

日本「食育基本法」之概要

陳建宏

一、前言

由於社會經濟情勢的變化，在每天忙碌的生活中，人們常常忘記飲食的重要性。而國民的飲食生活中，營養偏頗，不規律的三餐，肥胖和生活習慣病的增加，過度瘦身傾向，及最近食品安全問題等日益嚴重。基於國民對於飲食習慣和食品安全的關心，日本乃提出以改善家庭和學校飲食生活，增進國民健康為目的的「食育基本法」，並自 2005 年 7 月 15 日開始施行。茲將「食育基本法」之概要說明如下：

二、「食育基本法」之目的

由於近年國民飲食生活環境的變化，因此推行飲食教育，以「培養國民終生之健全身心及豐富的人性」為重要課題，對於飲食教育制定「基本理念」，將中央及地方公共團體等之職責明確化，並訂定施策的基本事項，有計畫推進行飲食教育，以實現健康和文化涵養的國民生活，建立豐裕有活力之社會。

三、「食育基本法」之基本理念

- (一)促進國民身心的健康及豐富人性的養成。
- (二)國民的飲食生活，受益於自然的恩惠及食品相關人員的努力，因此必須充滿感謝的心情。
- (三)食育推進行運動，必須尊重國民、民間團體的自主意願，同時考慮地區的特性，在地區居民及社會構成份子的參與和配合下，並推展至全國。
- (四)幼童之父母及其保護者，必須認知家庭對於飲食教育之重要性，並積極對幼童展開飲食教育之推行。
- (五)國民必須利用各種機會和場所，推行食品自生產到消費過程的各種體驗活動，並親自參與，以實踐飲食教育。
- (六)飲食教育可維護傳統良好的飲食文化，而有效利用地區特性的飲食生活，與環境調和的糧食生產和消費，可使國民理解國內糧食需求及供給的狀況，並藉由糧食生產者和消費者的交流，以促進農山漁村的活性化及糧食自給率的提高。
- (七)確保食品的安全性及安心消費乃健全飲食生活的基礎，因此藉由飲食教育的推行，對於食品的安全性，提供飲食相關資訊與意見交換，以深入了解食品相關的知識，並有助於國民適當飲食生活的實踐，並積極與國際合作。

四、各相關單位之職責

- (一)中央政府必須根據上述之「基本理念」，制定有關飲食教育之對策，並加以實施。
- (二)地方公共團體亦須根據上述之「基本理念」，與中央政府配合，根據地方公共團體的區域特性，訂定自主性對策，並加以實施。
- (三)教育相關團體及有關人員對於飲食生活的關心及理解的增進有其重要性，因此必須利用所有機會和場所，積極推行飲食教育。而農林漁業者應積極提供

關於農林漁業的多樣體驗機會，使國民理解自然的恩惠和人類飲食生活的重要性，並與教育相關團體及有關人員相互配合，以推行飲食教育。

(四)食品相關事業者在事業活動上，必須根據上述之「基本理念」，自主積極地推行飲食教育，並協助中央及地方公共團體之飲食教育的推行。

(五)國民包括家庭、學校、幼稚園、各地區等社會的所有份子，必須根據上述之「基本理念」，以實現終生健全的飲食生活，並為飲食教育貢獻心力。

五、「食育推進會議」之設置

(一)內閣府：

1、內閣府設置「食育推進會議」。

2、「食育推進會議」之職責：

(1)制定食育推進基本計畫。

(2)審議食育推進的重要事項及實施關於食育推進的各項對策。

3、「食育推進會議」由會長以及委員二十五人以內組成。

4、會長總理會務，由內閣總理大臣任命之。

(二)都道府縣：

為推行都道府縣之飲食教育，都道府縣可設置「都道府縣食育推進會議」，以制定都道府縣食育推進計畫及實施飲食教育。

(三)市町村：

為推行市町村之飲食教育，市町村可設置「市町村食育推進會議」，以制定市町村食育推進計畫及實施飲食教育。

六、食育推進基本計畫

(一)「食育推進會議」為推行飲食教育之各項措施，應制定「食育推進基本計畫」。

(二)都道府縣以「食育推進基本計畫」為基本，應制定該都道府縣區域內，關於食育推進對策之計畫(以下稱「都道府縣食育推進計畫」)。

(三)市町村以「食育推進基本計畫」為基本(若該市町村所屬之都道府縣已制定「都道府縣食育推進計畫」，則以「食育推進基本計畫」及「都道府縣食育推進計畫」為基本)，應制定該市町村區域內，關於食育推進對策之計畫(以下稱「市町村食育推進計畫」)。

