

第1章

新潟市の 食育をめぐる現状



食育メニュー



1 - 1 社会経済情勢【⇨ P. 8～ P. 10】

- 少子高齢化が進んでいます。
- 単独世帯の割合が年々増加している一方、三世帯同居率は年々減少しています。
- 女性就業率は約5割で全就業者に占める女性就業者の割合も増加しています。
- 食料品製造業の主要な指標である製造品出荷額等や従業者数などの製造業全体に占める割合は高くなっています。



1 - 2 食生活と健康【⇨ P. 11～ P. 26】

- 朝食の欠食率及び外食率は20～50歳代の男性で高い傾向にあります。
- 外食率や調理食品の購入割合が増加し、食の外部化が進んでいます。
- 「1日2回以上、主食・主菜・副菜のそろった食事をしている人」の割合は約6割です。
- 食事の時の家族の会話が大切だと思っている人は全体の9割以上ですが、約4割の人はできていません。
- 食事のしたくから後かたづけまで、主に女性が担当する割合が高くなっています。
- 平均寿命は男女とも国より高くなっています。
- 健康だと感じている人の割合は国より低く、生活習慣病に対する不安を抱えている人が多くなっています。
- 肥満者の割合は国より低い傾向にありますが30～60歳代の男性では4人に1人に肥満がみられます。
- 内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）という言葉を知っている人は約9割ですが、3人に1人は意味まで知っていません。
- 低体重（やせ）の者の割合は20歳代女性で最も高く4人に1人にみられます。



1-3 子どもの食生活と健康【⇒P. 27～P. 31】

- 子どもの朝食の欠食や孤食等は、年齢が上がるにつれ増える傾向にあります。
- 小・中学生の約1割に肥満傾向がみられます。



1-4 食の安全【⇒P. 32～P. 33】

- 食品に関して不安や不信を感じている市民が多く、食の安全性に対する関心は高くなっています。



1-5 新潟市の農林水産業【⇒P. 34～P. 39】

- 平成16年の食料自給率（カロリーベース）は60%で、政令市の中で最も高くなっています。
- 平成17年の農業産出額は、全国市町村第2位の695億円で、そのうち約6割を米が占めています。
- 米をはじめ、野菜、果物、魚介類等、多種多様な農水産物が生産されています。



1-6 食育の取組と関心【⇒P. 40～P. 52】

- 食育の取組は、地域、学校、農業関係、食品関連事業関係の各分野で行われています。
- 「食育」という言葉を知っている人は約7割ですが、意味まで知っている人は約3割です。
- 「食育」への関心は国、県より高く約7割となっています。
- 「食育」に関する自主的な活動をしている人は少ない状況です。
- 「食事バランスガイド」を見たことがある人は約3割で、活用している人は2割弱と少なくなっています。



1-1 社会経済情勢

基 基礎データ参照

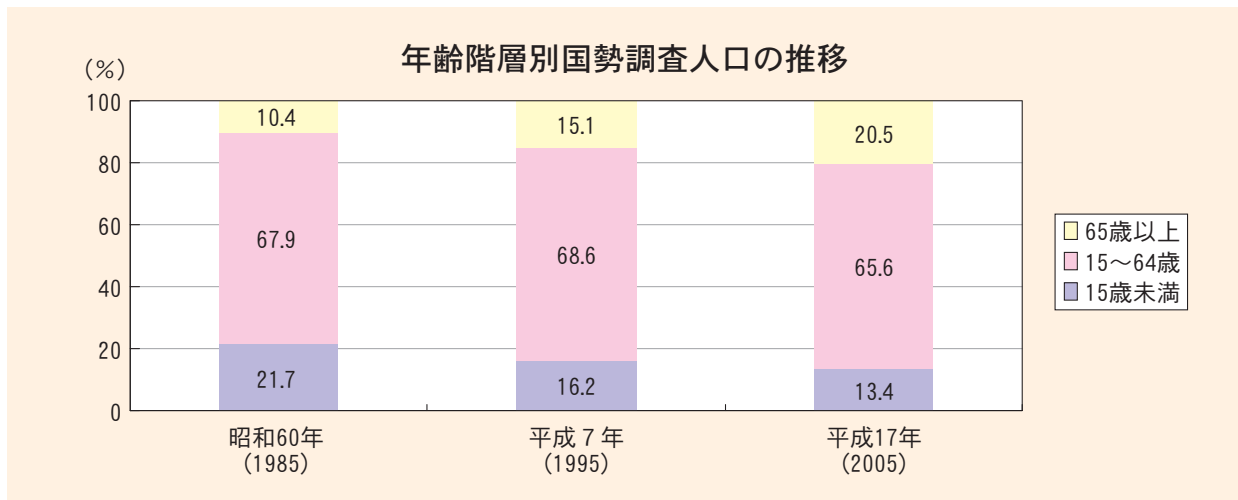
● 進む少子高齢化 ～5人に1人が高齢者～

基-3,5

65歳以上の高齢者の割合は20.5%であり、昭和60年から平成17年の20年間で、約2倍に増加しています。

また、合計特殊出生率は、平成10年の1.36から平成17年には、1.23に低下しており、全国、新潟県より低く推移しています。

今後、少子高齢化が進行していくことが予想されます。



資料) 総務省「国勢調査」

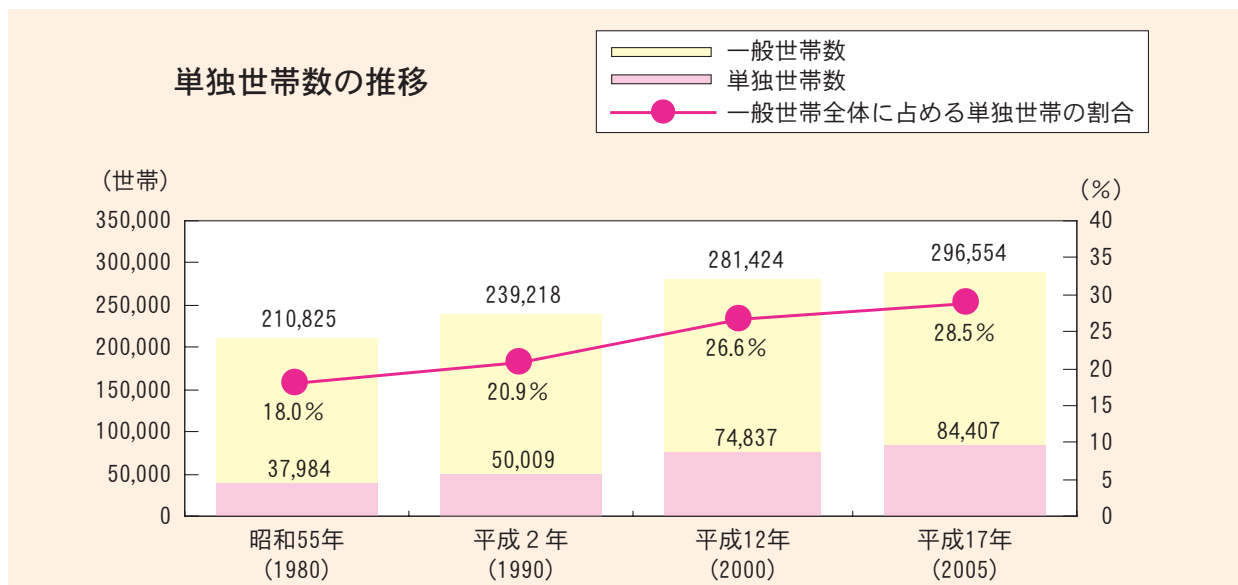
注) 平成19年4月1日現在の市域の数値

● 単独世帯の増加 ～4世帯に1世帯が単独世帯～

基-7

一般世帯全体に占める単独世帯の割合は28.5%で年々増加しています。

また、一般世帯全体に占める65歳以上の単独世帯割合が6.1%で年々増加していますが、全国に比べ低くなっています。



資料) 総務省「国勢調査」

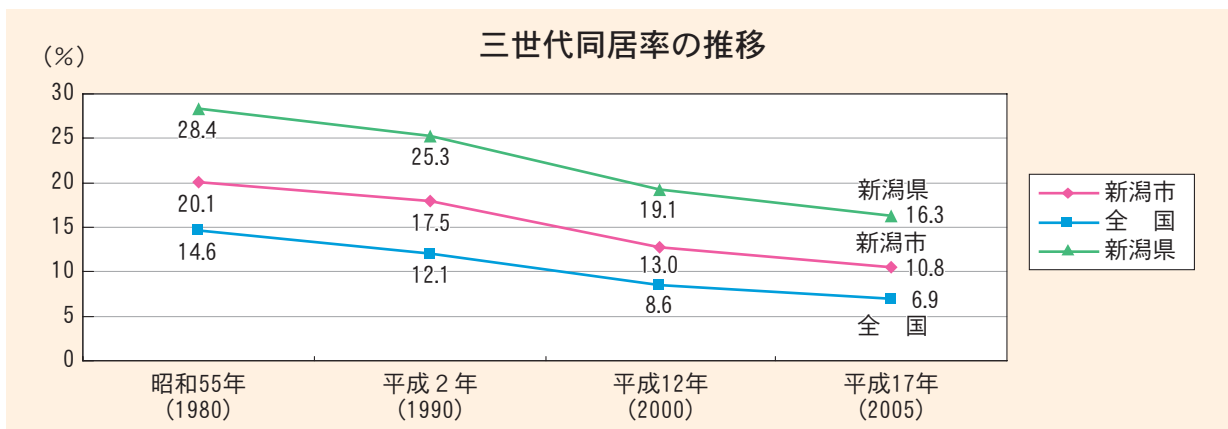
注1) 一般世帯とは、施設等の世帯を除く世帯をいう

注2) 平成19年4月1日現在の市域の数値

● 三世代同居率の減少

基-8

三世代同居率は10.8%で、全国より高く新潟県より低くなっています。また、全国、新潟県と同様に、三世代同居率は年々減少しています。



資料) 総務省「国勢調査」

注1) 三世代世帯数は、「夫婦、子どもと両親から成る世帯」「夫婦、子どもと片親から成る世帯」、「夫婦、子ども、親と他の親族から成る世帯」を足した数である

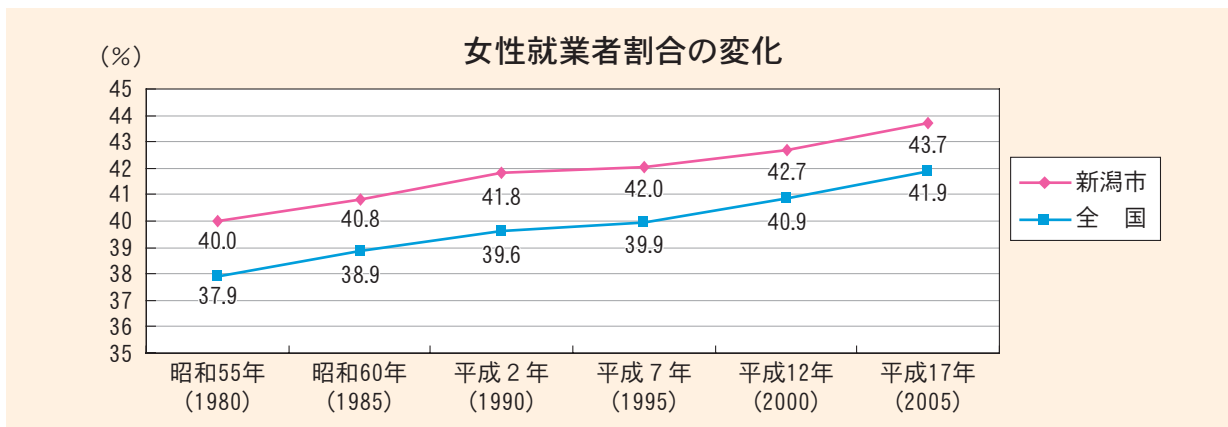
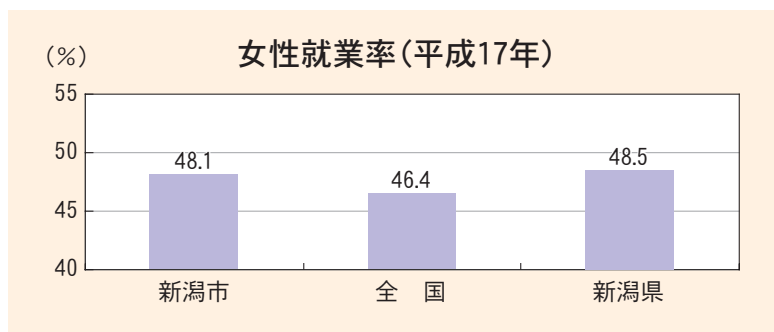
注2) 三世代同居率=三世代世帯数/一般世帯数

注3) 新潟市の数値は、平成19年4月1日現在の市域の数値

● 高い女性の就業率 ~女性の約5割が働いています~

基-9

女性就業率は48.1%で、全国より高く新潟県より低くなっています。また、女性就業者数及び全就業者に占める女性の割合は増加しています。



資料) 総務省「国勢調査」

注1) 就業率とは、15歳以上人口に占める就業者の割合

注2) 女性就業者割合とは、全就業者数に占める女性の割合

注3) 新潟市の数値は、平成19年4月1日現在の市域の数値

注4) 15歳以上人口には労働力状態「不詳」を除く

男女別就業者数の変化

(人)

		昭和55年	昭和60年	平成2年	平成7年	平成12年	平成17年
新潟市	男性就業者	214,888	216,553	223,935	237,186	232,503	224,951
	女性就業者	143,357	149,225	161,086	171,973	173,090	174,818
全国	男性就業者	34,647,358	35,679,165	37,245,465	38,528,962	37,248,770	35,735,300
	女性就業者	21,163,951	22,678,067	24,436,177	25,612,582	25,729,190	25,770,673

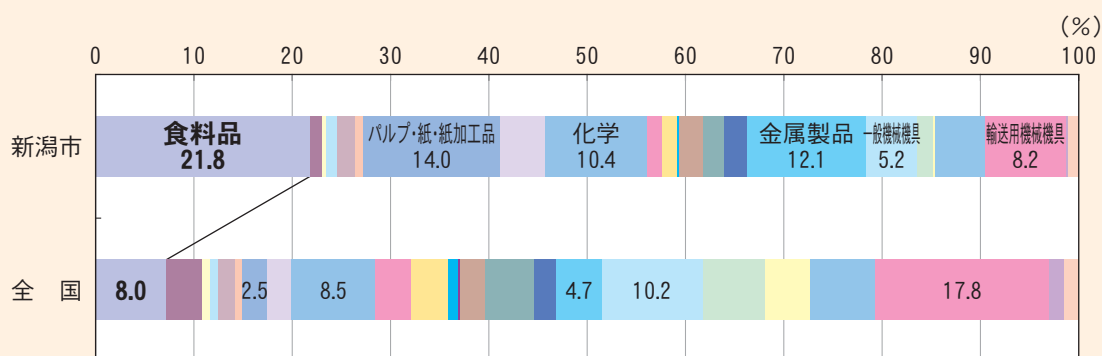
● 主要な位置を占める食料品製造業

基-17

食料品製造業は、事業所数、従業者数、製造品出荷額等、付加価値額の全ての項目において製造業全体に占める割合が高くなっています。

また、製造品出荷額等の構成比でみると、「食料品」の占める割合は21.8%と全国の8.0%に比べて高くなっています。

製造業における製造品出荷額等の構成比



- 食料品
- 飲料・たばこ・飼料
- 繊維(衣服, その他の繊維製品を除く)
- 衣服・その他の繊維製品
- 木材・木製品(家具を除く)
- 家具・装備品
- パルプ・紙・紙加工品
- 印刷・同関連業
- 化学
- 石油製品・石炭製品
- プラスチック製品
- ゴム製品
- なめし革・同製品・毛皮
- 窯業・土石製品
- 鉄鋼業
- 非鉄金属
- 金属製品
- 一般機械器具
- 電気機械器具
- 情報通信機械器具
- 電子部品・デバイス
- 輸送用機械器具
- 精密機械器具
- その他の製造業

資料) 新潟市「平成17年度新潟市の食料品製造業等に関する調査報告書」
 注1) 新潟市は、旧新潟市、新津市、白根市、豊栄市、小須戸町、横越町、亀田町、岩室村、西川町、味方村、瀧東村、月瀧村、中之口村、巻町の合計
 注2) 経済産業省「平成16年工業統計調査」、新潟市「平成16年工業統計調査」



1-2 食生活と健康

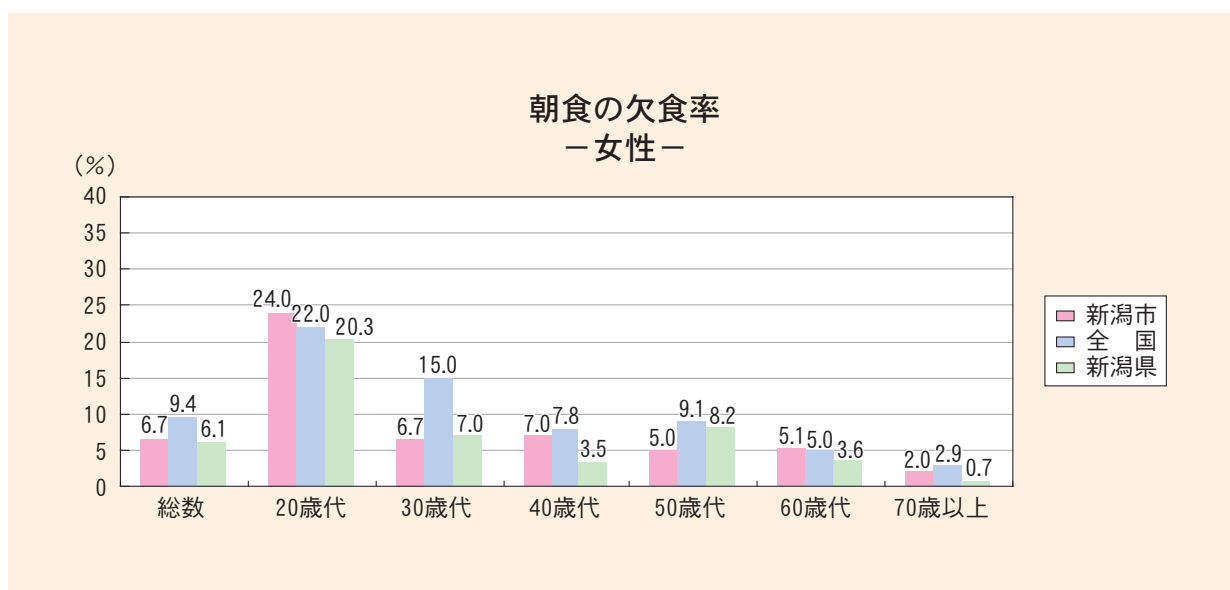
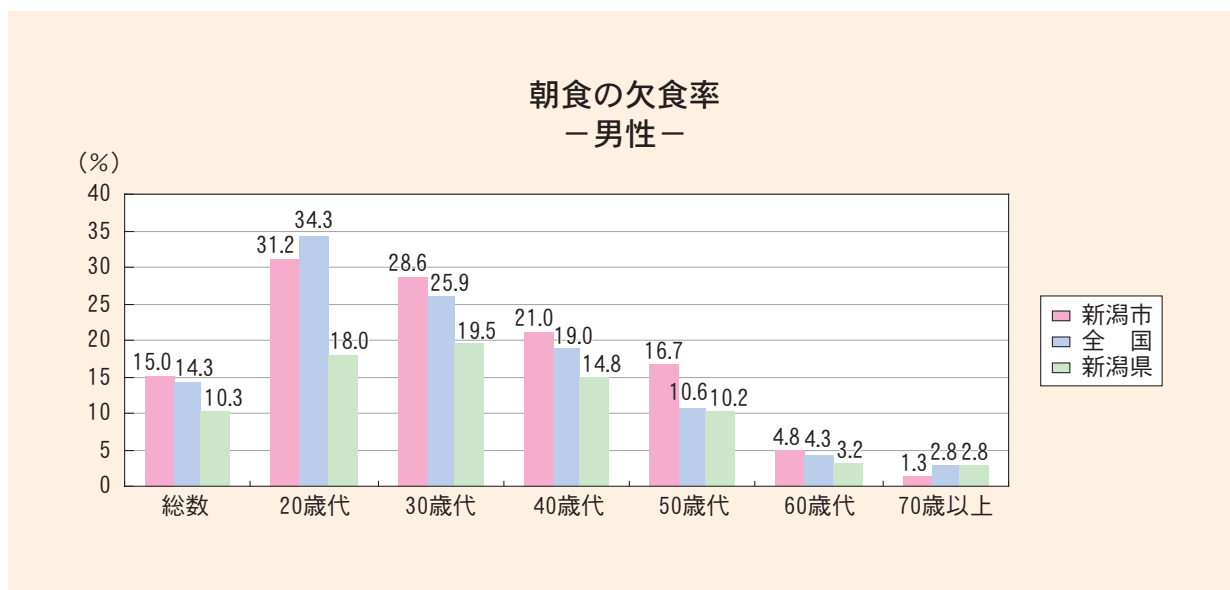
食習慣

● 男性及び20歳代に高い朝食欠食率

基-22

朝食欠食率は男女とも20歳代で最も高く、男性では約3人に1人、女性では約4人に1人が欠食しています。

特に30～50歳代の男性の欠食率が全国より高く、50歳代でも約6人に1人が欠食しています。



資料) 新潟市「平成17年市民保健医療福祉意識調査」
厚生労働省「平成16年国民健康・栄養調査」
新潟県「平成16年県民健康・栄養実態調査」

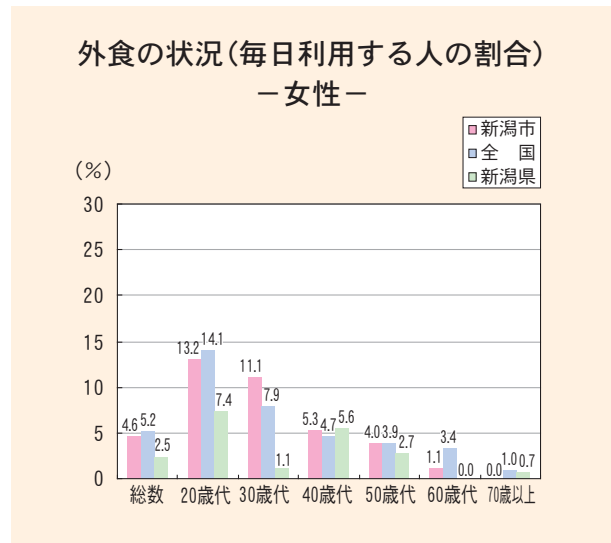
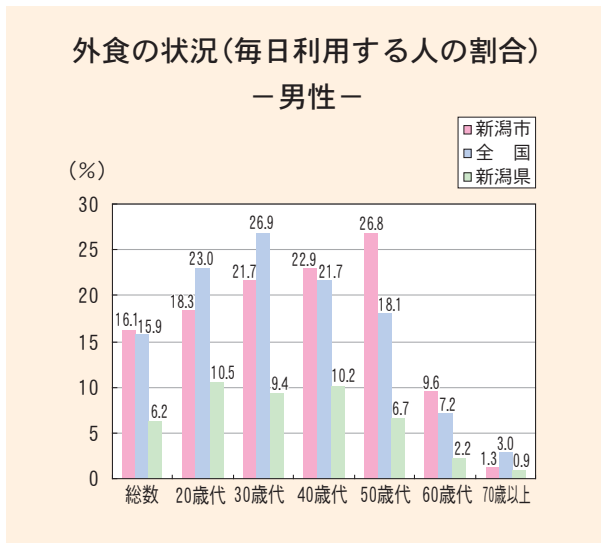
注) 欠食の考え方

