

健康的な心身と 豊かな人間性を育むために

東京都食育推進計画
(平成23年7月 改正)



都民の健康的な心身と豊かな人間性を育むために

食は私たちが生きていく上で欠くことのできないエネルギーであり、同時に生きる上で楽しみや喜びを与えてくれる源です。生涯を通じて心身を健康に保ち、豊かな人間性を育んでいくためには、私たち一人ひとりが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必要です。

近年、ライフスタイルの多様化や一人暮らし世帯の増加など環境の変化から、不規則な食生活や栄養バランスの偏りなどの問題が生じています。とりわけ東京には、消費者の多様なニーズに応える様々なサービスが集積する利便性がある反面、食の生産現場が身近に見えないことから、食を大切にする心の希薄化などの問題が生じ、深刻化しています。

こうした状況に対処するため、都は、食の大消費地であり、サービスの多様化が進む東京にふさわしい食育推進の方向性を示した「東京都食育推進計画」を策定し、食育を推進してまいりました。この度、5年を経過し、施策の成果や達成度を把握するため、11の指標を新たに設定しました。

本計画は、都民の将来にわたる健康の確保と次代を担う感性豊かな人材の育成を図るため、知育、徳育及び体育の基礎ともなる食育をすべての世代の都民を対象として進めていくものです。

今後も引き続き、東京都の食をめぐる危機的状況からの脱却に向け、都民や関係団体・業界、区市町村と連携、協力しながら、東京に集積する人材、情報、食のサービスを活かし、東京発の食育を力強く推進してまいります。

平成 23 年 10 月

東京都知事

石原 慎太郎



目 次

第1章 食育推進計画の策定に当たって	1
1 計画の性格と位置づけ	1
2 食育推進計画と都の関連する計画との関係	2
第2章 東京の食をめぐる問題	3
1 家庭での食育機能の低下	3
(1) 家族で食卓を囲む機会の減少	4
(2) 子どもの食習慣を確立させる家庭の食育機能の低下	5
2 食を大切にすゝる心の希薄化	6
(1) 生産と消費との乖離	6
(2) 生産体験をする機会が少ない	8
3 食に対する理解の不足と食生活の乱れ	9
(1) 食習慣の乱れと栄養の偏り・健康食品への過大な期待	9
(2) 伝統的食文化が継承されていない	12
(3) 食物やそれを取り巻く環境への理解不足	13
第3章 食育推進の基本的考え方	15
1 食育の理念	15
2 食育の取組の視点と方向	15
(1) ライフステージごとの重点テーマ	15
(2) 取組の方向	18
① 家庭、学校、地域が連携して子どもの食育を進める	18
② 食の生産現場との交流と体験の場をつくる	18
③ 東京に集積した食に関する情報や 食のサービス、人材、伝統を活用する	19
(3) 推進の考え方	22

第4章 具体的な施策の展開	23
1 家庭、学校、地域が連携して子どもの食育を進める	24
(1) 乳幼児とその保護者を指導する人材の育成と活動支援	24
(2) 家庭、学校、地域が一体となった取組の推進	26
2 食の生産現場との交流と体験の場をつくる	28
(1) 食の生産・流通・製造者と消費者との交流支援	28
(2) 体験の場の拡充と食育拠点機能の充実	30
3 東京に集積した食に関する情報や	
食のサービス、人材、伝統を活用する	32
(1) 身近な生活の現場から情報を発信	32
(2) ライフステージごとにターゲットを絞った情報を発信	34
(3) 都民にわかりやすい情報を発信	35
(4) 良き伝統的な食文化の継承と食のあり方の追求	37
第5章 計画の着実な推進に向けて	38
1 施策の推進体制	38
2 関係者の役割	38
(1) 東京都	38
(2) 区市町村	39
(3) 食品関連事業者など	40
(4) 都民	40

第1章 食育推進計画の策定に当たって

1 計画の性格と位置付け

食育とは、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である。

これまで都では、健全な食生活に関する普及啓発については、食料生産に対する理解、食を通じた健康づくり、食の安全など分野ごとにそれぞれ所管する部局で事業を進めてきた。

しかし近年の多様化する食の問題に対応する必要から、これらの取組を総合的に行うため、平成16年6月、庁内関係6局からなる会議を設け、都が重点的に行う食育の取組の方向性について検討してきた。

さらに、平成17年11月、これまでの検討を踏まえながら、都全体の関連する施策を体系的に組み直すこととした。

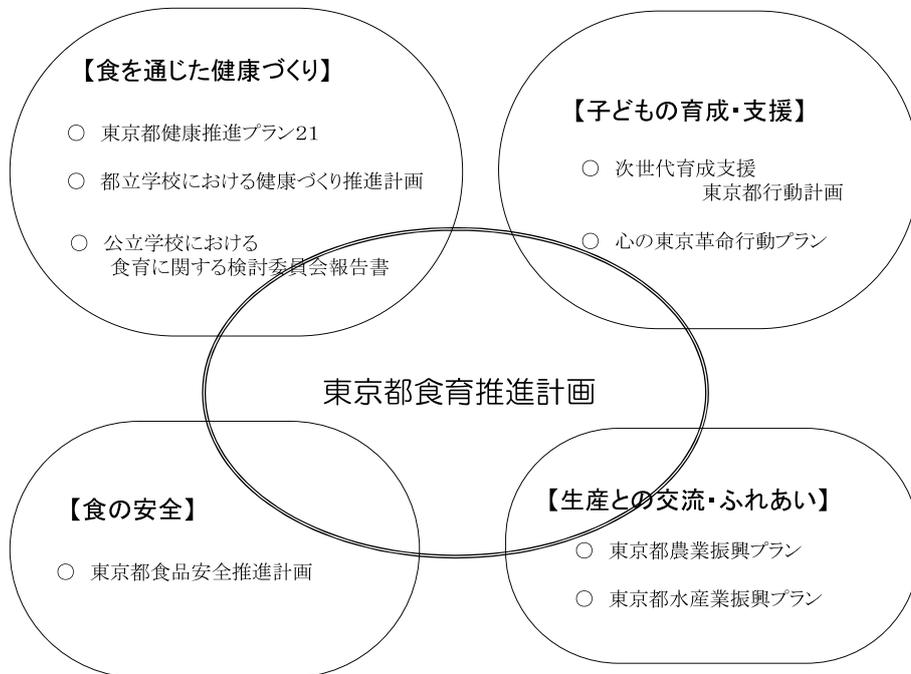
一方、国においては平成17年6月、食育の推進を国民運動として取り組むため食育基本法を策定し、これに基づいて平成18年3月、食育の推進に関する施策の総合的かつ計画的な推進を図るため、食育推進基本計画を策定し、平成23年3月には、第2次食育推進基本計画を策定した。

本計画は、東京の食環境にふさわしい食育の推進を図るための基本的な考え方と具体的な施策の展開を示した都独自の計画である。都は今後、食育に関連する都の他の計画との連携を図りつつ、計画に基づいて施策を着実かつ積極的に推進する。

なお、本計画は食育基本法にいう都道府県食育推進計画に該当するものである。

2 食育推進計画と都の関連する計画との関係

本計画と食育に関連する他の計画や報告書との関係を示したのが以下の図である。これらの計画などと連携を図りながら、総合的な食育を推進する。



計画又は報告書名	所管	計画又は報告書の性格	食育推進計画との関連分野
東京都健康推進プラン21	福祉保健局	・健康増進法に基づく、都民一人ひとりが主体的に取り組む健康づくり運動を総合的に推進するための計画	・食を通じた健康づくりと、糖尿病など生活習慣病予防に重点をおいた取組
都立学校における健康づくり推進計画	教育庁	・生涯を通じた健康づくりを目指し、東京都教育委員会や都立学校の取組を体系化し、家庭、地域が一体となって推進していくための計画	・学校における食に関する指導者の育成 ・学校栄養職員を活用したティームティーチングの推進 ・食を通じた児童・生徒の健康づくりの推進
公立学校における食育に関する検討委員会報告書	教育庁	・公立の小学校、中学校、高等学校などにおける食育推進のあり方についての報告書	・学校における食育の目標と基本方針 ・学校における指導体制の整備 ・家庭・地域と学校との連携
次世代育成支援東京都行動計画	福祉保健局	・次世代育成支援対策推進法に基づく、都の対策及び区市町村支援の内容を盛り込んだ地域行動計画	・食を通じた子どもの健全育成の視点から、子どもたちの健全な食生活を推進
心の東京革命行動プラン	青少年・治安対策本部	・次代を担う子どもたちを、社会の一員として必要とされる「心」をもった人間として育成するための事業を推進する計画	・食卓を囲んだ家族団らんを家族のコミュニケーションの場として大切にする取組
東京都食品安全推進計画	福祉保健局	・東京都食品安全条例に基づく、食品の安全確保に関する計画	・食の安全に関するリスクコミュニケーションの推進
東京都農業振興プラン	産業労働局	・農業の持つ多面的な機能を活かし、東京農業を振興する方向を明らかにした振興施策の指針	・都民参加による交流型農業の推進（体験農業、子どもの農業体験） ・農家と消費者を結ぶ生産・流通改革
東京都水産業振興プラン（海編、川編）	産業労働局	・東京の水産業の自立と国民、都民共有の豊かな海の復活を目指す	・海を活用した体験学習の推進 ・島の魚を学校給食などへ提供（地産地消）

第2章 東京の食をめぐる問題

近年の食をめぐるっては、全国的に安全・安心に対する関心や健康志向が高まる一方で、食生活の乱れや食を大切にする心の希薄化などの様々な問題が生じ、年々深刻化している。

とりわけ、食の大消費地である東京には、消費者の多様なニーズに応える飲食店や販売店が集積する便利さがある反面、食の生産現場が身近に見えないという特徴があり、都民の食に対する意識や価値観に影響を及ぼしている。

また、東京はこれらの背景となっている要因のうち、ライフスタイルの変化や一人暮らし世帯の増加などの環境変化が著しい。さらに、身近にあふれる情報を正しく判断、選択できなければ、食の安全・安心に対する理解が進まない。バランスのとれた食生活の実践は何より重要であるが、安易に健康食品に頼ったり、過剰摂取や過大な期待を持って利用したりすることにより健康被害につながった事例もある。

1 家庭での食育機能の低下

日々の家庭の食卓は、家族の会話の中で絆を深める団らんの場である。また、子どもたちにとって様々な学習の場であり、味覚、嗅覚など食の五感を身につけたり、規則的でバランスよい食事をする習慣や、食べる姿勢、箸やスプーンの使い方といった食事の行儀・マナーなど基礎的な食習慣を身につけたりする場である。また、子どもが食事の準備や手伝いに参加しながら、料理の技術や他人と協力することの大切さなどを学ぶ場でもある。

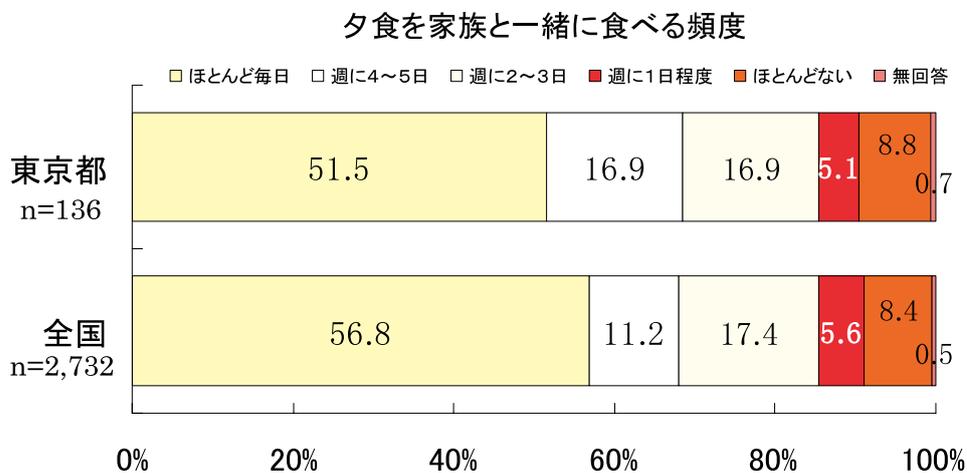
しかし、ライフスタイルの多様化などにより、子どもが一人で食事をする「孤食」^(注1)が増えており、家族一緒に食卓を囲む機会が減少している。また、家族で一緒に食卓を囲んでも、それぞれ好きな料理を別々に食べる「個食」^(注2)も増え、好き嫌いや偏食の要因ともなっている。さらに、保護者自身の食に関する基礎的な知識の不足や調理などの技術の低下も指摘されている。

