

# 第 2 部

## 食育推進施策の具体的取組

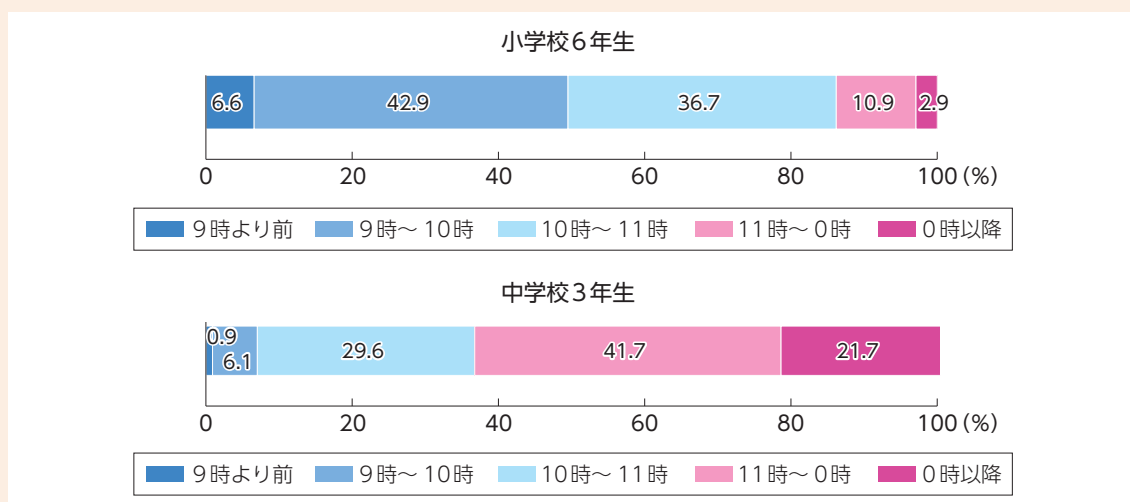
## 第1節 子供の基本的な生活習慣の形成

### 1 食に関する子供の基本的な生活習慣の状況

子供たちが健やかに成長していくためには、適切な運動、調和の取れた食事、十分な休養・睡眠が大切です。しかしながら、最近の子供たちを見ると、「よく体を動かし、よく食べ、よく眠る」という成長期の子供にとって当たり前で必要不可欠であるといわれている基本的な生活習慣に乱れがみられます。今日の子供の基本的な生活習慣の乱れは、学習意欲や体力、気力の低下の要因の一つとして指摘されています。

文部科学省が小学校6年生と中学校3年生を対象に実施した平成28（2016）年度「全国学力・学習状況調査」（以下「学力調査」という。）によると、普段（月～金曜日）、夜11時以降に就寝する小学生の割合は13.8%、中学生の割合は63.4%となっています（図表2-1-1）。

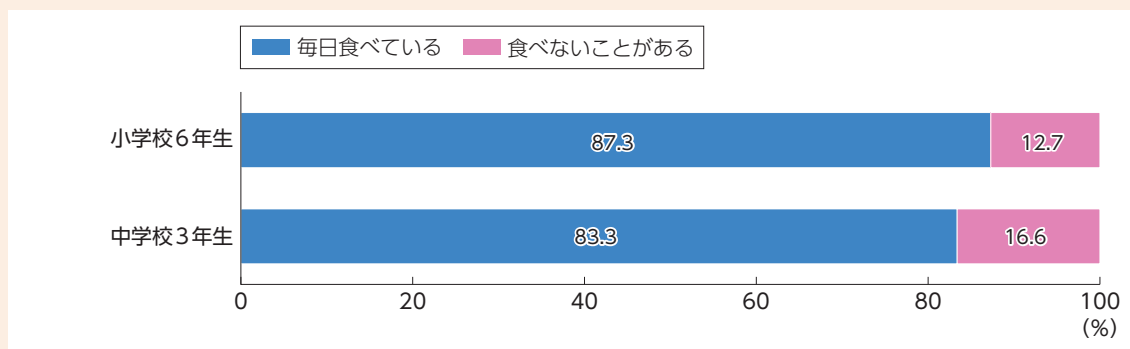
図表2-1-1 小・中学生の普段（月～金曜日）の就寝時刻



資料：文部科学省「全国学力・学習状況調査」（平成28（2016）年度）

子供の朝食摂取については、朝食を食べないことがある小・中学生の割合は、小学校で12.7%、中学校で16.6%となっています（図表2-1-2）。

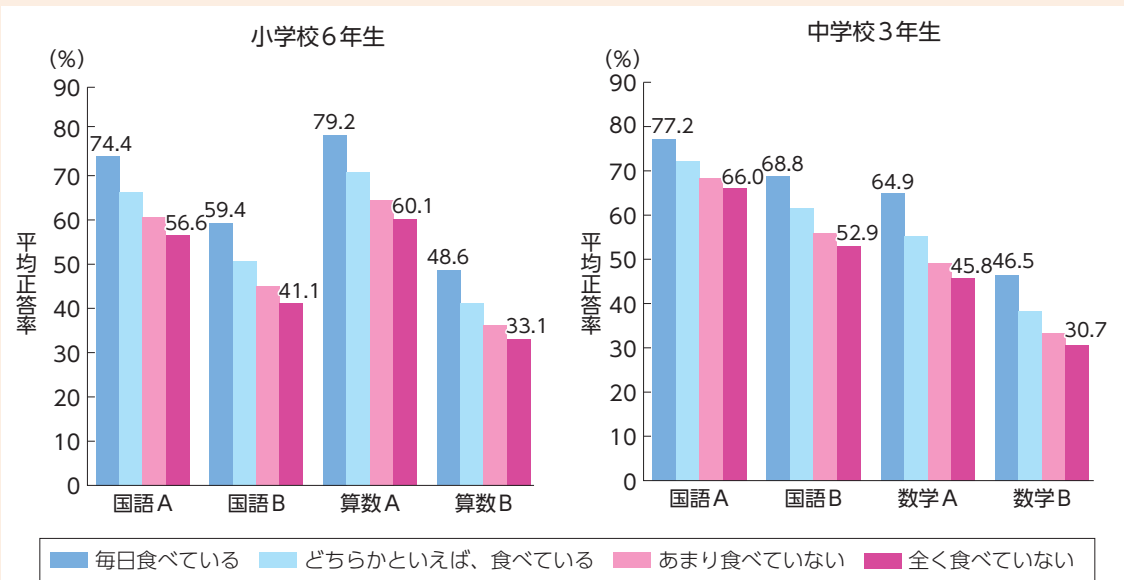
図表2-1-2 朝ごはんを食べないことがある小・中学生の割合



資料：文部科学省「全国学力・学習状況調査」（平成28（2016）年度）

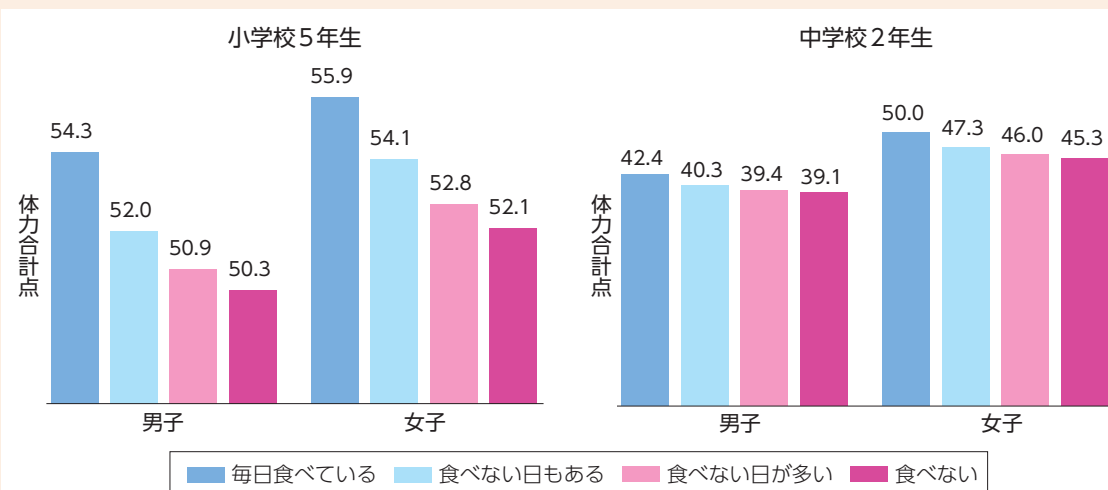
また、毎日朝食を食べる子供ほど、学力調査の平均正答率が高い傾向にあります（図表2-1-3）。さらに、平成28（2016）年度「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」によると、毎日朝食を食べる子供ほど、体力合計点が高い傾向にあります（図表2-1-4）。

図表2-1-3 朝食摂取と学力調査の平均正答率との関係



資料：文部科学省「全国学力・学習状況調査」（平成28（2016）年度）

図表2-1-4 朝食の摂取状況と新体力テストの体力合計点との関係



資料：スポーツ庁「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」（平成28（2016）年度）

## 2 「早寝早起き朝ごはん」国民運動の推進

### (1) 子供の生活習慣づくりの推進

子供たちの生活習慣は家庭や社会の影響を受けやすいため、文部科学省では子供から大人までの生活習慣づくりを社会全体の取組として推進しています。特に、生活圏の拡大や行動の多様化等により生活リズムが乱れやすい環境にある中高生以上の世代向けの普及啓発を実施しています。

平成28（2016）年度においては、中高生を中心とした子供の自立的な生活習慣づくりを推進するため、家庭と学校、地域の連携による生活習慣改善のための実証研究（中高生を中心とした生活習慣マネジメント・サポート事業）を全国の8つの地方公共団体で実施しました（図表2-1-5）。

図表2-1-5 平成28（2016）年度「中高生を中心とした生活習慣マネジメント・サポート事業」概要

No.	都道府県	委託団体	事業の題名
1	北海道	北海道教育委員会	ネット利用も含めた望ましい生活習慣定着推進モデル事業
2	山形県	村山市教育委員会	むらやまっこパワーアッププロジェクト
3	山形県	長井市教育委員会	ながいアクティブキッズプロジェクト（ながいAKP）
4	福井県	美浜町教育委員会	規則正しい生活リズム実現に向けた調査研究活動
5	京都府	宇治市教育委員会	睡眠習慣改善プログラムを中心にした生徒指導の充実～家庭・地域教育力の再生を目指して～
6	山口県	長門市教育委員会	家庭・学校・地域をつなぎ、子供の生活習慣づくりを支援するとともに、各年齢層の睡眠を中心とする生活習慣形成の取組
7	長崎県	松浦市教育委員会	学校とPTA・地域が一体となった生徒の知力・気力・生活力アップ応援事業
8	沖縄県	那覇市	平成28年度 中高生を中心とした生活習慣マネジメント・サポート事業

また、基本的な生活習慣の定着に向けた取組の一層の推進を図るため、「早寝早起き朝ごはん」運動などの子供の生活習慣づくりに関する活動のうち、特色ある優れた実践を行い、地域全体への普及効果の高いと認められるものに対し、文部科学大臣による表彰を行いました。

## (2) 「早寝早起き朝ごはん」全国協議会との連携による運動の推進

「早寝早起き朝ごはん」全国協議会は、平成18（2006）年に発足し、幅広い関係団体や企業等の参加を得て、「早寝早起き朝ごはん」国民運動を文部科学省と連携して推進しています。同協議会では、子供の基本的な生活習慣の確立や生活リズムの向上につながる運動を展開しており、平成28（2016）年度には、運動開始10周年を記念し、記念誌の作成や記念フォーラム・式典を開催しました。平成28（2016）年10月現在、全国協議会の会員団体数は297です。その中で、特色ある優れた実践を行い、地域全体への普及効果が高いと認められる子供の生活習慣づくりに関する活動に対し、文部科学大臣による表彰を実施しました。また、「子どもにとって理想的な生活リズム」について、脳科学の観点を踏まえた特別講演が行われました。



### 3 望ましい食習慣や知識の習得

#### (1) 家庭教育支援における取組

文部科学省では、家庭における食育や、食をきっかけにした生活体験の重要性を、全ての保護者に理解いただくよう、地域における家庭教育支援の取組の中で、積極的な情報発信や保護者向けの学習機会を設けることを推進しています。保護者の学習機会の充実や効果的な支援体制の充実に向けて、平成28（2016）年度に「全国家庭教育支援研究協議会」を開催しました。近年、共働き世帯やひとり親世帯の増加、地域のつながりの希薄化等を背景に、子育ての悩みや不安を抱えたまま保護者が孤立してしまうなど、家庭教育が困難になっている現状が指摘されている中で、全ての保護者へのきめ細かい支援を充実させていくため、地域の特性を生かした家庭教育支援の推進や継続的な家庭教育の支援体制を構築していくための課題や取組の方向性について検討されました。その中で「家庭教育と食」と題したトークセッションを行い、家庭における食育や食をきっかけにした生活体験の重要性等について議論しました。

また、全国の教育委員会やPTA、子育て支援団体における家庭教育に関する学習機会等での活用を促すために、家庭教育に関するヒント集として「家庭教育手帳」をホームページに掲載し、その中において「1日のスタートは朝食から。」などのテーマで、食育に関する内容を盛り込んでいます。

([http://www.mext.go.jp/a\\_menu/shougai/katei/main8\\_al.htm](http://www.mext.go.jp/a_menu/shougai/katei/main8_al.htm))

#### (2) 子供の肥満予防の促進

厚生労働省では、子供の肥満が将来の肥満や生活習慣病に結びつきやすいとの報告があることから、「健康日本21（第二次）」において、「肥満傾向にある子供の割合の減少」について目標（小学5年生の中等度・高度肥満傾向児の割合を減少傾向にする）を設定しています。

子供においても、偏った栄養摂取や不規則な食事などの食生活の乱れによる肥満や痩身傾向が見られることから、子供とともに、保護者や家庭が健やかな生活習慣を実現できるよう、地方公共団体においても、様々な食育活動が行われています。



## 第2節 妊産婦や乳幼児に関する栄養指導

### 1 妊産婦に対する栄養指導

近年、20～30歳代の女性において食事の偏りや痩身（低体重）など健康上の問題が指摘されており、妊娠期・授乳期においても、母子の健康の確保のために適切な食習慣の確立を図ることが極めて重要な課題となっています。特に、妊娠期の適切な体重増加量については、出生体重との関連が示唆されること等から、妊娠中の体重増加量が一律に抑制されることのないよう、肥満や痩身といった妊婦個々の体格に配慮した対応が求められています。

このため、厚生労働省では、妊娠期・授乳期における望ましい食生活の実現に向け、何をどれだけ食べたら良いかが分かりやすく伝わるよう食事の望ましい組合せや量を示した「妊産婦のための食事バランスガイド」や妊婦個々の体格に応じて適切な体重増加量が確保されるよう妊娠中の推奨体重増加量を盛り込んだ「妊産婦のための食生活指針<sup>1</sup>」を、妊産婦に対する健康診査や各種教室等において活用するなどの普及啓発を図っています。

### 2 乳幼児の発達段階に応じた栄養指導の充実

授乳期・離乳期は子供の健康にとって極めて重要な時期であり、親子双方にとって、慣れない授乳、慣れない離乳食を体験する過程を支援することが重要です。このため、厚生労働省では、産科施設、小児科施設、保健所・市町村保健センターなどの機関における保健医療従事者が適切な支援に関する基本的事項を共有することにより、授乳や離乳について適切な支援が推進されるよう「授乳・離乳の支援ガイド<sup>2</sup>」による普及啓発を進めています。

地域においては、市町村保健センターを中心に管理栄養士・栄養士等による乳幼児を対象とした栄養指導が実施されており、健康診査や各種教室等における保健・栄養指導を通じて、出産から離乳食の開始時期以降に至るまでの一貫した支援が図られるような取組を行っています。平成27（2015）年度に保健所及び市区町村で栄養指導を受けた乳幼児は3,159,421人です（厚生労働省「平成27（2015）年度地域保健・健康増進事業報告」）。

また、厚生労働省では、授乳・離乳の支援、乳幼児の食生活改善のための基礎資料として、全国の乳幼児の栄養方法や食事の状況などの実態を把握するため、「乳幼児栄養調査」を平成27（2015）年9月に実施し、平成28（2016）年8月に結果の概要を公表しました。今回の調査結果からは、母乳栄養の割合が増加したことや、経済的な暮らし向きによって子供の食物摂取の状態に差があること等が明らかになりました（コラム：平成27（2015）年度乳幼児栄養調査結果の概要について 参照）。

さらに、児童福祉施設においては、適切な栄養管理方法や食事提供における留意点、食を通じた自立支援など食育の推進についてまとめた「児童福祉施設における食事の提供ガイド<sup>3</sup>」を参考に、子供の健やかな発育・発達を支援する観点も踏まえ、食事提供を充実させています。

なお、厚生労働省では、毎年、ブロック別児童福祉施設給食関係者研修会を開催し、子供の食を通じた健康づくりの推進に関する情報共有を行うとともに、地方公共団体から推薦された児童福祉施設等の給食関係者が取組事例等を発表するなど質の向上にも努めています。平成28（2016）年度は、札幌市、浜松市、姫路市、鹿児島市の4ブロックで開催し、全ブロック

1 （平成18（2006）年2月「健やか親子21」推進検討会作成）

2 （平成19（2007）年3月「授乳・離乳の支援ガイド策定に関する研究会」作成）

3 （平成22（2010）年3月「児童福祉施設における食事の提供及び栄養管理に関する研究会」作成）

共通の講演として「平成27（2015）年度乳幼児栄養調査にみる現状と今後の支援の方向性」について、情報共有しました。

また、平成27（2015）年4月から、21世紀の母子保健における課題解決に向け、関係者、関係機関・団体が一体となって推進する国民運動計画の第2次計画である「健やか親子21（第2次）」を開始しました。「すべての子どもが健やかに育つ社会」を目指し、学校など関係機関のほか、食品産業や子育て支援に関連する民間企業等とも新たに連携、協働し、子供だけでなく、親への支援や親子を取り巻く温かな環境の形成などを通し、幅広い対象者に向けた「健やか親子21（第2次）」の普及啓発に取り組んでいます。さらに、平成27（2015）年度から、「健やか親子21（第2次）」のスタートに合わせ、「健康寿命をのばそう！アワード」に母子保健分野を加え、食育を含む母子の健康増進を目的とする優れた取組を行う企業・団体・地方公共団体を表彰する制度を創設しました。平成28（2016）年度は、応募のあった34件のうち10の企業、団体、地方公共団体が表彰されました。

### 第3節 子供や若者及びその保護者に対する食育推進

平成28（2016）年11月の「子供・若者育成支援強調月間」（内閣府、関係省庁、地方公共団体、その他関係諸団体が実施主体）では、その実施要綱中、取り組むべき課題の重点事項の一つとして、「生活習慣の見直しと家庭への支援」が掲げられ、食育の推進、生活時間の改善等により、子供の生活習慣の見直しに取り組むこととされるなど、国民運動の一環として食育の推進が図られています。

また、政府は、「第4次男女共同参画基本計画」（平成27（2015）年12月25日閣議決定）の第1分野「男性中心型労働慣行等の変革と女性の活躍」の章において、具体的な取組として、「男性が家事・育児等を自らのことと捉え、主体的に参画する動きを広めるため、男性を対象とした啓発手法の開発・実施、食育の推進、男性のロールモデルによる活躍事例の発信、キャンペーンや顕彰を通じ、国民全体の気運の醸成を図る。」ことを決定しました。

内閣府では、平成28（2016）年度の具体的な取組として、男性に家事・育児を身近に感じ、継続的に行うことを通じて充実感や楽しさを感じていただくためのスマートフォン用アプリケーション「Let'sさんかくアプリ～男性の家事・育児に向けて～」の配信を開始しました。主な機能として、自身が取り組む内容をリスト化して実績を記録できる「Doさんかく！」や家事・育児等に関連する知識を学習できる「クイズ」等を備えています。



「Let'sさんかくアプリ～男性の家事・育児に向けて～」

また、平成28（2016）年10月には、若年世代の夫婦・カップルを主な対象とした、家族の役割シェアについて具体的にイメージしながら実践するためのコミュニケーションツール「夫婦が本音で話せる魔法のシート ○○家作戦会議」を作成し、男女共同参画局のホームページ上で公開しました。日々の家事や育児の項目を洗い出し、どのようにシェアし、お互いに支え合うのが良いのかを確認し合うものです。さらに、平成28（2016）年度中に、このツールを活用したワークショップを開催し、一般の方々への周知活動を実施しました。