新潟市: 「朝食を毎日食べているか」という設問に対し「ほとんど食べない」「週に1～2回食べる」と答えた場合をいう
全国及び新潟県: 調査日において「菓子・果物などの食品のみ」「ビタミン・ミネラルの錠剤等のみ」「何も食べなかった」場合をいう

● 高い男性の外出食率

基-24

外出の利用率は、男性が高く20～50歳代で約5人に1人が毎日利用しており、特に40～60歳代の男性で全国より高くなっています。



資料) 新潟市「平成17年市民保健医療福祉意識調査」
厚生労働省「平成16年国民健康・栄養調査」
新潟県「平成16年県民健康・栄養実態調査」

注) 「毎日利用する」とは

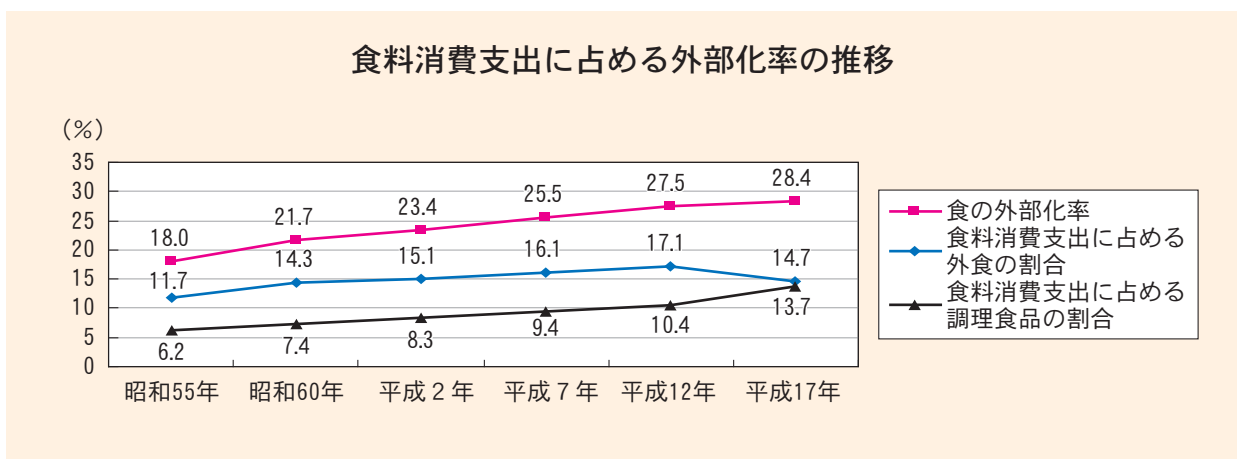
新潟市: 「ほとんど毎日2回以上利用する」「ほとんど毎日1回利用する」を合計したもの

全国及び新潟県: 「毎日2回以上(週14日以上)」「毎日1回以上2回未満(週7回以上14回未満)」を合計したもの

● 食の外部化の進行

基-25

外出と調理食品の食料消費支出に占める割合(外部化率)は28.4%で全国とほぼ同じとなっています。食の外部化が年々進んでおり、特に調理食品の利用は全国と比べて高くなっています。



資料) 総務省「家計調査」を基に算出

注) 食の外部化: 家の中で行われていた調理や食事を家の外に依存したり、調理済み食品やそう菜、弁当といった「中食」を利用すること

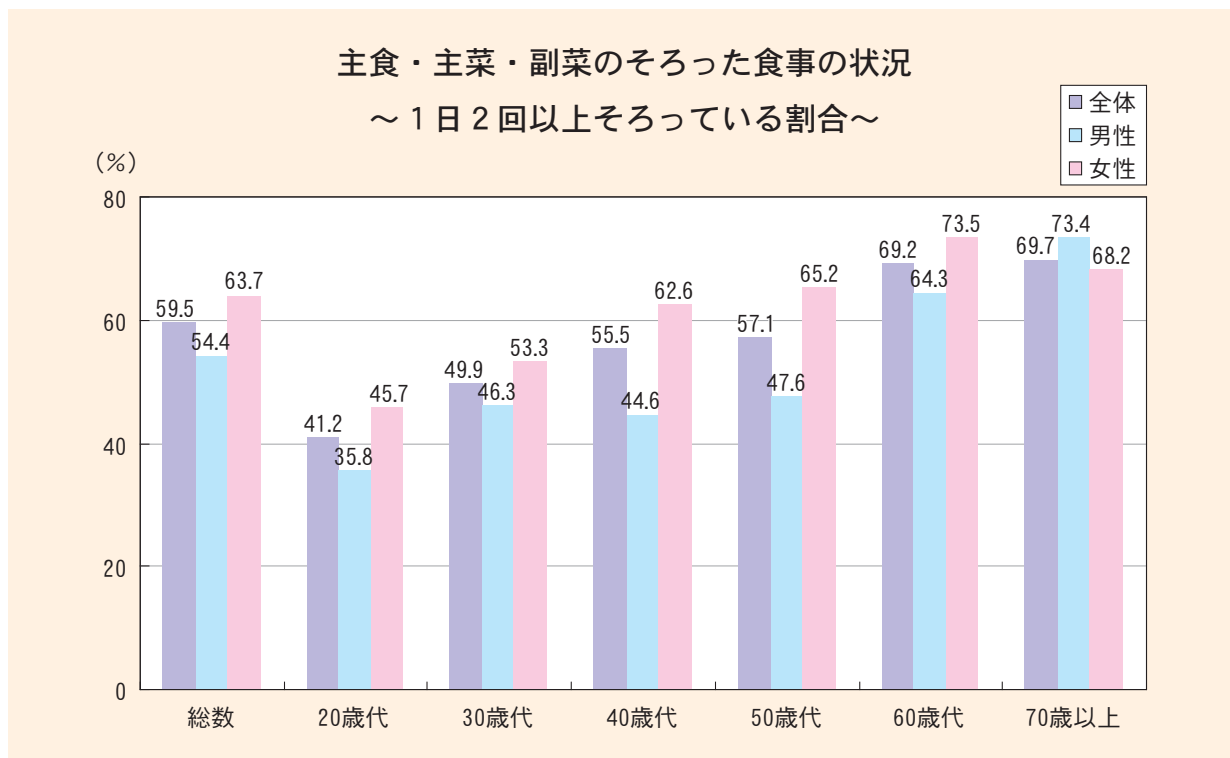
食事の摂取状況

● 主食・主菜・副菜のそろった食事をしている人の割合は、約6割

基-26

「1日2回以上、主食用・主菜用・副菜用」のそろった食事をしている人は59.5%で、20歳代の男性が約3人に1人で最も少なくなっています。

男女とも若い人ほど低く、概ね各年代で男性の割合が低くなっています。



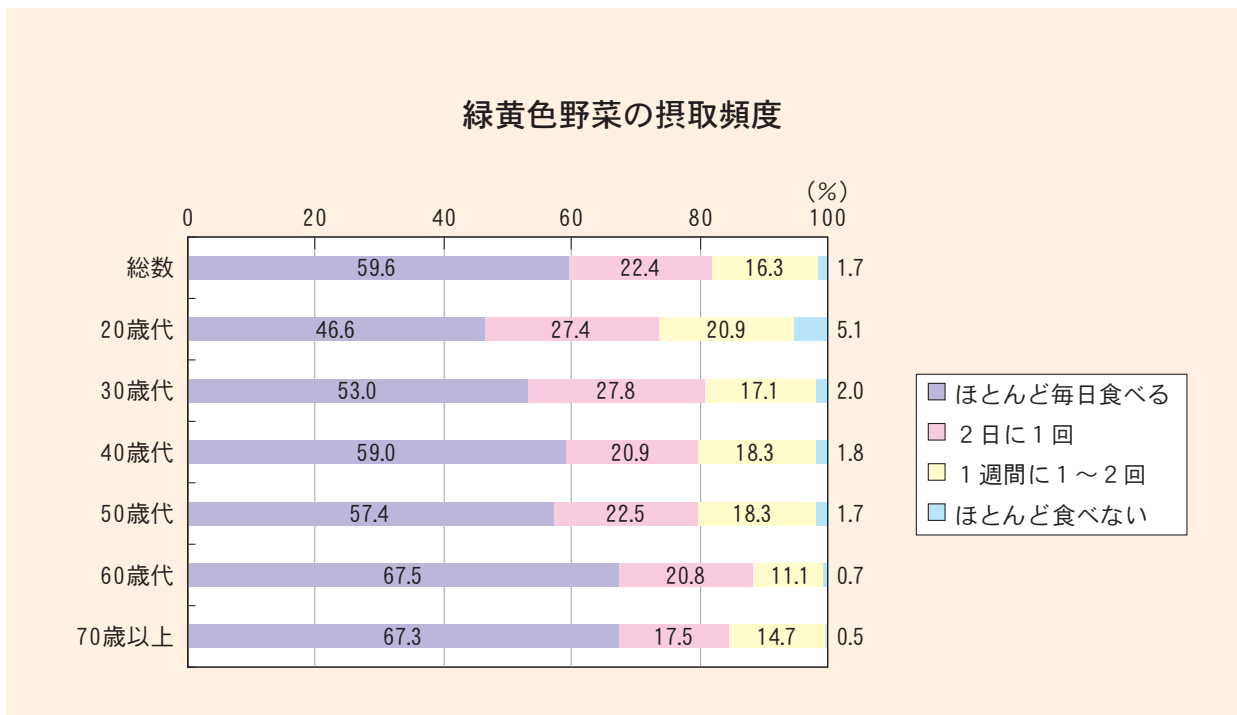
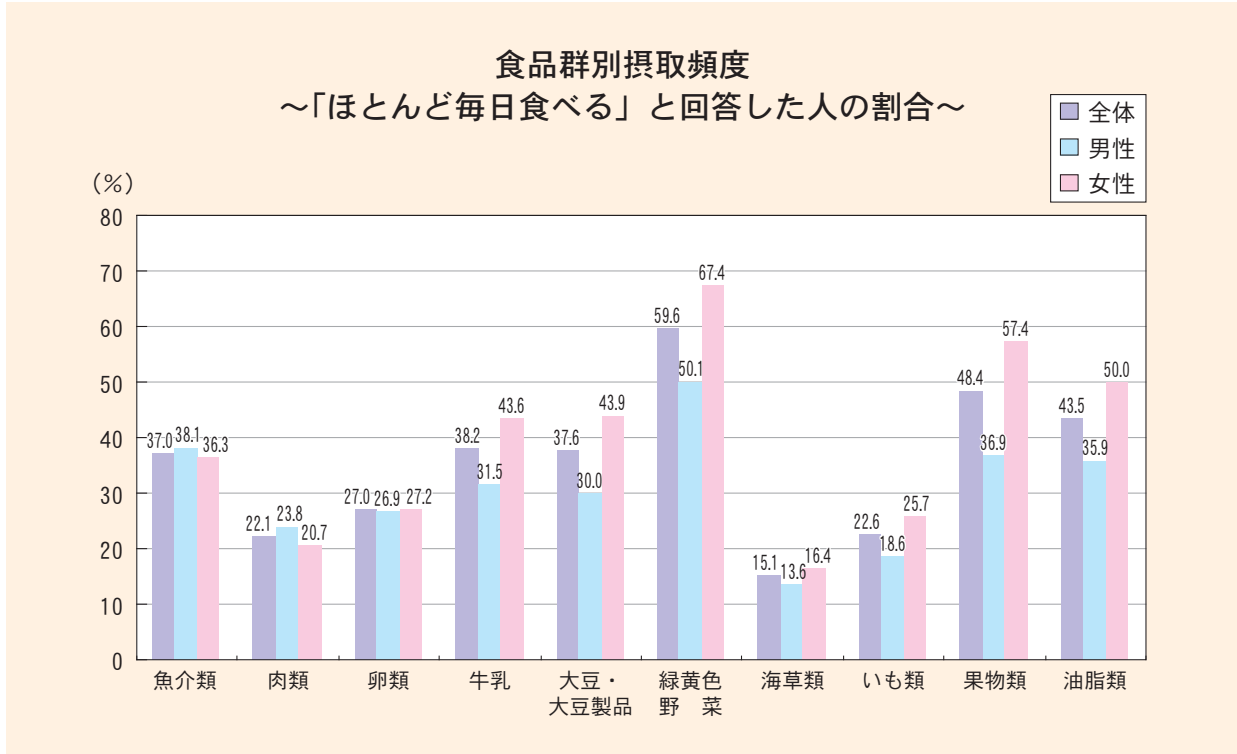
資料) 新潟市「平成17年市民保健医療福祉意識調査」

● 緑黄色野菜を「ほとんど毎日食べる」人は、約6割

基-27,28

緑黄色野菜の摂取頻度をみると「ほとんど毎日食べる」人は全体で59.6%で、男女別では、男性で50.1%、女性で67.4%となっています。

約4割の人は、緑黄色野菜を毎日食べる習慣がなく、特に若い世代にその傾向が顕著です。



資料) 新潟市「平成17年市民保健医療福祉意識調査」

つらじ
1

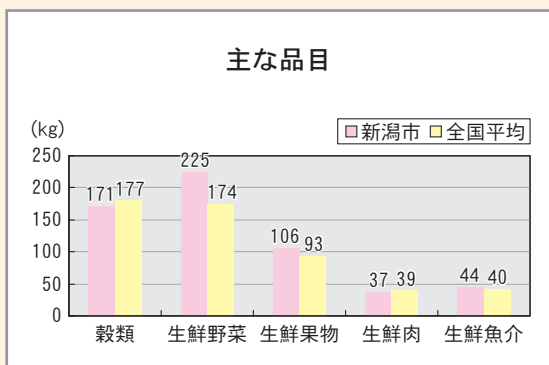
家計から見える市民の食生活

毎年行われる家計調査の結果から、全国の都市と比べた市民の食生活の特徴が見られます。

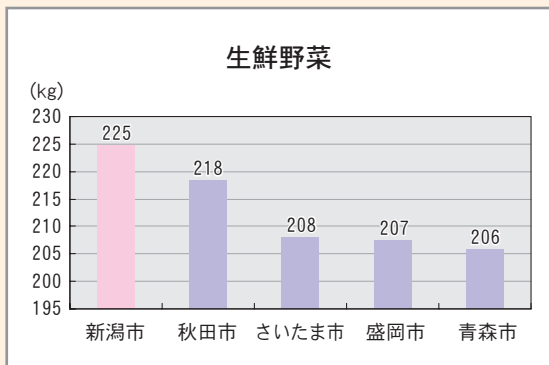
1 世帯当たりの年間購入数量

基-35

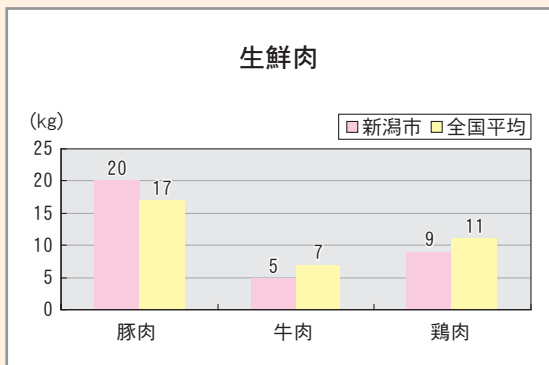
■品目別にみると、野菜、果物が多く、穀類は少なくなっています。



■生鮮野菜の購入量は、全国の都市の中で第1位です。



■生鮮肉では、豚肉を多く購入しています。



品目別 1 世帯当たりの年間支出金額/購入数量 (平成16~18年平均)

品目	新潟市		全国1位の都市		全国平均
	ランキング	金額or数量	都市名	金額or数量	
穀類	19位	84千円	富山市	91千円	82千円
米	19位	88kg	静岡市	105kg	87kg
パン	38位	40kg	大津市	60kg	45kg
めん類	27位	35kg	高松市	57kg	36kg
生鮮野菜	1位	225kg	新潟市	225kg	174kg
ばれいしょ	1位	15kg	新潟市	15kg	11kg
さやまめ	1位	9kg	新潟市	9kg	3kg
かぼちゃ	1位	6kg	新潟市	6kg	4kg
なす	2位	7kg	秋田市	8kg	5kg
トマト	1位	18kg	新潟市	18kg	11kg
生鮮果物	12位	106kg	青森市	125kg	93kg
グレープフルーツ	2位	5kg	仙台市	6kg	3kg
なし	2位	13kg	鳥取市	18kg	5kg
りんご	16位	14kg	長野市	39kg	13kg
みかん	10位	17kg	松山市	26kg	16kg
生鮮肉	36位	37kg	福岡市	47kg	39kg
豚肉	3位	20kg	秋田市	22kg	17kg
牛肉	41位	5kg	和歌山市	11kg	7kg
鶏肉	42位	9kg	大分市	17kg	11kg
生鮮魚介	8位	44kg	青森市	69kg	40kg
塩さけ	1位	5kg	新潟市	5kg	2kg
乳卵類	17位	43千円	さいたま市	47千円	41千円
牛乳	5位	108ℓ	金沢市	110ℓ	98ℓ
菓子類	17位	78千円	金沢市	94千円	75千円
せんべい	18位	6千円	宇都宮市	8千円	5千円
調理食品	7位	113千円	静岡市	122千円	101千円
調理パン	1位	6千円	新潟市	6千円	3千円
サラダ	2位	42百円	宇都宮市	43百円	28百円
ぎょうざ	7位	3千円	宇都宮市	5千円	2千円
しゅうまい	18位	1千円	横浜市	3千円	1千円
酒類	2位	58千円	秋田市	61千円	45千円
清酒	2位	17ℓ	秋田市	19ℓ	9ℓ
外食	35位	152千円	東京区部	229千円	161千円
中華そば	5位	10千円	山形市	14千円	5千円
和食	28位	24千円	岐阜市	47千円	22千円
中華食	15位	7千円	川崎市	14千円	5千円
洋食	29位	16千円	さいたま市	32千円	16千円
飲酒代	15位	21千円	高知市	33千円	17千円

資料) 総務省「家計調査」

注1) ランキングは47都道府県庁所在地及び北九州市、川崎市、東京区部ランキング

注2) 金額または数量は1世帯当たりの年間の支出金額または購入数量(平成16~18年平均)

注3) 穀類の数量は「米」「パン」「めん類」「他の穀類」の合計

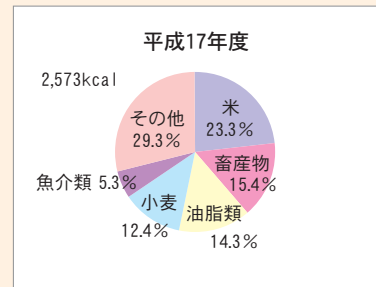
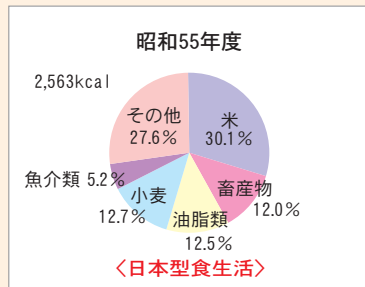
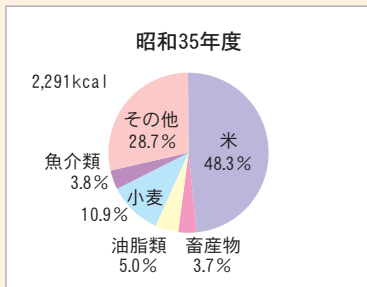
つらじ 2

食生活の変化



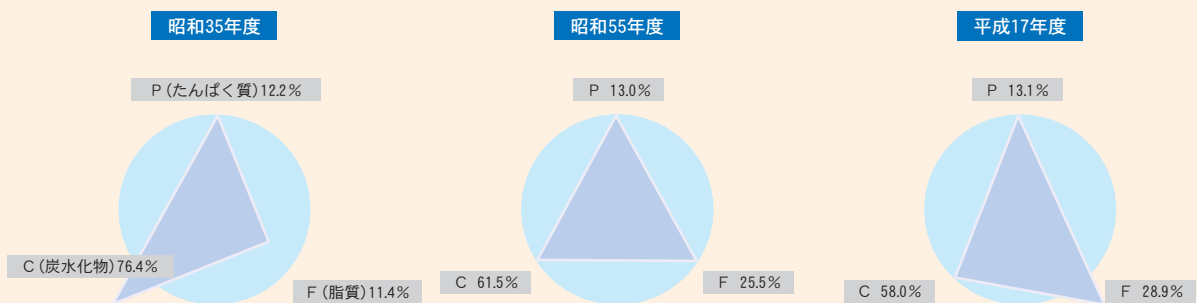
我が国の食生活は、伝統的に主食であるご飯を中心に、野菜や魚、大豆やその加工品である豆腐や納豆などの副食を中心とするものでした。しかし、戦後、社会経済情勢の変化を背景に、畜産物や油脂類等の摂取が増加し、昭和50年代中頃には、カロリー摂取量がほぼ満足すべき基準に達し、多様性があり栄養バランスがとれた、いわゆる「日本型食生活」ともいうべき理想的な食生活を実現しました。しかし、その後、脂質の消費が増加したことに加え、米の消費が減少し続けたことにより、脂質のとりすぎと炭水化物の摂取量の減少が顕著になり、栄養バランスが崩れてきています。

●食生活の変化（国民1人1日当たり：供給熱量の構成割合）



●栄養バランスの変化

栄養バランスをみる指標のひとつにたんぱく質(P)、脂質(F)、炭水化物(C)のエネルギーバランス(P F C比)があります。この3成分の比率は時代とともに変化しています。



昭和30年代中ごろは、米などの炭水化物摂取が高く、脂質の摂取量が低い状況

昭和50年代中頃は、たんぱく質、脂質、炭水化物のエネルギー比率がバランスよくとれる「日本型食生活」が日常食として普及

米の消費減少により、炭水化物の比率が減少し、畜産物、油脂の消費が増加することなどにより脂質の割合が増加し、栄養バランスの崩れが見られる

資料) 農林水産省「食料需給表」
 注) 食料・農業・農村基本計画における平成27年度の望ましい食料消費の姿
 目標値 P (たんぱく質) 13.0% F (脂質) 27.0% C (炭水化物) 60.0%



健康・食文化・環境などの 様々な面で私たちと 関わりをもつ「日本型食生活」

日本型食生活とは

主食としての米を中心として、野菜、魚、大豆などを使った伝統的な食生活のパターンに、肉類、牛乳・乳製品、果物などが加わった、栄養バランスがとれた健康的で豊かな食生活をいいます。

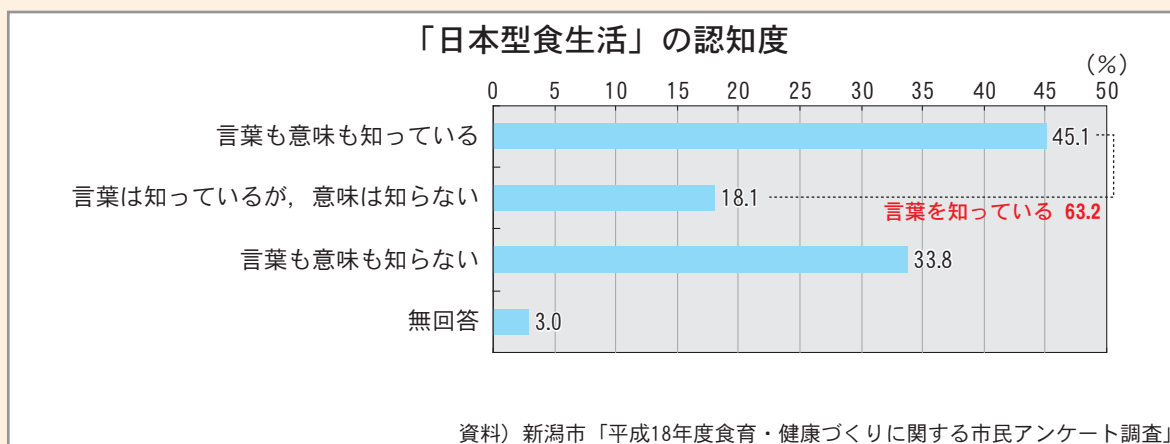
新潟は、米をはじめとして野菜、魚、果物などの多種多様な農水産物が生産されています。それらの良さを生かした「日本型食生活」の実践は、新潟ならではの食生活と言えます。

