

# 近畿地域食育推進協議会検討報告書



## はじめに

「食」は、私たちの生命と直結し、くらしの柱であり、毎日の楽しみのひとつです。しかし現在、食が命と直結しているという実感は希薄になっています。自分自身で育てなくても米や野菜は買えるし、手間をかけずに食べることができるため、若い世代は食べるものがなくなるということは想像もできないのではないのでしょうか。安い輸入食品が大量に流通し、食卓にのぼっており、一見豊かな食生活ですが、地域の食料自給基盤が壊され、伝統的食文化がどんどん浸食されており、何千年もかかって作り上げられてきた食文化の基盤が寸断されつつあります。

食べ物は本来、自給性の高いもので、国境を越えて流通することは少なく、地元で生産したものを地元で消費することが当たりまえでした。しかし今は、穀類や豆類など乾燥できる食料に限らず、生鮮食料品までもが世界をかけめぐっています。日本は食料自給率がカロリーベースで40%と先進国の中で最も低く、外国で生産された食べ物に依存する状態がこの40年ばかり続いています。また、国内でも栽培技術と輸送システムの進歩によって、年間を通して野菜等が生産でき、また、遠方で生産された食べ物が手に入るようになり、旬を感じ取ることが困難となってきています。そして、地域それぞれのユニークさを消し去ってきました。また、このような状況は、エネルギー資源の節減の観点からも課題があります。

戦後期、高度成長期に伴い食の分野でも食材が急速に欧米化し、飽食できるようになった結果、脂質の摂取が多い食生活は日本人の体質には合わず、生活習慣病の蔓延を招いてしまっています。

食は命と直接つながっており、安さだけを追い求めていると、結局高いつけが自分たちに回ってきます。地元の食料基盤を崩さないために、少々高くても地元の食品を購入することにより、地元の農業生産を知るとともに生産を側面から支えていくことが消費者に求められています。日本の農業、水産業、畜産業の息を吹き返えらせ、食料自給率も確実にあげていくことが、持続可能で環境に配慮した食料生産と食の安全を確保することにつながっていくと考えています。

私たちの「食」を巡って様々な問題が顕在化し、そうした問題を私たち個人の問題というだけでなく、社会全体の問題として放置しておくわけにはいかなかったという状況にある中で、国民をはじめ、食育に関係する者がそういった様々な問題とともに、我が国が抱えている「食」を巡る様々な「現実」も十分に認識した上で、徐々に望ましい姿に近づけていくため、自発的で実践的な「食育」の取組が活発化することが求められます。

本報告書は、近畿地域で食育に携わる方々の参考となるように、各委員からの報告を基に協議会として取りまとめて作成しました。本報告書が、近畿地域の食育の推進活動の一助となれば幸いです。加えて、本報告書が広く一般の方々にもお読みいただき、そして、自らが食生活の改善に努められ、食育の推進にも寄与していただければ幸いです。

最後に、多大なご苦勞をされた委員各位に改めて敬意を表するとともに、編集していただいた事務局に感謝申し上げます。

平成18年3月

近畿地域食育推進協議会 座長 堀越 昌子

## ～ 目 次 ～

はじめに	1
<b>第1章 食育について</b>	
第1節 食育のはじまり	5
(1) 「食育」という言葉の歴史	
(2) 家庭や地域が従来担ってきた役割 (親から子への食に関する知識の継承等)	
(3) 食に関する教育のこれまでの変遷	
第2節 食に関する知識と能力	7
(1) 食に関する知識	
(2) 食に関する能力	
<b>第2章 食をめぐる状況(全国的な状況)</b>	8
(1) 食料消費・供給構造の変化	
(2) 国民の食生活・健康・栄養の変化	
(3) 食料自給率・食べ残し・食品ロス	
(4) 世帯構成や労働環境の変化	
(5) 食品安全	
(6) 学校給食(米飯給食の実施)	
<b>第3章 近畿地域における食をめぐる状況</b>	
第1節 農林水産の視点から見た近畿地域における「食」の現状と課題	16
(1) 食料消費・供給構造の推移	
(2) 食べ残し・食品ロス・食料自給率	
(3) ブランド農産物	
(4) 地産地消	
(5) 消費者・都市住民との交流	
第2節 健康増進の視点から見た近畿地域における「食」の現状と課題	21
(1) 食生活	
(2) 生活習慣病・肥満・思春期やせ	
(3) 健康増進計画、栄養指導・支援、食生活指導・支援	
第3節 学校教育の視点から見た近畿地域における「食」の現状と課題	25
(1) 地域性から時代性へ	
(2) 学校給食	
(3) 学校給食における地産地消	
(4) 学校での「食」に関する指導体制や指導環境	
第4節 伝統食・郷土食の継承	30
(1) 食文化と地域食材	

