

# 短命県返上に向けた「食育」の取組み

—青森県における食育推進事業からの展望—

佐藤 千恵子

## 1. はじめに

厚生労働省が公表した2020年の都道府県別生命表では青森県の平均寿命は男性79.27歳、女性86.33歳であった。またもや全国最下位である。県は「短命県」返上に向けた施策に力を入れているが、厳しい結果となった。短命の原因は喫煙率や飲酒率が高いことや塩分の過剰摂取、肥満率が高く、野菜の摂取率が低いことなどの生活習慣が問題視されている。そのうえ健（検）診率が低迷しているため疾病が発見されにくく、がんや脳血管疾患、心疾患等の生活習慣病での死亡率が高い。特に働き盛りの壮年期の人たちにその傾向がみられる。しかし、数字だけをみれば、男性は2000年75.7歳、2015年78.7歳、そして2020年79.27歳と徐々に延びてきている。女性も2000年83.7歳、2015年85.9歳、2020年86.33歳と、わずかながらも平均寿命は延びている。決して何もしていないわけではなく、様々な策を講じているのだけれど、大きな成果として表れてこない。そこに原因があると考え。そこで今回は施策の一環である県の農林水産部食の安全・安心推進課を主体とした「食育推進事業」にスポットを当て、子どもから高齢者までのすべての人たちが健康で暮らしていくために、日々活躍している小中学校の給食担当者や栄養教諭、地域の医療福祉現場で働く調理師や栄養士など、多くの専門職の方たちがいるが、もっと身近な存在で地域を支える取組みを続けている食生活改善推進員や食育サポーターという人たちがいることを伝えるとともに、「短命県返上」へつなげていけるような具体策を検討する。

## 2. 食育とは<sup>1)</sup>

食育とは様々な経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てることであり、生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきものである。

この背景には

- ① 「食」を大切にする心の欠如
- ② 栄養バランスの偏った食事や不規則な食事の増加
- ③ 肥満や生活習慣病（がん、糖尿病など）の増加
- ④ 過度の痩身志向

⑤ 「食」の安全上の問題の発生

⑥ 「食」の海外への依存

⑦ 伝統ある食文化の喪失

など、さまざまな食の問題が生じていたため、健全な食生活を取り戻していくことが必要と考えられ「食育基本法」が2005年に制定された。

「国民が生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性をはぐくむ」ことを目的として、制定され、翌年3月には同法に基づく食育推進基本計画（平成18年度～平成22年度まで）を策定し、「国は5年にわたり都道府県、市町村、関係機関、団体等多様な主体と共に食育を推進してきた。その結果、すべての都道府県における食育は着実にされてきている」というのが国の評価である。一方で、生活習慣の乱れからくる糖尿病等有病者の増加や子どもたちの朝食欠食、家族とのコミュニケーションなしに一人でとる「孤食」が依然として見受けられること、あるいは高齢者の栄養不足等、食をめぐる諸課題への対応の必要性はむしろ増加しているとも述べられている。そして、今後の食育の推進にあたっては、単なる周知にとどまらず、国民が「食料の生産から消費にいたるまでの食に関する様々な体験活動を行うとともに、自ら食育の推進のための活動を実践することにより、食に関する理解を深めること」（食育基本法第6条）を旨として、生涯にわたって間断なく食育を推進し「生涯食育社会」の構築を目指すとともに、食をめぐる諸課題の解決に資するように推進していくことが必要であると、これまでの食育の推進の成果と食をめぐる諸課題を踏まえ、食育に関する施策を総合的かつ計画的に推進するため、平成23年度から平成27年度までの5年間を期間とする新たな食育推進計画を策定し、この期間を第2次食育推進計画とした。さらに平成28年度から令和2年度までを第3次食育推進計画、令和3年度から令和7年度までを第4次食育推進計画<sup>1)</sup>とし、現在も継続中である。

国の基本的施策を踏まえ、「青森県では県全体で食育を推進するために、平成18年11月に第1次計画、平成23年3月に第2次計画、平成28年3月に第3次計画が策定され、県、市町村をはじめ関係者、団体が連携・協力し、県民に対する普及浸透に努めてきた。その結果、食育は一定の認知度を得て、学校等での進展をはじめ、着実に推進されるようになった。しかし、高齢化の進行や単身世帯の増加、食の外部化・簡便化の進展など、食を取り巻く環境は変化しており、青森県においても、肥満者の割合の高さや生活習慣病の増加など、食に関連した健康問題は依然として多く、引き続き、健全な食生活の実践を県民に促していく必要がある<sup>2)</sup>」。

