

令和元年度食育推進施策

目 次

はじめに 食育推進施策の基本的枠組み

1 食育基本法	1
2 食育推進基本計画	2
3 食育に関する施策の推進体制	3

第1部 食育推進施策をめぐる状況

特集 若い世代を中心とした食育の推進

1 第3次食育推進基本計画における位置付け	6
2 若い世代の特徴	6
3 若い世代における食生活の現状	9
事例 大学と連携した若い世代への食育推進事業～朝食摂取に着目した取組～	11
事例 大学生のごはん適量摂取への行動変容を目指した取組 ～「3・1・2弁当箱法」体験セミナーの実施～	15
事例 「未病改善！U-40クッキング」(若い世代向け料理教室)	16
事例 「#がめ煮つくろう」～郷土料理を未来につなぐ～	18
事例 大学生と考える食品安全～カフェインをテーマに～ 「身体、ごまかしてない？」／「本当に必要？そのカフェイン」	21
4 子供の頃の食生活や今後の食生活に対する考え方	22
コラム 若い世代(20歳代及び30歳代)が育った背景	27
コラム ウェブ調査結果等を踏まえた若い世代向けの啓発資材の作成	31
5 若い世代が中心となって取り組む食育	35
事例 農業女子プロジェクトメンバーによる、次世代に“つなぐ”食育	36
事例 持続可能な農業と社会のかたちをめざして	37
事例 おいしくたべよう！災害食	38
事例 食品ロス削減へ学生が取り組む「Kyo 0 market」	39

第2部 食育推進施策の具体的取組

第1章 家庭における食育の推進

第1節 子供の基本的な生活習慣の形成	42
1 食に関する子供の基本的な生活習慣の状況	42
2 「早寝早起き朝ごはん」国民運動の推進	46
事例 潮来二中 みんなで取り組む食育・生活習慣改善プロジェクト！ (平成30年度「早寝早起き朝ごはん」推進校事業)	49

3 望ましい食習慣や知識の習得	50
第2節 妊産婦や乳幼児に関する栄養指導	51
1 妊産婦に対する栄養指導	51
コラム 「健やか親子21（第2次）」の中間評価	52
2 乳幼児の発達段階に応じた栄養指導の充実	54
第3節 子供や若者とその保護者に対する食育推進	56
事例 家族や友人と共（トモ）に食（ショク）事を ～トモショクProject～	58
第2章 学校、保育所等における食育の推進	
第1節 学校における食に関する指導体制の充実	60
第2節 学校における食に関する指導内容の充実	61
事例 ふくしまっ子の「食べる力」「感謝の心」「郷土愛」を育む 食育推進プロジェクト（つながる食育推進事業における取組）	63
第3節 学校給食の充実	64
1 学校給食の現状	64
2 地場産物等の活用の推進	66
3 米飯給食の着実な実施に向けた取組	67
事例 地域とともに取り組む学校給食を活用した 「食品ロスの削減」と「地産地消の推進」 （社会的課題に対応するための学校給食の活用事業における取組）	68
事例 学校給食における地場産農産物の活用について	69
第4節 就学前の子供に対する食育の推進	70
1 保育所における食育の推進	70
2 幼稚園における食育の推進	71
3 認定こども園における食育の推進	71
事例 よく噛んで食べる子供の育成 ～かみかみごっくんたのしいね～	73
事例 幼稚園・小学校・家庭・地域が一体となった食育の取組 ～郷土の料理「ねったぼ」作りを通して～	74
事例 地域力を生かしながら体験的に学ぶ食育 ～みかん狩り～	75
第3章 地域における食育の推進	
第1節 「食育ガイド」等の活用促進	76
第2節 健康づくりや生活習慣病の予防や改善のための取組の推進	77
1 健康寿命の延伸につながる食育の推進	77
事例 糖尿病予防戦略事業	78
事例 若い世代への栄養バランスのとれた食事の実践普及活動	78
コラム 従業員等の健康に配慮した企業の食育推進事例集	79
2 貧困の状況にある子供に対する食育推進	82
3 若い世代に対する食育推進	83
事例 地域住民のヘルスリテラシー（健やか力）向上を目指した 「おかず味噌汁」の普及活動 （第3回食育活動表彰 農林水産大臣賞受賞）	84
事例 地域とともに歩む農業高校として	85

