

## 平成27年度第3回京都府食育推進懇談会

平成27年12月22日  
京都府職員福利厚生センター  
第4、5会議室

### 1 開 会

### 2 あいさつ

### 3 議 事

- (1) 第2回食育推進懇談会での主な意見について……………(資料1)
- (2) 次期(第3次)食育推進計画の骨子(案)について……………(資料2) p1～p27
- (3) 次期(第3次)食育推進計画の目標設定について……………(資料2) p28～p30

### 4 その他

### 5 閉 会

### 第3次 京都府食育推進懇談会委員

	氏 名	所 属
1	いのうえ まきみち 井上 雅道	学校法人 睦美学園 理事長(睦美幼稚園)
2	いまさと しげる 今里 滋	同志社大学大学院総合政策科学研究科 教授
3	おおたに きみこ 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
4	おくだ ちよ 奥田 智代	京都府生活研究グループ連絡協議会 会長
5	きむら みえこ 木村 美枝子	公益社団法人 京都府栄養士会 副会長
6	こばやし ともこ 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)
7	きこう みやこ 酒向 美也子	京都生活協同組合 組織運営部マネージャー
8	たちばな ひろし 橘 宏	一般社団法人 京都工場保健会 常務理事
9	とみの きいちろう 富野 暉一郎	龍谷大学 名誉教授
10	はまなか たかし 濱中 貴志	京都府漁業協同組合 組織部次長
11	ふくい ゆき 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
12	やました やすお 山下 泰生	株式会社 堀場製作所 理事

欠席

欠席

(敬称略 五十音順)

今里座長



井上委員 ○

奥田委員 ○

小林委員 ○

富野委員 ○

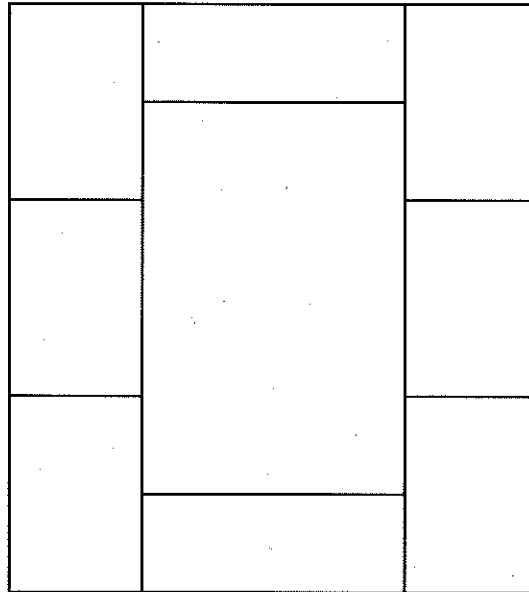
山下委員 ○

○ 大谷委員

○ 木村委員

○ 橘委員

○ 濱中委員



副課長



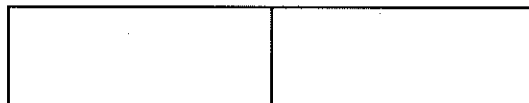
部長



理事



副課長



事務局



健対



京都市



保体副課長



事務局



事務局



事務局



事務局

(座長)

今回は第1回懇談会の議論をとりまとめた上で、次期計画の目標設定と目標達成のための具体策等に関連して御意見をいただきたい。

(1) 第1回食育推進懇談会での主な意見について

(事務局)

前回懇談会でいただいた御意見を、5つの重要事項とその課題として整理。

- 【重要事項】
- ①世代に応じた食育の推進
  - ②健康増進につながる食育の推進
  - ③家庭における食育の推進
  - ④ライフスタイルの多様化に対応する食育の推進
  - ⑤京都ならではの食育の推進

国で検討中の第3次食育推進基本計画重点課題案は次のとおり。

- ①若い世代を中心とした食育の推進
- ②多様な暮らしを支える食育の推進
- ③健康寿命の延伸につながる食育の推進
- ④食の循環や環境を意識した食育の推進
- ⑤食文化の継承に向けた食育の推進

(座長)

前回の議論で、ライフスタイルの多様化に対する食育に関して、環境食という言葉で、生活環境や時間帯によって食はそれぞれ違う。外食時にどういう店を選ぶのかという話があった。この環境食という言葉は。

(事務局)

家庭の食を前提としない、コンビニ、会社の昼食、家庭以外の食事を大切にしていこうという御意見。

(委員)

府内企業関係者の健康診断時アンケート調査によると、週三日以上朝食抜く人は20,30代男性で30%超、同20代女性で28%と高い数値。女性の主婦層はそれに比べ低い。朝食を抜く理由に、睡眠時間の優先等が上がっている。

(委員)

朝食の欠食状況が非常に鮮明に出ている。大学生の欠食や、欠食の理由等も加えて考え、どうやったら食べられるか探るのも一つの手法。若い人にとって朝食は特に重要と思われる。朝食提供を実施している大学もある。

## (2) 次期（第3次）食育推進計画策定に向けた文書構造案について

(事務局)

前回計画では3つであった施策の展開方向を、今回は前出の重要事項5つをそのまま展開方向とし、更に、その展開のなかで重点化する事項を次のとおりとしたい。

### 【展開の方向】

- ・ 世代に応じた食育の推進 → 未来を担う子どもや若い世代に対する食育を強化
- ・ 健康増進につながる食育の推進 → 健康増進に関連した食に関する正しい知識の普及活動を強化
- ・ 家庭における食育の推進 → 朝ご飯を毎日食べる運動を強化
- ・ ライフスタイルの多様化に対応する食育の推進 → 家庭以外における食事の大切さの啓発活動
- ・ 京都ならではの食育の推進 → 食文化の継承対策を強化

### 【重点化】

(委員)

