

児童・生徒の栄養：食育

三成 由美 中村学園大学栄養科学部教授

徳井 教孝 産業医科大学特任教授

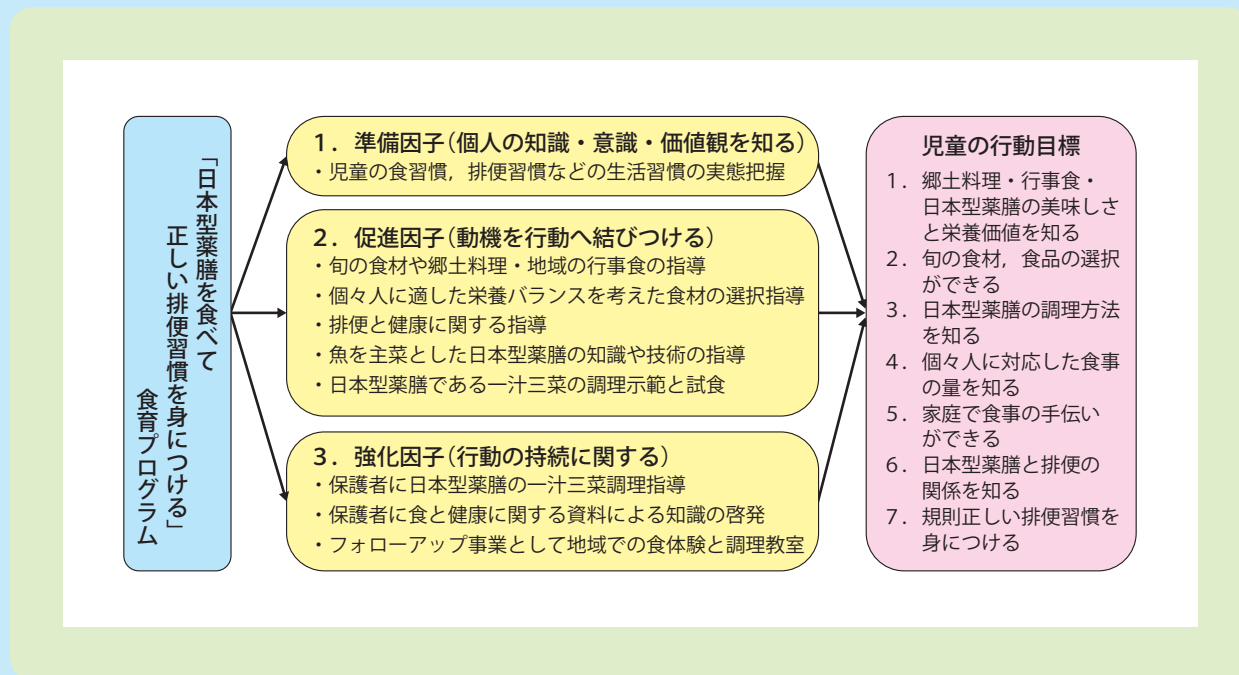


図1 児童の食教育プログラム

*日本型薬膳とは「日本の一汁三菜のお膳文化を基本に、中医学基礎理論に基づいた薬膳の考えを導入し、季節・風土や個人の体質に適した食材を選び、色・香り・形・味のすべてに満足できるように調理され、毎日継続して食べても美味しく、日本人の健康増進に貢献できる食事」のことである。

小学校における児童の食教育

近年、小学校・中学校の子どもにおいては、偏った栄養摂取の在り方、朝食の欠食など食生活の乱れによる肥満・痩身、また生活習慣病の若年化により健康を取り巻く問題が深刻化されている。こうした現状を踏まえて、2005年に食育基本法が、2006年に食育推進基本計画が制定され、学校現場においても積極的に食育が取り組まれている。特に、学校現場では、食に関する指導を本務とする栄養教諭の配置が開始されて12年目を迎えている。