第３期
鹿角市食の健康づくり推進計画

（令和８年度～令和 12 年度）

食から見直す　自分のからだ　家族の健幸

～今、自ら必要な「食」の選択を！～

令和８年３月

鹿 角 市

はじめに



第７次鹿角市総合計画後期計画では、市民がふるさとに誇りをもち、鹿角の光り輝く未来を拓いていくことを将来都市像としており、そのためには市民一人ひとりが心身ともに健康であること（Well-being）が何よりも大切であります。

令和３年３月に「第２期食の健康づくり推進計画」を策定し、「脳卒中による死亡率の減少と健康寿命の延伸」を大目標に掲げ、「気づこう　高めあおう　食べる力　～こころもからだも健幸に！～」をスローガンに、健全な食生活の実践を通じた健康寿命の延伸や、地域の食材・食文化を生かした食育の推進や食文化の継承などの取り組みを推進してまいりました。

人生 100 年時代を迎え、各々の健康課題はより多様化し、食に関しても健康志向や食品の安全・安心などへの関心の高まりのほか、「地産地消の推進」や「食品ロス削減」などの取り組みにもつながっています。

一方、令和７年度に実施いたしました市民の皆様へのアンケート調査結果では、「朝食の摂取」「減塩や薄味の実行」「バランスの良い食事」「野菜・果物の摂取」などの望ましい食習慣については、引き続き取り組むべき課題を抱えている状況にありました。

これらの現状と課題を踏まえ、「第３期食の健康づくり推進計画」では、ライフステージやライフスタイルに合った「食」に関心を持ちながら、自分に必要な「食」を見極め取り入れる力を養い、こどもから大人へ、大人からこどもへ、食の知識を伝えあうことで生涯を通じて「食」と共に健康で長生きできるよう「食から見直す　自分のからだ　家族の健幸　～今、自ら必要な「食」の選択を！～」をスローガンに掲げ、前期計画から継承する大目標である「脳卒中による死亡率の減少と健康寿命の延伸」を目指し、取り組みを進めてまいります。

結びに、本計画の策定にあたり、アンケート調査やパブリックコメントにご協力いただきました市民の皆様、また、貴重なご意見やご提案を賜りました鹿角市健康づくり推進懇談会の委員の皆様に深く感謝申し上げます。

令和８年３月

鹿角市長　笹　本　真　司

目次

第１章　計画の策定にあたって・・・

第３章　計画の基本的方向・・・

第１章

計画の策定にあたって

第１章　計画の策定にあたって

１　計画の趣旨

国においては、平成 17 年６月に「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」を目的として食育基本法を制定し、これに基づき、平成 18 年には食育推進基本計画を策定しました。また、都道府県と市町村には計画策定を努力義務とし、以降、国民運動として食育を推進する取り組みを進めてきました。

これまでの取り組みにより、国民への食育の浸透が図られてきた一方で、若い世代の朝食の欠食、野菜や果物の摂取不足といった栄養バランスの偏り、肥満や生活習慣の乱れによる生活習慣病の増加、高齢者の低栄養など、引き続き取り組むべき課題を抱えている状況です。

このような情勢を踏まえ、国は令和７年度に、「学校等での食や農に関する学びの充実」、「健全な食生活の実践に向けた『大人の食育』の推進」、「国民の食卓と生産現場の距離を縮める取組の拡大」に重点を置いた「第５次食育推進基本計画」を検討しているところです。

また、秋田県においては、令和７年度、『健康の視点』と『社会・環境・文化の視点』により、ライフステージに応じた食育の推進、地域における共食の推進、健康寿命延伸につながる「大人の食育」の推進、食品関連事業者との連携による食環境の整備等を推進するため「第５期秋田県食育推進計画」を策定しているところです。

本市では、平成 30 年度からの３か年を計画期間とする「鹿角市食の健康づくり推進計画」を策定し、生活習慣と密接に関連するがん・心臓病・脳血管疾患による死亡率が高い状況にある中、より豊かな食生活を送ることで、健康に過ごしていくための土台を形成し、健康寿命を延ばすことを目指してきました。令和３年度からの第２期計画においても、「脳卒中による死亡率の減少と健康寿命の延伸」を引き続き大目標に据えて取り組んできているところであり、このたび、国・県の新たな計画策定を踏まえつつ、第３期計画を策定するものです。

２　国・県・市の動向

（１）国の動向

国の「第４次食育推進基本計画」では、「生涯を通じた心身の健康を支える食育の推進」、「持続可能な食を支える食育の推進」、「新たな日常やデジタル化に対応した食育の推進」を重点事項に定め、ＳＤＧｓの考え方を踏まえながら多様な関係者が相互の連携・協力により総合的に進められてきました。

このような中、家庭や地域での健全な食生活の実践が困難な場面の増加、大人の食生活の乱れ、生産者と消費者の関係が希薄化などの課題が顕在化し、「第５次食育推進基本計画」（計画期間：令和８年度～令和 12 年度）においては、重点事項の方向性として「学校等での食や農に関する学びの充実」、「健全な食生活の実践に向けた「大人の食育」の推進」、「国民の食卓と生産現場の距離を縮める取り組みの拡大」が検討されています。

【第５次食育推進基本計画の構成（案）】

はじめに

第１　食育の推進に関する施策についての基本的な方針

１．重点事項

（１）学校等での食や農に関する学びの充実

子供たちの食の乱れや健康への影響が見られ、生産現場の実態を知らない子供が増加しており、栄養教諭等による食生活の重要性等に関する指導や「農林漁業教育」を推進。

（２）健全な食生活の実践に向けた「大人の食育」の推進

野菜類・果実類の摂取量の減少等の大人の食生活の乱れが生じており、「大人の食育」を推進するため、官民の幅広い連携・協働の取組を生み出す「官民連携食育プラットフォーム」等を推進。

（３）国民の食卓と生産現場の距離を縮める取組の拡大

国民の食卓と生産現場の距離が遠くなる中、生産現場に対する国民の理解を深めるため、国民の食卓と農業等の生産現場の距離を縮めることにつながる農林漁業体験等の取組を強化。

２．基本的な取組方針

（１）国民の心身の健康の増進と豊かな人間形成　　（２）食に関する感謝の念と理解
（３）食育推進運動の展開　　（４）子供の食育における保護者、教育関係者等の役割
（５）食に関する体験活動と食育推進活動の実践
（６）我が国の伝統的な食文化、環境と調和した生産等への配慮及び農山漁村の活性化と食料自給率の向上への貢献

第２　食育の推進の目標に関する事項

第３　食育の総合的な促進に関する事項（具体的な施策）

１．家庭における食育の推進
２．学校、保育所等における食育の推進
３．地域における食育の推進
４．食育推進運動の展開
５．生産者と消費者との交流促進、環境と調和のとれた農林漁業の活性化等
６．食文化の継承のための活動への支援等
７．食品の安全性、栄養その他の食生活に関する調査、研究、情報の提供及び国際交流の推進

第４　食育の推進に関する施策を総合的かつ計画的に推進するために必要な事項

出典：農林水産省　令和７年度第４回食育推進評価専門委員会 1208 資料

【食料・農業・農村基本計画（一部抜粋）】

１　食育の推進

食育は、生きる上での基本であって、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するものであるとともに、心身の成長及び人格の形成にも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んでいく基礎となるものである。食育の取組は、「食育基本法」（平成 17 年法律第 63 号）及び食育推進基本計画に基づき、目標を定め推進しているが、改正基本法第 14 条においても、消費者の役割として、農業等への理解を深めるとともに、消費に際して食料の持続的な供給に資する物の選択に努めることとされている。

このため、農業の生産現場の実態などに対する消費者の理解を深める観点からも、以下の食育の取組を推進する。

（１）学校等での食育の強化

近年の家庭環境の変化に伴い、朝食を欠食するこどもの割合が上昇傾向にあるなど、こどもたちの食の乱れやそれに伴う健康への影響が見られることから、児童生徒が食に関する正しい知識や望ましい食習慣を身に付け、適切な栄養摂取による健康の保持増進を図ることが重要である。

また、食卓と農業の生産現場の距離が広がる中で、生産者との関係性が希薄化し、農業の生産現場の実態を知らないこどもも増えていることから、こどもの頃から食を支える農業への理解が求められている。この点、学校給食における地場産物や有機農産物の活用は、児童生徒が地域の食文化や農業に対する理解を深め、生産者に対する感謝の念を育むために重要であるが、その取組には地域差がある状況にある。

このため、関係省庁が連携して、学校と地域の連携・協力関係を強化し、学校給食における地場産物や有機農産物の活用の更なる促進を図るほか、給食以外の時間においても、朝食やバランスの良い食生活の重要性等に関する指導や農業教育の推進などを通じ、食や農業について学ぶ機会を充実させる。

（２）「大人の食育」の推進

単身世帯が増加するなどの生活環境の変化に伴い、食に関する経済性志向、簡便化志向も上昇傾向にあり、食生活の在り方は大きく変化している。また、若者における野菜類・果実類の摂取減少、中高年における米の消費減少など、大人の食生活に乱れが生じている。

このため、若者、高齢者等各世代の健全な食生活の実現に向けた課題を整理し、認識の共有を図るとともに、消費者に直接働き掛ける食品事業者（外食・中食事業者を含む。）等による食育活動、食生活の改善につながる商品の展開や、職場における従業員等への食育等を推進する。

（３）国民の食卓と農業の生産現場の距離を縮める取組の拡大

首都圏を中心とした大都市圏への人口集中や都市化の進展が続き、国民の食卓と農業の生産現場の距離が遠くなる中「農林漁業体験を経験した国民（世帯）の割合」は 2020 年度と比較して減少しており、農業の生産現場に対する国民の理解を深めるための取組強化が必要である。また、こどもたちが農村に滞在して、地域の住民との交流や農業体験等を行う取組を拡大するためには、送り側（学校等）である教職員の負担軽減や、農村の受入体制の整備が必要である。

このため、生産者の努力を実感し、国民の食卓と農業の生産現場の距離を縮めることにつながる農業体験機会の提供のほか、産直活動などの生産者と消費者が直接つながる取組を強化する。また、生産者と消費者との結び付きの強化、国産農産物の消費拡大、環境への負荷の低減等に寄与する地産地消について、地域の実情に応じた取組等の情報を発信する。さらに、関係省庁が密に連携し、「子供の農山漁村体験」に関する優良事例の分野横断での共有を図るほか、宿泊体験活動の講師等の活用による教職員の負担軽減や、近隣市町村の連携促進、民間企業等の参画促進による持続的な受入体制の強化など、送り側及び受入側双方を支援する。

（４）行動変容に向けた機運の醸成等

食育の推進に係る目標の達成に向けては、改善が進んでいない事項も多く、例えば、「食育に関心を持っている国民の割合」は近年伸び悩んでいる。このような状況を踏まえ、改めて食や農業への国民理解を醸成し、行動変容を促す必要がある。

このため、国や地方公共団体等における食育推進体制の更なる充実や学校、企業、生産者等の様々な主体を巻き込んだ産学官連携による新たな体制の構築、ボランティアなどの食育を進める人材の育成・拡大を図る。

２　食文化の保護・継承

（１）和食に接する機会の確保

和食は、「自然の尊重」の精神に立ち、長い歳月をかけて日本人が育てあげてきたものであり、また、栄養バランスに優れ、日本人の長寿の支えにもなっている。

一方、我が国における共働きや単身世帯の増加など社会構造の変化や食の外部化などライフスタイルの変化があり、家庭における和食の継承が一層難しくなっている。
このため、現在取組を行っている子育て世代に加え、若者やシニア世代などにも力点を置きながら、国民的運動として和食を食べる機会を増やす活動を展開する。
また、観光、文化振興などを担当する関係府省庁や各地域と連携を強化し、消費者の生活実態や価値観なども踏まえながら、食文化の国民理解の醸成を図る。

（２）和食文化の保護・継承

2023 年度の「地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承し、伝えている国民の割合」は、44.7%と横ばいとなっている。また、「生まれ育った地域の郷土料理を知っている」は 52.5%と、次世代に確実に継承されているとは言い難い状況である。
このため、和食文化の継承活動を行う人材の裾野を広げ、栄養教諭等に加え食品事業者等の更なる参画を促しながら人材の育成を行う必要があることから、和食文化を伝える中核的な人材である「和食文化継承リーダー」の育成を図り、様々な場面でその積極的な活用を図る。また、優れた食文化を次世代に継承していくためには、地域の伝統的な食の成り立ちや背景等がわかりやすく整理されていることが効果的であることから、各地域と連携して進めている伝統的な食のデータベースの充実を図る。

（３）海外需要の取り組み

和食が 2013 年にユネスコ無形文化遺産に登録されたことを契機として、海外において日本の食に対する関心が高まり、海外における日本食レストランの増加、我が国の農林水産物・食品の輸出の拡大、また、訪日外国人旅行者数の増加につながっている。地域の食や食文化等の魅力により地方へのインバウンド誘致を図る SAVOR JAPAN 認定地域では、2016 年度の制度制定以降、インバウンドの宿泊者延べ数の大幅な増加が見られる。
日本の食は海外でも高い評価を受け、訪日外国人旅行者の訪日目的の中心となっているものの、インバウンドの地方誘客に関しては、ブランディングやプロモーションの面で課題がある。また、周遊範囲が限定的であること等により食関連消費につながりづらいといった課題もある。
このため、「２０２５年日本国際博覧会」（大阪・関西万博）や「２０２７年国際園芸博覧会」（GREEN×EXPO 2027）といった国際的なイベントでの食文化の国内外への発信を契機として、我が国の地域の食文化の魅力を認知してもらい、これを地域振興やインバウンド・輸出の拡大につなげる好循環を図る。
また、SAVOR JAPAN 認定地域の取組について、地域間連携による付加価値の高い周遊ルートの構築を図るほか、輸出促進施策に加え、農泊などの農村振興施策との連携を深める。

３　食品産業による国民理解の醸成

食料システムにおいて、食品産業は農業者にとって国産農産物の主要な仕向け先であるとともに、様々な農産物・食品を消費者へつなぐ重要な役割を担っており、消費者を始めとする国民の理解醸成に直接向き合っている。
一方、生産・加工・流通・小売にかかるコスト、生産現場の実態、環境配慮や持続可能な原材料調達等の背景事情は消費者に十分に伝わっておらず、消費者の製品選択・行動変容に結びついていない。
このため、消費者の手元にまで農産物・食品が届くためにかかるコストの見える化、生産性向上、生産現場の実態の情報発信等、食品事業者による国民理解の醸成に向けた取組を推進する。

４　消費者の行動変容

食品サプライチェーンの高度化等を背景に、消費者が農林水産業との接点を持つ機会が少なく、生産現場や食を身近に感じる機会は限られている状況にある。
このような中、近年、食料供給の不安定化リスクが高まっており、国民一人一人が、平時から、十分に食料サプライチェーンに関する正確な理解を得て、冷静な行動をとり、適切な選択、消費行動を行うことができるような消費面での取組が求められている。
一方、食料システムにおいて多様な商品・サービスを提供する食品事業者等も、サステナビリティや CSV 等の活動の充実や活動状況の開示を行うなど、食料サプライチェーン全体における持続可能な食料供給への取組や消費者の健全な食生活の実現に向けた食育等の取組が求められている。
このため、消費者の行動変容の促進に当たっては、消費者だけでなく、生産者、食品事業者など食料システムの全ての関係者・関係団体や行政においても、食料の持続的な供給を図り、健全な食生活を支えるよう、従来の取組からの転換も含めた主体的な取組を進める。
消費者の全世代をターゲットとし、生産者から消費者までの食料システムを支えるあらゆる関係者を巻き込みながら、食と農を取り巻く新たな情勢や、改正基本法や食料供給困難事態対策法等の理解醸成を図る。また、有機栽培、環境配慮等の情報を踏まえて農産物・食品を選択する行動変容を促すため、環境負荷低減の取組の「見える化」の取組を推進する。
さらに、優良な取組を行う企業等を表彰等するとともに、食料システムを支える食品事業者の食と農に関する理解促進に向けた取組を行う。

（２）秋田県の動向

秋田県の「第５期秋田県食育推進計画」（計画期間：令和８年度～令和 12 年度）では、「秋田の自然や風土に調和した健全で持続可能な食生活の実現」を目的とし、８つの取り組み項目を柱として食育の取り組みを推進しています。

基本方針【大項目】	【中項目】
＜健康の視点＞ 生涯を通じた心身の健康を支える 食育の推進	１　生涯を通じた食育の推進 （１）ライフステージに応じた食育の推進 （２）地域における共食の推進 ２　食を通じた健康づくりの推進 （１）健康寿命延伸につながる「大人の食育」の推進 （２）食品関連事業者との連携による食環境の整備
＜社会・環境・文化の視点＞ 持続可能な食を支える食育の推進	３　食品の安全・安心と環境に関する理解の促進 （１）食品表示・食品の安全性への理解の促進 （２）食品ロス削減に向けた取組の推進 ４　地域の特性・農産物等を活用した食育の推進 （１）地域の食文化継承の推進 （２）生産者と消費者の交流の促進

（３）鹿角市の動向

本市では、令和３年３月に策定した「第２期鹿角市食の健康づくり推進計画」において、「気づこう　高めあおう　食べる力　～こころもからだも健幸[1]に！～」をスローガンに掲げ、「脳卒中による死亡率の減少と健康寿命の延伸」を目指し、４つの基本目標のもと食の健康づくりを推進してきました。

スローガン	**「気づこう　高めあおう　食べる力」** ～こころもからだも健幸に！～
大目標	**脳卒中による死亡率の減少と健康寿命の延伸**
基本目標	１　健全な食生活の実践 ２　食を通じた心身の健康の確保 ３　食に関する正しい知識の普及 ４　豊かな食材の活用及び食文化の継承

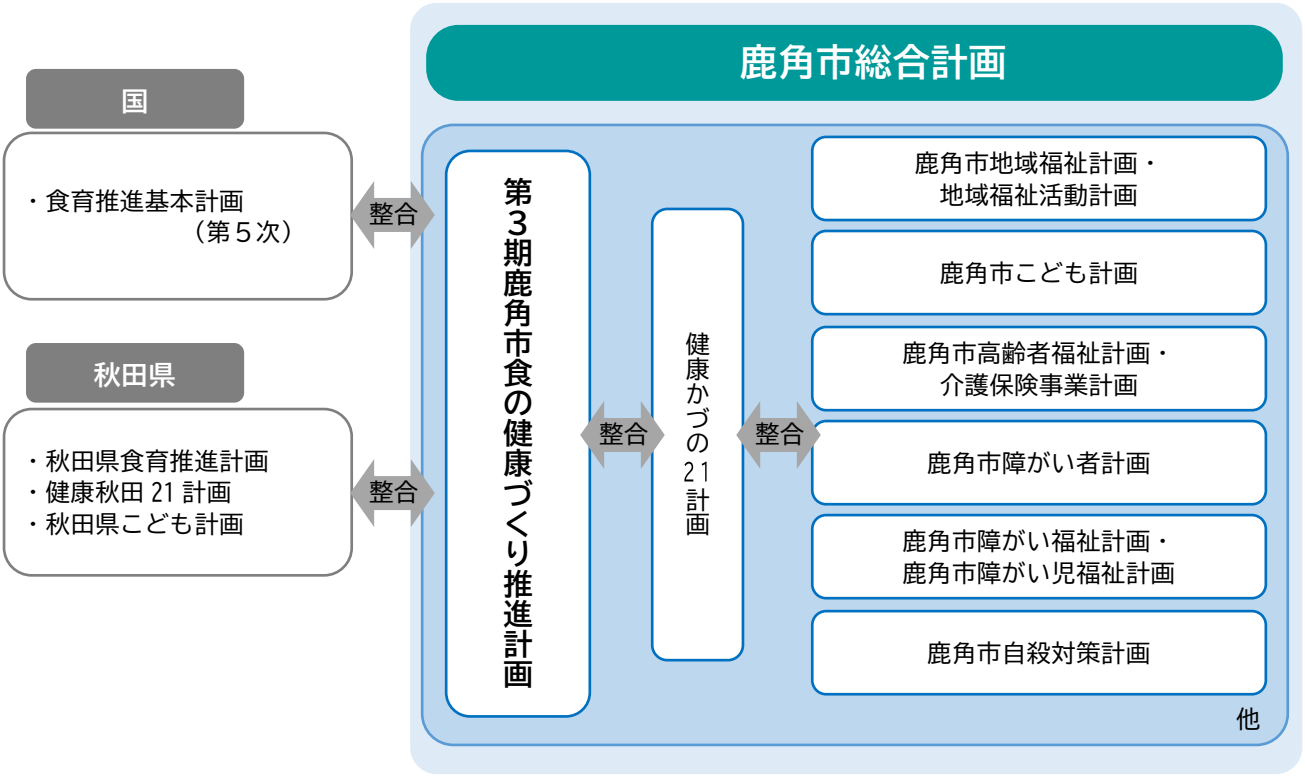
[1]「健康」と「幸福」を組み合せた概念で、肉体的・精神的・社会的にすべてが満たされた状態を指します。

３　計画の位置づけ

本計画は、食育基本法第 18 条第１項に基づく「市町村食育推進計画」として位置づけ策定するものです。

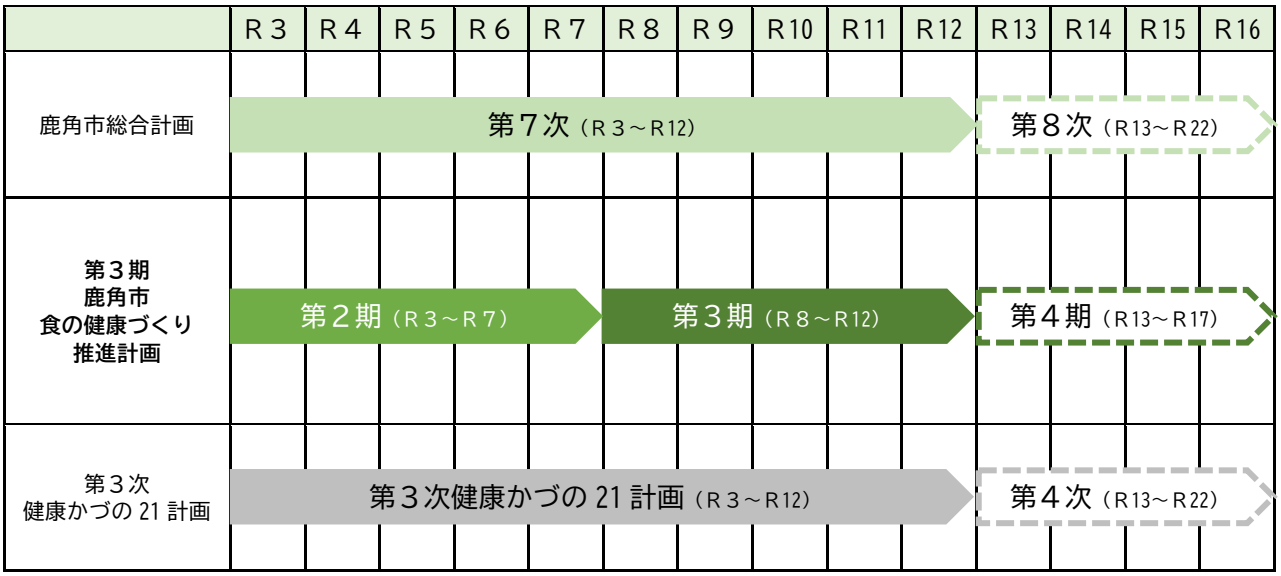
国の「食育推進基本計画」や秋田県の「秋田県食育推進計画」を踏まえるとともに、本市の最上位計画である「鹿角市総合計画」の個別計画として位置づけ、本市の関連する計画との整合性を図りながら、連携し取り組みを進めていきます。

また、健康かづの 21 計画と食の健康づくり推進計画を一体的に策定してきましたが、市民の食に関する健康づくりをより一層効果的に推進することを目的として「第３期鹿角市食の健康づくり推進計画」は健康かづの 21 計画から独立させ、単独の計画として策定しています。



4　計画の期間

本計画の期間は、令和８年度から令和 12 年度までの５年間です。なお、期間中に社会状況の変化などが生じた場合には、必要に応じて計画の見直しを行うものとします。



5　計画の策定体制

（１）鹿角市健康づくり推進懇談会

本計画の策定にあたっては、「鹿角市健康づくり推進懇談会」を開催し、保健・医療・福祉関係団体、社会教育・スポーツ関係団体、学校、関係行政機関、学識経験者等より計画の策定や評価等に関する意見をいただきました。

（２）鹿角市健康づくりに関するアンケート調査の実施

市民の食の健康づくりに対する意識や関心、生活習慣等を把握し、計画策定に反映するために、高校２年生や一般市民、保育所等に通っているこどもの保護者にアンケート調査を実施しました。

