

第1 食育の推進に関する施策についての基本的な方針

重点課題

- (1) 若い世代を中心とした食育の推進
- (2) 多様な暮らしに対応した食育の推進
- (3) 健康寿命の延伸につながる食育の推進
- (4) 食の循環や環境を意識した食育の推進
- (5) 食文化の継承に向けた食育の推進

【(1) 若い世代を中心とした食育の推進】

20歳代及び30歳代の若い世代は、食に関する知識や意識、実践状況等の面で他の世代より課題が多い。このため、こうした若い世代を中心として、食に関する知識を深め、意識を高め、心身の健康を増進する健全な食生活を実践することができるように食育を推進する。

また、20歳代及び30歳代を中心とする世代は、これから親になる世代でもあるため、こうした世代が食に関する知識や取組を次世代に伝えつなげていけるよう食育を推進する。

具体的には、インターネットやSNS（ソーシャルネットワークサービス）等を通じた若い世代に対する効果的な食育に関する情報提供や、地域等での共食の推進、食に関する学習や体験活動の充実等、若い世代における食育の推進が挙げられる。

【(2) 多様な暮らしに対応した食育の推進】

少子高齢化が進む中、世帯構造や社会環境も変化し、単独世帯やひとり親世帯が増えている。また、貧困の状況にある子供に対する支援が重要な課題になるなど、家庭生活の状況が多様化する中で、家庭や個人の努力のみでは、健全な食生活の実践につなげていくことが困難な状況も見受けられる。こうした状況を踏まえ、地域や関係団体の連携・協働を図りつつ、子供や高齢者を含む全ての国民が健全で充実した食生活を実現できるよう、コミュニケーションや豊かな食体験にもつなげる共食の機会の提供等を行う食育を推進する。

具体的には、「子供の貧困対策に関する大綱」（平成26年8月29日閣議決定）に基づき生活支援の一環としての食育の推進や、ひとり親家庭の子供に対する放課後児童クラブ等の終了後に学習支援や食事の提供等を行うことが可能な居場所づくり等、貧困の状況にある子供に対する食育の推進や、高齢者の一人暮らしや若い世代等家族との共食が難しい人については、地域やコミュニティ等を通じて、コミュニケーションや豊かな食体験にもつなげる共食の機会を提供する食育の推進が挙げられる。

【(3) 健康寿命の延伸につながる食育の推進】

国民一人一人が生活習慣病の発症・重症化の予防や改善に向けて、健全な食生活を実践できるよう支援するとともに、食環境の改善が国民の健康に影響を及ぼすことを踏まえ、関係機関・団体や食品関連事業者等様々な関係者が主体的かつ多様な連携・協働を図りながら、健康寿命の延伸につながる減塩等の推進やメタボリックシンドローム、肥満・やせ、低栄養の予防や改善等、食育を推進する。

具体的には、生活習慣病の予防や改善、減塩の推進、栄養表示の普及啓発等健康寿命の延伸につながる食育推進や、「8020（ハチマル・ニイマル）運動」、「噛ミング30」の推進を始めとする歯科保健活動における食育推進、健康で豊かな食生活を支える役割を担う食品関連事業者等における健康に配慮した商品やメニューの提供の推進等を行うなどの食育推進などが挙げられる。

【(4) 食の循環や環境を意識した食育の推進】

食に対する感謝の念を深めていくためには、自然や社会環境との関わりの中で、食料の生産から消費に至る食の循環を意識し、生産者を始めとして多くの関係者により食が支えられていることを理解することが大切である。

また、我が国は食料及び飼料等の生産資材の多くを海外からの輸入に頼っている一方で、推計で年間約 642 万トンにのぼる食品ロスが発生しており、環境への大きな負荷を生じさせている。このため、国、地方公共団体、食品関連事業者、国民等の様々な関係者が連携しながら、生産から消費までの一連の食の循環を意識しつつ、食品ロスの削減等、環境にも配慮した食育を推進する。

具体的には、学校給食に地場産物を使用し、食に関する指導の「生きた教材」として活用することにより、生産者の努力や、食に関する感謝の念を育む取組や、農林漁業体験の機会の提供や、グリーン・ツーリズムを通じて、生産者と消費者との顔が見える関係を構築する。

