

第二章

奈良市の食育・地産地消に関する現状と課題

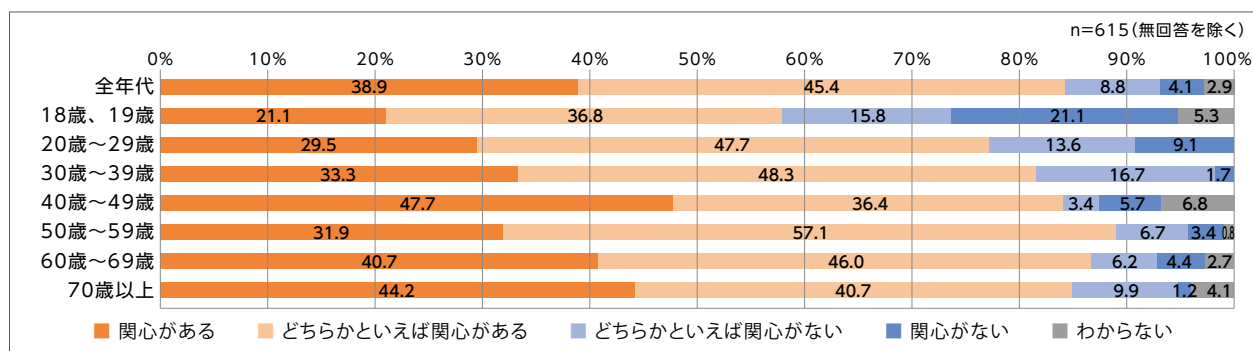
1 本市の食育・地産地消の現状

本市では令和2年度、18～74歳を対象に食育・地産地消に関する意識調査、小中学生向けに地産地消に関する意識及び食材の購買動向調査と、飲食店向けに食材の仕入れ状況調査を行いました。

なお、小中学生向けの調査では、主食である米と、本市の主要農作物である茶について重点的に調査しました。

(1) 食育の現状

・食育に関心を持っている人の割合

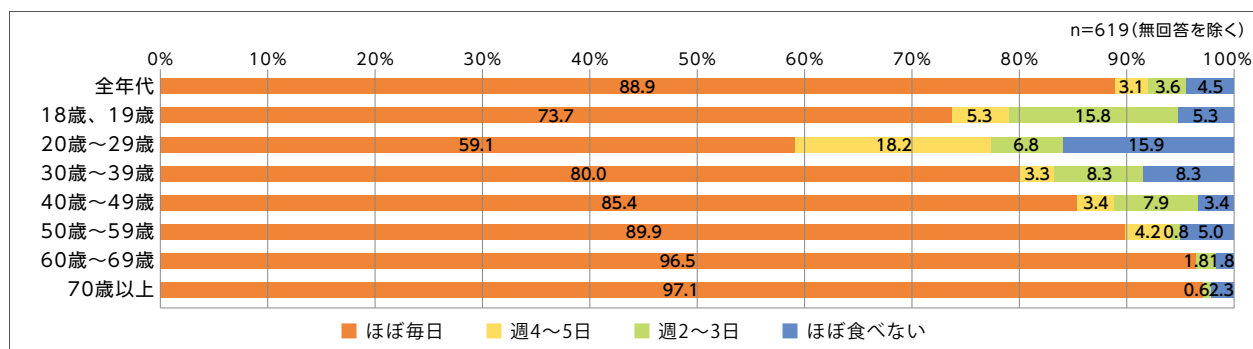


資料：令和2年度 奈良市「食育・地産地消」に関する意識調査

食育に関心を持っている人の割合は、全年代においては「関心がある」と「どちらかといえば関心がある」を合わせて84.3%となっています。これは、過去の調査結果（平成20年度79.7%、平成25年度82.4%、平成30年度75.9%）と比較して最も割合が高く、行政や地域での食育に関する取り組みの成果として関心の高まりが認められたと考えることができます。

年代別の比較では、18、19歳で低くなっています。

・朝食をほぼ毎日食べる人の割合

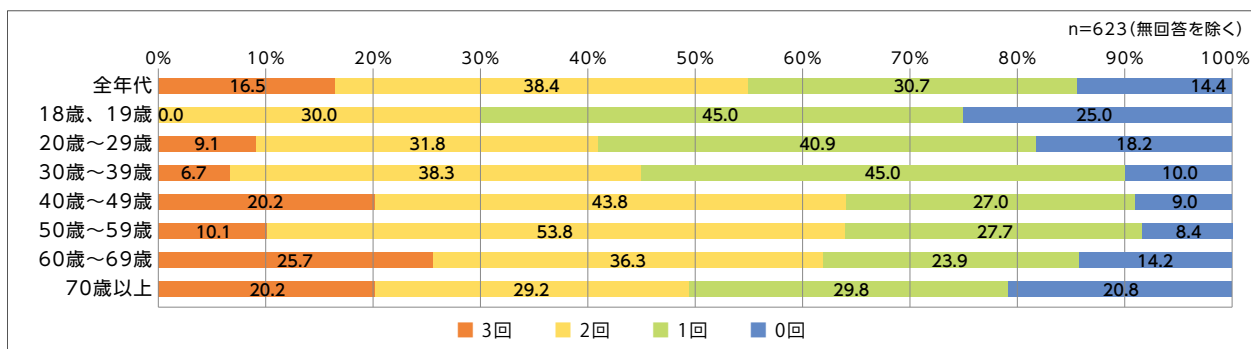


資料：令和2年度 奈良市「食育・地産地消」に関する意識調査

朝食をほぼ毎日食べる人の割合は、全年代においては「ほぼ毎日食べる」が88.9%となっており、過去の調査結果（平成20年度83.9%、平成25年度84.9%、平成30年度86.9%）と比較して最も割合が高く、食育への関心の高まりとともに、朝食摂取について行動の改善が認められたと考えることができます。

年代別の比較では、20代で低くなっています。

・主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を一日2回以上摂る人の割合

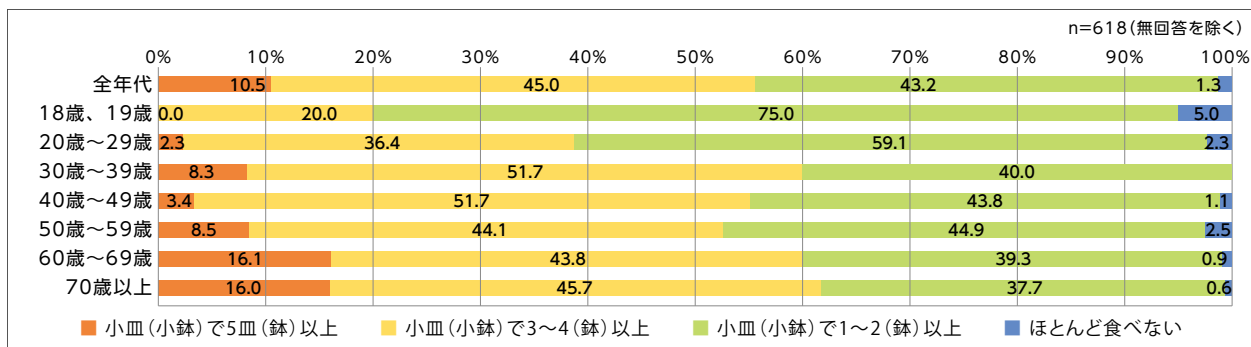


資料:令和2年度 奈良市「食育・地産地消」に関する意識調査

朝、昼、夕それぞれの食事において、主食・主菜・副菜のうち摂取しているものについての回答をもとに、一日の食事で主食・主菜・副菜が揃っている回数を算出しました。その中で、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を一日2回以上摂る人の割合は、全年代においては「3回」と「2回」を合わせて54.9%となっており、過去の調査結果（平成25年度45.8%、平成30年度42.4%）と比較して最も割合が高く、食育への関心の高まりとともに、主食・主菜・副菜を組み合わせた、いわゆるバランスの良い食事の摂取について行動の改善が認められたと考えることができます。

