

第2章 川崎市の食の現状

第2章 川崎市の食の現状

I 食をめぐる問題

市民のライフスタイルや価値観・ニーズ等が高度化及び多様化し、市民の「食」をめぐる状況が大きく変化している中で、特に子ども達に対する影響として、家族のコミュニケーションの機会が減少し、子ども達の健康的な心身と豊かな心を育む場としての家庭の機能が低下しています。

また、輸入食品の増大や食品の虚偽表示等により、食品の安全性に対する市民の関心も高まっています。

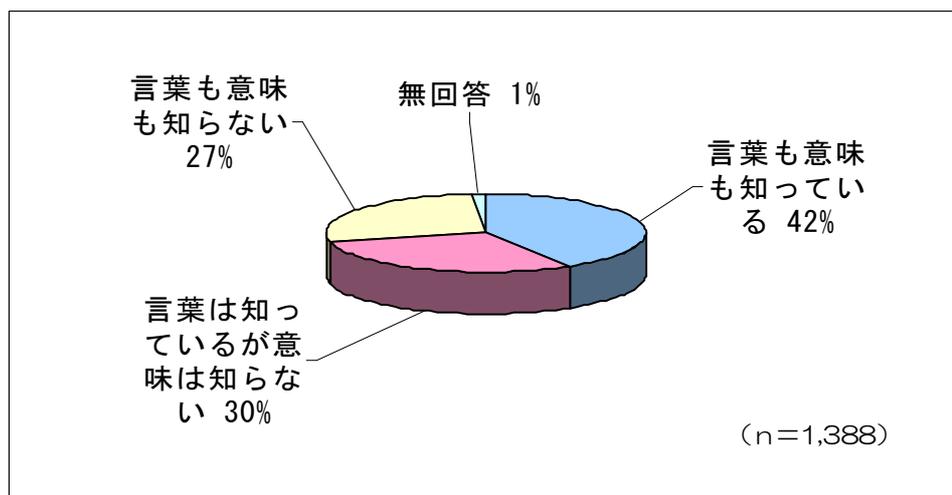
これらの状況をふまえ、乳幼児期は、生涯の健康づくりの基礎となる生活習慣を確立する時期であることから、家庭における食育の果たす役割は大きく、成長段階の早い時期から基礎的な食習慣を形成するための土台づくりが重要となります。

さらに、急速な高齢者社会の到来に伴い、高齢者が生き生きと生活するためには、健康に過ごせる期間を長くすることが必要で、そのためには、健全な食生活等を心がけることが必要です。

生活のリズムとしての規則正しい食事、栄養のバランスのとれた食事、食品の安全性を配慮した食事、食べ残しや食品の廃棄などを考慮した食事、家族が食卓を囲む楽しい食事等の「健全な食生活」を確立していくことが重要であり、すべての年代において、「健全な食生活」の実現にむけた「食育」に取り組むことが重要です。

「食育」について

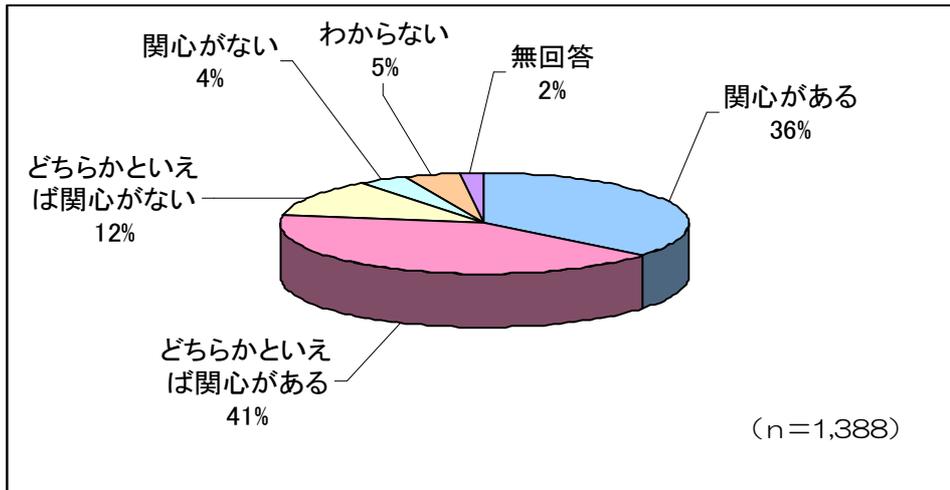
◆「食育」の認知状況



〈平成18年かわさき市民アンケート〉

★「食育」の言葉と意味の認知状況については、「言葉も意味も知っている」が42%と最も多く、また、「言葉は知っているが、意味は知らない」は30%、「言葉も意味も知らない」は27%でした。
「平成18年かわさき市民アンケート報告書」より

