令和7年度食育活動の全国展開委託事業
（次期食育推進基本計画の作成・実施に向けた調査・普及啓発）

調査報告書（概要版）

令和8（2026）年3月

株式会社ブランド総合研究所

1. 事業概要

- **目的**

  次期基本計画（第5次食育推進基本計画）に盛り込まれる施策や目標・目標値が科学的根拠に基づく効果的なものとなるよう、学会等による調査研究等のエビデンスや効果が高かった食育の取組に関する情報を収集・分析、整理し、次期基本計画の作成に向けた議論等に反映させる必要がある。

- **業務概要**

  食育推進に資するエビデンス・取組の収集・分析、整理

  学識経験者を中心とする有識者による食育推進に資するエビデンス等検討委員会を設置・運営し、委員会で決定したテーマや論文検討の調査方針等に基づき調査を行う。
  必要に応じて、有識者へのヒアリング及び取り組みの現地視察等を実施する。

- **食育推進に資するエビデンス等検討委員会**

  検討委員　赤松　利恵氏　（お茶の水女子大学　基幹研究院自然科学系 教授）
  武見　ゆかり氏　（女子栄養大学　栄養学部　教授）
  日田　安寿美氏（東京農業大学 応用生物科学部　栄養科学科　教授）

2. 調査結果　～効果的な取組の事例まとめ～

第５次食育推進基本計画の３つの重点事項ごとに事例を整理しています。事例の詳細はそれぞれのページをご参考ください。

（１）学校等での食育の強化

取組	効果	詳細
①　地元産食材を学校給食で使用	→ 食べ残しが減る	▶Ｐ３
②　担任教諭を主体とした食に関する指導	→ 残さず食べる行動・意欲が形成される	▶Ｐ４
③　できたての「おいしい給食」を提供	→ 残菜率が減少	▶Ｐ５

（２）大人の食育

取組	効果	詳細
①　社員食堂の環境整備	→ 食塩摂取量の減少や血圧の低下	▶Ｐ６
②　職域におけるeラーニングとアプリの使用	→ 野菜摂取量の増加	▶Ｐ７
③　しっかり食べて太りにくい「スマート和食」という食事法	→ 社員の内臓脂肪が減る	▶Ｐ８
④　自治体における減塩の食環境整備	→ 高血圧者の割合が低下	▶Ｐ９
⑤　栄養を学ぶ大学生が講師となって、大学生へ食育講習	→ 食生活改善意識が高まる	▶Ｐ10

（３）生産者と食卓をつなぐ

取組	効果	詳細
①　農村地域に滞在して農業体験	→ 精神的な緊張や不安が和らぐ	▶Ｐ11
②　通年にわたる農業体験学習	→ 心理面や農作業への興味・意欲・関心などが向上する	▶Ｐ12
③　循環型農業体験	→ 自然環境や食農に対する意識に好影響を及ぼす	▶Ｐ13
④　地場産野菜と輸入野菜の食べ比べ	→ 産地への意識が向上する	▶Ｐ14

①地元産食材を学校給食で使用▶ 食べ残しが減る

論文より

概要 **学校給食で、地元産食材を使用すると同時に、献立表で地元産食材の使用を知らせるなどの情報伝達を同時に行うことで、食べ残しが減少した。**

■基本情報

「学校給食で地産地消を進める取り組みの効果ー地元産食材の使用率が高くなると食べ残しは減るのか？ー」『日本食育学会誌』2(2), pp.73-76.
著者：石山久晶, 比屋根哲（2008）
対象：岩手県旧水沢市立（現奥州市立）真城共同調理場における2004年度の学校給食実施内容

■研究背景・目的

学校給食における地産地消の取組の効果として、食べ残しが減るという指摘がされている。一方、実際の数値データで裏付けた研究はほとんど見られないため、実際の地元産使用率や残量の数値を基に、「食べ残しが減る」という効果を検証することを目的として実施した。

■研究方法

岩手県旧水沢市立（現奥州市立）真城共同調理場における2004年度の学校給食実施内容を調査対象とした。真城共同調理場は、３校、１日722食を調理している。
この調理場における、2004年度の「学校給食実施記録簿」と「調理作業及び保存食記録簿」を分析資料として、地元産を100%使用した米を除く全ての食材について、地元産使用率（地元産食材の重量/総食材重量×100）と、1食当たりの残量（月ごとの残量/総食数）を算出した。
地元産使用率と１食当たりの残量の関係を、全ての月と、献立表で地元産食材を使用していることを知らせていた月、知らせていなかった月の３パターンで調査。

出典URL：　https://doi.org/10.14986/shokuiku.2.73

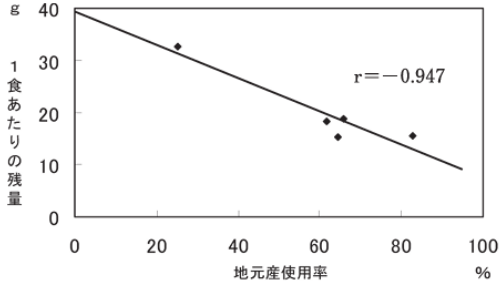
■取組に当たっての工夫・留意点

地元産食材を使用していることを児童生徒に知らせる手段の違いや、実際に行われている農作業体験や作業場の見学などの食育の内容、特に地元産食材をどのように取り上げ、児童がどのように受け止めたのかといったことも残量を左右する要因となっていると考えられる。
しかし、本研究では、あえてそれらを考慮せず、児童へ地元産食材の使用を知らせていたかどうかのみを機械的に分類するために、記録された客観的なもの（献立表）のみを分析資料として用いた。

