

第2章 青森県における食育の取組

出典：第4次青森県食育推進計画（計画期間：令和3年度～令和7年度）

1 食育とは

1) 食育とは

食育とは、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ことであり、生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基本となるべきものです。

2) 青森県における食育

食育はあらゆる世代の県民に必要なものですが、子どもたちに対する食育は、心身の成長及び人格の形成に大きな影響を及ぼし、生涯にわたって健全な心と身体を培い豊かな人間性を育てていく基礎となるものです。

学校や地域、企業、団体、行政等がそれぞれの立場や特性を生かして食育の必要性を啓発していますが、これを実践につなげるには、県民一人ひとりが食への理解を深めて「あおもりの食」のすばらしさに誇りを持ち、毎日の生活の中で主体的に取り組むことが重要です。

3) 食育の取組

青森県食育推進計画は、県全体で食育を推進するための基本指針です。県民の理解と共感を得ることで、一人ひとりが何ができるのかを考え、実践することを促すものです。これまでに「第1次計画」（平成18年11月）、「第2次計画」（平成23年3月）、「第3次計画」（平成28年3月）が策定され、県、市町村をはじめ関係者、団体が連携・協力し、県民に対する普及浸透に努めてきました。その結果、食育は一定の認知度を得て、学校等での進展をはじめ、着実に推進されるようになりました。

しかし、高齢化の進行や単身世帯の増加、食の外部化・簡便化の進展など、食を取り巻く環境は変化しており、青森県においても、肥満者の割合の高さや生活習慣病の増加など、食に関連した健康問題は依然として大きく、引き続き、健全な食生活の実践を県民に促していく必要があります。

また、「食」の基盤である農林水産業や、食に関わる人々の活動の重要性について理解を深め、環境と調和のとれた食料の生産・消費等に配慮するとともに、子どもから高齢者まで全ての県民が地域で安心して生活できる「青森県型地域共生社会」の実現に向けて、地域コミュニティにおける食育を推進していくことが必要です。

このような状況を踏まえ、青森県の特性を生かした食育を総合的かつ計画的に継続して推進するための指針として、令和3年3月に「第4次計画」が策定されました。

【第4次計画策定にあたって重視された点】

若い世代や高齢者に対する食育

- ・若い世代に対する効果的な手法での情報提供や、高齢者に対する栄養指導等による食育を推進します。

企業における食育

- ・多くの県民が1日の多くの時間を過ごす職場での食育の取組を推進します。

共食の場における食育

- ・地域コミュニティ等における「共食の場」(子ども食堂、高齢者サロン等)での食育の取組を推進します。

食品ロスの削減等環境に配慮した食育

- ・食品ロスの発生抑制に向けた取組など、環境と調和のとれた食料生産や消費に配慮した食育を推進します。

新たな日常や社会のデジタル化に対応した食育

- ・新型コロナウイルス感染症等の影響下において、県民が食育に参加しやすい仕組みづくりを推進します。

食育の推進によるSDGsへの貢献

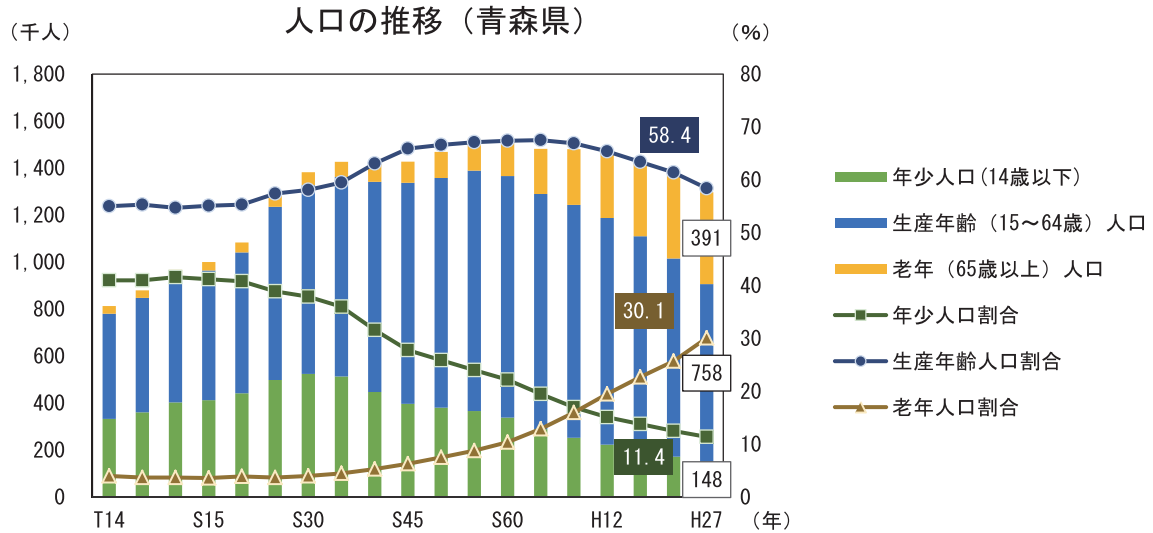
- ・食育の推進が継続可能な社会の実現につながるものであることを意識しつつ、取組を進めます。



