

II 石巻市の食をめぐる現状

Ⅱ 石巻市の食をめぐる現状

1 食生活の変化

(1) 乳児期・幼児期（0～5歳）

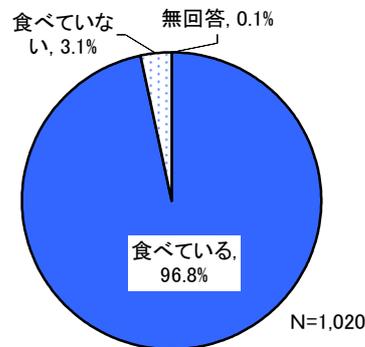
○幼児期に1日3食食べていない子がいる一方で、ジュース等甘い飲み物を毎日摂取する子は46.2%とやや多くなっています。

○3歳児健診でのむし歯保有者率、1人平均むし歯数はともに、平成23年度までは減少傾向にありましたが、平成24年度に微増に転じています。平成24年度実績では、むし歯保有者率は35.0%と全国を約16ポイント上回り、1人平均むし歯数も1.67本と全国を0.99本上回っています。

○乳幼児期の適切な栄養の摂取や歯の健康など、保護者と子どもを対象にした働きかけや相談体制の充実により、低栄養の改善、むし歯予防、肥満防止対策を進めることが重要です。

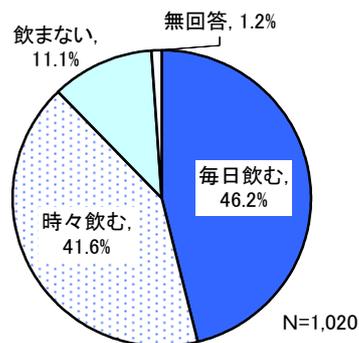
【 幼児期に1日3食食べる子の割合 】

● 1日3食食べていますか



【 幼児期に甘い飲み物を摂取している割合 】

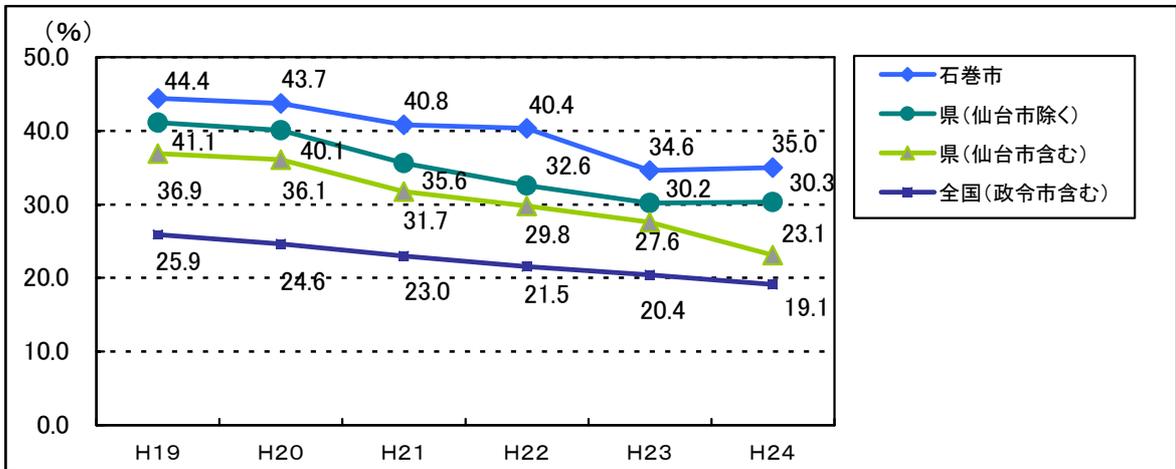
● ジュース類（清涼飲料水、乳酸飲料、イオン・スポーツ飲料、果汁飲料等）を飲みますか



資料：平成24年度3歳児健診

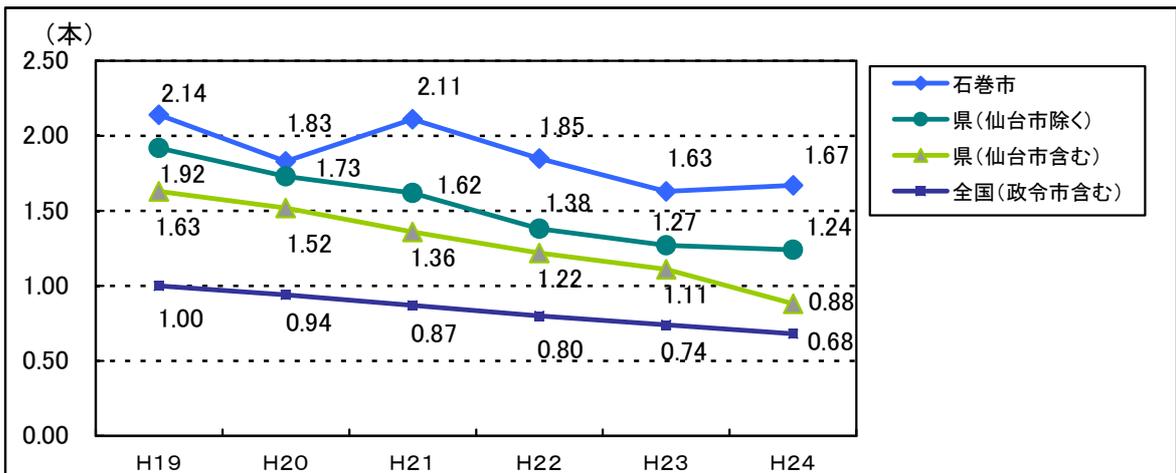
【 3歳児のむし歯罹患状況 】

● 3歳児むし歯有病率 (%)



資料：石巻市健康部健康推進課調べ

● 3歳児1人平均むし歯数 (本)



資料：石巻市健康部健康推進課調べ

● 総合支所別

(単位：人)

	受診者数	むし歯保有者		1人平均 むし歯数	むし歯 治療者
		人数	割合 (%)		
H24	1,016	356	35.0	1.67 本	98
本 庁	743	230	31.0	1.45 本	56
河 北	66	28	42.4	1.88 本	8
雄 勝	7	2	28.6	1.14 本	1
河 南	115	54	47.0	2.23 本	22
桃 生	56	25	44.6	2.21 本	6
北 上	17	7	41.2	1.82 本	4
牡 鹿	12	10	83.3	5.92 本	1