（３）パブリックコメントの実施

本計画に対する市民の意見を広くいただくため、令和８年１月 26 日から令和８年２月 24 日までパブリックコメントを実施しました。

６　計画の推進体制

（１）計画の周知

市民が主体となる食育を推進するためには、行政、地域、関係機関、関係団体等が連携し、それぞれの役割を果たしながら協働で取り組む必要があります。

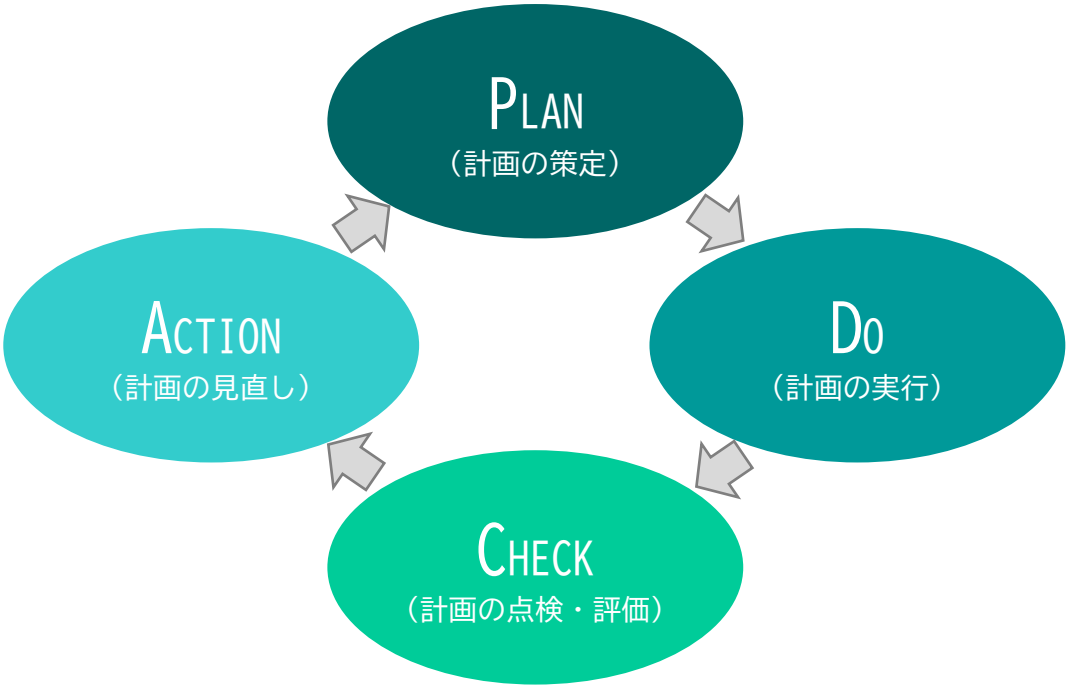
そのため、本計画の内容を市のホームページや広報紙、健康づくりに関するイベント等、多様な媒体を通じて広く周知し、市民の食の健康づくりを推進していきます。

（２）計画の評価・進行管理

本計画では、食の健康づくりに関する目標値を設定しており、計画期間に目標値の達成状況を評価し、改善に取り組む必要があります。

本計画を効率的・効果的に推進していくために、ＰＤＣＡサイクルに基づき、年度ごとに点検・評価を行うとともに、その結果を施策や事業の見直し等に反映していきます。

なお、国や県の動向や社会情勢の変化等が生じた場合には、評価年度にかかわらず、必要に応じて見直しを行います。



7　ＳＤＧｓとの関係性

ＳＤＧｓとは、Sustainable Development Goals（持続可能な開発目標）の略称で、平成27 年９月の国連持続可能な開発に関するサミットで採択された「持続可能な開発のための2030 アジェンダ」に記載された 2030 年までに持続可能でよりよい世界を目指す世界共通の目標です。

貧困、教育、ジェンダー、エネルギー、気候変動などの課題に対して、この世界共通の目標は、17 のゴールと 169 のターゲットから構成され、「誰一人取り残さない」社会の実現を目指しています。

本計画においても、ＳＤＧｓの理念や目標を踏まえながら施策を推進することで、持続可能な社会の実現に参画していきます。



第２章

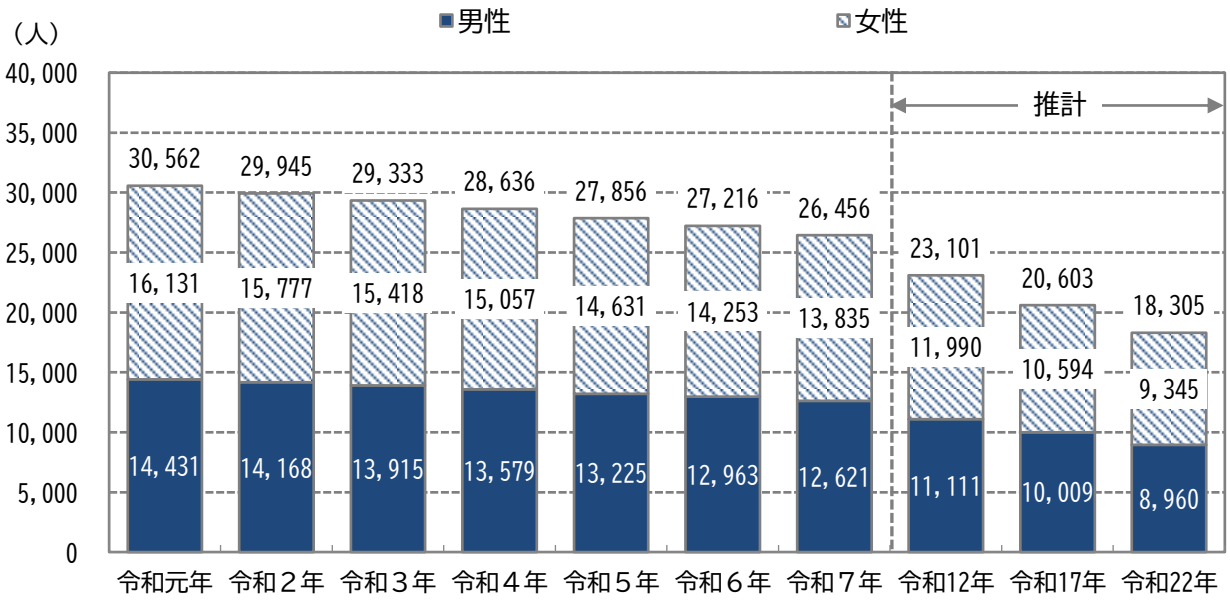
鹿角市の現状と課題

第２章　鹿角市の現状と課題

１　鹿角市の概況

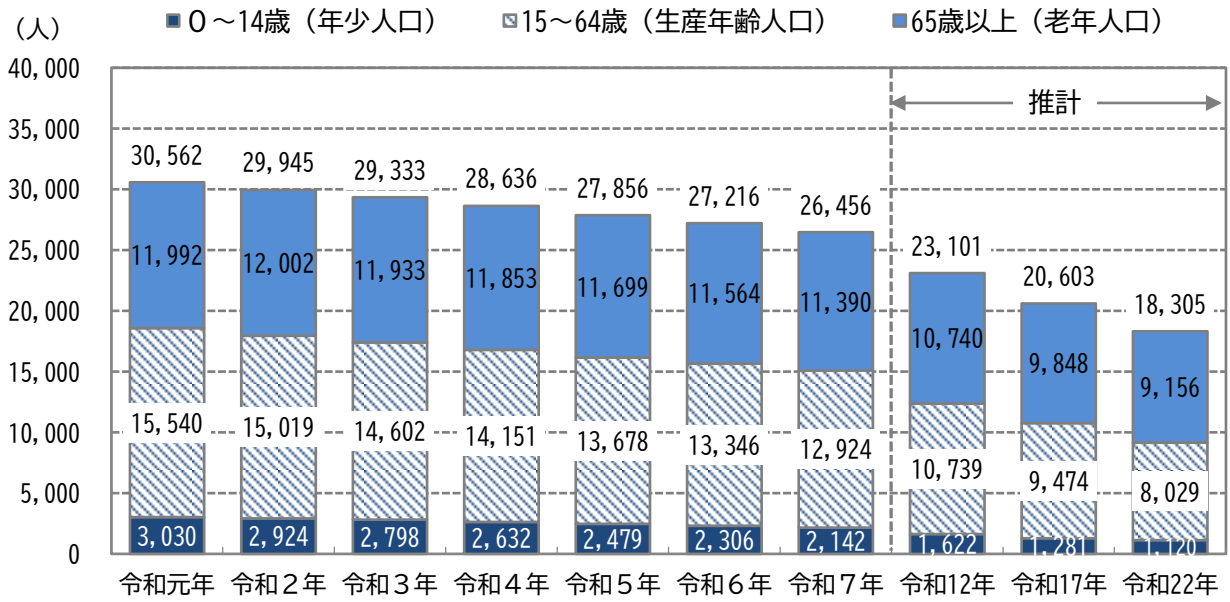
（１）人口構造

【総人口と男女別人口】



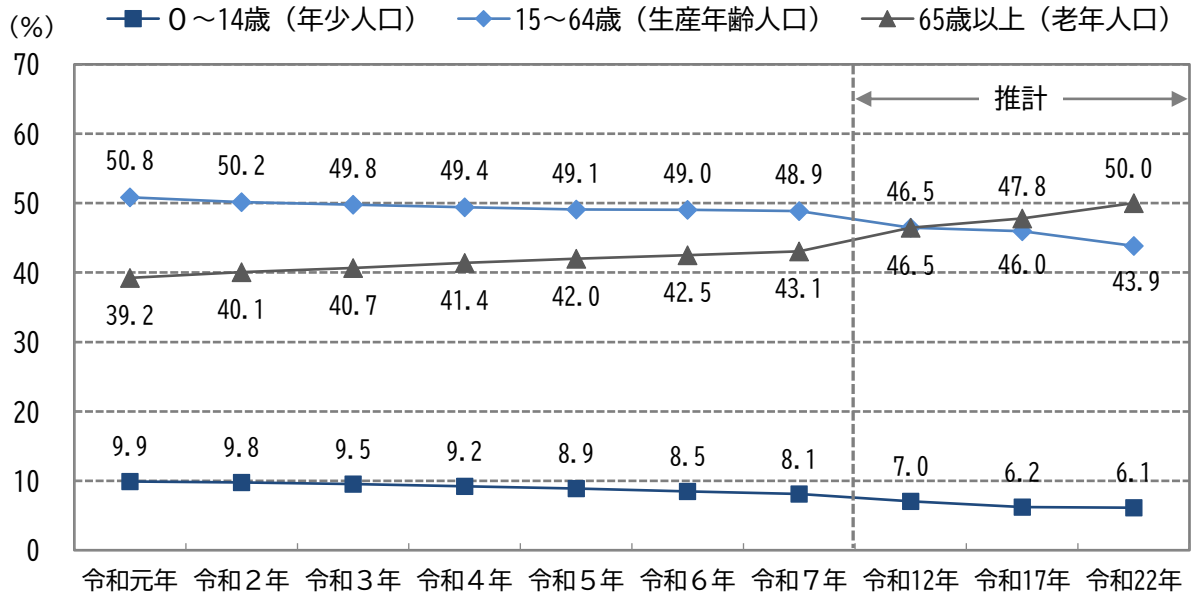
出典：住民基本台帳（各年 10 月１日時点）、推計部分は鹿角市人口ビジョン

【年齢３区分別人口】



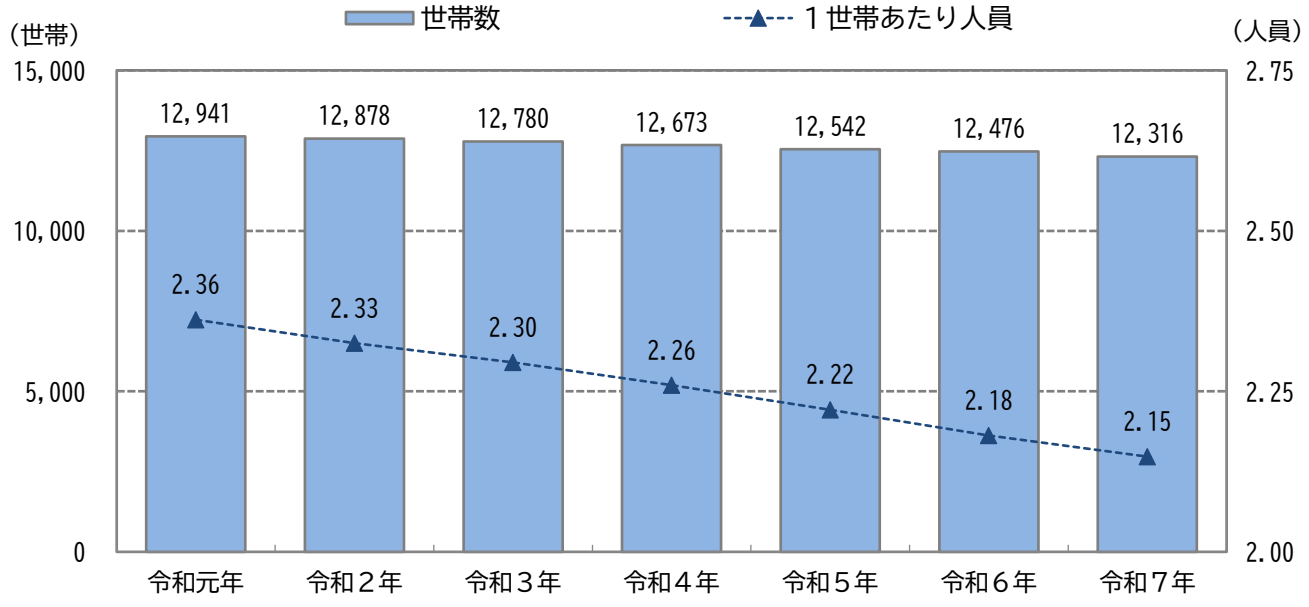
出典：住民基本台帳（各年 10 月１日時点）、推計部分は鹿角市人口ビジョン

【年齢３区分別人口割合】



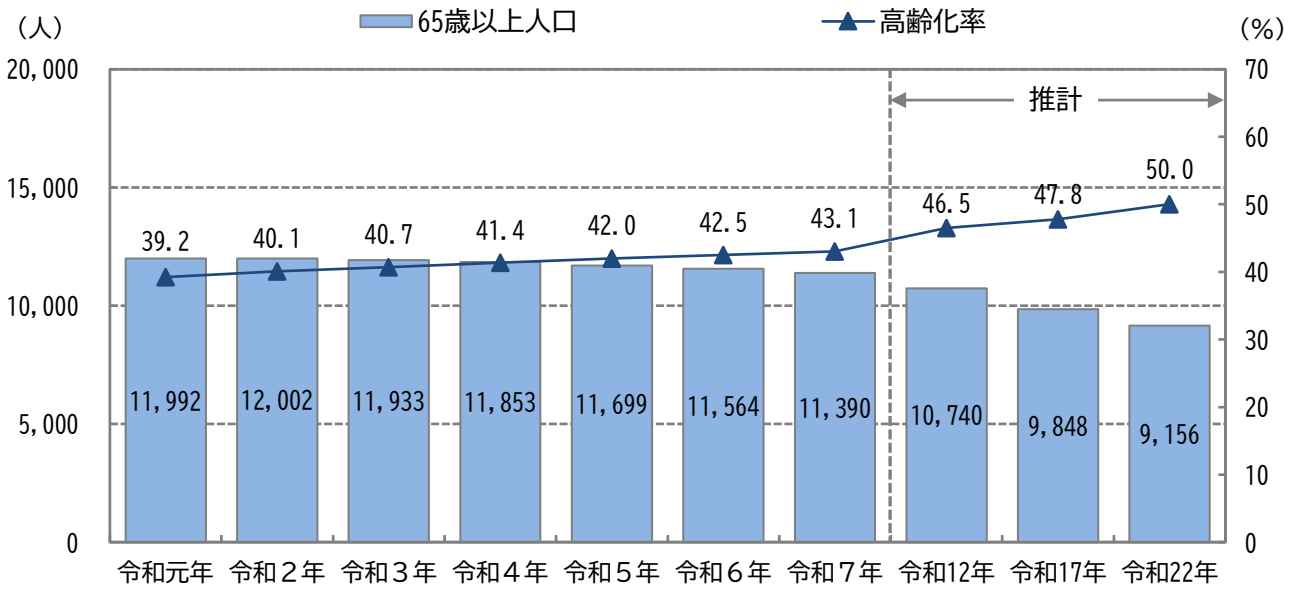
出典：住民基本台帳（各年 10 月１日時点）、推計部分は鹿角市人口ビジョン

【世帯数と１世帯あたりの人員数】



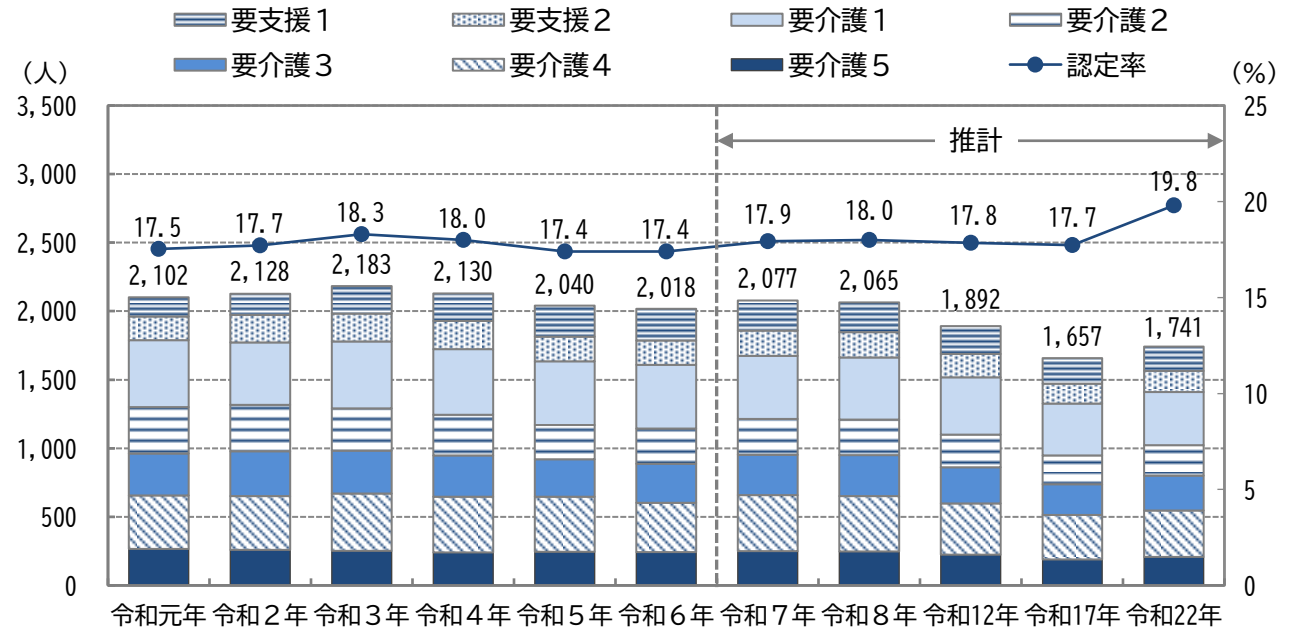
出典：住民基本台帳（各年 10 月１日時点）

【高齢者人口・高齢化率】



出典：住民基本台帳（各年 10 月１日時点）、推計部分は国立社会保障・人口問題研究所
「日本の地域別将来推計（令和５年（2023 年）推計）」

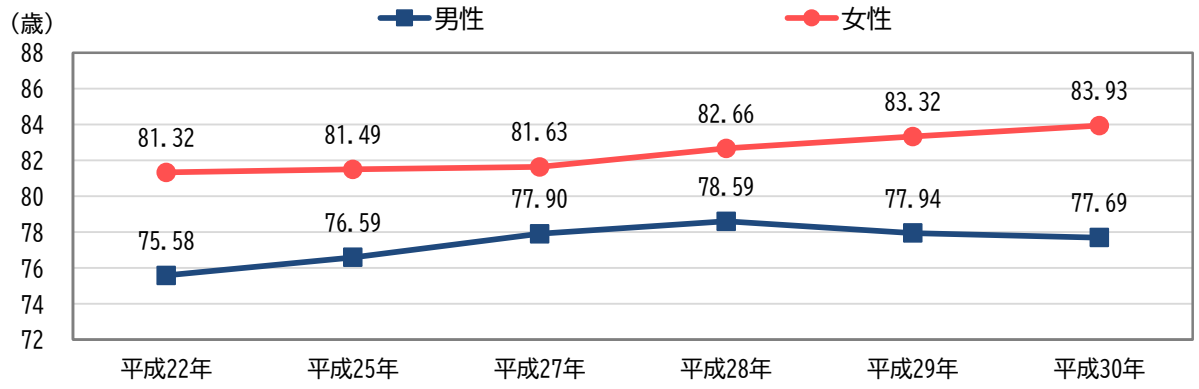
【要介護（要支援）認定者数・認定率】



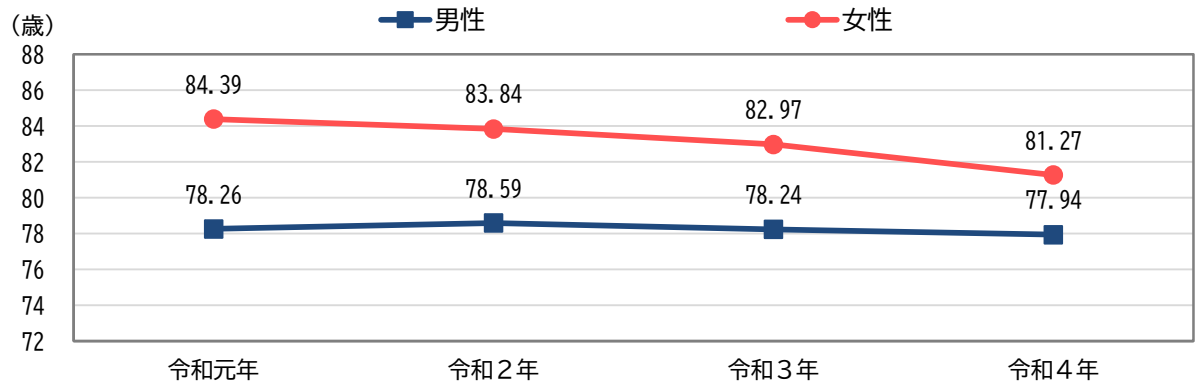
出典：地域包括ケア「見える化」システム（各年９月末日時点）
「第９期鹿角市高齢者福祉計画・介護保険事業計画」

（２）健康寿命と平均寿命

【健康寿命】



出典：秋田県健康づくり推進課



出典：鹿角市すこやか子育て課

※平成 22 年～平成 30 年と令和元年～令和４年では、健康寿命の算出方法が異なる

【健康寿命（男性）】

（単位：歳）

	平成 28 年	令和元年	令和４年
鹿角市	78.59	78.26	77.94
秋田県	71.21	72.61	72.43

【健康寿命（女性）】

（単位：歳）

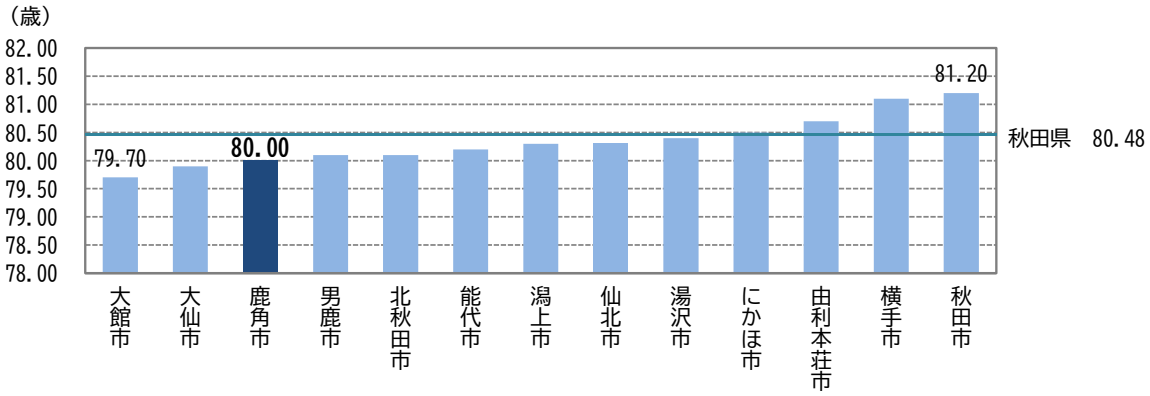
	平成 28 年	令和元年	令和４年
鹿角市	82.66	84.39	81.27
秋田県	74.53	76.00	75.67

出典：市は平成 28 年は秋田県健康づくり推進課、令和元年～令和４年は鹿角市すこやか子育て課
秋田県は厚生労働省 第４回健康日本 21（第三次）推進専門委員会資料「健康寿命の令和４年値について」

【平均寿命（男性）】

（単位：歳）

	平成 28 年	平成 29 年	平成 30 年	令和２年
鹿角市	79.99	79.38	79.06	80.00
秋田県	79.50	79.62	79.86	80.48
市町村順位	8 位/13 市中	7 位/13 市中	11 位/13 市中	11 位/13 市中



