

# 食育の推進に向けて

～ 食育基本法が制定されました～



# 食育基本法とは？

## いつ出来たの？ 目的は？

平成17年6月10日、第162回国会で食育基本法が成立し、同年7月15日から実施されました。

また、この法律が制定された目的は、国民が生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性を育むことができるようにするため、食育を総合的、計画的に推進することにあります。

なお、この法律の全文は、内閣府ホームページ (<http://www.cao.go.jp/>) でご覧いただけます。

## そもそも「食育」って何なの？

食育基本法の中では、「食育」を次のように位置づけています。

生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきもの

様々な経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てること

つまり、私たちの心も身体も「食」の上に成り立っているということですね。



## なぜ法律が作られたの？

食育基本法が制定された背景は、この法律の中で具体的に述べられています。私たちにとって毎日欠かせない「食」をめぐる様々な問題について日頃から気になっている人も多いのではないのでしょうか。主なものを挙げると次のとおりです。

このような状況は、私たち個人の問題というだけでなく、我が国の社会全体の問題として放置しておくわけにはいきませんね。

そこで、これらに対する抜本的な対策として、国民運動として食育を強力に推進するための法律が制定されたわけです。

「食」を大切にする心の欠如

栄養バランスの偏った食事や不規則な食事の増加

肥満や生活習慣病(がん、糖尿病など)の増加

過度の痩身志向

「食」の安全上の問題の発生

「食」の海外への依存

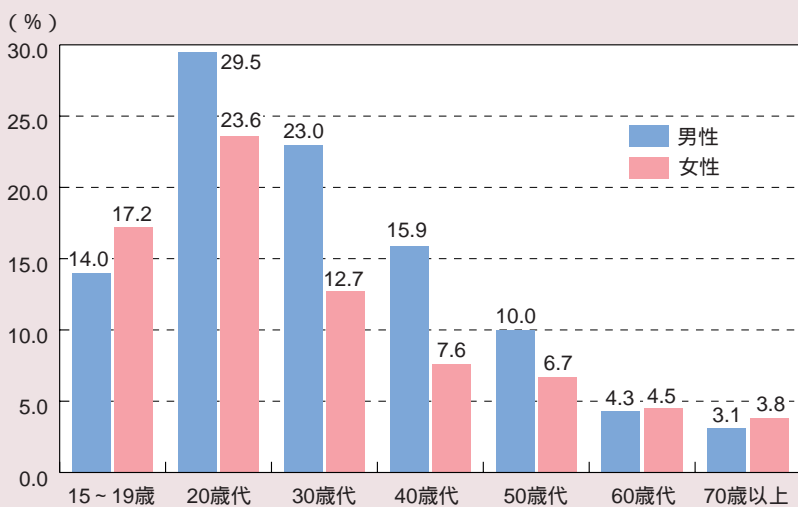
伝統ある食文化の喪失

# 食をめぐる問題とは？

## 私たちの食生活

私たちの食生活は、ライフスタイルの多様化などに伴って大きく変化してきました。その中で食を大切にする心や優れた食文化が失われつつあります。また、栄養バランスの崩れや不規則な食事の増加、正しい知識を持たない人の増加といった様々な問題が生じており、健全な食生活を取り戻していく必要があります。

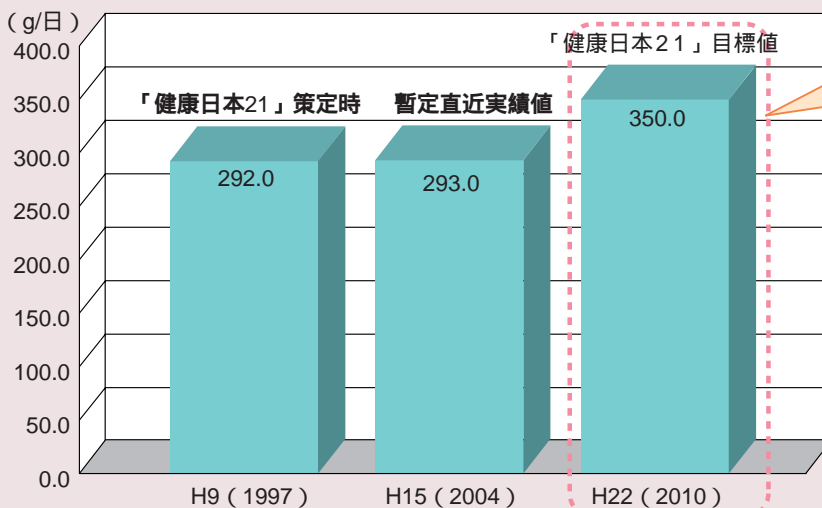
### 朝食の欠食率



朝食の欠食率は、男女とも20歳代が最も多くなっています。

資料：厚生労働省「国民健康・栄養調査」（平成15年）  
注：「欠食」とは国民健康・栄養調査の調査日において「菓子・果物などのみ」、「錠剤などのみ」、「何も食べない」に該当した場合をいう。