◆「食育」への関心の有無

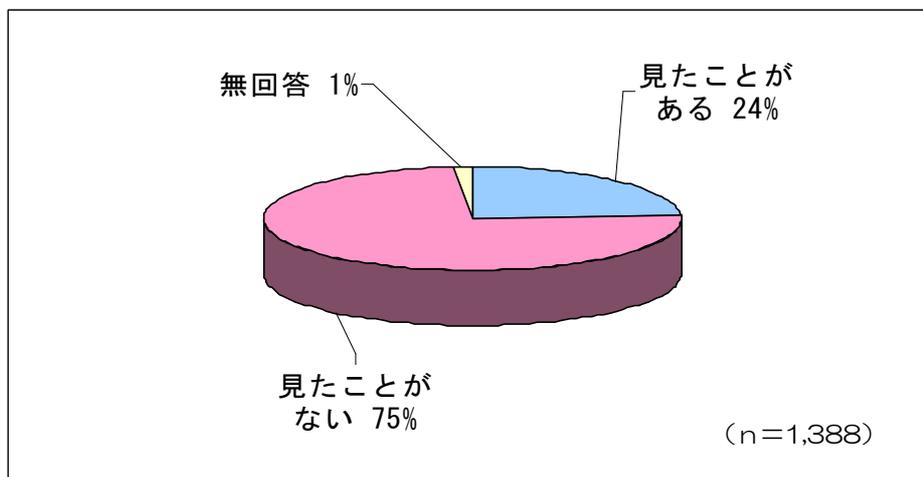


〈平成18年かわさき市民アンケート〉

★「食育」への関心の有無については、「関心がある」(36%)と「どちらかといえば関心がある」(41%)を合わせると80%近い人が関心があり、「どちらかといえば関心がない」(12%)、「関心がない」(4%)を合わせても関心がない人は10%台半ばにとどまっています。

