食育に期待されること

足 立 己 幸^{*1}, 衛 藤 久 美^{*2}

^{*1}女子栄養大学, ^{*2}女子栄養大学栄養科学研究所

Expectations for “Shokuiku” (Food and Nutrition Education and Promotion)

Miyuki Adachi^{*1} and Kumi Eto^{*2}

^{*1} Kagawa Nutrition University ; ^{*2} Institute of Nutrition Sciences, Kagawa Nutrition University

The term “shokuiku, which means food and nutrition education and promotion”, has recently come into nationwide use. However, its concepts and aims seem to be ambiguous. The officially stated concepts and aims of “shokuiku” are reviewed and analyzed in this paper.

This analysis is based on the many definitions and descriptions specifying “shokuiku” in relation to understanding the importance of food and nutrition, choosing foods considered nutritional and safe, and developing eating behavior that will improve physical and mental health and human development. These objectives are reasonably consistent with the aims that have been applied to nutrition education. This analysis is examined by using “Shokuiku matrix”.

Some descriptions place emphasis on the historical train of food production, transportation, disposition and reuse in the community. It is therefore necessary to approach “shokuiku” from the perspectives of both building dietary capability to develop a global image of nutrition and food choices, and of creating a supportive nutritional environment. We have defined “shokuiku” (nutrition education) as the effort for better and more harmonious coexistence between people’s quality of life (QOL) and quality of environment (QOE) by educating on the whole aspects of food and nutrition history, building dietary capability and creating a practical nutritional environment. The expression ‘food and nutrition history’ includes that at the individual level, family and peer level, and community level. It is the role of the Japanese Society of Nutrition and Dietetics to provide further research and education for people in this context.

Jpn. J. Nutr. Diet., 63 (4) 201～212 (2005)

Key words : shokuiku, nutrition education and promotion, nutrition ecology, quality of food and nutrition environment, basic law on shokuiku (food and nutrition education and promotion)

I. はじめに

懸案だった食育基本法が本年6月に制定され、省庁を超えて内閣府に食育推進会議を置くことをはじめ、全国的・組織的な推進が展開されることになった。長年にわたって、栄養指導・栄養教育・食教育等の用語を軸に栄養改善活動にたずさわってきた栄養関係者にとって、この“食育ブーム”ともいえる栄養・食生活への関心（個人、組織、行政等各レベルで）の高まりは夢のようで、感慨無量である。

しかし、食育の推進方法が先んじて、食育の概念やねらい等について不鮮明だという指摘も少なくない。推進が精力的に、多分野連携で、全国規模に行われるほど、

その方向や内容の明確化と共有が必要になる。日本栄養改善学会はこの課題に早期から注目し、各所で議論を進めてきた。その中、著者も第50回学術総会（2003年、岡山市）の教育講演「グローバルな食育」では、食育について社会的に期待されていることの1つとして、グローバルな視点、すなわち全世界的なサイズで食をとらえることと、一方、包括的な視野で食の課題や解決法を検討することの必要性と可能性を提案した。また、翌年の総会シンポジウム（2004年、金沢市）「地域性を生かした食育」では、参加型食育を目指して、子ども自身の目線でのアセスメント、計画、評価に基づく発言とそれをふまえたアプローチの重要性等が議論された。ここでも、

キーワード：食育、栄養教育、食生態学、食環境の質、食育基本法

（連絡先：足立己幸 〒350-0288 坂戸市千代田3-9-21 女子栄養大学 電話・FAX 049-282-3721 E-mail adachi@eiyo.ac.jp）

食育の概念、ねらい、育てたい力（感性やセンスを含めて）等を十分に議論し、そのプロセスを含めて関係者で共有することの必要性が確認された。

現在、食、食品、健康、教育等関連の学会総会や学会誌等で食育の特集が企画され、議論される中、食育をどう定義し推進することが望ましいかについて、栄養・食の専門家としての栄養改善学会関係者への問いかけが多い。

本報の目的は、食育に期待されることについて、公表されている食育の定義等の分析、海外での栄養教育（Nutrition Education and Promotion）等の動向をふまえて考察し、食育の概念について検討課題を提案することである。

Ⅱ. 食育について公表されている 概念等からみた食の内容

1. 食育の語源をめぐって

森田は、文献学的検討により次のように記述している¹⁾。食育の語源として明治期の「食物養生法」（石塚左玄、1898）や「食道楽」（村井弦斎、1903）が挙げられることが多く、どちらも知育や体育等を支える基盤として食育の重要性を主張しているが、この言葉は一般に定着するには至らなかった。1980年代に入って、小児科医の真弓貞夫や教育学者の飯野節夫の論考等に説明はみられるが、食育の普及には至らなかった。さらに1990年代に入って、海外の食に関する教育事情を紹介する中で訳語として使用された例もあるが、概念的には明治期の食育を踏襲したものではない、従って2000年代に入って、現代の食育は、食をめぐるさまざまな取り組みや教育が括られて使用されるようになったととらえられる。

2. 行政等で公表されている食育の概念、ねらい等

「健康日本21」（2000）、「健やか親子21」（2001）、「健康増進法」（2003）や、「次世代育成支援対策推進法」（2003）とこれらの地域計画等、住民主体の健康づくりの中に、栄養・食生活分野を位置づけて進める厚生労働省関連、「食料・農業・農村基本法」（1999）、「食料・農業・農村基本計画」（2005）等、食料の自給率低迷からの脱出をねらいつつ、国民の健康づくりに貢献する農政を目指す農林水産省関連、「生きる力」の形成の重要な柱に「食に関する指導」を位置づけた「子どもの体力向上のための総合的な方策について」（2002）、その実現に向けて栄養教諭の創設（2004）を実現してきた文部科学省関連、そして食育基本法案の提出等、食に関連する法律等の策定や計画が積極的に進められてきた。そのアクセルになったのは、2000年3月、上記3省合同策定の「日本人のための食生活指針」であるといわれている。