このように、食を通じた家族のコミュニケーションの機会が減少し、子どもの健康的な心身を育み、豊かな人格を形成する場としての家庭の食育機能が低下している。

(1) 家族で食卓を囲む機会の減少

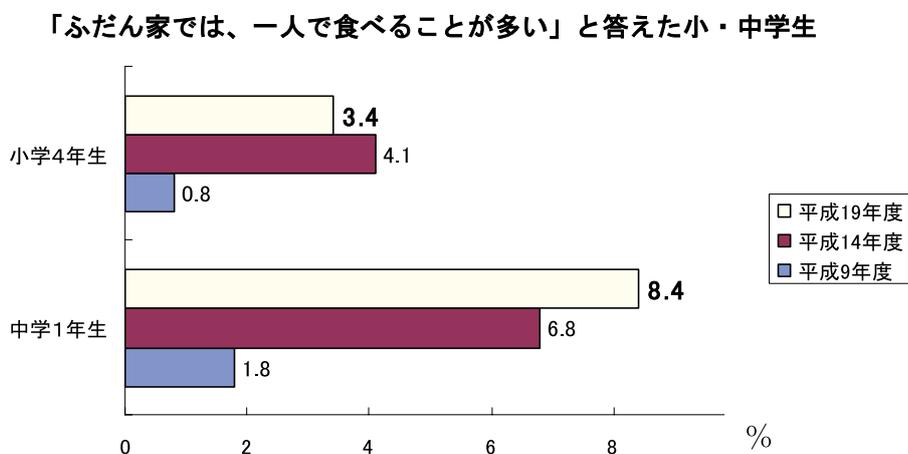
ライフスタイルの多様化などによって、家族そろって食事をする機会が少なくなっている。児童・生徒では、学年が上級になるほど、「ふだん家では、一人で食べることが多い」という割合が増えている。朝食時には保護者が子どもより先に出勤し、夕食時では、子どもは塾や習い事などで外出したり、保護者は帰宅時間が遅いなど、家族一人ひとりの生活時間のずれ違が増えている。

□ 家族との一緒に食事頻度(調査対象は20歳以上)



「食育の現状と意識に関する調査報告書」(内閣府 平成21年)

□ 児童・生徒の孤食



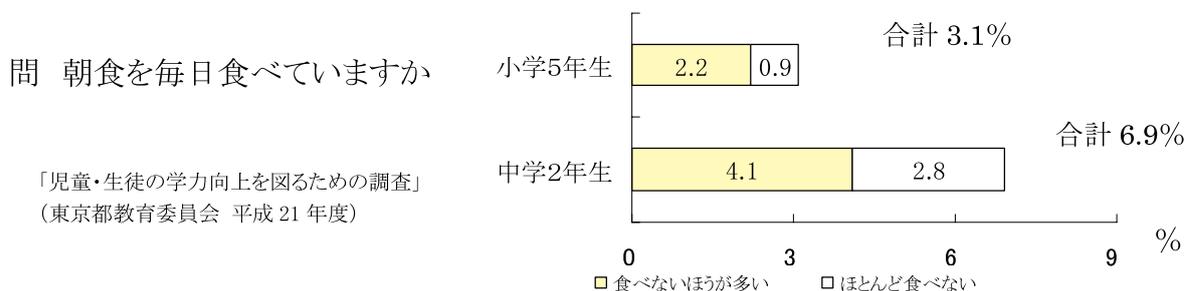
児童・生徒の健康に関するアンケート調査
(東京都教育委員会)

(2) 子どもの食習慣を確立させる家庭の食育機能の低下

学年が上がるごとに朝食を食べないで登校する児童・生徒の割合が増えている。朝食を食べない理由には、「時間がない」、「食欲がない」等があげられており、成長段階に応じた基礎的な食生活習慣の形成や、子どもの健康的な心身の育成に影響を与えることが危惧される。

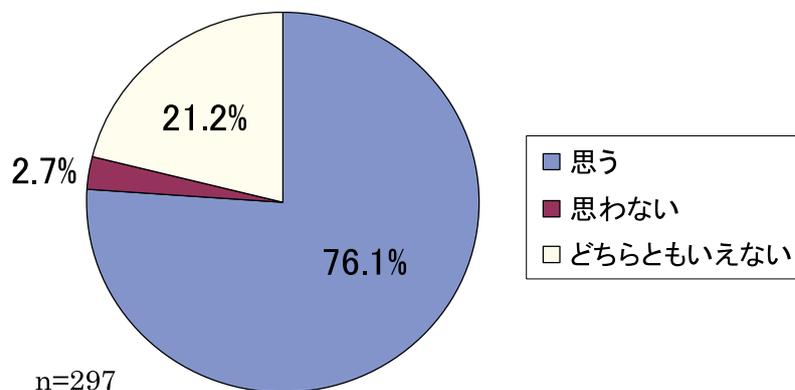
東京では子育て世代に占める核家族の割合は約9割に達し、全国の約7割と比べて高い。こうした家族構成からも家庭の食育機能の低下が懸念されるが、平成22年度に実施した4・5歳児の保護者を対象とした調査では、家庭での食事や生活を通して健康的な食習慣を身につけていくことができると「思う」保護者は、全体の76%に上っており、平成17年の調査から大きく増加するなど、子どもが将来にわたり健康的な食習慣を身につけるためには、家庭における働きかけが必要であるという認識が深まってきている。

□ 児童・生徒の朝食の欠食



□ 4・5歳児の保護者への調査

家庭での食事や生活を通じて、お子さんが将来にわたり健康的な食習慣を身につけていくことができると思いますか？



(東京都産業労働局農林水産部 平成22年度)

2 食を大切にする心の希薄化

(1) 生産と消費との乖離

都市化の進展や後継者難などにより、都内の農地は減少している。特に都心部においては、農地がほとんど存在しない。また、都民が購入する食材の大部分は、都外や外国で生産された農林水産食品であり、消費者が生産の現場を身近に感じる事が極端に少なくなっている。

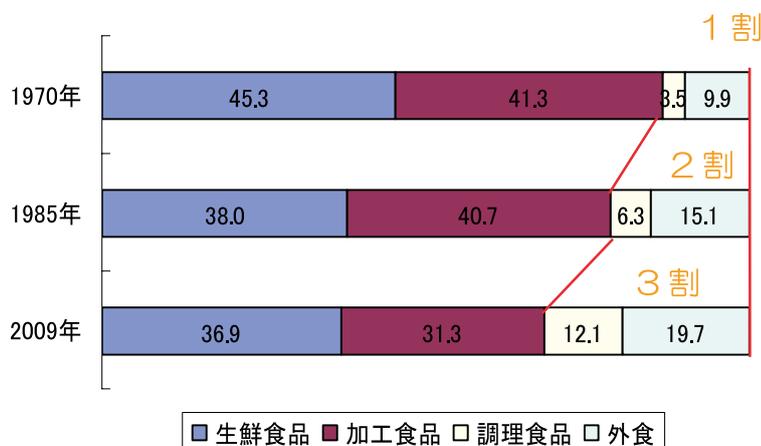
さらに近年、家庭内で調理する食事（内食）が減る一方で、外食や、持ち帰りのそうざいや弁当などのいわゆる中食^(注3)を利用する「食の外部化や簡素化」が進んでいる。特に東京では、交通網が発達し、百貨店などの小売店も多く、「一流の店の味」や食材の品質や健康志向に配慮した「こだわりのそうざい・弁当」などがいつでも手軽に買える恵まれた食環境がある。

このため、消費者は、食の生産現場を意識することなく、食べ物がすぐ手に入ることが当たり前の食生活に慣れ、食べ物を「ありがたい」「もったいない」という意識が薄れがちとなっている。

□ 消費に占める外食・中食の割合の増加

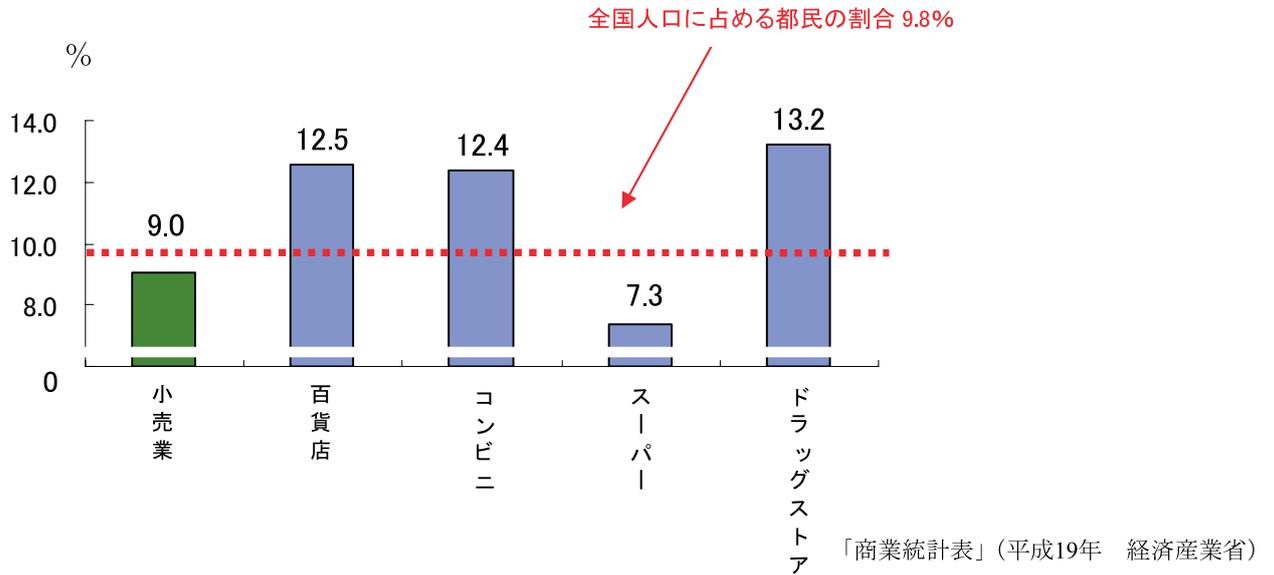
調理食品と外食が家計の食費全体に占める割合は、1970年は約1割だったが、1985年は約2割、2009年は約3割と増加している。

(単位：%)



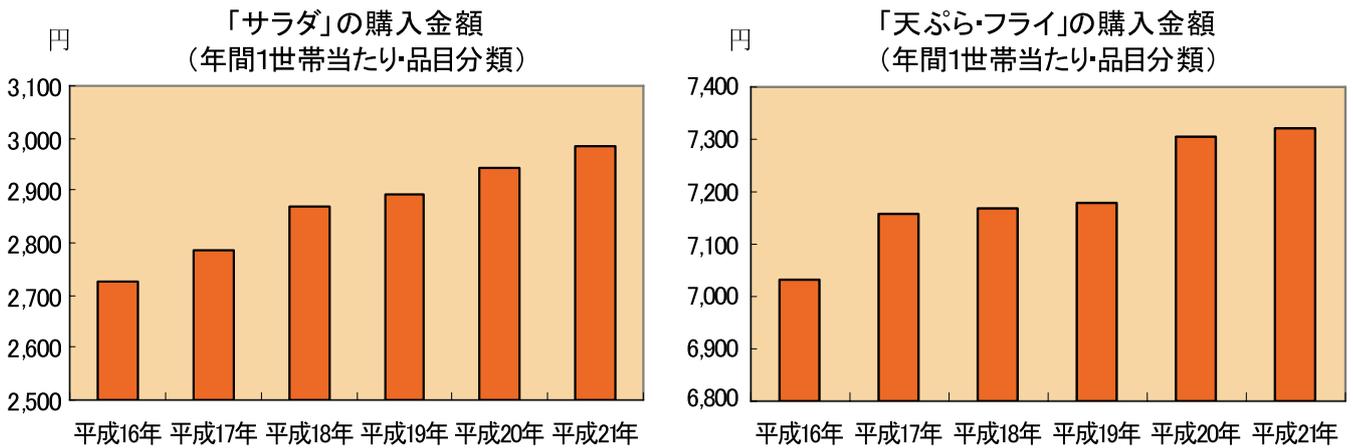
「家計調査年報」(総務省)より作成

□ 都内小売店の全国に占める割合



都内小売業(全体)施設数の、全国小売業に占める割合は9.0%である。
 また、種類別では、百貨店やコンビニ、ドラッグストアの割合が高い。
 都民の全国人口に占める割合は9.8%であり、一人当たりの施設数は、小売業全体では全国より低いものの、百貨店やコンビニ、ドラッグストアでは高くなる。

□ 市販のそうざいの購入金額の伸び



「家計調査年報」(総務省) より作成

(2) 生産体験をする機会が少ない

これまで生産体験学習を推進する都内の学校では、「学童農園」^(注4)をはじめ、児童・生徒が農家から水田や畑で指導を受けながら農業を体験する農業体験学習などが行われてきた。実施した学校からは、生産の苦労や収穫の喜びを体験から学ぶことにより、子どもたちが食物に愛着を持ち、食べることを大切にする行動変容などが報告されている。