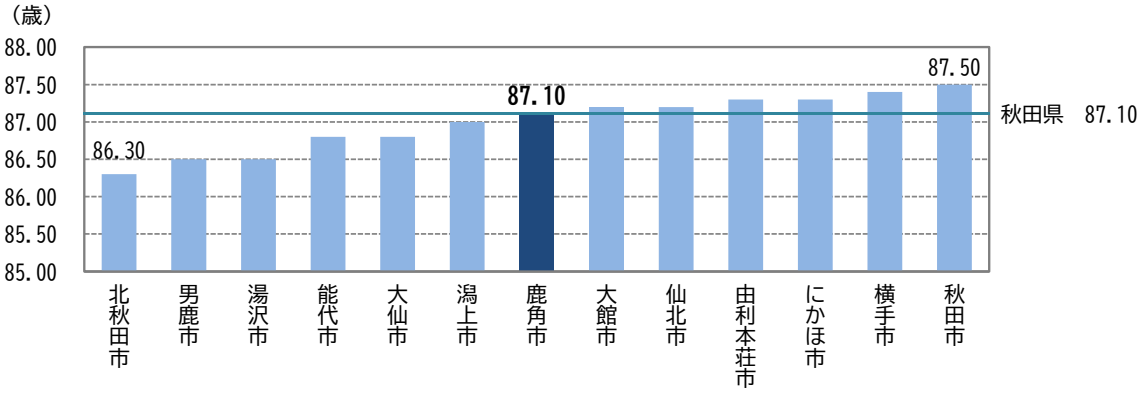
出典：鹿角市すこやか子育て課、厚生労働省市区町村別生命表

※令和元年以降の市町村別の平均寿命については、算出していない
　令和２年は、厚生労働省で公表している都道府県別・市町村平均寿命による

【平均寿命（女性）】

（単位：歳）

	平成 28 年	平成 29 年	平成 30 年	令和２年
鹿角市	85.90	86.71	87.21	87.10
秋田県	86.42	86.46	86.58	87.10
市町村順位	9 位/13 市中	5 位/13 市中	1 位/13 市中	7 位/13 市中



出典：鹿角市すこやか子育て課、厚生労働省市区町村別生命表

※令和元年以降の市町村別の平均寿命については、算出していない
　令和２年は、厚生労働省で公表している都道府県別・市町村平均寿命による

（３）死因

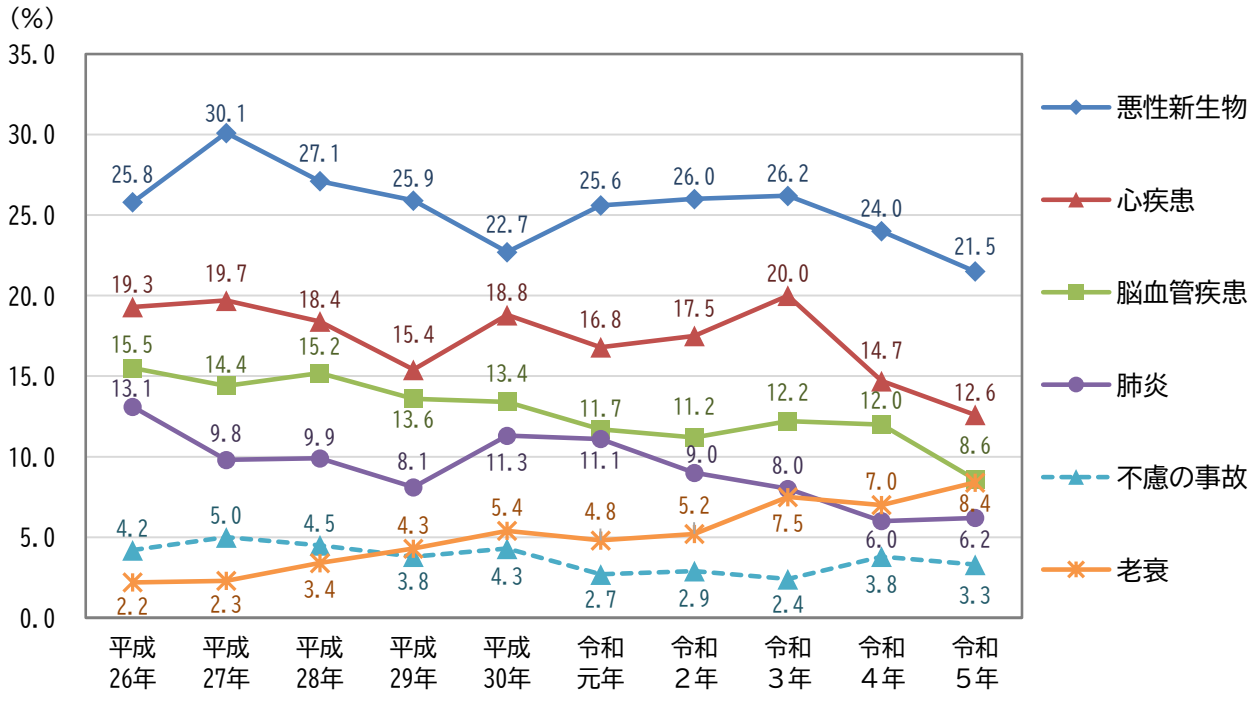
【年別死因割合】

（単位：上段 人、下段 %）

	平成26年		平成27年		平成28年		平成29年		平成30年	
１位	悪性新生物	140人 25.8%	悪性新生物	157人 30.1%	悪性新生物	137人 27.1%	悪性新生物	131人 25.9%	悪性新生物	122人 22.7%
２位	心疾患	105人 19.3%	心疾患	103人 19.7%	心疾患	93人 18.4%	心疾患	78人 15.4%	心疾患	101人 18.8%
３位	脳血管疾患	84人 15.5%	脳血管疾患	75人 14.4%	脳血管疾患	77人 15.2%	脳血管疾患	69人 13.6%	脳血管疾患	72人 13.4%
４位	肺炎	71人 13.1%	肺炎	51人 9.8%	肺炎	50人 9.9%	肺炎	41人 8.1%	肺炎	61人 11.3%
５位	不慮の事故	23人 4.2%	不慮の事故	26人 5.0%	不慮の事故	23人 4.5%	不慮の事故	19人 3.8%	不慮の事故	23人 4.3%

（単位：上段 人、下段 %）

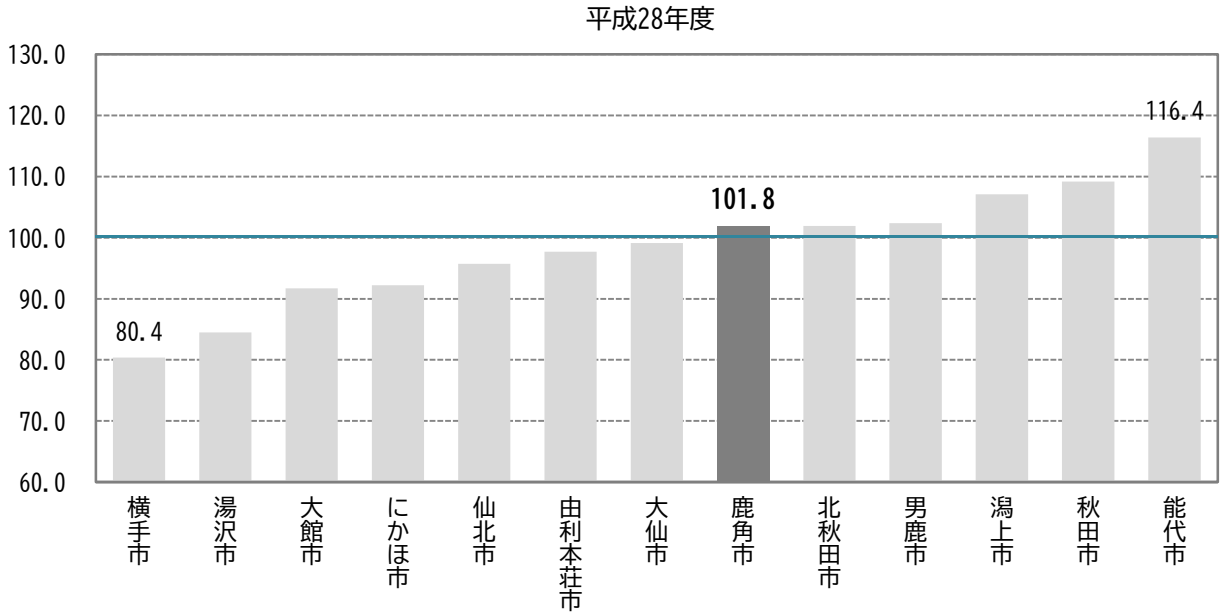
	令和元年		令和２年		令和３年		令和４年		令和５年	
１位	悪性新生物	134人 25.6%	悪性新生物	141人 26.0%	悪性新生物	144人 26.2%	悪性新生物	144人 24.0%	悪性新生物	135人 21.5%
２位	心疾患	88人 16.8%	心疾患	95人 17.5%	心疾患	110人 20.0%	心疾患	88人 14.7%	心疾患	79人 12.6%
３位	脳血管疾患	61人 11.7%	脳血管疾患	67人 11.2%	脳血管疾患	67人 12.2%	脳血管疾患	72人 12.0%	脳血管疾患	54人 8.6%
４位	肺炎	58人 11.1%	肺炎	49人 9.0%	肺炎	44人 8.0%	老衰	42人 7.0%	老衰	53人 8.4%
５位	老衰	25人 4.8%	老衰	28人 5.2%	老衰	41人 7.5%	肺炎	36人 6.0%	肺炎	39人 6.2%

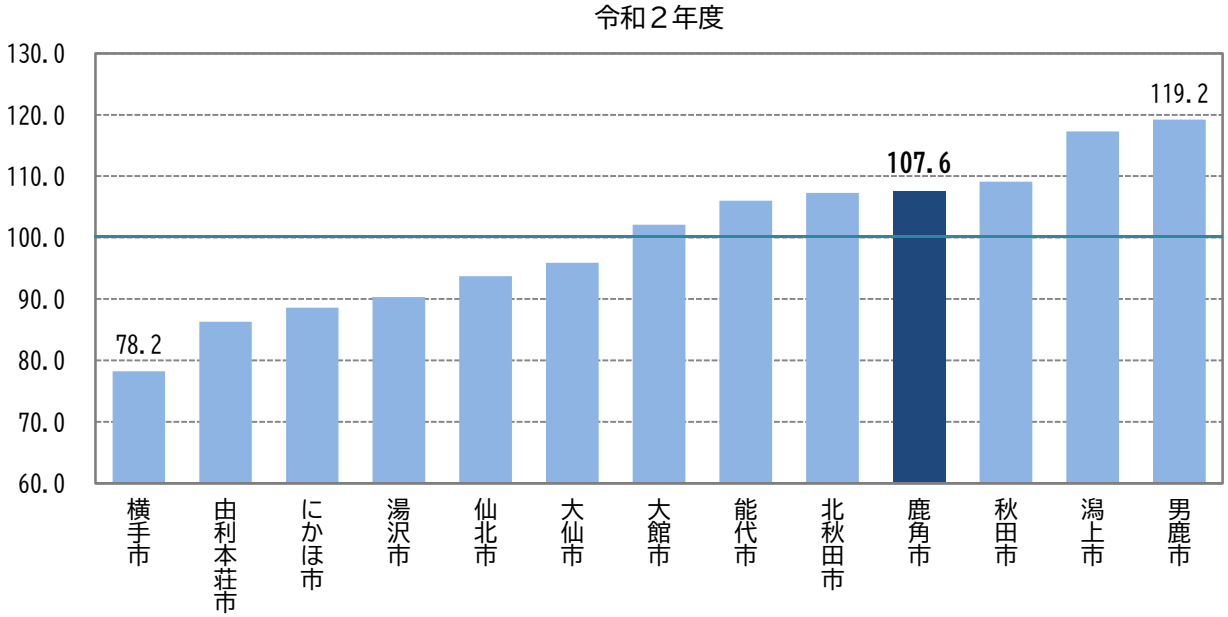


出典：鹿角市すこやか子育て課

（４）医療費

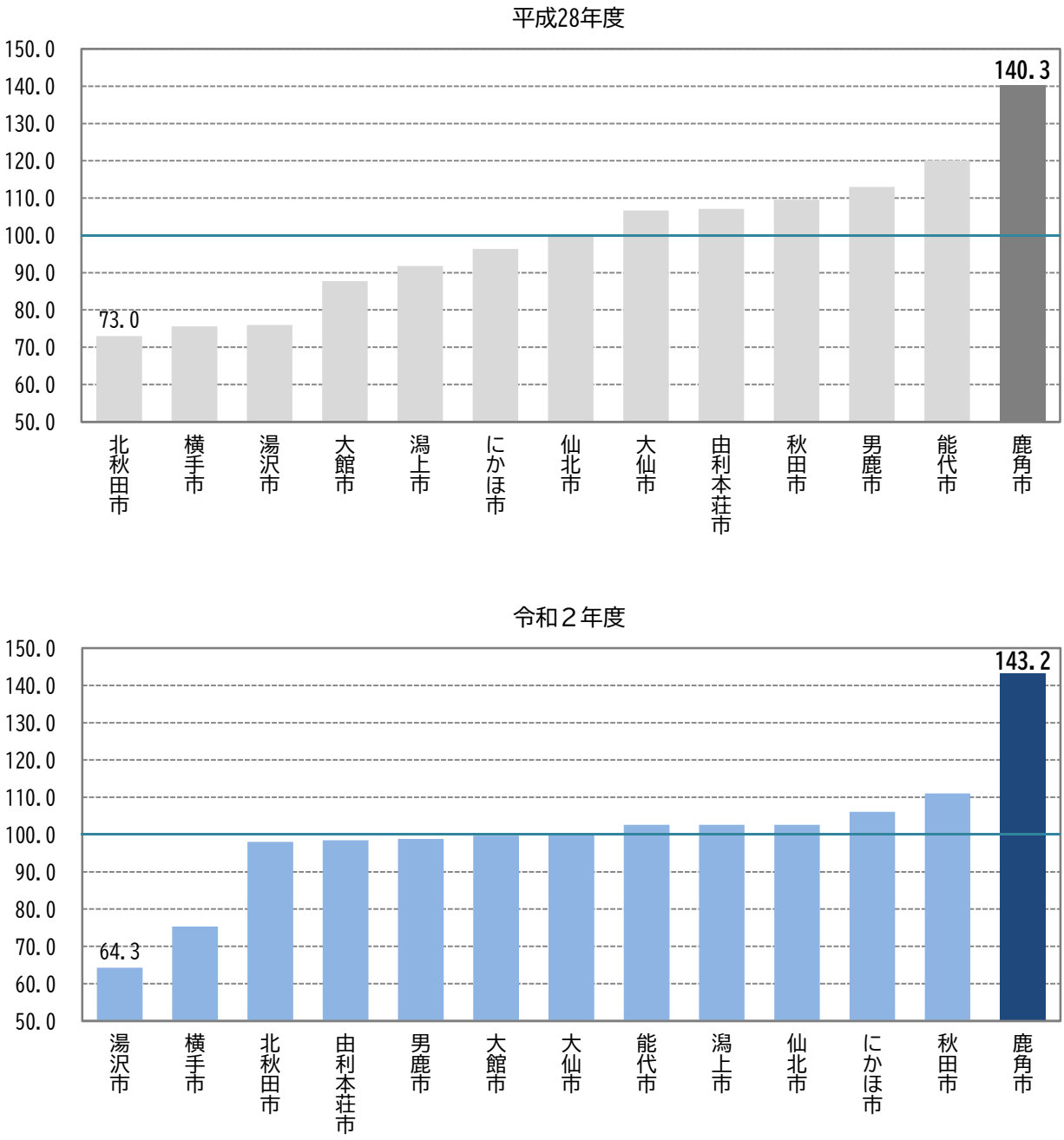
【全がん医療費比較（平成 28 年度と令和２年度）】





出典：秋田県健康づくり支援資料集
　　市町村国民健康保険、全国健康保険協会秋田支部、後期高齢者医療広域連合の集計結果データ
※秋田県を 100 として、疾病別の医療費の地域格差を見る指標

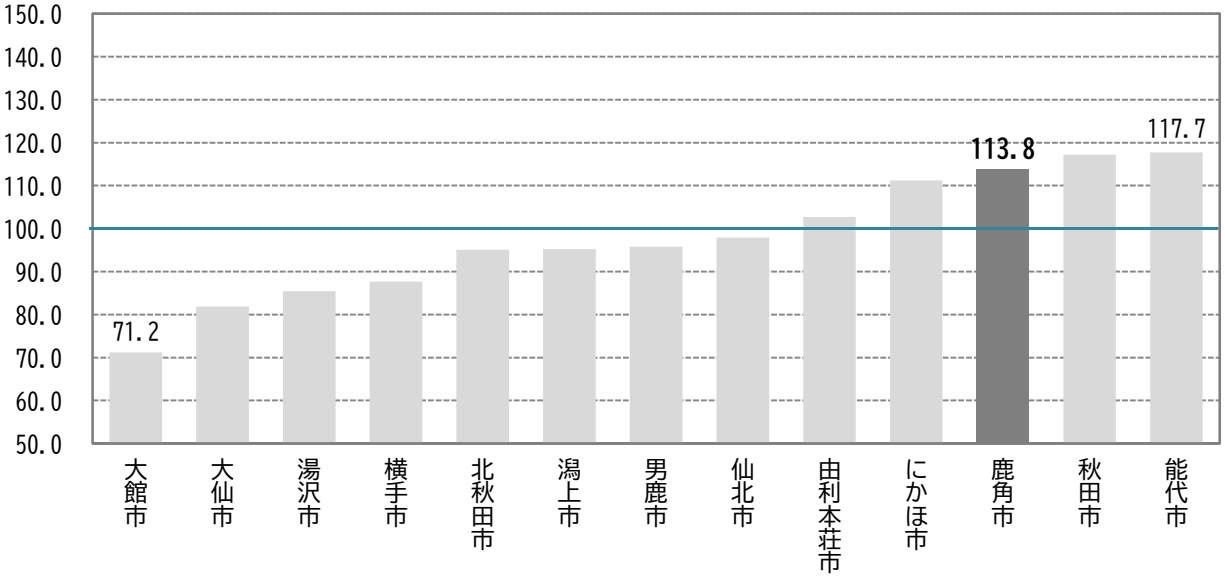
【脳血管疾患医療費比較（平成 28 年度と令和２年度）】



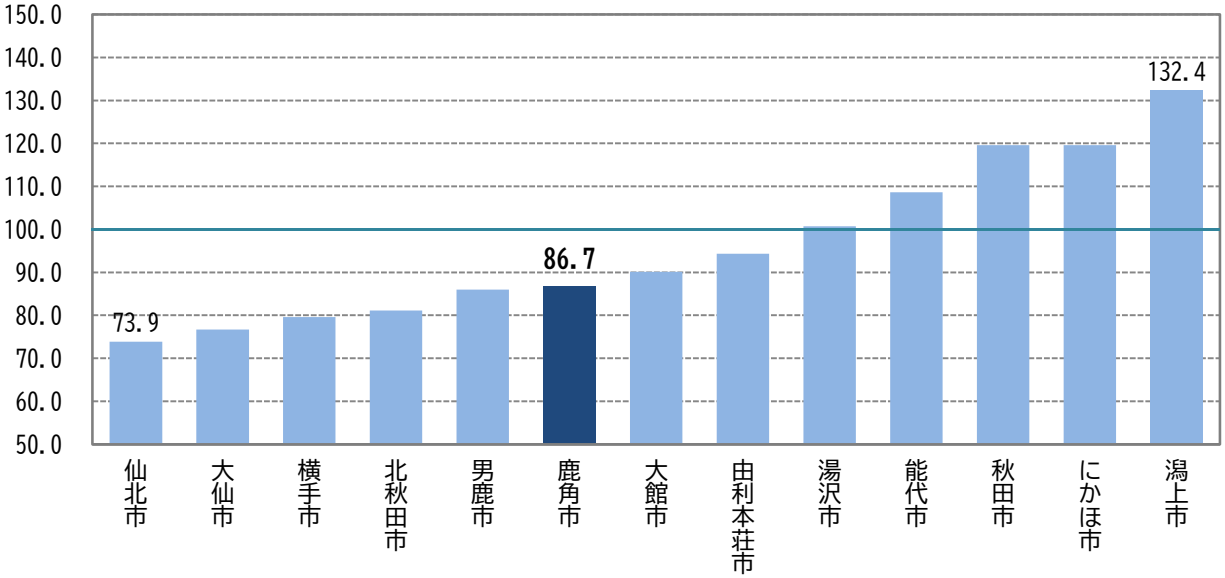
出典：秋田県健康づくり支援資料集
　　市町村国民健康保険、全国健康保険協会秋田支部、後期高齢者医療広域連合の集計結果データ

【虚血性心疾患医療費比較（平成 28 年度と令和２年度）】

平成28年度

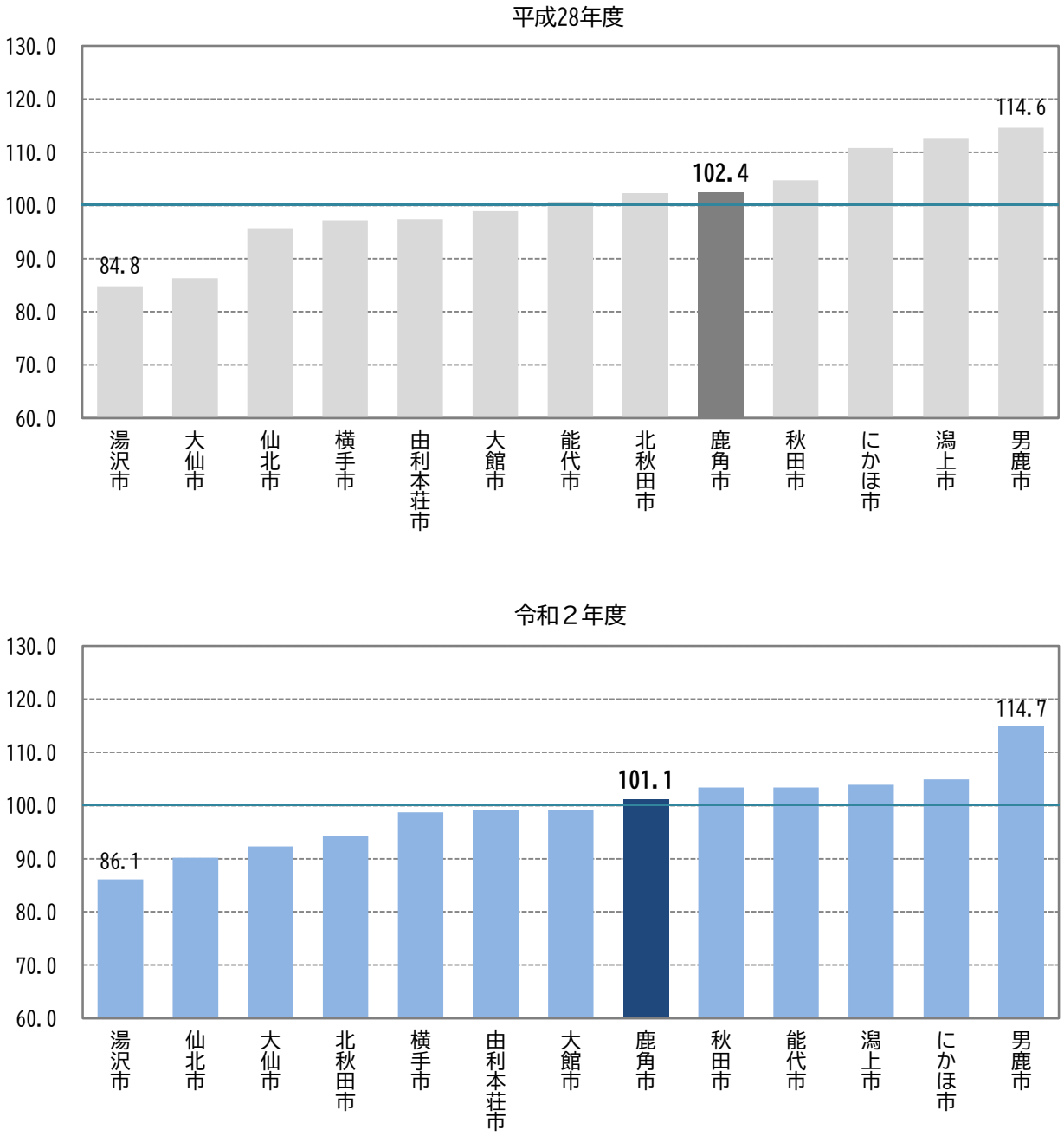


令和２年度



出典：秋田県健康づくり支援資料集
市町村国民健康保険、全国健康保険協会秋田支部、後期高齢者医療広域連合の集計結果データ

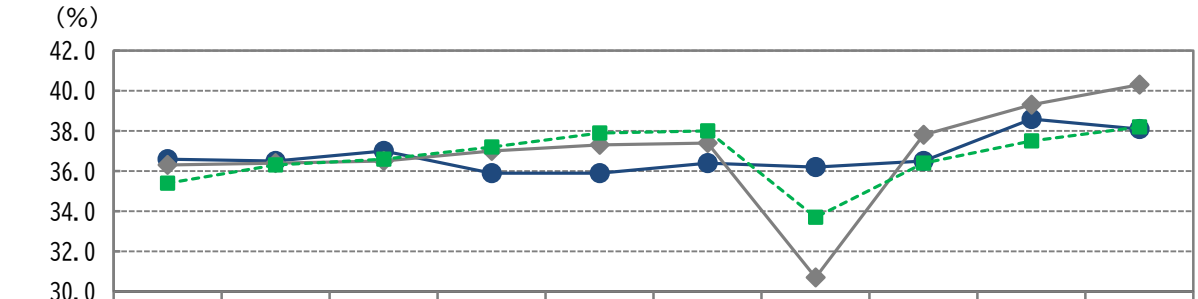
【糖尿病医療費比較（平成 28 年度と令和２年度）】



出典：秋田県健康づくり支援資料集
　　市町村国民健康保険、全国健康保険協会秋田支部、後期高齢者医療広域連合の集計結果データ

（５）健康診査

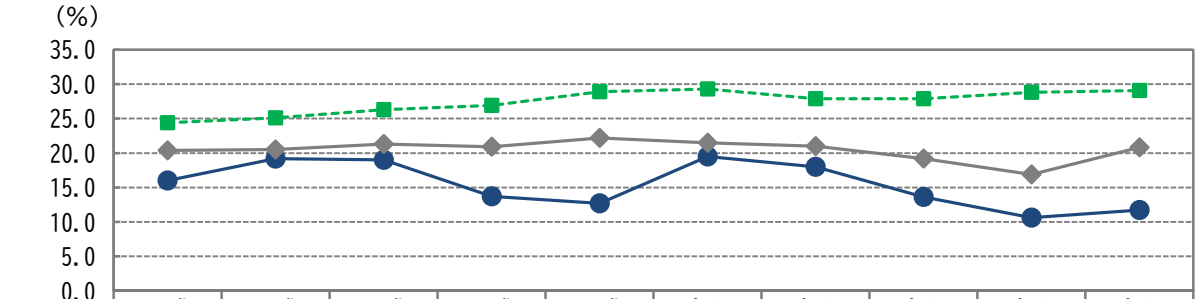
【特定健康診査受診率（国民健康保険加入者）】



	平成26年度	平成27年度	平成28年度	平成29年度	平成30年度	令和元年度	令和２年度	令和３年度	令和４年度	令和５年度
市	36.6	36.5	37.0	35.9	35.9	36.4	36.2	36.5	38.6	38.1
県	36.3	36.4	36.5	37.0	37.3	37.4	30.7	37.8	39.3	40.3
国	35.4	36.3	36.6	37.2	37.9	38.0	33.7	36.4	37.5	38.2

