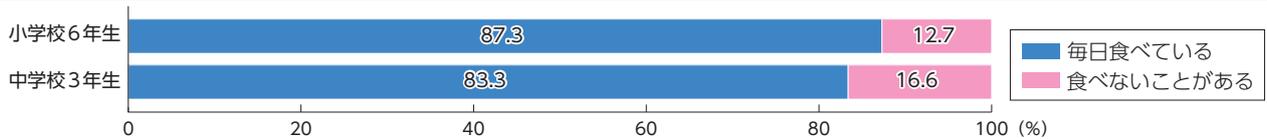


第2部 食育推進施策の具体的取組

第1章 家庭における食育の推進

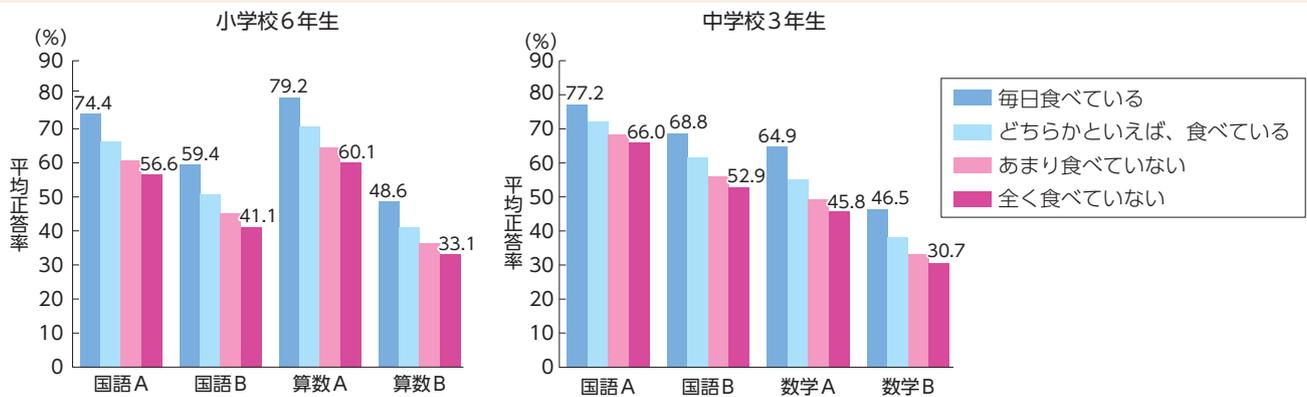
- 子供の朝食摂取について、朝食を食べないことがある小・中学生の割合は、小学校6年生で12.7%、中学校3年生で16.6%。
- 毎日朝食を食べる子供ほど、学力調査の平均正答率が高い傾向。
- 「早寝早起き朝ごはん」国民運動の開始10周年を記念し、「『早寝早起き朝ごはん』国民運動10周年記念式典・全国フォーラム」を開催。

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)

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)

「早寝早起き朝ごはん」国民運動10周年記念式典・全国フォーラムの開催

「早寝早起き朝ごはん」については、これまで学校やPTAが連携した活動や地域の団体と教育委員会や保健福祉部局が連携した活動、企業とのタイアップなど様々な取組を展開。平成28年度には、運動開始から10年が経ったことを記念し、「『早寝早起き朝ごはん』国民運動10周年記念式典・全国フォーラム」を開催。

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。

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た。



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。

平成28年度には「全国家庭教育支援研究協議会」を開催し、その中で「家庭教育と食」と題したトークセッションを行った。



平成28年度全国家庭教育支援研究協議会のリーフレット

- 妊産婦に対しては、「妊産婦のための食事バランスガイド」や「妊産婦のための食生活指針」を健康診査や各種教室等において活用。乳幼児に対しては、発達段階に応じた栄養指導を充実。
- 平成27年度から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である「健やか親子21（第2次）」を開始。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、幅広い対象者に向けて普及啓発を実施。
- 平成28年11月の「子供・若者育成支援強調月間」では、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等を実施要綱中に規定。

