

食育について調べる

▶ 「食育」とは、「食事や食材のことだけでなく、食物をバランスよく食べるためのさまざまな知識を身につけること、食品の選び方を学ぶこと、また食堂（ダイニングルーム）、食卓、食器、食具などの食事の環境（中略）のことや食文化をはぐくみ伝えていくこと（中略）など、広い視野で「食」について学んだり、考えたりすること」です。

（コトバンク <https://kotobank.jp/>）「日本大百科全書（ニッポニカ）」内「食育」の項より）

▶ 食育推進のため平成17年6月に「食育基本法」が制定されてから10年以上が経過しました。この間、和食のユネスコ無形文化遺産への登録等があった一方で、食品の安全性への不安、食習慣の乱れによる肥満や生活習慣病、子どもの欠食、世帯構成の多様化に伴う孤食といった問題が現れてきました。このように食育をめぐる論点は多岐にわたります。

▶ この案内では、概要を知るための資料とインターネット情報源を紹介した後、食育基本法で掲げられている基本的施策のうち5つの論点を取り上げ、各々のキーワードと関連資料を紹介します。

＜目次＞	1	食育の概要を知る	3-3	生産者・消費者間の交流等
	2	インターネットで調べる	3-4	食文化の継承
	3-1	家庭における食育	3-5	食品の安全性等の情報提供
	3-2	学校・保育所等における食育	4	データベースで調べる
			5	雑誌で調べる

1 食育の概要を知る

書名	出版情報	所蔵館・請求記号
食育推進施策 [食育白書]	農林水産省[編] (2015年刊までは「内閣府[編]」) (2006年刊から) 年刊	中央 4985/58 (4985/37) 西部 4985/320 (4985/292) 東部 4985/103
食育推進施策の現状と課題、具体的な取組について、政府がまとめた報告書です。食育推進基本計画等の資料を収録。 農林水産省ウェブサイト でも公開されています。		
食生活データ 総合統計年報	三冬社 (1989年刊から) 年刊 欠号あり。 (2007年刊は「アーカイブ出版編」) (2006年刊までは「生活情報センター編」) (2001年刊までは「食品流通情報センター編」)	中央 4985/21 (596/SH96) 西部 4985/82 東部 4985/9
日本人の食生活の変化と現状の把握に役立つよう、官公庁や民間企業、業界団体等から「食」に関する調査結果を集めたデータ集。消費者の意識・実態調査のデータが充実。		
食育・食生活 栄養科学シリーズNEXT	山本茂, 奥田豊子, 浜口郁枝編 講談社 2011	西部 4985/299
栄養士・管理栄養士を目指す学生向けのシリーズですが、欠食や生活習慣病といった健康問題、食生活史、食の安全等、食生活をめぐる論点を体系的に知るのに役立ちます。		
食育基本シリーズ 1~5	服部栄養料理研究会監修 こどもくらぶ編 フレーベル館 2008-2009	中央 J498/シヨ
「食」に関する知識と、「食」をとりまく問題を総合的に解説するシリーズです。		

2 インターネットで調べる

●千葉県「ちばの食育」 <https://www.pref.chiba.lg.jp/annou/shokuiku/index.html>

「千葉県食育推進計画」や共食・朝食啓発のためのポスターを掲載する等、千葉県の取組を紹介します。また、県産の食材やそれを使ったレシピ、郷土料理についても取り上げます。

●千葉県栄養士会 <http://www.eiyou-chiba.or.jp/>

病気の種類別、または年代別の食生活のポイントを解説します（「現代食事考・かしこく食べる」）。また、県産の農・畜・水産物を使ったレシピを紹介（「地産地消レシピ」）。

調べ方案内（パスファインダー）

- 農林水産省「食育の推進」 <http://www.maff.go.jp/j/syokuiku/index.html>
食育に関する政府の施策や刊行物、調査データ等の情報が集められています。例えば、食育推進基本計画、食育に関する意識調査報告書、食育活動の事例データベース等があります。
- 文部科学省「学校における食育の推進・学校給食の充実」
http://www.mext.go.jp/a_menu/sports/syokuiku/index.htm
学校給食に関する通知や調査報告、食育活動のための教材や事例集を掲載しています。
- 厚生労働省「栄養・食育対策」
http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/kenkou/eiyuu/index.html
「国民健康・栄養調査報告書」「日本人の食事摂取基準」「食生活指針」「食事バランスガイド」等、健康・栄養に配慮した食生活を実践するための参考情報を掲載しています。
- 厚生労働科学研究費補助金研究班「健康づくりに向けた食育取組データベース」
<http://www.nutritio.net/shokuiku/toroku/index.html>
全国の自治体が行った食育に関する取組を、キーワードや対象者年齢層から検索できます。

