



本パンフレットで紹介したメッセージを実践する際にご活用ください。

① 食育の推進に関わる施策について

● 「第3次食育推進基本計画」

- 第3次食育推進基本計画のポイントをリーフレットに分かりやすくまとめています



(図は一例)

● 食生活指針

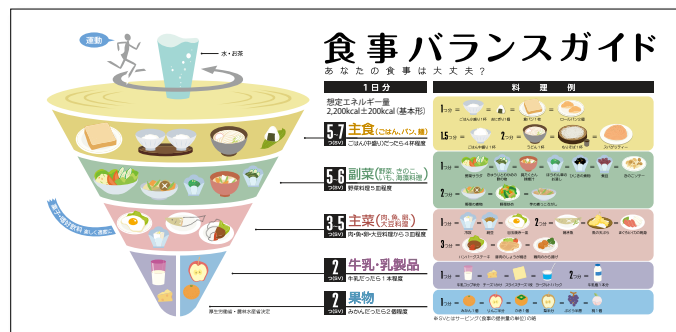
- 国民一人ひとりが望ましい食生活を実践するための指針です



(図は一例)

● 「食事バランスガイド」

- 1日に、「何を」、「どれだけ」食べたらよいかを考える際の参考にしていただけるよう、食事の望ましい組み合わせとおおよその量をイラストでわかりやすく示したものです





② 本パンフレットで取り上げたテーマに関する資料の一例

●「早寝早起き朝ごはん」

(文部科学省、「早寝早起き朝ごはん」全国協議会)

- 各年齢層に合わせた学べる!実践できる!ガイドブック
- 朝ごはんポケットレシピ など



(図は一例)

●「食事バランスガイド」を用いた食育教材等

(農林水産省、厚生労働省)

- ライフステージごとに「食事バランスガイド」を活用するためのポイントを示したパンフレット
- 小・中学校や、小売・中食・外食産業での実践に役立つ事例集 など



(図は一例)

●「日本型食生活」のススメ

(農林水産省)

- 中食や外食も、ちよい足しやメニューの選び方で食生活がグッとよくなる「日本型食生活」のポイントや、ご飯を中心とした献立の組み立て方を示したパンフレット など



(図は一例)

●「農林漁業体験の推進」

(農林水産省)

- 教育ファームなどの全国農林漁業体験スポット一覧
- 食と農林漁業体験に関するメールマガジン
- 学校の授業で農林漁業体験に取り組むための教材 など



(図は一例)

その他、食育に関して広く知りたい方は…

食育の推進 農林水産省



本パンフレットは、

「食育」ってどんないいことがあるの?～エビデンス(根拠)に基づいて分かったこと～」及び
「食育」ってどんないいことがあるの?～エビデンス(根拠)に基づいて分かったこと～Part2」を
統合したものです。

「食育」ってどんないいことがあるの?～エビデンス(根拠)に基づいて分かったこと～」は
以下の構成員による検討委員会での議論を経て平成30年3月に作成されました。

エビデンスに基づく食育活動検討委員会

氏名	所属・役職
合瀬 宏毅	日本放送協会 解説委員室 解説副委員長
小澤 啓子	女子栄養大学短期大学部 栄養指導研究室 専任講師 (日本健康教育学会推薦)
勘場 永子	株式会社電通 ビジネス・ディベロップメント&アクティベーション局 産業戦略室産業2部 部長
黒谷 佳代	国立研究開発法人医薬基盤・健康・栄養研究所 国立健康・栄養研究所 栄養疫学・食育研究部 食育研究室 室長 (日本栄養改善学会推薦)
○瀧本 秀美	国立研究開発法人医薬基盤・健康・栄養研究所 国立健康・栄養研究所 栄養疫学・食育研究部 部長
本所 靖博	明治大学農学部 専任講師 (日本食育学会推薦)
三好 美紀	国立研究開発法人医薬基盤・健康・栄養研究所 国立健康・栄養研究所 国際栄養情報センター 国際栄養研究室 室長

○座長(敬称略、五十音順) 所属・役職は当時のもの



「食育」ってどんないいことがあるの?～エビデンス(根拠)に基づいて分かったこと～Part2」は以下の構成員による検討委員会での議論を経て平成31年3月に作成されました。

食育に関する事例検討委員会

氏名

所属・役職

【委員】

赤松 利恵

お茶の水女子大学 基幹研究院自然科学系 教授

伊藤 祐三

一般社団法人共同通信社編集局 企画委員兼論説委員

釜池 雄高

こども食堂ネットワーク事務局 事務局長

上岡 美保

東京農業大学国際食料情報学部 教授

○瀧本 秀美

国立研究開発法人医薬基盤・健康・栄養研究所
国立健康・栄養研究所 栄養疫学・食育研究部 部長

村山 伸子

新潟県立大学 健康栄養学科 教授

【ワーキンググループ】

〈共食〉

衛藤 久美

女子栄養大学 栄養学部 専任講師

(作業協力者)

坂本 達昭

熊本県立大学 環境共生学部食健康科学科 講師

〈農林漁業体験〉

町田 大輔

高崎健康福祉大学 健康福祉学部健康栄養学科 助手

(作業協力者)

串田 修

畿央大学 健康科学部健康栄養学科 講師

○座長(敬称略、五十音順) 所属・役職は当時のもの



「食育」って どんないいことがあるの？

～エビデンス(根拠)に基づいて分かったこと～

統合版

お問合せ先

担当：農林水産省 消費・安全局 消費者行政・食育課 食育計画班
電話：03-3502-8111(内線 4578) FAX：03-6744-1974