

第3次京都府食育推進計画

平成28～32年度

～感謝の気持ちで「いただきます。」～



©京都府 まゆまろ 2758017

平成28年3月
京 都 府

目 次

■ はじめに	1
■ 第1章 第2次京都府食育推進計画で掲げた目標の達成状況	2
1 達成状況	2
2 第2次京都府食育推進計画で掲げた目標未達成の状況	3
■ 第2章 第3次京都府食育推進計画における施策の展開	4
1 世代に応じた食育の推進	4
2 健康増進につながる食育の推進	16
3 家庭における食育の推進	18
4 ライフスタイルの多様化に対応する食育の推進	24
5 京都ならではの食育の推進	28
■ 第3章 計画の目標一覧	32
1 目標一覧	32
2 目標の考え方	33
3 推進体制と計画の進行管理	34
■ 用 語 集	35

■ はじめに

私たちは、農林水産物の命や旬をいただき、自分の体にその活力を取り込んで、毎日元気に生きています。それは、単に「食べる」という個人の行為だけでなく、「つくること」や「伝えあうこと」など、健康、暮らし、地域との関わり合い、地域の産業そして文化などとの深い関係がなければ成り立ちません。

近年、スーパーマーケットには十分な食品があり、外食や中食も十分に充実してきているにもかかわらず、一人暮らし世帯の増加や二世帯・三世帯同居世帯の減少、働き方の多様化など、ライフスタイルの多様化や経済的な問題等により、欠食や栄養バランスの偏りや不規則な食生活などの食に関する無関心や孤食などの問題が深刻化しています。

京都府には、先のユネスコ無形文化遺産の登録を受けた「和食；日本人の伝統的な食文化」を支える京野菜や宇治茶等の食材、京菓子や京漬物等の食品、京料理や京のおぼんざい等の調理などの技術と伝統が培った食の文化があります。そして、この食の技術や文化を受け継いでいる方々が、「きょうと食いく先生」として、小・中学校をはじめ府民のみなさまに食に関する情報を伝え、体験していただく活動をしています。

この計画は、府民のみなさまが、食に関わる全ての方々とともに、毎日の食を正しく選ぶことができる「食選力」と、それをしっかり食べるための「調理力」を向上させ、生涯にわたって心身を健康に保つとともに豊かな人間関係の中で、それぞれの家庭や企業、産業や地域、そして京都府の未来が輝き続けられることを目指して策定しました。

京都府といたしましては、この計画に基づき、府民のみなさまが「食」を見つめ直すきっかけとなり、よりよい食生活を実現できるよう積極的な施策展開に努めてまいります。

京都府知事 山 田 啓 二

■ 第1章 第2次京都府食育推進計画で掲げた目標の達成状況

1 達成状況

京都府では、平成23年3月に第2次京都府食育推進計画を策定して、食育に取り組んできましたが、その到達点は次のとおりです。

第2次食育推進計画 数値目標 達成状況			★ 達成目標を上回っている箇所					
事項	当初 (21年度)	23年度 達成状況	24年度 達成状況	25年度 達成状況	26年度 達成状況	27年度 実績見込	達成目標 (平成27年度)	
1	学校給食への地元農林水産物の供給品目数の割合	22.7% (乳類除く 17.7%)	17.8% (乳類除く 16.8%)	17.0% (乳類除く 16.2%)	17.1% (乳類除く 17.2%)	17.7% (乳類除く 17.7%)	18%程度 (乳類除く %)	30%以上 (乳類除く 23.4% 程度)
2	目標達成 保護者を含めた参加型食育を実施している保育所数の割合	90.7%	★ 100%	★ 100%	★ 100%	★ 100%	★ 100%	100%
3	目標達成 むし歯のない府内小学生の割合	38.9%	40.1%	43.5%	★ 46.1%	★ 47.7%	★ 47.7%	43.9%以上
	目標達成 むし歯のない府内中学生の割合	51.3%	53.9%	★ 57.4%	★ 60.3%	★ 61.5%	★ 61.5%	56.3%以上
4	目標達成 食育に関心を持っている府民の割合	84.0%	★ 90.0%	★ 91.7%	★ 90.0%	★ 93.1%	★ 90%以上	90%以上
5	朝食を毎日食べる府内小学生の割合 (6年生)	87.5%	88.2%	87.8%	87.3%	86.6%	86.7%	95%以上
	朝食を毎日食べる府内中学生の割合 (3年生)	78.1%	80.1%	80.7%	82.1%	82.1%	81.7%	90%以上
6	目標達成 食農体験農場の数 (内 訳)	0箇所	0箇所	10箇所	★ 29箇所	★ 34箇所	★ 34箇所	20箇所以上
	きょうと食農体験農場 京野菜ランド			10箇所	10箇所 19箇所	14箇所 20箇所	14箇所 20箇所	
7	目標達成 「きょうと食いく先生」の数	0人	0人	11人	83人	★ 115人	★ 144人	100人以上
8	達成見込 食育の推進に関わるボランティアの数	4,500人	★ 5,400人	★ 5,265人	4,801人	4,784人	★ 5,100人	5,000人以上
9	食情報提供店の店舗数	460店	519店	536店	555店	567店	600店	800店以上
10	食育推進計画作成市町村の数	23% [6市町]	58% [15市町]	62% [18市町]	65% [17市町]	69% [18市町]	73% [19市町]	100% [26市町村]

2 第2次京都府食育推進計画で掲げた目標未達成の状況

第2次京都府食育推進計画で目標未達成の状況は、次のとおりです。

(1) 学校給食への地元農林水産物の供給品目数の割合

第1次計画では、府内産野菜を年1回以上給食に利用する小・中学校の割合100%を目標とし、目標を達成できました。第2次計画では、学校給食への地元農林水産物の供給品目数の割合30%以上を目標としました。

地域別に見ると、小学生の人数が少ない地域や農業が盛んな地域では、目標を上回る結果となったものの、都市部地域では目標を下回る結果となりました。

こうした背景には、特に、都市部多人数校において、「必要な量が確保できない」、「多品目の品揃えができない」及び「規格があわない」ことがあり、京都府の農産物の生産状況も踏まえつつ、地元農林水産物供給の仕組みづくりなどをより一層進めることを前提に、第3次計画においても目標設定することとしました。

(2) 朝食を毎日食べる府内小・中学生の割合

第1次計画では、朝食を毎日食べている児童の割合95%以上を目標とし、これを達成できなかったため、第2次計画では、朝食を毎日食べる小学生の割合95%以上、中学生の割合90%以上を目標としました。中学生においては、若干の改善傾向にはありますが、朝ご飯の重要性を踏まえれば、家庭・学校などとの連携をさらに強化することを前提に、第3次計画においても目標設定することとしました。

(3) 食情報提供店の店舗数

第1次計画では、食情報提供店の店舗数800店以上を目標とし、達成できなかったため、第2次計画においても、これを継続目標としました。

店舗数は着実に増加していますが、「野菜たっぷり」「塩分ひかえめ」「カロリー表示、アレルギー表示など」の一定の条件を満たす「きょうと健康おもてなし食の健康づくり応援店」に内容を充実させた上で、第3次計画においても目標設定することとしました。

(4) 食育推進計画作成市町村の数

第1次計画では、食育推進計画作成・実施している市町村60%以上を目標とし、これを達成できませんでした。第2次計画では、100%を目標としました。

策定済の市町村数も着実に増加するとともに、本来的には、市町村の主体的な取組に委ねるものであり、また、未策定の市町村においても、食育施策は実行されていることなどを踏まえ、第3次計画では目標設定をしていません。

■ 第2章 第3次京都府食育推進計画における施策の展開

第3次京都府食育推進計画における施策の展開として、次の5つを定め、その切り口から施策を展開します。食育は、消費者、生産者といった様々な立場や世代・年齢を超えて、全ての府民に必要なものであり、健康、教育、文化、農村漁村の活性化など様々なことに深い関わりがあります。

1 世代に応じた食育の推進

【重点事項】

食は、生きる上での基本的事項であるため、食育は、全ての世代について必要なものです。

なかでも未来を担う子どもにとって、食育は、健全な心身と豊かな人間性を育む基礎をなすものであるため、発達段階に応じて継続して取り組むことが重要です。

また、若い世代では、不規則な食生活をしていても身体面での影響が出にくいこともあり、望ましい食事を実践できていない割合が高いこと、さらに、今後、子育て世代となった際、子どもたちに望ましい食生活を身につけさせるためにも、正しい食の知識の習得など食育の強化が必要です。

こうした観点から、「世代に応じた食育」においては、「子どもや若い世代に対する食育の強化」に重点的に取り組みます。

(1) 子どもの食

ア 現状と課題等

社会の変化に伴い、家族そろって食事をする機会の減少、郷土食や行事食に接する機会の減少、栄養の偏りなどの食生活の乱れという課題が見られます。

このため、家庭だけでなく、子どもたちが多くの時間を過ごす幼稚園・保育所、学校で食育を進めることは極めて重要です。

特に、旬の食材や吟味された安全な食材で作る学校給食は、食に関する生きた指導教材としての役割を果たすものであり、地元農林水産物をできるだけ利用することが望まれます。

食育を進めるにあたっては、必要な量や品目の確保ができないこと等の問題があるため、現状としては、地元農林水産物を十分に利用できている学校は一部にとどまっています。

イ 対 策

(7) 幼稚園・保育所など

幼稚園・保育所などに通う園児達は、まだ幼いため、調理などは「危ないからやらせない」という発想のもと、実施していないところもあります。

その一方で、子ども用の包丁などを使ってリスクを軽減しつつ、「危ないから、しっかり見守って、やらせてみる」という発想で、3歳くらいから調理に参加させているところもあります。

こうした調理体験は、味覚の発達期である子どもたちの味蕾（みらい）にとっても有用であるだけでなく、そうした体験を通じた達成感・充実感は精神的な大きな成長の糧となっているとの報告があります。