また、食料を海外に大きく依存する我が国における、食品ロスの発生による食料資源の浪費や、食品廃棄物の大量発生による環境への負荷の増加にも目を向ける必要があるため、国、地方公共団体、食品関連事業者、消費者等の様々な関係者が連携し、食品ロス削減国民運動を展開し、食品関連事業者における商習慣の見直しや、食品ロスの削減を意識した消費行動等を実践する消費者の自覚形成等を実施する。

【(5) 食文化の継承に向けた食育の推進】

近年、地場産物を生かした郷土料理やその食べ方、食事の際の作法等、優れた伝統的な食文化が十分に継承されず、その特色が失われつつあるため、「和食；日本人の伝統的な食文化」が、「自然の尊重」という日本人の精神を体現した食に関する社会的慣習としてユネスコ無形文化遺産に登録（平成 25 年 12 月）されたことも踏まえ、食育活動を通じて、郷土料理、伝統食材、食事の作法等、伝統的な食文化に関する国民の関心と理解を深めるなどにより伝統的な食文化の保護・継承を推進する。

具体的には、家庭においては、学校給食の献立に郷土料理等の献立を積極的に導入することや、ボランティアが行う料理教室等に地域の郷土料理等を取り入れるなどに取組、地域においては、地方公共団体、農林漁業者、食品関連事業者等が連携した地域における食育活動を推進する。

また、全国レベルでは、「和食」がユネスコの無形文化遺産に登録されたことを踏まえ、国、地方公共団体、教育関係者、農林漁業関係者、食品関連事業者、ボランティア等、多様な関係者が密接に連携し、「和食」の適切な保護・継承に向けた、普及啓発や調査・研究等を効果的に進める。

さらに、2020 年東京オリンピック競技大会・東京パラリンピック競技大会等の機会を積極的に活用し、日本の食文化の海外展開を官民合同の協議会を通じて、戦略的に推進することなどが挙げられる。

なお、重点課題に取り組むに当たっては、「子供から高齢者まで、生涯を通じた取組を推進」、「国、地方公共団体、教育関係者、農林漁業者、食品関連事業者、ボランティア等が主体的かつ多様に連携・協働しながら食育の取組を推進」の視点に十分留意する必要がある。

第 3 次食育推進基本計画における重点課題については、それぞれ様々な取組等を進める必要があるが、本項目では、重点課題ごとに、地域等における実行可能性や波及効果があると考えられる先進的な事例を参考に 1 事例紹介する。

【1. 重点課題1「若い世代を中心とした食育の推進」事例】

産学官が連携して行う、若者世代に向けたプロジェクト「20代のための食育」

団体名：広島県広島市

設立年（取組の開始）：2011年

【取組を始めた理由】

2011年に、第二次広島市食育推進計画を策定するにあたって実施した市民アンケート「食育に関する調査」結果において、特に20～30代の若い世代に、「朝食の摂取率が低い」「食事内容に問題がある」「食育への関心が低い」などの食生活上の課題が明らかになったこと、また市内の大学においても、学生の朝食摂取率が低いことや食生活の乱れなどについての課題意識があったため、「若者世代のための食育啓発事業」を推進するための柱となる事業として「20代のための食育」啓発事業を開始した。

【具体的な取組内容（企画や内容で工夫していること）】

「望ましい食習慣の形成・食に関する自己管理能力の育成」を図るため、趣旨に賛同する大学や企業等が連携し、「おいしい」「楽しい」「広島らしい」食をコンセプトに、大学生ならではの新しい発想や企画力を活かした若い世代への食育プロジェクトを推進している。2015年度は7大学で9つのプロジェクトに取り組んだ。また、「ひろしまフードフェスティバル2015」に「女子大生プロデュースHappyレシピ！」ブースを出展し、学生考案のオリジナルレシピを来場者に配布することで、食育プロジェクトを広く周知した。