年代別の比較では、40歳以上と比較して、40歳未満の年代で低くなっています。また、70歳以上においてバランスの良い食事を摂る人の割合が40～60代と比較して低くなっています。

・一日に野菜を350g以上食べる人の割合

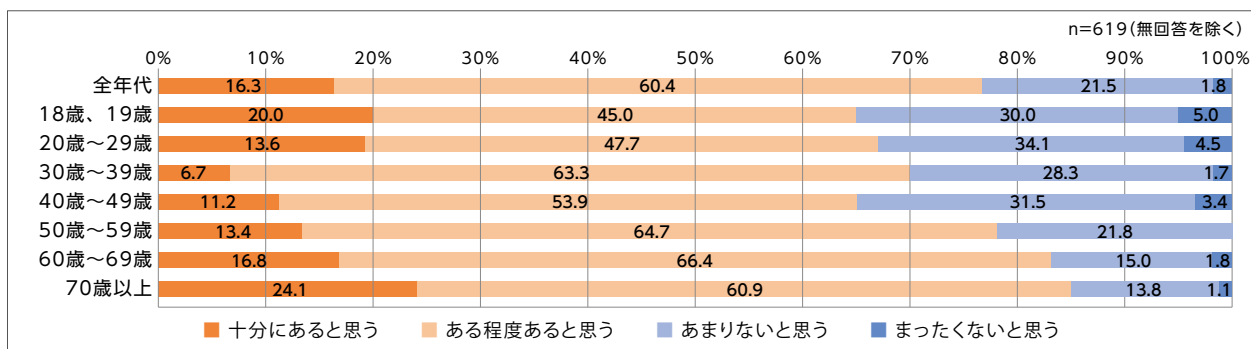


資料:令和2年度 奈良市「食育・地産地消」に関する意識調査

一日の野菜料理の摂取量について、小皿（小鉢）5皿以上を摂取している人を、野菜350g以上を食べている人としてしました。全年代におけるこれらの人の割合は10.5%となっており、過去の調査結果（平成25年度7.8%、平成30年度6.9%）と比較して増加が認められました。前項において、主食・主菜・副菜を組み合わせたバランスの良い食事の摂取について行動の改善が認められていましたが、副菜を摂取する人が増加したことが、野菜摂取量の増加につながったと考えることができます。

しかしながら、年代別の比較では、60歳未満の年代で、野菜を350g（5皿）以上食べている人の割合は10%を下回っており、特に若い世代では3～4皿未満の人の割合が高くなっています。

・食品の安全性に関する基礎的な知識を持つ人の割合

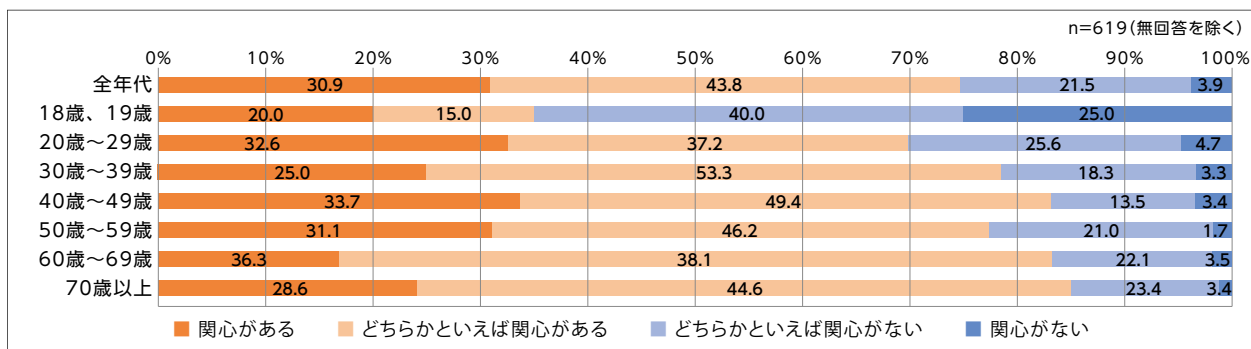


資料：令和2年度 奈良市「食育・地産地消」に関する意識調査

食品の安全性に関する基礎的な知識を持つ人の割合は、全年代においては「十分にあると思う」と「ある程度あると思う」を合わせて76.7%となっています。これは、過去の調査結果（平成25年度67.7%、平成30年度63.3%）と比較して最も割合が高くなりました。

しかしながら、年代別の比較では、50歳以上と比べ、50歳未満の年代でやや低くなっています。

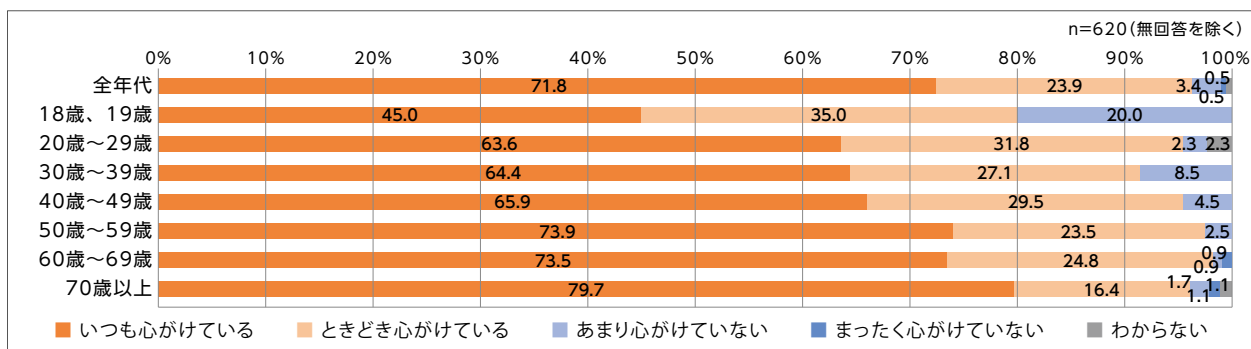
・食文化や郷土料理・伝統食への関心がある人の割合



資料：令和2年度 奈良市「食育・地産地消」に関する意識調査

食文化や郷土料理・伝統食への関心がある人の割合は、全年代においては「関心がある」と「どちらかといえば関心がある」を合わせて74.6%となっています。これは、過去の調査結果（平成25年度62.3%、平成30年度56.0%）と比較して最も割合が高くなりました。しかし、18、19歳では他の年代と比較して、関心のある人の割合が低くなっています。