これらの取組を通じて、仕事と生活の調和（ワーク・ライフ・バランス）が推進されるとと



もに、家族が食卓を囲んで共に食事を取りながらコミュニケーションを図る共食の推進につながることを期待されます。

## 夫婦が本音で話せる魔法のシート

# 〇〇家 作戦会議

最近夫婦で会話をしていますか？  
自分の気持ちも上手く相手に伝えられず、やきやきしていませんか？  
このシートを使うと、お互いの気持ちや考えが伝わりやすくなります。  
さあ、楽しく実践に、これからの二人の心と「家族」のことを話していきましょう。

**PART.1 素直な気持ちを伝えてみよう**

自分がどんな暮らしをしているのか、自分の人なことを話しているのか、  
下の空欄を埋めて、パートナーとシェアしましょう。

私の1日は、(楽しい・忙しい・充実している・辛い・ゆったり・疲れる)。  
でも本当はもっと( )には満足している。  
夫・妻には( )に感謝しています。  
欲を言えばもっと、(家事に関わってくれと・仕事を頑張ってくれと・  
育児に関わってくれと・二人の時間を持てと・( ))嬉しい。

●思い込みに沿って、自分の理想の暮らしについて考えてみよう。  
思い込みに沿って、自分の理想の暮らしについて考えてみよう。

### PART.2 2人の今を再確認！

今の暮らしをよりよくするため、自分の理想の暮らしについて考えてみよう。  
①「理想」と書いてあるグラフに、実際の理想の暮らし方を記入してみよう。  
②「希望」と書いてあるグラフに、理想の理想の暮らし方を、今の理想に記入しよう。  
③「希望」と書いてあるグラフに、理想の理想の暮らし方を、今の理想に記入しよう。  
④「希望」と書いてあるグラフに、理想の理想の暮らし方を、今の理想に記入しよう。

●理想の暮らしに近づけるために…  
●パートナーにお願いしたい・伝えたいことありますか？ (どれか1つに好きな言葉を記入してください)  
例: 夫にお願いしたいこと: 夫の理想の暮らしを、夫の理想の暮らしに近づけること。  
例: 妻にお願いしたいこと: 妻の理想の暮らしを、妻の理想の暮らしに近づけること。

●理想の暮らしに近づけるために…  
●パートナーにお願いしたい・伝えたいことありますか？ (どれか1つに好きな言葉を記入してください)  
例: 夫にお願いしたいこと: 夫の理想の暮らしを、夫の理想の暮らしに近づけること。  
例: 妻にお願いしたいこと: 妻の理想の暮らしを、妻の理想の暮らしに近づけること。

### PART.3 「家のこと」のシェアの仕方を考えよう

2人の理想の暮らしを実現するために、日々の暮らしをどのように変えるか？ 特に家事・育児は2人の協力が必要不可欠です。下のシートを使って、具体的な協力体制を考えてみましょう。

●2人の関わる家事・育児について、理想の割合は？

●理想の割合を記入しよう。  
●理想の割合を記入しよう。

●理想の割合を記入しよう。  
●理想の割合を記入しよう。

### PART.4 3年後の自分たちを想像してみよう

3年後の未来について思い描いてみよう。仕事？子育て？趣味の時間？  
こうあるといい家・理想の暮らし。家族の未来について3人で考えてみよう。  
1つ1つ考えてみる。理想の暮らし。家族の未来について3人で考えてみよう。

●理想の暮らしに近づけるために…  
●パートナーにお願いしたい・伝えたいことありますか？ (どれか1つに好きな言葉を記入してください)  
例: 夫にお願いしたいこと: 夫の理想の暮らしを、夫の理想の暮らしに近づけること。  
例: 妻にお願いしたいこと: 妻の理想の暮らしを、妻の理想の暮らしに近づけること。

「夫婦が本音で話せる魔法のシート ○○家作戦会議」

このほか、政府は、働き方改革と表裏一体として女性活躍を加速するため、男性の暮らし方・意識の変革に向けた方策について調査研究するために、平成28(2016)年10月7日、男女共同参画会議の下に「男性の暮らし方・意識の変革に関する専門調査会」を設置しました。この専門調査会において、食育の観点を含めた提言の検討が行われ、平成29(2017)年3月に報告書が取りまとめられ、公表されました。

column  
コラム

## 平成27(2015)年度「乳幼児栄養調査」結果の概要について

平成27(2015)年9月に実施した「乳幼児栄養調査」の結果(概要版)を取りまとめ、平成28(2016)年8月に公表しました。「乳幼児栄養調査」は、授乳・離乳の支援、乳幼児の食生活改善のための基礎資料として、全国の乳幼児の栄養方法や食事の状況などの実態を把握するため、昭和60(1985)年から10年ごとに実施しており、今回で4回目の調査となります。

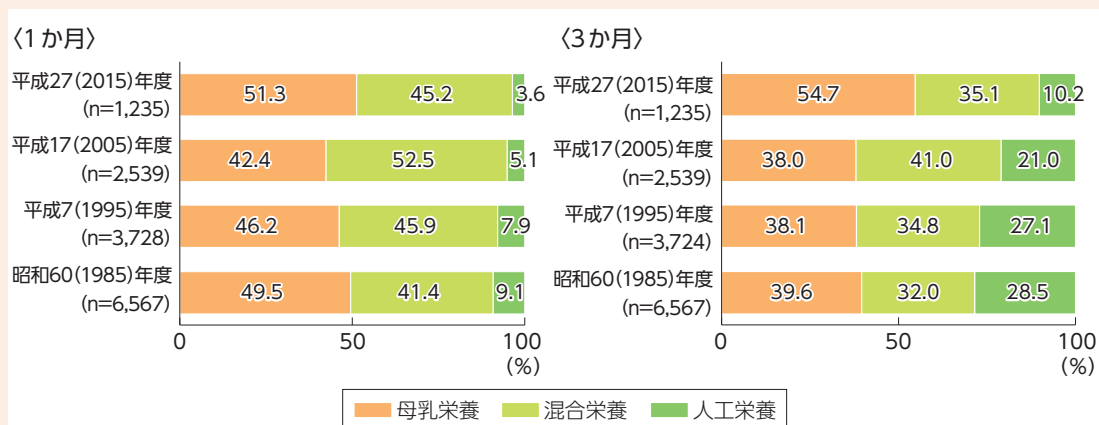
調査結果のポイントは、下記のとおりです。

## 〈乳幼児の栄養方法や食事に関する状況〉

授乳期の栄養方法は、母乳栄養の割合が10年前に比べ、生後1か月では42.4%から51.3%、生後3か月では38.0%から54.7%へと増加しました(図表1)。また、出産施設での母乳育児に関する支援があったと回答した保護者も増加していました。

授乳、離乳食、子供の食事について、約8割の保護者は困りごとを抱えていることも明らかになりました。

図表1 授乳期の栄養方法(1か月、3か月)の推移



## 〈乳幼児の生活習慣や健康状態に関する状況〉

朝食を必ず食べる子供の割合は、全体で93.3%であるのに対し、保護者が朝食を「ほとんど食べない」、「全く食べない」と回答した場合は、朝食を必ず食べる子供の割合がそれぞれ78.9%、79.5%と8割を下回っていました。

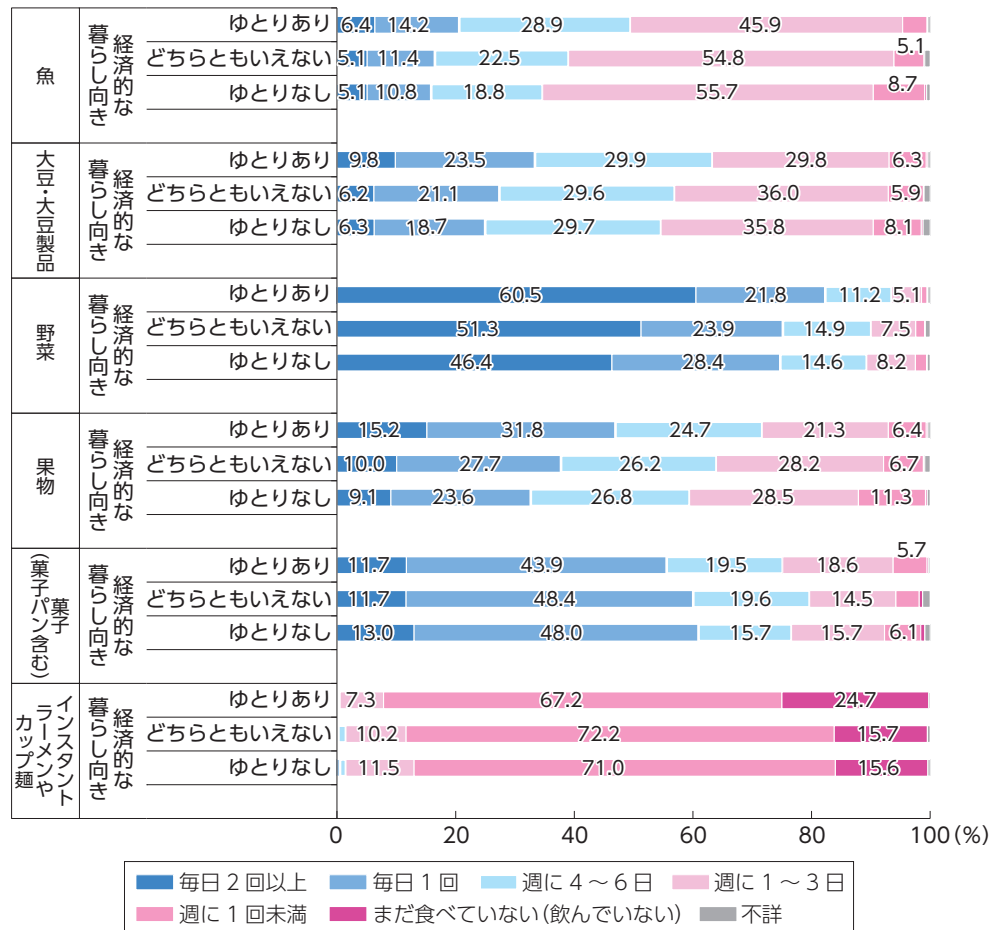
## 〈社会経済的要因に関する状況〉

社会経済的要因として、経済的な暮らし向き、生活の中の時間的なゆとり、総合的な暮らしについて尋ね、「ゆとりあり」「ゆとりがある」または「ややゆとりがある」と回答した保護者の割合は、それぞれ29.3%、31.1%、41.4%でした。一方、「ゆとりなし」「あまりゆとりはない」または「全くゆとりはない」と回答した保護者の割合は、それぞれ37.5%、47.4%、21.1%でした。

社会経済的要因別に、子供の主要な食物の摂取頻度をみると、経済的な暮らし向きにおいて、有意な差がみられた項目が最も多くありました。

具体的には、魚、大豆・大豆製品、野菜、果物は、経済的な暮らし向きが「ゆとりあり」の場合に摂取頻度が高い傾向がみられ、菓子（菓子パン含む）、インスタントラーメンやカップ麺は、経済的な暮らし向きが「ゆとりなし」の場合に摂取頻度が高い傾向がみられました（図表2）。

図表2 経済的な暮らし向き別 主要食物の摂取頻度（有意な差がみられた項目のみ抜粋）



※詳細は、厚生労働省ホームページをご覧ください。

<http://www.mhlw.go.jp/toukei/list/83-1.htm>

## 学校、保育所等における食育の推進

### 第1節 学校における食に関する指導体制の充実

平成17（2005）年度から、食に関する専門家として児童生徒の栄養の指導と管理をつかさどることを職務とする栄養教諭が制度化されました。平成20（2008）年6月には「学校給食法」（昭和29年法律第160号）の改正が行われ、その目的に「学校における食育の推進」が明確に位置付けられるとともに、栄養教諭が学校給食を活用した食に関する実践的な指導を行うこと、校長が食に関する指導の全体的な計画の作成を行うこと等が定められました。学校における食育を推進するためには、栄養教諭を中心に、食に関する指導の全体的な計画に基づき、全教職員が共通理解の下に連携・協力しつつ指導を展開することが重要です。そのためには、学校栄養職員の栄養教諭への移行等により栄養教諭の更なる配置の促進を図ることが必要です。このため、文部科学省においては、現職の学校栄養職員が栄養教諭免許状を取得するための講習会の開催を推進してきています。その結果、全国で多数の学校栄養職員が、栄養教諭免許状を取得しています。

また、学校全体での食育推進体制の整備や食に関する指導に係る全体計画の作成の意義・内容、学校給食を活用した食育の推進等について、研修や講習会で周知しています。さらに、栄養教諭の重要性を踏まえ、「これからの養護教諭・栄養教諭の在り方に関する検討会議」を開催し、平成29（2017）年3月に、栄養教諭自身の専門性を高めるとともに、各学校や自治体における栄養教諭を中心とした食育推進体制への理解促進に役立てる目的で、栄養教諭の在り方をまとめた「栄養教諭を中核としたこれからの学校の食育」を作成しました。

公立小・中学校等の栄養教諭については、各都道府県教育委員会が、地域の状況を踏まえつつ、栄養教諭免許状取得者の中から採用し、配置しています。平成28（2016）年5月1日現在で、全都道府県において5,765人の栄養教諭が配置されており、配置数は年々増加しています（図表2-2-1）。一方、栄養教諭の配置には地域による格差が見られることから、より一層の配置促進が必要です。

図表2-2-1 公立学校栄養教諭の配置状況

年度	配置状況	
平成17(2005)	4道府県	34人
18(2006)	25道府県	359人
19(2007)	45道府県	986人
20(2008)	47都道府県	1,897人
21(2009)	47都道府県	2,663人
22(2010)	47都道府県	3,379人
23(2011)	47都道府県	3,853人
24(2012)	47都道府県	4,262人
25(2013)	47都道府県	4,624人
26(2014)	47都道府県	5,023人
27(2015)	47都道府県	5,356人
28(2016)	47都道府県	5,765人

資料：文部科学省初等中等教育局健康教育・食育課調べ（平成27（2015）年度まで、各年度4月1日現在）  
文部科学省「学校基本調査」（平成28（2016）年度、5月1日現在）



## 第2節 学校における食に関する指導内容の充実

学校における食育は、子供が食に関する正しい知識を身に付け、自らの食生活を考え、望ましい食習慣を実践することができることを目指し、学校給食を活用しつつ、給食の時間をはじめとする特別活動、各教科、道徳、総合的な学習の時間における食に関する指導を中心として行われています。

### (1) 栄養教諭による取組

栄養教諭は、教育に関する資質と栄養に関する専門性を生かして、学校における食育推進の要として、食に関する指導と献立作成や衛生管理などの学校給食の管理を一体的に展開することにより、教育上の高い相乗効果をもたらしています。

#### ア 食に関する指導の連携・調整

各教科等で学習する内容に食は幅広く関わっており、食に関する指導は、学校教育活動全体を通して行うことが重要です。栄養教諭は、各教科等において指導に携わるだけでなく、学校における食に関する指導の全体的な指導計画の策定に中心的に携わるなど、教職員間の連携・調整の要としての役割を果たしています。そして、栄養教諭のみならず関係教職員が食に関する指導の重要性を理解し、必要な知識や指導方法を身に付けるとともに、十分な連携・協力を行うことにより、体系的、継続的に効果的な指導を行うことができます。

#### イ 教科・特別活動等における教育指導

食に関する指導は、給食の時間はもとより各教科や総合的な学習の時間といった学校教育活動全体の中で体系的、継続的に行われるものであり、その中で栄養教諭はその専門性を生かして、各学級担任や教科担任等との連携を図りながら積極的に指導を行っています。栄養教諭は学校給食の管理業務を担っていることから、各教科等の授業内容と関連させた献立を作成し、学校給食を生きた教材として活用するなど、効果的な指導を行っています。

平成29（2017）年には、小学校、中学校及び特別支援学校の学習指導要領の改訂が行われ、引き続き総則において「学校における食育の推進」が明確に位置付けられるとともに、家庭科や保健体育科等、関連する教科等における食育の観点が明記されています。あわせて、幼稚園教育要領の改訂も行われ、食育の観点からの充実が図られています。

#### ウ 学校・家庭・地域における栄養教諭を中核とした取組

子供の望ましい食生活の実践を目指して、栄養教諭等には、学校教育活動の中で体系的・継続的な指導を実施するとともに、家庭や地域と連携した取組を行うことについても特に成果が大きく期待されています。

具体的取組としては、保護者会等を通じた食に関する指導、給食便りやパンフレットの配布など家庭と連携した取組、農作業体験などの体験活動、料理教室、給食試食会など地域と連携した取組、PTAの積極的な取組を促すための働きかけなどの取組が挙げられます。

文部科学省では、大学や企業、生産者、関係機関等と連携し、食育を通じた学力向上、健康増進、地産地消の推進、食文化理解など食育の多角的効果について検証し、その成果について普及啓発を行うための先進的な食育に取り組むモデル校として「スーパー食育スクール」を指



定しています。平成28（2016）年度は、全国で12校を指定し、成長期に必要な栄養素を理解し、健全な食習慣を形成する取組や、食事内容の改善・充実により子供の意識向上を目指す取組等が行われました。

## （2）食に関する学習教材等の作成

文部科学省においては、各教科や特別活動、総合的な学習の時間等における食に関する指導において使用する教材等を作成しています。平成28（2016）年2月には、様々な教科等に分散している食育に関する内容を集約し、「小学生用食育教材『たのしい食事つながる食育』」を作成するとともに、学級担任が、授業の時間に食に関する指導を効果的に行うことができるよう、指導上のポイント等をまとめた指導者用資料を作成し、全国の小学校等に配布しました。これらの教材等をホームページに掲載しその活用を促進しています。

([http://www.mext.go.jp/a\\_menu/sports/syokuiku/index.htm](http://www.mext.go.jp/a_menu/sports/syokuiku/index.htm))

## （3）食育を通じた健康状態の改善等の推進

近年、子供の食を取り巻く社会環境が変化し、栄養摂取の偏りや朝食欠食といった食習慣の乱れ等に起因する肥満や生活習慣病の顕在化が指摘されています。

文部科学省では、食生活の改善のための取組や健康への影響が生じている子供への個別指導等を推進するとともに、学校における食育を充実するための実践的な事例を取りまとめました。

また、保護者からの申出、健康診断、聞取調査等で判明する、肥満、食物アレルギーや偏食などの子供が抱える個々の問題に適切に対応するために、栄養教諭は、学級担任、養護教諭、学校医等と連携しつつ、保護者と面談等を重ね、子供の食生活に関して、栄養に関する専門性を生かしたきめ細かな指導・助言を行っています。さらに、学校給食においても、子供の状況に応じた対応に努めています。

## 第3節 学校給食の充実

### 1 学校給食の現状

学校給食は、栄養バランスのとれた食事を提供することにより、子供の健康の保持増進を図るために実施されています。また、食に関する指導を効果的に進めるために、給食の時間はもとより、各教科や特別活動、総合的な学習の時間等における教材としても活用することができるものであり、大きな教育的意義を有しています。

学校給食の実施状況としては、平成27（2015）年5月現在、小学校では20,146校（全小学校数の99.1%）、中学校では9,184校（全中学校数の88.1%）、特別支援学校等も含め全体で30,769校で学校給食が行われており、約950万人の子供が給食を食べています（図表2-2-2）。学校給食実施校は着実に増加していますが、中学校の実施率などに課題もあることから、より一層の学校給食の推進が必要です。

また、学校給食における食物アレルギー対応について、文部科学省では、平成24（2012）年に発生した死亡事故を受けて開催した有識者会議の最終報告を踏まえ、学校におけるアレルギー対応の改善・充実のための資料として、「学校給食における食物アレルギー対応指針」「ガイドライン要約版」「学校におけるアレルギー疾患対応資料（DVD）」を作成し、平成27

(2015) 年3月に全国の教育委員会や学校等へ配布すること等を通じ、食物アレルギー等を有する子供に対するよりきめ細かな取組を推進しています。

図表 2-2-2 学校給食実施状況（国公立）

区分		全国総数	完全給食		補食給食		ミルク給食		計	
			実施数	百分比	実施数	百分比	実施数	百分比	実施数	百分比
小学校	学校数	20,325	20,010	98.5	66	0.3	70	0.3	20,146	99.1
	児童数	6,543,104	6,466,669	98.8	10,094	0.2	9,210	0.1	6,485,973	99.1
中学校	学校数	10,419	8,603	82.6	43	0.4	538	5.2	9,184	88.1
	生徒数	3,481,839	2,663,962	76.5	8,595	0.2	201,100	5.8	2,873,657	82.5
特別支援学校	学校数	1,111	978	88.0	2	0.2	14	1.3	994	89.5
	幼児・児童・生徒数	137,894	121,087	87.8	63	0.0	935	0.7	122,085	88.5
夜間定時制高等学校	学校数	574	339	59.1	104	18.1	2	0.3	445	77.5
	生徒数	87,641	23,440	26.7	4,527	5.2	398	0.5	28,365	32.4
計	学校数	32,429	29,930	92.3	215	0.7	624	1.9	30,769	94.9
	幼児・児童・生徒数	10,250,478	9,275,158	90.5	23,279	0.2	211,643	2.1	9,510,080	92.8

