

第3次京都府食育推進計画

平成28～32年度

概要版

～感謝の気持ちで「いただきます。」～

施策の展開

- 世代に応じた食育の推進
- 健康増進につながる食育の推進
- 家庭における食育の推進
- ライフスタイルの多様化に対応する食育の推進
- 京都ならではの食育の推進



©京都府 まゆまる 2758017

私たちは、農林水産物の命や旬をいただき、自分の体にその活力を取り込んで、毎日元気に生きています。それは、単に「食べる」という個人の行為だけでなく、「つくること」や「伝えあうこと」など、健康、暮らし、地域との関わり合い、地域の産業そして文化などとの深い関係がなければ成り立ちません。

本第3次京都府食育推進計画は、府民のみなさまが、食に関わる全ての方々とともに、毎日の食を正しく選ぶことができる「食選力」と、それをしっかり食べるための「調理力」を向上させ、生涯にわたって心身を健康に保つとともに豊かな人間関係の中で、それぞれの家庭や企業、産業や地域、そして京都府の未来が輝き続けられることを目指して策定しました。

平成28年3月
京 都 府

第3次京都府食育推進計画策定にあたって

- 近年、スーパーマーケットには十分な食品があり、外食や中食も十分に充実してきているにもかかわらず、一人暮らし世帯の増加や二世帯・三世帯同居世帯の減少、働き方の多様化など、ライフスタイルの多様化や経済的な問題等により、欠食や栄養バランスの偏りなどの不規則な食生活などの食に関する無関心や孤食などの問題が深刻化しています。
- 京都府には、先のユネスコ無形文化遺産の登録を受けた「和食；日本人の伝統的な食文化」を支える京野菜や宇治茶等の食材、京菓子や京漬物等の食品、京料理や京のおばんざい等の調理などの技術と伝統が培った食の文化があります。
- 府民のみなさまが、食に関わる全ての方々とともに、毎日の食を正しく選ぶことができる「食選力」と、それをしっかり食べるための「調理力」を向上させ、生涯にわたって心身を健康に保つとともに豊かな人間関係の中で、それぞれの家庭や企業、産業や地域、そして京都府の未来が輝き続けられることを目指します。
- 京都府として、府民のみなさまが「食」を見つめ直すきっかけとなり、よりよい食生活を実現できるよう積極的な施策展開に努めます。

第3次京都府食育推進計画における施策の展開

世代に応じた食育の推進

【重点事項】子どもや若い世代に対する食育の強化

子どもの食

○現状と課題

- ・家族そろって食事をする機会の減少
- ・郷土食や行事食に接する機会の減少
- ・栄養の偏り、食生活の乱れ
- ・幼稚園・保育所、学校などでの食育推進
- ・学校給食は生きた指導教材



○対策

- ・幼稚園・保育所などでの調理体験
- ・小・中学校での農作業体験等実践型食育
- ・地元農林水産物利用給食で地産地消と地域への関心を高める
- ・自分で作った弁当を学校で食べる「お弁当の日」の取組
- ・高校などで主体的に食生活を営む力を身に付ける

若い世代の食

○現状と課題

- ・20代の朝食欠食率最も高く30代以降でも上昇
- ・婚姻、子どもの誕生などを契機に、朝食をとる習慣がもたらされていることも
- ・夜型生活や無理なダイエットで食習慣の乱れ



○対策

- ・実際に朝食をとるように仕向ける仕組みづくり
- ・大学、企業などに朝食をとる仕組み導入の働きかけ
- ・朝食も含めたバランスの良い食事の推奨

壮年期の世代の食

○現状と課題

- ・生活習慣病の発症リスクが高まる
- ・食生活に注意を払う必要がある
- ・摂取カロリーが大きく肥満の割合が高い



○対策

- ・外食となりやすい昼食をバランスの取れたものに例えば、社員食堂で低カロリー、バランスの取れた昼食の導入など
- ・企業近隣の食堂と提携する等健康に役立つ食事提供の仕組みの構築

高齢者の食

○現状と課題

- ・食生活に最も気をつけている世代
- ・朝食の欠食率は最も低い
- ・買い物や調理を自ら行うのが困難な方も



○対策

- ・地元農林水産物提供店舗等に宅配サービスの働きかけ
- ・高齢者施設、病院、農産物直売所などで地元農林水産物を利用した料理の提供

健康増進つなげるに食育の推進

【重点事項】健康増進に関連した食に関する正しい知識の普及活動の強化

○現状と課題

- ・情報が氾濫し食の誤った情報もある
- ・食の正しい知識が浸透しているとは言い難い
- ・知識はあっても食の実践に至らない



○対策

- ・食材や栄養学に関する知識の普及・啓発
- ・食の安全に関する講演会等による知識の普及・啓発
- ・健康診断結果等を利用した食事指導

家庭における食育の推進

【重点事項】朝ごはんを毎日食べる運動の強化

○現状と課題

- ・家庭は食育に関し多くの役割を担う
- ・共働き世代の増加
- ・家庭で十分な食育が行われていないことも
- ・若い世代だけでなく子どもにも朝食の欠食がある
- ・朝食を欠食する習慣を持った世代が親になる

○対策

- ・朝食の重要性等が家庭に届くよう頻繁に情報発信
- ・家族全員が調理に積極的に参加するよう啓発
- ・休日にできる範囲で家庭での食育を行うよう啓発
- ・食の安心・安全、食選力、調理力を学ぶ機会を提供