資料：石巻市健康部健康推進課調べ



石巻市
むし歯予防キャラクター
「ブラシマン」

(2) 学童期・思春期（6～18歳）

《 学童期 》（6～12歳）

○朝食を毎日食べない子の割合は、小学5年生では7.6%います。

○肥満者の割合は、男子が18.3%、女子が13.7%と、男女ともに全国、宮城県を上回っています。

《 思春期 》（13～18歳）

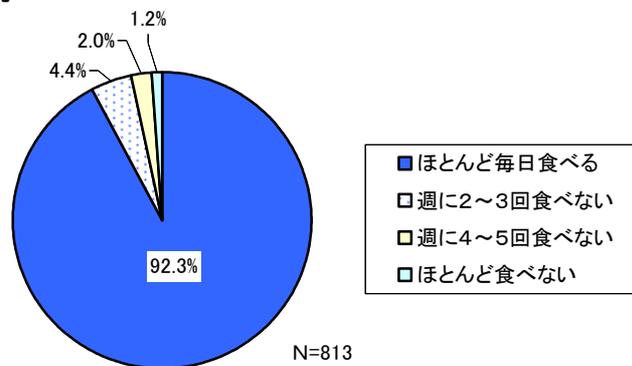
○朝食を毎日食べない子の割合は、中学2年生では13.4%います。

○肥満者の割合は、男子が14.3%、女子が13.1%と、男女ともに全国、宮城県を上回っています。

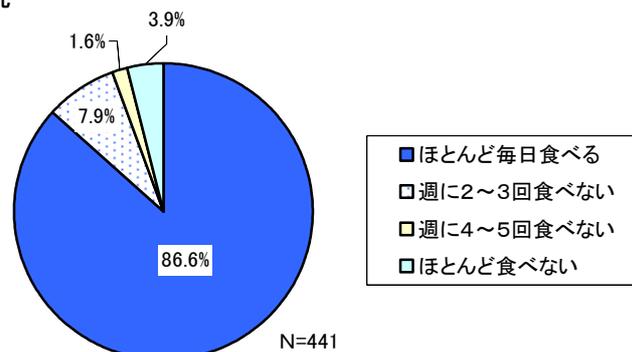
○朝食の欠食、生活リズムの乱れ、菓子・インスタント食品などの偏食・食べ過ぎなどによる肥満者の増加、集中力低下、様々な健康上の問題の改善が求められます。東日本大震災後の仮設住宅など住環境の変化や、仮設校舎での学習環境、遠距離通学などの影響も大きいと考えられることから、学校と市、家庭など関係機関の連携による取組が重要です。

【 小・中学生の朝食摂取状況 】

●小学5年生の朝食摂取状況



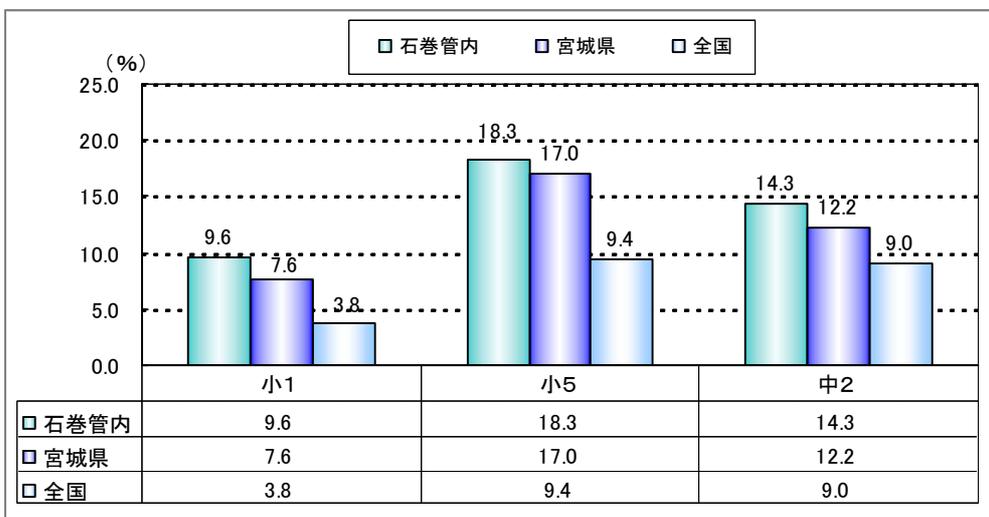
●中学2年生の朝食摂取状況



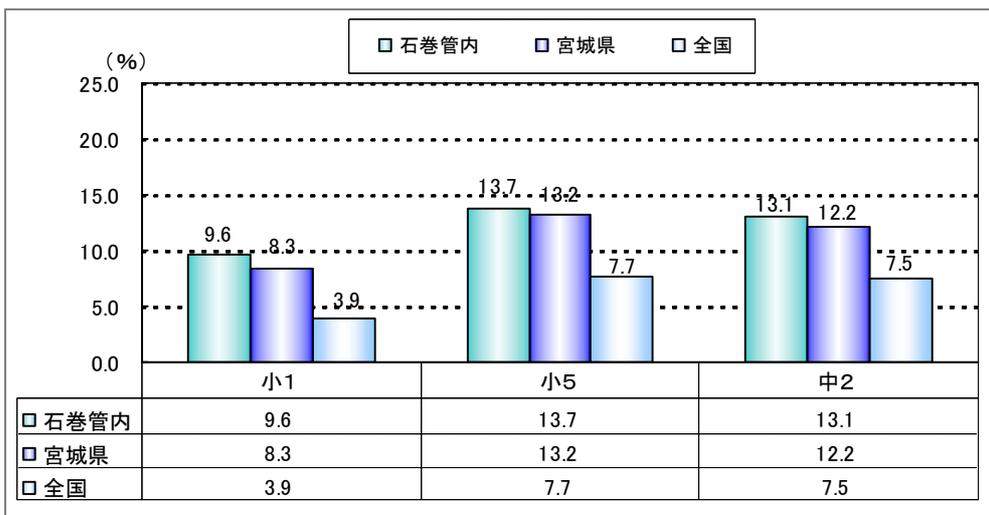
資料：平成24年度石巻市食育（学校）アンケート調査

【 小・中学生の肥満者の割合 】

●平成24年度の男子肥満者の割合（肥満度※1 20%以上）



●平成24年度の女子肥満者の割合（肥満度20%以上）



資料：平成24年度宮城県児童生徒の健康実態調査

※1 肥満度：身長別標準体重から判定する肥満及びやせの傾向
身長別標準体重…年齢・性別・身長の係数により求める

$$\text{肥満度（過体重度）} = (\text{実測体重} \langle \text{kg} \rangle - \text{身長別標準体重} \langle \text{kg} \rangle) / \text{身長別標準体重} \langle \text{kg} \rangle \times 100\%$$