※完全給食：給食内容がパン又は米飯（これに準ずる小麦粉食品、米加工食品その他の食品を含む。）、ミルク及びおかずである給食。

補食給食：完全給食以外の給食であって、給食内容がミルク及びおかず等である給食。

ミルク給食：給食内容がミルクのみである給食。

※中学校には中等教育学校前期課程を含む。

資料：文部科学省「学校給食実施状況調査」（平成27（2015）年度）

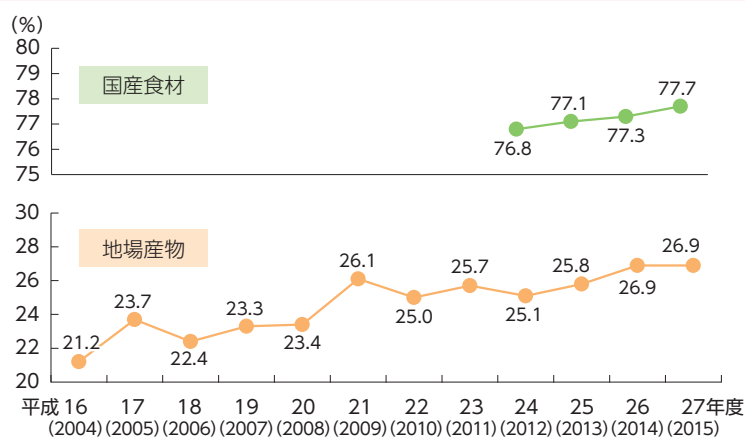
## 第2章

### 学校、保育所等における食育の推進

## 2 地場産物等の活用の推進

地域や学校において、地場産物を学校給食で活用する取組が積極的に進められており、平成27（2015）年度の使用割合は、全国平均で26.9%（食材数ベース）となっています。また、学校給食における国産食材の使用割合は、平成27（2015）年度では77.7%（食材数ベース）です（図表2-2-3）。

図表 2-2-3 学校給食における地場産物等の使用割合



資料：文部科学省「学校給食栄養報告」

地場産物を学校給食に活用し、食に関する指導の教材として用いることにより、子供が、より身近に、実感を持って地域の自然、食文化、産業等について理解を深め、食料の生産、流通に当たる人々に対する感謝の気持ちを抱くことができます。また、流通に要するエネルギーや経費の節減、包装の簡素化等により、環境保護に貢献することもできます。

さらに、地域の生産者等の学校給食をはじめとする学校教育に対する理解が深まることにより、学校と地域との連携・協力関係の構築にも寄与しています。

このような効果を期待して、各地の学校給食で地場産物の活用が推進されています。

農林水産省では、学校給食における地場産物の利用を拡大するため、「地産地消給食等メニューコンテスト」を実施し、優れた地産地消メニューを農林水産大臣賞等として選定・表彰するとともに優良事例として紹介しています。

また、学校給食の食材として、地場産物を安定的に生産・供給する体制を構築するため、調査・検討、新しい献立・加工品の開発・導入などの取組への支援を行っています。

### 3 米飯給食の着実な実施に向けた取組

米飯給食は、子供が伝統的な食生活の根幹である米飯に関する望ましい食習慣を身に付けることや、地域の食文化を通じて郷土への関心を深めることなどの教育的意義を持つものです。

平成27（2015）年度には、完全給食<sup>1</sup>を実施している学校のほぼ100%にあたる29,925校で米飯給食が実施されており、約930万人が米飯給食を食べています。また、週当たりの米飯給食の回数は3.4回となっています（図表2-2-4）。

なお、文部科学省では、平成21（2009）年に通知<sup>2</sup>を発出し、米飯給食の実施回数が週3回未満の地域・学校については週3回程度、週3回以上の地域・学校については週4回程度など新たな目標を設定し、実施回数の増加を図ることを促すなど、国全体として週3回以上とすることを目標としています。

また、農林水産省では次世代の米消費の主体となる子供たちに、米飯を中心とした日本型食生活やその味覚を受け継いでもらうため、米飯学校給食のより一層の推進を図っています。

平成28（2016）年度は、昨年度に引き続き米飯給食の拡大に向けた取組への支援として、各学校が米飯給食の実施回数を増加させる場合に、政府備蓄米の無償交付を実施しました。また、小中学校の学校給食関係者に対し、米飯給食の実態調査を行うとともに献立作りに役立つ事例集を作成・配付しました。

図表2-2-4 米飯給食実施状況（国公私立）

区 分	平成25年度（2013）	平成26年度（2014）	平成27年度（2015）
学校数	30,198校	30,051校	29,925校
実施率	100%	100%	100%
実施回数（週当たり）	3.3回	3.4回	3.4回

資料：文部科学省「米飯給食実施状況調査」（平成27（2015）年度）

1 給食内容がパン又は米飯（これに準ずる小麦粉食品、米加工食品その他の食品を含む。）、ミルク及びおかずである給食のこと

2 「学校における米飯給食の推進について（通知）」（平成21年3月31日20文科ス第8023号文部科学省スポーツ・青少年局長）

## 事例

## 社会的課題に対応するための学校給食の活用事業について

山形県

文部科学省では、食品ロスの削減、地産地消の推進及び食文化の継承といった食をめぐる諸課題に対し、学校給食の活用を通して課題の解決に資する取組を推進するため、平成28（2016）年度から「社会的課題に対応するための学校給食の活用事業」を開始しました。

山形県では、文部科学省から本事業の委託を受け、「地産地消の推進」と「食品ロスの削減」をテーマに事業を実施しました。実施に当たっては、平成28（2016）年4月に町内の中学校が統合し、新たに自校給食方式の大規模校として開校した高畠町立高畠中学校において取り組みました。

## 【地産地消の推進】

大規模校においても、可能なものは全て地元農産物を学校給食に活用できるよう、新たに地元生産者による農産物供給組織を立ち上げ、地区単位に設定した集荷所に農産物を搬入してもらい、それを集荷して回り学校に納入する仕組みを構築しました。成果としては、近くに搬入できることで生産者が農産物を納入しやすくなり、大規模校の学校給食でも多くの地元農産物を使用することができました。今後は、供給組織の組合員の更なる確保や、より多様な品目の栽培等により、更に地産地消が推進できるものと考えられます。



農産物を集荷する様子

## 【食品ロスの削減】

農産物供給組織の生産者から、販売ができない「規格外」の農産物も納入してもらい、学校給食に活用しました。活用したものは、サイズの小さい玉ねぎやじゃがいも、形や大きさが不揃いな人参など様々で、その使用量は8月～12月で200kgを超えました。また、中学校の生徒が「食品ロス削減レシピ」の開発に取り組みました。人参やごぼうを皮ごと入れた「冬野菜カレー」や、大根を余すことなく使用した「大根菜飯・大根のそぼろあん煮」など、生徒のアイデアからいくつかの献立が実現しました。成果としては、廃棄せざるを得なかった規格外の農産物を学校給食で活用したことで、食品ロス削減に貢献できました。さらに、食品ロス削減レシピの開発や献立としての提供を通じ、生徒の食品ロス削減への意識が高まり、生産者が栽培した大切な農産物を余さず食べることで食や生産者に感謝する心が育まれました。一方、調理効率が落ちる食材の使用には調理員の理解が不可欠であるため、日頃からの協力体制づくりが重要であることが分かりました。

山形県としては、今回の事業をモデルケースとして、県内に事業成果を普及していきたいと考えています。



規格外の農産物  
（サイズの小さい玉ねぎ、形や大きさが不揃いな人参）



食品ロス削減献立  
人参やごぼうを皮ごと入れた「冬野菜カレー」

## 第2章

## 学校、保育所等における食育の推進



## 地域一体となって取り組む学校給食の取組

枕崎市立学校給食センター

鹿児島県の薩摩半島の南端に位置する枕崎市には、本土最南端の始発・終着駅「枕崎駅」があり、友好都市である本土最北端の稚内市「稚内駅」とレール一本でつながっています。この縁がきっかけとなり、お互いの特産品である「かつお節」と「昆布」をテーマにした交流事業「コンカツプロジェクト」において、「和だし」を生かした献立づくりと地元食材を活用した学校給食の充実に取り組んでいます。



## 1 学校給食センターにおける地産地消の取組

枕崎市立学校給食センターでは、現在、小学校4校、中学校4校の約1,730食を提供しています。地元で栽培された野菜や果物、米をはじめ、かつお、かつお節、枕崎牛、枕崎茶、鹿籠<sup>かごぶた</sup>など、地産地消を生かした学校給食の提供に努めています。

給食センターでは、献立計画に沿った食材調達を実現するために、納入業者と連携した納入体制を構築しています。中でも地元の野菜や果物については、地元納入業者と地域の生産者グループ（給食検討部会）から納入しています。「次世代を担う子供たちに地元で作ったおいしい新鮮な野菜を食べてもらいたい」との思いから、平成21（2009）年、地元の高齢者で結成された桜馬場地区農産物生産出荷協議会が、地産地消の一環として給食検討部会を設立しました。ここでは市農政課が窓口となって開催される月1回の野菜供給検討会で、給食センターから翌月の使用野菜の予定表を示し、納入可能な食材について検討を行っています。例年の納入実績を参考にしながら、収穫時期に合わせて献立を作成しています。

野菜類	4月	5月	6月	7月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
たまねぎ											
にんじん											
じゃがいも											
キャベツ											
だいこん											
はくさい											
さといも											
さつまいも											
きゅうり											
菜ねぎ											
かぼちゃ											
深ねぎ											
にがうり											
パセリ											
しょうが											
果物類	4月	5月	6月	7月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
ぼんかん											
たんかん											
レモン											

平成27（2015）年度 納入実績

## 2 「ふしの日」の取組

枕崎市では、「枕崎鰹節の良さをもっと広げたい」と、平成24（2012）年に、毎月24日を「ふしの日」、11月24日を「いいふしの日」として制定しました。枕崎が誇るべき食材「かつお節」を枕崎の子供たちが大切にしてほしいとの願いから、給食でもかつおだしを味わうすまし汁やポテトのおかかチーズ焼きなど、かつお節を使った様々なメニューを提供しています。

「ふしの日」のメニューの例  
(かつお大トロ丼、かつおだしを味わうすまし汁)





「ふしの日」における「かつお節」の授業の様子

### 3 地元の野菜を生かした食育の取組

各学校で地元の野菜について子供たちの理解を深めるため、生産者の協力を得て交流授業や交流給食を行っています。栄養教諭が仲介役となり、学級担任と生産者との連携を図った上で、生産者から食材等の実物を使って講話を行っています。生産者から直接話を聞くことで、子供たちが食べ物を大事にし、食材の生産に関わる人々への感謝の心が育まれるなど、食に関する意識を高めることができていると感じています。



生産者による交流授業

生産者との交流給食

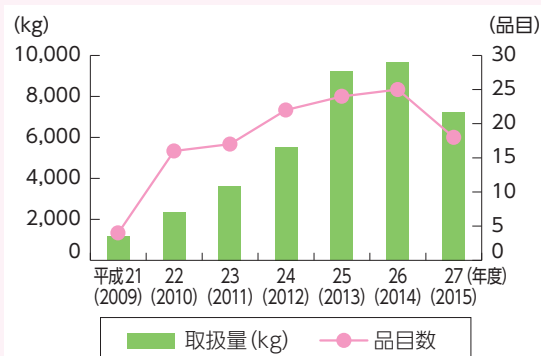
### 4 取組の成果と課題

枕崎市が地産地消の取組に力を入れていることもあり、学校給食への地元の野菜の使用割合は増加傾向にあります。また、野菜生産者以外の地元業者の方々からも、かつお節を作る工程で廃棄される腹皮（かつおの腹身の部分）を活用したコロツケや、希少価値の高い鹿籠豚など、新しい食材を紹介していただくこともあり、地元の食材を使用した献立も多様化してきました。給食センターが地域と連携することで、子供たちはもちろん、学校、家庭、地域が一体となったつながりのある食育が取り組まれてきていると感じています。

課題としては、野菜を納入する給食検討部会の高齢化が進み、今後も継続していくためには後継者の育成が必要です。また、台風の影響を受けやすい地域であるため、安定した野菜の供給を行うことは難しく、平成27（2015）年度の取扱量は減少する結果となりました。自然と向き合いながら、常に柔軟な対応ができるよう、生産者と密に連携を図る必要があります。

今後更に、未来ある子供たちが地域食材の素晴らしさに気づき、地元を誇れるような豊かな人間性を育むことが、枕崎の食文化の継承へとつながっていくと考えます。給食センターが地産地消の拠点となれるよう、地域と一体となった学校給食の充実に取り組んでまいります。

図表1 地元の野菜の取扱量と品目数の実績



## 第4節 就学前の子供に対する食育の推進

### 1 保育所における食育の推進

#### (1) 子供の育ちを支える食育 ―養護と教育の一体性の重視―

保育所における「食育」は、「保育所保育指針」（平成20年厚生労働省告示第141号）において、健康な生活の基本としての「食を営む力」の育成に向け、その基礎を培うことを目標としています。そして、子供が毎日の生活と遊びの中で、食に関わる体験を積み重ね、食べることを楽しみ、食事を楽しみ合う子供に成長していくこと等に留意して実施しなければならないとしています。また、栄養士が配置されている場合は、専門性を生かした対応を図ることとしており、保育所の栄養士数（常勤換算）は、食育基本法が施行された平成17（2005）年の6,855人から着実に増加し、平成27（2015）年は12,133人となっています。

保育所保育指針は、各保育所の保育の質を高める観点から、約10年に一度改定されており、平成27（2015）年12月より厚生労働省社会保障審議会児童部会保育専門委員会において、平成30年度改定に向けた検討を行いました。そして、平成29（2017）年3月31日に告示された新たな保育所保育指針（平成30（2018）年4月1日施行）では、引き続き、食育は保育の一環として位置付けられ、子供の育ちを支える食育の重要性が示されるとともに、第3次基本計画を踏まえた食育推進に関する記載の充実等が図られました。



保育所における食育活動  
(バランスのよい食事と運動について)



保育所栄養士による  
地域の保護者への離乳食教室

#### (2) 食を通じた保護者への支援

子供の食を考える時、保育所だけではなく、家庭と連携・協力して食育を進めていくことが不可欠です。食に関する子育ての不安・心配を抱える保護者は決して少なくありません。保育所保育指針では一つの柱として、保護者に対する支援を重視しています。保育所には、今まで蓄積してきた乳幼児期の子供の「食」に関する知識、経験、技術を「子育て支援」の一環として提供し、保護者と子供の育ちを共有し、健やかな食文化の担い手を育てていくことが求められています。

さらに、保育所は「児童福祉法」（昭和22年法律第164号）第48条の4の規定に基づき、保育所に入所していない子供を育てる家庭に対しても、その行う保育に支障がない限りにおいて、地域の実情や当該保育所の体制等を踏まえ、地域の保護者等に対する子育て支援を積極的に行うよう努めることが期待されています。具体的な食を通じた活動として、次のような活動が展開されています。

- ①食を通した保育所機能の開放（調理施設活用による食に関する講習などの実施や情報の提供、体験保育等）
- ②食に関する相談や援助の実施
- ③食を通した子育て家庭の交流の場の提供及び交流の促進
- ④地域の子供の食育活動に関する情報の提供
- ⑤食を通した地域の人材の積極的な活用による地域の子育て力を高める取組の実施

上記のような「食」の場を通して保護者同士の交流の場の提供や促進を図っていくことで、保護者同士の関わりの機会を提供し、食に対する意識が高まることが期待されます。また、実際、多くの保育所で、育児相談や育児講座等を通し、保護者の育児不安を軽減する活動が展開されています。

### （3）子供の発育・発達を支援する食事の提供

近年は、保護者の就労形態の変化に伴い、保育所で過ごす時間が増加している子供も多くみられるようになり、家庭と共に保育所も、子供のための大切な生活の場となっています。そのため、保育所で提供される食事は乳幼児の心身の成長・発達にとって大きな役割を担っています。

厚生労働省では、乳幼児の発育・発達の過程に応じて、計画的に食事の提供や食育の実施が行えるよう、平成22（2010）年に「児童福祉施設における食事の提供ガイド」を策定するとともに、平成24（2012）年に「保育所における食事の提供ガイドライン」を作成し、その普及啓発に取り組んでいます。

また、アレルギー疾患を有する子供が年々増加傾向にあり、保育所での対応に苦慮していることから、厚生労働省においては、保育所職員が保育所での具体的な対応方法や取組を共通理解するとともに、保護者も含め、保育所を取り巻く関係者が連携しながら組織的に取り組むことができるよう、「保育所におけるアレルギー対応ガイドライン」を平成23（2011）年に作成し、各保育所に配布しています。食物アレルギーを持つ子供への食事の提供については、食物アレルギーの生活管理指導表を活用し、医師の診断に基づく原因食物<sup>1</sup>を給食から完全に除去することを基本として、食物アレルギーのない子供と変わらない安全・安心な保育所での生活が送れるよう、同ガイドラインの普及啓発を図っています。

さらに、保育所をはじめとする児童福祉施設の給食関係者を対象とし、子供の「食」を通じた健康づくりの一層の推進を図るため、毎年「ブロック別児童福祉施設給食関係者研修会」を全国4ブロックで開催しています。平成28（2016）年度は、札幌市、浜松市、姫路市、鹿児島市で開催し、約2千名が参加しました。

1 食物アレルギーの原因となる（と思われる）食物



## 2 幼稚園における食育の推進

幼児期における教育は、生涯にわたる人格形成の基礎を培う重要なものです。この時期に行われる食育では、食べる喜びや楽しさ、食べ物への興味や関心を通じて自ら進んで食べようとする気持ちが育つようにすることが大切です。

幼稚園における食育については、平成20（2008）年度に改訂された幼稚園教育要領に記載がされ、さらに平成29（2017）年度に改訂され、平成30（2018）年度から実施される幼稚園教育要領でも充実が図られています。具体的には領域「健康」において「先生や友達と食べることを楽しみ、食べ物への興味や関心をもつ」ことがねらいを達成するために指導する内容とされています。また、幼児の発達を踏まえた指導を行うに当たって留意すべき事項として、「健康な心と体を育てるためには食育を通じた望ましい食習慣の形成が大切であることを踏まえ、幼児の食生活の実情に配慮し、和やかな雰囲気の中で教師や他の幼児と食べる喜びや楽しさを味わったり、様々な食べ物への興味や関心をもったりするなどし、食の大切さに気づき、進んで食べようとする気持ちが育つようにすること。」とされています。

このように幼稚園における食育については、まず幼児自身が教師や他の幼児と食べる喜びを味わい、様々な体験を通じて食べ物への興味や関心を育むことが大切です。

## 3 認定こども園における食育の推進

認定こども園は、就学前の子供を保育の必要の有無にかかわらず受け入れ、教育と保育を一体的に提供する、いわば幼稚園と保育所の両方の機能を併せ持ち、保護者や地域に対する子育て支援も行う施設です。

認定こども園では、「幼保連携型認定こども園教育・保育要領」（平成26年内閣府・文部科学省・厚生労働省告示第1号）に基づき、各園において食育計画を策定し、教育・保育活動の一環として計画的に食育を行うこととしています。認定こども園は教育と保育を一体的に行う施設であることから、食育の推進に当たっては、保育所と幼稚園双方の取組を踏まえることとしています。

また、子育て支援活動の一環として、認定こども園の栄養教諭や調理員等がその専門性を生かして、地域や家庭における食育に関する支援を行っている園もあります。

## 事例

直接体験  
～一汁一菜を作っちゃおう～

日生東日本橋保育園ひびき（東京都）

日生東日本橋保育園ひびきは、大都会東京のど真ん中、東京都中央区にあります。これまで、小さなプランターを使った栽培活動などに挑戦するものの、失敗の連続。そこで、自園の特徴を見直し、方針である「直接体験を大切にした保育」に沿った食育活動に取り組みました。

