

合志市食育推進計画におけるSDGsの取り組み

目標(Goal)	目標達成に向けた取り組みの方向性
 1 貧困をなくそう	全ての市民に必要な最低限の暮らしが確保されるよう、きめ細やかな支援策に取り組みます。
 2 飢餓をゼロに	地域の自然資源を活用しながら安全な食料確保及び栄養改善を実現し、持続可能な農業の促進に取り組みます。
 3 すべての人に健康と福祉を	あらゆる年齢の全ての人の健康的な生活を確保し、福祉を促進していくことで、住民の健康状態の維持・確保に取り組みます。
 4 質の高い教育をみんなに	全ての人に包摂的かつ公正な質の高い教育をみんなに確保し、生涯学習の機会を促進できるような環境づくりに取り組みます。
 8 働きがいも経済成長も	全ての人々の完全かつ生産的な雇用と働きがいのある人間らしい生活ができるような環境づくりに取り組みます。
 9 産業と技術革新の基盤をつくろう	人々の暮らしの質や健康度の向上につながる新たな産業化の促進やイノベーションの推進を図ります。
 10 人や国の不平等をなくそう	少数意見を吸い上げつつ、不公平・不平等のないまちづくりに取り組みます。
 11 住み続けられるまちづくりを	包摂的で、安全な、レジリエント(強じんさ、回復力)で持続可能なまちづくりを進めます。
 17 パートナリシップで目標を達成しよう	公的/民間セクター、市民、NGO/NPO等の多くの関係者との協力関係を築き、パートナーシップを活性化して目標達成に取り組みます。

合志市 第2次 食育推進計画

令和3年度～令和6年度



発行:合志市健康福祉部健康づくり推進課

〒861-1116 熊本県合志市福原2922 電話:096-248-1173

令和3年3月
合志市

計画の概要について

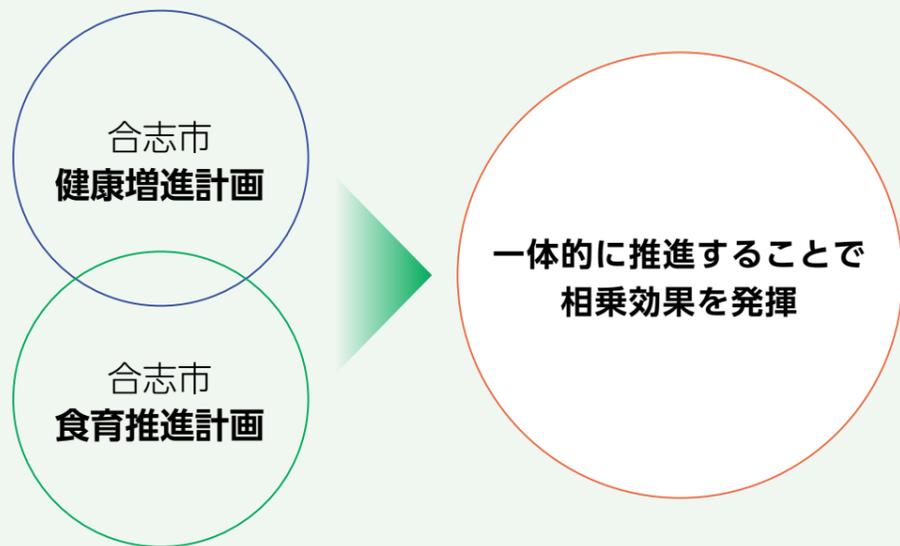
1 計画策定の趣旨

「健康」はすべての市民の願いであり、一人ひとりが「生活の質(QOL)」を向上させ、充実した日常生活を過ごして豊かな人生を送るための前提条件です。高齢期になってもいきいきと自分らしく暮らすために、生涯にわたる心身の健康づくりに取り組むことが大切です。本計画は、健康増進法・食育基本法に基づきながら、高齢化の進展や社会環境の変化、疾病構造や生活習慣病の重症化に対応し、市民一人ひとりが主体的な健康づくりの推進に努めていくことを目指して、市民の健康づくりを総合的かつ計画的に推進することを目的に、策定しました。

初年度
令和3年度
(2021年度)
目標年度
令和6年度
(2024年度)

2 食育計画の位置づけ

第二次 健康増進計画と食育推進計画の関係



本計画は食育基本法第18条第1項に基づく「市町村食育推進計画」に位置づけられます。市民の健康づくりを総合的、計画的に推進することを目的とする「合志市健康増進計画」を上位計画とし、食育の推進と健康づくりを一体的に推進します。



データで見る合志市の地域特性

平均寿命 (平成27年度)

