

第1章 計画の趣旨

「食」は「いのち」を育む大切なものです。しかし、労働システムや暮らしの変化は私たちの食をめぐる環境を大きく変化させました。便利になった反面、輸入食品や加工食品、冷凍食品の増加は、栄養の偏り、生活習慣病の増加、人格形成への影響、食の安全性などの様々な問題につながっているとされています。

これらの影響は、これからの時代を担う子どもたちにも顕著に現れており、健全に生きる力を培うための「食」の推進が今、求められています。

政府は、平成17年7月に食育を国民運動として展開するための「食育基本法」を施行し、平成18年3月福岡県において「ふくおかの食と農推進基本指針」を策定しました。このような状況の中、築上町では総合計画の将来像を「“自然と歴史・文化を育む”一心と体の健康を求めた『豊かな生活の場』づくり」とし、実現するための主要施策や計画のタイトルに「築上町は子どもの生命を護る」を掲げ、様々な施策に取り組んできました。

「食育」を計画的に進め、住民が豊かで充実した毎日を送るため、食育基本方針をまとめ、住民と協働で進めていきます。

第2章 築上町の食の現状と課題

1. 農漁業生産の現状

本町の産業は、水稻・麦など土地利用型の農業が中心です。主要農作物はレタス、白菜、いちごです（表1）1,900haの内40%が転作田で、耕作放棄地も増加しています。

農業就労人口も65歳以上が5割を超えて、後継者不足に直面しています。（図1）各地域の集落営農組織によって水田の維持管理が行われている現状があります。

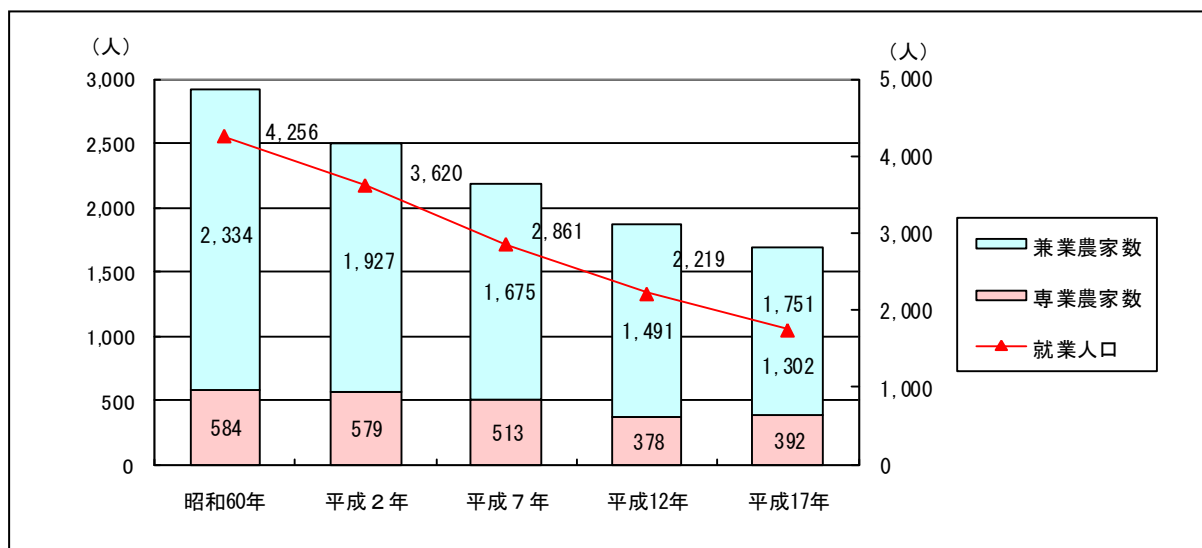
また、野菜等の生産では、大量に生産し都市圏へ出荷していましたが、遠方市場の効率性や経済性の課題等から、生産者が自分の農産物に値段をつけて販売できる直売所への出荷や販売が増加しています。築上町にある3箇所の直売所での出荷量、売上額も年々増加しています。

水稻を除けば、町内自給率は少しずつ減少傾向にあります。しかし、自家製栽培も継続されていて、伝統的な農村の暮らしも維持されています。

水産業では、漁獲量は減少傾向で主要な魚介類は、ぼら、くろだいなどです（表2）。漁業従事者も高齢化が進行しており後継者不足に直面しています。育てる漁業では資源回復を目的としたアサリ稚貝の放流を行っており、毎年潮干狩りを楽しむ人が多く訪れています。沖合では、牡蠣の養殖を行っており、「豊前海一粒かき」というブランドで、販売を行っています。

また、漁協での朝市も毎週開催されています。新しい漁港が整備され、蓄養施設の計画を進めています。

図1 農業の推移



資料：農林業センサス

表1 主要農作物（野菜）

平成17年度	作付面積 (ha)	収穫量 (t)	出荷量 (t)
秋冬はくさい	4	160	91
春キャベツ	2	56	42
夏秋キャベツ	1	13	9
冬キャベツ	3	90	67
ちんげんさい	0	1	0
ほうれんそう	4	62	28
しゅんぎく	3	54	35
カリフラワー	0	1	1
ブロッコリー	1	11	4
春レタス	5	133	123
冬レタス	32	732	669
春ねぎ	0	6	5
夏ねぎ	0	4	3
秋冬ねぎ	2	27	15
たまねぎ	4	116	24
いちご	6	151	141
すいか	3	60	13