## 田植えから食べるまでを直接体験

当園はビルに囲まれた環境のため、埼玉県農業体験施設で田植え体験をすることにしました。導入として、保育園でのバケツ田んぼ作りに挑戦しましたが、カラスに邪魔をされて失敗。しかし、その失敗があったからこそ、子供たちの田植え体験への期待は膨らみました。都会の子供たちにとって、どろどろの田んぼの中に足を突っ込む機会はめったにないので、汚れも気にせず楽しみ、大きな達成感を得たようでした。田植えから稲刈りまでの間の田んぼの世話はできませんが、保育園の玄関脇にプランターを置いて夏野菜を育てることで、育てる体験ができるよう工夫しました。

待ちに待った稲刈り体験では、稲穂を見た子供から「これのどこがお米になるの?」という質問がありました。そこで、稲を一束持ち帰り、身の回りにある道具を使った脱穀・精米作業を行い、子供たちは、玄米と普段食べている白米の色の違いや精米作業の大変さなどに気づきました。

最後の仕上げは、自分たちが作ったお米を炊き、だしを取ったお味噌汁を作り、手作りのぬか漬けをおかず、一汁一菜を作って味わうことでした。お米は、炊飯器を使わず土鍋と子供たちの五感をフル活用して炊きました。美味しいと食べる喜び、作ったことの達成感、みんなで味わう楽しさが食卓にあふれ、その日から、お茶碗の中の米粒を一つ残さずきれいに食べるようになりました。



田植え体験



夏野菜の栽培



精米作業



一汁一菜を味わう

## 東日本橋ならではの食文化に触れる

東日本橋は、作物を育てる環境には恵まれていませんが、食を始めとする文化の発祥に触れる場は豊富にあります。そこで、文化がここから日本中に伝わっていったとされる「日本橋」を歩いて渡ったり、園児の保護者が営む歴史ある鰻屋を見学したり、食文化に触れる体験をしました。鰻の感触・開き方・鰻を捕る時に使う道具に、興味津々でした。

都会のど真ん中の保育園で、食育活動を進めることは難しいと考えていましたが、この直接体験は、経験という形で、子供たちの中に今まで以上に残ったと思います。子供たちは、土の感触、匂い、大変さ、美味しさ、そして苦労するからこそその感謝の気持ち等をたくさん感じ取ってくれました。



鰻屋の見学



## 幼稚園児が高校生との交流を通じて食の体験を深める事例

三重県伊勢市立明野幼稚園

幼稚園における食育は、まずは幼児自身が教師や他の幼児と食べる喜びを味わい、様々な体験を通じて食べ物への興味や関心を育むことが大切になります。本園は三重県立明野高校と隣接しており、高校生との様々な交流を日頃から行っています。その一環として園児達は高校の広い実習農園の一角で高校生とともに農作業を行ったり、そこでとれた作物で加工品を作ったりする活動を行っています。ここでは5歳児と高校生による味噌仕込みを紹介します。



味噌仕込みの様子

味噌仕込みの体験は6月に園児が高校生に大豆の種のまき方を教えてもらって共にまくことから始まります。11月の収穫で行う硬い茎を鎌で刈り取る作業は園児にとっては難しい作業ですが、高校生に手を添えてもらうことで、園児は安心して取り組むことができます。大豆を乾燥させた後はサヤから豆を取り出します。「コロコロしとるな」「黒いのもある」と、高校生と親しく話しながら夏に園で収穫した枝豆との違いや大豆の特徴を感じながら作業をします。1月の味噌の仕込みにあたっては事前に高校生による手作りの紙芝居を見て、味噌は大豆の加工品の一つである事や原材料を知り、そして今年仕込んだ味噌は来年になって食べることを教えてもらいます。材料を混ぜる時に園児は塩の作用によって「手にしみる」体験をしながら、最後まで続けることの大切さを学んでいます。材料を玉にして空気を抜くためにバケツの中に投げ入れる作業では、緊張しながらも楽しそうです。作業後、昨年の5歳児が仕込んだ味噌を使用し高校生に用意してもらった「豚汁」を全園児で食べ、自分達が仕込んだ味噌が来年にはこのように食べてもらえることを実感します。このような活動を通じて、皆で協力をしながら食べ物を作ることや食べることの楽しさを味わい、野菜の生長や旬の時期等、身近な食べ物について体験を通して学びます。

味噌仕込みだけではなく、本園では、1年を通じて広い実習農園で野菜の種をまき定植し収穫を行い、そこでの作物を使用した活動を行っています。例えば餅つきでは園児自身が田植えをし、鎌で稲刈りしたもち米を使用します。保護者と共に杵と臼を使って餅をつき、更に高校生にも手伝ってもらいきな粉餅と餡餅にして食べることで、日本の伝統的な行事と食を楽しみながら味わいます。たくさんの人に支えられながら自分達で収穫した作物は特別でおいしく、嫌いだった野菜も園では食べられるようになっていきます。収穫したものを家に持ち帰り、家族に「〇〇ちゃんがとったじゃが芋はおいしいな」と言われ、園児は達成感や満足感も味わいます。

このように多くの人と交流をしながら行う食育は、皆で協力し共に食事をする事で食べることの喜びを味わい、食への興味や関心が育まれるだけではなく、人と関わる力や協同する大切さ、最後までやり抜く力も育まれています。



稲刈りの様子



ブロッコリー定植の様子

## 事例

あかさかルンビニー園の取組  
～人と人、自然といのちを育む食育～

幼保連携型認定こども園 あかさかルンビニー園（佐賀県有田町）

日本の陶磁器発祥の地で有田焼の産地として知られている佐賀県有田町にある「あかさかルンビニー園」は、平成19（2007）年に幼保連携型認定こども園の認定を受けました。認定こども園になる際に新たに食育の計画を策定し、それまで各家庭から弁当を持ってくることにしていた幼稚園の子供についても全員に給食を提供することとし、「1. 栄養のバランスと、日本古来の“うまみ”を常に意識すること」、「2. 地産地消にこだわる」という2つの目標を柱として食育に取り組むこととしました。



出汁を使った給食

あかさかルンビニー園では、昆布・椎茸・鰹節などで出汁をとり、汁ものばかりでなくひじきの煮物やおからの煮物、里芋の煮物や緑黄色野菜のおひたしなどにも使い、化学調味料を使わない給食を提供しています。家庭の食卓で出てくることが少なくなった日本人が昔から大切にしていた食文化を、幼い頃から味わってもらい、次の世代に伝えていくことを目指しています。

また、有田町は農業が盛んな地域であることから、無農薬での田植えや稲刈り、季節ごとの野菜栽培体験等を、保護者も交えて行っています。収穫したものは、子供たち自身が調理して使うこととしており、野菜の苦手な子供も、自分たちで作ったものであれば食べることができました。

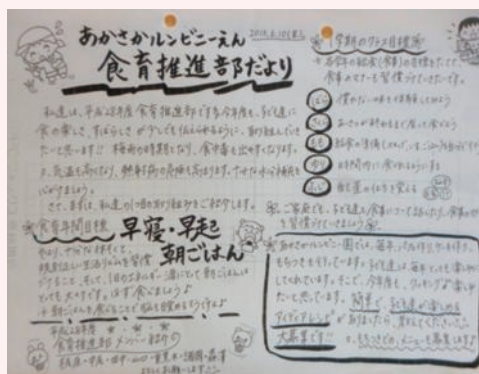
農業体験には町の農家の方々と連携協力が必要となります。今まで何気なく見ていた町の風景の中に、私たちが食するまでにどれほどの人の手があり、どれほどの自然の恵みがあつたのかを保育者も改めて感じるようになり、それこそが子供たちに伝えなければならない大切なものとして食育の視点にしています。

食育は子供たちだけでなく地域を交えた保護者活動の一つでもあり、子供・保育者・保護者がともに学び合うものです。そのため、園の食育チームが子供たちの給食の献立の説明や、農業体験の意義、理念等を記載した「食育新聞」を学期ごとに発行し、保護者とも情報や意識の共有を図っています。

様々な体験を通して子供たちは学びます。また、その体験には多くの方々が関わりあって成り立つことも分かってくれています。私たちの食育は、日々の中で口にするものの大切さを感じ、人と人を繋ぎ、自然といのちに感謝する心を育む取組であると考えています。



田植え体験



食育新聞

## 第2章

## 学校、保育所等における食育の推進

## 第1節 「食育ガイド」等の活用促進

「食育ガイド」は、乳幼児から高齢者に至るまで、ライフステージのつながりを大切にし、生涯にわたりそれぞれの世代に応じた食育の実践を促すため、平成24（2012）年に作成、公表されたものであり、食べ物の生産から食卓までの「食べ物の循環」やライフステージを踏まえた「生涯にわたる食の営み」等を「食育の環」として図示し、各ステージに応じた具体的な取組を提示したものです。

農林水産省では、一人一人が自ら食生活の振り返りを行い、実践に向けた取組の最初の一步を促すため、この「食育ガイド」をホームページに掲載し、普及啓発を図っています。  
(<http://www.maff.go.jp/j/syokuiku/>)

また、「食生活指針」については、平成28（2016）年6月に一部改正を行いました（コラム：16年ぶりに改正「食生活指針」参照）。これは、平成12（2000）年の文部省、厚生省及び農林水産省による決定から16年が経過し、この間に、食育基本法の制定、「健康日本21（第二次）」の開始、「和食；日本人の伝統的な食文化」のユネスコ無形文化遺産登録などの食生活に関する幅広い分野での施策に進展があったためです。

さらに、平成17（2005）年に厚生労働省と農林水産省により「食生活指針」を具体的な行動に結び付けるために策定された「食事バランスガイド」は、食事の望ましい組合せやおおよその量をイラストで分かりやすく示したものです。一人一人が食生活を見直すきっかけになるものとして、より多くの人に活用されることが重要であり、地方公共団体におけるヘルシーメニューの普及啓発や栄養成分の表示など、地域の特性に応じた食環境の整備において活用されています。

厚生労働省では、「食事バランスガイド」の普及・活用を図るため、健康づくりのイベントでパンフレットを配布するとともに、保健所や保健センターの健康づくりに関する事業等において教材として活用しています。また、農林水産省では、地方農政局等において、食育に関するイベント等を実施し、「食事バランスガイド」の活用のための講座や、地域の特性を盛り込んだ「地域版食事バランスガイド」の紹介等を行っています。



## 16年ぶりに改正「食生活指針」

「食生活指針」は、国民一人一人の健康の増進や生活の質（QOL）の向上、食料の安定供給の確保を図るため、平成12（2000）年3月に当時の文部省、厚生省、農林水産省が連携して策定したものです。

「食生活指針」の策定から16年が経過し、日本でも、この間、「食」をめぐる大きな動きがあったことを踏まえ、平成28（2016）年6月にこの内容を改正しました。

**「食」をめぐる大きな動き**

- ・食育基本法の制定（平成17（2005）年）
- ・「健康日本21（第二次）」がスタート（平成25（2013）年）
- ・「和食；日本人の伝統的な食文化」がユネスコ無形文化遺産に登録（平成25（2013）年）
- ・「第3次食育推進基本計画」がスタート（平成28（2016）年）

**主な改正ポイント**

適度な運動とバランスのよい食事で、  
適正体重の維持を。

改正

適正体重を知り、  
日々の活動に見合った食事量を。

- 肥満予防について引き続き取り組みながら、一方で、やせや高齢者の低栄養の予防にも着目。
- 体重だけでなく、健康状態にも留意して無理な減量はやめるようメッセージを発信。

食塩は控えめに、  
脂肪は質と量を考えて。

改正

食塩や脂肪は控えめに。

- 高血圧予防の観点からの食塩摂取量の目標値は、男性で1日8g未満、女性で7g未満に。
- 脂質のとりすぎだけでなく、脂質の質にも配慮。

日本の食文化や地域の産物を活かし、  
郷土の味の継承を。

改正

食文化や地域の産物を活かし、  
ときには新しい料理も。

日本の食文化について理解を深めることだけでなく、伝統的な食材を含め、郷土料理づくりや家庭の味の継承の大切さにも着目。

食料資源を大切に、  
無駄や廃棄の少ない食生活を

改正

調理や保存を上手にして  
無駄や廃棄を少なく。

食べ残しや食品の廃棄が与える環境への負荷の観点からも、食料資源を大切にするという環境にも配慮した食育を推進する必要性を明記。

食育基本法の制定後、食育活動はより一層充実してきています。その一方で、栄養の偏りや食習慣の乱れ、食料資源の浪費など、未だに課題も残っています。また、健康や食べ方に関する情報が多く入手できるようになった反面、情報の受け手である国民が食に関する正しい情報を適切に選別し活用することが難しい状況も見受けられるようになりました。このような状況も踏まえ、国民一人一人が、バランスのとれた食事内容を中心に、食料生産・流通から食卓、健康までを視野に入れ、具体的に実践していけるよう、項目ごとに取り組むべき内容を「解説要領」としてまとめました。

今後は、この「食生活指針」や「解説要領」を十分に踏まえながら、関係者が緊密に連携し、各地域の対象者や実情に合わせて、食生活指針を効果的に普及、啓発していくこととしています。

# 「食生活指針」

## 1. 食事を楽しみましょう。

- 毎日の食事で、健康寿命をのばしましょう。
- おいしい食事を、味わいながらゆっくりよく噛んで食べましょう。
- 家族の団らんや人との交流を大切に、また、食事づくりに参加しましょう。



## 7. 食塩は控えめに、脂肪は質と量を考えて。

- 食塩の多い食品や料理を控えめにしましょう。食塩摂取量の目標値は、男性で1日8g未満、女性で7g未満とされています。
- 動物、植物、魚由来の脂肪をバランスよくとりましょう。
- 栄養成分表示を見て、食品や外食を選ぶ習慣を身につけましょう。

## 2. 1日の食事のリズムから、健やかな生活リズムを。

- 朝食で、いきいきした1日を始めましょう。
- 夜食や間食はとりすぎないようにしましょう。
- 飲酒はほどほどにしましょう。

## 3. 適度な運動とバランスのよい食事で、適正体重の維持を。

- 普段から体重を量り、食事量に気をつけましょう。
- 普段から意識して身体を動かすようにしましょう。
- 無理な減量はやめましょう。
- 特に若年女性のやせ、高齢者の低栄養にも気を付けましょう。

## 8. 日本の食文化や地域の産物を活かし、郷土の味の継承を。



- 「和食」をはじめとした日本の食文化を大切にして、日々の食生活に活かしましょう。
- 地域の産物や旬の素材を使うとともに、行事食を取り入れながら、自然の恵みや四季の変化を楽しみましょう。
- 食材に関する知識や調理技術を身につけましょう。
- 地域や家庭で受け継がれてきた料理や作法を伝えていきましょう。

## 4. 主食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスを。



- 多様な食品を組み合わせましょう。
- 調理方法が偏らないようにしましょう。
- 手作りや外食や加工食品・調理食品を上手に組み合わせましょう。

## 9. 食料資源を大切に、無駄や廃棄の少ない食生活を。

- まだ食べられるのに廃棄されている食品ロスを減らしましょう。
- 調理や保存を上手にして、食べ残しのない適量を心がけましょう。
- 賞味期限や消費期限を考えて利用しましょう。

## 5. ごはんなどの穀類をしっかり。

- 穀類を毎食とって、糖質からのエネルギー摂取を適正に保ちましょう。
- 日本の気候・風土に適している米などの穀類を利用しましょう。



## 6. 野菜・果物、牛乳・乳製品、豆類、魚なども組み合わせる。

- たっぷり野菜と毎日の果物で、ビタミン、ミネラル、食物繊維をとりましょう。
- 牛乳・乳製品、緑黄色野菜、豆類、小魚などで、カルシウムを十分にとりましょう。



## 10. 「食」に関する理解を深め、食生活を見直してみましょう。

- 子供のころから、食生活を大切にしましょう。
- 家庭や学校、地域で、食品の安全性を含めた「食」に関する知識や理解を深め、望ましい習慣を身につけましょう。
- 家族や仲間と、食生活を考えたり、話し合ったりしてみましょう。
- 自分たちの健康目標をつくり、よりよい食生活を目指しましょう。



食生活指針 厚生労働省 <http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000128503.html>  
農林水産省 <http://www.maff.go.jp/j/syokuiku/shishinn.html>



## 第2節 健康づくりや生活習慣病の予防や改善のための取組の推進

### 1 健康寿命の延伸につながる食育の推進

厚生労働省では、平成25（2013）年度から開始した「健康日本21（第二次）」において、健康寿命の延伸と健康格差の縮小の実現を目指し、53項目の具体的な目標を設定しています。目標達成に向け、主要な項目については継続的に数値の推移等の調査や分析を行い、都道府県における健康状態や生活習慣の状況の差の把握に努める必要があることから、平成26（2014）年度から開始した「健康日本21（第二次）分析評価事業」（国立研究開発法人医薬基盤・健康・栄養研究所に委託）では、「健康日本21（第二次）」に関する目標項目について、現状値を更新し、グラフ化や「健康日本21（第二次）」の目標設定などに用いられている国民健康・栄養調査における主要なデータの経年変化と諸外国との比較に関する分析をし、また、健康格差に関する基本データとして、国民健康・栄養調査における都道府県別の状況や都道府県等健康増進計画の目標及び取組の進捗状況についての整理をし、厚生労働省及び当該研究所のホームページに掲載しています。

(<http://www0.nih.go.jp/eiken/chosa/kenkoeiyo.html>)

([http://www.mhlw.go.jp/seisakunitsuite/bunya/kenkou\\_iryuu/kenkou/kenkounippon21/](http://www.mhlw.go.jp/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/kenkou/kenkounippon21/))

また、生活習慣病は、現在、国民医療費（医科診療医療費）の約3割、死亡者数の約6割を占めています。このため、平成20（2008）年度から、メタボリックシンドロームに着目した特定健康診査・特定保健指導が実施されています。この制度は、生活習慣の改善に主眼を置いたものであり、保健指導の実施によって、悪性新生物以外の生活習慣病に係る国民医療費の抑制に対応するものです。

さらに、糖尿病の発症予防のためには、生活習慣の改善、適切な食生活や適度な運動習慣等によって糖尿病予防に取り組もうとしている人たちを支援していく環境の整備が必要であることから、厚生労働省補助事業「糖尿病予防戦略事業」を実施しています。具体的には、福岡県では、一人一人の健康状態や生活習慣・体力に合った健康づくりに積極的に取り組めるよう、福岡県健康ポータルサイト（IT）を活用した健康チェック等により、生活習慣の改善に向けた自主的な健康づくりの取組を促しています。さらに、働く世代に対しては、事業所の従業員が自主的健康づくりに取り組めるよう中小事業所に働きかけたり、健康づくりアドバイザーを派遣したりするなど、事業所における健康づくりに取り組みやすい環境づくりを支援しています。

保健所や市町村保健センターにおいては、地域の健康増進計画に基づき健康づくりに関する事業が行われており、管理栄養士等による栄養指導や運動指導が行われています。平成27（2015）年度に保健所及び市区町村で栄養指導を受けた者は5,198,522人、うち妊産婦は296,592人、乳幼児は3,159,421人でした（厚生労働省「平成27（2015）年度地域保健・健康増進事業報告」）。

### 2 貧困の状況にある子供に対する食育推進

政府では、内閣府を中心として、官公民の連携・協働プロジェクトである「子供の未来応援国民運動」の一環として、民間資金による基金への寄付を広く国民に募り、貧困の状況にある子供たちに対する食育の推進につながる活動を含め、貧困の連鎖の解消につながる活動を行うNPO等を支援しています。

また、厚生労働省では、ひとり親家庭の子供の生活習慣の習得・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を実施しています。

#### ～子供食堂の取組～

近年、地域住民等による民間発の取組として無料又は安価で栄養のある食事や温かな団らんを提供する子供食堂等が広まっており、家庭における共食が難しい子供たちに対し、共食の機会を提供する取組が増えています。

### 3 若い世代に対する食育推進

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く、こうした若い世代が食育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ことが必要です。

また、厚生労働省の平成27（2015）年「国民健康・栄養調査」においては、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日に2回以上食べることが「ほとんど毎日」の者の割合は、男女ともに若い世代ほど低い傾向にあることが分かりました。また、外食及び持ち帰りの弁当・総菜を定期的に利用している者の割合は、男女とも20歳代で最も高いことに加えて、外食及び持ち帰りの弁当・総菜を定期的に利用している者は、ほとんど利用していない者より、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事の頻度が低い傾向が見られたことから、若い世代の主食・主菜・副菜に関する理解を促進し、並びに外食や中食を利用する機会を通して栄養バランスのとれた食事を入手しやすい環境づくりを進める必要があります。また、引き続き子供の頃からの健康な食習慣、運動習慣の定着に向けて、総合的な施策を推進していく予定です。

