

# 第3次食育推進基本計画の「今」

平成29年7月21日（金）

関東農政局経営・事業支援部地域食品課 日野千津子

# 食育推進体制

国民の心身の健康の増進と豊かな人間形成



食育推進会議（食育推進基本計画の作成）

農林水産省、食品安全委員会、消費者庁、文部科学省、厚生労働省等の関係府省庁等による施策の実施

地方農政局等

都道府県

都道府県食育推進会議  
都道府県  
食育推進計画の作成

市町村

市町村食育推進会議  
市町村  
食育推進計画の作成

< 食育に関する施策の総合的・計画的立案、実施 >

< 地域の特性を生かした施策の立案、実施 >

## 実践の環を広げよう

### 重点課題

重点課題

1

### 若い世代を中心とした食育の推進

若い世代自身が取り組む食育の推進、次世代に伝えつなげる食育の推進

重点課題

2

### 多様な暮らしに対応した食育の推進

様々な家族の状況や生活の多様化に対応し、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な食体験や共食の機会の提供

重点課題

3

### 健康寿命の延伸につながる食育の推進

健康づくりや生活習慣病の予防のための減塩等及びメタボリックシンドローム、肥満・やせ、低栄養の予防などの推進

重点課題

4

### 食の循環や環境を意識した食育の推進

食の生産から消費までの食の循環の理解、食品ロスの削減等の推進

重点課題

5

### 食文化の継承に向けた食育の推進

和食、郷土料理、伝統食材、食事の作法など伝統的な食文化への理解等の推進

### 取組の視点

- ① 子供から高齢者まで、生涯を通じた取組を推進
- ② 国、地方公共団体、教育関係者、農林漁業者、食品関連事業者、ボランティアなどが主体的かつ多様に連携・協働しながら取組を推進

# 食育推進施策の目標と現状に関する評価

- 食育の推進に当たって、目標値と現状値を比較すると、今年度の調査等によれば、「地域等で共食したいと思う人が共食する割合」は既に目標を達成。
- 主に「食育に関心を持っている国民の割合」、「地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承している若い世代の割合」について改善傾向。「主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている国民の割合」については改善傾向だが、若い世代には課題が残る。「食品中の食塩や脂肪の低減に取り組む食品企業の登録数」及び「食品ロス削減のために何らかの行動をしている国民の割合」については目標値に近づく。

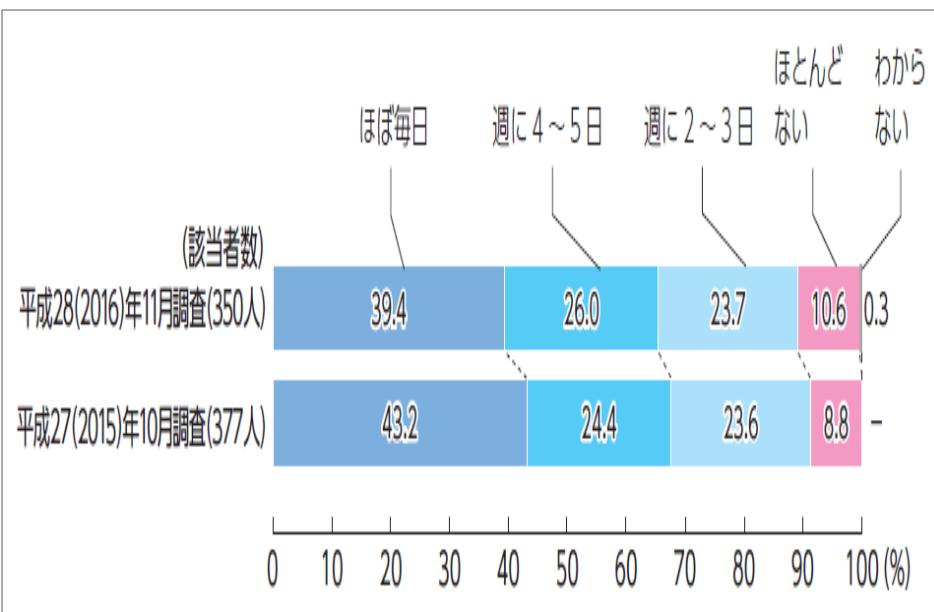
## ■第3次食育推進基本計画における食育の推進に当たっての目標値と現状値

目標				
目標達成度				
1. 地域等で共食したいと思う人が共食する割合	85%	85%	85%	目標達成
2. 食育に関心を持っている国民の割合	85%	85%	85%	目標達成
3. 地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承している若い世代の割合	85%	85%	85%	目標達成
4. 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている国民の割合	85%	85%	85%	目標達成
5. 食品中の食塩や脂肪の低減に取り組む食品企業の登録数	85%	85%	85%	目標達成
6. 食品ロス削減のために何らかの行動をしている国民の割合	85%	85%	85%	目標達成
現状				
1. 地域等で共食したいと思う人が共食する割合	85%	85%	85%	目標達成
2. 食育に関心を持っている国民の割合	85%	85%	85%	目標達成
3. 地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承している若い世代の割合	85%	85%	85%	目標達成
4. 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている国民の割合	85%	85%	85%	目標達成
5. 食品中の食塩や脂肪の低減に取り組む食品企業の登録数	85%	85%	85%	目標達成
6. 食品ロス削減のために何らかの行動をしている国民の割合	85%	85%	85%	目標達成