支援協力企業・団体の募集及び大学、企業・団体、広島市の連携にあたっては、ひろしま食育ネットワーク（広島市食育推進計画に賛同し、主体的に食育の取組を進める企業・団体が登録）の協力を仰いでおり、市はマッチングとしての機能を果たしている。

認知度を高めるため、大学間の連携によるブログ、SNS等を活用した広報など、学生が積極的に情報を発信しているほか、毎年3月には、取組の紹介と食育啓発を行うため、若い世代を中心とする市民対象のフォーラムやポスターセッション等も開催している。

プロジェクト名	企画大学名
もっと知ろう、うまいひろしま♥	県立広島大学
食育推進プロジェクト	広島経済大学
野菜イメチェン計画	広島女学院大学
文教 nutrition's	広島文教女子大学
情報発信チーム	安田女子大学
料理教室チーム	安田女子大学
産直市チーム	安田女子大学
弁当の日の実践Ⅱ	鈴峯女子短期大学
毎日1個のヨーグルトを！	比治山大学

【取組を行った事の効果・利点等】

学生が、一人暮らし用や女子会をモチーフにした料理教室など若者ならではのアイデアで、企画し、PRしたことで、同世代の若者にも受け入れられやすかった。また、参加企業から助言や支援（物的支援を含む）を受けたことで、効果的な取組ができた。企業等にとっては、産学官連携により企業のイメージアップが図られるというメリットがあるだけでなく、商品開発等にあたり、若い世代の意見聴取を行うことができた事例もある。たとえば、レシピ開発では、広島産野菜の摂取増を目指す共同開発の中で、企業に、「手間をかけず簡単なもの」「フライパンなど調理器具が一つで済むもの」などの提案を行い、実現をしている。



「簡単なもの」「調理器具が一つで済むもの」「おしゃれな色合いのもの」などを提案し、企業と共同開発したレシピ。

【今後の展望】

若い世代の食育への意識や実践力の向上が一層図られるよう、各大学と支援企業がより密に連携・協力し、魅力ある取組を積極的に展開していく。

【2. 重点課題2「多様な暮らしに対応した食育の推進」事例】

子どもの貧困や孤食の対策に取り組む団体の連携が、活動の拡大に寄与

団体名：こども食堂ネットワーク

設立年：2015年4月

ホームページ：<http://kodomoshokudou-network.com/>

【取組を始めた理由】

都内において子供食堂が少なかった2015年4月、子供食堂やプレーパークの運営、学習支援を行うNPO法人「豊島子どもWAKUWAKUネットワーク」を中心に、都内の子供食堂同士で集まり、取組を広げていくにはどうしたらいいかを話し合った。各食堂の運営ノウハウや、課題とその解決策などを共有することが重要だという方針になり、そのためには横の連携が必要だと考え、ネットワークを作ることになった。

【具体的な取組内容（企画や内容で工夫していること）】

つながっている子供食堂の運営に関する情報や食材の相互提供をしている。普段はメーリングリストを中心に活動し、2015年は3回（4月、7月、10月）定例会議も実施し、近況報告などを行っている。

また、これから子供食堂を開きたい方向けに、子供食堂を始めている先輩食堂から食堂の運営方法などについての説明や質疑応答を行う「こども食堂のつくり方講座」を開催している。ホームページでは、「こども食堂のつくり方講座」のアーカイブ映像も閲覧できるようになっている。子供食堂は多様なかたちで良いという考えから、詳細なマニュアルは作成していない。

さらに、子供食堂を始めたい、手伝いたいと考える方や仲間を増やしたい方を中心に、ネットワーク拡大のための「こども食堂サミット」を2016年1月に開催した。同月にはウェブサイトの本格オープンなど、活動の周知、拡大のための取組も積極的に行う。

【取組を行った事の効果・利点等】

2015年4月の第1回定例会議では7団体の参加だったが、徐々にその数は増え、2015年12月時点で、ネットワークでつながっている子供食堂は首都圏を中心に33団体となっている。また、「こども食堂のつくり方講座」では、2015年7月の第1回開催で5つの食堂が誕生して以来、これまでに合計14の子供食堂が誕生した。2016年3月時点で約250名のウェブからの参加申し込み者がある。