男性…81.6歳 女性…87.9歳

男女ともに全国・県よりも平均寿命は長くなっています。

全国と県の数字は下記のとおりです。

	全国	熊本県		全国	熊本県
男性	80.8歳	81.2歳	女性	87.0歳	87.5歳

主な死因 (平成29年度)

1位— 悪性新生物

2位— 心疾患

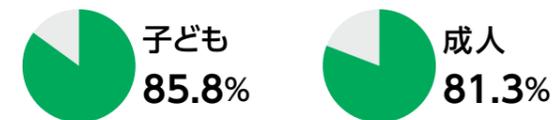
3位— 老衰

4位肺炎、5位脳血管疾患となっており、死因の上位は生活習慣病が多くを占めています。

朝食を毎日食べる (令和2年度)

朝食を週6日以上食べている割合

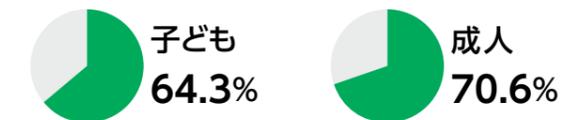
子ども、成人ともに毎日朝ごはんを食べる人は8割以上おり、前計画時より増加しています。



野菜を毎日食べる (令和2年度)

野菜を週5日以上食べている割合

大人世代の方が、より意識して野菜を摂取できています。



孤食の状況 (令和2年度)

朝食・夕食とも1人で食事する割合

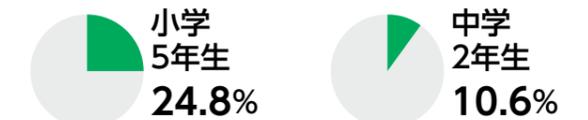
1人で食事をする孤食の状況の割合は、成人で5割弱、子どもで1割です。



地産・地消に対する意識 (令和2年度)

合志で取れる野菜や果物について家庭で話をする子どもの割合

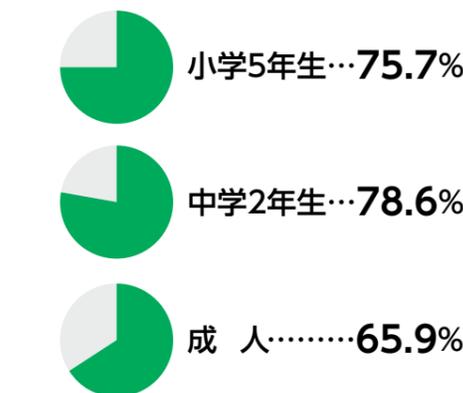
地元食材に関心を持つ割合は、増加する傾向にあります。



適正な体重の維持 (令和2年度)

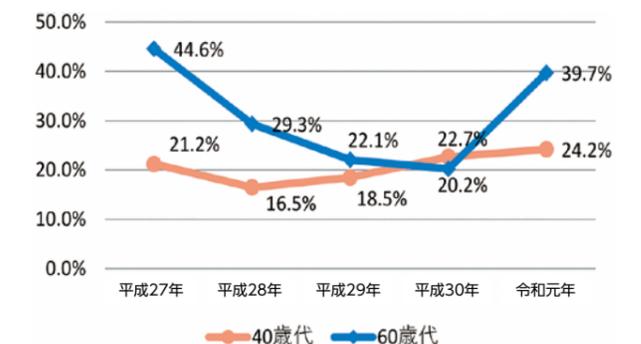
適正な体重を維持している割合

子ども、成人ともに適正な体重を維持している割合は前計画時より減少しています。



歯周ポケット(4mm以上)保有者

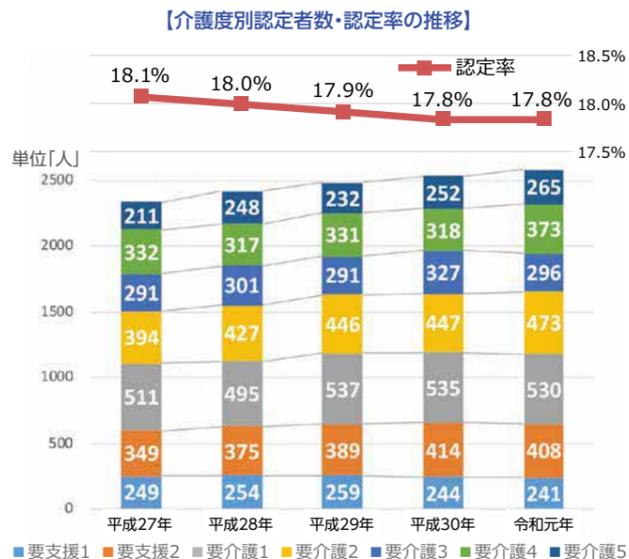
歯周ポケットは、歯と歯茎の隙間を示すもので、ここが深くなると歯周病に対する注意が必要です。歯周病は糖尿病との関連が高いと言われています。歯周ポケットの保有者割合は一時期減少傾向でしたが、再び増加傾向であることがうかがえます。