そこで本報では、全国的に食の周辺が活性化してきた

2000年前後からの食育に関する行政資料、研究報告書、県・市町村の食育取り組み事例等の収集を行い、食育の概念・ねらいについて直接的な記述のある文章を抽出し、分析を行った^{2~26)}。表1は主として行政関係についてまとめたものの一部である。

食育の定義を明記した初めてのものは、1999年に子どもの健康づくりと食育の推進・啓発委員会による平成10年度子どもの健康づくりと食育の推進・啓発事業「乳幼児からの健康づくりと食育推進のための基礎調査報告書」¹⁰⁾にあった。すなわち、“子どものQOLや健康の向上につながり、「たのしく、いきいきとした食生活を営む力」を育むための食育プログラムを開発するために……”と前置きし、“食育——食べることを意味を理解し、一人一人が自立的に食生活を営む力を育てることや、それを実現しやすい食環境づくり、それらを支援・推進するネットワークづくり”と定義し、栄養・食調査の枠組み、調査設計並びに解析枠組みの基本に据えている。前段の教育的アプローチに加えて、後段の環境的アプローチの両方向からのアプローチを示している点が特徴的である。

表1の右側表頭に食の主要な側面を示した。食生態調査の枠組み²⁷⁾の項目、すなわち、食生活の構成要素である人間、食物、食環境別に主な下位項目を並べてある。さらに各定義等で取り上げているキーワードについて、食育の最終目標に挙げてある場合は◎、育てたい力に挙げている場合は○、アプローチの方法の場合は△を記した。直接の記述文のみを分析したので、主旨を全面的に表していない場合がある。食育には、人間・生活（QOL、人間関係・社会性等）をはじめ、健康（心身の健康、安全等）、食行動（食知識・態度・スキル・管理能力、これらの総体としての食生活・食習慣等）、他方フードシステムや食情報システム、社会、自然等までと広い範囲での食の形成、改善等が取り上げられ、期待されていることがわかる。

表左側の上段に示したとおり、複数種の省庁や部署が合同または連携し作成した食育指針等、下段に示した地方での具体的な展開では、食料生産から食事、摂食、健康に至る食の広がりを扱っているものが多い。

Ⅲ. 栄養指導・栄養教育分野の実践の中での 「食」と「育」

以上のように、食育の認識や実践の対象領域はかなり広いものの、食行動（広義）や食物摂取を中軸に展開されていることから、従来から栄養指導、栄養教育、食教育等の名称で進められてきた栄養改善活動の概念や目的等と食育の目的は基本的に同じだ、との意見が少なくない。従来使われてきた栄養指導、栄養教育、食教育等関

連の用語は多種あり、それらの多くの概念規定があいまいなので、アプローチの方法を示す部分とその対象領域を示す部分に分解して、両者の組み合わせでとらえ直してみた(図1)。

いずれも慣用されている用語を、対象領域については表1の類型に準じて、アプローチの方法については上から、主として個人的アプローチに使われる語から集団や地域へのアプローチに使われている語へと並べ、慣用されている用語の組み合わせを線で結んだ²⁸⁾。概念があいまいなまま、または異なった概念規定で扱われる場合が多いので、順序や組み合わせには一貫性を欠いている。例えば、フードは食物(モノ)そのものとして認識し「食物管理」とする場合、食物とそれをめぐる諸行動を包括して「食物教育」とする場合がある。さらにその英語標記であるフードはもっと大きく、食環境までを包含した概念として扱われ「フードガイド」とする場合等である。栄養についても、その生理面を中心とする場合から、食行動、食生活、食環境までを包括したきわめて広い概念をして扱う場合まである。「栄養指導」「栄養教育」はまさにその例である。こうした中で、食はこれらの全体を包括する概念として位置づけてよいととらえられる。表1に比べて、生産、加工、流通等フードシステム関連の語は少なく、視野や背景にはあっても、認識や実践の中心課題になっていない実態を反映していると思う。

一方、アプローチの方法についても、必ずしも慣用されている用語の概念のコンセンサスを得ないまま、使われている。育は指導や教育より方法の多様さを表し、育ち合い(共育)を含めた意味を示している。しかし、すでに住民参加、学習者主体の学習・教育の重視、指導から支援へのパラダイムの転換の中で指向されてきた“新しい栄養教育・食教育”では、こうしたアプローチを重視した活動や方法論の検討が進んでおり、この点からもあえて、“育”と言い換えなくてもよいという意見が聞かれる。

IV. 外国の栄養教育等の動向

1. アメリカを中心とする Nutrition Education の定義等の動向

英語圏で nutrition は nutrient と峻別して使用され、図1の対象領域に示した全体をカバーするほどの広義で用いられることが一般的である。一方、education も、マスメディアによる情報提供も含めて広義で扱われているので、本報では nutrition education や food and nutrition を中心に、一部 dietary education, food education 等も取り上げ、その概念、ねらい、育てたい力や方法等に関する直接的な記述を、次に示す2つの刊行誌すなわち、*Journal of Nutrition Education and Behavior* と *Journal*

of American Dietetic Association の2000年から2004年までから抽出し、定義の全文、学習目的、目標、社会的な意味、対象とする栄養・食の領域・視野、主な学習者、主な支援者やネットワーク、方法等の分析を行った。抽出され分析に供した論文等は18報であった^{29~47)}。アメリカ栄養士会が各部会ごとに、栄養教育について会としての“見解”を、関連組織等との共同で討論し、学会誌に公表し、関係者の討論に資していることもあって、内容の深い論文・論考が多く見受けられた。次の特徴とそれへの努力を標記する定義等が多い傾向を示した。