また、子どもたちから親への刺激となり、家庭内で食育への関心が高まるなど好循環を生み出しており、こうした取組を広げていくことが重要です。

(4) 小・中学校

学校における食育は、食に関する指導の全体計画に基づき、栄養教諭等を中心として、全ての教職員において学校教育活動全体を通じて取り組むことが必要です。

あわせて、子どもの発達段階に応じて、生涯にわたって健全な食生活を実践できるようにするため、それぞれのライフステージにおいて、食が重要であることを意識させ、系統立てて指導することが重要です。

また、食の専門家である「きょうと食いく先生」や食生活改善推進員等の外部講師による指導、さらには地域の生産者等の参画を得て、耕作、収穫、調理等を体験させる実践型食育や、子どもが自分で作った弁当を学校へ持って来て食べる「お弁当の日」などに取り組むことで、体験を通じた生活実践力を身に付けさせること（**P32 計画目標 1、2 参照**）も重要です。

学校給食においては、地元農林水産物の利用や郷土食、行事食による献立の工夫など、学校給食を生きた教材として活用し、食育を推進する必要があります。また、学校給食への地元農林水産物の利用は、地産地消の意識の高まりとともに、地域への関心も高めること（**P32 計画目標 3 参照**）につながります。

さらに、学校給食は、食育の推進のみならず、子どもたちの適切な栄養摂取による健康の保持増進にも効果があることから、中学校給食の普及を図る必要があります。（国の第3次食育推進基本計画の目標 中学校における学校給食実施率 ②90%以上）

(ウ) 高校など

高等学校における食の指導については、義務教育段階までの学習内容を十分把握することが重要です。その上で、生涯を見通した食生活を営む力を育むために、栄養、食品、調理及び食品衛生などについて科学的に理解させ、食生活の文化に関心をもたせるとともに、必要な知識などを習得させ、安全と環境に配慮し、主体的に食生活を営む力を身に付けさせることが重要です。

ウ 関係者にお願いしたいこと

「子どもの食」において、関係者として、まず、「家庭」がありますが、「家庭」は、「子どもの食」だけでなく、全ての世代に重要な役割を果たし、健康増進など他の項目でも重要な役割を果たしていますので、「3 家庭における食育の推進」において、まとめて記載します。

「子どもの食」において、関係者として、「家庭」以外では、「幼稚園・保育所」、「学校」などがあり、次のようなことをお願いしたと考えています。

▶ 「幼稚園・保育所」などにお願いしたいこと

○体験型食育の実践

- ・農作物などの栽培、調理など園児、児童らが主体となる体験型食育の実践

▶ 「学校」などにお願いしたいこと

子どもたちが生涯にわたり心身の健康と豊かな人間性を育むため、望ましい食習慣を身に付け、「食」の自己管理能力を培うことができるよう、家庭や地域と連携・協力し、様々な体験活動も取り入れながら、学校教育活動全体を通じた食育の取組を一層推進することが必要です。

○学校教育活動全体を通じた食育の推進

- ・食に関する指導の全体計画に基づき、食育に対する教職員の共通認識のもと、組織的・体系的な食育を展開することにより、子どもたちにとって望ましい食習慣づくりを推進
- ・食育に関する教職員等の意識の向上
- ・各関連教科や特別活動等、あらゆる機会を通じた「食」に関する指導の充実

○生きた教材としての学校給食の充実

- ・毎日の給食を通じて、食事のマナーや望ましい食習慣の形成を図る
- ・給食の時間はもとより各関連教科や特別活動等において生きた教材として、学校給食を活用した指導
- ・学校給食の充実を図り、食物アレルギー等の対応にも配慮しながら、子どもたちの将来にわたる健康の保持増進
- ・地域の特色や工夫をいかした給食を実施することにより、郷土への関心を深め、感謝の気持ちの育成

○家庭、地域との連携強化による地域に根ざした食育の展開

- ・家庭との連携を密にし、食育に関する学習機会の充実と、保護者への正しい知識の普及や意識啓発を行い、家庭において望ましい食習慣の形成が図られる働きかけ
- ・「きょうと食いく先生」や「食生活改善推進員」、農林漁業者、食品関連業者等の地域の「食」の専門家の支援・協力を得た食育の取組を実施するとともに、農作物の栽培や調理等の五感を使った体験活動への取組
- ・幼稚園・保育所等と連携して、共通認識のもとでの食育の推進
- ・PTA等が主導する「早寝 早起き 朝ごはん」運動と連携した、「子どもの生活リズムの向上」の推進

【幼稚園、保育所などで芋ほり



食材をすりつぶしてクッキー作り】



【中学校で地元農林水産物を使った給食



生産者と一緒に食事】



(2) 若い世代の食

ア 現状と課題等

大学生、就職間もない勤労者など、20歳代の若い世代では朝食の欠食率が全世代を通じて最も高く、また、欠食率に関して、女性よりも男性の方が高い傾向にあります。各年代の長期的な欠食率の推移は、次のとおりです。

出典 国民健康・栄養調査(厚生労働省)

朝食欠食率の年次推移 (性・年齢階級別)

(単位:%)

		S50年 1975	55年 1980	60年 1985	H2年 1990	7年 1995	12年 2000	17年 2005	22年 2010	25年 2013
総数		6.3	6.7	7.7	7.9	8.0	8.1	10.7	11.9	11.4
男性	総数	6.7	7.6	8.7	9.8	10.1	10.7	13.0	13.7	13.2
	15～19歳	10.7	12.7	10.3	14.1	13.4	13.3	18.8	14.5	15.4
	20～29歳	15.5	19.5	23.5	25.5	30.8	30.5	33.1	29.7	30.0
	30～39歳	8.5	11.6	13.8	17.8	16.6	20.1	27.0	27.0	26.4
	40～49歳	4.9	6.6	8.7	11.1	11.6	10.5	16.2	20.5	21.1
	50～59歳	4.6	4.6	6.1	6.5	5.1	9.2	11.7	13.7	17.8
	60歳以上	3.4	2.8	3.5	2.0	1.7	2.9	4.2	6.7	5.2
女性	総数	5.9	5.9	5.9	6.1	6.1	5.8	8.6	10.3	9.9
	15～19歳	14.1	8.3	13.1	10.1	8.9	9.2	10.4	14.0	16.0
	20～29歳	11.7	12.9	14.7	14.3	18.2	16.3	23.5	28.6	25.4
	30～39歳	5.3	8.1	6.4	6.5	5.6	7.5	15.0	15.1	13.6
	40～49歳	5.8	5.7	6.7	7.5	6.1	6.6	10.3	15.2	12.2
	50～59歳	4.5	4.3	5.3	5.1	4.0	5.3	8.3	10.4	13.8
	60歳以上	4.1	3.1	3.4	2.8	2.5	2.1	4.1	5.0	4.4

注) 総数は1歳以上での平均。

朝食の欠食率は、20歳代をピークとして年齢とともに徐々に改善する傾向にはありますが、近年は、30歳代以降の世代でも大きく上昇しています。

また、朝食を欠食した場合の影響については、全国学力・学習状況調査(文部科学省)の中で、児童生徒の学習・生活習慣と学力との関係において、基本的な生活習慣の中で「朝食を毎日食べる」、「毎日、同じくらいの時刻に寝る」児童生徒ほど、教科の平均正答率が高い傾向にあると分析しています。

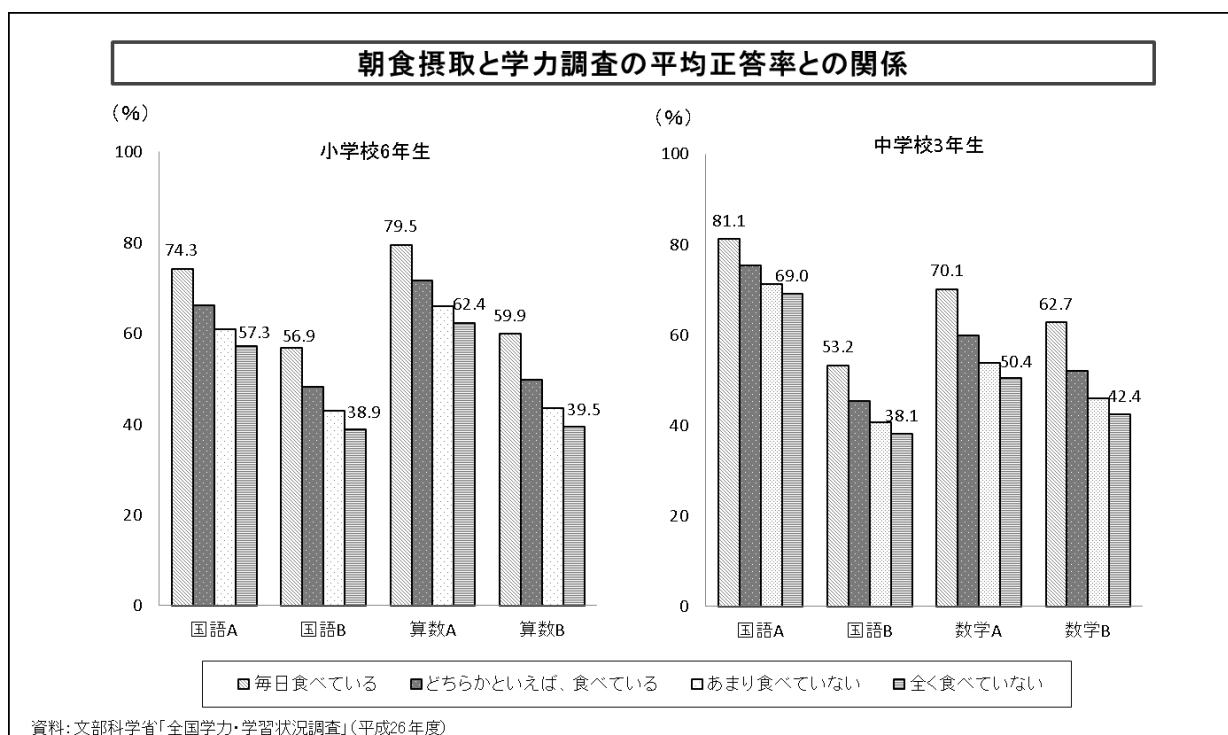
平成26年度全国学力・学習状況調査(文部科学省)