### 野菜の摂取量（成人1日）



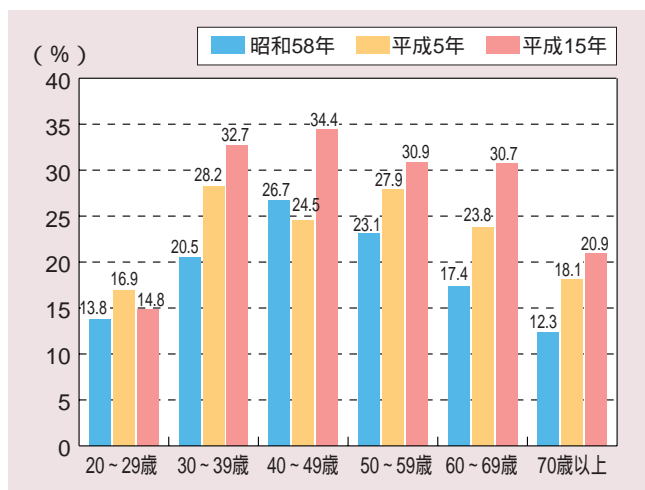
厚生労働省が推進している「21世紀における国民健康づくり運動（健康日本21）」では、野菜を1日350g以上摂ることを目標としていますが、目標値には達していません。

資料：厚生労働省「国民栄養調査」（平成9年）「国民健康・栄養調査」（平成15年）

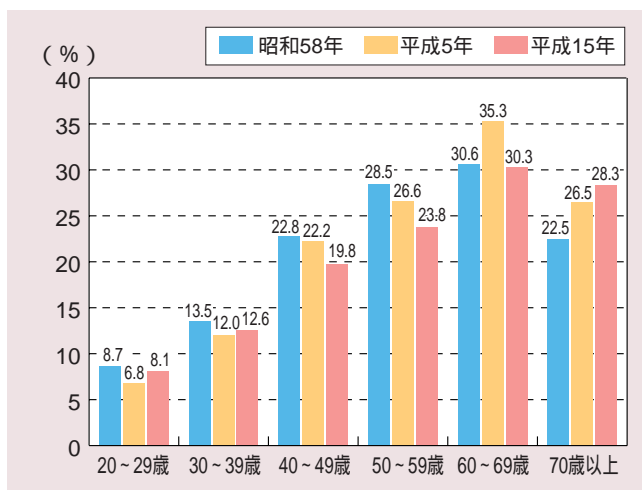
## 生活習慣病の増加

食生活は私たちの健康の基本です。近年、生活習慣病が増加していますが、その予防のためには適切な運動とともに食生活を改善していくことが大切です。

肥満の状況（男性）(BMI 25以上)



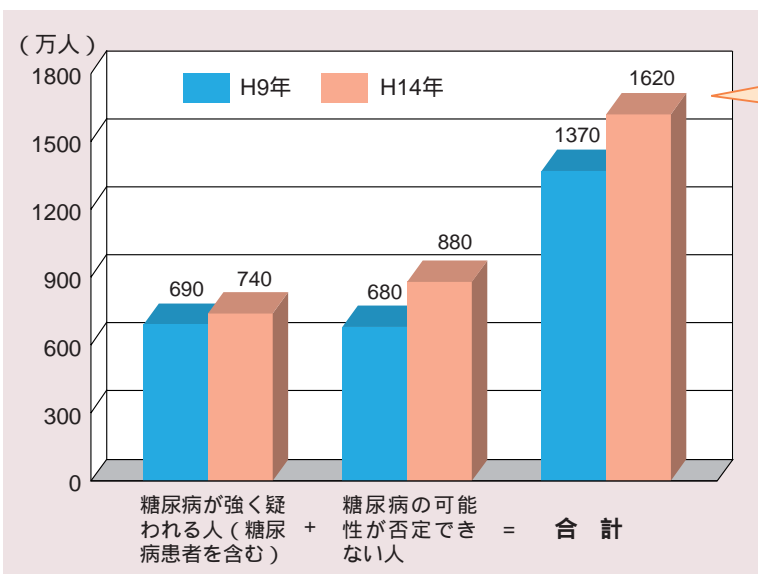
肥満の状況（女性）(BMI 25以上)



資料：厚生労働省「国民栄養調査」（昭和58年・平成5年）「国民健康・栄養調査」（平成15年）

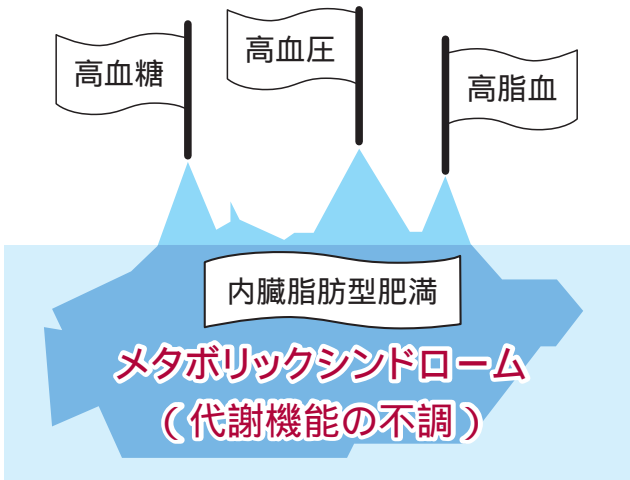
30～60歳代男性の約3割に肥満がみられ、いずれの年齢層においても肥満が増えています。また、女性では60歳以上で肥満が多くみられます。