【今後の展望】

2016年4月には講座（60～100名規模）の開催や、ホームページの案内の充実など、新たな子供食堂の誕生のサポートを行っていく。各子供食堂の連携も、引き続き図る。



参加子供食堂の1つ、要町あさやけ子ども食堂。
ボランティアとスタッフが一緒に料理。



18名が参加し、5食堂が誕生した、第1回こども食堂のつくり方講座



2016年1月に開催されたこども食堂サミットには、250人が参加した

【3. 重点課題3「健康寿命の延伸につながる食育の推進」事例】

健康を保ち元気に働くために、野菜・果物の摂取が重要であることを啓発

団体名：一般財団法人ファイブ・ア・デイ協会(5 A DAY)

設立年：2002年11月(活動開始) 2009年4月(社団法人として法人化)

ホームページ：<http://www.5aday.net/>

【取組を始めた理由】

5 A DAY (ファイブ・ア・デイ) は、もともとは1991年にアメリカのPBH(農産物健康増進基金)とNCI(米国立がん研究所)が始めた健康増進運動だった。野菜や果物の摂取は、生活習慣病発症のリスクを抑える可能性が高いという科学的根拠をもとにした官民一体の運動を展開した結果、米国内での野菜や果物の摂取量が増加傾向となり、生活習慣病での死亡率が減少傾向になるなどの成果が表れた。こうした実績を受け、日本でも消費者や食に携わる会員企業、生産者、行政と連携し、「1日5皿分(350g)以上の野菜と、200gの果物を食べましょう」をスローガンに、野菜・果物の摂取が健康増進に重要であることを啓発していくために、取組がスタートした。

【具体的な取組内容(企画や内容で工夫していること)】

流通、生産者、行政と連携し、子供から大人までを対象に色々な活動に取り組んでいる。働く世代を対象にしたものでは、従業員食堂を通じた活動と、企業内研修を用いた食育プログラムを行っている。前者では、働く世代が不足しがちな野菜に注目したメニューの提供や、喫食スペースや配膳カウンターでの卓上POPによる啓発、管理栄養士による食事相談等を行っている。後者では、5 A DAY食育インストラクターがメタボリックシンドロームの現状などの説得力をもったデータを用いて講習会を開催したり、マグネットツールを使用した参加型指導、さらに指導者育成のマニュアル作成を行うなど、多面的に働きかけることで、働く世代の食事に対する意識変革を促している。

【取組を行った事の効果・利点等】

従業員食堂を通じた活動では、啓発の結果、1日の野菜の摂取目標量についての認知が高まる効果がみられた。企業内研修での食育プログラムでは、「普段食事を選ぶときに重要だと思うこと」アンケートの最も多い回答が、研修前：「好きなもの」から研修後：「栄養のバランス」となった。実際の食事内容も野菜摂取量が増えるなど、意識に着実な変化をもたらしている。

【今後の展望】

食生活に起因するとみられる様々な問題が生じている現状を変えるべく、流通、生産者、行政と連携をとり、食育活動をさらに進め、人々の健康食生活と野菜摂取の推進拡大に努めていく。



1日の野菜目標5皿(350g)のうち3皿(210g)以上の野菜を使用した従業員食堂のメニューを提供。



管理栄養士による食事相談の様子。

【4. 重点課題4「食の循環や環境を意識した食育の推進」事例】

食品ロス削減事業「残さず食べよう！30・10運動」の推進

団体名：長野県松本市

設立年（取組の開始）：2011年（食品ロス削減事業は2010年から）

【取組を始めた理由】

市では“もったいない”をキーワードとした3R施策を講じ、特にリデュース（発生抑制）に資する食品ロスの削減を推進している。中でも重点的に取組を行っているのが「残さず食べよう！30・10運動」であり、宴会の後に残されてしまう食べ物が非常にもったいないという市長の思いから始まった。