<凡例> 以下、かぎ括弧内のキーワードは、千葉県立図書館ホームページ「図書・雑誌・視聴覚資料検索」で関連資料を検索するとき、その直前の検索項目（「件名」等）と対応させてご活用ください。検索結果が多いときは複数の検索項目やキーワードを組み合わせて検索してみてください。また、図書館の本棚を見て探す場合は「分類記号」が参考になります。

3-1 家庭における食育

件名「食育」「食生活」「健康管理」「小児衛生」「小児栄養」

分類記号「493.98」（小児科学-育児）「498.5」（食品・栄養）「599.3」（育児-食事）

<こんな資料があります>

書名	出版情報	請求記号
子どもの欠食・孤食と生活リズム 子どもの食事を検証する	藤澤良知著 第一出版 2010	東部 4985/121
子どもの生活リズムの乱れと、それに起因する欠食・孤食・偏食といった食習慣の乱れがもたらす弊害を指摘し、その対策として「早寝早起き朝ごはん」の実践を提唱します。		
幼児の食生活 その基本と実際	乳幼児食生活研究会編集 日本小児医事出版社 2010	東部 49398/22
離乳食に続く、1歳半から6歳未満の幼児の食生活に関する本。食べ方・噛み方の注意点や家庭での食事の意義等を解説します。「気をつけたいこと」のアドバイスも収録。		
なぜ、好きなものだけ食べては いけないの？ 服部幸應の食育読本	服部幸應著 2012 シーアンドアール研究所	中央 J498/ハエ
なぜ好き嫌いをしてはいけないの？よい食べ物とよくない食べ物はどうか見分けるの？といった「食」に関する子どもの疑問に、食育を推進してきた著者が答えます。		

3-2 学校・保育所等における食育

件名「食育」「学校給食」「保育」「幼児教育」「健康教育」「栄養教育」

分類記号「374.9」（学校保健）「376.1」（幼児教育）「498.5」（食品・栄養）

<こんな資料があります>

書名	出版情報	請求記号
食に関する指導の手引 第1次改訂版	文部科学省[編] 東山書房 2010	中央 37497/10
教員向けに、各教科や学校給食での食に関する指導の考え方や指導方法を解説した本。 文部科学省ウェブサイト でも公開されています。		
学校における食育実践ガイド	楽しい食育サポートチーム著 田中信監修 同友館 2011	東部 37497/18
栄養教諭・学校栄養職員の執筆陣が、学校で食育に携わる人々のため、自らの経験や実践を記した本。食育行事の開催や偏食をなくす工夫等、様々なアイデアを収録します。		

調べ案内 (パスファインダー)

食育早わかり図鑑 [第1巻]・第2巻 給食時間の5分間指導	群羊社 2015-2016	西部 37494/6
教員が給食指導に活用できるよう、旬の食材について写真やイラストを多用して解説した本。食材にまつわる小話や献立、発達段階別の指導の展開例等を記載します。		
幼児期の保育と食育 保育園・幼稚園での食育のすすめ方	小川雄二, 須賀瑞枝著 芽ばえ社 2013	東部 37614/15
「目指す子ども像を明確にした計画的・系統的な食育」「保育の計画に位置付いた食育」を進める上でのポイントや進め方について、様々な実践例とともに解説します。		
食育と保育 子どもの姿が見える食育の実践	師岡章著 メイト 2012	中央 37614/30
食育の意義から家庭との連携まで、様々な視点から保育所での食育のあり方を解説します。厚生労働省「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」を収録。		

3-3 生産者・消費者間の交流等

件名「**地産地消**」「**農業政策**」「**食糧問題**」「**食糧安全保障**」「**食料自給率**」

全項目「**食品ロス**」「**食品廃棄**」「**フードシステム**」「**フードマイレージ**」

分類記号「**601.1**」(産業政策-日本)「**611.3**」(食糧問題)「**612.1**」(農業史・事情-日本)

<こんな資料があります>

書名	出版情報	請求記号
食料・農業・農村の動向 [食料・農業・農村白書]	農林水産省 (2005年刊から) 年刊	中央 61059/1 西部 6121/92 東部 6121/90 (61059/13)
食料、農業及び農村に関する動向について取りまとめた報告書です。日本の食料自給力や世界の食料需給の動向、食料安全保障の取組等について図表を交えて解説します。		
地産地消 豊かで活力のある地域経済への道標	下平尾勲, 伊東維年, 柳井雅也著 日本評論社 2009	東部 6011/170
地産地消は地域経済に循環を生み出す活性化策であるという立場から、その基本的な考え方や様々な類型について説明します。		
図解日本食料マップ	食料問題研究会著 ダイヤモンド社 2012	中央 J611/シモ
食料自給率や食品廃棄、フードマイレージといった食料をめぐる問題を、見開き単位で図解します。25種の食品別にみた自給率と国内事情も掲載しています。		
世界と日本の食料問題	山崎亮一監修 文研出版 2011-2012	中央 J611/シヨ
世界と日本の食料事情について写真や図表を多用して解説する全5巻のシリーズ。		
フードシステムの経済学 第5版	時子山ひろみ, 荏開津典生著 医歯薬出版 2013	中央 6113/28
消費者ニーズの変化や世帯構成の変化、食料安全保障、外食・中食の成長等、食料の生産・加工・流通・消費という流れに関わる様々な話題を取り上げます。		