## 糖尿病有病者の推移



「糖尿病が強く疑われる人」と「糖尿病の可能性が否定できない人」との合計は、平成14年で1,620万人(推計)と平成9年に比べ増えています。

資料：厚生労働省「糖尿病実態調査」（平成14年）



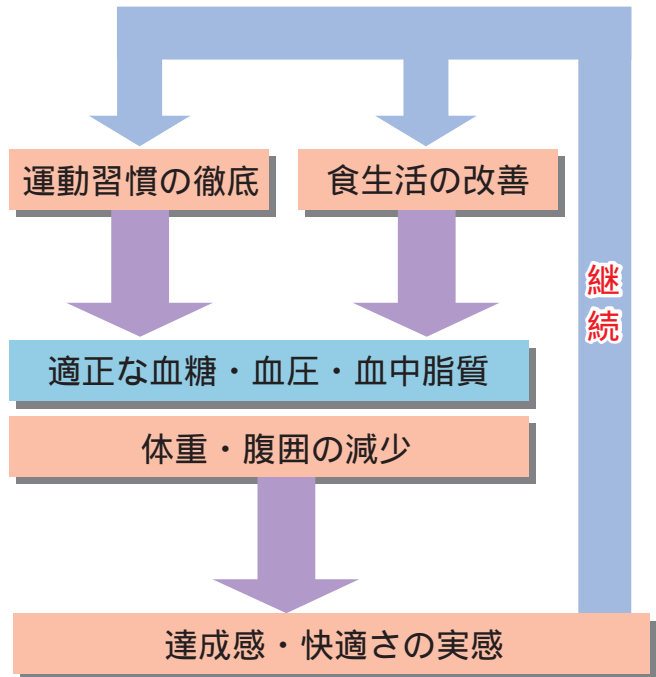
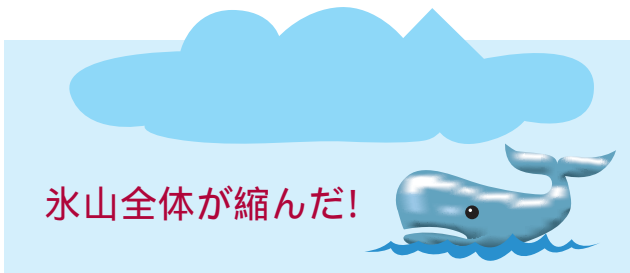
高血糖、高血圧、高脂血、内臓脂肪型肥満などは別々に進行するのではなく、「ひとつの冰山（メタボリックシンドローム）から水面上に出たいくつかの山」のような状態

投薬（例えば血糖を下げる薬）だけでは水面に出た「冰山のひとつの山を削る」だけ

根本的には食生活の改善と運動習慣の徹底などの生活習慣の改善により「冰山全体を縮小する」ことが必要



生活習慣の改善  
・食生活の改善  
・運動習慣の徹底  
など

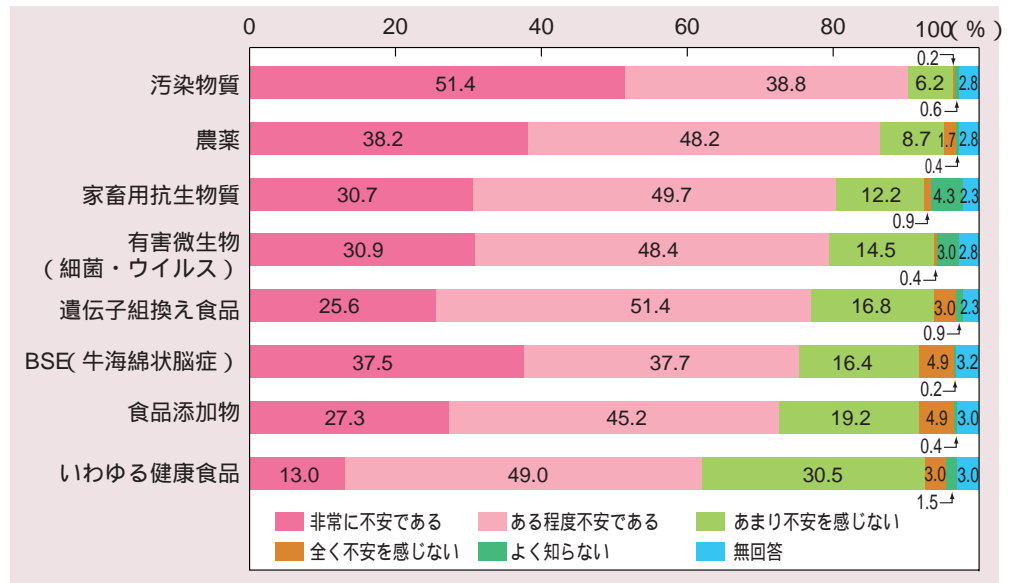


## 食品の安全

私たちの食生活は豊かになる一方、食品の安全を脅かす問題が発生しています。私たち一人ひとりが食品の安全について関心を持ち、これまで以上に配慮していく必要があります。