別紙で説明します。

- 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上「ほぼ毎日」食べていると回答した若い世代の割合は39.4%であり、第3次基本計画作成時の調査結果(43.2%:平成27(2015)年度)と比べて3.8ポイント減少

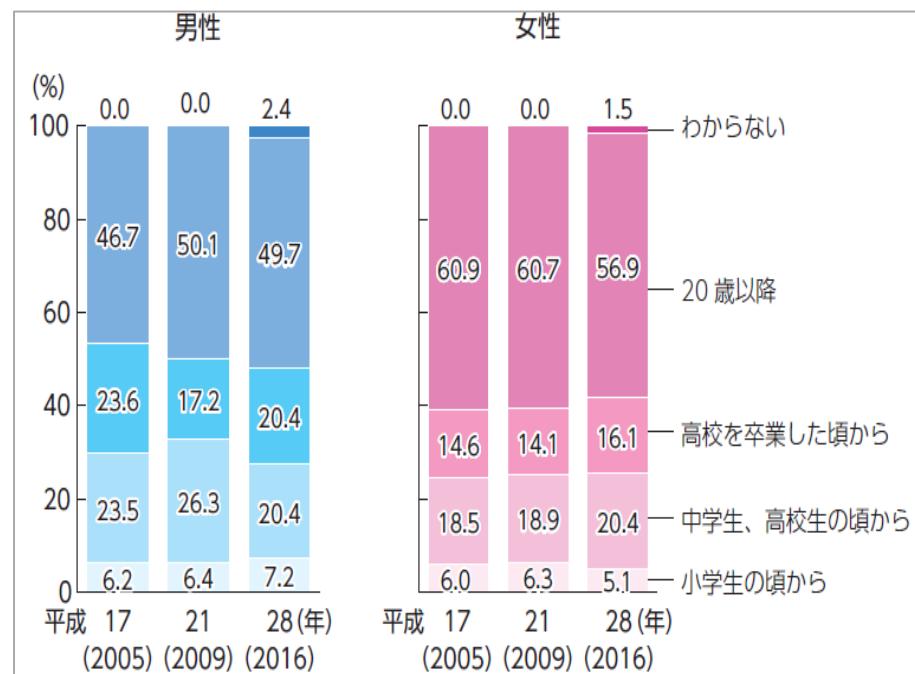
### ■主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている若い世代の割合の推移の推移



資料:農林水産省(平成27(2015)年は内閣府)「食育に関する意識調査」  
注:20~39歳が対象

- 普段、朝食をほとんど毎日食べていると回答した成人は83.7%、小学6年生は87.3%、中学3年生は83.3%。
- 成人の朝食欠食が始まった時期について、中学生、高校生の頃から習慣化したという人が2割程度であるとともに、20歳以降に朝食を欠食し始めたと回答した人は男女とも半数存在。

### ■朝食欠食が始まった時期(成人)



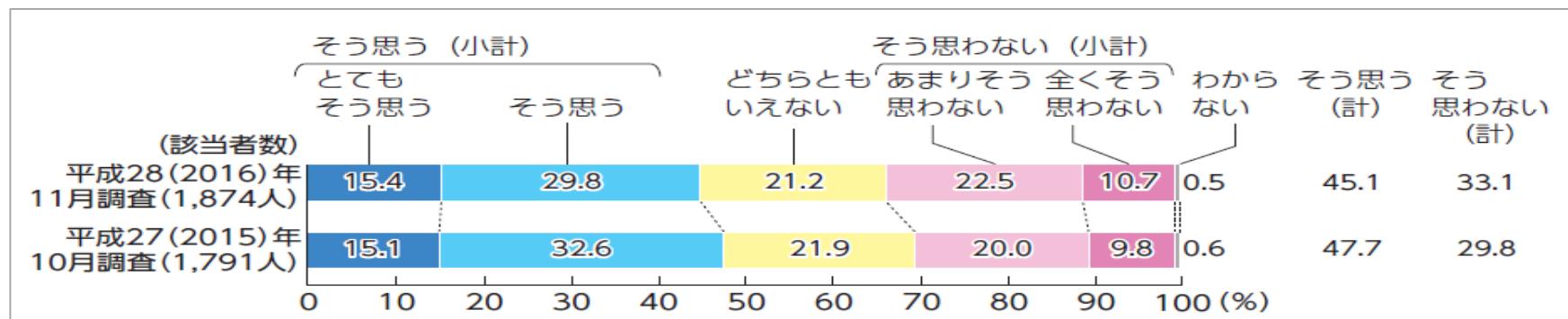
資料:厚生労働省「国民健康・栄養調査」(平成17(2005)年、平成21(2009)年)及び農林水産省「食育に関する意識調査」(平成28(2016)年11月実施)  
注:朝食を食べる頻度について、「ほとんど毎日食べる」以外の回答をした人が対象

