

第2章 南魚沼市の食の現状と評価

1 南魚沼市の食をめぐる現状

(1) 健康増進アンケート調査等からみた現状

※「南魚沼市いきいき市民健康づくり計画（第2次）」第3章 栄養・食生活（33～40 ページ）参照

①食事摂取状況

- ・市民の食事摂取状況をみると、1日3食きちんと食べている人が88.6%ですが、1日3食食べない人が10.6%となっており、前回より1.0%増加しています。
- ・1日3食食べない人を性別年代別にみると男性に多く、男女ともに19歳から39歳に多くなっています。
- ・1日3食食べない人のうち、朝食を欠食する人が75.2%となっています。

②肥満とやせの状況

- ・平成26年度基礎健診データからみると性別では、若い女性のやせが多く、男性では30～40歳代に肥満が目立ちます。

③食事に関する意識

- ・栄養バランスを考えて食べている人は、69.5%でした。一方、考えて食べない人は29.7%となっており性別年代別では30歳代の男性で58.8%、30歳代の女性で32.5%となっています。
- ・食事で注意をしている点は、「規則正しく食事をする」53.7%、「肉、魚等動物性たんぱく質を適量食べる」51.3%、「主食を毎食食べる」47.5%が上位となっています。（複数回答）
- ・塩分を控える人は46.7%、糖분을控える人は28.9%、油脂の種類と量を考えて食べる人は31.0%となっています。（複数回答）

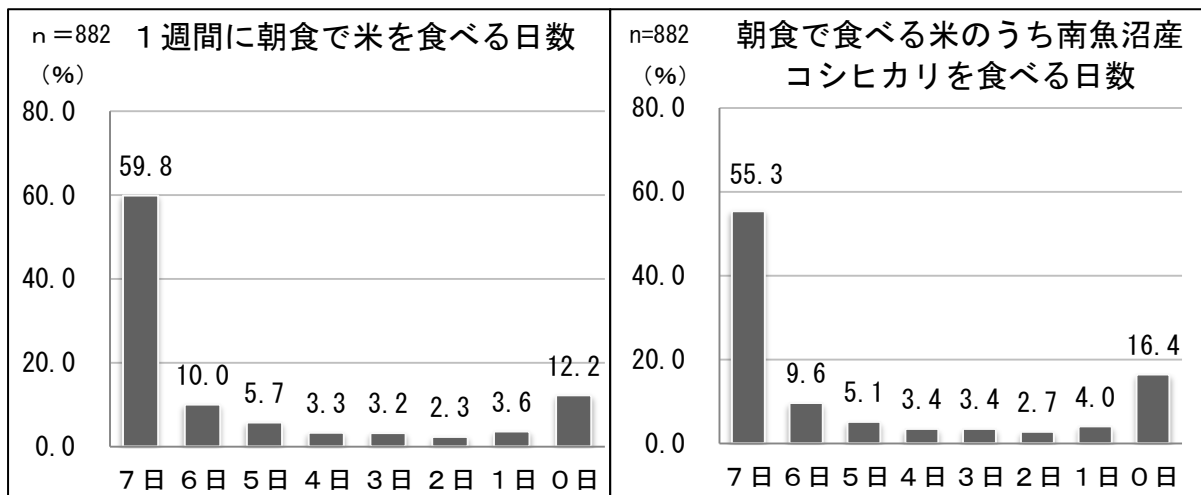
④外食と成分表示の状況

- ・性別年齢別では、「ほとんど毎日1回以上」外食をする人が男性の50歳代で22.1%となっており、女性では「週に2～5回」が多く、30歳代で25.0%となっています。
- ・食品の成分表示を参考にしている人は60.2%となっています。

（2）地産地消の現状

①南魚沼産コシヒカリの消費状況

- ・ 1週間に朝食で米を食べる日数は、「7日」という回答が圧倒的に多く、全体の59.8%を占める一方で、「0日」という回答も12.2%に上り、10人に1人以上が朝食にお米を食べていない現状がうかがえます。
- ・ 朝食で食べる米のうち、南魚沼産コシヒカリを食べる日数は、「7日」という回答が圧倒的に多く、全体の55.3%を占める一方で、「0日」という回答も16.4%に上ります。



