

V 総括

「食」は、生きていく上での基盤であり、健康で文化的な生活や、豊かで活力のある社会を実現するためにも、食育の推進が重要である。平成 17 年に食育基本法が制定されて以降、国では 5 年ごとに食育推進基本計画を策定し、現在は令和 8 年度からは第 5 次食育推進基本計画に基づいた食育が実施される。

福津市においても、市民の食に関する課題に対応するため、「第 2 次福津市食育推進計画」を策定し、家庭・学校・企業・地域などの多様な主体と連携しながら食育を推進してきた。本計画では、「福津のめぐみ 笑顔がつながる みんなの食卓」をめざす姿（将来像）として掲げ、「1. 元気な地域をつくる」「2. 健康な暮らしを実感する」「3. 豊かな心をはぐくむ」「4. 安全・安心な環境をつくる」「5. 連携・共働で食育をすすめる」の 5 つの基本目標と 23 の指標を設定している。

この計画が進められた約 10 年間の間に、社会や地域の状況は大きく変化した。特に新型コロナウイルスの流行により、人と人との交流が制限される中で、食を通じたつながりの大切さが改めて認識された。一方で、SNS やオンライン動画といったデジタル技術を活用した新しい食育も広がりを見せている。

本調査は、第 2 次福津市食育推進計画の最終年度である令和 8 年度の評価に向けて実施されたものであり、その前段階として、市民の食生活や食に関する意識の実態を把握することを目的としている。なお、本調査では、アンケートの回答方法を従来の紙面による調査から、オンラインアンケート調査へと変更した。その影響もあり、回収率（配布数に対する回答の割合）は令和 2 年度調査の 73.6%から 58.7%に低下している。したがって結果を解釈する際には、この点に留意する必要がある。以下、本調査における主要な結果を要約するとともに、今後期待される食育推進の方向性を述べる。

1. 食育について

食育について「関心がある」と「どちらかといえば関心がある」と回答した人の割合は 88.1%で、調査初回（平成 19 年度）以降で最も高く、全国調査結果（食育に関する意識調査令和 7 年）よりも高い結果であった。食育に関心のある理由の上位 3 項目は初回調査から同じ結果で「子どもの心身の健全な発達」「生活習慣病の増加」「食生活の乱れの問題」であった。第 2 次福津市食育推進計画（以降、第 2 次計画）策定時に比較して、「食品廃棄物の問題」を回答した人の割合が高くなっており、市民の

環境への関心の高さがうかがえた。食育の実践については、「積極的にしている」と「できるだけするようにしている」と回答した人は 63.5%であり、女性の方が、また高年齢層で実践している割合が高いことは、初回調査時から大きな変化はみられない。食育の実践を「あまりしていない」「あまりできていない」理由は、「食事や食生活への関心はあるが、他のこと（仕事や趣味等）で忙しいから」が最も回答者が多いことは、初回調査以降変化がない。今回調査の特徴として、「食事や食生活への関心はあるが、食費を安くすることの方が重要だから」と回答した人が、第 2 次計画策定時の 28.4%から 47.2%へと大幅に増加し、食品をはじめとした物価上昇の影響を受けた結果と考えられる。

一方、「食事や食生活を特に意識しなくても問題はないから」は、これまでの調査で最も低い結果であった。しかし、男性の若い世代（18～39 歳）の朝食摂取状況や若い世代の野菜を食べることの心がけ、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事、減塩への心がけについては、経年的に悪化している現状にあり、健康問題に発展する前段階からの健康な食生活の啓発が必要と考えられる。

幼児の保護者が食生活に関して家庭で子どもに教えている事については以前の調査と大きな変化はないが、回答者割合はほとんどの項目で第 2 次計画策定時に比べて経年的に低下した。家庭以外での食育で力を入れて欲しい事として、「農業や漁業体験」が第 2 次計画策定時の 29.5%から 43.7%と回答者が大幅に増加した。食育という言葉に「言葉も意味も知らなかった」と回答した児童・生徒（小・中・高校生）の割合は、初回調査時（平成 19 年度）以降で最も高かった。

以上のことから、食育への関心や認識は全世代で高まっている一方で、食育の取り組みとして、食生活をとりまく社会情勢や子どもや家庭の状況に応じて、内容を検討していくことが求められる。

2. 食生活について

（1）朝食の摂取

朝食を「ほとんど食べない」割合は初回調査から増加した。男性の 18～29 歳、30～39 歳、40～49 歳、50～59 歳で、女性の 50～59 歳で第 2 次計画策定時から大幅に増加した。朝食を摂らない主な理由は、「時間がない」が最も高く、「以前から食べる習慣がない」「食欲がない」が次いで高かった。第 2 次計画策定時からの変化では、「以前から食べる習慣がない」が 18.0%から 23.9%と増加し、若い世代からの朝食摂取を習慣化することが重要であると考えられる。