- ①社会的な意味や最終目標として、世界栄養宣言⁴⁸⁾にうたわれている“安全で、栄養学的に望ましい食物へのアクセスは人権である”の実現を標榜する等、栄養教育の社会的な役割を明記している。
- ②対象領域の視野が食料生産、加工・流通等フードシステムを中心とする食環境に拡大され、食物アベイラビリティやアクセシビリティの向上、生産作物等の危機管理、環境保全、これらの持続性の重視等を目指している。
- ③学習者について、健康状態、生活水準、文化、宗教、人種等を超えて、すべての人に亘ること、同時にそれらの特徴にきめ細かな対応をすることを明記している。
- ④学習者主体、学習者参加型で、セルフエフェカシー、エンパワーメント、エンカレジメント等の向上を重視するプログラムの活用。
- ⑤支援者側の専門性を発揮し合う、異職種のダイナミックな連携の強化、等。

図1 栄養教育関連分野で慣用されている食育と類似の用語例

表1 「食育」に関する定義・記述例

レベル	出典	食育や食育に関する定義・記述	タイトル	主な学習者
国レベル	文部科学省関係	保健体育審議会，1997 ²⁾	食に関する指導	児童生徒
		食に関する指導の充実のための取組体制の整備に関する調査研究協力者会議，2001 ³⁾	健康教育	児童生徒
		中央教育審議会スポーツ・青少年分科会 食に関する指導体制部会（第1回），2003 ⁴⁾	食育	子ども
		中央教育審議会，2004 ⁵⁾	食に関する指導	子ども
国レベル	農林水産省関係	食生活指針ガイド，2001 ⁶⁾	食育	国民
		「食」と「農」の再生プラン，2002 ⁷⁾	食育	子ども
		食料・農業・農村白書，2003 ⁸⁾	食育	国民
		食料・農業・農村基本計画，2005 ⁹⁾	食育	国民
	厚生労働省関係	子どもの健康づくりと食育の推進・啓発事業委員会，1999 ¹⁰⁾	食育	子ども
		地域で支える児童参加型食育プログラムの開発に関する研究，2003 ¹¹⁾	食育	人間
		平成16年度厚生労働白書，2004 ¹²⁾	食育	
		保育所における食育のあり方に関する研究，2003 ¹³⁾	保育所における食育	(保育所の)子ども
	他の省庁等	経済財政運営と構造改革に関する基本方針2002 ¹⁴⁾	食育	国民
		経済財政運営と構造改革に関する基本方針2003 ¹⁵⁾	食育	国民
県レベル		経済財政運営と構造改革に関する基本方針2004 ¹⁶⁾	食育	国民
		行動計画策定指針，2003 ¹⁷⁾	「食育」の推進	乳幼児期から思春期まで
		食育基本法案，2004 ¹⁸⁾	食育	国民
	石川県（「生活習慣病予防モデル推進事業」） ¹⁹⁾	「食育」とは，料理や食体験を通じて，自分の健康を守り，健全で豊かな食生活を送る能力を育てようとするものです。子どもの頃からの継続した「食育」によって，「命や健康の大切さ」を理解し，望ましい生活習慣を身につけることが大切です。また，子どもの「食」を支えるのは家庭です。子どもへの「食育」と同時に，家庭，保護者へも働きかけることがとても重要です。	食育	子ども 家庭 保護者
	静岡県（「すこやかキッズ育成支援事業」） ²⁰⁾	食育とは，自分で自分の健康を守り，健全で豊かな食生活を送る力を育てようとするものです。さらに，これが人生を心豊かに力強く生き抜く力につながっていきます。	食育	子ども
	茨城県（「健康いばらき21プラン」） ²¹⁾	子育て環境と食生活の変化をふまえ，子供の健全な発育と健康増進を図るための，食環境づくりを含めた，心と身体を育む「食育」を推進する。	食育	子ども
	茨城県食育ネットワーク会議 ²²⁾	「食」を通して，親子のつながりを深め，子どもの心の健やかな発達を促すとともに，家庭や社会の中で，一人ひとりが「食べること」の意味を理解し，QOLや健康の向上につながる良好な食生活を実践できる力を育むこと。	食育	子ども (親)
	宮城県七ヶ浜町（「食育推進事業」） ²³⁾	関係機関と連携をとり，子供及び母親に対して継続的に指導・支援を行うことで，子供が食を通して自分の健康は自分で守る力を獲得・実践できるようにすること。	食	子ども (母親)
	熊本県菊池保健所（「子どもの栄養・食育講座」） ²⁴⁾	「食育」とは，望ましい食生活がおくれる能力（元気な子への5つの能力：食べ物を選択する能力，料理する能力，元気な体のわかる能力，味がわかる能力，食べ物の育ちを感じる能力）を幼児期に身につけさせようとするものです。	食育	幼児
	高知県中央東保健所（「子どもの食育推進事業」） ²⁵⁾	子どもの頃から食に関する関心をもち，食の大切さや生きる力，家族のふれあいを学ぶことで将来の生活習慣病を予防し，豊かな心身が育つことを目的とした食教育を地域や学校と連携して実施する必要がある。	食教育	子ども
市町村レベル	府中市立府中第四小学校，2001 ²⁶⁾	食生活のあり方，食文化についての探求，子どもたち自身に自己の食生活の乱れについて気付かせること，栄養バランスのとれた食生活の重要性，生活習慣病についての知識など食習慣についての基礎・基本について学習させていく。それと同時に食事のマナーや食事をする事ができることへの感謝の気持ちを育てていく。このような学習を通して，自分でめあてや課題をもって生活しながら，健康な体を作っていくとする子どもに育ててほしいという願いから本主題を設定した。	望ましい食習慣の形成	小学生

