おせち、節分の炒り豆・恵方巻、クリスマスケーキは90%以上が食べていた（うち、給食で提供されていたものは節分の炒り豆と恵方巻）。土用のうなぎ、おはぎ、七草粥、月見団子などは児童・生徒とも約30-40%の回答にとどまった（うち、おはぎ、月見団子、七草粥はそのまま、またはアレンジしたかたちで給食で提供されていたにもかかわらず、低い認識だった）。
- 給食の時間における栄養士による食事マナーや食べ方の指導状況：栄養士の約70%が毎日行い、約30%がときどき指導を行っている。指導方法としては、給食の時間の教室の巡回や、食育メモによる継続的な食事マナーや作法の指導。
- 栄養士が児童・生徒に給食の時に注意してほしいこと：約70%が箸の持ち方、配膳の仕方と回答しており、食事マナーや作法が重要視されている。

21. 地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承し、伝えている国民の割合

- 行事食や食事マナー等の受け継ぎの認識：移動・生徒及び保護者の80%以上が受け継いでいると回答。具体例としては正しい箸の持ち方や配膳。児童・生徒の約90%は正しい箸の持ち方を理解（ただし、実際に正しい箸の持ち方をしていたのは約80%）。正しい配膳については児童の約80%、生徒の約90%が理解。
- 家庭での食事において箸の持ち方を注意する割合：児童の保護者が約50%、生徒の保護者で約40%。正しい配膳については、約半数の児童・生徒が学校で学んだと回答。家庭で配膳について注意する保護者は児童・生徒とも15%程度だった。

■ 筆者らによる考察

- 我孫子市の栄養士は給食を通じた食文化の継承に意欲的で、給食の献立に和食や行事食、日本各地の郷土料理を積極的に取り入れ。給食の食材に我孫子産野菜が積極的に活用されている。
- 地域食材の知識や生産者等を献立表や食育メモで示すなど、**栄養士の継続的な指導により地域食材の認知度向上**につながった。
- 保護者は給食の運営において、**食材量等の選択、調理、提供までの安全・衛生を守ることを最重要視**。
- **栄養面での配慮や栄養・食に関する知識**は本来は家庭での食卓や共食の機会によって学ぶものとされてきたが、**ライフスタイルや食生活の多様化により、その学びを学校給食に求めつつあると考えられる**。
- 学校給食で提供されていたにもかかわらずそのことが認識されていない行事食（おはぎ、月見団子、七草粥、冬至のかぼちゃ等）については、行事食は給食による提供だけでなく、年中行事における行事食の位置づけや背景について給食を通じて学習することや、家庭でも行事食を食する機会があることで、より児童・生徒の行事食への認識が高まる可能性があると考えられる。また、**家庭で食べる機会が少ない行事食ほど、給食で提供することで食文化の継承につながる可能性がある**と考えられる。
- 食事マナー（箸の持ち方、配膳の仕方）については、**給食の時間に栄養士や学級担任等が継続的に指導すること等により食文化の継承に有効**であることが示唆された。
- 家庭では配膳に関する注意頻度は少なく、家庭での食事マナー等の指導も必要であることから、**学校と家庭との積極的で継続的な連携が必要**であることが示唆された。今後は家庭との連携を進めるための実践方法の検討、給食における行事食の提供とその認知度を高める方法について検討を進め、食文化の継承に有効な方法の検証が必要。

21. 地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承し、伝えている国民の割合

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 本文献は学校給食における食文化の継承が焦点となっているが、家庭における食事マナーの指導状況についても調査が行われている。
- 栄養士が継続的に指導することで、地域食材の知識や生産者等、及び食事マナー（箸の持ち方、配膳の仕方）が児童・生徒に認識されていた。**食文化の継承において栄養士等の指導が効果的。**
- 筆者は食事マナー等の指導について学校と家庭での継続的な連携が必要との示唆を導き出す一方で、「栄養面への配慮および、栄養や食に関する知識を学校給食で身に付けることについては、本来は家庭での食卓や、共食の機会によって学ぶものとされてきたが、ライフスタイルや食生活の多様化により、その学びを学校給食に求めつつあることが考えられた」とも指摘しており、**食文化継承の担い手として学校給食の位置づけが今後大きくなっていくことも考えられる**（筆者らがそう主張しているわけではないが、学校給食等で食文化が継承されることで、家庭で食事マナー等を含む食文化を継承する必要性は減少するため、食文化を継承する国民の割合は減る可能性も考えられる）。
- 本文献のアンケート結果からは、児童・生徒及び保護者の90%以上が、地域や家庭で受け継がれてきた料理や味、箸使いなどの食べ方・作法は、「家庭で教わる」とことと回答しており、**食文化の継承において家庭が重要な役割を果たすことの認識**は形成されていることが読み取れる。
- 他方で、実践面を見ると、家庭での食事において箸の持ち方を注意する保護者の割合は児童の保護者が50%、生徒の保護者が40%であり、配膳について注意する保護者は児童・生徒ともに15%程度であった。食文化の継承において家庭が重要な役割を果たすことが認識されている一方で、**実際に作法の注意をする保護者は必ずしも多くない状況**にあり、**認識と実践の間にギャップが存在**することが読み取れる。

21. 地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承し、伝えている国民の割合

文献タイトル	「豆腐人材育成を通じた食文化の伝承と地域社会への影響—日本豆腐マイスター協会による「豆腐マイスター講座」の事例分析—」『The Nonprofit Review』Vol.23, Nos. 1&2
著者名	岩出 朋子、今永 典秀
発行年	2024年
章節	1. はじめに 2. 食育について 3. 方法 4. 調査結果 5. 結論

1. 文献の概要

- 本文献では、日本豆腐マイスター協会が実施する「豆腐マイスター講座」が地域社会に与えた影響について調査・分析されている。同協会の基本理念は「豆腐を通じて豊かな食を未来に伝承すること」であり、「地域に根付く食育の担い手」として食育活動ができる人材育成を事業内容としている。そして、人材育成のため豆腐マイスター講座を開講している。
- 筆者らによる考察
 - 講座で**豆腐文化を学ぶことで豆腐への興味・関心が向上**し、消費者として豆腐売り場での行動が変化する。
 - 豆腐マイスターになることで3つの段階の変化が生じる。①豆腐の知識を有することで、豆腐への関心が高まり、豆腐選びを楽しめるようになり、結果として豆腐売り場での滞在時間がのびる、②地域の豆腐屋さんに関心を持ち現地へ足を運ぶ、③第三者に豆腐の知識を伝える欲求を持ち、行動する（例：地域の小学校での食育活動への参加や料理教室・手作り豆腐ワークショップの実施）。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- **関心の高まりが豆腐の継承（第三者への知識の伝達）につながると**分析されている。
一般消費者が豆腐について学ぶ（豆腐マイスターになる）ことで興味・関心が増加⇒地域の豆腐屋への関心が増加⇒第三者に豆腐の知識を伝える行動の実施

21. 地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承し、伝えている国民の割合

文献タイトル	「大阪府下の学校給食における地場産物の利用と郷土料理～地場産物を大学の調理実習に活用する取り組みについて～」『羽衣国際大学人間生活学部 研究紀要』第18巻
著者名	山本 幸恵
発行年	2023年
章節	1. はじめに 2. 給食における地場産物（特産品）と郷土料理についてのアンケート調査 3. 地場産物を大学の調理実習に活用する取り組みについて 4. まとめ

1. 文献の概要

- 食教育の一旦を担う家庭科教諭養成大学。
- 大阪府下33市9町1村（計43市町村）の教育委員会を対象にアンケートを実施（有効回答数は37）。調査項目は、①学校給食の実施状況、②地場産物の年間使用割合、③使用している地場産物、④地元地域（各市町村・大阪府下両方）の郷土料理の実施回数および料理名、⑤郷土料理以外に地場産物を使用した料理の実施回数および料理名、⑥日本各地の郷土料理の実施回数および料理名、⑦世界各地の郷土料理の実施回数および料理名、⑧実施している行事食、⑨郷土料理・行事食を実施する理由、⑩郷土料理を実施する際に困っていること、⑪食に関する指導において家庭科担当教員に求めること（本文献レビューでは本事業の調査に関連する項目を優先的に整理する）。
- アンケート結果
 - 地場産物（特産物）の一年間を通じての使用割合：小学校15.3%、中学校12.7%（全国平均は26.0%、令和元年度）
 - 地元地域（各市町村内と大阪府下両方）の郷土料理の実施回数：3か月以上に1回の実施が最も多かった（小学校68.6%、中学校60.0%）。次いで実施なし（小学校20.0%、中学校31.4%）
 - 日本各地（地元地域を除く）の郷土料理の実施回数：月1回以上が最も多かった（小学校47.1%、中学校41.2%）、次いで3か月以上に1回（小学校23.5%、中学校26.5%）。
 - 実施している行事食：節分、七夕、正月、ひな祭り、クリスマス、月見、卒業祝い、沖縄慰霊の日、いい歯の日など。

21. 地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承し、伝える国民の割合

- 郷土料理を実施する際に困っていること：「材料入手の困難」が最も多かった（小学校63.9%、中学校58.3%）。次いで小学校では「大量調理が困難」、「材料が高額」、「郷土料理の範囲が不明」が多く、中学校では「大量調理が困難」、「他の献立と組み合わせるのが難しい」が多かった。
- 食に関する指導において家庭科担当教員に求めること：「栄養教諭との連携」が最も多く86.1%。次いで、「給食を教材に活用」77.8%、「食育の視点を重視した学習内容の充実」「家庭・地域と連携した食育の推進」61.1%、「地場産物（特産品）を調理実習等、実践的・体験的学習に取り入れる」44.4%、「郷土料理を調理実習等、実践的・体験的学習に取り入れる」27.8%。
- 学校給食では、食文化伝承のために郷土料理が提供されている。家庭科教諭養成大学では、地場産物や郷土料理・行事食を実践的・体験的学習である調理実習等へ取り入れることが求められている。大学での調理実習科目にて、地場産物を使用することは、学生が調理の知識・技術を習得するにとどまらず、食品の産地を意識し、地場産物に関する知識や地域の食文化について理解を深める機会になる。また、郷土料理の調理体験によって、地域で受け継がれた調理方法を習得できる。
- 家庭科教諭養成大学での地場産物を使用した郷土料理の調理体験によって、将来、家庭科担当教員になったときにその地域の地場産物を活用し、郷土料理を取り入れた和食の調理指導ができるようになる。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- アンケート結果より、学校で郷土料理を実施する際に困っていることとして、材料入手の困難、大量調理が困難、材料が高額、郷土料理の範囲が不明、他の献立と組み合わせるのが難しいことが明らかにされている。本文献の調査対象は大阪府下の教育委員会に限定されたものだが、**材料入手が困難、材料が高額、郷土料理の範囲が不明、他の献立と組み合わせるのが難しいという問題は、国民一般にも当てはまりうるものである。**
- 家庭科教諭養成大学で郷土料理の調理指導が行われることで、将来、家庭科担当教員になったときに郷土料理を取り入れた和食の調理指導ができるようになることから、それ自体が伝統的な料理や作法等を継承し伝えることができる国民の増加に寄与するとともに、中長期的には、小学校・中学校の家庭科での継承及び家庭科で学んだ児童・生徒が将来郷土料理の継承をすることにもつながると考えられる。

21. 地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承し、伝えている国民の割合

文献タイトル	「学校給食における和食文化継承に対する栄養教諭および学校栄養職員の意識と課題」『日本女子大学大学院紀要』第29号
著者名	伊藤 美穂、秋永 優子、宇都宮 由佳、精須海 圭子、江原 絢子、藤井 恵子
発行年	2023年
章節	1. 緒言 2. 調査方法 3. 調査結果 4. 考察 5. 結論

※本文献では栄養教諭等による地場産物使用の課題についても分析されている。該当箇所については「7. 学校給食における地場産物を使用する割合を現状値から維持・向上した都道府県の割合」を参照。

1. 文献の概要

- 全国の小学校では年間平均191回の学校給食が実施され、1年間の子供たちの食事の1/5は学校給食が占めており、子供の食習慣や食嗜好に与える影響が大きい。
- 本文献では、栄養教諭や学校栄養職員へのアンケート調査やヒアリング調査をもとに、給食献立作成時の着眼点や課題、学校給食を通した和食文化の保護継承に必要な要素と課題について分析されている。
- 調査方法
 - アンケート調査
 - － 2015 年6月と7月に各都道府県から学校栄養士が参加する研修会の会場で、アンケート用紙を配布し、参加者が回答。
 - － 調査対象は228名（有効回答は222名）。
 - － 調査項目：献立作成の際意識していること、郷土料理の取り入れ状況、給食の食器保有状況、子供たちへの和食・郷土料理・行事食に関する食育

21. 地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承し、伝えている国民の割合

- ヒアリング調査：2015 年3 月～2016 年3 月に全国36 カ所の小学校や給食センター、教育委員会等に学校給食に関する問題点についてヒアリング調査を実施。学校または共同調理場を訪問して栄養教諭等にヒアリング。