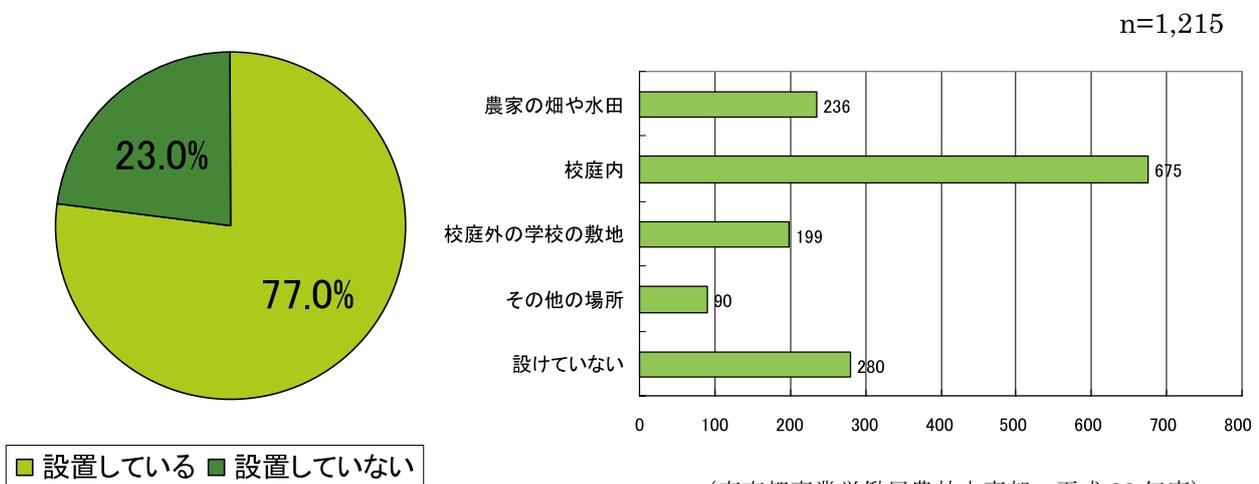
また、地場産食材を学校給食に利用して、児童・生徒と生産者との交流を図る学校給食が行われた学校では、自然や生産者に対する感謝の気持ちが芽生え、食べ残しが少なくなるといった効果が報告されている。

このように生産体験や生産者との交流体験は、子どもたちの食に対する関心を高め、自然の恩恵に対する感謝の心を育み、自ら考え、好き嫌いが減るなど望ましい食生活の実践に導く高い学習効果がある。

都内では農地が身近にない学校が多く、特に都市化が進む区部では、農地が全くない区もあるが、学級園^(注5)などの生産体験の場を設けている小中学校は77%に上り、また生産者や製造者との交流が図れる食材を月1回以上の頻度で利用する割合も4割と増加している。

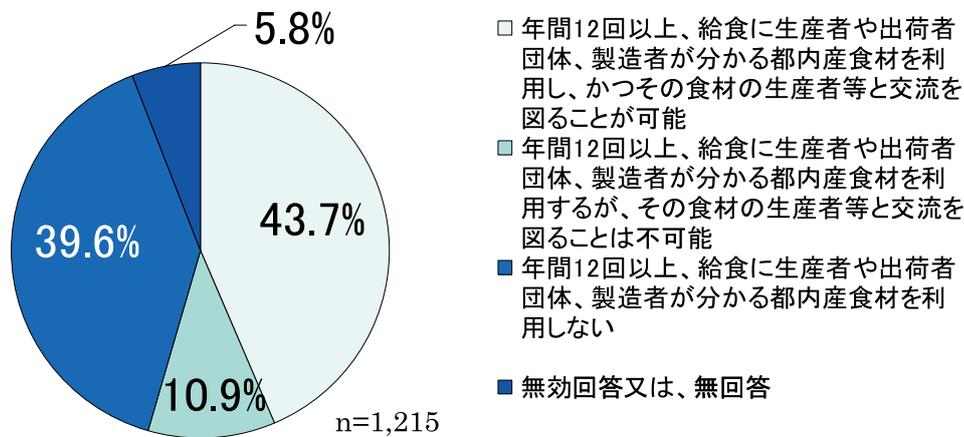
今後は、生産者や学校、栄養士、給食流通業者などが互いに協力し、情報を共有しながらより効果的で継続可能な取組へと発展させていく必要がある。

□ 生産体験学習の場の設置(都内公立小中学校)



(東京都産業労働局農林水産部 平成22年度)

□ 生産者と交流が図れる食材を使用する学校の割合



(東京都産業労働局農林水産部 平成 22 年度)

3 食に対する理解の不足と食生活の乱れ

現在は、生活の中で趣味、習い事、レジャーなど「遊」の要素が占める割合が大きくなり、食生活を最も重視する人の割合が減るなど、食に対する意識が相対的に低下していることが民間の調査などにおいて指摘されている。

このような食の重要性を低く認識する風潮は、朝食欠食などの食生活の乱れや、若い女性に多い過度のダイエットなどの誘因としても考えられ、健やかな心身の成長に対する悪影響が懸念されている。

食に関しては、健康情報、食材情報、グルメ情報などが大量にあふれており、たくさんの情報から自分にとって有用な情報を峻別して正しく選択・判断することが難しく、誤った期待を持って健康食品を利用するケースが見られる。また、東京には外食店・中食店が集積しており、多彩な食の楽しみがある一方で、簡便であるため安易な利用が増加すれば、野菜不足や脂質の摂り過ぎなど食事バランスが崩れる恐れがある。

(1) 食習慣の乱れと栄養の偏り・健康食品への過大な期待

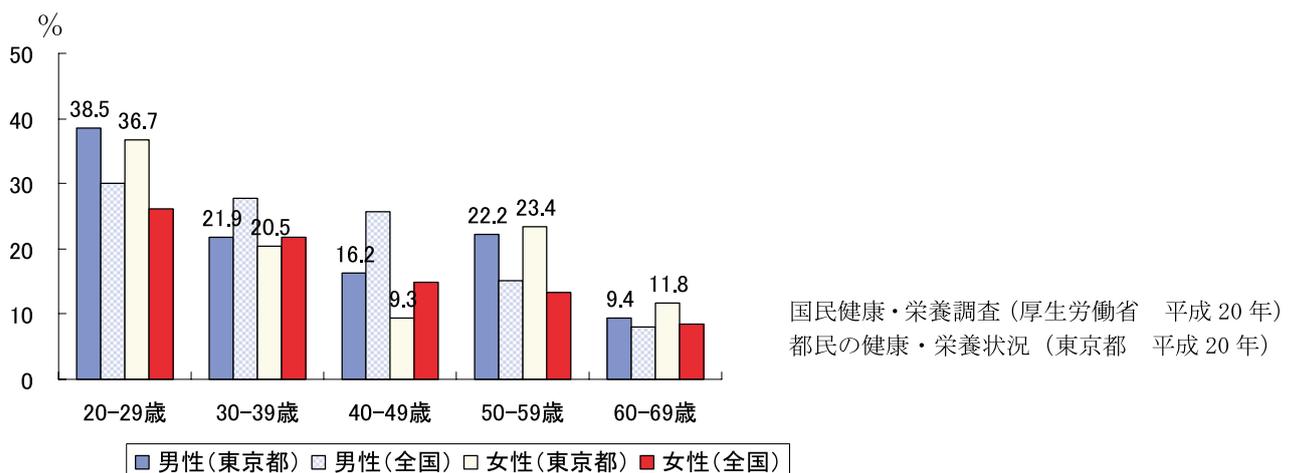
働き盛りの年代層を中心に、生活習慣病に対して漠然とした健康不安を持ちながらも、不規則な食生活や栄養の偏った食事を続けてしまう人が増えている。その結果、30歳代以降の男性に肥満の割合が増えるなど、都民においても生活習慣病の患者の増加が危惧される。

また東京では、全国で最も一人暮らし世帯数が多く、とりわけ今後、急増する高齢者の孤食には、食べることの楽しさを失わないようにしたり、栄養失調にならないよう食事の質の確保など多様な対応が必要になっている。

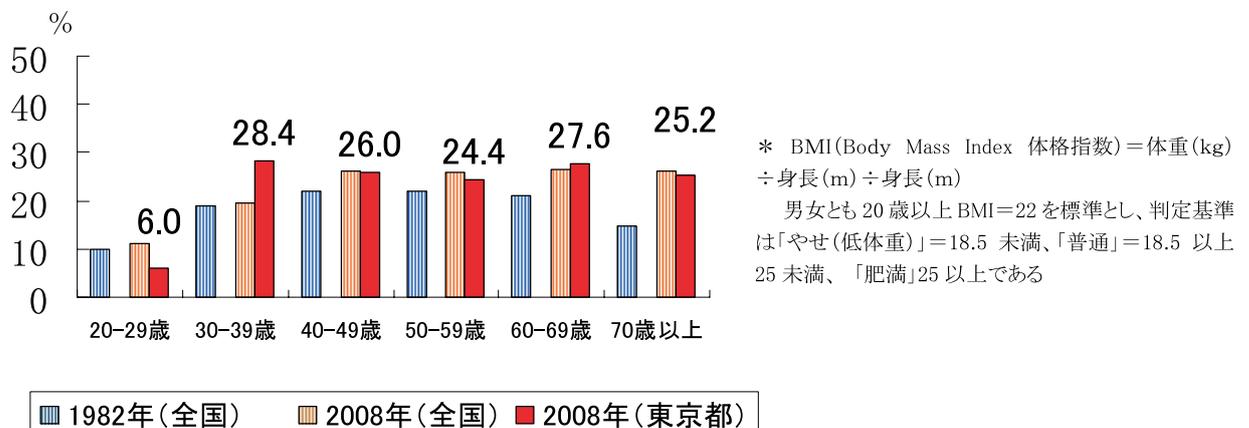
さらに現在、約6割の都民が健康食品を使用したことがあるとの調査があるが、その利用目的として健康の維持だけでなく、病気の治療や予防が挙げられる。また、中学生や高校生でも健康食品を利用していることが報告されている。

健康食品は食生活の補助として利用するものであるが、過大な期待を持って過剰に摂取し健康影響が生じる場合や医薬品と併用して治療に影響がでる場合もある。

□ 朝食の欠食状況の割合(20歳～69歳)

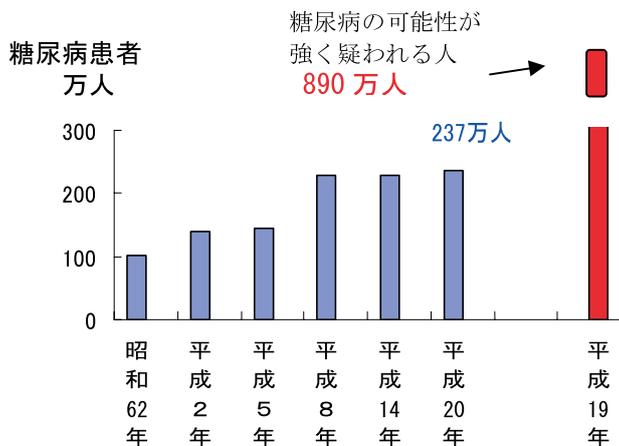


□ 肥満者(BMI* 25以上)の割合



国民健康・栄養調査(厚生労働省 平成20年) 都民の健康・栄養状況(東京都 平成20年)

□ 糖尿病患者の推移(全国)



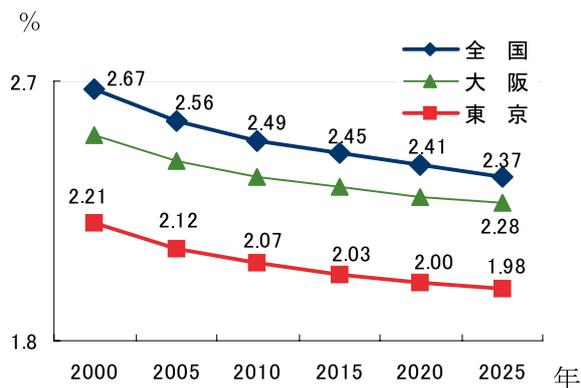
- ・糖尿病患者のデータ
「患者調査」(厚生労働省)
- ・可能性が強く疑われる人のデータ
「国民健康・栄養調査」(厚生労働省)

昭和62年から約20年間に全国の糖尿病患者は2倍に増加した。
また、平成19年、全国で糖尿病が強く疑われる人は890万人、さらに、糖尿病の可能性を否定できない人(予備軍)も含めると約2,210万人にのぼっている。

□ 一般世帯当たりの人員推移予測

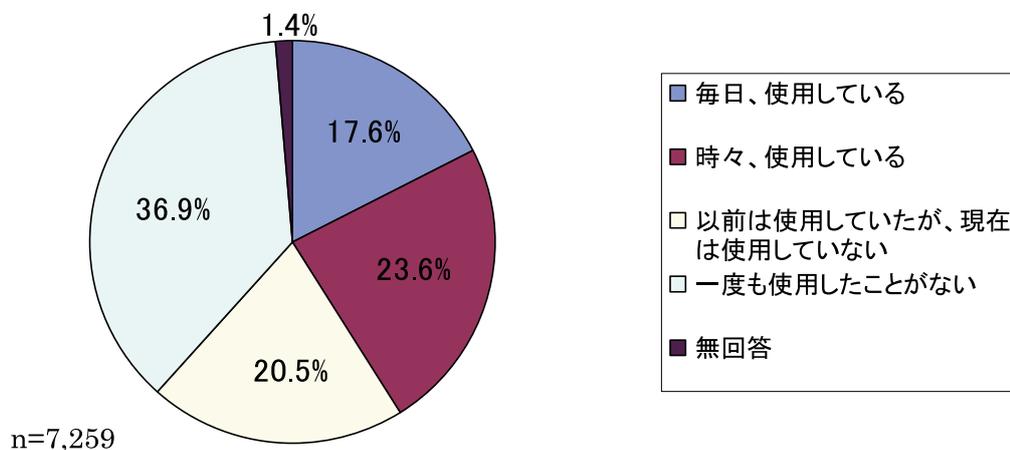
(国立社会保障・人口問題研究所)