また、『「食」の基盤である農林水産業や食に関わる人々の活動の重要性について理解を深め、環境と調和のとれた食料の生産・消費等に配慮するとともに、子どもから高齢者まで全ての県民が地域で安心して生活できる「青森県型地域共生社会」の実現に向けて、地域コミュニティにおける食育を推進していくことが必要である。このような状況から、青森県の特徴を生かした食育を総合的かつ計画的に継続して推進するための指針として、令和3年3

月に第4次推進計画が策定された。』<sup>2)</sup> さらに、策定にあたって重視された6つの項目を下記に挙げる。

① 若い世代や高齢者に対する食育

若い世代に対する効果的な手法での情報提供や、高齢者に対する栄養指導等による食育の推進をする

② 企業における食育

多くの県民が1日の多くの時間を過ごす職場での食育の取り組みを推進する

③ 共食の場における食育

地域コミュニティ等における「共食の場」（子ども食堂、高齢者サロン等）での食育の取り組みを推進する。

④ 食品ロスの削減等環境に配慮した食育

食品ロスの発生抑制に向けた取り組みなど、環境と調和のとれた食料生産や消費に配慮した食育を推進する。

⑤ 新たな日常や社会のデジタル化に対応した食育

新型コロナウイルス感染症等の影響下において、県民が食育に参加しやすい仕組みづくりを推進する。

⑥ 食育の推進によるSDGsへの貢献

食育の推進が持続可能な社会の実現につながるものであることを意識しつつ、取り組みを進める。

以上6項目を掲げ、『「食育はあらゆる世代の県民に必要なものであるが、子どもたちに対する食育は、心身の成長及び人格の形成に大きな影響を及ぼし、生涯にわたって健全な心と身体を培い豊かな人間性を育てていく基礎となるものである。学校や地域、企業、団体、行政等がそれぞれの立場や特性を生かして食育の必要性を啓発している」が、これを実践につなげるには、県民一人ひとりが食への理解を深めて「あおもりの食」の素晴らしさに誇りを持ち、毎日の生活の中で主体的に取り組むことが重要』と述べている。

### 3. 食を取り巻く環境変化<sup>3)</sup>

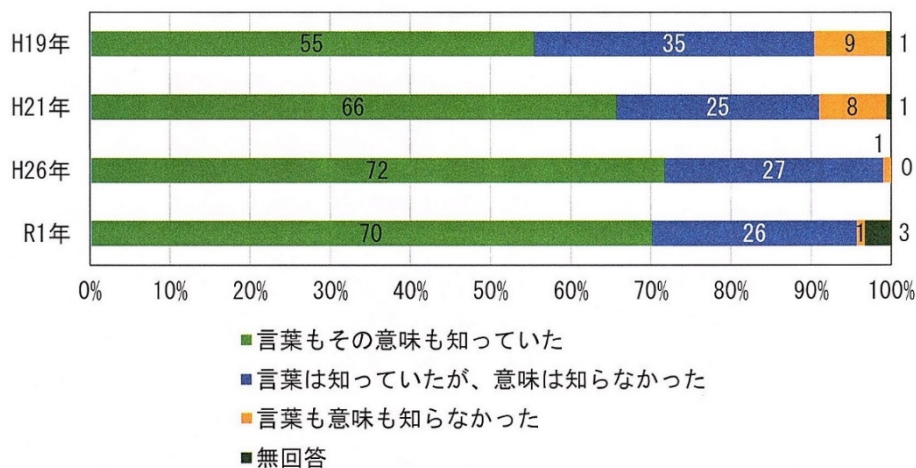
総務省が発表した国勢調査結果によると、2021年10月1日時点の青森県の外国人を含む人口は122万1,305人である。うち15歳未満が125,558人(10.4%)、15歳～64歳が662,091人(55.1%)、65歳以上413,894人(34.4%)である。老年人口割合の増加と共に高齢者世帯数も増加しており、特に単身で暮らす高齢単身者世帯数が増加している。また、家族類型別では「単独」、「夫婦のみ」、「ひとり親と子」の割合が増加し、「夫婦と子ども」からなる世帯が減少している。さらに単身世帯や共働き家庭の増加、就労時間や勤務形態の多様化などに伴い、生鮮食品の支出割合が減少して加工食品の支出割合が増加するなど、食の外部化や簡便化が進んできている。また、栄養バランスの偏りや、「孤食」、「個食」などの

