

「食育」の推進について

(1) 食を通じた子どもの健全育成（いわゆる「食育」）に関する 取組の推進について

平成16年3月16日 雇児発第0316007号
都道府県知事・政令市長・特別区長宛
厚生労働省雇用均等・児童家庭局長通知

近年、子どもの食をめぐるっては、発育・発達の重要な時期にありながら、朝食の欠食等の食習慣の乱れや、思春期のやせにみられるような心と身体の健康問題が生じている現状にかんがみ、乳幼児期からの適切な食事のとり方や望ましい食習慣の定着、食を通じた豊かな人間性の育成など、心身の健全育成を図ることの重要性が増している。

このため、子ども一人ひとりの“食べる力”を豊かに育むための支援づくりを進める必要があることから、昨年6月より食を通じた子どもの健全育成（いわゆる「食育」の視点から）のあり方に関する検討を重ね、今般、別添のとおり「楽しく食べる子どもに～食からはじまる健やかガイド～」として報告書が取りまとめられたところである。

「次世代育成支援対策推進法」に基づく「行動計画策定指針」においても、子どもの健康の確保及び増進の観点から「食育」の推進を盛り込んだところであり、各自治体における行動計画策定の際の参考資料とされるよう管内市町村に周知を図るとともに、地域の実情に応じた「食育」の具体的取組が盛り込まれるようお願いしたい。

なお、報告書の全文については（財）こども未来財団の運営によるインターネットを活用した「i-子育てネット」に掲載し、報告書に添付されているリーフレットについては別途送付することとしているので、ご活用願いたい。

「食を通じた子どもの健全育成（－いわゆる「食育」の視点から－）の

あり方に関する検討会」報告書（概要）

「食を通じた子どもの健全育成（－いわゆる「食育」の視点から－）のあり方に関する検討会」においては、次代を担う子どもが「食」を通して心身ともに健やかに育つための取組を一層充実させていくために、子どもの「食」に関する支援ガイドの作成に向けて、平成15年6月より検討を重ね、平成16年2月19日に最終報告書が取りまとめられたところである。

1 検討会の経緯

近年、子どもの食をめぐるっては、発育・発達の重要な時期にありながら、栄養素摂取の偏り、朝食の欠食、小児期における肥満の増加、思春期におけるやせの増加など、問題は多様化、深刻化し、生涯にわたる健康への影響が懸念されている。

また、親の世代においても食事づくりに関する必要な知識や技術を十分有していないとの報告がみられ、親子のコミュニケーションの場となる食卓において家族そろって食事をする機会も減少している状況にある。

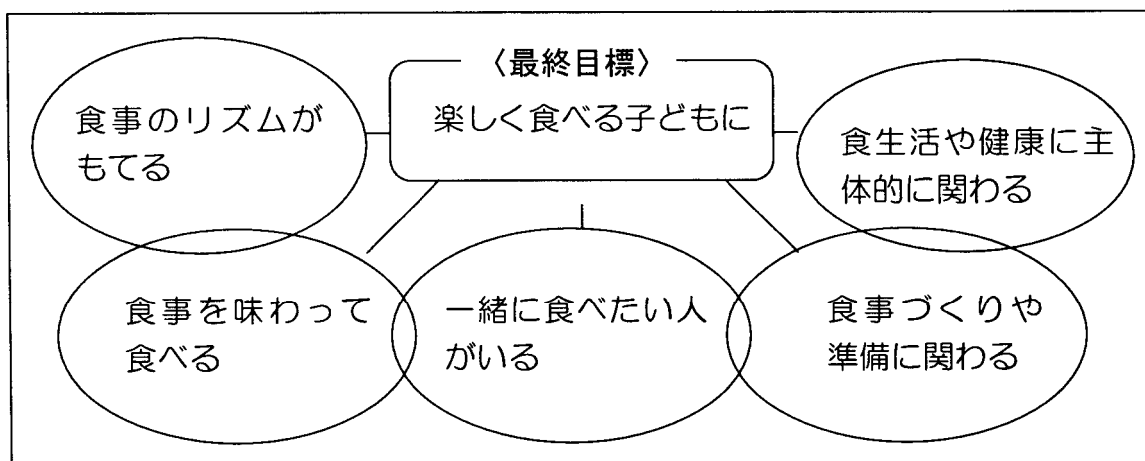
これらの問題に対応するため、食を通じて、親子や家族との関わり、仲間や地域との関わりを深め、子どもの健やかな心と身体の発達を促すことをねらいとし、家庭や社会の中で、子ども一人ひとりの“食べる力”を豊かに育むための支援づくりを進める必要があることから、雇用均等・児童家庭局長が学識経験者や子どもの食に関わる実践者等に参集を求め、食を通じた子どもの健全育成のあり方について検討を行うこととし、平成15年6月より7回にわたり検討を行ってきた。