東京は、一般世帯当たりの人員が、全国で最も少なくなることが予測されている。



□ 健康食品の使用

あなたは、これまでに健康食品を使用しましたか。



「都民の健康と医療に関する実態と意識」
(東京都 平成21年度)

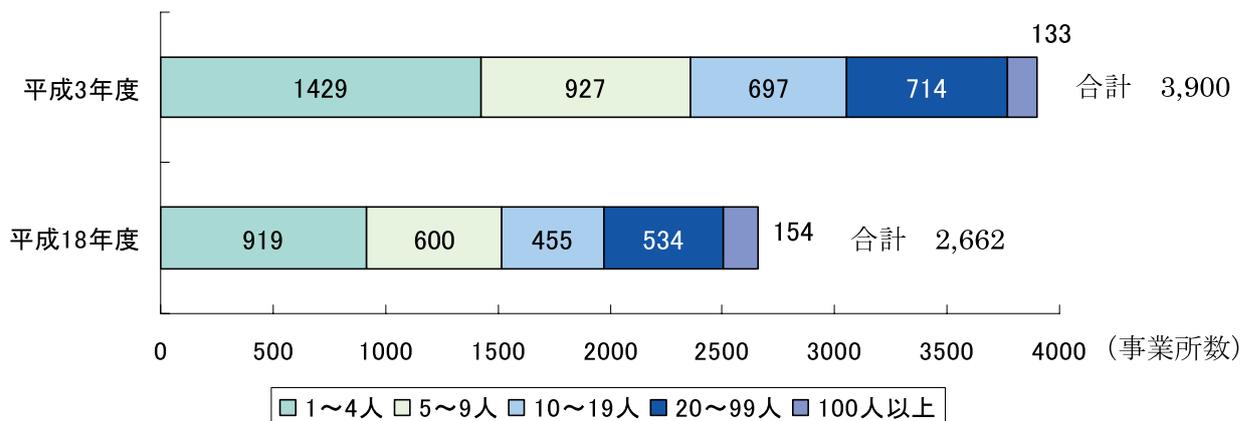
(2) 伝統的食文化が継承されていない

都民の食生活はここ20年間大きく変化し、米、野菜、魚を中心とした日本の伝統的な食生活パターンから、肉、乳製品、鶏卵、油脂などが豊富に加わった欧米諸国の食生活に近づいた。しかし、生活習慣病との関係で、現在の食生活は脂質の過剰摂取などが大きな問題となっている。また、日本人の健康づくりに重要な役割を果たしてきた味噌や漬物など発酵食品を利用した料理を食べる機会が減り、これら伝統的な食材の成分が持つ、人の代謝や免疫などに作用する機能性が、食生活に活かされなくなっている。

さらに、東京の各地域の多彩な食文化は、正月などの季節の行事や子どもの健やかな成長を願う祭事などにおいて、地域共通の豊かな食の楽しみとして培われ、伝えられてきた。しかし、都市化が進む東京では、四季折々の習慣の風化とともに、伝統的な家庭の味は市販品に置き換わり、職人たちの手により作り出されてきた個性豊かな商品は、中小の食品産業の厳しい経営環境や後継者難から、製造の現場そのものが東京から急速に減っている。

都民の共通の財産として、次代に受け継いでいくべき伝統的な製法や技術で作られた食品の「ほんものの味」や、発酵食品など伝統的な食品の機能性を伝える機会が少なくなっている。

□ 東京都内の食品製造業の従業員規模別事業所数の変動



「事業所・企業統計調査報告」(東京都)より作成

(3) 食物やそれを取り巻く環境への理解不足

食料は生産・流通におけるグローバル化が進み、日本の食料供給はカロリーベースで約6割を海外に依存している。このため、消費者は食品の生産地や製造方法などがわかりにくくなっており、食の安全・安心に対する不安感が高まっている。

また、世界中でたくさんの人々が飢餓や栄養不足で苦しんでいる一方で、海外から多くの食料を輸入する日本では、食品の廃棄が大量に発生していることが報告されている。こうした社会全体のありようが、一人ひとりの食を大切にす心の希薄化に影響を与えている。特に、学校給食などにおける偏食を理由とした食べ残しは、次代を担う子どもたちの健全な心身の発達を妨げる危惧にとどまらず、食に対する意識の低さを懸念させる問題である。

東京は食の大消費地であり、国全体の食料需給に及ぼす影響は大きい。食料の安定確保や、海外からの食料輸送に使われるエネルギーなど地球規模での環境負荷の低減なども考慮し、都民が食のあり方について高い意識をもって行動することが重要である。

□ 食品の廃棄率の増加

食べ残しや廃棄などによる食品ロスが増えている。



「食料需給表」(農林水産省)「国民健康・栄養調査」厚生労働省)

【用語説明】

（注1）孤食

家族と暮らしていながら、親や子どもがそれぞれ違う時間に一人ひとり食事を摂ること。また、一人暮らしの人が一人で摂る食事。

（注2）個食

家族そろっての食卓で特別の事情もなく、それぞれが自分の好きな料理を別々に食べる食事。

（注3）中食

飲食店などで食べる食事（外食）や家庭で料理して食べる食事（内食）に対して、そうざいや弁当などを買って帰り、家でする食事。また、その食品のことをいう。スーパーや弁当屋、コンビニエンスストアなどで販売されるそうざいや弁当などが該当する。

（注4）学童農園

子どもたちが農業や食料について理解するため、水田や畑で農業体験を行う生産学習の場。農家が子どもたちを水田や畑に受け入れる場合と、学校の敷地内にミニ水田や畑を整備し、農家が栽培方法を教えるに学校を訪問する場合などがある。

（注5）学級園

小学校では、生活や総合的な学習の時間などの教科において、1年生から6年生まで各学年が学年ごとにトマトやじゃがいも、稲づくりなどの栽培学習を行っている。学習の場は、学校の環境条件により、校庭内に専用の栽培学習の場（学校ごとに名称が異なるが、学級園と呼ばれる場合が多い）を設けて、学年ごとに仕切って利用する場合や、ポット（鉢）を利用する場合などがある。

第3章 食育推進の基本的考え方

1 食育の理念

食育は、健全な食生活習慣を培うとともに、食への感謝の心を養うものであり、これらの営みを通じて、健康的な心身と豊かな人間性を育み、生きる礎を形づくる全人格的な取組である。

規則正しく、栄養バランスのよい食事を習慣化させることは、健康的な心身を作り、活力ある日常生活を支える。家族や親しい人と共にする食事は、人と人とのコミュニケーションを円滑にし、家庭の食卓の団らんは家族の絆を築き、日々の生活に楽しみや生きる喜びを与える。

また、食を通じて自然の恩恵に対する感謝の心を養い、四季折々の地域の行事とともに継承されてきた情緒ある食文化を理解する中で、感性豊かな人間性が育まれる。

このように食育は、健康的かつ心豊かに生きる人を育てるためのものであり、知育、徳育及び体育の基礎となるものである。都民一人ひとりが生涯を通じて自らの食のあり方について考え、健全な食生活を実践する力を身につけられるよう、都はあらゆる世代を対象として食育に取り組む。

2 食育の取組の視点と方向

(1) ライフステージごとの重点テーマ

健康的な心身と豊かな心を育むためには、成長段階の早期から基礎的な食習慣など食に関する土台となる力をしっかり身につけた上で、ライフステージごとにさまざまな能力を習得し、生涯を通じてその力を発揮していくことが重要である。

このため、現在の食をめぐる様々な問題の解決に向けて、乳幼児期から小学生、小学生から中学生、高校生から大人という3つのライフステージに分け、それぞれのステージにおいて取り組むべき重要なテーマを明確にし、食育活動を支えている豊富な人材、多様な情報、外食や中食などの食のサービスといった東京に集積した資源を活かしながら効果的に食育を推進する。

ステージ1：乳幼児～小学生

○ 基礎的な食習慣、食の基本的な知識・食行動

乳児期からの食経験は、味覚、嗅覚、視覚など食に関する五感を磨き、家庭の味など食べ物に対する嗜好に影響を与える。

また、幼児期から小学校低学年までの幼年期は、生涯にわたる健康づくりの基礎となる生活習慣を確立する最も重要な時期である。この時期に生活習慣とともに身についた食習慣は、その後、学校などで食に関する知識や専門的な技術など様々な力を身につけても、なかなか変えにくい。

国や都の調査では、最近の子どもたちの体力低下や学力低下などの背景には、幼児期から基本的な生活習慣が確立されていないという問題があると指摘されている。

家庭の食育の機能が低下する中であっても、乳児期から幼年期の食育に中心的な役割を果たすのは家庭である。

そのため、母子保健や保育・幼児教育、学校教育を担う多様な人材を活かして家庭における食育を向上させることにより、子どもたちが発達段階に応じて食の五感を磨くとともに、いつ、何をどれぐらい食べるかといった食事のリズムや食べ方、食事をする時の姿勢や箸・スプーンの使い方など、基礎的な食習慣を身につけていくことが重要である。また、みんなで食べることの楽しさや食事の準備やかたづけへの参加、あるいは、好き嫌いなくいろいろな食材の美味しさを知ることを通じて、食に対する関心を高めていく必要がある。

ステージ2：小学生～中学生

○ 食を大切に作る心、食に関する自己管理能力

小学生から中学生までの学齢期は、知識や技術を学びながら、保護者に依存した食生活から徐々に自立し、食事の選択、判断など自己の裁量が増えるに従って、食に関する興味や関心を高めていくことが可能な時期である。しかし一方で、依然として保護者のしつけの下での食事が必要な時期

にある中で、朝食欠食、孤食、偏食が深刻な問題となっている。

そのためこの時期は、食を大切にすることを養い、食に関する自己管理能力を育成することが必要である。生産とふれあう機会が少ない児童・生徒たちが食の大切さを実感し、健全な食生活の実践力を身につけていくためには、食材がどうやってできるのか、どこで、誰により作られているのかなどについて、生産体験学習や学校給食の食材を通じた生産者などとの交流体験から学ぶ機会が欠かせなくなっている。

さらに、世界の同世代の子どもたちがどのような食生活をしているのか情報を集めて学び、世界の食料事情に理解を深めることが、食べ物を無駄にしない心を育むために重要である。

ステージ3：高校生～大人

○ 健全な食生活を実践、次世代を育てる

高校生以降は、これまで身につけてきた基礎的な食習慣や食に関する知識・技能を使いながら、適切な自己管理のもと、健全な食生活を実践していく時期になる。

しかし、若い世代においては、社会人になり生活リズムが変わることを契機に基礎的な食生活が乱れたり、若い女性では過度のダイエットが増えるなど、日常生活や将来の健康に不安を抱かせる大きな問題となっている。

このため、一人ひとりがより食の大切さを自覚し賢明な行動が取れるよう、自ら必要な情報を得て、正しい選択・判断ができる力を身につけることが必要である。また、高齢になっても元気に長生きするために、食べることの楽しさを失わないことが大切である。

さらに、大人は、家庭や地域における食育の担い手として、食文化の継承や健全な次世代を育てる役割を果たすことが重要である。

(2) 取組の方向

ライフステージごとの重点テーマに沿って食育を推進するためには、都民がそれぞれの立場において役割を果たしていけるように効果的な施策を社会全体で取り組む必要がある。

子どもに対する食育には、家庭教育への支援を基本としながら、成長段階に応じて、食に関する体験学習の機会や情報を体系的に得ていく環境づくりを進める。大人に対しては、健全な食生活が実践できるような情報提供を進めるとともに、生産体験学習への理解や参加などを通じて、子どもに対する食育の担い手としての役割を果たせるよう取組を推進していく。

① 家庭、学校、地域が連携して子どもの食育を進める

- 乳幼児・学童期は基礎的な食習慣を身につける時期である。
このため、家庭における食育を支える環境をつくる

食生活において家庭への依存度が高い乳幼児から小学生までの時期に、基礎的な食習慣や、基本的な食の知識・技能を身につけるためには、家庭における食生活が重要である。しかし、家庭の食育機能の低下により、朝食を欠食する子どもや極端な偏食が増えるなど、子どもたちの健康的な心身の育成に大きな問題が生じている。保護者をはじめ大人たちが、子どもたちに基礎的な食習慣を身につけさせる場は家庭であるとの自覚を改めて持つ必要がある。

そのため都は、地域の子育て支援の場や保育所などにおいて、乳幼児やその保護者に食育を指導する人材を育成し、その活動支援を進める。また、学校における食育を充実させて家庭、学校、地域が連携して家庭での食育を支える環境をつくり、子どもたちが健康的な食習慣を身につけられるよう社会全体で食育に取り組む。