要支援・要介護の認定 (令和元年度)

要支援・要介護認定者数…2,586人(認定率17.8%)

認定者数は年々増加しており、介護度の高い要介護4、要介護5の認定者数が増えてきています。

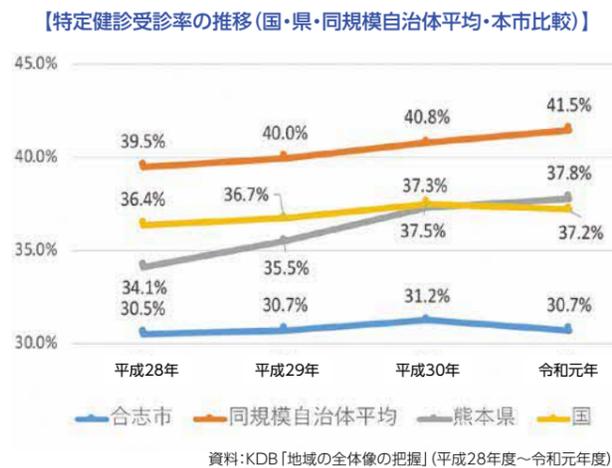


特定健診・特定保健指導 (令和元年度)

健診受診率…30.9% 保健指導実施率…67.9%

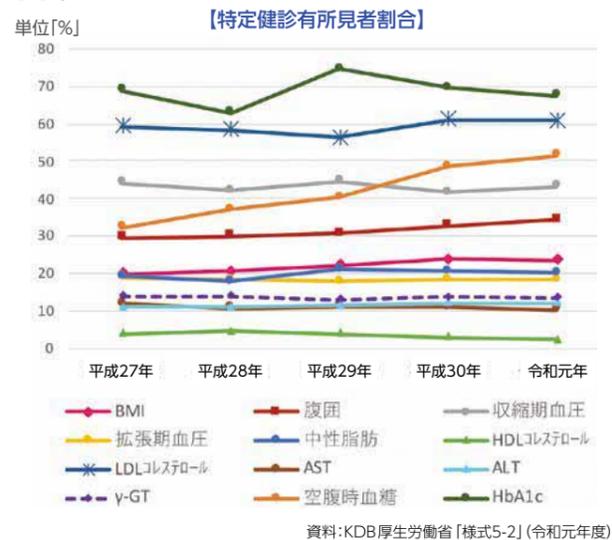
資料:法定報告資料 特定健診・特定保健指導実施結果総括表

健診受診率は国・県よりも低い状況が続いており、保健指導実施率は国・県よりも高い状況です。



特定健診結果の有所見率の推移 (平成27年度～令和元年度)

空腹時血糖値および腹囲の有所見者が年々増加傾向にあります。



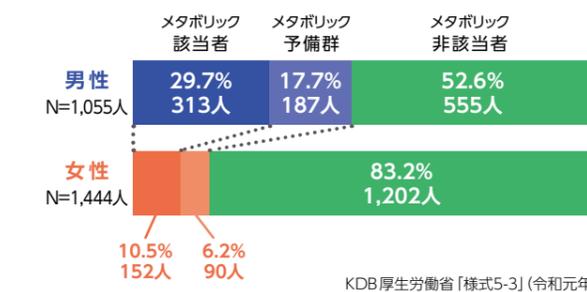
メタボリックシンドローム (令和元年度特定健診受診者)

該当…全体の18.6%

予備群…全体の11.1%

内臓脂肪型の肥満に加え、高血圧、脂質異常、高血糖などの状態を示します。特に男性の割合が高い状況にあります。

【メタボリックシンドロームの該当者および予備群の割合】



生活習慣病リスク因子 (令和元年度特定健診受診者)

