

第 3 次食育推進基本計画フォローアップ  
中間とりまとめ（案）に対する意見書

3 月 22 日開催の第 3 回食育推進評価専門委員会について、次の通り意見を申し上げたく、  
よろしくお願い申し上げます。

専門委員 迫 和子  
(公社) 日本栄養士会 専務理事

(1) 家庭における食育の推進について

○子どもの朝食欠食の背景・要因を掘り下げる必要があるのではないか。

例…生活リズムが夜方に変化、スマホ・ゲーム依存やそれに伴う青色光等、睡眠への影響

○「朝食を食べる」ために必要な行動を具体的に推進する必要があるのではないか。

例…朝食が用意されているのに食べない⇒起床から朝食までの時間を確保

少しでも食べる習慣づくり

朝食が用意されていない

⇒朝食を購入しておく

自分で朝食を探す、選ぶ、作る

親への働きかけ

(共通) 朝食の必要性の理解を深める 等々

(2) 学校・保育所における食育の推進について

○食物アレルギー児にかかわる者に対しての人材育成が必要ではないか。

「すべての児童生徒が給食時間を安全、かつ楽しんで過ごせる」ために、日本栄養士会では食物アレルギー栄養士（給食管理分野）、食物アレルギー管理栄養士（栄養指導分野）の研修・資格認定制度を構築したところ。

