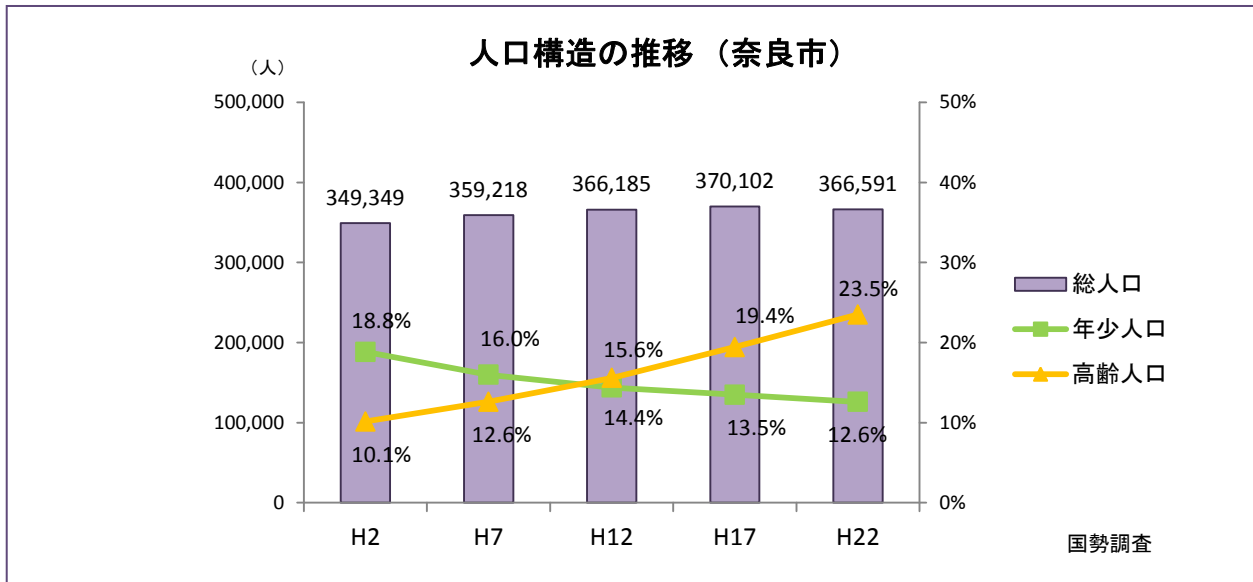


第3章 計画の背景

1. 奈良市の現状

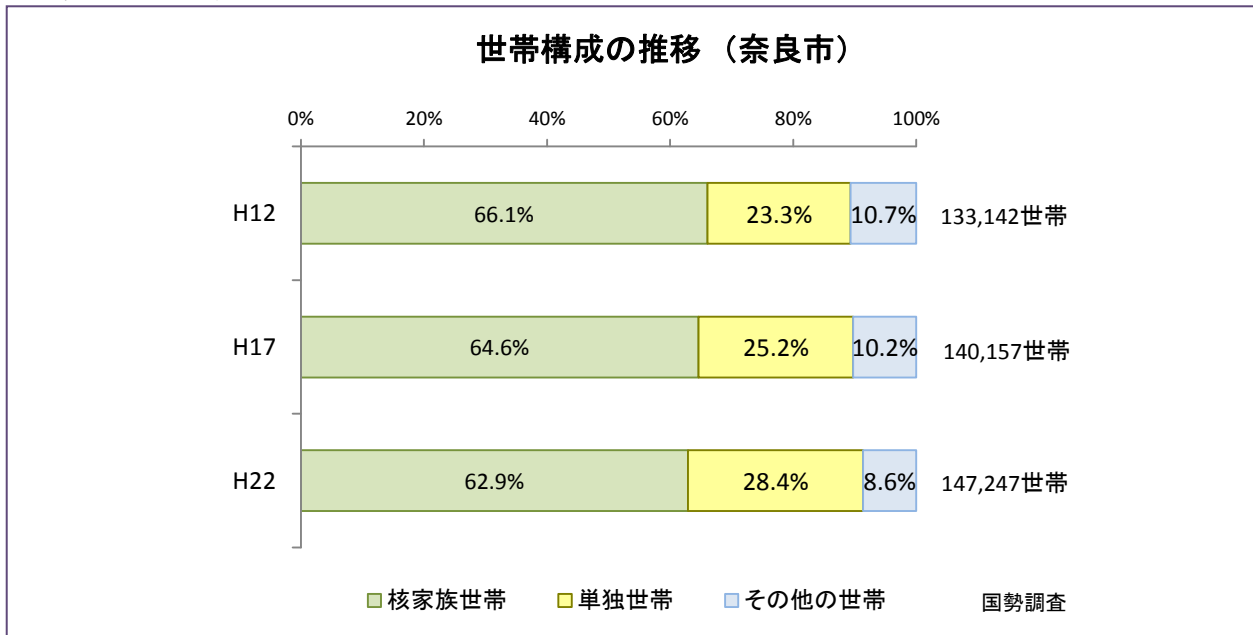
(1) 人口構造

人口構造の推移



奈良市の総人口は、平成 17 年以降減少傾向に転じており、高齢化率は 23.5% で全国値の 23.0% を上回っています。

世帯構成の推移

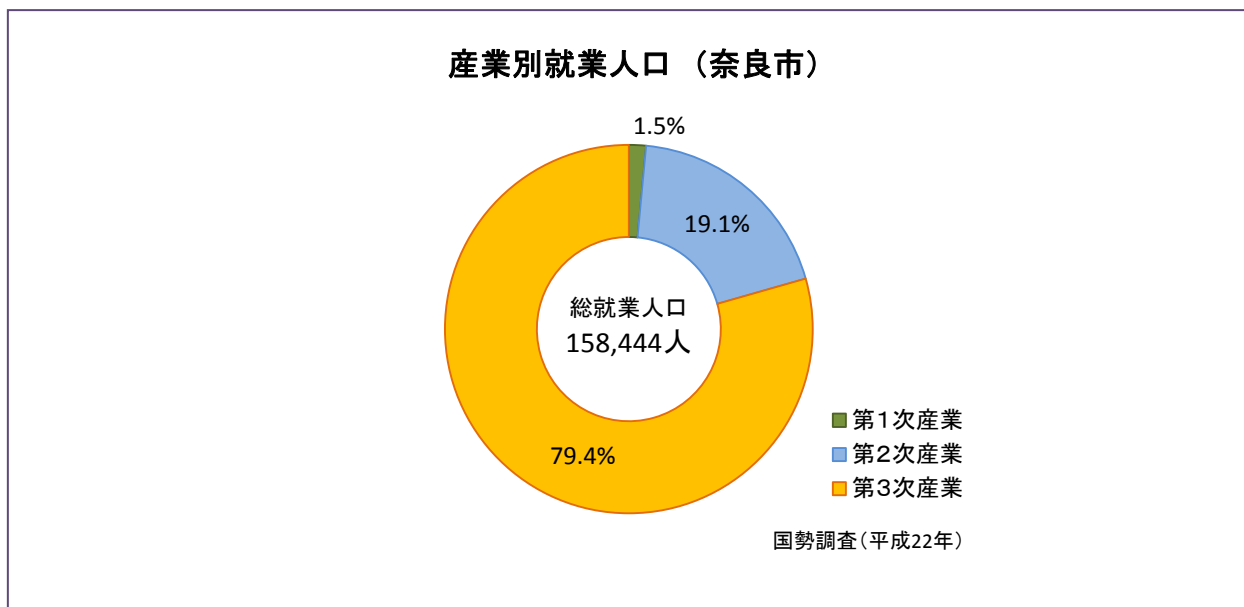


奈良市の世帯構成は、核家族世帯が多く 62.9% を占めていますが、単独世帯の割合も年々高くなっており、28.4% となっています。

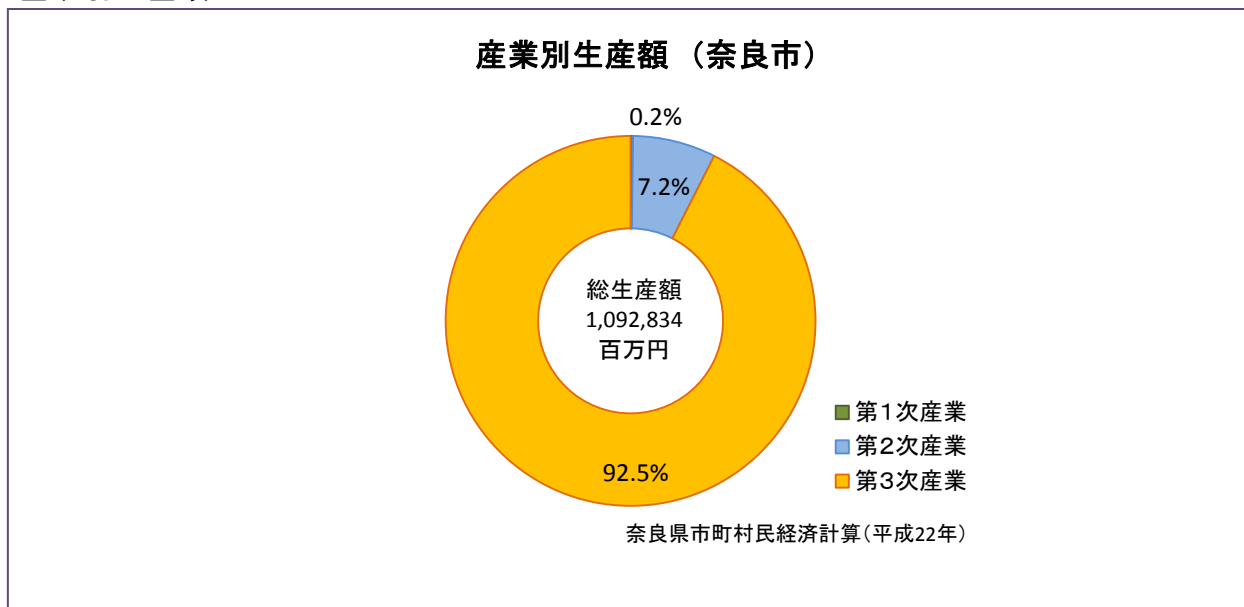


(2) 産業構造

産業就業人口



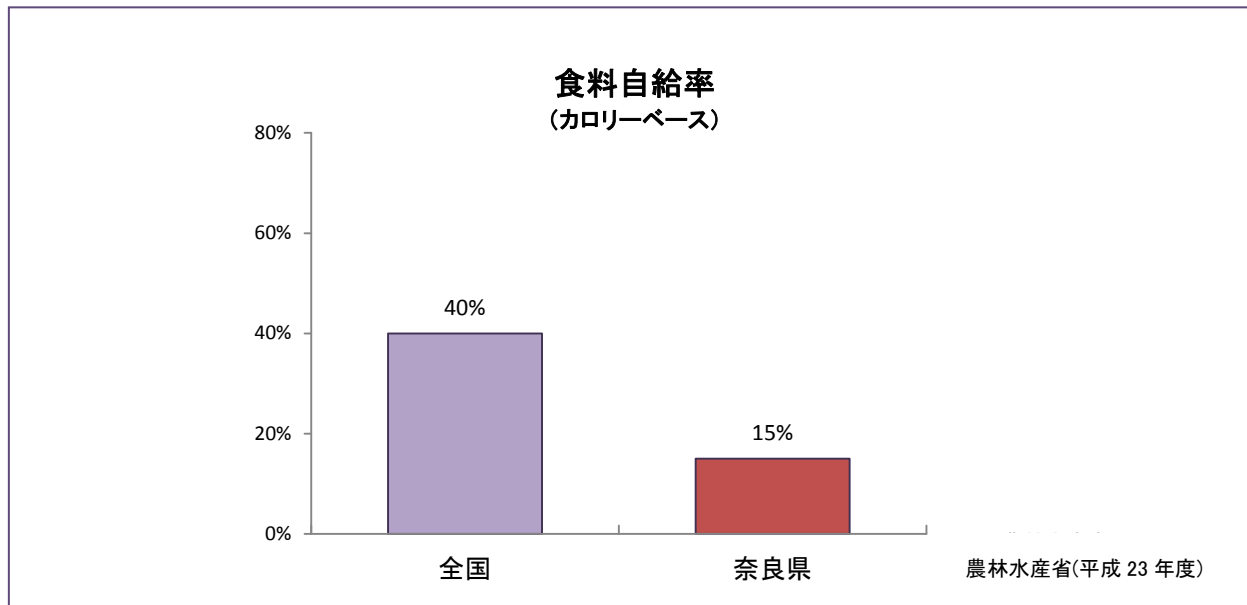
産業別生産額



産業別の就業人口割合は、第1次産業が1.5%とわずかで、生産額についてはさらに割合が低く0.2%にとどまっています。

(3) 食料自給率

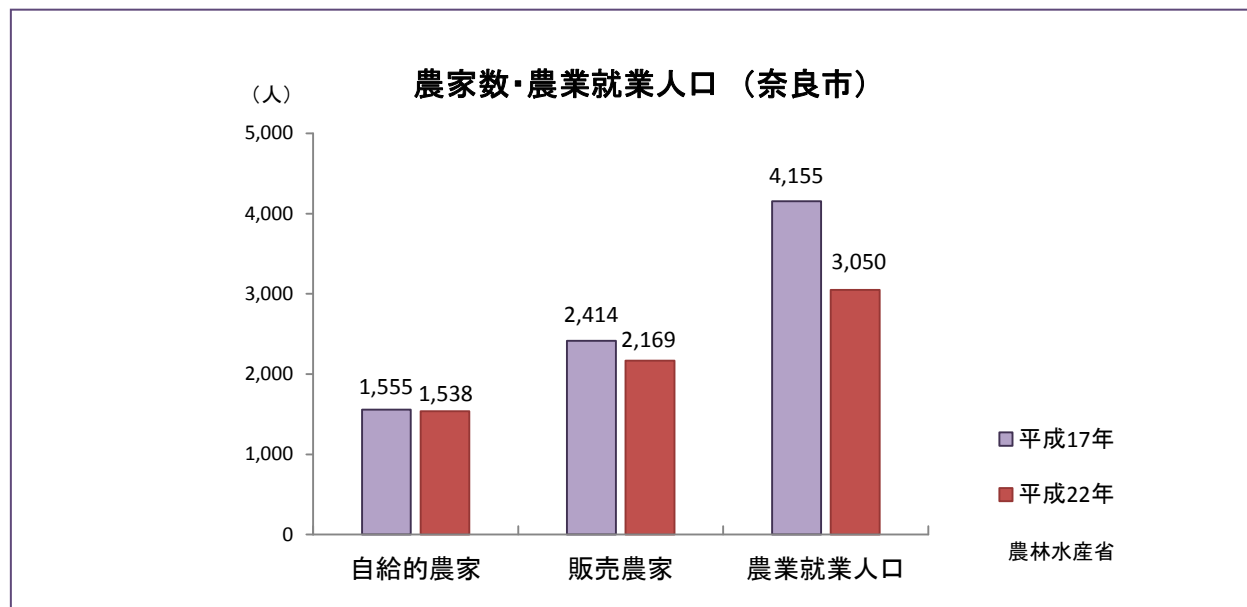
食料自給率（カロリーベース）



奈良県の食料自給率（カロリーベース）は 15%と低く、全国値より 25%下回っています。

(4) 農業就業人口

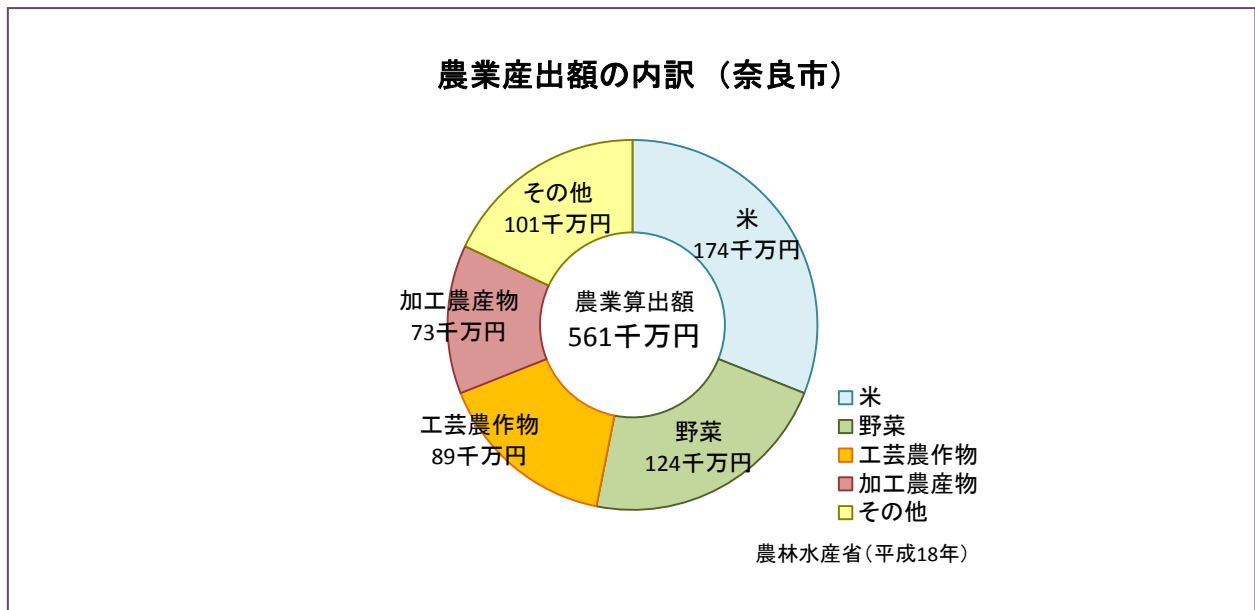
農家数・農業就業人口



農家数は年々減少傾向にあり、特に販売農家数の減少が著しくなっています。農業就業人口についても、同様に減少が著しく、平成 17 年から平成 22 年にかけて 1,105 人の減少がみられました。



(5) 品目別農業産出額



品目別の農業算出額については、米が 174 千万円で最も多く、野菜が 124 千万円となっています。



2. 奈良市「食育」に関する意識調査

■ 調査対象および回収結果

<大人>

調査の対象	: 市内在住の 20 歳以上の市民
配布数	: 2,000 人
抽出方法	: 住民基本台帳による無作為抽出