若い世代の食育とは、どういう食育か。

(事務局)

対象は10代、20代働いてる人のイメージ。朝ご飯を食べないのが企業の業績に良くないと、企業側へ朝食準備を働きかける等。

(委員)

個人に対する食育と企業に対する食育は性質が少し違う。事業者や学校等団体等に対する働きかけと、個人に対する働きかけは分けて考えた方がよい。企業に対して食育する場合はアプローチを明確に。

(委員)

未来を担う子どもとは高校生か。高校生であれば、社会にでる手前であり、食育を働きかけるのは良いこと。府下の農業高校等と食育事業をコラボすると学生自身の関心度があるのでは。山形や東北ではとても推進しており、子ども自身に管理させる環境を作っている。全てを用意するのではなく、子ども自らが進める食育を。

(事務局)

高校生の食育は課内でも議論。大分県では、まもなく一人で生活するという前提で食育を進めている。では、京都ではどうなのか、これから議論を進めていく。

(委員)

教育関係機関で食育にどのように取り組んでいるのか分かりにくい。食育授業の提案を地元の学校に申し込んでも調整が難しい。幼稚園児が先生とミカン狩りに来たとき、いつもと違う環境で園児は感心をもって話を聞いてくれているのに、先生に、早くお願いしますと言われたことがある。食育は大切だと言いながら、なにか食い違いが起こっている。

(委員)

府内市町の中学校で、給食での食育に関わって、昼食時間がすごく短時間で食育するのは難しいと感じた。幼児、小学校で食育やっても中高でやらなくなり、また一からとなってしまうように。一人一人の意識を変えることが必要。例えば、当たり前のように給食のパンを返す生徒に先生が食べるように指導する等。

家庭科を食育に関連づけたプライマリーサイエンス(初期の科学)として役割を高める。また、先生の意識を高め、どう食育につなげるか。

(座長)

単純に若い世代といってしまうと食育の実効性がないので、現場の先生をからめてやることはどうか。

(委員)

貧困の問題や親の労働環境が議論されていない。子どもだけに理想論語っても難しい。

(委員)

食文化に関して、地域と家庭両方で取り組むことが大切。

(委員)

朝食欠食率の資料があるが、どこまでが朝食なのか、中身は。何か食べればいいわけではない。どういった内容で食べるのかが大事。主婦層は子どもの弁当つくるのに併せ、自分も食べているので欠食率が低いのか。自分が朝食を食べないと子どもの分も作らない傾向にあるのでは。

(委員)

前は3だった重点項目が今回5に。食育は内容が幅広く、細かく分けるのもよいが、これも、あれもしないといけない、ように見えてしまわないか。食育という観点、更に前回、前々回の計画を振り返って今回の目玉に持ってきた方が広げやすいのでは。

(座長)

いまの御意見は次の目標のところでは議論を。

### (3) 次期(第3次)食育推進計画の目標について

(事務局)

国の目標の推移及び府の目標の達成状況を説明。(資料に基づき説明)

(座長)

目標設定や具体策につながる御意見をいただきたい。

(委員)

世代を分けてもらっているが、やること、体験できることは世代で違うけれども、何を

伝えたいのかは共通にしておくのがよい。そこを目標に据えるのはどうか。

個人に対する食育で何を大切にするのかは色々あるので、多くの意見をもらうのがよい。

(委員)

前回計画の目標には食農体験農場の数を増やすとあり、体験する場所は増えたが利用はどうか。

(事務局)

場所の数が増えた分、利用も増えている。

(委員)

食育に無関心な人の犠牲は子どもであるように思う。この点、目標設定が必要では。農業体験、収穫体験、収穫物を利用した調理体験等で子どもは充実感を覚える。できることを目標に設定すべき。学校給食等の機会を利用して調理体験することの数を増やすことを目標にできないか。

食育は小さい時から始めるほどよい。2歳でも、おにぎりづくりはできる。小さいときから食に関心をもたせ、無関心にならないように。保護者や先生を巻き込んで。

(事務局)

地産地消と中学での給食が国の目標にある。

(座長)

生き抜く力を育てる食育ということになるのでは。

(委員)

福井県小浜市では4歳でいわしの手開き、あじの3枚おろしを実践。親は必ず見に行かないと行けない。京都府では、どんな食材をターゲットにするのか決めるのはどうか。

(委員)

学校によって家庭科のなかに食育を取り入れられる程度は違いうだろうが、食材の買い物＋調理実習を実施しているところや、理科の授業で栽培した農作物を調理実習の材料として組み合わせている学校もある模様。

(委員)

既に実施されているのかもしれないが、小学校には専門の家庭科の先生はいないが、栄養教諭の先生や調理員さんに食育に関連した話をしてもらう等の機会があってもよいのでは。

(委員)

出汁をとれることや包丁で飾りぎりができること等を、食育計画を実行するにあたっての達成目標にするのはどうか。

(委員)

企業や団体が子どもを対象に食育活動をしている例もある。そのような活動ができるよう、また、情報が得られるようネットワークをつくるのが、行政の役割のひとつでは。

(委員)

食育に限らず、学校が色々と期待されすぎではないか。学校はやることが多くて、新しいことを提案されても受けられない状況ではないか。カリキュラムを変えるところから、また、それを含めた方向で考えないといけないのでは。

学校で直接、食育をやるのか、外で地域の活動としてやるのか。校庭を利用し、地域の団体が責任を持ち、子どもが遊び学ぶ企画をしたことがある。学校に求めるのは分かるけれど、学校だけではどうすればいいのとなる。正しいとはわかっていてもできない。

(委員)

興味がある者だけでなく、全員参加であるべき。例えば新しい遠足のスタイルを探るとか。

(事務局)