【判定】

割合	判定
-30%以下	高度のやせ
-20%以下	やせ
+20%以上30%未満	軽度の肥満
+30%以上50%未満	中度の肥満
+50%以上	高度の肥満

(3) 青年期・壮年期（19～64歳）

《 青年期 》（19～39歳）

- 食事の適量がわかる人の割合は、20歳代で51.8%とほかの年代に比べて低くなっています。
- 野菜や海藻のおかずを毎食食べる人の割合は、20～30歳代で2割半ばと低くなっています。
- 肥満者割合は、30歳代の男性で37.5%と女性の11.5%を大きく上回っています。

《 壮年期 》（40～64歳）

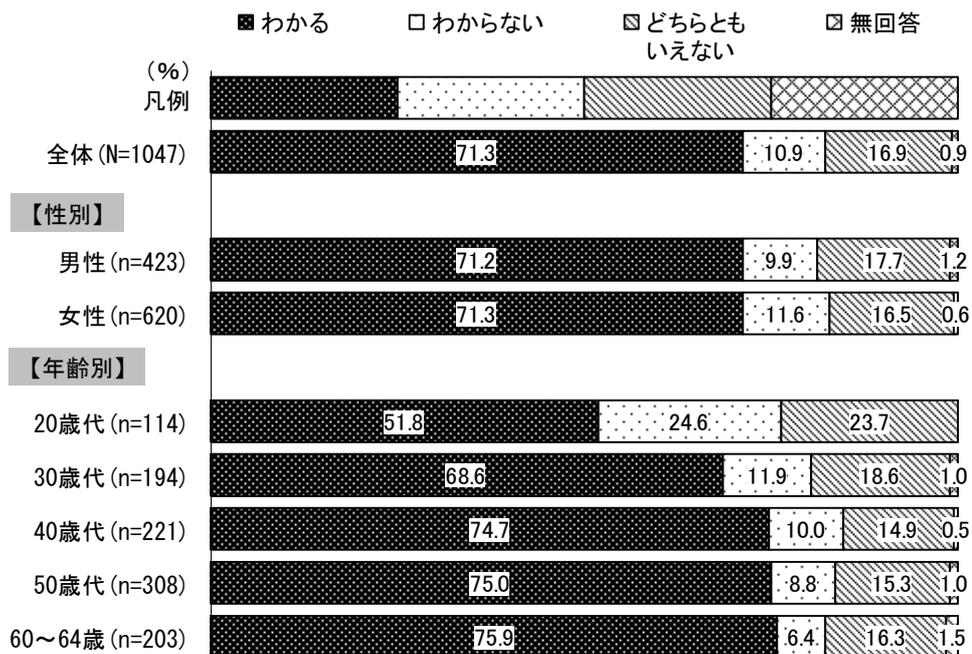
- 野菜や海藻のおかずを毎食食べる人の割合は、50歳代以上は30%ですが、40歳代では28.5%と低くなっています。
- 男女ともに50歳を超えると肥満者は増加傾向となっています。

《 共 通 》

- 甘い飲み物を毎日飲む人の割合は30.6%で、量については100～300ml飲む人が多くなっています。
- 外食・中食※2の利用による栄養バランスの偏り、嗜好品の過度な摂取、不規則な食生活などから肥満者の増加が考えられますが、生活習慣病を未然に防ぐためには、早期に食生活の改善に取り組む必要があります。