## 多様な暮らしに対応した食育の推進 地域等における共食

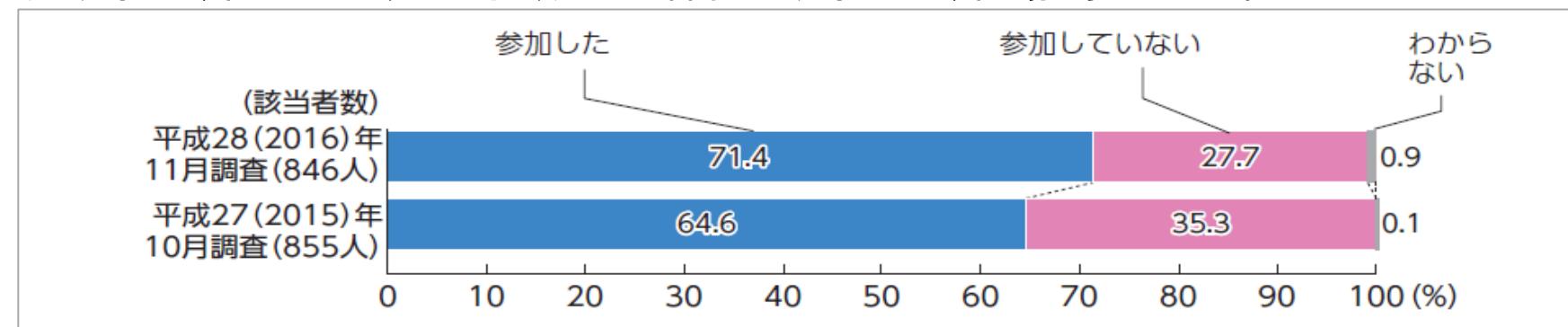
- 地域や所属コミュニティー(職場等を含む。)で食事会等の機会があれば参加したいと思う(「とても思う」及び「思う」と回答した45.1%の人のうち、過去1年間に地域等での共食の場へ「参加した」と回答した人の割合は71.4%であり、第3次基本計画作成時の調査結果(64.6%:平成27(2015)年度)と比べて6.8ポイント増加。

## ■地域等で共食したいと思う人が共食する割合

Q地域や所属コミュニティー(職場等を含む。)での食事会等の機会があれば、参加したいと思いますか。



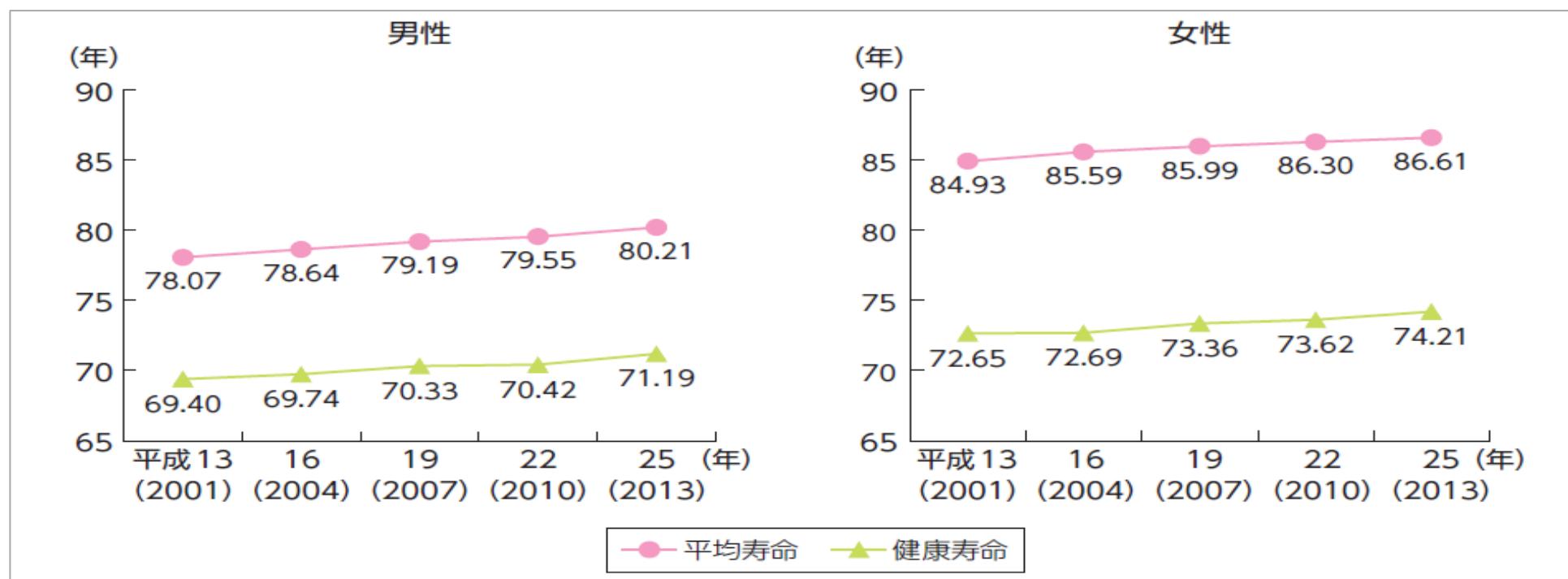
Q.(地域等で共食したいと思う人に対し、)過去1年間に地域等での共食の場に参加したか。