調査方法	: 郵送による配布・回収
調査期間	: 平成 25 年 7/29~8/23
回収結果	: 有効回答数 (818 件) 回収率 (41.0%)

<子ども>

調査の対象	: 市内の小学 5 年生、中学 2 年生 (市内の各校から 1~2 クラスずつ抽出)
配布数	: 2,435 人
調査方法	: 学校での直接配布・回収
調査期間	: 平成 25 年 7/1~7/30
回収結果	: 有効回答数 (2,107 件) 回収率 (86.9%)

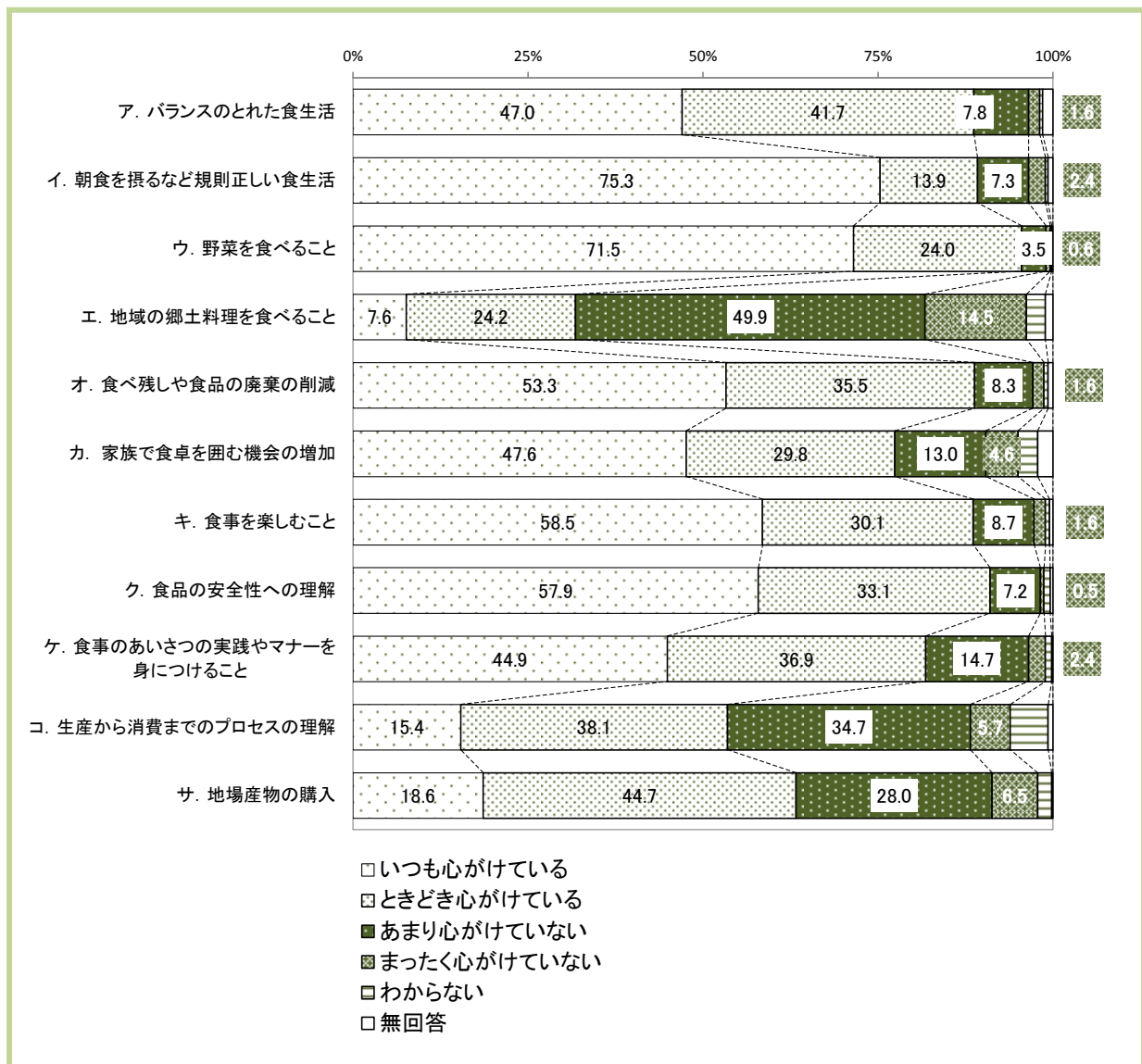


① 食育全般についての現状（大人）

■ 「食育」で心がけていること

- 心がけている人が多い項目は、「いつも心がけている」が7割以上となって、『イ. 朝食を摂るなど規則正しい食生活』75.3%、『ウ. 野菜を食べること』71.5%の2項目です。
- 逆に心がけている人が少ないのは、地産地消に関連する3項目で、『エ. 地域の郷土料理を食べること』『コ. 生産から消費までのプロセスの理解』『サ. 地場産物の購入』となっています。特に、『エ. 地域の郷土料理を食べること』は、「あまり心がけていない」と「まったく心がけていない」の合計が64.4%となっています。

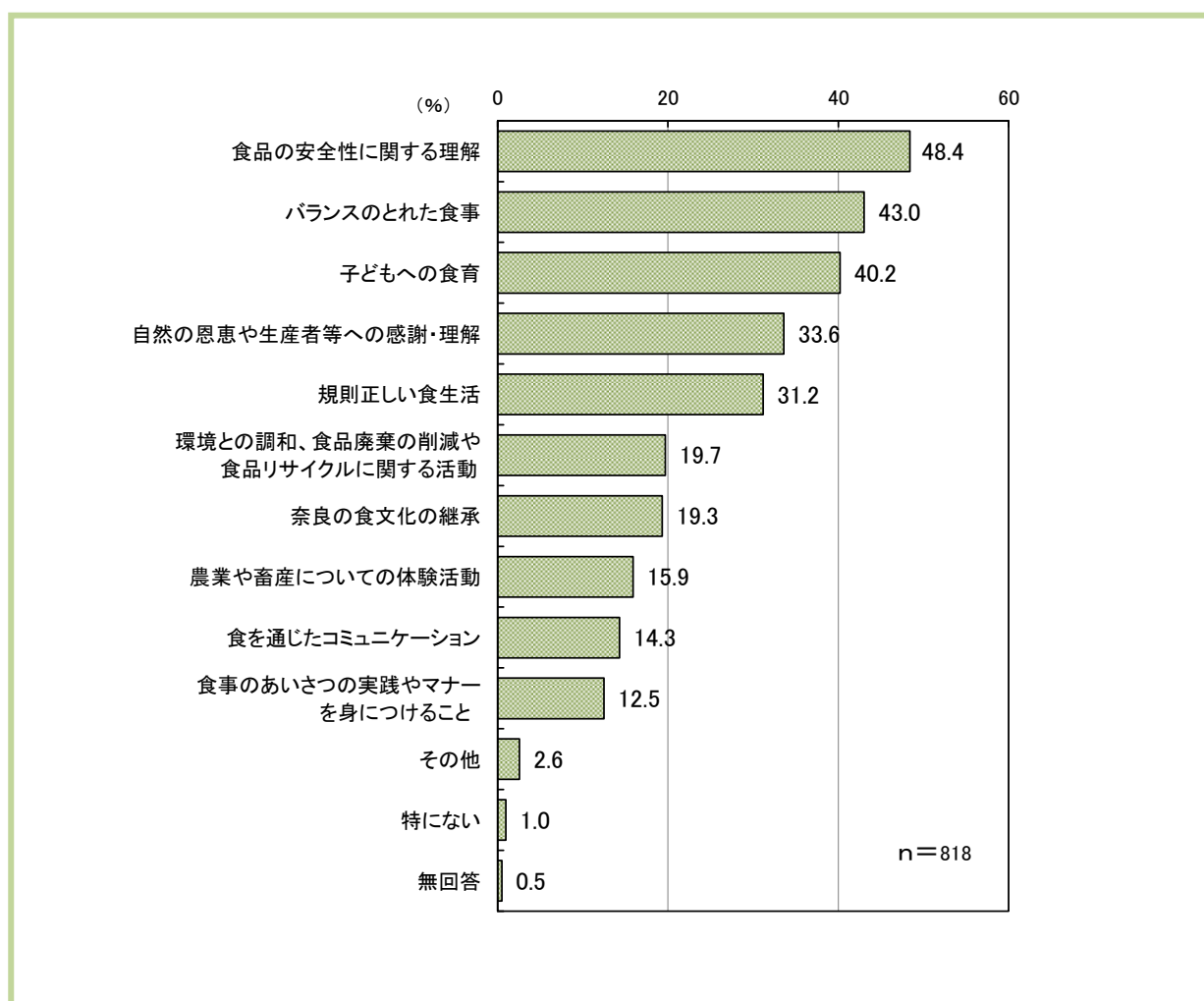
図 「食育」で心がけていること



■「食育」の重点施策

「食品の安全性に関する理解」が最も多く48.4%、次いで「バランスのとれた食事」43.0%、「子どもへの食育」40.2%の順となっています。また、「自然の恩恵や生産者等への感謝・理解」「規則正しい食生活」についても比較的多く、3割以上が回答しています。

図 食育を推進するために重点的に取り組むとよいと思うこと

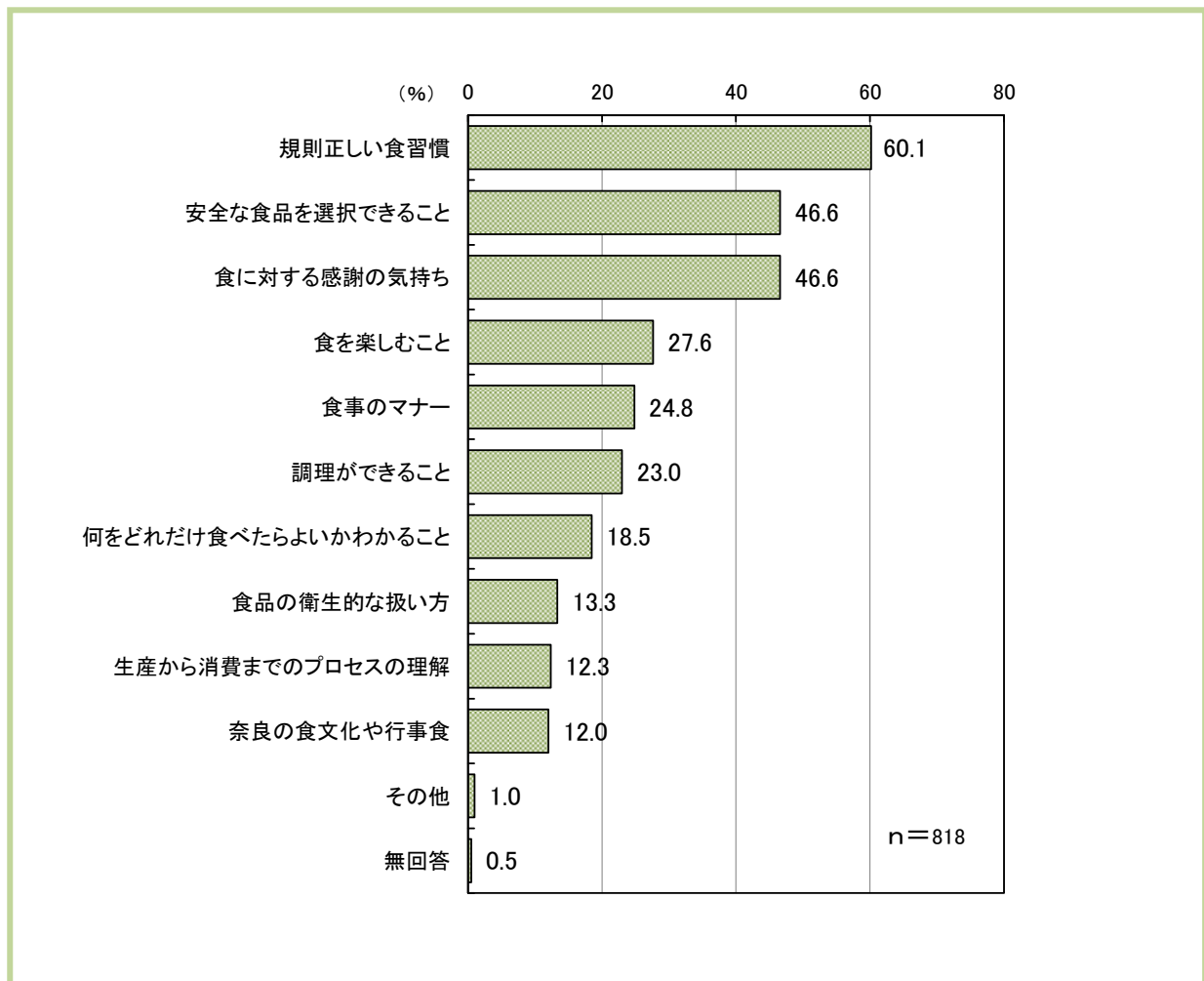




■次世代に伝えたいこと

「規則正しい食習慣」が60.1%で最も多く、過半数を占めています。次いで、「安全な食品を選択できること」「食に対する感謝の気持ち」がそれぞれ46.6%となっています。