- 米を中心として多種多様な食材を組み合わせた食事は、炭水化物、脂質、たんぱく質からの摂取エネルギー比率のバランスがよく、栄養的観点からみて優れています。
- 主食としてのごはんは淡白な味のため、様々な食材と組み合わせやすく、魚、大豆・大豆製品、野菜、海草等が加わることで、良質のたんぱく質、ビタミン、ミネラル、食物繊維などもバランスよくとれます。
 - 【健康の維持・増進】【生活習慣病予防】
- 日本の伝統的な食事様式の継承につながります。
 - 【行事食・伝統料理、伝統食材の継承】
 - 【箸の文化】【主食・主菜・副菜のそろった食事】
- 食を大きく海外に依存しているため、日本の気候、風土に適した米を中心とした農林水産物を食べることは、食料自給率を高めるために重要です。

● 「日本型食生活」の認知度

基-124

言葉を知っている人は全体の約6割。言葉も意味も知っている人は約4割です。

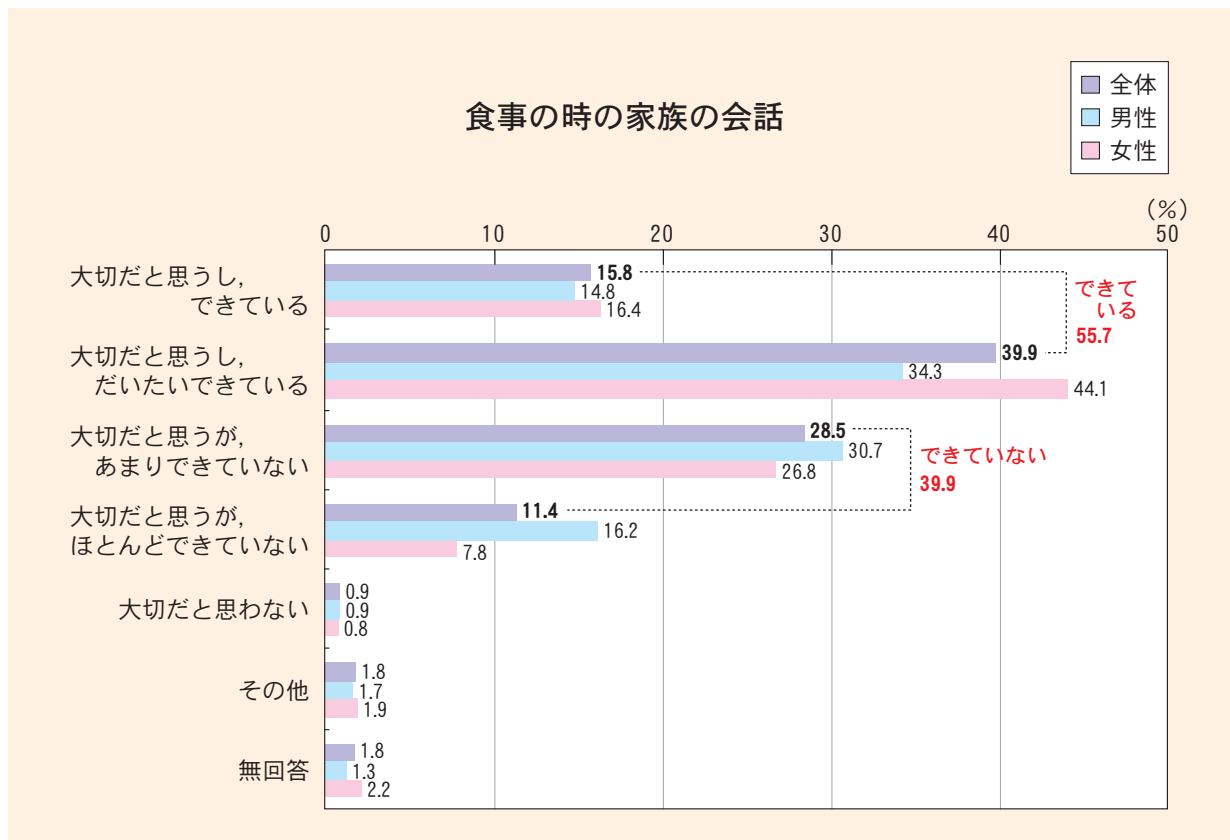


家庭の食事の様子

● 少ない家族の会話

基-42

食事の時の家族の会話が大切だと思っている人は、全体の95.6%と高くなっています。しかし、約4割の人は会話は大切だと思うができていない現状です。



資料) 新潟市「平成18年度食育・健康づくりに関する市民アンケート調査」

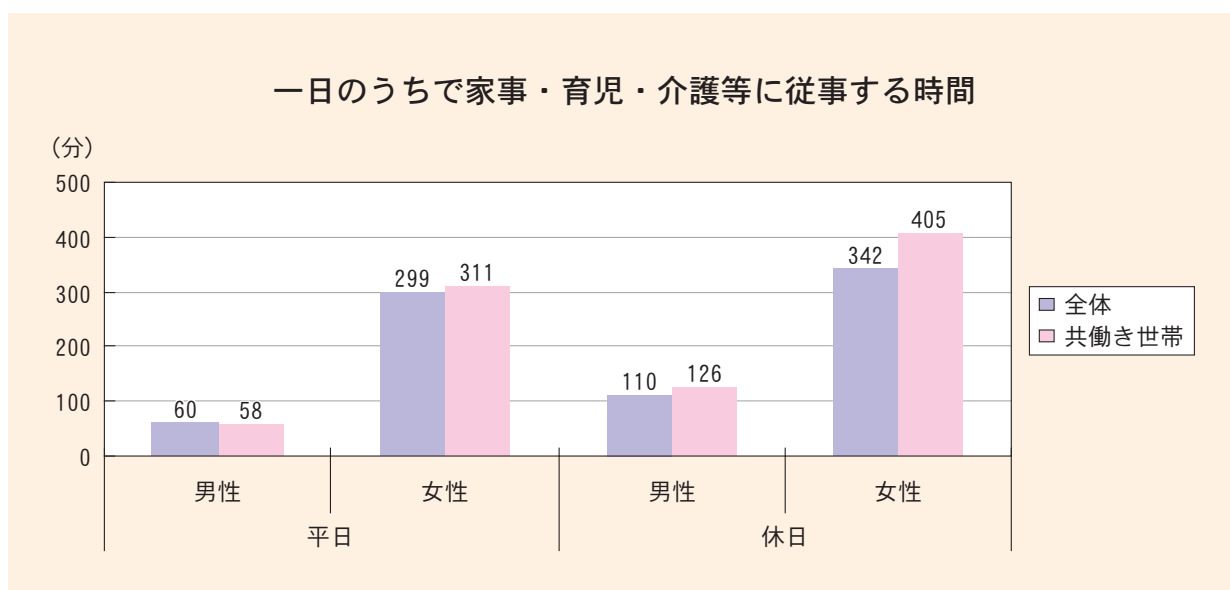
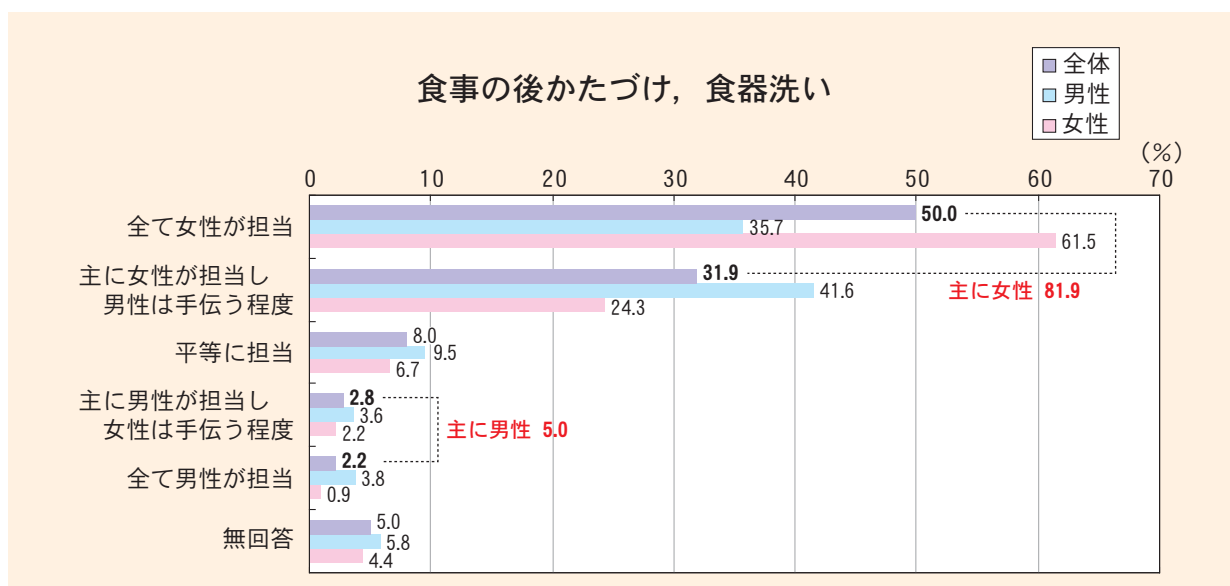
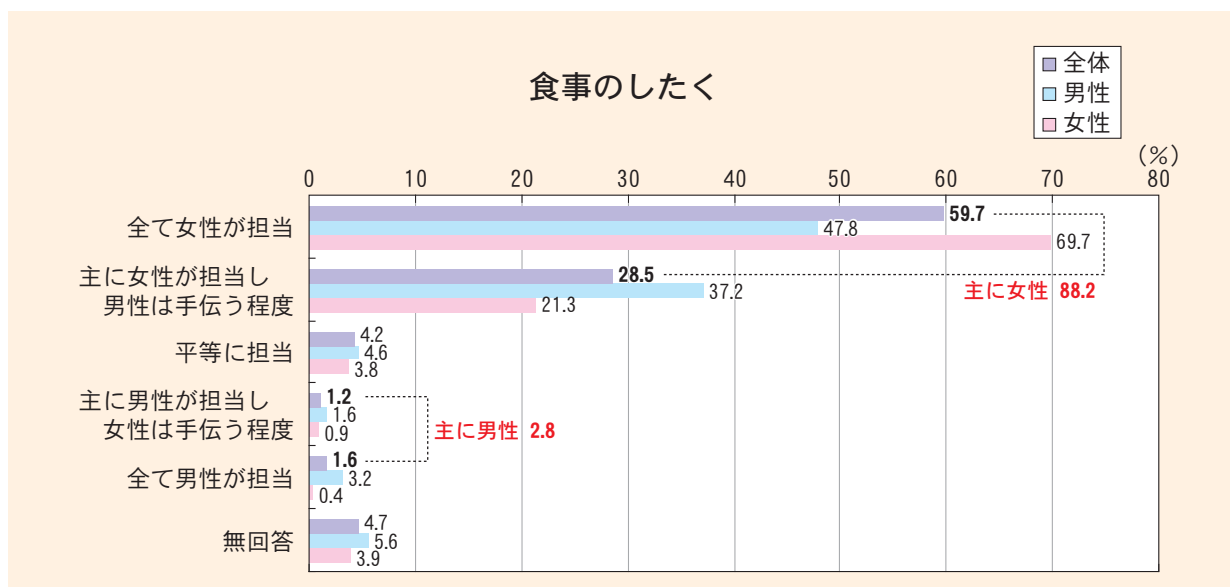
● 多くの家庭で女性が食事に関わる家事を担当

基-44

食事のしたくの主な分担については、「全て女性が担当している」と答えた割合は59.7%、「主に女性が担当し、男性は手伝う程度」と答えた割合は28.5%となっています。

また、食事の後かたづけ、食器洗いについては、「全て女性が担当している」と答えた割合は50.0%、「主に女性が担当し、男性は手伝う程度」と答えた割合は31.9%となっています。食料品等の買物、食事のしたく、後かたづけや食器洗いを主に女性が担当している割合は、8割を超える現状となっています。

女性が1日のうちで家事等に従事する時間は、平日では女性は男性の約5倍、休日では約3倍となっています。



資料) 新潟市「平成18年男女共同参画に関する基礎調査」

健康の状況

● 高い平均寿命 ～男性78.3歳，女性85.4歳～

基-46

男性が78.3歳，女性が85.4歳で，男女とも全国，新潟県，政令市平均を上回っており，政令市の中では，男性が7番目，女性が札幌市に次いで2番目に高くなっています。

市町村名	男性	女性
新潟市	78.3	85.4
新潟県	77.7	85.2
全国	77.7	84.6
政令市平均	77.9	84.7

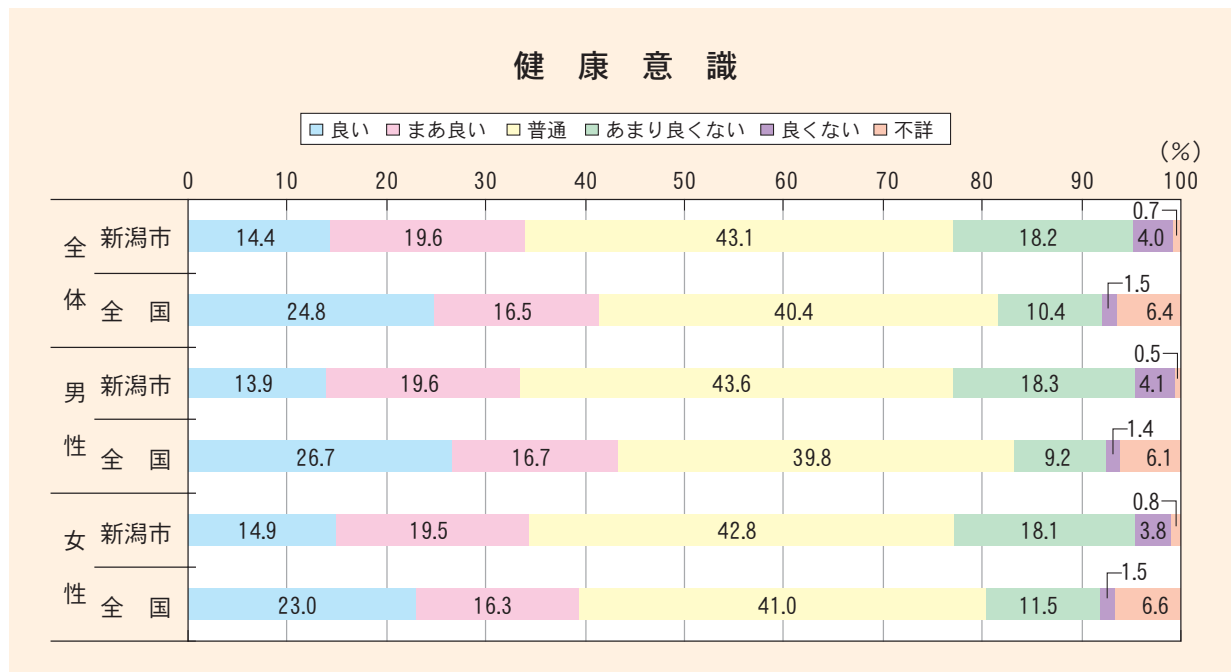
資料) 厚生労働省「平成12年市区町村別生命表」

● 低い健康意識

基-51,54

市民の健康意識は，自分の健康について良いと感じている人は34.0%と全国の41.3%より低くなっています。一方，良くないと感じている人は，22.2%で全国の11.9%と比べて高くなっています。

将来の健康に対する不安は，がん，心臓病，脳卒中などの生活習慣病への不安が高くなっています。



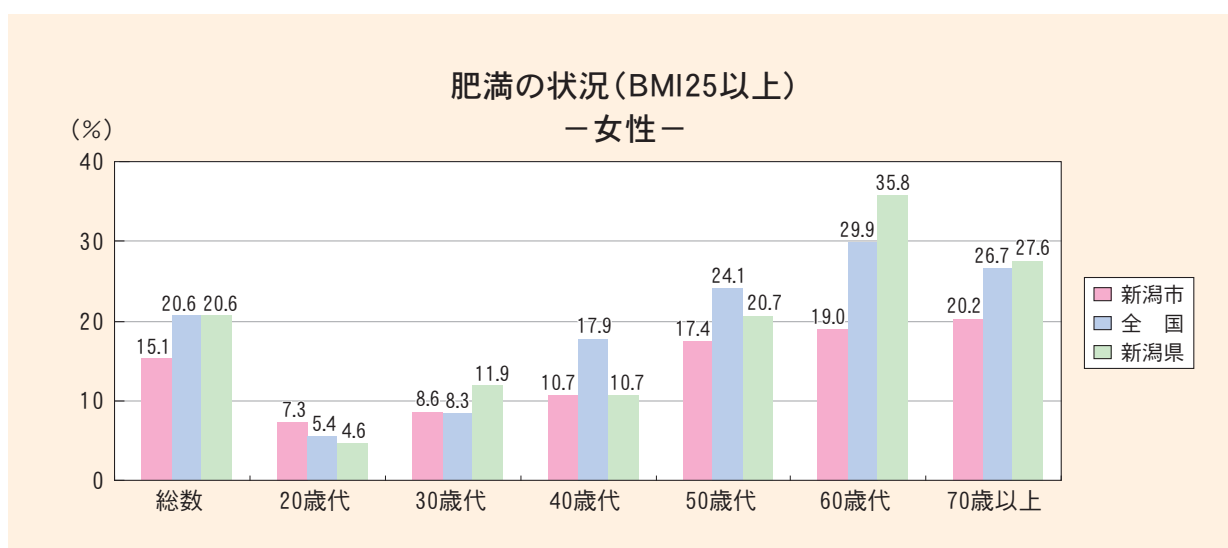
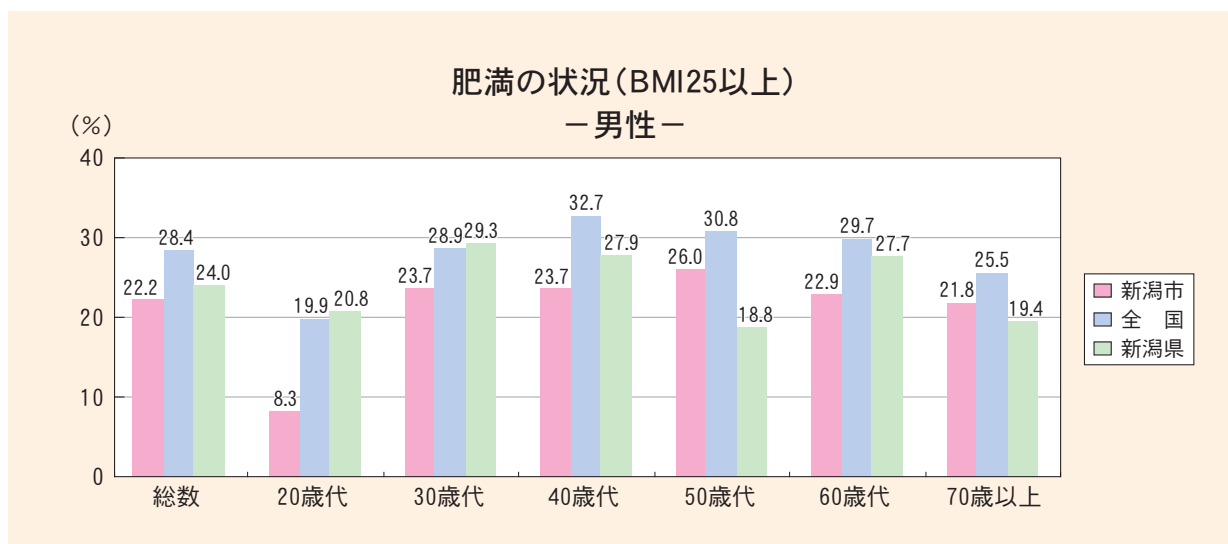
資料) 新潟市「平成18年度食育・健康づくりに関する市民アンケート調査」
厚生労働省「平成16年国民生活基礎調査」

● 30～60歳代の男性に多い肥満

基-55

肥満者の割合は、男性22.2%，女性15.1%と男女とも全国，新潟県より低くなっていますが、30～60歳代の男性では約4人に1人に肥満がみられます。

年代別にみると、男性は30歳代以降肥満者の割合がほぼ横ばいであるのに対し、女性では60歳代まで年代とともに肥満者の割合が高くなっており、60歳代の約2割に肥満がみられます。



資料) 新潟市「平成17年市民保健医療福祉意識調査」
厚生労働省「平成16年国民健康・栄養調査」
新潟県「平成16年県民健康・栄養実態調査」

肥満度：BMI (Body Mass Index) を用いて判定

BMI = 体重 [kg] / (身長 [m])² により算出

低体重 (やせ)：18.5 > BMI

普通体重 (正常)：25 > BMI ≥ 18.5

肥満：BMI ≥ 25

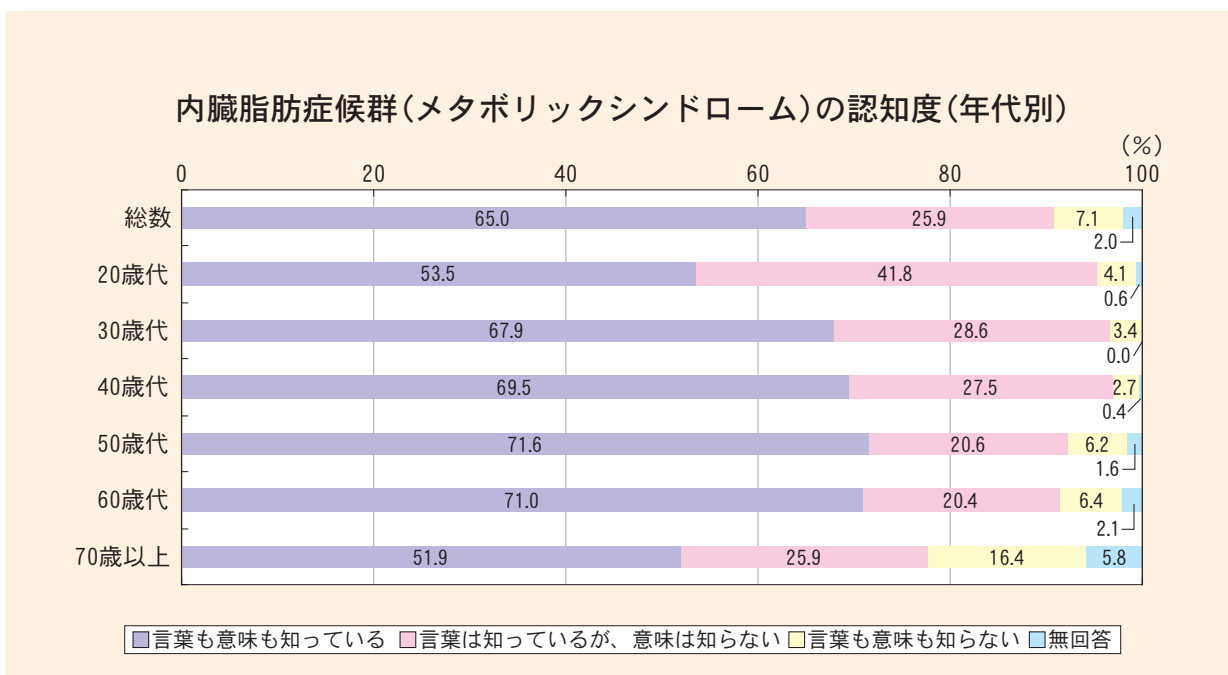
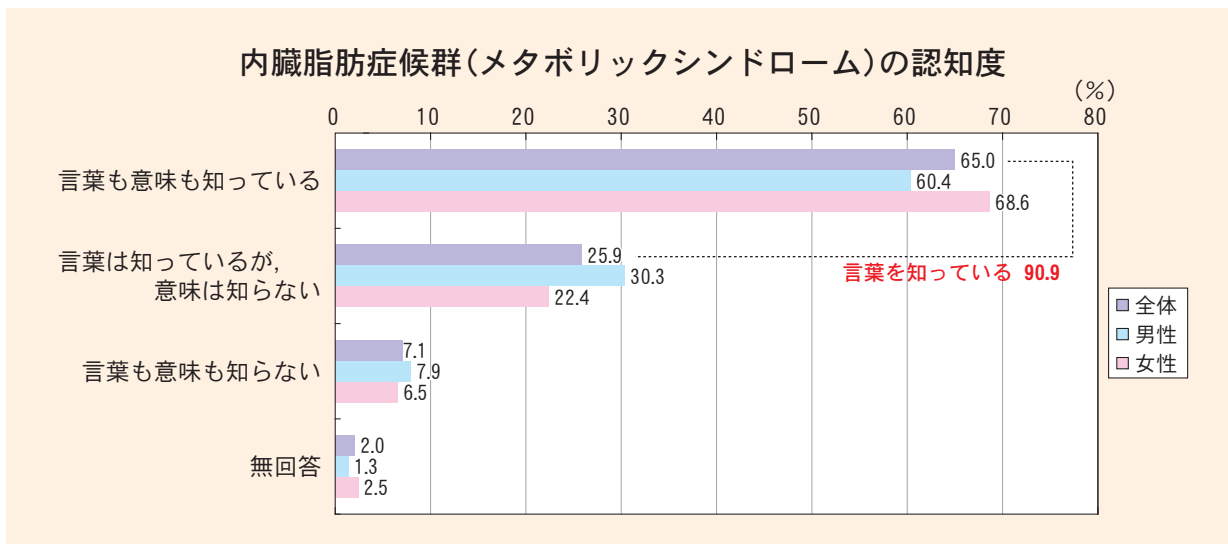
日本肥満学会肥満症診断基準検討委員会 (2000年)