府下70%の学校内に畑がある。また、学校の近くで提携し利用できる農地があるところを含むともう少し数字は上がる。これを活かしたい。

(委員)

地域の援農ボランティア等にサポートをお世話になり、一緒に子育てや食育をすることも可能。子どもが自分で農作物に触れないと、普段食べているものが何からできている、これを食べるとどうなるということがわからない。

(委員)

地域の人が手を出しすぎると子ども達が体験するものがなくなるので、生育不良で収穫物がなくなるとだめだからと、別に作ってあげる等はしないほうがよい。

(委員)

子どもは学校や地域で食育を学べるが、何を学ぶかという中身自体は変わらないので、学校でやっていく内容は、これまでの計画にもあったことで、やり続けていけないといけないものをやっていくというやり方でもよいのでは。

(委員)

学校側へ提案するのではなく、学校に方針や目標を聞けば違ってくるのでは。主体的に考えてもらうのが大切。学校で出来ることを中で議論してもらって出していく。一種の運動論。

(委員)

食育指定校の指定を受け、頑張っている例がある。



(委員)

朝ご飯を毎日食べるという重点化事項は、複数の施策の展開に関連しているのでは。

(事務局)

朝ご飯を毎日食べることは、家庭における食育及びライフスタイルの多様化に対応する食育2つの展開方向に関わる重点。

(委員)

朝食を家庭で食べるのは一つの選択肢。家庭だけというとな性に負担がかかり過ぎる。

(委員)

新入社員研修で1時間食育。食堂業者の管理栄養士がつくった昼食を食べる際に実施している。会社に入ってから食育も大切で、入社時は若く健康診断もおおむね健康だが、10、20年たつと要観察等がどんどん増える。食の問題がベースにある。

企業での食育は子どもへの食育と同じように大事。企業で改めて食育をやっていくには、全体の数字等デジタルに情報提供し、見せて理解させていくのが大切。働いている人の食育は食育の柱としてよいと考える。

(座長)

職場の食育を学んだおとうさんが家で食育することもあり得る。

(委員)

健康を考えると食事の内容、バランスが大切。企業で食事のことまでやっているところは少ない。生活習慣病や健康と関連づけてやっている。企業の健康経営はこれから。時代の流れにも合っている。

(委員)

子どもの食育は、家庭と学校どちらの場面にもある。家庭での食育は大事、でも、実践は大変。学校に求めても大変。

(委員)

食事全体量の8%が学校給食なので、給食だけで食育というのは不十分。

日本人は昼食時間をあまり大切にしていないのでは。時間をかけて食べる文化を育めば、ストレス発散やコミュニケーションの増加につながる。食を楽しむ昼食の提案はどうか。

(委員)

家庭の食というが、子どもは塾通い等で忙しい。食のことを知らない大人もいる。そんな状況で、家庭で食育をしてあげてくださいというのは、なかなか大変。

(委員)

社員食堂で昼食をとれば食事回数全体の2割ぐらいにあたり、影響を無視できない数字。食堂業者と連携して取り組み、社員に食育を理解してもらい、残り8割の食の意識を変えてもらう。

(委員)

お腹をいっぱいにするだけでなく、大事なのは親子のかかわり。中学生までくらいは、栄養も大事だが親子の関係作り。欠食の理由に親と一緒に食べたくないという意見もある。

(座長)

家庭、学校、職場等を別々に考えず循環と捉える。

(委員)

これまで家庭と学校だけが言われて、一般の人が食べる、食を選ぶ情報を社会がどうつくっていくのかという議論があまりなかった。

(座長)

企業としては、健康経営、メンタルヘルス 経営資源の強化等、経営の柱の中に食を入れる。

(委員)

食を選択するには流通等情報の発信や、その情報を読む力が必要。

(座長)

国の計画案には食の安全性が上がっている。北米では、フードシチズンシップ、食の権利回復という動きがある。

(事務局)

国の計画案には、食の安全性について自ら判断することを目標に上げている。食の安全表示、リスクコミュニケーション等京都府でも行っている。

(委員)

安心・安全 + 健康情報の見える化に取り組めないか。また、取り組む団体等表彰できないか。

(座長)

食習慣を身につける、よい方法はないか。

(委員)

職場での健康診断は義務化されている。そこに食の要素を入れることができれば。

(座長)

健康診断では、こういう食事をしましょうという一般的な指導がない。

(委員)

疾病によっては指導しているが。

(委員)

家庭では、材料の使い切りが難しく30品目の達成は難しい。業者ならやりやすい。

(委員)

京都府で推進している、おばんざいを活かし栄養バランスを考えた健康弁当や、食品企業等が提供するカット野菜等が活用できる。

(委員)

食品の安全は情報提供が不足かと思う。

(委員)

賞味期限は、おいしく食べられる期限だが、期限を過ぎると食べられないと判断していることがあるのでは。自分でにおいて食べられる食べられないと判断できることも大切では。

(委員)

食品リスクに過敏な方も。分からない中で不安を感じている。安心・安全を正しく学んでもらう機会も大切。

(座長)

魚の鮮度の話等はどうか。

(委員)

魚は鮮度云々以前の状況。子どもにとって魚は切り身。年間3000人の子どもに魚の話をするが、家で魚を食べていない、刺身か寿司くらいで魚離れ。でも、魚は嫌いではない。家で魚料理がでない、親が魚を料理できない。

海に近い学校の生徒は漁業体験したり、魚を食べる習慣はあるが、海から遠いと魚にあまり関わらない傾向。

(座長)

食材として魚という素材をみたことがない状況といえる。

(委員)