図 次世代に食育を通じて身につけてほしいこと、伝えたいこと

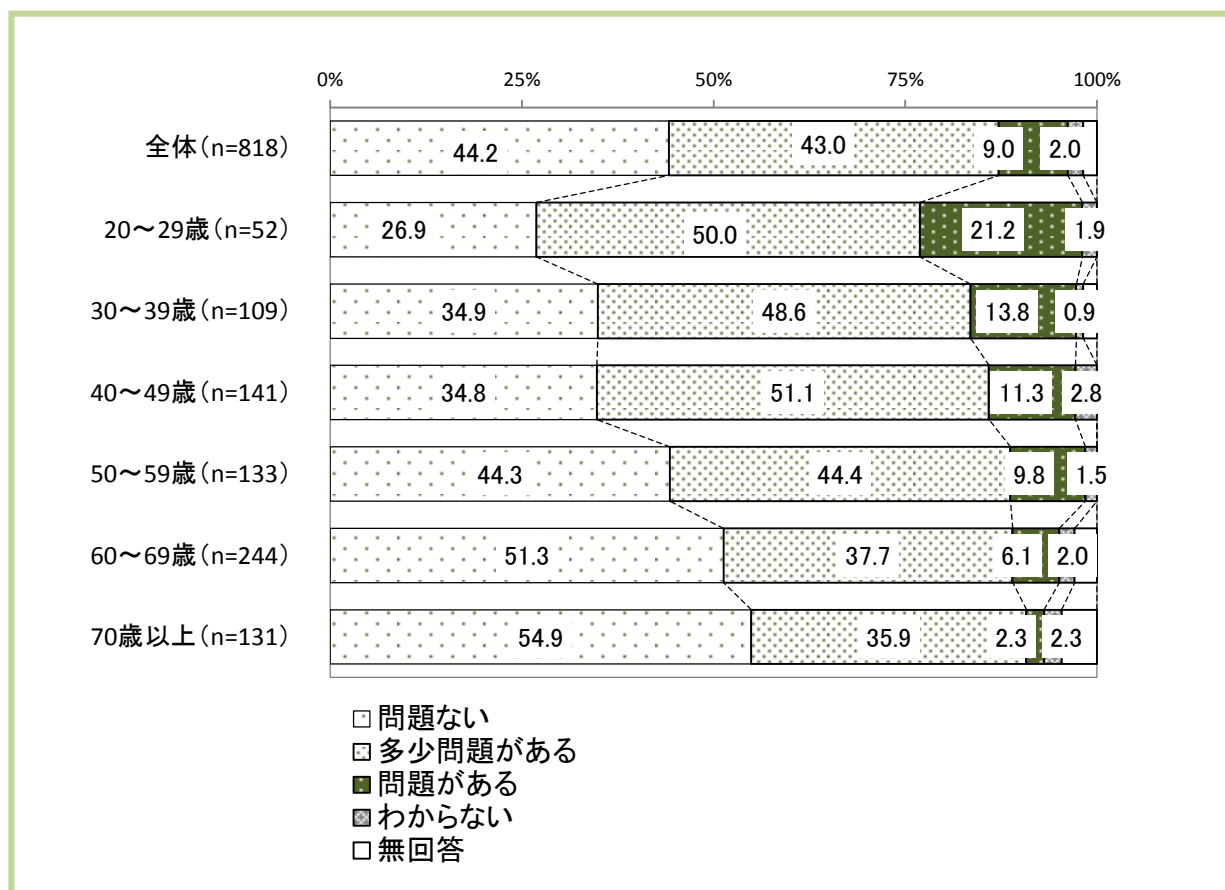


②「バランスのとれた規則正しい食生活」の現状（大人）

■食生活の問題点

- ・「問題ない」が44.2%で、「多少問題がある」をわずかに上回っています。
- ・年齢別では、年齢が若い程、「多少問題がある」「問題がある」への回答率が高くなっています。

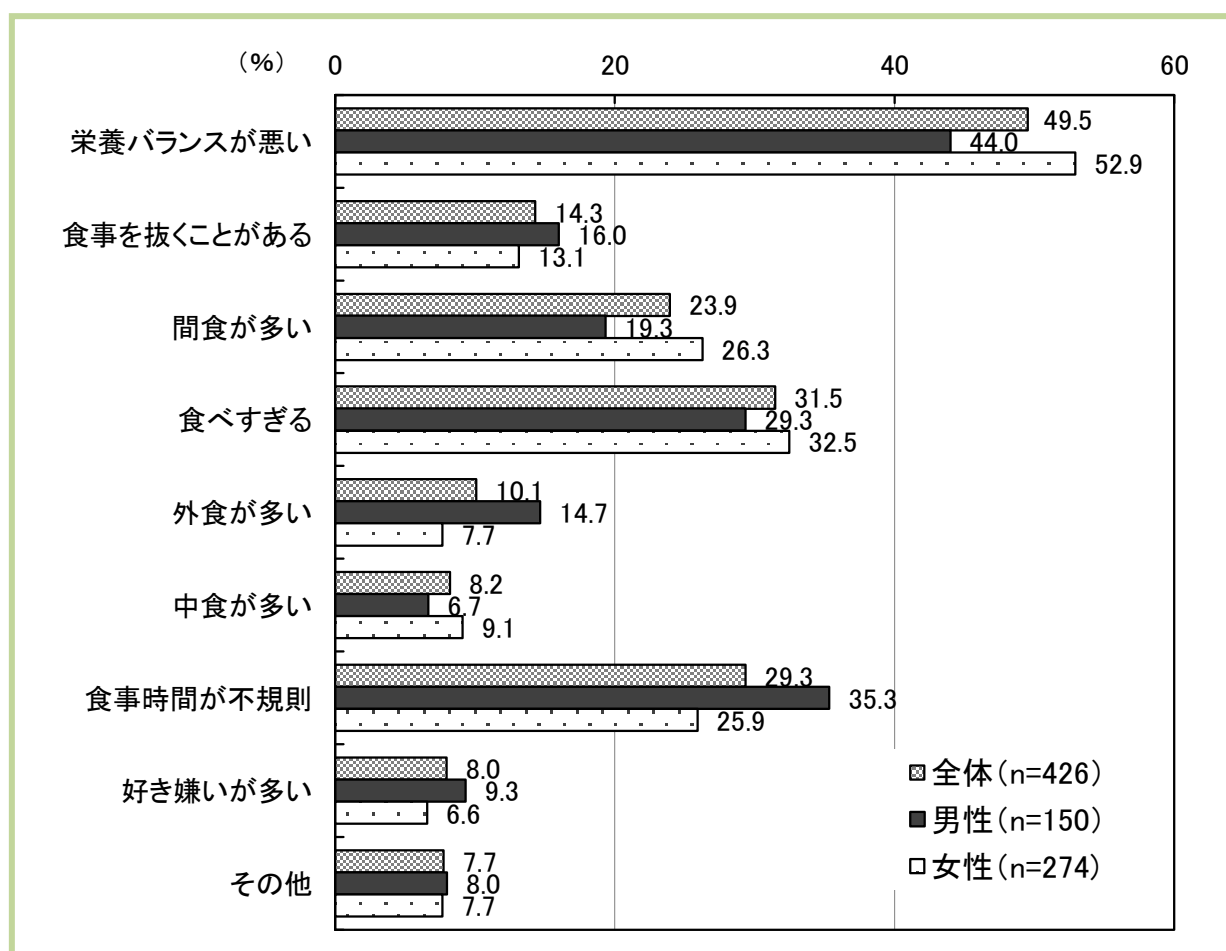
図 現在の食生活に対して問題があると思っている人の割合





- 食生活で「問題がある」「多少問題がある」と回答した人に最も大きな問題点をたずねたところ、「栄養バランスが悪い」が49.5%で最も多く、次いで「食べすぎる」31.5%、「食事時間が不規則」29.3%、「間食が多い」23.9%の順となっています。
- 性別では、女性は「栄養バランスが悪い」「間食が多い」、男性は「食事時間が不規則」への回答が多くなっています。

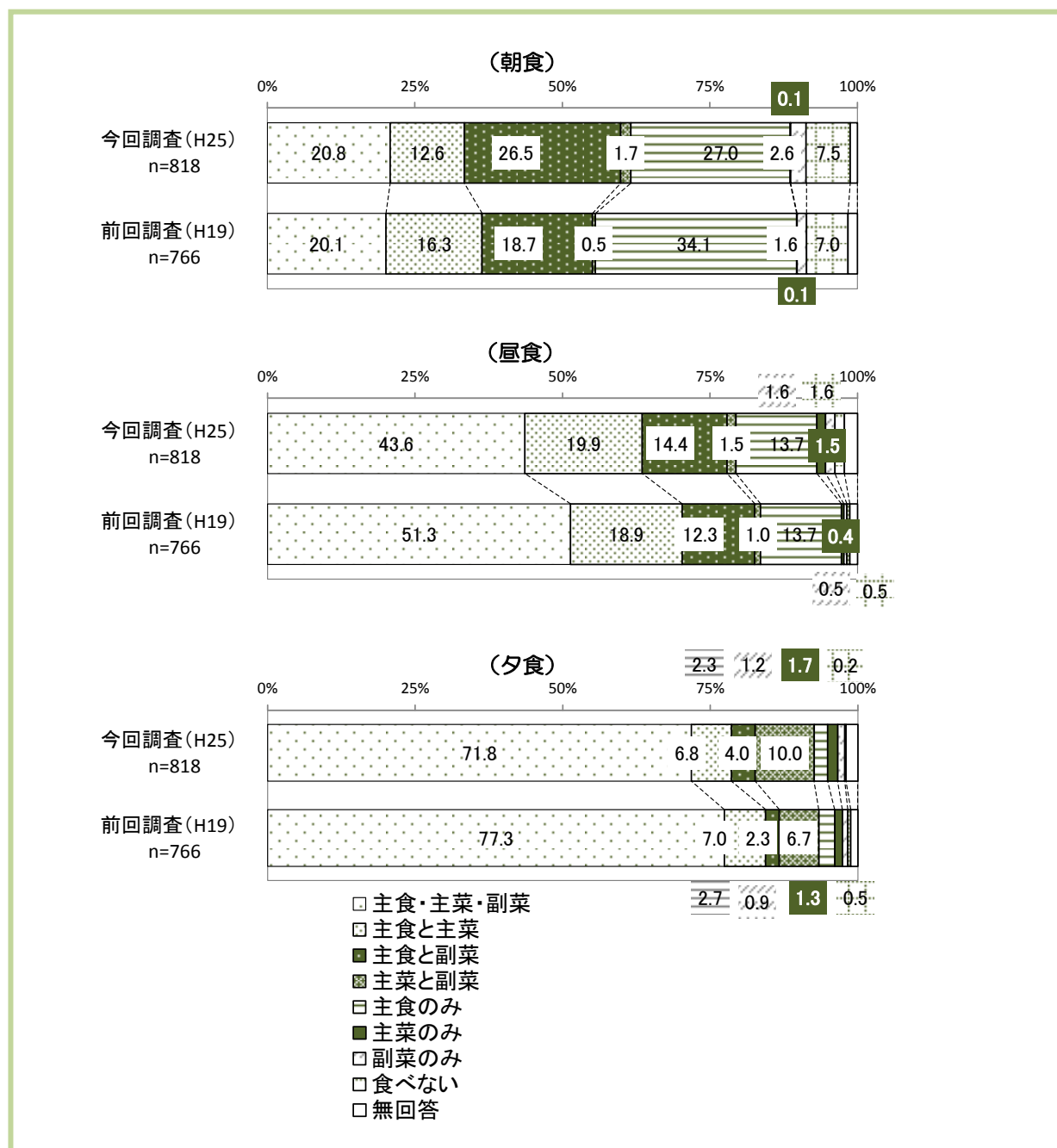
図 食生活の最も大きな問題点



■主食・主菜・副菜の摂取状況

- 朝食については、「主食のみ」が27.0%で最も多く、次いで「主食と副菜」26.5%となっています。
- 昼食、夕食については、「主食・主菜・副菜」がそれぞれ最も多くなっています。
- 前回の調査結果と比較すると、朝食で「主食のみ」が減少し「主食と副菜」の割合が増加していることがわかります。