## 健康長寿の延伸につながる食育の推進 健康寿命と平均寿命の推移

- 健康寿命は、平成25(2013)年時点で、男性が71.19歳、女性が74.21歳となっており、それぞれ平成13(2001)年と比べて伸びているものの、平成13(2001)年から平成25(2013)年までの健康寿命の伸び(男性1.79年、女性1.56年)は、同時期における平均寿命の伸び(男性2.14年、女性1.68年)と比べて小さい状況。

### ■健康寿命と平均寿命の推移



資料: 平均寿命: 平成13(2001)・16(2004)・19(2007)・25(2013)年は、厚生労働省「簡易生命表」、平成22(2010)年は厚生労働省「完全生命表」  
健康寿命: 厚生労働科学研究費補助金「健康寿命における将来予測と生活習慣病対策の費用対効果に関する研究」

- 肥満予防とともに高齢者の低栄養や女性のやせの予防が重要な健康課題になっていることを踏まえ、適度な身体活動量と食事量の確保の観点から、該当項目を7番目から3番目に変更。
- 食品ロスの削減等環境に配慮した食生活の実現を目指し、表現を一部見直し。

## 食生活指針(平成12年)

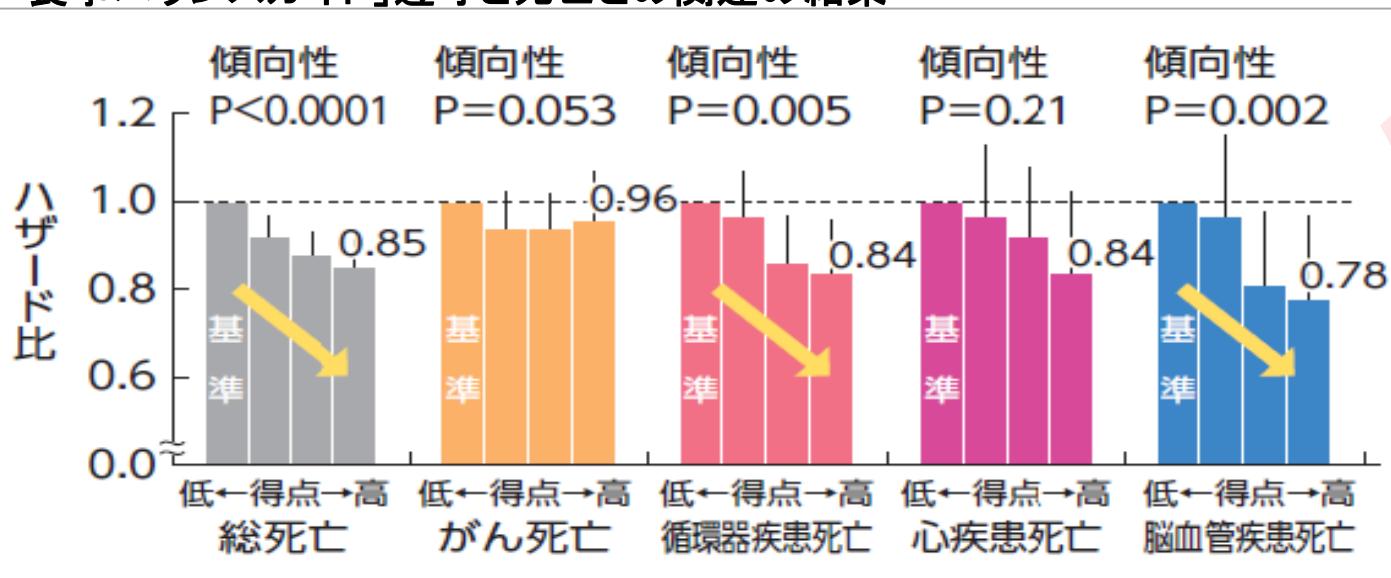
- ①食事を楽しみましょう。
- ②1日の食事のリズムから、健やかな生活リズムを。
- ③主食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスを。
- ④ごはんなどの穀類をしっかりと。
- ⑤野菜・果物、牛乳・乳製品、豆類、魚なども組み合わせて。
- ⑥食塩や脂肪は控えめに。
- ⑦適正体重を知り、日々の活動に見合った食事量を。
- ⑧食文化や地域の産物を活かし、ときには新しい料理も。
- ⑨調理や保存を上手にして無駄や廃棄を少なく。
- ⑩自分の食生活を見直してみましょう。

