

## 5 分野別評価結果

### (1) 栄養・食生活

#### 【目標値達成の状況】

達成状況	指標定義	指 標	計画策定時 (H12)	現状値 (H17)	目標値	
					(県)	(国)
	健康	標準体重の 120 %を上回る中学 1 年生の割合	10.2%	8.6%	7% 以下	7% 以下
	健康	20 歳代女性のやせの割合	21.7%	15.8%	15% 以下	15% 以下
×	健康	20 ~ 60 歳代男性で肥満の人の割合	29.4%	30.7%	15% 以下	15% 以下
	健康	40 ~ 60 歳代女性で肥満の人の割合	24.4%	18.1%	20% 以下	20% 以下
×	行動	20 ~ 40 歳代の 1 人平均脂肪エネルギー比率	26.5%	26.6%	25% 以下	25% 以下
	行動	成人 1 人当たりの 1 日平均食塩摂取量	12.1g	11.5g	10g 未満	10g 未満
	行動	成人 1 人当たりの 1 日平均野菜摂取量	296g	301g	350g 以上	350g 以上
×	行動	成人 1 人当たりの 1 日平均牛乳・乳製品摂取量	92g	78g	130g 以上	130g 以上
	行動	成人 1 人当たりの 1 日平均豆類摂取量	70g	71g	100g 以上	100g 以上
	行動	成人 1 人当たりの 1 日平均緑黄色野菜摂取量	93g	111g	120g 以上	120g 以上
	行動	自分の適正体重を認識し、体重コントロールを実践する成人男性の割合	60.6%	61.0%	90% 以上	90% 以上
	行動	自分の適正体重を認識し、体重コントロールを実践する成人女性の割合	66.6%	68.7%	90% 以上	90% 以上
	行動	朝食を欠食する中学生・高校生の割合	7.4%	6.9%	0%	0%
	行動	朝食を欠食する 20 歳代男性の割合	30.1%	22.9%	15% 以下	15% 以下
×	行動	朝食を欠食する 30 歳代男性の割合	21.5%	24.4%	15% 以下	15% 以下
	行動	1 日最低 1 食、きちんとした食事を、家族等 2 人以上で楽しく、30 分以上かけてとる人の割合 (成人)	66.9%	67.4%	80% 以上	70% 以上
	行動	外食や食品購入の際に栄養成分表示を参考にする成人の割合	44.4%	45.7%	80% 以上	-
	行動	自分の適正体重を維持することのできる食事量を理解している成人男性の割合	54.2%	58.4%	80% 以上	80% 以上
	行動	自分の適正体重を維持することのできる食事量を理解している成人女性の割合	65.4%	70.6%	80% 以上	80% 以上
×	行動	自分の食生活に問題があると思う人のうち、食生活の改善意欲のある成人男性の割合	77.9%	68.9%	90% 以上	80% 以上
×	行動	自分の食生活に問題があると思う人のうち、食生活の改善意欲のある成人女性の割合	82.3%	79.8%	95% 以上	80% 以上
×	環境	ヘルシーメニューを提供している弁当・惣菜店の割合	59.4%	57.4%	80% 以上	-
×	行動	外食等の際に提供されたヘルシーメニューを利用する人の割合 (成人)	60.8%	60.0%	80% 以上	-
	環境	外食栄養成分表示店舗数	230 店舗	296 店舗 (H18.1 時点)	1,000 店舗以上	-
×	行動	意識して地場産品を利用する人の割合 (成人)	71.8%	71.7%	80% 以上	-
	行動	地域や職域で健康や栄養に関する学習の場に参加する人の割合 (成人)	23.2%	25.8%	34% 以上	-

## 【指標の動向】

(数字は指標数)

達成( )	(計画策定時+目標値)/2以上の伸び( )	(計画策定時+目標値)/2未満の伸び( )	悪化(x)	不明	指標合計数
1	3	13	9	0	26

指標の数は 26 項目ですが、そのうち既に目標達成された指標及び順調な改善がみられる指標が 4 指標、若干改善された指標が 13 項目、悪化した指標は 9 項目です。