全国・県平均と比較すると糖尿病の傾向を見る空腹時血糖、HbA1cの検査項目が高い傾向にあります。

性別	BMI			血糖			HbA1c			LDL-C			クレアチニン		
	25以上	全国	県	100mg/dl以上	全国	県	5.6%以上	全国	県	120mg/dl以上	全国	県	1.3mg/dl以上	全国	県
男性	29.8%	32.8%	33.5%	57.1%	30.5%	48.9%	65.4%	57.6%	69.8%	53.4%	48.3%	48.7%	3.2%	2.2%	2.6%
	21.6%	21.6%	22.7%	40.6%	18.7%	30.7%	69.4%	56.9%	72.1%	66.1%	57.6%	57.9%	0.4%	0.2%	0.3%
	18.9%	18.9%	22.7%	40.6%	18.7%	30.7%	69.4%	56.9%	72.1%	66.1%	57.6%	57.9%	0.4%	0.2%	0.3%
女性	18.9%	21.6%	22.7%	40.6%	18.7%	30.7%	69.4%	56.9%	72.1%	66.1%	57.6%	57.9%	0.4%	0.2%	0.3%
	18.9%	21.6%	22.7%	40.6%	18.7%	30.7%	69.4%	56.9%	72.1%	66.1%	57.6%	57.9%	0.4%	0.2%	0.3%
	18.9%	21.6%	22.7%	40.6%	18.7%	30.7%	69.4%	56.9%	72.1%	66.1%	57.6%	57.9%	0.4%	0.2%	0.3%

「食育推進計画」目標と施策の方向性



施策別数値目標と具体的な取り組み

本計画では、施策の方向性ごとに進捗状況を把握するための目安として、目標値を設定し、目標達成に向けて、具体的な取り組みを進めていきます。

基本目標Ⅰ. 食を通じた主体的な健康づくりの推進

(1)食を通じた健康な生活習慣づくり

指標	現状値	令和6年度 目標値
朝食を欠食する人の割合(成人) ※週1日以下の割合	男性11.4% 女性6.3% (R2年度)	男性 6.0% 女性 5.0%
朝食を欠食する人の割合(子ども) ※週1日以下の割合	小5年1.1% 中2年1.8% (R2年度)	小5年 0.0% 中2年 0.0%
食べ過ぎないように気を付けている人の割合(成人)	男性45.6% 女性52.6% (R2年度)	男性 50.0% 女性 60.0%
食べ過ぎないように気を付けている人の割合(子ども)	小5年28.2% 中2年36.8% (R2年度)	小5年 35.0% 中2年 40.0%
野菜を多くとるように気を付けている人の割合(成人)	男性55.0% 女性64.7% (R2年度)	男性 60.0% 女性 70.0%
野菜を多くとるように気を付けている人の割合(子ども)	小5年30.6% 中2年35.9% (R2年度)	小5年 35.0% 中2年 40.0%
栄養のバランスを考えて食べている人の割合(成人)	男性22.8% 女性49.5% (R2年度)	男性 40.0% 女性 60.0%
栄養のバランスを考えて食べている人の割合(子ども)	小5年24.0% 中2年26.6% (R2年度)	小5年 30.0% 中2年 30.0%

指標	現状値	令和6年度 目標値
塩からいものを食べ過ぎないことを意識している人の割合(成人)	男性26.8% 女性48.4% (R2年度)	男性 30.0% 女性 55.0%
塩からいものを食べ過ぎないことを意識している人の割合(子ども)	小5年29.6% 中2年23.7% (R2年度)	小5年 35.0% 中2年 30.0%

◆(子ども・成人調査) 普段朝食を週6日以上食べている人の割合は、8割以上

朝食を週6日以上食べる人の割合は、子ども全体で85.8%、成人全体で81.3%であり、比較的高い割合でした。ただし、年代別で見ると39歳以下、40～50代、中学2年女子はそれぞれ全体の平均より少ない状況です。