出典：秋田県国民健康保険団体連合会＋公益社団法人国民健康保険中央会

【特定保健指導実施率（国民健康保険加入者）】

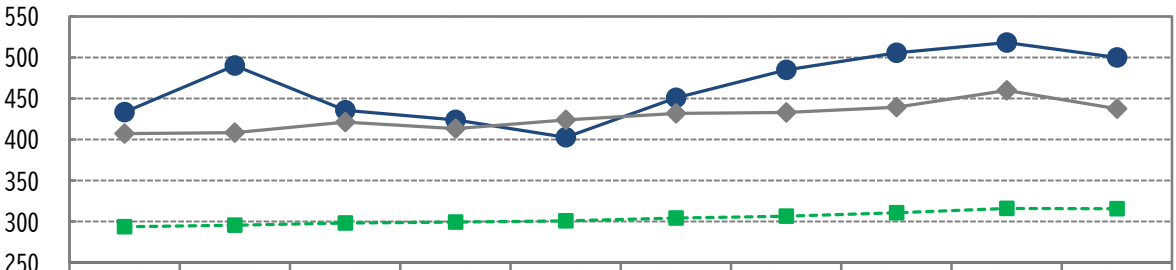


	平成26年度	平成27年度	平成28年度	平成29年度	平成30年度	令和元年度	令和２年度	令和３年度	令和４年度	令和５年度
市	16.0	19.2	19.0	13.7	12.7	19.5	18.0	13.6	10.6	11.7
県	20.4	20.5	21.3	20.9	22.2	21.5	21.0	19.2	16.9	20.8
国	24.4	25.1	26.3	26.9	28.9	29.3	27.9	27.9	28.8	29.1

出典：秋田県国民健康保険団体連合会＋公益社団法人国民健康保険中央会

（６）がん

【がん粗死亡率※の推移（市・県・全国 10 万対）】



	平成26年	平成27年	平成28年	平成29年	平成30年	令和元年	令和２年	令和３年	令和４年	令和５年
市	433.5	490.0	435.8	423.8	402.6	450.8	484.7	505.7	518.3	499.9
県	407.3	408.3	421.3	413.2	424.0	431.8	432.9	439.5	460.0	437.5
国	293.5	295.5	298.3	299.5	300.7	304.2	306.6	310.7	316.1	315.6

出典：秋田県衛生統計年鑑

※粗死亡率
一定期間（通常１年間）の死亡数をその期間の人口で割ることで算出される。年齢調整をしていない死亡率

（７）脳血管疾患

正常な血圧の基準とは

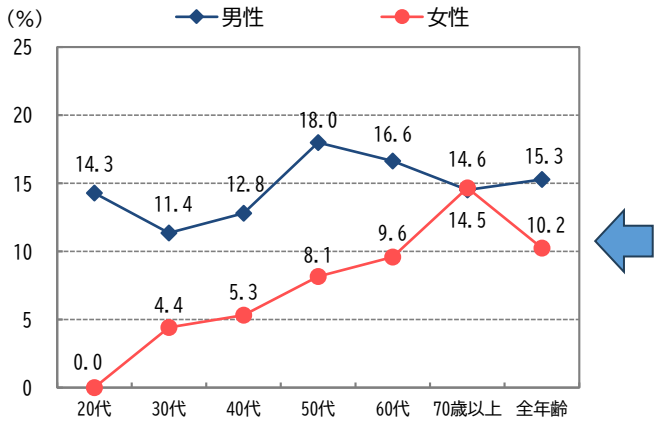
	収縮期血圧（最高）	拡張期血圧（最低）
家庭血圧	115mmHg 未満	75mmHg 未満
診察室血圧	120mmHg 未満	80mmHg 未満

高血圧の診断基準とは

	収縮期血圧（最高）	拡張期血圧（最低）
家庭血圧	135mmHg 以上	85mmHg 以上
診察室血圧	140mmHg 以上	90mmHg 以上

出典：日本高血圧学会「高血圧管理・治療ガイドライン 2025」

【血圧収縮期 160mmHg 以上または拡張期 100mmHg 以上の割合（令和５年度）】



対象健診受診者数

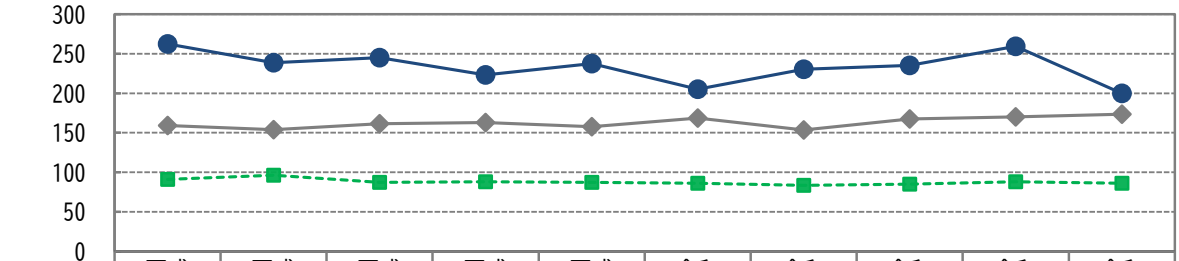
（人）

	20代	30代	40代	50代	60代	70歳以上	全年齢
男性	7	185	805	779	1,010	1,000	3,786
女性	23	204	697	761	991	1,611	4,287

出典：鹿角市すこやか子育て課＋全国健康保険協会秋田支部

※受診対象の健診は 39 歳以下の健診、特定健診、人間ドック、治療中の情報提供、脳ドック（厚生病院フルコース）、後期高齢者健診、特定健診に準ずる健診（生活保護）、後期高齢者健診に準ずる健診（生活保護）を含む

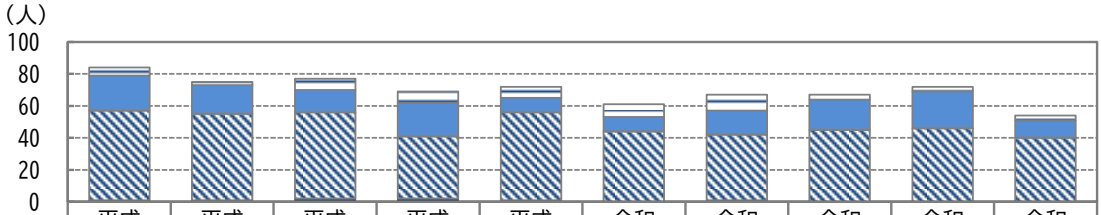
【脳血管疾患粗死亡率の推移（市・県・全国 10 万対）】



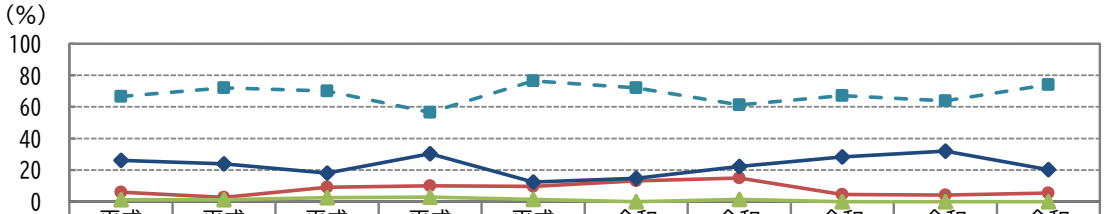
	平成26年	平成27年	平成28年	平成29年	平成30年	令和元年	令和２年	令和３年	令和４年	令和５年
市	262.2	238.6	244.9	223.2	237.6	205.2	230.3	235.3	259.1	199.9
県	159.1	154.0	161.6	162.8	157.7	168.7	153.5	167.4	169.9	173.4
国	91.1	96.5	87.4	88.2	87.1	86.1	83.5	85.2	88.1	86.3

出典：秋田県衛生統計年鑑

【脳血管疾患の死亡者数と割合（全体）】



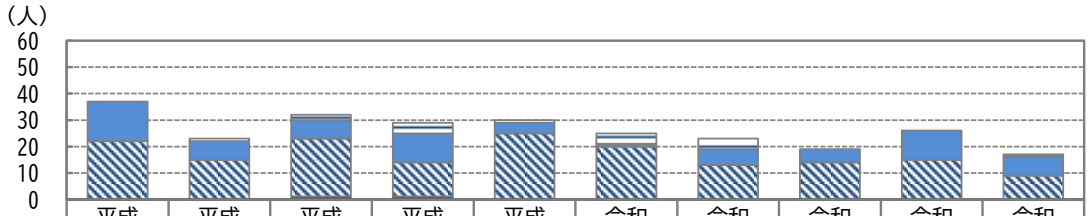
	平成26年	平成27年	平成28年	平成29年	平成30年	令和元年	令和２年	令和３年	令和４年	令和５年
くも膜下出血	5	2	7	7	7	8	10	3	3	3
脳内出血	22	18	14	21	9	9	15	19	23	11
脳梗塞	56	54	54	39	55	44	41	45	46	40
その他	1	1	2	2	1	0	1	0	0	0



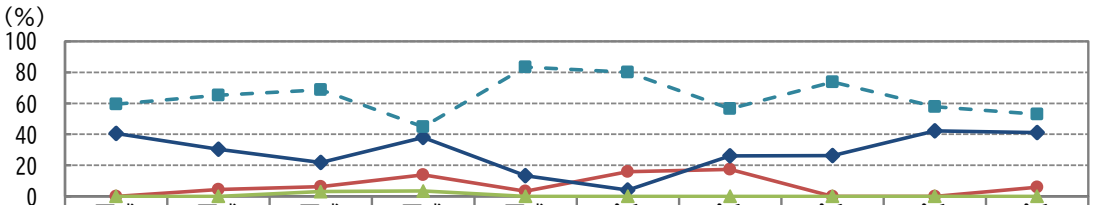
	平成26年	平成27年	平成28年	平成29年	平成30年	令和元年	令和２年	令和３年	令和４年	令和５年
くも膜下出血	6.0	2.7	9.1	10.1	9.7	13.1	14.9	4.5	4.2	5.6
脳内出血	26.2	24.0	18.2	30.4	12.5	14.8	22.4	28.4	31.9	20.4
脳梗塞	66.7	72.0	70.1	56.5	76.4	72.1	61.2	67.2	63.9	74.1
その他	1.2	1.3	2.6	2.9	1.4	0.0	1.5	0.0	0.0	0.0

出典：秋田県衛生統計年鑑

【脳血管疾患の死亡者数と割合（男性）】



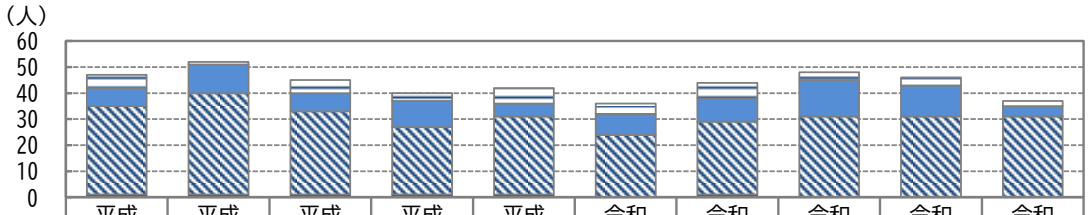
	平成26年	平成27年	平成28年	平成29年	平成30年	令和元年	令和２年	令和３年	令和４年	令和５年
くも膜下出血	0	1	2	4	1	4	4	0	0	1
脳内出血	15	7	7	11	4	1	6	5	11	7
脳梗塞	22	15	22	13	25	20	13	14	15	9
その他	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0



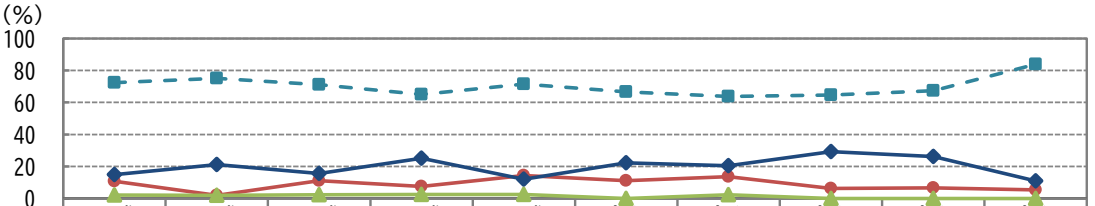
	平成26年	平成27年	平成28年	平成29年	平成30年	令和元年	令和２年	令和３年	令和４年	令和５年
くも膜下出血	0.0	4.3	6.3	13.8	3.3	16.0	17.4	0.0	0.0	5.9
脳内出血	40.5	30.4	21.9	37.9	13.3	4.0	26.1	26.3	42.3	41.2
脳梗塞	59.5	65.2	68.8	44.8	83.3	80.0	56.5	73.7	57.7	52.9
その他	0.0	0.0	3.1	3.4	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

出典：秋田県衛生統計年鑑

【脳血管疾患の死亡者数と割合（女性）】



	平成26年	平成27年	平成28年	平成29年	平成30年	令和元年	令和２年	令和３年	令和４年	令和５年
くも膜下出血	5	1	5	3	6	4	6	3	3	2
脳内出血	7	11	7	10	5	8	9	14	12	4
脳梗塞	34	39	32	26	30	24	28	31	31	31
その他	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0

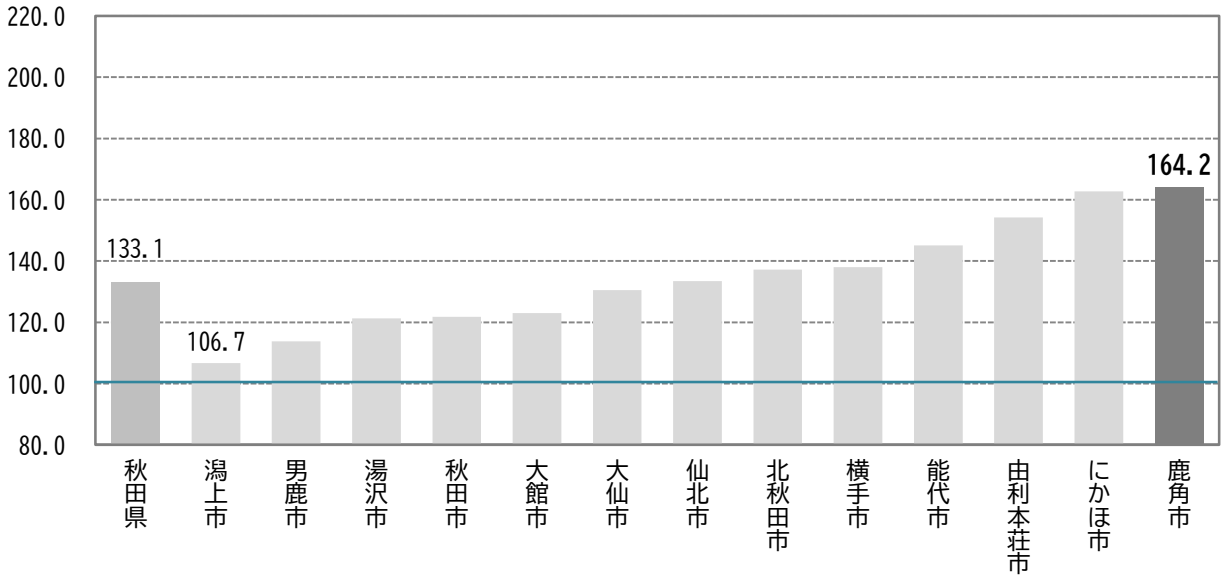


	平成26年	平成27年	平成28年	平成29年	平成30年	令和元年	令和２年	令和３年	令和４年	令和５年
くも膜下出血	10.6	1.9	11.1	7.5	14.3	11.1	13.6	6.3	6.5	5.4
脳内出血	14.9	21.2	15.6	25.0	11.9	22.2	20.5	29.2	26.1	10.8
脳梗塞	72.3	75.0	71.1	65.0	71.4	66.7	63.6	64.6	67.4	83.8
その他	2.1	1.9	2.2	2.5	2.4	0.0	2.3	0.0	0.0	0.0

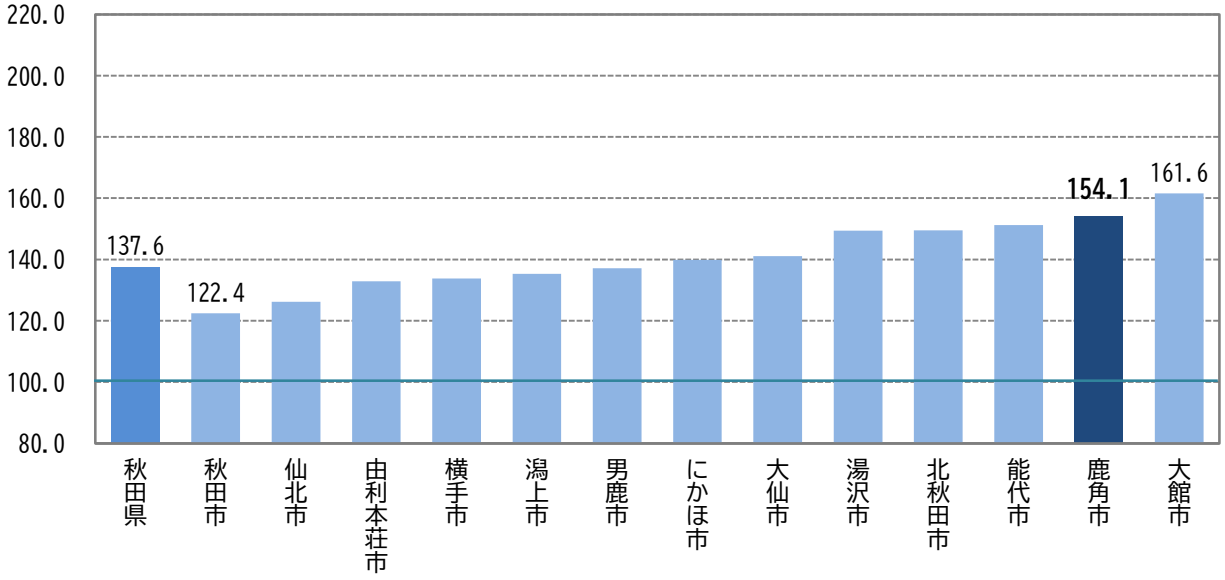
出典：秋田県衛生統計年鑑

【脳血管疾患（男性）の標準化死亡比※】

平成25年～平成29年



平成30年～令和４年

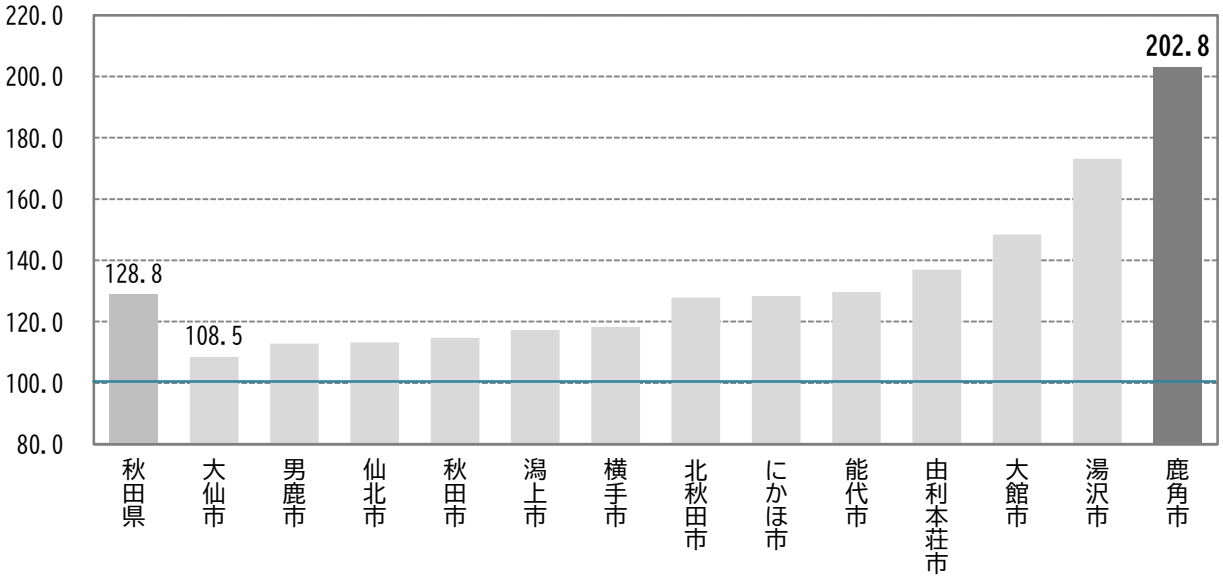


出典：厚生労働省　表６　人口動態保健所・市区町村別統計
標準化死亡比、主要死因・性・都道府県・保健所・市区町村別

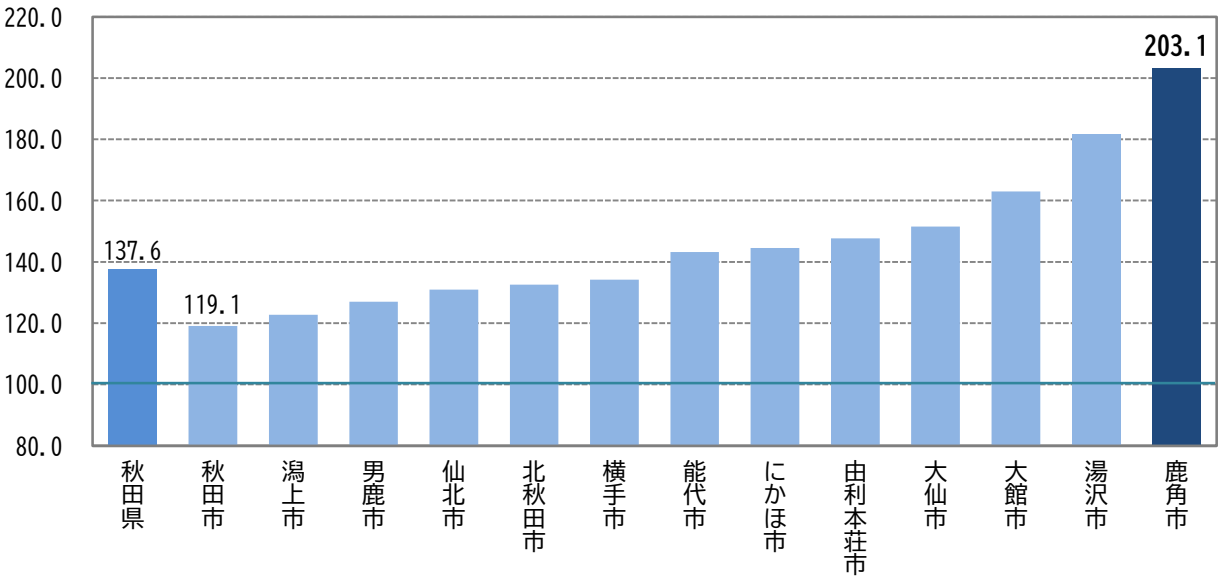
※標準化死亡比
他の集団（市町村など）との人口構成の違いを除去して、死亡率を比較するときの指標　　国：100

