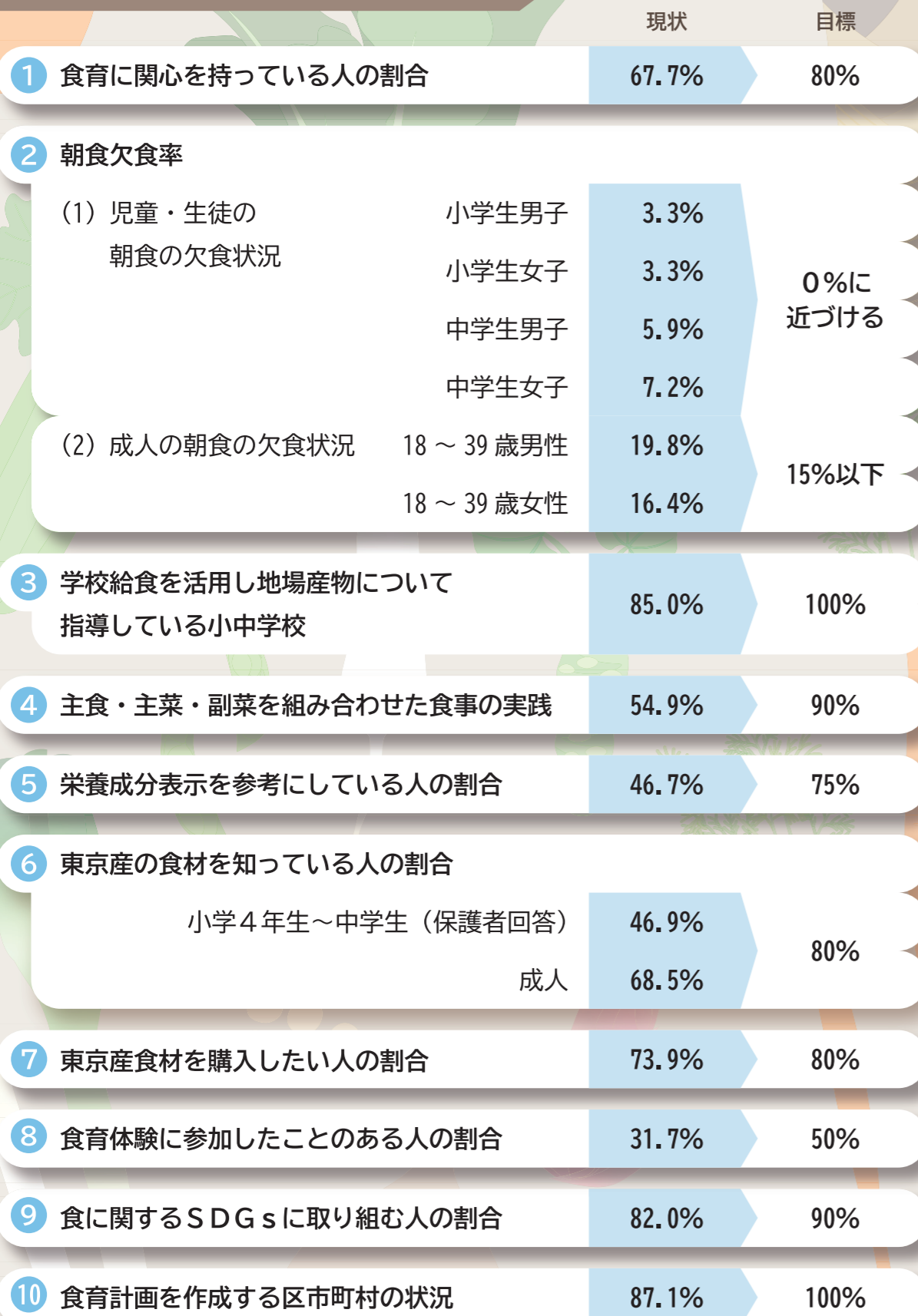


取組の指標



第5次 東京都食育推進計画

～持続可能な都市・東京の実現に定める食育の推進～

概要版

【令和8年度～令和13年度】

食育は、

食に関する適切な判断力を養い、生涯にわたって健全な食生活を実現することにより、心身の健康の増進と、豊かな人間形成に役立つものです。

食育を推進するにあたっては、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ることが大切です。

- 本計画は、食育基本法に定める都道府県食育推進計画として策定するものです。
- 東京における食育を着実に推進していくための基本的な考え方と具体的な施策を示しています。



健康長寿を阻む
食の問題

ライフスタイルや経済状況等の変化に伴い、栄養素摂取の偏りや食習慣の乱れが課題となっています。

若い世代の朝食欠食、働く世代の不規則な食事、高齢者の低栄養など、世代ごとの課題に応じた取組の推進が求められています。

食育活動への
関心と参加を
めぐる問題

都市化の進展や社会環境の変化により、食の生産から消費に至る過程への理解を深めることが難しくなっています。

食育体験への関心が低い層への効果的な発信、子どもから大人まで参加しやすい機会の創出が求められています。

食に関わる
社会的問題への
対応

食品安全や食品ロス、災害リスクへの備えなどへの関心の高まりにより、正しい情報に基づく食の選択、日頃からの備えの重要性が増しています。

地産地消やエシカル消費など、環境や社会に配慮した行動の定着が求められています。

方向性Ⅰ 生涯を通じた心身の健康を実現する食育の推進

一人ひとりが食に関する知識を身に付け、食習慣を見直す行動を取り入れるとともに、それらを日常生活の中で継続的に実践できるようにすることで、生涯を通じて心身の健康を保つことを目指します。

主な
取組

- ライフステージや家庭環境に応じた食育の推進（家庭での食育支援、親子で学べる活動の充実）
- 多様なニーズや価値観に応じた食の理解と選択の促進（大人の食育、食生活改善支援）
- 健康づくりを支える食の実践と行動変容の促進（欠食・偏食対策、フレイル予防の普及啓発）

方向性Ⅱ 食卓と生産現場の距離を縮める食育の推進

子どもから大人までが「体験」や「学び」を通じて食の背景や意味を理解することで、健全な食を選択する力を育むことを目指します。

主な
取組

- 学校における食育活動の充実（給食や授業での地産産物の活用、生産現場や東京産食材への理解促進）
- 生産・流通を学ぶ多様な体験機会の提供（農業体験・市場見学などの体験機会の充実）
- 地産地消の推進（東京産食材の利用促進、PRや普及啓発）
- DXを活用した食育の展開（動画等による情報発信、デジタル技術の活用）

方向性Ⅲ 持続可能な食を支える食育の推進

環境と調和のとれた持続可能な食料生産とその消費への理解を深め、食に関わる社会的課題に対応することを目指します。

主な
取組

- 食の安全・安心確保に向けた理解と備えの促進（災害時の食料品備蓄、食品の安全性に関する普及啓発）
- 食品ロス削減に向けた行動と連携の推進（食べ残し削減の促進、消費者教育の推進）
- 環境と調和した食の選択とウェルビーイングの実現（エシカル消費、環境にやさしい農産物の普及）

調理
体験行動
変容

学び

収穫
体験食の
選択安全・
安心