

おわりに

1. 総括
2. おわりに

おわりに

1. 総括

本調査研究では、「ライフステージに応じた食育」及び「持続可能な社会・地域づくりに向けた食育」の2つの視点から、アンケート調査、先進事例調査、ワークショップ等各種調査を行った。その結果得られた方向性について、以下のとおり総括する。

(1) ライフステージに応じた食育

ライフステージに応じた食育については、すべてのライフステージにおいて同時並行的に取り組むことが重要である。

<子どもに対する食育>

乳幼児期及び義務教育期の子どもに関しては、食を営む力の基礎を培い、食に対する自立性を育むために、引き続き、食育を重視し取り組んでいく必要がある。幼稚園・保育園や小学校・中学校など食育事業を展開しやすい場があるため、そのような場を活かしながら、食の楽しさや基本所作を学ぶ事業を実施するとともに、食に対する豊かな感性を育むために、地域特性を活かした食文化や地産地消等のテーマによる食育、他者との共食の取組等を展開することが効果的である。併せて、その後の青年期や成人期を見据えて食に関する知識や食を選択する力を培い、また、子どもを通じて保護者や家族、地域に対して波及効果をもたらせるような取組が重要である。

<大人に対する食育>

青年期以降の大人に関しても、子どもの食育を担う立場として、また、大人本人の健康寿命の延伸のために、健全な食生活を実践できることが必要である。多忙な人や無関心層に働きかけるためには、勤務先や通勤経路の飲食店など、働き盛りである世代特有の接点を活かした事業が効果的である。また、対象者に応じて興味・関心の高い題材を活用しながら、食育への関心を喚起し、取組を後押ししていくことも有効である。食は身体の健康はもちろんのこと、心の健康にも係る。適切な栄養バランスを確保しながら、家族や地域、社会との係りを育み、喜びや生きがいにつながるような食育も、高齢期を中心に重視していく必要がある。

(2) 持続可能な社会・地域づくりに向けた食育

<持続可能な社会・地域づくりに向けた食育の効果>

食育は、健康づくりの面だけではなく、持続可能な社会・地域づくりに関しても効果をもたらす。例えば、食品ロスの削減やフードマイレージの取組は「環境」負荷の低減につながる。また、地産地消の取組や地域の食産業を巻き込んだ食育事業は、「産業振興」を促す。困窮世帯に対する食支援は「健康福祉」の点から重要な取組である。さらに、地域での共食や生産者と消費者の交流は、地域内での「コミュニケーション」を育んでいく。食育事業は様々な分野に効果をもたらしながら、持続可能な社会や地域づく

りに資するものである。

<効果的な食育事業のあり方>

地産地消や共食などの取組は、「環境」、「産業振興」、「健康福祉」など、複数の施策分野から取り組むことが可能である。そのため、特定の部署だけではなく、関連部署が連携しながら事業を実施することで、効率的・効果的な事業展開が可能になる。

また、「生産」「加工」「流通」「消費」「廃棄」という食のライフサイクルをもとに事業設計を行うことで、「生産」から「廃棄」までの体系的な理解を促す食育事業を実施することが可能となる。

2. おわりに

食育基本法の制定から10年がたち、これまで食育は、行政や企業、個人のレベルにおいても、様々に取り組まれてきた。また、その取組のあり方も、日々レベルアップしており、そのような中で本調査研究においては、前述の2つの視点から、食育事業の意義や効果を改めて評価し、広く提示した。

「医食同源」という言葉があるように、食は人の健康に深く係る。子どもから大人まですべての人が健やかに日々の生活を送り、また、健康寿命を延ばしていくためには、適切な食習慣の形成や栄養バランスの改善が有効である。各ライフステージならではの特徴や食育の目的を踏まえながら、効果的な食育事業を展開していくことが望まれる。

また、食育は、人の健康面のみならず、環境、産業、文化、教育、コミュニティなど、様々な分野に関連する。食育の施策としての汎用性は高く、市町村行政を展開していく上で軸となる取組とも評価できる。各分野に関係する部署が連携し、また、地域の人材や食産業などの資源を活用しながら食育事業を展開することで、持続可能な社会・地域づくりをめざしていくことが期待される。

食は、人の心身を、そして社会を多方面から豊かに育てていくものとする。食は日々営まれるものであり、積み重ねの効果は大きく、食育の実践が今後ますます求められる。

本調査研究が、多摩・島しょ地域の市町村等の皆様の食育事業の一助となれば幸いである。

なお、本調査研究を実施するにあたり、各種調査にご協力いただきました皆様に、この場を借りて、厚く御礼を申し上げます。

平成28年3月

公益財団法人 東京市町村自治調査会