注）表現，表記は原文のまま

人間・生活			健康		食行動		食物	食環境				
QOL	生活・ライフスタイル	人間関係・社会性	健康（身体的・精神的）	安全・衛生	食知識・態度・スキル・管理能力	食行動・食生活・食習慣	摂取食物（栄養素・食材・料理）	フードシステム（生産・流通・廃棄）	食情報システム	文化・社会	自然	ネットワーク
		◎	◎	○	○	○	○					
			◎	◎								
		○	○		○	○						
			◎		○	○						
			○		○	○		○		○	○	
				○	○	○						
		◎	◎		○	○						
			○	○	◎	○	○	○		○		○
			◎		○	○		○				△
◎		◎		◎	○	○		○	○			△
◎			◎	◎	○	○						
◎			◎		○	○						△
			◎									△
		◎		○	○							△
												△
◎		◎	◎		○	○			○			△
◎		◎	◎	○	○	○		○		○	○	
	○	○	○		○	○						△
	○		○		○	○						
	○		◎		○	○		○				
◎		○	◎		○	○						
			○		○	○						△
			○		○	○		○				
◎	○	○	◎		○	○						△
	◎	◎	◎		○	○	○			○		

◎：最終目標として，○：育てたい力として，△：アプローチの方法として記述あり

次の囲み内の定義は前記の“見解”シリーズの一部である。栄養・食からの人権保障や地域産物を活用できる食環境づくりを視野に入れた食の営みの全体的な認識とそれを踏まえたダイナミックな実践の重要性を明記している。

〈例1〉

It is the position of the American Dietetic Association that access to adequate amounts of safe, nutritious, and culturally appropriate food at all times is a fundamental human right. Hunger continues to be a worldwide problem of staggering proportions. The Association supports programs and encourages practices that combat hunger and malnutrition, produce food security, promote self-sufficiency, and are environmentally and economically sustainable. (ADA, 2003³¹⁾)

〈例2〉

It is the position of the American Dietetic Association that all children and adolescents, regardless of age ; gender ; socioeconomic status ; racial, ethnic, or linguistic diversity ; or health status, should have access to food and nutrition programs that ensure the availability of a safe and adequate food supply that promotes optimal physical, cognitive, and social growth and development. Appropriate food and nutrition programs include food assistance and meal programs, nutrition education initiatives, nutrition screening and assessment followed by appropriate nutrition intervention, and anticipatory guidance to promote optimal nutrition status. (ADA, 2003³³⁾)

〈例3〉

Taking into account these considerations and various definitions of nutrition education and health education, we define nutrition education in this book as a combination of educational experiences, in the context of environmental supports, designed to facilitate the voluntary adoption or maintenance of food and nutrition-related behaviors conducive to long-term health and well-being. (Contento, I.R., 2005⁴⁹⁾)

2. 栄養・食の全体像の形成をねらう栄養教育プログラムと教材

例3の定義を提案し、その基礎研究として、栄養・食のダイナミックスを解明するためには、生態学的なアプローチが必要であると強調するContento教授は、国際

規模で進める栄養教育プログラム“Earth Friends Program”に研究成果を投入し、その主教材に図2を開発し、“Whole Story of Food”のイメージ形成を重視する栄養プログラムを進めてきた。すなわち食の循環の各ステージについて食材の栄養成分、食品衛生、味、労働力を含めた熱エネルギー消費、経済効率、文化の伝承、環境保全等の各側面からの実証的評価、これらをフルコース体験学習した結果、“Which is better food for you ? How about for your family ?” How about for your community ? How about for the globe ?”と子どもたちに問い、討論し、次の学習課題を確かめ合う栄養プログラムとその普及である^{50, 51)}。

3. Health Education and Promotion のねらい

認識や実践の対象を全体としてとらえることの必要性は、健康教育分野でも強調されることが多くなった。この分野の国際レベルでの学術誌である *International Union Health Promotion Education (IUHPE)* のEditorial (論壇) に編集委員長Green教授 (英国・リーズ公立大学ヘルスプロモーション研究所所長) が書いた次の一文が明快に示している^{52, 53)}。

(前略) ……The series of WHO documents from Alma Ata (WHO, 1978) to Jakarta (WHO, 1997) and particularly the landmark Ottawa Charter (WHO, 1986) provide a record of the evolution of thinking about health promotion and its core values. These might be listed as :

- holistic view of health including the dimension of well-being ;
- commitment to health as a fundamental human right ;
- equity ;
- consideration of the social and environmental as well as personal influences on health ;

図2 Earth Friends : Exploring the Whole Story of Food⁵⁰⁾

- ・ empowerment ;
- ・ participation ;
- ・ social responsibility ; working in partnership with individuals, communities and organizations.