このほか、農林水産省では、平成28（2016）年7～9月にテレビ放映されたアニメーションとのタイアップにより、若い世代の視聴者層に向け、共食の楽しさや大切さについて情報発信をしました（コラム：アニメーション「あまあま いなずま甘々と稲妻」とのタイアップによる若い世代に向けた情報発信 参照）。

### 4 高齢者に対する食育推進

高齢者については、健康寿命の延伸に向け、個々の高齢者の特性に応じて生活の質（QOL）の向上が図られるように食育を推進する必要があります。

厚生労働省では、平成28（2016）年度に「地域高齢者等の健康支援を推進する配食事業の栄養管理の在り方検討会」を開催しました。急速な高齢化の進展により、地域の在宅高齢者等が健康・栄養状態を適切に保つための食環境整備、とりわけ、良質な配食事業を求める声が、今後ますます高まるものと考えられます。同検討会では、医療・介護関連施設と住まいをできる限り切れ目なくつなぐための配食事業に係る栄養管理及び低栄養予防・フレイル<sup>1</sup>予防に資する配食事業の栄養管理の在り方について検討を行い、平成29（2017）年3月にガイドラインを取りまとめました。

また、農林水産省では、栄養面や噛むこと、飲み込むことなどの食機能に配慮した新しい介護食品をスマイルケア食として整理し、それぞれの状態に応じた商品選択に寄与する表示として、「青」マーク（健康維持上栄養補給が必要な方向けの食品）、「黄」マーク（噛むことに問題がある方向けの食品）、「赤」マーク（飲み込むことに問題がある方向けの食品）とする識別

1 加齢とともに、心身の活力（例えば筋力や認知機能等）が低下し、生活機能障害、要介護状態、そして死亡などの危険性が高くなった状態。

マークの運用を平成28（2016）年に開始したところです（図表2-3-1）。今後は識別マークを表示した商品が普及し消費者が商品選択に活用できるよう、関係省庁と連携しながら、食品事業者、介護・医療関係者等に働きかけを行っていきます。

図表2-3-1 スマイルケア食識別マーク



青マーク：噛むこと・飲み込むことに問題はないものの、健康維持上栄養補給を必要とする方向けの食品



黄マーク：噛むことに問題がある方向けの食品



赤マーク：飲み込むことに問題がある方向けの食品

※マーク内の数字は、内容物の「固さ」に応じた分類番号。黄マークで「5～2」、赤マークで「2～0」の番号が表示される。

## 「広がれ、こども食堂の輪！」全国ツアーがスタート

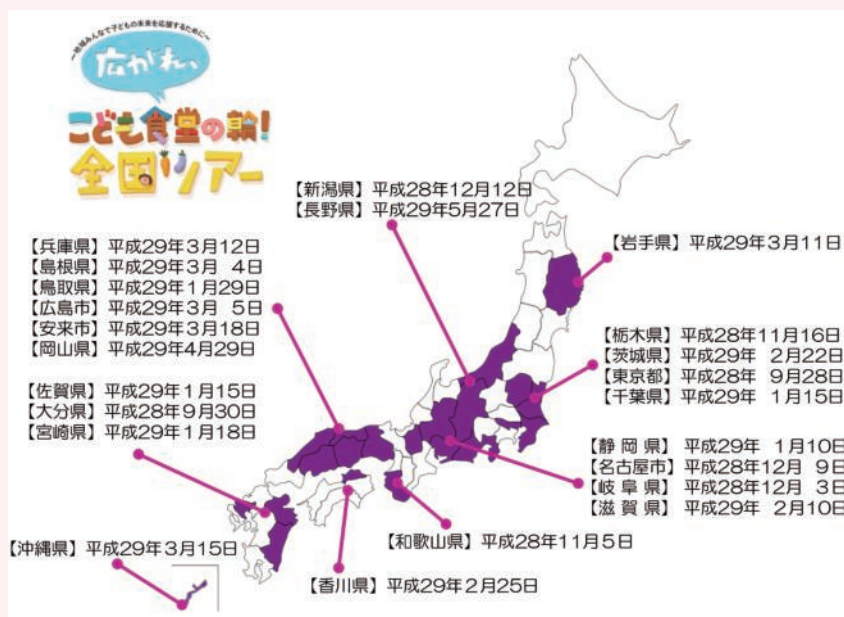
こども食堂ネットワーク事務局

全国に広がる「こども食堂」。

こども食堂は、食事を提供するだけでなく、子供が子供同士で、あるいは、子供が地域の様々な大人達と触れ合うことができる交流の場でもあります。

現在、こども食堂に取り組む人たちの多くは、地域活動やボランティア活動など子供をめぐる問題に強い関心を持つ人たちです。しかし、今後は、地域活動に長く関わっている自治会や婦人会、社会福祉協議会や民生委員、行政等、様々な関係者にも関わっていただき、こども食堂の活動を理解してもらい、「一部の人たちの取組」から「地域住民の誰もが理解し関わっていきける取組」へと広げていきたいと考え、活動を続けています。

そこで、始まった取組が「広がれ、こども食堂の輪！」という全国ツアーです。全国ツアー実行委員会では、平成28（2016）年9月28日に開催された東京都におけるキックオフイベントを皮切りに、こども食堂の理念やあり方について伝え、考えるツアーをスタートさせました。



初年度にあたる平成28（2016）年度は、21箇所で開催し、「こども食堂がその地域でどんな役割の場所になっていけばいいのか」、「地域の人たちがこども食堂にどんなふうに関わっていきけるのか」など、ツアーを通じて、こども食堂の理念やあり方について、多様な立場の人たちで考えるきっかけとなりました。また、これからこども食堂を始めたいという人に向けて、先に活動を始めた「先輩こども食堂」の関係者からノウハウや先進事例を共有、紹介しあう場ともなっています。

この全国ツアーを通じて、この場で出会った人たちがつながり、子供たちのための活動がひとつでも増えていくこと、また、こども食堂が子供だけでなく、その地域のすべての人たちにとって欠かせない空間になり、子供が抱える問題を発見し、そこに集まった人たちで解決方法を考え、次の支援へとつなげる場所になり、最終的には、地域から困っている子供たちが1人でも減ることを願い、活動を進めています。



column  
コラムあまあま いなずま  
アニメーション「甘々と稲妻」との  
タイアップによる若い世代に向けた情報発信

農林水産省では、平成28（2016）年7～9月にテレビ放映されたアニメーション「甘々と稲妻」とのタイアップにより、「一緒に食べたら、もっとおいしい☆」をキャッチフレーズに、若い世代の視聴者層に向け、一緒に食事をする「共食」の楽しさや大切さについて情報発信を行いました。

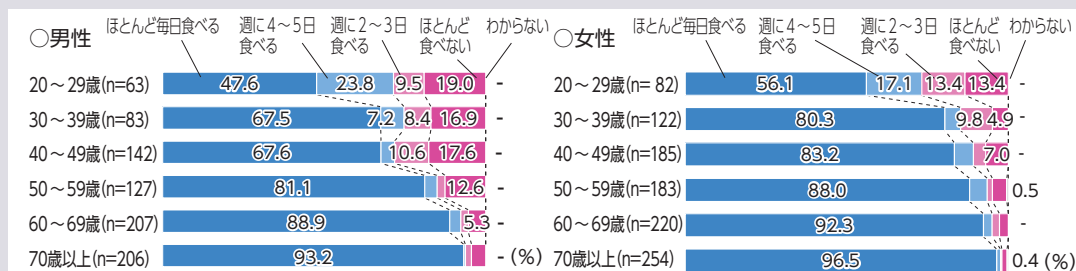
本アニメーションは、妻を亡くした男性（犬塚公平）とその愛娘（つむぎ）、そして、親の多忙により一人で食事をする「孤食」になりがちな女子高生（飯田小鳥）の3人が、一緒に料理を作り食卓を囲むことを通して、共食の楽しさや喜びを味わう姿が描かれています。料理の初心者である3人が挑戦する料理は、豚汁やハンバーグ、イカと里芋の煮物、お好み焼きなど、どれも素朴なものであり、番組を見た視聴者がアニメーションの登場人物と同じように実際に料理を作って、大切な誰かと共食したくなるような内容となっています。

平成28（2016）年4月からスタートした第3次基本計画では、重点課題として「若い世代を中心とした食育の推進」を掲げています。20歳代～30歳代を中心とした若い世代は、食に関する知識や意識、実践状況の面で他の世代より課題が多いとされており、例えば、平成28（2016）年11月に農林水産省が実施した「食育に関する意識調査」では、若い世代の朝食摂取頻度が他の世代よりも低くなっています（図表1）。第3次基本計画では、これから親になる世代でもある若い世代に向け、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こととしています。



©雨隠ギド・講談社／  
「甘々と稲妻」製作委員会  
タイアップによるポスター

図表1 朝食摂取頻度

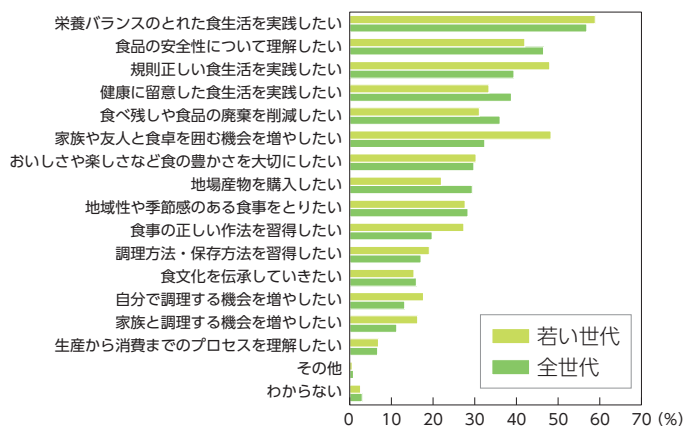


資料：農林水産省「食育に関する意識調査」（平成28（2016）年11月実施）

一方、前述の調査では、「ふだんの食生活で特に力を入れたい食育の内容」として、「家族や友人と食卓を囲む機会を増やしたい」、「食事の正しい作法を習得したい」、「家族と調理する機会を増やしたい」など、食を通じたコミュニケーションについての関心が、他の世代よりも若い世代で高くなっています（図表2）。

このように、若い世代が食について必ずしも無関心ではないと考えられ、若い世代に向けてはSNS（ソーシャルネットワークサービス）を活用するなど、世代に応じた方法や内容で食育を推進する必要があります。今回のタイアップのように、若い世代が共感しやすい親しみやすい媒体を通じた情報発信や、若い世代が気軽に食に触れられる環境づくりなどの多様なアプローチが求められます。

図表2 ふだんの食生活で特に力を入れたい食育の内容



資料：農林水産省「食育に関する意識調査」（平成28（2016）年11月実施）

## 第3節 歯科口腔保健における食育推進

### 1 国における取組

平成21（2009）年には、厚生労働省において開催された「歯科保健と食育の在り方に関する検討会」で、「歯科保健と食育の在り方に関する検討会報告書「歯・口の健康と食育～噛ミング30（カミングサンマル）を目指して～」」が取りまとめられました。この報告書において、全ての国民がより健康な生活を目指すという観点から、一口30回以上噛むことを目標として、「噛ミング30（カミングサンマル）」というキャッチフレーズを作成するとともに、食育推進に向けた今後の取組として、各ライフステージにおける食育推進の在り方、関係機関や関係職種における歯科保健と食育の推進方策、新たな視点を踏まえた歯科保健対策の推進等について提言がなされました。

また、食を通して健康寿命を延伸するためには、乳幼児期から高齢期に至るまで、噛む・飲み込むなどの機能を担う歯や口の健康が重要です。このため、厚生労働省では、平成23（2011）年に公布・施行された「歯科口腔保健の推進に関する法律」（平成23年法律第95号）に基づき、平成24（2012）年に「歯科口腔保健の推進に関する基本的事項」（平成24年厚生労働省告示438号）を制定し、乳幼児期から高齢期までの各ライフステージの特性に応じた歯科口腔保健を推進しています。この「歯科口腔保健の推進に関する基本的事項」において、食育と関連の深い口腔機能の維持・向上についての目標を設定しています。

さらに、平成元（1989）年から推進している「8020（ハチマル・ニイマル）運動」は、全ての国民が健やかで豊かな生活を過ごすため、80歳になっても20本以上保つことを目標としており、8020達成者の割合は、5年に一度実施している歯科疾患実態調査の結果によると、昭和62（1987）年の7.0%から平成23（2011）年には40.2%へと上昇しています。

平成28（2016）年12月10日には、厚生労働省、沖縄県、宜野湾市、公益社団法人日本歯科医師会、一般社団法人沖縄県歯科医師会が協同して、沖縄県において第37回全国歯科保健大会を開催しました。この大会では、「生涯を通しておいしく、楽しく食する」ことの大切さを、「2040年健康長寿世界一をめざして～みなおそう沖縄の食文化～」をテーマにシンポジウム等を行いました。

また、平成29（2017）年3月18日には、厚生労働省が主催で、「子どもと大人の「食べる」と「歯と口の健康」」をテーマに、口腔保健シンポジウムを開催しました。

これらの運動や取組を通じて、歯科口腔保健における食育を推進しています。

### 2 都道府県における取組

各都道府県でも歯科口腔保健における食育の推進に関する取組が行われており、厚生労働省では、「8020運動・口腔保健推進事業」を通じて都道府県の取組への支援を行っています。この中で、噛み応えのある料理を用いた噛むことの大切さの教育や、食生活を支える歯・口腔の健康づくりについての歯科医師・栄養士等の多職種を対象とした講習会、バランスの良い食事をとるための歯、舌、口唇等の口腔機能に関する相談に対応できる歯科医師の養成など、食育に関わる事業も実施されています。

平成28（2016）年度は、幼児期における適切な口腔機能獲得の重要性を伝えるため、ガムを用いた咀嚼力判定、口の体操等について、幼稚園職員を対象とした研修会が開催されるなどの取組が行われました。

### 3 関係団体における取組

公益社団法人日本歯科医師会、日本歯科医学会、一般社団法人日本学校歯科医会、公益社団法人日本歯科衛生士会の4団体は、平成19（2007）年に、国民全てが豊かで健全な食生活を国民的運動として広く推進することを宣言した「食育推進宣言」を出しました。この宣言において、歯科に関連する職種は、国民全てが豊かで健全な食生活を営むことができるよう、多くの領域と連携して国民的運動である食育を広く推進することとされています。

公益社団法人日本歯科医師会と公益社団法人日本栄養士会は、平成22（2010）年に、全ての食育関連職種が互いに連携・協調して食育を推進することを宣言した「健康づくりのための食育推進共同宣言」を出しています。この宣言において、「食」の専門職として歯科医師、管理栄養士・栄養士は、全ての人々が健康で心豊かな食生活を営むことができるようにその責務を果たすと同時に、互いに連携・協働して国民運動である食育を広く推進することとしています。また、共通認識を深めるため、両会はこれまでに3回の共同シンポジウムを開催しています。

公益社団法人日本歯科医師会、一般社団法人福島県歯科医師会、一般社団法人日本学校歯科医会、公益財団法人8020推進財団は、平成28（2016）年6月11日・12日に開催された「第11回食育推進全国大会inふくしま」において、協同して食育に関するブース出展を行い、ガムを活用した咀嚼力テストには約1,000名が参加しました。



日本歯科医学会は、平成27（2015）年に公開フォーラム「口から食育を考える」を開催しました。この公開フォーラムにおいては、「子どもの食の問題に関する調査」の結果を踏まえ、関連多職種との連携の中における歯科医療の関わりについて議論しました。また、平成28（2016）年度は、子供の食の問題に歯科医療関係者が適切に対応できるよう、医療・保育などの多職種でワークショップを実施し、FAQを作成、それを日本歯科医学会のHPで公開しました。（<http://www.jads.jp/date/faq160821.pdf>）さらに、平成28（2016）年11月27日には、歯科医療関係者向け研修会「歯科医療に保育と栄養の視点を取り入れよう～摂食嚥下機能を理解して子どもの食の問題に対応する～」を開催しました。この研修会は、歯科医療関係者が子供の食の問題を正しく理解し、真に求められる支援者になるための研修、研鑽<sup>けんさん</sup>を図ることを目的として行われました。

公益社団法人日本歯科衛生士会では「ライフステージごとの食育」の普及啓発を目的としたポスターを作成し、幅広い年齢層の国民に対して更なる周知を図っています。





「ライフステージごとの食育」ポスター（小児期）



「ライフステージごとの食育」ポスター（成人期）



「ライフステージごとの食育」ポスター（高齢期）



## 事例

## 地域における歯と口の健康づくりを通じた食育の取組

東京都  
西東京市歯科医師会

東京都は、東京都歯科医師会に委託し、歯と口の健康づくりを通じた食育推進のため、平成21（2009）年に都内各地域で展開されている「食育の推進事例」等を掲載した「歯と口の健康からはじめる食育サポートブック」を作成しました。

さらに、平成27（2015）年には、乳幼児期における食べる力の発達支援、高齢期における摂食・嚥下機能支援などを含めて、より

実践的に取り組むために「歯と口の健康からはじめる食育チャレンジブック」を作成しました。

地域で多職種が協同して食育を進めていく取組の参考としてもらうほか、東京都が実施する多職種向け食育講習会で活用しています。サポートブック、チャレンジブックは、東京都のホームページに掲載されています。

([http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/iryo/iryo\\_hoken/shikahoken/pamphlet/shokuiku.html](http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/iryo/iryo_hoken/shikahoken/pamphlet/shokuiku.html))

西東京市歯科医師会では、地域包括ケアシステムの一環として食育、子育て支援を考慮しており、子供が適切な食べ方を身に付けることやブラッシング方法等を身につけるための取組を行っています。

平成28（2016）年10月10日には、子育て世代への取組の一つ「第6回こそだてフェスタ@西東京」に歯科口腔保健の観点からの食育について出展しました。今年で6回目の

出展でしたが、今回は初めての試みとして歯科大学の先生から「上手に食べられるかな？」という講演を行いました。赤ちゃんの口腔内の変化と食べ物の関係などのお話には、赤ちゃんを抱きながら熱心にメモをとる保護者の姿もみられました。また、相談会も開催し、保護者が普段疑問に感じていることを直接質問できる機会となり、大変好評の中終える事ができました。講演内容はFM西東京のpodcastページ (<http://842fm.west-tokyo.co.jp/fm842/podcast/shikaishikai/2016/10/post-255.shtml>)、当日の様子は小金井子育て・子育て支援サイト「のびのびーの！」 (<http://nobinovino.net/report/pg62.html>) に掲載されています。



歯と口の健康からはじめる  
食育サポートブック



歯と口の健康からはじめる  
食育チャレンジブック



講演の様子

## 第4節 栄養バランスに優れた「日本型食生活」の実践の推進

「日本型食生活」とは、ごはんを中心に魚、肉、牛乳・乳製品、野菜、海藻、豆類、果物、茶といった多様な副食等を組み合わせて食べる食生活をいいます。

日本の気候風土に適した多様性のある食として地域や日本各地で生産される豊かな食材を用いた日本型食生活には、旬の食材を利用して季節感を取り入れることや、地域の気候風土にあった郷土料理を活用すること、ごはんを中心に洋風や中華風など多彩な主菜を組み合わせることにより、幅広く食事を楽しむ要素があり、かつ、栄養バランスに優れているといったメリットがあります。

近年ライフスタイルが多様化しており、家庭での調理のみを前提とせずに、ごはんと組み合わせる主菜、副菜等に、中食、冷凍食品、レトルト食品、合わせ調味料などを活用することで、日本型食生活を実践することが可能です。



ごはんをベースに中食を組み合わせた日本型食生活の例

農林水産省では、これら「日本型食生活」の実践等を促進するために民間団体の実施するモデル的な食育活動や地域の実情に応じた食育活動に対する支援を行っています（事例：ショッピングモール、クッキングスクール、人間ドックにおいて“内臓脂肪をためない”「スマート和食<sup>®</sup>」という食事法の提案の啓発と実践を推進 参照）。

## 事例

ショッピングモール、クッキングスクール、人間ドックにおいて“内臓脂肪をためない”「スマート和食<sup>®</sup>」という食事法の提案の啓発と実践を推進静岡県立大学  
花王株式会社