### 食品の安全性の観点から感じている不安の程度

食品安全モニターに対し、不安の程度を聞いたところ、「非常に不安である」もしくは「ある程度不安である」と回答した人の割合は、「汚染物質」が最も多くなっています。

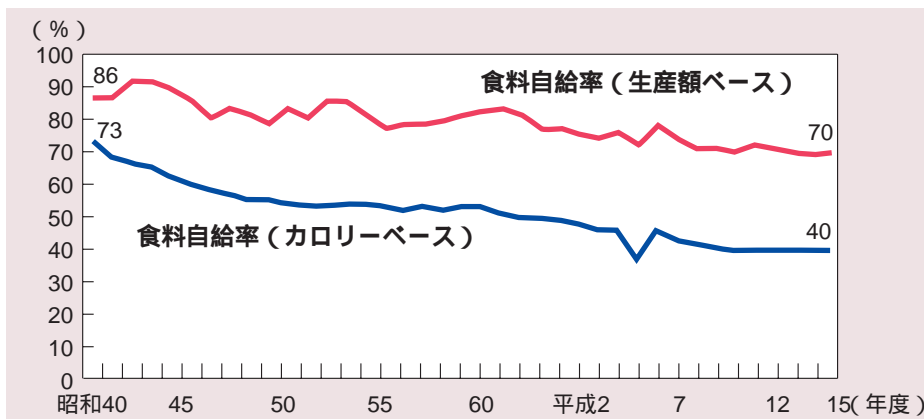


資料：食品安全モニター課題報告「食の安全性に関する意識等について」の結果（平成17年5月実施）

## 食料の需給

我が国の食料自給率は主要先進国の中でも最低レベルになっています。このため、私たちの食は海外に大きく依存する状況となっています。しかし、私たちが安心して食生活を楽しむためには、食料が安定的に確保されることが求められています。

### 食料自給率の推移



資料：農林水産省「食料需給表」（平成15年度）

わが国の食料自給率は、近年横ばいで推移しているものの、長期的には低下傾向が続いています。

# これまで食育はどう取り組まれていたの？

食育を推進するため、今までも食品安全委員会、文部科学省、厚生労働省、農林水産省などが中心となっており、いろいろな取組を進めてきました。また、地方公共団体や民間団体においても、自発的な食育への取り組みが行われてきました。

## 食品安全委員会

食品健康影響評価の手法や内容等に関する情報の提供及び意見交換の促進を通じて、食品の安全性に関する国民の知識と理解を増進。

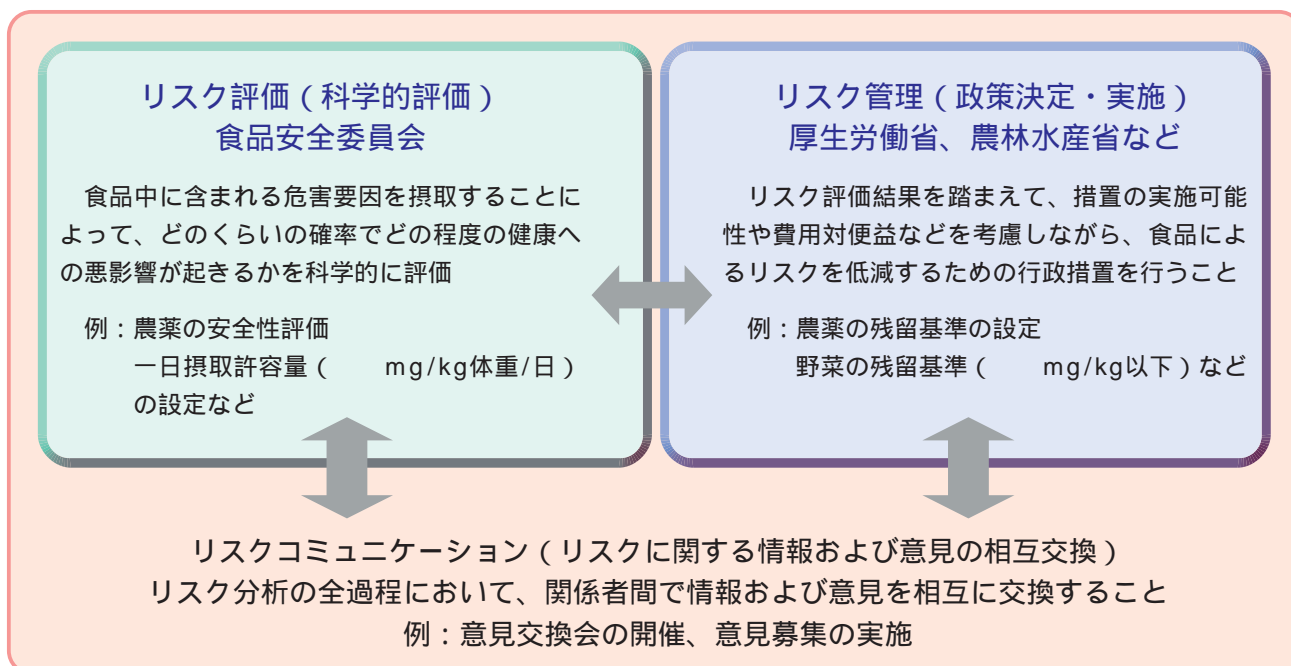
### 意見交換会等の実施

- ・食品の安全性に関する国民の知識と理解を増進を図るため、関係行政機関と連携して、消費者、食品関連事業者、専門家等の関係者相互間において双方向に情報・意見の交換を行う意見交換会や講演会を全国で開催
- ・「食の安全ダイヤル」等を通じて、食品の安全性に関する問合せや意見等に対応

### 食品の安全性に関する情報の提供

- ・ホームページを活用して、広く国民に対して食品健康影響評価の内容等についての情報提供・パンフレット、季刊誌等を通じて、食品の安全性についてのわかりやすい情報提供

### リスク分析に基づく食品安全行政



科学、行政、社会が一体となって考え、国民の健康への悪影響を防いでいく「リスク分析」に基づいた取組を進めており、その中で意見交換会の開催などのリスクコミュニケーションを行っています。

リスク 健康への悪影響が生ずる確率と影響の程度  
リスク分析 健康への悪影響の発生を防止又は抑制する科学的枠組み



## 文部科学省

児童生徒が正しい食事の摂り方や望ましい食習慣を身につけることなどにより、生涯にわたって健康で生き生きとした生活を送ることができるよう、栄養教諭制度の円滑な実施をはじめ、食に関する指導の充実を図るための取組を推進。