② 食の生産現場との交流と体験の場をつくる

- 食の生産、流通、加工など、さまざまな食の現場を体験する環境をつくる

東京では、都民の多くは、生活する近隣に農地が少ないなど、消費者が食の生産とふれあう機会や場が少ない。

特に、子どもたちが健康的な心身をつくる上で、食の大切さを理解し、自然に対する感謝の心を養い、主体的に食を考える自己管理能力を育成していくためには、体験を通して食を理解することが重要である。

児童・生徒の場合、学校などで行われる生産体験学習は、食への関心を高め、望ましい食生活の実践に高い効果のあることが実証されている。

また、ここ数年急速に増加している家族で楽しめる体験型の農園は、地域に身近にあることや農家から栽培の指導を受けられることから、都民から高い人気を集めている。このような家族そろっての生産体験は、子どもたちをはじめ参加者に、食べ物を作る喜びや生産物への愛着を生むなど大きな成果がある。

このため、関係機関が連携し、学校などさまざまな場所で行われる生産体験学習の拡充を図るとともに、子どもたちが生産者など食料関連事業者と交流したり、食の生産・流通・加工などの場で交流や体験ができる仕組みをつくることとする。

③ 東京に集積した食に関する情報や食のサービス、人材、伝統を活用する

- 地域の食のサービスや多様な人材を活用し、適切な食を選択できる環境づくりを進める
- 食に関する総合的な情報・文化を発信する

学校を卒業した青年期以降は、食について総合的に教育を受ける機会は少なくなる。食に関する情報が氾濫する中で、自ら情報を取捨選択、適切に判断して、健全な食生活を実践するために、体系的な情報を得る機会をつくることが重要である。また、生涯を通じて生きる楽しみとしての食の環境をつくるためにも、地域で高齢者の食を支えあう取組を推進することも必要である。

そのため、区市町村や関係団体などが行ってきた従来からの食を通じた健康づくりを、食育という観点からさらに進めて、健全な食生活の実践に結び

つく継続的かつ持続的な情報を発信していく。

とりわけ、東京には外食や中食の店など食のサービスが集積しており、多彩な人材が活躍している。これらの食に関する資源を活用して、食材の生産情報や外食店などでの栄養成分の表示、食事バランスガイド^(注1)の活用、社員食堂などの給食施設でのヘルシーメニューの提供などを推進していく。

また東京には、全国各地や世界中からの食材や料理が豊富にあり、これらが都民の多彩で豊かな食生活を支えている。しかし、都民の食生活は、脂質の摂取量が多く野菜の摂取量が少ない傾向にあるなど、健康上の問題となっている。

一方、同様の問題を抱える欧米などでは、低カロリーでヘルシーという理由で、近年「日本食」や「和食」に対する人気が高まっている。ごはんを中心に、野菜や魚など多様な食品を組み合わせた「日本型食生活」は、季節感ある旬の食材を使って、素材の持ち味を活かしながら繊細に調理する優れた特徴をもつ食文化である。家庭料理や郷土料理の良さが伝わりにくくなっていく今日、都民の食生活においても日本の食文化の良さが再認識され、次代に継承されるよう、担い手となる人材の育成や情報提供を行っていく。

さらに、食品の安全性について、正しく理解し適切な判断ができるよう、科学的な情報をわかりやすく発信したり、リスクコミュニケーションの取組を充実させる。

また、都民一人ひとりがわが国や世界を取り巻く食料事情を理解した上で食べ物を無駄にしない食生活を行うよう、グローバルな視点からの情報提供を充実させていく。

□ 取組の指標

取組の方向に沿った施策の成果や達成度を把握するため、5年後を目途に各事項の検証の目安となる指標を設定する。

各事項の評価については、設定する指標項目とともに、趣旨を同じくする各種の調査結果も参考にしながら、総合的に判断する。これらの判断結果とともに、食をとりまく環境や食育に対する都民の取組状況を踏まえて、本計画を適宜見直し、効果的な食育を推進していくこととする。

事 項		指 標	
		現 状	平成 27 年度まで
1	食育の意義を理解する	57.8%	70%以上
2	毎日、きちんとした朝食をとる	<ul style="list-style-type: none"> ・「食べないことが多い」又は「全く、ほとんど食べない」 <li style="padding-left: 20px;">小学5年生 3.1% <li style="padding-left: 20px;">中学2年生 6.9% ・朝食欠食率(平成20年度) <li style="padding-left: 20px;">20～39歳男性 29.3% <li style="padding-left: 20px;">20歳代女性 36.7% 	<ul style="list-style-type: none"> ・「食べないことが多い」又は「全く、ほとんど食べない」 <li style="padding-left: 20px;">小学5年生 0%に近づける <li style="padding-left: 20px;">中学2年生 0%に近づける ・朝食欠食率 <li style="padding-left: 20px;">20～39歳男性 15%以下 <li style="padding-left: 20px;">20歳代女性 15%以下
3	家族と一緒に食事をとる	<ul style="list-style-type: none"> ・ふだん家では一人で食べる人が多い <li style="padding-left: 20px;">小学4年生 3.1% <li style="padding-left: 20px;">中学1年生 4.8% 	<p style="text-align: center;">同 左</p> <ul style="list-style-type: none"> <li style="padding-left: 20px;">小学4年生 0%に近づける <li style="padding-left: 20px;">中学1年生 0%に近づける
4	子どもが学校や家庭で基礎的な食習慣を家庭で身につける	<ul style="list-style-type: none"> ・子どもに食に対する感謝の心を持つよう教えている <li style="padding-left: 20px;">児童・生徒の保護者 20.8% ・子どもに食に対するマナーを教えている <li style="padding-left: 20px;">児童・生徒の保護者 24.9% ・児童・生徒に食品の栄養や働きについて指導している <li style="padding-left: 20px;">小中学校 35.6% ・児童・生徒に地場産物について指導している <li style="padding-left: 20px;">小中学校 7.7% 	<ul style="list-style-type: none"> ・子どもに食に対する感謝の心を持つよう教えている <li style="padding-left: 20px;">児童・生徒の保護者 40% ・子どもに食に対するマナーを教えている <li style="padding-left: 20px;">児童・生徒の保護者 40% ・児童・生徒に食品の栄養や働きについて指導している <li style="padding-left: 20px;">小中学校 50% ・児童・生徒に地場産物について指導している <li style="padding-left: 20px;">小中学校 20%
5	健康を意識したバランスのよい食生活の実践	<ul style="list-style-type: none"> ・たっぷりの野菜と毎日の果物で、ビタミン、ミネラル、食物繊維をとる <li style="padding-left: 20px;">51% ・牛乳・乳製品、緑黄色野菜、豆類、小魚などで、カルシウムを十分とる <li style="padding-left: 20px;">57.6% 	<ul style="list-style-type: none"> ・たっぷりの野菜と毎日の果物で、ビタミン、ミネラル、食物繊維をとる <li style="padding-left: 20px;">70% ・牛乳・乳製品、緑黄色野菜、豆類、小魚などで、カルシウムを十分とる <li style="padding-left: 20px;">70%
6	食育を推進するネットワークの形成	<ul style="list-style-type: none"> ・庁内に食育関連部署や地域の食育推進団体などによる総合的な推進体制を設けている <li style="padding-left: 20px;">区市町村 46.8% 	100%

(3) 推進の考え方

これまで都では、食育に関連する複数の部局がそれぞれの分野において、区市町村や関係機関と連携し個別の施策に取り組むことにより、各分野において一定の成果をあげてきた。

しかし近年多様化する食の問題に対応していくためには、都や関係機関が分野の垣根を越えて連携し、一層効果的な取組を進めることが不可欠となっている。

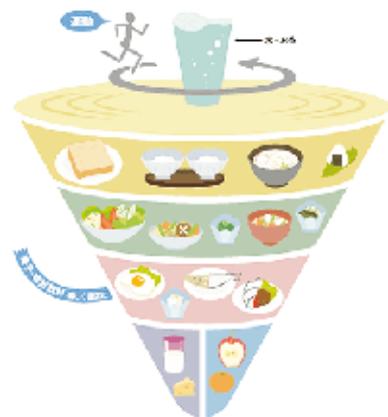
このような状況を踏まえ、今後、総合的な食育の推進に当たっては、都は広域的な取組や先進的な事例の普及支援などを、区市町村は地域の特性を活かした地域活動の推進支援などを、関係団体は交流や体験の場の提供などを自主的に取り組んでいくこととする。そしてそれぞれの実施主体が役割を果たしながら、これまで培ってきた人材やそのネットワークを、生産体験学習や食育に関連した情報発信の推進基盤として充実させることにより、地域に根ざした食育を推進していく。

【用語説明】

(注1) 食事バランスガイド

健康で豊かな食生活の実現を目的に策定された「食生活指針」（平成12年3月）を具体的な行動に結びつけるものとして平成17年6月、農林水産省と厚生労働省により決定された。

「何を」「どれだけ」食べたらよいかなど、わかりやすくコマ型のイラスト（下図）で示したもの。主食、主菜、副菜、果物、牛乳・乳製品の5つの料理区分について、1日にとる料理の組合せとおよその量を表している。



食事バランスガイド

第4章 具体的な施策の展開

都民の食をめぐる問題の解決に向けて、3つの取組の方向に基づいて、都民がライフステージごとに必要な食に関する力を身につけることにより、健康的な心身と豊かな人間性を育むよう具体的な施策を進めていく。

施策の体系

1 家庭、学校、地域が連携して子どもの食育を進める

(1) 乳幼児とその保護者を指導する人材の育成と活動支援

- 乳幼児とその保護者を対象とした指導者の育成と活動支援
- 子育て支援の場を活用した食育の推進

(2) 家庭、学校、地域が一体となった取組の推進

- 家庭、学校、地域の連携強化により、家庭における食育を支える
- 子どもの生活習慣確立のための家庭教育支援

2 食の生産現場との交流と体験の場をつくる

(1) 食の生産・流通・製造者と消費者との交流支援

- 地場産食材の利用と生産者との交流を体験する学校給食の推進
- 生産者と消費者との相互交流の促進
- 食の流通拠点における食育の推進

(2) 体験の場の拡充と食育拠点機能の充実

- 交流と体験の拠点機能の充実
- 生産体験学習の拡充
- 生産体験学習の講師養成
- 体験型普及事業の推進
- 市場や食品の製造・販売段階における食育活動を行う指導者を育成
- 生産、製造流通、料理など各分野のリーダーの相互交流
- 食育を推進する団体のネットワーク形成の場の充実

3 東京に集積した食に関する情報や食のサービス、人材、伝統を活用する

(1) 身近な生活の現場から情報を発信

- 健康づくりのために選択しやすい環境づくり
- 栄養士など食を通じた健康づくりの核となる人材の育成
- 食品関連事業者の自主管理を推進する人材の育成
- 生涯を通じた健全な食生活の実践の実現

(2) ライフステージごとにターゲットを絞った情報を発信

- 問題意識を喚起するための情報提供
- 学校と連携した情報発信の仕組みづくり
- 30～40歳代の関心を高め、実践に結びつく情報提供

(3) 都民にわかりやすい情報を発信

- 食育総合Webの充実
- 都民、食品関連事業者、行政などとの意見、情報の交流を図り、科学的な情報をわかりやすく伝える
- 区市町村と連携した普及の充実

(4) 良き伝統的な食文化の継承と食のあり方の追求

- 食文化継承のための方策検討とイベントなどによる食文化の発信

1 家庭、学校、地域が連携して子どもの食育を進める

子どもたちが望ましい生活習慣を確立していくためには、「早寝、早起き、朝ごはん」といった生活リズムを定着させ、朝食欠食などの食生活の乱れをなくしていくことが重要である。

このため家庭を基本とした環境の中で、乳幼児から基礎的な食習慣が身につくよう取組を行う。また、小学生から中学生の時期は、活動の範囲が家庭の外にも徐々に広がるため、食に関する自己管理を学びながら健康的な食習慣が身についていくよう、家庭、学校、地域が一体となって、社会全体で子どもの食育に取り組む。

(1) 乳幼児とその保護者を指導する人材の育成と活動支援

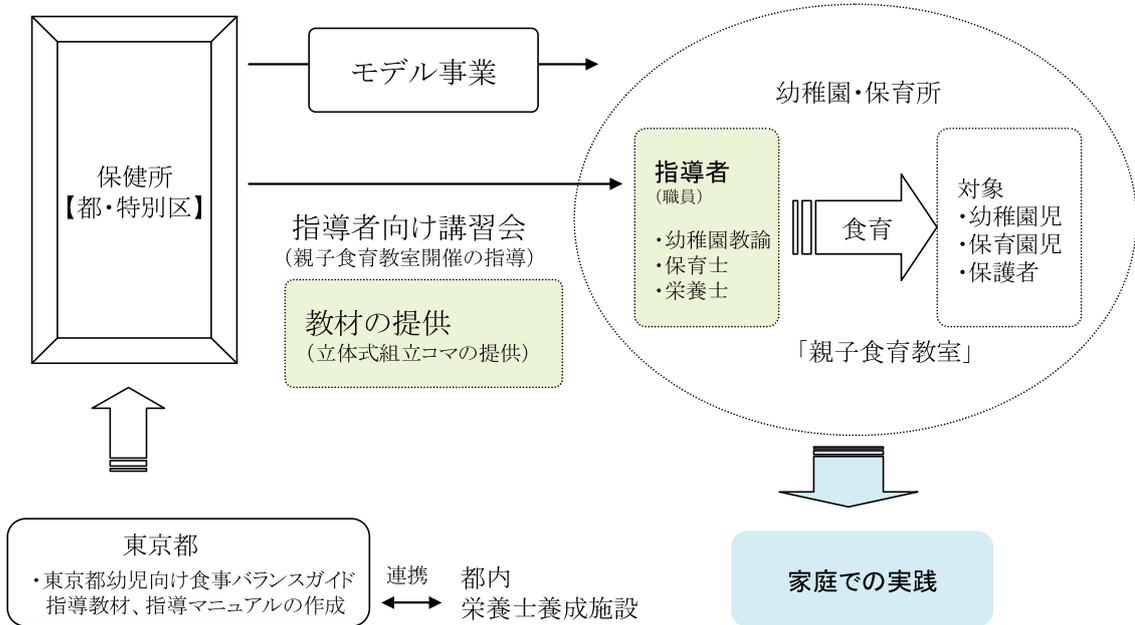
乳幼児期から基礎的な食習慣を身につけるため、乳幼児やその保護者を指導する人材を育成し、家庭における食育を進めるための活動を支援する。