## 食生活指針(改定版)

- ①食事を楽しみましょう。
- ②1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て。
- ⑦食塩は控えめに、**脂肪は質と量を考えて**。
- 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。**

- 平成7年と平成10年に45～75歳であった全国11保健所管内在住の健康な一般住民7万9594人（男性3万6624人、女性4万2970人）を対象にアンケート調査を実施。
- 主食、副菜、主菜、牛乳・乳製品、果物、総エネルギー、菓子・嗜好飲料由来のエネルギーの摂取量を算出。性・年齢・身体活動量に応じた「食事バランスガイド」の目安量からそれぞれ遵守度を10点満点で評価。合計得点を「食事バランスガイド」遵守得点（0-70点）として、約15年間の追跡における死亡との関連を検討。
- 「食事バランスガイド」遵守得点最高グループは、最低グループと比べて、総死亡のリスクが15%低下。脳血管疾患による死亡のリスクは、22%低い。

## ■「食事バランスガイド」遵守と死亡との関連の結果



年齢、性別、地域、BMI、喫煙、身体活動、高血圧治療、糖尿病現既往、脂質異常症治療、コーヒー摂取、緑茶摂取、職業の影響をできる限り除いた。

不足しがちな野菜や果物を積極的に摂取し、「食事バランスガイド」に沿った食事をすることが長寿につながることを示唆。



- 「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。
- 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る。



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

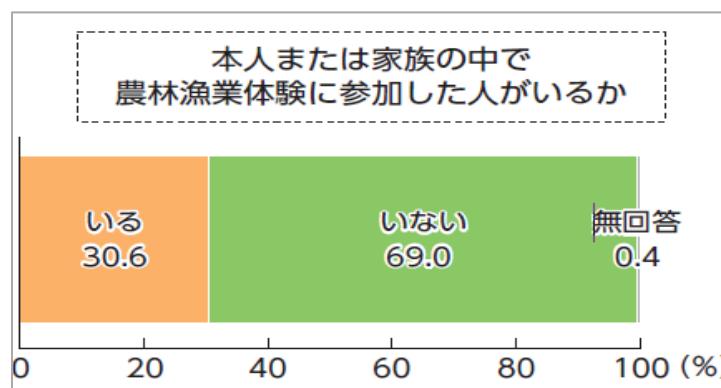
近年ライフスタイルが多様化しており、家庭での調理のみを前提とせずに、ごはんと組み合わせる主菜、副菜等に、中食、冷凍食品、レトルト食品、合わせ調味料などを活用することで、日本型食生活を実践することが可能

資料：平成28年度食育白書

## 食の循環や環境を意識した食育の推進 農業漁業体験による関心の変化

- 農林漁業体験を経験した国民(本人または家族)の割合は30.6%。
- 体験の際に農林漁業に携わる者から直接、指導を受けた人は83.0%。
- 農林漁業体験に参加して変化したことは、「自然の恩恵や生産者への感謝を感じられるようになった」が最も高く、次いで「地元産や国産の食材を積極的に選ぶようになった」が続く。農林漁業に携わる者の積極的な関与があるかどうかで結果に違い。