小・中学生では第 2 次計画策定時よりも「朝食を毎日食べる」児童・生徒の割合が高くなり、高校生は「ほとんど食べない」割合が低くなった。前回調査（令和 2 年度）に比べて、就寝時間は小学生では 10 時以降、中学生では 11 時以降、高校生では午前 0 時以降に寝る割合は低くなり、7 時以降に起床する割合は小中学生は変化はなく、高校生は多くなり、全体として睡眠時間が長くなった傾向にある。小学生は朝食欠食の理由は「食欲がない」中学生や高校生は「時間がない」が最も多く、引き続き朝食摂取とともに早寝・早起きの啓発を行っていく必要があると思われる。

（２）共食

朝食または夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数は、一週間あたり 10.1 回で、前回調査時よりも朝食、夕食ともに「ほぼ毎日」共食をする人の割合が低くなったが、第 2 次計画の目標である 10 回は上回った。幼児では 13.1 回、小学生では 10.4 回、中学生では 12.8 回、高校生では 10.3 回であった。前回調査に比べて、朝食・夕食ともに「ほぼ毎日家族と一緒に食べる」子どもの割合は高くなった。共食は食の楽しさを感じるだけでなく、食事のマナーや食生活習慣の基礎を学ぶ機会にもなる。そのため、全世代を通して、共食の機会を増やす取組が重要である。

（３）食事時のあいさつ

食事のあいさつは、基本目標 3「豊かな心を育む」に関する指標である。「必ずしている」「よくしている」と回答した割合は、幼児の保護者ではやや減少したものの、市民、小・中・高校生では初回調査以降で最も高い結果となった。今後も共食の機会を増やす取り組みと合わせて、自然の恩恵や食べ物が食卓に届くまでに関わるすべての人への感謝の気持ちを育むことが重要である。

（４）ゆっくりよく噛んで食べる食習慣

一般市民 50.2%、幼児の保護者 48.5%が「ゆっくりよく噛んで食べている」「どちらかといえば、ゆっくりよく噛んで食べている」と回答した。全国調査と比べて高い結果であった。65 歳以上は 57.7%であり、第 2 次計画の目標値を下回った。幼児は 70.9%、小学生では 78.3%、中学生では 63.7%、高校生では 60.0%であった。健やかで豊かな生活を送るには、口腔機能が十分に発達し、維持されていることが重要である。そのため、食べ方も含めた口腔の健康や口腔機能の獲得・維持・向上と関連づけた食育の推進が重要である。また、高齢期においては、全身の健康管理と合わせて、口腔機能の維持にも取り組んでいくことが必要である。

（５）主食・主菜・副菜そろった食事習慣

「主食・主菜・副菜をそろえて食べるのが 1 日 2 回以上ある日」が「ほぼ毎日」

と回答した人は一般市民で 36.5%であり、前回調査より 10.9 ポイント減少したが、全国調査とは同程度であった。また、中学生 57.5%、高校生 41.2%で前回調査より 5 ポイント以上減少した。野菜摂取については、野菜料理を「毎日 3 皿以上食べている」人の割合は、35%であった。栄養バランスのとれた食事が重要性や手間をかけずに実践できる方法を普及啓発していく必要がある。

(6) 生活習慣病の予防や改善のための食習慣

一般市民において、適正体重を維持や減塩を心がけることについて、「いつも気をつけて実践している」「気をつけて実践している」と回答した人の割合は、前回調査から大きな変化はみられなかった。一方、今回の調査から高校生を対象に減塩について調査したところ、「必ず・よく・時々気をつけている」と回答した人は 68.0%であった。また、小・中学生については、家庭のスープや味噌汁の味と給食の味を比較した結果、「家の方が濃い」と回答した割合は、小学生で 25.3%、中学生で 33.2%であった。この結果から、全世代に対して、生活習慣病の予防・改善に向けた意識の向上と実践につながる食育を推進していくことが求められる。

(7) 子供の生活（自炊力、自己評価）

「自分だけで料理を作ることができる」と回答した割合は、小学生で 85.5%、中学生で 87.0%、高校生で 89.7%となり、いずれも初回調査時以降で最も高い結果となった。自身の食生活については、「よいと思う」「少し問題があるが、おおむね良いと思う」と回答した生徒は、中学生が 93.7%、高校生は 88.7%で、前回調査から大きな変化はないものの、初回調査から良好な傾向が続いている。食生活の問題点としては、中学生・高校生ともに「食事のバランスが悪い」と回答した割合が最も高く、また、食生活上の問題を相談する相手として「親」と回答した生徒が最も多かった。これらの結果から、食育活動の推進を保護者に対しても充実させていく必要がある。

(8) 食事が楽しいか

食事が「楽しい」と答えた市民の割合は、前回調査と比べて大きな変化はなかった。一方で、小学生・中学生・高校生いずれも、「楽しい」と感じる割合は初回調査以降で最も高くなっている。福津市の全世代における食事の満足度は、全体的に良好に推移している。

