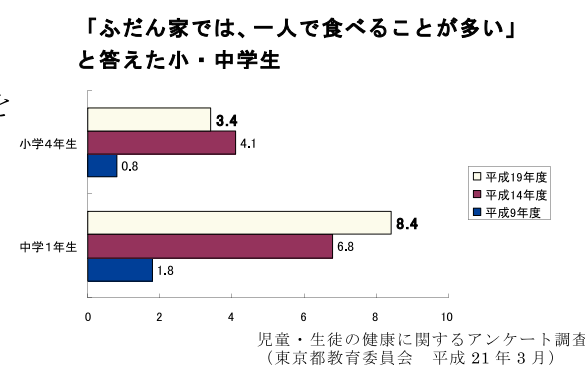


東京の食をめぐる問題

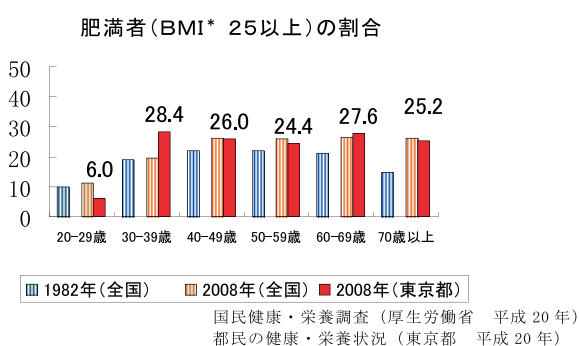
■ 家庭での食育機能が低下

- ・ 家族一緒に食卓を囲む機会や食を通じた家族のコミュニケーションの機会が減少
- ・ 子どもの「孤食」や朝食欠食の増加
- ・ 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



■ 食を大切にしている心の希薄化

- ・ 食の生産現場が身近に感じることが極端に少なくなって、食べ物を「ありがたい」「もったいない」と思う意識が薄れがち
- ・ 外食や中食（持ち帰りの弁当やそうざい）を利用する食の外部化や簡素化が進行
- ・ 生産体験や生産者との交流体験をする機会が減少



■ 食に対する理解の不足と食生活の乱れ

- ・ 外食や中食が集積する利便性の高い食環境がある中、安易な利用が増加すれば食事バランスが崩れる恐れ
- ・ 食生活の補助として利用すべき健康食品への過大な期待や過剰摂取の危険性

■ 都市化が進む東京では、伝統的な食文化の継承が困難

- ・ 国内の食料供給の約6割を海外に依存する一方で、大量の食品を廃棄

取組の方向と具体的な施策の展開

ライフステージごとに設けた重点テーマに沿って食育を推進するために、家庭、学校、地域など社会全体で取組みます。

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ます。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、子どもに対する食育の担い手となるよう取組を推進していきます。

東京都の食育ホームページ ～ 食育総合 Web ～

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

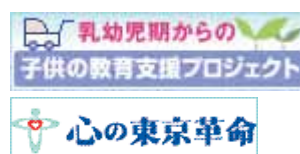
■ 食を通じた健康づくり

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FAQ
くらしの安全情報サイト

東京都食育推進計画



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（概要） （平成23年7月 改正）



健康的な心身と豊かな人間性を育むために

食は、私たちの生活における楽しみや喜びの源であり、生きる力の礎となるものです。生涯を通じて心身を健康に保ち、豊かな人間性を育てていくためには、私たち一人ひとりが健全な食生活を実践することが必要です。

しかし近年、子どもの朝食欠食や孤食の増加だけでなく、様々な世代においても、不規則な食習慣や栄養バランスの偏りなど食生活の乱れが顕在化しています。特に、食の生産現場を身近に感じる機会が少ない東京においては、食を大切にしている心が育ちにくくなっています。

こうした状況に対処するため、都では「東京都食育推進計画」を策定しました。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全ての世代の都民を対象として進めていくものです。

計画の性格と位置づけ

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す。

本計画は、食の大消費地である東京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す。

また、食育基本法という都道府県食育推進計画の性格もあわせ持ちます。

計画の特徴

■ ライフステージごとの重要テーマを設定し重点的に実施

ライフステージごと（乳幼児～小学生、小学生～中学生、高校生～大人）に獲得すべき能力を明確化し、施策を重点的に実施します。

■ 都市に集積する食のサービス、人材、情報を活用

都民が身近な食のサービスを日々利用しながら、健康づくりや食文化などさまざまな情報が得られるよう都市の集積を活かして東京発の食育を発信します。

ライフステージごとの重要テーマ

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、施策を重点的に実施します。

■ ステージ1：乳幼児～小学生

好き嫌いをなく食べることや食事の行儀・マナーなど、
基礎的な食習慣を身につける

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
最も重要な時期です。

味覚、嗅覚、視覚など食の五感を磨くとともに、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
けます。また、みんなで食べることの楽しさや、好き嫌いをなく
いろいろな食材の美味しさを知って、食への関心を高めます。