資料：平成25年南魚沼産コシヒカリの消費に関する市民アンケート

②米作り体験

市内小学校19校すべてで、米作り体験を実施しています。

③給食の地産地消状況

市内給食センター及び自校式調理場での地産地消の状況は、野菜、果物、きのこ等は14.5%、米が100.0%となっています。

資料：平成26年南魚沼市学校教育課集計

④直売所

市内には23か所の直売所があります。

資料：平成26年新潟県農産物直売所調査

⑤学校給食の新潟県産・南魚沼市産農産物使用割合（平成26年度）

市内の学校給食への新潟県産の使用割合は50.7%、南魚沼産の使用割合は21.6%となっています。〔その他（砂糖類・油脂類・種実類等）除く〕

学校給食における地場農産物の年間使用量年次推移（%）

	南魚沼市	
	南魚沼市産	県内産
平成24年度	21.4%	38.8%
平成25年度	21.2%	46.1%
平成26年度	21.6%	50.7%

資料：南魚沼市学校教育課

⑥農業の状況

【農家の人口】

市の総農家数は5,552戸で、専業農家は458戸、第1種兼業農家301戸、第2種兼業農家3,481戸となっています。総農家のうち、4,240戸76.4%が販売農家であり、農家人口は5,236人となっています。

資料：平成24年新潟県農林水産統計年報

【耕地面積】

市の耕地面積は5,645haで、水田面積は5,206ha、畑432ha、樹園地7haとなっています。

資料：平成25～26年新潟県農林水産統計年報

【水稻収穫量】

市の水稻収穫量は25,700tで、市町村別では県内8位の収穫量となっています。

資料：平成25～26年新潟県農林水産統計年報

<課題>

(1) 健康と食生活

- ・「1日3食の食事を摂らない欠食が多いことや働き盛りの人の外食が多いことは、必要な栄養が欠けるばかりでなく、生活習慣病のリスク要因にもなりやすい」ことを広く知らせる。
- ・若い女性の痩せが増加している。妊娠、出産のリスクになるばかりでなく、低体重児の出生率も高くなる傾向があり、幼少期から食生活を通して適正体重を維持するための健康意識の高揚が必要。
- ・塩分を控える人を増加させる。
- ・糖分を控える人、油脂の種類と量を考えて食べる人を増加させる。
- ・食品の栄養成分表示を参考にする人を増加させる。

(2) 南魚沼産の食材

- ・豊かな自然環境を活かして、米づくりや野菜づくりに関心をもてるような取組みを様々な年代で展開していくことが必要。
- ・野菜の直売所や地元スーパーでの取組み等を充実させて、家庭などで新鮮で安心な地元食材を手軽に取り入れられるような環境づくりが必要。
- ・朝食で南魚沼産コシヒカリを主食とする人を増やす。

2 南魚沼市健康まちづくり食育推進計画（第1次）の評価

計画の柱	指標		策定時 (平成22年度)	目標値 (平成27年度)	平成26年度	評価
人づくり 食育で	学校給食1食当たり残食量		28.9g	26.0g (1割減)	18.4%	◎
	食育ボランティア(県登録)		5人	10人	4人	▲
	食生活改善推進員		173人	190人 (1割増)	133人	▲
	食育推進協力店(名称変更)		0店舗	10店舗	15店舗	◎
	健康づくり支援店の登録数*		67店舗	74店舗 (1割増)	75店舗	◎
環境づくり 安全で安心な	学校給食の地場産使用	新潟県産	31.9%	35.0% (1割増)	50.7%	◎
		南魚沼産	17.7%	20.0% (1割増)	21.6%	◎
	野菜の直売所		27か所	30か所	23か所 (販売額476,039千円)	▲
習慣づくり 考えて食べる	22時前に就寝する	3歳児	70.0% (平成21年健診)	80.0% (1割増)	80.6%	◎
		小学6年生	49.9% (平成21年調査)	60.0% (1割増)	58.0%	○
	1日3食食べていない人の減少		9.6% (平成19年アンケート)	7.0% (健康づくり計画)	10.6% (平成26年アンケート)	▲
	栄養バランスを考えて食べる人の増加		67.7% (平成19年アンケート)	80.0% (健康づくり計画)	69.5% (平成26年アンケート)	▲
	塩分を控える人の増加		44.2% (平成19年アンケート)	55.0% (健康づくり計画)	49.7% (平成26年アンケート)	▲
	500kcal バランス弁当提供業者の増加		1店舗	5店舗	5店舗	◎

評価判定		達成割合	該当項目数
1	◎ 達成できた	75%以上	7項目 (50.0%)
2	○ まあまあ達成できた	50%以上～75%未満	1項目 (7.1%)
3	△ あまり達成できなかった	25%以上～50%未満	0項目 (0.0%)
4	▲ 達成できなかった	25%未満	6項目 (42.9%)
5	－ 評価困難		0項目 (0.0%)
達成できた(1+2の数/合計)			8項目 (57.1%)
合計			14項目 (100.0%)

4段階評価の計算方法 $\frac{\text{現在の値} - \text{策定時の値}}{\text{目標値} - \text{策定時の値}} \times 100$

* 健康づくり支援店：健康づくり支援店とは条件を満たし県に登録している店舗。数は湯沢町を含む南魚沼地域振興局管内数

3 推進のための3つの柱と6つの重点施策