● 高い内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）の認知度

基-58,59

内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）という言葉については約9割の人が知っており、意味まで知っている人は約6割です。

年代別にみると40～60歳代の約7割の人が言葉も意味も知っており、20歳代及び70歳代では約5割となっています。

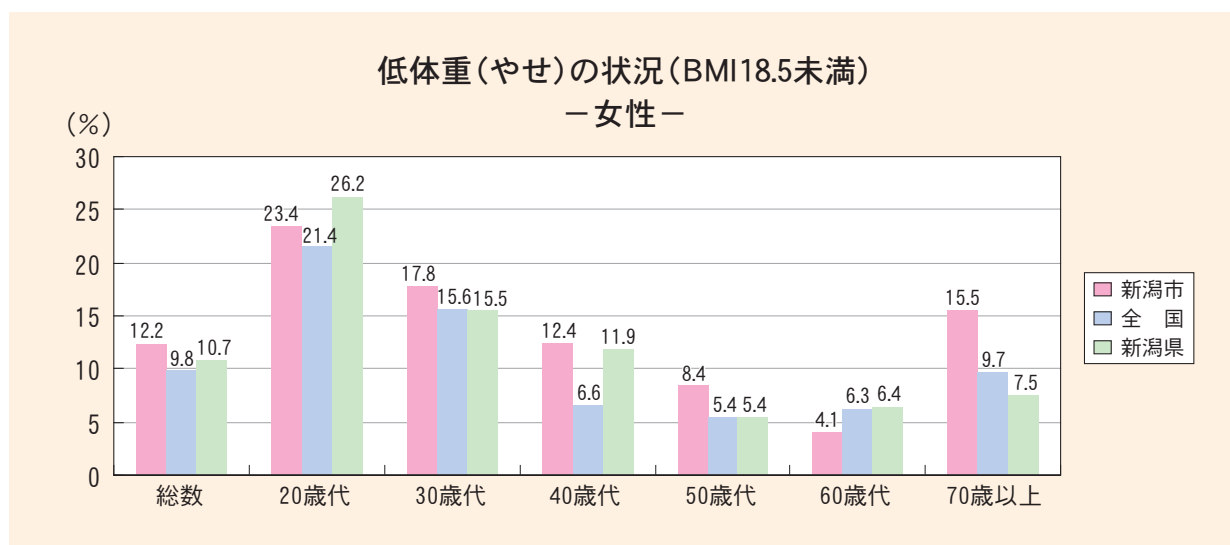


資料) 新潟市「平成18年度食育・健康づくりに関する市民アンケート調査」

● 若い女性に多い低体重（やせ）傾向

基-61

女性の低体重（やせ）の者の割合は12.2%で、概ね各年代で全国より高くなっています。特に20歳代女性で高く、約4人に1人が低体重（やせ）という状況です。

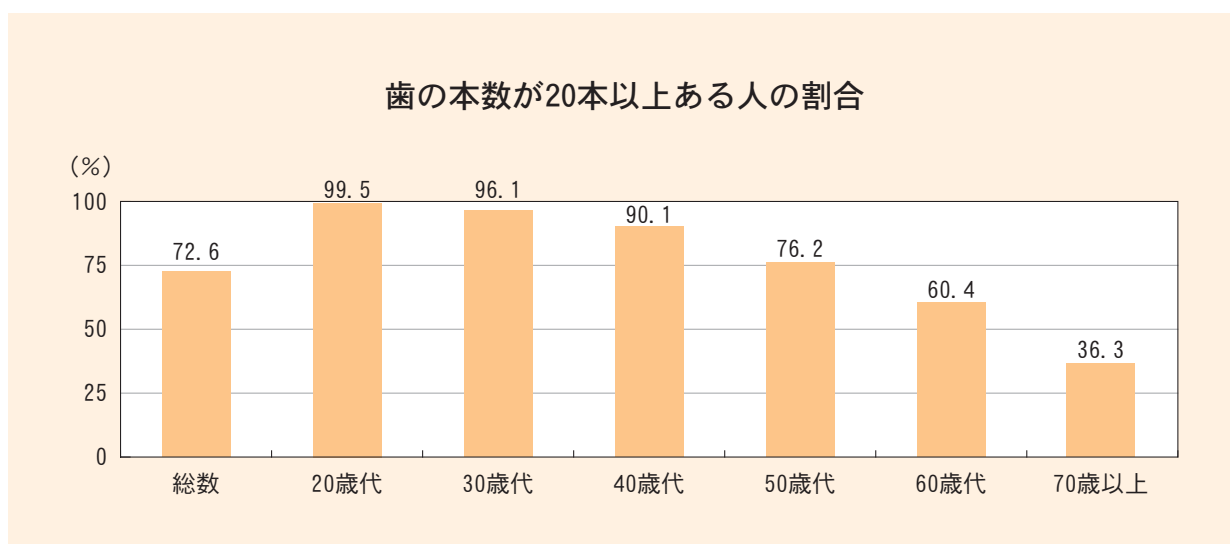


資料) 新潟市「平成17年市民保健医療福祉意識調査」
厚生労働省「平成16年国民健康・栄養調査」
新潟県「平成16年県民健康・栄養実態調査」

● 年代とともに低下する歯の状態

基-65

歯の本数が20本以上ある人の割合は年代とともに低下し、特に50歳代以降急激に低下し、70歳代では36.3%となっています。



資料) 新潟市「平成18年度食育・健康づくりに関する市民アンケート調査」

つうじ
4

内臓脂肪症候群 (メタボリックシンドローム)

※内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）

内臓脂肪による肥満の人が「高血糖」「高脂血症」「高血圧」といった危険因子を併せ持っている状態。内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）によって動脈硬化が進行し、心筋梗塞や脳梗塞が起こりやすくなります。

【診断基準】メタボリックシンドローム診断基準検討委員会（2005）

腹囲が男性で85cm以上、女性で90cm以上（内臓脂肪面積 男女とも100cm²以上に相当）に加え、以下のうち2項目以上に該当する場合

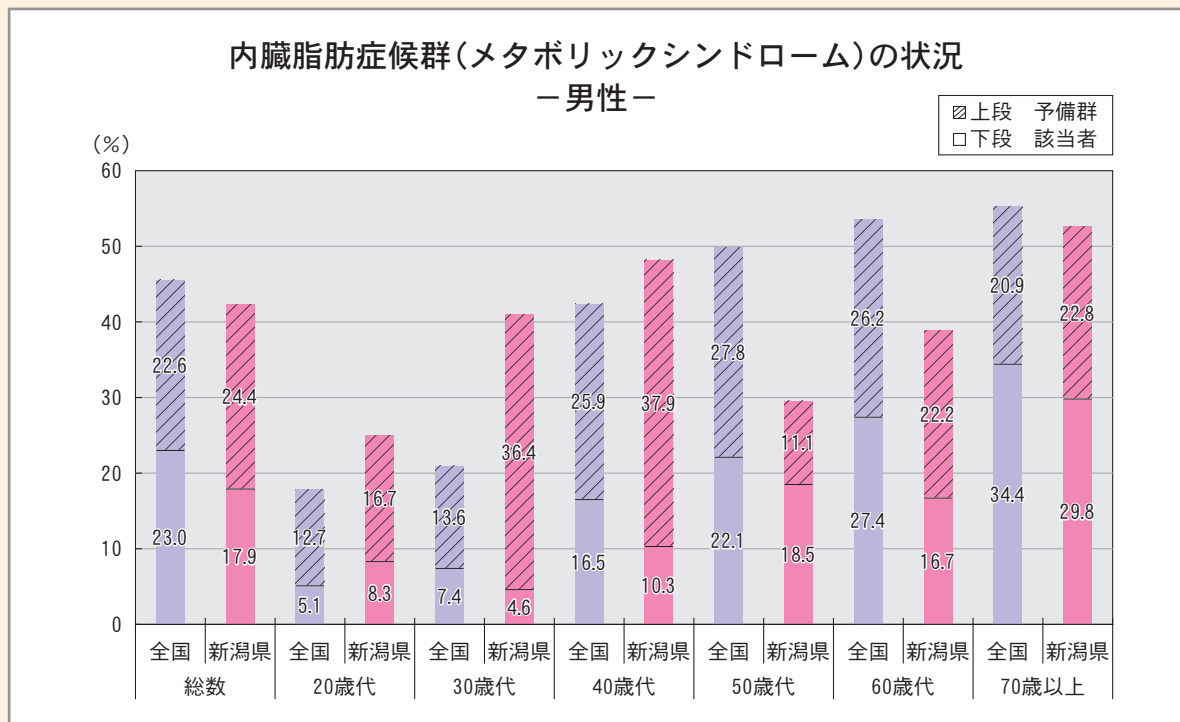
- ① 血清脂質 空腹時中性脂肪150mg/dl以上、かつ/または、HDLコレステロール値40mg/dl未満
- ② 血圧 最大血圧（収縮期血圧）130mmHg以上、かつ/または、最小血圧（拡張期血圧）85mmHg以上
- ③ 血糖 空腹時血糖 110mg/dl以上

■腹囲の基準に加え、上記のうち1項目に該当するものを予備群といいます。

●内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）の状況

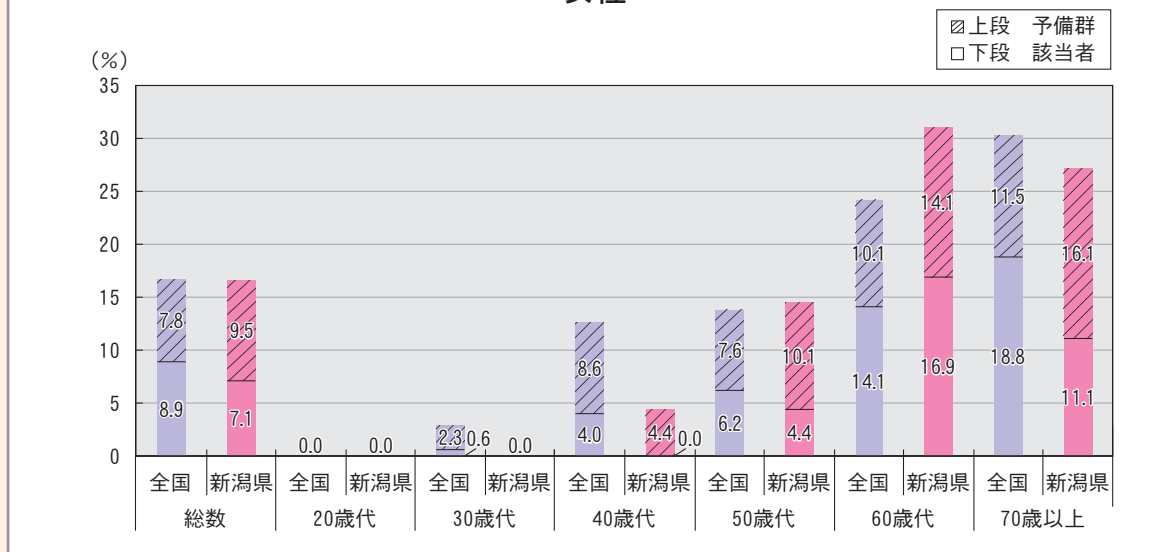
基-59

平成16年の新潟県の調査によると内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）該当者の割合は男性が17.9%，女性が7.1%で、内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）予備群の割合は男性が24.4%，女性が9.5%となっています。また、国と比較すると男女とも該当者の割合は低くなっていますが、予備群の割合が高くなっています。



資料) 厚生労働省「平成16年国民健康・栄養調査」
新潟県「平成16年県民健康・栄養実態調査」

内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)の状況 -女性-



資料) 厚生労働省「平成16年国民健康・栄養調査」
新潟県「平成16年県民健康・栄養実態調査」

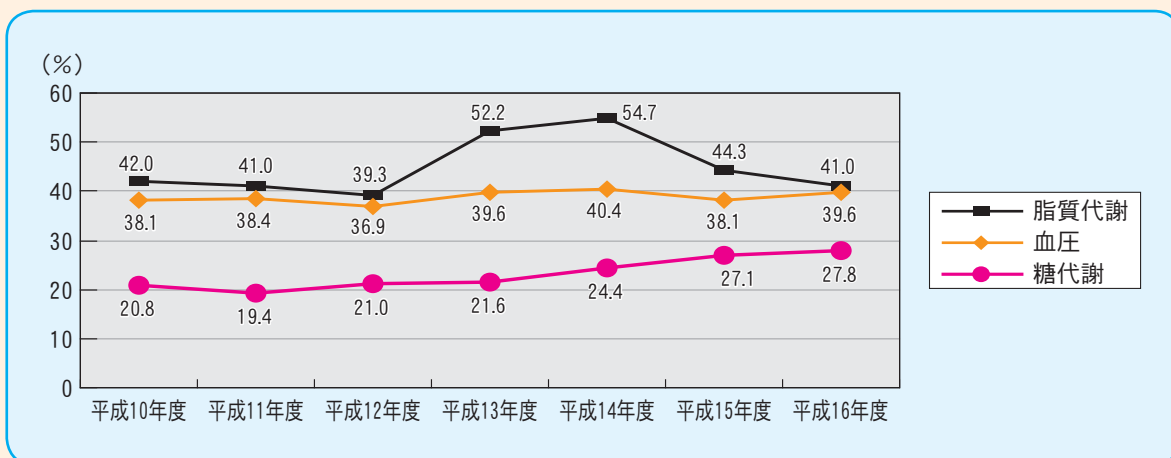
注) 「予備群」: 内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)の予備群と考えられる者(腹囲 \geq 85cm+項目1つ該当)
「該当者」: 内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)が強く疑われる者(腹囲 \geq 85cm+項目2つ以上該当)

●基本健康診査結果からみた有所見率の状況【参考】

基-64

基本健康診査における血圧、脂質代謝、糖代謝の有所見率を経年的にみると、総コレステロールの判定基準が変更になった平成13、14年度を除くと、血圧、脂質代謝の有所見率は横ばい傾向にあります。糖代謝については平成14年度の基準変更後も上昇を続けており、本市においても内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)の該当者や予備群が増加していることが予測されます。

基本健康診査における血圧、脂質代謝、糖代謝の有所見率の推移



資料) 厚生労働省「地域保健・老人保健事業報告書」

注1) 血圧: 「血圧 要指導a」以上を計上。ただし、平成14年度以降は、「軽症高血圧」以上を計上

注2) 脂質代謝: 「総コレステロール 要指導a」以上を計上

※平成13、14年度のみ総コレステロール200mg/dL以上(50歳以上の女性を除く)を要指導とし、それ以外の年度は総コレステロール220mg/dL以上を要指導としている

注3) 糖代謝: 「糖尿病 要指導」以上を計上

※平成14年度にヘモグロビンA1cの判定基準が、5.6%から5.5%に変更された

つうじ
5

大切な口腔機能の維持

歯や口の健康を保つことは、食べ物を咀嚼^{そしゃく}することだけでなく、食事や会話を楽しむなど、心身ともに健康的な生活を送るうえで大きな役割を果たします。

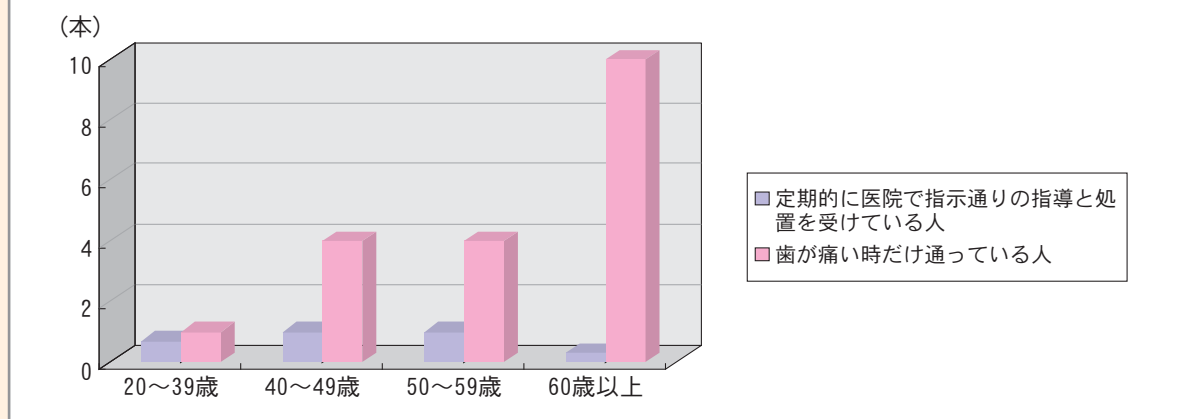
また、自分の歯でゆっくりよく噛んで食事をすることは、肥満などの生活習慣病の予防にもつながります。

●定期歯科健診と喪失歯数

基-66

歯周疾患に対する通院の有無と歯の喪失状況の関係をみると、定期歯科健診を受けている人の喪失歯数は少なく、歯が痛いときだけ歯科医院に通っている人は、年代が進むにつれて歯を失っていることがわかります。

歯周疾患に対する通院の有無別にみた年代別の10年あたりの抜けた歯の本数



資料)「老年歯科医学」第3巻1号より



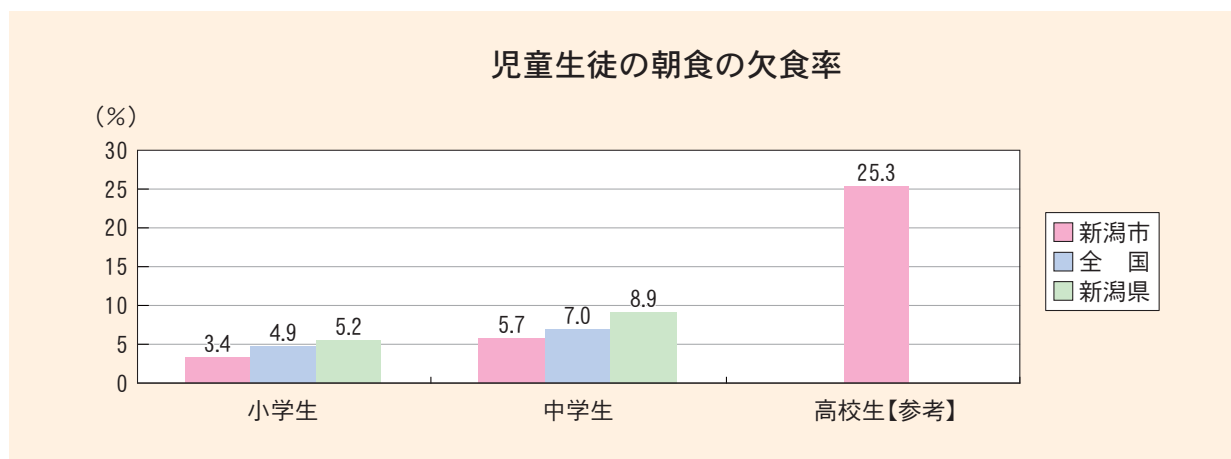
1-3 子どもの食生活と健康

● 子どもの朝食の欠食 ～中学生は1クラスに2.3人～

基-69

子どもの朝食の欠食率は小学生が3.4%，中学生が5.7%と全国より少し低くなっています。1クラス40人とすると、1クラス中、小学生が1.4人、中学生が2.3人が朝食を食べていない状況です。

朝食を食べない理由は、「食欲がない」「食べる時間がない」が多く、全国では、学年が進むにつれて「食べる時間がない」ことを理由にする割合が高くなっています。



資料) 新潟市教育委員会「平成18年度学力・生活実態総合調査」(小学生：5, 6年生 中学生：2, 3年生)

新潟市立A高校保健委員会調査(平成16年度)(高校生：1～3年生)

独立行政法人日本スポーツ振興センター「平成17年度児童生徒の食生活等実態調査」(小学生：5年生 中学生：2年生)

新潟県「平成16年度全県学力調査」(小学生：5年生 中学生：2年生)

注) 朝食欠食率に関する調査については、調査方法や基準が統一されていないため、週を基準にして、「半分以上食べない」と考えられる場合を欠食として整理した(詳細は基-70参照)

● 親の影響を受けやすい子どもの朝食習慣

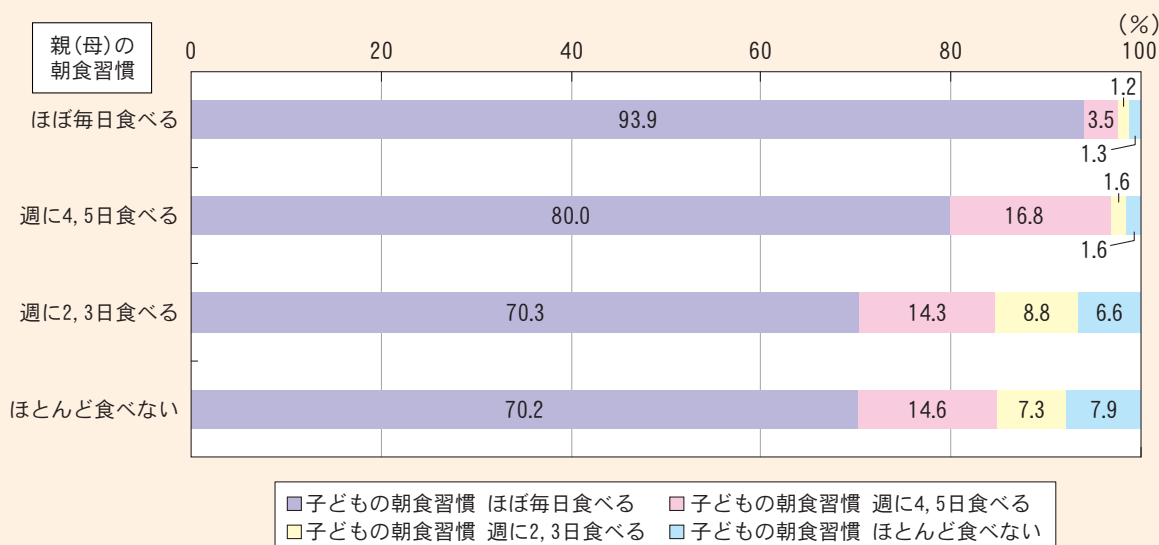
基-73

全国の乳幼児に関する調査では、朝食をほとんど食べない子どもが2.0%となっています。

親と子の朝食習慣の関連をみると欠食がみられる子どもの割合は、親が「ほぼ毎日食べる」場合は6.0%ですが、「週に4, 5回食べる」場合では20%、「週に2, 3回食べる」「ほとんど食べない」場合では、それぞれ約30%と親の朝食習慣との関連がみられます。