幼稚園の園児に魚の絵を描かせた際、切り身の絵を描いたことが、幼稚園の料理教室をやるきっかけ。夏みかんを酸っぱいといわず、辛いという子どももいた。本来の姿、本物を知ることが大切で、また、子どもだけでなく親の関わりも重要。子どもの食わず嫌いは、親が食べさせないことも影響。

子ども経由で親にフィードバック。子供が作った物を親が作る。その結果、母親が幼児の料理教室のスタッフになりたいというまでに。大人は文字を見てわかったように思っているが、体験しないとわからない。

(座長)

食文化の対策として、基本的な野菜、魚等食材の使い方は分かっているくらいにならな

いか。京料理は素材が大事。

(委員)

学校の現行活動に食育要素を入れられないか。

(委員)

長野県飯田市では、体験授業プログラムを実施し、県外から小中学校の児童、生徒がやって来て、観光の売りになっている。

(委員)

おままごとが本物の食材でできれば。その延長で一度やると子どもはまたやりたがる。繰り返し地域でやってあげたい。できるだけ、お金をかけずにやれたら。

(座長)

家庭、学校、職場、人生のサイクル、人生の縦横、そこがばらばらにならない食育。体験、素材、材料に触れる京都ならではの食育、個人的にも期待したい。

(事務局)

多くの重要な意見をいただいた。次回12月22日、文書化し中間案を提示したい。

第 3 次京都府食育推進計画  
骨子（案）

平成 2 8 ～ 3 2 年度

～感謝の気持ちで「いただきます。」～

平成 2 7 年 1 2 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 .....	23
5 京都ならではの食育の推進 .....	26
■ 第3章 計画の目標一覧 .....	28
1 目標一覧 .....	28
2 目標の考え方 .....	29

## ■ 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などの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、京料理や京のおば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、体験する活動をしています。

本第3次京都府食育推進計画は、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)
目標達成 2 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%
目標達成 3 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
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
目標達成 4 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
目標達成 6 食農体験農場の数(内訳) きょうと食農体験農場 京野菜ランド	0箇所	0箇所	10箇所	☆ 29箇所	☆ 34箇所	☆ 34箇所	20箇所以上
目標達成 7 「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
達成見込 8 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% [16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産物の供給品目数の割合について

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・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、地元産農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%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、朝食を毎日食べる小学生の割合95%、中学生の割合90%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、達成できませんでした。第2次計画においても、これを継続目標としました。

しかしながら、店舗数は着実に増加しており、「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。

しかしながら、策定済の市町村数も着実に増加するとともに、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れば、あえて目標化する必要性に乏しいと考えられることから、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。

### 1 世代に応じた食育の推進

#### 【重点事項】

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

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、その取組強化が重要です。

また、若い世代は、まさにこれからを担う世代ですが、不規則な食生活をして影響がでにくい時期にあり、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、家庭を築き、生まれてくる子どもたちに望ましい食生活を実現するためにも、正しい食事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をめぐる現状があり、食生活の乱れという課題も見られます。

そのなかで、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、生きた食に関する指導の教材としての役割があることから、地元産食材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、必要な量や多品目の確保ができないことや価格上の問題があるため、現状としては、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

##### (ア) 幼稚園・保育所

幼稚園・保育所に通園する園児達は、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

るもあります。

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入学後の小学校の教諭の報告があります。

また、子どもたちから親への刺激となり、食育への関心の高まりなど正の連鎖を生み出しています。

こうした取組を他の幼稚園・保育所などにも広げていくことが重要です。

#### (イ) 小・中学校

学校における食育は、食に関する全体計画に基づき、栄養教諭を中心として、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、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が大切な食育の場であることを意識させ、校種間や学年間のつながりを踏まえ、発達段階に応じて、系統立てて指導することが重要です。

また、体験を通じて学ぶことがより効果的であることから、食の専門家である「食いく先生」や食生活改善推進員、さらには地域の生産者等による耕作、収穫、調理等を体験させる実践型食育や、子どもが買い物をし、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」に取り組むなど、生活実践力を身に付けさせること（P28 計画目標 1、2 参照）も重要です。

学校給食においては、地場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（P28 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。

#### (ロ) 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はぐくむために、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、必要な知識と技術を習得させ、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 関係者に期待される役割

「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、次のような役割を果たすことが期待されます。

#### 「幼稚園・保育所」などに期待される役割

##### ○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」などに期待される役割

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り、好ましい人間関係の育成
- ・ 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
- ・生産者等、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、農作物栽培や調理等の体験活動への取組
- ・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」運動と連携して、「子どもの生活リズムの向上」の推進

(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)

(%)

		s50年	55年	60年	H2年	7年	12年	17年	22年
		1975	1980	1985	1990	1995	2000	2005	2010
総数		6.3	6.7	7.7	7.9	8.0	8.1	10.7	11.9
男性	総数	6.7	7.6	8.7	9.8	10.1	10.7	13.0	13.7
	15～19歳	10.7	12.7	10.3	14.1	13.4	13.3	18.8	14.5
	20～29歳	15.5	19.5	23.5	25.5	30.8	30.5	33.1	29.7
	30～39歳	8.5	11.6	13.8	17.8	16.6	20.1	27.0	27.0
	40～49歳	4.9	6.6	8.7	11.1	11.6	10.5	16.2	20.5
	50～59歳	4.6	4.6	6.1	6.5	5.1	9.2	11.7	13.7
	60歳以上	3.4	2.8	3.5	2.0	1.7	2.9	4.2	6.7
女性	総数	5.9	5.9	5.9	6.1	6.1	5.8	8.6	10.3
	15～19歳	14.1	8.3	13.1	10.1	8.9	9.2	10.4	14.0
	20～29歳	11.7	12.9	14.7	14.3	18.2	16.3	23.5	28.6
	30～39歳	5.3	8.1	6.4	6.5	5.6	7.5	15.0	15.1
	40～49歳	5.8	5.7	6.7	7.5	6.1	6.6	10.3	15.2
	50～59歳	4.5	4.3	5.3	5.1	4.0	5.3	8.3	10.4
	60歳以上	4.1	3.1	3.4	2.8	2.5	2.1	4.1	5.0