・食べ残しや食品の廃棄を減らすことをいつも心がけている人の割合



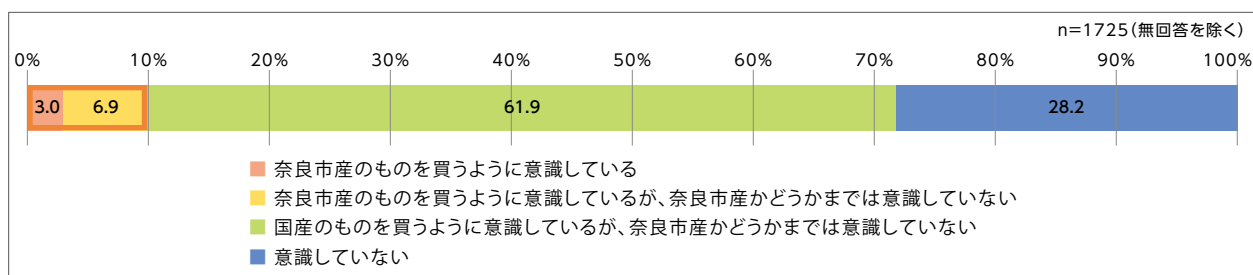
資料：令和2年度 奈良市「食育・地産地消」に関する意識調査

食べ残しや食品の廃棄の削減について「いつも心がけている」人の割合は、全年代においては71.8%となっており、過去の調査結果（平成20年度86.2%、平成25年度84.6%、平成30年度77.5%）と比較して最も割合が低く、徐々に減少してきています。また、年代が若くなるほどその割合が低くなっています。

（２）地産地消の現状

①家庭における地産地消の意識

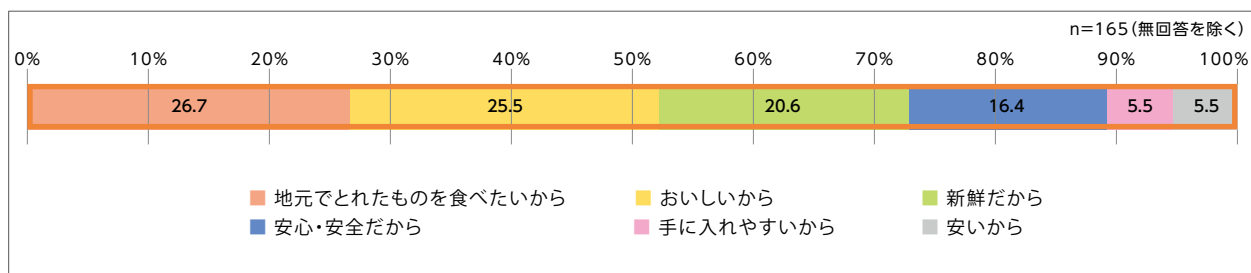
・食材を購入するときの意識の割合



資料：令和2年度 奈良市「地産地消」に関する意識・食材の購買動向調査「産地調べ」

市内の中学生の世帯において、家庭で食材を購入する際に、「奈良市産のものを買うよう意識している」人の割合は3.0%と低く、「奈良県産のものを買うよう意識しているが、奈良市産かどうかまでは意識していない」人と合わせても9.9%にとどまります。「国産のものを買うように意識しているが、奈良市産・奈良県産かどうかまでは意識していない」人の割合は61.9%であり、前述の9.9%と合わせると71.8%の人が国産のものを買うように意識しています。

・奈良市産・奈良県産を意識して購入する理由

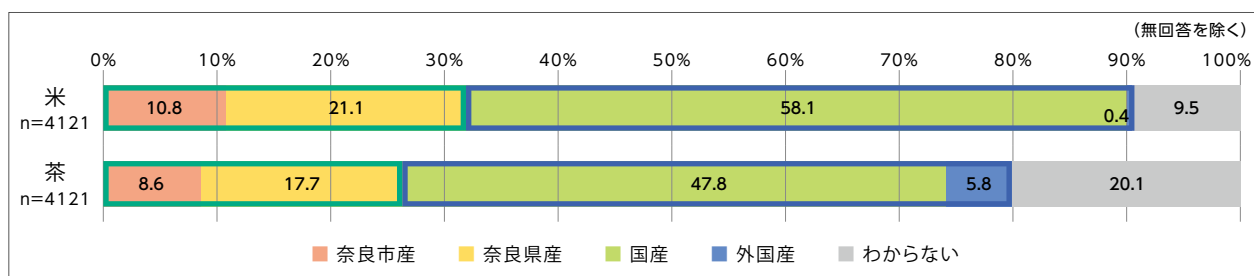


資料：令和2年度 奈良市「地産地消」に関する意識・食材の購買動向調査「産地調べ」

奈良市産・奈良県産の食材を意識して購入している人が、これらの食材を意識して買う理由としては、「地元でとれたものを食べたいから」とした人の割合が最も高く、次いで「おいしいから」、「新鮮だから」、「安心・安全だから」との理由になっています。

②家庭で購入する米・茶の産地

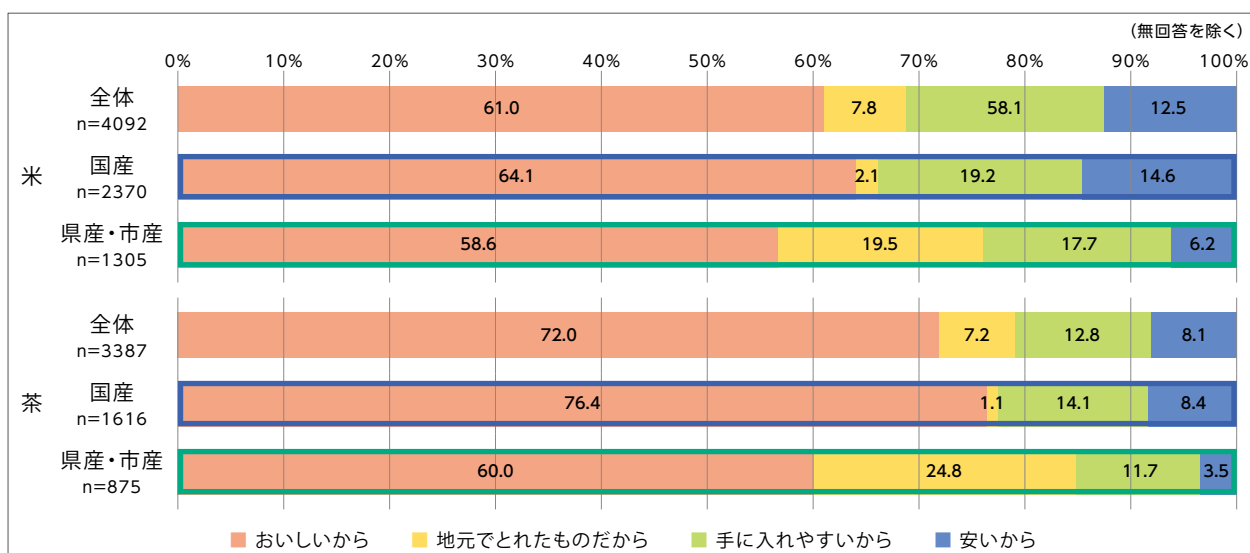
・産地の割合



市内の小学校高学年及び中学生の世帯において購入する米・茶の産地については、国産を選ぶ人が最も高い割合となっていますが、①で確認した食材全般に対する購入の際の意識と比較すると、奈良市産・奈良県産のものを購入している人の割合が高くなっています。