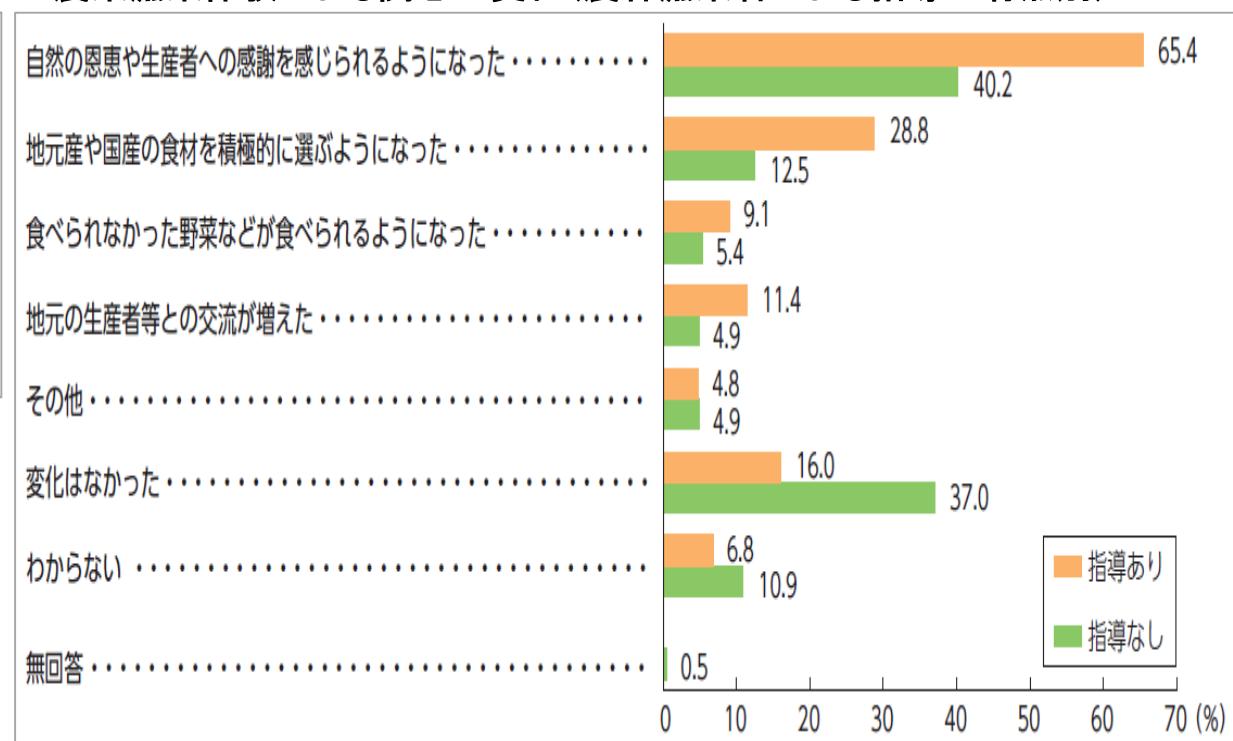
### ■農林漁業体験への参加経験者の有無



資料:農林水産省「食生活及び農林漁業体験に関する調査」(平成28(2016)年10~11月実施)



### ■農業漁業体験による関心の変化(農林漁業者による指導の有無別)

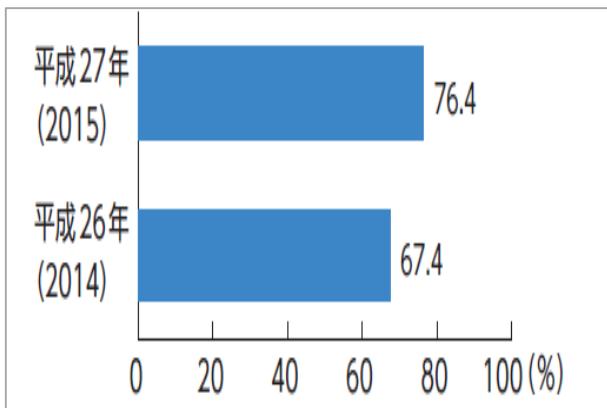


資料:農林水産省「食生活及び農林漁業体験に関する調査」(平成28(2016)年10~11月実施) 注:農林漁業体験に本人又は家族が参加したことがある人が対象 複数回答

## 食の循環や環境を意識した食育の推進 食品ロスの原因等

- 食品ロスについては、事業系が330万トンあるのに対し、家庭系は302万トンと推計されており(農林水産省と環境省による平成25(2013)年度推計)、家庭系も約半分を占めている。
- 「食品ロス削減のために何らかの行動をしている国民の割合」は、平成27(2015)年で76.4%。
- 購入した食品を食べないまま、捨ててしまうことが「よくある」又は「ときどきある」と答えた人に対し、捨ててしまった原因を尋ねたところ、「消費・賞味期限内に食べられなかった」が70.5%、購入後、冷蔵庫や保管場所に入れたまま存在を忘れてしまった」が61.1%など、必要以上に在庫を抱えている状況がうかがえる。