(イメージ図 P 25)

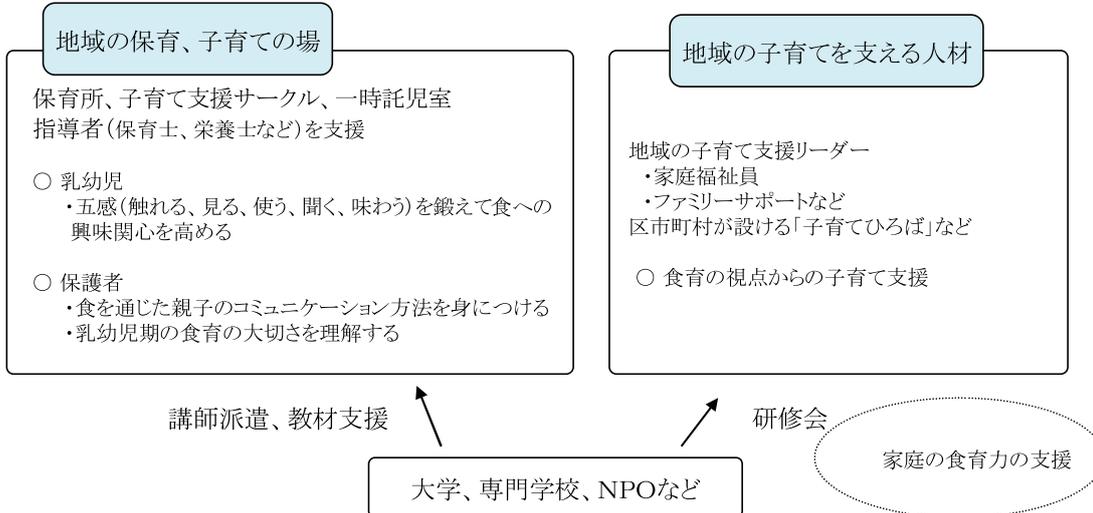
施策	具体的な内容	関係機関
「東京都幼児向け食事バランスガイド」指導教材を活用した正しい食習慣の普及指導	<ul style="list-style-type: none"> ・指導者向け講習会の開催 ・親子食育教室の開催(幼稚園、保育園など) 「東京都幼児向け食事バランスガイド」を利用した親子食育教室を実施 	区市町村
	・乳幼児向け食育指導マニュアルの普及を行う、大学や民間団体の活動を支援	区市町村 大学 NPO
子育て支援の場を活用した食育の推進	・乳幼児向け及びその保護者、在宅子育て支援者などに対する指導者の育成支援及び活動支援	区市町村 大学 NPO

■ 乳幼児とその保護者を指導する人材の育成と活動支援（イメージ）

○ 「東京都幼児向け食事バランスガイド」指導教材を活用した正しい食習慣の普及指導



○ 子育て支援の場を活用した食育の推進



(2) 家庭、学校、地域が一体となった取組の推進

子どもに対する家庭の食育機能を支えていくため、家庭、学校、地域の連携を強化して、子どもに対する食育に取り組む。

学校における食育を充実させるため、食育推進チームの編成や食育リーダーの選任及び養成研修等、食育推進のための校内指導体制を整備する。

また、食に関する指導の全体計画を作成し、計画に沿って、関連教科等において食に関する指導を進める。

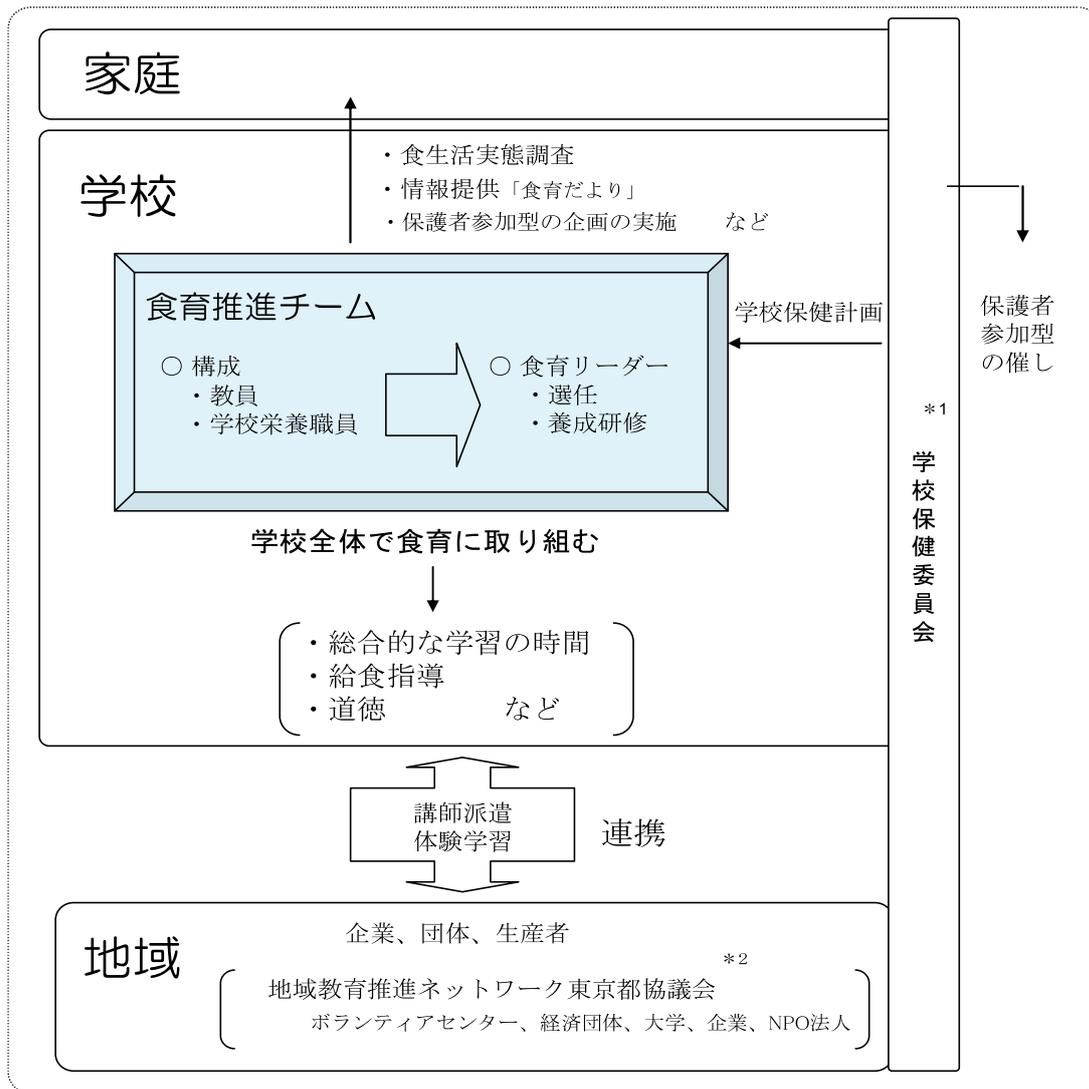
食習慣の形成など、子どもの望ましい生活習慣の確立に向けては、広く関係団体や企業に協力を呼びかけるなど、社会全体で子どもの生活習慣確立を進める。

さらに、児童館、学童保育、子ども会、地域スポーツクラブなど、地域の子どもたちの様々な活動を食育の貴重な場とすることにより、子どもたちが日常的に身近に食育を学ぶ機会を作る。

施策	具体的な内容	関係機関
家庭、学校、地域の連携強化により、家庭における食育を支える (イメージ p27)	<ul style="list-style-type: none"> ・学校で食に関する指導を行う指導者の育成 学校における食に関する指導を推進するため、教員や学校栄養職員など核となる人材に必要な知識の習得等を進める ① 食育リーダー養成研修 ② 学校栄養職員研修会 ③ 食に関する指導研修会 ・教員、学校栄養職員などが協力した授業(ティームティーチング)による食に関する指導の充実 	区市町村
	<ul style="list-style-type: none"> ・家庭、学校、地域の連携強化 学校は区市町村教育委員会と連携して、学校における食に関する指導の充実強化を図るとともに、学校保健委員会を活用して家庭・地域とともに子どもの食育に取り組む 	区市町村
	<ul style="list-style-type: none"> ・総合的な学習の時間などを活用した家庭と学校との連携 ・関係業界と協力した取組の推進 	食品関連事業者、食品関連業界団体等
子どもの生活習慣確立のための家庭教育支援	PTA、学校、区市町村教育委員会、企業、関係団体等が一体となって、社会全体で食習慣の確立など子どもたちの望ましい基本的な生活習慣の定着に向けた喚起を図り、家庭教育の支援に取り組む	区市町村民間団体

■ 家庭、学校、地域の連携強化により、家庭における食育を支える
(イメージ)

「公立学校における食育に関する検討委員会報告書」(都教育委員会 平成 18 年 7 月)より
校内体制の整備のイメージを作成



*1 学校保健委員会

児童・生徒の健康づくりに関して意見交換を行い、研究協議するとともに、実践活動を行う組織。教職員、学校医、学校歯科医、学校薬剤師、保護者及び地域の代表者等で構成される。

*2 地域教育推進ネットワーク東京都協議会

都教育委員会が、学校内外の教育活動に企業、経済団体、NPO等有する専門的な教育力を効果的に導入するために、ネットワークづくりを進める仕組みづくりとして設置。

2 食の生産現場との交流と体験の場をつくる

食の生産とふれあう機会の少ない東京の子どもたちが、生産体験や生産者との交流体験などの学習ができるよう、関係者が連携協力して講師の育成や生産体験の場の整備と受入れ、情報交換などの仕組みづくりを進める。

また、農林水産系の試験研究機関^(注1)や教育ファーム^(注2)などを活用して、情報の発信、体験学習の講師の育成、体験と交流の場づくりなど総合的な食育を推進する活動の中核となる拠点機能を充実させる。

(1) 食の生産・流通・製造者と消費者との交流支援

都内産食材を学校給食や都内の飲食店に利用することを通して、食の生産・流通・製造者と消費者との交流を促進し、食の理解を深める。

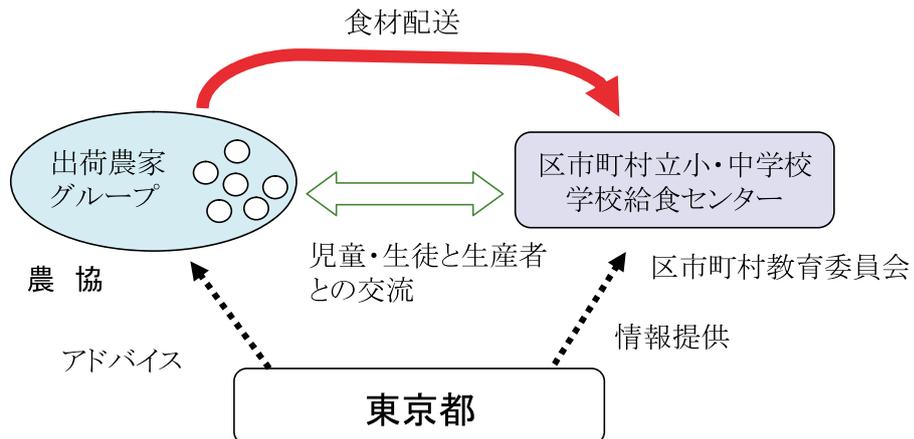
施策	具体的な内容	関係機関
地場産食材の利用と生産者との交流を体験する学校給食の推進 (イメージ P29)	<ul style="list-style-type: none"> ・区部など農地の少ない地域の学校に対して、学校給食への都内産食材の導入を推進 ・児童・生徒と生産者との交流を図るための情報提供 ・農地のある地域における、地場産食材の学校給食への導入推進 	生産者 区市町村、 学校栄養 職員
	<ul style="list-style-type: none"> ・伊豆諸島産の海産物や東京の伝統食品などを利用した給食を通じた児童・生徒と生産者との交流 	区市町村、 食品製造 者
	<ul style="list-style-type: none"> ・モデル事業や地域の優良事例の普及 (学校栄養職員と生産者とのシンポジウムなど) ・産地交流会のための情報提供 ・児童・生徒及び保護者を対象とした料理講習会 	学校栄養 職員
生産者と消費者との相互交流の促進	<ul style="list-style-type: none"> ・各種団体との意見や情報交換の場の提供 ・農産物直売所などを活用した生産者と消費者の交流促進 	生産者、 消費者グ ループ
食の流通拠点における食育の推進	<ul style="list-style-type: none"> ・市場見学等を通じた生鮮食料品等流通の理解促進 ・食材の見極め方、調理方法など商品知識に関する普及啓発 ・食育をテーマとしたイベント支援 (食について学ぶ参加型イベント) ・事業者が行う食育活動への支援 	区市町村、 流通事業 者