資料：農林水産関係市町村別データ

表2 魚種別漁獲量（平成17年）

漁獲量 (t)		
魚類	このしろ	2
	かれい類	2
	にべ・ぐち類	×
	あなご類	×
	えい類	1
	くろだい・へだい	14
	ぼら類	24
	すずき類	5
	その他魚類	15
	計	66
かに類	がざみ類	6
いか類	こういか類	7
	その他いか類	1
たこ類		1

資料：海面漁業生産統計調査



2. 消費の現状

私たちの生活は、コンビニの増加やスーパー等の営業時間の拡大等で「いつでも」「どこでも」簡単に食料が手に入るようになりました。さらに、共働きの家庭の増加等、日々忙しい生活を送り、加工食品や冷凍食品、お惣菜などの利用も当たり前となっています。その結果、直売所などの地元野菜の利用より、食材すべてがそろう大型スーパーなどを利用し、食への関心が薄れ、自ら食材（旬の食材や良い食材）を選択する能力も失われています。また、大型スーパーなどの進出に伴い、地元商店も減少し、地域のコミュニケーションもなくなりつつあります。

そして、便利になった反面、手作りの味を失い、手作りのご飯に含まれている「愛情」を忘れている人、または、「愛情」を知らないで育てている子どもが増加しているように感じられます。

食べられた食材だけでなく、購入して使われなかった食べ物、調理の過程で発生した調理屑、食べ残しなどで生ゴミとして年間 2,200 t 処理されています。生ゴミは、可燃ごみ全体の約 44%を占めており大きな環境負荷となっています。日頃の暮らしの中で生ゴミを発生させない工夫と、発生した生ゴミを各自で土に返す取組が求められています。さらに、生ゴミを資源として分別収集し肥料化することについて住民との協働が必要です。

3. 家庭における食生活の現状

(1) 朝食の欠食

国民の朝食の欠食率は、男性で 30 代が最も高く 30.2%、女性で 20 代が最も高く 24.9%です。また大人だけでなく 1~6 歳にも 6.3%みられます。

築上町においても、朝食を食べないせいで子どもの機嫌が悪い、元気がないなどの声があがっています。朝食を毎日食べる保育園児は 90%（図2）で、小学生は 87%、中学生で 74%です（図3）。年齢が上がるにつれて朝食を食べていない子どもが増えています。

朝食欠食と遅い就寝は相関関係があるといわれていますが、午後 10 時以降に寝る 1 歳 6 ヶ月児は 33.1%、3 歳児は 45.7%みられ（図4）、1~6 歳の保育園児は 35%（図5）、小学生は 31%、中学生は 87%（図6）です。

朝食をおいしく食べるためには体をよく動かし、よく眠り、よい目覚めが大切です。

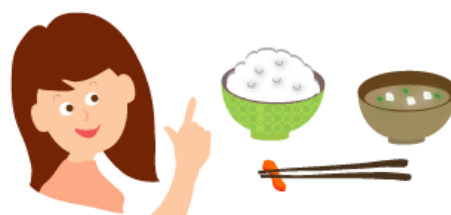
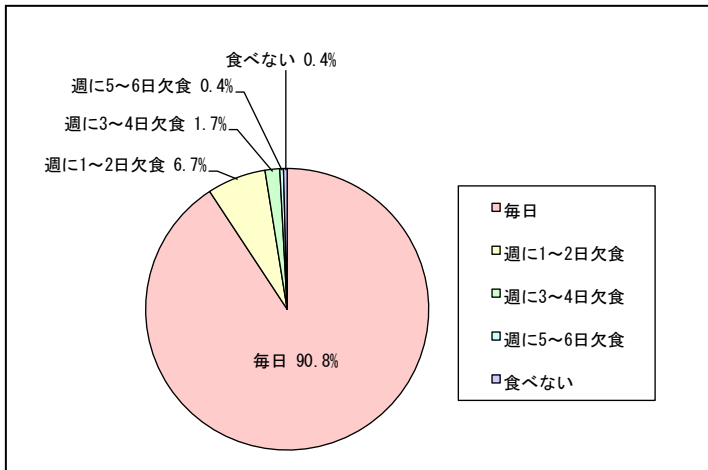
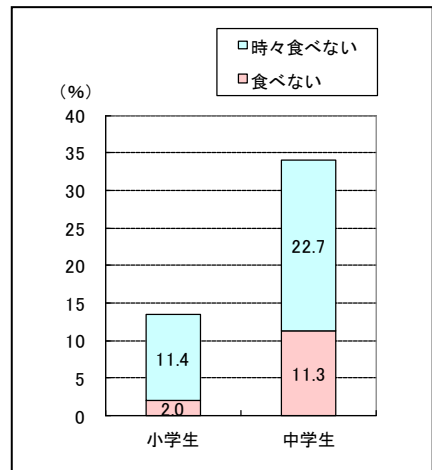