【脳血管疾患（女性）の標準化死亡比】

平成25年～平成29年



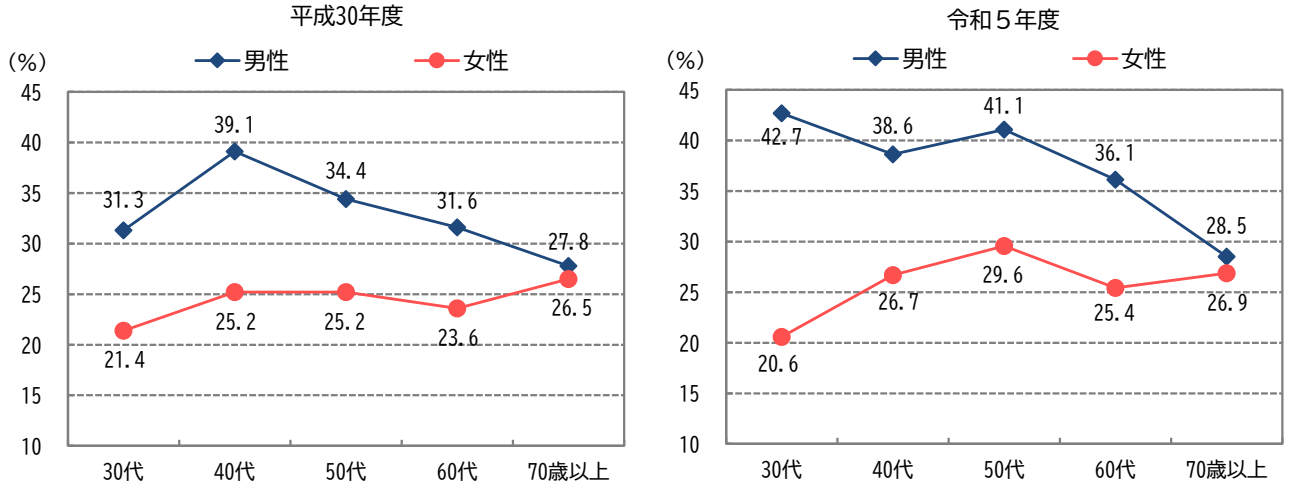
平成30年～令和４年



出典：厚生労働省　表６　人口動態保健所・市区町村別統計
標準化死亡比、主要死因・性・都道府県・保健所・市区町村別
※国：100

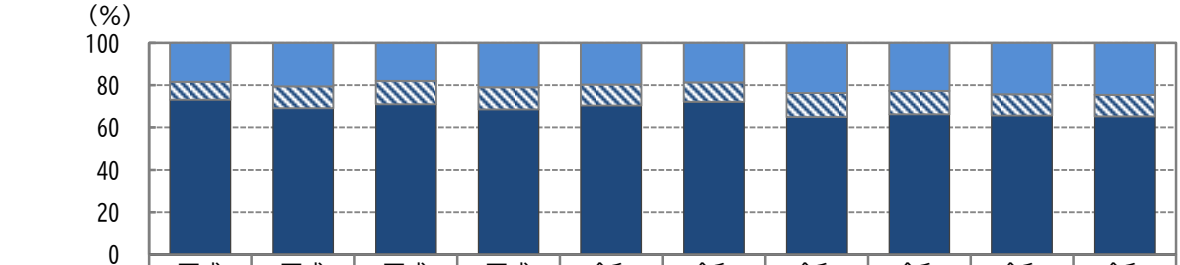
（８）肥満・やせの割合

【肥満者（ＢＭＩ25.0以上）の割合】



出典：鹿角市すこやか子育て課＋全国健康保険協会秋田支部

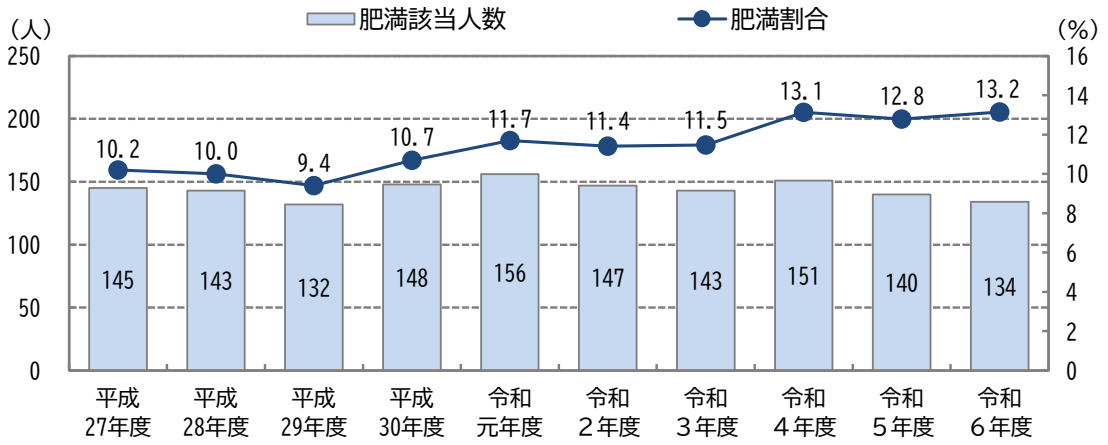
【メタボリックシンドロームの診断結果】



	平成27年度	平成28年度	平成29年度	平成30年度	令和元年度	令和２年度	令和３年度	令和４年度	令和５年度	令和６年度
基準該当	18.3	20.5	18.0	21.1	19.7	18.6	23.7	22.6	24.2	24.6
予備群該当	8.5	10.3	11.1	10.5	9.9	9.2	11.3	11.1	10.1	10.2
非該当	73.2	69.2	71.0	68.5	70.4	72.2	65.0	66.3	65.7	65.2

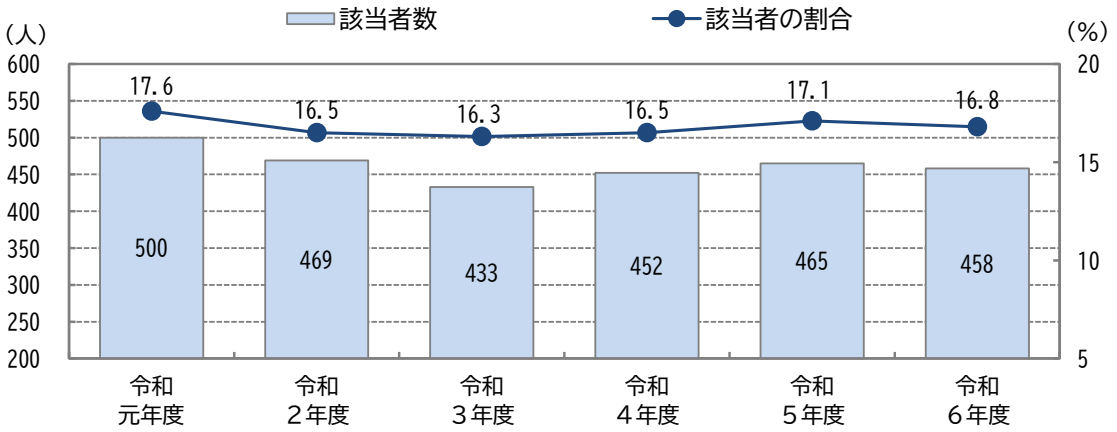
出典：鹿角市すこやか子育て課

【小学生の肥満の人数とその割合】



出典：鹿角学校保健研究会養護教諭部会発行「オアシス」

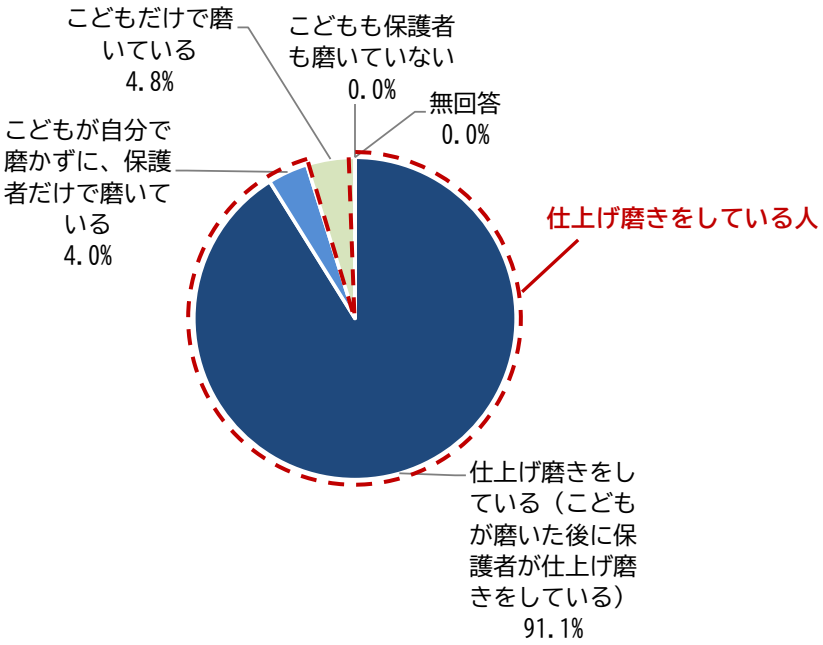
【高齢者（65 歳以上）の低栄養（ＢＭＩ20.0 以下）の割合】



出典：鹿角市すこやか子育て課

（９）仕上げ磨きの状況

【保護者が毎日、仕上げ磨きをしているか】



出典：鹿角市すこやか子育て課（３歳児健康診査時調査（令和６年度実施））

（10）農業体験学習の実施状況

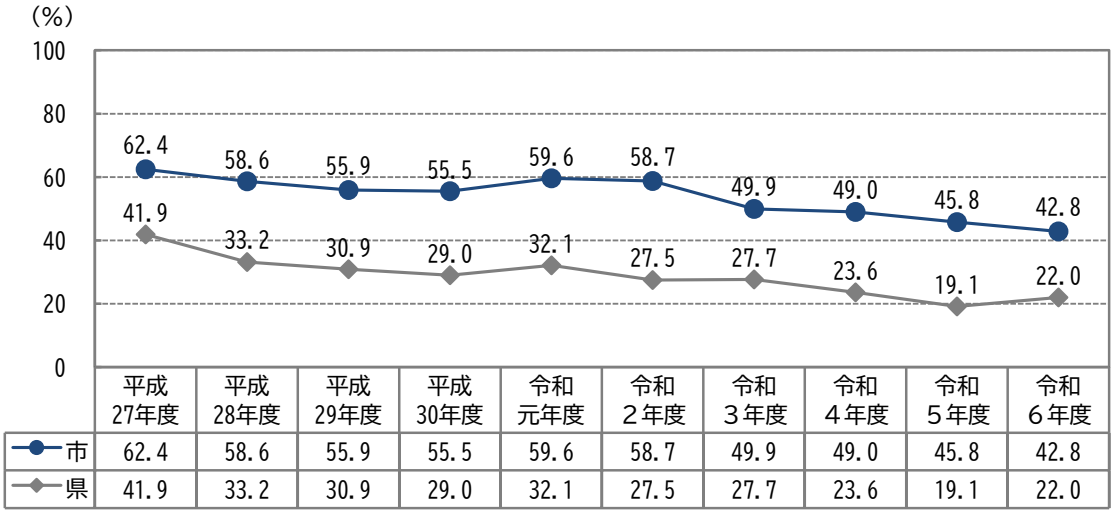
【農業体験学習の実施状況】

実施校	市内小学校６校
体験内容	稲作、枝豆、鹿角りんご、北限のもも、松館しぼり大根、他農作物等

出典：鹿角市総務学事課

（11）地場農産物の活用状況

【地場農産物の学校給食活用率】



	平成27年度	平成28年度	平成29年度	平成30年度	令和元年度	令和２年度	令和３年度	令和４年度	令和５年度	令和６年度
市	62.4	58.6	55.9	55.5	59.6	58.7	49.9	49.0	45.8	42.8
県	41.9	33.2	30.9	29.0	32.1	27.5	27.7	23.6	19.1	22.0

出典：市町村別地場産物活用率（主要野菜 15 品目）　秋田県
学校給食物資使用調査表　秋田県

２　食生活の現状

（１）調査概要

①調査の目的

「第３期鹿角市食の健康づくり推進計画」の策定にあたり、市民の健康づくりに対する意識や関心、生活習慣等を把握し、計画の評価及び施策の充実を図るためにアンケート調査を実施しました。

②調査設計

調査種別	項目	内容
高校２年生	調査対象	鹿角高校に通っている高校２年生
	調査対象者数	161 件
	調査方法	学校配付、学校・ＷＥＢ回収
	調査期間	令和７年７月１日～令和７年７月 14 日
一般市民	調査対象	鹿角市に居住する 18 歳～80 歳の方
	調査対象者数	600 件
	調査方法	郵送配付、郵送・ＷＥＢ回収
	調査期間	令和７年７月 23 日～令和７年８月８日（８月 15 日まで回答含む）
保育所等保護者	調査対象	鹿角市内の保育所等に通っている年長児の保護者
	調査対象者数	142 件
	調査方法	幼稚園・保育所等配付、各施設での回収箱にて回収
	調査期間	令和７年７月 23 日～令和７年８月８日（８月 15 日まで回答含む）

③回収結果

調査種別	配付数	総回収数	有効回収数	有効回収率
高校２年生	161 件	156 件	156 件	96.9%

調査種別	配付数	総回収数	有効回収数	有効回収率
一般市民・保育所等保護者	742 件	365 件	365 件	49.2%
一般市民	600 件	273 件	273 件	45.5%
保育所等保護者	142 件	92 件	92 件	64.8%

④図表の見方

○ｎ（number of cases）は比率算出の基数であり、100%が何人の回答に相当するかを示しています。

○図表及び本文で、選択肢の語句等を一部簡略化している場合があります。

○図表及び本文で、「高校２年生」は「高校生」、「一般市民」と「保育所等保護者」は「成人」と表記します。

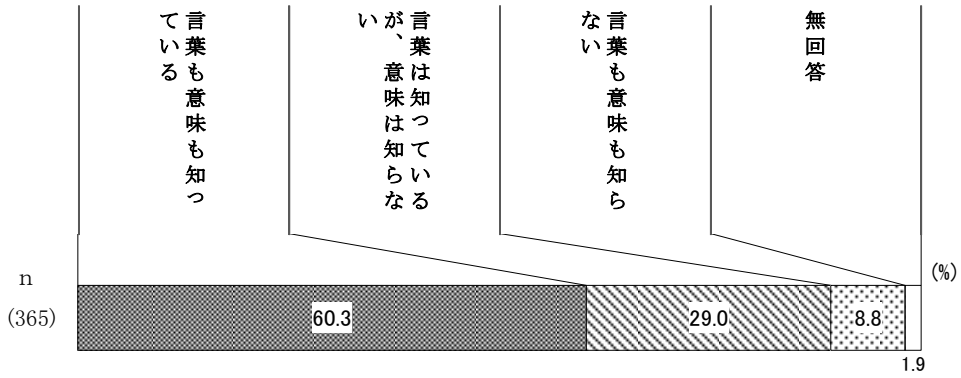
※１　回答の構成比は百分率で表し、小数点第２位を四捨五入して算出しています。したがって、単一選択式の質問においては、回答比率を合計しても 100.0%にならない場合があります。

※２　回答者が２つ以上の回答をすることができる多肢選択式の質問においては、各設問の調査数を基数として算出するため、すべての選択肢の比率を合計すると 100.0%を超える場合があります。

（２）アンケート調査結果

Ｑ１　あなたは、「食育」という言葉やその意味を知っていますか。

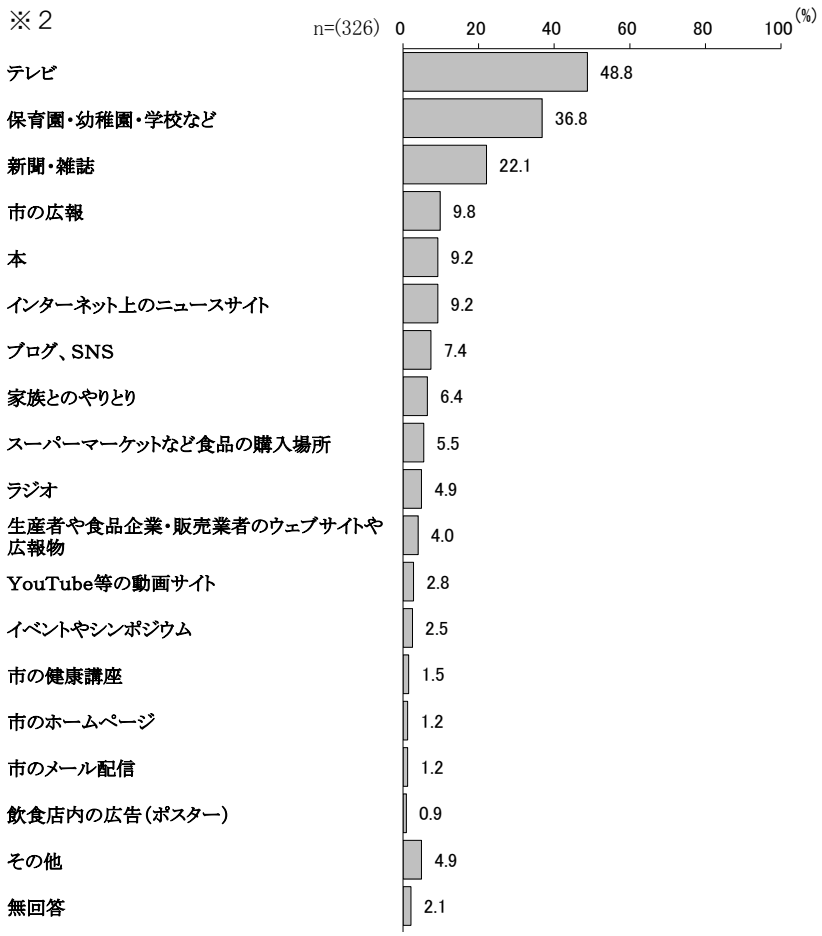
【成人】



Ｑ２　あなたは、「食育」という言葉をどこで知りましたか。（○は複数可）

（「言葉も意味も知っている」、「言葉は知っているが、意味は知らない」を選んだ方のみ。）

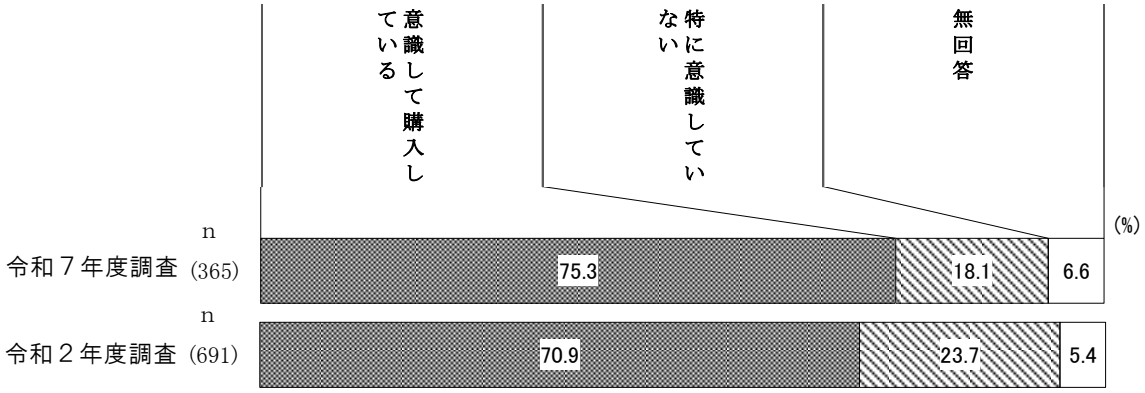
【成人】



※２　回答者が２つ以上の回答をすることができる多肢選択式の質問においては、各設問の調査数を基数として算出するため、すべての選択肢の比率を合計すると 100.0%を超える場合があります。

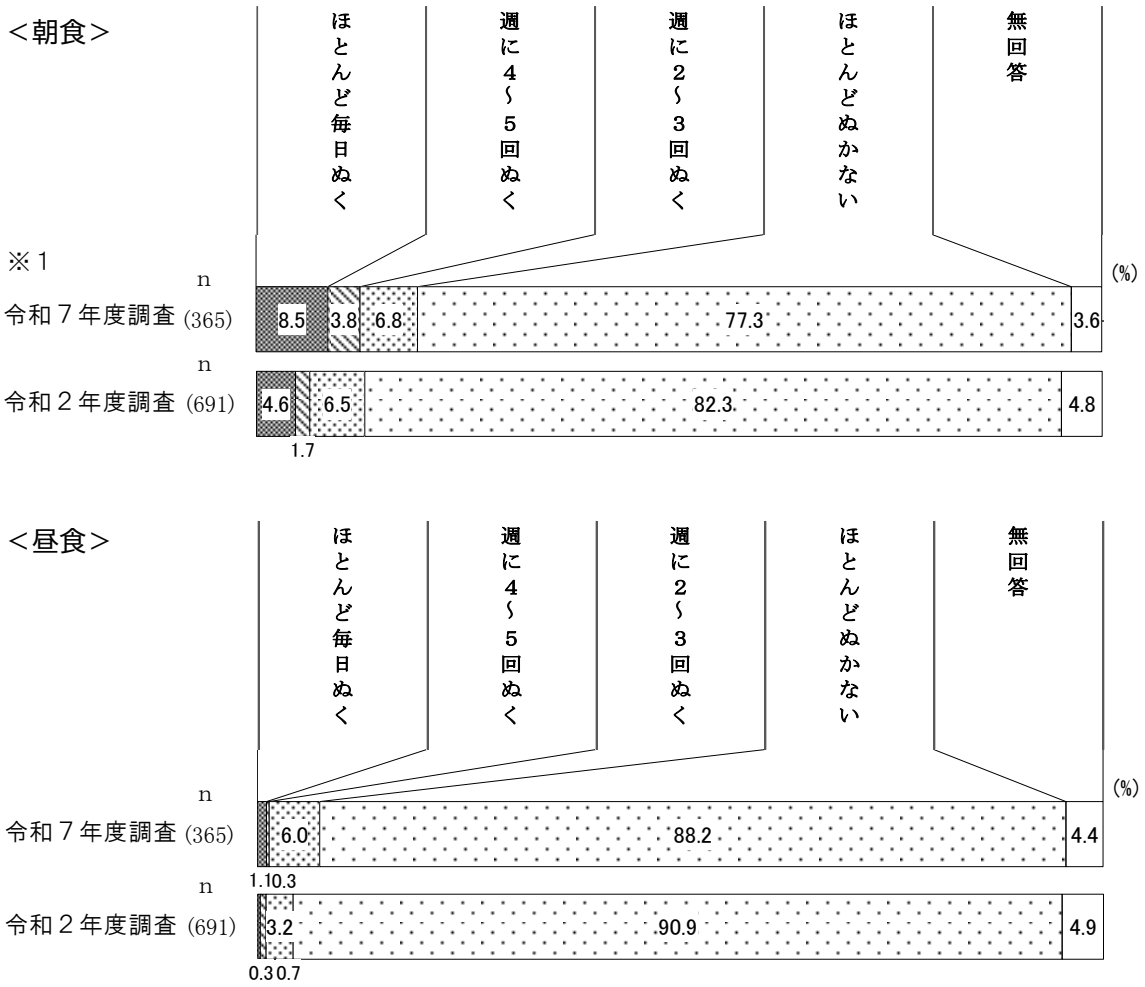
Ｑ３ 食材を買いすぎないことや使い切ることを意識して購入していますか。

【成人】



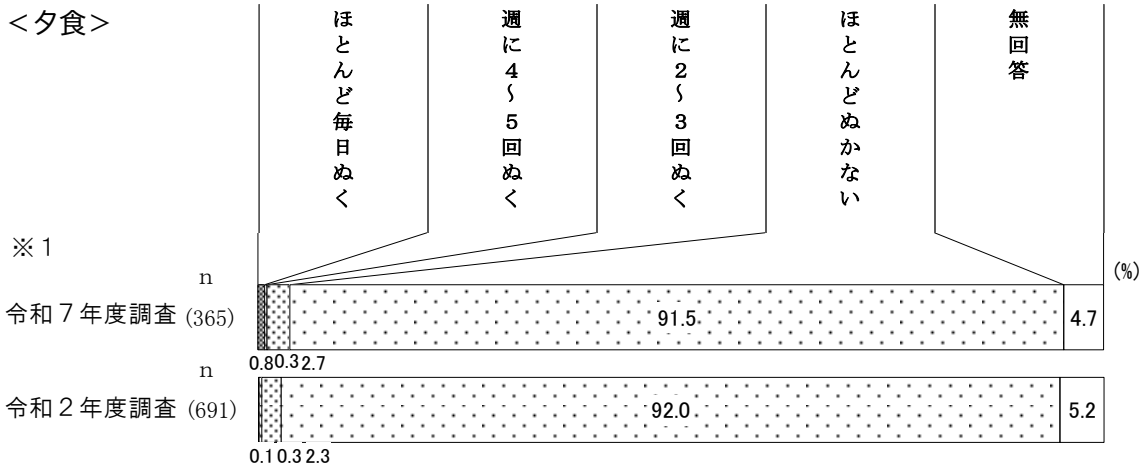
Ｑ４ 朝食、昼食、夕食をぬくことはありますか。

【成人】



※１　回答の構成比は百分率で表し、小数点第２位を四捨五入して算出しています。したがって、単一選択式の質問においては、回答比率を合計しても 100.0%にならない場合があります。