コラム 平成27年度 「乳幼児栄養調査」結果の概要について

厚生労働省では、平成28年8月に、「乳幼児栄養調査」の結果（概要）をとりまとめ、公表した。

「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回目の調査となる。

調査結果のポイントは下記の通り。

〈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。

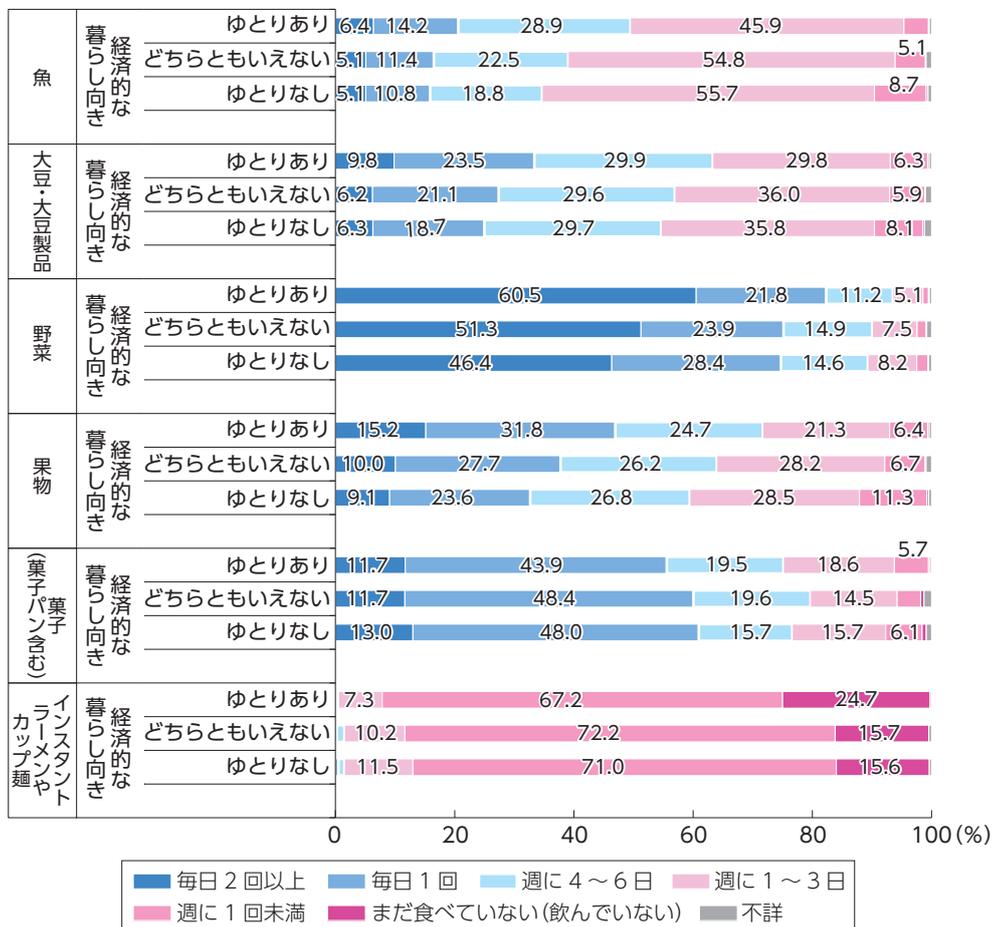
〈乳幼児の生活習慣や健康状態に関する状況〉

朝食を必ず食べる子供の割合は93.3%。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、朝食を必ず食べる子供の割合はそれぞれ78.9%、79.5%と8割を下回る状況。

〈社会経済的要因に関する状況〉

社会経済的要因別に、子供の主要な食物の摂取頻度を具体的にみると、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。一方で、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。