■ 考察

- 食器による献立の制限：アンケート調査によると食器の種類は、3 種類以上保有している施設がほとんどであったが、2 種類以下の施設もあった。先行研究でも指摘されているとおり、食器の種類が施設での献立作成に大きく影響しており、食器の種類が少ない施設では盛り付けや食べ方を含めた和食文化の継承は難しい。食器を増やすことは予算や保管庫の確保といった課題があり改善には時間が必要だが、食器を充実させることは食文化の継承において重要。
- 栄養教諭らの実務経験：栄養教諭の年齢が上がるほど、食文化（郷土料理や行事食）や地産地消、和食・米飯給食への意識が高かった。
- 学校給食への郷土料理取り入れの課題：学校給食への郷土料理取り入れ率は全体で96.0%（地方別では首都圏が80.8%、甲信が84.6%と低い）。同様の調査をした2007年は87.4%であり、郷土料理取り入れ率は上昇。郷土料理を取り入れる際に困ったこととして、「食べたことがない」が最も高く、栄養教諭らの喫食経験が郷土料理の取り入れに大きく関わっている。次いで「大量調理が困難」が挙げられ、東海地方では「材料が高額」、「材料入手が困難」が他地方と比較して多く挙がり、「子供たちが嫌い」という回答が北関東、北陸では多かった（子供たちが食べ慣れていない）。「郷土料理の範囲が不明」という意見もあり、郷土料理の定義の曖昧さが現場を混乱させていることが考えられることから、郷土料理の定義を明確にして学校給食に取り入れる目的を改めて栄養教諭らに周知する必要がある。
- すぐに解決できない問題もあるが、学校給食において和食を継承していくためには、行政、学校、生産者、給食受託会社、栄養教諭らが一丸となって、より良い給食システムを構築し食環境を整備していくことが重要。

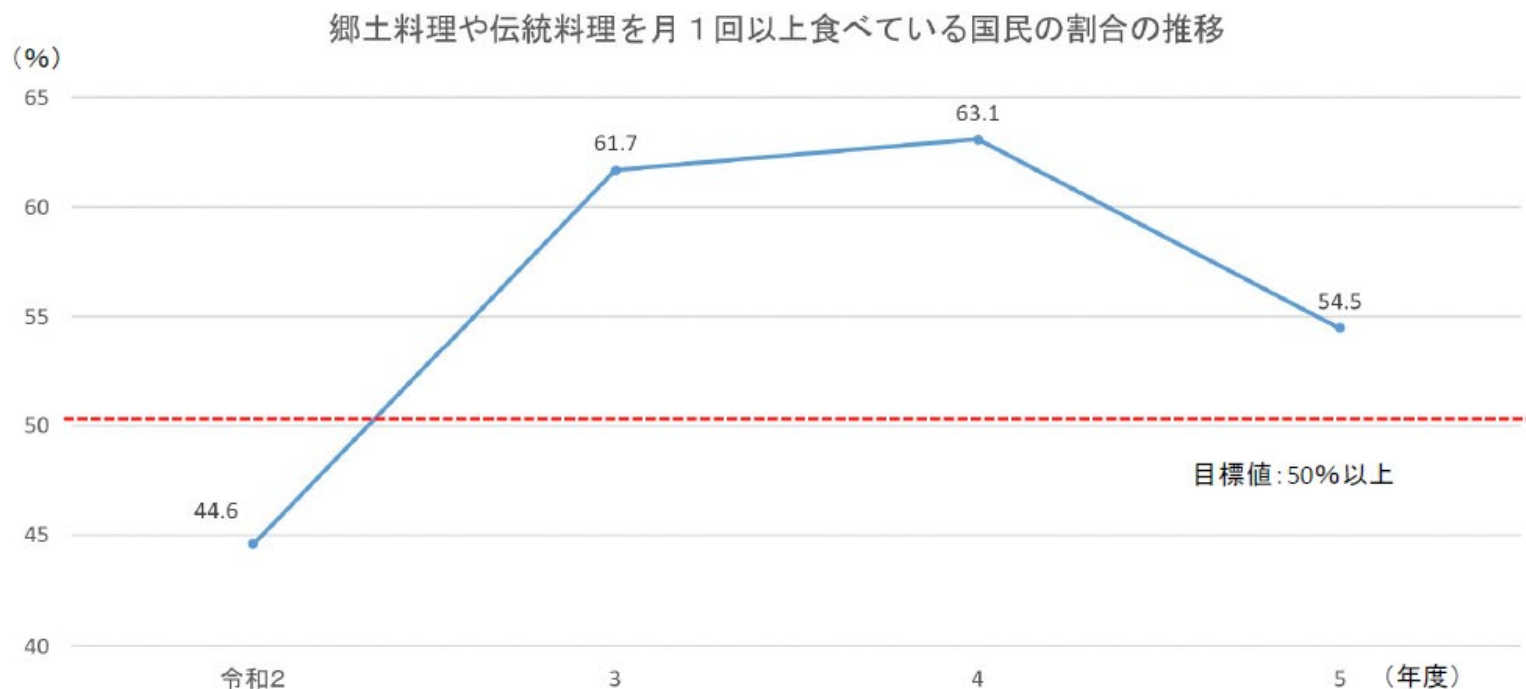
2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 郷土料理の取り入れの際に困ったこととして、「食べたことがない」、「材料が高額」、「材料入手が困難」、「子供たちが嫌い」、「郷土料理の範囲が不明」といったことが指摘されている。本調査は栄養教諭等を対象にしているが、本文献で挙げられている諸課題は栄養教諭以外の国民にも当てはまると考えられる。
- 本文献では学校給食における和食文化の継承に関する課題が分析されているが、「食べたことがない」や「郷土料理の範囲が不明」といった継承を行う側の栄養教諭等の関心や実施するためのスキル獲得に関連する課題と、食器の種類や大量調理が困難、材料が高額、材料入手が困難、子供たちが嫌いといった栄養教諭等だけではすぐに解決できない課題があることが読み取れる。

22.郷土料理や伝統料理を月1回以上 食べている国民の割合

22. 郷土料理や伝統料理を月1回以上食べている国民の割合

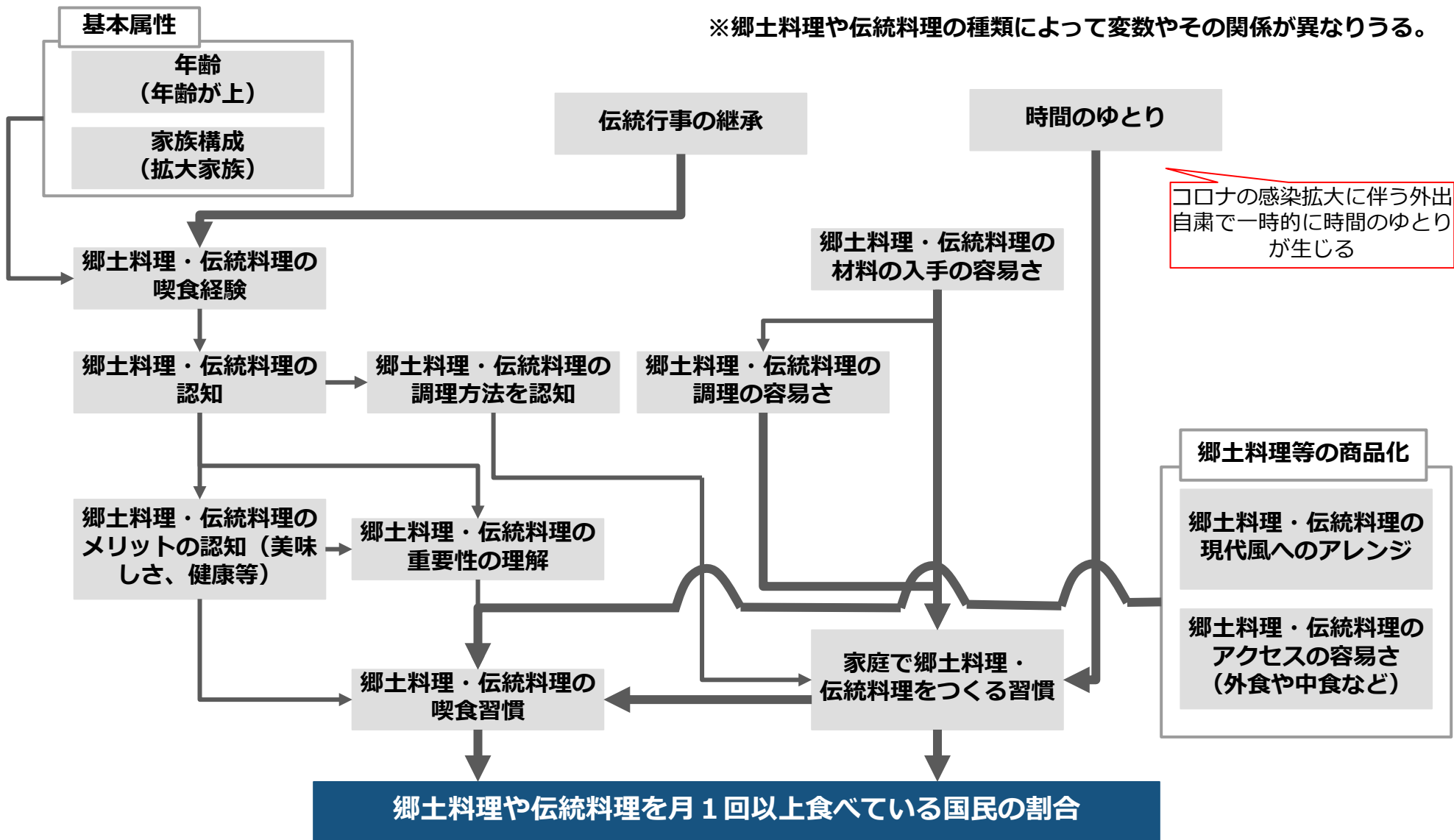
具体的な目標値	第4次基本計画作成時の値	現状値			目標値	達成状況
	R2 (2020) 年度	R3 (2021) 年度	R4 (2022) 年度	R5 (2023) 年度	R7 (2025) 年度	
郷土料理や伝統料理を月1回以上食べている国民の割合	44.6%	61.7%	63.1%	54.5%	50%	◎



(出所) 農林水産省(平成27(2015)年度までは内閣府)「食育に関する意識調査」(グラフは、農林水産省「第4次食育推進基本計画フォローアップ 中間取りまとめ別添2 目標達成に課題の残る数値目標の分析・評価」46頁より転載)

22. 郷土料理や伝統料理を月1回以上食べている国民の割合

変数相関図



22. 郷土料理や伝統料理を月1回以上食べている国民の割合

影響の時間軸に基づくアウトカムの分類

短期的にアウトカムに影響すると考えられる変数	■ 郷土料理・伝統料理の喫食経験 ■ 郷土料理・伝統料理の認知 ■ 郷土料理・伝統料理の調理方法を認知	■ 郷土料理・伝統料理のメリットの認知（美味しさ、健康等） ■ 郷土料理・伝統料理の喫食習慣
中長期的にアウトカムに影響すると考えられる変数（または前提条件となる変数）	■ 基本属性 ■ 伝統行事の継承 ■ 郷土料理・伝統料理の重要性の理解 ■ 時間のゆとり	■ 郷土料理・伝統料理の材料の入手の容易さ ■ 郷土料理・伝統料理の調理の容易さ ■ 家庭で郷土料理・伝統料理をつくる習慣 ■ 郷土料理等の商品化

第4次基本計画の現状値に関する本事業の調査から得られる示唆

- 2023年2月に実施された農林水産省の調査では、料理頻度が高い者ほど郷土料理を食べる頻度が高い傾向が明らかにされている（「[令和3年度日本食・食文化体験による輸出促進支援事業（和食文化の国内外への情報発信委託事業）のうち食生活実態及び食文化に関するアンケート調査 調査報告書](#)」（2023年3月）、32頁）。同調査ではコロナの感染拡大により、自宅での料理頻度が減ったと回答した割合（3.4%）に対して、料理頻度が増えたと回答した割合（29.9%）が高いことも示されており（同、50頁）、料理頻度の増加が本目標の現状値の上昇につながったと考えられる。
- また、既存文献では、「手間がかかる」ことが郷土料理等の非喫食理由の上位に挙げられていたところ、コロナの感染拡大に伴う外出自粛により時間（時間のゆとり）ができたことで「本格派」なレシピに挑戦する人が増えたとの報道記事もあり、手間がかかるとされる郷土料理・伝統料理をつくって喫食した人が増えた可能性はある（「[外出自粛で「手打ちうどん」が急増？クックパッドに聞いた、コロナ禍で人気のメニュー](#)」『HUFFPOST』2020年5月8日）。
- ただし、令和5年度は割合が8.6ポイント下がっており、仮にコロナの感染拡大期間中に郷土料理や伝統料理を家庭でつくる人が増えたとしても、日常生活に戻ることで調理に充てられる時間のゆとりがなくなった影響と考えられる（たとえば、ある民間の調査ではコロナ後に6割超が調理頻度がコロナ前に戻ると回答。[スナップディッシュ「62%が「アフターコロナで、調理頻度はコロナ前に戻る」と回答。一方で、約3割が栄養意識、手料理増加、試食減少の意向」](#)2021年7月8日）。
- 郷土料理の商品としての利用可能性を高めて喫食機会を増やすことの有用性を指摘する既存文献があり、この指摘を踏まえると郷土料理の商品化が進んでいないことが家庭で料理することによる喫食機会の減少を埋められていない可能性が考えられる。