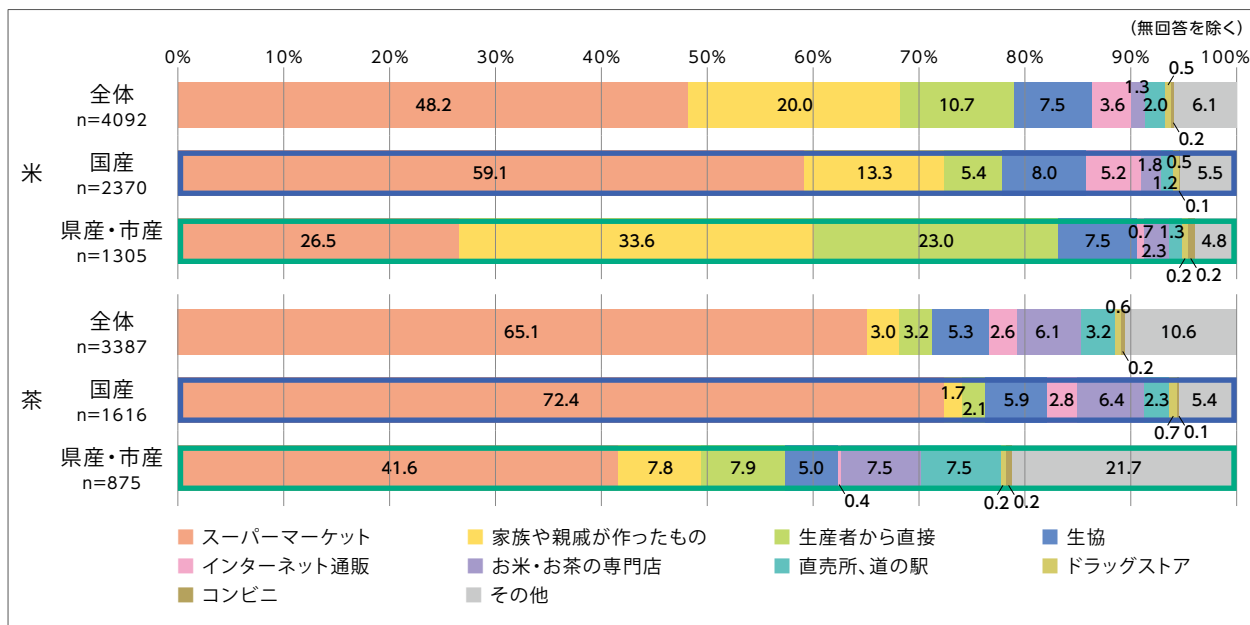
茶の調査においては、購入している茶葉の種類は日本茶に限らず紅茶等も含んでいることから、外国産のものを購入する人の割合が5.8%と、米に比べて高い数値となっています。

・購入する米・茶の産地別にみる選択理由



米及び茶を購入する際に、その食材を選択する理由は、国産を選択している人においては「おいしいから」とした人の割合が最も高く（米 64.1%、茶 76.4%）、次いで「手に入れやすいから」（米 19.2%、茶 14.1%）、「安いから」（米 14.6%、茶 8.4%）となっており、「地元でとれたものだから」とした人の割合が最も低くなっています（米 2.1%、茶 1.1%）。また、奈良市産・奈良県産の米・茶を選択している人について選択する理由を見てみると、「おいしいから」とした人の割合が最も高く（米 58.6%、茶 60.0%）、次いで「地元でとれたものだから」（米 19.5%、茶 24.8%）、「手に入れやすいから」（米 17.7%、茶 11.7%）、「安いから」（米 6.2%、茶 3.5%）となっており、国産を選択している人と比較すると、地元でとれたことを意識して購入している人の割合が高くなっています。

・購入する米・茶の産地別にみる購入先

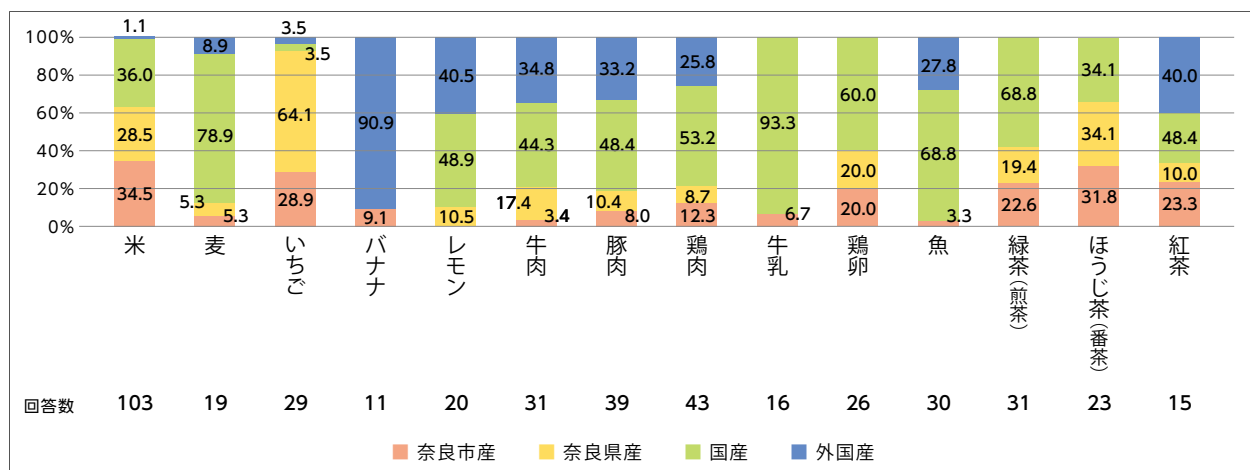


資料:令和2年度 奈良市「地産地消」に関する意識・食材の購買動向調査「産地調べ」

米・茶の購入先では、国産を選択している人においては「スーパーマーケット」で購入している人の割合が最も高くなっています（米59.1%、茶72.4%）。また、奈良市産・奈良県産の米・茶を購入している人についてその購入先を見てみると、米は「家族や親せきが作ったもの」（33.6%）が「スーパーマーケット」（26.5%）を上回り、また国産を選択している人と比べると「生産者から直接」（23.0%）も高くなっています。一方で茶は「スーパーマーケット」（41.6%）が最も高く、次いで「生産者から直接」（7.9%）、「家族や親せきが作ったもの」（7.8%）、「直売所、道の駅」（7.5%）、「お茶の専門店」（7.5%）など、様々な方法で購入されています。