4 高齢者に対する食育推進	86
事例 地域高齢者の「通いの場」での 「兵庫県版フレイル予防・改善プログラム」の活用	88
第3節 歯科口腔保健における食育推進	89
第4節 栄養バランスに優れた「日本型食生活」の実践の推進	92
事例 学んで食べて強くなろう！合言葉は「おにぎり」	93
第5節 食品関連事業者等による食育推進	94
事例 地域小売店と協働した減塩の取組	98
事例 「食の安全・食育」の体験型ミュージアムを運営 （第3回食育活動表彰 農林水産大臣賞受賞）	99
第6節 ボランティア活動による食育推進	100
1 ボランティアの取組の活発化がなされるような環境の整備	100
2 食生活改善推進員の健康づくり活動の促進	100
事例 地域に根付く「食による健康づくり」活動 （第3回食育活動表彰 農林水産大臣賞受賞）	104
事例 子供食堂で食を通じた「つながり作り」と「居場所作り」 （第3回食育活動表彰 農林水産大臣賞受賞）	105
第7節 専門的知識を有する人材の養成・活用	106
1 管理栄養士・栄養士の養成・活用	106
2 専門調理師・調理師の養成・活用	107
3 医学教育等における食育推進	109
事例 調理師養成施設（調理師学校）での「食育教室」の取組	110
事例 県や金融機関と連携した短期大学の地域食育推進の取組 （第3回食育活動表彰 消費・安全局長賞受賞）	111
第4章 食育推進運動の展開	
第1節 「食育月間」の取組	112
1 「食育月間」実施要綱の制定等	112
2 食育推進全国大会の開催	112
3 都道府県及び市町村における食育に関する取組	113
コラム 「第14回食育推進全国大会inやまなし」を通じた食育の普及啓発	114
コラム 食育月間の取組「消費者の部屋」特別展示 食育の週～おいしい！国産食材で豊かで健やかな食生活～	115
第2節 食育に関する施策等の総合的な情報提供	116
第3節 食育推進の取組等に対する表彰の実施	117
第4節 食育推進運動の展開における連携・協働体制の確立	118
1 食育推進計画の作成目的と位置付け	118
2 食育推進計画の作成に関するこれまでの推移	118
3 市町村食育推進計画の状況	119
事例 地域の連携による食育推進活動～食でつながる みんなのさばえ～ （第3回食育活動表彰 農林水産大臣賞受賞）	121