■ ステージ2：小学生～中学生

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

食事の選択・判断など自己の裁量が増えていく時期です。
食の生産との交流や体験を通じて食の大切さを実感する
ことにより、健康的な食生活を身につけるための自己管理
能力を育てます。



■ ステージ3：高校生～大人

健全な食生活の実践力を身につけるとともに次世代を育てる役割を果たす

一人ひとりが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ま
す。さらに大人は、家庭や地域における食育の担い手として、食文化の継承や次世
代の健全な育成に役割を果たします。

取組の方向

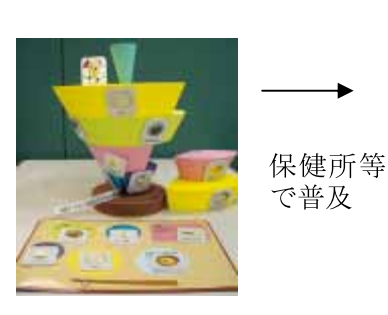
- 1 家庭、学校、地域が連携して子どもの食育を進める
- 2 食の生産現場との交流と体験の場をつくる
- 3 東京に集積した食に関する情報や食のサービス、人材、伝統を活用する

取組の方向 1 家庭、学校、地域が連携して子どもの食育を進める

- ・ 基礎的な食習慣を身につける乳幼児から学童期に、
家庭における食育を支える環境をつくります

● 乳幼児とその保護者を指導する人材の育成と活動支援

- ・ 東京都幼児向け食事バランスガイド指導教材を活用し、正しい食習慣を普及
- ・ 保育所や幼稚園等で親子食育教室を実施



東京都幼児向け食事バランス
ガイド指導教材の作成



保育所・幼稚園等における食育事業

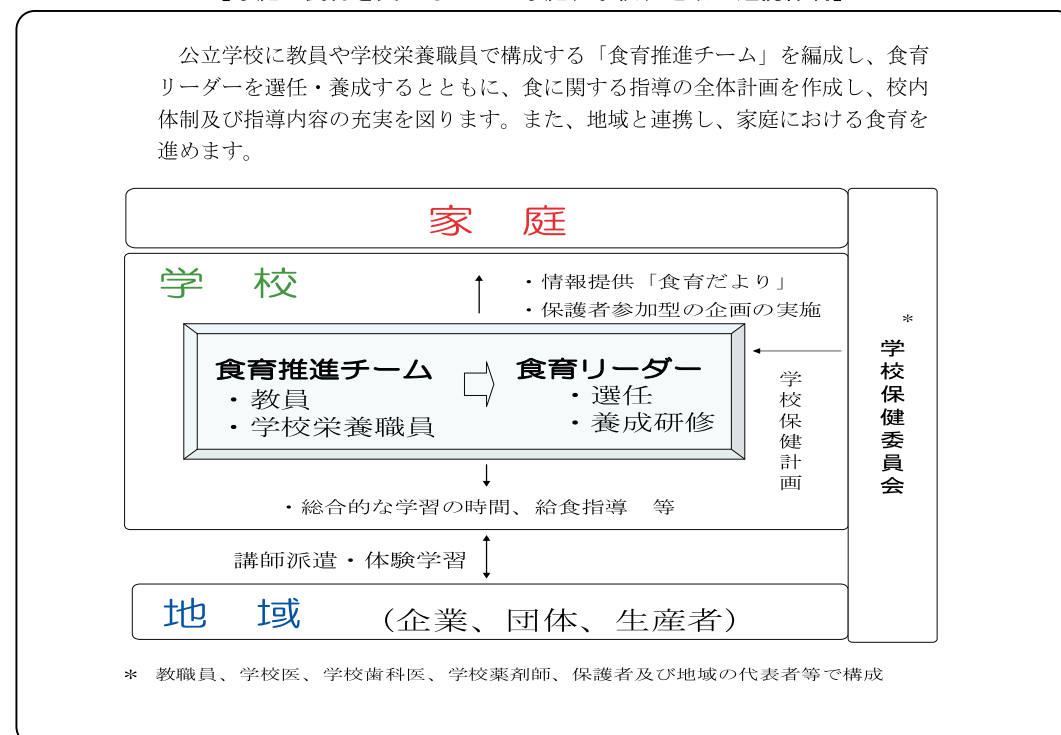


子育て支援の場における保護者に対する
食育指導（区市町村とNPOなどとの協働）

● 家庭、学校、地域が一体となった取組の推進

- ・ 学校内に食育推進チームを編成し、食育リーダーを選任・養成
- ・ 学校において食に関する指導の全体計画を作成し、学校全体で食育に取り組む
- ・ 食習慣を含め子どもの生活習慣確立に向けて、家庭教育を支援