22. 郷土料理や伝統料理を月 1 回以上食べている国民の割合

第4次基本計画の現状値に関する本事業の調査から得られる示唆（続き）

- なお、民間の調査では全世代的に「タイムパフォーマンス（タイパ）」や「時短」意識が高まっており（[クロスマーケティング「料理に対する意識が変わってきた」キーワードは『タイパ』」2023年12月8日](#)）、郷土料理や伝統料理のうち、特に素材の購入先が限られているものや料理工程が複雑なものは家庭での調理・喫食が避けられているおそれがある。

22. 郷土料理や伝統料理を月1回以上食べている国民の割合

文献タイトル	「郷土料理と行事食そして季節料理の喫食および非喫食理由」『東洋大学大学院紀要』第59巻
著者名	鈴木 公啓
発行年	2023年
章節	問題および目的 予備調査 本調査 考察

1. 文献の概要

- 加工食品の大量生産と流通販売のシステムの構築により、効率性の重視にともない食の画一化と地域の食文化の衰退に繋がっている。流通しにくい食材は生産されなくなり、また、手間のかかる地域独自の料理は調理されなくなっている。その結果、郷土料理や行事食、季節料理が喫食されないようになってきている。
- 郷土食の推進は、郷土色豊かな生活やQOLに影響を及ぼすと考えられ、その喫食の促進要因や阻害要因の同定が大事。
- 調査対象：全国の20代から60代の成人267名（男性133名、女性134名、平均年齢46.01歳）。
- 調査内容：郷土料理、行事食、季節料理それぞれについて、「まったく食べていない」、「あまり食べていない」、「時々食べている」、「よく食べている」を選択させ、前二者の選択者には食べない理由を、後二者の選択者には食べる理由の回答させる。
- 調査方法：Webアンケート

22. 郷土料理や伝統料理を月1回以上食べている国民の割合

■ 調査結果

● 喫食頻度

郷土料理、行事食、季節料理の喫食頻度

	郷土料理		行事食		季節料理	
	n	%	n	%	n	%
まったく食べていない	49	18.4	28	10.5	14	5.2
あまり食べていない	123	46.1	88	33.0	45	16.9
ときどき食べている	86	32.2	128	47.9	141	52.8
よく食べている	9	3.4	23	8.6	67	25.1
	267	100.0	267	100.0	267	100.0

(出所) 鈴木公啓「郷土料理と行事食そして季節料理の喫食および非喫食理由」17頁から転載。

● 郷土料理

- 喫食理由：「美味しい」（45.3%）、「地場のものを大切にしたい」（44.2%）
- 非喫食理由：「習慣が無い」（34.3%）、「手間がかかる」（29.1%）、何があるか知らない（21.5%）、作り方がわからない（20.3%）、興味が無い（15.1%）

● 行事食

- 喫食理由：「美味しい」（45.0%）、「その時にしか食べられない」（42.2%）
- 非喫食理由：「お金がかかる」（35.3%）、「準備が大変」（33.6%）、行事や祝い事などの機会が無い（32.8%）、習慣が無い（31.0%）、興味が無い（21.6%）

● 季節料理

- 喫食理由：「美味しい」（61.5%）、「季節感を大事にしたい」（55.3%）
- 非喫食理由：「お金がかかる」（35.6%）、「作るのが面倒」（35.6%）

22. 郷土料理や伝統料理を月1回以上食べている国民の割合

■ 筆者による考察

- 郷土料理は特に喫食割合が小さく、幅広い年齢層で食事として選択されなくなっている。手間がかかり、普段から郷土料理を作らず喫食機会が減少していると考えられる。
- 郷土料理ほどではないが、**行事食も喫食頻度が高い**とは言いがたい。
- 郷土料理、行事食、季節料理のいずれも喫食・非喫食割合は性別と年齢層によって異なる。料理担当者が郷土料理をつくらないと自動的に家族も郷土料理を喫食する機会がなくなりうる。
- 若者だけではなく、**中高年齢層にも同程度に喫食の機会がない**。年齢層が上であるほど郷土料理の喫食が維持されているわけではない。非喫食理由として、郷土料理は「手間がかかる」、伝統料理は「準備が大変」、季節料理は「作るのが面倒」が上位にあり、「手間」に対する対応をしないと、郷土料理等の喫食へと至らず伝統の継承などが難しい。
- 郷土料理であっても、日常で喫食する機会を増やして、興味や関心、喫食機会を維持することは可能かもしれない。
- 郷土料理の中では、市販の総菜や真空パック、缶詰で購入されるケースや、お店で買う人が多いことなど、家庭での「伝承」にこだわらなければ、**商品の利用可能性を高めて喫食機会を増やす**ことが郷土料理が今後も食べ続けられるという点で有用かもしれない。
- **時代に合わせた味のアレンジ**も喫食機会を増やすことに有効。
- 郷土料理、行事食、季節料理のいずれも「**美味しい**」が**喫食理由**のトップ。喫食機会があれば、それぞれの料理を美味しさを認識し、それがその後の喫食の動機につながることを示唆される。
- 季節料理の非喫食理由のトップは「**お金がかかる**」だが、季節料理は旬であるがゆえに安価に食材が入手しやすい場合もあり、「お金がかかる」が非喫食理由になっていることは、その理由を検討する意義がある。メディア等の影響で、旬のもの＝高価なものというイメージを持つ者がいる可能性がある（伝統料理でも同様のことが生じている可能性あり）。
- 食材の値段を含め、基本的なことから**季節料理などの特徴を伝える**ことが大事であり、その際はある程度の簡便な方法での作り方を同時に伝えていることが、喫食機会を増加させるには有用と考えられる。

22. 郷土料理や伝統料理を月1回以上食べている国民の割合

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 本文献では特に郷土料理の喫食頻度が低いことが明らかにされている。郷土料理や伝統料理、季節料理の非喫食理由は、「手間」に関連することが挙げられており、手間に対する対応をしないと、これら料理の喫食や継承が難しいことが指摘されている。
- また、市販の惣菜等で購入して郷土料理を喫食する人もあることから、**商品の利用可能性を高めて喫食機会を増やすことが今後も郷土料理が食べ続けられるうえで重要**であると本文献では指摘されている。
- 令和5年度に新型コロナウイルス感染症が第5類感染症に移行して、外食機会が増えて家庭での料理頻度が下がって郷土料理を食べる頻度が減ったのだとすると、本文献で指摘されているとおり、外食を含め商品としての利用可能性を高めることが郷土料理等の喫食頻度を増やす上で重要であるといえる。
- 郷土料理及び行事食の非喫食理由を見ると、「興味が無い」は選択肢の中では下位に位置しており、郷土料理や行事食への関心がないわけではないことが本文献では示されている。「**手間がかかる**」や「**何があるか知らない**」「**作り方がわからない**」「**準備が大変**」といった**スキル面での課題**の割合が多く、スキルが獲得されれば郷土料理や伝統料理をつくり喫食する機会が増えると考えられる。
- 令和5年度に新型コロナウイルス感染症の流行により、家庭で料理をする頻度が増えたことが、郷土料理や伝統料理をつくるスキル獲得の機会となった可能性はあるが、本文献では郷土料理や伝統料理の非喫食理由として「習慣が無い」が上位に挙げられており、新型コロナウイルス感染症の流行によって、一時的に家庭でつくことはあっても、家庭でつくって喫食することの習慣化には至らなかった可能性が示唆される。

22. 郷土料理や伝統料理を月1回以上食べている国民の割合

文献タイトル	「若い世代における寿司および郷土料理の摂取状況とイメージ-兵庫県姫路市の学生を対象として-」『兵庫県立大学環境人間学部研究報告』第18号
著者名	坂本 薫、奥谷 香、作田 はるみ
発行年	2016年
章節	1. はじめに 2. 方法 3. 結果 4. 考察 5. まとめ

1. 文献の概要

- 寿司は祭りや祝い事、通過儀礼など様々な伝統的な「ハレの日」に食べられてきたもので、地域の祭礼や行事に密着した郷土料理として親しまれてきた。
- **料理の伝承や料理のイメージは、食環境の変化によって異なってくる**が、最近では、回転寿司や中食としての利用が多くなっており、若い世代の寿司に対するイメージが変化してきている可能性がある。そのため、本文献では、寿司に対するイメージと郷土料理に対するイメージとでどのような差異があるかが調査されている。
- 調査方法等
 - 調査対象：兵庫県姫路市にあるA大学食環境栄養課程及びB栄養専門学校の学生の合計247人（分析対象は229人）。
 - 調査時期：2015年7月
 - 調査方法：自記式質問紙法
 - 調査内容
 - － 寿司：食べる頻度、種類、入手方法、自宅で寿司を食べる場面
 - － 郷土料理：出身地の郷土料理の認知、食体験、家庭における郷土料理の伝承状況、郷土料理の伝承についての意識
 - － 共通：調理体験、調理意欲、全般のイメージ

22. 郷土料理や伝統料理を月1回以上食べている国民の割合

■ 調査結果

- 寿司を食べる頻度：月1回以上寿司を食べる割合は、核家族（62.3%）のほうが拡大家族（41.4%）より高かった。
- 寿司の食べ方：外食（回転寿司）は対象者の85.2%が利用。核家族と拡大家族で有意な差なし。
- 自宅で寿司を食べる場面：「普段の食事」「年中行事（正月、節分、ひな祭り、お盆など）」「誕生日」・「お祝い」、「来客時」、「記念日」の順で多かった。核家族では「普段の食事」、拡大家族では「年中行事」で多く食べられている。核家族と拡大家族とでは食べることが多い寿司の種類に違いがあり、ちらし寿司を食べる割合は拡大家族のほうが核家族よりも高かった。核家族で寿司を月1回以上食べる者は、月1回未満の者より握り寿司と手巻き寿司をよく食べていた。
- 寿司・郷土料理の調理意欲と調理体験：寿司を作ってみたい（56.8%）、郷土料理をつくってみたい（66.4%）。つくることができるは、寿司と郷土料理それぞれ42.4%と17.0%。
- 郷土料理の認知・食体験とイメージ：出身地の郷土料理を知っている（54.1%）、出身地の郷土料理を食べたことがある（52.8%）
- 郷土料理の食体験とイメージ：郷土料理を食べたことがあると答えた者は、好きでおいしく、田舎的で伝統的、なつかしく、親しみやすいイメージを持っている一方、食べたことがないと答えた者は、体に良く、栄養バランスがよく、特別だと認識していた。

■ 筆者らの考察

- 寿司を月1回以上食べる割合は核家族のほうが多く、**寿司がもはや郷土料理とは捉えられていない**ことを示唆している。
- 寿司の入手方法は外食の回転寿司が85.2%であり、回転寿司があらゆる家族構成に浸透していると推測できる。
- **郷土料理は食体験を持つことで、より良いイメージに変化**する項目があることから、**食体験の機会**を設け、増やすことで、郷土料理への関心や意識が高められ、伝承についての意欲が増すことが期待されると指摘されている。
- 一方で、郷土料理を知っている、食べたことがあるの回答での具体的な料理名を見ると、「**B級グルメ**」や「**B級ご当地グルメ**」が含まれており、**メディアの影響が大きい**現代を象徴した結果となっている。若い世代が元来の郷土料理と新しい料理との相違を認識しておかないと、（元来の）郷土料理の次世代への伝承ができないと指摘されている。

22. 郷土料理や伝統料理を月 1 回以上食べている国民の割合

2. 第 4 次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 料理のイメージは、食環境の変化によって異なってくることから、世代によって伝統料理や郷土料理へのイメージが異なりうることが本文献で示されている。
- 若い世代の中には、「B級グルメ」や「B級ご当地グルメ」も郷土料理として認識している者もいる。また回転寿司を伝統料理に含めるとすれば、こうした新たなジャンルや入手方法の登場が現状値に反映されている可能性はありえる。
- 若い世代でも郷土料理をつくることへの関心は高く、また郷土料理に対して好意的なイメージを持っていることが本文献で明らかにされている。その意味で郷土料理や伝統料理の喫食への関心は高いといえるが、他方で、特に郷土料理のつくることができる割合は17%にとどまっており、家庭での喫食頻度を増やすためには調理スキルの獲得機会を提供する必要がある。家庭での喫食にこだわらない場合は、外食や中食等での入手機会の拡大が必要になると考えられる。

22. 郷土料理や伝統料理を月1回以上食べている国民の割合

文献タイトル	「阿蘇地域における行事食・郷土料理の年齢別喫食状況の把握」『日本調理科学会誌』第47巻第5号
著者名	中嶋 名菜、北野 直子、福山 豊、中嶋 康博、松添 直隆
発行年	2014年
章節	1. 緒言 2. 調査方法 3. 結果および考察 4. 要約

1. 文献の概要

- 行事食や郷土料理を家庭で作る機会が減り、親から子への食文化の継承が困難な状況にある。
- 阿蘇地域では、農耕祭事が現在でも継続されており、阿蘇の人々の暮らしは農耕祭りと密接にかかわっており、農耕祭事に関わる郷土料理が多い。郷土料理が祭事とともに伝承されていると考えられることから、阿蘇地域の住民を対象に行事食ならびに郷土料理の喫食状況等が調査・分析されている。
- 調査対象：阿蘇7市町村在住の女性870名（調査票の有効回答数は430名）。
- 調査内容：家庭における代表的年中行事および郷土料理の認知の有無、経験の有無、喫食状況
- 郷土料理：高菜飯、だご汁、高菜漬、赤ど漬、いなりずし、とうきび飯、ひこずり、でんがく、すば豆腐、のっぺ（汁）、栗飯
- 調査結果・考察
 - 郷土料理の経験：高菜飯、だご汁、高菜漬、いなりずし、のっぺ（汁）、栗飯はすべての年齢で90%以上が食べた経験あり。
 - 喫食頻度：とうきび飯、すば豆腐は年齢による喫食状況に相違はなく、すべての年齢で「食べなくなった」と回答する者が40%以上であり、家庭レベルでの伝承が困難な状況の郷土料理といえる。
 - 赤ど漬、でんがくは40歳以下で「食べなくなった」と回答する者が高く、伝承の衰退が危惧される郷土料理である。