図2 朝食（園児：築上町）



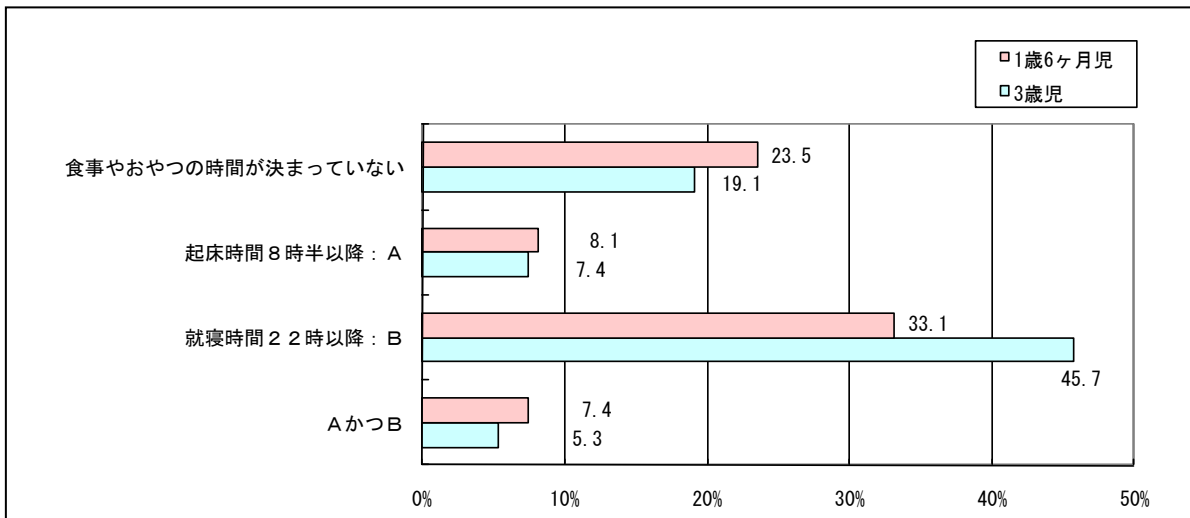
平成 21 年度食生活に関する調査

図3 朝食欠食の状況（築上町）



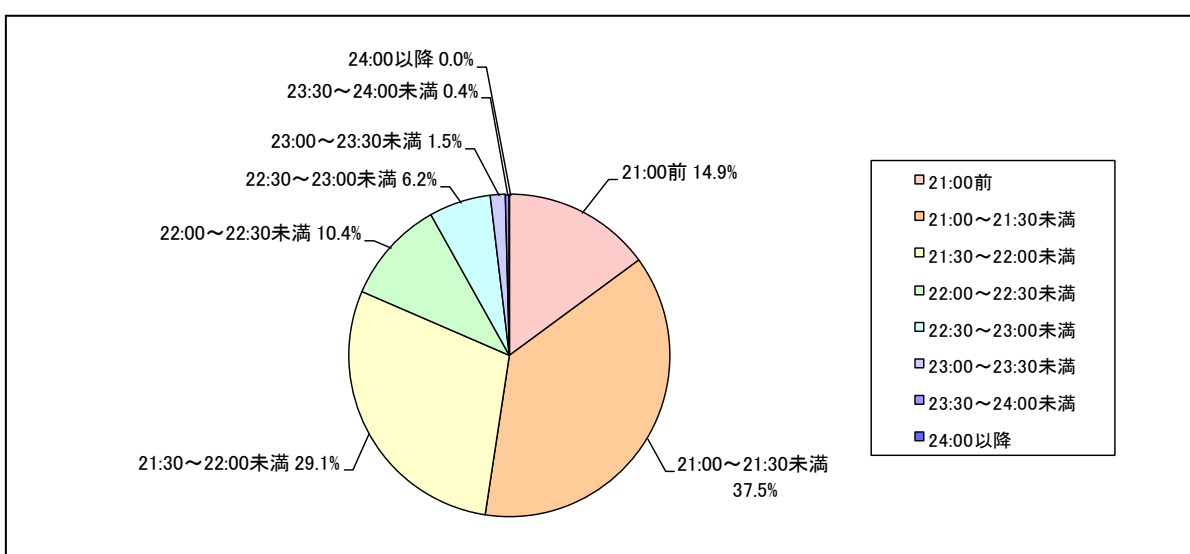
2008 生活実態調査

図4 食事時間・起床時間・就寝時間の状況（築上町）



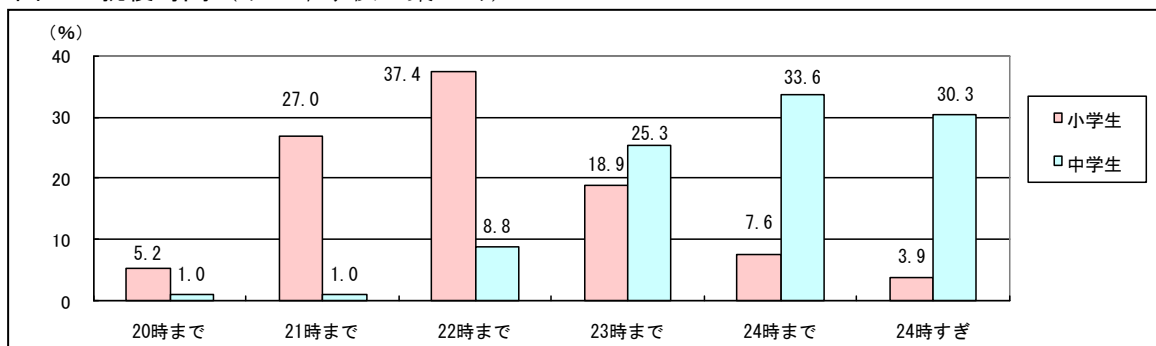
平成 20 年度幼児健診時アンケート

図5 就寝時間（園児：築上町）



平成 21 年度食生活に関する調査

図6 就寝時間（小・中学校：築上町）



出典：2008 生活実態調査

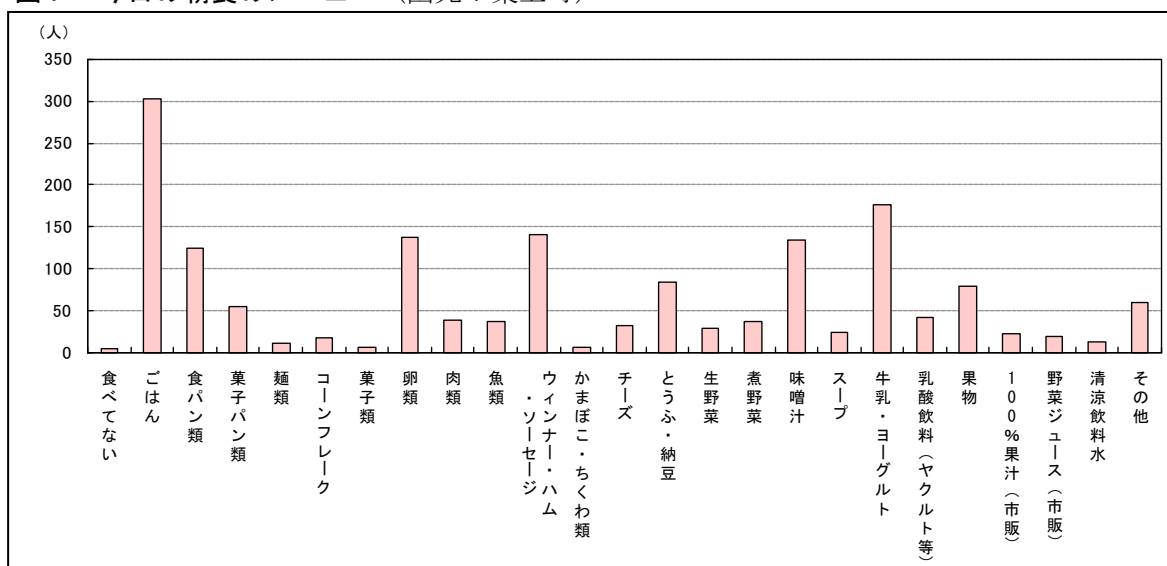
(2) 園児の朝食と間食

園児の朝食の内容についてみると、主食はご飯が最も多くなっていますが、パンもご飯の約3分の1となっていました。副食は多い順に、牛乳・ヨーグルト、ウインナー・ハム等、卵類、味噌汁であり、洋風のメニューが多くなっていました。一方、野菜はウインナー等の5分の1と少なく、野菜を多くとるバランスよい食事が必要です（図7）。

園児が帰宅して好んで食べるものは（図8）、アイスクリーム、スナック菓子、キャラメル、チョコレートが多く、菓子類を好むものが多くなっています。親が与えるものは、アイスクリーム、スナック菓子、乳製品、牛乳が多くなっていました。間食は3回の食事で不足する栄養を補う意味がありますが、嗜好品が多い傾向といえました。