七、「食育基本法」之基本施策

(一)家庭中飲食教育的推進

中央政府及地方公共團體，為加深父母及幼童對飲食生活的關心及理解，以確立健全的飲食習慣，對於親子共同參加的料理教室，應提供學習良好飲食習慣的機會。同時關於健康知識的啟發，管理營養知識的推廣及資訊的提供，對孕婦的營養指導或嬰幼兒、兒童發育階段的營養指導等各項飲食教育的推展，應採取支援對策。

(二)在學校、幼稚園等地飲食教育的推進

中央政府及地方公共團體，在學校、幼稚園等地，需有效推行飲食教育，以實現幼童健全的飲食生活，促進健全的身心成長。因此對於以下活動，應採取必要之對策：

1、對於學校、幼稚園在飲食教育推行上，協助其制作推行指針。

- 2、適合食育指導的教職員之培養。
- 3、食育指導體制之建立。
- 4、透過學校供餐的實施、農場的實習、食品的烹飪、食品廢棄物的再生利用等各種體驗活動，以促進幼童對飲食生活的理解。
- 5、過度瘦身或肥胖對身心健康的影響等，提供正確的知識。

(三)各地區飲食生活改善措施的推進

中央政府及地方公共團體，在各地區應推行營養、飲食習慣、食品消費等各項飲食生活的改善措施。為預防生活習慣病，增進健康，對於以下活動，應採取必要支援對策：

- 1、健全飲食生活指針的制定及推廣。
- 2、在地區推行飲食教育上，所需專業知識者的培養及資質的提升。
- 3、保健所、市町村保健中心、醫療機關等，飲食教育的推廣及啟發活動的推行。
- 4、在醫學教育上，飲食教育指導的充實。
- 5、食品相關事業者所進行的飲食教育推進活動。

(四)食育推進運動之展開

- 1、中央政府及地方公共團體，對於國民、教育有關人員、農林漁業者、食品相關事業者、其他民間團體等，自發性推行飲食教育的活動，應有效利用地區的特性，並相互緊密合作，且在全國普遍展開。同時加強有關人員相互之間的資訊及意見交換，以有效且重點式推行飲食教育。
- 2、中央政府及地方公共團體，推行飲食教育時，關於飲食生活改善活動及食育推進活動等，志工扮演重要角色。因此需採取必要對策，與志工互相配合，以充實各項活動內容。

(五)促進生產者和消費者的交流及農林漁業的活性化

中央政府及地方公共團體，藉由生產者和消費者的交流，建立生產者和消費者的信賴關係，確保食品的安全性，促進食品資源的有效利用，以及國民對飲食的理解與關心度提高的同時，為促進與環境調和之農林漁業的活性化，需加強農林水產品生產、食品製造、流通等之體驗活動，提高地區內學校供餐及消費對當地農林水產品的使用。此外亦須活用創意功夫，降低食品廢棄物的發生，並強化資源之再生利用。

(六)支援優良飲食文化之傳承活動

中央政府及地方公共團體，為維護傳統活動或具有地區特色的飲食文化，對於優良飲食文化之傳承相關活動，應採取必要的對策。

(七)調查及研究食品的安全性及正確的飲食生活，並促進國際交流：

- 1、中央政府及地方公共團體，為使國民得以選擇適當的飲食生活，對於國民的飲食生活，食品的安全性，營養，飲食習慣，食品的生產、流通、消費，食品廢棄物的發生及其再生利用的狀況等，需進行調查及研究。同時對於必要各種情報的收集、整理及提供，資料庫的建立，其他關於飲食正確的資訊等，應採取必要的對策，使其得以迅速提供。
- 2、中央政府及地方公共團體，為使飲食教育順利推行，對於海外食品的安全性，營養、飲食習慣等飲食生活資訊的收集，飲食教育研究者的國際交流，飲食教育推進活動的資訊交換及其他的國際交流等，應採取必要的對策。

八、結語

隨著飲食環境的變化，必須培養國民對於飲食的正確觀念，實現健全的飲食生活。同時加強都市和農山漁村的共生與對流，建立消費者和生產者之間對於食品的信賴關係，以促進地域社會的活性化，維護豐富飲食文化的傳承及發展，推行與環境調和之糧食的生產及消費，並致力於糧食自給率的提高。現在，以家庭、學校、幼稚園、各地區為中心，將飲食教育的推進視為國民運動而加以推行，乃當今之重要課題。此外，亦可透過飲食教育之海外交流，以對國際社會有所貢獻。

參考文獻

<http://www.ron.gr.jp/law/law/shokuiku.htm>

<http://headlines.yahoo.co.jp/hl?a=20050610-00000055-kyodo-pol>

<http://www.ecore.jp/syokuiku.html>

<http://www.fsic.co.jp/fruits/news/2005/fn050617.htm>

關鍵詞：飲食教育、食育基本法、食育推進會議