全国一児童(国・公・私立) 小学校6年生(109万人)、中学校3年生(106万人)

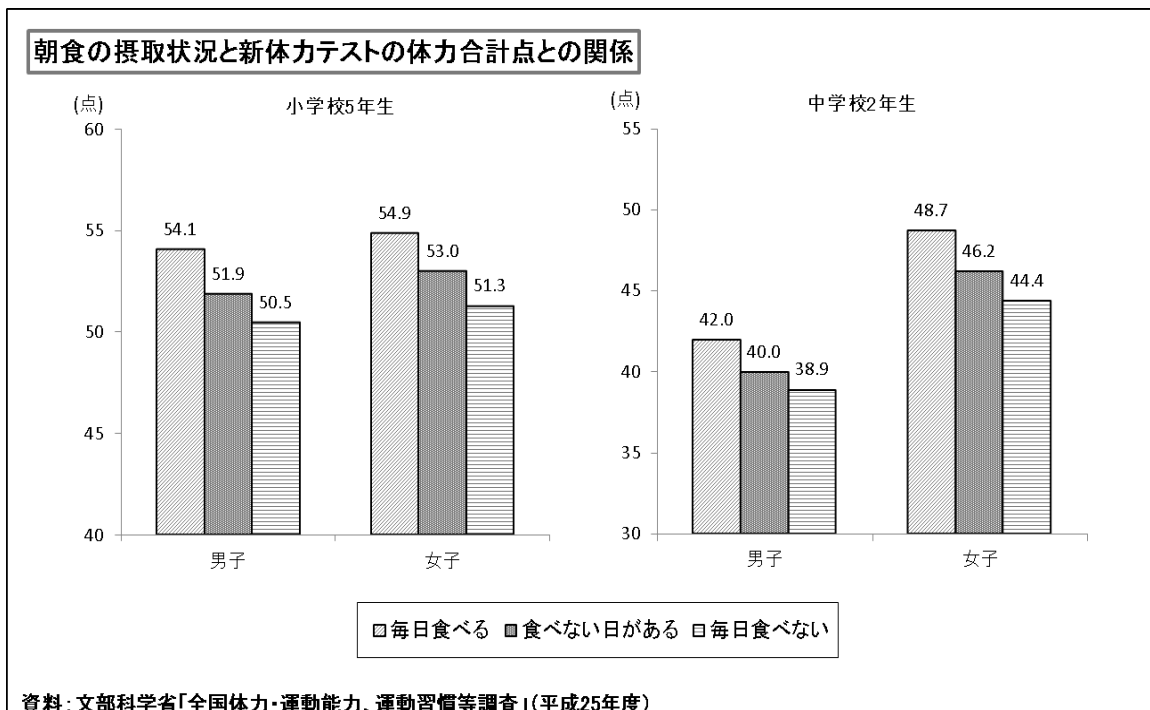
<児童の回答別 平均正答率>(朝食を毎日食べていますか)

(単位:%)

		毎日食べている①	どちらかといえば食べている	あまり食べていない	全く食べていない②	① ②
国語A	小6	74.3	66.2	61.0	57.3	17.0
	中3	81.1	75.3	71.3	69.0	12.1
国語B	小6	56.9	48.2	43.0	38.9	18.0
	中3	53.2	45.3	40.6	38.1	15.1
算数A (数学A)	小6	79.5	71.7	66.1	62.4	17.1
	中3	70.1	59.9	53.8	50.4	19.7
算数B (数学B)	小6	59.9	49.9	43.6	39.5	20.4
	中3	62.7	52.0	46.0	42.4	20.3



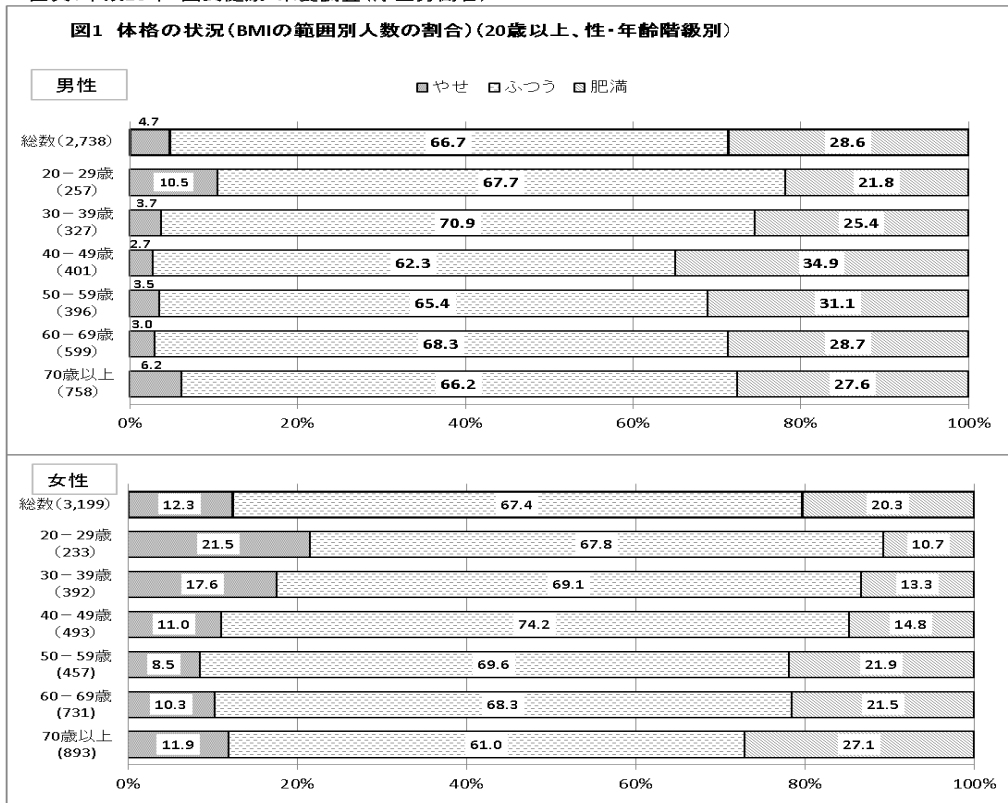
体力面においても、「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」（文部科学省）によれば、「朝食を毎日食べる」、児童生徒ほど、体力合計点が高い傾向にあると分析されています。



朝食を食べない要因としては、過度のスマホ使用などによる夜型生活、無理なダイエット等による食習慣の乱れなどから、食に対する関心が全体として希薄になっていることや経済的な理由も背景にあると考えられます。

その一方で、朝食を欠食する食習慣を持った人が、婚姻、子どもの誕生などを契機に、家族を気遣い、朝食をとるという習慣がもたらされている事例も数多く報告されています。

また、20歳代の「やせ」の割合が全世代を通じて最も高く、特に、女性において、その傾向が顕著です。この世代における「やせ」は、スタイル等を気にしすぎるあまり、過度に作用したと考えられますが、こうした過度の痩身には、身体の健康維持にとって、悪い影響を及ぼすため、留意が必要です。若い女性では理想とするボディイメージが適正な体重を下回っていることが多く、食事量を減らす過度なダイエットが行われているおそれがあります。低栄養による筋肉量の低下やカルシウム等の不足は将来の骨粗しょう症や低体重児出生のリスクにもなり、留意が必要です。



※ BMI (Body Mass Index) [kg/m²] = 体重[kg] / (身長[m])²

「やせ」はBMI18.5kg/m²未満、「ふつう」はBMI18.5kg/m²以上25kg/m²未満、「肥満」は25kg/m²以上。

イ 対策

若い世代に対して、実際に朝食をとるように仕向ける仕組みづくりが大切と考えています。

例えば、大学の入学時に、大学の食堂で使える「ミールカード」をあらかじめ親が購入し、これを入学後に学生が使うという仕組みや極めて安価な朝食を導入する大学、就労前に社員食堂で朝食をとることができる食堂を用意している企業などがあります。

若い世代だけでなく、大学、企業などに対して、学力の向上や社員の健康維持などが期待できるなどのメリットも説明しつつ、朝食をとることができる仕組みの導入を呼びかける必要があります。

また、単に朝食をとれば良いということではなく、1日でどれだけのカロリー、栄養素などを摂取するのかという総合的な観点から、朝食も含めたバランスの良い食事を推奨していく必要があります。

ウ 関係者をお願いしたいこと

「若い世代の食」において、関係者として、「大学」、「企業」などがあり、次のようなことをお願いしたいと考えています。

▶ 「大学」などをお願いしたいこと

○朝食をとりやすい環境の整備

- ・極めて安価な（100円）朝食の提供
- ・ミールカード制度（親が年払い等）の導入

▶ 「企業」などをお願いしたいこと

○朝食をとりやすい環境の整備

- ・朝食を就労前にとることができる社員食堂の整備
- ・企業の近隣の飲食店との提携

【大学生が自主的に始めた弁当塾】



【企業が新入社員を対象に食育研修】



(3) 壮年期の世代の食

ア 現状と課題等

壮年期世代は、生活習慣病の発症リスクが高まってきます。こうした生活習慣病を予防するためには、食生活に注意を払う必要がありますが、外食となりがちな昼食において、そうした注意が十分に払われているとは言い難い状況にあります。

壮年期の世代においては、男性では40歳代、女性では、50歳代が最も肥満の割合が高くなっています。この世代は、食生活に注意を払う必要があると認識しているものの、実際の食生活においては、むしろ20歳代よりも1日当たりの摂取カロリーが大きいことも原因の一つと考えられます。