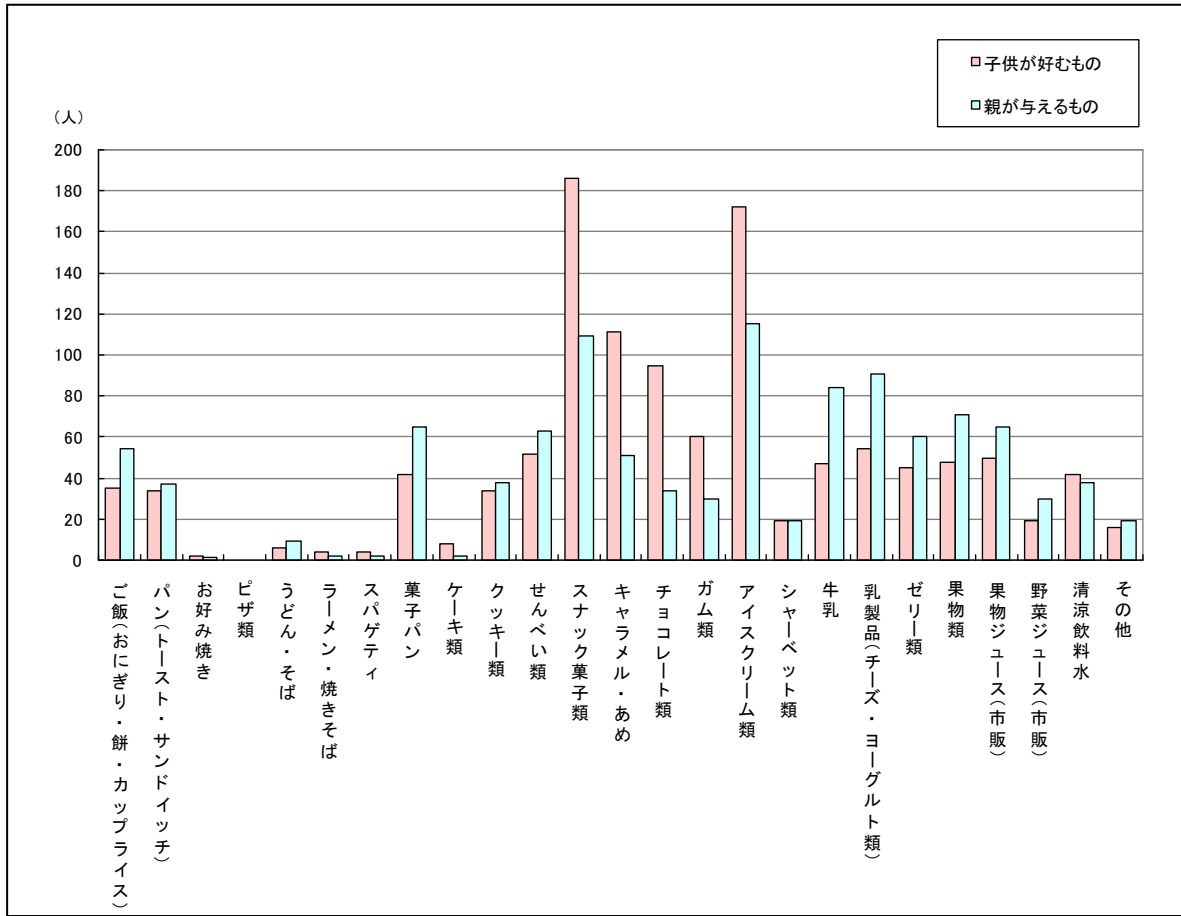
園児の調査では、多くの子どもが家族の誰かと一緒に朝食を食べていましたが、一人で食べている子どもも約50人いました（図9）。栄養を摂るだけでなく、食事は家族が顔をあわせる機会になります。コミュニケーションをはかる機会となることが望まれます。

図7 今日の朝食のメニュー（園児：築上町）



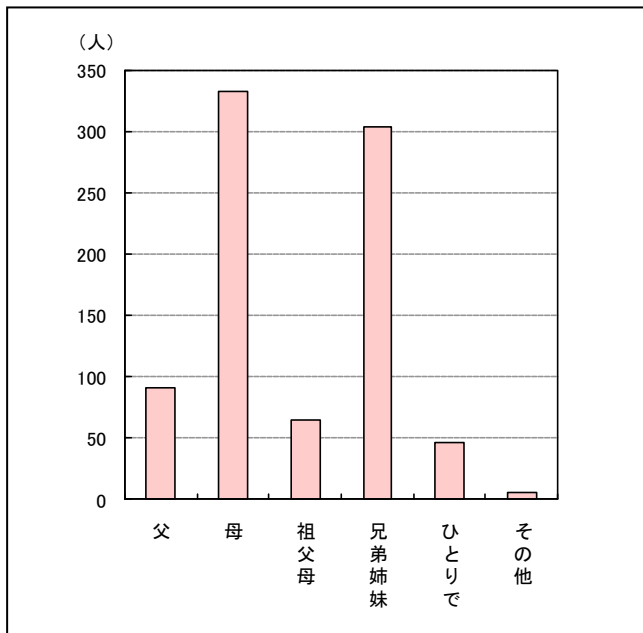
出典：平成21年度食生活に関する調査

図8 帰宅してから夕食までに食べるもの（園児：築上町）



出典：平成 21 年度食生活に関する調査

図9 朝食は誰と食べるか（園児：築上町）



出典：平成 21 年度食生活に関する調査



4. 健康面から見た住民の食に関する現状

(1) 妊娠・出産・育児期の現状

① 妊婦の食生活と低出生体重児（出生体重が2,500g未満の児）の増加

低出生体重児は日本全体で、1980年頃（5%程度）から増加し続け、2007年には9.6%となっています。築上町でも、平成20年度の出生児のうち、13.1%が低出生体重児です（図10）。また、日本全体で、平均出生体重も減少傾向にあります。

医療の進歩で1,000g以下の新生児でも救えるようになってきたことも背景にあります。もともとやせた妊婦が体重を増やさないようにした場合（図11）や、多胎児の場合、妊娠高血圧症候群を発症した場合や、妊婦・パートナーの喫煙、妊婦の歯周病による早産など、様々な要因が関係しています。