3. 食文化継承、食育活動について

福津市産の農水産物を「毎日使用している」「よく使用している」と回答した一般市民の割合は、46.9%で前回調査からは大きな変化はみられなかった。しかし、第 2

次計画策定時と比べて低く、目標値も達成できていない状況である。一方で、福津産の農作物や海産物の購入場所としては、「福津市内の施設」が 68.2%、「市内の産直施設」が 62.9%と高く、地元での購入は一定程度定着していることがうかがえる。地元産の農水作物の利用や生産者との交流は、地域理解の促進や食文化の継承にもつながる重要な取り組みである。生産者との交流体験の経験がある人は 28.5%で前回調査より増加しており、小学生 42.1%、中学生 33.8%、高校生 37.8%と、いずれも世代でもわずかに増加している。

伝統料理や郷土料理については、「知っている」と回答した割合が、小学生 81.5%、中学生 82.8%、高校生 85.7%、一般市民 82.8%と、いずれも前回調査より増加した。また、伝統料理や郷土料理を「習ってみたい」または「時間があったら習ってみたい」と回答した割合も、小学生 74.0%、中学生 53.8%、高校生 60.4%と増加しており、関心の高まりがみられる。食文化を次世代につなげるため、子どもだけでなく市民全体に対して、伝統料理・郷土料理の体験機会や情報発信を充実させることが求められる。

食育推進活動へ「参加してみたい」と回答した一般市民の割合が 42.4%で、初回調査以降で最も高くなった。参加してみたい内容としては、「食生活の改善に関する項目」「郷土料理、伝統料理などの食文化継承活動」「生活習慣病予防などのための料理教室」が多く挙げられた。また、「農漁業体験などに関する活動」への関心も、初回調査以降で最も高くなっていた。

一方で、実際に食育イベント・活動へ「参加した」人は全対象者の 13.1%で少ないものの、初回調査以降、徐々に増加している。参加しなかった（できなかった）理由としては、「イベントや活動があることを知らなかった」との回答が最も多く、情報発信の課題が明らかとなった。

4. その他

(1) フードバンク、子ども食堂等の利用

経済的な理由で食品が購入できないことが「あった」と回答した人の割合は 12.8%で、男性よりも女性が 10.0 ポイント高く、特に 30～39 歳では 18.4%と高い割合であった。フードバンクについては、「利用したい」と回答した人が 43.3%である一方、「わからない」と回答した人も 41.0%にのぼった。子ども食堂のような無料または低価格の食事の場については、「利用したい」と回答した人が 31.2%で、特に 18～39 歳の若い世代で利用意向が高い傾向がみられたが、こちらも「わからない」と回答し

た人が半数近くを占めた。これらの結果より、フードバンクや子ども食堂などについて、具体的な内容や利用方法のイメージが十分に浸透していない可能性が考えられる。

（２）災害時の食料備蓄

災害時の食糧備蓄については、「3日以上備蓄している」と回答した人は16.6%にとどまる一方、「ほとんど・まったく備蓄していない」と回答した人が35.6%を占めている。このことから、災害時に備えた食料備蓄には課題があることが明らかとなり、災害時を想定した食育の推進が求められる。

6. まとめ

今回の調査は、平成28年に策定された第2次福津市食育推進計画の最終年を迎える前年度に実施されたものであり、平成19年度の初回調査から数えて6回目にあたる。福津市では食育基本法の制定当初から継続的に調査を実施し、その結果に基づいて計画を策定してきており、このような取組は全国的にも珍しく、貴重な資料としての価値も高い。本調査にご協力いただいた福津市民の皆様ならびに、調査実施にご尽力いただいた関係者の皆様に深く感謝申し上げます。

今回の調査結果からは、食育への関心の高さに加え、食事の楽しさや共食頻度、食事時のあいさつ、食文化への関心などの多くの項目で良好な傾向がみられた。特に、小・中・高校生においては、自分で料理できる力や食生活の自己評価が良好で、伝統料理や郷土料理の関心も高まっており、学校や家庭における食育の成果がみられた。

一方で、朝食の欠食や主食・主菜・副菜をそろえて食べる食事の実践、野菜摂取が不足傾向であることなどの課題も明らかとなった。また、食育への関心はあるものの、食費の制約や、時間的余裕の不足により食育の実践が難しいと感じている人が多くみられた。さらに、食育活動への参加意欲はあるものの、実際の参加率は高くなく、その理由として食育活動の情報が届いていないことが挙げられた。加えて、フードバンクや子ども食堂については、「わからない」との回答が多く、取り組みの理解が十分に進んでいない可能性があるほか、家庭での食料備蓄も進んでおらず、社会的課題への対応に課題がある可能性が示唆された。

国においては現在、第5次食育推進基本計画を策定中であり、「学校等での食や農に関する学びの充実」「健全な食生活の実践に向けた「大人の食育」の推進」「国民の食卓と生産現場の距離を縮める取組の拡大」が重点課題として検討されている。福津市においても、国の基本方針を参考としながら、市民の食の実態に即した食育を展開し、福津市の産物や人々をつなぐ取り組みを一層推進していくことが期待される。