挙げられているキーワードは、well-beingの次元も含めた健康の全体像、基本的な人権としての健康への公的な責任、健康について個人的な影響だけでなく、社会・環境への影響を合わせた考慮と対応、公正さ・公平さ、参加、エンパワーメント、そして社会的な責任としての個人、地域や組織とのパートナーシップによる活動、等である。

V. それぞれの食育の概念や方法を検討し、共有するための提案

今や国民運動・市民運動として、地域の特徴を活かした多様な目的や推進が期待されている食育について、全国一律の定義やねらいは不適であろう。重要なことは、それぞれの立場で、誰のための食育か、食育の目的や目標、内容や方法を検討するための食育の枠組みであると考える。枠組みについても種々あろうが、ここでは食育の「食」と「育」の両面から構成するマトリックス（食育マトリックスと略称する）と、著者が本研究の過程で、環境との関連を重視して検討してきた食育の定義を提案する。

1. 食育マトリックスの提案（表2）

食育マトリックスとはそれぞれの食育について、学習者や支援者の諸条件に対応して食育の目的・目標、内容、方法、評価、次の課題設定と進むために、④「食」の視野や重点を置く側面と、⑥「育」について検討すべき課題に重点を置く側面の両面から検討する枠組みである。④面については本報の表1の表頭に示した「食の主要な側面」を一部修正して用いた。⑥面については「育」に関する重点課題によって種々置き換えることができる。食育基本法を事例にした表2の場合は、食育推進のマネジメントサイクルの主要項目（目的・目標、アセスメント、計画・実施、評価・モニタリング、連携・ネットワーク、施策他）を置いた。他の例を挙げると、「楽しく食べる子どもに」の発達段階に応じた活動計画のためには、子どもの年代区分（授乳期/離乳期、幼児期、（学童期）、思春期等）を取り上げる。また、「食生活指針」については開発・使用する教材の適否の検討のために教材の種類を、また推進のための関連機関や関係者の役割・分担の検討のために具体的な機関名や担当者を取り上げることもできる。

さて、表2の場合は食育基本法に明記されている食育への期待を明らかにする目的で、食育マトリックスでの位置づけを試みた。条文の文章の範囲で、主として該当

する場所へ記入してある。該当する項目が複数にわたる場合や、その内容が複数の側面を持つ場合が多いので、主な項目のみ記入してある。法の記述内容が「食」の全体、すなわち人間生活からフードシステム・食情報システムを含む食環境全体をカバーし、かつ、「育」の多様なアプローチ、特に連携やネットワークを重視している概要を知ることができる。

注目すべきことは法の前文で、食について「」がつけられており、食の視野や内容について一層の吟味が必要であることが示唆されている点である。

食育マトリックスの活用がその一策として期待される。

2. 環境との関連を重視する食育の定義案

以上の検討をふまえて、環境との関連を重視して作成してきた食教育の定義を、食育の定義、検討のたたき台として提案する。

「食育とは人々がそれぞれの生活の質（quality of life : QOL）と環境の質（quality of environment : QOE）のよりよい共生につながるように、“食の成り立ち（育ち）”の全体像を育てつつ、その成り立ちを活かして食を選択し、実践できる力を育てること、並びにそれを実現しやすい食環境を育てるプロセスである」⁶⁰⁾

この定義は主として次の特徴をもつ。

- ①多様な人生観・価値観やライフスタイルに対応した、それぞれの生活の質を重視すること。
- ②“食の育ち”という新しい概念の提案でもある。個人レベルや家族レベルの栄養・食生活（食べることに関する諸行動、食事をつくり、準備することに関する諸行動、これらの知識・態度・スキル等の形成や伝承に関する諸行動を含む）の形成、及び集団レベルの食活動の形成、さらに地域レベルの食活動（食料生産から、食品加工や流通等のフードシステム並びにマスメディア、社会教育機関、学校、グループ等からの情報受発信等の食情報システムを中心とする）等の各レベルでの食とその形成（育ち）を含む。“食の育ち”とはこれらの総体を示す場合も、そのうちの一部、または一側面を示すこともある。この時、食育の目標として重要なことは、一部や一側面についての認識を食育等により充実させつつ、食の循環の全体像を豊かにすることである。
- ③食は栄養や健康にかかわる側面だけでなく、心（味を含む）面、文化面、経済や社会面、自然面等の多側面をもち、かつ多様である。“食の育ち”についてこれらの各面を複眼的、包括的にとらえる必要がある。
- ④食環境について人々の生活の質の向上の条件または手段としてとらえるだけでなく、生活の質と環境の