そのような背景から、食の大切さと健康（体作り）の関係性を理解・実践してもらうことで、低出生体重児の予防ができるのではないかと考えます。

図10 平成20年度 出生体重（築上町）

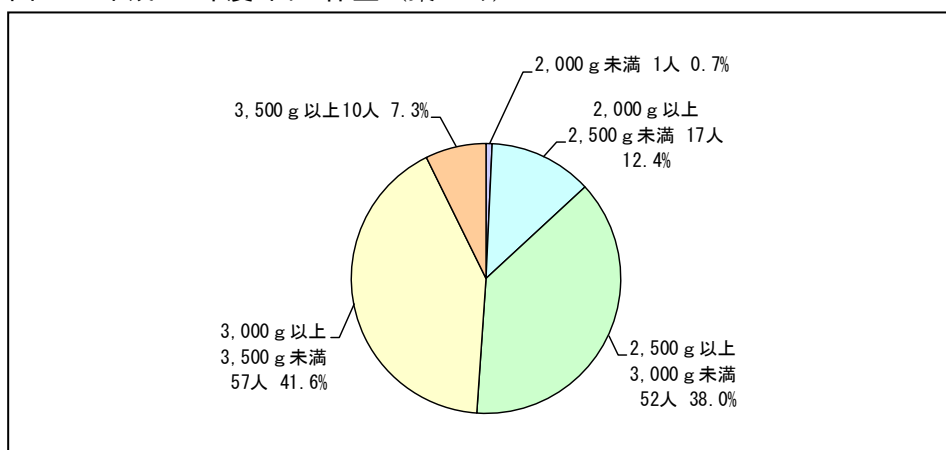
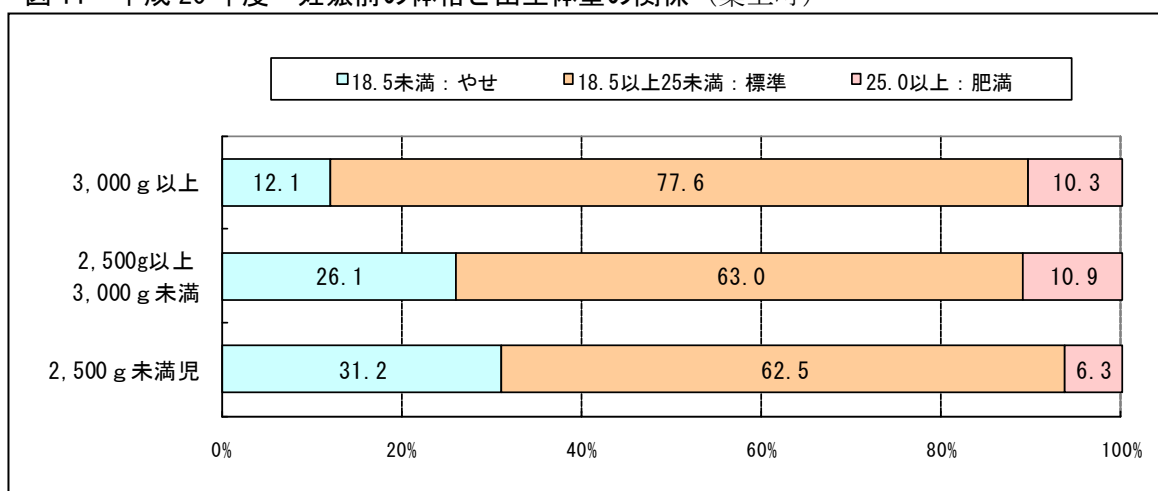


図11 平成20年度 妊娠前の体格と出生体重の関係（築上町）



※BMI = 身長から見た体重の割合を示す体格指数

② お母さんの食生活と母乳育児

母乳はお母さんの血液から作られています。ゆえに、お母さんが口にした物の全てが、母乳の成分となって影響します。質の良い母乳にするためには、低カロリーの「和食」が良いとされています。油や砂糖の多い洋風の食事だと、母乳も高カロリーとなり乳腺炎を起こしたり、赤ちゃんの皮膚が乾燥して湿疹のできやすい状態になったりと、悪影響を及ぼします。食べ物が何でも手に入る時代だからこそ、「和食」の良さや食べ物を選ぶ力を身につける支援が必要となります。

③ 離乳期の食形成について

離乳期は授乳期に続き、生活リズムを身につけ、食べる楽しさを体験して食べる力をつける重要な時期です。離乳食は子どもにとっても親にとっても初めてのことが多く、不安やトラブルを抱えることも少なくないため、町の乳幼児健診時に一人ひとり栄養相談を行っています。保護者の訴えとしては「少食、食べるのを嫌がる、量がわからない」などが多いのですが、その背景には食事の与え方が問題で糖分・塩分の過剰摂取や噛む力が弱い、子ども自身の問題でアレルギー体質などが多いという実態があります。親子の食を営む力を育てるためには、子どもの食に関わる人々、関係機関が連携して環境整備を行い、支援していくことが大切です。

④ 子どもの歯の健康

歯の健康は、食べること・生きることに直結し、生涯にわたる大切な課題です。だからこそ、子どもの頃から望ましい食習慣・噛むことの大切さ・むし歯や歯周病の予防策などを知って、実践することが必要です。

築上町では、1歳6か月児・3歳児健診において、歯科検診を実施しています。同時に、歯科衛生士によるブラッシング指導を実施し、子どもの頃からの歯の健康増進に努めています。築上町の幼児歯科検診結果（表3）は、福岡県全体・全国とほぼ同じ水準ですが、むし歯の本数がとても多い子どももいるため、生活習慣全般を含めできる限りの予防に努めたいと思います。



表3 築上町の幼児歯科検診の結果

＜1歳6ヶ月児健診＞ ※むし歯の本数には、治療済みの歯も含む。

年度	受診者数 (人)	むし歯なし (人)	むし歯あり (人)	むし歯総本数 (本)	むし歯がある子の一人平均むし歯数
17	134	131	3(2.2%)	6	2本
18	135	130	5(3.7%)	9	1.8本
19	111	108	3(2.7%)	13	4.3本
20	133	127	6(4.5%)	17	2.8本