■成果・効果

- 地元産食材の使用率と1食あたりの残量の関係は、献立表での地元産明示の有無によって異なり、献立表で地元産食材の使用を知らせていなかった月では相関関係がほとんど認められなかったのに対し（相関係数r=0.226）、地元産食材の使用を知らせていた月では、使用率が高くなるほど残量が減るという極めて強い負の相関関係が認められた(r=-0.947)。
- 「地元産食材を使用した給食では食べ残しが減る」という効果が、単に食材の使用率の高さだけではなく、児童に地元産であることを明示し、情報として伝達するという教育的な働きかけによって顕著に発現することを客観的な数値をもって実証した。

献立表で知らせていた月の地元産使用率と1食あたりの残量の関係



注）石山・比屋根（2008）p.75 より引用

②担任教諭を主体とした食に関する指導▶ 残さず食べる行動・意欲が形成される

論文より

概要 **児童自身が給食の食べ残し重量を測定することで、ごみ問題の実態を視覚的に把握でき、給食を残す児童の割合が減少し、学習後も効果が持続した。**

■基本情報

「担任教諭が主体となる社会科および総合的な学習の時間における食に関する指導の実施可能性と学習成果の検討―給食を残さず食べる行動形成をめざして―」.『栄養学雑誌』71(2), pp.76-85.
著者：坂本達昭, 八竹美輝, 春木敏（2013）
対象：大阪府下の公立A小学校

■研究背景・目的

2010年の児童生徒の食事状況等調査報告書では、給食を残す児童は43.2%に上り、食べ残しは児童の食生活の課題の一つとなっている。本研究では、社会科及び総合的な学習の時間におけて食に関する指導を実施し、その実施可能性、学習成果として食べ物を大切にする態度及び残さず食べる自己効力感の変化、残さず食べる行動形成、学習後も残さず食べる行動が維持されているかについて検討した。

■研究方法

大阪府下の公立A小学校４学年児童106名を対象に社会科及び総合的な学習の時間で食に関する指導を実施した。評価指標として、授業に用いたワークシート記述内容、アンケート調査、および給食の月間残食率の3つを用いた。アンケート調査は、学習前（5月）、学習直後（7月）、学習終了２ヶ月後（9月）の３回実施し、特に嫌いな物がある時の自己効力感などを尋ねた。残食率は、児童の嫌いな食べ物上位に野菜が占めることから、副食（主菜、副菜、汁物）の残食率を残さず食べる行動形成の指標として評価した。

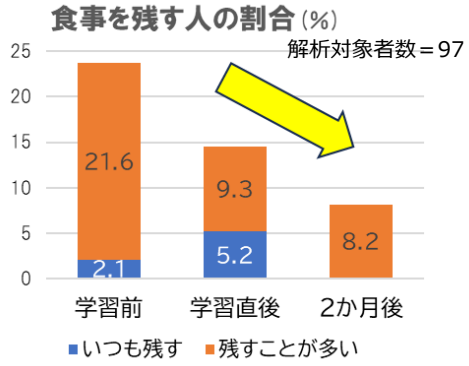
出典URL：　https://doi.org/10.5264/eiyogakuzashi.71.76

■取組に当たっての工夫・留意点等

社会科と総合的な学習の時間を組み合わせて、食に関する指導を実施し、具体的には、児童自身に給食の食べ残し重量の測定させごみ問題の実態を視覚的に把握させるほかに、栄養教諭が作成した給食室から出るごみのビデオ教材の活用、給食調理員の講話等を行った。
また、学習終了後（９月）の給食開始日の給食喫食前に６・７月の学習成果の振り返りとして、給食残食量が減少したことをグラフにまとめた資料を児童に示した。

■成果・効果

- 給食残食率は学習前（５月）と比較して、学習期間（６，７月）は有意に減少し、６月と比べて学習終了後（９月）も有意に減少した。また、普段の食べ残し状況について、「普段、食事を残さず食べますか」との問いに対し、「いつも残す」と「残すことが多い」と答えた児童の割合の合計は、学習前と比較して、学習直後および学習終了2ヶ月後において、減少した。
- 給食残食率の低下は、残さず食べる行動が形成され、学習終了後もその行動が維持されたことを実証した。同様に、ワークシート記述からも、残食減量に向けた意欲と行動形成に至った記述が多く確認された。



注）坂本・八竹・春木（2013）p.81 より作成

(1)学校等での食育の強化

③できたての「おいしい給食」を提供▶ 残菜率が減少

事例より

概要 **栄養バランスに優れたおいしい給食を提供し、子ども達が喜んで、楽しく残さず食べてくれる給食を実現。毎日の給食は「生きた教材」と考え、給食を通じた食育を推進している。**

■基本情報

実施主体：足立区　学校運営部　おいしい給食担当課
対象：足立区小中学校児童・生徒
実施期間：2007年度等
実施場所：足立区小中学校

■取組のきっかけ（背景・課題）

東京都のごみに給食の残菜が多かった。足立区内の小中学校で提供している給食が、学校によって味が違う（味に差がある）という意見があった。
どこの学校でも栄養のバランスのとれたおいしい給食を提供することにより、子ども達が喜んで、楽しく残さず食べてくれる給食を目指した取組が始まった。