2 食を取り巻く社会情勢

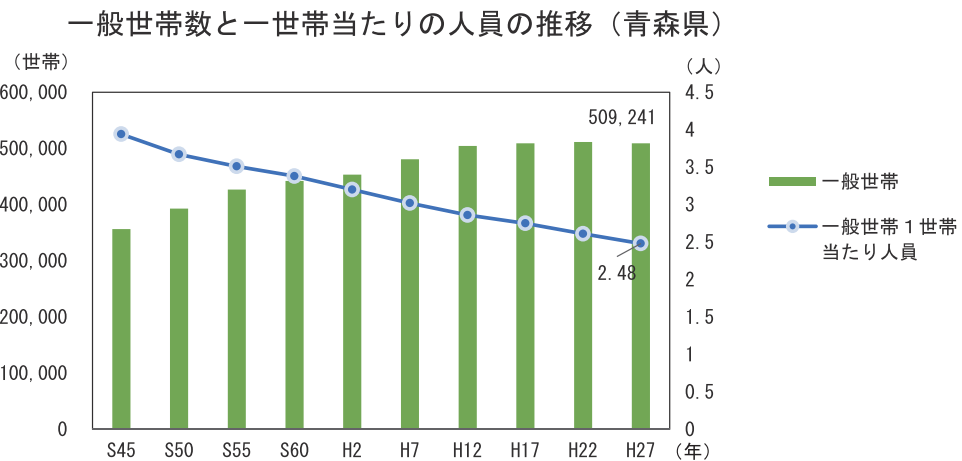
1) 家族形態の変化

青森県の人口は、昭和58年をピークに減少傾向がある中で、65歳以上の老年人口割合は増加しています。



総務省「国勢調査」

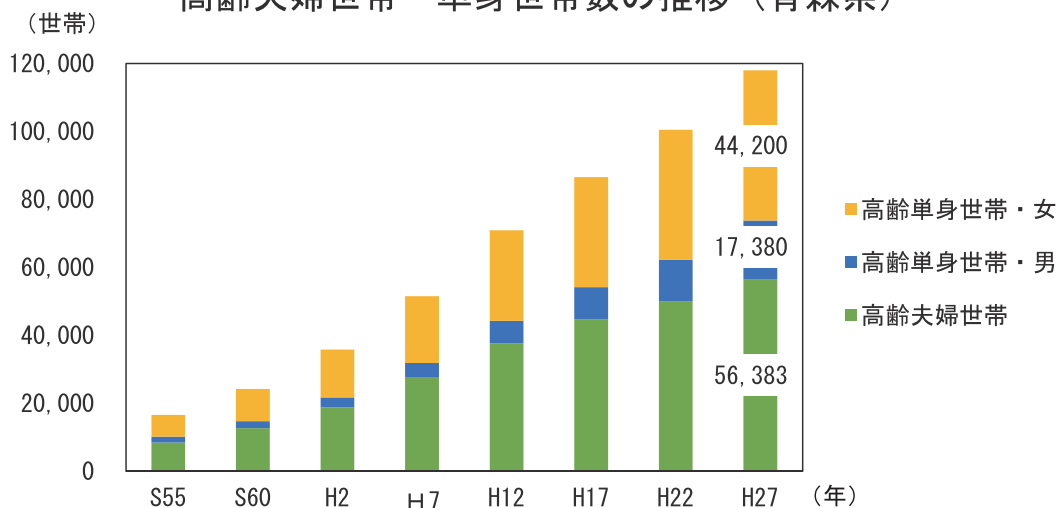
一般世帯（住居と生計を共にしている人の集まり又は一戸を構えて住んでいる単身者等のこと）数は、平成7年以降増加してきましたが、平成27年に減少に転じました。また、一般世帯の1世帯当たり人員は、一貫して減少しています。