* H19年度 福岡県：むし歯有病率 3.56% 一人平均2.9本
* H19年度 全国：むし歯有病率 2.84% 一人平均3.0本

＜3歳児健診＞ ※むし歯の本数には、治療済みの歯も含む。

年度	受診者数 (人)	むし歯なし (人)	むし歯あり (人)	むし歯総本数 (本)	むし歯がある子の一人平均むし歯数
17	138	114	24(17.4%)	99	4.1本
18	109	82	27(24.8%)	90	3.3本
19	143	93	50(35.0%)	204	4.1本
20	100	74	26(26.0%)	151	5.8本

* H19年度 福岡県：むし歯有病率 24.55% 一人平均3.5本
* H19年度 全国：むし歯有病率 25.86% 一人平均3.9本

(2) 成人期の現状

平成20年度から40歳～74歳までの国保被保険者を対象に特定健診を実施しています。生活習慣病の発症予防と治療中の方の重症化予防は、住民一人ひとりの健康な暮らしと介護状態になることを防ぐために大変重要な課題です。そのためには毎年健診を受けて健康状態を確認すること、早期に異常を発見して生活習慣の改善や早期に治療を始めることが大切です。

ところが健診受診率は29.4%（20年度）で24年度までの最終目標値65%を大きく下回っています。受診率は女性より男性が低く、高齢者より若年者の方が低い状況です（図12）。よって健診受診率の向上を目指した取り組みが不可欠で、特に生活習慣病の発症リスクが最も高い若年の男性への働きかけがとても重要です。

また特定健診の結果（20年度）を福岡県並びに京築地区と比較してみると、血圧値は中等度高血圧と重症高血圧にあたる人の割合が高く（図13・表4）、糖尿病の検査（血糖値）では異常値（空腹時100以上または随時140以上）の人の割合が高い状況にあります（図14）。このことから高血圧と糖尿病を早期の段階で予防することが重要です。予防には生活習慣の改善（食事・運動・休養など）と適切な治療を受けることが大切であり、そのことを理解し行動につながるような取り組みが必要です。

成人の歯の健康は、美味しく食べることと全身の健康につながります。国は8020運動をすすめ、80歳で自分の歯を20本残すことを目指しています。歯を残すためには歯周病の予防が大切です。本町では40歳代から歯の本数が減っています（図15）。歯周病予防は20代から始める必要があるといわれています。予防のためには口腔ケアも大切ですが、歯とあごを丈夫にするための子どものときからの食習慣が大きく影響しています。

図12 築上町特定健診受診率

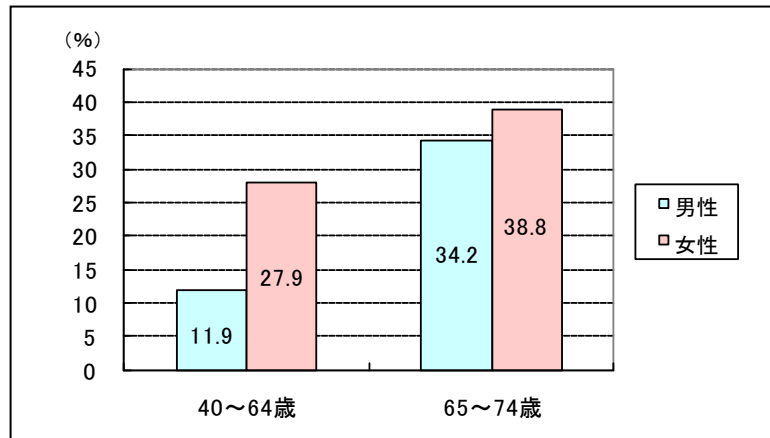


図13 平成20年度 築上町 特定健診受診者 高血圧分類別割合

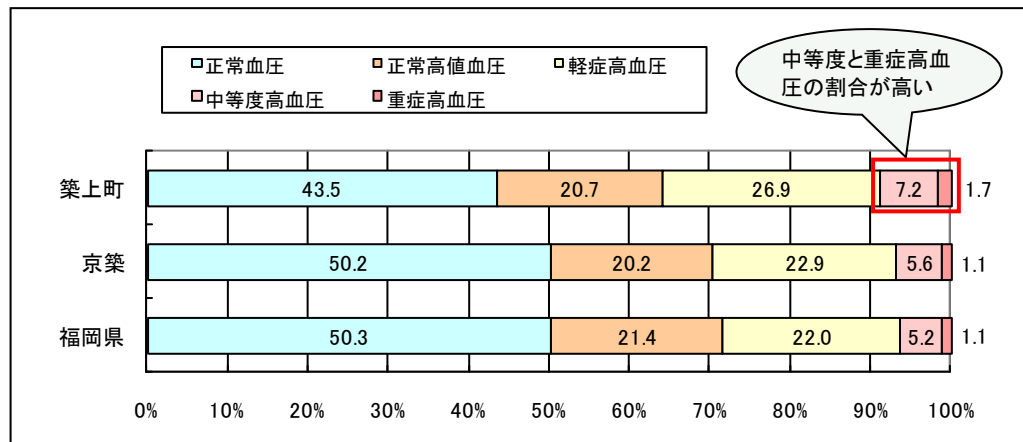


表4 平成20年度築上町特定健診受診者（血圧分類計）

分類	収縮期	拡張期	福岡県	京築	築上町
正常血圧	<130	かつ <85	50.3%	50.2%	43.5%
正常高値血圧	130～139	または 85～89	21.4%	20.2%	20.7%
軽症高血圧	140～159	または 90～99	22.0%	22.9%	26.9%
中等症高血圧	160～179	または 100～109	5.2%	5.6%	7.2%
重症高血圧	≥180	または ≤110	1.1%	1.1%	1.7%