【 自分の食事の適量をわかる人の割合 】

●自分の食事の適量がわかりますか

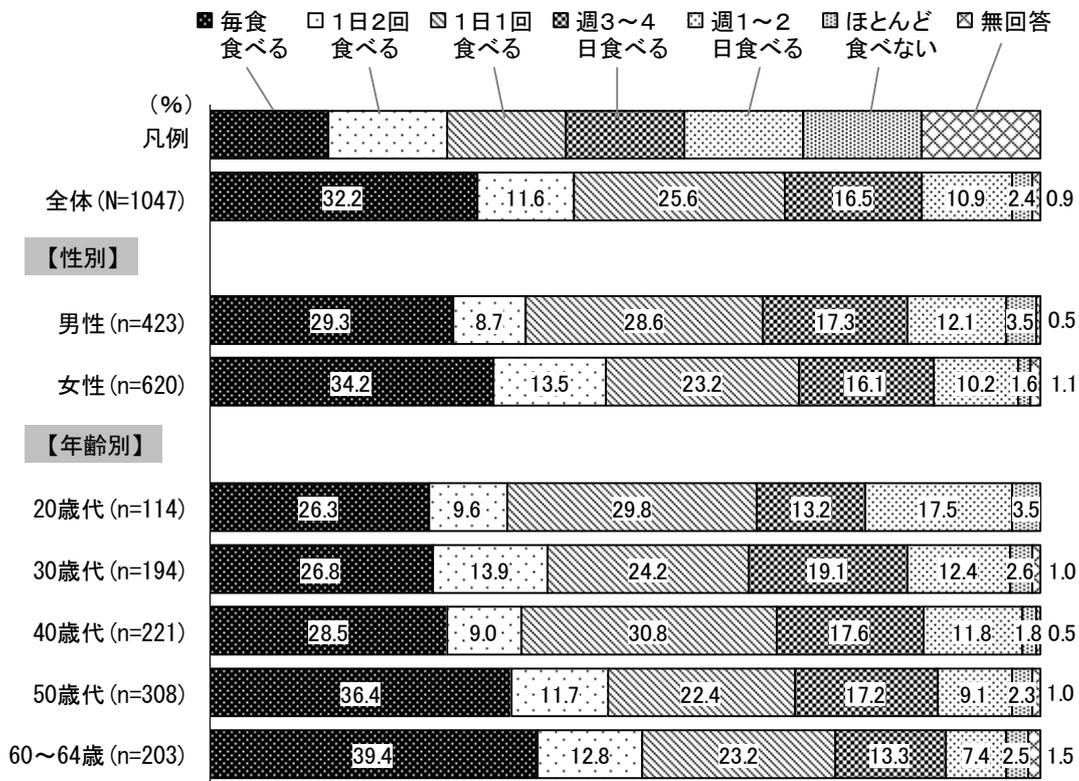


資料：平成24年度市民健康調査

※2 中食：持ち帰り弁当、惣菜等そのまま食事として食べられる状態に調理されたものを家などに持ち帰って利用するもの（弁当類、調理パン、惣菜など）

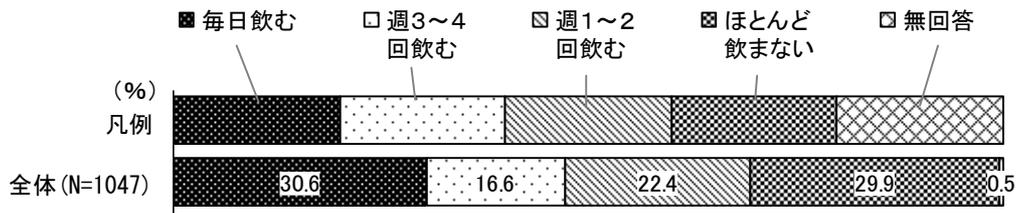
【 野菜や海藻を毎食食べる人の割合 】

●野菜や海藻のおかずを食べますか

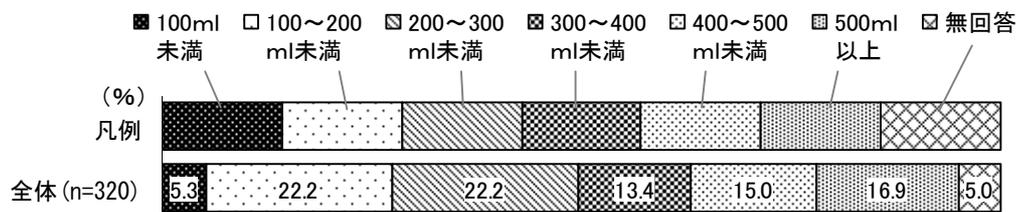


【 青年期・壮年期で甘い飲み物を摂取している割合 】

●水・お茶類以外の甘い飲み物を飲みますか



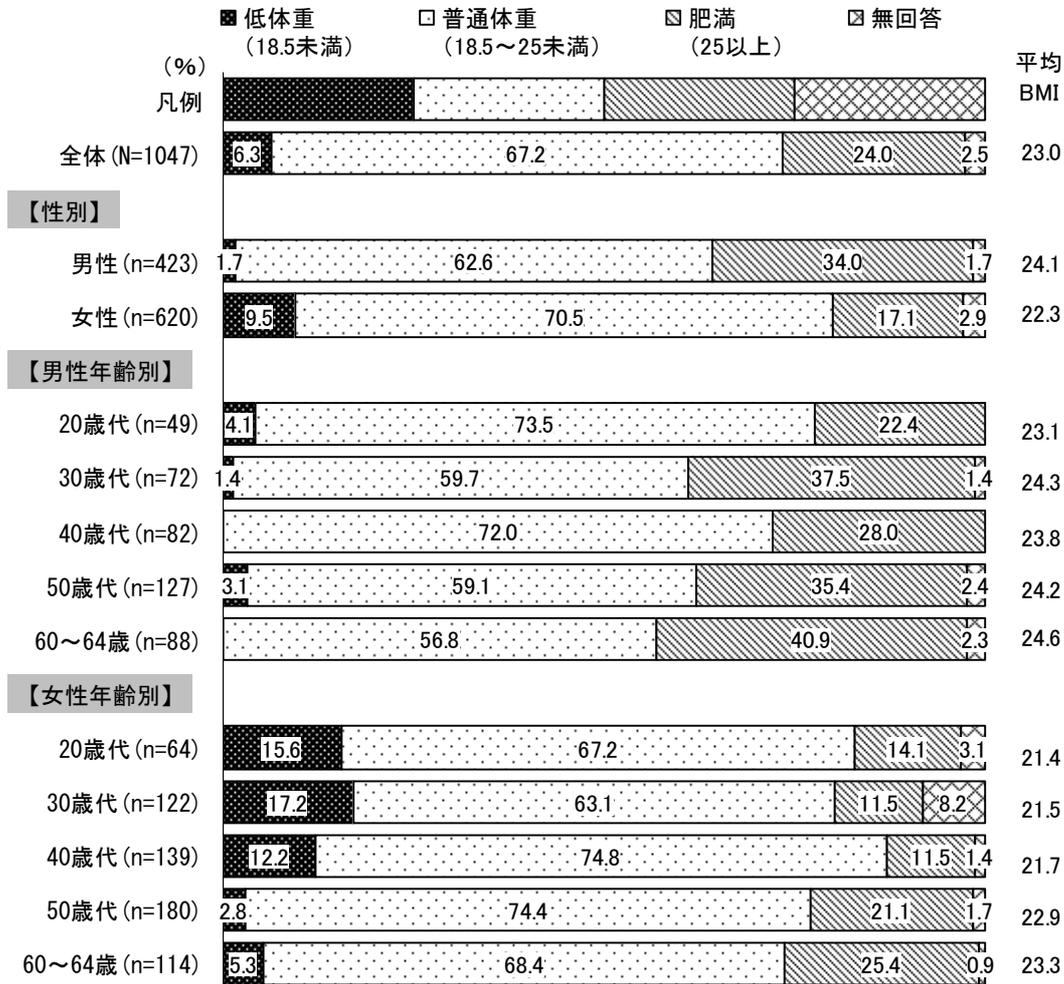
●どのくらい飲みますか



資料：平成24年度市民健康調査

【 肥満者の割合 】

●平成24年度の肥満者割合（BMI※325以上）



資料：平成24年度市民健康調査

※3 BMI：肥満度判定方法の一つ

$$BMI = \text{体重} \langle \text{kg} \rangle \div \text{身長} \langle \text{m} \rangle \div \text{身長} \langle \text{m} \rangle$$