出典 国民健康・栄養調査（厚生労働省）

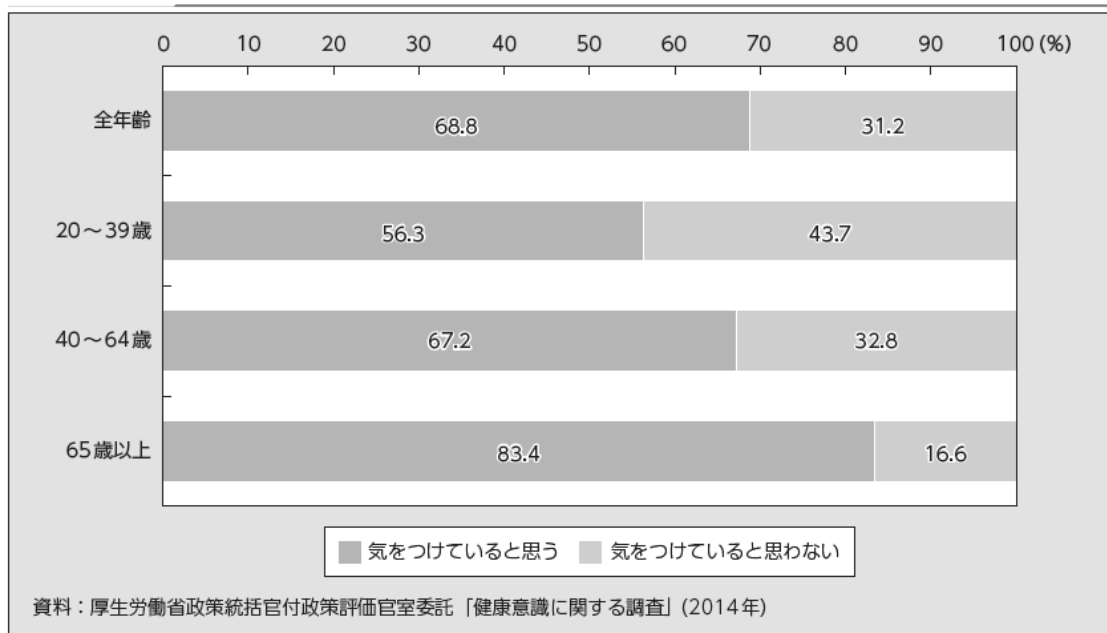
年代別1日当たり平均摂取エネルギー

(単位：kcal)

	1-6歳	7-14歳	15-19歳	20-29歳	30-39歳	40-49歳	50-59歳	60-69歳	70歳以上
H25	1,244	1,942	2,170	1,889	1,898	1,862	1,922	1,946	1,830
H24	1,256	1,976	2,202	1,908	1,894	1,917	1,949	1,929	1,784
H23	1,281	1,934	2,134	1,833	1,873	1,863	1,916	1,892	1,745
H22	1,261	1,935	2,192	1,854	1,871	1,891	1,937	1,923	1,720
H21	1,256	1,936	2,143	1,875	1,905	1,940	1,964	1,921	1,714

※ 塗りつぶしは、20歳代以降、20歳代の平均摂取カロリーを上回っているもの

健康のために食生活に気をつけているか



イ 対 策

この世代は若い世代に比べれば、健康への関心も高く、比較的食生活に対して注意を払っていますが、摂取カロリーが大きい傾向にありますので、外食となる傾向の強い昼食において、バランスのとれた食事をとれる仕組みを取り入れることが重要と考えています。

例えば、社員食堂では、低カロリーでバランスのとれた昼食を中心に提供している企業があります。

企業などに対して、社員の健康維持・人員確保・福利厚生費の抑制などのメリットも説明しつつ、朝食がとれる仕組みと併せて、メタボ対策として低カロリーでバランスのとれた昼食の導入を呼びかけることが必要と考えています。

また、企業の社員食堂だけでなく、近隣の食堂などに働きかけ、社員の健康に役立つ食事ができるように、食堂と企業の提携などの仕組みの構築が必要です。

ウ 関係者をお願いしたいこと

「壮年期の世代の食」において、関係者として、「企業」などがあり、次のようなことをお願いしたいと考えています。

▶企業などをお願いしたいこと

○健康的な食事を取りやすい環境の整備

- ・社員食堂において、低カロリーでバランスのとれた昼食・残業時の夕食の提供
- ・近隣食堂などにおいて、低カロリーでバランスのとれた昼食・残業時の夕食が提供できるよう提携
- ・食事と生活習慣病の関係など、企業内食育の実施

【企業食堂でバランスのとれた昼食を提供】



(4) 高齢者の食

ア 現状と課題等

高齢者は、健康のため食生活に最も気をつけている世代であり、また、朝食の欠食率も最も低い世代です。

その一方で、買い物に自ら行くことが困難な方や料理を自ら作ることが困難な方への食事の提供など取り組むべき課題もあります。買い物に対するサポートの仕組みの充実、地元農林水産物等を使った料理を提供する施設や料理を提供する仕組みの確立が求められています。

イ 対 策

買い物困難者対策として、地元農林水産物提供店舗などに対して、宅配サービスを提供するよう働きかけることが考えられます。

また、高齢者施設や病院、場合によっては農産物直売所などにおいて、地元農林水産物を使った料理を提供するよう働きかけること（**P32 計画目標 4 参照**）も必要です。

ウ 関係者にお願いしたいこと

「高齢者の食」において、関係者として、「高齢者施設」、「病院」、「食品事業者」などがあり、次のようなことをお願いしたいと考えています。

▶ 「高齢者施設」、「病院」、「食品事業者」などをお願いしたいこと

○ 高齢者が食を楽しむ環境の整備

- ・ 地元農林水産物を使い、高齢者が食べ慣れた食事の提供
- ・ 通常食が困難な高齢者等における凍結含浸法による食事、ムース食など、できるだけ常食を目指すメニューの提供

【特別養護老人ホームで地元農林水産物を使用した食事を提供】



2 健康増進につながる食育の推進

【重点事項】

食は、身体健康増進につながるものであり、健康増進の観点からの食育を考えることは重要です。

情報が氾濫する現代にあつては、食に関する誤った情報もあり、健康増進に関連した食に関する正しい知識の普及活動の重要性が増しており、その強化が必要です。

こうした観点から、「健康増進につながる食育の推進」においては、「健康増進に関連した食に関する正しい知識の普及活動の強化」に重点的に取り組めます。

(1) 現状と課題等

食は、身体健康増進につながるものであり、その知識の取得は、重要ですが、情報が氾濫する現代にあつては、誤った情報もあり、正しい知識が浸透しているとは、言い難い状況です。

また、正しい知識はあっても、身体健康増進につながる食事をとるという実践にまで至っていないことが多くあります。

(2) 対 策

食材や栄養学的な見地による食の正しい知識の普及・啓発に努め、併せて適度な運動を行うことは当然ですが、食を選ぶことに関する食品表示、機能性表示食品等に関する講習会（P32 計画目標 5 参照）、食の安全等に関する講演会の開催など、食に関する知識の普及・啓発も同時に行うことも必要です。さらに、保健所等による栄養相談、健康診断結果等を活用した医療専門職による食事指導なども必要と考えています。

また、疾病の予防という観点からカロリー、塩分などに配慮した食事の提供やアレルギー表示を実施するお店を増やし、広報していくこと（P32 計画目標 6 参照）が必要です。

(3) 関係者にお願いしたいこと

「健康増進につながる食」において、関係者として、「検診機関」、「食品事業者」などがあり、次のようなことをお願いしたいと考えています。

▶ 「検診機関」にお願いしたいこと

○適切な食事指導など

- ・健康診断時における適切な食事指導

▶ 「食品事業者」にお願いしたいこと

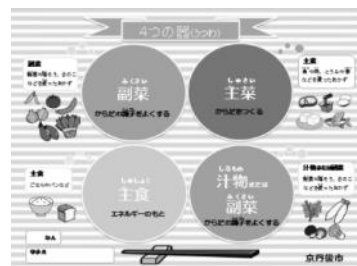
○健康増進に配慮した食の提供など

- ・栄養バランス、カロリー、塩分等に対する配慮
- ・判断材料としてのカロリー、塩分、アレルギーなどの詳細な表示
- ・地産地消を念頭に置いた食材の使用
- ・地域の伝統的な食材を見直し、機能性表示食品としての販売

【カロリー表示をした料理見本を使った食育指導】



【ランチョンマットでバランスの良い食事の普及啓発】



3 家庭における食育の推進

【重点事項】

朝ご飯は、睡眠状態から目覚めた体と脳に栄養を補給し、勉学や労働、体の育成にとっても重要な働きをしています。

このため、家庭、幼稚園・保育所、学校、企業などにおいて、朝ご飯を毎日食べる重要性の啓発・環境づくりなど、その運動の強化が必要です。

こうした観点から、「家庭における食育の推進」においては、「朝ご飯を毎日食べる運動の強化」に重点的に取り組みます。

(1) 現状と課題等

家庭は、食育に関して、最も重要な役割を果たしています。子どもにとっては、望ましい食習慣や知識の習得、朝ご飯と連動した早寝・早起きなどの生活のリズムづくり、若い世代においては、欠食などの乱れがちな食習慣の是正、壮年期の世代においては、カロリー過多などの食生活に対する注意喚起、高齢者においては、食事の介助など、多くの役割を家庭が担っています。