図 主食・主菜・副菜をとっているか

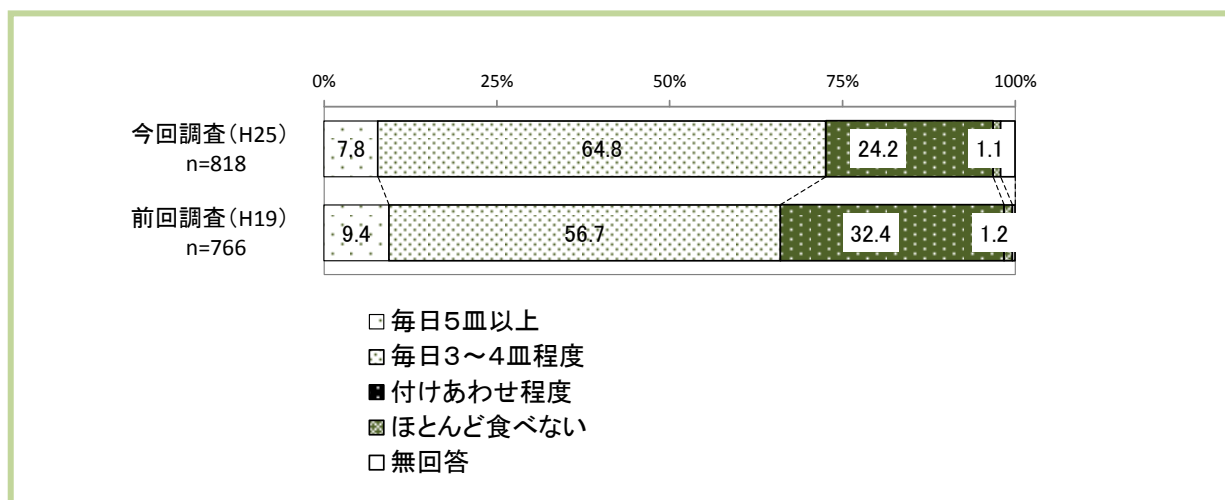




■一日の野菜料理の摂取状況

- 「毎日3～4皿程度」が64.8%で最も多くなっています。
- 前回の調査結果と比較すると、「毎日3～4皿程度」が8.1ポイント増加し「付けあわせ程度」が8.2ポイント減少していることから、より多く食べる人が増えていることがわかります。

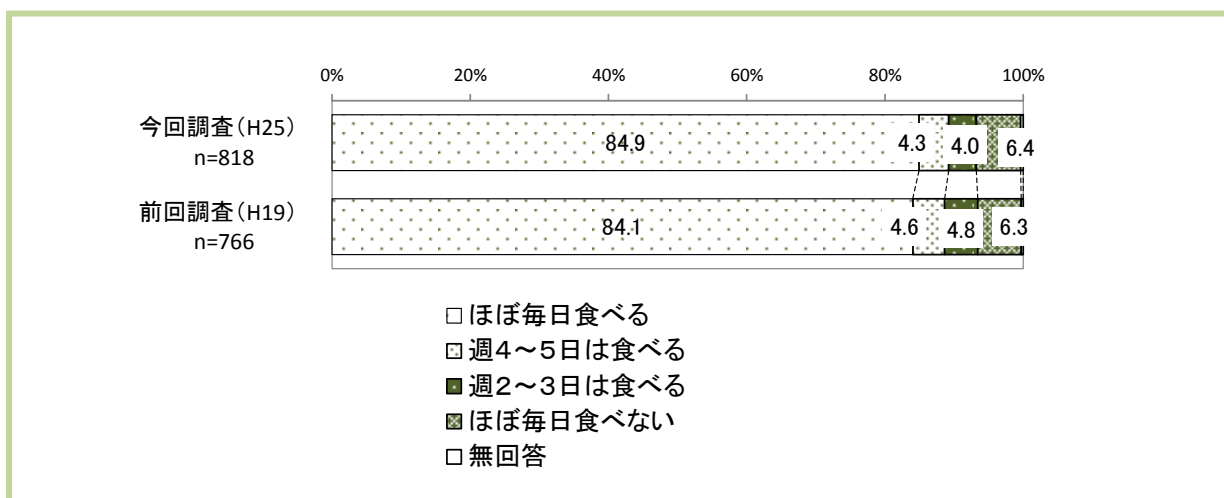
図 野菜料理の摂取状況



■朝食の摂取状況

- 「ほぼ毎日食べる」が84.9%を占めています。
- 平成19年調査時と比べてほぼ変化はみられません。

図 朝食の摂取状況



■自分で料理を作る人

- 「ほぼ毎日」が58.2%で過半数を占めています。
- 性別では男性、年齢別では20歳代で顕著な傾向がみられ、作る頻度が低いことがわかります。特に男性は、「ほとんど作らない」が48.9%と半数近くを占めています。

図 自分で料理を作るか（性別）

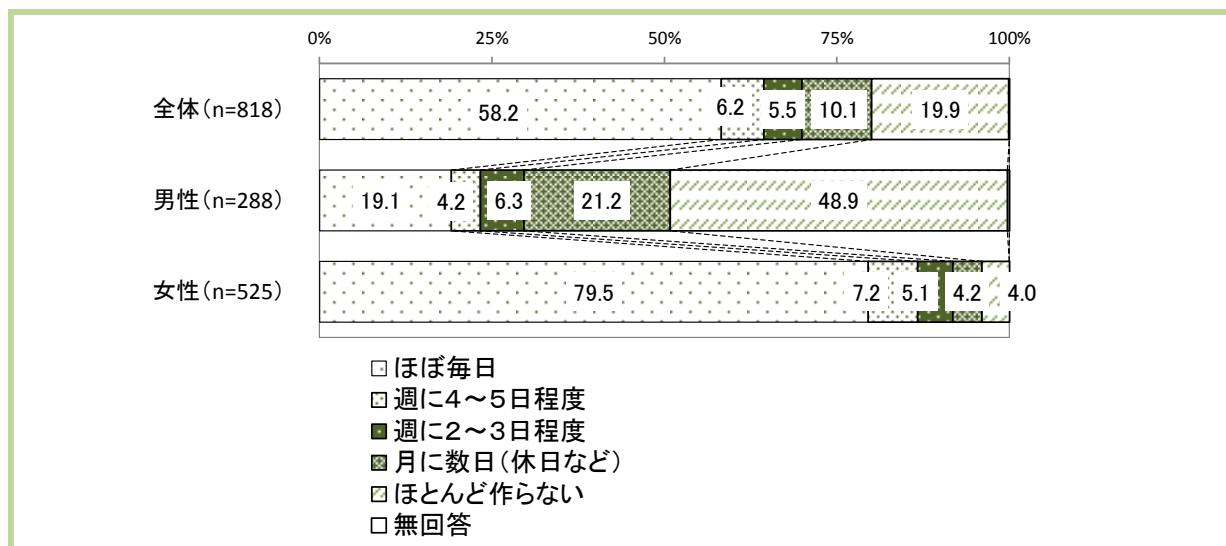
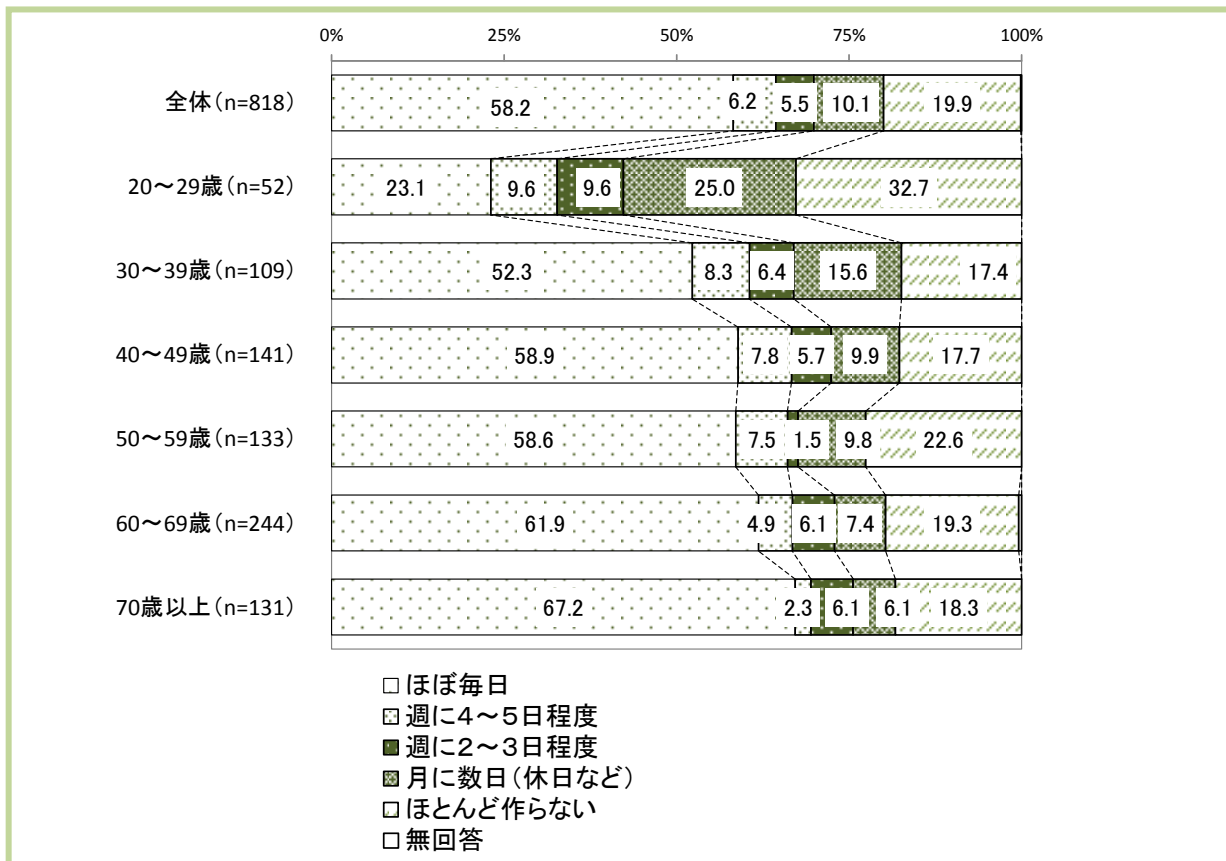


図 自分で料理を作るか（年齢別）



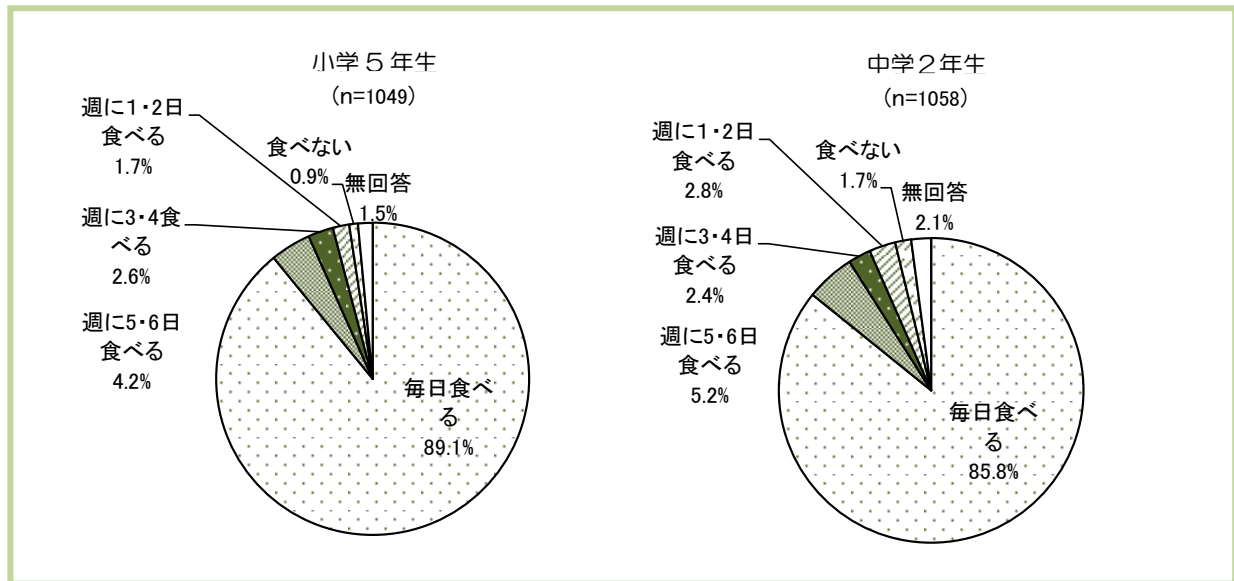


③「子どもの朝食の野菜摂取」の現状（子ども）

■朝食の摂取状況

朝食の摂取状況については、小学生、中学生ともに「毎日食べる」が最も多く、小学生 89.1%、中学生 85.8%でそれぞれ9割近くを占めています。

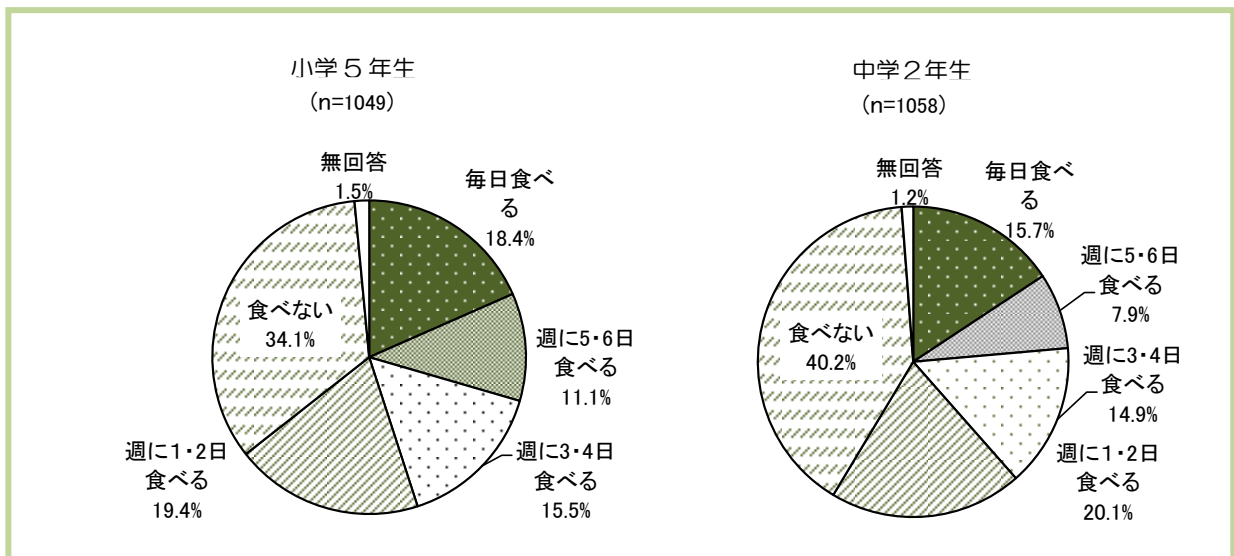
図 朝食の摂取状況



■朝食での野菜摂取状況

朝食に野菜を食べるかどうかについては、小学生、中学生ともに「食べない」が最も多く、小学生 34.1%、中学生 40.2%となっています。逆に「毎日食べる」という人は小学生 18.4%、中学生 15.7%となっています。