事例 「宮崎の豊かな食で育む「健康長寿日本一」」を目指した食育・	
地産地消活動	122
第5章 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	
第1節 農林漁業者等による体験活動の促進	124
事例 食と「いのち」のつながりを学ぶ体験プログラム	
(第3回食育活動表彰 農林水産大臣賞受賞)	125
事例 魚離れを打開！～開かれた漁協・親しみやすいみなとづくりの取組～	
(第3回食育活動表彰 消費・安全局長賞受賞)	126
第2節 都市と農山漁村との共生・対流を通じた 都市住民と農林漁業者との交流の促進	127
1 農泊を中心とした都市住民と農林漁業者の交流の促進	127
2 農山漁村の維持・活性化	127
第3節 地産地消の推進	128
事例 平戸市は「食」を育む「たからじま」	
(第3回食育活動表彰 消費・安全局長賞受賞)	129
第4節 食の循環や環境に配慮した食育の推進	130
1 食品ロス削減を目指した国民運動の展開	130
コラム 食品ロスの削減の推進に関する法律	136
コラム 食品ロス削減月間に関する取組	137
2 バイオマス利用と食品リサイクルの推進	139
第6章 食文化の継承のための活動	
第1節 ボランティア活動等における取組	142
事例 食生活改善推進員による食文化継承の取組	143
第2節 専門調理師等の活用における取組	144
事例 シェフが小学校で体験・参加型の食育授業を実施	145
第3節 「和食」の保護と次世代への継承のための産学官一体となった取組	146
コラム 「和食」の保護と継承のための取組	148
第4節 地域の食文化の魅力を再発見する取組	150
事例 食文化を大切に継承する「つなげよう宇和島の味」	151
事例 地域の食文化の継承（第34回国民文化祭・にいがた2019）	152
事例 郷土料理「吉田のうどん」の後継者に	
(第3回食育活動表彰 農林水産大臣賞受賞)	153
第5節 学校給食での郷土料理等の積極的な導入や行事の活用	154
第6節 関連情報の収集と発信	154
第7章 食品の安全性・栄養等に関する情報提供の推進	
第1節 リスクコミュニケーションの充実	156
1 リスクコミュニケーションの推進	156
2 意見交換会等	156
3 食品の安全性に関する情報提供	158
第2節 食品表示の適正化の推進	163