3-4 食文化の継承

件名「**料理(日本)**」「**食生活**」 全項目「**和食**」「**郷土料理**」「**地域食材**」「**伝統野菜**」「**食事作法**」

分類記号「**383.81**」(飲食史-日本)「**596.21**」(日本料理)

<こんな資料があります>

書名	出版情報	請求記号
和食の常識 Q&A 百科	堀知佐子, 成瀬宇平著 丸善出版 2015	東部 38381/166
全11章188のQ&Aで和食の基本を解説します。和食の歴史にはじまり、健康食としての側面や食事のマナー、和食器と調理道具等、和食をめぐる話題が詰まっています。		

調べ方案内（パスファインダー）

日本の食生活全集 12 聞き書 千葉の食事	農山漁村文化協会 1989	中央 3838/N71 西部 3838/14 東部 3838/3
昭和初期の日本各地の家庭で、四季それぞれ日常と祭事の食事を聞き取り、料理を再現して編集した全集の一冊。県内を7地域に分け、各地の食生活を記録しています。		
47 都道府県・伝統食百科	成瀬宇平著 丸善 2009	東部 38381/113
一主題のもと各県の特徴を紹介するシリーズの一冊。このほか『伝統野菜百科』や『伝統調味料百科』があります。本書では各県の食の歴史・文化、伝統食、特産物を紹介。		
地域食材大百科 第1巻～第15巻	農山漁村文化協会 2010-2014	西部 4985/296
第1巻「穀類」から第15巻「水産製品」まで、様々な食材について「食材としての特徴」（歴史、栄養、品種、栽培法等）と「調理での活かし方」2つの視点でまとめた本。		

3-5 食品の安全性等の情報提供

件名「**食品衛生**」「**食品表示**」「**食品添加物**」「**食物アレルギー**」「**食中毒**」
 全項目「**食の安全**」「**食品汚染**」「**残留農薬**」「**遺伝子組換え**」「**トレーサビリティ**」「**HACCP**」
 分類記号「**498.54**」（食品衛生）「**498.519**」（食品添加物）「**588.09**」（食品工業）
 <こんな資料があります>

書名	出版情報	請求記号
食品の安全性 改訂第3版	日本フードスペシャリスト協会編 建帛社 2013	西部 49854/27
流通・販売者及び消費者に向けて、食品と食生活に関する的確な情報を提供するフードスペシャリスト養成のための教科書。一般消費者にも役立つよう編集されています。		
食品安全の表示と科学 食品表示法を理解する	清水俊雄著 同文書院 2015	西部 49854/118
食品衛生法等の関連法規が制定された目的と内容を解説します。また、食品にひそむ各種のリスクを挙げ、HACCPやトレーサビリティ等のリスク管理の手法を紹介します。		
食の安全と健康意識データ集	三冬社（2008年以降）隔年刊行 生活情報センター 2003, 2005	西部 49854/50 東部 49854/76
官公庁や民間企業が行った食の安全と健康意識に関する調査結果をまとめたデータ集。「東日本大震災関連の食の安全に関するデータ」も収録。		

4 データベースで調べる

データベース名	提供元	利用可能館
ルーラル電子図書館	農山漁村文化協会	東部
農産物の生産や全国の食生活に関する図書・雑誌記事の情報を探すときに役立ちます。		
医中誌 Web	医学中央雑誌刊行会	西部
食育や食の安全、健康・栄養等に関する雑誌記事・論文の検索に便利です。		

* 概要は千葉県立図書館ウェブサイト「[オンラインデータベースのご案内](#)」をご参照ください。

5 雑誌で調べる

<こんな資料があります>

書名	出版情報	所蔵館・所蔵範囲
食べものの文化	芽ばえ社 月刊	東部 1998年5月～最新刊まで 西部 1986年4月～1998年4月 中央 1985年4月～2003年4月

* 雑誌の調べ方は、県立図書館ウェブサイト「[調べ方案内](#)」の「総合・新聞雑誌」をご参照ください。

* 資料は最寄りの県立図書館や市町村立図書館に取寄せ可能。所蔵状況は2017年3月現在。