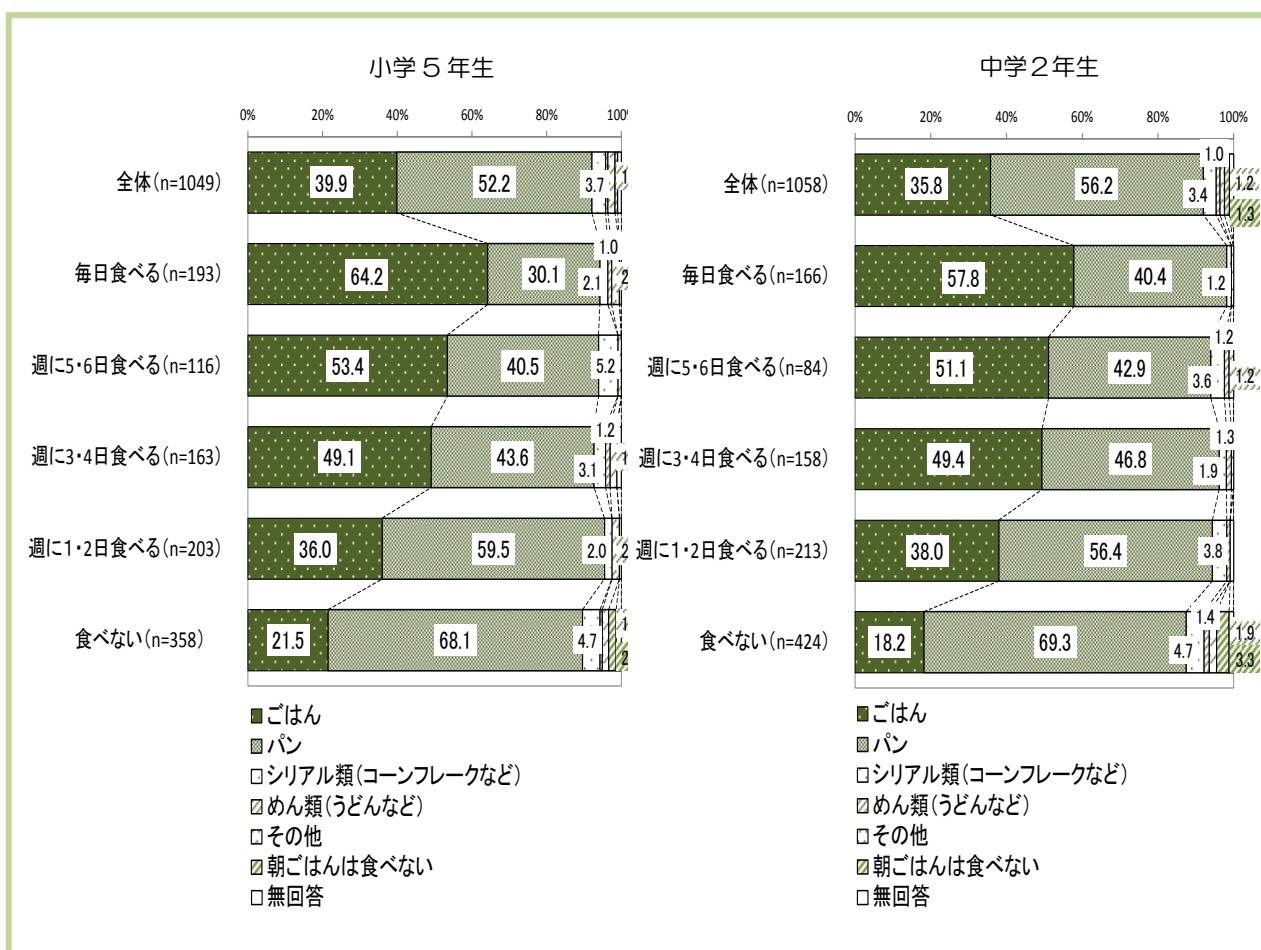
図 朝食での野菜摂取状況



■朝食によく食べるものと野菜摂取状況

朝食に野菜を食べるかどうか別に比較してみると、小学生、中学生ともに頻繁に野菜を食べる人ほど、朝食に「ごはん」をよく食べていることがわかります。

図 朝食に食べるものと野菜摂取状況





④ 「若い世代の朝食欠食」の現状（大人）

■ 年齢別の朝食摂取状況

朝食を食べない傾向がみられるのは、性別では男性、年齢別では20歳代、30歳代の若年層であることがわかります。

図 年齢別 朝食摂取状況

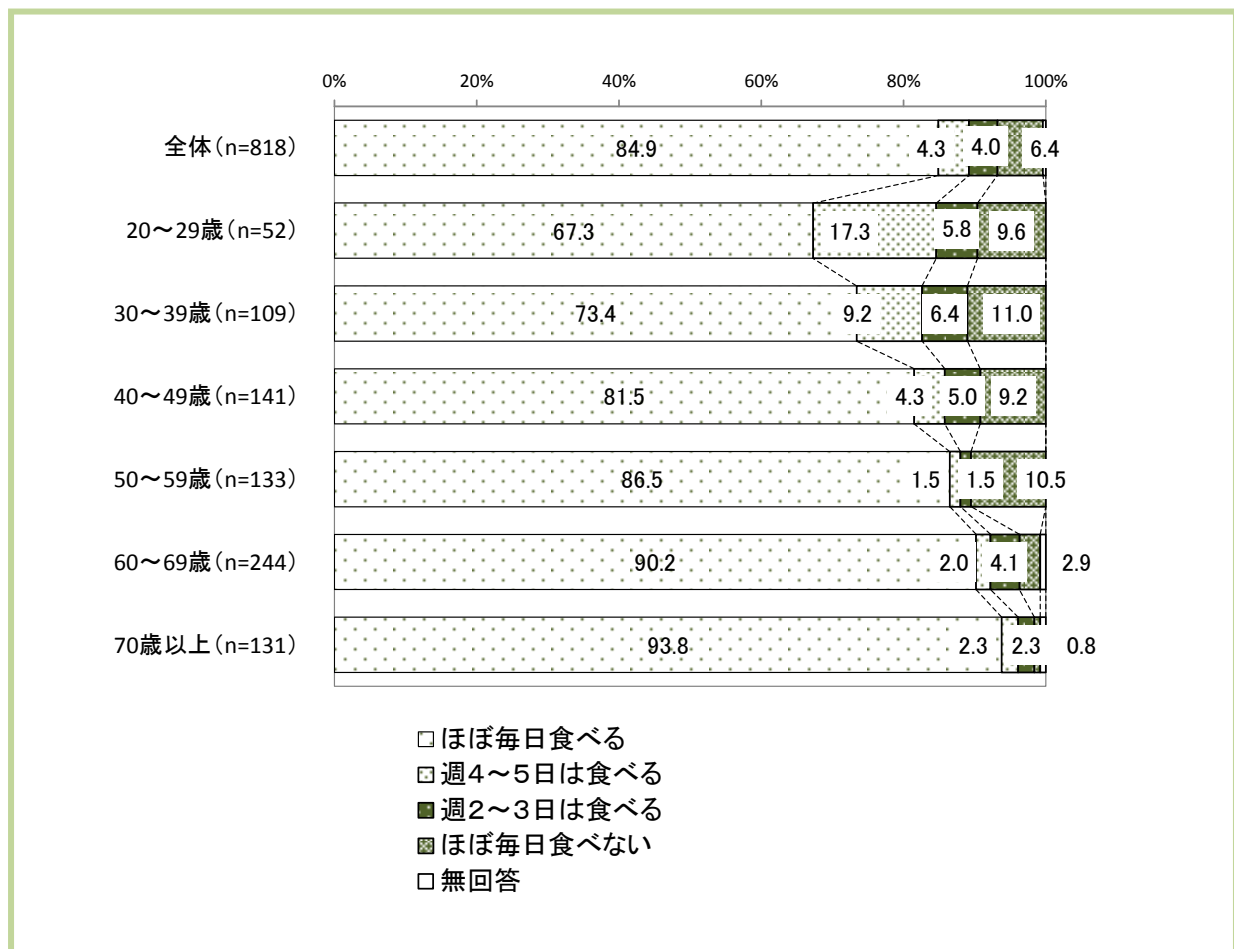
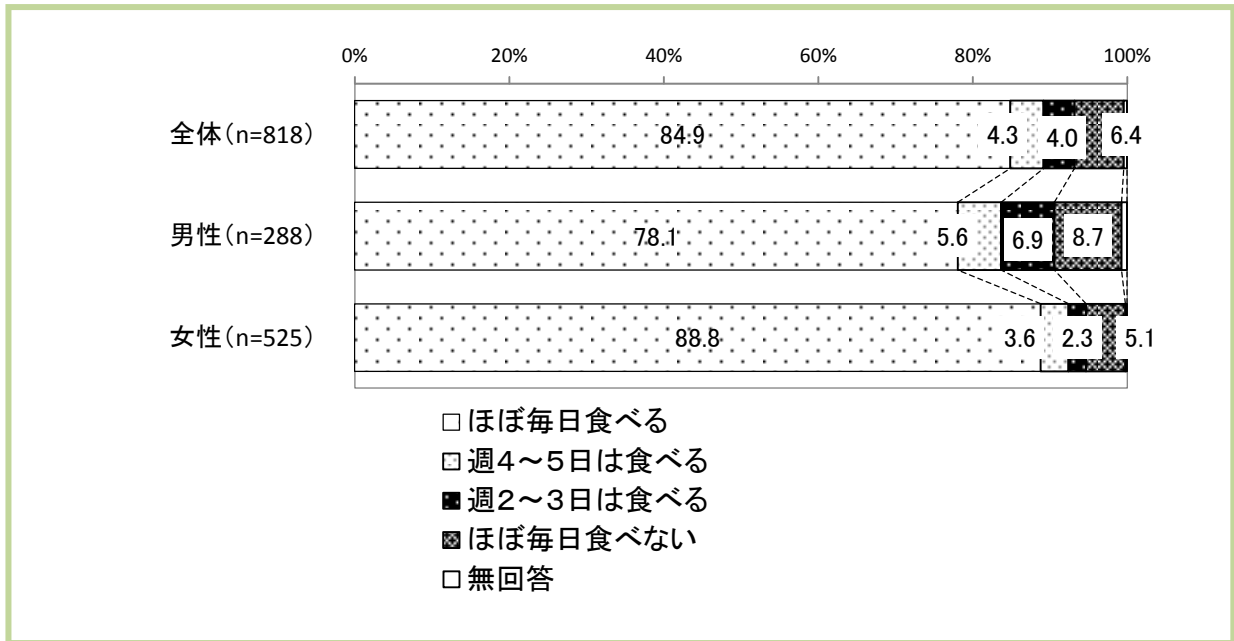