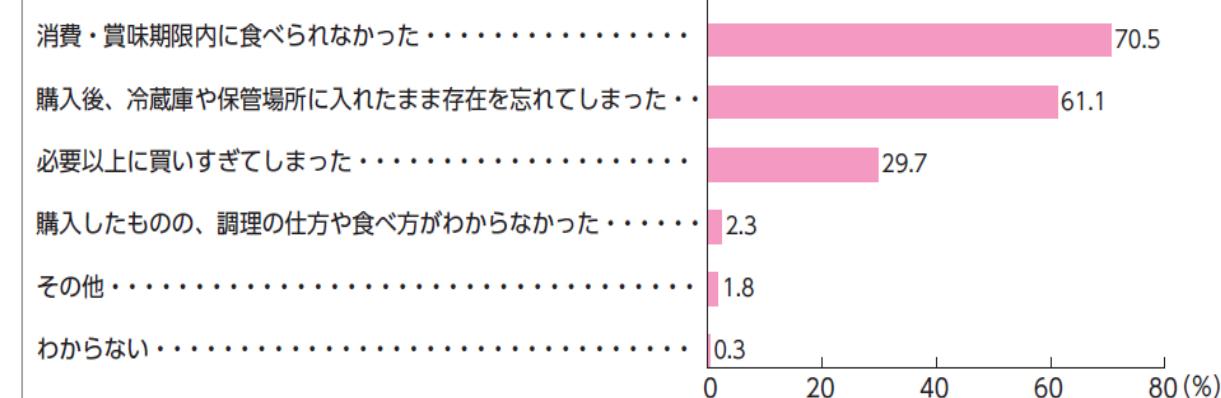
### ■食品ロス削減のために何らかの行動をしている国民の割合



資料：消費者庁「消費者意識基本調査」

### ■食品ロスの原因

Q 購入した食品を食べないまま、捨ててしまった原因は何だと思いますか。

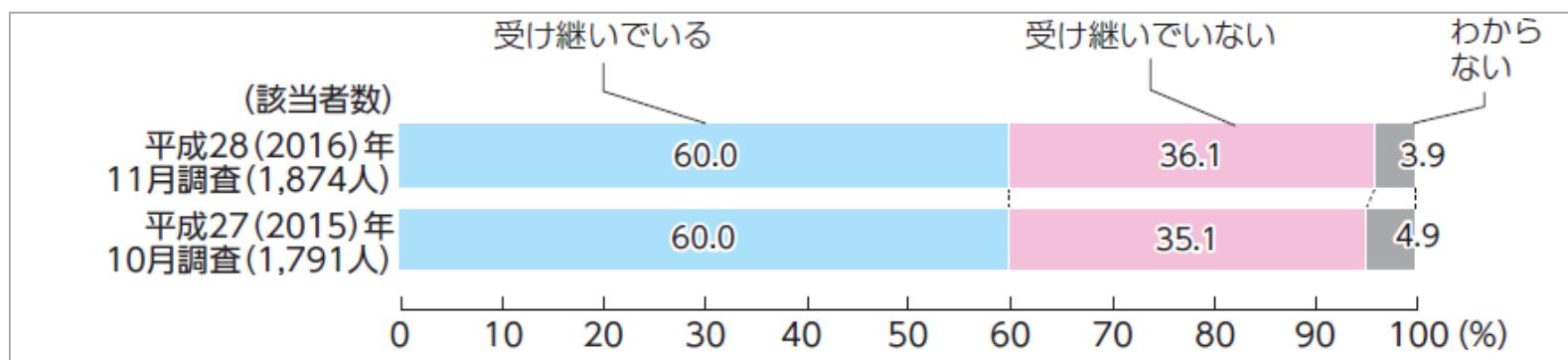


資料：農林水産省「食育に関する意識調査」(平成28(2016)年11月実施)

注：購入した食品を食べないまま、捨ててしまうことが「よくある」又は「ときどきある」と答えた人が対象複数回答

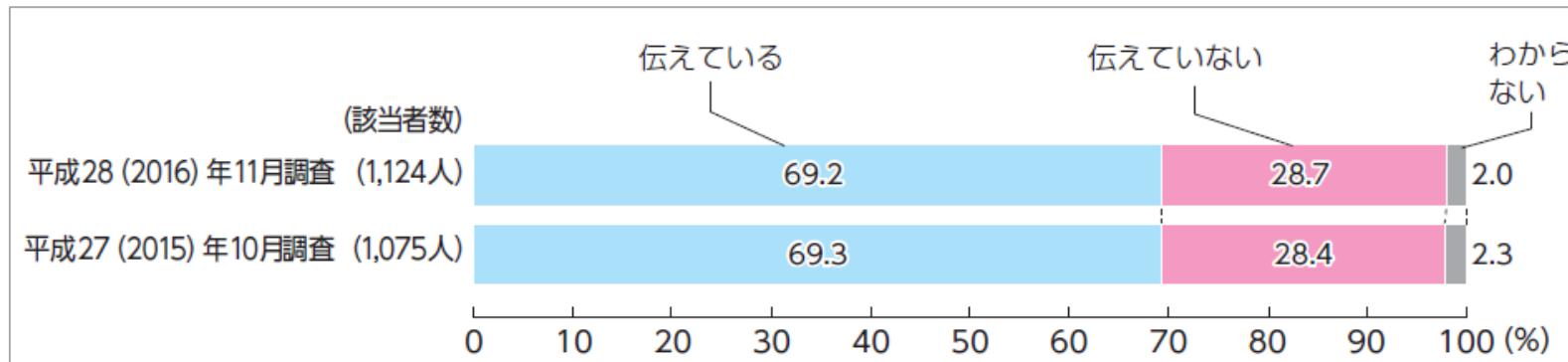
- 郷土料理や伝統料理など、地域や家庭で受け継がれてきた料理や味、箸づかいなどの食べ方・作法を「受け継いでいる」と回答した人の割合は60.0%であり、第3次基本計画作成時の調査結果(60.0%:平成27(2015)年度)から変わらない。
- 「受け継いでいる」と回答した人のうち、地域や次世代に対し「伝えている」と回答した人の割合は69.2%であり、第3次基本 計画作成時の調査結果(69.3%:平成27(2015)年度)と比べて0.1ポイント減少。