■実施内容

足立区ではかねてより、栄養士を全校に配置し自校式の調理を行っていたが、2007年度より、「おいしい給食事業」をスタートさせ、次のような取組を始めた。
・区内で残菜の計量方法を統一し、残菜量を見える化
・おいしい給食指導員の導入

※おいしい給食指導員：ベテラン栄養士（指導員）の長きにわたる経験やスキルを充分に活かし、経験の浅い栄養士が配属されている学校などを中心に巡回。調理の様子や子どもの喫食の確認、試食、校長、副校長、栄養士への助言、献立の内容（メニューや栄養）についての確認や助言を行っている。

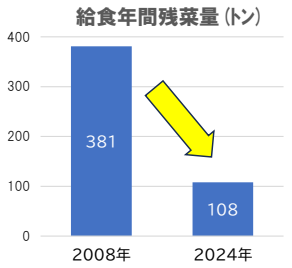


■給食を通じた食育活動の推進

- 地域で採れる野菜などを給食に取り入れることで、地域産品に親しむ
- 給食の献立から食文化を学ぶ
- 給食の献立から健康な体を育む食べ物を知る
- 農作業体験で農業に親しむと共に、収穫した産品を給食で提供
- バイキング給食・セレクト給食など、楽しく食べる喜びを得る
- 「給食メニューコンクール」などを実施し、テーマに沿ったオリジナル給食メニューを考案し実際に調理することで、調理の実践力や食への興味、関心を高める

■取組の成果

- 小学6年生の96%、中学2年生の95%が「給食がおいしい」と答えた。（令和6年度アンケート）
- 残菜量は平成20年度381トンから令和6年度108トンと約70%減少。
- 残菜率は小学校、中学校ともに大きく低下した。



■その後の展開

・ 長年の取組の成果として、レシピ本の発行や、セブンイレブンとの協働による給食メニュー「えびクリームライス」の地域限定販売など、民間企業や地域とのコラボレーションにつながっている。



参考URL：　https://www.city.adachi.tokyo.jp/k-kyoiku/kyushoku/index.html

①社員食堂の環境整備 ▶ 食塩摂取量の減少や血圧の低下

論文より

概要 **社員食堂の環境整備と、減塩への意識改善のための取組を実施することで、食塩摂取量の減少、収縮期血圧の低下に加えて、勤労者の減塩意識が向上した。**

■基本情報

「保健所の特定給食施設指導を活用した勤労者の減塩の試み―埼玉県川越市内事業所での事例」.『日本公衆衛生雑誌』71(8), pp.408-417.
著者：佐藤 麻記子, 坂口 景子, 武見 ゆかり, 丸山 浩（2024）
対象：埼玉県川越市内の化学メーカー在勤者の正規職員

■研究背景・目的

埼玉県川越市では、高血圧対策を重要課題と位置付けているが、給与食塩相当量の多い施設のあることが課題であり、特定給食施設指導を通じて、減塩への意識改善と実践を促す事業を実施。同市の健康課題である「市内高血圧者の減少」を長期的な目標とし、本取組のアウトカムとして、食塩摂取量の減少、血圧の改善を位置付けた。

■取組内容

事業所内の食環境整備を実施するとともに、2019年11月～2021年11月の２年間、正規職員102名を対象に社内定期健康検診で推定食塩摂取量、推定カリウム摂取量、血圧を把握。自記式質問紙で社員食堂の利用頻度、社員食堂の主観的評価、日頃の減塩意識を把握した。
具体的には、食物へのアクセス整備として、スマートミールの提供、全メニューの食塩相当量低減（定食、カレー、麺の食塩相当量は2019年に比べて有意に減少）、穴あきレンゲの設置、卓上調味料を減塩タイプに変更を行い、情報へのアクセス整備として、卓上メモ・ポスターを掲示(月１回交換)、社内メールの配信(月１回)集合健康教育(年１回)を実施した。

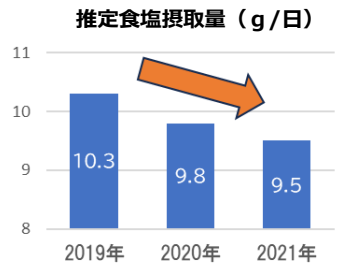
出典URL： https://doi.org/10.11236/jph.23-101

■取組に当たっての工夫・留意点

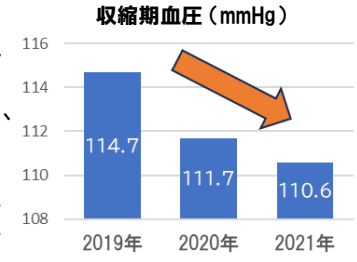
本取組を実施するに当たって、保健所、事業所、大学（女子栄養大学（現日本栄養大学））、給食受託会社の４者で課題の共有等を行った上で、食物へのアクセスの取組を決定した。実施に当たり、食材料費が１人当たり100円以上増加することが課題であったが、人件費や廃棄量削減により、従来と同じ価格での提供を可能とした。

■成果・効果

- 推定食塩摂取量（g/日）は、2019年の10.3から、2020年9.8、2021年9.5と減少した。社員食堂利用有無別では、非利用群は変化が見られなかったが、利用群は2019年の10.4から、2020年9.8、2021年9.6と減少した。
- 収縮期血圧（mmHg）は、2019年の114.7から、2020年111.7、2021年は110.6と減少した。
- 日頃の減塩意識（%）について、「いつも/時々気を付けている」が2019年の40.2から、2020年54.9、2021年56.9に増加した。
- 二種類の定食、カレー、麺いずれも、2019年に比べ2020年と2021年の食塩相当量が有意に減少した。