【判定】

	判定
18.5未満	やせ
18.5~25未満	標準
25~30未満	肥満
30以上	高度肥満

《 参 考 》

●市町村別肥満者の割合

市町村名	男性	H22順位
宮城県	32.7%	
大衡村	41.2%	1
女川町	38.9%	2
七ヶ浜町	38.8%	3
	⋮	
石巻市	35.6%	9

市町村名	女性	H22順位
宮城県	25.4%	
七ヶ宿町	37.7%	1
大郷町	35.9%	2
大衡村	38.8%	3
	⋮	
石巻市	30.0%	13

●市町村別メタボリックシンドローム※4該当者及び予備群の割合

市町村名	男性	H22順位
宮城県	47.3%	
大和町	54.8%	1
大郷町	54.2%	2
大衡村	51.8%	3
	⋮	
石巻市	49.5%	11

市町村名	女性	H22順位
宮城県	19.7%	
七ヶ宿町	30.7%	1
大郷町	30.5%	2
大衡村	30.3%	3
	⋮	
石巻市	22.0%	14

●市町村別運動習慣者

(1日30分以上の運動を週2回以上、1年以上継続している人)の割合

市町村名	男性	H22順位
宮城県	45.5%	
柴田町	54.5%	1
仙台市	53.9%	2
多賀城市	53.8%	3
	⋮	
石巻市	39.6%	24

市町村名	女性	H22順位
宮城県	38.4%	
塩竈市	50.7%	1
多賀城市	50.1%	2
柴田町	45.0%	3
	⋮	
石巻市	31.2%	27

資料：平成22年宮城県国民健康保険団体連合会

※4 内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）：

内臓脂肪が蓄積することによって、血圧、血糖が高くなったり、血中の脂質異常をおこしたりして、食事や運動などの生活習慣を改善しなければ、心筋梗塞や脳卒中などが起こりやすくなる状態

2 食を取り巻く環境の変化

(1) 食文化

- 小学生の孤食割合は、朝食では58.4%、夕食は10.1%です。中学生の孤食割合は、朝食では70.4%、夕食は16.7%です。
- 家族・友人との食事頻度は、「ほとんど毎日」は全体では78.8%となっていますが、20歳代では「ほとんど毎日」の割合は他の年代に比べてやや低いです。
- 郷土料理を食べている人の割合は、若い世代ほど低くなっています。
- 親の共働き、高齢者のみ世帯の増加、家族そろっての食事の機会の減少など、昔に比べて食事環境の変化がみられます。また、郷土料理への関心の低下や継承機会の減少が懸念されます。

【 小・中学生の孤食の割合 】

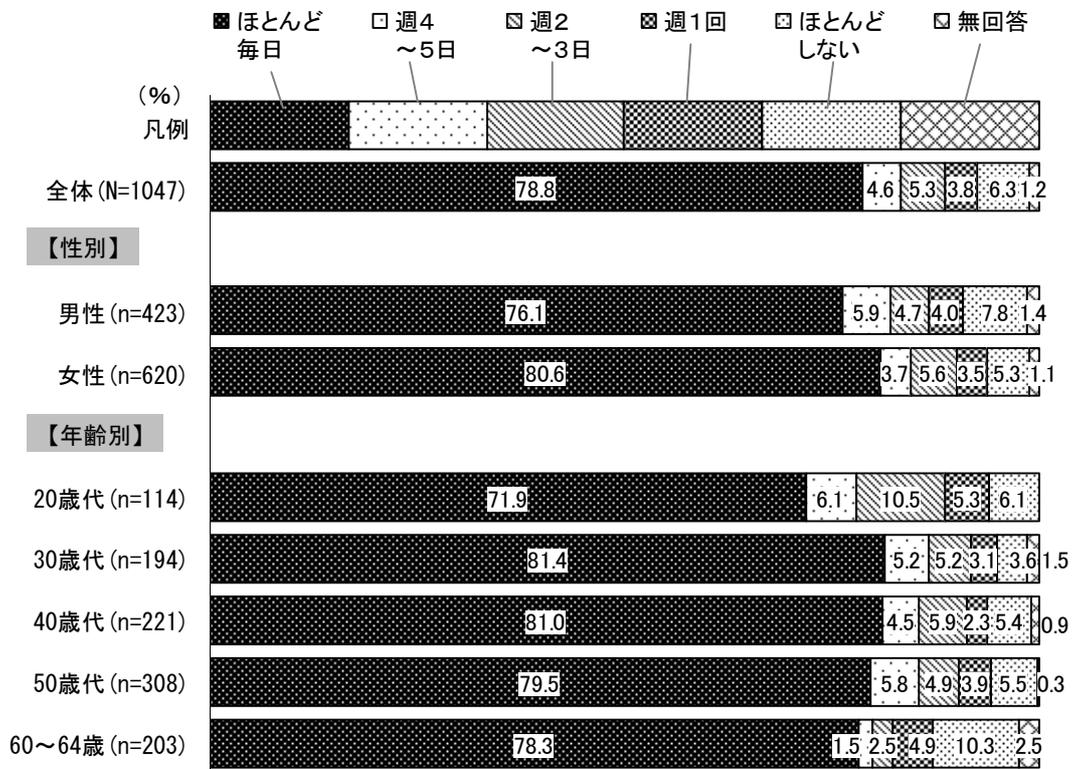
	「自分ひとり」または「子どもだけで」	
	朝食をとる割合	夕食をとる割合
小学5年生	58.4%	10.1%
中学2年生	70.4%	16.7%