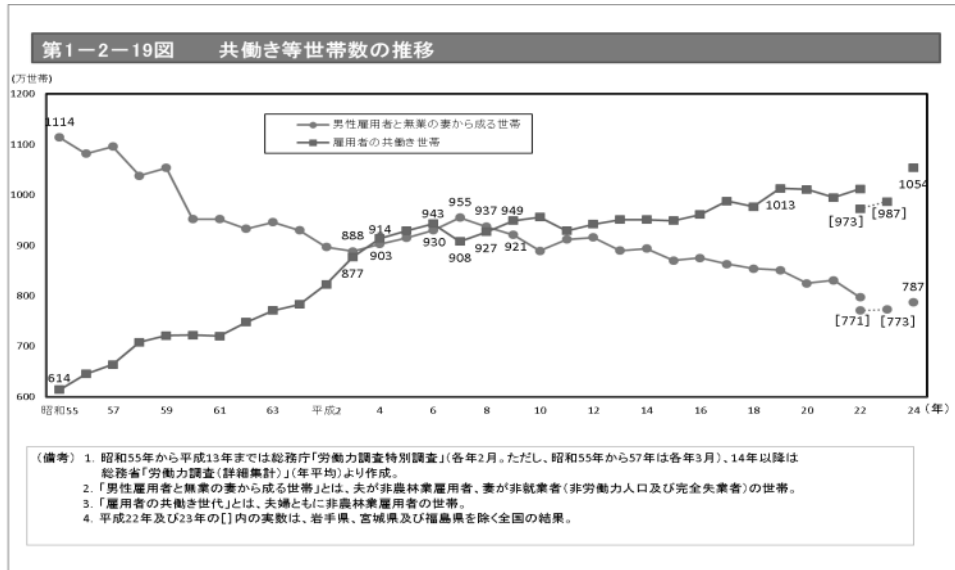
その一方で、若い世代だけでなく、子どもにおいて朝食欠食があることや、家庭、地域、幼稚園・保育所及び学校が、十分に連携できていない状況などの課題もあり、一因として共働き世帯が増加したことが考えられます。

また、夜型生活・過度のスマホ使用・夜間の塾通い・無理なダイエット等により食習慣が乱れていることから、食に対する関心が全体として希薄になり、家庭でも十分な食育が行われないこともあるという課題があります。

それらを原因として、朝食を欠食する食習慣を持った世代が、親となり、子どもが生まれてもそうした食習慣を継続していると推測されるほか、経済的な理由も背景にあると考えられます。

【地域の高齢者の指導で親子料理教室】





(内閣府男女共同参画白書より抜粋)

(2) 対 策

朝食の重要性など、食に関する情報を頻繁に発信し、行政や学校等だけでなく、農業関係者、生産者等からも幼稚園・保育所・学校等を通じて、そうした情報を家庭に届けるよう働きかけること（P32 計画目標 8 参照）が必要です。

また、共働き世帯の増加という現状を踏まえ、家族全員が調理に積極的に参加するよう啓発することが必要であると考えています。内閣府が作成した『親子のための食育読本』によれば、『父親の調理態度』が積極的なほど、『子どもの調理態度』にプラスの影響を与えることが認められたとされています。

さらに、地域や地元生産者等が、幼稚園・保育所、学校等を通じて、休日に食育の取組を行うよう、家庭に対して働きかけることも必要です。

その際には、家庭の過度な負担とならないよう「できる範囲」で取り組み、一歩ずつ食育の歩みを進めていくことが重要であると考えています。

また、ネット依存症や夜型生活など、不規則な生活習慣により、食に対する関心が全体として希薄となり、家庭でも十分な食育が行われていないケースについては、食の安心・安全に関すること、食材・食事を見極める力などの「食選力」に関すること、また、京都のおぼんざい等の郷土食を作るなどの「調理力」に関することなどを学べる機会を提供（P32 計画目標 7 参照）し、その成果を府民一人ひとりから、その家庭へと広げていくことが必要です。

(3) 関係者をお願いしたいこと

「家庭の食育の推進」において、関係者として、「家庭」のほかNPOなどの「食育ボランティア」、「きょうと食育ネットワーク」、「食品事業者」などがあり、次のようなことをお願いしたいと考えています。

▶ 「家庭」をお願いしたいこと

○一人ひとりの自覚と実践

- ・食品や食材を選び、調理し、味わうなど「食」に関わる能力の向上
- ・「食」に関心を持ち、様々な情報を適切に選択・判断する能力の向上

○家族で食育を推進

- ・家族そろって食卓を囲む、行事食を楽しむなど、食を通じたコミュニケーションの深化
- ・家族で、望ましい生活習慣について学ぶ機会を積極的に持ち、その実践

○子育てにおける望ましい食習慣づくり

- ・買い物や調理など、子どもの年齢に応じた食事に関する役割を与え、食について自ら考え、行動する子どもの育成
- ・子どもが食べることを楽しいと思える食生活の実践

○地域・学校における食育活動への参加・協力

- ・子どもに「食」を伝える担い手としての自覚を持ち、地域や学校などにおける食育の取組への参加

○食文化・食べ物を大切にする考え方の継承

- ・親から子、子から孫へと伝えられる家庭料理・郷土料理などの食文化や感謝の念を持って食べ物を大切にする考え方（食品ロス対策）の継承

○お弁当の日

- ・子どもが食材の買い物から調理までを一人ですることにより、「調理力」だけでなく、「生活実践力」も養いつつ、お弁当を通じた家族の絆の強化

※ P6で記述したとおり「家庭」をお願いしたいこととして、まとめて記載しています。

▶ 「食育ボランティア」にお願いしたいこと

○食育の実践機会の提供

- ・地域に適した食育の取組の実施
- ・食育ボランティア同士の情報交換・連携

▶ 「きょうと食育ネットワーク」にお願いしたいこと

○ネットワークの連携を重視した食育活動

- ・構成団体の多様性をいかした啓発活動、情報提供、食育推進活動の支援 など

▶ 「食品事業者」にお願いしたいこと

○農林水産物の生産情報等の提供

- ・生産に関する具体的な情報の提供
- ・産地見学会や農業体験等により消費者との交流の促進

○食品の製造・加工情報等の提供

- ・食品製造・加工の見学・体験等の受入

【幼稚園で保護者が子育てや食生活の改善について話し合い】



【小学生や中学生がつくったお弁当（お弁当の日）】



【食いく先生の情報交換】



【食育シンポジウム(食育ネットワーク)】



【直売所が親子農業体験を企画】



(4) 食品ロス

食品ロスについては、家庭だけのことではありませんが、近年その問題が顕在化しており、次のように考えています。

ア 現状と課題等

食品ロスについては、家庭だけでなく、食品製造業者、食品小売業、外食産業などの食品関連事業者でも発生しています。日本全体における年間の食品ロスは、農林水産省及び環境省が行った推計（平成 24 年度推計）642 万トン（内訳は、食品関連事業者が 331 万トン、家庭が 312 万トン）とされています。

食品関連事業者における食品ロスの原因は、製造年月日等の印刷ミスなどによる規格外品、返品、売れ残り、客の食べ残しなどであり、家庭における食品ロスの原因は、食べ残し、冷蔵庫などに入れたまま期限切れとなったなどによります。

この量は、2014 年に国連食糧支援機関（WFP）が実施した世界の食料援助量である 320 万トンの 2 倍程度となっています。

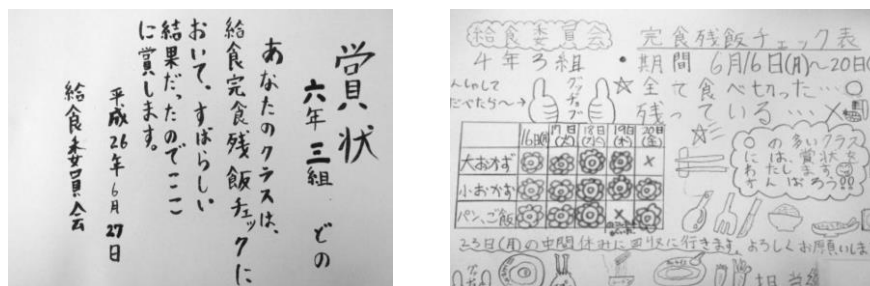
イ 対 策

「食品ロス」については、国の関係6省庁が連携し、食品関連事業者と家庭、双方における食品ロスの削減を目指し、国民運動「NO-FOODLOSS プロジェクト」を展開しています。

食品ロスを削減するには、家庭だけの取組だけでなく、食品メーカーからスーパーへの納品が賞味期限の3分の1経過時点までという、いわゆる「3分の1ルール」といった商慣行の見直しなど様々な関係者に協力を呼びかける幅広い視点が必要です。

家庭においては、食事は、米、野菜、牛、豚、魚などの命をいただいていることに立ち返り、必要以上に買わないことや買った食品を使い切ることなど、食品ロス削減のための啓発を府民運動として展開していくことが重要です。また、今後は、賞味期限が切れる直前に、そうした食料品を回収し、必要とする施設等に配付する制度であるフードバンクなどの主催者を募り、育成していくことが必要と考えています。

【小学校で給食完食、残飯チェック】



4 ライフスタイルの多様化に対応する食育の推進

【重点事項】

単独世帯の増加などの世帯構成の変化、昼食の外食化の進行など、家庭以外における食事の重要性は、今後、ますます増加していくものと考えられます。

このため、全ての府民が食事を選ぶ力を身につける必要性など、家庭以外における食事の大切さの啓発の強化が必要です。

こうした観点から、「ライフスタイルの多様化に対応する食育の推進」においては、「家庭以外における食事の大切さの啓発活動の強化」に重点的に取り組みます。

(1) 現状と課題等

核家族化、少子高齢化、晩婚化などの進展並びに単身赴任及び離婚の増加などに伴って、単独世帯が増加しています。これらを背景とした一人で食事をする孤食や食の簡素化、欠食、食への無関心も増加しています。今後もこの傾向が継続すると考えられるため、家庭を前提とするだけでなく、単独世帯も含めてより良い食事がとれる環境づくりを進める必要があります。