### 子どもたちの現状

#### 朝食欠食

小中学校の児童生徒の約20%が1週間のうち朝食を食べないことがある

独立行政法人日本スポーツ振興センター  
「平成12年度児童生徒の食生活等実態調査」

#### 孤食

子どもだけで朝食を食べている割合が約31%

厚生省「平成5年国民栄養調査」

#### 肥満傾向

全ての学年において、肥満傾向の子どもの割合が増加している

文部科学省「学校保健統計調査」

地域への理解や食文化の継承の必要性が高まっている

等

### 取組内容

1. 学校における食育の推進  
学校における指導体制の整備  
栄養教諭制度の開始（平成17年4月～）  
教職員等への啓発  
食に関する指導シンポジウムの開催  
教職員の指導力の向上  
・食に関する指導参考資料の作成・配布  
・研修会の開催  
食に関する学習教材の充実  
食生活学習教材の作成・配布  
学校給食の充実  
米飯給食や地産地消の推進
2. 家庭における食育の促進  
家庭教育手帳の作成・配布
3. 学校、家庭、地域が連携した食育の推進  
学校を中心とした食育推進事業

### 期待される効果

望ましい食習慣の形成  
食品の安全性等に対する判断能力の育成  
地場産物等への理解  
食文化の継承  
自然の恵みや勤労の大切さの理解

等

## 厚生労働省

すべての国民が健やかで心豊かに生活できる社会とするため、国民健康づくり運動、母子保健活動、食品の安全性の確保を推進し、国民一人ひとりの健康を向上。

### 健康づくりのための食育の推進

#### 現 状

各ライフステージごとに  
栄養・食生活と関連した  
健康課題の解決が急務

糖尿病など生活習慣病の増加

肥満の増加、思春期やせ症の  
発現

一人ひとりの健康な栄養・  
食生活を実現するための  
支援方策の不足

行動変容につながる効果的な  
栄養指導の不足

幼少期からの健康な食習慣の  
形成の欠如

適切な情報に基づいた「栄養  
・食生活」の改善・食品選択  
の実践力の不足

#### 施策の方向性

##### ポピュレーション アプローチ

社会全体で、健康な食  
生活を実践する体制づ  
くりの形成 - 連携を重  
視した取組の推進 -

##### ハイリスクアプローチ

一人ひとりの健康・栄  
養状態に対応したきめ  
細かな「栄養・食生活」  
改善の実現

##### 科学的根拠に基づいた 施策の推進

#### 具体的な施策の展開

「健康日本21」（栄養・食生活）の目  
標達成にむけての着実な推進  
「食生活指針」の普及・定着  
「食事バランスガイド」の活用と効果的  
な普及啓発及び外食産業等を通じた情報  
提供の促進  
食生活改善普及運動の推進  
ホームページ等による食育の取組に関す  
る情報の提供  
食品の安全に関するリスクコミュニケー  
ションの実施

等

糖尿病予防のための栄養・運動指導マニ  
ュアルの策定  
健診後の事後指導など個別栄養指導の徹  
底  
管理栄養士等の資質の向上とその活用の  
推進  
食生活改善推進員等ボランティアとの協  
働による地域における食生活改善の推進  
専門調理師、調理師の人材育成と活用

等

健康・栄養に関する科学的根拠に基づい  
た情報提供の促進  
・「日本人の食事摂取基準」の策定（目  
標量の設定）  
・「健康食品」の安全性・有効性の情報  
「健康日本21」「健やか親子21」の中  
間評価、見直し  
健康・栄養に関する調査の企画、実施  
（国民健康・栄養調査、乳幼児栄養調査等）  
健康・栄養に関する調査研究の充実  
・生活習慣病の予防、妊産婦のための栄  
養管理、食品の安全に関する調査研究

等

## 農林水産省

健全な食生活の実現、農林漁業や食品産業に関する正しい知識の普及、食文化の継承、食品の安全性に関する基礎的な情報の提供などを図るため、食育を国民運動として展開。

### 「食事バランスガイド」の普及活用

- ・厚生労働省と連携し、「何を」「どれだけ」食べればよいかを分かりやすく示した「食事バランスガイド」を決定・公表
- ・「食事バランスガイド」活用マニュアルをスーパー、コンビニなどについて作成し、活用を促進

食事バランスガイド



### 「食を考える月間」

- 毎年1月を「食を考える月間」とし、
- ・「ニッポン食育フェア」や「地域シンポジウム」など、全国各地でイベントを開催
  - ・「地域に根ざした食育コンクール」を表彰



## 全国的な食育活動の展開

### 情報提供

- ・「食育・健康フェア」（食と健康をテーマとしたイベント）を全国で開催し、全国的なマスメディアがその模様を放送
- ・食生活指針などについて、ポスター、パンフレット、インターネットを通じて情報を提供