③飲食店における仕入れ状況

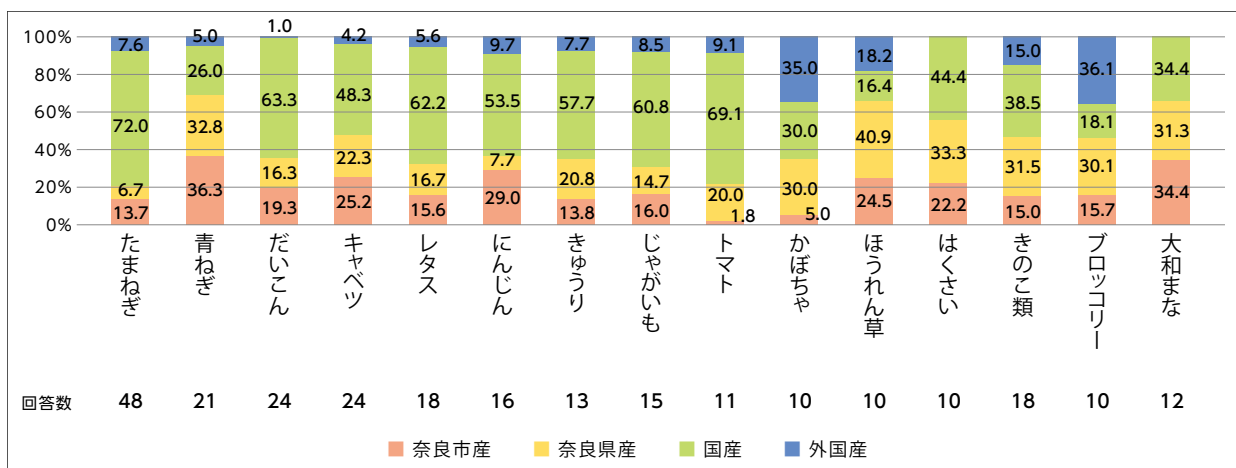
・穀物・果樹・畜産・茶の仕入れ状況



資料:令和2年度 奈良市「地産地消」に関する食材の仕入れ状況調査

飲食店等における穀物・果樹・畜産・茶の仕入れ状況をみると、奈良市産の仕入れが多い品目は米が34.5%、ほうじ茶が31.8%、いちごが28.9%です。奈良県産では、いちごが64.1%、ほうじ茶が34.1%、米が28.5%となっており、奈良市産と奈良県産を合わせると、いちごが93.0%、ほうじ茶が65.9%、米が63.0%となっています。その他の穀類は国産、その他の果樹は国産と外国産のものが多くなっています。畜産は、奈良市産と奈良県産を合わせて約2割にとどまっています。その他のお茶では、奈良市産と奈良県産を合わせて緑茶が42.0%、紅茶が33.3%となっています。

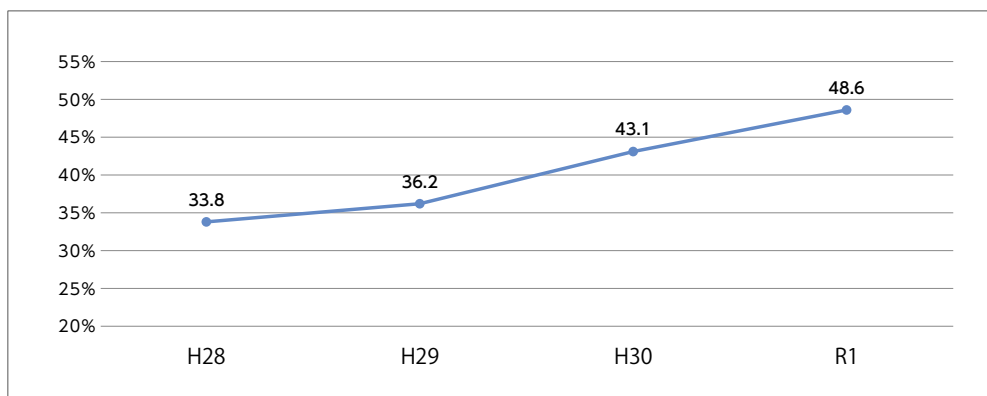
・野菜の仕入れ状況



資料:令和2年度 奈良市「地産地消」に関する食材の仕入れ状況調査

野菜の仕入れ状況をみると、奈良市産の仕入れが多い品目の割合は、青ねぎが36.3%、大和まなが34.4%です。奈良県産では、ほうれん草が40.9%、はくさいが33.3%、青ねぎが32.8%、きのこ類が31.5%、大和まなが31.3%、ブロッコリーが30.1%、かぼちゃが30.0%となっており、奈良市産と奈良県産を合わせると、青ねぎが69.1%、大和まなが65.7%、ほうれん草が65.4%、はくさいが55.5%となっています。

④学校給食における地元農産物の使用割合



資料:奈良市保健給食課データ(各年度)

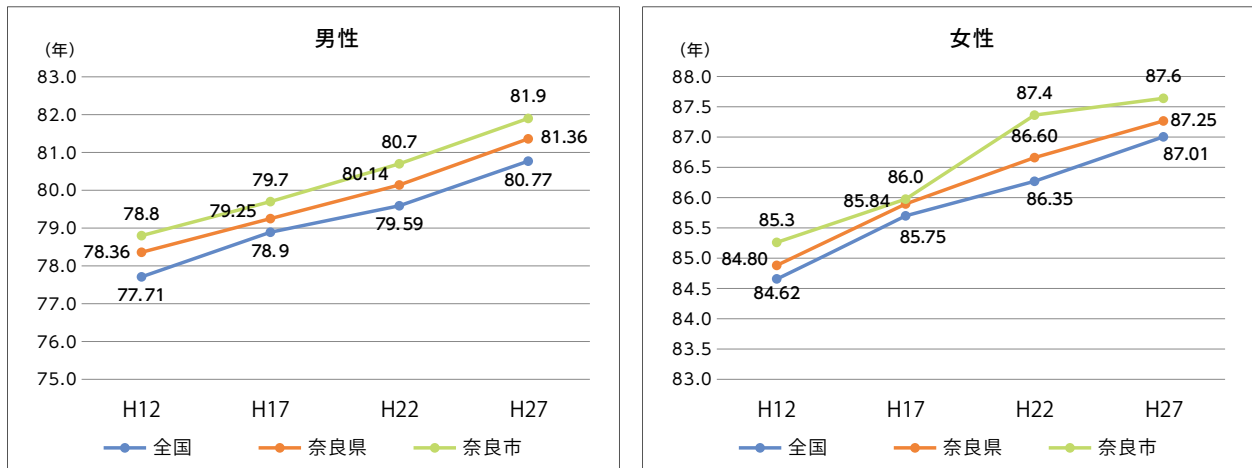
奈良市内の小学校における、品目ベースで算出する学校給食の地元農産物（奈良市産・奈良県産）の使用率は、増加傾向にあります。

2 統計で見る食育・地産地消を取り巻く状況

食育の推進は市民の健康増進、地産地消の促進は市の農業振興につながります。本市または奈良県、及び全国の健康と農業に関する状況について、各種統計データにより比較します。

(1) 健康に関する状況

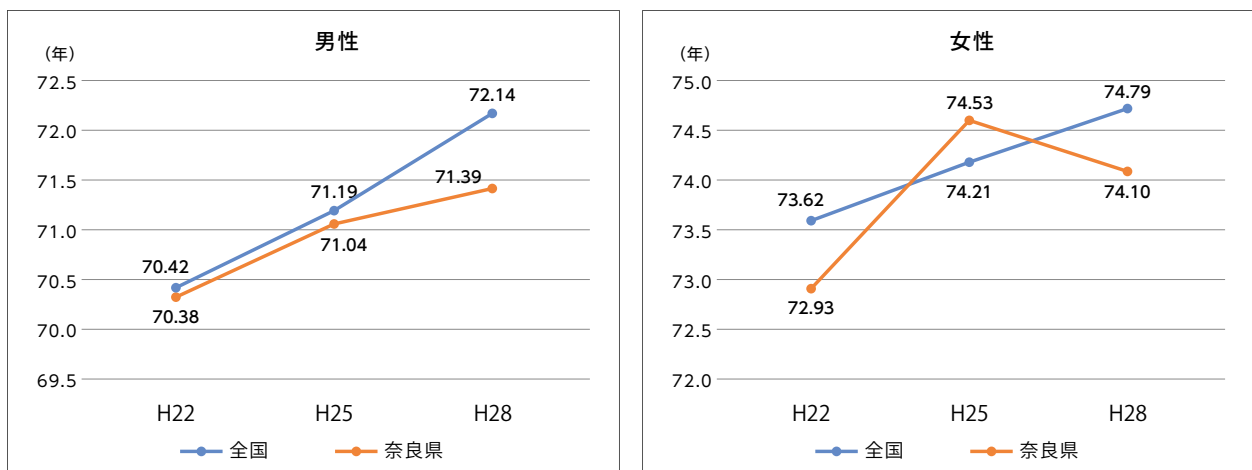
・平均寿命の推移



資料:厚生労働省 完全生命表・都道府県別生命表・市町村別生命表(各年度)