「平成18年かわさき市民アンケート報告書」より

◆「食事バランスガイド」の認知状況

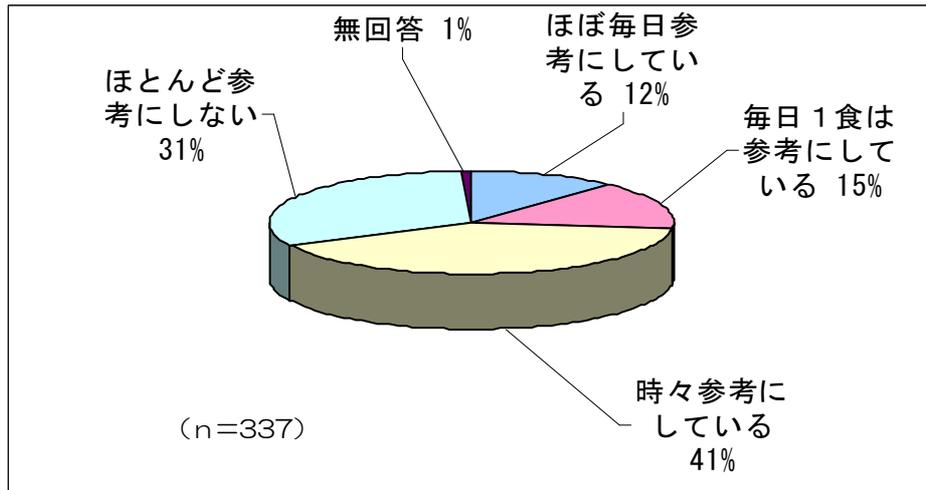


〈平成18年かわさき市民アンケート〉

★コマ型の「食事バランスガイド」を「見たことがある」(24%)は20%台半ばとなっています。一方、「見たことがない」は75%となっています。

「平成18年かわさき市民アンケート報告書」より

◆「食事バランスガイド」の参考状況



〈平成18年かわさき市民アンケート〉

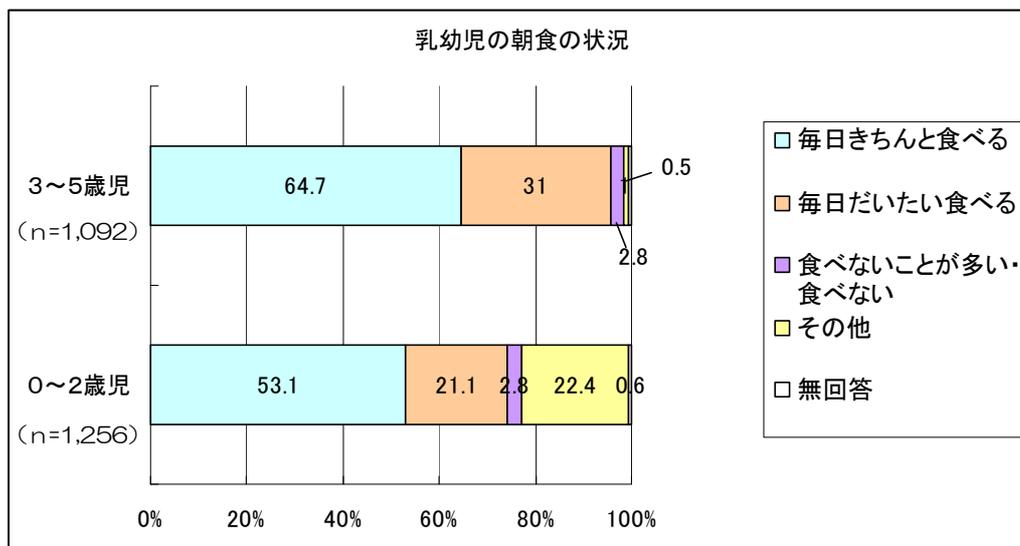
★「食事バランスガイド」を「見たことがある」と答えた人の、「食事バランスガイド」の参考状況は、「時々参考にしている」が41%と最も多い状況でした。「ほぼ毎食参考にしている」が12%、「毎日1食は参考にしている」は15%となっています。

一方、「ほとんど参考にしない」は31%でした。

「平成18年かわさき市民アンケート報告書」より

市民の朝食の状況

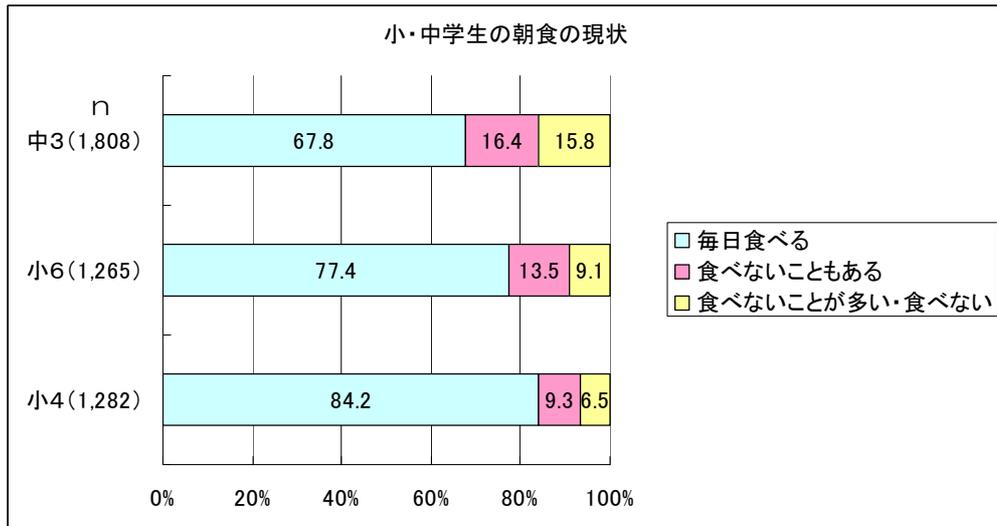
◆乳幼児の朝食の状況



〈平成15年度川崎市の乳幼児の生活実態調査〉

★「毎日きちんと食べる」子は、0～2歳児で53.1%、3～5歳児で64.7%でした。「その他」の回答には、「授乳中なので」「離乳食なので」が含まれています。

◆小・中学生の朝食の状況



〈平成 17 年度川崎市小・中学校教育基本調査〉

★朝食を「食べないことが多い・食べない」小・中学生は、学年が上がるごとに増加傾向にあります。「食べないこともある」小・中学生も、学年が上がるごとに増加傾向にあります。