総務省「国勢調査」

老年人口割合の増加とともに高齢者世帯数も増加しており、特に、単身で暮らす高齢単身者世帯数が増加しています。

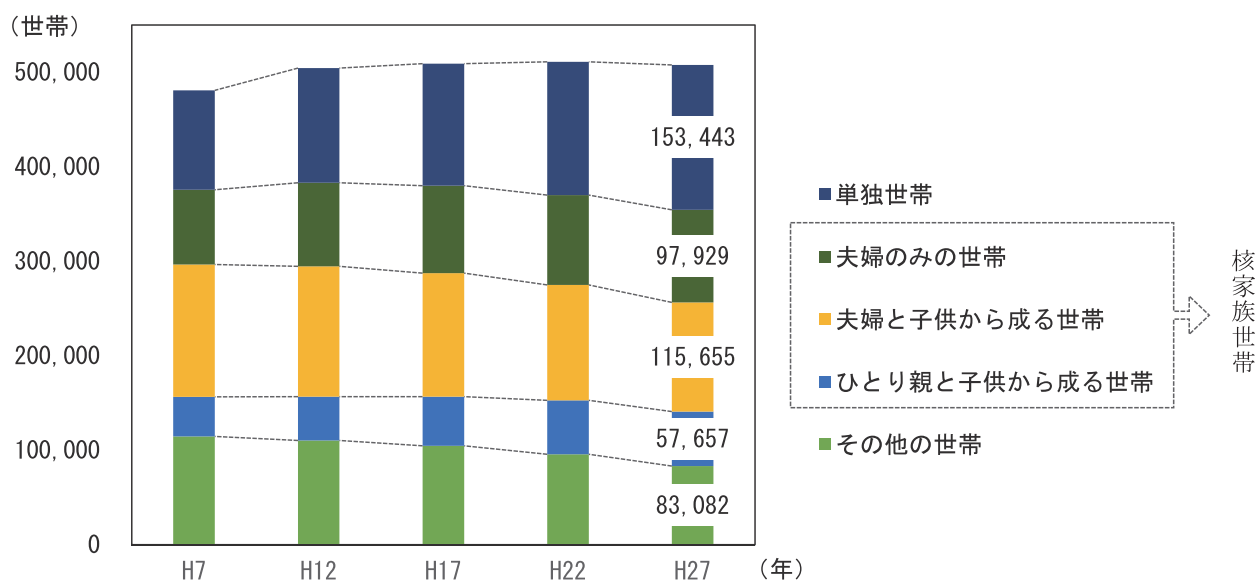
高齢夫婦世帯・単身世帯数の推移（青森県）



総務省「国勢調査」

家族類型別では「単独」、「夫婦のみ」、「ひとり親と子」の割合が増加し、「夫婦と子ども」から成る世帯が減少しています。

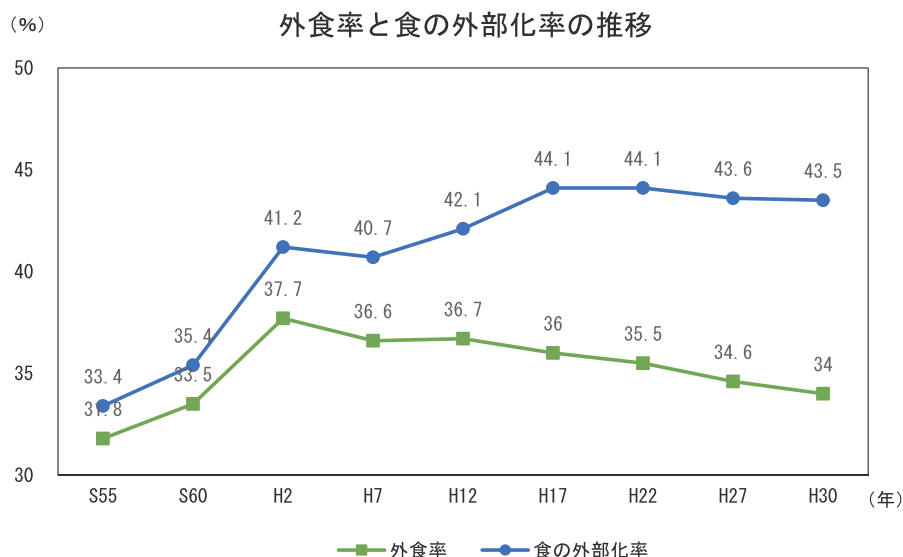
家族類型別一般世帯数の推移（青森県）



総務省「国勢調査」

2) 生活様式の多様化

単身世帯や共働き家庭の増加、就労時間や勤務形態の多様化などに伴い、生鮮食品の支出割合が減少して加工食品の支出割合が増加するなど、**食の外部化**や簡便化が進んできています。また、栄養バランスの偏りや、「孤食」、「個食」などの問題が顕在化するとともに、家庭の味や地域の食文化が継承されにくくなり、家庭や個人の努力だけでは、健全な食生活を実践していくことが難しくなっています。