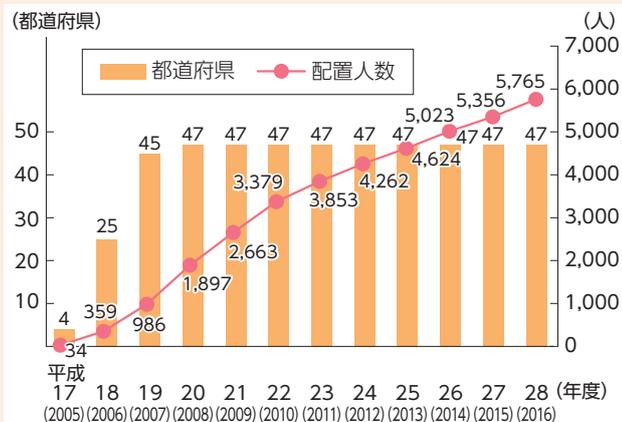
経済的な暮らし向き別 主要食物の摂取頻度（有意な差がみられた項目のみ抜粋）



第2章 学校、保育所等における食育の推進

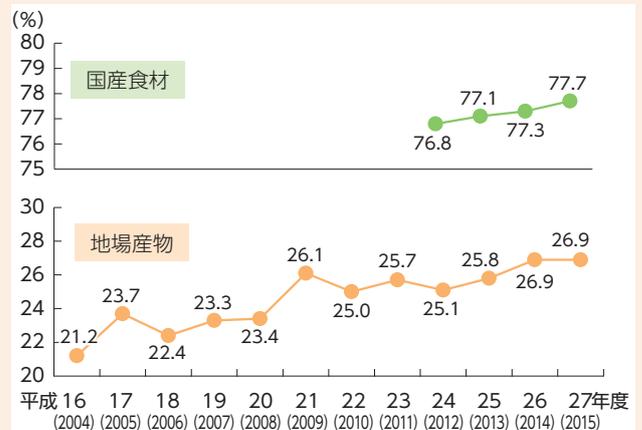
- 学校における食育は、栄養教諭を中心に、全教職員が共通理解の下に連携・協力しつつ指導を展開することが重要であり、栄養教諭の更なる配置の促進を図ることが必要。公立小・中学校等の栄養教諭については、全都道府県で5,765人を配置（平成28年5月1日現在）。
- 小学校、中学校及び特別支援学校の学習指導要領を平成29年に改訂。引き続き、総則において、「学校における食育の推進」が明確に位置付けられるとともに、家庭科や保健体育科等、関連する各教科等における食育の観点を明記。
- 平成27年度の国産食材の使用割合は、77.7%（食材数ベース）。地場産物の使用割合は、全国平均で26.9%（食材数ベース）。
- 学校給食は、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%）、全体で30,769校に対して実施。約950万人の子供が対象（平成27年5月現在）。

公立学校栄養教諭の配置状況



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年度）5月1日現在

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」

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

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。

山形県では、「地産地消の推進」と「食品ロスの削減」をテーマに、中学校の統合により新たに自校給食方式の大規模校として平成28年4月に開校した高島町立高島中学校において本事業を実施。

【地産地消の推進】

地元生産者による農産物供給組織を新たに立ち上げ、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。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できた。

【食品ロスの削減】

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の「規格外」の農産物も納入してもらい、8月～12月で200kgを超える量を学校給食に活用。

また、「食品ロス削減レシピ」として、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、生徒のアイディアからいくつかの献立が実現。

食品ロスの削減に貢献するとともに、生徒の食や生産者に対する感謝の心が育まれた。一方で、調理効率が落ちる食材の使用には調理員との日頃からの協力体制づくりが重要。

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考え。



農産物を集荷する様子



規格外の農産物



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」

事例 地域一体となって取り組む学校給食の取組

鹿児島県枕崎市は、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る。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る。



