

## 5 対策の方向性

「健康日本21」が推進される中、地域住民の食生活の向上には、個人の行動変容とそれを支援する環境整備が重要という認識が広まり、前述したとおり、国、地方公共団体、関係団体、ボランティア、民間企業等、それぞれの立場での取組も進んでいる。しかし課題も多く、今後の方向として、大きく以下のような対策が必要である。

- ・ より健康的な食物選択を可能にする食物のアクセス面の整備
- ・ 一般住民にもわかりやすく魅力的で、かつ正しい健康・食生活に関する情報の提供システムの整備
- ・ 無関心層への情報提供ツールや場の開発
- ・ 食物へのアクセス面と情報へのアクセス面の整備の統合
- ・ 食環境整備を推進するための人材の確保と資質の向上
- ・ 食環境整備を推進するための予算の確保
- ・ 食環境整備に関わる関係者の連携の促進
- ・ 食環境整備を推進するための法的整備
- ・ 食環境整備の評価手法の確立と効果の検証

これらの対策の中には、直近で推進すべきもの、できるものと、すぐに実現することは難しいが、今後10年間くらいの社会の変化や健康づくりの動向を見据えて長期的視点で取り組まなければならないものがある。いずれにしても中長期的展望の下で、統一性、整合性を持った食環境整備の推進が重要である。

### (1) 食物へのアクセス

さまざまな取組が行われているにもかかわらず、国民の認識として、外食の場等で健康的な食物提供・情報提供が十分に行われていないと認識する者が多く、また、外食や市販の持ち帰り弁当等においては、野菜をとりにくい、脂肪が多いという状況等をふまえると、より健康的な食物選択の可能性が高まるような食物の生産、食品の製造、食事の提供を一層推進する必要がある。

また、提供されている1食当たりの量が適切でない食事も少なくなく、食べ過ぎ、食べ残し、ひいてはゴミの増加につながっている。従って、健康づくりの視点からだけでなく、こうした面からも、1食当たりの適正な目安と

なるサービングサイズ（ポーションサイズ）の検討が必要である。

また、こうした食物へのアクセス面の整備を推進するには、食品製造業従事者、外食産業従事者等の健康づくりに関する認識を高め、取組の必要性を理解するような学習の場や情報提供を積極的に行わなければならない。

## （２）情報へのアクセス

栄養に関する正確な知識やスキルがないと認識する者が多いにもかかわらず、学習の場がない人、学習意欲のない人が多いことから、こうした関心の低い人々にも届くような情報提供の場やツールが必要である。従って、幼児から成人まで、系統だった食生活に関する学習の機会の保証や、栄養素レベル、食品レベル、料理レベルの学習ツールが整合性をもって理解できるような学習の場が必要である。

また、外食料理等に栄養成分表示などの健康的な食物選択に役立つ情報が付随していても、住民や利用者等、情報の受け手が、情報を理解できない。従って使えないという問題があるので、こうした解決のためにも、一層の学習の機会の提供が必要である。

さらには、これらの取組に対する住民や利用者の認知が低いために、こうした取組に参加した業者や企業にとって、利用者の増加等の具体的なメリットにつながらず、協力が得られにくい（説得する根拠に乏しい）状況があるので、マスメディア等によるPRなども必要である。

## （３）食物へのアクセスと情報へのアクセスの統合

より健康的な食物が、わかりやすく正しい情報を伴って提供されるような仕組みづくり、すなわち、食物へのアクセスと情報へのアクセスの両面を統合した取組の一層の推進が必要である。

例えば、給食施設や外食産業、食品小売業等において、提供する食事や食品のうち健康に配慮した品揃えを増やし、同時に、選択する人、食べる人の健康づくりにとって、それがどう役立つのかを短時間でわかりやすく理解できるような情報（必ずしも栄養成分表示とは限らない）を付随して提供していく具体的な方策づくり、などが考えられる。

#### (4) 国の役割

健康づくりのために食環境整備の推進を図る上で、国の役割は極めて重要である。

国は、健康という観点から、国民の食事の量と質のあり方を具体的に示すものとして、科学的な知見に基づき食事摂取基準（栄養所要量）や食生活指針を策定し、栄養・食生活の専門家や国民に対して、広く示している。さらに、このような健康と栄養・食生活という文脈の中から生まれる“健康づくり”のためのメッセージという範囲を超えて、国は、食品の生産・加工・流通及び一般消費者への販売等について、大きな影響力を持っている。

ここでは、食物へのアクセスと情報へのアクセスというそれぞれの観点から、国の役割を整理したい。

食物へのアクセスについては、国内の食料生産に関わる政策や輸出入に関する規制から始まり、一般消費者に対して、“ある価格”で食品が小売りされるまでのすべてのプロセスに政府が何らかの関与をしている。しかし、健康という視点から国が、現在あるいは将来的に果たす役割に限ると、栄養管理が十分になされた給食を提供するためには、国は、食事摂取基準（栄養所要量）を設定するとともに、栄養管理基準を設けるなど、法的・制度的な基盤整備を行う役割をもつ。