＜夕食＞



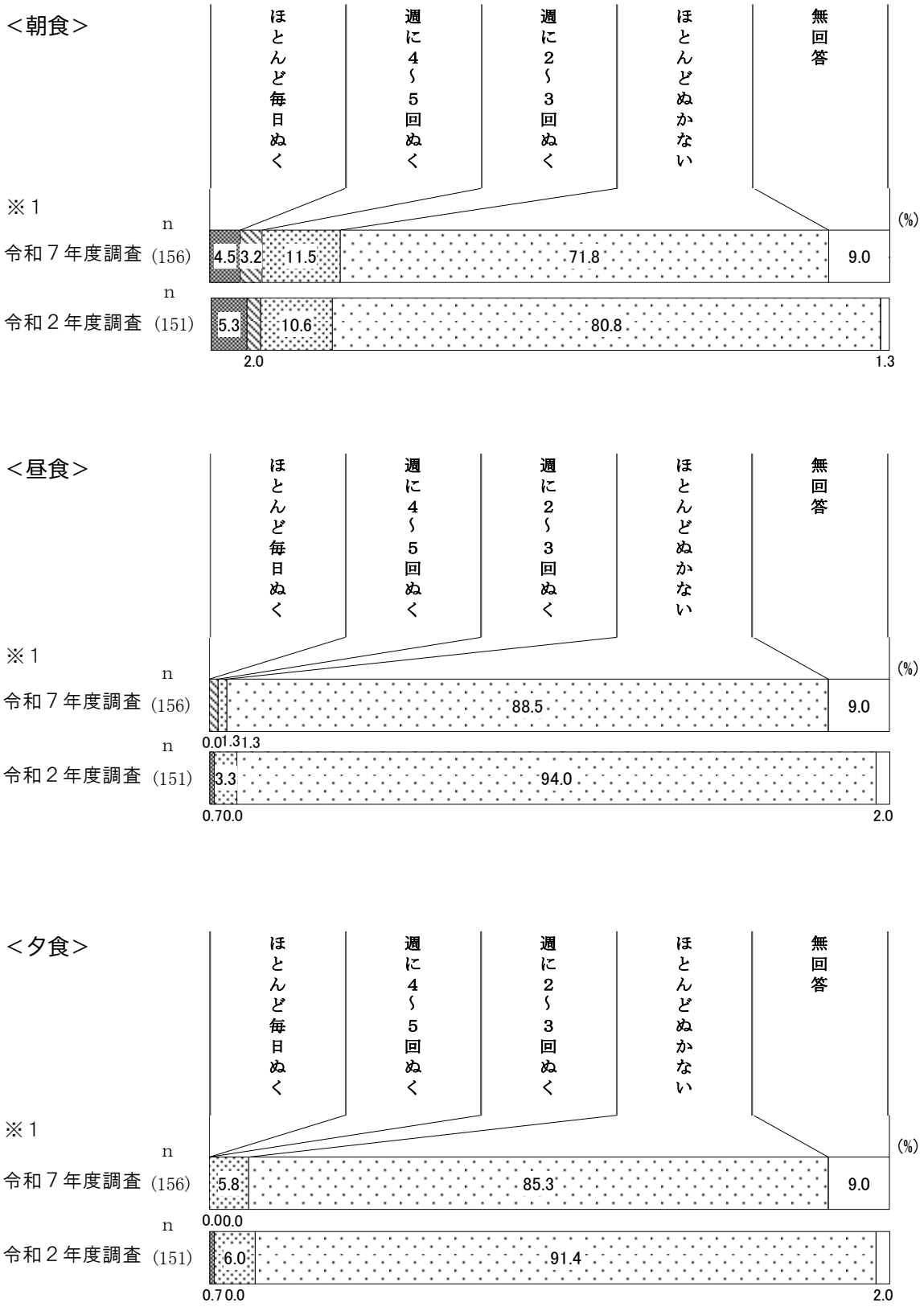
＜欠食の状況：朝食＞

【成人】

上段：人数 下段：％	調査数	ほとんど毎日ぬく	週に４～５回ぬく	週に２～３回ぬく	ほとんどぬかない	無回答
全　体	365 100.0	31 8.5	14 3.8	25 6.8	282 77.3	13 3.6
性・年齢（７区分）						
男性／１０代	1 100.0	－ －	－ －	－ －	1 100.0	－ －
２０代	8 100.0	2 25.0	1 12.5	1 12.5	4 50.0	－ －
３０代	16 100.0	2 12.5	1 6.3	1 6.3	11 68.8	1 6.3
４０代	23 100.0	3 13.0	2 8.7	1 4.3	17 73.9	－ －
５０代	20 100.0	3 15.0	2 10.0	1 5.0	13 65.0	1 5.0
６０代	28 100.0	2 7.1	－ －	2 7.1	23 82.1	1 3.6
７０歳以上	33 100.0	1 3.0	－ －	－ －	30 90.9	2 6.1
女性／１０代	5 100.0	－ －	－ －	2 40.0	3 60.0	－ －
２０代	19 100.0	4 21.1	3 15.8	3 15.8	9 47.4	－ －
３０代	63 100.0	4 6.3	2 3.2	7 11.1	49 77.8	1 1.6
４０代	48 100.0	7 14.6	2 4.2	4 8.3	34 70.8	1 2.1
５０代	18 100.0	－ －	－ －	2 11.1	16 88.9	－ －
６０代	32 100.0	－ －	－ －	－ －	31 96.9	1 3.1
７０歳以上	35 100.0	3 8.6	－ －	－ －	30 85.7	2 5.7

※１　回答の構成比は百分率で表し、小数点第２位を四捨五入して算出しています。したがって、単一選択式の質問においては、回答比率を合計しても 100.0%にならない場合があります。

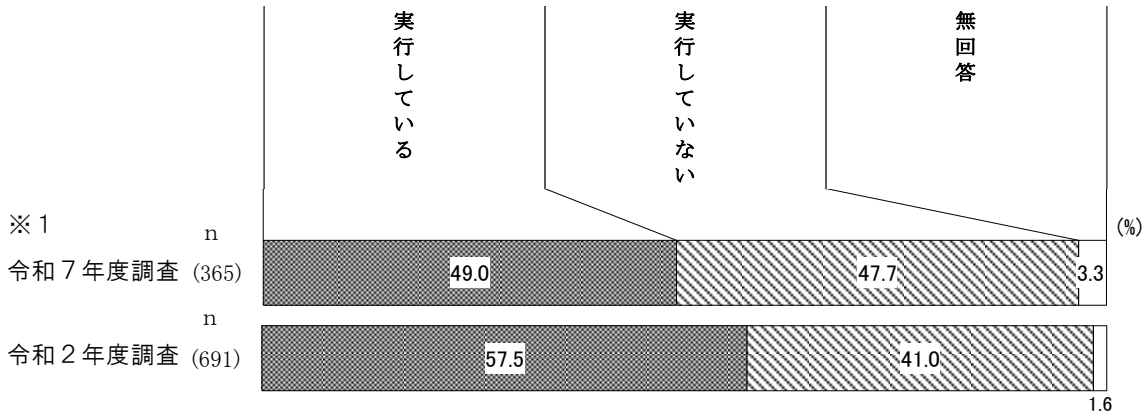
【高校生】



※１　回答の構成比は百分率で表し、小数点第２位を四捨五入して算出しています。したがって、単一選択式の質問においては、回答比率を合計しても 100.0%にならない場合があります。

Ｑ５ 減塩や薄味を実行していますか。

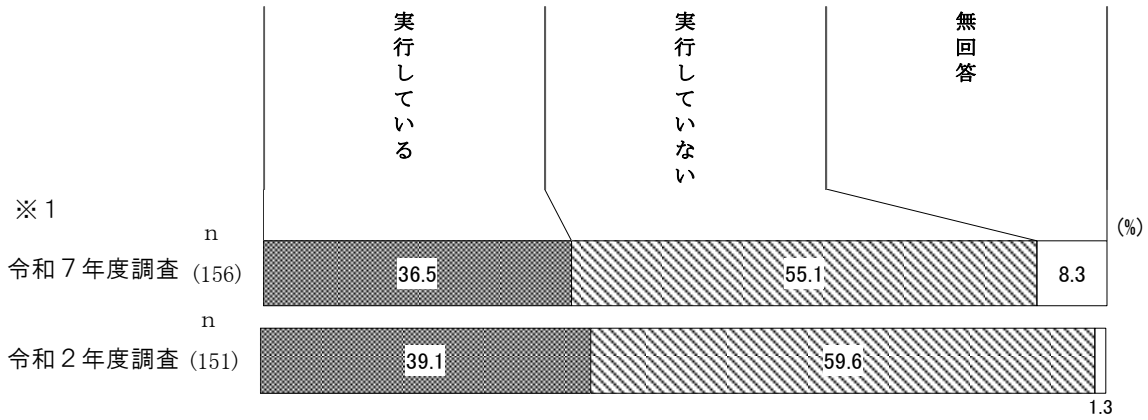
【成人】



上段：人数 下段：％	調査数	実行している	実行していない	無回答
全　体	365 100.0	179 49.0	174 47.7	12 3.3
年齢（７区分）				
１０代	6 100.0	2 33.3	4 66.7	－ －
２０代	28 100.0	11 39.3	17 60.7	－ －
３０代	80 100.0	36 45.0	43 53.8	1 1.3
４０代	73 100.0	26 35.6	46 63.0	1 1.4
５０代	38 100.0	21 55.3	17 44.7	－ －
６０代	60 100.0	36 60.0	22 36.7	2 3.3
７０歳以上	68 100.0	39 57.4	23 33.8	6 8.8
年齢（２区分）				
４０歳未満	114 100.0	49 43.0	64 56.1	1 0.9
４０歳以上	239 100.0	122 51.0	108 45.2	9 3.8

Ｑ６ ご家族の方や同居されている方は、減塩や薄味を実行していますか。

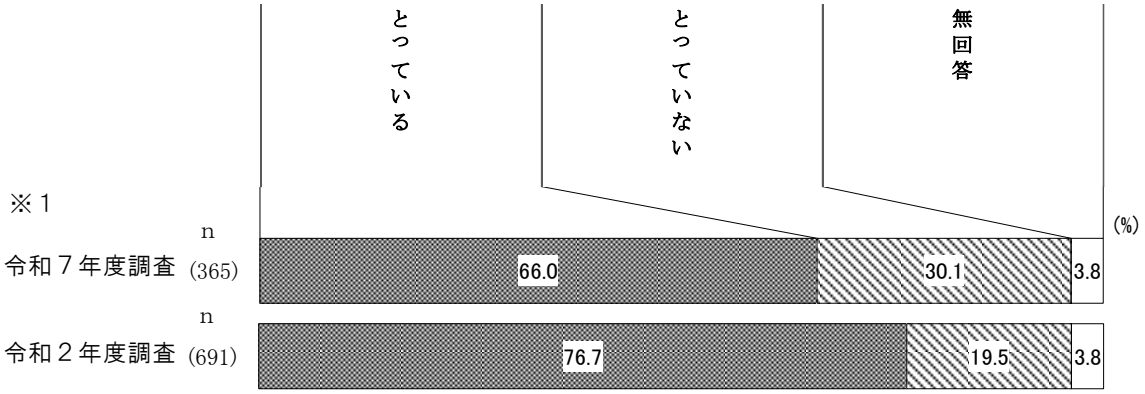
【高校生】



※１　回答の構成比は百分率で表し、小数点第２位を四捨五入して算出しています。したがって、単一選択式の質問においては、回答比率を合計しても 100.0%にならない場合があります。

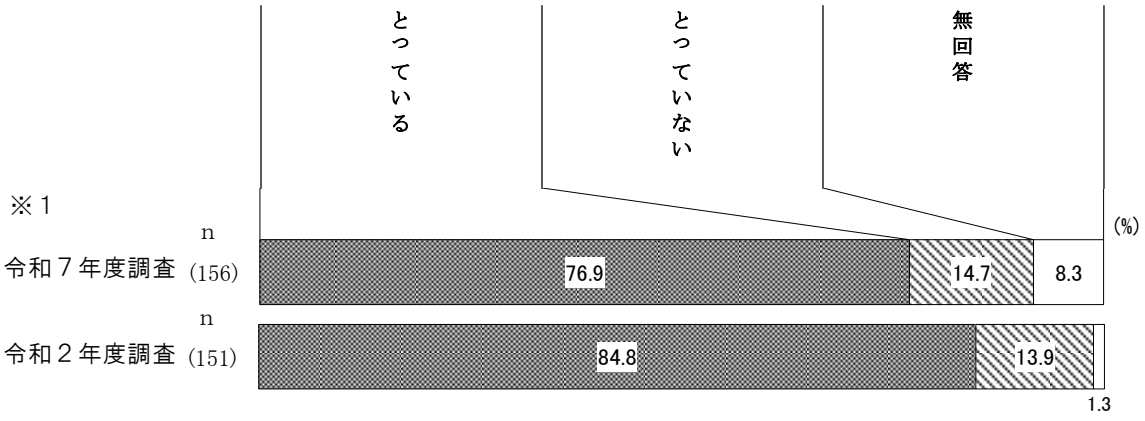
Ｑ７ 主食・主菜・副菜の３つがそろった食事を１日２回以上とっていますか。

【成人】



上段：人数 下段：％	調査数	とっている	とっていない	無回答
全　体	365 100.0	241 66.0	110 30.1	14 3.8
年齢（７区分）				
１０代	6 100.0	3 50.0	3 50.0	－ －
２０代	28 100.0	15 53.6	13 46.4	－ －
３０代	80 100.0	55 68.8	23 28.8	2 2.5
４０代	73 100.0	44 60.3	28 38.4	1 1.4
５０代	38 100.0	25 65.8	12 31.6	1 2.6
６０代	60 100.0	41 68.3	16 26.7	3 5.0
７０歳以上	68 100.0	49 72.1	14 20.6	5 7.4
年齢（２区分）				
４０歳未満	114 100.0	73 64.0	39 34.2	2 1.8
４０歳以上	239 100.0	159 66.5	70 29.3	10 4.2

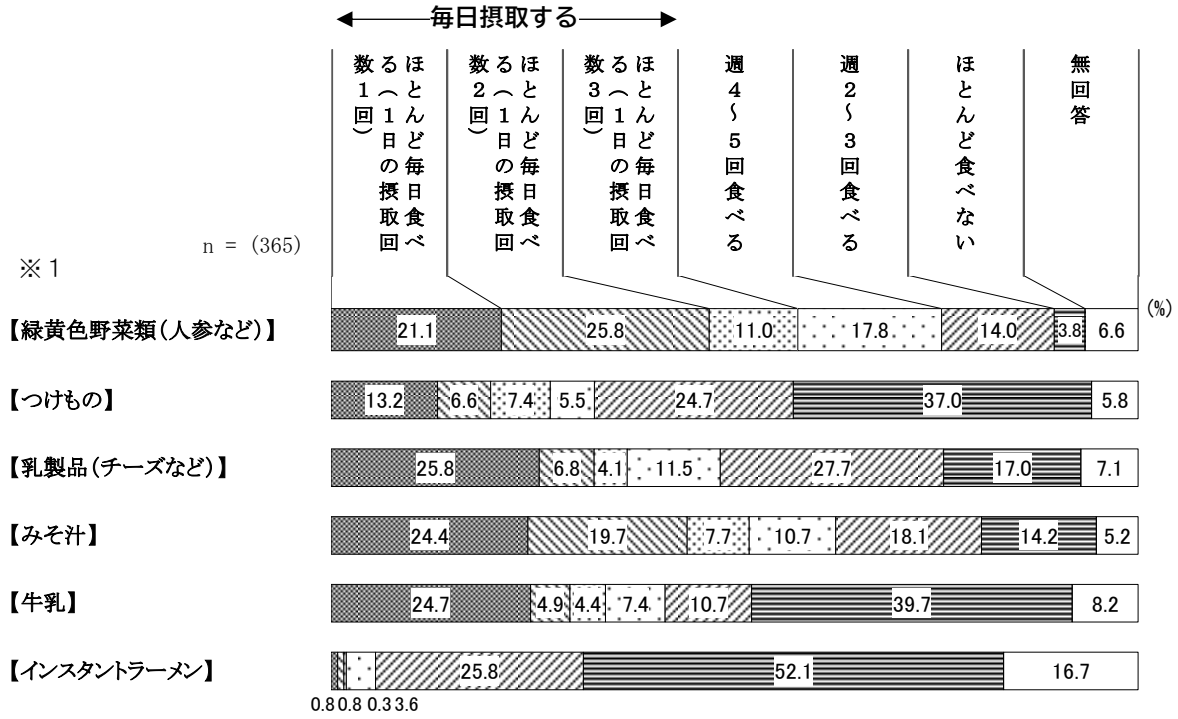
【高校生】



※１　回答の構成比は百分率で表し、小数点第２位を四捨五入して算出しています。したがって、単一選択式の質問においては、回答比率を合計しても 100.0%にならない場合があります。

Ｑ８ 次の食べ物をどのくらいの頻度で食べていますか。

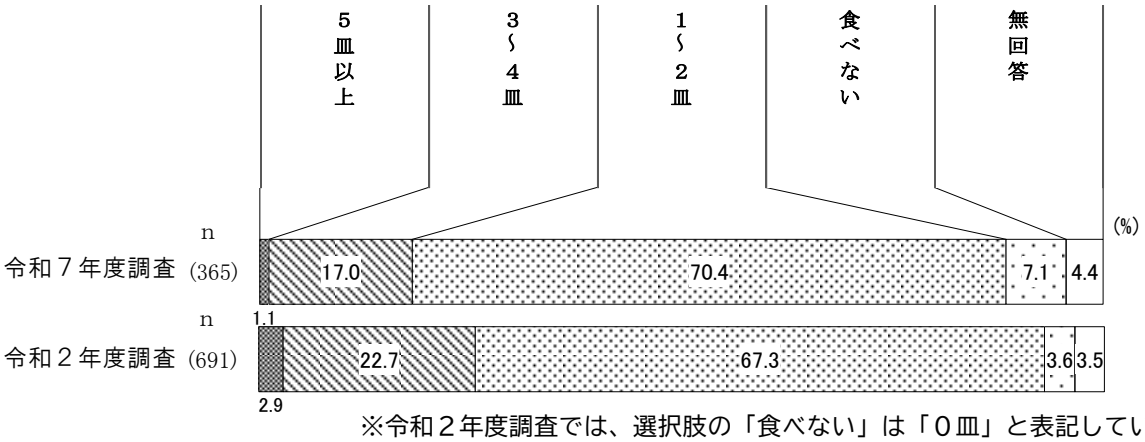
【成人】



※１　回答の構成比は百分率で表し、小数点第２位を四捨五入して算出しています。したがって、単一選択式の質問においては、回答比率を合計しても 100.0%にならない場合があります。

Ｑ９ 野菜を１日何皿食べていますか。

【成人】

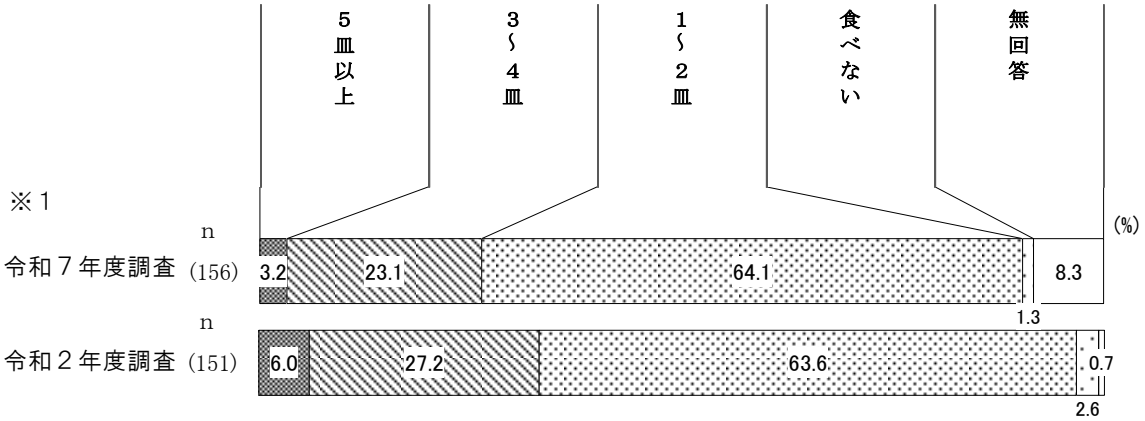


※令和２年度調査では、選択肢の「食べない」は「０皿」と表記しています

上段：人数 下段：％	調査数	5皿以上	3～4皿	1～2皿	食べない	無回答
全　体	365	4	62	257	26	16
	100.0	1.1	17.0	70.4	7.1	4.4
年齢（７区分）						
１０代	6	－	－	6	－	－
	100.0	－	－	100.0	－	－
２０代	28	－	4	19	5	－
	100.0	－	14.3	67.9	17.9	－
３０代	80	1	12	62	3	2
	100.0	1.3	15.0	77.5	3.8	2.5
４０代	73	1	9	53	9	1
	100.0	1.4	12.3	72.6	12.3	1.4
５０代	38	－	10	27	1	－
	100.0	－	26.3	71.1	2.6	－
６０代	60	1	14	39	3	3
	100.0	1.7	23.3	65.0	5.0	5.0
７０歳以上	68	1	11	42	5	9
	100.0	1.5	16.2	61.8	7.4	13.2
年齢（２区分）						
４０歳未満	114	1	16	87	8	2
	100.0	0.9	14.0	76.3	7.0	1.8
４０歳以上	239	3	44	161	18	13
	100.0	1.3	18.4	67.4	7.5	5.4

【高校生】

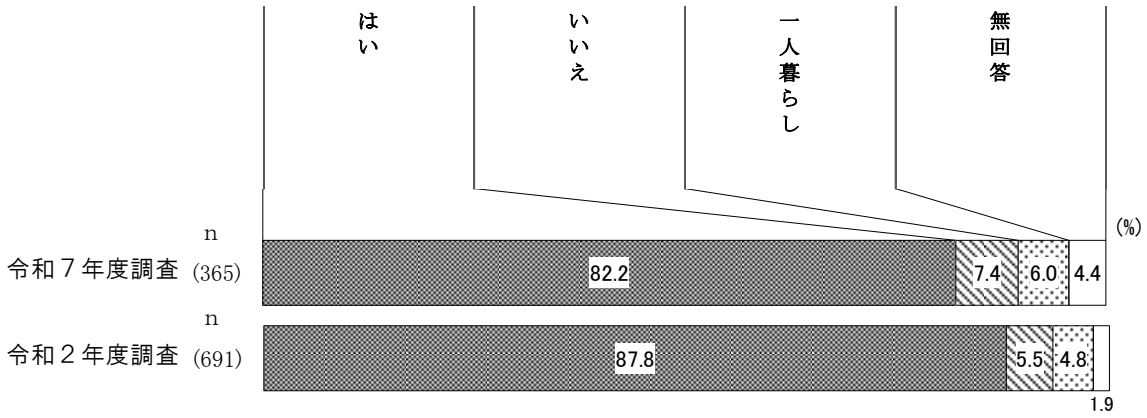
※１



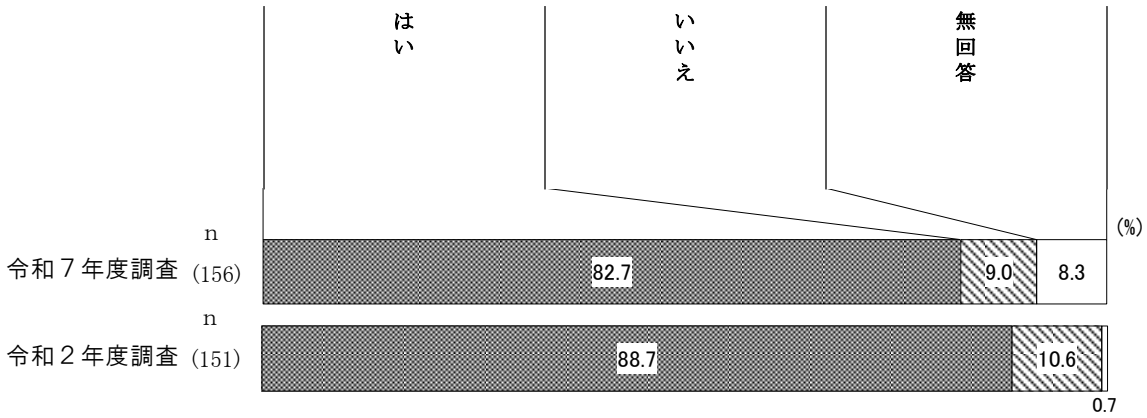
※１　回答の構成比は百分率で表し、小数点第２位を四捨五入して算出しています。したがって、単一選択式の質問においては、回答比率を合計しても 100.0%にならない場合があります。