【学校給食センターにおける地産地消の取組】

鹿児島県の枕崎市立学校給食センター（現在、小学校4校、中学校4校の約1,730食を提供）では、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、鹿籠豚など、地産地消を生かした学校給食の提供に努めており、納入業者と連携した納入体制を構築。

特に地元の野菜・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。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。

【「ふしの日」の取組】

枕崎市では、「枕崎鯉節の良さをもっと広げたい」と、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。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。



「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）

【地元の野菜を生かした食育の取組】

各学校で子供たちが地元の野菜についての理解を深めるため、生産者との交流授業や交流給食を実施。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実施。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ます。



生産者による交流授業

地元の野菜の取扱量と品目数の実績



【取組の成果と課題】

枕崎市における学校給食への地元の野菜の使用割合は増加傾向。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を実施。

課題として、野菜を納め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。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年度の取扱量は減少。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ことが必要。

事例 あかさかランビニー園の取組 ～人と人、自然といのちを育む食育～

佐賀県有田町にある、あかさかランビニー園では、「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こと」という2つの目標を柱として食育を実施。特に、昆布・椎茸・鯉節などで出汁をとり、化学調味料を使わない給食を提供。家庭の食卓で出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す。

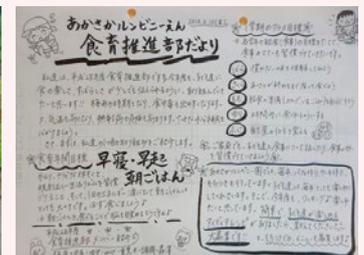
また、農業が盛んな地域でもあるため、田植えや稲刈り、季節ごとの野菜栽培体験などを、保護者も交えて実施。

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あり、子供・保育者・保護者がともに学び合うもの。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、理念などを記載した「食育新聞」を学期ごとに発行。

あかさかランビニー園の食育は、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もある。



田植え体験



食育新聞

第3章 地域における食育の推進

- 平成28年6月に「食生活指針」を一部改正。
- 「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あり、「食生活指針」を具体的な行動に結びつけるものとして平成17年に厚生労働省及び農林水産省が策定。この普及、活用にあたっては、健康づくりに関する事業や地域における食育に関するイベント等で活用。
- 「健康日本21（第二次）」では、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。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実施。

コラム 16年ぶりに改正「食生活指針」

「食生活指針」は、国民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、「食料生産・流通から食卓、健康へ」と幅広く食生活全体を視野に入れ、作成されたもの。

平成12年の策定以降にあった動きを踏まえ、文部科学省、厚生労働省、農林水産省が連携して改正。

〈平成12年の策定以降にあった主な「食」をめぐる動き〉

- 食育基本法の制定（平成17年）
- 「健康日本21（第二次）」がスタート（平成25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年）
- 「第3次食育推進基本計画」がスタート（平成28年4月）

生活の質（QOL）の向上を重視し、バランスのとれた食事内容を中心に、食料の安定供給や食文化、環境にまで配慮。また、その実践のため、各項目ごとに取り組むべき具体的な内容もまとめている。

食生活指針

- ① 食事を楽しみましょう。
- ② 1日の食事のリズムから、健やかな生活リズムを。
- 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。
- ④ 主食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスを。
- ⑤ ごはんなどの穀類をしっかりと。
- ⑥ 野菜・果物、牛乳・乳製品、豆類、魚なども組み合わせる。
- ⑦ 食塩は控えめに、脂肪は質と量を考える。
- 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。
- ⑨ 食料資源を大切に、無駄や廃棄の少ない食生活を。
- ⑩ 「食」に関する理解を深め、食生活を見直してみましょう。

（下線部は改正された部分）

〈指針のポイント〉

- 「ゆっくりよく噛んで食べること」を具体的な実践として追加
- 肥満予防は、引き続き必要。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。
- 「主食、主菜、副菜」を組み合わせる食生活は、多様な食品を組み合わせ、必要な栄養素をバランスよくとることができる食生活の基本形。
- 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。
- 脂質はとりすぎだけでなく、脂質の質にも配慮が必要。
- 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へ配慮した食育を推進することが必要。