### 1) 40 ~ 60 歳代女性で肥満の人の割合( )

40 ~ 60 歳代女性で肥満の人の割合は 24.4%が 18.1%と減少し、目標値 20%以下を達成しました。

### 2) 20 ~ 60 歳代男性で肥満の人の割合(x)

20 ~ 60 歳代男性で肥満の人の割合が 29.4%から 30.7%に増加し、国の暫定直近実績値の 29.5%よりも高くなっています。

#### 肥満者の現状

**40 ~ 50 歳代の男性は肥満者の割合が高く、増加もしている(平成 16 年度の基本健康診査結果)**

肥満者(概ね「肥満とやせの判定表」にて分類)の割合は、全体では 5 人に 1 人強ですが、40 ~ 50 歳代では、男性の方が多く、4 人に 1 人以上が該当します(図 9)。

また、40 ~ 60 歳代について、平成 11 年度と比較すると、40 歳代の男女とも肥満者の割合の増加が顕著(図 10, 11)です。

### 3) 成人 1 人当たりの 1 日平均牛乳・乳製品摂取量(x)

成人 1 人当たりの 1 日平均牛乳・乳製品の摂取量は、92g から 78g に減少しています。

### 4) 成人 1 人当たりの 1 日平均緑黄色野菜摂取量( )

成人 1 人当たりの 1 日平均野菜摂取量( )

成人 1 人当たりの 1 日平均豆類摂取量( )

緑黄色野菜の摂取量は 93 g から 111 g に増加しています。

また、野菜の摂取量は 296 g から 301 g、豆類については 70 g から 71 g と横ばいの状況です。

### 5) 自分の適性体重を認識し、体重コントロールを実践する成人男性の割合( )

自分の適性体重を認識し、体重コントロールを実践する成人女性の割合( )

男女ともに 7 割近い人が適正体重を認識し、体重コントロールを実践しています。

### 6) 朝食を欠食する 30 歳代男性の割合(x)

朝食を欠食する 30 歳代男性の割合は、21.5%から 24.4%と増加し、改善がみられません。

(現状または特徴)

**朝食を欠食している割合は 20 ~ 40 歳代の男性が最も多い**

20 ~ 40 歳代の男性の 2 割強の人が朝食を欠食していますが、同年代の女性は 1 割弱となっています。

一方、50 歳以上は、5%以下です(図 12, 13)

### 7) 20 ~ 40 歳代の 1 人平均脂肪エネルギー比率(x)

脂質エネルギー比率は、20 ~ 40 歳代で 26.5%が 26.6%とほとんど改善していません。

8) 自分の食生活に問題があると思う人のうち、食生活の改善意欲のある成人男性の割合(×)  
自分の食生活に問題があると思う人のうち、食生活の改善意欲のある成人女性の割合(×)  
 自分の食生活に問題があると思う成人のうち、食生活を改善する意欲のある人の割合は、男性が77.9%から68.9%、女性が82.3%から79.8%に、ともに減少しています(表6)

9) ヘルシーメニューを提供している弁当・惣菜店の割合(×)  
外食等の際に提供されたヘルシーメニューを利用する人の割合(成人)(×)  
 ヘルシーメニューを提供している弁当・惣菜店の割合は、59.4%から57.4%に、ヘルシーメニューを利用する人の割合は60.8%から60.0%に、どちらも減少しています。