表2 食育基本法に明記されている食育への期待——食育マトリックスでの位置づけ⁶⁴⁾

④「食」の視野や側面		⑤「育」の重要項目					
		目的・目標 (必要性, 貢献等も)	アセスメント	計画・実施	評価・ モニタリング	連携・ ネットワーク	施策他
総合			「食」に関する知識と「食」 を選択する力を習得する	国民の自発的意思 を尊重			
人間	生活・QOL	国民が生涯にわたって健 全な心身を培い, 豊かな 人間性をはぐくむため					
		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					
		感謝の念や理解が深まるよう配慮					
	健康・栄養・安全 衛生		栄養の偏り	栄養管理に関する 知識, 栄養指導			
			生活習慣病の増加				
	食行動 (知識・態度・スキル・ 管理能力)	食に関する理解を深める	不規則な食事				
		地域の特性を生 かした食生活					
		食に関する適切 な判断力を養う					
		国民の食生活が自然の恩恵 のうえに成り立っており, また, 食に関わる人々の 様々な活動に支えられてい ることについて, 感謝の念 や理解が深まるよう					
食物	作る 食を営む力の 形成や伝承		過度の痩身志向	親子で参加する 料理教室			
	栄養面						
	味						
	文化						
環境	社会・経済						
	周囲の人	家庭				地域住民その他の社 会を構成する多様な 主体の参加と協力	
		保育所・学校等			食の重要性を十分 自覚し, 積極的に 取り組む		あらゆる機会とあらゆる場 所を利用して, 積極的に食 育を推進するよう努める
		職場等					
	食環境	総合	食生活をめぐる 環境の変化 「食」の安全上の 問題	地域の特性に配慮 食料の生産から消費等 にいたるまでの食に関 する様々な体験活動		都市と農山漁村の 共生・対流	
			「食」の海外への依存				
		食料生産	生産者と消費者と の交流			食料の生産者と消 費者の交流	農林漁業に関する多様な体験 の機会を積極的に提供し, 自 然の恩恵と食に関わる人々の 活動の重要性について, 国民 の理解が深まるよう努力する
			農山漁村の活性化と 食料自給率の向上				
			伝統的な食文化, 環 境と調和した生産				自主的かつ積極的に食育の推進 に自ら努めるとともに, 国又は 地方公共団体が実施する食育の 推進に関する施策その他の食育 の推進に関する活動に協力する よう努めるものとする
		フードシステム					
		(廃棄・再利用)		廃棄物の再利用			
	食情報システム		「食」に関する情 報が氾濫	食品の安全性をはじめとする 食に関する幅広い情報の提供 及びこれについての意見交換			意見交換を国際的 な連携を図りつつ 積極的に行う
	自然, 文化, 社会		豊かな緑と水に恵まれた				

注) 表現, 表記は原文のまま

図3 食の循環性と「食を営む力」の形成（足立 2002）

質のよりよい“共生”に注目し、これを食育の最終目標に置くことである。食物の原料は基本的には生物であり、有限の資源であるから、環境の質の向上なしに、食料の持続的確保は難しく、かつ生活の質の向上は難しいと考える。

上記の概念は地域やライフスタイルとの関連を重視して、食の営みの構造を生態学的に明らかにすることを目的とする食生態学の視点で検討してきた食教育（広義の栄養教育）の定義^{54, 55)}、これをふまえ、ヘルスプロモーションの視点を加えた食育の定義²⁸⁾、その児童バージョン¹¹⁾をベースとして検討した。すなわち、食育とは「人々が人間らしく生きる・生活する資源としての食、同時に健康の資源でもある食を営む力を育てること、そしてこれらを実現可能な社会・環境を育てること」である。児童対応のわかりやすい表現にすると、「いきいきと、自分らしい生活や学習ができるように、健康で楽しい食事をととのえたり、味わう力を育てること、そうできる仲間や環境を育てること」となる。特徴として、目標を「人間らしく生きる」というQOLの向上に置く点、食を生活や健康の“資源”としてとらえる点、“食”という全体的、包括的な営みを行動変容の対象とする点、そして個人や小集団の教育的アプローチだけでなく、“実現可能な社会・環境を育てる”という環境的アプローチの両面からのアプローチを強調した点等が挙げられるものである。子どもは子どもの発達段階に対応した社会・環境との取り組みが可能であり、かつ子どもの時期から、社会・環境との共生を視野に入れた食の全体像を形成することの必要性が強調されていることから、ねらいそのものに取り込んでいる。

このベースは「人間・地域・地球の食と生きる力の形成，その循環性」の概念図¹¹⁾（図3）であり，これはそのベースに「人間・食物・食環境の関連」の概念図をふまえて作成したものである。図の中央に地域で日々，生

活している子どもたちがいる。彼らが食事をするプロセスをたどってみると、図の右下から、台所等で調理されたもの、それらが、販売されている食料品店や食堂等、それらが加工され、流通されてきた食品工場等、その食料が生産された農・水・畜産場等での各選択の結果を、人々は食べ、生活していることになる。現在、日本では食料自給率がエネルギーベースで40%という低率の中、外国市場からの多種多量の食品輸入を含めて、一般生活者たちが選択できる食物は、質・量ともに規定されている

56 ~ 59)

そうした食物を食べた結果、心身そして社会の各方面からの健康、文部科学省の教育目標でいえば「生きる力」が形成されると考えられる。個人、家族、地域、国、地球の重層構造の中で、地球全体の生きる力が形成され、次の食の営みへと関わっていく。さまざまな段階での保存、再利用、廃棄を含めた“人間の食の循環”（地域レベルでの“食の育ち”）ということができよう。子どもたちにとって重要なことは、こうした食の循環の全体像を描きつつ、自分（たち）が何をどう選択するかを考える力や実践スキル、それらを実現しやすい食環境づくりを進める力の形成といいかえることができる。

この図を用いて世界各地、とりわけ発展途上国の栄養改善のための栄養・食計画のアセスメント、ネットワークづくり、評価等を進めるプロセスで、次の矛盾点が見えるに出てきた。すなわち地域に生活する人々の健康やQOLの向上と地域開発の向上の矛盾、時には住民の栄養問題や健康問題の解決と、地域開発の活性化との矛盾である。住民の願いは人々のQOLの向上と、地域開発や環境の質の向上が共に実現すること、または両者がうまく共生することであって、前者の目的を果たすために後者が条件整備を進めるという一方的な関係は現実的でないということである⁶⁰⁾。

食育で期待することは、人間の生活の質（QOL）と

食環境の質 (QOE) のよりよい共生の中で、自分 (たち) の食を営む力が育つことではないか。この議論と、前項で示した栄養・食教育について、食環境づくりを重視した国際的な動向をふまえて、前記の食育の定義の視野と視点が生まれた。