【家庭の食育を支えるための家庭、学校、地域の連携体制】



取組の方向 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、
様々な食の現場を体験する環境をつくります

● 食の生産・流通・製造者と消費者との交流支援

- ・ 食育に関する体験型イベントの開催
- ・ 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



旬の食材を使った料理教室
中央卸売市場において、市場関係事業者
と連携し、親子や若い世代等を対象に料理
教室や市場見学などを実施



都内産食材を使った調理講習会
生産者を講師に招いて、学校栄養職員を
対象に調理方法や給食用食材の提供につい
て意見交換

● 体験の場の拡充と食育拠点の充実

- ・ 生産体験学習の受入れや家畜とのふれあいの場の設置
- ・ 生産体験学習の講師養成と派遣



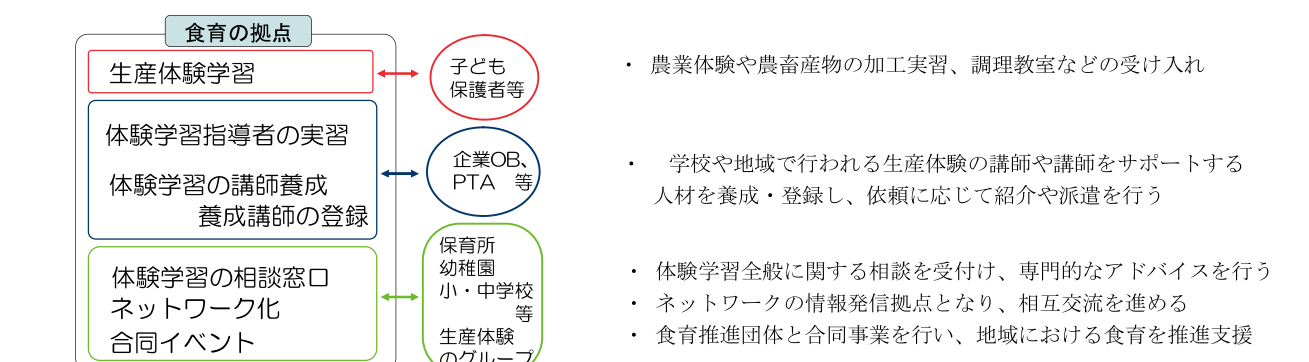
生産体験学習（学童農園）
本物の畑で作物の収穫までの
栽培を体験し、調理実習や給食の
食材に生きた教材として利用



家畜とのふれあい体験
乳牛にふれたり、絞らたての牛乳
でバターを作るなど、食の生産を身
近に感じる体験



家族で楽しむ農業体験（生産体験農園）
参加者は、農家が立てた栽培計画に従って、
農家の技術的指導を受けながら農業体験や収
穫した食材を利用した料理講習会を楽しむ



取組の方向 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ます
- ・ 食に関する総合的な情報、文化を発信します

● 身近な生活の現場から情報を発信

- ・ 外食や中食、社員食堂からの情報発信を推進
ヘルシーメニューの提供、食事バランスガイドの活用、栄養成分の表示 など



食育バランスガイド
料理で1日に何をどれだけ食
べたらよいかを示したもの



食事バランスガイドを利用した表示と、
ヘルシーメニューの提供を行う社員食堂

● 都民にわかりやすい情報を発信

- ・ 食育総合Webの充実
<http://www.sangyo-rodo.metro.tokyo.jp/norin/>
- ・ 食の安全に関する情報提供（Web、フォーラム、講習会等）
- ・ 健康食品の正しい利用の普及



正しくわかりやすい情報を発信
するための講習会
（食品関連事業者向け講習会）

● 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



食育のイベント
地域に根ざした食育の推進と食育関係
団体の相互交流を推進



食文化を学ぶ（都内中学校）
一流ホテルのシェフから中華料理
の歴史と調理を学ぶ



子育て世代を対象とした料理教室
（保健センターや地域の自主グループなど）
妊婦さんや子育て中の方などが、家庭料理の基礎
を実習