### 食育推進体制の整備

「食を考える国民フォーラム」の開催など、民間の食育活動団体である「食を考える国民会議」、「食と農の応援団」の支援

### 手法の高度化

- ・食品産業でのモデル事業の実施
- ・食育実践手法に関する研究の支援



### 食育推進ボランティアと育てる食

生産者、衛生管理関係者、栄養関係者、学校給食関係者などからなる「食育推進ボランティア」の方々を中心とした、地域における草の根的な食育活動を支援

## 地域の特性を活かした活動の支援

### 地産地消でつくる食

地域食材を利用した学校給食による「食」や「農」についての理解を深める取組や、地域の食材について消費者と生産者の意見交換の場づくりを支援



生産者を交えた学校給食

### 体験から分かる食

食に関する様々な体験の場を通じて、食料の生産過程や食の安全について理解を促進する取組を支援

そば打ち体験

流通体験（選果場見学）



# 食育の推進体制はどうなるの？

食育を推進するため、多様な関係者が連携・協力しながら国民運動として取り組んでいくこととしています。

## 食育推進会議

会長 内閣総理大臣

委員 食育担当大臣

関係閣僚

食育に知識・経験を有する者

## 地方公共団体

都道府県食育推進会議

都道府県食育推進  
計画の策定・実施

都道府県

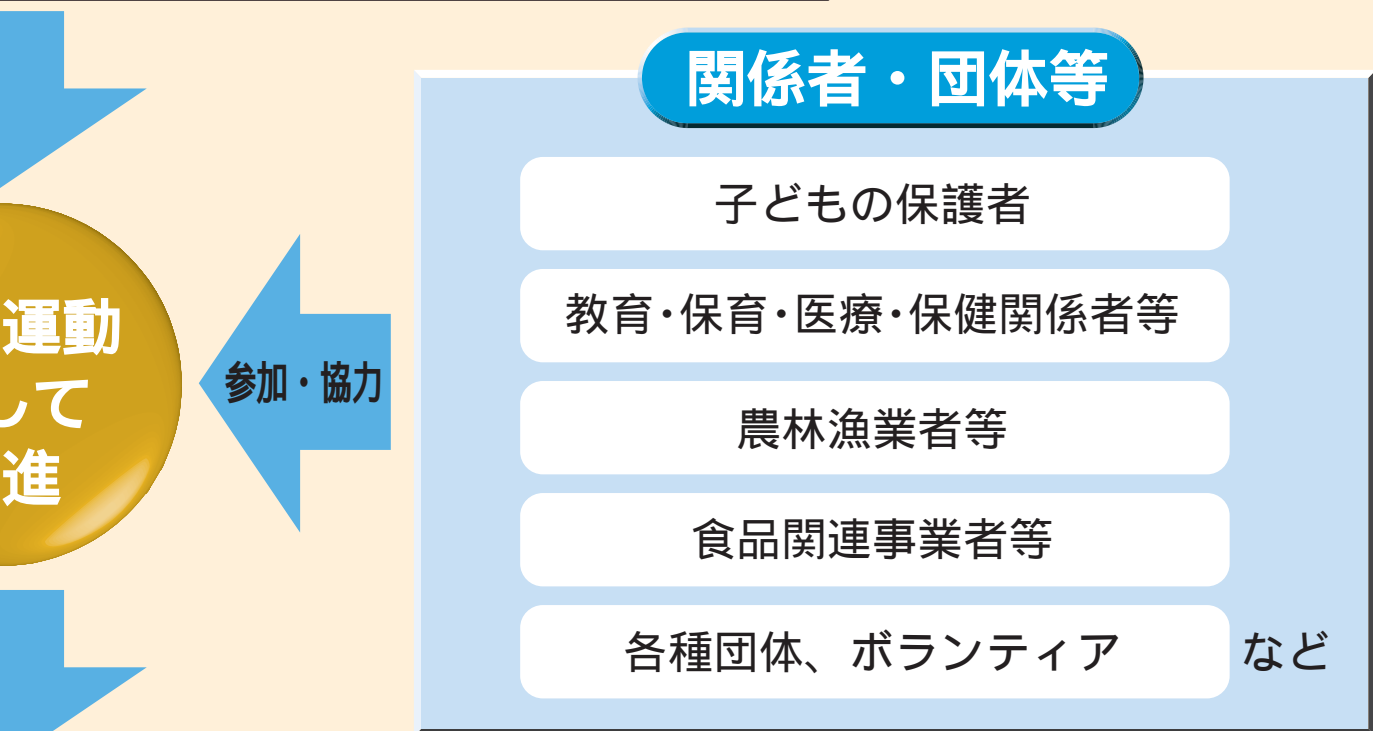
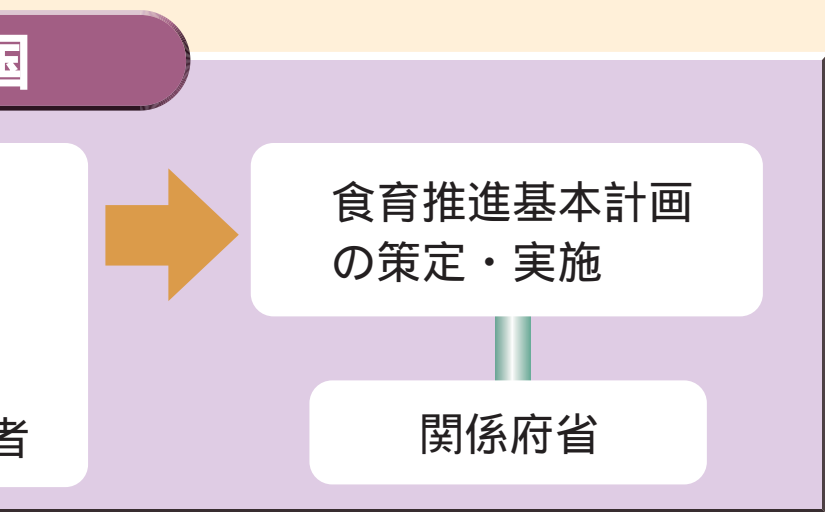
市町村食育推進会議

