

和歌山市民間保育協会オンライン研修

保育現場から考える 「食」を通じた子育て支援

2022年2月8日（火）



株式会社 食STORY
代表取締役／管理栄養士
米倉 れい子

yonekura@shoku-story.co.jp

「保育現場から考える
「食」を通じた子育て支援」

- 1 はじめに
- 2 「食」にまつわる最近の話題
- 3 保育現場で求められる
これからの「食」を通じた子育て支援



まず皆さんにお伺いします！



「これまで」 どのような
「食を通じた子育て支援」を
計画・実践してきましたか？

続いてお伺いします！

食育とは…

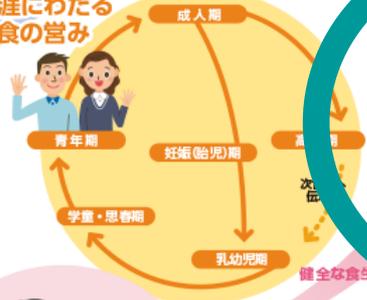


食育を、生きる上での
基本であって、

_____ の
基礎となるべきもの
様々な _____ を通じて
「食」に関する _____ と
「食」を _____ を習得し、
_____ すること
ができる人間を育てること

私たちが育む食と未来

生涯にわたる
食の営み



生涯にわたって、
健全な心身を培い、
豊かな人間性を育む

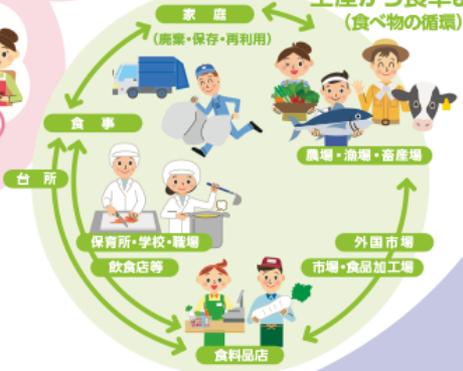


健康寿命の延伸



健全な食生活

生産から食卓まで
(食べ物の循環)

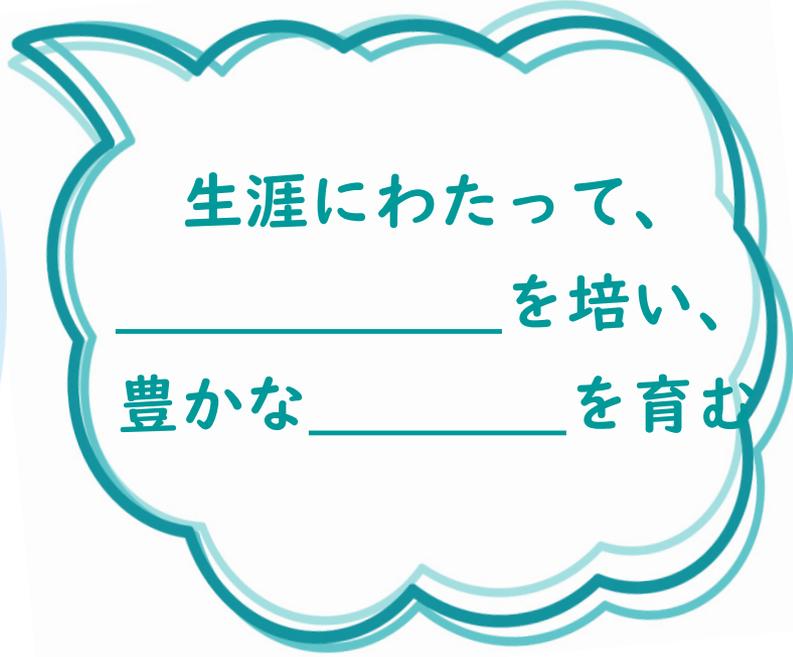


地域とのつながり

(生活の場での交流や食の情報)