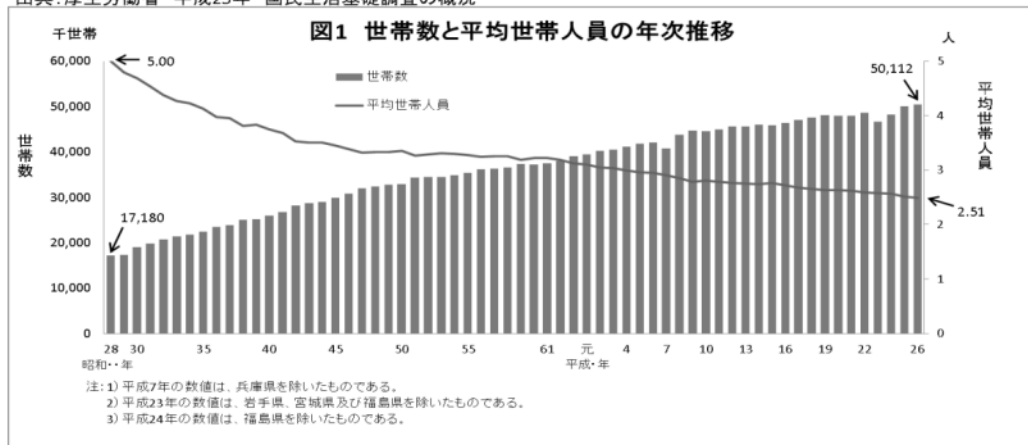
個々人が食に対する関心を高め、自発的に行動することが何よりも重要ですが、現状では、十分に行われているとは言いがたい状況にあります。

原因として、個々人が自発的に行動するには、限界があり、皆で励まし合って、切磋琢磨するような環境が不足していることなどが考えられます。

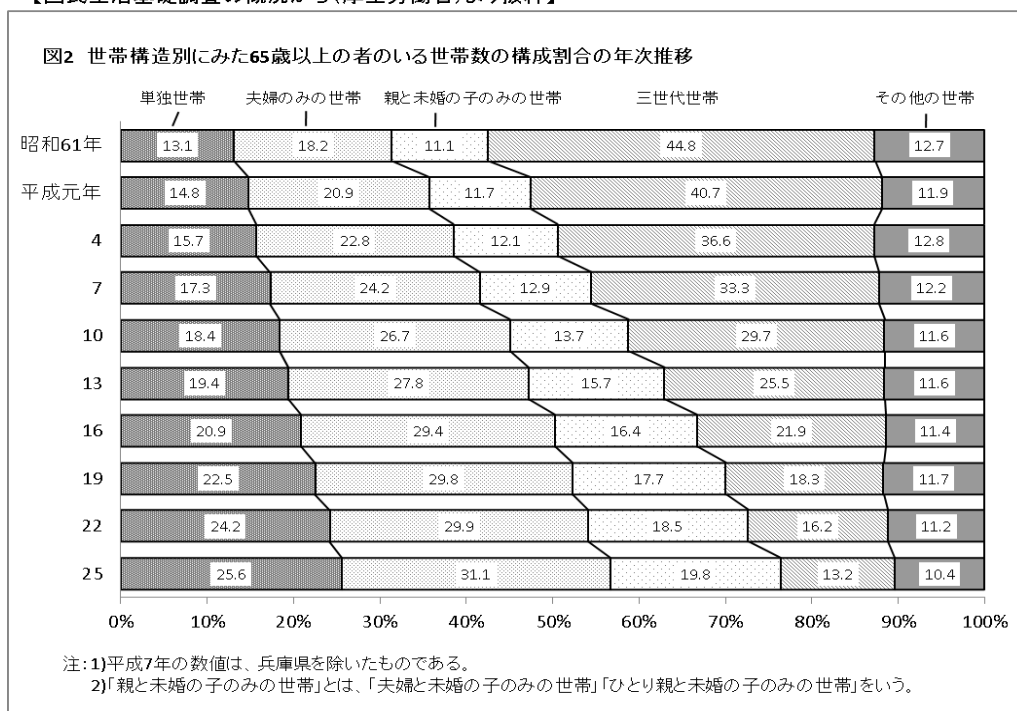
また、身体に良いという観点からカロリー、塩分などに配慮した食事を提供する飲食店等を増やすことについては、現状でもそうした店舗が数多くあるにもかかわらず、PR不足や食品表示に関する理解が進んでいないことなども考えられます。

今後、自ら調理するだけでなく、外食や中食の活用が重要であると考えられますが、食材や食事を見極める力「食選力」を発揮するためには、良質な食事を提供する飲食店等をさらに増やす必要があります。

出典：厚生労働省 平成25年 国民生活基礎調査の概況



【国民生活基礎調査の概況から(厚生労働省)より抜粋】



(2) 対 策

今後も、核家族化等がさらに進展すると考えられることから、個々人の自発的な取組を進めることが何より重要です。

そうした自主性を生かすため、府民の一人ひとりが自らの食について、目標を掲げて行動する食育宣言を行い、皆で共有し、実践できる環境を整備すること（P32 計画目標 9 参照）が必要です。

また、昼食などの外食、夕食における中食の普及を踏まえれば、飲食店、食品販売業者、スーパー、コンビニなど家庭以外においても栄養バランス、カロリー、塩分、アレルギーなどに配慮された良質な食の情報提供を増やすよう働きかけることも必要です。

さらに、高齢社会においては、良質な食事の宅配事業を行う店舗を増やすよう働きかけること（P32 計画目標 10 参照）も必要です。

(3) 関係者をお願いしたいこと

「ライフスタイルの多様化に対応する食育の推進」において、関係者として、「食品事業者」、NPOなどの「食育ボランティア」、地縁団体などの「地域の活動グループ」などがあり、次のようなことをお願いしたいと考えています。

▶ 「食品事業者」にお願いしたいこと

○多様な食事の提供

- ・栄養バランス、カロリー、アレルギーなどに配慮しつつ、多様な食事の提供
- ・宅配サービスの事業化

▶ 「食育ボランティア」にお願いしたいこと

○食育の活動参加の働きかけ

- ・誰かとともに食事をする「共食」を進める活動

▶ 「地域の活動グループ」にお願いしたいこと

○個々のつながりの強化

- ・地域の行事、食事への参加を促す呼びかけ

(4) その他

食に関しては、家庭、地域といった範ちゅうを超え、社会全体に関連するような事項もあり、日本の高温多湿な気候条件を踏まえつつ、食の安心・安全が確保されることを前提に、食品の有効利用などの解決策になり得るフードバンク、食品ロスの減少につながるドギーバッグなど、「食の安心・安全」と「もったいない」という点をうまく両立させ、そうした仕組みを活用する人材を募る必要があると考えています。

さらに、食品事業者、消費者団体、フードバンクなどで構成する「京都市食品ロス削減府民会議」（仮称）を設立し、余った缶詰などを入れるフードボックスの設置など、府民が直接フードバンク活動に参加できる活動の整備やそうした活動に参加を呼びかける啓発など、食品ロスの削減に向けた取組を府民運動として進める必要があります。

【食品業者と消費者の交流】
（食の安心・安全フォーラム）



【健康ばんざい
京のおばんざい弁当の例】



【ドギーバッグ】
(農林水産省ホームページから引用)



5 京都ならではの食育の推進

【重点事項】

京都には、長い歴史の中で培われた、日本が誇る食文化が形成されており、和食については、ユネスコ無形文化遺産にも登録されています。

そうした食文化は、料理人だけでなく、食材の生産者、器やあしらい等に携わる人など多くの関係者によって支えられています。

京都の食文化は、まさに世界に誇る貴重な遺産であり、その継承対策の強化が必要です。

こうした観点から、「京都ならではの食育の推進」においては、「**食文化の継承対策の強化**」に重点的に取り組みます。

(1) 現状と課題等

京都には、和食のユネスコ無形文化遺産登録に代表される食文化が存在しています。

しかしながら、家庭料理などにおいて、その継承が十分にできていないという課題があります。その原因としては、核家族化が考えられます。

また、食材だけでなく、飾り切りなどの技術、あしらい、器など和食の美学を楽しむ文化があり、こうした文化も含めてその継承を考えていく必要があると考えています。

さらに、和食だけでなく、京都には、食に関する様々な人材が存在しており、例えば、学校が食育の一環として、近隣の農家の協力を得つつ、子供たちが栽培した農作物を自ら郷土料理として調理し、その由来も地元の方に教えてもらうことができれば、単に調理力を上げるだけでなく、食文化や歴史に至るまで理解が進み、その成果は大きなものになります。

こうした多様な人材をつなぐことにより、食育を通じて交流が生まれ、個々の地域の活性化も期待できます。

個々の地域には、独自の文化・習慣が根付いており、食文化に関して、地域の交流により伝承されていくことが期待されています。

その一方で、個々の地域の交流が、人口の減少などを背景に、希薄になりつつあるという課題もあります。

(2) 対 策

家庭料理などにおいて、その継承が十分にできていないことについては、京都における季節の「行事食」、家庭料理である「おぼんざい」などの作り方を具体的にレシピ化し、また実際に作り・学ぶ機会を提供すること（P32 計画目標 11 参照）が必要です。

また、個々の地域の交流の希薄化について、地域の食を活性化するには、食育活動をはじめとした人の交流の場を増やすことが必要です。

例えば、小学校等を拠点とした食育活動による地域の交流、直売所等における地元農林水産物、食事、宅配サービスの提供、食育活動などによる地域の食を通じた交流の拠点化が考えられます。

こうした拠点に京都が誇る食の様々な分野の達人である「きょうと食いく先生」を派遣し、食を通じた交流をさらに活発化すること（P32 計画目標 12 参照）も必要です。

さらに、日頃から「おばんざい」に慣れ親しむとともに、健康面にも配慮された「健康ばんざい京のおばんざい弁当」の販売を促進すること（P32 計画目標 13 参照）は、健康増進だけでなく、京都の食文化継承に必要です。

(3) 関係者にお願いしたいこと

「京都ならではの食育の推進」において、関係者として、地縁団体などの「地域の活動グループ」、「大学、研究機関」などがあり、次のようなことをお願いしたいと考えています。