コラム 地域特性をいかした栄養成分表示等の活用に向けた

消費者教育に関する取組について 165

第8章 調査、研究その他の施策の推進

第1節 調査、研究等の実施 166

1 「日本人の食事摂取基準」の作成・公表、活用促進 166

2 「日本食品標準成分表」の充実、活用促進 166

3 「国民健康・栄養調査」の実施、活用 167

4 農林漁業や食生活、食料の生産、流通、消費に関する
統計調査等の実施・公表 167

コラム 「平成30年国民健康・栄養調査」結果の概要 168

事例 私たちの食品選択で持続可能な社会づくりを

－「食の窒素フットプリント」に着目した研究成果から 170

第2節 海外の「食育（Shokuiku）」に関連する状況、国際交流の推進等 171

1 食育や日本食・食文化の海外展開と海外調査の推進 171

事例 “おにぎり”で世界の貧困問題を解決する「おにぎりアクション」 173

事例 諸外国の食育施策－フードガイドの紹介 174

2 海外における食生活の改善等 175

コラム オリンピック・パラリンピック栄養プロセス 177

3 国際的な情報交換等 178

コラム G20新潟農業大臣会合の機会を利用した

日本食・食文化の魅力発信の取組等 179

第3部 食育推進施策の目標と現状に関する評価 182

資料編

参考1 食育関連予算の概要（施策別） 198

参考2 食育基本法（平成17年法律第63号） 203

参考3 第3次食育推進基本計画（平成28年3月18日食育推進会議決定） 209

参考4 掲載ウェブサイト一覧 229

図 表 目 次

図表1 食育基本法の概要 1

図表2 第3次食育推進基本計画（概要） 2

図表3 食育推進体制 3

図表1-1 健康状態（性・年代別） 6

図表1-2 肥満者（BMI $\geq 25\text{kg/m}^2$ ）の割合（20歳以上、性・年齢階級別） 7

図表1-3 やせの者（BMI $< 18.5\text{kg/m}^2$ ）の割合（20歳以上、性・年齢階級別） 7

図表1-4 若い世代における肥満者の割合の推移（性・年齢階級別） 7

図表1-5 若い世代におけるやせの者の割合の推移（性・年齢階級別） 7

図表1-6 「食育」への関心（性・年代別）	8
図表1-7 朝食の摂取頻度（性・年代別）	9
図表1-8-1 朝食を食べるために必要なこと（男性・年代別）	10
図表1-8-2 朝食を食べるために必要なこと（女性・年代別）	10
図表1-9 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事の摂取頻度（性・年代別）	12
図表1-10-1 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事のために必要なこと （男性・年代別）	13
図表1-10-2 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事のために必要なこと （女性・年代別）	13
図表1-11-1 食事時間（男性・年齢階級別）	14
図表1-11-2 食事時間（女性・年齢階級別）	14
図表1-12 地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を 継承している人の割合（性・年代別）	17
図表1-13 若い世代における伝統的な料理や作法等の継承と 食育への関心との関連（性別）	17
図表1-14 食品の安全性について基礎的な知識を持ち、 自ら判断する人の割合（性・年代別）	19
図表1-15 食品の安全性に関する基礎的な知識を持つ人の割合（性・年代別）	19
図表1-16-1 食品安全に関する情報を入手したい情報源（男性・年代別）	20
図表1-16-2 食品安全に関する情報を入手したい情報源（女性・年代別）	20
図表1-17-1 若い世代における1日三食いずれも決まった時間に 食事をとっていた人の割合（性別）	22
図表1-17-2 若い世代における家族そろって食事をとっていた人の割合（性別）	22
図表1-17-3 若い世代における食の生産に関する体験活動をした人の割合（性別）	23
図表1-17-4 若い世代における学校で食に関する指導を受けた人の割合（性別）	23
図表1-18 若い世代における子供の頃の食生活（1日三食いずれも決まった時間に 食事をとっていた）と現在の朝食摂取との関連（性別）	24
図表1-19-1 ふだんの食生活の中で今後力を入れていきたいこと（男性・年代別）	25
図表1-19-2 ふだんの食生活の中で今後力を入れていきたいこと（女性・年代別）	26
コラム 図表1 小学生の頃、食の生産に関する体験活動をした人の割合 （年齢階級別）	27
コラム 図表2 小学生の頃、学校で食に関する指導を受けた人の割合 （年齢階級別）	27
コラム 図表3 世帯類型別の食料支出割合の推移	28
コラム 図表4 コンビニエンスストア店舗数の推移	28
コラム 図表5 インターネットの利用状況の推移	29
コラム 図表6 ソーシャルネットワーキングサービス（SNS）の利用状況（個人）	29
コラム 図表7 女性の年齢階級別労働力率の推移	30
コラム 図表8 女性が職業を持つことに対する意識の変化	30
コラム 図表9 家事時間（10歳以上・性別）	30
コラム 図表1-1 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事についてのイメージ	31