- 国・地方公共団体
- ボランティア等による食育の場

自然・文化・社会経済



生涯にわたって、

を培い、

豊かなを育む

(引用資料) 「第4次食育推進基本計画」啓発リーフレット「食育の環と3つの重点事項」

https://www.maff.go.jp/j/syokuiku/plan/4_plan/index.html

「保育現場から考える
「食」を通じた子育て支援」

- 1 はじめに
- 2 「食」にまつわる最近の話題
- 3 保育現場で求められる
これからの「食」を通じた子育て支援



食育基本法

(平成17年法律第63号(衆法))

目的：食育に関する施策を総合的かつ計画的に推進し、もって現在及び将来にわたる健康で文化的な国民の生活と豊かで活力ある社会の実現に寄与すること

食育推進会議

(食育基本法第26条)

会長：農林水産大臣
委員：関係する国務大臣
民間有識者

食育推進評価専門委員会

(食育推進会議会長決定)

構成員：食育推進会議の民間有識者等

食育推進基本計画

(食育基本法第16条)

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に必要な基本的事項を定めるもの

<食をめぐる現状・課題>

- ・農林漁業者や農山漁村人口の高齢化、減少
- ・地球規模の気候変動の影響の顕在化
- ・食品ロス(推計)612万トン(平成29年度)
- ・新型コロナによる「新たな日常」への対応
- ・社会のデジタル化
- ・持続可能な開発目標(SDGs)へのコミットメント

第4次食育推進基本計画(令和3年度~令和7年度)

令和3年3月31日 食育推進会議決定

はじめに

第1 食育の推進に関する施策についての基本的な方針

- ・SDGsの考え方を踏まえながら多様な関係者が相互に連携・協力して総合的に推進

1. 重点事項

<重点事項>

国民の健康の視点

生涯を通じた心身の健康を支える食育の推進



<重点事項>

社会・環境・文化の視点

持続可能な食を支える食育の推進

<横断的な重点事項> 新たな日常やデジタル化に対応した食育の推進

横断的な視点

・これらをSDGsの観点から相互に連携して総合的に推進

2. 基本的な取組方針

第2 食育の推進の目標に関する事項

1. 目標の考え方
2. 食育の推進に当たっての**目標(16目標・24目標値)**

第3 食育の総合的な促進に関する事項

具体的な施策

1. 家庭における食育の推進:

- ・乳幼児期からの基本的な生活習慣の形成
- ・在宅時間を活用した食育の推進

2. 学校、保育所等における食育の推進:

- ・栄養教諭の一層の配置促進
- ・学校給食の地場産物利用促進へ連携・協働

3. 地域における食育の推進:

- ・健康寿命の延伸につながる食育の推進
- ・地域における共食の推進
- ・日本型食生活の実践の推進
- ・貧困等の状況にある子供に対する食育の推進

4. 食育推進運動の展開: 食育活動表彰、全国食育推進ネットワークの活用、デジタル化への対応

7. 食品の安全性、栄養その他の食生活に関する調査、研究、情報の提供及び国際交流の推進:

- ・食品の安全性や栄養等に関する情報提供
- ・食品表示の理解促進

5. 生産者と消費者との交流促進、環境と調和のとれた農林漁業の活性化等:

- ・農林漁業体験や地産地消の推進
- ・持続可能な食につながる環境に配慮した消費の推進
- ・食品ロス削減を目指した国民運動の展開

6. 食文化の継承のための活動への支援等:

- ・中核的な人材の育成や郷土料理のデータベース化や国内外への情報発信など、地域の多様な食文化の継承につながる食育の推進
- ・学校給食等においても、郷土料理の歴史やゆかり、食材などを学ぶ取組を推進

第4 食育の推進に関する施策を総合的かつ計画的に推進するために必要な事項

第3次

- 1 若い世代 を中心とした食育の推進
- 2 多様な暮らし に対応した食育の推進
- 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



第4次

- 1 心身の健康を支える食育の推進
- 2 食を支える食育の推進
 - * 環境の環
 - * 人の輪
 - * 和食文化の和
- 3 「新たな日常」やデジタル化に対応した食育の推進