2 検討会報告書（楽しく食べる子どもに～食からはじまる健やかガイド～）の概要

1) 食を通じた子どもの健全育成のねらい

現在をいきいきと生き、かつ生涯にわたって健康で質の高い生活を送る基本としての食を営む力を育てるとともに、それを支援する環境づくりを進めること。

2) 食を通じた子どもの健全育成の目標



3) 発育・発達過程に応じて育てたい“食べる力”

子どもは、発育・発達過程にあり、授乳期から毎日「食」に関わっている。「食を営む力」を育むために、授乳期から思春期まで、その発育・発達過程に関わる主な特徴に応じて、具体的にどのような“食べる力”を育ていけばよいのかをとりまとめた（表1、2）。

4) “食べる力”を育むための具体的支援方策（例）について

①子どもが生活あるいは学習を行う機関を中心にした支援方策

（例）保育所、地域子育て支援センター、児童館・放課後児童クラブ
学校、児童養護施設、地域など

②具体的な“食べる力”を育むための支援方策

（例）現代の子どもの健康課題である肥満や思春期やせ症の予防のために、「成長曲線」を活用し、成長の経過を確認していくことで早期発見を図るための方法の提案など

3 報告書の啓発・普及について

報告書の啓発・普及にあたり、本検討会では下記の2つのリーフレットについて議論を進め、作成した。

①乳幼児の保護者向けに「楽しく食べる子どもに 食から★はじまる★健やかガイド」を作成。（毎日の生活のなかで、子どもの気づきを大切にし、どのように支援したらよいかをまとめたもの。）

2) 小学校高学年から中学生向けに「成長曲線を描いてみましょう」を作成。（子ども自身が成長曲線を描くことで自分の成長を知り、自分の身体を大切にする力を育むとともに、肥満や思春期やせ症の早期発見に役立てるもの。）