【具体的な取組内容（企画や内容で工夫していること）】

「【おそとで】残さず食べよう！30・10運動」は、会話やお酒に集中してしまいがちな会食や宴席での食べ残しを減らすため、乾杯後の30分間とお開き前の10分間は席について料理を楽しもうという取組である。啓発グッズには、周知のためのポケットティッシュ、チラシ、ポスターや、実践につなげるためのコースターを作成している。イベント等で配布、掲示するほか、松本旅料飲食団体協議会を通じて市内の各飲食店やホテル等に協力を仰ぎ、現場への配布を行って、運動の啓発、実践につなげている。また、飲食店等にはアンケートを行い、意見を聞きながら運動を実施している。

【取組を行った事の効果・利点等】

モデル的に30・10運動に取り組んだ店舗では、“食べ残しが半分程度に減少した”、“片付けが楽になった”という報告がある。また、運動が徐々に広がりを見せてきており、飲食店から“コースターを使いたい”という声もあがってきている。さらに、消費者庁が2013年度に開催した「食品ロス削減に関する意見交換会」に参画してこの事例を発表したのを機に全国から講演依頼があり、塩尻市、山形村などの近隣市村をはじめ、佐賀県佐賀市、鹿児島県指宿市など全国にもこの取組が波及している。

【今後の展望】

市内において「残さず食べよう！30・10運動」等が一層推進されるよう、協力店制度を検討中である。30・10運動の周知や食べ残しの持ち帰りに協力してもらえる飲食店を登録するほか、事業所の宴会等においても同様の実践が図られるような仕組みも目指す。登録により、飲食店や事業所の意見を聞き、適正な事業評価を行っていく方針である。



左上：コースター、右上：ポケットティッシュ、下：チラシ内の「30・10運動」解説。
簡単に取り組むことができるため他の自治体にも普及している。

【5. 重点課題5「食文化の継承に向けた食育の推進」事例】

子供たちに「和食」という食文化を引き継ぐために

団体名：和食給食応援団

設立年：2014年

ホームページ：<http://washoku-kyushoku.or.jp/>

【取組を始めた理由】

「和食」がユネスコの無形文化遺産に登録されたことを受け、次世代に「和食」という食文化を引き継ぐために2014年3月、日本料理の若手料理人が「和食給食応援団」を結成し、農林水産省より認定を受けた。給食を通じて、「日本人の伝統的な食文化」の素晴らしさを日本中の児童生徒たちと共有することを取組の目的とする。

【具体的な取組内容（企画や内容で工夫していること）】

●和食給食献立開発サポート：各地の学校の栄養士や調理員向けに、講習会を開催した。児童は、和食だから給食を残すのではなくおいしくないから残すという観点から、おいしい給食作りのための大量調理向けのだしの取り方、御飯と味噌汁とおかずという構成の型を大切に献立の提案などの講習を行った。

●学校に訪問しての調理、食育の授業：東京都足立区の小学校では、児童達に向けて、自宅で再現できるだしの取り方や盛り付け方を学ぶ、調理実習も含めた食育の授業を行った。それにより、児童が家庭で和食を作る意欲の向上を図った。同時に学校栄養職員側にも、家庭にある食材でも作ることができる、児童への自炊を促すような献立作りへのモチベーションが上がった。

【食育に関する取組を行った事の効果・利点、広がり等】

8名の料理人で始まったが、現在は北海道から沖縄まで、全国各地で40名の和食料理人が参加するまでに拡大した。

学校や教育委員会等への訪問回数は175回、和食給食提供校数は55校（共に2011年4月～2016年2月実績）となった。取組開始から2016年2月までに全国の小中学校に提供した和食給食提供食数は、推定575,885食となった。また、推進企業パートナーとして、和食材に関わる32の食品メーカーが、自社食品を活用した食育授業を行う等の支援をしてくれている。

【今後の展望】

2016年度も、栄養教諭・学校栄養職員と地元の料理人との自発的な活動を「和食給食応援団」がサポートすることで、現状の課題を見直し、解決策を見つけ、献立作成やセミナー実施をサポートする。その結果、学校側が近隣の和食料理人と協働しやすい仕組みを構築していきたいと考えている。



和食給食の推進を通して、学校栄養職員への技術の継承も行われている。



和食の基本であるだしを、子供と一緒に取る様子。