また、子どもの朝食習慣と就寝時刻の関連をみると就寝時刻が遅いほど朝食欠食率が高くなっています。

子ども(1~3歳)の朝食習慣と親(母)の朝食習慣



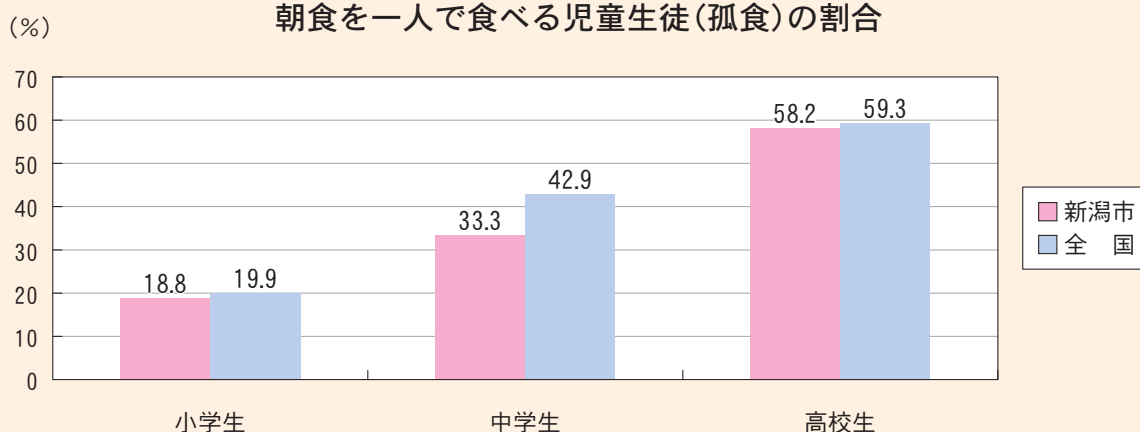
資料) 厚生労働省「平成17年度乳幼児栄養調査」
注) 「不詳」を除く

● 年齢が上がるにつれて高くなる孤食の割合

基-75

朝食を1人で食べる小学生の割合は、本市、全国とも約2割で、年齢が上がるにつれてその割合は高くなっています。本市の中学生の約3人に1人、高校生の約2人に1人が朝食を1人で食べている現状です。

朝食を一人で食べる児童生徒(孤食)の割合



資料) 国立教育政策研究所「基礎体力の向上をめざす生涯にわたる健康教育の総合的研究中間報告書(平成18年3月)」

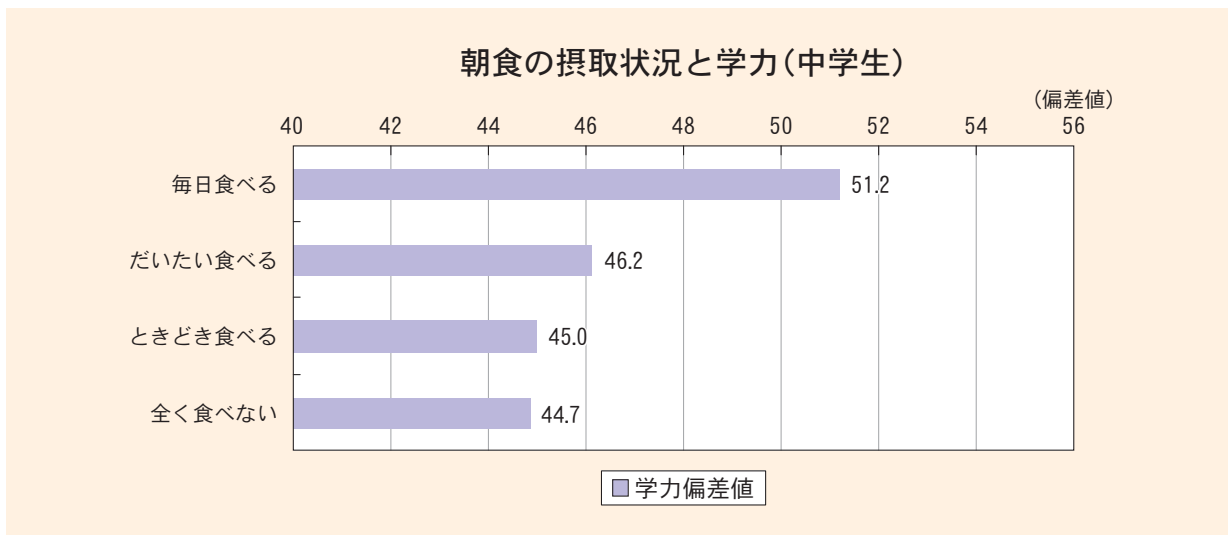
注1) 小学生: 4年生 中学生: 2年生 高校生: 2年生

注2) 全国: 4市(新潟県新潟市, 大阪府茨木市, 広島県東広島市, 福岡県宗像市) 新潟市: 本市分のデータを抽出して集計

● 朝食を食べる子どもは、学力偏差値が高い

基-76

中学生で朝ごはんを「毎日食べる」生徒は学力偏差値が51.2と全国水準を超えており、「全く食べない」生徒と比べると6.5ポイント高くなっています。小学生についても「毎日食べる」子どもは52.4と全国水準を超えています。



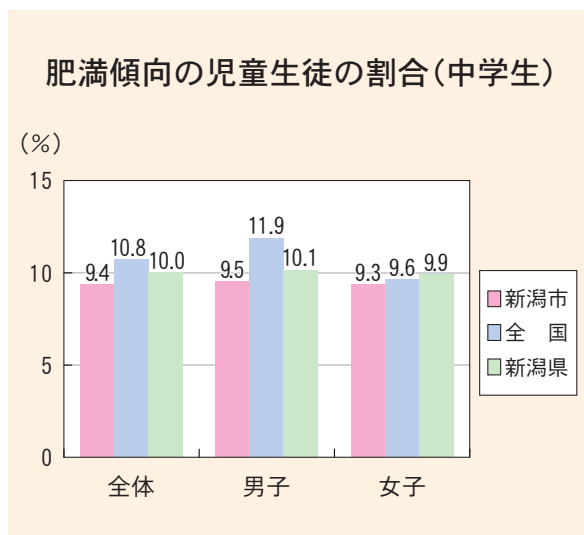
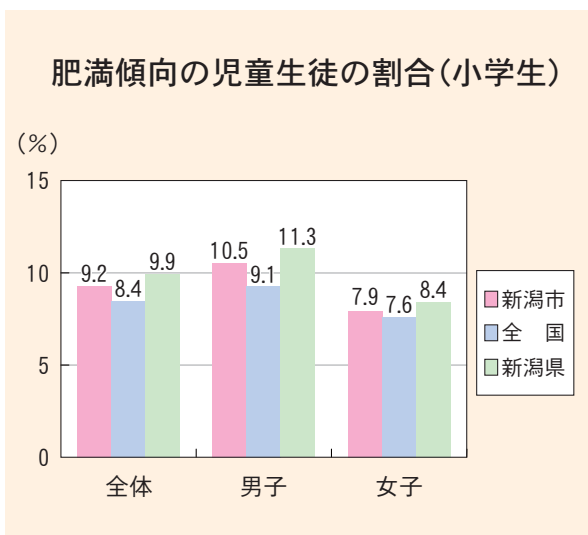
資料)新潟市教育委員会「平成18年度学力・生活実態総合調査」

● 肥満の状況 ～肥満傾向の児童生徒は、約1割～

基-78

児童・生徒の肥満の割合は、小学生は9.2%で、全国より高く新潟県より低い傾向にあります。

中学生は9.4%で、全国、新潟県より低い傾向となっています。



資料)新潟県教育庁「平成18年度定期健康診断に基づく疾病状況調査」
文部科学省「平成18年度学校保健統計調査」

注1) 肥満傾向とは、性別・年齢別・身長別標準体重から肥満度を求め、肥満度が20%以上の場合をいう
〔肥満度 = (実測体重 - 身長別標準体重) / 身長別標準体重 × 100 (%)〕

注2) 全国の値は、実数値が把握できないため、参考値である

つらひ
6

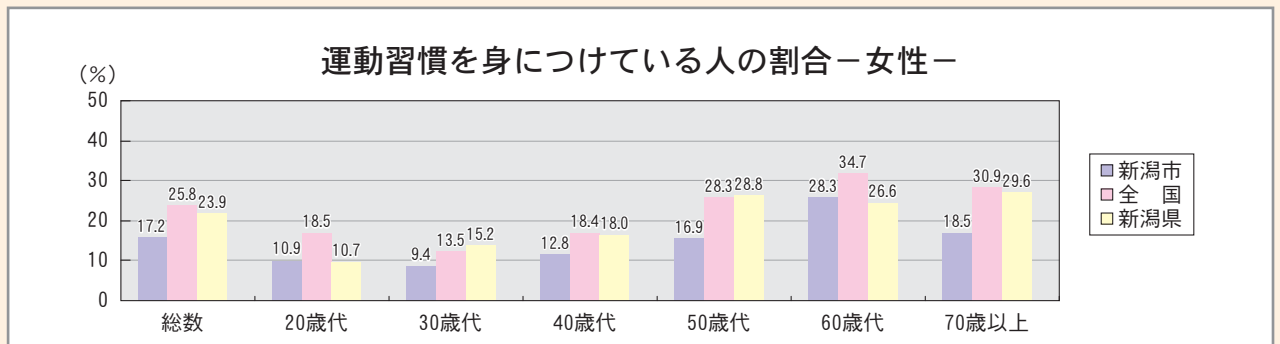
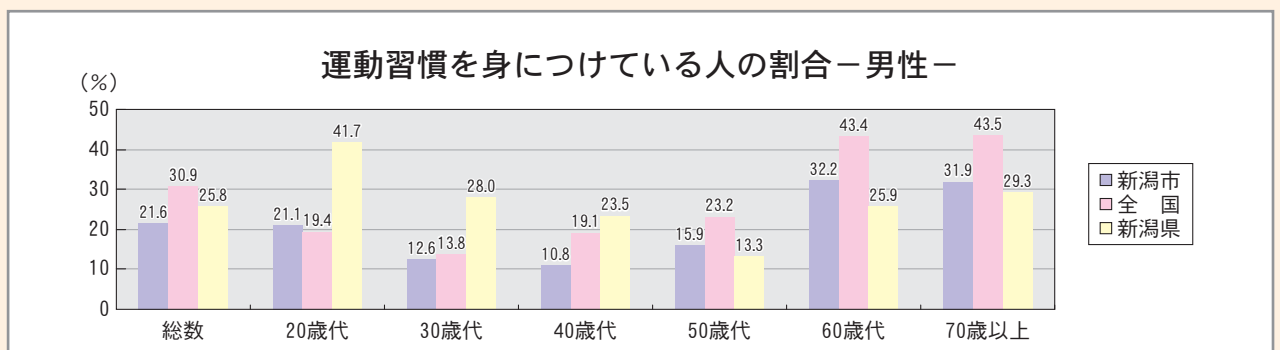
身体活動と運動

●低い運動習慣

基-67

「運動習慣を身につけている人」の割合は、男性が21.6%、女性が17.2%で、男女とも全国、新潟県より低くなっています。

年代別にみると、男女とも60歳代以上で高くなっていますが、男性は40歳代、女性は30歳代で低くなっています。



資料) 新潟市「平成17年市民保健医療福祉意識調査」
厚生労働省「平成16年国民健康・栄養調査」
新潟県「平成16年県民健康・栄養実態調査」

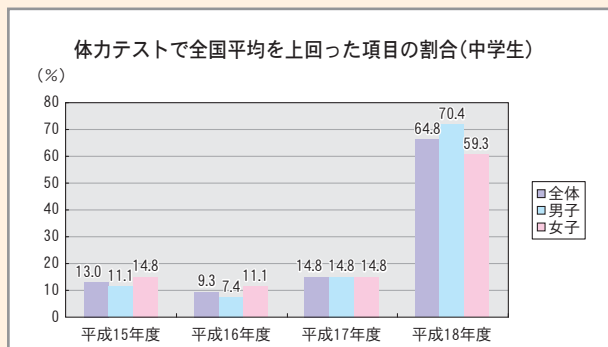
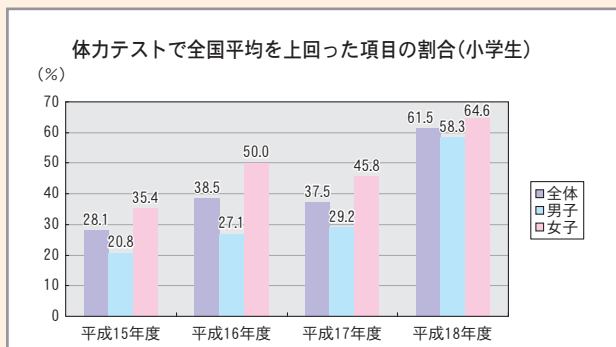
注) 「運動習慣を身につけている人」とは、「1日30分以上」かつ「週2回以上」かつ「1年以上継続している人」

●子どもの体力テストの結果

基-87

児童生徒の体力テストの平均値が平成17年度までは全国平均値を上回った項目が少ないという結果が出ています。

各学校では、平成17年度から自校の児童生徒の体力実態に応じて体力向上を図る取組を展開していましたが、平成18年度の結果では、小学生は96項目中59項目(61.5%)、中学生は54項目中35項目(64.8%)と、前年度と比べて多くの項目で全国平均を上回りました。

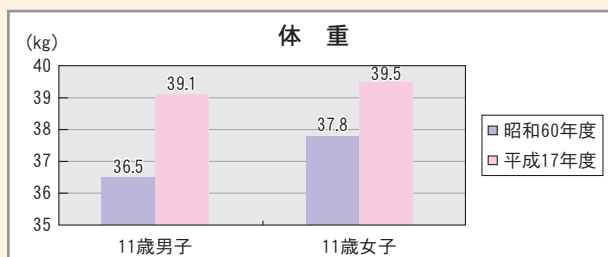
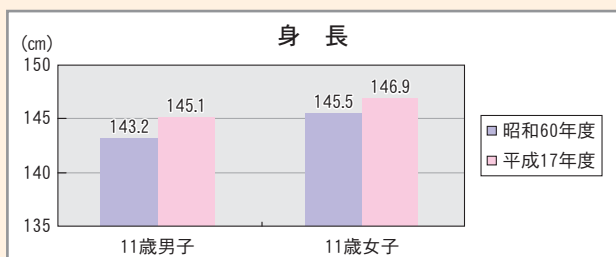
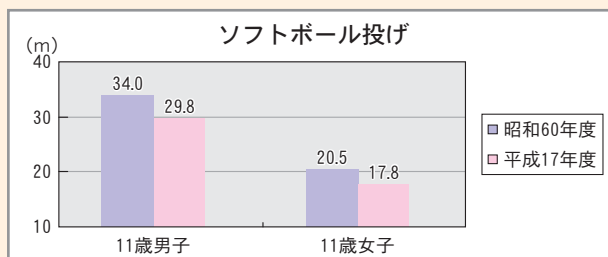
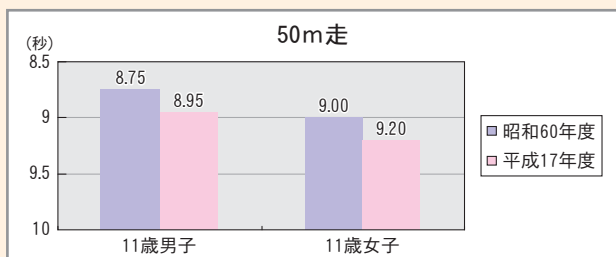


資料) 新潟市教育委員会「新潟市児童生徒の体力テスト」
 文部科学省「体力・運動能力調査」
 注1) 上回った項目とは、前年度の全国平均を上回った項目の数
 注2) 小学生：8項目×6学年＝48項目 男女計96項目
 中学生：9項目×3学年＝27項目 男女計54項目

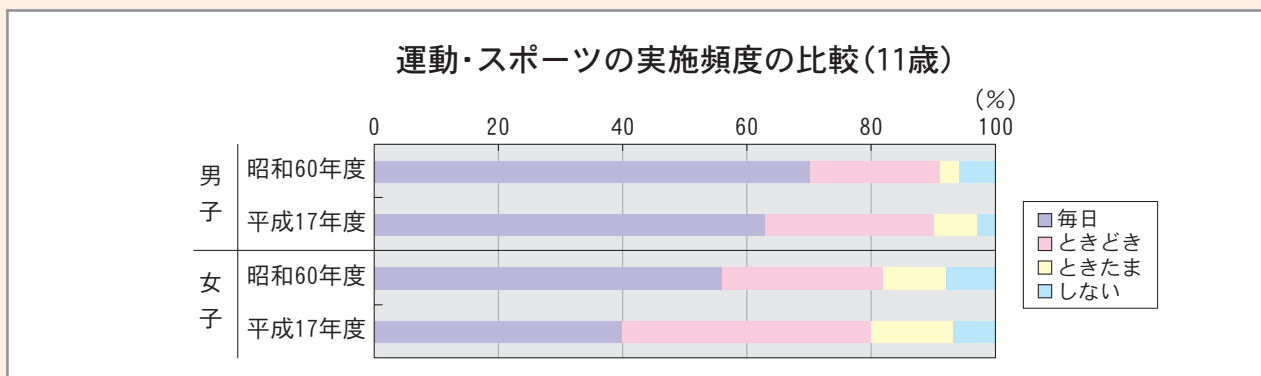
●基礎的運動能力及び体格の推移(11歳)【全国】

基-91

文部科学省が行っている「体力・運動能力調査」によると我が国の子どもの体力・運動能力は、昭和60年ころをピークに低下傾向にあり、現在の子どもの体格は、20年前と比べて上回っているにもかかわらず、体力・運動能力は、下回っている状況にあります。



20年前と比べて運動・スポーツの実施頻度は低下しています。



資料) 文部科学省「平成17年度体力・運動能力調査」
 注) 「毎日」とは「ほとんど毎日(週3日以上)」「ときどき」とは「ときどき(週1~2日程度)」、
 「ときたま」とは「ときたま(月1~3日程度)」運動する者で、「しない」は運動を「しない」者をいう

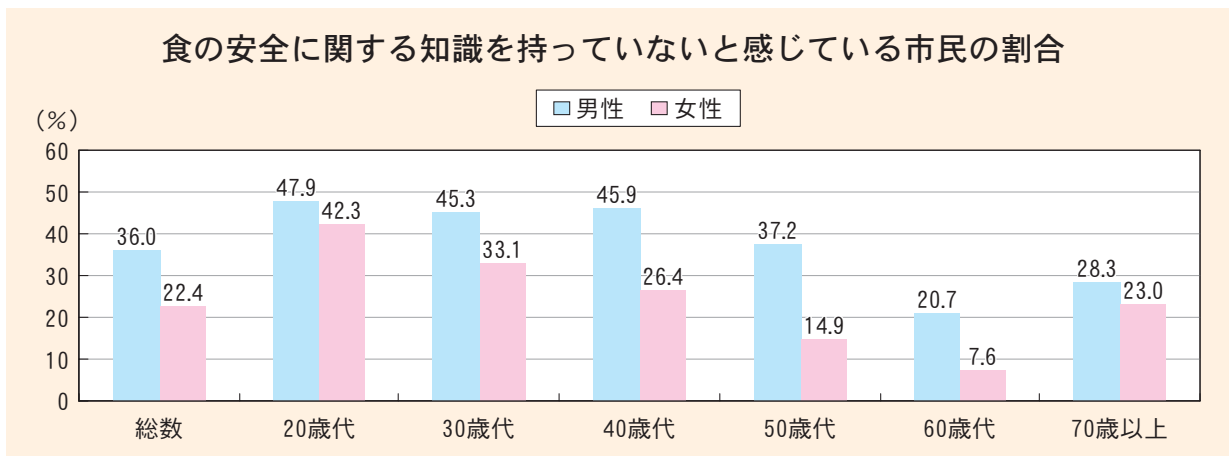
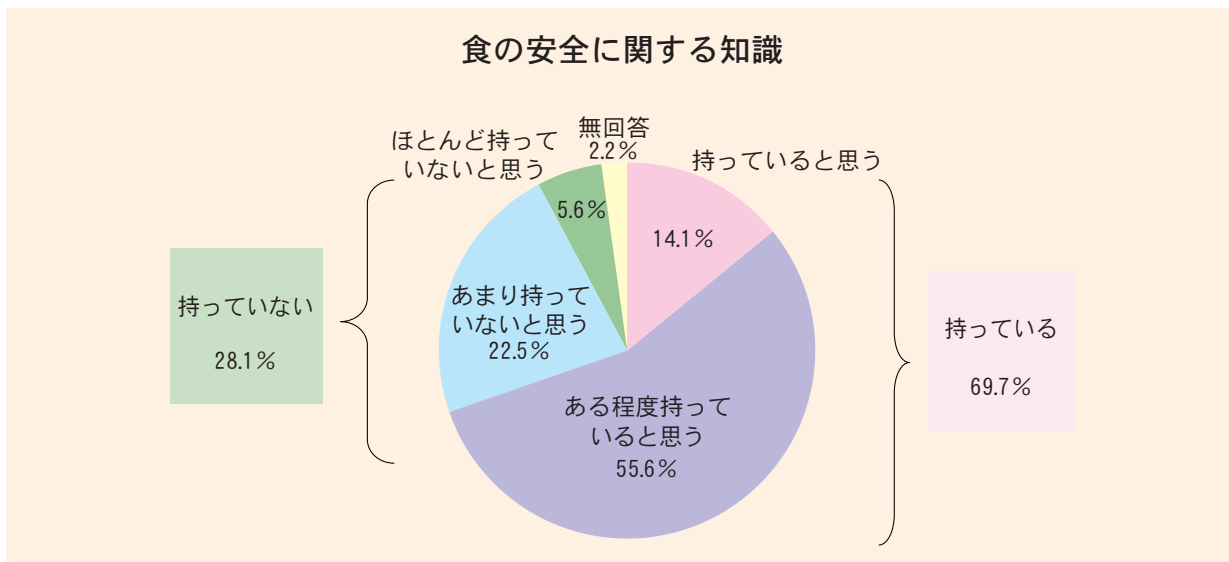


1-4 食の安全

● 食の安全に関する知識を持っていないと感じている人は、約3割 基-92

食の安全に関する知識を「あまり持っていないと思う」人は22.5%、「ほとんど持っていないと思う」人は5.6%です。

男女別では、男性の3人に1人、女性の5人に1人が、食の安全に関する知識を持っていないと感じています。



資料) 新潟市「平成18年度食育・健康づくりに関する市民アンケート調査」
 注) 食の安全に関する知識(下記参照)を持っているかという設問に対し、「あまり持っていないと思う」「ほとんど持っていないと思う」と回答した割合