22. 郷土料理や伝統料理を月1回以上食べている国民の割合

- 高菜飯、だご汁、高菜漬、いなりずし、ひこずり、のっぺ（汁）、粟飯は40歳以下でも「時々食べる」の回答割合が6～8割であり、日常的に喫食している郷土料理であると推察される。**高菜は現在でも入手・調理が容易な農作物**であることから高菜飯や高菜漬が他の郷土料理に比べて40歳以下でも喫食頻度が多く、比較的日常的に喫食している郷土料理であると示唆される。
- すば豆腐で使用する「わらすば」が**現代では手に入りにくい**こともすば豆腐が衰退する要因と考えられる。

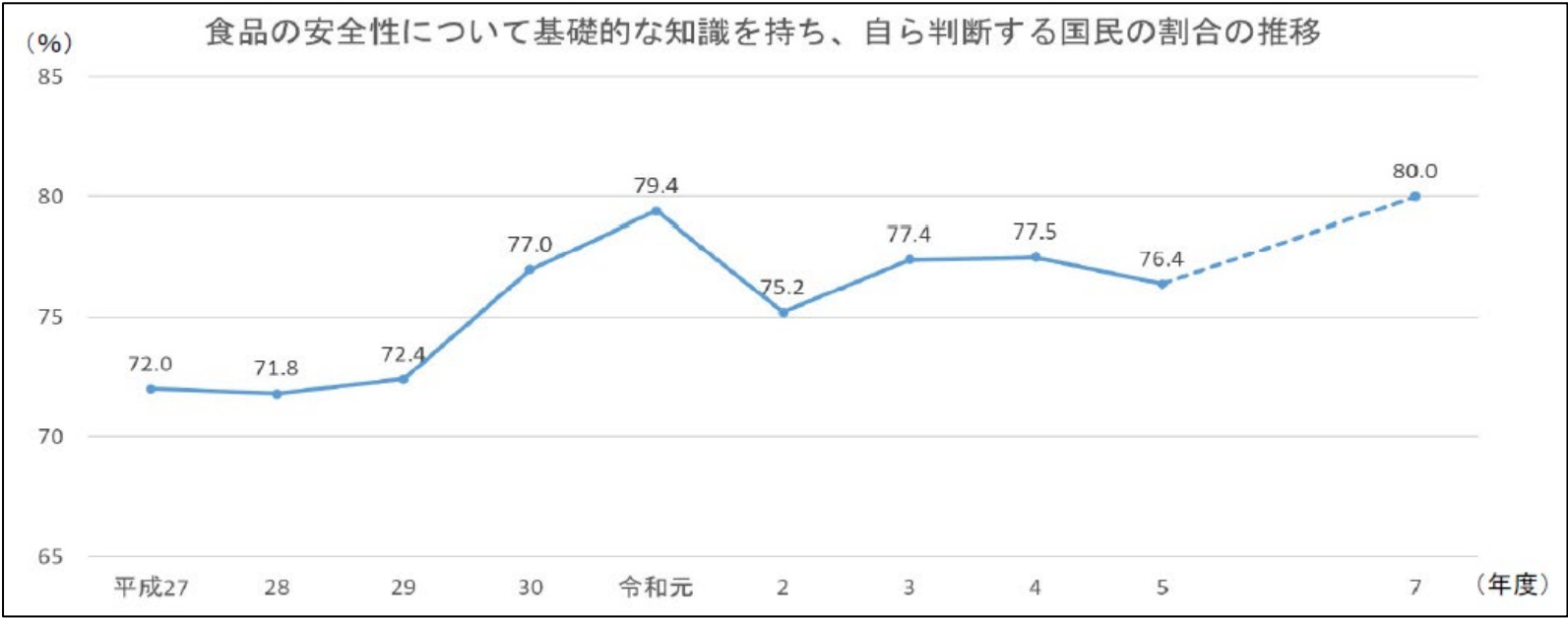
2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 阿蘇という限られた地域を対象にした研究ではあるが、郷土料理によっても伝承や喫食がされているものとそうでないものがあることが明らかにされている。材料の入手の容易さが喫食頻度に影響していることが示唆されており、郷土料理や伝統料理で使う材料の入手のしやすさを確保することが目標値の達成につながると考えられる。

23.食品の安全性について基礎的な 知識を持ち、自ら判断する国民の割合

23. 食品の安全性について基礎的な知識を持ち、自ら判断する国民の割合

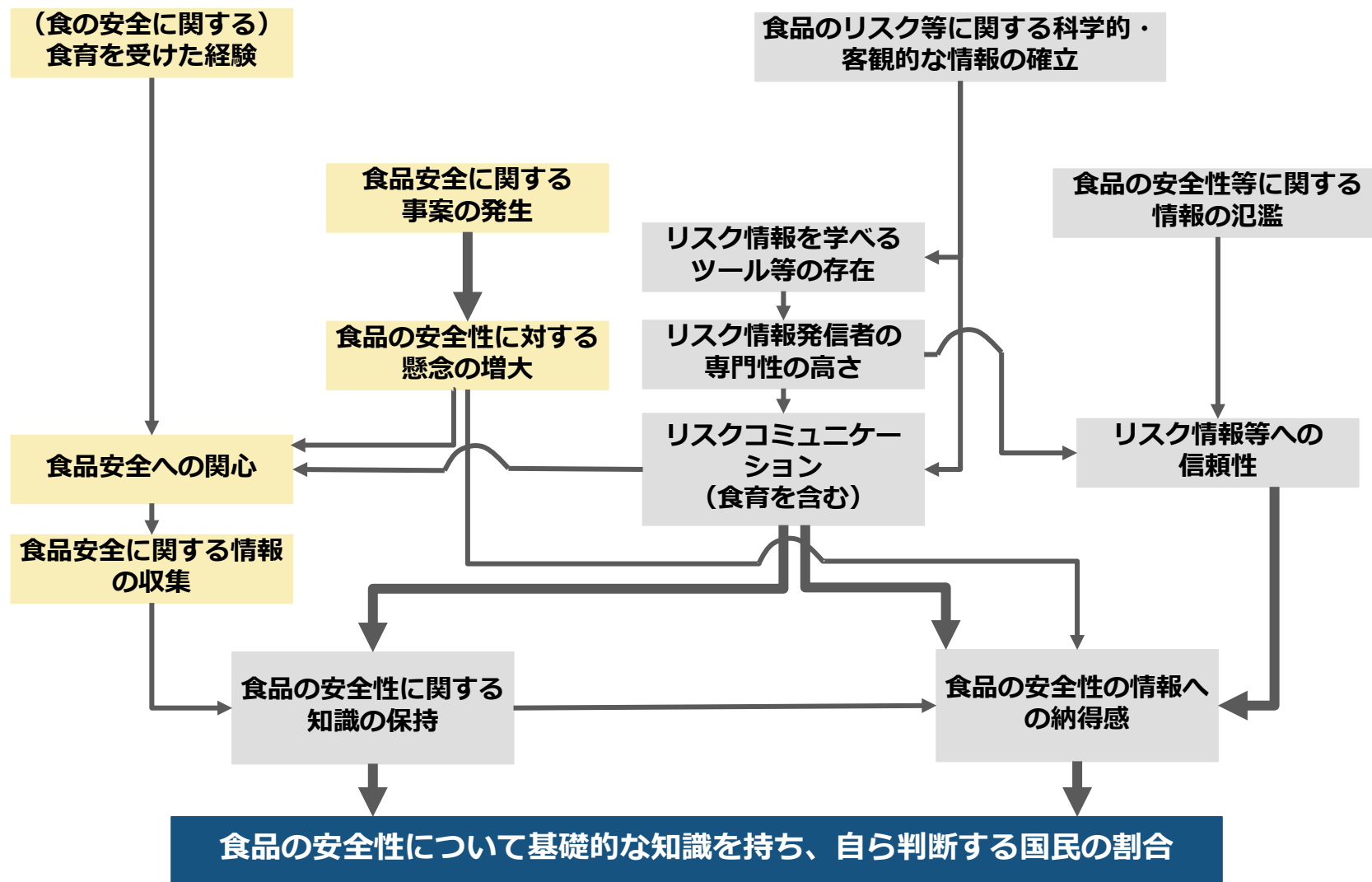
具体的な目標値	第4次基本計画 作成時の値	現状値				目標値	達成状況
	R2（2020）年度	R3（2021）年度	R4（2022）年度	R5（2023）年度	R7（2025）年度		
食品の安全性について基礎的な知識を持ち、自ら判断する国民の割合	75.2%	77.4%	77.5%	76.4%	80%以上	△	



（出所）農林水産省（平成27（2015）年度までは内閣府）「食育に関する意識調査」（グラフは、農林水産省「第4次食育推進基本計画フォローアップ 中間取りまとめ別添2 目標達成に課題の残る数値目標の分析・評価」48頁より転載）

23. 食品の安全性について基礎的な知識を持ち、自ら判断する国民の割合

変数相関図



23. 食品の安全性について基礎的な知識を持ち、自ら判断する国民の割合

影響の時間軸に基づくアウトカムの分類

短期的にアウトカムに影響すると考えられる変数	■ 食品安全に関する情報の収集 ■ 食品の安全性に関する知識の保持 ■ 食品安全に関する事案の発生	■ 食品の安全性に対する懸念の増大 ■ リスクコミュニケーション（食育を含む）
中長期的にアウトカムに影響すると考えられる変数 （または前提条件となる変数）	■ （食の安全に関する）食育を受けた経験 ■ 食品安全への関心 ■ リスク情報を学べるツール等の存在 ■ リスク情報発信者の専門性の高さ	■ 食品のリスク等に関する科学的・客観的な情報の確立 ■ 食品の安全性等に関する情報の氾濫 ■ リスク情報等への信頼性 ■ 食品の安全性の情報への納得感

第4次基本計画の現状値に関する本事業の調査から得られる示唆

- 農林水産省の「食育に関する意識調査」において、「食品の安全性に関する知識」の有無を問う質問では、2019年以降約7割以上が「あると思う」と回答している。
- 食品安全委員会の「[食品安全モニターからの報告](#)」において、経年的に7つのリスク分野（自然災害、環境問題、戦争・テロ、犯罪、重症感染症、交通事故、食品安全）について不安の程度が調査されている。食品安全については「とても不安に感じる」と「ある程度不安を感じる」の合計の割合は令和2年度と比べて増加している（令和2年度：47.1%⇒令和5年度：60.7%）。この結果に関しては、近年の食品の安全性に関する事案の発生等により、増加していることも考えられる。
- 食品の安全性について、上記のように不安が増すことにより、食品の安全性に関する知識の取得や日々の食事等で食品の安全性について考えることの増加につながることが予測されるが、本目標の現状値は、横ばい傾向である。このため、これらの要因以外の影響が大きいことが考えられる。
- 本調査においては、他の要因について具体的な特定に至らなかったが、学術論文等からは、リスク情報等への信頼性や、食品の安全性に関する情報の氾濫等が影響していることが考えられる。

23. 食品の安全性について基礎的な知識を持ち、自ら判断する国民の割合

文献タイトル	「調理師専門学校における食のリスク教育によるリスク認知の変化」『リスク学研究』第30巻第1号
著者名	大瀧 直子、山崎 毅
発行年	2020年
章節	1. 緒言 2. 方法 3. 結果 4. 考察

1. 文献の概要

- 本研究では、どのような科学的解説が食品危害要因への理解の深化に有効であったかを考察するとともに、リスク情報発信者の姿勢（特に消費者の情緒的側面への配慮）が重要かについて検討が行われている。
- 研究の結果
 - 実際のリスクに比べて過少に認知される食品リスクである微生物汚染は、危険性の説明によりリスク認知の改善が比較的容易。
 - 食品添加物、残留農薬、GM作物では過大なリスク認知が起きやすい。これらは、従来あった自然脅威に基づくリスク（微生物汚染や害虫被害等）を改善するための新規技術であり、ベネフィットが大きい、極めて小さい、あるいはゼロに等しいリスクが人への被害を過大に想像させている。リスク対象となる新規技術が古典的リスクを効果的に軽減していることや当該技術に付随するリスクが極めて小さいこと、管理されていることを説明すると、効果的なリスク認知改善が見られた。
 - 放射性物質については、科学的な説明にとどめ、ベネフィットを説明しなかったところ、アンケート回答理由からは、科学的には理解しても、ベネフィットが無ければリスクはできるだけ避けたいという動向が窺われた。ベネフィットがないものは、絶対的な安全性保証がない限り、そのリスクは受け入れがたいと考えられる。
 - 科学的根拠を理解しても「できるだけ使いたくない」という考える者が一定数存在したことから、日常行動の判断においては「感覚」「感情」「価値観」などを優先する傾向が窺われる。
- 先行研究に比較すると、「リスク情報発信者への不信感」が無視できる状況で行われたリスクコミュニケーションでは、認知バイアスの改善が総じて良好な結果となった。