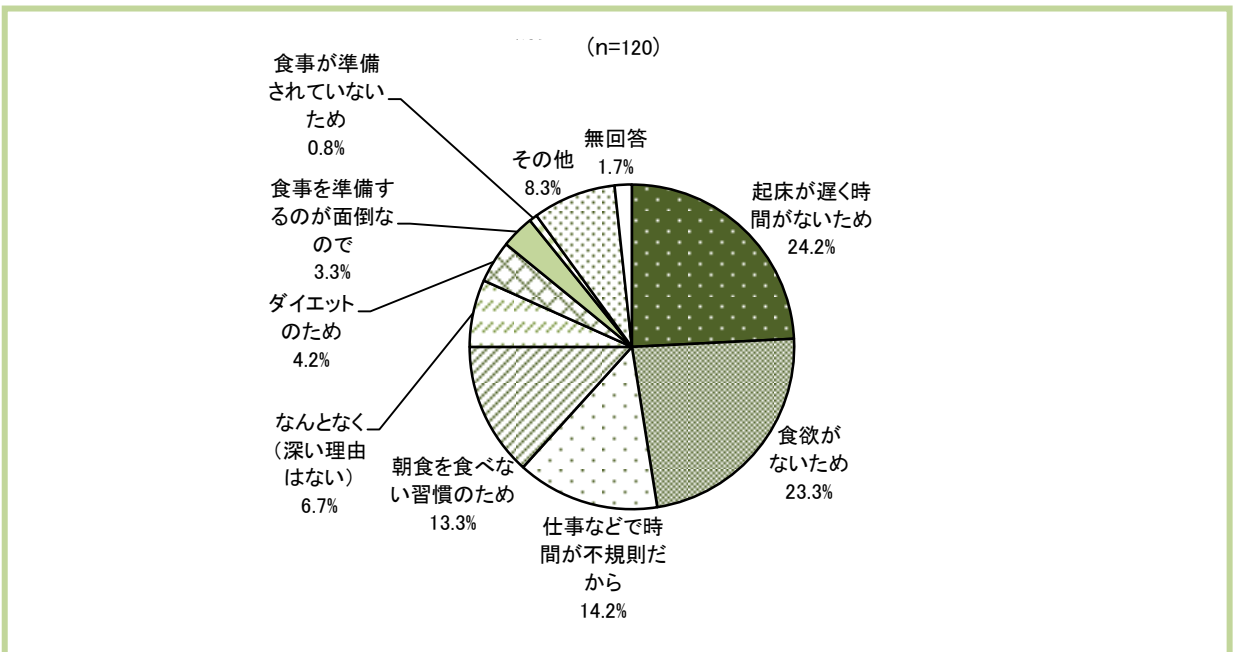
図 性別 朝食摂取状況



■朝食の欠食理由

・「起床が遅く時間がないため」が24.2%で最も多く、次いで「食欲がないため」23.3%となっています。

図 朝食を欠食する理由



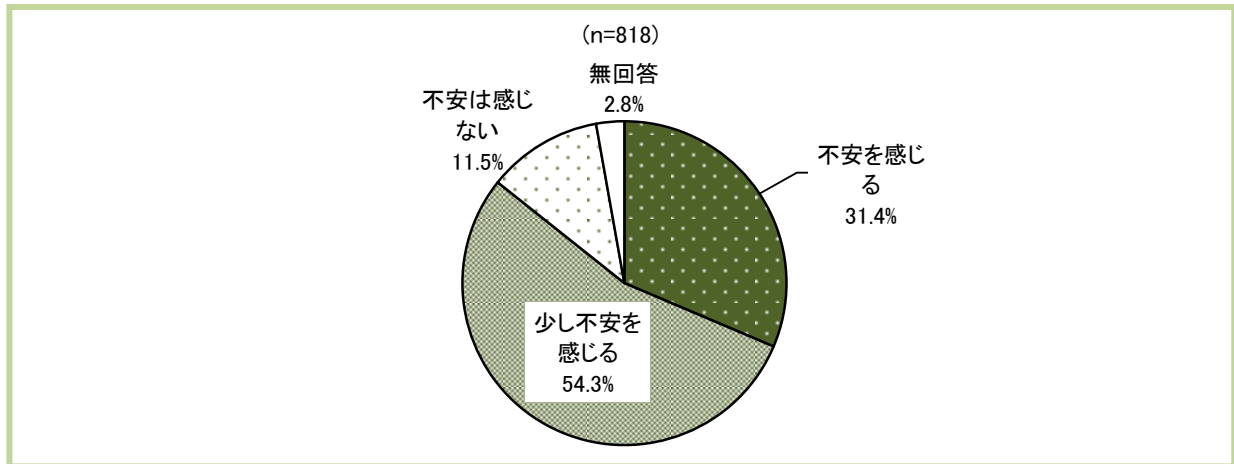


⑤ 「安全な食を選ぶ力を身につける」の現状（大人）

■食の安全性に対する不安

「不安を感じる」は31.4%、「少し不安を感じる」は54.3%で、合計85.7%がなんらかの不安を感じていることがわかります。

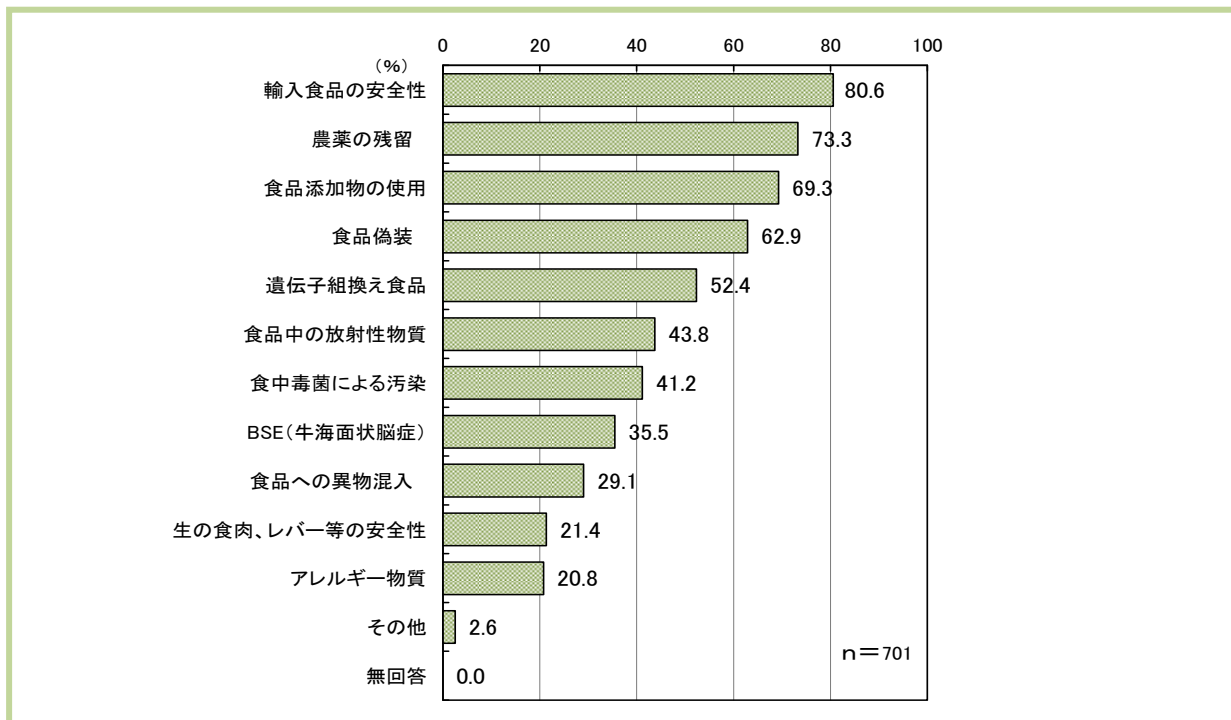
図 食の安全性について不安を感じるか



■食に対する不安を感じる点

「輸入食品の安全性」が80.6%で最も多く、次いで「農薬の残留」73.3%、「食品添加物の使用」69.3%、「食品偽装」62.9%、「遺伝子組換え食品」52.4%の順となっています。

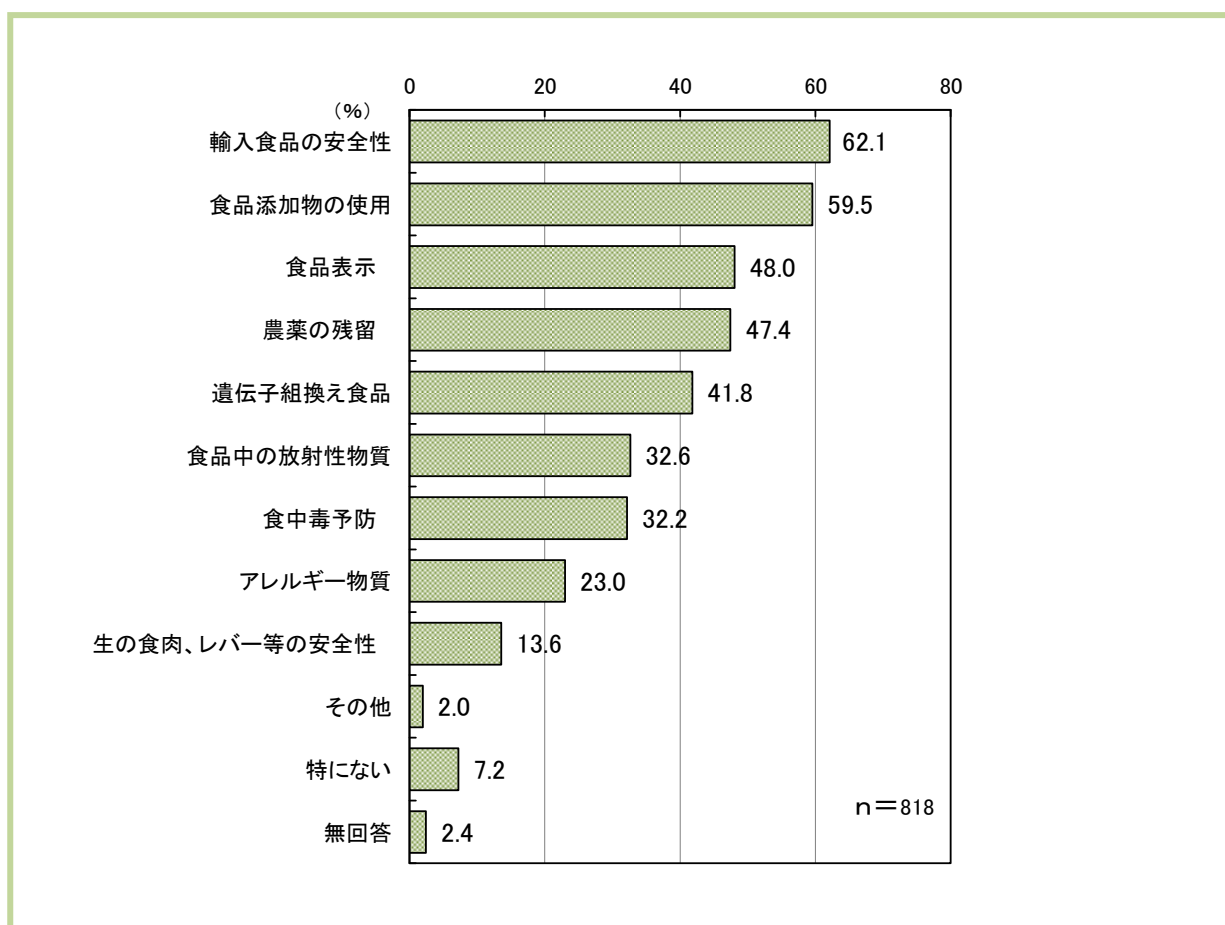
図 食の安全性について不安を感じる点



■ 食の安全性について身につけたい知識

「輸入食品の安全性」が 62.1%で最も高く、次いで「食品添加物の使用」59.5%となっています。また、「食品表示」48.0%、「農薬の残留」47.4%、「遺伝子組換え食品」41.8%についても4割以上の回答があり、関心が多岐にわたっていることがわかります。

図 食の安全性について身につけたい知識



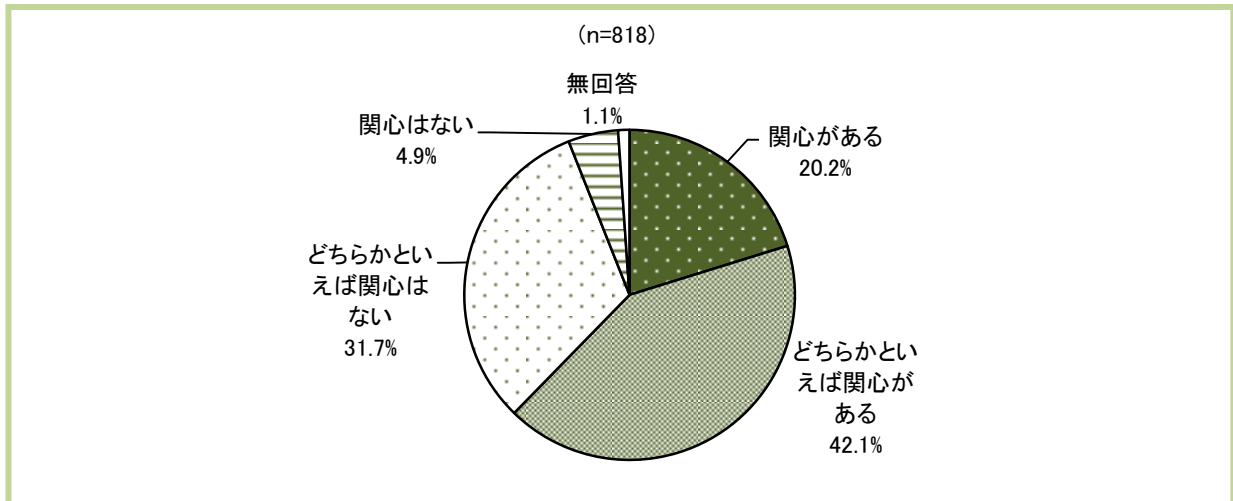


⑥ 「地域の伝統食・食文化を学ぶ」の現状（大人）

■食文化や郷土料理・伝統食への関心

「関心がある」は20.2%、「どちらかといえば関心がある」42.1%で、合計62.3%が関心をもっていることがわかります。

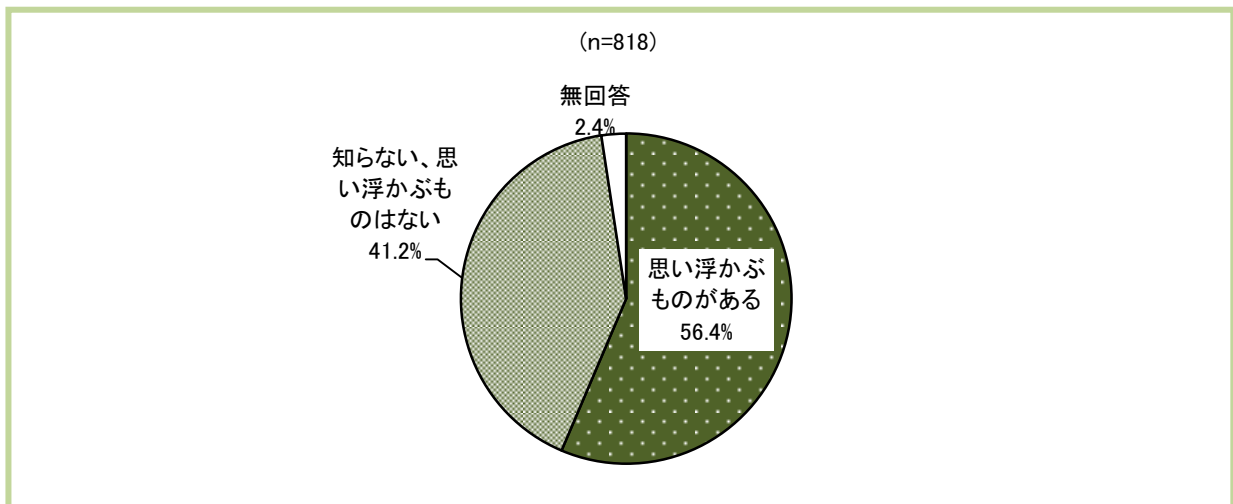
図 食文化や地域の郷土料理・伝統食への関心



■奈良の郷土料理・伝統食で思い浮かぶもの

- ・「思い浮かぶものがある」という人が56.4%で過半数を占めますが、一方で「知らない、思い浮かぶものはない」という人も41.2%あります。
- ・具体的に思い浮かぶ料理等の内訳については、「茶粥（大和茶粥等）」が最も多く、次いで「柿の葉寿司」、「奈良漬」、「あすか鍋」、「そうめん」の順となっています。

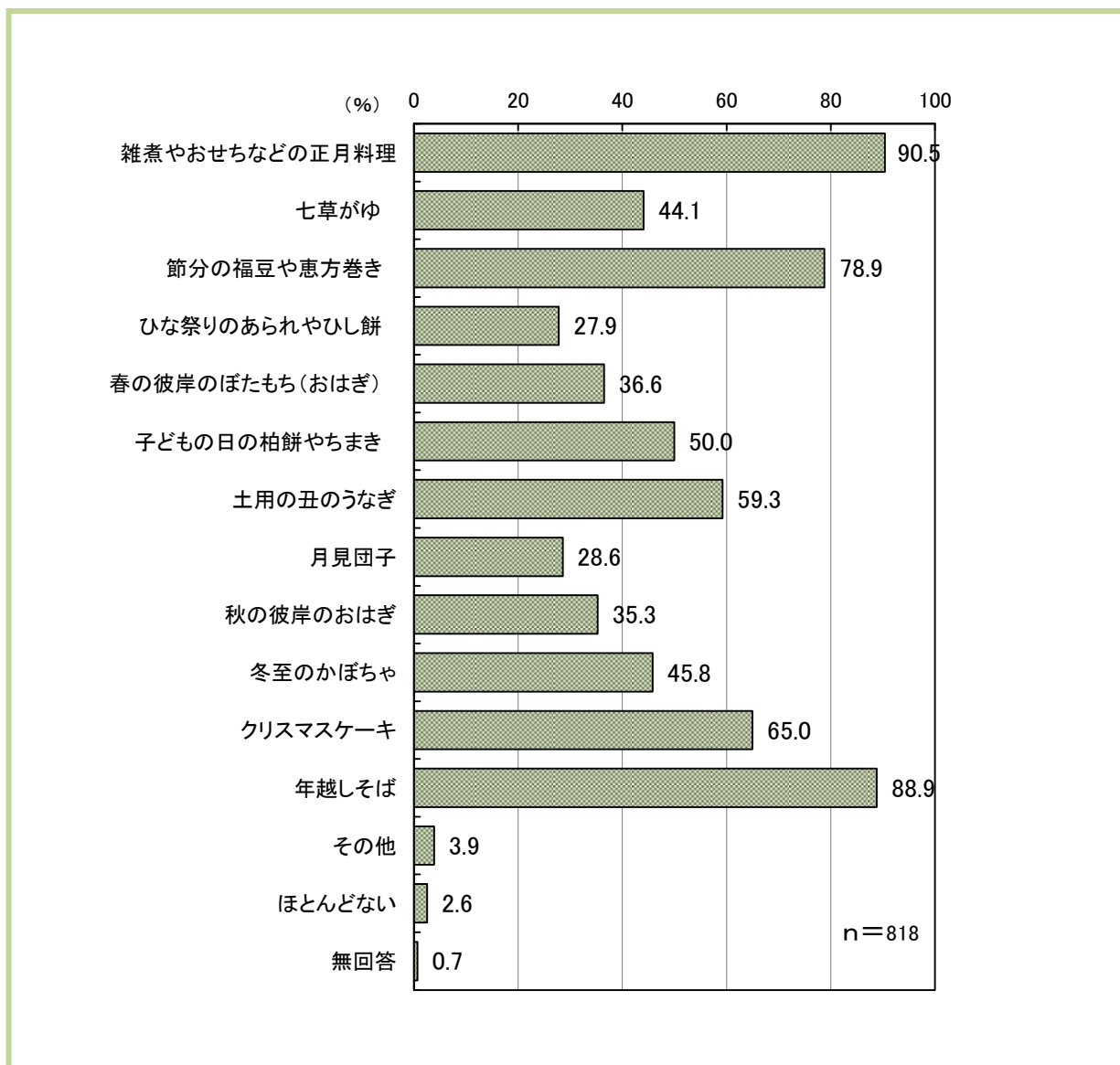
図 奈良の郷土料理・伝統食の認知度



■行事食を食べる習慣

「雑煮やおせちなどの正月料理」が90.5%、「年越しそば」88.9%で、年末年始の行事食についてはほとんどの人が食べていることがわかります。次いで「節分の福豆や恵方巻き」についても78.9%と非常に多くなっています。