問題が顕在化するとともに、家庭の味や地域の食文化が継承されにくくなり、家庭や個人の努力だけでは、健全な食生活を実践していくことが難しくなっているのが現状である<sup>2)</sup>。さらに、近年の新型コロナウイルス感染症の感染拡大に伴う外出自粛や在宅勤務の増加等によって在宅時間が増加したケースもあれば失業するケースもあり、自宅で食事する機会が増えている。にも拘らず、食事の支度を負担に感じ簡便に利用できる加工食品等の利用が増えている。こうした食事が続くと、塩分や油脂の摂り過ぎにつながるおそれがある。そのため主食・主菜・副菜を基本に、多様な食品を組み合わせたバランスのよい食事で健康状態を良好に保つことの大切さを再認識する必要性がある。また、在宅時間の増加は、本来であれば家族と一緒に料理をすることでコミュニケーションを深める機会と捉え、食に関する知識を身に付け、食を大切にすることを育む機会になる<sup>3)</sup>とも考えられているが、実際の県民の食育に関する意識はどの程度なのか調べてみる。

#### (1) 食育に対する県民の意識

県民の「食育」に対する認知度（図 1）は、「言葉もその意味も知っていた」という項目では平成 19 年度の 55%から平成 26 年度の 72%までは順に増えていくが、令和元年度では 70%になり、ほぼ横ばいの状態である。

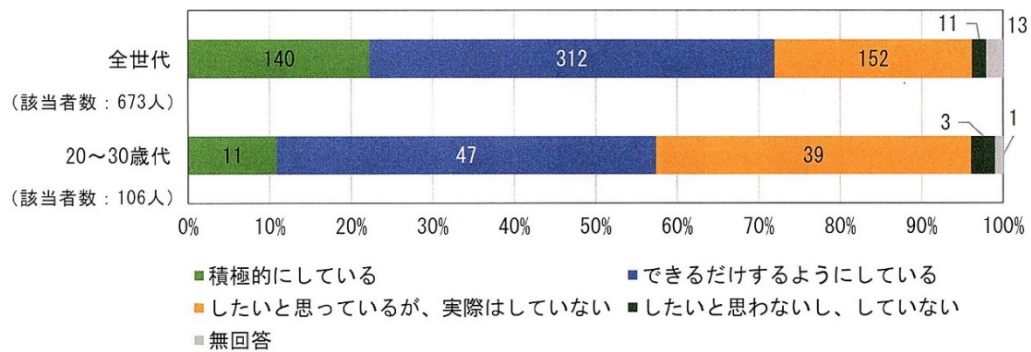
図 1 「食育」の認知度



県食の安全・安心推進課「県政モニターアンケート」(H19:177人、H21:188人)、  
「青森県ウェブアンケート」(H26:300人)、「食育アンケート」(R1:673人)

また、食育の実践度（図 2）については、全世代では「積極的にしている 22%」、「できるだけするようにしている 50%」を合わせると 70%ほどになるが、20～30 歳代では「積極的にしている 11%」で全世代の半分になっている。

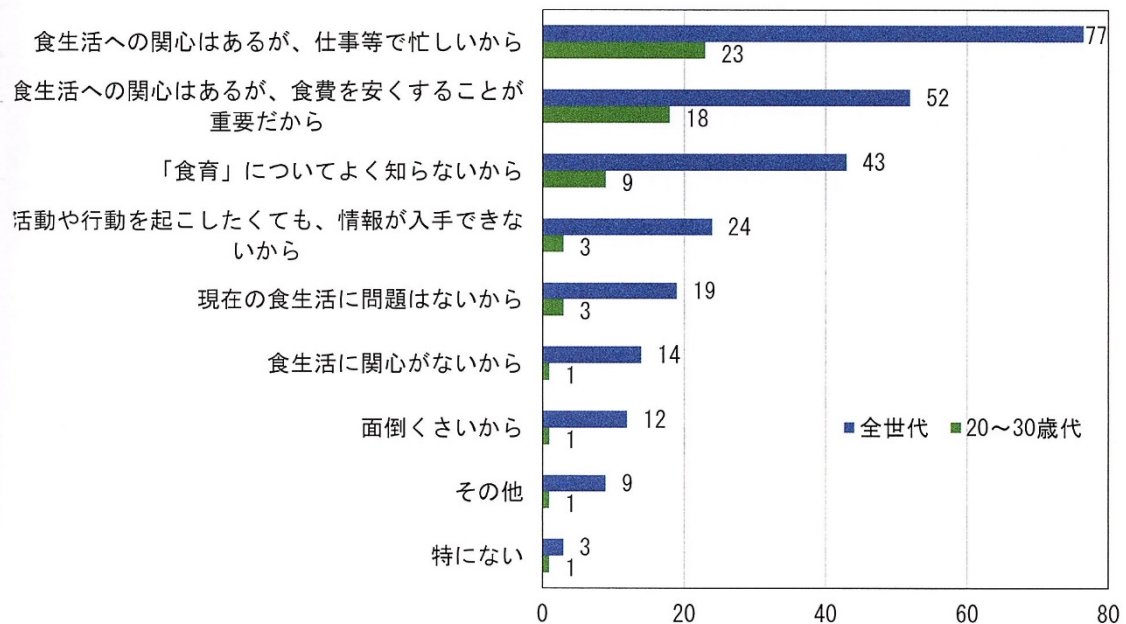
図2 「食育」の実践度



県食の安全・安心推進課「食育アンケート」(R1:673人)