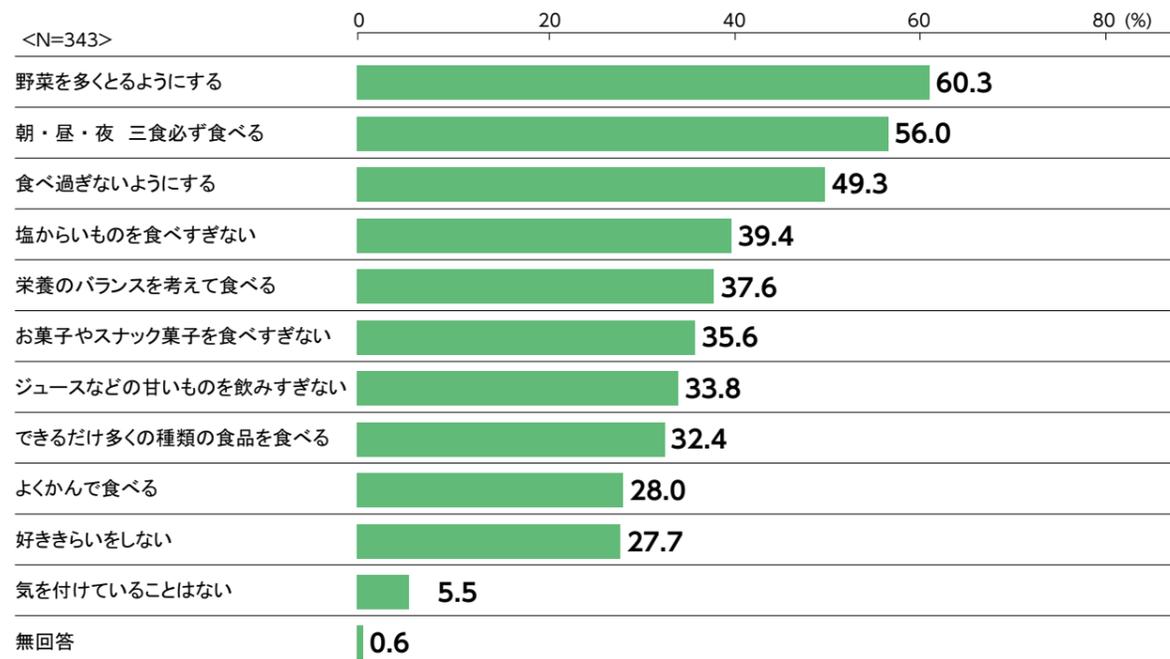
■ 設問: あなたは朝食を週にどのくらい食べていますか



◆(成人調査) いつもの食事で気をつけていることは、野菜摂取と三食必ず食べるが5割以上

いつもの食事で気をつけていることは、「野菜を多くとるようにする」「朝昼夜三食必ず食べる」が半数以上という結果でした。

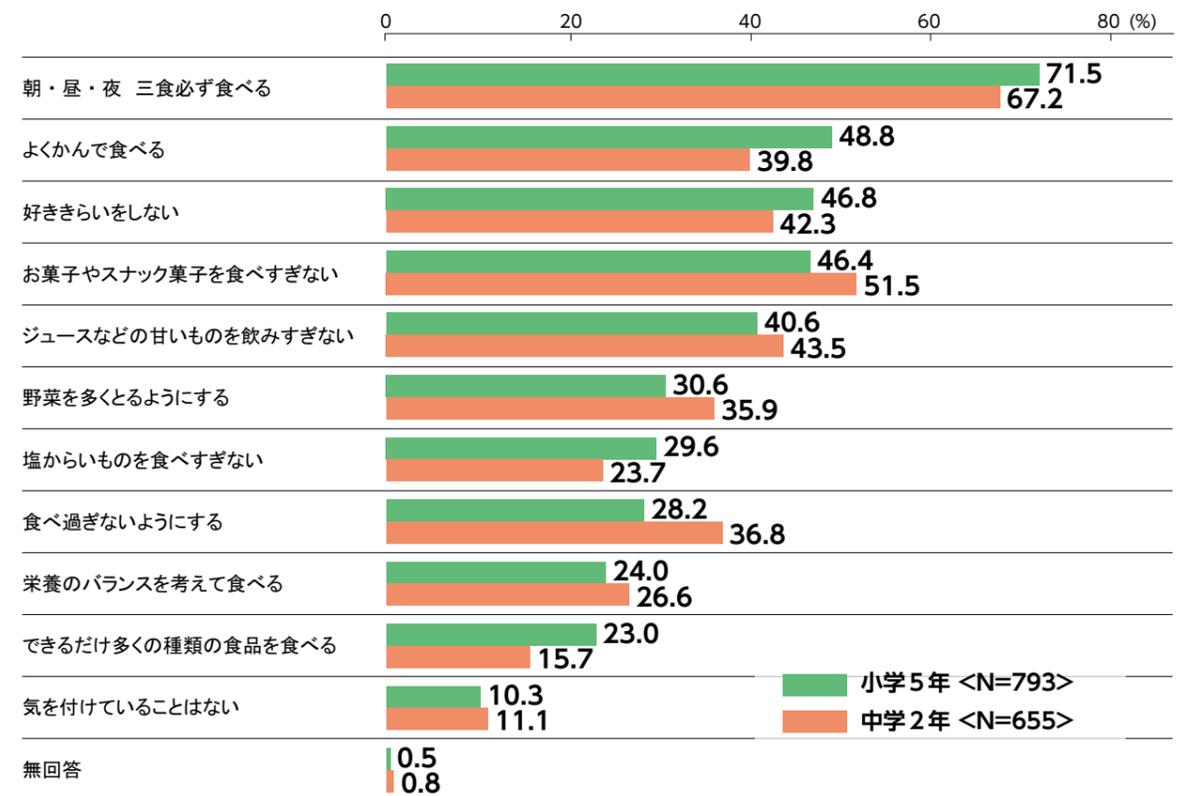
■ 設問: いつもの食事で気をつけていることは何ですか(複数回答)