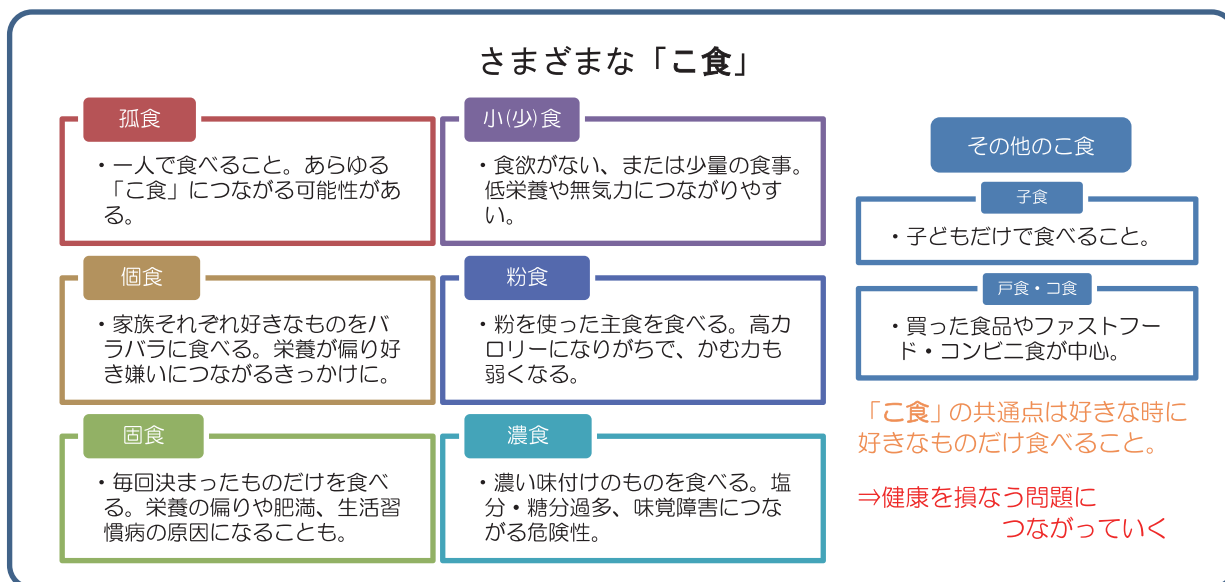
(公財)食の安全・安心財団附属機関外食産業総合調査研究センターによる推計

生鮮食品、加工食品、外食別の食料支出額の推移 (2015年を100とする指数)

食料支出総額 (総世帯) (%)

	2015年	2020年	2025年	2030年	2035年	2040年
生鮮食品	100	97	91	85	80	75
加工食品	100	103	105	107	109	111
外食	100	102	100	99	97	95

農林水産政策研究所「我が国の食料消費の将来推計 (2019年版)」



3) 食育の推進によるSDGsへの貢献

2015年9月に国連サミットで採択された「SDGs (Sustainable Development Goals ; 持続可能な開発目標)」の2030年までの達成に向け、国際社会全体で取組が進行しています。