食品ロス

○現状と課題

- ・家庭を含め食品ロスの問題が顕在化
- ・家庭における食べ残しや期限切れ食品
- ・食品関連業者における食品ロスの発生

○対策

- ・必要以上に食品を買わない、使い切る
- ・食品ロス削減の啓発を府民運動として展開
- ・フードバンクなどの主催者募り育成
- ・京都府食品ロス削減府民会議（仮称）の設立

ライフスタイルの多様化に対応する食育の推進

【重点事項】家庭以外における食事の大切さの啓発活動の強化

○現状と課題

- ・単独世帯が増加し、孤食が増加
- ・食の簡素化、欠食、食への無関心の増加
- ・食に対する自発的行動と励ましあう環境の不足
- ・単独世帯も含め、より良い食事がとれる環境づくり

○対策

- ・自らの食の目標を掲げ行動する食育宣言の実行と実践できる環境整備
- ・食品事業者による食情報提供の増加
- ・高齢者へ良質な食事を宅配する店舗の増加

京都ならではの食育の推進

【重点事項】食文化の継承対策の強化

○現状と課題

- ・和食に代表される京の食文化
- ・家庭料理などで京の食文化の継承が不十分
- ・多様な人材をつなぎ地域で交流することにより食文化を伝承

○対策

- ・行事食やおばんざいのレシピ化、研修会の実施
- ・学校や直売所等を拠点に食育活動による地域交流
- ・きょうと食いく先生を派遣し交流を活発化
- ・健康ばんざい京のおばんざい弁当の販売促進

関係者の皆様をお願いしたいこと

○幼稚園・保育所など

- ◆体験型食育の実践

○検診機関

- ◆適切な食事指導

○きょうと食育ネットワーク

- ◆ネットワークの連携を重視した食育活動

○食育ボランティア

- ◆食育の実践機会の提供
- ◆食育の活動参加の働きかけ

○学校など

- ◆学校教育活動全体を通じた食育
- ◆生きた教材としての学校給食の充実
- ◆家庭、地域との連携強化

○高齢者施設、病院、食品事業者

- ◆高齢者が食を楽しむ環境の整備

○大学など

- ◆朝食をとりやすい環境の整備

○食品事業者

- ◆健康増進に配慮した食の提供
- ◆農林水産物の生産情報等の提供
- ◆食品の製造・加工情報等の提供
- ◆多様な食事の提供

○家庭

- ◆一人ひとりの自覚と実践
- ◆家族で食育を推進
- ◆子育てにおける望ましい食環境づくり
- ◆地域・学校における食育活動への参加・協力
- ◆食文化・食べ物を大切に考える考え方の継承
- ◆お弁当の日

○企業など

- ◆朝食をとりやすい環境の整備
- ◆健康的な食事を取りやすい環境の整備

○大学、研究機関

- ◆食文化の研究・保存

○地域の活動グループ

- ◆個々のつながりの強化
- ◆食育の実践機会の提供

計画の目標一覧

項目		現状 (26年度)	目標 (32年度)
1	実践型食育を実施している小・中学校の割合	57%	100%
2	「お弁当の日」を実施する府内の学校の数	20校	30校
3	学校給食への地元農林水産物の供給品目数の割合	18%	30%
4	大学、企業、老人施設等の食堂で地元農林水産物を多く使用する「たんとおあがり京都府産施設」の増加	145施設	200施設
5	食品表示法や機能性表示食品等に関する講習会の開催	—	年5回
6	「きょうと健康おもてなし食の健康づくり応援店」の増加	567店舗	800店舗
7	食の安心・安全府民大学（仮）の開講	—	年6回
8	朝食を毎日食べる府内小学生の割合（6年生）	87%	95%
	朝食を毎日食べる府内中学生の割合（3年生）	82%	90%
9	食育宣言を行い、健全な食生活をおくる府民	—	10,000人
10	食事の宅配事業を実施する「京野菜ランド」の数	—	5カ所
11	京都における季節の行事食などの研修会の実施	—	年4回
12	「きょうと食いく先生」の授業数の増加	108授業	300授業
13	「健康ばんざい京のおばんざい弁当」の販売数	年6,285個	年15,000個

食育に関連する京都府ホームページURL（平成28年3月現在）

きょうと食育情報



<http://www.pref.kyoto.jp/shokuiku/>

「たんとおあがり 京都府産」施設



<http://www.pref.kyoto.jp/tisantisho/1165913652332.html>

きょうと食育ネットワーク



<http://www.pref.kyoto.jp/shokuiku/network.html>

京野菜ランド



<http://www.pref.kyoto.jp/tisantisho/20151105.html>

京都府の地産地消



<http://www.pref.kyoto.jp/tisantisho/>

きょうと食農体験農場



<http://www.pref.kyoto.jp/shokuiku/130319.html>

推進体制

- 府民運動として推進 食育に関連する様々な団体が加入している「きょうと食育ネットワーク」やその他食育に関わる団体と連携し、食育を府民運動として推進します。また、府民により近い市町村と連携し、それぞれの役割に基づく取組を推進します。
- 京都府内における体制 京都府の消費者行政の推進を図るための全庁的な組織である京都府くらしの安心・安全推進本部に置かれた食の安心・安全部会において、関係部局が連携し、総合的に食育の取組を進めます。

京都府農林水産部食の安心・安全推進課（計画に関するお問い合わせ）

TEL：075-414-5656 FAX：075-414-4982

E-mail：shokuanzen@pref.kyoto.lg.jp ホームページ：www.pref.kyoto.jp/shokuiku/index.html