◆(子ども調査) いつもの食事で気をつけていることは、三食必ず食べるが約7割

小中学生のいつもの食事で気をつけていることは、朝昼夜三食必ず食べることが約7割という結果でした。また、小学5年生と中学2年生の結果を比較すると、「お菓子やスナック菓子を食べ過ぎない」「ジュースなどの甘いものを飲み過ぎない」「食べ過ぎないようにする」という体重増加に関連が深い項目に関し中学生の方がより意識している傾向が見られています。

■ 設問: いつもの食事で気をつけていることは何ですか(複数回答)



- 市民の取り組み**
- 生活習慣や食事の大切さを理解して、本人・家族の生活や食事を見直しましょう。
 - 朝食を食べ、規則正しい食生活を身につけましょう。
 - 「早寝早起き朝ごはん」を習慣づけ、生活リズムを整えましょう。
 - 寝る前の間食はやめましょう。

- 市の取り組み**
- 朝食を食べる重要性について、若い世代を中心に普及啓発を行います。
 - 地域での食や栄養に関する講座を行います。

(2)食を通じた生活習慣病の発症・重症化予防

指標	現状値	令和6年度 目標値
普通体重を維持している人の割合(成人)	男性61.7% 女性68.4% (R2年度)	男性 70.0% 女性 75.0%
普通体重を維持している人の割合(子ども)	小5年75.7% 中2年78.6% (R2年度)	小5年 85.0% 中2年 85.0%
HbA1c(NGSP)値6.5%以上有所見者の割合 ※KDB2次加工ツール抽出データ	8.8% (R元年度)	5.0%

- 市民の取り組み**
- 毎日、朝食を食べ、規則正しい食生活を心がけましょう。
 - 自分の食生活を見直し、自分の体重や活動量にあった適量を食べるようにしましょう。
 - 定期的に健診(検診)を受けて、自身の健康状態を把握しましょう。
 - 食事と併せて、適度な運動を行う習慣をつけましょう。

- 市の取り組み**
- 家庭や学校と連携し、やせ、肥満傾向にある子どもの減少に取り組みます。
 - 健診や保健指導の機会を通じて、食習慣の改善に向けた栄養指導、相談支援を行います。
 - 生活習慣病関連医療費の多くを占める糖尿病や循環器疾患の予防のために、食を通じた健康づくりに関する知識の普及啓発に取り組みます。