図 家庭で食べる行事食



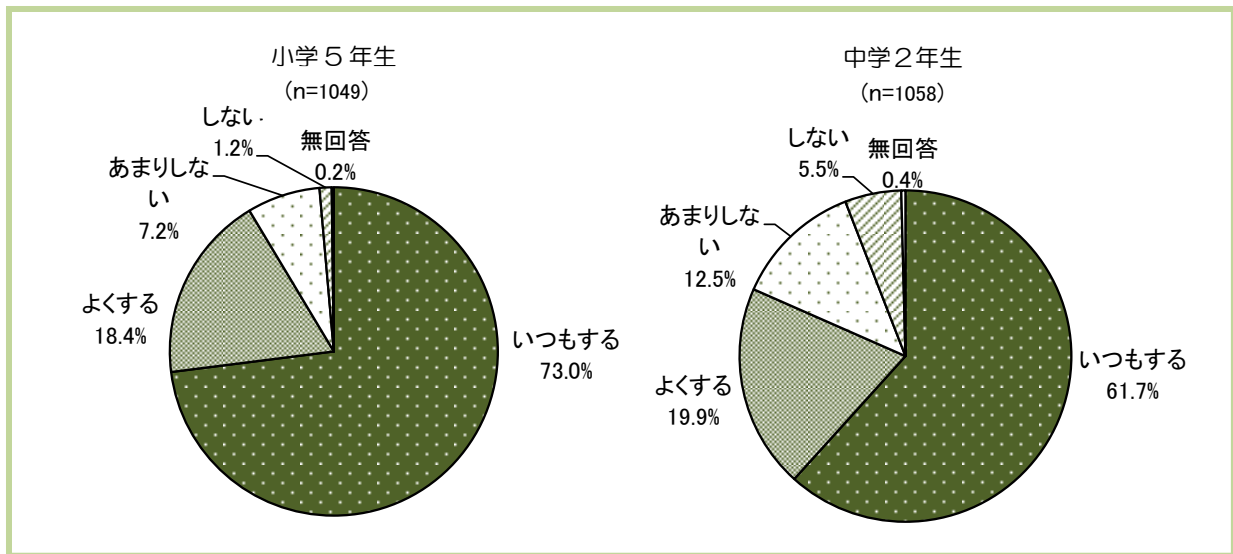


⑦「食に対する感謝の気持ちを次世代に伝える」の現状（子ども・大人）

■食事のあいさつ

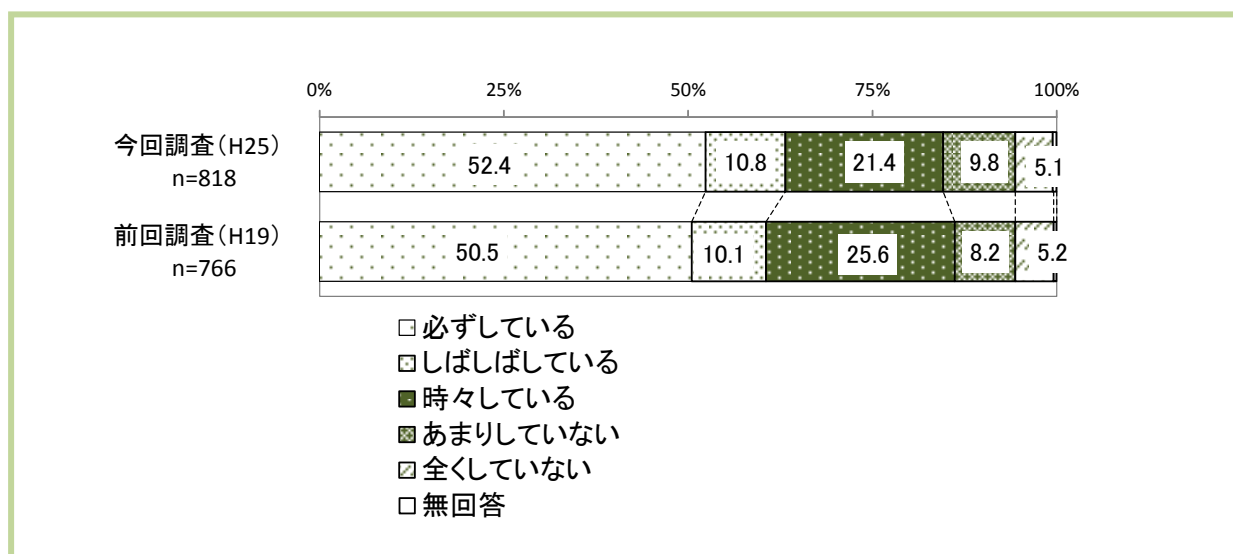
小学生、中学生ともに「いつもする」が最も多くなっていますが、小学生73.0%、中学生61.7%と、中学生は小学生より11.3ポイント低くなっています。一方、「あまりしない」や「しない」という回答は、小学生で約1割、中学生で2割みられます。

図 朝食での野菜摂取状況（子ども）



20歳以上において、食事の際のあいさつを「必ずしている」という人は52.4%となっています。

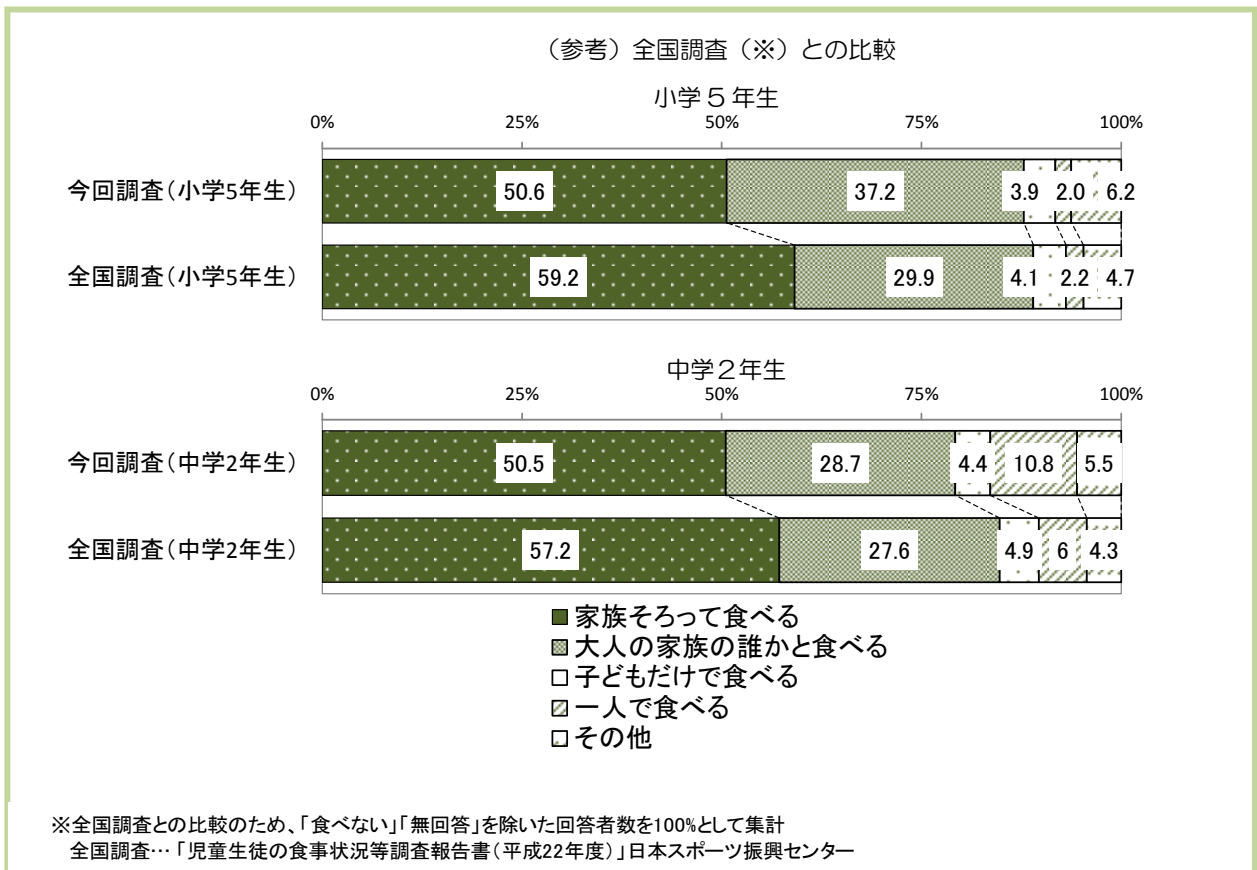
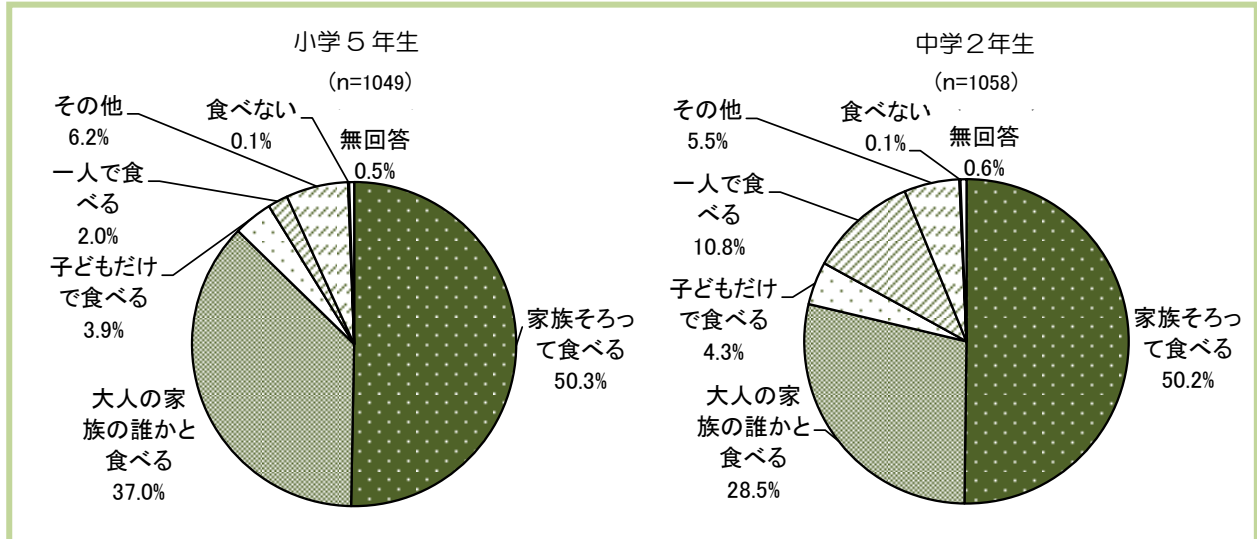
図 食事の際のあいさつ（大人）



■ 共食の状況

- ・夕食は、小学生、中学生ともに「家族そろって食べる」が半数を占め、小学生 50.3%、中学生 50.2% となっています。一方、「一人で食べる」は小学生 2.0%、中学生 10.8% という結果でした。
- ・全国調査の結果と比較すると、小学生、中学生ともに「家族そろって食べる」への回答が全国値を下回っていることがわかります。