「食育」をしていない理由(図3)については「食生活への関心があるが、仕事で忙しい」や、「関心があるが食費を安くすることが重要だから」という理由を挙げた人が多く、生活に余裕がないことが伺える。

図3 「食育」をしていない理由(複数回答)



県食の安全・安心推進課「食育アンケート」(R1:673人中「食育」をしていない人)

これらの結果や筆者の研究結果<sup>6)</sup>から、県民の所得率が低く貧困率が高いために、生活すること自体が優先され、食育に関わる余裕がないことが理解できる。

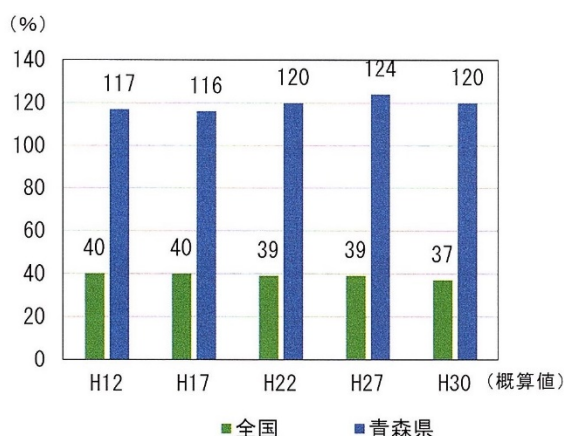
次に県民の実際の食生活はどういう状況なのか、詳細を述べることにする。

## (2) 青森県の食生活の現状

### ① 食料自給率

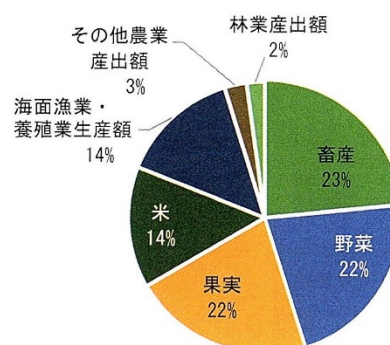
青森県の食料自給率（図 4）は、カロリーベースで 120%（平成 30 年度概算値）と、全国（37%（同））に比べ、極めて高くなっている。また、農林水産業産出額の構成比（図 5）に提示されるように特定の品目に偏らず、米、野菜、果実、畜産物、水産物がバランスよく生産されているが、県民の大多数には周知されていない。