23. 食品の安全性について基礎的な知識を持ち、自ら判断する国民の割合

- 科学的知識の不足や偏向に起因するリスク認知バイアスをリスクコミュニケーションで改善する努力は第一義的に重要であり、①安全性評価、②リスクの定量化とその比較、③リスクとベネフィットなどの多角的な情報提供が有効であると考えられる。
- 一方で、実際の行動においては感覚的な判断を優先する可能性があり、一般消費者には科学的には改善できない漠然とした不安が存在し、それが判断基準になりうることから、その解消には、**リスクコミュニケーターやリスク評価者、リスク管理者への信頼を確保し、誠実に情報発信する姿勢や消費者の不安に共感する態度**が必要である。こうした感覚的、情緒的側面への配慮が今後の食品のリスクコミュニケーションにおける大きな課題である。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 一般消費者のリスク認知バイアスの改善には、科学的知識の不足や偏向に対して正しい知識・情報の提供が重要であることが示されている。情報提供の内容としては、安全評価、リスクの定量化とその比較、リスクとベネフィットが挙げられている。
- それに加えて、一般消費者のリスク認知バイアスの改善には、リスク情報発信者への信頼確保など、感覚的・情緒的側面への配慮に取り組むべきことの重要性が示されている。

23. 食品の安全性について基礎的な知識を持ち、自ら判断する国民の割合

文献タイトル	「食の安全教育を目的としたカードゲーム教材「食のカルテット」の利用可能性の検討」『栄養学雑誌』第70巻第2号
著者名	堀川 翔、赤松 利恵、堀口 逸子、丸井 英二
発行年	2012年
章節	1. 緒言 2. 方法 3. 結果 4. 考察 5. 結論

1. 文献の概要

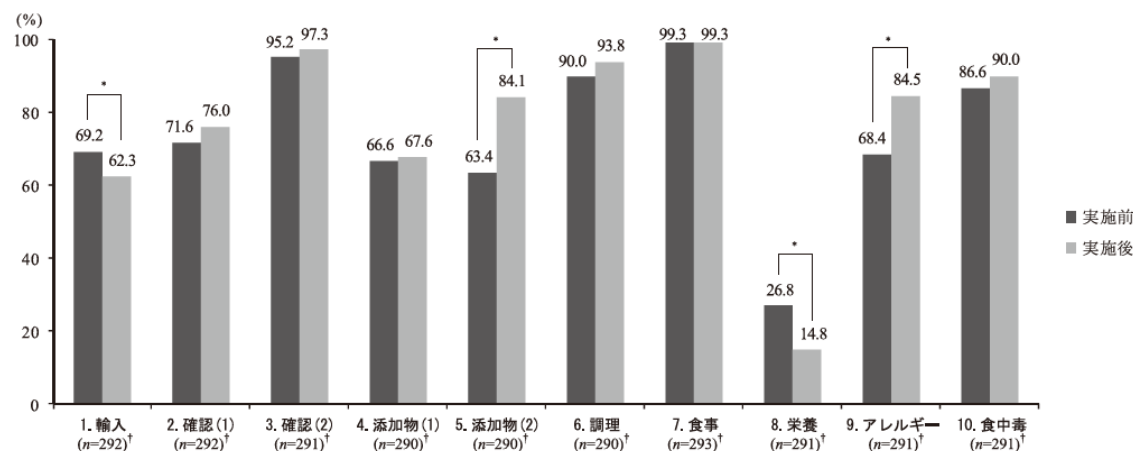
- 小学校高学年向けの食の安全教育に用いるカードゲーム教材として「食のカルテット」（「カルテット」はドイツで主に利用される知育玩具）を開発し、本研究では実際に小学校5・6年生の児童にゲームをしてもらい、その利用可能性を検証。
- 食の安全の内容を中心に食に関する全般的な知識を得ることが目的。カードの内容としては、食品の流通や自給率についての「輸入」、鮮度の見分け方や表示の見方についての「確認」「添加物」、調理中のけが・事故の防止についての「調理」、健康との関連として「アレルギー」「食中毒」、食事のマナーについての「食事」、エネルギーと三大栄養素についての「栄養」。
- 児童及び教職員へのアンケートの結果、「食のカルテット」の内容についてはゲーム実施前より実施後で正答率が上がった問題と下がった問題がみられたが、合計得点はゲーム実施後で有意に高かった。また、ゲームの評価や自由記述の内容より、**児童はゲームを楽しみながら学習できる**と感じていたことがわかった（食品の安全性に関連する「確認」「添加物」「アレルギー」「食中毒」も正答率が改善）。
- 海外における食の安全教育に関する研究では、**食の安全を教える教員数が少ないことや、教員の経験や知識の不足**が教育を行う障害になっていることが報告されているが、「食のカルテット」であれば1クラスに最低1人の指導者がいれば、ゲームのルールの説明をするだけで実施できるため、指導者が特別な講義などを行う必要がほとんどない。

23. 食品の安全性について基礎的な知識を持ち、自ら判断する国民の割合

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- （本文献から見た）先行研究で、食の安全を教える教員数が少ないことや教員の経験や知識の不足が食の安全教育における障害となっていることが示されており、教員を含め食の安全性について十分な経験や知識を持ち情報提供ができる人材が十分に確保することが必要であるといえる。
- 他方で、それだけの人材を十分に確保することが容易ではないとすると、本文献での「食のカルテット」のように専門的知識がなくても食の安全の情報提供が可能になるツールが存在すると、さらに食品の安全性に関する基礎知識を有する国民が増える可能性があるといえる。

知識の各問題の正答率の変化



（出所）堀川他「食の安全教育を目的としたカードゲーム教材「食のカルテット」の利用可能性の検討」51頁から転載。

23. 食品の安全性について基礎的な知識を持ち、自ら判断する国民の割合

文献タイトル	「保育士の食の安全に関わる問題認識」『京都文教短期大学研究紀要』第51巻
著者名	田中 恵子、森 美奈子、中島 千恵、平岡 孝子、坂本 裕子
発行年	2013年
章節	1. はじめに 2. 方法 3. 結果 4. 考察 5. まとめ

1. 文献の概要

- 食の安全と安心との間には深い溝が存在するが、社会としてはできるだけ両者を達成することを求める方向で進めるべきとされており、市民が**リスクマインド（安全を科学的に考える心）**を習得する教育の重要性が指摘されている。
- 保育士には食の安全について正しい知識と理解を身に付けて、保健所における子供の食のリスクを低減するとともに、食育活動として子供やその保護者への食のリスクコミュニケーションを担う役割がある。
- 保育士へのアンケートを実施したところ、「社会的対応リスク」の問題（BSE、汚染物質、農薬、器具・容器包装からの溶出する化学物質、遺伝子組み換え食品、食品添加物、輸入食品）では不安を感じる割合が極めて高く、個人的対応リスク（有害微生物、食物アレルギー、食品の形状や温度、健康食品）では一部を除き不安は感じる割合は相対的に低かった。
- 食物アレルギーについては92.4%の保育士が食物アレルギー児の保育経験があったが、63.2%が食物アレルギーと表示に関する情報を得る機会が十分ないと回答している。食品アレルギー表示についても、表示が義務付けられている食品が正しく理解されているものからそうでないものまでであることが明らかにされた。
- 食のリスクへの不安の持ち方は、対象者の属性や職業、食の安全性に関わる教育履歴によって異なる。食生活におけるリスクを減らすためには、そのリスクの大きさを科学的に捉え、個人レベルで実質的なリスク管理をすることが肝要である。
- 先行研究では、一般市民の食品の安全に関する知識や判断基準には、**幼少期の教育**が強く影響するという調査結果があることから、家庭や学校での教育は重要といえるため、保育士には食の安全を科学的に判断する力が一般の市民以上に求められている。

23. 食品の安全性について基礎的な知識を持ち、自ら判断する国民の割合

- 本調査からは保育士の食物アレルギーに関する知識が十分でないことが示された。現職の保育士に対する研修や保育士養成課程における教育内容の充実化の必要性が高いといえる

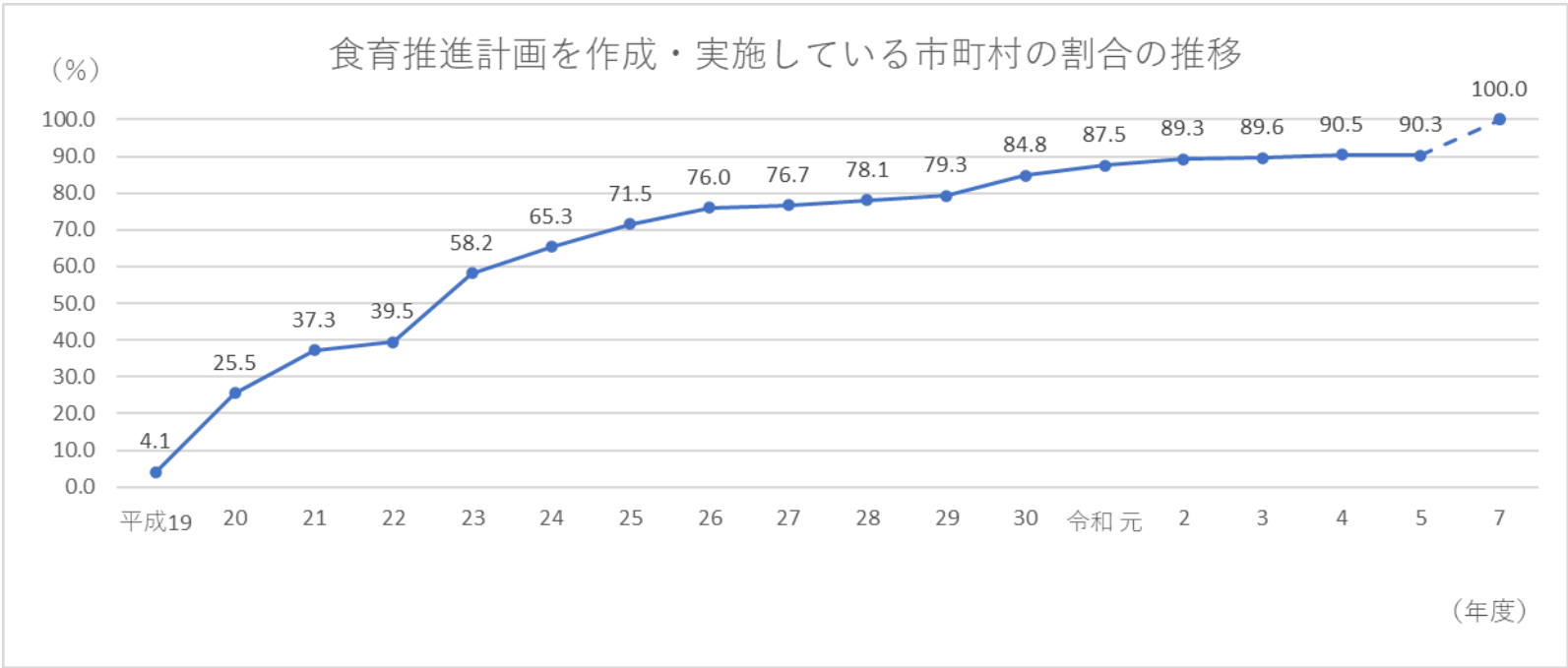
2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 食品の安全を科学的に理解するには市民がリスクマインドを持つことの重要性であること、また、食品の安全に関する知識や判断基準には幼少期の教育が強く影響されることから、そうした教育に関わる保育士が食品の安全を科学的に判断する力を持つことの重要性が示されている。
- 一方で、その役割を担うべき保育士が十分な科学的知識を有しているとは限らず、教育に携わる者への研修や教育の充実化が必要であることを本文献は指摘している。