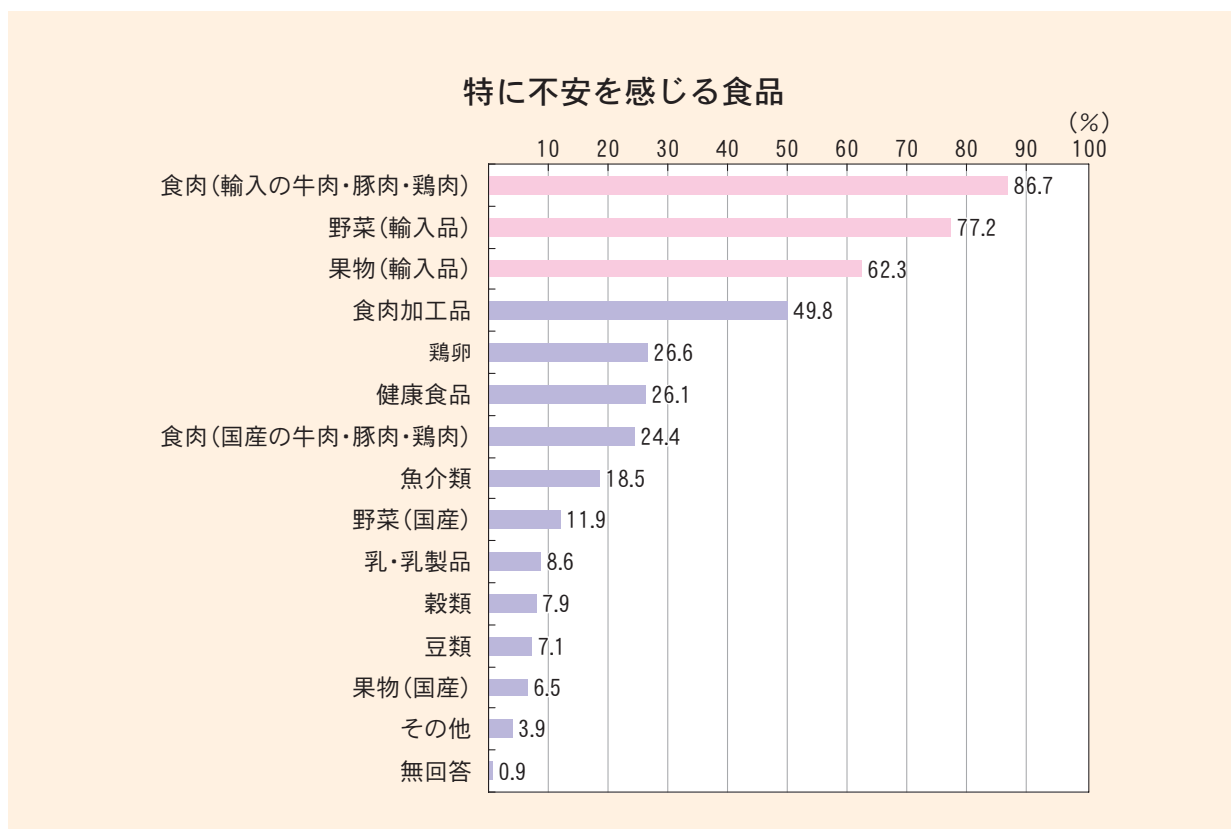
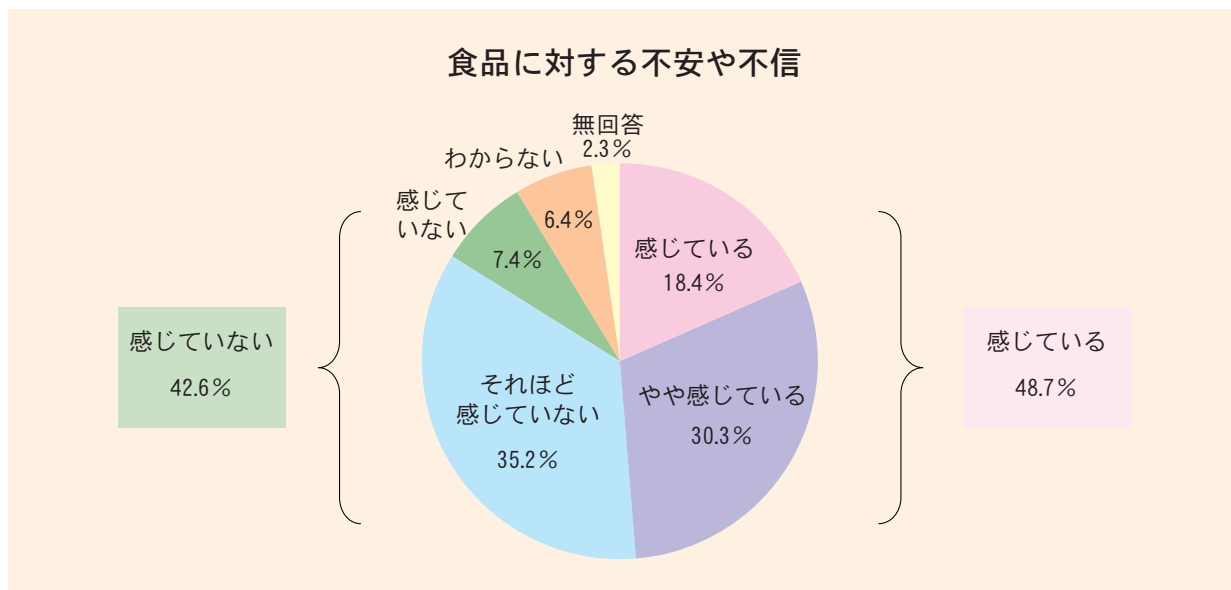
「食の安全に関する知識」の例

- 食品の表示の見方について
(消費期限や賞味期限, 保存料などの食品添加物, 遺伝子組み換え食品, 食物アレルギーなど)
- 食中毒の予防について
- BSEについて
- 健康食品について
- その他, 鳥インフルエンザ, 輸入食品の安全性, 農薬の使い方や安全性, 家畜などに使用する医薬品の使い方や安全性など

● 食品に対する不安や不信を感じる人は、約5割

基-93

食品に対して、約半数の人が不安や不信を感じています。特に不安を感じる食品は、食肉、野菜、果物の輸入品が6～8割と高く、食肉加工品、鶏卵、健康食品と続きます。



資料) 新潟市「平成17年市民保健医療福祉意識調査」

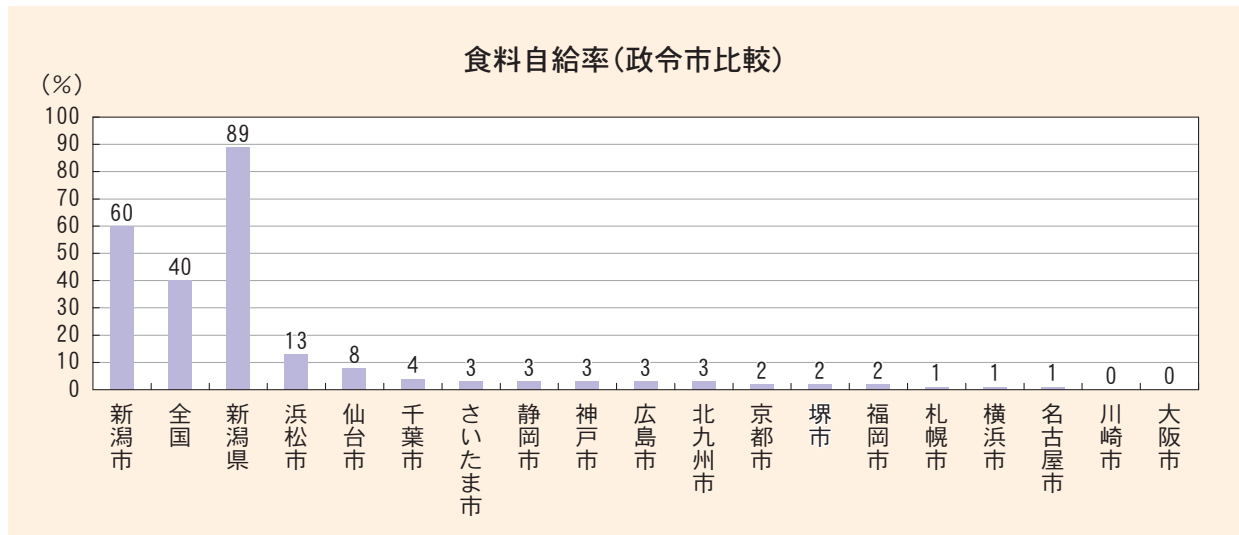


1-5 新潟市の農林水産業

● 高い食料自給率^{用)}

基-96

平成16年の全国の食料自給率はカロリーベースで40%と主要先進国の中で最低の水準と なっていますが、本市の食料自給率は60%で、政令市の中でも圧倒的に高い状況にありま す。

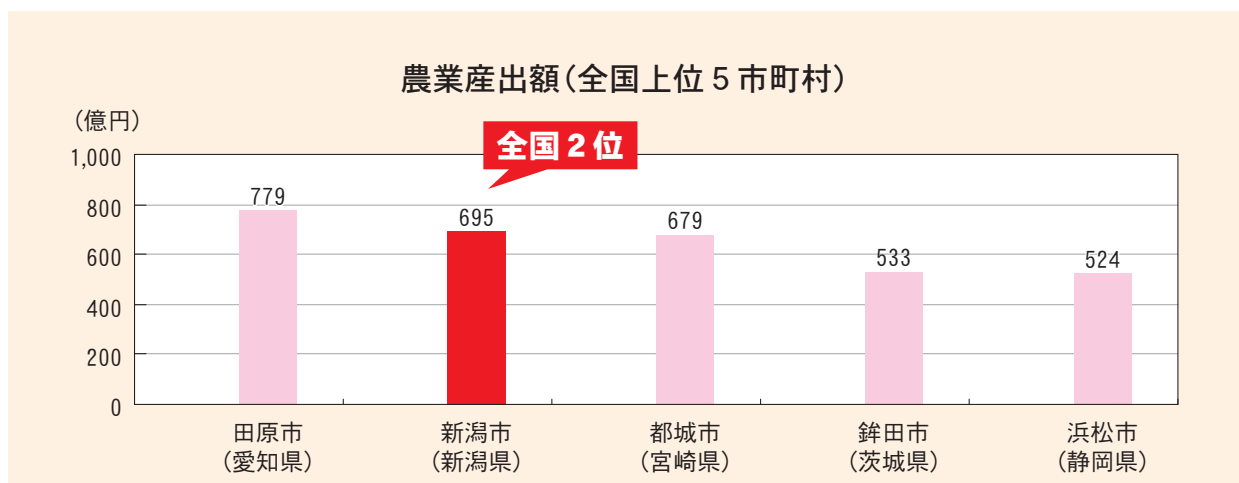


資料) 平成16年食料需給データにより新潟市調査

● 全国2位の農業産出額

基-97

平成17年の農業産出額(農産物の生産量を金額にしたもの)は695億円で、全国市町村 別では2位となっています。



資料) 農林水産省「平成17年農業産出額(市町村別推計値)」を基に、平成19年4月1日の市町村ベースで集計

● 多種多様な食材

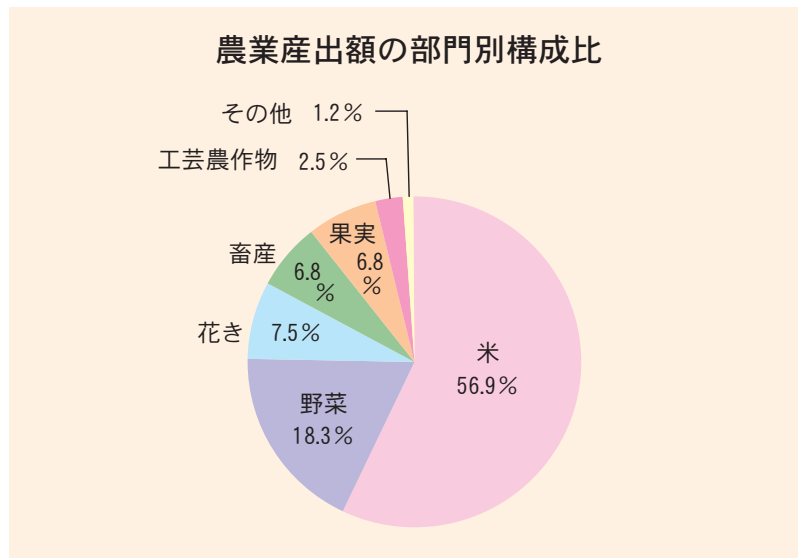
コラム 8

本市は、多種多様な食材が生産され、日本有数の農業都市となっています。

米

基-97

米は本市の農業経営における主要作物で、農業産出額全体の約6割を占め、平成17年の米の全国市町村別の産出額でみると395億円で1位となっています。



資料) 農林水産省「平成17年生産農業所得統計」

野菜

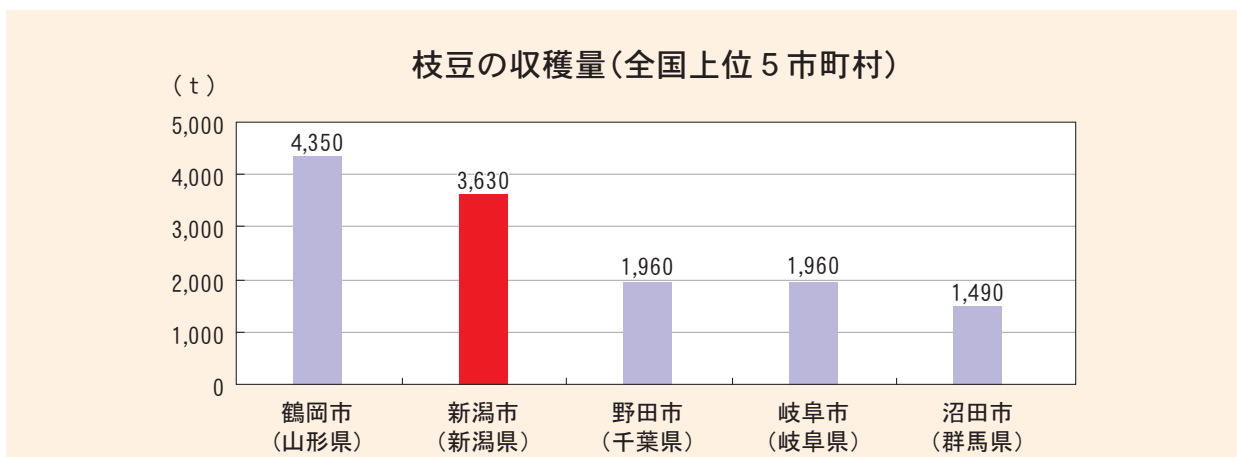
基-97,98,99

平成17年の野菜の農業産出額は、全国市町村別の産出額でみると127億円で11位となっています。新潟県全体の野菜の農業産出額に占める割合は約4割です。

枝豆、だいこん、かぶ、ねぎ、トマトなどの多種多様な野菜が生産され収穫量も上位を占めています。

主要なブランドとして「くろさき茶豆」(枝豆)、「やわ肌ねぎ」(長ねぎ)、「にいがた十全なす」(なす)、「かきのもと」(食用菊)などが有名です。

また、果実的野菜のすいか、メロン、イチゴの栽培も盛んです。



資料) 農林水産省「農林水産関係市町村別データ(平成17年産)を基に加工
注) 平成18年3月31日現在の全国市町村における数値及びランキング

基-97,99

果実

平成17年の果実の農業産出額は、全国市町村別の産出額で見ると47億円で23位となっています。

田園に広がる果樹園では、日本なし、西洋なし、柿、ぶどう、キウイフルーツ、梅、ももなどが栽培されています。

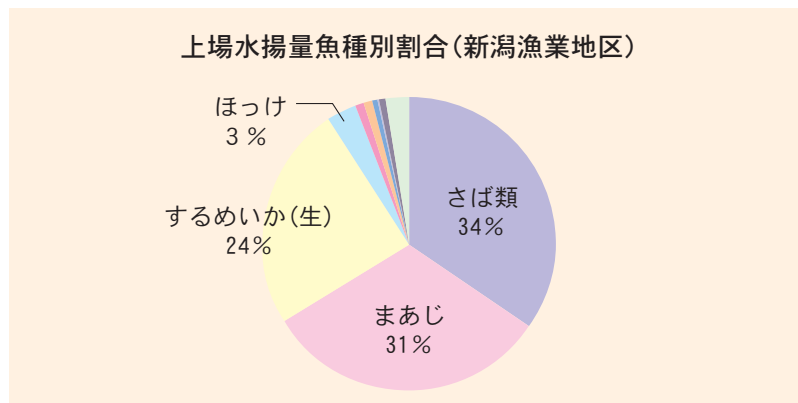
特に日本なしは、「新興、新高、幸水、豊水」など多様な品種が栽培され、西洋なしの「ルレクチエ」は日本での発祥地となっています。

基-100

水産

平成17年の新潟港の漁港区における水揚金額は、全国主要の203漁港中54番目となっています。

新潟港の漁港区では、特にさば類、あじ、するめいか（生）の水揚量が全体の9割を占めていますが、新潟海域は暖流と寒流が混じりあい、多種多様な水産物が水揚げされています。



資料) 農林水産省「平成17年産地水産物流通調査結果の概要」

注) 上場水揚量とは、調査区内の卸売市場において、せり、入札、相対等によって取引された数量

基-97

畜産

平成17年の畜産の農業産出額は、全国市町村別の産出額で見ると47億円で139位となっています。

市内で営まれる養豚は、ブランド肉づくりにも取り組んでおり、しろねポーク、越後もち豚、横越ポークなどが飼育されています。

基-97,99

花き

平成17年の花きの農業産出額は、全国市町村別の産出額で見ると52億円で3位となっています。チューリップ、ユリ、キクなどの切花、アザレア、ボケ、シャクナゲ、サツキ、寒梅などの花木、チューリップ、アイリスの球根など多様な生産が行われています。

特にチューリップの球根は日本における生産発祥の地で、切花においても平成17年の出荷量は全国2位の大産地となっています。

つらじ
7

新潟の魚は なぜおいしい？



にぎす

「新潟の魚は美味しい」・・・新潟に住む人や新潟を訪れた多くの人があります。では、なぜ新潟の魚はおいしいのか？その理由のひとつに海の底の環境があるそうです。海底には、砂場と泥場、岩場があり、同じ種類の魚であっても、棲む場所の環境やえさ、魚の遺伝的性質などで味が違います。

新潟沖は主に泥場で、信濃川・阿賀野川の二大河川から永い年月をかけて日本海に吐き出された土砂と豊かな流れがもたらす栄養分、そして冬季の荒波にもまれて身がしまることなどが新潟の魚がおいしいゆえんだと言われてています。

●市内で水揚げされる水産物の旬と出荷時期

新潟の漁港で水揚げされる代表的な魚を旬の時期に美味しく贅沢に味わいたいものです。

○県内産出荷時期 ◎出荷の多い時期 ■特においしい時期

	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
なんばんえび	○	○	○	○	◎	○			○	◎	○	○
さくらます			○	○	○							
あまだい	○	○	○	○	○	○	◎	◎	◎	◎	○	○
やなぎがれい	○	○	○	◎	◎	◎			○	◎	◎	◎
のどぐろ	○	○	○	○	◎	○	○	○	◎	○	○	◎
くちぼそ	○	○	○	○	◎	◎			◎	◎	○	○
ふなべた	○	○	○	◎	◎	◎			○	○	○	○
むしがれい	○	◎	◎	◎	◎	○			○	○	○	○
ひらめ	○	○	○	○	◎	◎			○	◎	◎	◎
すずき	○	○	○	○	○	○	◎	◎	○	○	○	○
まだい	○	○	○	○	◎	◎	◎	○	○	○	○	○
まあじ	◎	◎	○	○	○	○	○	○	○	○	○	◎
さいば	◎	◎	○	○	○	○	○	○	○	○	◎	◎
まいわし			○	◎	○	○	○	○	○	○	○	○
すけとうだら	○	○	○	○	○	◎	○	○	○	○	◎	○
あんこう	◎	◎	◎	○	○	○			○	○	◎	◎
まだら	◎	◎	○	○	○	○			○	○	○	◎
ほっけ	○	○	○	○	◎	◎			○	○	○	○
はたはた	○	○	○	○	○	○			○	○	◎	◎
にぎす	○	○	○	○	◎	◎			○	○	○	◎
ほうぼう	○	◎	◎	○	○	○			◎	◎	○	○
うまずらはぎ	○	○	○	◎	◎	◎				○	○	○
ずわいがに	○	○	○	○							○	○
あかひげ	○	○	○							◎	◎	◎
わたりがに	○	○	○	◎	◎	○	○	○	○	◎	○	○
こういか	○	○	○	○	○	○	○	○	○	◎	◎	○
するめいか	○	○	○	○	◎	◎	◎	○	○	○	○	○
みずだこ	○	○	○	○	○	○			○	○	○	○

資料) 新潟漁業協同組合地方卸売市場出荷状況資料を基に作成

○ 南蛮えび、さくらます、あまだい、やなぎがれい、のどぐろは、新潟市の「食と花の銘産品」に指定されています。【コラム15参照】

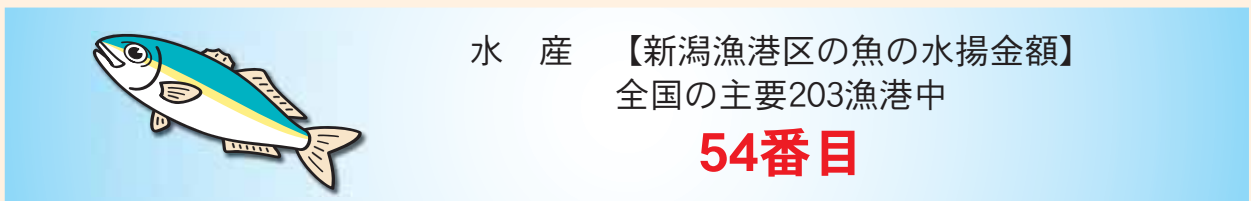
つらじ
8

にいがたの農水産物

全国市町村別農業産出額等から見た
農水産物の生産状況（平成17年）



資料) 農林水産省「平成17年農業産出額（市町村別推計値）」
注) 平成17年12月31日現在の全国市町村における数値及びランキング



資料) 農林水産省「平成17年産地水産物流通調査結果の概要」を基に集計

農産物の品目別収穫量及び 魚の上場水揚量とランキング

■米, 野菜, 果実

基-98,99

品目	収穫量順位	収穫量(トン)
米	1位	143,700

品目	収穫量順位	収穫量(トン)
枝豆	2位	3,630
すいか	6位	14,400
だいこん	7位	24,279
かぶ	7位	2,620
ねぎ	11位	5,009
さといも	13位	1,820
トマト	14位	5,570
カリフラワー	15位	329
きゅうり	19位	5,230
さやいんげん	33位	211
なす	24位	2,140
キャベツ	33位	5,450

品目	収穫量順位	収穫量(トン)
日本なし	2位	11,500
西洋なし	6位	1,050
もも	18位	1,600
かき	17位	3,600
ぶどう	25位	1,940

資料) 農林水産省「農林水産関係市町村別データ(平成17年産)」を基に作成

注) 平成18年3月31日現在の全国市町村中ランキング

■魚

基-100

品目	上場水揚量順位	水揚量(トン)
まあじ	8位	3,286
するめいか(生)	9位	2,591
するめいか(冷)	10位	24
ほっけ	12位	353
その他のえび類	20位	94
にべ・ぐち類	21位	9
にぎす類	22位	16
あまだい	24位	6
さば類	25位	3,612
かき(殻付)	27位	11
ずわいがに	27位	6
ひらめ	31位	27
さわら類	32位	45
すけとうだら(生)	43位	8
はたはた	46位	5
たら(生)	47位	27
ぶり類	70位	95
かれい類(生)	71位	63

資料) 農林水産省「水産物流通統計年報(平成17年)」中の「漁港別品目別上場水揚量・価格」データを基に作成

注) 全国主要203漁港中のランキング



市内で生産される農作物(主な生産地)