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、朝食の欠食率は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。

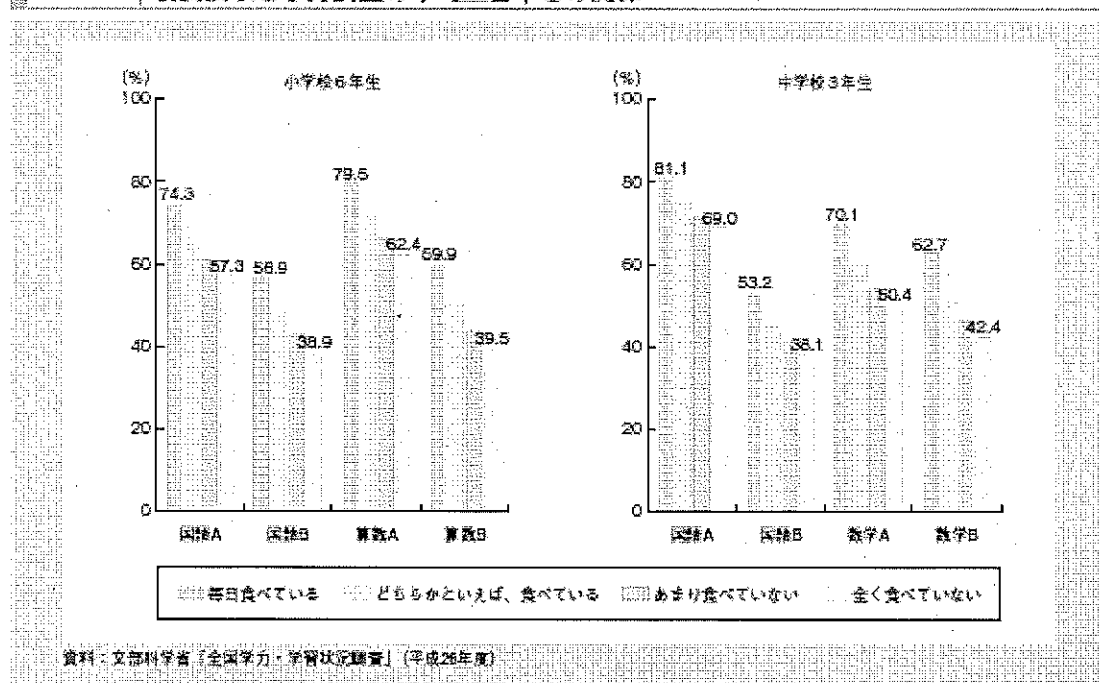
平成26年度全国学力・学習状況調査(文部科学省)  
 全国一児童(国・公・私立) 小学校6年生(109万人)、中学校3年生(106万人)

<児童の回答別 平均正答率(%)> (朝食を毎日食べていますか)

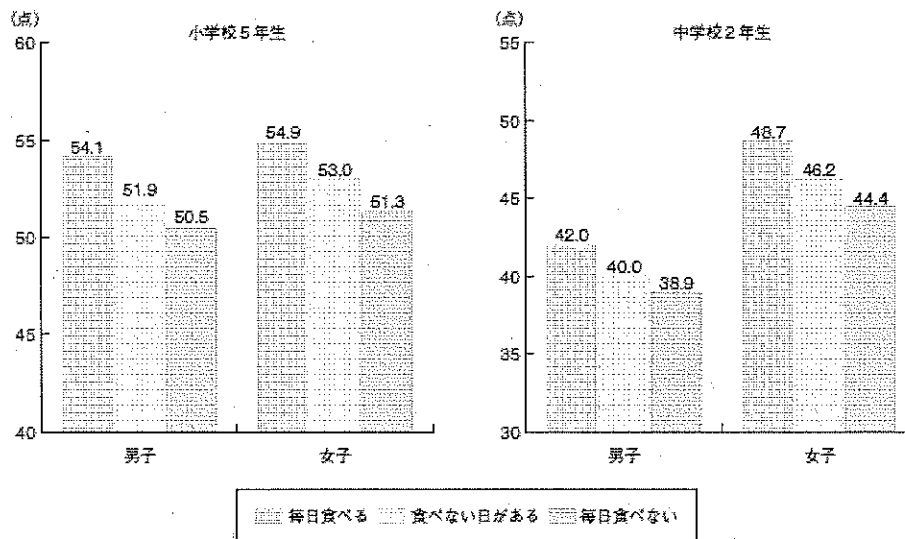
		毎日食べている①	どちらかといえば食べている	あまり食べていない	全く食べていない②	①-②
国語A	小6	74.3	66.2	61.0	57.3	17.0
	中3	81.1	75.3	71.3	69.0	12.1
国語B	小6	56.9	48.2	43.0	38.9	18.0
	中3	53.2	45.3	40.6	38.1	15.1
算数A (数学A)	小6	79.5	71.7	66.1	62.4	17.1
	中3	70.1	59.9	53.8	50.4	19.7
算数B (数学B)	小6	59.9	49.9	43.6	39.5	20.4
	中3	62.7	52.0	46.0	42.4	20.3