注）佐藤ら（2024）p.412 より作成



注）佐藤ら（2024）p.412 より作成

②職域におけるeラーニングとアプリの使用 ▶ 野菜摂取量の増加

論文より

概要 **野菜摂取を動機づけるeラーニングと自己モニタリングを促すアプリの提供により、勤労者の継続的な野菜摂取量が増加した。**

■基本情報

「野菜摂取量の自己モニタリングを促す栄養教育プログラムが勤労者の野菜摂取量に与える効果」.『日本健康教育学会誌』32(4), pp.255-264.
著者：信田 幸大, 北田 千晶, 小澤 啓子（2024）
対象者：食事制限を受けていない18歳以上の勤労者

■研究背景・目的

野菜摂取量を測る装置（ベジチェック）の設置と野菜飲料を配布（24本）する環境サポートに加え、eラーニングによる動機づけや自己モニタリングを促進するアプリの提供が勤労者の野菜摂取に与える効果を明らかにする。

■研究内容

対象は、製造業１社、通信業２社、不動産業１社の従業員のうち参加同意を得た285名を、介入前に差のない、対照群95名、介入Ⅰ群96名、介入Ⅱ群94名の3群に振り分けた。

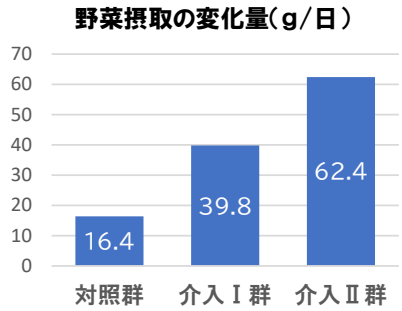
対照群：野菜飲料の配布、ベジチェック設置
介入Ⅰ群：eラーニングの受講、野菜飲料の配布、ベジチェック設置
介入Ⅱ群：eラーニングの受講、野菜飲料の配布、ベジチェック設置、「ベジ選手権」（自己モニタリングを促すアプリ）の使用
５週間の研究前後に自記式アンケートを実施。
※e-ラーニング：野菜摂取の必要性、摂取量の増加手段等を学習
ベジ選手権：野菜摂取量、ベジチェック数値を記録し、チームで数値を競うアプリ。

出典URL： https://doi.org/10.11260/kenkokyoiku.32.255

■成果・効果

野菜摂取量（g/日、介入Ⅱ群）	行動変容ステージ
148.7g/日→ **211.1g/日(+62.4)**	**介入群で実行期人数増**

- 調査結果からは、野菜摂取量は対照群で平均16.4 g／日、介入Ⅰ 群で平均39.8 g／日、介入II 群で平均62.4 g／日と、介入前後で増加していることが明らかになり、対照群と介入 Ⅱ 群とでは有意な差が認められた。
- 介入Ⅰ 群及び介入II 群では行動変容ステージの構成に有意な差が認められ、介入Ⅰ 群では介入前と比較して前熟考期が減少し、介入II 群では熟考期が減少して実行期が増加した。また、介入Ⅰ 群及び介入II 群では有意に変化量が大きく、介入前と比べて行動変容ステージが前進した。



注）信田・北田・小澤（2024）p.258 より作成

※行動変容ステージ：前熟考期（無関心期）、熟考期（関心期）、準備期、実行期、維持期

- これにより対象群と比較し介入 Ⅰ、介入 Ⅱ では野菜摂取を動機づけるeラーニングの受講による効果が、また、介入 Ⅰ と介入 Ⅱ の比較では自己モニタリングを促すアプリ（ベジ選手権）を使用したことによる効果が明らかとなった。

③しっかり食べて太りにくい「スマート和食®」という食事法▶ 社員の内臓脂肪ケアの取組

事例より

概要 **栄養素の比を意識した食べ方をすると、食べる量を減らさなくても内臓脂肪をためにくい食事法（スマート和食®）を構築し、社員食堂で効果検証を実施。内臓脂肪が減少した。**

■基本情報

実施主体：花王株式会社
対象：社員
実施期間：2014年7～9月
実施場所：本社

■取組のきっかけ（背景・課題）

花王はこれまで体脂肪、内臓脂肪低減に関する商品開発研究を行ってきた実績から、内臓脂肪蓄積のポイントは、食事のカロリーではなく栄養素のバランス（比）であることに着目。「スマート和食®」という食事法を構想した。
※スマート和食は、栄養素のバランス(比）を見直すことで、しっかり食べて内臓脂肪をためにくい食事法です。

スマート和食
（栄養素のバランス（比）の見直し）

① 脂質を減らしてたんぱく質を増やす
② 糖質を摂るなら食物繊維も一緒に摂る
③ 脂質を摂るならオメガ脂肪酸にする

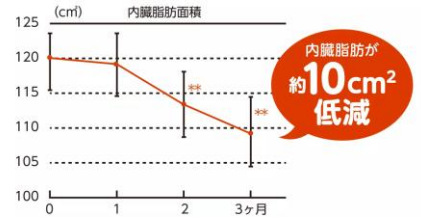
■プログラム実施内容

花王本社で内臓脂肪80㎠以上の社員57名を対象に、まず内臓脂肪を計測。自身の内臓脂肪面積の把握により、改善への動機付けにつなげた。その後、管理栄養士によるスマート和食の考え方のセミナー、食事指導を行い、その考えに基づいたランチを社員食堂にて3か月にわたって提供。プログラム期間中は月１回内臓脂肪測定を実施した。