静岡県立大学と花王株式会社は、「新たな食環境に対応した食育活動モデル推進事業<sup>1)</sup>」を活用し、ごはんを中心に多様な食材をバランス良く食べる日本型食生活の考え方をベースに、食事の量を減らすことなく余分な内臓脂肪を減らすことを目指して自ら開発した食事法「スマート和食」の啓発活動に取り組みました。

まず、平成28（2016）年9月～平成28（2016）年11月にかけて、内臓脂肪の測定とセミナーを組み合わせた啓発イベントを、山形県のショッピングモールにて、2か月の期間を置いて2回開催しました。延べ807名の来場者が参加して、その場で内臓脂肪面積値が得られる医療機器で内臓脂肪を測定し、一人一人に簡単な生活改善目標を立てていただくとともに、生活改善への動機付けのためのセミナーを実施しました。セミナーでは、ごはんを中心に野菜、魚介、大豆などを積極的に摂取する「スマート和食」の食べ方と、スマート和食の食卓を作るための『買い物』の仕方を学んでいただきました。

また、平成28（2016）年9月にクッキングスクールにおけるスマート和食の体験モデル事業「おいしく食べても太りにくい！スマート和食レッスン」を静岡で開催し、30歳代から50歳代までの女性8名が参加しました。初回のレッスンで内臓脂肪を測定した後、約2か月をかけて自身の食習慣を見直しつつ、講義や調理実習・試食のレッスンを6回繰り返し、身体の変化を観察することによって、“しっかり食べて太らない”「スマート和食」の長所を実感していただきました。



スマート和食の教材



イオンモール天童「花王 内臓脂肪見える化ステーション」



「買い物カゴ」でスマート和食を学んだ



スマート和食レッスンの様子

また、静岡の2か所の健診施設において、約6千人の人間ドック受診者を対象としてスマート和食教材を用いて日本型食生活の啓発を行うとともに、内臓脂肪を測定してその結果を説明しました。事業の成果を評価するため、内臓脂肪測定前に日本型食生活の実践状況を調査し、内臓脂肪測定後に、日本型食生活への関心向上等の調査を実施しました。その結果、内臓脂肪測定により、日本型食生活への関心が高まることが示され、今回の事業を通して、日本型食生活の良さについての再認識が図られました。

1 「日本型食生活」の普及・実践や、農林漁業体験による食や農林水産業への理解増進を通じた消費拡大を図るため、民間団体が実施するモデル的な食育活動を支援することを目的として農林水産省が平成28（2016）年度に実施した事業。



## 第5節 食品関連事業者等による食育推進

食育の推進に当たっては、教育関係者、農林漁業者、食品関連事業者等の関係者間の連携と、各分野における積極的な取組が不可欠です。食品関連事業者等は消費者と接する機会が多いことから、食育の推進に占める役割は大きく、様々な体験活動の機会の提供や健康に配慮した商品・メニューの提供、食に関する情報や知識の提供が求められています。

近年、食品製造業、小売業、外食産業をはじめとした食品関連事業者等による食育活動は、CSR（企業の社会的責任）活動の一環など様々な位置付けで取り組まれています。

具体的な取組内容としては、工場・店舗の見学、製造・調理体験、農林漁業体験、料理教室の開催といったもののほか、店舗での食育体験教室の開催、出前授業、食生活に関する情報提供など、幅広いものとなっています。

厚生労働省では、平成25（2013）年度から開始した「健康日本21（第二次）」において、健康寿命の延伸に向け、企業・民間団体・地方公共団体と協力・連携した取組として「スマート・ライフ・プロジェクト」を推進しています。また、毎年9月に展開している食生活改善普及運動では、「食事をおいしく、バランスよく」を基本テーマに「毎日プラス1皿の野菜」「おいしく減塩1日マイナス2g」に焦点を当て地方公共団体や企業とともに全国的な運動を実施しました。効果的な取組を展開するため、普及啓発ツールを作成し、スマート・ライフ・プロジェクトのホームページで提供するとともに、「毎日プラス1皿の野菜」のとり方の提案、地方公共団体やスマート・ライフ・プロジェクトの登録企業の取組例を紹介するなどの情報発信を行いました。



食生活改善普及運動「プラス1皿マーク」



食生活改善普及運動「マイナス2マーク」

また、農林水産省では、「果樹農業振興基本方針」（平成27年4月27日農林水産省決定）に基づき、果物は嗜好品ではなく、適量を毎日の食生活に取り入れるべき必需品であるということについて、科学的見地からの理解が広まるよう多角的な取組を図っています。具体的には、生産者団体と協力し「毎日くだもの200グラム運動」による家庭や学校給食等における果物の摂取を促進するほか、栄養面では各種ビタミン、ミネラル及び食物繊維の摂取源として重要な食品であり、健康の維持・増進に役立つ機能性関与成分も含まれているといった健康への有益性の周知、社会人（企業）を対象とした普及啓発（「デスクdeみかん」等）、小学生を対象とした出前授業に取り組んでおり、果物の摂取が生涯にわたる食習慣となるよう、その定着を推進しています。





「毎日くだもの200グラム運動」ロゴマーク

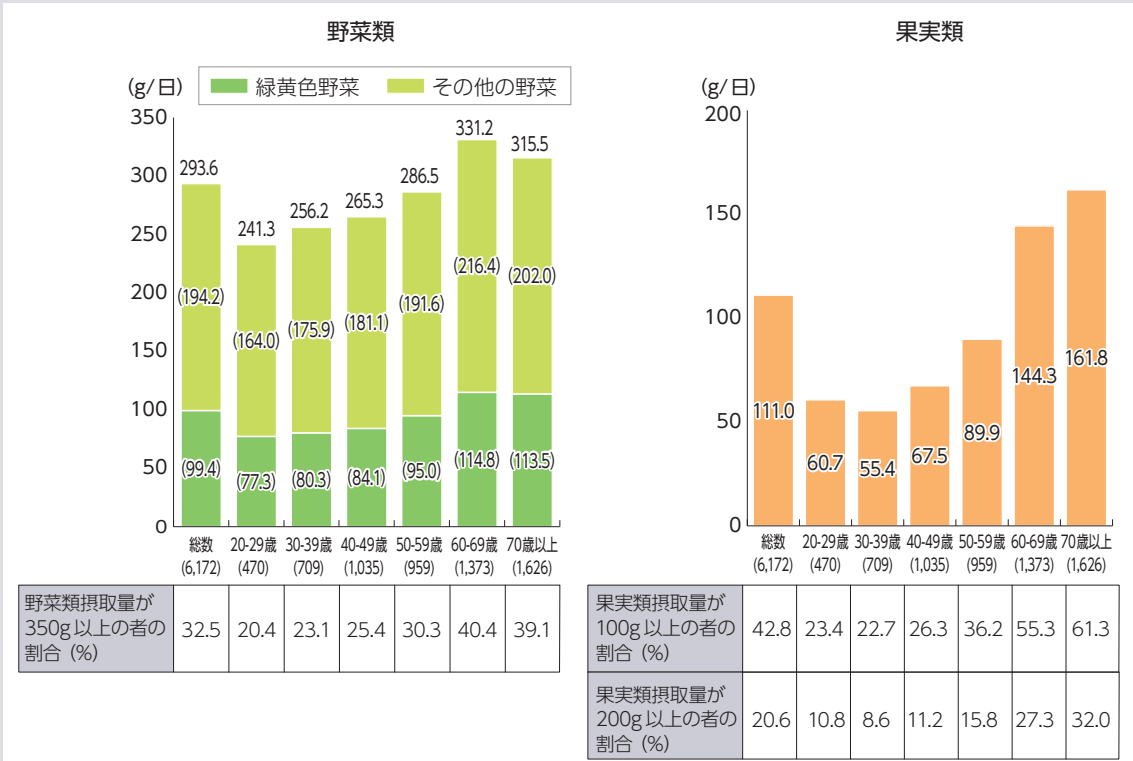


果物摂取の普及啓発

さらに、農林水産省では、消費者に日本型食生活など健全な食生活の実践を促す取組や、食や農林水産業への理解を深めるための体験活動の提供など、モデル的な取組を実施する民間団体に対する支援を行いました。

具体的には、①子育てがスタートしたばかりの世代を対象にした、産婦人科や歯科医院を通じた健全な食生活や子供の行事食等に関する講座の実施、②働く世代を対象に、人間ドック受診の場を活用した内臓脂肪の測定及びこれに基づく食事指導の実施、③大学生や高齢者を対象とした食生活写真調査と食生活アドバイスの実施、④スーパーの店頭を活用した小学生を中心とした子供への食育プログラムの実施、⑤農業体験を提供する教育ファームや直売所、道の駅の担当者を対象とした体験プログラムの実施・導入方法セミナーの実施など、全国7団体において取組が行われました（図表2-3-3）。

図表 2-3-2 野菜類・果実類摂取量の平均値（20歳以上、男女計・年齢階級別）



資料：厚生労働省「平成27（2015）年国民・健康栄養調査」  
注：果実類摂取量はジャムを除く。

図表 2-3-3

全国7団体の取組概要（平成28（2016）年度新たな食環境に対応した食育活動モデル推進事業）

事業実施主体名	主な取組内容
イオンリテール株式会社	小学生を中心とした子供や一般消費者を対象に、イオン直営農場における収穫・調理体験、店頭における講習会、店頭イベント「見直そう、食事。食べよう、和食」を実施 等
一般社団法人 MOAインターナショナル	若い世代や一人暮らし世帯、高齢者等を対象に、「ごはんを中心とした日本型食生活と健康」を内容とした食育活動体験会（料理講習会、農業体験・見学会、加工体験・見学会）を実施 等
生活協同組合コープこうべ	大学生や子育て世代、高齢者に対し、日本型食生活等についての店頭ミニ講習会や農林漁業体験プログラム等を実施 等
静岡県公立大学法人静岡県立大学	働く世代の人間ドック受診者に対し、健診施設において、専用医療機器による内臓脂肪測定と併せて、「スマート和食」の食事指導を実施 等
株式会社農文協プロダクション	農業高校に通う生徒に対し、各自の弁当の実態調査や改善レシピの検討、これを踏まえた弁当作りをする「お弁当プロジェクト」を実施 等
株式会社ブランド総合研究所	農業従事者、道の駅、直売所等の関係者を対象に、全国各地において「体験プログラムの実施・導入方法の解説」セミナーや「食農体験ソムリエ認定研修」等を開催 等
株式会社琉球新報社	20～30歳の若い子育て中の親子やひとり親の親子を対象に、農業体験や漁業体験を実施するとともに、琉球新報紙面等において活動成果を広く普及 等

参加者のアンケートでは「作ることの楽しさ、食材を選ぶときの家族の気持ち、作ってくれた家族への感謝など食や家族に対する意識が変わった。」、「日常の食生活において健康を考えるようになった。」など、食や農林水産業に対する意識・行動の変化がみられました。

## 事例

## “障がいのある人もない人も、子供から高齢者まで誰もが参加できる農業体験”を企画

埼玉トヨペット株式会社「はあとねっと輪っふる」(埼玉県)

埼玉トヨペット株式会社が社会貢献活動として取り組む「はあとねっと輪っふる」は、「すべての人が、分け隔てのない社会で共に働き、共に学び、共に暮らす」というノーマライゼーションの実現を目指し平成14(2002)年4月に誕生しました。

当社の福祉車両モニターに当選された方との出会いが縁で、その方の田んぼをお借りできることとなり、“障がいのある人もない人も、子供から高齢者まで年齢を問わず誰もが参加できる農業体験”を行うこととしました。平成15(2003)年の5月には第1回の田植えを行い、50人の方が参加しました。車いすの方は、水を張った田んぼに浮かべたゴムボートに乗り、ボートの上から手で苗を植えました。また、苗を田んぼに向かって投げ植える「投げ植え」も行いました。

さらに平成21(2009)年からは、さいたま市にある「ファーム・インさぎ山」の田んぼと畑を借りて行っており、平成28(2016)年現在では、田植え・稲刈り・畑作業に毎回150人前後の方々が参加していただくまでに取組の輪が広がっています。

農作業で身体を動かしたあとは、釜でわら炊きしたご飯をカレーライスや牛めしにして味わいます。毎年楽しみにしている参加者が多く、お代わりをするくらい大盛況です。刈った稲は自然乾燥し、精米を参加者に配布しています。また、子供たちは、カエルや虫など、たくさんの生き物と自然の中で触れ合い、稲作とともに泥んこ遊びも体験し、楽しく食について学ぶことができる場となっています。

このように様々な人たちが、農作業を共に行うことを通じて、幅広い交流を図り、皆で助け合い何かを成し遂げるという達成感を得ることにより、社員の意識向上にもつながっています。

平成28(2016)年には、社員の家族から無農薬野菜の栽培要望があり、畑で大根・かぶ・小松菜・ほうれんそうの作付けも始めました。これは、食の生産から消費に至る一連の体験を通じて、食べ物へ感謝する、残さず食べるということにもつながっています。このような取組も地域貢献の一つとして捉え活動していくとともに、今後も今までの知識を活用して、食の大切さを伝えていきたいと考えています。



ボートでの田植えの様子



参加者による田植えの様子



参加者による稲刈りの様子

## 第3章

## 地域における食育の推進

## 第6節 ボランティア活動による食育推進

### 1 ボランティアの取組の活発化がなされるような環境の整備

国民の生活に密着した活動を行っている食育ボランティアは、地域での食育推進運動の中核的役割を担うことが期待されています。平成23（2011）年度までは増加を維持してきたものの、平成24（2012）年度、平成25（2013）年度とその数は減少し、その後若干回復しましたが、第2次基本計画及び第3次基本計画の目標である37万人には達していません。ボランティア活動の活発化とその成果の向上に向けた環境の整備が必要とされています。厚生労働省では、「地域における行政栄養士による健康づくり及び栄養・食生活の改善の基本指針<sup>1</sup>」において、住民主体の活動やソーシャルキャピタルを活用した健康づくり活動を推進するために、ボランティア組織の育成や活動の活性化が図られるよう、食育推進のネットワークの構築について示しています。

さらに、一般財団法人日本食生活協会では、健康づくりのための食育アドバイザーとして活動している食生活改善推進員や、ボランティアの中核となり地域の食育を推進していく食育推進リーダーの育成など、地域に根ざした食育の活動を推進しています。特に、食生活改善推進員が地域で質の高い活動ができるよう、食生活改善の実践方法や、食育の普及活動についてのリーダー研修の実施、地域住民に対する食育に関する講習会の開催など、食育の普及啓発活動への支援を行っています。

### 2 食生活改善推進員の健康づくり活動の促進

地域における食育の推進に当たっては、地域の健康課題や食習慣、食文化等を理解し、地域に密着した活動を幅広く推進していくことが重要です。一般財団法人日本食生活協会は、その傘下の全国食生活改善推進員協議会と行政との連携を図りつつ、「私達の健康は私達の手で」をスローガンに、生活習慣病予防対策に重点を置き、時代に即した健康づくりの食育活動を進めています。現在、全国46道府県の1,360市町村に協議会組織が存在し、ボランティア団体として住民のニーズにあった健康づくり事業を推進しています。食生活改善推進員は、市町村が行う食生活改善推進員の養成事業の修了後、自らの意思により当該協議会の会員となることで活動が始まりますが、地域における食育推進活動の最大の担い手となっており、平成27（2015）年度は一年間で約320万回、延べ1,800万人に対して健康づくり活動を実施しました。主な活動には次のようなものがあります。

#### （1）生活習慣病予防のための減塩推進スキルアップ事業について

「健康日本21（第二次）」では生涯を通じる健康づくりに「一次予防」が重視され、健康寿命の延伸のための生活の質の向上が求められています。平成25（2013）年度から平成27（2015）年度まで3年計画で実施したTUNAGUパートナーシップ事業では、講習会並びに家庭訪問を行い、塩分チェックによる生活習慣病予防のための啓発活動を進めました。また、活動の成果をアンケート調査により実施した結果、みそ汁の塩分濃度が0.8%以下の家庭が8割を占めており、明らかに全国的に減塩に対する意識が周知されたことが分かりました。

1 平成25（2013）年3月厚生労働省公表



平成28（2016）年度は、第3次食育推進基本計画でも取り上げられている若者・働き世代に対象者の枠を広げ朝食欠食や食の大切さについて普及を行いました。若者世代の対象者は、高校生や大学生、企業等への出前講座やジュニアアスリートの保護者を対象に実施した市町村協議会もありました。家庭訪問の成果は大きく、平成28（2016）年度はこれまで未訪問地域となっていた市町村への拡大を図り、食生活改善推進員が各家庭を訪問し減塩普及のための塩分チェックを行い、健康寿命の延伸に向けて取組を行いました。



講習会テキスト



出前講座



家庭訪問

## （2）「おやこの食育教室」で「食育5つの力」

「おやこの食育教室」は、食育の大切さを親子が体験することで「食育5つの力」である〈1〉食べ物を選ぶ力、〈2〉料理ができる力、〈3〉食べ物の味が分かる力、〈4〉食べ物のいのちを感じる力、〈5〉元気なからだが分かる力を理解することを目的とします。平成28（2016）年度は「食育5つの力」の中から、「選ぶ力」と「味がわかる力」をテーマに、子供達はみそ汁作りに挑戦し、食材の選び方からだしの取り方を学び、最後に塩分のチェックを体験し幼少期からの減塩教育に取り組みました。また、日本食生活協会作成の「食育ラン



「おやこの食育教室」

チョンマット」を使い自分たちが作った料理の主食、主菜、副菜の正しい並べ方を学びました。本事業は、色々な体験を通して様々な能力を見出す絶好の機会でもあり、親子で共食の大切さを感じ取ってもらうことにもなりました。



食育ランチョンマット

### (3) 生涯骨太クッキング

日本人の食生活に不足しているカルシウム摂取量を高め、健康寿命の延伸と生活習慣病予防を目的に、乳製品を使った料理講習会を実施しました。平成28（2016）年度は、「糖尿病予防は減量から」「高血圧予防は減塩から」をテーマに肥満予防と減塩について学習を行い、一方、高齢者には骨折・転倒や認知症予防のための低栄養予防とロコモチェック・ロコモーショントレーニングを取り入れ健康維持及び増進に努めました。



生涯骨太クッキング

### (4) 男性のための料理教室

高齢者の単身世帯が増加する中、男性を対象に食生活の自立や生活習慣病を防ぐことを目的とした料理教室を実施しました。「男性料理教室20のレシピ」を教材に、ご飯の炊き方から始め、「生きるための20品目」を覚えてもらいました。この男性料理教室の参加者からは、人と人とのつながりが地域参加へのきっかけにもなっているとの声が寄せられているそうです。



男性のための料理教室



### (5) シルバー・認知症予防教室

高齢になると加齢に伴い食欲が低下し、料理を作る意欲も減退していくため、知らぬ間に低栄養状態になる高齢者が増加しています。このことから、平成28（2016）年度は「低栄養・ロコモ・認知症」の3つをテーマに予防教室を実施しました。

また、単身世帯への食事支援や安否確認の一つとして、おとなりさん、お向かいさん活動の「一皿・一声運動」を実施しました。また、家に閉じこもりがちな高齢者に声をかけをしていきいきサロンに誘い「健康カルタ」等によるふれあい活動も行いました。



シルバー・認知症予防教室

### (6) 「毎月19日は食育の日」全国一斉キャンペーン活動

全国食生活改善推進員協議会では、国が毎月19日を「食育の日」と設定したことに賛同し、平成18（2006）年度から「毎月19日は食育の日 家族そろって食事を楽しみましょう」をテーマに全国各県において駅やスーパーマーケットなど多くの人が集まる場所で食育の日のチラシを配布し、食育の大切さや食育の認知度を高めるための活動を行いました。



「毎月19日は食育の日」全国一斉キャンペーン活動

## 第7節 専門的知識を有する人材の養成・活用

国民一人ひとりが食に関する知識を持ち、自らこれを実践できるようにするため、食育に関する専門的知識を備えた管理栄養士・栄養士（以下「管理栄養士等」という。）や専門調理師・調理師等の養成を行い、関係団体との連携等により、人材の育成や食育の推進に向けての活動に取り組んでいます。

### 1 管理栄養士・栄養士の養成・活用

厚生労働省等では、食生活や健康づくりに関する専門的な知識を有し、食育を推進する上で重要な役割を担う者として管理栄養士等の養成を行っています。管理栄養士等は、「栄養士法」（昭和22年法律第245号）に基づく資格であり、栄養士は都道府県知事から、管理栄養士は厚生労働大臣から免許が交付されています。