## 第4章 食育推進に向けての提言

### 第1節 食育推進に当たっての視点

- 第1項 体験学習の重要性 . . . . . 34
  - (1) 人に遠い時代
  - (2) 体験が育てる交流と技能
- 第2項 食に対する感謝の心の育成 . . . . . 37
  - (1) 生き物の命を食することへの感謝
- 第3項 健康管理のための栄養指導 . . . . . 39
  - (1) 食生活と生活習慣病
  - (2) 食品と栄養、食事摂取量
  - (3) 食事バランスガイドの活用
- 第4項 食文化の継承 . . . . . 41
  - (1) 地域における食文化の学習
  - (2) 伝統食・郷土食の継承
  - (3) 地産地消とスローフード
- 第5項 食育実践者の育成 . . . . . 44
  - (1) ノウハウの伝達からの脱却
  - (2) 側面支援
- 第6項 関係者間の連携 . . . . . 45
  - (1) 食育推進のためのネットワーク
  - (2) 食育の実施効果をより高めるための連携
- 第7項 自分で調理することがもつ意義 . . . . . 47
  - (1) 子ども料理教室
  - (2) 調理を通じて得られる「食」の知識
- 第8項 食の安全に関する知識と考え方の普及 . . . . . 48

### 第2節 実施主体別の視点

- 第1項 家庭における食育 . . . . . 49
  - (1) 食生活の改善
  - (2) 家庭料理の伝承
  - (3) 食事を通じた家族のコミュニケーション
  - (4) 大人(保護者など)が食に関する知識・体験を得る機会の提供
- 第2項 学校、保育所等における食育 . . . . . 52
  - (1) 体験学習
  - (2) 栄養教育
  - (3) 給食が果たす役割
  - (4) 調理場からの情報発信
  - (5) 地産地消

第3項	地域における食生活改善	57
	(1) 目標達成に向けた各機関の役割(健康日本21)	
	(2) 子育て支援	
第4項	農林水産現場における食育	60
	(1) 子ども達の農林水産体験	
	(2) 消費者との交流・体験	
	(3) 地産地消	
	(4) 食品廃棄物のリサイクル	
第5項	食品事業段階における食育	64
	(1) 食品事業段階での学習、体験実習	
	(2) 食生活アドバイス	
	(3) 食の安全・安心の情報提供	
第6項	消費者団体が行う食育活動	68
	(1) 体験学習の場の提供	
	(2) 食料生産現場との交流	
	(3) 食に関する正しい情報の提供	
第7項	公的機関・研究機関による食育	71
	(1) 食育活動支援	
	(2) 食育の実証研究	
まとめ		73
(参考資料1)	「近畿地域食育推進協議会」委員名簿	74
	「近畿地域食育推進協議会」設置要領	75
(参考資料2)	食育資材の紹介	76
(参考資料3)	引用文献・参考文献	77
	参考ホームページ	78
	教育ファームについて	79
	食事バランスガイド	80

表紙写真

左 提供：岩出町立上岩出小学校(和歌山県)

右上 提供：サカモトキッチンスタジオ(兵庫県神戸市)

右下 提供：おさなご保育園(兵庫県尼崎市)