平成20年度 特定健診

図 14 20 年度特定健診 血糖値が異常値にある人の割合

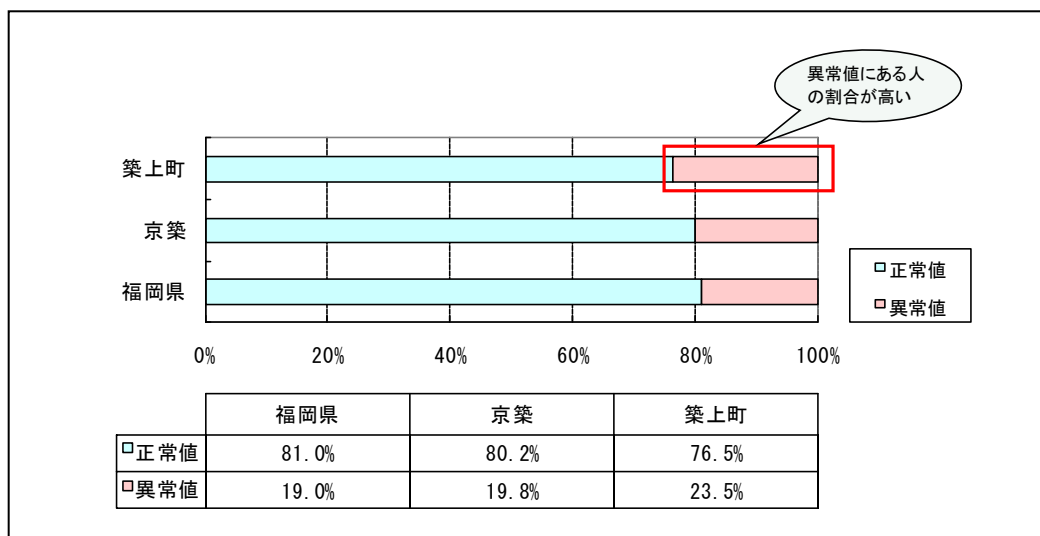
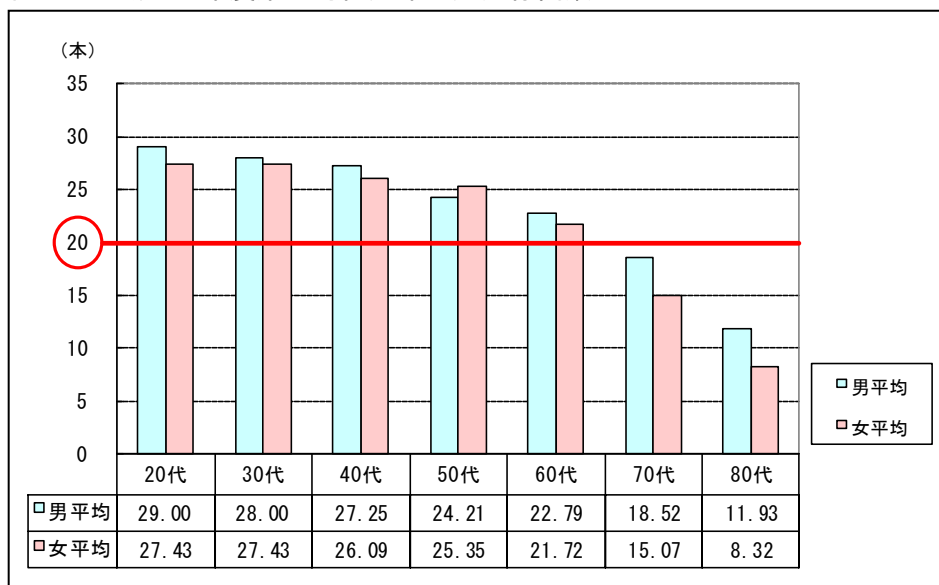


図 15 平成 19 年度筑上町性別年代別残存歯数



(3) 高齢期の現状

筑上町の高齢者人口は、平成 21 年 3 月時点で 5,893 人です。高齢化率で見ると 28.5%です。そのうち要介護者 602 人(10.2%)、要支援者 389 人(6.6%)です。一人暮らしの高齢者は、1,611 人(男性 326 人、女性 1,285 人)で高齢者人口の 27.3%を占めています。全世帯数の 17.9%を高齢者一人世帯が占めていることとなります。高齢者で調理が困難な人を対象に栄養バランスのとれた食事を定期的に配達・提供する「配食サービス」(食の自立支援事業)を受けている高齢者(75 歳以上が対象)は、1,795 食=173 人で月毎の変化はあるものの高齢者の内約 2.3%が食の支援を受けています。年間利用者は減少していますが一人あたりの配食数は増加傾向にあります。今後も高齢者世帯の増加に伴う配食サービスの需要の増加が予想されます。