平成28（2016）年4月1日現在、栄養士養成施設数は301校（平成27（2015）年度298校）であり、そのうち管理栄養士養成施設数は140校（平成27（2015）年度137校）です。栄養士免許は、平成27（2015）年度18,600件（平成26（2014）年度19,090件）交付されており、累計交付数は1,041,605件です。また、管理栄養士免許は平成28（2016）年12月現在で8,459件（平成27（2015）年12月現在10,822件）交付されており、累計交付数213,726件となっています。管理栄養士等は、学校、保育所、病院、社会福祉施設、介護保険施設、保健所、保健センター、食品産業、大学、研究機関等の様々な場において食生活に関する支援を行っています。

また、特に、都道府県、市町村においては、地域での食育の推進が着実に図られるよう、行政栄養士の配置を推進しており、平成28（2016）年度においては、市町村の管理栄養士等の配置率は87.2%（平成27（2015）年度86.8%）であり、都道府県本庁、保健所等を合わせた行政栄養士の総数は6,341人（平成27（2015）年度6,178人）となっています。行政栄養士は、都道府県や市町村の食育推進計画の策定や食育に関する事業の企画・立案・評価、食生活改善推進員等のボランティアの育成、国民運動としての食育の推進が図られるよう関係団体や関係者との調整等を行っています。

公益社団法人日本栄養士会では、会員である約5万人の管理栄養士等が、全国で乳児期から高齢者までの食育を推進していくための活動を実施しています。平成28（2016）年度は健康増進のしおり「今日から始めるスポーツ栄養 スポーツをもっと楽しく、もっと効果的に」、「加工食品を選ぶとき食品表示をチェックしていますか?」、「毎日の食生活を見直して仕事に恋に効くカラダになる!」、「しっかり食べれば強くなれる。食事トレーニングのひとつ!」を作成し、食育を含む健康づくりに関する情報を地域へ発信しています。

また、「健康日本21（第二次）」で取り上げている身体活動・運動は、生活習慣病の予防のほか、社会生活機能の維持向上並びに生活の質の向上の観点から重要であることから、ジュニアアスリートの保護者と指導者を対象とした研修会を、全国12か所で約1,700名の参加を得て開催しました。また、野菜をたくさん食べて健康で生き生きとした生活を送るための支援として、都道府県栄養士会と協力して、各地で栄養相談・食生活相談事業を行っています。

さらに、子供の「食」を通じた健康づくりの一層の推進、望ましい食習慣づくり、豊かな人間形成等を図るため、「保育所保育指針に基づいた食育計画・食育実践」をテーマに、児童福祉施設に勤務する職員等を対象にした調理を含めた講習会を全国展開し、全国20か所で588



名の参加を得ました。なお、食育推進や特定健康診査・特定保健指導、介護予防などの活動拠点として、全都道府県栄養士会に設置している「栄養ケア・ステーション」の更なる機能充実と拠点数の拡大を図り、地域の在宅医療・健康・栄養・食育問題に対する取組を進めています。

加えて、管理栄養士等のキャリア支援を目的として生涯教育を実施しています。その中で、更に特定の専門分野において複雑かつ困難な栄養問題に対応できる能力と教育・研究スキルを有する専門管理栄養士を認定していくこととしています。「がん病態栄養専門管理栄養士」、「腎臓病病態栄養専門管理栄養士」、「糖尿病病態専門管理栄養士」、「摂食嚥下リハビリテーション栄養専門管理栄養士」制度をスタートさせ、新たに「在宅栄養専門管理栄養士（仮称）」制度の創設を進めています。



健康増進のしおり

## 2 専門調理師・調理師の養成・活用

近年、外食への依存度が高くなっており、飲食店等において、健康に配慮したメニューや商品が提供されることや食に関する分かりやすい情報、知識の提供が行われることが重要となっています。また、急速に進む高齢化、生活習慣病の増大や食の安全・安心を脅かす問題の発生など食生活を取り巻く社会環境が大きく変化するとともに、厨房機器の多様化など調理を巡る環境も変化してきていることから、時代に即した専門的知識・技術を有する専門調理師や調理師（以下「専門調理師等」という。）の養成が求められています。

専門調理師等は、「調理師法」（昭和33年法律第147号）に基づく資格であり、専門調理師については厚生労働大臣認定として「日本料理」、「西洋料理」、「麺料理」、「すし料理」、「中国料理」、「給食用特殊料理」の計6種類があり、また調理師については都道府県知事免許として交付されています。

平成28（2016）年4月1日現在、調理師養成施設数は276校（平成27（2015）年度276校）であり、平成27（2015）年度には調理師免許が36,935件（平成26（2014）年度37,990件）交付されており、累計交付数約375万件となっています。専門調理師は、平成28（2016）年度専門調理師認定証書交付数が645件（平成27（2015）年度627件）であり、累計交付数37,716件となっています。

公益社団法人調理技術技能センターでは、高度な調理技術を生かして地域における食育推進運動のリーダーとして活躍できる専門調理師を養成するために、「専門調理師・調理技能士のための食育推進員認定講座」を開催しています。平成29（2017）年3月現在、4,646人を「専門調理食育推進員」に認定しており、うち139人を「専門調理食育推進指導員」としています。この名簿を各都道府県に送付し、食育推進活動等における専門調理師の活用を促しています。

公益社団法人日本中国料理協会は、専門調理師等による中学校等での出張授業の実施や、行政や調理師団体等が主催する食育事業の体験活動、行事等の実施に協力し、地域の食育活動を推進しています。

また、青森、千葉、東京、静岡、広島各都県で、障害者総合福祉センター、高齢者交流施設、社会福祉施設、老人ホーム等を訪問し、調理した中国料理を提供しています。また、食育推進全国大会に参加し、一般消費者への食育推進活動として、調理実演を行っています。



東京都で行われた「親子わくわく料理教室」

図表 2-3-4 調理実演講習、調理実習、体験活動の例

場所		対象	講習料理
東京都	中学校	生徒	海老のチリソース煮
東京都	保健所	親子	焼売、小海老の塩炒め
北海道	児童養護施設	児童	焼売、水餃子
大分県	児童養護施設	児童	焼売、水餃子
岐阜県	県調理師会	一般主婦	ゴマ団子、小海老の炒め

公益社団法人全国調理師養成施設協会では、全国の調理師養成施設において、近隣住民等を参加対象とした「食育教室」を開催し、健康に配慮した食生活の大切さを講義する、親子調理実習を通じて一緒に食べる楽しさを伝えるなど、食育の普及啓発に努めています。平成28（2016）年度は72校で開催し、平成16（2004）年度からの延べ開催施設数は1,023校となりました。

また、食育推進活動で活躍できる調理師として、食育実習等を含む一定のカリキュラムに基づく講習及び試験による食育インストラクターの養成を行い、平成18（2006）年の開始以降、平成28（2016）年度までに40,191人を養成しています。

さらに、食育に関心のある人を始め、飲食業界関係者や小中学校の栄養教諭や食育担当教員などを対象に「第7回全調協食育フェスタ」を日本経済新聞社が主催する「エコプロ2016」と併催し、食関連企業による「食育情報フェア」や各地方公共団体による「地産地消物産展」の出展コーナー、調理師学校による地元食材メニューや郷土料理を提供する「調理師学校は美味しい！！」、食育に携わる講師による「食育・健康セミナー」、日本各地の雑煮の紹介と試食が楽しめる「日本列島お雑煮あれこれ」、子供やその保護者を対象にした食育の公開レッスン「食育教室はじまるよ！」、出展者・出店校が自社や自校の取り組んでいる食育に関する活動をPRする「出展者・出店校セミナー」といった内容を通じて食育の推進に資しています。



食育教室の様子

### 3 医学教育等における食育推進

医学生が卒業までに身につけておくべき必須の実践的能力の到達目標を定めた「医学教育モデル・コア・カリキュラム」においては、食生活と疾病の関連等に関して、「予防医学を概説できる」ことや「生活習慣に関連した疾病の種類、病態と予防治療について学ぶ」、ことを学習目標として設定しており、これらに基づき、各大学において教育が実施されています。また、平成28（2016）年度に、文部科学省では各大学医学部において、食育の推進に関する教育の充実について周知・要請を行うなどの取組を行いました。



## 食育推進運動の展開

## 第1節 「食育月間」の取組

## 1 「食育月間」の実施要綱の制定等

基本計画では、毎年6月が「食育月間」と定められています。平成28（2016）年度の「食育月間」において、農林水産省は、取組の重点事項や主な実施事項を盛り込んだ「平成28年度「食育月間」実施要綱」を定めました。この実施要綱において、重点的に普及啓発を図る事項として、①食を通じたコミュニケーション、②望ましい生活リズム、③健康寿命の延伸につながる健全な食生活、④食の循環や環境への意識、⑤伝統的な食文化に関する関心と理解、⑥食の安全の6項目を掲げました。このうち、①では地域や所属するコミュニティ等を通じた共食の機会の提供等を行う食育の推進を盛り込み、「健康寿命の延伸につながる健全な食生活」、「食の循環や環境への意識」を新たに項目立てするなど、第3次基本計画で重点事項として位置付けた項目について、「食育月間」でも積極的に取り組むこととしました。

また、ホームページへの掲載、関係省庁、都道府県、関係機関・団体への協力・参加の呼びかけなど「食育月間」の普及啓発を図りました。

## 2 食育推進全国大会の開催

「食育月間」の全国規模の中核的行事として、「第11回食育推進全国大会inふくしま」を、平成28（2016）年6月11日、12日に、福島県郡山市において、農林水産省、福島県、第11回食育推進全国大会福島県実行委員会の共催により開催しました。今回の大会テーマは、「チャレンジふくしま！おいしくたのしく健康長寿～復興のあゆみ。全国のみなさまへ感謝の気持ちを込めて～」でした。

同大会においては、来場者が楽しみながら食育を理解し実践する契機となるよう様々なイベントが開催されるとともに、講演会やワークショップ、ブースなどによる多彩な展示が行われ、2日間で約2万6千人が来場しました（コラム：「第11回食育推進全国大会inふくしま」を通じた普及啓発について 参照）。

第12回大会は、平成29（2017）年6月30日、7月1日に岡山県岡山市において、農林水産省、岡山市、第12回食育推進全国大会岡山市実行委員会の共催により開催することとし、平成28（2016）年度には、実行委員会において大会テーマを「食育は人づくり！みんなでええ『食』を次世代へ ～桃太郎のまち岡山から 未来へつなげる食と健康～」として開催に向けた準備が進められました。



第11回食育推進全国大会inふくしまポスター

## 3 都道府県及び市町村における食育に関する取組

食育推進運動を重点的かつ効果的に実施し、食育の国民への浸透を図るため、「食育月間」には、都道府県及び市町村をはじめ、各地で各種広報媒体や行事等を活用した取組が展開されました。

具体的には、学校や保育所等での活動、地場産物の啓発をねらいとした活動、各種広報媒体を通じた普及啓発活動など、様々な場面で多様な活動が展開されました。なお、農林水産省では、各都道府県等における「食育月間」の取組事例について、ホームページにおいて情報提供を行っています。  
(<http://www.maff.go.jp/j/syokuiku/gekkan/torikumi.html>)

column  
コラム「第11回食育推進全国大会inふくしま」  
を通じた普及啓発について

「第11回食育推進全国大会inふくしま」は、大会テーマを、復興のあゆみを全国に感謝を込めて伝えていくことを盛り込んだ「チャレンジふくしま！おいしくたのしく健康長寿～復興のあゆみ。全国のみなさまへ感謝の気持ちを込めて～」とし、北海道・東北ブロックでの初めての大会として開催しました。



開会式の様子

会場をビッグパレットふくしま（郡山市）とし、開会式、食育推進ボランティア表彰をはじめ、講演、シンポジウム、ワークショップ、139団体による131ブース展示等が行われ、2日間で約2万6千人が来場しました。

開催中に行われたイベントの主な内容は以下のとおりです。

## 【主な講演等】

- ・シンポジウム「食育の推進事例から考える～若い世代への効果的な食育～」、「おいしい！楽しい！『食』で元気をチャージ」、「『食』のちから～地域で安心して豊かに暮らし続けるために～」
- ・講演「元気なふくしまっ子を育てるための食生活と子育て」、「世界に誇る 福島食」
- ・ステージイベント「福島の伝統的な味噌汁「おつけ」の話 ～昔のひとは減塩料理の達人だった！～」、「郡山（逢瀬町多田野）のもちつき歌」等
- ・キッチンステージ「和食給食応援団 和食給食実演&トークショー」、「ふくしま応援シェフが県産食材の魅力をPR」、「家庭で簡単に高齢者向けの食事「介護食講座」」等
- ・ワークショップ「高齢になってもおいしく食べる」等
- ・中小会議室講演会「学校給食と子どもたちの食育」、「食と嚥下機能について～誤嚥性肺炎を含めた～」、「学校給食・地産地消の発展に向けたフードコミュニケーション」、「放射線の基礎知識と食品中の放射能」等
- ・報告会「食育でつながり食育で未来をつくる～管理栄養士・栄養士による食育から考える～」、「平成27年度スーパー食育スクール事業実践報告」

## 【展示概要】

食育ボランティア、地方公共団体、教育・保育関係者、医療関係者、農林漁業者、食品関連事業者等様々な分野の食育に取り組む139団体が、活動等のパネル展示、子供向け体験コーナー、調理実演等のブース展示を行いました。



ブース展示の様子



ブース展示会場入り口

## 第4章

## 食育推進運動の展開

## 食育月間の取組「消費者の部屋」特別展示 ～国産食材を知ろう、味わおう～

農林水産省の「消費者の部屋」では、平成28（2016）年6月6日～10日、食育月間の取組の一環として、「国産食材を知ろう、味わおう」をテーマに、特別展示を行いました。

国産食材に触れたり味わったりすることで、その良さを理解するきっかけづくりとするため、期間中は、米、野菜・果物、きのこ、水産物（かつおぶし）、茶、畜産物（牛乳）等について、日替わりで展示や試食を行いました。また日本型食生活や農林漁業体験スポット、大学における100円朝食などの取組を紹介するパネル展示等も行いました。

また、関係団体の協力をいただきながら、それぞれの食材の魅力やおいしい食べ方・選び方を知ってもらうための実演も行いました。品種や育て方の異なるお米の味の違いを見極める「ごはんの食べ比べ」、暑い夏でもおいしく飲める「冷茶の淹れ方」、果物をおいしく食べる「果物のカッティング教室」、削りたての味と香りを体感する「かつおぶし削り体験」等を実施しました。

さらに、農業女子による近隣の保育園の園児を招いての食育セミナーも開催しました。実物の野菜を触ったり、珍しい野菜を見せてもらい、興味津々の子供達の顔が見られました。

期間中の5日間で、延べ1,073人の来場がありました。来場者アンケートでは、「来場をきっかけに国産食材に対する意識が変わった」、「食育に関する催しに参加してみたい」などの意見が聞かれ、この展示に来場された多くの方に国産食材の魅力を感じていただくことができました。

**農林水産省「消費者の部屋」特別展示**  
食育の週  
～国産食材を知ろう、味わおう～  
6月は食育月間です。

**6日（月） お米・米粉、かつお節**  
お米と米粉について もっと知ってみませんか 本物のかつお節  
実演 お米食べ比べ かつお節削り体験  
試食 お米、米粉スイーツ  
協力：一般社団法人日本穀物検定協会  
担当：政策統括官付穀物課、水産庁漁政課

**7日（火） 農業女子PJ**  
農業女子PJ presents 食育セミナー＆ワークショップ  
実演 食育セミナー ワークショップ  
試食 人參ジュース等  
販売 野菜  
協力：農林水産省職員生活協同組合  
担当：経営増 就農・女性課

**8日（水） ミルクで減塩 乳和食**  
和食＋ミルクでヘルシーな！ 乳和食のデモンストレーション（3品）  
実演 産分1/2みそ汁体験  
試食  
協力：小山浩子氏（料理研究家・管理栄養士）  
一般社団法人ミルク  
担当：生産用牛乳製品課

**9日（木） 野菜・くだもの、しいたけ**  
野菜・果物をおいしく食べよう！  
実演 果物のカッティング  
試食 ブルーベリー、すいか、メロン、しいたけ  
販売 ブルーベリー、さくらんぼ  
協力：NPO法人 果実物産推進協会、農林水産省職員生活協同組合  
担当：生産増産・流通課、林野庁経理課

**10日（金） 冷茶、畜産物**  
夏にぴったり「冷たい緑茶」の美味しい淹れ方を紹介します！  
実演 淹れ方  
試食 淹れ方  
協力：NPO法人日本茶インストラクター協会  
独立行政法人茶業改良センター  
担当：生産増 淹れ方・品質管理課

★期間中 12:00～13:00 限定★  
●期間中の展示コーナー●  
国産食材・食育のパネル展示のほか  
★スマート和食の紹介★大学の100円朝食の取組紹介  
★映画の紹介DVD放映★農林漁業体験スポットの紹介

注）各食材に関する実演や試食の内容については、当日変更する場合がありますので、あらかじめご了承ください。

開催期間 平成28年6月6日（月）～6月10日（金）  
10時～17時（初日は12時開始、最終日は13時まで）  
開催場所 農林水産省北別館1階「消費者の部屋」  
東京メトロ丸の内線新大塚駅A5、B3a出口すぐ  
お問い合わせ 農林水産省食料産業局 食文化・市場関係課 03-3502-5723  
農林水産省消費・安全局 消費者行政・食育課 03-6744-1971  
農林水産省「消費者の部屋」 03-3591-6529

「消費者の部屋」特別展示  
“国産食材を知ろう、味わおう”ポスター



「お米・米粉の展示とかつお節削り体験」



農業女子による保育園児への「食育セミナー」



column

## コラム

## 「弁当の日」 in 農林水産省

農林水産省では、食育月間の取組の一環として、省内職員に向けた『「弁当の日」 in 農林水産省』を平成28（2016）年6月17日に実施しました。

「弁当の日」とは、平成13（2001）年、香川県の小学校で竹下和男校長（当時）が児童だけで弁当の献立、買出し、調理、弁当詰め、片付けまでを行い、学校に持ってくるという取組を行ったのが始まりで、平成28（2016）年8月現在、1,800校を超えるまでに取組が全国に広がっています。

農林水産省では、平成28（2016）年4月に食育推進事務が内閣府から業務移管されたところであり、これまで以上に食育を推進していこうとする中、一人でも多くの職員がその担当業務にかかわらず自ら食育を実践し、まずは省内から食育の「実践の環」を広げていくことを目的として、全省挙げて「弁当の日」に取り組むこととしました。

実施に当たって、事前に各課やグループ毎で話し合い、「熊本応援復興弁当」、「魚を使った弁当」、「原料原産地表示弁当」、「ダムカレー弁当」など多彩な弁当のテーマが設定されたほか、食材を持ち寄って「おにぎらず」を作ったり、職場近くの日比谷公園まで歩いて青空の下で食べるなど、思い思いの形態での共食が企画されました。

当日は昼休みの時間を活用して、農林水産省の大臣室をはじめとした本省内52か所、また各地方農政局等の73か所で「弁当の日」が実施され、自作弁当を披露したり、持参した漬物や果物をお裾分けしたり、自作のハーブティーを振る舞うなど、食を囲みながらのコミュニケーションが深まるとともに、食育の楽しさや大切さを職員自らが改めて実感する機会になりました。さらに、「いつも弁当を作ってくれる家族へ感謝した」、「初めて弁当を手作りした」、「いつもより彩りを工夫しバ



弁当の日 応援プロジェクト  
シンボルマーク



『「弁当の日」 in 農林水産省』当日の様子



多種多彩な弁当の数々

らもより彩りを工夫しバランスを考えたメニューにした」など、各自が普段の食生活を見直すきっかけにもなりました。

今後も、食育を国民運動として推進する農林水産省として、まず職員自らが実践できる食育の取組として、『「弁当の日」 in 農林水産省』に引き続き取り組んでいくこととしています。

## 第4章

## 食育推進運動の展開

## 第2節 食育に関する施策等の総合的な情報提供

農林水産省では、食育の様々な分野に関して広く国民の理解を深めるため、食育基本法や第3次基本計画などの食育に関する基本情報や、都道府県・市町村の食育推進計画の作成状況など、食育推進の施策に関する総合的な情報提供を行っています。

具体的には、ホームページ「食育の推進」において、健全な食生活の実現や食と農林水産業への理解を深めるため、食生活の現状、「日本型食生活」や「食事バランスガイド」に関する資料、教育ファーム運営の手引き、学校の教科と関連付けた教材、全国の農林漁業体験スポット一覧及び工場見学・市場見学など食育に関する情報を掲載するとともに、「食と農林漁業体験メールマガジン」の配信を行っています。