の観点
から相互に連携して総合的に推進

基本的な方針（重点課題）

重点事項①

生涯を通じた
心身の健康を支える
食育の推進

国民の健康の視点

連携

重点事項②

持続可能な食を
支える
食育の推進

社会・環境・文化の視点

重点事項③

「新たな日常」やデジタル化に
対応した食育の推進

横断的な視点

<SDGsの観点から相互に連携して総合的に推進>

第4次食育推進基本計画 目標（変更箇所）

目標	具体的な目標値 (追加・見直しは黄色の日標値)	作成時の値 (令和2年度)	目標値 (令和7年度)
1 食育に関心を持っている国民を増やす	①食育に関心を持っている国民の割合	83.2%	90%以上
2 朝食又は夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数を増やす	②朝食又は夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数	週9.6回	週11回以上
3 地域等で共食したいと思う人が共食する割合を増やす	③地域等で共食したいと思う人が共食する割合	70.7%	75%以上
4 朝食を欠食する国民を減らす	④朝食を欠食する子供の割合 ⑤朝食を欠食する若い世代の割合	4.6%* 21.5%	0% 15%以下
5 学校給食における地場産物を活用した取組を増やす	⑥栄養教諭による地場産物に係る食に関する指導の平均取組回数 ⑦学校給食における地場産物を使用する割合(金額ベース)を現状値(令和元年度)から維持・向上した都道府県の割合 ⑧学校給食における国産食材を使用する割合(金額ベース)を現状値(令和元年度)から維持・向上した都道府県の割合	月9.1回* — —	月12回以上 90%以上 90%以上
6 栄養バランスに配慮した食生活を実践する国民を増やす	⑨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 ⑩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 ⑪1日当たりの食塩摂取量の平均値 ⑫1日当たりの野菜摂取量の平均値 ⑬1日当たりの果物摂取量100g未満の者の割合	36.4% 27.4% 10.1g* 280.5g* 61.6%*	50%以上 40%以上 8g以下 350g以上 30%以下

目標	具体的な目標値 (追加・見直しは黄色の日標値)	作成時の値 (令和2年度)	目標値 (令和7年度)
7 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づけた食生活を実践する国民を増やす	⑭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づけた食生活を実践する国民の割合	64.3%	75%以上
8 ゆっくりよく噛んで食べる国民を増やす	⑮ゆっくりよく噛んで食べる国民の割合	47.3%	55%以上
9 食育の推進に関わるボランティアの数を増やす	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	36.2万人*	37万人以上
10 農林漁業体験を経験した国民を増やす	⑰農林漁業体験を経験した国民(世帯)の割合	65.7%	70%以上
11 産地や生産者を意識して農林水産物・食品を選ぶ国民を増やす	⑱産地や生産者を意識して農林水産物・食品を選ぶ国民の割合	73.5%	80%以上
12 環境に配慮した農林水産物・食品を選ぶ国民を増やす	⑲環境に配慮した農林水産物・食品を選ぶ国民の割合	67.1%	75%以上
13 食品ロス削減のために何らかの行動をしている国民を増やす	⑳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	76.5%*	80%以上
14 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、伝えている国民を増やす	㉑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 ㉒郷土料理や伝統料理を月1回以上食べている人の割合	50.4% 44.6%	55%以上 50%以上
15 食品の安全性について基礎的な知識を持ち、自ら判断する国民を増やす	㉓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	75.2%	80%以上
16 推進計画を作成・実施している市町村を増やす	㉔推進計画を作成・実施している市町村の割合	87.5%*	100%

※は令和元年度の数値

注) 学校給食における使用食材の割合(金額ベース、令和元年度)の全国平均は、地場産物52.7%、国産食材87%となっている。

5 学校給食における地場産物を活用した取組等を増やす

	目標値	作成時値	目標値
⑥	栄養教諭による地場産物に係る 食に関する指導の平均取組回数	月9.1回	月12回
⑦	学校給食における 地場産物を使用する割合（金額ベース） を現状値（令和元年度）から維持・向上した都道府県の割合	—	90%以上
⑧	学校給食における 国産食材を使用する割合（金額ベース） を現状値（令和元年度）から維持・向上した都道府県の割合	—	90%以上