奈良市における平均寿命は、全国・奈良県と同様に年々伸びており、男女ともに全国・奈良県の平均を上回っています。

・健康寿命の推移



資料:厚生労働省 簡易生命表・人口動態統計・国民生活基礎調査・人口推計(各年度)

平均寿命から寝たきりや認知症など介護状態の期間を差し引いた、日常生活を制限されることなく健康的に生活を送ることができる期間である「健康寿命」については、平成25年の女性を除き、奈良県が全国を下回っています。

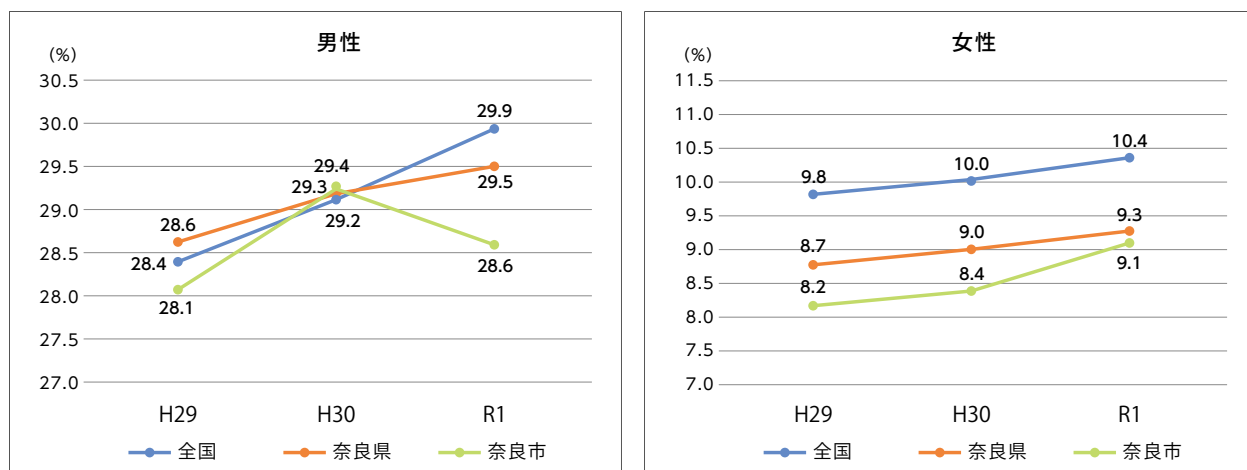
・死因別死亡率

	奈良市		奈良県		全国	
	死因	割合(%)	死因	割合(%)	死因	割合(%)
第1位	悪性新生物	28.2	悪性新生物	27.5	悪性新生物	27.4
第2位	心疾患(高血圧性を除く)	16.9	心疾患(高血圧性を除く)	18.1	心疾患(高血圧性を除く)	15.3
第3位	脳血管疾患	7.2	肺炎	7.4	老衰	8.0
第4位	老衰	6.7	脳血管疾患	6.9	脳血管疾患	7.9
第5位	肺炎	6.6	老衰	6.9	肺炎	6.9

資料:奈良市の健康医療(令和2年度版)人口動態(平成30年)
厚生労働省 人口動態統計(平成30年)

奈良市における平成30年の死因の第1位は悪性新生物、第2位は心疾患、第3位は脳血管疾患となっており、いわゆる生活習慣病^{※3}が全死因の5割以上を占めています。全国・奈良県と比較すると悪性新生物、脳血管疾患での死亡者の割合が高く、老衰、肺炎での死亡者の割合が低くなっています。

・メタボリックシンドロームの該当者の推移(40歳以上)



資料:国保データベース(KDB)システム(地域の全体像の把握)(各年度)

奈良市は、全国・奈良県と比較すると、メタボリックシンドローム^{※4}の該当者の割合は低いものの、女性については年々増加傾向にあります。また、男性では約3割が該当者となっています。

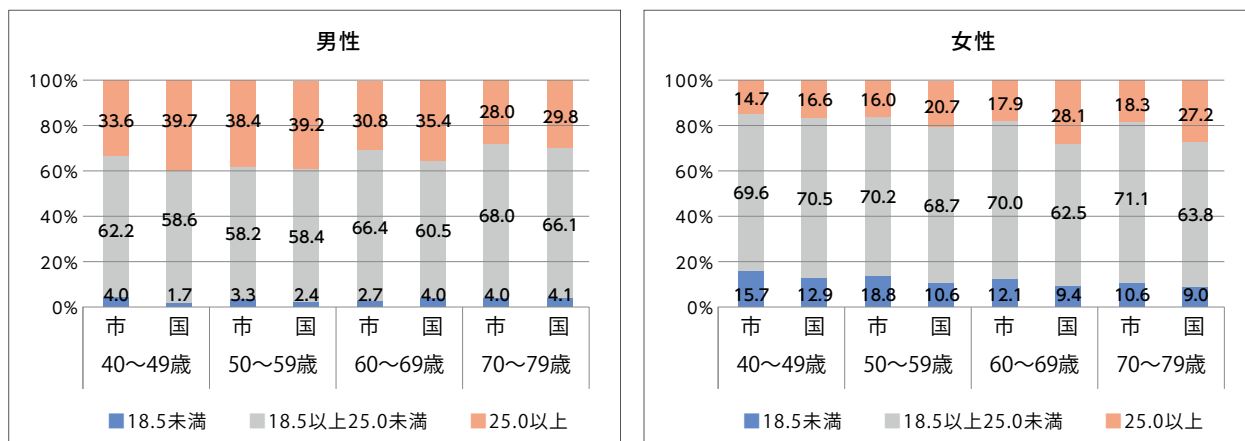
※3 生活習慣病

食事や運動、喫煙、飲酒、ストレスなどの生活習慣が深く関与し、発症の原因となる疾患の総称です。がん、脳血管疾患、心疾患、また、脳血管疾患や心疾患の危険因子となる動脈硬化症、糖尿病、高血圧症、脂質異常症などは、いずれも生活習慣病であるとされています。

※4 メタボリックシンドローム

内臓脂肪の蓄積によって、高血圧、高血糖、脂質異常などの生活習慣病のリスクが複合した状態。この状態を放置すると動脈硬化が進み、心疾患、脳血管疾患、糖尿病などの生活習慣病を発症する危険性が高まります。