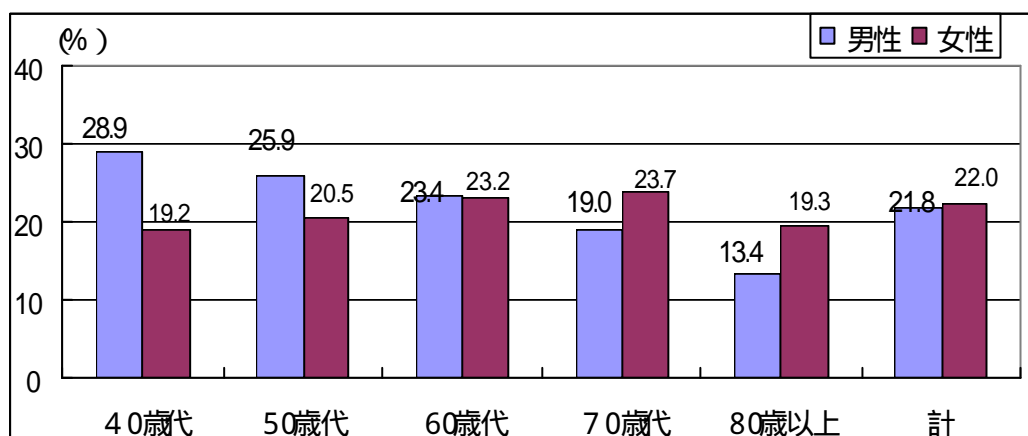
10) 外食栄養成分表示店舗数( )  
 外食栄養成分表示を行っている店舗数は、236店舗から296店舗に増加していますが、目標値の1,000店舗以上にはほど遠い状況にあります。

### 【関係機関・団体の取組】

- ・栄養士会や食生活改善推進員連絡協議会等、栄養・食生活に関する団体は、県内各地において、食生活の改善や生活習慣病予防のために県民を対象とした講演、研修会、指導、普及啓発等を幅広く実施しています。
- ・学校や食生活改善推進員連絡協議会は、子どもやその親を対象とした食育や地産地消などの取組を行っています。
- ・鹿児島県漁業共同組合連合会や鹿児島県中小企業団体等関係団体では、その職員の健康管理のために栄養・食生活に関する取組が行われています。

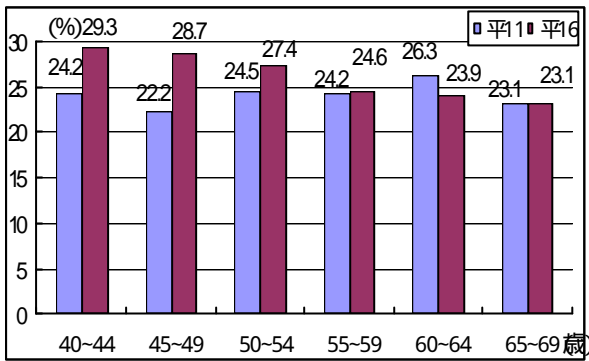
### 【関係図表】

図9 性別・年齢別の肥満者の割合 平成16年度基本健康診査結果



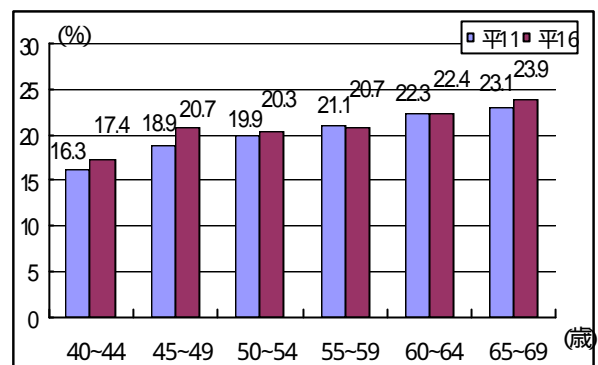
資料：鹿児島県保健福祉部「鹿児島県の生活習慣病」

図 10 40～60 歳代の肥満者の割合(男性)



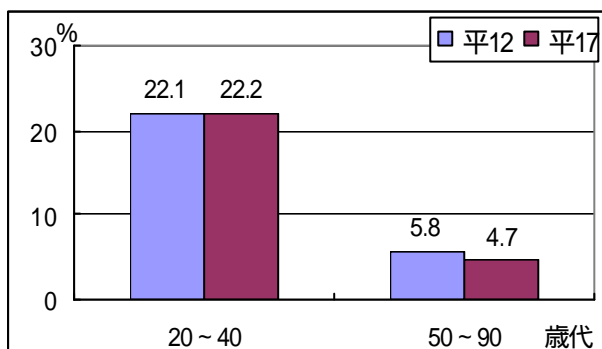
資料：鹿児島県保健福祉部「鹿児島県の生活習慣病」

図 11 40～60 歳代の肥満者の割合(女性)