「平成 17 年度川崎市小・中学校教育基本調査報告書」より



平成 17 年度川崎市小・中学校教育基本調査報告書より

■食をととした子どもたちの健康的な生活に向けて■

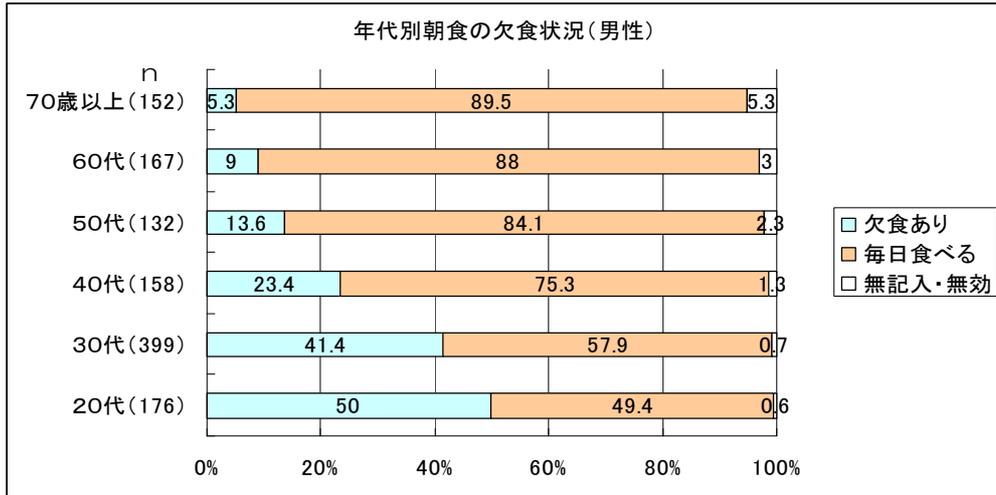
全体的には、多くの子どもたちが毎日朝食を食べていますが、学年の進行とともに減少する傾向があります。

また、朝食の摂取状況と生活時間との関連も伺えました。学年による生活時間の変化を、一概に否定的にとらえることはできませんが、子どもたちが「不規則な生活や栄養の偏りがもたらす自身の健康への影響」を知ることは大切です。

そこで、学校では、毎日の食生活を通して子どもたちが食べ物や自分の体、健康について関心を高めていけるような指導を行うことが重要です。

また、子どもたちの成長段階に応じて、家庭との連携を図りながら、「食事の大切さ」や「規則的な生活習慣の重要性」を指導することも重要です。

◆成人男性の朝食の状況



〈平成16年度食生活意識調査〉

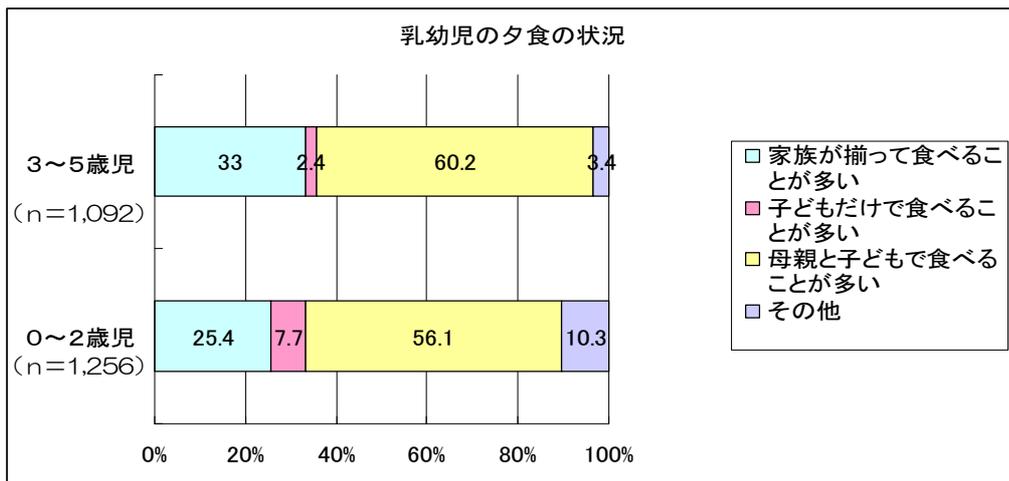
★朝食を食べている人の割合は、20歳代の男性49.4%、30歳代の男性57.9%と平成11年度と同調査より、男性は悪化傾向でした。