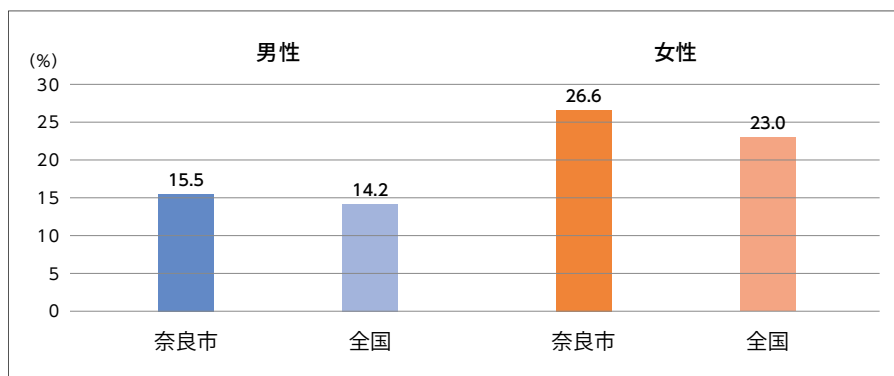
・年代別の BMI の状況



資料:厚生労働省 令和元年国民健康・栄養調査報告
令和元年度奈良市国民健康保険特定健康診査データ及び後期高齢者医療制度健康診査データ

奈良市の 40 歳以上の肥満者 (BMI^{※5} 25 以上) の割合は、男女ともにいずれの年代においても全国よりも低くなっていますが、男性の 40 ～ 60 代では 3 ～ 4 割以上の方が肥満の状況にあります。一方、奈良市におけるやせ (BMI 18.5 未満) の割合は、男女ともに全国を上回る傾向が見られます。

・高齢者 (75 歳以上) の低栄養の傾向 (BMI 20 未満)



資料:厚生労働省 令和元年国民健康・栄養調査報告
令和元年度奈良市後期高齢者医療制度健康診査データ

75 歳以上の高齢者のうち、低栄養^{※6} 傾向とされる BMI 20 未満の人の割合は、男女ともに奈良市は全国の割合を上回っています。高齢者のやせは低栄養によるものが多いとされ、虚弱の原因となります。

※5 BMI

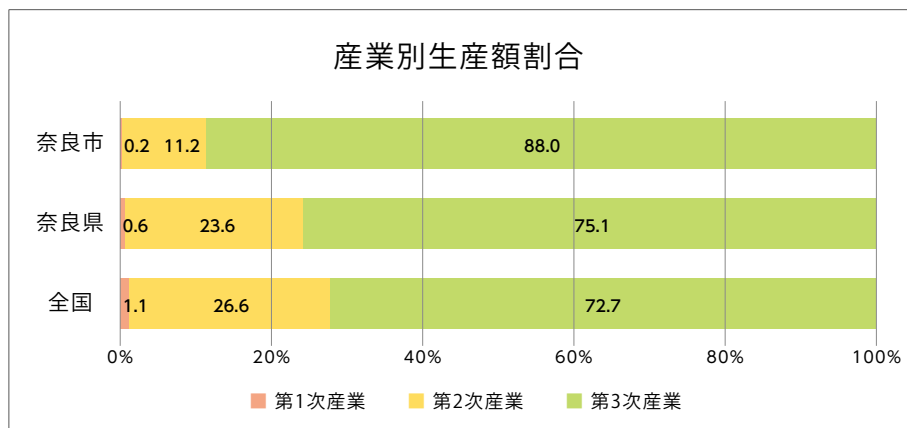
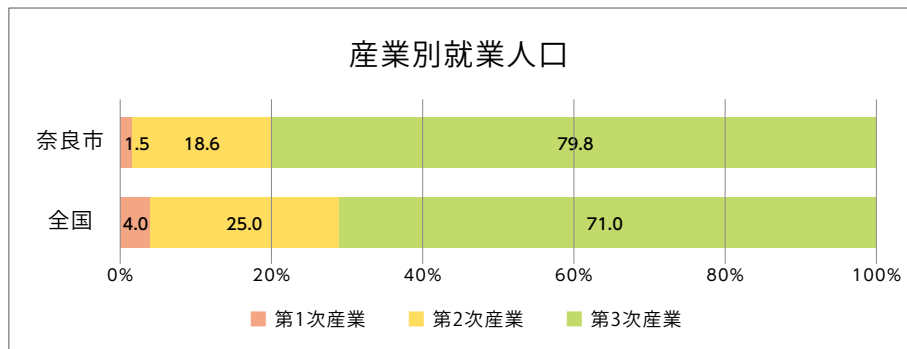
国際的に用いられる体格指数で、[体重 (kg)] ÷ [身長 (m) の 2 乗] で求めます。日本肥満学会は 18.5 未満を「低体重 (やせ)」、18.5 以上 25 未満を「普通体重」、25 以上を「肥満」と基準を定めています。

※6 低栄養

食欲の低下や噛む力が弱くなるなどの口腔機能の低下によって食事が食べにくくなり、徐々に食事が減ることで、身体を動かすために必要なエネルギーや、筋肉・皮膚・内臓等、体をつくるたんぱく質などの栄養が不足している状態のこと。

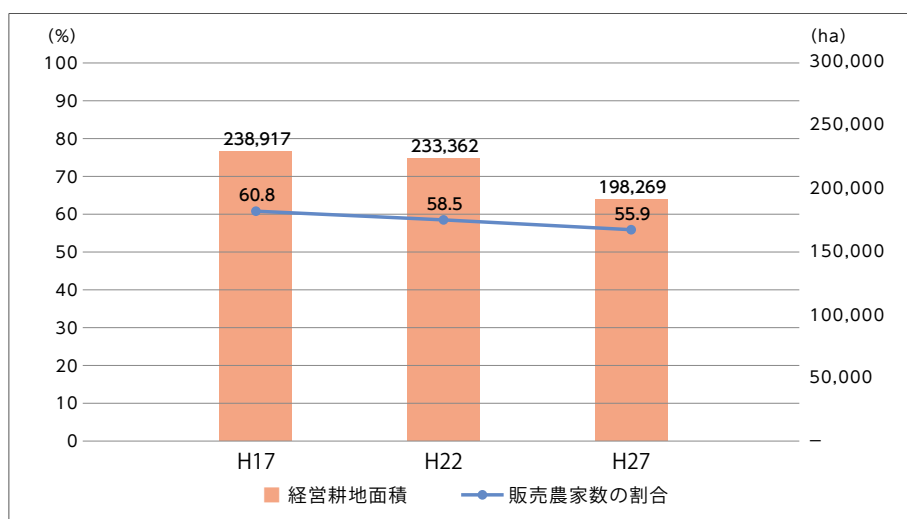
(2) 農業に関する状況

・産業別就業人口及び生産額割合



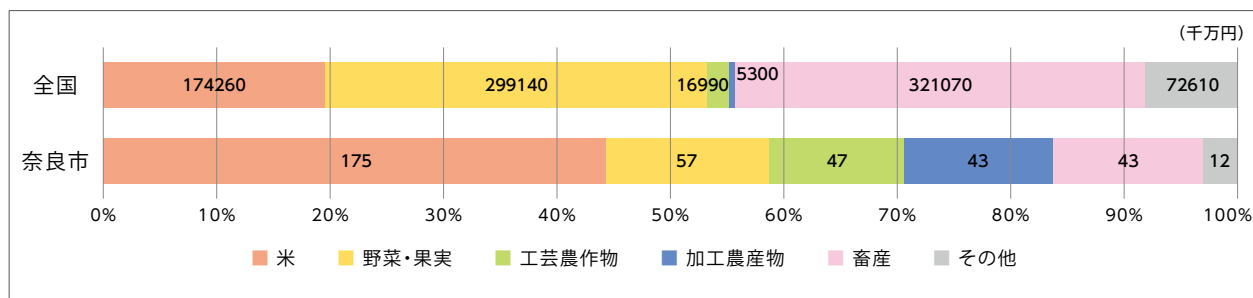
奈良市の産業別の就業人口割合は、第1次産業が1.5%と非常に少なく、全国の4%に比較しても低い数値となっています。産業別生産額割合もわずか0.2%で、全国の1.1%、奈良県の0.6%を下回っています。