今後は、この「食生活指針」のほか、「食生活指針の解説要領」も十分に踏まえ、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、啓発していく予定。

- 「8020（ハチマル・ニイマル）運動」は、80歳になっても自分自身の歯を20本以上保つことを目標として実施。各都道府県でも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を支援。
- 農林水産省では、平成28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実施。

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

東京都歯科医師会は、東京都からの委託により、歯と口の健康づくりを通じた食育推進のため、平成21年に都内各地域で展開されている「食育の推進事例」などを掲載した「歯と口の健康からはじめる食育サポートブック」を作成。

さらに、平成27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。

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。

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、子育て支援を考え、子供が適切な食べ方を身につ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実施。

平成28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。



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

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年7月～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った。

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る。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る。

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、平成28年4月からスタートした「第3次食育推進基本計画」では、重点課題として「若い世代を中心とした食育の推進」を掲げている。

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る。今回のタイアップのように、若い世代が共感しやすく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等の多様なアプローチが求められる。



©雨宮ゴド・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

- 近年、子供たちに対して、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、共食の機会を提供する取組が増加。
- 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。

事例 広がれ、こども食堂の輪！全国ツアーの開催

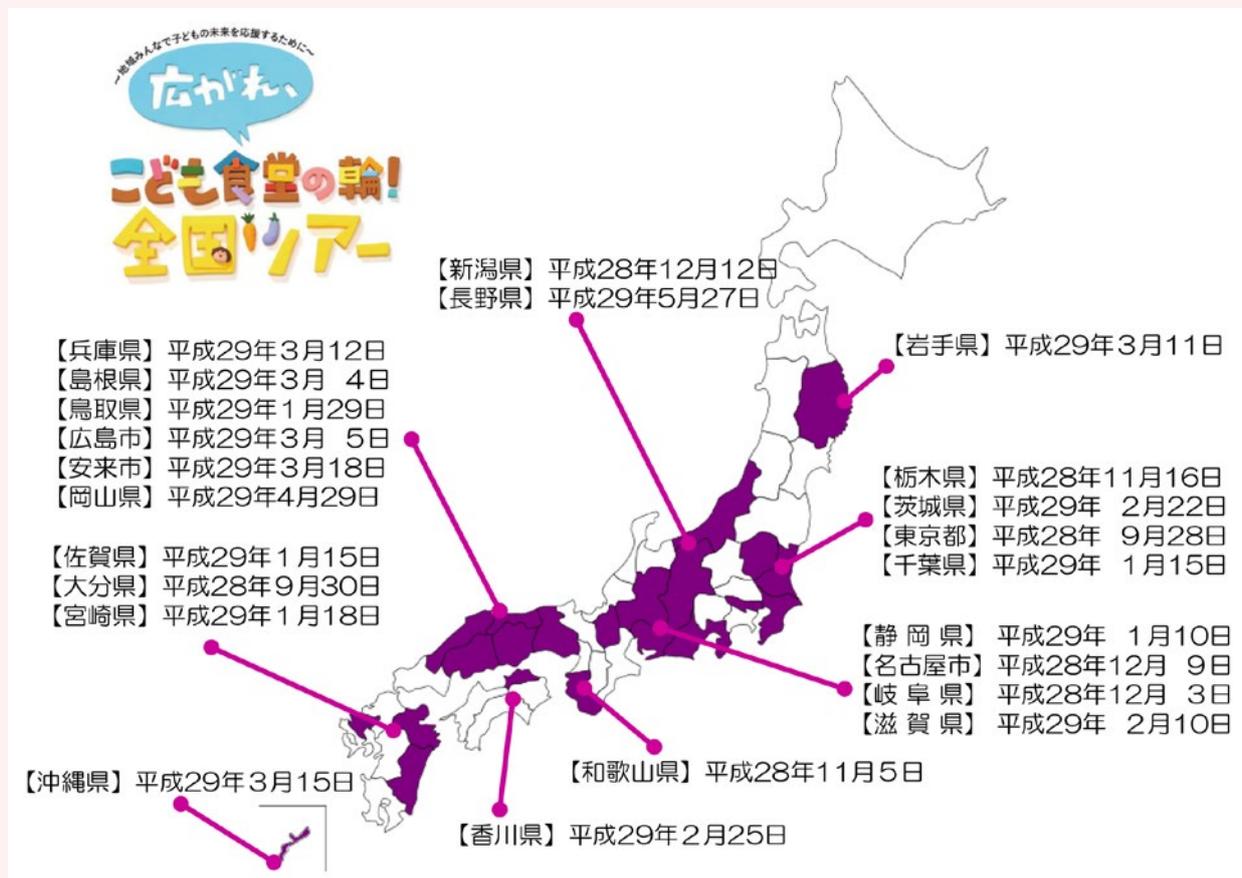
全国に広がる「こども食堂」。

食事を提供するだけでなく、子供が子供同士で、あるいは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る。現在、このこども食堂に取り組んでいる人たちは、地域活動やボランティア活動、子供をめぐる問題に強い関心を持つ人たちが多く、今後は、地域活動に長く関わってきた自治会や婦人会、社会福祉協議会や民生委員、行政等、様々な関係者に、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ただける取組」へと広げていきたいと考えている。

そこで、「広がれ、こども食堂の輪！」全国ツアー実行委員会では、平成28年9月28日を皮切りに、こども食堂の理念やあり方について伝え、考える全国ツアーをスタートさせた。