★起床時間と朝食の関連では、8時以降に起床している人の朝食の欠食率は30.8%で、8時以前に起床している人の欠食率14.5%の約2倍です。

「かわさき健康づくり21中間評価報告書(平成18年3月)」より

家族の団らんの状況

◆乳幼児の家族そろっての夕食の状況



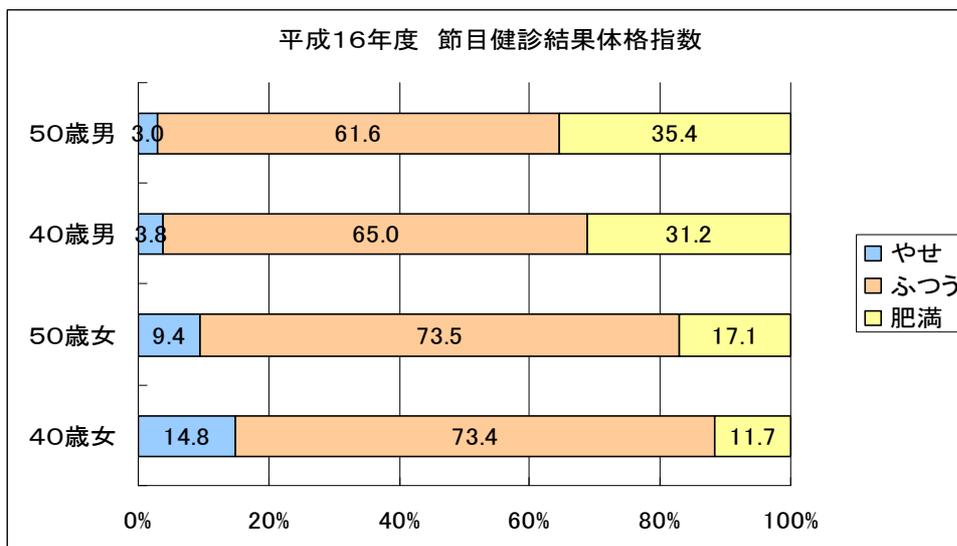
〈平成15年度川崎市の乳幼児の生活実態調査〉

★「家族揃って食べることが多い」家庭は、0~2歳児で25.4%、3~5歳児で33%でした。また、「母親と子どもで食べることが多い」のは、0~2歳児で56.1%、3~5歳児で60.2%でした。

「子育て支援のあり方についての調査研究(平成15年度川崎市乳幼児の生活実態調査を通して)」より

増える男性の肥満・忍び寄る生活習慣病

◆40歳・50歳の肥満



〈平成16年度節目健診結果〉

★平成16年度節目健診（40歳・50歳の健診）結果から、血圧では男女とも50歳の方が異常値をもつ割合が多く、体格指数で肥満度を見ると、男女とも50歳の方の肥満が多く、50歳男性では35.4%となっています。（節目健診受診者 男性1,249人、女性4,166人）

「かわさき健康づくり21中間評価報告書（平成18年3月）」より



■メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)って・・・■

近年、内臓脂肪型肥満が、糖尿病、高血圧、虚血性心疾患、脳卒中等の生活習慣病の発症リスクを高めることが明らかになっており、「メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)」の概念が世界的に提唱されています。メタボリックシンドロームの概念は、つまり、ひとつの氷山のようなものであり、高血糖、高血圧、高脂血等は、ひとつの氷山から水面上に出たいくつかの山のような状態と考えられます。それぞれの疾患は別々に進行するのではなく、水面下には内臓脂肪が隠れており、投薬だけでは水面に出た氷山のひとつの山を削るだけ。根本的には、運動習慣の徹底、食生活の改善、禁煙等の生活習慣を改善することによって氷山全体を縮小することが重要なのです。