資料：平成24年度石巻市食育（学校）アンケート調査

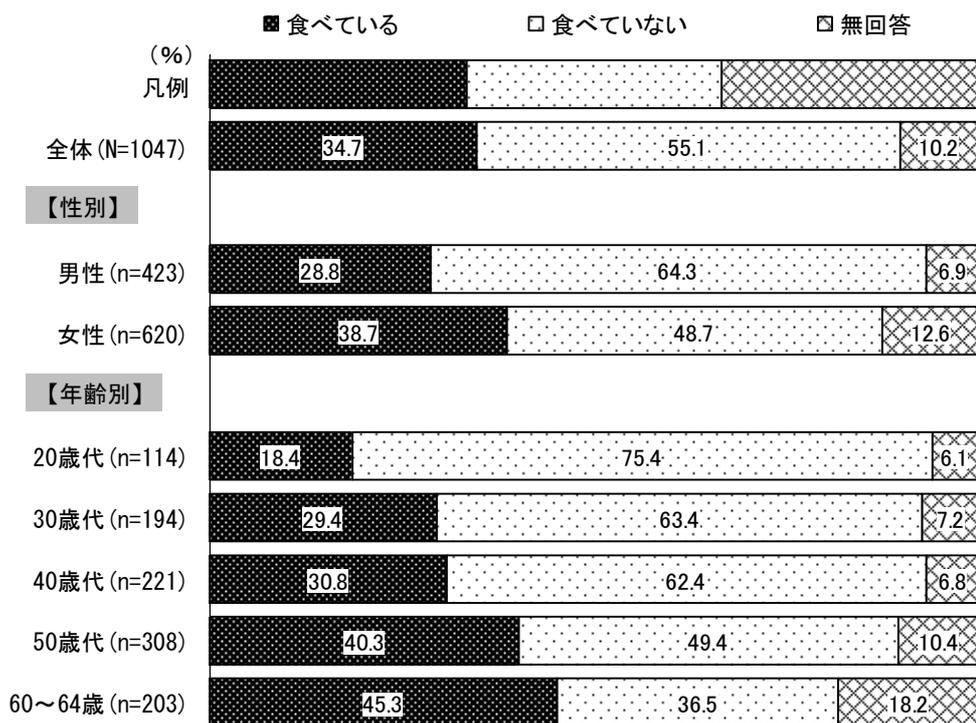


【 家族や友人と週1回以上食事をする人の割合 】

●家族や友人との食事を週何回していますか



【 郷土料理を食べている人の割合 】



資料：平成24年度市民健康調査

(2) 地産地消の取組

- 学校給食で地場産物を活用する割合は24.1%です。
- 購入時に産地表示を見ている人は、「いつも見て、購入している」「ときどき見て、購入している」を合わせた、意識して『見て購入している』人は、農産物・水産物ともに約8割います。
- 最近では『地産地消』という言葉聞く機会が増え、地元でとれた食材について見直されてきましたが、多くの一般家庭でも意識し活用するためには啓発していく必要があります。

【 地場産物を活用する割合 】

(学校給食に使用した農産物の食品数のうち地場産物の使用割合)