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。

朝食摂取と学力調査の平均正答率との関係



### 朝食の摂取状況と新体力テストの体力合計点との関係



資料：文部科学省「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」（平成25年度）

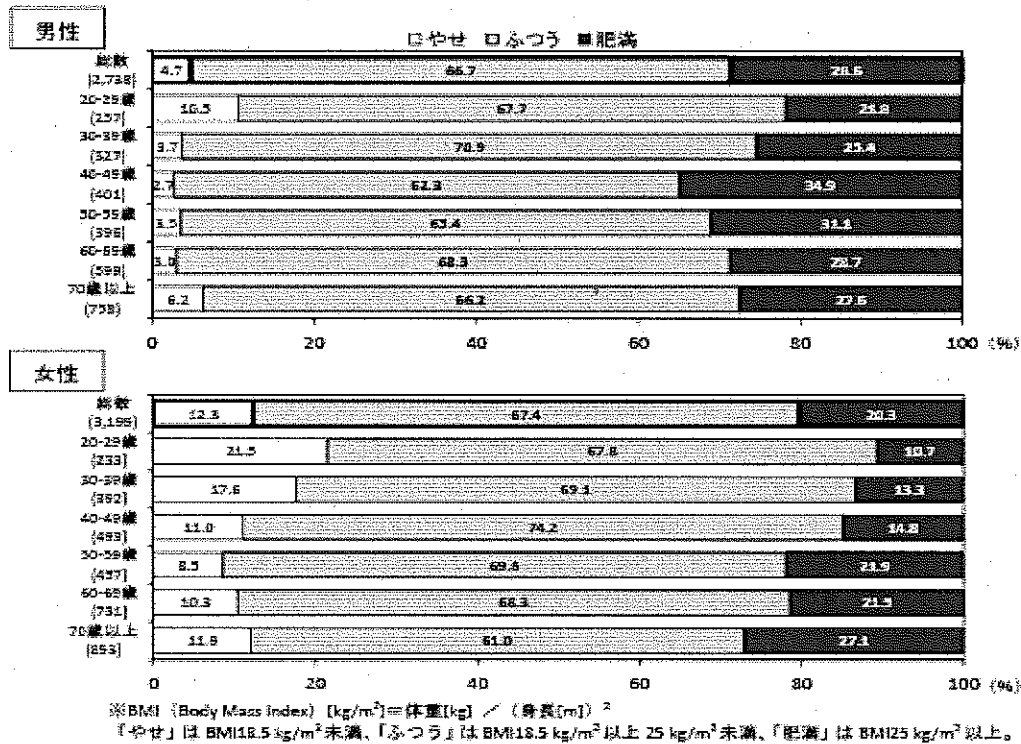
夜型生活・過度のスマホ使用・無理なダイエット等により食習慣が乱れていることから、食に対する関心が全体として希薄になり、それらを原因として、朝食を欠食する食習慣を持った世代がそうした食習慣を継続していると推測されるほか、経済的な理由も背景にあると考えられます。

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歳代のやせ過ぎ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過ぎは、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。



図1 体格の状況(BMIの範囲別人数の割合)(20歳以上、性・年齢階級別)



## 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」をあらかじめ親が納付し、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ことが必要です。

また、単に朝食をとれば良いということではなく、1日ですでに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ことが必要です。

## ウ 関係者に期待される役割

「若い世代の食」において、関係者として、「大学」、「企業」などは、次のような役割を果たすことが期待されます。

「大学」などに期待される役割

○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」などに期待される役割

○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

(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）

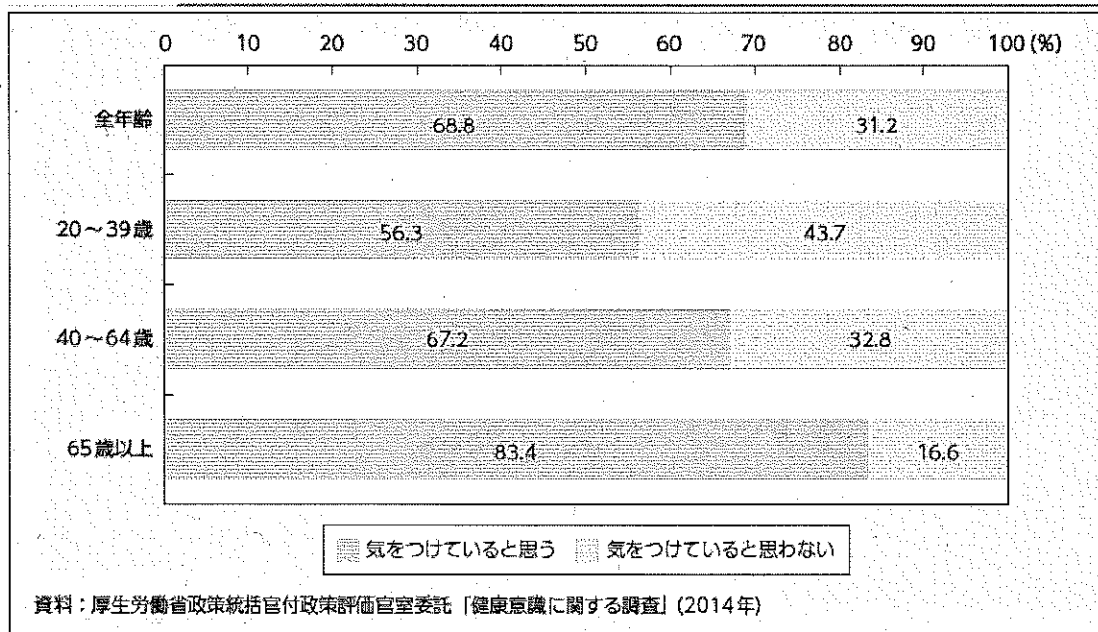
年代別1日当たり平均摂取エネルギー

（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

健康面から若い世代に比べ、比較的食生活に対して注意を払っている壮年期世代は、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、バランスのとれたものとす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 関係者に期待される役割