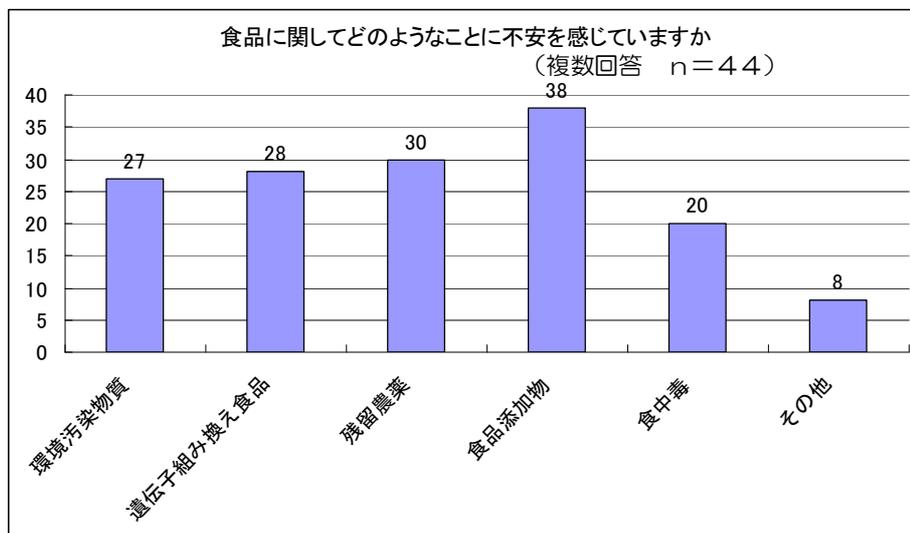
平成16年国民健康・栄養調査(平成18年5月、厚生労働省発表)によると、40歳～74歳の男性の2人に1人、女性の5人に1人がメタボリックシンドロームが強く疑われる人または予備群と考えられている人でした。また、平成16年10月1日現在の推計人口を用い、それぞれ該当者、予備群の数を推計したところ、40～74歳における該当者数は約940万人、予備群者数は約1,020万人、あわせて約1,960万人と推定されます。

食育推進基本計画においても、メタボリックシンドロームを認知している国民の割合を平成22年までに80%以上にすることを目標として掲げています。

〈平成18年版 食育白書より〉

食品の安全性

◆食品に関する不安

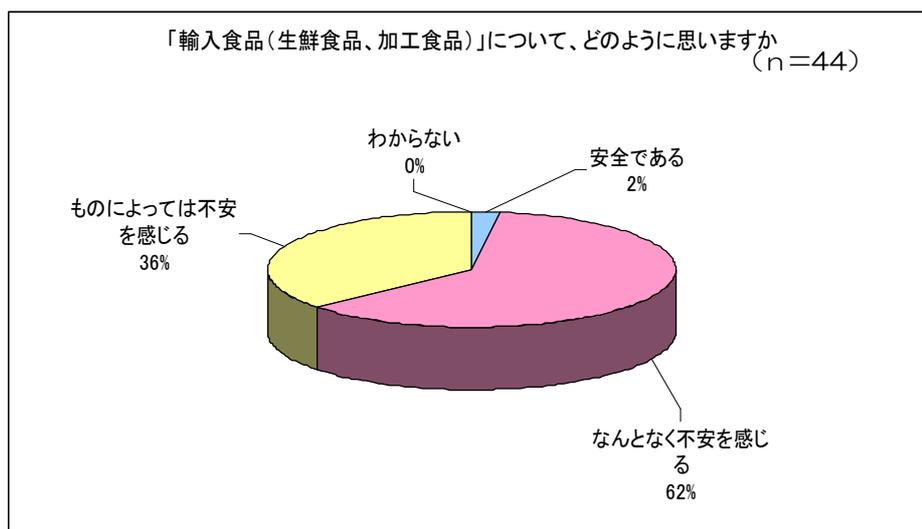


〈平成19年度消費生活モニターアンケート調査〉

★「残留農薬」以外のすべての項目で、不安に感じている人の割合が、昨年の調査より増加しています。「その他」としては、「成分や（加工品等の）混合割合の表示方法」、「消費者が手にするまでに、どのような流通経路や、裏わざをやっているのかとても心配になる」などの意見がありました。