特に基礎講座は管理栄養士・栄養士以外の職種の受講可能としている。

○「食物アレルギー児や他の疾病を有する児が身近に存在し、配慮を必要とする」ことも食育の一環として教育する必要があるのではないか。

(3) 地域における食育の推進について

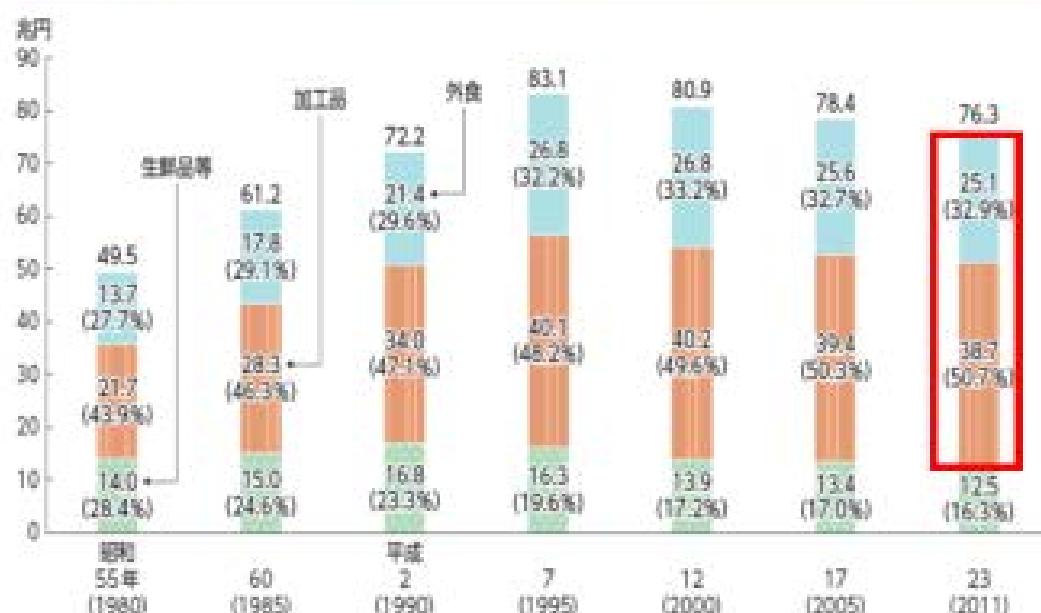
○地域全体での減塩施策を推進するための取り組みの強化が必要ではないか。

① 加工食品や外食、中食などの事業者に対して減塩への取り組みを促す。

② 栄養成分表示の活用により消費者の減塩に取り組みを促す。

図表 1-4-1 飲食料の最終消費額とその内訳

食糧・農業・農村白書 28 より



資料：農林水産省「平成23年（2011年）農林漁業及び関連産業を中心とした産業調査表」

- 注：1) 総務省等10府省庁「産業調査表」を基に農林水産省で集計  
 2) 旅館・ホテル、病院等での食事は「外食」に計上するのではなく、使用された食材費を最終消費額として、それぞれ「鮮食品」と「加工品」に計上している。  
 3) 加工食品のうち、味噌（味噌・味噌等）、食肉（各種肉類）、冷凍食品等は加工度が低いため、最終消費額においては「鮮食品等」として取り扱っている。  
 4) 平成17（2005）年以前については、「平成23年産業調査表」の概念等に合わせて再推計した数値  
 5) ( ) 内は、飲食料の最終消費額に対する割合

- ★外食や加工食品は最終消費額の85%を占めている。
- ★鮮食品は金額、割合ともに年々減少している。
- ★加工食品の栄養成分表示が義務化された（消費者の選択は減塩へ）

## 課題

加工食品や外食、中食などの減塩への取り組みを促す必要がある

食塩摂取量となっている加工食品のランキング（20歳以上）

順位	食品名	1日あたりの食塩摂取量(g) <sup>※1</sup>	1日あたりの食品摂取量(g) <sup>※2</sup>	摂取者(人)
1	カップめん <sup>1)</sup>	5.5	82.7	368
2	インスタントラーメン <sup>2)</sup>	5.4	86.2	413
3	梅干し <sup>3)</sup>	1.8	8.9	2,625
4	海藻の漬物 <sup>4)</sup>	1.2	21.1	347
5	きゃらりの漬物 <sup>5)</sup>	1.2	32.2	1,580
6	ちりめんたいこ <sup>6)</sup>	1.1	20.0	567
7	塩そば <sup>7)</sup>	1.1	63.7	787
8	自家製の漬物 <sup>8)</sup>	1.0	44.9	1,308
9	ちりめんたいこ <sup>9)</sup>	1.0	63.7	555
10	塩そば <sup>10)</sup>	0.9	56.0	2,606
11	大根の漬物 <sup>11)</sup>	0.9	30.3	304
12	パン <sup>12)</sup>	0.9	70.0	10,558
13	たらこ <sup>13)</sup>	0.9	19.7	519
14	塩昆布 <sup>14)</sup>	0.8	4.6	359
15	かぶの漬物 <sup>15)</sup>	0.8	29.6	546
16	福神漬 <sup>16)</sup>	0.8	15.4	607
17	キムチ <sup>17)</sup>	0.7	33.1	793
18	焼き餅 <sup>18)</sup>	0.7	20.4	757
19	刻み昆布 <sup>19)</sup>	0.7	19.6	535
20	さつまいも <sup>20)</sup>	0.7	38.2	2,536

- 注) 平成24年国民健康・栄養調査のデータを元に集計。  
 対象は20歳以上男女76,779名。調査数が200人未満の食品、調味料・香辛料類は除く。  
 食品名は、国民健康・栄養調査食品別集計に基づくものである。  
 ※1) 当該食品からの食塩摂取量の平均値。  
 ※2) 当該食品を摂取している者における摂取量の平均値。カップめんとインスタントラーメンは調査後の重量に換算した。

- 1) 中華カップめん（漬揚げめん）、焼きそばカップめん（漬揚げめん）、中華カップめん（漬揚げめん）、和風カップめん（漬揚げめん）を含む。  
 2) インスタントラーメン（漬揚げ焼揚げめん）、インスタントラーメン（漬揚げめん）、インスタントラーメン（漬揚げめん）を含む。  
 3) 塩漬、調味漬を含む。  
 4) 塩漬、しょうゆ漬、ぬかみそ漬を含む。  
 5) ちりめんたいこ、ちりめんたいこ（焼き）、ちりめんたいこ（生）を含む。  
 6) ベッタラ漬を含む。  
 7) 食パン、コッペパン、フランスパン、ロールパンを含む。

国立健康栄養研究所「健康日本21（第2次）分析評価事業より