Q10 先週１週間の間に、毎日１回以上、同居している家族みんな、または、複数で一緒に食事をしましたか。

【成人】

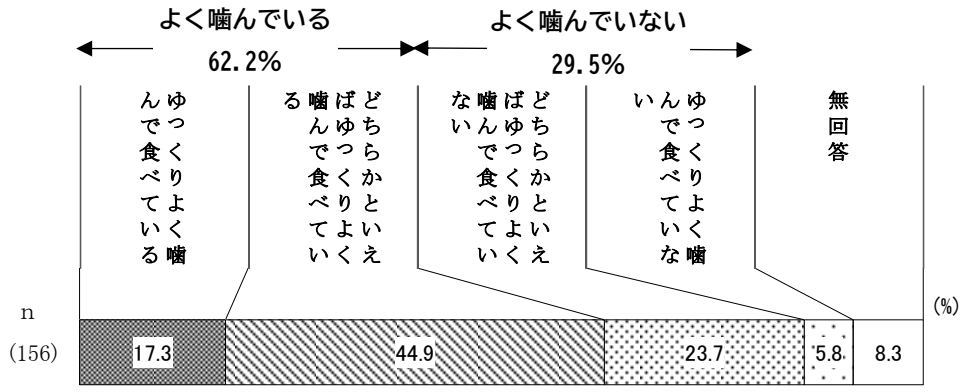


【高校生】



Q11 あなたは、ふだんゆっくりよく噛んで食べていますか。

【高校生】



Q12 食事を噛んで食べるときの状態はどれにあてはまりますか。

【成人】

上段：人数 下段：％	調査数	なんでも噛んで食べられる	噛みにくいことがある	ほとんど噛めない	無回答
全　体	365 100.0	261 71.5	96 26.3	3 0.8	5 1.4
年齢（７区分）					
１０代	6 100.0	5 83.3	－ －	－ －	1 16.7
２０代	28 100.0	26 92.9	2 7.1	－ －	－ －
３０代	80 100.0	71 88.8	9 11.3	－ －	－ －
４０代	73 100.0	54 74.0	18 24.7	1 1.4	－ －
５０代	38 100.0	25 65.8	12 31.6	1 2.6	－ －
６０代	60 100.0	35 58.3	25 41.7	－ －	－ －
７０歳以上	68 100.0	37 54.4	27 39.7	1 1.5	3 4.4
年齢（２区分）					
４０歳未満	114 100.0	102 89.5	11 9.6	－ －	1 0.9
４０歳以上	239 100.0	151 63.2	82 34.3	3 1.3	3 1.3
年齢（３区分）					
１８～３９歳	114 100.0	102 89.5	11 9.6	－ －	1 0.9
４０～６４歳	140 100.0	99 70.7	39 27.9	2 1.4	－ －
６５歳以上	99 100.0	52 52.5	43 43.4	1 1.0	3 3.0

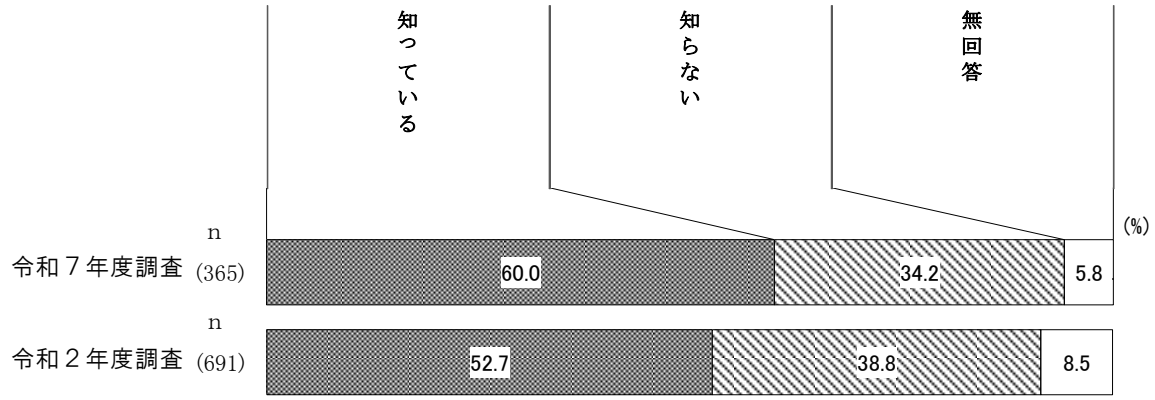
Q13 定期的に歯科検診を受診していますか（最低でも１年に１回以上の受診）。

【成人】

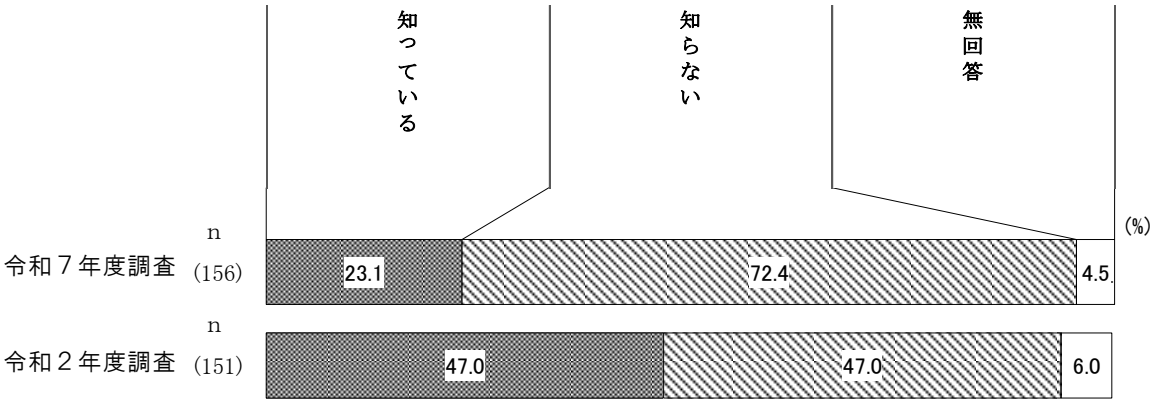
上段：人数 下段：％	調査数	受診している	受診していない	無回答
全　体	365 100.0	144 39.5	215 58.9	6 1.6
年齢（２区分①）				
１８歳～６４歳	254 100.0	92 36.2	160 63.0	2 0.8
６５歳以上	99 100.0	47 47.5	48 48.5	4 4.0
年齢（２区分②）				
４０歳未満	114 100.0	41 36.0	71 62.3	2 1.8
４０歳以上	239 100.0	98 41.0	137 57.3	4 1.7

Q14 適正体重を知っていますか。

【成人】



【高校生】



※令和２年度調査では、選択肢の「知らない」は「知らなかった」と表記しています

３　計画の達成状況と今後の課題

（１）第２期鹿角市食の健康づくり推進計画の評価

「第２期鹿角市食の健康づくり推進計画」において、４つの基本目標別に 18 の数値目標を設定し、計画の最終評価を実施しました。

最終評価については、令和２年度の実績値と令和７年度の現状値を比較し、達成状況を◎、○、□、●、－の５段階で評価しています。

今回の評価では、数値目標 18 項目中、『◎ 令和７年度最終目標値を達成した』は３項目、『○ 目標には届かないが、令和２年度基準値を上回った』は２項目、『□ 変化なし』は１項目、『● 令和２年度基準値を下回った』は 11 項目、『－ 評価困難』は１項目となりました。

基本目標別でみると、「２　食を通じた心身の健康の確保」では、７項目中６項目が基準値を下回っています。「１　健全な食生活の実践」では、７項目中１項目が最終目標値を達成、目標には届かないが基準値を上回ったものは１項目、基準値を下回ったものは４項目となっています。「３　食に関する正しい知識の普及」と「４　豊かな食材の活用及び食文化の継承」では、１項目が最終目標値を達成しています。

【評価基準】

評価区分	評価基準
◎	令和７年度最終目標値を達成した
○	目標には届かないが、令和２年度基準値を上回った
□	変化なし
●	令和２年度基準値を下回った
－	評価困難

【基本目標別評価結果】

基本目標	項目数	◎	○	□	●	－
１　健全な食生活の実践	7	1	1	1	4	0
２　食を通じた心身の健康の確保	7	0	1	0	6	0
３　食に関する正しい知識の普及	1	1	0	0	0	0
４　豊かな食材の活用及び食文化の継承	3	1	0	0	1	1
合計	18	3	2	1	11	1
比率	100.0%	16.7%	11.1%	5.6%	61.1%	5.6%

基本目標		指標		令和２年度実績値（基準値）	令和７年度最終目標値	令和７年度現状値	達成状況
１　健全な食生活の実践							
	(1)	朝食を抜くことのある人の割合【ほとんど毎日ぬく＋週に４、５回ぬく＋週に２～３回ぬく】（健康づくりに関するアンケート）	20 代男性	50.0%	42.5%	50.0%	□
	(2)		20 代女性	33.4%	30.0%	52.7%	●
	(3)		30 代男性	34.4%	28.0%	25.1%	◎
	(4)		30 代女性	20.0%	15.0%	20.6%	●
	(5)	１週間の間に、毎日１回以上、同居している家族みんな、または、複数で一緒に食事をしている人の割合（健康づくりに関するアンケート）	高校生	88.7%	90.0%	82.7%	●
	(6)		成人	87.8%	90.0%	82.2%	●
	(7)	食材を買いすぎないことや使い切ることを意識して購入する人の割合（健康づくりに関するアンケート）		70.9%	80.0%	75.3%	○
２　食を通じた心身の健康の確保							
	(8)	減塩や薄味を実行している人の割合（健康づくりに関するアンケート）		57.5%	64.0%	49.0%	●
	(9)	主食・主菜・副菜のそろったバランスの良い食事を１日２回以上している人の割合（健康づくりに関するアンケート）		76.7%	81.8%	66.0%	●
	(10)	１日に野菜を３皿以上食べている人の割合（健康づくりに関するアンケート）		25.6%	37.8%	18.1%	●
	(11)	果物摂取量 100ｇ未満の者の割合（国民健康・栄養調査）		61.6% ※国：令和元年度	30.0% 以下	63.4% ※国：令和５年度	●
	(12)	小学生の肥満（鹿角学校保健研究会養護教諭部会発行「オアシス」）		11.7% ※令和元年度	減少	13.2% ※令和６年度	●
	(13)	肥満（ＢＭＩ25 以上）の割合（すこやか子育て課＋全国健康保険協会秋田支部）	30 代男性	31.3% ※平成 30 年度	28.8%	42.7% ※令和５年度	●
	(14)		30 代女性	21.4% ※平成 30 年度	18.9%	20.6% ※令和５年度	○

基本目標	指標		令和２年度実績値（基準値）	令和７年度最終目標値	令和７年度現状値	達成状況
３　食に関する正しい知識の普及						
	（15）	食生活改善推進員活動の継続と新規加入	継続	新規会員増加	新規会員７人	◎
４　豊かな食材の活用及び食文化の継承						
	（16）	地場農産物の学校給食活用率 （市町村別地場産物活用率(主要野菜 15 品目　秋田県)）	59.6% ※令和元年度	現状維持	42.8% ※令和６年度	●
	（17）	郷土料理教室の開催	１回	毎年１回以上開催	未実施	－
	（18）	郷土料理や伝統料理を月１回以上食べている人の割合 （農林水産省：食育に関する意識調査報告書）	44.6% ※国:令和３年	50.0%以上	56.1% ※国:令和７年	◎

（２）基本目標別にみる課題

<table>
<tr><th>基本目標</th><th>現状と課題</th></tr>
<tr><td rowspan="2">１.健全な食生活の実践</td><td>・高校生で朝食を抜くことのある人（週２回以上）の割合は 19.2%いることから、朝食を毎日食べることの大切さを周知する必要があります。
・朝食を抜くことのある人（週２回以上）の割合は 20 代の男女ともに半数以上で、30 代男性は中間目標を達成したものの、30 代女性は２割以上いることから、朝食を毎日食べることの大切さを周知する必要があります。
・１週間に毎日１回以上、同居している家族みんな、または複数で一緒に食事をしている人の割合は高校生、成人ともに減少しています。
・ライフスタイルが大きく変化する若年層に向けた食育の見直しへの取り組みが必要です。
・噛みにくいことがある人の割合が 40 代から増加しており、65 歳以上は４割以上います。
・高齢期になっても自分の歯で何でも噛んで食べられるよう、こどもの頃から歯の大切さを理解し、正しい口腔ケアの方法を実践できる働きかけが必要です。</td></tr>
<tr><td>重点取り組み

●小学校、中学校、高校、保育所等保護者に対しては学校等と連携し、学校教育や幼児教育としての食育に加え、保健師や栄養士による出前講座を実施し、朝食を毎日食べることの大切さや家族と一緒に食事をとること、規則正しい食生活の実践について働きかけます。
●朝食の大切さ、バランスの良い食事、１日に必要な野菜の摂取量等を知り、自身の食生活を見直し、日々の食生活に取り入れることができるよう「大人の食育」として働きかけます。
●健康寿命の延伸に向けて、働き盛り世代や高齢者における望ましい食習慣の実践を目指し、普及啓発を図ります。
●乳幼児健康診査や出前講座等で歯の大切さを学び、正しい口腔ケアを実践していけるよう、歯の健康づくりを支援します。</td></tr>
</table>

基本目標	現状と課題
２.食を通じた心身の健康の確保	・減塩や薄味を実行している人の割合は約５割で減少しています。さらに、主食・主菜・副菜のそろった食事を１日２回以上している人と１日に野菜を３皿以上食べている人も減少し、食の健康志向が低下していることがうかがえます。 ・小学生の肥満割合は増加しています。熱中症対策等により野外での活動が十分にできなかった可能性があります。肥満は運動だけではなく、食事による要因も大きいため、幼児期からの規則正しい生活リズムを身につけ、親子で一緒に取り組める支援が必要です。 ・高校生は成人に比べて、主食・主菜・副菜のそろった食事を１日２回以上している人と１日に野菜を３皿以上食べている人の割合が高い状況です。 ・女性 30 代の肥満者割合はやや減少していますが、男性 30 代は増加しています。また、男性、女性ともに 50 代の割合が高い傾向です。働き盛りの年代が継続できる食の健康づくり対策が必要です。
	重点取り組み
	●小学校、中学校、高校、保育所等保護者に対しては学校等と連携し、学校教育や幼児教育としての食育に加え、保健師や栄養士による出前講座を実施し、適正体重の維持や肥満ややせを予防するためのバランスの良い食事について正しい知識の普及をするとともに学校と連携し食育についても学童期から働きかけます。 ●プレコンセプションケア[2]について周知し、若年層からの実践につなげる取り組みを支援します。 ●働き盛り世代に対しては、商工会や協会けんぽと連携し、健全な食生活を実践できるよう食に関する正しい知識の普及を図ります。 ●高齢期に対しては、出前講座で自治会に出向くことで栄養に関する知識を広めます。

基本目標	現状と課題
３.食に関する正しい知識の普及	・食材を買いすぎないことや使い切ることを意識して購入する人の割合は増加していますが、今後も目標達成を目指し、食品ロス削減に向けた意識づくりを促す必要があります。 ・食生活改善推進員による健康教育や、イベントにおいて食に関する様々な情報発信をしており、今後も継続し市民の食に対する関心を高めていく必要があります。
	重点取り組み
	●食生活改善推進員の新規会員の増加、会員への研修の実施をするとともに、出前講座やイベントによる啓発、試食提供等により、食に関する知識の普及を図ります。 ●乳幼児期から食に関する正しい知識や健全な食習慣を身に付けることができるよう、家庭・学校・地域等と連携し、様々な機会を通して正しい知識の普及啓発を図ります。 ●小学校、中学校、高校、保育所等保護者に対しては、学校等と連携し、学校教育や幼児教育としての食育に加え、保健師や栄養士による出前講座を実施し、食事の大切さや食品ロス、孤食等について講話を通じて、望ましい食事をこども自らが選択できるような働きかけを行います。

[2] 性別を問わず、適切な時期に、性や健康に関する正しい知識を持ち、妊娠・出産を含めた将来設計や将来の健康を考えて健康管理を行うことです。

基本目標	現状と課題
４．豊かな食材の活用及び食文化の継承	・郷土料理教室の開催はできていませんが、食生活改善推進員と共同で食のイベントや出前講座等で郷土料理を提供し親しむ機会を提供できています。より、郷土料理を身近に感じ、食卓等に取り入れるための働きかけが必要です。
	重点取り組み
	●保育所、学校、給食センター等と連携し、給食を通じて地元の特産物や郷土料理について知ってもらう機会を充実します。 ●農業体験や食に関するイベント等を通して、食の大切さや地域の食材への感謝の気持ちを学び、理解を深める取り組みを充実します。 ●保育所等、小学校、中学校の給食やイベント等で地元の食材を使用し、郷土料理や伝統料理を学ぶ機会の提供を支援します。

第３章

計画の基本的方向

第３章　計画の基本的方向

１　計画の大目標

本計画では、市民それぞれのライフステージやライフスタイルに合った「食」に関心を持ちながら自分に必要な「食」を見極め取り入れる力を養い、更には、こどもから大人へ、大人からこどもへ、食の知識を伝えあうことで生涯を通じて「食」と共に健康で長生きできるよう「食から見直す　自分のからだ　家族の健幸　～今、自ら必要な「食」の選択を！～」をスローガンに掲げ、第２期計画から継承する大目標である「脳卒中による死亡率の減少と健康寿命の延伸」を目指します。



食から見直す　自分のからだ　家族の健幸
～今、自ら必要な「食」の選択を！～

大目標

脳卒中による死亡率の減少と健康寿命の延伸

２　計画の基本目標

国や秋田県の動向や本市の現状からみえた課題を踏まえ、本計画の大目標である「脳卒中による死亡率の減少と健康寿命の延伸」の実現を目指し、市民一人ひとりが食に関する正しい知識を身につけ、健全な食生活を実践することで、心身ともに健やかな生活を送ることができるよう、４つの基本目標を設定します。

基本目標　１　規則正しい食生活の実践

朝食を毎日食べることの大切さや家族や仲間と食事をすることの楽しさなど、健康的な食習慣を身につけられるよう支援します。
また、家庭、地域、学校等と連携し、こどもの発達段階に応じて正しい食習慣や歯磨き習慣が身につけられるよう支援します。

基本目標　２　食を通じた心身の健康の確保

胎児期から高齢期に至るまで生活習慣病等を予防し、生涯を通じて心身ともに健康な生活を持続できるよう、ライフコースアプローチ[3]の視点を踏まえた切れ目ない支援を行います。

[3] 胎児期から高齢期に至るまで人の生涯を経時的に捉えた健康づくりのことです。

基本目標 ３　食品の安全・安心と環境に関する理解の促進

安全な食品の選び方や適切な調理・保管方法等について知識を持ち、自分にあった方法で生活に取り入れられるよう、様々な機会を通じて食育に関する情報提供を行い、食への関心を高めます。
さらに、食品ロスの削減など環境にも配慮した食育を推進します。

基本目標 ４　豊かな食材の活用及び食文化の継承

学校給食や食のイベント等において、地域の食材を活用し、郷土料理や伝統料理を取り入れ、地産地消や食文化の伝承を図ります。また、地域の食材に親しみを実感できるよう、地場産品を使ったレシピを提供する機会を充実します。
さらに、様々な体験活動を通じて食の大切さや感謝のこころを育むための支援を行います。

３　計画の体系

基本目標	行動目標
１　規則正しい食生活の実践	①朝食を毎日食べる ②毎日１回以上複数人で食べる ③家族や友人と一緒に食事の準備をする ④仕上げ磨きを毎日する
２　食を通じた心身の健康の確保	①食に関する正しい知識や食べ物を選択する能力を育む ②毎日野菜・果物を摂取する ③適正体重を維持する ④主食・主菜・副菜のそろった食事や減塩を意識し実践する
３　食品の安全・安心と環境に関する理解の促進	①食品表示や食品の安全性について正しく理解する ②食べ物を無駄にしない
４　豊かな食材の活用及び食文化の継承	①農業を体験する ②伝統料理を年１回以上食べる ③地域の行事や郷土料理教室等に参加する ④食への感謝と食事のマナーを大切にする

食育ピクトグラムとは

食育ピクトグラムは、食育の取り組みをこどもから大人まで誰にでもわかりやすく発信するため、表現を単純化した絵文字で、農林水産省が食育に関する取り組みの普及と啓発を目的として作成したものです。

本計画においても、食育ピクトグラムを活用することで、食育に関する取り組みのわかりやすさや親しみやすさに配慮しています。



共食

家族や仲間と、会話を楽しみながら食べる食事で、心も体も元気にしましょう。



朝食欠食の改善

朝食を食べて生活リズムを整え、健康的な生活習慣につなげましょう。



栄養バランスの良い食事

主食・主菜・副菜を組み合わせた食事で、バランスの良い食生活につなげましょう。また、減塩や野菜・果物摂取にも努めましょう。



生活習慣病の予防

適正体重の維持や減塩に努めて、生活習慣病を予防しましょう。



歯や口腔の健康

口腔機能が十分に発達し維持されることが重要ですので、よくかんでおいしく安全に食べましょう。



食の安全

食品の安全性等についての基礎的な知識をもち、自ら判断し、行動する力を養いましょう。



災害への備え

いつ起こるかも知れない災害を意識し、非常時のための食料品を備蓄しておきましょう。



環境への配慮（調和）

SDGs の目標である持続可能な社会を達成するため、環境に配慮した農林水産物・食品を購入したり、食品ロスの削減を進めたりしましょう。



地産地消等の推進

地域でとれた農林水産物や被災地食品等を消費することで、食を支える農林水産業や地域経済の活性化、環境負荷の低減につなげましょう。



農林漁業体験

農林漁業を体験して、食や農林水産業への理解を深めましょう。



日本の食文化の継承

地域の郷土料理や伝統料理等の食文化を大切にして、次の世代への継承を図りましょう。



食育の推進

生涯にわたって心も身体も健康で、質の高い生活を送るために「食」について考え、食育の取組を推進しましょう。

第４章

施策の展開

第４章　施策の展開

Ⅰ　基本目標別の取り組み

基本目標１　規則正しい食生活の実践

行動目標

①朝食を毎日食べる
②毎日１回以上複数人で食べる
③家族や友人と一緒に食事の準備をする
④仕上げ磨きを毎日する



【目標指標】

指標		現状値（令和７年度）	目標値（令和 12 年度）
朝食を抜くことのある人の割合【ほとんど毎日ぬく＋週に４、５回ぬく＋週に２～３回ぬく】（健康づくりに関するアンケート）	高校生	19.2%	10.0%
	20 代男性	50.0%	40.0%
	20 代女性	52.7%	40.0%
	30 代男性	25.1%	20.0%
	30 代女性	20.6%	15.0%
１週間の間に、毎日１回以上、同居している家族みんな、または、複数で一緒に食事をしている人の割合（健康づくりに関するアンケート）	高校生	82.7%	90.0%
	成人	82.2%	90.0%
仕上げ磨きを毎日する（鹿角市すこやか子育て課）	３歳児	95.2%	100%
なんでも噛んで食べることができる高齢者（65 歳以上）の割合（健康づくりに関するアンケート）	65 歳以上	52.5%	80.0%

【目標達成するための取り組み】

市民 が取り組むこと

取り組み
●１日３食しっかり食べます ●早寝早起きを実践し、毎日バランスの良い朝食を食べます ●家族や友人と一緒に調理や食事をする機会を増やし、基本的な生活習慣づくりへの意識を高めます ●毎日の歯磨きや仕上げ磨きを行い、歯磨き習慣を身につけます

行政 が取り組むこと

取り組み	事業内容
情報発信の強化	広報紙、コミュニティＦＭ、配信メール、ＳＮＳ等を活用した周知をします
母子保健事業での食事相談・指導	乳幼児健診・相談などの事業で、保護者の相談対応をし、正しい食の知識を提供します
出前講座	出前講座により食に関する知識の普及を図るとともに、市の保健事業を推進し、食の健康づくりを支援します
各種測定会	簡易的な測定※の実施と評価により健康状態を見える化し、正しい健康情報の提供を食の健康づくりを支援します
イベント等での啓発	イベント等で、食に関する正しい知識等の普及啓発を図ります

※ベジメータ測定（57 ページ）、骨密度測定、みそ汁の塩分測定、血圧測定等

団体 が取り組むこと

取り組み	具体的な行動	団体
食育の普及啓発	減塩、バランス、欠食などについて、関係機関と連携して啓発します	保健所 学校、保育所等 食生活改善推進員
環境づくり	妊婦歯科健診・歯周病検診を受けやすい環境づくりに努めます	歯科医師会 事業所
フッ化物洗口	保育所・幼稚園等年長～小・中学生に実施します	保育所・幼稚園等、 小学校、中学校
人材派遣	働き者の健康講座へ歯科医師を派遣し健康教育を実施します	保健所 歯科医師会
行政の事業活用	出前講座や各種測定会等の開催のため、時間と場を提供し、事業参加者の拡充を推進します	全ての団体
歯周病の周知と検診の実施	歯周病が脳血管疾患、心臓病を引き起こしやすいことについて周知します	歯科医師会