コラム 図表 1-2	朝食についてのイメージ	31
コラム 図表 2	主食・主菜・副菜を組み合わせた食事の理解	32
コラム 図表 3-1	回答当日の朝食の内容	32
コラム 図表 3-2	回答当日の朝食の内容（パターン）	32
コラム 図表 4	朝食の摂取頻度と起床してから外出までの時間との関連	33
コラム 図表 5	経済状況と食生活との関連	33
コラム 図表 6	エネルギー摂取量の平均値	34
図表 2-1-1	毎日、同じくらいの時刻に起きている小・中学生の割合	42
図表 2-1-2	毎日、同じくらいの時刻に寝ている小・中学生の割合	43
図表 2-1-3	朝食を毎日食べている小・中学生の割合	43
図表 2-1-4	毎日、同じくらいの時刻に起きていない小・中学生の割合の推移	44
図表 2-1-5	毎日、同じくらいの時刻に寝ていない小・中学生の割合の推移	44
図表 2-1-6	小・中学生の朝食欠食率の推移	44
図表 2-1-7	朝食の摂取と学力調査の平均正答率との関係	45
図表 2-1-8	朝食の摂取と全国体力調査の体力合計点との関係	45
図表 2-1-9	令和元（2019）年度「早寝早起き朝ごはん」フォーラム事業一覧	46
図表 2-1-10	令和元（2019）年度「早寝早起き朝ごはん」推進校事業一覧	47
コラム 図表 1	「健やか親子21（第2次）」イメージ図	52
コラム 図表 2	子供の健康や食生活に関する指標の状況	53
図表 2-2-1	公立小・中学校等栄養教諭の配置状況	60
図表 2-2-2	学校給食実施状況（国公立）	65
図表 2-2-3	学校給食における地場産物等の使用割合	66
図表 2-2-4	米飯給食実施状況（国公立）	67
事例 図表 1	小平市の小学校給食における地場産農産物使用割合の推移	69
図表 2-3-1	低栄養傾向の者（BMI ≤ 20kg/m ² ）の割合 （65歳以上、性・年齢階級別）	86
図表 2-3-2	スマイルケア食識別マーク	87
図表 2-3-3	野菜類摂取量の平均値の推移（性別、20歳以上）	96
図表 2-3-4	果実類摂取量の平均値の推移（性別、20歳以上）	96
図表 2-3-5	日米における1人1年当たりの野菜消費量の推移	97
図表 2-4-1	都道府県及び市町村の食育推進計画の作成割合の推移	118
図表 2-4-2	都道府県別 管内市町村における食育推進計画の作成状況	119
図表 2-4-3	作成割合別 都道府県における管内市町村の食育推進計画作成状況	119
図表 2-4-4	都道府県別 管内市町村における食育推進計画の作成割合	120
図表 2-5-1	我が国の食料自給率の推移	131
図表 2-5-2	食品廃棄物等の利用状況等（平成29（2017）年度推計）	131
図表 2-5-3	令和元（2019）年度 学校給食の実施に伴い発生する 廃棄物の3R促進モデル事業の内容	135
図表 2-5-4	再生利用事業計画のイメージ	140
コラム 図表 1	所得と生活習慣等に関する状況（20歳以上）	169
事例 図表 1	食の窒素フットプリントフロー図	170

事例 図表2 食の窒素フットプリントの比較	170
図表2-8-1 「食と栄養のアフリカ・イニシアチブ (IFNA)」の実施プロセス	176
図表3-1 第3次食育推進基本計画における食育の推進に当たっての目標値と現状値 ..	183
図表3-2 食育に関心を持っている国民の割合の推移	184
図表3-3 朝食又は夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数の推移	185
図表3-4 朝食、夕食を家族と一緒に食べる頻度の推移	186
図表3-5 地域等で共食したいと思う人が共食する割合の推移	187
図表3-6 朝食を欠食する子供の割合の推移	187
図表3-7 朝食を欠食する若い世代の割合の推移	188
図表3-8 中学校における学校給食実施率の推移	188
図表3-9 学校給食における地場産物を使用する割合の推移	189
図表3-10 学校給食における国産食材を使用する割合の推移	189
図表3-11 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上 ほぼ毎日食べている国民の割合の推移	190
図表3-12 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上 ほぼ毎日食べている若い世代の割合の推移	190
図表3-13 生活習慣病の予防や改善のために、ふだんから適正体重の維持や 減塩等に気をつけた食生活を実践する国民の割合の推移	191
図表3-14 食品中の食塩や脂肪の低減に取り組む食品企業の登録数の推移	191
図表3-15 ゆっくりよく噛んで食べる国民の割合の推移	192
図表3-16 食育の推進に関わるボランティア団体等において活動している 国民の数の推移	192
図表3-17 農林漁業体験を経験した国民（世帯）の割合の推移	193
図表3-18 食品ロス削減のために何らかの行動をしている国民の割合の推移	193
図表3-19 地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承し、 伝えている国民の割合の推移	194
図表3-20 地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承している 若い世代の割合の推移	194
図表3-21 食品の安全性について基礎的な知識を持ち、 自ら判断する国民の割合の推移	195
図表3-22 食品の安全性について基礎的な知識を持ち、 自ら判断する若い世代の割合の推移	195
図表3-23 推進計画を作成・実施している市町村の割合の推移	196

○図表の数値は、原則として四捨五入しており、合計とは一致しない場合があります。

○本資料に記載した地図は、必ずしも、我が国の領土を包括的に示すものではありません。