食行動は他の生活行動や健康づくり行動と質的に異なり、生命に直接関与すること、一度取り込んだものを取り出すことはできないこと等から、食物選択のミスは許されない。一方で1日3回以上の高頻度で、かつ繰り返し行われること⁶¹⁾、加えて家族や仲間との共食の場等、学習を共有するチャンスはきわめて多いので、補強関係や相乗効果がみられ、いわば“育ち合う”可能性が高い^{62, 63)}。

VI. おわりに

食育基本法公示の直後、食生活指針の教育・普及のツールとして開発された「食事バランスガイド」が公表された。すでに4月に施行に踏み切った「栄養教諭」を含めて、平成17 (2005) 年は日本の栄養改善活動史にとって大飛躍の年になる。栄養から食へ、食から生活や環境へと視野を広げつつ、アプローチの方法についても指導、教育、育、ネットワークづくり等、多様に展開しつつ、そうした中での最優先課題は、最良の方法はどれかを選択的に進めるやり方のキーワードとして、「食育」の概念が問われているように考える。

すでに世界栄養宣言で批准され、全世界がその実現に向かって行動計画を立て、実施を進めているように、“安全で、栄養的に望ましい食物へのアクセスは人権である。”加えて、関連する情報へのアクセスも人権である。世界最高の健康水準を実現してきた日本人の“食の育ち”を科学的根拠に基づく研究によりつくりつつ、国内外で活用していくことが、本学会の社会的な役割と考える。

文 献

- 1) 森田倫子：食育の背景と経緯—「食育基本法案」に関連して—，調査と情報—ISSUE BRIEF—，457，1-10 (2004)
- 2) 保健体育審議会：生涯にわたる心身の健康の保持増進のための今後の健康に関する教育及びスポーツ振興の在り方について (答申)，平成9年9月
- 3) 食に関する指導の充実のための取組体制の整備に関する調査研究協力者会議：食に関する指導の充実のための取組体制の整備について (第一次報告)，平成13年7月5日
- 4) 中央教育審議会スポーツ・青少年分科会：食に関する指導体制部会 (第1回) 議事要旨，平成15年6月

30日

- 5) 中央教育審議会：食に関する指導体制の整備について (答申)，平成16年1月20日
- 6) 財団法人日本食生活協会／農林水産省：食生活指針ガイド (2001)
- 7) 農林水産省：「食」と「農」の再生プラン (2002)
- 8) 農林水産省：平成15年度 食料・農業・農村白書 (2003)
- 9) 農林水産省：食料・農業・農村基本計画 平成17年3月25日閣議決定
- 10) 社団法人日本栄養士会 子どもの健康づくりと食育の推進・啓発事業委員会：平成10年度子どもの健康づくりと食育の推進・啓発事業「乳幼児からの健康づくりと食育推進のための基礎調査報告書」，p.3 (1999)
- 11) 財団法人子ども未来財団：平成14年度児童環境づくり等総合調査研究事業報告書 地域で支える児童参加型食育プログラムの開発に関する研究報告書 (主任研究者：足立己幸)，pp.7-17 (2003)
- 12) 厚生労働省監修：平成16年度厚生労働白書 (2004)
- 13) 財団法人子ども未来財団：平成15年度児童環境づくり等総合調査研究事業報告書 保育所における食育のあり方に関する研究報告書 (主任研究者：酒井治子)，pp.9-11 (2004)
- 14) 経済財政諮問会議：経済財政運営と構造改革に関する基本方針2002，平成14年6月
- 15) 経済財政諮問会議：経済財政運営と構造改革に関する基本方針2003，平成15年6月
- 16) 経済財政諮問会議：経済財政運営と構造改革に関する基本方針2004，平成16年6月
- 17) 行動計画策定指針 関係7大臣連名告示 平成15年8月22日
- 18) 自民・食育調査会 食育基本法案 平成16年6月3日
- 19) 厚生労働省雇用均等・児童家庭局母子保健課，健康局総務課生活習慣病対策室：地域における子どもの「栄養・食生活」に関する指導 (食育) に係る取組み事例集，pp. 25-28 (2002)
- 20) 文献19) のpp.92-94 (2002)
- 21) 文献19) のpp.128-133 (2002)
- 22) 厚生労働省雇用均等・児童家庭局：楽しく食べる子どもに一食からはじまる健やかガイドー，pp.36-37 (2004)
- 23) 文献19) のpp.3-5 (2002)
- 24) 文献19) のpp.78-81 (2002)
- 25) 文献19) のpp.97-99 (2002)
- 26) 府中市立府中第四小学校：望ましい食習慣の形

成 元気な体・感謝の気持ち・楽しい食事—総合型学習の実践を通して— (2001)

27) 足立己幸：食習慣とその形成—食生態学の観点から—, 最新医学, **53**, 59-66 (1998)

28) 足立己幸：食育・食教育とヘルスプロモーション, 第61回日本公衆衛生学会総会記録「現場から発信する課題解決型の公衆衛生をめざして」, 168-173 (2003)

29) 衛藤久美, 足立己幸：未発表資料 (2005)

30) Position of the American Dietetic Association : Integration of medical nutrition therapy and pharmacotherapy, *J. Am. Diet. Assoc.*, **103**, 1363-1370 (2003)

31) Position of the American Dietetic Association : Addressing world hunger, malnutrition, and food insecurity, *J. Am. Diet. Assoc.*, **103**, 1046-1057 (2003)