## ■ 地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承している国民の割合の推移



資料:農林水産省(平成27(2015)年は内閣府)「食育に関する意識調査」

## ■ 地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承し、伝えている国民の割合



資料:農林水産省(平成27(2015)年は内閣府)「食育に関する意識調査」注:地域や家庭で受け継がれてきた料理や味、箸づかいなどの食べ方、作法を「受け継いでいる」と答えた人が対象

# 平成29年度 関東農政局における食育推進方針（重点項目）

## ◆若い世代における食や農林水産業へ関心を高めるための食育

若い世代(学生～出産・子育て世代)に向け、ごはん食のメリット等をわかりやすく、中食や外食の有効活用等を含めた実行性の高い「日本型食生活」を周知します。

## ◆食品関連事業者等と連携した食育

子供から高齢者までの幅広い世代に向け、「日本型食生活」を推進するとともに、食の生産から消費までの食の循環の理解や食品ロスの削減等の推進に努めます。

## ◆学校関係者、栄養関係者との連携の強化

学校関係者、栄養関係者、食育実践者(消費者、企業、料理人、学生団体等)等多様な者との連携を強化し、第3次食育推進基本計画の周知をはじめ、食育情報の共有を図ります。

## ◆農林漁業者、農林漁業関係団体と連携した食育

子供から高齢者までの幅広い世代に対し、食への感謝や農林水産業への理解を深めるため、食料の生産段階の様々な体験の機会を提供します。

## ◆「和食；日本人の伝統的な食文化」の保護・継承

地方公共団体、民間団体と連携し、若い世代(学生～出産・子育て世代)に向け、各種食育イベント等において「和食」や「食文化」の魅力を発信します。また、「食と農の景勝地」制度の普及等を行います。

## ◆地方自治体との連携

管内の都県・市町村担当者に対し、内閣府から移管された食育推進業務の情報提供を行うとともに、管内における地方自治体の食育推進計画策定率100%を目指して取組みます。



## 平成29年度 食育月間セミナー（29.6.28）

- 関東農政局は、「食・農・地域を知り、伝えよう日本の食文化」をテーマとしたセミナーを開催(361人参加)。
- 長野県短期大学生活科学科教授中澤弥子氏から「伝えよう 育てよう 日本の豊かな食文化～日本国内外での農や食の体験活動の事例から～」をテーマに講演していただき、森の食農学校スマイル農園農園主豊泉裕氏、日本料理教室 A Taste of Culture 主宰の安藤エリザベス氏から事例紹介をしていただきました。

概要はこちら→7月中に関東農政局HPに掲載



## 企業、学生、行政と連携した食育の推進



## 平成28年度 企業の食育活動の実践に関する交流会（29.2.21）

- 関東農政局は、「多様な連携で輝く若い世代への食育」をテーマとした交流会を開催。
- 102人(企業・団体49、大学・学生団体等44、地方自治体等9)が参加。
- 東京家政大学ヒューマンライフ支援センター准教授内野美恵氏から情報提供をしていただき、国際学院埼玉短期大学調理学研究部部長生方美紀氏、副部長中屋未来氏、さいたまヨーロッパ野菜研究会会長北康信氏、パパ料理研究家・株式会社ビストロパパ代表取締役滝村雅晴氏から活動紹介をしていただきました。また、内野美恵氏がコーディネーターとなり、交流会を開催しました。

概要はこちら→[http://www.maff.go.jp/kanto/syo\\_an/seikatsu/shokuhiku/ibento/290221\\_kigyou\\_kouryu.html](http://www.maff.go.jp/kanto/syo_an/seikatsu/shokuhiku/ibento/290221_kigyou_kouryu.html)

## 平成28年度 関東食育ネットワーク交流会（28.9.16）

- 「みんなではぐくむ♪関東の食育」をテーマに関東食育推進ネットワーク交流会を開催(48人参加)。
- 野菜ソムリエの牧野悦子氏、いばらきコープの市原るり子氏、松本市健康福祉部健康づくり課の種田厚子氏、あどぼけの会の鬼形明房氏、ファーム・インさぎ山の萩原さとみ氏、関東農政局地域食品課長をグループ進行役にワールド・カフェ方式の意見交換会を行いました。最後に、東京家政大学ヒューマンライフ支援センター准教授の内野美恵氏から講評をいただきました。



概要はこちら→[http://www.maff.go.jp/kanto/syo\\_an/seikatsu/shokuiku/ibento/280916ibentogaiyou.html](http://www.maff.go.jp/kanto/syo_an/seikatsu/shokuiku/ibento/280916ibentogaiyou.html)

## 食育に関する情報提供「食育ひろば」

関東農政局のホームページ「食育ひろば」では、食育に関する様々な情報を紹介しています。



食育ひろば

検索



[http://www.maff.go.jp/kanto/syo\\_an/seikatsu/shokuiku/index.html](http://www.maff.go.jp/kanto/syo_an/seikatsu/shokuiku/index.html)

- 農林漁業体験情報
- 関東食育推進ネットワーク情報
- イベント情報 など

ご清聴ありがとうございました。