参考URL： https://www.kao.co.jp/genki/service/smart/

■取組の成果

社員57名の内臓脂肪面積が平均で約10㎠低下した。



■その後の展開

- 花王の本社及び事業場の社員食堂でスマート和食メニューを提供：
  スマート和食メニューが選ばれる割合は2割であり、本社の社員食堂にはスマート和食メニュー専用レーンを設置。2025年は全国12事業場で26万食の提供実績がある。


スマート和食の例（イメージ）

- 社内で年に１～２度、生活習慣測定会を実施：
  社員は任意で参加し、内臓脂肪面積を計測。計測することで内臓脂肪の変化に気づき、自らの生活習慣を見直すきっかけになっている。状況に応じてスマート和食を案内し、食習慣の改善につなげている。
- 社外向けの取組：
  花王が長年の知見を、地域や職域の健康増進・健康経営の推進に役立てるため、スマート和食について、社外向けにセミナー、料理教室、食生活改善プログラム等を実施している。

④自治体における減塩の食環境整備▶ 高血圧者の割合が低下

事例より

概要 **市民を対象に、「減塩」の関心拡大、意識の向上、行動変容を目的として、小売業、飲食業、製造業（製麺）という３つの業態と連携して「減塩の食環境整備」に取り組んだことで、市民の健診結果に改善がみられた。**

■基本情報

実施主体：飛騨市
対象：一般市民
実施期間：2019年から
実施場所：飛騨市内

■取組のきっかけ（背景・課題）

飛騨市では、塩分の多い食文化の影響もあり、脳血管疾患や心疾患が死亡や介護の原因疾患として上位を占め、特定健診の結果では2018年にⅡ度以上高血圧の者の割合が県内42市町村の中でワースト1位であり、飛騨市にとって減塩が健康寿命の延伸のための最重点課題であった。

■実施内容

飛騨市は、小売業（酒店、食料品店、スーパー、調剤薬局など）と飲食業、製造業の３つの業態と連携して「減塩の食環境整備」に取り組み、小売業には、減塩商品の販売を依頼し、飲食業には、スマートミールなど減塩メニューの開発や提供に取り組んでもらい、製造業には減塩商品の開発企画を依頼したところ地元製麺業者が減塩中華そばを開発した。住民にとってソウルフードとも言える中華そばの減塩開発はフラッグシップとしての意味を持ち市民の関心拡大につながった。

また、「令和の書」で著名な飛騨市出身の茂住菁邨氏による「減塩」の書(右）をシンボルマークとしてさまざまな販促物や告知チラシに掲出し取組の推進力になっている。2024年5月には、保健センターがラーメン店で血圧測定と減塩食品配布を実施し、メディアにも取り上げられ市役所等の関係者や連携企業だけでなく住民の関心拡大に更につながった。

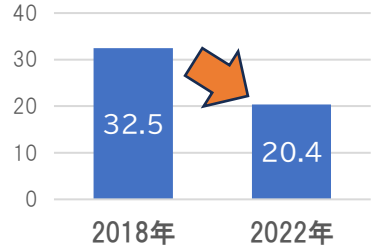


参考URL: https://www.city.hida.gifu.jp/site/genen/

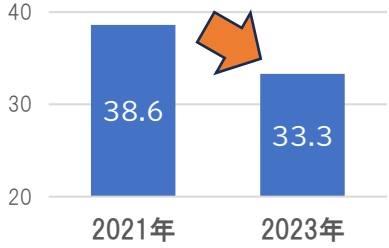
■取組の成果

- 特定健診のⅡ度以上の高血圧者の割合は2018年9.2%（県下ワースト1位）から2022年4.3%（県下35位）まで減少した。
- 特定健診受診者の高血圧の有病者率は2018年32.5%から2022年20.4%まで減少した。
- 特定健診受診者における尿中塩分10ｇを超える構成比は2021年38.6%（ピーク時）から2023年33.3%まで減少した。
- 2023年の健康寿命は男80.30歳（2018年対比+0.12）、女85.00歳（同+0.61）と延伸した。
- 2024年11月29日（金曜日）に開催された厚生労働省・スポーツ庁が主催する「第13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、住民等に対して、生活習慣病予防の啓発、健康増進のための優れた取組をしているとして飛騨市が厚生労働大臣最優秀賞に選ばれた。多くのメディアにも取り上げられ、住民の関心拡大につながった。

特定検診受信者の高血圧者の有病者率の割合（％）



特定検診受信者の尿中塩分10gを超えた人の割合（％）



⑤栄養学専攻の大学生が講師となって、大学生へ食育講習▶ 食生活改善意識が高まる

事例より

概要 **ひとり暮らしを始める大学生に、栄養を学ぶ同世代の大学生が講師となり、講習と朝食の調理実習を実施。受講後、朝食への関心や食生活改善意識が高まった。**

■基本情報

実施主体：大分県北部地域食育推進連絡協議会（事務局・県北部保健所）
対象：東九州短期大学2年生
実施期間：令和５年11月24日
実施場所：東九州短期大学（大分県中津市）

■取組のきっかけ（背景・課題）

大分県中津市では、朝食を毎日食べる人の割合が低下しており、特に20代において低いことが課題であり、新生活の開始時に欠食者が増加する傾向も見られた。朝食の必要性などについての理解はあるものの、これまでの食習慣を改善することは難しいという課題があった。