24. 推進計画を作成・実施している 市町村の割合

24. 推進計画を作成・実施している市町村の割合

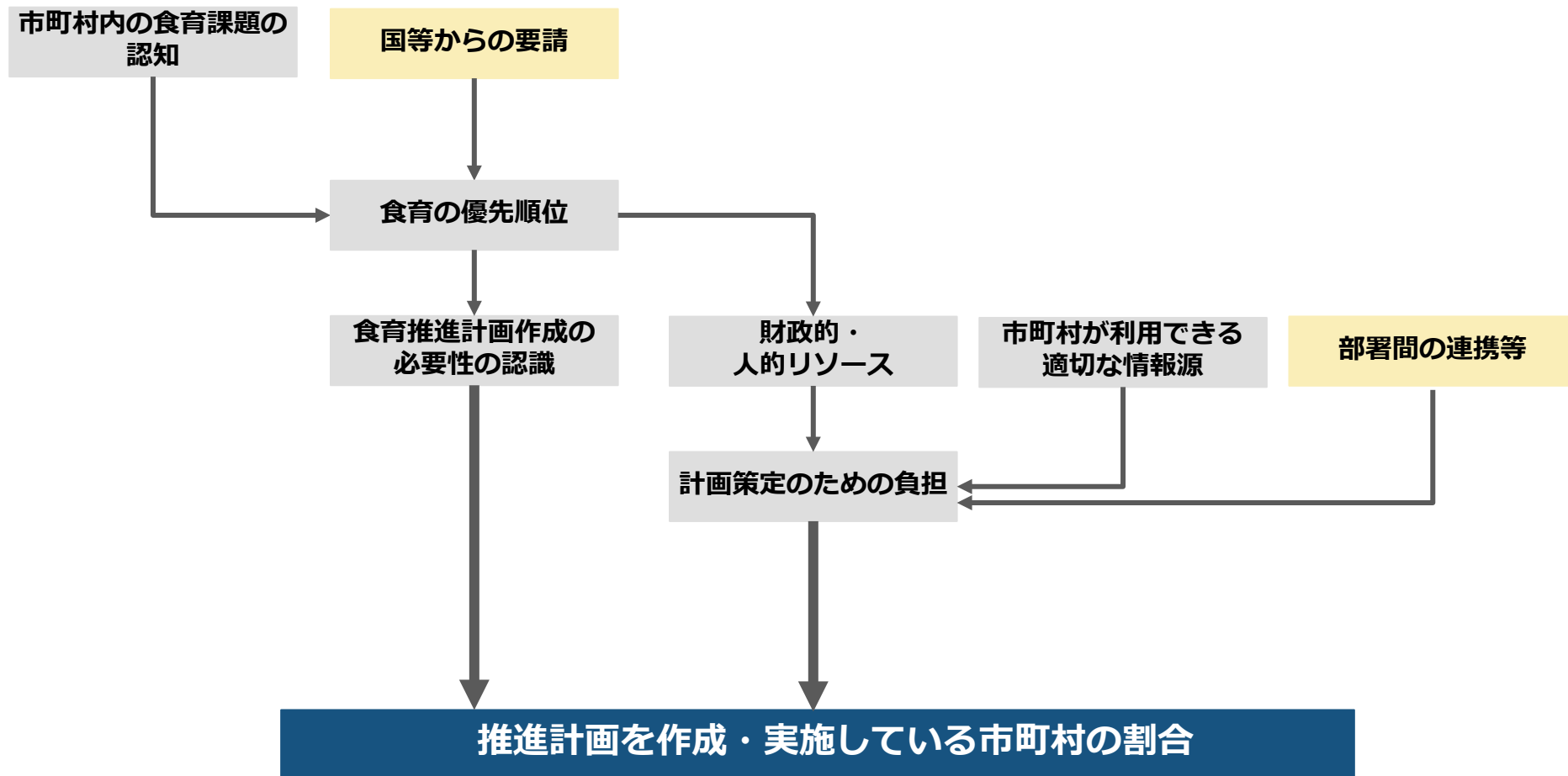
具体的な目標値	第4次基本計画 作成時の値	現状値				目標値	達成状況
	R1（2019）年度	R3（2021）年度	R4（2022）年度	R5（2023）年度	R7（2025）年度		
推進計画を作成・実施している市町村の割合	87.5%	89.6%	90.5%	90.3%	100%		△



（出所）農林水産省消費・安全局消費者行政・食育課調べ（グラフは、農林水産省「資料3：第4次食育推進基本計画の各目標の進捗状況（令和6年度第2回 食育推進評価専門委員会 資料）」を基にMURC作成

24. 推進計画を作成・実施している市町村の割合

変数相関図



■ 文献に加えて「食育推進計画調査報告書」の調査結果で示されている理由・要因についても で示している。

24. 推進計画を作成・実施している市町村の割合

影響の時間軸に基づくアウトカムの分類

短期的にアウトカムに影響すると考えられる変数	■ 市町村内の食育課題の認知 ■ 国等からの要請 ■ 市町村が利用できる適切な情報源	■ 食育推進計画作成の必要を認識している
中長期的にアウトカムに影響すると考えられる変数 (または前提条件となる変数)	■ 食育の優先順位 ■ 食育推進計画作成の必要性の認識 ■ 財政的・人的リソース	■ 計画策定のための負担 ■ 市町村が利用できる適切な情報源 ■ 部署間の連携等

第4次基本計画の現状値に関する本事業の調査から得られる示唆

- 本目標値については関連する既存文献がほとんどなく、市町村が食育推進計画を作成しない理由・要因は、2017年（平成29年）の「食育推進計画調査報告書」で挙げられているもの以上の分析は困難である。また、数少ない既存文献も同報告書で示されている理由・要因を前提としていることから、同報告書の調査結果以上のものは得られなかった。
- 同報告書の調査結果では食育推進計画未作成の市町村における食育推進計画を作成していない背景としては、「食育に取り組んでおらず食育推進計画の作成は必要ないと考えている」（3.5%）、「食育に取り組んでいるが、食育推進計画の作成は必要ないと考えている」（20.9%）、「食育推進計画の作成については理解しているが、作成に着手できない状況である」（48.1%）、「現在、食育推進計画作成中である」（16.8%）であった（その他、不明を除く）。
- 「食育推進計画作成の必要はないと考える理由」として、「健康増進計画等、すでに類似の計画が作成されているから」（54.2%）、「他の施策と比べると優先順位が低いから」（29.2%）、「既に食育の知見を有する者が自発的に食育活動に取り組んでいるから」（19.4%）、「都道府県等のサポートを受けて食育推進の取組が支障なく実施できているから」（4.2%）という理由・要因が示されている。
- ほかに、食育に関係する部署は複数にまたがるため、基本計画の作成には部署間の連携が必要であるが、連携体制の構築に問題を抱えている等の要因も想定される。
- 市町村食育推進計画の作成に向けてはこれらの課題が想定されるが、第4次基本計画期間中に現状値は上昇傾向にあり、作成に向けた課題を克服できている市町村が増えていることが考えられる。

24. 推進計画を作成・実施している市町村の割合

文献タイトル	「都道府県食育推進計画の特徴：具体的目標の分析から」『日本公衆衛生雑誌』第66巻第12号
著者名	黒谷 佳代、金田 恭江、大淵 智美、瀧本 秀美
発行年	2019年
章節	I. 緒言 II. 研究方法 III. 研究結果 IV. 考察 V. 結語

1. 文献の概要

- 全都道府県が食育推進計画を作成しているのに対して、市町村ではその作成割合が100%に達していない。
- 「食育推進計画調査報告書」では、未作成市町村のうち、食育推進計画の作成の必要性は理解しているが、その作成に着手できていない市町村からは、情報提供がされることや計画作成に際して専門的なアドバイスを具体的に適宜受けられること、計画の作成方法に関する研修会や講習会等が開催されることが求められていることが明らかにされている。市町村において食育推進計画の作成が促進されるためには、**適切な情報提供**が求められる。
- 市町村が食育推進計画を作成する際、国の食育推進基本計画や都道府県の食育推進計画を参照すると予想されるところ、国と同じ具体的目標や目標値を定める都道府県の食育推進計画の項目はわずかであり、学校給食にける地場産物の使用割合など国とは異なる目標値を設定する都道府県が多くなっている。しかし、目標項目を設定した根拠を示した都道府県食育推進計画は64.1%あったが、**目標値の設定根拠を示したものは24.5%**にとどまっていた。市町村の食育推進計画の作成を促進するためには、国や都道府県が目標項目だけでなく目標値の設定根拠を明確に示すことで、特に食育推進計画が作成されていない市町村の地域の実情に応じた目標値設定が可能になると考えられる。
- **目標項目、目標値の設定根拠、出典、担当部局などの具体的な情報を都道府県食育推進計画に記載**することで、市町村における計画作成に役立つことが期待される。

24. 推進計画を作成・実施している市町村の割合

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 「食育推進計画調査報告書」の調査結果をもとに、市町村において食育推進計画の作成が促進されるためには、**適切な情報提供**が必要なが本文献では示されている。また、適切な情報提供のあり方として、都道府県食育推進計画において目標項目や目標値の設定根拠、出典、担当部局といった具体的な情報の記載が提案されている。

24. 推進計画を作成・実施している市町村の割合

文献タイトル	「食育推進計画と地域性」『日本地理学会発表要旨集』2022
著者名	岡田 ひかり
発行年	2022年
章節	1. 始めに 2. 分析の方法 3. 結果と考察 4. 終わりに

1. 文献の概要

- 本研究の目的は、農林水産省による食育推進計画の分類と一次産業生産額や完全給食の実施率などで示される地域の食の実情を比較することで、食育推進上の課題を明らかにすること。
- 食育基本法の問題意識は非常に広範であり、すべての地域で食育基本法が扱う問題意識が当てはまるとは限らない。地域の産業基盤や医療基盤、学校などの実情に応じて地域の食問題は異なることから、それらに基づいた地域ごとの食育推進が望まれる。
- 計画の分類と地域の食問題の実情を示す指標にはずれがあり、一次産業生産額が高いところでも「農林水産関連の計画と一体的に作成」されているところはなかった。
- 市町村食育推進基本計画では、財政力指数が高い地域では「農林水産関連の計画と一体的に作成」されているところが多く、反対に**財政的指数が小さい**地域で「計画未作成」が多かった。
- 食育は政策であるがゆえ、問題解決手段でなければならず、地域の実情に応じた食育推進計画の作成が望まれる。
- また、都道府県と市町村の間で重視する食問題が異なる場合があり、両者の効果的な関係を検討する必要がある。

2. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価に対する示唆

- 市町村では財政的指数が小さい地域で食育推進計画が未作成の地域が多いことが明らかにされている。

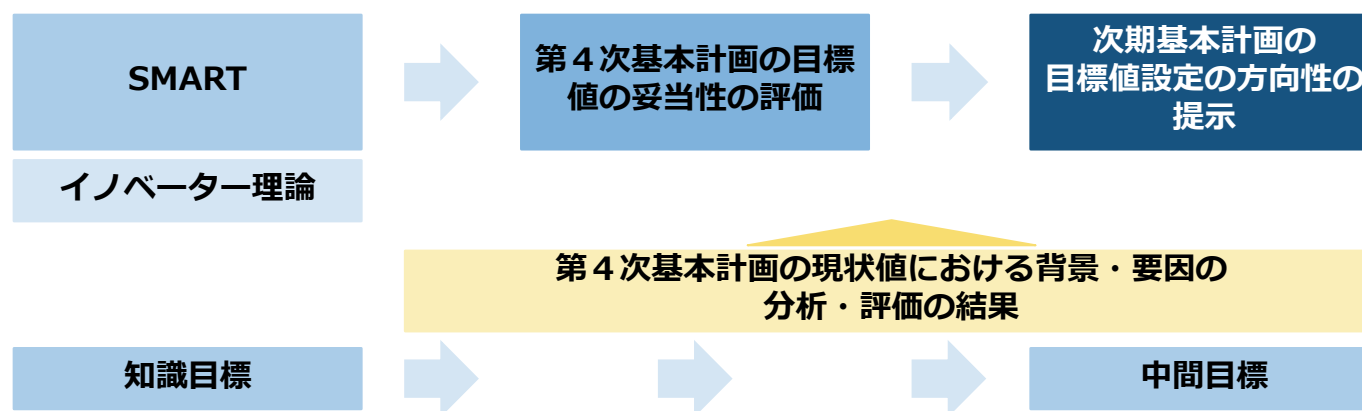
Ⅲ. 次期基本計画の作成に向けてより 効果的な目標等の設定や検討に当 たって考慮すべき事項の整理

次期基本計画の作成に向けてより効果的な目標等の設定や検討に当たって考慮すべき事項の整理

調査の実施方針・方法

- 食育の推進の状況について、より適切な評価を行うため、第4次基本計画の各目標の考え方や監督職員が別途指定する観点を念頭に、次期基本計画の目標設定の検討に当たって考慮する事項等について整理を行った。
- 目標値の設定自体が実現性が難しいとその達成が困難になることから、適切な考え方に基づいて目標値を設定することが重要である。目標値を適切に設定するための目標設定方法として「SMART」と呼ばれるフレームワークを用いて、SMARTの観点から第4次基本計画の目標値の妥当性を評価し、その上で次期基本計画の目標設定の方向性について検討を行った。
- SMARTの特に「達成可能性（Achievable）」の観点で第4次基本計画の目標値の妥当性を評価するため、「イノベーター理論」を参考にした。
- 第4次基本計画の目標値の妥当性評価及び次期基本計画の目標値設定の方向性の検討では「第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価」の結果も考慮に入れた。
- 加えて、食育で推奨される行動をより確実に人々に実践してもらうためには、それに必要な知識や事実を事前に知っておかなければならない場合がある。次期基本計画では目標とは別に推奨行動に必要な知識や事実の普及に関する中間目標の設定についても提案している。
- 次頁以降で各概念の説明と第4次基本計画の目標値の評価及び次期基本計画の目標値設定の方向性検討の結果を示している。

次期基本計画の作成に向けてより効果的な目標等の設定や検討に当たって考慮すべき事項の整理の進め方イメージ



次期基本計画の作成に向けてより効果的な目標等の設定や検討に当たって考慮すべき事項の整理

目標設定に関する鍵概念：SMART

目標設定のフレームワーク：SMART

- 適切な目標設定において有用なフレームワークとして「**SMART**」がある。SMARTとは目標設定において不可欠な以下の5つの要素の頭文字をとったものである。
- 目標値の設定自体が実現性が難しいとその目標の達成は非常に困難になる。SMARTのフレームワークを用いて妥当な目標値を検討することが重要である。