- ・ **子供たちへの教育的な観点から目標を**
「栄養教諭による地場産物に係る食に関する指導の取組を増やす」ことに変更
- ・ 都道府県単位での地場産物を使用する割合については、**現場の努力を適切に反映するとともに地域への貢献等の観点から、算出方法を食材数ベースから金額ベースに変更**

14 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、伝えている国民を増やす

	目標値	作成時値	目標値
⑱ 産地や生産者を意識 して 農林水産物・食品を選ぶ国民の割合		73.5%	80%以上
⑲ 環境に配慮した 農林水産物・食品を選ぶ国民の割合		67.1%	75%以上
㉒ 郷土料理や伝統料理を 月1回以上食べている 国民の割合		44.6%	50%以上

核家族化の進展や地域のつながりの希薄化、食の多様化により、日本の食文化の特色が徐々に失われつつある。



伝統食材を始めとした地域の食材を生かした郷土料理や伝統料理、地域や家庭で受け継がれてきた料理や味、箸使い等の食べ方・作法を受け継ぎ、地域や次世代（子供や孫を含む）へ伝えている国民を増やすことを新たに目標設定



6 栄養バランスに配慮した食生活を実践する国民を増やす

	目標値	作成時値	目標値
⑪	1日当たりの <u>食塩摂取量</u> の平均値	10.1g	8g以下
⑫	1日当たりの <u>野菜摂取量</u> の平均値	280.5g	350g以上
⑬	1日当たりの <u>果物摂取量</u> 100g未満の者の割合	61.6%	30%以下



栄養バランスに配慮した食生活の実践を促すため、健康寿命の延伸を目指す「健康日本21（第二次）」の趣旨を踏まえ、栄養・食生活に関する目標として掲げられている、

- ・ 食塩摂取量の減少
- ・ 野菜の摂取量の増加
- ・ 果物類を摂取している者の増加

を、第4次食育推進基本計画でも目標とする。

基本的な方針（重点事項）

＜重点事項＞ 持続可能な食を支える食育の推進

社会・環境・文化の視点

環境の環（わ） 食と環境の調和

人の輪（わ）

農林水産業や農山漁村を支える
多様な主体とのつながりの深化

和食文化の和（わ）

日本の伝統的な和食文化の保護・継承

基本的な方針（重点課題）

SDGsの観点から相互に連携して総合的に推進



《SDGs（ Sustainable Development Goals ）：持続可能な開発目標》

私たち自身、子や孫、さらにその先の世代も豊かに安心して暮らせる未来が続くために、今私たちがやらなければいけないこと

Memo



「保育現場から考える
「食」を通じた子育て支援」

- 1 はじめに
- 2 「食」に関する最近の話題
- 3 保育現場で求められる
これからの「食」を通じた子育て支援





子どもたちに対する これからの「食」を通じた子育て支援

Memo

味覚

視覚

聴覚

嗅覚

触覚



五感を刺激する食育



保護者に対する これからの「食」を通じた子育て支援

Memo

保護者に対する これからの「食」を通じた子育て支援

離乳食について困ったことTop5（回答者：0～2歳児の保護者）

1	_____が負担・大変	33.5%
2	もぐもぐ・かみかみが少ない (丸のみしている)	28.9%
3	_____が少ない	21.8%
4	食べ物の種類が偏っている	21.2%
5	_____が負担・大変	17.8%

子どもの食事で困っていること上位5選

(回答者：2～6歳児の保護者)

1	_____に時間がかかる
2	_____する
3	_____をする
4	_____をする
5	食事よりも甘い飲み物やお菓子を欲しがる

うちの郷土料理





地域の皆さんと考える これからの「食」を通じた子育て支援

Memo

最後に皆さんにお伺いします！



「これから」 どのような
「食を通じた子育て支援」を
計画・実践していきたいですか？

ご清聴ありがとうございました



食が本来持つ魅力や潜在的な価値、食に関わる人々の想いを、
彩りある“ストーリー”としてご提案。

皆さんに心豊かで健康的な食生活を歩んでいただけるよう
お手伝いさせていただきます。



株式会社 食STORY

www.shoku-story.co.jp

住所：東京都千代田区九段南1-5-6
りそな九段ビルKSフロア

TEL：03-6869-5808