図 共食の状況（夕食）

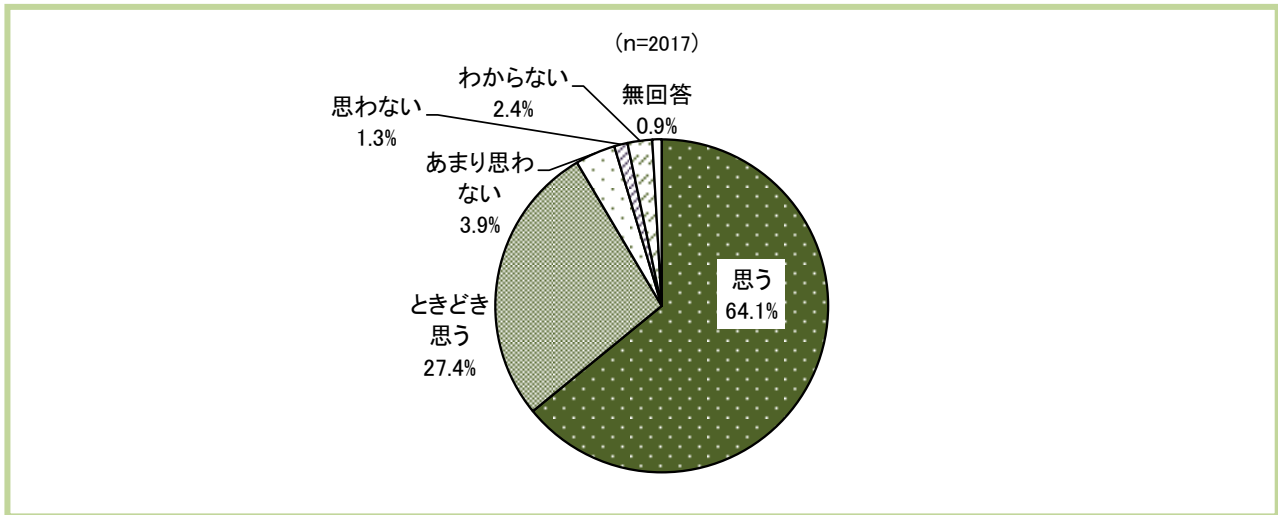




■ 食べ残しをもたないと思うか

小学生、中学生ともに「思う」が過半数を占め、小学生 63.1%、中学生 65.1%となっています。「ときどき思う」はそれぞれ約3割となっています。

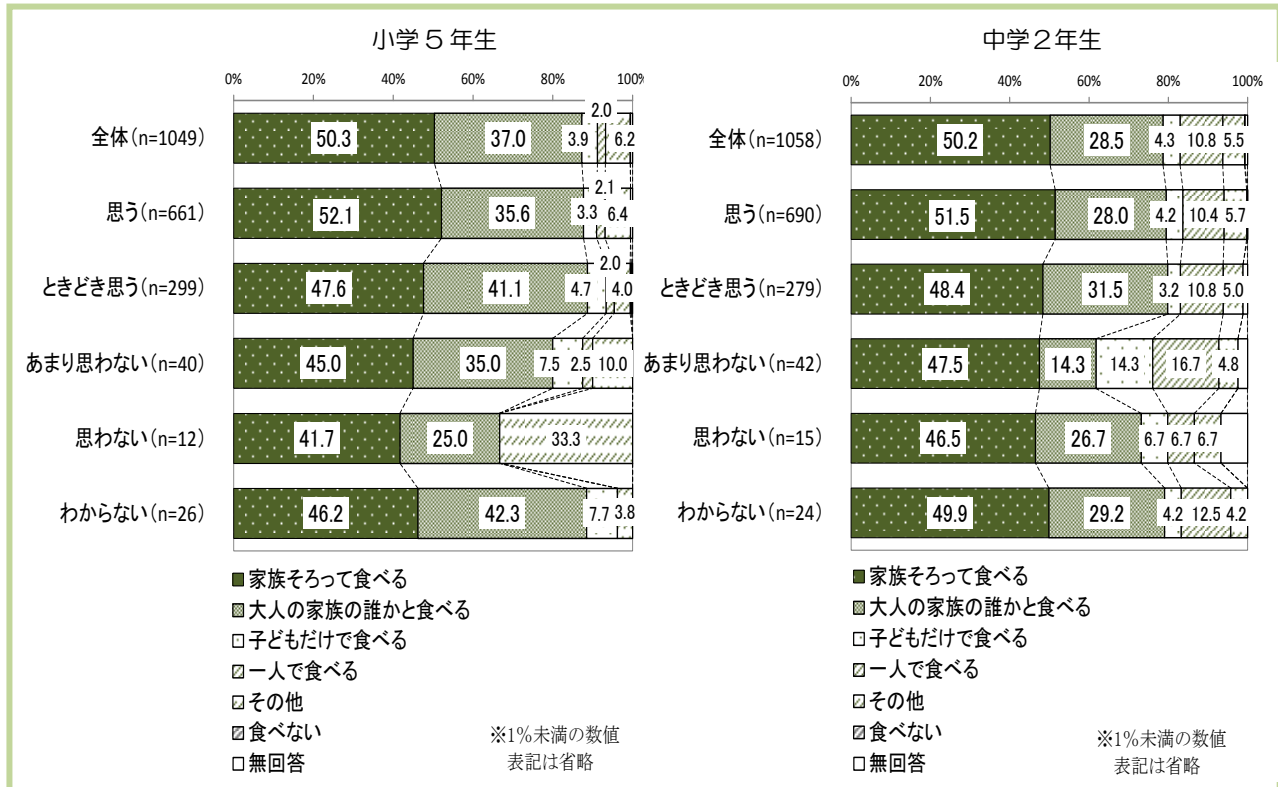
図 食べ残しをもたないと思うか（子ども）



■ 共食の状況と食べ残しをもたないと思うか

小学5年生については、大人と食べる方が「食べ残しをもたないと思う」傾向が見られます。

図 「共食の状況」と「食べ残しをもたないと思うか」の関係（子ども）





3. 第1次計画の評価、目標達成度

第1次計画で設定した目標の達成状況は下記のとおりです。

評価については、平成25年の値が目標値を達成したものは「○」、目標値は達成しなかったが改善がみられる、または高い数値を維持しているものは「△」、目標値を達成できず改善もみられないものは「×」としています。

食育推進運動の展開（全体）

項目	対象	策定時 (平成19年)	目標値	評価時 (平成25年)	評価
食育に関心を持っている人（関心がある・どちらかといえば関心がある）の割合	20歳以上	79.7%	90%以上	82.4%	△
食育を何らかの形で実践している人（積極的にしている・できるだけするようにしている）の割合	20歳以上	57.6%	70%以上	75.3% 規則正しい食生活をいつも心がける人	○

食育に関心を持っている人の割合は、目標値は達成できませんでしたが数値の上昇がみられます。一方、何らかの形で食育を実践している人は、「規則正しい食生活をいつも心がける人」で目標値を達成できました。

規則正しい食習慣を身につける

①毎日朝食をとろう

項目	対象	策定時 (平成19年)	目標値	評価時 (平成25年)	評価
朝食を毎日食べる児童・生徒の割合	小学5年生	89.6%	増やす	89.1%	△
	中学2年生	78.7%	83%以上	85.8%	○
朝食をほぼ毎日食べる人の割合	20歳以上	83.9%	85%以上	84.9%	△

朝食の摂取状況について、中学2年生では目標値を達成しました。小学5年生については、未達成ではありますが、奈良県（87.3%）と比較すると高い数値を維持しています。

また、20歳以上の朝食摂取は、目標値は達成できませんでしたが数値の上昇がみられます。これまで、子育て世代や高齢者を中心に取り組みを行ってきました。朝食欠食が多い若い世代に対して、重点的に啓発を行う必要があります。



「食」を選択する力を身につける

②バランスの取れた食事をしよう

項目	対象	策定時 (平成 19 年)	目標値	評価時 (平成 25 年)	評価
朝食・昼食・夕食のいずれにも主食・主菜・副菜がそろっている人の割合	20 歳以上	11.9%	20% 以上	11.6%	×

朝食・昼食・夕食のいずれにも主食・主菜・副菜がそろっている割合は、変化がみられず目標値に達成しませんでした。イベントや広報媒体による啓発を行ってきましたが、改善につながりませんでした。情報発信だけにとどまらず、望ましい食生活ができるような環境づくりをする必要があります。

③食の安全性を見極めよう

項目	対象	策定時 (平成 19 年)	目標値	評価時 (平成 25 年)	評価
食品の安全性に関する基礎的な知識を持っている市民の割合	20 歳以上	現状値なし	60% 以上	67.7% 十分ある・ある程度ある人	○

食品の安全性に関する基礎的な知識を持っている市民の割合は、目標値を達成しました。近年、様々な食の安全に関する問題が発生したため、市民も高い関心を持っていることが伺えます。

食文化を通じて豊かな心を育てる

④食に対する感謝の気持ちを大切にしよう

項目	対象	策定時 (平成 19 年)	目標値	評価時 (平成 25 年)	評価
食事のあいさつをする（いつもする・よくする）児童・生徒の割合	小学 5 年生	88.1%	増やす	91.4%	○
	中学 2 年生	70.0%	増やす	81.6%	○
食事のあいさつをする（必ずしている・しばしばしている・時々している）人の割合	20 歳以上	86.2%	増やす	84.6%	×

食事のあいさつをする児童・生徒の割合は増加し、目標値を達成しました。学校における食育活動が進められたことにより、児童・生徒に食事のあいさつが身についたことが伺えます。しかし、20 歳以上の人が食事のあいさつをしている割合は減少しており、朝食摂取と同様、若い世代に対する働きかけが重要です。



4. 奈良市食育行政事業

	事業	内容
親と子の食育推進	食育に関する講座の実施	地域子育て支援センター・つどいの広場・子育てスポットすくすく広場・子育てスポットにおいて食育に関する講座を実施する。
	公民館等における料理教室や食に関する講座の実施	公民館事業としての料理教室などを通じ、参加者に食への関心を深めていただくとともに、健全な食生活への取組みを啓発する。
	各種健康づくり教室の実施	妊婦・乳幼児・成人を対象に各種健康教室において、栄養・食生活に関する知識と情報を提供する。
	乳幼児健康診査時栄養指導の実施	成長過程で生じる食に関する問題や個々の不安を解消し、正しい食習慣の確立を支援するため、個別栄養相談を実施する。発達時期に合わせた栄養・食生活情報を提供する。
保育所・幼稚園での食育推進	保育における食育推進	食育指導の目標を設定し、保育所及び認定こども園における食育の推進を図る。 食に関する指導計画を作成し、望ましい食習慣を身につける保育を展開する。
	P T A、保護者会との連携による研修会の開催	P T Aや保護者会と連携して研修会を開催し、家庭での適切な食習慣の実践を支援する。
	保育所職員研修	職員を対象にした研修により必要な知識や情報を習得するとともに各園の取り組みについて情報共有を行い、各職員の専門性を活かした食育を実践する。
	保育所給食を通じた食育啓発	保護者に配布する保育所給食献立表や園だよりで食事バランスや食文化等の食育を啓発する。
	米飯給食の実施	米飯給食などを通じて、栄養バランスのとれた日本型食生活を啓発する。
	保育所における行事食の実施	日本の伝統的な食文化や行事食を給食に取り入れ、食体験を進める。
	菜園活動体験保育及びクッキング保育の実施	園庭などで栽培収穫した野菜やいも等の食材を使い、園児が調理する楽しさや食物に感謝しながら食べる喜びを味わう保育を行う。
学校での食育推進	学校における食育推進	学校において、食育推進委員会及び食育推進部を設置するなど、組織的な指導体制の整備を推進する。
	教科指導における食育推進	学校給食や各教科、道徳、特別活動、総合的な学習の時間などで、食についての理解を深める授業を展開する。
	栄養教諭や学校栄養職員などを中心とした食育推進	栄養教諭や学校栄養職員について職場での重要性を啓発し、栄養教諭や学校栄養職員を中心に児童生徒や教職員、給食調理員などが一体となって食育を推進する。
	P T A、保護者会との連携による研修会の開催	P T Aや保護者会と連携して研修会を開催し、家庭での適切な食習慣の実践を支援する。
	食育教育の理解や普及、啓発を目的とした授業参観、懇談会の実施	家庭と協力し食育指導を進めるために、食育に関する授業参観、懇談会や給食試食会の開催を推進する。

計画の目標との関連						担当部署
①バランスのとれた規則正しい食生活をしよう	②子どもの朝食には野菜を増やそう	③若い世代の朝食欠食をなくそう	④安全な食を選ぶ力を身につけよう	⑤地域の伝統食・食文化を学び次世代に伝えよう	⑥食に対する感謝の気持ちを大切にしよう	
○	○	○				子ども育成課
○			○	○	○	生涯学習課
○	○	○				健康増進課
○	○	○				
○	○		○	○	○	こども園推進課
○	○		○	○	○	保育所、認定こども園
○	○	○	○	○	○	こども園推進課 保育所、認定こども園
○	○	○	○	○	○	
○	○	○	○	○	○	
○				○	○	
○				○	○	
○			○	○	○	保育所、認定こども園
○	○	○	○	○	○	学校教育課 小中高等学校
○	○	○	○	○	○	
○	○	○	○	○	○	保健給食課 学校教育課 小中高等学校
○	○	○	○	○	○	学校教育課、小中学校
○	○	○	○	○	○	保健給食課 学校教育課 小中学校

	事業	内容
学校での食育推進	職員研修	食に関する指導の公開授業及び研究協議、講演会などを行い、食育指導に関する教職員の指導力向上に努める。
	指導主事による食育指導への指導助言	学校・幼稚園の要請に応じ、指導主事が食育指導の改善、充実、発展のために指導助言を行う。
	地元食材を使用した学校給食の実施	新鮮な食材の確保と地域理解（自然、食文化、産業等の理解）を深めるために、学校給食における地元産の農産物及び加工品の使用を推進する。
	米飯給食の実施	米飯給食などを通じて、栄養バランスのとれた日本型食生活を啓発する。
	給食だよりを通じた食育啓発	保護者などに対して望ましい食習慣や健全な食生活を啓発するために、学校給食献立表、食育に関する啓発記事を掲載した給食だよりの配布に努める。
生涯を通じての食育推進	「食育の日」、「食育月間」の普及啓発	「食育の日」、「食育月間」に関する啓発記事をホームページ・ならしみんだよりに掲載するなどにより食育の周知を行う。
	特定給食施設指導	健康増進法に基づく特定給食施設などの施設管理者及び給食関係者に対し栄養改善などの指導に努める。
	食育推進イベントの開催	食育の様々な分野を体験できるイベントを関係団体と協働で行い、啓発をする。
	地産地消推進のためのイベント開催	新鮮な食材の確保と地域理解（自然、食文化、産業等の理解）を深めるために、イベントなどを通じて地元産の農産物及び加工品の使用を推進する。
	公民館等における料理教室や食に関する講座の実施（再掲）	公民館事業としての料理教室などを通じ、参加者に食への関心を深めていただくとともに、健全な食生活への取組みを啓発する。
	朝食を中心とした生活習慣に関する情報の発信	生活習慣の改善などや家庭における健康づくりをホームページ・ならしみんだより・リーフレット等による情報発信する。
	各種健康づくり教室の実施（再掲）	妊婦・乳幼児・成人を対象に各種健康教室において、栄養・食生活に関する知識と情報を提供する。
	食生活改善推進員支援	食育推進のため、食に関する正しい知識をより多くの人に普及する体制の充実をめざして、食生活改善推進員対象の研修会や活動に対する専門的アドバイスなどを行う。
	食の安全・安心に関する情報提供	食品のリスクコミュニケーションに関する説明会などを実施し、食品の安全性に関する情報の提供を行う。

計画の目標との関連						担当部署
①バランスのとれた規則正しい食生活をしよう	②子どもの朝食には野菜を増やそう	③若い世代の朝食欠食をなくそう	④安全な食を選ぶ力を身につけよう	⑤地域の伝統食・食文化を学び次世代に伝えよう	⑥食に対する感謝の気持ちを大切にしよう	
○	○	○	○	○	○	学校教育課
○	○	○	○	○	○	
			○	○	○	保健給食課 小中学校
○				○	○	
○	○	○	○	○	○	保健給食課
○	○	○	○	○	○	保健総務課
○	○	○	○	○	○	
○	○	○	○	○	○	
					○	農林課
○			○	○	○	生涯学習課
○	○	○				健康増進課
○	○	○				
○	○	○				
			○			生活衛生課