1-6 食育の取組と関心

地域の取組

● 食育の推進に関わる人材

基-106

食育推進の担い手となる栄養士、食生活改善推進委員、調理師等は、様々な場で活躍しています。

栄養士

区役所、学校、保育関係、事業所、地域等で活動する栄養士が、食に関する様々な活動を通して人々の健康をサポートしています。

新潟市	459人
新潟県	1,476人

資料) 新潟市：平成18年度の新潟県栄養士会新潟市支部
会員数
新潟県：平成18年度新潟県栄養士会会員数

食生活改善推進委員

子どもからお年寄りまで、あらゆる世代を対象に「食」に関するボランティア活動をしています。地域の食育推進活動の担い手です。

新潟市	610人
新潟県	6,135人

資料) 新潟市：平成18年4月現在の新潟市食生活改善推進委員協議会会員数
新潟県：平成18年度末現在の新潟県食生活改善推進委員協議会会員数



関係団体の取組事例

❖❖ 親子で子どもチャレンジクッキング ❖❖

新潟市食生活改善推進委員協議会では、地域の子どもたちを対象に「子どもチャレンジクッキング」講習会を開催しています。子ども自身が楽しみながら料理をする機会を通して食生活への関心をもってもらうことを目的としています。教材を使った楽しいお話と調理実習は毎回大好評です。

【内容】

- 食生活の話(朝ごはんとおすすめあやつの話)
- 調理実習と会食(旬の食材を使った簡単メニュー)
- 楽しく体を動かそう(レクリエーション)



❖❖ 朝食をテーマにした普及活動 ❖❖

(社)新潟県栄養士会新潟市支部では、毎年開催される“新潟市民健康福祉まつり”で、市民を対象に食育や健康づくりに関する普及啓発を行っています。平成18年度は、「早寝・早起き・朝ごはん～朝食から始まる一日のリズム」をテーマに多くの市民に朝食の大切さを普及しました。



学校の取組

● 米飯給食の状況

基-107

平成18年度の週あたりの米飯給食の回数は、小学校で週3.6回、中学校で3.5回となっています。

米飯給食の実施状況

	小学校	中学校	養護学校	幼稚園	学校給食センター	総数
実施回数(回/週)	3.56	3.52	3.63	3.55	3.66	3.58
実施率	71.2%	70.3%	72.6%	70.9%	73.3%	71.5%

資料) 新潟市教育委員会 平成18年度実績
注) 数値は、対象校(園)またはセンター平均

● 学校給食の地場産物使用状況

基-108

平成18年度の学校給食における地場産物の使用割合は、重量ベースで見ると、市内産が20.7%、県内産が31.7%で、前年度よりそれぞれ3~4ポイント上昇しました。食材数ベースで見ると、市内産が10.5%、県内産が24.0%となっており、いずれも新潟県内の市町村とほぼ同じ割合となっています。

学校給食における地場産物使用割合

		重量ベース		食材数ベース		
		新潟市	新潟県	新潟市	新潟県	全国
平成17年度	市町村産	17.7%	13.8%		-	-
	県産	27.8%	27.6%		(29.9%)	(23.7%)
平成18年度	市町村産	20.7%		10.5%	10.1%	-
	県産	31.7%		24.0%	24.7%	-

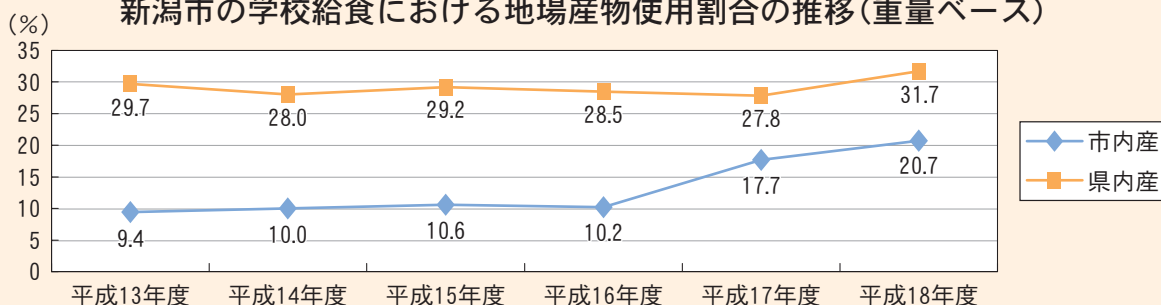
資料) 新潟県「平成17年度学校給食における地場産農産物の使用量調査」「平成18年度学校給食年間使用食材数における地場産農林水産物使用数調査」、文部科学省「平成17年度学校給食における地場産物の活用状況調査」

注1) 重量ベース：野菜・果物・きのこの重量

注2) 食材数ベース：主食、調理加工食品「ハンバーグ、シューマイ、魚フライ等」については、使用食材数まで分解して食品数を集計。調理加工食品以外の加工食品(豆腐、ジャム等)は、使用食材の重量割合で、割合の高いものの産地で集計

注3) 新潟市の平成18年度重量ベースの数値は、平成17年度まで実施の調査方法で算出

新潟市の学校給食における地場産物使用割合の推移(重量ベース)



資料) 新潟県「学校給食における地場産農産物の使用量調査」を基に、平成19年4月1日現在の市域で集計

注1) 平成18年度の数値は、平成17年度まで実施の方法で算出

注2) 平成16年度から平成17年度にかけての市内産の使用率の大幅上昇は、平成17年度の広域合併により市域が広がったことによる

● 環境に配慮した取組の状況

コラム16

学校給食における廃食用油の燃料化，残渣の堆肥化など食品廃棄物を資源として活用する取組が広がっています。

学校給食廃食用油回収状況

	平成17年度	平成18年度
学校給食廃食用油回収量	5,000 ℓ	15,000 ℓ

資料) 新潟市まとめ
注) 回収量=BDF_用生産量

■ 農業関係の取組

● 農産物の生産に関する体験機会の状況

基-109

市民が土とふれあい，自然の恵みを楽しむ機会として利用している市民農園_用・市民ランド（収穫農園）_用・学校教育田_用等の体験の場は各地域に広がっています。

農業体験の場

市民農園・すこやか農園	1,147区画	
市民ランド（収穫農園）	425組	参加組数
学 校 教 育 田	36校	小学校35校，中学校1校

資料) 新潟市まとめ（平成18年度実績）



学校教育田の風景

● 環境に配慮した取組の状況

基-109

環境に配慮し，安心・安全な農林水産物の供給を目指す「環境保全型農業_用」に積極的に取り組むエコファーマー_用は年々増加しています。

エコファーマー認定者数

		平成19年2月末
新 潟 市		1,224
	水 稻	213
	野 菜	357
	果 樹	578
	花 き	76
新 潟 県		3,846

資料) 新潟市まとめ

食品関連事業関係の取組

● 「健康づくり支援店」の指定状況

基-106

市民の健康づくり支援に積極的に関わっている飲食店の数は、新潟市180店、新潟県874店となっています。



地域の食生活改善の取組

健康づくり支援店

本市では、飲食店などを利用する方に、健康に配慮した「情報」「メニュー」「サービス」の提供などを行い、食生活の面から市民の皆さんの健康づくりを支援するお店を「健康づくり支援店」として市が指定し、これを普及することにより、市民の皆さんが自らの健康管理を行いやすい環境づくりを進めています。

対象となる店

食堂, レストラン, スーパー, コンビニ,
惣菜店, 弁当屋, 旅館など

「健康づくり支援店」の要件

- 1 メニュー等に関する栄養情報の提供
- 2 健康に配慮したメニューの提供
- 3 健康に配慮したサービスの提供



「健康づくり支援店」ステッカー

↓詳しくは下記ページをご覧ください。

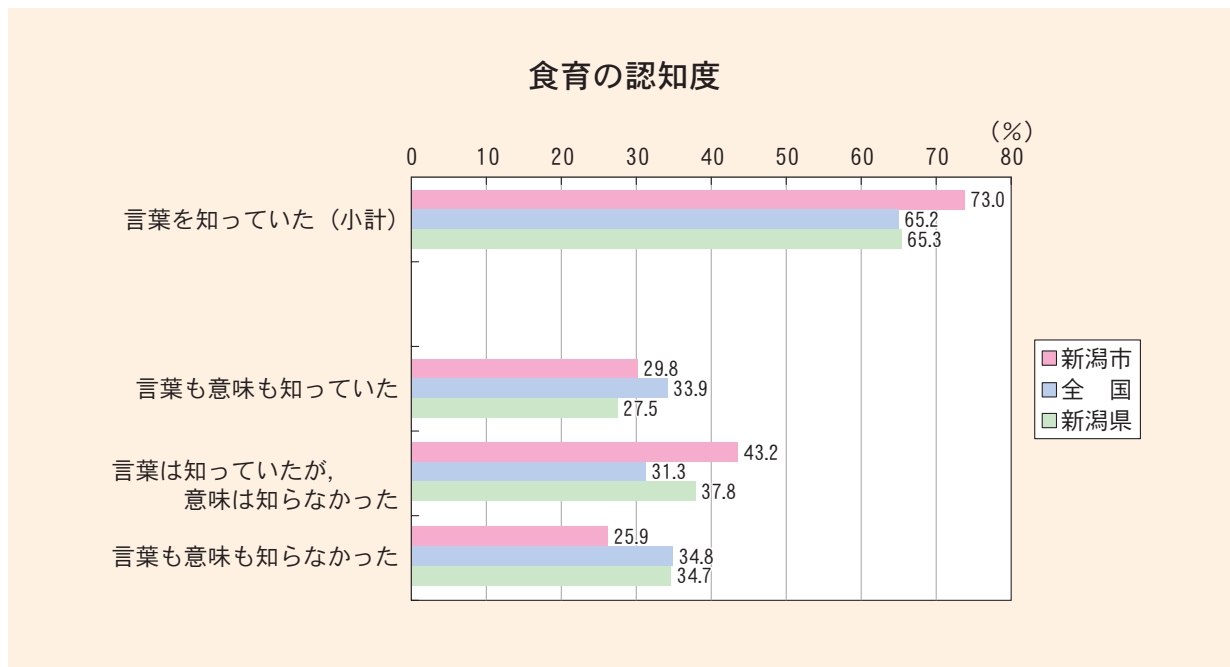
<http://www.city.niigata.jp/info/hokenkanri/eiyou/gaisiyokuhyoujinomikata.htm>

「食育」に関する関心

● 「食育」という言葉を知っている人は、約7割

基-110

「食育」という言葉を知っている人は約7割ですが、言葉の意味まで知っている人は約3割となっています。



資料) 新潟市「平成18年度食育・健康づくりに関する市民アンケート調査」
 内閣府「食育に関する意識調査(平成19年3月)」
 新潟県「平成18年県民健康・栄養実態調査」
 注) 新潟市は無回答を含む

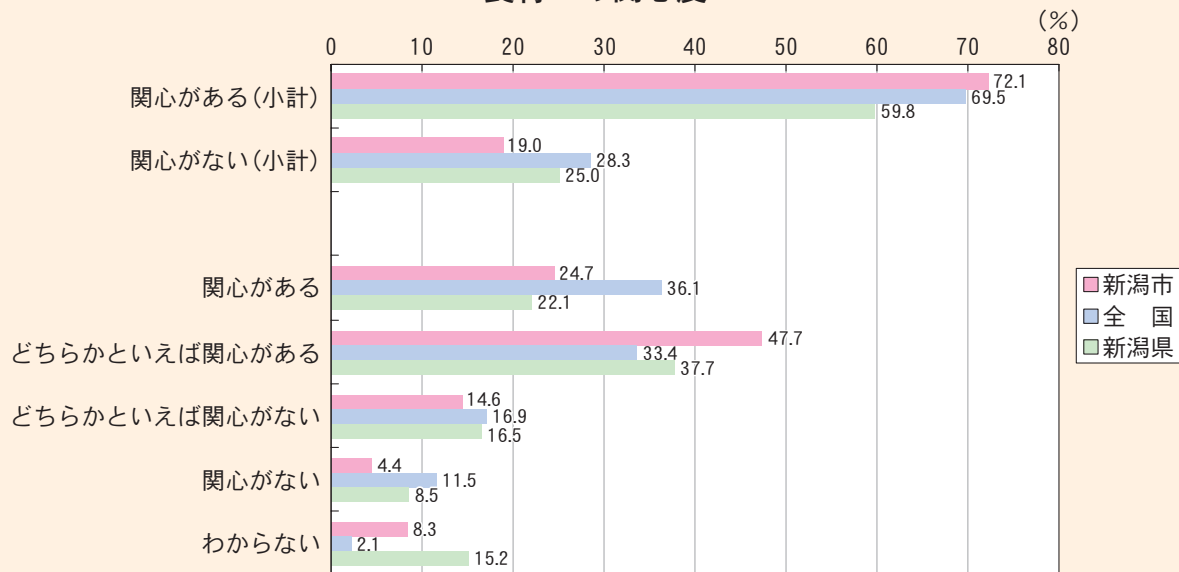
● 「食育」への関心は、約7割

基-112,114

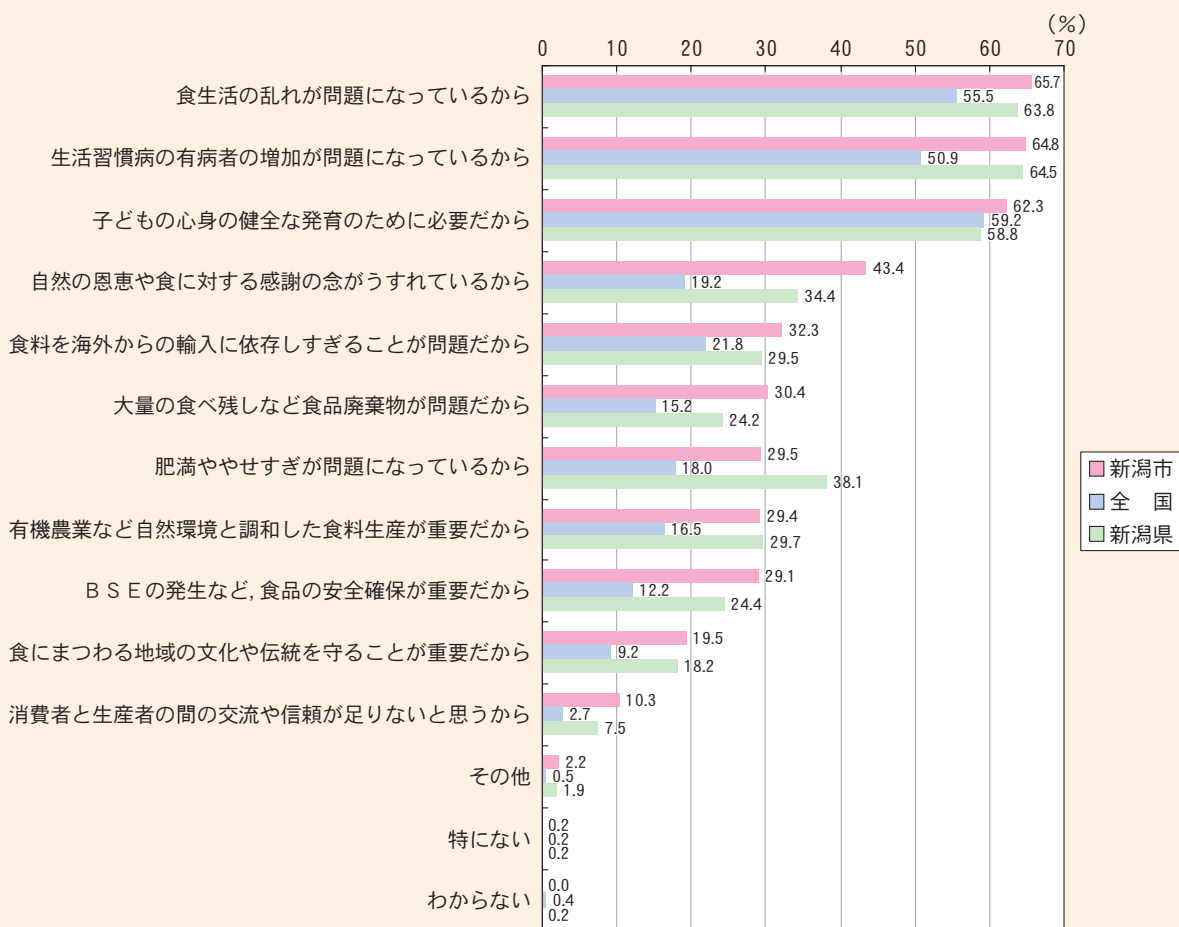
「食育」への関心は「関心がある」24.7%、「どちらかといえば関心がある」47.4%で全体の約7割の人が関心を示しており、全国、新潟県より高くなっています。

「食育」に関心がある理由は、「食生活の乱れが問題になっているから」「生活習慣病の有病者の増加が問題になっているから」「子どもの心身の健全な発育のために必要だから」がそれぞれ6割を超えています。

食育への関心度



食育に関心がある理由(新潟市上位順)



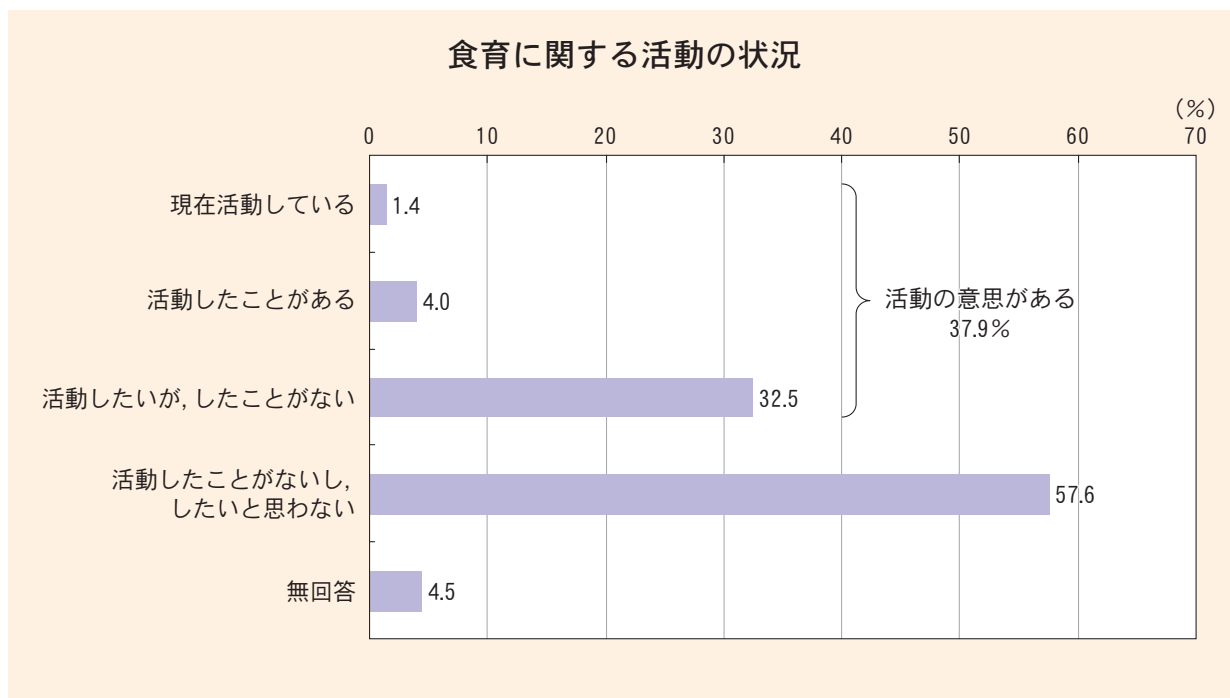
資料) 新潟市「平成18年度食育・健康づくりに関する市民アンケート調査」
 内閣府「食育に関する意識調査(平成19年3月)」
 新潟県「平成18年県民健康・栄養実態調査」

注1) 新潟市は無回答を含む

注2) 新潟市, 新潟県は複数回答, 全国は上位3つを回答したものである

● 低い食育に関する自主的な活動への意識

食育に関するボランティアなど自主的に行われる活動への参加状況は、「現在活動している」1.4%、「活動したことがある」4.0%、「活動したいが、したことがない」32.5%で、食育の活動に関するボランティアに対する意識は低くなっています。



資料) 新潟市「平成18年度食育・健康づくりに関する市民アンケート調査」

「食育に関する活動」とは

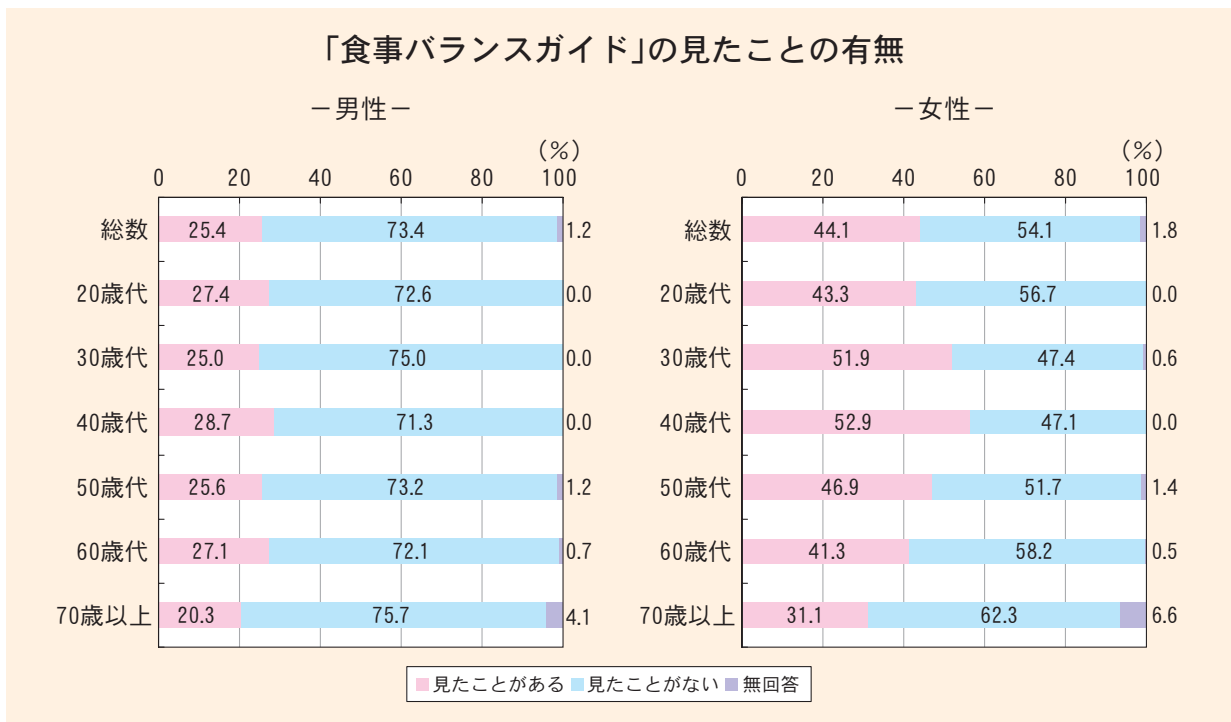
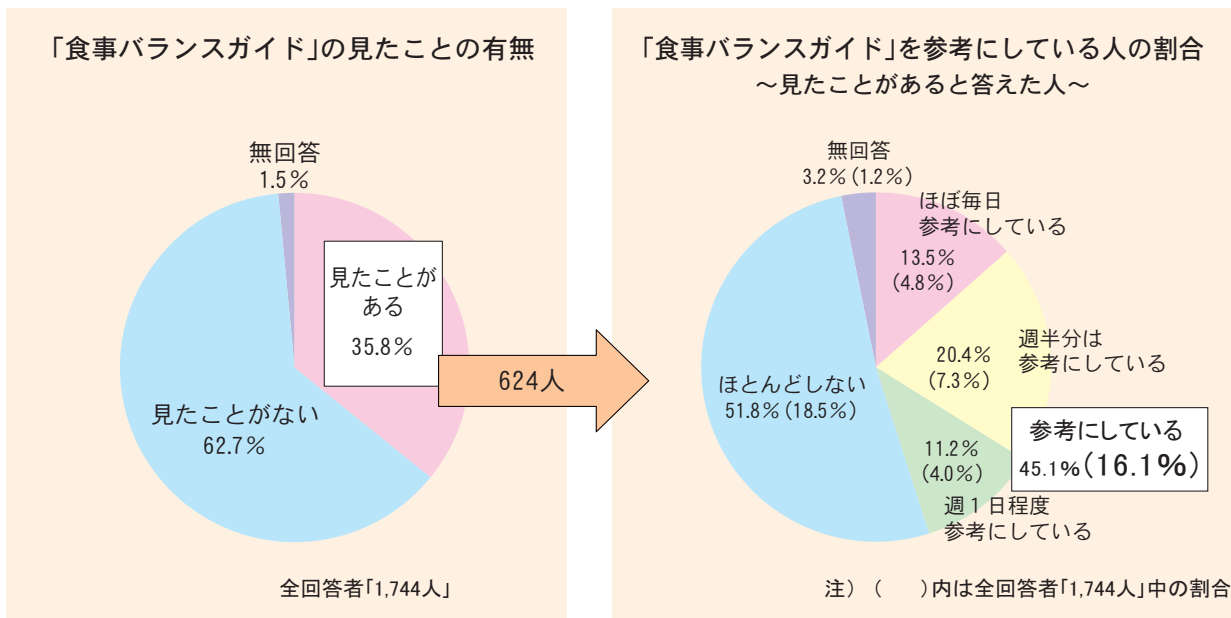
- 公民館や学校、地域のサークル活動等において、子どもたちから高齢者まで年代を問わず、地域の人に、食料の生産、加工、調理等に関する知識や技術、食品の栄養や安全性に関する知識、郷土料理などの伝統的な食文化や地元の食材に関することなど、食べ物や食事に関わる様々な知識や技術について伝えたり教えたりする活動
- 食生活改善推進委員としての活動
- 食育ボランティア（県の登録制度）としての活動