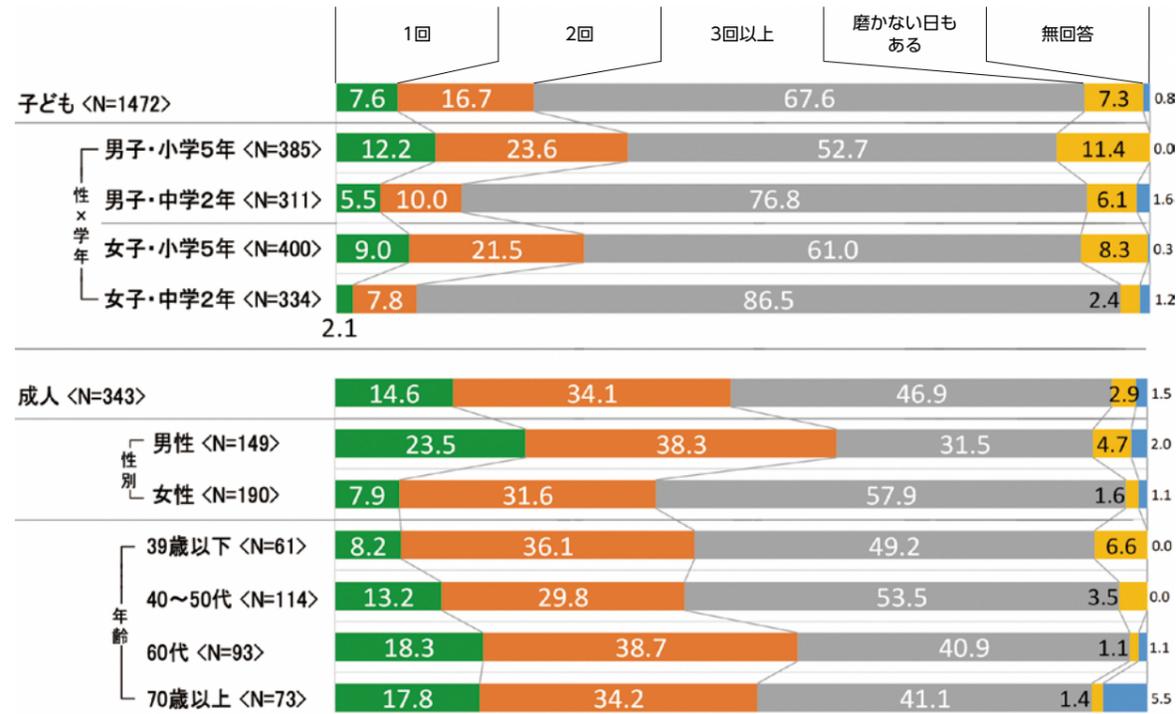
(3) 歯・口の健康

指標	現状値	令和6年度 目標値
むし歯有病率の割合(3歳)	8.7% (H30年度)	5.0%
むし歯有病率の割合(12歳)	36.4% (H30年度)	20.0%
小学校6年生歯周疾患要治療歯者率	7.6% (H30年度)	4.3%
歯周疾患検診受診率	11.0% (R元年度)	15.0%
後期高齢者歯科口腔健診受診率	0.9% (R元年度)	1.2%

◆ (子ども・成人調査) 1日3回以上歯を磨いている人は、成人が5割弱、子どもは7割弱

1日に歯を3回以上磨く子どもの割合は67.6%、成人で46.9%でした。その中でも中学2年生女子は86.5%と、最も多くなっています。

■ 歯を磨いている回数



市民の取り組み	<ul style="list-style-type: none"> 食事はよく噛んで食べることを心がけましょう。 むし歯予防、歯周病予防に配慮した歯磨き習慣を実践しましょう。 歯間ブラシ等の補助用具を活用しましょう。 定期的に歯科健診を受けましょう。 かかりつけの歯科医を持ちましょう。
市の取り組み	<ul style="list-style-type: none"> 歯周疾患と生活習慣病(特に糖尿病や循環器疾患)との関連性についての情報提供に取り組みます。 妊娠中の歯周病は早産の原因となるため、妊婦歯科健診の受診をすすめます。 定期的に歯科健診及び専門的な歯のケアを受け、健康なお口を保てるよう、かかりつけ歯科医を持つことを推進します。 口腔機能の維持向上のため、オーラルフレイルの予防に取り組みます。 フッ化物塗布、フッ化物洗口のメリットの普及啓発に取り組みむとともに、学校と連携し、学校歯科保健活動を推進します。

