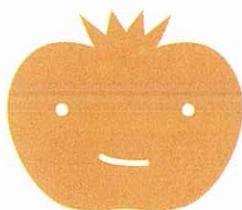


3 食育の目標

(1) 食を通じて健康な体をつくるための目標

- 朝食の欠食割合の減少
- 肥満者の割合の減少
- 自分の適正体重を維持することのできる食事量を理解している人の割合を80%以上
- 健康な歯を持つ人の割合の増加



朝食の欠食割合

朝食は、活力ある一日を過ごすためのスタートとなる食事です。健康な体づくりに必要な栄養素の摂取だけでなく、会話を通じて家族のきずなを深めることにもつながります。

特に、生活習慣の形成途上にあたり心身の成長期にある小学生や中学生、学校給食が終了し生活が不規則になりがちな高校生、成人の中で問題が大きいとみられる20歳代・30歳代男性の朝食欠食割合を減少させます。

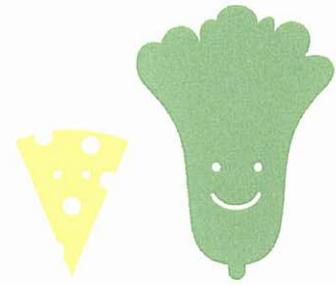
肥満者の割合

肥満を予防することは、生活習慣病の予防につながります。将来への影響の大きい小学生と中学生、肥満者の割合が高く、生活習慣病の発症が心配される20～60歳代の男性と40～60歳代の女性について肥満者の割合を減少させます。

自分の適正体重を維持することのできる食事量を理解している人の割合

体重は、肥満ややせ過ぎを予防するためのバロメーターです。

自分の適正体重を維持することのできる食事量を理解している人の割合を80%以上にします。



健康な歯を持つ人の割合

歯の健康は、おいしく豊かな食生活に欠かせません。健康な歯でよくかむことは、肥満防止、脳の活性化など全身の健康につながります。

3歳(乳歯)及び小学校3年生(永久歯)で、すべての歯を健康に保っている子どもたちの割合を90%以上にします。

また、80歳で20本以上自分の歯を持つ人の割合を40%以上にします。

項目	直近年	目標値 (H22)
■ 朝食の欠食割合		
小学生*	2.9% (H18)	0%
中学生*	6.1% (H18)	3%以下
高校生*	8.6% (H18)	5%以下
20歳代男性	11.6% (H16)	10%以下
30歳代男性	15.2% (H16)	10%以下
*小学生は2学年及び5学年、中学生は2学年、高校生は全日制1～3学年と定時制1～4学年を対象とした調査による。		
■ 肥満者の割合		
小学校2年生	5.5% (H17)*	5%以下
小学校5年生	9.5% (H17)*	8.5%以下
中学校2年生	9.3% (H17)*	8.3%以下
20～60歳代男性	24.2% (H16)	15%以下
40～60歳代女性	15.3% (H16)	12%以下
*全国平均値		
■ 自分の適正体重を維持することのできる食事量を理解している人の割合		
男性	59.7% (H16)	80%以上
女性	64.1% (H16)	80%以上
■ 健康な歯を持つ人の割合		
3歳ですべての歯(乳歯)が健康な人	78.7% (H16)	90%以上
小学校3年生ですべての歯(永久歯)が健康な人	80.6% (H17)	90%以上
80歳で20本以上自分の歯を持つ人	37.4% (H17)	40%以上

(2) 食を通じて豊かな心を育むための目標

- 家族等と一緒に楽しく食事をする人の割合を80%以上
- 学校給食で地場産物を使用する割合を35%以上
- 農林漁業体験学習の取組を実施している市町村の割合を80%以上



家族等と一緒に楽しく食事をする人の割合

家族や友人と一緒に食卓を囲んでコミュニケーションをもつことは、食の楽しさを実感し、心の安定をもたらします。

1日最低1食、家族や友人と一緒に楽しく30分以上かけてとる人の割合を80%以上にします。

学校給食における地場産物を使用する割合

学校給食で多くの地場産物を使用することにより、地元でとれる食材やその生産などについて園児や児童生徒の関心や理解を深めることは、地域の食べ物を大切にする心を育て、食べようとする意欲につながります。

学校給食における地場産物の使用割合を35%以上にします。

農林漁業体験学習の取組を実施している市町村の割合

農林漁業の体験を通じて、自然の恩恵や食にかかわる人々の活動への感謝や理解が深まります。

レジャー的な体験ではなく、同一作物等について2種類以上2日以上での体験学習を実施している市町村の割合を80%以上にします。

項目	直近年	目標値 (H22)
■ 家族等と一緒に楽しく食事をする人の割合 1日最低1食、家族や友人と一緒に 楽しく30分以上かけてとる人の割合	62.3% (H16)	80%以上
■ 学校給食における地場産物を使用する割合 全食品数に占める県産食品数の割合	27.7% (H17)	35%以上
■ 農林漁業体験学習の取組を実施している 市町村の割合 同一作物等について2種類以上2日間以上の 体験学習を実施している市町村の割合	38.1% (H18)	80%以上