図 4 食料自給率（カロリーベース）の推移



農林水産省「都道府県別食料自給率の推移」

図 5 農林水産業産出額の構成比



農林水産省「生産農業所得統計」、「生産林業所得統計」、「漁業生産額」（平成 30 年）  
 （「林業産出額」には、木材生産額・薪炭生産額を含む。）

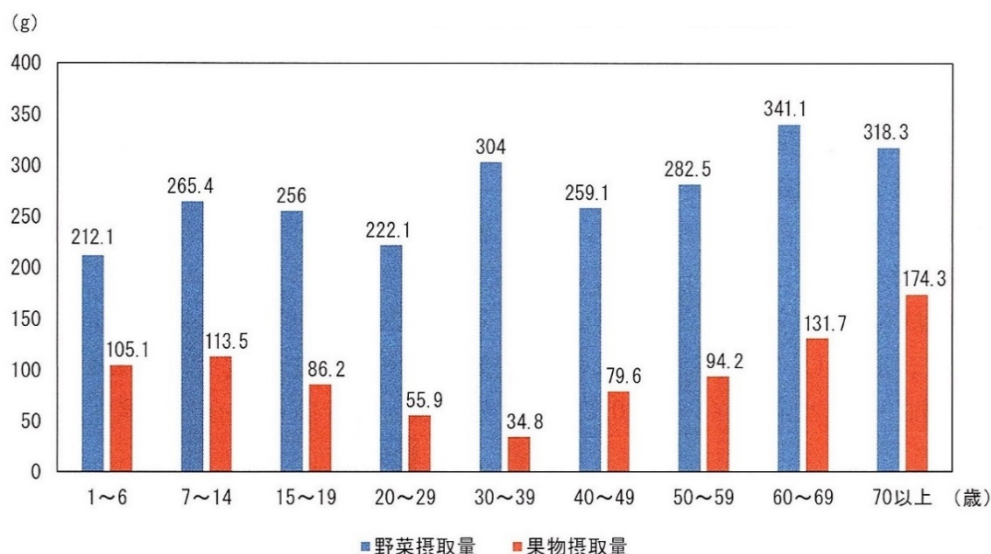
### ② 食生活の現状

青森県が短命県である理由の一つに「野菜を食べない」ことが挙げられている。厚生労働省は 1 日 350 g の野菜を食べよう推奨しているが、実際は 300 g 程度しか食べていないのが現状である。図 6 の「年齢階級別の野菜と果物の摂取量」から成人の 20～29 歳代 222.1g は特に低い。食料自給率 120% の実績がありながら、6 歳以下の子どもに次いで低い摂取量であることに驚く。果物においても 30～39 歳代の摂取量が最も低く、次いで 20～29 歳代が低い。どちらにしても、いずれ親になる世代の人たちの結果である。果して、県が掲げている食育推進の目標値である長期指標として、令和 5 年度中に野菜の摂取量が 350g に到達するのだろうか。原因の一つとして成人の欠食が考えられる。図 7 の「年齢階級別の朝食欠食率」を見てもわかるが、欠食率の最も高いのが 20～30 歳代である。けれども 15 歳以下を除いた他の年代層にも欠食がある。

これらの結果から、まずは欠食を改善することが先であると考え。そのためには生活習慣を改善することや壮年期の死亡率が高い現状を伝える必要性がある。

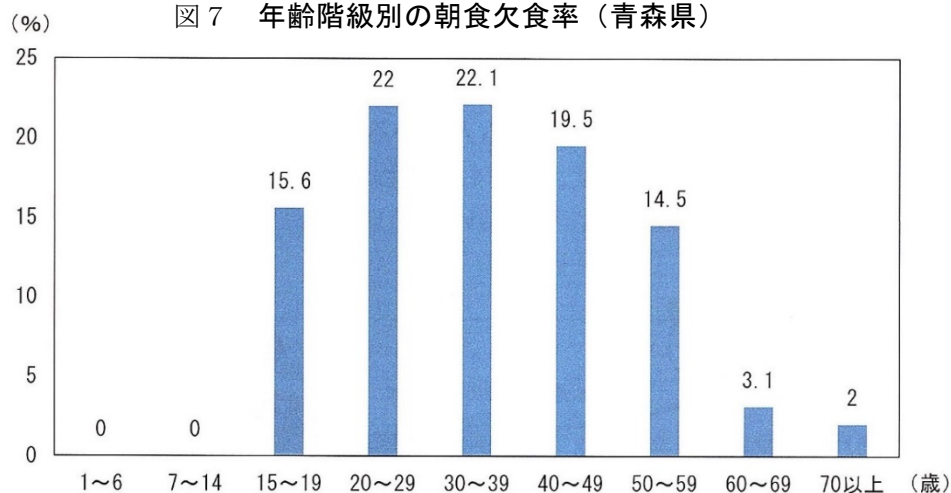


図 6 年齢階級別の野菜と果物の摂取量（青森県）



県がん・生活習慣病対策課「平成 28 年度青森県県民健康・栄養調査」

図 7 年齢階級別の朝食欠食率（青森県）



県がん・生活習慣病対策課「平成 28 年度青森県県民健康・栄養調査」

#### 4. 県と県民が協働して進める食育<sup>2)、3)</sup>

以上のことから、この結果が広く周知されることで短命を改善できるのではないかと考える。そのためにも県民と協働で食育を進める必要がある。県では、国が定める食育月間である 6 月と県産食材が豊富に出回る 11 月の 2 回を青森県の食育月間とするとともに、毎月 19 日を食育の日とし、関係機関・団体、地域、行政等が連携して食育啓発活動を重点的かつ全県的に実施することで、県民へ食育の普及と定着を図っている。先に挙げた食育

の認知度では平成 19 年に 55%であったものが、令和元年には 70%まで周知されるようになった。しかし、実践度においては 22%とまだまだ低く、特に 20～30 歳代においては半分の 11%という結果である。そのため、保育所や幼稚園、学校、家庭、職場等の食育だけでなく、県民が外食等を利用する際に、自分にあった適切なメニューを選択できるよう、肥満予防や食塩摂取量の減少、野菜摂取量の増加を踏まえた食事を提供している飲食店等を「青森のおいしい健康応援店」として認定している。認定メニューとして、エネルギー控えめメニュー、塩分控えめメニュー、野菜たっぷりメニューの 3 種類がある。

また、平成 13 年度からは県産品（ふるさと産品）に対する愛用意識の高揚と利用の促進を図りながら、県民の健康で豊かな食生活の実現と「ふるさとを誇りに思う心」を醸成することを目的に、「ふるさと産品消費県民運動」を展開し、ふるさと産品の販売や利用促進のための自主的な取組みや P R 活動を積極的に行っている県内のスーパーマーケットなどの小売店、ホテル・旅館、飲食店などを「ふるさと産品消費県民運動協力店」として登録している。他にも学校給食や保育所、病院、福祉施設などの給食で、なるべく地元の食材を活用したものを提供している。