基本目標２　食を通じた心身の健康の確保

行動目標

①食に関する正しい知識や食べ物を選択する能力を育む
②毎日野菜・果物を摂取する
③適正体重を維持する
④主食・主菜・副菜のそろった食事や減塩を意識し実践する



【目標指標】

指標		現状値（令和７年度）	目標値（令和 12 年度）
家族が減塩や薄味を実行している割合（健康づくりに関するアンケート）	高校生	36.5%	50.0%
減塩や薄味を実行している人の割合（健康づくりに関するアンケート）	成人	49.0%	64.0%
１日に野菜を３皿以上食べている人の割合（健康づくりに関するアンケート）	高校生	26.3%	33.2%
	成人	18.1%	37.8%
主食・主菜・副菜のそろった食事を１日２回以上している人の割合（健康づくりに関するアンケート）	高校生	76.9%	84.8%
	成人	66.0%	81.8%
	65 歳以上	73.7%	80.0%
果物摂取量（20 歳以上１人１日当たり平均）（県民健康・栄養調査）		135ｇ ※県：令和４年	200ｇ
小学生の肥満（鹿角学校保健研究会養護教諭部会発行「オアシス」）		13.2% ※令和６年度	11.7%
肥満（ＢＭＩ25.0 以上）の割合（鹿角市すこやか子育て課＋全国健康保険協会秋田支部）	30 代男性	42.7% ※令和５年度	26.3%
	30 代女性	20.6% ※令和５年度	16.4%
ＢＭＩ20.0 以下の高齢者（65 歳以上）の割合（鹿角市すこやか子育て課）	65 歳以上	16.8% ※令和６年度	13.0%
自分の適正体重を知っている人の割合（健康づくりに関するアンケート）	高校生	23.1%	52.0%

【目標達成するための取り組み】

市民 が取り組むこと

取り組み
●栄養に関する知識を習得し、減塩や野菜・果物摂取など健康に配慮した食事を意識します ●薄味や野菜をたくさん使ったメニューを取り入れます ●健康診断や、保健指導の機会を通じて普段の食生活を見直します ●適正体重を理解し、肥満ややせにならないよう、バランスの良い食事を心がけます

行政 が取り組むこと

取り組み	事業内容
情報発信の強化（再掲）	広報紙、コミュニティＦＭ、配信メール、ＳＮＳ等を活用した周知をします
出前講座（再掲）	出前講座により食に関する知識の普及を図るとともに、市の保健事業を推進し、食の健康づくりを支援します
各種測定会（再掲）	簡易的な測定の実施と評価により健康状態を見える化し、正しい健康情報の提供を食の健康づくりを支援します
イベント等での啓発（再掲）	イベント等で、食に関する正しい知識等の普及啓発を図ります
受診環境の整備	実施医療機関や健（検）診実施機関と協力し、受診体制を整えます
特定保健指導	特定保健指導により生活習慣の見直しを図ります

団体 が取り組むこと

取り組み	具体的な行動	団体
減塩レシピの普及・試食の提供	イベントでの減塩レシピの普及や試食の提供を実施します	食生活改善推進員
行政の事業活用	行政へ時間と場を提供します	事業所 自治会
健康教室やイベント開催	イベントでの減塩レシピの提供や栄養教室を実施します	食生活改善推進員 みどりの食材連絡会 かづの農協女性部 保健所 学校 給食センター
かかりつけ医・かかりつけ薬局による受診勧奨	かかりつけ医・かかりつけ薬局から健（検）診を勧めます	医師会・医療従事者 保健所
職場での受診	職場の健（検）診の項目にがん検診等の受診体制を整えます	健康保険委員 事業所
受診勧奨	未受診者、未治療者、治療中断者に受診を勧めます	事業所
特定保健指導の勧奨	特定保健指導対象者に指導を勧めます	事業所



【ベジメータ】
光を使った非侵襲的皮膚カロテノイド量測定機器で、白色ＬＥＤを指先に 10 秒照射するだけで、簡単に野菜摂取量を評価することができます。結果はベジスコアと呼ばれる０～1,200 の数値となって表され、野菜摂取状況を見える化することによって食事に対する行動変容を促します。

基本目標３　食品の安全・安心と環境に関する理解の促進

行動目標

①食品表示や食品の安全性について
　正しく理解する
②食べ物を無駄にしない



【目標指標】

指標	現状値（令和７年度）	目標値（令和 12 年度）
給食だよりによる啓発（保育所等、小中学校）	年 12 回	現状維持
食生活改善推進員活動の継続と新規加入	新規会員７人	新規会員増加
食生活改善推進員による健康教育の回数	22 回	現状維持
食材を買いすぎないことや使い切ることを意識して購入する人の割合 （健康づくりに関するアンケート）	75.3%	増加

バランスの良い食事の合言葉「まごはやさしいよ」



【目標達成するための取り組み】

市民 が取り組むこと

取り組み
●食品の産地、栄養、添加物などの表示を理解し、食品の正しい選択ができるようにします ●食べ残しなどの食品ロスを削減するため、食材を買いすぎないことや使い切ることを意識して購入します ●あいさつを行う、食べ残しを減らすなど、食への感謝と食事のマナーを大切にします

行政 が取り組むこと

取り組み	事業内容
情報発信の強化（再掲）	広報紙、コミュニティＦＭ、配信メール、ＳＮＳ等を活用した周知をします
母子保健事業での食事相談・指導（再掲）	乳幼児健診・相談などの事業で、保護者の相談対応をし、正しい食の知識を提供します
食生活改善推進員の養成・育成	新しい食生活改善推進員の養成と会員のスキルアップを図ります
出前講座（再掲）	出前講座により食に関する知識の普及を図るとともに、市の保健事業を推進し、食の健康づくりを支援します
関係機関との連携	関係機関との連携により、地域で活動する人の支援をします

団体 が取り組むこと

取り組み	具体的な行動	団体
体験の場の提供	家族で料理を作る体験を通し感謝のこころと食べることの大切さ、食べる力を育みます	みどりの食材連絡会 食生活改善推進員 保育所等 学校
健康教室やイベントでの普及啓発	健康教室やイベントを通し、正しい知識の普及に努めます	食生活改善推進員 みどりの食材連絡会 かづの農協女性部 保健所 保育所等 学校
安全性の理解	食品表示・食品の安全性について理解を促進します	保健所

基本目標４　豊かな食材の活用及び食文化の継承

行動目標

①農業を体験する
②伝統料理を年１回以上食べる
③地域の行事や郷土料理教室等に参加する
④食への感謝と食事のマナーを大切にする



【目標指標】

指標	現状値（令和７年度）	目標値（令和 12 年度）
農業体験実施校（小学校） （鹿角市総務学事課）	６校（全校）	現状維持
地場農産物の学校給食活用率 （市町村別地場産物活用率（主要野菜 15 品目　秋田県））	42.8% ※令和６年度	現状維持
たらふくかづの給食の提供	年９回	現状維持
食のイベントや郷土料理教室等への参加者数	延べ 892 人	延べ 1,000 人
郷土料理や伝統料理を月１回以上食べている人の割合 （農林水産省：食育に関する意識調査報告書）	56.1% ※国：令和７年	次回アンケート調査実施後に設定予定

【目標達成するための取り組み】

市民 が取り組むこと

取り組み
●郷土料理に興味を持ち、家族や友人・知人と共に食します ●農業体験に参加し、旬の食材や地域の農産物の理解を深め、食の大切さや感謝の気持ちを学び、関心を持ちます ●地域の行事やイベント等に、家族や友人・知人と積極的に参加します ●地産地消の普及啓発イベント等に参加し、地場農産物を積極的に使用します

行政 が取り組むこと

取り組み	事業内容
情報発信の強化（再掲）	広報紙、コミュニティＦＭ、配信メール、ＳＮＳ等を活用した周知をします
イベント等での啓発（再掲）	イベント等で、食に関する正しい知識等の普及啓発を図ります
関係機関との連携（再掲）	関係機関との連携により、地域で活動する人の支援をします

団体 が取り組むこと

取り組み	具体的な行動	団体
体験の場の提供（再掲）	家族で料理を作る体験を通し感謝のこころと食べることの大切さ、食べる力を育みます	みどりの食材連絡会 食生活改善推進員 保育所等 学校
健康教室やイベント開催	健康教室やイベントを通し、食文化の継承に努めます	食生活改善推進員 みどりの食材連絡会 かづの農協女性部 保健所 保育所等 学校

Ⅱ　ライフステージ別の食育推進

取り組みの種類　●：市民　□：行政　◆：団体

年代	胎児期	乳幼児期（０～５歳）	学童・思春期（６～18歳）
	胎児（妊婦）	０歳	６歳
基本目標１ 規則正しい食生活の実践	● １日３食しっかり食べます ● 早寝早起きを実践し、毎日バランスの良い朝食を食べます ● 家族や友人と一緒に調理や食事をする機会を増やし、基本的な生活習慣づくりへの意識を高めます ● 毎日の歯磨きや仕上げ磨きをします		
	● 親とこども等が一緒になり基本的な生活習慣づくりへの意識を高めます		
	□ 乳幼児健診・相談などの事業で、正しい食の知識を提供します		
	□ 広報紙、コミュニティＦＭ、配信メール、ＳＮＳ等を活用した周知をします □ 出前講座により食に関する知識の普及を図るとともに、食の健康づくりを支援します □ 各種測定会を実施し、正しい健康情報と健康づくりを支援します □ イベントなどにより、食に関する正しい知識等の普及啓発します		
	◆ 減塩、バランスの良い食事、欠食などについて、関係機関と連携して啓発します ◆ 歯科健（検）診を受けやすい環境づくりに努めます		
基本目標２ 食を通じた心身の健康の確保	● 栄養に関する知識を習得し、減塩や野菜・果物摂取など健康に配慮した食事を意識します ● 薄味や野菜をたくさん使ったメニューを取り入れます ● 健康診断や、保健指導の機会を通じて普段の食生活を見直します ● 適正体重を理解し、肥満ややせ等にならないよう、バランスの良い食事を心がけます		
	□ 広報紙、コミュニティＦＭ、配信メール、ＳＮＳ等を活用した周知をします □ 出前講座により食に関する知識の普及を図るとともに、食の健康づくりを支援します □ 各種測定会を実施し、正しい健康情報の提供と健康づくりを支援します □ イベント等により、食に関する正しい知識等の普及啓発をします		
	□ 医療機関等と協力し、受診体制を整えます		
	◆ イベントでの減塩レシピの普及や試食の提供、栄養教室を実施します ◆ 食生活改善推進員による減塩レシピの作成・提供を行います ◆ 行政への時間と場を提供します		

青年期 （19～39歳）	壮年期 （40～64歳）	高齢期 （65歳以上）
19歳	40歳	65歳
● １日３食しっかり食べます ● 薄味や野菜をたくさん使ったメニューを取り入れます ● 早寝早起きを実践し、毎日バランスの良い朝食を食べます ● 家族や友人と一緒に調理や食事をする機会を増やし、基本的な生活習慣づくりへの意識を高めます ● 自分の適正体重を理解します ● 毎日歯磨きをします		
● 基本的な生活習慣づくりへの意識を高めます		
□ 広報紙、コミュニティＦＭ、配信メール、ＳＮＳ等を活用した周知をします □ 出前講座により食に関する知識の普及を図るとともに、食の健康づくりを支援します □ 各種測定会を実施し、正しい健康情報と健康づくりを支援します □ イベントなどにより、食に関する正しい知識等の普及啓発します		
◆ 減塩、バランスの良い食事、欠食などについて、関係機関と連携して啓発します ◆ 歯科健（検）診を受けやすい環境づくりに努めます		
● 栄養に関する知識を習得し、減塩や野菜・果物摂取など健康に配慮した食事を意識します ● 薄味や野菜をたくさん使ったメニューを取り入れます ● 健康診断や、保健指導の機会を通じて普段の食生活を見直します ● 適正体重を理解し、肥満ややせ等にならないよう、バランスの良い食事を心がけます		
□ 広報紙、コミュニティＦＭ、配信メール、ＳＮＳ等を活用した周知をします □ 出前講座により食に関する知識の普及を図るとともに、食の健康づくりを支援します □ 各種測定会を実施し、正しい健康情報の提供と健康づくりを支援します □ イベント等により、食に関する正しい知識等の普及啓発します □ 実施医療機関や検診実施機関と協力し、受診体制を整えます		
□ 特定保健指導等により生活習慣の見直しを図ります		
□ 医療機関等と協力し、受診体制を整えます		
◆ イベントでの減塩レシピの普及や試食の提供、栄養教室を実施します ◆ 食生活改善推進員による減塩レシピの作成・提供を行います ◆ 行政へ時間と場を提供します ◆ かかりつけ医、かかりつけ薬局から健（検）診を勧めます ◆ 職場の健（検）診の項目にがん検診受診体制を整えます ◆ 未受診者、未治療者、治療中断者には受診を促します		

取り組みの種類　●：市民　□：行政　◆：団体

年代	胎児期	乳幼児期（０～５歳）	学童・思春期（６～18歳）
	胎児（妊婦）	０歳	６歳
基本目標３ 食品の安全・安心と環境に関する理解の促進	● 食品の産地、栄養、添加物などの表示を理解し、食品の正しい選択ができるようにします ● 食べ残しなどの食品ロスを削減するため、食材を買いすぎないことや使い切ることを意識して購入します ● あいさつを行う、食べ残しを減らすなど、食への感謝と食事のマナーを大切にします		
	□ 乳幼児健診・相談などの事業で、正しい食の知識を提供します		
	□ 広報紙、コミュニティＦＭ、配信メール、ＳＮＳ等を活用した周知をします □ 出前講座により食に関する知識の普及を図るとともに、食の健康づくりを支援します		
	◆ 家族で料理を作る体験を通し感謝のこころと食べることの大切さ、食べる力を育みます ◆ 健康教室やイベントを通し、正しい知識の普及に努めます ◆ 食品表示・食品の安全性について理解を促進します		
基本目標４ 豊かな食材の活用及び食文化の継承	● 郷土料理に興味を持ち、家族や友人・知人とともに食事をすることを心がけます ● 農業体験に参加し、旬の食材や地域の農産物の理解を深め、食の大切さや感謝の気持ちを学び、関心を高めます ● 地域の行事やイベント等に、家族や友人・知人と積極的に参加します ● 地産地消の普及啓発イベント等に参加し、地場農産物を積極的に使用します		
	□ 広報紙、コミュニティＦＭ、配信メール、ＳＮＳ等を活用した周知をします □ イベントなどにより、食に関する正しい知識等の普及啓発します		
			◆ 地場農産物を活用し給食で提供します
	◆ イベント等体験の場を提供します ◆ 健康教室やイベントを通し、食文化の継承に努めます		

青年期 （19～39歳）	壮年期 （40～64歳）	高齢期 （65歳以上）
19歳	40歳	65歳
● 食品の産地、栄養、添加物などの表示を理解し、食品の正しい選択ができるようにします ● 食べ残しなどの食品ロスを削減するため、食材を買いすぎないことや使い切ることを意識して購入します ● あいさつを行う、食べ残しを減らすなど、食への感謝と食事のマナーを大切にします		
□ 広報紙、コミュニティＦＭ、配信メール、ＳＮＳ等を活用した周知をします □ 食生活改善推進員の養成と会員のスキルアップを図ります □ 出前講座により食に関する知識の普及を図るとともに、食の健康づくりを支援します		
◆ 家族で料理を作る体験を通し感謝のこころと食べることの大切さ、食べる力を育みます ◆ 健康教室やイベントを通し、正しい知識の普及に努めます ◆ 食品表示・食品の安全性について理解を促進します		
● 郷土料理に興味を持ち、家族や友人・知人とともに食事をすることを心がけます ● 農業体験に参加し、旬の食材や地域の農産物の理解を深め、食の大切さや感謝の気持ちを学び、関心を高めます ● 地域の行事やイベント等に、家族や友人・知人と積極的に参加します ● 地産地消の普及啓発イベント等に参加し、地場農産物を積極的に使用します		
□ 広報紙、コミュニティＦＭ、配信メール、ＳＮＳ等を活用した周知をします □ イベントなどにより、食に関する正しい知識等の普及啓発します		
◆ イベント等体験の場を提供します ◆ 健康教室やイベントを通し、食文化の継承に努めます		

Ⅲ　目標値一覧

基本目標	指標			現状値（令和７年度）	目標値（令和 12 年度）
1　規則正しい食生活の実践					
	(1)	朝食を抜くことのある人の割合【ほとんど毎日ぬく＋週に４、５回ぬく＋週に２～３回ぬく】（健康づくりに関するアンケート）	高校生	19.2%	10.0%
	(2)		20 代男性	50.0%	40.0%
	(3)		20 代女性	52.7%	40.0%
	(4)		30 代男性	25.1%	20.0%
	(5)		30 代女性	20.6%	15.0%
	(6)	１週間の間に、毎日１回以上、同居している家族みんな、または、複数で一緒に食事をしている人の割合（健康づくりに関するアンケート）	高校生	82.7%	90.0%
	(7)		成人	82.2%	90.0%
	(8)	仕上げ磨きを毎日する（鹿角市すこやか子育て課）	３歳児	95.2%	100%
	(9)	なんでも噛んで食べることができる高齢者（65 歳以上）の割合（健康づくりに関するアンケート）	65 歳以上	52.5%	80.0%
2　食を通じた心身の健康の確保					
	(10)	家族が減塩や薄味を実行している割合（健康づくりに関するアンケート）	高校生	36.5%	50.0%
	(11)	減塩や薄味を実行している人の割合（健康づくりに関するアンケート）	成人	49.0%	64.0%
	(12)	１日に野菜を３皿以上食べている人の割合（健康づくりに関するアンケート）	高校生	26.3%	33.2%
	(13)		成人	18.1%	37.8%
	(14)	主食・主菜・副菜のそろった食事を１日２回以上している人の割合（健康づくりに関するアンケート）	高校生	76.9%	84.8%
	(15)		成人	66.0%	81.8%
	(16)		65 歳以上	73.7%	80.0%
	(17)	果物摂取量（20 歳以上１人１日当たり平均）（県民健康・栄養調査）		135ｇ※県：令和４年	200ｇ
	(18)	小学生の肥満（鹿角学校保健研究会養護教諭部会発行「オアシス」）		13.2%※令和６年度	11.7%
	(19)	肥満（ＢＭＩ25.0 以上）の割合（鹿角市すこやか子育て課＋全国健康保険協会秋田支部）	30 代男性	42.7%※令和５年度	26.3%
	(20)		30 代女性	20.6%※令和５年度	16.4%
	(21)	ＢＭＩ20.0 以下の高齢者（65 歳以上）の割合（鹿角市すこやか子育て課）	65 歳以上	16.8%※令和６年度	13.0%
	(22)	自分の適正体重を知っている人の割合（健康づくりに関するアンケート）	高校生	23.1%	52.0%

基本目標	指標		現状値（令和７年度）	目標値（令和 12 年度）
３　食品の安全・安心と環境に関する理解の促進				
	（23）	給食だよりによる啓発（保育所等、小中学校）	年 12 回	現状維持
	（24）	食生活改善推進員活動の継続と新規加入	新規会員７人	新規会員増加
	（25）	食生活改善推進員による健康教育の回数	22 回	現状維持
	（26）	食材を買いすぎないことや使い切ることを意識して購入する人の割合 （健康づくりに関するアンケート）	75.3%	増加
４　豊かな食材の活用及び食文化の継承				
	（27）	農業体験実施校（小学校） （鹿角市総務学事課）	６校（全校）	現状維持
	（28）	地場農産物の学校給食活用率 （市町村別地場産物活用率（主要野菜 15 品目　秋田県））	42.8% ※令和６年度	現状維持
	（29）	たらふくかづの給食の提供	年９回	現状維持
	（30）	食のイベントや郷土料理教室等への参加者数	延べ 892 人	延べ 1,000 人
	（31）	郷土料理や伝統料理を月１回以上食べている人の割合 （農林水産省：食育に関する意識調査報告書）	56.1% ※国：令和７年	次回アンケート調査実施後に設定予定

資料編

資料編

1　計画の策定過程

開催年月日	名称	内容
令和７年 11 月 12 日	第１回 鹿角市健康づくり推進懇談会	（１）第３次健康かづの 21 計画中間評価及び第２期食の健康づくり推進計画の評価及び骨子案について （２）基本目標別の今後の取り組み内容等について（グループワーク）
令和８年　１月 19 日	第２回 鹿角市健康づくり推進懇談会	（１）第３次健康かづの 21 計画改訂版素案について （２）第３期食の健康づくり推進計画素案について （３）パブリックコメントの実施について
令和８年　１月 26 日 ～２月 24 日	パブリックコメント	意見件数０件
令和８年　３月　９日	第３回 鹿角市健康づくり推進懇談会	（１）第３次健康かづの 21 計画改訂版案について （２）第３期食の健康づくり推進計画案について
令和８年　３月 27 日	庁議	庁議により計画決定

２　鹿角市健康づくり推進懇談会設置要綱

（趣旨）
第１条　この要綱は、第３次健康かづの 21 計画の見直し及び第３期鹿角市食の健康づくり推進計画の策定を行い、市民の生活習慣病等の予防及び健康づくりの意識の高揚等に係る対策を総合的かつ効果的に推進するため、鹿角市健康づくり推進懇談会（以下「懇談会」という。）の設置に関し必要な事項を定めるものとする。
（所掌事項）
第２条　懇談会は、次の事項を所掌する。
（１）　第３次健康かづの 21 計画の中間評価及び第２期鹿角市食の健康づくり推進計画の評価作業に関すること。
（２）　第３次健康かづの 21 計画の見直し及び第３期鹿角市食の健康づくり推進計画の策定に関すること。
（３）　その他健康づくりの推進に関すること。
（組織）
第３条　懇談会は、次に掲げる関係機関の中から市長が委嘱する 15 人以内の委員をもって組織する。
（１）　保健、医療、福祉関係団体
（２）　社会教育、スポーツ関係団体
（３）　食育、栄養関係団体
（４）　地域関係団体
（５）　関係行政機関
（６）　学識経験を有する者
（７）　その他市長が必要と認める者
（会長等）
第４条　懇談会に会長及び副会長を置く。
２　会長及び副会長は、委員の互選とする。
３　会長は、懇談会を代表し、会務を統括する。
４　副会長は、会長を補佐し、会長に事故あるときはその職務を代理する。
（会議）
第５条　懇談会は、会長が招集し、その議長となる。
（庶務）
第６条　懇談会に関する庶務は、すこやか子育て課において処理するものとする。
（補則）
第７条　この要綱に定めるもののほか、必要な事項は会長が懇談会に諮って定める。

附　則

この要綱は、令和７年８月１日から施行し、令和８年３月 31 日限り、その効力を失う。

3　鹿角市健康づくり推進懇談会委員名簿

任期：令和７年 11 月 12 日～令和８年３月 31 日

No.	所属	役職	氏名
1	一般社団法人鹿角市鹿角郡医師会	理事長	三ヶ田　健悦
2	鹿角市鹿角郡歯科医師会	会長	小 野 寺　　徹
3	一般社団法人秋田県薬剤師会鹿角支部	支部長	◎　杉 本　　和 伴
4	秋田県大館福祉環境部健康予防課	課長	髙 橋　　香 苗
5	鹿角市学校保健研究会	会長	古 谷　　敦 浩
6	食生活改善推進協議会	会長	三ヶ田　肇子
7	鹿角市老人クラブ連合会	会長	兎 澤　　正 文
8	鹿角市スポーツ推進委員会	委員長	杉　山　　実
9	鹿角市社会福祉協議会	事務局長	○　浅 水　　和 也
10	鹿角市みどりの食材連絡会	代表	阿 部　　弘 子
11	かづの農業協同組合　女性部	部長	福島　美紀子
12	一般社団法人鹿角青年会議所	理事長	大久保　雄生
13	健康保険委員会鹿角支部	支部長	髙 橋　　好 晴
14	鹿角市シルバーリハビリ体操指導士会		工　藤　　昇

◎＝会長、○＝副会長

4　用語解説・補注

【か・カ行】

〇健幸（けんこう）（P５ほか）

「健康」と「幸福」を組み合せた概念で、肉体的・精神的・社会的にすべてが満たされた状態を指します。

【は・ハ行】

〇プレコンセプションケア（P47）

性別を問わず、適切な時期に、性や健康に関する正しい知識を持ち、妊娠・出産を含めた将来設計や将来の健康を考えて健康管理を行うことです。

〇ベジメータ（P57 ほか）

光を使った非侵襲的皮膚カロテノイド量測定機器で、白色ＬＥＤを指先に 10 秒照射するだけで、簡単に野菜摂取量を評価することができます。結果はベジスコアと呼ばれる０～1,200 の数値となって表され、野菜摂取状況を見える化することによって食事に対する行動変容を促します。

【ら・ラ行】

〇ライフコースアプローチ（P49）

胎児期から高齢期に至るまで人の生涯を経時的に捉えた健康づくりのことです。

第３期鹿角市食の健康づくり推進計画
（令和８年度～令和 12 年度）
食から見直す　自分のからだ　家族の健幸
～今、自ら必要な「食」の選択を！～

発行：鹿角市健康福祉部すこやか子育て課
〒018-5201　秋田県鹿角市花輪字下花輪 50
TEL：0186-30-0119　　FAX：0186-30-1257