平成24年度	
石巻市	24.1%

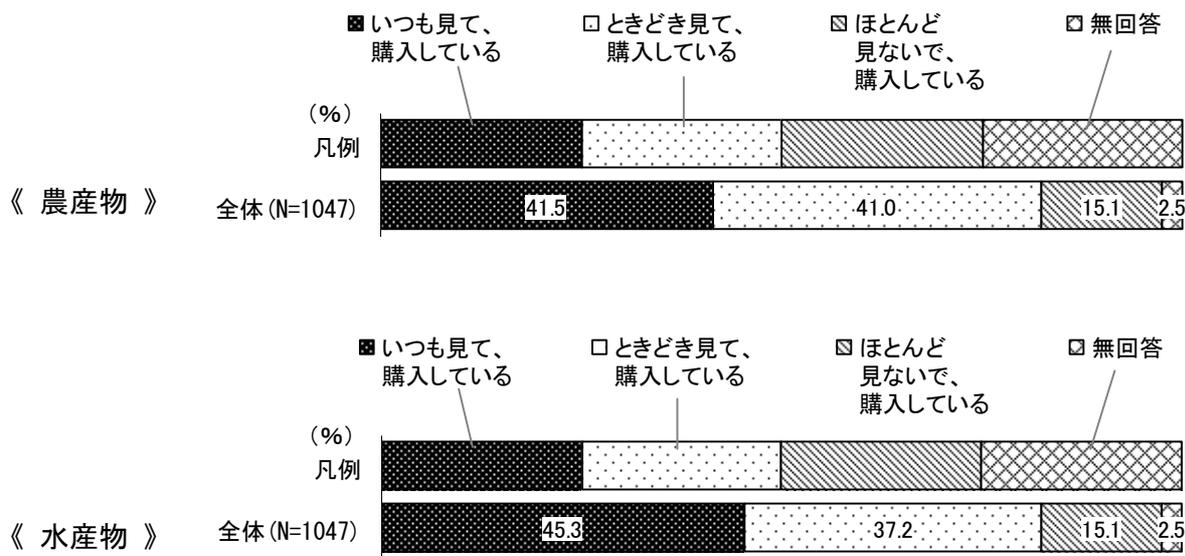
《参考》

平成24年度	
全国	25.1%

資料：学校給食における地場産物の活用状況

【 産地表示を見て購入している人の割合 】

●産地表示を見て購入していますか



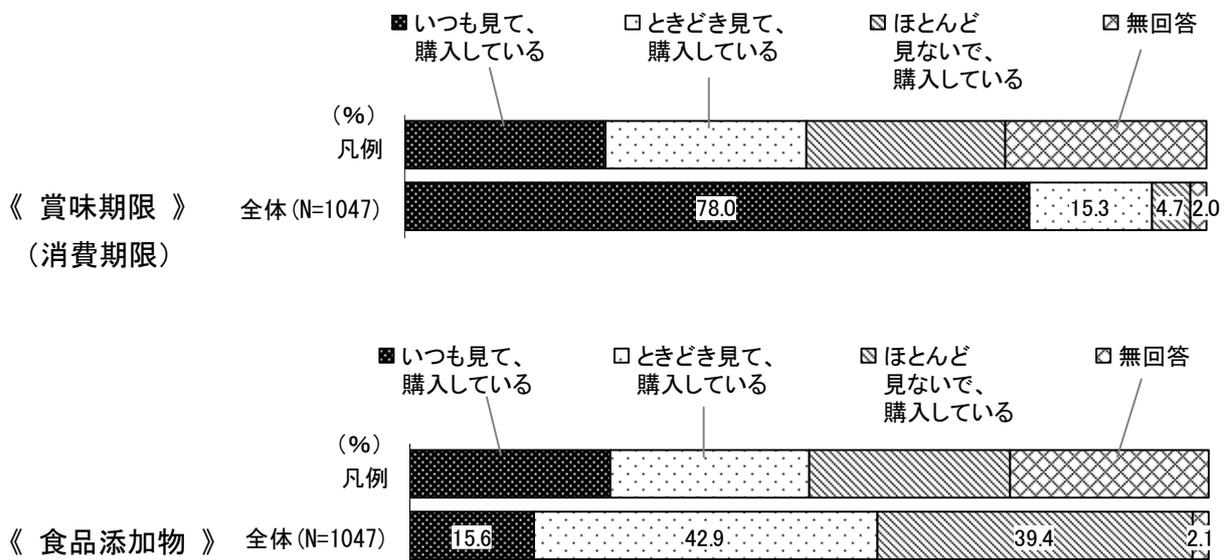
資料：平成24年度市民健康調査

(3) 食の安全・安心

○購入時に食品表示を見ている人は、賞味期限※5（消費期限※6）では「いつも見て、購入している」「ときどき見て、購入している」を合わせた、意識して『見て購入している』人は9割以上となっているものの、食品添加物に関しては約6割にとどまっています。
○食の安全性への関心を高め、安心して食することができる環境づくりが重要です。

【 食品表示を見て購入している人の割合 】

●食品表示を見て購入していますか



資料：平成24年度市民健康調査

※5 賞味期限：未開封の状態、表示されている方法により保存した場合に、おいしく食べられる期限。この期限を過ぎても食べられなくなるとは限らない。（例：牛乳、乳製品、ハム、ソーセージ、冷凍食品、即席めん類、缶詰、スナック菓子、清涼飲料水など）

※6 消費期限：未開封の状態、表示されている方法により保存した場合に、腐敗その他の品質の劣化に伴い安全性を欠く恐れがないと認められる期限。品質が急速に劣化する食品に使用



(4) 放射性物質の検査実施状況

○本市では、水産物、農林産物、自家消費用食品等の放射性物質の簡易測定を実施しています。簡易検査のため、精密検査の実施の目安(50ベクレル/kg)を超過したかどうかの公表となりますが、現時点では国の基準値(100ベクレル/kg)を超えたものが流通した実績はありません。

【 食品等の放射性物質の簡易測定の実施状況 】

●水産物の放射性物質簡易測定実施状況(平成24年度)

(単位:件)

検査月	石巻売場	牡鹿売場	加工場	検査数計	検査月	石巻売場	牡鹿売場	加工場	検査数計
4月	245	20	0	265	10月	295	2	0	297
5月	270	53	0	323	11月	306	2	0	308
6月	259	16	0	275	12月	208	1	0	209
7月	235	12	0	247	1月	212	1	0	213
8月	121	10	0	131	2月	213	6	0	219
9月	252	3	0	255	3月	255	1	0	256
H24年度計						2,871	127	0	2,998

資料:水産課調べ

Na I シンチレーション検出器による簡易検査について

国の基準値……水産物 100ベクレル/kg 精密検査の基準値…国の基準値の1/2 50ベクレル/kg
簡易検査のため、精密検査の実施の目安(50ベクレル/kg)を超過したかどうかの公表となります。
石巻及び牡鹿売場に水揚げされた水産物の簡易検査を実施した結果、国が定めた基準値を下回る結果となりました。



●市産農林産物（食品）の放射性物質簡易測定実施状況（平成25年4月第5週分まで累計）

（単位：件）

		累計検査点数		合計
		精密検査の実施の目安以内	精密検査の実施の目安超過	
農産物	いちじく	3	0	3
	いんげん	1	0	1
	かき	2	0	2
	かぼちゃ	5	0	5
	キャベツ	5	0	5
	きゅうり	7	0	7
	こまつな	1	0	1
	さつまいも	1	0	1
	さといも	2	0	2
	たまねぎ	1	0	1
	だいこん	8	0	8
	だいこん(葉)	3	0	3
	トマト	3	0	3
	ながいも	2	0	2
	長ねぎ	6	0	6
	なす	5	0	5
	にんじん	1	0	1
	はくさい	11	0	11
	ばれいしょ	3	0	3
	ほうれんそう	5	0	5
	ミニトマト	5	0	5
	ゆきな	2	0	2
	りんご	3	0	3
レタス	1	0	1	
合計		86	0	86

資料：農林課調べ

Na I シンチレーション検出器による簡易検査

国の基準値……農林産物 100ベクレル/kg 精密検査の基準値…国の基準値の1/2 50ベクレル
簡易検査のため、精密検査の実施の目安(50ベクレル/kg)を超過したかどうかの公表となります。



●自家消費食品等の簡易測定実施状況

(単位:件)

検査月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計	
測定物質	野菜類	12	6	10	10	3			41	
	果物類	2	1	2	2	4	1	2	14	
	穀物類	1		4	2	1	3		11	
	豆類						1			
	水	7	4	1	1				15	
	山菜類		1			1			2	
	きのこ類			24	20				44	
	肉類			1					1	
	魚類			1			1		2	
	その他	1		2					3	
採取場所	市内	19	10	41	28	5	2	1	2	108
	市外	4	2	4	7	4	3	1		25
検査数計	23	12	45	35	9	6	2	2	133	

資料:環境放射線対策室調べ

市民の放射能による食品の不安を少しでも和らげるため、自家消費農作物などの放射性物質簡易測定検査を実施。

※ 測定品目

1. 自家消費を目的で栽培(採取)した農林産物
(家庭菜園で栽培した野菜、個人で採取した山菜・きのこ等)
2. 自家消費を目的に採取した魚類等
(個人で釣りをして採取した魚等)
3. 飲料用の地下水、井戸水等