項目	内容
① 具体性 (Specific)	人によって解釈が異なり、事後検証ができなくなるような目標としないこと。
② 測定可能性 (Measurable)	効果検証やモニタリングの観点から、可能な限り測定可能な指標を設定すること。
③ 達成可能性 (Achievable)	安易では無く、達成可能な目標とすること。
④ 関連性 (Relevant)	政策の主旨に合致し、その達成状況を示す目標であること。
⑤ 期間 (Time-limited)	目標達成までの期限が設定されていること。

次期基本計画の作成に向けてより効果的な目標等の設定や検討に当たって考慮すべき事項の整理

目標設定に関する鍵概念：イノベーター理論

実現性のある目標値の設定において参考になる概念：イノベーター理論

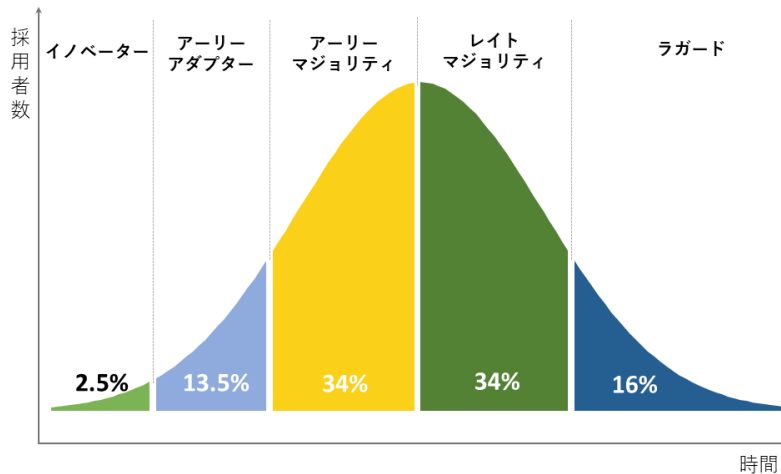
- 食育の最終的な目標は、健全な食生活を実践することができる人間を育てることであり、理想的にはすべての国民が健全な食生活を実践している社会の状態が実現されることが望ましい。
- 一方でこの状態を達成できるかどうかは政策手段以外の外部要件にも大きく左右されるものであり、政策的な働きかけによって全国民の態度変容・行動変容を実現することはほぼ不可能である。
- どの程度の割合の国民まで態度変容・行動変容を政策的な働きかけによって実現できるかについて明確な基準があるわけではないが、新しい製品やサービスの市場への普及率を表すマーケティング理論として「**イノベーター理論**」がある。この理論は米国の社会学者であるEverett M. Rogersが著書『Diffusion of Innovations』にて提唱した理論である。「イノベーション普及学」や「イノベーションの普及」などとタイトルが邦訳されていることが示すとおり、これは社会におけるイノベーションの普及を説明するための理論であり、食育を健全な食生活を国民の間で普及させる取組と捉えるならば、第4次食育推進基本計画で設定されている目標値について今後どこまでそれを伸ばすことが可能かを考えるうえで、この理論を参考になりうる。
- 例えば、容易に新しいものを受容しないラガードと呼ばれる層が市場全体には16%存在するとされるが、彼らには容易に変化しないことからマーケティングでは働きかけの対象にならないこともある。第4次食育推進基本計画の目標値の中には、8割前後がすでに推奨される態度や行動を受容していたり、目標値④のようにやめてほしい行動をとる者が1割未満だったりするものがあり、さらなる現状値の改善が容易でないと考えられるものもある。次期食育推進基本計画の目標値設定においてこうした目標値の扱いを再検討することも一案であると考えられる。
- または、理想的な状態の達成状況を測定するためにそれらの目標値は引き続き設定しつつも、それに向けた行動目標を新たに中間目標（例えば、前述の知識目標達成のための行動など）として設定することも考えられる。

次期基本計画の作成に向けてより効果的な目標等の設定や検討に当たって考慮すべき事項の整理

目標設定に関する鍵概念：イノベーター理論

イノベーター理論

イノベーター理論の5つのタイプ



(出所) 東大IPC「イノベーター理論をわかりやすく解説!【事例あり】」(<https://www.utokyo-ipc.co.jp/column/innovation-theory/>)等を参照。左の図は上記サイトから転載。

分類	内容
イノベーター (革新者) 市場全体の2.5%	■ 最も早く製品を採用する層。情報感覚が高く、新しい製品を積極的に採用する傾向。 ■ 訴求ポイント：革新的、最先端、新技術
アーリーアダプター (初期採用者) 市場全体の13.5%	■ 世間や業界のトレンドに敏感。常日頃からアンテナを張り情報収集をし、判断を行う。 ■ 訴求ポイント：新しさ、具体的なメリット、流行する可能性、従来のものと比較して優れている点
アーリーマジョリティ (前期追随者) 市場全体の34%	■ 平均よりは高い情報感覚は持つが、前2者に比較して慎重な姿勢を取る層。流行に後れたくないという気持ちを持つ。 ■ 訴求ポイント：すでに流行が始まっていること、製品を採用するメリット、流行に乗り遅れることへの恐怖感
レイトマジョリティ (後期追随者) 市場全体の34%	■ 新しいものの採用に対して懐疑的であったり消極的な層。 ■ 新しい製品を採用している人が半数を超えていると確信したときに採用を検討する傾向。 ■ 訴求ポイント：多くの人がすでに採用している、採用していない人のほうが少数派になっていること、採用してもデメリット・失敗がないこと
ラガード (遅滞者) 市場全体の16%	■ 最も保守的で新しいものに対して全く興味・関心を持っていない層 ■ 新製品が単純に普及しているだけでなく、伝統的・文化的レベルまで一般化して初めて採用を検討する。マーケティングの対象にならないことがほとんど。 ■ 訴求ポイント：すでにその製品が定番化していること、他の新製品と比べて安心度が高いこと、長い歴史を持っていること

次期基本計画の作成に向けてより効果的な目標等の設定や検討に当たって考慮すべき事項の整理

鍵概念の適用

- 前頁までに示した鍵概念を第4次基本計画の目標値の妥当性評価及び次期基本計画の目標値設定の方向性検討に適用したイメージは下記のとおりである。
- 下記の視点に基づいて第4次基本計画で設定されている24の目標値についてその妥当性の評価と次期基本計画の目標値設定の方向性の検討を行った。評価及び検討の結果は後述。

適用における考え方	基本計画への適用イメージ
達成可能性を考慮した目標設定 ■ SMARTでは安易では無く、達成可能な目標とすることが求められる。 ■ 中間取りまとめ時点で達成できていない目標は多いが、中には達成が困難なほど高い目標値が設定されているものもある。イノベーター理論が示すとおり、働きかけをしても容易に新しいものを取り入れない層が1、2割は存在するとすれば、8割以上の達成を目指す目標は達成が難しいことが想定される。そうした目標は目標値を妥当な水準に再設定することが求められる。 ■ すでに達成状況が8割前後の目標は目標値を高くするのではなく、現状の水準を維持することを目標にすることも一案である。	■ 目標値の水準が8割前後かそれ以上で設定されているもの：①食育への関心、②③共食、④⑤朝食欠食、⑦⑧学校給食における地場産物・国産食材使用、⑭生活習慣病予防・改善、⑮産地・生産者の意識、⑯環境に配慮した農林水産物・食品、⑳食品ロス削減、㉓食品の安全性、㉔市町村における推進計画作成 ■ すでに達成状況が8割前後に達しているもの：①食育への関心、④朝食欠食（子供）、⑳食品ロス削減、㉓食品の安全性、㉔市町村における推進計画作成
関連性を考慮した目標設定 ■ SMARTでは政策の主旨に合致し、その達成状況を示す目標であることが求められる。 ■ 政策の主旨には合致しているが、目標自体の是非や目標値設定の根拠が明確でないものもある。 ■ 過去のアンケート結果をそのまま引き延ばして目標値を設定するのではなく、設定される目標値には科学的・学術的な根拠があるものが望ましい。 ■ 妥当性が不明確な目標や目標値は根拠の妥当性を改めて検討し直し、必要に応じて目標や指標のロジックの精緻化や変更を行うことが有益である。	■ 目標値の根拠が明確でないもの：②家族との共食（共食回数の設定根拠）、③地域等で共食（目標達成の指標）、⑰農林漁業体験（目標達成の指標）、㉒郷土料理・伝統料理の喫食（目標㉒の改善が目標㉔の改善につながることが示唆されているが、実際には㉔と㉒は相関しておらず、目標㉒を達成することが食文化の継承にどう寄与するかが不明確）

次期基本計画の作成に向けてより効果的な目標等の設定や検討に当たって考慮すべき事項の整理

第4次基本計画の目標値の妥当性評価及び次期基本計画の目標値設定の方向性の検討

- SMARTなど前頁までに挙げた視点に基づいて第4次基本計画で設定されている24の目標値についてその妥当性の評価と次期目標値の方向性の検討を行った。
- 333頁及び337頁で先述したとおり、検討に際しては、まずSMARTの①具体性、②測定可能性、③達成可能性、④関連性、⑤期間の観点から目標値の妥当性を評価した。③の達成可能性を判断する指標としてイノベーター理論を参考にして8割以上の値が達成目標として設定されている目標値については達成が難しいと基本的に評価しつつ、「第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価」の結果を踏まえて現下の状況では8割未満であっても達成が難しいと考えられる目標値については、③達成可能性を満たしていないと評価した。
- SMARTの指標のうち、①具体性、②測定可能性、⑤期間はすべての目標値で満たされていることから、特に達成可能性、関連性の観点から評価と分析を行った。
- 評価と分析の結果、次期目標設定において目標値の水準に引き下げ等の検討が必要と考えられる目標値として①、②、③、④、⑤、⑦、⑧、⑭、⑰、⑱、⑲、⑳、㉓、㉔を抽出した。他方で、SMARTの考え方に適合している目標値については、次期基本計画でも目標値を据え置きにして問題ないと評価した。
- 以下はその検討結果である。また、「Ⅱ. 第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価」で示したとおり全体的な傾向として食の経済性志向と簡便化志向の高まりが複数の目標値の達成を難しくしており、現下の状況では全体として第4次基本計画から目標値の水準を引き上げて達成が困難な目標が多くあると考えられる。

具体的な目標値	第4次計画 作成時の値 (R2 (2020) 年度)	現状値 (R5 (2023) 年度)	目標値 (R7 (2025) 年度)	達成可能性	関連性	第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価	次期基本計画の目標設定の視点
① 食育に関心を持っている国民の割合	83.2%	78.1%	90%以上	△	○	食の経済性志向や簡便化志向が高まり、健康志向は高まらなかったことが、改善されなかった要因。	目標値90%以上の水準は高く、また現下の状況を踏まえて、達成可能性の観点から目標値を検討することが望ましい。
② 朝食又は夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数	週9.6回	週9.0回	週11回以上	△	△	家族との共食の重要性の認識は高い一方、時間のゆとりがないと感じ、共食の時間を作ることが難しい人が多いと考えられることが改善されなかった要因。	目標値週11回以上の水準は現下の状況を踏まえて高いことや、週11回以上が望まれる根拠が乏しい可能性があることを踏まえて、達成可能性及び関連性の観点から目標値を検討することが望ましい。

次期基本計画の作成に向けてより効果的な目標等の設定や検討に当たって考慮すべき事項の整理

第4次基本計画の目標値の妥当性評価及び次期基本計画の目標値設定の方向性の検討（続き）

具体的な目標値	第4次計画 作成時の値 (R2 (2020) 年度)	現状値 (R5 (2023) 年度)	目標値 (R7 (2025) 年度)	達成可能性	関連性	第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価	次期基本計画の目標設定の視点
③ 地域等で共食したいと思う人が共食する割合	70.7%	62.8%	75%以上	○	△	地域等での共食の場は増え、回復傾向にあるものの、コロナの影響により、大きく減少したことが、計画作成時より、減少している要因。	目標値75%以上の水準は高いが、現下の状況や過去の値を踏まえると、達成可能性はあると判断する一方、地域等での共食が過去1年間1回で十分であるか根拠に乏しいため、関連性の観点から目標値を検討することが望ましい。
④ 朝食を欠食する子供の割合	4.6% (R元年度)	6.1%	0%	△	○	保護者世代の朝食の欠食習慣や子供の睡眠時間の短縮化等が、改善されなかった要因。	目標値0%の水準は高く、現下の状況を踏まえると、達成可能性の観点から目標値を検討することが望ましい。
⑤ 朝食を欠食する若い世代の割合	21.5%	28.3%	15%以下	△	○	就寝時間や起床時間が若い世代では遅い傾向にあること等が悪化した要因。	目標値15%以下の水準は高く、現下の状況を踏まえると、達成可能性の観点から目標値を検討することが望ましい。
⑥ 栄養教諭による地場産物に係る食に関する指導の平均取組回数	月9.1回 (R元年度)	月12.4回	月12回以上	○	○	小学校において栄養教諭の継続年数が増えていること等が目標を達成している要因。	目標を達成しているため、次期基本計画では、目標または目標値を検討することが望ましい。
⑦ 学校給食における地場産物を使用する割合(金額ベース)を現状値(令和元年度)から維持・向上した都道府県の割合	—	66.0%	90%以上	△	○	円安や海上運賃の値上がり等の影響により、輸入食材の価格が上昇し、国産食材との価格差が縮小したこと等が全国平均値が上昇した要因。	目標値90%以上の水準は高く、現下の状況を踏まえても、次期基本計画では達成可能性の観点から、目標値を検討することが望ましい。
⑧ 学校給食における国産食材を使用する割合(金額ベース)を現状値(令和元年度)から維持・向上した都道府県の割合	—	66.0%	90%以上	△	○		