● 「食事バランスガイド」を見たことがない人は、約6割

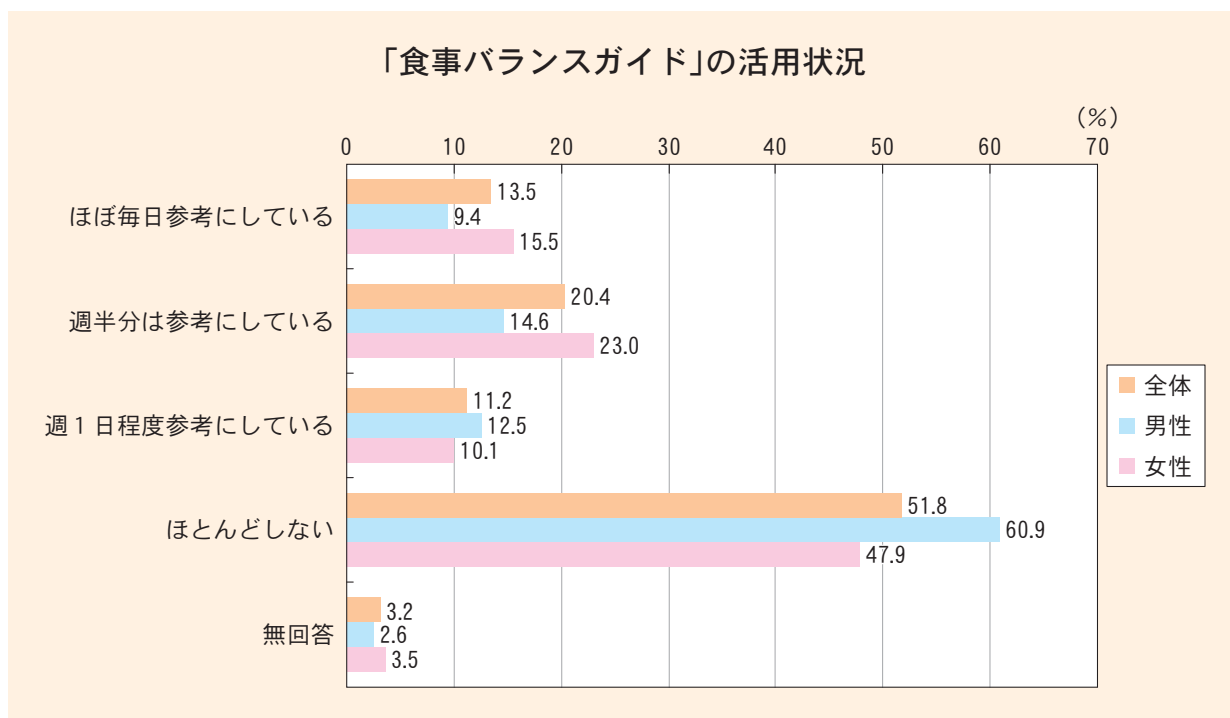
基-122

「食事バランスガイド」を見たことがない人の割合は、全体で62.7%となっています。男性で見たことがない人は約7割で、女性より高くなっています。

「食事バランスガイド」を見たことがある人のうち、参考になっている人は45.1%で、回答者全体では16.1%と少ない状況です。



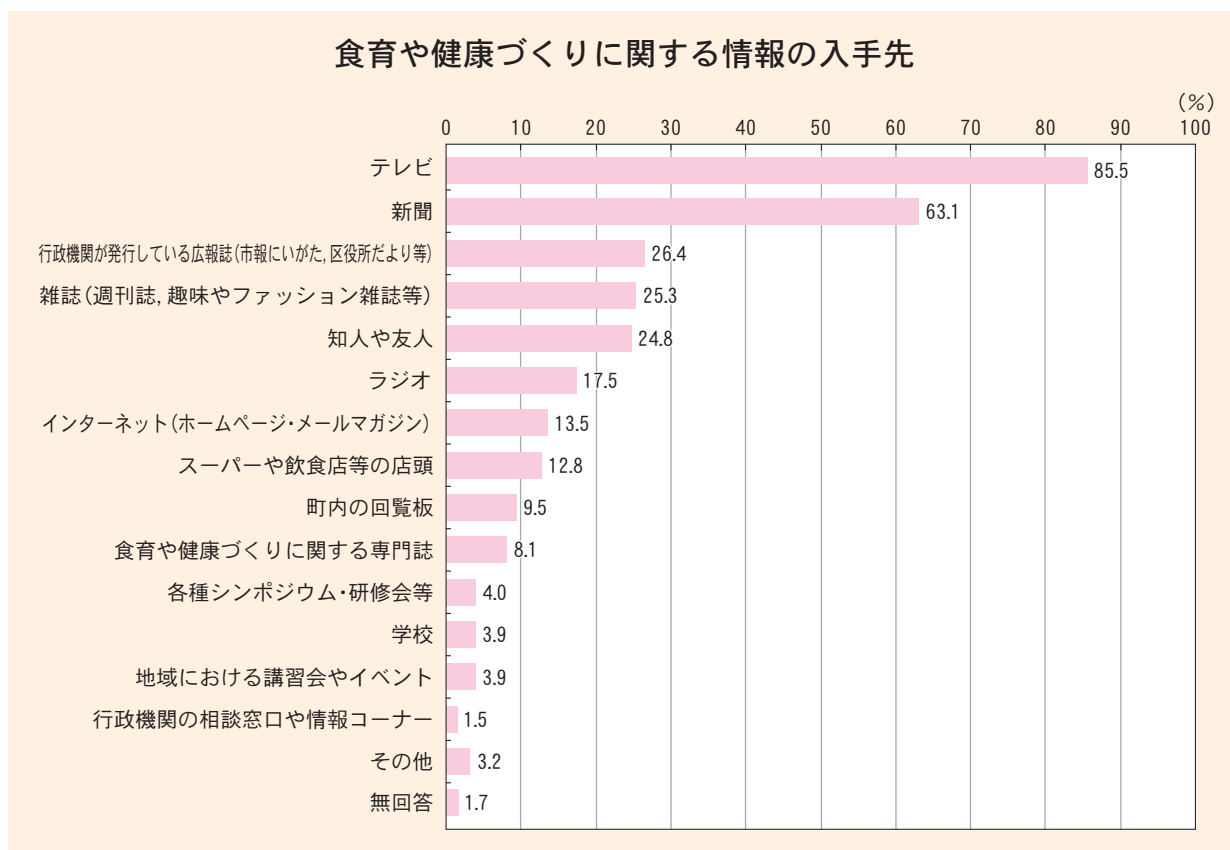
資料) 新潟市「平成18年度食育・健康づくりに関する市民アンケート調査」



資料) 新潟市「平成18年度食育・健康づくりに関する市民アンケート調査」
注) 「食事バランスガイド」を見たことがあると答えた624人中の割合

● 食育や健康づくりに関する情報の入手先は、テレビが最も多い 基-127

食育や健康づくりに関する情報の入手先は、「テレビ」、「新聞」が圧倒的に多く、次いで「行政機関が発行している広報誌」「雑誌」「知人や友人」がそれぞれ約25%となっています。



資料) 新潟市「平成18年度食育・健康づくりに関する市民アンケート調査」



本市は、「食が美味しいまち」の イメージとして浸透 ～新潟市に対するイメージ～

基-129

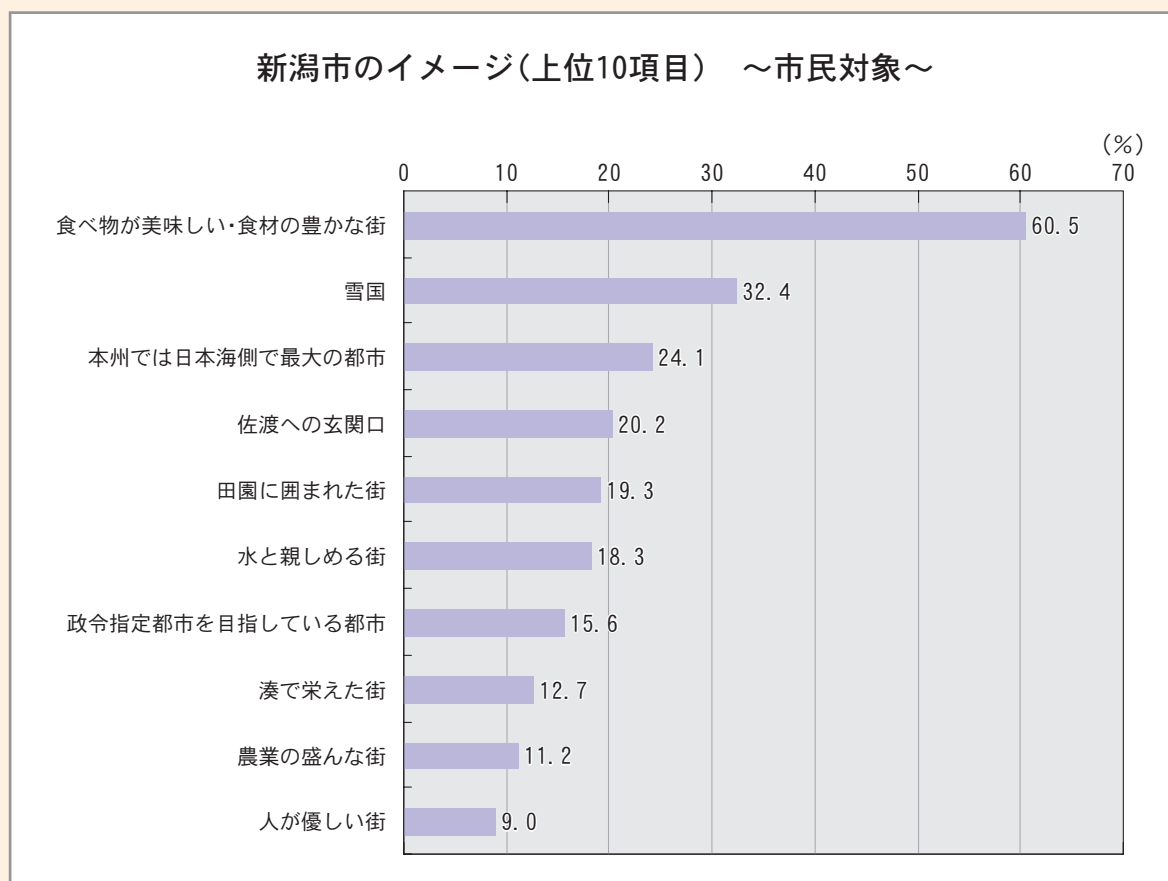
本市のイメージを把握するための市民を対象としたアンケート調査によると「食べ物が美味しい・食材の豊かな街」が最も多く「雪国」「本州では日本海側最大の都市」「佐渡への玄関口」「田園に囲まれた都市」と続いています。

首都圏住民を対象としたアンケート調査でも新潟市の満足度についての質問では「食事や料理の美味しいところ」「風景の良いところ」が支持率50%を超え、イメージにおいても約4割の人が「食べ物が美味しい・食材の豊かな街」と感じています。

市内のホテル、旅館宿泊者を対象としたアンケート調査においても、本市に対する満足度は「食事や料理が美味しいところ」が79.6%と最も多くなっています。

県内外問わず「食」のイメージが浸透していることが伺えます。

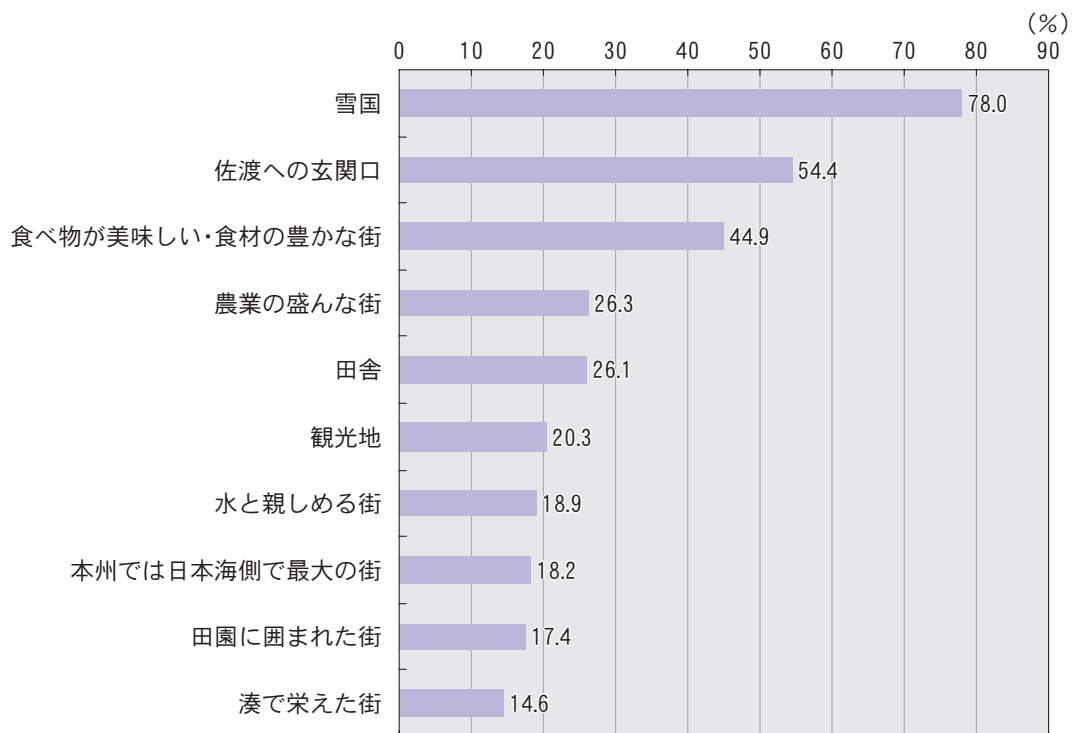
新潟市のイメージ(上位10項目) ～市民対象～



資料) 新潟市「平成18年新潟市の観光に関する市民アンケート調査」

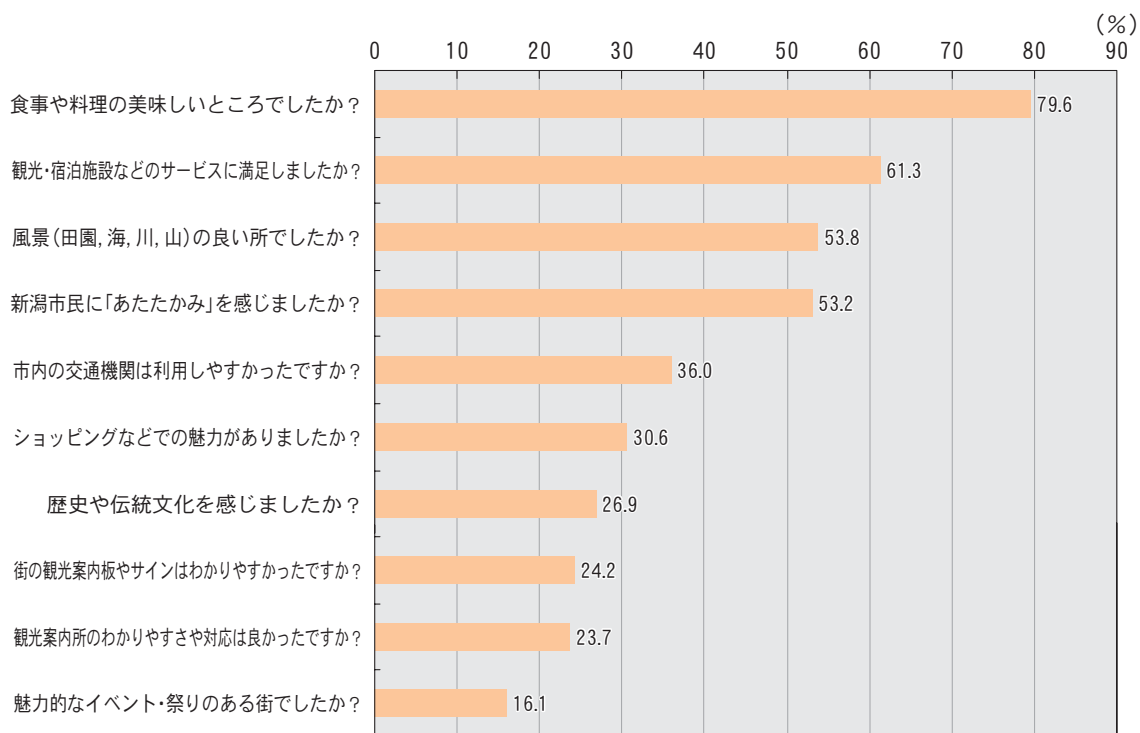
注) 3つまで回答

新潟市のイメージ（上位10項目） ～首都圏住民対象～



資料) 新潟市「平成18年首都圏住民に対するアンケート調査」
注) 複数回答

新潟市の満足度（上位10項目） ～新潟市内のホテル、旅館宿泊者対象～



資料) 新潟市「平成18年市内宿泊者アンケート調査」
注) 各項目に対し、はいと回答した者の割合



新潟市の食文化 ～昭和の初期のころ～

自然が生み出す海・川・山の幸

本市は、長い海岸線と広大な平野、角田山や信濃川・阿賀野川などを有し、それぞれの地域で食文化が受け継がれてきました。

海沿いの地域は、松浜・新川・巻・間瀬などの漁港があり、沖合いには佐渡、粟島の2島とこれに連なる岩礁及び瀬・礁が多数点在し、多種多様な魚介類の好漁場に恵まれ、さば、するめいか、あじなどの暖・寒流系の回遊魚類及びかれい、ひらめ類などの定着性魚介類が漁獲されます。信濃川や阿賀野川では、鮭・マス・赤ひげ、八目うなぎなどがとれ、それらを利用した独特の食文化を形成してきました。平場の地域は、信濃川や阿賀野川がつくりだした広大な水田や畑で、米や米を補完する多種の雑穀をはじめ、野菜を栽培し、川沿いに自生する胡桃くるみの木の实や山で採れるものも、日々の食材に利用していました。

新潟の食

新潟には、正月や諸節句などで食べるいわゆるハシの日の食事と、日常食として受け継がれてきたいわゆるケの食事があります。

ハシの日の食事としては、餅や赤飯が一番のご馳走とされ、正月には短冊に切った沢山の太根、にんじん、ごぼう、こんにゃく、塩引きなどを入れて作る「オツコ餅」と言われる雑煮、春には「笹団子」・「イトヨの付け焼き」、夏には「くじら汁」・「えご」、秋には「鮭の焼き漬け」、冬には「のっぺ」・「煮菜」などが食べられました。これらは、稲作での農耕作業に対応したものが多く含まれています。これらのハシの日の食事が郷土食となり、今でも家庭で継承されています。

一方、ケの食事には、主食として「カテメシ」「雑炊」や、副食として「煮豆」「漬物」「シヨッカライワシ」などがあります。また、間食をコビリといい、「カタ餅」・二度芋をゆでて潰し麦粉を混ぜて蒸す「麦まんじゅう」などが食べられました。

これらは、新潟の豊かな地場産農水産物の恵みを背景として、地域で育まれてきた食文化であり、地産地消を支えるものであるとともに、栄養面からみても優れているものが多くあります。

※カテメシ・・・冬の初めに太根や大根を刻んで塩漬けておいたものを米と一緒に炊いたもの。

※シヨッカライワシ・・・5～6月頃にイワシを塩漬けし、そのまま焼いたり煮たりして食べる。

※イトヨの付け焼き・・・イトヨは「春告げ魚」とも言われ、雪解けの産卵のために海から川に昇ってきます。付け焼きの他、煮物にもなります。

13

新潟の郷土料理



干しかぶの煮しめ

豊かな水、肥沃な田畑が育んだ新潟の食。

四季の変化に富み、自然に恵まれた本市は、豊富な農水産物を生かし、食を育んできました。

地域の行事、習慣、伝統として、あるいは生活の知恵として受け継がれてきた郷土料理を守り、次の世代に伝えていくことが大切です。

受け継ぎたい“にいがた”の味

料理名	食事づくりの知恵、言い伝え、栄養的特長等
笹団子	新潟県の代表的な節句だんご。6月の旧節句に作ります。笹団子を作ってお供えし、子どもの無病息災を祈ったとも言われています。今では新潟の特産品として知られています。
のっぺ	新潟の代表的な郷土料理で行事には欠かせない一品です。祝い事や仏事、葬式などで切り方や材料が異なります。また、その家の味を出すため材料に工夫が見られます。
かきあえなます	仏事などに作られる一品。かきのもと(食用菊)、干しいたけ、れんこんなどの多くの材料をくるみの入った和え衣で和え、それぞれの味を生かして作り上げられる手間のかかった料理です。
干しかぶの煮しめ	越冬用の大根を使い、薄く輪切りにしてふかし、春の日差しで干して作ります。冬を越すための食材として生まれたものです。にしん、にんじんなどと一緒に煮た煮しめは、故郷を思い出す一品です。
くじら汁	以前は、暑い夏の農作業で弱った体の疲労回復のために食べられたようです。塩くじらは脂肪が多く野菜や豆腐を入れることで栄養的にもバランスがとれるので、夏のスタミナ料理として食べられます。
鮭の焼き漬け氷頭なます	鮭は現在、切り身で買うことがほとんどですが、以前は一本ものを買うことが多かったようです。身は焼いて、醤油たれや味噌に漬け込んだり、腹子はいくらにしたり、頭は氷頭なますにしたり、骨やあらは昆布巻きにして余すことなく料理に使いました。焼き漬けは、わっぱ飯、おにぎりなどにも利用します。
いとこ煮	小豆とレンコンを塩だけの味で煮たもの。好みでさとうを入れることもあります。
煮菜	現在は新鮮な野菜がいつでも手に入りますが、冬場の野菜のない時期には、干したり塩漬けにして保存しておいた野菜を水に戻して作った煮物が食べられました。たい菜、大根菜を塩づけにした煮菜はその代表的なもので、にんじん、油揚げ、打ち豆などと一緒に煮た常備菜です。
車麩の煮物	貴重なたんぱく質源として食べられてきた車麩は、煮物によく合います。すき焼きや寄せ鍋の具材・卵とじの食材として利用価値が高い一品です。

参考著書) 「おふくろの味」河内さくら著 (新潟日報事業者出版部)

「続 おふくろの味 伝えたい母の味」河内さくら著 (新潟日報事業者出版部)