「壮年期の世代の食」において、関係者として、「企業」などが考えられ、次のような役割を果たすことが期待されます。

企業などに期待される役割

○健康的な食事をと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

(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、地元食材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、地元の食材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、地元食材を使った料理を提供するよう働きかけること（P28 計画目標4参照）も必要です。

ウ 関係者に期待される役割

「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」などが考えられ、次のような役割を果たすことが期待されます。

「高齢者施設」、「病院」、「食品事業者」などに期待される役割

○高齢者が食を楽しむ環境の整備

- ・ 地元の食材を使い、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

## 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るため、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、誤った食に関する情報もあり、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いるため、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」に重点的に取り組みます。

### (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、正しい知識はあつても、身体健康増進につながる食事をとるという実践にまだ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（P28 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（P28 計画目標 6 参照）が必要です。

### (3) 関係者に期待される役割

「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」などが考えられ、次のような役割を果たすことが期待されます。

「検診機関」に期待される役割

○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」に期待される役割

○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

### 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・環境作りなど、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など、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など、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など、高齢者においては、食事の介助など、多くの役割が家庭に期待されています。他にも、次のような役割が期待されています。

#### 「家庭」に期待される役割

##### ○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」にかかわる能力の向上
- ・ 「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・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

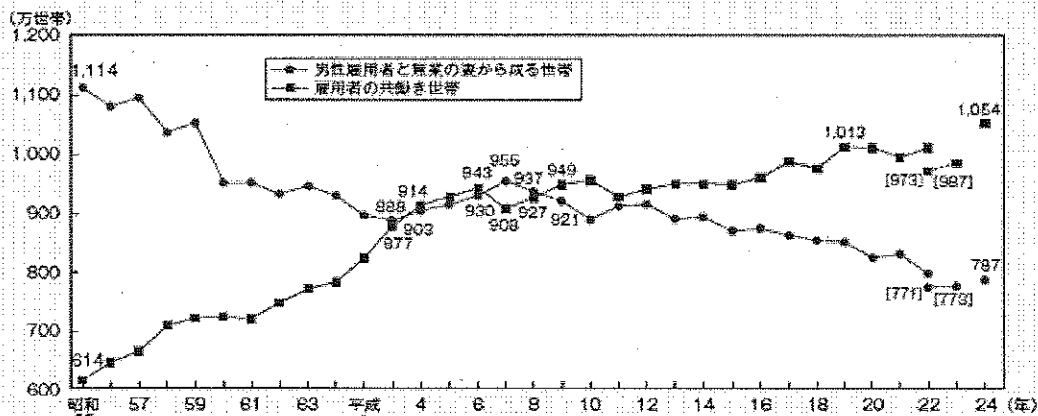
- ・子どもが食材の買い物から調理までを一人ですることにより、「調理力」だけでなく、「生活力」も養いつつ、お弁当を通じた家族の絆の強化

しかしながら、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、地域及び幼稚園・保育所・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代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。

第1-2-19回 共働き等世帯数の推移



(備考) 1. 昭和55年から平成13年までは総務庁「労働力調査特別調査」(各年2月)。ただし、昭和55年から57年は各年3月。14年以降は総務省「労働力調査(経産省計)」(各年1月)より作成。  
 2. 「男性雇用者と無業の家から成る世帯」とは、夫が非農林業雇用者で、妻が非就業者(非労働力人口及び完全失業者)の世帯。  
 3. 「雇用の共働き世帯」とは、夫婦ともに非農林業雇用者の世帯。  
 4. 平成22年及び23年の「1」の集計は、岩手県、宮城県及び福島県を除く全国の結果。

(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（P28 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、男性も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、父親が調理を行う家庭においては、子どもの食に関する関心が高いというデータ\*が示されています。

\* 中学生対象の調査で、特に男子中学生の「父はできるだけ自分で料理を作ろうと努力している」という評価と、「男性も料理をした方がいい」という調理役割の平等意識はプラスの相関がある（ $r=0.257$ 、女子中学生は $r=0.178$ ）。

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、働きかけることも必要です。

その際には、親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、「調理力」に関すること、食材や食事を見極める力「食選力」に関すること、京都のおばんざいなど郷土食に関することなどを学べる機会を提供（P28 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) 関係者に期待される役割

「家庭の食育の推進」において、関係者として、NPOなどの「食育ボランティア」、「食品事業者」などが考えられ、次のような役割を果たすことが期待されます。

「食育ボランティア」に期待される役割

○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」に期待される役割

- 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生かした啓発活動、情報提供、食育推進活動の支援 など

「食品事業者」に期待される役割

- 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

#### (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。

全国的に展開する食品関連事業者については、統一的に国が役割を果たす方が効率的であることから、本府においては、各家庭に食品ロスを減らすよう働きかけることが効率的であると考えています。

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、不要な買いだめはせず、必要な分だけ購入するということを奨励することが必要です。

ウ その他

家庭とは直接関係ありませんが、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、育成する働きをしていくことが必要と考えています。