次期基本計画の作成に向けてより効果的な目標等の設定や検討に当たって考慮すべき事項の整理

第4次基本計画の目標値の妥当性評価及び次期基本計画の目標値設定の方向性の検討（続き）

具体的な目標値	第4次計画作成時の値 (R2 (2020) 年度)	現状値 (R5 (2023) 年度)	目標値 (R7 (2025) 年度)	達成可能性	関連性	第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価	次期基本計画の目標設定の視点
⑨ 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている国民の割合	36.4%	38.2%	50%以上	○	○	特に若い世代で食事や調理におけるタイパや簡便性重視の傾向等が現状値にとどまる要因。	目標値は据え置きで問題ない。
⑩ 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている若い世代の割合	27.4%	28.3%	40%以上	○	○		目標値は据え置きで問題ない。
⑪ 1日当たりの食塩摂取量の平均値	10.1g (R元年度)	9.8g	8g以下	○	○	減塩商品が普及されてきたが、健康志向は増加しなかったこと等が改善されなかった要因。	目標値は据え置きで問題ない。
⑫ 1日当たりの野菜摂取量の平均値	280.5g (R元年度)	256.0g	350g以上	○	○	経済性志向の増加傾向や主食・主菜・副菜を組み合わせた食事回数に改善が見られないこと等が改善されなかった要因。	目標値は据え置きで問題ない
⑬ 1日当たりの果物摂取量の100g未満の者の割合	61.6% (R元年度)	-	30%以下	—	○	食の経済性志向や果物摂取量の増加の意思の乏しさ等が果物摂取量の平均値が伸びない要因。	当該目標に関しては計画作成時以降、値が公表されていないため、評価は困難。

次期基本計画の作成に向けてより効果的な目標等の設定や検討に当たって考慮すべき事項の整理

第4次基本計画の目標値の妥当性評価及び次期基本計画の目標値設定の方向性の検討（続き）

具体的な目標値	第4次計画作成時の値 (R2 (2020) 年度)	現状値 (R5 (2023) 年度)	目標値 (R7 (2025) 年度)	達成可能性	関連性	第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価	次期基本計画の目標設定の視点
⑭ 生活習慣病の予防や改善のために、ふだんから適正体重の維持や減塩等に気をつけた食生活を実践する国民の割合	64.3%	63.1%	75%以上	△	○	健康志向に大きな変化がないこと等が改善されなかった要因。	目標値75%以上は高く、現下の状況を踏まえると、次期基本計画では、達成可能性の観点から検討することが望ましい。
⑮ ゆっくりよく噛んで食べる国民の割合	47.3%	47.9%	55%以上	○	○	国民の食事時間は、近年、大きな変化はなく、食事時間を確保できないこと等により、よく噛んで食べる習慣の形成が進まなかったこと等が改善されなかった要因。	目標値は据え置きで問題ない。
⑯ 食育の推進に関わるボランティア団体等において活動している国民の数	36.2万人 (R元年度)	32.3万人 (R4年度)	37万人以上	○	○	コロナの影響による食育ボランティアの辞退・活動停止等が発生したこと等が減少した要因。	目標値は据え置きで問題ない。
⑰ 農林漁業体験を経験した国民（世帯）の割合	65.7%	63.2%	70%以上	○	△	市民農園の開設数は増加傾向にあるが、コロナの影響により避けられたこと等が改善されなかった要因。	過去の農林漁業体験への参加も対象とするため、その経験が現在の食生活等への影響が期待できない可能性があるため、関連性の観点から目標値を検討することが望ましい。
⑱ 産地や生産者を意識して農林水産物・食品を選ぶ国民の割合	73.5%	67.4%	80%以上	△	○	経済性志向の高まりや、安全性の観点から国産品を志向する割合が減少傾向にあること等が悪化している要因。	目標値は80%以上と高く、現下の状況を踏まえると、達成可能性の観点から、目標値を検討することが望ましい。

次期基本計画の作成に向けてより効果的な目標等の設定や検討に当たって考慮すべき事項の整理

第4次基本計画の目標値の妥当性評価及び次期基本計画の目標値設定の方向性の検討（続き）

具体的な目標値	第4次計画 作成時の値 (R2 (2020) 年度)	現状値 (R5 (2023) 年 度)	目標値 (R7 (2025) 年度)	達成可能性	関連性	第4次基本計画の現状値における背 景・要因の分析・評価	次期基本計画の目標設定の視点
⑱ 環境に配慮した農林水産物・食品を選ぶ国民の割合	67.1%	60.2%	75%以上	△	○	食における経済性志向の増加により、環境への配慮の意識よりも価格への意識の高まり等がした要因。	目標値は75%以上と高く、現下の状況を踏まえると、達成可能性の観点から、目標値を検討することが望ましい。
⑳ 食品ロス削減のために何らかの行動をしている国民の割合	76.5% (R元年度)	76.7%	80%以上	○	○	食品ロスの認知度は高い一方、実際の行動につながっていない層が一定程度いること等が横ばいとなっている要因。	目標値は80%以上と高いが、現状値が目標値に近いこともあり、目標値は据え置きで問題ない。
㉑ 地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承し、伝えている国民の割合	50.4%	44.7%	55%以上	○	○	伝統的な料理や作法の継承への関心は高い一方、コロナによりその機会が少なかったこと等が減少した要因。	先行研究では、郷土料理への喫食経験と継承には相関があることが示唆されている一方、目標㉑と㉒の結果は相関していないため、目標㉑が食文化の継承にどのように寄与しているか、不明確な点があり、関連性の観点から、検討することが望ましい。
㉒ 郷土料理や伝統料理を月1回以上食べている国民の割合	44.6%	54.5%	50%以上	○	△	料理頻度が高いものほど、郷土料理を食べる頻度が高い傾向があり、コロナ禍で、料理頻度が増えたこと等が増加した要因。	

次期基本計画の作成に向けてより効果的な目標等の設定や検討に当たって考慮すべき事項の整理

第4次基本計画の目標値の妥当性評価及び次期基本計画の目標値設定の方向性の検討（続き）

具体的な目標値	第4次計画 作成時の値 (R2 (2020) 年度)	現状値 (R5 (2023) 年 度)	目標値 (R7 (2025) 年度)	達成可能性	関連性	第4次基本計画の現状値における背景・要因の分析・評価	次期基本計画の目標設定の視点
㊸ 食品の安全性について基礎的な知識を持ち、自ら判断する国民の割合	75.2%	76.4%	80%以上	○	○	近年の食品の安全性の事案の発生用により、食品の安全性への不安が増し、食品の安全性に関する知識の取得や日々の食事等で食品の安全性について考える人の増加につながることが予測されたが、横ばいの推移であった。	目標値が80%以上と高いが、令和元年度に80%に近い値となったこともあり、目標値は据え置きで問題ない。
㊹ 推進計画を作成・実施している市町村の割合	87.5% (R元年度)	90.3%	100%	△	○	市町村食育推進計画を作成していない背景としては、食育推進計画の作成の必要性を感じてないことや、作成に着手できない等が挙げられるが、これらの課題を克服できている市町村が増えていることが増加した要因。	目標値は100%と高く、現下の状況を踏まえると、次期基本計画では、達成可能性の観点から、検討することが望ましい。

次期基本計画の作成に向けてより効果的な目標等の設定や検討に当たって考慮すべき事項の整理

各目標達成に向けた中間目標の設定：知識目標の設定

行動の目標とゴールの設定の考え方

- なお、次期基本計画の目標値の設定それ自体にかかわるものではないが、目標の一手手前に必要な行動や状態を示す目標を新たに設定することもある。
- 食育は、「生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきものと位置付けられるとともに、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、健全な食生活を**実践**することができる人間を育てるもの」（太字：引用者）と定義されるとおり、国民が実践という行動にまで移すことが期待されているものである。
- ただし、次頁で整理したとおり、人がその推奨される行動（推奨行動）を継続的に実施するに至るまでには踏まなければならないステップが多数あり、これらのステップを通過した先に行動変容が実現すると考えられる。
- ソーシャルマーケティング※の計画には常に取組の対象となるターゲットに実施してほしい推奨行動に関する「**行動目標**」が設定される。
- 実施してほしい行動の分類
 - 受け入れてほしい行動
 - がまんしてほしい行動
 - 少し変えてほしい行動
 - やめてほしい行動
 - 切り替えてほしい行動
 - 続けてほしい行動
- 行動目標の動機付けを行う上で、ある知識や事実を普及しておく必要がある場合がある。これを「**知識目標**」と言い、人々に知っておいてほしい情報や事実、推奨行動を起こしやすくなる情報がこれに含まれる。
- 第4次食育推進基本計画の24の具体的な目標値の多くは健全な食生活に関連する推奨行動に関する行動目標が多く設定されているが、未だ健全な食生活を実践できていない者は実践に要するスキルや知識を持ち合わせていなかったり、健全な食生活を実践することのメリットを知らなかったりすることがあることから、**行動目標に至る中間目標として食育における推奨行動に関する知識目標を設定することもある**。

※ソーシャルマーケティングはマーケティングの一分野であり、従来のマーケティングの概念や手法を用いて、社会善の実現に向けて個人や集団の行動の変容を促すことを指す。

（出所）知識目標については、ナンシー R. リー・フィリップ コトラー（木原雅子・小林英雄・加治正行・木原正博訳）『ソーシャルマーケティング：行動変容の科学とアートー健康、安全、環境保護、省資源分野等への応用の最前線』メディカル・サイエンス・インターナショナル、2021年、38頁。

次期基本計画の作成に向けてより効果的な目標等の設定や検討に当たって考慮すべき事項の整理

各目標達成に向けた中間目標の設定：知識目標の設定及び態度変容・行動変容のプロセス

態度変容・行動変容のプロセス				食育の理解・実践における課題の例	
態度変容の段階	無関心期	1 接触・露呈	説得コミュニケーションへ接触する段階	そもそも知らない	
		2 注意・注目	説得コミュニケーションに注意を向ける段階	知っているけど、関心がない	
	関心期	3 好感・関心	説得コミュニケーションに好感や関心をもつ段階	関心はあるが、賛成・共感していない	
		4 理解	説得コミュニケーション内容を理解し、学習する段階	賛成・共感しているが、詳しく知らない	
		5 関連認知の検索	関係する認知を生起し、学習する段階	自分とどう関係しているかわからない	
		6 スキル・知識獲得	関係するスキルを獲得し、方法を学習する段階	やり方・方法がわからない	
行動変容の段階	準備期	7 受容・態度変化	説得コミュニケーションの立場に同意し、受容する段階	食育に同意しているが、実践はしていない	
		8 保持	態度変化を記憶に貯蔵し、保持する段階	実践に向けて、しっかりと記憶に保持されていない	
	実行期	9 説得力ある論拠の探索	記憶から説得力ある論拠を探索し、検索する段階	意思決定時に思い出されない・意識されない	
		10 意思決定	記憶から検索された材料に基づいて意思決定をする段階	食育の考え方に基づいた意思決定がなされない	
		11 行動	意思決定に沿って行動する段階	一時的には実践されるが、続かない	
	継続期	12 強化	即時的追従行動のあと、その追従行動を強化する段階		

(出所) 深田博己「説得研究の基礎知識」深田博己（編著）『説得心理学ハンドブック—説得コミュニケーション研究の最前線—』北大路書房、2002年、19-20頁に基づきMURC作成。

次期基本計画の作成に向けてより効果的な目標等の設定や検討に当たって考慮すべき事項の整理

知識目標の設定イメージ

適用における考え方	知識目標の設定イメージ
中間目標として 知識目標を 設定 ■ 前述の「態度変容・行動変容のプロセス」で示したとおり、態度変容や行動変容に至るには多くのプロセスを経る必要がある（特に行動変容）。 ■ 食育推進基本計画の目標は国民に行動変容までを求める内容が多いが、上記のとおり行動変容を実現することは容易ではない。 ■ また、推奨行動によっては前提として正しい知識や事実の理解が必要になるものも少なくない。 ■ 望ましい状態の達成度の把握として推奨行動の実践状況を測定することはしつつも、推奨行動に必要な知識や事実の普及が十分に実現できているかについても中間的な知識目標として設定し、その達成状況を測ることも有益である。	■ 実践することの本人にとってのメリットやしないことのデメリットの知識の認知度の普及状況に関する目標値の設定及び測定：②③共食、④⑤朝食欠食、⑨⑩主食・主菜・副菜を組み合わせた食事、⑪食塩摂取量、⑫野菜摂取量、⑬果物摂取量、⑭生活習慣病予防・改善、⑮よく噛むこと、⑯食品の安全性 ■ 人々が実践するために必要な知識・スキルの認知度の普及状況に関する目標値の設定及び測定：⑨⑩主食・主菜・副菜を組み合わせた食事、⑪食塩摂取量、⑫野菜摂取量、⑬果物摂取量、⑭環境に配慮した農林水産物・食品の選択、⑮食品ロス削減、⑯伝統的な料理・作法等の継承、⑰食品の安全性

三菱UFJリサーチ&コンサルティング株式会社

www.murc.jp/