■実施内容

一人暮らしを始める学生に望ましい食生活を実施してもらうことを目的に、東九州短期大学生２年生28名を対象に、朝食に関する講座を実施した。
講座は、主に講習と調理実習が行われ、講習では、栄養を学ぶ大学生（溝部学園短期大学生３名）が講師となり「朝食の重要性」や「一人暮らしを始める方へのアドバイス」など、食事量の目安、実践例を紹介した。また、調理実習では、手軽に作れる朝食メニューを調理・試食し、その際には、朝食が学習に与える効果などの説明をした。加えて、米農家から米を食べるメリットを説明した。
講座の前後及び講座終了から約１か月後に対象者へアンケート調査を実施した。

■取組にあたっての工夫・留意点

講師の大学生は、大分県作成の「食生活スタートブック」も参考にしつつ、普段朝食を食べない人・ときどき食べる人・毎日食べる人それぞれに応じて、まずは一段階ステップアップするための講義や、手軽に作れる朝食の調理実習を行った。

■取組の成果

食生活改善意識
50%→93%

- 食生活改善への意識は、受講前後で50%から93%に向上
- 受講直後の食生活改善の取組目標では、「朝食を食べる」が45%となった。
- 受講後に生活改善の取組目標を決め、46%は１か月後も取組を実践できている。
- 受講前と受講１か月後を比べて、４名が朝食摂取頻度が変化し、うち３名は頻度が増加した。
- 講師が同年代の学生であったことが、親近感や実行意欲の向上につながり、食生活改善意識や、朝食を食べない日がある大学生の摂取頻度が向上することにつながったと考えられる。

食生活改善の取組目標

朝食を食べる	45%
バランスよく食べる	23%
食べ過ぎない	14%
健康な食事	9%
少しでも食べる	9%

受講後に生活改善の取組目標を決めた（上表）

受講１カ月後に受講時に掲げた目標に取り組んでいる人の割合
46%

参考URL： https://www.pref.oita.jp/site/syokuiku/asasyaki-nbook241217.html

①農村地域に滞在して農業体験▶ 精神的な緊張や不安が和らぐ

論文より

概要 **都市部の小学生が農村で７泊８日で農業・農村体験を行ったことで、精神的な緊張や不安を和らげるような効果があった。**

■基本情報

「農業・農村体験による子どもの気分状態変化に関する分析」『農林業問題研究』44(1), pp.181-185.
著者：山田伊澄（2008）
対象：東京都武蔵野市I小学校の５年生

■研究背景・目的

農業・農村の持つ教育的機能への期待が高まり、学童農園を利用したり農村地域に出かけたりして学校教育の一環として行うなど、子どもの農業体験学習等の取組が活発に行われるようになっている。本研究では、都市地域の小学生が農村地域に滞在して、農業体験学習を中心とする農業・農村体験を行うことにより、子どもの気分状態がどのように変化するのかを解明する。

■研究方法

長野県飯山市でセカンドスクールを実施している東京都武蔵野市I小学校の小学5年生を対象として、農業・農村体験の1週間前・直前・直後の計3回、気分プロフィールテストを適用した。
農業・農村体験は、7泊8日間の日程で5年生全員（50人）が7名程の班ごとに、民宿に分宿し、民宿での生活をともにしながら、兼業農家である民宿の人びとから、稲刈り・脱穀、そば打ち、おやき作り、寺めぐりなどの様々な体験学習を実施。

※POMS（Profile of Mood States）：気分状態を評価する質問紙法の一つであり、本研究では、「緊張-不安」「怒り-敵意」「活気」「疲労」の４つの気分尺度について測定

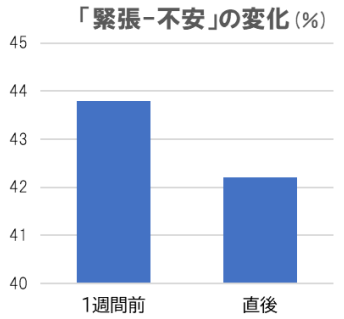
出典URL： https://doi.org/10.7310/arfe1965.44.181

■取組に当たっての工夫・留意点

東京都武蔵野市では、1995年から市立の全小学校（1996年からは全中学校）で、セカンドスクールが実施されており、小学5年生と中学1年生が、学校授業の一部として農山漁村に滞在する体験学習を行っている。
学校によりセカンドスクールの実施場所や実施期間が異なるが、「豊かな自然や地域の特性を生かした学習材および学習方法を工夫できること」「自然体験、農林漁業体験、共同生活体験等の多様な体験学習を工夫できること」「豊かな自然環境の中で長期間の宿泊体験が出来ること」「社会から協力が得られること」などの観点で選定されている。

■成果・効果

- 農業・農村体験の「1週間前」と「直後」で、子どもの「緊張-不安」が有意に緩和された一方、「怒り-敵意」「活気」「疲労」については、統計的な有意差は認められなかった。
- また、回答者の特徴別では、体育が最も好きな教科であるという子どもほど緊張・不安がより低下し、農業体験への興味がある子どもほど疲労が低下している傾向があった。



注）山田（2008）p.182 より作成

- 都市の子ども達が農村に滞在して農業・農村体験を行うことにより、子どもの精神的な緊張や不安を和らげるような影響があり、都会ではできない農業・農村体験をすることが、子どもの気分状態の変化につながっていると考えられる。

