

食育の推進にあたっての指標

項目	No.	目標項目	策定時 令和4年度	目標値 令和11年度	出典
高知家の未来を担う子どもの食育の推進	1	朝食を毎日食べる児童生徒の割合 小学5年生	男子 81.6% (全国82.3%) 女子 80.4% (全国81.1%)	全国平均値以上	全国体力・運動能力、 運動習慣等調査 (保健体育課)
		中学2年生	男子 78.3% (全国80.0%) 女子 72.1% (全国73.4%)	全国平均値以上	
		高校2年生	男子 75.0% 女子 76.0%	80%以上	高知県体力・運動能力、生活 実態等調査 (保健体育課)
健康長寿を実現する食育の推進	2	1日当たりの食塩摂取量の平均値	9.0g	8.0g未満	県民健康・栄養調査 (保健政策課)
	3	1日当たりの野菜摂取量の平均値	274g	350g以上	
	4	1日当たりの果物摂取量100g未満 の人の割合	56.6%	45.0%以下	
	5	適正体重を維持している人の割合 (肥満 (BMI 25以上)、 やせ (BMI 18.5未満) の減少)	40~69歳男性の 肥満者の割合 39.5% 40~69歳女性の 肥満者の割合 19.1% 20歳代女性の やせの人の割合 20.0%	40~69歳男性の 肥満者の割合 35.0%未満 40~69歳女性の 肥満者の割合 17.0%未満 20歳代女性の やせの人の割合 19.0%未満	県民健康・栄養調査 (保健政策課)
	6	よくかんで食べている人の割合	77.3%	80%以上	県民健康・栄養調査 (保健政策課)
	7	20~30歳代の朝食を食べている人 の割合	男性 67.6% 女性 63.2%	85.0%以上	県民健康・栄養調査 (保健政策課)
	8	65歳以上低栄養傾向 (BMI 20以下) の割合	男性 10.7% 女性 18.4%	男性 10.0%未満 女性 17.0%未満	県民健康・栄養調査 (保健政策課)
	9	むし歯のない3歳児の割合	89.0%	92%以上 (令和8年度)	3歳児歯科健康診査 (高知県)
	10	12歳の一人平均むし歯数 (永久歯)	0.50本	0.5本以下 (令和8年度)	学校歯科保健調査 (高知県歯科医師会)
	11	自分の歯を有する人の割合 60歳で24本以上 80歳で20本以上	70.1% (令和2年度) 56.7% (令和2年度)	80%以上 (令和8年度) 60%以上 (令和8年度)	高知県歯と口の 健康づくり実態調査 (高知県)
	持続可能な食の理解と継承	12	県内の食品ロス発生量を現状より 5.2%削減 (年1.3%削減)	20,817 t (令和3年度)	18,652 t
13		学校給食における地場産物を使用 する割合 (金額ベース)	53.7%	60%	学校給食栄養報告 (週報) (文部科学省)
14		直販所売上高	102億円 (令和3年度)	109億円	農産物マーケティング 戦略課調べ
15		南海トラフ地震時栄養・食生活支援 活動ガイドラインVer.2に基づく市 町村災害時保健活動マニュアルの策 状状況	5市町村 (令和5年度)	34市町村	保健政策課調べ
16		食生活改善推進員の数	1,336人 (令和5年度)	1,300人維持	保健政策課調べ
食を育む環境づくり	17	食育に関心を持っている人の割合	58.9% (全国79.6%)	全国平均値以上	県民健康・栄養調査 (保健政策課)
	18	1日1回以上健康パスポートアプリ を利用している人数 (月平均人数)	14,411人 (令和5年10月末)	23,000人	保健政策課調べ

編集・発行：高知県健康政策部保健政策課

〒780-8570 高知市丸ノ内1丁目2番20号 TEL：088-823-9648 FAX：088-823-9137

第4期高知県食育推進計画

概要版 (令和6年度~11年度)

高知県食育推進計画は、食育基本法第17条第1項で規定する都道府県計画として位置づけ、県、市町村、関係団体、事業者などがそれぞれ役割と特性を生かしながら、協働して県民とともに食育に取り組むための指針です。