情報へのアクセスについては、調査・研究等による科学的知見の蓄積、それに基づいた正確かつわかりやすい情報の収集と適切な対象への時宜を得た発信があげられる。そのためには、国として行うべき調査研究について、的確な研究課題の選定、研究予算の確保、関連研究機関の機能強化等を行う必要がある。さらに、栄養・食生活に係わる人材の養成や資質の向上等を、制度的に押し進めることも国として大事な役割である。また、食品の生産・流通が世界規模でダイナミックに展開する中で、国際的な動向についての十分な情報収集と必要な情報の時宜を得た発信を、国が中心となって行う必要がある。

食物へのアクセスと情報へのアクセスを統合するものとして、外食・給食メニューへの栄養成分表示等があるが、国はそれらの制度的な基盤の整備やガイドラインの作成等において重要な役割をもつ。

健康増進法等の下で行われる「健康日本21」等の健康づくり運動や生活習

慣病対策において、栄養・食生活の課題が極めて重要であることは広く認識されている。その中で食環境面からのアプローチが、ヘルスプロモーションの観点からも、疾病予防のためのポピュレーション戦略という観点からも重要であるということを、社会全体に伝えていくことも必要である。

また、「健康日本21」の重点課題ともなっている施策の評価という観点からは、食環境整備に係わる取組の効果に関して、国民健康・栄養調査等の国で行う定期的な調査により、十分なモニタリング及び評価を行うことが求められる。

以上のことは、基盤づくりという観点からは、食物へのアクセス・情報へのアクセス面等での施策の展開のためのツール（媒体）、人材・資源、調査研究等、（9）で整理されているとおりとされる。

国の施策においては、健康あるいは保健分野のみならず、食料生産・流通、海外との貿易、情報・教育等の非常に幅広い領域にまたがる、包括的な取組が必要であることから、省庁間や関連機関との有機的な連携が不可欠である。

#### （5）地方公共団体の役割

都道府県及び市町村は、より国民生活の場に近いところで行政サービスを提供するということから、国とは異なる行政機関としての役割が期待されており、各地域の特徴（健康課題、食生活、食料生産等）を踏まえつつ、食環境整備を推進することが必要である。「健康日本21」の地方計画が策定され、実行に移される中で、都道府県等では、「健康づくり応援の店」、「栄養成分表示の店」等の登録・推進が行われ、学習の機会の提供等も行われてきている。このような取組をより一層実効性のあるものとするためには、地域の関係団体、企業、ボランティアやNPO等との連携により、住民にとっても、また食物を提供する側にとっても十分なメリットが感じられるような形で、長続きのする運動を展開する必要がある。コーディネーターとしての地方公共団体の役割は大きい。また、「健康日本21」の地方計画の中間及び最終評価において、地域における食環境整備の有効性について、十分な評価が行われることが期待される。

## (6) 関係団体、民間企業の役割

食環境整備において、生産・流通を含めて、食物を一般消費者に提供する側の役割は、極めて大きい。高齢化が進む中で、生活習慣病等の予防への人々の関心が高まっており、このような中で、健康増進や疾病予防という観点から、いわゆる“ヘルシーメニュー”が、一般消費者にとって適正な価格で、正しい情報とともに提供されるよう、民間企業等は社会的に期待される役割を果たす必要がある。その際には、民間企業としての採算性の問題もあるが、過度の商業ベースでの展開とならないように、結果として消費者の健康に益するような、マーケティングを行うことが望まれる。また、食品関係団体においても、それぞれの会員等に対し健康づくりにおける食生活の重要性を周知する役割も大きい。

さらに、情報の提供者としては、マスメディアの影響が大きく、特に自己の判断能力が未成熟な子ども達に対しては、商品の宣伝も含めて、健康にとって適切な食物選択が行われるような正しい情報を提供することが求められる。

一方、食物の提供側と一般消費者の食品選択を有機的につなぐ存在として、栄養・食生活や健康にかかわる専門家あるいはボランティア等の団体の果たす役割も大きい。

## (7) ボランティア、非営利民間組織（NPO）の役割

毎日の食事は、ごく日常的な場で営まれるものであることから、いわゆる“生活者”の視点から食環境整備を積極的に進める必要がある。そこで、大きな役割を担うものが、ボランティアであり、NPO等である。ボランティアについては、食生活改善推進員等、わが国における食生活改善の歴史の中で常に大きな役割を果たしてきているところであり、人々の生活の場に近いところでの住民への情報提供や、地域においてより健康的な食品を広く普及させる役割が今後益々期待される。NPOについては、行政でもなく、営利企業でもない、新たな組織形態として注目されおり、公益的な立場から、食生活を取り巻く健康上の様々な問題に対して、柔軟かつ時宜を得て対処する役割が期待されている。