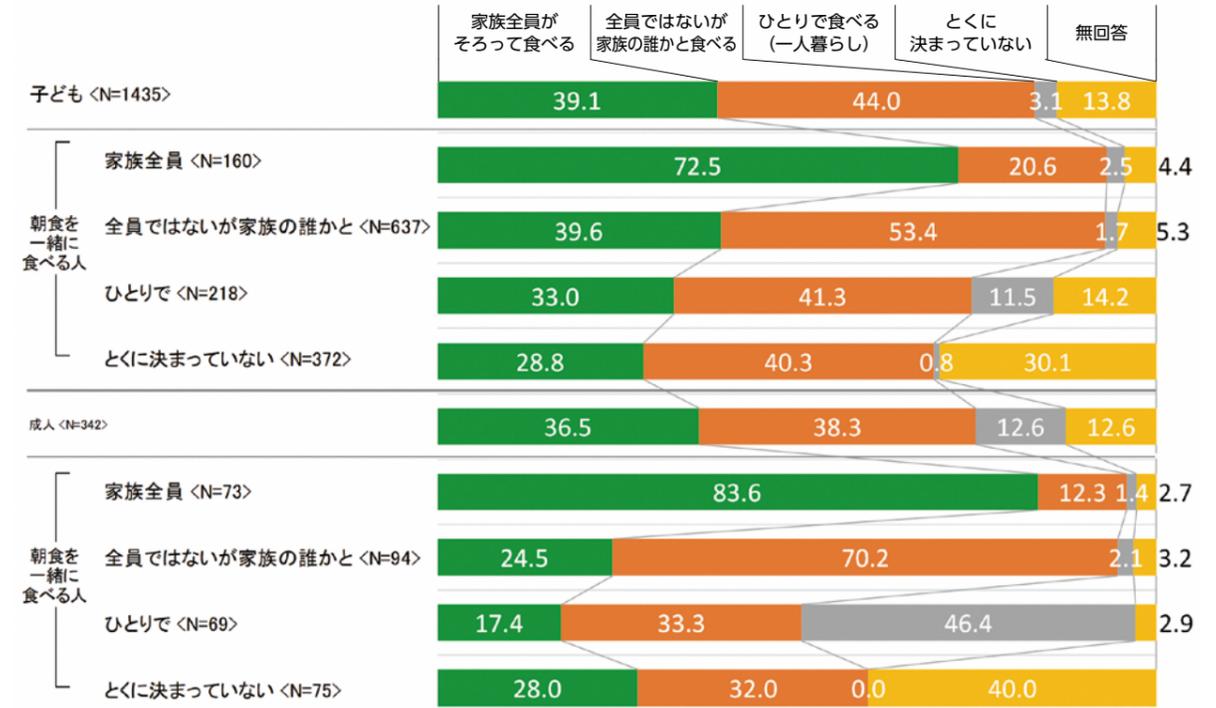
(4) 家庭における食育の推進

指標	現状値	令和6年度 目標値
夕食を家族の誰かと食べる割合	83.1% (R2年度)	100%
ながら食べをよくしている割合	54.5% (R2年度)	40.0%
家族で、合志でとれる野菜や果物のことを話す機会を持つ割合	24.9% (R2年度)	30.0%

◆ (子ども・成人調査) 朝食も夕食も1人で食べている孤食の状況は、成人で5割弱、子どもで約1割

1人で食事をする孤食の状況を見ると、朝食も夕食も1人で食べるという人は、子どもは11.5%、成人は46.4%でした。

■ 設問: 朝食を誰と食べていますか×夕食を誰と一緒に食べていますか



市民の取り組み	<ul style="list-style-type: none"> 地場産物について知り、家庭の食卓に積極的に取り入れ子どもの頃から食への関心が持てるようにしましょう。 家族や仲間と一緒に食卓を囲んで、食事中は会話を楽しむ機会をできるだけ多く持ちましょう。食を通じて、ものや命を大切にすることを身に付けましょう。
市の取り組み	<ul style="list-style-type: none"> 市の広報紙や各種媒体を通じて、食育に関する情報発信を行います。 学校給食における地産地消に取り組みます。 熊本連携中枢都市圏域関係市町村間で生産者、活動団体等の情報を共有しながら、各種イベント等の開催や周知を通じて地産地消の推進に取り組みます。

基本目標Ⅱ. 地域と協働で取り組む健康づくりの推進

(1)食育に関する情報発信や体験活動の推進

指標	現状値	令和6年度 目標値
情報発信や体験活動	行っている	維持

市民の取り組み	<ul style="list-style-type: none"> ● 農産物ができるまでの過程について学びましょう。 ● 食べ物と環境の関わりについて学びましょう。
市の取り組み	<ul style="list-style-type: none"> ● 市内の飲食店に対して、栄養成分表示や健康に配慮したメニューの取り組みを推進します。 ● 生産者と関連機関、消費者が、互いにコミュニケーションが図れる環境を整備していきます。 ● 市の広報紙や各種媒体を通じて、食育に関する情報発信を行います。

(2)関係機関等との連携の推進

指標	現状値	令和6年度 目標値
関係機関等と連携した食育の推進	行っている	維持

市の取り組み	<ul style="list-style-type: none"> ● 市の広報紙や各種媒体を通じて、地産地消に関する啓発を行っていきます。
--------	--

基本目標Ⅲ. 健康な食生活を実践できる環境づくりの推進

(1)食を通じた文化の伝承

指標	現状値	令和6年度 目標値
家庭で料理の手伝いをする子どもの割合	52.2% (R2年度)	60.0%

市民の取り組み	<ul style="list-style-type: none"> ● 家庭で料理のお手伝いをしながら、家庭の味を次の世代につなげていきましょう。 ● 郷土料理や行事食を学び、大切にしていきましょう。
市の取り組み	<ul style="list-style-type: none"> ● 市の広報紙や各種媒体を通じて、郷土料理や行事食の情報発信を行っていきます。

(2)食の安心・安全

指標	現状値	令和6年度 目標値
安全な食べ物を選ぶことについて家族と話をする割合(子ども)	45.2% (R2年度)	50.0%

市民の取り組み	<ul style="list-style-type: none"> ● 安全な食べ物を選ぶことについて、普段から家族で話をしましょう。
市の取り組み	<ul style="list-style-type: none"> ● 市の広報紙や各種媒体を通して食の安心・安全についての啓発を行っていきます。 ● 食中毒の予防について啓発します。 ● 給食の食材について、献立表で情報提供を行います。

食育推進の取り組み