表1 発育・発達過程に関わる主な特徴

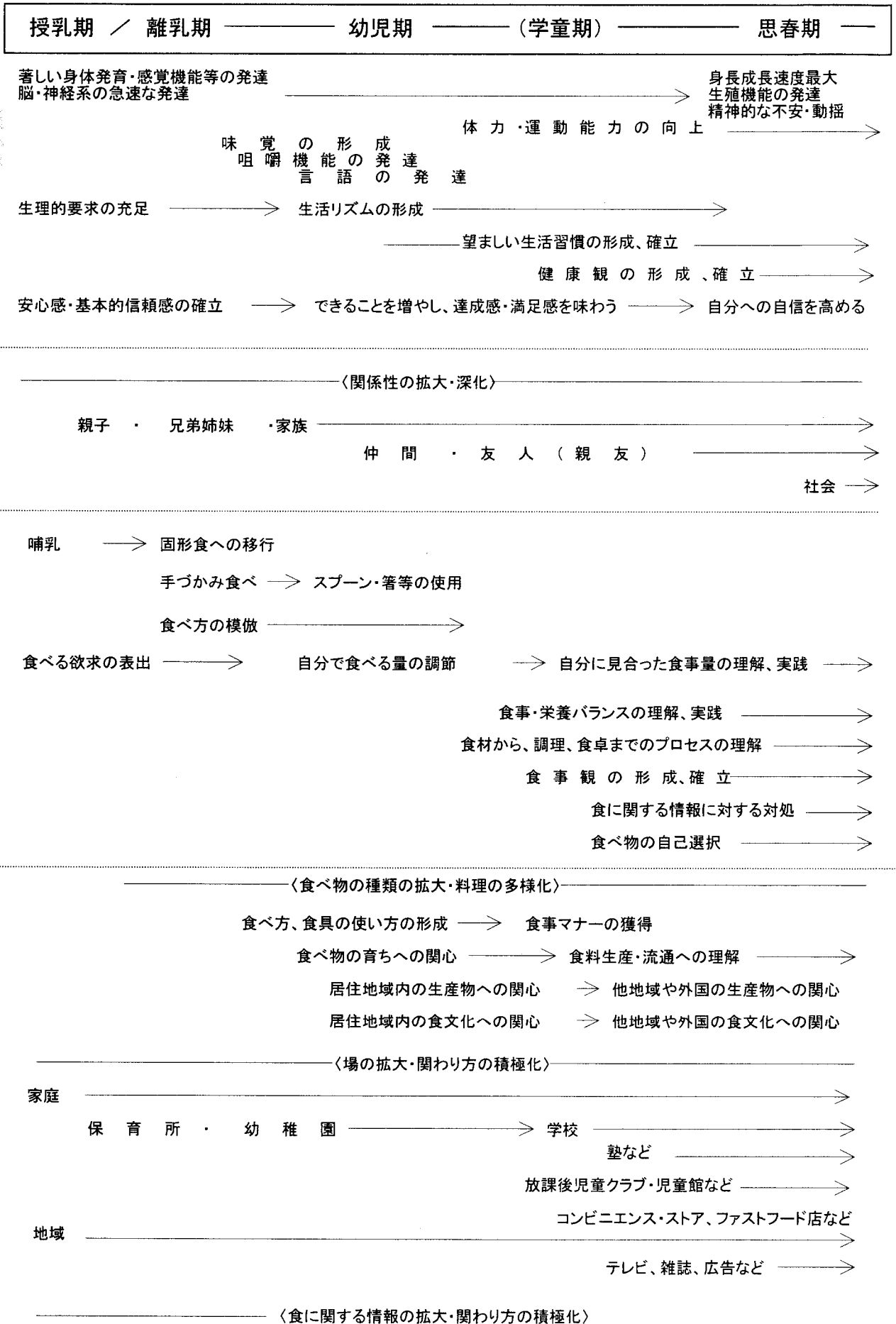
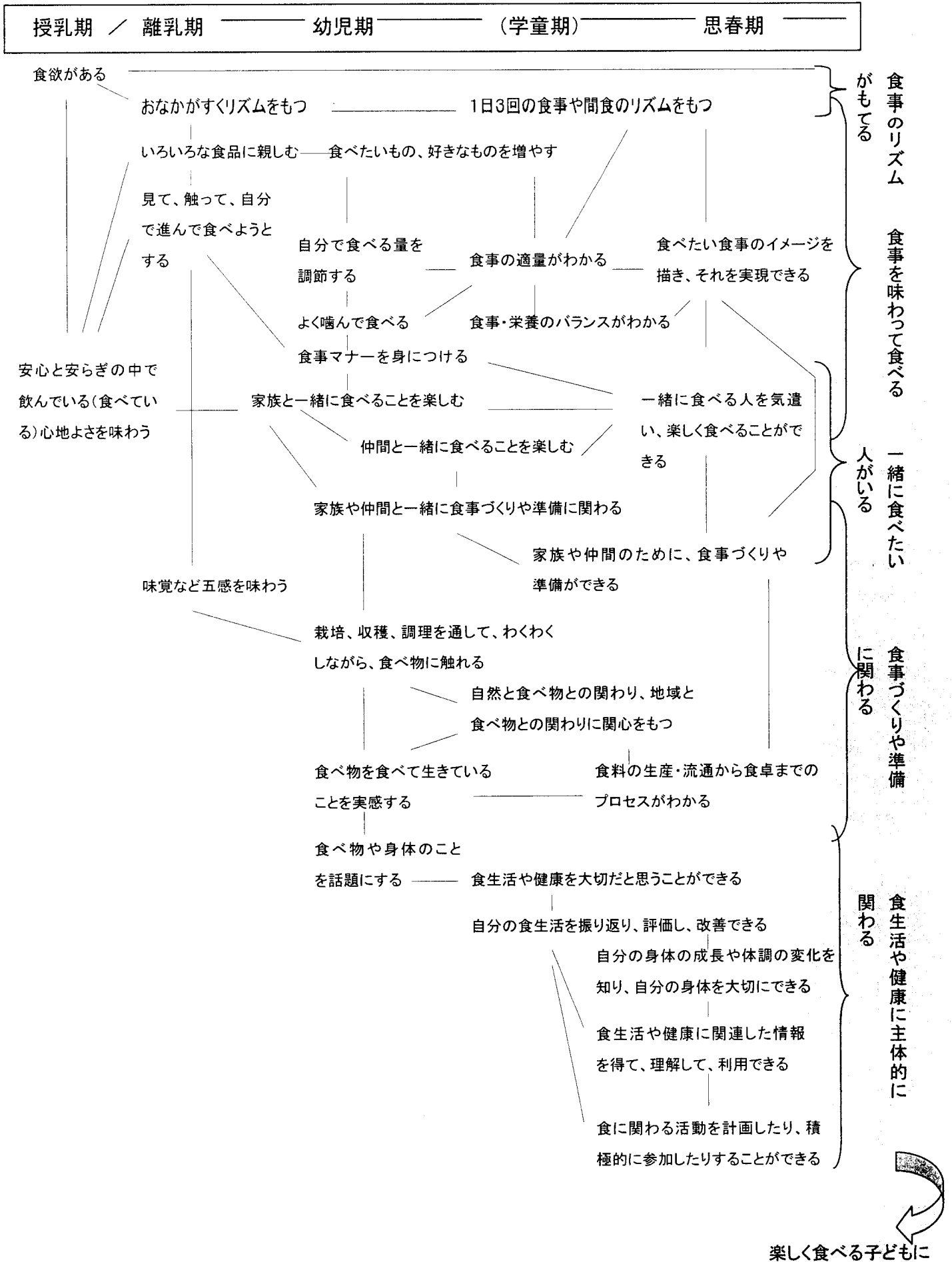


