

食育基本法の概要

食育の推進

食に関する問題点

不規則、不健全な食生活による人間活力の減退と混乱

朝食欠食状況（週2～3回以上の欠食）
小学生 約16%
中学校 約20%

肥満傾向児割合（平成14年）
小6：10.9%
中3：9.3%

食を大切にしている心の欠如

生活習慣病の増加
平均寿命と健康寿命の乖離

死因に占める生活習慣病の割合 約6割

糖尿病が強く疑われる人と可能性を否定できない人を合わせ、約1620万人

平均寿命と健康寿命の差（平成15年WHO）
男性 6.1年 女性 7.6年

食品の安全性に対する信頼の低下

自然・伝統的食文化の喪失

生産者と消費者の乖離

食育の必要性

食育推進基本計画 （食育推進会議が作成）

都道府県
市町村
食育推進計画
（努力規定）

基本的施策

全国的な食育推進運動の展開

※食育推進の普及啓発のための行事の開催、食育推進強化月間等
全国的な国民運動の展開

家庭、学校、保育所等における食育の推進

※農場における実習、親子料理教室等
栄養教諭等の設置

地域における食生活改善活動

※食生活指針等の策定等
食生活改善推進員等のボランティアの活用
管理栄養士等の養成・活用

都市と農山漁村の共生・対流の促進

※農業生産の体験
学校給食への利用等生産された農林水産物の地域内消費の促進
食べ残しの削減、再利用等

食文化継承活動

※伝統的な行事、作法等食文化の普及啓発

食に関する調査研究、情報提供

※安全性、栄養等の食生活関連の調査研究
データベースの整備・国際交流の推進

※は、具体的な施策

施策の効果

健全な食生活の習得、実践
食に対する感謝の心

心身の健康を守る
賢い消費者

安全性、栄養等に関する知識と適切な判断力

食品の安全性等に対する信頼の確保

環境と調和のとれた農林漁業の活性化

農山漁村の活性化

伝統的食文化の継承

食料自給率の向上

食育に関する国際貢献

食育推進会議

委員長
副委員長

内閣総理大臣
食育担当大臣その他の国務大臣

知識経験を有する民間人

都道府県
市町村

食育推進会議
（任意）

目的

健全な心と身体を培う
豊かな人間性を育む

現在及び将来にわたる

①健康で文化的な国民の生活の實現
②豊かで活力ある社会

健習発第 0715001 号
平成 17 年 7 月 15 日

各 { 都道府県
政令市
特別区 } 衛生主管部（局）長 殿

厚生労働省健康局総務課生活習慣病対策室長

地域における健康づくりのための食育の推進について

食育基本法（平成 17 年法律第 63 号）の施行に伴い、今般、「健康づくりのための食育の推進について」（健発第 0715002 号・食安発第 0715001 号・雇児発第 0715003 号 厚生労働省健康局長、医薬食品局食品安全部長、雇用均等・児童家庭局長連名通知）が発出されたところであるが、健康づくりのための食育の推進の観点から、さらに下記の事項に特段の御配慮をお願いするとともに、その適切な運用に努められたい。

なお、当省における食育施策の総合調整等を担当すべく、当室の栄養指導官の名称を栄養・食育指導官に改めたので念のため申し添える。

記

- 1 「健康日本 21」を始めとする栄養・食生活施策の推進に当たっては、農政担当部局、教育担当部局等の関係部局と十分に連携を図ること。
特に、追って通知する「食事バランスガイド」の具体的な活用については、食育の推進の観点からも、地域における様々な場において広く情報提供を行うとともに、栄養士会、調理師会、食生活改善推進ボランティア等関係団体の他、食品関連事業者等とも連携し、積極的な取組を行うこと。
- 2 食育の推進のための知識の普及や栄養指導が専門的かつ技術的に充実した内容となるよう、管理栄養士及び栄養士の活用を図ること。特に、市町村管理栄養士等の積極的配置の促進を図ること。
- 3 豊かな食文化を醸成し、地域の特色ある食文化の伝承を推進するため、教育担当部局等の関係部局と十分に連携を図り、専門調理師及び調理師の積極的な活用を図ること。
- 4 地域における食育の推進を図る観点から、食生活改善推進員等の食生活改善や健康づくり運動を推進するボランティアの育成及び支援を行うこと。

健発第0801004号
17消安第4642号
平成17年8月1日

各都道府県知事殿

厚生労働省健康局長
農林水産省消費・安全局長

「食事バランスガイド」の普及活用について

平成12年3月に文部省、厚生省、農林水産省の連携により「食生活指針」を策定し、それを受けて国民の食生活に関わる各分野における推進の方針を定めた「食生活指針の推進について」が閣議決定されるなど、心身ともに健康で豊かな食生活の実現に向けた普及・啓発が進められてきたところである。