32) Lacey, K. and Pritchett, E. : Nutrition Care Process and Model : ADA adopts road map to quality care and outcomes management, *J. Am. Diet. Assoc.*, **103**, 1061-1072 (2003)

33) Position of the American Dietetic Association : Child and adolescent food and nutrition programs, *J. Am. Diet. Assoc.*, **103**, 887-893 (2003)

34) Position of the American Dietetic Association, Society for Nutrition Education, and American School Food Service Association—Nutrition services : An essential component of comprehensive school health programs, *J. Am. Diet. Assoc.*, **103**, 505-514 (2003)

35) Manore, M.M. and Myers, E.F. : Research and the dietetics profession : Making a bigger impact, *J. Am. Diet. Assoc.*, **103**, 108-112 (2003)

36) Position of the American Dietetic Association, Society for Nutrition Education, and American School Food Service Association : Nutrition Services : An Essential Component of Comprehensive School Health Program, *J. Nutr. Educ. Behav.*, **35**, 57-67 (2003)

37) Hamm, M.W. and Bellows, A.C. : Community Food Security and Nutrition Educators, *J. Nutr. Educ. Behav.*, **35**, 37-43 (2003)

38) Hoelscher, D.M., *et al.* : Designing effective nutrition interventions for adolescents, *J. Am. Diet. Assoc.*, **102**, S52-S63 (2002)

39) Contento, I.R., Randell, J.S. and Basch, C.E. : Review and analysis of evaluation measures used in nutrition education intervention research, *J. Nutr. Educ. Behav.*, **34**, 2-25 (2002)

40) Sahyoun, N.R. : Nutrition education for the healthy elderly population : Isn't it time ?, *J. Nutr.*

Educ. Behav., **34**, S42-S47 (2002)

41) McClelland, J.W., *et al.* : Extending the reach of nutrition education for older adults : Feasibility of a train-the-trainer approach in congregate nutrition sites, *J. Nutr. Educ. Behav.*, **34**, S48-S52 (2002)

42) Arnold, C.G., *et al.* : New concepts for nutrition education in an era of welfare reform, *J. Nutr. Educ.*, **33**, 341-346 (2001)

43) Yadrick, K., *et al.* : Perceptions of community nutrition and health needs in the lower Mississippi delta : A key informant approach, *J. Nutr. Educ.*, **33**, 266-277 (2001)

44) Cason, K.L. : Evaluation of a preschool nutrition education program based on the theory of multiple intelligences, *J. Nutr. Educ.*, **33**, 161-164 (2001)

45) Rohs, F.R., Langone, C.A. and Coleman, R.K. : Response shift bias : A problem in evaluating nutrition training using self-report measures, *J. Nutr. Educ.*, **33**, 165-170 (2001)

46) Nestor, B., *et al.* : Client satisfaction with the nutrition education component of the California WIC program, *J. Nutr. Educ.*, **33**, 83-94 (2001)

47) Hersey, J.C. : Integrating evaluation tools to assess nutrition education, *J. Nutr. Educ.*, **33** (Suppl. 1), S2-S3 (2001)

48) WHO : The World Declaration and Plan of Action for Nutrition (1992)

49) Contento, I.R. : Teachers College, Columbia University 授業使用資料 (2005)

50) Nutrition Education Resources Project. Teachers College, Columbia University : Earth Friends. The Whole Story of Food (1995)

51) Contento, I.R. : Environment, health and nutrition education in the United States, 日本健康教育学会誌, **6**, 19-34 (1999)

52) Green, J. : Health promotion ? What's in a name ?, *Promotion & Education*, **11**, 4-5 (2004)

53) 足立己幸：健康教育の観点をふまえた「食からの健やかガイド」, 思春期学, **22**, 460-465 (2004)

54) 足立己幸, 秋山房雄：食生活論, p.121 (1987) 医歯薬出版, 東京

55) 足立己幸：栄養指導から食の学習・食環境づくりへ—国内外の多様な実践に学ぶ, 食と教育／江原絢子編, pp.158-182 (2001) ドメス出版, 東京

56) 足立己幸：畜産は食育の中心課題—「食の全体像を育てる」ための身近で有効な教材—, 畜産コンサルタント, **482**, 15-19 (2005)

- 57) 足立己幸：食生活指針—QOLの視点からの検討, 臨床栄養, **97**, 621-627 (2000)
- 58) 武見ゆかり：「食育」をめぐる社会の動きと今後の課題, 科学, **75**, 107-110 (2005)
- 59) 足立己幸：「栄養教諭」とはなにか なにが期待されているか, 栄養教諭とはなにか 「食に関する指導」の実践／女子栄養大学栄養教諭研究会編, pp.11-32 (2005) 女子栄養大学出版部, 東京
- 60) Adachi, M., *et al.* : Partnership of the community and a university in the community based health promotion— in the perspective of food and nutrition, 36th APACPH Conference 2004 Program and Abstract

Handbook, p.109 (2004)

- 61) 足立己幸：セルフケア・参加を重視する健康教育からみた栄養・食行動の特徴, 健康教育学会誌, **7**, 1-2 (2000)
- 62) 足立己幸, NHK「子どもたちの食卓プロジェクト」：知っていますか子どもたちの食卓 食生活からからだと心がみえる (2000) NHK出版, 東京
- 63) 衛藤久美, 足立己幸：児童における食事中的自発的コミュニケーションと食生活及び家族生活の関連, 学校保健研究, **47**, 5-17 (2005)
- 64) 食育基本法 (2005)

(受理：平成17年4月21日)