(<http://www.maff.go.jp/j/syokuiku/index.html>)

また、消費者が安全で健やかな食生活を送る上で役に立つ情報を取りまとめて提供しています。( <http://www.maff.go.jp/j/fs/index.html> )

地方農政局等においても、地域の関係者と連携したフォーラム等の開催、食育推進ネットワークの活動等について、ホームページによる情報提供を行うとともに、それぞれの地域に密着した様々な方法で情報提供を行っています（事例：子供たちへの「食」と「農」について理解を深める機会の提供～名城大学農学部との連携による取組～、事例：五感を使った農作業体験の取組 参照）。

食品安全委員会では、食品の安全性に関して、様々な方法で情報提供を行っています。具体的には、食品健康影響評価（リスク評価）や食品の安全性に関する情報を随時更新し、ホームページや国民の関心が高い事項等を掲載した季刊誌等を通じた情報提供を行っています。

(<https://www.fsc.go.jp/>)

これに加え、各種意見交換会を通じて情報や意見の共有・交換を図っています。さらに、食品の安全性に関する情報をタイムリーに提供するため、ソーシャルメディア（「Facebook」、ブログ）による情報発信を行うとともに、メールマガジンとして、食品安全委員会の審議結果概要や開催案内等を毎週配信する「ウィークリー版」、実生活に役立つ情報、安全性の解説、Q&A等を月2回配信する「読み物版」、食品危害発生時に配信する「臨時号」を、それぞれ配信しています。

文部科学省では、学校における食育の推進への理解を深めるため、ホームページにおいて、栄養教諭制度、食に関する指導、学校給食衛生管理基準等の情報提供を行っています。

([http://www.mext.go.jp/a\\_menu/sports/syokuiku/](http://www.mext.go.jp/a_menu/sports/syokuiku/))

厚生労働省では、ホームページにおいて、「栄養・食育対策」として、国民健康・栄養調査や日本人の食事摂取基準等について、情報提供を行っています。また、都道府県、保健所、市町村保健センター等における健康づくりの活動を通じ、母子保健、健康づくり、食品の安全性に関する情報提供を行っており、多くの人々が正しい情報を入手できるよう取り組んでいます。

([http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou\\_iryoku/kenkou/eiyou/index.html](http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryoku/kenkou/eiyou/index.html))



column  
コラム「食育フォーラム2016  
『食育実践の環を広げよう』」の開催

農林水産省は、平成28（2016）年11月5日に食と農林漁業の祭典の一環として「食育フォーラム2016『食育実践の環を広げよう』」を開催しました。

本フォーラムは、民間企業・団体における食育担当者の皆様に、今後の取組の参考となるヒントを得ていただくことを目的として開催しました。



開催の様子



基調講演

基調講演では、女子栄養大学の林芙美専任講師を迎え、「人々の健康を支える企業の食育～食の循環と環境を意識した取り組みとは～」をテーマにご講演いただきました。「個人の行動を変えるには、個人の関心を高めるというアプローチだけでなく、環境からも影響を及ぼすことができる」という理論から「健全な食生活の実現には、地域のつながりや企業などによる食環境の整備が必要」とあるとい

うことや、海外における減塩の取組事例の紹介などを通じて、企業に期待される役割についてお話いただきました。

また、パネルディスカッションでは、「企業の成功例から考えるこれからの食育」をテーマに、「地域との連携」、「人材の育成」、「プログラム運営」の3つのポイントに焦点をあて、3社の取組事例を発表していただきました。地域と連携しながら食育を推進する（株）マルイ、社内に400名以上の食育インストラクター資格取得者をもつクリナップ（株）、独自のプログラム運営を展開する（株）ミールケアから、「食育はCSR（企業の社会的責任）事業ではなくCSV（共有価値の創造）へ」、「企業の理念とつながった食育は企業のブランドイメージも向上させる」、「独自性と園のニーズに寄り添ったプログラムは事業化することができる」など、食育に取り組む考え方や具体的な取組内容についてお話をいただきました。



パネルディスカッション



ワークショップ

ワークショップでは、参加者が8グループに分かれ、「地域との連携」、「人材育成」、「プログラム運営」のテーマ別に課題と解決策を考えました。多くの課題・意見が交わされ、「地域のニーズをどのように掘り起こすか」、「自社の食育の定義があいまい」、「食の課題の特定が難しい」など現場が抱える課題を参加者同士で共有することができました。ワークショップ後は、参加者同士で積極的な交流も行われ、まさに「食育の環」が広がったフォーラムとなりました。



## 子供たちへの「食」と「農」について理解を深める機会の提供 ～名城大学農学部との連携による取組～

東海農政局

東海農政局では、平成28（2016）年11月12日、名城大学農学部と連携し、東海地域の小学生の親子約40組を対象に、食に関する感謝の念や理解等を深めていただくことを目的に「教育ファームスタディin名城大学農学部附属農場～親子で学ぼう『食』と『農』～」を開催しました。

講座の部では、NPO法人 だいちきつず代表の沢田和英氏から「すごい大豆と子供たち～食の原点は家族にあり～」と題して、大豆の種まきから収穫、豆腐づくりまでの一連の体験を中心とした食育活動の取組についてお話をいただきました。農業から食に至るまでの体験活動の大切さ、とりわけ「おいしい、うれしい、たのしい」の「食育3C」を感じられる体験を幼い頃から経験することや、家族で食卓を囲み、心を通わせ、会話を交わすことの大切さを伝えていただきました。

また、名城大学農学部フィールドサイエンス研究室の学生からは、野菜、果樹、畜産、花きの研究内容について、子供たちに興味を持ってもらえるよう実物やパネルを用いて、また、ミカン収穫後の時間の経過に伴い、酸味が減り、甘みが増えることを感じてもらうため、経過ごとの糖分と同様にした2つの水を飲み比べるなどの体験を交えて分かりやすく紹介していただきました。

その後、参加者全員で、附属農場で飼育されているヤギの搾乳見学をしたのち、さといも掘り、ダイジョイモ（山芋）掘り、ヤギ乳を使ったキャラメル作りの3コースに分かれて体験していただきました。農業体験をした子供たちは、カゴいっぱい収穫したいもや、思い思いの形に作ったオリジナルのキャラメルに満足そうな笑顔を見せてくれました。

参加いただいた皆様からは、“一連の農業体験ができたなら素晴らしいと思う”、“親芋が食べられることを初めて知った”、“体験型の学びの場の機会を増やしてほしい”などの感想をいただきました。

今後も東海農政局では、食育の推進に向け、幅広い分野の方々と連携を図りながら取り組むこととしています。



「食育3C」のお話を聞く参加者



学生による研究紹介



ダイジョイモ掘りの収穫体験



ヤギ乳を使ったキャラメル作り体験

## 事例

## 五感を使った農作業体験の取組

中国四国農政局

IPU環太平洋大学次世代教育学部こども発達学科（岡山県）では、幼児期からの食育が重要であり、教員を目指す学生が、食の源である農業をよく知るために農作業体験や農林漁業者との交流などの体験をすることが必要であると考えていました。しかし、体験受入農家に関する情報不足などにより糸口がつかめないことから、体験の実施に至っていませんでした。

こうした中、中国四国農政局は、IPU環太平洋大学次世代教育学部こども発達学科と農作業体験の受入可能な生産者等との結び付けを行い、農作業体験交流会の取組が実現しました。



大学生と生産者との交流

## 【体験交流会の概要】



搾乳体験

- ①平成28（2016）年6月1日〔同学科学生等9人参加〕  
 〈体験場所〉（有）安富牧場  
 〈体験内容〉搾乳・バター作り体験、畜産農家との交流



米麴作り体験

- ②平成28（2016）年10月28日〔同学科学生等6人参加〕  
 〈体験場所〉JA岡山青壮年部西支部 三田氏のほ場等  
 〈体験内容〉稲刈り・はぜ干し作業体験、米麴作り体験、熟成年数別味噌の食べ比べ、米麴を使った甘酒の試飲、JA岡山青壮年部西支部生産者（稲作農家、足守メロン農家、もも・ぶどう農家）とのランチ交流等

## 【体験学生の感想】

- ・次第にバターになっていく変化を感じられて良かった
- ・今回の体験が印象深く、将来子供達に体験させたい
- ・日頃、口になっている食物がどのように育っているのかを肌で感じ、理解が深まった
- ・もっと酪農について知りたいと思う
- ・味噌は熟成が進むにつれて、味だけでなく、見た目の色も変化することを知った
- ・はぜ干しするのに、風通しを考えて作業していることに驚いた
- ・生産者の作ることに對する思いを知ることができた 等

今回の農作業体験の取組をきっかけとして、IPU環太平洋大学次世代教育学部こども発達学科では、新たに稲藁文化の体験も検討しており、実践の輪が広がっています。

## 第4章

## 食育推進運動の展開

### 第3節 食育推進の取組等に対する表彰の実施

食育に関して、特に優れた取組を表彰し、その内容を情報提供することにより、食育が国民運動として、一層推進されることが期待されます。

農林水産省では、他の地域においても参考となり得るような若い世代の食生活の改善に取り組んだボランティアについて、「食育推進ボランティア表彰」を実施しました。平成28（2016）年度は、44団体と2個人、大学生等を主体にした12団体の総計58件の推薦があり、10の優秀事例に対し、第11回食育推進全国大会において農林水産大臣から表彰を行いました。また、平成29（2017）年度には「食育推進ボランティア表彰」の対象を拡大した新たな表彰として、農林漁業、食品製造・販売等その他の事業活動、教育活動又はボランティア活動を通じ、食育の推進に取り組む者による取組が全国で展開していくことを目的として、食育活動表彰を行うこととしており、これに向けた実施要領を平成28（2016）年度に定めました。

さらに、学校給食等における地場産物の活用の促進を図るため、「地産地消給食等メニューコンテスト」を実施し、学校給食・社員食堂、外食・弁当等において地場産物を活用したメニューの内容の工夫、生産者との交流、年間を通じた地場産農林水産物の活用の継続等を行っている者（11件）を農林水産大臣賞等として選定・表彰しました。

文部科学省では、学校給食の普及と充実に優秀な成果を挙げた学校、共同調理場、学校給食関係者、学校給食関係団体について、文部科学大臣表彰を実施しています。平成28（2016）年度は、学校25校、共同調理場2場が「学校給食優良学校等」として、また、23名の学校給食関係者が「学校給食功労者」として表彰されました。

また、基本的な生活習慣の定着に向けた取組の一層の推進を図るため、「早寝早起き朝ごはん」運動などの子供の生活習慣づくりに関する活動のうち、特色ある優れた実践を行い、地域全体への普及効果が高いと認められるものに対し、文部科学大臣による表彰を行いました。

厚生労働省では、栄養改善と食生活改善事業の普及向上等に功労のあった個人、地区組織等について、栄養関係功労者厚生労働大臣表彰を実施しています。平成28（2016）年度は、功労者として271名、功労団体として49団体が表彰されました。また、国民の生活習慣を改善し、健康寿命をのばすための運動「スマート・ライフ・プロジェクト」が掲げる4つのテーマ（適度な運動、適切な食生活、禁煙、健診・検診の受診）を中心に、従業員や職員、住民に対して、生活習慣病予防の啓発、健康増進のための優れた取組等をしている企業、団体、地方公共団体を表彰する「第5回 健康寿命をのばそう！アワード」の生活習慣病予防分野では、応募のあった108件の中から18の企業、団体、地方公共団体が表彰されました。さらに、平成27（2015）年度より、「健やか親子21（第2次）」のスタートに合わせ、母子保健分野を加え、食育を含む母子の健康増進を目的とする優れた取組を行う企業・団体・地方公共団体を表彰しています。平成28（2016）年度は、応募のあった34件のうち、10の企業、団体、地方公共団体が表彰されました。



## 奈良県内の4つの大学サークルが連携 ～「ヘルスチーム菜良」～ (平成28(2016)年度食育推進ボランティア表彰 受賞)

ヘルスチーム菜良協議会 (奈良県)

「ヘルスチーム菜良」は、奈良県内の4大学（畿央大学・近畿大学・帝塚山大学・奈良女子大学）の200名を超える管理栄養士養成課程の学生で構成する食育ボランティアサークルです。若い世代や地域住民に向けて食生活改善や健康づくりを応援するため、平成21（2009）年10月に結成しました。



子供たちへの食育の取組

協議会結成前は大学ごとに活動を行っていましたが、せっかく同じ目的を持った仲間がいるのだから、もっと幅広く地域資源を活用し、地域の食育関係者との関係・連携を活かした活動ができないかと考え、4大学連携の協議会が生まれました。4大学連携で、県・市町村や関係団体が実施するイベントに参加するほか、企業との連携による奈良県産の材料にこだわったお弁当等の開発、県と連携した若い世代向けの啓発

媒体の作成など、幅広い活動を展開しています。また、毎年実施する4大学での交流・発表会は、お互いの取組を情報交換することにより、新たな活動への刺激につながっています。このように、協議会を結成することで、それぞれ主体的な活動をしてきた4大学がつながって大きなパワーを発揮できるようになりました。

特にチーム結成当初から続いている活動の一つに、高校生への食育があります。高校の文化祭へ出向いて実施する展示では、クイズやゲーム形式など、高校生が楽しく学べるよう工夫しています。また、オープンキャンパスの際に大学を訪れる高校生へ向けて、食事のバランスチェックやその結果に基づく栄養相談を行うなど、食を振り返ってもらう機会を提供しています。高校生とは年齢が近いこともあり、親しみを持って聴いてもらえていると感じています。

さらに、奈良県が実施する「県内大学生が創る奈良の未来事業」に応募した政策提案が採択・事業化され、野菜を摂取することの大切さについての課外授業を高校生に向けて行うなど、行政との連携も積極的に行っています。大学生自身が県の担当者や関係者等と連絡調整を行い、準備を主体的に行うことで、卒業後に管理栄養士として活躍するために必要な企画提案力を身に付けることにもつながっています。



高校での課外授業



4大学交流会にて

これらの活動が評価されることで、管理栄養士を目指す他の学生の意識向上や、地域全体の食育に対する機運の醸成にも貢献しています。今後も、管理栄養士養成施設で得た知識や技術と大学生ならではのアイデアをいかして、行政・企業・各種団体と連携した食育の実践活動に取り組んでいきたいと考えています。

## 五感を育み、食べる楽しさを伝える

～「味覚の一週間」®～

「味覚の一週間」事務局

「味覚の一週間」は、フランスで行われてきた27年にも及ぶ味覚教育の活動であり、日本でも平成23（2011）年から同様の取組が始まりました。6年目となる平成28（2016）年は、10月17日から23日までの一週間に、日本各地の小学校やレストラン等において、五感を使って味わうことの大切さや食の楽しさを体感できる様々な取組を展開しました。



活動の中心である「味覚の授業」は、和・洋・中の料理人や生産者等が講師としてボランティアで小学校を訪れるものであり、平成28（2016）年には約300人の講師が全国189校、約1万4千人の児童に向けて実施しました。以下の要素で構成することを基本としつつ、講師はそれぞれの専門分野や個性をいかした体験型学習を展開しています。

## 「味覚の授業」の基本構成

- ① 五感の働きと5つの基本の味（甘味・塩味・酸味・苦味・うま味）を教えること
- ② 五感で味わうことによって広がる食の豊かさを教えること
- ③ 食品の産地や生産方法について情報を伝えること
- ④ 仲間と「おいしさ」を共有することの楽しさを教えること
- ⑤ 講師自身の経験や料理に対する思いを伝え、「食」に興味を持つきっかけを作ること

新宿区立四谷小学校では、5年生の2クラスに向けて「味覚の授業」を開催しました。始めに5つの味について「しょっぱい食べ物ってどんなものがあるかな？」などとシェフが児童に問いかけながら、味の基本について説明し、児童たちの味に対する興味を引き出します。そして実際に塩、米酢、砂糖、チョコレートの味や香り、食感を確認してもらい、児童たちの味覚を研ぎ澄ませます。

味の基本を学んだ後は、シェフから配られた3種（たまねぎ、レモン、チョコレート）の小さなタルトを、児童たちが目で観察し、香りを嗅ぎ、ゆっくりと噛みしめ、それぞれの味の違いや食材の特徴を五感を使って感じ取っていました。また、児童同士で味の感想を伝え合うことにより、食べる楽しさを広げるのに欠かせない表現力も磨かれます。

続いて次の時間には、フランス料理のシェフが野菜スープの調理実演を行いました。ガスコンロの炎を見ながら火加減をコントロールすること、野菜を炒めたり煮たりする時の香りや音の変化を感じ取ることなど、料理をする時にも五感が大切であることを児童たちに伝えました。



“五感を使ってじっくり味わおう”  
シェフによる授業の様子



「あまい」「すっぱい」「しょっぱい」  
「にがい」の組合せを味わうタルト



“料理の時にも五感が大切”  
シェフによる調理実演の様子

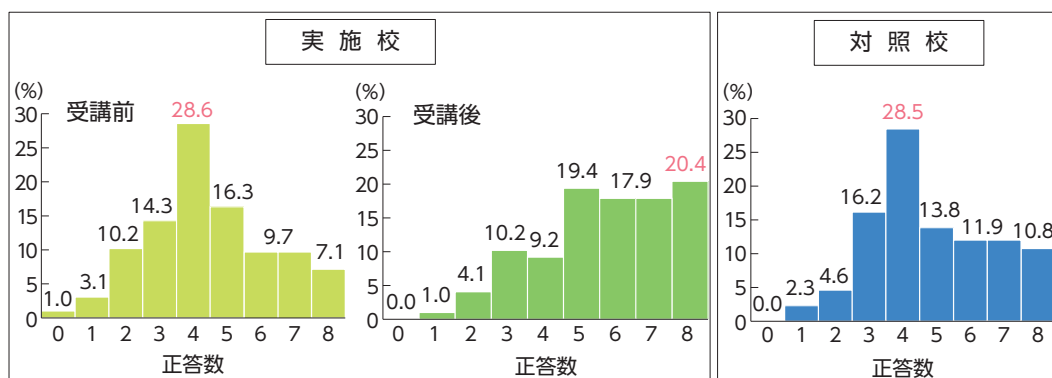
また、東京学芸大学附属世田谷小学校では、5年生の1クラスと3年生の3クラスに向けて「味覚の授業」を開催しました。和食の料理人が訪れたクラスでは、教室でかつお節を削り、出汁をとる実演が行われました。児童たちは、堅いかつお節に触れ、削り節の香りを嗅ぎ、出汁のうま味を味わいました。この授業の中では、食べ物の生産や調理などに携わった人に感謝して食べることの大切さも伝えています。



“「うま味」はどんな食べ物に含まれているかな？”  
和食の料理人による授業の様子

さらに、公立大学法人福岡女子大学と連携して「味覚の授業」の効果を把握するための調査を行っています。福岡県篠栗町立北勢門小学校では、平成24（2012）年から毎年4年生に「味覚の授業」を実施しています。平成27（2015）年には「味覚の授業」前後に調査を行いました。5味識別テスト（甘味・塩味・酸味・苦味・うま味の低濃度溶液と水3、計8検体を識別）の結果、受講前における正答数の最頻値は4、受講後には8（満点）で、正答数6以上の児童が約2倍に増え、味の識別能力が向上したことがわかりました。なお、隣接する未実施校（対照校）4年生の正答数の最頻値は4であり、北勢門小学校（実施校）における「味覚の授業」受講前と同様の結果となり、受講後の結果との間に有意差が認められました。

図表1 小学4年生の「味覚の授業」受講前後と対照校における5味識別テストの正答数分布



注：実施校の対象者は「味覚の授業」前後の両調査に参加した98名、対照校は130名。正答数6以上は、受講前26人（26.5%）、受講後55人（56.1%）、対照校45人（34.6%）。

また、北勢門小学校の5・6年生が、4年生の時に受けた「味覚の授業」後に変わったと思うことについて調査した結果、嗅覚や味覚、触覚、視覚、聴覚を使うようになったと答えた児童が多く、「味覚の授業」が五感を使って料理を味わうきっかけになったことがわかりました。また、その他の食行動に関しても、“食に興味を持つようになった”、“一緒に食べるようになった”、“会話が aumentata”、“手伝いが楽しくなった”など、「味覚の授業」が食への関心を高め、食行動に好影響を与えたことがわかりました。

図表2

実施校の小学5年生と6年生が、4年生で「味覚の授業」を受けて変わったと思うこと