②通年にわたる農業体験学習▶ 心理面や農作業への興味・意欲・関心などが向上する

論文より

概要 **通年にわたる農業体験学習は、子どもの心理面（気分）や、農業に対するイメージを質的・量的に豊かにする効果があった。**

■基本情報

「通年にわたる農業体験学習が子どもに与える教育的効果 － 心理面や農作業への興味・意欲・関心などの変化－.『日本農業教育学会誌』54(1), pp.43-58.
著者：菊川裕幸, 野辺美香（2023）
対象：兵庫県丹波市の小学２年生から中学１年生

■研究背景・目的

従来の農業体験研究は、短期間なものが多く、心理面への効果検証が不十分でありるとともに実施場所の条件で効果の判断が困難と指摘されている。本研究は、この課題を解決するため、8ヶ月間の通年農業体験から、子どもの肯定的気分や自己効力感などの心理面および農業に対する認識（イメージ変化）への教育的効果を明らかにすることを目的とした。

■研究方法

兵庫県丹波市氷上町の圃場（水田及び畑地）において、小学２年生から中学１年生までの11名を対象に農業体験を実施。
子どもの教育的評価として、質問紙による肯定的気分、自己効力感、農作業の興味・関心・意欲や各作業の満足度、マインドマップを用いた農業のイメージの変化を調査。また、農業体験の最終回終了後に保護者を対象に農業体験の評価を質問紙を用いて調査した。

※マインドマップを用いた農業のイメージの変化：
「農業ってどんなイメージ？」というテーマで、用紙の中央に「農業」と記載し、これに農業のイメージや思いついた語を記入させ、語数の変化を調査

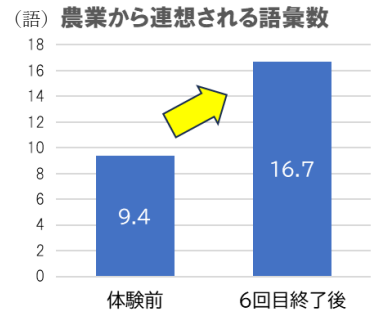
出典URL： https://cir.nii.ac.jp/crid/1520296807929982464

■取組に当たっての工夫・留意点等

農業体験教室は、2021年5月から12月までの約8ヶ月間に全6回実施。農業体験は2021年５月から12月にかけて、全６回行い、その内容は部分的な農業ではなく、田植え、定植、播種、かん水、収穫、農作物の片づけ等の広範囲な作業と試食が行える内容であり、適宜、ビオトープの観察を行えるようした。使用作物については、米とナス、トマト、シシトウ、ピーマン等の野菜を用いた。

■成果・効果

- 教育的効果のうち心理面については、肯定的な「快気分」、「集中気分」において活動後に複数回の有意な上昇がみられた。
- 教育的効果のうち各作業の満足度については、各回の農作業間の満足度は有意差はなかったが、実施した20作業中17作業で高評価の割合が有意に多くなった。
- 農業から連想される語彙数について、実施前は１人平均9.4語が、6回目は16.7語となり有意に増加した。
- 保護者による農業体験に評価については、質問項目全て、有意に高評価の割合が多かった。
- 通年にわたる農業体験学習は、子どもの心理面（気分）や、農業に対する認識を高める効果が期待できる。



注）菊川・野辺（2023）p.50 より作成

③循環型農業体験▶ 自然環境や食農に対する意識に好影響を及ぼす

論文より

概要 **し尿を駅肥として活用する循環農業の一環として、種まきから収穫、料理まで一連の「循環授業」をすることで、小学生の自然環境や食農に対する意識が高まった。**

■基本情報

「農業体験学習が環境意識と食習慣に及ぼす影響の比較分析―教育効果と地域効果の分離の視点から―」.『環境教育』24(2), pp.40-49.
著者：英格, 矢部光保（2014）
対象：福岡県T町小学校の３年生

■研究背景・目的

従来の農業体験研究は、効果の要因が教育か、それ以外の影響かなど、明確ではなかった。本研究は、農業体験学習が農村部でも、児童の自然環境・食農に対する意識、日常行動、食習慣にプラスの変化を生じさせるという仮説を検証することを目的に、教育効果と地域効果を分離し、より客観的に農業体験学習の効果を評価することを試みた。

■研究方法

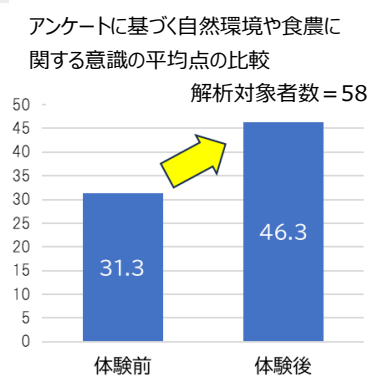
福岡県T町の小学校の3年生児童64人を対象として、農業体験学習を実施する学校（実施校）では、実施の前後にアンケートを実施。農業体験学習を実施していない対照校では、実施校の実施後と同時期にアンケートを実施。
アンケートでは、自然環境や食農に対する意識と日常生活や食習慣に与えた影響について調査。
このことにより、農林漁業学習の効果を、児童の成長に伴う意識の変化と、調査地域や家庭環境の効果と分離して評価した。
出典URL：　https://doi.org/10.5647/jsoee.24.2_40

■取組に当たっての工夫・留意点

農業体験学習は、総合的な学習の時間を利用して、「野菜作り体験授業」を実施。
「野菜作り体験授業」では、農業体験だけではなく、家畜糞尿利用に関する消極的なイメージを改め、液肥の有効性・重要性を理解してもらう「循環授業」を町産業課と連携して実施。野菜作りでは、種まきから加工食品（味噌や漬物など）を作るまで一連の作業を半年間かけて行ったほか、町の農業に関する学習等を行った。