しかしながら、生活習慣病予防を中心とした健康づくりという観点から、男性を中心とした肥満者の増加や、食塩・脂肪のとり過ぎ等が問題となっている。また、食生活に関する情報が氾濫する一方、忙しい生活を送る中で毎日の食事が大切であることすら忘れがちとなってきており、食生活指針について、国民一人一人が自らの食生活とつなげて、具体的な行動に結び付けるための情報提供が不可欠となっている。

このような状況の中、先に食育基本法（平成17年法律第63号）が成立したところであり、国を始め、地方公共団体、農林漁業者、農林漁業関係団体、食品関連事業者、管理栄養士・栄養士、調理師その他の保健医療福祉の専門家、食生活改善推進員、消費者団体等が連携して、「食」に関する取組を強化・充実することが求められているところである。

厚生労働省及び農林水産省は、「食生活指針」を具体的な行動に結び付けるものとして、「食事バランスガイド」（別添）を作成し、本年6月に公表したところである。

その特色としては、①1日に「何を」「どれだけ」食べたらいいか、望ましい食事のとり方やおよその量をわかりやすくコマ型のイラストで示したこと、②1日に十分な摂取が望まれる「主食」「副菜」「主菜」の順に並べ、「牛乳・乳製品」「果物」を同程度として並列し、区分ごとに料理として表現したこと、③基本形としては「成人」を対象とし、特に生活習慣病予防の観点から、30～60歳代の男性の肥満者、単身者、子育てを担う世代に焦点を絞ってその活用方法を示したことにある。

「食事バランスガイド」は、一人一人が自分自身又は家族の食生活を見直すきっかけになるものとして、より多くの分野で活用されることが重要である。

各都道府県におかれては、このような背景を踏まえて、関係者が緊密に連携しつつ、各地域や対象者の実情に合わせ、「食事バランスガイド」の効果的な普及・活用が図られるよう、下記の点に留意の上、御協力願いたい。

併せて、管内の市町村、特別区、所管の学校法人、関係団体等に対して、本件につき周知願いたい。

記

1. 広く地域住民に普及させる観点から「食事バランスガイド」に関する情報の提供を行うとともに、健康教室などにおける「食事バランスガイド」の活用、食生活改善推進員等の地域ボランティアや消費者団体等のための講習会の開催、飲食店、給食施設、小売店等での「食事バランスガイド」の活用の支援等を行うこと。
2. 特に、30～60歳代の男性の肥満者、単身者、子育てを担う世代に焦点を絞った取組として、職域や学校等と連携した取組の推進を図ること。
3. これらの取組を推進するために、関係機関や関係団体、民間企業、ボランティア等との連携を図ること。

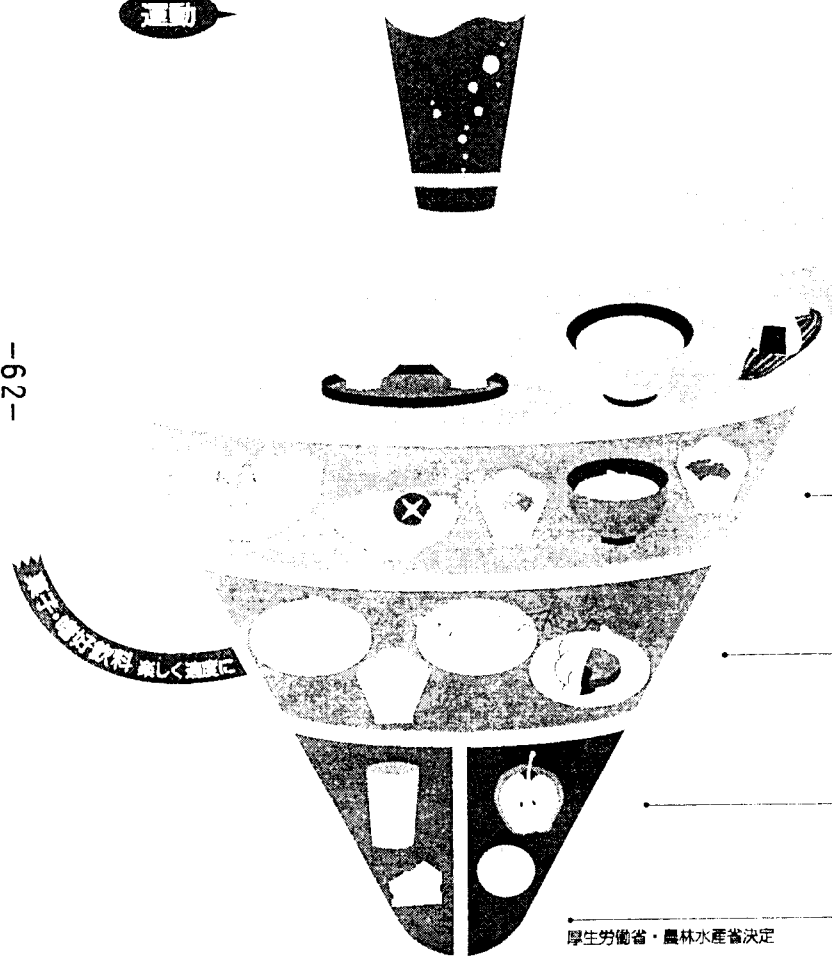
(参 考)