#### 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」に重点的に取り組めます。

##### (1) 現状と課題等

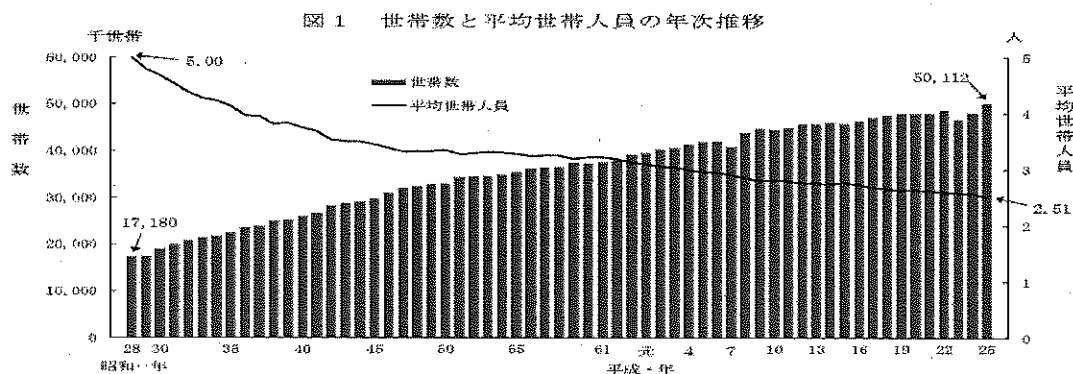
核家族化、少子高齢化、晩婚化などの進展並びに単身赴任及び離婚の増加、に伴って、単独世帯が増加しています。これらを背景とした一人で食事をする孤食や食の簡素化、欠食、食への無関心も増加しています。今後もこの傾向が継続すると考えられるため、家庭を前提とするだけでなく、単独世帯も含めてあるべき姿を具現化する必要があります。

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難い状況にあります。

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。

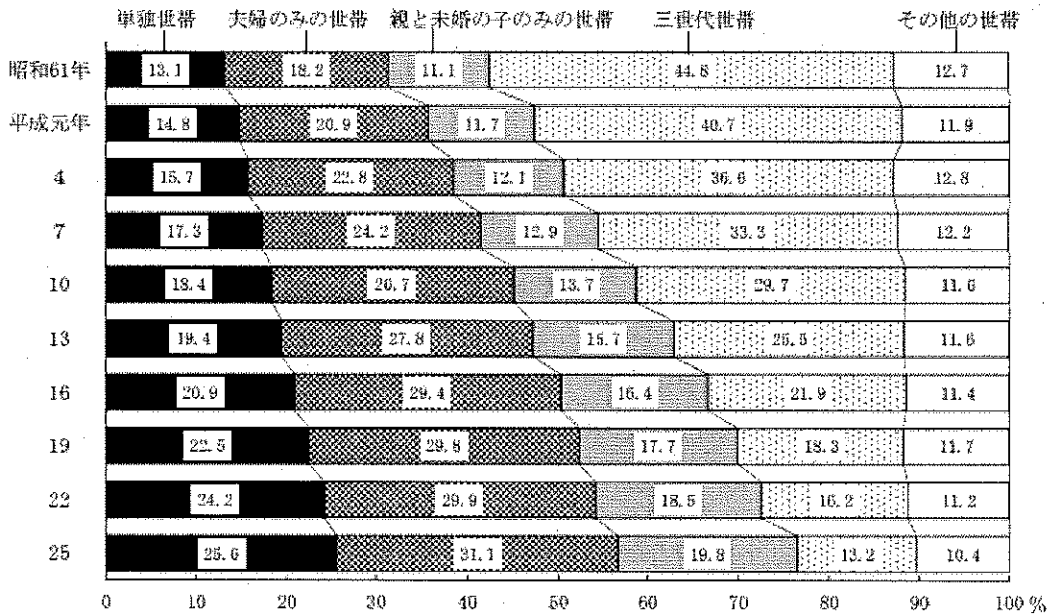
また、身体に良いという観点からカロリー、塩分などに配慮した食事を提供する飲食店等を増やすことについては、現状でもそうした店舗が数多くあるにもかかわらず、PR不足や食品表示に関する理解が進んでいないことなども考えられます。

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。



注：1) 平成7年の数値は、兵庫県を除いたものである。  
 2) 平成22年の数値は、岩手県、宮城県及び福島県を除いたものである。  
 3) 平成24年の数値は、福島県を除いたものである。

図2 世帯構造別にみた65歳以上の者のいる世帯数の構成割合の年次推移



注：1) 平成7年の数値は、兵庫県を除いたものである。

2) 「親と未婚の子のみの世帯」とは、「夫婦と未婚の子のみの世帯」「ひとり親と未婚の子のみの世帯」をいう。

(国民生活基礎調査の結果から (厚生労働省) より抜粋)

(2) 対 策

今後も、核家族化等が更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 (P28 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。

今後の少子高齢化も踏まえれば、良質な食事を提供する施設において、宅配事業を手がける店舗を増やすよう働きかけること (P28 計画目標 10 参照) も必要です。

(3) 関係者に期待される役割

「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」などが考えられ、次のような役割を果たすことが期待されます。

「食品事業者」に期待される役割

○個々の事情を勘案した食事の提供

- ・ 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」に期待される役割

○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」に期待される役割

○個々のつながりの強化

- ・ 地域の行事・食事への参加

## 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、農作物の栽培を実施する際に、近隣の農家の協力を得られた場合には、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、大きな成果が生まれるだけでなく、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、食文化に関しても、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（P28 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



おける地元食材、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（P28 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（P28 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) 関係者に期待される役割

「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」などが考えられ、次のような役割を果たすことが期待されます。

「地域の活動グループ」に期待される役割

○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

### ■ 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	備 考
1 実践型食育を実施している小・中学校の割合	57%		新 規
2 「お弁当の日」を認定・実施する小・中学校の数	—		新 規
3 学校給食への地元農産物の供給品目数の割合	18%		
4 大学、企業、老人施設等の食堂で地元食材を多く使用する「たんとおあがり京都府産施設」の増加	145 施設	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	82 店舗	店舗	新 規
7 食の安心・安全府民大学（仮）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%		
8 朝食を毎日食べる府内中学生の割合（3年生）	82%		
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	—	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 回	新 規
12 「きょうと食いく先生」の授業数の増加	108 授業	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 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」を認定・実施する小・中学校の数	
3	学校給食への地元農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食材を多く使用する「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)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。