■成果・効果

- 自然環境や食農への意識について、実施校（後）は実施校（前）および対照校（後）よりも平均点が有意に高く、教育効果が示された。特に「生き物が住めるような自然環境を作りたい」「排せつ物を原料にした液肥のこと嫌ではない」などの５項目では、実施後と実施前及び対照校を比較した際、共通に有意差が確認された。
- 一方、日常行動や食習慣については、実施校（前）と実施校（後）で有意差がなく、教育効果は確認されなかった。この日常行動や食習慣の意識の差は、教育効果ではなく、地域環境や親の躾による差異（地域効果）であると結論付けた。



注）英・矢部（2014）p.45 より作成

④地場産野菜と輸入野菜の食べ比べ▶ 産地への意識が向上する

論文より

概要 **大学生が地場産野菜と輸入野菜の食べ比べを行うことで、食への興味・関心が高まり、食材購入時に産地を意識する「こだわり派」が増加した。**

■基本情報

「地場産野菜と輸入野菜との食べ比べ演習が食の素材観の形成におよぼす影響」.『日本家庭科教育学会誌』52(1), pp.35-42.
著者：吉永智子, 久保加津代（2009）
対象：大分大学教員養成課程（小学校教員養成） 2年生

■研究背景・目的

食の安全性や地域経済の活性化に注目した授業実践は増えたが、食材としての優位性に注目した実践は少ない。本研究ではこの素材観形成に焦点を当て、地場産野菜と輸入野菜との食べ比べ演習を教員養成課程の学生に実施し、演習が①食材・旬・産地の認知度、②食材の味・産地への関心、③食生活への主体性に及ぼす影響を検証する。

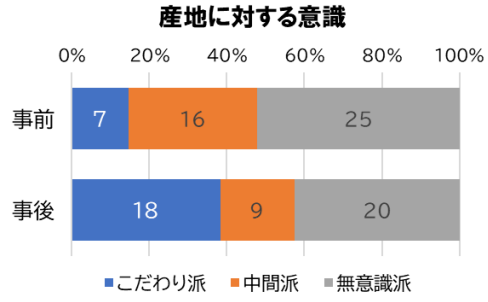
■研究方法

大分大学教員養成課程（小学校教員養成）の2年生48名（男性8名、女性40名）を対象に、 ①地場産野菜と輸入野菜の食べ比べ、②「手作り弁当」の課題、 ③手作り弁当の広告作り、からなる演習を、①、②は同日（2006年12月21日）、③は後日（2007年１月11日）に実施し、演習の前後で、自分が食べた昼食の食材や産地の認知度や食材購入時の産地意識等を調査した。具体的には、①は大分県産と外国産のごぼうとブロッコリーを用いて、食味等を調査、②はテーマの指示なく「１食分の弁当作り」の課題を実施、③A３用紙一枚に写真を１枚張り込むことだけを指示し、自由に広告の作成、を行った。

出典URL： https://doi.org/10.11549/jjahee.52.1_35

■成果・効果

- 昼食の食材の認知度について、事前調査では、昼食の食材を全て書くことができた学生は０名であったが、事後調査では、素材名の記入欄がいっぱいになった学生もいて、食材を意識するようになったことがわかった。
- 昼食の食材の産地について、事前調査では、まったく「わからない」と回答した学生は15名（35%）、半分以上の食材の産地が「わからない」を含めると29名（67%）であったが、事後調査では、まったく「わからない」は０名、半分以上の食材の産地が「わからない」は６名になった。
- 食材購入時の産地意識について、結果を「こだわり派」、「中間派」、「無意識派」に分類し、分析したところ、事前・事後調査の結果に有意な差がみられ、事前調査に比べて、事後調査では「無意識派」が減り、「こだわり派」が増え、地域の食材を意識する力の育成に影響を及ぼしていることがわかった。
- 弁当作りについて、30名（70%）の学生がほとんどすべてを素材から手作りし、22名（46%）の学生が産地を意識した。
- 弁当広告の作成について、23名（53%）の学生が原材料の産地のブランド性や素材に言及した。
- 自由記述からは、演習を通して自分の食生活を見直したい、改善したいと述べる学生もあり、食の主体性が認められた。



注）吉永・久保（2009）p.37 より作成

3.（参考）調査過程

令和７年度食育活動の全国展開委託事業報告書（概要版）の調査過程

３つのテーマ「学校等での食育の推進」、「「大人の食育」の推進」、「国民の食卓と農業の生産現場の距離を縮める取組の拡大」に沿って、論文検索（2870件）、地域・企業調査（554件）、Web検索（19件）により収集した事例及び検討委員から提案のあった事例について、検討委員の「行動変容の記載があるもの」「意識・意欲の向上に関する記載があるもの」等の意見を踏まえ選出した。

（論文調査）
- 論文データベースからワード検索を行い、食育基本法が施行された2005年以降に刊行された査読付論文を対象とした。

（地域・企業調査）
- 47都道府県の食育担当者及び全国食育推進ネットワーク会員に対し、食育に関する取組の事例を募集した。

（Web検索）
- 上記以外の食育の取組を追加でWeb検索にて調査した。

※本報告書で取り上げた知見や事例は，学術論文に加え，紀要，報告書，ウェブサイト等の多様な情報源に基づいています。
各知見や事例の詳細については，出典元にあたり内容をご確認ください。