「フードガイド（仮称）検討会」報告書に示されたその他の活用方策

- (1) スーパーマーケット、コンビニエンスストア、外食等における活用
 - ① 「食事バランスガイド」のポスターの掲示やメニューにおける掲載、「食事バランスガイド」に沿った商品の開発等の多様な取組
 - ② 健康づくりの観点から、料理の量を選択できるようにする、「食事バランスガイド」と併せてエネルギー及び栄養素等の表示を行う等、これまでの取組と併せた展開
- (2) 管理栄養士等専門家による活用
 - ① 「食事バランスガイド」の作成のねらいや特徴を十分に理解した上で、栄養指導や栄養教育の対象である個人や集団の健康状態・栄養状態、食生活に関する知識や意識、学習への準備状況、食行動やライフスタイル等を適切に把握・評価し、対象の特性に応じた活用・展開
 - ② 食品開発や流通の場、給食などの食事サービス、マスメディア等を通じた情報提供など、管理栄養士・栄養士、調理師等が活動する多様な場での「食事バランスガイド」の活用に向けた工夫
- (3) 地域における食生活改善ボランティアの取組
食生活改善推進員等のボランティアや農業関係者、消費者団体等においては、地域の食生活の改善に関する講習会や料理教室、農業体験教室、勉強会等を開催する中で、「食事バランスガイド」と結びついた情報の提供や、資料の配布等幅広い層への普及に向けた活動

(別添)

運動



厚生労働省・農林水産省決定

食事バランスガイド

あなたの食事は大丈夫？

1日分 料理例

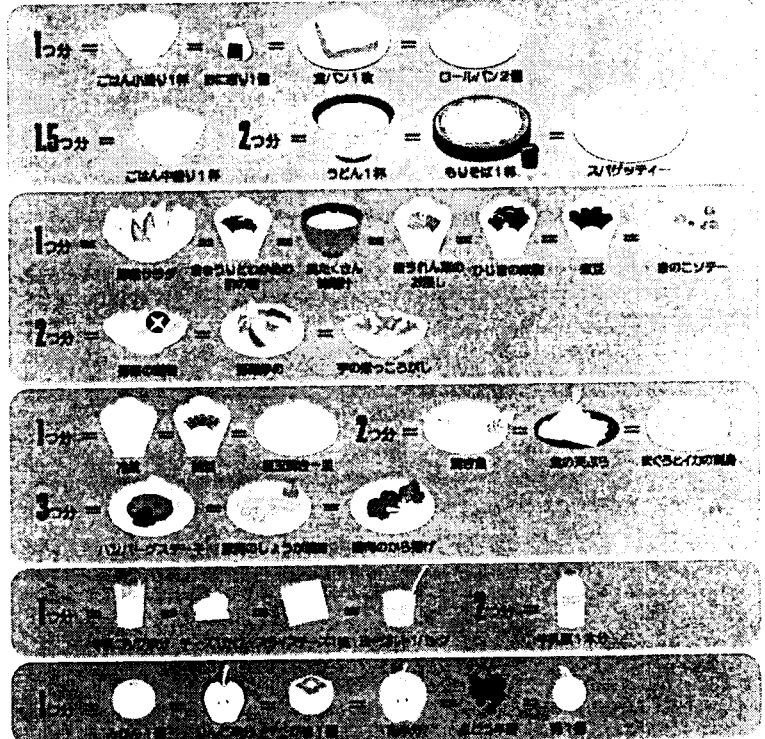
5-7 主食 (ごはん、パン、麺)
 つ(SV) ごはん(中盛り)だったら4杯程度

5-6 副菜 (野菜、きのこ、いも、海藻料理)
 つ(SV) 野菜料理5皿程度

3-5 主菜 (肉、魚、卵、大豆料理)
 つ(SV) 肉・魚・卵・大豆料理から3皿程度

2 牛乳・乳製品
 つ(SV) 牛乳だったら1本程度

2 果物
 つ(SV) みかんだったら2個程度



※SVとはサービング(食事の提供量の単位)の略