## **(8) 地域における関係者の連携**

地域は、私たちが人生の多くの時間を過ごす家庭が属する“場”であり、毎日の食生活の中心がそこで営まれている。これまで個々の役割を論じてきた国、地方公共団体、関係団体、民間企業、ボランティア並びにNPO等が、人々の生活に近い場において、具体的な課題に対して連携し、取組を行うことが望まれる。特に、地域での特徴的な食品が健康づくりにも活用されるといった、食品生産側と健康づくりとの有機的な関わり合いが、国よりも、地域においてはより展開しやすいと考えられることから、行政機関等における所掌や分野を超えた幅広い連携が期待される。また、子ども達や就労者が1日の生活時間の多くを費やす保育所・学校や職域においては、給食、食生活に関連する教育及び健康管理を担当する者が、より一層地域や家庭とのつながりを深めて、それぞれの場における食環境を改善して行く必要がある。

## **(9) 食環境整備のための基盤づくり**

食環境整備を効果的に進めるためには、これまで述べてきた様に多くの主体と国民自身がその意義を十分に理解し、共通の目標や方向に向かって、それぞれの役割を果たしていく必要がある。その際、国民に対して、わかりやすく、具体的な形で食物選択の拠り所となる情報を伝えることが重要となる。そのため、国が中心となり、各種のツール、データベース、人材などに関して、必要な基盤づくりを行うことが求められる。

### **○食物へのアクセス、情報へのアクセス面等での施策の展開のためのツール**

一般消費者が健康的な食物を選択する際の拠り所となるような、具体的かつわかりやすいツール（媒体）に関して、次のような検討及び開発・作成を進め、さらに広く国民に対して普及させていくことが必要である。

- ・何をどれだけ食べたらよいか等、適切な食事量を理解し、実際の食物選択（特に外食等）の補助となるツール（フードガイド等）の作成
- ・健康づくりのための料理のサービングサイズ（ポーションサイズ）の検討及び視覚的媒体の作成
- ・健康的な選択を補助するための外食料理の栄養成分表示等のガイドライ

ンの見直し

- ・対象特性別の食生活指針の見直しなど 等

### ○人材・資源等

栄養・食生活に関しては、単に情報を一般消費者に対して提供するだけでは足りず、専門的知識を背景に適切な指導やわかりやすい説明を行うことや、また、地域におけるボランティア活動も重要であり、さらには食品を提供する事業者が正しい理解をすることが求められ、以下のような対応が必要である。

- ・食物の選択について具体的な支援を行う管理栄養士等の栄養・食生活の専門職や食生活改善推進員等のボランティア等の養成、資質の向上及び活用
- ・飲食店等の事業者、調理師、料理教室主催者等に対する必要な情報の提供等

### ○食環境整備に関する調査・研究

栄養・食生活に関して、環境面から広範囲の人々に対して適切な対策を行うためには、それぞれの対策内容に関して、出来るだけわが国独自の科学的根拠のデータを蓄積していく必要がある。そのために、関連研究機関、学術団体、大学、行政（国及び地方）及び食品産業等が協力しながら、以下に掲げるような調査・研究を積極的に行う必要がある。

- ・社会環境面からのアプローチによる栄養・食生活改善手法の開発及びその有効性の評価に関する調査・研究
- ・食環境整備の評価手法に関する調査・研究
- ・栄養・食生活に関する情報データベースの開発（専門家向け、一般国民向け、飲食店等の事業者向け、など）及びその有効活用に関する調査・研究
- ・マスメディア等を通じての科学的根拠に基づく情報提供（専門家向け、一般国民向け、飲食店等の事業者向け、など）のあり方に関する調査・研究

## (10) 食環境整備の評価

一般的に健康づくりのための環境整備は、社会全体の仕組み等をゆるやかに転換することによって、国民に対して幅広く、長期的な視点から、より健康的な生活習慣へと導いていくものである。従って、最終的な目標とも言える疾病及び疾病等による障害やQOLの低下の予防としての効果が現れるまでには、ある程度の時間がかかるものと予測される。

そのため、より短期的な目標を設定し、国や地域において継続的あるいは定期的な把握が可能な評価手法を導入する必要がある。例えば、積極的な食環境整備の施策が国や地域で開始された際には、その周知度やそのような施策を通じて、人々の知識・態度や実際の食物選択等の行動がどのように変わったか等について、国や地域における健康・栄養調査等で把握を行う必要がある。また、食物や情報の提供側についても、その状況を把握・評価することが必要であろう。

さらに、食環境整備等の結果として現れた人々の食生活の変化が、健康指標やQOL等の与える影響を、長期的な視点から継続的に評価することも重要である。

## 6 おわりに

健康づくり、生活習慣病予防の観点から個人の栄養・食生活に関する行動変容を支援する食環境整備の課題と対応の方向性についてとりまとめた。国際的にも健康づくりのための食物選択の幅を広げ、健康的な食物を選択する拠り所となる情報提供という意味合いから、「インフォームド・チョイス」の重要性が唱われている。また、健康づくりにおける栄養・食生活の重要性に加え、近年では食品の安全・安心、地域産物の活用など、国民の食生活への関心が高まる中、食育基本法案が国会に提出されるなど、食育の推進が大きな課題となってきた。健康づくりの面からの栄養・食生活に関する取組の1つとして、国、地方公共団体、食品関係団体、民間企業、ボランティア等の関係者が連携し、健康づくりのための栄養・食生活に関する環境づくり（食環境整備）が推進されることを期待する。