市町村食育推進  
計画の策定・実施

市町村

国民  
とし  
推

- ・ 家庭で
- ・ 学校で
- ・ 保育所で
- ・ 地域（保健所、医療機関、農林水産物の生産者等）



産、食品の製造、加工、流通の現場など)で

# 今後、こんな取組みが進められます！

食育基本法では、国民運動として食育を推進するための基本的施策として、次のような取組が示されています。

このような取組を通じて、私たち一人ひとりがまさに自分や家族の問題として食生活を見つめ直し、家庭、学校、保育所、地域その他の社会のあらゆる分野における食育の活動に参加、協力することが期待されています。



## 1 家庭における食育の推進

保護者や子どもの食に対する関心と理解を深め、健全な食習慣の確立を図ります。

- 親子料理教室など望ましい習慣を学びながら食を楽しむ機会の提供
- 健康美など適切な栄養管理に関する知識の普及や情報の提供
- 妊産婦や乳幼児を対象とした栄養指導 など



食を楽しむ機会の提供  
(子ども料理教室)

## 2 学校、保育所等における食育の推進

学校、保育所等において、魅力ある食育を推進し、子どもの健全な食生活の実現と健全な心身の成長を図ります。

- ・ 学校、保育所などにおける食育を推進するための指針作成
- ・ 食育の指導にふさわしい職員の配置、指導的立場にある者の意識啓発など、指導体制の整備
- ・ 地域の特色を生かした学校給食の実施
- ・ 農場等での実習や食品の調理など様々な体験活動など



小学校での料理体験  
(子どもによる弁当作り)

## 3 地域における食生活の改善のための取組の推進

地域において、栄養、食習慣、食料の消費に関する食生活の改善を推進し、生活習慣病を予防します。

- ・ 健全な食生活に関する指針の策定や普及啓発
- ・ 食育の専門的知識を有する者の養成や活用
- ・ 保健所や市町村保健センターなどでの食育の普及啓発
- ・ 医療機関等における食育の普及啓発の推進
- ・ 食品関係事業者などが行う食育の推進のための活動への支援 など



食育の普及・啓発  
(高齢者の料理体験)

## 4 食育推進運動の展開

国民、教育関係者、農林漁業者、食品関連事業者などによる民間団体の自発的な食育活動の全国展開を図ります。

- ・食育の推進のための行事の実施
- ・重点的、効果的に食育の推進に関する活動を推進する期間の指定
- ・ボランティアとの連携 など



食育推進行事（ニッポン食育フェア）

## 5 生産者と消費者との交流の促進、環境と調和のとれた農林漁業の活性化等

都市と農山漁村の共生・対流を進め、生産者と消費者との信頼関係を構築するとともに、環境と調和の取れた農山漁村の活性化を図ります。

- ・農林水産物の生産、食品の製造、流通などにおける消費者による体験活動の促進
- ・学校給食等における農林水産物の地産地消の促進
- ・食品廃棄物の発生の抑制や再生利用 など



農業体験学習（稲刈り）



生産者と消費者の交流（直売）



## 6 食文化の継承のための活動への支援等

伝統的な行事や作法と結びついた食文化、地域の特色ある食文化等、伝統ある優れた食文化の継承を図ります。

- ・豊かな食文化の継承・発展
- ・食文化に関する知識の普及 など



伝統行事と結びついた食文化  
(結婚式の祝い膳)



囲炉裏端を囲んで食文化の体験  
(郷土料理)

## 7 食品の安全性、栄養その他の食生活に関する調査、研究、情報の提供及び国際交流の推進

国民の適切な食生活の選択に資するよう、調査研究や情報提供を進めるとともに、食育に関する国際交流を推進します。

- ・食品の安全性、栄養、食習慣などの調査研究
- ・食品の安全性、栄養、食習慣などの情報の収集・提供
- ・海外での食品の安全性、栄養、食習慣などの情報収集
- ・食育に関する研究者等の国際交流や海外との情報交換 など



食品の安全体験（食品衛生検査所見学）

# 食事バランスガイドを作成しました！

「食生活指針」を具体的な行動に結び付け、国民一人ひとりがバランスのとれた食生活を実現していくことができるよう、食事の望ましい組み合わせやおおよその量をわかりやすくイラストで示した「食事バランスガイド」を作成・公表しました。

今後は、健康づくりの観点から男性肥満者、単身者及び子育てを担う世代を対象に焦点を絞った普及啓発を行うとともに、小売店や飲食店等といった様々な場面における普及活用を推進していきます。

## 食事バランスガイド

あなたの食事は大丈夫？



### イラスト解説

「食事バランスガイド」は「コマ」をイメージして描き、食事のバランスが悪くなると倒れてしまうということ、回転（運動）することによって初めて安定するということを表しています。

コマの中では、1日分の料理・食品の例を示しています。これは、ほとんど1日座って仕事をしている運動習慣のない男性にとっての適量を示しています（おおよそ2200kcal）。

コマの中のイラストはあくまで一例です。「料理例」を参考として、実際に料理をいくつ（SV）とっているか数えることにより、一人一人が1日にとる目安の数値と比べることができます。

食育について、  
「全国の皆様に紹介したい御自慢の地域独自の取組」  
「日本中に食育を広げていくためのアイデア」  
などを募集します！！

食育推進基本計画の検討に当たって参考とするための御意見をお寄せ頂き誠に有り難うございました。お寄せ頂きました御意見の概要は、12月8日開催の第3回食育推進基本計画検討会において報告いたしました。