▶ 「地域の活動グループ」にお願いしたいこと

○食育の実践機会の提供

- ・地域の食文化の伝承
- ・地域を構成する各家庭の交流の促進
- ・地域に適した食育の取組を実施

▶ 「大学、研究機関」にお願いしたいこと

○食文化の研究・保存

- ・地域の食文化の研究
- ・映像データなどの食文化の保存



【小学校で地域の方を
講師に ちまきづくり】



【行事食等を学ぶ
ふるさと料理塾】

第3次京都府食育推進計画における



京野菜スクールガーデンでの
きょうと食いく先生等の授業

○ 校内外で、地域の食育先生や農業士等の協力の中で、京野菜等の生産を通して、命をいただくことや地域の伝統の食を体験

《事業事業イメージ》

- ・地域の農家等と行う学校農園等の整備
- ・きょうと食育先生の活動拡大
- ・「お弁当の日」の実施拡大
- ・府食育推進計画等をマンガにして、わかりやすく食の大切さを知らせる材料に

正しい食情報を上手に活用する健康家族

- 家族が食べる食の選択や料理のためのわかりやすい情報を簡単に入手できるように提供
- 《事業イメージ》
- ・食の府民大学の開講(講義内容のインターネット配信)
 - ・食に関するリスクコミュニケーションの開催や食品表示法(栄養成分表示や機能性表示)等の情報提供



京都を担う子供たちの
味蓄(未来)の故郷づくり

- 三つ子の魂百までと言われるように、味蓄(舌の味覚センサー)が発達するまでに、ふるさとの食材、伝統的な料理などを体験し、生涯の食に影響する「味蓄」を確立
- 《事業イメージ》
- ・きょうと食いく先生の授業と幼児用調理資材等の貸出し



生涯を通じた食育施策の展開イメージ



健康診断の活用と社員食堂等での昼食の見直し

○ 健康で働き続けられる体のため、健康診断等とタイアップした、野菜摂取と減塩の励行等を目指した労働者の昼食環境の高まりを醸成

《事業イメージ》

- ・社員食堂における地元農林水産物提供の推進
- ・きょうと健康おもてなし食の健康づくり応援店の増加

だれもが、自らの食を見つめ直し、健康な日々のために自ら行動することを「食育宣言」として発信できる環境を整備

地元農林水産物(故郷の食)で健康長寿

○ 人生の終盤、ふるさとの味に包まれながら、健康な生活、豊かな人生を全うできる食環境を支援

《事業イメージ》

- ・福祉施設における地元農林水産物提供の推進
- ・京野菜ランド等における、地元農林水産物等を活用した地域食の提供の推進



■ 第3章 計画の目標一覧

京都府では、第3次食育推進計画の策定に当たって、次のような目標を定め、その達成を目指します。

1 目標一覧

それぞれの目標は、次のとおりです。

	項目	現 状 (26年度)	目 標 (32年度)	備 考
1	実践型食育を実施している小・中学校の割合	57%	100%	新 規
2	「お弁当の日」を実施する府内の学校の数	20校	30校	新 規
3	学校給食への地元農林水産物の供給品目数の割合	18%	30%	
4	大学、企業、老人施設等の食堂で地元農林水産物を多く使用する「たんとおあがり京都府産施設」の増加	145施設	200施設	新 規
5	食品表示法や機能性表示食品等に関する講習会の開催	—	年5回	新 規
6	「きょうと健康おもてなし食の健康づくり応援店」の増加	567店舗	800店舗	新 規
7	食の安心・安全府民大学（仮称）の開講	—	年6回	新 規
8	朝食を毎日食べる府内小学生の割合（6年生）	87%	95%	
	朝食を毎日食べる府内中学生の割合（3年生）	82%	90%	
9	食育宣言を行い、健全な食生活をおくる府民	—	10,000人	新 規
10	食事の宅配事業を実施する「京野菜ランド」の数	—	5カ所	新 規
11	京都における季節の行事食などの研修会の実施	—	年4回	新 規
12	「きょうと食いく先生」の授業数の増加	108授業	300授業	新 規
13	「健康ばんざい京のおばんざい弁当」の販売数	年6,285個	年15,000個	新 規

2 目標の考え方

それぞれの目標設定の考え方は、次のとおりです。

項目		目標設定の考え方
1	実践型食育を実施している小・中学校の割合	食育基本法において、重要とされている農業体験・調理などの実践型食育を強化し、とりわけ、子どもたちへの食育を重点化したいと考えています。
2	「お弁当の日」を実施する府内の学校の数	
3	学校給食への地元農林水産物の供給品目数の割合	地産地消を推進し、栄養価の高い食事を確保するだけでなく、輸送エネルギーなどの発生抑制など環境にも配慮しつつ、全ての世代がその恩恵に浴することを促進したいと考えています。
4	大学、企業、老人施設等の食堂で地元農林水産物を多く使用する「たんとおあがり京都府産施設」の増加	
5	食品表示法や機能性表示食品等に関する講習会の開催	食品表示等に関する知識等を取得することで府民の健康増進につなげたいと考えています。
6	「きょうと健康おもてなし食の健康づくり応援店」の増加	①野菜たっぷりメニュー、②塩分控えめメニュー又は③アレルギー表示のいずれかを実施している「きょうと健康おもてなし食の健康づくり応援店」を増加させることで、府民の健康増進につなげたいと考えています。
7	食の安心・安全府民大学（仮称）の開講	食の安心・安全に関すること、調理に関すること、食を選ぶことに関すること、京都の食文化に関することなど、食に関することを総合的に学べる機会を提供することで、家庭の食育推進など、複合的な効果を発揮したいと考えています。
8	朝食を毎日食べる府内小学生の割合（6年生）	朝食は、極めて重要な働きをしており、とりわけ、子どもたちが朝食を欠食しないよう家庭に働きかけていきたいと考えています。
	朝食を毎日食べる府内中学生の割合（3年生）	
9	食育宣言を行い、健全な食生活をおくる府民	単独世帯の増加など、様々なライフスタイルがあり、家庭だけでなく、府民がつながり、個々の自発的な食育活動につなげたいと考えています。

10	食事の宅配事業を実施する「京野菜ランド」の数	今後の少子高齢化の進展を踏まえれば、自ら調理できない方の増加も見込まれ、地産地消を前提とした良質な食事を提供できる環境整備が必要と考えています。
11	京都における季節の行事食などの研修会の実施	和食のユネスコ無形文化遺産登録に代表される京都の食文化を積極的に後世に残していく必要があると考えています。
12	「きょうと食いく先生」の授業数の増加	食に関するエキスパートである「きょうと食いく先生」が持つ、知識や経験を子どもたちや府民に広げることにより、京都の食文化の裾野を広げていきたいと考えています。
13	「健康ばんざい京のおばんざい弁当」の販売数	「栄養」や「京都らしさ」の一定の基準を満たした「健康ばんざい京のおばんざい弁当」を広めることで、京都の食文化の継承など、複合的な効果を発揮したいと考えています。

3 推進体制と計画の進行管理

(1) 推進体制

ア 府民運動として推進

- ・ 食育に関連する様々な団体が加入している「きょうと食育ネットワーク」やその他食育に関わる団体と連携し、食育を府民運動として推進します。
- ・ 府民により近い市町村と連携し、それぞれの役割に基づく取組を推進します。

イ 京都府内における体制

京都府の消費者行政の推進を図るための全庁的な組織である京都府くらしの安心・安全推進本部に置かれた食の安心・安全部会において、関係部局が連携し、総合的に食育の取組を進めます。

(2) 計画の進行管理等

ア 行動計画の管理・公表

この計画に基づき年度別の行動計画を策定し、実施状況についてホームページ等で公表します。

イ 実施状況の点検と翌年度計画への反映

この計画に基づく年度別の実施状況をまとめ、関係団体で構成される協議会において点検し、その点検結果を翌年度の計画に反映させます。

■ 用語集

ア 行

■ 栄養教諭

学校において子どもたちに対する「食に関する指導」と「学校給食の管理」を一体的に行う教職員のことです。国が平成17年4月から制度を導入し、京都府では平成18年4月から学校への栄養教諭の配置を開始しました。学校における「食に関する指導」の中核的な役割を担っています。

■ おばんざい

京都の人が昔から食べてきた家庭料理であり、一般的には日常なおそうざいといった料理です。

■ お弁当の日

子どもが自分で作った弁当を学校へ持って来て食べるなどの取組を「お弁当の日」として、全国的な広がりを見せています。低学年では、お弁当を自分で詰めるだけで調理はしないなど、年齢に合わせた取組がなされています。

カ 行

■ 機能性表示食品

「機能性表示食品」は、事業者の責任において、科学的根拠に基づいた機能性を表示した食品です。販売前に安全性及び機能性の根拠に関する情報などが消費者庁長官へ届け出られたものです。ただし、特定保健用食品とは異なり、消費者庁長官の個別の許可を受けたものではありません。

■ きょうと食育ネットワーク

きょうと食育ネットワークは、食育に関する活動を行う団体等の連携を促進するとともに、食育に関する啓発、情報提供等の活動を支援することにより、家庭、地域、学校、事業所等における食育の普及と推進を図るために、行政関係団体だけでなく、保健衛生関係、農林水産関係、教育関係、大学関係、商工関係、消費者関係、NPO関係、報道関係等の各種団体から構成され、平成27年12月末現在で88団体が参加しています。

今後も、京都府とともに食育を推進していきたいと考えています。

■ 京野菜ランド

京野菜について①学ぶ（体験）、②食べる、③買うことによりその魅力を体感できる産地等の直売所、食農体験農場、旬の京野菜提供店等のうち、①～③の2つ以上の機能を持つ施設を「京野菜ランド」として京都府が登録し、府民や観光客へ情報発信するこ