さらに、市町村及び地域食育ネットワーク協議会参画関係者・団体等は、企業や民間団体、県民等による地域に根ざした新たな食育の取組みも支援されている。

#### (1) 食育推進のために活躍する人々

さらに県の食育の取組みが市民にも周知されるよう多くの人たちが活躍する組織作りを進めている。以下に紹介する<sup>2)</sup>。

##### ① 青森県食育推進会議

県の食育に関する有識者等で構成され、青森県食育推進計画に基づく施策の進捗状況を管理・評価し、必要な提言を行う。

##### ② あおもり食育検定委員会<sup>3)</sup>

平成 23 年度から県主催でスタートし、平成 26 年度から青森中央短期大学へ事務局を移設し令和 4 年には 11 回目を迎えた。これまでの受験者数は 3,328 名である。過去に最も多い受験者数は平成 28 年の 429 名だったが、以降減少し続けている。特にコロナウイルス感染症の影響では受験者数が激減し、令和 4 年は 173 名であった。

県内の大学教員や職員等で構成される「あおもり食育検定委員会」では、県民一人ひとりが食への理解を深め、自発的に周囲に食育を普及啓発できるよう、本県の豊かな農林水産物や食文化などの知識を学ぶとともに、あおもり食育検定試験を年 1 回実施している。合格すると希望者を対象として、次に紹介する「食育サポーター」として登録される。登録料は無料である。



③ あおもり食育サポーター

地域の保育所や学校での子どもたちを含む地域住民対象に、食に関する講話や郷土料理などの調理実習、農林漁業等の体験活動を、食育ボランティア活動として実施している。青森県農林水産部食の安全・安心推進課に登録され、県内各地において食生活の改善や情報提供を担う。あおもり食育サポーターの活動を調整する事務局は青森中央短期大学地域連携センターにあり、担当者が食育サポーターへの助言や指導のほか、活動受入先への食育活動メニューの提案などを行っている。

④ あおもり食命人

「新鮮で安全・安心な旬の県産食材を活かした健康的な食事（＝いのちを支える食）をつくる人」という意味の造語で、平成 25 年度から県が独自にスタートさせた取組み。県が実施した育成研修を修了後に「あおもり食命人」として登録された外食・中食事業者が、県内各店舗等において健康的な食事を提供し、地域に出向いての調理実習等を披露している。現在 140 人が登録されている。

⑤ 青森県食生活改善推進員連絡協議会

食生活改善推進員とは、食生活の改善を住民自らが取り組む場合の地域のリーダーとなる人を指している。国内では昭和 30 年頃から活動しており、全国に 15 万人がいる。県内では、市町村が実施する養成講座の修了者が対象となっており、地域における講習会等をとおして多くの実績をあげている。平成 29 年 9 月には弘前大学と青森県、楽天レシピ、ローソン、食生活改善推進員の 5 者で「だし活」の普及展開を開始し、県民の健康増進活動に繋げている。

⑥ 地域食育ネットワーク協議会

地域における食育関係のネットワークづくりを進めるため、食育関係者・団体・機関等で構成され、食育推進体制の強化に努めている。また、同協議会に参画する関係者・団体等は、連携・協力して、情報交換、研究調査、研修、イベント、出前講座の実施など、地域の実情に応じた食育を推進している。

⑦ 栄養教諭

学校における食に関する指導を進める上で、中核的な役割を担う教諭のことで平成 17 年度から配置が始まり、教育に関する資質と栄養に関する専門性を併せ持つ職員として、「食に関する指導」と「学校給食の管理」をその職務としている。

食に関する指導では以下 3 点を推進するための連絡・調整を行う。

・生活習慣病（肥満、偏食）の予防や食物アレルギーへの対応など、児童生徒に対する個別的な指導。

- ・給食の時間や学級活動、教科指導、学校行事などの時間における、学級担任等と連携した集団的な食に関する指導。
- ・他の教職員や家庭、地域と連携した食に関する指導。

(2) 青森県の食育の取組み<sup>2)</sup>

県農林水産部食の安全・安心推進課では、地域における自発的かつ継続的な食育活動及びその体制づくりを促すため、地域の実情に応じた食育活動(食育活動実践プロジェクト)を行う団体を公募により選定し、委託により食育活動を実施している。

令和3年度に選定された団体が実施した食育活動の内容は、以下のとおりである。

(なお、詳細についてはインターネットにて各団体の事例が紹介されている)