今後は、皆様の地域で取り組まれている特徴的な取組や、国民運動として食育を盛り上げていくためのアイデア等をお気軽にお寄せ下さい。内容、形式は問いませんので、下記宛先まで御提供下さい。

なお、御提供頂きました事例や御意見につきましては、個人情報等に十分配慮した上で、適宜公表させていただく場合があること、並びに当方からの回答はできませんので、あらかじめ御了承下さい。

<メールの場合>

<http://www8.cao.go.jp/syokuiku/ikenbosyu.html>

<FAXの場合>

03-3581-1057  
内閣府食育推進室

<郵送の場合>

〒100-8970  
東京都千代田区霞ヶ関3-1-1  
中央合同庁舎4号館 4階  
内閣府食育推進室

食育に関連する情報を下記ホームページを通じて提供しています。

内閣府  
文部科学省  
厚生労働省  
農林水産省

<http://www.cao.go.jp/>  
<http://www.mext.go.jp/>  
<http://www.mhlw.go.jp/>  
<http://www.maff.go.jp/syokuiku/index.html>

( 参 考 )

## 食育基本法・前文

二十一世紀における我が国の発展のためには、子どもたちが健全な心と身体を培い、未来や国際社会に向かって羽ばたくことができるようにするとともに、すべての国民が心身の健康を確保し、生涯にわたって生き生きと暮らすことができるようにすることが大切である。

子どもたちが豊かな人間性をはぐくみ、生きる力を身に付けていくためには、何よりも「食」が重要である。今、改めて、食育を、生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきものと位置付けるとともに、様々な経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てる食育を推進することが求められている。もとより、食育はあらゆる世代の国民に必要なものであるが、子どもたちに対する食育は、心身の成長及び人格の形成に大きな影響を及ぼし、生涯にわたって健全な心と身体を培い豊かな人間性をはぐくんでいく基礎となるものである。

一方、社会経済情勢がめまぐるしく変化し、日々忙しい生活を送る中で、人々は、毎日の「食」の大切さを忘れがちである。国民の食生活においては、栄養の偏り、不規則な食事、肥満や生活習慣病の増加、過度の痩身志向などの問題に加え、新たな「食」の安全上の問題や、「食」の海外への依存の問題が生じており、「食」に関する情報が社会に氾濫する中で、人々は、食生活の改善の面からも、「食」の安全の確保の面からも、自ら「食」のあり方を学ぶことが求められている。また、豊かな緑と水に恵まれた自然の下で先人からはぐくまれてきた、地域の多様性と豊かな味覚や文化の香りあふれる日本の「食」が失われる危機にある。

こうした「食」をめぐる環境の変化の中で、国民の「食」に関する考え方を育て、健全な食生活を実現することが求められるとともに、都市と農山漁村の共生・対流を進め、「食」に関する消費者と生産者との信頼関係を構築して、地域社会の活性化、豊かな食文化の継承及び発展、環境と調和のとれた食料の生産及び消費の推進並びに食料自給率の向上に寄与することが期待されている。

国民一人一人が「食」について改めて意識を高め、自然の恩恵や「食」に関わる人々の様々な活動への感謝の念や理解を深めつつ、「食」に関して信頼できる情報に基づく適切な判断を行う能力を身に付けることによって、心身の健康を増進する健全な食生活を実践するために、今こそ、家庭、学校、保育所、地域等を中心に、国民運動として、食育の推進に取り組んでいくことが、我々に課せられている課題である。さらに、食育の推進に関する我が国の取組が、海外との交流等を通じて食育に関して国際的に貢献することにつながることも期待される。

ここに、食育について、基本理念を明らかにしてその方向性を示し、国、地方公共団体及び国民の食育の推進に関する取組を総合的かつ計画的に推進するため、この法律を制定する。

# 食育基本法の概要

## 1. 目的

国民が健全な心身を培い、豊かな人間性を育む食育を推進するため、施策を総合的かつ計画的に推進すること等を目的とする。

## 2. 関係者の責務

(1) 食育の推進について、国、地方公共団体、教育関係者、農林漁業関係者、食品関連事業者、国民等の責務を定める。

(2) 政府は、毎年、食育の推進に関して講じた施策に関し、国会に報告書を提出する。

## 3. 食育推進基本計画の作成

(1) 食育推進会議は、以下の事項について食育推進基本計画を作成する。

食育の推進に関する施策についての基本的な方針

食育の推進の目標に関する事項

国民等の行う自発的な食育推進活動等の総合的な促進に関する事項

その他必要な事項

(2) 都道府県は都道府県食育推進計画、市町村は市町村食育推進計画を作成するよう努める。

## 4. 基本的施策

家庭における食育の推進

学校、保育所等における食育の推進

地域における食生活の改善のための取組の推進

食育推進運動の展開

生産者と消費者との交流の促進、環境と調和のとれた農林漁業の活性化等

食文化の継承のための活動への支援等


食品の安全性、栄養その他の食生活に関する調査、研究、情報の提供及び国際交流の推進

## 5. 食育推進会議

(1) 内閣府に食育推進会議を置き、会長（内閣総理大臣）及び委員（食育担当大臣、関係大臣、有識者）25名以内で組織する。

(2) 都道府県に都道府県食育推進会議、市町村に市町村食育推進会議を置くことができる。





内閣府 食育推進室

内閣府 食品安全委員会事務局 リスクコミュニケーション官

文部科学省 スポーツ・青少年局学校健康教育課

厚生労働省 健康局総務課生活習慣病対策室

農林水産省 消費・安全局消費者情報官