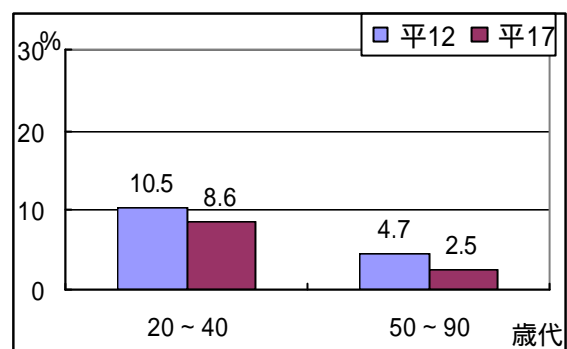
資料：鹿児島県保健福祉部「鹿児島県の生活習慣病」

図 12 朝食欠食の変化(男性)



資料：県民の生活習慣実態調査結果

図 13 朝食欠食の変化(女性)



資料：県民の生活習慣実態調査結果

表 7 食生活に問題があると思う人の食生活改善意欲の変化 (%)

	男性			女性		
	今より 良くしたい	今のま までよい	考 えて いない	今より 良くしたい	今のま までよい	考 えて いない
平成12年度	77.9	4.7	17.4	82.3	3.3	14.4
平成17年度	68.9	6.1	23.5	79.8	6.4	13.9

資料：県民の生活習慣実態調査結果

## 課題

40～50 歳代男性の肥満が増加しており、20～40 歳代では、朝食の欠食者の割合も多いことから、20～50 歳年代の男性に対する食生活改善と身体活動・運動促進の働きかけが必要です。

ヘルシーメニューを提供する飲食店や栄養成分を表示する店がなかなか増えないほか、企業の食生活に関する取組はほとんど職場内に限られているため、企業を巻き込んだ社会的な取組が必要です。

県民は若い頃からテレビや雑誌等により大量に提供された食に関する情報から適切な情報を選択し、活用できる能力(メディアリテラシー)を身につける必要があります。

関係団体により、対象者に応じた効果的な支援が必要です。

関係団体等の普及啓発の成果もあって、食塩摂取量が減少し、緑黄色野菜摂取量が増加するなど、適正な食生活・栄養に関する一定の理解が深まったものの、適正体重の維持を心がけ

ている成人の割合が横ばいであったり、若い世代の朝食の欠食率が高いことから、特に若い世代の食行動の変容に結びつく取組が必要です。

「食育基本法」の成立を受けて、農政関係部局や関係機関との連携のもと、食育の総合的かつ計画的な推進を図る必要があります。

## 今後の取組の方向性

### 1) 県民の行動

自分の適正体重を把握し、体重をコントロールして適性体重を維持する  
メタボリックシンドロームに関する知識を習得し、腹囲を定期的に測定する  
朝食を摂り、1日3食規則正しく食べる  
過食にならないよう腹八分目を守る  
食事バランスガイド等を活用し、栄養バランスのとれた食事を摂る  
外食や食品購入の際に、栄養成分表示を参考にしたり、ヘルシーメニューを利用する  
テレビや雑誌等のマスメディア情報から適切な情報を選択し、活用する能力を身につける  
運動と食事を組み合わせた生活習慣の改善を図る

### 2) 関係機関・団体の取組

食生活改善推進員連絡協議会や栄養士会等の関連団体は、今までの活動を評価し、より一層効果的な食生活改善の取組を行う  
栄養や食生活に関する正しい知識の普及啓発に努める  
メタボリックシンドロームの概念を導入した啓発を行う  
外食産業やコンビニエンスストア、食品関連企業等を巻き込み、企業と連携した食生活改善のための取組を推進する  
健康関連団体、生産者、消費者が一体となった総合的な食育を推進する  
管理栄養士や学校栄養教諭等の専門家の活用を図るとともに、食生活改善推進員や生活研究グループのメンバー、食育推進員等のボランティアの育成を図る  
県民が、健康や栄養に関して学習できる場を増やす

### 3) 今後重点的に取り組む課題

**食育の推進と体重・腹囲の自己管理**