この機会に、「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ただけるのか」といったこども食堂の理念やあり方についても考えるきっかけとなるとともに、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を共有してもらい先進事例を紹介してもらえる場となっている。

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、活動を進めている。



- 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を支援。
- 食品製造業、小売業、外食産業を始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おり、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、幅広く実施。
- 厚生労働省では、「健康日本21（第二次）」において、健康寿命の延伸に向け、企業・団体・自治体と協力・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。また、毎年9月に展開している食生活改善普及運動において、「毎日プラス1皿の野菜」、「おいしく減塩1日マイナス2g」に焦点を当て自治体や企業とともに全国的な運動を実施。
- 農林水産省では、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。果物の健康への有益性や機能性の周知、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み、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。

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[®]」という食事法の提案の啓発と実践を推進

静岡県立大学と花王株式会社は、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「スマート和食[®]」という食事法の提案の啓発活動を実施。

平成28年9月～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おいて、2か月の期間を置いて2回開催し、延べ807名の来場者が参加。内臓脂肪面積値が得られる医療機器で内臓脂肪をその場で測定し、ひとり一人に簡単な生活改善目標を立ててもらおうとともに、生活改善への動機づけのためのセミナー（食べ方、買い物の仕方）を実施。



スマート和食レッスンの様子

平成28年9月にはスマート和食のレッスンを静岡で開催し、30歳代から50歳代の女性が参加。内臓脂肪を測定した後、約2か月をかけて講義や調理実習・試食のレッスンを繰り返し、身体の変化を観察。

また、静岡県の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い、内臓脂肪を測定してその結果を説明。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た結果、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示された。



スマート和食の教材

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年4月に誕生。

福祉車両モニターに当選した人との出会いが縁で、田んぼを借りて、“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”を実施。車いすの人は、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、また、苗を田んぼに向かって投げ植える「投げ植え」も実施。

平成21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実施。平成28年現在では、田植え・稲刈り・畑作業に毎回150人前後が参加。

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った達成感を得ることにより、社員の意識も向上。



ボートでの田植えの様子



参加者による稲刈りの様子