食育の推進は、SDGsの17の目標のうち、特に

目標 2	飢餓を終わらせ、食料安全保障及び栄養改善を実現し、持続可能な農業を促進する
目標 3	あらゆる年齢のすべての人々の健康的な生活を確保し、福祉を促進する
目標 4	すべての人々への包摂的かつ公正な質の高い教育を提供し、生涯学習の機会を促進する
目標 12	持続可能な生産消費形態を確保する

について、貢献することが可能であると考えられています。

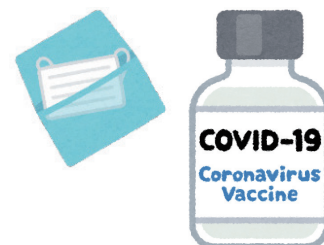
食育の推進は、生涯にわたって健全な心身を培うことに資するとともに、私たちの食生活が自然の恩恵の上に成り立ち、食に関わる人々の様々な行動によって支えられていることについて、感謝の念や理解を深めることにつながります。これらが、持続可能な社会の実現に向けた重要な取組の一つであることを意識しつつ取組を進めるとともに、県民に対し理解促進を図っていくことが重要です。

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS



4) 新たな日常や社会のデジタル化に対応した食育の推進

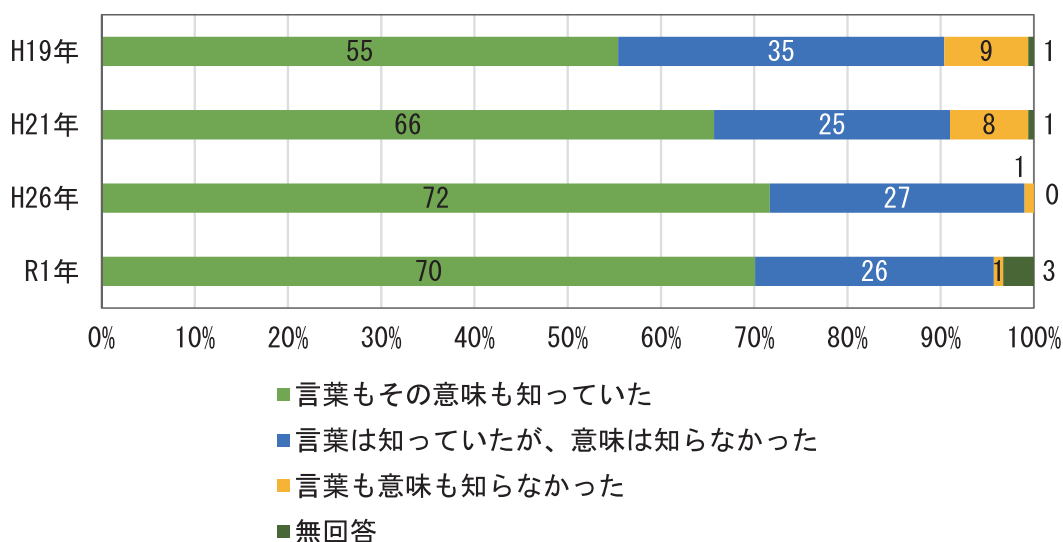
新型コロナウイルス感染症の影響により、オンラインを活用した講座や体験、SNSによる情報発信など、デジタルツールが積極的に活用されました。こうした新たな取組は、気軽に外出できない子育て世代にも食育の機会が確保できるほか、SNS等が生活に浸透している若い世代にもアプローチができることから、より広い世代の県民を対象に食育の推進が可能となります。