- ① 食育をテーマとしたホームページ開設及び「絵本と音の食育おはなし会」の開催  
実施団体：チーム紬〜つむぎ〜（青森市）

- ② 発酵食に関する講演会の開催  
実施団体：青森大学観光文化研究センター（青森市）

- ③ 「おやこで学ぶ！食育教室」の開催  
実施団体：弘前市食生活改善推進員会（弘前市）

- ④ 「共食の場」を核とした食育活動  
実施団体：東地区ちいきの絆食堂（弘前市）  
・弘前市総合学習センターでの地域食堂の実施  
・食育映画上映会の開催

- ⑤ 子ども対象の「オンライン！盛り付けワークショップ」の開催  
実施団体：有限会社風丸農場（鰺ヶ沢町）  
・地域の園児を対象の農業体験  
・「オンライン！盛り付けワークショップ」の開催  
・こども農業検定

- ⑥ 給食献立づくりと講話で地元食材の「今」を知る  
実施団体：板柳町学校給食協議会（板柳町）  
・地元食材で給食献立のメニューの考案・試作  
・食育講話の実施…弘前大学が取り組むサーモンの養殖技術の開発  
・生徒考案の給食メニューの提供

⑦ 魚食文化の伝承・消費拡大を目的としたお手軽魚料理教室の開催

実施団体：合同会社むつつのたね（むつつ市）

- ・超簡単おさかな料理教室の開催
- ・レシピカード作成し市内のスーパー等に設置
- ・ホームページでの情報発信

## 5. 考察

2005 年 7 月に食育基本法が施行され 15 年以上が経過した。現状では令和 3 年度から令和 7 年度までのおおむね 5 年間を期間とする第 4 次食育推進基本計画が推進されている。基本的な方針として 3 つの重点事項を掲げ、国民の健全な食生活の実現と、環境や食文化を意識した持続可能な社会の実現のために SDGs の考え方も踏まえながら、多様な関係者が相互の理解を深め、連携・協働し、国民運動として食育を推進することとしている。そのためには県内の状況を理解しなければならない。

### (1) 食育の認知度と実践度について

先に示したように食育の認知度では「言葉も意味も知っていた割合は 70%」だった。それが実践度になると積極的にしている人は 22%になり、さらに 20～30 歳代になると半分の 11%だった。つまり、理解はできていても実践には結びついていないことになる。

また、短命県の理由に「野菜を食べない」ことが挙げられている。野菜を摂取することで便秘が解消され、大腸がんの予防ができる。高血糖やコレステロール値上昇の抑制もできる。そして、その野菜の多くは青森県内で生産されているのに食べていないのが現状である。県の食育推進事業の一環としても「1 日 350g の野菜」を食べることを推奨している。そのためには「1 日に小皿・小鉢で 5 皿分の野菜料理を食べる」ことを提案しているが、若い世代だけでなく、県民の多くに朝食の欠食がある実態が報告された。つまり、欠食があれば「1 日 350g の野菜」を摂取するのは難しい。若者はもちろん、県民全体に欠食しないことを周知させる必要がある。頻繁にマスコミを利用し、コンビニや店頭チラシを配布し周知促進に努めてはどうだろう。最近では通勤途中で簡単に食べられるおにぎりやサンドイッチを準備し、職場で仕事を始める前に食べることなどをアプローチしている広告もある。野菜たっぷりのみそ汁やスープなどを準備することで十分な食事量となり、短命の解決策にもつながるし、認知度や実践度も高くなるに違いない。

### (2) 食育推進事業に取り組む人たち

県の食育推進事業が県民に広く周知されるために実に多くの人たちがいる。これまではどちらかと言えば専門職の人たち中心の活動が多かった。例えば、栄養教諭による小学校の給食における減塩を盛り込んだ給食指導や福祉の現場の栄養士による高齢者対象の献

立メニューの企画など、現場で効果があった内容が多かった。さらに、県内各地域では食生活改善推進員の方々がそれぞれの地域ごとに活動し、地域住民対象に健康の維持増進に努めているが、なかなか参加者が集まらないうえにリピーターが多いとの声も聞かれる。そういう状況の中で、組織的なつながりではなく、もっと身近で近隣同士の交流のツールとしての食育サポーター制度の導入は画期的な取組みとも言える。要するに食育に興味関心がある人なら誰でもあおもり食育検定試験が受験でき、合格後には食育サポーターとして活躍できるのである。表 1 に示すように、登録者数は平成 28 年から数えて 990 人である。うち令和 3 年度は 154 人の登録者がいる。