■ 地場産食材の利用と生産者との交流を体験する学校給食の推進

(イメージ)

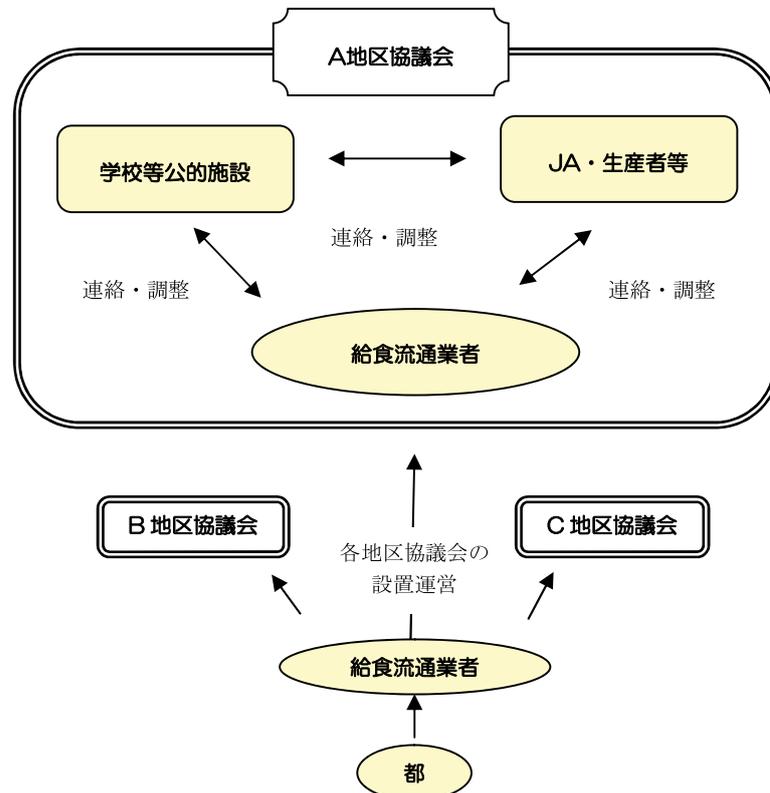
(1) 近隣に農地がある地域

- 学校区を単位とした共同出荷などの体制づくり



(2) 近隣に農地が少ない地域

- 農地の少ない地域と生産者を結ぶシステムづくりとその普及
- 生産者と学校給食関係者やP T Aとの交流促進

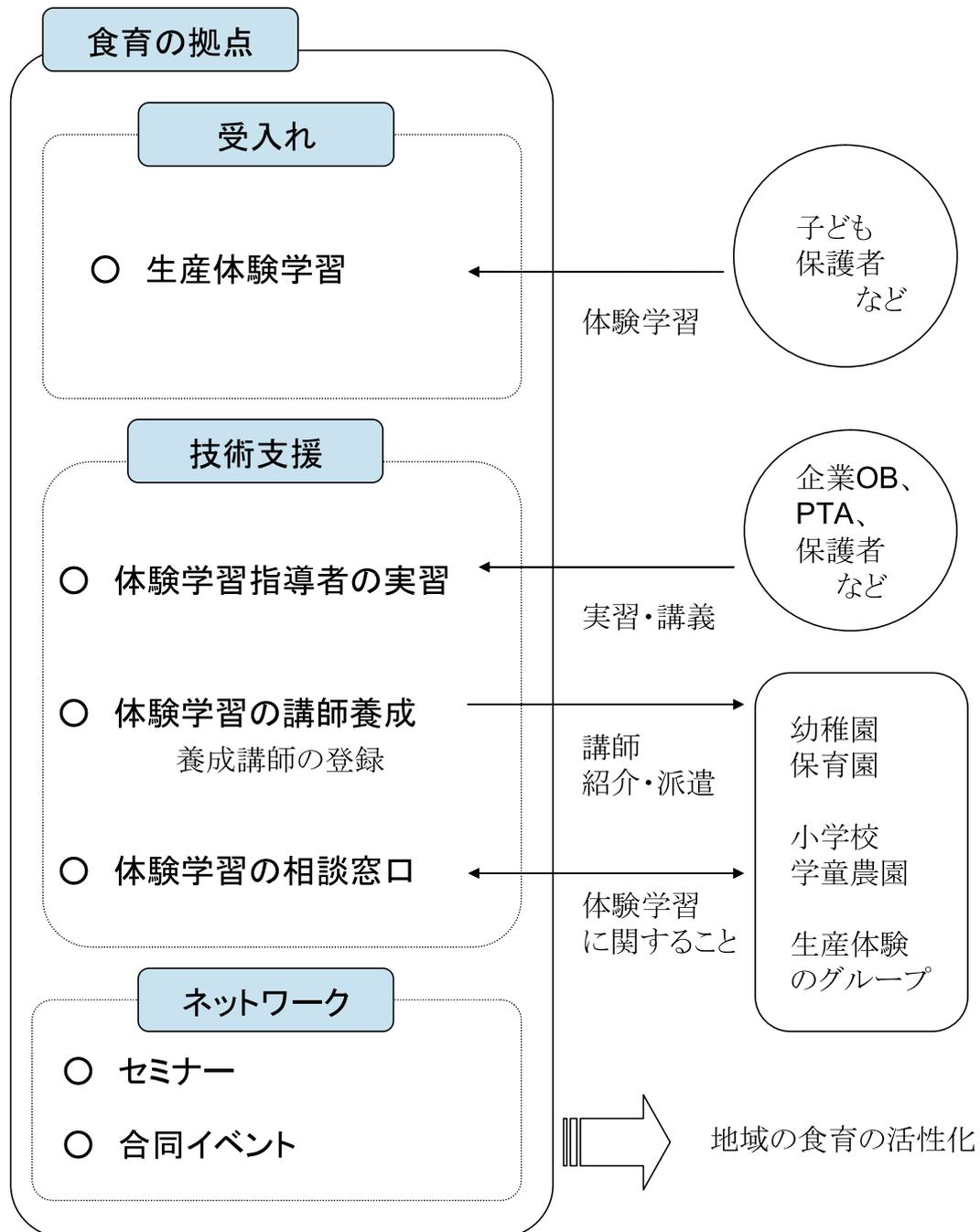


(2) 体験の場の拡充と食育拠点機能の充実

区市町村など地域の多様な主体による施設や都施設は、食育の地域拠点の役割を果たしている。都はこれらの体験の場や拠点機能を充実させていくために、指導者養成のための実習受入れ、ふれあい体験、食育に関する展示を行うとともに、食育活動を行う各団体とのネットワークづくりを推進する。

施策	具体的な内容	関係機関
交流と体験の拠点機能の充実 (イメージ P31)	・体験学習の受入れ、講師の養成、登録、派遣などの受付機能の充実	区市町村 食育関係 団体
	・体験型食育拠点機能の充実 家畜とのふれあい体験や生産体験の受入れ機能を有する施設など、食育拠点機能の充実を図る	
生産体験学習の拡 充	・子どもたちが行う、畑や水田での生産体験学習を推進支援 子どもの農業体験学習に協力する生産者グループなどの活動を推進支援する	区市町村、 農業者団 体 食品関連 業界団体
	・生産体験学習の場に講師の派遣を推進支援 学校の学童農園などで行われる体験学習に対して、作物の栽培や食料生産全般に知識を有する講師派遣を支援	
	・わくわくWeek Tokyo 中学生の職場体験 食品産業界を含めて、様々な事業所での職場体験の受入れを推進する	
生産体験学習の講 師養成	・食料生産や食品の製造・流通、食文化などの専門知識を持つ人材を講師として養成 (学童農園や地場産食材を利用して生産者と交流する学校給食など)	生産者団 体、企業、 食品関連 事業者
体験型普及事業の 推進	・家族で楽しむ農業体験活動などを支援(生産体験農園、滞在型農園、市民農園、ふれあい牧場など) ・一般見学者を受入れしている食品工場、流通拠点などを紹介	生産者団 体、企業、 食品関連 事業者
市場や食品の製造・ 販売段階における 食育活動を行う指 導者を育成	・各種食育のリーダーを養成する講習会	食品関連 事業者、食 品関連業 界団体
	・市場業界と連携した、派遣講師などの人材登録や紹介	
生産、製造流通、料 理など各分野のリー ダーの相互交流	・メーリングリストなどの最新情報の効果的な発信により、地域の食育団体の活動の幅を広げる	東京食育 推進ネット ワーク ^(註3)
食育を推進する団 体のネットワーク形 成の場の充実	・異分野かつ複数の団体が相互交流と活動内容の充実を目的としたセミナーや合同イベントへの支援	東京食育 推進ネット ワーク 企業、生産 者、食品製 造者、NP O

■ 交流と体験の拠点機能の充実（イメージ）



3 東京に集積した食に関する情報や食のサービス、人材、伝統を活用する

食に関する様々な課題を解決するため、東京に集積した多様な資源と豊富な人材、さらに高度な情報とを結びつけて、総合的な食育を推進するとともに、伝統的な食文化の継承など食のあり方を追求していく。

(1) 身近な生活の現場から情報を発信

都民が身近な食のサービスを日々利用しながら、食の安全安心や食を通じた健康づくり、生産体験、食文化など食育に関するさまざまな情報が得られるよう、外食店や中食店に集積する情報や人材を地域の食育発信の場として活用する。

特に、食を通じた健康づくりについては、都においても増加傾向にある肥満者の減少をめざし、心筋梗塞や脳梗塞が発症しやすくなる内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム^(注4)）の予防や改善に対する都民の意識を高め、一人ひとりが自主的に食事バランスガイドなどを活用して食生活の見直しが実践できる環境づくりを推進する。

施策	具体的な内容	関係機関
健康づくりのために選択しやすい環境づくり	<ul style="list-style-type: none"> ・糖尿病など生活習慣病予防に重点をおいた健康づくりのための食育の推進 ① 外食産業等での栄養成分表示や食事バランスガイドの表示店の普及 ② 社員食堂などの特定給食施設等での栄養成分表示や健康情報の発信、ヘルシーメニューの提供を推進 ③ 地域における自主グループ活動の情報提供の推進 	区市町村、職域、学校、保健医療団体、企業、自主グループ
栄養士など食を通じた健康づくりの核となる人材の育成	<ul style="list-style-type: none"> ・健康づくり調理師研修 ・栄養指導従事者教育事業（市町村の栄養指導従事者栄養士への研修） ・都・区市町村栄養士の連携強化 	
食品関連事業者の自主管理を推進する人材の育成	<ul style="list-style-type: none"> ・食品の適正表示推進者育成講習会の開催 食品関連事業者を対象として、食品の適正表示を推進する人材を継続的に育成 	食品関連事業者
	<ul style="list-style-type: none"> ・食品衛生推進員を対象とした講習会の開催 食品関連事業者の自主管理推進等を支援するために、都や特別区が委嘱した「食品衛生推進員」に対して、食品衛生に関する知識を付与 	特別区
生涯を通じた健全な食生活の実現	<ul style="list-style-type: none"> ・一人ひとりにあった食事の選択環境をつくる ① そうざい、弁当などの中食から栄養情報や食材情報の発信を支援 ② 食事バランスガイドの活用や食材情報の提供が行われるよう事業者を支援 	食品関連事業者、食品関連業界団体、生産者グループ

(2) ライフステージごとにターゲットを絞った情報を発信

ライフステージの早期から、食に関する意識や関心を高めて、健全な食生活の実践が継続されるよう、子どもに対する啓発を重点的に行う。

また、糖尿病が発症しやすい40～50歳代に到達する前の30～40歳代には、自らの健康状態をチェックできるような体験型の手法を用いて普及啓発を行い、肥満対策が必要な世代の食行動が確実に肥満予防の行動に結びつくよう重点的に情報を提供する。