5) 食育に対する県民の意識

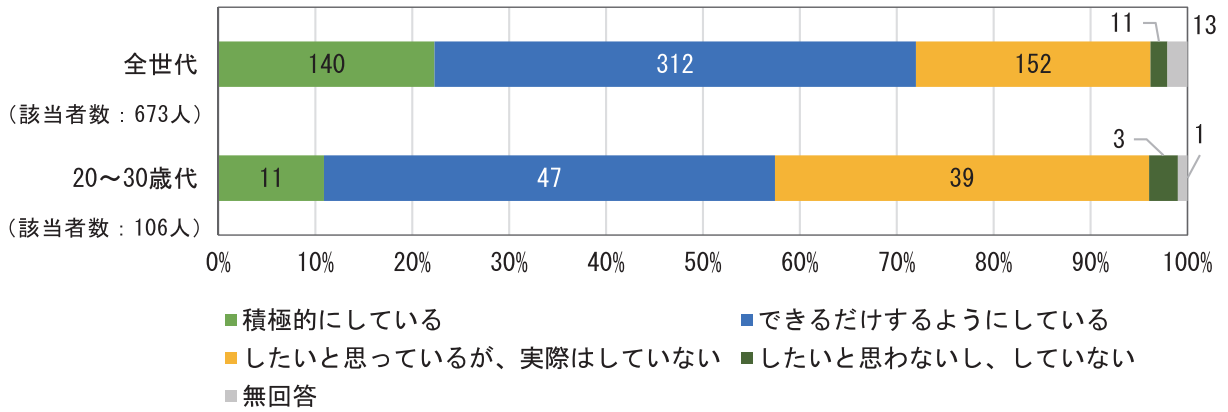
県民の「食育」に対する認知度は、近年、7割程度で横ばいとなっています。また、食育の実践度については、若い世代で、「積極的にしている」「できるだけするようにしている」と回答した人の割合がやや低く、また、「食育」をしていない理由については、仕事などによる忙しさや、食費を安くしたいことを理由に挙げた人が多くなっています。

「食育」の認知度



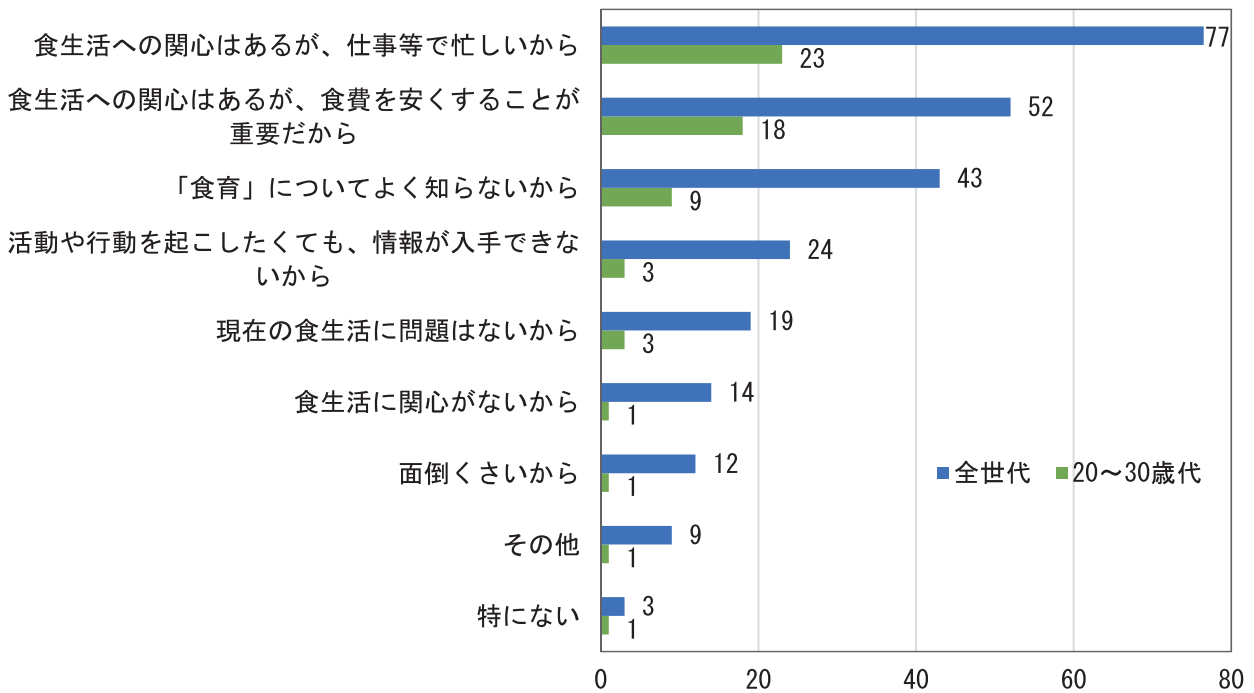
県食ブランド・流通推進課「県政モニターアンケート」(H19:177人、H21:188人)、
「青森県ウェブアンケート」(H26:300人)、「食育アンケート」(R1:673人)