とにより、京野菜の魅力紹介と京野菜ファンの拡大を図っています。

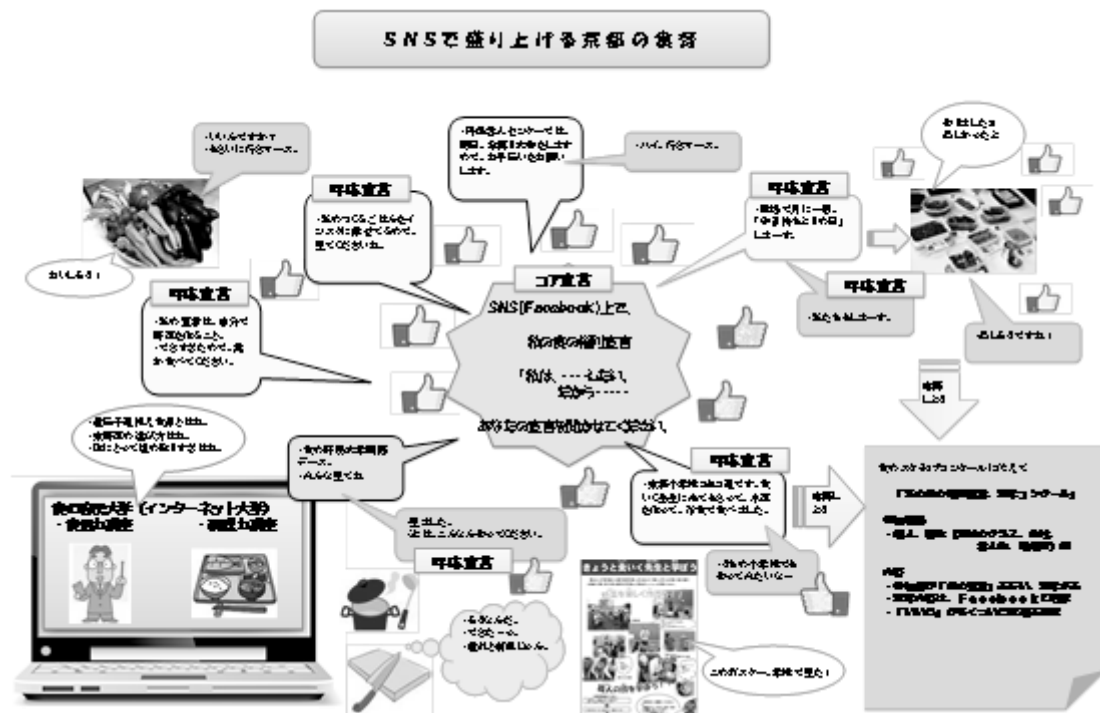
■孤食

家族がいながら、家庭内で一人で食事することを「孤食」といいます。家族で食卓を囲む団らんやふれあいの場がなく、栄養面においても簡便な食品だけで簡単にすましてしまうなど、栄養摂取の偏りや食事軽視の心が植え付けられ、特に子どもにとって、心身の健全な成長が阻害されることが懸念されています。

サ行

■食育宣言（食生き宣言）

SNS等において、府民が自らの食に関して、自らの目標を自ら宣言することにより、自発的な取組を促すとともに、そうした取組に共鳴する府民を増やすことにより、食育の輪を広げようとする活動です。



■食育基本法（平成17年法律第63号）

国民が健全な心身を培い、豊かな人間性を育むため、食育に関する施策を総合的かつ計画的に推進すること等を目的とし、平成17年7月15日に施行されました。

■食育推進基本計画

食育基本法に基づき、国において平成18年3月31日に策定されました。この計画は、平成18年度から22年度までの5年間を計画期間とし、食育の推進に関する施策の基本的な方針や食育の推進目標や総合的な促進に関する事項などが示されています。5年毎

に新たな計画が策定されています。

■食生活改善推進員

市町村が開催する養成講座を修了した者で、「私達の健康は私達の手で」をスローガンに食生活改善及び健康づくりの案内役として地域で活動するボランティアです。

■（きょうと）食いく先生

専門的な知識を持つ農林水産業者・食品加工業者・料理人などで、学校等において子どもたちなどに対して農林水産業体験や調理体験を体系的に指導する人のことです。

■食農体験農場

食べ物を大切に作る心や感謝の気持ちを持ち、たくましく生きる力を身に付けるため、未来を担う子どもを始めとする府民が、五感をいきいきと発揮させ、京都ならではの茶や京野菜などの種まきから施肥・除草、収穫、加工・調理まで一連の食農体験ができる農場です。

■食品表示法（平成 25 年法律第 70 号）

食品を摂取する際の安全性及び一般消費者の自主的かつ合理的な食品選択の機会を確保するため、食品衛生法、JAS法及び健康増進法の食品の表示に関する規定を統合して食品の表示に関する包括的かつ一元的な制度を創設し、①整合性の取れた表示基準の制定、②消費者、事業者双方にとって分かりやすい表示、③消費者の日々の栄養・食生活管理による健康増進に寄与、④効果的・効率的な法執行等を目的とし、平成27年4月1日から、順次、施行されています。

■生活研究グループ

農家女性で組織され、農産物生産活動、朝市等直売活動、地域農産物を活用した加工販売活動、地域環境美化活動、郷土料理掘り起こし活動及び伝承活動に取り組んでいます。生活改善グループという名称の場合もあります。

タ 行

■「たんとおあがり 京都府産」施設

京都府では、地産地消を推進していますが、病院、福祉施設、社員食堂を有する企業、大学について、京都府産の農産物の利用と食文化等の情報発信を意欲的に行うなどの一定の要件を満たすものを「たんとおあがり 京都府産」施設として「いただきます。地元産」推進協議会が認定しています。

■地産地消

地産地消とは、「地域で生産されたものをその地域で消費する」ことが基本であり、生産者と消費者がより身近な関係になって、相互に信頼関係が築かれることを目指して

います。

■朝食の欠食

朝食の欠食とは、欠食統計をまとめている厚生労働省において、①食事をしなかった場合、②錠剤などによる栄養素の補給、栄養ドリンクのみの場合、③菓子、果物、乳製品、嗜好飲料などの食品のみを食べた場合 の3つと定義しています。

■凍結含浸法

加熱－冷凍－解凍－減圧－冷蔵－加熱殺菌などの作業工程と酵素を利用し、食材の見た目は変えずに、プリンのように食材を柔らかく調理し、噛むことや飲み込むことが困難な方でも食事を楽しめる調理法です。

■ドギーバッグ

外食において食べ残しを持ち帰る容器や袋で、アメリカの外食産業では一般的な制度です。日本でもそうした制度はありますが、アメリカほどは普及していません。

ナ行

■中食（なかしょく）

持ち帰り弁当、そう菜等そのまま食事として食べられる状態に調理されたものを家などに持ち帰って利用するものを「中食」（なかしょく）と言います。

ハ行

■「早寝 早起き 朝ごはん」運動

子どもたちの基本的な生活習慣の確立や生活リズムの向上を全国的な活動として取り組むため、平成 18 年 4 月に 100 を超える個人や団体（PTA、子ども会、青少年団体等）により活動の推進母体として全国協議会が設立され、国民運動として各地で積極的に啓発活動が展開されています。

■BMI

body mass index のことで、体重 (kg) を、身長 (m) の 2 乗で除したものです。例えば、身長 160cm、体重 60kg の場合は、

$$BMI = 60 \div (1.6 \times 1.6) \doteq 23.4$$

となります。BMI 18.5 未満は低体重（やせ）、BMI 25 以上は肥満とされています。

■フードバンク

賞味期限が切れる直前に、そうした食料品を回収し、必要とする施設等に配付する活動・団体をフードバンクと言います。

計画策定の経過

- 第1回食育推進懇談会 平成27年9月9日
食育をめぐる現状と課題等について意見交換
- 第2回食育推進懇談会 平成27年10月13日
食育推進計画の骨子（案）の検討
- 12月府議会に骨子（案）を報告
- 第3回食育推進懇談会 平成27年12月22日
食育推進計画最終（案）に向けての検討
- 意見募集 平成27年12月28日～平成28年1月20日
- 第4回食育推進懇談会 平成28年3月2日
食育推進計画最終（案）の策定
- 2月府議会に最終案を報告

■食育推進懇談会メンバー

井上雅道	学校法人 睦美学園 理事長	
今里 滋	同志社大学大学院総合政策科学研究科 教授	【座長】
大谷 貴美子	京都府立大学大学院生命環境科学研究科 教授	
奥田 智代	京都府生活研究グループ連絡協議会 会長	
木村 美枝子	公益社団法人 京都府栄養士会 副会長	
小林 智子	京都府学校給食研究会 副会長(福知山市立中六人部小学校長)	
酒向 美也子	京都生活協同組合 組織運営部マネジャー	
橘 宏	一般社団法人 京都工場保健会 常務理事	
富野 暉一郎	龍谷大学 名誉教授	
濱中 貴志	京都府漁業協同組合 組織部次長	
福井 有紀	京都府農業協同組合中央会総合企画部くらしの活動推進課課長	
山下 泰生	株式会社 堀場製作所 理事	

(敬称略、五十音順、役職等は第1回懇談会開催時のもの)

■ 附属資料 **食育に関する京都府ホームページURL** 平成 28 年 3 月現在

きょうと食育情報

■ <http://www.pref.kyoto.jp/shokuiku/>



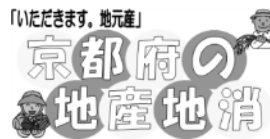
きょうと食育ネットワーク

■ <http://www.pref.kyoto.jp/shokuiku/network.html>



京都府の地産地消

■ <http://www.pref.kyoto.jp/tisantisho/>



「たんとおあがり 京都府産」施設

■ <http://www.pref.kyoto.jp/tisantisho/1165913652332.html>



京野菜ランド

■ <http://www.pref.kyoto.jp/tisantisho/20151105.html>



きょうと食農体験農場

■ <http://www.pref.kyoto.jp/shokuiku/130319.html>



食の安心・安全きょうと

■ <http://www.pref.kyoto.jp/shoku-anshin/>



健康ばんざい 京のおばんざい弁当シリーズ

■ <http://www.pref.kyoto.jp/obanzai/>



きょうと 健康 おもてなし 食の健康づくり応援店

■ <http://www.pref.kyoto.jp/shoku-joho/ouenten.html>



発行：平成 28 年 3 月

京都府農林水産部食の安心・安全推進課