計画の施策体系

【食育の目標】

食を通じて豊かな人間性を育み、健全な食生活を営む力を養う

【目指す姿】

元気なからだをつくる  
健全な食生活の実現

高知のおいしい食材・  
食文化を楽しみ・伝  
え・豊かな心を培う

持続可能な食を支え  
る食育の実践

4つの基本方針

①高知家の未来を担う子どもの食育の推進

- ・基礎的な食に関する知識の習得
- ・食の実践力の獲得
- ・食の楽しさ・食事のマナーの定着

②健康長寿を実現する食育の推進

- ・減塩や野菜摂取量を満たすバランスのとれた食生活の実践
- ・生活習慣病の予防と改善
- ・健康寿命を延ばす低栄養の予防
- ・豊かな食生活のための歯と口の健康づくり

③持続可能な食の理解と継承

- ・食への感謝や食文化の継承
- ・環境に配慮した食育の推進
- ・食の安全・安心の確保
- ・地産地消の推進
- ・災害時の栄養・食生活支援の取組

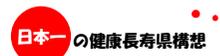
④食を育む環境づくり

- ・食育に関する人材育成
- ・企業や関係団体などとの連携
- ・県民運動の推進
- ・デジタル化への対応

子どもから高齢者まで生涯を通じた取組を官民連携により推進

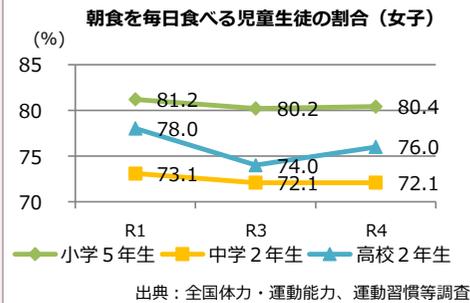
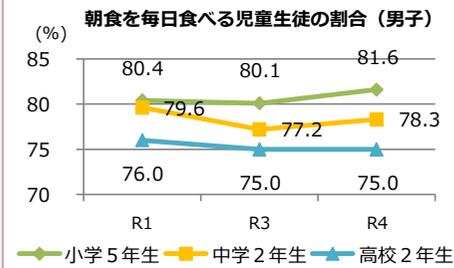