表2 発育・発達過程に応じて育てたい“食べる力”について



楽しく食べる子どもに

「食を通じた子どもの健全育成（－いわゆる「食育」の視点から－）の
あり方に関する検討会」の開催経緯

第1回	平成15年 6月19日（木）	食を通じた子どもの健全育成のねらい及び目標について
第2回	7月29日（火）	発育・発達過程における特徴について
第3回	9月 4日（木）	発育・発達過程に応じた“食べる力”について
第4回	10月28日（火）	“食べる力”を育むための具体的支援方策について
第5回	11月20日（木）	“食べる力”を育むための具体的支援方策について
第6回	平成16年 1月 8日（木）	検討会報告書（案）について
第7回	2月19日（木）	検討会報告書のとりまとめ

「食を通じた子どもの健全育成（－いわゆる「食育」の視点から－）の
あり方に関する検討会」名簿

（敬称略、五十音順）

氏 名	所 属
足立 己幸	女子栄養大学栄養学部教授
上原 正子	愛知県教育委員会健康学習課主任主査
岡田 加奈子	千葉大学教育学部助教授
加藤 則子	国立保健医療科学院生涯保健部母子保健室長
佐藤 幸也	岩手大学教育学部助教授
星 みつる	脚本家
御園 愛子	社会福祉法人豊福祉会みつわ台保育園長
○村田 光範	和洋女子大学大学院総合生活研究科教授
吉池 信男	独立行政法人国立健康・栄養研究所栄養調査研究 部長
吉田 隆子	NPO法人こどもの森理事長
渡辺 久子	慶應義塾大学医学部講師

（○ 座長）

〔報告書の全文及びリーフレットについては、「i—子育てネット」
（<http://www.i-kosodate.net/index.html>）に掲載されています。〕

(2) 保育所における食を通じた子どもの健全育成 (いわゆる「食育」)に関する取組の推進について

平成16年3月29日 雇児保発第0329001号
都道府県・指定都市・中核市児童福祉主管部(局)長宛
厚生労働省雇用均等・児童家庭局保育課長通知

近年、子どもの食をめぐるのは、発育・発達の重要な時期にありながら、朝食の欠食等の食習慣の乱れや、思春期のやせにみられるような心と身体の健康問題が生じている現状にかんがみ、乳幼児期からの適切な食事のとり方や望ましい食習慣の定着、食を通じた豊かな人間性の育成など、心身の健全育成を図ることの重要性が増している。

このため、子ども一人ひとりの“食べる力”を豊かに育むための支援づくりを進める必要があることから、平成16年3月16日雇児発第0316007号厚生労働省雇用均等・児童家庭局長通知「食を通じた子どもの健全育成(いわゆる「食育」)に関する取組の推進について」を発出し、地域の実情に応じた「食育」の取組の推進をお願いしたところである。

保育所は、乳幼児が1日の生活時間の大半を過ごすところであり、保育所における食事の意味は大きい。食事は空腹を満たすだけでなく、人間関係の信頼関係の基礎をつくる営みでもあり、豊かな食体験を通じて、食を営む力の基礎を培う「食育」を実践していくことが重要である。

保育所における「食育」については、保育所保育指針を基本として取り組まれているところであるが、平成15年度児童環境づくり等総合調査研究事業として『楽しく食べる子どもに～保育所における食育に関する指針～』報告書が取りまとめられたところであり、保育所における食育の計画作成の際の参考とされるよう管内市町村に周知を図られたい。

なお、報告書については、(財)こども未来財団の運営によるインターネットを活用した「i-子育てネット」に掲載するので、保育所等で広く活用されるよう併せて周知を図られたい。