施策	具体的な内容		関係機関
問題意識を喚起するための情報提供	基礎的な調査研究の活用促進	<ul style="list-style-type: none"> ・食生活が児童・生徒の健康や学習意欲に及ぼす影響など、調査研究に基づく情報提供 	区市町村
学校と連携した情報発信の仕組みづくり	児童・生徒の健康づくりの一環として、食育の情報を学校・家庭・地域に対して発信	<ul style="list-style-type: none"> ・「健康づくりフォーラム」の開催 (PTA連合会、学校保健関係団体等と共同開催) 健康づくりに関する学校や学校保健関係団体、PTA活動における取組について、一堂に会し発表。その中で、食育の情報についても発信 ・ホームページを活用した健康づくり情報コーナーの設置 ・健康づくりニュースの発行 ・指導事例や教材、校内研修や保護者会用資料等を、ホームページから提供 	区市町村 PTA 学校保健関係団体
30～40歳代の関心を高め、実践に結びつく情報提供	生涯を通じた健全な食生活の実践を啓発	<ul style="list-style-type: none"> ・肥満解消に具体的な体験を通じた普及啓発 体重計、万歩計、メジャー(腹囲の計測)などを用いた分かりやすい普及啓発の推進 ・食事バランスガイドを活用した普及啓発 	区市町村 職域 保健医療団体

(3) 都民にわかりやすい情報を発信

都民が食に対する理解を深めるため、Webや情報誌、イベントなど様々な媒体や機会を活用して、子どもの食習慣の確立、食を通じた健康づくり、食の安全安心、さらには、食文化への理解など広い分野にわたる食育の情報をわかりやすく発信する。

また、地域における食育活動を総合的に進めるため、区市町村、食品関連事業者、関係団体、企業、大学などが相互に連携して、効果的な情報を発信する。

◇東京都の食育ホームページ

～食育総合 Web～

<http://www.sangyo-rodo.metro.tokyo.jp/norin/>

◇食に関する各局のホームページ

食品衛生の窓

<http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/shokuhin/>

東京都食品安全 FAQ

<http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/shokuhin/netforum/faq/>

栄養・食生活について

http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/kenkou/kenko_zukuri/ei_syo/index.html

子どもたちの食生活と生活習慣

<http://www.kyoiku.metro.tokyo.jp/buka/gakumu/kenkou/index.html>

中央卸売市場の取組

<http://www.shijou.metro.tokyo.jp/>

心の東京革命

<http://www.kokoro-tokyo.jp/>

施策	具体的な内容		関係機関
食育総合Webの充実	Webの再構築とリンク先の充実	<ul style="list-style-type: none"> ・検索しやすい構成に更新 ・欠けている分野、情報量の少ない分野の充実 ・対象別(キッズ向け、生徒学生向け、大人向けなど)に整理 	食育関係団体
	内容の充実	<ul style="list-style-type: none"> ・食の安全・安心に関する情報をホームページ「食品衛生の窓」により発信 ・生産体験学習や年齢別食育プログラムなど教育資材の普及支援 ・地域で食育を活動する団体とのネットワークづくり ・子どもの生産体験、高齢者と子どもとの食を通じた交流、学校と地域が一体となった取組など、地域における優良事例の紹介 	
都民、食品関連事業者、行政などとの意見、情報の交流を図り、科学的な情報をわかりやすく伝える	食育のフォーラム、イベント、講習会などの開催、情報誌等による普及	<ul style="list-style-type: none"> ・都民の意識向上のため、先進的な活動を行うNPOや企業、民間団体が行う催しを支援 	企業、NPO、民間団体
		<ul style="list-style-type: none"> ・食の安全都民フォーラム 都民参加のシンポジウムを開催し、食の安全に対する理解を促進 ・東京都食品安全 FAQ 	
		<ul style="list-style-type: none"> ・消費生活情報誌『東京くらしねっと』等で食に関する情報を提供 	
		<ul style="list-style-type: none"> ・消費生活教育講座により食の安全・安心に関する情報を提供 	
	市販される健康食品に関する調査	健康食品の表示の適正化に向け、市販品の表示内容の検査結果などを公表	
都民と食品関連事業者との相互理解の推進	食品関連事業者が行う生産情報の提供を推進		
基礎的な調査研究の活用促進	<ul style="list-style-type: none"> ・都民の食生活の改善につなげるよう「東京都民の健康・栄養状況」の公表と活用を図る 		
区市町村と連携した普及の充実	<ul style="list-style-type: none"> ・国(内閣府、農林水産省、厚生労働省、文部科学省など)と連絡調整を図りながら、区市町村との情報交換や資料提供などを行う 		

(4) 良き伝統的な食文化の継承と食のあり方の追求

東京の優れた食の匠の技術など、食品製造の現場において伝統的な技術が継承されるよう人材育成を推進支援していく。また、都民に食の伝統の良さを伝えるために、生産者グループや食品関係事業者及び関係団体と連携協力し取り組む。さらに、食育の重要性を都民に広く普及し、一人ひとりが食のあり方を考え、健全な食生活を実践していくよう促していく。

施策	具体的な内容	関係機関
食文化継承のための方策検討とイベントなどによる食文化の発信	<ul style="list-style-type: none"> ・食文化や食のあり方をテーマとしたイベント、シンポジウムに取り組む団体の活動を支援 ・伝統的な食品の製造技術を継承する人材育成に取り組む団体の活動を支援 ・都内産の特産品のPR支援 ・東京都地域特産品認証食品^(注5)の普及 	食品関連事業者 食品関連業界団体

【語句説明】

(注1) 農林水産系の試験研究機関

平成17年、農業試験場、畜産試験場、林業試験場を統合し、農林総合研究センター（所在地：立川市）を創設した。現在、研究センターでは、出先機関である青梅畜産センター（青梅市）とともに、都市に不可欠な農林業の技術革新と都民生活に役立つ試験研究を推進するとともに、子どもや都民を対象に家畜とのふれあいや生産体験学習などの食農教育にも取り組んでいる。また、産業労働局農林水産部島しょ農林水産総合センターでは、水産系の体験学習に取り組んでいる。

(注2) 教育ファーム

自然の恩恵や食に関わる人々の様々な活動への理解を深めること等を目的として、農林漁業者などが一連の農作業等の体験の機会を提供する取組をいう。一連の農作業とは、2つ以上の作業を年間2日間以上の期間を行うことを目安としている。

(注3) 東京食育推進ネットワーク

食育に関心のあるNPO、民間団体、個人、行政等の相互間において、情報の交換、交流、活動の協力等を活発に行い、都内における食育の一層の推進を図ることを目的とするネットワーク。事務局は、農林水産省関東農政局東京農政事務所。都は、会員との情報交換や食育事業を共催している。

(注4) メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）

腹部の内臓周囲に脂肪が蓄積する内臓脂肪型肥満とともに、高血糖、脂質代謝異常、血圧高値が複合的に起こる状態で、動脈硬化のリスクが高く、心筋梗塞、脳梗塞を発症しやすくなる。第2次食育推進基本計画では、平成27年度までにメタボリックシンドロームの予防や改善のための適切な食事、運動等を継続的に実践している国民の割合を50%以上とすることを目標としている。

【診断基準】 内臓脂肪型肥満：ウエスト周囲が男性で85cm以上、女性で90cm以上に加えて、

- ① 空腹時血糖：110mg/dl以上、②中性脂肪：150mg/dl以上、かつ/又は HDL コレステロール：40mg/dl未満、
- ③ 血圧：収縮期（最大）130mmHg以上、かつ/又は拡張期（最小）85mmHg以上の3項目中、2項目以上を満たす場合

(注5) 東京都地域特産品認証食品

東京都内産の原材料を使用した加工食品あるいは、伝統的手法など生産方法に特徴のある食品を都が『東京都地域特産品認証食品』として認証している。認証食品のマークは右図のとおり。



通称：Eマーク

第5章 計画の着実な推進に向けて

1 施策の推進体制

本計画の推進に当たっては、地域の食育活動団体や学校、食品関連事業者などと連携して、施策の成果や関係者の取組状況を把握し、情報を共有できる仕組みをつくる必要がある。そのため都、区市町村、食育活動団体、食品関連事業者団体などで構成する協議会を設置し、事業の進捗状況を点検するとともに具体的な施策を検討することとする。

さらに、本協議会を活用して関係団体による共同事業を実施し、各活動団体相互のネットワーク化を進めていく。

2 関係者の役割

食育の推進を実効性のあるものとしていくためには、東京都、区市町村をはじめ、事業者や地域社会などがそれぞれの役割を果たしていくことが重要である。

(1) 東京都

都市の集積を活かした食育の推進に積極的に取り組み、その成果の普及に努めるとともに、区市町村や食育関連団体などと連携して地域の食育活動の推進・支援を行う。

① 計画の着実な推進

ア 計画が目指す理念を実現するため、全庁を挙げて食育推進計画を着実に実施

イ 計画の取組の方向に基づく先進的な取組を推進・支援

② 食育の拠点機能の充実

ア 地域の活動拠点を結ぶネットワークの形成支援

イ 食育活動の核となる人材の育成と活動支援

ウ 体験学習の受入れと、体験学習の講師の養成や派遣

エ 都立学校における食育の推進

③ **さまざまな食育関連の団体が連携した活動をコーディネート**

- ア 地域の各団体や食品関連事業者など多様な主体を結びつけて、体験学習などの活動を支援
- イ 地域の活動団体相互の交流や合同事業を促進・支援

④ **区市町村や広域的な食育活動を行う団体への支援**

- ア 地域の特性を踏まえた区市町村の総合的かつ計画的な食育活動を推進・支援
- イ 食品関連事業者や食育関連団体、消費者などとの様々な団体が合同で行う活動など広域的な食育団体の取組を促進・支援

(2) **区市町村**

食育はライフステージを通じた取組であり、地域に根ざした活動を定着させることが重要である。そのため都民に一番身近な自治体である区市町村は、地域に密着した食育活動の推進役として大きな役割を担う。

① **地域の特性を活かした食育の推進**

- ア 地域における総合的な食育事業の推進
- イ 地域や住民の積極的な参加を促して、地域社会全体で取り組む食育活動を推進・支援
- ウ 地域の各種食育関連団体や住民グループの育成と、異分野相互のネットワーク構築と活動促進

② **家庭、学校、地域が連携した食育の推進**

- ア 保健所や保健センターなど地域における健康づくりの拠点での食育を推進
- イ 公立小・中学校における食育の推進
学校における食育に関する指針の策定や食育リーダーの育成を図る。
- ウ 学童農園や生産体験農園など様々な生産体験の場づくりを推進

③ 都や他の自治体、広域的に活動する団体との連携

地域活動団体の広域的な交流を支援するため、都や他の行政機関や関係団体との連携調整を実施

(3) 食品関連事業者など

食品の生産・流通・製造者など食品関連事業者には、食の安全安心の確保に取り組むとともに、都民の健全な食生活の実現に向けて積極的な役割を果たすことが期待される。

① 生産情報などの提供

- ア 生産地や栽培、飼育環境や生産・製造などの履歴の公表
- イ 食の安全安心の確保に向けた消費者との相互理解の促進

② 見学の受入れや講師養成・派遣への協力

- ア 生産から流通、加工、製造まで、様々な場において食を体験的に理解できるように、受入環境の整備
- イ 体験学習の講師役としての人材の育成と学習の場への派遣

③ 食を通じた健康づくりを支えるメニューや情報の提供

- ア 栄養バランスに優れ、一人ひとりにあった栄養摂取ができるなど、選択性の高いメニューの提供
- イ 若い世代から食を通じた健康づくりに関心を促し、バランスのよい食生活が実践できるように、わかりやすく、選択しやすい栄養成分表示などの情報提供

(4) 都民

① 一人ひとりの自覚と実践

自分の心身の健康は、自らの食により作られるという自覚を持って、規則的でバランスのとれた食生活の継続に努める。また、食を通じたコミュニケーションや自然に対する感謝の心など、食が持つ多面的な機能を大切にする心がけを持って、健康的でこころ豊かな食生活を実践していく。

ア さまざまな食の体験を積みながら、食を選び、作り、食べることへの自己管理能力を高める。

イ 食に対する関心を持ち、様々な情報を積極的に得て、食の選択判断に有効に活用する。

② 学校や地域活動への参加・協力

子どもたちへ「食」を伝える担い手としての意識を持ち、自らが持っている技術や知識を活かし、また、向上に努めながら、学校での生産体験学習や地域における食育活動に積極的に参加・協力する。

本文は、産業労働局ホームページからもご覧頂けます。

URL <http://www.sangyo-rodo.metro.tokyo.jp/norin/>

東京都食育推進計画

登録番号 (23) 84

平成 23 年 10 月発行

発行 東京都産業労働局農林水産部食料安全課
東京都新宿区西新宿二丁目 8 番 1 号
ダイヤルイン 03-5320-4880

印刷 鈴政印刷製本 株式会社
東京都台東区寿三丁目 16 番 6 号
電話 03-3841-6473

食育に関連するより詳しい情報は、以下のホームページからご覧いただけます

<http://www.sangyo-rodo.metro.tokyo.jp/norin/>

トップページにあるバナー



をクリックすると下の画面になります

■ 東京都食育推進計画



■ 子どもの育成・支援

乳幼児期からの子供の教育支援プロジェクト
心の東京革命



■ 生産者との交流・ふれあい

東京農業 Web サイト（食育）



中央卸売市場の取組



■ 食を通じた健康づくり

東京都健康推進プラン 21



東京都幼児向け食事バランスガイド



外食料理の栄養成分表示活用サイト



■ 食の安全

食品衛生の窓



東京都食品安全 F A Q



くらしの安全情報サイト