「平成19年度消費生活モニターアンケート調査」より

◆輸入食品への不安



〈平成19年度消費生活モニターアンケート調査〉

★輸入食品について、「なんとなく不安を感じる」と「ものによっては不安を感じる」を合わせると98%という多くの人が輸入食品に不安を感じています。昨年に引き続き、アメリカ産の牛肉、中国産の野菜などという限定したものに対する不安の声が多くありました。

「平成19年度消費生活モニターアンケート調査」より

海外の食育事情

(平成18年版 食育白書より)

<米国における状況>



米国では、連邦政府等の支援による、学校昼食プログラム（National School Lunch Program）及び学校朝食プログラム（School Breakfast Program）等に基づいて、希望に応じて学校における昼食あるいは朝食の給食が行われています。さらに、食事と運動を通して健康を増進し慢性疾患のリスクを下げるためのガイドラインとして、「アメリカ人のための食生活指針」（Dietary Guidelines for Americans）が5年ごとに発表されているほか、食に関する教育活動（Team Nutrition）等が実施されています。あわせて、野菜や果物を1日5品目以上食べることを推奨するファイブ・ア・デイ運動も進められています。食品安全教育の観点からは、「手や食品等をよく洗うこと」、「分離によって汚染を防止すること」、「適切な温度による調理」、「冷蔵」の4つの実践を中心としたキャンペーンが展開されています。

また、消費者と地域の農家が協力して生産活動等を行う運動（Community Supported Agriculture）が広がっています。

<英国等における状況>



英国では、政府の「健康な学校プログラム」（National Healthy School Programme）等によって、学校における健全な食生活の推進等が進められています。加えて、野菜や果物を1日5品目以上食べることを推奨するファイブ・ア・デイ運動も進められているほか、子どもの脂肪分・糖分・塩分の過剰摂取や肥満の増加に対応するため、子どもの健全な食生活を促すための行動計画も策定されています。

また、食品、農場や農村等に焦点を当てた体験学習を学校教育の一環として行う「育てる学校」（Growing School）プログラムが政府の支援により進められており、これらを受け入れる農場も多数存在しています。

さらに、消費者に新鮮な食品を供給しつつ地域経済の活性化を図ること等を目的として、地域で作られた農産物を地域で消費するローカルフード（Local Food）と呼ばれる活動も見られます。

イタリアでは、消えつつある郷土料理や質の良い食品を守り、質の良い素材を提供してくれる小生産者を守り、そして子どもたちを含めた消費者全体に「味の教育」を進めることを目的とするスローフード運動が盛んとなり、世界的な広がりを見せています。

<アジアにおける状況>



韓国では、「真土不二」（しんどふじ）をスローガンとして地産地消を推進する運動があります。「真土不二」という用語は、我が国においても、身体と土とは密接不可分である、身近なところで作られたものを食べるのがよい、等の趣旨で用いられています。

シンガポールでは、「健康なライフスタイルのためのプログラム」（National Healthy Lifestyle Programme）が政府によって進められています。同プログラムでは、健康なライフスタイルの重要性の認識が高まるよう、日常的な運動、健全な食事、禁煙、ストレス管理の4項目を、毎年のキャンペーン等の活動を通じて促進しています。

<世界保健機構（WHO）における取組み>



世界保健機構（WHO）は、2004年に「食事、運動と健康に関する世界戦略」を取りまとめました。同戦略は、不健全な食生活と不十分な身体活動を主たる要因として生ずる心疾患、脳血管疾患、糖尿病、一部のがん等の非感染性疾患の死亡率等を改善することを目指して、加盟国等に対し、エネルギー摂取のバランス、野菜や果実の摂取、適切な体重の維持等のガイドライン策定を含む具体的な取組みを求めるものとなっています。