高知県健康政策部保健政策課  
令和6年3月



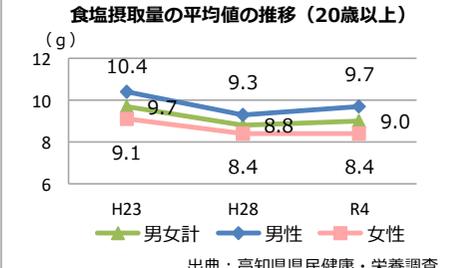
# 食育に関わる現状と課題

子どもの頃に健康的な食習慣を身につけることが必要です。

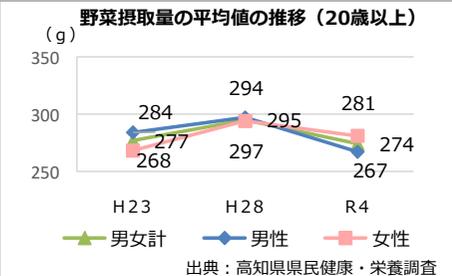


朝食を毎日食べる児童生徒の割合は、令和3年度までは減少傾向にありましたが、令和4年度には横ばいから増加傾向となっています。

生活習慣病の予防及び改善につなげ、健康長寿を実現する食育を推進することが必要です。

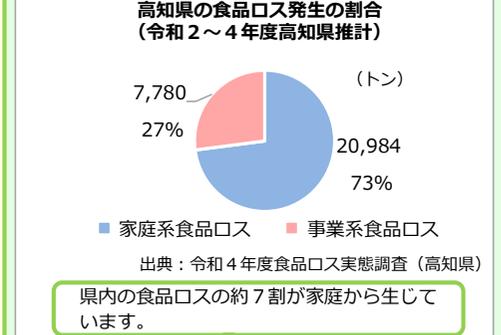


食塩摂取量は、目標量の8.0g未満を達成していません。

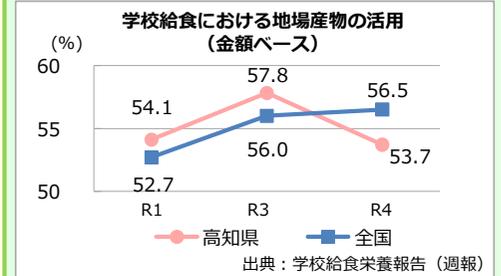


20歳以上の1人1日当たりの野菜摂取量は、目標値の350g以上に達していません。

環境を意識した食生活や食品ロス削減に向けた取組及び地産地消の推進が必要です。

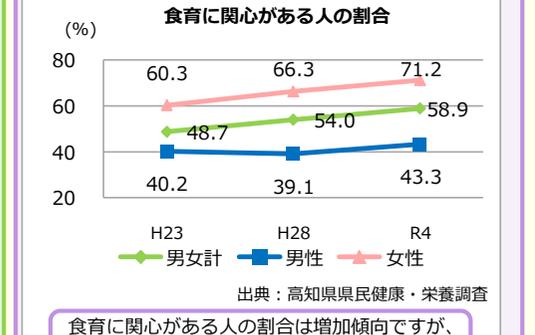


県内の食品ロスの約7割が家庭から発生しています。



地場産物の活用は全国水準同様に推移していますが、安定的に活用することが必要です。

県民一人ひとりが、食育を実践するためには、それを支援していくための人材育成や環境の整備が必要です。



食育に関心がある人の割合は増加傾向ですが、男女の差は拡大しています。



## 具体的な取り組み

### ①高知家の未来を担う子どもの食育の推進

#### 基礎的な食に関する知識の習得

- 3歳児保護者を対象に基本的な生活習慣に関するパンフレット等の配付や学習会を実施するなど家庭や地域と連携し、様々な食育を推進します。
- 学習指導要領に基づき健康教育を充実させ、児童・生徒が朝食の重要性など食に関する知識や実践する力が身につくよう取り組みます。
- 食生活改善推進協議会と連携して、健康教育を実施し、基本的な生活習慣の定着と家庭への波及を図ります。

#### 食の実践力の獲得

- 子どもたちに食を選択する力や調理をする力が身につくよう取り組みます。

#### 食の楽しさ・食事のマナーの定着

- 体験活動を通して食の楽しさを体験する機会を増やしたり、給食の時間での実践活動を通して食の楽しさ、食事のマナーが身につくよう取り組みます。

### ②健康長寿を実現する食育の推進

#### 減塩や野菜摂取量を満たすバランスのとれた食生活の実践

- マスメディア等を活用した啓発に加え、日常生活で身近な量販店・コンビニ等の民間事業者による官民協働の普及啓発を行います。

#### 生活習慣病の予防と改善

- 「適正体重の維持の重要性」に関する啓発や事業所が主体的に健康づくりに取り組める環境づくり等、保健行動の定着化による健康づくりに取り組みます。

#### 健康寿命を延ばす低栄養の予防

- 低栄養予防レシピなどを活用し、かむことを意識した食事の摂取や低栄養のリスク予防・改善について啓発活動を行います。

#### 豊かな食生活のための歯と口の健康づくり

- むし歯・歯肉炎予防のための歯みがき習慣の定着、フッ化物応用を啓発し、定期的な歯科健診受診を推奨します。

### ③持続可能な食の理解と継承

#### 食への感謝や食文化の継承

- 郷土料理の技術を伝承する取組や地域の食文化の普及啓発を行います。

#### 環境に配慮した食育の推進

- 食品ロス削減の意義や家庭生活の中ですぐに行える身近な取組、期限表示の正しい理解促進など広報啓発を行います。

#### 食の安全・安心の確保

- 流通食品の安全性確保のため、食品関連事業者の「HACCPに沿った衛生管理」の取組の支援を行います。

#### 地産地消の推進

- 体験や調理実習を重視した交流等による食や農林水産業への理解促進及び学校の授業内容等と関連させた地場産物を活用した食育を実践します。

#### 災害時の栄養・食生活支援の取組

- 市町村災害時保健活動マニュアルの改定支援や研修会を実施し、栄養・食生活支援時の支援体制の強化を図ります。

### ④食を育む環境づくり

#### 食育に関する人材育成

- 食に関するボランティア団体などを育成し、住民への食育活動を推進します。

#### 企業や関係団体などとの連携

- 食育活動の多様な関係者と連携した取組を推進し、「食」に関する情報を県民に発信します。

#### 県民運動の推進

- 「食育の日」、「食育月間」、「やさしい日」「栄養の日」等の取組を関係団体と連携して県民に周知し食育を推進します。

#### デジタル化の対応

- 小・中・高校の授業でデジタル化した健康教育副読本を活用した健康教育の取組を推進します。
- 健康パスポートアプリを活用し、個人の健康づくりを支援するとともに、市町村や県内事業所ごとのアプリ運用を推進し、健康的な行動の定着化が図れる環境づくりを支援します。