表 1 あおもり食育サポーター登録者数

年度	H28	H29	H30	R1	R2	R3
登録者数	182 人	176 人	151 人	169 人	158 人	154 人

しかし、コロナウイルス感染症の影響もあり現状では活動ができていない。そのため活動したくても活動ができないことや、せっかく機会があっても活動方法がわからない、提供する資料の作り方がわからないなどの声があり、県の農林水産部食の安全・安心推進課と事務局等で検討し、コロナウイルス感染症対策が緩和されることを考慮しながら、令和 5 年度から研修会を設けて食生活改善推進員の方たちとは違う、より地域に密着した取組み内容を検討している。さらには食名人や食生活改善推進委員との連携も取り入れる方向性で進めることにより周知拡大され、短命県返上にも貢献できると考えている。ちなみに 2010 年度長寿日本一になった長野県では食生活改善推進委員の他に、各地域に「健康づくり推進委員」というボランティア活動をしている人たちがいる。健康づくりを人任せにせず、自分たちの手でできることは自分たちでという意識の基で活動し、市民の 5 人に 1 人は経験しているという。それが、「会員自身の知識を高め、まず、家族、そしてお隣さん、お向かいさんへと働きかけ、仲間とのふれ合いの楽しさを通じて、地域ぐるみのよりよい食事習慣形成に結びついでの結果」<sup>4)</sup> であると思われる。青森県にもこのような連携した組織作りが必要だと考える。

### (3) 県が主体となる食育推進事業の取組みについて

先に述べたように、県農林水産部食の安全・安心推進課では地域における自発的かつ継続的な食育活動及びその体制づくりを促すため、地域の実情に応じた食育活動（食育活動実践プロジェクト）を行う団体を公募により選定し、委託により食育活動を実施している。令和 3 年度の選定された団体は 7 団体であった。どの団体も趣向を凝らしたもののばかりであるが、興味がなければ、この事業への関心も低い。多くの県民に関心を持ってもらうためにも周知方法を検討する必要があると考える。例えば、今回採択された団体にアンケートをとって、どこから情報を入手したか。採択後にはどういう支援対策を希望したかなど、誰でも気軽に応募できる体制作りも必要と考える。また、昨今はインターネットを使った

内容が多いが、実際にはネットを使えない環境の人たちもまだいることを想定した公募方法も検討する必要がある。この制度が整えば、地域における食育への取り組み方がますます推進され、短命県返上へも貢献できると思われる。

## 6. まとめ

2021 年の県の人口動態統計では 3 大死因とされるがん、心疾患、脳血管疾患の県内の死亡率はいずれも全国ワースト 10 位以内と高く、自殺の死亡率は初めてワースト 1 位となった。県では、がん検診の受診を促すセミナーや、自殺のサインに気づき、寄り添う「ゲートキーパー」養成研修を企業向けに開催している。他にもだしを利かせた料理で塩分を控える「だし活」や、県内各地の大学の学食に出向いて若い世代に野菜の摂取を呼びかけている。今後は、子どもたちだけでなく成人対象の食育事業をこれまで以上に取り入れながら、基本的な生活習慣の学び直しを実践するとともに、県民一人ひとりが食への理解を深め、短命県返上に向けた取り組みを継続していかなければならない<sup>2)</sup>。様々な組織が個々に活動しているようにも考えられるため、これらをいかに連携させて、施策につなげていくかが大きな課題ではないだろうか。そのためには他県の進捗情報も参考にしながら、組織作りを見直す必要性もあるのではないだろうか。

第 4 次食育推進計画は令和 3 年度から令和 7 年度までの期間とされているが、令和 5 年度を迎えた今、その中間地点にある。毎年度進捗状況を把握する短期指標や 5～10 年程度の長い期間で状況を把握する長期指標は、果たしてどこまで達成されているのか。気になるところである。

## ・参考文献及び資料

- 1) 厚生労働省 HP 食育推進事業および食育推進事業計画 (2023 年 1 月 29 日)
- 2) 青森県 HP 農林水産部食の安全・安心課 食育推進事業 (2023 年 1 月 29 日)
- 3) あおもり食育検定テキスト 2022 あおもり食育検定委員会発行 (2022 年 8 月)  
[https://syokulove-aomori.net/\\_src/362/text2022.pdf](https://syokulove-aomori.net/_src/362/text2022.pdf)
- 4) 長野県 HP つながる食育推進事業 (2022 年 1 月 20 日)
- 5) 中路重之、梅田孝著 短命県返上と食生活の今：青森県の短命県返上活動より  
日本食生活学会誌 第 32 巻 第 4 号 147 - 154
- 6) 佐藤千恵子：「短命県返上！青森県」に関する八戸市民の意識調査  
八戸学院短期大学研究紀要 第 41 巻 (2015 年 10 月 31 日)

## ・執筆者紹介（所属）

佐藤 千恵子 八戸学院大学健康医療学部人間健康学科 准教授