3 目標値の達成状況について

(1) 食習慣と健康

大目標 ★ 栄養のバランスを考えた食事をしよう ★

※達成状況の評価

◎ : 大幅に目標値に達した

○ : 目標値に達した

↗ : 改善傾向にある

→ : 変わらない

↘ : 悪化している

↙ : 大幅に悪化している

— : 評価困難

対象	目標	指標	前計画実績	前計画目標値	現状	達成状況※
			(平成19年度)	(平成25年度)	(平成24年度)	
①乳児期・幼児期	◎おなかがつくリズムをつけよう	3食食べる子の割合を増やす	(3歳) 95.6% ◎	(3歳) 100.0%	(3歳) 96.8%	→
	◎おやつを選び方を考えよう	甘い飲み物を毎日飲む子を減らす	(3歳) 50.0% ◎	(3歳) 30.0%	(3歳) 46.2%	↗
②学童期・思春期	◎成長に見合った食事をしよう	肥満の子の割合を減らす	小5(男) 19.8%	小5(男) 17.0%	小5(男) 18.3%	↗
			小5(女) 13.6%	小5(女) 12.0%	小5(女) 13.7%	
	中2(男) 16.2%	中2(男) 12.0%	中2(男) 14.3%	↙		
	中2(女) 14.6% ◇	中2(女) 12.0%	中2(女) 13.1% ★			
◎バランスのとれた朝ごはんを食べよう	毎日朝ごはんを食べる子の割合を増やす	小5 93.7%	小5 100.0%	小5 92.3%	↙	
		中2 90.0% △	中2 100.0%	中2 86.6%		
		主食・主菜・副菜をそろえた朝ごはんを食べる子の割合を増やす	小5 43.8%	小5 55.0%	小5 43.9%	↗
			中2 44.2% △	中2 55.0%	中2 33.6%	
③壮年期・青年期	◎毎日の活動に見合った食事をしよう	自分の食事の適量を知る人を増やす	66.2% ○	77.0%	71.3%	↗
		野菜や海藻を毎食食べる人の割合を増やす	34.0% ○	36.5%	32.2%	↘
④高齢期	◎主食、主菜、副菜をそろえよう	毎食、主菜(肉・魚・卵・大豆製品)を食べる人の割合を増やす	50.2% ☆	60.0%	未調査	—

◎ : 石巻市3歳児健診結果 ◇平成19年度宮城県児童生徒の肥満調査

△ : 石巻市食育(学校)アンケート調査 ○ : 市民健康調査

☆ : 石巻市老人福祉計画・第4期介護保険事業計画アンケート調査

★ : 平成24年度宮城県児童生徒の健康実態調査

(2) 食文化の継承

大目標 ★ 石巻の豊かな食をみんなで伝えよう ★

※達成状況の評価

- ◎ : 大幅に目標値に達した ○ : 目標値に達した ↗ : 改善傾向にある
 → : 変わらない ↘ : 悪化している ↙ : 大幅に悪化している
 — : 評価困難

目 標	指 標	前計画 実績	前計画 目標値	現状	達成状況 ※
		(平成 19 年度)	(平成 25 年度)	(平成 24 年度)	
◎楽しく食事を しよう	家族や友人と週1回 以上食事をする人の 割合を増やす	90.5% ○	93.0%	92.5%	↗
	朝食を 子どもたちだけで 食べる割合を減らす	小5 51.9% 中2 69.3% △	小5 30.0% 中2 45.0%	58.4% 70.4%	↘
◎食物や人に 感謝しよう	学校給食の残食を 減らす	(1人1回あ たり平均) 64.7g	60.0g	73.5g	↘
◎郷土料理や 行事食に親しみ 大切にしよう	郷土料理を 食べている人の割合を 増やす	32.2% ○	60.0%	34.7%	→

○ : 市民健康調査 △ : 石巻市食育（学校）アンケート調査 □ : 石巻市教育委員会調査



(3) 地産地消

大目標 ★ 石巻の豊かな食をみんなで楽しもう ★

※達成状況の評価

◎ : 大幅に目標値に達した

○ : 目標値に達した

↗ : 改善傾向にある

→ : 変わらない

↘ : 悪化している

↙ : 大幅に悪化している

— : 評価困難

目 標	指 標	前計画実績	前計画目標値	現状	達成状況※
		(平成 19 年度)	(平成 25 年度)	(平成 24 年度)	
◎生産から消費までの過程を理解しよう	児童生徒と産業従事者との体験学習を通じた交流を図る学校数を増やす	36 校	45 校	38 校	→
◎地場産物を活用しよう	学校給食での地場産物の活用を増やす	(H19 年度) 14.5% (77/530 品) ◆	23.0%	24.1%	○
	産地表示をいつも見て購入している人の割合を増やす	農産物 : 48.1% 水産物 : 49.4% ○	農産物 : 70.0% 水産物 : 70.0%	農産物 : 41.5% 水産物 : 45.3%	↘

□ : 石巻市教育委員会調査

◆ : 平成 19 年度学校給食における地場産物の活用状況調査

○ : 市民健康調査



(4) 食の安全・安心

大目標 ★ 石巻の豊かな食をみんなで守ろう ★

※達成状況の評価

- ◎ : 大幅に目標値に達した ○ : 目標値に達した ↗ : 改善傾向にある
 → : 変わらない ↘ : 悪化している ↙ : 大幅に悪化している
 — : 評価困難

目 標	指 標	前計画実績	前計画目標値	現状	達成状況※
		(平成19年度)	(平成25年度)	(平成24年度)	
◎食品、食材を選択する力を身につけよう	賞味期限、添加物の表示を見て購入する人を増やす	賞味期限 : 81.1% 添加物 : 21.6% ○	賞味期限 : 100.0% 添加物 : 30.0%	賞味期限 : 78.0% 添加物 : 15.6%	↘
	団体や行政で開催する講習会の開催回数を増やす	4回 ●	12回	1回 ● 17回 ★	◎
◎安全な食材・食品を提供しよう	エコファーマー※7の認定数を増やす	(H19年) 170人 ▽	210人	197人	↗
◎食材の安全性について情報を提供しよう	出荷数に占めるトレーサビリティ※8対応数を増やす	農水産物 : 21品目 (農産物 : ▲) (水産物 : ■)	農水産物 : 24品目	農産物 : 38品目 水産物 : 2品目	◎

※7 エコファーマー : 堆肥等の有機物を利用した土づくりや減化学肥料栽培、減農薬栽培等の「環境にやさしい栽培」に積極的に取り組んでいる農業者

※8 トレーサビリティ : 食品の生産・流通などの情報について、消費者がいつでも栽培履歴を把握できる仕組み

- : 市民健康調査 ● : 東北農政局 (出張講座回数) ★ : 健康部健康推進課調査
 ▽ : 宮城県農林水産部農業園芸環境課 ▲ : JA (営農企画課・畜産課) ■ : 石巻市水産課