「食育」の実践度



県食ブランド・流通推進課「食育アンケート」(R1:673人)

「食育」をしていない理由（複数回答）

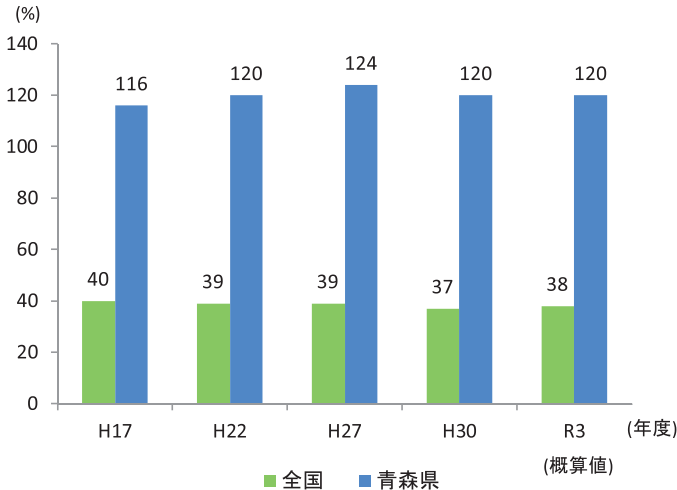


県食ブランド・流通推進課「食育アンケート」(R1:673人中「食育」をしていない人)

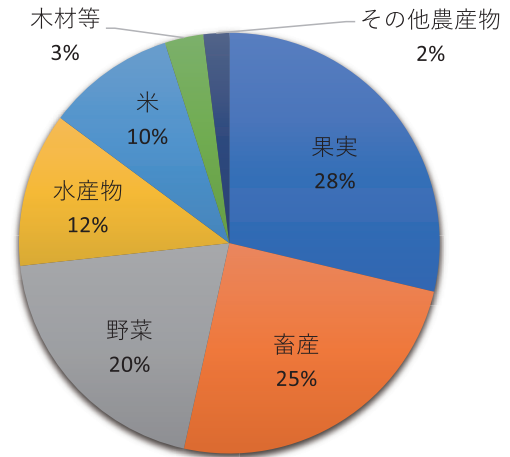
6) 青森県ならではの食の力

青森県の食料自給率は、カロリーベースで120%（令和3年度概算値）と、全国（38%（同））に比べ、極めて高くなっています。また、特定の品目に偏らず、米、野菜、果実、畜産物、水産物がバランスよく生産されています。

食料自給率（カロリーベース）の推移



農林水産業産出額の構成比（令和3年）



農林水産省「都道府県別食料自給率の推移」

農林水産省「生産農業所得統計」、「漁業・養殖業生産統計」、県林政課調べ

（「林業産出額」には、木材生産額・薪炭生産額を含む。）

7) 食品ロスの状況

日本では、食料自給率が低く、食料を輸入に大きく依存している中、まだ食べることのできる食品が、生産、製造、販売、消費等の各段階において日常的に廃棄され、大量の食品ロスが発生しています。国内の食品ロス量は、近年、やや減少傾向にありますが、令和3年度で年間523万トンと推計され、国民1人1日当たりでは、茶碗約1杯分の御飯の量に相当する約132gとなっています。このうち、事業系の食品ロス量は279万トン、家庭系の食品ロス量は244万トンです。令和元年10月には、多様な主体が連携し、国民運動として食品ロスの削減を推進するため、「食品ロスの削減の推進に関する法律」が施行されました。

一方、県内の食品ロス量は、生活系（家庭系）が29,280トン、事業系が56,285トン、合計85,565トンと推計されます（生活系は平成30年度、事業系は令和元年度）。県民1人1日当たりで見ると、生活系が約62g、事業系では約120gとなり、合計すると約182gで、全国値を上回っています。この要因としては、特に食品製造業において、県民1人当たりに換算した事業所数が全国値の約1.6倍であるなど、食品関連事業所の立地が全国平均より多いことなどが考えられます。なお、発生要因を見ると、生活系は「食べ残し」、事業系は、食品製造業では「汚損・破損などによる規格外品」、食品卸売業と小売業では「消費・賞味期限切れ」、外食産業では「食べ残し」が最も多くなっています。