・奈良市の販売農家数の割合及び経営耕地面積



奈良市の販売農家数の割合及び経営耕地面積は、いずれも年々減少傾向にあります。販売農家数の割合は、平成17年度からの10年間で約5%減少しています。また、経営耕地面積は平成17年度からの10年間で約20%減少しています。

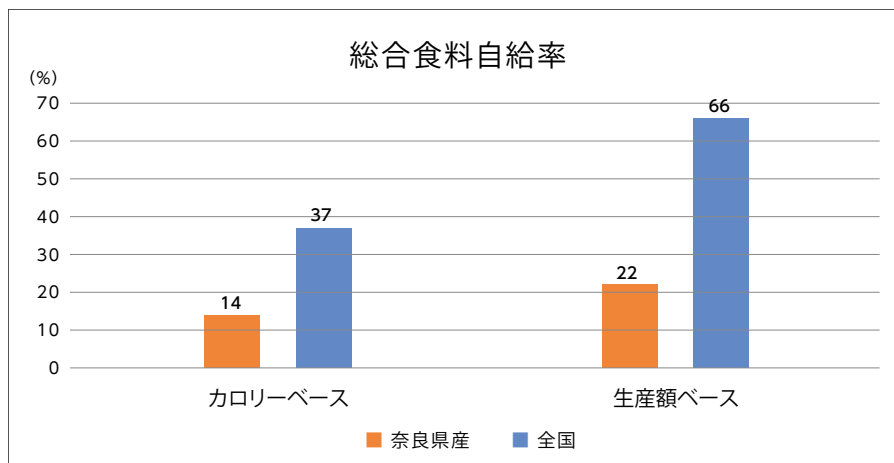
・品目別農業産出額



資料:農林水産省 令和元年 市町村別農業産出額(推計)データベース

奈良市の品目別の農業産出額については、米が17億5000万円で最も多く、次いで野菜・果実が5億7000万円となっています。全国と比較すると、米、茶を含む工芸農作物・加工農産物の占める割合が高く、野菜・果実、畜産の占める割合が低くなっています。

・総合食料自給率



資料:農林水産省 食料需給表(平成30年度)

奈良県の総合食料自給率^{※7}はカロリー（供給熱量）ベースで14.0%、生産額ベースでは22%と、ともに全国を大きく下回っています。わが国の食料自給率はカロリーベースで40%前後、生産額ベースで70%前後で推移していますが、奈良県においてはそれを下回る数値であることから、奈良県全体の消費に対して奈良県産の食材の供給が非常に少ないことが分かります。

※7 総合食料自給率

食料全体について単位を揃えて計算したもので、カロリーベースと生産額ベースの2通りの算出方法があります。カロリーベース総合食料自給率は、基礎的な栄養価であるエネルギー（カロリー）に着目して、国民（地域住民）に供給される熱量（総供給熱量）に対する国内（地域内）生産の割合を示す指標です。生産額ベース総合食料自給率は、経済的価値に着目して、国民（地域住民）に供給される食料の生産額（食料の国内消費仕向額）に対する国内（地域内）生産額の割合を示す指標です。

3 課題

(1) 食育の課題

食育の諸問題に対する関心を問う意識調査の結果では、過去と比べて最も良い数値が出ているものの、特に若年・中年層は高齢層と比較し低い数値に留まるという傾向が見られました。食習慣の基礎を決定づける幼少期から食育に取り組むことは非常に重要であり、保育所・学校等における食育の推進、保護者世代に向けた食育の推進は今後も欠かせません。給食事業等の実施がなく食育のステージとして抜けてしまいがちであった高校・大学での取り組み、また、健康的な食習慣が失われやすい働き盛り世代に向けた職域での取り組みについては、より一層の推進が必要です。さらに、若者は郷土料理等の食文化への関心が低いという結果が出ているため、文化継承のための農業体験や農村との交流機会の提供も引き続き重要です。一方、高齢層については低栄養傾向が顕著であるため、望ましい食生活に関する情報を提供することが今後必要となります。

また、食べ残しや食品の廃棄への意識を問う項目では、全年代で過去の調査結果と比較し最も低い数値が出ています。持続可能な社会への転換が求められる時代においては、個人の健康面だけでなく社会へ視野を向けた食育が必要です。奈良市としても、食品ロス等の環境負荷について市民に情報発信することで、一人ひとりの意識の高まりを促すとともに、地域や関係団体と協力した取り組みの推進が求められます。また、学校や保育所等の給食の場においては、命をいただくことへの意識を醸成する食育、また、生産者からの食のつながりについて理解が深められるような食育を実践し、子どもたちや保護者の食に対する感謝の気持ちを深めていく必要があります。

食には社会情勢による変化が直接的に現れます。感染症の拡大によって始まった新しい生活様式へ適切に対応するべく、従来の食のあり方を見直す柔軟性が重要となります。行動が制限される中でも、家庭や教育機関、地域等における既存の共食の機会をより良い食育の場とできるよう、日常生活に目を向け、日々の食事に地元のものを取り入れるなど、各自が創意工夫を凝らしていくことが求められています。

(2) 地産地消の課題

本市では農家数や経営耕地面積が年々減少しており、食の供給を担う農村地域の衰退が危惧されています。市民の食生活を支えてきた生産地を次世代に守り継いでいくためには、産地の担い手の確保、また、農地の効率的な利用が必要不可欠となります。

このような状況の中で、生産者と消費者の両方に好循環を生み出す地産地消の推進は、市として力を入れて取り組むべきテーマです。市民の購買行動においても、食の安心・安全意識の高まりとともに国産の食品の購入に対する意識は高まっていると考えられますが、奈良市産・奈良県産の農産物の購入行動にはつながっていません。

食品を選択する際には、国産・地元産を問わず「おいしさ」を優先している人が多く、地元農産物を意識して選択する人の割合がまだ少ないことから、購入してもらうための市民への意識の醸成が重要となると考えられます。そのためには継続的に啓発することに加え、おいしさを知ってもらうための機会を多く設定していく必要があります。

一方で、飲食店における仕入れ状況調査で奈良市産の割合が高かったいちごについては、市などの行政や生産者がPRに力を入れ、ブランド化したことが一因として考えられます。しかし、本市の農業産出額を見ると、米と比べて単価の高い野菜・果実、畜産の割合が低いことから、いちご等を除くと、奈良市産農産物は平均して低価格で販売されていると考えられます。そのため、引き続き広報戦略等を通して農産物のブランド化に力を入れ、単価の上昇をめざすことも求められます。

さらに、奈良市産・奈良県産の食品は、国産のものと比較して購入経路が限られていることが明らか

になったことから、地元農産物を広く市民の手に取ってもらえるようにするための販売経路の拡大が重要となります。

地産地消は、食の安心・安全やおいしさを求める声に応えるだけでなく、産地の所得向上など、経済活性化に寄与するものでもあります。農業を取り巻く環境が厳しい本市においては、地元農産物の価値を高めるとともに、より多くの購入行動につなげることが急務といえます。